

雪域江南 林芝

文|图 海南日报记者 赵优



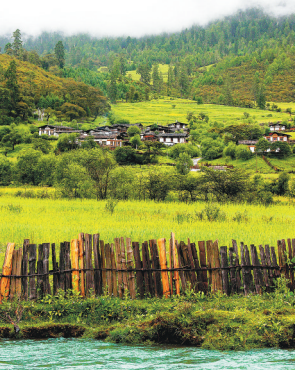
松茸鸡汤

“来到西藏，不去林芝是遗憾”，惦念着这句话，在西藏逛了大大小小的寺庙、看了美得惊心动魄的湖泊后，我和小伙伴们踏上了前往林芝的旅程。

如果说拉萨如粗犷豪放的汉子，那么林芝则是美丽动人的玛吉阿米。海拔较低、气候湿润的林芝，素有“雪域江南”的美誉。她有江南的秀丽，更有江南没有的壮阔。雪山耸立、湖泊密布、林海浩瀚、田园悠然……林芝淋漓尽致地诠释了壮阔与秀美的神奇统一。



藏家居。



鲁朗风光。



巴松措景区一派田园风光。

醉心那一湾碧水

沿着部分通车的林拉高速和蜿蜒曲折的318国道，汽车一路盘旋起伏蜿蜒向东，直奔巴松措。海拔5013米的米拉山口，山风劲吹，让人担心一个不小心就会被吹到云里去。头顶上的五彩经幡在大地与苍穹之间飘荡摇曳，连接天地，将藏民们虔诚的愿望传达上苍神灵。也正是这座山，将西藏的气候分为两类：米拉山以西地区，气候干燥寒冷，而东部地区则是温暖潮湿，植被茂盛。是啊，回顾来时的路，还写满荒凉、落莫、广袤、空旷，而继续往前走，却发现不一样的青山、绿水、牛羊、湖泊、草地。仔细比较就会发现，青稞在拉萨刚刚泛黄，而这里已经被整齐收割。

傍晚时分，我们终于到了期待已久的巴松措。虽然巴松措深藏在交通闭塞、远离城镇的山沟里，但它却以其林木繁茂和群山耸立中的那一池碧水而广为外界所知，成为林芝地区最早为人所知的风景之一。

眼前令人惊叹的这一湾绿水，就是巴松措。忽然就明白了它的名字，巴松措又名措高湖，藏语中是“绿色的水”的意思。在郁郁葱葱、绿意浓浓的原始森林所包围之中，巴松措的湖水呈现出令人心醉的翡翠般的绿色，这与羊卓雍措、纳木措的湛蓝湖水完全不同。

湖深处的结巴村是一处安静的村落，游玩巴松措的很多旅游团都不会在此停留，反而成就了这里的宁静悠然。迎接我们的民宿老板次仁罗布是藏族小伙，热情而又腼腆。院落里繁花盛开，两层小楼具有浓郁的藏族特色。走进客厅，宽大的茶几、繁复的装饰、精美的壁画引发小伙伴们的一阵欢呼：这就是我们想要住的藏家民宿！客厅里的炉灶火势正旺，次仁罗布已经用木材生好火。我们一阵忙碌，将途经工布江达县时购买的食材变为几盘家常菜，别有趣味。

清晨，巴松措展示了它另一面的美。湖面水汽迷蒙、山间云雾缭绕，恍若不食人间烟火的仙境；木头搭建的藏族民居炊烟袅袅，牛犊和藏香猪悠闲漫步；村道旁，各种颜色的野花还带着露珠，大大小小的蘑菇偷偷钻出地面；啾啾鸟鸣空灵婉转，翱翔的雄鹰又透出山林的苍劲悠远……溯湖而上，湖心的一座小岛静谧安详。这座被称为扎西岛的小岛中间建有一座600多年历史的寺庙，名唤措宗贡巴寺，藏语意为“湖中城堡”。这里既称藏传佛教宁玛派圣地，那寺庙中自然供奉的是宁玛派创始人莲花生大师。

神仙居住的地方

沿途景观不断变换，随着越来越高的海拔，山中的云雾愈发浓厚。翻越色季拉山口时，山体上残留的薄薄白雪让人有些恍惚：这是我们正在经历的盛夏吗？面对我们的惊讶，在当地工作多年的朋友卓哥不以为然：“一路经历四季，这就是旅途中有意思的地方。”

举目望去，整个林海如同笼纱一般，远处的南迦巴瓦峰在云雾缭绕之中不见踪影，正当我们为此叹息时，隐匿于林海之中的鲁朗小镇已经跃入眼帘。精致的藏式建筑，被黝黑的路划分为功能不同的分区，每一个建筑都能令你驻足欣赏。一条溪流穿镇而过，两边青青的草坡上，零星长着树木，间或有几处亭子，这布局又具有典型的欧洲风格，难怪这里有“小瑞士”之称。

再往深处去，卓哥带领我们走进人迹罕至的鲁朗花海牧场。两侧青山由低往高分布着的灌木丛和茂密的云杉松树，将林海渲染成深深浅浅的绿；远处还有几座山峰覆盖着皑皑白雪，润泽着这片土地；绵延起伏的山岳上，覆盖着一层嫩绿的草甸，大草甸中零星点缀着藏式民居，牛羊在草甸上闲庭信步，悠然自得。阳光铺洒而至，雪山、林海、田畴构成一幅梦幻般的图画。藏民称这里为“神仙居住的地方”“叫人不想

家的地方”，看来并未夸张。

疯狂拍照过后，我们奔回小镇迫不及待地品尝需要提前预定的石锅鸡。据老板介绍，当地的藏香鸡终年放养，多无喂料习惯，基本处于半野生状态，所以肉质十分鲜美。令老饕趋之若鹜的石锅鸡，最与众不同之处就在于这一口石锅。当地人将雅鲁藏布江两岸陡壁中的天然岩石凿运而出，用纯手工的方式掏挖打磨成为圆桶状的石锅。由于天气原因，石材只能七八月份才能上山采制。因为石锅传热快、不粘锅、不变色，再加上手掌参、百合等食材，造就出余香深沉、回味无穷的石锅鸡。来到这里，怎能错过松茸？当鲜美鸡汤遇上浓香松茸，让小伙伴直呼“已经忘记了之前喝过的鸡汤是什么味道！”

石锅鸡的美味冲淡了错过南迦巴瓦峰的遗憾，但老天似乎准备给我们一个完美的林芝行。返程途中，天气放晴，云雾散去，在山路中一转头，猛然看到夕阳余晖照耀下的南迦巴瓦峰露出真容，我们兴奋地尖叫起来。“南迦巴瓦”藏语意为“直刺蓝天的战矛”，主峰高7782米，是全球海拔排名第15的高峰，被《中国国家地理》评为“中国最美雪山”。但因山间常有云雾缭绕，有人统计南迦巴瓦全部显现的日期每年平均仅有65天，因此便有传说只有与此山有缘之人才能一睹其真实面目。

挺进雅鲁藏布大峡谷

第三天一大早，我们便向从林芝八一镇向雅鲁藏布大峡谷进发。沿尼洋河向南，一派婉约柔美。湛蓝的河水与嫩绿的柳树交相辉映，清澈、翠绿、洁白互相映衬，旖旎无限。当尼洋河汇入雅鲁藏布江，河水就变了颜色，从涓涓溪流化为滔滔江水。

据景区导游介绍，雅鲁藏布大峡谷以长、险、深排世界之最，最为奇特的是它在东喜马拉雅山脉尾闾，由东西走向突然南折，在无数雪峰和碧绿的群山之中硬是切出一条笔陡的峡谷，围绕南迦

巴瓦峰形成举世闻名的雅鲁藏布江大拐弯，最终注入印度洋。

随着车辆行驶，雅鲁藏布江大峡谷对岸的高山屏障陡峭无比，峡谷时而宽阔，散落着美丽村落，若在三四月份前来，桃花盛开，团团拥簇在河边的绿色原野上十分惊艳。随着山脉的挤压，峡谷愈发深邃，在南迦巴瓦峰与加拉白垒峰间的雅鲁藏布江大峡谷最深处达5382米，显得两岸山峰更加巍峨挺拔。但天公不作美，浓重的水汽和云雾将对岸的南迦巴瓦峰遮挡得严严实实。任凭游客如何祈愿，这座“羞女峰”仍不愿示人。

还未走进U形湾观景台，耳边便轰隆隆的。寻声而去，裹挟着泥沙的浑浊江水滚滚而逝，汹涌澎湃。凭栏伫立，怒奔的江水似乎要拍到脚上，震耳欲聋的号叫不禁让人惊心动魄，深深折服于这开天辟地的恢宏气势和磅礴力量，久久未曾挪动脚步。

旅游 Tips

- 1、预防高山缺氧：可预备罐装氧气；服用预防药物，西藏各地的药店里均有预防高山症药物出售，也可到医院由医生推荐预防药物，每天喝点红糖水和服用几粒复合维生素丸，持续几天，可有助降低患高山症的可能；适应高原气候的要诀是慢动作、多休息、多喝水、保体温、忌着凉、少喝酒。
- 2、进藏旅游必备品：御寒衣服，西藏早晚温差大，就是六七月进藏也要备足御寒衣物，如羽绒外套、毛衣等；太阳镜及防晒护肤品，高原紫外线特别强，除太阳镜外，有防晒作用的润肤露也要备上。