

2 高原要闻

驰骋画中情满赛道

——2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛山南赛段侧记

本报记者 曹琳 嘎松卓玛 琅青措

8月5日上午,2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛迎来第四赛段——山南赛段。本赛段全程132.3公里,是本届赛事五个赛段中距离最长的一役。

清晨的雅鲁河谷,阳光像被滤过一样透亮,金灿灿地铺满赛道。

还没到开赛时间,山南市火车站前的赛道两边早已里三层外三层。摇着小旗子的“阿佳”,举着手机踮脚张望的游客,还有一群放了暑假的孩子,挤在护栏最前面,小脸涨得通红,就等车队冲出来的那一刻。

发枪前的暖场演出把气氛拉满。身着盛装的舞者踏地为节,长袖翻飞。车手们纷纷掏出手机记录,有的跟着节奏轻轻点头打拍子,赛前的紧张感全揉进了热情里。

热闹背后,是志愿者的值守与付出。领队常江是2024届西部计划志愿者,在山南服务的两年里,自治区级赛事和本地赛事他几乎全程参与。今天

一早,他和志愿者一起搬物资、引导车队,“每一个环节都得盯紧,赛后还要立刻收尾,半点儿不能马虎。”

“志愿服务就是我们的本职工作。”常江擦了把汗,笑着说,“每次办赛事,跟当地老百姓一起忙活,感情也越来越深。”

说起山南,这位西部计划志愿者秒变“文旅推广大使”。“山南的夏天平均气温才20℃左右,避暑再舒服不过了。还有风景绝美的羊卓雍错等景区,欢迎大家来游玩!”

上午9时30分,发令笛刺破长空。来自18支车队的120余名运动员从泽当大道火车站广场冲出,经扎囊县向终点贡嘎县江塘镇岗巴村进发。

“加油!加油!”呐喊声瞬间炸开。孩子们用力鼓掌;周边群众举着哈达使劲挥舞,嘴里喊着“扎西德勒”;连路边执勤的民警都忍不住侧过身,冲车手们竖起大拇指。车轮碾过柏油路的沙沙声、观众的呐喊声搅在一起,把这个高

原的清晨烘得热气腾腾。

132.3公里的“最长一役”,对车手的体能分配和战术执行都是极大考验。赛道沿雅鲁藏布江铺展。江水滔滔,沙丘起伏,车手们穿行在碧水黄沙之间,宛如画中驰骋。

从火车站广场到岗巴村,沿途每隔一段就有工作人员和志愿者顶着烈日值守。日头正烈,他们守在各自的点位上,目不转睛盯着公路远方,等候车群经过。

临近中午,终点岗巴村沸腾了。村民们身着节日盛装,高举哈达,把最隆重的欢迎献给冲线而来的骑手,欢呼声、掌声在村庄上空久久回荡。

江塘镇党委书记牛伟龙告诉记者,大家想用最真诚的方式欢迎远道而来的车手,“他们主动穿上盛装,手捧哈达,在终点附近列队迎接,表达祝贺与敬意。”

赛场边的热闹暖心,赛道上的较量同样精彩。经过近两个半小时的激烈

角逐,本赛段冠、亚、季军分别由SHNYRKO Aliaksei(李宁之星洲际队)、TSISHKOU Raman(李宁之星洲际队)和COLNAGHI Luca(巴迪亚尼—CSF 7 Saber职业队)获得。

领骑衫方面,亚洲最佳车手(白衫)领先选手由桓盛—VONOA—泰山体育洲际队的ENKHTAIVAN Bolor—Erdene继续持有;大中华最佳(红衫)领先选手由轮峰 ROTOR 成都洲际队的LI Chaoyi继续持有;冲刺王(绿衫)领先选手由李宁之星洲际队的SHNYRKO Aliaksei获得;个人总成绩(黄衫)领先选手由李宁之星洲际队的TSISHKOU Raman获得。

8月6日,本届赛事将迎来收官之战——第五赛段日喀则赛段,从江孜县英雄纪念碑广场至日喀则市桑珠孜区黑龙江路4号公园,全程90.18公里。闭幕式暨颁奖仪式将在黑龙江路4号公园举行,各项荣誉最终归属将全部揭晓,精彩对决值得期待。



图为《双城记·彩云格桑》——交响组曲《阿诗玛》演奏现场。

本报记者 欧珠次仁 摄

第三届西藏文化艺术节特邀剧目

《双城记·彩云格桑》——交响组曲《阿诗玛》精彩上演

本报拉萨8月5日讯(记者 欧珠次仁 晓勇)8月3日晚,第三届西藏文化艺术节特邀剧目《双城记·彩云格桑》——交响组曲《阿诗玛》在西藏大剧院精彩上演。交响组曲《阿诗玛》由昆明聂耳交响乐团与自治区歌舞团交响乐团联袂演出,以恢宏交响重述这段流淌在几代人记忆中的经典。

全曲由九个乐章构成。序曲《呼唤》从深远空旷的引子中开启,奠定史诗基调;《快乐的撒尼少女》勾勒出少女们纯真蓬勃的青春图景;《对歌——两情相依》中大提琴与乐队深情对话,奏出《一朵鲜花鲜又鲜》的优美旋律。作品在《比武——火把节、抢亲》中展现最强烈的戏剧张力,从狂欢骤然滑向凶恶的抢亲主题,大喜大悲的转折极具冲击力。随后的《思念》《在热布巴拉家》《阿哥归来》《阿哥的神箭》持续推进矛盾冲突与情感波澜,终曲《回家》以《马铃儿响来玉鸟唱》为主题展开大回旋,乐队全奏将音乐推向高潮,在辉煌与感动中收束全篇。

此次“彩云”与“格桑”的牵手,不仅是昆明聂耳交响乐团与自治区歌舞团交响乐团艺术实力的交相辉映,更搭建起藏滇文化深度对话的桥梁。

纳木错畔开出“振兴之花”

——记“全区先进基层党组织”班戈县热卡下玛村党支部

本报记者 米兰拉姆 万靖

党旗在基层一线高高飘扬

藏北高原,纳木错东岸。平均海拔4700米的羌塘草原深处,坐落着一个纯牧业村——那曲市班戈县佳琼镇热卡下玛村。“热卡下玛”,藏语意为“湖的东面”。当地流传着一句话:“一年只有两季,一个是冬季,一个是‘大约在冬季’。”

苦寒之地,奋斗热土。2022年11月28日,深冬的羌塘草原寒意逼人,热卡下玛村村委会里却暖意融融。果热扎西央宗农业公司第六届分红仪式举行,班戈县县委书记付南炯赶来,把分红资金和爱心援助金一一送到合作社致富带头人和高龄老人代表手中。

短短几年时间,这家村集体企业的现金分红从32万元增加到310万元。“这些成绩的取得,离不开各级党委的坚强领导,更离不开村‘两委’班子、驻村工作队和全村人民的共同努力。”付南炯说。过去,受制于高寒缺氧的自然环境,村里的收入长期靠传统单一的牧业,牧民增收空间窄,村集体经济底子薄。转机,始于党支部领办合作社——牲畜入股、草场入股、劳力入股,牧民变成股东,分散的牛羊汇成规模经营的力量。早在2021年,这家村办企业就已是那曲市生产效益较好的6家合作社之一。2022年,企业又以存栏牦牛作为活体抵押,获得农行那曲分行700万元“乡村振兴·牦牛产业贷”,用于购置牦牛、升级设施,养殖规模随之扩大近一倍。

牧业家底越攒越厚,村党支部却把目光投向了更远的地方——纳木错湖畔的文旅产业,承租改造运营纳木错酒店。项目不小,总投资1630万元,其中争取援藏资金733万元,其余全靠村集体自筹。钱从哪来、风险咋控、收益咋分?从支部提议、村“两委”商议,到党员大会审议、村民代表会议决议,“四议两公开”程序一个环节不少;项目可行性、资金筹措、收益分配、风险防控,一项一项摆上桌,党员、群众、股东的意见一条一条听进去。群众真正成了项目的参与者、决策者、受益者。

分配方案,更见这个党支部的为民初心——酒店改造运营后,年最低盈利不低于200万元。支部明确:三年内,项目盈利的30%专项分红给县城旁边玛提小区的易地搬迁群众。玛提小区是班戈县的易地扶贫搬迁点,搬迁之初,当地就探索过草场流转入社、群众持股分红的路子;如今,产业帮扶的纽带又从热卡下玛村延伸过来,助力搬迁群众搬得出、稳得住、能致富。

同时,就业带动同步跟进。酒店运营优先吸纳本村及周边牧区剩余劳动力和高校毕业生,目前已为9名大学生提供稳定岗位,累计发放工资30.48万元,并为放牧人员发放补偿工资8.4万元。

一个项目,两头牵挂。本村群众与

天下单,36小时就能送到。县城主街上,藏餐馆、川菜馆、西北面馆一家挨着一家,霍尔巴羊、吉拉牦牛等特色食材端上餐桌,游客吃到了地道风味,本地人也找到了挣钱的路子。从靠天养畜到稳定就业,逐水草而居的牧民变成了超市店员、酒店服务员、运输司机。

年轻人最先抓住了这个机会。23岁的旦增罗布在超市工作,月收入8000多元,“以前只能放牧,现在还能学销售技能。攒点钱,以后想自己开个小店。”话语里,不光有踏实,还有奔头。据统计,2025年,全县服务业已吸纳本地劳动力超1200人次,带动增收750余万元。钱袋子鼓了,心也热乎了。傍晚的民族团结广场上,锅庄舞跳得正欢,老人遛弯,孩子撒欢。以前天一黑县城就静了,现在灯火通明、人来人往。旦增罗布说:“以前去日喀则打工,一年最多回两次家。现在离家近、工资稳,天天能陪孩子。”

“这几年,县城一天一个样。”在萨嘎县城开超市的老板王明富告诉记者,他的店面面积达500多平方米,荔枝、西瓜等各类商品一应俱全。过去进货得自己开车跑拉萨,来回要三四天;现在头

搬迁群众同享红利,“一村发展、多方受益”从理念变成了实实在在的收入。

酒店项目的意义,还不止于一本分红账,它推动这个纯牧业村的产业从“牧业+”向文旅深度延伸,彻底摆脱了对单一传统牧业的依赖,越来越多的农牧民走出草场、投身产业。项目谋划、推进、运营的全过程,党员干部始终冲锋在前,既当“组织者”,又当“带头人”,党组织的政治优势、组织优势,就这样转化为产业发展实效、群众增收成果。

产业多元的步子还在加快。今年4月,班戈县部分风干肉厂建设项目公开招标,热卡下玛村一座633平方米的风干肉厂及附属工程名列其中,建设资金来自2026年常态化帮扶资金,计划工期14个月。从传统牧业到文旅服务,再到农产品加工,这个高原村庄的产业版图仍在延展。

今年6月26日,全区“两优一先”表彰大会在拉萨举行,热卡下玛村党支部被授予“全区先进基层党组织”称号。

“我们将始终扎根羌塘、心系群众,以党建为笔、以实干为墨,绘就乡村振兴壮美画卷,让牧民群众的日子像格桑花一样越开越艳!”这是热卡下玛村党支部全体党员的心声。

羌塘草原,长风浩荡。纳木错畔,这朵以党建为根、以产业为蕊、以富民为果的“振兴之花”,正越开越艳。

此外,立足高海拔、大服务半径的实际,萨嘎县还全面升级医疗体系,县乡医疗机构配齐制氧、急救及高原适用设备,补齐了急诊、内外科等薄弱环节,让群众和游客在县城便能享有安全、便捷的医疗服务。

一条路能带人来,一座城才能留住人。萨嘎县用十多年时间,把“过路站”变成了“暖心驿”,把“补给荒漠”变成了“西部驿站”。这背后没有捷径,就是认准一件事,一茬接着一茬干。风过高原,生机盎然,驿站故事,仍在继续。下一步,萨嘎县将持续补齐服务短板、提升配套水平,推动餐饮、住宿、医疗一体化升级,不断将“西部驿站”打造成为安全驿站、温暖驿站、幸福驿站,推动资源优势转化为产业优势、发展胜势。

(记者 王莉 胡荣国 杨子彦 次吉 丹增朗赛 旦增嘎瓦)

近期,在西藏各地的非遗代表性项目展演中,藏戏作为核心非遗代表性项目参与了展示。舞台上,藏戏唱腔悠扬、动作苍劲、舞步古朴,让观众流连忘返。

除了藏戏本身,舞台上的华服与面具也让观众印象深刻。这背后隐藏的是阿古家族第五代藏戏服饰传承人米玛坚才的坚守。

“藏戏服饰制作是一门冷门手艺,懂的人少,工序繁、市场窄,稍不留意就可能失传。”米玛坚才坦言。

西藏大学艺术学院艺术设计系副教授其美卓嘎向科技日报记者介绍,藏戏服饰是一门完整的技艺体系,从选布、染色、刺绣到面具塑形,需经数十道工序。藏戏帽饰的纹样与色彩承载着丰富文化内涵——蓝面具的威严、黄帽的智慧寓意、珍珠褂的尊贵象征,这些视觉语言是藏戏艺术的重要组成部分。

米玛坚才与藏戏服饰的缘分始于童年。“小时候看父亲做面具,又好奇又害怕。”米玛坚才回忆,十二三岁后,正式跟随爷爷和父亲学艺。面具制作最磨心性:眉毛弧度自然、力道均匀,胡子密而不乱,缝线方向错一毫,人物神态便差之千里。“错了就拆,拆了再缝,一遍不行十遍。”米玛坚才说。

独立完成第一套温巴蓝面具戏服后,米玛坚才混在观众中远远望着舞台,心里满是自豪。“我第一次真切感受到,手里的针,是为藏戏点亮模样的。”米玛坚才感慨道。

众多剧目中,米玛坚才偏爱《朗萨雯蚌》。这出戏里有善良、坚守和温柔的力量,像极了对手艺的态度,不张扬,默默做好。

在保留传统韵味的同时,米玛坚才积极博采众长。他走出雪乡,到全国各地参加培训,研究过京剧、昆曲戏服,格外欣赏苏绣的丝线细腻、针法精巧。他告诉记者:“藏戏面具与服饰的刺绣,完全可以吸收苏绣的长处,做得更精致。”这份坚守与包容,让他的作品既庄重神圣,又细腻华美。

2014年,米玛坚才的父亲牵头成立合作社。从最初6人起步,到如今拥有固定厂房,合作社带动18名农牧民就业,以妇女为主,包括脱贫户。“她们大多要照顾孩子、忙农活,无法外出打工。”米玛坚才说,在合作社工作时间自由,既能顾家又能增收。

同时,米玛坚才也明白一个道理,一门手艺,光靠一个人守不住,只有更多人会,才能真正活下来。

如今,互联网打开了藏戏服饰的市场空间。在首届西藏民族特色精品云展会上,米玛坚才通过线上直播展示产品,使订单从拉萨拓展到全国。“以前靠口口相传,现在通过网络,全国都能看到我们的戏服。”米玛坚才说,拉萨各大藏剧团大量戏服出自他们之手,一场演出订单可达四五十万元。

在外培训时,米玛坚才注意到一个现象——一些兄弟剧种已借助数字化手段建立纹样数据库。米玛坚才认为,藏戏的老款式、老配饰也在流失,如果能数字化归档,后世就不用只靠记忆复原了。

从2025年起,米玛坚才开始整理藏戏服饰图谱,拍照、测量、记录针法,为将来数字化采集打基础。这一思路与非遗保护领域“抢救性记录”的专业路径高度契合:通过系统采集与整理,为濒临失传的传统纹样建立可永久保存的数字档案。

为了让藏戏服饰走进日常生活,米玛坚才开始尝试制作文创产品,冰箱贴、小面具、车载挂件等。下一步,他还计划制作校服、儿童被套,将戏服纹样融入日常服饰。他觉得,一切都值得。“在家门口守着一门手艺,不用背井离乡,还能带动乡亲增收,我很幸运!”他说。

(转载自《科技日报》2026年8月4日第3版)

我区5部少儿藏戏夺得第30届“小梅花奖”

创下参赛以来历史最佳战绩

本报拉萨8月5日讯(记者 郑璐 见习记者 李欣梦)8月5日,记者从自治区文联和自治区藏剧团获悉,在第30届“中国少儿戏曲小梅花荟萃”全国现场展演中,我区5部少儿藏戏作品集体入围,一举揽获4枚个人“小梅花奖”及1个“小梅花集体节目奖”,创下西藏参赛以来的历史最佳战绩。

此次比赛,我区共遴选报送9个业余个人藏戏节目、2个业余集体藏戏节目参与全国选拔。经组委会层层评审,最终4个人节目与1个集体节目成功突围,晋级上海业余组全国现场展演。

舞台上,古老藏戏与少年朝气蓬勃撞出独特的火花。小演员巴桑伦珠以一曲《开场戏·温巴顿》,将传统“温巴”的庄重与少年的灵动巧妙糅合;宁吉热巴赛演绎的《藏戏古鼓(诺桑王子·悲痛欲绝)》,司鼓点落间,悲怆

穿透剧场;旦增旺姆在《诺桑王子·出征》中,以经典唱腔,将离别之情刻画得入木三分;米玛曲珍则用藏戏折子戏《老两口》,在童真与古韵之间架起一座桥梁。小演员们扎实的功底与出色的表现力,赢得现场经久不息的掌声。

更值得一提的是,来自日喀则市南木林县甲措乡的果拉少儿藏戏队,带着湘巴藏戏《温巴顿》站上全国赛场。没有专业的剧场训练条件,这支从村级土埂里生长出来的少年队伍,硬是凭着一股子高原韧性,在全国赛场奋勇突围、过关斩将,成功将“小梅花集体节目奖”收入囊中。这是西藏自治区首支斩获该奖项的村级少儿藏戏队。

据悉,“中国少儿戏曲小梅花荟萃”由中国戏剧家协会主办,是国内规格最高、影响力最广的全国性少儿戏曲品牌赛事。

持之以恒推进“四件大事”落实

(紧接第一版)实践充分证明,抓好“四件大事”是新时代党的治藏方略在西藏落地生根的关键路径,必须常抓不懈、久久为功,绝不能浅尝辄止、半途而废。

维护稳定是做好西藏一切工作的前提。要树牢总体国家安全观,坚持把维护稳定作为第一位的工作任务,警钟长鸣、警惕常在,持续深化反分裂斗争,不断提升社会治理体系和治理能力现代化水平。紧紧围绕铸牢中华民族共同体意识这条主线,深化国家意识、公民意识、法治意识教育,依法加强宗教事务管理,着力巩固团结稳定的政治和社会局面。

推动高质量发展是改善民生、凝聚人心的现实支撑。要完整准确全面贯彻新发展理念,落实“三个赋予一个有利于”要求,大力发展特色农牧业、清洁能源、资源加工、文化旅游等高原特色优势产业,积极培育发展新产业和未来产业,全力保障重大项目建设,积极扩大对内对外开放,着力推动高原经济高质量发展。

守护好高原生态,是我们肩负的重大责任使命。青藏高原是国家重要生态安全屏障,保护好生态环境是西藏的最大价值、最大责任、最大潜力。要坚决践行习近平生态文明思想,牢固树立“两山”理念,坚持生态保护第一,加强生态保护修复与治理,持续推进以南北山绿化工程为重点的国土绿化行动,积极推进绿色低碳发展,着力建设美丽西藏。

坚持兴边富民、稳边固边,持续加快边境地区发展。要胸怀“国之大者”,深入贯彻“治国必治边、治边先稳藏”战略思想,实施好新时代固边兴边富民行动,一体推进边境地区规划、建设、治理,激励各族群众扎根边疆、守好祖国每一寸神圣国土。

风吹雨打,信念不改;千难万险,脚步不停。自治区党委十届十次全会吹响了接续奋斗的新号角,全区上下要把思想和行动统一到全会精神特别是王君正书记讲话精神上来,牢牢把握“四件大事”这条主线,树立和践行正确政绩观,奋力谱写社会主义现代化新西藏建设新篇章。