

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，补丁摞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亩田地和一头耕牛，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

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。要坚持社会主义法治化水平。

在海拔5100米的革吉县芝热寺管委会，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 中央广播电视台总台特别节目《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”，扎实推动高质量发展，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上，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”“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，一幅幅画面播放，基层党员干部冲锋在前、“金珠玛米”们争分夺秒搭帐篷、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。

“这里面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。”

民俗竞技展风采



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、拖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体系。

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《河长湖长履责规范(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照“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”。

在推进精细化管护方面，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)河湖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

线”。针对河道采砂管理，该市制定专项整治方案，构建“发现—调查—整改—问责—处置”全链条监管体系，并投入3900万元建设巴宜区绿色产业园区，将12家砂石场统一纳入集中管理，通过“开采—加工—销售—监管”一体化模式，实现砂石资源绿色高效利用。

此外，林芝市统筹推进水生态修复与防洪减灾能力建设，不断巩固水安全屏障。近年来，累计争取资金1.42亿元，实施水土流失治理工程8项，治理水土流失面积401.46平方公里，水土保持率达到93.37%；扎实推进水系连通及水美乡村建设，年新增供水能力2500万立方米，成功创建7个自治区级幸福河湖。

在智慧河湖建设方面，建成市级河道视频监控点64个，集成接入县级监控109路，构建尼洋河城区段信息化防洪预警体系，以科技赋能水环境治理，为河湖安澜装上“智慧眼”。

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、各有关部门通力合作、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、推进中华民族共同体建设，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)

(上接第一版)

拉萨市交通运输局统计数据显示，截至目前，拉萨市出租车(含巡游出租车与网约车)共计7410辆，其中新能源出租车就有5720辆。

为满足人们多样化出行需求，拉萨市在公交车、出租车之外，增加了共享电动车的投放，为短距离出行提供便利。

“学校周围最容易堵车，我接送孩子基本都骑电动车。”拉萨市民拉姆说，“开车需要20分钟，骑电动车只要5分钟，保障了孩子按时到校。”

此外，选择骑自行车通勤的人越来越多。“00后”市民张先生说：“每天在办公室前，一坐就是一天，骑自行车上下班不仅方便，还能锻炼身体。”他有时候还会约朋友一起骑车去拉萨市周边郊游。

随着拉萨市持续构建绿色低碳交通体系，一辆辆新能源公交车、出租车、电动车穿梭在拉萨的大街小巷。人们通过日常出行的点滴行动，以绿色出行、低碳环保的理念守护着高原生态。

(据新华社拉萨电)

永恒的课题

不变的主旨

截至目前，西藏7个地(市)全部跻身全国民族团结进步示范地(市)行列，30个县(区、市)和54家单位成功创建全国民族团结进步示范区示范单位，8家单位被评为全国民族团结进步教育基地，154个集体、204名个人荣获全国民族团结进步模范集体和模范个人称号。

扎牢根脉，同心共建

回溯历史，西藏与各民族人民密切交往交流交融，共同为统一的多民族国家的形成和发展作出了重要贡献。新中国成立后，在中央关心、全国支援下，西藏各族人民走上了共同团结进步、共同繁荣发展之路，与全国各族人民结成休戚与共、命运相连的紧密关系，中华民族共同体意识日益巩固。

新时代新征程，必须把铸牢中华民族共同体意识贯穿西藏民族工作全过程各方面，全面推进中华民族共有精神家园建设，促进各民族交往交流交融，提升民族事务治理体系和治理能力现代化水平，坚决防范民族领域重大风险隐患，推动民

感
恩
探
访
日
喀
则
市
定
日
县
长
所
乡
森
嘎
村
村
史
馆
守
望
幸
福

本报记者 马晓艳 杨子彦 周红雁