

## 文化资讯

辽宁文化交流中心  
在拉萨那曲第二高级中学建成

我区探索实践“非遗+”模式——

## 做好活态传承 添彩美好生活

本报记者 晓勇 本报见习记者 平措诺吉

## 多彩高原

作为春节申遗成功的首届总台春晚，总台2025年春晚西藏分会场以世界文化遗产布达拉宫为舞台背景，在国家级非遗《飞弦踏春》中欢快开场。短短8分钟，极致浓缩展示了38种西藏非遗元素……让世界领略了西藏传统文化的魅力。这背后，是西藏依托“非遗+”模式，为千年文化注入时代活力的生动实践。

西藏是名副其实的非物质文化遗产宝库。60年来，从抢救性记录到活态传承，西藏非遗保护体系经历从无到有的历史性跨越。截至目前，全区已建立四级非遗名录体系，涵盖各级各类代表性项目2760项，拥有代表性传承人1790名。格萨尔传、藏戏和藏医药浴法3项成功列入联合国人类非遗代表作名录。非遗资源密度及人均非遗资源量均处于全国领先地位。

党的十八大以来，西藏非遗保护事业呈现前所未有的良好态势，特别是“非遗+”模式的探索，让深藏的非遗珍宝从“静态展品”变为“可触可感可参与”的活态文化，真正“活”进了现代生活。



图为西藏非物质文化遗产博物馆内文创区的“拉飒姑娘”布娃娃。

本报记者 晓勇 摄

## “非遗+文艺”：

## 古老锅庄踏响时代节拍

那曲锅庄，这朵藏北高原的原生态舞蹈之花，正以前所未有的活力席卷全国都市广场，携着牧歌的苍茫与现代电音的律动，从藏北草原走来，“圈粉”成都、“惊艳”北京、“亮相”上海，更在短视频平台收获数亿流量。

每晚8点，拉萨拉鲁湿地公园上演震撼一幕：上千市民在悠扬牧歌中，围着20余名领舞者踏歌起舞，传统颤膝舞与现代律动完美融合。今年是美朵卓嘎和次仁央金姐妹创办“拉鲁湿



图为2025年林芝桃花旅游文化节巴宜区分会场工布响箭展演活动现场。

本报记者 谢筱纯 摄

地果皆林”的第六年。从最初的几人小团体，到如今编创200余支舞曲、吸引众多学员的教学团队，她们用手机镜头记录传播，让古老舞蹈焕发新生。

自治区文旅厅非遗处处长努木的感慨道出关键：“没有门槛的快乐，就是最好的文化通行证。”

2022年，那曲锅庄被列入市级非遗名录后，其独特魅力加速释放，节奏中蕴含牦牛斗舞的刚健、鹰隼翱翔的轻盈，更巧妙融入黑颈鹤优雅的生活姿态，实现人与自然的灵魂交融。

有文旅专家指出，那曲锅庄的火爆绝非偶然，它以“零基础可参与”的包容性打破文化壁垒，用传统基因嫁接现代审美，更依托广场舞的社交属性构建新社群。

目前，那曲锅庄正在申报自治区级第七批非物质文化遗产代表性名录。

一位在成都靠跳那曲锅庄直播带货的“95后”藏族女孩说：“在这里跳锅庄，既能触摸藏文化的温度，又能找到归属感。”

当北上广的年轻人跟着短视频模仿“甩袖三连拍”，当成都宽窄巷子响起那曲牧歌改编的电子乐，夜幕下的拉鲁湿地公园，人潮仍在律动。

“我们为那曲山歌王子让桑巴丹的作品编舞时，从没想到锅庄能这样火遍全国。”次仁央金翻看存有上百条教学视频的手机，笑容里满是惊喜。

从草原到都市广场，从非遗名录到抖音热榜，那曲锅庄的足迹印证着一个真理：最古老的文化脉搏，终将在当代找到共振的心跳。

“非遗+文创”：  
从“指尖技艺”到“指尖经济”

去年，与布达拉宫隔河相望的慈觉林，矗立起了一座以西藏非遗为主题的“宫殿”——西藏非物质文化遗产博物馆。

沿这座依山的新建筑盘旋而上，游客指尖拂过一件件独属于西藏的非遗——藏纸的粗粝、唐卡的华彩、藏香

的氤氲。

当行至二楼文创区，一隅活力景象，骤然点亮历史的深沉，一排排“拉飒姑娘”布娃娃，身着华丽藏装静静伫立，吸引游客驻足流连。

“拉飒姑娘”不仅是玩偶，更是非遗匠心的温暖载体和区域化品牌。项目负责人鹫婕介绍，团队翻阅海量史料，严格还原西藏不同地域非遗服饰特色——农区氆氇、牧区皮袍、林区孔雀纹，乃至格萨尔王铠甲图腾、文成公主琵琶襟等细节，“就连娃娃的面容亦有原型依据。”鹫婕介绍道，藏香、牦牛绒、非遗编织等元素，都通过“娃娃+”模式焕发新生。

更大的温度，在于“她力量”的赋能。“拉飒”品牌由拉萨市妇联推动，旨在落实妇女创业就业扶持政策。它联动13家妇女合作社和女性企业，为堆龙德庆区东嘎社区等地的基层妇女提供系统培训和宝贵平台，让她们用巧手制作“拉飒姑娘”，从家庭走向广阔市场，真正将“指尖技艺”转化为“指尖经济”。

该品牌的概念源自堆龙德庆区东嘎社区妇女主席央达娃的童年故事——一名解放军战士赠送的布娃娃成为了她的情感寄托，也赋予了“拉飒姑娘”军民鱼水情与民族团结的深层内涵。

从20世纪末的起步探索，西藏“非遗+文创”产业以传统手工艺为主，初现雏形……如今，放眼西藏的文创市场，藏香被制成精巧香饼，氆氇化作娃娃华服，牦牛绒编织成温暖配饰。藏文书法作品秒售空，雕版拓印体验成打卡热点，西藏博物馆的“宁吉姆啦”“阿古顿巴”IP成为爆款，双体陶罐文创单品月销超800件，上海援藏团队联名推出的“江孜氆氇”系列服饰广受欢迎……西藏非遗正从博物馆展柜轻盈落地，以灵动的形象“活”在人们掌心。

“非遗+文旅”：

从秘境珍宝到共享共赏

曾深藏于村落寺庙的西藏非遗珍宝，如今借力“非遗+文旅”，以前所未有的广度走向世界，打通了文化活态

传承与旅游消费体验的脉络。

在拉萨八廓街非遗体验馆，游人如织。游客可亲手填绘唐卡金线、揉捏藏香药泥、体验氆氇织造。当雄县的“当吉仁赛马节”成为文旅融合典范，赛马、温泉、徒步吸引大量游客。从珠峰脚下的定日县到藏东林芝，非遗主题民宿如格桑花绽放……

“工布响箭”是工布地区特有的一项民间传统体育竞赛项目，距今已有1500多年历史，被列入第二批西藏自治区非物质文化遗产名录。在位于林芝市的鲁朗镇扎西岗村，“工布响箭”传承人顿珠将自家院落改造为工坊。他不禁感慨：“过去响箭只在节日射，如今天天有游客来学，很受欢迎。”

如今，非遗从遥不可及的“展品”，变成了可触、可感、可参与的沉浸式旅行体验项目。在上海援藏团队助力下，江孜宗山古堡脚下建起“氆氇工坊”。游客不仅能观看国家级非遗代表性传承人展示“江孜金丝氆氇”织造绝技，更能亲手参与染色、编织。这条“非遗+红色旅游”线路年接待游客超15万人次，带动50余名织娘就业。

“非遗+文旅”不仅盘活了文化资源，更深层激发了文化主体的自信与创造力，让传承从“要我守”变为“我要传”。

数据显示，2012年至2024年，中央和西藏自治区财政累计投入专项资金4.73亿元，用于西藏非物质文化遗产代表性项目保护、国家级非遗代表性传承人记录工作、开展传习活动及保护利用设施建设等。自治区文旅厅非遗处相关负责人表示，预计到“十五五”末，全区非遗项目将突破3000项、传承人2000名。

“非遗+”的深度融合，让西藏非遗走出展柜与深闺，在当下生活的土壤中，开出繁花。当游客带走一枚氆氇书签、一段锅庄视频，带走的不仅是西藏记忆，更是一粒粒生生不息的文化种子。这条从雪山秘境通往世界的文旅之路，铺就了西藏非遗的璀璨未来，也诉说着这片土地愈发坚定的文化自信与蓬勃生机。



近年来，那曲文旅局以那曲传统锅庄舞展演为突破口，进一步推进那曲优秀传统文化创造性转化和创新性发展，全力打响那曲锅庄舞品牌。

(那曲市文旅局非遗处提供)

域高原校园，面向全校3000余名师生开展多形式、深层次、沉浸式的文化交流；其涵盖“山海有情 天辽地宁”主题展、辽宁省图书馆拉那二高分馆、辽宁省博物馆流动博物馆分馆、辽宁美术馆创作实践教育基地、辽宁省文化馆美育基地等板块，搭建起集展览展示、图书服务、美育培训、研学体验于一体的综合文化平台，成为促进民族团结、推动文化交流的重要载体。

下一步，“辽宁文化交流中心”将继续推进非遗传承保护共建示范点、数字资源分中心、新苗文学人才培养基地及研学实践基地的建设，持续开展系列文化活动。



图为在辽宁省博物馆流动博物馆分馆，师生一起手工制作模型。

本报记者 万靖 摄

## 阿里地区札达县

## 举办“清风扬正气 廉韵润札达”书画展

本报札达讯(记者 永青 洛桑旦增)近日，阿里地区札达县委宣传部(文明办)举办“清风扬正气 廉韵润札达”书画展活动，吸引了全县各界人士的广泛关注与积极参与。

自书画展活动启动以来，全县各族党员干部、农牧民群众、青少年学生以及书画爱好者纷纷拿起手中的笔，紧扣廉洁主题，潜心创作。

活动共征集到50余幅充满正能量的作品，其风格迥异、各具特色，书法苍劲有力，绘画意境深远，将廉政理念与艺术之美诠释“廉”的深刻内涵，以文化之力滋养“洁”的精神品格，让广大干部群众在欣赏艺术作品的同时，接受廉洁文化的熏陶，在全县营造出浓厚的崇廉拒腐氛围。

表达、创新创意等多个维度对所有参赛作品进行严格打分评选。经过严谨细致的评审，最终有近40幅精品佳作脱颖而出，并在本次书画展中集中展出，为观众带来了一场震撼心灵的廉洁文化艺术盛宴。

据介绍，此次书画展不仅是一次艺术的展示，更是廉洁文化与传统艺术深度融合的创新探索，是札达县庆祝西藏自治区成立60周年、深化新时代文明实践的具体表现。它以艺术之美诠释“廉”的深刻内涵，以文化之力滋养“洁”的精神品格，让广大干部群众在欣赏艺术作品的同时，接受廉洁文化的熏陶，在全县营造出浓厚的崇廉拒腐氛围。

## 拉萨市达孜区文化和旅游局

## 开展“写生音乐会”主题活动

本报拉萨讯(记者 格桑伦珠)近日，拉萨市达孜区文化和旅游局在德庆镇组织开展“写生音乐会”主题系列活动。活动以“艺术浸润生活、音乐对话自然”为主题，融合音乐鉴赏、艺术对谈与写生体验，吸引当地居民和艺术爱好者参与。

在音乐鉴赏环节，拓岗扎念乐队将传统扎念琴演奏与现代音乐结合，表演了《卓木仁青岗》等曲目；青年歌手次仁罗布演唱藏族民歌，展现非遗特色。在艺术对谈中，青年画家雍忠

卓玛分享了自己克服身体障碍坚持创作的经历，围绕“自然与艺术的关系”展开讨论，结合作品从藏族文化和乡土景观中获取创作灵感的过程。在写生体验环节，活动参与者以德庆镇民居和周边自然景色为素材进行创作，雍忠卓玛从构图、色彩运用等方面给予指导，帮助活动参与者完成10余幅绘画作品。

据悉，此次活动的开展既丰富了群众文化生活、提升了审美素养，也为本土艺术家提供了展示交流平台。



图为拓岗扎念乐队在演奏扎念琴。

本报记者 格桑伦珠 摄