

智游天下

## 徒步“秘境”罗古菁，上演“我们的阿勒泰”

◆ 清晨我们背着雨衣、相机、干粮、茶水，穿着雨靴出发了。大踏步走在润润的红石路上，空气里含着丰富的氧离子，周围一大片一大片种植的中药——木香、秦艽，全都张着油绿绿的叶片，我们的心几乎要飞起来了。

◆ 我们多次跟随民宿主人金兰上山采菌、识药、给猪喂食，围着火塘听只读过小学三年级、至今没有出过丽江的金兰讲普米族的故事……

◆ 如果你累了，可以把自己“放逐”到云南怒江兰坪的“小众”秘境——罗古菁，在这方纯净、梦幻之地放松身心。

## 文化中国行

■ 邓伟琼 文/图

如果你累了，可以把自己“放逐”到云南怒江兰坪的“小众”秘境——罗古菁，在这方纯净、梦幻之地放松身心。8月18日，我从高温的重庆飞到丽江，再坐2个多小时的汽车与在甸南镇接我的朋友们会合。异地相见的姐妹打趣道：“我们从重庆40℃‘熟人’变成了罗古菁20℃的‘良人’。”赶快钻进车里向罗古菁进发。

## 普米族聚居地，在“金兰民宿”体验淳朴农牧生活

位于云南省怒江傈僳族自治州兰坪白族普米族自治县的罗古菁是一个只能用脚步去丈量的隐逸之地。它位于怒江、澜沧江、金沙江三江交汇之处，是徒步爱好者的天堂。据说有一寨、一坝、二谷、九溪十八岭、三百六十峰，至今无人完全走完它的沟沟壑壑，也无人知道它有多少奇石溪流。

车子行驶在只容一辆车通过的红色石村道上，我们都被窗外的美景勾去了魂儿。深深浅浅的绿呀，绿得将我的心化成了一汪春水；浓浓淡淡的雨雾呀，如丝带如柳絮如纱笼柳足劲儿跑到绿毯一样大大小小的以丛林为界的草甸，再向近处绿油油的玉米地、黄灿灿的向日葵地、地边的木篱笆、罗古菁古村落一路弥漫散去……还在沉醉中，我们所住的金兰民宿到了，大概二十几分钟的车程。

罗古菁古村落，是我以前从没听说过的一个少数民族——普米族聚居地。村里有着独特的六角木楼房，整座房屋的墙壁就是将整棵整棵的树切割成规整的六棱形，再一根一根榫卯叠加，既牢固又稳固更古朴。屋顶以木当瓦，一层顺屋梁坡度密实斜铺，一层间隔叠成引水的木槽，为了防止木瓦片发霉，每年都会给木瓦片翻面。那些木

楼房一座一座在山谷密林中已经染上了时间的包浆，红色砂岩铺成的村道连接着一户又一户勤劳朴实的普米族人家。我们就住在其中一户人家——金兰民宿，真正地体验了“在地旅行”。

那天我们坐在金兰家黑黢黢的火塘屋，吃着火塘烤的饵块，鼎罐炖的刺身芦花鸡汤，柴火煮的从树上新鲜摘下的酸木瓜炖鲤鱼，听两个孩子的妈妈金兰拉家常。瓜子脸、高鼻梁、红黑皮肤的金兰长得有些像藏族，很健谈，汉语夹杂着她们当地的方言。

普米族是古代氏羌族的一支，白狼古国的后裔，没有自己民族的语言，但有着自己的风俗。端午节是普米族的盛大节日，是祭祀先祖和祈福的日子，也是青年男女身着盛装，以山歌为媒，载歌载舞寻找意中人的日子。现在罗古菁的“情人坝”，就是青年男女表达爱意的场所。

以前普米族主要是游牧民族，现在主要经营畜牧业、农业以及种植中药材。比如金兰家就有30多只羊、15头牛、4匹马和9头猪，但这些牲畜的牛栏、马圈、猪舍都不在村里，而是全部集中在村外草甸子的木屋里。每天早晨，金兰背着在家里煮好的猪食去喂猪的时候，就将牛羊马、鸡猪鹅赶到溪水边的草地上，特意丢了玉米粒的丰美草甸是家畜牲畜的乐园，也是村民的粮仓。

第二天，我们五人也跟着金兰去喂猪。看鸡鸭扑棱着翅膀咕咕咕、嘎嘎嘎乱叫，黑猪滚圆了肚皮没命地跑，我们也笑得上气不接下气。

在罗古菁，家家户户都养着牛羊马，每天日出而作日落而息，恰如我们心目中理想的世外桃源。

## 5个女人，上演“我们的阿勒泰”

徒步罗古菁有三种路线：(1) 徒步5公里来回路线：罗古菁—情人坝—花溪谷—红豆溪—画屏山—母亲树，原路折返；(2) 14公里森林徒步路线：罗古菁—情人坝—花溪谷—红豆溪—画屏山—母亲树—一线天—金蟾望月—听风崖；(3) 24公里穿越路线：从海拔3800米的大羊场下到海拔2000米左右的罗古菁。

我们评估了几人的腿脚状态、身体情况，选择



了5公里的轻徒步路线，有时学会放弃也是一种智慧。

清晨，我们背着雨衣、相机、干粮、茶水，穿着雨靴出发了。大踏步走在润润的红石路上，空气里含着丰富的氧离子，周围大片大片种植的中药——木香、秦艽，全都张着油绿绿的叶片，我们的心几乎要飞起来了。

迎面是大片大片的草甸，黄的花、白的花、紫的花，三五头棕色牛儿悠闲地啃着草。我们的脚不自觉地就偏离了正道，狂奔进这绿野花海，感受高山草甸的绵软，拥抱大自然的美好。不知谁叫着：“我们来演个‘我们的阿勒泰’吧。”糖糖给我扎上土不啦叽的头巾，兔兔用胭脂给我的脸抹上了高原红，疏影戴上了李文秀一样的黑框眼镜，我们一会儿学张风侠喝着大酒侃大天儿，一会儿拿起捡来的木棍赶牛羊，一会儿又在草甸上放声高歌……

越往里走牛羊马越多，一群一群的，甚至有了肥溜溜小猪的身影。走过普米族每年五月盛大情人节情歌对唱的“情人坝”，即将进入罗古菁的原始森林。在这海拔2000多米的草甸追猪赶羊着实有点耗体力，自称“弱鸡”的兔兔和糖糖先行撤退了，而红红、疏影和我三人继续向原始森林迈进。

## 一次“满血复活”的穿越

走出花香四溢的草甸，我们就被一条清澈的溪流吸引了，大大小小的鹅卵石泛着美丽的花纹，在阳光下折射出宝石一样的光芒。我们在浅水处一阵啪啪跳跃，顿时洗掉了雨靴上的牛羊马粪和泥土。从包里取出红彤彤的苹果洗洗，一人一个嘎嘣脆地啃起来，香甜哦！

歇息片刻，便踩着厚厚软软的松针继续上路。杉树笔直，古松林立，正是松树开花的时节，沿途碎米红花铺地。越往里走树林越茂密，植被越丰富，小叶种的、大叶种的高山杜鹃疏影横斜，槭树、枫树俯仰有态，地面毛茸茸的苔藓潮乎乎的，脚下的路也崎岖起来。

疏影怕我们摔跤，贴心地帮我们各自找了一根树枝做登山杖。手中多了一个支点，我们在丛林中穿行轻快了许多，也看到了和外面完全不同的世界。

遇到被雷电掏空、留下黑黢黢树桩的大树，它耸立在狭窄的山道上。需要几人才能合抱的树根只剩下了窄窄的一角做支撑，然而抬头仰望，头顶却是遮天蔽日，我们情不自禁地双手合十，唯有敬畏。

在幽深的山谷，水声潺潺，很多老树倒下，成了沟与谷、山与山之间的桥梁，而更多的蕨类、菌类、木耳、灵芝将枯木当成了自己肥沃的领土，生长、绽放。每一棵枯树桩的犄角旮旯都隐藏着一些惊喜，一物死，万物生。每一种植物都在以它自

己极为骄傲的姿态绽放，生生不息。

我们爬上这些树桩，一会儿假借是以采集为生的原始人，一会儿变成了探索植物世界的好奇者，一会儿想象着我们是守护这丛林的山神。这些，当然都被镜头记录下来。

路在丛林中蜿蜒爬升，海拔越来越高。森林里的天气真是说变就变，一会儿沙沙的雨声穿林而来。开始我们还有苏轼的“莫听穿林打叶声，……竹杖芒鞋轻胜马”的豪气，而当气喘如牛时，还是拿出背包里的雨衣乖乖穿上。在山路与沟谷间错综切换，走走停停，有阳光的地方身心舒坦，没有阳光照射的沟谷则冷风阵阵，根本不敢久留。

累极了我们就寻一块石板坐下，拿出储备的牛肉干、巧克力、雪米饼补充能量，你一口我一口地传递着杯中滚烫的老白茶。山风袭来，一边惊叹森林里的物种之丰富，一边感叹这样的山中一日是多么珍贵与独特。

## “画屏山”丹霞奇景让我泪流满面

吃饱喝足继续上路，向海拔2800米的画屏山进发。路越来越窄，越来越泞，我们互相鼓励，互相叮嘱，结果遇到了用骡马驮运石板的工人。

我们空手都如此难走，而它们还要托运着重物行进。这全长24公里蜿蜒陡峭的山路，就是它们一块石板一块石板地从山外运来，工人再推开枯木，砍掉灌木，铺成一条通往山顶的路。路在他们手上一尺一寸地蔓延，他们的脸庞越来越黑，他们的手越来越粗糙。就站在他们作业的地方，看到了让我泪流满面的“画屏山”。

“画屏山”丹霞奇景天下第一绝，大自然的鬼斧神工造就了罗古菁丹霞地貌的奇特造型，丹崖赤壁从海拔2800米的山林拔地而起，高逾3000多米。石不语，千年的风霜，万年的雨雪在巍峨壮观的岩石上画出了一幅幅斑斓绚烂的岩画，古松掩映，松涛阵阵。那一刻，我想再摸摸那些骡马，想再看看那些铺路的人。

一棵树的时间记忆，也许是一棵松萝的缠绕，一棵石斛的造访，几次小鸟跃上枝头的欢唱。一个人的徒步记忆，也许是我们指尖拂过枯木的心颤，一块脚下的石板，我们任在树木山石前集体失语。

在罗古菁，我们多次跟随金兰上山采菌、识药、给猪喂食，在金兰种满葡萄的院坝喝酒煮茶。被金兰的纯朴与聪慧感染，疏影分别用篆书和行书在木板上给金兰写了“金兰民宿”的招牌，兔兔和糖糖天天教金兰发小红书……

再见，罗古菁！再见，金兰！让我们来年在杜鹃花开满罗古菁的溪流沟谷、三百六十峰时再相会！

## 记忆中的味道

几场秋雨过后，空气凉透人衣，漫山遍野的橙黄橘绿沉甸甸地挂满枝头。“桔”，是“橘”的俗字，古称“吉也”，意为吉祥物。这橘子里的故事，装满了一季秋天、一片故土、一段亲情，还有一个深深的祝福——家家平安，事事吉祥。

■ 张元 文/图

一年好景君须记，最是橙黄橘绿时。

我的家乡岷州，群山环抱，洮溪水长，土地肥沃，适宜种植各种果树，其中就有橘树。几场秋雨过后，空气凉透人衣，漫山遍野的橙黄橘绿沉甸甸地挂满枝头。

现如今，大家都喜欢“农家乐”，遇到休闲的日子，一家人来到橘园精挑细选，无论是自家吃，还是送人，都是秋天的一份好礼。倘若能写得一手好字，还可抄录王羲之的《奉橘帖》，放在鲜亮的橘子上面：“奉橘三百枚，霜未降，未可多得。”

如此这般，朋友间的情谊有了，雅士间的品位也有了，更见橘子的滋味、岁月的绵长。橘子在中国有4000多年的种植史。从屈原的《橘颂》到刘伯温的《卖柑者言》，与橘子有关的故事，早已融入了国人的基因之中。

怀橘遗亲，是一个成语，来源于三国时期陆绩的故事。六岁时，他随父亲陆康到九江拜见袁术。袁术拿出橘子招待，陆绩自己吃了一个，又往怀里藏了两个。

临行时，橘子滚落到地上。袁术嘲笑道：“陆郎来我家做客，走的时候还要怀藏主人的橘子吗？”

陆绩回答说：“母亲喜欢吃橘子，我想拿回去送给母亲尝尝。”袁术见他小小年纪就懂得孝顺母亲，十分惊奇。

而“橘中戏”是一个神话故事，记录在唐代牛僧孺的《玄怪录》里。四川一户人家有一片橘园，每年都能结出许许多多的橘子。冬

至的时候，橘子都摘下来了，但是有两个橘子特别大，光彩照人，橘香四溢，橘园主人舍不得摘。

一天夜里，北风忽起，越来越大。主人从睡梦中醒来，心里惦记着那两个大橘子。起身来到园子里，忽然，一阵清脆的叮咚声，还有老者说话的声音随风传来。循声而去，发现声音居然是从大橘子里发出来的。

主人禁不住好奇心，摘下橘子打开一看，每个橘子里都有两个身高有一尺多的小老头儿，胡须眉毛都是白色的，全身肌肤红润，在对面面地下棋。

被人打开之后，这四个须发皆白的老头儿也不惊慌，照样一边高谈阔论，一边下棋。

其中一位老者说，在橘子里的乐趣几乎和在商山里一样，就是不牢靠，一不小心就被人摘下来了。

说完，他从衣袖中抽出一根一寸长的草根，又喝了口清水，往草根上一喷，草根马上就变成了一条龙。

四个老头儿一起骑上龙身，片刻之间，龙的爪下升起云雾，四周风雨茫茫，四个老头儿和龙都不知哪里去了。此后，人们就称下棋为“橘中戏”。

到了现代，一说起橘子，许多人就会想起小时候读过的课文《小桔灯》。它是著名作家冰心创作的散文，刻画了旧中国一位在生活逆境中渴望光明的小女孩形象。小桔灯象征着蕴藏在人民心中的希望和火种，象征着光明和未来。

文中小女孩做小桔灯用的是橘子皮，把

橘子皮相对地穿起来，围成一个小筐，用一根小竹棍挑着，再拿一段短短的蜡头，放在里面点起来，就成了小橘灯。

记得小时候，吃完橘子，外婆总会把橘子皮收起来，晒在窗台上。橘子皮可入药，对平喘和减轻支气管炎症有良效。

以前在山村，橘子皮还有一个重要的用途——做进番薯饼里。

番薯饼在山村里是常见物，但如果里面和进了橘子皮，那就是高档货了，因为你家里得有橘子啊，那时的橘子，也是难得一吃的。

更考究一点儿的人家，则会在番薯饼里再加进些芝麻。甜甜的番薯饼里夹杂着酸酸的橘皮丝和香香的黑芝麻，无论是烤还是炒，都有别样的滋味。

青皮的橘子味道酸涩，一般人都是不喜欢的，可我却对青皮橘子别有一番感情。小时候，我有晕车的毛病。有一回跟着外公外婆去亲戚家，山道弯弯，一路晕车。

那天下午返程时，亲戚家的一位小阿姨把一个青皮橘塞进我手里说：“一路上闻着橘子的清香，就不会晕车了。”

我犹豫着，既有点儿不好意思，又有点儿将信将疑。她又说：“不骗你，真的，橘子的清香会盖过汽油味的。”

我接过橘子，说不出话来，只是

不停地点头。那是一个刚摘下来的青皮橘，有脐，还有叶，很新鲜，也很好看。

客车开动了，我把橘子紧紧捧在手里，一缕清香扑鼻而来，窗外的天空澄澈透亮。

那一路上，我真的没有晕车。

直到现在，我还会特意买几个青皮橘回家，放在盘子里，看着颜色，闻着清香。

“桔”，是“橘”的俗字，古称“吉也”，意为吉祥物。这橘子里的故事，装满了一季秋天、一片故土、一段亲情，还有一个深深的祝福——

家家平安，事事吉祥。



## 文旅集萃

## 跨境旅游列车“星光·澜湄号”首发

中国旅游集团投资和资产管理有限公司(以下简称“中旅资产”)聚焦中老铁路旅游倾力打造的跨境旅游列车——“星光·澜湄号”于近日在昆明站首发，开启“一带一路”中老铁路黄金通道旅游新篇章。

据介绍，“星光·澜湄号”中老铁路跨境旅游列车由中旅资产所属中旅星光公司运营，由国内外专业团队设计改造，兼顾环保与安全性，在硬件上采用国内领先的高铁隔音技术和全套综合智能信息系统，辅有人性化的智能操作系统，影视点播、互动游戏等娱乐设施一应俱全，是以静音舒适、智能环保和安全畅达为特色的旅游列车。

列车从云南昆明出发，跨越北回归线，途经世界自然与文化双遗产城市琅勃拉邦，到达老挝首都万象，让游客在轻松惬意中，一路领略沿途的秀美山川、多元文化和民族风情。行程中，游客可以在西双版纳感受自然赋予这片土地的独特魅力；可以漫步琅勃拉邦，看落日，体验异域文化。

据列车工作人员介绍，“星光·澜湄号”将细致入微的服务融入游客的每一段专属旅程，随队医师全程跟随，为游客的安全与健康提供坚实保障。此外，“一价全包”的服务模式，让游客能够获得轻松愉快的旅行体验。(一楠)

## 探索“世界的尽头”

## 66度极地探险邮轮开启国内极地探险新篇章

近日，国内首个极地邮轮品牌——66度极地探险邮轮在广州发布。

这一盛典标志着中国文旅企业在极地探险领域迈出了坚实的第一步，也象征着中国文旅企业已开始在全球探险旅游中成为一股新生力量。

据介绍，2023年前往南北极的中国游客数量相比疫情前的2019年上涨180%，今年游客量同期约上涨20%。相比欧美客源市场，中国客源市场更加多元化，除了银发族，家庭和年轻人也开始尝试极地旅游。

广东作为中国最早开启极地旅游的市场，拥有良好的客源市场基础，自去年出境团队游重启以来，广东包船量排在全国首位。(文轩)

## 去云南采菌子成为旅游新时尚

在云南流行这样一句话：如果你叫一个云南人早点起床上班，他可能起不来，但如果你喊他去捡菌子，他可能凌晨四点就在山上打着手电筒等你了。如今，这句话也适用于一些热衷于采菌子的外地人。

近段时间，去云南采菌子已成为一种新的旅游方式，越来越多的外地游客把采菌子列为云南必玩行程，加入“采菌大军”中，沉浸式体验捡菌子的乐趣。

云南被誉为“野生菌王国”，世界已知野生食用菌2500余种，云南就有900余种，约占全球种类的36%和全国种类的90%。云南省旅行社协会相关负责人介绍，今年暑期，不少旅行社推出了采菌相关旅游产品和线路，包括丽江拉市海“采菌+骑马+轻徒步一日游”、腾冲高黎贡山“徒步+采菌+动植物知识科普一日游”等。(唐雨)