

# 民居藏匠心 古建焕新彩

## ——西藏传统建筑的独特风貌与活态传承

本报记者 德吉央宗 赵越

### 多彩高原

在西藏的高原河谷间，藏式建筑从来都不是孤立的风景，而是与当地人的生活紧紧相依的民生风物。它顺着雪山的肌理搭建，沿着河谷的脉络延伸，从拉萨的居民大院到林芝的木屋，从那曲的草皮房到阿里的窑洞，每一块石头、每一根木头，都藏着高原人适应自然、热爱生活的智慧。西藏自治区建筑勘察设计院高级工程师群英带着对本土建筑的熟稔与深情，为记者拆解了藏式建筑里的地域特色与生活温度，那些刻在砖瓦里的巧思，都是人们融在建筑中对安稳生活的期许。

#### 地域特色鲜明 民居风格各异

“西藏地域辽阔，七市地的建筑风格如同一部立体的地理志，记录着不同环境下人们的生产生活方式。”西藏自治区建筑勘察设计院高级工程师群英说。

拉萨的建筑以藏式碉房、宫殿为核心，布达拉宫、大昭寺为典型代表，采用花岗岩、石灰岩墙体搭配原木梁架的石木混合结构，厚重庄严的平顶建筑辅以女儿墙装饰，既显威严，又兼具防御性。日喀则受农牧复合文化影响，江孜宗山古堡为代表的平顶石砌民居和宗堡建筑颇具特色，厚重的墙体格外坚固，平顶晒台适配农牧晾晒需求，院落式布局也兼顾了家庭生活与牲畜圈养。

山南作为西藏文化发源地，雍布拉康等古建保留着吐蕃早期原生风格，以夯土、天然石块为主要建材，形制简洁古朴，多为单体或小型院落，墙体夯筑

与石砌结合，无繁复装饰。林芝的坡屋顶木楼灵动别致，受门巴、珞巴族文化及湿润气候影响，以工布民居为代表的半干栏式木构建筑是主流，当地独有的木板瓦工艺曾是应对雨水的巧思，如今传承面临挑战。那曲则以高原游牧文明为核心，建筑分为可移动的牦牛毛帐篷和固定式土坯房，当地牧区独创的草皮房保温效果最佳，后因生态保护和建材丰富逐渐被淘汰。

昌都地处茶马古道核心，院落式建筑带着豪迈气质，布局适配商旅需求，多元建筑元素的融合让建筑更具适应性。阿里则依干旱环境发展出窑洞、土碉等特色建筑，古格王朝遗址为典型，窑洞凿土而成，土碉黏土夯筑配石砌，墙体厚重、开窗极小，如今当地正循着古格王朝的痕迹，让本土建筑风格重焕光彩。

#### 构造精巧实用 适应高原环境

漫步拉萨街头，一幢幢藏式建筑中最引人注目的，莫过于那一扇扇窗户。“传统藏式窗户偏小，核心是为了保温，高原寒冷，小窗能减少热气散失。窗两侧的黑色涂层除了美观需要外，最主要的功能是吸热辅助保温。”群英说。

西藏的冬天漫长，寒风凛冽，小窗能牢牢锁住屋内的热气，让温暖留得更久，窗沿两侧的黑色装饰，能在日照时吸收热量，悄悄为房屋添暖，这是老一辈藏在细节里的保温巧思。如今日子好了，气候也有了些许变化，大窗、落地窗渐渐走进藏式民居，阳光肆意洒进屋里，是生活温柔的模样。而那些高一点的建筑，比如拉萨的古建大院，都有着上宽下窄的收分墙，当地人叫它“斜墙”，底层厚重的石墙扎在土里，上层渐渐轻薄，看似简单的设计，藏着满满的实用考量。

“西藏位于环太平洋—喜马拉雅

地震带，这样的结构让房屋更稳，抗震性拉满，而依山而建的房屋，收分墙顺着山体的轮廓，不突兀、不违和，与自然相融在一起，更妙的是，房屋内部依旧是平直的墙体，丝毫不影响日常居住，外在顺应自然，内在迁就生活。”在群英的叙述里，这些细节，没有深奥的道理，只是高原人在日复一日的生活中，把对自然的敬畏、对生活的热爱，都揉进了建筑里，一窗一墙，皆是生活的智慧。

#### 活化利用保护 焕发古建生机

藏式古建从不是被束之高阁的宝贝，而是依旧活着的民生载体。如今的藏式古建保护，在坚持修旧如旧原则的基础上，更注重让老房子融入当下的生活，在多业态的活化利用里，留住烟火气，让老建筑依旧是当地人过日子的地方，这也是最贴合西藏实际的保护方式。拉萨的古建居民大院，是藏式古建保护的核心，而最好的保护，就是让居民继续住在此处。

老人们守着大院，每逢过年便刷一刷墙面，清理天井的椽子，日常的打理让老房子远离了闲置腐烂的命运，邻里之间在院里喝茶聊天，孩子在巷子里奔跑，这些鲜活的生活场景，让古建有了生命力。“有人住，房子才会活，这是最朴素的道理，也是藏式古建保护最温暖的底色。”群英感慨道。

当然，古建的活化，也藏着多元的可能，只是从不过度商业化，而是让新业态贴着生活走。例如那达仓故居改造成了藏式民宿，保留着传统的四合院布局和原木榫卯结构，又添了现代的服务设施，游客住进老房子，能感受藏式生活的韵味，本地人也能在这里找到熟悉的烟火气；八廓街周边的一些古建民居，改成了小巧的文创店、非遗工坊和咖啡馆，唐卡

制作、藏香生产的手艺在老房子里传承，喝一杯甜茶的闲暇，能触摸到老拉萨的肌理。

#### 文化交流互鉴 建筑融合共生

在八廓街北面，宇拓桥静静横卧在步行街。这座建于清代的桥梁，是汉藏建筑文化融合的生动见证。《古城拉萨市区历史地名考》一书是这样描写宇拓桥的，“宇”藏语意为松耳石，“拓”意为顶。因桥顶采用绿色琉璃瓦盖成，远望似松耳石顶，故名。石筑五孔桥跨度28.3米，桥面宽6.8米，桥廊采用藏汉结合的建筑形式，屋顶为汉式歇山顶。桥上为甬道式建筑，两边砌1.6米厚的石墙，东西两侧墙上分别砌有五个孔洞。顶檐饰有三种不同图案的滴水，四角为龙首飞檐，屋脊中央置琉璃宝顶，两端有琉璃供果脊饰。藏式石砌墙体与汉式歇山顶、琉璃瓦完美融合，呈现出独特的建筑美学。

历史上，宇拓桥连接着拉萨老城与布达拉宫，清政府拨款专款修建，方便人畜往来。清代诗人孙士毅曾写下“琉璃桥上琉璃瓦，曾为将军洗马来”的诗句。上个世纪60年代，从布达拉宫到大昭寺，人们都要从这座桥上走过。如今，宇拓桥虽已失去交通功能，却成为市民游客感受历史的窗口。这座桥见证了汉藏工匠的携手合作，见证了中央政府对西藏的治理，也见证了拉萨从古城到现代化城市的变迁。

藏式建筑的美，从来都不在高在上地欣赏，而在它与高原生活的水乳交融。从七市地各有特色的民居，到小窗、收分墙里的生活智慧，从古建活化的烟火气，到琉璃桥畔的汉藏相融，每一处设计，每一次改造，每一种融合，都在建筑中寻觅生活智慧。

### 讲解员、全息数字写真

## 西藏博物馆推出便民服务新设施

本报拉萨讯(记者 赵越)“您好呀，我想问一下，这个讲解器能进行互动交流吗?”“当然可以啦，这款AI讲解员支持互动问答呢……”近日，记者踏入西藏博物馆，实地探访该馆新推出的一批便民服务设施。

由官方授权的AI智慧导览是一款内嵌AI“藏博问问”的电子讲解器，具备自动讲解、互动问答、实时响应、深度拓展等诸多功能，且小巧便携。游客拿到讲解器后，既能收听展览内容的讲解，又能与它进行互动问答。工作人员一边演示讲解器的租借流程，一边介绍道：“这个讲解器不仅能为你详细讲解每一件具体展品，要是你心里有任何疑问，都可以直接向它提问，它会迅速给出回答，这种有趣的人机互动体验，一定会让你印象深刻。”

在现场，记者看到参观者们正按照既定流程，依次在借还设备处办理相关手续。据介绍，这款产品同时支持国家通用语言和民族语言、英语三种模式，租借价格为25元/次。进入春季后，西藏博物馆的人馆人次日益增多，目前该讲解器单日租借量在百余人。此外，为应对旅游旺季可能出现的入馆人次暴增情况，西藏博物馆还推出了另一个品牌的电子讲解器，为游客提供多样化的选择。

在西藏博物馆“天路云锦”丝绸特展入口南侧休息区，一台崭新的全息数字写真设备格外引人注目。这究竟是用来做什么的呢?该设备依托先进的AR技术，能够为游客拍摄多种主题服饰的写真。主题分为地方限定和国博精选两大类，就拿地方限定主题来说，其中设有“西藏拉萨”“敦煌”等丰富选项。拍摄内容包含专属视频以及电子写真照片，整套服务价格仅需29.9元，现场还可打印照片。

西藏博物馆文物信息资源中心主任格桑桑杰介绍，AI讲解员“藏博问问”以西藏博物馆专属馆藏大模型为根基，依托国内首个经中央网信办备案的文博领域垂直大模型，在吸纳海量权威文史知识的基础上，结合西藏博物馆核心权威资料开展深度定向精训。该系统以智能化服务全面升级西藏博物馆公共服务品质，显著优化广大游客参观体验。“我们博物馆设有义务讲解服务，不过对于时间较为紧张的游客而言，这种讲解方式可能不太便利。要是他们希望更深入、更自主地参观展览，电子讲解器会是个绝佳选择，它不受时间、场次约束，能让游客随心畅享观展乐趣。”格桑桑杰说。

### 文化资讯

#### 昌都市芒康县

## 举办第二届“红色昌都·振兴奋进”群众性比赛活动

本报昌都电(记者 芮怡星 通讯员 斯郎曲珍)自昌都市第二届“红色昌都·振兴奋进”群众性比赛活动部署以来，昌都市芒康县迅速响应、全面铺开，将政策宣传、文化传承、技能提升与基层治理深度融合，凝聚起建设社会主义新芒康的广泛合力。

据悉，活动坚持“全员参与”原则，通过县、乡、村三级高效联动，广泛动员农牧民、学生、干部职工等各界人士参与。在邦达乡的村级预赛现场，身着盛装的村民热情高涨，一位年过六旬的老阿妈拥青在参加完国家通用语言文字书写比赛后开心地表示：“没想到这么大年纪还能上台比赛，平时都是孙子教我写字。”乡(镇)干部、驻村干部、基层民警等同步参与，有效发挥了党员干部宣传员、组织者、监督员、服务员、培训师、裁判员“六员”作用，持续营造干部群众干在一起、赛在一起的浓厚氛围。

本届活动设立了理论宣讲、国家通用语言文字、讲故事、歌舞、摄影短视频、传统技能、现代技艺共7大类31项比赛。芒康县巧妙融入地方特色，创新增设“并盐晒制技艺”项目，为千年盐田非遗传承注入新动力；曲孜卡乡小昌都村“讲故事”比赛中，村干部与群众组合登台，用鲜活故事共话家园变化；纳西民族乡纳西村歌舞赛融合民族特色与时代气息的特色节目，舞出了新时代的幸福韵律；徐中乡门巴村摄影短视频比赛吸引大批群众用镜头记录家乡之美，多维度展现了经济发展、民族团结

越得越好。芒康县“红色昌都·振兴奋进”活动已超越赛事本身，成为凝聚人心、培育人才、助力振兴的综合性平台。通过这一全民性活动，党的政策更加深入人心，各族群众共建家园的内生动力得到极大激发。据悉，芒康县将持续推动赛事成果转化，把活动中涌现的奋进精神与实用技能，转化为推动长治久安和高质量发展的实际行动，为谱写中国式现代化昌都新篇章贡献芒康力量。



近日，由拉萨市城关区委宣传部、区文旅局、扎细街道党工委及办事处主办，西藏商报、城关区融媒体中心承办的“党建引领传文脉·古韵华章颂芳华”传统文化服饰展演活动，在扎细街道举行。

活动现场，传统服饰展演精彩纷呈，展现了西藏的发展变迁与民族团结新貌。非遗体验馆让居民近距离感受文化魅力，文艺演出更是将气氛推向高潮。此外，现场还设置了互动体验区，吸引众多居民踊跃参与，共赴春日之约。

此次活动以党建引领为核心，通过多元形式弘扬中华优秀传统文化，生动呈现了西藏的繁荣发展与各族群众的幸福生活，进一步凝聚了民族团结的奋进力量。

图为青年模特展演以花仙子为主题的传统服饰。 本报记者 旦增兰泽 摄

### 彭毛才让：

## 在八廓街将非遗技艺玩出新花样

本报记者 欧珠次仁 晓勇 明吉



彭毛才让正在制作掐丝工艺葫芦。

本报记者 欧珠次仁 摄



彭毛才让制作的冈仁波齐造型倒流香炉。

本报记者 欧珠次仁 摄

春日拉萨，八廓街人群熙攘，非遗文创摊位上的叫卖声不绝于耳。往巷弄里走，喧嚣渐远，一家安静的非遗手工坊藏在深处。店面不大，客

手工艺相连。这既是专业使然，更是刻在骨子里的热爱。

2025年，彭毛才让在拉萨尝试经营一家民宿，可现实总不尽如人意，他的民宿在激烈的行业竞争下，很快倒闭了。

那会儿，迷茫时常相伴左右，他总爱去八廓街转悠。“一郁闷，就去那儿走走。”没想到，这一转，竟转出了现在的合作伙伴。“我们是青海老乡。他以前做餐饮，现在又搞古董和文创，特别会张罗。”彭毛才让低声微笑道，“他动嘴，我动手，就这样搭配着，看能不能走出一条自己的路。”

毕业一年后，彭毛才让重新回到了熟悉的非遗领域。在这间安静的手工坊里，唐卡的色彩在笔下晕染，泥塑在掌心成型，掐丝的光芒一点点浮现，每一件作品，都是他从不确定中寻到的确定。

民族艺术本科、美术学硕士，虽然彭毛才让拥有完整的学院教育背景，但他却时常自嘲是“门外汉”。彭毛才让总说：“唐卡、泥塑、掐丝……我好像都会一点，但又都不够精。”他心里明白，很多非遗技艺的传承者，在其生命早期就沉浸其中，那是深刻在他们“身体和血脉”里的记忆。

这份对“不完美”的清醒认知，反而让他避开了同质化内卷的竞争，解锁了更自由的创作思路。经历过一次“失败”，他更加明白，作品必须走进市场，被人喜爱，才能真正拥有生命。“我比不上那些在专业领域深耕多年的人，所以我没有必要做一模一样的东西。”彭毛才让说。

2025年，彭毛才让开始尝试做掐丝工艺葫芦。首款面向市场的掐丝工艺葫芦，凭借“唐卡+掐丝”的独特样式，尚未完工，就被客户抢先预订，“掐丝技艺历史悠久，葫芦承载着美好的寓意，唐卡则是西藏传统文化的代表，三种文化，在一件作品里对话。”

彭毛才让滑动手机，展示那件作品，眼神里带着光。“市面上的文创很

多，但这种融合，是我们自己‘玩’出来的。客人喜欢，就是最好的认可。”他相信，非遗是“玩花样”的根子、是基础，需要施肥浇水，认真学习，而树上开什么花，如何绽放，则由创作者和使用者共同决定。

彭毛才让似乎总有捕捉“新鲜感”的敏锐。几个月前，他创作的冈仁波齐造型倒流香炉，又在网上小火了一把，“订单一下子涌来，那一阵一直在打包发货。”

工作台上，几个香炉还等着晾干。“做好就拿到屋顶晒太阳，晒两三天，上色，就能寄出去了。”他随手拿起一个，“你看，每一个都有细微的不同，没有绝对完美的。但恰恰是这份不完美，让它们独一无二，这也是手工的魅力所在。”

无论是掐丝葫芦、倒流香炉，还是纸雕的布达拉宫，彭毛才让在创作时，总保持着一种自在的状态，笔随心动，刀顺手走，有灵感时尽情发挥，没有时也不硬拗。

工作室里常回荡着民谣歌手洛桑尼玛的歌声。“心静下来，处在放松的状态里，反而会冒出不一样的想法。”彭毛才让说，“越是刻意去思考，往往越得不到答案。”

当然，这份“不刻意”并非凭空而来。在青海民族大学，他系统学习了掐丝、泥塑与唐卡；在西藏大学，他钻研了美术理论。扎实的技艺训练与持续的市场观察，才是他敢于“随性创作”的底气。

他也渐渐形成了属于他自己的工作哲学：不过度设计，不强行融合，而是在理解不同文化的基础上，让它们自然对话、彼此呼应。

就像做掐丝葫芦，他会先有线稿，但最终会根据葫芦本身的形状与色泽，让唐卡图案与掐丝纹样在制作中相互调整、逐步呈现。“就像草原上的河，它有它的流向，你只需顺着它的流势，稍加引导就好。”这种“因材施教、顺势而为”的创作态度，让他的作品既有手作的温度，又透着一股生动的自由。

彭毛才让依然每天埋首于巷弄深处的作坊。指尖流转的是丝线、泥土与色彩，心里琢磨的，却是传统与当代、手工艺与市场、坚守与创新之间那种微妙的平衡。

他相信，非遗的生命力不在玻璃展柜里，而在一次又一次被重新想象、被真实使用的过程中。而他和他的这间手工坊，正成为这场安静迭代中的一处驿站——不喧哗，却自有光芒。