

雪域高原的生命律动和诗意回响

——专家评读刘萱诗集《生命高原》

黄尚思

很多年，完全融入了这片大地，这使得她的西藏书写带有内在的深度与温度。这完全不同于那种旁观者的猎奇式视角，她沉浸在高原的生活中，在经年累月的行走与体悟中，获得了真切的生命体验。正是这样丰厚的生活积淀，持续滋养着她的诗歌创作。当一个诗人把自己的笔触和大地的脉动连在一起时，大地赋予她的能量是巨大的。我们每一个写作者只有把自己的根扎得足够深，才能创作出无愧于时代、无愧于人民的作品。

西藏文联副主席、西藏作协主席次仁罗布说，《生命高原》的可贵之处，在于它提供了一种来自生命体验的“在场书写”。刘萱以女性诗人特有的细腻和敏感，捕捉了高原上那些容易被忽略却又震撼人心的瞬间。她的语言质朴而富有张力，情感真挚而内敛深沉，将个人的生命体验与高原的自然人文景观有机地融为一体。

《诗刊》主编李少君表示，刘萱在《生命高原》中描写了大量的自然物象、自然景观，以诗歌的形式努力建构一部“自然地理志”。在这独特的环境里，那些充满活力和韧性的生命，与高原生生不息的脉动正好构成呼应，并在日常的细节中彰显出强大的精神力量。

西藏人民出版社（西藏自治区新华书店）副总编辑计美旺扎说，西藏人民出版社将《生命高原》列为年度重点精品项目的原因在于，刘萱以“三章体”为主体，构

建了一个气象宏大又肌理丰富的诗意世界。她将个人20余年高原生活的生命体验，升华为对普遍生命价值与时代精神的深沉叩问，使得诗集超越了地域文学的范畴，具备了与更广阔天地对话的品质。

西藏大学文学院院长唐利群认为，《生命高原》展现出深刻的对话感。诗人把高原上的万物，包括雪山、牦牛、经幡、玛尼石等，都视为有温度、有情感的对话者。个体生命在与高原对话的过程中，也获得了升华。

与会专家学者从不同角度阐释了《生命高原》的思想深度与艺术特色。北京师范大学教授张清华表示，刘萱在海拔高的高原上写诗，肉身变得渺小，灵魂却被放大。她的诗，是肉身生命与广袤高原相遇所产生的诗情。她的语言带有一种“自然神性”，由此派生出大量的象征、隐喻与转喻。诗人刘立云谈道，刘萱的诗歌较好地处理了“虚”与“实”之间的关系。比如“时间的虚实”，将自然意义上的漫长亘古转化为可感的心理时间；还有“事物的虚实”，从具体物象中抽象出哲学意蕴。这让她找到了一条反映西藏的诗性方式。《诗刊》副主编霍俊明认为，这本诗集对话性非常强，诗人与自然、历史、文化、现实等进行深入对话后，展现出一种强烈的诗歌意志。这些诗作是创作主体深度介入生活之后的结果，呈现了强烈的生命诗学特质。西藏大学教授普布昌居表示，刘萱善于捕捉日常

生活里的微光，思考其中蕴含的人生真谛，并提炼为独特的诗歌意象和有魅力的诗歌语言。西藏大学副教授颜亮说，《生命高原》没有停留在个体经验的层面，而是转化为一种具有公共指向和伦理深度的诗性结构。这使得她的抒情语言具有丰富的意义空间。北京大学研究员丛治辰谈道，刘萱的诗歌赋予万物以生命，使雪山、冰川、牦牛皆成为可对话的“你”。这种抒情方式打破了主客界限，将外在风物与内在情感深度融合。更重要的是，刘萱并未将西藏景观化，而是在抒情中暗含脱贫攻坚、援藏建设等现代书写。西藏民族大学教授徐琴表示，刘萱的诗句带着一种真切的体温与心跳，带着一种理想主义的光彩。她的诗歌将宏阔时空与细微感触并置，在个体渺小与宇宙浩瀚的对照中彰显生命尊严。首都师范大学副教授张光昕提到了刘萱诗歌的“错位感”。与那些关于“诗与远方”的浪漫想象不同，她着重书写自己真切的援藏体验；与当下那些偏向于追求现代主义诗风的创作不同，她保持使用吟咏式语调。但正是这些“错位”，让她的诗歌形成了自己的风格。

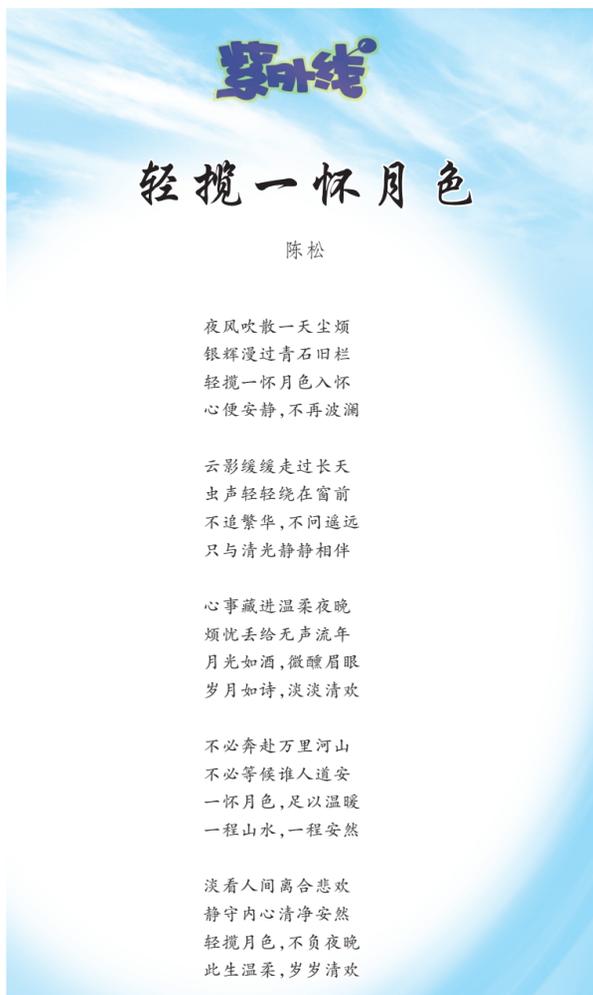
《生命高原》作者刘萱在感言中表示：“感恩西藏！这片雪域高原是我心中的诗与远方。感恩诗歌！关键时刻，都是诗歌给了我力量。要以这次研讨会为新的起点，吸收专家们提出的宝贵意见，让自己今后的创作有新的提升。”

书香西藏



3月3日，“雪域高原的生命律动和诗意回响——刘萱诗集《生命高原》北京研讨会”在中国现代文学馆举行，文学界专家学者进行了深入点评。

中国作协党组成员、书记处书记何向阳说，这部诗集中的作品，大多采用“三章体”散文诗的形式。诗人就一个写作对象写3章诗，每一章诗聚焦事物的不同侧面，合起来则整体地折射出生活的丰富光谱。一个诗人之所以密集地使用某一种诗体，是因为这种诗体与她的生命律节有着内在的呼应。刘萱在西藏扎



轻揽一怀月色

陈松

夜风吹散一天尘埃
银辉漫过青石旧栏
轻揽一怀月色入怀
心便安静，不再波澜

云影缓缓走过长天
虫声轻绕在窗前
不追繁华，不问遥远
只与清光静静相伴

心事藏进温柔夜晚
烦忧丢给无声流年
月光如酒，微醺眉眼
岁月如诗，淡淡清欢

不必奔赴万里河山
不必等候谁人道安
一怀月色，足以温暖
一程山水，一程安然

淡看人间离合悲欢
静守内心清净安然
轻揽月色，不负夜晚
此生温柔，岁岁清欢

2026年春节藏历新年联欢晚会

（以下简称藏晚）以“骏马启新程，万众同春晖”为主线，展开了一场深刻而富有地域文化深度的文化叙事。审视晚会中的十部舞蹈作品，它们已超越节日欢庆，构成了一部以高原为纸、以身体为笔的“文明启示录”。这些舞蹈作品紧扣马年“承·启”的核心意象，在奔放与细腻的交织律动中，完成了对历史根脉的深情回望与对时代精神的昂扬开启，实现了从个体情感到文明共同体的层层升华。

《万马奔腾》无疑是藏晚舞台上的马年意象的集中爆发，实现了从高原生灵到精神图腾的飞升。二胡的悠扬、琵琶的铿锵、扎念的醇厚，三种器乐与踢踏舞的结合，不仅是听觉上的马蹄铿锵，更是视觉上“万马奔腾”之势。舞者们的腿部动作急促而有力，器乐演奏者与舞者之间的张力互动，将“承”的厚重——对西藏自治区成立60年来辉煌历程的致敬，与“启”的轻盈——对“十五五”开局之年的憧憬，凝结于同一时空，以“奔腾”之姿，承载起雪域儿女在现代化新征程上的集体意志。

当《万马奔腾》勾勒出历史的雄浑轮廓时，舞蹈《羌姆》则通过细微处描摹出文明的肌理与温度。它以艺术化的肢体语言呈现酿酒姑娘酿造青稞酒的过程——从青稞穗到美酒，姑娘们用身体的起伏、旋转、聚散，模拟了发酵与升腾的生命转化。这种对高原农耕文明的诗化再现，让非遗成为可感知的身体记忆，存续着民族的生存智慧与文化根脉。

藏晚舞蹈巧妙地宏大叙事落脚于百姓的烟火日常，当“总书记回信啦！”的欢呼声在歌舞中响起，《嘎拉村的欢笑》便不再是一个普通的歌舞节目，而是将领袖的关怀与嘎拉村村民的幸福生活直接链接的情感纽带。舞者们用欢快的步伐、嘹亮的歌声，跳出易地搬迁后的新生活，跳出嘎拉村村民最真挚的心声。这心声，是千千万万高原儿女的共同情感，使国家叙事与个体命运在舞台上温暖相拥。

梦想的续航与初心的坚守，在少年舞蹈中也得到了最纯粹的彰显。少儿舞蹈《童韵锅庄》中，那曲的孩子们用天真童趣的表演传递着锅庄的勃勃生机；独舞《扎念情》则展现了藏族少年在这片土地上抚琴吟唱、踏歌而舞的场景。他们的每一个舞步，都是西藏“精气神”的展现，是传统文化在年轻一代身上活态传承的见证。

在文明对话的维度上，藏晚舞蹈同样展现出鲜明的创新自觉。女子群舞《冰川》以灵动的肢体演绎雪域高原的瑰丽壮美，舞者们身着蓝白长裙，如千年冰川幻化为人形——手臂如冰凌般锐利延伸，身体流动如冰川涌动，群舞时层叠错落似雪山连绵。当她们聚拢，是冰川的厚重永恒；当她们散开，是融水的轻盈欢畅。这支舞蹈将“冰天雪地也是金山银山”的理念化为可视的身体图景，传递出高原儿女守护共同家园的赤诚初心。

龙马精神 舞动高原

——评西藏自治区春节藏历新年晚会舞蹈作品

刘雅楠

舞蹈《飞翔》（昌都卓钦）与《踏歌起舞》则代表传统民间舞的当代表达。昌都锅庄以圆圈队形载歌载舞承载着康巴文化的厚重；定日洛谐的舞者们，带着来自震区的坚韧与希望，用最灿烂笑容和有力舞步，向全国观众展现了生命的顽强与重建家园的信心。

尤为值得一提的是舞蹈《舞动羊卓》，它在自治区级非遗“曲宗谐旺”基础上，融合了多种“谐旺”艺术精华，舞者在特制木板上铿锵起舞的“木板舞”段落，既保留了传统口传文化的韵味，又以极具辨识度的视觉符号实现了非遗的“活化创新”。而僧人舞蹈《火塘》以火塘为载体，将濒临失传的乐器“僧鼓”作为元素，展现僧人以火塘为家、生活在祖国边陲，过着火红日子的幸福图景。那小小的火塘里，传承的是深厚的文化底蕴，舞动的是边陲儿女对祖国的深情守望。

从《万马奔腾》到《火塘》，藏晚上的这十部舞蹈作品，共同构成了一个立体、多维的“身体图景”，这些图景既回望了西藏自治区60年的辉煌成就，也眺望着中国式现代化西藏实践的光明未来。从“承”到“启”，从历史到未来，它们以“润物细无声”的方式，完成了从家庭团圆的“小我”情感到中华民族共同体的“大我”担当的升华。

浅滩起舞

孔祥秋摄



用生命种下“生命树”的人

——电视剧《生命树》观后感

曲杰

索南达杰牺牲后，他的妹夫扎巴多杰接过巡山队的旗帜，一头扎进无人区。他比索南达杰更拼命，一年有300天都在巡山，饿了啃冻肉，渴了吃雪水，困了就蜷在车里小憩一会儿。可谁能料到，1998年，扎巴多杰从北京演讲归来，在家中离奇中弹身亡。两任队长，先后倒在这条路上。剧中那段巡山队蒙冤的情节——多留下一把枪和一只破旧的望远镜——正是现实的缩影。在现实中，扎巴多杰牺牲后，他的名字在很长时间里被人遗忘。演员杨紫在收官文中写道：“所有坚守都有回响。”回到现实，那些牺牲在无人区的人，他们的名字却被风吹散……

说到吃苦，剧组在海拔4800米处驻扎188天，那里的空气含氧量只有平原的六成，走几步路就要停下来大口喘气。古人云，不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。对剧组工作人员而言，这番寒彻骨的付出，是为了对得起那些长眠的人——他们要把这些人的故事，一寸寸地，从冰雪里挖出来，播到世人面前。

演员杨紫饰演的警察白菊，虽不像多杰那样有清晰明确的人物原型，但她身上凝聚了太多无名守护者的影子。那些年，可可西里有一支叫“野牦牛队”的队伍，没有充足的资金与装备，只凭一口气，在这片生命禁区里与盗猎者周旋。有人把家里的牛羊卖了维持巡山队的运

转，有人3个月没领到工资，却依然冲锋在前。剧中有一场戏，白菊在沙尘中追逐盗猎者，血被泡进雪地里，浓得像朱砂。可她代表的那些原型人物的真实经历，比这残酷百倍——有位老巡山队员三次负伤，有一回他们在暴风雪中困了三天三夜，最后只能靠着喝泥水活下去，一个队员的鞋子被冻在冰里，硬生生被拔成赤足……

常言道，一个好汉三个帮。剧中多杰身边那些人，个个都有真名实姓。剧里的老韩，背着金属探测器在无人区里四处奔走，探测器在风雪中发出微弱的蜂鸣声，像是在为逝者招魂。老韩的原型叫韩维林，当年正是他把索南达杰的遗体抱出无人区，走了两天两夜，掉进冰窟窿好几次，冰水浸透棉袄，结成冰甲，每一步都像拖着千斤重担，可他始终没有松手。他说，那时候只有一个念头：不能让队长一个人留在那儿，太冷了。还有那个从广东来的丁老板，投资150万打了水漂，最后却被巡山队的坚持打动，把兜里最后的十万块掏出来支持保护区。他的原型欧阳荣宗，亏损近200万元，却写了一本书叫《梦断可可西里》，字字句句，都是对那些英雄的致敬。

梅婷饰演的张勤勤医生，骑马为牧民群众看病，药箱在马背上颠得不停地响。有一场戏，她冒着风雪去给一个发烧的藏族孩子看病，马在冰面上滑倒，她被甩出去

好几米远，爬起来拍拍身上的雪，继续赶路。张勤勤的原型寒梅医生，与索南达杰是同学，她在格尔木的家，是巡山队员永远的避风港。那些年，巡山队员没钱看病、没钱吃饭、没地方住，都是去找她。她的丈夫起初不理解，后来也被感动，跟着一起帮忙。如今她已退休，头发全白了，仍守在环保一线，每周去保护区做义工。还有剧中的记者邵云飞，跟着巡山队出生入死，摄像机冻得没法开机，他就把机器揣进怀里用体温焐热。他的原型是导演彭辉，在可可西里待了三年多，亲眼见证了扎巴多杰的牺牲，也拍出了纪录片《平衡》。正是这部豆瓣评分9.5的片子，让可可西里的故事传遍四方。后来，拍《生命树》之前，彭辉专门为主演胡歌讲述野牦牛队的真实过往，讲到动情处，两个大男人都红了眼眶。

十年树木，百年树人。剧名唤作《生命树》，不仅因为剧中人物白菊家院子里有棵老树，春天开花，秋天落叶，年复一年；也不仅因为格尔木察尔汗盐湖里有棵盐结晶形成的“大地之树”，在阳光下闪着晶莹的光；更因为那些用生命守护可可西里的人，他们自己就是一棵棵树，把根扎进冻土，把枝叶伸向天空，用生命守护着这片土地。正如演员胡歌所说：“一棵树撼动另一棵树。”索南达杰撼动了扎巴多杰，扎巴多杰撼动了彭辉，彭辉的纪录片撼动了无数人。如今，剧组工作人员用188天的坚守，又将这份撼动传递到我们手中。

我们作为观众，能做的也许不多，但至少可以记住：在这片离天最近的地方，曾经有一群人，用命种下了一棵树，它的名字叫“生命树”。记住他们的名字：索南达杰、扎巴多杰、韩维林、欧阳荣宗、寒梅、彭辉……记住他们的故事，因为只要还有人记得，这棵树就不会死；只要还有人被感动，就会有新的树苗长出来。

文艺评谈

看过电视剧《生命树》的人，大约都忘不了一个画面：风雪呼啸的可可西里，演员胡歌饰演的多杰队长渐渐冻成一尊冰雕，手还紧紧攥着枪，指节冻得发白，雪一层一层覆盖在他身上，像为他披上的最后一件衣裳。那画面太揪心，不禁让人泪水涟涟。这不是编剧的煽情，而是30年前真实发生的故事。那个被冻成冰雕的人，名叫索南达杰。1994年1月，在与18名盗猎分子的对峙中，索南达杰中弹倒下，风雪将他铸成一座不屈的雕像。他的眼睛还睁着，望向可可西里的方向，望向那些他再也无法守护的藏羚羊。

古人言，高山仰止，景行行止。可对于可可西里而言，“高山”二字，指的不仅是莽莽昆仑，更是那些以血肉之躯挡在盗猎者枪口前的人。看雪地里那场戏，演员们忍着剧痛，在零下30℃的严寒中一遍遍摔倒、爬起，可若与真实的历史相较，演员吃的那些苦，哪里及得上英雄承受的痛？索南达杰牺牲时，身上中了13枪，血在雪地上开出红色的花，那花瓣被风吹散，飘向无人区的深处，他倒下时手里还保持着扣扳机的姿势，仿佛死亡也无法让他放下守护藏羚羊。