

载歌载舞 赴一场云朵上的羌年

2026年羌历新年庆祝活动在阿坝州理县举行

□高明山 杨颜铭 本报记者 胡斌 李鹏飞

深秋时节，杂谷脑河畔，羌歌悠扬，年味正浓。11月5日至6日，以“吉祥羌年·世界桃坪”为主题的四川省第九届国家级羌族文化生态保护区建设成果展暨2026年羌历新年庆祝活动在阿坝州理县举行。

两天时间里，文化生态保护区建设交流、民族联欢、“三站三风情”民俗体验、桃坪羌寨迎新庆祝等活动相继举行，让古老年俗与多彩民族文化在羌山深处交相辉映。

保护区代表齐聚 互学互鉴共探传承新路

佳节相聚，不止烟火欢歌，更有文脉深耕。11月5日，国家级文化生态保护区建设交流座谈会如期在理县召开，14个国家级文化生态保护区代表围绕非遗系统性保护、生态保护区规划建设、非遗活态传承、文旅深度融合、区域可持续发展等核心议题深入研讨。

各地特色实践各有亮点、各具所长。徽州文化生态保护区深耕精细化保护与产业化转化，完善顶层规划政策，搭建多级展示阵地，推进传承人数字化建档，让传统文脉有序赓续；闽南文化生态保护区依托两岸同源、山海共生的独特底蕴，深耕古城活化、数字非遗创新，推动民俗文化跨海出圈、对外传播；武陵山区（湘西）土家族苗族文化生态保护区立足多民族共生特质，构建完整四级传承阵地体系，守护山区少数民族特色文脉。

石榴籽联欢情暖羌山 共绘民族交融画卷

灯火映羌寨，欢歌聚人心。11月5日晚，理县吉祥广场流光溢彩、暖意融融，“民族一家亲·共绘同心圆”石榴籽联欢晚会精彩上演。来自阿坝、绵阳等地的藏、羌、回、汉各族群众欢聚一堂、载歌载舞，以最热烈的方式共贺羌历新年，共话民族团结情谊。

晚会在歌舞《吉祥谷等你来》欢快灵动的舞姿中正式拉开帷幕，昂扬的旋律、喜庆的氛围瞬间铺满整场，点燃全民过节的热烈氛围。本土歌手王小刚倾情献唱《万籁共生》，将古老羌族释比吟唱与现代曲风巧妙融合，婉转歌声娓娓诉说着羌山儿女与自然相融共生的美好愿景。羌族女子群舞《霓彩云裳》惊艳亮相，舞姿轻盈曼妙，将精美羌绣纹样、羌族传统服饰之美灵动呈现，尽显千年羌韵雅致风华。

“三站三风情”移步换景 尽览鲜活民俗年味

山水为卷，民俗为诗。11月6日，本次羌年特色重头戏——“三站三风情”活态民俗体验线路精彩上线。记者沿百里藏羌文化走廊、顺杂谷脑河一路前行，从嘉绒藏寨到唐风古镇，从田园羌乡到深山古寨，沉浸式解锁藏、汉、羌多民族共贺羌年的浓郁年味。

首站走进甘堡藏寨。寨门前，盛装的藏族群众手捧圣洁哈达，为八方宾客送上新年美好祝愿。村寨广场上，三十余名本地村民盛装起舞，演绎国家级非遗“博巴森根”叙事锅庄。游客纷纷驻足观赏、跟随律动拍手互动，沉浸式感受非遗舞蹈的磅礴气势与藏家风情。

顺河而行，抵达第二站薛城古镇。作为茶马古道上的百年隘口、多民族交融重镇，这里自古文脉绵长、民风和睦。活动现场，龙灯、花灯沿街巡游，铿锵锣鼓奏响新年序曲。沉浸式茶马古道情景展演复刻千年商旅盛景，典雅汉唐乐舞将边关千年文脉娓娓道来。街头美食集市更是人气爆棚，钵钵鲟鱼、冷吃虹鳟、酸菜搅团、特色锅渣肉等地道风味鲜香四溢，游客驻足品鉴、大快朵颐，在烟火滋味中读懂古道年味。

一路山水一路景，终站抵达木卡羌寨，质朴鲜活的田园羌年烟火扑面而来。万里晴空下，羌寨晒坝热闹繁忙，当地妇女分工劳作，搓玉米、捆辣椒、打连盖，利落的劳作场景，是羌寨岁岁丰收的真实写照。院落间，清亮的羌族丰收山歌此起彼伏，村民们围坐一堂，咂酒闲谈、共品美食，在欢声笑语中庆贺五谷丰登、喜迎羌历新年。

羌年欢庆相聚桃坪 三九塘羌宴话团圆

碉楼高耸，石巷纵横。11月6日，羌历新年核心庆祝活动在桃坪羌寨举行。古老碉楼石巷张灯结彩，祈福迎新、民俗展演、古寨巡游等特色活动次第开展。

活动现场暖意融融，理县、汶川、茂县、北川等地的九位羌族释比登临高处、击鼓祈福，祈愿山河无恙、家园安康、岁岁顺遂。随后，悠扬羌歌、灵动羌舞轮番上演，古朴村寨处处欢声笑语、喜气洋洋。

人间烟火处，年味最团圆。备受期待的“三九塘”羌宴温情开席，以“九碟迎客、九盘下酒、九碗团圆”的传统羌家礼制，还原最地道的羌年团圆仪式。宾客与本地群众围席而坐、共品佳肴，席间羌歌缭绕、民俗展演不断。

古寨街巷之间，年俗手作、非遗体验、村寨串门、农特集市等趣味活动持续开展。游客穿行石巷、探访古寨，亲手体验传统技艺、品鉴乡土好物，在沉浸式互动中亲近羌俗、感知羌韵。

（图片由活动主办方提供）

以赛为媒聚人气 奔跑激活诗书城

——2026眉山东坡马拉松圆满举办

初冬的岷江，晨雾未散。11月8日7时30分，2026蒙牛眉山东坡马拉松暨跑遍四川（东坡站）在眉山市东坡城市湿地公园鸣枪开跑，2.5万名跑者从子瞻大道出发，脚步声沿岷江铺展开来。

经过激烈角逐，本届赛事四个项目的冠军均打破眉山东坡马拉松赛会纪录。张帮柳、黄菲分别以2小时12分09秒、2小时35分05秒夺得马拉松男子组、女子组冠军；王佳浩、梁田田分别以1小时02分54秒、1小时12分19秒夺得半程马拉松男子组、女子组冠军。



发令枪响，万步同途

天光初亮，东坡城市湿地公园已经热闹起来。接驳车一辆接一辆靠停，跑者背着参赛包走向集结区；存衣车前排队有序，志愿者定岗引导，各分区按序集结。

2.5万张号码布背后，既有多届参赛的“老东马”选手，也有初次到访的新面孔；既有省内跑者，也有不少省外跑者专程赶来。有人忙着留影，有人把名字写在号码布上，有人做着最后一组拉伸——不同口音、不同理由，在同一片晨光里汇成一条奔跑的人河。

发令之前，全场齐诵《水调歌头·明月几时有》，为这场奔跑添上一笔东坡式的开场。发令枪响，人潮自子瞻大道涌出，脚步由近及远连成一片，赛道两侧的加油声随即响起。

平道争先，快者当先

出发不久，第一方阵很快提速，42.195公里的较量，从这一刻正式开始。

这条赛道为出成绩而生：赛道全程顺行，起点海拔415米，全程马拉松累计爬升约32米、半程马拉松约15米——放到全程尺度上，起伏几乎可以忽略。

赛事组织的细节随处可见。本届东马创新启用按历史最好成绩划分的混合分区，全马、半马同水平混编，按成绩划为8个集结区域，分三枪错峰发令，配套分区检录、计时核验和现场裁判管控；今年还邀请50余名国内高水平运动员参赛，新增年龄段奖项；终点布局同步优化，全马终点设在太和公园安和街、半马终点回到子瞻大道，完赛人群分区分流。

一步一景，一步一诗

跑出起点，赛道很快拐上眉州大道。东坡大道、苏轼公园、苏堤公园——带东坡印记的路名与地标串在42.195公里的赛道上，赛道沿岷江铺展，江景、湖景、城景次第展开。

沿途的16处氛围点、5处加油点位上，各类文化节目轮番上演。四川省眉山中学百坡分校的孩子们跳起《跃动青春》，东坡区文化馆、东坡区心连心艺术团带来原创歌舞《江城子·密州出猎》，东坡小学的孩子们舞起《稻田奇遇记》，此外，威风锣鼓、武术、舞狮轮番登场，擂出千年古州的士气。

赛道两旁同样热闹。欢呼声、锣鼓声、音乐声此起彼伏；观众踮起脚、挥着手，掌声一浪接一浪。

文化体验延伸到赛道之外。开赛前夜，“东马之夜”在东坡岛水街上演，位于苏洵路的“问苏长廊”街区同步迎客，组委会还投放百万元级东马消费券、发布美食打卡地图，参赛选手凭号码布可免门票游览三苏祠、瓦屋山等景区。

“不只是有文化表演，跑在路上，路名、地标到处都是三苏的元素，特别有感觉。”第一次参赛的跑者李女士说。

跑者向前，城市向暖

2.5万人的赛事，功夫多在场外。

3750名志愿者大多来自本地高校，赛前经过多轮培训与实操演练，从领物、起点引导到赛道补给、终点疏导，定岗到位；医疗保障参照国家级赛事标准，整合全市多学科医护力量，固定医疗站与移动救护相互配合。

“今年东马方方面面安排得很细心，接驳车很方便，改用环保杯也很好。”多次参与东马的本地跑者左建群说。

办赛也照顾着本地人的日子。赛道沿子瞻大道、湖滨路、东坡大道顺向布设，压缩封路范围，城区道路解封时长缩短40分钟；赛事还采用“岛式穿越”方案，设置多处赛道横穿点位，方便市民在赛事期间正常出行，尽量不打扰城市的正常节奏。

一条赛道，串起一座城市的过去与现在。当2.5万名跑者的脚步声在岷江之畔汇成潮水，这座千载诗书城再次向远方来客展示了它的底气：文脉千年，生生不息；奔跑不止，故事常新。

苏文保 文/图

行摄水上大蜀道 秋染苍溪入画来

中外摄影师走进广元苍溪，向世界各地传播梨乡山水人文

□刘敏 王韬 本报记者 胡斌

深秋的嘉陵江畔，碧波蜿蜒。清晨，意大利摄影师弗朗切斯科举起相机，将第一缕晨光穿过雾霭、洒向江面的瞬间定格。广场上，晨练的老人踏着节拍起舞，孩童追逐嬉闹，清脆的笑声在江畔回荡，他再次按下快门，捕捉川北梨乡鲜活温润的小城日常。

11月5日至6日，“行摄水上大蜀道·秋染苍溪入画来”主题宣传活动在四川省广元市苍溪县开展。来自意大利、法国、希腊等国家和地区的国际知名摄影师，携手中外媒体人以镜头为笔，沿“水上大蜀道”一路采风，聚焦苍溪县红色文化、非遗技艺、生态山水、工业发展与书法石刻，把千余年厚重文脉与如画秋色，装进一帧帧画面，推向国内外。

活动首站，大家登上苍溪红军渡西武当山景区。这里是俯瞰苍溪县全城秋色的最佳观景点。丰碑与秋色同框，历史厚重与山水灵秀交融，成为镜头里最具张力的画面。

“今天参观了苍溪红军渡景区，非常震撼。我们希望通过文字和影像，让更多人了解苍溪。”中国摄影家协会会员、四川省侨界摄影委员会委员段雪忠说。

接下来，采风团循着“水上大蜀道”，走进非遗长廊。在御楼兰，大家沉浸式体验唤马剪纸、元坝笋壳画、歧坪真丝地挂毯织造、苍溪根雕等非遗项目，省级非遗传承人讲述技艺背后的故事；在梨仙湖湿地公园仙子广场，元坝狮舞、梨花龙、漓江高跷、苍溪灯戏等民俗巡游轮番登场，中外摄影师纷纷驻足拍摄。从指尖匠心到民俗展演，苍溪非遗可触可感、活态传承，成为镜头里的动人风景。

“早上亲眼看到这件传统艺术品的手工制作过程，这几位女士都是很厉害的艺术家。她们织造的真丝挂毯特别好看，我真想一整天都留在这里拍照。”国际摄影师乔治（希腊）感慨道。

随后，采风团从梨仙湖湿地公园仙子广场码头乘游船，沿嘉陵江溯行至红军渡，在船上饱览两岸风光；上岸后，大家走进苍溪紫云工业园区，先后探访广元舒之恒鞋业有限公司、苍溪县沸典眼镜有限公司，记录企业生产场景与产业发展面貌；最后，大家来到寻乐书岩，近距离品读崖洞石室间留存的清代书法石刻，感受独特的书法艺术魅力。



一幅幅画卷被定格、被传播，“水上大蜀道·苍溪入画来”不再只是一句口号，而是苍溪县递给世界的名片。本次主题宣传活动产出的摄影作品与融媒体报道，将陆续在国内外主流媒体刊播，把苍溪县1700余年的山水人文与如画秋色，传播到世界各地。

（图片由苍溪县委宣传部提供）

一坛酸笋

王庭彪

提起对家乡的思念，我最先想起的，是母亲腌的那坛酸笋。

由于工作原因，我在城里忙忙碌碌地奔波着，很少有机会回老家。在外面吃过许多酸笋，但是都不如老家的味道好。老家的酸笋是沉在粗陶坛子里，被滇东南山雾慢慢熏染出来的，那种酸爽、清冽且带有竹根泥土气息的味道，只有在老家才会有。

每到春雨下透，山上的龙笋就冒出来了。天还蒙着一层灰蓝的雾，母亲就背着竹篓出门。我小时候总跟在妈妈身后，踩着满是露水的杂草往前走。刚挖出来的笋裹着笋壳，剥开壳后里面是白白嫩嫩的笋，用手指掐一下，汁水凉津津地沾在指头上。母亲不贪多，只拣笋尖最嫩的一截，她说笋要鲜，腌出来才好吃。

回到家后，将笋去皮切成长条，放在清水里浸泡一下，再摊在竹簸箕上晾干水分。此环节最为关键，不能有一点点油脂沾染到上面去，否则，整坛笋都会坏掉。

晾干后的笋，一层层码放到坛子里，撒上粗盐、滴几滴自己酿制的米酒，再倒进从后山挑来的泉水，让水浸没住笋身。盖上坛盖，再蒙一层干净纱布，放到背光的屋角。剩下的，就交给时间慢慢发酵。

这个时候就要等了。发酵无声无息，偶尔坛沿会产生细微的气泡。我经过的时候总是忍不住靠近闻一下。开始是生笋淡淡的青腥味儿，渐渐地变成微微的酸香，一天比一天浓厚，在堂屋里弥漫开来。几十天过后，一坛酸笋就腌制好了。

打开坛盖，那股酸气一下子飘出来，冲一冲鼻尖，再落回心底。笋条变成奶白色，脆生生的。母亲捞一把出来，挤掉里面的酸水，这是煮小河鱼最好的搭配。

雨季过后，村前小河的水便清浅起来，父亲闲暇时总能捞上几尾野生小河鱼。母亲烧水起锅，不用繁复的佐料，仅需少许猪油化开，下入姜丝简单爆香，再把沥干水分的小河鱼平铺锅底，小火慢煎。鱼身渐渐泛黄，微微焦香漫开时，便倒入一瓢山泉水，大火煮沸。等到滚烫的汤水冒出了细小的白色气泡时，就可以把准备好的酸笋放进去了。青白色的笋条掉进奶白色的鱼汤中，马上就被沸腾起来的汤汁裹挟着。在烟雾缭绕中，酸笋带来的酸爽消解了鱼肉的腥味，而酸笋所拥有的清新则抵消掉了河鱼本身的泥土味儿，两种山野本味相融，香气慢慢弥漫整间老屋。

不用酱油调色，也不用辣椒增味，原汁原味的滇东南风味，尽数熬煮在一锅热汤里。

出锅盛入粗瓷大碗，笋条脆嫩爽口，鱼肉软嫩脱骨，最诱人的是那碗汤，清透不浑浊，入口是温润绵长的酸鲜，不烈、不腻，温温柔柔，熨帖脾胃。小时候我常常端着碗蹲在灶台边，喝一口鱼汤吃一口米饭。那时只觉是寻常三餐烟火，从不知，这口滋味会牢牢铭记在记忆深处。

出门在外，饭店里的酸笋煮鱼，要么放很多调料掩盖味道，要么酸得发苦呛人。我也买过新鲜的竹笋按照母亲的方法腌制，洗笋、晾干、放盐、封坛，每一步都不放过。但是打开坛子的时候，闻到的味道总是不对劲。

每当闻到类似的酸味时，脑子里就会浮现出许多零零碎碎的画面：清晨山间的雾气、摊着笋条的竹簸箕、母亲低头整理笋子的模样、在昏黄灯光之下一碗热腾腾的鱼汤。

坛子里的酸，还在慢慢酝酿。风从缝隙钻进去，气味一阵淡，一阵浓。

（作者系中国散文学会会员）

本报地址：成都市锣锅巷122号 邮政编码：610017 电话：(028) 86786115(编辑部) 86754267(广告发行部) 传真：(028)86754267 订阅：全国各地邮局(所) 广告许可证：川工商广字0306号 每份3元 全年订价：318元 成都日报锦观印务科技有限公司印刷 地址：成都市锦江工业园区桦彩路9号