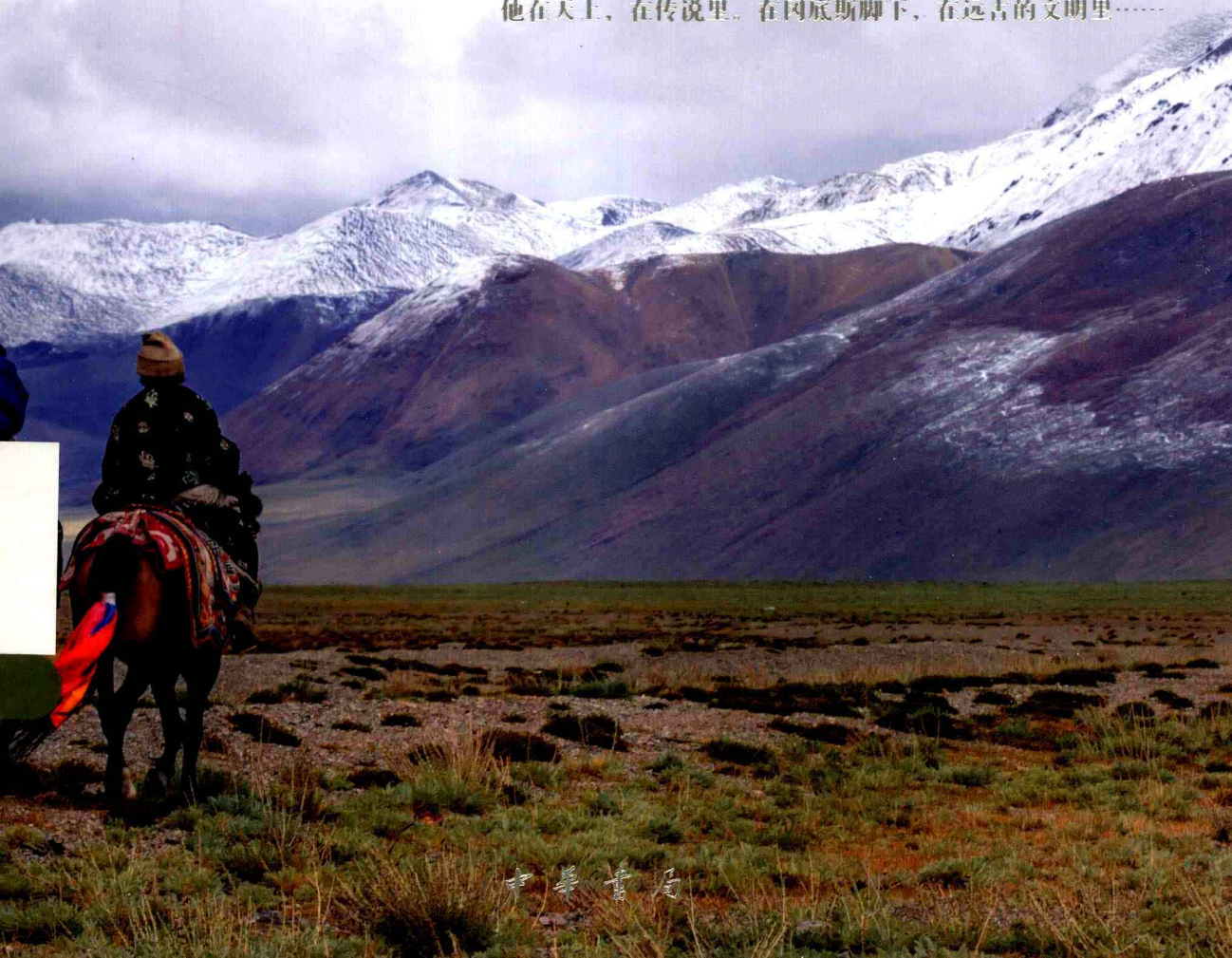


伏藏之天上阿里



崔忆文 / 宁心 图

一个犹如世界尽头般孤独却辉煌的存在。
他在天上，在传说里。在冈底斯脚下，在远古的文明里……



中华书局

伏藏之天上阿里



崔忆文 / 宁心图

中華書局

图书在版编目 (C I P) 数据

天上阿里 / 崔忆, 宁心著. —北京: 中华书局, 2012.12

ISBN 978-7-101-09095-6

I . 天… II . ①崔… ②宁… III . ①摄影集—中国—现代
②西藏—摄影集 IV . J421

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 285735 号

书 名	天上阿里
著 者	崔忆 宁心
责任编辑	朱振华
出版发行	中华书局 (北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073) http: // www. zhbc. com. cn E-mail: zhbc@zhbc. com. cn
印 刷	北京今日风景印刷有限公司
版 次	2012 年 12 月北京第 1 版 2012 年 12 月北京第 1 次印刷
规 格	787 × 1092 1/16 12.75 印张 100 千字
印 数	1-5000 册
国际书号	ISBN 978-7-101-09095-6
定 价	88.00 元

02

引言 阿里
ཤིང་གཞི། མངའ་རིས།

04

神灵鬼怪的影子 藏北——何处是阿里
ལྷ་འདྲེའི་གྲིབ་སོ། ཟུང་ཐང་། མངའ་རིས་གང་དུ་ཡོད་དམ།

01. 土旦的梦想，寻找香巴拉之门
། ལུབ་བརྟན་གྱི་ཡུལ་ན་བསམ། སམ་ཏུ་པའི་འཇུག་ལྗོངས་ལ།

02. 念青唐拉和纳木措
༡ གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་བྱང་གནམ་མཆོ།

03. 占堆的鬼湖，色林措
འདྲེ་མཚོ། སེར་གྱིང་མཚོ།

04. 木嘎雪山下的悠琮阿妈
ལྷ་གྲག་དཀར་གངས་རིའི་གཤམ་གྱི་ཡ་མ་རྒྱུ་མོ།

05. 文布，久违的青稞
ཡ རོམ་གྱུ་འི་ནས་ཁིང་།

06. 达果与当惹雍措
ཨ་རྒྱ་མཐོ་ལ་དང་དྲུང་ར་གཡུ་མཚོ།

07. 迷路在军仓
ལྷོ་ཐང་གི་ལམ་ནས་ཐོག་ཐོག་པར་

38

荒原牧歌 措勤、改则——扎日南木措的神话

08. 打加措边的天外来客
༤ ལྷག་རྒྱལ་མཚོ་འགམ་གྱི་མ་འབོད་མགོན་པ།

09. 扎日南木措，阿妈啦的小屋
འ་བགྲའི་གནམ་མཚོ། ཨ་མའི་ཁང་ཆུང་།

10. 门东寺、门东尼姑寺，嘎玛洛珠仁波切的心愿
ཏཱ་ལའི་བོད་ཀྱི་ཏཱ་ལའི་ཆོས་ཀྱི་ལྷན་པོ་། ཏཱ་ལའི་ཆོས་ཀྱི་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་།

11. 感情的草原，寂静的扎西曲林
ཀླ་བཤེད་པལ་བཟུངས་པའི་རྩྭ་ཐང་། དཔེན་ཞིང་འཇམ་པའི་གྲོ་མིམ་ཚོས་གླིང་།

62

12. 扎布耶盐湖，被击败的黄羊，掉队的袁羽鹤

ཀླུ་ཡེ་ལྷ་མོ་དང་རྒྱལ་ཁ་པམ་པའི་རི་དྲགས། ད་དུང་ཁྱེ་ཚགས་ལས་ཐལ་པའི་བྱང་བྱང་།

不见象雄 噶尔——狮泉河流过荒地

མི་མཛོན་པའི་ཞང་བྱང་། མིང་གི་ཁ་བབས་སྐར་གྱི་འགྲམ་གཞུང་དུ་རྒྱགས།

13. 狮泉河镇，荒原孤岛

ཀླུ་རམ་ཐང་དབུས་གྱི་མིང་གི་ཁ་བབས།

14. 扎西岗，边境城堡

ཀླུ་བྲ་ཤིས་སྐར་། མཐའ་མཚམས་གྱི་མཁར་ཁྲོང་།

15. 直达布日寺，莲花生大师降妖伏魔之地

ཀླུ་བྱེ་ཏ་པུ་རི། སློབ་དཔོན་པད་མས་འདྲེ་མིན་དམ་འདྲོགས་མཛད་པའི་གནས།

16. 古如甲寺，阿里仅存的苯教寺院

ཀླུ་མངའ་རིས་སུ་ལུས་པའི་བོན་དགོན་གཅིག་གྱ།

17. 次珍老母的穹窿银城

ཀླུ་པ་རྒན་པོའི་སེམས་ནང་གི་གནའ་མཁར།

90

鸿蒙之初 日土——湖泊环绕的地方

སྤྲིང་པ་ཆགས་དུས། རུ་ཐོག་ནི་མཚའུས་བསྐྱར་པའི་ཡུལ་ཞིག་གོ།

18. 班公湖的夏雨冬雪

ཀླུ་སྤང་གི་མཚའི་དབྱར་ཆར་དགུན་ཁྱུང་།

19. 德鲁村，美好从当下开始

ཀླུ་པདྨ་ལྷང་ལྷ་ག། པདྨ་བ་ད་ནས་འཛོལ།

20. 我就是扎西

ཨོ་ང་ནི་བྲ་ཤིས་ཡིན།

21. 寻宝在高山，日土岩画

ཨོ་ས་མཐོན་ན་ནོར་བུ་འཛོལ་ག། རུ་ཐོག་གི་བྲག་བསྐོས་རི་མོ།

110

埋没的王朝 扎达——象泉河孕育的古老文明

ཐོར་ཐིན་པའི་རྒྱལ་རབས། མ་མདའ་ཤར་ཆེན་ཁ་བབས་ཀྱིས་བསྐྱུངས་པའི་གནའ་པོའི་ཤིས་རིག།

22. 魔界，扎达士林

༡༩ རང་བྱུང་གི་རྣམ་བཞོན་ལས་བཞེངས་པའི་ཅུ་མདའི་བཞོན་པ།

23. 废墟的秘密，古托林寺

༢༡ མཁར་རོའི་གསང་བ། གནའ་བོའི་མཛོ་ཁྱིངས་དགོན།

24. 托林寺，老僧人的脚步

༢༤ མཛོ་ཁྱིངས་དགོན། ལྷ་བ་ཆད་པའི་གོམ་སྐྱབས།

25. 普布，第二代守门人

༢༥ སུར་བུ། མོ་སྐྱང་མི་རབས་གཉིས་པ།

26. 仁珍，东嘎皮央的守护者

༢༦ རུང་དཀར་གྱི་སྐྱང་མ།

158

众神的居所 普兰——孔雀河流淌的地方

ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་བཞུགས་གནས། མ་བྲ་ཁ་བབས་སྐྱུ་བྱིང་ཡུལ་ཏུ་བཞུར།

27. 冈仁波齐、蒋扎寺，神仙也寂寞

༢༧ དབེན་པའི་གནས་མཆོག། གངས་རིན་པོ་ཆེ་དང་རྒྱང་གཤམ་དགོན།

28. 齐吾寺，云端之上

༢༨ སྤྱན་རྒྱལ་ཁོད་ཀྱི་ཕྱུ་དགོན།

29. 生命，在朝圣的路上

༢༩ གནས་མཇལ་ལམ་གྱི་ཆོ་སྤྱོད།

30. 楚果寺，玛旁雍措的守护神

༣༠ རྒྱས་སྤོ་དགོན། མ་པམ་གཡུ་མཆོའི་སྐྱང་མ།

31. 贡布日寺，依卓拉姆升天的地方

༣༡ ཡིད་འཕྲོག་ལྷ་མོ་འདི་ནས་རྒྱུ་ཟའི་ཁྱིང་ཏུ་གཤེགས།

32. 索朗主任与科加寺

༣༢ སྐུ་རེན་བསོད་ནམས་ལགས་དང་འཁོར་ཆགས་དགོན།

33. 边防战士丹增与孤寡老人

༣༣ མཐའ་སྐྱང་དམག་མི་བསྟན་འཛིན་དང་བགྲེས་མོང་ཕྱིང་པོ།

196

猎人，猎人，请带我回家（代后记）

རྫོན་པ་ལྷ་རྫོན་པ། ང་ཁྱིམ་ལ་འཁྲིད་རོགས། (མཆུག་བྱང་གི་ཆབ་ཏུ)

引言
阿里

一个犹如世界尽头般孤独却辉煌的所在。他在天上，在传说里。

“阿里”，仅仅两个字，透着神秘，藏着勾引，让人一次又一次奔赴而去。更喜欢藏文的发音“e li”，第一声的鼻音，如呓语，从鼻腔缓慢流出……在冈底斯脚下，在远古的文明里……内敛大气、汹涌悲壮！

阿里，雪山的故乡，湖泊的归宿地，居住着最寂寞的神，行走着最淳朴的牧人。

喜马拉雅山脉在阿里西部与西南部划出一道白色弧线，筑起一道冰墙，与印度、印控克什米尔、尼泊尔接壤；北部是昆仑山和喀喇昆仑山，与新疆相邻；冈底斯山脉横亘在万里羌塘与喜马拉雅之间，那是神与王相遇的地方。神山之父冈仁波齐、圣湖之母玛旁雍措、纳木纳尼女神峰、鬼湖拉昂措聚集于此地，跨越几千年分别与象雄 18 王、普兰王、亚泽王、古格王相遇。当神与王都远去了，牧人们依然逐着水草，放牧着流云般的羊群。8 万多人生活在 30 余万平方公里的土地上，足够宽敞、足够自由，就算风雪偶至，也挡不住牧人快乐的迁徙。

阿里，大河从这里发源，信仰从这里发源，古老的文明从这里发源。

狮泉河、象泉河、马泉河、孔雀河，从冈仁波齐身边流出，以神赋予的方向孕育了古老文明。高原最初的居民在大河边留下了雕凿在崖壁上的艺术；谜一样的象雄王国、如一曲悲歌的古格王国都曾光耀一时。这里是原始苯教的发祥地、佛教后弘期上路弘传的源头……世界最高的山峰阻隔了温暖和湿润，却挡不住各族文明的交流与碰撞。山那边，古印度、伊朗、希腊文明，于阗艺术，以及传教士们，纷纷从藏在冰峰脚下的山口进入，有的留了下来，有的在第一次交锋后悄然退出。

阿里，谜团。

象雄王国消失得太彻底。仅是消失也就罢了，却留下些若有若无的线索，让后人猜测、分析、辩论、幻想……没有定论。古格王国也在一夜之间灭亡，一起消失的还有他的臣民，然而他们却在无数的洞窟里藏满了艺术的巅峰之作，让后人仰望惊叹。人们拼凑不出七百年间发生的故事，夕阳下，赤红的土林周遍整个时空，留下一段史诗般的怀想。

让牧人的歌谣与传说覆盖那些不可考的历史吧！阿里真正吸引我们的，是来自他的土地上艰难活着却快乐的人们。去看看他们的生活，再听听他们代代相传的故事。将自己交给荒野的悠琼阿妈、抚养孤寡老人的边防战士、千里迢迢返回家乡的洛珠仁波切、守着穹隆银城的次珍老爹、未曾上过学却懂得与人分享的丹增……他们身上集合了大自然赋予人类的恭敬、感恩、慈悲、勇敢、智慧、宽纳。

阿里，神话般的时空，那里有一扇向世人敞开的香巴拉门——那是传说，抑或确凿的历史。信仰和传说本就是藏族人民生活的一部分，他们坚信的样子，总是让人折服。

人类现代文明的脚步已向阿里靠近……民谣将被遗忘，习俗就要消失，讲故事的人也慢慢老去……今天还看得见的风土人情还会继续多久？洞窟中的壁画还会鲜艳夺目多久？部落体质荡然无存，逐水草而居的生活方式还能持续几代？我们只能双手合十，祈祷牧人的歌谣与传说，能在一个帐篷与一个帐篷间永远流转……

མཚན་མོ་ལྷ་མོ་

ཡུལ་ལྷ་མོ་

མཚན་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་

神灵鬼怪的影子 藏北

何处是阿里



藏北，一个宽泛的地理名词，按行政区域划分，它不等于阿里。

这片不可耕的土地，涵盖了那曲、阿里地区，或者还可以加上青海省西南部。可可西里、三江源、双湖、羌塘草原……剩下大片的“白地”在等待人类的命名或占领。“羌”意为北方，“塘”为草原，羌塘以北的地方称“羌洞”，意为北方的空白地。人们习惯了在“藏北”这个名称之后加上“无人区”，也习惯了将这条贯通于沙砾荒滩间的路称为“大北线”。

大北线，没有一条路比它更艰辛、更充满诱惑。因为，它通向阿里。平均海拔4500米以上的“天路”，穿梭在唐古拉、昆仑、念青唐古拉山脉之间，环绕在纳木措、色林措、当惹雍措等200多个湖泊之间。半年以上的冰冻期，冰雪融化，“天路”变成断断续续的沼泽。人们仰视它，也仰望着生活在这里的牧民。

关于藏北牧人的生活记述，来自闯入这块神秘土地的外国人。19世纪60年代，对于旅行家、探险家、军事家和政治家来说，西藏是一块充满秘密的处女地。他们将自己装扮成商人或朝圣者，将经纬仪、六分仪藏在手持的转经筒里，携带武器与黄金抵达。后来，他们中的一部分人带着绘制出的地图、矿藏标本回去了，另一部分人则把自己永远留在了这片荒原。斯文·赫定在《亚洲腹地旅行记》中描述了他以死为侣穿行藏北的经历：他在这片土地上行走了81天才第一次看见了人，“他们以食粗硬老朽的肉、牛油、酸乳和砖茶为生……如果他们

最后死了，就被家属抬到山边，扔给豺狼和秃头鹰”……这是1906年。那时的牧民以狩猎为生。现在的藏北已看不见猎人，不知道是衣食丰足了不用狩猎还是因为猎物少了无从狩猎。不管怎样，藏北一直是高原野生动物的乐土。英国人亨利·海登在他的记述中写到1922年他在藏北所见：“在藏北申扎、文布一带，经常看见一群群的藏羚羊，湖区的各种野鸭每群都有二三百只，站在崖壁顶端可以看见湖里的鱼在浅水的地方觅食……”

更遥远的时代呢？

在藏北的文布乡，有一座传说中的象雄都城。象雄，谜一样的古老邦国，早在吐蕃王朝以前就已经光耀在西部西藏的土地上了。传说象雄王国的中部地带就在藏北以达果神山和当惹雍措为中心的辽阔牧场。可以想见，那时的藏北应该是水草丰美吧？

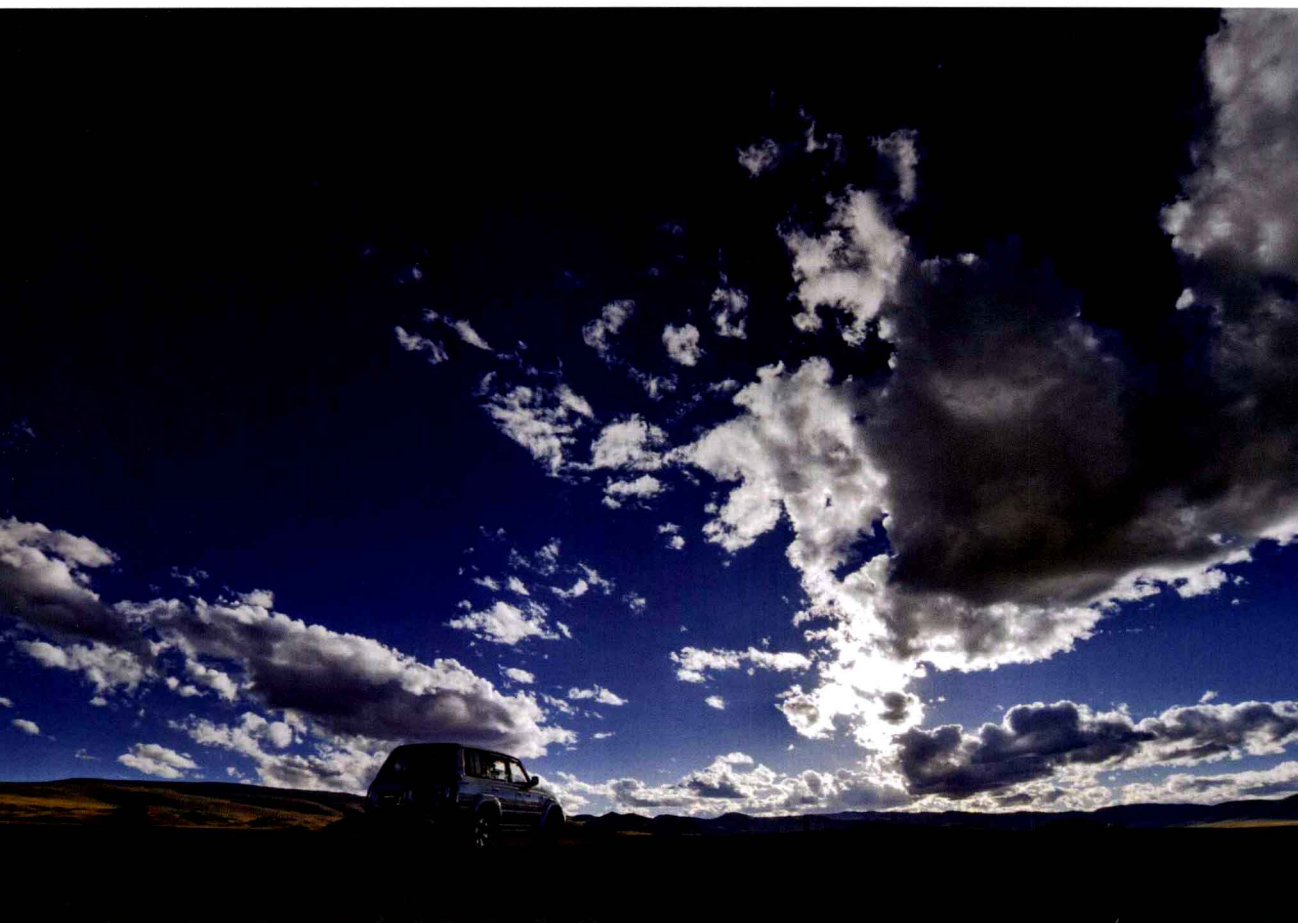
同一块土地，被不同时代的人描述着，而他们都不属于这块土地。荒凉、悲壮、艰辛、苦难是外来人赋予藏北的表面之意，生活在这里的牧人过着自己的日子，跟这些描述无关。他们编唱着歌谣，晃动着手里的吾尔朵（一种羊毛编织的甩石绳），赶着牛羊满山走；他们住在牦牛毛编织的帐篷里，喝牛羊奶，吃牛羊肉，讲述祖辈流传下来的故事；他们穿着羊皮袄子和牛皮做的鞋子，以牛粪取火……就这么简单地生息繁衍，守着家园，守着信仰，守着这块不可耕的土地。牧人们赋予这块土地的山水以灵魂，于是，神灵来了，魔鬼来了。

01. 土旦的梦想，寻找香巴拉之门

ཐུབ་བསྟན་གྱི་ཕུགས་བསམ། ཤམ་ལྷ་ལའི་འཇུག་སྒོ་འཆོལ་བ།

● ↓

别怀疑，地球之上真的有
乐土，不是一条通路，是
四条。



香巴拉是位于北方的极乐世界，圣土、凡人看不见的世界，就是彼岸。

在拉萨一家甜茶馆里，土旦向我们描述着他在经典里所读到的香巴拉：那里由形如莲花的雪山环绕，清澈的河流贯穿其间，国都迦拉波城的中心是柔丹王宫。四季花开，果子永远挂在枝头，黄金遍地，满山宝石。住在那里的人们没有执着、迷惑、欲望，没有贫穷困苦，没有疾病死亡，没有战争，想活多少年就可以活多少年。无论国王还是百姓，都是具足智慧的时轮密法修行者。

传说，香巴拉有四扇大门，一个在布达拉宫底下，一个在玛旁雍措附近，一个在扎什伦布寺的晒经墙下，还有一个在当惹雍措湖边的山上——也只有这一个被赋予了具体形态，据说那是一块巨大的石头。

那么，到哪里能找到开启香巴拉门的钥匙呢？

“香巴拉门是靠修为开启的。”土旦说他想去找当惹雍措边的那个香巴拉之门。

洛桑帕达益西大师撰写了《香巴拉国路程记》，在藏学家桑木旦（英）与寺本婉雅（日）的论述中都有提及。传说他还曾到过香巴拉国。

可是，去了香巴拉还能回来吗？

“回来干吗？”土旦一脸诧异。

《青史》第十辑“时轮传承及其教授如何而来的情况”中记载了几位大师曾前往香巴拉听受时轮密法，回来后将此法传授给圆满具足的修行者。大概五六年前，相熟的一位丹增喇嘛圆寂了，年仅40岁。他的上师说：丹增喇嘛暂时去了香巴拉……

香巴拉真的存在吗？

“如果20年前我跟你说，相机不用胶卷就能拍出照片，你肯定认为我是个疯子。”

必须成佛了才能去香巴拉吗？

“你是首都北京人，可你不是国家主席，你不是主席也可以去北京啊。”

受了时轮金刚灌顶就能去香巴拉吗？

“灌顶只是取得了一个签证，如果你走错了路，或者走到一半就懒得走了，你还是到不了香巴拉。”

那咱们一起去找门！——若此生不可能抵达香巴拉，去看看大门总是好的。何况，那扇大门位于当惹雍措附近，那是苯教的圣湖。

多年前，一位同样喜欢四处游历的藏族朋友告诉我，在当惹雍措湖边有十三种圣物，其中一种是神草，把它放在眉间可以看见天堂。——找到了神草，在香巴拉门前将它

放在眉心，那不就能看见香巴拉了！

三天后，我们一行三人出发了，向着藏北香巴拉门的方向……

还没出拉萨城，我们的车就与一辆摩托车相撞。宁心一下车，发现自己脚踩拖鞋——出门忘了换。如果没撞上摩托车，他将穿着拖鞋在初冬的大北线游历。折腾一番之后，土旦长舒一口气：“我宣布，所有不好的事情已经在出发前结束了，这一趟寻门之旅一定顺利。”

刚出拉萨城，几个转弯与颠簸之后，车厢里开始弥漫汽油的味道——后备箱里的备用油桶在往外渗油。停车检查，原来油箱盖的一个橡皮垫子不见了。就在土旦从车尾往车头走的路上——路边的大树旁正躺着一个橡皮垫，捡起来安在盖子上，严丝合缝，不大不小。三个人重又上路了，开出好一阵子，宁心突然说：“那个垫子真的是捡来的吗？”



香巴拉国卫队。聂秋德寺壁画。





● ↑

香巴拉圖。其國圓形，雪山圍繞，中心國都，端坐國王。國王傳七代：月賢、天自在、威嚴、月施、天大自在、眾色和天具自在。
藏秋德寺壁畫。

讲故事的人：土旦

小小出家，后因与寺院主任有分歧而还俗。但每次聊起做僧人的时光，他总是充满喜悦。“我们当僧人的时候挺苦的，法会的时候天天吃泡菜，牙都酸倒了。尽管如此，每天还是充实又快乐。现在僧人的生活好多了，有糌粑也有大米，还有蔬菜。”说起还俗，他总是带着一丝羞愧：“那时候太小，不懂事。”从一个牧羊童到僧人，再到现在的旅游车司机，土旦有他自己的理想，至少他自己决定着自己的生活方向。

02. 念青唐拉与纳木措

གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷ་དང་བྱང་གནམ་མཚོ།



01

转湖路上的牧人。

藏北的故事从念青山神开始。

念青山神，即雅秀念之神，世间护法大神，身着雪白袍子，骑白马，手握藤杖，统领藏北 360 名随从。纳木措女神，即最胜明妃帝释天之女纳木措勉，身青色，一面两手，三眼，右手持宝瓶，左手持宝镜，坐骑青龙。

他们俩是夫妻，念青山神总是把自己身上的雪水融化，注入纳木措湖，让湖水永远幽深——纳木措女神因此永远年轻。念青山神后来有了新的恋人，还生了儿子，纳木措很伤心，一直哭不停，眼泪越来越多，湖水就变成了咸的。每次念青山神都偷偷从扎

藏狐与金雕。博吉瓦玛，
藏狐的藏语发音，多美妙
的一个名字，只是，当草
原上的鼠类越来越多，它
就越来越少。金雕，藏语
称拉斯，孤独、凶猛。

纳木措湖畔，如朵朵白云
的羊儿铺满湖滩，却看不
见牧人的身影。

西门出去，与情人幽会并看望自己的儿子。
纳木措女神不甘心，与班戈县的波吉山相
恋，并且有了私生子。念青山神大怒，砍
断了波吉山的双腿……

这是 2003 年我在湖边听到的故事，讲故
事的人叫尼琼。

前往藏北寻找香巴拉门，纳木措是必经之
地。10 月，已是藏北的冬季，湖水在没
有云的蓝天下越发深邃，念青山神耸立在
两片深蓝的幕布中越发威严。此时的纳木
措湖边，没有牧人，没有游客……我有些
怀念 2003 年的热闹场景，不知道此时的
尼琼在哪里。

2003 年，是 60 年一轮的藏历水羊年。
据说，羊年转湖，马年转山，猴年转森林
是佛祖给人间留下的旨意。湖边的青草地
上挤满了各式各样的帐篷，扎西岛是转湖
的起点与终点，被这些带着执拗信仰而来
的人群簇拥着。他们身着不同的服饰，手
握各式的转经筒，朝着同一个方向旋转。
扎西岛上的岩画、验孽石（传说不能钻过
此石洞的人都是罪孽深重的人）等是游客
们好奇的地方，朝圣的牧民只专注于用圣
湖的水加持自己，或等待念青山神从卷卷
白云中显露真身。只要念青山神一露头，
人群便齐刷刷地转换一个方向，向神山顶
礼，不论是拄着拐杖的老人还是蹒跚学步
的小孩。我们也循着藏人的习俗，跟着大



念青唐拉与纳木措。念青唐古拉峰，海拔7162米，为念青唐古拉山脉主峰。念青唐古拉山脉位于青藏高原中东部，全长1400公里。纳木措，蒙语称腾格里诺尔，意为天湖，湖面海拔4718米，面积1940平方公里。

卡车上满载的朝圣人群去转湖。不知道是不是真的能得到无量的功德，舍去自己的恶习与痛苦，藏民对大自然的崇敬之情却让人折服。如同民歌里唱的：“恩情最大的是高山上的雪水，滋润着草场，肥美了牛羊，牧人晃动着手中的吾尔朵，摇曳着理想。”

尼琼在湖边开了一个帐篷旅馆，闲时总会讲关于纳木措的故事。他指着西北方，“看，波吉山就在那里，念青唐拉山神在那儿……”顺着尼琼手指的方向，可以看见翻滚的云朵在海拔4800米的上空，不停变换着身姿。在尼琼心里，念青山神是最伟大的神，因为作为“十八掌雷神”的念青唐拉掌管着藏北的气候，干旱的时候向他祈请降雨，冬季向他祈请没有雪灾，他护佑一方人民的安乐，同时还是财宝守护神。纳木措天女则守护着牧人的羊群。念青唐拉是念青唐古拉山脉的主峰，每次我习惯性的将念青山神读作念青唐古拉山的时候，尼琼总是纠正我：“不对、不对，是念青唐拉！”天空掠过一只秃鹫，在高高悬崖上停驻。尼琼跑过去遥望，幻想着抵达那高不可攀的山尖。

秃鹫以腐食为生，却从不生病，因为在高高的山崖上有一种西藏特有的石头，秃鹫啄食这种石头，成为最长寿的鸟类。原来，尼琼幻想得到的是那块石头。

傍晚，牧民的毡房燃起炊烟，在通透的空气里，为四周连绵的雪山注入了生机。男人

