



良心茶遊記

◆良心

茶禪一味的地方

在獨克宗，酥油茶和宗教信仰都是人民生活中的必需品，茶文化和宗教文化始終交融發展，是我國最具茶禪一味的地方。這種文化傳承到今天尚未褪色。獨克宗古城裏，四周都是時光遺留下來的痕跡。發亮的石板路上還留有當年馬幫踏下的足跡；金碧輝煌的大佛寺裏搖曳的酥油燈點亮了整個古城。

宗教是一種特殊的文化現象，是人類社會發展到一定階段的產物。在獨克宗所在的香格里拉，宗教文化佔據了極為重要的地位。獨克宗地區原始的藏族居民大都信奉苯教。苯教又稱「苯波教」，因教徒頭裹黑巾，故俗稱「黑教」。黑教是在佛教傳入西藏之前流行於藏區的原始宗教。苯教的活動主要通過巫師來進行。巫師社會地位很高，參政權力也很大，造成與王室的矛盾日益尖銳。公元5世紀初，佛教傳入藏區，得到松贊干布的扶植。從此信奉佛教和苯教的兩種勢力在西藏明爭暗鬥，吐蕃社會的佛苯之爭綿延起伏數百年，導致多位贊普被暗殺。真正使藏傳佛教在西藏成為主流的是吐蕃王朝第37任贊普（公元755年至797年）赤松德贊。赤松德贊是松贊干布的玄孫，傳為金城公主之子。赤松德贊的父親，也就是吐蕃王朝第36任贊普赤祖德贊，因弘揚佛教被信奉苯教、反對佛教的大臣謀殺。赤松德贊繼任大位後採取一系列措施支持佛教打壓苯教，特別是安排了一場佛教和苯教的辯論大賽，借辯論證明佛教優於苯教。辯論之後赤松德贊推行禁奉苯教的政令，將苯教典籍悉數毀壞，強制苯教徒改信佛教。赤松德贊全力弘佛後，佛教在西藏佔據上風。但在公元9世紀，因佛權超越王權，引發吐蕃王朝末代贊普朗達瑪開展了一場殘酷的滅佛運動。這場滅佛運動對佛教造成了毀滅性打擊，但同時也招致社會怨恨，朗達瑪被狂熱的佛教徒刺殺，傳承200多年的吐蕃王朝也因此瓦解滅亡。經過這次滅佛劫難，佛教開始逐漸吸收苯教的優點，努力將自身變身為藏區的本土宗教，最終在同苯教的互相融合中形成了別具特色的藏傳佛教。

苯教在公元7世紀隨吐蕃勢力南下，開始在迪

慶發展。藏傳佛教則在公元6世紀後傳入迪慶境內，7世紀後隨苯教衰落成為迪慶地區主流的宗教信仰。迪慶地區的民族宗教如同其地理環境一樣多元複雜，以藏族為主體的多民族在此共生，以藏傳佛教為主的多民族不同宗教在此共存。獨克宗所在的香格里拉更是多民族、多宗教、多教派並存。在歷史長期發展過程中，迪慶高原形成了以藏族為主體，僥僳族、漢族、納西族、彝族、白族等多個民族聚居的民族結構和分布狀況。香格里拉全民信教，除主體信奉藏傳佛教外，還有信奉納西東巴教、彝族畢摩教、僥僳族尼扒教、漢族佛道混合教、回族伊斯蘭教等多種宗教；在藏傳佛教中，有格魯派（黃教）、寧瑪派（紅教）、噶瑪噶舉派（白教）、薩迦派（花教），此外還有少量的原始苯教等五種教派。

在長期的發展過程中，藏傳佛教成為迪慶地區最主要的宗教。迪慶的藏民幾乎全民信奉藏傳佛教，一些其它的少數民族也信奉藏傳佛教。藏傳佛教與各族的原始信仰不斷交融，既影響也融合了納西族的東巴教、摩梭人的達巴教、普米族的汗歸教，使他們的原始宗教逐漸藏傳佛教化，同時客觀上也使藏傳佛教形成了各具民族特色的不同表現形態，豐富了這裏藏傳佛教的內存、形態，使之具有濃郁的地方民族特色。

清朝雍正時期，隨着對迪慶地區的經濟開發，漢族以不同的身份湧入迪慶，有開採礦物的工人、駐紮在迪慶的軍隊、往來貿易的商人等。漢族大規模地進入獨克宗後，也帶來了漢族的宗教文化。漢文化的學堂、文廟、武廟、城隍廟、龍王廟，以及靈官廟和娘娘廟等等，都湧進了迪慶地區。這些建築除了龍王廟外現在均已成為廢墟，甚至早已無痕跡，但在那個時期代表了漢文化在獨克宗的深刻影響和傳播。獨克宗古城是漢地進藏的首站和重要節點，因而自古就是漢藏物資、文化交流的樞紐，漢藏文化千年以來就一直在此自然交融。漢傳佛教、道教和儒家文化等漢家宗教文化在獨克宗也有深度的交融和深刻的影響。

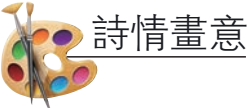


◆漢藏文化合璧建築藏經堂。

作者供圖

在獨克宗古城龜山公園去大佛寺的坡上有一座漢廟。據說漢廟係清朝康熙年間所建，廟中有漢傳佛教的佛像，道教的老子，還有孔子，甚至也有龍王。漢廟是漢藏宗教文化融合的見證。在漢廟可以感受到中華傳統儒釋道文化對這片高原的影響之深。龜山公園東麓還有一座著名的歷史建築「藏經堂」，這裏是古時獨克宗全城藏族議事、集會及宗教活動的中心，也是古城藏民祭祀祖先及辦理婚喪宴會等場所。藏經堂始建於康熙二十一年（公元1682年），是座漢藏合璧式的建築群，主樓高3層，坐北向南，外觀為漢式樓閣抬樑式木結構三重簷歇山頂，呈現漢式斗拱鴿吻飛簷，頂端寶鼎耀目，金碧輝煌，內壁採藏式金剛杵柱，朱門繪彩，璀璨奪目。面闊進深14米，用40根木柱縱橫排列。大殿中央供奉千手觀音像。四壁和樑柱間有精美的藏傳佛教壁畫和雕刻，繪工極精美且富麗，栩栩如生。整個藏經堂是一座漢藏建築藝術完美結合的代表性建築，如虎踞龍盤，氣勢宏偉，是其他藏區罕見的文化交融現象。

多元宗教和諧共處、相互影響、互相交融的格局是獨克宗宗教文化一代代傳承下來的結果和體現。這種格局與獨克宗長期以來是各民族經濟、文化交流的中心密切相關，也是這種和諧共處的多宗教關係推動了獨克宗經濟、文化的發展，促進了民族間的交流，各民族團結一致共同發展。多元宗教和諧共處的原因離不開民族間的文化認同和交流。獨克宗處於茶馬古道重鎮，經濟文化交流的頻繁，不同民族之間不斷加深了解和認同。各民族、宗教間的界限逐漸虛化，就形成了獨克宗今天多種宗教文化和諧共存、相互交融的格局。獨克宗多種民族和平相處、多種宗教和諧並存的原因也離不開佛教的包容性。宗教具有一定的社會控制能力，它會影響信徒的道德品質，約束其行為。客觀上也保證了社會的安定。



詩情畫意

◆趙素仲

從詩經時代吃到今天

古人飲食智慧的啟示

十九 詠荔枝

——劉霽（南北朝）



劉霽 詠荔枝
叔師賞其珍，武仲稱其美。
良由自遠致，含滋不留齒。

戊戌夏
素仲配畫

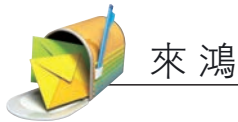
劉霽是梁朝平原人，官至尚書。

荔枝產於中國南方，不耐貯藏運輸，「一騎紅塵妃子笑」是唐朝的皇帝妃嬪才能享用的珍品，原來在梁朝更早已有了詠荔枝的詩作。詩中所指「叔師」是東漢王逸，著有《荔枝賦》，「武仲」是東漢傅毅，也有描述荔枝美味之文，可惜已失傳。

今讀此詩，不禁想起我是在廣州出生並成長，荔枝是很熟悉的水果，大造之年是隨街擺賣。

那麼，廣州人有什麼吃荔枝的好點子呢？其實沒有，只是很懂得挑「桂味」和「糯米糍」兩個品種，其餘的什麼「三月紅」、「黑葉」、「妃子笑」都不屑一顧。當然，市郊增城掛綠例外。

我只記得童年時，每逢荔枝大造，街坊鄉里和母親都忙着釀酒，用蒸熟的糯米飯加入酒糟和荔枝來製作，過程我不懂，但釀好後母親會給我一小茶匙試味，那清甜香醇味至今猶在。



來鴻

◆胡紅炫

詩讀雲南

雲南去過多次，每次去似乎心身都有大得，於是意念裏就得出一個結論：雲南是需要反覆去、是需要心讀的地方。

今年，當藍花楹再次灌醉高原，心隨花楹，我也陪家人再赴雲南。去雲南，昆明當然是非去不可的地方，且不說昆明是雲南省省會、滇中城市群中心城市，具有「東連黔桂通沿海，北經川渝進中原，南下越老達泰東，西接緬甸連印巴」的獨特區位，是中國面向東南亞、南亞開放的門戶城市，單就早在三萬年前就有人類在滇池周圍生息繁衍，公元前278年滇國建都於昆明，765年南詔國築昆明拓東城，南明永歷政權在昆明建都的輝煌歷史和國家歷史文化名城地位，就非常讓人嚮往了。何況昆明具有的北亞熱帶低緯高原山地季風氣候和山原地貌，以及三面環山，南瀕滇池，湖光綺麗，「四季如春」，還享有着「春城」的美譽。

在雲南，很多地方是可以讓人發呆、物我兩忘的。可踏入雲南，還容不得我有片刻的發呆，友情的河流，就將我載入愜意的溫馨街巷。由於是下午的航班，走出昆明機場，我就不得不馬不停蹄。因為老友、著名軍旅作家吳傳玖少將與夫人早已在翠湖外的一家文雅的老店擺上了酒席，為我等接風，為假期添彩增情。夜宴，在昆明陪伴老人的陳國棟主席也到場歡聚，暢飲，暢懷，暢享，暢情。春城裏的相聚，在海拔1,800多米的昆明夜飲，酒的風，當然會讓昆明的藍花楹更具詩情。我們就餐的餐廳離翠湖不遠，也離雲南大學、雲南講武堂、文廟僅僅是「一步之遙」，特別是店內的西南聯大元素的裝飾與布置，更讓這餐節日的宴席融進了文化的老酒，海闊天空後的酒雲詩行，也就在夜色下的文廟街生成，成為了我們昆明同遊檢拾古城記憶的文學紀念。

滇池很有名，大觀樓更是滇池的明珠，而明珠上的名聯似乎已不僅僅是大觀樓和滇池的名片了。「五百里滇池，奔來眼底，披襟岸幘，喜茫茫空闊無邊……莫辜負四圍香稻，萬頃晴沙，九夏芙蓉，三春楊柳。數千年往事，注到心頭，把酒凌虛，嘆滾滾英雄誰在？……只贏得幾許疏

鐘，半江漁火，兩行秋雁，一枕清霜。」大觀樓，實乃天下大觀也。於此，思緒不得不天馬行空，於此，詩行不得不詩雲飛揚。是啊，春水柳煙，長聯已裝滿浩瀚滇池/柵欄上的藤蘿/春花早有詩句……而「鷗鳥的晨寫」，「也許是/要將自然的長聯/掛到天上。」

如果在雲南要追尋史海蒼茫的印痕，紅河州的建水是一定要去的。建水古城位於雲南昆明之南220公里，古稱步頭，亦名巴甸。南詔政權於唐元和年間（810年前後）在此築惠歷城，屬通海都督。惠歷乃古彝語，是大海的意思。漢語譯為建水。元時設建水州，屬臨安路（路治在通海），並在建水置臨安廣西元江等處宣慰司，統轄臨安、廣西（今瀘西縣地）、元江等路。明代仍稱建水州，改路為府，臨安府治移至建水，清乾隆年間改建建水州為建水縣。民國元年改建建水縣為臨安縣，次年復稱建水縣。這段百度上的建水古城介紹，事實上就是建水真真切切的歷史寫照。建水古城很有名，特別是有「小天安門」之稱的網紅打卡地朝陽樓，更是每位遊客心中的經典名勝。朝陽樓即建水古城東門城樓，雄踞縣城中心，始建於明洪武二十二年（1389年），比始建於明朝永樂十五年（1417年）的北京天安門要早得多。朝陽樓至今已有一百餘年的歷史，它是滇南重鎮建水悠久歷史的一個重要文化標誌。據說，朝陽樓的設計者是天安門設計者的師傅，且不管傳說的真偽，但建水朝陽樓的形態，還妥妥地真像北京天安門的「縮寫版」。建水不但有朝陽樓，還有建水文廟、建水學政考棚、建水朱家花園、團山民居等文物古蹟和老街、古宅與古巷。就說始建於元至元二十二年（1285年）的建水文廟吧，七百多歲的年紀，足以驚煞遊人。建水文廟經歷代40多次擴建增修，佔地面積已達114畝，其現存規模、建築水平和保存完好程度，都僅次於曲阜孔廟和北京孔廟。建水文廟完全依照曲阜孔廟的風格規制建造，且更有特別之處，如建水文廟擁有四十餘畝水面的泮池，其面積之大，確是全國所有孔廟無法比肩的，故建水文廟的泮池叫作「學海」，應該是實至名歸。



學生園地

◆古舒心

聖保羅男女中學

心繫祖國 醉美名勝

站在祖國的土地上，我仰望藍天，心中充滿敬仰。祖國，這片擁有五千年文明的古老土地，孕育了無數美麗的風景名勝和珍貴的文化遺產。而我們，來自美麗的香港，就一起來共同領略這片廣袤土地的美麗與奇跡，感受這片土地的發展和祖國大好河山的緊密相連。

親眼目睹祖國版圖的輝煌發展，我不禁為她的宏偉壯麗而驚嘆。從東方的炎黃土地，到西部的雪域高原，從北方的漠河之冬，到南方的海南椰林。每一處風景，都是大自然的鬼斧神工，令人心曠神怡。

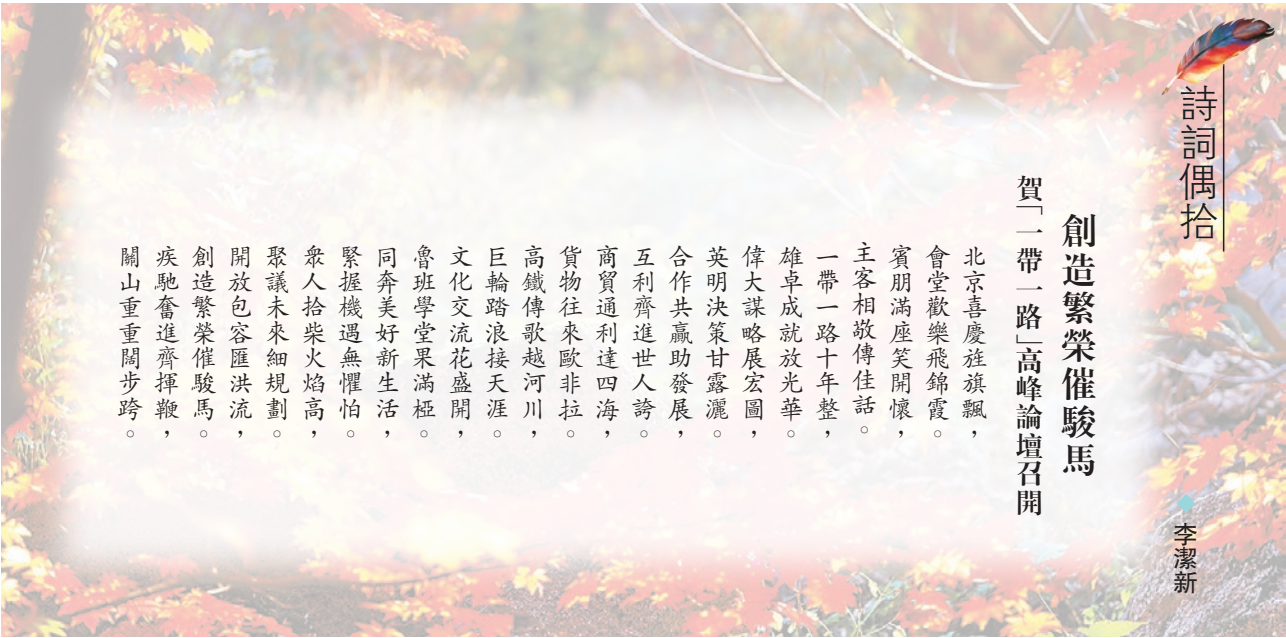
在江南的水鄉，我們能欣賞那如詩如畫的古鎮風光。小橋流水、古樸的民居，每一處都訴說著古老的故事。撐着油紙傘，漫步在悠長的雨巷，彷彿穿越到了那個年代。在這裏，我們感受到了柔情似水，歲月靜好。

接下來，讓我們踏上黃山的險峻之路。迎客松、始信峰、光明頂，每一處都充滿着神奇的氣息。在雲海中漫步，在日出中陶醉，彷彿置身仙境。登臨絕頂，俯瞰群山，才明白何為「一覽眾山小」。在這裏，我感受到了大自然的雄渾壯美和挑戰自我的勇氣與力量。

祖國的大江南北，名勝古蹟無數。從長城到故宮，從西湖到桂林山水，每一個地方都訴說著一段段美麗的傳說和歷史。在長城的古老石磚上，是祖先的智慧與勤勞；在故宮的紅牆綠瓦間，是古代皇家的輝煌與權威；在秦始皇陵的兵马俑前，是對古人創造力與藝術才能的驚嘆。這些風光讓我們感受到了祖國的厚重與輝煌。

香港從一個小漁村蛻變成國際大都市，熠熠生輝的金紫荊像一位守護者為祖國見證着香港的發展與變遷、閃爍着祖國的繁榮與強大！此時此刻，我感受到香港與祖國緊密相連的情感。讓我們一起來珍惜這份緣分與情感，為祖國的繁榮發展貢獻我們的力量，一同享受這千年來努力建造的大好河山！

家，似是溫馨的「小國」，國，是千萬家構成的大家庭。祖國，是我們每個人的根源，是我們共同的家園。祖國的每一處風景名勝都是我們共同的瑰寶、是我們自豪的根基，讓香港同胞們用熾熱的愛去傳承我們的祖國母親，讓世界感受中華文化的魅力，為祖國更加繁榮昌盛的明天而奮鬥！



詩詞偶拾

創造繁榮催駿馬
賀「一帶一路」高峰論壇召開

北京喜慶旌旗飄，
會堂歡樂樂飛霞。
賓朋滿座笑開懷，
主客相敬傳佳話。
一帶一路十年整，
雄赳赳就放光華。
偉大謀略展宏圖，
英明決策甘露灑。
合作共贏助發展，
互利齊進世人誇。
商貿通達四海，
貨物往來歐非拉。
高鐵路接天涯，
巨輪踏浪接天涯。
文化交流花盛開，
魯班學堂果滿枝。
同奔美好新生活，
緊握機遇無懼怕。
眾議未來細規劃，
聚議榮華耀祖流。
創造繁榮催駿馬，
開拓進取齊揮鞭。
關山重重闢步跨，
疾馳奮進齊揮鞭。

李潔新