

# 笔尖追光 镜头逐暖

## ——第十二届“好记者讲好故事”西藏自治区初赛侧记

本报记者 郑璐 曹琳 见习记者 冯琳琳

在第十二届“好记者讲好故事”西藏自治区初赛前一晚，康洁白姆反复推敲着手里的稿子，嘴里默念着熟悉又陌生的段落；洛桑曲巴对着PPT调节音乐和节奏，生怕一个情绪的落点没踩准；而韦亚枫则承认：“我一宿都没怎么睡。”这是他们第一次站上“好记者讲好故事”的比赛舞台，紧张、兴奋、忐忑，但更多的是“想把这个故事讲给大家听”。

他们是来自西藏的讲述者，是坚守一线的新闻记者，也是故事的亲历者。台上的8分钟，背后是几百次的打磨。

“如今，我们村变化太大了，现在不像村了，倒像个小镇。”这是拉萨市曲水县曲水镇俊巴村的国家级非遗传承人对康洁白姆说的话。就是这句话，把她带到了俊巴，也带进了一个跨越60年的西藏渔村变迁史中。

作为西藏日报社全媒体中心的一名记者，入行4年的康洁白姆称自己是“记者新兵”，但她对这次演讲的热情却像是老兵上阵。为了讲好俊巴村的故事，她用了一个月时间去采访、写稿、背稿，每个字都浸透着温度。

“我不是为了拿奖，我是为了让大家都记住俊巴村。”她在采访中一再强调，

“那是我去过多次都被深深触动的地方。从背船苦役村到文旅新村，这个村子的每一次蜕变，像在讲述西藏的昨天和今天。”

演讲当天，她没有激昂的语调，而是像朋友间的分享，娓娓道来。她讲俊巴的“路通、心通、希望通”，也让更多人了解这个村庄的变化与温度。

韦亚枫来自山南市贡嘎县融媒体中心，是这次参赛者里准备时间最短的选手之一。“刚从家乡休假回来，只用了三五天时间准备。”她一边笑着一边有些腼腆地说。

但别小看这“三五天”，那是一场30年坚持的故事被浓缩到8分钟内的努力。

她讲述的是贡嘎牛皮筏队伍的故事——30年如一日地划船、传承，只为守护一段文化记忆。但在她眼中，这不仅是“坚持”，更是民族团结之花开出的果实。

“我希望大家知道，贡嘎不只有机场，我们还有故事，还有温度。”她说，站上讲台，是为了一次“破圈”，为了一次县域的“亮相”。

如果说康洁白姆的俊巴故事是一种震撼，韦亚枫的牛皮船是一种温情，

那洛桑曲巴带来的“一面国旗的甲子传承”，则是让人肃然起敬的“信仰”。

这面五星红旗，自1960年起，就在林芝市巴宜区的立定村迎风招展，65年从未落下。他讲的不是“仪式感”，而是一种代代相传的精神力量。

“我做了十多年记者，这个故事，我早就想讲了。”洛桑曲巴说，当初是单位计划推荐其他记者参赛，但他看到这个故事的厚度与影响力，便主动请缨，“我可以来讲这个故事”。

最难的是“取舍”。8分钟的时间，容不下他想说的所有人、所有事。大学生返乡创业、直播带货、村干部修水渠、缝制国旗……最后他选择了用一首村里老书记创作的民歌，作为结尾。“这是我用最朴素的方式，把这个年代唱给今天听。”

三个故事，三个记者。不同的视角、不同的主题，却都指向一个共同点：他们讲的每个故事，也都藏着他们自己。

康洁白姆说：“讲别人的故事更难，因为我使命感，怕讲不好。”洛桑曲巴说：“‘好’不只是形容词，也是动词。记者要走到田野里，去挖掘，去感受。”韦亚枫则说：“我站在台上只是想让大家

听见我们的贡嘎。”

他们不是“脱稿演讲”的表演者，而是一次次深入基层的见证者；不是高谈阔论的说书人，而是愿意用心听、用情写、用脚丈量土地的记录者。

比赛结束后，康洁白姆还在念念不忘那句“希望大家去俊巴走走”；韦亚枫说自己已经开始思考，下一个能讲给大家听的故事是什么；洛桑曲巴则笑着笑着说：“这次我‘解锁’了演讲技能，下次可以继续讲新的村庄故事。”

值得一提的是，在此次比赛中，多个优秀记者脱颖而出：西藏日报社的杨小娟获得线上投票第一名、日喀则市融媒体中心的边巴央吉获得线下比赛第一名，荣获一等奖；西藏广播电视台的曲小麦与西藏日报社的刘芳则获得二等奖。他们的表现与台下记者们一样，用真情实感打动评委和观众，也用动人故事展现了新时代西藏新闻人的精神风貌。

“好记者讲好故事”，是一个比赛，也是一种态度。记者们用声音和真情，把一个个高原故事讲得可感、可亲、可传，成为你我都能听懂并愿意记住的温暖故事。

赖蛟在参加第十一批援藏干部人才骨干培训班开班式时强调  
把握目标任务 发挥独特优势  
为谱写中国式现代化西藏篇章贡献援藏智慧和力量

本报拉萨7月30日讯（记者 次仁片多）28日下午，第十一批援藏干部人才骨干培训班在拉萨开班。

区党委常委、组织部部长赖蛟出席开班式并讲话。

赖蛟指出，对口援藏是党中央着眼党和国家工作大局作出的重大战略决策。一批又一批援藏干部人才舍小家、为大家，与全区各族干部群众共同团结奋斗，为西藏创造“短短几十年、跨越上千年”的人间奇迹作出了突出贡献。

赖蛟强调，第十一批援藏干部人才要身入心入情人，牢牢把握铸牢中华民族共同体意识这一主线，助力创

建全国民族团结进步模范区；牢牢把

握高质量发展这一首要任务，助力创

建高原经济高质量发展先行区；牢牢

把握生态环境保护这一千秋大业，助

力创建国家生态文明高地；牢牢把

握边境地区这一国家安全屏障，助力创

建国家固边兴边富民行动示范区；牢

牢把握以人民为中心的发展思想，助

力改善民生，凝聚人心。各级党委

（党组）和组织人事部门要坚持政

治上激励、工作上支持、待遇上保障、生

活上关心、心理上关怀，为援藏干部

人才安身安心安业创造良好条件，推

动新时代对口援藏工作高质量发展，

更好服务西藏改革发展稳定大局。

任维在自治区农牧民增收工作会议上强调  
凝心聚力 久久为功  
千方百计促进农牧民增收  
次仁平措主持

本报拉萨7月30日讯（记者 刘倩

茹）29日下午，自治区召开农牧民增收工作会议，盘点上半年增收成效，研判形势，力加推进下半年增收工作。区党委常委、自治区常务副区主任次仁平措出席会议并讲话。自治区副主席

牧民增收工作取得较好成效。

任维强调，各级各部门要坚定信心决心，强化责任担当，突出工作重点，增强政策协同，凝心聚力持续打好农牧民增收攻坚战。要大力发展富民产业，着力增加农牧民经营性收入；要多措并举扩大就业，着力增加农

牧民工资性收入；要持续深化农村改革，着力增加农牧民财产性收入；要狠抓政策落实落地，着力增加农牧民转移性收入；要紧盯重点区域人群，坚决守住不发生规模性返贫底线；要齐心协力齐抓共管，合力促进农牧民收入稳步提升，以实干实绩迎接自治区成立60周年。

2025年大学生志愿服务西部计划西藏专项志愿者出征仪式举行  
罗梅出席并讲话

本报拉萨7月30日讯（记者 嘎娃

白玛）29日上午，2025年大学生志愿服务西部计划西藏专项志愿者出征仪式在拉萨举行。

自治区副主席罗梅出席并讲话。

仪式上，罗梅代表自治区党委、政府，向即将踏上服务西藏征程的志愿者表示热烈的欢迎，致以诚挚的问候。她指出，今年是西藏自治区成立60周年，志愿者投身其中正逢其时。广大青年志愿者要深入学习领会习近平总书记给谢依特小学戍边支教

西部计划志愿者服务队队员的回信精神，坚定理想信念，做志存高远的追梦者；勇于担当作为，做砥砺奋进的实干家；弘扬美德善行，做文明风尚的传播者；维护民族团结，做和谐家园的建设者。不负韶华、奋发有为，以青春之我赴时代之约，在雪域高原展现自我风采、实现人生价值。

来自全国22个省（区、市）的1200余名2025届西部计划西藏专项志愿者及自治区和7市（地）项目办负责同志参加。

认真传达学习习近平总书记重要讲话精神

（紧接第一版）坚持系统治理，推动政务服务“一网通办”、城市运行“一网统管”，建设便捷高效的智慧城市。

王君正强调，各級各部门要增强大局意识，树牢“一盘棋”思想，正确处理局部和全局、当前和长远、重点和一般的关系，力戒形式主义、官僚主义，以求真务实的精神推动党中央决策部署落实落地。

会议传达学习了习近平总书记重要讲话精神和全国巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接工作会议精神。王君正强调，全区各级各部门要认真贯彻落实习近平总书记重要讲话精神，坚持问题导向、目标导向、结果导向，突出工作重点，动真碰硬推动考核评估问题改到位、改彻底，确保完成过渡期各项目标任务，建设宜居宜业和美乡村。总结经验、完善机制，持续优化帮扶政策，健全分层分类帮扶机制，守牢不发生规模性返贫致贫底线，为建设社会主义现代化新西藏打下坚实基础。

会议传达学习了中央有关文件

精神，听取了2025年上半年自治区党委落实全面从严治党主体责任、全区群众身边不正之风和腐败问题集中整治情况汇报。王君正强调，全区各级各部门要坚定不移推进党的政治建设，坚持把学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想作为首要政治任务，加强党性修养，锤炼坚强党性。纵深推进党的自我革命，持续在学查改上下功夫，健全纠治“四风”长效机制，推动深入贯彻中央八项规定精神学习教育取得实效。强

化治久安和高质量发展的组织保障，统筹推进各领域各层级党组织建设，努力打造高素质干部队伍。

加大对风腐同查同治力度，坚定不移

正风肃纪反腐，持续巩固风清气正、

劲足干事的良好局面。扛牢管党治党

政治责任，做到敢管敢治、严管严治、长管长治，着力营造风清气正的

政治生态。

会议研究决定，自治区党委十届八次全会于8月上旬在拉萨召开。

会议还研究了其他事项。



## 中共中央召开党外人士座谈会

灵活就业群体社会保障等提出意见和建议。

在认真听取大家发言后，习近平发表重要讲话。他指出，今年上半年，在中共中央坚强领导下，各地区各部门积极作为、攻坚克难，加紧实施更加积极有为的宏观政策，我国经济运行稳中有进，社会大局保持稳定。这反映出我国经济基础稳、优势多、韧性大、潜力大，支撑高质量发展的积极因素在不断积累。

习近平指出，上半年，各民主党派中央、全国工商联和无党派人士紧扣中共中央重大决策部署，聚焦经济社会发展中的重点难点问题深入调研、建言献策，积极开展民主监督，体现了在中国共产党领导下团结合作的政治担当和实干精神。他代表中共中央向大家表示衷心感谢。

习近平对各民主党派、全国工商

联和无党派人士提出两点希望。一是统一思想认识，凝聚广泛共识。深刻理解把握中共中央关于当前经济形势的分析判断和经济工作的指导思想、大政方针、重要部署，多做宣传政策、解疑释惑、理顺情绪、凝聚共识的工作，汇聚起团结奋斗的强大正能量。二是立足自身优势，推动高质量发展。结合履职选准调研题目，统筹用好各类资源和专业智库，提出更多具有前瞻性、操作性的意见建议。全国工商联要引导民营经济人士坚守主业、做强实业，坚定不移走高质量发展之路。

刘国中、李干杰、何立峰、张国清、吴政隆，中共中央、国务院有关部门负责人出席座谈会。

出席座谈会的党外人士还有邵鸿、何报翔、王光谦、秦博勇、朱永新、杨震和张恩迪、方光华、周黎安等。

情在，为建设社会主义现代化新西藏作出更大贡献。

石军在讲话中指出，要深入学习领会习近平总书记关于西藏工作的重要论述精神，切实增强做好新时代干部人才援藏工作的责任感使命感。第十一批援藏干部人才牢记使命、实干奋斗，为促进西藏长治久安和高质量发展作出了积极贡献。第十一批援藏干部人才要珍惜难得机遇，不负组织信任，坚持以学为先、实干为要、自律为本，全面贯彻新时代党的治藏方略，不断提高对口支援综合效益，自觉树立援藏干部人才良好形象，奋力开创援藏工作新局面。

会议表彰了第十一批援藏先进集体和个人。第十批、第十一批援藏干部人才代表作了交流发言。

自治区领导赖蛟、肖友才、达娃次仁、龚会才、许成仓、罗梅、阿旺出席。

## 全区第十批、第十一批援藏干部人才迎送大会召开

基础。深化经济援藏，把“三个赋予一个有利于”总要求贯穿西藏经济社会发展全过程，立足西藏实际，加强援藏省市与西藏资源互补、产业对接、市场共享，培育发展特色优势产业，努力把资源优势转化为经济优势、发展优势。深化民生援藏，精准实施民生援藏项目，推动巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接，深化医疗、教育人才“组团式”援藏成果，持续创新开展“小组团”和柔性援藏，不断增强各族群众的获得感幸福感安全感。深化文化援藏，把铸牢中华民族共同体意识、推进中华民族共同体建设作为主线，抓好文化浸润工作，加强红色文化和中华

优秀传统文化传承弘扬，促进各民族广泛交往、全面交流、深度交融，进一步构筑中华民族共有精神文化家园。深化智力援藏，广泛搭建人才交流平台，优化“传帮带”机制，做好人口素质提升、人心凝聚、人才培养工作，加强教育、医疗等领域人才交流合作，助推西藏干部人才队伍素质提升。

王君正强调，各级各部门要关心关爱援藏干部人才，做好管理服务保障，坚持严管厚爱结合、激励约束并重，加强援藏干部培养使用，注重典型引路，切实为援藏干部人才发挥作用创造良好环境。援藏干部要强化自我管理，做到人在身在、身在心在、心在

建设、同步交付、同步使用，及时补齐基础设施短板弱项；强化氛围营造，围绕自治区成立60周年大庆节点，聚焦受灾群众代表、一线干部模范、建设企业典型等群体推出系列专题报道。

日喀则市和受灾县设分会场，达娃次仁、张利、白玛旺堆参加。