

中国国家地理
CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY

GENUINE
HEART OF
PAMIRS

帕米尔之心

地道風物

姚瑶 主编

005

中信出版集团

姚瑶
主编

地道風物

GENUINE
HEART OF
PAMIRS

帕米尔之心

005

图书在版编目(CIP)数据

地道风物·帕米尔之心 / 姚瑶主编. -- 北京: 中信出版社, 2017.10

ISBN 978-7-5086-7846-7

I. ①地… II. ①姚… III. ①帕米尔高原—地方文化
IV. ①G127

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第159871号

地道风物·帕米尔之心

主 编: 姚瑶

策划推广: 北京地理全景知识产权管理有限责任公司

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者: 北京华联印刷有限公司

制 版: 北京美光设计制版有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印 张: 16 字 数: 150千字

版 次: 2017年10月第1版 印 次: 2017年10月第1次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN 978-7-5086-7846-7

定 价: 68.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页等印装问题, 由印厂负责退换。

服务热线: 010-87110909

投稿邮箱: author@citicpub.com



地道风物Mook系列
发现乡土中国之美



地



道



风



物

出品人：陈沂欢 马蕾
主 编：姚 瑶
策划编辑：黄绮媚 马晓茹 刘淑娟
责任编辑：贺 靓 赵云婷 张 刚
图片编辑：何亮靓
地图编辑：程 远 程晓曦
平面设计：何 睦 李 川
封面摄影：小强先森
营销编辑：张林林 贾顺利 惠璐璐
品牌合作：郭颖谦

出 品：北京地道风物科技有限公司

试读结束 需要全本请在线购买：www.ertongbook.com



地

一个比青藏更浪漫的高原 姚瑶 004

帕米尔高原，遥远却不孤绝 李志刚 010

生死乔戈里，绝境中的奇迹 张京川 026

慕士塔格，可会再相见？ 范菁 032

冰川秘境，穿行克勒青河谷 陈春石 040

帕米尔，腹地与边缘 范亚昆 056

塔吉克猜想，从何而来的文化底色 刘湘晨 078

天空之城，苦寒高地中的平静温暖 温瑶 094

发现和探索，从未止步 刘雅婧 106

喀喇昆仑公路，通往未来 刘雅婧 116

瓦罕走廊，隐秘的文明血脉 唐荣尧 124



風

塔吉克族，尊敬与珍惜 刘湘晨 134

帕米尔，四季流转 叶方舟 146

高原游牧，移动的精神家园 陈祥军 160

婚礼，高原狂欢 叶金 172

塔吉克民歌，流淌过帕米尔高原的音乐之河 宁二 180

皮里克节——极地之火，燃烧千年 高嵩 196

人在高原 黄绮媚 202

匮乏与盛宴 霍亮子 216

苍莽荒凉中，绣一室繁花似锦 霍亮子 228

大同山谷，杏树坚忍 姚瑶 238

胡萝卜，抓饭的色彩 安歌 246

野沙棘，随遇而安中繁盛 安歌 248

红其拉甫国门寻蝶记 西悦 250



物

姚瑤
主編

地道風物

GENUINE
HEART OF
PAMIRS

帕米尔之心

005



地



道



风



物

出品人：陈沂欢 马 蕾
主 编：姚 瑶
策划编辑：黄绮媚 马晓茹 刘淑娟
责任编辑：贺 靓 赵云婷 张 刚
图片编辑：何亮靓
地图编辑：程 远 程晓曦
平面设计：何 睦 李 川
封面摄影：小强先森
营销编辑：张林林 贾顺利 惠璐瑶
品牌合作：郭颖谦

出 品：北京地道风物科技有限公司



地

一个比青藏更浪漫的高原 姚瑶 004

帕米尔高原，遥远却不孤绝 李志刚 010

生死乔戈里，绝境中的奇迹 张京川 026

慕士塔格，可会再相见？ 范菁 032

冰川秘境，穿行克勒青河谷 陈春石 040

帕米尔，腹地与边缘 范亚昆 056

塔吉克猜想，从何而来的文化底色 刘湘晨 078

天空之城，苦寒高地中的平静温暖 温瑶 094

发现和探索，从未止步 刘雅婧 106

喀喇昆仑公路，通往未来 刘雅婧 116

瓦罕走廊，隐秘的文明血脉 唐荣尧 124



道



风

塔吉克族，尊敬与珍惜 刘湘晨 134

帕米尔，四季流转 叶方舟 146

高原游牧，移动的精神家园 陈祥军 160

婚礼，高原狂欢 叶金 172

塔吉克民歌，流淌过帕米尔高原的音乐之河 宁二 180

皮里克节——极地之火，燃烧千年 高嵩 196

人在高原 黄绮媚 202

匮乏与盛宴 霍亮子 216

苍莽荒凉中，绣一室繁花似锦 霍亮子 228

大同山谷，杏树坚忍 姚瑶 238

胡萝卜，抓饭的色彩 安歌 246

野沙棘，随遇而安中繁盛 安歌 248

红其拉甫国门寻蝶记 西锐 250



物

一个比青藏更浪漫的高原

撰文 姚瑶

西藏，无数人旅行清单中的终极选项。这一次，我们的脚步终于踏上了世界屋脊，却惊喜地发现了一个藏地之外精缩版的青藏高原——位于欧亚大陆腹心、中国最西端的帕米尔高原，事实上，它构成了青藏高原的西端。

帕米尔，横跨中国、塔吉克斯坦、阿富汗等国的庞大高原。阿尔卑斯—喜马拉雅山带和帕米尔—楚科奇山带这两条决定欧亚大陆地表基本架构的巨大山带在帕米尔高原交会，打下一个地球上最庞大的山结，并衍生出五条世界级山脉：天山山脉、昆仑山脉、喀喇昆仑山脉、喜马拉雅山脉和兴都库什山脉。

帕米尔高原和青藏高原一样，是一片苦寒高地，更是一个让人着迷的所在。帕米尔高原，如同一个二元对立的矛盾综合体。一切客观存在似乎都势不两立，最终又总能统一在这方澄澈的天空下。它既贫瘠，又肥沃；既荒芜，又宜居；既严酷，又温暖；既可憎，又迷人。它穷尽你的想象，又在不经意间让你豁然开朗。

由于面积相较青藏高原更小，同样复杂、多样、丰富的地理景观更加集中，也没有藏北高原广袤而严苛的无人区，河谷如茵的草甸上，到处是星星点点冒着炊烟的塔吉克人毡房；一片郁郁葱葱的冲积扇上，杏树掩映着塔吉克人的石头房子，相对集中的烟火

气息让帕米尔成为一个比青藏高原更加浪漫的高原。

帕米尔仿佛是被高山大川劈开的世界：山峰是两种颜色，皑皑白雪覆盖的峰顶和裸露着的灰褐色山体，山麓则是一片片布满砾石的坎坷坡面。季节几乎只有两个，长达七八个月的寒冷冬季和给帕米尔带来生机与色彩的夏季，春、秋季则倏忽而逝。平均海拔4000米以上的山地高原空气稀薄，年降水量不到100毫米，年蒸发量则可达年降水量的十几倍，幸而有丰富的高山冰川和积雪融水为河流水源提供补给。

面对着四周裸露无遗的大山，穷尽想象也无法相信山里藏着成片成片的高山牧场。一到夏季，塔吉克人就要赶着成群的牛羊转场到高山牧场上。塔吉克人指了指远处的大山说：“你看，山的边缘黑黑的，是树。山上有几百几千亩的草原，几百头羊在上面吃草，还有老鹰和乌鸦飞过。”这是帕米尔的另一面。

位于东帕米尔高原的塔什库尔干大概是整个帕米尔地区相对富饶的地区之一。初夏冰雪消融，深蓝色的河水蜿蜒流淌，两边是上万亩土质如海绵般松软的草滩，雪山之下一望无垠纯粹的绿，荡漾在人的心底。

塔什库尔干河切开西昆仑山脉一路东流，海

拔渐低，气候也更加温暖，造就出宜人的山间河谷。河水冲积、沉淀出一片片适合居住的冲积扇，遍布着郁郁葱葱的树木。有树的地方就有人家，他们在房前屋后种植各种果树和小麦、玉米等作物，对农牧兼营的塔吉克人来说，作物的茎秆，是牛羊们过冬的食粮。

游荡在天高地远、苍茫辽阔的高原，处在被连绵高耸的雪山围裹的广阔谷地中，很容易就产生一种时间停滞的错觉。

尽管有越来越多的旅人来到这里寻找内心的平静，但显然赶不上游人如织的西藏，因为帕米尔高原与内地城市的实际距离和心理距离都要比西藏更远。然而相对于外部，这种距离和交通带来的影响，却又来了个反转。

青藏高原的屏障作用毋庸置疑，巨大的体量和高耸入云的一座座险峻雪山，矗立起了一道无法逾越的天堑。帕米尔高原崇山峻岭间有可供艰难通行的山口，因此成为自古以来东西方文明交融的十字路口。伟大的丝绸之路上，帕米尔高原是一个永恒的坐标。

帕米尔高原在历史上又被称作“八帕”，意即“八个帕米尔”，而“帕米尔”在塔吉克语中是“屋脊”的意思。要在帕米尔穿行，从一个帕米尔到达另一个帕米尔，必须沿着山脊或河谷行走，漫长冬季的大雪封山和短暂夏季的河水泛滥，都让通行变得极其困难，当地有谚语：“在帕米尔，没有路。”

而1874年，托马斯·爱德华·戈登在考察后，改变了帕米尔是“天然屏障”的看法。他的当地向导告诉他：“全帕米尔到处都有路，有1000条路，只要有向导，你哪里都可以去。”20世纪初，楼兰古国的遗址被发现，

公元2、3世纪从犍陀罗地区迁徙至楼兰的移民的历史也随之浮出水面。他们沿着印度河、吉尔吉特河、罕萨河一路北上，在明铁盖山口及其附近，有好几条路可进入中国，美国学者杰森·尼利斯把这些翻山越岭的路称作丝绸之路路网中的“毛细血管路”。帕米尔高原是波斯文明、希腊文明、印度文明、中华文明以及南亚农业文明和中亚游牧文明交流融合所必经的伟大孔道。如自然屏障般的庞大高原，从未阻隔人类和文明的交流、融通。

20世纪70年代末喀喇昆仑公路的贯通，让东西沟通的道路打上了现代化的印记。2017年2月，在历经3年多大修后，喀喇昆仑公路最艰险的路段——奥依塔克镇至布伦口段公路正式通车，这意味着从新疆喀什前往东帕米尔高原的塔什库尔干塔吉克自治县，只要3个多小时的车程，比以往大约缩短了一半时间。此外，从喀什出发直抵巴基斯坦西南港口城市瓜达尔的中巴铁路也被提上议事日程。

道路的通连和距离的缩短，将带来经济的发展与人潮的涌入，就像11年前青藏铁路开通对西藏的影响一样不可逆转。千万年来，帕米尔高原深藏雪山之中，文明进程的更迭只是给这里带来缓慢的改变。因此，时至今日，我们还可以亲身体验到春季肖贡巴哈尔节牦牛叼羊的雷霆万钧之势；盛夏如茵的牧场上，成群的牛羊在冒着袅袅炊烟的毡房旁踱步吃草的闲适；深秋时节一场场塔吉克婚礼上歌舞不休、亲朋团聚的盛大狂欢；以及漫长冬季里，一针一线做着刺绣的塔吉克妇女的娴静。而今，我们无法判断现代化的脚步会带来怎样的改变和冲击，只是希望帕米尔高原以及世居于此的塔吉克人和柯尔克孜人，依然能够保有其生态和独特性，在辽阔的高原上生生不息、无远弗届。



帕米尔之心





从空中看，帕米尔高原如同一个卧在欧亚大陆上的巨大手掌——小拇指是天山山脉，无名指是昆仑山脉，中指是喀喇昆仑山脉，食指是喜马拉雅山脉，大拇指是兴都库什山脉。这五条山脉像捆扎在地球上的五条绳索，为了“系牢”地球，它们收拢于一个点，并以此为中心结实地打了一个结，这个山结中心便是帕米尔高原



帕米尔高原， 遥远却不孤绝

撰文 李志刚
摄影 李翔等

山的王国，卧在欧亚大陆上的巨大手掌

帕米尔高原位于中国版图最西端。

说它是高原，是因为这里群山汇聚、高峰林立，喜马拉雅山脉、天山山脉、昆仑山脉、喀喇昆仑山脉、兴都库什山脉……这些庞大的山体平均海拔超过4000米；说它是中国版图最西端，是因为帕米尔高原与塔吉克斯坦、阿富汗、巴基斯坦等国接壤，是名副其实的西部边陲。

从空中看，帕米尔高原如同一个卧在欧亚大陆上的巨大手掌——小拇指是天山山脉，无名指是昆仑山脉，中指是喀喇昆仑山脉，食指是喜马拉雅山脉，大拇指是兴都库什山脉。这五条山脉像捆扎在地球上的五条绳索，为了“系牢”地球，它们收拢于一个点，并以此为中心结实地打了一个结，这个山结中心便是帕米尔高原。

在这个巨大的山结上，可以清楚地看到高峰林立的帕米尔。世界第二高峰乔戈里峰（海拔8611米），被誉为昆仑三雄的慕士塔格峰（海拔7509米）、公格尔峰（海拔7649

米）、公格尔九别峰（海拔7530米）等世界级高峰集结于此。能够用“山结”和“山汇”两个词来形容的地貌，只有屹立于群山之上的帕米尔高原才能享用，帕米尔以万山之祖的姿态骄傲地呈现于世人面前。

山高水长。在这个巨大的山结上，还可以清楚地看到山脉之间冰雪融水在帕米尔高原形成的诸多河流，它们顺着地势由高向低恣意奔流。山结之间，冰雪融水形成了喷赤河谷、盖孜河谷、叶尔羌河谷、塔什库尔干河谷、瓦罕河谷、帕米尔河谷等密集的高原绿洲河谷群，这些河流时而隔山相望，时而交汇并流，将帕米尔高原切割成一块块宽谷。

作为世界屋脊的一个整体，从地形图上看，帕米尔高原和青藏高原联结起来像一只振翅欲飞的雄鹰，头部是帕米尔高原，胸腹是青藏高原，兴都库什山脉、昆仑山脉、阿尔金山脉、祁连山脉组成背脊和羽翼，喜马拉雅山脉收于胸腹。

在帕米尔高原，因为碧空辽阔，总让人联想到凌空翱翔的雄鹰。如果说海拔3000多米的塔什库尔干塔吉克自治县是雄鹰观望帕米尔高原的台地，那么海拔1000米的喀什平原便

是雄鹰起飞热身的踏板。从作为踏板的喀什腾升到台地帕米尔高原，连接两处的是一条穿越西昆仑山脉格格尔山系的盖孜峡谷。公路全是顺着盖孜河谷的山势而建，急剧变化的海拔落差使盖孜河水流速极快，沿途可以看到河床上到处都是河水从上游搬运而来的巨石。我想起2005年10月初第一次去帕米尔高原，尽管是二十余辆越野车组成的车队，在穿越盖孜河谷时，司机们却极为小心，缓步慢爬。司机说，几天前这条路上四名乘客连人带车坠入河中……11年过去了，尽管这条路已经被拓宽，显得更为平整，但峡谷内汹涌的河水并没有平缓下来。当越野车沿着盘山公路转至一个山口，仅仅一个转弯的距离，刚才还是一片深秋红层地貌风景的峡谷，便变幻成茫茫冬景。巍巍慕士塔格峰下，喀拉库勒湖像一块巨大的墨蓝色浮冰躺在冰峰下，几艘小船冻结在积雪覆盖的河岸。夕阳的余晖里，倒影中的慕士塔格峰一点点被吸没在寒冷的冰湖中。

今天中国版图上的帕米尔高原与历史上的帕米尔高原有着不同的定义。“西北海之外，大荒之隅，有山而不合，名曰不周负子……”最早对帕米尔高原有地理记录的是中国先秦古籍《山海经·大荒西经》，这部书中称之为“不周山”。到了汉代，因高原山地野葱密布而被称为“葱岭”；在张骞“凿空西域”后，这里是被后世称为“丝绸之路”的伟大商道的中转站。唐代高僧玄奘在《大唐西域记》里记之为“波谜罗川”。真正使用“帕米尔”这一称谓，是在清代。清朝全盛时期，帕米尔高原全境属于中国管辖，清政府将其地分为“八帕”，由北向南依次为：和什库珠克帕米尔、萨雷兹帕米尔、郎库里帕米尔、阿尔楚尔帕米尔、大帕米尔、小帕米尔、塔格敦巴什帕米尔和瓦罕帕米尔。现在，除了郎库里帕米尔的一部分和塔格敦巴什帕米尔仍属中国，其余地界分

布在周边的塔吉克斯坦、阿富汗、吉尔吉斯斯坦等国。今天的帕米尔高原以萨雷阔勒岭为界，以西为西帕米尔高原，以东为东帕米尔高原，东帕米尔高原的绝大部分在我国境内，面积约为9万平方千米，生活着20余万人。

打开中国地图，会发现一个非常有趣的地理称谓呼应。与平均海拔4000米以上的西部边陲“八帕”相对应，在万里之遥的东南沿海是平均海拔不足百米的“八闽”。尽管一个地处西部高原，一个位于东南沿海，但它们都曾经是中国乃至世界重要的贸易通道。如果说八帕之地是搭建在帕米尔高原上指路的贸易灯塔，那么八闽大地就是海上飘舞的经贸纽带。

地处东南的八闽沿海是今天福建的别称。尽管历经七闽、八闽、九闽、十闽之变，但这块土地从未从中国地图上被分割出去。如今，随着中国海防海疆意识的增强，八闽大地在南海中的地位显得更为重要。

巧合的是，历史上八帕曾经是陆上丝绸之路中国通往中亚的重要通道，八闽是海上丝绸之路中国通往世界的重要通道。今天的“一带一路”倡议又将八帕与八闽两地更为紧密地联结起来。

四季风雪中的杏花江南

荒漠、雪山、冰川……这是外界对帕米尔高原的第一印象标签，寒冷、孤独、遥远，似乎是它不变的底色。

酷暑的8月，帕米尔很多地方的常态却是冰天雪地。2016年8月19日，我从塔什库尔干县城出发到马尔洋乡，在翻越4500米的唐勒达坂时遇到了暴风雪。两天后返回，再次遭遇暴风