

以人民为中心 雪域高原笃定前行的成功密码

——写在西藏百万农奴解放 63 周年之际

初春时节，草木蔓发，生机盎然。西藏自治区措美县当许村村民多吉家的阳光房里，鲜花姹紫嫣红。

喝着酥油茶，逗弄着小外孙，多吉一脸惬意。“我是农奴的孩子，生在旧社会，长在新中国，比我的父辈要幸福多了。”多吉说，“新时代出生的孩子，一直生活在春天里，更比我们幸福一百倍哦！”

故事要从 1959 年讲起。那年的 3 月 28 日，西藏人民饱受苦难的历史终于翻到了最后一页，民主改革席卷辽阔的高原，百万农奴翻身解放迎来属于自己的春天。此后，西藏人民在中国共产党领导下，一步步走过民主改革、社会主义建设、改革开放等历史进程，在新时代完成脱贫攻坚任务，如今正和全国人民一道奋进在实现中华民族伟大复兴的康庄大道上。

江河奔涌，雪山印证。西藏不断迈向光明前程的背后，凝聚了中国共产党促进边疆民族地区发展、铸牢中华民族共同体意识、促进共同富裕的实践探索和宝贵经验。

这其中，隐藏着怎样的成功“密码”？

人民的解放：

拥抱自由获新生

82 岁的土丹坚参退休后生活在日喀则市。住在宽敞明亮的藏式别墅里，过着衣食无忧的生活，他说现在很幸福。“家里现在有 6 口人，全家平均每月有 5 万多元收入，这样的日子在原来想都不敢想。”

在土丹坚参的讲述中，我们一起回到了他小时候那段幽暗岁月。1940 年，农奴的孩子土丹坚参在西藏山南出生。9 岁丧母，12 岁丧父，土丹坚参成了孤儿。为了不再当农奴，交不起人头税的土丹坚参逃往拉萨，白天四处乞讨，晚上就睡在街头。

在奴隶制近乎绝迹的 20 世纪中叶，世界上最大的农奴制堡垒却还存留在中国西藏。在当时，占人口不足 5% 的“三大领主”（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% 的农奴和奴隶却挣扎在死亡线上。

历史档案记载，1950 年西藏人口约 100 万，其中没有自己住房的就有 90 多万人。当时的拉萨城区只有 2 万余人，而露宿街头的贫民和乞丐有 1000 多人。

但西藏上层统治集团的一些人企图永远保留封建农奴制。1959 年 3 月，他们在外国反动势力的支持下，公然撕毁关于和平解放西藏办法的协议，发动武装叛乱。中国共产党顺应历史潮流和西藏人民的愿望，迅速平定了叛乱，并领导西藏各族人民进行民主改革。

人民民主政权建立，翻身做主的百万农奴欢呼：“贵族的太阳落下去了，我们的太阳升上来了。”

自此，新世界的曙光，扫清了旧社会的阴霾。翻身农奴第一次拥有了土地、牲畜等生产资料，人民当家作主的社会主义制度照亮雪域高原。

农奴解放的盛况，被在西藏采访的美国作家安娜·路易斯·斯特朗看到，她随后在《西藏农奴站起来》一书中写道：“饥饿将很快结束……西藏人终于获得了自由！”

“喜马拉雅山再高也有顶，雅鲁藏布江再长也有源，藏族人民再苦也有边，共产党来了苦变甜。”走过内有封建农奴主残酷剥削，外有列强环伺虎视的屈辱年代，穿过“为奴隶、为牛马”的晦暗岁月，西藏人民坚定地选择了中国共产党。

对于土丹坚参来说，1959 年西藏民主改革后他翻身解放，不仅第一次穿上了新衣服，还被送到了拉萨的学校读书。“穷

人真的翻身当家作主了，共产党就是我的恩人”。1980 年，土丹坚参光荣地加入了中国共产党，每年国庆节和百万农奴解放纪念日，土丹坚参都会在自家楼顶升起崭新的国旗。

“这辈子亲眼看到西藏的发展变化，尤其是新时代西藏人民生活更加幸福。”土丹坚参说，“听党话，感党恩，跟党走，西藏才能有美好的今天和更美好的明天。”

权利的解放：

民生优先创造幸福新生活

“拉姆”在藏语中是仙女的意思，是西藏女性最常用的名字之一。但如果在旧西藏用大数据为“拉姆”画像，她可能是这样：文盲，被当作“会说话的工具”，没有基本的温饱，平均寿命不超过 35.5 岁……

但对于今天的“拉姆”来说，她可以接受高等教育，可以自由选择自己的职业，有选举和被选举的权利。她能够体面生活，享受公共服务，寿命也大大延长……

拉萨市曲水县的欧珠旺姆就是这样一位新时代的“拉姆”。2000 年起她尝试种植苗木获得成功，便带领村里的妇女成立合作社一起致富。2006 年后欧珠旺姆办起“巾帼夜校”培训班，教授妇女学习法律、文化、卫生健康知识。

西藏自治区妇联统计数据 displays，西藏妇女参与决策和管理比例提高，女性公务员占公务员总数的 33.3%，女性共产党员从 1960 年的 1120 名增长到 2018 年的 11 万名，普通高等教育、研究生教育和成人高等教育中女性在校生比例均保持在 50% 以上。

西藏女性命运在新旧社会的天壤之别，刻画出西藏发展进步的年轮，背后是西藏短短几十年跨越上千年巨变的缩影——

旧西藏 95% 的人口是农奴和奴隶，新时代的西藏现有各级人大代表超过 3.5 万名、政协委员超过 8000 名，90% 是少数民族。

旧西藏没有一所现代意义上的学校，文盲率高达 95%。新时代的西藏实行 15 年公费教育，建立起涵盖学前教育、基础教育、职业教育、高等教育、继续教育、特殊教育的现代教育体系。

旧西藏医疗条件落后，人口增长长期处于停滞状态。新时代的西藏人均预期寿命已由和平解放初期的 35.5 岁增加到 72.19 岁，人口总数从 1959 年的 100 万增加到现在的 364 万。

旧西藏乞丐者遍布城乡。新时代的西



布达拉宫广场(2021 年 3 月 28 日摄) 晋美多吉/摄

藏已经全面建立以养老、医疗、失业、工伤和生育五大保险为主体的覆盖城乡全体居民的社会保险体系。

旧西藏被极端的贫困笼罩。新时代的西藏已经完成脱贫攻坚任务，历史性消除了绝对贫困问题。

……

权利解放，民生优先。中国共产党将改善民生、凝聚人心作为经济社会发展的出发点和落脚点，推动西藏社会面貌日新月异，人民生活蒸蒸日上。

“今天的西藏，已成为中国实现跨越式发展的成功缩影，中国民主人权事业进步的生动写照。”阿根廷汉学家、《当代》杂志主编古斯塔沃·伍表示。

生产力的解放：

70 年跨越千年

“十四五”期间，西藏规划投资 6015 亿元，较“十三五”增长 58%，重点支持保障和改善民生、基础设施建设、生态环境保护、基层政权和社会管理能力建设、特色优势产业发展等领域，进一步助力西藏经济社会高质量发展。

这背后，是以习近平同志为核心的党中央站在实现中华民族伟大复兴的战略高度，聚焦西藏稳定、发展、生态、强边四件大事，为雪域高原高质量发展倾注的大量心血。

西藏曾是我国唯一的省级集中连片特困地区，发展起点低、资源要素缺、治理难度大。如果单靠自身力量，难以跟上时代的步伐。

为此，中央支持、全国支援成为促进西藏发展的重要方式，优惠政策涉及财税金融、基础设施、产业发展、教育卫生、文化保护、生态文明等领域。中央财政对西藏转移支付力度逐年加大，在不同时期相继安排一大批关系西藏长远发展和人民生活的重大工程项目。各援藏单位加大支援西藏发展的力度，1994 年至 2020 年共实施支援建设项目 6330 个，总投资 527 亿元。

一代代中国共产党人前赴后继，在高原上激荡改天换地的力量。2020 年，西藏在岗牺牲的党员干部有 60 多人，是和平



西藏昌都市芒康县索多乡安麦西村(2021 年 3 月 19 日摄，无人机照片) 孙非/摄



观众在西藏百万农奴解放纪念馆参观(2021 年 3 月 28 日摄) 晋美多吉/摄

时期牺牲最多的群体之一。1994 年至 2020 年，16 位援藏干部将生命永远留在高原上。他们以热血灌溉理想的花朵，燃烧信仰的光芒，在雪域高原铸就精神高地。

中国共产党在西藏的实践，在自然条件艰苦、发展资源匮乏地区，探索出一条解放发展生产力的新路径；以国家力量为支撑，在特定区域内投注大量稳定发展资源；以人民幸福为标尺，着力改善民生凝聚人心；以理想信念为旗帜，发挥共产党员的先锋模范作用；以现代化为方向，推

动促进西藏高质量发展。

如今的西藏人民，比以往任何时候都笃定自信。一排排新楼上鲜艳的国旗印证，“听党话，跟党走”成为高原人民坚定的信仰。进入新时代，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，在全国人民大力支持下，西藏脱贫攻坚全面胜利，社会大局更加稳定、经济文化更加繁荣、生态环境更加良好、人民生活更加幸福，一个崭新的社会主义新西藏呈现在世人面前。

(新华社)

纪念 为了更好地前行

——写在西藏百万农奴解放纪念日

社音

1959 年 3 月 28 日，民主改革洪流席卷雪域高原，西藏广大农奴翻身得解放，成为国家和社会的主人，开启了西藏历史发展的新纪元，这是西藏社会发展和人权进步划时代的重大历史事件。2009 年，经中央同意，由西藏自治区人大决定将每年 3 月 28 日设立为“西藏百万农奴解放纪念日”，280 多万西藏各族人民拥有了一个可以铭记历史变革、庆祝翻身解放的重大政治节日。而纪念，不仅是为了不能忘记的过去，也是为了让我们更加珍惜现在，更是为了以史为鉴、勇毅前行、开创未来。

设立“西藏百万农奴解放纪念日”是西藏各族人民牢记民主改革这一伟大历史事件的强烈呼声。已故十世班禅大师曾经指出：“1959 年民主改革以前，西藏处在政教合一、僧侣和贵族专政的封建农奴社会。其黑暗、残酷的程度，恐怕比中世纪欧洲的农奴制度有过之而无不及”。上等等者身贵似金，下等等者命贱如草，民主改革前，十四世达赖家族在西藏占有 75 座庄园、30 个牧场、拥有农奴 6000 多人……其本人手上黄金就达 16 万两之巨，白银 9500 万两之多，珠宝玉器绸缎裘皮更是数以万计。只占西藏人口 5% 的农奴主阶级占有西藏全部资源及生产资料，广大农奴和奴隶命如草芥，遭受着深重苦难。1959 年 3 月 28 日，周恩来总理发布国务院令，宣布解散原西藏地方政府，由西藏自治区筹备委员会行使西藏地

方政府职权，号召西藏人民为建设民主和社会主义的新西藏而奋斗。在西藏掀起了一场彻底摧毁封建农奴制度的翻天覆地的民主改革运动，西藏百万农奴翻身解放，当家作主，成了国家的主人、社会的主人、自己命运的主人，拥有了人身自由和民主、平等的权利。“3·28”是民主改革号角的吹响之日，更是新旧西藏的分水岭。以此为记，就是要不忘苦难、饮水思源。

设立“西藏百万农奴解放纪念日”是西藏各族人民表达翻身喜悦、歌颂美好生活的共同意愿。西藏民主改革 60 多年来，党领导西藏各族人民在满目疮痍、一穷二白的封建农奴制度废墟上建设社会主义，实现了从黑暗走向光明、从落后走向进步、从贫穷走向富裕、从专制走向民主、从封闭走向开放的伟大跨越。1959 年西藏地区生产总值仅为 1.74 亿元。而 2021 年西藏地区生产总值突破 2000 亿元，居民人均可支配收入达 24950 元，截至 2019 年底，西藏 74 个贫困县区就全部摘帽，62.8 万建档立卡贫困人口全部脱贫，历史性消除绝对贫困……现实充分证明，没有共产党就没有社会主义新西藏，只有坚持中国共产党领导，坚持中国特色社会主义道路，坚持民族区域自治制度，才能拯救西藏，才能发展西藏。“3·28”是新西藏进入发展快车道的启航之日，更是西藏各族人民在社会主义制度下创造美好生活的起跑线。以此为记，就是要珍惜当下、坚定信心。

设立“西藏百万农奴解放纪念日”，是西藏各族人民坚定跟党走，推动新

时代西藏长治久安和高质量发展的同心声。

新时代的西藏，在中央人民政府领导和全国人民大力支持下，经过各族人民艰苦奋斗，经济社会的发展和全国站在同一起跑线上，社会大局和谐稳定、经济社会持续快速发展、贫困县全部脱贫摘帽、人民生活水平全面提高、生态安全屏障切实筑牢、民族团结日益巩固、宗教与社会主义社会日趋适应、边疆巩固边境安全，呈现出一派生机勃勃的繁荣景象。习近平总书记任中央第七次西藏工作座谈会上强调，面对新形势新任务，必须全面贯彻新时代党的治藏方略，努力建设团结富裕文明和谐美丽的社会主义现代化新西藏，为西藏全面建设社会主义现代化指明了前进方向，注入了强大动力。纪念西藏百万农奴解放，不忘旧西藏封建农奴制的残酷与黑暗，穿越新西藏六十多年跨越式发展创造的人间奇迹，才能更加清醒地认识到坚定跟党走、坚持中国特色社会主义道路是推动西藏发展的必由之路。“3·28”是回望来时路的整装之日，更是翘首新征程的集结号。以此为记，就是要面向未来、更好前行。

西藏民主改革的伟大成就已经载入史册，站在新的历史起点上，我们要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的治藏方略，切实加强党的领导，促进西藏经济社会发展，创造西藏更加辉煌的美好明天。

西藏民主改革：

属于人民的胜利

孙健

63 年前，一场规模空前的废奴运动在雪域高原席卷开来，仿佛一夜之间，拉萨街头的乞丐、八廓街的铁匠，三江流域的朗生、差巴，羌塘草原的贫苦牧民……这些曾经“除了自己的影子一无所有，死后只剩下一堆灰烬”的西藏百万农奴，获得了生存权和发展权，世界屋脊从此翻开历史全新的一页。

“即使雪山变成酥油，也是被领主占有；就是河水变成牛奶，我们也喝不上一口。生命虽由父母所生，身体却为官家占有。”这首古老的藏族歌谣生动地讲述了农奴的悲惨命运。政教合一的社会形态，森严的等级制度和人身奴役，残酷的政治压迫和刑罚，沉重的赋税和压榨，惊人的高利贷盘剥，占总人口 95% 以上的农奴过着衣不蔽体、饥寒交迫的日子，西藏经济社会的发展更无从谈起……这就是民主改革之前西藏的真实世界。长期遭受残酷压迫和剥削的人民群众，迫切要求摧毁那些桎梏人生存和发展的制度，要求像全中国人民一样实行民主革命、社会主义革命和建设。面对广大西藏人民的殷切希望，审视世界历史发展的洪流大势，中央人民政府决定在雪域高原西藏展开一场轰轰烈烈的民主改革，废除封建农奴制，让西藏百万农奴成为自己命运和西藏社会的主人，以维护广大民众的正当权益。

毛泽东同志曾指出，“人民，只有人民，才是创造世界历史的动力”。西藏民主改革是在中国共产党领导下，驻藏人民解放军、进藏干部和西藏各族人民并肩战斗完成的，说到底民主改革的胜利是属于人民的胜利。1959 年春天，在国外敌对势力的支持下，极少数分裂分子在西藏策划了武装叛

乱。通过对比，人民群众日益觉醒，认清了只有共产党、解放军才是他们根本利益的代表，是帮助他们获得基本人权的依靠者，所以他们积极支援平叛作战部队，主动给解放军带路送信，协助捕捉逃散叛乱分子，为部队当向导、抬担架、搞运输，涌现出支前模范多吉、草原英雄布德等群体。在平息叛乱后的民主改革中，百万农奴更是爆发出巨大的原动力，坚决打破旧制度，彻底挣脱封建农奴制度的束缚，推动西藏跨越式发展。同任何真正的革命运动一样，西藏民主改革中，人民群众是最终的决定力量。

“贵族的太阳落下去了，我们的太阳升起来了。”民主改革后，世代代受尽剥削和奴役的农奴获得了自由解放，分得了 280 多万克（约 18.67 万公顷）土地和其他生产资料，当熊熊烈火烧掉契约和债据时，翻身农奴载歌载舞，庆祝翻身解放。几十年过去，曾经由少数人独享的专属禁地布达拉宫、罗布林卡等变成了世界文化遗产；曾经被称为“乞丐的喧嚣”的格萨（斯）尔被列入联合国教科文组织《保护非物质文化遗产公约》人类非物质文化遗产代表作名录；曾经如乞丐一般的格萨尔艺人成为艺术家，曾经流浪的歌者、舞者变成受人尊重的演员，曾经被视为贱民的铁匠变成工艺师……民主改革使百万农奴从政教合一的神权思想禁锢中解放出来，使社会生产关系得到彻底的调整，使生产力获得极大的解放，焕发出旺盛的生命力。

“青山遮不住，毕竟东流去！”正义事业和人心向背，历来是重大变革取得胜利的决定因素，这是历史的辩证法，也是历史的必然！让人民获得自由，让社会勃发生机，60 余载的实践证明，西藏民主改革，是属于人民的胜利！