

中共中央文献研究室 中共西藏自治区委员会 上海文广新闻传媒集团

大型文献电视片《新西藏》摄制组

新西藏

བོད་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལྟུང་ལོ་



外文出版社

FOREIGN LANGUAGES PRESS

中共中央文献研究室
中共西藏自治区委员会
上海文广新闻传媒集团

大型文献电视片
《新西藏》摄制组

新西藏

གཞིན་པོ་ལྷན་སྐྱེལ་གྱི་ཕོ་བྲང་།



外文出版社
FOREIGN LANGUAGES PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

新西藏 / 中共中央文献研究室主编. —北京: 外文出版社, 2005
ISBN 7-119-04166-5

I. 新… II. 中… III. 社会主义建设—成就—西藏
IV. D619.75
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 079105 号

外文出版社网址:

<http://www.flp.com.cn>

外文出版社电子信箱:

info@flp.com.cn sales@flp.com.cn

新 西 藏

编 著	中共中央文献研究室 中共西藏自治区委员会 上海文广新闻传媒集团
出 品 人	肖晓明
总 策 划	杨胜群
图书策划	郑昭红 邵 东
编 审	沈学明 车明怀
主 编	许 蕾
副 主 编	王 颖
文图编辑	张长江 王香平 念明党
特约编辑	张荣富 廖 频
责任编辑	杨春燕 刘芳念
封面设计	蔡 荣
内文设计	精诚设计 (本书部分图片由陈宗烈、成卫东、杜泽泉、杨逸畴提供)
印刷监制	韩少乙

©2005	外文出版社
出版发行	外文出版社
社 址	北京市百万庄大街 24 号 邮政编码 100037
电 话	(010) 68996047 (总编室) (010) 68995846 / 68326612 (推广发行部)
印 刷	北京京都六环印刷厂
经 销	新华书店 / 外文书店
开 本	16 开 印 张 18.5
版 次	2005 年 9 月第 1 版第 1 次印刷
装 别	平
书 号	ISBN 7-119-04166-5
定 价	68.00 元

17-C-3681P

版权所有 侵权必究

西藏的明天会更好

全国政协副主席 阿沛·阿旺晋美

西藏是我的故乡，对高原的一草一木我都有着深厚的感情。作为一个亲身经历和目睹了近一个世纪西藏历史巨变的老人，又是自治区人民委员会第一任主任，在西藏自治区即将迎来40周年大庆之际，我的心情既激动又颇感欣慰。早就听说中共中央文献研究室、中共西藏自治区党委和上海文广集团联合制作一部大型电视文献片《新西藏》，全面反映西藏和平解放以来半个多世纪的历史变迁，我为此感到高兴，并期盼早日看到电视片的播出。电视片解说词以图文并茂的形式编辑成书，请我作序，我愿意以一名亲历者的身份，说几句心里话，也算作祝贺西藏自治区成立40周年的一份礼物。我要说的是：回首往事，道路曲折漫长，斗争尖锐复杂；放眼现实，成就斐然，欣欣向荣；展望未来，前途辉煌，仍须艰苦奋斗。

这本书里有各种丰富的史料，还找到了很多当事人，比较准确地反映了西藏和平解放后各个历史阶段的发展状况，我读后感到真实亲切。

老年人喜欢回忆往事，过去几十年经历的一切并没有被时光消磨。旧西藏的封建农奴制严重阻碍着社会发展，造成了生产力水平低下，并且停滞不前；广大农奴和奴隶在苦难的深渊中挣扎，这是我亲眼见到的。今天西藏的年轻人也许无法想像半个多世纪前家乡的样子，不用说那时的农牧区。和平解放前的拉萨也只是一个很小的城市，卫生条件很差，城里有很多要饭的乞丐，一些犯人还带着脚镣手拷，在街上向过往行人要吃的。

半个多世纪前，西藏历史迎来了转折性的伟大变迁。1951年，我作为签订“十七条协议”的原西藏地方政府首席全权代表，第一次来到北京，见到了毛主席、周总理、邓小平等老一辈无产阶级革命领袖，他们的音容笑貌至今仍清晰地留在我的脑海里。他们的亲切指示，一直引导我坚定爱国立场，坚持走民主和社会主义道路；应对复杂局面，克服各种困难，做好工作。看到西藏的发展，我更加深切地怀念他们。“十七条

协议”的签订，使西藏实现了历史性的重大转折，西藏从此永远摆脱了帝国主义的侵略，实现了包括藏族在内的中华民族在新的历史条件下的大团结，为西藏的进步和繁荣确立了根本原则，指明了前进的方向，开辟了广阔的前景。此后，西藏社会发生的进步和变化是顺理成章的事。

在“十七条协议”中，有一项重要内容就是要在西藏实行民族区域自治。然而，从1951年西藏和平解放，到1965年西藏自治区成立，经过了14年的时间，这是惊心动魄、曲折漫长的14年。但是，社会要发展进步，人民要当家做主，这是不可抗拒的历史规律。1965年9月1日，西藏自治区第一届人民代表大会第一次会议隆重开幕，会议选举产生了自治机关，我当选为自治区人民委员会（即后来的人民政府）主席。那一天的情景至今历历在目。新修的西藏劳动人民文化宫里，代表们的脸上洋溢着振奋和激动的表情，当我大声地宣布西藏自治区正式成立之后，会场全体起立，爆发出雷鸣般的掌声，所有人在那一刻都禁不住心潮澎湃。这一成果来之不易！

抚今思昔，感慨万千。和平解放半个多世纪来，西藏发生了翻天覆地的深刻变化。民主改革废除了封建农奴制度，极大地解放了生产力，西藏逐步走向现代化。民族区域自治的实现，使昔日连人身自由都没有的农奴成为社会和国家的主人。

多年来，我亲眼目睹家乡面貌的巨大变化。特别是改革开放以来，西藏的发展可以说是日新月异。我记忆当中贫穷落后、封闭停滞的旧西藏已经不见了，高原上正在崛起一个初步繁荣昌盛的社会主义新西藏。作为一名藏族老人，我感到无比的欣慰。

几十年的历程证明了一个真理：在我们这个由各民族共同缔造的统一的各民族国家中，各民族在长期历史发展中形成了同呼吸、共命运、心连心的亲密关系，互相依存，互相帮助，互相学习，走共同团结奋斗、共同繁荣发展的道路，已成为不可逆转的历史趋势。祖国统一、民族团结是西藏发展繁荣的根本保证。任何破坏祖国统一，企图把西藏分裂出去的行为都同西藏人民的根本利益背道而驰，不得人心，更不可能得逞。始终坚持中国共产党的领导，同各兄弟民族紧密团结在祖国大家庭中，坚定不移地走社会主义道路，西藏才有光明的前途。没有共产党就没有社会主义新西藏，没有社会主义就没有西藏各民族的发展进步和人民的幸福生活。

对西藏的未来，我充满了信心。我相信，在中国共产党的领导下，通过西藏各族人民共同团结奋斗，西藏的明天一定更加美好！

西藏自治区成立 40 周年感言

全国人大常委会副委员长 热 地

2005年9月金秋时节，迎来了西藏自治区成立40周年的喜庆日子。抚今追昔，感慨万千。

在党中央的英明领导和及时有力的指导下，在以十世班禅大师与全国政协副主席阿沛·阿旺晋美、帕巴拉·格列朗杰为代表的西藏爱国进步力量和西藏广大人民群众的共同努力下，西藏自治区于1965年9月1日正式成立，开创了西藏历史的新纪元。

由于历史、文化、社会制度、自然地理等各方面的特殊性，使西藏在获得和平解放、民主改革、建立民族区域自治制度道路上，与全国内地各省市、与全国其他民族地区不同，经历了一系列尖锐、复杂、激烈的斗争，经历了坎坷不平、曲折、艰难而又漫长的过程。总的来说，西藏自治区成立的历史进程，我认为大致可分为五个阶段：

第一个阶段，人民解放军进军西藏。建国伊始，毛主席就提出了“解放西藏宜早不宜迟”的重大战略思想，并指出“在西藏考虑任何问题，首先要想到民族和宗教问题这两件事，一切工作必须慎重稳进”，还确定了“进军西藏，不吃地方”的方针。1950年，邓小平同志提出：“进军西藏政治重于军事，补给重于战斗，靠政策走路，靠政策吃饭。”在这些大政方针的指引下，人民解放军进军西藏。

第二个阶段，和平解放。1951年5月23日，中央人民政府和西藏地方政府在北京签订关于和平解放西藏办法的协议（即“十七条协议”）。这个协议的签订，标志着西藏和平解放，实现了祖国大陆的完全解放，彻底驱逐了帝国主义在西藏的势力，巩固了祖国西南边防，翻开了西藏历史崭新的一页；标志着西藏在祖国大家庭中开始了新的建设。

第三个阶段，筹备成立自治区。1954年9月，毛主席建议，可以先成立一个筹备机构，为成立西藏自治区做准备。

1956年西藏自治区筹备委员会成立，毛主席亲笔题词祝贺，陈毅副总理率领中央

代表团到西藏祝贺，并宣读了国务院命令。筹备委员会的成立，为在西藏实行民族区域自治制度，迈出了重大一步；为西藏自治区的正式成立，做了思想、组织、制度上的准备。

第四个阶段，平息叛乱、民主改革。1959年3月10日，西藏上层反动集团在国外势力支持下，蓄意破坏“十七条协议”的实行，发动武装叛乱。3月20日，中央军委命令驻藏解放军对叛乱武装实施反击。3月28日，周总理发布国务院命令，解散西藏地方政府，责成西藏自治区筹备委员会行使西藏地方政府职权。中央同时决定，“边平边改”，对西藏进行全面的民主改革。通过民主改革，彻底推翻了政教合一的封建农奴制度，建立了各级人民政权，西藏人民翻身解放、当家做主、真正成为了国家和社会的主人，实现了西藏社会制度伟大的历史性跨越。这种历史跨越，在人类社会发展史上都是一大奇迹，有力地促进了西藏社会的全面进步。

第五个阶段，自治区正式成立。1965年9月，西藏自治区正式成立，开创了西藏历史的新纪元。

西藏自治区的成立，对维护祖国统一、增进民族团结，对促进西藏政治、经济、社会、文化的全面发展，对改善人民群众物质文化生活水平等各个方面，都具有重大历史意义：它标志着西藏人民民主政权的完全建立，标志着民族区域自治制度在西藏的全面实行，标志着西藏经济社会各项事业的全面发展，标志着中国共产党的统一战线政策和民族宗教政策在西藏全面落实，标志着祖国的统一、民族的团结得到进一步巩固，标志着西藏各族人民从此走上了建设社会主义新西藏的康庄大道。所以，西藏自治区的成立，不仅在西藏历史上具有里程碑的意义，而且在中华民族发展史上也具有特殊重要的意义。

从1951年和平解放到1965年西藏自治区成立，在长达14年的时间内，西藏经历了进军西藏、和平解放、平息叛乱、民主改革等重要历史阶段。每一个重要历史阶段，都是西藏社会发展史上一次重大进步。实践证明，以毛泽东同志为核心的中央第一代领导集体，为进军西藏、和平解放、平息叛乱、民主改革、自治区的成立，所制定的一系列方针政策，完全符合西藏实际，代表了西藏广大人民的根本利益，开创了我国民族工作的崭新局面。这是中国共产党把马克思主义与西藏实际相结合，解决我国民族问题的成功典范。

西藏自治区成立40年来，在以毛泽东、邓小平、江泽民同志为核心的中央三代领导集体和以胡锦涛同志为总书记的党中央的英明领导下，在全国人民的无私支援

下，西藏党政军警民团结奋斗，建设社会主义新西藏，政治、经济、社会、文化等各项事业，取得了前所未有的辉煌成就。我曾用“五个走向”概括西藏和平解放50年的辉煌成就，即“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”。现在我想用“五个全面”，来概括自治区成立40年来的辉煌成就，即：

——政治全面建设。这40年是人民民主政权不断巩固、民主法制建设不断加强、西藏人民充分享有当家做主权力的40年；是民族区域自治制度在西藏不断完善、发展、焕发出强大生命力的40年；是党的民族宗教政策不断成熟、全面贯彻，民族团结不断增强的40年；是党的爱国统一战线不断巩固和壮大的40年；是民族干部茁壮成长、干部队伍不断壮大的40年。

——经济全面发展。这40年是西藏经济建设从弱到强、从小到大、全面快速发展的40年，是西藏城乡面貌变化最大的40年。

——社会全面进步。这40年是西藏教育、科技、医疗卫生、人口等各项社会事业全面发展的40年，是西藏进步最明显、人民精神面貌焕然一新的40年。

——文化全面繁荣。这40年是藏民族优秀传统文化得以科学地继承和发展，富有鲜明民族特色和时代气息的社会主义新文化蓬勃发展的40年。

——人民生活全面改善。这40年是西藏人民充分享有生存权、发展权，生活全面改善、生活水平提高最快的40年；是西藏人民生产生活方式变化最大的40年。

总之，西藏自治区成立以来的40年取得了举世瞩目、举国公认的巨大成就。作为一个和西藏各族人民并肩奋斗了40多年的民族干部，我切身体会到，如果没有中央的英明领导和特殊关怀，没有全国人民的无私支援，没有西藏党政军警民的团结奋斗，就不可能有西藏今天的繁荣稳定。我为西藏翻天覆地的伟大变化感到由衷的自豪和高兴。

西藏自治区成立40年来的实践证明，只有在中国共产党的领导下，只有在中华民族大家庭中，坚定不移地走中国特色社会主义道路，西藏才有幸福的今天和光明的未来。

目前的西藏，政通人和，百业俱兴，经济发展，局势稳定，社会进步，民族团结，边防巩固，人民安居乐业，呈现出一派欣欣向荣的新气象。

我坚信，在以胡锦涛同志为总书记的党中央的英明领导下，西藏的明天一定会越来越美好！

བུ། རྒྱ་ལུགས་ཀྱི།





大型文献电视片《新西藏》创作人员及单位

出品人	杨传堂	杨胜群		
顾问	逢先知	列 确	向巴平措	
总策划	胡春华	沈学明		
总监制	金书波	宗 明	黎瑞刚	
策划	罗广武	车明怀		
监制	丁业现	唐水江	杨文虎	韩 辉
	应启明	薛亚非		

总 编 导	褚嘉骅			
总 撰 稿	许 蕾			
总 摄 像	邓小彬			
编 导	宋德祥	魏 星	吴海鹰	高 凡
撰 稿	王 颖	杨付静	王佳彦	金志国
摄 像	高 磊	龚 卫	陈 智	王 睿
	卢鸿新	孙戈霆		

解 说	任志宏			
作 曲	张千一			
音乐配音	董乐弦			
音乐编辑	后淑年			
总编导助理	韩 芸			
编导助理	褚 盟	张 蕾	周 钰	何志华
	西 洛	宋伟力	孙 尧	

照 明 设 计	纪小严			
灯 光	孙 鹭	张 庆		
民俗宗教顾问	何宗英			
藏 语 翻 译	何宗英	央 宗	巴 桑	周 华
	索朗多吉			

资 料	阴建白	马英魁		
制 片	汪德军	王庆尚	梁 晨	王明悦
	李天明	尚拥军	唐雪莲	

技 术 总 监	李小国			
技 术	朱建芳	卫 锋		
特 技 设 计	唐 潇	念明党		
工 作 人 员	卢宝慧	唐 斫	施宗保	王 翠
	王惠兰	付月英	顾文成	
制 片 人	郑昭红			

协助拍摄

中国驻美国大使馆	中国驻旧金山领事馆
中国驻纽约领事馆	中国驻印度大使馆
中国驻英国大使馆	中国驻瑞典大使馆
中国驻德国大使馆	中国驻法国大使馆

提供支持

中国南方航空公司
四川长吉航空运动股份有限公司
武警部队电视宣传中心
本片特技制作由新奥特数字传媒有限责任公司提供

承 拍

上海电视台
云南电视台
西藏电视台

协助承拍

西藏自治区党委党史研究室

联合摄制

中共中央文献研究室
中共西藏自治区委员会
上海文广新闻传媒集团

新西藏

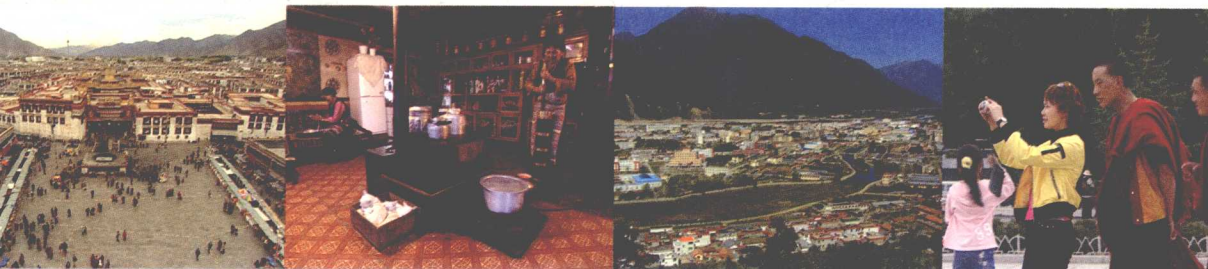
目 录

- 序 西藏的明天会更美好
西藏自治区成立 40 周年感言
- 一 走进西藏 1
- 二 高原新生 29
- 三 打破枷锁 55
- 四 翻身农奴把歌唱 81
- 五 改革初潮 109
- 六 大发展的年代 137
- 七 文明彩练 161
- 八 老西藏精神 189
- 九 大家庭的温暖 215
- 十 新世纪 新西藏 241

一 走进西藏

西藏是各民族团结和睦的家园,是人类与大自然和谐共处的世界。

自古以来,西藏一直是中国的一部分,西藏各族人民是中华民族大家庭的成员。高原独特的自然环境和悠久的人文历史,是中国大地上一道不可缺少的风景线。

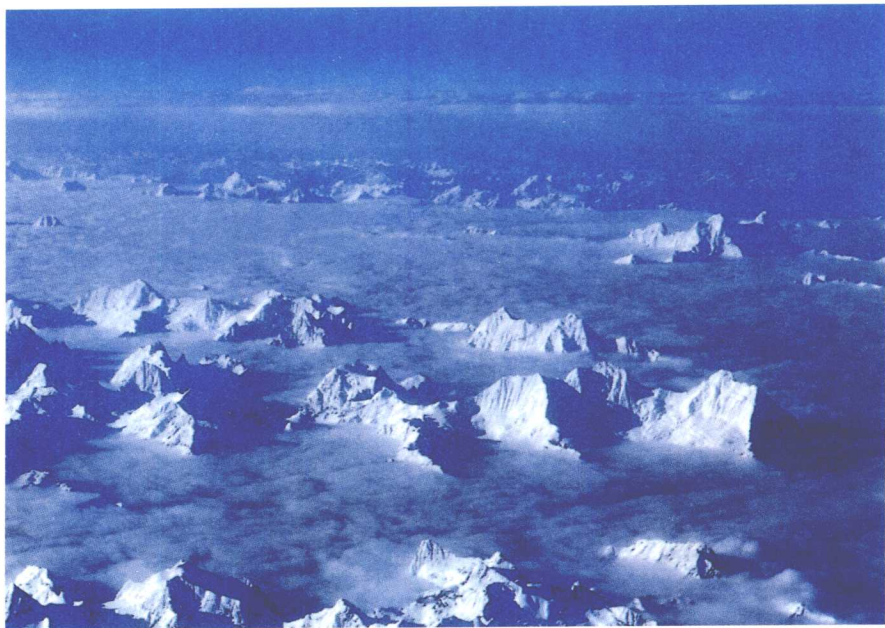


བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ལོ་

【美丽而神奇的西藏】

两亿多年前，现在青藏高原上的绵延起伏的雪山是一片浩瀚的大海，地质学家们把它称为“特提斯海”。后来，缓慢的板块运动逐渐堆积起巍峨的山岭。几千万年前，喜马拉雅山开始崛起，特提斯海逐步消失，大海变成了陆地，造就了世界的屋脊——青藏高原。

青藏高原是中国地理形态的第一级阶梯，平均海拔超过4000米。它的西部是高原的主体部分，这一部分在中国的行政区划中主要属于西藏自治区。西藏自治区面积122.84万平方公里，约占中国总面积的1/8，南北最宽处约1000公里，东西最长处达2000公里。



西藏北邻新疆维吾尔自治区，东北紧靠青海省，东部与四川省接连，东南和云南省交界，南部和西部与缅甸、印度、不丹、尼泊尔等国接壤，国境线长约4000公里，它是中国西南边陲的重要门户。

蜿蜒于青藏高原南侧的喜马拉雅山脉，全长2400多公里，是一片山的海洋。在这里，海拔8000米以上的山峰有5座，海拔7000米以上的有40多座。群山之中，海拔8848米的珠穆朗玛峰是地球的最高点，山上永远是冰雪的世界。

清凉细弱的雪山融水穿过山谷，渐渐汇成波澜壮阔的江河。奔腾咆哮的金沙江、澜沧江和怒江，切开了西藏东部峻峭的山峰，形成许多峡谷和悬崖绝壁。

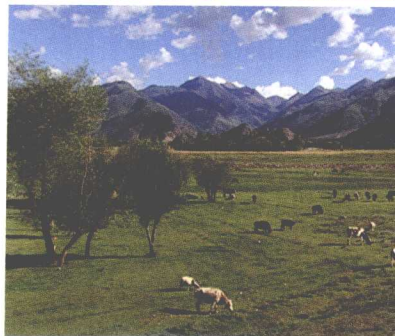
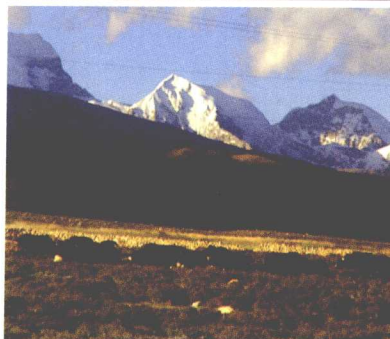
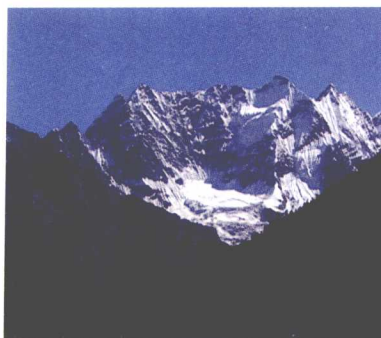
被西藏人民称为“母亲河”的雅鲁藏布江是中国的第五大河流，发源于喜马拉雅山北麓的杰马央宗冰川，宛如一条银色的巨龙，由西向东奔腾在西藏高原的南部。风景奇特的雅鲁藏布大峡谷是地球上最深的峡谷。

雪山融水滋养着这片神奇的土地，在西藏的西部和北部地区，分布着数不清的内流河和季节河，它们在高原上汇集成了星罗棋布的高原湖泊。

在辽阔的高原湖泊之间，伸展着大片肥茂的草原。这里是牧民的家园，也是许多野生动物的乐园。

在西藏的东南部，景色又呈现出亚热带、热带地区的风貌，雪山、深谷、森林和条带状的平原，组成了一幅幅美丽的画卷。

西藏高原的大部分地区寒冷、干燥、空气稀薄，对人类的生存能力是严峻的考验。然而，早在5万年前，这里就有了人类的足迹。几万年的漫长岁月中，



…青藏高原风光

生命在这里始终生生不息地繁衍，文化也在一步步地累积，一代代地传承。

近几十年来，地质学家和考古学家先后在西藏发现了多处旧石器遗址、细石器遗址和新石器遗址。其中，比较有代表性的是卡若遗址。卡若遗址，于20世纪70年代末在西藏昌都县卡若村内被发现和发掘。当时，发现房屋遗址31座，出土了大量文物，主要有各种打制和磨制的石器、骨钻、骨针等骨器，烧有各种花纹的陶器，环、珠、镯等装饰品，还有大量的粟粒和谷灰。经测定这些物品均出自4000到5000年前的“新石器时期”。卡若遗址说明当时的人们已定居，经济生活以农业为主，兼有狩猎和家禽饲养，会制造各种磨制石器、彩陶和各类装饰品。在文化形态上，卡若文化与黄河上游的原始文化有联系。这表明，青藏高原古代文明并不是封闭孤立的。

今天，有270多万人生活在这片土地上。西藏自治区是中国人口最少、密度最小的省区。全区分为拉萨市、日喀则地区、山南地区、林芝地区、昌都地区、那曲地区、阿里地区7个地区级行政区划，下辖1个市辖区、1个县级市和71个县。

西藏自治区人口主要分布在南部和东部，西部的阿里地区和北部的那曲地区，是地旷人稀的地方。西藏全区居住着250多万藏族人民，约占全区人口总数的92%，此外还有汉族、回族、门巴族、珞巴族、怒族、纳西族、蒙古族、傈僳族、土族、独龙族、满族等民族，以及夏尔巴人。

西藏是民族团结和睦的家园，是人类与大自然和谐共处的世界。

自古以来，西藏一直是中国的一部分，西藏各族人民是中华民族大家庭的成员。高原独特的自然环境和悠久的人文历史，是中国大地上一道不可缺少的风景线。

བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཡོད་པའི་ཕྱི་ལོ་ 【汉藏自古是一家】

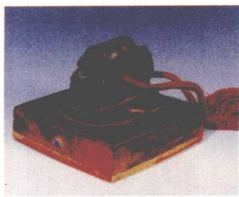
西藏博物馆建于1999年，这座藏式风格的博物馆珍藏着数千件精美的文物，浓缩了西藏悠久丰厚的历史文化，展现了西藏和祖国不可分割的亲密关系。



· 西藏博物馆



· 西藏博物馆展厅内景



· 五世达赖喇嘛的铁木印

· 清康熙帝册封
五世班禅的圣旨

西藏博物馆保存着历朝中央政权颁赐给西藏的金印、金册，以及圣旨、诏书等，其中有元国师之印、安懽帖睦尔皇帝给夏鲁寺的圣旨、明灌顶国师阐化王之印、七世达赖金印、五世达赖木铁印、八世达赖文册、西藏政府请驻藏大臣奖赏抗英有功人员的信，以及用以认定达赖、班禅的转世的金本巴瓶，民国时期颁赐给十三世达赖的玉册，《中央人民政府和西藏地方政府关于和平解放西藏办法的协议》等。

大约距今5000多年以前，西藏高原出现了人类文明。距今4000多年以前，西藏的早期人类创造了成熟的农耕文化，并且迈入了青铜文明的门槛。

大约2500年以前，在今天的西藏阿里地区，形成了一个强大的部落联盟——象雄邦国，产生了独具一格的以西部游牧文化为特征的象雄文明。

公元前2世纪左右，西藏建立了以部落为基础的奴隶制邦国。

象雄文明孕育了苯教。藏族从信仰泛神论进入信仰有浅显教义的统一的苯教，这是藏族文化和社会发展的一个重要里程碑。

在象雄邦国基础上后来形成的外象雄，就是汉文史籍中的大羊同国，曾是一个横跨东亚和南亚大陆的大帝国。公元7世纪，吐蕃攻打象雄，象雄归顺吐蕃。

10世纪初，吐蕃王室后裔尼玛衮西因吐蕃奴隶平民起义及王权内部纷争被迫逃至阿里，其后代在阿里建立了拉达克、古格和普兰三个割据王朝。这三个王朝所在地区统称为“阿里三国”，即“湖泊环绕的日土、岩石环绕的扎达、雪山环绕的普兰”。古格王朝在西藏的经济和文化发展史上占有重要的地位。它是古代西藏对外贸易的重要商埠之一，古代印度的许多佛教经典也是从这里传入西藏腹地的。

17世纪，古格王朝因战争而覆灭。奇怪的是，号称十万之众的古格人从此不见踪影，庞大的古格王国一夜之间消失了，只留下一座记录它辉煌文化艺术成就的遗址。

现存的古格遗址，在阿里扎达县象泉河畔的一座土山上，从山麓到山顶高300多米，到处都是和泥土颜色一样的建筑群和洞窟。除几间寺庙外，多数房屋已倒塌，只剩下一道道土墙。遗址的外围建有城墙，四角设有碉楼。寺庙中的雕刻及壁画不乏精品。古格遗址吸引着越来越多的人来此探奇访幽。