2026年6月22日 星期一
一版编辑：赵瑞阳 本版编辑：王永红 见习编辑：刘长祥 邮箱：xzrbyaowen@163.com
西藏日报

探索那曲市索县体育人才辈出的密码——

从草坝子走向世界之巅

本报记者 米兰拉姆 赵书彬 万靖

“次白加布登顶珠峰”“扎西旦珍在国际滑雪登山赛场屡创佳绩”“曲尼格桑在全国残特奥会独揽4金”……

来到索县采访，县委宣传部的工作人员向记者介绍起了家乡的体育健将，语气里满是藏不住的骄傲。

索县，平均海拔4100米，总人口5万余人。这座高原小县，接连走出在国内国际赛场崭露头角的运动员，令人惊叹之余也引人深思：这片土地何以能源源不断地孕育体育人才？背后又藏着怎样的“密码”？

两天的追踪采访中，记者发现：秘密就藏在这片草坝子上、传统体育的良好传承里，以及近些年一步步搭建起来的体育人才培养体系中。

草坝子上的体育传承

索县热瓦乡的草坝子上，几块大石头常年卧着。闲暇时，男人们比试抱石头——这不是健身房中的锻炼，而是热瓦乡群众一直延续的生活方式。

热瓦乡有着“大力士之乡”的美誉。这份称号，来自一次次在抱石头、拔河等传统体育赛事中斩获的佳绩，更来自家家户户对传统体育项目发自内心的热爱与传承。

“索县的传统体育氛围特别浓厚，各乡镇都有自己的强项，像热瓦乡的抱石头、荣布镇的赛马……老百姓农闲时就在草坝子上比试，一代传一代。”索县教育局（索县体育局）体卫艺科负责人洛桑青热告诉记者。

索县2020—2025年体育获奖统计表，为这一说法提供了注脚：那曲市赛马节抱石头项目，年年有选手站上领奖台；男女混合拔河赛连续五年夺得第一；押加项目从2024年起呈现多个重量级别前两名均被包揽的态势。

去年9月，索县首届残疾人运动会在第一小学举办。赛场上，旱地冰壶、射箭等现代项目与抱石头、押加等传统体育项目同步进行。索县教育局副局长、体育局局长刘英介绍：“把抱石头、押加项目放进残疾人运动会，就是想让传统体育项目活起来，让更多人参与。”

校园里的人才培养

来自比如县扎拉乡的丹增赤列，选择在索县第一中学就读，正是看中这里的体育氛围。6月12日，他在足球特长生选拔现场通过初筛，显得格外开心。他曾在校运动会上打破纪录：1500米5分09秒，400米59秒。

“寒假时，我每天早上帮家里放牛，放牛途中边赶着牛群边踢球玩。”丹增赤列告诉记者。

2025年，索县第一小学成为那曲市青少年足球人才培养改革试点学校，当年招生24人，覆盖索县、比如县、巴青县的小学五年级学生。

在索县，体育早已经融入校园日常，从小学到中学，各类体育活动常年开展，让热爱体育的孩子早早找到展示自己的舞台。“足球、篮球兴趣班已办了十多年，周末还有集中训练。”索县第一中学副校长普布次仁说。

为了给有天赋的孩子们提供更好的成长路径，索县近年来不断完善体育人才选拔培育机制，打通向上级体育部门、专业运动学校输送的通道，让从草坝子、校园里走出来的好苗子，能得到更系统专业的训练。

赛场上的奋勇争先

从草坝子到走上世界之巅，索县选手正在更大的舞台上完成一次次突围。

2025年6月5日，22岁的次白加布站上了世界最高峰——珠穆朗玛峰顶。2021年进入西藏登山学校的他，四年内完成从6000米到8848米的逐级挑战，登顶时，他高举“我在世界之巅，向那曲人民问候”的横幅，向家乡致意。

运动员扎西旦珍的职业轨迹更是横跨三个项目：2014年以竞走训练开启运动生涯，2017年借国家体育总局备战北京冬奥会的跨界跨项选材转项为越野滑雪，2021年再转滑雪登山。“在一次训练中我意外摔倒，导致脚部骨折，当时心情特别低落。但在教练员和队友、康复老师、家人的开导和鼓励下，再次踏上了训练场。”扎西旦珍回忆。如今，在索县的家中，墙上挂满了扎西旦珍获得的奖状与奖牌。

来自索县热瓦乡的曲尼格桑，在全国残特奥会上独揽4枚举重金牌，她和队友次仁琼达、扎巴索朗封闭训练两个多月，三人最终斩获6枚奖牌。“从昔日走路都困难，到如今在国家级赛场摘得四枚金牌，这是我从未敢想象的。”曲尼格桑的家长德穷说。

在一个个运动员突破的背后，是当地浓厚的人文与社会氛围。在索县，每当运动员比赛后返乡，老百姓都会自发带着哈达迎接，乡间道路两旁站满欢迎的人群。这种仪式感，让“体育好”成为索县人眼中最值得骄傲的事情。

从热瓦乡的石头到校园的绿茵场，从农牧民的自发比试到专业体系的层层选拔，热爱与传承在这片高原上交相辉映。草坝子上的故事还在继续，校园里的种子正在萌芽，索县体育的未来，值得更多期待。

才让太在拉萨调研时强调

强化宗教界人士思想政治引领和法治教育 积极引导藏传佛教与社会主义社会相适应

本报拉萨6月21日讯（记者 **王超**）近日，区党委常委、统战部部长才让太在拉萨市大昭寺、甘丹寺、哲蚌寺、色拉寺等地调研，代表自治区党委和王君正书记看望慰问宗教界代表人士和寺管会干部，并开展座谈交流。

才让太指出，要深入学习贯彻习近平总书记关于宗教工作的重要论述，全面落实新时代党的宗教工作理论和方针政策，确保我区宗教工作始终沿着正确政治方向前进。

才让太强调，要强化思想政治引领，引导广大宗教界人士特别是年轻僧人听党话、感党恩、跟党走，爱国爱教、守法守戒。要依法规范管理宗教活动场所、宗教活动和寺庙僧尼，认真落实《西藏自治区宗教事务条例》，不断提高宗教事务治理法治化水平。要切实履行寺管会教育管理服务职能，发挥寺庙管理长效机制作用，压实工作责任，多做凝聚人心、汇聚力量的工作，切实维护寺庙和谐稳定。要传承弘扬藏传佛教爱国爱教优良传统，引导寺庙僧尼和信教群众不断增进“五个认同”。要发挥宗教界代表人士作用，深化拓展宗教界“三个意识”教育，深化“学法规、守戒律、重修为、树形象”教育活动，将教义教规阐释成果融入僧尼教育管理、融入日常讲经说法、融入寺庙各项工作，推动藏传佛教健康传承发展，积极引导藏传佛教与社会主义社会相适应。

阿里地区招商引资推介会在河北廊坊举办

本报廊坊6月21日电（记者 **姚闻** 通讯员 **黄玲霞**）近日，2026年中国·廊坊国际经济贸易洽谈会阿里地区招商引资推介会在河北省廊坊市举行。本次活动由阿里地区投资促进局主办，全面展示阿里地区独特资源禀赋、特色产业优势和广阔投资前景，精准开展对外招商推介、产业对接和经贸交流。

阿里地区地域广袤壮阔、自然风光独特、历史文化厚重，坐拥冈仁波齐、札达土林、古格文化遗址公园等文旅资源，象雄文化源远流长、积淀深厚，生态文旅、特色文化、高原体验等产业发展基础扎实、潜力巨大。

据悉，本次推介会系统宣讲阿里地区税费减免、产业扶持、投资奖励等系列惠企政策，明确落地配套举措，全力营造亲商、安商、富商的营商环境。在展区现场，阿里地区18家企业参展，现场展示冈仁波齐文创、牦牛肉、青稞制品、高原制氧设备等特色产品，活动现场氛围热烈，吸引众多参会企业家、客商代表驻足观摩、深入洽谈合作。

阿里地区投资促进局党组书记卢青山表示，此次借助廊坊经洽会平台开展专场招商推介，是拓宽对外开放格局、扩大招商引资半径的务实举措，能够有效吸引优质资本、优势资源、专业人才集聚阿里地区，持续为阿里经济社会高质量发展赋能蓄力、注入强劲动能。

实战砺精兵

近日，林芝消防救援机动支队察隅大队在全国“安全生产月”开展车辆破拆、应急救援实训，补齐道路救援实战短板、提升应急处置水平。

图为参训消防指战员在模拟事故场景下进行伤员转运。

本报记者 **谢筱纯 王珊** 本报通讯员 **吴蕾蕾** 摄影报道

《浸润与融通——西藏各民族交往、交流与交融的故事》汉藏双语版新书发布会举行

本报那曲6月21日电（记者 **万靖 赵书彬 米兰拉姆**）近日，《浸润与融通——西藏各民族交往、交流与交融的故事》汉藏双语版新书发布会暨西藏各民族“三交”研讨会在中国人民大学举行，来自国内科研院所、高校、出版行业、主流媒体的专家学者齐聚一堂，围绕西藏各民族交往交流交融的历史叙事与时代价值开展研讨。

据悉，《浸润与融通——西藏各民族交往、交流与交融的故事》汉藏双语版丛书是国家“十四五”重点出版物规划、国家民文资金资助项目；由四川民族出版社策划，中国人民大学国学院副院长黄维忠、中央民族大学原副校长喜饶尼玛主编，分古代、近代、当代三卷。创作团队秉持“尊重历史、立足现实、以史育人”的原则，深入挖掘西藏自古以来各民族交往交流交融的历史故事，将学界研究成果系统整理改编为通俗易懂的故事，在确保历史严谨性的同时，兼顾可读性与传播性。

其中，丛书汉文版于2022年正式出版，并荣获“四川好书”称号。2026年全新推出汉藏双语版本，实现双语同步传播，有效拓宽读物传播覆盖面与受众范围。出版方介绍，前期丛书汉文篇目已在《中国民族报》连载刊出，收获广泛良好社会反响。

中国蜂产品行业大会在山南举行

本报泽当6月21日电（记者 **巴桑旺姆**）近日，以“人间圣地 蜂缘山南”为主题的2026中国蜂产品行业大会在山南市举行。多国蜂业领军人物、国内行业龙头、科研专家、采购商齐聚雪域高原，共探高原蜂产业国际化发展新路径。

本次大会设置主旨演讲、县域产业推介、政企签约、产业基地实地考察等系列活动，直面蜂产业发展难题，交流先进养殖科研技术，打通国内外产销渠道，擦亮山南高原蜂产品特色名片。

西藏夜伴蜂声文化旅游发展有限公司负责人张亮富介绍，西藏蜂产业坐拥独一无二的高原生态，具备打造高端蜂产品品牌的先天优势。

据悉，当地将对标全球食品标准开拓海外市场，借助国际资源补齐品牌短板，持续完善全产业链体系，推动西藏蜂产业走向标准化、品牌化、国际化。

于圣杰的“三线出击”

本报记者 万慧 贡秋曲措 平措郎加 温凯

新时代奋斗者

短短半个月，见到了于圣杰三次，但每一次他都来去匆匆。

第一次采访，刚聊了不到半个小时，就通知他开会；第二次采访，所幸刚好聊完，他又接到了手术通知。

两次采访间隙，晚上9点的昌都街头，记者打出租车时，居然与于圣杰“抢”到了同一辆车。

“不好意思，有台紧急手术，我得立刻赶过去，能不能把车让给我。”他匆忙地说。

去年7月，时任重庆医科大学附属第二医院医务处副处长的于圣杰，从重庆奔赴昌都，担任昌都市人民医院党委副书记、院长，开启了“三线出击”的援藏生涯。

身为院领导，他要负责全院的行政工作；身为援藏专家，他平时要在门诊坐班；遇到重大手术，则要亲自上阵。

刚到昌都的第一个月，他就组织开展门诊专科化精细化管理，出台政策激励医生出诊，患者门诊就诊量及就诊体验都显著提升。又进一步推动住院科室精细化管理，先后完成了内二科、外科、五官科、内一科的系统分科。他还主持修订医院制度，设定每周二为临床沟通日，每周三为管理日。

“以前来医院看病都不知道内一科、内二科的诊疗范围是哪些，现在心血管内科、骨科、眼科这些科室都单独分了出来，看病时心里清楚多了。”谈起就诊体验，群众巴桑卓玛深有感触地说。

今年5月，于圣杰主导完成了昌都市人民医院一站式体检中心改造工作。如今，医院的核心体检项目集中设置在同一楼层，体检人员再也不需要楼上楼下往返跑。医院还完善智慧门诊建设，病人在医院微信公众号上就可以进行在线缴费等项目。

援藏不到一年，除了行政工作之外，于圣杰还完成门诊接诊700人次、手术60余台次。“院长亲自看病”的消息在昌都不胫而走，吸引了不少患者慕名前来。

“作为一名20多年党龄的党员，这都是我该做的。还有两年，希望通过自己的努力，帮助昌都医疗事业取得新的进步。”于圣杰说。

实干惠民 一路畅通

（上接第一版）

同时，各站点同步打造便民服务点，免费为过往司机提供饮用水、简餐、常备药品与供氧设备。

线下暖心服务不止于治超站点，高速沿线服务区同样处处见民生温度。

“这里设施齐全还全部免费，跑长途中途做饭、歇脚都省心。”在林拉高等级公路邦杰塘服务区，云南货车司机杨师傅的感慨道出众多长途驾驶员的心声。

记者了解到，标准化“司机之家”免费向过往司乘开放，可供长途货车司机在此休整。站内还配套新能源充换电站，制氧设备随时提供服务。

目前，全区高速公路服务区已建成标准化“司机之家”6个。

线上便民服务同样收获满满好评。打开“西藏交通”抖音账号，评论区满是暖心留言：“辛苦了，向奋斗在一线的工作人员致敬”“辛苦了一线养护工作者”“感谢一线养护工作者”……

坚守在全区国省公路一线的养护职工化身路况主播，轮班出镜播报当天的路况信息与实时天气。这项便民服务从318、109国道等重点路段起步，如今已覆盖全区所有进出藏大通道和重要国省干线的高海拔、地质灾害高风险路段。

“十四五”期间，我区交通运输系统持续前移服务关口，以一件件暖心便民举措践行“建设人民满意交通”理念，用群众出行是否安全、是否便捷、是否舒适检验作风建设成效。

路通业兴，拓宽群众增收渠道

交通是经济社会发展的基础。四通八达的农村公路，是便民出行路，更是产业发展路、群众增收路。

在日喀则岗巴县岗巴镇门德村，一条水泥路直通绵羊养殖专业合作社大门，道路一头连着牧场，一头稳稳连接国道219线。

合作社出纳贡巴家中羊群全部入股集体，每年分红9万余元。谈起通车前的景象，他说：“以前合作社门前没有硬化路面，进出必须跨河，遇上雨雪天气，只能赶着羊群踏冰转运，羊再好也没有销路。”

自2022年起，这条2公里、车程仅10余分钟的“富民路”不仅解决了岗巴县群众出行难题，也持续擦亮岗巴羊特色产业品牌。

一条条农村公路在雪域高原上铺展开美丽乡村新画卷。

那曲嘉黎尼屋乡的十里桃花、日喀则谢通门县特色温泉小镇、林芝墨脱格林村高山茶园……依托便捷路网成为远近闻名的旅游打卡点。

“十四五”期间，全区新改建农村公路6595公里，农村公路总里程达9.44万公里，乡镇、行政村通畅率分别达到100%、92.48%。

雪域大地的交通变迁润物无声，重塑高原各族群众生产生活图景，也为西藏高质量发展注入源源不断的活力——

随着交通通达水平持续提升，农牧民翻山越岭、长途奔波求学就医的过往成为历史，优质医疗、教育资源直达偏远农牧区；

四通八达的路网有效降低物流运输成本，各类高原农特产品走出深山、行销全国；

多元便捷的进出藏通道吸引各地游客纷至沓来，文旅产业发展势头强劲；

遍布城乡的公路更是促进民族团结、守好边疆的重要纽带，各地群众往来互动愈加密切，各民族交往交流交融不断走深走实。

……

新征程上，全区交通战线正传承弘扬老西藏精神、“两路”精神，以道路为卷、实干为笔，铺就各族群众共同富裕的奋进之路。

（上接第一版）

现在用手机扫码便能完成收派件操作，物流全过程在系统中清晰可见。美朵曲桑说：“新技术为我们减负，帮我们更好地将包裹准时送达。”

数据记录着发展：站点单量3年涨了10倍。2025年，当地包裹最快能实现当日达——上午9点前下单，下午就能送到。

美朵曲桑感受到物流行业对家乡的改变，“在浪卡子县，原先人们很少网购。随着物流更快、更准时，我父母购买生活用品时，网购也是第一选择。”同时，松茸、牦牛肉等高原特产也经站点走出山南、销往各地。“寄递网络像一条条哈达，把高原与其他地区紧紧连在一起。”美朵曲桑说。

随着网购走进大家的生活，更多本地居民来快递站点应聘。“收入怎么样？”“工作量如何？”求职者细致询问，美朵曲桑耐心回答，就像在给当初的自己答疑解惑。

站点工作人员王旭龙就是美朵曲桑带出来的。两年前，他来此求职，美朵曲桑带着他摸索物流行业的门道。如何分配配送路线，怎么提高配送效率，和客户打交道时需注意什么……美朵曲桑教得用心，王旭龙学得认真。

很快，王旭龙成为站里独当一面的业务能手。“在工作中，我尽力帮助新人更快进入工作状态。”美朵曲桑说。

“刚毕业时，我是本地较早从事物流工作的人，也曾有不明白的事。随着越来越多伙伴加入，乡亲们的认可也越来越多，我很有成就感。”美朵曲桑说。

据了解，为推进大学生就业，西藏自治区人力资源和社会保障厅持续完善就业政策支持体系，优化就业经办服务，以维护合法权益、提高服务水平为重点，搭建平台企业和新就业形态劳动者的服务供给链条，确保政策落地、保障升级、服务精准。

（转载自《人民日报》2026年6月21日第2版）