

扎巴旺丹：

从农奴到时代主人翁

本报记者 曲珍 温凯 索朗旺堆



在拉萨市堆龙德庆区乃琼安居苑，81岁的扎巴旺丹坐在自家楼房里，阳光透过窗棂落在他布满皱纹的脸上。

老人轻轻摩挲着掌心的老茧说：“我这辈子的经历，就好像一部西藏的变迁史。”

扎巴旺丹，1944年出生在桑东庄园，那时的西藏，仍被政教合一的封建农奴制牢牢禁锢。扎巴旺丹一家9口挤在漏雨的土坯房里，15岁前他从未穿过鞋，补丁摺补丁的藏袍也遮不住瘦骨嶙峋的身体。

老人攥紧拳头说：“13岁那年，就因为没找到合心意的饲草料，农奴主的鞭子便抽在我背上，阿妈抱着我哭，可我们连反抗的资格都没有。”那时，百万农

奴都过着这样暗无天日的生活。

1959年，民主改革的春风吹遍雪域高原，彻底砸碎了封建农奴制的枷锁。

当年，扎巴旺丹一家分到15亩田地 and 一头耕牛，桑东庄园变成了桑达村。“牵着牛回家的路上，我拽着牛尾巴反复问阿爸，这真是我们家的牛吗？阿爸用力地对我点了点头。”老人笑出了眼角的皱纹，“更不敢想的是，我还能去读书，第一次进教室，阳光洒在课桌上，老师教我们写‘翻身农奴’四个字，我写了满满一页。”据资料统计，那一年，西藏有近1.2万名农奴子女走进学堂，开启了全新的人生。

亲身经历过新旧西藏两重天的扎巴旺丹对党充满了感恩。1970年，26

岁的他光荣加入中国共产党，从1974年起，先后担任村级治安主任等，成了乡村建设的骨干力量。“党员就得冲在前。”他说这话时，腰杆挺得笔直。

1997年，桑达村被列为农业科技示范基地，时任村民小组组长的扎巴旺丹，为了寻找适合当地的高产作物，不远千里跑到河南，带回了小麦新品种。面对村民的疑虑，他带头试种，起早贪黑“泡”在田里，还把技术手把手教给大家。“最终亩产创造了当时堆龙德庆县的纪录！”说起这段往事，老人满脸自豪。

2000年，扎巴旺丹又带领村民重新量土地，盘活13亩闲置地发展集体经济，让贫困户逐步脱贫。村民次松扎西至今感念：“当年我们家7口人挤在一间屋里，是扎巴旺丹帮我们盖了新房，还筹钱救了我儿子的命，他是我们的大恩人。”

2003年，扎巴旺丹被拉萨市科协评为“先进工作者”，这是对他数十年兢兢业业工作的最好褒奖。

如今的桑达村，早已不是当年“出租车都不愿进”的泥泞村落，升级为新房栋栋的乃琼安居苑，漂亮的楼房、整洁的村道、齐全的健身设施随处可见，孩子们的笑声洒满庭院。

退休后的扎巴旺丹没闲着，自2017年起担任“四讲四爱”宣讲员，他戴着老花镜研读党章，把西藏故事编成顺口溜：“农奴变主人，土地变金窝，共产党的恩情比雪山高！”他每年宣讲12场次以上，足迹遍布拉萨各村镇，成了远近闻名的“活党史”。

“从农奴到有55年党龄的党员，我这一辈子，就是西藏自治区成立60年的见证，你看现在的西藏，处处繁荣，以后的日子只会更美好！”老人的话语里，有历经沧桑的厚重，更有对未来的笃定。

亲历者的讲述



近日，昌都市江达县举行首届全民健身运动会。在为期14天的赛程中，来自全县13个乡镇的各族干部群众齐聚一堂，在押加、抱沙袋等富有特色的竞赛项目中展开激烈角逐，共同绘就民族团结画卷。

▲昌都市江达县首届全民健身运动会现场。

▲选手在参加抱沙袋比赛。

本报记者 贡秋曲措 摄

林芝市：

织密河湖管护网 守护高原碧水安澜

本报巴宜10月4日电（记者 王珊）近年来，林芝市以全面推行河湖长制为抓手，持续强化水环境治理与保护，筑牢高原水生态安全屏障，实现河清湖美、人水和谐，绘就一幅生机盎然的高原水生态画卷。

林芝市水资源禀赋突出，多年平均地表水资源量约2329.11亿立方米，占全区总量的53%；境内分布有流域面积50平方公里以上河流651条（段）、水面面积1平方公里以上湖泊25座，共同构成丰富而独特的水生态系统。

为守护好这一方碧水，林芝市建立

健全了市、县、乡、村四级河湖长组织体系，1493名河湖长实现所有河流管护全覆盖，无人区河流也通过分片包干落实管理责任，真正实现“每条河流都有人管、有人护”。

自全面推行河湖长制以来，林芝市层层压实责任，扎实推进水环境治理工作。各级河湖长严格依照《河长履职规范（试行）》开展巡河，自2021年以来，累计巡河6.5万人次、行程超15万公里，耗时45万小时，清理河道白色污染物2237吨，以实际行动守护河湖健康。同时，该市创新建立“河湖长+检察长+

警长”协作机制，摸排水生态公益诉讼线索125件，常态化推进河湖“清四乱”专项行动，对所有发现问题严格按“一般1个月、重大3个月”的时限整改，完成自治区卫星遥感监测线索复核450个，实现各类水环境问题“动态清零”。

在推进精细化管理方面，林芝市持续夯实治理基础，完成28个市级河湖“一河（湖）一策”方案修编与健康评价，全面设置市级河湖管理范围界桩与标识牌，编制22条（座）河岸线保护与利用规划，岸线保护区和保留区比例超过80%，为河湖水域划定清晰的“生态红

族工作高质量发展，确保西藏人民同全国各族人民一道共同走向社会主义现代化。”中国藏学研究中心总干事郑堆表示。

时代大潮奔涌向前，发展使命催人奋进。

西藏民族大学中华民族共同体学院副院长陈鹏辉说：“展望未来，西藏民族团结进步要进一步完善党委统一领导、政府依法管理、统战部门牵头协调、民族工作部门履职尽责、各部门通力合作、全社会共同参与的新时代民族工作格局，确保推动民族团结进步事业健康可持续发展。”

思想的碰撞点亮智慧的火花。两届论坛丰硕的研究成果，进一步深化了对中华民族共同体理论的研究阐释，对构筑共有精神家园，推进中华民族共同体建设产生了积极作用。

铸牢中华民族共同体意识、推进中华民族复兴伟业，是强国建设、民族复兴进程中的永恒课题，也是论坛不变的主旨。坚守不变初心，凝聚智慧力量，不断探索铸牢中华民族共同体意识的新路径、新方法，我们坚信，论坛将越办越好，西藏铸牢中华民族共同体意识的实践将不断开辟新境界、打开新天地。

（参与记者 段敏 张黎黎 张尚华 王雅慧 周红雁）

斯朗尼玛在阿里调研时强调

学深悟透习近平总书记 在西藏视察时的重要讲话精神 确保民族团结宗教和顺

本报阿里10月4日电 9月27日至29日，区党委常委、统战部部长斯朗尼玛在阿里地区噶尔、普兰、革吉县调研，向基层统战干部和宗教界人士宣传宣讲习近平总书记 在西藏视察时的重要讲话精神，了解民族团团结进步创建、“三个意识”教育、寺庙管理、驻寺干部队伍建设等工作情况。

斯朗尼玛指出，习近平总书记 在西藏视察时的重要讲话精神是做好西藏民族宗教工作的总遵循、总纲领、总指针，广大统战干部要提高政治意识，强化责任担当，狠抓贯彻落实。要以铸牢中华民族共同体意识、推进中华民族共同体建设为主线，加强历史研究利用和文化保护传承，推广普及国家通用语言文字，促进各民族交往交流交融。要坚持社会主义

核心价值观引领、中华文化浸润，常态化开展“三个意识”教育，推动宗教界自我变革和全面从严治教，引导宗教与社会主义社会相适应。要认真落实寺庙管理制度，加强文物保护、消防安全等工作，加大风险隐患排查化解力度，确保寺庙安全稳定。要依法治理宗教事务，深入开展法治宣传教育，推动严格执法，切实提高宗教工作法治化水平。

在海拔5100米的革吉县芝热寺管会，斯朗尼玛详细了解驻寺干部在岗、工作和生活情况。强调要强化寺管会工作职能，加强驻寺干部队伍建设，建立健全交流轮岗机制，落实各项关爱措施，帮助解决后顾之忧。

期间，斯朗尼玛还看望慰问了宗教界代表人士、驻寺干部和基层党员干部。

央视总台特别节目《奋进的中国——我们的“十四五”》西藏篇今日播出

本报拉萨10月4日讯 中央广播电视总台特别节目《奋进的中国——我们的“十四五”》西藏篇将于10月5日上午11点，在央视新闻频道、央广中国之声、央视新闻客户端同步并机播出。

今年是“十四五”规划收官之年，是西藏自治区成立60周年。五年来，西藏全面贯彻落实新时代党的治藏方略，牢牢把握铸牢中华民族共同体意识主线，抓好稳定、发展、生态、强

边四件大事，聚力“四个创建”，扎实推进高质量发展，努力建设团结富裕文明和谐美丽的社会主义现代化新西藏。

今天的西藏，坚持生态优先、绿色发展，因地制宜发展高原特色优势产业，各族群众的获得感、幸福感、安全感进一步提升。跟随总台镜头，可以深度领略中国式现代化的绚丽雪域篇章。

西藏“咖逗”AI宠物项圈亮相数字贸易博览会 年底有望上市销售

本报杭州10月4日电（记者 丹增朗赛 桑邓旺姆 次旦央吉）日前，在杭州举办的第四届全球数字贸易博览会西藏展馆内，一款名为“咖逗”的AI宠物项圈以其创新的设计理念和实用的功能配置，成为展会现场的“人气单品”。这款由西藏本土企业钰兔科技集团有限公司自主研发的智能产品，让众多参观者感受到了来自雪域高原的数字创新活力。

“我们致力于研发一款能切实解决宠物主人实际需求的产品。”“咖逗”AI宠物项圈项目负责人梁羽晨表示。该产品围绕养宠日常需求，集成了三大核心功能：通过物联网技术实现的精准定位功能，让主人可随时通过手机APP查看宠物位置、回溯行动轨迹；24小时健康监测模块，持续记

录宠物活动量与休息周期，并借助AI算法分析健康状况，异常时及时推送提醒；创新的宠物社交功能，还能匹配附近使用同款项圈的用户，既为宠物寻找玩伴，也为宠物主人搭建交流平台。

值得一提的是，这款产品在信号稳定性上做足了“高原适配”功课。“我们针对高原部分区域信号易受地形遮挡的特点，重点优化了项圈的定位模块，提升信号接收灵敏度，就算宠物跑到信号弱的地方，也能稳定追踪位置。”梁羽晨介绍，自去年起，团队便深入西藏各地开展实地调研，项圈的算法和数据模型都是在西藏完成实地打磨。

据悉，“咖逗”AI宠物项圈目前已进入最终调试阶段，预计将于今年年底正式推向市场。

沿着新铺的水泥路驶入日喀则市定日县长所乡森嘎村，一座白墙红顶的崭新建筑静静矗立在村中央。这是伴着一栋栋新房拔地而起的新地标——我区首个集抗震救灾、感恩教育和展望未来于一体的“森嘎村村史馆”。

据村史馆施工方介绍，项目建筑面积617.28平方米，已于8月16日正式交付使用。

推开村史馆大门，一面主题雕塑迎面而来，从左到右依次展现的是抗震救灾、感恩祖国、憧憬未来的场景。这座雕塑长11.6米、宽3.5米，成为馆内最吸睛的部分。整个展览分为“党的光辉照边疆”“众志成城铸同心”“家园重建展新颜”“珠峰儿女心向党”四个单元，以图片、文字、视频、实物等形式呈现，最引人注目的是抗震救灾和灾后重建部分。

随着一张张图片定格，一帧帧画面播放，基层党员干部冲锋在前、“金珠玛米”们争分夺秒搭建帐篷、应急消防救援队转移物资、公安干警巡逻值守、“白衣天使”紧急救治伤员……抗震救灾的一幕幕仿佛在眼前一一重现。

“设置357个安置点，安置人员49977人”“搭建帐篷8214顶，紧急调运物资共计61.2万余件（个）”“定日县180个驻村工作队625名党员干部就地转为抗震救灾先锋队”“救出253名被困群众，转移安置群众7125户22816人”……一组组数据震撼人心，令参观者唏嘘不已。

步入“家园重建展新颜”单元，森嘎新村沙盘、灾后恢复重建6种户型模型、多媒体影片《森嘎重生记录》等，向参观者全方位展现了灾后恢复重建历程。身处干净整洁的新村中央，俯瞰沙盘里呈现的新村全貌，抚今追昔，令人感慨万千。

“这里的每一张图片都见证了我们的哭和笑，承载了我们整个村庄的记忆。它会一直提醒我们，永远记住所有人对我们的帮助，记住现在的生活有多么幸福。”在村史馆参观的森嘎村村民次旦由衷地感慨道，“我为生在祖国而感到幸福和自豪。”

感恩奋进 守望幸福

——探访日喀则市定日县长所乡森嘎村村史馆

本报记者 马晓艳 杨子彦 旦增嘎瓦