

# 雪域长歌谱新曲

光明日报记者 方莉 李丹阳 王美莹 尕玛多吉

## 辉煌60载 魅力新西藏

从藏北草原的牧歌悠扬，到藏南谷地的青稞飘香；从阿里高原的格桑花开，到雅鲁藏布江畔的绿意盎然……在西藏自治区成立60周年之际，记者穿行雪域高原，一路调研、一路见证，触摸这片土地60年来的时代脉动。

在这里，“稳定”的基石更加牢固，各族群众像石榴籽一样紧紧相拥，共绘团结进步的新画卷；“发展”的浪潮越发奔涌，高原特色产业带动农牧民携手致富，昔日苦寒之地跃动勃勃生机；“生态”的底色更显亮丽，冰峰雪岭与碧湖湿地相映成画，国家生态文明高地正在崛起；“强边”的信念愈益坚定，边境小康村炊烟袅袅，幸福的笑容绽放在一张张脸庞上。

西藏的每一步跨越，都诠释着民族区域自治制度的巨大优越性；每一处变迁，都谱写着新时代党的治藏方略的辉煌篇章。今天的西藏，正以更加自信开放的姿态书写着新的传奇！

### 团结之花处处开

“我们嘎拉村最出名的，不只是桃花，还有民族团结进步之花！”7月23日，林芝市嘎拉村党支部书记边巴的小院里，客人一拨接一拨。这位老书记坐在树荫下，用甜茶点心招呼着来自四面八方 的朋友。这天，第八届尼洋旅游文化艺术节正在举办，各族群众围坐一团、亲如一家，乐滋滋地观看赛马和响箭比赛。

西藏高原上，生活着藏、汉、回、珞巴、门巴等40多个民族的儿女。近年来，西藏民族团结进步事业取得长足发展，这些丰硕成果化作实实在在的幸福，融入高原各族群众的日常生活里。

日喀则市桑珠孜区城北街道幸福社区，住着16个民族的居民。如何让这么多民族和睦相处？“团结舞‘跳’起来，团结歌‘唱’起来！”城北街道宣传干部格珍道出了秘诀。

“就爱跳舞！跳的是日子美、心里美。”提起跳舞，60岁的藏族阿妈参木拉眉飞色舞。自从加入社区文艺队，她每个月都有一两场群众性舞蹈演出。

“昨天排练完，大家都不舍得散去，于是又跳了很久的锅庄舞。”格珍笑着说，各族居民“歌舞相邻、情感相依”，幸福社区洋溢着团结和谐。

舞不尽的团结之舞，数不尽的团结故事。走进拉萨市八一社区家史馆，居民何秀英指着墙上的照片：“这是我父亲，一个蒙古汉子，当年参与了八一农场的创建，就此扎了根，组成我们这个蒙藏融合的家庭。”

1958年出生的何秀英，忘不了当年补丁补补丁的衣裳和野菜糌粑饭的滋味。

如今，“想吃啥买啥，想去哪玩去哪玩，这日子，以前梦里都不敢有”。

“石榴籽之家”“先锋之家”“艺术之家”……在这间去年10月启用的西藏首家社区家史馆，许多像何秀英一样的家庭被记录着。泛黄的物件、温馨的照片，诉说着家风传承、民族团结的动人故事。

“看到邻居的家史登上展墙，居民纷纷问我‘明年能轮到我们家吗’，大家都争着‘上墙’。”八一社区第一书记央曦说，在家史馆“润物细无声”的感染下，居民争相“自写家史、互读家史”，邻里间关系越来越融洽。

立足交流交往交融，中华民族大家庭更加和睦幸福。在那曲市人民医院儿科工作20余年的医生吉美多布杰，清楚地记得每一位援藏同事的名字。“这里的硬件已不输内地医院，在援藏医生的帮助下，我们对新生儿的 management 也从粗放型向精细化转变。”吉美多布杰说。

这所全国海拔最高的三甲医院，20世纪60年代成立儿科，却长期苦于没有专业的病房、仪器，救治水平也较落后。近十年来，在医疗人才“组团式”援藏的帮助下，那曲市人民医院的儿科迅速发展，成立了新生儿病房，扩充了救治设备，还创建了市级危重新生儿救治中心。

一根网线也连起了远方——27岁的卓玛腹痛4小时，当地卫生院难以确诊，通过远程会诊，“援藏专家在线指导，半小时后症状就缓解了”。既能为基层医院提供援助，又能向上级医院申请支持，目前这条“空中生命线”已实现83例联合会诊。

十年间，七批131人次援藏医生来到那曲，带出225名本地骨干，开创293项新技术。在这里，对口援藏奏响了民族团结的强音。

### 高质量发展暖人心

在羌塘高原的广袤草地上，24岁的风电项目运维人员张浩宇站在高大的风机旁。盛夏的阳光炽热，强劲的风吹得工装猎猎作响。“叶片多转一圈，就能为那曲多发6.7度电。”他望着高耸的风机说。

这是平均海拔4650米的国家能源集团那曲欧玛亭嘎风电场——西藏第一个100兆瓦级新能源项目，也是西藏超海拔地区已建成投运单机容量、装机规模最大的风电项目。高低起伏的缓坡上，25台“大风车”缓缓转动，将呼啸的寒风转化为绿色电能。

“每次巡检，先坐塔筒内的升降机到80米高处，再向上攀爬近20米的梯子，抵达机舱后开始作业。”一年多来，张浩宇和同事们一起守护着这些“大风车”，创造了连续安全稳定运行500多天的纪录。自投产发电以来，这座风电场已累计发电超过2.2亿千瓦时，相当于节约标准煤7万吨，减排二氧化碳19万吨，牧民

们再也不用担心冬天取暖时突然断电。

当草原点亮万家灯火，高原人家的厨房里，也飘出了不一样的饭香。在西藏，许多人家都曾为了一件“小事”发愁——饭煮不熟，水烧不开。海拔高、气压低、沸点低，普通的锅具在这里总是“力不从心”。如今，随着高原特色产业的蓬勃发展，这一困扰高原人民多年的难题终于得到解决。

走进西藏尚厨厨具科技有限公司的现代化厂房，机械臂正灵活地舞动着，将一个个高压锅内胆精准地送入激光焊接工位。95后技术经理向梓懿指着一排正在组装的炊具介绍道：“这些可不是普通的锅具，从材料到结构的创新，让它能‘扛’住低气压，真正解决大家的吃饭难题。”

要摸清高原锅具的“脾气”，向梓懿经常带着团队深入海拔4500米以上地区记录关键数据。“为了获取一个锅体在极端低压下的精准温压曲线，我们不得不用笨办法手动记录、比对，甚至改装或定制测试工具。”让他欣慰的是，这些数据传回拉萨工厂后，技术团队反复调整锅体材料、密封结构，最终研发出高原专用压力锅等备受当地群众欢迎的“明星产品”。

这口锅，暖的是胃，更是民心。2022年以来，西藏已吸引两家高原炊具企业落户，并实施高原炊具群众补贴和以旧换新两项惠民行动，累计销售各类高原专用炊具118万件，越来越多家庭告别了“夹生饭”的烦恼。

科技重塑着高原人家的厨房，也改写着雪域乡村的物流版图。清晨的林芝市工布江达县川藏路揽投部，55岁的多吉次仁熟练地分拣着堆积如山的包裹。“20年前哪见过这阵仗？那时我是邮政投递员，送的全是报纸和信件。”他擦了擦额头的汗，笑着说，“现在一天派送上百个包裹，村民们网购的智能手机、衣服，甚至碗筷瓢盆，都是我们送。”

去年起，工布江达县推进客货邮融合发展，整合乡镇客运和快递资源，改造客运班线为“前载人后运货”的专车，驾驶员同时兼任投递员，从成都发来的包裹最快当天就能送达乡镇。

“我们还有了无人投递车呢！”多吉次仁告诉记者，今年6月，无人投递车开始穿梭在雪域乡村。在扎墨公路沿线的村落，满载包裹的无人投递车抵达后自动拨打收件人电话，村民扫码即可取件。无论风霜雨雪，还是路途遥远，这些“钢铁邮差”都能将货物精准送达，成为高原上的新风景。

### 绿色画卷徐徐展开

阳光下的姜根迪如冰川熠熠生辉，湿地草原静谧如画，十余只黑颈鹤正悠闲踱步……在位于那曲的三江源国家公园监测中心，大屏幕上实时呈现着一幅

幅生动的画面。

这一切，源自“天空地一体化”监测系统的精准捕捉与传输。这套覆盖三江源国家公园唐古北区域4.87万平方公里的监测系统，仿佛为广袤大地装上了“智慧之眼”，通过卫星遥感、无人机监护和地面固定监测点的立体化布局，再结合边缘计算、大数据等前沿技术，实现了对冰川、湿地和野生动物的24小时全方位监测。

“去年以来，红外相机已捕捉到120多只雪豹的踪迹。”那曲市林业和草原局党组书记王明清介绍，目前已建成14个“天空地一体化”监测点，能对自然资源变化、旗舰物种活动和人类违规活动等各类信息进行智能监测分析。

系统是“不眨眼的哨兵”，管护员则是“有温度的传感器”。盛夏时节，走进阿里地区普兰县北部的玛旁雍错湿地自然保护区，一派生机跃入眼前。这片曾面临退化的湿地经过精准修复，水草重现丰茂，消失的黑颈鹤、斑头雁等水鸟再度翱翔，成为名副其实的“水鸟天堂”。

“守护湿地的生灵，就是守护我们牧民的命根子。”巡护员占堆坚定地说。他回忆道，有次为救深陷湿地的牦牛，他和队友们不顾危险踏入泥沼，经过数小时奋战终于成功，“看着脱险的牦牛，我们这些‘泥人’相视而笑，再累也值得”。

在玛旁雍错，像占堆这样的管护员有90人，他们日夜守护着这片净土。普兰县自然资源和林业草原局工作人员李海容介绍，2012年开始，保护区内已建成6座管护站，配备了8组野保员，共维管植物411种、脊椎动物157种。

从湿地保护到荒漠治理，西藏的绿色行动从未停歇。山南市隆子县位于喜马拉雅山脉东段北麓，50多平方公里的沙棘林宛如绿色长龙盘卧河谷。很难想象，这里曾是一片“说沙就掉沙”的盐碱滩，一年近8个月被沙尘笼罩。

“过去，桌子刚擦完没多久就落满灰，茶缸底全是沙子。”74岁的桑旦回忆道。1964年，时任新巴乡乡长的朗宗从山西带回治沙经验，带领村民试种沙棘。桑旦就是首批种沙棘的人之一，被村里人称作“沙棘奶奶”。

桑旦等初代治沙人守着沙棘生长，一干就是一辈子。沙棘林从稀疏到茂密，沿河谷筑起“生态长城”。最初60亩试验田，如今成为8.2万亩绿色屏障。沙棘林不仅锁住了风沙，更孕育出绿色产业：去年，沙棘产业带动全县农村居民人均可支配收入突破2.2万元。

现在，桑旦时常漫步在沙棘林生态公园，看到这片亲手培育的林海变成群众增收致富的“聚宝盆”，老人眼中满是欣慰：“看着这些‘孩子’越长越好，我这辈子没白活。”

（转载自《光明日报》2025年08月15日第07版）

## 新家园 新起点

在西藏自治区成立60周年之际，山南市曲松县罗布沙村迎来了甜蜜时刻——宜居宜业和美村庄搬迁入住仪式。

当天，村民们身着盛装，脸上洋溢着幸福的笑容。新村里，一栋栋崭新的藏式小楼整齐排列，白色的墙面与周围的青山绿水相得益彰。广场上，人们载歌载舞，孩子们嬉笑奔跑，处处洋溢着欢乐与喜悦。

走进村民家中，屋内窗明几净，现代化的厨房和厕所一应俱全。与旧居相比，如今的居住条件有了质的飞跃。

除了居住条件的改善，新村的配套设施也十分完善。在文化活动中心里，老人们围坐在一起聊家常，不时传出爽朗的笑声，一派祥和景象。

图为罗布沙村新居一角。

本报记者 巴桑旺姆 摄

实情、出实招、办实事，优化公共服务资源配置，提升基本公共服务能力，建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体，让各族群众成为社会治理的参与者、受益者。

要压实压细各方责任。落实好属地责任和部门职责，做好自治区成立60周年庆祝活动安全保卫工作，细化工作措施，抓好工作落实，真正做到守土有责、守土负责、守土尽责。改进作风狠抓落实，严肃维稳工作纪律，一级做给一级看、一级带着一级干，心往一处想、劲往一处使，切实形成维稳工作合力，为推进社会主义现代化新西藏建设作出新的更大贡献。

自治区领导刘江、肖友才、龚会才、张洪波、朱守科、多吉次珠参加。

新华社塔什干8月19日电（记者 李奥）《习近平关于尊重和保障人权论述摘编》乌兹别克文版首发式暨交流研讨会8月19日在乌兹别克斯坦首都塔什干举行。

全国政协常委、民族和宗教委员会副主任，中国人权研究会常务副会长蒋建国，乌兹别克斯坦国家人权中心主任阿克马尔·赛义多夫，中国驻乌兹别克斯坦大使于骏等出席活动并致辞，中乌两国政界、智库、高校、媒体、驻乌使团代表，国际组织代表以及驻乌中资企业代表等近300人参加。

蒋建国在致辞中表示，《习近平关于尊重和保障人权论述摘编》是一部凝聚深厚人民情怀、蕴含丰富治理智慧、关怀全球人权治理的权威著作，贯穿了以人民为中心的人权理念，体现了人民至上的价值取向、平等共享的制度安排以及公平正义的国际担当。该书在乌兹别克斯坦的翻译出版，是中乌在历史相通、现实联通、理念贯通的土壤上，进行的一场关于人权的对话与互鉴，希望为乌兹别克斯坦人民观察和感知中国人权打开一扇新的窗口，搭建一座中乌知识界和民众间相互理解的桥梁。

阿克马尔·赛义多夫在致辞中表示，《习近平关于尊重和保障人权论述摘编》乌兹别克文版的首发，是中乌两国在人文交流和人权保护领域合作历史上的一个重要事件，标志着这种合作开启了新的篇章。习近平主席提出的增进人民福祉、以发展促进人权、倡导全球南方团结合作等理念，将为中乌开辟广阔的合作前景。中国致力于为人民提供切实的关怀，确保广大公民广泛参与社会生活，且与乌发展目标和理念相近，乌方高度评价与中方在保障人权方面所开展的合作与努力。

于骏在致辞中表示，中乌都在沿着符合本国国情的现代化发展道路坚定前行，有许多共同语言。双方人权领域交流合作的深化，进一步充实中乌新时代全面战略伙伴关系和命运共同体内涵。

首发式上，中乌两国嘉宾共同为新书揭幕。蒋建国等向乌方主要嘉宾赠送了新书。

首发式后，来自中乌人权、法律等领域知名专家学者围绕人权与发展、人权与法治、尊重人权道路多样性以及中乌、中国—中亚人权合作等主题进行了交流研讨。

《习近平关于尊重和保障人权论述摘编》乌兹别克文版是该书的第13个外文语种，由中国外文局所属外文出版社与乌兹别克斯坦出版印刷社共同合作翻译出版。乌兹别克文版首发式活动由中国人权研究会、中国外文局、中国驻乌兹别克斯坦大使馆、乌兹别克斯坦国家人权中心共同主办。

知名企业代表开展对接，就藏药研发、特色农产品贸易、文化旅游开发等方面深入交流。活动现场还特别设置非遗文化展区，通过唐卡艺术展等特色活动，为大家打造沉浸式藏族文化体验，感受西藏独特的高原文化魅力。

作为推介会的重要文化交流环节，“丹青韵韵——中国(西藏)唐卡艺术巡礼澳门站”活动以国家级非物质文化遗产西藏唐卡艺术为载体，搭建起藏澳文化交流的新平台。展览通过系统展示唐卡艺术的历史源流、精湛工艺、经典作品及当代创新成果，为大家呈现了一场视觉与文化的盛宴。

桃树群保护等世界性难题。截至目前，该技术已创效2303.11万元，并获得《零排放砂石生产废水处理系统及工艺》《一种砂石生产废水处理系统的自动清淤清水池及使用方法》等专利9项，发表相关论文20篇，为高原电站建设提供了可复制的“九局经验”和“九局模式”。

未来，中国水利水电第九工程局有限公司将继续以技术创新为引擎，深耕高原工程建设领域，聚焦痛点难点，靶向攻坚破解难题，让“国际领先”的技术成果在更多高原项目中落地生根，为清洁能源开发与生态保护协同发展贡献更多“电建智慧”。

亿千瓦时。培育农牧业龙头企业22家，农牧民专业合作社1636家，带动农牧民就业36.94万人次。拥有非遗项目1140个、传承人458名。“十四五”期间实施乡村振兴项目1260个、投入81.29亿元，创新开展新时代文明实践品牌创建活动，有效激发农牧民主体意识和内生动力。

## 中国(拉萨)澳门经贸推介会在澳门举行

本报拉萨8月19日讯(记者 卢文静)记者从相关部门了解到，由拉萨市商务局主办的“中国(拉萨)澳门经贸推介会”活动8月18日在澳门举行，60余家澳门商协会机构代表和拉萨市15家优质特色企业代表参加活动。

此次活动重点推介拉萨绿色食品、藏医药、文化旅游、唐卡艺术等特色产业，推动两地企业精准对接，实现互利共赢。

推介会现场，拉萨市商务局工作人员介绍了拉萨市招商引资政策及产业发展规划，15家拉萨市重点企业与澳门商贸、旅游、文创等领域

## 中国水利水电第九工程局有限公司

## 一项高原水电关键技术达到国际领先水平

本报拉萨8月19日讯(记者 姚闻 通讯员 次旺旦增 王玲莉 肖洪腾)日前，由中国电力建设企业协会组织的成果评价会在北京举行，中国水利水电第九工程局有限公司联合多家单位研发的《青藏高原水电工程大型砂石混凝土系统绿色智能建设及生产关键技术》通过权威专家组评审，被一致认定为达到“国际领先水平”，对推动高原水电工程绿色智能化具有里程碑意义。

《青藏高原水电工程大型砂石混凝土系统绿色智能建设及生产关键技术》依托中国水利水电第九工程局有限公司在建相关项目，攻克了高原峡谷场地受限、生态脆弱、珍稀古核

## 那曲市经济社会发展取得全方位进步

(紧接第一版)建成农村饮水工程12887处，县(区)主电网、4G信号及宽带实现县乡村三级全覆盖，公路总里程达3.57万公里。

产业升级、乡村振兴齐发力。清洁能源电力装机达127.68万千瓦，累计上网发电24.48亿千瓦时，外送电量2.57



(紧接第一版)希望大家继续发扬革命传统和优良作风，恪尽职守、努力工作，以更加务实的举措、更加有力的行动坚决维护社会大局持续和谐稳定。

王君正指出，维护好社会和谐稳定，责任在肩、重如泰山。全区各级各部门要深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，确保全区政治更安全、社会更安定、群众更安宁。

要提高政治站位。站在党和国家工作全局的高度，深入贯彻落实党中央关于维护社会稳定的各项决策部署，始终把维护稳定作为第一位的工作任务，以时时放心不下的责任感和事事抓在手上的紧迫感，按照自治区党委工作要求，警钟长鸣、警惕常在，

坚持问题导向，补齐工作短板，提升工作水平，以求真务实精神落实好各项维稳要求和措施。

要科学优化工作机制，做好社会稳定工作。坚持党政军警民群防群治、联防联控工作机制，充分发挥基层党组织、“双联户”、驻村驻寺干部、群防群治队伍作用，夯实基层基础，严防失控漏管，真正做到心中有数、措施得当、工作见效。依法加强社会治理，始终以科学化机制和常态化、法治化理念，把维稳工作做在日常、做到经常、落在基层，不断完善网格化管理、精细化服务、信息化支撑的基层治理平台，提升警务效能，切实以维护稳定的实际成效检验工作能力和水平。

要开展打击整治和矛盾纠纷排查

化解工作。牢固树立大抓基层的鲜明导向，结合西藏实际建立健全基层治理体制机制，着力抓好源头治理、排查调处、集体会商三个环节，不断提升分析研判、防控稳控、化解调处三种能力，建立健全多力量协同、分流化解、责任倒查三项机制，切实将矛盾纠纷化解在基层、消除在萌芽状态。强化公共安全，紧盯重点领域重点行业，深入排查整治群众身边的安全隐患，筑牢安全生产防线，切实保障人民群众生命财产安全。

要始终坚持以人民为中心的发展思想。走好新时代党的群众路线，关心群众生产生活，改进工作方式方法，扎实细致做好引导、服务、管理等工作，增强各族群众的获得感幸福感安全感。站稳人民立场，深入基层、深入群众，察