

长沙“蹦迪少女”入藏学艺

她如何成为“汉地女唐卡画师第一人”

文：今日女报/凤凰网记者 张秋盈 供图：受访者



曾芷仪在西藏留下了许多美好回忆。

6月3日，西藏布达拉宫恢复开放。这座宫殿的不远处，一间属于26岁长沙妹子曾芷仪的唐卡工作室也即将开业。

6年前，高颜值的美术专业毕业生曾芷仪因举办个展，成了不少国内杂志的封面女郎。但经历一次车祸后，她离开城市，孤身入藏，和10名藏族师兄一起，潜心学习西藏传承千年的“唐卡”艺术。

在大山里，曾芷仪没有灯红酒绿的消遣，甚至没有自来水洗澡——她渐渐从都市“蹦迪少女”，变成了脸颊带着“高原红”的唐卡女画师。学艺5年，一幅由她创作的大唐卡被挂在了西藏江谱寺大殿中央，寺内活佛称她是“汉地女唐卡画师第一人”。与此同时，她的唐卡推广短视频也在社交网络上获得了广泛关注。

较真的艺术磨出深厚功底

唐卡是一门精密的艺术，画师绘制的每一个程序都必须严格遵循藏传佛教仪轨，每一个形象都有严格比例规定。一名唐卡画师要熟练掌握这些标准，大约需要5~10年。

一开始，曾芷仪并不了解这些规矩背后的内涵，只是复制师父的动作——用圆规定点、画线、确定比例，俗称“打格子”。

“初学者光是打格子就要花一天时间。”曾芷仪说，打完格子，依次是起稿、上色、勾线、开眉眼。唐卡画笔的笔头只有针尖大小，远看，画师几乎是贴在画布上，一点点摩擦，“画过唐卡以后，我才体会到什么叫做‘慢慢来，反而快’”。

学画4年，曾芷仪才完成一尊比例严谨的四臂观音。

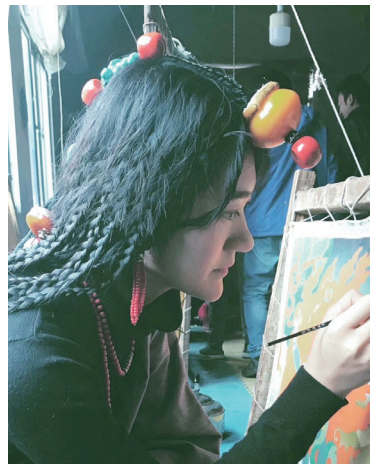
曾芷仪说，对于唐卡的“因循守旧”，她也

曾质疑，“担心太多规矩会压制画师的创造性”。然而几年后，她发现唐卡的这些规矩反倒很好地巩固了画师的基本功。

学艺的第5年，西藏江谱寺要一幅不动佛大唐卡，找到了曾芷仪的师父。师父赶在她回长沙前，把任务转交给她——曾芷仪说，这是同门师兄都没有过的宝贵机会。

当2米长的画布在曾芷仪面前徐徐展开，焦虑感从心头涌出。由于供奉在寺庙的唐卡不能有半分差错，为了在有限的时间内完成任务，曾芷仪从每天早上9点画到晚上12点，历经半年，一幅大唐卡才正式完成。

2019年8月6日，辗转3个交通工具的“不动佛唐卡”被供奉在西藏江谱寺大殿的中央位置。该寺活佛对曾芷仪说：“你是汉地女唐卡画家第一人。”



学画期间，曾芷仪与师兄们挤在一起，每天不断练习。

“没天赋”的孩子举办个人画展

曾芷仪5岁开始学画画——与大多数同龄孩子一样，这都是幼年时，父母给她安排的诸多“课外爱好”之一。尽管她一直学到高中，但所有老师都认为“这个孩子实在没有天赋”。

“小时候没认真学过，画画是为了考大学。”曾芷仪说，之后高考失利，没考上理想中的中央美术学院。当时的她十分沮丧，画画倒在那一瞬间成了情感发泄的出口。

在长沙民政学院读书的几年里，曾芷仪专心画画，基调都是黑白色，临摹同学、老师的画像也都夸张变形，作品里透露着愤怒。然

而，这种强烈的个人风格反倒被学院的美术教授薛亚军一眼看中。

“大二时，薛老师突然看到了我的画，走过来说：‘你这张挺好，送我吧！’”曾芷仪第一次被老师表扬，特别兴奋，立马把这张薛亚军的画像递了过去。收到画像的薛亚军不忘叮嘱：“好好练习，毕业了可以办个画展！”

本以为这只是老师不经意的鼓励，没想到曾芷仪毕业时，薛亚军特意跑来问她：“马上要办展了，你的画准备得怎么样啦？”

曾芷仪赶紧将多年积攒的画拿给了薛亚军——2015年5月7日，一则题为《长沙21岁女孩开

微店办画展》的消息登上了不少媒体的新闻头条。在这场取名“同学少年都不贱”的个人画展上，300多人簇拥着曾芷仪，让她享受了一次“明星待遇”——笑起来月牙儿眼的她抱着作品的模样，也很快成了不少杂志的封面。

“捧得高，摔得重。”曾芷仪说，当时的自己有些飘飘然。她一度认为以自己的能力，什么事都能办成，可结果不到一个月的时间，光环散去，生活归于平静，落差感汹涌而至。

于是，年少的曾芷仪做了一件文艺青年都在挑战的事——搭上一趟耗时3天的绿皮火车，直奔拉萨。

唐卡画室唯一的汉族女弟子

在藏地，任何一座寺庙都可以见到悬于经堂的“唐卡”。作为一种卷轴画，其题材涉及藏族的历史、政治、文化和社会生活等诸多领域，被誉为“西藏的百科全书”。

与其他中国传统画不同，唐卡的颜料全部采用金、银、玛瑙、绿松石等矿物材料以及藏红花、大黄、蓝靛等天然植物。使用这些天然原料绘制的唐卡，色泽鲜艳，经百年都不会褪色。

丰富浓烈的色彩感吸引了曾芷仪。然而，让她彻底下定决心入藏学艺的却是一场车祸。

“是唐卡救了我的命！”曾芷仪向今日女报/凤凰网记者回忆起6年前的场景时说。

2014年，曾芷仪在西藏旅游了一个月。临走前，她到一位长辈家取礼物——一幅刚好可摆于小车后座的“四臂观音唐卡”。

就在取完礼物去机场的路上，曾芷仪乘坐的私家车发生车祸，好在她和司机都只受了轻伤。

这次变故，让曾芷仪在回到长

沙后就跟家人表明了决心——去西藏学唐卡。不顾家人的反对，她托在西藏的长辈找到一间位于西藏山区的唐卡画室。画室的师父名叫嘎玛俄色，是一位没有任何头衔的民间画师，但常有寺庙前来求画。

曾芷仪告诉记者，在藏区，唐卡能供奉于寺庙，这是对画师的最大肯定。

师父不收汉族弟子，也从来没收过女弟子。长辈拜托了好久，师父才给曾芷仪开了先例。不过，第一年学画，曾芷仪只学了15天，原因是“实在受不了身上的味儿，要回家洗澡”。

曾芷仪笑着回忆，画室坐落在高原的县城一角，光秃秃的水泥房，不到20平米，挤着12个人。有七八岁每天重复画“莲花”的孩子，也有负责“开脸”（即给佛像画眼睛）的大师兄。大家席地而坐，曾芷仪却显得特别不同——因为她是这里唯一的汉族人，也是唯一的女徒。

唐卡画师惯用口水润笔，矿物颜料用久了吸到嘴里，需要不停地

吐口水，这让曾芷仪很不习惯。有一次，一名陌生男子走过来，夺过她的笔舔了一下便开始作画，她绷不住，大哭了起来。

当天晚上，曾芷仪好好地反省了自己，“既然要学画，就不能矫情”。第二天，她买了一个垃圾桶，把口水吐在里面，算是完成看“融入集体”的仪式。

就这样，不断克服心理障碍的曾芷仪从入藏的第二年开始，扎根西藏学画的时间从几个月延长到了半年。



走红网络的“唐卡女孩”

从入藏第一年开始，曾芷仪就把她在西藏的生活、与师兄的相处、学画经历等通过视频记录下来。随着短视频越来越热，她把一部分素材发布在微博、抖音等平台上，获得了不少关注——她成了一名很有名气的“唐卡女孩”。

5月12日，曾芷仪发布的一条介绍唐卡矿物颜料的视频首次获得单平台的百万点赞。“很多人问我唐卡在哪学的？他们很喜欢。也有人说，看到我的视频后，更有勇

气做自己喜欢的事。”曾芷仪骄傲地告诉今日女报/凤凰网记者，如今，她准备用这些年积攒的视频素材，做成一部推介唐卡的纪录片。

而就在一周前，曾芷仪将所有家当都搬到了拉萨，正式在当地定居，位于布达拉宫附近的工作室也正在装修中。

“家人很舍不得我，欢送饭都吃了4次。”曾芷仪有些感慨：“但我喜欢这件事，就要一直坚持下去，年纪再大一点，就冲动不起来了。”