

མེད་པ་འབྱུང་གི་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲོན་མཁའ་། རི་མཆོད་གི་འབྲི་ཏུ།

神秘 奇比如 境西藏

镜头下的
援藏情怀

谢军帅 著

浙江摄影出版社

མེ་མཆར་གྱི་འབྲི་རྩུ་

མེ་མཆར་གྱི་འབྲི་རྩུ་

秘境西藏 神奇比如

镜头下的援藏情怀

谢军帅 著

责任编辑：王思嘉
责任校对：高余朵
装帧设计：杨 喆
责任印制：朱圣学

图书在版编目（C I P）数据

秘境西藏 神奇比如：镜头下的援藏情怀 / 谢军帅
著. — 杭州：浙江摄影出版社，2018.12
ISBN 978-7-5514-2385-4

I. ①秘… II. ①谢… III. ①摄影集—中国—现代②
西藏—摄影集 IV. ①J421

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2018）第 265249 号

MIJING XIZANG SHENQI BIRU

秘境西藏 神奇比如

镜头下的援藏情怀

谢军帅 著

全国百佳图书出版单位

浙江摄影出版社出版发行

地址：杭州市体育场路 347 号

邮编：310006

电话：0571—85142991

网址：www.photo.zjcb.com

制版：浙江新华图文制作有限公司

印刷：浙江影天印业有限公司

开本：787mm×1092mm 1/12

印张：5

2018 年 12 月第 1 版 2018 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5514-2385-4

定价：68.00 元

序

天路与心迹

周一农

写在谢军帅《秘境西藏 神奇比如》出版之际

从江南到西藏，又从拉萨到比如，怎么看，这都该是一本展现天路光影的摄影集。那一路上，蓝天和白雪、峰峦及草甸、苍鹰与牦牛，以及孩子脸上发自内心的灿烂的微笑，似乎永远都在诉说着这高原上的神秘与雄奇。

说来也巧，大约半年前的样子，这本摄影集的作者成了我“周家坊”的学员，自然，也间接展开了我与高原的这一段影缘，虽说还只是淡淡的。

——
说到认识，那还要早些。

一年前的夏天，我上届摄影工作坊的一名学员给我讲了一个故事，说的是小谢带着他结对的藏族学生扎西顿珠来江南治眼疾。当时，正值酷暑，且不说从西藏到江南路途有多远，各项费用有多高，光是在 40℃ 的高温下，小谢搀着顿珠来到江南，又陪着做完手术，术后还带着他在宁波和绍兴走街串巷，让他用已复明的眼睛欣赏江南风情这一点，许多人就做不到。然而，到了小谢口中，似乎一切都平淡得没发生过：

我从来没有想过干一件大事，援藏是因为西藏美，去了两次还不够。为学生治眼疾也是一件小事，能让他生活自理、重回课堂，一切都值了。

虽说许多书上都强调“镜头背后的那只眼”，可我还是更看重眼底下的那份情。我认为，只有这样的情才撑得起各种光影的底，什么明度、亮度、灰度、对比度以及饱和度，都比不上摄者内心的柔软度。

——

在一次闲聊中，小谢告诉我，他是绍兴文理学院的毕业生，学的是油画，上下楼时我俩还曾打过照面。记得我当时有点儿尴尬。之后，问及美术系的几位老师，才知道他居然还是位高才生，在《美术报》上发表过作品。

有一回，去小谢的工作室，我看了他的一些创作，风景的和人物的，就绘画语言来说，基本上是写实的。跟他老师的作品比起来呢，似乎又松活和前卫了一些。无论构图、线条还是笔触，都有一些他自己的想法和画法，作品总体上有一种旷达、通透、明亮而温暖的感觉。这样的风格，或许源于他的内心，也有人说，跟他的驴友经历有关。我欣赏许多抽象派画家，从蒙德里安到康定斯基，可回到生活，这样的简洁和雅逸，没准才真正是一种初心的感觉。

——

有了前头这样那样的经历，这本摄影集里的一切便都是顺理成章的了：

主题鲜明：一个江南人的天路情怀；

视角独特：纯净的空气和永恒的微笑；

构图优美：世界屋脊上一种别样的天人合一；

用光温雅：如诗，如歌，也如梦；

影调柔暖：明亮、通透，像天籁之音神秘而圣洁。

写到这里，我似乎明白了这本摄影集的定位，与其把它看作艺术，倒不如拿它当成是一种生活，这样更务实，也更妥帖。如今，许多人在聊起高晓松时，都会自然地想起他的那句名言：

这个世界不只有眼前的苟且，还有诗与远方。

其实，如果少了那些一以贯之的脚踏实地和坚韧不拔，那留给人们的还真的只有苟且。我猜，林语堂在写《生活的艺术》一书时，也一定琢磨过这些。

从比如到拉萨，又从西藏到江南，现在看，又是一本关于心路风景的摄影集了。这一路上，车辙和足迹、长焦及特写、领悟与抒怀，以及心中怎么也抹不去的那一幕幕记忆，定当永远都回旋着这高原上的温暖与旷达。

是为序。



མཉམས་འབྲུར་གྱི་བོད་ལྗོངས།



རི་མཚར་གྱི་འབྲི་རུ།

比如，藏语意为“母牦牛部落”，地处西藏自治区那曲市东部，唐古拉山和念青唐古拉山之间，怒江上游，平均海拔4000米以上。全县总面积10000多平方公里，有两镇八乡，一百七十五个行政村，属半农半牧县，素有“藏北江南”“虫草之乡”的美誉。

比如县是绍兴市对口支援地区。我曾三进西藏，并在那曲比如县度过了近两年的援藏生活。澄澈的蓝天白云、神圣的雪山冰川、纯朴的藏区人民，留下情结深深，似乎只有镜头可以倾诉一二。



目 录

序

第一部分：西藏有缘 01

第二部分：娜秀有景 13

怒江·母亲河

天险·盘山路

冰川·萨普神山

乐园·野生动物

盛会·艺术节

第三部分：比如有情 43

同行者·兄弟

后记 54

第一部分

西藏有缘



来过就会期待着下一次

作为一名行走的艺术教师，西藏永远都是萦绕在我心头的一个梦。

也曾三进西藏，一边抱着氧气袋，顶着高反，一边感受着天湖的浩瀚和壮美，一眼万年。而真正深入感受西藏，还是在援藏期间。

2016年7月，作为第八批浙江省援藏干部人才五十五位“铁人军团”中的一员，我飞抵青藏高原，在那曲地区比如县中学任美术教师。比如县，距离拉萨600多公里，却要十二三个小时的车程。高原缺氧，晚上辗转反侧，心率骤升至每分钟一百多次，血压值也升高了50%多……在比如工作生活的日子里，如何克服高反，如何数羊数星星求睡眠，是每天的必修课。

也是在这样的日子里，藏北腹地的秘境、风景如画的比如，是我最重要的心灵慰藉。

















