

生态观察



江源溢彩 玉树州生态环境局供图



层林尽染 夏连琪 摄



碧波荡漾 玉树州生态环境局供图



贵德芦花湾水生态公园 夏连琪 摄



草丰水美 夏连琪 摄



重峦叠翠 省生态环境厅供图

湿地，青海靓丽的风景线

湿地之韵
家门口的诗意漫游

10时许，阳光洒满高原大地，一片温暖。家住西宁市城中区凤凰山路阳光小区72岁居民宋国忠，如往常一样，带着行动不便、身体虚弱的老伴，朝着西宁湟水国家湿地公园宁湖湿地出发。如今，国家大力度投入推进湟水流域系统治理，湟水河两岸的人工湿地多达十几处，已成为百姓休闲漫步的绝佳去处。

宁湖湿地公园内游人如织。人们悠然漫步于绿荫道与木栈道之上，尽情欣赏眼前的秀丽景色，一湾又一湾的碧水，宛若一块又一块温暖的碧玉。起起伏伏的芦苇，引起游客极大的兴趣。

宋国忠说，每年夏天湖中的芦苇长得很茂盛，真没想到在青海，芦苇也能生长得如此茂盛，跟南方的芦苇个头一般高。这时他的老伴也附和着：“是啊，小时候在电影《沙家浜》里看到过，想不到青海也能长芦苇。”旁边的一位西宁市民也说：“听说芦苇是一些鸟类的口粮，有芦苇的地方鸟儿也多。”

“快看，水鸭子。”虽然此时的芦苇已经褪去了绿色，但几十只赤麻鸭依旧在芦苇丛中悠然自得地游弋，划过的水面上留下一道道碧绿的水波。水静静地流动，鸭子缓缓地游过，望着这幅画面，浮躁的心情也会安静下来。

扑腾腾，两只白鹭也从草丛中飞了起来。人们马上会联想到厦门的白鹭洲，也会联想到“白鹭洲上白鹭飞”的诗句来，想不到白鹭也在西宁安家落户了。

白鹭，苗条的身材，美丽的翅膀，飞翔起来充满着诗情画意。大家纷纷举起手机，想拍下白鹭的倩影，可惜白鹭飞得快了些，许多人未能如愿。大家又羡慕起那些摄影家来，只见摄影家举着他们的长镜头，咔嚓咔嚓拍个不停，今天又是收获满满的一天。

宋国忠对老伴说：“下午我们去北山美丽园吧。”每年从春暖花开到秋季时的层林尽染，西宁北山美丽园里可谓熙熙攘攘，水池边、长廊里、亭子里欢歌笑语，广场上彩绸舞动。这里也是西宁人的好去处，几位老汉带着水壶和碗子悠闲地喝起了八宝盖碗茶，一群大妈挥动彩绸和扇子跳起了秧歌舞。宋国忠回忆起今年夏日美景，池中莲花盛开，碧绿荷叶映衬着娇艳花瓣，荷叶上滚动的晶莹水珠，宛如珍珠

落玉盘。

每年春暖花开时，漫步在北山美丽园，小径旁、石山下，各类鲜花竞相开放，争奇斗艳。金灿灿的油葵，看上去像一幅油画；万寿菊盆栽造型很多，被摆放的千姿百态；牵牛花的花期较长，千万朵喇叭花对着蓝天唱着彩色的歌。

宋国忠每天搭乘班车，不断变换着行程，去游览湟水河畔的湿地美景。在西宁经常去的地方还有麒麟湾、北川河湿地公园等，还到过西宁市湟源县、海东市平安区等地。老宋由衷赞叹：“实话好，实话好，西宁是湿地公园里的城市，城市被各式各样的湿地公园包围，是最宜居的城市。”

宋国忠说得一点也不错，站在高处俯瞰，西宁的确坐落在美丽的湿地公园里，沿河的湿地不仅为鸟类的栖息地提供了良好的生境，也让生活在城市的人们有了更多家门口的好去处。

湟水河穿城而过，西宁枕着湟水河的波涛进入梦乡。湟水河畔的一片片湿地，宛若湟水河这根长藤上结出来的碧色甜瓜，任人品味。一片又一片的芦苇，还有香蒲，再加上一群群鸟儿欢歌雀跃，仿佛江南水乡移至青海高原。诚然，这里已经变成鸟儿的栖息地，如今，有100多种鸟儿在这里繁衍生息。

湿地之泽
万物生灵的和谐家园

玉树藏族自治州生态环境局信息宣传科科长桑珠兴高采烈地玩起了短视频，用相机、无人机等专业设备拍到了很多视频，尤其是生态环境保护方面的短视频。他说：“多年来，国家高度重视三江源生态保护，保护并记录好生态环境持续改善好转，是我们应尽的责任。”

桑珠经常去的地方是隆宝滩湿地。说起隆宝滩湿地，桑珠总会滔滔不绝。他说，这里是国家级自然保护区，也是地处三江源头的保护区，是黑颈鹤、斑头雁们聚居的地方，名声远扬。

隆宝滩湿地离结古镇不是太远，驱车来到玉树州玉树市隆宝镇，也就几十分钟。这片湿地风光旖旎，闪烁着蓝色光泽的小溪弯弯曲曲，在碧绿的草原上尽情地流淌着。还有大大小小的湖泊，静静地躺在草原上，宛若璀璨的月亮和星星掉落在草原上。

这个时候的草原显得那么安详宁静，大自然的气息扑鼻而来，人的心情

也顿时变得清静舒畅。桑珠回忆起今年以来此看到的场景，野牦牛在远方悠闲踱步，一群群飞翔的鸟儿一会儿在草地上，一会儿飞向天空，还看见了一对正在热恋中的黑颈鹤。

黑颈鹤是高原上惟一繁殖、栖息的鹤，素有“青海省省鸟”的美誉。如果要观赏黑颈鹤，在隆宝滩湿地就能看到。它修长的脖子是黑色的，这就是黑颈鹤跟其它鹤的区别之处。它一般在每年4至5月开始繁殖，通常产下两枚蛋。等孵化后，幼小的黑颈鹤跟着妈妈，很快就会适应周围的环境。

斑头雁也是这里的常客，它的头顶上有着非常好看的斑纹。斑头雁在青海高原的数量比较多，无论是三江源头，还是青海湖畔，都会看到它们的情影。每年从春天迁徙至此到夏季繁育，斑头雁成群结队地在这里嬉闹，一会儿在蓝天上盘旋，一会儿在草地里跳跃。还有百灵，有角百灵，有长嘴百灵，百灵的歌声自然十分好听。原来，湿地是鸟儿的天堂，是鸟儿的家乡。有人问鸟儿一般住在哪里，这下可好，有答案了。

桑珠还兴奋地说，在隆宝滩湿地拍到了雪豹。雪豹被称为“高山之王”，它走起路来，浑身上下透露着一股霸气，身上的花斑非常漂亮，大尾巴也十分好看。它的双眼炯炯有神，一边欣赏身边的美景，一边搜寻着可以到手的猎物。雪豹如果吃到一只岩羊，十天之内就可以不进食了，在找不到岩羊之类的情况下，也会采吃植物。“这几年，随着生态保护力度的持续‘加码’，雪豹种群数量不断增加，从一定程度上反映出三江源地区的生态环境在持续向好向优。”桑珠表示。

桑珠也拍到了藏原羚，藏原羚跟普氏原羚是有区别的，藏原羚的身躯比普氏原羚要瘦小一点，体重也赶不上普氏原羚，羊角也不一样。藏原羚也是草地上的精灵，它们自由地奔跑，呼吸清新空气，啃食鲜嫩青草，彼此嬉戏互动，好不惬意。

在湿地美丽的湖泊里，还游弋着可爱的鱼儿，有细尾高原鲈等。人们也许会联想到“鹰击长空，鱼翔浅底”的诗句，想不到在高原湿地也是如此。

“多年来，为保护湿地及周边地区生态环境，当地干部群众倾尽全力，在增林、增草、增水、增群上下功夫。”桑珠感叹，三江源头水质始终保持在优良状态，土壤环境长期保持稳定，空气质量一直达标，生态环境持续向好，湿地的生态环境更不用说了，鸟儿越来越多，珍稀动物数量也是与日俱增。

湿地之礼
大自然的珍贵馈赠

青海湿地面积居全国前列，这是大自然对高原大地的慷慨馈赠。正是河流纵横、湖泊众多、沼泽广布、冰川横列的湿地生态资源，孕育了雄伟的大江大河，青海高原走进波澜壮阔的自然秘境。

青海湖鸟岛，是国际重要湿地。数十万只鸟儿在这里飞翔，蔚为壮观，这幅画面堪称青海的一张亮丽名片。每逢早晨，无数只鸟儿在这里鸣唱，宛转的鸟鸣声此起彼伏，使人感叹这是一部无比优美的大型交响曲。晴空万里，鸟儿奋力飞翔，勾勒出一幅壮观的画卷。春日里，候鸟纷纷回来。秋日里，鸟儿又成群归去。碧波中畅游的青海湖裸鲤，是鸟儿的美食，让鸟儿在这里安心栖息。

两只黑颈鹤从天边飞来，它们飞到青海湖畔的湿地里，这里是它们的温馨家园。它们相依相伴，在水泊边散步，美丽的倩影倒映在水中。远方蔚蓝湖面上，十几只大天鹅优雅游弋，似是青海湖的美丽使者，为湖光山色增添一抹灵动。

扎陵湖鄂陵湖湿地，也是国际重要湿地，还有一处处国际湿地公园，一处处省级重要湿地。大大小小的河流纵横流淌，形形色色的湖泊密密麻麻横列在眼前，各式各样的草甸草地纷纷展示着翠绿的生命色，万鸟有了温馨的爱巢，鱼类有了自由的溪口。

如今，青海湿地资源已经得到了充分保护，退化的湿地得到了科学、系统的修复，湿地生态系统的质量逐年提升，湿地生态系统的稳定性得到有效巩固，生物多样性保护明显提升，野生动物栖息地质量明显改善。

近日，《青海湿地保护规划（2024—2030）》印发实施，以三江源、青海湖流域、祁连山、柴达木盆地、河湟谷地“五大生态板块”为空间布局基础，以维护生态安全、保护三江源、保护“中华水塔”为目标，到2030年青海国际重要湿地将达到5处，国家重要湿地达到6处，省级重要湿地达到35处。

在青海，一株株青海云杉，早已锁定在高原大地；一丛丛红柳，一簇簇沙棘，向荒涂滩挺进；一棵棵顽强的中华茅草、垂穗披碱草、冷地早熟禾，在土地里扎根发芽生长。珍惜每一条小溪，呵护每一只小鸟，守护每一株小草，留住蓝天，留住青山，留住碧水。

青海湿地，一幅幅美丽的生态画卷，它正在走向未来，走向世界。

绿
意
盎
然

玉
树
州
生
态
环
境
局
供
图

星罗棋布

玉树州生态环境局供图