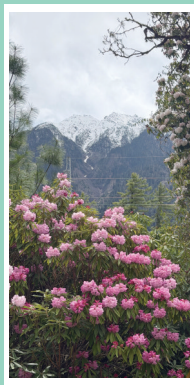




高原群众尽享自然野趣 不负春日好时光



文图记者德吉曲珍



最近网络上热传这么一段话:

从房子走出去,站在春天中间。阳光是心的流浪,春天给我照相。新的光,新的叶,我是春天新长出的人。

每年4月份,西藏进入最美赏花季,

正如这段话,大家趁着假期从房子走出去,在乡野间慢慢走,遇见一路繁花。

春风和煦,高原处处生机盎然。告别城市的喧嚣与忙碌,不少拉萨市民趁着美好春光,走进山野田园,以徒步赏花、泡温泉、挖野菜等方式亲近自然,在轻松惬意中享受假期时光。短途休闲、贴近自然的近郊游,成为市民春日休闲的主流选择,林芝市波密县八盖乡、拉萨市曲水县茶巴朗村等地人气渐旺,市民在山野间寻春、在烟火中尝鲜,沉浸式感受高原独有的春日魅力。

近日,记者跟随踏青人流,从拉萨市区自驾前往林芝市波密县八盖乡。进入八盖乡境内,眼前的景致便如画卷般层层铺展,而最让人心动的,是那片盛开在雪山脚下的花海。春日的八盖乡,漫山遍野的高山杜鹃肆意绽放,粉、红、紫、白交织成绚烂花海,寻春的脚步踏过花丛,沾着细碎的花瓣,人也仿佛浮在花的海洋里,连呼吸都带着清甜的香气,目之所及皆是绝美的春日画卷。沿着当地打造的杜鹃花徒步环线前行,偶尔还能在花田间遇上矮矮的草屋,非常适合拍照打卡。

前来赏花徒步的游客络绎不绝,有结伴而行的年轻人,有带着孩子的家庭,也有相约出游的中老年群体,大家身着轻便的运动装,步履轻快地穿梭在花田间,尽享春光。

“平时工作忙,难得假期有空,就约着朋友来八盖徒步赏花,既能锻炼身体,又能欣赏绝美的杜鹃花海,特别放松。”市民次旦玉珍一边拍照,一边向记者说道。据当地村民介绍,八盖乡的杜鹃花海规模大、花期长,徒步路线平缓,沿途风景优美,登顶后还能俯瞰峡谷风光,是踏青寻春的好去处。一路上,大家边走边聊,不时停下脚步拍照留念,记录春日美景;孩子们在花海间奔跑嬉戏,欢声笑语回荡在花间,为静谧的山野增添了不少活力。离开时,夕阳正为花海镀上一层金边。回望那片高山杜鹃花海,它依旧在群山脚下静静绽放,八盖乡的杜鹃花是一场关于生命与美好的约定,让每一个来过的人,都能带走一份心灵的宁静与震撼。

八盖乡不仅是徒步赏花胜地,当地的雅砻温泉也深受游客青睐。不少游客选择白天徒步赏花,傍晚时分

泡温泉,消解徒步后的疲惫。“白天看完漫山杜鹃,晚上泡个温泉,整个人都放松了,这种慢节奏的假期体验特别舒适。”市民索朗德吉说。据了解,八盖乡的温泉依托当地自然环境打造,水质温润富含矿物质,游客在泡汤的同时还能欣赏山间暮色,感受远离城市喧嚣的宁静,成为休闲度假的新选择。

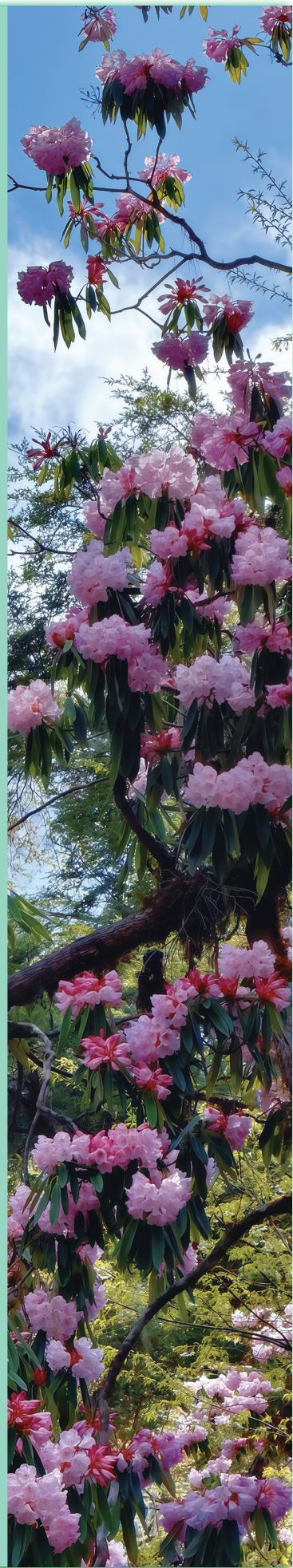
除了徒步赏花,挖野菜也是不少人假期的休闲选择之一。周末时分,记者来到拉萨市曲水县茶巴朗村6组的田间地头,寻找春日应季野菜,此时有不少市民提着篮子,拿着小铲子,在田间地头、草丛间仔细寻觅,采摘野生芹菜、蒲公英、茴香等时令野菜。春日的茶巴朗村草木渐渐葱郁,野菜很是鲜嫩,大家弯腰俯身,认真采摘,有趣极了。

“春天的野菜最鲜嫩,带着自然的清香,挖回去简单烹饪就是一道美味。”市民拉姆带着孩子一同体验挖野菜的乐趣。她告诉记者,每年春季都会趁着周末带孩子来乡村挖野菜,既能让孩子亲近自然,认识野菜,又能体验劳作的乐趣,感受乡村生活的烟火气。不少市民表示,挖野菜不仅是休闲方式,更是迎接春日的仪式感,在山野间寻一抹新绿,将自然馈赠的春鲜带回家,让餐桌多一份春日滋味。

茶巴朗村6组村民果果告诉记者,每到春季,村里的山沟里就会长出各种野菜,周末假期前来挖野菜的市民并不少,“新鲜采挖的野苣香清洗煮完后,混着红烧猪肉罐头包包子,非常好吃,大家都好这口。”

近年来,随着市民休闲需求的多元化,拉萨近郊短途游持续升温,徒步赏花、泡温泉、挖野菜等轻量型、生活化的休闲方式备受青睐。这些近郊游项目距离市区较近,交通便捷,消费亲民,既能满足市民踏青赏春、放松身心的需求,也带动了近郊乡村旅游发展,为乡村振兴注入活力。

春日周末的拉萨近郊,山野间绿意盎然,乡村烟火气十足。人们在徒步中舒展身心,在泡温泉中享受惬意,在挖野菜中品味春鲜,以质朴简单的方式度过美好时光,为新一周积蓄活力,在亲近自然中感受高原春日的美好,让生活充满生机与乐趣。



全区博物馆馆长培训班开班

助力文博事业高质量发展

商报讯(记者 德吉央宗)4月13日,由西藏自治区博物馆协会主办的全区博物馆馆长培训班在西藏博物馆开班。

据了解,此次培训汇聚全区文博骨干力量,参训人员覆盖布达拉宫管理处、西藏博物馆、西藏牦牛博物馆、藏戏博物馆、谭冠三纪念馆,以及日喀则、山南、林芝、昌都、那曲、阿里等地市、县级博物馆,共20名馆长、约30名业务骨干。

培训班邀请了8位国内文博领域资深专家授课,师资阵容强大。课程紧扣新时代博物馆发展需求,既包括文物保护法规、藏品管理、预防性保护、展览策划、社会教育等基础

内容,更将智慧博物馆建设作为重点方向,为西藏博物馆数字化转型、智能管理、创新服务提供前沿思路。

此次培训立足西藏本土实际特别设置“西藏自治区博物馆高质量发展挑战与对策”主题交流,学员们围绕高原文物保存、文化遗产数字化、民族文化叙事展陈等特色议题深入探讨。结业前,还将在西藏博物馆开展实地教学,把理论知识转化为实操能力,让学习成果真正落地。

在为期5天的诸多课程里,展览策划和智慧化博物馆建设课程,成为诸位文博骨干最

为关注的环节。

“西藏文博资源十分丰富,但基层文博力量相对薄弱,在新型策展方案和智慧化技术应用方面仍有欠缺,希望借助此次机会重点学习相关经验。”山南市博物馆党支部书记、文博馆员魏学鹏坦言,西藏地域辽阔,不少县级博物馆、陈列馆地处偏远,在藏品管理、观众服务以及远程展览等方面都面临诸多现实挑战。“如果能够充分运用数字技术,搭建起智慧化管理与服务平台,很多长期存在的难题就能找到新的解决路径。”魏学鹏说。

据悉,此次培训班覆盖了从布达拉宫管

理处、西藏博物馆到江达县岗托十八军军营旧址陈列馆、班戈县非遗博物馆等基层单位,是近年来西藏文博系统范围最广、类型最全的一次集中“充电”。“馆长+骨干”的双轨模式,让管理视野与一线实操能力同步提升。

西藏自治区博物馆协会秘书长、研究馆员、史学博士程忠红表示,此次培训旨在提升文博队伍专业素养,推动西藏博物馆向规范化、专业化、智慧化发展。“未来,我们将持续搭建交流学习平台,让更多文博人带着新思路回到各自岗位,为西藏的文化遗产保护与传播注入新的活力。”程忠红说。