

行走中国



总策划：何承伟
主 编：罗小韵
上海文艺出版总社



雪域龙脊



青藏纵横



上海锦绣文章出版社·上海故事会文化传媒有限公司

品读《话说中国》 感悟历史文化

《话说中国》正成为中国图书市场的常销品种

《话说中国》3大买点

买点一：馈赠亲朋好友的尊贵文化礼品

走亲访友送什么礼品，才更体面、更有文化品位？《话说中国》是好的选择：送亲人，礼重情更重，送朋友，体面又大方。更令人欣喜的是，2006年4月21日，国家主席胡锦涛访美期间，以《话说中国》等作为国礼赠送美国耶鲁大学，彰显《话说中国》尊贵品质。

买点二：留给下一代的宝贵文化财富

富爸爸穷爸爸教给我们父母如何为下一代打好坚实的物质基础，而我们同样希望能给后代留下些文化财富，能对孩子的成长有所启迪，使之终身受益。每一个做父母的一定懂得：读过历史的人就是不一样。读《话说中国》，也许会改变你人生的坐标和轨迹，奏响你人生的乐章。

买点三：犒劳自己的文化滋补品

在客厅，在旅途，在枕边，随时随地，《话说中国》都能带来无尽的享受。可以说，还没有一本书能够像《话说中国》这样，全书4800页，打开任何一个页面，都能轻松阅读，感受中国历史文化的非凡魅力。你可以与智者交谈，与伟人对话。拿起《话说中国》，你就是一个幸福的人。因为《话说中国》，你变得春意盎然，你生命中寂寞的光阴转变成巨大的享受时光。



《话说中国》购买方式

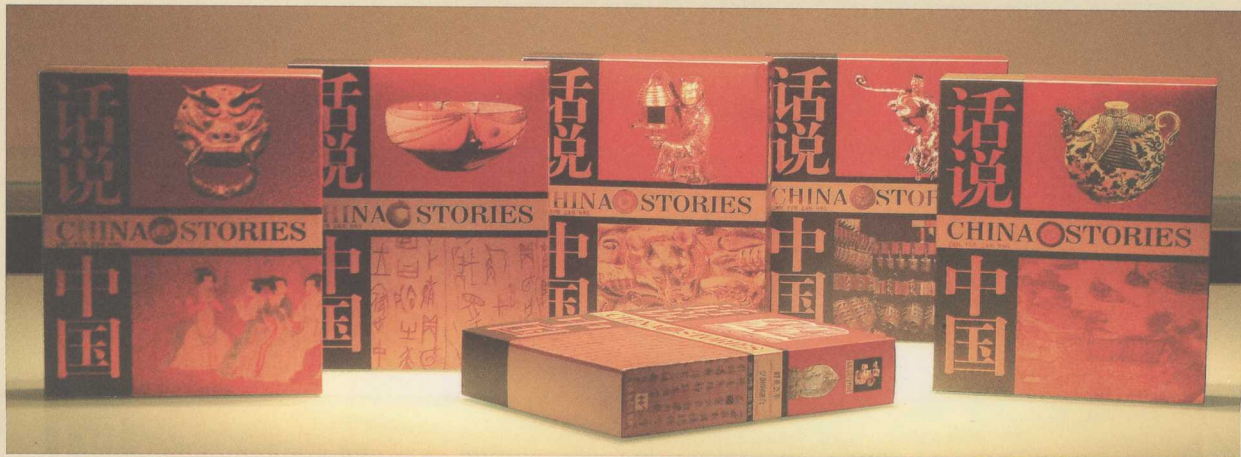
《话说中国》是家庭收藏、馈赠亲友、个人阅读的首选大作。全书共16卷，其中第16卷为全书索引卷
《话说中国》为广大读者安排了多种购买方式，以满足各种不同需求

- ① 各地书店整套、单册均有销售
- ② 故事会文化传媒有限公司负责《话说中国》的邮购业务（邮编：200020）
外地人士邮购《话说中国》整套及单册均免邮费
邮购地址：上海绍兴路74号故事会文化传媒有限公司
邮购联系电话：021-64375030

③ 门市部直销：您可以直接到上海绍兴路7号上海文艺出版总社门市部购买《话说中国》

④ 批销业务：欢迎各地书店批销《话说中国》
业务联系电话：021-54667902 或 021-64375030
地址：上海绍兴路74号，邮编：200020

● 如果想了解更多的有关《话说中国》的信息，请登录“故事中国”网站(www.storychina.cn)《话说中国》专区，内有专家点评、内容精选、精彩书影、全书介绍等丰富内容，欢迎收看。





行走中国

雪域龙脊 青藏纵横

上海文艺出版总社
上海锦绣文章出版社



图书在版编目(CIP)数据

雪域龙脊: 青藏纵横 / 主编: 罗小韵. — 上海: 上海锦绣文章出版社, 2007.7

(行走中国地理文化系列)

ISBN 978-7-80685-814-1

I. 雪... II. 罗... III. 青藏高原 - 概况

IV. K927

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 113217 号

总 策 划 何承伟
特约策划 罗小韵
监 制 吕石明
责任编辑 汤颀颖
特邀审读 王瑞祥
编 辑 乐 乐
封面设计 李鸿飞 孙艳武
版式设计 孙艳武

书 名

雪域龙脊——青藏纵横

主 编

罗小韵

撰 文

赵丽洁 丹尘

摄 影

罗小韵 车刚 丹尘

出版、发行

上海锦绣文章出版社·上海故事会文化传媒有限公司

地址: 上海绍兴路 74 号

电子信箱: cslcm@public.sta.net.cn

网址: www.storychina.cn

印 制

北京雅昌彩色印刷有限公司

规 格

787mm × 1092mm 1/16 印张: 9

印 数

1-10000 册

版 次

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

书 号

ISBN 978-7-80685-814-1/G · 046

定 价

39.00 元

告读者 如发现本书有质量问题, 请与印刷厂质量科联系 T: 010-80486788



STORIES

上海故事会文化传媒有限公司 出品

(00102)



总序

江山多娇 魂脉永系

历史文化图书《话说中国》的工作暂告一段落后，我随即开始了它的延伸产品——中国地理文化系列的图书出版工程《行走中国》的策划和编辑。与《话说中国》的策划思路一脉相承，《行走中国》系列丛书是要秉持“普及人文地理知识，弘扬祖国民族文化”的编辑方针，结合更多的文化资源，向广大读者倾力推出又一批大众文化精品力作。

《行走中国》，顾名思义，显然要讲祖国的地理知识，讲我们脚下的这块大地的故事。但如果光讲自然地理，不讲生活在这块美丽的大地上的人，不讲我们民族的先人在历史长河中创造的绚丽的文明，也许难以激发我们对中华民族生存的这块大地的激情，更难以激发对曾经为她付出辛勤劳动乃至献出自己生命的先驱们的崇敬，我们面对的这块大地会因此失去光彩，这套丛书也会因此失去灵魂。

显然，《行走中国》要做到人与大地的结合，也就是地理与文化的结合。这就是编辑出版这套地理文化系列丛书的宗旨。

面对祖国神秘的高原、险峻的峡谷、辽阔的草原、巍峨的群山、万年的冰川、奔腾的大河、澄净的湖泊、浩瀚的森林以及这自然界的万物，我们可以无比自豪地说，在中华民族生存的这块大地上，我们拥有着其他国家难以比拟的地质地貌和自然风光。

《行走中国》将带你走进被喻为“世界屋脊”和“地球第三极”的青藏高原，探寻世界上最幽深、最奇险、最壮阔的地质地貌：峻美的雪山、圣洁的湖泊，就像高原神灵的化身，神秘而美丽。而每逢盛夏，广袤的草原之上，杜鹃花盛开、点地梅争妍、黄羊奔突、野驴悠闲、云雀恬唱、雪鸡盘旋，又完全是一派动植物天堂的景象。

《行走中国》将带你走进中国乃至世界地理环境最复杂的地区之一——被联合国教科文组织列为世界自然遗产的“三江并流”地区。发源于青藏高原冰山雪峰中的怒江、澜沧江、金沙江这三条大江并肩南行，飞流直下、一泻千里。“三江并流”的名字由此而来。在这里，山河险阻，雪峰林立，高大的雪山和滚滚长河构成了滇西北地区大山大水大气派的地形地貌，也成就了一块神奇雄壮的土地。身临其境，人们的精神就会飞越万水千山，眼前展现的是一个圣洁的世界，那样洁净、明亮，没有一丝杂质。

《行走中国》的力量，不仅使我们为祖国的壮丽河山所惊叹、所感动，为大自然的鬼斧神工、神奇造化所折服，更使我们的灵魂为一种人类文明的力量所震撼，那就是

中华民族在这片神奇的土地上披荆斩棘、生生不息，在历史长河里所创造的灿烂文明。

今天在中国的大地上，到处都留下了我们民族世代相承的文明遗迹。这些文明遗迹，有的是无形的、有的是具实的；有的深处崎岖险地、有的遗落于风景绝胜，它们长存于天地之间、和谐于自然之中，依附于大地也照亮了大地。而如果说最具代表性、最密切地关联着中国自然地理的古代文明遗迹，则无疑要数绵延万里连接中西商贸及文化交往的古代“丝绸之路”、被誉为“世界第八奇观”的万里长城，以及遍布祖国大江南北的旷世奇观——古代建筑地标。

这些也正是《行走中国》要带你穿过的必经之路。

在这几条路上，我们将充分了解中华民族在几千年前如何打通连接欧亚大陆之路，为世界文明发展所做出的贡献；我们将充分认知，中国古代建筑，如何独树一帜，并影响了许多亚洲国家，成为和伊斯兰建筑、欧洲建筑并列的世界三大主要建筑体系之一；我们会更加坚信：长城，不仅是为了抵御外来入侵而建造的，她绵延万里的雄伟身姿，已成为中华民族的形象符号，深深镌刻在人们的脑海里，挥之不去，每个中华儿女，都为祖国拥有万里长城而感到骄傲。

《行走中国》，让我们循着大自然的瑰丽，沿着古文明的踪迹，期待着一次次震撼和感动。与此同时，一路走去，我们将接触生活在这片土地上的，不同习俗、不同语言、不同信仰的不同民族，他们多姿多彩的生活，让华夏大地异彩纷呈、魅力无限。正是这些绽放在中国大地上绚烂的民族之花，给沉寂的大地带来了无限生机和魅力。一路走去，我们还将沿着历代英雄的足迹，遥想他们为民族的生存发展所创建的丰功伟绩，以激励自己为中华民族的振兴，做出自己应有的贡献。

壮丽的自然风光，灿烂的中华文化遗产，是我们祖国的瑰宝。在大地之上建设着家园、创造着文化、守护着文明、延续着民族精神的华夏儿女，更是这片神奇土地永恒的灵魂。《行走中国》，固然是对中国自然地理、历史文明的一次深刻的记录，更是一场关于中华民族精神的激情呈现。

我深深地相信，读完《行走中国》，你会更加热爱中华民族赖以生存的这块大地和生活在块美丽大地上的人民。



何承伟

上海文艺出版社总编审
《话说中国》《行走中国》总策划



品阅祖国大地华美篇章的途径

——本书导读示意图——

以地理文化为核心的《行走中国》系列，以生动活泼的讲述方式，汇集众多著名摄影家的珍贵摄影作品，向读者娓娓诉说祖国大地的起伏沧桑，人文风情，是一部熔地理、历史、生态、民族、考古、民俗、建筑等学科知识于一炉的中国地理百科丛书。

为方便读者迅速进入本书的阅读，我们特设计本导读示意图，为您一一解析本书丰富多样的构成元素，使您能够轻松自如地品阅华夏大地的秀丽河山。

随时感受地理文化的浓郁气息与编纂创意的独具匠心

整个版面构成灵动而不失规矩，大气中又着意细节，充分体现出本书知识信息密集、图文并重、元素丰富、检索便捷的特点，使读者在本书任何一个页面上，都能感受到地理文化的浓郁气息与编纂创意的独具匠心。

多元、密集的知识性信息，构成了全书另一个重要组成部分

专栏的设计，弥补了正文叙述中知识点不足的局限，使全书的信息得到有效的扩充和延伸。这些经过精心选择的练达的知识板块，内容丰富，不拘一格。或进一步注释正文的要点，或由某一处引申开去，广涉相关的人文地理知识；或讲述一地一物，或上下百年，跨越千里，使读者在享受畅快阅读的同时，从中感受到理性与感性的交织，获得丰富的地理文化知识。

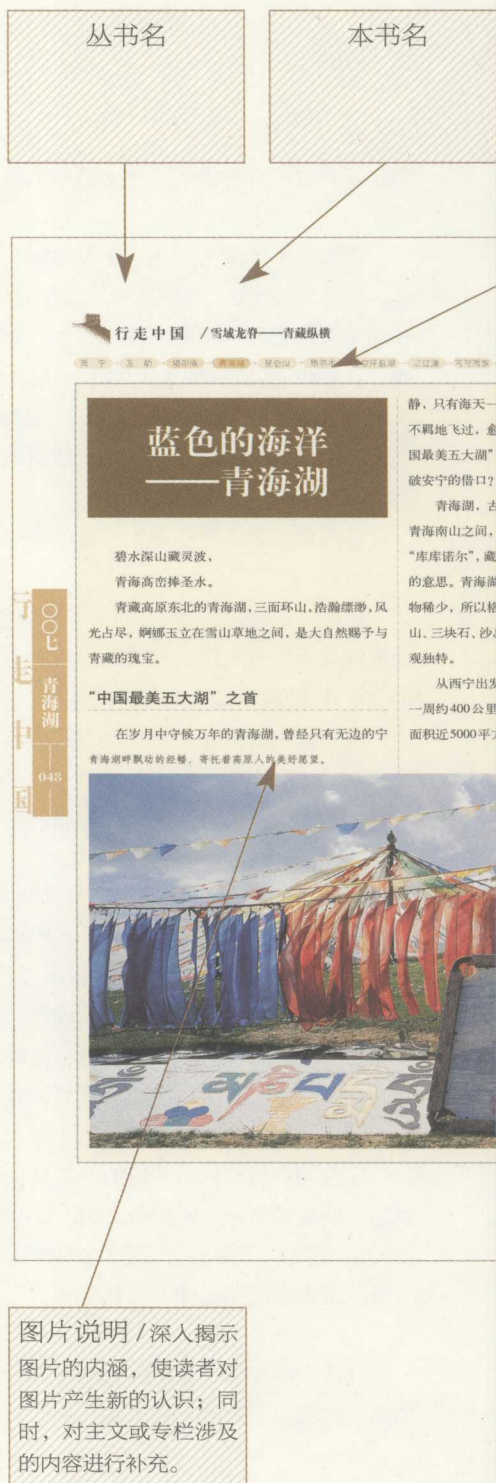
大量独具身临其境感受的图片系统

图片内容涵盖面广，能够深入呈现主题。拍摄角度细腻独到，极富现场感，立体凸现了中华大地上各种独具一格的地理地貌、自然风光，反映了文化、宗教、民风民俗、社会生活等各方面的发展变化，堪称是地理文化的全息图像。

索引系统提升本书的实用性

全书均备有索引系统，依不同内容，索引项的设置也各异。这些索引项不仅出现在页眉或页脚，对正文内容起到提纲挈领的作用，同时，还汇编成索引列于书末，从而迅速帮助读者检索到相关条目，具有很大的实用性。

《行走中国》以丰富精美的文字和图片，将中华大地独一无二的秀美景致和生生不息的文化传统，演绎得生动而传神。就用这张导读图，来开启您一程赏心悦目的中国地理文化之旅吧。



章标题

主文

章名

地名、关键词 / 将主文中的地名、关键词提炼出来,标注于此,并汇编成索引于卷末,方便读者检索,具有很大的实用性。

西睡安宁——西宁

地名 ● 青海湖
关键词 ● 迎客花雨、澄蓝、沙岛

地理知识百科

日月山倒淌河

日月山是青海海拔最高的地方,是祁连山脉的延续,坐落在青海省湟源县西南、青海湖东南。青藏公路通过的日月山口海拔3520米,其海拔最高处为4877米。古时是中原通向西南地区和西域等地的要道,后来文成公主经日月山赴吐蕃和亲形成的唐蕃古道,一直都是宋元各代甘肃地区通往川藏的要道。日月山的传说还与一条孤独而神奇的河流相关联,那就是这座连绵山脉脚下流向独特的倒淌河。日月山东边是农区,西边是牧区,正好是黄土高原的西界,从长安出发的公主在此才强烈地感觉到,此去一路风景迥异,故土风情不再,异乡人的凄愁顿生,不禁黯然泪下,泪水汇成的小河也随着公主向西流去,形成了一条倒淌的河流。

黄色映衬着幽蓝的湖水和湛蓝的天,让青海湖的美丽变得悠然独立,没有一丝瑕疵。但是记住,要看油菜花一定要在7-8月来青海湖,来早了是看不到的,因为这里是春天最晚到来的青藏高原。夏秋时节,青海日月山文成公主塑像。

章标题关键词、章编号、页码/方便读者翻阅。

专栏 / 本书设有“地理知识百科”专栏,该专栏将主文所涉及到的地理、历史、生态、民族等相关内容进行延伸或补充,增加本书的知识量与信息量,同时丰富主文的内容。在卷末附有检索系统。

图片 / 图片丰富,与主文或专栏相互呼应,方便读者的理解,并以最直接的方式对读者造成视觉冲击。

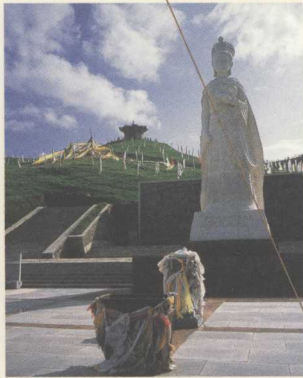


青海湖边的羊群也成了一道美丽的景观。

则比湖面大10倍,有50条短河从三山的四面八方汇入,却没有出海的通路,因而又是我国最大的内陆咸水湖。这里气候凉爽,即使是炎炎盛夏,日平均气温也只有15℃左右。

圣湖美景

青海湖畔有大片大片一望无际的油菜花,鲜艳的



青海湖
049



目录

- 4 总序 江山多娇 魂脉永系
- 6 本书导读示意图
- 10 自序 阳光风雪雕塑的铮铮铁骨——青藏高原
- 12 总述 青藏阡陌
- 16 青藏铁路沿线景观地图

总论

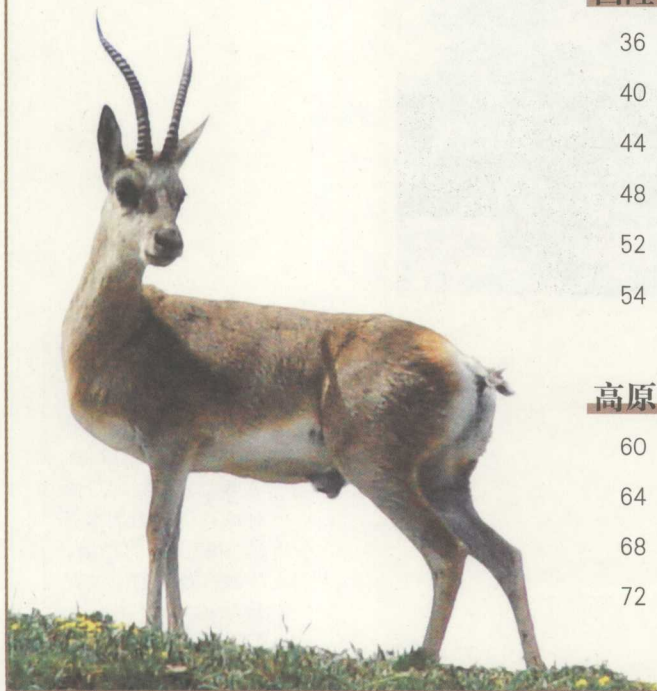
- 20 / 〇〇一 自然青藏
- 24 / 〇〇二 人文青藏
- 28 / 〇〇三 历史交通

西陲安宁——西宁

- 36 / 〇〇四 中国夏都——西宁市
- 40 / 〇〇五 土族民间艺术博物馆——互助
- 44 / 〇〇六 西天圣景——塔尔寺
- 48 / 〇〇七 蓝色的海洋——青海湖
- 52 / 〇〇八 候鸟的家园——青海湖鸟岛
- 54 / 〇〇九 美丽背后的伤疤——青海湖的过度开发

高原聚宝盆——柴达木盆地

- 60 / 〇—〇 龙脉之祖——昆仑山
- 64 / 〇—一 中国盐湖城——格尔木
- 68 / 〇—二 世界最大的盐湖——察尔汗盐湖
- 72 / 〇—三 沙漠卫士——胡杨林



青藏高原的保护区

- 76 / 〇一四 中华水塔——三江源
- 80 / 〇一五 长江源
- 82 / 〇一六 黄河源
- 84 / 〇一七 澜沧江源
- 86 / 〇一八 美丽的少女——可可西里
- 90 / 〇一九 不能忘怀的英雄——野牦牛队
- 94 / 〇二〇 严重恶化的生态

雪域牧歌——藏北草原

- 98 / 〇二一 鹰飞不过的地方——唐古拉
- 100 / 〇二二 西藏北大门——安多县
- 102 / 〇二三 藏北放歌——那曲草原
- 106 / 〇二四 纳木错与夏珠寺
- 108 / 〇二五 转世活佛制度的开创地——楚布寺

朝佛者心中的圣城——拉萨

- 112 / 〇二六 沸腾的温泉——羊八井
- 114 / 〇二七 朝圣之路——拉萨三转
- 118 / 〇二八 世界上海拔最高的宫殿——布达拉宫
- 120 / 〇二九 西藏最大的寺庙集团——拉萨三大寺
- 124 / 〇三〇 众佛汇聚药王山
- 128 / 〇三一 最绚烂的世界——圣城的节日
- 134 / 尾篇 铁龙飞驰舞青藏

137 附录 I

138 附录 II

139 助读书目

140 索引

142 旅游黄页



自序

阳光风雪雕塑的铮铮铁骨 ——青藏高原

历史，曾在这里辉煌！

当一代英睿神武的藏王松赞干布，以盛大的礼仪迎接唐朝文成公主的时候；

当宗喀巴在大昭寺梦见五位护法神，而兴建甘丹寺并创立黄教的时候；

当金碧辉煌、巍峨高耸的布达拉宫建成，举行大宴，以彰盛典的时候；

当吉德尼玛衮修建旷古奇观的阿里古格都城，弘扬佛教，抵御外侮的时候。

青藏高原，以它“地球第三极”的超然之势向世人散发着莫名的诱惑。行走在平均海拔4000米以上的青藏高原上，感受从高寒带到亚热带等六条垂直气候带，在雪山、草原、河谷、盆地领略不同的阳光和风雪，是多少人多少年梦寐以求的心愿和渴望。高原上强劲的风夹杂着沙尘雪粒，勾勒出青藏高原棱角分明的地形和高原人不羁的轮廓，犹如岁月笔下精刻的雕塑。

行走在这片神奇的土地上，满眼都是高原的壮丽——

那高耸云天的，是白雪皑皑的珠穆朗玛峰；

那水声轰鸣的，是激流汹涌的雅鲁藏布江；

那冰雪连亘起伏的，是“冰山之母”冈仁波齐雪山；

那绝壁千丈、连天一线的，是喜马拉雅大峡谷；

……

多少个世界第一，在这里汇集！多少种人间奇景，在这里展现！

在高原人的心中，有形的自然界里，无形的神灵无所不在，无时不在，山有神山，湖有圣湖……藏人自古不吃天上飞的、不吃水里游的。正是他们对自然生物的慈悲，使这里变成了地球上最美丽的伊甸园。江河，化作生命之源；候鸟，带来丰富的植物物种，让这里变成了人、兽、鱼、禽、草、树的雪域天堂！

青藏民俗文化中浓厚的宗教韵味由来已有数千年之久，行走在青藏大地上，无论是在高山之巅、野漠草原，还是在城村乡镇、佛寺经院，到处都有五颜六色的经幡和堆积如山的玛尼堆；到处香烟缭绕，弥漫着神秘的气息，影响着这片土地上的所有人和所有行为。雪山大河、蓝天碧水、艳阳夜雨、旷野惊雷……高原上所有的自然表现，都使藏

人对这片大地产生了敬畏和崇拜。本教作为西藏的原始宗教，认为万物有灵、崇拜自然现象，正是这种情感的外在形态。当佛教传入西藏，这种自然崇拜转变并进化得更加系统和完善。于是，有了高耸的神山和静谧的神湖，就有了转山和转湖的忙碌；有了众多教派的百花齐放，就有了各种法会和跳神的热闹。

千百年来，这片土地上的子民每天手里转着经轮，口念真言；五体投地，一步一叩地朝圣；他们在佛前往长明灯里添着酥油；他们默默地诵经、祈祷；让佛陀引领着他们，走向心中的光明和未来。是的，在坚逾磐石的信念面前，哪里还有迢迢的长路？哪里还有漫天的风雪？哪里还有冰冷的沙石？信仰，比雪山还高；虔诚，比磐石还坚！

行走于此，似乎这里的每个人都心中有佛，很多人把朝圣作为虔诚的终极表达方式。可以想象，并不是每个朝圣者都会幸运地完成他们的每一段朝圣路。在路上，没有人知道他们从哪里来，丈量了多远的路，还要继续走多久。而他们并不是每个人都能幸运地到达拉萨，漫长遥远的朝圣地是他们中某些人永远也到达不了的彼岸。他们中有人会因病痛倒在朝圣路上，在一个虔诚的长头后，身体以匍匐的姿势定格于大地上。

在这种氛围中产生的雪域文化自然独具魅力，这里不仅是无与伦比的宗教沃土，更是艺术沃土。它的文学艺术、建筑壁画、佛教典籍、雕塑唐卡等都颇有成就。这片土地拥有世界上最高的宫殿和最高的历史博物馆——布达拉宫；有世界上最长的英雄史诗——《格萨尔王传》；有世界上最大的室内铜佛——扎什伦布寺的强巴佛；有建于海拔5100米高山上世界海拔最高的寺庙——定日绒布寺……这神奇的高原文化积淀了数千年的丰富内涵，这湖光山色下的风土人情笼罩着神圣的雪域光环，致使许多人把能去青藏探险旅游视为梦寐以求的人生乐事。

这里是离天最近的地方，仿佛伸手能触摸到日月星辰。这里也是野生动物的乐园，高原上的雪山、草原、森林、湖泊为野生动物提供了天然的庇护所，在藏北草原，藏羚羊、藏野驴还会排成队伍与汽车赛跑叫板；到鸟岛去看数万飞鸟展翅高翔，遮天蔽日的景象，益发令人自感渺小。行走在青藏大地，任谁都不会感到寂寞，因为除了自然和人文景观外，还有那么多来自野生动物的温暖目光，它们是人类最亲近的朋友。

2006年7月，青藏铁路通车了，让更多人看到了这片耸立于地球之巅、气势恢宏的净土。这片土地的神奇和富饶，辉煌灿烂的历史文化、举世无双的自然景观、神秘深邃的宗教理念，必将成为更多人更真实的天堂。



总述

青藏阡陌

2001年，我有幸与藏区结缘，沿青藏线走了一段，虽没能全程走完，但触及了藏文化，内心被深深打动。至2007年初，我已八次进藏，并从各个方向沿川藏、滇藏、新藏、青藏四条公路，走过了青藏高原。

我因采写专题和拍摄纪录片，曾分别于2002年和2004年两次和我的同事们驾车穿过川藏线，并于第三次独自前往。川藏公路历来号称死亡线，沿途常能看到用猩红色油漆刷写的“危险”字样的警示标语，触目惊心之余让人觉得凶险四伏；还有悬崖边不少曾经翻落车辆的地方，总会由死者的亲人们插上三根旗杆，猎猎翻飞的白色经幡在险恶空寂的深谷上方诉说哀思，这让我的心常常紧紧地揪成一团。

川藏公路始于四川成都，在新都桥分为南北两线：北线经甘孜、德格到达西藏昌都，沿黑昌公路至那曲，再进入拉萨；南线经雅安、理塘、巴塘进入西藏芒康，后在邦达与北线汇合，再经八宿、波密、林芝到拉萨。北线全长2412公里，路途最为艰险，海拔最高点为4916米的雀儿山，冬季有些路段会遭大雪封山无法通行，夏季泥石流塌方遍布堵车是常事；南线总长为2149公里，最高处在海拔4700米的理塘县，路况比北线稍好，但落石区较多，行走途中常会飞来横祸。川藏公路是我国最长的公路之一，它跨越众多高山大河，修筑及维护之艰难恐怕是世界之最。

但艰险之处必有绝美风光，三次走川藏线，我都被其奇绝的美景和罕世的人文风情所震撼。

滇藏公路海拔起落不会太大，沿途城镇相对密集，且因延续了一千余年的商贸之路“茶马古道”主干道在此，所以造就了它的相对繁华。在云南段，以昆明为起点，柏油路面几乎已经贯穿全程，一直铺到与西藏交界处。进入西藏，经过的是林芝、山南等西藏海拔最低、气候最好、物产最丰富的地区，最后到达拉萨，全长1930公里。一路上地貌变化丰富，雪山峡岩、湖泊谷地遍布，更有江河奔腾、山脉横亘。相比川藏线来说，它的危险性小、气候海拔均更适宜，而且沿途景观纷繁、物资颇丰。这里的人民勤劳聪慧，擅长手工，生活和宗教用品做得很是精美繁多，后来我写了一本关于藏区手工艺的书，内容大都来自在滇藏沿线的采访与拍摄。

对于我来说，滇藏线是一条充满了生气与美感、却又不乏艰难与刺激的愉悦之途。

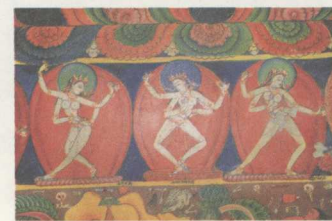
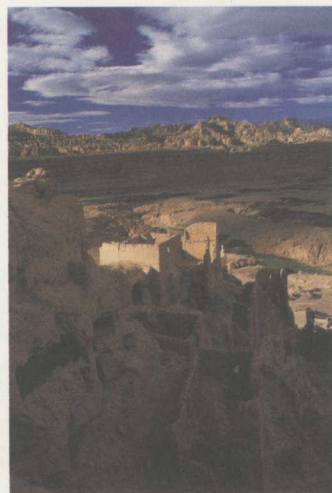
新藏公路北起新疆叶城，南抵西藏阿里地区的狮泉河，长度为1179公里，然后分南北两线在萨嘎县汇合，经日喀则地区进入拉萨，全长2841公里。我于2001年和2006年间分三次将其走完。途经峡南口、大红柳滩、日土宗和噶尔昆沙，跨过拉斯塘河、叶尔羌河、喀拉喀什河、狮泉河等河流，越过海拔6700米（此数据为山口石碑上的标注，但据说并不准确，实际应在6000米左右）的界山大坂和海拔5432米的库达恩布等山口，从狮泉河走北线到萨嘎途中也会经过海拔逾6000米的山口。全线多为一望无垠的戈壁沙漠和常年积雪的崇山峻岭，有的路段数百公里见不到人烟。我2006年夏天走此线的时候正逢雨季，道路多处被水冲毁，行程倍受阻挠，回程又逢在扎达的发烧未愈，在重感冒的情况下我从狮泉河搭车走北线回拉萨，四天的行程一直意志迷糊，几乎滴水粒米未进，只感觉生命在一点一点消耗殆尽。

微弱的生命在恶劣强悍的自然环境中的孤寂与无助，是新藏线和阿里给我留下的今生难忘的记忆，但恢弘诡秘的扎达土林和妖艳鲜活的古格壁画，也给了我历尽艰险的新藏阿里行最大价值的精神回馈。

说起青藏线，我的心情不禁轻快起来。如果第一次那不完整、但为我开启了藏文化大门的一段行程算数的话，2006年夏天和罗小韵老师为撰写本书而进行的这一程完整的行走，应该算是我对青藏线和青藏文化的第二次认知了。这一次，我们对青藏公路与铁路的沿途进行了细致的采访与拍摄，内心由衷地感叹，走在青藏线上，真的是很幸福啊！

青藏公路是一条非常舒适的进藏路线，青海省会西宁出发，经格尔木、那曲抵拉萨，全长1937公里，几乎全是比较平直的柏油路面，为国家二级公路干线，连小型轿车都可以轻松走完全程。而2006年7月全线通车的青藏铁路，其线路基本与公路并行，但舒适度和安全性又更有提升。于是，行驶在青藏线上，我们便只要放一颗轻松的心去欣赏美景便好。从黄土高原跨入高山牧区，那莽莽逶迤的昆仑山脉，浩瀚无边的可可西里草原，鲜活雀跃的野生动物，湛蓝静谧的高原湖泊一一在眼前掠过。虽然平均海拔在4000米以上，但路途的轻快可以减缓高原反应的程度，让我们可以充分地去享受一路上丰厚的精神馈赠。

公路青海西宁至格尔木段，翻越日月山、橡皮山、旺尕秀山、脱土山等高山，跨越大水河、香日德河、盖克光河、巴西河、青水河、洪水河等河流；从格尔木市出发，翻越四座大山——昆仑山、风火山、唐古拉山和念青唐古拉山；跨过三条大河，通天河、





沱沱河和楚玛尔河，平均海拔 4500 米；穿过可可西里、三江源、羌塘草原三个自然保护区，在西藏自治区首府拉萨市与川藏公路汇合。

第一次走这条路，印象最深的只有那公路边眩目的金黄油菜花和青海湖边如血的夕阳，第二次的行走让我对她的了解深入了许多。这是一段由公路和铁路串起的珠链，沿途景点繁多，神话传说和历史故事娓娓动人，现代建设者与保卫者的事迹也可歌可泣。从隐现于云雾山颠的昆仑芸芸众神到历尽磨难真实行走的大唐女子文成公主，我们

的想象力从遥不可及的天际遐想跌落到艰巨凄婉的历史事实；从格尔木及青藏公路的建设者慕生忠将军到浴血奋战牺牲在可可西里的英雄索南达杰，建设青藏线的艰难和保护青藏生态现状的紧迫，化作血泪的警示留给我们。

但是，青藏线最重要的使命不在于它为人们提供的观光功能，而在于它承载了80%的进藏物资的运输量。在西藏有一句话广为人知：“青藏公路堵车一日，拉萨物价不稳三天”，它可称得上是西藏人民的“生命线”，青藏公路建成通车50年来，国家相继投入近30亿元进行了三次大规模整改：1985年实现全线黑色化沥青柏油路面；1999年消除水毁和冻土等病害隐患；2004年8月，长1160公里的青藏公路格拉段三期改造工程通过验收，全球海拔最高的高原二级公路诞生，这使青藏公路的运载能力大大提高。每天都有大量运载货物的大货车行进在这条道路上，有时还会碰见大规模的解放军的运输车队，几十、上百辆大卡车整整齐齐鱼贯行驶在青藏公路上，场面蔚为壮观。不过这让我们的超车成了问题，要想超过一个车队，往往要花上一个多小时。

2006年7月，青藏铁路格拉段通车，这肯定是当年最好的消息之一，内地人心中的青藏高原不再高不可攀、圣城拉萨不再遥不可及了。青藏铁路从西宁至拉萨全长1956公里，沿途穿越昆仑山脉、横贯可可西里无人区、跨过唐古拉山垭口，基本与公路并行。全线处于海拔3000米以上，其中有960公里海拔高于4000米，最高点5072米。青藏铁路的开通，将彻底解决西藏物资、人员进出的困难、减少运输成本，扩大与内地的交流。专家分析，青藏铁路的贯通还将深刻改变西藏城乡居民的燃料和食物两大消费结构，进而改善西藏的自然生态和社会人文环境，推进可持续发展。

我们在火车车厢里以及沿途各个火车站对许多人进行了采访，总体感受到的是一种喜悦之情。火车的整洁漂亮可能是全国之最，能花那么少的钱坐在里面那么舒适地欣赏青藏高原景致，对于我这样体验过各种大小磨难才享到同等眼福的人来说，真是艳羡不已。而对于那些探亲访友或是朝拜旅行的当地人，现在不仅可以摆脱长途汽车上的肮脏拥挤，也省掉了很多的宝贵时间和金钱。他们眼中的愉悦和脸上的清爽是任何人都感受得到的。

“土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属。阡陌交通，鸡犬相闻。其中往来种作，男女衣着，悉如外人。黄发垂髫，并怡然自乐。”这是陶渊明对桃花源的遐想，但在我心中，这却是在历尽艰险后，青藏留给我的最美好最柔软的印象。

