

མྱིང་སྐྱུང་གི་གཏམ་དབེ།

格薩爾諺語



格薩爾諺語特別對學藏文同學來說，是極優良的藏語學習教材。因為格薩爾諺語是詠歌體(མུ་)諺語，歌本身主題明確，有趣而不枯燥，不懂處都估得出意思，有利於自學與查字典修正自己理解。字數不多，每句最多十字以內，無心理壓力。句結構完整，主詞動詞受詞虛詞，多半五臟俱全，特別是虛字使用極明確、不隱晦，當作典型教材範例特別優，讀多了就會虛字了。同時歌內每一句充滿對偶美感，對仗工整，文法上主、動、受、虛詞，其對應位置、停頓點，字數，格式如鏡子對映般，就像讀駢文，讀多反更有趣；藏式抑揚頓挫，音韻美，平仄協調，拿來做初學識字及文法範例，或朗誦，特別適合，最適合當作學習藏傳佛法的文化背景速成教材。以下就舉一些範例，讓同學練習並欣賞。



མྱི་དགེ་པར་ཁང་ཚོས་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཤེང་བར། 德格藏經院木刻版

由於西藏諺語有一首兩句，一首三句，...等等，類似絕句、律詩的分類，我們會為同學將文體類別著明在詩歌前，讀的時候，就很清楚看到規律性。本單元特別請尼瑪堪布用格薩爾王家鄉康巴玉樹地區，說唱藝人(སྐྱུང་མཁན་故事.堪能者)的古調，朗誦清唱，讓同學順便了解，我們現代漢人已經只會唸、而不會唱唐詩宋詞元曲；而西藏仍保有與古代一樣的習俗，詩必能唱，歌必能舞。





ལྷ་མོ་གཤམ་
查根

མྱིང་སྐྱང་གི་གཏམ་དཔེ།

(二句體，共三段)

雪 沒 之 山 空 乾 (助)，獅 皓 待 內 惑，
གངས་མེད་པའི་རི་སྟོང་སྐྱམ་པོ་ལ། སེང་དཀར་མོ་སྟོང་པ་སྐྱང་བ་འབྲུལ།
無雪之空枯山，會有白雪獅待住，是你的心糊塗了，

水 沒 之 谷 空 潭 淖 (助)，魚 金 目 待 內 惑，
ཚུ་མེད་པའི་ལུང་སྟོང་འདམ་རྩལ་ལ། ཉ་གསེར་མིག་སྟོང་པ་སྐྱང་བ་འབྲུལ།
無水之泥淖谷，會有金目魚待住，是你的心糊塗了，

林 沒 之 薦 之 堂 空 (助)，虎 理 紋 綵 待 內 惑。
ནགས་མེད་པའི་འཇག་མའི་ཐང་སྟོང་ལ། རྟག་རི་བཀྲ་སྟོང་པ་སྐྱང་བ་འབྲུལ།
無林之空草原，會有彩斑虎待住，是你的心糊塗了。

(降伏妖魔之部)

(བདུད་འདུལ།)

🔍 說明

本諺語，請同學欣賞西藏文字的意境與深度。除了綠字部分對仗，句意上還另有對仗。主角、主角顏色(白雪獅、金目魚，彩斑虎)，景物(枯山，空谷，空原)，皆是對仗處。

(三句體)

勇 夫 之 脊 之 膀 斫 憂，
དཔའ་བོའི་རྩལ་གྱི་དཔུང་ཆད་སྟུག
勇夫之後斷援憂，

耆老 之 時 (助) 資 沒 憂，
ཆས་པའི་དུས་སུ་རྩུ་མེད་སྟུག
老年之時無財憂，

死亡 之 時 (助) 法 沒 憂。
ཤི་བའི་དུས་སུ་ཚོས་མེད་སྟུག
死亡之時無法憂。

(征服卡切玉宗之部)

賈察 (ཁ་ཆེའི་གཡུ་རྫོང་ཕབ་པ།)



札什倫布寺內六笑紋彩斑虎壁畫

🔍 說明

རྩལ་脊，背後，勇士背後斷援，就堪憂了。དཔུང་膀，代表援助的臂膀，援軍。

རྩུ་資，物資財具，老年無財就堪憂了。

ཚོས་法，指佛法，死時無佛法就堪憂了。

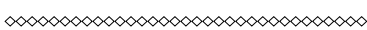
ཁ་ཆེའི་གཡུ་རྫོང་ཕབ་པ་克.什.之.玉.宗.下，克什回族產玉，無故來犯被敗後，獻玉。



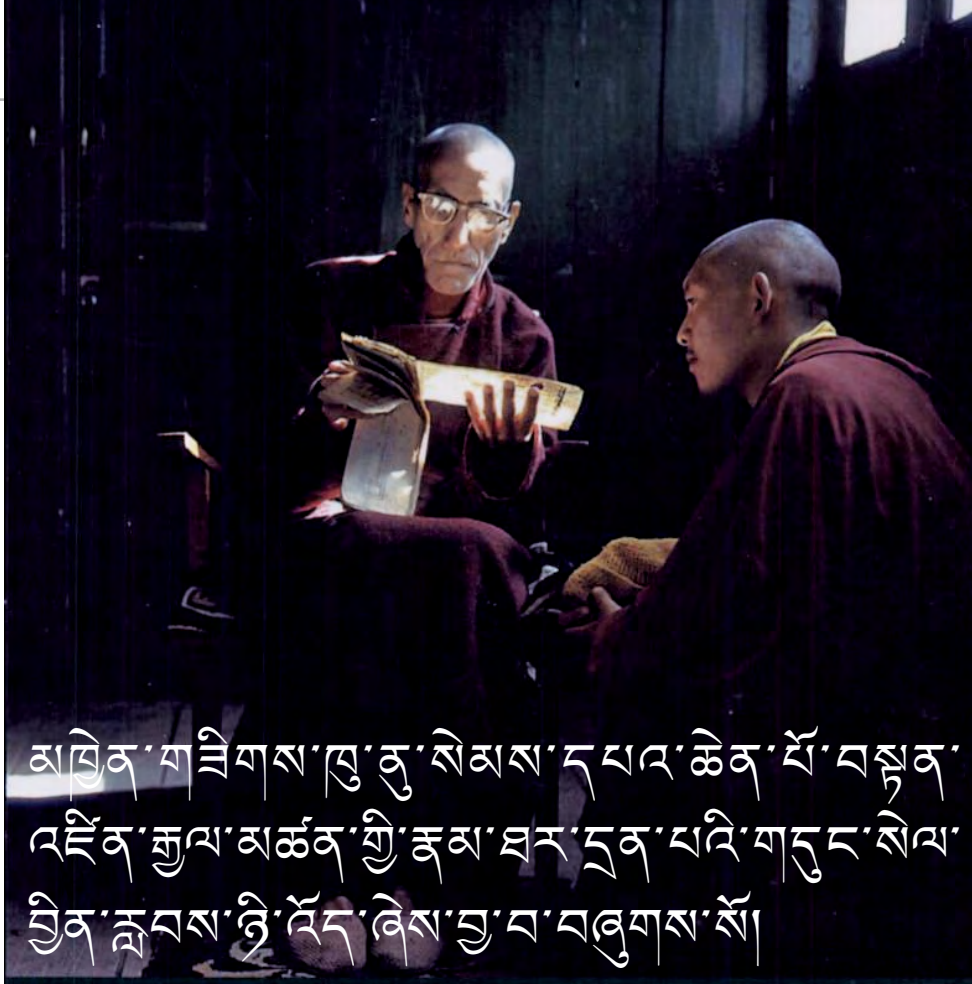
有讀過前幾期同學都知道，讀藏文偈頌體文章，是最好讀的，其每句字數多在 10 字內，所以文法必定簡單明確，重點是識字，所以建立 Excel 生字表很重要。如果挑選適當的偈頌來練習，例如格薩爾王諺語，連文法都對稱，所有句子都與第一句的句型相同，本身已是絕佳的文法標準範例。更不用說，還適合朗誦、唱誦、舞蹈，兼了解藏族文化。

本期為導引同學的信心，讓初階、中階同學了解到，基本識字與文法學習後，只要在細心的解釋帶引下，可以進行廣泛閱讀，得償學藏文的心願，並熟練文法與生字。故特別選則容易入手的文章，即：偈頌與直敘文皆俱，以減輕長篇文字的心理負擔。內容有豐富的佛學常用字彙，經由當代學養成就兼俱的朗欽加布仁波切撰寫，用字遣詞優雅，不乏引經據典，同學可稍窺經典堂奧，而內容又屬當代成就者傳記，是故學藏文同學，還可兼睹哲人風範，砥勵志行。

本文是當代成就者，昆努仁波切（或庫努喇嘛 1895-1977）傳記的敘言篇。昆努仁波切，是至尊法王達賴喇嘛尊者的上師之一，曾傳授法王《入菩薩行論》，也是當代眾多大成就者的師或友。本身是北印度庫努人氏，上世紀初隻身深入西藏，遍學各大派教義，有 150 多位當代成就者為上師，也是少數精通梵文的教授學者，也有不少宗教及語言學的著作傳世，較通俗而同學容易接觸到的是《菩提心寶炬讚頌》，是閉關期間寫成。因為是偈頌體，又是修行的精華，也是文學的佳作，特別適合初階中階同學，所以下期開始，會陸續加以介紹，以銜接本期的《佛子行 37 頌》，也為對《入菩薩行論》有興趣的同學打底。以下是朗公為昆努仁波切撰寫的回憶錄，讓同學了解昆努仁波切其人其事。



註：1. 本文亦有英譯本在先，但英譯本有數處略譯。本文由直貢天津尼瑪堪布藏文原版譯出，對英文有興趣同學，可以至 Google 搜尋 Sunlight Blessings That Cure the Longing of Remembrance，三對照而讀。
2. 昆努仁波切轉世已於 1979 年出生，經由法王達賴喇嘛，薩迦赤欽法王，以及二世敦珠法王之子董攝聽列諾布仁波切認證。



མཁའ་གྲིལ་གསལ་སྒྲུབ་ལུ་སེམས་དཔལ་ཚེན་པོ་བསྐྱུན་
འཛིན་ཀླུལ་མཚན་གྱི་རྣམ་ཐར་དྲན་པའི་གདུང་སེལ་
བྱིན་རྒྱལས་ཉི་འོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།



澈鑒 昆努大士闡津捷幢之傳記 — 加持如陽光 憶及苦痛自息

朗欽加布仁波切著 天津尼瑪堪布藏文輸入校對