2026年11月4日 星期三 西藏日报
本版编辑：吴江霞 扎西拉姆 邮箱：xzwyfk@163.com



▲摄影作品《春日嘎拉村》，作者刘枫。

桃花源里看变迁

——西藏林芝嘎拉村纪行

俞和良

当地朋友跟我说，来一次西藏不易，该多看看高原湖泊、峡谷、雪山。我笑答，山川固然要看，但这一回，更想去看看西藏的美丽乡村。“去嘎拉村，那里有藏地春天的顶级浪漫，是吃上‘生态饭’、走上‘致富路’的乡村振兴样板。”当林芝市纪委书记冯玉忠向我推荐时，我一下子来了精神。

10月14日上午，我去了这个高原村落。这些年，我跑了浙江多个美丽乡村，写了两本散文集，但西藏高原的美丽乡村，还是第一次踏足。

一

尼洋河自雪山深处奔涌而来，在海拔2900米的河谷间缓缓舒展。河水清澈，河滩上的柳树绿绿的，像一条碧绿的绸带，缠绕着巴宜区林芝镇的嘎拉村。

这里依偎青山，紧邻318国道，距林芝城区不过十余公里。世人知晓嘎拉，大多是因为春日漫山盛放的野桃花。1253株百年野生桃树扎根山坡，最老的一株据说已逾三百年。每到三四月，繁花如云，漫过沟谷，嘎拉也因此赢得“桃花第一村”的美誉，成为林芝桃花旅游文化节的核心举办地。自2002年至今，桃花节已连续举办二十余届，每逢春风如约而至，无数游人奔赴高原，赴一场桃花之约。

我到嘎拉的这一天，时值深秋，不见漫山粉霞。虽没有桃花如海，但山野依旧沉静如画。清浅的阳光穿过林间，落在藏式民居洁白的墙面上，青石板小路蜿蜒向前，小院花木葱茏。清风掠过村寨的屋檐，将高原独有的安宁，徐徐铺展在眼前。我站在珍呢家的缓坡上，望着绿树掩映的藏家民居，随口哼着几句——

尼洋河缓缓流过山下，两千九百米的云霞绕着家；
不见桃花漫成海的刹那，山野依旧铺开如画的芳华；
藏房错落依偎青山下，清风漫过村寨的砖瓦；
高原的阳光温柔地洒，把人间烟火轻轻融化。

哼罢才觉，此刻原是十月。桃树都落尽了叶子，枝干铁灰，横斜如篆，反倒比花期更像村庄的骨头。它们不急着解释春天，只把三月的账，记在年轮里。

二

嘎拉村是真巴村下辖的自然村，全村33户、151人，耕地590余亩。村落不大，人口不多，却是西藏和平解放70多年来雪域大地变迁的缩影。常住的，除了这151位嘎拉户籍村民，还有一批留下来的外乡人——他们的故事，要在后文才慢慢说起。

走进“团结颂”展览馆，脑际始终萦绕着两种色彩。一种是春日的粉——粉白、深粉、粉红，展墙上巨幅照片里，野桃花聚散如云霞，自带藏地的洒脱与野性；另一种是历史的黄——同一面展柜里，褪色的马鞭、老旧的马灯、磨破边的毯毯静静陈列。两种色彩交织间，最先撞进眼里的，是玻璃柜里半截锈了刃的斧头。标签小字写着：二〇〇三年收缴，村民拟伐百年野桃改作耕地。柜子对面，同一面坡地的彩照里，三月桃花正漫过经幡，把整座山谷举成粉白的浪。

一截锈斧，隔开了嘎拉的两个时代——斧刃朝里，是把桃林当耕地的穷日子；斧刃朝外，是把桃林当饭碗的好日子。

那个“斧刃朝里”的嘎拉，是什么模样？改革开放前，村民大多以伐木、放牧、种青稞维持生计，辛苦一年刚能填饱肚子。单一粗放的生产模式，让山秃了、水浊了，自然灾害也跟着多起来。村民曲珍回忆，2002年的一个雨夜，儿子发高烧，唯一通往镇上的小路坑坑洼洼、泥泞不堪，他爸背着孩子在雨里走了6个多小时，才赶到镇医院，差点出危险。彼时的嘎拉，30余户人家散在海拔近3000米的山坳里，人均年收入不足2000元。

展馆里，边觉的那句“住上好房子啦”、阿牛的“吃穿不愁啦”、白玛才旺的“家里买车啦”……没有华丽的辞藻，却道尽半个多世纪的沧桑。嘎拉村的桃花年年开，可没有翻身解放与兴边富民，哪有这“日子越过越好”的坦荡？那些老照片记录的苦难，反倒让眼前的阳光显得更温暖。

从低矮简陋的土石屋，到如今宽敞明亮的藏式小楼，衣食无忧，安居乐业。这翻天覆地的巨变背后，离不开党的关怀和一代代嘎拉村“领头雁”的坚守与开拓。

二十多年前，面对人多地少的困境，村民盘算着把坡上的桃树砍了改种青稞。那时候的村支书边巴得到消息，揣着一壶酥油茶上了山，一棵一棵地劝。他手掌按在皴裂的树干上，指甲缝里还嵌着早晨翻地的春泥：“树砍了容易，再长出来，可就是几百年了。”正是这份远见，让嘎拉村保住了生态底色。后来，边巴带领村民放下斧头、拿起锄头，蹚出了一条生态保护与产业发展融合的路子。

2024年9月，边巴代表嘎拉村赴北京参加全国民族团结进步表彰大会，嘎拉村荣获了“全国民族团结进步模范集体”称号。去年村“两委”换届，边巴因年龄卸任村支书，但护林保桃、带着村子吃上“生态饭”的那段经历，还留在展览馆的锈斧旁边。

现任村委会主任尼玛多吉，是擦亮“桃花村”品牌的代言人。这位土生土长的嘎拉人，熟悉乡情村情，是村里的金牌讲解员，还是骑马射箭的一把好手。村里的那间“绿色银行”，村民捡垃圾攒积分换商品、提授信，便是他积极引导村民保护生态环境、推动落地的一项环保举措。

在村“两委”带动下，嘎拉村把休闲旅游定为发展主线，村民共同筹资49.5万元，建成占地百亩的观光采摘园，6000多株果苗自2024年种下后陆续挂果。生态账本上，投入3000余万元开展野生桃树更新复壮，桃花收入由2013年的5万元跃至如今的300余万元。

三

在嘎拉，民族团结不只刻在荣誉册的烫金里，更开在窗棂的格桑花上，暖在酥油茶升腾的热气里，融在一碗青稞酒碰杯的笑声中。

展馆里的另一面老照片墙，将“石榴籽”三个字变成了血缘——上世纪60年代，安徽萧县支边青年张勇兴，响应号召远赴林芝，与嘎拉村藏族姑娘白玛相识相恋，成立了村里第一代民族团结家庭。几十年过去，家族已传至三代。

嘎拉村的包容与温情，就藏在本村人与外来创业者日复一日的互助中。走进达瓦坚参家，墙上那幅定格的合影依旧温暖，桌上摆着酥油与奶渣。四川人胡伟7年前来到嘎拉村经营桃花山庄，达瓦坚参主动以实惠租金将空地租给他做露营地；胡伟则把村民没卖完的水果全部买下送给客人，有时还给乡亲们免单。达瓦坚参常说：“我真心希望他在我们嘎拉村的生意越来越红火。”

而村民次旦扎西与来自河南的张华飞，更是一见如故——与当年的张勇兴一样，又一位区外汉子在嘎拉扎下了根。张华飞种草莓，租了次旦扎西家的地。“租金没有固定标准。我从不说给多少，他也不提要多少。收成好时我就多付些，收成差时就少付些。有时我需要用车，就直接开他家的。”次旦扎西则送给张华飞一头小牛犊。有人问是否赔本，次旦扎西笑着回答：“我们一直互相帮助，这个感情是不能用钱来算的。”

一张老照片，半世纪光阴；从张勇兴背上行囊进藏，到胡伟在桃林边支起帐篷，嘎拉的“外来人”换了一茬又一茬，可桃林下的道义没变——各民族相融，像桃花花瓣，瓣瓣不同，却瓣瓣同心。小院的阳光静静洒落，屋内家电齐整，寻常藏家院落的温情，朴素得让人不忍高声。

四

漫步村道，白墙藏房依山错落，远处青山连绵，尼洋河在山下静静流淌。即便错过了春日桃花盛放的时节，高原的风光依旧动人。

嘎拉村的变迁，藏在逐年增长的村集体经济里，也藏在村民越来越厚实的日子里。2025年，全村农村经济总收入达到1542万元，集体经济收入863.8万元，村民人均可支配收入4.43万元。春日的桃花只是引子，采摘园、民宿、山庄、运输车队多元产业齐头并进，村民在家门口就业，人人有活干，户户有增收。

午后三点，阳光斜过苯日山，尼洋河忽然亮得不像高原的河——整条水面摊开金鳞，对岸桃林坡地空空的，可光影仍像替三月的花留着位置。几个穿校服的孩子沿石板路跑过，影子拖得很长。

“过去，高原村庄困于山形地势，产业单薄，增收艰难；在兴边富民政策指引下，嘎拉人守住了生态底色，借山水资源，走通了文旅兴村之路。”村支书次仁朗杰说。

乡村振兴，从来不是一句空洞的话。在嘎拉，它看得见，也摸得着：是庭院里修剪齐整的苹果树，是采摘园初挂果的枝丫，是打理得井井有条的客厅，是各族乡亲围坐院坝分食奶渣时的笑语。

离开嘎拉那日，河谷起了风。车过尼洋河谷，风灌进车窗，带着干草和冷松的味道。我沿尼洋河往回走，特意绕到桃花节的主坡地。深秋的野桃树，花谢了，但枝丫的姿势还保持着开花时的样子，像某种无声的余韵。

到了米林机场，脑际久久萦绕着“团结颂”展览馆墙上那行手书——“幸得识卿桃花面，从此阡陌多暖春”。是啊，此刻虽不是桃花盛放的时节，却看到了更具生机与魅力的“桃源新景”。

山河无言，岁月有声。这片藏在林芝山谷里的桃花源，守着绿水青山，厚植民族团结的沃土，让寻常人家的幸福，在雪域一年年开出安静的花。尼洋河还会流下去，桃花还会再开，而嘎拉人的日子，正像枝头将绽未绽的花苞，不声不响，却满含春信。

紫外线

把你安放在我的诗歌里（外二首）

王富祥

巴松措心中驻着家乡的河流

仲措弄巴曲白朗曲和罗杰曲的水
填平了等高线
巴松措，心中驻着家乡的河流
驻着山脉、天空和来访的云朵
驻着大片的空旷与辽阔

一滴来自雪山的水珠曾来过这里
另一滴漂泊的水珠曾来过这里
如今，所有的水珠
都沉淀下来
选择巴松措作为灵魂的归宿

风成为象形文字，波纹层层叠叠
巴松措内心卷曲微澜
光芒漂浮在揉碎的水面
烫金的鳞片
镀亮巴松措的黎明和晚霞

唐古拉雪山

常年耸立在我的海拔里
一座圣洁的山，玉一样的挂件

我要把你供奉在我的眼神里
我要把你珍藏在我的心窝里
我要把你安放在我的诗歌里

无论你融不融化
我都会用双手搓热手掌
我都会用热气烘暖手掌
我都会在胸前捂热手掌
来抚摸
你的照片

直至某一个夏季的正午或傍晚
感动你！

融化的雪水
沿途浇灌芸芸生灵

藏族阿妈

进入帐篷
阿妈从眼角到嘴角堆满笑容
银碗，铜壶，洁白的奶茶刚刚煮沸

牛粪火煨热的冬天
穿肠而过
寒冷这个僵硬的名词
瞬间融化

阿妈的藏话，一句也听不懂
我手捧着暖和的银碗
善意像电流，随脉络传遍全身

围坐在火炉旁
这样的人间烟火充满温度
时间在不知不觉中流逝
彼此的表情
也不再僵硬

针缕之间的山河与交融

——品读山南藏族服饰的地域文脉

梁译丹

雅鲁藏布江奔流不息，滋养出底蕴厚重的雅砻文明，也淬炼出绚烂多姿的山南藏族服饰文化。作为西藏民族服饰非物质文化遗产的核心富集地，山南因农区、牧区、林区等迥然相异的生存环境，孕育出了贡嘎邦典、措美扎扎服饰、乃东泽贴尔毛哔叽、浪卡子羊卓服饰等一批国家级、自治区级非遗民俗和编织技艺。一针一线之间，既沉淀着雪域高原质朴鲜活的生活肌理，亦镌刻下各民族交往交流交融跨越千年的文脉印记。

依山而居 随俗而制

相较于西藏其他市地，山南服饰最鲜明的特质，便是自然环境塑造衣装形制、生产方式定义织造工艺。半农半牧区的温润河谷、高海拔纯牧区的苍茫旷野、低海拔林区的幽深谷地，截然不同的环境，让山南各县域服饰在形制细节上形成天然差异，历经千年传承，地域特色鲜明，文化底蕴厚重。

贡嘎县杰德秀一带的邦典织造技艺，便是读懂这份地域性服饰美学的绝佳窗口。邦典的每一种纹样都承载着民俗寓意与生活期许，部分古老纹样的寓意虽然随岁月失传，却留存下独一无二的地域文化印记。斑斓错落的条纹色彩，构筑起邦典极具辨识度的视觉风貌，它的织造，不仅要熟稔经纬交织的手工技法，更要深谙色彩配比、纹样排布与整体形制的平衡之美。邦典传统的手工技艺经过代际传授，逐渐成为具有地方辨识度的文化标志。

衣藏雅砻 服载文脉

山南各地的传统服饰，在衣身结构、缘边修饰、配饰搭配等方面形成了各自的特点。这些差异既是地域生存环境的外化，亦是世代沉淀的审美意趣与社会文化传统的生动写照。

措美县的扎扎服饰，以独特的服饰形制与文化渊源，成为汉藏文化交融的生动物证。据扎扎服饰非遗传承人阿旺旦达口述，扎扎服饰形制可溯源至文成公主入藏时带入吐蕃的初唐交领袍服，而独有的反缝外露针法、毯毯分片拼接工艺，则是当地群众结合高原生活需求的本土化创新。

在乃东区，濒临失传的泽当毛哔叽（泽贴尔）编织技艺，在国家级非遗传承人巴桑的坚守下重获新生。相传文成公主曾对雅砻河谷地带的毯毯进行改良与革新，也就是西藏历史上第一卷泽贴尔。曾几何时，这项古老技艺濒临断层。在2007年前后，为恢复这项几近断层的技艺，巴桑遍访乡里，寻访五位年过八旬尚记得古法的老人，搜集零散口述与技艺资料，复原古老织机，把散落在不同老人记忆深处的工艺重新拼接起来，重新梳理出昔日泽贴尔艺术的传承脉络。

浪卡子县的羊卓服饰，则以重工刺绣、前后围裙、三角形头饰为特色，承载着牧区百姓的审美情趣与民俗文化。一套完整的手工羊卓服饰，前后织造耗时可达五十余日，寸缕之间，皆是匠人心血。在当地世代流传的口述记忆里，公元7世纪，文成公主行经羊卓张达伦布雪一带，把中原的刺绣、染色、编织技艺传授给当地百姓，羊卓服饰的腰带“吉哲”由此传入，长城纹样、寿字纹开始出现在腰带上。

琼结县的达娃卓玛服饰，提供了另一种地域特色服饰样本。传说达娃卓玛是17世纪琼结雪村的姑娘，当地女子节庆盛装以她的衣饰为范本。如今，她的风姿化作山南博物馆的数字人，跨越时光继续诉说雅砻衣事。第四代传承人阿旺曲扎以企业化运营模式推广这项传统技艺，让古老衣装滋养一方烟火。

赓续风华 织向新生

时代浪潮奔涌，现代生活方式迭代，传统服饰日常穿着的场景有所减少。如何让年轻一代不止看见藏装绚烂的外在形制，更读懂衣袂背后的穿戴礼俗、纹样寓意与历史根脉，已然成为山南藏族服饰文化传播亟待回应的时代命题。

从文化认知到技艺延续，服饰文化的传播还需要与当代生活建立更深的联系。西藏自治区非遗保护工作也在大力推动传统技艺融入现代生活，既要重视核心技艺和传统穿戴习俗，也要回应现代审美与生活需求，通过非遗工坊、生产性保护、职业院校合作、文旅融合和非遗旅游线路等方式，为传统技艺创造更多展示、学习和实践的机会。

将高原衣韵转化为当代时尚，根基在于深度读懂它承载的文化内核。沙涓（SANDRIVER）品牌创始人郭秀玲曾在德国纺织企业和鄂尔多斯集团任职。在她看来，传统工艺的延续不能仅靠文化情怀，还要回应材料、工艺、生产和市场的现实需求。她持续推动毯毯织机技术改造，如今已迭代到第12代。2014年起，沙涓通过服饰产品把西藏毯毯等非遗手工艺带到国际市场，入驻LVMH集团旗下巴黎乐蓬马歇百货，成为首个入驻该百货的中国品牌。

千百年岁月悠悠，雅砻大地的一针一线，既记录着高原百姓的生存智慧，也见证着各族群众在交往交流交融中形成的共同文化记忆。古老的经纬，不再只属于过往，它正织入鲜活的人间烟火；雪域的衣韵，也不再囿于高原一隅，向着更为辽阔的世界舒展。山南藏族服饰所展现的，不只是一方水土的独特风采，更是中华文化多元一体、生生不息的深厚底蕴以及各民族共创共享、携手走向未来的蓬勃力量。



格桑梅朵

◀摄影作品《圣洁萨普》，作者余振威。