



良心茶遊記

# 一線中分天作塹

巴拉格宗大峽谷（現稱香格里拉大峽谷）是巴拉格宗景區最宏偉的畫卷。據稱這個大峽谷，就是美國小說家詹姆斯·希爾頓在《消失的地平線》一書中記載的藍月亮峽谷。大峽谷以「高深險、奇雄特、神妙秀」著稱，「峽中有峽，峽上有峽，縱橫交錯，峽峽相連」是大峽谷最大的特點。在長達154公里長的主峽谷兩側還有上百條支峽側谷，而且這些峽谷多屬於典型的冰川水峽谷。峽谷底部的河流在海拔2,000米左右，而兩岸山峰的海拔卻在四五千米以上，最高落差3,500多米。更為奇特的是，世上大多數峽谷是V字形的，而巴拉格宗大峽谷兩邊崖壁和谷底卻是「U」字形，谷底的寬度與頂部的寬度，即抬頭所能看見天空的寬度幾乎等同。「一線中分天作塹，兩山峽陡石為門」，是對巴拉格宗大峽谷最好的描述。

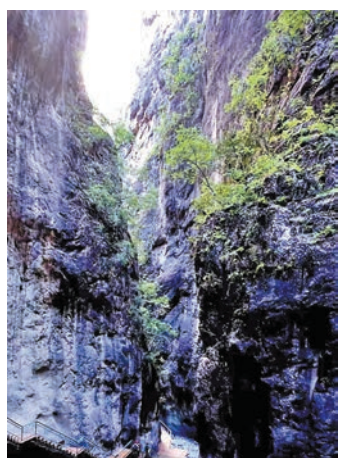
巴拉格宗大峽谷落差超過3,000米，成就了「一山有四季，十里不同天」的神奇現象。峽壁與植被分層而立，構成了一幅幅栩栩如生的畫卷，惟妙惟肖。大峽谷的垂直落差中包含了六個氣候帶，不同的氣候帶直接影響山中的綠色植被。數千種不同種類的植被竟然集結在一個峽谷之中。峽谷兩邊的側谷氣勢雄渾，兇險巉峻的懸崖峭壁，奇形怪狀的岩層紋理和地質褶皺，在絕壁上構成各種巨幅山水岩畫，與山體的奇花異草和奇藤怪樹相得益彰。

側谷支峽中最險峻神秘的是通天峽。通天峽，藏語稱「德金卡」，是由巴拉格宗冰川雪水融化形成的河流沿地層斷裂縫經過千百萬年冲刷切割而成的。從谷底至峽頂約4,000米，峽谷呈U字形，對面兩山距離相近，懸崖絕壁成垂直狀，高達千丈，直聳雲天。從谷底抬頭仰望天空，峽谷的夾縫如被一道利劍劈開，兩邊懸崖撐着一線青天，因而當地人也將這裏稱為一線天。在通天峽內，沿路會看到許多綠色的石頭，被稱為冰角綠岩，是經過成千上萬年的洗禮才形成的冰川岩石。這些綠岩下面的地底深處，暗河一年四季都在不停湧動。通天峽可以直通格宗神山，一條神秘的峽谷，一段絕美的通天路，感受人與自然的和諧共生。峽谷之上，時而一輪紅日懸在碧藍的天空中，映襯的雲朵更加潔白無瑕；時而有陽光灑在雲霧繚繞的峽谷內，雲蒸霞蔚。不遠處，還有自然形成的、如佛塔一般的雪山，在霞光的照耀下，宛如神邸。峽谷中最耀眼的谷底一條碧綠如玉般的通天河——崗曲河，她是巴拉村的母親河，活化了大峽谷，令大峽谷靈氣十足。

為了方便遊客覽勝，在峽谷的精華地段修築了一條2.5公里長的木質棧道。棧道緊貼懸崖峭壁，落差200至1,000米，在「上天無路，入地無門」的峽谷絕壁上蜿蜒穿行，朝着東面延伸。行走於懸掛在絕壁之上的木質棧道，遠處的棧道彷彿一條腰帶掛在山間，有種在峽谷大懷抱中行走的感覺，但覺兩翼群峰直通天際，懸崖峭壁直劈河中。走在棧道上，觀峭壁、江流、碧樹和雲霧構成的美景，宛如穿行仙山神域。俯瞰山谷，崗曲河猶如一條玉帶鑲嵌在香格里拉大峽谷谷底。峽谷深處的兩邊峭壁上也有不少山洞，據說在過去與世隔絕的時代，峽谷的山洞中常有高僧隱居修行。據巴拉村的老人說，很早以前，在谷底崗曲河兩邊的懸崖石洞裏住着水精靈，經常化身為英俊的男子出來招引過路的姑娘。巴拉村曾有三位到崖下放牛的姑娘，跟着精靈，飄到洞穴聽故事，由於精靈講的故事太引人入勝，三個姑娘忘了回家。

木質棧道的盡頭就是全中國海拔最高，垂直度最高（700米）的空中玻璃棧道了。長1,106米的玻璃棧道上，貼心地為遊人們在最佳拍照點預留了四個觀景平台。在海拔3,000多米高的玻璃棧道，可以一覽大峽谷的全景，透明的玻璃，倒影着藍天白雲，簡直是「天空之鏡」。伴随着最美的光影，演繹一場直擊心靈的視覺盛宴。走在這垂直落差700米的玻璃棧道上，仰望蒼穹雪山是景，俯看綠水碧波是景。近年景區在峽谷開闢了漂流觀光和高空滑索。在平緩的崗曲河水面上仰望峽谷又是另一種不同的感受。在清澈見底的崗曲河上觀賞「峽谷畫廊」，近距離體驗大峽谷的神奇壯麗。順着崗曲河緩緩漂流，悠悠地在河中無死角欣賞大峽谷，感受一下人在大自然之下有多麼渺小！膽大的遊客則選擇在高空滑索上張開雙臂擁抱自然。在大峽谷的兩座高山之間，鋼鐵滑索在陽光下熠熠發光，百米的落差和高度，腳下就是深淵。扣上繩索，向峽谷的另一頭飛馳而去。高山就在身旁，溪水就在腳下，穿梭在山谷之間，挑戰自己，發現另一個自己，遠方的偉大就在眼前……

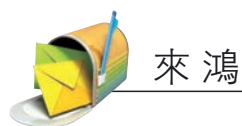
巴拉格宗是藏傳佛教的聖地，每年都會有大量的虔誠者在這裏磕長頭朝拜，以求得到靈魂的淨化與回歸。大峽谷裏藏傳佛教氛圍濃厚，一進峽谷，迎面就有一棵佛家聖樹千年菩提樹。這棵千年菩提在水莊接待中心的左側，據植物專家的考察推斷這棵菩提樹已有3,000年以上的樹齡。她依谷口峭壁而



巴拉格宗大峽谷中的通天峽。作者供圖

立，只有碗口粗的主幹，分枝卻爬滿了400多平米的崖壁，如鳳凰展翅。鳳凰乃是菩提樹的守護神，因此這株千年菩提被稱為「鳳凰菩提」。無論四季變幻，鳳凰菩提總是鬱鬱蔥蔥，真像隻鳳凰爬在岩石峭壁之上。更令人叫絕的是幾年前的一夜之間，千年菩提樹樹幹上突然長出了一隻像佛手一樣的枝幹，五指分明，伸插岩縫。據說這「佛手」是在大德高僧為菩提樹準備開光的前一晚一夜之間生出的，不知是大自然神奇的造化，還是一種不為人知的力量，不能不令人心生敬畏。據說如若能一睹「佛手」真容便會得到神的庇佑，因此慕名前來朝拜者絡繹不絕。

從千年菩提過去，右側有一個巴拉格宗藏文化博覽中心，叫巴拉卓瑪拉康。藏語「卓瑪」為「度母」，「拉康」為經堂。這裏原來是1,300多年前土司斯那多吉在府邸後修造的一座度母經堂（觀音廟），是巴拉村人每逢重大節日或正月十五禮佛的場地。度母是「聖救度佛母」的簡稱，梵音譯作「達熱」，藏語稱「卓瑪」。漢族地區古稱「多羅觀自在菩薩」、「多羅觀音」。在藏傳佛教中，度母依身色、標幟、姿態和德能不同，分為21度母。這些度母實則都是觀世音菩薩的化現，是度脫和拯救苦難眾生的一族女神。21度母在藏傳佛教地區被廣大信徒和百姓普遍敬拜，有着極大的地區影響力。這座度母經堂後來因年久失修而在原有基礎上進行了重建，成為藏區規模最大的度母經堂。現每逢重大節日或正月十五，巴拉人都會在此禮佛。經堂門外設立了供朝拜人轉的轉經筒，大多遊客都會來此祈福。卓瑪拉康門口屹立着8座白塔，分別供奉的是藏傳佛教最有代表性的佛祖釋迦牟尼、蓮花生大士、長壽佛、四臂觀音、文殊菩薩、黃財神、尊勝佛母和度母。轉山轉水轉佛塔，轉山先轉塔。藏傳佛教信徒們相信轉佛塔既能轉運，也能積功德。因此在藏傳佛教地區，佛塔與瑪尼堆可以說是隨處可見，但同時齊聚八塔的卻不多見。據說巴拉村人建八個佛塔，代表藏地八寶吉祥，賜予巴拉村人風調雨順、六畜興旺。



來鴻

◆ 郭慕晨

# 純然之地 黔南西江

神州大地的西南端孕育的山脈水灣，一方人生長於斯，身上掛銀佩綬，而在那終日散不去的霧氣籠罩之下，便是純然之地——黔南西江。

父親帶我抵達這裏的時候，正是夜裏，天上沒有星，地上便亮起了燈。苗寨伴着山間梯田搭起的點點星火，引路的不是北斗星，是沿着山間路蜿蜒的燈。水溝貫穿石巷，微小的叮叮聲問候晚風。住處雖然簡陋，但可以一眼望穿山那頭，望穿山河不夜天，望穿孤客歸鄉情。這裏不能被冠以村或寨，它集了天上的星，集了南方的山，匯了巨古的水，撒了一地的天間火花，怎麼能叫村、寨呢？它懷抱裏的不止人間煙火深吸一口氣，林間新霧和初秋茶葉也是有，豎耳聽一聽，洗衣的婦女止步山間，牽動着小銀鈴，觸摸窗櫺，濕軟的木段吸飽了我們所尋不見的、自然生物間的水汽的氣息，它不需要外人，它只要它的苗家人，它的西江景。

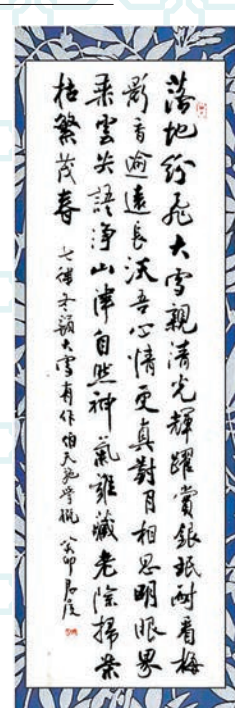
清晨，說是破曉，如何破也破不開晨霧，好似這裏從未照進過陽光，寂靜一片，時間便沒有了，雜念也消散了。山腰常設茶舍，在那裏等日出，等山溝裏東方一點點染白，捧一杯清茶，看貓狗歡快地追逐下山。人聲漸漸多了，繁忙從黑夜裏殺死寂靜，晝夜間確是兩片山河。驚鳥從山林簌簌飛離。

在父親的鼓勵下，我去試試苗家的服飾，銀裝穿在身上有些沉，粗銀流蘇從頭飾墜下來，走一步便有沙沙聲在耳邊響起，融入這裏真是一件令人很高興的事，雲壓了過來，下起了細密小雨，遊人們攀入棧閣，吱呀的動靜成了節奏，雨打的韻律不會枯燥，吆喝聲此起彼伏，這座仙境沾上了煙火氣。

我再沒見過第二個西江苗寨，再沒見過比黔南更純然之地，這份回憶一塵不染，閒置心間也是淨化思想，安然靜謐。與這股清靜靜謐氣息不同，香辣氣味從山腳的街邊漫來，貴州酸湯魚，何其活潑的事務。人們在山腳圍起了一塊小凡間，吃喝玩樂，歡天喜地，載歌載舞，反正這是打擾不到山腰和山頂的住客。苗家人總能將「共生」完美的置於人與自然間，火紅與冰藍交替。

這裏真的是個好去處，所以忙於生計時，別忘記給自己留一點餘地，輕鬆無所事事時，別忘記融於滾水裏一回暖。人間是個好地方，渺小地轉一轉，也不覺得自己渺小了。

## 施詞度墨香



◆ 詩：施學概  
書：梁君度

**七律·冬韻大雪有作**  
施學概（伯天）鞠躬

落地紛飛大雪親，  
清光輝耀賞銀珉。  
耐看梅影香逾遠，  
長沃吾心情更真。  
對月相思明眼界，  
乘雲共語淨山津。  
自然神氣難藏老，  
除掃榮枯榮茂春。

癸卯年十月廿一  
2023年12月3日

## 學生園地

# 外公的潮州

我外公出生在潮州，年輕時就來到了香港打拚，一直再沒有回到家鄉。在我剛上小學時，我們全家一同回到他的故鄉，卻想不到這也是我們最後的旅程。

我們坐着高鐵，外公看着窗外的景色陷入了無限的感觸，眼中已然朦朧。雖然窗外只是連綿的高山，但他的心已超越高鐵的速度回到了他的故土。

下車後，外公看着整個潮州從城鎮變成如此繁華的城市，思緒萬千不過他只是感嘆了一句：「潮州依然如此美麗！」事實上在外公尚在時，也會時常說：「潮州是一個歷史悠久而且非常美麗的地方。」

我們開始遊覽，首先來到老城區的牌坊街。外公說，這裏每個牌坊都是潮州歷代進士奮鬥的故事。我們走進「三世尚書」、「狀元坊」，感受潮州自古以來好學不倦的精神。街道兩旁更屹立着許多南洋騎樓，各有風格的建築相映成趣。

第二天一大早，我們走到了韓文公祠，外公還興致勃勃地唸起來：「師者所以傳道、授業、解惑也。」那時下起小雨，所以我和外公在室內參觀，飽覽了閣樓裏的許多名人留下的匾額和書法題詞，充滿了對韓愈的歌頌。除此，韓文公祠內也展示了韓愈對潮州的貢獻。他為民辦校、趕鱸魚、釋放奴隸。

他更被稱為「百世師」，受人敬仰。

走出韓文公祠，烏雲初散，遠處韓江平靜的江水倒映着廣濟橋旖旎的身影，它不僅是潮州八景之一，也是中國四大名橋之一。我們一起走在千年古橋上，那樸素典雅的橋欄，間隔着古色古香的樓閣。江上尚未散去的雲霧，與橋形成一幅朦朧的水墨畫。外公再度感嘆道：「潮州真美啊！」

最後外公帶着我們來到了他兒時的中學。那裏已然完全變樣了。外公邊走邊說他少年時在學校的故事。我看見這麼大間學校，還有這麼大個操場，興奮地拉着外公跑了幾圈，直到天空灑起小雨才離開。

這次和外公回到他闊別的潮州，乘坐了便利的高鐵，再不是他早年山長水遠的奔波。人們享受這現代設施的便利，同時綠水青山依舊在。對於他來說，是一種濃濃的遊子歸鄉情；而我們陪着外公這次難忘的尋根之旅，更是領略到祖國在經濟發展和保育歷史文化相輔相成。俗語說，人傑地靈，潮州的美，正是祖國的山河美，人們勤勞奮鬥的一個縮影。

（由香港潮州商會主辦，香港大公文匯傳媒集團、藝術香港、香港教育工作者聯合會聯合主辦的「我愛我的祖國」（風景名勝篇）金紫荊盃香港校際作文暨普通話朗誦大賽小學組獲獎作品）

## 生活點滴

# 把日子過成詩

◆ 魏以進

不是我不明白，這世界變化快。這是一句歌詞，道出了許多人的心聲，板櫓還沒坐熱，前面的形勢就發生了巨大的變化，於是急着去追趕，功利成分迅速充斥心頭，很快便失去了應有的判斷力。然而也有一些人並不急於到遠方尋找詩意，他們把自己的日子過成了詩，一首穿越時空、蜿蜒前行的詩。

陳有棋先生是我中學時的英語老師，中考時我的英語只丟了2分，得益於他不斷加火升溫，煮熟了我的玩性。教了40年英語後，他離開講台，迷上了烹飪，炒出的菜像一幅幅冒着熱氣的畫卷，香氣撲鼻，嘗上一口，能讓人回味半天。他住在村裏，房前有一條小河，河水清可見底，時有小魚嬉戲其間；屋後有一塊菜地，茂盛的青菜像英姿勃發的少年，酷似一幅水墨丹青。在這樣的環境裏，他摒棄了一般男人熱衷的打牌賭錢的陋習，一門心思琢磨廚藝，怎麼擇菜，如何配料，火候怎麼把握，都諳熟於心，弄起來有條不紊。欲烹出可口的菜餚，食材的品質是首選，在炒菜之前，他會坐在屋裏精挑細選，就像給女孩梳洗打扮。這是一細活兒，容不得馬虎，既考驗耐心，又檢驗視力，還有判斷力。擇出的菜看相要好，模樣周正，關鍵是要嫩，待洗淨後，他就會倒入鍋中，大火烹炒。此時的他，目中無人，只有鍋底的菜，神情之專注超乎尋常，站在一旁的我，看得出神，一個個線條的男人，竟有如此細膩的一面，倒是能讓人看出他的生活態度。

其實，烹調與藝術是相通的。他會想，何不給心靈插上翅膀，飛越大洋彼岸，去看一看藝術聖地意大利？他是教英語的，自然能看懂英語原版畫冊。翻開書頁，彷彿置身於布滿藝術品的場館內，被無數文藝巨匠的繪畫密集地包围，他情不自禁地流下了眼淚。尤其是那幅《維納斯的誕生》，像一股洪流直衝他的腦海，彷彿佛心尖都在顫動。共鳴倏忽而至，感動轉瞬即逝，從畫冊中移除視線，他還是會來到菜園。這裏就像一個躲在地球邊角、與世無爭的世外桃源，他的家鄉融洽，生態

多樣，氣候適宜，植被覆蓋率高，且四季常青。這裏沒有發達的網購和快遞，周圍人生活簡單，節奏緩慢，有時只吃兩頓飯，太陽落山不久就睡覺，當然，大多數是老人，青壯年都進城了，用雙手和頭腦為城市文明的發展添磚加瓦，同時也換回真金白銀。

只要走出家門，野外的收穫就是最大的。打開後門，往上爬百十來米，就能進入一片茂密的樹林，林子裏什麼都有。春天是屬於蕨菜、薺菜、竹筍和香椿的時節，從地下挖起來，從樹上掐下來，或爆炒，或涼拌，或交替作為輔菜，陳有棋能做出春天的芬芳，只要嘗了，吃了的人就會回頭，甚至戀戀不捨。夏天會有地衣、松樹菌，摘來洗淨炒臘肉，香氣能從廚房飄到屋外，鄰居會尋味而至，一睹為快，嘗一筷子總是免不了的。秋天有野韭菜和銀杏果，煎雞蛋，煮熟了單吃，都是美味佳餚。冬天也有意想不到的收穫，每次出門，他都不會空手而歸。

走進他的廚房，會有耳目一新的感覺。電飯煲、高壓鍋、微波爐、鍋碗瓢盆，還有筷子，甚至炒菜的調料，都分門別類地擺放，整齊齊齊，像訓練有素的軍營，在他的眼裏，這樣做的最大好處是需要用時順手就能拿到，不會手忙腳亂。在人們的印象中，男人的領地會比較遼闊，可在這一方角落，一塵不染，灶台上的瓷磚能照進人影。現在，人們花錢買東西過於容易，新鮮感消退後很快又會陷入空虛，雖然消費看起來是最便捷的方式，但它切斷了人們和這個世界的很多真實聯繫。陳有棋深知這一點，大多時候都會自己去種菜，還有佐料，包括蔥薑蒜，從自己的園子裏長出來，便是真真切切的。

自己炒的菜，斟上一盅，衝勁兒上來，一切語言都是多餘的。他從沒想影響誰或改變誰，只是從中得到了很多意想不到的快樂，於是想分享給更多人。對有些人而言，他的活法是一種挑釁；但對另一些人而言，他的活法是一種答案，寵辱不驚，便是詩意。

詩詞偶拾

長白山喜歡我攀爬的腳步

每一次登山，長白山都與我貼得很近。沒有歡迎詞，卻有著歡迎我的那些舉動。那些乘車上山的人，不懂得爬山的意義，我人生的每一次登高，都彷彿是一次爬山的經歷。

每當心靈指向山頂的目標，長白山都會借助於山風的呼喚為我加油，給我鼓勵。但我更想那一汪翡翠般的天池，是怎樣的一種魅力，能引我上山，讓我在巔峰中——認清自己。

山頂上的樹，在風的投意下向我招了招手，此時我更懂得大山，懂得它此番的舉動是在給我一個怎樣的啟示。更高更奇我能理解，山高人為峰的深刻道理。

東方惠