



西藏各族人民同心书写人间奇迹——

# 奋进一甲子 雪域换新颜

人民日报记者 袁泉 琼达卓嘎 鲜敢 徐驭尧

## 辉煌60载 魅力新西藏

在西藏自治区林芝市巴宜区嘎拉村，村民其加回忆起自己的孩童时代——

那时，家人们点着油灯吃饭，有个信念：“虽然生活苦，但坚信一定能奋斗出一个好日子。”

60年过去，如今嘎拉村村民的生活越来越好。“感恩党的好政策，我们要继续创造更加美好的明天。”其加说。

西藏自治区成立60年来，雪域高原发生翻天覆地的变化。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视西藏工作，习近平总书记多次对西藏工作作出重要指示批示，确立了新时代党的治藏方略，引领西藏步入发展最好、变化最大、群众得实惠最多的历史时期，推动西藏各项事业取得全方位进步、历史性成就。

如今，西藏各族群众的安全感满意度持续保持在99%以上，主要经济指标增速连续多年位居全国前列，自治区50%以上的国土纳入生态保护红线，边境村庄基础设施显著改善，各类产业蓬勃发展。

### 切实维护好民族团结

新时代以来，西藏各民族交往交流交融持续深化，中华民族共同体意识不断增强，社会大局持续稳定，携手建设社会主义现代化新西藏的基础日益坚实。

一双大手，感受团结的温度——张展群是陕西人，2017年到阿里地区噶尔县工作以来，手把手教会当地群众扦插等专业操作；

一方讲台，丈量团结的高度——宋玉刚是河南人，扎根在拉萨市墨竹工卡县日月中心小学28年，为孩子们打开一个新世界；

一张氆氇，织就团结的长度——在上海援藏力量支持下，日喀则市江孜县班觉伦布村开设“阿佳格桑”工坊，近30名当地妇女在家门口就业……

截至目前，西藏共有154个集体、204人获得“全国民族团结进步模范”称号，7市（地）全部创建为全国民族团结进步示

范市（地），30个县（区、市）创建为全国民族团结进步示范县（区、市），54家单位被命名为全国民族团结进步示范单位。

对口援藏体系逐步健全，成为巩固民族团结的重要纽带。11批次1.4万余名各类干部人才进藏工作；累计投入643亿元实施援藏项目8204个。以对口援藏为纽带，通过结对认亲等活动，西藏332个县（区）、乡（镇）与援藏省（市）的284个县（区）建立结对帮扶关系。

西藏与援藏省市、企业手足相亲、守望相助，各族兄弟姐妹像石榴籽一样紧紧抱在一起。

在拉萨，江苏援藏干部引入优良牦牛品种，将出栏周期缩短3年，带动养殖户年均增收2万元以上；在昌都，福建援藏干部推动核桃油产业升级，90名农牧民群众实现家门口就业；在阿里，陕西百名名师到阿里7县送教，阿里800余名师生赴陕研学……

“相亲相爱，犹如茶与盐巴。”西藏始终坚定不移贯彻落实党的民族工作方针政策，民族区域自治制度成功实践，民族团结日益巩固。

### 提升各族群众获得感、幸福感、安全感

位于拉萨河畔的拉萨市曲水县三有村，有一座融合藏式风情的幸福驿站，为各族群众提供养老和托幼服务。

“早晨村医为我们测量血压、询问身体状况；午饭后，我和朋友们在这里一起下棋聊天。”70岁的村民次仁扎西笑着说。

“老有所养”“幼有所育”是西藏改善民生、增进人民福祉的一个缩影。近年来，西藏坚持将财政收入的80%以上投入民生领域，搭建起涵盖教育、医疗、养老等多个领域的保障体系，持续提升各族群众获得感、幸福感、安全感。

2006年至2024年，中央和西藏累计下达补助资金372.63亿元，不断增加保障性住房供给；

2014年至2024年，西藏累计投入财政性教育经费超3000亿元，并率先实行15年公费教育；

截至2024年，西藏医疗卫生机构总

数超7200家，基本建成自治区、地（市）、县（区、市）、乡（镇）、村（社区）五级卫生健康服务网络，人均预期寿命提高到72.5岁……

一组组数据，生动展现雪域高原发生的人间奇迹。

今天的西藏，经济建设全面快速发展。清洁能源、文化旅游、高原轻工业……各项现代产业蓬勃发展，现代产业体系初步建立，发展质量和效益明显提升，2024年城镇和农村居民人均可支配收入分别达到55444元、21578元。

今天的西藏，文化事业日益繁荣进步。高度重视各民族优秀传统文化的保护、传承和发展，不断提升公共文化服务质量，推广使用国家通用语言文字，保障藏语言文字学习使用权利，文化建设实现前所未有的繁荣与发展。

今天的西藏，人民生活水平显著提高。彻底摆脱千年来的绝对贫困问题，巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接。各族群众住有所居、劳有所得、老有所养、学有所教、病有所医，共享改革发展成果。

“在60年的发展历程中，西藏自治区生产总值达到第一个千亿用了50年时间，而第二个千亿仅用了6年的时间。”8月5日，在国务院新闻办公室举行的新闻发布会上，西藏自治区党委书记王君正说，今年西藏自治区生产总值有望突破3000亿元，达到第三个千亿目标。

### 保护好生态环境

漫步在山南市隆子县沙棘林生态公园，随处可见野生鸟类嬉戏，芒措村村民索朗拉杰总喜欢带着孩子到这里散步。

“治沙前，大风刮过，农田覆盖上厚厚一层黄沙，房子周围堆起高高的沙堆。”作为第一批在隆子河滩上种沙棘的人，77岁的索朗拉杰见证了这片土地的变迁，“种植沙棘防住了风沙，房前屋后绿树成荫。”

20世纪60年代以来，一代代隆子人种植沙棘、战风沙，成功将风沙肆虐的荒滩变成了满目葱郁的绿色屏障，创造了高原防沙治沙的奇迹。

近年来，西藏坚持山水林田湖草沙一体化保护和系统治理，深入推进国土

绿化行动。2021至2024年，西藏草原综合植被盖度由48.02%提高至48.07%，森林覆盖率稳定在12.31%。

“以前一只羊还不到60斤，现在一只羊有100多斤，膘肥体壮！”在日喀则市康马县，牧民占堆自豪地说。

变化源自高寒牧区人工种草技术的成功推广，有效破解了草场退化难题，将零星的低矮草场变成连片的高产草场，实现草原生态保护、现代畜牧业发展的双赢。

目前，合作社种养加总产值近700万元，带动300多名群众在家门口就业，年创收160余万元，群众分红60余万元。”康马县涅如堆乡乡长嘎玛旦达介绍。

### 建设繁荣稳固的祖国边疆

在西藏，各族儿女共同为建设繁荣稳固的祖国边疆贡献力量。

隆子县玉麦乡，曾经仅有桑杰曲巴老人带着女儿卓嘎、央宗一户3人居住，守护着这片广袤的国土。“如果我们走了，这块国土就没人了！守护好脚下的土地，就是守护我们的命根子。”央宗至今铭记着父亲的话。

如今，玉麦乡新居拔地而起，道路畅通，水电网络通达全乡。昔日的“三人乡”，已拥有67户253人。“路通了，电有了，年轻人也愿意回来了。”央宗欣慰地说。

“预定5号民宿的游客朋友们，我在格林等你！”在墨脱县甘登乡格林村，90后门巴族姑娘仁青措姆面对手机镜头直播，热情推介着自家民宿。

2024年，到访墨脱的游客数量达60万人次，是全县人口的40多倍。

“路通了，如今家家户户都忙着搞旅游。”格林村委会主任多杰平措介绍，全村28户近乎半数开了民宿，还配套开办了8家餐饮店，去年旅游收入达90余万元。

60年来，西藏持续深入抓好强边这件大事，补齐住房、饮水、用电、通信等基础设施短板，教育医疗资源下沉，群众生产生活条件显著改善。“留得住、有发展”的根基日益坚实。

（转载自《人民日报》2025年08月22日第03版）

那曲市色尼区从「朝阳」到「夕阳」的幸福印记

本报记者 赵书彬 本报通讯员 吴小聪

从孩子们在窗明几净的教室里启蒙学习，到青年在奋斗中绽放芳华，再到老人在暖阳下安享晚年，每一个生命阶段的“小确幸”，都串联成了西藏民生改善的“大图景”。

近日，记者来到那曲市色尼区那曲镇的各个角落，循着一个个普通色尼人的生活瞬间，感受这里从“朝阳”到“夕阳”的幸福印记。

走进色尼区第五幼儿园，整洁舒适的校园环境映入眼帘，教室里传来一阵阵儿歌声。小班学生达瓦措姆正与其他小朋友一起表演节目，脸上带着笑意，眼里充满清澈。在攀爬架上玩耍，在操场上荡秋千，在食堂里吃着美味可口的饭菜……孩子们的童年格外美好。

曾经，色尼区的孩子们大多在牧场里“摸爬滚打”。如今，标准化的教室、专业的幼儿团队、营养搭配的三餐，成了孩子们的日常。

过去5年，色尼区投入1.2亿元改善学前教育条件，新建、改扩建幼儿园18所，实现乡镇中心幼儿园全覆盖，保教人员持证上岗率达100%。

从幼儿园到中小学，孩子们正享受着越来越完善的教育保障。位于南部新区的色尼区第三中学，经过改扩建，校园基础设施更加完善。初一学生旭努洛追入学就加入了学校的话剧社，经常与同学们一起排练、演出关于牧区生活变化的小剧目。她说：“我们不仅能在舒适的环境下专心学习，还有丰富多彩的课外活动。这些经历，开阔我们的眼界，也锻炼了表达、协作等方面的能力。”

记者从色尼区教育局了解到，色尼区义务教育巩固率99%，农牧民子女上学享受“三包”政策，还有专项助学金覆盖从小学到大学的全阶段。

教育铺就成长路，就业打开幸福门。在色尼区就业服务中心，年轻人毕业后能通过技能培训、招聘会找到心仪的工作。曾经，牧区青年就业多局限于传统行业，如今，电商、文旅、现代农业等新业态蓬勃发展，让他们有了更多选择。

拉吉，家乡位于色尼区那么切乡，毕业于西藏大学。他怀着对家乡的热爱和对文艺的追求，在完成学业后踏上返乡创业之路，目前正深耕文艺教育与文化传播领域。他说：“我这些年深入挖掘本土优秀传统文化和红色文化，更加体会到了家乡历史文化底蕴的深厚。只要努力拼搏，处处都是成就梦想的舞台。”

近年来，色尼区依托特色产业发展，累计开发就业岗位1.2万个，建立起培训——就业——跟踪的“全链条”服务机制。

岁月流转，幸福延续到晚年。在色尼区日间照料中心，78岁的格桑老人和老伙伴们打藏牌，护士们定时为他们量血压、监测健康情况。曾经，牧区老人养老多靠子女照料。如今，照料中心提供免费的餐饮、医疗护理和文化娱乐服务，每天的锅庄更是老人们最期待的时刻。

格桑老人说：“我是从旧社会过来的人，经历了新旧两个社会，真切体会到了旧社会的苦与新社会的甜。打心眼里感谢党，是党让我们过上了如今幸福美好的生活。”

行走在色尼区那曲镇，一幅跨越人生四季的幸福画卷正徐徐展开——从校园的“一砖一瓦”，到职场的“一技之长”，再到晚年的“一颦一笑”，让我们真切感受到：幸福不是抽象的概念，而是藏在每个人生阶段的鲜活生活里。

## 看得见的变化

# 日喀则职业技术学院建成投用 首届招生工作正有序开展

本报日喀则8月24日电(记者 杨子彦)近日，日喀则职业技术学院项目通过竣工验收。作为日喀则第一所高等职业院校，它的建成投用，实现了日喀则高等教育“从无到有”的历史性突破。截至目前，学院共录取234人，普通高考批次考生已录取完毕，区内对口高职批次考生录取工作正在有序开展。

学院计划于2025年9月15日开学，首批开设护理、婴幼儿托育服务与管理、现代农艺技术、现代物流管理、汽车检测与维修技术、建筑工程技术等6个专业，首届招生750人(其

中区内600人，区外150人)。新生网上招录工作已于7月23日正式开始，预计8月31日结束，相关录取名单会通过日喀则市教育局官网公布。

据了解，学院位于日喀则经济开发区，总投资5亿元，总建筑面积9.05万平方米，可同时容纳2400人学习生活。建有图书综合楼、室内体育场、实训楼、公共教学楼、学生宿舍楼、食堂及学生活动中心等14栋单体建筑，师资、课程、实训等准备就绪，超市、开水房、洗衣房、理发店、文印店、快递站等生活设施一应俱全。

## 守护好西藏的生灵草木、万水千山

### (上接第一版)

“总台央视2025年元宵晚会上，主持人直接饮用的‘长江第一滴水’来自那曲市安多县，这正是那曲生态价值的生动体现。”那曲市生态环境局党组书记扎西边巴介绍说，近年来，那曲市围绕生态保护精准发力，一方面，通过评估建设项目对大气环境的潜在影响，严禁高污染项目准入，从源头减少大气污染物新增量；另一方面，通过划定饮用水水源地保护区、严打违法建设和排污行为，定期监测水质、排查隐患，筑牢饮水安全第一道防线。“我们将牢记总书记嘱托，严格落实《中华人民共和国青藏高原生态保护法》，将‘协同推进降碳、减污、扩绿、增长’融入日常工作，统筹推进山水林田湖草沙一体化保护和系统治理，持续深化蓝天、碧水、净土保卫战，坚决守护好那曲的生灵草木、万水千山，不断筑牢国家生态安全屏障。”

“让高山低头，叫河水让路”，这是中国共产党人的胸怀气魄。

2006年7月，青藏铁路全线通车，正如一首歌曲所唱，“一条神奇的天路，把人间的温暖送到边疆”。当时，英国《卫报》写道：“谁又可能在稍动一下就要找氧气瓶的情况下铺铁轨？这条铁路是中国‘敢为’精神的最佳例证。”

21日上午的庆祝大会，群众游行盛大喜庆。

布达拉宫前的大道上，游行彩车次第驶过：“幸福拉萨”“开放的日喀则”“藏源山南”“醉美林芝”“红色昌都”“极地那曲”“天上阿里”……

弹起琴、打起鼓、唱起歌，昂扬的旋律，豪放的舞姿，藏乡儿女把对家乡的爱和对美好生活的向往尽情表达。

一方深情的厚土，一片多彩的天地。

“走向未来”彩车最后驶来。《歌唱祖国》的激昂旋律响起，和平鸽和彩色气球飞向蓝天白云。

随着欢快的歌舞，背景荧幕从黑白到彩色，一帧帧影像闪现，“从水桶到水管、从油灯到电灯、从土路到油路、从毡房到楼房”，展开一幅天翻地覆慨而慷的时光画卷。

“中华民族是一个大家庭，一家人都



(紧接第一版)习近平总书记拉开车窗，微笑着向人群挥手致意。

碑，凝铸了精神；路，见证了变迁。

“头枕昆仑肩，脚踏怒江头。零下三十度，夜宿陶几久。”当年修建“两路”，开路英雄在筑路“禁区”写下动人诗篇。

1998年6月，习近平同志首次进藏，迎接福建援藏干部。从拉萨贡嘎机场到林芝八一镇，530多公里的颠簸路程，乘车走了整整一天。他鼓励同行的同志记录下那段援藏岁月：“这是历史啊！一段历史，应该要有人记录。”

行路难，今安在？

2006年7月，青藏铁路全线通车，正如一首歌曲所唱，“一条神奇的天路，把人间的温暖送到边疆”。当时，英国《卫报》写道：“谁又可能在稍动一下就要找氧气瓶的情况下铺铁轨？这条铁路是中国‘敢为’精神的最佳例证。”

“让高山低头，叫河水让路”，这是中国共产党人的胸怀气魄。

2021年7月，建党百年之际，习近平总书记第三次进藏。从林芝乘“复兴号”前往拉萨，只用了3个多小时。火车上，总书记现场开会研究西藏发展：“西部留白太大了，将来也要补几笔，把美丽中国

要过上好日子。”“老百姓特别是藏族群众的生活能有今天，因为中国共产党做了该做的事情。”这是“一个都不能少”的深情牵挂，这是“不负人民”的庄重承诺。

拉萨的大街小巷，处处是彩旗、标语、横幅，反复出现的一句话，以朴实的口语道出370万西藏人民的坚定信心：“看着北斗星走不迷路，跟着共产党走会幸福。”

21日上午的庆祝大会，群众游行盛大喜庆。

布达拉宫前的大道上，游行彩车次第驶过：“幸福拉萨”“开放的日喀则”“藏源山南”“醉美林芝”“红色昌都”“极地那曲”“天上阿里”……

弹起琴、打起鼓、唱起歌，昂扬的旋律，豪放的舞姿，藏乡儿女把对家乡的爱和对美好生活的向往尽情表达。

一方深情的厚土，一片多彩的天地。

“走向未来”彩车最后驶来。《歌唱祖国》的激昂旋律响起，和平鸽和彩色气球飞向蓝天白云。