

藏文名称



扫码关注西藏商报、快搜西藏

无阿里 不西藏 去探寻

在西藏有一片最接近天空的秘境，那就是阿里。这里平均海拔 4500 米，被称为“西藏的西藏”，是“世界屋脊的屋脊”。这里有俊美的雪山冈仁波齐，美丽的湖泊玛旁雍错，还有藏狐、藏羚羊、黑颈鹤、藏野驴、金丝野牦牛等野生动物，孕育出西藏古老的文明古格王朝，拥有着别具一格的荒野之美。

10月24日至10月25日，大型融媒体活动“跨越山海 格桑花开——乘着大巴看中国·西藏行”深入西藏高地，探秘团将在阿里开启一段音乐采风之旅，在土林丛生的霞义沟感受时光的雕刻，在巍峨精巧的古格遗址寻觅失落的文化，解锁靠近云端的山和湖，欣赏传统飞天服饰走秀，开设移动甜茶馆聆听人生故事……从札达县到普兰县，从自然风光与人文风情中汲取养分，用歌声为观众揭开阿里的神秘面纱。



“天空之城”的悠久韵味

找到刻进时光的密语

阿里地形复杂多样，除了雪山冰川、湖泊草原，还有令人叹为观止的“外星地貌”——札达土林。札达土林位于札达县内，是这里的标志性地貌风光区。很久以前，这里还是一片汪洋，喜马拉雅造山运动使湖盆升高，水位递减，土林山渐渐从海里冒了出来，山岩历经数百万年风雨侵蚀，才雕琢出这片地质奇观。

由中央广播电视台总台主持人朱迅、歌手刘恋、中阮演奏家冯满天组成的探秘团来到札达土林，在观景台俯瞰广袤壮美的札达土林，极目远眺，还能望见远方的一线雪山与层叠的土林相连，极尽壮观。

另一头，探秘团成员王星越去往霞义沟土林。这里是札达土林的“精华”所在，因为特殊的土质，霞义沟土林呈现出黄、红、蓝、灰等几色，日出和日落时土林的颜色会更加绚烂。

除了自然风光，札达县境内还有一处“自然历史博物馆”——古格王朝遗址。探秘团将登上古格王朝遗址小观景台，俯瞰古格王朝曾经的辉煌。

古格王朝的起源，最早可追溯到9世纪中期吐蕃王朝的覆灭，从13世纪到15世纪，出现过经济、佛教和文化艺术发展的繁盛时期，直至17世纪王朝覆灭。古格王朝的消失至今仍是未解之谜。

古格王朝遗址位于象泉河畔，依山就势，王宫内部又有四通八达的地地道，外部有坚实的城墙，犹如铜墙铁壁，同时都城位置背山面水，既

易守难攻又视野开阔，河谷中还可以种植青稞，是一片宜居之所。

在遗址的中下层，分布着300余个洞窟，是平民与僧侣的栖身之所，也作为佛堂使用。几人深入洞窟之内，通过洞内残存的痕迹，联想到当时人们的生活场景，感受先民的智慧。

古格先民在艺术上有很高的造诣。在古格王朝遗址红殿，至今遗留着许多色彩鲜艳、线条清晰的壁画。因为高原地区高寒缺氧，干燥多风，只要屋顶或窟顶不塌不漏，壁画的自然破坏就很轻，也因此遗址内的壁画大多保存完好。

而红殿壁画中经常会出现很多种乐器，其中的果沃琴、阿玲鼓等乐器至今还在阿里地区流行。为了体验当地传统民族乐器，探秘团将在山脚下的表演场地汇合，观看《梦回古格》选段。

《梦回古格》是西藏阿里首部历史情景剧，演员基本都是札达县的农牧民。探秘团将在表演中看到红殿壁画中的宣舞的“现实版”，在表演结束后，与当地青年音乐人学习演奏壁画中出现的果沃琴。

找出写在云端的答案

在领略了阿里地区辉煌璀璨的象泉河流域文明后，探秘团原班人马将向东出发，前往普兰县寻找来自大自然的宁静与和谐，感受天地之美、文化之韵，不断向高处探索，收获关于生活、梦想和自我发现的深刻启示。

在藏语中，

“错”是“湖泊”的意思，而“雍”是“绿松石”“雍错”就是“碧玉一般的湖泊”。玛旁雍错是世界上海拔最高的淡水湖，也是亚洲四大河流的发源地，是世界上高海拔地区淡水资源量最丰富的湖泊之一。

在玛旁雍错不远处，还有一个名为拉昂错的咸水湖，与玛旁雍错周围的生机勃勃不同，拉昂错周围草木荒芜，神奇的是，二者原本是同一个湖，因气候变化而一分为二。

在此次普兰县之旅的第一站——玛旁雍错栈道观景台，探秘团不仅能看到如蓝宝石一般的玛旁雍错，还能同时看到冈底斯山脉主峰——冈仁波齐峰，与阿里第一高峰——纳木那尼峰。

冈仁波齐被《中国国家地理》杂志评选为中国最美的十大名山之一，藏语意为“雪山之王”，峰顶终年白雪皑皑，气势磅礴，直耸云间，与蓝天、白云浑然一体，大有“云在虚无飘渺间”之感，远远望去犹如一座藏银的金塔。

在玛旁雍错湖畔，探秘团还将看到飞天服饰走秀与宣舞表演。普兰服饰拥有上千年历史，其中最精美、最独特的要数飞天服，是国家级非物质文化遗产，更是藏族服饰文化中的璀璨明珠。飞天服是跳宣舞所穿的重要服饰，只在节日盛典时才穿戴。

飞天服的创作灵感来自傲然开屏的孔雀，从服装的剪裁到配饰的搭配，都彰显着孔雀的形与魂。后人在服饰上特意设计了两处翅膀，表达了对诺桑王子与雍卓拉姆比翼双飞的美好寄托。

告别了飞天服饰表演团，探秘团将在

玛旁雍错观景台湖边，欣赏一出藏戏表演。演出剧目正是八大藏戏中的《诺桑王子》，这是藏戏最古老、传演最广泛的传统剧目之一。

《诺桑王子》与玛旁雍错颇有渊源，因剧中一个重要场景被视作玛旁雍错的象征。在湖边演出这一剧目，不仅能令观众更加理解剧情，还能感受到剧中人物的情感波动。湖面的倒影、周围的雪山以及清澈的湖水，都将为这出古老的藏戏增添了无与伦比的自然之美和文化氛围。

在详细了解藏戏的相关信息后，探秘团与藏戏传承人学习藏戏音乐，聆听藏戏传承人讲述非遗传承的故事。虽然探秘团在阿里之旅中将要欣赏到的《梦回古格》表演、飞天服饰制作等传统技艺都面临着传承困难，但这一路上却不乏传承人在默默坚守、默默付出。

告别藏戏讲解员，探秘团将去往冈仁波齐观景台，在那里搭起“移动的甜茶馆”，游客只需“一个故事”就能买走一杯甜茶。在阿里这片神奇的土地上，除了甜茶和故事，音乐也是连接人心的重要方式。“移动的甜茶馆”将变身小型音乐会，探秘团将用音乐分享天地的广阔与岁月的故事。

阿里是“跨越山海 格桑花开——乘着大巴看中国·西藏行”活动的最后一站。一路上，探秘团既沉醉于西藏独特美景，也倾听着独属于这片神秘雪域的古老故事，遇见热烈的歌舞，也遇见热情的藏族朋友，在这一片冰天雪地中，看到了不染喧嚣的西藏。在格桑花开遍的大地上，收获了一段最美好的旅程。

(央视频)



《梦回古格》