

孔子学院

INSTITUTO CONFUCIO

中西版 Edición chino-español

Nº5 2023

中国国际中文教育基金会

中文教育基金会

中国国际中文教育基金会



自行车环湖赛

Carrera ciclista alrededor del lago Qinghai

孔子
学院

INSTITUTO CONFUCIO

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

Dirigido por el Ministerio de Educación de la República Popular China
Patrocinado por la Fundación China para la Educación Internacional

编辑出版：《孔子学院》编辑部
协办：上海外国语大学
西语刊合作伙伴：西班牙瓦伦西亚大学孔子学院
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：张逸岗 赵裴
编辑：张熙华 安文龙 余玲华
主审：于漫
审校：张丽丽 于帆 钱淇

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 1674-9723
国内统一刊号：CN 11-5965/C
邮发代号：80-756

定价：RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5
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

Publicado por la Redacción de la revista *Instituto Confucio*
Coordinado por la Universidad de Estudios Internacionales de Shanghai
Coeditor en español: Instituto Confucio de la Universitat de València, España
Directores: Zhao Lingshan, Li Yansong
Vicedirectores: Zhang Junli, Yi Yonggang
Editora jefa: Zhang Xuemei
Editores jefes adjuntos: Zhang Yigang, Zhao Pei
Editores: Zhang Xihua, José Vicente Andreu Besó, Yu Linghua
Revisora jefa: Yu Man
Revisores: Zhang Lili, Yu Fan, Qian Qi

Diseño: Chen Ying, Zhu Haoye, Wang Yitong
Maquetación: Desarrollo de Cultura Nanjing Zhanwang Co., Ltd.
Imprenta: Desarrollo de Impresión Shanghai Yeda, S. L.
ISSN 1674-9723
CN 11-5965/C
Código de envío: 80-756

Precio: RMB 16 / USD 5,99 / EURO 5
Dirección: 15 Xueyuan Road, Haidian District, Beijing, China
Código postal: 100083
Teléfono: 0086-10-63240631
Página web: www.ci.cn
Dirección de la oficina en Shanghai: 550 Dalian Road (W), Hongkou District, Shanghai, China
Teléfono: 0086-21-35377068
Contacto para la contribución de manuscritos: ci.journal@ci.cn
La caligrafía en la portada: Ouyang Zhongshi
La fotografía en la portada: Qinghai Sports Events Co., Ltd

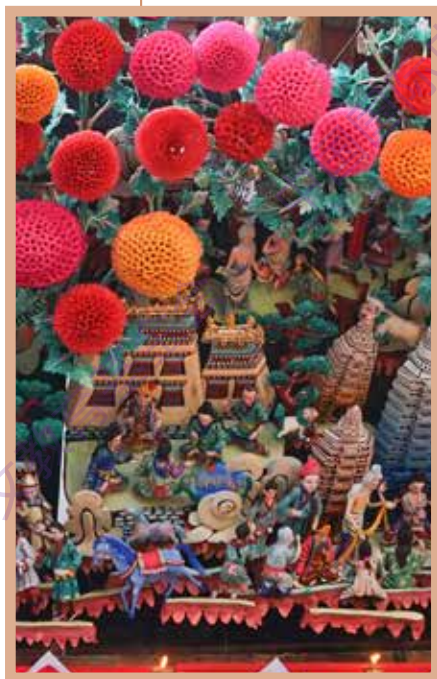


目录 / Índice

№5 2023

文化视窗 HORIZONTES CULTURALES

- 04 “数字”说青海
Las cifras que describen Qinghai
作者：王洋帆 Wang Yangfan
- 10 扎西尖措与唐卡的故事
Zhaxi Jiancuo y el thangka
作者：晏如 Yan Ru
- 16 “世界屋脊”的风情——青海的民俗文化
El Techo del Mundo: la cultura popular de Qinghai
作者：陌上尘 Mo Shangchen
- 24 围炉熬茶话青海
El té hervido a fuego lento de Qinghai
作者：廖叶 Liao Ye
- 28 永不凋谢的“酥油花”
“La flor de mantequilla” que nunca se marchita
作者：李立欣 Li Lixin



汉语学习 APRENDIZAJE DEL CHINO

- 32 唱歌学汉语
Aprender chino cantando
作者：李量 Li Liang
- 38 我在早稻田大学教《论语》
Enseño las *Analectas de Confucio* en la Universidad de Waseda
作者：左雯敏 Zuo Wenmin
- 42 旅游带火“特种兵”
El popular turismo “de las fuerzas especiales”
作者：刘明奇 Liu Mingqi
- 46 二十四节气之芒种和夏至
Los 24 términos solares
作者：何芷翌 He Zhiyi

当代中国 CHINA EN LA ACTUALIDAD

- 50 坐火车去拉萨
Viajar a Lhasa en tren
作者：朱迪特 Zhu Dite
- 56 三江源的守护者
Los guardianes de Sanjiangyuan
作者：杨培花 Yang Peihua
- 62 舌尖上的青海
Qinghai en la punta de la lengua
作者：刘寒冰 Liu Hanbing
- 68 守护高原精灵——藏羚羊
El antilope tibetano: preserva
el espíritu de la meseta
作者：宋雨潺 Song Yuchan



孔院链接 NEXOS DEL INSTITUTO

- 72 学中文使她成为联合国青年文化使者
El aprendizaje del chino la convirtió en Joven
Embajadora Cultural de la ONU
作者：李昕阳 Li Xinyang
- 76 采薇的汉语学习之路
El camino de aprendizaje de chino de una estudiante
brasileña de arquitectura
作者：陈采薇 Paloma Guieiro Nunes
- 79 动态播报
Noticias del momento

数字“说”青海

Las cifras que describen Qinghai

作者：王洋帆 Wang Yangfan

翻译：孟辉 Vicente Monlleó

青海省位于青藏高原东北部，地处亚洲东部腹地，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。

La provincia de Qinghai, con una superficie total de 722 300 km², se encuentra al noreste de la meseta tibetana, en el corazón de Asia oriental. En esta gran región llamada “el techo del mundo”, la naturaleza ha esculpido un paisaje majestuoso, amplio y único, lo que ha dado lugar a una zona de paisajes naturales de gran belleza y singularidad. Descubramos la misteriosa Qinghai a través de cuatro cifras, acerquémonos a esa tierra virgen, vamos a apreciar su encanto al tiempo que practicamos el uso de los números en chino.

6 860 米——青海的高度 Una altura que impacta: 6860 metros

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。

La cordillera de Kunlun, históricamente venerada como “la madre de todas las montañas”, se presenta con imponente majestuosidad en el centro de Qinghai. Su cumbre, el Pico Bukadaban, alcanza los 6860 metros sobre el nivel del mar. Alrededor de esta cordillera



han surgido numerosas leyendas. El antiguo libro geográfico *Shanhaijing* describía una montaña sagrada, llamada Kunlun, situada en el oeste remoto donde los inmortales residían cuando bajaban a la tierra para entrenar. En esta montaña se encontraban tesoros extraordinarios y criaturas mitológicas. Las novelas de artes marciales como *La espada celestial* y



el sable del dragón, Los espadachines del Monte Shu y La leyenda de los héroes extraordinarios del mundo marcial mencionan a cierta secta marcial llamada “Kunlun” que, según se relata, fue fundada en la cordillera del mismo nombre.

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。

Se extiende a través de toda la provincia de Qinghai, con las montañas Tanggula al norte y las Qilian al sur, cuyos picos nevados superan los 4000 metros sobre el nivel del mar. Con extensos glaciares, son el origen de los ríos más importantes de China.



4 635 平方公里——青海湖的广度

La inmensa amplitud del lago Qinghai: 4635 km²

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4635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。

El lago Qinghai se ubica cerca de la ciudad de Xining, provincia de Qinghai. Es el lago de agua dulce más grande de China y también uno de los de gran altitud y bajas temperaturas más famosos del mundo. En

los últimos años, con la aplicación de medidas de conservación ecológica en su área, como la reforestación y restauración de humedales, se ha registrado que la superficie del agua hasta 2022 ha aumentado en 220 km² lo que supone un total de 4635 km². Dentro de la Reserva Natural Nacional del lago Qinghai habitan hasta 232 especies de aves, entre ellas 23 tipos de rapaces distintas. Crecen también alrededor de 445 especies de plantas silvestres, que convierten la reserva en un “banco de genes”. El gobierno ha catalogado a esta reserva como un medio importante para promover la conservación de recursos hídricos y la protección ecológica. Una medida que constituye un paso más en el camino hacia una “China verde y hermosa”.

两三万年——青海的历史厚度

Una prolífica historia: 20 o 30 mil años

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 no solo cuenta con paisajes naturales impresionantes sino también con una rica herencia histórica. Desde la Edad Paleolítica, hace 20 o 30 mil años, los seres humanos ya estaban establecidos en este territorio. Los hallazgos arqueológicos de las culturas Yangshao, Majiayao y Zongri, los restos de cerámica policromada de Liuwan en Ledu y Lajia en Minhe, el complejo funerario de Tubo en Dulan, entre otros, son testigos de la coexistencia y la fusión de diversas culturas multiétnicas en Qinghai. Además, por allí han pasado travesías famosas como la Ruta de la Seda Terrestre, desde Xi'an hasta la antigua Roma alrededor del año 138 a. C.; la antigua ruta Tangfan, desde Xi'an hasta Lhasa, en el Tíbet, a comienzos del siglo VII; la Antigua Ruta del Té y los Caballos, desde las regiones productoras del té *pu'er*, en Yunnan, hasta Lhasa, a finales del siglo VI; así como el intercambio de las civilizaciones oriental y occidental. Todo ello ha moldeado las culturas serranas y multiétnicas de esta región de una forma muy especial.





两个千万千瓦级——青海的现代速度

Una modernización por todo lo alto: dos bases de energías renovables de diez millones de kilovatios

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。

El proyecto de transmisión de corriente de alta tensión ±800 kW Qinghai-Henan comienza, dentro de Qinghai, en la Prefectura Autónoma Hainan, de etnia tibetana. Atraviesa las provincias de Qinghai, Gansu, Shaanxi y Henan y, en esta última, llega a su

destino, la ciudad de Zhumadian. Este proyecto es el primer tendido eléctrico del mundo diseñado para transportar principalmente energía limpia. Comenzó su construcción en 2018 y se puso en funcionamiento dos años más tarde. En los últimos años, se ha estado promoviendo con fuerza la industria de energía solar, eólica y térmica, y Qinghai se ha convertido en líder de la energía limpia en China. En las regiones de Hainan y Hainan, en esta misma provincia, se han instalado dos bases de energías renovables de diez millones de kilovatios. Las “venas de electricidad verde” conectan Qinghai, Henan, Hubei, Jiangsu y otras provincias, al tiempo que optimizan los recursos de energías renovables y desempeñan un papel fundamental en el fomento de la modernización y el desarrollo de alta calidad de China.

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！

Estas cuatro cifras, que se acaban de describir, conectan los paisajes naturales y culturales de Qinghai con su historia milenaria y su desarrollo moderno. ¿Has visto cómo se utilizaron estos números en el apartado chino? Vamos a ver ahora sus normas más destacables.

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。

En primer lugar, cuando se trata de los números para medir, es decir, cuando el valor numérico está relacionado con unidades de medida, como la altura, área, volumen, temperatura, peso, etc., se utiliza generalmente la numeración arábiga, especialmente si los números son más concretos. Por ejemplo: 海拔6 860米 (*hǎibá 6 860 mǐ* “6860 metros sobre el nivel del mar”), 面积4 635平方公里 (*miànjī 4 635 píngfāng gōnglǐ* “un área de 4635 km²”), 重2.18克 (*zhòng 2.18 kè* “2,18 gramos de peso”).

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。

En segundo lugar, se escriben dos números seguidos para expresar una aproximación, por lo que se usan

caracteres chinos y no se separan con comas. Por ejemplo: 两三万年前的旧石器时代 (*liǎng sān wàn nián qián de jiùshíqì shídài* “Desde la Edad Paleolítica, hace veinte o treinta mil años”), 三五天后 (*sān wǔ tiān hòu* “tres o cinco días después”), 六七十岁 (*liù qī shí suì* “sesenta o setenta años”).

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。

Por último, 二 (*èr*) y 两 (*liǎng*) son dos caracteres que a menudo se confunden. Cuando se usan para contar o como número ordinal se utiliza 二, por ejemplo: 二分之一 (*èr fēn zhī yī* “una parte de dos”), 第二 (*dìèr* “segundo”), 二伯 (*èrbó* “el segundo tío paterno”). Cuando se utiliza con clasificador, para expresar cantidades aproximadas, se usa 两, por ejemplo: 两份蛋糕 (*liǎng fēn dāngāo* “dos trozos de tarta”), 两公里 (*liǎng gōnglǐ* “dos kilómetros”), 两全其美 (*liǎngquánqíměi* “obtener lo mejor de ambos mundos”), 过两天 (*guò liǎng tiān* “pasados dos días”), 两句话 (*liǎng jù huà* “dos oraciones”).

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！

Con solo unos números se han podido apreciar más los encantos naturales de Qinghai y, al mismo tiempo, descubrir los grandes cambios en la era moderna traídos por el desarrollo en energías verdes de esta bella tierra.



供图 / 崔高浩 图虫创意





扎西尖措 与唐卡的故事

Zhaxi Jiancuo
y el thangka

作者：晏如 Yan Ru
翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

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。

El “thangka” es un arte pictórico que tiene su origen en la cultura tibetana de China. El término en sí es una traducción fonética de una frase en tibetano que habla de “llenar el espacio en blanco”. Las pinturas thangka suelen abordar temas relacionados con el budismo tibetano, y por medio de líneas finas, colores vibrantes y figuras vívidas, representan las creencias religiosas, la sociedad y las costumbres de los tibetanos.

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。

La prefectura autónoma tibetana de Huangnan, en la provincia de Qinghai, es conocida como la ciudad de herencia del thangka, y es la cuna del “thangka regong”, un tipo de “artes regong”, que se consideran como representante del arte popular de Qinghai y que fueron incluidas en la Lista Nacional del Patrimonio Cultural Inmaterial de China y la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la UNESCO. En

Huangnan, hay muchos artistas populares especializados en las pinturas thangka, entre ellos Zhaxi Jiancuo es un destacado pintor que creció en esta tierra.

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 dispone del título de “Maestro de Artes y Oficios de la Provincia de Qinghai” y es el vicedirector del Comité Profesional de Thangka de la Asociación China de Artes y Oficios. A una edad temprana, comenzó su formación pictórica con artistas de thangka de generaciones anteriores. Debido a su situación económica, no se permitía el lujo de buenos materiales de pintura, por lo que utilizaba palos, ramas, piedras y tiza como herramientas y adquiría las técnicas del thangka pintando sobre el “lienzo” del loess. Tras el examen de ingreso a la universidad, eligió estudiar diseño de artes y oficios en la Universidad Minzu de Qinghai. Mientras aprendía a dibujar y a pintar al óleo, intentó integrar estos materiales a la pintura thangka. Al graduarse, fue el primer estudiante en la historia de la Universidad en celebrar una muestra individual de thangka.

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。

En sus obras, Zhaxi Jiancuo presta mucha atención a la fusión cultural de diferentes regiones. Durante una visita a las grutas de Yungang, en Taiyuan, provincia de Shanxi, notó que las pinturas en la base de las estatuas de Buda de este sitio eran muy similares a las que se encuentran en los edificios tibetanos en su pueblo natal, tanto en estilo

como en color. En su opinión, muchas de las formas artísticas que prevalecen hoy en el budismo tibetano fueron “importadas” de otras partes de China. Para comprender mejor el proceso de esta difusión, se puso a investigar los patrones arquitectónicos de estilo tibetano y su contexto cultural, con el objetivo de entender la historia de los intercambios culturales entre la región de Qinghai y el resto de China. En 2018, creó una serie de cien obras titulada “Pinturas auspiciosas” con base en la información que había recopilado, lo que permitió que muchos artistas de thangka conocieran los orígenes históricos de estos patrones y que empezaran a usarlos como tema en sus creaciones, en lugar de limitarse a pintar imágenes 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。

Más tarde, Zhaxi Jiancuo intentó innovar en el contenido de las pinturas thangka tradicionales. Descubrió que la composición básica consiste principalmente en la figura de Shakyamuni (El Buda) en el centro, los Dieciséis Arhats (santos) a sus dos costados y Cuatro Reyes Celestiales en la parte inferior, es decir, con numerosas figuras en un solo cuadro. Por lo tanto, separando los Dieciséis Arhats de la composición grupal e incorporando el estilo pictórico tibetano de Qinghai, Tíbet y Sichuan, Zhaxi Jiancuo creó otra serie con el título de “Los Dieciséis Arhats”, lo cual lo convirtió en el primer pintor de thangka en recibir la financiación del Programa Nacional de Jóvenes Talentos de Creación Artística.



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。

En su búsqueda de la innovación, el pintor logró conservar la esencia de la pintura thangka que se había transmitido durante muchos años. Aprendió de los veteranos pintores de thangka de Huangnan que los lienzos modernos suelen contener una capa de yeso, mientras que los lienzos tradicionales, debido a las limitaciones de la época, normalmente se obtenían con materias primas locales: se cocía, se tamizaba y se

pulía el loess, el cual luego se aplicaba al lienzo. Zhaxi Jiancuo adoptó esta técnica para preparar sus lienzos, lo que resultó en un color de fondo de amarillo terroso, y al combinarlo con pigmentos minerales, creó un aire “retro”, evocando el estilo de las antiguas pinturas thangka de la corte.

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。

En los últimos años, debido al constante aumento en la demanda de thangka, en la mente del artista surgió una idea: formar a más talentos en la disciplina. Después de graduarse, estableció su propio taller en la ciudad de Xining, capital de la provincia, y hasta la fecha, ha admitido a más de 30 estudiantes. Para la gente local, aprender a pintar thangka es algo que hay que tomar muy en serio. De un estudiante que acudió al taller desde una zona económicamente desfavorecida, comparte este recuerdo: “Vino toda la familia de siete personas para acompañarlo”.

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。

Cabe mencionar que los eventos de promoción de thangka y los proyectos de financiamiento artístico han tendido un puente entre los creadores y su público. Con la ayuda de la Federación China de Círculos Literarios y Artísticos, Zhaxi Jiancuo creó en Qinghai, junto con sus compañeros de la misma generación, un taller de pintura thangka al aire libre, con el nombre de “Centro de Investigación de Arte Moderno y Contemporáneo de la Universidad Normal de Hunan”. Invitaron a experimentar con la pintura thangka a artistas originarios de Hunan, quienes, al regresar a su tierra natal, organizaron una exposición de thangka. En cuestión de días, las noticias relacionadas con este evento superaron las 300 mil visitas. “Yo no habría alcanzado tal nivel de difusión por mí mismo”, afirmó el artista. Con este éxito en mente, ahora está pensando en un nuevo modelo de “experiencia con la pintura thangka”, que permita participar no solo a pintores profesionales, sino también a la gente común y corriente para que sienta el encanto único de esta forma artística.



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。

Zhaxi Jiancuo, impulsado por su pasión por el thangka, ha creado un gran número de excelentes obras, asimismo, ha contribuido al desarrollo de la disciplina profundizando en sus misterios, innovando las técnicas por medio de la fusión, y promoviendo su transmisión en los ámbitos provincial, nacional, e incluso internacional. En él vemos la perdurable herencia y la constante innovación de los artistas de Qinghai en el thangka, así como los esfuerzos del país en la protección y promoción del patrimonio cultural inmaterial. 孔

供图 / 扎西尖措



『世界屋脊』的风情

——青海的民俗文化

El Techo del Mundo: la cultura popular de Qinghai

青海雄踞“世界屋脊”青藏高原的东北部，平均海拔在3000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。

La provincia china de Qinghai está situada en la zona nororiental de la meseta tibetana, conocida como “el techo del mundo”, y presenta una elevación media sobre el nivel del mar de más de 3000 metros. Desde antaño, está habitada por las minorías étnicas tibetana, *hui*, mongola, *tu* y *sala*, entre otras. En esta región se han diseminado las cuatro religiones más prominentes del mundo —budismo, islamismo, taoísmo y cristianismo—. Durante épocas de vicisitudes históricas, las culturas multiétnicas desarrollaron sus genuinas costumbres locales.

作者：陌上尘 Mo Shangchen
翻译：小康 Carlos García de la Morena

祭神

Sacrificio a los dioses

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。

Las ofrendas siempre han sido un componente muy importante en la cultura china. En la zona circundante al lago de Qinghai, la ceremonia del “sacrificio al dios de los océanos” es uno de los rituales más relevantes del año. Por ende, los locales ruegan a este dios protección y un año de sosiego para ellos y su ganado. Normalmente, cuando comienzan las grandes ofrendas, se colocan sobre el altar dos vacas y ocho ovejas ya sacrificadas. También se preparan diez ovejas vivas y algunos dulces, aperitivos, alcohol, *khata*s (bufandas tradicionales) y otras ofrendas. Cuando el sacerdote anuncia el comienzo del sacrificio del mar, la gente se levanta y hace una reverencia. Junto con la música de la ceremonia, el religioso lee en alto la plegaria, quema incienso y ofrece seda. A continuación, el clérigo arroja diez ovejas vivas al agua, junto a la tabla con las ofrendas, para así honrar al dios de los océanos. Al finalizar la ceremonia,



los participantes en el rito empiezan el banquete y, conforme a la tradición antigua, realizan el “arrebato de la comida”. Este consiste en prepararse para agarrar con la mano la carne de vaca y oveja, los dulces y demás alimentos. Una vez concluida la actividad, los comensales recogen sus respectivas ganancias, se dirigen a la losa conmemorativa del dios de los océanos en señal de agradecimiento y confían sus deseos de vivir un año propicio.

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。

Aparte de este ceremonial, cada año a principios de julio la etnia *tu* celebra la festividad de la “vuelta a la montaña”. En ella, los oriundos piden a los dioses consagrados en los templos, portan banderas, tanto grandes como pequeñas; tocan tambores; y llevan las escrituras mientras dan vueltas a la montaña, para que los dioses les bendigan, protejan y brinden paz.



茶饮美食

Un té exquisito

“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。

“Un día sin té es inactivo, tres días sin él provoca enfermedades”. La carne de res y de cordero son los principales alimentos de los pastores de Qinghai. Debido a que la comida tiende a la acidez, se busca el equilibrio mediante la alcalinidad del té, que elimina la untuosidad y disuelve los alimentos. Por lo general, se usan teteras de cobre o jarras de cerámica para hervirlo a fuego lento, con la variante *fu* como ingrediente principal. De acuerdo a los diversos condimentos que se añaden cuando el agua hierve, se divide en tres tipos. Al primero se le añade sal. Un proverbio tibetano reza: “El té sin sal es igual que el agua”. Una vez que se vierte la sal, se hierve a fuego lento hasta que adquiere un color marrón rojizo y un sabor delicado. Al segundo, se le añade mantequilla y sal al hervirlo. Se dice que se creó cuando la princesa Wencheng de la dinastía Tang (618–907 d. C.) se casó en el Tíbet. Esta mantequilla es la esencia de la leche de yak. Su fuerte aroma y color dorado atrae mucho a los lugareños. Al tercer tipo se le añade leche de yak al calentarlo y se remueve de manera uniforme. Para finalizar, se hierve de nuevo. Además, la gente un poco más sofisticada añade jengibre y *jingjie* (hierba china) al cocinar el té, lo que agrega profundidad a su sabor.

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宾的美食。

Qinghai tiene muchas especialidades culinarias. La principal comida contiene cebada frita, molida hasta convertirse en harina, llamada *guorile* por los locales. A los pastores les gusta beber *douma* por las mañanas, que consiste en colocar *tsamba* (pan de cebada tibetano) en el fondo del bol y añadir tofu de leche con mantequilla clarificada junto a té con agua. Al recibir invitados o en las festividades se sirve *dese* o *tuori*. El *dese* consiste en arroz con azúcar sobre el que se vierte mantequilla derretida. Los *tuori* son tallarines con mantequilla, azúcar, nueces, pasas, tofu de leche y algunos condimentos. Se mezcla y se moldea en forma de cubos, a los que se añade *jujube* (dátiles chinos) en las esquinas y en el centro. También es una comida habitual entre quienes aquí viven para agasajar a sus invitados.







塔尔寺三绝

Los tres tesoros del monasterio 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。

El pico de diseminación del arte folklórico de Qinghai halla su máxima expresión en “los tres tesoros del monasterio Kumbum”. Situado en el condado de Huangzhong, se trata del primer gran monasterio de budismo tibetano de la región. Estas tres manifestaciones mundialmente conocidas son las esculturas hechas con manteca, los murales y los bordados. De entre ellas, las esculturas representan una técnica especial que usa manteca para moldear con la forma de objetos y crear todo tipo de figuras budistas, personajes, paisajes, pabellones, fauna, flora y otros refinados diseños. Este proceso se divide en cuatro fases: atar el esqueleto, formar el embrión, extender el material y ornamentarlo. Dado que las esculturas de manteca se derriten a una temperatura de 25 °C, solo pueden hacerse a una media de 0 °C, aproximadamente. Todos los años, el día 15 del primer mes según el



calendario lunar, se exponen estas esculturas dentro del templo, para deleite de muchos turistas y creyentes que les rinden culto. Los murales del monasterio son de estilo lamaísta. Extraen los pigmentos de los minerales pétreos locales, con colores lustrosos y duraderos. Las imágenes representan historias de las escrituras budistas, mitos, matrimonios predestinados o la vida de Siddharta Gautama. Los personajes generan un potente efecto tridimensional, vívido y asombroso, en sus variadas capas. El arte del bordado utiliza todo tipo de telas adheridas, como el satén, e imágenes apiladas de Buda de distintos tamaños, con motivos florales a su alrededor. Se trata de una artesanía étnica única y de rica temática, incluyendo figuras, paisajes y flores, etc.



藏医药浴

Baño 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、活血化痰和燥湿止痒等目的。

Como parte relevante de la medicina china, los baños medicinales son una de las maneras más especiales de prevención de enfermedades en Qinghai. Principalmente, se basan en cinco hierbas como fórmula básica, a la que se añaden más en función de la enfermedad. También es conocido como “baño de los cinco sabores”. Estas cinco hierbas se dividen en: enebro, azalea, artemisia blanca, efedra tibetana y ciprés de agua. Normalmente, se sumerge el cuerpo en el caldo medicinal hervido a fuego lento. Y mediante la absorción cutánea o la sudoración, se disipa el frío, mitiga el dolor, activa la circulación sanguínea y se alivian los picores, entre otros síntomas.

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。

Por supuesto, además del “baño de los cinco sabores”, entre los tratamientos tradicionales de la medicina tibetana se encuentran los frotamientos, la cura con varas de madera, el sangrado, la moxibustión, la aplicación de compresas calientes y frías o las ventosas de vidrio.





玉树卓舞

La danza zhuo de Yushu

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 veces nombrada como “la danza Guozhuang”, originaria de la prefectura autónoma tibetana de Yushu, en Qinghai, tiene larga historia y gran variedad. La mayoría de los temas ensalzan principalmente el pueblo natal, la naturaleza y el paisaje. La actuación completa se divide por orden en tres partes: preludio, desarrollo y coda. Como las mangas de los trajes son muy largas, los bailarines agitan los brazos para lanzar sus mangas cuando actúan. Habitualmente, en esta danza participan decenas de personas, incluso cientos, que sacuden las mangas mientras ejecutan los variados y cambiantes movimientos del baile en escenas que resultan imponentes.



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。

La vida y cultura de las diversas minorías étnicas que viven en “el techo del mundo”, de la meseta de Qinghai y el Tíbet, se han impregnado mutuamente a lo largo de la historia. Así se ha conformado el distintivo folklore de esta provincia. Además, han heredado los cantos y danzas de las praderas, la ópera tibetana, la lucha libre y las carreras de caballos, entre otras actividades conducentes hacia la modernidad, y que ha añadido un toque especial a la colorida vida de la nevada meseta. 礼

围炉熬茶话青海

El té hervido a fuego lento de Qinghai

作者：廖叶 Liao Ye
翻译：小康 Carlos García de la Morena

青海人爱喝茶。

A la gente de Qinghai le encanta beber té.

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”。

Según la percepción china, a los sureños les encanta beber té y apenas se concibe que los habitantes de Qinghai, situados en la meseta del Tíbet y Qinghai,

también lo amen y, por cierto, no menos que en el sur. Sin embargo, no les entusiasma el té verde refrescante y aromático ni el rojizo y delicado té negro, sino que solo aprecian el rico, concentrado y ligeramente astringente sabor del “té hervido a fuego lento”.

青海熬茶，方言中读作“nao”，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。

El té de Qinghai se pronuncia *nao* en su versión dialectal. Allí están acostumbrados a verter la cantidad adecuada de té *fu* (un tipo de té prensado con forma de ladrillo, también llamado “té ladrillo”) en una tetera de cobre, aluminio o jarra de cerámica. Se remoja en agua hirviendo, a fuego vivo, y se le añade *jujube* (dátiles chinos), *jingjie* (un tipo de hierba china), pimienta de Sichuan, canela, jengibre y otros ingredientes. Finalmente, se acompaña con sal hasta que, a fuego lento, el líquido adquiere un color amarillo parduzco y brillante.

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。

Los lugareños de Qinghai son aficionados al té hervido a fuego lento, no solo para satisfacer su apetito, sino impelidos por las condiciones climáticas locales y la costumbre dietética. A las minorías étnicas del noroeste les gusta comer carne de res, cordero y queso, alimentos de alto contenido en grasas, que se suma a la baja temperatura, la escasez de verduras y la ingesta de frutas. Una tetera de té hervido a fuego lento es muy conveniente, ya que contribuye a la eliminación de las grasas, facilita la digestión, calienta el estómago y combate el frío.

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。

En invierno, en el exterior silba el frío viento helado. En casa, la estufa de arcilla roja quema embravecida. El té concentrado se agita suavemente en la tetera. Su aroma rodea la estufa y se entrelaza con los gélidos vientos de la meseta del noroeste. Se sirve la taza hasta el borde, se sorbe un pequeño trago y el calor se extiende desde la garganta al resto del cuerpo. Cada sorbo es una conquista frente al glacial invierno mesetario. Este sabor es el recuerdo más entrañable de cada genuino individuo de Qinghai.



茶叶从何而来呢？

¿Y de dónde procede el té?

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。

Qinghai se sitúa en el noroeste de China, en el interior, en la zona de transición hacia la meseta del valle de Hehuang y al área de confluencia de las culturas agrícola y nómada. Aunque las montañas y valles de esta provincia son ricos en tesoros ocultos, para el arbusto del té es difícil encontrar su propio hábitat. La razón es la elevada altitud, con inviernos largos y fríos y veranos cortos y frescos. Desde la antigüedad, Qinghai no se halla en un lugar adecuado para el cultivo del té.

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。

Por aquel entonces, la mano de obra civil y los años de guerra condujeron a la escasez de mulas y caballos, mientras que la meseta de Qinghai y el Tíbet era rica en la cría de potros de buena calidad. De entre ellos, el más conocido es el caballo *buckskin* o isabelino. Por lo tanto, surgió una relación de intercambio mercantil entre el té y los caballos. Dicha relación no era solo comercial, sino también una forma de integración cultural. Este intercambio satisfizo la imperiosa necesidad de equinos y nutrió el florecimiento y desarrollo de la meseta de Qinghai y el Tíbet.





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和交流。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，映照着人们的智慧与勇气。

El auge de este intercambio comercial se parece más a un relato histórico que fluye entre montañas y ríos. Estas transacciones conectaban las llanuras centrales con la frontera, así como la vida de la gente. A su vez, tendía un puente que permitía a personas de distintas áreas comprenderse mutuamente y comunicarse. Este intercambio se ha convertido en un paisaje único de Qinghai, que registra la huella de la historia y refleja la sabiduría y valentía de sus moradores.

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。

Por la Antigua Ruta del Té y los Caballos discurrían caravanas con estos animales, que cargaban pesados fardos por los valles y desiertos. El lazo comercial y cultural conectaba estrechamente la llanura central con

la frontera. Al atravesar las montañas nevadas y cañones y caminar fatigosamente por los desiertos y praderas, la fragancia del té y el eco de los cascos se entrelazaban. Cada transacción imprimió una profunda huella cultural.

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。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。

Desde el territorio de Qinghai, y a través de esta antigua ruta, las costumbres del té han continuado y han conservado mil años de historia. Además, ha propiciado la distintiva cultura del té hervido a fuego lento de Qinghai. Hoy en día, este tipo de té todavía es muy apreciado por los habitantes de esta provincia china. Quizá la razón esté en la palabra *ao* (hervir), que concentra en su idea una tetera de cobre y aluminio, una jarra de cerámica, el hervor de los eventos pasados de la Ruta de la Seda, de la antigua ruta de Tangfan, la fusión cultural de la frontera y el interior y el encanto único de la cultura del té en la meseta del Tíbet y Qinghai. ☞



永不凋谢的『酥油花』

“La flor de mantequilla” que nunca se marchita

作者：李立欣 Li Lixin

翻译：孟焯 Vicente Monlleó



酥油是中国人喜爱的食物，也是食品加工中不可或缺的油脂之一，可用来加工糖果、制作面包和蛋糕等。那么，用酥油制作的酥油花也是食品吗？不是，它是永不凋零的“鲜花”，是青海省塔尔寺奉献给世界的艺术珍品。

La mantequilla es un producto muy apreciado por los chinos, así como uno de los ingredientes base en la elaboración de bastantes alimentos, por ejemplo, en dulces, pan y pasteles. Entonces, ¿las flores de mantequilla también son un alimento? No, estas son flores que nunca se marchitan, una obra de arte única en el mundo que se ofrece en el monasterio Kumbum de la provincia de Qinghai.

关于酥油花的起源，史书中没有明确的记载。据传说，是人们用它来代替鲜花作为敬奉佛祖的供品。

En cuanto al origen de estas flores, no hay registros claros al respecto. Se dice que la gente comenzó a

usarlas en las ofrendas a Buda, como sustituto de las flores frescas.

酥油分动物酥油和植物酥油，制作酥油花用的是动物酥油。酥油通常呈黄白色，在低温时呈凝固状，有很好的可塑性。随着酥油花制作技术日益成熟，艺僧们发现，白色酥油在颜色调和方面融合度更佳，所以塔尔寺制作酥油花要求使用的酥油必须是纯白色的。

Como sabemos, hay mantequilla animal y vegetal. Para la fabricación de estas flores se utiliza la de origen animal. En general, la mantequilla es de color amarillo blanquecino y se solidifica a bajas temperaturas, lo cual ofrece muchas posibilidades. Pero, con el tiempo, los monjes artistas descubrieron que la blanca se mezcla mejor con los otros colores, por lo que el monasterio Kumbum exige la mantequilla del blanco más puro para sus flores.



塔尔寺精致细腻的酥油花完全是手工制作的。寺里的僧人从学习制作酥油花那天开始，便终身从艺。因为酥油在 15°C 时会变形，25°C 左右会融化，所以在制作酥油花的过程中，要分分秒秒留意温度的变化。酥油花的制作一般需要三个月的时间，且通常是在青海冬季最寒冷的时节。为了避免体温融化酥油，艺僧们的双手必须不时地浸泡在刺骨的冰水中，或抓握冰块，以始终保持双手冰凉。所以酥油花的制作是对艺僧们身体和技艺的双重挑战。正是那一双双巧手，才让酥油绽放出精美绝伦的“酥油花”。

Las flores de mantequilla de Kumbum se hacen a mano y con exquisito detalle. Los monjes comienzan a aprender este arte desde el día que ingresan y practican durante toda su vida. Sin embargo, la mantequilla se deforma a 15 °C y se derrite alrededor de los 25 °C. Por ello, durante su preparación, es vital controlar la temperatura a cada momento. Su elaboración generalmente dura tres meses y suele realizarse en el período más frío del invierno en Qinghai. Para evitar que el calor de las manos derrita la mantequilla, los monjes artistas la sumergen a menudo en agua helada, o la mantienen fría con bloques de hielo. De tal forma que esta producción artística pone a prueba tanto la habilidad del artista como su resistencia corporal. Solo así se consiguen unos acabados tan excepcionales.



塔尔寺设立了两个专门制作酥油花的机构——“上花院”和“下花院”。两个花院相互竞争，也相互借鉴，不断推陈出新。酥油花的题材和内容非常广泛，涉及佛经故事、历史人文、民间传说以及丰富多彩的现代生活。庄严神圣的佛像、形神兼备的人物、风景秀美的山水、美轮美奂的亭台楼阁、形象逼真的飞禽走兽、细腻传神的花卉树木等，都在艺僧们的手上灵动展现，栩栩如生。酥油花的尺寸从小不盈寸到高至数米不等，雕塑手法从单塑到立塑和浮塑相结合，再到单塑和组塑相结合，不断融入的科技元素让酥油花的制作工艺更加精湛。

El monasterio de Kumbum ha establecido dos talleres dedicados exclusivamente a la fabricación de estas flores: el Jardín Superior y el Jardín Inferior. Estas dos instituciones compiten y se inspiran mutuamente, en una incesante búsqueda por la innovación. La temática de las decoraciones florales incluye, asimismo, representaciones de historias budistas, de la cultura y leyendas populares o, incluso, de la vida moderna. Imágenes solemnes de Buda, personajes con cuerpo y alma, hermosos paisajes naturales, magníficos pabellones y terrazas, aves y animales en movimiento, o delicadas representaciones de flores y árboles; todo cobra vida en manos de estos monjes artistas. Los altares florales varían su longitud desde pocos centímetros hasta varios metros de altura. Las técnicas comprenden una combinación de relieves con escultura tridimensional, a las que se han ido incorporando constantemente nuevos métodos escultóricos artesanales.

酥油花使用的颜料与众不同，主要是矿物染料，是用各色宝石和其他珍贵原料研磨而成：红色源自玛瑙，绿色取自翡翠，白色来自珍珠，黄色出自黄金，蓝色来自孔雀石，黑色则取自地下深处的木炭……这些从名山大川中获取的天然颜料，与洁白的酥油融合成绚烂的色彩，经由金粉、银粉勾勒之后，永不褪色，让酥油花精美绝伦。

Los pigmentos utilizados en estos altares no son los más convencionales, sino que se consiguen a través de los minerales colorantes de piedras preciosas y otros materiales valiosos: el rojo proviene del ágata, el verde de la jadeíta, el blanco de las perlas, el amarillo del oro, el azul de la turquesa, el negro del carbón vegetal subterráneo... Estos pigmentos naturales se combinan con la mantequilla blanca para crear unos colores deslumbrantes. Después de ser delineados con polvo de oro y de plata, los colores quedan fijados permanentemente dotándoles de una belleza descomunal.



每年农历正月十五，代表中国酥油花制作技艺最高水准的塔尔寺酥油花如约展出。在僧人乐队的伴奏下，清幽婉转的音乐在展厅回荡，人们在祈福的同时，满眼尽是精彩纷呈的酥油花，那是一场令人过目难忘的视觉盛宴。

Cada año, en el día 15 del primer mes lunar, el monasterio de Kumbum presenta sus flores de mantequilla, que suponen el referente de más alto nivel en este arte. Una música suave, interpretada por monjes, embriaga la sala de exhibición donde los fieles rezan ante los maravillosos altares de mantequilla coloreada. Sin duda, se trata de una experiencia visual inolvidable. ❷



唱歌学汉语

Aprender chino cantando

作者：李量 Li Liang

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

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：

China es tierra de poesía y el pueblo chino es amante de la poesía. En la antigua China, los poemas, junto con la música y la danza, eran considerados la poesía. Para leer la poesía antigua, podemos recitarla con música; para aprender el chino moderno, también conviene hacerlo cantando. Esto es posible debido a varios factores:

第一，唱歌学汉语取决于汉语的文化背景。

Primero, tiene que ver con el contexto cultural de la lengua china.

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。

La poesía china tiene una larga historia. El *Clásico de poesía* es la primera colección de poemas en la historia de la literatura china, con poemas que datan de hace más de 3000 años. A lo largo de la historia china, escribir y leer poesía ha sido siempre una actividad cultural de alto nivel, en la que tanto emperadores como la gente llana se involucraban con entusiasmo.

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。

Desde tiempos antiguos hasta la actualidad, los chinos se han decantado por expresar sus sentimientos por medio de la poesía, la cual ocupa un lugar privilegiado en su mente. Y la poesía que se publica en Internet, en su mayoría improvisada y a menudo humorística, goza de una gran cantidad de lectores y ha tenido un impacto significativo. Muchos de los mensajes de felicitación o acertijos que se suelen compartir por teléfonos móviles se presentan en forma de poesía. Esto demuestra que detrás de “la importancia de la poesía” existe un contexto cultural único.



第二，唱歌学汉语是由汉语自身的特点决定的。

Segundo, está determinado por las características propias de la lengua china.

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“不同时态”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。

La gramática del chino es relativamente flexible. A diferencia del inglés, el chino no tiene estructuras gramaticales fijas para expresar el tiempo. Para formular diferentes tiempos verbales, la estructura de las oraciones, los verbos y el orden de las palabras no cambian, es decir, basta con agregar unos complementos temporales que indican el pasado, el presente y el futuro. Sin ataduras gramaticales, los poetas cuentan con mayor libertad para condensar sus versos, ya que en la lengua china muchas palabras, especialmente los verbos, pueden tener formas monosilábicas o bisilábicas, como “*xué*” y “*xuéxi*” (estudiar), “*pà*” y “*hàipà*” (temer). Además, algunas partículas estructurales como “*de*” y otras modales como “*ma*” se pueden omitir en un poema, lo que brinda a los poetas un mayor control sobre la cantidad de caracteres en sus 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”。

Los caracteres, como “material de construcción”

de la poesía china, son considerados de alta calidad, tomando en cuenta el sonido, la forma y el 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。



Desde el punto de vista del “sonido”, por lo general, un carácter corresponde a una sílaba, por lo que suena corto y fuerte. Esto, junto con los patrones tonales en los que se oponen tonos nivelados y tonos oblicuos, hace que los efectos rítmicos de los versos en chino sean muy reconocibles. Cada carácter chino se asemeja a un “ladrillo cuadrado” con ángulos definidos y lados largos (tonos nivelados) y cortos (tonos oblicuos), lo que facilita la construcción de “palacios” poéticos con coordinación tonal. En *pinyin*, existen solo unas 400 combinaciones de

iniciales y finales, mientras que hay más de 3500 caracteres de uso común. Sin tomar en consideración los diferentes tonos, cada sonido (sílabas completas) es compartido por ocho o nueve caracteres en promedio, y los caracteres que tienen la misma rima (final de sílaba) son aún más numerosos. Por ejemplo, en el caso de “an”, en el capítulo XIV “an, ian y uan” de las 18 rimas de *Nueva recopilación de rimas poéticas* (Shiyun Xinbian), hay 1025 caracteres con este final de sílaba que se pueden usar en la rima poética. La abundancia

de caracteres con el mismo sonido o rima deja un amplio espacio para coordinar las métricas durante la creación poética.

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。

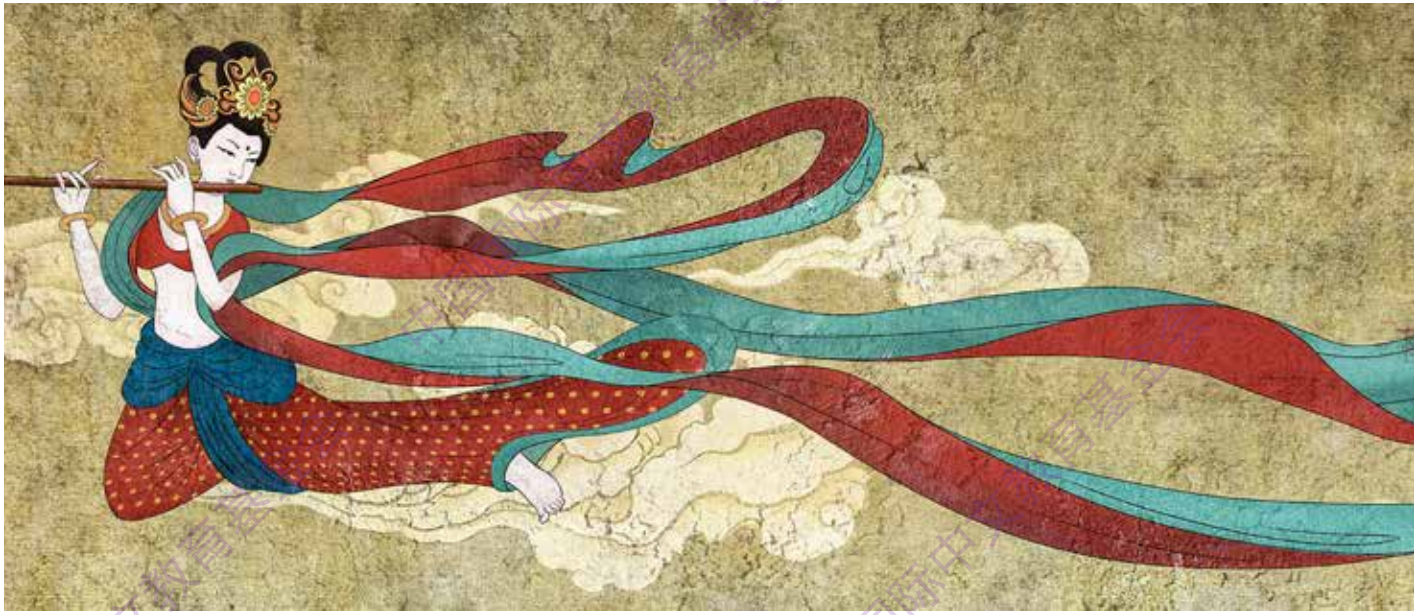
Desde el punto de vista de la “forma” y el “significado”, la naturaleza de los caracteres, que son una combinación de estos dos elementos, puede proporcionar múltiples inspiraciones a los poetas. Por ejemplo, versos como “Dos personas sentadas en la colina, una luna solitaria brilla al lado del sol” son difíciles de expresar en otros idiomas que no son el chino debido a su riqueza en la concepción artística. Otro ejemplo sería el verso “El bosque sin fin suelta sus hojas sin parar, el Yangtsé fluye sin cesar”, del poema “En las alturas”, considerado “el mejor *qiliu* (poema de ocho versos heptasilábicos) de la historia”. En la primera parte se emplean varios caracteres con la raíz de hierba para describir las hojas caídas, mientras que en la segunda se usan caracteres con la raíz de agua para representar el río Yangtsé. Esto permite que los lectores se sientan inmersos en el ambiente del poema, como si vieran las desoladas hojas caídas y las impetuosas olas del río en su máxima expresión. Los rasgos de los caracteres en términos de sonido, forma y significado hacen de la lengua china un terreno fértil y una fuente rica de recursos para la creación poética.

第三，唱歌学汉语是由当代学习汉语的实际情况决定的。

Tercero, está condicionado por la situación actual de los aprendientes de chino.

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。

La mayoría de los aprendientes de chino encuentran dificultades para aplicar lo aprendido debido a la falta de un entorno en el que puedan usar el idioma, lo que a menudo da lugar al fenómeno de “lo recién aprendido olvidado está”. Solo conservando el conocimiento en la memoria de largo plazo pueden crear oportunidades para adquirir destrezas lingüísticas y mejorar su nivel del idioma. La poesía se lee con fluidez y se canta con entusiasmo, y es fácil de recitar y repasar una vez aprendida. Aprender chino cantando requiere menos tiempo y ofrece una alta eficiencia. Se trata de una manera efectiva de adaptarse a las demandas de los tiempos actuales. Dominar una canción requiere asimilar el vocabulario y la gramática que contiene la letra, lo que permite que estos se utilicen de forma automática en situaciones similares y favorece al desarrollo de habilidades lingüísticas más rápido y eficazmente.



第四，唱歌学汉语有助于提高学习者的语音水平。

Cuatro, ayuda a mejorar la pronunciación de los estudiantes.

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。

Los poemas y las canciones chinos encierran una armonía rítmica muy sutil. Además de las prácticas convencionales de escuchar, hablar, leer, escribir y traducir, “aprender chino cantando” agrega una secuencia de “cantar y recitar”. Por medio del canto y la recitación, los estudiantes pueden captar el contenido de los poemas y así apreciar mejor las reglas de la cadencia de la lengua china. Al leer, memorizar y cantar poemas, identifican y comparan repetidamente diferentes cambios tonales y mejoran su percepción auditiva de forma gradual. Asimismo, dado que en la poesía se presta atención a la rima, la aparición repetida de caracteres de pronunciaciones similares al final de los versos les ayuda a formar un concepto claro de la cadencia y a mejorar su pronunciación.





第五，唱歌学汉语使口语表达更为容易。

Cinco, facilita la expresión 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。

Usando la poesía como “llave” para abrir el cofre de la memoria, los aprendices pueden ejercitar mejor la sintaxis y el vocabulario para alcanzar una comprensión integral de la gramática y hablar con más facilidad. Mediante la poesía, logran acumular una gran cantidad de conocimientos gramaticales y léxicos, y desarrollar habilidades sólidas de expresión oral. Al entonar buenas canciones todos los días, sienten la satisfacción y el goce de cantar, y experimentan el placer de mejorar de forma natural su competencia.

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！

¿Estás listo? ¡Empecemos a cantar y disfrutemos juntos aprendiendo chino! 🎶

2020年8月，我获得北京大学社会学博士学位，旋即东渡日本，担任早稻田大学国际教养学部讲师，从事社会学的教学与科研工作，如今已是第三年了。

En agosto de 2020, obtuve mi doctorado en sociología en la Universidad de Pekín e inmediatamente me trasladé a Japón, donde empecé a desempeñarme como profesor en la Facultad de Estudios Liberales Internacionales de la Universidad de Waseda. Desde entonces, he estado involucrado en la enseñanza e investigación en el ámbito sociológico y este es mi tercer año.

我在早稻田大学开设了一门通识教育课程——“《论语》精读”。我和学生们一起细读《论语》原文，主要的阅读参考书包括宋代大儒朱熹的《四书章句集注》和《朱子语类》、明末大儒王夫之的《四书训义》以及民国学者钱穆撰写的《论语新解》。在这门课上，我会要求学生手抄半部《论语》，希望学生逐字理解《论语》，并增强对《论语》的实体感受。此外，我要求学生任选《论语》中的一条原文进行详细讲解（包括翻译成英语或日语），并完成一篇读书报告（从夏目漱石的《心》和曹雪芹的《红楼梦》中任选一本）。这门课受到了学生的认可，选课人数从第一年的20人提升到了第三年的60人，六个学期一共有200多人修过“《论语》精读”课。

En la Universidad establecí un curso de educación en las artes liberales titulado “Lectura intensiva de las *Analectas de Confucio*”. Junto a los estudiantes, exploramos detalladamente el texto original de las *Analectas*. Y las principales referencias de lectura son *Anotaciones a los Cuatro Libros* y *Colección de conversaciones con el Maestro Zhu* de Zhu Xi, gran erudito confuciano de la dinastía Song, *Preceptos de los Cuatro Libros* de Wang Fuzhi, ilustre académico confuciano de finales de la dinastía Ming, y *Nueva interpretación de las Analectas* de Qian Mu, estudioso de la época de la República de China. En este curso, pido a los alumnos que copien a mano la mitad de las *Analectas* con la esperanza de que comprendan el texto palabra por palabra y que desarrollen una apreciación material de la obra. Además, requiero que elijan un pasaje original (incluyendo su traducción al inglés o japonés) para analizarlo a detalle y que elaboren un informe de lectura (seleccionando entre *Kokoro* de Natsume Soseki y *Sueño del Pabellón Rojo* de Cao Xueqin). El curso ha sido bien recibido por los estudiantes, con un aumento del número de alumnos inscritos de 20 en el primer año a 60 en el tercero. En total, más de 200 personas han cursado la asignatura durante los últimos seis semestres.



我在早稻田大学教《论语》

Enseño las *Analectas de Confucio* en la Universidad de Waseda

作者：左雯敏 Zuo Wenmin

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

开设“《论语》精读”课主要有以下三方面的考虑。第一，儒家思想对包括中日韩在内的东亚社会具有广泛而深远的影响。早大生以日本、中国和韩国学生居多，我希望《论语》中的智慧可以让更多的学生受益。第二，儒家思想诠释了关系社会的人伦之道和君子人格的修养之道，这对于我们理解东亚社会的性质和东亚人的身份认同具有重要的启发作用。身处全球化的现代社会，这种文化自觉的通识教育可以帮助现代人构造健康充实的精神世界。第三，从社会学研究的角度来说，通过“《论语》精读”把诞生于西欧工业时代的社会学与中国的儒家思想相结合，可以推动中国社会学向前发展。

La creación del curso en cuestión se fundamenta en tres consideraciones principales. En primer lugar, el pensamiento confuciano ha tenido un impacto amplio y profundo en las sociedades de Asia Oriental, incluyendo a China, Japón y Corea. Dado que la mayoría de los estudiantes de la Universidad de Waseda provienen de estos países, espero que la sabiduría contenida en las *Analectas* pueda beneficiar a un mayor número de estos. En segundo lugar, el pensamiento confuciano ofrece enseñanzas fundamentales sobre la ética en una sociedad basada en relaciones personales y el desarrollo de la personalidad de un *junzi* (caballero), lo que resulta esencial para comprender la naturaleza de las sociedades de Asia Oriental y la identidad de las personas de la región. En una sociedad globalizada y moderna, esta educación en las artes liberales dotada de conciencia cultural ayudará a las personas a construir un mundo espiritual saludable y enriquecedor. En tercer lugar, dentro del campo de los estudios sociológicos, la combinación de esta disciplina, nacida en la era industrial de Europa Occidental, con el pensamiento confuciano por medio de la “Lectura intensiva de las *Analectas de Confucio*” puede promover su desarrollo en China.

从一般的学科分类而言，《论语》和儒学属于哲学学科的范畴，借由《论语》，我们可以把握儒家思想中那一整套具有东方特色的宇宙观、社会观、道德观、人生观和身体观等。在中国哲学研究的基础上，我们可以引入社会学的分析范式来进一步挖掘《论语》的价值。我举两个例子来说明如何从社会学的角度来研究《论语》。

Con respecto a la clasificación general de disciplinas, las *Analectas* y el confucianismo pertenecen a la categoría de la filosofía. Por medio de las *Analectas*, podemos conocer un conjunto de visiones sobre el mundo, la sociedad, la moral, la vida y el cuerpo en el confucianismo que son características del Oriente. Y con base en el estudio de la filosofía china, es posible introducir el paradigma analítico

de la sociología para profundizar aún más en el valor de las *Analectas*. A continuación, voy a ilustrar con dos ejemplos el estudio de las *Analectas* desde una perspectiva sociológica.

例一：让座。在不愿意给别人添麻烦的日本社会，让座并不常见。但是在中国，年轻人在公交车或地铁上给老年人让座是一项约定俗成的社会义务。给老人让座有两种行动逻辑：第一种，让座是尊敬老人、遵守礼貌的美德；第二种，想起自己年迈的父母或爷爷奶奶，希望也有人为他们让座。这两种行动逻辑达到了相似的效果。但是，第一种逻辑是道德教条，颇有“心灵鸡汤”的意味；第二种逻辑是“推己及人”，其基础是家庭伦理。基于家庭伦理的鲜活生命体验，从而激发出敬老孝老的仁敬之心，这样就把家庭伦理推到了家庭之外，这也就是儒家思想所说的“推己及人”。

Ejemplo 1: Ceder el asiento. En la sociedad japonesa, donde la gente evita causar molestias a los demás, no es habitual ceder el asiento. Sin embargo, en China, los jóvenes lo hacen con las personas mayores en autobuses o en metro considerándolo como una obligación social establecida. Hay dos lógicas de comportamiento





detrás del acto de ceder el asiento a los ancianos: la primera, muestra la virtud del respeto hacia ellos y el cumplimiento de la cortesía; la segunda, uno se acuerda de sus propios padres o abuelos envejecidos y espera que también los traten de la misma manera. Ambas lógicas dan lugar a resultados similares. No obstante, la primera es una enseñanza moral con un toque de “sopa de pollo para el alma”; mientras que la segunda, una especie de “ponerse en el lugar del otro” arraigada en la ética familiar. Es decir, experiencias reales de vida como esta con base en la ética familiar inspiran un sentido de benevolencia y respeto hacia los mayores en general y llevan así este factor filial más allá del ámbito de la familia. Esto es lo que se conoce como “ponerse en el lugar del otro” en el confucianismo.

例二：隔代抚养。在当前中国社会，隔代抚养（老年人帮助照顾年幼的孙子孙女，以减轻年轻夫妇的抚育压力）是一件很常见的事情，但这在美国和日本却不常见。美国的老年人会

觉得，即使已经年迈，但自己依然是一个自由的个体，有自由的生活，不应该被绑定在子女的家庭事务之中。从本质上说，这是一个个体主义的行动逻辑。但是，日本的老年人会觉得，抚育子女是为人父母的责任，自己不能阻碍年轻夫妇履行为人父母的责任。从本质上说，这是一个加强“小家庭伦理”的关系主义逻辑，而不是像美国社会那样的注重个体权利和利益的个体主义逻辑。注重家庭伦理的关系主义逻辑，与东亚社会的儒家思想特别是“仁”的观念有很密切的关联。

Ejemplo 2: la crianza intergeneracional. En la sociedad actual china, la crianza intergeneracional (personas mayores ayudan a cuidar a sus nietos para aliviar la presión en la paternidad de las parejas jóvenes) es algo muy común, pero no tanto en Estados Unidos y Japón. Los ancianos norteamericanos pueden sentir que, a pesar de su avanzada edad, siguen siendo personas libres que disfrutaban de una vida independiente, por lo que no deberían estar atados a los asuntos familiares de sus hijos. En esencia, se

trata de una lógica de comportamiento individualista. Mientras que, en Japón, los ancianos japoneses pensarán que la crianza de los hijos consiste en una responsabilidad de los padres y no deben impedir que las parejas jóvenes cumplan con sus deberes parentales. Básicamente, estamos ante una lógica relacional que fortalece la “ética de pequeña familia”, en lugar de una lógica individualista que se enfoca en los derechos y beneficios del individuo, como ocurre en la sociedad estadounidense. Esta lógica relacional centrada en la ética familiar está estrechamente vinculada con el pensamiento confuciano, especialmente con el concepto de “benevolencia”.

实际上，我跟学生们的交流从课堂延伸到了课外。每周四下午课后，经常有学生到研究室来跟我讨论问题，然后一起吃晚饭，这似乎已经形成了一个相对固定的“木曜会”。我经常组织学生（包括中国、日本、新加坡等国家的学生）爬山、聚餐或者做社会调查，比如在东京、埼玉、千叶、岩手、熊本等地都做过调查，参加过调查的早大学生有50人左右。此外，还有一些选过我“《论语》精读”课，然后去中国（如北京大学、香港中文大学、台湾大学等）交换、读双学位或读研的日本学生，我从他们的反馈中获悉，“《论语》精读”课对他们理解中国社会和中国人的行为逻辑起到了重要的作用。

En realidad, la comunicación entre mis alumnos y yo se ha extendido más allá del aula. Todos los jueves, después de la clase, algunos de ellos suelen venir a mi oficina para discutir temas y luego cenamos juntos, lo cual se ha convertido en una especie de “reunión de los jueves” bastante regular. Con frecuencia, organizo actividades para los estudiantes (de China, Japón, Singapur, etc.) como senderismo, comidas o investigaciones sociales, en diversos lugares como Tokio, Saitama, Chiba, Iwate y Kumamoto, y alrededor



de 50 estudiantes de la Universidad han participado en estas investigaciones. Algunos de los estudiantes japoneses que asistieron a mis clases fueron a China (en instituciones como la Universidad de Pekín, la Universidad China de Hongkong, la Universidad de Taiwán) para realizar un intercambio, estudios de un segundo título o de posgrado. Me he enterado por sus comentarios de que este curso desempeñó un papel importante en su comprensión de la sociedad china y la lógica de comportamiento de los chinos.

儒家圣贤孟子曾经说过，“得天下英才而教育之”。早稻田大学是一所国际化水平非常高的大学，来自世界各地的优秀学生汇聚于此。在早大教《论语》，让我找到了“得天下英才而教育之”的乐趣，也鞭策我不断提高自己的教学和科研水平。

Mencio, uno de los más grandes sabios confucianos dijo una vez: “Obtener los mejores talentos del mundo y educarlos”. La Universidad de Waseda goza de un alto nivel en términos de internacionalización por haber reunido a estudiantes sobresalientes de todo el mundo. Enseñar las *Analectas* en esta institución me ha brindado el placer descrito por Mencio y me ha motivado a mejorar constantemente mi capacidad como docente y como investigador. 孔

供图 / 左雯敏 图虫创意



2023年，春天来临之际，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）

En 2023, al aproximarse la primavera, y junto a cortas y largas estancias vacacionales, la gente sale de casa con profusión e inicia sus viajes tanto a lugares cercanos como lejanos. Por consiguiente, “viajar al estilo de las fuerzas especiales” se ha convertido en un tema popular en internet como expuesto en los siguientes artículos:

- (1) Hoy en día, los “viajes al estilo de las fuerzas especiales” han alcanzado mucha popularidad entre los jóvenes (*Chuanjiang Metropolis Daily*, 13 de abril de 2023).
- (2) Hay ciudades y paisajes populares que inician el modo de viajes “en multitud”. Una nueva forma de viajar surgió sin hacer ruido entre los grupos de jóvenes: el “turismo al estilo de las fuerzas especiales”

旅游带火“特种兵”^{*}

El popular turismo
“de las fuerzas especiales”

作者：刘明奇 Liu Mingqi
翻译：小康 Carlos García de la Morena



(*Diario de Anqing*, 29 de mayo 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？

Este tipo de viajes hacen referencia a los jóvenes que hoy en día, debido a las limitaciones de tiempo y dinero, tratan de visitar todo lo que puedan. Las fuerzas especiales se componen de soldados con alta capacidad de combate individual y preparados para completar misiones de combate en todo tipo de situaciones duras. ¿Y por qué el sector del turismo también se empareja con el modelo de las fuerzas especiales?

“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）

Inicialmente, el turismo “de fuerzas especiales” era un concepto empleado por los estudiantes universitarios para burlarse de sus propios viajes. Aprovechaban los fines de semana para ir a distintas ciudades, resueltos a marcar en su listado todos los paisajes y platos posibles y llegar a tiempo a las clases matinales del lunes. Debido al tiempo ajustado y a la pesada tarea, el viaje se organiza como si de un entrenamiento de las fuerzas especiales se tratara:

(3) El itinerario de este tipo de viajes es intensivo.



Se viaja en tren por la noche y, por el día, se camina entre 10 y 20 km. Se visitan unos diez puntos turísticos. Los estudiantes universitarios llaman a este tipo de viajes en los que se emplea tanta energía como “viajes al estilo de las fuerzas especiales” (*Diario de Hangzhou*, 10 de abril de 2023).

(4) Tres ciudades en dos días. En un solo día se visitan seguidos más de diez emplazamientos turísticos. Se duerme tres horas cada noche y se camina 80 000 pasos. Recientemente, esta forma de viajar se ha hecho muy popular entre los universitarios (*Diario El Trabajador*, 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。

Desde un punto de vista cognitivo, el uso de este término como complemento de turismo es un préstamo de dos características principales de las fuerzas especiales: la elevada capacidad física y el uso eficiente del tiempo. El hablante emplea estas particularidades como metáfora para expresar la naturaleza desafiante y exigente del viaje.

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。

Texto original publicado en *Yao Wen Jiao Zi*, en el número 344 del 1 de agosto de 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。

Desde un punto de vista retórico, este concepto se usa como una exageración. El objetivo del orador es destacar la oposición entre los dos estados del estudiante: el cotidiano y el viajero. Durante el viaje, el estudiante puede planificar con precisión y ejecutar estrictamente el contenido del horario; así como perseverar en actividades físicas que no sería posible completar en una jornada ordinaria de estudio o trabajo. La imagen de los “viajes al estilo de las fuerzas especiales” reflejan el contraste entre los estados físico y mental de los universitarios de hoy en día en su vida cotidiana y viajera.



“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）

Detrás de su popularidad, esta forma de viajar refleja dos fenómenos respecto a su eficiencia: la ejecución de los desplazamientos y las facilidades para el turista. Estas últimas, cada vez más completas, son condición necesaria. El cada día más excelente sistema de transporte, la desarrollada tecnología de red, la promoción y mejora de calidad de la industria de servicios, el modo de visitas nocturnas abierto en los sitios más populares, la apertura de espacios públicos las 24 horas del día o la provisión de lugares para disfrutar de comida y descansar, han permitido que

dicho turismo sea posible y viable:

(5) En el reportaje, algunos universitarios hablan con franqueza. Los “viajes al estilo de las fuerzas especiales” son una manera de ahorrar. Así, venir a Haidilao a comer olla caliente y descansar una noche resulta rentable (*Periódico vespertino Dezhou*, 4 de mayo 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)

Con la llegada de varios períodos vacacionales durante la primera mitad de 2023, cada vez más jóvenes se unen a las filas de esta práctica que, por medio de los estudiantes universitarios, se ha extendido a un grupo más amplio de jóvenes:

(6) Durante la festividad del Día Internacional de los Trabajadores de este año, los protagonistas del “turismo al estilo de las fuerzas especiales” pasaron de ser solo universitarios a grupos de jóvenes (*Diario de las Mujeres de China*, 11 de mayo 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, 衍生出“特种兵式存款/学习/工作”等等。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)

Por otro lado, este concepto también se ha extendido por otros campos de interés como los depósitos de dinero, estudios, trabajo, etc.:



(7) Si el tipo de interés de los depósitos a plazo fijo de una ciudad cercana es 0,4 puntos porcentuales superior al tipo local, ¿subirías a un tren para ir a depositar tu dinero? Desde marzo, no pocos ciudadanos de la provincia de Jiangsu organizan grupos para ir a Shanghai a depositar su dinero y regresar el mismo día. Los internautas acuñaron el término “depositar dinero al estilo de las fuerzas especiales” (*Diario de la Juventud de Beijing*, 12 de mayo de 2023).

(8) Se acaba el “turismo de fuerzas especiales” y llega el “estudio de fuerzas especiales”. Tras las vacaciones del 1 de mayo, muchos padres lanzaron un comunicado en las redes sociales para manifestar que sus hijos estaban de vuelta para ponerse al día con los deberes escolares (*Diario Educativo de Zhejiang*, 9 de mayo de 2023).

“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。

El modelo “de las fuerzas especiales” salió de su particular industria original para complementar ciertos comportamientos de gran pujanza en la vida cotidiana, lo que demuestra su elevada productividad. Sumado al desarrollo social, este patrón aumentará en lo sucesivo como consecuencia inevitable del eficiente progreso colectivo. 孔

二十四节气

Los 24 términos solares

作者：何芷翌 He Zhiyi
翻译：陆恺甜 Lu Kaitian



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，农民忙着收割冬天播种的小麦，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”。

El *Mangzhong* (grano de espigas) es el noveno de los veinticuatro términos solares y el tercero de verano. Alrededor del 5 de junio de cada año, que es cuando comienza el segundo mes de verano, se inicia el *Mangzhong*, cuyo significado literal es “hay que cosechar rápido el trigo con espigas y sembrar aprisa el arroz con espigas”. Durante este periodo, la temperatura sigue subiendo y las lluvias son cada vez más abundantes. Los agricultores están ocupados recolectando el trigo sembrado en invierno, mientras tanto, tienen que apresurarse a trasplantar las plántulas de arroz. Por eso la gente dice: “El *Mangzhong* implica dos tareas: la de la cosecha y la de la siembra”.

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。





En esta época del año, muchas flores empiezan a marchitarse. En la creencia popular y en la mitología, esto se debe a que la diosa de las flores abandona el mundo mortal y regresa al cielo para “informar sobre su trabajo”. Por lo tanto, durante el *Mangzhong*, es común despedir a la diosa de las flores para expresarle gratitud. Además, se trata también de un periodo en que maduran las ciruelas; en algunas regiones existe la costumbre de cocerlas. Mientras se observa caer la lluvia fina fuera de la ventana, se puede saborear ciruelas recién cocidas, lo que recuerda el placer descrito en las líneas que dicen “hablar de héroes con ciruelas cocidas en vino”.

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。

La costumbre de mayor importancia durante la temporada es la celebración de la Fiesta del Bote de Dragón, que cuenta con una historia de más de dos mil años en China. Todos los años, durante este día, las familias cuelgan retratos de la deidad Zhong Kui, decoran con hojas de artemisa, comen *zongzi* (tamales de arroz glutinoso envueltos en hojas de diversas

plantas), participan en carreras de botes de dragón, beben vino de rejalgar, cargan bolsitas perfumadas, todo para rendir culto a los dioses y ancestros, y para pedir bendiciones y ahuyentar los malos espíritus. Entre ellos, el comer *zongzi* tiene como motivo conmemorar al gran poeta patriótico Qu Yuan. Durante el período de los Reinos Combatientes, cuando los conflictos y guerras no cesaban, Qu Yuan, preocupado por su reino y su gente, instó al rey Huai de Chu a aliarse con Qi para resistir juntos a Qin, pero este rey no escuchó. A pesar de su insistencia en las exhortaciones, el político fue desplazado por ministros corruptos y exiliado a las orillas del lago Dongting. Al poco tiempo, llegó la noticia de la derrota militar de Chu. Devastado, Qu Yuan lloró desconsolado y en un día a principios de mayo, se lanzó al río Miluo para acabar con su vida. Al enterarse de su muerte, la gente tiró bolas de arroz envueltas en hoja para evitar que los peces y camarones devoraran su cuerpo. De ahí surgió la tradición de preparar y comer *zongzi* durante la Fiesta del Bote de Dragón.



二十四节气

Los 24 términos solares

作者：何芷翌 He Zhiyi

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

Xiazhi

夏至



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。



El *Xiazhi* (solsticio de verano) es el décimo de los veinticuatro términos solares y uno de los primeros en ser establecidos. El 21 o 22 de junio de cada año, cuando el sol se sitúa en la longitud eclíptica de 90°, marca el inicio del verano. En este día, el sol alcanza su posición más al norte de todo el año y sus rayos caen sobre el trópico de Cáncer de manera perpendicular, lo que hace de este día el más largo de todo el año. Posteriormente, el punto de incidencia perpendicular solar se desplaza gradualmente hacia el sur y los días en el hemisferio norte empiezan a acortarse poco a poco. Por lo tanto, en muchas regiones de China, existe el dicho “Después de comer fideos en *Xiazhi*, los días se hacen cada día más cortos”.

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。

En este momento del año, la región del curso medio e inferior del río Yangtsé se encuentra en la temporada de lluvias de albaricoque, las llanuras del curso inferior del río Amarillo en el norte ven un aumento en las precipitaciones, y las zonas de pastoreo de la meseta entran en una época dorada con abundante pasto y próspero ganado. La mayor parte del país no solo sufre un calor bochornoso, sino también tormentas eléctricas que van y vienen sin avisar, por lo que hay que prestar especial atención a la prevención de inundaciones y desbordamientos. Los cultivos crecen rápidamente, pero también lo hacen las malas hierbas, y se producen con facilidad enfermedades y plagas. Por lo tanto, la gestión del campo, con acciones como la poda, la eliminación de malas hierbas, el control de plagas y la limpieza de drenaje, es de suma importancia.

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。

Ya desde la dinastía Song, en los pueblos acuáticos del sur del río Yangtsé, el *Xiazhi* era el día para apreciar las flores de loto. La gente acude a estanques y lagos con el fin de deleitarse con las flores de loto desde la orilla o desde los botes, resguardarse del calor de verano, remar contra el suave oleaje, y recolectar flores y raíces de loto. En China, el Jardín del Perfecto Brillo en Beijing, el Lago del Oeste en Hangzhou y el Lago Daming en Jinan son excelentes lugares



para contemplar las flores de loto; en esos lugares la gente puede disfrutar de un paisaje hermoso con “vestidos rojos y abanicos verdes reflejados en el agua cristalina”.

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。

Antes, en muchas partes de China, las personas regalaban abanicos plegables, talco, y otros artículos para el verano durante este día. Los abanicos plegables sirven para avivar el aire y disipar el calor, mientras que se aplica el talco para prevenir sarpullido por el sudor. En las cortes antiguas, después del *Xiazhi*, se sacaban los bloques de hielo “almacenados durante el invierno para su uso en verano” a fin de bajar la temperatura.

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。

Durante esta época, la gente suda más y pierde una gran cantidad de sal, por lo que los médicos de medicina tradicional china suelen recomendar el consumo de alimentos con sabor ácido, para lograr el efecto de “reforzar el sistema inmune y detener el sudor”. Además, comer frijoles verdes puede ayudar a aliviar el calor, promover el flujo urinario, así como reponer los líquidos y minerales. ☞



坐火车去拉萨

Viajar a Lhasa en tren

作者：朱迪特 Zhu Dite

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

青藏铁路是世界上海拔最高、线路最长的高原铁路，与“南水北调”“西气东输”“西电东送”并称为“中国新世纪四大工程”。2023年7月1日起，东起西宁站、西至格尔木站的青藏铁路正式进入动车时代，时速从原来的每小时140公里提升至每小时160公里，运输能力和服务质量也都得到大幅度提升。至此，“坐火车去拉萨”成为许多人说走就走的旅行。

El Ferrocarril Qinghai-Tíbet es el ferrocarril en altiplano más alto y largo del mundo, junto con el proyecto de “Transferencia de Agua Sur-Norte”, el de “Transporte de Gas Natural Oeste-Este” y el de “Transferencia de Electricidad Oeste-Este”, son conocidos como los “Cuatro Grandes Proyectos de Ingeniería del Nuevo Siglo en China”. El 1 de julio de 2023, este ferrocarril que se extiende desde la estación de Xining en el este hasta la estación de Golmud en el oeste entró oficialmente en la era de los trenes de alta velocidad, aumentando la velocidad de los trenes de 140 km/h a 160 km/h, y mejorando significativamente la capacidad de transporte y la calidad del servicio. A partir de ese momento, “viajar a Lhasa en tren” se convirtió en un viaje improvisado de muchas personas.



一站一景

Cada estación tiene su propio paisaje

坐火车从西宁出发，大约一小时后，便来到了青海湖。青海湖是中国最大的内陆湖泊，从远处眺望，海天一色，水天相接。七、八月时，环湖的千亩油菜花竞相绽放，给碧波荡漾的湛蓝湖面点缀上一簇簇耀眼的金黄。

Tras partir de la estación de Xining, aproximadamente una hora después, llegas al lago Qinghai, que es el lago interior más grande del país. Cuando lo ves desde lejos, el cielo y el agua se unen y se fusionan en un solo color. En julio y agosto, miles de hectáreas de campos de colza alrededor del lago florecen, adornando la superficie azul y ondulante del lago con manchas brillantes de amarillo dorado.

离开青海湖，再坐三小时便到了德令哈站。“德令哈”是蒙古语，意为“金色的原野”。经过此地，窗外是一望无际的盐碱地、大片的红柳、荒凉的戈壁，让人恍如置身于西部大片之中。

Una vez que se deja atrás el lago Qinghai, otras tres horas de viaje te llevan a la estación de DeLingha, cuyo nombre en mongol significa “pradera dorada”. Al pasar por este lugar, se ven interminables tierras salinas, extensas áreas de sauces rojos y el árido desierto de Gobi, lo que te hace sentir como si estuvieras inmerso en una película wéstern.



乘火车一路向西，经过昆仑山，再往南，就是被藏族人喻为“美丽的少女”的可可西里。境内江河纵横，湖泊星罗棋布。这里还是高原野生动物的“王国”。幸运的话，你可以看到成群的藏羚羊在自由地奔跑、觅食。

Al viajar en tren hacia el oeste, vas por la cordillera Kunlun. Y luego al dirigirte hacia el sur, ves la región Hoh Xil, a la que los tibetanos llaman “bella doncella”. Se trata de un territorio salpicado por ríos y lagos. También es el “reino” de la fauna silvestre de la meseta. Si tienes suerte, puedes ver manadas de antílopes tibetanos corriendo y pastando libremente.

天地自己 El cielo, la tierra y yo

常在低海拔地区居住的人们，来到青藏高原很有可能会出现一些高原反应。坐在从青海西宁到西藏拉萨的火车上，随着海拔一点点升高，到3000米以上的时候，有的人就会感觉头晕、头疼、心慌，但此时此刻，窗外的美景会让我们忘记身体的不适。窗外那红黄色的江水，好似人的血管，错综复杂，蜿蜒曲折地分布在广阔的土地上。与奔腾流淌的长河相比，巨大的火车好像变成了一条小船在河流上漂荡。抬头望向湛蓝的天空，仿佛伸手就能碰到洁白的云彩。不时有一两只大鸟飞落在远处的溪边，休憩戏水，不一会儿工夫，又张开双翅，飞上蓝天。远处草地上不时出现一些小动物的身影，从河边一跃而过，如同精灵一般，倏地出现，忽地又不见了。

Es probable que las personas que viven a altitudes más bajas experimenten síntomas de mal agudo de montaña en la meseta del Tíbet. En este tren que va desde Xining, en Qinghai, hasta Lhasa, Tíbet, algunas personas pueden sentir mareos a medida que va aumentando la altitud por encima de los 3000 metros, además de dolores de cabeza y palpitaciones. Sin embargo, en este momento, las hermosas vistas harán que olviden las molestias físicas. El río, entre rojo y amarillo, que fluye fuera de la ventana se parece a las venas del cuerpo humano, intrincadas y serpenteantes, distribuido por las extensas tierras. En comparación con el caudaloso río, el enorme tren parece convertirse en un pequeño barco que navega a la deriva. Al mirar hacia el cielo azul, da la impresión de que se puede tocar las nubes blancas con solo estirar la mano. De vez en cuando, uno o dos pájaros grandes se posan sobre las orillas distantes de un arroyo y se ponen a jugar en el agua. Y al poco tiempo, vuelven a abrir las alas y vuelan hacia el firmamento. A lo lejos, en las praderas, se vislumbran siluetas de pequeños animales saltando desde la orilla, como duendes que aparecen de repente y vuelven a desaparecer.

就这样一路坐着火车，慢慢地驶离城市的喧嚣与拥挤，一点点地与大自然的宁静与宽广相拥。西藏的每一处风景，都让我们的心慢下来，接受洗涤、净化。它独特的自然与人文景观吸引着无数中外游客像一个个虔诚的信徒，不远万里来到此地。

Así, viajando en tren, te alejas lentamente del bullicio y la aglomeración de la ciudad y abrazas poco a poco la serenidad y amplitud de la naturaleza. Cada panorama del Tíbet hace que nuestro corazón se tranquilice, se limpie y se purifique. Sus paisajes naturales y su riqueza cultural únicos atraen a innumerables turistas nacionales e internacionales, que vienen aquí desde lejos como creyentes devotos.



排除万难 Superando todo tipo de obstáculos

随着青藏铁路步入动车时代，火车提速将吸引更多的游客前往西藏，一览高原的独特风光。往来飞驰的列车，让高原不再遥不可及，纷至沓来的商旅游客，也推动着边疆的开发与经济的发展。

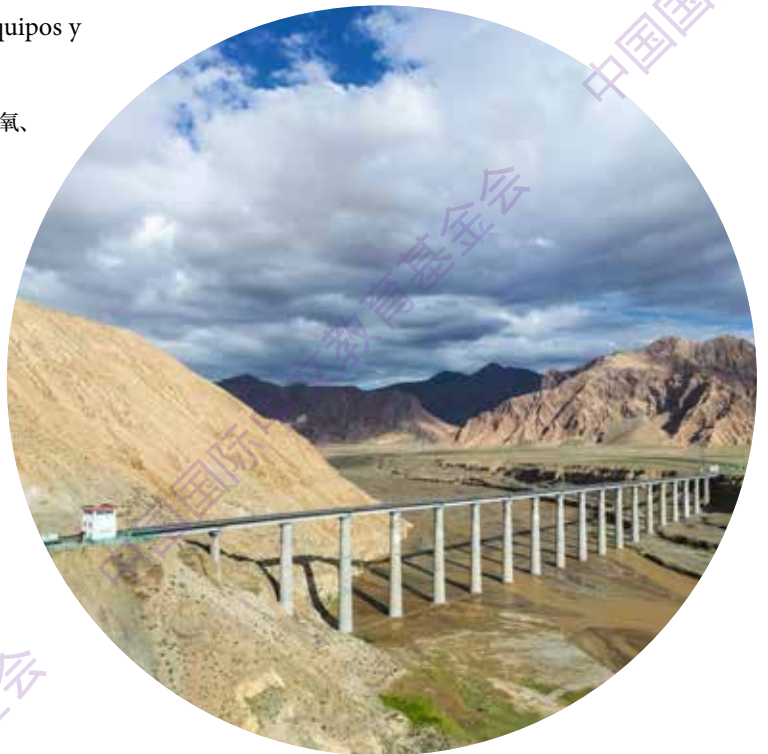
Con la llegada de la era de los trenes de alta velocidad al Ferrocarril Qinghai-Tíbet, el aumento de la velocidad de los trenes traerá más turistas al Tíbet, quienes disfrutarán de los paisajes excepcionales de la meseta. Los trenes que van y vienen galopando harán que el altiplano deje de ser inaccesible, y la afluencia de viajeros de negocios también impulsará el desarrollo y el crecimiento económico de la región fronteriza.

然而，青藏铁路卓越成就的背后，是多少建设者付出的生命与汗水，他们凭借智慧与勇气克服了自然环境的重重艰险和技术设备的层层壁垒。

Sin embargo, detrás de los extraordinarios logros del proyecto yace la vida y el sudor de los constructores, quienes, con sabiduría y valentía, superaron los múltiples peligros del entorno natural y las barreras con respecto a los equipos y las técnicas.

青藏铁路的建设面临着多年冻土、高寒缺氧、生态脆弱“三大难题”的严峻挑战。多年冻土，意味着这些土在夏天会随着气温升高而融沉，冬天会随着气温降低而冻胀，处理不好，路基随时都会坍塌；高寒缺氧、生态脆弱，意味着在这里施工，建设者在承受高强度的体力劳动的同时，还随时可能出现缺氧症状。在青藏铁路的建设过程中，有多少人为了这条路献出了自己宝贵的生命，又有多少人把自己的美好年华献给了高原的荒凉之境。

La construcción del Ferrocarril Qinghai-Tíbet se enfrentó a severos desafíos conocidos como los “tres grandes obstáculos”, a saber, el permafrost, las altitudes elevadas, lo cual hace que el oxígeno sea muy escaso, y la fragilidad ecológica. El permafrost significa que los suelos se descongelan y se hunden con la subida de las temperaturas en verano, y se congelan y se expanden con la bajada de las temperaturas en invierno, lo que podría provocar colapsos en el lecho si no se maneja adecuadamente. Las altitudes elevadas con oxígeno muy escaso y la fragilidad ecológica se refieren a que, durante la obra, los constructores, al mismo tiempo que tenían que soportar intensos trabajos físicos, estaban expuestos a riesgos de sufrir falta de oxígeno. En el proceso de construcción de este ferrocarril, muchas personas sacrificaron sus valiosas vidas, y muchas más dedicaron sus años de juventud a la desolada tierra del altiplano.



既然青藏铁路的建设这么难，那为什么还是要坚持建设呢？自古以来，青藏高原对中华民族的生存与发展都有着重要意义。它是亚洲众多大江大河的发源地，黄河、长江、印度河、恒河都源自于此，这里也因此被誉为“亚洲文明水塔”。但壮美的高原和雪山，也成为阻隔西藏与外界联系的天堑。千百年来，因交通闭塞，里面的人走不出来，外面的人走不进去。

Si era tan difícil la obra, ¿por qué insistieron en llevarla a cabo? Desde tiempos antiguos, la meseta del Tíbet ha tenido una gran importancia para la supervivencia y el desarrollo de la nación china. Se trata del lugar de nacimiento de varios grandes ríos de Asia, como el río Amarillo, el Yangtsé, el Indo y el Ganges, y por lo tanto se conoce como la “Torre de Agua de la Civilización Asiática”. No obstante, la



Hace más de 60 años, no había ni un tramo de ferrocarril en la meseta tibetana. El melodioso tintineo de las campanas de los camellos en la “Antigua Ruta del Té y los Caballos” narraba las penurias de esa época. Tras la fundación de la nueva China, se formó un equipo de transporte compuesto por 20 000 camellos, dedicado exclusivamente al transporte de mercancías entre el interior del país y el Tíbet. Sin embargo, dadas las condiciones naturales extremas, por cada kilómetro que recorría la caravana de camellos, se quedaban atrás los cadáveres de 12 de ellos. Incluso después de que se construyeron dos carreteras para acceder a la zona, su capacidad de transporte dejaba mucho que desear. Solo un ferrocarril podría resolver realmente el problema.

majestuosa meseta y las elevadas montañas nevadas también representan una barrera natural que separa el Tíbet del mundo exterior. Durante miles de años, debido a este aislamiento geográfico, las personas que vivían en la región no podían salir y la gente de fuera no podía entrar.

60 多年前，青藏高原尚无半寸铁路，“茶马古道”上的悠悠驼铃，记载了那个时代的沧桑艰难。新中国成立后，两万峰骆驼组建成一支西藏骆驼运输队，专门用于内地和西藏间的物资运输。但由于自然条件恶劣，驼队每行进一公里，就要留下 12 具骆驼的尸体。即使后来修建了两条进藏公路，其运输能力仍远不尽如人意。只有铁路通了，才能真正解决交通问题。

1958 年 5 月，青藏铁路的起源——兰青铁路，在兰州河口和青海西宁等多地同时破土开建。经过铁路建设者和五万多名青海当地百姓 16 个月的风雨鏖战，1959 年 9 月，全长 188 公里的兰青铁路全线贯通，从此，青海结束了没有铁路的历史。

En mayo de 1958, se inició en varias localidades, como Hekou en Lanzhou y Xining en Qinghai, la construcción del Ferrocarril Lanzhou-Qinghai, antecedente del Ferrocarril Qinghai-Tíbet. Al cabo de 16 meses de arduo trabajo por parte de los constructores y más de 50 000 habitantes locales de Qinghai, en septiembre de 1959, se terminó con un total de 188 kilómetros de longitud. A partir de entonces, Qinghai puso fin a su historia de carencia ferroviaria.

然而，铁路通车的背后所克服的技术难题是难以想象的。美国旅行家保罗·泰鲁曾断言：“有昆仑山脉在，铁路就永远到不了拉萨。”

Aun así, los obstáculos técnicos superados durante la construcción fueron inimaginables. El viajero estadounidense Paul Theroux afirmó en una ocasión: “Mientras exista la cordillera Kunlun, nunca llegará el ferrocarril a Lhasa”.

青藏线大部分线路处于高海拔地区和“生命禁区”，拿生态环境保护来说，青藏铁路穿越了多个国家级自然保护区，生态环境异常脆弱。为了保护高原湛蓝的天空、清澈的湖水、珍稀的野生动物，铁路建设首次为野生动物开辟迁徙通道。在自然保护区内，铁路线路遵循“能绕避就绕避”的规划原则。因此，

大批藏羚羊得以自由迁徙。青藏铁路开工建设以来，沿线冻土、植被、湿地环境、自然景观、江河水质等，都得到了有效保护，青藏高原生态环境未受明显影响。

La mayor parte del Ferrocarril Qinghai-Tíbet se encuentra en zonas de gran altitud, consideradas “prohibidas para la vida”. Desde la perspectiva de la protección del medio ambiente, este atraviesa varias reservas naturales a nivel nacional, donde el entorno ecológico es extremadamente frágil. Con el fin de preservar el cielo azul, los lagos cristalinos y la fauna silvestre en peligro de extinción, abrieron corredores migratorios para los animales, lo cual fue algo sin precedentes. En las reservas naturales, la planificación del ferrocarril siguió el principio de “evitar siempre que



sea posible”. Como resultado, se permitió la migración libre de un gran número de antílopes tibetanos. Desde que comenzó la construcción, se logró una protección efectiva del permafrost, la vegetación, los humedales, los paisajes naturales, la calidad de las aguas y otros aspectos a lo largo de la ruta, por lo que el entorno ecológico de la meseta del Tíbet no sufrió impactos significativos.

现如今，铁路系统仍在不断升级，迈入动车时代后，铁路再次提质增速。神奇的“天路”，把人间的温暖送到边疆。中华各民族之间的联系也因此更加紧密，亲如一家。“从此，山

不再高，路不再漫长，各族儿女欢聚一堂”。

En la actualidad, el sistema ferroviario continúa modernizándose, y con la llegada de la era de los trenes de alta velocidad, este ferrocarril ha vuelto a mejorar su calidad y velocidad. La mágica “Ruta Celestial” ha llevado la calidez humana a la frontera y ha estrechado aún más la conexión entre las diversas etnias del país, las cuales forman una familia unida. “A partir de ahora, las montañas dejarán de ser altas, ni serán largos los caminos, y los hijos de todos los grupos étnicos se reunirán con alegría.”



三江源的守护者

Los guardianes de Sanjiangyuan

作者：杨培花 Yang Peihua

翻译：小康 Carlos García de la Morena

长天如海，万山茫茫。在美丽壮阔的青藏高原上，有一个皑皑冰雪与茵茵草原交织而成的神秘世界。从万仞冰川与雪山中发源的涓涓细流，穿山辟谷，不舍昼夜，最终汇聚成长江、黄河与澜沧江最初的源流。这里沼泽湿地密集，珍稀植物随处可见，野生动物自由奔走，原始的高寒生态系统维系着亚洲生态安全的命脉；这里滋养万物，是名副其实的“中华水塔”，每年向中下游地区供净水 600 多亿立方米，解决了 6 亿人的饮

水问题；这里文明荟萃，多民族多文化交汇融合。这里就是中华民族的万山之宗、龙脉之源的三江源。

El cielo es como el mar; y las montañas son infinitas. En la hermosa y majestuosa meseta de Qinghai y el Tíbet existe un mundo misterioso donde se entrelazan las mullidas praderas con el blanco puro de la nieve y el hielo. Desde el origen del goteo de los glaciares escarpados y las montañas nevadas,

a través de valles y montes, reticentes el día y la noche, finalmente convergen en la fuente original de los ríos Yangtsé, Amarillo y Lancang. Aquí los pantanos y humedales son densos, se pueden ver plantas salvajes campan a sus anchas. Su primitivo ecosistema alpino sirve de sustento para la seguridad ecológica en Asia. Nutre a todas las criaturas y es merecedora de considerarse una “torre de agua china”. Cada año, suministra más de 600 mil millones de metros cúbicos de agua limpia a los tramos medio y bajo del país, para así resolver el problema de recursos hídricos que afecta a 600 millones de personas. Es un lugar donde confluyen y se amalgaman civilizaciones multiétnicas y multiculturales. Conocido como Sanjiangyuan (Fuente de los Tres Ríos), aquí es el origen de las vastas montañas y la vena del dragón de la nación china.

然而，随着全球气候变暖，加之受自然灾害、鼠害以及人类过度开采等影响，三江源的生态系统遭受了严重破坏。20世纪90年代，中科院大气物理研究所的探险队进入青海省三江源地区考察，提出了“开发大西北，保护三江源”的建议。2000年8月19日，三江源自然保护区成立。2003年1月，三江源自然保护区升级为国家级自然保护区。

Sin embargo, a raíz del calentamiento global, los desastres naturales, la infestación de roedores



o la sobreexplotación humana, el ecosistema de Sanjiangyuan sufrió graves daños. En los años 90 del siglo XX, un equipo de investigación del Instituto de Física Atmosférica de la Academia China de Ciencias se adentró en el área de Sanjiangyuan para inspeccionarla y propuso protegerla y desarrollar el noroeste del país. El 19 de agosto de 2000 se estableció esta reserva natural. Y en enero de 2003 fue promovida a reserva natural nacional.

而在此之前，其实早已有一群默默无闻的守护者自发组织起来，用他们坚持不懈的努力，甚至生命，为三江源地区筑起了一道“环保城墙”。他们是牧人，是三江源地区的生态管护员，是专家学者和环保志愿者等。他们来自五湖四海，默默无闻地为人与自然的和谐相处努力着，坚持着。

Previamente, un grupo de desconocidos guardianes se organizaron y que, con infatigable perseverancia, incluso a riesgo de sus vidas, construyeron una muralla medioambiental para protegerla. Eran pastores, protectores de la ecología regional, académicos y voluntarios. Procedían de todos los rincones del país, con el objetivo de armonizar, no sin ahínco, al ser humano con la naturaleza.

可可西里守护神

El dios protector de Hoh Xil

索南达杰是较早发起对可可西里生态环境保护的人之一。早在1988年，他就向青海省治多县政府提交了《关于管理和开发可可西里的报告》。1991年，索南达杰兼任西部工委书记，组建了我国第一支武装反盗猎队伍。他先后12次进入可可西里腹地进行勘察和巡查，行程达6万公里，一年中有354天在可可西里度过。1994年，索南达杰在与不法分子的较量中，不幸中弹牺牲。可可西里零下40°C的低温，把他冻成冰雪雕塑，身边是盗猎者丢弃的近2000张藏羚羊皮。他的牺牲震惊了全中国，唤醒了全民族的生态保护意识，让更多的人加入保护生态环境的队伍中。

Suonan Dajie es una de las personas que iniciaron la protección ecológica de Hoh Xil. Ya en 1988 presentó un informe sobre la gestión y desarrollo de esta región al gobierno del condado de Zhiduo, en la provincia de Qinghai. En 1991, además del cargo de secretario del Comité del Trabajo del Oeste, fundó la primera brigada armada de China contra la caza furtiva. Se adentró hasta doce veces seguidas en el interior de Hoh Xil para realizar prospecciones. Y recorrió 60 000 km durante 354 jornadas en un solo año. En 1994, en medio de una trifulca con malhechores, fue desgraciadamente abatido. A -40 °C se quedó congelado como una estatua, rodeado de cerca de 2000 pieles de antilope tibetano abandonadas por los cazadores furtivos. Su sacrificio conmocionó a todo el país e hizo despertar su conciencia ecológica. Y también motivó que otras muchas personas se uniesen a los equipos de protección medioambiental.

第二年，他的妹夫扎巴多杰毅然离开玉树州人大法制委员会副主任岗位，接过索南达杰的枪。扎巴多杰的儿子秋培扎西13岁就和父亲一起巡护可可西里，大学毕业后，他和父辈做了同样的选择，再次走进可可西里。

Al año siguiente, su cuñado Zhaba Duoje cesó con determinación de su cargo como subdirector



del Comité de Asuntos Legislativos de la Asamblea Popular Nacional y recogió su testigo. Además, Qiupei Zhaxi, su hijo de 13 años, también acompañaba a su padre a patrullar y proteger Hoh Xil. Tras graduarse de la universidad, tomó la misma decisión que su padre: entrar de nuevo en la reserva.

1997年，“绿色江河”（四川省绿色江河环境保护促进会）的创始人杨欣，带领11位来自天南地北的志愿者，在海拔4500米的高原上，在没有任何外援的情况下，硬是用最简陋的工具建成了可可西里第一个自然保护站，并以“索南达杰”命名。这是中国民间也是可可西里的第一个自然保护站，它扼守在进入可可西里的主要路口，成为反偷猎的前沿阵地。

En 1997, Yang Xin, el creador de “Río Verde” — Asociación para la Protección Medioambiental del río Verde de Sichuan—, guio a once voluntarios procedentes de todo el país para construir la primera estación de protección natural en la meseta de Hoh Xil con las herramientas más simples y sin ninguna ayuda externa, a 4500 metros sobre el nivel del mar. La llamó “Suonan Dajie”. No solo se trata de la primera en esta región, sino en toda China. Vigila la entrada de la principal intersección de Hoh Xil y se ha convertido en la primera línea de batalla contra el furtivismo.

30年间，4.5万平方公里的可可西里已经从最初的无人区



发展成为国家级自然保护区，并在 2017 年成功申请为世界自然遗产地。现在，该地的藏羚羊已经从 20 世纪 90 年代不足 2 万只恢复到了 7 万多只，可可西里连续 15 年不再有枪声。

En 30 años, el desarrollo en Hoh Xil ha transformado sus ignotos 45 000 km² en una reserva natural nacional.

En 2017, consiguió ser admitido como Patrimonio Natural de la Humanidad. Actualmente, el antílope tibetano se ha recuperado. Ha pasado de 20 000 especies en los años 90 a más de 70 000. Y ya son 15 años seguidos sin escuchar un disparo en Hoh Xil.

草原生态守护者

El guardián ecológico de las praderas

研究发现，垃圾正在成为长江源乃至青藏高原最大的环境问题。

Las investigaciones han revelado que la basura se ha convertido en el mayor problema medioambiental en el nacimiento del río Yangtsé e, incluso, en la meseta de Qinghai y el Tibet.

2011 年，“绿色江河”筹款在青海建立了中国民间第二个自然保护站——长江源水生态环境保护站。志愿者们深入牧区，对牧民开展垃圾分类及回收的教育。通过用垃圾换食品、物品的方式，引导牧民把垃圾带到保护站，再通过空返车辆和自驾游客，把垃圾带到城市处置。志愿者们们的努力感染了数万游客和司机，每年人们从长江源带走的垃圾就有上百万件。

En 2011, la recaudación de fondos del Río Verde

permitió establecer la Estación de Protección Ecológica del Nacimiento Acuífero del Yangtsé, la segunda en su categoría en China. Las personas voluntarias se adentraron en las praderas para enseñar a los pastores a desarrollar un sistema de clasificación y reciclaje de los desechos. A través del intercambio de basura por comida y otros bienes, se guiaba a los pastores para que trasladasen los desperdicios a las estaciones de protección. Luego, mediante coches de retorno vacíos junto a aquellos manejados por los turistas, se transportaban los residuos a las ciudades para su procesamiento. El esfuerzo del voluntariado contagió a decenas de miles de turistas y conductores; y así, cada año se llevan millones de bolsas de basura del nacimiento del río Yangtsé.

“像保护眼睛一样保护生态环境，像对待生命一样对待生态环境。”三江源自然保护区成立至今，政府累计投入资金300亿元，近10万牧民搬离了草原，超过7万户牧民主动减少了牲畜养殖数目。三江源国家公园“一户一岗”生态管护公益岗位也让1.72万名牧民从草原利用者变为生态守护者。牧民们通过捡拾垃圾，巡山护水，保护野生动植物，实现生态、生活共赢，人均年收入达2.16万元。

“Proteger el medioambiente como los ojos y tratarlo como la vida”. Desde la fundación de la Reserva Natural de Sanjiangyuan hasta hoy, el gobierno ha invertido un

total de 30 000 millones de yuanes. Cerca de 100 000 pastores se han alejado de las praderas y más de 70 000 tomaron la iniciativa de reducir la cría de ganado. Bajo el lema de “un hogar, un puesto de trabajo”, el Parque Nacional de Sanjiangyuan ha permitido que 17 200 pastores transitaran de la utilización de las praderas a su protección. Mediante la recolección de basura, el patrullaje de montañas y la protección del agua, flora y fauna salvaje, los pastores consiguieron mejorar tanto la ecología como la vida, hasta alcanzar unos ingresos anuales de 21 600 yuanes per cápita.

通天河上的“火眼金睛”

A través de los penetrantes ojos del río Tongtian

一部《西游记》让人们记住了长江上游河流的一个别名——通天河。负责在通天河进行水上巡线的是“岗当村生态管护队”。队员们全是当地藏族牧民出身。他们采用漂流巡线方式负责岗当村近800平方公里的日常巡线值守，每个月进行三次集中大规模巡护，调查、记录并保护所在长江源区域的野生动植物等生态资源，及时发现、打击盗猎盗采等违法活动。

La obra *Viaje al Oeste* consigue que la gente recuerde el alias del margen superior del río Yangtsé: Tongtian. El responsable de patrullar sus aguas es el

Equipo de Gestión Ecológica de la Aldea de Gangdang. Sus integrantes son pastores nativos de etnia tibetana. Diariamente, se encargan de vigilar a la deriva un área que abarca 800 km². Cada mes, realizan tres patrullajes a gran escala para investigar, registrar y proteger los recursos naturales y la fauna y flora salvaje del lugar de nacimiento del río, así como detectar y enfrentar a tiempo actividades ilegales como la caza furtiva y la minería.

而通天河沿岸的云塔村则尝试用各种方式监测行踪诡秘的食肉动物。每个月村民们都会去自己负责的山谷定点观测记录岩羊数量，放置红外相机，这样风雨无阻的坚持，一晃就是十多年。

Por otro lado, en el litoral del río Tongtian en los alrededores de la aldea de Yunta, se intentaron emplear todo tipo de técnicas para monitorizar a los carnívoros furtivos. Cada mes, los aldeanos van a los valles bajo su cargo a observar y registrar el número de cabras montesas del Himalaya e instalar cámaras de infrarrojos, así truene o nieve. Inesperadamente, esta práctica ya se ha extendido durante más de diez años.





生活在海拔 3 900 米的甘达村村民，承担起村域约 9.5 万亩以内的水源样本采集监测工作。大家翻山越岭，共同守护着扎曲河的 300 多个泉眼。巴丁是三江源生态环保协会的一名环保带头人。2015 年，他作为甘达村第四生产队的队长，前后推动了甘达村 18 处水源地的保护，从命名到垃圾清理和水源治理。这些工作完成后，他又带领大家为一些重要水源地修建祭祀塔，以帮助后代建立起保护水源的意识。

A 3900 metros sobre el nivel del mar, los habitantes de Ganda emprenden tareas de monitorización y recopilación de muestras de agua en un área aproximada de 95 000 *mu* (unas 6333 hectáreas). Atraviesan cadenas montañosas con el objetivo de proteger más de 300 manantiales del río Zhaqu. Bading es el líder de la Asociación para la Protección Medioambiental de Sanjiangyuan. En 2015, como paladín del Cuarto Equipo de Producción de Ganda, promovió la protección de 18 fuentes de agua, que incluía desde ponerles nombre hasta gestionarlas y retirar la basura. Además, condujo a mucha gente a la construcción de torres de ofrendas para importantes fuentes de agua, con el fin de concienciar

a las generaciones venideras sobre la protección de las mismas.

在三江源，这样的故事有太多太多……

En Sanjiangyuan, hay muchas historias conmovedoras como estas...

在所有人多年不懈的努力和坚持下，三江源已呈现出一幅人与自然和谐共生的美丽画卷。广袤无垠的高山草原、古老的原始森林、满山遍野的珍贵生灵，再次焕发生机。每至繁殖季节，便可见群鸟蹁跹，牦牛成群，骏马嘶鸣……

Gracias a la perseverancia y el incesante esfuerzo de muchas personas durante años, Sanjiangyuan ha emergido como una hermosa pintura que representa la simbiosis armónica entre la naturaleza y el hombre. Y todo ello se manifiesta con sus vastas praderas y desmedidas montañas, primigenios bosques, hermosos seres que cubren la tierra, pájaros renqueantes, manadas de yaks o el relincho de corceles durante la época de cría. En realidad, representa la fuerza de la vida que refulge de nuevo. 🌿

舌尖上的青海

Qinghai en la punta de la lengua

作者：刘寒冰 Liu Hanbing

翻译：小康 Carlos García de la Morena

提起青海，也许大家首先会想到最美青海湖、宛如仙境的茶卡盐湖以及富丽堂皇的塔尔寺等独具魅力的西北风光。其实，青海的饮食风俗也别具高原特色和民俗风情，就像青海人一样淳朴、粗犷、厚实。

Al mencionar Qinghai, tal vez lo primero que viene a la mente es el hermoso lago Qinghai, el lago salado Chaka —que recuerda a un cuento de hadas—, o el suntuoso monasterio Kumbum. Es decir, los paisajes con más encanto de noroeste de China. De hecho, las costumbres culinarias de Qinghai también son distintivas y populares en la meseta, parecidas al carácter sencillo, directo y sincero de sus habitantes.

日常美食

La gastronomía cotidiana

青海是我国四大牧区之一，得天独厚的地理环境使得这里的畜牧业非常发达，是世界“牦牛之都”和“藏羊之乡”，随处可见“风吹草地见牛羊”的景象。这里的手抓羊肉、生烤羊排、牛杂汤、筏子肉等，让我们品尝到了原汁原味的美食。

Qinghai es una de las cuatro principales zonas de pastoreo de China. Este entorno geográfico excepcional hace que la industria de la cría de animales esté muy desarrollada. Está considerada como la capital mundial del yak y las ovejas tibetanas. En todas partes se puede ver el paisaje de la vista del ganado cuando el viento sopla los prados. El cordero asado, las chuletas de cordero, la sopa de ternera o la carne “de balsa” permite degustar su auténtico sabor.

由于海拔高，温度低，昼夜温差大，日照时间长，青海的农作物主要是小麦、青稞，因此青海人一天三餐几乎都以面食为主。拉条、炮仗面、寸寸面、刀花面、酿皮……各种面食应有尽有，总有一款能抓住你的味蕾。

Debido a la gran altitud, el intenso frío, la abrupta diferencia de temperatura entre el día y la noche y las prolongadas jornadas de luz, en las granjas se cultiva principalmente trigo y cebada. Por lo tanto, casi todas sus comidas dependen de estos cereales. *La tiao*,

paozhang mian, cuncun mian, daohua mian o niang pi.

与大西北的粗犷相比，这里的甜品也有着属于自己的细腻——奶香四溢的青海酸奶、青稞酿造的甜醅、清爽解腻的熬茶等等，都是人们饭后的最爱。

Hay todo tipo de fideos y tallarines hechos a mano que pueden seducir a las papilas gustativas más exigentes. Comparado con la grandeza del Gran Noroeste, los postres de la región poseen su propia delicadeza. El aromático yogur de Qinghai, el dulce de cebada fermentada o el agradable té hervido a fuego lento, que facilita la eliminación de grasa, son los predilectos para después de comer.



青海土火锅

La olla caliente local de Qinghai

关于青海土火锅，它的历史可以追溯到西汉，那时的火锅还是专属上层社会贵族享用的佳肴。直到明清时期，火锅才逐渐走进平常百姓的生活，成为家家户户最熟悉的味道。今天，透过大街小巷中大大小小的火锅店，足见青海人对土火锅的钟爱。

Se puede trazar su origen en la dinastía Han del Oeste (206 a. C.-25 d. C.), cuando era un manjar reservado para el disfrute aristocrático. No fue hasta las dinastías Ming (1368-1644) y Qing (1644-1911) cuando la olla caliente entró gradualmente en la vida de la gente corriente y se convirtió en un sabor familiar en todos los hogares. Hoy en día, a través de las amplias calles y estrechos callejones, los variados restaurantes de olla caliente reflejan la gran afición de los habitantes de Qinghai por este plato.

与麻辣鲜香的四川火锅、滋补养生的潮汕火锅、“鲜掉眉毛”的云南菌子火锅相比，青海土火锅更讲究一个“土”字：火锅里面的食材都是常见的牛羊肉、带鱼、豆腐、海带以及当季时蔬，还有自制的洋芋粉、酸菜等；与一般火锅的“涮”不同，青海土火锅以鲜美的羊汤或醇厚的牦牛汤作为锅底，放上腌制入味的酸菜提鲜，再把喜欢吃的食材做熟摆好直接端上桌炖煮，原汁原味。

Comparado con la picante y fragante olla caliente de Sichuan, la nutritiva de Chaoshan o la de setas de Yunnan —tan fresca que cautiva—, la especialidad de Qinghai pone el foco en la parte local, ya que sus ingredientes más comunes son la carne de res y cordero, el pez sable, el tofu, las algas, las verduras de temporada, los fideos de patata casera y verduras encurtidas, entre otros. A diferencia de la olla caliente común —en la que se sumergen brevemente los ingredientes—, el caldo de la olla de Qinghai se compone de una deliciosa sopa de cordero o de yak. Además, se añaden sabrosas verduras encurtidas que aportan el gusto. Luego, se acomoda sobre la mesa directamente y cada uno introduce en el caldo los ingredientes que más le gusten, lo que aporta autenticidad a la experiencia.

青海土火锅另一个与众不同的特点是，它使用传统的铜制火锅，中间放上木炭。这种火锅的好处是，随着木炭的燃烧，锅中的食材也开始散发出最诱人的味道。青海的冬天相对寒冷，家人、朋友围炉而坐，品尝着热气蒸腾的火锅，别有一番滋味。

Otro rasgo distintivo de esta receta de Qinghai es que usa una cacerola tradicional de cobre en cuyo centro se coloca carbón. La ventaja es que, a medida que el carbón arde, los ingredientes comienzan a desprender sus atrayentes aromas. En los inviernos relativamente fríos de Qinghai, familia y amistades se sientan alrededor de la estufa y degustan la humeante olla caliente como parte de una atmósfera especial.



羊肠面

Fideos con intestinos de oveja

来到青海，怎能不吃一碗大名鼎鼎的羊肠面呢？羊肠大致分成两大类：肉肠和面肠。肉肠多是用羊小肠包裹着羊肉、羊杂灌制而成；而面肠则是在羊小肠里塞满豆面，因其形状很像运输使用的饺子，也被称作“饺子肉”。

¿Cómo obviar este plato al venir a Qinghai? Los intestinos de oveja se dividen, a grandes rasgos, en dos categorías: para carne y para fideos. En el primer caso, se utilizan intestinos pequeños para envolver la carne. En el segundo, se embute puré de judías en los intestinos pequeños. También se llama carne “de balsa” porque la forma se asemeja a este medio de transporte.

羊肠面煮到九成熟时，会被捞起并均匀抓涂一层油，然后置于案板上备用，因此也叫作“抓面”。亲朋聚会，抓一把面放在一直翻滚的羊汤中氽烫至熟，这也是青海人最常见的待客美食。氽烫时间是制作美味羊肠面的关键。时间过短，面还没熟；时间过长，则失去了面条的筋道。将炸好的羊肠和切好的羊肉码在面条上，浇上循化的辣子、蒜汁、韭菜汁、芹菜末，再配上一碗清淡热乎的羊肉汤，一碗羊肠面就做好了。

Cuando los fideos están casi cocidos, se sacan, escurren y recubren con una capa de aceite. Luego se colocan en la tabla de picar y se reservan. Por eso, también se conocen como fideos “para agarrar”. En las reuniones entre familiares y amistades es la manera más común de recibir a invitados. Se hunden los fideos en la sopa de cordero hasta que se cocinen. El tiempo de cocción es la clave del proceso. Si es demasiado corto, no se cocerán. De ser excesivo, perderán la tersura. Cuando los intestinos fritos y la carne cortada se apilan sobre los fideos, se vierte chile picante, salsa de ajo, salsa de cebolleta, apio y un tazón de la caliente y ligera sopa de cordero. Así, los típicos fideos con intestinos de oveja están listos.



狗浇尿

El perro que orina



看到这三个字时，估计大家怎么也想不到这竟然是一道美食吧？“狗浇尿”其实就是一种以面粉和青稞粉为主料、以香豆粉和花椒粉为辅料烙制而成的油饼。烙制时，在锅边淋入清油（菜籽油），不断转动饼皮，让油香充分浸润进去，待其色泽金黄、外皮酥脆、内里松软时，一份美味的“狗浇尿”就制作好了。

Aunque estas palabras parezcan extrañas, se trata de una torta de aceite compuesta principalmente de harina y polvo de cebada, aderezado con polvo de judías especiadas y pimienta. Al cocerlo, se rocía los laterales de la olla con aceite vegetal y se gira constantemente. Se deja que el aroma del aceite penetre en ella y adopte un color dorado, crujiente por fuera y tierno por dentro.

关于“狗浇尿”的传说，众说纷纭，但最流行的说法是与旧时人们的生活习惯有关。在过去物资贫乏的年代，人们做饭时不舍得多放油，就用

油壶瓶在锅边淋油。油壶瓶瓶口比较小，淋油的动作就像狗在撒尿，由此得名“狗浇尿”。

No hay consenso sobre la leyenda del nombre “el perro que orina”, pero la más popular es que tiene relación con las costumbres de la gente de antaño. En el pasado, cuando las provisiones eran escasas, las personas eran reacias a añadir más aceite, así que usaban una botella para rociarlo en el lateral de la olla. El orificio de las botellas era pequeño y la acción de esparcir el aceite se asemejaba a un perro orinando, de ahí su original nombre.

虽然名字不美，但这丝毫不影响它的味美。“狗浇尿”不仅是家喻户晓的名小吃，还是许多人的童年回忆，如今它也是青海省非物质文化遗产之一。

Pese al rechazo que pueda provocar dicha denominación, no afecta lo más mínimo a su sabor. “El perro que orina” no solo es un aperitivo muy conocido, sino el recuerdo de la infancia de mucha gente. Hoy en día, forma parte del patrimonio cultural inmaterial de esta provincia.

青海是中国西北的一颗明珠，其美景令人心驰神往，其美食强调原汁原味、注重天然，让人流连忘返，乐而忘返。

Qinghai es una perla del noroeste de China. Sus hermosos paisajes provocan fascinación. Su gastronomía resalta la autenticidad y la naturalidad. Qinghai incita a que la gente se quede y se olvide de regresar. 🍴

供图 / 刘寒冰



守护高原精灵 ——藏羚羊

El antílope tibetano: preserva el espíritu de la meseta

作者：宋雨潺 Song Yuchan

翻译：孟焯 Vicente Monlleó

清晨，当第一缕阳光洒向可可西里，你会看到一双双乌黑明亮的大眼睛怯生生地转来转去，它们时而低头觅食，享受着生活中片刻的宁静；时而被外面的响动惊扰，开启风一般的奔跑追逐，它们就是“可可西里的骄傲”——藏羚羊。

Por la mañana, cuando los primeros rayos de sol iluminan la región de Hoh Xil, grandes pares de ojos negros se mueven tímidamente de un lugar a otro. En ocasiones se detienen para bajar la cabeza en busca de comida, disfrutando de un momento de tranquilidad. Al momento, son perturbados por ruidos externos y comienzan a correr como si persiguieran al viento. Hablamos del orgullo de Hoh Xil: su antílope tibetano o chirú.

每年的5月至7月是藏羚羊迁徙和产崽的季节。雌性藏羚羊需要陆陆续续穿越青藏铁路，迁徙到可可西里的卓乃湖和太阳湖附近“生娃”，然后再带娃返回原栖息地。这场大规模的“出差”活动表面平静，却暗藏着无数危机……

Entre los meses de mayo y julio se sitúa la temporada de migración y crianza del antílope tibetano. Las hembras necesitan atravesar las vías de ferrocarril Qinghai-Tíbet en varias ocasiones para cruzar hacia los lagos Zhuonai y Taiyang, cerca de Hoh Xil, porque allí dan a luz a sus crías y luego regresan con ellas a sus hábitats originales. Esta “escapada” masiva parece pacífica a simple vista, pero está llena de innumerables peligros.



保护·用生命致敬生灵

La protección de una vida a costa de la propia

夜幕中，一只藏羚羊正在急速狂奔，这是一场关乎生命的赛跑，它的身后是举枪的盗猎分子。这一切都与一种叫“沙图什”的羊绒披肩有关——这种披肩风靡国际市场，价格不菲，无数藏羚羊为其付出了生命代价。

En medio de la noche, un antílope corre desesperadamente, en una carrera por su vida. Los cazadores furtivos le seguían de cerca. Todo por conseguir un chal fino de lana de antílope llamado Shatush, muy apreciado en el mercado internacional y que le ha costado la vida a muchos chirús.

时任青海省玉树藏族自治州治多县县委副书记的索南达杰再也坐不住了，他要保护这群弱小的生命，要保护可可西里这个野生动物的乐园。他前后12次带领团队深入可可西里。

Ante esta situación, el por entonces vicesecretario del condado de Zhiduo de la Prefectura Autónoma de Yushu, en la provincia de Qinghai, Suonandajie no podía estarse sentado sin más. Decidido a proteger estos seres vulnerables y este edén para la vida silvestre, lideró un equipo en doce expediciones a Hoh Xil.

1994年，尖锐的枪声划破了可可西里宁静的夜空，索南

达杰的生命永远地停留在追捕盗猎分子的路上。面对盗猎分子的哀求与威胁，他不为所动，只用一句“我不与魔鬼做交易”结束了自己短暂而又伟大的一生，可可西里零下40°C的温度冰封了他的血液，也把他的灵魂留在了这片他热爱的土地上。

En 1994, unos disparos resonaron en la tranquila noche de Hoh Xil. La vida de Suonandajie quedó detenida para siempre. Ante las peticiones y amenazas de los cazadores furtivos, él contestó solamente una frase “no hago tratos con demonios”, y puso así fin a su breve pero heroica vida. Las temperaturas de -40 °C congelaron su sangre, pero su alma quedó en la tierra que tanto amaba.

索南达杰的牺牲唤起了社会各界对藏羚羊的保护意识。1995年，可可西里省级自然保护区成立，两年后升级为国家级自然保护区。

El sacrificio de Suonandajie despertó la conciencia de la sociedad sobre la protección de los antílopes. Como consecuencia, en 1995, se estableció la Reserva Natural a Nivel Provincial de Hoh Xil que, dos años después, se elevó al estatus de Reserva Natural Nacional.





守护·用爱心连接希望 Las conexiones con amor y esperanza

一群藏羚羊小心翼翼地站在公路边，每当汽车呼啸而过，它们就立刻四散而去。来来回回数次以后，公路终于迎来了短暂的宁静，一只领头羊率先越过公路，羊群便随着它飞奔起来，几只小羊却因惧怕未能通过，与母羊走散，消失在茫茫的夜色中……公路尚且如此，铁路更是如同“天堑”一般的存在。2001年，青藏铁路建设刻不容缓，藏羚羊的命运也牵动着所有人的心。一群环保志愿者自发行动起来，一次又一次地观察藏羚羊的迁徙路线，一遍又一遍地划定藏羚羊的迁徙范围，他们希望为藏羚羊提供一条完整的迁徙路线。

Un grupo de antílopes se para cuidadosamente al borde de la carretera y, cada vez que un coche pasa rugiendo su motor, se aleja de inmediato. Después de varias idas y venidas, la carretera parece tener un breve momento de calma. El líder del grupo se atreve a cruzar mientras el resto de la manada lo sigue corriendo rápidamente. Sin embargo, algunas crías atemorizadas no se atreven y se separan de sus madres en la vastedad de la noche. Las carreteras se convierten en un importante reto, pero no es el más difícil. Las vías de los ferrocarriles, en cambio, son una barrera insuperable. En 2001, la construcción del tren Qinghai-Tíbet era inminente y el destino de los antílopes tibetanos fue un asunto de preocupación generalizada. Un grupo de voluntarios decidió movilizarse, observó

detenidamente las rutas de migración de estos animales y definió su área de movimientos con el objetivo de trazar una ruta de migración completa.

2006年，举世瞩目的青藏铁路建设完工，人们惊讶地发现青藏铁路居然根据藏羚羊的习性为它们留下了安全的迁徙通道——从铁轨的下面穿过。这一举措为藏羚羊留下了完整的迁徙地，最大程度保护了藏羚羊的正常生活。

Finalmente, en 2006, el acabado de la nueva línea de tren Qinghai-Tíbet sorprendió a todo el mundo. Se tomaron en cuenta los hábitos migratorios de los antílopes en el diseño de la infraestructura, elevando las vías para que pudieran pasar por debajo sin problemas. Con esta medida se garantizaron unas rutas de migración seguras y la preservación de la vida normal de esta especie.

现如今，藏羚羊的迁徙之路仍需跨过一些公路和铁路，每到此时，巡护员们就会为它们铺上黄土，模拟自然环境，帮助它们顺利地迁徙与繁衍。

Hoy en día, la ruta de migración de los antílopes tibetanos todavía se enfrenta a algunas carreteras o vías de trenes menores, sobre las cuales los guardabosques extienden tierra para simular un entorno natural y que pueden salvar barreras y reproducirse sin problemas.

爱护·用热忱延续生命

El cuidado para continuar con un fuerte ciclo vital

藏羚羊在迁徙过程中，不仅要抵抗恶劣的自然天气，还要躲避天敌的追捕。在这样的情况下，一些幼小的藏羚羊就会与妈妈走散。失去母亲的庇护，这些幼羊又该怎样度过寒冷的夜晚呢？为了救助这些小羊，可可西里自然保护区索南达杰保护站特意建立了救助中心，也就是“藏羚羊幼儿园”。在这里，工作人员一日三次用奶瓶给小藏羚羊喂奶，带它们去温暖而舒适的房间里休息。有些小羊刚到“幼儿园”时身体不好，工作人员就会充当它们的“临时爸妈”，把它们带到宿舍，像照顾自己的孩子一样照顾它们。

Durante su migración, los antílopes tibetanos se enfrentan, además, tanto a las condiciones climáticas adversas como al ataque de sus depredadores naturales. En tales circunstancias, algunas crías pueden separarse de las madres quedando con unas posibilidades de supervivencia casi nulas. Para rescatar a estas crías indefensas, el Puesto de Protección Suonandajie de la Reserva Natural de Hoh Xil ha establecido un centro de rescate, conocido como “la guardería de antílopes tibetanos”. El personal de este lugar se encarga de dar el biberón a los pequeños tres veces al día y ponerlos a cubierto. Algunas crías llegan al centro en pésimo estado de salud y el personal se encarga de cuidarlos alojándolos en sus propias residencias como si fueran sus hijos.



如今，可可西里的草原上奔跑着近七万只藏羚羊，在人类的保护下，藏羚羊的数量也在逐年攀升。淳朴的青海人民把藏羚羊当作自己的家人和朋友，在这片神奇的土地上，他们之间上演着绵绵不断的温暖故事。

Actualmente, por las praderas de Hoh Xil, campan libremente cerca de 70 000 antílopes. Gracias a la protección de los guardas, la población aumenta cada año. El pueblo de Qinghai considera a estos cuadrúpedos parte de su familia. Las anécdotas entrañables entre unos y otros se suceden continuamente en esta tierra tan mágica. 🐾

学中文 使她成为 联合国 青年文化使者

El aprendizaje del chino la convirtió en Joven Embajadora Cultural de la ONU

作者：李昕阳 Li Xinyang

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

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。

El 20 de abril de 2023, se celebró con éxito el Día de la Lengua China de las Naciones Unidas y la tercera edición del Festival de Video de la lengua China de CMG (China Media Group) en el Palacio de las Naciones, oficina de la ONU en Ginebra. El evento

fue cubierto por más de 220 medios de comunicación occidentales, incluyendo Associated Press, Yahoo, PR Newswire, *The Times*, *Review of Finance*, *The European Journal of Finance*, *Finanznachrichten*, con lo cual alcanzó una audiencia de casi 130 millones de personas. En el video del programa especial de CMG “Construyendo juntos la prosperidad”, apareció la estudiante del Instituto Confucio de la Universidad Hassan II, en Marruecos, Maroua Bouayyad (Yan Youli), quien, bajo la tutela de la profesora voluntaria Li Xinyang, destacó con su presentación entre los 939 concursantes de 37 países y regiones, y obtuvo el premio “Joven Embajadora Cultural del Día de la Lengua China de la ONU”. Viajará a Guangdong, China, durante el verano para embarcarse en un viaje de ensueño para mejorar su manejo del idioma y profundizar su comprensión del país.



一、话中秋，发现中摩文化的共通性

I. Descubrir las similitudes entre las culturas china y marroquí por medio de la Fiesta del Medio Otoño

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。

En su video, Maroua comienza señalando que los países árabes forman una parte importante de la Iniciativa de la Franja y la Ruta, pero observa que las personas de la región tienen un conocimiento limitado de lengua y la cultura china, por lo que expresa su deseo de contribuir a los intercambios culturales entre estos países y China. Después, presenta las fiestas tradicionales chinas en chino, francés y árabe, idiomas que domina, y elige su favorita, la Fiesta del Medio Otoño, para adentrarse en el tema, hablando de su fecha según el calendario lunar chino, los mitos relacionados con ella, así como las costumbres de apreciar la luna y comer pasteles de luna. Dice que



严悠莉的“青年文化使者”获奖证书
Certificado del premio “Joven Embajadora Cultural” de Maroua Bouayyad

le gusta esta fiesta porque encuentra similitudes en su connotación cultural y el concepto de la familia de los marroquíes, que también dan importancia a la reunión y tienen mucho aprecio por la Luna. Su sueño es convertirse en traductora de chino, francés y árabe, y poder servir como puente para enlazar a los dos países en los ámbitos económico, comercial y cultural. Afirma que, aunque China y Marruecos están geográficamente distantes y tienen muchas diferencias, presentan similitudes fundamentales, como el respeto por los maestros y la hospitalidad, lo que hace que los dos pueblos se sientan naturalmente cercanos y conectados.

二、歌舞秀，用艺术搭起中摩交流的桥梁

II. Tender puentes entre China y Marruecos por medio de las artes como el canto y la danza



严悠莉参与 2023 孔院春晚中国舞蹈《采薇》(右二) Maroua (segunda desde la derecha) en la danza clásica china “Cai Wei” en la Gala de la Fiesta de Primavera 2023 del Instituto Confucio

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。

Maroua está en una clase que utiliza el libro de texto de HSK 3 como material didáctico principal, pero al principio del semestre, ya había comprado el libro de HSK 4 para estudiar por su cuenta. En su último examen HSK, decidió saltar al nivel 4 y actualmente está esperando los resultados bastante confiada. Ha participado activamente en las actividades culturales organizadas por el Instituto Confucio, en las que ha trabajado de voluntaria en varias ocasiones. Cabe mencionar que, en la Gala de la Fiesta de Primavera 2023 del Instituto Confucio, esta talentosa estudiante presentó cuatro números diferentes: el coro de las canciones chinas “La belleza sin igual” (Wuyulunbi de meili) y “Una noche inolvidable” (Nanwang jinxiao), una danza clásica china en grupo llamada “Cai Wei”, cuya letra proviene del *Clásico de poesía*, y una interpretación de laúd, instrumento tradicional marroquí, acompañada de canto. La maravillosa actuación de Maroua recibió elogios unánimes del público chino y marroquí, lo que la convirtió en un puente entre China y Marruecos por medio del arte sin fronteras.

三、全家都是“汉语人”

III. Todos los miembros de la familia son “aprendientes del chino”

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。

La familia completa de Maroua acudió a la ya mencionada Gala de la Fiesta de Primavera, y aplaudió durante todo el espectáculo. Después de una conversación más profunda, supimos que los cinco miembros de la familia habían estudiado algo de chino. Cuando Ritaj, la hermana menor de diez años, escuchó que en el Instituto Confucio se iban a reanudar las clases para jóvenes, expresó inmediatamente su deseo de inscribirse. También grabó una canción que habla de lugares turísticos en China y dijo en chino que le gustaría viajar a este país en el 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。

Maroua tiene un hermano mayor que también fue alumno destacado del Instituto Confucio. Después de



本文作者在严悠莉指导下学习摩洛哥传统乐器 Luth

La autora aprende a tocar el laúd, instrumento tradicional marroquí, bajo la guía de Maroua

completar el curso de HSK 4, consiguió una beca y pasó un año estudiando en China. Como los tres hijos estudian chino, los padres de esta familia también aprovechan de vez en cuando sus libros de texto para aprender el idioma y han terminado el HSK 1 por su cuenta. Al hablar con los profesores del Instituto Confucio, se esforzaron por saludarlos en chino, lo cual nos conmovió mucho.

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。

Al enterarse de que ganó el premio, Maroua se emocionó mucho y aseguró que fue gracias al aprendizaje del chino que se destacó y recibió tal honor, por lo que se sentía muy agradecida. Dijo que después de su viaje a China, compartiría las vivencias con sus compañeros y amigos, para que más gente pueda conocer la China contemporánea. 孔



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 y su familia. En la primera fila, de derecha a izquierda, Maroua y su hermana menor Ritaj; en la segunda fila, de izquierda a derecha, su hermano mayor y su madre.

供图 / 李昕阳

采薇的 汉语学习之路

El camino de aprendizaje de chino de una estudiante brasileña de arquitectura

作者：陈采薇 Paloma Guieiro Nunes
翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

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。

Ella viene del Instituto Confucio de la Universidad Estatal Paulista (UNESP) y en la actualidad es estudiante de Arquitectura y Urbanismo. Se llama Paloma y su nombre chino es Chen Caiwei. Se trata de un nombre sumamente poético que tiene su origen en el capítulo “Las odas menores” del *Clásico de Poesía*, la colección de poemas más antigua de China: “Cosechamos helechos en el campo (caiwei); los helechos brotan ahora”. “Caiwei” evoca la brisa primaveral, la nostalgia de los amigos que se encuentran lejos; despierta también la añoranza de una chica brasileña por la lejana China.



汉语学习之路

El camino de aprendizaje de chino

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 estudiante de arquitectura, al ingresar en la universidad, Paloma descubrió la cultura y la historia del gigante asiático por medio de su arquitectura. Además, vio muchas películas y series chinas, y leyó novelas chinas... Bajo la influencia silenciosa de su cultura, le fue gustando cada vez más el país. Cuando se dio cuenta de que la mejor forma de entender un país es por medio del idioma, comenzó a estudiar chino en julio de 2020. Dice que el chino es muy difícil y, en realidad, la decisión que tomó de estudiarlo fue impulsiva. Sin embargo, un video de una profesora brasileña de chino la motivó.

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 dedicaba entre dos y tres horas diarias al estudio de la lengua china. Con solo cinco meses, aprobó el examen HSK 3. Ni siquiera ella imaginaba que su progreso sería tan rápido. En 2021, probó métodos de estudio diferentes para desafiarse a sí misma: leía novelas en chino, veía series en chino, e incluso, al ver series norteamericanas, también ponía subtítulos en chino. Cada vez que encontraba palabras desconocidas, las copiaba varias veces... de esta manera acumuló un amplio vocabulario. Al mismo tiempo, con el objetivo de mejorar su expresión oral, tomó clases en línea con asiduidad.

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。

Aparte de estudiar chino, sobresalía también en los estudios de su carrera de arquitectura. Con la inspiración que le brindó la lengua china, decidió dedicar su trabajo de fin de grado a un tema relacionado. Durante el proceso de redacción, a menudo ha tenido la necesidad de consultar revistas académicas o libros en chino. Ella cree que, al escribir esta monografía, puede mejorar aún más sus competencias lingüísticas.

情结汉语桥

Vínculo con el concurso “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。

En abril de 2023, Paloma participó en las eliminatorias brasileñas de la 22ª edición del concurso “Chinese Bridge” como representante del Instituto Confucio de la UNESP. Al superar las etapas

principales de esta reñida competencia, incluyendo una presentación personal, un discurso temático, una lectura en voz alta y una muestra de talentos, logró destacarse entre los 20 concursantes y obtuvo el tercer lugar. El “Chinese Bridge” no solo pone a prueba las habilidades auditivas, orales y lectoras de los participantes, sino que también requiere que demuestren su capacidad de comprender y expresar la cultura china, siendo así una evaluación completa de las capacidades de aprendizaje integral y de aplicación práctica de la lengua y cultura chinas.

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？

Cuando Paloma estaba en el escenario de la 22ª edición del “Chinese Bridge”, usando su chino fluido para describir el concepto de “un mundo, una familia” a través de los ojos de una estudiante de arquitectura, ¿quién podría creer que solo llevaba dos años y medio estudiando esta lengua?

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，让巴西人民亲身体会了中国的文化，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！

En su discurso, Paloma ilustró el momento en que “un abismo se convierte en un camino”, como reza un poema. El idioma sirve como un puente que une culturas y conecta China con Brasil, lo cual permite que el pueblo brasileño experimente la cultura china, aumente la comprensión del gigante asiático, asimismo, fomenta la amistad entre los dos países y acorta la distancia geográfica que los 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。

Paloma afirma que, gracias a los preparativos, la competición en sí y las interacciones con tantos amantes de la cultura china, ha avanzado mucho y ha dado un salto significativo en su nivel. Para ella, todos somos partes de este puente de amistad entre China y Brasil, y espera seguir contribuyendo al intercambio cultural entre los dos países.

两个梦想

Dos sueños

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。

Los dos años de aprendizaje de chino y la participación en el “Chinese Bridge” han nutrido los sueños en el corazón 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。

Ella dice que, a medida que su comprensión sobre China se vuelve más profunda, se enamora aún más de la arquitectura, de la cultura, y del país en sí. En su opinión, la arquitectura china está repleta de encanto: desde la Gran Muralla en Beijing hasta las *tulou* (casas comunales circulares o cuadradas fortificadas con tierra) en Fujian, desde el Templo Fuoguang de la dinastía Tang hasta la Torre de Porcelana de la dinastía Ming.

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。

Ahora tiene dos sueños: uno de ellos es crear en Brasil un “Centro de Cultura China”, un lugar donde más personas puedan comprender realmente a China. El otro es estudiar en ese país y obtener una maestría en arquitectura de la antigua China.


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 y China son dos países ubicados en lados opuestos de la Tierra, separados por una distancia de 160 mil kilómetros, con invierno y verano, día y noche invertidos. A pesar de todo esto, una joven brasileña ha forjado un vínculo inquebrantable con China gracias a sus estudios de la lengua, y ella está comprometida a convertirse en una difusora de su cultura.

语言，是多么奇妙的桥梁，它是文化的联结，也是文化的传递。

La lengua, al ser un puente mágico, conecta a las personas y 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, el camino del aprendizaje de chino ha sido difícil, pero ella está convencida de que encontrará cada vez más amigos con ideas afines. Desea escalar la montaña de la lengua acompañada de todos ellos, e ir a este país misterioso y encantador para conocer más sobre su historia y su cultura espléndidas. 

供图 / 陈采薇

东南亚孔子学院联席会议在京召开

Se celebra la reunión conjunta de los Institutos Confucio del Sudeste Asiático en Pekín

作者：中国国际中文教育基金会

Fundación para la Enseñanza Internacional de la Lengua China

翻译：陆恺甜 Lu Kaitian



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。

El 20 de julio de 2023 por la mañana, se celebró con éxito en el Centro Internacional de Convenciones de Beijing la reunión conjunta de los Institutos Confucio del Sudeste Asiático con el tema “Innovación colaborativa para un futuro sostenible y próspero”, a la que asistieron cerca de 300 representantes de los Institutos (Aulas) Confucio de 10 países del Sudeste Asiático, e instituciones chinas y extranjeras asociadas.



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。

Zhao Lingshan, secretario general de la Fundación para la Enseñanza Internacional de la Lengua China (abreviada como “la Fundación” en adelante), pronunció un discurso en la ceremonia de inauguración, en el que dio una calurosa bienvenida a los invitados.



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。

Yang Wei, presidente de la junta administrativa de la Fundación entregó placas a los nuevos Institutos Confucio.



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。

En las sesiones temáticas paralelas, los Institutos Confucio, junto a sus socios chinos y extranjeros, compartieron sus experiencias en la gestión y debatieron sobre la innovación colaborativa en el futuro desarrollo de los Institutos Confucio de la región.

“诗琳通公主杯”第21届亚洲象棋锦标赛在泰国举办

Se celebra la Copa Princesa Sirindhorn, la 21ª edición del Campeonato de Xiangqi de Asia en Tailandia



作者：江昊宇 Jiang Haoyu
翻译：陆恺甜 Lu Kaitian

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。

Del 5 al 11 de agosto de 2023, la “Copa Princesa Sirindhorn”, la 21ª edición del Campeonato de Xiangqi de Asia, organizada por la Federación de Xiangqi de Asia y coorganizada por la Asociación de Xiangqi de Tailandia y el Instituto Confucio de la Universidad Chulalongkorn, se llevó a cabo en Bangkok. Un total de 17 equipos de diferentes países y regiones de Asia participaron en esta competencia.



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。

Muchas figuras ilustres estuvieron presentes, en particular: Timothy Fok Tsun-ting, presidente de la Federación de Xiangqi de Asia, Zhu Guoping, presidente de la Asociación de Xiangqi de China, Charoen Wattanasin, vicepresidente del Comité Olímpico Nacional de Tailandia, Chang Yumeng, consejero de cultura de la Embajada de la República Popular China en el Reino de Tailandia, Narongsak Putthapornmongkol, presidente de la Cámara de Comercio China en Tailandia, Pornchai Uvimolchai, presidente de la Asociación de Chinos de Ultramar de Tailandia, Lin Kwan How, secretario general de la Federación de Xiangqi de Asia, Boonyong Yongcharoenrat, vicepresidente de la Cámara de Comercio China en Tailandia, Prasit Pinitsophonphan, presidente de la Asociación de Xiangqi de Tailandia y Han Shenglong, director del Instituto Confucio de la Universidad Chulalongkorn, quienes cortaron la cinta de inauguración.

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。

La competencia se divide en tres categorías: equipo masculino, individual femenina e individual júnior. El equipo chino compuesto por Zhao Xinxin, Huang Zhufeng y Li Shaogeng se llevó el título en la categoría de equipo masculino; la jugadora china Wu Kexin ganó el campeonato en la individual femenina; el jugador chino Meng Fanrui se coronó campeón en la individual júnior.

颁奖会后，主办方组织了精彩表演。

Los organizadores ofrecieron un espectáculo tras la ceremonia de entrega de premios. 🎭



供图 / 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。

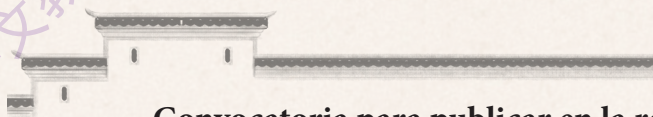
《孔子学院》设有“文化视窗”“汉语学习”“当代中国”和“孔院链接”栏目。“文化视窗”着重介绍中国不同地区风俗民情、特色文化和非遗（物质）文化传承等；“当代中国”旨在展示当地的最新发展，呈现中国百姓的日常生活、流行与时尚。2023 年拟依序介绍安徽省、江西省、贵州省、青海省、黑龙江省和广东省。“汉语学习”关注国际中文教与学的方方面面；“孔院链接”以汉语教师和学习者为主，聆听他们汉语教与学的故事。

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



Convocatoria para publicar en la revista *Instituto Confucio*

La revista *Instituto Confucio* es una publicación organizada por la Fundación China para la Educación Internacional en colaboración con la Universidad de Estudios Internacionales de Shanghai. Cuenta con Número Internacional Normalizado de Publicaciones Seriadas (ISSN) y Número Doméstico Normalizado de Publicaciones Seriadas de China (CN) para su publicación mundial. Es una revista bimestral con 11 ediciones bilingües en chino-inglés, chino-francés, chino-español, chino-ruso, chino-alemán, chino-italiano, chino-portugués, chino-árabe, chino-tailandés, chino-coreano y chino-japonés.

La revista está dividida en cuatro secciones principales: “Horizontes culturales”, “Aprendizaje del chino”, “China en la actualidad” y “Nexos del Instituto”.

“Horizontes culturales” parte de diferentes provincias de China para destacar sus rasgos distintivos como su cultura y su patrimonio cultural inmaterial. “China en la actualidad” muestra los últimos avances en cada región, presentando la vida y el estado de ánimo de la gente promedio de China empleando hechos y fotografías. En 2023, las regiones que se explorarán son, por orden de aparición, Anhui, Jiangxi, Guizhou, Qinghai, Heilongjiang y Guangdong. “Aprendizaje del chino” se enfoca en todos los aspectos de la enseñanza y el aprendizaje internacionales de la lengua china, de casos de enseñanza en el aula al diseño de actividades, de consejos para la gestión de las clases a anécdotas sobre el aprendizaje del chino. “Nexos del Instituto” muestra de cerca los sentimientos de los profesores y alumnos de chino, contando sus historias sobre la enseñanza y el aprendizaje de la lengua, y los cambios que ha suscitado esta.

Forma de envío y normas:

1. Se entregará un manuscrito completo que incluya título, cuerpo, y nombre, presentación y contacto del autor.
2. El tema será claro, la estructura bien definida, el texto conciso, destacando el contenido narrativo, interesante y cultural.
3. El texto tendrá una extensión de entre 800 y 2500 caracteres o palabras, en chino, en una lengua extranjera, o en ambos.
4. Serán bienvenidas las imágenes, siempre y cuando pesen por los menos 3 MB y tengan una resolución de más de 300 dpi, además se deberá incluir una pequeña explicación; estas se enviarán como archivo adjunto.
5. Los textos y las consultas se enviarán a la dirección ci.journal@ci.cn. La redacción responderá al autor para confirmar la recepción del manuscrito en un plazo de 10 días laborales después de ser recibido.

Aviso legal: Las contribuciones deben ser originales para ser publicadas por primera vez, y no deben contener ningún contenido ilegal ni violar los derechos e intereses legales de terceros, como el derecho a la reputación, la privacidad y los secretos comerciales, de lo contrario la responsabilidad legal que se derive de ellas correrá a cargo del contribuyente. Una vez presentado el manuscrito, se considera que el autor cede a la Redacción de la revista *Instituto Confucio* los derechos de autor de la obra en varios idiomas, incluidos los derechos de modificación, reproducción, compilación, traducción, difusión en la red de información y los derechos de autor de los productos digitales electrónicos (excepto los derechos de atribución y de protección de la integridad de la obra) en todo el mundo.

Redacción de la revista *Instituto Confucio*

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

ISSN 1674-9723



9 771674 972238

0.9>