

一个人平平常常走在路上就像散淡的诗行

行走

寻找生命的原色

王平君◎著

 华岳出版社



王平君 著 行走：

寻找生命的原色

华龄出版社

责任编辑：潘笑竹

责任印制：李未圻

图书在版编目（CIP）数据

行走：寻找生命的原色 / 王平君著. —北京：华龄出版社，
2014.6

ISBN 978-7-5169-0448-0

I. ①行… II. ①王… III. ①游记—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.4

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第086353号

书 名：行走：寻找生命的原色

作 者：王平君 著

出版发行：华龄出版社

印 刷：科伦克·三莱印务（北京）有限公司

版 次：2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

开 本：720×1020 1/16 印 张：21

字 数：200千字

定 价：45.00元

地 址：北京西城区鼓楼西大街41号 邮 编：100009

电 话：84044445

传 真：84039173

网 址：<http://www.hualingpress.com>



王平君

媒体人

有多种文字见诸报刊

好读书，喜行走

本书是作者近几年来

行走湖河山川的心性流露

自序

行走：寻找生命的原色

我喜欢行走，因为我觉得行走是在寻找生命的原色。有人说，行走是生命的一种姿态，而我认为行走能让生命获得真正意义，它是对生命真实的一种追寻，只有把微小的个体生命放到更加广阔的情景之中，才能发现这种真实。所以我喜欢行走，并把它作为生命的一部分，乐此不疲。

当我有了一些行走的经历之后，才发现行走能给生命以新的定义。一个不能行走的生命，不是一个有活力的生命，也不会是一个感知力很强的生命。在行走的过程中，当你面对一个纷繁的世界的时候，才感觉到生命的意义，并在与万事万物的联结、对话与交流中获得新的生命能量。行走是对生命真实的一种证明，并赋予生命以新的气象和新的格局。我总认为，除了那些大心量的修炼者，囿于一隅或坐井观天式的生命状态是局促的，逼仄的。没有开放的生

命，自然会流于封闭而委琐。生命的格局取决于心量的大小，也取决于心的开放程度，取决于站的高度和视野的广度，以及不断变化着的观看和感知世界的角度。无疑，行走是对生命宽度的拓展，并赋予其厚重感。当把山岳河川揽入怀中，把日月星辰纳进肺腑，生命的格局才能真正博大起来。

其实，行走不仅是对生命宽度的拓展，在某种意义上也是对生命长度的延伸。在现代生活越来越模式化、表面化、碎片化的今天，每个人都在重复着机械般的生活，日子被挤压成一摞毫无内容且无空间感的簿纸，死寂一般。每当回首以往的时候，会发现苍白的记忆中竟没有一点岁月的痕迹。现在人们在问：时间都去哪儿了？而我觉得更应该问：我们的生命都去哪儿了？我们的时间被毫无生气甚至没有意义的东西占领了，我们的生命伴随着被高度物化的心迷失了，那颗已经失去方向的心带领着疲惫的生命四处流浪，已找不到回家的路。心灵的残破，导致生命的残破，我们的生命已被日益膨胀的欲望以及失却目标的奔波撕扯得不再完整。生命像被撕扯的碎片漫天飞舞，我们已不知道自己是谁，不知道来到这个世界的真实目的。行走无疑是对破碎生命的拯救，是找回生命的完整。当我们面对一些新奇的景物时，我们就会被吸引，心开始变得专注，继而我们会被景物的美所打动，那些美好的景致会渐渐沉入我们的心底，滋润我们的心灵。心理学认为，只有当主观与客观高度融合的时候才能达到心灵的完整，继而达到生命的完整。当二元对立的观

念在心中消弭的时候，生命才能与大自然高度契合。此时会发现，当对美的客体欣赏放慢的时候，对时间的感觉也会慢下来，当可供我们回忆的东西增多的时候，我们的生命就延伸了长度。

行走，将生命投放给大自然，让大自然赋予生命以新的色彩和美感。人的天性是属于大自然的，我们的心性血脉和大自然息息相通。人的生命就是一个小世界，几乎储存了自然世界的全部信息，这不仅被两千年前的道家所发现，也被现代科学所证明。然而在社会化的过程中人离大自然越来越远了，人从大自然之子变成了被异化的社会人类，人原本属于大自然的天性正在丧失，本来简单而活泼泼的生命渐渐失去了原色和活力。作为人类，在生命被现代生活异化过程中，已经失去了对生命的知性和对生活的觉性，而是被物欲的、冷漠的、麻木的、粗糙的心带着四处流浪。人应该回到大自然之中了，大自然中的万事万物会教给我们如何对待生命，如何对待生活。“天人合一”是中国最古老的哲学思想，也是人类最具智慧的哲学思想。

我们在行走中，会发现大自然中一些美妙的景色，峻峭的山脉，蜿蜒的河流，倾泻的瀑布，平静的湖泊，广袤的森林，辽阔的草原等，它们在大自然中尽情地展现着各样的生命姿态，不事张扬，没有造作，自然而然。不经意间还会奇遇一些瞬间出现的景观，飞舞的彩虹，经天的流云，深邃的碧空，燃烧的夕阳，它们在瞬间的姿态变幻，显得自然而流畅，不纠结，不滞呆，似乎在暗喻我们生命

的原色本来如此。我们也会邂逅一些人和事，虽然有些已经过去了
几百年上千年，但与我们有着跨越时空的缘分。与他们相视以对，
用心同他们对话，会走进他们的内心，就能感受和理解他们内心的
秘密。有了这样的感受和理解，他们会在你的内心深处复活，成为
你的挚友。

行走中更有价值的是遇到生命中不可多得的绝美景色，这是造
物主呈现给我们最美妙而神秘的东西，它是给行走者最高的赏赐。
因为它超越了世俗，当拥抱它们的时候，总会感到一种强烈的震撼
力，有一种潜入心底的激动，这些绝色大美会颠覆人对美的判断，
修正人的审美能力和感受。当这些绝色沉淀到你的审美意识中的时
候，生命的格局以及生命的厚度乃至生命的整个形态都会发生变化，
因为你把它们纳入到生命的一部分。

这本书是我近几年来不断行走所记录下的真实感受，写下这些
东西与其说是展示给别人看，倒不如说是给自己看的。每当我重
读这些文字时，那些景色还有那些人物和事件都会在心中复活，当
我用心与它们交流的时候，会产生一种别样的亲近感。有时当我静
坐冥想的时候，会有一种美妙感从心底升起，我想，这些景色已渗
透到了我的生命中了。

2014年3月10日

目 录

- 1 在雅鲁藏布江上漂流 / 1
- 2 纳木错：聆听神语 / 17
- 3 星光下的青海湖 / 31
- 4 感受热贡 / 45
- 5 触摸冰川 / 57
- 6 闯入丹巴 / 69
- 7 啊！雅拉雪山 / 85
- 8 秘境神游 / 91
- 9 云朵下的康定城 / 101
- 10 岷江行 / 115

- 11 穿越若尔盖大草原 / 131
- 12 丽江慢板 / 147
- 13 虎跳峡听瀑 / 167
- 14 谒李白墓 / 177
- 15 月下采石矶 / 187
- 16 深秋之琅琊 / 197
- 17 漫步独秀园 / 223
- 18 眺望五台山 / 239
- 19 凝望卢舍那佛 / 253
- 20 泰姬陵：牛粪上的绝美 / 265
- 21 静静的额尔古纳河 / 273
- 22 库车：燃烧的大峡谷 / 287
- 23 岁月“魔鬼” / 297
- 24 远去的龟兹 / 305
- 25 喀纳斯：王者之水 / 319

在 雅鲁藏布江上 漂流

壹

是梦中的相见吗？你织云为幔，尊容难窥，让漫长的等待成为奢侈。我望着轻曼的流云，时而如薄纱一样飘然缠绵，时而如堆锦一般汨汨倾泻，缭绕的流云使我产生时空上的错觉，似刚从梦中走来，不经意间再次跌入梦中。峰前的流云模糊了梦境与现实的界限。我依然在梦中等你。

南迦巴瓦峰！我曾在梦中呼唤过你的名字。

贰

我今生笃定要见到你。

自有人尊你为最美的十大名山之首，引诱我曾做一千次的猜想：

你是以怎样的奇胜险峻或雍容美丽摘取如此桂冠；一座没有被唐诗宋词熏染过的山峰如何也生出如此魅力；你以怎样的气质征服了世人，让痴迷者踏上漫漫如同朝圣之路，用痴情和耐心等待你撩开神秘的帐幔。然而你太过矜持和傲慢，让雅鲁藏布江水漂走了几多失望和扫兴。

我来了，笃定要见到你。哪怕再一千次地来。

叁

为了一次心诚的朝觐，我完成了在藏地高原上的短暂行走。灵魂像风。

这是一种完全不同意义上的精神之旅。走进高原，每一个灵魂都会飞翔，穿行于圣湖神山之间，看天光云影，听风如天籁。我的心灵之翼掠过莽莽的可可西里，看飓风从荒无人烟的大漠上狂烈地扫过，依稀听见几缕衰草在风中的俯仰轻吟，偶尔还能看见藏羚羊警觉的身影和惊恐的眼神。可可西里让人感觉到这里充满肃杀之气与四伏的危机，在这与死神擦肩之地我们会对已经世俗了的灵魂投去几分鄙夷。我心凌空于念青唐古拉山之巅，看万豁冰川横卧山间，犹如冰清玉洁的童话。当第一道晨曦投射在冰川上，那里会射出一道幽蓝之光，犹如利剑划破长空，给人以冷艳之美。高原的雪峰壁立千仞，显得冷峻，但也显得真实。最让人感慨的是高原的景色

竟与佛的理念如此的契合，因此才使这苍茫的藏域成为真正意义上的佛国。蔚蓝天际下金碧辉煌的庙宇，飘拂起缕缕青烟，袅袅地升上了天空，悠悠的白云似浸润了香火的味道，无心的飘荡竟有佛禅的意味。巍峨肃然的白塔，经幡飞舞下的玛尼堆，那是灵魂小憩的地方；而对于那些修行来世的藏民来说，那或许就是进入天堂或来世的入口，他们只有不停地摇动经筒，不停地围绕玛尼堆转场才有可能找到这个入口。其实，在每一个海拔较高的山口，都能看到色彩张扬的经幡群，或许那是一种神秘的暗示抑或指引。而在我看来，那翻飞的情景让人感到心灵也在随之飞舞。那是灵魂最忘情的时刻，风一样的洒脱。

第一次那么近地接近蓝天白云，或许只有藏域的天空才具有真正的宗教情怀。天蓝得博大而深邃，博大得无边无际，深邃得想不到底，清纯空灵，纤尘不染，让人感到那里或许真的有天国存在。望着那片蔚蓝，望着那白云缥缈而偶在隙间露出的那一块深不可测的深幽，会让人一次次地遐想，那才是心灵得以舒展的地方，是灵魂的家园。没了恐惧、疲惫和僵硬，灵魂才会如流云般飘逸而灵动。

肆

清晨。我向雅鲁藏布江而来。

晨光。山峦。闲云。苯日神山。

站在江畔，眺望这座藏东南著名的神山，阳光正爬上雅鲁藏布江对岸苍茫的山峦，把彩色之光奉献给巍峨的山体。威严冷峻的苯日神山在晨光的沐浴下显出几分柔和。谦恭地注视着它，像礼佛一样虔诚。它山势崑然，万峰千仞，冰雪冠盖，冰川射出的光芒似佛的睿智之光，照遍崇山峻岭。回望雅鲁藏布江，一条绿水逶迤而来，融入江中。两江交汇处，看不出无奈的挣扎与撕扯，不知是主动融合还是强行吞并，一切都显得和谐与从容。这条河叫尼洋河，经过漫长的流淌，至此与雅鲁藏布江融为一体。我回想着刚才路上见到尼洋河的情景，感慨它的绰约风姿，它同样也有着自己的千般风情啊，却心甘情愿地归属另一条江水。来雅鲁藏布江的路上，天色刚启，晨光熹微。曙色朦胧在尼洋河宽阔的河谷上，一片阔大的河滩灌木丛就在朦胧的静默中等待第一缕曦光的到来。那被一簇簇灌木丛割裂成碎片的水面，把河谷渲染成一片宁静的水墨，暗淡的水色中有被风梳理成线条状的流云，还有已经疲惫了的稀疏的星斗。尼洋河从长满灌木丛的河谷缓缓淌过，在朦胧的曙色中静若处子。

我的思绪就是这样随着尼洋河水轻轻泛起的涟漪闯进了雅鲁藏布江。

伍

我在雅鲁藏布江上漂流。御风而下。

心绪在雅鲁藏布江上飘荡。那缥缈的河流蜿蜒于崇山峻岭，但见两岸青山，叠嶂逶迤；河边平畴，翠色如染。山坳里的红蓝顶的藏居，与浓绿相映衬；炊烟升起，在山脚下缭绕出一派山水诗意，每一个诗句都浸润了欲滴的翠绿，每一个画面都湿漉漉的爽腻。雅鲁藏布江边有被流水冲积而成的白色沙洲，经过江水多情的梳理，沙洲平坦如砥，上有万杆经幡，在晨风中欢快地舞动。阳光透过山峦斜射过来，偶见几座山顶上还覆盖着皑皑白雪，那是六月的残雪，悄然地在季节的律动中等待融化。

雅鲁藏布江河谷被绿色所覆盖，或许只有雅鲁藏布江的绿色在蓝天白云和雪峰映衬下呈现如初的鲜亮，随着季节的老去，但绿色不老，直到秋的到来，那鲜亮的绿色才被五彩缤纷所占领。雅鲁藏布江的绿的确绿得有些奢侈和忘情。我曾在去日喀则的路上看过高原上荒野秃山中的雅鲁藏布江，在荒漠的河谷中淌过，江水有些瘦弱，流淌得有些迟缓。偶尔河谷中有一片片绿色的灌木丛，给干涸的河谷以些许生机，也给这疲惫的江水些许安慰。此时的雅鲁藏布是瘦削的、孱弱的，像个营养不良的汉子，在荒漠的路上踉跄地走着，走得有些悲壮，有些沉重，有些英雄气短。艰难的流淌需要毅力和耐性，雅鲁藏布江经过漫长的跋涉之路，不断地蓄积能量和勇气，不断地孕育神奇。突然，它把一路上蓄积的能量化作一柄利剑，以巨大的勇气和锐不可挡的气势劈开了世界上最高的山脉喜马拉雅山，然后闯进了藏东南这个绿色王国。由于雅鲁藏布劈开了喜



马拉雅而成就了藏东南这片绿洲，而这片绿洲也成就了雅鲁藏布。它不仅在这里创造了世界上最雄伟险峻的大峡谷，也成就了南迦巴瓦峰奇峻的景色。最近，在一些权威性的评比中，雅鲁藏布大峡谷被誉为第一大峡谷，而南迦巴瓦峰名列最美的十大名山之首。也正是雅鲁藏布和南迦巴瓦的奇绝险峻奠定了它在世界风景中的位置，而它的美学价值也正在进入人们的视野，并不断地进入人们的精神世界，它给人带来的审美情趣和其蕴含的超自然的精神力量，将会超越我们已经熟知的风景和已经成为文化符号的那些江河山川。

陆

在雅鲁藏布江上漂流，心情是宁静的，但心绪却是放纵的。神廓四野，心游八荒，我的心游走于蜿蜒于崇山峻岭的雅鲁藏布江河谷，感受它的雄浑博大，触摸它奇异的力量。

我的心绪首先触摸到雅鲁藏布江的源头，那是喜马拉雅山脉西段北麓的杰马央宗冰川，冰川的融水像乳汁一样洁白，这点点滴滴都在酝酿着一个伟大的河流。雅鲁藏布江在古藏文中被称为的“央恰布藏布”，意即“从最高顶峰上流下来的水”。其实，对雅鲁藏布江的称呼，我更喜欢“天堂的马匹”这样的意象概括。这匹“天堂的奔马”跨越了西藏高原，它向东流经了后藏谷底日喀则，沿着冈底斯南部的山谷，过扎囊而达林芝，行至南迦巴瓦峰下的森林地

带，掉头向南生生切开了喜马拉雅山，围绕南迦巴瓦峰形成了一个马蹄形大拐弯，然后进入墨脱。雅鲁藏布江在中国境内有2077公里，在巴昔卡出境后，流经印度成为布拉马普特拉河；又向西进入孟加拉，成为加拉贾木纳河；汇入恒河后，在孟加拉湾进入印度洋。

我曾反复咀嚼着雅鲁藏布江的一路行程，想象着它在高原上行走的姿态，回味着它在中国江河中的特殊意义。我总觉得它较之长江、黄河经历了更多的艰险和磨难，同样它有着更加非凡的创造力，同样有着睥睨一切的英雄气概。雅鲁藏布江虽然缺乏唐诗宋词的熏染，但是它自始至终浸润在佛教文化之中，而这种宗教的氛围弥漫在整个雅鲁藏布江的行程中，并以其高原特有的山水形式表现出来。无论你是否了解佛教，抑或是一个极普通的众生，你都会在这伸手可触及的白云缝隙的蓝天上释放自己的灵魂，让已经沉闷僵硬的灵魂舒展升腾，让心灵超越，让人性回归那一片空明。

柒

舟至大渡卡。阳光下呈现出一座城堡遗址。城堡遗迹犹存，但已被时光消磨成废墟。城堡依稀可见残垣断壁，坍塌已尽，一派苍凉；只有风中的经幡猎猎飘舞，诉说未了的悲壮。远山近水，夕阳残照，这风景中的废墟几近被流逝的时光所淹没。这座城堡是工布王的军事堡垒，它的后侧以群山为屏障，前面有雅鲁藏布江的绝壁，