

# 从一粒青稞寻觅故乡

本报记者 晓勇



那曲市尼玛县文布乡文布南村的青稞田。

## 文学里的“青稞”

本报记者 晓勇

### 青稞地

藏族诗人阿顿·华多太有诗写道：  
假如我是一粒青稞

于所到之处，秉持与众不同  
成为族人路途的一个标签  
祖先留下的沃土，是我生长的地方

青稞是养育和造就高原民族的  
农作物，在许多作家的文学作品里，  
青稞总会或多或少被提及。

作家阿来曾说，青稞是一种独特  
的植物，生命力顽强，不断向高海拔  
进取。如果要赋予它某种象征意义  
的话，那就是高原人民的生命力。

在青海籍藏族作家龙仁青的一  
篇《斯巴也许是盘古》的文章中，提到  
故乡的一块青稞地。对故乡的人而言，  
那块青稞地是无奈的随遇而安，  
又不断孕育着对生命的希冀。

他写道：“河对岸有一块青稞  
地，那是村里唯一能够种庄稼的地方。  
每每到到了四五月，大人们便在那  
里种上青稞。如果天年好，到了  
秋天青稞长熟了，大人们就欢喜欣  
慰，收割了青稞，打碾了，晒干了，  
分给各家各户，各家各户便拿回家里，  
晾干了，炒熟了，磨成粉，那就是我  
们能够吃到的最好的糌粑。如果天  
年不好，比如下了冰雹，抑或是青稞  
还一片青绿的时候来了一场霜冻，  
青稞没长熟，大人们也觉得很正常，  
那也是老天爷的安排，就把青稞的  
秸秆收割了，晾干了，堆砌成草垛，  
等到冬天缺少牧草的时候，留给牛

羊吃。所以，大人们好像对那片青  
稞地并不上心，很少有大人到那里  
去看那片青稞地。”

湖南籍作家谢宗玉写过一篇名  
为《青稞谣》的文章。他在这篇文章  
里以青稞为媒，深入藏族人民的信  
仰与魂灵，谱写了一曲藏民族的史  
诗。他写道：“葱茏碧绿，柔弱纤  
嫩。如果不是亲眼所见，无论如何，  
我们都不相信，青稞这种植物，能够  
在青藏高原存活下来。”

他又写道：“惟一违和的事物，反  
倒是青稞了。特别是当海拔越来越  
高时，它竟成了绝无仅有的绿色。在  
别的植物都够不着的高度，它轻轻松  
松、娉娉婷婷、漫不经心地生活。如  
果来了风，它还要不娇不媚的样子；  
如果抽了穗，它更是要美成伤人心的  
妖精。”

不久前，藏族作家尼玛潘多创作  
的《在高原》获得第十三届全国少  
数民族文学创作骏马奖长篇小说奖。  
而在此之前，尼玛潘多曾以《紫青稞》  
命名了自己的首部长篇小说。

尼玛潘多表示，创作《紫青稞》  
这部小说时，一直找不到一个好的书  
名，她希望这本书的名字有一种类似  
图腾的意蕴，象征着顽强不息的生命  
力。她说：“这时，青稞进入了我的  
脑海，只有这种易栽培、耐寒、耐旱、  
耐瘠薄，生育期又短的物种，能表现  
这种生命力，因此，我把小说命名为  
《紫青稞》，我觉得唯其青稞，才能  
诠释高寒的青藏高原所要表达的一  
切。可以毫不夸张地说，青稞就是青  
藏高原精气神之源，它已成为藏族  
人民的精神图腾。”

从一粒青  
稞寻觅故乡，  
大约是世居青  
藏高原的民族  
共通的情结。

在青藏高原，自古以来，便有栽培  
青稞的悠久历史。

作为青藏高原最主要的粮食作  
物，青稞是大麦的一种，因籽粒裸露，  
又称为裸大麦。在西藏，庆喜、过年、  
祈福，都少不了青稞。青稞抗旱抗  
风、耐寒耐瘠，能适应海拔1500米到  
4800米的地区，可抵抗零下6摄氏  
度的极寒。一般一年一熟，在海拔  
3200米以下，水分阳光充足，可一  
年两熟。生育期比小麦、大豆都短，  
最短百天便可收割。

在被誉为“西藏第一座宫殿”的  
雅布拉克的山脚下，有“第一块农  
田”遗址——萨日索当。历经历史  
涤荡，这里也只有不太明显的遗迹  
和一块石碑有迹可循。历史中，  
萨日索当开启的是西藏的农耕历史；  
而在藏族群众心中，萨日索当养  
育了他们共同的祖先，具有神话色  
彩的故事更让他们对这片土地万分  
崇敬。相传在很久以前，神猴与  
罗刹女曾在这地域结合生出六只  
小猕猴，繁衍生息。但此时野果  
已吃尽，又无其它食物果腹，父  
亲神猴请求上天赐食，上天便将  
天生五谷：青稞、小麦、豆子、  
荞麦、油菜的种子给了神猴，  
神猴带着五谷回到贡布日山脚  
耕种。五谷丰收后，神猴对着子  
孙喊：

“索当，索当！”（意为“吃吧，  
吃吧”）于是有了第一块农田萨日  
索当。后来，依赖萨日索当长大  
的猕猴逐渐繁衍成人，成为藏族  
的祖先。

这块“西藏第一块农田”，承载  
着雪域高原社会发展过程的印记，  
藏族先民们开始耕种、收获、孕  
育五谷。同时，也虔诚地感谢大  
自然的赐予，藏族农耕文化由此  
发展演变。

为纪念“西藏第一块农田”，每  
年春耕时节，雍布拉康山脚下的  
农民都会穿着节日盛装，来到萨  
日索当田间，举行隆重的开耕仪  
式，这一传统延续至今，这也是  
西藏的开耕起源。

关于青稞的由来和发展，新时  
代的考古证实，早在距今3500  
年前，居住在雅鲁藏布江中部流  
域的藏族先民就已耕种青稞。

1991年，由自治区文管会文  
物普查队首次调查发现的昌果沟  
遗址，是青稞协同高原人迈进文  
明的例证之一。

昌果沟遗址位于山南贡嘎县昌  
果沟。昌果沟属雅鲁藏布江北  
岸的支沟，海拔约3750米，地  
处雅江北岸，背靠帕日神山，在  
江水和冰雪融水的共同作用下，  
冲击出的这片开阔之地。

1991年至1994年夏，由中国  
社会科学院考古研究所西藏工作  
队与西藏自治区文管会组成联合  
考察队，对昌果沟遗址进行调查  
和发掘，共采集遗物1000余件，  
包括打制石器、磨制石器、陶  
片等，获得青稞、小麦、豌豆等  
农

作物及经济作物，以及来自黄河  
流域的粟等植物遗存，使得该遗  
址在东西文化交流及农作物传播  
研究中有重要地位。

在昌果沟遗址灰坑内，考古工  
者一共搜集出土大约3000余粒  
青稞碳化粒。经测定，这些青稞  
碳化粒属于新石器时代末期，距  
今3500年左右。

曾在90年代两度参与山南昌  
果沟遗址农作物遗存考察的考古  
专家、西南大学农业考古学教授  
傅大雄指出，昌果沟遗址出土的  
3000多粒青稞碳化粒全部是单  
一的、纯净的裸大麦，和西藏一  
江两河地区栽培的青稞是一致的。

2014年，日喀则地区拉孜县  
廓雄遗址再次发现了青稞碳化  
物，这意味着在新石器时代藏  
族先民已在海拔4000米以上  
的高原种植青稞。

越来越多的考古发现证实，早  
期踏上并定居高原的人们在物  
种的选择、培育、传播等各个方  
面都发挥出极大的聪明才智，从  
引进少水抗旱能力极强的粟作  
物，到更大范围传播和种植大  
麦品种之一的青稞，人们在高寒  
条件下最终确立了以青稞为主  
食、辅之以豌豆、小麦等作物的  
农作物体系。

春播夏长，秋收冬藏。千余年  
来，农耕文化成为西藏文化的重  
要内容，每年春耕时节，雅鲁  
河谷柳枝吐芽、田野苏醒。按  
照藏族天文历算，西藏农田开  
耕的日子总在某个初春的清  
晨。

春回大地，万物复苏，春分  
时节人

们便会在开耕节举行开耕仪式。  
这一天，人们身着盛装，在袅袅  
桑烟中，以二牛抬杠的传统方  
式，进行春耕破土“第一犁”，  
撒下第一粒种子，祈愿一年风  
调雨顺、五谷丰登。开耕节寄  
托着人们对大自然信仰的敬畏，  
更寄托了一年一分耕耘、一分  
收获的喜悦和满足。

在高原，农民总是带着满腔的  
热忱与希望，在田野里默默劳  
作，并持续到青稞丰收的金秋  
时节。开镰收割前，在雅鲁藏  
布江中游和拉萨河两岸的农村，  
盛行举办望果节。《西藏风土  
志》的作者赤列曲扎认为，望  
果节形成于2000年前，雅鲁  
部落首领布德贡杰规定庄稼黄  
熟之时，属民们要围着庄稼地  
转圈祈祷农作物丰收。这一习  
俗沿袭至今，众人转田游巡，  
祈祷丰收。

青稞不但是西藏的第一大粮  
食作物，也是融入在藏族人民  
生活里的文化，更与藏族人民  
的生活息息相关。青稞经过翻  
地、碾磨等工序，被制作成糌  
粑、面粉、菜籽油等农副产品。  
直到现在，对很多藏族家庭来  
说，青稞磨成的糌粑，是每日  
不变的早餐，以青稞为原料  
酿出的青稞酒，也是节日里必  
不可少的美酒佳酿。

从一粒粒饱满的青稞觅得故  
乡，青稞是青藏高原赋予高原  
人民的最佳礼物，这是高原先  
民在久远年代的智慧选择，更  
是青稞在一次次蜕变与艰难  
迁徙的过程里，选择了同样具  
备坚韧品质的高原人。



俯瞰重庆市边坝县金岭乡的青稞地。

## 扎西岗：青稞地里话“丰”年

本报记者 旦增嘎瓦

走进日喀则市定结县扎西岗乡  
高产高效良种田，一望无际的青  
稞田在秋风吹拂下，金黄的青  
稞麦穗此起彼伏，掀起阵阵麦  
浪。

近年来，扎西岗乡高度重视农  
业发展，持续加大良种推广力度  
和优质品种基地建设，以农业产  
业结构调整推进农业产业升级，  
以良田为基础，以良种为保障，  
以良机为手段，以良技为依托，  
以良法为支撑，以良制为纽带，  
持续推广优良作物品种、发展  
连片高产示范田，努力将扎西  
岗乡打造成定结县“农产品主产  
区”和“北部现代农牧业示范乡”。

“这高标准农田真像样，旱涝  
都不怕，丰收准没跑！”扎西  
岗乡种植户贡嘎次仁连连称赞，  
“自从建成高标准农田后，土地  
平整了，道路通畅了，水渠顺  
畅了，旱能灌、涝能排，种植的  
青稞、油菜和土豆产量也越来  
越稳定了。”

好田地才能种出好庄稼。扎  
西岗乡以高标准农田建设为抓手，  
通过一系列措施，改善农业生产  
条件，提高粮食综合生产能力，  
达到土地平整、土壤肥沃、集  
中连片、设施完善、生态良好、  
高产稳产、优质高效、抗灾能  
力强的目

标，提升耕地质量，为粮食高  
产稳产打牢基础，为粮食安全再  
上一道“保险”。目前，扎西  
岗乡已建成高标准农田3025  
亩，计划在2025年再实施1578  
亩高标准农田建设项目。

同时，扎西岗乡农牧综合服  
务中心综合考虑品种特性、种植  
模式、种植技术、本地实际等多  
种因素，将藏青2000、喜拉22  
号、喜拉23号等高产品种作为  
大力主推的作物良种，并通过  
大力发展种子良田，建成一级种  
子田200亩、二级种子田605  
亩，为全乡农业发展、作物单  
产提升行动筑牢优质种源保障。

“现在有了机械设备的投入，  
我们种地轻松了，粮食产量增多  
了，日子肯定越过越好。”扎西  
岗乡仲康村金穗农民专业合作社  
负责人白玛多杰高兴地说。

良机添动力，丰收有底气。扎  
西岗乡不断落实农业机械购置  
补贴政策，鼓励村集体和群众购  
置农业机械，提高农业机械使  
用率，陆续成立了定结普嘎嘛  
农业施工机械专业合作社、定  
结县扎西岗乡农业机械化增收  
脱贫专业合作社、定结县夏酥  
热农机焊接

加工农民专业合作社、定结吉  
落农机维修农民专业合作社等  
多家涵盖农机运营、出租、维  
修等业务的农民专业合作社。  
2024年试点全程机械播种良  
田面积约236亩。

此外，扎西岗乡持续选优配  
强基层科技特派员队伍力量，  
通过采取课堂教学、异地研学、  
实践操作等多种形式的分产业、  
分层次开展农技知识更新培训，  
培养一批政治过硬、业务精  
通、服务优良、作风扎实的基  
层农技推广队伍，为全乡群众  
提供推广高产优质作物新品种、  
指导种植户合理选择品种、鼓  
励和引导农户科学积造农家肥  
提高牲畜粪便、草木灰等使用  
效率等精细化、标准化、全方  
位的农业科技服务，将农技服  
务直接送到田间地头，实现了  
农技服务的全覆盖和精准化。

集成良法，实施绿色增粮“新  
方案”。扎西岗乡以提升主要  
粮油作物单产水平为目标，从  
“统一地块、统一种子精选包  
衣、统一供种、统一播种、统  
一灌溉、统一防治病虫害、统  
一去杂去劣保纯、统一收获标  
准”入手，为粮食作物大面积  
单产提升制定“组合方案”。  
扎西岗乡农牧综合服务中

心工作人员指导种植户在种植  
方法上进行不同密度的栽植，  
寻找产量最大化的种植区间；  
在田间管理上，采取了“适度  
增密+适时补灌+水肥一体”  
技术，精准施肥，节水节肥，  
省时省工，改善土壤环境；在  
种植机械化上，试验了中型、  
小型收获机的不同适应性；  
在耕制模式上，试点推广了  
“一村一品”大面积优势种植、  
青稞—油菜—豌豆轮作、萝卜  
—土豆混作等耕制模式，以达  
到平衡土壤养分、提高土地和  
光能的利用率、减少病虫害的  
发生等目的。2024年全乡良  
种推广面积增长12.44%，达  
到3470.43亩，田管措施到  
位，总体长势良好，增产趋势  
明显。

一直以来，扎西岗乡高度重  
视全乡农业工作，乡党委书记  
和乡长带头主抓，制定年度农  
业工作方案，积极培育农民专  
业合作社等主体，通过开展青  
稞新品种新技术新设备现场集  
中观摩活动，搭建起科技推广、  
合作社、种植户有效沟通的平  
台和桥梁，引导全乡农民科学  
选用优良品种、先进实用技术、  
先进智能化农机设备，促进科  
技成果转化和良田、良种、良  
机、良技、良法、良制的有机  
融合，为粮食生产注入新动能。  
目前，扎西岗乡拥有农业种植、  
农机运维、农产品加工等合作  
社9家，一级、二级种子田基  
地805亩，逐步实现从育种、  
耕作、种植、施肥、采收、晾  
晒、加工、出售全流程的精细  
化管理。实现了连续两年青稞  
种子出售额增长，为群众增收  
30多万元，增加村集体合作社  
收入8万余元。



昌都市边坝县金岭乡农民正忙着收割青稞。

本版图片均由本报记者 晓勇 摄