



良心茶遊記

茶葉鋪成的天路(下)

從甘孜巴塘渡過急流滔滔的金沙江，就踏上川藏茶馬古道入藏的第一站——西藏昌都的芒康縣。芒康，藏語意思是「奇異富饒之地」(「善妙地域」)。地處青藏高原東南部，與雲南高原接壤，屬三江(瀾滄江、金沙江和怒江)流域峽谷區。境內群山起伏，多峽谷，山體多為南北走向，地形複雜。

芒康所在的昌都地區是茶馬古道的咽喉地帶。三條茶馬古道都與昌都有着密切的關係，其中，川藏線和滇藏線都必須經過昌都。昌都，藏語意思為「水匯合處」。扎曲河和昂曲河在此相匯為瀾滄江。昌都古稱為「朵康木」，據稱是《西遊記》中女兒國的原型。

唐代昌都為吐蕃王國的一部分，元朝將西藏納入版圖後，在昌都和甘孜設置朵甘宣慰使司都元帥府。明朝政府也在此設置朵甘指揮使司。清朝時，昌都地區受駐藏大臣和達賴喇嘛共同管理。明清以後統稱此地為康藏地區。

昌都地處橫斷山群山懷抱之中和三江(金沙江、瀾滄江、怒江)流域，位於西藏東部川、藏、滇三省交匯處，東與四川省隔金沙江相望，東南與緬甸及雲南接壤，北與青海省交界，西南西北與西藏林芝和那曲市相連，是西藏東大門，為西藏與內地商貿往來之樞紐，四川和雲南入藏的門戶，「茶馬古道」的要衝。平均海拔在3,500米以上，山高谷深、地形複雜、氣候多變，「一山有四季、十里不同天」。這裏河流縱橫，有怒江、瀾滄江、金沙江三條大江，形成「三江並流」的世界奇觀。



作者於色季拉山口海拔4,700米處遙觀南迦巴瓦峰。 作者供圖

歷史上，「茶馬古道」幾乎貫通整個昌都市。現在經過昌都境內的滇藏線和川藏線多條國道以及省道等，都是古時「茶馬古道」的主要線路。過去從昌都經林芝到拉薩，要經過無數艱難險阻，經歷許多死亡威脅。要攀登多處陡削的岩壁，兩馬狹路相逢，進退無路可讓，只能將瘦弱老馬推下懸岩，讓大隊人馬通過。要涉過多條洶湧咆哮的江河，還要經受變幻莫測的風雨侵襲，天寒地凍。馬幫隊均需自備武裝自衛，攜帶幕帳隨行，風餐露宿，每日行程僅20至30里。

在昌都市的左貢境內要翻過川藏南線上海拔第一高的東達山垭口(海拔5,130米)，八宿縣境內要經過川藏路上的魔鬼路段怒江72道拐。「怒江72道拐」是怒江大峽谷坡陡路險的盤山小道。從最低點海拔3,100米，一路攀升到最高點業拉山口海拔4,658米，再盤旋下降至邦達鎮金沙江邊海拔4,100米，長約12公里，垂直海拔下降1,000多米，實際統計有130多個彎，一路都令人膽戰心驚。

拉薩的東大門林芝地區，古稱工布。地廣人稀，總面積11.5萬平方公里，到目前常住人口僅約24萬(2020年)。南部與緬甸和現今仍被印度佔領的藏南地區接壤，邊境線長達1,000多公里。在林芝境內，喜馬拉雅山脈和念青唐古拉山脈似兩條巨龍由西向東平行伸展，海拔7,782米的南迦巴瓦峰是龍脊上的白色頂峰。林芝境內還有世界上最深的峽谷——雅魯藏布江大峽谷，以及世界第三深度的峽谷帕隆藏布大峽谷，是世界陸地垂直地貌落差最大的地帶。南迦巴瓦峰是西藏最古老的佛教「雍仲本教」的聖地，號稱「西藏眾山之父」。南迦巴瓦在藏語中的意思是「直刺天空的長矛」，《格薩爾王傳》中將南迦巴瓦峰描繪成「狀若長矛，直刺蒼穹」。南迦巴瓦巨大的三角形峰體終年積雪，雲霧繚繞，從不輕易露出真容，所以也被稱為「羞女峰」。雅魯藏布大峽谷繞着她轉了一個馬蹄形的彎，隨後向印度洋方向延伸出去。

林芝市的波密縣號稱「冰川久鄉」。境內雪山連綿，冰川密集。2,000餘條冰川分布在被地質運動擠壓得峭立的山體之間。許多冰舌直插蔥



青藏高原死亡地帶 作者供圖

鬱鬱的原始森林，冰川與森林親密共存。發源於波密的卡欽冰川是中國最大的海洋性冰川，長達35公里，面積172平方公里。多條冰流經過無數寒暑春秋，沉澱出一條長達17公里的狹長冰舌，在陽光下泛着幽蘭光澤。

在波密與林芝縣的交界處，要經過川藏道上最為凶險的「死亡路段」，全長14公里。由於地質構造和天氣變化，這一帶經常發生滑坡山崩。歷史上曾發生過一次世界罕見的巨型山體崩塌，一個約3,000萬立方米的楔形山體，在6分鐘內被拋射、衝撞、粉碎、移動、堆積到了溝口。堆積的土方量，相當於11座三峽大壩的澆築方量。崩塌的最大落差達2,580米，滑坡的最大垂直運距640米，最大水平位移為6,700至7,000米。現今國家已將面積達2,160.6平方公里的特大山崩災害遺蹟區，規劃成為國內最大「露天地質博物館」。

茶馬古道幾乎橫穿了整個青藏高原。號稱「千山之祖，萬水之源」的青藏高原，是世界上海拔最高、面積最大的高原，被稱為「世界屋脊」或「地球第三極」。茶馬古道所穿越的青藏高原東緣橫斷山脈地區，是世界上地形最複雜和最獨特的高山峽谷地區，其崎嶇險峻和通行艱難為世所罕見。茶馬古道沿途皆高峰聳雲、大河排空、崇山峻嶺、河流湍急。據統計，經川藏茶道至拉薩，「全長約4,700華里，所過驛站56處，渡竹筏51次，渡繩橋15處，渡鐵橋10座，越高山78處，越海拔9,000公尺以上之高山11座，越5,000公尺以上之高山27座，全程非三、四個月的時間不能到達。」茶馬古道沿線高寒地凍，氧氣稀薄，氣候變幻莫測。一日之中可同時經歷大雪、冰雹、烈日和大風……當地民諺曰：「正二三，雪封山；四五六，淋得哭；七八九，稍好走；十冬臘，學狗爬。」千百年間，漢人的茶、藏區的馬，在南來北往的交流中融合成了一條天路。那是一個時代的偉大華章。時至今日，駝鈴聲雖已遠去，沿途景物也經滄桑改變了容顏，但茶馬天路，千秋茶香，天堂秘境，萬古常青。

豆瓣閒話

青絲

鬆弛感

喬布斯曾說他特別喜歡和聰明人打交道，內心鬆弛，心態開放，更注重自己能獲得成長的東西，即使被他人冒犯，也不易受情緒干擾，為了捍衛「面子」、證明自己沒有錯，形成無謂的人際消耗。近來流行一個詞「鬆弛感」，倡導現代人學會減壓，少一點焦慮，以為更為放鬆的姿態面對生活。我覺得喬布斯的這段話，就是從另一個角度對「鬆弛感」作出的啟發性解釋。

鬆弛感是一種物理意義上分離，讓人從焦慮緊繃的情緒狀態中走出來，回歸到人性的舒適區。但說來簡單，卻不容易做到。尤其當今這個時代，由各種變革釋放出來的慾望，蒙蔽誤導了許多嚮往美好生活的善良人們，於自我施壓下，個人的幸福空間變得越來越狹窄。其實就像王小波在《我的精神家園》裏說的：「人生在世，會遇到一些好事，還會遇上些壞事。好事我承受得起，壞事也承受得住。」找到成功以及金錢交換之外的人生意義，是鬆弛感的一大關鍵。

我很喜歡的英國作家毛姆，就是一個鬆弛的人。文人大多自負，很少有承認自己不如人的，毛姆卻坦然承認自己的局限，在想像力和思想性上有所欠缺，他覺得最明智的做法是把寫作目標設定在自己的局限之內，「我不照自己的願望寫作，我照自己的能力寫作。」於是他四處旅行尋找寫作素

材，別出蹊徑，從這一框架內抵達自己所能達到的最優秀境界。

這是一種很高的智慧，因為知識技能的增長、文化品味的提高、審美情趣的改善、理性良知的成熟，都需要人在經歷、體驗了許多具有陌生度的事情後才會得以實現。心態焦慮緊繃的人，會對逆向反饋非常警惕，從而忽略了正向反饋的信號。只有身心鬆弛，才能更為自然地洞察世界，諦聽生命的節律，有效地擴展思維空間。毛姆在寫作上獲得的成就，與他鬆弛平和、不矜不伐的心態，是密不可分的。

還有一種高境界的鬆弛感，是取得成功亦不驕狂，仍然保持身段柔軟，有很好的情緒節制能力。清末名士陸潤庠，以狀元入仕，官至文淵閣大學士，是宣統皇帝的老師。他曾微服治遊，有流氓不知道他的身份，欺負羞辱他。過後有下屬得知此事，建議派人捕捉經之。陸潤庠卻笑稱事情已經過去，沒必要再小題大做——「人有了充分的底蘊，明白了「太陽底下無新事」的道理，心理建構的空間足夠寬廣，鬆弛感也是永久性的。」

對於現代人來說，鬆弛感是一種日常生活中的修行及涵養智慧——學會減少現實中的比較，不從競爭成敗中尋找歸屬和意義感，降低時代慾望對人的異化，不讓得失的煩惱失控引發自我的瓦解，身心自然就能進入一種很鬆弛的狀態了。

詩情畫意

趙素坤

從詩經時代吃到今天

古人飲食智慧的啟示

四 奏上九醞酒法

——曹操(魏晉)



曹操 奏上九醞酒法 臣縣故令南陽郭芝 有九醞春酒。

戊戌夏 素坤配畫

臣縣故令南陽郭芝，有九醞春酒，法用曲(註)三十斤，流水五石，臘月二日漬曲，正月解凍；用好稻米漉去曲滓，三日一釀，滿九斛米止。

曹操是家喻戶曉的歷史人物。民間一般把曹操列入奸人，老百姓多從戲曲上認識曹操。

曹操是建安時代傑出的軍事家、政治家、文學家，其作品氣魄雄偉，慷慨悲涼，是大手筆的英雄氣概。除了許多人熟悉的「東臨碣石，以觀滄海」等名作外，也有「白骨露於野，千里無雞鳴。生民百遺一，念之斷人腸」的感性作品，一句「老驥伏櫪，志在千里」更成為我步入晚年的激勵動力。

九醞酒是漢代祭祀宗廟時飲用的一種酒。《西京雜記》載：「漢制宗廟。八月飲酎。用九醞太牢。皇帝侍祠，以正月旦作酒。八月成，名曰酎。一曰九醞，一名醇酎。」曹操日理萬機，對釀酒此等民間事項亦有研究，並奏上皇帝，在此文中詳細寫下製法、功用，為中國歷史的釀酒法留下寶貴的史料。今日如有人想復古製作，此文仍有參考價值。

「對酒當歌，人生幾何？譬如朝露，去日苦多。」曹操飲的該是此酒了。

註：「曲」意為酒母，即酒糟，釀酒用的發酵物。

來鴻

羅大佳

莫言先生的情義

面相如佛的莫言先生曾經幫我渡過難關，這是連他自己都不知道的事情。

2014年8月到2015年12月，是我生活中最黑暗的一年。一年多的時間，家裏先後走了5位親人，父親、母親、岳父、岳母和兒子。這五位至親中，最讓我撕心裂肺的，是兒子和母親。

兒子是獨生子女。我初中畢業後，因為家貧，回鄉當了將近10年農民。農民的苦、農民的累，不用細說，很多人都有體會。1990年1月結婚了，那時的我，是一位連家裏糧食都不夠吃的農民。婚姻屬於「媒妁之言父母之命」。妻子人很好，但只有小學文化，我們之間存在着不小的文化差距。婚後第3年，因為文學，我跳出農村到洪雅林場參加了工作，這在當地，是了不得的事情。那時兒子已經2歲多了，由妻子帶着，在農村生活和上學。後來單位在縣城給我分了一套兩室一廳的舊房，一位副縣長幫忙，將兒子轉學到縣實驗小學讀書，妻子也進城當家庭主婦。當農民當怕了的我，害怕兒子長大後再回去當農民，經常給他灌輸的思想就是，如果不好好讀書，將來考不上大學，只有死路一條。偏偏兒子到縣城上學後，不太適應城市學校的環境，成績不好，和同學相處不來，有時去打遊戲，有時和同學打架。鄉村小學第一名的兒子，到縣城學校後成為了差等生。那時我借調在《中國林業報》社工作，也照看不到他。回川後我調到全縣委宣傳部工作，領導要求先安家，後安心。兒子隨我轉學到全縣後，就更不適應異鄉的環境了。兒子高考那年我又調到了江西省林業廳工作，無法陪伴。兒子高中畢業後，別說本科，連專科線都沒有上。從此兒子覺得前途無望，生活無趣。但他把責任都推到我們身上，認為是媽媽從小給他灌輸了「愚民思想」，是爸爸不利用關係幫他上大學，有時傷心痛哭，有時發起瘋來還動手打人。一位高中學校的心理輔導教師，老公是某市精神病醫院的副院長，對外收錢做心理輔導，她要我帶兒子去看看，兒子不配合她的提問後，武斷地告訴我，你兒子得了精神分裂症，趕快送精神病院。我不懂醫，信了她的話，傷心欲絕，但又不願把兒子送精神病院。後來聯繫到成都華西醫院，兩次把兒子送去檢查，醫生又診斷兒子精神上沒病，只是「人格」(醫生語)出了問題。一次兒子和我們發生糾紛後，悄悄跑出去，跳到青衣江裏自盡了。

兒子失蹤一個星期後，當地派出所撈

到了他的屍體。在火葬場裏，想起自己奮鬥半生，雖然走出了農村，混了個從七品幹部，兒子卻無聲無息地走了。想起這些年自己忙於工作，沒能好好陪陪兒子，即使有時在家，對兒子也沒盡心教育，如今陰陽兩隔，再也無緣做父子了……想起這些，我覺得我簡直就不是人，內疚得嚎啕大哭。送兒子的骨灰回老家山林裏安葬的時候，想起當初走出農村時的風風光光，如今卻白髮人送黑髮人，讓鄉里鄉親看笑話，我哭昏在兒子墳前。那時候老父親才走4個多月，老母親已經85歲了，一個人生活在農村老家，怕她老人家受不住打擊，我們對她隱瞞了實情，謊稱「孫子到外面打工去了」。村裏有些好事之人去問她孫子是怎麼死的，老母親勃然大怒，反問「你的孫子才死了呢，你是在詛咒我們家嗎？」後來問的人多了，她有些狐疑，去問姐姐妹妹。姐姐妹妹說那些人在胡說八道，是嫉妒您兒子出去當官了，才這麼不安好心。老實本分的母親相信了兒女的話。

不孝有三，無後為大。兒子走後，我唯一的盼念就是再生一個，是兒是女都好。再生一個後再告訴老母親實情吧，我想。那時候我47歲，妻子45歲，於是我們開始跑省城醫院，做試管嬰兒。做了幾次，都沒成功。這時候老母親離開了人世。送老母親出葬那天，看着鄉里鄉親把棺材徐徐送進墳墓的一剎那，我一下想起生活的不容易，想起老母親一生的艱辛，想起老母親至死都不知道孫子已經離世，想起老母親還未能看到未來的孫子，於是大喊一聲「媽媽」，悲從中來，放聲大哭，哭昏在墳前。鄉里鄉親們把我背回家裏，勸說親人上山後就不能在家裏哭了，但我仍然止不住，仍然放聲大哭。

老母親走後，我一直生活在悲痛之中。常常想起對兒子犯下的錯誤，常常想起對老母親的歉疚。晚上入夢，不是夢見兒子，就是夢見母親，醒來十分傷感，淚水打濕了枕頭，有時忍不住又哭。偏偏那時候，我們在醫院做的試管嬰兒一次次失敗了。隨着日子一天天過去，我的內心充滿了焦慮和厭世情緒，甚至產生了去另一個世界尋找兒子和母親的念頭。

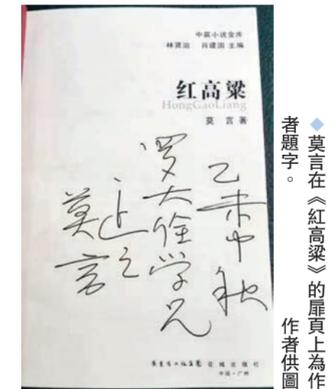
就在老母親走後的第一個中秋節前夕，我收到了徐懷中老師寄來的一個包裹，打開一看，是莫言先生為我散文集題寫的書名和題籤的3本書。莫言先生題寫的書名是「童年的酸鼻子樹」，共寫了2幅，在《紅高粱》、《蛙》、

《變》等3本小說的扉頁上，莫言先生赫然題寫了「羅大佳學兄正之」、「羅大佳學兄雅正」、「大佳學兄雅正」字樣。莫言先生一直是崇拜的偶像，榮獲諾貝爾文學獎後，更是名滿天下，颯起了中國文學走向世界的旋風，整天忙得不亦樂乎。「家裏沒有莫言的書，見面不好打招呼」成為當時的口頭禪。很多大家名人都不同程度地展示了與莫言的友誼和交集。更有報道稱「莫言一本簽名書拍賣了17萬多」。我和莫言先生交往好多年，但一直沒有見過面。在他大紅大紫的時候，能夠給我題寫書名，贈書給我，並親切地稱呼我為「學兄」、「學友」，這份情義，對一個基層的無名作者來說，實在太重了。於是我，雖然我遭遇了人生最大的不幸，但無論如何不能倒下，一定要對得起那些關心我、幫助我的貴人，特別是莫言先生，不能給他丟臉。

於是我重新振作起來，拿起筆開始創作，慢慢地走出了生活的陰影。如今，已經出版了1本長篇小說、3本散文集，榮獲了一些國家和省級文學獎項，加入了中國作家協會。醫院的手術也取得了成功，小兒子如今已3歲多了，長得很乖，也很聰明，經常帶給我們天倫之樂。幼兒園裏，老師和小夥伴們都喜歡他。

每當想起現在的生活，我就從心底感謝莫言先生。在我人生最困難的時候，是他無私的關愛，給了我戰勝困難的力量，是他的大情大義，幫助我走出了人生的低谷。莫言先生幫助了我，但他自己並不知道。後來莫言先生回憶說：「當時懷中老師沒對我說你遇到的痛苦，只是說你是一個基情的文學作者，如果他當時對我說了你的情況，我會為你做更多的事。」

這，就讓我更加感動！



莫言在《紅高粱》的扉頁上為作者題字。 作者供圖

詩詞偶拾

詩：廖書蘭 畫：司徒乃鍾

放眼花邊大海無垠
只與藍天相依
激越的海潮湧進心中
不斷迴盪

滾滾波濤向我襲捲
拍打礁石
一層比一層高昂
奏出天籟的和弦
叩響心醉的樂章

披一襲白色海浪
站在岩石上
縱情旋舞放聲歌唱
海風巨浪
掀起我衣襟
灑濕我心房

情之海洋



司徒乃鍾