

爱上行走

Walk:
travel on your time

著

王忠民

王晓晶

魅力巴顏喀拉

志安題

王忠民

仰望藏地

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

爱上行走

Walk:
travel on your time

著

王忠民 王晓晶

魅力巴顏喀拉

志安题



仰望藏地

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

仰望藏地 : 魅力巴颜喀拉 / 王忠民, 王晓晶著. --
北京 : 人民邮电出版社, 2013. 9
(爱上行走)
ISBN 978-7-115-32602-7

I. ①仰… II. ①王… ②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(2013)第170116号

内 容 提 要

本书是一本全面了解巴颜喀拉地区风光、风情、人文、历史的游记类图书。巴颜喀拉山是一座伟大而神圣的山脉, 横跨青海、西藏、四川3省区, 也是青藏高原最主要的山峰。但由于其地理位置偏远、海拔较高、历程艰险的缘故, 很少有人去那里探秘。为向世人揭开巴颜喀拉山的神秘面纱, 作者花费了多年的功夫, 去那里采风和搜集素材, 除去过一些知名景点外, 有许多则是尚待开发的人迹罕至之地。

-
- ◆ 著 王忠民 王晓晶
责任编辑 李 健
执行编辑 周 璇
责任印制 彭志环 杨林杰
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 889×1194 1/20
印张: 9
字数: 280千字 2013年9月第1版
印数: 1-3 000册 2013年9月北京第1次印刷
-

定价: 68.00 元

读者服务热线: (010) 67132837 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

序言

在遥远的天际，有一片净土，一片圣土。那里水草丰美，牛羊成群；那里风光旖旎，天高云淡；那里民风淳朴，自由安详；那里伟大神圣，令人向往……

这便是我思念多年的那片土地——巴颜喀拉。自孩提时代在课本上熟悉了这个名字之后，便在心灵中产生挥之不去的情愫，以致在50多年的人生年轮中，留下了深深的印痕。

那是一片美丽的土地，蓝天好像被人擦过，空气好像被谁滤过，白云好像被漂洗过，山岭好像被装饰过，任你随意选择一处山川、河流，很快便完成了一个完美的构图；只要随便按动一次快门，瞬间便是一幅精美的照片。

那是一片自由的土地，藏族同胞在那里自由自在地放牧，转场，过着田园牧歌式的生活，没有嘈杂，没有苦恼，没有尔虞我诈，没有勾心斗角，除了高原的风迹，听到的只有牛羊的叫声和浑厚悦耳的歌声。

那是一片圣洁的土地，一座座矗立在云中的雪山，便是藏民们心中的神山、圣山。藏族同胞虔诚地跪拜，不仅传承了佛教，更重要的是产生了独特、厚重、极具地域特色的藏传佛教文化。所以，这里的佛教文化才让众多的外来者感到困惑、不解、惊奇和赞叹！

那是一片神奇的土地，看上去就像有人在起伏连绵的山峦中，铺上一层重绿色绒绣般的地毯，地毯下不断渗出清澈甘甜的乳汁，又十分随意地化作沼泽、海子、小溪，继而是河汉、湖泊、激流，最后形成了雄浑奔腾的黄河、长江、澜沧江……

如果说湿地是“地球之肾”的话，那巴颜喀拉山下这块净土，就是中国版图上的肾脏和肺部。这个世界上最、最大、最高、最大的高原湿地，不仅孕育了黄河、长江，同时也把纯净的乳汁、湿润的空气，源源不断地输送到我国的东部地区。据有关专家称，这里的气候状况直接关系到我国华中、华东、华南地区的生存环境，如果这里的植被遭到破坏，中国大部分的地区将会变为荒漠，这并非危言耸听！

想到此，采风中的我不由地放慢了寻觅的脚步，觉得这里的一草一木都是那样的圣洁，那样的金贵，那样的令人崇敬。我开始怀疑自己的行为，不该用带有尘世污垢的双足，去踩踏这片土地，甚至不敢用“开放”、“开发”这样的字眼触碰我的笔端，生怕给这片心中的净土带来忧虑和不安。

为了巴颜喀拉，为了长江黄河，为了子孙后代，为了中华民族的生存和发展，我们理应保护好中国西部这块最后的净土，让她永久地保持着原始古朴、纯洁自然的美，永驻我们华夏儿女的心田。

为了探寻这片神圣的土地，实现多年的夙愿，我利用每年外出创作的机会，连续4年到巴颜喀拉山区采风，几乎走过了巴颜喀拉山南北大部分土地，目睹了当地的壮美景观和独特的人文风情。那里的一山一水、一草一木、一村一寨，都永久性地凝固在我的镜头中、脑海里……



目 录

序 言

一、走进黄河源头	1
二、探寻巴格玛尼石墙	8
三、天赐绝景尕尔寺	18
四、年保玉则神山	26
五、藏在深山人未知的玛柯河	34
六、达日：巴颜喀拉山秘境	52
七、富丽堂皇的道孚藏民居	64
八、留在巴颜喀拉第一村的记忆	70
九、新寨：世界上最大的玛尼石堆	78
十、玉树赛马会：在云间狂歌劲舞	88
十一、巴颜喀拉：祖国最大的花园	96
十二、风光旖旎的澜沧江上游	104
十三、俊美友善的康巴藏人	120
十四、源头的黄河最美	128
十五、神奇多彩的藏经幡	138
十六、伟大的父亲山	150
十七、三江源头见闻录	156
十八、大话巴颜喀拉（并非尾声）	166
后 记	172



远眺鄂陵湖

在我踏遍祖国之旅的计划中，不知曾有多少次将黄河源头列入其中。这次不远数千里专程赶到青海省玛多县，主要目的地便是探寻黄河源头。在出发之前，曾在网上对黄河源头进行了一些了解，扎陵湖、鄂陵湖、星宿海、牛头碑，一个个极具诱惑力的名字，常让人激动不已；一串串像长了翅膀一样的神奇故事，不时地在眼前飞来飞去，真是人还没到源头处，梦中畅游已几回了。

可天公不作美，赶到玛多县的当天早晨天竟然哗哗地下了大雨。但我们还是禁不住黄河源头的巨大诱惑，决定冒雨前去，在风雨中探寻母亲河的伟大，领略西部荒原的别样风采。出玛多县域不远，草原上的蜿蜒小道慢慢代替了平坦的沥青路面。那路很难称得上是路，只不过是车子在草地上跑得多了形成的印痕。行车中，开车的司机对我们说，这个季节黄河源头的天气变化无常，能否拍到黄河源头就要看你们的运气了。

汽车行驶了1个多小时的光景，雨渐渐停了下来，正前方的天际间，裂开了一条缝隙，飞逝的烟云下露出一抹的亮丽。随着亮缝的不断扩大，一条似云非云、似雾非雾、似山非山、似水非水的物体横亘在我们面前。司机告诉我们，那就是人们常说的鄂陵湖奇观。原来是雨后初晴时分，在天空和大气的综合作用下，鄂陵湖宽阔的水面会呈现乌青色的山丘状，非常美丽壮观。还没到鄂陵湖就先饱了眼福，看到了鄂陵湖奇观。

我们来到鄂陵湖边，才看到了她的真实面目。这哪里是湖，分明是一个大海。一群海鸥状的鸟不知从什么地方飞来，在距我们不远处围着我们嬉戏、飞翔，那自由自在的样子，着实让人惬意、神往。各式各样的奇花异草将鄂陵湖边变成了一座美丽的大花园。

忽然见前方有20多位藏民和僧人正在山半腰上。一位撑着佛伞，穿着红迦装，领袖样的僧人走到我们面前，和颜



鄂陵湖边到处开满的鲜花

悦色并用不太熟练的汉语和我们说话，他身后跟着一个汉语讲得很好的小喇嘛做翻译。当他得知我们是新闻记者，是从黄河源头起沿着黄河采风，目的是向世人宣传保护母亲河时，那位僧人先是上前握住我的手，之后又抱我的肩膀热情地说：“哎呀，真是缘分，我们的目的是一样的。”接着就跟我攀谈起来。

交谈中我们得知这位僧人叫格拉闹吾，是青海省达日县一座大寺院的活佛。当他得知由于人们在黄河源头无节制地放牧和捕捉鄂陵湖中的神鱼，致使鄂陵湖水位每年下降 1 米多



格拉闹吾活佛在雨中的小帐篷里正为黄河源头祈祷



行车途中抓拍到的藏原羚

深时，为了保护这孕育母亲河的水源，从2003年开始，每年都要和另外两位活佛带领弟子到鄂陵湖边举行“煨桑”活动，祈求上天保护鄂陵湖、扎陵湖，保护母亲河，给黄河沿岸的人民赐福。在他的感召下，当地的牧民自觉地加入到保护母亲河源的行列，相关部门拆掉了鄂陵湖边的渔场，再也没有人到湖中捕鱼了。从此，鄂陵湖中的神鱼慢慢多起来，

湖水也慢慢上涨了，如今已涨到了最高点。

听完格拉闹吾活佛的话，我心中不由得升起一阵热浪，同时为他的精神所感动。想想僧人们保护黄河源头的这片赤诚之心，我们也应该去爱护身边的一草一木，保护大自然对于人类的恩赐。

临别时我再三向格拉闹吾活佛道谢，活佛双手合十和我

们告别，并说：“愿佛祖保佑你们！”

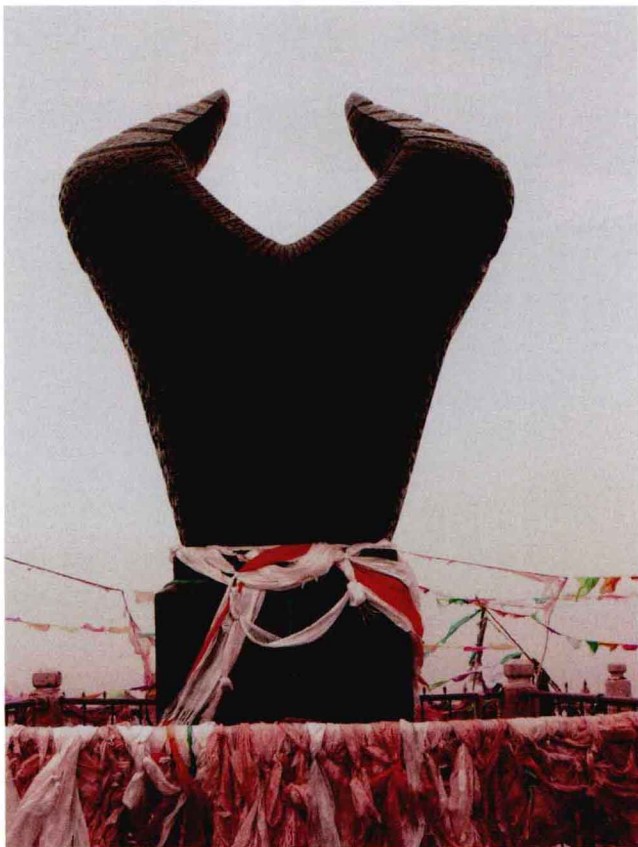
越往黄河源头进发，天地间越显得地旷人稀、荒凉无比。透过蒙蒙细雨，我们不时地在车两边看到野驴、黄羊等野生动物，至于湖边的野鸭，那真可谓成群结队了。在一个山坡处，我竟然发现了一群羚羊。我拿出长焦镜头对准了目标，刚按动两下快门，它们便飞也似地消失了。我当即回放了一

下，以为拍到了青藏高原最珍贵的动物——藏羚羊。后来参考有关的资料，我才知道拍到的并不是藏羚羊，而叫藏原羚，俗称“白屁股”。

我们的车有两次车轮打滑上不去坡，大家便冒雨推车，继续艰难前进。经过大家共同努力，我们终于登上了黄河源头的顶峰——4610 米的错日杂则日峰。



在黄河源头遇到的藏族老人



黄河源头纪念碑（牛头碑）



黄河是由无数的细流形成的

我们多想即刻就去欣赏黄河源头纪念碑的高大雄伟，马上去鸟瞰黄河源头两湖相望的壮观美丽，可上天好像有意要压抑一下我们的情绪，雨下得更大了，风刮得更猛了。约过了半个小时的光景，雨住了，风小了，天际开始出现一条橙色的亮缝，只一会儿的功夫，一片片乌云就变成了灰蓝色，天空也逐渐亮了起来。我们急忙向顶峰奔去，有人边跑边喊：“感谢苍天赐福，我们要看到黄河源头了！”

在错日则日峰主峰，矗立着一个巨大的纪念碑。那纪念碑状若一个不屈不挠、奋力向上的牛头，雄壮威武、直指苍天。碑名“黄河源头”4个大字苍劲有力、气贯长虹。她是整个中华民族的象征，也是无数华夏儿女心中的偶像。在该碑的四周，摆满了花束、哈达，还有无数印满经文的经幡，这些溢满华夏儿女（也包括外国朋友）情感的物品，不仅表达了全国各族人民对黄河母亲的爱恋，同时表达了天下所有人保护母亲河、爱护大自然的共同心愿。

当我们怀着极大的兴致，把主峰黄河源头纪念碑周围的镜头拍完时，老天真像特别关照我们，瞬间四周的乌云已经淡去。虽没见到太阳，天空已增亮了许多。“黄河源头！”

随着大家的惊叫，我们一齐把目光锁定在山脚下的鄂陵湖上。随着前方的浮云慢慢退去，一幅宽阔、壮观、美丽的画面展现在我们眼前，顿时让我们惊愕、发呆。

但见在鄂陵湖的上游，有数千个小湖泊（在这里称作海子）通过无数条湖汊，与鄂陵湖巧妙地连在了一起。正是因为有了这成千上万的大小海子，是她们最先把大地的乳汁积蓄起来，然后再源源不断、毫无保留地向湖中输送源泉，最终形成了孕育母亲河的鄂陵湖、扎陵湖，同时也形成了在错日则日峰一山观两湖、两湖竞媲美的壮丽景观。经过鄂陵湖、扎陵湖流出的水，才形成了中华民族的母亲河——黄河。

此刻，你只有称赞造物主的伟大，是她为人类留下这稀世的杰作；你只有称赞大自然的无私，是她敞开广阔的胸怀，让我们凝视畅想，任我们用情感抚摸；你只有赞叹母亲河的魅力，是她撩拨了华夏儿女的缕缕情丝，让我们这些亲临其境者郁发不完的感慨，拍不完的照片，抒不完的豪情，唱不完的颂歌。

伟大而美丽的黄河源头将永久地留存在我们的记忆中。



巴格玛尼石墙

二、探寻巴格玛尼石墙

我记得第一次见到玛尼石是在四川的稻城，在向亚丁景区行进的时候，在路旁常看到许多人工堆砌的石头，而且上面都刻有经文。这些玛尼石都是从几十里或上百里外的地方由人背过来的，每一块石头都代表着一个心愿。

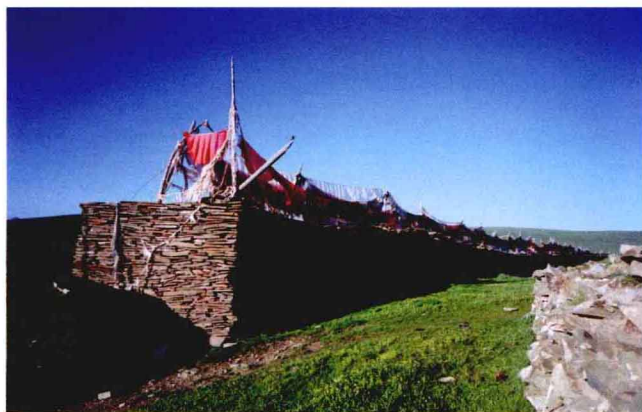
我们来这里是为了看风景，而藏民们来这里却是为了朝拜神山，又称“转山”。因为亚丁的几座终年不化的大雪山，被当地藏民们视作神山，他们常常前来朝拜，以求神灵赐福和平安。当然这其中也有一些许愿者，出于诚心，他们在家刻好玛尼石，然后背上石头，带着干粮，将玛尼石送到神山的面前。更有一些心甚诚者，竟是三步一叩首地把石头送到这里。

这些玛尼石主要分布在藏民居住的地区，以巴颜喀拉山周围所见较多。在巴颜喀拉山地区，又以巴颜喀拉山的腹地，也就是在青海、四川、西藏三省区的交界处更为集中。如果说你为在巴颜喀拉山南麓四川省的甘孜、阿坝地区，在巴颜喀拉山东端青海省的久治、班玛等县见到一些玛尼石堆感到惊奇的话，那当你来到黄河源头的玛多县、长江源头的治多县，到过青海省的玉树州，到过四川省的德格、石渠县，看看那里的玛尼石，你才真正觉得是小巫见大巫了。在这里，又以石渠的巴格玛尼石墙和玉树的新寨玛尼石堆为典型代表，它们分别被冠以“世界上最长的玛尼石墙”和“世界上最大的玛尼石堆”的称谓。

巴格玛尼石墙位于四川省石渠县境内与青海省交界处，路途遥远，交通非常不便。那天早上5点钟，天蒙蒙亮我们就驱车上路了，陪同我前往的是玉树州老干部局尕卓局长，他个头不高大，很精干，是我在玉树新结识的朋友。开车的师傅叫彭措，40多岁，身体强壮，典型的康巴汉子。

我们从玉树沿着至西宁的公路向东行驶，过了通天河后再向南走。这一路上风光很美，特别是在青海和四川交界的地方，到处开满五颜六色的野花。这个交界处名叫安巴拉山垭口，海拔高度为4700米，比最高的巴颜喀拉山垭口仅低了百十米。过了垭口向四川境内进发，几乎没感到有什么变化，路两边的风光依然很美，我甚至还看到了野生的藏羚羊群，这着实让我高兴了好一阵子。去巴格玛尼石墙的路实在不能称得上路，开始是沿着山旁边走了一段，到处是泥水坑子，有时则觉得突起的石头碰着了底盘。彭措师傅索性把车子开到了草原上，倒是让我们享受了一阵子，但后来却差一点没拐到路上去。

一路上我们见到了多座规模不一的玛尼石墙，尕卓局长也风趣地说：“看起来我们是到玛尼石墙的故乡了。”



途中发现的几座玛尼石墙



热崔玛尼石墙

终于，我们看到巴格玛尼石墙了，远远望去，它就像一座巍峨的堤坝，又像是一座古代的长城，在绿色的草原里显得十分醒目、壮观，还像一条用石头筑成的巨龙，自由飞舞在广袤的天地之间。

根据太阳的阴影判断，巴格玛尼石墙应该是东西走向，由于路的关系，来人最先看到的应该是玛尼石墙的西端。玛尼石墙的最西头是一座寺院模样的佛教殿堂式建筑，相当于石墙的城头堡，里边供奉有一些神像，还有一些物品及有关介绍等。

紧挨着这个建筑的就是玛尼石墙，这里的玛尼石墙看上去是整个石墙的最高部分，相当于整个石墙的龙头。在石墙的两边，还有几座用玛尼石垒成的佛塔状的建筑，看上去很有个性和特色。靠石墙的北面，有一个若房屋大小的空间，里面放着一个约2米高的转经筒，来人经过这里时，都要

进去将经筒转上3圈，以求佛祖赐给平安。

据介绍，巴格玛尼石墙的长度约为1.6公里，高度约为3米，宽度约为5米。而我们的彭措师傅，用汽车里程表测量的长度则为2公里。石墙的高度和宽度也可能指的是平均数，因为在西端“龙头”处，据我们目测的高度，起码应该是六七米。关于这里玛尼石的数量，有关人员说，原来大概是26亿块，这几年一直都在增加，现在恐怕谁也说不准有多少块了。与我们在路上见到的几座玛尼石墙一样，巴格玛尼石墙全都用大小不同、薄厚不一的片石筑成，每一块上面都刻有经文或图像，具有典型的藏传佛教色彩。之所以巴格玛尼石成墙，就是因为片石垒起来方便。

走过了一段石墙后，接着是一段精美的佛塔夹在其间，在整个巴格玛尼石墙中间，夹进了好几段这样的佛塔。靠西端与玛尼石墙并行的，也是数十座美丽的佛塔，看上去非常



巴格玛尼石墙局部



