

尼玛仓曲:

让朗玛堆谐走向更大舞台

本报记者 裴聪 格桑伦珠 本报实习生 格桑



▲拉萨市堆谐非物质文化遗产传承人尼玛仓曲。

12月8日,位于拉萨市当热路上的尼尔普庄园演艺藏家宴的大厅里好不热闹:舞台下人们身着节日的盛装,不时报以热烈的掌声;舞台上,琴声飞扬,歌舞升平。200多名参加2018年自治区中老年朗玛堆谐培训班的学员在这里举行结业演出。

舞台下,作为培训班老师的尼玛仓曲和旺青神情专注,不时点头微笑,有时又挥动双手提醒台上学员注意的事项。

朗玛直译为“内部”,是以歌唱为主,并与舞蹈相结合的表演形式,最初只盛行于宫廷内;堆谐则是集歌、舞、乐三位一体的民间歌舞,经过艺人和歌舞世家加工规范后城市化的舞蹈形式则为堆谐。以往在拉萨,对于很多人来说,“朗玛堆谐”是个遥远而传统的歌舞,如今这种传统歌舞焕发出了更加耀眼的光彩,不仅被列入西藏自治区国家级非物质文化遗产名录,而且在一些家宴聚会或是节日庆典,甚至在一些餐厅内都能一边欣赏朗玛堆谐,一边品尝美食。

尼玛仓曲的父母均为朗玛堆谐歌舞的热衷者,尤其父亲普布次仁,不仅会弹,也会制作扎念琴等各种朗玛堆谐伴奏乐器。小时候,家里常聚有西藏著名朗玛堆谐艺人,在这种浓厚的歌舞艺术氛围里长大成人的她,潜移默化中从6岁开始就学习朗玛堆谐,并在众多名家的指点下,加上个人孜孜不倦地学习,从小就能将朗玛堆谐唱得像模像样。

“在父母的熏陶下,我们几个兄弟姐妹都很喜爱朗玛堆谐,其中我是最热爱的那个,他们在家练习朗玛堆谐时,我就一直待在旁边跟着他们跳,有时他们不理我,我还赖在那里跳,就这样开始学习起了朗玛堆谐。”谈起最初学习朗玛堆谐的场景,尼玛仓曲回味无穷地说道。

1980年,从四川康定师范大学毕业后的尼玛仓曲在海城小学担任汉语文老师,期间还担任声乐老师,不遗余力地传播朗玛堆谐这一传统民族文化。2007年,从教师岗位退休的她毫不犹豫地参加了拉萨朗玛堆谐传承队,从此开始了朗玛堆谐的艺术生涯。随着时间的推移,朗玛堆谐传承队队员从最初的100人逐渐增加到500多人。

2015年,尼玛仓曲开始在朗玛堆谐传承队兼任老师,同时拜西藏著名朗玛堆谐艺术家扎西次仁为师,更加深入地学习朗玛堆谐这门艺术。2017年,西藏自治区群艺馆邀请尼玛仓曲与扎西次仁老师的大徒弟旺青到朗玛堆谐培训班授课,此时的尼玛仓曲已是位对朗玛堆谐

造诣很深的人物,令自治区群艺馆始料未及的是,在尼玛仓曲与旺青老师的细心教导与独特教法下,培训班的学员从最初的几名逐渐增加到数百名学员。

“对于很多初学者来说,翘、踮、踢这类动作是个不易突破的难题。根据自己教学多年的经验,我必须手把手地教这类动作。”尼玛仓曲微笑着说。

2018年,尼玛仓曲同扎西次仁老师受邀到西藏大学艺术学院授课。

对于整日奔波于自治区群艺馆、西藏大学、拉萨市老干部活动中心、拉萨市群艺馆、堆龙德庆区文化中心等地授课的尼玛仓曲来说,一星期内没有一天是休息日,并从最初的200名学员培养出了下至20岁上至70多岁的5000多名学员。

天道酬勤。经过自己不懈的努力及扎西次仁老师的推荐,2018年6月,尼玛仓曲与旺青被评选为拉萨市堆谐非物质文化遗产传承人。2019年,尼玛仓曲还顺利出版了《西藏传统朗玛堆谐》专辑。

“比起以往出版过的专辑,《西藏传统朗玛堆谐》这部专辑专门录有具有本民族特色的传统朗玛堆谐12首歌曲,而且有些是许多人听过但从来没人唱过的歌,并用包括小学生与老年人的独唱、男女合唱等各种形式,用响亮的歌声与清新的歌词传达了朗玛堆谐的独特魅力。”尼玛仓曲介绍道。

随着国家对非物质文化遗产的更加重视及信息技术的快速进步,在新时代党的好政策下,尼玛仓曲的教学更是得心应手,从宗角禄康公园到拉萨各个群众文艺活动中心,培养出了一批又一批的朗玛堆谐传承人。

“尼玛仓曲老师在教授朗玛堆谐方面是个非常出色的好老师,她独特的教法能让学员很快掌握各种动作,无论是扎西次仁老师还是学员,以及一直以来作为搭档的我,都对有着很高的评价。”旺青说道。

对于尼玛仓曲来说,朗玛堆谐无论怎么唱还是怎么跳都是其乐无穷的,在她看来,朗玛堆谐让她身心愉悦的同时,每一天都能发现生活中的美好。

“虽然整天都是在忙碌中结束,但自己还是恨不得变得更年轻一些,为本民族的文化事业发展多作贡献,尤其被选为非遗传人后,令我意识到肩上的责任更加重了,作为一名非遗传人,我要努力把本民族独具特色的传统文化传承给后辈的同时,努力把这种传统朗玛堆谐发扬光大。”尼玛仓曲信心满满地说。



▲尼玛仓曲在西藏著名艺术家扎西次仁指导下学习朗玛堆谐。



▲尼玛仓曲为2018年自治区中老年朗玛堆谐培训班学员颁发结业证书。



▲尼玛仓曲和旺青在观看学员的结业演出。

▼尼玛仓曲和旺青在宗角禄康公园为学员授课。



▲学员向尼玛仓曲、旺青等老师献哈达,送锦旗。



▲尼玛仓曲(中)同朗玛堆谐爱好者交流。

▲尼玛仓曲的专辑《西藏传统朗玛堆谐》。

(本版图片均由本报记者 格桑伦珠 裴聪 摄)

