

## 第三届西藏文化艺术节将于7月26日在拉萨开幕

拉萨融媒讯(记者乔梁见)记者旺姆)7月22日,记者从第三届西藏文化艺术节新闻发布会上获悉,由西藏自治区文化和旅游厅主办的第三届西藏文化艺术节将于2026年7月26日至8月22日在拉萨举行。

本届艺术节以“同心铸梦想·艺绘新西藏”为主题,在延续往届成功经验的基础上,进一步提质扩容,内容涵盖了区内外优秀剧目展演、专业赛事活动和群众文化活动三大板块,旨在全方位、多层次地展示西藏深厚的文化底蕴和独特的艺术魅力,展现新时代西藏文化繁荣发展的崭新气象,搭建民族团结与文旅融合的宽广平台。艺术节期间,将联动开展文旅促消费活动,旨在以文塑旅、以旅彰文、文旅融合,让各族群众和广大游客在共享文化发展成果的同时,助力自治区经济社会高质量发展。

据了解,本届艺术节规模宏大、内容丰富,将集中展演区内外12部优秀剧目、共26场演出,涵盖藏戏、粤剧、话剧、音乐剧、踢踏舞剧、歌舞剧、情景歌舞诗、民族管弦乐、交响组曲等九大品类。其中,开幕大戏藏粤史诗剧《驻藏·张大入》首度将藏戏与粤剧两大非遗同台交融。为了让更多的人参与到这场文化盛宴中来,活动还将同步举办民间舞蹈大赛、老干部舞蹈大赛、街舞比赛等多项群众性文化活动,覆盖不同年龄、职业和兴趣群体,通过“老传统新表达、老剧目新

联合、老观众新群体”的多层设计,为各族群众提供“交往交流交融”的平台。

此外,本届艺术节将始终坚持“文化惠民”宗旨,通过“线上预约+线下互动+群众评价+多元活动”的组合拳,力求让每一位向往艺术的群众都能找到自己的参与方式,真正把艺术节办成“人民的节日”,进一步提升公众参与度,让各族群众一起领略西藏文化的独特魅力,共享这场高原上的文化盛宴。

联合、老观众新群体”的多层设计,为各族群众提供“交往交流交融”的平台。

此外,本届艺术节将始终坚持“文化惠民”宗旨,通过“线上预约+线下互动+群众评价+多元活动”的组合拳,力求让每一位向往艺术的群众都能找到自己的参与方式,真正把艺术节办成“人民的节日”,进一步提升公众参与度,让各族群众一起领略西藏文化的独特魅力,共享这场高原上的文化盛宴。

## 百草论道展技艺 薪火相传守国粹

### 2026年全国藏医药院校藏药辨识技能大赛在拉萨举行

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)7月22日,由西藏藏医药大学主办的2026年全国藏医药院校藏药辨识技能大赛在拉萨正式开赛。来自国内多所开设藏医药专业院校的青年学子齐聚西藏藏医药大学夺命沟野外实践教学基地,以藏药材辨识为纽带,搭建起全国藏医药专业人才交流学习的重要平台,传承藏医药文化,培育优秀藏医药人才。

藏医药是中华优秀传统文化瑰宝,藏药材辨识是藏医药从业者的基本功,更是传承千年藏医药文脉的根基。本次大赛坚持以赛促教、以赛促学、以赛促传,竞赛标本涵盖植物、动物、矿物类多种典型藏药材。大赛设置高校、中职两个参赛组别,比赛分藏药辨识、抢答、风险答题三大环节。

开幕式上,西藏藏医药大学负责人致辞,进行了《藏药晶镜本草》曼唐唐卡捐赠仪式、向捐赠者颁发捐赠感谢状等环节,评审专家代表、参赛选手代表作了表态发言。

随后的比赛环节,来自青海、四川、甘肃等12所院校的48名参赛选手运用观眼形态、手摸质地、鼻嗅气味等传统鉴别方法,认真辨别药材种类、梳理药性功效,沉着冷静作答考题。赛场上,青年学子各展所长,充分展现扎实的专业功底与勤学善思的精神风貌。

参赛选手代表旺加告诉记者:“藏药承载着雪域先民的智慧,精准



图为参赛选手认真辨别药材种类并作答考题。

拉萨融媒记者 次仁卓玛摄

辨识每一味藏药材,是我们学医路上的必修课。这次全国大赛让各地藏医药学子相聚拉萨,既是比拼,更是难得的学习机会。我们将尊重赛场规则、诚信参赛,在切磋交流中补齐能力短板,努力成长为新时代藏

医药文化传承人。”

西藏藏医药大学党委副书记、校长米玛表示,举办全国藏药辨识技能大赛,旨在夯实藏医药专业学生实践基础,加强全国藏医药院校之间教学交流,发掘青年专业人才。



扫一扫  
看视频

## 太极越山海 共谱团结情

### ——“行走的非遗”镇江孙氏太极拳走进西藏公益教学活动在我市启动

拉萨融媒记者 齐永昌

近日,一场跨越千山万水的文化奔赴已在雪域高原悄然铺展——在江苏省镇江市对口支援西藏工作组推动下,由镇江市民族团结进步促进会 and 高原红石榴镇江示范基地共同主办的“行走的非遗”镇江孙氏太极拳走进西藏公益教学活动在拉萨市正式启动。国家级非遗孙氏太极拳传承人走进企业、校园,为各族职工、学生送上了一场沉浸式非遗体验,以太极文化为纽带,推动中华优秀传统文化跨区域交流传承。

#### 量身定制:太极教学走进高原企业

活动期间,镇江高原红石榴太极教研基地传承人俞志勇、李薇芳先后走进西藏国有资产管理有限公可达孜区绿色新动能产业园开展公益教学。两位老师充分结合高原气候与运动特点,为高原学员量身定制零基础适配教学方案。授课中,一招一式开合有度,一呼一吸张弛有道,各族青年凝神专注,认真模仿。

西藏国有资产管理有限公司工

会主席王嘉骅深有感触:“我觉得太极这项运动比较适合在高原地区去推广。刚刚打下来,我们其实也是一身汗,而且感觉呼吸会更加顺畅一些。”据了解,本次非遗太极公益进藏活动是落实文化润藏、全民健身、民族团结进步创建工作的重要举措,助力各族群众相融相通。

镇江孙氏太极拳第5代传承人李薇芳告诉记者:“我们来之前精心备课,做了一个教学方案。另外还特地制作了教学视频,因为我们这一周的教学时间比较短,留下视频让学员以后更好地跟着视频练。我们也可以线上解疑,有不懂的,线上询问。”

#### 扎根校园:千名学子种下太极种子

授课之余,俞志勇、李薇芳两位传承人专程来到堆龙德庆区第二小学。去年“行走的非遗”首期活动中,两人曾在此教学授课26天,为全校1200多名师生完整传授孙氏太极拳22式。在堆龙德庆区第二小学礼堂,孩子们为两位老师现

场展演了熟练的太极拳招式。如今,太极拳特色课程已成为堆龙德庆区第二小学的美誉特色名片。堆龙德庆区第二小学学生岗拉梅朵说:“回家给我爷爷打太极拳的时候,爷爷就说这个特别好,你教给我。”

“通过这次‘行走的非遗’活动,我们带着孙氏太极走进了西藏,走进了堆龙德庆区二小,在1200名各民族学生当中留下了太极的种子,留下了一颗文化交流的种子。这是一件非常有意义的事情,也是一件让我们非常高兴的事情。”镇江孙氏太极拳第5代传承人俞志勇说。

事实上,非遗太极在拉萨校园的扎根远不止于此。今年5月,“行走的非遗·镇江孙氏太极拳进校园”公益教学活动在达孜区中心小学启幕,为期20天的教学中,专业教练团队结合小学生身心发展特点,开展零基础、适配性孙氏太极基础教学。达孜区教育局局长严李伟表示:“我们以太极公益教学为纽带,让雪域少年近距离感受非遗魅力,在习武强身、涵养心性中厚植家国

情怀。”

#### 山海相连:共谱民族团结新篇章

此次“行走的非遗”公益教学活动,正是镇江援藏工作组推动的品牌实践,从江南水乡到雪域高原,非遗太极跨越千山万水,在青藏高原落地生根。从“一节公益课”到达孜区教育系统的制度安排,达孜区正在用行动证明:民族团结进步教育,可以既有“有形”又有“有感”,更“有效”。后续还将引入古琴、古筝等非物质文化遗产代表性项目,让更多中华优秀传统文化走出本土、走向各地。

镇江市民族团结进步促进会、高原红石榴镇江示范基地负责人表示,此次活动是深化民族团结进步教育、推动各民族文化交流交融的生动实践,希望通过公益教学,让中华优秀传统文化在青少年心中扎根,让江南与雪域的文化情谊在交流互鉴中不断升华。当太极拳在雪域高原舒展开来,当各族学子的太极拳影与高原的阳光交相辉映,民族团结的种子已在每位参与者心中生根发芽。

## 城关区尼卓林社区扎木念琴非遗班第二堂课开课

拉萨融媒讯(记者齐永昌)日前,城关区扎细街道尼卓林社区老年大学扎木念琴非遗特色课堂如期开展第二堂课教学活动。辖区老年学员学习热情高涨,在悠扬琴声中感受特色乐器的独特魅力。

课堂上,授课老师带领全体学员系统回顾了所学的扎木念琴基础知识、乐器构造、正确坐姿及持琴手

法,帮助大家温故知新、夯实基础。随后,老师结合老年学员的年龄特点和学习进度,由浅入深地展开新课教学,详细讲解基础音阶、手指发力技巧、简单节奏韵律及入门弹拨动作,并通过多角度示范,直观展示标准演奏方式。

针对老年学员指法不标准、节奏不稳定、姿势不规范等共性问题,

老师耐心细致、因材施教,逐一进行手把手纠正指导,并细致解答学员疑问。课堂上,老年学员们精神饱满、专注认真,紧跟教学节奏反复练习弹奏动作,主动请教难点问题,彼此之间互帮互助、切磋交流,整体气氛温馨热烈,学习氛围浓厚。

第二堂课的顺利开展,使学员们的艺术素养和对非遗的认知水

平得到进一步提升,大家在沉浸式学习中真切感受到传统民乐之美,精神文化生活更加充实丰盈。尼卓林社区将持续常态化推进扎木念琴课程教学,不断优化课程内容、提升教学质量,让传统乐器真正扎根基层、融入群众生活,助力辖区老年人实现“老有所学、老有所乐、老有所为”。

#### 促经济 惠民生 助发展

拉萨融媒讯(记者白央)夏季是拉萨林卡消费旺季,依托《2026年拉萨市促经济15条措施》,全市推行阶梯式林卡消费满减补贴活动,以财政红利撬动城郊乡村文旅市场。高新区辖区内柳梧怡绅欢快度假村、柳梧央恰度假村等特色林卡积极参与消费券核销活动,凭借差异化、多元化的文旅业态丰富近郊休闲供给,有效拉动居民消费、带动本地群众就近就业,为乡村文旅消费市场注入全新活力。

本次拉萨林卡促消费政策覆盖面广、普惠性强,设置多档位阶梯式满减优惠,精准降低市民出游消费成本。优惠范围涵盖帐篷租赁、特色餐饮、休闲体验等场内核心消费项目,切实让利于广大消费者,有效刺激市场消费潜力,推动林卡行业客流量与经营营收双向增长。

据高新区管委会乡村振兴办工作人员罗桑卓玛介绍,高新区积极开展林卡促消费政策宣传、动员与落地工作,目前辖区已有12家林卡报名参与本次专项促消费活动,政策红利精准直达市场主体,有效盘活乡村文旅消费市场,为乡村文旅产业回暖提质提供有力支撑。

作为本地特色沉浸式休闲林卡,柳梧怡绅欢快度假村依山傍水、生态风光旖旎。记者看到林卡内配套设施完善,标准化藏式帐篷错落排布,还提供地道高原特色餐饮、休闲休憩等基础服务。“我们从去年开始就参与拉萨文旅部门的林卡消费券活动,政策落地后门店客流量明显提升。”柳梧怡绅欢快度假村负责人次旦平措表示,消费补贴政策不仅让游客得到实实在在的优惠,也极大提振了商家经营信心。依托政策红利,度假村持续升级软硬件设施,采用环保材料改造园区设施,坚守生态保护红线、杜绝草地破坏,同时新增篝火体验等特色项目,不断丰富游玩业态、提升游客体验感。

林卡消费激励政策的落地,让游客消费意愿显著提升,周末、节假日林卡客流涨幅尤为明显,惠民政策切实盘活了乡村文旅经营市场。与此同时,度假村坚持惠农惠民理念,优先吸纳本地村民就业,提供服务、保洁、园区运维等稳定岗位,助力群众就近增收。

在园区任职多年的工作人员琼达,真切感受到了就近就业的便利与安稳。“我之前从事货运工作,常年奔波在外,收入很不稳定。来到林卡工作后,不仅有了稳定收入,离家也特别近,下班就能回家,兼顾工作和家庭,也能安稳供两个孩子读大学。”琼达说道。

不同于传统休闲林卡,柳梧央恰度假村聚焦休闲旅居与惠农消费深度融合,依托优质天然草地生态资源,在常规帐篷体验、户外休闲业态基础上,完善住宿配套服务,精准匹配市民短途夏日度假需求。园区深耕助农惠民赛道,搭建本地农畜产品展销平台,直接收购周边牧区纯天然酸奶、牛奶、牛羊肉等优质农特产品线下展销,打通农产品销售渠道,切实带动周边村民增收致富。

央恰度假村负责人旦增介绍,园区常年吸纳十余名本村村民稳定就业,同时吸纳周边村民夜间兼职,持续带动本地群众增收,依托林卡经济盘活乡村闲置劳动力,把乡村资源真正转化为增收优势。

实惠的政策、优质的环境与丰富的业态,让辖区近郊林卡成为市民夏日休闲出游的首选。市民次旦扎西表示,每年夏季都会和家人朋友前来体验林卡休闲,本地林卡环境整洁优美、特色餐饮风味十足。“通过线上平台了解到消费券活动,工作人员也会主动告知优惠政策,我们单次消费基本能达到满减标准,一次游玩能节省两百多元,政府的惠民政策特别贴心、性价比很高。”

下一步,拉萨高新区将持续推动林卡经济提质增效,依托惠民消费政策,引导辖区林卡差异化发展、特色化经营,持续优化乡村文旅营商环境,不断擦亮本地林卡文旅品牌,以特色林卡经济赋能乡村振兴,持续培育辖区消费新增长点。

#### 墨竹工卡县:

### 夏季“村晚”上演藏族服饰时尚秀 农牧民登台尽展非遗之美

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)近日,墨竹工卡县夏季“村晚”暨第二届藏族服饰时尚秀在幸福林举行。活动以群众为主角,将原生态歌舞与服饰创新展示紧密结合,是墨竹工卡县第二届“松赞”文化旅游节的核心内容。

本次“村晚”的节目全部由当地农牧民自编自演。来自全县的8支村级文艺队及墨竹舞乐团、退休人员组成的两支特邀队伍,带来了《金色故乡幸福新居》《普堆巴宣誓》等展现地域特色与时代风貌的原生态歌舞。行业专家与相关部门组成的评审组进行了现场评分,表彰优秀基层文艺队伍。

作为活动的最大亮点,第二届藏族服饰时尚秀延续了“让群众当模特”的初衷。16名本地普通群

众与11名儿童自信登台,其中包含墨竹工卡县本地孩子,他们先后展示了融入氍毹、堆绣等非遗传统技艺的新式简约藏装和典雅庄重的传统藏装,让非遗技艺化作可穿戴的时尚。走秀结束后,模特引导观众至藏装快闪店,店内提供量体裁衣服务,部分群众当场定制,有效实现了文化展示与消费的衔接。

场内还同步开设了非遗与农特产品集市,墨竹小菜籽油、斯布牦牛肉、藏香等本地产品吸引游客驻足。“‘村晚’搭台、文旅唱戏”的模式,正将群众文化活力转化为乡村消费动力。

墨竹工卡县委宣传部副部长、县文旅局副局长梅子表示,当地将持续推动群众文化活动与非遗传承、乡村旅游深度融合,为乡村振兴提供文化动能。



图为小模特展示传统藏装。

拉萨融媒记者 莫瑞英摄