



从河源到昂赛 山高水长上青南

西海全媒体记者 郭红霞

昂赛大峡谷

1 圣洁的三江源

三月，从西宁曹家堡机场出发，搭上前往玉树藏族自治州飞机，透过舷窗望去，眼前的景象渐渐从鳞次栉比的高楼大厦转向湛蓝的天空、浩瀚的云海、连绵的山脉、纵横的河流、星辰般散落的湖泊……仅一眼，就让你觉得不虚此行，这里就是无数人梦中的诗和远方。

一个多小时后，飞机抵达玉树巴塘机场。初见玉树，湛蓝的天空，纯净的河流，巍峨的雪山，让人心旷神怡。

玉树，地处青藏高原腹地，这里是三江源国家公园的核心区域，玉树境内有着数不尽的美景，有着珍稀的野生动植物资源，也有着独特的人文风情、民俗乡情。

三江之源，圣洁玉树。玉树哪里最美？很多人会毫不犹豫地推荐一个地方——昂赛大峡谷，因为这里是国家一级保护动物雪豹的栖息地，昂赛大峡谷也因此得名“大猫谷”。

大峡谷位于玉树州杂多县昂赛乡，平均海拔4000米，滔滔澜沧江穿越峡谷，流出国门，润泽南亚。昂赛大峡谷不仅有古老的原始森林、高寒草甸，而且还以赤壁丹霞的独特地貌景观扬名于世。

昂赛丹霞千姿百态，雄浑壮美，是三江之源最为独特的自然景观，而依托丹霞地貌形成的生态多样性，更让昂赛大峡谷拥有了不可替代的生物科考价值和生态保护价值。

保护家园是三江源人民对世界的承诺，如今，昂赛乡有1516名管护员，守护着1300平方公里的雪豹家园，守护着几十只“雪山精灵”。

2 昂赛的生态体验游

久居深山中，不怕人不识。作为世界上雪豹最集中的地区，近年来，越来越多的人开始认识昂赛，也开始爱上昂赛。

2018年，昂赛乡启动自然体验项目，2019年3月通过三江源国家公园管理局审批，昂赛乡22户牧民开始接待游客，遥远的昂赛不再遥远。可是出于对生态和野生动物保护的需要，如今来昂赛依旧不是一件容易的事，想来昂赛体验自然的访客首先需网上预约，得到当地政府的允许后，才能分批次、有组织地进入昂赛。来到昂赛后，当地的牧民会接待你住到家中，由他们带着你体验自然生态，邂逅雪豹。

因为有了这样的敬畏，也是因为有了这样的举措，如今的昂赛自然环境越来越好。这几年，昂赛大峡谷内一共拍摄到了82只雪豹、14只金钱豹，白唇鹿、岩羊、棕熊、赤狐、藏狐、马麝等野生动物在这里更是随处可见。

在三江源，目光所及皆是景，而这些景似乎都与水有关，不错，三江源是举世闻名的中华水塔，这里湖泊密布，冰川林立，丰富的水资源，让这一地区成为了长江、黄河、澜沧江的发源地。

“君不见，黄河之水天上来，奔流到海不复回。”李白的这千古名句表达了古人对黄河之源的想象，黄河之水当然不是来自于天上，距离杂多县200多公里的果洛藏族自治州玛多县是黄河的源头。

黄河全长5464公里，从玛多县出发一路向东奔流，下高山，润草原，穿峡谷，从海东市民和回族土族自治县出省，境内干流总长度1694公里，流域面积15.23万平方公里，涵盖省内30个县区，占黄河流域水资源总量的49%。在青海，你能看到最清的黄河水，感受黄河上游创造的人文风情，也能领略到这条汤汤大河在百转千回间创造出的绝世美景。



雪豹 本报资料图

3 黄河的刚勇与柔情

黄河在巴颜喀拉山北麓的约古宗列盆地聚而成流，喷涌而出，一路跌跌撞撞，穿山越岭，流出青南高原后，在河与山挤压下，形成了一条长约三百公里的黄金水道。水道中峡谷密布，每一个峡谷都彰显出了黄河刚勇的性情，素有黄河第一坝之称的龙羊峡就是黄河上游诸多峡谷中最著名的一个，这里是龙羊峡水电站的所在地。

龙羊峡水电站是黄河上游最大的水利工程，黄河之水因大坝的拦截，形成黄河上游最大的人工湖——龙羊湖。龙羊湖湖面波平如镜，汹涌的黄河水在此蓄势待发，大湖两岸奇峰陡立、峭壁对峙，形态万千，这是大自然的鬼斧神工，这是造物之神的妙笔生花。

如今的龙羊峡早已成为旅游者和摄影家的乐园，依峡谷悬崖而建的栈道吸引着络绎不绝的徒步爱好者。游览龙羊峡，你既可以乘坐游船进入峡谷深处，欣赏陡峭幽深的绝壁，与岩羊、金雕等珍稀动物来一次亲密接触，也可以漫步湖畔，发思古之幽情，享自然之宁静。当然，黄河也有柔情的一面，在黄河上游，黄河之水也在对河流两岸的冲刷爱抚中形成了最美丽的小盆地群，它们是贵德、尖扎、循化、民和官亭四个迷你型盆地。

龙羊峡水库建成投产后，为下游的贵德发展揭开了崭新的一页。在贵德，黄河之水变得更加平缓清澈，因为这份柔美，贵德的黄河河段，也被誉为“黄河的少女时代”，“天下黄河贵德清”是人们对贵德黄河的真情赞誉。

黄河水一路向东，海拔也越来越低，在这里，黄河遇见了上游的第二个迷你型盆地——尖扎盆地，尖扎盆地因为冬暖夏凉、土质好、日照长的气候特征，成为了青海著名的水果之乡。

与贵德盆地的清新朗润不同，尖扎盆地的黄河河段，另有一番风情，在这里，黄河与丹霞地貌的相遇，在天地之间，描摹出了碧水丹山的传奇。

尖扎盆地的丹霞赤壁色泽鲜亮，造型诡谲，一面面色泽殷红的岩壁拔地而起，在静水深流的黄河岸边默默矗立，昂首向天，俯身探水，气象万千，令人啧啧称奇。

来到青南，不能不提位于隆务河边同仁县的热贡艺术。诞生于13世纪的热贡艺术，包括唐卡、壁画、堆绣、雕塑等多种艺术形态，2006年被列入第一批国家级非物质文化遗产名录，2009年，又入选人类非物质文化遗产代表作名录。古老的热贡艺术，不仅是青南人民智慧的体现，也是青海省具有代表性的旅游资源，是高原人民向往美好、憧憬未来的精神写照。