

带着三毛的单纯，游走四方，像是着了魔
她所有的文字和情感跟大自然是那么的恬然相融
她奔放在生命赋予的每一次行走中

放逐的

旅途

——
尘里尘外

镜花水月
著



中国作家出版社
China Writers Publishing House

带着三毛的单纯，游走四方，像是着了魔。
她所有的文字和情感跟大自然是那么的怡然相融。
她奔放在生命赋予的每一次行走中。

放逐的

旅途

——
尘里尘外

镜花水月

著



中国作家出版社
China Writers Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

放逐的旅途——尘里尘外/李中华著. 中国·香港:中国作家出版社, 2012. 12

ISBN 978-988-16646-2-4

I. 放… II. 李… III. 散文 IV. 16646-2

中文版图书CIP数据核字(2012)第000042号

书 名: 放逐的旅途——尘里尘外

著 者: 李中华

出版发行: 中国作家出版社

本社地址: 中国·香港九龙尖沙咀弥敦道132号美丽华大厦10楼1010室

联系电话: (852) 31883539; 81022592

电子信箱: zgzcbs@yeah.net

编稿中心: 中国·北京昌平区北七家西沙各庄39号四层A区

联系电话: (010) 61734115; 61734113

电子信箱: jkwcjzt@126.com

业务监察: 18612423295

咨询 Q Q: 304015547; 790181930

中文网址: <http://www.zgzcbs.com>

博客地址: <http://blog.sina.com.cn/zgzcbs>

总 发 行: 中国国际图书贸易公司

责任编辑: 李 伟

装帧设计: 宣和视觉设计机构

版式设计: 宣和视觉设计机构

印 刷: 本社印务中心

规 格: 16开

印 张: 6.26

印 数: 3000

版 次: 2012年 12 月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-988-16646-2-4

定 价: 32 元

(版权所有 翻印必究)



受托执笔为镜花水月《放逐的旅途》写序，着实让我感觉到文字的陌生。记得15年前曾在当地的日报社发表过一首诗歌，之后，似乎再没有发表过类似的文字。这次有幸能为老友写序，虽让我感觉到压力，却欣然为之。

镜花水月的才情是让我欣赏的。旅途中的奔放与生活的严谨与细腻，她居然可以如此完美地对接。这种完美让很多朋友不理解，最大的不理解可能就是她无尽的自我都表现在行动中，旅行和放逐已经成为了她的代名词，她就是敢于去放逐真实的自我，敢于去探知希望的明天。

作为一个设计师和画家，我更多的是从画面和色彩上寻找语言的表达方式，而镜花水月则是用非常立体的文字。很多时候我们探讨生命和生活，都有一个同样的疑问，那就是人生到底为了什么？这个问题听起来很“神经”，却是简单又复杂。我认为每个拥有梦想的人都会思考。当我们在海拔5000米的上空俯瞰地面上的万物生灵，感觉那一切都是极其的渺小。我们伟大，可我们却又不曾伟大。镜花水月的书似乎从一方面回答了这个问题，那就是人生的意义是什么。读这本书，随着她穿越不同的地点和空间，遭遇不同的人和经历不同的事。

有人说人生就是不断的经历、有人说人生就是不断的期待，还有人说，人生就是大起大落。我也终于知道了人生的意义，以及为什么人生的旅途需要放逐。其实很多人在生活的轨迹里是没有自己主动去选择的，也没有认真思考过人生该是怎样的。可当你走出固守了很多年的土地，你可能会发现外面更精彩的世界。在镜花水月的书里我看到一些

“自我”，看到了真实的自己。上帝给了每个人一双发现的慧眼，否则也不是每个人看到大海都会异口同声的感叹，大海真的好美，感慨相比之下，人好渺小。同样，我觉得大自然的魔力不单单停留在一花一草，而是在于你去发现它与人生共同的特质。我们需要展现自己，需要放松自己，更需要相对自由的时间空间去释放自己。只有这样我们人生才能更加的丰富多彩，只有这样你才会去思考，我们活着的意义原来可能就是为了能看一眼这里的日出和日落。

特别喜欢老子“水利万物而不争”这句话，这种不争与镜花水月的放逐我觉得在某些方面不谋而合了，自然而为，做而不想。我们之所以不快乐是因为外界给自己的禁锢太多。现在的都市生活，太多的人觉得生活很累，生活没有乐趣。不能否认城市给我们带来了繁忙，但是，很大程度上，却是需要自己很好的去调节，消除禁锢，重新思考活着的意义。我们赚钱，我们为理想努力奋斗，其实我们真的为的不只是未来的那一个住所，而是让现在的努力化为自己享受的资本，享受不是享乐，是无拘无束的做自己想去做的事。考虑的太多，想做的太多，失去的必然也会很多，活在当下就是让我们珍惜和好好享受今天。在奋斗了若干年后突然发现自己的梦想丢了，该是一件多么可怕的事情。我们向往青春，向往自由，我们需要的就是现在的行动。

放逐的旅途，这旅途是风景、是历程、是人生。放逐不是肆意的游荡，而是重拾青春的路，让自己还知道自己活着，在自然的力量里找到那份最初的梦想和让你快乐的方式。在同行的路上，你会发现，其实你并不孤单，越来越多的朋友在路上放逐，而那份没有掺杂铜臭的情谊，足以让我们铭记一生，在镜花水月的文字我看到了那种幸福和满足，我想这应该是很多人所向往的。

镜花水月内心的细腻和旅途中的奔放也许让我们难以想象这是同一个人，但是从她的诗里我们可以读出，生活其实是需要去“品”的。每个人内心都有一份情感，也许并不会说出来，但这也许正是我们去放逐的原因，让心里的这份情感在自然中融化和释放。每个人都有多面性，在工作中我们有职业的一面，在生活中有家庭中的一面，回归自然或许才是真的自己。人生的每个阶段都有不同的感受。当人经历了许多，达到一定阶段，心态就会变的更加的平和，把一切都放下。上帝创造了大

自然的多样性，需要我们去欣赏、去品读、去领会，在不同的介质间找出一种相同的精神。也许这种精神就叫超然。自然是如此，人也要如此。做一件自己喜欢做的事，让它激发你更多的正能量，同时影响你周围的朋友，如此而为是多么有意思的一件事啊。

《易经》中说“万事有时，时变万变”。时间一变，一切都变了。既然如此，我们更要自然而为，不相信静止的永恒，只有永远的变化。我们要从变化中得知不变的真相，从而调节自我，也许放逐本身就是一种调节和修正。镜花水月的这份阔达和从容的精神一直是我非常欣赏的。

人的一生都在做一件事，那就是经营你自己的一张名片，你的特征，你的喜好和你的特质，。我觉得如果一个人的信仰一直在摇摆不定，也许说明了他还是不成熟的。这里的信仰我不是说宗教，而是一种做事原则和人生观及世界观，也是为人处事的底线思维。这个点至关重要。因为只有这个原则和态度，才能让周围的人去识别你的秉性，孔子所说的“三十而立”我想也是这个意思，三十岁之后才能真正树立自己的处事原则。

很多人说梦想和现实的差距很大，我倒是认为这个梦想是要有多高。在镜花水月的身上我感受到了她的从容和坚定，感觉到她的梦想真的就在脚下。所以，如果可以，如果你还有梦想，那就不必等待，只需背上一个背包，现在就向着梦想出发吧。

2012年11月冯建革于北京

目录

Chapter1 1 从珠峰回到拉萨的日子

Chapter2 5 林芝印象

Chapter3 9 风风雨雨神农架

——徒步穿越神农架原始森林、恩施大
峡谷地缝、宿三峡、掠悬棺、黄鹤楼

14 第一部分

18 第二部分

26 第三部分

37 第四部分

46 第五部分

56 第六部分

61 第七部分

63 第八部分

Chapter4 65 自虐大漠豪迈、腐败秋日情怀

——徒步穿越巴丹吉林沙漠、额济纳胡杨
林、中蒙边境-策克口岸、西夏古城-黑城

68 第一部分

72 第二部分

81

第三部分

85

第四部分

86

第五部分

88

第六部分

Chapter5

101

超级腐败的自虐

——徒步穿越休龙古道+ 悠游新安江

104

第一部分

104

第二部分

106

第三部分

115

第四部分

Chapter6

117

醉美云南

——昆明、大理、丽江、西双版纳

122

第一部

122

第二部

125

第三部

130

第四部

143

第五部

146

第六部

149

第七部

160

第八部

Chapter7

163

如歌的行板

Chapter 1

2010年5月10日，
从高处往下回来的时候，总是心情复杂。

从珠峰回到拉萨
的日子





与北京大学的美国留学生手持经幡等待珠峰的云开雾散



这么晚了，我还在电脑前敲打这没完没了的文字，其实刚刚把这一路越野自驾川藏线的照片整理好，把川藏线上拍的驭风者郑盛的照片打好包，准备回上海后发给他（后来郑盛单人单车骑行上海——伦敦，再后来他写了一本书《我的青春在路上》），不知道他现在骑到哪里了，也不知道他何时骑到拉萨。

到拉萨后由于高反等种种原因，前面路遇的队友们放弃了去珠峰，分别自驾青藏线回去了。只有我一个人留了下来，继续我的脚步——珠穆朗玛峰，前晚在海拔5200米的珠峰大本营住了一夜，半夜胸闷醒了三次，因为之前翻过海拔5000米以上的雪山好几座，身体适应了，珠峰一夜还好，很庆幸这一路我几乎没怎么高反。珠峰一夜桌子上杯里的水第二天都冻成了冰。

经过仿佛亿万年的等待，终于揭去了珠峰的面纱，了了此行心愿。

昨晚返回拉萨的路上，路边的景色有的壮观、有的婉约、有的荒凉，当进了拉萨界看到路边的杨树、柳树，忽然想家了，想起了山东老家，那儿时的杨柳树，那杨柳树下的童年；近尔又想上海了，想上海的朋友们，想留在上海的青春岁月，但具体却不知道该去想谁。

一路开着车，听着歌，努力让自己专注于路边的景色。

这一路的豪迈，这一路的风尘，这一路的流浪，这一路的放逐。

翻过了多少座雪山已经记不清了，穿过了多少草原也想不起了。

只隐约记得，4月23号晚上上海出发，到今天5月10号，出来18天



了。

跨过了大渡河、金沙江、澜沧江、怒江、雅鲁藏布江、拉萨河……

穿过了秦岭、二郎山、好多好多座雪山、喜马拉雅山……

终于到达了拉萨，继而终于到达了珠峰……

回到拉萨，回到布达拉。

夜已经很深了，虽然拉萨是9点才进入夜色，但是在凌晨1点多的时候却有一个人坐在电脑前发呆，思考人生的何去何从，都说“流浪的人有一颗流浪的心”，但是于我却不尽然，“鸟儿倦飞也知回，天涯寻梦终须了”。

我不想说，此刻，我的心情很复杂。

趁着还未老去脚步，趁着还拥有那浪迹天涯的梦想。

继续我的漂泊，继续我的流浪，继续我人生岁月里的放逐……

Chapter 2

2010年6月12日，
这是一个宁静的夏日，带着我的所有情绪来到了林芝。

林芝印象





从尼泊尔回到拉萨后，才得知越野E族里“风景”的兄弟“战车”开的霸道在新藏线死人沟被山上落下的大石砸中，一人重伤，一人中伤，来不了拉萨了。本来“风景”协调好：我从尼泊尔回拉萨后，他的兄弟“战车”也正好从新藏线入藏到达拉萨，这样可以捡我一起青藏线出。

我在拉萨等待被捡青藏线的日子也不想浪费光阴，于是重返林芝。因为川藏线来时，对于林芝只是过客匆匆，很是不甘心。

雪域江南——一路的风景把这个词挥洒的淋漓尽致，如果不是远处的雪山，我肯定会以为是置身于春日的江南，那些生机盎然的葱绿，那些小桥流水的林间，多么的秀美，多么的妖娆。那些各种知名的不知名的植物傲然在天地间，多么的伟岸，多么的委婉。



瀑布鸣在山涧，千姿百态间佛光普现。雪山草地森林田间，油菜花开在这5月的雪域江南，黄花在白雪与翠绿间娇艳。

是夜，雨一直下，撑一把淡淡的伞，走在陌生的街，容中尔甲的歌在街道上弥漫。雨声淅淅沥沥，歌声飘飘荡荡。一丝凉意袭来，裹紧风衣，继续在陌生城市的夜里游荡，飘到“工布映象”，那些小桥，那些流水，那些水边的建筑，那些建筑里飘来的歌声，无不诉说着夜的怅惘与雨的忧伤。

那些雨落他乡的岁月一一被醉意的思维模糊而去，留下的感觉也将在记忆里漂泊淡如烟缕。

Chapter 3

2009年9月30日到2009年10月8日，
这个时间段不长不短，但是有很多无法忘记的过往。
我只能用更多的文字帮助大脑记忆和回忆。

风风雨雨
神农架

