



# ལྷོ་འཆམས་ས་གནས། 旅行團常去地名解謎

西藏旅遊一趟相當不容易，價格不斐，路程遠，高山症... 都是考驗。有學藏文的同學，一定要多看些牌匾，多識些藏字，說說藏語，比一般遊客多深一層了解，您會發現，原來每個字都有意思，您會驚訝於，音譯的風馬牛不相及，另一種探索趣味於焉產生，讓您忘了舟車勞頓。以下收集旅遊團常去的景點藏文名稱對照，供同學旅遊備查。

靈地

ལྷ་ས།

拉薩 (原意是：聖地)

上亢 皓 天堂敞

ཡོང་དཀར་གནས་ཐང་།

貢嘎機場

穗 敞堂 慈 軀

སྟེ་ཐང་བྱམས་སྐྱ།

聶塘大佛 (原意是：青稞平原慈氏彌勒像)

(སྟེ་ 穗，另有作 བཞེས་ 悅)

公陽宅 Po ta la

པོ་བྱང་པོ་ཏ་ལ།

布達拉宮，分為白宮 པོ་བྱང་དཀར་པོ། (公.宅.皓)

紅宮 པོ་བྱང་དམར་པོ། (公.宅.紅)

鐵金 山

ལྷགས་པོ་རྩ།

藥王山 (原意是：鐵山)

醒 皆 千 軀

སངས་རྒྱས་རྟེན་སྐྱ།

藥王山摩崖石刻 (原意是：千尊佛像)

祖頂 胛 館

གཙུག་ལག་ཁང་།

大昭寺 (文成公主鎮壓魔女心臟處，或名 རྫོ་ཁང་། 主殿，吐蕃時期，放 གཙུག་ལག་ 經書的地方)

主甫 釋迦 牟尼之 軀 似

རྫོ་བོ་སྐུ་ལྷ་མེད་སྐྱ་འདྲ།

大昭寺久沃 (རྫོ་བོ་ 主尊) 釋迦牟尼 12 歲等身像

中間 廓

བར་སྐོར།

八廓街 (原意是：中環，中間這圈街道)

祿 物 陵 口

ནོར་བུ་གྲོང་ཁ།

羅布林卡公園 (原意是：寶貝公園)

霰 寺

སེ་ར་དགོན་

色拉寺 (傳說建寺初有落霰霰)

天 渚

གནས་མཚོ།

納木措湖 (原意是：天湖)

北 堂敞

བྱང་ཐང་།

羌塘草原 (原意是：北方草原)

聶塘大佛附近聶塘寺，是阿底峽尊者圓寂處，知道的人不多喔！





隴區 德之寺 千大提 千大法 輪 陵  
རོང་བོ་དཔལ་གྱི་དགོན་ཆེན་བདེ་ཆེན་ཚོས་འཁོར་སྤྱིང་།

**說明** 隆務大寺

རོང་བོ་隴，原意是山谷河谷地，古代就是農耕地。  
དགོན་ཆེན་寺.千大，「大」是後置修飾，大的寺廟。



功德碑  
རྗོད་རིང་ཡི་གེ  
公元二千零六年，大德格院

石 遠 字 語  
རྗོད་རིང་ཡི་གེ  
功德碑

**說明**  
རྗོད་རིང་石.遠。རིང་是遼遠，長。長石就是石碑狀物。  
碑上刻字，漢語說功德碑，藏文直接講「字語碑」。



# བད་ཡིག་ལྷ་སྒོག་འཇུག་སྒྲི

此擦擦出自於密勒尊者拉息雪山閉關崖洞，敦都普當地。正面有殘餘金粉，背後邊緣有指印。  
(直貢朗欽加布仁波切)



在西藏，就是代表用模子壓出的泥像，這個在不少藏傳寺廟的附近，留意一下，都可看到，有些當場就有人在路邊製作。形狀大小大致可置於手掌，慎重一點的，有些會上彩繪。題材為佛像，或者佛塔，屬於小型的泥塑。擦擦有等級之分的，因為製作擦擦是西藏傳統，一般人家為積德，會大量製作擦擦供人結緣。而由聖

者親手製作，或聖者遺體些許存留，混於泥中製成的擦擦，最珍貴。

泥塑製作過程，將泥土篩細，以便調合出細緻的泥團。形狀大的擦擦或泥塑，會混以羊毛或植物纖維，增加結構強韌度。取預先雕刻好的木模或銅模，將泥壓入模中，壓實，然後脫模而出即可。更慎重講究的，還會加以燒製成陶或彩繪。

大型泥塑，必須有骨架，有去過敦煌石窟或雲岡石窟的同學都知道，有些泥塑中間，也都有木或竹骨幹的。泥要特別挑黏度高的，細細篩過，過程中利用濕布覆蓋保濕，才不易乾裂。塑像是空心的殼，以免過重。殼厚1~2公分不等。為防塌陷，塑像靠貼於一塊背幢形狀的木板，作為神佛像的背幢，使塑像完好站立。裝藏有裝於心部位，頭部位，依經典標準 SOP 製作。



小型泥塑



模具



泥塑半成品



弟弟喇嘛敦珠

哥哥喇嘛烏金

西藏藝術在台灣



# 西藏傳統泥塑

## 內容導讀

台灣的藏傳佛教中心或寺廟，其中佛像或護法的泥塑，不少是出自台灣的烏金喇嘛兄弟之手。泥塑由於跨海或內陸長途搬運，易造成損傷，所以最好是師傅直接就近製作。也因此我們很榮幸，能在台灣就近觀察老師製作西藏泥塑，並請老師們親自寫文章，與同學分享。了解泥塑，還能順便學藏語。

## 文法提示

1. 本文相當簡單，無特殊文法，助動詞皆為最基本，只是名詞較多，請同學不要被嚇到。只要會隔離出名詞，句義即會浮現。
2. 連接詞 ཞིང་ 而，連接詞 དང་ 同，可以將兩個短句連起來，變長。其實本質還是短句子。

字典查不到的詞，已幫同學寫在說明裡。同學先自行分析，仍猜不出意思，才看說明。請將下頁原文印出來，作為查字典練習。生字則務必請記錄到自己生字 Excel 表中。中文意思用筆寫在藏文旁，對照讀幾次，習慣後，讀文章越來越順。