

四个关键字,看民族团结在雪域高原开花结果

新华社拉萨电 近日,记者随“雪域高原焕新貌”调研采访团来到西藏。广袤高原上,从绿意盎然到民生暖意,从民族交融到兴边富民,焕新之变无处不在,涵养出愈发绚烂的民族团结之花。

“绿” 守护好生灵草木、万水千山

9月的藏东南,尼洋河畔绿意葱茏。今年3月在河畔荒滩种下的桃树,枝干渐长,明年春天就会开出粉白的桃花。

“以后这里会像下游的雅尼湿地一样美丽。”林芝市巴宜区林芝镇嘎拉村村民尼玛曲吉说。

2021年以来,雅尼河谷累计绿化国土面积8419亩,来自巴宜区、米林市5个乡镇的村民参与其中,让黄沙不再、枝叶渐长。

种下的是花草树木,改善的是生态环境,提升的是居民生活质量。

“过去这里缺林少绿、荒山秃岭,每天看着光秃秃的山,心情都不好了。”拉萨市民曲珍望着绿意盎然的南山公园,回忆起10多年前的景象。

2021年起实施的拉萨南北山绿化工程,计划用10年完成营造林206.72万亩,

将拉萨打造为青山拥南北、绿水绕古城的生态宜居高原城市。

过去15年,青藏高原正在变湿、变绿。无数人付出艰辛努力,只为守护好这里的生灵草木、万水千山。

“暖” 民生温度标刻幸福

雪域高原上,煮饭做菜不易熟、传统高压锅操作复杂且存在安全隐患,一直是困扰农牧民群众的生活难题。

2022年,西藏自治区经济和信息化厅牵头,组织有关机构、企业成立技术攻关小组,深入不同海拔地市场调研测试,创新研发出更省心顺手的高原多功能炊具。

“使用这种高压锅,单手操作就可以泄压,不烫手、不喷溅;锅盖会显示温度,还有报警功能,更安全。”西藏尚厨炊具科技有限公司副总经理高久和介绍说。

2023年,69万只高原炊具走进农牧民家中。崭新的“高原锅”、丰富的食材,烹饪出幸福的“呀咕嘟(好)”味道。

暖意也在雪域高原上的“天下第一道班”蔓延。

109道班承担着唐古拉山口的道路养

护保通任务。这里被称为“生命禁区”。70年来,一代代高原养路工人在这里深深扎根、甘作路石。

“感谢你们在雪域之巅,一直默默守护这条神奇的天路,温暖了来自五湖四海的人”……救助站里的200多面锦旗、4000余封感谢信,写满过路人对养路人的感激,也映照出一幅幅民族团结的感人画面。

对口援藏工作开展30年来,17个省市和数十家中央企业发挥各自优势,有效助力重大民生问题的改善提升。

新增劳动力人均受教育年限提高至13.1年;400多种“大病”不出西藏,2400多种“中病”不出市地,常见“小病”在县级医院基本就能及时治疗……一件件惠民实事、一项项民心工程,让高质量发展成果更公平惠及各族群众。

“融” 茶和盐巴永不分离

“突切囊(感谢)!突切囊!”今年年初,凛冽寒风中,尼玛次仁和汉族志愿者蓝明峰为一名腿脚不便的病人送去拐杖。临行前,这名受助群众将亲手做的饼子塞到两人手中。

在西藏日喀则市桑珠孜区江洛康萨社

区,各民族群众组成的志愿服务队11年来送医送药、照顾老人……志愿服务队负责人尼玛次仁说:“没有轰轰烈烈,只有各民族群众互帮互助,亲如一家。”

同吃一桌饭、同上一堂课、同感民族情,中华民族共同体意识根植青少年心田。

阿里地区札达县九年一贯制学校广场旁,指着展板上的“扎根雪域高原的玉麦姐妹”,六年级学生扎西旺姆自豪地说:“这些故事我都能用自己的话讲出来。每次讲,大家都凑过来听。56个民族本来就是一家人!”

不只是社区和校园。漫步拉萨,古色古香的八廓街,天南海北的各族商户“比邻而市”;驻足阿里,街头巷尾其乐融融,身着多彩民族服饰的老人、孩子和青年,传递出幸福和喜悦……

中华一家,情深意长。“共居共学、共建共享、共事共乐”的格局已然形成,各民族交往、交流、交融的广度深度不断拓展,“茶和盐巴永不分离”的故事书写着新的篇章。

“兴” 绘就兴边富民新画卷

如今的西藏,21个边境县的经济总量和居民收入持续较快增长,建成624个

边境小康村,各族群众生产生活条件极大改善。

发展是解决民族地区各种问题的总钥匙,也是增强中华民族共同体意识的动力源。

走进日喀则市江孜县班觉伦布村,“阿佳(大姐)”们哼着歌,娴熟操作机器……一双双巧手,编织出彩虹般绚丽的氍毹。

氍毹是藏族群众制作藏式衣物的毛织品,制作工艺已有上千年历史。在上海浦东援藏力量帮扶下,“阿佳格桑工坊”7月正式开放,近30名当地妇女得以在家门口就业。

类似江孜氍毹这样的产业,已成为西藏发展的一张张新名片——

在那曲,“乡村振兴 那曲奋进”活动广泛挖掘乡村能人,助力特色产品走向广阔市场;在山南,核桃树成为“摇钱树”,带活乡村旅游、木碗加工等产业链;在阿里,日土白山羊绒享誉国内外,成为当地推进乡村振兴的“软黄金”……

日子更好,心就更齐。

一步跨千年,同筑中国梦。各族同胞心相通、情相融,志相同、力相聚,同创昨日辉煌,也必将共同迎来新的飞跃。

(采写:舒静 王明玉 魏冠宇)

昆仑仙域,永沐圣光。天宫垂卧,野色苍茫。势守西南,集祥瑞之福地;身临雅鲁,尽川流以涵芳。雄鹰振之羽翅,高原揽胜;幽兰隐于碧草,河谷盈香。唐古拉之寂寂,应是神眷;纳木错之浩浩,何以云妨。冰雪覆之峭岭,牛羊动以春阳。喜物候之温暖,惯声籁之悠扬。佛法遍迹,虔诚寻常。客多美誉,人共康康。疑丹青之洒落,又仙子之新妆。别四时之秀色,独九州之风光。往来接踵,必躬亲而愈爱;周游影密,每心洗而犹昌。世浊不入此处,霞帔漾之明堂。

氏族发于西汉,并统定以隋朝。慨吉雪之土沃,慕松赞之勇骁。宗戚缪力,举争伐于疆域;父子承袭,避豪强而移遥。平荒芜之池沼,号以吐蕃;负石移于群羊,名乎大昭。闻贞观以称臣,适长庆而登霄。后政令以迭改,况动荡

拉萨赋

王铁成

之不消。悲僧侣之魂灭,若木叶之渐凋。间奴隶以揭竿,多集团之兵交。南宋焚毁,莫论农桑渔牧;大元翻修,试以沙玉泥陶。明兴祈愿之会,清研密宗以聊。硝烟或有,战乱偶招。解放自治,复还尘嚣。

山林黛翠,宫墙素红。久伫屋顶,遥指苍穹。辉下重楼叠堡,梦里今古殊同。历千载而韵老,引万邦以忘功。布达拉宫,念文成于唐盛;罗布林卡,遣园景而华从。金光点点,泛珠玉而在侧;涛声隆隆,访喇嘛之行踪。殿灿庙雅,寺掩山雄。湖光潋滟,兰舟暖融。野兔栖之炎夏,碧波

濯锦;牦牛渡以寒冬,银滨邀风。晒佛藏戏,信徒哲蚌寺前;采青挂幡,珍宝药王山中。唯旷莽而难取,诚豁然以塞通。登高而去凡尘,赴此以寻始终。

民皆质朴,性乃藹亲。劳生怀志,守道甘贫。无熙攘之名利,岂顾成败;授节庆以贺颂,荐酬友宾。昔牛王会,考源典以拜祖;今花灯节,彰歌舞而娱身。茶分酥油而成,酒酿青稞以斟。糌粑解饕餮腹,雪顿爽口生津。收乃望果之乐,体则赛马之魂。着美服而勇善,视物我以等均。劝鸟鸟休隐,恐峰岚之啼破;戴月闲步,睹迷途而孰真。归空离相,正觉慧根。一梦佛城,星汉何分:

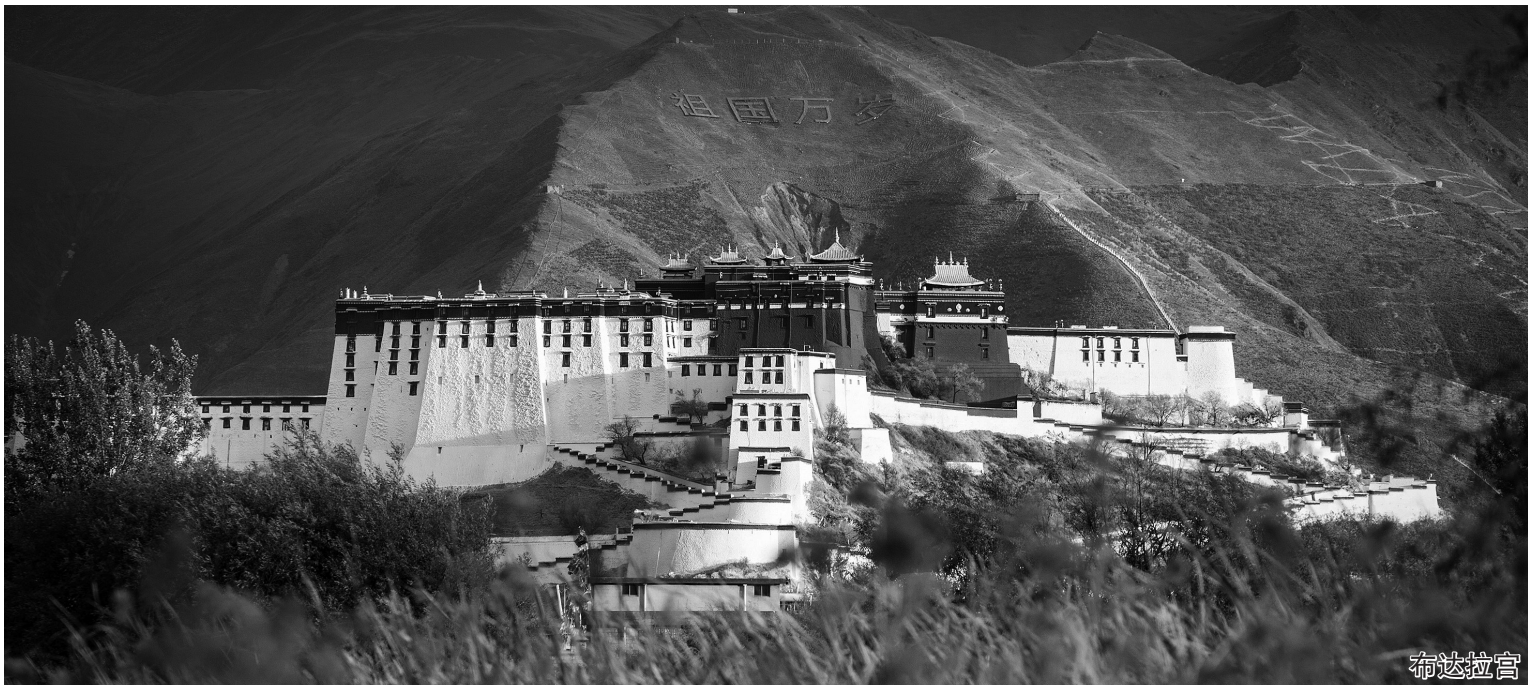
平生拜佛苦沉吟,圣地归来不必寻。宫殿恢宏彰志气,山川清冽洗尘心。甘居幽谷催新草,欲作浮云向野林。万界风光何若是,忽闻梵语已深深。



西藏军区某部近日举办第四届“情系边疆、爱洒高原”集体婚礼,26位新娘自五湖四海而来,与该部官兵携手步入婚姻殿堂。
王雨霏 廖力/摄

拉萨:名城 要城 净城 新城

■图文/拉萨市人民政府



布达拉宫



八廓街



西藏现存最辉煌的吐蕃时期建筑:大昭寺

拉萨,藏语意为“圣地”,是西藏自治区首府城市,是西藏的政治、经济、文化和科教中心,也是藏传佛教圣地。地处西藏中部稍偏东南,位于雅鲁藏布江支流拉萨河北岸,地势总体由东向西倾斜,平均海拔3650米,是一座具有1300年历史的古城。拉萨是历史文化“名城”、藏区稳定“要城”、雪域高原“净城”、改革开放“新城”,也是国家历史文化名城、全国文明城市、国家园林城市、全国双拥模范城市、国家环境保护模范城市、国家卫生城市、中国优秀旅游城市。拉萨史称“逻些”,是我国历史文化的名城。早在公元7世纪,松赞干布兼并邻近部落,统一西藏后,就从雅隆迁都惹萨(今拉萨),建立吐蕃王朝,成为当时西藏宗教、政治、经济、文化的中心,金碧辉煌、雄伟壮丽的布达拉宫,是政教合一的象征。1951年5月23日,西藏和平解放,拉萨城进入了新的时代。1960年国务院正式批准拉萨为地级市。1982年又将其定为国家首批公布的24座历史文化名城之一。拉萨在漫长的历史进程中,经历了文明的洗礼和文化的鼎盛与延续,积累和沉淀了丰厚的文明成果和文化遗产,素以风光秀丽、历史悠久、文化灿烂、民俗民情独特、名胜古迹众多、宗教色彩浓厚而闻名于世。

拉萨市现辖5县3区(当雄县、曲水县、墨竹工卡县、尼木县、林周县、城关区、堆龙德庆区、达孜区)和3个经济功能区(国家级经济技术开发区、柳梧新区、文化创意园区),全市总面积29640平方公里(2.964万平方公里),东西跨距277公里,南北跨距202公里,城市建成区面积73.5平方公里。全市总人口95万、户籍人口54.36万人,有藏、汉、回等38个民族,其中藏族和其他少数民族人口占78.4%。

2023年,拉萨实现地区生产总值

(GDP)834.79亿元,比上年增长9.6%。其中:第一产业增加值29.92亿元,增长7.7%;第二产业增加值328.81亿元,增长10.0%;第三产业增加值476.06亿元,比上年下降9.4%。

拉萨气候属高原温带半干旱季风

气候。气候特点为:辐射强,日照时间长,年日照时数在3000小时以上,素有“日光城”的美誉;干湿季明显,冬春降雨少,天气干燥多大风;雨季降水集中,年降水量为200—510毫米,主要集中在6—9月份,多夜雨;年无霜期100—120天;平

均气温低,昼夜温差大,6月份平均气温为15.7℃,平均最高气温为22.9℃,是一年中温度最高的月份,1月份平均气温为-2℃,平均最低气温-9.7℃,是一年中温度最低的月份,多年极端最高温度为29.6℃,极端最低温度-16.5℃,分别出现

公益广告·各地形象宣传