



喇嘛是藏传佛教僧侣之尊称，也是一种精神领袖，能够在信仰和人生道路上带领引导众生。在西藏佛教传统中，喇嘛是上师，被授予这个称号，要有令人信服的德行、操守、学问和经验，还要进行一定程度的修行和佛教研究。

在西藏文化中，一个人的名字不是由父母给的，而是请求高僧给孩子起名。全真盖旺（Chogyen Gawang）这个名字中“Ga”的藏语意思是享乐，全名字的意思是真正的幸福和关爱是王授予的。

尊敬的全真盖旺高僧在桑杰年巴仁波切（Sangyé Nyenpa Rinpoche）和天噶仁波切（Kyabje Tenga Rinpoche）的精神指导下，曾用 4 年时间在喜马拉雅山的丛林中完成了密宗疗法，并在禅修清光修炼了 3 年。

他是冥想和密宗治疗大师的资深实践者。

(Read more about his life story below)

以下介绍的是他生活和修练中的更多故事：

高僧 Choygyen Gawang, 中文名字：全真盖旺, 或者叫“快乐太阳”（Happy Sun），1985 年出生在尼泊尔朗格尔泽。他是家中的长子，有 6 个妹妹（其中 1 个 3 岁时夭折）和 5 个弟弟。当他还在母亲腹中时，一名从印度拉瓦尔萨尔来的高僧指着她母亲隆起的肚子说：这个孩子将来注定会是一名高僧，会拥有众多信徒和追随者，他的一生会伴有神秘的超强力量。5 岁半时在 Gelupa lineage 的佛教研修班。从童年到成年，读书期间他一直十分努力，成绩优异，仅用了 3 年 5 个月时间完成了甘丹佛教大学(Ganden University Monastery)的本科学习，1 年后在印度台拉登修道院攻读，哲学，艺术和佛教，通过广泛的学习和涉猎，他更加深刻认识到什么是人生轮回。

学习期间，他因为身体出现状况，于是决定回到尼泊尔，在一户普通家庭寄住了 5 个月。这期间，他情绪一度低落，父母担心他会因此荒废了学业，安排他回到家乡休养，并帮助他的舅舅（也是一名僧人）从事农务两年。然而他的身体状况依然没有得到根本改善，父母很难过也很失望，以为他不会在修行的道路上继续深造。

11 岁那年，他遇见了贝诺法王，法王指导他到印度寧瑪佛學院（Nyigma Monastery）修学。学习期间，他因为生活拮据以及各种原因，暂时中止了学业，并到一家名叫帕提那的餐厅打工。打工期间他很忧郁，很想寻找什么是真正的佛学和轮回，就这样他离开餐馆一个人到喜马拉雅修行了 5 年。修行期间，他遇见了坦陀罗，是一位法力高强的瑜伽医师，他又跟着坦陀罗老师学习医术，与老师共同帮助了很多有需要的人。期间他为了增加法力，多次去坟场和森林中修练。

因为他连续生活和修行在森林中，与父母中断了联系，导致父母以为他已经不在人世。5 年后当他回到家中，惊喜交加的父母看到他的进步，决定寻找高深的老师帮助他继续修练，最后他们找到尼泊尔-边倩寺(Benchen Monastery)。

在 边倩寺，天噶仁波切（Kyabje Tenga Rinpoche）和桑杰年巴仁波切（Sangyé Nyenpa Rinpoche）两位老师的教导下，他学会了主持佛教仪式，同时继续深入攻读逻辑、醫學、艺术、密續法、佛学哲学、传统和医学知识。学习期间，他从苦苦追寻到茅塞顿开，不但完全掌握并灵活运用这些知识，并且仿佛找到了发扬光大佛教的人生道路。

有一天，他突然有了一个灵感，决定离开修道院去深山中闭关。这一关就是整整 3 年 9 个月，期间他修练各种保护神，领悟到了人生不易，天噶仁波切老师也经常去山上指导他。当他终于完成了修练，从山中回到家里时已物是人非，母亲已经去世，昔日的兄妹也变得陌生，他非常难过，决定离开家去印度继续学习。在印度，他遇见了宗萨蒋扬钦哲仁波切，高僧传授给了他 800 种口傳顯密教法(Oral transmission) 佛学密宗及预知能力。三位老师对他的教导让他受益终生，他从内心感谢他们的教诲。

学成后，他在边倩寺担任教师，教导 15-19 岁的未成年人，其间他想继续闭关修练，但被老师拒绝了，他的老师于 2012 年 3 月 30 日圆寂，享年 81 岁。

之后他继承老师的遗志继续传教，至今已经去过法国、波兰、澳大利亚、新加坡、菲律宾、中国、马来西亚等很多国家。他一生奔波，教导众生做人的道理，如何过有意义的人生。

全真盖旺现在是一位密宗瑜伽师，冥想大师，他现在在尼泊尔继续教授不同年龄、不同阶层佛教知识。如果你想知道全真盖旺的近况及行程，请浏览我们的网站。(<https://kargonchoykhor.org/>)