

## 匠心传承，光影里的河湟记忆



周富刚展示栩栩如生的皮影。



栩栩如生的皮影。

本报记者 牛玉娟 摄

## 文化中国行

本报记者 牛玉娟

一束光影、三尺戏台，观众端坐幕布前，幕后锣鼓声声，传出悠扬戏曲，打击乐合着二胡、三弦，奏出河湟人耐听的曲调，曾皮雕刻而成的影人出现在幕布上，瞬间，祥和的乡村氛围洋溢开来——这就是河湟皮影戏。

在海东市化隆回族自治县扎巴镇双格达村，皮影戏流传已久。这里有一支“抢救”后发展壮大起来的皮影戏剧团——化隆县扎巴镇天籟皮影艺术团，从最初的5个老人，发展到如今的16人剧团，上到80岁，下到20岁，这些民间艺人不仅将祖祖辈辈流传的戏本传唱至今，更让这项非物质文化遗产焕发出新活力。

听着天籟皮影艺术团团长周富刚的回忆，那些珍藏已久的古老皮影和它背后百转千回的故事浮现眼前。

“这些皮影有的上百年，有的几十年，都是宝贝。”这位扎巴皮影戏的第三代传承人，拿出珍藏的大箱子，在细心分类的夹子中搭配出武将杨六郎、身穿黄袍的皇帝、英姿飒爽的穆桂英，还有

几只老虎、几匹马。

阳光下，这些透亮、色彩斑斓的皮影栩栩如生，周富刚随手拿起竹竿边操作边轻声唱起来……

周富刚从小就爱好乐器，学校里学得一知半解加上自己的潜心研究，他学会了二胡、竹笛等乐器，在一位叔叔的引荐下，他于1993年高中毕业后正式参与皮影戏演出。

“当时还只是伴奏，2014年才正式开始接触‘把式’。”周富刚说的“把式”，就是幕布后面操纵皮影角色兼任说唱的人。

“以前，村上有几位老艺人，但有的上年纪，有的搬走了，像我这样新加入的传承人很少，懂乐器的还有一些，把式就很少了，就是因为这样，村上的皮影戏有20多年的断档期。”

2013年，在化隆县文化馆的组织下，周富刚和几位艺人在村里老艺人的指导下参加了几次培训。可是，随着老艺人的相继离世，那些真正有扎巴韵味的皮影戏也随之消逝。

在没有录音的年代，周富刚和团队人员只能四处求教，听的学的也都是西宁市、大通地区的口音和语调。演出中，不少老人提出他们的皮影戏“不正宗”。

“真的想放弃，学起来太繁琐太难，四处奔波，家都顾不上。”

周富刚想过放弃，可是一位大通的

老师点醒了他——“那位老师说，你要是钻进来了，就好好钻，要唱就好好唱，这门民间艺术传承下来不容易。”

直到今天，周富刚从伴奏变为剧团少有的“把式”，才让这门民间艺术传承了下来。

“武将有武将的走法，妇女有妇女的动作，你的一举一动展现在幕布上就是这些角色的性格和气质。”周富刚手持竹竿，轻轻摆动，讲述影人动作的微妙变化。

如果“把式”的唱腔是肉、表演是骨，那影人则是皮影戏的魂。雕刻艺人用刻刀苦心孤诣，雕刻出了河湟皮影的灵魂。

周富刚拿出一个皮影牛，据说是这些皮影中年岁最久的。因为时间较长，皮影色彩有些脱落，但精妙的雕刻痕迹依然清晰可见。尤其是那些弯曲的弧度中显示出牛筋骨的强壮，牛鞍上镂空的花纹，和大小一致、染色均匀的梅花图案，足见手艺人细腻流畅的刀工。

“你看这个皮影牛板板正正，犄角的弯曲度，还有脖子上大小相同的铃铛，整齐精巧，一般人绝对刻画不了。”周富刚说，现在剧团只有一位老艺人金文录掌握这种雕刻技艺，有不少人学艺，但总学不了老人那种传神的手法。

皮影制作需先将牛皮等兽皮浸泡，经去毛、打磨、晾晒后，再参照壁画、戏曲脸谱、民间绘画等素材绘制图案，用

刻刀仔细刻出底板，再精雕细琢、上色，有八个基本步骤、二十四道工序。

金文录老人掌握这门技艺有20多年，他刻画的皮影，刀工精细、线条流畅、色彩艳丽，《水浒传》108将、《红楼梦》仕女图、《西游记》人物等都是珍贵的收藏品。老人的雕刻技艺不仅让皮影戏极具生命力和表现力，更弘扬传承了皮雕艺术。

为唤醒年轻一代对皮影戏的喜爱，剧团在化隆县文化馆的指导下创新研究“皮影+舞蹈”的表演形式，让幕后的“把式”走到台前。还创新编排了一大批现代红色党史皮影戏、《移风易俗》等主题剧目。

周富刚说：“时代再怎么变，皮影戏弘扬真善美的老传统不能丢，但也要创新，老艺人要打破老观念老思想，不仅要技艺一代代传承下去，也要多编排年轻人喜欢的剧目。”

这些更接地气、更有温度的皮影戏，成功唤起了年轻人的共鸣——如今已有两位大学生加入扎巴皮影戏艺术团，更有不少女性参与其中。

时光流转，灯影依旧。周富刚等民间艺人借助皮影演绎着金戈铁马的岁月和时代变迁的神奇，让一代代河湟儿女感受着悠悠文脉，河湟皮影戏在他们的传承中，正焕发出新的光彩。

## 3700米高原上的健康守护

(上接第二版)

“组团式”帮扶和“青南支医”团队的到来，为泽库县藏医院的改革发展增添了动能。2025年，泽库县危急重症抢救成功率稳定在94%以上，这意味着，绝大多数危重病人不再经历转诊之路。

不仅如此，泽库县藏医院着力将藏医药服务半径拓展到乡镇和村落。目前，各乡镇卫生院建起了古朴温馨的藏医馆，64所村卫生室配齐基本藏药，针刺、艾灸等简便廉验的技术得到普及。

“以前乡上来的患者，到县里看一次病，来回得一天。现在牧民患者骑摩托车，十几分钟到达当地卫生院，做完治疗还能回家干活，方便了很多！”泽库县藏医院副院长华本太告诉记者，2025年泽库县基层中藏医药收入同比增长25.63%，这背后，是老百姓“看病难、看病远”成本的下降，更是群众获得感提升。

泽库县把藏医药文化传承作为全县卫生健康事业发展的主要内容，投资209万元建成非物质文化遗产藏医药展览馆。“这里收藏了571种藏药植物标本、古籍文献，要让年轻人知道，我们守护的不是简单的药丸，是千年的智慧。”华本太如是说。

这座展馆，如今已经成为青海省中(藏)医药文化宣传教育基地。在这里，古老的藏医药知识正化作一颗颗种子，播撒进医务工作者的心田。

“2022年，我们成功创建全国基层中医药工作先进单位，2024年，王家乡卫生院荣获全国卫生健康系统先进集体。”陈建龙说，“将继续坚持以人民健康为中心的发展理念，全面推进全县卫生健康事业改革发展，为泽库人民提供多层次、多元化的健康服务。”

夕阳西下，泽库县藏医院的药香依旧袅袅。那一粒粒由古老智慧与现代科技共同淬炼而成的藏药丸，如同高原上最坚韧的格桑花种子，随风撒遍泽库的草原与山谷，守护着这片高天厚土之上最朴素幸福与安康。

## 时代车轮在土乡赛道飞驰

——2025青海省公路/山地自行车锦标赛现场见闻

本报实习记者 张富昭

初冬的海东市互助土族自治县威远镇被一层薄薄的晨霜覆盖，空气中弥漫着清冷与热烈交织的气息。11月15日，2025青海省公路/山地自行车锦标赛在这里拉开帷幕，笔直的赛道如同一条纽带，将不同年龄、不同梦想的人们紧紧相连。

10时，位于新城区的比赛起点已是人声鼎沸。专业选手穿着各色骑行服在起点线处严阵以待，他们检查着车辆，做着最后的热身。

人群中，一个略显青涩的身影格外引人注目——来自美丽达车队的徐龙舞。这个刚满16岁的少年是海东市第四中学的高一学生，一大早就和母亲从乐都区赶来。他专注地调试着变速器，眼神里既有初出茅庐的紧张，更有对赛道的渴望。“今年在西宁文峰杯山地自行车赛拿了第八名。”他腼腆地说着，声音里带着这个年纪特有的羞涩与骄傲。“我想好好训练，将来能站上环青海赛的舞台。”他的梦想如同远处赤列雪山反射的阳光，纯净而耀眼。

发令声响，选手们如离弦之箭冲出起点。徐龙舞的身影很快融入疾驰的车流，在笔直的赛道上化作一个移动的点。他的母亲吴秀清站在赛道旁，双手紧握护栏，目光始终追随着儿子远去的方向。“孩子喜欢，我们就支持。”这位母亲眼神中满是期待。她讲述着儿子如何平衡学业与训练，如何在每个周末和假期完成练习。“看着他为自己的梦想努力，我们做父母的，再远也要来加油。”吴秀清说。

赛道旁，一位两鬓斑白的老人格外专注。来自互助县塘川镇的袁忠禄扶着栏杆，目光追随着每一个飞驰而过的身影。“年轻时，我也是靠自行车吃饭的。”他感慨道。

赛场上，一位两鬓斑白的老人格外专注。来自互助县塘川镇的袁忠禄扶着栏杆，目光追随着每一个飞驰而过的身影。“年轻时，我也是靠自行车吃饭的。”他感慨道。



选手们蓄势待发。

本报实习记者 张富昭 摄

上世纪八九十年代，他加入“倒蛋部队”，骑着永久牌自行车往返于农村与西宁之间，后座捆满从乡亲们那里收来的鸡蛋。“那时候，自行车是谋生的工具，载着全家的柴米油盐。”他记得那些颠簸的土路，记得雨天泥浆飞溅裤腿的艰辛，更记得用挣来的钱给家里添置第一台电视机时的喜悦。

如今，同样的路铺成了平整的柏油赛道，自行车是生活工具，也是运动器械，这变迁让他唏嘘不已。

中午时分，比赛进入最后两圈的冲刺阶段。徐龙舞处在中游位置，汗水沿着安全帽往下滴，但他的踏频依然稳定。每一圈骑行都是对意志的考验。

观众的加油声在赛道回荡，形成独特的声浪。袁忠禄看着这些年轻骑手，仿佛看到了自己年轻时的影子——同样的汗水，只是为着不同的目标。他感叹：“以前我们骑车是为了生活，现在他们骑车是为了梦想。时代真

的不一样了。”

最后一圈，徐龙舞奋力加速，最终以中游成绩完成比赛。虽然未能站上领奖台，但当他冲过终点线时，母亲第一时间上前为他披上外套，递上热水。这个瞬间，成绩已经不再重要，重要的是一个少年正朝着梦想踏实迈进。

15时，赛事落下帷幕。工作人员开始拆除临时设施，观众陆续散去。徐龙舞和母亲带着这次比赛的经验和对未来的期许踏上了返回乐都的路，袁忠禄也带着满心的感慨驾车回塘川镇。

自行车在这片土地上完成了从谋生工具到精神载体的蜕变，而互助县青山绿水间，不仅留下了轮胎的痕迹，更印刻了一个时代前行的轨迹。这场赛事如同一个缩影，让我们看见个体的梦想如何与时代的脉搏共振，看见一种交通工具如何承载着不同年龄段群众的生活与希望，在高原的公路上不断向前。

## “青海家宴”首次下沉县域 祁连暖火锅激活冬季消费

本报海北讯(记者 刘程锦 李树婷) 11月15日至16日，“青海家宴·餐在祁连”——祁连山下·阿咪东索暖火锅活动在海南藏族自治州祁连县阿咪东索林海露营地举办。作为“青海家宴”品牌首次深入县域的重要实践，活动由青海省商务厅主办，以“用好材，做好味”为核心理念，创新“家宴+冰雪+文旅”融合模式，明确祁连县以火锅为主打的宴家发展定位。

活动特邀山东援青指挥部、省内外知名餐饮企业代表齐聚，通过火锅沙龙、暖火锅品鉴、家宴酒水

席等多元形式，深度挖掘祁连羊、牦牛、黄菇等特色食材价值。现场发布“青海家宴之祁连涮羊肉火锅”菜式体系，签署多项产销合作协议，推动从牧场到餐桌的高效协同。百余名嘉宾与游客在雪山林海间，品鉴牦牛油锅、黄菇菌汤锅等特色火锅，体验非遗大铜火锅的独特魅力。

此次活动不仅拓宽了祁连县优质食材的市场渠道，更激活了冬季服务消费潜力，为我省绿色有机农畜产品输出地建设及冬季旅游发展注入新动能。

## 高原外贸劲吹“出海风”

(上接第一版)

为青海弗迪动力电池破解锂电池出口铁路运输瓶颈，协调推进专用线改造和集装箱定制，助力其1-9月锂电池出口达22亿元，增长9.1倍；为青海宜化开辟“铁路+海运”越南专线，降低物流成本，1-9月实现PVC出口11427吨；创新“青海家宴美食出海”模式，推动高原特色农产品出口，其中，龙洋鲜(青海)股份有限公司通过国际认证和参展，三文鱼出口至15个国家，1-9月出口额增长1.4倍。同时，通过组建金融外贸工作组，扩大出口信保覆盖面，1-9月中国信保支持青海90家外贸企业出口1.67亿美元，为企业出海筑牢“风险防护网”。

市场主体的活力进一步夯实了增长根基。其中，民营企业作为外贸主力军表现尤为亮眼。今年前三季度，青海省民营企业进出口47亿元，增长67.9%，占同期全省外贸总值的87.8%，拉动全省外贸增长51.5个百分点，进出口贸易“主力军”地位持续巩固。

西宁海关畅通“线上+线下”关企联络渠道，提升民营企业在RCEP、减免税等方面的知惠享惠能力，通过“标签数据库+企业信息库+政策措施库”数据匹配模型实现海关政策精准推送，推行原产地证书“智能审核+自助打印”智慧审签模式，持续压缩签单耗时。前三季度，签发各类原产地证书775份，同比增长28.3%，签证金额8.9亿元，增长78%。

从上半年8个市州全面开展进出口业务形成梯次发展，到三季度外贸规模持续扩容，青海外贸正从“单点突破”迈向“全域发力”，为全省经济增长注入强劲动力。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。

按照省委省政府深度融入共建“一带一路”，深入实施市场多元化战略要求，省商务厅出台了《青海省商务领域深度融入“一带一路”建设推动开放型经济高质量发展三年行动计划(2025-2027年)》，推动全省开放型经济高质量发展。

“1-9月，我省与112个国家(地区)建立贸易往来，较去年同期新增巴拿马、洪都拉斯等22个国家(地区)，对共建“一带一路”国家进出口44.2亿元，增长62.9%，占全省82.7%，比重提升9个百分点。”李晓晖介绍，匈牙利、俄罗斯、越南等新兴市场成为重要贸易伙伴。