



怒江从青藏高原唐古拉山出发，披着雪域的光芒和天空的色彩，裹挟着湍急的水流，劈山破石一路向南，以水的力量在高黎贡山和碧罗雪山之间开凿出一条深谷。

生态小城六库镇是怒江傈僳族自治州州府所在地，也是怒江大峡谷的人口。六库曾是深山密林，植被茂盛，常有马、鹿等野生动物前来觅食，智慧的傈僳族猎人于是在此支扣（狩猎方式）下鹿。六库即“鹿扣”的谐音。千峰万壑间，怒江舞着遒劲的水腰，狂野不羁地奔腾，没有什么能改变它的方向。沿途123条融雪支流以“非”字的姿态，纷纷汇入其中。

我们沿着翻滚的怒江水，贴着悬崖边唯一一条窄窄的公路，从六库出发逆江而上。峡谷两岸峭壁如削，密林森森。云雾缭绕的山崖里，牛羊闪现，崖壁上挂着些许人家。石板房是怒族人的，千脚踏地房里住的则是傈僳族人，也可能是独龙族。两岸的梯田与云雾捉迷藏，从一个山坡爬上另一个山坡。智慧的当地人能在山羊爬坡都费劲的陡坡上开垦出梯田，令人不由惊叹他们的耕种绝技。听说，他们会用水棍先戳个洞洞，放上玉米等种子，再理上些土，这些田都是戳出来的“壁耕田”。

峡谷中，汹涌湍急的怒江正拍打两岸，一滩接一滩。曾经，溜索是怒江上的交通方式；如今，彩虹般的各种大桥早已替代了雨丝般的溜索。而溜索依然是当地人心中难以磨灭的记忆。所幸，溜索并没有完全消失，而是

成为一种旅游体验项目。同样没有被遗忘的还有那位叫阿茸的姑娘。传说是她编织了怒江上第一根竹篾溜索，还引出了甘泉。每年农历三月十五至三月十七的怒族仙女节，就是怒族人纪念阿茸的日子，也是怒族最隆重的节日。

满山樱花盛开时，傈僳族人就要过阔时节了，一般是农历的腊月到第二年正月间。1990年，怒江州确定每年12月20日为其法定节日。“阔时”为傈僳语谐音词，有“岁首、新年”之意，是傈僳族最隆重的传统节日，相当于汉族的春节。阔时节这天晚上，每个家庭成员必须回家吃团圆饭，共同庆祝节日。傈僳族还有许多特色民俗，如“上山下山火海”“堆沙埋情人”等。前者是傈僳族特有的民间绝技，后者则是傈僳族男女最古老的示爱方式之一。

傈僳族人所说的“亚哈巴”（意为“石月亮”）到了，我们在观景台下眺望，高黎贡山山脉中段海拔3300米的峰巅，云雾缭绕处，一个巨大的大理岩溶蚀成的石洞形如月亮。此时，云蒸霞蔚，“石月亮”送出一洞神秘的蔚蓝。传说，傈僳族的祖先就是从这里走向世界的。

在丙中洛改当村附近，怒江以一个漂亮的180度大转弯舞出优美的“U”字形，诞生了怒江第一湾。接着，它又舞出了雾里、丙中洛等人间仙境。怒江和火山多舞动几下，就多几道绝世风景。雾里这个三面环水的怒族村寨，春天樱花撑起粉色，夏天原野披上绿色，秋天果实托出金色，冬

# 走怒江，穿大峡谷

李卓曦

天冰雪覆上白色，60多户人家就生活在这样的世外桃源中。

在大峡谷更加舒展的地方，形成了一片稀有的开阔田园，那是丙中洛所在地。

在丙中洛，一天看两次日出日落并不是童话。冬天的上午，太阳从雪山冉冉升起，在天空行走一个多小时后入贡当神山背后，才半个小时，太阳又升起，把金色阳光再次洒给丙中洛。

## 三

独龙江从西藏察隅县伯舒拉岭出发，由迪布人怒江州贡山县境。锁在大峡谷深处的独龙江流域是独龙族世代繁衍生息的家园。进入村寨，禁住朝树上张望，这被称为“太古之民”的古老民族，直到70多年前才结束树栖、穴居和野外生活。

不过，我没有望到树上的人，倒是被一个穿条纹衣的小伙

性到了十二三岁就得纹面，现在已经很少纹了。为什么要纹面？老人以灿烂的笑作答，或许这就是最好的答案——独龙江把秘密藏在这张最鲜活的画布上了。

独龙族的节日比较少，一年内仅有一个节日：卡雀哇节，是独龙江地区独龙族的新年。大概在农历腊月间，不规定具体时日，一般根据食物的储备情况来定，最长9天。割牛祭天是他们的一种原始宗教仪式。割牛前，牛披独龙毯，角挂彩色串珠，被人们围着跳舞。当牛被割倒，行过祭，割牛手背着牛头跳起舞后，大家便开始分割牛肉，凡是参加的大人小孩都能分到一份，然后燃起篝火……

## 四

兰坪白族普米族自治县藏在“三江并流”的深围里。据说，有人在这传奇秘境找到了《山海



子好奇地盯着，随后他就消失在垛木房门口。村寨里还有一种千脚踏地房，房顶上覆盖着杉木板，有的覆盖着茅草，四周以单层或双层篱笆围起。从外面看，底下一根根密密麻支撑楼房的木柱，真有点像是房子长出的脚。这种建筑样式普遍流行于喜马拉雅山地的民族中，包括傈僳族、独龙族。这种建筑一格局为两间，外间是客房，有火塘，火塘上有烧饭时用的三脚架，内间是卧室和粮食储藏间。

我们专门拜访了一位纹面老人。她家的房子是典型的千脚房，竹篾地板。以前，独龙族女

经里古神州的影子。从青藏高原迁徙而来的普米族，是这里的“看门人”。

一入兰坪，我的身心便融化到风景里了。

湛蓝的天空下，碧罗雪山宛如高筒白靴子，立在古老的大地上。叠叠山峦起伏萦绕，三江滔滔蜿蜒而过，尤其是澜沧江，用27条支流润泽兰坪。谷深峡幽，澜沧江河谷是这条东方多瑙河最深情的歌。“念波依比”湖被当地傈僳族视为神湖，一瞥湖波幽深莫测，但无路下到湖边。

罗古箐被称为“三江之门”，我们沿着红岩子穿行在红

崖绝壁间，纵横交错的峭壁怪石携一身丹霞，当地普米族称之为“吉利吉”。三百六十峰，九溪十八岭，碧绿的草甸镶嵌着溪水，在峡谷里起伏漫展，似神仙的地毯载着悠然吃草的牛羊。最耀眼的还是杜鹃，一树树杜鹃宛如组成了彩虹纵队，红的、紫的、黄的，或沿山体婀娜而上，或自天边翻飞而下。杜鹃树粗壮的树干举着各色花朵，又似在指挥着圆舞曲。

情人坝上，200多岁的两棵云杉树，枝相串、根相连，紧紧相依。每当中国大部分地方过端午节，也就是农历五月初五时，方圆百里内的普米族、傈僳族、白族等青年男女，就会围绕着这情人树载歌载舞。普米族少女跳着“蹉蹉舞”，白族少女跳着“霸王鞭”，傈僳族少女跳起“哇其其”……

穿过原始森林就到了大羊场，高原草甸好像载着牛羊飞翔在金沙江和澜沧江齐眉的眼波里。在富和山、澜沧江沿岸的四十里山箐中，一条低俯蜿蜒的盘

马古道上，一队队商旅驿马早已把土石踏破，裸露的树根盘结路。这条盘根路正在低唱着什么，可是娓娓诉说盐马古道上的传奇？

题图：怒江溜索。

尹绍平摄

上图：丙中洛风光。  
怒江傈僳族自治州文化和旅游局供图



行天下

鲜嫩的油菜一上市，海南定安的大街小巷便开始飘散着菜包饭的熟悉味道了。

喜欢菜包饭似乎是定安人的一种古老嗜好，那份情结与生俱来，深入灵魂和骨髓。过去那些年月里，我最盼望的事莫过于家里能做一顿菜包饭。守着灶台旁，看着锅里的菜肉被炒得喷香，内心的快乐雀跃，美妙得无法形容。全家人围聚一起，说说笑笑，或坐或立于可及的视线里，双手捧着菜包饭津津有味地吃。在冬日的暖阳里，升腾起这样一份温暖的感觉，是多年来一直无法从生命里挥去的。

定安人的记忆里，这种具有相同诱惑力的生活场景，一生中曾无数次地出现过。对于“油洒一杯家万里”的游子而言，每每想起这，更是魂牵梦绕、无法释怀。

那时候做菜包饭要简单得多，菜料仅有一些韭菜、酸菜、鲜芥、四季豆和零星的肉末，也算是奢侈一回。现在的菜包饭用料可就讲究多了，菜料的品种繁多自不必说，单是买菜洗菜等前期准备工作，就很费时费力。荤食也多了许多，譬如腊肠、虾米、鸡胗、鱿鱼之类的东西，酱料也增加了虾酱、蒜蓉酱、什锦酱等，味道越发鲜美可口。吃的过程经常和牙齿较劲，似乎更受年轻人青睐。

我在海口吃过类似菜包饭的菜式，用薄面饼或粗粮卷，包裹着油炸得生香的鱿鱼丝、脆皮鸭或鸡肉丁，可不管怎样慢慢咀嚼，都干硬得不想再回味。而我唯独对菜包饭软糯糯的感觉钟情留恋，一如当年。

做菜包饭时，煮饭炒菜都很讲究火候，菜要炒得不老、咸淡适宜，饭要煮得不烂、颗粒松散。做出来的菜包饭要被认可，必有一手烹调的好功夫。此时自有家里最好的厨手主动掌勺操持，用爱心和情意做出来的菜包饭，更能令家人和朋友赞不绝口。

吃菜包饭时，人的食量会比平常猛增一至两倍。双手捧着热乎乎的菜包饭，万事逍遥且不说。菜饭在手心里如碎金闪烁，光润油亮，忍不住吃上一口，鲜美嫩香扑鼻而来，轻轻咬，慢慢嚼，齿音生脆，满口生香，软糯滑润不油腻，那种味道真是无与伦比。若配上一碗素净的青葱汤，或开胃的酸菜汤，更是鲜美可口、妙不可言。

定安人家做菜包饭的历史久远，追溯到有文字记载的是在清代，算来应有100多年了。清末拔贡生莫家桐曾在《定安乡土志》里有“正月初三祭赤口吃菜包饭”的记载，意为“齐心协力、拢住家财不流失”。菜包饭俗称“银包金”，实际上是一种古老简单的饮食吃法，后来成为定安一道独特的风味美食。

对菜包饭情有独钟的，何止定安古镇人家。冬春时节，许多游人慕名而来，闻香而至，争相一饱口福。兴许是山珍海味吃得腻了，倒喜欢起清淡的素菜来。正经坐着吃得多了，改换另一种吃法，竟觉得有几分新鲜。无论怎么改变，都逃不脱那句“民以食为天”的古谚。要不然，定安有许多食摊上、酒店里，不会如雨后春笋般纷纷经营起菜包饭来了。昔日的土味一不留神登上大雅之堂，也算是实至名归了。

# 忆定安菜包饭

王妮

# 到庐山品雾根茶

张玉国文/图



庐山自古闻名天下，山、江、湖在这里交汇，峰林溪流、古寺名桥赋予其钟灵秀气。庐山茶就是在这样的环境中生长出来的。

唐朝时庐山茶已很有名。唐代诗人白居易曾往庐山峰挖药种茶，并写下诗句：“长松树下小溪头，班鹿胎中白布裘。药圃茶园为产业，野麋林鹤是交游。”

庐山茶中，以庐山云雾茶最为著名。此茶属绿茶，最早是一种野生茶，东林寺名僧慧远将野生茶改造为家生茶。庐山云雾茶有“六绝”，即“条索粗壮、青翠多毫、汤色明亮、叶嫩匀齐、香凛持久、醇厚味甘”。此茶风味独特，由于受庐山凉爽多雾的气候及日光直射时间短等条件影响，形成了叶厚、毫多、醇甘耐泡的特点。

春茶的采摘很有讲究，清明、谷雨的茶最为鲜嫩。庐山云雾茶茶芽与香草共生，和山花同长，吐纳之间，便有了兰草的幽香与甘醇；与灵芝、人参等中草药药一齐生长，相互滋养、吸附气息，故而其组分尤为独到，在四五道水冲下去以后，香韵依然，甘醇的味道仍很持久。

我探访的庐山云雾茶园名为“雾根”，取“云之头、雾之根”之意。其所产的雾根茶是庐山云雾茶中的新秀。雾根茶园位于庐山北面马尾峰下的马尾山景区，这里的土壤母岩有7亿年之沉淀，以长石（含钾量高）砂岩为主，赋予雾根茶茶之鲜、石之韵，外绵而内刚、甜顺而醇厚。茶树与山泉相伴，生长在海拔1400多米的茶园，昼夜温差大，加之庐山

汉阳峰气流与长江、鄱阳湖水汽交汇，云雾阳光相互交融，使茶叶品质更加上乘。

雾根茶园由曹俊平、曹根舜父子打理。儿子曹根舜在制茶方面颇有研究，年纪轻轻，制出的茶可很老到。我到访时正值4月，茶园中，茶树、天然草药、杂草都在茁壮生长。父子俩正带领茶园阿姨除草。庐山茶园天然草药较多，能为茶叶提供养分。父子俩人工除草的原因之一就是不伤草药，保持茶园的生态平衡。

如果说，庐山的自然环境赋予雾根茶良好的先天条件，那么再加上淳朴的父子俩辛勤付出，烘焙出的雾根茶怎能不茶香四溢？

上图：雾根茶园中的庐山妈祖天后宫。

桃花潭早在神往之中。

那还是在课堂上，语文老师声情并茂地吟诵：“李白乘舟将欲行，忽闻岸上踏歌声。桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”这让我对桃花潭有了最初的向往。长大后才知道，关于桃花潭，还流传着一个李白与汪伦之间的故事。唐天宝年间，李白旅居徽州叔父李阳冰家，这天接书一封，是泾县好友汪伦转来，信曰：“先生好游乎？此地有十里桃花。先生好饮乎？此地有万家酒店。”面对如此诱惑，“自称臣是酒中仙”的李白欣然前往。但到了桃花潭，见山不见水，更不见酒旗幡立，李白疑惑不解。汪伦说，桃花是潭水之名，万家乃店主姓万，一家之店矣。李白听后仰天大笑，如此盛邀，别具一格。于是，两人把酒临风，吟诗作赋，终日相伴。

相聚的日子总是短暂。数日后，李白婉谢了汪伦的殷殷挽留，继续他的诗吟天下。李白登船前，汪伦发动当地百姓为李白踏歌送行。李白感念汪伦的深厚情谊，即吟七绝《赠汪伦》以赠。岸上，船上，李白的诗，汪伦的情，从此留在了诗情画意的桃花潭。

一江碧水，诗动千年，如今慕名而来。沿着鹅卵石铺就的巷道，我们直奔桃花渡口。在渡口，古老优雅的“踏歌岸

阁”静静伫立。这是一座砖木结构的两层小楼，牌楼上的“踏歌古岸”赫然醒目。传说当年，李白就是从从这个渡口乘舟到对面的万村。

游船启动，剪裁满江云彩，很快将我们送到了对岸的万村。沿着小径，一路游赏及拜谒的景点有石板石、彩虹岗、谪仙楼、钓隐台、

村，古称南阳镇；西岸是以万姓为主的万村。而桃花潭好比一颗碧绿的翡翠，镶嵌在这条丝带上。听着朋友的介绍，我在想，如李白这样浪漫的诗人，纵是没有汪伦的盛情相邀，见得此景，也当是顿发诗情的。

怀仙阁旁有垒玉墩，朋友说，这里就是传说中李白

# 诗意桃花潭

王唯唯



汪伦墓等多处。拾阶过“潭影清心”拱门，最后来到怀仙阁。凭栏远眺，江水深碧，清幽晶莹，翠峦倒映，景色宜人。陪同我们的当地朋友告知，这青弋江一分为二，东岸是以翟姓为主的翟

与汪伦喝酒吟诗的地方。倚栏俯视，诗仙李白与汪伦的雕像进入眼帘。只见李白气宇轩昂，执酒杯遥望蓝天，仿佛在对酒吟诗，而汪伦则坐在石头上，凝神倾听李白的诗作。

在一截幽深的巷陌中，我们寻到了万家酒店。不见当日那酒旗，不见当年黄色的牙边小酒旗，只见酒店门前路面上被人踏踏出的大坑，似在向人们诉说千年前的往事。此时，我仿佛听到万家酒店飘出的“桃花梦”酒香，仿佛看见李白与汪伦对酒当歌、谈笑风生的画面。古人“寻山如访友，远游如致身”，留下大量关于山水的诗篇，也让我们不起眼的山水熠熠生辉。如池州的九子山，自李白吟出“妙有分二气，灵山开九华”后，九子山便易名为九华山；再比如宣城的敬亭山，李白的一句“相看两不厌，只有敬亭山”，让一座原本缺乏视觉冲击力的敬亭山有了灵魂。

古人有幸，创造了文化遗产。今人有幸，享受了文化遗产。

离开桃花潭已是傍晚。伫立船头远眺，不禁感慨万分。那首《赠汪伦》，我不知吟诵过多少遍，总以为桃花潭是一方池塘，一泓碧水，万万没想到桃花潭是青弋江流经此地时，在一座峭壁下汇成的一汪深潭。看着那深潭，直觉风有酒的气味，江水有酒的气味，潺潺的水声里，是谁在吟咏那首古诗……

上图：安徽省宣城市泾县桃花潭镇江面上出现平流雾景观。

王 闾摄（人民图片）