

从农奴到经营酒店:

一个牧民家庭经历的时代变迁

新华社记者 陈勇 潘一景 蒋梦辰

2006年,因受到泥石流威胁,仁青曲珍家从山上搬到山下,住进政府支持建设的新房。2015年,她家开起了家庭旅馆,经过几次翻修,逐步发展到如今有50多张床位的酒店。

“小时候,家里只有18平方米的小屋,四口人挤在一起。现在我们开起了酒店,接待远方客人。”去年,仁青曲珍家的总收入超过30万元,生活的底气越来越足。

仁青曲珍的家就在公路边,雕刻精美的藏式茶几上摆满待客的坚果和肉干,橱柜里整齐陈列着各式茶碗,有精致的陶瓷碗,也有藏式的木碗。每逢客人到来,她总会双手托起茶壶,将酥油茶倒得哗啦响。

闲暇时,仁青曲珍最喜欢拿起手机刷短视频或者看电视追剧。“过去在牧区,别说手机、电视,连稳定的电都难以

保障。”仁青曲珍说。

旅游也是仁青曲珍的爱好之一。她曾到北京参观毛主席纪念堂,也曾坐飞机游历四川、云南、陕西、辽宁等地。

“小时候别说是坐飞机,出西藏都不敢想,如今到哪儿都方便。”仁青曲珍感慨。不久前,她的孙女考上了中国民用航空飞行学院,“看到孩子们走得比我心里特别高兴”。

走在甲玛村,柏油路延伸到家家户户的门口,一栋栋藏式小楼错落伫立在整洁的街道两旁。村子附近的田野里,传来机器轰鸣声,仁青曲珍的儿子阿旺强巴和村民们正忙着收割牲畜越冬的饲草。

甲玛村村主任旦增桑珠介绍,在国家补贴政策支持下,村民们以优惠价格购置了农机具,如今几乎家家都用上了现代化割草机。

仁青曲珍家养了50多头牦牛,“自从用上割草机,饲草收割方便了许多。”阿旺强巴说。

牦牛产业已成为当地牧民增收的重要支撑。且增桑珠介绍,甲玛村共有440户、2102人,牲畜总数达到2.8万头,人均可支配收入逐年稳步增长。

2024年,西藏农村居民人均可支配收入突破2万元大关,达到21578元,增长8.3%,增速位居全国第一。

夕阳下,仁青曲珍家的小楼飘出了饭香。草原上,归家的牧民哼着歌,影子被拉得很长。

从农奴到村医,从土坯小屋到现代酒店,从“吃不饱”到“年人30多万”……在这片广袤的雪域高原上,越来越多农牧民家庭正在乐享属于自己的新生活。

(据新华社拉萨10月11日电)

推动建设更高水平社会主义法治国家具有重大意义,要坚持用习近平法治思想引领全民普法工作,聚焦法治宣传教育,以法律实施为契机,扎实做好“八五”普法总结和“九五”普法规划谋划。要持续提升普法工作的针对性和实效性,推动法治宣传教育融入法治实践、基层治理和群众日常生活。要认真学习践行习近平总书记关于网络强国的重要思想,持续巩固壮大网上主流思想舆论,聚焦“四件大事”聚力“四个创建”,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和战略性任务,运用好人工智能等新技术新手段,有效提升新时代我区网络安全工作质量和水平。

会议还研究审议了其他工作事项。

自治区党委宣传部2025年第13次部务会会议召开 汪海洲主持并讲话

本报拉萨10月12日讯(记者 杨小娟)11日,自治区党委常委、宣传部部长汪海洲主持召开自治区党委宣传部2025年第13次部务会会议,传达学习习近平总书记近期重要讲话、指示、致词、文章精神,以及自治区党委有关会议和王君正书记讲话精神。

汪海洲指出,《中国共产党思想政治工作条例》通篇贯穿习近平新时代中国特色社会主义思想,系统总结了新时代思想政治工作的理论和实践经验,是做好新时代思想政治工作的根本遵循。全系统要持续加强学习、强化宣传引导、狠抓贯彻落实,确保思想政治工作各项举措落地见效。

汪海洲强调,制定《中华人民共和国法治宣传教育法》是深入学习贯彻习近平法治思想的重大举措,对于

中央媒体看西藏

拉萨以北约170公里,当雄县羊八井镇甲玛村,秋日的阳光洒在窗台上,70岁的仁青曲珍坐在自家宽敞舒适的客厅里。

“小时候,我的身份是农奴,”她回忆道,“常常填不饱肚子,衣服一遍遍缝补,破旧又难穿。”

波澜壮阔的民主改革,改变了仁青曲珍的命运。1965年,西藏自治区成立。1970年,仁青曲珍被选送学习藏医,学成归来后成为村里的一名医生。

“那时候工资每月只有9块钱,但能为乡亲们看病,我觉得特别光荣。”此后,她又先后担任村妇女主任、妇联委员等职务,为村里发展贡献力量。

全民健身 乐享运动

12日,由西藏自治区体育局、西藏自治区体育总会主办,西藏自治区体育彩票管理中心、西藏自治区武术协会承办的2025年西藏自治区全民健身主题系列活动暨太极拳比赛在拉萨市宗角禄康公园举行。

此次比赛分为太极拳与太极器械两个类别,吸引了全区各市地300余名太极拳爱好者参加。他们身着统一服饰,动作如行云流水,身姿若劲松挺拔。老年选手沉稳厚重,尽显太极底蕴,青年爱好者灵动舒展,更添青春活力。太极剑比赛中,银光流转间,器械与身法默契配合,刚劲与柔美相得益彰,赢得在场观众阵阵掌声。

图为活动现场。

本报记者 郑璐 摄影报道



以更优法治供给抓好“四件大事”

——访日喀则市人民检察院党组书记、检察长次仁多吉

本报记者 王香香

近日,就日喀则市各级检察机关深入学习贯彻习近平总书记在西藏视察时的重要讲话精神落实情况,记者采访了日喀则市人民检察院党组书记、检察长次仁多吉。

次仁多吉表示,习近平总书记的重要题词“共建中华民族共同体 书写美丽西藏新篇章”,彰显了总书记对不断铸牢中华民族共同体意识、增进民族团结的殷殷期望。日喀则市各级检察机关将始终坚持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,牢牢把握维护祖国统一、加强民族团结的着眼点和着力点,一以贯之抓好维稳工作,常态化开展扫黑除恶斗争,积极参与社会治安综合治理,助力社会大局稳定。

抓好“四件大事”是一项长期任务。次仁多吉介绍,日喀则市各级检察机关将把高效办好每一个案件作为履行检察监督职责的基本要求,加大对科技创新、文物和文化遗产、生态环境、

“三农”等领域司法保护力度,扎实做好破坏社会主义经济秩序类犯罪惩治、防范化解金融风险、知识产权综合保护等工作,助力西藏经济社会发展大局和谐稳定。

改善民生、凝聚人心是一切工作的出发点和落脚点。次仁多吉表示,要紧密贴人民群众急难愁盼,紧盯社会治理难点堵点,统筹发挥“四大检察”职能作用,切实办好司法救助、支持起诉、检察听证、行政争议实质性化解、

未成年人综合司法保护等为民实事,以更优法治供给解决群众操心事、烦心事、揪心事。

西藏必须坚持生态优先、绿色发展。次仁多吉表示,要更加有力服务创建国家生态文明高地,有力深化生态领域检察监督与生态环境综合执法体系衔接,持续推进“亚洲水塔”保护专项行动,探索加强冰川、生物多样性等检察监督,坚决打好蓝天碧水净土保卫战、生物多样性保护持久战、农村环境整治攻坚战,以办理高质效案件助推高原生态环境保护。

次仁多吉说,检察机关将主动延伸法律监督触角,创新完善检察便民利民便民举措,加强抵边村镇检察联络服务,推进“强边护边司法保障”活动,依法打击涉边犯罪、护航国防建设、促进边境治理,以检察力量助力固边兴边强边。

文明在中华文明多元一体格局中的历史地位切入,提出深化区域联合考古研究的具体方案,并分享了国内外遗址保护性展示的先进经验。

据悉,本届研修班由中国藏学研究中心主办,中国藏学研究中心科研业务办公室、藏医药研究所、北京藏医院联合承办,不仅为藏医药工作者提供了高层次的学习交流机会,还有效促进了专业人才的成长与学科体系的完善,为藏医药的传承创新和现代化发展注入持续动力。

第十四届全国藏医药高级研修班开班

本报拉萨10月12日讯(记者 明吉)10日,为期7天的第十四届全国藏医药高级研修班在北京藏医院正式开班。本次研修班以“藏医经典与临床经验”为主题,吸引了来自西藏、四川、青海、甘肃、云南等地的100余名学员参与。

北京藏医院院长高玮表示,藏医药作为中华民族传统医学的重要组成部分,历史悠久、理论体系独特,是中华医药宝库中的璀璨瑰宝。全国藏医药高级研修班的连续举办,不仅为藏医药工作者搭建了高水平的学

阿里地区考古对话活动落幕

象雄文明研究助力铸牢中华民族共同体意识

铸牢共同体 中华一家亲

本报狮泉河10月12日电(记者 洛桑旦增 达珍)近日,阿里地区考古对话活动在阿里博物馆落幕。本次活动由阿里地区行署、中国考古学会边疆考古专业委员会主办,以“发掘阐释象雄考古成果,铸牢中华民族共同体意识”为主题,汇聚全国考古领域专家学者,共同探索边疆文明研究新路径。

据了解,专家学者围绕近年来阿里考古发掘的核心难点、历史文化的跨学科阐释、考古成果的文旅转化模式等议题展开了深度交流。从象雄

文明在中华文明多元一体格局中的历史地位切入,提出深化区域联合考古研究的具体方案,并分享了国内外遗址保护性展示的先进经验。

活动还同步组织了野外实地调查,专家学者一行前往阿里地区2025年新发现的佛塔遗迹文物点,沿遗迹周边展开系统性勘察,初步判断此处并非单一佛塔遗迹,而是一座高等级墓葬遗址。该遗址的发现,为研究象雄时期的跨区域文明交流提供了珍贵的实物证据。

据介绍,本次活动的成功举办,不仅搭建了区内外考古学界资源共享、智慧碰撞的合作平台,更以象雄文明研究为进一步夯实中华文明多元一体的历史根基作出积极贡献。

第十届全区学生“学宪法 讲宪法”活动举行决赛

本报拉萨10月12日讯(记者 王香香 见习记者 土旦仁青)10日,由自治区教育厅主办的第十届西藏自治区学生“学宪法 讲宪法”活动在拉萨举行决赛。

文明在中华文明多元一体格局中的历史地位切入,提出深化区域联合考古研究的具体方案,并分享了国内外遗址保护性展示的先进经验。

活动还同步组织了野外实地调查,专家学者一行前往阿里地区2025年新发现的佛塔遗迹文物点,沿遗迹

周边展开系统性勘察,初步判断此处并非单一佛塔遗迹,而是一座高等级墓葬遗址。该遗址的发现,为研究象雄时期的跨区域文明交流提供了珍贵的实物证据。

据介绍,本次活动的成功举办,不仅搭建了区内外考古学界资源共享、智慧碰撞的合作平台,更以象雄文明研究为进一步夯实中华文明多元一体的历史根基作出积极贡献。

昌都组团亮相中国西部(重庆)国际农产品交易会

本报昌都10月12日电(记者 贡秋曲措)近日,第二十二届中国西部(重庆)国际农产品交易会(简称西部农交会)在重庆国际博览中心举行,昌都市组织十一县(区)及经开区组团参展。

本届西部农交会上,昌都市精选有机茶叶、天然饮用水、冬虫夏草等特色产品集中展示。这些产品一经亮相便吸引了大批采购商与市民驻足咨询。

从“光着脚逃命”到“坐飞机送娃上学”

(上接第一版)

居住环境是时代变迁最直观的缩影。1964年,哥哥旦增群培建起了拥有“两根半柱子”的婚房,1988年,家里的余粮换来木材,建起全村第一栋二层楼房。2019年,全家迁入当许社区新建的现代化藏式阳光暖房。

在多吉家客厅柜子最高处,一个蒙着洁白哈达的搪瓷缸被奉为传家宝。缸身上“为人民服务”的红字历经岁月依然醒目。这是1959年解放军送给父亲拉旺的。1962年,哥哥旦增群培成为家族的第一名共产党员,父亲郑重地将搪瓷缸传给了他。

2002年“七一”建党纪念日,哥哥又为侄女佩戴上党员徽章。如今,已有17枚党员徽章别在多吉家

族成员胸前。

时代的车轮滚滚向前。2024年藏历新年,越野车的喇叭声打破了村庄的宁静。小侄孙兴奋地举着手机向多吉报喜:“舅公,我被上海交通大学录取了!”手机屏幕上,“信息技术专业”的电子录取通知书格外耀眼。

“当年哥哥光着脚逃命,如今我们坐飞机送娃上学。”多吉细数着家族的变化:这些年,家中走出了18位大中专毕业生、12名公务员。

暖房窗外,重孙女的无人机掠过喇嘛森康遗址修复后的三层土楼,螺旋桨的气流在房顶嗡嗡作响。

暮色渐浓,多吉望向自家房子,家门口的太阳能路灯准时亮起,投下洁白的光晕。他摊开手掌,风轻轻卷走了掌心的旧土。

文化扎根高原

(紧接第一版)目前,西藏共有76个县(区、市)艺术团、153个民间藏戏队、395个乡镇文艺演出队和5492个建制村(居)文艺演出队。

公共文化服务正成为推进乡村全面振兴的新引擎。在日喀则市江孜县一处文化站,当地妇女学习藏族传统刺绣,生产的手工艺品销往国内外。“以前农闲的时候,没啥事做。现在学了刺绣,既能传承手艺,还能增加收入。”当地妇女央宗说,自己一个月可以赚3000多元。

数字化为公共文化服务注入新动能。西藏公共文化云平台上线后,只需一部手机,群众就能随时随

地观看藏戏、学习传统手工艺、参观博物馆。那曲市聂荣县下曲乡的牧民次热阿宗,通过该平台学会了传统编织技艺,增加了收入。“文化站的老师还会通过视频远程指导我设计新图案。”次热阿宗说。

从草原牧区到边境村落,从传统非遗到数字平台,西藏的公共文化服务正以更加丰富的形式融入群众日常生活。这些看得见、摸得着的文化福祉,既丰富了群众的文化生活,也助力了增收致富,为雪域高原注入了催人奋进的精神力量。

(转载自《人民日报》2025年10月11日第5版)

幸福浸润万家

地观看藏戏、学习传统手工艺、参观博物馆。那曲市聂荣县下曲乡的牧民次热阿宗,通过该平台学会了传统编织技艺,增加了收入。“文化站的老师还会通过视频远程指导我设计新图案。”次热阿宗说。

从草原牧区到边境村落,从传统非遗到数字平台,西藏的公共文化服务正以更加丰富的形式融入群众日常生活。这些看得见、摸得着的文化福祉,既丰富了群众的文化生活,也助力了增收致富,为雪域高原注入了催人奋进的精神力量。

(转载自《人民日报》2025年10月11日第5版)