

边城记

亚东县地处西藏自治区南部、日喀则市东南部。亚东，藏语叫“卓木”，意为“急流的深谷”。

亚东因县城范围大部处于喜马拉雅山脉南麓，地势北高南低，兼有温和湿润的亚热带季风型气候特点，这同西藏其他地方高寒干冷的高原气候有较大差别，成了夏季消暑度假不可多得的好去处。

满怀期待，我远行亚东，感受高原边城的清凉夏季。

北有草原雪山

夏季的高原，还未进入丰收时节，绿油油的青稞穗随风摇摆。这里油菜花的花期也要比内地晚几个月，金黄的花从片铺陈开来，引着蜜蜂飞舞其中。“一路沿着川藏线走到拉萨，赶上雨季，一天几场雨，比内地许多‘火炉’可凉快多了！都没觉着有高反，舒服得不得了！”与我同行的游客说。

拉萨到亚东，车程较远，一路上的美景醉倒了大家。随着颠簸，人们困倦了起来。不知过了多久，耳畔传来司机次多师傅的提醒：“进亚东了！”

听罢，全车人争相向窗外望去。目之所及，是一大片泛青的草原。这片开阔的大坝子正中，一排排新建的藏式民居错落有致。

我们来到了亚东的首站——帕里镇。因位于喜马拉雅山南北分界点上，海拔超4300米的帕里草原，能享受到本不属于夏日的习习凉风。雨季中的亚东，降水更丰沛，广袤草场上的草长得愈加茂盛。

大家迫不及待地从上下来，跑到草地上。浅草贴着地面长出，在上面或坐或卧，都很舒适。当地牧民将牦牛放养在草地上，通体黝黑、体壮如山的“高原之舟”漫步其中，安逸地品着独属于这个季节的鲜美。

帕里草原之畔，卓木拉日雪山披着厚厚的“白色铠甲”，在阳光下泛着耀眼的光。雪峰顶端突兀，壁峭坡陡，是藏族民间传说的喜马拉雅山七仙女之一，当地群众称之为“神女峰”，认为她是珠穆朗玛峰的姊妹峰。

导游德庆白玛告诉我，若是按海拔排序，这座雪山并不出名。可它的高度如同它的美一样难以征服，多年来无数登山爱好者向着峰顶发起挑战，期以登顶。

与冬季不同，现在山脚下的多庆错处于丰水期，冰雪融水丰盈了这片高原湖泊。细问当地群众，我才了解这汪湖水也是季节分明的，冬日的多庆错则像是“水漏光了”一般：湖底的沙被风吹上了岸，公路旁的观景台上堆积着厚厚一层沙丘。

步行至湖边，雪山倒映着云朵，湖面好似一面巨大的镜子，纵是有丝丝微风，也吹皱不了一分。临湖畔的湿地，水草刚刚冒出水面，已有不少水鸟栖息其间。它们或捕食、或嬉戏，待到游人更近，便振翅而飞，再带起点点水花和波澜。

“走啦！等天黑跑山路危险。”次多将沉醉的人群喊上车。车子启动，继续缓慢向南行。

南有森林氧吧

沿着柏油路盘旋南下，至亚东县政府所在地下司马镇，近50公里路几乎全是下坡。路旁河谷深切，河水湍急，一路奔腾。

越往南走，海拔越低，印度洋吹来的暖



西藏亚东县：

高原边城 清凉一夏

本报记者 鲜 敏



图①：多庆错风光。
图②：农牧民群众展示当地特产——亚东鲑鱼和木耳。
图③：帕里牦牛在草地上悠闲地吃草。
图④：亚东森林一瞥。
郭润滋摄

除署名外，本文图片均由亚东县委宣传部提供



风直抵亚东沟，迎面扑来的空气逐渐湿润，植被也越来越丰富。经历过高原气候干燥缺氧，才能真正感受到这雾气云雨和满目苍翠的可贵。

车子驶进县城，大片绿色映入眼帘。县城四周的山峰依旧耸立，云雾笼罩，树木郁郁葱葱。山涧不时飞出白练似的瀑布。山坡上也是绿树如茵，野花烂漫，犹如一派江南风光，我差点就忘了，自己身处的竟是高原边城。

“在西藏，你肯定见不到有这么多树的地方，而且都是原始森林。”德庆白玛向大家夸赞自己的家乡，“我们这儿的人去拉萨也会有高反，从拉萨过来的人会‘醉氧’。”亚东的森林物产丰富，德庆白玛认为，这是大自然送给家乡百姓最好的礼物。

城北的康布温泉也坐落在这片林间，吸引着许多农牧民不远千里过来体验，巴桑曲扎就是其中之一。年近五旬的他一直患有有关节炎，时常疼痛难忍。从邻居处得知这里的

温泉有好的功效后，他便成了常客。

作为西藏著名的治疗性温泉，康布温泉拥有12个泉眼，相传各个泉眼水温、疗效各不相同。同大多数地方的温泉池似游乐场般拥挤不同，在这里，大家井然有序，每个人都会按照自己身体所需，前往不同的池子中享受温汤。

“亚东的夏天不热，泡温泉不失为一种享受。”躺在温泉池中的巴桑曲扎边介绍，边招呼一旁的游客下水体验，“身体被这暖暖的温

泉水一激，远行再疲倦，顿时也会消失不见。”

再往城南走，几处新村居铺在林间。这是庞达村，一块醒目的红色展板立在村广场中央，上书几个大字：中国西藏·亚东庞达，感谢你为国巡边。按一下按钮，便知自己是“第多少位巡边人”。

前些年当地群众陆续搬迁入住这里以来，“国门巴夏景区一日游”日渐火热。依托资源禀赋，庞达村村民纷纷发展林下经济等特色优势产业，搞起旅游民宿。“为了吸引更多游客，我们不仅绞尽脑汁拍宣传片，还跟着县人社局举办的厨师培训班学了10多道菜品。”村民白玛央珍说，她的女儿还在抖音上开设账号，宣传自家民宿和特色餐食。

村旁，有一条铺设在林中的步道，这是当地文旅部门专门为游客修建的。饭后和三五好友漫步于此，沉浸在鸟啼虫鸣、瀑布声以及山风吹着树叶发出“沙沙”声响中，恬淡自得。

食有“亚东三宝”

不管是否降水，亚东的森林里总是很湿润，散发出泥土原有的清香，高大乔木下生长着矮小的灌木。透过雾气再回望亚东县城，红顶蓝顶的房子，就像摆在山沟里的火柴盒。

翌日清晨，晨雨初歇，我们随德庆白玛“钻”进了林子。出发时，她给每个人发了一个小袋，“你们用来装森林里的‘收获’。”

德庆白玛穿梭林间，隔老远就看见她在树间搜寻着什么，凑近一瞧，才发现是一些指盖大小的黑木耳。德庆白玛介绍，“这是亚东森林里的特产——亚东木耳，因为没有人工种植技术，村里人每年都会进山采摘。”

有样学样，我们也在树上树下扒拉。森林里的采摘很辛苦，也分不清是汗水还是露水，弄得头发湿漉漉。好在下山时，每个人的小袋都鼓囊囊的。

亚东特产不仅有木耳。“都说亚东有三宝，牦牛、木耳和鲑鱼。”我们讨论着，“还没见着亚东鲑鱼呢！”

次多驱车来到上亚东乡三岗新村的亚东生态产业园，满足了我们的心愿。甫一进门，西藏高峰生态科技有限公司负责人洛松卓玛将我们引到鱼群边。只见这些被当地群众称为“花点鱼”的亚东鲑鱼在池中高速游动，好似一群“运动健将”。

“亚东鲑鱼比其他常见的冷水鱼娇贵得多！”洛松卓玛说，“首先，水质要清澈无污染，并且一定要活水养殖。其次，还要在长达100多天的孵化期里，提高受精成功率，在出眼出膜期解决大规模感染等问题。”

曾经，亚东鲑鱼的人工繁育一直是个难题。上世纪90年代初，当地农牧民在政府引导下，开始尝试人工繁育鲑鱼。从牧养牛羊到养鱼，难度之大可想而知，最初成功率并不高。

直到2015年，上海海洋大学专家团队应邀来到亚东，花了3年时间先后攻克亚东鲑鱼人工繁育技术和人工驯化技术等难题。

“此后，亚东鲑鱼养殖朝着规模化、产业化、科学化发展。”洛松卓玛说。

亚东鲑鱼鱼苗孵化数量连年攀升：2021年60多万尾；2022年90多万尾；2024年一举突破100万尾，达到160万尾……

“亚东鲑鱼产量高、品质好，今年4月还成功获批国家地理标志保护产品认定。”洛松卓玛说，“我们不仅卖活鱼，也在延长产业链，打造罐头、鱼块、鱼饼等高附加值产品。”

“鲑鱼全鱼宴、木耳炒鸡蛋、牦牛炖土豆……”洛松卓玛列举着亚东美食，“游客来我们这儿，有美景养眼，更有美食暖胃！”

从厕位比例优化看公共服务提升

史志鹏

见不鲜。为了改善这种状况，有关部门出台了一些文件，如《城市公共厕所设计标准》《旅游厕所质量要求与评定》《铁路旅客车站设计规范》等，都对公厕男女厕位比例提出要求。有的地方也颁布了地方标准，但从总体上看，大多属于行业标准，缺乏刚性约束。现实中，各地公厕男女厕位建设长期低于合理标准。

为何女性“如厕困境”难解决？执行不到位是很重要的一个原因。将国家或地方标准落到实处，并不容易。新建公厕相对简

单，只需确保设计、施工、验收等各环节严格遵循规定，但将大量现存的老旧公厕推倒重建并不现实。进行局部调整，又会受限

于建筑结构、空间局促、资金短缺等而被折扣。

城市治理碰到难题，就要想办法解决。一些地方也在探索更多途径。如在空间利用上，深圳试点“潮汐公厕”，即在男女厕中间设置灵活可变的潮汐厕位，根据人流实时调整使用方向；重庆

南岸区则在烟雨路附近公厕的每个厕位安装物联网感应装置，根据人流自动优化男女厕位比例。在资金筹措上，政府可设立专项基金，补贴老旧厕所的更新改造，将其纳入民生工程和城市更新体系之中，同时鼓励社会资本参与，以公私合营等模式缓解资金压力。

厕位比例优化，看似一个微小调整，但背后折射的，是公共服务理念与水平的提升，彰显出社会的文明进步。

近年来，我们身边不乏小变

社会 杂谈



福建福州市连江县连江收费站出口的爱心驿站，福州高速志愿者为外卖骑手送上解暑凉汤。 康 磊摄（人民视觉）

近日，四川省华蓥市个体私营经济协会组织民营企业，在街头巷尾和广场设置一批“爱心冰柜”。图为环卫工人正在“爱心冰柜”旁饮用矿泉水。 邱海鹰摄（人民视觉）

