

西部时报



2026年3月31日 丙午年二月十三 星期二 本期4版 总第1726期
主管主办：中国西部研究与发展促进会 国内统一刊号：CN11-0133 出版：西部时报社

雪域长歌奏华章

——西藏百万农奴解放六十七周年综述

3月28日，是西藏百万农奴解放纪念日。67年前，在中国共产党领导下，西藏进行了波澜壮阔的民主改革，废除政教合一的封建农奴制度，百万农奴翻身解放。

67年来，在党中央亲切关怀和全国人民无私支援下，西藏各族人民团结奋斗创造了改天换地的人间奇迹。特别是党的十八大以来，在以习近平总书记为核心的党中央坚强领导下，西藏步入发展最好、变化最大、群众得实惠最多的历史时期，正以昂扬姿态奋力谱写新时代雪域高原的壮美华章。

改天换地，开启发展进步新纪元

坐落在日喀则市江孜县境内的帕拉庄园，是目前西藏保存较完整的旧农奴主贵族庄园。走进这个占地面积5000多平方米的院子，映入眼帘的是三层庄主楼，从下到上分别是牲畜圈、农奴干活场所、庄主生活起居的住所。

LV女士皮包、欧米茄手表、万宝龙钢笔……这是20世纪50年代帕拉家族的日常生活用品。而在二楼陈列室内，少女小腿骨做成的法号、锁农奴的脚镣、抽农奴耳光用的拍子……让人不寒而栗。

“我母亲拉巴仓决曾是帕拉庄园的朗生（西藏农奴的一种），她们终日辛苦劳作，干活稍有懈怠就遭毒打。”讲解员普布次仁告诉记者，帕拉家族最风光时拥有37座庄园、1.5万余亩土地、3000多名农奴，“母亲曾回忆，苦日子看不到尽头，每天想着天降菩萨拯救她们”。

在奴隶制几乎绝迹的20世纪中叶，世界上最大的农奴制却还存留在青藏高原。在当时，占人口不足5%的官家、贵族和寺院上层僧侣几乎占有西藏全部财富，而占人口95%的农奴却挣扎在死亡线上。

然而，西藏反动上层为了维护农奴主阶级的既得利益和特权，企图永远保持封建农奴制，并于1959年3月10日发动全面武装叛乱。中国共产党顺应历史潮流和西藏人民的愿望，迅速平定叛乱并领导西藏各族人民进行民主改革。

2019年6月，习近平总书记在致“2019·中国西藏发展论坛”的贺信中指出，在中国共产党领导下，短短几十年，西藏实现了历史上最广泛最深刻的社会变革，百万农奴翻身解放，成为国家和社会的主人。

67年来，在中国共产党领导和全国人民支援下，西藏各项事业取得了举世瞩目的成就。

——2025年，西藏地区生产总值达3031.89亿元，城镇居民人均可支配收入58794元，农村居民人均可支配收入23184元。经济的发展，为改善民生、满足人民群众对更加美好生活的向往提供了坚实的物质保障。

——西藏医疗卫生机构总数达7231家、床位21551张，人均预期寿命提高至72.5岁；每10万人

中拥有大学文化程度人数达11019人；农村居民人均住房建筑面积达41.32平方米。西藏面貌焕然一新，各族群众共享改革发展成果。

——目前西藏自治区共有4.2万多名四级人大代表，其中藏族和其他少数民族占89.2%。雪域高原各族儿女依法行使民主权利，真正成为命运的主宰者。

……
如今，社会主义现代化新西藏建设充满勃勃生机，雪域高原呈现出前所未有的光明前景。

转型升级，推动高质量发展新跨越

3月，雪域高原迎来生机勃勃的时节。地处东南的林芝市，在春风的吹拂下，漫山桃花次第绽放，吸引游客前来观赏。

在这片春景中，嘎拉村借助上千棵百年野生桃树，成为乡村旅游致富的典范。2021年7月，习近平总书记在赴西藏考察时说：“这是老祖宗留下来的福利，送给你们一个桃花源啊。”

受益于生态福利，村民们的日子越来越好。2025年6月，大家收到了习近平总书记的回信。信中的欣喜和祝福之情，从北京传到高原，成为大家创造更加幸福美好生活的强大动力。

今年1月12日，嘎拉村村村民次仁旺杰的手机传来一声清脆的短信提示音，银行卡入账的通知随即弹出。按照每户人数分红，一家7口拿到分红9.6万多元。从习近平总书记考察到亲笔回信的数年间，村里围绕乡村旅游发展持续发力，2025年实现村集体收入863.8万元，户均分红达7.84万元。

嘎拉村的发展变化，是“十四五”时期西藏高质量发展的一角。而清洁能源的开发，则让雪域高原走向国家能源战略的舞台。

西藏水能、太阳能、地热能、风能等清洁能源总量丰富，开发潜力大。但在和平解放前，西藏仅有一座125千瓦、仅供少数上层贵族且断续发电的小水电站。

如今，贵族专享电力的局面早已彻底改变，高原清洁能源事业今非昔比。2021年7月，习近平总书记在西藏考察时指出，发展特色产业，加快建设国家清洁能源基地，统筹发展和安全，走出一条符合西藏实际的高质量发展之路。

西藏自治区人民政府主席嘎玛泽登表示，“十四五”以来，清洁能源产业在西藏加速崛起，并成为重要支柱产业。截至2025年底，全区已建、在建电力装机容量突破3300万千瓦，建成电力装机容量突破1300万千瓦，“藏电外送”已覆盖上海、北京、湖南、江苏等十余个省市。

在清洁能源、文旅融合等优势产业的加持下，西藏经济发展质量和效益明显提升。四年来，全区生产总值从2000亿元体量迈上3000亿元台阶。

(下转2版)

让西藏人民生活更加幸福美好

——写在西藏民主改革六十七周年之际

在亿万人民向着“十五五”奋斗目标进军之际，我们迎来了西藏民主改革和百万农奴解放67周年。纪念这一伟大社会变革，西藏人民奋发昂扬，在党的领导下创造更加幸福美好的生活。

从黑暗走向光明、从落后走向进步、从贫穷走向富裕、从专制走向民主、从封闭走向开放，民主改革使西藏社会制度一步跨千年，脱贫攻坚让西藏人民历史性消除了绝对贫困，西藏发展取得的历史性成就、雪域高原发生的翻天覆地变化充分证明，没有中国共产党就没有社会主义新西藏，就没有今天西藏人民的安居乐业和幸福安康。

2025年，习近平总书记率中央代表团出席西藏自治区成立60周年庆祝活动，给林芝市嘎拉村全体村民回信，极大鼓舞了全区上下共建中华民族共同体、书写美丽西藏新篇章的信心决心。从科学有序推进灾后恢复重建，谱写民族团结、守望相助的感人乐章，到雅下水电工程开工建设，几代人的梦想变为现实……奋斗的步伐不惧风雨、坚定有力。

极不寻常的“十四五”时期，西藏地区生产总值年均增长6.3%，五年跨越两个千亿元台阶。城乡居民人均可支配收入从2021年的46503元和16935元分别提高到58794元和23184元，各族群众获得感成色更

足、幸福感更可持续、安全感更有保障。

习近平总书记强调：“人民幸福是最大的人权，发展是实现人民幸福的关键。”今天的西藏之所以步入发展最好、变化最大、各族群众得实惠最多的历史时期，靠的是党中央坚强领导和全国人民大力支持，靠的是西藏各族干部群众共同奋斗、顽强拼搏。

奋进“十五五”，西藏发展站在新的历史起点上。“夯实基础、全面发力”时不我待，让西藏各族人民过上更加幸福美好生活使命在肩。全面贯彻新时代党的治藏方略，坚持稳中求进工作总基调，完整准确全面贯彻新发展理念，扎实推动高质量发展，持续深入抓好稳定、发展、生态、强边四件大事，定能奋力谱写雪域高原长治久安和高质量发展新篇章。

林芝嘎拉村，这个曾经靠砍树烧柴的贫困村，在党的兴边富民好政策引领下，举办桃花节、擦亮“桃花村”、兴建采摘植物园，村民日子越过越红火，仅2025年桃花节旅游收入就达到370万元。

山南江北产业园，主动融入国家“东数西算”布局，探索“数字援藏”新模式，全球海拔最高、西藏首个大规模智算中心“雅江1号”人工智能计算中心投入运营，立足西藏，辐射全国，赋能产业升级。

(下转2版)

“十五五”开好局起好步

秧歌鼓点铿锵，彩扇上下翻飞，64岁的黄风花舞步轻快，“以前在村里经常蹲墙晒太阳，现在能和姐妹们扭秧歌、学剪纸，精神头足得很！”

这里是内蒙古自治区乌兰察布市兴和县旧营村养老服务站，在保障老人基本生活需求的同时，还提供文化娱乐、康复训练等多元化服务，变“独居独处”为“抱团同乐”，实现老有所养、老有所乐。

2023年6月，习近平总书记在内蒙古考察时强调：“要坚持以人民为中心，在发展中更加注重保障和改善民生，补齐民生短板，增进民生福祉”。今年全国两会期间，习近平总书记强调：“要准确把握新形势下人民群众对美好生活新期待和民生工作新特点，着力解决痛点、克服难点”。

中国式现代化，民生为大。翻开“十五五”规划纲要，民生福祉被置于重要位置。5个方面20项主要指标中，民生指标7项，占比超过1/3。奋进“十五五”，认真贯彻落实习近平总书记重要指示，内蒙古深入践行以人民为中心的发展思想，以乡村养老提质、关爱困难群众、夯实基层医疗等为重要发力点，加强普惠性、基础性、兜底性民生建设，加大保障和改善民生力度。

提升乡村养老质效，让老人生活更舒心

食堂窗明几净，胡麻油香味四溢，饭菜冒着热气。老人们围坐桌边，唠着家常。“过去老发愁在家生火做饭，在这吃饭便宜又方便。”黄风花笑道。

针对农村老人“吃饭难”问题，内蒙古以村为基本单元布局标准化老年食堂，组建志愿服务队伍，为行动不便的老人提供上门送餐服务。目前，已建成苏木乡镇区域养老服务中心659所，村级养老服务站6404个，2231个老年助餐点让127万老年人吃上家门口的热乎饭。

“十五五”时期，内蒙古将进一步完善县乡村三级养老服务网络，推动养老服务资源向农村牧区延伸，支持建设医养结合型农村牧区养老机构，实现养老服务提质增效。

着力解决群众急难愁盼，让民生底线兜得更牢

鄂尔多斯市东胜区永兴社区，55岁的康玉

内蒙古加大保障和改善民生力度

梅拿出工具，将一户孤寡老人家的玻璃擦得透亮。

由于左手残疾，丈夫又因脑梗卧床，康玉梅家成了低保户。得益于市里打造的“暖城共助”社会救助品牌试点，在享受免费康复保健服务后，她又选择了就业技能提升服务。“经过家政培训，我上门为孤寡老人擦玻璃，不光能挣钱，还能帮助别人！”

从“送钱送物”，到通过购买社会服务方式，为困难群众提供照料护理、技能培训、资源对接等服务类救助，内蒙古持续提升社会救助效能。截至今年2月底，内蒙古城乡低保、特困人员等172.62万名困难群众的基本生活得到有效保障；残疾人两项补贴惠及71.4万名残疾人。

“‘十五五’时期，我们将以数智赋能提升动态监测和救助帮扶的精度、广度，推动‘物质+服务’综合救助模式，形成弱有众扶的‘一张幸福清单’，让民生救助更有温度。”内蒙古自治区民政厅厅长亢学栋表示。

夯实基层医疗服务，让群众就医更安心

3月下旬的通辽市扎鲁特旗春寒料峭，偏远牧点道路泥泞难行。67岁的牧民韩贺喜格宝音的降压药断了2天，血压升至危险区间。

由旗医务人员组建的“萨日朗”健康管理团队前去提供服务。由于车辆通行困难，队员们便下车徒步赶到他家，测量血压、调整用药方案，把小药箱重新填满。“有你们守着，有小药箱备着，我心里别提多踏实了！”韩贺喜格宝音握着队员的手连声道谢。

“健康中国建设，边远地区的这块短板要补上。”内蒙古在全区82个涉农涉牧旗县全面推开紧密型县域医共体建设。截至目前，已有74个旗县达标，2888名县级医务人员下沉基层连续服务超6个月，组建11148个家庭医生团队，重点人群签约率达81.62%。

“到2030年，内蒙古将力争全面建立偏远地区巡回医疗体系，基层卫生健康服务能力与乡村全面振兴、新型城镇化深度适配。”内蒙古自治区卫生健康委主任刘勇介绍。

内蒙古自治区党委书记王伟中说：“牢记习近平总书记殷殷嘱托，内蒙古将更加用心用情用力办好民生实事，不断提升服务精细化水平，持续提升群众的获得感、幸福感、安全感。”

(张彬 吴勇)

导读

沿着总书记指引的方向奋勇前进17

四版转三版

高质量发展看西部 重庆 篇

在重庆高新区美烁卓蓝产业园建设工地上，数十台挖掘机、打桩机轰鸣作业。“通过30年期弹性出让方式，我们拿下了这块土地。”重庆美烁科技有限公司负责人说，“按照以前的政策，工业用地出让年限50年，建设成本要高出不少。”

重庆高新区创新采用“联合拿地+弹性出让”模式，将工业用地出让年限调整为20至50年弹性区间，还通过数字应用为企业智能选址。重庆美烁科技有限公司顺利拿地，并与广东东莞一家企业牵手合作。这是重庆首例在多元化供地办法支持下建设的产业项目。

以灵活供地促进要素市场化改革，正是重庆高新区着力优化营商环境的缩影。重庆高新区不断改善要素保障环境、政务环境和法治环境，加速培育经营主体，推动

高质量发展。

要素有保障，破解发展瓶颈

重庆优特模具有限公司想贷款增加产线，重庆高新区推出“科企梯度贷”，由合作担保机构与合作银行按照8:2的比例进行风险分担。

少了后顾之忧，一家银行向优特模具公司授信500万元。“从我们提交资料到放款，只用了一周时间。”公司总经理雷佳乐说。

针对科创企业“轻资产、融资难”痛点，重庆高新区构建“股权投资+债权产品+服务保障”的科技金融全链条支持体系，培育壮大耐心资本，完善容错机制，让金融“活水”精准滴灌创新企业。截至2025年三季度，区域科技型企业贷款余额达584.9亿元。

支持初创企业发展，重庆高新区从资本、人才、土地、政策等要素全方位强化保障，建设国际人才创新创业服务港和“渝才荟”科学城国际人才港线上服务平台，围绕人才（项目）引进、成果转化、企业孵化、企业成长不同阶段，推出人才认定、项目供需智配、孵化入驻等20余项高频服务“一网通办”，同时建立全链科技金融支持矩阵，为创新创业项目精准匹配资金支持。

服务有效率，优化营商环境

跨维（重庆）智能机器人有限公司在筹备阶段时，便有帮办代办员主动对接。“一次都没跑，所有手续就全办好了，我们‘坐等’证照上门。”公司负责人欧阳女士说。从“最多跑一次”到“一次都不跑”，重庆高新区以数字化改革和主动靠前服务，

持续优化营商环境。重庆高新区组建专业化帮办代办队伍，对招商项目“签约即服务”、重点企业“一对一”跟进，实现55项涉企高频事项全流程帮代办。重庆高新区还突出数字赋能和深化改革“双轮驱动”，强化“一网通办”，依托“渝快办”平台上线事项1319项，网上可办率达82.35%。

作为重庆市要素市场化配置改革的代表，重庆高新区将“放管服”改革推向纵深：“政府采购一件事”平台实现采购计划申报、保证金管理等全流程线上办理，投标保证金“免申即退”；“渝快办”平台让企业申报材料平均减少60%、跑动次数减少80%……

执法有温度，规范涉企执法

2025年3月，重庆高新区打造“信用+

风险”监管执法综合场景，通过差异化监管模式实现“无事不扰、高效监管”。该场景使用以来，企业迎检时间缩短60%，问题发现处置时间缩短50%。

重庆高新区还开展柔性执法，运用简易程序将处理时限压缩60%，减少对企业的干扰。对企业出现的问题，执法人员既告诫说理，又普法宣传，耐心帮助整改。

针对企业反映的“检查频次多、问题整改难”痛点，重庆高新区建立“正面清单”“帮扶清单”“免罚清单”“修复清单”4张清单，强化“事前积极预防、事中审慎考量、事后引导整改”全过程执法服务，优化执法方式，减少执法频次。

土沃方能叶茂。截至2025年底，重庆高新区经营主体达79316户，同比增长4.4%；规模以上研发平台达383家，培育国家高新技术企业551家。

(李增辉 刘新吾)