

※專文※

中國藏區本教近況之探討

楊嘉銘
(本會編譯員)

摘 要

本教是藏族地區在佛教傳入之前已經普遍流行的宗教，保存了豐富的藏族古文化內容。現今中國宗教政策使得本教得到自從佛教盛行藏地以來比較有利的發展環境。本文彙整散見於傳媒之相關資訊、寺院簡介，並參考學者的論述，對於中國自改革開放以來的宗教政策、本教文獻之整理出版、寺院之重建、僧侶之培訓各方面情形作初步的探討，發現近年來中國藏區本教確已呈現日益蓬勃趨勢，對於當地經濟、社會，乃至藏學研究都產生明顯的影響。

關鍵詞：本教、本教大藏經、曼日寺、藏傳佛教

一、前 言

藏族以虔信宗教著稱於世，一般皆知佛教是藏地盛行的宗教，至於佛教傳入前已經在當地廣為流行的本教(藏文：Bon Po, Bon Chos, 或 Bon Lugs)¹則常被忽視，有人將其視為藏傳佛教的一支，甚至誤以為現今本教已經消失於世界屋脊。事實上，藏傳佛教並非當今雪域高原唯一的宗教，佛教自印度傳入之後，原來已經長期存在於雪域的原始宗教、本教並未被完全取代，而是與佛教相互競爭、彼此學習，並存於藏地。²

¹ 漢譯為：本波、本波教、本教、苯教、笨教、鉢教、鉢教、蕃教……等等，或稱為黑教。本文使用本教一詞，惟引述資料原文時仍保留原來用字。

² 爲了傳承本教信仰，流亡藏族於1963年在印度喜瑪皆爾邦色墨縣創建了圖嘉薩巴本教定居點，該定居點建有曼日寺，西藏流亡政府稱爲「西藏本教徒的信仰中心，而且是培養本教知識精英的搖籃」。達賴喇嘛於今(2007)年4月下旬訪問美國之前曾前往圖嘉薩巴爲曼日寺圖書館開光加持，並對該定居點行政工作

古老的本教³在藏地的長期發展歷程中，吸收當地原始宗教以及佛教的一些內涵，逐漸發展出系統化的神靈、教義、經典，修建寺院並建立教學與傳承制度，被視為「藏族的啟蒙文化」。最值得重視的是，本教所擁有的大量經典與獨特的儀式保存了豐富的藏族古文化內容，年代早於藏傳佛教，其重要性不言可喻。⁴

再者，翻閱藏地政教歷史，不論吐蕃時期的幾度興佛抑本、崇本毀佛或者藏傳佛教後弘期諸派的競逐，總有世俗政治勢力介入其間，對各教派的盛衰消長發揮決定性影響力。自元朝以降，每逢中央政權嬗易，藏地政教秩序也總會受到程度不一的衝擊。換言之，藏地或中央朝廷的政治力量對於雪域宗教情勢一向擁有巨大的影響力。自 1978 年 12 月中共召開「十一屆三中全會」以來，中國的宗教政策改弦易轍，高舉「平等友好、團結合作、共同進步」的旗幟⁵。因緣際會，本教得到自從佛教盛行藏地以來比較有利的政治環境，經過將近 30 年時光，確已取得明顯成果，這也是本問題值得深入探究的一大原因。

本文以散見於媒體之各種相關資訊、寺院簡介，以及學者之相關論著等作為主要參考資料，對於中國藏區本教近期發展，包括當局的政策，以及本教文獻之整理出版、寺院重建、僧侶培訓等各方面情形作初步的

加以指導。〈達賴喇嘛再訪西藏本教定居點—西藏圖嘉薩巴〉，西藏即時新聞，西藏之頁，www.xizang-zhiye.org，2007 年 4 月 22 日。

³ 若干著名的本教上師宣稱本教擁有 18,000 年的歷史，周錫銀和望潮著《藏族原始宗教》一書認為：「18,000 年簡直是一個天文數字，這樣一來，本教產生的年代就玄之又玄了。」該書舉出藏文典籍中兩種本教在藏區最早流傳的說法，一為「聶赤贊普以前」，距今 2,100 年以上；一為「始於止貢贊普」，西元 2 世紀左右。成都：四川人民出版社，1999 年 2 月，頁 338。

又，察倉·尕藏才旦，《西藏本教》一書認為：「本教史書記載，系統的本教產生於 3,800 年前。」拉薩：西藏人民出版社，2006 年 1 月，頁 1。

⁴ 曾任西藏自治區社會科學院院長的藏族學者平措次仁曾經說：「研究西藏的歷史和文化，不研究本教是不行的。」多吉占堆等記錄整理，〈揭開西藏歷史之謎〉，info.tibet.cn，2005 年 6 月 16 日。

⁵ 策梅林·單增赤列，〈宗教信仰自由政策在西藏得到了全面落實〉，《西藏研究》，1999 年第 3 期，頁 112。

探討，期藉此拋磚引玉，有助對當前中國藏區政教情勢之瞭解。

二、中共的政策

雖然，本教有別於藏傳佛教，但中國官方一直將其劃歸於佛教之中。本教僧侶被安排進入北京的中國藏語系高級佛學院或地方佛學院學習，例如，甘肅省作海寺(rTse dBus dGon Pa)的澤秀倉·喜饒丹貝達哇活佛(1970-)2001年畢業於中國藏語系高級佛學院，2004年經全藏區佛教會議選舉，被聘為中國藏傳佛教高級學銜評審委員會委員。⁶四川省八世夏青沙處張家仁真庚賽吉白羅珠降措畢業於四川省藏語佛學院、中國藏語高級佛學院。⁷西藏自治區孜珠寺(rTse Drug)住持孜珠·丁真俄色活佛，也曾進入中國藏語系高級佛學院學習。⁸

根據中國藏語系高級佛學院發表〈中國藏語系高級佛學院十年回顧〉一文，自1987年9月該院成立以來，六屆佛學大專班與兩屆特設專業班共畢業226人，以教派分：格魯166人，寧瑪25人，噶舉15人，薩迦9人，覺囊6人，本波5人(占2.21%)。⁹

本教高僧出任全國或地方佛教協會領導職務者比比皆是，例如：阿里古如江寺的丹增旺扎活佛任中國佛協理事、西藏自治區佛協常務理事、阿里地區佛協會會長。¹⁰謝通門縣色結寺堪布旺傑任西藏自治區佛協

⁶ 作海寺編印，《作海寺》小冊，頁10。

⁷ 中國雍仲本教網，www.yzbj.com/cs/z1.htm。本網係四川省金川縣昌都寺李西·辛嘉旦真活佛所設，開辦於2002年11月。

⁸ 〈活佛上師〉，孜珠寺網站，www.zizhusi.org。

⁹ 〈中國藏語系高級佛學院〉，中國西藏信息中心，zt.tibet.cn。

¹⁰ 聯報網，西藏，西藏專題www.unn.com.cn。

常務理事、日喀則地區佛協副會長。¹¹全國政協委員聶達活佛任那曲地區佛教協會會長。¹²阿雍活佛任甘孜自治州佛教協會副會長¹³等等。

2004年3月西藏自治區政協副主席策墨林·單增赤列(藏傳佛教格魯派活佛)表示：

從歷史來看，藏傳佛教各教派之間鬥爭激烈。西藏解放以後，廢除了政教合一的制度，藏傳佛教的四大教派和本教都被容納進西藏佛教協會，結束了西藏教派紛爭的歷史。現在藏傳佛教各教派是平等團結的，對西藏社會的和諧安定有很大貢獻。可見，做好宗教工作，對構建和諧社會很有意義。¹⁴

本教領導者對於此種佛本不分的政策，有的抱持正面的看法。去(2006)年8月，全國政協委員聶達活佛接受訪問時說：

今天的西藏，各個宗教平等友好相處，真正實現了宗教信仰自由。本教正處於幾千年來發展的最好時期。……宗教平等政策使本教迎來了最好的發展時期，……不僅藏傳佛教各派得到了保護和發展，本教的宗教儀軌、寺廟也得到了很好的傳承、保護和發展。¹⁵

也有些本教人士從宗教的層面持「本佛同源」的觀點，對於政府佛本不分的政策自然不會反對。例如，那曲巴青縣羅坡寺(Klu Phug)的熱賴·貢賽寧波活佛於北京中國藏語系佛學院撰有〈佛本同源同觀史略〉。

¹¹ 西藏自治區境內寺院，參據〈認識西藏〉，<http://info.tibet.cn>，2005年7月1日。

¹² 〈聶達：幾千年古老苯教的第一個全國政協委員〉，時政，2003年兩會專題，兩會新面孔，人民網，www.people.com.cn，2003年3月10日。

¹³ 楊嘉銘(康巴)主編，《甘孜藏族自治州民族志》，北京：當代中國出版社，1994年7月，頁320。

¹⁴ 〈宗教界政協委員：宗教工作對構建和諧社會很有意義〉，中國人權研究會網，www.humanrights-china.org，引自新華社2004年北京3月5日電。

¹⁵ 〈西藏本土古老宗教得到傳承和發展〉，新華網，西藏頻道，www.xz.xinhuanet.com，拉薩2006年8月20日電。

明鏡〉一文，主張：

藏傳佛教應分為五大教派，它們是：藏區本土出現的原始宗教覺悟道雍仲本教派、後從古印度傳來的正法寧瑪派、噶舉派、薩迦派、格魯派。¹⁶

不過，中國藏學界早已有人對此情況表示異議，例如，常霞青在所撰《麝香之路上的西藏宗教文化》書中批評：

有些人不從宗教學範疇出發，盲目地將本教劃在西藏佛教的支屬中，使它處於一種不倫不類的狀況。¹⁷

中共當局之所以佛本不分，除了基於政治考量之外，或許還與當政者對本教之認知有關，例如 1991 年刊登於《西藏研究》的一篇名為〈論西藏宗教的實質性轉變〉的政論性文章中即出現如是說法：

「西藏宗教」指藏傳佛教，因為本教是「古代西藏社會遺留下來的一種原始拜物教，既沒有自己較為系統的理論體系及組織、儀式，也沒有形成強大的勢力」。¹⁸

三、經典之整編出版

西元 913 年，藏地出現第一批本教「伏藏」(gTer Ma)經典。1017 年，被視為本教教祖辛饒米沃(sTon Pa gShen Rab Mi Bo)後裔的辛欽魯噶(gShen Chen Klu dGa', 996-1035)又發現大量本教經文。辛欽魯噶發現伏藏，有人視之為藏地本教後弘期之始。¹⁹

¹⁶ 貢賽寧波，《象雄文明初探》，北京：民族出版社，2004 年 5 月，頁 231,241。

¹⁷ 常霞青，《麝香之路上的西藏宗教文化》，臺北市：淑馨出版社，1991 年 5 月(原書於 1987 年 2 月寫作完成)，頁 58。

¹⁸ 沈陽，〈論西藏宗教的實質性轉變〉，《西藏研究》，1991 年第 2 期，頁 82。

¹⁹ 另外，也有人把佛教傳入藏地後，促成「覺本」的形成，視為本教後弘期的開始。

辛欽魯噶將伏藏彙編成目錄，是最早的本教文獻目錄。18世紀，貢珠嘉村寧布(Kun Grol 'Ja' Tshon sNying Po, 1700-?)貢珠扎巴彙集更多文獻，編成比較系統的本教大藏經，以木刻本流傳，稱綽斯甲版。19世紀，曼日寺(sMan Ri)住持尼瑪丹增重新彙編，將本教大藏經分成《甘珠爾》和《丹珠爾》兩大部分，前者113部，後者293部，總共416部。²⁰

「甘」(藏文bKa')指教祖辛饒米沃的教誨，「珠爾」('Gyur)意為譯本，《甘珠爾》指教祖辛繞米沃的教誨。「丹」(brTen)是依據之意，《丹珠爾》指辛繞米沃弟子及後世大師的論著。²¹

史上藏地曾出現兩套本教木刻版大藏經，除上述綽斯甲版之外，還有年代較綽斯甲版稍早，嘉絨(rGyal Rong)十八土司之一的拉丹(Rab brtan)土司開雕的曲欽版。這兩套木刻版現今都已散佚，只有一些寺院和私人藏書仍保存一些零散經卷。除了木刻版之外，世上現今還存有許多手抄本本教大藏經。

本教大藏經除大量的原始宗教內容外，還涉及天文、地理、醫學、曆算、工藝等等諸多領域，「反映了西藏本土的歷史文化特色」，「堪稱研究藏族古老文化的百科全書」。²²其整編出版不僅有利本教之弘傳，對於維護藏族傳統文化亦深具重要性。

近年中國蒐集整理本教大藏經並出版流通，據所知至少有如下五種：

一、阿雍版：四川新龍縣益西(Ye Shes)寺阿雍活佛(A gYung)雍仲丹拜堅贊(gYung Drung bsTan Pa'i rGyal mTshan, 1922-)於1985年得

²⁰ 得榮·澤仁鄧珠，《藏族通史·吉祥寶瓶》，拉薩：西藏人民出版社，2001年8月，頁449-450。

²¹ 佛教大藏經《丹珠爾》的「丹」(bsTan)是論、論著、文獻(bsTan bCos)之意。

²² 〈論藏文文獻的開發和利用〉，中國西藏資訊中心，藏文古籍整理，藏文古籍學術論文，www.info.tibet.cn，2006年4月26日。

到國務院有關部門正式批准，在甘孜州政協和四川省民委民族研究所的共同支持下膠印出版本教大藏經，共 157 部：顯宗 63 部，奔宗(般若)67 部，密宗 20 部，心宗 7 部。其中，顯宗 40 部和奔宗 62 部根據新龍縣瓦秋寺(dBal Khyung, 或譯為瓦瓊寺)發現的手抄本本教大藏經《甘珠爾》，其餘是阿雍活佛從別處找來的手抄本與木刻版經卷。本版本教大藏經只印 130 套。

二、溫倫版：20 世紀 90 年代初，四川阿壩州阿壩縣奪登寺(rTogs lDan)活佛溫倫·南喀丹增(Bon Blon Nam mKha' bsTan 'Dzin, 1932-)私人集資，在阿雍版《大藏經》的基礎上增添了一些本教著作，共 192 部。在理縣印刷廠印了 300 套。

三、重印綽斯甲版：1993 年 12 月，中國藏學出版社，共 281 部：顯宗 55，般若 108，密宗 88，心宗 30。²³

四、拉色版：1998 年問世，新龍縣滿金拉色活佛(sMon rGyal lHa Sras, 1938-)主編，從瓦秋寺和滿金寺組織了 15 人，花了 6 年的時間，將整套瓦秋寺手抄本逐字逐句精心修復，並新增了一部分文獻，共 178 部：顯宗 74，奔部 70，密宗 26，心宗 8。另外，附加一篇傳承史。由西藏古籍出版社出版，共印了 1,600 套。

五、藏族史上第一部本教大藏經《丹珠爾》：自 1990 年起，西藏那曲地區聶榮縣本教寺院諾爾布林寺(Nor Bu Gling)的 3 世珠旺(Grub dBang)活佛和該寺第 13 代主持旦巴尼瑪(bsTen Pa'i Nyi Ma, 1943-)開始收集散失於民間的本教大藏經《丹珠爾》文獻，西藏自治區政府撥款 50 萬給予強力支持。從 1993 年開始在拉薩印刷，至 1997 年順利完成。²⁴

²³ 得榮·澤仁鄧珠，《藏族通史·吉祥寶瓶》，頁 449。

²⁴ 才讓太，〈《大藏經》的形成及其發展〉。

共 380 部手抄本，那曲佛教協會印行。²⁵

四、寺院與僧侶

自從佛教盛行之後，藏族地區尚存的本教寺院大多位處偏僻貧瘠，佛教勢力較弱，人跡罕至的地方。

西元 698-700 年間，祿東贊(mGar sTong bTsan)之孫赤松頓布攜其子本教名僧阿尼降巴白逃避贊普的殺戮，逃至今德格縣的丹瑪，將本教傳至其地。8 世紀，吐蕃興佛抑本，更多本教徒東徙，許多來到嘉絨地區，在今金川縣修建雍忠拉頂寺(gYung Drung lHa sTeng)，為廣法寺的前身。9 世紀初，又有本教高僧熱巴建丁青寺(sTeng Chen)於今德格縣境內。

後弘期辛欽魯噶的三大弟子與其他本教徒在後藏共建立 4 座主要寺院。其中，以祖欽南噶巨仲於 1072 年所建葉茹彭薩卡寺最重要。14 世紀末以後，本教在衛藏日漸衰弱。之後，衛藏著名的本教寺院有 1405 年納梅·喜饒堅贊 (mNyam Med Shes Rab rGyal mTshan, 1356-1415) 所建的曼日寺，以及 1834(一說 1894)年江衰·達瓦堅贊(1796-1878)所建的熱拉雍仲林(Ru Lag gYung Drung Gling)，都位於後藏今南木林縣境內。

14 世紀中期，本教高僧羅鄧寧波·仁增康珠於瓊部(Khyung Po)今丁青縣境內重建孜珠寺，成為現今昌都地區轄內重要的本教道場。

1959 年中國藏區的本教寺院，據得榮·澤仁鄧珠《藏族通史·吉祥寶瓶》一書記載，「據不完全統計」共有 170 餘座，僧人 8,600 名。其中，西藏 20 座，2,500 人；青海 15 座，340 人；甘肅 7 座，120 人；阿壩 62

²⁵ 察倉·尕藏才旦，《西藏本教》，頁 153。

座，2,800 人；甘孜 64 座，2,671 人；雲南藏區 5 座，70 人。²⁶另外，流亡藏族「西藏之頁」網站的說法為共有 230 餘座寺院，僧人一萬左右(西藏寺院為 70 座，僧侶 3,500 人，其他同於前書)²⁷。

「改革開放」以來的情形，據才讓太〈苯教的現狀及其與社會的文化融合〉一文引《西藏和喜馬拉雅地區苯教寺院和神殿研究》書中資料，1999 年中國藏區「正式批准並登記的寺院」共有 214 座，其中西藏 90 座，甘肅 9 座，青海 31 座，四川 84 座。²⁸2005 年，才讓太在接受訪問時，有較新的說法：「藏區近年登記的本寺 240 多座，規模小的修練地 300 多處。……僧人 5 萬，信徒 40 多萬人」。²⁹

另外，2006 年出版的察倉·尕藏才旦所撰《西藏本教》一書載：「據統計，目前藏區有 350 多座持戒本教寺院，有 1,000 多所密宗修行院。」³⁰數量多於前述說法甚多，顯然包含未獲政府批准並登記者。

如僅就西藏自治區轄內計算，根據陳立明，〈關於當前西藏宗教問題的幾點思考〉一文，截至 1997 年底，西藏自治區有本教寺廟 109 座，僧人數千名。昌都和那曲地區寺廟和信徒較集中，昌都現有本寺 56 座，那曲有 36 座。³¹另據曾傳輝近年發表的〈藏區宗教現狀概況〉，那曲地區 234 處各種宗教活動場所，其中本寺 23 座。林芝地區總計 97 處各種宗教活動場所，本教寺院 5 座。日喀則地區 312 處宗教活動場所，本寺 7 座。

²⁶ 得榮·澤仁鄧珠，《藏族通史·吉祥寶瓶》，頁 453。

²⁷ 〈達賴喇嘛再訪西藏本教定居點—西藏圖嘉薩巴〉，西藏即時新聞，西藏之頁，www.xizang-zhiye.org，2007 年 4 月 22 日。

²⁸ 才讓太，〈苯教的現狀及其與社會的文化融合〉，中國藏學網，www.tibetology.ac.cn，2007 年 3 月 27 日。

²⁹ 吳麗芬專訪，〈才讓太：跋涉在古老宗教研究史上的旅人簡歷〉，藏人文化網，www.tibetcul.com/renwu/mrzf。

³⁰ 察倉·尕藏才旦，《西藏本教》，頁 306。

³¹ 陳立明，〈關於當前西藏宗教問題的幾點思考〉，中國藏學網，宗教現狀研究，www.tibetology.ac.cn，2004 年 12 月 7 日。

³²阿里地區只存一座本寺。³³

其他藏族聚居各省之情形，青海省據中共青海省委統戰部和省宗教局 1996 年普查有本教寺院 11 座，在寺教徒 303 人。³⁴甘肅省據 1999 年底甘肅省委統戰部統計，藏傳佛教(含本教)寺院共有 271 座，其中有 5 座本教寺院。³⁵在四川省藏區，據 1990 年統計有 107 座本教寺院，其數量僅次於寧瑪派。³⁶

綜上所述，在傳統衛藏阿里範圍內(未含昌都地區)，位處北部的那曲地區本教寺院最多。如以現今西藏自治區轄區而言，本寺集中於東部的昌都地區。若就整個青藏高原而論，西藏自治區之外的藏區的本教寺院亦多於西藏自治區境內。此種分布特色與藏傳佛教剛好相反，與解放初期的情形相同。

茲依地理位置由東而西，將著名的或常見諸媒體報導的已經恢復或正在恢復中的本教寺院概介如下表³⁷：

寺名	位置	概況
甘 肅 省		
作海寺 ³⁸	夏河縣甘加鄉	鄰近八角城古遺址。 本教奠基 350 寺院之一。12 世紀初澤秀東尼

³² 曾傳輝，〈藏區宗教現狀概況〉，藏區宗教現狀考察報告之一，中國藏學網，綜合研究，www.tibetology.ac.cn，2006 年 8 月 31 日。

³³ 德康·索朗曲杰，〈苯教高僧瓊追·晉美多杰及其在印度的活動〉，《西藏研究》2002 年第 3 期，頁 74-79。

³⁴ 蒲文成，《青海佛教史》，青海人民出版社，2001 年 8 月，頁 13。

³⁵ 范鵬，《甘肅宗教—理論分析、文化透視、歷史追蹤、現狀掃描》，蘭州市：甘肅民族出版社，2006 年 2 月，頁 133。

³⁶ 楊嘉銘(康巴)，〈四川藏區藏傳佛教的基本特點〉，《西南民族大學學報》(人文社科版)，2007 年第 2 期，四川省社會科學院信息網，www.sss.net.cn。

³⁷ 主要依據雍仲本教網，www.yzbj.com，以及周錫銀和望潮著《藏族原始宗教》第七章第三節附錄。參考其他資料者另加註解。

³⁸ 並參作海寺編印，《作海寺》小冊。

		夏普大師創建。一說建於 1002 年。 1982 年重新開放。1986 年，政府出資 8,000 元，加上信眾捐獻，在舊址上進行修復。第 24 代達哇活佛住持，僧人 30 多。
郭達寺	卓尼縣扎古錄鄉	傳說盛時有千人。 恢復中。
交多靜修院	舟曲縣八楞鄉	過去為本教與寧瑪派雙融的傳統。 恢復中。
恰日寺 ³⁹	迭部縣達拉鄉	建於 1867 年。雍仲堅藏活佛主持，僧人 40 左右。
桑周寺	迭部縣卡壩鄉	阿克智美活佛指導主持，僧幾十人。
黑高寺、安子地日寺	迭部縣卡壩鄉	恢復中。
拉路寺	迭部縣電尕鄉拉路村	位於疊州古城遺址東方 5 公里處。 合併 1958 年關閉的日蓋、謝協、薩讓寺新建。僧人幾十人。進行三年一期的大圓滿閉關。南喀丹增活佛主持。
納高寺	迭部縣阿夏鄉	索南益西堪布主持，人數 30 左右。
扎日寺	迭部縣尼傲鄉	位於尖尼溝的門日佛洞附近。
迪義崗靜修院	迭部縣尼傲鄉	阿克智美活佛指導主持。原有夏扎親傳弟子阿尼喇嘛在此居住。
高保寺	迭部縣臘子鄉	恢復中。
澤衛靜修院	瑪曲縣尼瑪鄉	本教與佛教兼融。 恢復中。
青 海 省 ⁴⁰		
莫柯薩寺 ⁴¹	同仁縣曲庫乎鄉木合沙村	歷史在 700 年以上。原為卻毛寺屬寺。 1958 年有經堂 1 座 80 間。1981 年批准開放。

³⁹ 迭部諸寺，並參〈魅力迭部·迭部魅力〉，甘南藏族自治州旅遊局、甘南藏族自治州旅遊協會編，《香巴拉旅遊》，2006 年 8 月 29 日，第 3 版。

⁴⁰ 另參蒲文成主編，《甘青藏傳佛教寺院》，青海部分，附錄：〈青海省本教寺院〉；〈青海地區本教寺廟〉，1996 年 5 月第 3 次印(1990 年 7 月第 1 次印)，西寧：青海人民出版社。

⁴¹ 多西等寺並參：〈多西寺下什塘寺木合沙下寺卻毛亞秀麻寺〉，中廣網，青海分網，2003 年 11 月 4 日。

		莫柯薩寺是青海目前最大的本教寺院，僧人數百，建有閉關房，活佛為旺加次成。現今青海絕大部分本教寺院都歸屬於旺加次成或雍仲林支丹巴活佛。
楊蘭貢巴	貴南縣森多鄉	雍仲林支丹巴活佛建於 1990 年前後。僧人 30 人左右。
卻毛寺	貴德縣河陰鎮	始建於 1250 年。1983 年重新開放。具有四個小型分院。僧眾近百人。
當車寺	貴德縣河陰鎮	僧人百人左右。
色爾加寺	貴德縣河陰鎮	1981 年批准開放。百人左右。
多西寺	化隆回族自治縣金源鄉	化隆境內白本祖寺。始建於宋朝。1980 年重新開放。2003 年住寺教徒 54 人。
下什塘寺	化隆回族自治縣金源鄉	多西寺的屬寺。始建於宋朝。1981 年重新開放。2003 年住寺本教徒 88 人。
王倉麻經堂	循化撒拉族自治縣文都鄉	僧人十幾人。有簡易經堂 1 座。
尕賽寺	共和縣	約建於 1807 年。1984 年批准開放。僧人幾十人，主持多居活佛。
東格爾寺	共和縣	始建於 1942 年。1982 年批准開放。僧人幾十人。
亞秀麻寺	剛察縣	始建於 1783 年。1990 年批准開放。
四 川 省		
苟哇象藏寺 簡稱：苟象寺	若爾蓋縣求吉鄉	若爾蓋草原的本教中心寺院。相傳始建於 2 世紀，8 世紀，象帕大師擴建。鼎盛時期僧眾上千人。現有僧眾百餘人，活佛象帕雍中幸饒旦真。
桑周寺	若爾蓋縣	現有僧眾數百人，活佛曲周巴爾讓。
相藏寺	若爾蓋縣阿西	恢復中。活佛孫格至美。

	茸鄉	
大金寺 ⁴²	若爾蓋縣包座鄉	恢復中。
日龍寺	若爾蓋縣	恢復中。
扎如寺 ⁴³	九寨溝縣	建於 13 世紀。僧眾百餘人。
達基、芝麻達久、東北、沙勿等寺	九寨溝縣	僧眾各百餘人或幾十人。
小西天尕米寺 簡稱：尕米寺 ⁴⁴	松潘縣水晶鄉	母寺是西藏著名的雍仲林。 1355 年，仁青堅贊主持修建。 現有僧眾數百。
卡亞、元壩、山巴、較場壩、上納米、龍頭、納洛、林坡、對河等寺	松潘縣	僧眾數百人至幾十人。
扎雍中、察察、進藏、川主、甲木參、卡卡、察溝等 7 寺	松潘縣	恢復中。
查龍寺、瑪色寺	紅原縣	僧人各百餘人。
維爾寺、西維寺	黑水縣	黑水縣 1983 年成立縣佛協，確定恢復和開放維爾和四維寺。 兩寺僧眾各幾十人。
朗依寺 ⁴⁵	阿壩縣哇爾瑪鄉	中國目前最大的本教寺院。 朗依二世 1107 年於哇爾瑪鄉尕休村後建阿壩第一座本教寺剛來卜大寺。二十九世於 1754 年分建。

⁴² 並參〈川西北牧區藏族遊牧部落的苯教〉，中國西藏資訊中心，宗教，苯教，活動，www.tibetinfo.com.cn。

⁴³ 並參邢林，《雪域東部神秘的喇嘛教》，海口市：南海出版公司，1998 年 11 月，頁 153-156。

⁴⁴ 並參邢林，同前註，頁 151-153；白瑪措，〈松潘本教神舞簡介〉，《西藏研究》1998 年第 1 期，頁 85-90。

⁴⁵ 並參象藏文化學會網站，xiangzang.nev.cn。

		1980 年重建。現有僧眾千餘人，舉行本波格西學位考試。 寺內設有象藏文化學會，由旦增尼瑪等人於 2000 年成立。
奪登寺	阿壩縣哇爾瑪鄉	1658 年奪登喇嘛從剛來卜大寺分建。 1983 年准許恢復開放。國家二級保護單位。 現有僧眾四百多。 以上兩寺為阿壩重要本教寺院。
足洛寺	阿壩縣安羌鄉	建於同治 4 年之前。 現有數百僧人。
凍勒寺 ⁴⁶	阿壩縣洛爾達鄉	建於同治 4 年之後。
二差、尕足、莫拉奪登朗青、陽日剛、根沙爾、蒙岩等寺	馬爾康縣	僧眾百餘人或幾十人。
尕扎、查北、二居等寺	馬爾康縣	
臥龍寺	汶川縣	
大哇寺	小金縣	僧眾百餘人。
雍忠拉頂寺	金川縣安寧鄉	嘉絨藏區最大本教寺院，本教後弘期多康乃至全藏的本教中心道場。以本寺為中心的嘉絨藏區，史上有「第二象雄」之稱。 相傳 2 世紀始建一小廟，8 世紀擴建。1776 年清廷下令改建為格魯派寺，漢名廣法寺。 1986 年政府撥款 30 萬修葺，1990 年 12 月開光。
昌都寺 ⁴⁷	金川縣撒瓦腳鄉	金川的本教大寺。綽斯甲土司的親兄弟郎松拉丈旦貝嘉木參始建，距今千餘年。

⁴⁶ 阿壩 4 座本寺並參李益華，〈行游神山淨土—阿壩縣〉，四川省旅遊局，www.gasta.gov.cn，2006 年 8 月 9 日，與〈本波教〉，九網信息，阿壩縣文化，www.jowong.com。

⁴⁷ 中國雍仲本教網，www.yzbj.com。

		1984 年批准開放，恢復重建。現有僧眾數百人。 設有雍仲本教網，李西·辛嘉旦真活佛開辦於 2002 年 11 月
熱果寺	金川縣	僧眾幾十人。
堪布寺	金川縣	僧眾近百人。
喇嘛、瓊俄、柔熱爾、尕爾羅、巴丫、巴勒、卡工、孟古、八寨等寺	金川縣	
棒塔、大寨、華山、魚通等寺	康定縣	僧眾各十人左右。
瓦落、達松、德日木、達吉裏、青龍、寧果、增博等寺	丹巴縣	僧眾各幾十人。
各尕、桑道、齊米滾巴、當巴六促等 4 寺	道孚縣	僧眾各數十人。
日里、多喇、旺達等 3 寺 ⁴⁸	爐霍縣	僧眾百餘人或幾十人。
歌隆寺	甘孜縣	僧眾 10 餘人。
益西寺	新龍縣甲拉西鄉	相傳 838 年 ⁴⁹ 桑達郎卡益西在扎馬多扎始建。1849 年東登工布將寺院遷至呷烏重建。1983 年開放，1985 年列四川省重點寺廟。近年僧人百餘人，其中活佛 1 人。 ⁵⁰

⁴⁸ 爐霍縣地方志編纂委員會，《爐霍縣志》載，本縣有二本波寺及一本波活動點，二寺名稱分別為：黑金寺、吉絨寺(均於 1984 年批准開放)。一活動點為旺達(1988 年批准開放)。成都：四川人民出版社，2000 年 4 月，頁 402。

⁴⁹ 楊嘉銘(康巴)，〈四川省甘孜藏族自治州藏戲及寺廟神舞面具調查〉，《康定民族師範高等專科學校學報》，2006 年第 1 期。

⁵⁰ 李慶國(康定民族師專藏文系教師)，〈四川新龍藏區的宗教信仰及婚喪習俗〉，《西南民族大學學報》(人

瓦秋寺 或作：瓦瓊寺 ⁵¹	新龍縣雄龍西鄉	珍藏有 140 多年前本教《甘珠爾》手抄本。
貢加、加蓋、門勒、拉喀、倫坡、瓦薩、扎也等寺	新龍縣	僧眾百餘人或幾十人。
陸臘、唐貢、白馬如等寺	雅江縣	僧眾各幾十人。
龍根寺	理塘縣	僧眾 70 餘人。
也仁寺(野人寺) ⁵²	九龍縣	僧眾幾十人。由八世張家活佛主持。
丁青寺 ⁵³	德格縣中扎柯鄉	587-618 年，本教高僧熱巴活佛建。明末清初以來，歸德格土司管轄，逐漸發展成康區本教主寺。1950 年僧侶 300 人。1987 年恢復 ⁵⁴ ，現有僧眾上百人。
基扎日作寺	德格縣中扎柯鄉	587-613 年，熱巴活佛建。
根秋寺	德格縣中扎柯鄉	彭西白馬 1585 年建。
措通寺	德格縣浪多縣	莫木多札 987 年建。1950 年僧侶 115 人。現有幾十人。
滿金寺	德格縣溫拖縣	建於 15 世紀。1950 年僧侶 159 人。現有幾十人。
木麥、色措、日班、塔德、絨加等 5 寺	德格縣	僧眾各百餘人或幾十人。
喀惹寺	白玉縣	僧眾 40 餘人。

文社科版)，2006 年第 8 期，登載於 www.sss.net.cn，2006 年 9 月 19 日。

⁵¹ 並參〈苯教手抄《甘珠爾》孤本簡介〉，吉祥甘孜，www.china-ganzi.cn，2005 年 10 月 27 日。

⁵² 〈九龍縣野人寺簡介〉，www.yzbj.net。

⁵³ 德格縣 10 寺並參德格縣志編纂委員會，《德格縣志》，成都：四川人民出版社，1995 年 5 月，頁 483。

⁵⁴ 周錫銀和望潮著，《藏族原始宗教》，頁 392。

宗呂寺	白玉縣	僧眾 20 餘人。
西 藏 自 治 區 ⁵⁵		
夏息、根回、達息、色息、崩格、拉尺、岡蒼、卓棟日措等 8 寺	江達縣	8 寺共有僧眾千餘人。
薩拉等 14 寺	左貢縣	僧眾數百。
查格寺	洛隆縣	僧眾數百，嘉絨雍仲活佛主持。
孜珠寺 ⁵⁶	丁青縣覺恩鄉	號稱現今儀軌保存最完整、教徒最多的本教寺院。 第二代吐蕃國王穆赤贊普時期修建 37 處密教修行場所之一。1382 年，羅鄧寧波·仁增康珠重建。 1982 年開始修復。1993 年丁真俄色仁波切繼任 43 世活佛。目前僧眾二百多。 設有網站，以寺為名。
日則珠智麥朗達嶺、邛波丁青、果貢、呷勒、雍中巴爾底、那如噶登、色察夏熱、噶日措等 8 寺	丁青縣	僧眾多者數百，少者幾十人。
巴達西蒼等近 20 小寺		僧眾總數超過千人。
洛蒙絨寺	昌都地區 ⁵⁷	僧眾百餘人。
拉康、崩德、央		6 寺共僧眾千餘人。

⁵⁵ 西藏自治區境內寺院，並參〈認識西藏〉，<http://info.tibet.cn>，2005 年 7 月 1 日。

⁵⁶ 並參〈雍仲本教孜珠寺簡史提要〉，孜珠寺網站，www.zizhusi.org。

⁵⁷ 據〈衛藏本教寺廟〉，雍仲本教網，未載明所在縣名。

塘、甲洼、布德、叩甘等 6 寺		
羅坡寺 ⁵⁸	巴青縣巴青鄉	有「曼日寺第一支寺」之稱。第 12 任霍爾總管本熱赤加活佛 1732 年建。 政府認定為「愛國守法寺院」，1985 年列為地區三座重點寺院之一。
魯楚、桑德寺	那曲地區 ⁵⁹	僧眾各上百人。
巴蒼等幾十小寺		僧眾總計千餘。
色迦更欽寺	林芝縣西側本日山麓	來自康區的冬敦·然巴珠賽 1333 年(一說 757 年前後)建，又稱康巴寺。藏曆 4 月 13 至 15 日舉行拜鷹節。
達則寺	林芝縣達則鄉	相傳已有 200 多年歷史。 盛時有僧人千餘人。現有 2 佛殿。
武曾桑洼雍卓寺	林芝地區 ⁶⁰	僧眾 40 餘。
古秀寺	林芝縣城西的尼赤村	院內古柏高約 18 米，相傳為辛饒米沃手植。始建於 1332 年。1984 年修復。 ⁶¹
尚日寺 ⁶²	尼木縣	梅烏氏家族的家寺。
曼日寺	南木林縣烏郁區	被本教尊奉為祖寺。1405 年納梅·喜饒堅贊建。喜饒堅贊精通顯密心三宗、著述經典，聲望不亞於宗喀巴。 ⁶³ 現僧眾百餘。
熱拉雍仲林寺	南木林縣奴瑪鄉	1834(一說 1894)年江衰·達哇堅贊建。舊時常住僧人三至五百人。

⁵⁸ 並參貢賽寧波，《象雄文明初探》，頁 241,273-275。

⁵⁹ 據〈衛藏本教寺廟〉，雍仲本教網，未載明所在縣名。

⁶⁰ 同前註。

⁶¹ 〈萬年古柏〉，易游西藏，www.yiyou.com，2006 年 1 月 24 日。

⁶² 才讓太，〈苯教的現狀及其與社會的文化融合〉。

⁶³ 〈川西北牧區藏族遊牧部落的苯教〉，中國西藏信息中心，宗教，苯教，活動，www.tibetinfo.com.cn。

		「民主改革」時被定為「愛國進步寺」。現僧眾上百人。
色果查姆寺 又名：辛倉寺	謝通門縣塔丁鄉	1161年辛饒·米沃後裔木辛氏族辛頓·益西洛卓建。辛倉家族的家寺。 1988年國家撥款修復。
色結寺	謝通門縣塔丁鄉	1179年辛頓·益西洛卓建。 1985年修復溫丁拉康。
新達拉頂寺	謝通門縣	
卓姆白瑪等寺	日喀則地區 ⁶⁴	僧眾各數十人。
永中桑典林 ⁶⁵	尼瑪縣文部村	
玉本寺 ⁶⁶	尼瑪縣窮宗	相傳為本教最古老的寺廟。 附近當惹雍錯為著名神湖，湖東大片遺址傳說是為古象雄一個王宮的遺址。
古如江寺 ⁶⁷	噶爾縣門色鄉	1936年瓊欽活佛晉美朗嘎多杰在珍巴南卡大師修行洞基礎上修建，該修行洞擁有2,900多年歷史。 近年來重建，為一座「本教與佛教并行的寺院」 ⁶⁸ 。本教徒稱為「阿里地區僅存的一座本教寺」。

五、結語

綜上所述，近年來中國藏區的本教不论文獻之整理出版、寺院重建、僧侶培訓各方面都已取得了相當程度的進展，除了有益本教本身的弘揚，對於藏族傳統文化的保存與發展也有所貢獻。

例如，本教大藏經的彙編出版立即對於藏學研究產生具體的推動作

⁶⁴ 據〈衛藏本教寺廟〉，雍仲本教網，未載明縣名。

⁶⁵ 李路陽，〈藏北西部的本教村落文部〉，《中國西藏》，2002年第6期，頁48。

⁶⁶ 〈象雄王國遺址〉，www.tibetinfo.net.cn。

⁶⁷ 德康·索朗曲杰，〈苯教高僧瓊追·晉美多杰及其在印度的活動〉，《西藏研究》2002年第3期，頁74-79。

⁶⁸ 霍巍，〈踏察神秘的象雄古城〉，《中國西藏》，www.tibet3.com，2006年10月30日。

用。對此，學者才讓太描述如下：

這麼一大批手抄本本教文獻的突然面世，國際藏學界已經有了一些大的動作。挪威科學院高級研究中心於 1995 至 1996 年間組織了幾個國家的有關學者對溫倫版本教《大藏經》進行了編目和研究。日本國立民族學博物館研究院也組織了一個大型的本教文化研究項目，對本教《丹珠爾》進行了編目並已經出版。一些研究成果也在陸續出版。⁶⁹

其次，本教茁長對於藏區經濟發展也具有正面意義。自古以來藏地寺院於宗教節日舉辦盛大活動，為群眾提供物資交流的機會。⁷⁰「改革開放」以後，政府推動「文化搭台，經貿唱戲」政策，有利於寺院改善硬體設施，提昇當地藏民經濟生活。而且，本教寺院大多位處偏僻、人煙稀少而又風景幽美的地方，許多寺院還毗鄰著名的神山聖湖或古城遺址。隨著交通條件改善，立即發展成為觀光勝地，幾處重要寺院均不例外。

藏族是虔信宗教的民族，歷史上曾經長期存在「政教合一」政治制度。本教之恢復對於藏族的社會生活，乃至廣大藏區政治情勢是否將會產生何種影響，也深值觀察。

改革開放後中國允許藏傳佛教及本教恢復活佛轉世制度，活佛在現今藏族社會中，除了仍一如往昔擁有宗教方面的崇高地位之外，對於地方政治事務也仍具有相當影響力，曾有中國學者以「非正式領導」比擬之。⁷¹有資料指出，當今四川西北牧區「本教信仰深入藏民生活的各個領

⁶⁹ 才讓太，〈《大藏經》的形成及其發展〉。

⁷⁰ 白瑪措，〈松潘本教神舞簡介〉，《西藏研究》1998 年第 1 期，頁 87-88。

⁷¹ 徐鈞，〈藏傳佛教活佛制度的發生、類型和功能〉：「活佛的地區行政權力被政府部門的工作所替代了，

域」，送男孩入寺為僧，向寺院佈施，求消除天災、治病……。「牧民發生糾紛械鬥，要請本波調解，通過打卦等方式請活佛裁決」。⁷²又如，青海省貴南的楊蘭貢巴的活佛對於當地事務具有主導力量，也被當成相關研究的一個事例。⁷³已有學者擔憂「少數早已被廢除的宗教特權死灰復燃」，「干預行政、司法和群眾生產、生活」。⁷⁴

傳統上，藏地有些位居漢藏之間，在藏區屬於邊陲地帶的部落或勢力較小的教派，政治上較傾向中央政府，而常與拉薩地方政權相抗衡，位於拉薩東北方的瓊布藏區即屬之。例如，該地區巴青縣羅坡寺「在民主改革期間，積極尊重民主改革，支持平亂，所以被認定為愛國守法的寺院」。⁷⁵在中共處理藏傳佛寺政治事件時，也曾傳聞有本教徒「為解放軍帶路攻打寺院的嚮導」。⁷⁶由此觀之，本教茁壯或許較有利於藏區的所謂「穩定」。不過，1959年藏區動亂之後也有許多本教僧侶與信徒流亡境外，有些人還在達蘭薩拉陣營中擔任要職。因此，中國藏區的本教能否因當局特殊考量而獲得更多政治資源，有利於進一步發展，仍有待持續觀察。

〔本文業於 96 年 2 月 12 日召開第 542 次委員會議暨 1095 次業務會報討論；96 年 5 月 1 日修正完成〕

但活佛在地區行政的補充中有的時候類似於管理學上的非正式領導。」

⁷² 〈川西北牧區藏族遊牧部落的苯教〉，中國西藏信息中心，宗教，苯教，活動，www.tibetinfo.com.cn。

⁷³ 徐鈞，〈藏傳佛教活佛制度的發生、類型和功能〉。

⁷⁴ 〈西北大開發中的民族社會問題研究〉，陳佳貴主編，《西北開發報告》，中國社會科學出版社，2000 年。

⁷⁵ 〈西藏那曲地區巴青縣羅坡寺簡介〉，雍仲本教網。

⁷⁶ 唯色，〈一個本教活佛的故事〉，《名為西藏的詩》（西藏筆記海外版），剛堅霸之頁，<http://www.gangjanba1.googlepages.com>。