

「香格里拉」探險之旅

香格里拉 (Shangri-La) 一詞，被世人認定為人間仙境的代名詞。該名詞是一九三三年英國著名小說家詹姆士·希爾頓 (James Hilton) 在其名著「失去的地平線 (Lost Horizon)」中首創；描繪一個永恆、和平、吉祥及寧靜，猶如世外桃源的地方。

此一人間仙境的香格里拉，到底位居何處，一直是各界競相研究的議題；經過半個世紀的討論及實地考證，所謂香格里拉的塵世淨土，確認是雲南省中甸市，中國當局於二二年五月，將中甸市改名為香格里拉市。由於香格里拉的美麗景色，為世人所嚮往，有關香格里拉的神奇故事，更是今人急於揭開的一個謎；經歷實地探訪，進入香格里拉奇異世界，終於揭開此一神秘面紗，香格里拉是形容人與人之間，或與大自然的相處，創造共存共榮，

沒有鬥爭和諧社會的意境。

香格里拉受世人關愛，除了一「失去的地平線」神來之筆的描繪外，一九三六年該書亦被拍攝成電影；另馬來西亞郭姓糖王於五年代，在新加坡興建一所豪華大飯店，以「香格里拉」命名，將香格里拉字號發揚光大。其實，香格里拉受到世人重視，係因飽受戰亂的侵害，希望追求美好和諧生活，對於代表世外桃源的香格里拉，自然有更多的憧憬。

根據迪慶藏文獻資料，香格里拉係由藏傳佛教經典中「香巴拉」一詞衍生而來，意為



「松贊林寺」是雲南最具規模的藏傳佛教寺廟。

/ 張明暉



「聖潔的太陽」；如今香格里拉的涵意，已被解釋為世外桃源，與東晉時代陶淵明曠世巨著「桃花源記」中的記載，形容山林、草原、河川的自然美景，及社會和諧無爭的夢幻仙境一般，亦是聖經所稱的「伊甸園」。

如今被公認為香格里拉的人間仙境，係指雲南省西北邊的迪慶藏族自治州，緊鄰四川及西藏二省交會之處；該州轄下有香格里拉、德欽、維西栗僥族等三個自治縣，總面積為二萬三千平方公里（比台灣略小一些），其行政區形狀猶如蝴蝶。由於該區海拔高達三千三百公尺以上，屬於高原地帶，空氣稀薄，平地人前往香格里拉探險，可能會遭遇高山症的不適應問題。

迪慶自治州境內的自然景觀相當多，雪山聳立（有梅里、白茫及哈巴等三座雪山），江河縱橫，林海茫茫，草甸連綿，高山湖泊及原始森林的神秘面紗，呈現令人心醉神迷的自然風光；許多珍貴的動植物，在此美麗的淨土上，生生不息，相互扶持一起成長，形成世外桃源的美麗景象。而迪慶自治州民族風情的古

樸淳厚，有藏族、納西族、彝族、栗僥族等不同民族，均能和諧相處；藏傳佛教文化及納西東巴文化是該區一大宗教，另有道教、天主教、伊斯蘭教等其他宗教團體，信仰不同卻能和睦共處，亦是香格里拉的特色。

前往香格里拉地區探險，有二條途徑，其一是由昆明搭機往返香格里拉，以香格里拉為中心，進行扇形式的一日遊行程；另一途徑則由昆明搭機先到麗江旅遊，再由麗江驅車北上，欣賞沿途奇異的自然風光，當天傍晚抵達香格里拉，展開扇形式的探險行程，再搭機回昆明。

由麗江出發前往香格里拉探險，沿途風光的第一站是「長江第一彎」。此處為長江的上游金沙江，金沙江水流由青藏高原發源，往南向流；穿越迪慶自治州奔騰而下，在麗江納西族自治縣交接處的石鼓



香格里拉一所小學放學的情景。

鎮，水流突然轉向北流，而有長江第一彎之名。

當地人形容金沙江的水流，在石鼓鎮及時轉彎，讓這條象徵母親河的水流，最終得以東流注入長江，經歷十一個省及直轄市，孕育出源遠流長的中華文化；長江第一彎的現場，亦是東漢三國時期，蜀漢諸葛亮南征七擒孟獲，五月渡蘆故事的場景。如今來到歷史現場，除憑弔古代英雄及史蹟之外，對於山川自然生態，創造悠久文化的奧妙，有更多的感觸。

青藏高原源起三條南向河流，除金沙江外，尚有瀾滄江與怒江，同時平行穿越雲南省，形成「三江并流」的特有景觀。瀾滄江南流，流過金三角，改稱為湄公河，穿越泰國、寮國、柬埔寨及越南，流入南中國海；而怒江水流南向，穿越緬甸境內，改名為薩爾溫江，最終流進印度洋。

只有金沙江的水流，在石鼓鎮遭遇牛頭山的阻擋，水流突然由南轉北，穿越哈巴雪山與



晒青稞是「香格里拉」最主要農作物。

玉龍雪山的峽谷，因地形險峻又有落差，水流速度加快，且江中礁石密佈，水嘯聲震耳欲聾；傳說有老虎借江中巨石為跳板，一躍過江，而將此地稱之「虎跳峽」，古人有詩為證：「玉壁千年存古雪，金沙萬里走波瀾」，形容金沙江的水流，穿越一座神秘雪山的奇景。

觀賞長江第一彎及虎跳峽之後，行車穿越長江第一橋「松園橋」，再順著二一四公路繼續驅車北上，沿途是爬坡的山路，由麗江二千四百公尺的海拔，爬升至香格里拉的三千三百公尺，路況欠佳，沿途顛簸，行車備極辛勞；其實，香格里拉高原地區，屬尚未開發的原始生態，探訪每一景點，必須承受數小時的舟車之苦。由虎跳峽出發，經歷三個小時的顛簸，於傍晚時間抵達嚮往已久的香格里拉市，第一個印象，是乾淨純樸的小鎮。

初訪香格里拉，承蒙老天爺的垂愛，提供艷陽高照的好天氣，碧藍的天空，沒有雲彩，

如同一幅油畫；深秋季節，早晚溫差較大，中午時間尚可感受溫暖陽光，惟紫外線太強，不宜過度曝曬。夜晚在高原上觀賞星辰，因距離縮短，又沒有雲彩干擾，感覺分外亮麗，好像垂手即可摘下；這種興奮之情，身歷其境才能有所感受。

到香格里拉旅遊的第一天行程，是朝聖北方車程僅三公里的噶丹松贊林寺（漢名為歸化寺），此為雲南藏傳佛教寺廟之首，有小布雅號；該寺建於一六七九年，為五層樓藏式建築，大殿可同時容納一千六百人打坐念經，正殿供奉五世達賴銅像，后殿則供有宗喀巴、彌勒佛及七世達賴銅像（現任達賴為十四世，班禪則是十一世）。

松贊林寺建於山坡上，朝聖需拾級而上，階梯兩旁建有數百間僧侶房舍，形成一個小社區；寺廟屋頂鑲上金瓦，在陽光照射下，呈現金光閃耀，燦爛奪目景象，由遠處眺望寺廟閃耀的屋頂，猶如佛光顯現。

登高松贊林寺頂端，遠望周圍景象，不難發現周遭一些山丘上，有小房屋及旗旗的設

立，此處即是藏族人舉行「天葬」地方；藏族的風俗，對於往生的後事處理，有塔葬、天葬、火葬、水葬及土葬等五種，僧侶圓寂才可舉行塔葬，但秋收期間不准塔葬。

一般民眾則選用其他四種葬禮，通常意外死亡者採用水葬，但病故者嚴禁水葬，避免污染水源，而土葬逐漸減少，火葬與天葬儀式較為普遍；所謂天葬，即是將往生者的軀體，放置於山丘上的架子上，讓禿鷲或烏鴉分食，藏族人認為天葬是人與萬物相處，回歸自然的最佳模式。

結束松贊林寺的行程，前往碧塔海風景區，此為海拔三千七百公尺的高山湖泊，由香格里拉市東行三十五公里，因山路顛簸，且路面進行修築工程，部份路段需繞道而行，來回車程超過四個小時；其實，最掃興的議題並非



藏民居住的社區皆供奉「白塔」祈福。

路況不佳，而是進入香格里拉已有二天，沿途看不到傳說中的美麗風光，只看到光禿禿的山頂，枯黃的草原，樹木開始落葉，與想像中世外桃源的神秘景象，有極大落差，難免感到失望。

因為，深秋季節的香格里拉，是景色最暗淡的時期；當地導遊解說，香格里拉最美麗的季节，是每年的春天（四月至六月），大地草原是綠油油的一片，花開漫山遍野，有怒放的杜鵑花、有純潔高貴的鬱金香、有潔白如玉的雪蓮花、全緣葉綠絨蒿、黃花杓蘭花及各種高山花卉，百花盛開，燦若朝霞。

春天的香格里拉，樹木林海，呈現蒼翠景象，有松柏、紅豆杉、鐵杉、珙桐等高山植物；在如此蒼翠的山林中漫步，享受大自然的



山前隆起的小丘是藏民舉行「天藏」之處。

寧靜，拋開城市的喧囂，讓來自都市叢林的遊客，感受不可多得的一份優閒。

除此，香格里拉高原上有湖泊，供一些北方候鳥來此過冬，如黑頸鶴、斑頭雁；在湖泊水中任意飛翔或覓食，凸顯香格里拉生氣蓬勃的自然生態。至於遠處高山頂，春雪尚未溶



歷經長途跋涉始能欣賞到山清水秀的「碧塔湖」。

化，呈現雪白山峰，與藍藍青天、青綠草原，萬紫千紅的百花，波光碧綠的湖泊，相互融合為一體，如同油畫般的美麗景色，這是想像中的香格里拉。

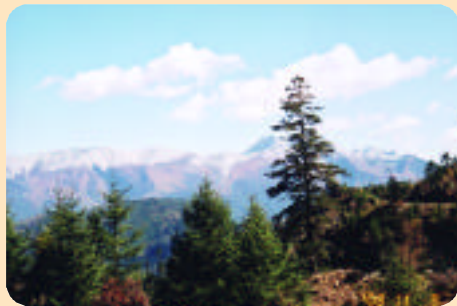
來到碧塔海風景區下車步行，由停車場沿著階梯，徒步往行走三公里，來到湖邊，看到湖光山色的景象，此時感受猶如進入油畫，融入大自然的時空隧道；回程是騎馬，順著「茶馬古道」的山路，爬坡回到停車場，所謂茶馬古道，是古代漢藏

民族之間以貨易貨、以馬換茶或以茶易馬的往來貿易道路。

來到藏族管區不妨入境問俗，品嚐藏族風味大餐，藏族人家接待貴賓有四寶，即哈達、檀香、藏香及酥油茶；尤其酥油茶是藏族人主要飲料，早、午、晚需飲用酥油茶，才有體力幹活。藏族人家的主食，以豬肉及牛肉為主，雖然每一家均飼養馬、羊，但並不會食用馬肉或羊肉；前往藏族人家作客，千萬記得先來一句「扎希德勒」，此為祝福吉祥如意問候話。

第二天的行程，是前往西北方九公里車程的「納帕海」。此處是香格里拉縣最大草原，每年春天各種野花競相開放，形成一片彩色的絨毯；該地春夏季節，屬於煙波沼澤地，但深秋至冬季，湖水乾涸，變成廣大的草甸，成群的牛羊在草原上奔波追逐，而北方的黑頸鶴南來過冬，以納帕海為休憩樂園。

香格里拉有太多景點，諸如白水台風景



秋天的「香格里拉」別有一番美景。

區，階梯式白色岩石的仙人遺田，相當奇特，此處為納西族東巴教的發源地；又如碧融峽谷風景區、梅里雪山風景區、白茫雪山風景區、塔城風景區、巴拉格宗風景區等，均是香格里拉的名勝，可惜路途遙遠，此次行程匆促，無緣前往該處探險。

深秋季節探訪香格里拉，雖然看不到世外桃源般的美景，但對於「香格里拉」的真諦，反而有更深一層的體認；所謂香格里拉的意境，除強調大自然的景色之外，係指人與大自然之間的相處，人與大自然或萬物的互動關係，秉持相互尊重，呈現和諧的社會生態。

香格里拉探險之旅，需承受高山症的風險，此行若能感受藏族民族重視精神生活，體驗天人合一的和諧之美，領悟世外桃源的真諦，香格里拉探險之行，將是一次豐收之旅。

（本文作者：資深記者）