



良心茶遊記

馬幫「心中的日月」

闖過險道十二欄杆，從土官村一路北上，經小中甸就到了大中甸，即今香格里拉市首府建塘鎮。香格里拉市原名「中甸」，藏名「建塘」。「中甸」在藏語中的意思是「勝利的草原」。納西語「甸」為「土地」的音譯，「中甸」意為「酋長住地」、「漂亮的草場子」，或「飼養犏牛的地方」。也有說「甸」似為彝語，意為「壩子」、「平地」。中甸地處青藏高原東南緣橫斷山脈腹地，滇、川、藏三省區大三角交匯地帶，是「滇藏茶馬古道」要衝。「建塘」的藏語意思是「一個美麗富饒的草原」。相傳藏王有三個王子，他把今四川甘孜州西部的理塘、巴塘和雲南北部迪慶州的建塘分封給了他的三個王子，稱作康巴三大塘。建塘鎮海拔3,300米，四周群山環繞，中間地勢平坦。由於獨特的地理位置，自唐朝以後一直是滇川藏大三角地區一個重要的經濟和文化中心，也是茶馬古道及今滇藏公路的必經重鎮。

建塘所在的中甸地區，歷史悠久，歸屬複雜。漢代為犍牛羌地。晉代為馬兒敢地。南北朝屬黨項部。唐初屬吐蕃神州都督地，後為南詔國劍川節度使轄地。唐貞觀八年（634年），吐蕃南下，佔領滇西北地區（包括今迪慶地區）。公元676至679年在維西其宗設神川都督府，並在今建塘駐紮一個千戶，在建塘大龜山建立官寨，壘石為城，城名「獨克宗」，即歷史上著名的「鐵橋東城」，為鐵橋十六城之一。宋朝時中甸屬大理國善巨郡，名「旦當」。有說「旦當」（也稱晏當）為藏語「建塘」的音譯轉寫，意為勝利壩或王子之地。元代稱「大旦當」，即大中甸壩子。據《元史》記載，當年蒙古國名將兀良合台率領的忽必烈南征西路軍就是從旦當嶺入雲南境過金沙江



◆建塘草甸

作者供圖

的。明朝中葉後，麗江土府來此設鎮道安撫司，為忠甸，屬雲南布政司麗江軍民府。明弘治6年（1493年），麗江木氏土司佔領大當香各寨，建立香格瓦寨，派木瓜駐守建塘，統領軍政大權。清康熙6年（1667年），蒙古和碩特部佔領中甸，麗江木氏土司勢力退出中甸，西藏達賴喇嘛攝政官管理中甸，駐建塘獨克宗。1710年由文武兩個迪巴管理全縣。雍正4年（1726年），清朝收回後劃歸麗江府。乾隆21年（1756年）5月，於中甸地置中甸廳，仍屬麗江府。1913年，中甸廳改為中甸縣。1950年5月中旬縣和平解放後沿用中甸縣名，屬麗江專區。1957年9月，迪慶藏族自治州成立，中甸屬迪慶，仍由麗江專區代管。1973年，中甸正式由迪慶藏族自治州管轄。歷史上，這裏一直是雲南藏區政治、軍事、經濟、文化重地。千百年來，這裏既有過兵戎相爭的硝煙，又有過「茶馬互市」的喧嘩。這裏是雪域藏鄉和滇域民族文化交流的窗口，漢藏友誼的橋樑，也是滇藏川「大三角」的重要紐帶。因此歷史厚重，文化燦爛，不僅擁有眾多名山，還遺存不少歷史古蹟。滇藏茶馬古道自南至北直穿中甸，還有許多東來西往的馬幫小道。現在境內保存的茶馬古道遺址，除了著名的險道「二十四道拐」和「十二欄杆」外，尚有分布各鄉的10多處，約300公里，沿途還有許多藏文摩崖石刻。

2001年12月17日，中甸地區更迎來一個新的時代。經國務院批准，中甸縣更名為香格里拉縣（2014年又改香格里拉縣為香格里拉市）。香格里拉（Shangri-la），含義與中甸古城藏語地名「尼旺宗」相一致，意為「心中的日月」。中甸的更名起源於英國作家希爾頓的一部小說。1933年，美籍英國著名作家詹姆斯·希爾頓的長篇小說《消失的地平線》在英國倫敦出版。小說盡情描繪了一個寧靜、美麗的人間天堂——「香格里拉」：這裏有雪山、冰川、峽谷、森林、草原、湖泊，還有寺廟，僧侶……這裏的人們生活安然、閒適、知足，這裏的各種信仰和各個民族和平共處，沒有紛爭，沒有罪惡，一切都那麼和諧寧靜……這裏是人世間的一片淨土樂土，無數人嚮往的世外桃源，充滿了神秘的色彩……



◆香格里拉大佛寺

作者供圖

小說發表後，成為當時的最暢銷書，並獲得英國著名的霍桑登文學獎。當時的《不列顛文學辭典》稱此書的功績之一是為英語詞彙創造了「香格里拉」（世外桃源）一詞。1944年，荷里活投巨資將小說搬上銀幕，將「香格里拉」的名聲推向高峰，主題歌《這美麗的香格里拉》隨之傳遍全球。從此，「香格里拉」一直在被世界追尋着，就像追尋一個金礦。

受到《消失的地平線》一書的啟迪，雲南一些學者發現，「香格里拉」這個為世人熟知的詞彙，源於藏經中的香巴拉王國。相傳在雪域高原某個神秘的地方，有一個「香巴拉王國」，那裏有雪山、峽谷、森林、草甸、湖泊、金礦和純淨的空氣。香巴拉的居民都信仰佛法，以最高智慧對待生活，因此內心平靜而和諧。據藏經記載，整個王國被雙層雪山環抱，由八個成蓮花瓣狀的區域組成，中央聳立的為卡拉巴王宮，宮內居住着香巴拉王國的最高領袖。從1996年開始，雲南多次組織考察團，在滇西北尋找香格里拉。考察團到過亞丁、鄉城和麗江，來到迪慶中甸。感覺這些地方都多多少少有點像希爾頓書中所描寫的情景，但是又有一些區別，就整體而言，中甸最為相似。因為只有中甸境內，不僅有着希爾頓書中所描繪的一切神奇的自然地理景觀，而且有很多不同的民族和宗教匯集。除了藏傳佛教外，還有藏族原始宗教苯教，納西族的東巴教，傈僳族的尼巴教，普米族的汗歸教，漢族的道教，回族的伊斯蘭教以及清末傳進來的基督教和天主教。中甸正是小說描繪的理想樂園，人間天堂。1997年9月14日，雲南省政府在中甸召開新聞發布會，宣布：「舉世尋覓的世外桃源——香格里拉就在雲南迪慶中甸。」當天夜裏，英國廣播公司（BBC）向全世界廣播了這一消息。國內外各大新聞媒體紛紛報道了這一消息。隨後雲南正式向國務院申請將中甸更名為香格里拉。現在「大香格里拉」概念的範圍已擴大到滇藏川大三角區域，包含了滇西北、川西南、藏東南。

豆棚閒話

◆文房

刀郎和馬戶

刀郎新歌《羅利海市》在內地流行了起來。中國是一個人口大國，那首歌曲點擊量據稱在7月底已超過了80億次，引起廣泛關注，的確很「牛」。作為歌詞、曲作者兼原演唱者，刀郎無疑取得了很大的成功。

筆者並非音樂人，對中外流行歌曲更知之甚少。《羅利海市》似北方小調，帶着搖滾樂的節奏和電子樂器的音色，給人一種新體會；相關的嘗試在內地則非首創。而人們喜歡一首歌曲的曲調和演繹方式，是決定它是否能廣泛流行的重要因素；歌曲的音樂成就也可以大於歌詞內容本身。正因為如此，才有填詞和填詞人的出現。

《羅利海市》像是東方人作西式吟唱，即所謂的「吟唱心自足」；歌詞內容則更像是中國民間的說書，與內地主旋律，反映生活、愛情、內心世界的流行歌曲或影視劇插曲都有較大的區別，卻又流行了起來。顯示民眾，特別在北方，需要有另一種演繹生活和社會的文藝方式。文藝需要百花齊放；而對大眾接受的東西，也應給予多一些包容。

無奈那首歌的作者卻猶如一名喝醉酒的說書人，以自己的方式再述《聊齋誌異》中「羅利國」的故事。由於醉酒，作者整首歌都在罵罵咧咧，從「七衝門」罵到「一丘之貉」，最後到「人類根本的問題」。喜歡那首歌的人翻書上網，解析歌詞內容，說那首歌有哲理；不喜歡那首歌的人卻說作者旁若無人，把許多罵人的話都編進歌詞，卻語無倫次，而且胡說八道。

為避免污穢，刀郎把「驢」（諧

語）稱「馬戶」，「雞（妓女）」稱「又鳥」；不僅如此，滿篇歌詞盡是「苟苟營（苟苟營營）」、「叉桿兒（龜公）」、「花場（妓院）」、「公公」之類的「髒東西」。現實中，如果遇到那樣一個欠修養的「罵街郎」，不論他曾經受過什麼委屈，對周圍的人和事有多麼不滿，若非有愛心的社工或精神科醫生，許多人都不會願意與其打交道。

我們生活在一個現實的世界，黑白是分明的。社會在進步，邪不能勝正。社會科學中的進步和倒退、正確和錯誤都需要通過實證檢驗，不可以被顛倒。刀郎寫《羅利海市》是花了功夫的，或許還有「花花腸子」，吟唱的是一個光怪陸離世界的醜態，脫離現實和實際，令人難以接受，對社會進步也不會產生正面影響。很驚訝有分析卻「對號入座」，說那首歌揭露了當今社會以醜為美的陰暗面；卻忘記「馬戶」、「又鳥」都是刀郎編出來罵人的詞兒，連歌詞所引用《聊齋誌異》的「馬驢」都是虛構的。

《羅利海市》引用了一些典故和大量北方土話，聽眾一時間並不容易明白歌詞的內容；那首歌曲要在南方流行起來也應較北方困難。人是通過自己眼睛看世界的，首先看到的便是周圍的事物，第一印象對後來產生的總體印象和認知都有較大的影響力。內地有些人說《羅利海市》紅到了國外，我看有外國人會關注中國人對流行文化的偏好，一些人也可能喜歡那首歌的曲調或吟唱方式，能搞懂歌詞的人卻很少。而文化不同，較難意氣相投。

施詞度墨香

◆詩：施學概
書：梁君度

九月九日 永不忘卻的紀念 施學概（伯天）鞠躬

思想輝煌光海嶽，
精神銘鼎太陽紅。
香迎九派東歸聲，
語送三呼西釋音。
重複角聲驅虎霸，
迴環鞭影作民僮。
頻來貞氣浮金闕，
鼓起甘棠除穢躬。

癸卯年六月廿八日
2023年8月14日

詩詞偶拾

◆王永江

律詩十二首

玉淵潭賞梅 春訊漫從幽處聽，遙知花氣發零星。 輕施林徑胭脂粉，疏映雲潭翡翠青。 冰雪相知元是劫，芳菲不待自求寧。 明朝落向東風裏，煙雨魂銷入杳冥。 蘇州七里山塘聽《牡丹亭》之「遊園」 七里山塘過是春，石橋流水勝遊人。 輕紅亂點過舟楫，低綠斜侵掩渡津。 道說奈何韶景賤，祇知如許客愁新。 而絲風片終歸夢，轉見梨花隔岸真。 登景山萬春亭 萬春亭下舊山河，風雨經過總磨磨。 瓊島疑來春色早，故宮久浸夕陽多。 看花不絕衣冠客，說夢兼聞鐘鼓歌。 階草離離槐影老，九州光景復如何。 謁開龍進墓 古道逢人問孟村，幽尋律徑見殘垣。 無碑空臥高丘寂，有水遙連落日昏。 夏祚難延從死諫，中原多失在沉冤。 剖心瀝血長餘嘆，過野秋蒿碧斷魂。	蓮池懷古用東坡和子由韻 應謝東坡吟筆健，未教舊事化塵泥。 荒雲漠漠秋蓬外，野柳蕭蕭澗水西。 百載陰晴皆逆旅，二陵風雪有新題。 登台更灑憂天淚，嘯作圓關瘦馬嘶。 秋訪盧溝橋 但問宛平何處秋，嚴威門外是盧溝。 獅身猶映滄桑水，鷗影時斜蘆荻舟。 尋跡難能辨金鑿，拂痕直欲帶吳鉤。 蕭蕭不盡風過耳，放眼沉浮只未休。 午後小遊元大都城垣遺址公園 早見秋風入大都，來從故地問松楸。 荒丘有土勘元代，幽徑無人對客途。 葉得霜心顏色異，雲含別意跡痕孤。 我道斯世世道我，流水經年坐不枯。 訪西山鳳凰嶺 鳳凰嶺上鳳凰遊，鳳去千年雲未收。 亂石空遺滄海跡，深泉暗湧世人愁。 花眠古寺三春醒，鍾入斜陽幾度休。 波劫聲聲猶在耳，車過荒野下平嘯。	庚子處暑遊圓明園有懷 莠草叢生蔓草生，秋風斜處野籬平。 深迷碧樹瑤台鎖，將老青荷曲院盈。 九域涼從庚子始，百年殘見水山清。 笙歌盡歛夕陽下，閒渡人猶厭說兵。 居延海 昔聞漢使過居延，萬里風攜瀚海煙。 冷月一彎蹤不定，黃沙百戰甲猶堅。 聽笳今復催新淚，折柳依然似舊年。 已盡陽關故人酒，西雲深處望祁連。 冬日過洛陽 盈冬花氣有餘醺，國色傾城天下聞。 鳳閣神都光萬里，龍門佛窟月三分。 滄滄不盡伊河水，赫赫空懷帝業勤。 昔日香山樓隱處，琵琶峰老寂離群。 黃山夜宿 天都欲上自遙遙，野水行經十六陂。 滴露空階生竹雨，浮煙石別松枝枝。 仙歸黃帝雲猶在，雪下翠峰蓮不移。 沐罷湯泉人欲醉，遙城燈火似星垂。
---	---	--

生活點滴

◆張武昌

歲月深處的爆米花

去的記憶裏，星星點點的爆米花，曾打磨着簡樸的鄉村時光，恰如一片赤紅的楓葉，閃爍在斜陽下的山崗上，自有它迷人的色彩。墨綠的竹林裏也留存着眾多村民辛勤勞動的事跡。

爆米花給我帶來許許多多有趣的回憶，炸爆米花的師傅大多是上了年紀的，他肩挑着工具走村串戶，沿途呼叫：「炸爆米花嘍。」

只要有人需要，他便會找一個比較空曠的地方，放下肩膀上的擔子。取下一隻小風箱，一隻小爐子，還有一隻又黑又重的金屬罐，金屬罐像一隻炸彈，被安放在一個鋼筋做成的支架上。它的一端裝有一把搖手，旁邊掛着一隻氣壓錶。

幾個村民手裏拿着裝有大米的竹筒，伸手遞給爆米花的老師傅。師傅將米粒放入金屬罐裏，再加點糖精，然後擰好蓋，生着火，一隻手嫺熟地拉動風箱，另一隻手不停地旋轉金屬罐，眼睛時不時向氣壓錶張望。大約15分鐘後，師傅把金屬罐扔進竹筐裏，竹筐的一頭套着一個大麻布袋。師傅腳踩竹筐，一拉一扯，「砰」的一聲巨響，飄出一股白煙，一陣濃香的氣味隨之而來。加工過的大米，轟然飛入麻布袋，瞬間變成了一粒粒爆米花了。孩子們

自然是按捺不住心中的喜悅，蜂擁而上，大人們會給圍觀的小孩每人分派一點新鮮熱辣的爆米花，於是村子裏呈現出一片熱鬧和歡欣的氣氛。

炸爆米花通常是在冬天，空曠露天的大坪上，寒風凜冽，可小孩子被爆米花所吸引，眼睛裏展現的，都是喜悅和歡樂。成群的小孩子跑過來，爭着替師傅拉風箱。師傅擺幾塊黑炭進小爐子，竄動的火苗不斷發出「滋滋」響聲。

師傅做完了一家，繼續做下一家的。小風箱還在「呱嗒、呱嗒」地響，金屬罐也在均勻轉動着，還有小爐子裏跳動的火苗，天衣無縫的配合，猶如一場精彩的遊戲。爆米花又像是一隻隻辛勤的蜜蜂，從歲月的花叢裏向我飛來。蜜蜂帶着濃濃的花香，輕舞在鄉愁的歲月裏。

如今爆米花的製作與往昔迥然不同了，種類也豐富多彩起來，有奶油的、巧克力的，還有草莓味的，店鋪裏隨處可見，隨時可以買到，好吃又方便。但我總懷念着過去的一些趣事，難忘歲月深處的爆米花。現在的孩子們生活在物質豐盛、唾手可得的年代中，沒有了享受製作過程的樂趣，平淡了生活的氣氛，失去了真切的感受和歡樂氛圍。

浮城誌

◆管淑平

無心而為

我坐在露台，看着窗外的繁忙街道。車輛來來往往，行人匆匆而過。這座城市，彷彿是一個不知疲倦的永動機，永遠在奔跑，沒有停歇的時刻。

不過，我卻並未急着出去散步，融入於熱鬧的人群，而是給予自己一段放空的時間。生活在城市，每天為生活與工作奔忙，也會有疲憊與倦累的時候，於是，每過完一個禮拜，我總會給自己留出一小段時間，有時也就幾分鐘，專注於自身。在這段時間裏，可以什麼都不做，什麼都不去想，讓自己的心靈與思維暫時停頓。

或許，正是歲月的流逝，才讓我漸漸感到疲倦。曾經的激情與追求逐漸消失，取而代之的是一種無力感和迷茫。我開始反思，我究竟在追求什麼？每天的忙碌是否都有意義？到底什麼才是真正的幸福？

在一瞬間，它們似乎變得無足輕重，因為窗外美景正好，活在眼下，才是對自己的負責。我看着陽光透過雲層灑在大地上，微風輕拂着樹葉，聽着鳥兒歡快地歌唱。這一切都是那麼美好，卻與我內心的迷茫形成鮮明對比。我開始思考，或許真正的追求在於內心的平靜與自由。

無心而為，是一種超越自我的狀態。它不同於消極與無所事事，而是在平淡中尋找真正的快樂與滿足。人生是一場旅程，而無心而為則是我們的座艙。它讓我們遠離喧囂，停下腳步，靜靜地感受身邊的一切，珍惜當下的每一刻。無心而為，並不意味着我們對待生活的態度變得漠然。相反，它讓我們更加用心去體味每一個瞬間的美好，讓我們學會懂得放下，釋放心靈的包袱，讓自己更加輕盈地前行。

或許，只有在無心而為的狀態下，我們才能真正找到屬於自己的位置。不再被外界的評判和期待所束縛，而是自由地展現真實的自我。在這個過程中，我們或許會遇到困難和挫折，但正是這些經歷讓我們更加堅韌，更加勇敢地面對生活的起伏。無心而為，是一種境界，也是一種智慧。當我們能夠超脫世俗的紛擾，保持內心的寧靜與平和，我們才能真正感受到生命的美好與意義。我閉上雙眼，深呼吸着新鮮的空氣，感到莫名的釋放，彷彿負重已經從肩卸下。我睜開雙眼，眼前的世界變得明亮而清晰。我知道，無心而為正是我要追尋的境界。