

孔子学院

INSTITUTO CONFÚCIO

中葡版 Versão chinês-português

Nº5 2023



自行车环湖赛

Torneio Ciclístico do Lago Qinghai

2023年第5期 / 总第51期 / 双月刊 Bimestral
国际刊号: ISSN 2095-7769 / 国内刊号: CN 10-1186/C

孔子
学院

INSTITUTO CONFÚCIO

主管：中华人民共和国教育部
主办：中国国际中文教育基金会

Direção: Ministério da Educação da República Popular da China
Organização: Chinese International Education Foundation

编辑出版：《孔子学院》编辑部

协办：上海外国语大学

葡语刊合作伙伴：巴西圣保罗州立大学孔子学院

总编辑：赵灵山 李岩松

副总编辑：张君丽 衣永刚

主编：张雪梅

副主编：赵裴 张逸岗

编辑：张熙华 Luis Antonio Paulino Amilton Reis

主审：徐亦行

审校：张丽丽 于帆 王洋帆

美术设计：陈颖 朱浩晔 王艺潼

排版：南京展望文化发展有限公司

印刷：上海叶大印务发展有限公司

国际连续出版号：ISSN 2095-7769

国内统一刊号：CN 10-1186/C

邮发代号：80-757

Publicação: Conselho Editorial de Instituto Confúcio

Co-organização: Universidade de Estudos Internacionais de Xangai

Parceiro para a versão chinês-português: Instituto Confúcio na Unesp

Editores-chefes gerais: Zhao Lingshan, Li Yansong

Editores-chefes gerais adjuntos: Zhang Junli, Yi Yonggang

Editora-chefe: Zhang Xuemei

Editores adjuntos: Zhao Pei, Zhang Yigang

Editores-chefes: Zhang Xihua, Luis Antonio Paulino, Amilton Reis

Revisora-chefe: Xu Yixing

Revisores: Zhang Lili, Yu Fan, Wang Yangfan

Design: Chen Ying, Zhu Haoye, Wang Yitong

Tipografia: Nanjing Zhanwang Cultural Development Co., Ltd.

Impressão: Shanghai Yeda Printing Development Co., Ltd.

ISSN 2095-7769

CN 10-1186/C

PDC: 80-757

定价：RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5 / R\$ 12

编辑部地址：北京市海淀区学院路 15 号

邮政编码：100083

编辑部电话：0086-10-63240631

网站：www.ci.cn

上海编辑部地址：上海市虹口区大连西路 550 号

电话：0086-21-35377068

投稿邮箱：ci.journal@ci.cn

刊名题字：欧阳中石

封面供图：青海体育赛事有限责任公司

Preço: RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5 / R\$ 12

Endereço: 15 Xueyuan Road, Haidian District, Beijing, China

Código postal: 100083

Telefone: 0086-10-63240631

Site: www.ci.cn

Endereço do Conselho Editorial em Xangai: 550 Dalian West Road, Hongkou District, Shanghai, China

Telefone: 0086-21-35377068

E-mail para submissão: ci.journal@ci.cn

Caligrafia do título em chinês: Ouyang Zhongshi

Capa: Eventos Esportivos de Qinghai Ltda.



目录 / Índice

Nº5 2023

文化视窗 HORIZONTES CULTURAIS

- 04 数字“说”青海
Qinghai em números
作者：王洋帆 Wang Yangfan
- 10 “世界屋脊”的风情——青海的民俗文化
Paisagens culturais do “Teto do Mundo” :
os costumes de Qinghai
作者：陌上尘 Mo Shangchen
- 18 围炉熬茶话青海
Ferver chá no fogão e falar sobre Qinghai
作者：廖叶 Liao Ye
- 22 扎西尖措与唐卡的故事
A história do Zhaxi Jiancuo e de Thangka
作者：晏如 Yan Ru



汉语学习 AULA DE CHINÊS

- 28 留学生眼中的青绣
Bordado Qing aos olhos de estudantes internacionais
作者：王萍 Wang Ping
- 34 唱歌学汉语
Aprender chinês através do canto
作者：李量 Li Liang
- 40 旅游带火“特种兵”
Turismo impulsiona o fenômeno “tropa de elite”
作者：刘明奇 Liu Mingqi
- 44 二十四节气之芒种和夏至
Os vinte e quatro períodos climáticos
作者：何芷翌 He Zhiyi

当代中国 CHINA CONTEMPORÂNEA

- 48 苍茫高原上的美丽宝石——青海湖
Lago Qinghai: a joia do planalto
作者: 具瑞仁 Ju RuiRen

- 54 坎布拉——鬼斧神工的世外天地
Kanbula: refugio celestial
作者: 金炯基 Kim Hyeongki

- 58 塔尔寺
O mosteiro Kumbum
作者: 崔高浩 Choi Goho

- 62 公园里的故乡
A terra natal é como um parque
作者: 龙仁青 Long Renqing

- 66 黑颈鹤的家乡
Terra natal dos grou de pescoço negro
作者: 张多钧 Zhang DuoJun



孔院链接 LINKS DO INSTITUTO CONFÚCIO

- 72 学中文使她成为联合国青年文化使者
Aprender chinês permitiu-lhe tornar-se uma "Jovem Embaixadora Cultural das Nações Unidas"
作者: 李昕阳 Li Xinyang

- 76 采薇的汉语学习之路
A trajetória de uma estudante brasileira na aprendizagem do mandarim
作者: 陈采薇 Paloma Guieiro Nunes

- 79 动态播报
Atualidades

数字“说”青海

Qinghai em números

作者：王洋帆 Wang Yangfan

翻译：孙立冬 Sun Lidong

青海省位于青藏高原东北部，地处东部亚洲腹地，全省面积72.23万平方公里。在这片雄踞“世界屋脊”的高天厚土上，大自然以其大手笔、大气魄、独具匠心的设计造化出以“大”为特征的山川风貌，构成了壮美奇绝的生态区域和自然景观。现在，就让我们一起用四个“数字”来认识神秘的青海，走近这片未经“雕琢”的净土，感受它的魅力与风采，同时学习汉语中数字的正确使用方法。

Localizada no nordeste do planalto Qinghai-Tibete, a província de Qinghai situa-se no coração da Ásia Oriental, ocupando uma extensão territorial de 722.300 quilômetros quadrados. Nesta terra elevada, conhecida como o “Teto do Mundo”, a natureza revela sua magnificência e singularidade, moldando paisagens montanhosas e fluviais de grande beleza. O resultado é uma região ecológica com cenários naturais notáveis. Vamos agora explorar a enigmática Qinghai por meio de quatro “números”, aproximando-nos deste solo ainda intocado para apreciar seu encanto e singularidade, enquanto aprendemos sobre o emprego adequado dos números em chinês.

6 860 米——青海的高度

6.860 metros — A Altitude de Qinghai

昆仑山脉在中华民族文化的历史中被誉为“万山之祖”，它气势雄伟，在青海境内的最高峰布喀达坂峰的海拔达到6 860米。围绕着昆仑山脉，演变出了许多传说。中国古代地理名著《山海经》曾描述过一座名为“昆仑山”的神山，据传它坐落于遥远的西方，是神仙在人间历练时的居所，其上有各种奇珍异宝、飞禽走兽。武侠小说《倚天屠龙记》《蜀山剑侠传》《江湖奇侠传》中也都出现了武侠教派“昆仑派”，按故事设定，该教派正是在昆仑山开门立派。

A Cordilheira do Kunlun, venerada na cultura chinesa como a “ancestral de todas as montanhas”, apresenta-se imponente. Seu ponto culminante, o Bukadaban, alcança a impressionante altitude de 6.860 metros. Inúmeras



lendas e mitos surgiram em torno dessa cordilheira. O antigo compêndio geográfico chinês “Shan Hai Jing” descreve uma montanha mítica denominada “Kunlun”, supostamente localizada no Oeste distante e apontada como morada de deuses e imortais durante suas jornadas terrenas. Diz-se também que as montanhas abrigam tesouros inestimáveis e criaturas exóticas. Obras da literatura de artes marciais chinesas, como “O Sabre do



Céu e a Espada do Dragão”, “A Lenda dos Espadachins da Montanha Shu” e “Contos Extraordinários de Espadachins”, mencionam com frequência a seita marcial “Kunlun” que, segundo as narrativas, teve sua origem nas montanhas de Kunlun.

昆仑山脉横贯青海全境。唐古拉山、祁连山横亘于青海省南北两翼。这些海拔4千米以上的大山，雪峰耸立，冰川广布，

为中国的江河之源。

A Cordilheira do Kunlun estende-se por todo o território de Qinghai. Os montes Tanggula e Qilian formam as fronteiras meridionais e setentrionais da província. Com altitudes superiores a 4.000 metros, essas montanhas exibem picos nevados e glaciares extensos, constituindo a nascente dos rios chineses.



4 635 平方公里——青海湖的广度

4.635 km² – A Extensão do Lago Qinghai

位于青海省西宁市境内的青海湖是我国水域面积最大的内陆咸水湖泊，也是世界上较为著名的高海拔低温湖泊。近年来，随着青海省环湖地区退耕还林、退牧还草等生态保护措施的实施推进，截至 2022 年 3 月，青海湖的水体面积较十年前增加了 220 平方公里，达到 4 635 平方公里。此外，在青海湖国家级自然保护区内栖息了多达 232 种鸟类和 23 种猛禽，生长着 445 种野生植物，保护区成为了名副其实的“物种基因库”。政府设立了青海湖国家级自然保护区，这是推进水源涵养和生态保护的重要手段，也是建设绿色中国、美丽中国的重要途径。

Situado dentro da jurisdição da capital provincial, Xining, o Lago Qinghai é o maior lago de água salgada interno da China e um dos lagos de alta altitude e temperatura baixa mais conhecidos do mundo. Graças

à execução de medidas de proteção ambiental, como reflorestamento e recuperação de pastagens nas áreas circundantes, a superfície do lago expandiu-se em 220 km² em comparação com dez anos atrás, atingindo um total de 4.635 km² até março de 2022. Ademais, a Reserva Natural do Lago Qinghai serve como habitat para um vasto número de 232 espécies de aves e 23 espécies de aves de rapina, assim como 445 tipos de plantas silvestres. O parque constitui um verdadeiro “banco genético de fauna e flora”. A criação deste espaço de preservação se revela uma estratégia essencial para a conservação de recursos hídricos e ambientais, além de ser uma etapa importante para o desenvolvimento de uma China mais verde e atraente.

两三万年——青海的历史厚度

20 a 30 mil anos — A Profundidade Histórica de Qinghai

青海不仅有雄奇壮美的自然景观，还有丰富多彩的历史遗存。早在两三万年前的旧石器时代，青海就有人类繁衍生息，之后的仰韶文化、马家窑文化、宗日文化、乐都柳湾彩陶遗址、民和喇家遗址、都兰吐蕃墓葬群等考古与发掘，见证着青海多民族文化的交融并存。还有举世闻名的陆上丝绸之路（公元前 138 年，陕西西安至意大利罗马）、唐蕃古道（公元 7 世纪初，陕西西安至西藏拉萨）、茶马古道（公元 6 世纪后期，云南普洱一带产茶区至西藏拉萨），东、西方文明的碰撞与交融，在这里形成了独特的高原文化和多元的民族文化。

Qinghai não apenas impressiona com suas paisagens naturais majestosas, mas também conta com um riquíssimo patrimônio histórico. Desde a Idade da Pedra, aproximadamente 20 a 30 mil anos atrás, Qinghai já era habitada por seres humanos. Escavações arqueológicas subsequentes, envolvendo culturas como Yangshao, Majiayao e Zongri, além de outros sítios importantes, evidenciam a coexistência e a mescla de várias etnias na região. Ainda vale destacar a relevância de rotas históricas mundialmente conhecidas: a Rota da Seda terrestre (de Xi'an a Roma, iniciada em 138 a.C.), a Antiga Rota Tang-Tibet (de Xi'an a Lhasa, no início do século VII) e a Rota do Chá e dos Cavalos (das regiões produtoras de chá em Pu'er, Yunnan, a Lhasa, a partir do final do século VI). A confluência e integração das civilizações oriental e ocidental deram origem a uma cultura de planalto singular e a uma notável diversidade étnica.





两个千万千瓦级——青海的现代速度

Dois parques, 10 milhões de kW – A Modernidade Acelerada de Qinghai

青海—河南 ±800 千伏特高压直流工程起于青海省海南藏族自治州，经青海、甘肃、陕西、河南四省，最终到达河南省驻马店市，是世界首条以输送新能源为主的输电大通道。该项目于 2018 年开工建设，历时两年建成投运。近年来，青海省大力发展光伏、风电和光热产业，建设中国清洁能源示范省，在海西、海南地区打造了两个千万千瓦级可再生能源基地。“绿色电脉”串联起青海、河南、湖北、江苏等多个省份，为促进环保能源资源的优化配置、推动中国现代化高质量发展起到了举足轻重的作用。

A linha de transmissão de ultra-alta tensão (± 800 kV) entre Qinghai e Henan começa na região autônoma da etnia tibetana de Hainan, passa por quatro províncias e termina na cidade de Zhumadian, em Henan. Trata-se do primeiro grande projeto de

transmissão no mundo focado em energias renováveis. Iniciado em 2018, o projeto foi concluído e posto em operação em dois anos. Qinghai tem se dedicado ao desenvolvimento de setores como energia fotovoltaica, eólica e fototérmica, estabelecendo-se como modelo de província de energia limpa na China. Duas bases de energia renovável com capacidade de 10 milhões de kW foram estabelecidas nas regiões de Haixi e Hainan. A “rede de energia verde” — que interliga várias províncias como Qinghai, Henan, Hubei e Jiangsu — tem um papel fundamental na reconfiguração sustentável dos recursos energéticos e no desenvolvimento de alta qualidade da modernização chinesa.

这四个“数字”成为串联青海自然风光与人文景观的旅游线索，也搭建起人们了解青海悠久历史与现代发展的桥梁。你是否已在其中发现了汉语数字不同情况下的用法呢？接下来，让我们一起来学习一下吧！

Esses quatro “números” servem como guia para explorar a paisagem natural e a cultura de Qinghai, formando uma ponte para entender tanto a sua longa história quanto o seu desenvolvimento contemporâneo. Você já notou os diferentes usos de números em chinês? Vamos aprender agora.

首先，凡是用于计量的数字，即当数值随着计量单位出现，表示高度、面积、体积、温度、重量等，尤其是当数字较为精确时，一般使用阿拉伯数字。例如：“海拔 6 860 米”“面积 4 635 平方公里”“重 2.18 克”，这样可达到醒目、清晰的效果，同时，上下文的体例应保持统一。

Primeiro, para medidas, particularmente quando precisas, recomenda-se o uso de algarismos arábicos, como em “altitude de 6.860 metros”, “área de 4.635 quilômetros quadrados” ou “2,18 gramas”, para garantir destaque e clareza. A consistência de estilo deve ser mantida no texto.

其次，当用两个相邻的数字表示概数时，必须使用汉字，同时连用的两个数字之间不使用顿号隔开。例如：“两三万年前的旧石器时代”“三五天后”“六七十岁”等。

Em segundo lugar, quando se usam dois números adjacentes para indicar uma estimativa aproximada, deve-se escrevê-los em caracteres chineses e não se deve separá-los

com qualquer tipo de pontuação. Por exemplo, “两三万年前的旧石器时代” (duas ou três dezenas de milhares de anos atrás, na Idade da Pedra), “三五天后” (daqui a três ou cinco dias) e “六七十岁” (entre sessenta e setenta anos de idade).

最后，“二”和“两”的用法是汉语学习者很容易混淆的。当作为数目、用作序数时，应用“二”，例如：“二分之一”“第二”“二伯”；当与量词和度量衡单位连用，或表示双方、约数时，应用“两”，例如：“两份蛋糕”“两公里”“两全其美”“过两天”“两句话”等。

Finalmente, a diferença entre “二” e “两” é uma dúvida comum dos alunos de chinês. O termo “二” é utilizado com números cardinais e ordinais, como em “二分之一” (um meio), “第二” (o segundo) e “二伯” (segundo tio). Por outro lado, “两” é utilizado com classificadores e unidades de medida, ou mesmo sem essas partículas para indicar dualidade e quantidades indefinidas próximas a “dois”, assim temos: “两份蛋糕” (duas porções de bolo, com classificador), “两公里” (dois quilômetros, com unidade de medida), “两全其美” (vantajoso para ambos os lados, com sentido dual), “过两天” (em alguns dias, quantidade indefinida) e “两句话” (umas poucas frases, quantidade indefinida).

用数字“数”说青海，让我们一起领略大自然在青海造就的绮丽风光，一起感受青海绿色能源发展带来的时代巨变吧！

Ao descrever Qinghai com números, podemos apreciar as maravilhas naturais dessa terra e compreender as mudanças significativas trazidas pelo desenvolvimento da energia sustentável. 孔

供图 / 崔高浩 图虫创意



『世界屋脊』的风情 ——青海的民俗文化

Paisagens culturais do “Teto do Mundo”: os costumes de Qinghai

青海雄踞“世界屋脊”青藏高原的东北部，平均海拔在3 000米以上，这里长期居住着藏族、回族、蒙古族、土族、撒拉族等多个少数民族。世界五大宗教——佛教、伊斯兰教、道教、基督教和天主教在青海都有传播。长期以来，多民族文化在历史变迁中演绎出独具特色的高原风土人情。

Qinghai, majestosamente posicionada na extensão nordeste do planalto tibetano — frequentemente aludido como o “Teto do Mundo” — ostenta uma altitude média que ultrapassa os 3.000 metros. Neste recôndito, coexiste uma tapeçaria complexa de grupos étnicos: Tibetanos, Hui, Mongóis, Tu e Salar, entre outros. O quinteto de religiões globais — budismo, islamismo, taoismo, protestantismo e catolicismo — encontra cada qual sua expressão nesta província. Ao longo dos anos da história, essa mescla multicultural gerou um leque de costumes e estilos de vida singulares, intrinsecamente atrelados a essas paragens elevadas.

作者：陌上尘 Mo Shangchen
翻译：孙立冬 Sun Lidong

祭神

Ritos de Adoração

祭祀活动历来是中华文化重要的组成部分。在青海湖周边地区，“祭海神”是每年重要的礼俗活动之一，当地人以此来乞求海神保护，求得一年人畜平安。通常，大型祭祀开始时，祭台上会摆放已经屠宰好的牛（2头）和绵羊（8只），还会准备10余只活羊和一些糖果、点心、酒、哈达等祭品。当主祭官宣布祭海开始时，人们起立行鞠躬之礼。伴随着祭乐响起，主祭人诵读祭文并进香、进帛等。随后，祭祀者会将10余只活羊赶入海中，案板上的祭品也都随之投入海中，以示敬海神。礼毕，参与祭祀的人们开始“祭海盛宴”，并按古老传统进行“抢宴”，抢的都是提前准备好的手抓牛羊肉和糖果等。“抢宴”结束后，人们拿着各自所得物品到海神牌位前行礼谢恩，寄托对一年美好生活的期望。

Atividades ritualísticas sempre foram componentes cruciais da cultura chinesa. Nas regiões circunvizinhas ao Lago Qinghai, a “Celebração ao Deus do Lago” é um dos rituais anuais mais venerados. É o momento em que a população local implora pela proteção divina, ansiando por um ano de paz tanto para humanos quanto para animais. Normalmente, no início da cerimônia, o altar se encontra adornado com (dois) bois e (oito) carneiros já abatidos, bem como mais de uma dezena de carneiros vivos, além de doces, iguarias, bebidas alcoólicas e *khata*, um tipo de cachecol ritual. Quando o sacerdote anuncia o início da celebração, os presentes se erguem para reverências. Acompanhados pela música ritual, o sacerdote recita orações e realiza oferendas como incenso e tecidos de seda. Em seguida, os carneiros vivos são conduzidos ao lago e as demais oferendas lançadas nas águas, como gesto de devoção ao Deus do Lago.



Concluída a cerimônia, os participantes dão início ao “Banquete de Celebração ao Lago,” seguindo tradições ancestrais que incluem um luto banquete, onde o que está em jogo são carnes já preparadas, bem como doces. Terminada a refeição os indivíduos se dirigem ao altar do Deus do Lago com seus itens adquiridos, fazendo reverências em agradecimento e depositando esperanças de um ano de vida auspicioso.

除了“祭海神”，每年七月初，土族还会举行“转山节”。当地人会请出在寺庙供奉的神灵，扛着大大小小的旗子，敲着鼓、背着经书开始转山，以求山神保佑一方平安。

Além da “Celebração ao Deus do Lago”, no início de julho todos os anos, a etnia Tu realiza o “festival da caminhada em torno da montanha”. Os habitantes locais convidam as divindades veneradas nos templos, portando estandartes de variadas dimensões, batendo tambores e carregando escrituras sagradas, e iniciam a procissão com o intuito de pedir pela proteção da divindade da montanha para a segurança da região.



茶饮美食

Chá e Gastronomia

“一日无茶则滞，三日不饮则疾。”青海地区牧民的主食以牛羊肉为主，由于食物都偏酸性，人们就通过茶叶的碱性来调节平衡，解腻化食。一般用铜壶或陶瓷罐熬煮茶，以茯茶为主。按照煮茶时加入的佐料不同，茶分为三种：一是盐茶。藏族谚语有“茶无盐，水一样”的说法。煮茶时加入盐巴，慢火熬煮成色泽红褐、滋味醇厚的茶汁。二是酥油茶。煮茶时加入酥油和盐，相传是唐朝文成公主嫁到西藏时创制的。酥油是牦牛奶的精华，这种奶香浓郁、色泽金黄的酥油茶深受当地人喜爱。三是奶茶。在煮好的茶中加入牦牛奶，搅匀后烧开即可。此外，稍微讲究一点的人在煮茶时还会加入生姜、荆芥，味道会更加地道。

“Um dia sem chá é estagnação; três dias sem bebê-lo é doença”. Na região de Qinghai, a dieta dos pastores é principalmente baseada em carne bovina e ovina. Devido à natureza ácida dos alimentos, os habitantes buscam equilíbrio por meio das propriedades alcalinas do chá, servindo como contraponto e agente digestivo. Geralmente, o chá é preparado em bules de cobre ou recipientes de cerâmica, com o chá preto como base. Dependendo dos ingredientes adicionados durante o preparo, o chá pode ser categorizado em três tipos: primeiramente, o chá salgado. Um ditado tibetano reza: “Chá sem sal é como água.” Ao ferver o chá, adiciona-se sal, resultando em uma infusão de cor marrom-avermelhada e sabor robusto. Em segundo lugar, o chá com manteiga. Este é preparado com a inclusão de manteiga e sal, e segundo a tradição, foi inventado quando a princesa Wencheng da dinastia Tang se casou no Tibete. A manteiga, extraída do leite de iaque, confere a este chá uma riqueza olfativa e uma tonalidade dourada que são altamente apreciadas pelos locais. Em terceiro lugar, o chá com leite. Adiciona-se leite de iaque ao chá já preparado e, após misturar bem, é levado ao fogo até ferver. Aqueles que desejam um toque mais refinado acrescentam ingredientes como gengibre e ervas para enriquecer ainda mais o sabor da bebida.

青海还有很多特色的美食。主食里面就有炒青稞磨成的面粉，当地人称之为“郭日勒”。牧民早上喜欢喝“豆玛”，就是在碗底放少许糌粑，再加奶豆腐和酥油，与茶一起冲泡而成。节日或招待客人时用“德色”或“托日”。“德色”是由大米饭加糖，再浇以融化了的酥油而做成的饭；“托日”是熟面加酥油、糖、核桃仁、葡萄干、奶豆腐及调味品，然后混合在一起做成方块形的食物，最后在食物的四角及中央放上红枣。这些也是本地人招待贵客的美食。

Qinghai também ostenta uma vasta gama de pratos peculiares. Entre os alimentos básicos, temos uma farinha feita de cevada tostada, conhecida localmente como “guorile”. No desjejum, os pastores gostam de tomar “douma”, que é preparado colocando um pouco dessa farinha no fundo da tigela, acrescentando queijo fresco e manteiga, e então misturando tudo com chá. Em festivais ou quando recebem convidados, servem “dese” ou “tuori”. “Dese” é um prato de arroz cozido com açúcar e regado com manteiga derretida. “Tuori”, por outro lado, é um alimento moldado em forma quadrada composto por massa cozida, manteiga, açúcar, nozes, passas, queijo fresco e temperos; no final, tâmaras vermelhas são colocadas nos quatro cantos e no centro da preparação. Estas iguarias também fazem parte do menu de hospitalidade oferecido aos visitantes ilustres.







塔尔寺三绝

As Três Excelências do Mosteiro Kumbum

青海民间艺术的顶流要数“塔尔寺三绝”了。塔尔寺位于青海湟中县，是当地藏传佛教中的第一大寺院。塔尔寺以酥油花、壁画和堆绣闻名于世，号称“三绝”。其中酥油花是一种用酥油来塑型像物的特殊技艺，能制作出各种佛像、人物、山水、亭台楼阁、飞禽走兽、花卉树木等艺术精品。酥油花的制作分为“扎骨架”“做胚胎”“敷塑”“装盘”四道工序。由于酥油花在25℃时就会融化，所以只能在室温0℃左右的房间内制作。每年农历正月十五，寺内制作的酥油花展览，都会吸引众多的游人及信徒前去参观、膜拜。塔尔寺壁画是喇嘛教宗教画系，从当地石质矿物中提取颜料，色泽鲜艳，经久不变。画面上展示的有佛经故事、神话故事、姻缘故事、释迦牟尼生平故事等，壁画人物形象立体感强，层次分明，栩栩如生，令人叹为观止。塔尔寺的堆绣艺术，就是在布幔上用各色布块（绸缎）粘贴、堆砌大小佛像，并在周围点缀各种花卉图案，是塔尔寺独有的一种地方民族工艺。堆绣题材丰富，包括人物、山水、花卉等。

A joia da coroa das artes folclóricas de Qinghai é, sem dúvida, o que se conhece como as “três excelências do mosteiro Kumbum”. Localizado no condado de Huangzhong, em Qinghai, o mosteiro Kumbum é o principal templo do budismo tibetano da região. Ele é mundialmente famoso por suas flores de manteiga, murais e bordados em relevo, as chamadas “três excelências”. As flores de manteiga são uma técnica artística especial que utiliza manteiga para moldar várias formas, incluindo figuras de Buda, pessoas, paisagens, edifícios, aves, animais e árvores. A fabricação de flores de manteiga envolve quatro etapas principais: montar a estrutura, formar o molde, moldar a manteiga e finalizar a apresentação. Devido ao fato de que a manteiga derrete a 25°C, as flores só podem ser feitas em salas com temperaturas em torno de 0°C. A cada ano, no 15º dia do primeiro mês lunar, uma



exposição de flores de manteiga no mosteiro atrai uma multidão de turistas e devotos. Os murais do mosteiro Kumbum são uma vertente da arte religiosa do lamaísmo. Utilizam pigmentos extraídos de minerais locais, resultando em cores vibrantes e duradouras. Os murais retratam uma variedade de histórias, incluindo contos budistas, mitos, histórias de amor e a vida de Sidarta Gautama. Os personagens nos murais são impressionantemente tridimensionais, com um forte senso de profundidade e realismo que deixa os espectadores atônitos. A arte do bordado em relevo no mosteiro Kumbum consiste em aplicar pedaços de tecido coloridos (como seda) sobre panos para criar figuras de Buda de vários tamanhos, rodeadas por diversos padrões florais. Este é um tipo de artesanato local único ao mosteiro Kumbum. O bordado abrange uma vasta gama de temas, incluindo figuras humanas, paisagens e flores.



藏医药浴

Banho Medicinal Tibetano

作为中华医药学的重要组成部分，“藏医药浴法”是青海当地极具特色的防治疾病的方式之一。药浴主要以五种藏草药为基本方，并随症加药，也称为“五味甘露浴”。这五种草药分别是刺柏、杜鹃、白野蒿、藏麻黄和水柏枝。通常是将身体浸泡于药物熬煮的水汁中，通过皮肤吸收或发汗，达到散寒祛风、活血化瘀和燥湿止痒等目的。

Componente essencial da medicina tradicional, o “banho medicinal tibetano” é um dos métodos distintivos de prevenção e tratamento de doenças na região de Qinghai. Este tipo de banho medicinal é predominantemente formulado com cinco ervas tibetanas básicas, ajustadas conforme os sintomas do paciente, e é também conhecido como “banho de néctar dos cinco sabores”. As cinco ervas principais são junípero espinhoso, rododendro, artemísia branca selvagem, efedra tibetana e salgueiro-chorão. Normalmente, o corpo é imerso no líquido resultante do cozimento dessas ervas. Através da absorção cutânea ou da sudorese, o banho visa atingir objetivos como dispersar o frio, eliminar o vento, ativar a circulação sanguínea, remover estagnações e aliviar coceiras.

除了“五味甘露浴”，藏医传统疗法还有涂擦、木棍疗法、放血、火灸、冷热敷法、拔罐等特色治疗方式。

Além do “banho de néctar dos cinco sabores,” a medicina tibetana tradicional também incorpora outras técnicas de tratamento, como unguentos tópicos, terapia com bastões de madeira, sangria, moxabustão, compressas quentes e frias, e ventosaterapia.





玉树卓舞

Dança Yushu Zhuo

玉树卓舞又称锅庄舞。玉树藏族自治州一带的传统“玉树卓舞”历史悠久，种类繁多。题材大多以对家乡、自然风光的歌颂为主，完整的演出分为序舞、正部和尾声三部分。由于舞蹈服装的袖子很长，表演时舞者主要通过甩袖来表现。这种舞蹈常常有几十人，甚至上百人共同参与，甩起来的袖子随着舞蹈动作变化多样，场面宏大气派。

A dança Yushu Zhuo, também conhecida como dança Guozhuang, é uma forma tradicional de dança praticada no distrito autônomo tibetano de Yushu. Com uma rica história e diversas variações, essas danças frequentemente celebram a terra natal e a paisagem natural. Um espetáculo completo é dividido em três partes: a introdução, o ato principal e a conclusão. Uma característica marcante dessa dança são as mangas longas habilmente manejadas pelos dançarinos como parte da *performance*. Essa dança é geralmente executada por dezenas, ou até centenas de pessoas, o que torna a exibição espetacularmente grandiosa e imponente através das mangas que se agitam em diversos movimentos e padrões.



生活在“世界屋脊”青藏高原上的各少数民族，彼此的文化都在历史长河中相互渗透，形成了特色鲜明的青海民俗。他们传承着历史，也在草原歌舞、藏戏、摔跤和赛马等活动中走向现代，为雪域高原的多彩生活增添了一抹别样风情。

No “Teto do Mundo”, diversas minorias étnicas constituem uma rica tapeçaria cultural, formada através de séculos de interação e fusão. Essas comunidades não apenas preservam suas tradições históricas, como também abraçam a modernidade através de expressões como danças, teatro tibetano, luta livre e corridas de cavalos. São atividades que enriquecem ainda mais a vida naquela região montanhosa, conferindo-lhe um caráter único. ❷

围炉熬茶话青海

Ferver chá no fogão e falar sobre Qinghai

作者：廖叶 Liao Ye

翻译：王可昕 Wang Kexin

青海人爱喝茶。

O povo da província Qinghai gosta de tomar chá.

在我们的认知中，南方人爱喝茶，殊不知，位于西北青藏高原的青海人也爱喝茶，且丝毫不逊于南方人。青海人不爱青润清香的绿茶，也不喜红亮醇厚的红茶，而独爱口感丰富、浓醇微涩的“熬茶”。

No nosso entendimento, o povo do Sul da China adora beber chá, mas não se sabe que o povo de Qinghai, província situada no Planalto Qinghai-Tibete da região noroeste, também adora tomar chá, e que

o seu gosto pelo chá não é nada inferior ao do povo do Sul. O povo de Qinghai não gosta de beber o chá verde perfumado, nem o chá preto forte. Só aprecia o “chá fervido” com o sabor rico, forte e um pouco adstringente.

青海熬茶，方言中读作“náo”，是熬煮出来的。青海人习惯将适量茯茶（一种紧压茶，形状似砖块，也叫“砖茶”）放入铜壶、铝壶或陶瓷罐中，沏入开水，旺火熬煮，再依次加入红枣、荆芥、花椒、桂皮、姜片等辅料，最后佐以盐巴，小火煨制，直到茶汤色泽褐黄清亮。



A palavra “fervido”, pronunciada como “nao” no dialeto de Qinghai. O povo de Qinghai costuma pôr uma quantidade apropriada do chá Fu¹ (um tipo de chá espremido e tem a forma de tijolo, e por isso, também é chamado “chá de tijolo”) no pote de cobre, de alumínio ou no bule de cerâmica, e depois adicionar a água fervente e ferver o chá no fogo forte. A seguir, adiciona os temperos como tâmara chinesa, nepeta, pimenta de Sichuan, canela e fatia de gengibre, entre outros. Finalmente, coloca o sal dentro e ferve o chá com o fogo lento, até que a cor dele se torne parda e clara.

青海人对熬茶情有独钟，不仅是为了满足口腹之欲，还有基于当地气候条件和饮食结构的需要。西北地区的少数民族喜食牛羊肉、奶酪等高脂肪食物，加之当地气候严寒，缺少蔬菜、水果的摄入。一壶熬茶，既有助于消脂解腻、促进消化，还可暖胃驱寒，十分相宜。

O povo de Qinghai tem preferência especial ao chá fervido, não só para saciar o seu desejo pela comida excelente, mas também para atender às suas necessidades baseadas na condição climática e na estrutura de dieta local. Os residentes das etnias minoritárias na região noroeste adoram comidas ricas em gordura, como carne bovina, carneiro, queijo, etc. Além do mais, o clima local é muito frio, e o povo sofre com a falta de vegetais e frutas. Um pote de chá fervido não apenas contribui para

eliminar a gordura e promover a digestão, mas também para aquecer o estômago e afastar o frio. É muito apropriado.

冬日里，窗外是嗖嗖呼啸的凛冽寒风，屋内却是红泥火炉在熊熊燃烧。一壶浓醇的茶汤轻轻翻腾，围炉熬茶的香气与西北高原的寒风相互交织，斟酌一杯，轻啜一口，暖意从喉间蔓延至全身，每一口茶汤都是对高原寒冬的征服。这种味道是每一个地道青海人最为亲切的记忆。

No inverno, do lado de fora da janela o vento frio e forte está a soprar, mas dentro de casa o fogo no fogão de lama vermelha está a arder fortemente. Um pote de chá forte ferve suavemente e o seu aroma confunde-se com o vento frio do planalto noroeste. Deitando o chá no copo e bebendo um bocadinho, o calor na garganta espalha-se para todo o corpo. Cada gole de chá é uma conquista frente ao inverno severo no planalto. Esse sabor é a memória mais carinhosa na mente de todas as pessoas nativas de Qinghai.



1 Chá Fu, “茯茶” em chinês, é um tipo de chá escuro e tem o mesmo uso que Cocos Wolfiporia (茯苓).

茶叶从何而来呢？

De onde vêm as folhas de chá?

青海地处中国西北内陆，是河湟谷地向高原过渡的地带，属于农耕文化和游牧文化的交汇区。尽管青海的山野川谷隐藏着丰饶的宝藏，茶树却很难在此找到属于自己的栖息地。究其原因，这里地处高海拔地区，冬季漫长而严寒，夏日短促而凉爽，从古至今，青海都不适宜种植茶叶。

Localizada no interior noroeste da China, a província de Qinghai é uma zona de transição desde o vale Hehuang¹ até ao planalto, pertencendo à área de intersecção da cultura agrícola e nómade. Apesar de que se escondam os tesouros abundantes nas montanhas e vales de Qinghai, é difícil para os arbustos de chá encontrarem o seu próprio habitat. A razão é que Qinghai fica localizada numa zona de alta altitude, com invernos longos e severos e verões curtos e frescos. Desde os tempos antigos até hoje, Qinghai não é uma região adequada para o cultivo de folhas de chá.

当时在内地，民间的劳役和连年的征战导致骡马供不应求，而青藏高原富产各类良驹，其中尤以“青海骝”最为出名。于是，茶与马之间便形成了一种互换的关系，茶马互市应运而生。茶马互市，不仅仅是一种商业交换，更是一种文化融合。茶马互易，满足了内地对马匹的迫切需求，也滋养了青藏高原的繁荣与发展。

Naquele tempo, no interior, devido ao trabalho agrícola do povo e às guerras contínuas, a oferta de cavalos e mulas não atendia às necessidades. Porém, o Planalto Qinghai-Tibete era rico em bons cavalos, entre os quais o “cavalo Qinghai” era o mais famoso. Portanto, constituiu-se uma relação de troca entre chás e cavalos, e surgiu assim o comércio entre chá e cavalo. Este comércio não era apenas uma troca comercial, mas também uma integração cultural. Os negócios que envolviam chá e cavalo satisfizeram as necessidades urgentes da região por cavalos, e promoveram a prosperidade e o desenvolvimento do Planalto Qinghai-Tibete.



1 O Vale Hehuang (河湟谷地) é uma zona fértil por onde se fluem o Rio Amarelo e O Rio Huang.



茶马互市的兴起更像一段流淌在山川间的历史故事。这个交易串联起中原和边疆，连接着人们的心灵与生活，同时也构筑了一座桥梁，让不同地域的人们相互理解 and 交流。茶马互市，成为青海地区的一道独特风景，记录着历史的轨迹，映照出人们的智慧与勇气。

A emergência do comércio entre chá e cavalo foi mais como uma história histórica que fluía entre montanhas e rios. Esses negócios ligaram a Planície Central e as áreas fronteiriças, e conectaram a alma e a vida do povo. Ao mesmo tempo, construíram uma ponte que permitia que pessoas de diferentes regiões tivessem uma compreensão e uma comunicação mútua. O comércio entre chá e cavalo tornou-se uma paisagem única na região de Qinghai, registrando traços da história e refletindo a sabedoria e a coragem das pessoas.

在“茶马古道”上，马帮队伍穿行其间。背负着重担的马匹在山谷与沙漠间奔驰，他们以商贸和文化的纽带，紧紧地连接起中原与边疆。穿越雪山和峡谷，跋涉沙漠和草原，茶叶的香气和马蹄的回音交织。每一次商贸往来，都在他们身上留下了深深的文化印记。

No “Antigo Caminho de Chá e Cavalo”¹，as equipas da caravana caminhavam por ele. Os cavalos carregados com fardos pesados galopavam entre o vale e o deserto. Com o comércio e a cultura como o vínculo, ligavam estreitamente a Planície Central

e as regiões fronteiriças. Atravessavam montanhas nevadas e vales, e caminhavam por desertos e estepes, de modo que o aroma do chá e o eco do cavalgar se entrelaçassem. Cada transação comercial deixava uma marca profunda nas equipas de caravana.

从青海穿境而过的茶马古道，也使饮茶之风在这里得以延续，并千年不衰，从而形成了青海独有的熬茶文化。

O Antigo Caminho de Chá e Cavalo que atravessa Qinghai, também contribui para a continuação do hábito de tomar chá aqui durante milhares de anos, formando assim uma cultura única do chá fervido de Qinghai.

在今天，熬茶依然是青海人钟爱的饮品。究其原因，或许就在这熬茶的“熬”字上。一把铜铝壶，一只陶瓷罐，熬煮出了丝绸之路的往事，熬煮出了唐蕃古道的传承，熬煮出了内地与边陲的文化互融，也熬煮出了青藏高原独具魅力的茶文化。

Hoje em dia, o chá fervido ainda é a bebida favorita do povo de Qinghai. Talvez a razão consista na palavra “fervido” do “chá fervido”. Um pote de cobre e alumínio, um bule de cerâmica, com o ferver, refletem a história da Rota da Seda, apresentam a herança do Antigo Caminho entre Tang e Tibete², testemunham a integração cultural entre o interior e as regiões fronteiriças, e também manifestam a cultura encantadora do chá do Planalto Qinghai-Tibete. 孔

供图 / 图虫创意

- 1 O “Antigo Caminho de Chá e Cavalo” (茶马古道) é uma rota de negócios entre a Planície Central e as regiões fronteiriças. É uma ligação económica e cultural entre a etnia Han e outros grupos étnicos.
- 2 O “Antigo Caminho entre Tang e Tibete” (唐蕃古道) é uma rota de transporte importante e é o único caminho da Planície Central para Qinghai, Tibete, Nepal e Índia. É um caminho que conecta o interior com a área sudoeste.



扎西尖措 与唐卡的故事

A história do Zhaxi
Jiancuo e de Thangka

作者：晏如 Yan Ru
翻译：马星凝 Ma Xingning

唐卡是来源于中国藏族文化的绘画艺术，“唐卡”一词是藏语的音译，意为“填补空白”。唐卡作品通常以藏传佛教题材为主，通过细致的线条、鲜艳的色彩以及生动的人物，描绘出藏族的宗教、社会、文化习俗。

Thangka é uma forma de arte pictórica originária da cultura tibetana na China. A palavra “Thangka” é uma transliteração do tibetano e significa “preencher o espaço vazio”. Geralmente as obras de Thangka retratam temas do budismo tibetano, descrevendo a religião, a sociedade e os costumes culturais tibetanos por meio de linhas detalhadas, cores vibrantes e figuras vivas.

青海省的海南藏族自治州被誉为唐卡的传承之乡，是“热贡唐卡”的发祥地。“热贡唐卡”属于“热贡艺术”的一种，“热贡艺术”作为青海民间艺术的代表，先后被列入中国国家级非物质文化遗产和联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。在青海海南地区，有很多擅长绘制唐卡的民间艺人，扎西尖措就是在这块土地上成长起来的一位优秀画师。

A região autónoma tibetana de Huangnan, na província de Qinghai, é conhecida como o berço da herança de Thangka e de “Thangka Regong”. Esta arte é uma forma da “Arte Regong” e é considerada como uma representação da arte popular de Qinghai. Tanto a “Arte Regong”

quanto “Thangka Regong” foram incluídos na lista de património cultural imaterial nacional da China e na lista representativa do património cultural imaterial da humanidade da UNESCO. Na região de Huangnan, em Qinghai, há muitos artistas populares habilidosos na criação de Thangkas e Zhaxi Jiancuo é um excelente pintor que cresceu nessa terra.

扎西尖措有“青海省省级工艺美术大师”的称号，担任中国工艺美术协会唐卡专业委员会副主任等职务。幼时的扎西尖措从村中老一辈唐卡艺人那里开始了他的绘画启蒙课。由于家境并不富裕，买不起好的画材，他便以木棍、树枝、石头和粉笔等为绘画工具，以黄土地为“画布”学习绘画唐卡。高考后，他选择到青海民族大学工艺美术设计专业就读，在学习素描、油画的同时，尝试将它们融入唐卡的绘画之中。毕业时，扎西尖措举办了该校首次学生个人唐卡作品展。

Zhaxi Jiancuo possui o título de “Mestre de Artes e Ofícios de Nível Provincial de Qinghai” e ocupa cargos como vice-diretor do Comité Especializado de Thangka da Associação de Artes e Ofícios da China. Desde tenra idade, Zhaxi Jiancuo iniciou a sua formação em pintura com os artistas mais velhos da aldeia que trabalhavam com Thangka. Devido à falta de recursos financeiros, ele utilizava varas de madeira, galhos, pedras e giz como ferramentas de pintura, aprendendo a pintar Thangka com o *loess*¹ como “tela”. Após o exame nacional de admissão universitária, ele decidiu frequentar a Universidade de Etnias de Qinghai para estudar no curso de Design de Artes e Ofícios. Durante os seus estudos de desenho e pintura a óleo, começou a incorporar essas técnicas na pintura de Thangka. Ao formar-se, Zhaxi Jiancuo realizou a primeira exposição individual de Thangka dos estudantes da universidade.

扎西尖措的作品注重各地区的文化交融。一次在参观山西太原的云冈石窟时，他注意到石窟中佛像底座上的彩绘与他家乡藏式建筑上的绘画图案，不论是样式还是颜色都十分相似。在他看来，今天在藏传佛教中盛行的很多艺术形式，都是从中国其他地区“引进”的。为了更好地了解这些艺术传播的脉络，他利用到各地参展的机会，开始研究藏式建筑图案与其文化背景，以期了解青海地区文化与中国其他地区文化交流的历史。在2018年，扎西尖措根据自己整理的藏式建

1 Nota de tradutora: *Loess* é um tipo de solo depositado pela ação do vento. É composto principalmente por partículas finas de sedimentos, como argila, silte e areia, que foram transportadas e depositadas por ventos fortes. É encontrado em várias partes do mundo, incluindo regiões como a China, Europa Central, América do Norte e Ásia Central. Devido à sua excelente capacidade de retenção de água e nutrientes, o solo de *loess* é frequentemente utilizado para a agricultura.

筑图案资料创作了百幅系列作品《吉祥彩绘》，让许多唐卡画师从中了解到藏式建筑图案的历史渊源，并开始将其作为唐卡作品的主题进行创作，而不局限于佛像唐卡的绘画。

As obras de Zhaxi Jiancuo valorizam a fusão cultural de diferentes regiões. Durante uma visita às Grutas de Yungang, em Taiyuan, Shanxi, ele percebeu semelhanças notáveis entre as pinturas decorativas dos pedestais das estátuas de Buda nas cavernas e os padrões decorativos das construções tibetanas na sua região natal, tanto em estilo quanto em cores. Na opinião dele, muitas formas de arte populares no budismo tibetano de hoje foram “importadas” de outras regiões da China. Para compreender melhor a disseminação dessa arte, ele aproveitou as oportunidades de participar nas exposições em diversas regiões e começou a estudar os padrões arquitetônicos tibetanos e o seu contexto cultural, buscando entender a história de interação cultural entre a região de Qinghai e outras regiões da China. Em 2018, com base nas informações coletadas sobre os padrões arquitetônicos tibetanos, Zhaxi Jiancuo



criou uma série de cem obras intitulada “Pinturas Coloridas Auspiciosas”. Essas obras permitiram que muitos artistas de Thangka compreendessem a origem histórica dos padrões arquitetônicos tibetanos e comesçassem a utilizá-los como temas nas suas próprias pinturas de Thangka, indo além das representações tradicionais de estátuas de Buda.

扎西尖措又尝试对传统唐卡绘画的内容进行革新。他发现，传统的唐卡画面结构基本是以主位的释迦牟尼、两旁的十六尊者和下方的四大天王为定式，众多人物都集中于一幅画面中。扎西尖措尝试将十六尊者从这样的群像中单独拆分出来，又融入青海、西藏和四川三地的藏式绘画风格，创作出《十六尊者》系列作品，这也使他成为第一位获得中国国家青年艺术创作人才资助项目的唐卡画师。



Zhaxi Jiancuo também buscou revolucionar o conteúdo tradicional das pinturas de Thangka. Ele descobriu que a estrutura das pinturas de Thangka tradicionais apresenta geralmente o Buda Shakyamuni como a figura central, rodeado pelos Dezesesseis Arhats em ambos os lados e Quatro Reis Celestiais abaixo, com muitos personagens concentrados numa única composição. Zhaxi Jiancuo tentou separar os Dezesesseis Arhats dessa composição coletiva e incorporar estilos de pintura tibetana das regiões de Qinghai, Tibete e Sichuan. Assim, criou a série de obras intitulada “Dezesesseis Arhats”, que o tornou o primeiro pintor de Thangka a receber o apoio do Programa Nacional de Financiamento de Talentos Artísticos Juvenis da China.

在追求创新的同时，扎西尖措依旧保留了唐卡绘画传承多年的“本味”。他从黄南地区老一辈的唐卡绘画艺人那里了解到，现代技术生产出的画布通常使用石膏粉来打磨，而传统画布则因为早年间的条件限制，通常都是就地取材——将当地的黄土烧制、过筛、打磨后再抹到画布上。扎西尖措按此传统技法来准备画布，呈现出土黄的底色，与矿物颜料融合后创作出的唐卡画有一种复古的味道，颇具古代宫廷唐卡画的风格。

Ao mesmo tempo que procura a inovação, Zhaxi Jiancuo ainda preserva o “sabor original” transmitido desde há muitos anos na pintura de Thangka. Ele soube dos artistas mais velhos de Thangka da região de Huangnan que as telas modernas são geralmente preparadas com gesso, enquanto as telas tradicionais eram feitas com os recursos disponíveis localmente – o *loess* da região era queimado, peneirado e polido antes de ser aplicado na tela. Seguiu essa técnica tradicional na preparação das telas, resultando numa cor de fundo amarelada que, combinada com pigmentos minerais, cria um estilo de pintura de Thangka com um toque retro, evocando o estilo das pinturas de Thangka da antiga corte imperial.

近年来，唐卡的需求量在不断增长，扎西尖措心中也浮现一个念想，就是培养更多的唐卡绘画人才。毕业后，他在省会西宁市设立了自己的唐卡工作室，到目前为止招收了30多名学生。在当地人看来，学习唐卡绘画是很隆重的一件事。曾经有一名来自贫困地区的学生到扎西尖措的工作室来求学，“他们一家子七口人都来送这个孩子学画唐卡，”扎西尖措回忆道。

Nos últimos anos, tendo em conta a procura crescente de Thangkas, surgiu também uma ideia na mente de Zhaxi Jiancuo: formar mais talentos na arte da pintura de Thangka. Após a conclusão do seu curso universitário, ele estabeleceu o próprio

estúdio de Thangka na cidade de Xining, capital da província de Qinghai, e até agora já admitiu mais de 30 estudantes. Na visão dos residentes locais, estudar pintura de Thangka é algo magnífico. Zhaxi Jiancuo recorda que um estudante de uma região pobre veio ao seu estúdio em busca de aprendizagem, e “toda a família, composta por sete pessoas, veio acompanhá-lo para estudar a pintura de Thangka”.

除此，唐卡推介会和艺术基金资助项目等帮助唐卡民间艺人打通了个人创作与对外交流之间的通道。通过中国文联的平台，扎西尖措与同期校友一起在青海当地设立了唐卡写生基地，并挂牌“湖南师范大学现当代艺术研究中心”。他们邀请来自



湖南的画家朋友体验唐卡绘画，这些画家回到湖南后举办了唐卡展览，相关新闻的浏览量在短短几天内就突破了30万次。“要达到这样的宣传力度，靠我自己是办不到的，”扎西尖措说。有了这样的经历，他目前正在考虑打造“唐卡绘画体验”的新模式，不仅可以让具有专业技能的画家参与其中，还可以让普通人感受到唐卡的别样魅力。

Além disso, eventos de promoção de Thangka e projetos de patrocínio artístico ajudaram a estabelecer uma conexão entre os artistas populares de Thangka e o intercâmbio. Através da plataforma da Associação de Literatura e Arte da China, Zhaxi Jiancuo estabeleceu,

juntamente com os seus ex-alunos, uma base de pintura de Thangka e nomeou-o como “Centro de Pesquisa da Arte Contemporânea e Moderna da Universidade Normal de Hunan” em Qinghai. Eles convidaram artistas de Hunan para experimentar a pintura de Thangka, e esses artistas organizaram exposições de Thangka ao retornarem a Hunan. As notícias relacionadas com essas exposições alcançaram mais de 300.000 visualizações em apenas alguns dias. “Não seria possível alcançar esse nível de divulgação sozinho”, diz Zhaxi Jiancuo. Com base nessas experiências, ele está atualmente a considerar a criação de um novo modelo de “experimentação da pintura de Thangka”, que envolva não apenas artistas habilidosos, mas também permita que pessoas comuns apreciem o encanto único das pinturas de Thangka.

扎西尖措抱着对唐卡的热爱，除了积极创作大量优秀的唐卡作品，还为唐卡发展作出贡献——深入探寻唐卡奥秘，将唐卡技艺创新融合，推动唐卡走出青海、走遍全国、未来走向世界。从中，我们看到了青海当地艺人对于唐卡艺术的代代传承与不断创新，也看到了中国对非遗技艺的保护与推广。

Com o amor pela arte da pintura de Thangka, Zhaxi Jiancuo não apenas criou uma grande quantidade de excelentes obras nesse estilo, mas também contribuiu para o seu desenvolvimento. Ele explora profundamente os segredos das pinturas de Thangka, integrando inovação e habilidades tradicionais, promovendo a disseminação das pinturas de Thangka em Qinghai em todo o país e, no futuro, em todo o mundo. Através disso, podemos ver a herança geracional e a constante inovação dos artistas locais de Qinghai na arte da pintura de Thangka, assim como os esforços da China na proteção e promoção do patrimônio cultural imaterial. 孔

供图 / 扎西尖措



留学生眼中的青绣

Bordado Qing aos olhos de estudantes internacionais

供稿：青海民族大学 Universidade de Etnias de Qinghai

作者：王萍 Wang Ping

翻译：古雯鉴 Gu Wenjun

青海自古以来就是多民族聚居的地方，主要生活着汉族、藏族、回族、土族、撒拉族、蒙古族等。2 000 多年来，各民族文化交相辉映，相互融合，发展成具有多元化、多民族性的高原文化特色。

A província de Qinghai tem sido um local multiétnico desde os tempos antigos, habitado principalmente pelas etnias Han, Tibetana, Hui, Tu, Salar e Mongol, etc. Durante mais de 2.000 anos, as culturas destas etnias têm-se entrelaçado e integrado umas nas outras, desenvolvendo-se numa cultura de planalto diversificada e multiétnica com características distintas.



青绣是土族盘绣、藏绣、皮绣、撒拉族刺绣、回族刺绣、河湟刺绣等刺绣品的总称，是青海各民族人民长期以来文化交往、交融的文化图腾和符号，也是中华民族优秀传统文化中独一无二的特殊“密码”，具有“指尖非遗”之称。青绣从秦汉时期丝绸之路南路开通时兴起发展至今，成为参与人数最多、应用最广泛、影响最持久、与各族人民群众生活交流最密切的一种民间艺术。青海省海东市是青绣的主产地和集聚地，随着青绣的影响力不断提升，青绣已成为青海一张亮丽的文化新“名片”。

O Bordado Qing, abreviação do “bordado popular de Qinghai”, é o nome dado para um conjunto de bordados como o bordado Tu, o bordado tibetano, o bordado de couro, o bordado Salar, o bordado Hui, o bordado Hehuang, entre outros. Trata-se de um totem e símbolo de intercâmbio e integração cultural entre os diferentes grupos étnicos em Qinghai ao longo dos tempos, para além de ser um “código” único que se marca na excelente cultura tradicional da nação chinesa, sendo conhecido também como um “património cultural imaterial na ponta dos dedos”. O bordado Qing começou a desenvolver-se desde a abertura da estrada sul da Rota da Seda nas dinastias Qin (221–206 a.C.) e Han (206 a.C.–220 d.C.). Hoje, já se transformou numa arte popular com o maior número de participantes, a prática mais extensa, a influência mais duradoura e a ligação mais estreita à vida dos povos de diferentes etnias. A cidade de Haidong, na província de Qinghai, é a principal área de produção do bordado Qing e é o local onde se encontra uma grande variedade destes bordados. Com o aumento da influência desta arte popular chinesa, o bordado Qing passou a ser um novo e brilhante “cartão de visita” cultural da província.



土族盘绣在青绣中别具一格。作为传统盘绣图案之一的“太阳花”，每一叶“花瓣”都向着“太阳”，这象征着土族人民对美好生活的向往。土族盘绣做工精细，针法独特，纹饰整齐美观，极富装饰性。绣品中，红、黄、蓝、绿、青、紫、白等七色俱全，配色协调，鲜艳夺目，具有浓郁的民族风格，呈现出土族人民对色彩、审美的追求。

Entre os vários tipos do bordado Qing, o bordado Tu apresenta uma particularidade especial. A “flor do sol” é um dos seus padrões tradicionais e, com cada “pétala” largamente estendida do centro para fora, como se fossem os raios de sol, este padrão simboliza o desejo do povo da etnia Tu por uma vida melhor. O bordado Tu destaca-se pelo seu acabamento fino, as técnicas de costura exclusivas e os padrões nítidos e bonitos, tendo uma alta qualidade decorativa. Nas peças do bordado Tu, juntam-se normalmente diversas cores: vermelho, amarelo, azul, verde, roxo, branco, etc., as quais se combinam de forma harmoniosa e deslumbrante, apresentando um forte estilo étnico enquanto demonstrando o gosto do povo Tu pelas cores e a sua preferência estética.





青海民族大学组织了来华留学生走进青海省海东市互助县探秘非遗，体验青绣“一丝一线”的魅力与风采，感受青藏高原独特的文化魅力和浓厚的历史底蕴。

A Universidade de Etnias de Qinghai organizou uma visita à vila de Huzhu, na cidade de Haidong, província de Qinghai, levando os estudantes internacionais a explorar este patrimônio cultural imaterial da China, para que estes pudessem conhecer de perto o charme do bordado Qing e a sua elegância dentre as costuras, apreciando o encanto da cultura única do Planalto Qinghai-Tibete assim como a sua história profunda.



左文（青海民族大学土库曼斯坦留学生）

Zuo Wen (Estudante turquemenistanês, da Universidade de Etnias de Qinghai)

我来青海两年了，这是我第一次亲眼看到精美的青绣作品，了解青绣的制作工艺，并且动手体验。土库曼斯坦也有刺绣，绣女们用丝线绣出各种图案，这些图案可以显示出她们的地域身份。绣品可作为婚服和其他仪式礼服，也可作为普通服装的装饰。女孩们一般从奶奶和母亲那里学习刺绣手法，它的风格和颜色与青绣不同，代表着土库曼斯坦的文化。青绣与我们那里的刺绣有很大的不同。我非常喜欢青绣，希望有机会能够学习更多关于青绣的知识，让越来越多的人关注并爱上青绣。

Estou em Qinghai há dois anos, mas esta é a primeira vez que vejo com os meus próprios olhos o trabalho requintado do bordado Qing. Aprendi sobre o processo da sua produção e até experimentei-o em pessoal. No Turquemenistão, também é praticado o bordado. As bordadeiras utilizam fios de seda para criar diferentes padrões, nos quais se revela a sua identidade regional. Lá, os bordados podem ser utilizados como vestidos de casamento ou para outras ocasiões cerimoniais, ou como ornamento para vestuário comum. As meninas turquemenistanesas costumam aprender com as avós e mães as técnicas de bordado, as quais se diferenciam bastante das do bordado Qing, no que diz respeito ao estilo e às cores usadas, representando a cultura do Turquemenistão. O bordado Qing apresenta muita diferença em relação ao bordado do meu país. Mas gosto muito do bordado Qing e espero poder ter oportunidades de aprender mais sobre esta arte e levar cada vez mais pessoas a conhecê-la e a se apaixonarem por ela.



马龙（青海民族大学巴基斯坦留学生）

Ma Long (Estudante paquistanês, da Universidade de Etnias de Qinghai)

我来自巴基斯坦，在青海学习汉语三年了，从刚到中国时一句汉语都不会说的“外国人”变成了汉语流利的“中国通”，还学会了几句地道的青海方言。

Sou do Paquistão e há três anos que estudo chinês em Qinghai. Na altura em que cheguei à China, era completamente um estrangeiro que não sabia falar nem uma palavra de chinês, mas agora já me tornei um “especialista” em conhecimentos relacionados com a China que, para além de ser fluente em mandarim, ainda consegue dizer alguma coisa em dialeto autêntico de Qinghai.

除了学习汉语知识，学校组织的丰富多彩的第二课堂活动，让我对青海独具特色的历史文化有了深刻的认识，进而爱上了青海。这次来到互助县体验学习青绣，一方面，我惊叹于栩栩如生的青绣作品，那是绣女们花费了很多时间和心血打造的精品，她们的“匠心”精神最打动我；另一方面，青海近年来的发展速度让我震惊，热情好客的当地人民，使我感到十分快乐与亲切，我很庆幸我当初选择来青海留学。

Juntamente com as aulas de chinês, a universidade organiza para nós uma grande variedade de atividades extracurriculares, as quais me têm levado a conhecer, de forma profunda, a história e a cultura únicas de Qinghai, e a apaixonar-me por esta província. Com esta visita a Huzhu para conhecer o bordado Qing, fiquei, por um lado, fascinado com os trabalhos vívidos e requintados de bordado, aos quais as bordadeiras dedicam muito tempo e esforço — o que me impressionou mais é o seu espírito de procura pela engenhosidade. Por outro lado, estou admirado com a alta velocidade de desenvolvimento da província nos últimos anos enquanto me sinto feliz com o carinho e a hospitalidade que sempre me demonstra a população local. Estou muito contente por ter escolhido vir estudar para Qinghai.

约瑟（青海民族大学加拿大留学生）

Joseph (Estudante canadiano, da Universidade de Etnias de Qinghai)

我从2017年来青海学习，至今已经有六年了。当我第一次来到青海时，这里的生活和文化就给我留下了深刻的印象。青海有很多少数民族，各民族都有自己的风俗习惯、丰富多彩的文化艺术、传统的体育活动和宗教信仰，各族人民团结和谐地生活在一起，让我赞叹不已。

Já passaram seis anos desde que vim estudar para Qinghai no ano de 2017. Quando cheguei pela primeira vez à província, fiquei impressionado com a vida e a cultura daqui. Em Qinghai, há muitas etnias minoritárias. Cada uma delas tem os seus próprios usos e costumes, cultura e arte diversificadas, assim como atividades desportivas e crenças religiosas tradicionais. No entanto, os diferentes grupos étnicos vivem juntos em unidade e harmonia. Isso me tem encantado do fundo do coração.

青海壮美的山川河流、独特的民俗文化、温暖的风土人情，都是我心之所向。青绣制作让我近距离感受到中国传统文化的独特魅力，作为一名加拿大留学生，我想让更多的人来了解中国，了解中国悠久灿烂的文化！

As magníficas montanhas e rios, a cultura popular única local e o ambiente acolhedor de Qinghai são tudo o que me fascina. A produção do bordado Qing levou-me a apreciar de perto o encanto único da cultura tradicional chinesa. Como estudante canadiano, espero que cada vez mais pessoas conheçam a China, bem como a sua longa e esplêndida cultura!



丽莎（青海民族大学挪威留学生）

Lisa (Estudante norueguesa, da Universidade de Etnias de Qinghai)

2019年，我离开挪威来到中国学习，初次来到青海，陌生的环境让我有点不知所措。但是，生活一段时间之后，我发现这里的人特别热情，对人非常友善，我逐渐适应了周围的学习与生活环境。

Em 2019, deixei a Noruega para estudar na China e cheguei, pela primeira vez, a Qinghai. No início, sentia-me um pouco perdida num local totalmente desconhecido, mas, depois de ter vivido aqui durante algum tempo, descobri que o povo local é muito simpático e amigável e adaptei-me gradualmente ao ambiente de estudo e de vida aqui.



互助县被称为“彩虹的故乡”，今天看到色彩绚丽的青绣，真是名不虚传。一根小小的绣花针在绣女的巧手中翻转，绣出了各种精美的图案。这些色彩丰富的绣品是青海民族文化特色的体现，同时也表达了人们对美好生活的热爱之情。通过体验青绣，了解传统刺绣图案的内涵，我深刻感受到中国文化的博大精深，更加坚定了学好汉语的信心和决心。

Diz-se que a vila de Huzhu é também conhecido como a “terra natal do arco-íris”. Hoje, fiquei a perceber o significado desta denominação quando vi os bordados coloridos de Qing. Com o movimento de uma pequena agulha nas mãos hábeis das bordadeiras, são trabalhados diversos padrões requintados. Estes bordados finos e coloridos representam as características culturais das etnias de Qinghai e, ao mesmo tempo, expressam as expectativas do povo local por uma vida melhor. Através desta visita, cheguei a ter alguma experimentação da elaboração do bordado Qing e a conhecer mais sobre os significados simbólicos dos padrões tradicionais, o que me fez sentir bem a profundidade da cultura chinesa e, ao mesmo tempo, reforçou a minha confiança e determinação em aprender bem a língua chinesa. 孔



唱歌学汉语

Aprender chinês através do canto

作者：李量 Li Liang

翻译：丁越 Ding Yue

中国是一个诗歌的国度，中华民族是一个爱好诗歌的民族。在中国古代，诗和音乐、舞蹈是结合在一起的，统称为诗歌。读中国古代诗词，我们可以配乐吟诵；学习现代汉语，我们可以和乐而歌。通过唱歌可以学汉语，这是由很多因素决定的：

A China é um país de poesia e o povo chinês é um povo que ama a poesia. Na China antiga, a poesia era uma combinação do poema, da música e da dança. Ao ler poemas da antiguidade, podemos recitá-los com música; ao aprender chinês moderno, também podemos cantá-lo com melodias. A viabilidade de aprender chinês através do canto é determinado por vários fatores:

第一，唱歌学汉语取决于汉语的文化背景。

Primeiro, aprender chinês através do canto depende do contexto cultural da língua chinesa.

中国诗歌历史悠久，《诗经》是中国文学史上第一部诗歌总集，其中的诗歌，流传至今已有 3 000 年的历史。在中国历史上，写诗和读诗一直是一种高品位的文化活动，上至皇帝，下至平民百姓，都积极参与其中。

A poesia chinesa tem uma longa história. O *Clássico da Poesia* é a primeira coleção geral de poesia na história da literatura chinesa. Os poemas contidos nele datam de há 3.000 anos atrás e têm circulado até aos dias de hoje. Ao longo da história da China, compor e ler poemas têm sido sempre uma atividade cultural de requinte na qual todos, desde o imperador aos civis, participaram ativamente.

从古至今，中国人都爱以诗歌抒情，诗歌在中国人心目中的地位是崇高的。网络诗歌由于多为即兴而发，以“打油诗”为主，虽不是非常精致，但读者众多，影响很大。大家在手机上经常转发的节日祝福语或者谜语，许多都是以诗的形式呈现。由此可见，“以诗为重”是汉语独特的文化背景。

Da antiguidade à contemporaneidade, o povo chinês gosta de expressar sentimentos pela poesia, que se mantém num *status* elevado nos seus corações. Hoje em dia, há muitos poemas improvisados na *Internet*. Na maioria são do tipo limerique, poemas sem formato regular mas com conteúdo bem-humorado, que, embora não sejam muito delicados, têm um grande número de leitores e uma influência extensiva. As bênçãos de festas ou os enigmas que as pessoas geralmente enviam nos telemóveis são muitas vezes apresentados de forma poética. Portanto, a importância atribuída à poesia é um contexto cultural único da língua chinesa.



第二，唱歌学汉语是由汉语自身的特点决定的。

Segundo, aprender chinês através do canto é determinado pelas características da própria língua.

汉语语法相对灵活。与英语相比，汉语语法中没有固定的时态结构，表现“不同时代”的内容时，句子结构不变，动词不变，词序也不用改变，仅用表现过去、现在、将来各时间段的时间词就可以了。没有语法的束缚，诗人就有更大的自由来凝练诗句。许多汉语词汇，特别是动词，既有单音词，也有双音词，比如“学”和“学习”、“怕”和“害怕”，还有诸如结构助词“的”、语气助词“吗”，在创作诗歌时可以用也可以省略，给诗人控制诗句字数提供了更多的自由。

A gramática do chinês é relativamente flexível. Em comparação com o inglês, a gramática do chinês não tem estruturas fixas para determinados tempos. Para expressar sentidos de “tempos diferentes”, não é preciso alterar a estrutura das orações nem os verbos, nem a ordem das palavras, mas somente usar palavras temporais que representam períodos de passado, presente ou futuro. Sem a restrição da gramática, os poetas ganham maior liberdade a condensar os versos. Além disso, muitas palavras chinesas, especialmente os verbos, têm uma forma monossílaba e uma outra dissílaba, como “学” (xué, aprender) e “学习” (xué xí, aprender), “怕” (pà, ter medo) e “害怕” (hàipà, ter medo), bem como partículas estruturais como “的” (de) e partículas modais como “吗” (ma), que podem ou não ser omitidas na composição de poesia, oferecendo mais liberdade aos poetas para controlar o número dos caracteres nos versos.

汉字作为汉语诗歌创作的“建筑材料”，从音、形、意三方面考量，都是诗歌创作的“优质建材”。

Como “materiais de construção” para a criação da poesia chinesa, os caracteres chineses são “materiais de alta qualidade” em termos de sonoridade, forma e significado.

从“音”的方面衡量。一般情况下，一个汉字就是一个音节，汉字的声音短促洪亮，加上平仄相对的声韵系统，使得汉语诗句律动效果明显。每一个汉字都宛如一块棱角分明、有宽（平）有窄（仄）的“方砖”，非常容易建成声韵协调的诗歌“宫殿”。汉语拼音中所有声母、韵母的组合仅400余组，而常用汉字在3500个以上，不计声调平均来看，汉语中每个音都由八九个汉字共享，而同韵母的汉字数量则更多。以《诗韵新编》十八韵中“十四寒”为例，相当于韵母

中有“an”可用于诗歌韵脚的汉字，就有1025个。大量同声、同韵的汉字，为诗歌创作时协调韵律提供了充足的选择空间。

Do ponto de vista da “sonoridade”, um caráter chinês é normalmente uma sílaba, e o seu som é curto e alto. Juntamente com o sistema sonoro controverso de tons de nível e tons oblíquos, o efeito rítmico dos versos chineses torna-se óbvio. Cada caráter é como um “tijolo quadrado” com arestas e vértices afiados que pode ser largo (no caso de tom de nível) ou estreito (no caso de tom oblíquo), com

que é muito fácil construir um “palácio” poético com som e rima harmoniosos. Existem apenas pouco mais de 400 combinações de consoantes iniciais e vogais finais no pinyin chinês enquanto há mais de 3.500 caracteres chineses frequentemente usados. Sem contar os tons, cada som em chinês é partilhado por 8 ou 9 caracteres em média, e há mais caracteres que partilham uma mesma vogal final. Tomando como exemplo a décima quarta rima de “Han” nas 18 rimas na obra *Nova Compilação de Poesia e Rima*, que têm 1.025



carateres que possuem “an” na vogal final que podem se usadas como rima do poema. A grande quantidade dos carateres de mesmo som e rima criam espaço de escolha suficiente para a coordenação rítmica durante a composição da poesia.

从“形”“意”方面来衡量, 汉字“形”“意”结合的特点, 能给诗人的创作带来多方面的启示, 诸如“二人土上坐, 一月日边明”的诗句, 其意境用汉语之外的其他语言是很难表达的。再如杜甫被誉为“古今七律第一”的《登高》中的诗句“无边落木萧萧下, 不尽长江滚滚来”, 上句写落叶多用草字头的字, 下句写长江多用三点水旁的字, 使读者有身临其境之感, 顿觉萧索凄凉的落叶、莽莽苍苍的江水扑面而来。汉字音、形、意方面的特点, 使汉语成为诗歌创作的肥沃土壤和丰富资源。

No aspeto de “forma” e “significado”, a combinação da “forma” com o “significado” dos carateres chineses pode trazer inspirações de diversos aspetos para a composição dos poetas, como a conceção artística transmitida pelos versos “Duas pessoas sentam-se na terra; a Lua reflete o brilho do Sol ao seu lado.”, é difícil de expressar em outras línguas. Temos um outro exemplo dos versos “As árvores sem fim farfalham com folhas a derramar-se; o interminável Rio Yangtze flui com ondas após ondas.”, do poema *Subir ao Alto* do poeta Du Fu, conhecido como “a primeira poesia de sete metros de todos os tempos”: No primeiro verso usam-se carateres com o radical de grama para descrever as folhas caídas e no segundo usam-se carateres com o radical de três gotas de água para descrever o Rio Yangtze, fazendo com que os leitores tenham uma sensação vívida da cena como se as folhas caídas e desoladas e a água vasta e forte viessem imediatamente à sua frente. As características do chinês em termos de sonoridade, forma e significado fazem-no um solo fértil e um recurso rico para a criação de poesia.

第三, 唱歌学汉语是由当代学习汉语的实际情况决定的。

Terceiro, aprender chinês através do canto é determinado pela situação real de aprendizagem contemporânea da língua chinesa.

大多数学汉语的学生由于缺少使用环境, 很难学罢即用, 经常出现“学过即忘”的情况。只有对所学内容保持长期记忆, 才能为习得语言技能、提高汉语水平创造空间、提供可能。诗歌读起来朗朗上口, 唱起来激情洋溢, 学会后便于背诵和复习。唱歌学汉语, 耗时少而效率高, 是适应当今时代要求的有效方法。唱好一首歌, 掌握了歌词中所包含的词句和语法知识, 在类似语境出现时, 就能脱口而出, 从而形成语言能力, 可谓事半功倍。

Devido à falta do ambiente de comunicação em chinês, a maioria dos estudantes de chinês tem dificuldade em utilizar o que foi aprendido há pouco tempo, e acontece frequentemente a situação de “aprender mas esquecer logo”. Só quando se mantiver uma memória de longo prazo para o que foi aprendido é que se pode criar espaço e possibilidade para a aquisição de competências linguísticas e a elevação da proficiência em chinês. Os poemas são cativantes ao serem lidos e apaixonantes ao serem cantados, portanto é conveniente recitá-los e revisá-los depois de serem aprendidos. Como aprender chinês através do canto consome pouco tempo, é um método eficaz que se adapta à exigência da era atual. Se um aprendente cantar bem uma música e dominar as palavras, as frases e os conhecimentos gramaticais incluídos na lírica, quando aparecerem contextos semelhantes, poderá dizer sem pensar, e assim se formará a competência linguística, obtendo resultado dobrado com a metade do esforço.



第四，唱歌学汉语有助于提高学习者的语音水平。

Quatro, aprender chinês através do canto ajuda a melhorar a proficiência fonética do aprendente.

汉语诗、汉语歌曲具有非常精妙的音韵协调性，在汉语课堂听、说、读、写、译的常规训练之外，“唱歌学汉语”实际上又加上了“唱颂”的环节，通过朗诵和歌唱，学生能够熟练掌握诗歌内容，由此能更好地品味汉语的声韵规律。阅读、背诵、演唱诗歌时，学生们反复识别和比照不同的声调变化，于潜移默化中形成更好的音感。同时，诗歌讲究押韵，发音相近的汉字在韵脚反复出现，有助于学生形成清晰的声韵概念，提高汉语语音水平。

A poesia e a música em chinês têm uma coordenação fonológica delicada. Além das práticas regulares de compreensão oral, produção oral, compreensão escrita, produção escrita e tradução nas aulas de chinês, “aprender chinês através do canto” adiciona de facto uma etapa de “recitar e cantar”. Através da recitação e da canção, os aprendentes podem dominar bem o conteúdo da poesia e, assim, apreciar melhor o padrão do som e do ritmo. Ao ler, recitar e cantar a poesia, os aprendentes identificam e comparam repetidamente diferentes mudanças tonais, o que contribui para o desenvolvimento de um conceito claro de fonologia e para o aumento do nível fonético em chinês.





第五，唱歌学汉语使口语表达更为容易。

Quinto, aprender chinês através do canto facilita a expressão oral.

以诗歌作为打开记忆宝库的“钥匙”，让句子和词汇都得到充分的练习，语法知识也能够融会贯通，说汉语就会更加容易。以诗歌为媒，可以帮助学生积累大量的语法知识和词汇，形成良好的口语表达能力。好歌天天唱，感受着纵情歌唱的惬意和酣畅淋漓，体会着汉语水平潜移默化提高的乐趣。

Usar a poesia como a “chave” para abrir o tesouro da memória faz com que frases e palavras sejam plenamente praticadas e que os conhecimentos gramaticais se integrem, tornando mais fácil falar chinês. A utilização da poesia como um meio pode ajudar os aprendentes a acumular uma quantidade abundante de conhecimento gramatical e léxico, a fim de formar uma competência de expressão oral de alto nível. Cante boas músicas todos os dias, sinta o conforto e o prazer de cantar à vontade, e experimente a alegria que vem da melhora sutil da sua proficiência em chinês.

你准备好了吗？让我们开始歌唱，一起享受学习汉语的乐趣吧！

Você está pronto? Vamos cantar e desfrutar juntos do prazer de aprender a língua chinesa! ㊟



旅游带火“特种兵”※

Turismo impulsiona o fenômeno
“tropa de elite”

作者：刘明奇 Liu Mingqi
翻译：孙立冬 Sun Lidong

2023 年，春天来临之时，同时随着各种小长假，人们纷纷走出家门，开启了远远近近的旅游。于是，旅游成为热门话题，“特种兵式旅游”火遍全网。例如：

- (1) 如今，“特种兵式旅游”正成为越来越多年轻人的旅行方式。《《川江都市报》2023 年 4 月 13 日)
- (2) 热门城市、热门景点开启“人从众”模式，在年轻人群中悄悄兴起了一种很新的旅游方式——“特种兵式旅游”。（《安庆日报》2023 年 5 月 29 日）

Em 2023, com a chegada da primavera e diversos feriados curtos no calendário, os chineses começaram a sair de casa para explorar destinos variados. As viagens voltaram à pauta, e o turismo estilo “tropa de elite” ganhou destaque nas redes sociais:

- (1) O “turismo estilo tropa de elite” começa a ser a escolha de um número cada vez maior de jovens em suas viagens. (Chuanjiang Metropolitan News, 13 de abril de 2023)
- (2) Enquanto destinos populares entram no modo efeito manada, um novo estilo de turismo, conhecido como “tropa de elite”, vem ganhando popularidade entre o público jovem. (Anqing Daily, 29 de maio de 2023)



“特种兵式旅游”是指越来越多的当代年轻人选择在有限的时间和花销内尽可能去多个景点旅游。我们都知道，“特种兵”一词是指单兵作战能力极强、适合在各种恶劣条件下完成作战任务的兵种。为何“旅游”也会搭配上“特种兵”模式？

O “turismo estilo tropa de elite” é uma tendência em ascensão entre os jovens, que buscam visitar o maior número de atrações no menor tempo possível e com recursos limitados. O termo é uma referência a forças especiais mobilizadas para missões difíceis. Mas o que essa expressão tem a ver com turismo?

“特种兵式旅游”最初是大学生出游时用来自我调侃的一种说法。他们趁双休日去不同城市旅游，立志打卡尽可能多的景点与美食，还要做到准时赶回学校上周一的早课，因时间紧、任务重，所以将旅游安排得像一场特种兵的拉练。例如：

(3) 这种旅游方式行程密集，夜间坐火车，白天可能步行十几二十公里，去十来个景点……大学生们称这种很消耗体力的旅游方式为“特种兵式旅游”。（《杭州日报》2023年4月10日）

(4) 两天三城，一天连刷十几个景点，晚上只睡3小时，日行8万步……最近，大学生“特种兵式”旅游火了。（《劳动者报》2023年4月14日）

A expressão surgiu como uma brincadeira entre universitários em suas viagens. Aproveitando os finais de semana, eles viajam para cidades diferentes com o objetivo de visitar e provar tudo que puderem, e ainda voltar à universidade a tempo para as aulas de segunda-feira. Com o desafio de fazer tanto em tão pouco tempo, eles organizam as viagens como se fossem um treinamento dos comandos especiais:

(3) *Nesse modo de turismo, o roteiro é intenso: viagens noturnas de trem, caminhadas que podem*



se estender por até vinte quilômetros durante o dia, visitas a mais de uma dezena de atrações... Os universitários chamam essa abordagem fisicamente desgastante de “turismo estilo tropa de elite”. (Hangzhou Daily, 10 de abril de 2023)

(4) *Três cidades em dois dias, mais de uma dezena de pontos turísticos por dia, apenas três horas de sono e jornadas de 80 mil passos. Recentemente, o “turismo estilo tropa de elite” ganhou notoriedade entre os estudantes universitários.* (Workers' News, 14 de abril de 2023)

从认知的角度来看，用“特种兵式”来修饰“旅游”，正是借用了“特种兵”身上的两大特征——体能的高度消耗和时间的高效利用。说话人用特种兵所具有的特征来喻指这场旅行的挑战性与高效性。

Do ponto de vista cognitivo, a utilização do termo “tropa de elite” para descrever o turismo empresta duas características marcantes do universo militar: alto gasto da força física e uso eficiente do tempo. São essas características que simbolizam tanto o desafio quanto a eficiência desse modo de viagem.

从修辞的角度来看，用“特种兵式”来修饰“旅游”，是运用了夸张手法，说话人的目的在于突显大学生的两种状态反差——日常状态与旅游状态。在一场旅行中，大学生能

※ 原文刊载于《咬文嚼字》2023年8月1日第344期。
Publicado na revista *Yaowen Jiaozi*, no. 344, em 1/8/2023.

精密计划并严格执行时间表中的内容，能坚持完成在平日学习或工作中不可能完成的体力活动。“特种兵式旅游”形象地反映了当代大学生在日常生活与旅行中，身体和精神方面两种完全不同状态的对比。

Já do ponto de vista retórico, a expressão “tropa de elite” é uma hipérbole, ou exagero. O objetivo é destacar o contraste entre os dois estados dos universitários: no cotidiano e na viagem. Em uma única viagem, os estudantes conseguem planejar em detalhe e executar rigorosamente as atividades previstas no roteiro, realizando esforços físicos que normalmente não seriam possíveis no dia a dia. O termo reflete vividamente essa dicotomia entre os estados físico e mental dos universitários na vida cotidiana e durante a viagem.



“特种兵式旅游”火爆的背后反映了“两个高效”现象——“旅人行事高效+硬件设施高效”。硬件设施的日益完备可以说是“特种兵式旅游”的必要条件，交通体系的日益完善、网络技术的日趋发达、服务业质量的进一步提升，再加上一些热门景点开放了夜间游览模式，一些公共场所 24 小时营业，为旅游者提供了享用美食与歇脚的场所，这都为“特种兵式旅游”创造了可能性与可行性。例如：

(5) 报道中就有大学生直言，“特种兵式旅游”本身就是为了节省开支，来海底捞吃个火锅顺便休息一晚，很划算。（《德州晚报》2023 年 5 月 4 日）

A popularidade dessa forma de turismo ilustra a eficiência tanto por parte dos viajantes quanto da infraestrutura. A contínua melhoria da infraestrutura é uma condição necessária para esse tipo de excursão. Avanços no sistema de transporte, desenvolvimentos tecnológicos e melhorias na qualidade dos serviços, aliados à disponibilidade de pontos turísticos para visitas noturnas e estabelecimentos abertos 24 horas, viabilizam viagens desse estilo:

(5) *Estudantes universitários afirmam à reportagem que o “turismo estilo tropa de elite” tem a economia*

como objetivo principal. Jantar em um restaurante de hotpot e passar a noite no local tornou-se uma opção vantajosa. (Jornal Dezhou Evening News, 4 de maio de 2023)

随着 2023 年上半年各种小长假的到来, 越来越多的年轻人加入“特种兵式旅游”行列, 使得这种旅行方式的主体由大学生扩展为更大的年轻群体。例如:

(6) 今年的“五一”小长假, “特种兵式旅游”的主人公, 从年轻的大学生变成了年轻的群体。(《中国妇女报》2023 年 5 月 11 日)

No primeiro semestre de 2023, os feriados curtos motivaram um número crescente de jovens a viajar no modo “tropa de elite”. Inicialmente popular entre estudantes universitários, essa forma de turismo já conquistou uma gama mais ampla de jovens:

(6) *No feriado do Dia do Trabalho deste ano, os protagonistas dessa tendência passaram a ser um grupo mais amplo de jovens, e não apenas universitários. (China Women's News, 11 de maio de 2023)*

另一方面, “特种兵式”的修饰对象也从“旅游”扩展到其他领域, 例如:

(7) 如果附近的城市定期存款利率比本地高 0.4 个百分点, 你会坐上火车去存钱吗? 3 月以来, 不少江苏人就这组组团去上海存钱, 当日往返, 被网友称为“特种兵式存款”。(《北京青年报》2023 年 5 月 12 日)

(8) “特种兵式旅游”结束, “特种兵式学习”来了。“五一”假期后, 多名家长在社交平台发文称自己的孩子在返程路上赶作业。(《浙江教育报》2023 年 5 月 9 日)

Além disso, o atributo “tropa de elite” passou a ser usado em outros contextos:

(7) *Se uma cidade vizinha oferecesse uma taxa de juros em depósito 0,4% superior à da sua localidade,*



você pegaria trem para depositar dinheiro nessa cidade? É o que muitos moradores de Jiangsu têm feito desde março: viagens de bate e volta para depositar dinheiro em Shanghai. A operação ganhou o apelido de “depósito estilo tropa de elite”. (Beijing Youth Daily, 12 de maio de 2023)

(8) *Depois de uma temporada turística movimentada, surgiu o “estudo estilo tropa de elite”. Após o feriado do Dia do Trabalho, vários pais mencionaram em redes sociais que seus filhos aproveitavam o trajeto de retorno para concluir as tarefas escolares. (Zhejiang Education News, 9 de maio de 2023)*

“特种兵式旅游”衍生出“特种兵式存款/学习/工作”等等。

“特种兵式”走出原本的特殊行业, 被用来修饰日常生活中的某种高能行为, 说明“特种兵式 xx”有很强的能产性。我们相信, 随着社会的发展, “特种兵式 xx”会越来越多, 这是社会高效发展的必然结果。

Essa abordagem de turismo deu origem a novos conceitos, como “depósito tropa de elite”, “estudo tropa de elite” e “trabalho tropa de elite”. Essas variações indicam a versatilidade e aplicabilidade do conceito em diferentes aspectos da vida cotidiana. Acreditamos que, com o avanço da sociedade, esse fenômeno ganhará cada vez mais relevância, como um reflexo do aumento da eficiência na vida moderna. 📌

供图 / 图虫创意

二十四节气

Os vinte e quatro períodos climáticos

作者：何芷翌 He Zhiyi

翻译：张翼鹏 Zhang Yipeng



Mangzhong

芒种是二十四节气中的第九个节气，夏季的第三个节气。每年的阳历6月5日左右，即仲夏开始的时候，就是芒种。“芒种”的字面意思是“有芒的麦子快收，有芒的稻子快种”。这个时节，气温持续升高，雨量日益丰沛，农民忙着收割冬播种的小麦，同时还要忙着插秧种稻。这就是人们说的“芒种忙两头，忙收又忙种”。

“Mangzhong” (Grãos nas Espigas) é o nono dos vinte e quatro períodos climáticos, e o terceiro do verão. O dia de “Mangzhong” cai em 5 de junho do calendário solar, ou seja, no início do verão. “Mangzhong” significa literalmente “aproveitar para colher os trigos com espigas e plantar os arrozos que têm espigas”, quer dizer, com o aumento contínuo da temperatura e as chuvas cada vez mais abundantes durante essa época, os camponeses estarão ocupados em colher os trigos plantados no último inverno e plantar os arrozos ao mesmo tempo. É por isso que se diz, “As pessoas ocupam-se em dois trabalhos rurais no período de ‘Mangzhong’, tanto na colheita como no plantio”.

芒种时节，许多花朵开始凋零。在民俗和神话中，这是花神离开凡间，回到天上“述职”去了。所以，在芒种这天，民间盛行送花神的习俗，以表达对花神的感谢。此外，芒种时节也是梅子成熟的季节，一些地方有煮梅的习俗。人们一边欣赏窗外的绵绵细雨，一边品尝刚刚煮好的梅子，颇有几分“青梅煮酒论英雄”的快意。





No período de “Mangzhong”, as flores começam a murchar porque, de acordo com o folclore e a mitologia, nessa época a Deusa de Flores precisa de regressar do nosso mundo ao céu para “relatar o trabalho”. Por isso, é costume popular realizar cerimônias para se despedir dela, dando-lhe os agradecimentos do povo. Além disso, os umês amadurecem nesse período, e as pessoas de alguns lugares costumam cozê-los. Elas desfrutam dos umês recém-cozidos enquanto contemplam pela janela a fina chuva, como os grandes reis da antiguidade chinesa a aproveitarem o vinho com os umês cozidos, enquanto discutem sobre os heróis da sua era.

芒种时节最重要的习俗是过端午。端午节在中国已经有两千多年的历史。每年的这一天，家家户户都悬钟馗像、挂艾叶、吃粽子、赛龙舟、饮雄黄酒、佩香囊等，以拜神祭祖、祈福辟邪。其中，过端午吃粽子，是为了纪念伟大的爱国诗人屈原。战国时期，诸侯争斗，战事频发，忧国忧民的屈原劝说楚怀王联合齐国共同抗秦，可楚怀王不听。屈原一次次谏言无果，反遭奸臣排挤，被流放到洞庭湖边。不久，楚国兵败的消息传来，屈原伤心得放声大哭，在五月初的一天跳进汨罗江自尽了。人们听闻后，为了防止屈原的尸身被鱼虾吃掉，便把米饭包成粽子投入江中，供鱼虾吃。此后，便有了端午节包粽子、吃粽子的传统习俗。

A celebração do Festival do Barco do Dragão, que tem uma história de mais de dois mil anos, é o costume mais importante do período de “Mangzhong”. Neste dia, todas as famílias penduram o retrato de Zhong Kui, decoram a casa com absintos, comem *Zongzi*, participam nas corridas de barco do dragão, bebem vinho feito exclusivamente para este dia e usam saquetas

perfumadas, a fim de venerar os deuses e os antepassados, pedindo as bênçãos e afastando as maldades. Dentre estes costumes, o consumo de *Zongzi* é para homenagear um grande poeta patriótico, Qu Yuan. Durante o Período dos Estados Combatentes (475–221 a.C.), eram frequentes as guerras entre os estados vassalos. Preocupado com o destino do seu Estado e do seu povo, Qu Yuan aconselhava o Rei Huai de Chu a unir-se com o Reino de Qi para fazer frente ao Reino de Qin, mas o Rei Huai não adotou o conselho. Apesar das várias tentativas de convencer o Rei, Qu Yuan foi ostracizado pelos traidores da corte, sendo exilado para a região do Lago Dongting. Pouco tempo depois do seu exílio, chegou a Qu Yuan a notícia da derrota de Chu. Chorando em tristeza extrema, o poeta saltou no Rio Miluo e pôs fim à própria vida, num dia do início do mês de maio. Sabendo sobre a sua morte, as pessoas embrulhavam o arroz numa folha, posteriormente chamado de *Zongzi*, e atiravam-no ao rio para alimentar os peixes e camarões, de modo que o corpo de Qu Yuan não seria comido por eles. Desde então, começam a embrulhar e comer o *Zongzi* no Festival do Barco do Dragão.



二十四节气

Os vinte e quatro períodos climáticos

作者：何芷翌 He Zhiyi

翻译：张翼鹏 Zhang Yipeng

Xiazhi



夏至是二十四节气中的第十个节气，也是最早被确定的节气之一。每年的6月21日或22日，太阳运行到黄经90°时，为夏至日。这一天，太阳直射地面的位置达到一年中的最北端，直射北回归线，北半球白昼时间达到全年最长，之后太阳直射点逐渐南移，北半球白昼逐渐变短。因此，我国很多地方有“吃过夏至面，一天短一线”的说法。



“Xiazhi” (Solstício de Verão) é o décimo dos vinte e quatro períodos climáticos e um dos primeiros a ser identificado. O dia de “Xiazhi” ocorre a 21 ou 22 de junho, enquanto o Sol orbita a 90° de longitude da eclíptica. Neste dia, o ponto subsolar atinge a posição mais setentrional do ano, sobrepondo-se com o Trópico de Câncer, e no hemisfério norte esse é o dia mais longo de todo o ano. Depois desse dia, o ponto subsolar desloca-se gradualmente para o sul, e o dia no hemisfério norte torna-se cada vez mais curto. Por isso, em muitas partes da China, temos um ditado: “Depois de comer o macarrão no dia de ‘Xiazhi’, um dia é mais curto que o anterior”.



此时，长江中下游地区正处在梅雨季，北方黄河下游平原雨水增多，高原牧区则进入了草肥畜旺的黄金季节。这时全国大多数地方不仅闷热，而且骤来疾去的雷雨很多，尤需注意防洪防涝。这期间庄稼生长很快，但杂草亦如此，还容易出现病虫害，所以整枝打杈、中耕除草、防治害虫、清沟排水等田间管理也非常重要。

Nessa altura, a região do curso médio e inferior do Rio Yangtzé está na estação das chuvas, e a precipitação aumenta na planície do curso inferior do Rio Amarelo, enquanto os planaltos pastoris estão num período dourado em que as ervas são férteis e os animais estão gordos. Nesse período, está quente e abafado, com trovadas repentinas frequentes na maior parte do país, sendo neste caso especialmente necessária a prevenção contra as inundações. Durante essa época, tanto as culturas como as ervas daninhas crescem rapidamente, e as plantas estão mais propensas a sofrer das pragas, pelo que a gestão do campo, como a poda, o afrouxamento do solo, a monda, o controlo das pragas, a limpeza das valas e a drenagem das águas excessivas, é de extrema importância.

早在宋代，在水乡江南一带，夏至日便是赏荷观莲的日子。人们在这一天举家来到池塘、湖边泛舟赏荷、消夏纳凉，荡舟轻波、采莲弄藕，好不惬意。在中国，北京圆明园、杭州西湖、济南大明湖等地方都是观赏荷花的好去处，人们可以领略到“红衣翠扇映清波”的美景。

Tão cedo quanto na Dinastia Song, nas cidades ribeirinhas ao sul do Rio Yangtzé, o dia de “Xiazhi” já é o dia de contemplar o lótus, em que as pessoas vão com a família remar nos lagos, colhendo as sementes e raízes do lótus e desfrutando dessa frescura do verão. Na China, o Palácio de Verão de Beijing, o Lago do Oeste de Hangzhou, o Lago Daming de Jinan, são todos locais perfeitos para apreciar a beleza do lótus, onde se pode contemplar a deslumbrante



paisagem constada no verso chinês — “refletem-se nas ondas claras vestidos delicados e leques elaborados”.

以前，在我国很多地方，人们还在夏至日互赠折扇、脂粉等消夏避暑物品。折扇用来扇风散热，脂粉涂抹在身上可以防止生痱子。在古代宫廷，夏至之后，会取出“冬藏夏用”的冰块消暑降温。

Na antiguidade, oferecia-se uns aos outros no período de “Xiazhi” leques, pó de maquiagem e outros artigos para aliviar o calor do verão. Os leques dissipam o calor, e o pó de maquiagem aplicado no corpo previne a miliária. Nos palácios antigos, após o Solstício de Verão, eram utilizados cubos de gelo conservados do último inverno para arrefecer o calor.

夏至时节人体出汗较多，盐分损失较大，中医会建议人们多食用一些带有酸味的食物，以达到“固表止汗”的效果。此外，多吃绿豆可以消暑利尿，补充水分和矿物质。

No período de “Xiazhi”, a transpiração mais intensa leva a uma maior perda de sal. Neste caso, a medicina chinesa recomenda o consumo de alimentos de sabor azedo para fortalecer o exterior do corpo humano e reduzir a transpiração excessiva. Além disso, o consumo de feijão verde ajuda a aliviar o calor, incentivar a micção e a reposição da água e dos minerais. ☯



苍茫高原上的美丽宝石——青海湖

Lago Qinghai: a joia do planalto

作者：具瑞仁 Ju RuiRen

翻译（中文）：张泉 Zhang Quan

翻译（葡语）：孙立冬 Sun Lidong

在辽阔而高耸的青藏高原祁连山脉的南侧，有一个如蓝宝石般色彩的湖，它的名字叫青海湖。青海湖四面环山，北面是大通山，东面是日月山，南面是青海南山，西面是橡皮山，中间形成了一个凹陷的地形，远处从西部或北部流下来的水汇聚在这里，形成了这颗晶莹剔透的“蓝宝石”。

Localizado no flanco sul da cordilheira de Qilian, que se eleva no vasto Planalto Qinghai-Tibete, há

um lago de coloração semelhante à de uma safira, conhecido como Lago Qinghai. Rodeado por montanhas em todos os lados, ao norte pelo monte Datong, ao leste pelo monte Riyue, ao sul pelos montes Qinghai Nan e ao oeste pelo monte Xiangpi, o lago encontra-se em uma depressão geográfica. As águas que fluem das regiões ocidentais ou setentrionais convergem aqui, criando essa cristalina “safira”.



青海湖是中国最大的内陆咸水湖，位于青海省省会西宁以西约 200 公里。青海湖长 105 公里，宽 63 公里，环湖周长 360 余公里，面积达 4 625.6 平方公里（2021 年），平均水深为 21 米，最大水深达到 32.8 米，是一个巨大的湖泊。湖面海拔约 3 200 米，即使在 7—8 月份，平均气温也只有 14℃—15℃，因此成为备受瞩目的夏季度假胜地。

O Lago Qinghai é o maior lago interior de água salgada da China, localizado a cerca de 200 quilômetros a oeste da capital provincial, Xining. O lago tem 105 quilômetros de comprimento e 63 de largura, com uma circunferência de mais de 360 quilômetros e uma área de 4.625,6 quilômetros quadrados (dados de 2021). A profundidade média é de 21 metros e a máxima, de 32,8 metros. Em outras palavras, é um lago imenso e não é à toa que seu nome, em chinês, significa “mar azul”. Com uma altitude de cerca de 3.200 metros acima do nível do mar, a região tem temperaturas médias de apenas 14°C–15°C mesmo nos meses de julho e agosto, o que faz dela um destino de férias de verão altamente cobiçado.

暮春和夏季，一切都沐浴在温暖的阳光下，青海湖的色彩格外绚丽。晨光熹微，沉浸在无边黑暗中的青海湖开始散发出蓝色光芒。阳光透过飘浮的云层，湖水对面遥远的青色山脉轮廓逐渐清晰，像翡翠一般深邃的蓝色波浪开始随风起伏。当湖水平静下来，云层覆盖的天空倒映在湖面上，仿佛整个天空都被湖水所拥抱。

Banhado pelo calor do sol do final da primavera e início do verão, o Lago Qinghai exibe cores particularmente deslumbrantes. No alvorecer, ainda imerso na escuridão, começa a irradiar um brilho azul. O sol perfura as nuvens flutuantes e os contornos azulados da distante cordilheira do outro lado vão se tornando mais nítidos. Ondas de um azul profundo, quase cor de jade, começam a se arrepiar ao toque do vento. Quando o espelho d'água se acalma, o céu coberto de nuvens se reflete na superfície, e então parece que o lago está abraçando todo o firmamento.

湖畔翠绿的草原与湛蓝的湖水相映成趣。牦牛、马儿和羊群在绿毯般的草地上享受着温暖的阳光，悠闲地吃草，悠然地走动。绿色的草原、黄色的油菜花在蓝色湖水的映衬下一直延伸到远方，一望无际。站在油菜花田里眺望远处，天空像一块蓝底白花的大理石，油菜花田像一块黄绿相交的画布，美不胜收。

Na orla, o verde das pastagens cria um contraste harmonioso com o azul das águas. Aproveitando o calor do sol, iaques, cavalos e rebanhos de ovelhas pastam calmamente no tapete da relva. As pastagens verdes e os campos amarelos de colza se estendem a perder de vista, emolduradas pelas águas azuis. Olhando ao longe, o céu parece um pedaço de mármore com fundo azul e manchas brancas, enquanto o campo de colza se assemelha a uma tela onde o amarelo e o verde se entrelaçam, numa beleza indescritível.



青海湖沿湖有多个景区，其中以二郎剑、金沙湾和鸟岛较为有名。

Ao redor do Lago Qinghai, há várias áreas turísticas. As mais famosas são Erlang Jian, a Baía das Areias Douradas e a Ilha dos Pássaros.

二郎剑是一片形状狭长、像剑一样的半岛，得名于神话传说中的人物二郎神。乘船抵达二郎剑后，游客会先感受到来自经幡的欢迎，飘舞的五彩经幡在风中瑟瑟作响，仿佛在诵念远古的经书。沙滩上有许多雕像，其中就有白色的文成公主像。

Erlang Jian, ou “a espada de Erlang”, é uma península estreita e alongada, semelhante a uma espada, nomeada em homenagem ao personagem mítico Erlang Shen. Ao chegar de barco a Erlang Jian, os visitantes são inicialmente recebidos por bandeira de oração que tremulam ao vento, emitindo um som sutil, como se recitassem escrituras antigas. Entre as várias estátuas na praia, está a da princesa Wencheng.

文成公主的故事给青海湖增添了神秘的色彩。相传，文成公主为了唐朝和吐蕃的和亲，嫁给了吐蕃王松赞干布。在远行前，皇帝赐予公主一面可以映照出故乡长安的宝镜。随着与长安渐行渐远，公主对故乡的思念变得越发强烈。于是，她取出镜子，镜子果真映照出了遥远的长安之景。

公主想到再也回不到家乡了，不禁泪如雨下，她将宝镜扔出，而镜子掉落之处就变成了如今的青海湖。

A história da princesa Wencheng traz um toque de mistério para o Lago Qinghai. Segundo a lenda, ela se casou com o rei tibetano Songtsen Gampo como parte de uma aliança política entre a dinastia Tang e o Tibete. Antes de sua jornada, o imperador deu à princesa um espelho mágico que poderia refletir sua terra natal, Chang'an. À medida que ela se afastava de Chang'an, sua saudade aumentava. Ela então tirou o espelho e, de fato, ele refletiu a visão distante da capital imperial. Percebendo que nunca mais retornaria à sua terra natal, a princesa, emocionada, lançou o espelho ao chão. O local onde o espelho caiu se transformou no Lago Qinghai de hoje.



金沙湾是位于青海湖东岸的一处宽阔沙丘。虽然规模较小，但金沙湾完整地保留了沙漠的景观。当你用脚踩在由风吹拂形成的沙浪上时，会感到沙子的柔软和蓬松；当你试图爬上高高的沙丘时，沙子又会倾泻下流。登到高处，你会看到一连串金色沙丘，如波浪般上下起伏，延伸到青海湖的岸边。即使在冬天，金沙湾的景色



也依旧很美。金色沙滩的后面是一片蔚蓝的湖水，湖对面则是白雪皑皑的群山，形成了一幅梦幻般的景象。

Localizada na costa leste do Lago Qinghai, Jinshawan, a Baía das Areias Douradas, é um vasto campo de dunas, como um retrato fiel da paisagem do deserto em escala menor. Quando você pisa nas ondulações formadas pelo vento, sente a suavidade e a maciez da areia; ao tentar escalar as dunas altas, a areia se derrama. Do topo, é possível ver uma série de dunas douradas que se estendem como ondas até a margem do lago. Mesmo no inverno, a paisagem continua encantadora. Atrás da praia dourada, há uma vastidão de águas azuis, e, do outro lado do lago, montanhas cobertas de neve brilhante como prata, formando um cenário de sonho.

鸟岛位于青海湖的西北角。岛的东部较宽，而西部末端狭长，形状像一只蝌蚪。该岛全长1 500米，面积不到1平方公里。全岛地势平缓，三面环水，水草和鱼类都很丰富，吸引了几十万只鸟栖息于此。在鸟岛，可以看到数以千计的鸟儿成群结队地在湛蓝广阔的湖面上飞舞，形成壮观的景象。5月和6月是观鸟的最佳时期，此时鸟岛也成了鸟类爱好者的天堂。

Niaodao, a Ilha dos Pássaros, situa-se no canto noroeste do Lago Qinghai. A parte leste da ilha é mais larga, a extremidade oeste é estreita, resultando num formato que lembra um girino. A ilha tem um comprimento total de 1.500 metros e uma área inferior a 1 quilômetro quadrado. O terreno plano é cercado por água em três lados. A vegetação aquática e os peixes são abundantes, atraindo centenas de milhares de aves para fazer ninhos ali. Na Ilha dos Pássaros, pode-se observar milhares de aves voando em grupos sobre o amplo azul do lago, numa visão espetacular. Maio e junho são os melhores meses para ver as aves, e a ilha se torna um paraíso para os observadores de pássaros.

此外，青海湖周边的主要景点还有日月山、倒淌河、湖里木沟岩画、橡皮山、茶卡盐湖、茶卡寺、尕斯库勒古城，等等。

Além disso, os principais pontos turísticos ao redor do Lago Qinghai incluem o monte Riyue, o rio Daotang, as pinturas rupestres do Vale Hulimu, o Monte Xiangpi, o lago salgado de Chaka, o templo Chaka e a antiga cidade de Ga Hai, entre outros.



除了这些风景名胜外，青海湖还经常举办不少宗教活动和体育活动，使自然景观与人文景观相得益彰。

Além desses locais de interesse natural, o Lago Qinghai também hospeda várias atividades religiosas e esportivas, criando uma harmonia entre as paisagens naturais e culturais.

青海湖祭海活动是一项人与自然和谐相处的民俗活动，于2008年被列入“第二批国家级非物质文化遗产名录”。该祭祀起源于蒙古族祭天、祭山、祭海的传统习俗，并在清朝以后逐渐扩大规模。青海湖周边的民族也参与其中，使祭祀活动成为青海湖一处宗教色彩浓厚的重要人文景观。

A cerimônia de oferenda ao Lago Qinghai é uma atividade folclórica que simboliza a coexistência harmoniosa entre humanos e natureza, e foi incluída na “Segunda Lista do Patrimônio Cultural Imaterial Nacional” em 2008. A cerimônia, que tem origem nas tradições mongóis de oferendas ao céu, às montanhas e ao mar, cresceu após a dinastia Qing. Trata-se de uma importante expressão cultural com forte religiosidade, da qual também participam outras etnias que vivem ao redor do lago.

每年7—8月的“环青海湖自行车赛”，也为青海湖增添了别样的魅力。该赛事由青海省人民政府于2002年提议并发起，国家体育总局、国家广电总局和青海省政府共同主办，是经国际自行车联盟批准的亚洲顶级赛事，也是在全球海拔最高的公路上进行的国际自行车比赛。

A “Volta Ciclística do Lago Qinghai”, realizada anualmente nos meses de julho ou agosto, também confere um encanto particular. Esse evento, iniciativa lançada pelo Governo Popular da Província de Qinghai em 2002, é coorganizado pela Administração Nacional dos Esportes, pela Administração Nacional de Rádio e Televisão e pelo Governo Provincial de Qinghai. Aprovada pela União Ciclística Internacional, o torneio é o principal evento de ciclismo da Ásia e também a competição internacional de ciclismo de maior altitude em todo o mundo.

然而，这个集自然景观和人文景观于一体的青海湖也曾一度面临危机。灌溉农业和畜牧业无节制的开发，以及水资源的过度使用，导致青海湖的面积缩小，青海湖湟鱼等鱼类数量也相应减少，青海湖的生态进入退化阶段。

Mas o Lago Qinghai, essa síntese de paisagens naturais e culturais, também enfrentou uma crise. A exploração indiscriminada da agricultura irrigada e da pecuária, juntamente com o uso excessivo de recursos hídricos, resultou na redução da área do lago. Consequentemente, houve uma diminuição no número de peixes, um claro indício de degradação ambiental.

2008 年，青海省省政府为了改善青海湖的自然环境，制订了相应的生态环境保护条例，投入了约 16 亿元人民币的巨额资金，并采取了有效的治理措施。通过这些年的努力，青海湖曾经不断降低的水位开始上升，生态系统有了显著改善，现在已经是一个鱼鸟共舞、林水相依的生态多样化地区。

Em 2008, o governo provincial regulamentou a proteção do ecossistema e investiu cerca de 1,6 bilhão de yuan. Foram adotadas medidas eficazes de governança e, após anos de esforço, o nível de água, que vinha caindo constantemente, voltou a subir. O ecossistema teve uma melhoria significativa e a biodiversidade foi restaurada. Atualmente, aves e peixes se multiplicam, enquanto águas e vegetação existem em interdependência.

青海湖是大自然赐予人类最美的礼物。她完美地融合了自然景观与人文景观，就如同青藏高原上的一颗蓝宝石，永远绽放出耀眼的光芒。

O Lago Qinghai é um dos mais belos presentes da natureza para a humanidade. Numa integração perfeita entre paisagens naturais e culturais, ele é a joia azul no Planalto Qinghai-Tibete, irradiando para sempre seu brilho deslumbrante. 🌊

供图 / 图虫创意



坎布拉

——鬼斧神工的世外天地

Kanbula: refúgio celestial

作者：金炯基 Kim Hyeongki

翻译（中文）：张泉 Zhang Quan

翻译（葡语）：孙立冬 Sun Lidong

青海坎布拉国家森林公园（以下简称“坎布拉”）位于青海省黄南藏族自治州尖扎县西北部，与青海省省会西宁市相距 131 公里。景区面积 152 平方公里，平均海拔 2 500 米，年平均气温为 20℃，是一个典型的高原地貌风景区。

O Parque Nacional da Floresta de Kanbula (referido a seguir simplesmente como “Kanbula”) localiza-se no noroeste do condado de Jianzha, na Prefeitura Autônoma Tibetana de Huangnan, em Qinghai, a uma distância de 131 quilômetros da capital provincial, Xining. O parque ocupa uma área de 152 quilômetros quadrados, com uma altitude média de 2.500 metros. A temperatura média anual é de 20°C, o que o torna uma região característica do relevo do planalto.



“坎布拉”在藏语中是“乐园”的意思。红色的岩石和山峰与碧波荡漾的巨大湖泊相映成趣，构成了一个乐园一般的世外天地。

“Kanbula” significa “paraíso” em tibetano. As rochas e montanhas avermelhadas refletem nas águas serenas dos vastos lagos, compondo um cenário paradisíaco que remete a um refúgio celestial.

从西宁市向坎布拉镇行驶一段时间后，视线穿过树丛，红色的丹霞地貌地形便映入眼帘。经过李家峡水电站附近，不禁会被眼前之景迷住：这里是黄河上游，尚未与黄土高原的支流相交，河水非常清澈，天蓝色的湖水被云朵笼罩其中。

Depois de viajar por algum tempo de Xining em direção à vila de Kanbula, ao lançar um olhar através das árvores, percebe-se o impressionante relevo da geologia de Danxia em sua marcante coloração vermelha. Próximo à estação hidroelétrica de Lijiaxia, descortina-se uma paisagem arrebatadora: o curso superior do Rio Amarelo, que ainda não encontrou os afluentes do Planalto de Loess, tem águas cristalinas, com o lago de um azul celeste envolto por nuvens.

坎布拉的丹霞地貌是在漫长的岁月中，经历了青藏高原反反复复的下沉和上升，通过风化、降雨和水流侵蚀等作用逐渐形成的。经过亿万年的风化和侵蚀，坎布拉的丹霞地貌呈现出了各种不同的形态：有些山峰看起来像是饱经风霜的老人的面孔；有些山峰则显得庄严肃穆，宛如神殿；还有些山峰又像是虔诚的修道士寄居的钟塔。当然，也有动物形状的山峰——覆盖在山峰上的青草和灌木看起来像是动物的皮毛。所有这些景观，随着人们视线的移动，像全景和画卷一样展现在眼前。这些多样的地貌让人不禁感叹大自然的鬼斧神工！

O relevo Danxia de Kambula formou-se ao longo de extensos períodos, passando por repetidos afundamentos e elevações do planalto tibetano. A erosão de ventos, chuvas e fluxos de água deu forma gradual a esta paisagem. Após bilhões de anos de intempéries e erosão, o relevo Danxia de Kambula apresenta diversas formas distintas: algumas montanhas parecem rostos de



anciãos marcados pelo tempo; outras possuem uma aparência majestosa, remetendo a templos; montanhas que lembram torres de mosteiros habitados por monges devotos também marcam a paisagem. Claro, montanhas com formas animais também se destacam — a vegetação que as cobre assemelha-se à pelagem de animais. Conforme o olhar se desloca, todas essas paisagens desenrolam-se como um panorama ou um rolo de pintura. A diversidade desse relevo faz com que se admire a magnífica arte da natureza!



当你登上游船置身于美景中，可见蔚蓝的水面周围耸立着形态各异的红色砂砾岩山峰。抬头远望，不想错过任何一座不断延伸的丹霞地貌山峰。明媚的阳光下，风化痕迹在红色的山峰上显得更加立体。坎布拉的丹霞地貌群峰历经亿万年的风吹雨打，依然能够俯瞰碧波，始终保持着这般雄浑壮美的姿态。你会感觉自己已经融入这神奇的美景之中。试想一下，最初踏足这片土地的人们会有怎样的感觉？在这神圣而奇妙的景色中，他们是否会自然而然地对造物主产生敬畏之心呢？

Percorrendo essa beleza a bordo de um barco, vemos as águas azul-celeste cercadas por montanhas de arenito vermelho de formas variadas. Ninguém cansa de olhar para essas extensas sequências geológicas de cor avermelhada. A luz do sol acentua as marcas de erosão nas montanhas. Mesmo após milhões de anos expostas ao vento e à chuva, essas montanhas dominam, majestosas, as águas cristalinas. A sensação é de completa integração com essa paisagem fascinante. Pode-se imaginar o que as primeiras pessoas que pisaram nesta terra sentiram? Diante dessa paisagem de aparência sagrada, talvez tenham desenvolvido uma

profunda reverência pelo divino.

游船驶入峡谷，最终停靠在峡谷尽头的码头。一下船，迎面看到的风景壮观而神秘。再次搭乘景区客车，在蜿蜒的道路上穿梭于奇岩怪石和山峰之间，客车时常上下颠簸，令人眩晕。这里与之前在湖上的游船里所看到的景色截然不同：这些奇岩怪石，有的像大拇指，有的像尖顶帽，更显奇幻。耸立的岩石峰群像是倒置的英文字母“U”和“V”，使人宛若置身于外星球之中。

O barco segue pelo cânion até atracar num cais no final da garganta. Desembarcamos em frente a uma paisagem espetacular e enigmática. Em seguida, embarcamos em um ônibus turístico que percorre estrada sinuosa entre rochas e picos. O balanço frequente do ônibus com os desníveis da via causa tontura. A paisagem aqui é bem diferente da que víamos do barco: as formações rochosas são ainda mais fantásticas, umas lembram um polegar, outras, um chapéu pontiagudo. As elevadas formações rochosas em forma de “U” ou “V” invertido, dão a sensação de estarmos num planeta distante.

公路在丹霞地貌峰峦起伏的山谷之间上下延伸，到达观景台，行走在延伸的木板路上，眺望着湖水的整体面貌，无数尖峰状的红色砂砾岩峰连绵起伏，就像熊熊燃烧的火焰一般，无比壮观。红色的丹霞地貌与蓝色的湖水相映生辉，营造出梦幻般的景色。

A estrada se estende entre os vales das montanhas avermelhadas, com suas elevações e depressões. Ao chegar ao mirante, caminhamos por uma passarela de madeira e contemplamos a vista panorâmica do lago. Inúmeras formações rochosas vermelhas, que lembram chamas ardentes, estendem-se majestosamente pelo horizonte. A combinação do relevo vermelho de Danxia com as águas azuis do lago cria uma paisagem digna de um sonho.



青海坎布拉国家森林公园像是一处天府秘境。她不仅拥有令人惊叹的自然景观和少数民族风情，还以悠久的宗教文化闻名。坎布拉风景区的南宗寺据说拥有1000多年的历史，是藏传佛教后期再次复兴之地。除了南宗寺以外，坎布拉还有南宗扎寺、尕布寺、多卡寺和南宗尼姑寺等寺庙，它将自然景观和人文景观融为一体，成为中国西部黄河上游的一颗璀璨明珠。

O Parque Florestal Nacional de Kanbula em Qinghai é como um refúgio celestial secreto. Não só ostenta paisagens naturais deslumbrantes e o charme das minorias étnicas, como também é renomado por sua rica tradição religiosa. O templo Nanzong na área de Kanbula, com mais de 1.000 anos de história, é considerado um lugar de renovação para o budismo tibetano. Além disso, Kanbula também abriga os templos Nanzong Zha, Gabu, Duoka e o convento Nanzong. A integração das paisagens naturais e humanas faz deste local um tesouro do Oeste da China. 图



山腰的角落里散落着小村庄，房屋的四方都有方形围墙，非常独特。村庄周围零星地开着油菜花，给坎布拉的这片风光又增添了田园之美。

Pequenas aldeias se espalham pelo sopé da montanha, as casas cercadas pelos muros quadrados típicos da arquitetura local. Ao redor das aldeias, manchas esparsas de campos de colza dão um ar bucólico à paisagem de Kanbula.

供图 / 图虫创意

塔尔寺位于中国青海省西宁市西南约 25 公里处的湟中县，是中国藏传佛教格鲁派（黄教）的六大寺院之一，也是青海省首屈一指的名胜古迹。

Localizado a cerca de 25 quilômetros de Xining, capital da província de Qinghai, o mosteiro Kumbum é um dos seis principais centros da escola Gelugpa (também conhecida como Escola Amarela) do budismo tibetano. Ele é considerado o principal ponto turístico de interesse histórico na província de Qinghai.

塔尔寺建于宗喀巴大师的诞生地。宗喀巴于 1357 年（元朝至正十七年）出生在今青海省的湟中地区，藏语中称为“宗喀”。他七岁时被送往夏琼寺，受沙弥戒时得到“罗桑扎巴”这一法名。16 岁以后，他前往西藏，拜访多个教派，并熟读多种佛教经论，专注于修行，声名日隆。38 岁时，他对西藏佛教进行改革，创建了格鲁派，成为一代宗师。1419 年（明朝永乐十七年），63 岁的宗喀巴圆寂。

O mosteiro Kumbum foi construído no local de nascimento do grande mestre Tsongkhapa. Tsongkhapa nasceu em 1357 (na dinastia Yuan) na atual região de Huangzhong. Aos sete anos, foi enviado ao mosteiro Xiaqiong, onde, ao receber os votos de noviço, ganhou o nome religioso Losang Drakpa. Depois dos 16 anos, viajou para o Tibete para conhecer várias escolas e aprofundar-se nas escrituras budistas. Ganhou renome por sua intensa dedicação e, aos 38 anos, reformou o budismo tibetano fundando a escola Gelugpa. Assim se tornou um mestre da sua época. Tsongkhapa faleceu aos 63 anos em 1419 (no início na dinastia Ming).

塔尔寺是先有塔、后有寺，故名“塔尔寺”。有一个关于建塔的故事介绍了塔尔寺的缘起：

O mosteiro Kumbum começou com uma estupa (um monumento sagrado semelhante a uma pequena torre), posteriormente foi construído o mosteiro, daí seu nome chinês “tǎ’er sì”, que significa “mosteiro da estupa”. Uma história relacionada à construção dessa estupa detalha as origens do mosteiro:

格鲁派创始人宗喀巴大师赴西藏后，不知不觉已过去了六年，他的母亲十分想念儿子，便托人把一束白发和一封信带给了宗喀巴，希望他能回家一趟。然而，宗喀巴收到信后并没有停止对佛法的追求。他写了一封回信告诉母亲：“如果在我出生的地方用十万狮子吼佛像和菩提树为胎藏建造一座佛塔，就和亲眼见到我没有什么两样。”同时，他还寄去了一幅自画像和狮子吼佛像。翌年，母亲就与信徒们合力建造了这座最早的“莲聚塔”。



塔尔寺

O mosteiro Kumbum

作者：崔高浩 Choi Goho

翻译（中文）：张泉 Zhang Quan

翻译（葡语）：孙立冬 Sun Lidong

Seis anos haviam se passado rapidamente desde a partida de Tsongkhapa para o Tibete. Sentindo muita falta dele, a mãe enviou-lhe uma carta com uma mecha de cabelo branco, na esperança de que ele retornasse para uma visita. Embora tocado pelo gesto, Tsongkhapa manteve-se fiel ao seu compromisso com o Dharma. Em resposta, ele propôs: “Erguer, no local de meu nascimento, uma estupa abrigando como relíquias cem mil estátuas do Buda da Proclamação do Leão e uma árvore bodhi seria o mesmo que me ver pessoalmente.” Com a carta, ele enviou um retrato seu e uma estátua do Buda. Inspirada por suas palavras, sua mãe mandou construir a “Estupa do Lótus” no ano seguinte.

1577 年（明朝万历五年），弥勒殿的建成使塔尔寺初具规模。到了清代，塔尔寺迅速发展，规模逐渐扩大，成为藏传佛教格鲁派六大寺院之一。

A conclusão do Salão de Maitreya em 1577, na dinastia Ming, fez o mosteiro Kumbum começar a tomar forma. Nos séculos seguintes, durante a dinastia Qing, o mosteiro cresceu em tamanho e importância até se tornar um dos seis principais da escola Gelugpa.

塔尔寺前的广场上，最引人注目的是排成一列的八座塔，被称为“八宝如意塔”或“如来八塔”，这八座塔是塔尔寺的象征。塔的台座由青砖砌成，塔身白灰抹面，每座塔的南面还有一尊佛龛，塔身下面以华丽的色彩装饰，并刻有图案和经文。这八座塔在明亮的阳光下，散发出洁白的光芒。游客们在塔前忙碌地拍照留念，远道而来的朝圣者用粗糙的双手和布满皱纹的脸庞，虔诚地绕塔祈祷。

Na praça em frente ao mosteiro, chamam a atenção oito estupas alinhadas, conhecidas como “Estupas das Oito Relíquias

Preciosas” ou “Estupas dos Oito Tathagatas”. Com suas bases de tijolos azuis e superfícies de cal, elas são um símbolo de Kumbum. Ao lado sul de cada uma, há um nicho com uma estátua de Buda. As partes inferiores são decoradas com cores vibrantes e gravadas com padrões e textos sagrados. À luz do sol, o branco das estupas tem um brilho ofuscante. Enquanto os turistas tentam tirar fotos, peregrinos vindos de longe, com suas mãos ásperas e rostos enrugados, oram com devoção caminhando em torno dos monumentos sagrados.

进入塔尔寺院內，可以看到风格鲜明的建筑群。

Ao entrar em Kumbum, é possível observar um conjunto arquitetônico com estilos distintos.

小金瓦殿，又名护法殿，枣红色的墙壁像四方形的城郭一样环绕在殿的四周，内部有金色屋顶的建筑物。回廊内陈设着野牛、羊、熊、猴等动物标本，据说这是象征着一切恶魔鬼怪都被神所征服。

O Pequeno Pavilhão dos Telhados Dourados, também conhecido como Pavilhão Dhammapala ou “da Proteção”, é cercado por paredes na tonalidade vermelho-tâmar, evocando a imagem de uma fortaleza quadrangular. No seu interior, destaca-se uma edificação coberta com telhas douradas. Pelos corredores, exibem-se espécimes de bisões, ovelhas, ursos e macacos. Acredita-se que essas representações simbolizam a vitória dos deuses sobre todos os demônios e entidades malignas.





小金瓦殿的后面矗立着一座洁白的时轮塔，高耸挺拔，古色古香。塔旁就是祈寿殿了，绿色的砖墙和瓦片，以及青翠的菩提树，吸引着人们的目光。那里有一块石头，据说是宗喀巴的母亲每天提着水罐经过并坐下来休息的地方。

Atrás desse pavilhão encontra-se uma imponente estupa branca, de aspeto antigo e venerável. Junto dela está o Pavilhão de Orações para a Longevidade com suas paredes e telhados verdes, e uma frondosa árvore bodhi que chama a atenção dos visitantes. Perto dali, existe uma pedra onde, conta-se, a mãe de Tsongkhapa se sentava para descansar todos os dias, quando passava carregando seu jarro de água.

沿着祈寿殿后面的步行道，穿过狭窄的拱门，随处可见转经筒，每走一步都会看到融合了汉藏风格的建筑，美轮美奂地展现在我们眼前。

Seguindo o caminho atrás do prédio, ao passar por um estreito arco, encontramos inúmeros cilindros de oração. A cada passo, surgem diante dos olhos edifícios que combinam estilos han e tibetano.

大经堂后面是由大金瓦殿等多座建筑组成的一个建筑群。

Atrás do Grande Pavilhão dos Sutas, encontra-se um conjunto arquitetônico composto pelo Grande Pavilhão dos Telhados Dourados, entre outras construções.

大经堂是全体喇嘛打坐念经的地方，是塔尔寺规模最大的一处建筑。它占地约 2 000 平方米，矗立着 168 根大柱子。大经堂内供奉着少年形象的宗喀巴尊像，从棚顶到地面悬挂着五彩经幡，墙壁上装饰着酥油花、壁画和堆绣，整个空间华丽耀眼。

O Grande Salão de Sutas, local onde todos os lamas meditam e recitam escrituras, é a maior construção do mosteiro. Ele ocupa uma área de aproximadamente 2.000 metros quadrados, sustentado por 168 grandes colunas. No seu interior, há uma imagem do jovem Tsongkhapa. Faixas coloridas de sutas pendem do teto ao chão. As paredes são esplendidamente adornadas com flores de manteiga, pinturas murais e bordados intrincados.

金色屋顶的大金瓦殿是塔尔寺的中心佛殿，位于塔尔寺的正中央。进入大金瓦殿内部，映入眼帘的是一座高达 12.5 米的大银塔。据说宗喀巴就是在此诞生的。塔的底座是纯银镀金，并镶嵌着各种宝石。塔上缠绕着数十层白色哈达，据说这是为了表达其尊贵之义。塔顶还安放着宗喀巴大师像。这些都给人留下了深刻的印象。

Situado exatamente no centro do mosteiro, o Grande Pavilhão dos Telhados Dourados é o principal salão de culto de Kumbum. Dentro dele se destaca uma grande torre de prata com 12,5 metros de altura. Acredita-se este é o local de nascimento de

Tsongkhapa. A base da torre é de prata pura revestida com ouro e incrustada com pedras preciosas. A torre é envolta por dezenas de camadas de *khatas* (lenços cerimoniais brancos), como símbolo de nobreza. No topo da torre, há uma estátua de Tsongkhapa. Todos esses elementos criam uma impressão memorável.

华丽庄严的塔尔寺有艺术三绝：酥油花、壁画和堆绣。

O majestoso mosteiro Kumbum é conhecido por suas “Três Excelências Artísticas”: flores de manteiga, murais e bordados em relevo.

酥油花是一种用油塑技法塑造的艺术品，因使用牦牛奶手工制作的“酥油”而得名。油塑将各种矿物质颜料揉进乳白色酥油中，雕塑成各种佛像、人物、山水、飞禽走兽、树木、花卉、亭台楼阁等艺术形象。

As flores de manteiga, moldadas a partir de uma técnica de escultura em óleo, têm seu nome derivado da “manteiga” artesanal feita do leite de iaques. Essa arte explora a mistura de manteiga com pigmentos minerais para criar representações variadas, desde imagens de Buda, pessoas, paisagens, aves e animais, árvores, flores até construções como pavilhões e torres.

壁画遍布于塔尔寺的墙面和栋梁上。虽然经过了漫长的岁月，但色彩依旧绚丽清晰，这是因为使用了特殊的矿物质颜料。壁画的主要内容和人物，浓重地体现了藏传佛教的独特风格。

Pelas paredes e vigas encontram-se pinturas murais. Mesmo após tantos anos, elas preservam cores vivas, graças aos pigmentos minerais especiais utilizados. As imagens retratam, predominantemente, o caráter único do budismo tibetano.

立体感十足的堆绣是塔尔寺独有的一种传统艺术形式。堆绣使用各色绸缎，裁剪粘贴成佛像、人物、花卉、飞禽走兽等各种形状，然后在内部塞以羊毛或棉花之类的填充物，并在外部进行刺绣。

O bordado em relevo, com uma sensação tridimensional, é uma forma artística tradicional única do mosteiro. Este bordado utiliza recortes de seda de diversas cores, cortados e aplicados para formar figuras como imagens de Buda, personagens, flores e animais. As peças são preenchidas com lã ou algodão e finalizadas com finos bordados.

塔尔寺是一座历史悠久的寺庙，也是一处具有重要宗教意义的藏传佛教圣地。这里展现了西藏与中原建筑风格和样式完美融合的建筑文化，这些文化遗产令人为之动容。

Com sua longa história e seu grande significado no budismo tibetano, o mosteiro Kumbum é um local sagrado onde a fusão perfeita entre os estilos arquitetônicos tibetano e Han resulta num patrimônio admirável. ❸

供图 / 中新社-马铭言 图虫创意





公园里的故乡[※]

A terra natal é
como um parque

作者：龙仁青 Long Renqing

翻译：孙立冬 Sun Lidong

十多年前，《格萨尔》史诗说唱艺人阿贝应青海人民广播电台藏语部的邀请，从我的家乡——青海湖畔的铁卜加草原来到西宁，录制《格萨尔》史诗中的《赛马称王》部。在紧张录制的闲余，他专门来找我，提出了这次来西宁的愿望：带他到“日达康”去转转。

Mais de uma década atrás, Abê, intérprete do “Épico do Rei Gesar”, veio a Xining a convite do Departamento Tibetano da Rádio Popular de Qinghai. Ele veio da minha terra natal, as estepes de Tiebujia, à margem do Lago Qinghai, para gravar o capítulo “A corrida de cavalos”. Durante uma pausa, ele me procurou para falar de um desejo que tinha durante sua visita a Xining: que eu o levasse para passear no “Ridakang”.

阿贝所说的“日达康”，是指当时建立在西宁人民公园内的动物园。进了人民公园，在一个冷僻的角落，有一座不起眼的大门，门顶上用童稚体书写着“动物园”三个字，在这里购票后，方能进入园内。我带着阿贝走入动物园，迎面一座硕大的笼舍里是一群藏猕猴，它们在笼舍中心用水泥修筑的假山上爬上爬下，还来到笼舍边上，向观光的游客讨要吃食；接着是一片封闭了顶棚的人工湖，一些鸟禽被养殖在这里：黑颈鹤、赤麻鸭、斑头雁……作为地处青藏高原上的动物园，这里也有不少来自三江源区、青海湖畔的野生动物：野牦牛、藏野驴、棕熊等，它们各自被关在不同的笼舍里，游客们只能通过笼舍上的铁丝网看到它们。尽管如此，阿贝看着这些动物，显得很兴奋，眼睛里闪烁着亮光。他说：“《赛马称王》里还提到这些动物呢！格萨尔王的坐骑就是一匹驯化了的藏野驴呢！”说着，他便轻声哼唱了起来：

Ele estava se referindo ao zoológico situado no Parque do Povo em Xining. Em um canto mais reservado do parque, uma entrada discreta exibia a palavra “zoológico” em caligrafia de estilo ingênuo. Compramos os ingressos e entramos juntos. Na nossa frente, um espaçoso recinto abrigava macacos-tibetanos que se movimentavam por uma montanha artificial de cimento. Não tardaram a se aproximar das grades, esperando mimos dos visitantes. Adiante, um lago artificial coberto era lar de diversas aves, como gruas de pescoço preto, patos ruivos e gansos de cabeça branca. Dada a localização do zoológico no planalto tibetano, não faltavam animais típicos da região, como

iaques selvagens, asnos selvagens e ursos pardos, visíveis através das grades. O entusiasmo de Abê era óbvio; seus olhos brilhavam ao reconhecer as criaturas. “Os animais também aparecem em ‘a corrida de cavalos’”, comentou. “O próprio rei Gesar montava um asno selvagem domesticado!” E começou a cantarolar uma melodia:

“阿尼玛卿神山下，
Ao pé do sagrado monte Amne Machen,
 是我故乡吉祥园，
Está o jardim auspicioso de minha terra natal.
 这里的野花姹紫嫣红，
Onde as flores selvagens exibem cores vibrantes,
 这里的异兽安然自在。
E as diferentes criaturas vivem em paz.
 家马和野马一起奔跑，
Os cavalos domésticos correm junto aos selvagens,
 家羊和羚羊一起觅食，
Ovelhas e antílopes pastam lado a lado,
 麻雀和山雀一起鸣叫，
Pardais e pássaros da montanha cantam em harmonia,
 格桑和邦锦一起绽放。
O lírio tibetano e o brocado florescem juntos.

.....”
 ...

我知道，这是《格萨尔》史诗《赛马称王》里的唱词，描述了几百年前青藏高原上生机勃勃的景象。然而，随着人们无节制的索取，这样的景象逐渐消沉了。我与阿贝聊起这些，他说：“父辈们还说以前在青海湖畔见过野牦牛、藏野驴呢！现在我们只能到西宁看看它们了。”说着，眼睛里的光亮黯淡了下来。

Reconheci que a canção era do capítulo que ele havia mencionado e descrevia a paisagem vibrante do planalto tibetano de séculos atrás. No entanto, com a exploração indiscriminada da natureza pelo homem, essa paisagem começou a se desvanecer. Conversando sobre isso com Abê, ele comentou: “Os mais velhos contavam que havia iaques e asnos selvagens nas margens do Lago Qinghai! Agora, só se pode vê-los em Xining.” O brilho dos seus olhos diminuiu enquanto falava.

※ 原文刊载于《光明日报》2022年8月8日第五版。

O texto original foi publicado no *Guangming Daily* em 8 de agosto de 2022, página 5.

十几年过去，我和阿贝都已经到了“知天命”的年纪。阿贝依然执着于他的《格萨尔》史诗说唱，在他的倡导和奔忙下，还成立了《格萨尔》史诗说唱艺术团，并得到当地石乃亥镇政府的大力支持，专门修建了演出场地，并拨出专款购置了服装、道具等。阿贝他们也感恩镇政府的关爱，突破重重困难，自己创作剧本，自己排练，先后推出了《阿达拉姆》《辛丹和睦》等《格萨尔》史诗藏戏，并且在当地巡演。阿贝虽然已是两鬓斑白，额头上的皱纹也更深了，但他依然信心满满，不时给我打电话，聊起他的《格萨尔》史诗舞台剧的创作，他说：“我们有什么理由，不把这个世界非遗传承下去呢？”

Já se passou mais de uma década, e tanto eu quanto Abê chegamos à idade de “compreender o destino” (em seus 50 anos). Abê manteve-se fiel ao canto épico. Em seu esforço constante, ele fundou

o Grupo Artístico de Narração Épica “Gesar”. O governo local de Shinaihai ofereceu um amplo suporte, construindo um espaço dedicado para apresentações e alocando fundos para aquisição de vestuário e adereços. Abê e sua equipe mostraram-se profundamente agradecidos pelo apoio das autoridades. Superaram variados desafios, criaram seus próprios roteiros, ensaiaram e lançaram peças tibetanas do “Gesar”, como “Adaram” e “Harmonia em Xindan”, que foram encenadas em turnês pela região. Agora com cabelos grisalhos e mais rugas na testa, Abê continua confiante. Frequentemente me telefona para discutir sobre suas criações teatrais inspiradas no épico tibetano: “Qual motivo teríamos para não perpetuar essa rica herança cultural?”



阿贝谈得最多的，还是家乡环境的变化：青海湖畔的普氏原羚，原本是“熊猫级”的濒危野生动物，数量一度比大熊猫还少，如今已经有 3 000 多只了；青海湖湟鱼经过多年的封湖育鱼，数量明显回升，青海湖水位也开始上涨，每年的湟鱼洄游现象经过央视的现场直播，已经成为一种世界奇观了。当然还不止这些，野牦牛、藏野驴的故乡三江源已经正式设立了国家公园，祁连山国家公园试点工作也正在有力有序地推进中，我们的家乡青海湖和昆仑山两个国家公园的设立也在加紧编制当中。那些遗留在《格萨尔》史诗之中的野生动物们又回来了，草原上到处是人与动物和谐共处的祥和景象。

Abê sempre fala das mudanças ambientais em sua terra natal. Nas margens do Qinghai, o antílope de Przewalski, antes considerado tão ameaçado quanto o panda gigante e com uma população até menor, agora tem mais de 3.000 exemplares. Graças a anos de medidas de preservação ambiental, a população do peixe schizothoracin se recuperou notavelmente e o próprio lago está vendo seus níveis de água subir. A migração anual deste peixe, transmitida ao vivo pela TV Central, tornou-se um espetáculo global. Além disso, o habitat dos iaques selvagens e dos asnos tibetanos, a região das nascentes dos três rios, foi oficializado como parque nacional. O projeto piloto do Parque Nacional dos Montes Qilian está em andamento, e os



procedimentos para criar parques nacionais no Lago Qinghai e nos Montes Kunlun estão progredindo rapidamente. Os animais citados no “Gesar” estão retornando, e as paisagens das planícies refletem a convivência harmoniosa entre humanos e animais.

正在写这篇小文时，我接到了阿贝打来的电话，便说起当年和他一起游玩西宁动物园的事儿，他哈哈大笑说：“那时候我要跑到西宁人民公园去看野生动物，如今我们的家乡就在公园里啦！”

Enquanto escrevia este texto, recebi uma chamada de Abê. Relembramos a visita que fizemos ao zoológico de Xining. Ele riu: “Naquela época, eu tinha que ir ao Parque do Povo em Xining para ver animais selvagens, agora a nossa terra natal é como um parque!”

供图 / 图虫创意



黑颈鹤的家乡

Terra natal dos grous de pescoço negro

作者：张多钧 Zhang Duojun

翻译：赵知临 Zhao Zhilin

三江源国家公园黄河源园区位于中国青海省，这里是黑颈鹤的重要栖息地。

Situado na província de Qinghai, China, o Parque de Huangheyuan (às margens do Rio Amarelo) do Parque Nacional de Sanjiangyuan¹ é um habitat importante para os grous de pescoço negro.

2023年7月11日，我们从果洛藏族自治州玛多县城出发前往黄河乡。车子驶离国道进入黄河乡的岔路口后，我们就调试好了相机，期许与藏野驴、藏原羚来一场不期而遇的“邂逅”。在这条路两边广袤的草原上看到成百上千只藏野驴组成的驴群，是再平常不过的事了。但此次，我们行驶了很久，也没看到几只野生动物。向导加羊多杰解释：“眼下是藏野驴集中产驹的时节，藏野驴和藏原羚都迁徙了。随着食草野生动物的迁徙，食肉动物也跟着走了。”

Em 11 de julho de 2023, partimos da cidade de Maduo, Prefeitura Autônoma Tibetana de Guoluo, em direção à vila de Huanghe. Assim que o carro saiu da estrada nacional e entrou no desvio da vila, preparámos as máquinas fotográficas na expectativa de um “encontro afortunado” com burros selvagens e antílopes tibetanos. É bastante comum ver manadas de centenas ou milhares de burros selvagens tibetanos, pastando nas vastas pradarias ao lado da estrada. No entanto, percorremos uma

longa distância sem avistar muitos animais selvagens desta vez. O nosso guia, Gya Yang Dorje, explicou: “Este momento é a temporada de partos dos burros selvagens tibetanos que acabam de migrar, assim como os antílopes tibetanos. Com a migração dos herbívoros, os carnívoros também os seguem”.

正当我失落之时，加羊多杰安慰说：“虽然看不到藏原羚，但我们一定能看到鸟类，尤其是黑颈鹤，每对黑颈鹤所处的位置我都一清二楚。”

Quando eu estava a me sentir desanimado, Gya Yang Dorje consolou-me e disse: “Embora não consigamos ver os antílopes tibetanos, certamente veremos as aves, especialmente os grous de pescoço negro. Conheço exatamente onde se localiza cada par deles”.

我们向黄河乡腹地深入。没一会，湛蓝的大湖映入眼帘，加羊多杰指着湖对岸，顺着他手指的方向看过去，一对黑颈鹤昂着高高的头颅，漫步在水草之间。它们在湖岸上走走停停，偶尔一只鹤会仰着脖子发出一声长唳，像是在呼唤；另一只立马也伸长脖子鸣叫一声，像是在回应。我想，这一对黑颈鹤应该是长相厮守的情侣或夫妻。

Avançámos mais fundo no interior da vila de Huanghe. Não demorou muito para um grande lago azul aparecer diante de nós. Gya Yang Dorje apontou para a margem oposta do lago e, olhando

1 Em chinês, “yuan” significa “fonte” e “sanjiang” significa “três rios”. “Sanjiangyuan” é uma área que contém as cabeceiras dos três grandes rios da China, isto é, o Rio Amarelo, o Rio Yangtze e o Rio Lancang (parte chinesa do Rio Mekong).



na direção do seu dedo, um par de grous de pescoço negro estava a passear entre a vegetação aquática, de cabeça erguida. Percorriam a margem do lago, paravam um pouco e continuavam. De vez em quando, um deles esticava o pescoço e soltava um longo grito, como se estivesse a chamar alguém; o outro também estendia imediatamente o pescoço e respondia com um chamado, como se estivesse a responder. Pensei que eles deviam ser namorados ou um casal que estavam juntos para sempre.

我们看到湖中有一些用草垛搭建的鸟窝，加羊多杰说，那是黑颈鹤的家。我问他是怎么知道的，他说，因为湖中的鸟窝是他带着牧民搭建而成的。“这些年，随着降雨增加，黄河水位上涨，黑颈鹤搭建的鸟窝时常会被湖水冲散，鸟蛋也会被冲走。于是我们就在冬春季黑颈鹤迁徙之后，用提前准备好的草、木杆、铁丝等材料给黑颈鹤搭建新房子”。为了不让迁徙回来的黑颈鹤察觉，牧民们还特意把旧鸟窝的草拿出来铺在新窝里。近三年，他们一共搭建了86个黑颈鹤鸟窝。通过观察，每一个鸟窝中都有黑颈鹤夫妻入住，并在此孕育新的生命。

Vimos alguns ninhos de pássaros construídos com palhas no lago que, segundo Gyayang Dorje, eram casas dos grous de pescoço negro. Quando lhe perguntei como é que ele sabia isso, respondeu que os ninhos no lago tinham sido construídos pelos pastores locais que





ele liderava. “Nos últimos anos, com o aumento da chuva, o nível da água do Rio Amarelo tem subido, fazendo com que se destruam frequentemente os ninhos construídos pelos grous de pescoço negro, levando também os seus ovos pela correnteza abaixo. Consequentemente, usamos materiais preparados com antecedência, como palhas, paus e arame, para lhes construir novas casas após a sua migração no inverno e na primavera”. Para que os grous de pescoço negro que retornam da migração não percebam as mudanças, os pastores também aproveitam as palhas dos ninhos antigos e colocam-nas nos novos. Nos últimos três anos, tem-se construído um total de 86 ninhos para os grous de pescoço negro. Observa-se que todos os ninhos são ocupados por casais de grous de pescoço negro, nos quais concebem novas vidas.

其实，除了日常守护之外，当地牧民还会把更多的精力放在观察记录黑颈鹤的生活习性和繁殖数量上。

Na verdade, além da guarda diária, os pastores locais dedicam ainda mais esforços à observação e registo dos hábitos e da quantidade de reprodução dos grous de pescoço negro.

“目前，全乡黑颈鹤数量为286只，比2019年增加了163只。”

“Atualmente, o número dos grous de pescoço negro na vila é de 286, um aumento de 163 em relação ao ano de 2019”.

“今年的第一只黑颈鹤迁徙到黄河乡是在3月14日，比去年提前了13天。”

“Foi no dia 14 de março que migrou o primeiro grou de pescoço negro para a vila de Huanghe este ano, 13 dias antes em comparação com o ano passado”.

“每一对黑颈鹤的领地是1平方公里左右，每年7月15日至8月10日，所有的黑颈鹤宝宝都会孵化出来。”

“Cada par de grous de pescoço negro ocupa um território de cerca de 1 quilómetro quadrado, e a incubação de todos os seus filhotes é entre 15 de julho e 10 de agosto de todos os anos”.

据记载，科学界认定的第一只黑颈鹤是在青海发现的。1876年，俄国探险家普尔热瓦斯基在青海湖畔发现了黑颈鹤，并获取标本。据研究，目前全世界的黑颈鹤种群中，大约每两只中就有一只出生在青海。全球黑颈鹤数量在9 000只左右，其中拥有繁殖能力的有3 000对至4 000对，这些繁殖对中，至少有1 500对至2 000对是在青海繁殖的。

De acordo com os registos, acredita-se que o primeiro grou de pescoço negro reconhecido pela comunidade científica foi descoberto em Qinghai. Em 1876, o explorador russo Przhevalsky encontrou alguns grous de pescoço negro às margens do Lago de Qinghai e obteve um espécime. Segundo os estudos, cerca de um em cada dois grous de pescoço negro nasce em Qinghai dentre a população global da espécie, e existem aproximadamente 9.000 deles em todo o mundo, com 3.000 a 4.000 casais que têm a capacidade de reprodução estimada. Dessas reproduções, pelo menos 1.500 a 2.000 delas ocorrem em casais da espécie em Qinghai.

在青海 1 000 多年前的历史文献和民间传说中,就出现过黑颈鹤的“身影”。藏族传说中,格萨尔有一位忠诚的牧马人,一生都在为格萨尔放牧。他去世后,曾经放马的地方出现了一只黑颈鹤,那里的人便说它是“格萨尔可达日孜”——意思就是格萨尔的牧马人。

A presença dos grous de pescoço negro é mencionada em documentos históricos e lendas populares de Qinghai de há 1.000 anos atrás. Na mitologia tibetana, há uma história sobre um leal pastor de cavalos que cuidava dos cavalos de Gesar, um herói lendário tibetano. Após a sua morte, apareceu um grou de pescoço negro no local onde costumava pastorear, e as pessoas da região chamaram-no de “Gesar Ke Da Ri Zi” — isto é, o pastor de cavalos de Gesar.

黑颈鹤是唯一生长繁殖于高原的鹤类,栖息在海拔 2 500 米至 5 000 米的高原。北起阿尔金山至祁连山,南至喜马拉雅山麓至横断山,西起喀喇昆仑,东至青藏高原东北边缘,区域内的河流、湖泊、沼泽等湿地环境都是它的栖息领地。

Os grous de pescoço negro são a única espécie de grou que crescem e se reproduzem no planalto, habitando altitudes que variam de 2.500 a 5.000 metros, cujo habitat inclui os ambientes aquáticos como rios, lagos e pântanos, dentro das regiões desde os Montes Altun até às Montanhas de Qilian no norte, até aos sopés dos Himalaias e às Montanhas Hengduan no sul. A oeste, a sua área de ocorrência estende-se até Karakoram, e a leste, até às bordas nordeste do Planalto Tibetano.



“天上玛多”符合黑颈鹤对于栖息环境的要求。一方面,黄河源区最重要的生态资源就是水资源和湿地资源,由于地处黄河源头,境内湖泊星罗棋布,大大小小的湖泊数量有5 000多个。河流湖泊还孕育了丰富的湿地资源,湿地总面积超过3 000平方公里。另一方面,黑颈鹤通常以小家庭为单位分散居住,而且每个小家庭之间会保持一定距离。黄河源园区地广人稀,为黑颈鹤提供了良好的生存环境。目前,青海省内黑颈鹤分布最密集的区域是广袤的三江源湿地,其中黄河源地区和澜沧江源头地区数量最多,玉树隆宝湖是目前已知繁殖黑颈鹤种群密度最高的地区。

O “Maduo Celestial” atende aos requisitos de habitat por parte dos grous de pescoço negro. Por um lado, os recursos ecológicos mais importantes na região de Huangheyuan são os recursos hídricos e os de zonas húmidas. Devido à sua localização na cabeceira do Rio Amarelo, a região possui uma grande quantidade de lagos, com mais de 5.000 lagos de diversos tamanhos. Os rios e lagos também dão origem a recursos de zonas húmidas abundantes, com uma área total de zonas húmidas que excede 3.000 quilómetros quadrados. Por outro lado, os grous de pescoço negro vivem normalmente dispersos em pequenas unidades

familiares e mantêm uma certa distância entre si. A vastidão e a baixa densidade populacional da região de Huangheyuan oferecem um excelente ambiente de sobrevivência para eles. Atualmente, a região da província de Qinghai com a maior concentração dos grous de pescoço negro é a vasta área das zonas húmidas de Sanjiangyuan, nas quais a maior quantidade dos grous é encontrada na região de Huangheyuan e de Lancangyuan, e reconhece-se o Lago Longbao na cidade de Yushu como atualmente a área com a maior densidade populacional dos grous de pescoço negro que se reproduzem.



每年的3月份，黑颈鹤从云贵高原和雅鲁藏布江向黄河源迁徙，并在这里繁衍新生命。到严寒来临时，黑颈鹤宝宝已经羽翼丰满，可以展翅飞翔，它们会暂时离开家乡，飞到气候温暖的地方过冬。

A cada ano, em março, os grous de pescoço negro migram do Planalto Yunnan-Guizhou, bem como do Rio Yarlung Zangbo, em direção à cabeceira do Rio Amarelo, onde se reproduzem e dão origem a novas vidas. Quando o rigoroso inverno se aproxima, os filhotes já estão com plumagens crescidas e prontos para abrir as asas. Nesse momento, deixam temporariamente a sua terra natal e voam para regiões mais quentes para passar o inverno.

第一次近距离看到黑颈鹤是三天之后的冬格措纳湖之行。

A primeira vez que vi os grous de pescoço negro de perto foi durante a minha viagem ao Lago Donggi Cona, três dias depois.

“冬格措纳湖”是藏语，翻译过来是“一千座山峰围成的湖泊”。正如其名，冬格措纳湖两侧是怪石嶙峋的灰褐色山峰，千奇百怪，形态各异。

O “Lago Donggi Cona” é uma expressão tibetana que se traduz como “um lago cercado por mil picos de montanhas”. Tal como o nome sugere, ambos os lados do Lago Donggi Cona são rodeados por picos irregulares cinzento-acastanhados, cada um com a própria forma única e peculiar.

沿着冬格措纳湖畔的公路缓慢行驶，能看到很多鸟类，斑头雁、赤麻鸭不计其数。车辆驶过一处弯路，我们在道路左侧的山坡上看到了五只黑颈鹤。此时，我们与黑颈鹤的距离不足10米。

Conduzindo lentamente ao longo da estrada que serpenteia ao redor do Lago, pode-se avistar uma variedade de aves, incluindo inúmeros gansos de cabeça listada e patos ferrugíneos. Enquanto o carro passava por uma curva, vimos cinco grous de pescoço negro na encosta do lado esquerdo da estrada. Nesse momento, estávamos a menos de 10 metros de distância deles.

我下车后它们并没有着急飞走，而是慢慢迈动着脚步，向湖岸走去。

Após descer do carro, os grous não mostraram pressa para voar, em vez disso, caminharam lentamente em direção à margem do lago.

欣喜之余，我心里萌生一个疑问：这个季节，黑颈鹤基本上是一个繁殖对出现，为什么会同时出现五只大小一致的黑颈鹤呢？而且这五只黑颈鹤一直形影不离……

Enquanto estava maravilhado com a cena, uma pergunta surgiu na minha mente: “Nesta época do ano, os grous de pescoço negro aparecem principalmente num par de reprodução. Então, porque é que estão ali cinco grous de pescoço negro do mesmo tamanho, todos juntos e não se afastando uns dos outros?”

正当我疑惑不解之时，旁边的牧民回答：“这个季节，只要出门，几乎每天都会看到黑颈鹤在内的各种鸟类，数量有多有少，同时看见五只黑颈鹤，有什么可疑惑的呢？”但这个回答

显然没能解除我内心的疑虑。后来，我又专门去咨询了中科院生物学方面的专家，遗憾的是，也没有得到令人信服的解释。也许，这就是大自然，有太多我们目前的科学无法解秘的现象。

No momento da perplexidade, um pastor local respondeu: “Neste tempo, sempre que saímos, todos os dias quase vemos várias aves em diferentes números, incluindo os grous de pescoço negro. Não é nada surpreendente ver cinco grous de pescoço negro juntos”. No entanto, obviamente, essa resposta não me aliviou as dúvidas. Mais tarde, fui consultar especificamente especialistas em biologia da Academia Chinesa de Ciências, mas não recebi, infelizmente, uma explicação convincente. Talvez isso seja simplesmente a natureza, com muitos fenômenos que a ciência atual não consegue decifrar.

唯有敬畏，才是我们应时刻秉持的态度！

Apenas a reverência é a atitude que devemos manter sempre! 

供图 / 张多钧 图虫创意



学中文 使她成为 联合国 青年文化使者

Aprender chinês permitiu-lhe tornar-se uma “Jovem Embaixadora Cultural das Nações Unidas”

作者：李昕阳 Li Xinyang

翻译：钱彤 Qian Tong

2023年4月20日，联合国中文日暨中央广播电视总台第三届海外影像节活动在联合国日内瓦办事处万国宫成功举办。活动受到美联社、雅虎、美通社、《泰晤士报》、欧洲市场观察、《欧洲财经》杂志、德国财经新闻等220余家西方主流媒体报道，触达受众近1.3亿人次。在中央广播电视总台特别节目《共绘繁荣》的视频中，出现了摩洛哥哈桑二世大学孔子学院学生严悠莉（Maroua Bouayyad）的身影。在孔院志愿者教师李昕阳的指导下，她的视频作品来自37个国家和地区的939部作品中脱颖而出，她自己也被评为全球六名“总台联合国中文日青年文化使者”之一，并将于暑期前往中国广东开启提升中文、感知中国的圆梦之旅。

No dia 20 de abril de 2023, foi celebrado com sucesso o Dia Mundial da Língua Chinesa da ONU e o Terceiro Festival de Vídeo em chinês no exterior produzido pelo Grupo de Mídias da China (em inglês, CMG), no Palácio das Nações, escritório das Nações Unidas em Genebra. O evento

foi coberto por mais de 220 mídias ocidentais principais, incluindo *The Associated Press*, *Yahoo*, *PR Newswire*, *The Times*, *MarketWatch*, *The European Journal of Finance*, *Finanznachrichten*, etc., atingindo um público-alvo de quase 130 milhões de pessoas. Maroua Bouayyad, estudante do Instituto Confúcio da Universidade Hassan II de Casablanca no Marrocos, apresentou-se no programa especial do CMG “Pintar a Prosperidade em Conjunto”. Com a orientação de Li Xinyang, professora voluntária do Instituto Confúcio, o vídeo da aluna destacou-se dentre os 939 vídeos de 37 países ou regiões, tendo ela própria sido nomeada como um dos seis “Jovens Embaixadores Culturais das Nações Unidas”. Durante as férias de verão, ela iniciará a sua viagem dos sonhos para Guangdong, China, para melhorar os seus conhecimentos em língua chinesa e compreender melhor o país.



一、话中秋，发现中摩文化的共通性

I. Explorar as conotações do Festival do Meio do Outono, procurando as características compartilhadas pelas duas culturas

严悠莉在投稿视频中首先点明，阿拉伯国家是“一带一路”倡议的重要组成部分，但她观察到这里的人对中文和中国文化的了解还远远不够，她表达了自己想为中阿文化交流作出努力的愿望。她用自己擅长的中文、法语和阿拉伯语介绍了中国的传统节日，并选择自己最喜欢的节日——中秋节来展开话题，讲述了中秋节在中国农历的日子、相关的神话故事以及中秋赏月吃月饼的习俗。她喜欢中秋节是因为她觉得中秋所蕴含的文化内涵与摩洛哥人的家庭观念很相似，摩洛哥人也注重家人团圆，对月亮也有着很高的赞美。她的理想是成为中、法、阿三语的翻译，能够作为交流的桥梁联结中摩的经贸和文化往来。她说，中摩两国虽然距离遥远，也有很多不同，但在文化的本源上有共通性，如尊师重教、热情好客等，这使得中摩两国人民天然亲近，民心相通。

Maroua Bouayyad salientou no seu vídeo que os países árabes são uma parte importante da iniciativa “Cinturão e Rota”, mas tem notado que as pessoas destes países não têm conhecimento suficiente sobre a língua e a cultura chinesas. Por isso, expressou o seu desejo de fazer um esforço para promover o intercâmbio cultural sino-árabe. No seu vídeo, apresentou os festivais tradicionais chineses em três línguas que domina, chinês, francês e árabe, e pormenorizou especialmente o Festival do Meio do Outono, que é o seu favorito, mencionando o calendário lunar chinês, os mitos relacionados e o costume de apreciar a lua enquanto comer bolinhos da lua. Ela gosta do Festival do Meio do Outono porque



严悠莉的“青年文化使者”获奖证书
Certificado de “Jovem Embaixadora Cultural” de Maroua Bouayyad

sente que a conotação cultural desse festival é muito semelhante aos conceitos de família dos marroquinos, que também valorizam a reunião familiar e apreciam muito a lua. O seu sonho é tornar-se uma tradutora de chinês, francês e árabe, para poder servir como uma ponte de intercâmbios económico, comercial e cultural entre a China e o Marrocos. A jovem afirmou que, apesar de estarem separados por uma enorme distância geográfica e terem muitas diferenças, os dois países possuem muitas características culturais comuns, tais como o respeito aos professores, a hospitalidade, etc., o que pode naturalmente encurtar a distância e promover o vínculo emocional entre os dois povos.

二、歌舞秀，用艺术搭起中摩交流的桥梁

II. Apreciar canções e danças exóticas, deixando a arte servir de ponte de intercâmbio sino-marroquino



严悠莉参与 2023 孔院春晚中国舞蹈《采薇》(右二)
Maroua Bouayyad (a segunda a contar da direita para a esquerda) na apresentação de dança tradicional chinesa “Cai Wei”, na Gala do Festival da Primavera de 2023 do Instituto Confúcio

严悠莉同学所在的班级是以 HSK 三级课本作为主要授课教材的，但她在学期初就购买了 HSK 四级的书进行自习。在过去的一次 HSK 考试中，她跳级参加了四级考试，如今正期待着考试结果，她表示颇有信心。她在孔院的文化活动中表现非常积极，除了多次担任活动志愿者外，在 2023 年孔院春晚活动中，多才多艺的她一个人参加了四个节目——中文歌曲《无与伦比的美丽》和《难忘今宵》的合唱、中国古典群舞《采薇》表演、摩洛哥传统乐器 Luth 演奏及伴唱。严悠莉的精彩表演赢得台下的中摩观众一致叫好，可谓是用无国界的艺术搭起中摩交流的桥梁。

O manual que a turma da jovem utiliza é o material didático de nível 3 do exame HSK (exame internacional padronizado de proficiência em chinês), mas ela adquiriu o livro de nível 4 para autoestudo no início do semestre. No exame HSK anterior, fez diretamente o exame de nível 4, e agora está a aguardar o resultado, sobre o qual afirmou ter bastante confiança. Participa ativamente nas atividades culturais do Instituto Confúcio e serviu várias vezes como voluntária. Além disso, na Gala do Festival da Primavera do Instituto Confúcio em 2023, a talentosa apresentou-se em quatro programas – no coro das canções chinesas “Beleza Inigualável” e “Esta Noite Inesquecível”, no grupo de dança tradicional chinesa “Cai Wei”, e na apresentação com Luth, um instrumento musical tradicional marroquino, com vozes de apoio. A atuação maravilhosa dela recebeu um aplauso unânime da audiência chinesa e marroquina, demonstrando vividamente como a arte sem fronteiras poder servir de ponte para o intercâmbio sino-marroquino.

三、全家都是“汉语人”

III. Toda a família tem ligação com a língua chinesa

在 2023 年的春晚活动中，严悠莉全家人都来捧场并全程喝彩。深入交流后我们得知，这一家五口人竟都学过一点中文。十岁的妹妹 Ritaj 得知孔院将再度为青少年开班时，当即表示要报班上课。她还学着录了一首介绍中国景点的歌，用中文说她以后想去中国旅行。

Na Gala do Festival da Primavera de 2023, toda a família de Maroua Bouayyad veio apoiá-la. Após uma conversa aprofundada, descobrimos que todos os cinco membros da família tinham aprendido um pouco de chinês. Quando Ritaj, a irmã de dez anos, soube que o Instituto Confúcio fornecerá novamente as aulas para adolescentes, expressou imediatamente o seu desejo de inscrever-se. Além disso, aprendeu e gravou uma canção sobre os pontos turísticos da China e disse em chinês que gostaria de ir viajar para a China no futuro.

严悠莉还有一个哥哥，也曾是我们孔院的优秀学生。他在学完 HSK 四级的课程后拿到了奖学金，到中国学习了一年。由于家中三个孩子都学习中文，这个家庭的父母偶尔也用孩子们的教材，跟着孩子们自学了 HSK 一级的中文。与孔院老师交谈时，他们也努力用中文打招呼，令我们十分感动。

O irmão mais velho de Maroua Bouayyad também foi um excelente aluno do nosso Instituto Confúcio. Depois de completar todas as aulas de 4 níveis do HSK,



本文作者在严悠莉指导下学习摩洛哥传统乐器 Luth

A autora do presente artigo está a aprender a tocar o instrumento tradicional marroquino, Luth, sob a orientação de Maroua Bouayyad

conseguiu uma bolsa para estudar na China por um ano. Como todos os três filhos da família estudam chinês, os pais às vezes aprendem autonomamente o chinês de nível 1 do HSK, utilizando os manuais dos filhos. Ao conversar com os professores do Instituto Confúcio, eles também tentaram cumprimentá-los em chinês, o que nos tocou muito.

获奖后，严悠莉十分惊喜，她连连表示，是因为学习了中文才让她与众不同，才能获得如此高的荣誉，她十分感恩。她表示，将在中国之行结束后与身边的同学和朋友们分享此行见闻，让更多的人了解当下的中国。

A recepção do prémio surpreendeu a jovem e deixou-a feliz. Ela disse que foi graças à aprendizagem de chinês que conseguiu destacar-se e receber uma honraria tão elevada e que estava muito grata. Afirmou que depois de voltar da China, irá partilhar a sua experiência com os colegas e amigos, para que mais pessoas compreendam melhor a China atual. 

供图 / 李昕阳



严悠莉和她的家人。前排右一为严悠莉，中间为妹妹 Ritaj；后左为哥哥，右为妈妈。

Maroua Bouayyad e sua família. Na frente à direita temos Maroua Bouayyad, à esquerda a sua irmã Ritaj; atrás à esquerda seu irmão e à direita a sua mãe.

采薇的 汉语学习之路

A trajetória de uma estudante brasileira na aprendizagem do mandarim

作者：陈采薇 Paloma Guieiro Nunes

翻译：陈采薇 Paloma Guieiro Nunes

她来自巴西圣保罗州立大学孔子学院，中文名叫陈采薇，目前是一名建筑专业的大学生。“采薇”来源于中国最古老的诗歌总集《诗经·小雅》：“采薇采薇，薇亦作止。”“采薇”，作为一个充满诗意的名字，在春风里唤起了对远方友人的思念，也唤醒了一个巴西女孩对遥远中国的向往。

Ela vem do Instituto Confúcio na Universidade Estadual Paulista (UNESP) e atualmente é estudante de Arquitetura e Urbanismo. Seu nome é Paloma, seu nome chinês é Chen Caiwei. Trata-se de um nome extremamente poético que vem da coleção de poemas mais antiga da China, o Shi Jing — Xiaoya (Clássico da Poesia): “Colhemos as samambaias espinhosas, colhemos as samambaias espinhosas; As samambaias espinhosas estão brotando agora.” “Caiwei” desperta na brisa da primavera, a saudade de pessoas distantes e desperta também o anseio de uma menina brasileira por uma China distante.



汉语学习之路

A trajetória dos estudos de mandarim

采薇是学建筑学的。上大学时，她通过中国建筑接触到了中国的历史文化，还看过许多中国电视剧、电影、小说……在中国文化润物无声的影响下，她越来越喜欢中国。了解一个国家最好的方式就是学习它的语言，因此，从2020年7月起，采薇开始学习汉语。她说汉语很难学，刚开始决定学习的时候比较冲动，没有做好足够的心理准备，但一位巴西中文老师的视频给了她动力。

Como estudante de arquitetura, ao entrar na faculdade, Paloma encontrou através da arquitetura da China a cultura e a história desse país. Além disso, ela assistiu muitos filmes, seriados e livros chineses... Sob a influência silenciosa da cultura chinesa, ela foi gostando cada vez mais da China. Quando descobriu que a melhor forma de entender um país é através do seu idioma, ela começou a estudar mandarim em julho de 2020. Ela diz que o mandarim é muito difícil e, na realidade, ela tinha começado o estudo com uma decisão impulsiva. Porém, um vídeo de uma professora brasileira de mandarim a deu motivação infinita para estudar o idioma.

采薇每天花两到三个小时学习汉语。仅仅学习了五个月，她就通过了HSK三级考试，连她自己都没想到会进步那么快。2021年，采薇尝试用不同的学习方式挑战自己：她看中文原版小说，看有中文字幕的电视剧，甚至连看美剧的时候也会看中文字幕；每次碰到不认识的词语，她就会重复写很多遍……就这样，她积累了不少词汇。同时，为了提高口语，她坚持上中文网课。

Paloma estudava de duas a três horas por dia e com apenas cinco meses de estudos, ela passou no teste de proficiência HSK3. Nem ela imaginava que seu progresso seria tão rápido. No ano de 2021, ela tentou utilizar métodos diferentes de estudos para se desafiar: lia livros originais em mandarim, assistia novelas chinesas com legendas em mandarim, e até mesmo ao ver séries americanas, ela também colocava a legenda em chinês. Todas as vezes que encontrava palavras desconhecidas, ela as escrevia várias vezes e, dessa forma, acumulou um vocabulário amplo. Com o objetivo de melhorar a fala, ela decidiu fazer aulas de mandarim *online*.

在学习汉语的同时, 采薇的建筑专业课程学习也出类拔萃。汉语带给她灵感, 她的毕业论文也跟中国文化相关。论文写作中, 她常常需要查阅中文期刊和书籍。她相信, 通过论文写作, 她的汉语水平会更上一层楼。

Enquanto estuda mandarim, ela também se destaca nas aulas da faculdade de arquitetura. O mandarim deu a ela inspiração e até mesmo o seu trabalho final de graduação tem relação com a cultura chinesa. Ao escrever a sua monografia, frequentemente lê artigos, revistas acadêmicas e livros no idioma. Paloma acredita que, através da escrita da monografia, seu nível de mandarim poderá se elevar ainda mais.

情 结 汉 语 桥

Vínculo emocional com o Chinese Bridge

2023年4月, 采薇作为圣保罗州立大学孔子学院学生代表, 参加了第22届“汉语桥”巴西赛区的比赛。通过自我介绍、主题演讲、听力朗读、才艺表演四大环节的激烈角逐, 最终, 她从20位选手中脱颖而出, 获得季军。“汉语桥”世界大学生中文比赛不仅考查选手听说读的能力, 而且要求选手对中华文化有一定的感知力和表现力, 更是对选手中国语言文化综合学习能力和实际运用能力的全面考核。

Em abril de 2023, Paloma participou das eliminatórias brasileiras da 22ª competição “Chinese Bridge” como representante do Instituto Confúcio na UNESP. Ao passar pelas quatro principais etapas dessa competição acirrada — apresentação pessoal, discurso temático, escuta e leitura em voz alta, apresentação de

talentos —, ela se destacou dentre os 20 concorrentes e obteve o 3º lugar. A competição “Chinese Bridge” não apenas testa as habilidades de leitura e escuta dos competidores, como também requer que eles demonstrem a capacidade de compreender e expressar a cultura chinesa, sendo assim uma avaliação abrangente das habilidades de aprendizagem e aplicação prática da língua e cultura chinesa.

当采薇站在第22届“汉语桥”大赛巴西赛区的舞台上, 用流利的中文讲述一个建筑专业学生眼中的“天下一家”理念时, 谁能相信这是一位仅学习了两年半汉语的学生?

Quando Paloma estava no palco da 22ª edição do “Chinese Bridge”, utilizando um mandarim fluente para descrever “um mundo, uma família” aos olhos de uma estudante de arquitetura, quem poderia acreditar que ela estudava mandarim havia apenas dois anos e meio.

采薇在“汉语桥”舞台上的演讲, 精彩诠释了“天堑之隔变通途”。汉语——这座文化沟通之桥, 一桥飞架南北, 联系起中国和巴西, 让巴西人民亲身体验了中国的文化, 增进了对中国的了解, 更促进了中巴友谊的发展, 使得山高水远变成了坦荡通途!

Quando discursava no palco do “Chinese Bridge”, Paloma ilustrou o momento em que “um grande abismo é transformado em estrada”, como diz um ditado chinês. O mandarim liga culturas como uma ponte, conecta a China e o Brasil. Com isso, podemos experimentar pessoalmente a cultura da China, aumentar o entendimento sobre o país, promover a amizade sino-brasileira e encurtar a distância geográfica que nos separa.



采薇表示，经过赛前培训、赛中淬炼以及与那么多热爱中国文化的朋友的面对面交流，她的汉语水平有了质的飞跃。她认为，我们每个人都是这座沟通中巴友谊之桥的一份子，也希望自己能继续为中巴文化交流添砖加瓦。

Através das aulas preparatórias, da competição em si e das interações com tantos amigos que amam a cultura chinesa, o mandarim da Paloma avançou rapidamente e teve mais um salto significativo. Para ela, todos somos uma parte dessa ponte de amizade que liga a China e o Brasil e devemos continuar contribuindo para o intercâmbio cultural entre os dois países.

两个梦想

Dois sonhos

两年半的汉语学习和“汉语桥”的参赛经历，让采薇心中的梦想得以发芽。

Os dois anos e meio de estudo de mandarim e a participação no “Chinese Bridge” irrigaram os sonhos no coração de Paloma.

采薇说，随着对中国的了解愈发深入，她情不自禁地爱上了中国建筑，爱上了中国文化，也爱上了中国。从北京的万里长城到福建的土楼，从唐朝的佛光寺到明朝的琉璃塔，中国建筑在她眼中充满了魅力。

Ela diz que a partir do entendimento cada vez mais profundo sobre a China, ela se apaixonou pela arquitetura chinesa, pela cultura chinesa e também pela própria China. Desde a Grande Muralha em Beijing, até o Tulou de Fujian, desde o templo Foguang da dinastia Tang, até a Torre de Porcelana da dinastia Ming, aos olhos dela a arquitetura chinesa é cheia de encanto.

现在采薇有两个梦想：一是在巴西创建“中国文化中心”——一个让更多巴西人了解中国的地方；二是去中国留学，申请中国古代建筑专业硕士。

Agora ela tem dois sonhos: um deles é construir no Brasil um “Centro de Cultura Chinesa”, um local onde mais pessoas possam realmente compreender a China. O outro é estudar na China e fazer um mestrado em arquitetura da China antiga.

巴西和中国，位于地球的两端，距离 16 000 公里，寒暑与昼夜相反。但一个巴西女孩，却因为学习汉语与中国结下了不解之缘，并致力于成为中国文化的传播使者。

Brasil e China são dois países localizados nos lados opostos da Terra, separados por uma distância de dezesseis mil quilômetros, com inverno e verão, dia e noite invertidos. Mesmo assim, uma moça brasileira formou vínculo inquebrável com a China por causa de seus estudos de mandarim, e está empenhada em se tornar uma propagadora da cultura chinesa.

语言，是多么奇妙的桥梁，它是文化的联结，也是文化的传递。

A língua, uma ponte maravilhosa, conecta pessoas e transmite culturas.

采薇说，学习汉语的道路是艰苦的，但是她相信这条路上一定会有越来越多和她志同道合的朋友。她期待大家携手并肩，共攀汉语峰顶，去到那个神秘而充满魅力的国度，了解更多中国灿烂的历史文化。

Para Paloma, o caminho de estudos de mandarim é difícil, mas ela acredita que nesse caminho terá cada vez mais amigos indo à mesma direção. Ela espera escalar a montanha do mandarim de mãos dadas com todos, compreender ainda mais sobre a esplêndida história e cultura chinesa e vivenciar esse país misterioso e encantador. 

供图 / 陈采薇

东南亚孔子学院联席会议在京召开

Conferência Conjunta dos Institutos Confúcio do Sudeste Asiático realizada em Beijing

作者：中国国际中文教育基金会 Fundação de Educação Internacional
Chinesa (Chinese International Education Foundation – CIEF)

翻译：丁越 Ding Yue



北京时间 2023 年 7 月 20 日上午，以“协同创新 行稳致远”为主题的东南亚孔子学院联席会议在北京国际会议中心顺利召开，来自东南亚 10 个国家的孔子学院（课堂）及中外方合作院校代表近 300 人参会。

Na manhã de 20 de julho de 2023, horário de Beijing, a conferência conjunta dos Institutos Confúcio do Sudeste Asiático, com o tema “Inovação Colaborativa, Progresso Constante”, foi realizada com sucesso no Centro Internacional de Convenções de Beijing. Cerca de 300 representantes dos Institutos (Salas de Aula) Confúcio e de instituições que possuem cooperação com a China de 10 países do Sudeste Asiático participaram na conferência.



中国国际中文教育基金会秘书长赵灵山在开幕式上致辞，对与会嘉宾表示热烈欢迎。

O secretário-geral da CIEF, Zhao Lingshan, deu as boas-vindas aos convidados na cerimônia de abertura.



中国国际中文教育基金会理事长杨卫为新建孔子学院授牌。

O presidente da CIEF, Yang Wei, entregou a placa oficial aos Institutos Confúcio recém-estabelecidos.



分组讨论会议上，孔子学院及中外合作伙伴分享了孔子学院的办学经验，讨论了区域内孔子学院协同创新与东南亚孔院的未来发展途径。

Durante o painel de discussão em grupo, os Institutos Confúcio e os seus parceiros, tanto chineses como estrangeiros, compartilharam as suas experiências no estabelecimento dos Institutos Confúcio, conversaram sobre as suas inovações colaborativas e sobre a via de desenvolvimento futuro dos Institutos Confúcio do Sudeste Asiático.

“诗琳通公主杯”第21届亚洲象棋锦标赛在泰国举办

“Taça da Sua Alteza Real a Princesa Maha Chakri Sirindhorn”, o 21º Campeonato de Xadrez da Ásia realizado na Tailândia



作者：江昊宇 Jiang Haoyu

翻译：丁越 Ding Yue

2023年8月5日至11日，由亚洲象棋联合会主办、泰国象棋体育总会和泰国朱拉隆功大学孔子学院承办的“诗琳通公主杯”第21届亚洲象棋锦标赛在曼谷举行。共有来自亚洲17个国家和地区的代表队参与本次比赛。

De 5 a 11 de agosto de 2023, foi realizado em Bangkok o 21º Campeonato de Xadrez da Ásia, a “Taça da Sua Alteza Real a Princesa Maha Chakri Sirindhorn”, organizado pela Federação Asiática de Xadrez e empreendido pela Federação Tailandesa do Desporto de Xadrez e pelo Instituto Confúcio da Universidade Chulalongkorn na Tailândia. No total, equipas de 17 países e regiões da Ásia participaram no campeonato.



亚洲象棋联合会霍震霆会长、中国象棋协会朱国平主席、泰国国家奥林匹克委员会查龙·达瓦那信副主席、中华人民共和国驻泰国大使馆文化处常禹萌参赞、泰国中华总商会林楚钦主席、泰国华侨协会余声清主席、亚洲象棋联合会林关浩秘书长、泰国中华总商会李桂雄副主席、泰国象棋体育总会陈思飞会长和朱拉隆功大学孔子学院韩圣龙院长等为本次亚洲象棋锦标赛剪彩。

O Campeonato de Xadrez da Ásia começou com o corte de fitas pelo presidente da Federação Asiática de Xadrez, Sr. Timothy Fok Tsun-ting, pelo presidente da Associação Chinesa de Xadrez, Sr. Zhu Guoping, pelo vice-presidente do Comité Olímpico Nacional da Tailândia, Prof. Charoen Wattanasin, pela conselheira do Departamento de Cultura da Embaixada da República Popular da China no Reino da Tailândia, Sra. Chang Yumeng, pelo presidente da Câmara Chinesa de Comércio da Tailândia, Sr. Lim Chuchin, pelo presidente da Associação da Comunidade Chinesa na Tailândia, Sr. Yu Shengqing, pelo secretário-geral da Federação Asiática de Xadrez, Sr. Lin Kwan How, pelo vice-presidente da Câmara Chinesa de Comércio da Tailândia, Sr. Li Guixiong, pelo presidente da Federação Tailandesa do Desporto de Xadrez, Sr. Chen Sifei, e pelo diretor do Instituto Confúcio da Universidade Chulalongkorn na Tailândia, Sr. Han Shenglong, entre outros.

比赛分男子团体赛、女子个人赛及少年个人赛三个组别。中国棋手赵鑫鑫、黄竹风和李少庚夺得男子团体赛冠军；中国棋手吴可欣夺得女子个人赛冠军；中国棋手孟繁睿夺得少年个人赛冠军。

O Campeonato dividiu-se em três categorias: a competição por equipas masculinas, a competição individual feminina e a competição individual juvenil. Os enxadristas chineses Zhao Xinxin, Huang Zhufeng e Li Shaogeng ganharam a competição por equipas masculinas, enquanto a enxadrista chinesa Wu Kexin ganhou a competição individual feminina, e o enxadrista chinês Meng Fanrui ganhou a competição individual juvenil.

颁奖会后，主办方组织了精彩表演。

Depois da cerimónia de premiação, a Federação Asiática de Xadrez organizou uma apresentação maravilhosa. ㊟



供稿 / 江昊宇



《孔子学院》征稿函

《孔子学院》由中国国际中文教育基金会主办、上海外国语大学协办，拥有标准国际连续出版物刊号（ISSN）和中国国内统一刊号（CN），该刊为双月刊，有中英、中法、中西、中俄、中德、中意、中葡、中阿、中泰、中韩、中日 11 个中外文对照版，面向全球发行。

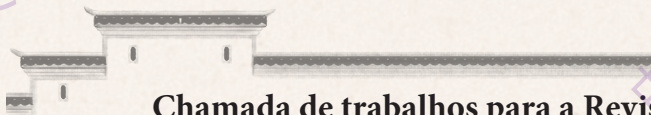
《孔子学院》设有“文化视窗”“汉语学习”“当代中国”和“孔院链接”栏目。“文化视窗”着重介绍中国不同地区风俗民情、特色文化和非遗（物质）文化传承等；“当代中国”旨在展示当地的最新发展，呈现中国百姓的日常生活、流行与时尚。2023 年拟依序介绍安徽省、江西省、贵州省、青海省、黑龙江省和广东省。“汉语学习”关注国际中文教与学的方方面面；“孔院链接”以汉语教师和学习者为主，聆听他们汉语教与学的故事。

投稿须知：

1. 文稿完整，包括题目、正文、署名和作者简介及联系方式。
2. 文字简洁，突出叙事性、趣味性和文化性，字数以 800—2500 为宜，中文、外文、中外文对照皆可。
3. 欢迎提供配图和图片说明，图片大小不低于 3MB，分辨率为 300dpi 以上，单独以附件形式发送。
4. 咨询、投稿邮箱：ci.journal@ci.cn。编辑部将在收稿 10 个工作日内予以回复。

免责声明：投稿稿件要求原创、首发，稿件中不得含有任何违法内容，不得侵犯他人名誉权、隐私权、商业秘密等合法权益，否则引发的法律责任由投稿人承担。一经投稿，即视为作者同意将作品多语种的修改权、复制权、汇编权、翻译权、信息网络传播权及电子数码产品版权等著作权（署名权、保护作品完整权除外）在全球范围内转让给《孔子学院》编辑部。

《孔子学院》编辑部



Chamada de trabalhos para a Revista Instituto Confúcio

A Revista Instituto Confúcio é uma publicação oficial e global, que conta com um ISSN (International Serial Number) e CN (China National Uniform Serial Number), e que é organizada conjuntamente pela Chinese International Education Foundation e pela Universidade de Estudos Internacionais de Xangai. É uma revista bimestral com 11 edições, em inglês, francês, espanhol, russo, alemão, italiano, português, árabe, tailandês, coreano e japonês.

A Revista tem quatro secções principais: “Horizontes Culturais”, “Aula de Chinês”, “China Contemporânea” e “Links do Instituto Confúcio”.

A secção “Horizontes Culturais” tem como ponto de partida diferentes províncias da China, apresentando sobretudo as respetivas culturas características e a herança do património cultural imaterial (e material), etc. A secção “China Contemporânea” visa a demonstrar o desenvolvimento mais recente dos locais principalmente através de factos e imagens, para mostrar o modo de viver e o de pensar do povo comum da China contemporânea. Anhui, Jiangxi, Guizhou, Qinghai, Heilongjiang e Guangdong são as províncias a serem apresentadas nas edições de 2023.

A secção “Aula de Chinês” focaliza em aspetos de ensino e aprendizagem de língua chinesa no mundo, desde casos de ensino em aula até concepção de atividades curriculares, ou desde pequenas técnicas de ministração de aula até episódios de aprendizagem de chinês, etc. A secção “Links do Instituto Confúcio” concentra-se nos sentimentos dos docentes e dos aprendentes de chinês, ouvindo histórias de ensino e aprendizagem de chinês e as mudanças trazidas pela língua chinesa para eles.

Instruções para submissão de trabalhos:

1. O trabalho deverá ser completo, incluindo o título, o corpo do texto, o nome do autor e uma breve apresentação sobre o autor.
2. O trabalho deverá ter o tema identificado, com estrutura bem organizada e linguagem simples, com destaque à forma de narração e aos aspetos culturais, além de apresentar de modo interessante.
3. O número total de palavras deverá ser entre 800 e 2500, e serão aceites trabalhos em chinês, línguas estrangeiras ou versão chinês-língua estrangeira.
4. Serão bem-vindos textos acompanhados por imagens, às quais deverão conter uma breve descrição. Cada imagem deverá ser superior a 3 MB com resolução acima de 300 dpi e deverá ser enviada em anexo.
5. Para mais informações e submissão de trabalhos, pode-se contactar através de: ci.journal@ci.cn. A equipa editorial responderá ao autor e confirmará a receção do trabalho no prazo de 10 dias úteis.

Isenção de responsabilidade:

O trabalho apresentado deverá ser original e inédito. Não deverá conter nenhum conteúdo ilegal e não deve infringir os direitos e interesses legítimos de terceiros, como direitos de reputação, direitos de privacidade e segredos comerciais. Caso contrário, a responsabilidade legal decorrente será assumida pelo autor. Ao submeter o trabalho, considera-se que o autor tenha cedido à equipa editorial da revista Instituto Confúcio os direitos autorais, como o direito de modificação multilíngue, de reprodução, de compilação, de tradução, de comunicação através da rede de informação e de produtos digitais eletrónicos (exceto o direito de atribuição e o direito de proteger a integridade da obra) em todo o mundo.

O Conselho Editorial da Revista Instituto Confúcio

敬请关注
孔子学院媒体矩阵！

12 种语言说
“你好”



孔子学院
抖音号



孔子学院
微信公众号



孔子学院
微博



孔子学院
全球网站 ci.cn



孔院人的云上家园

RMB 16 / USD 5.99 / EURO 5 / R\$ 12

ISSN 2095-7769



9 772095 776238