2026年11月13日 星期五
本版编辑：曾范国 赵文慧 美编：周科 邮箱：xzrbzks@163.com
西藏日报

高原沃土生金 群众增收有道

——西藏促进农牧民持续增收工作纪实

本报记者 曲珍 李梅英



▲日喀则市江孜县大力推进农业机械化生产，保障粮食稳产丰收。图为农机在田间开展青稞收割作业。 本报记者 曲珍 摄



◀那曲市比如县吉庆村阿玛曲姆拉热农牧民专业合作社规模化发展青稞种植产业，延伸糌粑加工产业链，助力乡村产业振兴。 本报记者 曲珍 摄

金秋时节，高原大地青稞归仓，藏北牧场牛羊肥壮。9月23日，2026年中国农民丰收节西藏主场活动在阿里地区噶尔县加木村开幕，50余家农牧业龙头企业、专业合作社携数百种高原特色产品亮相“丰收大集”，线上线下购销两旺，丰收图景映照出农牧民持续增收的喜人态势。

增加农牧民收入作为全区“三农”工作的中心任务，是检验高质量发展的关键指标，也是实现共同富裕的迫切要求。2026年上半年，全区农村居民人均可支配收入7800元，同比增长8.0%，增速高于全国平均水平1.6个百分点、位居全国第一；全体居民人均可支配收入14406元、同比增长7.8%；城镇居民人均可支配收入30625元、同比增长6.6%，三项收入增速均居全国首位。

放眼全区，“十四五”以来，自治区党委、政府把促进农牧民增收摆在突出位置，着力构建多元协同增收体系。2025年，全区农村居民人均可支配收入达23184元，较2020年增长58.8%，年均增长9.7%、增速位居全国第一，收入排位由全国第23位升至第18位，城乡居民收入倍差收窄至2.5。“十四五”增收工作圆满收官，为“十五五”农业农村现代化奠定了坚实基础。

增收之路如何越走越宽？记者深入拉萨、日喀则、林芝等地采访，努力从一本本家庭账本、一个个富民产业、一项项惠民政策中，探寻高原群众持续增收的密码。

账本之变：从“单一务农”到“四轮驱动”

翻开拉萨市曲水县村民达瓦次仁的家庭账本，纸页间记录着可喜变迁。“早些年，收入几乎全靠几亩青稞地，扣除种子、化肥，一年剩不下多少，遇上灾害，添置生活用品都要精打细算。”达瓦次仁感慨。如今，他把土地流转给合作社，农闲时就近务工，每年稳稳拿到土地租金、务工工资、产业分红三份收入，“一份土地多重收益，日子过得踏实安稳”。

达瓦次仁的账本，是全区农牧民收入结构优化的缩影。“十四五”期间，全区农村居民人均工资性收入、经营净收入、转移净收入、财产净收入年均增速分别达10.2%、7.3%、15.0%、10.1%；工资性收入、转移净收入、财产净收入占比分别提高0.8、4.2、0.1个百分点，经营性收入“一柱独撑”的局面加快改变，“四轮驱动”的增收格局初步形成。

在林芝市朗县，村民次仁罗布今年种植5亩辣椒，收入较去年增加3000多元。“过去最怕销路不畅，现在企业统一供苗、保底收购，不愁卖货。”订单农业让群众种得安心；在日喀则市南木林县，土豆经纪人扎西多吉对接商超、打通销路，带动土豆外销1.51万吨，助农增收2500万元；在日喀则市亚东县帕里镇，牧民扎西加入牦牛养殖合作社，统一收购、统一销售、年底分红，115名社员累计分红410万元。

收入结构之变，背后是增收理念之变。越来越多农牧民跳出单一务农的局限，经营性、工资性、财产性、转移性收入协同发力，农牧民增收的底气越来越足。

路径之宽：从“靠天吃饭”到“链上致富”

产业是农牧民增收的根本依托。立足高原特色资源禀赋，全区各地因地制宜发展特色种养、农畜产品加工、乡村文旅、清洁能源等多元产业，把资源优势转化为群众实实在在的收入。

目前，全区已建成8个优势特色产业集群、11个现代农业产业园，培育189家市级以上农牧业产业化龙头企业，带动数十万农牧民嵌入产业链条。2025年，全区农林牧渔业总产值达397.9亿元，农畜产品加工业总产值96.8亿元，年均增长10.3%以上。小小辣椒做成辣椒酱、辣椒粉深加工，高原土豆经纪人走出大山，藏鸡蛋、艾草等特色种养方兴未艾——“企业+基地+合作社+农牧户”利益联结模式，让广大农牧民分享全产业链增值收益。

产业连着市场，市场连着群众。9月23日，阿里“丰收大集”上，来自拉萨市林周县的网络达人索朗德吉面对镜头推介普兰白青稞：“种植历史可追溯到象雄时期，制成的糌粑口感细腻、口味香甜。”直播间里留言滚动、订单不断，雪域深处的农特产品借网出藏。从田间地头到云端市场，农牧民既要“种得好”“养得好”，更要“卖得好”。

清洁能源、乡村旅游等新赛道同步拓展。朗县依托风光资源布局清洁能源项目，建设期间累计吸纳本地劳动力1443人次，占总用工人数的48.37%，让群众在家门口务工增收。特色种植、畜牧加工、非遗文创、边境贸易、清洁能源多业态协同，农牧民增收正逐步摆脱“靠天吃饭”的传统模式。

政策之实：从“顶层设计”到“最后一公里”

一本本账本、一个个产业，离不开政策体系的强力支撑。今年4月7日，《西藏自治区关于2026年促进农牧民增收的若干政策措施》正式印发，部署实施“七大行动”“十项政策措施”。

这份年度“任务书”目标明确：推动13个农业农村现代化重点产业示范项目年内实施、年内运行、年内见效，攻坚推动农林牧渔业总产值跃升400亿元、第一产业增加值跃升300亿元、农畜产品加工业总产值跃升100亿元。大力实施增收引领行动，力争农村居民人均可支配收入3万元以上的县（区、市）数量达到10个以上；对农村居民人均可支配收入低于2万元的6个县开展增收攻坚行动，确保所有县农村居民人均可支配收入超过2万元；对2025年农村居民人均可支配收入增速低于7%的县（区、市）开展增收加力行动，压实工作责任，强化政策落实；对农村居民人均可支配收入低于2万元的乡镇，由县（区、市）层面制定差异化、个性化增收方案，推动增收工作着力点下沉。

政策的生命力在于落实。自治区层面定方向、出标准，地（市）层面抓转化、强配套，县（区、市）层面优服务、促直达，7地（市）74县（区、市）全面出台个性化、特色化增收政策，形成三级联动的政策格局，并加紧兑现落地。

好政策，群众感受最深。“过去申请路费补贴要跑好几趟，现在符合条件自动到账，太方便了。”拉萨市林周县农牧民次仁顿珠说的，是跨区域就业路费补贴“免申即享”的新变化。在日喀则市江孜县热龙乡，草原管护员边巴扎西一边巡护一边细数收入：管护岗位补贴、草原生态保护补助、耕地地力保护补贴、农机购置补贴按时到账。全区年度草原生态保护补助奖励资金达39.22亿元，拉萨市将生态岗位补助标准提高至每人每年4100元。

以工代赈让群众在参与家乡建设中增收。林芝市察隅县察瓦龙乡以工代赈项目劳务报酬占中央预算内资金比例达50.87%，采用村民自建方式实施；朗县娘村村道硬化以工代赈项目预计发放劳务报酬187万元，带动136名本地群众在家门口务工增收。“十四五”期间，全区累计开展补贴性职业技能培训超52万人次；今年以来，脱贫人口（含监测对象）务工就业21.78万人，完成国家下达任务的114.6%。

县级落实各出实招：察隅县靶向开展机械操作、茶叶种植等技能培训，持续擦亮“察隅新茶农匠”劳务品牌；尼木县发放青稞良种13.5万余斤并跟进全程技术指导，统筹100万元开展电商直播赋能消费促增收，安排50万元工会资金助农采购，全县乡村旅游预计接待游客24万人次、实现收入4167万元以上；贡嘎县培育服务型劳务品牌，把致富带头人、乡村能人培养成劳务经纪人，给予带动就业奖励。

与此同时，低保、医疗、教育等民生保障持续完善，200个高原和美乡村建设项目全部开工，动态监测守牢防止规模性返贫致贫底线。产业奖补、务工扶持、生态补偿、民生兜底“组合拳”落地见效，牢牢守住群众增收基本盘。

增收之路，久久为功。当前，我区以七大行动、十项政策措施推动实现了农村居民人均可支配收入增速全国居首的“开门红”，取得了“十五五”的良好开局。站在新起点，全区将持续深挖增收潜力、拓宽致富渠道，激励各族群众用勤劳双手创造美好生活，奋力书写雪域高原共同富裕的崭新篇章。



▲山南市洛扎县拉康镇一隅。 本报记者 丹增朗赛 摄

◀在日喀则市江孜县，农机在田间开展青稞收割作业。 本报记者 曲珍 摄

西藏推动生态价值转化——绿水青山变幸福靠山

本报记者 丹增朗赛

金秋时节，林芝市嘎拉村村民达瓦坚参正忙着在田间打理作物、清理田垄。他说，过去靠运送砂石、种点蔬菜过日子，随着嘎拉村桃花文旅品牌打响，村里建起采摘种植园，他带头参与管护，还能拿到景区分红、土地流转收益，日子越过越有奔头。

放眼雪域高原，山还是那些山，路却不止一条——过去是砍柴路、放牧路、出山谋生的路，如今是巡护路、产业路、观光路，更是群众增收的致富路。

走进山南市洛扎县拉康镇，民居依山而建，错落有致，山间薄雾氤氲，道路通畅、村容整洁。近年来，当地落实林长制，护林员常年穿梭峡谷巡护山林，持续推进人居环境整治，引导群众转变发展观念，用心守护这片峡谷里的绿水青山。

嘎玛次仁今年51岁，是拉康镇拉康社区的一名生态护林员。“以前这里森林砍伐严重，村民或是上山砍树、或是进山打猎谋生，日子过得紧巴巴。”他回忆。过去，当地群众增收门路有限，长期“靠山吃山”让峡谷山林生态承受不小压力。

随着生态文明建设深入人心，村民的观念也发生了转变。目前，拉康社区有63名护林员，每人每天可领取150元工资。“我们在巡山过程中一旦发现树木病虫害侵蚀痕迹，会及时记录并向上级报告。”嘎玛次仁说。在巡山的同时，护林员们也会主动向周边村民、游客宣传森林防火知识。

山林生态持续向好，也为当地探索文旅融合创造了条件。依托峡谷风光、卡久风景区资源，拉康镇逐步发展藏式民宿，发展林下种植，推出特色民俗节日，把生态优势转化为发展优势，鼓起群众的“钱袋子”。

依托优良生态底色，我区各地深挖本土资源，以文旅融合打开多元增收新空间，让生态好风景变成群众看得见、摸得着的好日子。

今年国庆假期，“幸福西藏·扎西德勒”拉萨国庆特色文旅市集系列活动多点铺开。在拉萨天堂草原景区，成片的格桑花迎着秋风摇曳，80余个特色摊位依次排开，市民游客在拍照打卡的同时，还能购买文创产品，在轻松惬意的体验中感受雪域特色文化魅力。

近几年，近郊休闲游也成为不少市民和游客偏爱的出行方式，林卡经济不断拉长旅游消费周期。“以前国庆假期一过，很多人觉得旺季就结束了，但现在不一样了。每逢周末和节假日，公司运营的林卡营地包房和帐篷预订率分别能达到80%、60%。”曲水景辰文旅有限公司经理吴园园说。

距离拉萨市区200多公里的山南市加查县千年核桃林中，连片古树静静伫立。立足得天独厚的古树生态资源，当地把林果产业与乡村旅游融合在一起，让山林资源转化为群众的增收底气。

“我们9月底采摘核桃，国庆假期就卖出1000多斤，再加上林卡经营收入，一共赚了1万多元。”加查县安绕镇拉岗村村民巴桑笑着说。

巴桑是千年核桃旅游开发合作社负责人，借着获评吉尼斯纪录的“亚洲千年核桃树王”这张亮眼名片，他在林间打造林卡，还计划发展民宿业态，带动乡亲抱团增收、共同致富。

一棵棵古老的核桃树滋养着一方产业，也孕育和保留着这里独特的民俗风情。每逢“望果节”（丰收节），村民便会围着古树跳起非遗舞蹈“哲巴卓舞”，鼓点声声诉说着高原时代延续的农耕故事。

人们来加查，不再是走马观花，而是在核桃园林与“亚洲千年核桃树王”拍一张合影、在林间喝一杯清茶，或者观赏“哲巴卓舞”、体验木碗制作，离开时选购新鲜核桃或者核桃油，把林间收获带回家。

业态多点开花，服务提质是文旅产业长久发展的关键。自治区先后出台《财政支持文化旅游产业高质量发展十二条措施》《西藏自治区文化旅游产业发展规划（2025—2035年）》等政策，各地持续补齐基础设施短板，完善游客服务中心、观景平台、公共厕所、停车场地等配套，推进高海拔景区应急保障、供氧服务建设，从配套完善、市场监管、人才培育等多方面持续发力，推动文旅产业从“量的增长”转向“质的提升”。

文旅融合的红利，实实在在转化为农牧民的增收成果。数据显示，今年上半年，全区农村居民人均可支配收入7800元、同比增长8%，增速位居全国第一。一批又一批农牧民通过开办民宿、运营林卡、售卖特色手工艺品等，在家门口实现稳定增收。

山路变富路，青山成靠山。我区的生态经济，正越走越宽。