

在大理，享受“慢时光”之古镇篇

□ 张杨文/夏传武图

大理，吸引了无数人慕名而来。她有很多面，走马观花只能看到皮毛，静下心来才能感受得到她的味道。对于旅行找清静的人来说，离开繁华与热闹，古朴幽静的古城古镇古村才是最理想的目的吧。这些地方不仅历史文化厚重，而且山清水秀，风景怡人。如果你也喜欢，那就慢下来，走近她们，融入其中，感受她们最真实的样子。趁古镇依老，趁情怀在心，不如行走，不如感受。本月，就让我们一起走进几个州内各具特色的古镇，享受“慢时光”吧。

剑川沙溪：以岁月为灵魂长成的古镇



沙溪，一个隐藏在剑川县大山深处的古镇，是茶马古道上，大理到丽江的必经之路。历史上，这里是滇西三大商帮中的喜洲商帮、鹤庆商帮的重要交集、交易处，也是云南通往西藏、四川的重要节点。

沙溪没有震撼人心的大景，没有传奇怪异的故事，它是一片岁月吹黄的树叶，一杯情怀酿就的甘泉，在过去的岁月里淡素、平和，所以成就为学生最钟情的写生之地、摄影师最喜欢的取景之地、艺术家追寻灵感的理想之地、疲惫的都市人舔舐养心的修身之地。

许是岁月神偷遗忘了这座小镇，沙溪仿佛在时光长河里打了一个盹，醒来后发现周遭的一切已经沧海桑田，唯独自己，成了茶马古道完整古集市的唯一幸存者。行走于古镇内，那潺潺的流水、悠悠的石道和那静默的古戏台巷，会让你忘记了时光的流逝。

作为茶马古道在大理境内的最后一站，沙溪的风光岁月已经隐没在历史的尘埃之中了，但是商业文化和农耕文明碰撞交融所遗留下来的独特韵味，你还在这里隐约可见。沙溪有茶马古道唯一幸存的古集市四方街，有保留和修复后相对完好的古建筑：兴教寺、古戏台、玉津桥以及石宝山的石钟山石窟。以四方街为中心，北古宗巷是以前马帮行走的老巷，人户也是最多的，修复的路面下有遗存的千年老石板。而马坪关，则是茶马古道上唯一幸存的关卡，曾经由世界纪念性建筑基金会(WMF)委派的黄应武先生与他的团队以保护为基础进行了修复性开发。当然，沙溪有的，不仅仅是这些，还有黑滩江、乡间田野、白族老村落、古道与牛羊、劳作的人们以及他们赋予的平和岁月。

大理喜洲：山环水绕繁衍千年的古镇



喜洲古镇位于大理北部，东临洱海，西枕苍山。这里较为完整地留存了明代、清代、民国等各时期的上百院特色白族民居建筑。远远望去，像一座古朴典雅的城池，更像是一座巨大的民居建筑博物馆。

老舍先生曾在《滇行短记》里这样写道：“喜洲却是个奇迹。我想不到，在国内什么偏僻的地方，见过这么体面的市镇……街道很整齐，商店很多。有图书馆，馆前立大理石碑坊，字是贴金的；有警察局，有像王宫似的深宅大院，都是雕梁画柱。有许多祠堂，也都金碧辉煌。”老舍先生眼里的喜洲虽然已经是过去式，现如今，喜洲在时光和岁月的打磨下，已经略显沧桑萧条，但仍不失其大气的风范——她淳朴接地气，既有纯美的自然风光，也浸透着丰富的民俗历史文化，最主要的，是这里很少商业化，远离嘈杂，但又不失格调。

来到喜洲，总想停下匆匆的脚步。这里的老街几乎没有一条是直的，石板路顺着老街弯弯曲曲，白的、红的、灰的墙面，将前路点缀成一幅始终变化的画；而墙头伸出的屋檐，墙上斑驳的影子，白色墙皮下露出的泥土，甚至是墙角石头上的光泽，都是岁月打磨出的光亮。

走在镇上，你的目光会被扎染所吸引。这是门独特的艺术，让万花跃然布上，喜洲的大小院落也随之变得素雅而丰盈。镇上的老建筑们不刻板也不商业，人们传承着独特的审美和淳朴的气息，最大程度上包容着川流不息的游客和当地的居民。喜洲的老屋，因有人居住而充满着生机与活力。如今去到喜洲的人，仍旧可以从健在的民居里，发现彼时喜洲古镇的城市魅力。若是有幸拜访一二民居，观赏处处透着主人家涵养的庭院，听听老房子里的传奇故事，那也就不负此行了。

洱源凤羽：洱海源头古韵流芳的古镇



在洱海的源头，点苍山云弄峰背后，有一个闻名遐迩的白族乡镇——凤羽镇，那里，山清水秀，物产丰富，历史悠久，文化灿烂，素有“文墨之乡”的美誉，因“凤羽于此，百鸟集吊，羽化而成”故名，手工艺品凤羽砚台享有盛名。因为狭长的地形，特别是背后罗坪山的阻隔，使古镇在频繁的对外交流后，依然保存着醇正的民风。

“三坊一照壁，四合五天井，走马转角楼”的白族典型建筑风格在这里得到了严格的体现。1000余栋明清时期建造的民居，23座寺观，行色各异的古塔、青砖、黛瓦、粉墙，还有书写得严整的大“福”字，构成了这个幽幽古镇多彩声律的根音。

古驿道沿着鸟吊山蜿蜒向下，穿越古镇大大小小的里弄，经大官路从镇中心穿越万亩油菜花田出去。鸟吊山到大官路的古驿道，光滑的青石板赫然映着深深的蹄印，保护完好。沿途有潺潺细流相伴，忽然想到，当年的马帮应该不寂寞吧。古镇内大部分道路仍然是石板路面，两侧都有流水边沟，不时还有小水井往外冒着清流。旁边还专门放了一个木瓢供路人喝水，白族与人方便的仁爱之心在细微处卓然闪现。青亮的石板路，悠悠踱过的马帮，斑驳的木门，光滑的拴马石，五线谱般无尽延伸的电线……漫步在凤羽古镇是件惬意的事，眼里的一切都如此生动。

循着青石板古驿道的蹄印，还有马铃叮咚，沿街房前屋后潺潺清流逆水潺潺，穿行在鳞次栉比的百年老屋，蜿蜒于古巷的狭长幽邃，任思绪像羽毛一样飞。和着马铃的叮当声，粉墙青黛瓦还有古稀老人，垂眉眉宇间，隐隐听见历史千年的应答。

祥云云南驿：最早叫“云南”的地方



在滇西高原与滇西横断山脉相交的祥云县是云南之源，被称为“古云南”和“小云南”。境内的云南驿，至今仍保存着云南省中“云南”的原称，“云南”二字正是源于此。

云南驿作为南方丝绸之路“蜀身毒道”和“茶马古道”的重镇，已有2100多年的历史。早在“云南”二字出现前，云南驿就是一个古老的驿站，最繁华的时候，过往的人们在这里集散货物，街道上车水马龙，官办的、民办的、奢华的、简陋的马店拥挤在狭小的街道两旁，那条被马蹄踏出深坑的青石路，曾经走过多少匹骏马已无人知晓。

滇缅公路修通之后，行走了千百年的马帮，像一首古老的歌谣，渐渐地不再有人去唱。云南驿的马店，也陆续歇业。然而历史又一次选择了云南驿。1942年，滇缅公路被日本侵略军截断。盟军开通了一条从印度到中国，翻越喜马拉雅山、高黎贡山和横断山脉的“驼峰航线”。而云南驿，正是这条航线的中转站，同时，历史上那支鼎鼎大名的飞虎队，驻地也正是云南驿。

现在的云南驿，是个古迹众多的小镇，由一条青石板铺成的街道串起来，整个镇子就围着这条路布局，像是一棵树的树干叉出了许多枝蔓，几百户人家就是这主干枝蔓间的叶子和果实。还有灰石、青瓦、棕木门，黄褐或暗红的墙面，这些色调为古镇赋予了古朴而深沉的意境。因着这份质朴纯真，身处云南驿，便觉得贴近大地，与泥土相亲。镇子里青石板上的马蹄印犹在，镇子外的飞机场野草丛生，不远处的滇缅公路旧道，还依稀可见南洋技工驾驶的车辆留下的车辙。如今的云南驿，历史如烟云一样被风渐渐吹散，但在云南的历史中，早已烙下深深的印记。

大理美

巍山：初夏田园美如画



□ 张科

从大理古城的点苍山麓坐缆车，20多分钟后便抵达中和寺。虽然这里的庙宇清幽古朴，但除真正的香客外，大多数游客其实“醉翁之意不在酒”，他们是冲着玉带路云景区，特别是那世外仙境般的桃溪而来。

先在那古寺前俯览苍苍的大理风光，小憩片刻后，便可沿寺前的玉带路北行，左边是青山，右边是峭崖，但途中坡缓路平还算好走。渐行渐远，往往又见峰回路转，险处愁人；其中的多段路面乃凿石而成，悬崖突兀，古松倒挂，倒另有一番古道

西风的幽远韵味。

蜿蜒北行二里余，待能眺见桃溪桥时，也就能听见溪里的潺潺流水，颇有声势；前行数百米，林木葱郁的山管里便已吼声如雷。只见桥头草木丛生，有石阶顺山势而高砌于林地，拾级而上，溪水时而突现眼前，时而隐于竹丛林间。及登至高台，迎面一挂20余米的瀑布喷珠溅玉，水雾腾腾，往下泻成一潭清泉。泉深丈余却清澈见底，对面石壁上刻有“碧玉潭”三个大字，遒劲古朴。此时山外已酷暑难当，

涧里却是另一番清凉世界，溪边有高达两丈以上，杜鹃开得正好。

上头还有路径。往碧玉潭右绕而行，便要攀登一段更陡峭的石阶，泥泞且多杂草青苔。及达坡顶便见开阔：在整块平坦的紫褐色大花岩上，溪水自由自在地沿着岩面滑落而下，溪水大者如涓涓细流，小者如脱线珍珠散乱滚落，仿佛造物主正展开巨幅画卷，泼洒笔墨作一幅天地丹青呢！石坡西头的岩壁上又见题有“黄龙洞”三字，洞下有两块巨石搭成“人”字形

漫步桃溪

□ 陆向荣文/图

5月24日清晨，雨后初晴。巍山县南诏镇鸡碧村初夏的田园，在晨曦的映衬下，成行的禾苗与弯曲的田埂、农舍，构成一幅幅田园风景画，美不胜收。



的洞穴，高二丈余，洞里可留数十人避雨御寒，暂时借寓其间，别有一番荒蛮难忘的洞天情趣。

午间，在石台上休息和用餐。边听风声、水声、鸟声；随手掬一瓢冰凉甘泉慢啜，以水代酒。边与众客谈古论今，洒脱自如，实在是人间一难得快事。据当地人介绍，桃溪位于苍山中和峰与雪山峰之间，源头山峰顶那洗马塘的冰碛湖水，经湖底的沉积岩层缓慢渗透后向下涌出地表，是大理苍山上最洁净、甘甜的矿泉水。这话我深信不疑，在谈话间又有不少游客腾空手里的饮用水瓶子，正往壁下晶莹的溪流中灌山泉水，他们要带下山去品味。

美食地理

乡野山豆腐

□ 宗志芬

山豆腐是大理乡野极其普通、又极其常见的一种食材，学名为魔芋。它的植株不招人喜欢，像一根小型空心柱一样挺立，上面布满了蛇皮一样黑色的花纹，乍一看可能会让人觉得起鸡皮疙瘩。果实长在土里，像个大大的荸荠，外皮麻灰色，没有荸荠那么光亮和惹人喜爱，随意丢在土里极不起眼。

吃过山豆腐的人都知道，山豆腐有好多吃法，可以配上佐料凉拌吃，吃在嘴里润滑细腻，肉质感强，极为爽口。如果配以薄荷、鱼腥菜、海带丝和黄瓜凉拌，就是一盘味觉和视觉上的盛品。又可以与排骨、海带一起炖汤，味道鲜美，营养丰富。与酸酸的腌菜一起炒着吃，温润爽辣……记忆中，母亲就是用这不起眼的菜给我们烹调了一道乡野的美味。

母亲给我们做出的山豆腐好吃又爽口，虽然费时费力，但我们全家都很享受这个过程。母亲带着我到菜地里，用小锄头轻轻地扒开一层土，小盆子样大的山豆腐就露出来了，它静静地躺在土里，仿佛一个初生的婴儿，张着粉红色的小嘴，还在妈妈怀里做着甜甜的梦。

找来一只盆子，一块板瓦，洗净待用。用刀轻轻地削去外皮，一个白白胖胖的大果实就奇迹般地出现了。母亲把它切成几大块，在板瓦上开始擦，一边擦，乳白色的汁液就顺着板瓦缓缓地流进盆子里，不一会儿，几大块山豆腐就变成了清清亮亮的一盆汁液。接下来是点浆，石灰水是早就准备好了，清清的石灰水在盆里搅一搅，汁液变得黏稠起来。姐姐早就将灶上一大锅水烧得滚烫。母亲拿一把大勺子，舀起一勺点过浆的山豆腐汁，连勺一起浸入滚烫的大锅里，浸入热水的山豆腐汁立即收缩变硬，母亲撒撒勺子，一团滑滑润润的山豆腐肉就在锅里随着热水上下翻腾，不一会儿，一大锅山豆腐肉就做好了。

现在回想起来，在那个清苦的岁月，在那个吃饱肚子都成问题的日子里，因了母亲的勤劳，和她对生活的热爱，带给我们子女饥荒年代太多太多家的温暖，这些美好的回忆让我觉得黑皮花纹的山豆腐植株，也变得可爱起来！