

# 走西北，找寻内心的那份宁静

## —— 营销中心青海游记

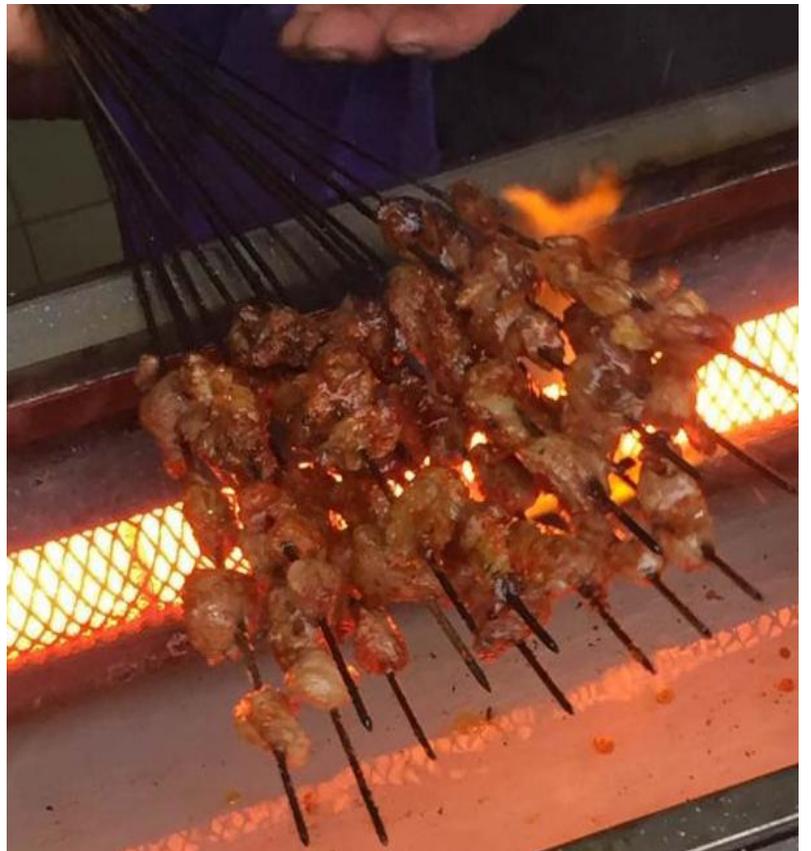
©林辉琦

九月初，在集团公司的组织下，营销中心的同事们沿着青藏公路游历了西北青海，韩红的一首《天路》不由在耳边响起，满满的憧憬于眼前浮现...

### 第一天：舌尖上的西宁

出发历时 5 小时路程终于抵达西宁，在抵达酒店时听导游说当地的民族风味小吃颇多，鲜嫩至极的羊肉、香浓醇厚的酸奶、酸辣可口的酿皮、筋道正好的牦牛肉，以及狗浇尿、尕面片、酥油糌粑、甜醅等等... 各种美食应有尽有，不仅价格便宜，而且独具特色。听得疲惫的我们不由兴奋起来，匆匆放下行李就往美食进发。

#### 第一站“大胡子”美味的烤羊串



第二站 七一路“雅阁”当地美食

风味烤羊腿



入口即化的片牛肉



西北鹿角菜



腌小萝卜



小伙伴们都蜂拥而上了



西宁市区有藏族、回族等多个少数民族，而我们的酒店和餐馆位于西宁城东，是回族的聚集地。在回族的礼俗里，他们信仰伊斯兰教，信奉天主安拉，因此在饭桌上除了看不见猪肉，还不能抽烟、饮酒。

## 第二天：天空之境茶卡盐湖

乘车沿着青藏公路经湟源峡谷、文成公主进藏驻足的日月山和眼泪幻化而成的倒淌河，一直进藏到具有中国聚宝盆之称的柴达木盆地。由于我们踩着西北秋天的尾巴，天气寒冷，遗憾没有看到神奇的“天空之境”。



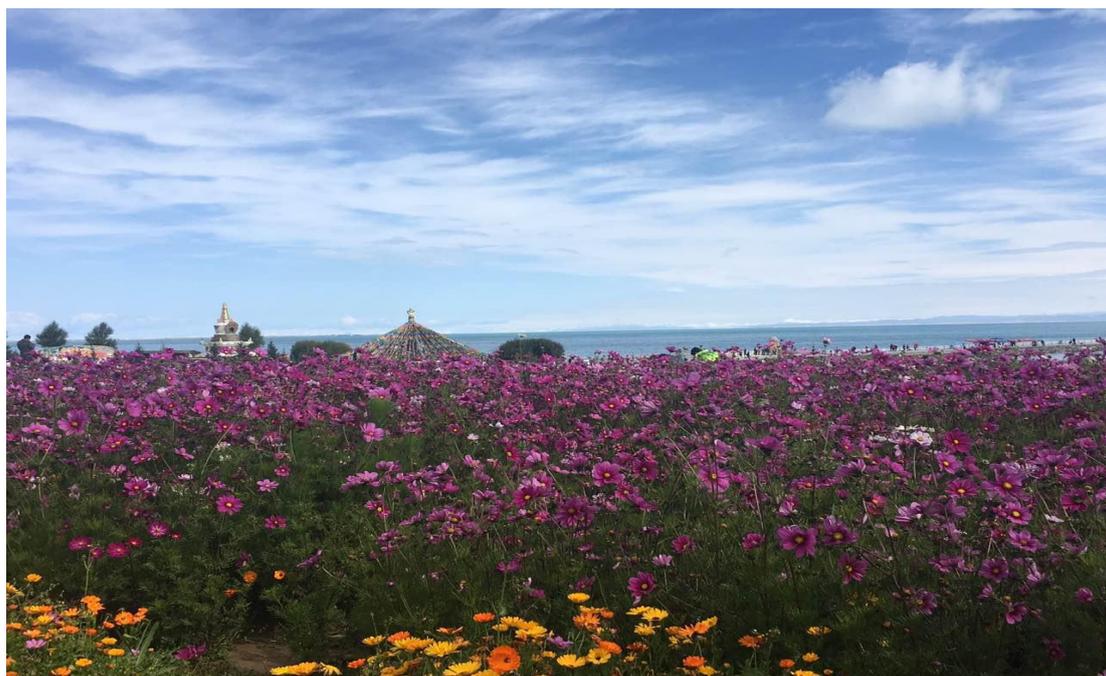
### 第三天：宁静的青海湖、4120 海拔祁连

青海湖面积有 4300 平方公里，是我国第一大内陆湖泊，也是我国最大的咸水湖。它浩瀚缥缈，波澜壮阔，是大自然赐与青海高原的一面巨大的宝镜。碧波连天的湖水，在艳阳下清彻透亮，比天空蓝的纯粹，蓝的清澈，蓝的静谧，仿佛能涤荡人的灵魂，洗尽俗人的眼。在这里，没有漂泊的宿命感，没有生之渺小的惆怅。相反，会觉到有如禅定般的充盈与淡然。



### 第四天：卓尔山

卓尔山森林公园素有“东方小瑞士”之称，藏语称为“宗穆玛釉玛”，意为美丽的“红润皇后”。感受青海高原景区风貌，站在卓儿山顶视野开阔，左右两侧



分别是拉洞峡和白杨沟风景区，背面是连绵起伏的祁连山，山脚下滔滔八宝河像一条白色的哈达环绕在县城周边。

传说中卓尔山与祁连的镇山之山--阿咪东索（牛心山）是一对情深意重的情侣，默默守候在八宝河两岸，共同护佑着祁连的山山水水。阳光明媚之时自不用说，在阴雨天气之下，云雾缭绕，卓尔山顶的风光更像是仙境一般。



### 第五天：藏传佛教圣地塔尔寺

整座寺庙周围依山叠砌、蜿蜒起伏、错落有致、气势磅礴，寺内古树参天，佛塔林立，景色壮丽非凡。塔尔寺的壁画、酥油花、雕塑也是栩栩如生，远近闻名。

塔尔寺是藏传佛教，普通人去拜佛，不烧香而要点酥油灯；转经轮时，一定是从左向右。在藏传佛教圣地的寺院里，不能用手摸佛经、佛像、法器等，更不能跨越；不能乱摸藏族人的头和帽子；不能用手指向供奉的佛像。寺里几乎禁止拍照。



## 尾声——

五天青海之旅悄然结束，这五天里，虽然长途跋涉，天气阴晴不定，或有美景错过，或有高原不适，但可谓一天一景，一方一净土，一木一浮生，一笑一尘缘。

临别时，团队在机场进行了最后的留念，过关时竟然对地导西宁本土“卓玛”（当地女性称谓）产生不舍，她热情的召唤、灿烂的笑容、娴熟的讲解、体贴的嘘寒问暖，不正是青海风土的写照：淳朴、绚烂、庄重、神秘……这一切的一切，都值得期许，如果说一生一定要去一次拉萨，那么青海也是人生不可或缺的里程。



旅行结束大合照（红衣卓玛为可爱的地方导游）