

D
UXING

广东旅游出版社



发现之旅丛书

独行 西藏

程树民 著

XI
ZANG

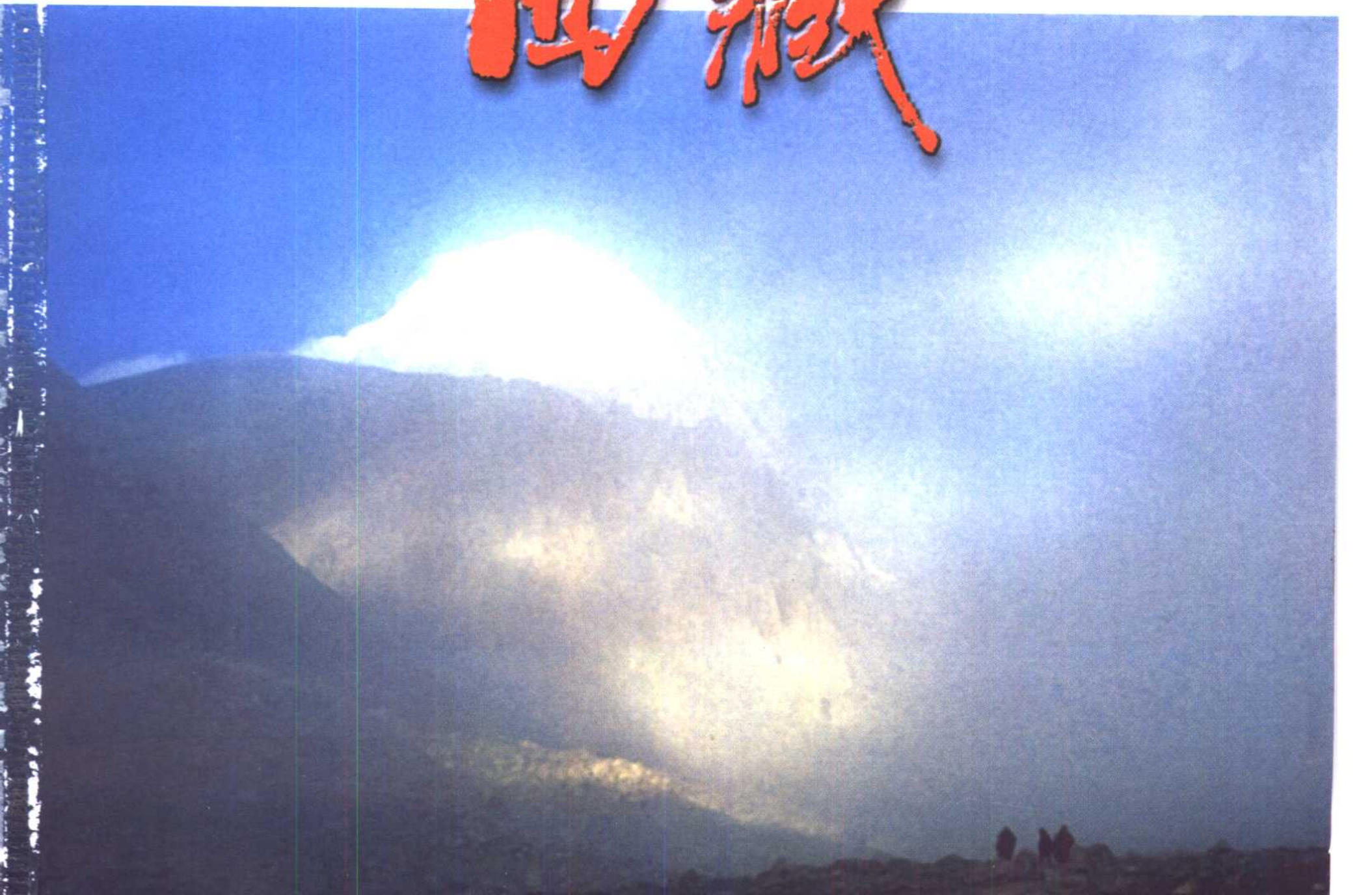




独行 西藏

程树民 著

广东旅游出版社



图书在版编目(CIP)数据

独行西藏 / 程树民著.

广州: 广东旅游出版社, 2000. 9

ISBN 7-80653-145-9

I. 独… II. 程… III. 游记—西藏

IV. K928.975

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第35036号

策 划: 武旭峰

版式设计: 流 野 武旭峰

封面设计: 流 野

电脑制作: 斋 心

图片摄影: 程树民

本书在编写过程中得到西藏日报社汤己生先生的帮助。谨此致谢!

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路30号之一 邮编: 510600)

东莞市新丰印刷有限公司印刷

(东莞市凤岗镇天堂围区)

850 × 1168 毫米 32开 4.5印张 80千字

2000年9月第1版 2000年9月第1次印刷

印 数: 1 ~ 10000册

定 价: 25.50元

走别人没有走过的路，到别人不到的
地方，体会别人没有体会过的心情。





(序) 发现西藏.....武旭峰 (1)

攀越冰峰雪宝顶

- 1、我忘不了青海湖畔藏族牧羊姑娘那纯真而又腼腆的笑靥..... (6)
- 2、进西藏是我的第一目标..... (7)
- 3、浸泡在温泉里的藏族老人与我相视而笑.....(10)
- 4、摄影是我最大的快乐.....(11)
- 5、圣洁的珠穆朗玛啊，那才是我神往的地方.....(16)
- 6、帮助别人和接受帮助都是同样快乐的.....(19)
- 7、我陷入可恨的沼泽里.....(20)
- 8、向导马兴富的藏族妻子用“指尖放血”的土方法为我治疗感冒.....(21)
- 9、在茂密的山林里露营.....(22)
- 10、厚重的浓雾笼罩着冰川，使攀登者望而却步.....(24)
- 11、阿坝州之行为我日后进藏积累了丰富的经验.....(26)

拥抱地球第三极

- 12、阿里有太多的美丽和神奇吸引着我，就是爬，也要爬进去.....(28)
- 13、为了能去阿里，我钻进邮车的邮包中.....(30)
- 14、为了奔向近千公里之外的阿里，我的每一条神经都在等车.....(31)
- 15、车子在痛苦地呻吟中死火了.....(33)
- 16、经过8天的无尽颠簸，我终于到达阿里首府狮泉河.....(35)
- 17、我来到朝思暮想的神山——冈仁波齐脚下.....(37)
- 18、转神山一圈57公里，陡峭的山路像是登天的梯子.....(40)
- 19、躺在冰峰雪山间的石板上露营，真犹如在受刑罚.....(44)
- 20、夜游神湖玛旁雍错，我兴奋若狂.....(47)
- 21、在边城普兰的尼泊尔街上我竟被误认为是“老外”.....(49)



目 录

- 22、科加村罩上了一层神秘的网，像是醉人的世外桃源…………… (53)
- 23、我重新沿着神湖边走着…………… (64)
- 24、从正面看冈底斯山脉，神山俨然是一个成熟的妇人…………… (72)
- 25、我横穿草原，野地上散发出漫天的恶臭味…………… (74)
- 26、阔别半月，终于又见着阿里了…………… (75)
- 27、寂静的荒野，只有风在对我诉说…………… (76)
- 28、在野狼出没的旷野露宿，我把方便面撒在四周…………… (84)
- 29、我像在烈焰中行走，口渴难忍…………… (87)
- 30、古格王宫经过千百年的风蚀日晒，依然气势磅礴，卓然不凡…………… (90)
- 31、回狮泉河的途中，车子在一条暴涨的小河里抛锚了…………… (94)
- 32、穿过“死人沟”，我从阿里去了新疆叶城…………… (98)

寻找香格里拉

- 33、为了寻找梦中的香格里拉，我再次只身入藏……………(100)
- 34、在偏僻的山南琼结乡，安睡着松赞干布等十多个显赫人物……………(103)
- 35、拉萨的八廓学宾馆像一个小小“联合国”……………(108)
- 36、风景如画的林芝散发着“西藏江南”的魅力……………(112)
- 37、在著名的西藏险道波密通麦大塌方处……………(120)
- 38、从波密前往成都的旅途真如唐嘎画中描绘的地狱……………(121)
- 39、荒凉的邦达之夜，深如古井……………(123)
- 40、昌都尘土飞扬，令游人兴味索然……………(124)
- 41、芒康，有点像电影里的美国西部……………(127)
- 42、盐井像一个清纯秀气的小女孩……………(128)
- 43、人生有限、平凡、旅程是一种短暂的超越……………(130)

- 西藏旅游资讯……………(131)

A close-up photograph of a traditional Tibetan door handle. The handle is made of dark metal and is mounted on a wooden door. It features a large, ornate ring at the top, from which a long, braided white tassel hangs down. To the left, another handle is visible, featuring a blue tassel and a yellow tassel. The door is made of dark wood and has a small, rectangular window or opening in the center. The lighting is warm and dramatic, highlighting the textures of the wood and metal.

发 现 西 藏

武旭峰

序

走别人没有走过的路， 到别人不到的地方， 体会别人没有体会过的心情

“走别人没有走过的路，到别人不到的地方，体会别人没有体会过的心情”——这就是青年画家、摄影家、探险旅行家程树民先生的旅游人生。

我是去年经青年国画家刘诗东先生的引荐而认识程树民的。初次见面，只觉得小伙子体格十分壮实，长相也很英俊。闲谈间，他告诉我，他对探险旅游情有独钟，对雪域西藏非常热爱，几年来曾多次身背行囊，挎着相机，在茫茫冰峰雪山间独往独来。他有过陷入沼泽、露营雪山、遭遇泥石流、逃出“死人沟”的难忘历程，更有着拥抱神山、夜游神湖、漫步边城普兰、纵横西藏东西的无尽快乐。从他口中，我第一次听说了冈仁波齐、玛旁雍错、波密通麦和古格王宫，使我如同身临其境般地了解到西藏是那样美丽和神奇，藏族兄弟是那么淳朴可亲，自助旅游是那么险象环生。我为眼前这位青年人为艺术，为旅游而舍生忘死的当代“徐霞客精神”所深深感动。

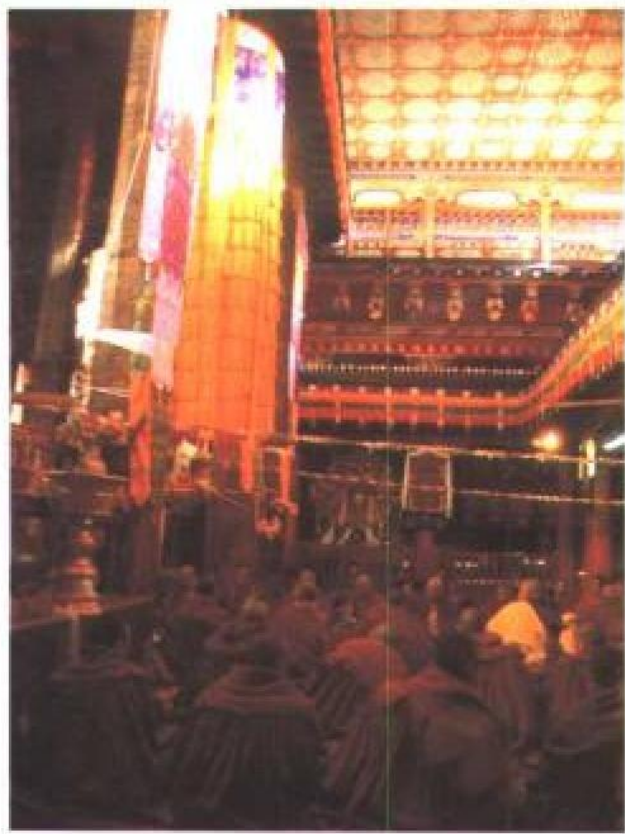
也许是为了让我能分享他入藏探险的快乐吧，去年夏天的一个风清月白的夜晚，在广州水荫路的一间公寓内，程树民用幻灯机向我展示了他西藏旅行中所摄得的一幅

精彩画面。他一边放映，一边讲解，观众和听众基本上就是我一个。当洁白的粉墙上不断地幻映出雪域高原、巍巍神山、蓝天白云、草地牛羊和朴实善良的藏胞的一张张生动面孔时，我们都沉浸在艺术的境界里，仿佛时间和空间都不再存在，喧嚣与俗念都无影无踪，灵魂被雪山下的淙淙溪水洗涤得一干二净，头脑让高原上的习习晚风吹拂得格外清新。我们忘记了金钱的困扰，忘记了人生的烦恼。这一看，就是三个多小时，足比看一部《泰坦尼克号》还要长，可我们都意犹未尽。程树民告诉我：今天看的照片，只不过是其所拍西藏图片的三分之一。

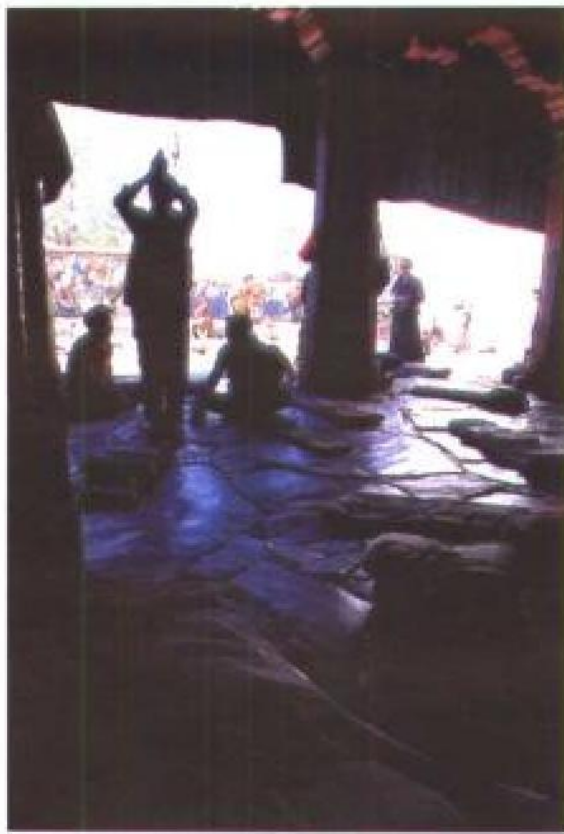
我由此对他肃然起敬，并有兴趣探访他的人生之路与艺术轨迹，我惊讶地发现：这位在油画和摄影上都颇有造诣的青年人，竟是一个没有学历文凭，未得名师指点，甚至从来就没有过“单位”的自由



转经轮下的朝拜者。

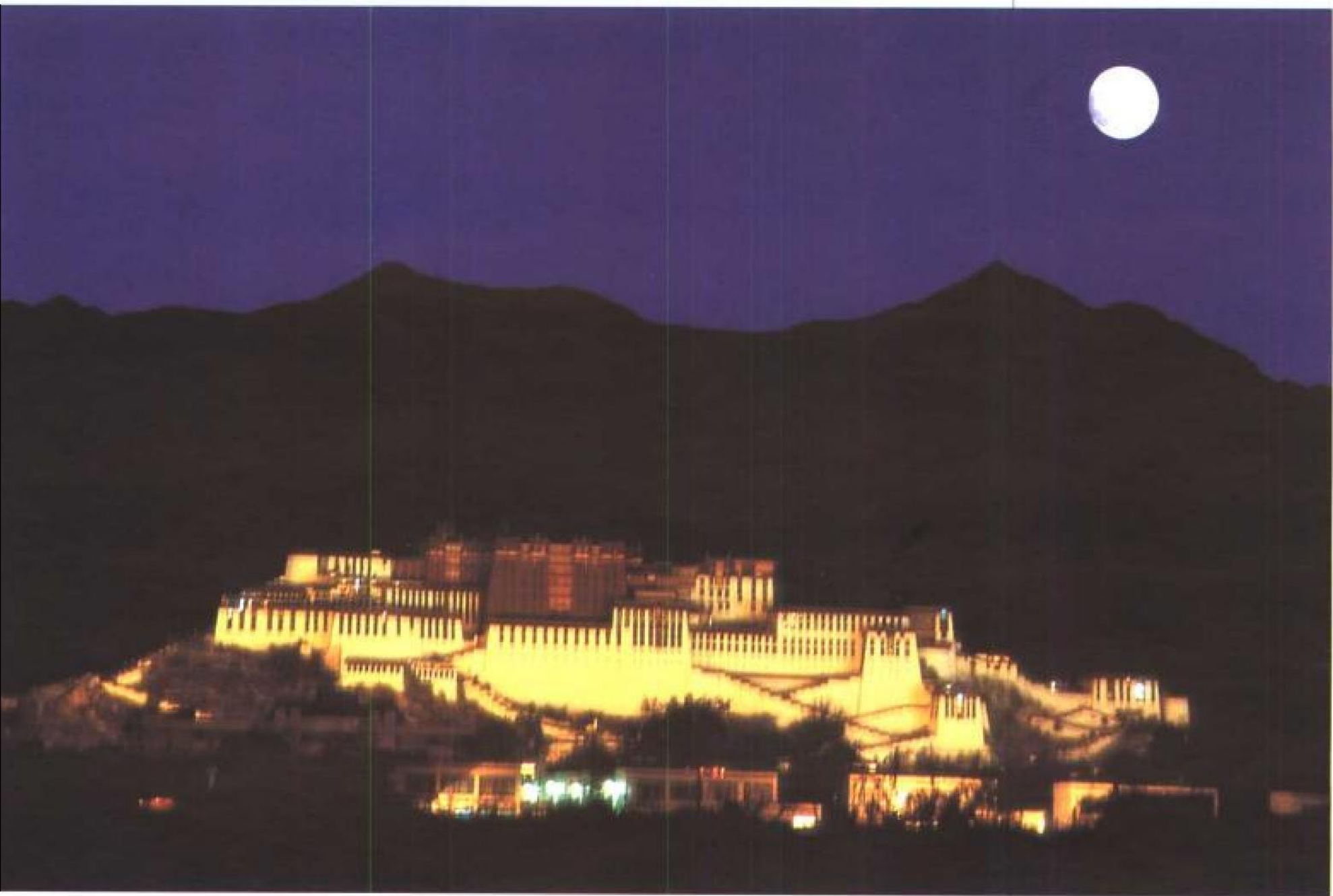


看到这些大昭寺殿堂的照片时，
耳边便会响起那片低沉的诵经声。



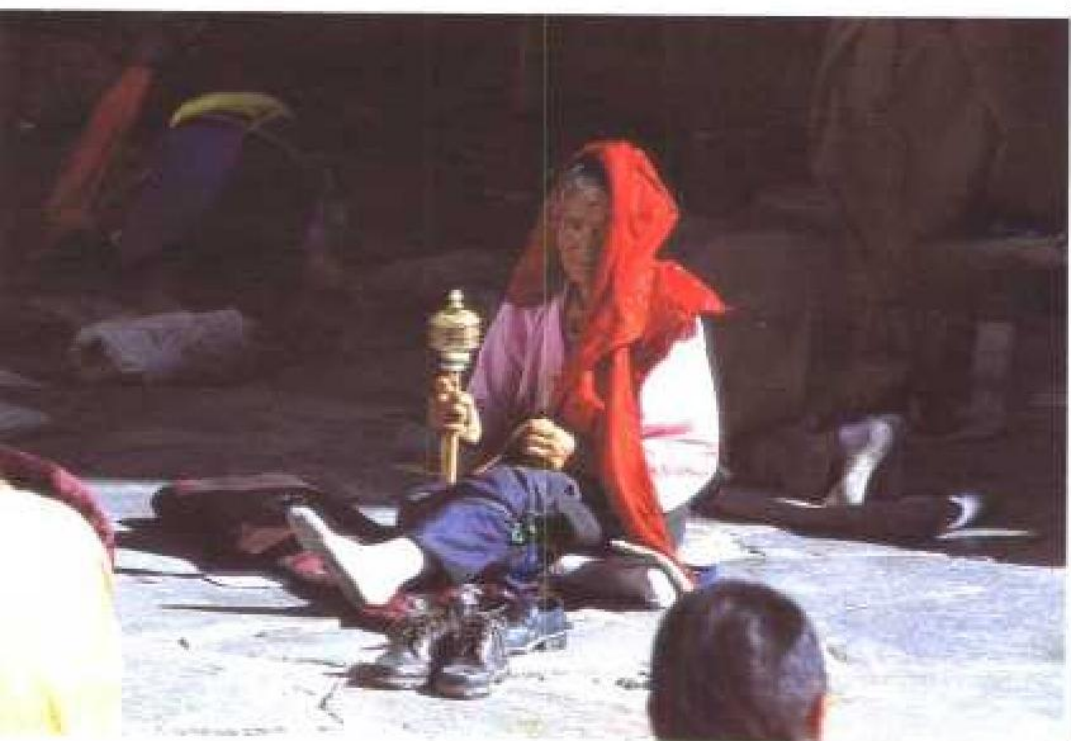
从大昭寺里往外面拍，石块
那种被人体经久摩擦呈现出的特
质，惟它所有。

职业者；是一个从饮食店里做云吞面的小伙计开始，闯荡江湖，无师自通的自学成才者；是一个至今单身一人的快乐单身汉，更是一个以卖画助旅游的旅游独行侠。他因1982年借钱去北京看画展而产生了“旅游真好”的念头，此后，乐此不疲，先后去四川、陕西、甘肃、青海、新疆等地自助旅游，并开始拿起相机，拍摄绘画资料，记录人生轨迹。一个偶



天色尚早，我租了自行车来到拉萨河边。冷月清风，不胜寒凉，月亮是二次曝光拍进去的。

然的机会，触动了他对西藏的向往，于是在孔繁森还没有被世人瞩目，阿里依然为世人遗忘的情况下，他背起行囊，剃光头发，只身一人，义无反顾地走进了喜马拉雅山脉，用心灵去感受西藏，用相机去发现西藏，用脚板去丈量西藏。也正因为一般探险旅游者大都是结伴而来、乘车而去的“机械化部队”，而程树民则是独往独来、用两条腿步行的“游击队”，所以，他



大昭寺门前，叩长头累了的女人。

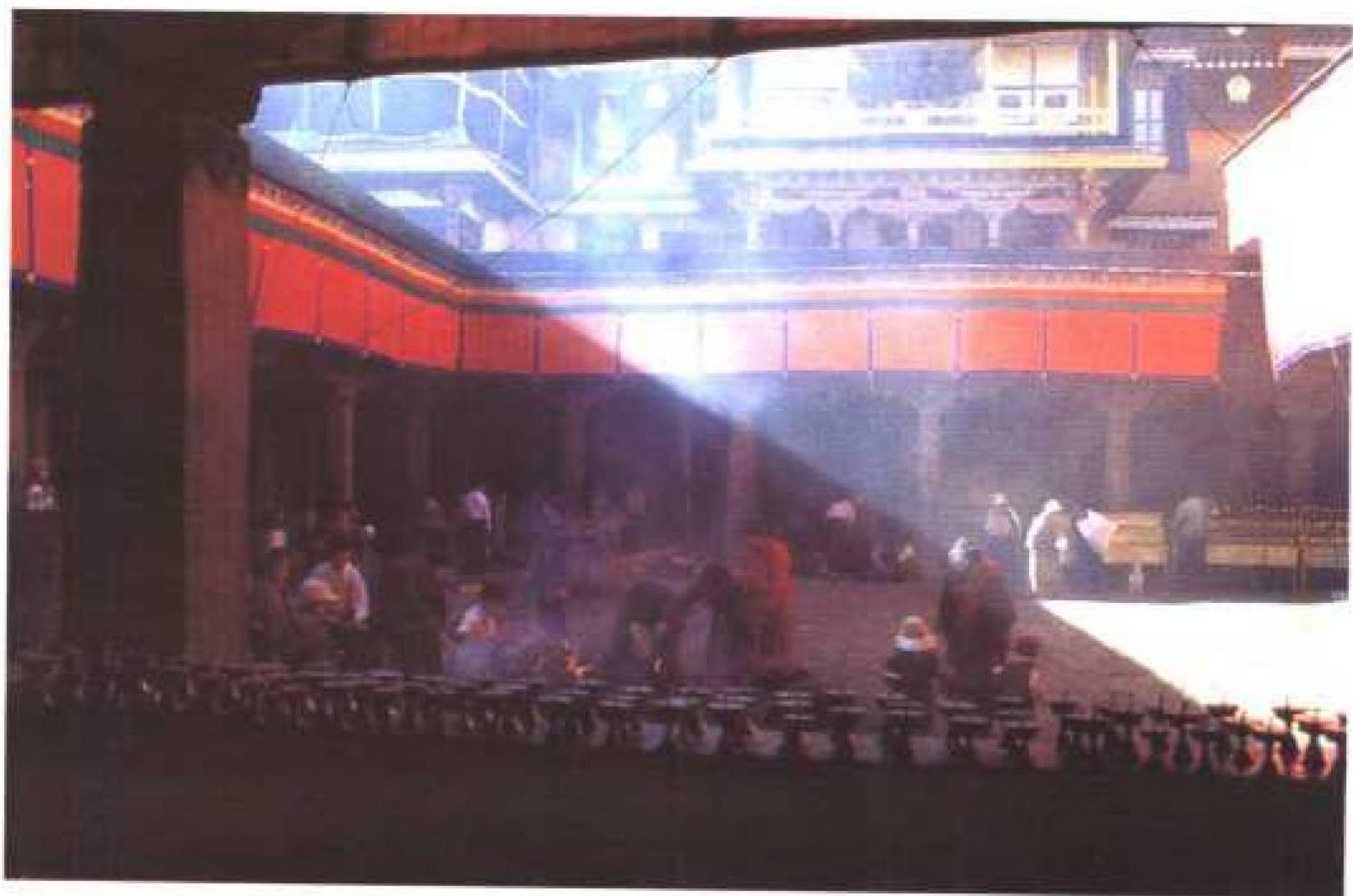
特别的。但当我提出要他把独行西藏所经历的奇闻、奇事、奇遇写出来，配上图片，让更多的读者分享时，他却一再犹豫。经我一再挤压，他才拿来这份没有书名、没有标题、没有段落、几乎是一个标点符号点到底的文字。我知道他不擅拿笔，我理解他写文章一定比登神山还要艰难。作为本书的策划人和责任编辑，我硬着头皮，顽强地拜读了四遍，终于读懂了作者的意思。

这是一篇由心底而喷发的文字，是一段人生的真实记录。在这里，有阿里一尘不染的碧天，有扎达宁静旷远的荒原，有林芝诱人的花草，有普兰明媚的阳光，有藏族人民那金子一般纯净的心……

亲爱的读者，让我们一起去分享作者西藏之行的辛劳和快乐吧！

经历了别人没有经历过的事情，感受到别人没有感受到的辛劳，发现了别人没有发现的奇景。天道酬勤，美丽而神奇的西藏才慷慨地给这位勇士以丰厚的回赠。

无疑，程树民对西藏的发现，视角是很独



置身大昭寺里，会感受到既肃穆又祥和恬静。



攀越冰峰雪当宝顶



虽然没有到过西藏，
但我
永远忘不了
青海湖畔藏族牧羊姑娘
那纯真而又腼腆的笑靥

1987年冬季在青海湖附近第一次见到的藏族女孩，长期在凛冽的西北风中牧羊，风霜雪露里仍是这么的明眸丽齿、纯朴可爱。



有位文豪讲过：“写作是寂寞的生涯。”其实单独的旅游，更是一种寂寞的生涯。而相机却能够将我从寂寞中解脱出来，所以我才开始以相机为伴的旅途。这当中，在难言的快乐中有难言的痛苦。

这些年来，我都在中国的大西北转，而藏区又是我几乎都涉足的区域。藏民族的热情好客、勤劳善良，个性豪迈奔放、纯朴无私，丰富深邃的藏文化深深地吸引着我。他们居住的海拔2000公尺以上的高原风光，壮阔的雪域，无边的草原，美丽的雪山，宝石般的湖泊……这些都令我留连忘返。当然，还有糌粑和热气腾腾的酥油茶。

仍然记得第一次接近这个纯

朴、美丽的民族时，是在青海湖附近的草原上。当时我们看见她在老远的前方牧羊。一个当地的朋友用藏语唤她，她就跑了过来。纯朴的小姑娘非常腼腆，在我们好奇的询问下，她那双大眼睛好奇地望着我们那位懂藏语的朋友。当她知道我们的话后，只是腼腆的笑了，并没有回答。短暂的接触，已令我永远忘不了，她那纯真而又腼腆的笑容。

我对藏文化的向往，可以说就是从这开始的。当然还有塔尔寺那金碧辉煌的建筑、深邃的宗教艺术、唐嘎、酥油花和传说等等，都令我神往不已，从此一发不可收拾。

进西藏
是我的第一目标，
但当我们的行动受阻时，
四川的阿坝州成了我“热身”的赛场

2

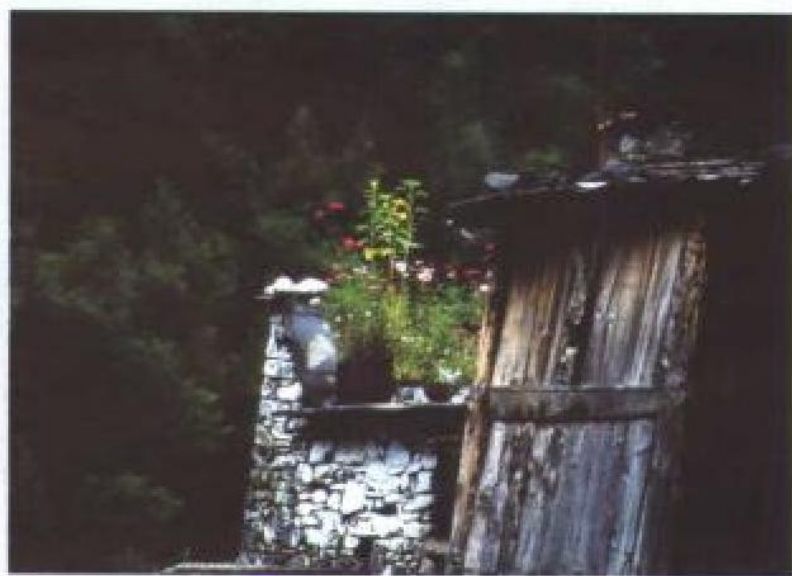


红原上空
风起云涌。

绿草地上的
藏民，悠闲
地摇着转经轮。



这是在屋顶上打扫
的少年，他的这个姿态
不知是累了，还是看见
我而为了拍照。



在阿坝的米亚罗，到处都
是田园景色。这作品并没打算
拍的，只是在相机取景器里观
察测光时不小心而产生的。

于是，我于
1988年结
伴游西北，进西藏当
然是我们的第一目
标。但我们到了格
尔木，四人中有两位
得了感冒，进过藏
的人都知道，患感冒
的人那可是不能进
藏的。因为人从海
拔低处前往海拔高
处，患者会造成肺
积水而死亡。就这
样，我们只有放弃
进藏的念头而去了
新疆。这件事使我
体会到：旅游，就
要尽量减少外来的
因素干扰和约束，
尽可能自由行动以
便提高路途上的速
度。单独的流浪式
旅游，对于自己来
说，是最合适不过
的了。

高原的天空，令
我难忘的是它那
一尘不染的蓝色，
像能拧出水滴的
那种蓝。在高原上
时间长了，觉得那
一切都理所当然。
但回到平原时，会



这张照片我反复了几次才令我满意，如果牛不是站着的话，无论我的角度怎样的俯低，牛的气势都不能在这气象万千的天空中凸现出来，当时已经下着零星小雨了。

有一种若有所失的乡愁。

其实最令自己惊叹而又亢奋的是高原特有的光线：那是从云隙中透射出来的光，像探照灯般投射在草原、雪山……大自然的景色，瞬间幻变，常使拿着相机的我，在旷野上禁不住地惊叹、狂呼。在这稀薄的空气里兴奋得连气也喘不过来，却是痛快淋漓。

在四川阿坝州，我初次见到这变化万千的光线时，已接近傍晚。天空，汹涌澎湃的云层比大海的波涛更壮阔。整个天空只剩下那片蓝天还未被云层覆盖。但我全没有要躲雨的念头，虽然



远离县城。面对此情此景，任何陶醉在大自然的人都会一样的。

接着，乌云漫天的草原上，一群群的羊和牦牛被牧民赶着返回。我跑过去拍了一张躺在草地上的牦牛。我感到应当让牛站起来才是最佳效果，但无论如何，牛就

是不理睬我的努力。这时，站在不远处的一个男孩过来说：“叔叔，我帮你让牛站起来。”当男孩将牦牛赶着站立起来时，小雨点已经开始稀落地撒下来了，于是，我抓紧时机拍了几张我挺喜欢的照片。除了我喜欢它的意境之外，因为它使我想起男孩那纯朴的眼睛……

红原这地方的藏族汉子很彪悍，却很和善。红原马个子高大，魁伟雄壮，是军马产地之一。这里气候反常，听说几年前的六月天也下雪。所以雨一下，气温就降到摄氏零度，让人感到特别冷。

藏民族是一个游牧的民族，男女老幼都精于骑术。我曾经见过一个五六岁的小男孩，他骑在马背上的沉稳老练，实在令我有些怀疑他的年龄。在红原的一个桥上，我见到一个马背上的少女，为了躲闪我的镜头，从马背上俯下身体，我惊诧她骑术的精湛，又真的有点不好意思。

阿坝州的面积很大，约是广东省的1/3。他们的房子大多是木结构和木石结构。虽然生活在恶劣的气候条件下，她们的屋子前后都种着花草，在窗户里也摆放着颜色鲜艳的小花，更显出他们



桥面上，马背上的姑娘为躲闪相机，欲行又止。



这是一幅草原上常见到的草原牧歌。

的爱美之心。

远处的山脉一片宁静，一个藏族青年打扫完屋顶，坐了下来，却看见了我。他只是友善地笑笑，然后眼睛仍旧注视着路口那边，满怀期待地注视着。

3

浸泡在温泉里的藏族老人

依然在诵经，

当我也泡进池中时，

我们相视而笑，

虽然

语言不通，

却都强烈地感觉到对方的善意

正午时分，这个泡在温泉池中仍在念经的老者是这般和蔼。

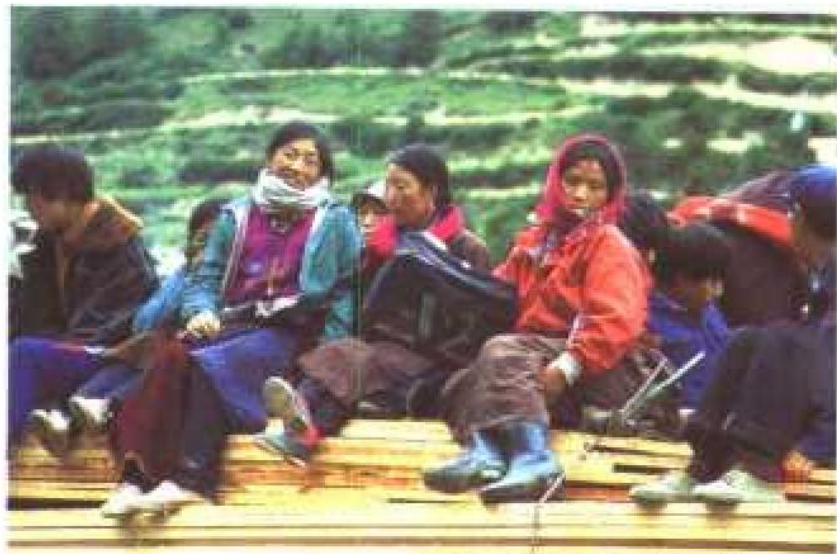


我在若尔盖只逗留了一宿就转到了红星乡，在等不到车的情况下，走了七八公里的路，中午前到达降扎。在路上我看见几个女青年，把石头搬放在公路中央，一辆大东风车被迫停了下来，女青年们就爬了上去，司机搬去石头后，继续上路。与我同行的地质工作者告诉我说，这种行为叫做“堵车”，是当地人搭便车经常用的，而司机们已习以为常，见怪不怪了。

距降扎几公里以外，有一个很出名的温泉。于是我步行来到了温泉。温泉就在土坡上面，用石块砌成齐眉般高的围墙，分成大小不等的温泉池。还未进入围墙，我听到一个男人低沉的声音，连绵不绝地从围墙里面传出。在此山野间，放眼四野没有半个人影。由于不懂藏语，这种不停低语的声音，更有一种说不出的莫测的诡秘。探秘欲极强的我，兴奋里怀着一丝的疑惧，悄悄

地爬上围墙。正午的阳光下，一个藏族老人浸泡在泉水中，低沉的声音在他的嘴里发出来。我恍然大悟——原来他泡在泉中仍在诵经。

此刻，老人在我眼里变得那么亲近、和蔼，当我也泡进池中时，我们都笑着相视点头。虽然我们都不懂对方的语言，却都感觉到对方的善意。



这三个姑娘是“堵车”后爬上了载满木材的大卡车的，我目睹了这个过程。

4

摄影
是我最大的快乐。
而我激情的
突然爆发，
却使年青的
藏族喇嘛
莫名惊诧，
这真是迷者自迷、
悟者自悟

在归途中，遇上一个年轻的喇嘛，我们都彼此询问对方。经过一片金黄的青稞地，来到种有胡豆的土坡上，他走进胡豆地里，摘下胡豆就放进嘴里吃起来。听说胡豆可以生吃，我就也摘下胡豆，扒开外壳，把嫩绿的豆粒放进嘴里。也许是太饿的原因吧，感到味道不错。没吃几个，我发现眼前不远的小山坡在日照下耀眼夺目，而周围没有受到阳光照射到的山林却是一片暗绿，光线反差之强烈，有如舞台灯光的效果。

我丢了胡豆，连忙取出相机跑下山坡，在光线未变化之前，抢拍起来。我当时的举动一定令青年喇嘛感到莫名其妙吧，因为他追上来的第一句话就是：“干啥子？”

或者我有太多的神经质的举动吧，瞬间的发现，激情的突然爆发，经常令旁人莫名其妙。这种入迷真是一种迷者自迷，悟者自悟。摄影对我来讲，最快乐之处就是在那寻找、发现、捕捉的过程里。

晨昏的景象，是摄影者最着迷的。日落日出的色彩和天空的绚



这就是我在途中遇上的年轻喇嘛。