

踏尋喜馬拉雅

01-26

世上沒其他地方像喜馬拉雅山脈一樣激發人們的想像力。喜馬拉雅山脈擁有高過雲端的地球最高峰，高度足以令人頭暈目眩。在 BBC 的喜馬拉雅特輯裡，主持人麥可培林將帶我們前往這處壯麗的世外桃源，一窺外界少有機會得知的文化、風俗和美景。

在巴基斯坦和阿富汗邊界，我們初次體驗到崇高的感覺；在這裡，我們行走於海拔一萬英尺的羊腸小徑上。幾世紀以來，喀拉什族人一直以此為家。由於該地與世隔絕，他們的文化大致未受外界影響。

喀拉什人沒有書面歷史，所以沒人確切知道他們來自何方。有些人認為，他們或許和兩千年前行經此處的亞歷山大大帝的軍隊有關，因為他們的面部特徵和希臘人有些許相似。根據喀拉什人的傳說，他們是來自於一個叫暹羅的地方，雖然他們並不知道暹羅位於何處。這裡的生活和巴基斯坦、阿富汗的其他地區大不相同；喀拉什人的婦女喜歡戴上五彩繽紛的頭飾，且不蒙面紗，這和附近其他地區的婦女所受到的嚴格生活限制是尖銳的對比。

喀拉什人在心靈上和他們身處的高地環境相結合；他們相信人死之後，靈魂將飄升到一座聖山。

01-29

被吸引到喜馬拉雅山脈的人都是勇於冒險的人，他們艱困地攀登地球上的最高點：聖母峰。聖母峰就像是個嚴厲的巨人，先讓登山者歷盡地獄般的艱辛，才讓他們觸摸天堂。

攀登途中常會受到高山症的干擾，這類疾病從頭痛、反胃到肺積水，不一而足。若要克服登山的危險，登山者除了要有適當的裝備之外，一定要有一位雪巴人隨行。

任何人如果登上聖母峰一次，就算幸運了，但尼泊爾的雪巴人卻是靠攀登這座傳奇的山峰為生。登山者雇用雪巴人，在登山過程特別艱困時，幫他們揹負裝備。這些受雇的雪巴人能揹著大型背包跑上山，他們的技巧和精力可見一斑。

對觀光客來說，尼泊爾並不陌生，這裡聚集著隸屬不同國籍和宗教信仰的人。走在尼泊爾的首府加德滿都街上時，可看到印度教和佛教的影響。尼泊爾也是浮屠的發源地。浮屠是一種多層佛塔。這種佛塔後來在中國非常流行。

由尼泊爾進入西藏的這段艱辛旅程中，旅行者得到的報酬就是得以看見一般人無緣得見的地方。

01-30

接著，我們抵達不丹。在這裡，我們將對喜馬拉雅之旅的高山投以最後一瞥。不丹位於中國和印度之間，境內大半是山脈和森林，其面積和瑞士相仿，人口只有一百萬出頭。嚴格的環境法確保不丹維持純淨原貌。

即使位於海拔 14,500 英尺高，周圍被冰川、松樹林和寧靜包圍的不丹人仍過得頗舒適。不丹人信奉尊者堪布，而非達賴喇嘛的教誨，這是他們佛教信仰的獨特之處。然而，他們信仰的佛教和西藏佛教亦有相似之處，那就是，他們皆相信所有生命是神聖的。

不丹人以睦鄰為傲，每當社區中有人要建造房舍，大家都會助他一臂之力。根據法律，每一棟房舍都要依傳統設計而建：地基以泥土和石頭打造，地面上的房舍則以木頭建造。

我們的喜馬拉雅之旅一路由巴基斯坦和阿富汗邊界，穿過尼泊爾和西藏，來到不丹。一旦到達我們冒險的最後一站：人口密集的孟加拉，喜馬拉雅山就會成為遙遠的回憶。然而，這個有著吃苦耐勞的人們和難以忘懷之美的山脈，使得遙遠的回憶更像是昨日的夢境。