

为了去见峻朗无瑕的珠穆朗玛峰，我去了尼泊尔，在加阔特山顶酒店的露台上，从早晨四点一直到六点，皆因云雾缭绕而看不到珠峰。难的，神山圣湖岂能常露真容？

既然珠穆朗玛峰无法看到，我就去西藏，去见布达拉宫，去见雅鲁藏布江。高悬在半空的布达拉宫看到了，一千零八十级台阶呀，而我还是在高原反应时爬上去的。真是青云之志，孤心揽月。那天晚上的一碗牛肉米线，我一口也没有吃。老板惊讶地问：米线不好吃吗？我有气无力地说：我浑身像发烧一样头痛心慌。老板说：高原反应，快去医院吸氧。我谢了他，他则把米线端进厨房去了。

其实，在列车过五千四百米唐古拉山无人区的时候，虽然有人晕在厕所里，我却是精神昂奋的。呀，死寂一样的唐古拉，褐色的沙砾，褐色的草，铅灰色的云，没有羚羊，没有蚂蚁，没有一只飞鸟。而纵横不羁的沼泽，苍茫高古的雪岭，竟是长江黄河的源流，奔腾万年而不竭。看似死寂之地却孕育不死的生命！

青藏高原原是极为浩淼的古地中海，因欧亚板块激烈碰撞挤

压穿插而隆起，成为宇宙奇观，真是神乎其神，异乎寻常，它碰撞的巨型能量又产至何方？为什么要碰撞？天问！萨迦派的“宇宙万物皆非实有”或视高原为坦途。炸裂珠峰让印度洋暖气流奔涌而至，人类的神思妙构使宇宙发笑，一任天地洪荒。在以光年计的渺渺星辰之中，地裂天开，云海倒置，黑洞吞吐，光阴虚掷，均在瞬间。玉树春花，流莺飞瀑，唐宋词歌，网红璧人，均在刹那。人如何的生，如何的死？诸神，我跪了！

雅鲁藏布江大峡谷苍翠伟峻，深邃奇异。一湾碧水在两岸风景中雅然流淌，远不及我想象中的浪击中流、声震苍穹那样的豪情。这就是雅鲁藏布江，竟不及浦江一半宽阔，我想：是不是我还没有到达最雄阔的去处呢？

令人诧异的是，陡壁峭崖、高木峥嵘、人迹罕至的地方，竟然还有小小的集市，灵芝、虫草、香猪、牦牛肉均有售，价格也廉。牵着藏獒的藏胞说，平时打工，空余卖点水果，一年养家也要两万。他精悍沉稳、肤色黝黑，地道的藏汉，在我买了他的三根黄瓜后，他的话

多了起来。我问他，在雅鲁藏布江的边上能不能看到珠穆朗玛峰呢？他似有些错愕，他说，为什么一定要看珠穆朗玛峰呢？南迦巴瓦峰不好吗？都是神山啊！七千八百米呢。那南迦巴瓦峰在哪里呢？就在你的背后。

当我回过头去惊呆了，原来被云雾笼罩的南迦巴瓦峰，突破重围，无与伦比，遮天蔽日地直插蓝天。燃爆的太阳照耀而反射的光，一片晶莹，无法直视。冰雪的神把雅江，把雅江峡谷，把雅江峡谷的美景映得晶莹剔透、玄幻空灵。如此近距离地观赏雪山，又是如此阳光灿烂的时刻，我要拜倒下去。我奔向峡谷的空阔处，那里有一棵极大的大树，冠盖覆盖了峡谷深处，我抢着照了一张相，背后是晶莹剔透的南迦巴瓦峰。我也给我太太抢了一张，红衣绿树雪峰。藏日的藏装从后边蹿来，在我们前面旋然转身，炯然昂昂地啸了一声。藏汉录以存照，颇为得意。南迦巴瓦峰神秘莫测，偶尔众神聚会，煨桑。那高空风吹成的旗云，是众神们燃起的

## 南迦巴瓦峰下

徐华泉

桑烟。古象雄的信徒无比推崇和敬畏这“直刺蓝天的战矛”。而雅江正是低眉顺眼地依着南迦巴瓦的神谕，在此大旋向印度洋奔腾而去。我们总赞美险峰上的风光，殊不知中峰的峻丽，而不知中峰的峻丽，孤独的险峰只余凄美。在此凄美间，飘舞在山巅的五彩经幡和山谷里寂寂的古寺似可寄托命运！匍匐于地，让地火淬炼灵魂。飞升高原，让雪峰滋润灵魂。帝子的青泪与雅江缠绵，还有纳木措，展开天子的青目。

在峡谷人口处的地理环境地图上，沿雅江斑斓而行，有一条秘道直抵峡谷幽闭处，似有人烟却不知魏晋。在青海湖边，有人指点日月山，言当年文成公主进藏时跨过。我深疑之。千山万水，雷霆疫巫，令人视之危途，前人则难于上青天。所以，人类的迁移说难以答疑。而人类基因悬浮说似可解疑，春来杂花破土便是明证。

好在夜宿雅江峡谷，玄然一梦。神思高逸的我独驾一舟，在南迦巴瓦的神佑下，劈开雄奇雅江水，驰向波涛汹涌的印度洋。我在红尘中率先早退，你却在因果之间迟到。仓央嘉措的诗印在了星空上。



## 三言两语记

徐弘毅

正常想法，有时不一定正确；正确做法，肯定以为正常。善有着落，恶无居定。艰苦，许能磨炼你意志更顽强；艰难，当能锤炼你斗志更坚强。合适常因合理，合理多为合适。刻意突出自己者，也是一种刻毒的表现。劳有同作，身有同受，悟有同感，声有同鸣。好样，坏样，看你学哪样；榜样，小样，看你是啥样。无知小人，不知天高地厚；无耻小人，不懂贤良忠厚。功缺一档，常因少一分思量；技高一筹，常因多一分智商。谎话骗得了别人，骗不了自己；假话骗得过一时，骗不了一世。真金不怕火炼，真君不怕鬼叫。

猜谜是一种雅俗皆宜的高尚娱乐，它需要知识、智慧和想象，故欧洲人称之为“精神体操”或“思维体育”。

古今中外，人们除平时猜谜外，逢喜庆佳节常举行猜谜活动，如中国的元宵射灯谜。

十五世纪欧洲的狂欢节也盛行露天猜谜，倘若流浪者猜谜的成绩达到一定分数，可以获得免费食宿。十七世纪末，伦敦流行咖啡馆猜谜，每天下午，咖啡馆的常客聚在

一起，一面津津有味地品尝香浓的咖啡，一面兴致勃勃地猜谜作乐，这一习俗在小市民阶层蔚为风气。从中世纪到第二次世界大战前，西欧农村妇女嗜好猜谜。冬日的夜晚，吃

## 也说谜语

陈钰鹏

罢晚饭，村妇们攒三聚五，一起纺纱，唱歌，猜谜，讲故事。

好的谜语简直就是首幽默的诗，不少谜语出自著名诗人之手，德国的席勒和歌德常做诗谜，为德国民间文学作出了贡献。

中国的灯谜更有诗意，清魏秀仁在《花月痕》

中提到一首《浪淘沙》的词，每句一谜，甚是精彩：客路去漫漫（曲牌一），极难的谜语，限乐

师三天内猜出，如猜对，债务勾销，否则将妻子抵债。然而聪明漂亮的妻子帮丈夫猜中了谜语，贵族只好罢休。

临近中秋的时候，微信上有人提议将中秋作为中国感恩节，我深以为然。

秋日丰收感谢上苍，设立感恩节自然而然。2018年，中国政府将秋分作为中国农民丰收节也由此意。而网上除了少数商家在中秋借感恩之名促销，感恩的气氛一点没有。而三年前院子里来了一只母猫，却给我带来了感恩的故事。

它来时，观相如人的三四十岁，但体形还似大小猫，嘴上有一块胎记，身白黄尾，与家中大白公猫一般。为便称呼，我们称家里大白公猫为“大白”，叫它为“小灰”。

看它可怜，家人便早晚喂食。奇怪的是，它的饭量不小，在院子里还与家里两只公猫混得蛮熟，连一只家中恶霸——“惊叹猫”也让着它。

夜；碧落黄泉还觅去——“上不在天，下不在田”；晴天有约定团圆——“风月宝鉴”。

妇女在猜谜活动中也占有重要地位。新娘用谜语考新郎的故事不少，公主选驸马也要出三则谜语，猜中者入选，猜不中者丢掉马纱帽。

古希腊神话中，有个著名的神话故事：带翼的狮身女怪斯芬克斯喜欢叫过往者猜谜，凡猜不中的就被杀掉。一次她出了个谜语，被众神之一俄迪普斯解开了谜底——人，斯芬克斯竟然愤而自杀，原来这女怪的猜谜技巧是从人间偷学的。

民间传说，中世纪有个唱诗班的乐师欠了一个贵族的钱，无力偿还，这个

贵族不仅富有，而且十分自负。他早已看上了乐师的妻子，于是出了三则

极难的谜语，限乐师三天内猜出，如猜对，债务勾销，否则将妻子抵债。然而聪明漂亮的妻子帮丈夫猜中了谜语，贵族只好罢休。

更惊奇的是，一天早晨，它竟然带着一只小灰猫和小白猫来敲门。原来它是为了下一代，放弃自由的心灵来投奔我家的。

家人很想收留两只小猫，但目前已经一人一猫了，所以，只能继续提供管吃不管住的生活。

阳台门是透明的玻璃窗，经常能看到这样的场景：门外“小灰”带着两小猫蹲着，对着门内的大白猫呼唤，就像妈妈带着子女来找不负责任的爸爸。大白猫一脸懵逼。我们不知道大白猫心里怎么想的，直到我们拿出大白猫的“绝育报告”，“小

与茶叶、咖啡并称世界三大饮料的可可，估计不少人以为不以为意。苦水、苦汤、苦饮的可可被忽视、忽略，或忽悠，可能缘于它的质感、本味与原味，也可能与茶叶、咖啡相比，名不扬，味不灵，众不广。然而一说巧克力，男女老少则叫好、看好、喜好这凝固的“糖块”。但大多数人可能不清楚可可与巧克力的渊源。

认识可可，我是从可可棒冰、可可糖、可可牛奶始。当年四分钱一支棒冰虽爽，但对可可棒冰、雪糕那浓浓味则是奢侈的向往。有一次，母亲同意我们吃可可雪糕，我自告奋勇结果败兴而归，烟纸店的可可雪糕卖完了。妈妈说，换奶油雪糕吧？我说不！要可可雪糕，明天早点去。

可可“苦水”的质与味，同我认知有距离，有人将咖啡与可可混为一谈，有人视可可与巧克力为两种原料。先前去中欧，那年在北欧，也算略知一二可可的前世今生。

那天，去哥本哈根1870年开业的La Glace百年老店。女儿推荐为北欧网红甜品店，有不尝La Glace甜品，枉来丹麦之说；又说太甜腻，不“健康”。我喜食甜品，对热饮情有独钟，点了sports cake招牌甜点，一壶热可可。

我呷着有点甜的热可可，以品茶水的方式吮吸，那浑厚的汤色、浓烈的香气、可口的滋味倒也惬意。叉子挑了块sports cake一抿嘴，感觉甜得受不了。欧洲甜品为啥不改良？在与店员聊天中知晓了欧洲“糖甜”史。原来，中世纪的欧洲，食糖是昂贵的“香料”和“药物”，价贵超黄金。贵族为“炫富”或“好客”常用超甜方式来展示，后来“糖甜”被演绎成待客文化。

美洲玛雅人三千年前已将某树之果烘干碾碎，和水混合成“苦水”饮料，称为cacau，流传到了皇室，被混合制成热饮，叫Chocolatl，于是有了巧克力饮料。16世纪末，西班牙有了世界首家巧克力工厂。而有些英国人在18世纪还不待见可可，或许受制甜食的风俗吧。可可成名则在18世纪时瑞典博学家林奈的命名后，在德国、瑞士、奥地利的热可可一定用牛奶冲饮，可

可粉也标注奶泡；芬兰有只用水冲泡的热可可，布拉格则用液体“巧克力”冲泡，非常浓厚。

可可与咖啡非一类属，但都有生物碱物质，或会被商业化成对神经系统、肾脏、心脏等的养生之能。但可可脂含量远超咖啡的结论，有人佐证，两种粉末放于手掌一搓，立显可可脂的特性。巧克力就是可可粉加糖等辅料而成，巧克力的可可含量越高巧克力就越纯，如黑巧克力。巧克力在现代工艺发展中成长，成名、成就，可可粉越细腻，巧克力更丝滑。其实，可可粉也还是上世纪上海人的冲泡饮料，比如“乐口福”，可可粉比例高达八成。

一杯加奶的DIY热可可，或说巧克力奶，那可可的浅棕褐色、四溢浓香、滑润可口；醒脑、润肺、暖胃神清气爽。当饮汁见底前，一摇晃一扬脑袋喝个精光，意犹未尽。我认同并喜饮热可可，无论秋冬春夏，与咖啡一样一天只一杯，只是咖啡晚上不大喝，而可可没这禁忌。

品饮热可可之处，抑或没咖啡店多，食品店售卖可可粉也少见。那天在某食品店，听顾客问，巧克力粉有吗？店员讲，没有！我说，巧克力饮就用可可粉冲泡。顾客似信非信未下说去试试。

业内创业小朋友说，奶茶中巧克力粉是少不了的配料。嘿！将可可粉当成巧克力粉也没错。液体食物尽管先于固体食品，成名则往往是固体物。有些约定俗成，简便、简易而简单，或许就是生命中的法则、生存中的法规、生活中的法宝。

十八世纪，德国学者胡诺尔德提出了精辟的见解：编制谜语的重要一条是，第一句允许离题远一点，末句必须最切题、最有提示性，这样，谜语才有吸引力。

“小灰”才饶了“大白”。

猫不同于人，母猫会主动驱逐子女离去。一只小灰猫离去后，邻居帮忙将一只小小小白猫送给了他的同事。小小小白猫取名“米汤”，现在过着幸福生活。而“小灰”生活照旧，两年来一直在我家蹭吃，孩子又养了两次，但警惕性奇高，管吃三年，还是离你三尺远，从来不与咱们搭讪。要吃时它会趴在玻璃门叫唤，吃饱了便转睛离去。三年间它不时在天井里流窜，但我们从没撞到过一次猫，有时免不了抱怨养了一只白眼猫。

时值中秋，“小灰”拖来一只白抓的老鼠并一直叫唤，见到我们，放下老鼠就走。我们知道，这是“小灰”以自己的方式来报恩的。在中秋夜，这是一个让人甜蜜的故事。



白鹭，漂亮可爱的小精灵，小河边，田野里，处处可见它的身影，成为鸟类摄影爱好者喜爱的“模特”鸟。十年前，我迷恋鸟类摄影，就是从拍摄白鹭开始的。

可是，要拍好白鹭，并非易事。不是它生性胆小不易接近，主要是它通体雪白，反光强烈。拍出的片子，往往不满意。不是色调缺少层次，羽毛没有

质感，就是没有细节，就像一团白棉花的棉絮。我反复琢磨，这是什么原因呢？起初，以为是器材的原因，但是升级换代以后，拍出来还是不满意。看来得要从拍摄技巧上找原因。

我请教了鸟类摄影家，才知道问题出在过于相信相机的自动曝光功能了。这种自动曝光功能，是基于整个画面的平均值计算出来的。而鸟类摄影，必须使用手动设定参数，把握不同时间不同场合的“分寸”区别对待。我茅塞顿开，决定照此办法试一试。

## 摄影

有一次，我到上海郊外拍摄

鸟类，黎明的曙光下，一只小白鹭，在水塘闸口边捉小鱼。它身材纤细，灵动活泼，在水面不断变换姿态，就像一位翩翩起舞的小姑娘。我细细地观察，发现此时背景比较暗，在初升阳光的照耀下，小白鹭形成强烈的侧逆光，反差很大。我想，如果处理得好，可以突出小白鹭的优美姿态和羽毛质感。

此时，我舍弃了自动曝光，把曝光指数调减三档，然后采用点测光、光圈优先、高速快门，对准白鹭头部局部对焦，为的是让照片整体“欠曝”，却让羽毛的强光部分曝光准确，细节清晰。决心一下，我便快速按下快门连拍了十几张，终于获得了这一张比较满意的片子，这让我拍摄鸟类的信心大增！

“白鹭是一首精巧的诗……那雪白的蓑毛，那全身的流线型结构，那铁色的长喙，那青色的脚，增之一分则嫌长，减之一分则嫌短，素之一忽则嫌白，黛之一忽则嫌黑。”郭沫若的美文，让我体会到了素白之美及拍摄好作品带来的愉悦。

## 七夕会

刘欣冬



夜光杯