



遠山

茶馬古道 · 運鹽古道 人文遊

 小魯文化
www.tienwei.com.tw

給孩子走出去的力量

大約在五、六年前，我偶然之間看到一張茶馬古道的照片，裡頭有著險路蜿蜒、深崖及一縷絲線般密密連成的商隊，就在那短短幾秒鐘的時間裡，註定了這個畫面將留在我的腦海中一輩子。後來終於有了前去一探究竟的機會，這個美麗的祕境果然沒讓我失望，也是這趟旅程帶給我的感動，催生了繪本《遠山 牛鈴叮咚咚·馬鈴叮噹噹》的誕生。

在構思故事時，我想著：除了茶馬古道上的美景，還有什麼素材能將這個地方的豐富精采地呈現出來？於是，我想到了馬。「馬」這種動物一直是我的最愛，也因為如此，我對古今中外的各式名駒，與牠們的故事都如數家珍。既然「馬」是茶馬古道上極為重要的一環，那我何不把牠放入繪本中，自己來寫一個關於馬的故事呢？在創作的路上停停走走、寫寫改改，最後由這羣牛邊上的男孩、馬背上的女孩走出了我心中的那條茶馬古道。

或許有讀者會疑惑：為什麼要讓臺灣的孩子們閱讀這個遙遠地區的故事？其實，我已經在繪本中給出了答案，也就是「成長」這件事。我們生活在小島上，世界可以很小，也可以很大。我想讓孩子看到——在世界上的其他角落，人民的生活是多麼的不一樣，他們可能小小年紀就需要面對改變自己一生的冒險，他們獨立，而且勇敢。我更想把茶馬古道邊上的整座山搬進繪本中，讓別人孩子眼中的遼闊，來打開我們孩子的心胸，給他們走出去的力量。

李如青

2018.秋

阿金與花花，分別從西藏和雲南出發，要到西藏拉薩交易鹽 and 茶等物品。這一路走來，是險山惡水，更是性命交關；然而，大地兒女天生地養，用一身堅韌與豪邁走出了茶馬古道獨有的文化樣貌。現在，就讓我們循著犛牛叮叮咚咚、馬兒叮叮噹噹的遠古呼喚，跟隨阿金、花花走一趟古道之旅吧！

走在世界屋脊上——茶馬古道

從雲南、四川到西藏，有條由人、犛牛和騾馬踏出來的路，這條路將中國西南盛產的茶葉、鹽、布匹等送到青藏高原，而青藏高原的騾馬、毛皮和藥材，也順著這條路來到中國的西南和內地。與北方新疆到中亞的絲路一樣，都是中國古代重要的對外貿易通道，所以有「高原絲路」的說法；也因為這條路主要是交換流通茶葉和馬匹，一般都稱之為「茶馬古道」。

為什麼是以茶和馬匹為主要交易貨品？由於青藏高原海拔高、氣候冷，當地居民會攝取高脂肪的食物如肉、奶、酥油等以補充熱量。可是這些食物燥熱、不易消化，而茶則能解油膩、助消化，因此喝茶成了藏民重要的生活習慣。不過，青藏高原的環境不利於茶樹生長，而鄰近的雲南、四川等地則是茶樹的故鄉；另一方面，高原以外的地區，不論是搬運、耕作以及軍隊戰爭都需要大量騾馬，而青藏高原正好盛產良馬。於是，從唐代開始，便興起了兩地互補性的茶馬交易，而負責往來運輸貨品的正是所謂的「馬幫」。

馬幫將茶運到了青藏高原之後，又經由其他商人送到印度、波斯等地方。藉著茶業，中國文化也被傳送到世界的另一邊。馬幫傳奇的經商行為雖然已消逝無蹤，然而那綿延天邊的茶馬古道上，隱約還有著他們當年引頸高歌的《趕馬調》在風中迴響……

「夜晚，在松坡坡上歇腳，叮咚的馬鈴響遍山坳；我唱著思鄉的歌餵馬料，嘶鳴的馬兒也像在思念舊槽……」



愛冒險的小朋友，歡迎跟著我和犛牛大呆，一起去日光城找馬幫叔叔喔！

曾與絲綢之路齊名——運鹽古道

西藏是高原鹽湖分布最密集的地區之一，有兩個比較集中的產鹽帶，一在藏西北阿里地區，以池鹽為主；一是喜馬拉雅山北麓拉薩河、年楚河谷地，多為井鹽。而西藏的阿里，因為地處南亞、中亞和青藏高原之間，成為運鹽古道的樞紐。採鹽是件辛苦的事，而運鹽之路在西藏人的眼裡，更是經歷了死以外的所有艱辛，所以那時候人們才會說：「茶貴如銀，鹽貴似金」。

鹽之苦旅——駝鹽隊

與雲南馬幫齊名的西藏駝鹽隊，每年在春夏季節，便趕著牛、羊去鹽湖採鹽，秋天則將採到的鹽及牧區的牛羊肉、酥油、牛皮和羊毛等駝載到農區去交換農產品。駝鹽隊伍由三、四人至數十人都有，運鹽時間則從十天半月到兩、三個月不等，尤其必須翻越海拔 5500 多公尺的崇山峻嶺，還要經過深不見底的懸崖峭壁，以及只有一公尺寬的山壁小道，對人和犛牛而言，就像一場生死攸關的戰鬥之旅。

來份藏族傳統主食——糌粑

糌粑是將青稞洗淨、晾乾、炒熟後磨成的麵粉，食用時以少量的酥油茶、奶渣和糖等攪拌均勻，用手捏成團即可。它不僅便於食用，營養豐富、適合充饑禦寒，還便於攜帶和儲藏，是藏族牧民傳統主食之一。



運鹽古道從拉薩出發，主要有以下幾條路線：

- 向東可延至昌都，進入滇、川後與茶馬古道相連。
- 向西經日喀則、拉孜、薩嘎、吉隆、仲巴等地，出阿里，通過今日的拉達客地區到中亚、西亞和歐洲。
- 向北則經那曲、安多、尼瑪、措勤、改則、革吉、噶爾（位於阿里地區）等地至中亞與絲綢之路交會。

不可一日無茶——酥油茶

香醇可口的酥油茶是西藏傳統飲品，作法是將磚茶用水煮好，加入鹽以及用犛牛奶製成的酥油後，放到細長的木桶中，接著以攪棒用力攪打成乳狀液即可。另一種方式是將酥油和茶放到一個皮袋中，束緊袋口，用木棒用力敲打，所以又叫「打」酥油茶。據說藏族人的每一天，都是從一碗酥油茶開始的呢！

日光之城——拉薩

拉薩是西藏聖地。海拔 3650 公尺，位於四面環山的河谷平原，年日照時數在 3000 小時以上，被稱為日光城。市內有許多古蹟遺址如布達拉宮、大昭寺、色拉寺、哲蚌寺等。自從西元 2006 年青藏鐵路全線通車後，旅人能夠搭乘鐵路到拉薩，飽覽布達拉宮和珠穆朗瑪峰的明媚風光不再是難事。

高原之舟——犛牛

犛牛生長在海拔 3000 至 5000 公尺的高寒地區，具有耐勞、耐寒、耐飢和耐渴的本領。粗壯的四肢和堅硬的蹄殼適合爬山，在川藏公路未對外開通前，犛牛是藏民運送的最佳交通工具。除此，犛牛可說全身都是寶呢！除了美味的犛牛肉和牛奶，犛牛皮也可製革，難怪班禪大師曾說：「沒有犛牛就沒有藏民族。」



世界屋脊上的明珠——布達拉宮

西元 7 世紀初，吐蕃王松贊干布統一西藏，先後迎娶尼泊爾的毗俱底公主和中國的文成公主，因而在紅山上修建布達拉宮。17 世紀重建後，成為歷代達賴喇嘛的冬宮居所。布達拉宮主體建築為紅、白、黃三色，具有鮮明的藏傳佛教特徵，是當今世界上海拔最高、規模最大的宮殿式建築群，被列入世界文化遺產。

升起風馬祈福——藏傳佛教

藏傳佛教是佛教傳入西藏後，具有地方色彩的佛教分支。始於藏王松贊干布皈依佛教後，派人到印度學習梵文和佛經。明朝時，經歷朗達瑪滅佛的波折，到了宋朝初年才又逐漸復興。後經宗喀巴創立的格魯派成為藏傳佛教的主流後，藏傳密宗大盛，除了集中在中國藏區、尼泊爾、不丹等地外，也開始流傳到世界各地。

轉山轉水轉佛塔——轉經筒

轉經筒一般有搖式或固定在寺廟輪架上兩種，上附有「六字真言」——唵嘛呢叭咪吽。依據藏傳佛教教義，信徒每轉動經筒一回，就等於持誦六字真言一遍，轉動越多次表示虔誠，可以早日脫離輪迴之苦。

行船走馬三分命——馬幫

一出門可能就好幾個月，甚至半年以上的馬幫，他們必須翻越險峻的橫斷山脈，還得防著盜匪打劫，這種生死與共的生存方式形成嚴格的組織和幫規，甚至獨有的習俗禁忌和行話。馬幫主要由馬鍋頭、趕馬人和背負貨物的騾馬隊伍組成，趕馬人又稱為「馬腳子」，他們要會看天氣變化，要會選路，要會說各族語言，甚至要給騾馬釘掌修掌，馬腳子必須聽從馬鍋頭的指揮；馬鍋頭則是一隊的領頭，負責採買、開銷與聯繫各種大小事務。

兩山夾一水——橫斷山脈

因為受到板塊運動強烈的擠壓，在雲南和緬甸中間生成了許多平行排列的大斷裂，山脈和河流順著斷裂帶強力抬升及下切侵蝕，造成兩山夾一水，兩水夾一山的地形。由於這些排列有序的南北向大山阻礙了東西交通往來，所以叫作橫斷山脈，其山高水急的兇險，也只有一些大膽的馬幫敢挑戰。

為君奉上一杯濃情——普洱茶

普洱茶的產地因在清朝時屬雲南省普洱府（今普洱市），故以此泛稱之。相傳自三國時代開始種植，隨著茶馬古道的開拓而聲名遠播。普洱茶以大葉種曬青毛茶為原料，經過後發酵加工成的散茶和緊壓茶，其外形色澤褐紅，內質湯色紅濃明亮，香氣獨特沉香，滋味醇厚回甘。



茶馬古道的主幹道有兩條：

- 滇藏道：起自雲南洱海，經麗江、中甸（今香格里拉）、德欽、芒康、至昌都、拉薩等地區。
- 川藏道：以今四川雅安為起點，進入瀘定、康定到昌都、拉薩。這兩條路線都可再由拉薩南下到緬甸、尼泊爾與印度等國家。

這是我第一次當馬腳子耶，要不要跟我去古城，把普洱茶帶給駝鹽隊的尼瑪大伯呢？