

以微观视角实现宏大叙事的典范之作

——评《高原甲子·时代刻度：庆祝西藏自治区成立60周年口述史》

扎西欧珠



共情的个体经历。

这种叙事策略的价值在于：它既保留了口述史的原生质感——那些带着“泥土的芬芳、雪山的清冽”的讲述没有经过华丽的文学修饰；又通过档案文献的佐证和记者的专业补白，确保了历史叙述的严谨性。当翻身农奴忆起第一份土地契约时的哽咽，与当年《西藏日报》头版那条简短的消息并置阅读，历史的重量便从纸面上站立起来。正如序言所言：“每一个字，都是一颗跳动的心脏；每一段话，都是一段鲜活的岁月。”

关键节点的时空坐标——
以个体命运锚定时代刻度

在西藏自治区成立60周年庆祝胜利收官一周年之际，《高原甲子·时代刻度：庆祝西藏自治区成立60周年口述史》以“亲历者口述+珍贵档案+记者补白”的三重叙事方式，开创了重大主题出版的崭新范式。

这部由中共西藏自治区委员会宣传部、西藏日报社编写，西藏人民出版社（西藏自治区新华书店）推出的力作，不仅仅是一部记录历史的书籍，更是一次让历史“开口说话”的抢救性文化工程。它以60年的时间跨度，统筹各个关键节点的事件与人物，在“由事及人”中构筑历史的厚重，在“由人及事”中传递人性的温度，体现了“口述一瞬、史铸千年”的史诗气质。

三重叙事的结构创新——

让宏大命题落地为可触可感的生命经验

本书最显著的突破在于其“读报+口述”的方法论自觉。编委会跳出传统史书的单一叙事框架，以《西藏日报》历史版面为经、以亲历者口述为纬、以记者补白为核，编织出一幅立体的历史图景。从百岁老人次仁拉姆手中泛黄的代表证，到林芝毛纺厂老工人桑木登从农奴“娃子”变为工人的命运转折；从援藏干部柴腾虎30年来对孔繁森的深情追忆，到墨脱公路建设者的生死坚守——每一段口述都与当年的报纸版面形成互文，让抽象的时代进程变成了可感、可触、可

精神谱系的代际传承——

国家意志与个体命运的同频共振

本书不仅记录成就，更着力挖掘成就背后的精神密码。对老西藏精神、“两路”精神，以及援藏精神的呈现，不是抽象的概念阐释，而是通过一个个有血有肉的人物故事，让精神变得可感可知。

孔繁森——这位“新时代党员干部的精神标杆”，在雪域高原树立了一座不朽的丰碑。书中通过其生前同事柴腾虎30年的深情追忆，通过阿里地区发展改革委原副主任王安邦对孔繁森12条遗愿的对照讲述，通过被收养孤儿曲英的成长故事，多维度展现了孔繁森精神的丰富内涵和时代价值。“一个人爱的最高境界是爱别人，一个共产党员爱的最高境界是爱人民”——这句誓言不仅铭刻在孔繁森的行动中，更在一批又一批援藏干部身上得到传承和发扬。

本书以翔实的数据展现了援藏工作的巨大成效：30多年来，十批、近1.2万名援藏干部人才扎根西藏；2013年至2024年，17个援藏省市和央企实际安排援藏资金545.2亿元，其中八成以上投向基层民生。这些数字背后，是“舍小家、顾大家”的无私奉献，是中华民族一家亲、同心共筑中国梦的生动实践。当书中记录下那些援藏干部与藏族群众同吃同住同劳动的细节，当读到藏族阿妈为援藏医生送来热腾腾的酥油茶，“国家意志”与“个体命运”的同频共振便不再是一个抽象的概念。

新时代的伟大实践——

从历史观照现实，从现实回望历史

本书最具时代感的亮点，在于以历史观照现实，重点彰显了新时代以来习近平总书记关于西藏工作的重要指示和新时代党的治藏方略的实践伟力。从消除绝对贫困、建成小康西藏，到高原经济高质量发展、生态文明高地创建、固边兴边富民行动，再到第十次党代会部署的“四个创建”“四个走在前列”——这些新时代的成就不是孤立呈现的，而是与60年的历史进程形成对话。

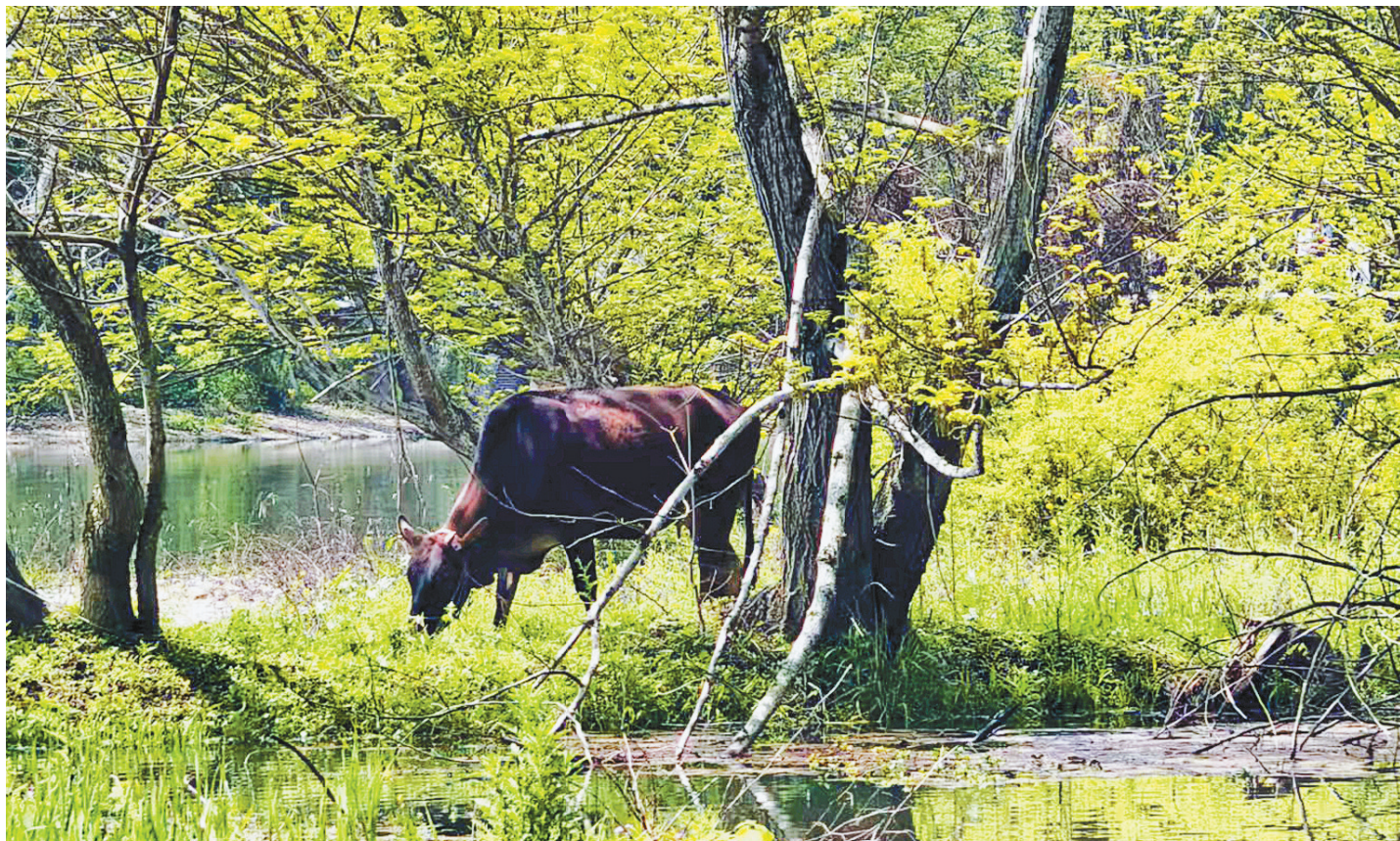
书中对南北山绿化工程的记述即是典型案例。从“举目远望一片沙，大风一起不见家”到“开窗见绿”，从人背马驮到无人机吊运，这一“西藏首个规模化山体造林生态修复工程”的艰难历程，既是新时代生态文明建设的缩影，又与西藏和平解放初期“荒山秃岭”的历史照片形成强烈对比。工程启动以来累计完成营造林100多万亩、总体成活率85%以上的数据，与藏羚羊从5万只增加到20万只以上、黑颈鹤种群增长60%的生态成效并置阅读，让读者真切感受到“绿水青山就是金山银山”理念在雪域高原的生动实践。

同样，玉麦乡桑杰曲巴一家几代人放牧守边的故事，从曾经的“三人乡”到如今拥有67户200余人的幸福美丽小康示范乡，这一蜕变既是对历史的延续，更是新时代固边兴边富民行动的鲜活样本。习近平总书记给卓嘎、央宗姐妹回信中提出的“像格桑花一样扎根雪域边陲”的殷切期望，已经成为激励无数边疆群众守边固边的强大精神动力。

《高原甲子·时代刻度：庆祝西藏自治区成立60周年口述史》的出版，是西藏主题出版的一次重要突破。它以“口述一瞬”的微观视角，完成了“史铸千年”的宏大叙事；它以个体生命的温度，照亮了一个民族的历史跨越；它以“亲历者口述+珍贵档案+记者补白”的三重叙事，实现了历史真实性、文学感染力与理论说服力的有机统一。

站在自治区成立60周年的历史节点上回望，我们有充分的理由相信：在习近平新时代中国特色社会主义思想的指引下，在新时代党的治藏方略的引领下，西藏各族人民必将沿着习近平总书记指引的方向，不断创造更加幸福美好的生活，在全面建设社会主义现代化国家的新征程上谱写更加壮丽的西藏篇章。而这这部口述史，将成为后人理解这段波澜壮阔历史的一扇重要窗口，成为“把宏大叙事还原为可触可感的个体生命史”的典范之作。

书香西藏



►摄影作品《夏牧》，作者汤青。

清晨的薄雾还未散尽，我牵着因困的手走在嘎拉村的土路上。远处雪山泛着淡金色的光，炊烟从藏式小楼的白墙红窗里袅袅升起，糌粑的焦香混着酥油茶的醇厚漫过院墙。

“这栋新楼房是卓玛家的吧？”我指着路边镶着琉璃窗的二层藏居，向迎面走来的曲珍阿妈打招呼。老人放下背着的青稞筐，用袖口擦了擦额角的汗珠：“可不是嘛，去年政府发了4万多元的安居补贴，她家把旧石屋改成了家庭旅馆。你记得村口那排漏雨的土坯房吗？现在都变成太阳能暖房啦。”

曲珍阿妈的话让我想起20年前的夏天。那时我刚从美院毕业，跟着科考队来嘎拉村写生。村里多数人家还住着低矮的夯土房，牦牛和人共用一个院落。记得在曲珍阿妈家借宿时，她7岁的小儿子强巴发高烧，我们要骑着借来的摩托车往乡卫生所赶。如今隔着柏油路望过去，蓝白相间的村医务室窗明

青稞田边的夏天

时春香

几净，红十字标志在晨光里亮得晃眼。

转过彩旗飘舞的山坡，当年的马帮小道已变成6米宽的硬化路。因困蹲在路边数缓缓驶过的绿色卡车，车斗里堆满刚从温室摘下的红皮土豆。“这些是要运到拉萨的。”开小卖部的扎西递给我一瓶青稞汽水，“村里建了冷链仓库，早上挖的药材中午就能送到米林机场。你画画的那片河滩，现在立着光伏板呢。”

河水依旧清冽，只是岸边添了水泥堤坝。穿校服的孩子骑着自行车从我们身边掠过，车筐里崭新的课本封皮泛着光。曲珍阿妈的孙女也在其中，她去年考上了区外的西藏班，国庆节回来

时教奶奶用手机看藏戏直播。

“阿妈快看！”因困突然指着天空惊呼。湛蓝的天幕下，银白色铁鸟划过云层，留下长长的尾迹。这航线我认得，是去年通航的林芝到阿里支线。20年前科考队的吉普车要在搓板路上颠簸7天才能抵达的湖泊，如今朝夕至。

暮色降临时，我们坐在新修的观景亭里。山脚下的村庄灯火通明，晚风送来藏戏排练的鼓点。曲珍阿妈的小儿子强巴如今是村文化站的辅导员，他正在教年轻人排练新剧。

因困靠在我怀里数星星，忽然指着东南方向喊：“那里有会动的星星！”我

顺着她手指望去，那是中铁十一局承建的隧道，夜班工程车的灯光在群山间明灭交替，宛如一条坠入人间的银河。

夜里躺在藏式雕花床上，听见楼下传来断续的钢琴声。扎西的儿子在县青少年宫的周末音乐班学了新曲子，正在练习《北京的金山上》。20年时光在这旋律里忽远忽近，我想起当年在漏雨的阁楼画星空时，曲珍阿妈说最大的心愿是给强巴买双不漏水的胶鞋。

晨光再次漫过窗棂时，我站在晒谷场边支起画架。因困跟着强巴去挤牦牛奶，咯咯的笑声惊飞了觅食的雪雀。曲珍阿妈往我的保温杯里添满甜茶，忽然指着画布说：“该把光伏板画进去，它现在也是咱村的风光。”

笔尖掠过青稞田时，我看见更远的山坳里，身着橘色工装的村民正在调试去年安装的5G基站。云影掠过铁塔，在草地上投下流动的斑驳，仿佛时光正在这片高原上写下新的注脚。

紫竹林

藏乡草木记

高宝军

普兰野玫

沐露轻烟里，
依云细雨中。
悬崖峭壁绽粉红，
嫩蕊戏春风。

色盖千花艳，
香超百味浓。
蝶飞蜂舞鸟争鸣，
春在野玫丛。

雪域格桑

出土承寒雪，
开花遇冷霜。
不择贫贱与炎凉，
处处溢清香。

逢雨花摇粉，
迎风蕊吐黄。
无关庭院与村旁，
笑脸向秋阳。

珠峰雪莲

雪压枝凝劲，
风凌蕊自妍。
冰川云岭峭崖端，
浅淡暗香渐。

不与群花争，
耻同众草繁。
冰姿傲骨抗霜寒，
孤艳耸苍天。

噶尔灌柳

缕缕班公柳，
萧萧边地秋。
擎霜立雪傲沙丘，
冬夏复春秋。

不与花争俏，
岂同草逐柔？
凌寒砺骨自风流，
独守森江头。

鲁朗杜鹃

峰顶青烟袅，
山腰红焰喷。
裁霞铺锦醉游人，
百里燃春痕。

香逐松风远，
光凝雪色匀。
芳丛遥对南迦云，
清绝隔红尘。

江孜沙棘

胜地江孜县，
沙棘负盛名。
凌霜傲雪斗寒风，
簇簇立荒洪。

骨比松柏硬，
枝燃烈焰红。
一行征雁啼远穹，
浩气贯长空。

雅江青稞

天赐高原骨，
凌寒傲雪霜。
万顷碧波接穹苍，
千里溢清香。

夏绽一川绿，
秋铺四野黄。
牛羊村舍共斜阳，
情醉雅鲁江。

巴宜古柏

古柏盘苍壤，
亭亭拂碧烟。
经风历雨越千年，
苍影倚长天。

雪砺姿逾劲，
霜侵色更妍。
擎天立地傲高寒，
幽谷自超然。

巴嘎野菊

野菊凝寒翠，
西风送冷香。
衔霜沁露韵悠长，
浅笑对残阳。

晓雾浮轻紫，
余晖淡淡黄。
翩跹逸蝶共徜徉，
素雅醉秋光。

昆莎苜蓿

雨洗荒原绿，
风摇晴浪长。
紫英噙露沁清香，
春满昆莎乡。

碧叶翻层秀，
柔枝挺节昂。
蜂萦蝶逐绣云冈，
翠色燃西荒。

我去过不少的城市，领略过不少城市的风和雨，但最爱的还是拉萨的雨。

拉萨的雨温柔似甜茶里化开的白砂糖，融着市井烟火的绵密与清甜。每年5月至9月，当西南季风掠过喜马拉雅山脊时，便迎来了拉萨的雨季。如果说冬天的拉萨以风为主旋律，那么夏天的拉萨无疑就是雨的主场了。许为了忙忙碌碌的人儿早些归家，抑或为了避开搅扰人们的清梦，拉萨的雨通常在傍晚、夜里或者清晨悄然下起。

它不似我老家陕西关中的雨，挟狂风倾盆而泻；也不像杭州的雨，缠绵悱恻无止无休；更有别于东北的雨，珠落玉盘声势浩大。拉萨的雨总是淅淅沥沥，轻盈温柔中又带着世界屋脊独有的孤傲，有时一阵一阵地下，让焦渴的万物痛饮甘露；有时骤歇交替，给雨中行人以喘息之机。

拉萨的雨热烈得似篝火旁飞舞的藏袍，带着高原特有的奔放与酣畅。当5月的阳光将石板路晒得发烫，午后的骤雨便挟着彩虹骤然降临。雷声刚响，便开始“噼里啪啦”，劈头盖脸地砸下数以万计的雨点，屋檐雨水槽里哗哗地滚落着如雨般的雨水，街角的甜茶馆顿时成了避雨的天堂——

藏族阿妈轻柔拂去穿着冲锋衣旅人发梢的雨珠；年轻情侣在屋檐下相视而笑，共守一方荫蔽……雨止住了，只有雨水槽里滴落下来的，发着滴答滴答单调声的水珠，这清脆的声响勾起了很多人的缠绵情丝，也便过着贫寒日子的人们多了一份渴望。

当最后几滴雨顺着屋檐坠落，阳光突然撞开云层，转瞬间一片晴朗，蓝得叫人眩晕的天边直挂起一道弯弯的艳丽彩虹。

拉萨的雨多情得好似牧羊女腰间系着的绿松石，在四季流转中变幻着深浅的色泽。从半雨半雪的春季开始，庄稼瓜果蔬菜伴随着小草一起发芽，在5月雨水的滋润下开始疯狂生长。青稞在田垄间排着队啜饮雨露；林间的草坪上，圆滚滚的雨珠正从叶脉间滑落；就连干涸的河床，也在雨水的浸润中渐渐丰盈起来……

我常想，拉萨的雨一定是文成公主带来的纺线，将唐古拉山的银线、雅鲁藏布江的金线和各族儿女的彩线，织成最绚丽的锦毯。它让雪山的融水汇入雅鲁藏布江，让不同肤色的脚印叠在八廓街的青石板上，让每一滴落下的雨都带着太阳的温度，在世界屋脊上，浇灌出最美的夏天。

拉萨的雨

张群