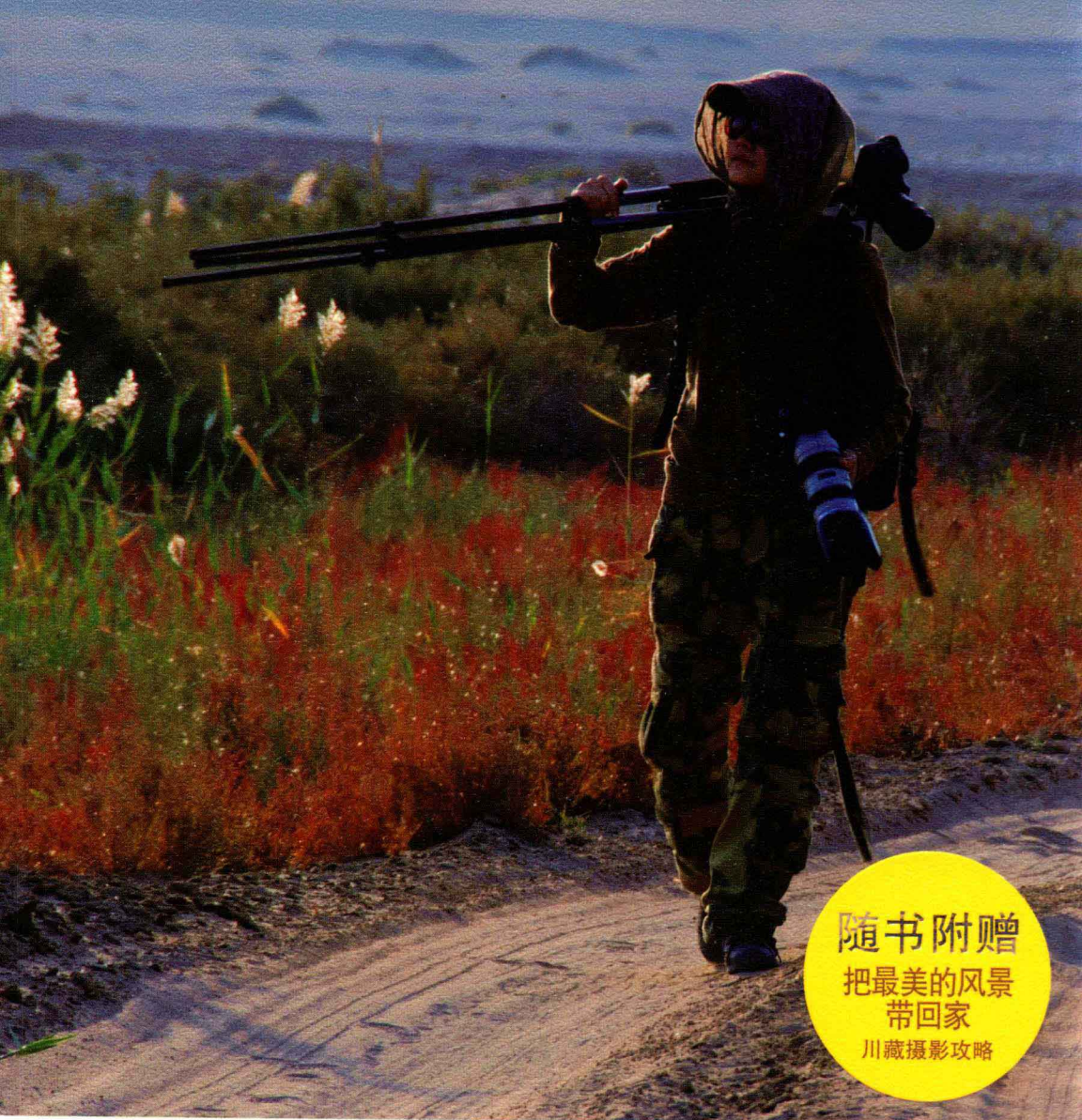




随书附赠
把最美的风景
带回家
川藏摄影攻略

12年，12次出入川藏

她用两只脚，一部摄像机，一颗谦卑的心
记录下涤荡灵魂的舒美故事

王紫绫·著·摄

最好的人生 在路上

江苏文艺出版社
Jiangsu Literature and Art
Publishing House

最好的人生 在路上

王紫绫·著·摄



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

最好的人生在路上 / 王紫绫著. -- 南京 : 江苏文艺出版社, 2011. 11

ISBN 978-7-5399-4891-1

I. ①最… II. ①王… III. ①游记—作品集—中国—当代 IV. ①I267.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第218055号

书 名 最好的人生在路上

作 者 王紫绫

责任编辑 黄孝阳

责任监制 刘 巍 江伟明

出版发行 凤凰出版传媒集团、凤凰出版传媒股份有限公司
江苏文艺出版社 (http: //www.jswenyi.com)

发 行 北京时代华语图书股份有限公司 010-83670231

集团网址 凤凰出版传媒网 http: //www.ppm.cn

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 北京海纳百川旭彩印务有限公司

开 本 690 × 980毫米 1/16

印 张 15.5

字 数 180千字

版 次 2012年4月第1版, 2012年4月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-4891-1

定 价 35.00元

江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换

目 录

第1章 前世的约定,今生的遇见

1.1 那一年,我上路 004

| 拿到人生的第一笔薪水,我毫不犹豫地选择了旅行 | 004

| 那一路,我邂逅敦煌 | 007

| 一个人出发 | 008

| 海拔最高的邮局 | 009

| 旅行的意义,不是目的地,而是行走 | 010

| 于我而言,旅行不是逃避,是生活的方式 | 013

1.2 一个人的旅程 017

| 末法时代唯一的净土 | 017

| 一个人的旅程 | 018

| 草原深处的不速之客 | 026

1.3 今生的虔诚,只为修来生幸福 030

| 天堂里的人们 | 030

| 转经的祖孙俩 | 034

| 一家人的朝圣 | 038

1.4 带女儿去高原 040

| 幼小心灵里的高原情结 | 041

| 第一次远征 | 045

| 一起去雪山 | 050



第2章 小女子驾车闯雪原

2.1 喜欢这样的驾驶，喜欢这样的上路 060

| 初生牛犊不怕虎 | 061

| 我的情人 | 066

| 白色牦牛 | 068

2.2 上山的路 071

| 出生入死牛背山 | 071

| 坐看云起 | 076

| 四姑娘山——阿坝 | 082

2.3 普布的全名叫普布次仁 087

| 好心的普布 | 087

| 又见普布 | 088

| 普布的2008 | 092

2.4 遗失的云朵村寨 096

第3章 太阳的部落，灵魂的天堂

3.1 寻找那座神秘的“活城” 108

| 内心深处的瓦尔登湖 | 108

| 神秘的“活城” | 112

目 录

世上最长的玛尼墙	120
英俊的喇嘛	124
3.2 高原的赐福——生病	125
3.3 世上最古老的印刷厂	130
3.5 天边的鬼湖	136
3.5 幸福的守望	140
虔诚的老人	143
青朴之路	145
心灵的归宿	147

第4章 离佛祖最近的地方

4.1 禅语的世界，灵魂的家园	158
随风飘散的龙达	159
神山与心灵的相约	162
全民的修行	167
4.2 红色圣地	171
五彩经幡	176
坛城里的藏医	180
女修行者	181
4.3 迷路	185



第5章 一个人的香格里拉

5.1 山就是神，神就是山 200

- | 亚丁湾的三座神山 | 201
- | 仙乃日与五色海 | 202
- | 央迈勇雪山与络绒牧场 | 205
- | 夏诺多吉的传说 | 208
- | 十年后再回冲古寺 | 210
- | 仁康古屋 | 213
- | 香巴拉的孩子——乡城 | 214

5.2 上天的眷顾 218

- | 长青春科尔寺 | 219

5.3 向左走，向右走 225

5.4 通往天堂的路 228

- | 偶遇 | 228
- | 喝酒 | 232
- | 永别 | 234

后记

CHAPTER 1



前世的约定，今生的遇见

12年前，当我拿到自己人生的第一笔薪水时，就毫不犹豫地选择了旅行，选择了川藏高原。那时的我还不明白前世与今生的说法，如今我一直觉得，我的前世一定是在藏区的某一个地方，要不然怎么会与它产生如此多的共鸣。



不记得在哪本书上看到过这样一句话：“西藏，生命轮回的地方，五百年后，我在这里等你！”

这句话在我脑海萦绕了很多年，也许就是为了这冥冥之中的约定，我一直相信自己的前世一定生活在西藏。

那么，今生的我，为何上路？又是为了遇见谁？很多人曾问我为什么热衷去高原、去西藏？我看着他们疑惑不解的眼神淡淡地说：“也许是为了那远方的风景吧。”

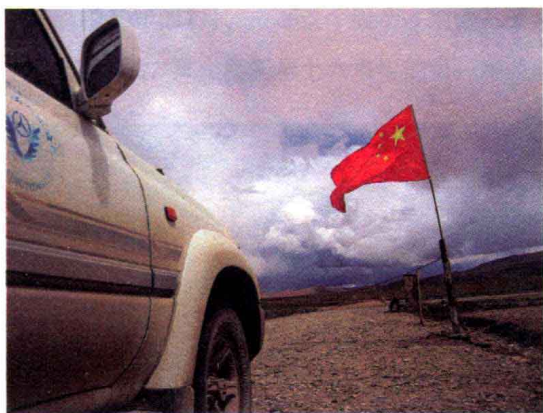
有人问我，那么艰辛的路途，你觉得只为看一眼它值得吗？我莞然一笑，不想去作过多的回答。因为，每个人心中都怀揣着不同的信仰和梦想，在梦想的路上并不是一马平川，而是要经历无数的历练和修行，才能到达理想的彼岸。行走的路途并不是获得几张满意的图片，而是让自己的心智越来越成熟，坦然、淡定地去面对生活的周遭。

大气磅礴的群山、湖泊，一丝飘浮的云彩，一抹金色的夕阳，一地绚烂的格桑花都足以让我热烈欢呼，兴高采烈。

就这样在路上，坐上不同的交通工具，火车、中巴、客车甚至拖拉机都可以搭载上我的心到达精神的家园。喜欢就这么走着，看着，颠簸着，期待着，一切的未知旋律，让我的旅途充满刺激和诱惑。

在独自行走的12年中，我从最初懦弱无助的小姑娘走成了为人妻为人母的自信女人。最开始，我一个人离家在外，未免感到害怕恐慌，当一切的困难和未知的东西都要靠自己来担当，当在黑夜中独自驱车在盘山公路，除了车胎的噪音以外只剩下黑暗，就像世界上只有自己一个人一样，我慢慢懂得了什么是勇敢什么是坚强。

人生不就是一场旅行吗？生活不是一条笔直顺畅的路，能让我们一眼看到尽头；生活是一座大迷宫，我们必须摸索那个属于自己的出口。



→ 人生就是一场旅行

我们身处都市，在面对各种压力的现代生活中，怀揣着各自的人生信念，在人生路上努力奔跑，寻找到达理想之巅的途径。在茫茫人海中终日忙忙碌碌，却渐渐忘了自己是谁，到底想要什么？而我在世界上最蓝的天空、最白的云朵、最绿的草地、最静穆的雪山、最澄澈的湖泊面前，找到了本真的自我。

爱高原，不需要理由，因为心灵在召唤；爱西藏，更不需要理由，那里是心灵的归宿地。

每一次抵达那片土地，我都带着一颗充盈的心去拥抱她。这是一个让生命感觉到坚强和纯净的地方。在圣洁的土地上，有一种庄严，让人肃然起敬、顶礼膜拜；有一种神奇，为着前世的约定，今生的遇见。

“亲爱的，外面没有别人，只有自己。”台湾女作家张德芬在《遇见未知的自己》这本书中有一句话深深触动了我。

我一个人来，也只为，那个未曾相见的自己。

1.1 那一年，我上路



→ 在路上

| 拿到人生的第一笔薪水，我毫不犹豫地选择了旅行 |

12年前的我二十出头，留一头长长的秀发，喜欢高高地扎起一个马尾辫，穿碎花裙子，眉宇间透出一股青涩和稚气。刚走出大学校园，心中藏着火一样的热情，在温暖的南方，开始了我人生的第一步探寻。

我是地道的四川人，但在走出校园以前，从未自己出门远行过。当我拿到自己人生的第一笔薪水时，就毫不犹豫地去了九寨。去九寨的原因很简单，只是因为我的一个大学同学在松潘的一家酒店任职，去那里可以互相照应。

家人很不放心我这个女娃娃独自出门，但也拗不过我，只能勉强同意。那时的交通和通讯并没有现在这样发达，我连个BP机也没有，我答应父母，只要到了地方，就找公用电话打回家。

1999年的7月，成都这个城市才刚刚苏醒，哥哥自从成都的南边送我去西门车站，乘坐每天早上六点半的第一班公车去松潘，开始我人生第一次一个人独自远行。

大巴车走走停停，我的心却无比激动，就像刚学会飞的小麻雀，看到哪里都觉得好奇，走到哪里都想看一看、瞧一瞧。一路颠簸，一路的好奇，车到达松潘县城时已经是下午六点，这是我第一次与藏地接触，看到那些五彩的经幡、转经筒、藏族服饰等无比地兴奋。那时，我还不明白什么是前世与今生的说法，如今我一直觉得，我的前世一定是在藏区的某一个地方，要不然怎么会与它产生如此多的共鸣。

由于同学没时间陪我，第二天的清晨，我独自出发了。在松潘县城搭上了一台中巴车，开始了九寨梦幻之旅。

还记得当时的阳光特别的明媚，中巴车里除了我这个唯一的游客以外都是当地人。我身旁的这一位藏民，提着一只鸡和一只鸭子，斜坐在中巴车中间放行李的位置，手里拿着一瓶自酿的老白酒，随着车的颠簸，一边晃一边喝。我想他可能是去走亲戚吧。我坐在门边第一排，正好在他正对面，他还递给我一同分享，我微笑着摆手说我不会喝酒。他的举动不但让我没有反感，反而体会到一股淳朴的民风 and 简单的快乐。

我自认为是一个很喜欢观察生活的人，喜欢静静地去看身边的人和事，脑海中默默地思考：不一样的人和地点，别样的人生。有时候看到一些山里的姑娘，我就会想到，如果我也出生在这里，我将拥有怎样的生活呢？

中巴车到达九寨沟县时，已是下午两点。我揣着一台NIKON F80胶片机下了车，但可惜的是机身上固定着的标镜和人像镜头却掉进了沟里。

那时马路上没有那么多的车来车往，也没有如今这么多的公交站点。下午不便远行，就在树正寨附近踟达，晚上我就住在了这里。

树正寨小客栈很多，花了二十元，我住进一个小小的单人间。房间里有一张很小的木床和一个很小的柜子，床上铺着暗红色的毛毯和有些污浊的棉被，没有电视也没有独立卫生间。楼下是客栈老板的厨房，我自己煮了一碗面吃完后就和老阿妈拉起了家常。黑黑的柴灶房顶已经被木柴的烟火熏得漆黑，老阿妈在昏黄的灯光下拨动着念珠，半熄的灶火在她的背后照出暖色的光。这个最原始、最完美的画面我至今也难以忘怀。

夜幕降临，我回到房间，一个人呆坐在那个简陋的小屋子里，听到山里隐约传来虫鸣声和鸟叫声竟然有些害怕。房门的锁是最老式的那种，四川话叫“门撇”，意思就是踹一脚的力量就能将门顶开。我将房里唯一可用的家具“床头柜”拿去抵住门，还在床头柜的边缘放上一个瓷盆，我想要是有坏人推门，盆子掉地上的声音一定很大，这样我就能被惊醒。一晚上没敢关灯，尽管那小小的灯泡不够亮，但却是唯一可以驱赶我心里恐惧的东西。

抵不过疲惫，我最终睡去，早上醒来时才清晨六点。洗漱完毕后开始我的采风计划，毫无旅行经验的我不知道九寨的阳光是九点才能照亮山尖，也不知道没有光线的水不够生动，还选择了一条最不适合摄影的路线：从树正寨的小磨坊过到对岸。走到对岸发现一个人也没有，一路上边走边拍，见什么拍什么，没有构图的理念，没有光影的选择，只要自己觉得美就按动快门。

为了追赶一只小松鼠，忘记走了多远，当发现自己身处密林时才意识到迷路了，有些害怕。心里纠结是向前走还是回头，向前，我做出最终选择，可是已经无心拍摄了，一心只为冲出密林，这一路为了不要只听见自己的脚步声就唱起山歌为自己壮胆。当我冲出密林时发现自己已经走到了盆景滩，阳光刚刚穿过清晨薄薄的雾霭，将山峰照亮，也照在山谷里一棵新绿的小树上，背景是黑的，光线落在小树上。我兴奋地按动快门，定格了那一瞬间，那便是我摄影生涯里第一张好片子。也许正是有了第一次，我的心开始

变得勇敢、坚强。

那一年，我一个人在九寨沟里待了三天，这自由自在的三天，却改变了我的的人生观。回到南方后，我辞去了原有的工作，开始了我的自由职业生涯。我将自己挣来的钱分成了几份，但肯定每一年都会有一到两次的“行走经费”，那时候没有足够的钱，所以走的地方相对近，但正是这样一次次的行走让我了解外面的世界，也更加坚定了要将这份美丽的爱好进行到底的决心。

| 那一路，我邂逅敦煌 |

那一年，我在北京学习，趁放假，从北京坐上火车去新疆，那也是我第一次走去那么远的地方。

北京到新疆的火车要开三天两夜。因为火车票紧张，我无法买到去终点站的票，火车行到内蒙时我在睡梦中被列车员叫醒，补了一张站票到敦煌。车厢的每一个角落都塞满了人，就连座椅下也躺着维吾尔族小孩。

列车长是位大姐，第一天路过见我站在过道上，便问我：“小姑娘，你去哪里？”

“我去敦煌”，我回答道。

第二天，列车长大姐再次路过我面前，怜悯地看了看我，让我去餐车坐了一晚。我看着身边的维吾尔族大姐们用羡慕、嫉妒的眼神看着我走向餐车，心情却是五味杂陈，我帮不了大家。

那一路，我邂逅敦煌，看到了梦中的月牙泉，田震那首《月牙泉》的旋律在脑海回荡，“就这天的那边，很远很远，有美丽的月牙泉，它是天的镜子，沙漠的眼……”

那一路，我走到了童话般的喀纳斯。一条土路通向美丽的喀纳斯湖，坐在几天才发出一班的班车里颠簸，一路上偶尔看到几辆旅游包车。我爱上了在路上懒散游荡的感觉，惊奇和憧憬伴随着我。



| 一个人出发 |

那一年，我决定去更远的地方。随身携带超过我身高的背包，斜跨一个摄影包便出发了。

拉萨，这个陌生，却似乎又很熟悉的地方。当我踏出机舱门，脚尖触碰到那片干涸的土地时我便和它结下了不解之缘。在稀薄的空气里大口呼吸着高原的味道，大昭寺、小昭寺、八廓街、北京路、藏餐馆、饰品店……都留下了我好奇的眼神以及流连忘返的足迹。我慵懒地坐在大昭寺门口晒太阳，看过往的人们：当地人、外地人、外国人都以不同的心情和方式体会着自己心中的西藏。难怪有人曾说：“一千个人眼中，就有一千个西藏”。



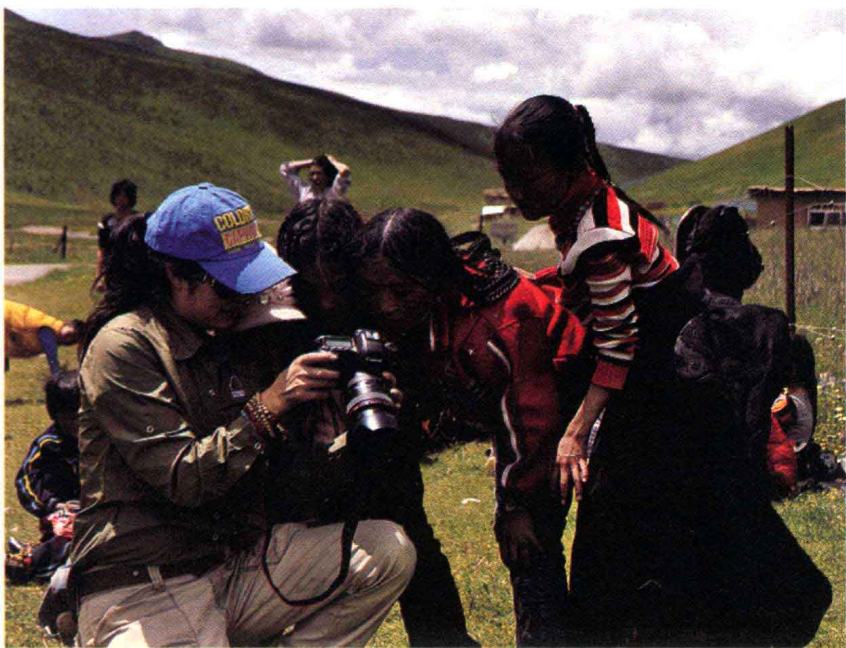


| 海拔最高的邮局 |

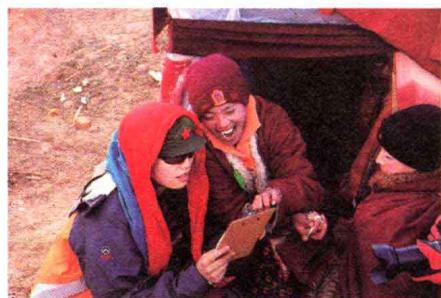
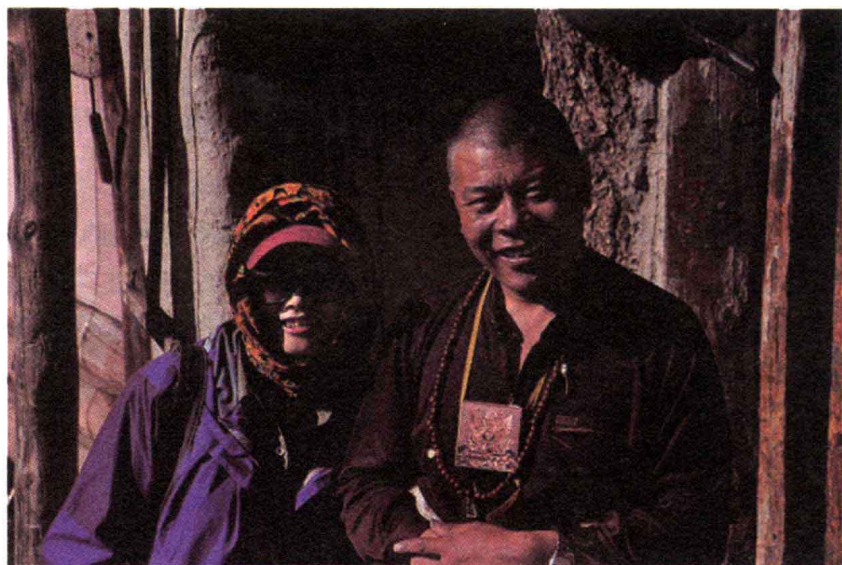
那一次，我带着一本《藏地牛皮书》走到了藏北高原，从大北线到了阿里。

严重的高原反应让我几乎就快要死在那个漆黑的夜晚。阿里的鬼湖让我这个没经验的孩子吃了不少苦头。庆幸的是强烈的意志让我熬过了那个痛苦的夜晚之后，高原反应离我而去，再也没有被它折磨过。我觉得自己的前世一定在西藏，也许是一只鹰，也许是一头藏羚羊。

第一次站在海拔5500米的珠峰大本营，遥望云中神秘、圣洁的雪峰，在红白蓝相间的简易帐篷里休息，我知道出行的艰辛是值得的。我兴奋地去海拔最高的邮局，盖上一个个大大的邮戳，向我的亲朋好友邮寄出我心里最美的祝福，那份满足和快乐是如此的纯粹。



→ 与当地人合影



→ 与当地居民合影

| 旅行的意义，不是目的地，而是行走 |

那一年，我给自己的出行作了一次详细的规划，我决定要在自由的时间里，花最少的钱，走更远的路。我要去寻觅神圣的雪山，随那些简单的交通工具到达云南，去看心中的梅里雪山。

由于几乎都是在暑假出门，所以总是赶上雨季。路上的艰辛和危险自