梦回藏北

——《耸入云天的地方》后记

李福根

藏北，一个令人心驰神往的地方。当年，我有幸成为保卫藏北的边防战士，离开那里尽管已有37个春秋，思念之情却愈久弥坚，以至于一次次在睡梦中醒来，脑海里依然清晰地浮现藏北的情景。

藏北的山，是喜马拉雅、冈底斯、昆仑山、喀喇昆仑山和念青唐古拉山的集合体，那些名山大川纵横交错，万千气势，万千气象，令人肃然起敬。峥嵘狰狞得令人毛骨悚然，不寒而栗。近山，并不高峻挺拔，但海拔都在5000米以上，山体往往成棕褐色或褐色，岩山裸露，坚硬如铁，少土壤、缺草木、去浮华，拒雕饰、剥赘物，赤裸着山的本来面目，给人以厚重沉实之感。远山，银装素裹，云蒸霞蔚，昂首挺胸，耸立在云海之上，以蓝天为伴，挟呼啸的风声和苍穹对话，直至地老天荒。让人顿感空间的深邃、物质的永恒、奇峻高耸的风光。雪山总有发威的时候，剑拔弩张永远肩冰披雪直刺青天的巨峰，轻而易举地使白云变脸，朔风发狂。但凡乌云翻卷，狂风怒吼时，天地间时而砸过一层冰雹，时而卷过大雪暴雨。超乎寻常的撼天动地之力，使人对神山望而生畏。

藏北的水，多是以河流和湖泊呈现的，尤以湖泊者众。5平方公里以上的湖泊，在藏北多达307个，湖泊面积达2.14万平方公里，其面积、数量均占全西藏的87%以上。湖光山色，浑然一体，千姿百态的高原湖，成为这个世界屋脊上倾心动情的圣水。藏北的神山是有生命的，圣水也是有生命的。藏北的湖会说话，会动容改颜。漫长的冬季，皑皑白雪为湖面盖上一层偌大而厚重的羊绒被，任由风暴怒吼，奇寒肆虐，湖静静地安眠着。行走在结实的冰层上，任你百般顿足挑逗，湖里没有一丝骚动，湖水不露一丝容颜。大音稀声，大象无形，大凡圣水，怦然跳动的心脏便能巧妙地和坚冰融为一体。暮春时节，湖泊的呼吸悄然慢慢掀开厚厚的绒被，哈出的热气在强烈的紫外线照射下，在湖面上升腾，形成挥之不去凝重的乳白色迷雾。柔弱的湖水舒展筋骨了，湖泊露出了多姿的容颜。

藏北的草原、蓝天、白云，有机融合，在连绵的群山和巍峨雪峰的映衬下，组成一道独具韵味的风景线。草原，绝无“风吹草低见牛羊”的富饶。那草，往往只能遮掩住羊蹄，一块块灰褐色的石头和一片片黄沙石砾中，生长着一丛丛茇茇草、骆驼刺和荽样植物。长风阵阵吹过，石子、沙砾随风滚动，山口对冲的气流卷起似浪如柱般的黄沙，应验了“大漠孤烟直”的喟叹。野驴、黄羊和高原狼不忘到访一片片草原，它们以各自独有的方式在草原上留下一时挥之不去的印迹。藏羚羊、雪豹更是以匆忙或高贵的姿态，在草原上随便串着亲戚，带来一派生机，带去各自所需。

蓝天、白云是可亲可爱的。湛蓝的天空博大、深沉，可亲的没有一丝杂色杂念，可爱的坦诚相对，推心置腹。无瑕的白云是可亲可爱的，哗众而不取宠，知机而又识变。

藏北高原的人，纯朴、热情、忠厚而坚强。一户藏族牧民向冬牧场转场时，赶着畜群过荒原、翻雪山连续走了四天，第四天深夜，牧羊犬突然狂吠起来，“狼来了！”脑际闪过这个念头，牧民倏地窜出帐篷准备与恶狼战斗，月光下只见缓缓走来三头牦牛。牧民上前细细观看，发现这三头牛是十天前邻居家走失的。翌日，牧民的妻儿便在雪山下扎了营，牧民骑着马，赶着三头牦牛找邻居送还。又是四天时间，牧民虽饱受鞍马劳顿之苦，看着邻居一家惊喜交集的目光，牧民如释重负，坦然地开怀大笑起来。

同样，和他们在一方高原上守卫边防的边防军人，同样具有蓝天般高远的志向、草原般宽广的胸怀、雪山般坚强的品格。在和牧民们共建边防风雨同舟的战斗中，凝聚成水乳交融的深情。

巡逻，一骑上马背，出了营房大门一走就是十天半月。烈日暴晒，风沙袭击，饮露风餐，战士们多么渴望喝口热汤，吃顿香喷喷的手抓羊肉。似乎总能天遂人愿，巡逻经过的地方，三五天便会遇到几户牧民。孩子们远远地便挥舞着小手，大声呼喊“金珠玛米”。妇女们提壶拿碗走出帐篷，把一碗碗香气扑鼻的酥油茶递到战士们面前，喝着这样的琼浆玉液，干裂的沁着血珠的嘴唇立即像涂了一层绝佳的唇膏，裂口竟神奇地愈合了。当然，战士们便会拿出珍贵的砖茶、方块糖分送到一顶顶帐篷。那笑容、那场面流露的鱼水深情，是言语不能表述的。

阳历十月初，内地人往往称为金秋季节，藏北冬天的大幕已然拉开。运往哨卡的两车过冬物资，在距目的地30多公里处，一辆车在河滩里抛锚了。另一辆车系好钢丝绳上前拖拉，结果也陷进了河滩内。四个运输兵苦苦奋战到深夜，两辆车依然深陷在沙石里。凌晨时分，狂风大作，肆虐的风暴挟裹着大雪铺天盖地。气温骤降到零下十几摄氏度，清晨，运输兵迎风冒雪点燃喷灯对那辆好车的发动机一阵好烤，车依然发动不着。四个人一商量，两人留下修车，两人带着半提包战士们的家信到哨卡求援。顶着暴风雪，两个战士艰难行走。入夜，风暴没有丝毫减弱的势头。在凛冽的严寒中停下脚步就意味着迈进死亡的门槛，凭感觉判断方位，两个人跌跌撞撞迈动脚步。上午，暴风雪虽然停了，在风雪中搏斗几十个小时的战士，体力消耗到了极限，只好手脚并用向前爬行。在雪地拼死挣扎一天一夜，第三天上午，两个战士望望茫茫雪原，又看看半空中的太阳，僵卧在雪地里的四肢，已没有挪动的力气。

马蹄声由远而近，三个牧民急忙下马，抓起积雪揉搓战士的手和脚。一阵忙碌，扶两人坐起，递过糌粑让他俩饱餐一顿。傍晚时分，三个牧民陪伴着两名战士来到哨卡，连长动情地说：你们是他俩的救命恩人，也是运输线英勇的卫士。扎西德勒！俺替全哨卡的官兵谢谢你们。

一桩桩感天动地的事例，谱写着军民团结的佳话。

这就是梦寐以求的藏北吗？是的。藏北的大山大水大气象，愚者笨拙的笔是无力描述的，倘或提及的点滴，也只是挂一漏万。藏北的壮美，是博大、壮阔的。

大凡恢宏、壮美的山水，往往在险峻绝伦之处。四五千米的海拔，本身就意味着对生存状态的挑战。不说强烈的紫外线对人体的灼伤，不说随心所欲瞬息即至的风雪冰雹，还不说漫漫冬季的酷寒奇冷，单是不足海平面70%的含氧量，足以使健康人气喘吁吁。烧到70℃即开的水，煮出的食物让人仿佛有生食之感。就这些具体内涵而言，藏北不仅是一个地理概念，也是一种反差强烈、既矛盾又统一、壮美与恶劣并存的环境展板，同时还是一种生存境界。

在这样的环境中生活的藏北人是最最可亲、可敬的。他们和藏北休戚与共，是高原的建设者、保卫者和创造者。

我感怀藏北的山水，思念藏北的人。我一次次萌生去藏北的念头，终因工作撤不开手而作罢。从原来的岗位退居二线，终于有了进藏的机会。长途奔驰数千公里，再次目睹了山水的壮丽。绿茵连绵的草原，纯净如洗的蓝天，晶莹剔透的白云，巍峨肃穆的雪山，清澈浩渺的湖泊，这一切犹在昨天又近在眼前。牧民和边防军人是陌生的，但露在脸上的微笑显得那么热情、善良，刻在额头的坚毅显得那么执著刚强。酥油茶透着醇厚的香气，蓝莹莹的钢枪，显示着沉静的威严。斗转星移，物是人非，代代人传承的不仅是事业，他们的一颦一笑，让我心灵体验的是精神的富有。藏北的山水作证，面对逶迤起伏的群山，我禁不住致以崇高的敬礼。

更让我礼赞的是，藏北人为改善生存条件卓有成效的工作。卫星电话、卫星天线、光纤电缆、太阳能取暖、摩托车代步，还有手机通话，这一切，在哨卡和牧民定居点随处可见。三四十年前，这是做梦也无法想见的。如今，梦已然变成了现实。

37年后踏上藏北的土地，梦中的情景依稀可见，又恍若隔世，那个时代的记忆是生疏的，缥缈的。我若有所思，蓦然陡长精神！原来消失的是苦涩的滋味，是艰难困苦的影子。人，哪能长期裹足在困顿的生活里？30年改革开放，30年发奋图强，创造出灿烂辉煌的奇迹。奇迹是可赞可誉的，但决不能头晕目眩，昏头涨脑。一代代人浴血奋斗，戍边卫国，岗位奉献的献身精神，开拓进取的工作热情，百折不挠的生活激情，互敬互助的可贵友情，更是我们从胜利走向胜利的精神法宝，需要我们代代相传，发扬光大。这，或许就是我写《耸入云天的地方》的初衷。

高原一瞥 彭承烈 摄影

● 博古斋

古代的“空调房”

马佳

在赤日炎炎的夏日，现代人有空调可以降温，那么，古人采取何种办法度夏呢？

我们的祖先除了用扇子，还不断研究出降温设施。在汉代，能工巧匠已经研制出“叶轮拨风”的大型纳凉器具，其取凉效果非常可观。《西京杂记》卷一中就有这样的记载：“长安巧匠丁缓作七轮扇，大皆径丈，相连续，一人运之，满堂寒战”。这段文字过于简练，我们无法得知这种“叶轮拨风”的详情，想象中它的拨风原理应该是利用叶轮的旋转形成风源，即在巨轮上安上七个叶片，一人摇动手柄，七个叶轮飞速旋转，空气被搅动起来产生凉风。当然这种大型设备一般人消费不起，皇家贵族才享用得了。

到唐代，长安等地出现一种供人们消暑的“凉屋”。这“凉屋”一般傍水而建，采用水循环的方式推动扇轮摇转（犹如民间的水车），将水中凉气缓缓送入屋中。或者利用机械将水送至屋顶，然后沿檐而下，制成“人工水帘”，使凉气进入屋子。唐诗人张仲素有《杂曲歌辞·宫中乐》一诗咏：“江果瑶池实，金盘露井冰。甘泉将避暑，台殿晓光凝……”说的就是这种利用“水循环”建成的“凉屋”，此“凉屋”堪称既绿色又环保，但该诗名曰“宫中乐”，可见与老百姓是无缘的。

宋代，在开封出现的“凉殿”比唐朝的“凉屋”更豪华。“凉殿”不但以风轮送冷水凉气，还在蓄水池和大厅四周摆设各种花卉，使冷风带香，芬芳满室，其降温效果之好犹如进入冬天——当然，这种“凉殿”只有皇亲国戚才能享受。一些地方权贵也纷纷仿效，建立起私家“凉殿”，或在宅院里造一雨亭，檐上飞流四注，使酷暑时节倍感凉爽。

科学不断进步，明朝文人高濂在《遵生八笺》中对当时纳凉有精彩的描述：“霍都别墅，一堂之中开七井，皆以镂刻之，盘覆之，夏日坐其上，七井生凉，不知暑气”。不难看出，明代人的消暑又进了一步，而且巧妙利用地理优势，也不乏科学道理。想来，古代的“凉屋”、“凉殿”和“霍都别墅”比起如今密不透风的“空调房”来，降温效果更好、空气更清新、也更符合环保理念哩！

● 郑州地理

郑开大道

张建玺 朱坤杰

郑开大道，是连接郑州、开封两座城市之间的一条跨市域的城市道路。该名是向社会公开征集选中而得。从郑州、开封两市名称中各取一字作“专名”，主要取开明、开放、开启、继往开来之意，用大道作“通名”也显得有气势。（地名由专名和通名构成）

该路起点位于郑州市金水东路东端，向东下穿京港澳高速公路，在中牟县大孟镇南与省道223相交后，往东连接开封市的大梁路西端。全长39.11公里，其中郑州境内30.13公里，开封境8.98公里，道路红线宽100米，有绿化带、人行道、分隔带、非机动车道、机动车道和双黄线，其中两侧人行道宽10米，非机动车道宽18米，机动车道宽40.5米，绿化带和分隔带宽共21米，比一些城市的主干道还宽。全线设大桥2座，中桥11座，分离式立交桥1座，道路设计标准为双向10车道，设计时速为80公里/小时，是全省目前设施最齐全的高等级城市道路。

修建这条道路是省委、省政府为推进中原城市群建设，实现中原崛起做出的重要举措。2003年我国爆发的“非典”事件，给全国人民上了沉痛的一课。中央在总结“非典”和改革发展进程中出现的社会矛盾及重大事件的教训时，胡锦涛同志高屋建瓴，提出了统筹协调、科学发展的重要论断。在此背景下。中央从我国整体发展的角度考虑，为解决“中部塌陷”问题，2004年3月做出了促进“中部地区崛起”的重大战略决策。根据这一决策，省委、省政府做出了积极推进中原城市群建设，实现全省跨越式发展的重大决定。于是，一个关于郑汴一体化发展的构想正式付诸实施。

该路于2005年12月6日开工建设，2006年11月19日建成通车，工程总投资10.29亿元。这条路的建成，把郑州和开封两座城市紧紧地联系在一起，成为郑汴一体的融城之路，也是郑汴一体化进程中的里程碑。

董玮书法

● 新书架

《一一风荷举》

原文竹

《一一风荷举》由台湾作家张晓风从自己的十几本散文集中精选八十余篇集结而成。张晓风散文在大陆虽然版本不少，但如此精粹而全面的版本还没有。

张晓风作品以散文、戏剧为主，旁及童书、评述和小说、诗作，又以散文成就最高。

张晓风六十年代中期即以散文成名，1977年其作品被列入《台湾十大散文家选集》，有编者称“她的作品是中国的，怀乡的，不忘情于古典而纵身现代的，她又是极人道的”，评论赞辞说她“笔如太阳之热，霜雪之贞。篇篇有寒梅之香，字字若璎珞敲冰”，她本人曾获得台湾地区多个奖项。同为散文作家的余光中对张晓风的散文十分欣赏，称其文字“柔婉中带刚劲”，称赞她“这支笔，能写景也能叙事，能咏物也能传人，扬之有豪气，抑之有秀气”，将之列为“散文家中的名家”。半个世纪以来，她的散文影响了一代又一代中国人。“树在，山在，大地在，岁月在，我在，你还要怎样更好的世界？”类似这样的经典语句伴随着海峡两岸很多人度过了青春岁月。

从1966年第一本散文集《地毯的那一端》问世至今，张晓风已出版了近20本散文集，这些作品情感真挚、视野开阔、思想深邃、文笔清爽，凭着这些作品，张晓风在众多的台湾散文作家中自成格局，卓然成家。九十年代张晓风散文作品在大陆出版，好评如潮，多次再版。她的散文《行道树》被选入人民教育出版社初一语文课本第七课，《有些人》被选入北师大版小学六年级语文课本，《只因为年轻啊》（节选）被选入粤教版高中语文选修课本。

至于刘家那边，是由我和刘易阳携手找我公公说明的。当时我公公正在阳台观景儿，我和刘易阳走到他身后，刘易阳开门见山：“爸，我和佳倩打算搬出去住了。”

我公公背着手，回过身来：“什么？”

“爸，我们俩再加上锦锦，实在是不方便再住在您这儿了，我们打算在外面租个房子。”我解释道。

公公沉默了两三秒钟，一脸不悦：“哼，我这儿终于是容不下你了。”

刘易阳正欲开口，我却拽了拽他的袖子，抢先一步道：“您别误会，我主要是怕锦锦影响您的休息和生活，如果您无所谓的话，那我们不搬就是了。”

公公想了又想，末了看着窗外说：“你们要是愿意搬，就搬吧。”

婆婆抱着锦锦过来了：“你们说什么呢？谁要搬啊？”

“妈，是我和佳倩，哦，还有锦锦。”

婆婆的嘴唇动了动，什么也没说，她慢慢地转身，抱着锦锦回了房间。就在她转身的那一刹那，我看见她的眼眶红了，红得那么寂寞，那么失望。我真恨自己看见了这一幕，这个与我毫无血缘关系，这个从未喜欢我，却也不至于不喜欢我的女人，这个一生平平淡淡，把丈夫，儿子，如今再加上一个孙女视为天的女人，第一次让我产生了悸动。她是那么爱我的女儿，而我竟要把锦锦从她的身边带走了，我是多么自私，多么铁石心肠。

我和刘易阳开始找房了。不能是底层，也不能是顶层；房子不能太旧，地段不能太东也不能太西，免得我和刘易阳上下班太辛苦；社区还得安全，房租最好三个月一交，押金最好等于一个月的租金，更重要的是，这个月租，非得在两千块以下。

我和刘易阳分头行动，每人每天平均跑五家中介。

婆婆在这几天中以一种惊人的速度憔悴下去，我一有机会路过她和公公的房间，就会斜着眼睛往里瞟，而她准是在死死地搂着锦锦，双眼空洞，一面愁容。

刘易阳问我：“我们单住，锦锦白天谁看？”

“找个保姆，不管别的，光管看孩子。”我答得简单。

“那得多少钱一个月？”刘易阳的脑子里在算着账。

“两千块怎么也够了吧。”我估计着。

“这么多，要不然，咱找个离这儿近的房子，白天让我妈帮着看看。”

“不行，妈天天抱着锦锦，到时锦锦不会爬也不会走怎么办？”

“你不信任我妈，反倒信任保姆？要是保姆偷懒不管抱，锦锦不是更惨？再说了，保姆给洗的衣服，刷的奶瓶，能比我妈洗得干净？你再遇上个上完厕所不洗手的，怎么办？”刘易阳的嘴皮子难得这么快，眼看他还要往下说，我飞身扑上前去，捂住他的嘴：“我就上完厕所没洗手，你好好闻闻吧。快给我闭嘴。”

“要不然，让你妈帮帮忙。不必要的开销，咱们还是能省则省吧。”刘易阳把我搂坐在他的腿上，丝毫不在乎我的重量。

“那这事儿到底怎么办？”

“先找好房子再说吧。”

真等到了收拾行李搬家的时候，我还真不见得铁得下心来拆了锦锦和她奶奶。况且，刘易阳说的在理，自己的妈要比陌生的保姆好上千倍万倍，虽说溺爱孩子是个问题，但总好过让孩子在外人手里遭罪。可这时候，我还不好吐这个口，毕竟，我这会儿还是像嫉妒情敌似的嫉妒着我的婆婆。

眼看春节将至，房产中介的小伙子们个个归心似箭，能回老家的都回老家了，不能回的，也都处于了怠工状态。我跟刘易阳念叨：“给不下三十家中介留了电话，怎么一个信儿也没有？”刘易阳还在工作：“等等吧，我估计怎么也得过完年了。”刘易阳又忙起来了。他们公司的那个新节目，也就是由孙小婉等人主持的那个新节目，本来计划在年后开机，可电视台台长一时兴起，说第一期就定在大年初一吧，这下好了，我估计这个年，刘易阳还不得和孙小婉一块儿团聚了？

大年三十儿下午，我提早下班，在回刘家之前，先回了娘家。

天还亮着，已有人陆陆续续放炮了。我妈在门上窗户上贴了福字，图个吉利。我一进家门，脱了鞋，连大衣都没脱，就把手里的两大包零食往我妈怀里一塞：“妈，我不待了。这些都是我个人认为最好吃的，春节晚会是越来越没劲了，边看边吃还凑合着。”

连 载

那时海味家住屯门，从片场到家大概要走一个小时的车程。和她一路聊着天，似乎近了许多，没多大工夫就到了。这天晚上我才发现，原来这个文静漂亮的小女孩也会有那么多话，天真又活泼，而且很有独立的个性和思想。和所有男生追女生的模式一样，第一次近距离接触，我们的话题很单纯，最多是聊工作，聊演艺圈内的事儿。我喜欢和她在一起的感觉，因为她是那种看上去柔柔弱弱的女孩子，会让和她相处的男生不自觉地产生一种保护她的欲望。这一点让传统家庭出身、有一点点大男子主义的我特别有自豪感。

默契就是从第一次接触后不知不觉中产生的。从此以后，每天收工后，无论多晚多累，我都会老老实实把周海媚送回去。因为既然要追女孩子，尤其是追优秀的女孩子，没有一点诚意是不行的，而且这个诚意还得通过具体行动表现出来，不可以光说不做。

片场拍戏都有一定之规，有时候我的戏很早就拍完了，往常就是和一群和我差不多大的年轻人一起跑出去疯闹，当上海味的护花使者后就不行了。我得在一边等她拍完，然后送她回家。

群众的眼睛果然都是雪亮雪亮的，没多久，全剧组的人都看出来我在追海味了，不过大家全都心照不宣，谁都不愿意把那层窗户纸捅破。

那段时间，我每天都像沐浴在春风里，感觉自己是天底下最幸福的人，有时候想起我们之间发生的点滴小事，我会一个人突然偷偷笑出声来，搞得身边的人不明所以。而且我发现自己越来越离不开海味了，时刻都想和她在一起，每天晚上送她回家成了我一天当中最向往的事情。

同时我也在心里揣测着她对我的看法，看得出来，虽然没有明说，但我以恋爱中男人的敏感知道，至少她是不讨厌我的。

刚开始，海味并不认同“女朋友”这个名分，可是没多久，应该就是《小岛风云》杀青以后，她终于被我的诚意所打动，松了口，我们顺理成章地走到了一起。感情刚确定后的一天，海味就忧心忡忡地对我说：“我爸爸妈妈不同意我们拍拖，他们担心我。”

周爸爸和周妈妈不愿意女儿一进入圈子就拍拖也是有道理的。第一，海味当时不到19岁，还太年轻，周爸爸和周妈妈担心有人欺骗她的感情；第二，演艺圈里太复杂了，他们担心影响女儿的前途。

我自然明白周家父母的苦心，更不忍心看海味焦虑的眼神，就拍着胸膛说：“别担心，这个问题交给我，我一定会让他们同意的。”

第二天，我就提着礼物，风风火火地拜见未来的岳父岳母了。去到周海媚家，我很诚恳地对周爸爸和周妈妈说：“伯父，伯母，初次见面，你们好。我是吕良伟，我虽然比海味大，但是我对海味是很认真的，绝对不是玩的。我是很认真地跟你们的女儿拍拖，希望你们能给我一个机会。我从来没有拍过拖，你们肯定也知道，我基本上没什么绯闻的……”

我絮絮叨叨地说了一大堆，当时真是恨不得把自己的心挖出来给周爸爸周妈妈看看，生怕他们一个不满意，以后再也无法接近海味了。但幸好丈母娘看女婿，越看越欢喜。周爸爸和周妈妈一看我确实非常有诚意，再看看女儿一脸羞涩地偎依在我的身边，眼睛里满是爱意。他们俩叹了口气，女大不中留哇，算了，还是同意吧。

这之后，我成了海味家里的常客。周妈妈做的菜很地道，她知道我爱吃鸭肉，所以她常常炖上鸭子，叫我们一起回去吃饭。

因为我从小就很擅长做家务，这时更是为了博得未来岳母的好感，所以每次到海味家里都会抢着做这做那。周妈妈一看，这个小伙子虽然比女儿年龄大些，但长几岁比较会心疼人，这样也挺好。总之，她对我还是很满意的。

糊涂登记

有一次，我们在海边约会，我觉得是提出两个人终身大事的时候了，就很自然地问海味：“拍拖两年了，我们结婚吧。”当时我的口吻非常肯定，因为我从没有想过海味会拒绝我。

海味听见后，既没有吃惊，也没有犹豫，如我所料，很自然地点了点头说：“当然要结婚啊。”

接下来，我们两个人就怀着对未来的无限憧憬聊起天来。我说，我将来要有一打孩子；海味就说，我将来的花园里一定要种很多花。生活是多么美好啊。

地址：郑州市陇海西路80号 邮编：450006 电话：社办公室67655999 67655545 广告67655632 67655217 发行67655561 67655600 广告经营许可证：郑工商广字001号 印刷厂87532636 零售1.00元