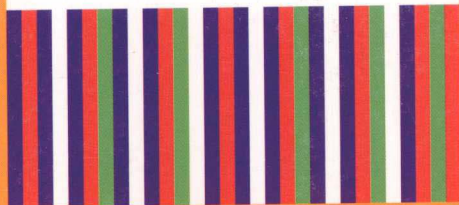


一念相思，  
一念执着

# 仓央嘉措 与 纳兰容若




张馨桐 - 著

/  
一个是清朝大词人  
写尽人生的美丽与哀愁

/  
一个是转世的活佛  
却流传下来无数美丽的情诗

为爱痴狂，两人皆然。  
人生若只如初见，只向莲花觅佛光。

 文匯出版社

一念相思，  
一念执着

仓央嘉措  
与  
纳兰容若

张馨桐 - 著

## 图书在版编目(CIP)数据

一念相思,一念执着:仓央嘉措与纳兰容若/张馨桐著. -- 上海:  
文汇出版社, 2016.1

ISBN 978-7-5496-1648-0

I. ①一… II. ①张… III. ①仓央嘉措(1683~1706)—诗歌欣赏  
②纳兰性德(1654~1685)—词(文学)—诗歌欣赏 IV. ①I207.22  
②I207.23

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第249097号

## 一念相思,一念执着:仓央嘉措与纳兰容若

---

出版人/桂国强

作者/张馨桐

责任编辑/戴 铮

封面装帧/粉粉猫

出版发行/文汇出版社

上海市威海路755号

(邮政编码200041)

经 销/全国新华书店

印刷装订/三河市金泰源印务有限公司

版 次/2016年1月第1版

印 次/2016年1月第1次印刷

开 本/889×1194 1/32

字 数/163千字

印 张/8

ISBN 978-7-5496-1648-0

定 价: 32.80元

# 目录

序

## 卷一 那一场流年盛开的前尘

- |                   |    |
|-------------------|----|
| (一) 为爱而生          | 4  |
| (二) 雪域莲花          | 9  |
| (三) 彼时年少          | 14 |
| (四) 殿前风光          | 19 |
| (五) 谁许浮华          | 25 |
| (六) 世事沉浮          | 30 |
| <b>卷二 交错时光的爱恋</b> |    |
| (一) 青梅竹马          | 36 |
| (二) 命运弄人          | 41 |
| (三) 才子无双          | 46 |
| (四) 佛亦多情          | 51 |

(五) 身不由己

(六) 潜心修佛

卷三 纵使深爱也惘然

(一) 三生姻缘

(二) 举案齐眉

(三) 念念不忘

(四) 人生长恨

(五) 相思无涯

(六) 独画相思

卷四 佛光前最后一抹眷恋

(一) 再无少年

(二) 痴恋成殇

(三) 不如不见

(四) 尘缘别离

57

62

67

68

73

79

84

89

94

99

100

105

110

115

(五) 尘世伏笔

(六) 无处安身

### 卷五 江南烟雨忆前尘

(一) 梦中烟雨

(二) 红颜何依

(三) 低眉之间

(四) 聚散有情

(五) 今生夙愿

### 卷六 凡尘何处莲花开

(一) 遇见是缘

(二) 且共从容

(三) 化身莲花

(四) 千古评说

(五) 涅槃重生

174 170 165 160 156 155 150 145 140 135 130 129 125 120

卷七 我是凡间，清尘一朵

(一) 最后心愿

180

(二) 生死与共

184

(三) 生死一梦

188

(四) 烟花易冷

192

(五) 结语

195

附录

纳兰性德生平

197

对纳兰性德的评价

200

纳兰性德词选

201

仓央嘉措生平

228

仓央嘉措作品（于道泉译本）

230

## 序

走在入夏的天气里，连这空气中，都浸透了一丝暑气。忽而一场细雨袭来，轻笼一池碧波，泛起荷花清香，便有种改换了天地，轮回了时光的错觉。也许在这样的日子里，更能寻找一条迷途的小路，到达一栋安静的宅院，任凭岁月颠沛流离，固守心中静好悠长。

六月初，去了一趟平时比较少踏足的，位于京城什刹海河畔的宋庆龄故居。早就知道这里曾是声名显赫的纳兰府邸，也正是在这个院子里，孕育出纳兰容若这等心思妙灵、才华横溢的公子。

百年前容若亲手种下的那两棵合欢树，宛若仰俯千年的守望者，摒弃名利，笑看红尘，日复一日，凝成了永恒的姿态。而他的文字，也在岁月的沉积里，如一枝清丽的花绽放枝头，又似一滴长情的泪，打湿一颗又一颗因爱过而柔软的心灵。

而容若那对挣脱世俗、自由飞翔的渴望，也许当时无人能懂。但在千里外的雪域高原，那片圣洁而又神秘的土地上，二十几年后，同样诞生了这样一位享尽尊宠，却又寂寞如斯的人，他便是仓央嘉措。

容若与仓央嘉措，都是浸染在红尘中，却又迷失在宿命里的男子。



他们跌宕半生，看似拥有了一切，实则除了那些能记录下前世今生的文字外，又一无所获。只是在尘世荒凉游走一番后，总会有些记忆，会被人深深铭刻，却又无处投递。只能安放在心里，成了一场萍聚，两相别离。

当仓央嘉措遇上纳兰容若，仿佛一朵莲花，相逢了初雪，他们都是那样多情，但偏不能如愿，也许正是因为有了缺憾，所以他们的诗篇，字里行间都是那样感人肺腑，超脱了繁华，又带着动人心魄的华贵。

其实，我们心里都明白，没有人生来便看穿了浮躁，看透了繁华，只是那浮世一曲，总不知拨动着琴弦，悠扬飘向了何方。无论有情，抑或无意，都终会淹没在浩海中，痕迹难寻。百年一叹，不过在转身之间。

仓央嘉措与纳兰容若，在这样一个稍稍驱散了炎热的雨季，掩去窗外那丝丝缕缕的繁华虚浮，捧书读这两段书写了百年的传奇，细细品来，却觉并非轰轰烈烈，那样的低调雅致，倒似沉淀了多年的酒，虽稍带浓烈，却备感甘醇。也许，正是这样的文字，这样的诗词，才能富有感染人心的力量。

莫道西风独自凉，在这跨越百年的长河中，独自寻找心灵的契合。任时光细细记录，任温暖慢慢滋养，任细雨悠悠浸染，绽开情花，曾驻人间。

## 卷一 那一场流年盛开的前尘

人之一生，究竟是要从出生开始计量，还是仅仅延续了前世中，未曾完结的一场轮回之约？“人生若只如初见，何事秋风悲画扇。”只怕是那千百世的人生行途，风景际遇总有不同，想要始终如初，却只在容若长情的心中。

而仓央嘉措，亦是个“忘却了所有，抛却了信仰，舍弃了轮回”的情郎，仿佛天地间只有这执着一念，知道无法一切如初，所以不想相约来世，重新开始，唯愿今生一醉，共度不醒。

正是因为有了这样微妙的开始，才会走上那相似的道路，使两人的心灵，跨越了时空，牵连到了一起。不管今世注定的轮回，还是回眸间无意结下的缘分，都是璀璨绽放的烟花，光华一瞬，自在人心。但在那许多的山穷水尽之后，也许有些愿望，还是无法挽留，便如浮云，化作云烟，终究成空。

## （一）为爱而生

“人生若只如初见，何事秋风悲画扇。等闲变却故人心，却道故人心易变。”最先认识容若，是从这首《饮水词》中的《木兰花·拟古决绝词》。很多人喜欢容若之词，是因其婉转缠绵，犹如丝竹，但若深品，容若之词，总从浮世的清欢中，流露出几分薄凉来。

好像在一个阴雨天，轻倚在漆色有些斑驳的老木窗前，耳边回想着一首低吟浅唱的情歌，而往往这情这境，却读得并非相爱浓烈，而是失恋的寂寥，抑或，如今已然淹没在前尘中，那多年前曾经有过的幸福。

即使过往已经擦肩，许多前世，都散落在了记忆中，不复找寻，但千百世的流转之后，总会留下些相似，不会随风而逝，比如，那份深植的性情。无论安静从容，抑或跌宕起伏，只要那些时光，不曾被虚度，便在红尘的浸染中，化作了悠扬的曲调。

常在想，能写出这样句子的男子，该是怎样一副面貌。定是白衣胜雪，一袭浅影，落英缤纷中，回眸凝望，日光轻柔，在他身上洒落下飘逸光辉，那种优雅翩然的姿态，浑然天成，且难以效颦。

世人描写容若，常用浊世公子，君子如玉，却不知，心事暗影浮动，掠过幽窗。

繁花似锦，富贵荣华，不过三千浮尘，云水一场，空柳一夏，浮生一梦，来去皆是匆匆。流年如水，三生一梦，常是身不由己。后人赋予容若的评价，将他赞誉为“清朝第一词人”，但诗词若此，空有才情并不够，还要有一颗纤细敏感的心，和那感同身受的过往。若是红尘一度后，满怀心伤，不知可否能够选择生于平凡，而现世安稳。

反复念着“容若”二字，自然便有种清雅之感，跃然纸上，因此，还是更习惯以此来称呼容若，倒鲜用他的本名——纳兰性德。这个名字，在他身上烙下了太过沉重的印记，使得他始终无法遂愿生活。仿佛一只苍茫海上漂泊的小舟，望断去路，难寻归途。

不是人间富贵花，奈何生在帝王家。这般造化弄人，即便是看惯了秋月春风，人生悲喜的人，亦不免嗟叹。在花开之前，谁也难以品出今春的芬芳，不能料想那芳菲之下，层林尽染。人生也若读一本无字之书，翻开前的下一页，永远是空白。万物起落有定，但却不知，那支浸染人间烟火的宿世之笔，会在时光中，勾勒出何种轮廓，等候那被羁绊旅人的到来。

容若的旅程，便是从紫禁城下，那座显赫的官邸，和一个叫作纳兰的家族而开始。人生浮世，宛若一条神奇的河流，缓缓涤荡过那条叫作红尘的河，被宿世的烟火所浸染，又像是一杯清茶，需要掬在手心，浅浅品来，慢慢流转。

人之所以有情，大抵是本性使然，没有人生来便是薄凉。但被命运赋予了不同的去路，有时，前尘便迷失在了其中，像那被秋雨打湿的落花，花事已过，有许多事，都偏要走到了最后，才能知晓。

长才与长情不免相通，都是那上天早已注定，却又总在人间徒留些许遗憾。所以，有才之人多为情所苦，历史上那些才子佳人的故事，唱出的仅是掠眼的风光繁华，而一曲落幕，唱戏人背后那凄凉叹息，又有谁人听闻？于是，他们将那些红尘中流转的辛酸，午夜梦回的心痛，黯然难言的神伤，皆付诸了文字，便成了行云流水的诗篇。

有时也会想，何时自己也能成为一个诉尽心绪的诗人，但那些华丽掩盖下的沧桑，却不敢轻易碰触。还是更加习惯守着静谧的一方天地，并不轰轰烈烈，并不惊天动地，只做那沧海横流中的一朵水花，悠扬曲调中的一个音符，锦瑟春日下的一抹流光。

容若之母，也出自一个同样显赫的家族，英亲王阿济格第五女，爱新觉罗氏。纳兰明珠颇有执政长才，官场沉浮，游刃有余，而爱新觉罗氏，则持家有方，井井有条。即便是暗含政治婚姻的味道，这种琴瑟之和谐，纵使平淡，却未尝不是一种美满幸福。

世间姻缘，本不就是如此？冥冥中，早有牵系，不会太早，亦不会太迟，只是我们所惆怅的，是不知它何时而至罢了。那种守望，和望不到边，又无法放弃的希望，远比得失更能牵动人心，更能令人心绪难平。

容若有个精明的母亲，睿智的父亲，诚然，容若无论在任何人

眼中，都与犀利沾染不上，更似春水，荡漾出轻轻的涟漪，又像秋风，夹带出冬日降至的凄冷。无论是哪一面，他皆是翩然若一场柔和之梦，浮生太短暂，梦醒了无痕；思意太绵长，伴君绕天涯。

世人都道，水波无心，其实，世上万事万物，又有哪一桩是真正无情无义呢？那水波之心，才正是柔和缱绻，包容万物，但偏又无法离了河岸，独自潏潏。人生更像是一条神奇的河流，千帆过尽，任凭西东。

再品容若那首脍炙人口的《饮水词》，却更增添了几分深邃——

人生若只如初见，何事秋风悲画扇。等闲变却故人心，却道故人心易变。

骊山语罢清宵半，泪雨霖铃终不怨。何如薄幸锦衣郎，比翼连枝当日愿。

无论是红颜未老恩先断，孤单终老的班婕妤，或是山盟犹在，芳魂已矣的杨玉环，皆是那陷于情，又伤于此的不幸女子。至于容若，他始终追求的，就只有能够自由徜徉的生活，以及一段能够触摸灵魂的爱恋。那些权势钱财，不过是身外之物，从来非他所求。

正如他“容若”二字，简单飘逸。《荀子》有云，“君子宽而不慢，廉而不刿，辩而不争，察而不激，寡立而不胜，坚强而不暴，柔从而不流，恭敬谨慎而容”，行止至此，方为真正君子。“容”字的出处，便是“恭敬谨慎而容”。

家家争唱《饮水词》，纳兰心事几人知？上天终究是公平的，并没有对某个人而特别眷顾。那个不懂得从善如流的清雅公子，纵使已经赋予了他太多，但却唯独，没给他个快乐的理由，唯有百年之后，化作尘埃，那些光阴里的纷扰，才能一笔勾销。

## (二) 雪域莲花

岁月山河，总是那样真实，然而在这人眼的喧嚣之中，有一道清风，源自于心。敛身幽谷远尘埃，天光云影任徘徊。不须天风来相催，自在花儿静静开。落花流水，光阴荏苒，不过红尘一度，杳杳人世，几番沉浮，只那静静的风景，才是最渴望停泊的皈依。

佛说：一切自知，一切心知，月有盈缺，潮有涨落，浮浮沉沉方为太平。人的一生，有太多无法选择，望到春花，却难窥秋月；望到了冬雪，却难感受夏风，那一生错落的景致，谁也难言结局。望尽千帆何处是，归心渺渺如雾恍，十年生死两茫茫。红尘散场，那些戏剧中的喜怒哀乐，相聚离别，看戏人在旁，那反复吟唱千年曲调的，却唯有自己。

容若赋予了自己一个充满禅机的名字，不知与佛牵手之人，是否都能够参透凡俗？但容若却并没能摆脱了红尘情爱的束缚，同样，那个被佛赋予了名字的人，亦是如此。也许，他还不如容若幸运，因为他必须忘记自己，甚至那个当初的名字，和所有前尘往事。

人们说，他是天意，是雪域高原上一颗璀璨的明珠；也有人说，



他是世间最美的情郎，是佛前牵手的一朵莲花。但他其实，更是个被命运紧紧束缚的凡人。他的诗，字里行间都宛若一首悠扬的情歌，充满了前世今生里，对那些曾经来过与错身爱情的祭奠。他，就是仓央嘉措。

与披着一层光环的容若不一样，仓央嘉措的出身，仿佛尘埃中的一颗沙粒，平实又普通。但即使只是出身在一个偏僻而又穷苦的小村子里，磨难霜华，也无法掩去他的光芒。就好像人海茫茫之中，早已写定了不能淹没的际遇。但上天对于他，总还是公平的，虽然在后来的日子里，种种不如意如影随形，但至少，他有恩爱的父母，在他们的呵护下出生。

五世达赖罗桑嘉措身后，将仓央嘉措的宿命，与那座辉煌的宫殿联系起来；与那无可奈何的流年联系起来；与那不朽的传说联系起来。从此就注定他的人生，会饮下那许多泪痕，扮演着别人眼中的角色，将命运交付在乱世流离中，默然看着一切离自己渐行渐远，最终成为了那最孤独的一道身影。

那些流转后的前尘，却不会因跨越了千年，而淹没在尘埃里，遍寻不到痕迹，而是在佛殿的袅袅沉香中，佛堂前的飞檐铃声里，越发清晰起来。生命也许就是种因果循环，今生种下的因，便是来世结出的果。

只是多了“因果”二字，似乎就注定了太多身不由己的行途。在这不得已的尘世相约中，错过了花期，荒芜了春夏，遗失了牵手中那本以为会地老天荒的誓言。这时才会无奈发觉，有些结局不是