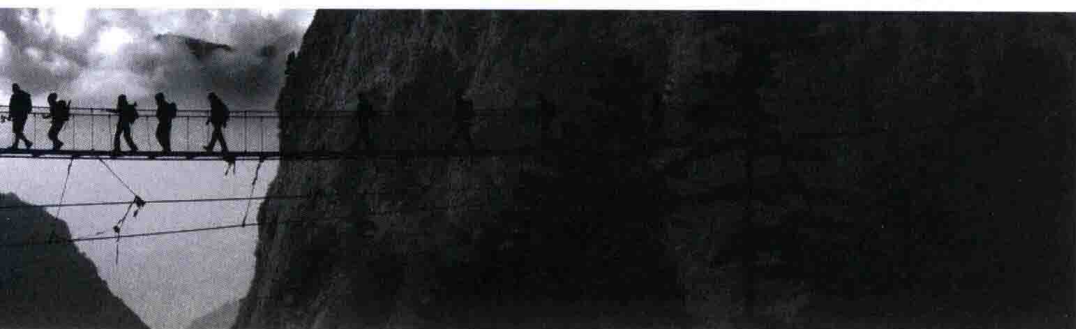


你们慈爱大地上的一切，上苍就慈爱你们



课外借



南麓山野

喜马拉雅徒步旅行笔记

骆娟 著

CHISO® 新疆青少年出版社
SINCE 1988

图书在版编目(CIP)数据

南麓山野:喜马拉雅徒步旅行笔记 / 骆娟著. --
乌鲁木齐:新疆青少年出版社, 2016.9
ISBN 978-7-5515-8081-6

I. ①南 II. ①骆 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(2016)第070761号



出版人 徐江
选题策划 徐江 郑莹
责任编辑 郑莹
书籍设计 李鯤

出 版 新疆青少年出版社
社 址 乌鲁木齐市北京北路29号 邮政编码 830012
电 话 0991-7833967 (编辑部)
网 址 <http://www.qingshao.net>
发 行 新疆青少年出版社营销中心 电 话: 0991-7833979 7833911
经 销 各地新华书店
法律顾问 钟麟 13201203567
印 刷 新疆新华印刷厂
开 本 787×1092 1/16
印 张 17.5
版 次 2016年11月第1版
印 次 2016年11月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5515-8081-6
定 价 46.80 元

CHISO 新疆青少年出版社
SINCE 1988

序

我想写一本与旅行有关的书。它虽然只是有关一条被称为“世界第一徒步线路”的行走笔记，可这条路，在我，视作心路。两次走进喜马拉雅山野、环绕8000米级雪山安娜普尔纳峰的徒步，三年时间的沉淀与写作，我所有的体验若能如愿表达，便可心安。

对于一个酷爱旅行的人来说，每年只有公休假日和年休假可以支配，在这有限的时间，为何会去“重复”已经走过的路，也许只能说，那是我太爱在这条路上走过的自己。每一段短暂旅行结束，都是与我最爱的生活方式耳鬓厮磨之后，天各一方，只余回味。而在喜马拉雅山野，我想用“重复”再次与自己相遇，想重温我曾经历过的美，和因这些美而焕发的并始终长久温暖的光。

我想，生活是可以这样的——一面是销蚀青春、恪守谨待、劳碌平庸的日常，一面是偶尔脱离常态、解脱理性、热烈狂野的行走，坚守生活所需要的勇气与寻索自由一隅彻夜奔行的勇气是一样的。它们有着同样的分量，对它们我也有着同样的诚意，它们的互补、互为依赖和支持，形成了我生命中最终获得的丰富和多样。

我在吐鲁番长大，小时候没有见过雾凇，也少见雨雪，那是一个远离湖海、远离雪山河流和森林草原的地方。我熟悉的是戈壁沙尘，荒芜干旱，也熟悉葡萄开墩上架后叶尖滴下的露水，早春杏花初绽时带着清香的浮尘味。还记得，在一个夏日，从乌鲁木齐乘车返回吐鲁番的路上，看到东方天际升起一轮巨大的月亮，浑圆，橙黄，就远远立在我们前方的地平线上。

在黑夜的戈壁上，四野无际，公路直直通向圆月之处。天地连为一体，除了这轮圆月之外，再无一物。记得那一刻，我想，车不要停吧，最好不要停，一直这样去往前方，一直不要到达……现在想想，我生命中的许多感性，实际上，是由那些干旱和荒寂滋养出来的。

2010年第一次参加重装徒步，骑着毛驴翻越了车师古道上的琼达坂，当时曾发誓绝不再这样不自量力。可是数月之后，便又再次出发，利用假期随队进入荒野深山徒步，从此开始了另一种生活方式。“在路上，星空做被，大地盛载我们的睡眠和呼吸”，当初在深夜的灯下写出这句话时，我已深知，此生再无机缘找到可以超越这种感受的境遇。我深深迷恋于此。

在博格达高海拔山区看到的缱绻星空和冰峰、雪莲；在夏特古道木扎特达坂面对的冰川；在乌孙古道翻越龙脊夜行的马道，只为见一面的天堂湖；在喀纳斯宿营的绿色山谷，以及双湖边喂马劈柴的牧场；在狼塔山区翻越过的达坂危崖……这种种在新疆山野间行走的经历，以及那些高山、河流、山野和生活在僻壤之地的人群，都给予我们在常态的生活中无法获得的体验和感知。

这世界是如此广阔和美丽，作为一个徒步旅行者，能将个人的渺小置放于一个更为庞杂、也更倾向于精神内核的地域空间，是何其幸运的事。也许这只是一次又一次平常的徒步旅行，但在与陌生环境的碰撞和厮磨中，却获得着足够广阔深远的视野，体验着足够杂沓万象的世情。

有时候感觉徒步旅行有种宗教意义上的苦修意味。双腿向前不停行走，每天到最后都成为机械式的运动。可一旦遇到与日常所不同的情节，

可能只是经过一个落叶飘零、瀑布飞溅的山岬，心都会立时从平静的状态涌动起热潮。世上看风景的方式有无数种，但对于徒步者，唯有双腿一步步抵达，才能感觉是灵魂背负着自己的身体，迈向最美的意境。

徒步的每一程，上升或者下降，抑或漫长的平缓路途中，都让人有时间面对寂静的时空，注视着路旁的野草或者灌木的时候，才更容易注意到熠熠闪亮的叶子和它们的脉络；注视着山坡的岩石或者悬崖的时候，才更容易注意到各不相同的轮廓或内质；注视着远方的雪山或者旗云的时候，才更容易注意到冰川的痕迹或变化，依此，才更加能够懂得，所有这些细微的存在，都给予着我们力量，陪伴着我们一步一步向前。

在这样的旅途，便能坦坦荡荡地面对着自己，面对与日常生活所不同的自己。那是在黯淡的时光中始终闪亮着的、藏在内心深处的自己，那是形态最青春、表情最淡定和感应最美妙时的自己。而这来自于徒步旅行过程中的如饴滋味，便成为一生甘美的回忆。

往往，在经历一段艰难的路途之后，面对一面星空或者一泓湖水，心无限安谧。雪山永远高高耸立在面前，我们能做到的只是想要更近一些。当面对山峦时，由内心而涌起的所有感动，那并非单纯为自己的跋涉，并非单纯为眼前的美景和瞬间，那是一种置身于自然山野之中的归属感。只有徒步，才能抵达这样的境遇之中。这是一种对自我的修炼，让人更为平和、专注、谦卑，在不经意间发现与自然秩序相契合的美妙。

在喜马拉雅山野之中，积蓄千年力量岿然不动的雪山，起伏连绵的山峦，幽深宁静的河谷，除了自然之力与人们有限的索求之外，没有更多人为刻意的破坏和改变。当我们终于站在徒步者们视为圣地的垭口位置，所谓抵达人生意上的最高海拔，在此时已经并不重要了。重要的是我们站在这里，一面是皓首穷经、踽踽行来的山水长路，一面是犹如新大陆般展现在面前的世界级雪峰，还有雪山之下的村落人群和栖居固守。

我深知，对山野生活的贪恋，总能因为我们亲近自然的愿望经由自己的力量而实现。通过脚步体验到的自然中的神性，却原本是盘踞于心的强烈诉求，在更为盛大和极致的时空中寻找到的一种对应，或者说真正驻足于天地间、真正融汇于万物生灵中得到的一份感应。

一生的时光毕竟有限，这随心而行的道路，在个人的体验中将无止无尽，没有尽头的路就是没有结束的美。就像我们都因何而来，又出于何种欲念或者目的，汇聚于这旅途上，其实并不重要。路上所发生的种种深深浅浅的片断或于大家笑谈之间，也许都不重要了。海拔的变化、风景的转换、脚步仓促或者稳妥、心意游离或者淡然之间，所经历的一程，早已经远离了人世之间的种种际遇，那仅仅是个人以及一个小小的团体，进入偌大空旷的时空之间，随着时间流转、星月游动、路途延伸，置于世间巨大一隅的整体秩序。那些昼行夜眠，围炉取暖，闻听激流蝉动鸟鸣，眺望雪峰日出日落的种种，都只是最平常的一段旅途而已。

在我数年的编辑生涯中，阅读了许多旅行人文类的图书，有一类作者有着极好的表现力，他们在与陌生地域及人群的交流之中，用力挖掘、延展和融汇各种内容所完成的作品，很符合时下的阅读需求。其中对生活内涵的表述，文化氛围的提炼，以及故事情节的文艺味道，各种遭遇和经历，旅途的曲折情节，意外的失落与惊喜，附加路线、行宿、购物等等各种小贴士，这些内容被很好地安排在阔绰的版面中，热闹的装帧，彩图穿插，各种字体混合使用，异域感和梦幻、自由、香艳、冒险种种，满满地包裹和簇拥着，让人无法漠视。

同时，我也很想说，像所有的旅途一样，人们有心中的构想，也会轻易在旅行畅销书那里看到它的模样，更乐意收集赏阅，想象自己也是如此模样和体验。但作为一个体验者和写作者，如果没有足够的时间机遇、文化交际、社会沟通、语言表达等等的能力，甚至长途徒步的必须体能……也许可以试试更纯粹，更自我，更自然感性，更关注自己内心的呈现。这种旅行和写作真实而坦诚地持续着，在这样的時候，一个人在多深刻的孤独中，就能看到多悠远的内心。

回味自己这十余年间的旅行，有风过往，当然闻到海水的味道，无论相隔多远；有光照来，当然感到日出的丰盛，无论星辰寥落。有花树开放，当然，当然想到的是自己经过时，以及再次经过时的心心念念。有关生活，无论需要与否，我们都必须承担太多意义层面上的内容了，

那么有关旅行，有关自由无羁、任性恣意、悠闲自在，或者就只是一个人无论是否在人群内外，都安静孤单地守着自己的心意，行若无事，止如无息的一段日子，也不过就是深林中的一泓湖水，再繁复的倒影，都可不必激起波澜。

“偶尔，在一闪而过的事物中，我会遇见永恒。除此之外，还需要祈求什么呢？（玛丽·奥丽弗）”我并不知，那一刻，如何能一来而再来，但我将一直期待着。

谨以此书纪念我们在喜马拉雅山野同行的日子。

骆娟

2015年3月24日

目录

序 / 1

第一部 初遇安娜普尔纳 / 1

从新疆出发，带着护照去徒步 / 2

飞越雪之庙宇 / 7

亲爱的“师太们”，我也来加德满都了 / 11

第一夜，杜巴广场 / 14

云中的佛眼 / 19

巴德岗，时光的沙漏从未停歇 / 23

帕坦，吟咏、唱颂和喃喃自语 / 27

“国际暴驴们”在加德满都旅游局睡着了 / 30

无兄弟不徒步 | ACAP 和 TIMS

起步处，世界第八高峰正在召唤 / 34

醉氧车行 | 初雨中的投宿

异乡的夜晚 | 木棉花开飞滴滴

如梦般，再次进入了香格里拉秘境 / 40

逆河而行 | 巴泽丹达 | Local Jeep 的拉风

瀑布山庄的啤酒 | “瀑布之路”

消失的地平线

与安娜普尔纳的初初相遇 / 51

曼陀罗 | 山麓中的秘道 | 巴加尔恰普
17 个学生的学校 | 背夫的内讧
山中的遭遇 | 在一转身的刹那 | 唯有那雪山

人脸雪山，你到底隐藏了多少传说？ / 66

苹果之乡 | 天堂的入口 | 镶嵌在雪山中的人脸
山顶藏寨 | 无法识别的星座

刚嘎普尔纳冰川下，在开满鲜花的露台晒太阳 / 75

日出 | 天台上的眺望
“哄抢”西点房 | “Himalayan Viagra”
雪山下的 YAK | 唯有分享

弹着吉他唱歌的老捷克 / 88

莫名的疼 | 高反 | 流光似水
滑坡地带 | 所有按下快门的瞬间

错失世界高湖，是我的劫难，或是我的幸运 / 97

迦楼罗之湖 | 我，完了
怎么办 | stone! 噔! | 晒太阳 | 喜马拉雅岩羊

我说，卡玛扎依 is a beautiful girl / 108

路再长一些 | 回到大环线上 | 于是，我唱
我像青苔长在这片山区 | 亚库卡尔卡

我就是想再多一点，亲眼看尽这世界 / 116

缓慢上升 | 还有两公里 | “勺子”

骑马登上陀龙垭口 / 122

我需要一匹马 | 海拔 5416 米，陀龙垭口 | 深锁的死角

海拔一路疯狂下降，我们是在奔向新大陆吗？ / 129

最疯狂的下坡路 | 新大陆
卡利甘达基河谷 | 苹果酒和十几份“鸡排大餐”

塔托帕尼橘树下的口哨曲 / 137

尕撒慢节奏 | 山野桃源
把欧美小伙伴惊呆了 | 橘园客栈

世界上最美味的粮食和蔬菜 / 145

几重梦空间 | 炆莲白

到格雷帕尼终于有 WiFi 了 / 151

日出早餐 | 三个女人的五份面 | 一个仪式

布恩山上的日出音乐会 / 156

2208 步 | 我们需要圣殿 | 我不知道

在那树下坐一坐 | 再一次，远远眺望 | 这是终点吗？

费瓦湖，请让我在你的温柔上面靠一靠 / 166

懒懒的早晨 | 收桨 | 中国式自助火锅

最后一晚的 Beer / 170

第二部 重返大环线 / 173

到底是因为什么，促使我再去走一趟？ / 174

在加德满都，我又迷路了 / 177

我们的山野生活，又一次启幕 / 180

小培哭了 | 餐厅里的祈福仪式

每次进山都有一场细雨 / 185

云端，山径，好时光 | 雨后初晴

也许，这就是旅途了 / 189

另一条路去塔尔 | 转角处开花的树

触摸着花开缓缓的节奏 / 194

唯有山野 | “砂糖”大米和煮鸡蛋 | 他叫“BIG BOSS”

吉雅鲁的高海拔攀升，2816 步 / 200

这次我真的不一样了 | 喜马拉雅的云居客

人脸雪山上的“女人脸” | 等餐的时间永远都那么漫长

纳嘎瓦勒，阳光与去年一样 / 206

答案就在路上 | 再入马南

巴拉加，峭壁上的村庄 / 210

壁画般陈旧的色调 | 背牛粪的女人们 | 坎多提玲的家
完美的下午

风雪残迹中的路 / 219

长了一股子精神 | 高处的云层 | 为他们默默地说一声

陀龙垭口，太阳每天都是新的 / 226

他们就在我的身后，像墙一样 | 谁能说出，道路伸向何方
我们能洗清内心的尘埃吗

悬在空中的雪峰 / 231

不知有谁像我一样 | 正宗的新疆味道 | 一只萤火虫
星空下的温泉

它存在着，年复一年 / 235

继续买鸡 | 我必定要经过的一棵树

神谕一般的光亮 / 239

最平常的一段旅途 / 242

云端之上 / 245

在奇特旺的河边 / 247

蓝毗尼园的心动 / 250

巴德岗的唱颂 / 253

一盏烛光在天涯 / 256

后记 / 259



第二部 初遇安娜普尔纳

世界如此之大
却总有这样的一隅
给我们相遇
并暂时停留

从新疆出发，带着护照去徒步

其实，想去尼泊尔旅行，这是个由来已久的念头。

十多年前一个人去西藏时，与在拉萨结识的朋友拼车同游山南，之后他们要转道从樟木过境去往尼泊尔旅行，大家在日喀则的街头分手。依依别境中，我竟能想象出他们异国之行的种种美妙，那依然是佛境神域和雪原灵壤中的旅途，一种多好的延续呵。

那么，我应该是从那时起，也埋下了一个念想——想要去喜马拉雅山脉南麓的国度看看。渐渐地，这便成为一个时有提及，却无缘了却的心愿。

直到2013年7月，我所在的单位终于可以安排职工各自休年假了（之前多年都是统一休假集体活动），我的心里顿时“烧乎”起来，立刻跟好友泉水、落英开始讨论尼泊尔的计划行程。

一经提议，三人同去尼泊尔自助游的计划立马提上日程，并有板有眼地张罗起来，商量行程、收集攻略……不过，后来可惜的是，直到她俩已经利索地准备好要出发了，我还陷在手头的工作中无法提及申请休假之事。

一轮忙碌之中，我只能延后考虑休假，怎么也来不及追赶我亲爱的“师太们”了。

我虽自诩白羊座“二货”，时时幼稚而冲动，但还是明白，这毕竟是一次异国的旅途，依我的外语水平，无法贸然单独行动，需要结伴。可去哪里再找合适的同伴呢？这时候跳进视线中的，是一个我熟悉的新疆本地户外领队零红蝶发布的召集帖：被称作“地球上最具诱惑的徒步路线之一”——尼泊尔安娜普尔纳大环线（ACT）徒步。

说实在的，徒步并不是我擅长的，但作为一个上班族，我所有的旅



行只能利用节假日和公休时间，仗着心有风花雪月，便图个说走就走、脚底生风的痛快，这几年，磕磕绊绊、踉踉跄跄中，我竟然也跟着队友徒步穿越了新疆数条古道，多次深入高海拔山区。徒步，已经是我认为能按照自己的心性，并在有限的时间和机会中，暂时脱离现实的拘囿，体尝不羁与自由的最佳方式。

而这一次，多年不遇，像天上掉下来一样的年休假，我到底该怎么享受呢？

我终于决定第三次加入以尼泊尔旅行为主题的 QQ 讨论组，不过，这一次的重点是大环线徒步，看着讨论组里大家都在商讨办理护照和徒步行程的种种细节，我突然觉得这未必不是一件有趣的事情——带着护照去徒步。

我想试试。



还能有几次这样的冲动，和这样与“喜马拉雅”亲近的特殊方式？

按照召集帖上的行程，主队乘火车抵达拉萨后，再从樟木口岸陆路进出尼泊尔，整个活动将用时近一个月。我的假期有限，只能选择双飞，这样卡着年休假和双休日，时间才刚刚够。

虽然错过了与我自认为是最佳旅伴的携手同游机会，但在对的时间、对的方向上出现的人，一样能成为对的人吧。

可以想象，在喜马拉雅山脉南麓阳光之下的山地行走，触手可及的冰川和面对山峦的客栈，林间幽静的小径和开满鲜花的村落，这种与自然亲密相处的状态都是无法抗拒的诱惑。还有最重要的一点，尼泊尔安娜普尔纳大环线作为世界第一徒步线路，不是因为旅途的惊险刺激和风光的震撼，而是它在经历大半个世纪开发之后，仍然能保持着纯正的自然人文风貌。这是它最可贵也是最应该珍视的气质，它使得大环线成为人文景观最丰厚、最受徒步客欢迎的一条线路。

这么想着，就跟自己说，深呼吸，去想象一下：这是要飞越喜马拉雅，然后，在远离尘嚣的山野之中，用十几天时间环绕着一座 8000 米雪山徒步而行，无论节奏舒张有度还是急迫凌乱，都已经足够漫长。

这一程，穿越低海拔的森林田原，翻过 5416 米高海拔的垭口，从森林草甸到雪山冰湖，再去往荒漠河谷，个中海拔的落差，景致的变化，还有那些世居于此，在已经开发了大半个世纪的大环线上，依然保持着它原始而纯正风貌的原住民，又会让我们迎来怎样丰盛的体验呢？

也许，有带着护照去徒步这样的决定，关键是因为图慕尼泊尔安娜普尔纳大环线列为“世界第一徒步线路”的美名。可是，回想以往，哪一次的执意孤行，去往危峡幽谷，险峰朗月时，不都是因为骨子里的光荣和虚妄在共同斗争呢？

这一生，看似漫来如遥川漠漠，却骤往如白驹过隙，还能有几次这样的冲动，和这样与“喜马拉雅”亲近的特殊方式？多年旅行的体验已经明示，遥途陌路、山程水驿中，总会有我们期冀遇见的东西。无论，岁月是怎样的流向，无论，路途是多么的遥远。