



中国

# 西藏

事实与数字

2007



外文出版社  
FOREIGN LANGUAGES PRESS

CHINA'S TIBET • FACTS & FIGURES • 2007



# 中国 西藏

事实与数字

2 0 0 7



外文出版社

FOREIGN LANGUAGES PRESS

编委会：董云虎 王进军 王丕君 王刚毅 李建国

主 编：王刚毅 李建国

终 审：董云虎 王进军 王丕君 李建国

审 读：郭云睿 王琰文 张小平 李晓军

中文编辑：么建国 安才旦

中文校对：姜广平 宗 炎

图片编辑：王新森 王 煦 赵远志

封面与正文版式设计：郭传山 王新森

排版制作：爱宝龙威图文设计制作公司

印 刷：北京京都六环印刷厂

印 务：王新森

督 印：张亦兵

#### 图书在版编目 (CIP) 数据

中国西藏：事实与数字. 2007 / 么建国等编. —北京：

外文出版社，2007

ISBN 978-7-119-05052-2

I. 中... II. 么... III. 社会主义建设—成就—西藏—2007

IV. D619.75

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 107040 号

**中国西藏：事实与数字 2007**

\*

北京周报社编译制作

外文出版社出版

(中国北京百万庄路 24 号)

邮政编码：100037

2007 年 (32 开) 第一版

(中)

ISBN 978-7-119-05052-2

17-C-6802P

定价：RMB 98.00 元

## 读者调查表

亲爱的读者：

感谢您参加我们的读者调查，请填写下列内容，并将内容反馈给我们，谢谢！

您的姓名 .....

性别：                      男 ☐                      女 ☐

国籍 .....

文化程度 .....

职业 .....

1、 本书中您最喜欢（感兴趣）的章节？

2、 本书中您最不喜欢（不感兴趣）的章节？

3、 您认为本书的文章

好 ☐                      不好 ☐                      一般 ☐

4、 您认为本书的版式设计

好 ☐                      不好 ☐                      一般 ☐

5、 您认为本书的封面设计

好 ☐                      不好 ☐                      一般 ☐

6、 您认为本书的图表和图片

好 ☐                      不好 ☐                      一般 ☐



7、您希望增加哪方面的内容?

8、您对本书还有何具体意见和建议?

**读者调查表请寄：**

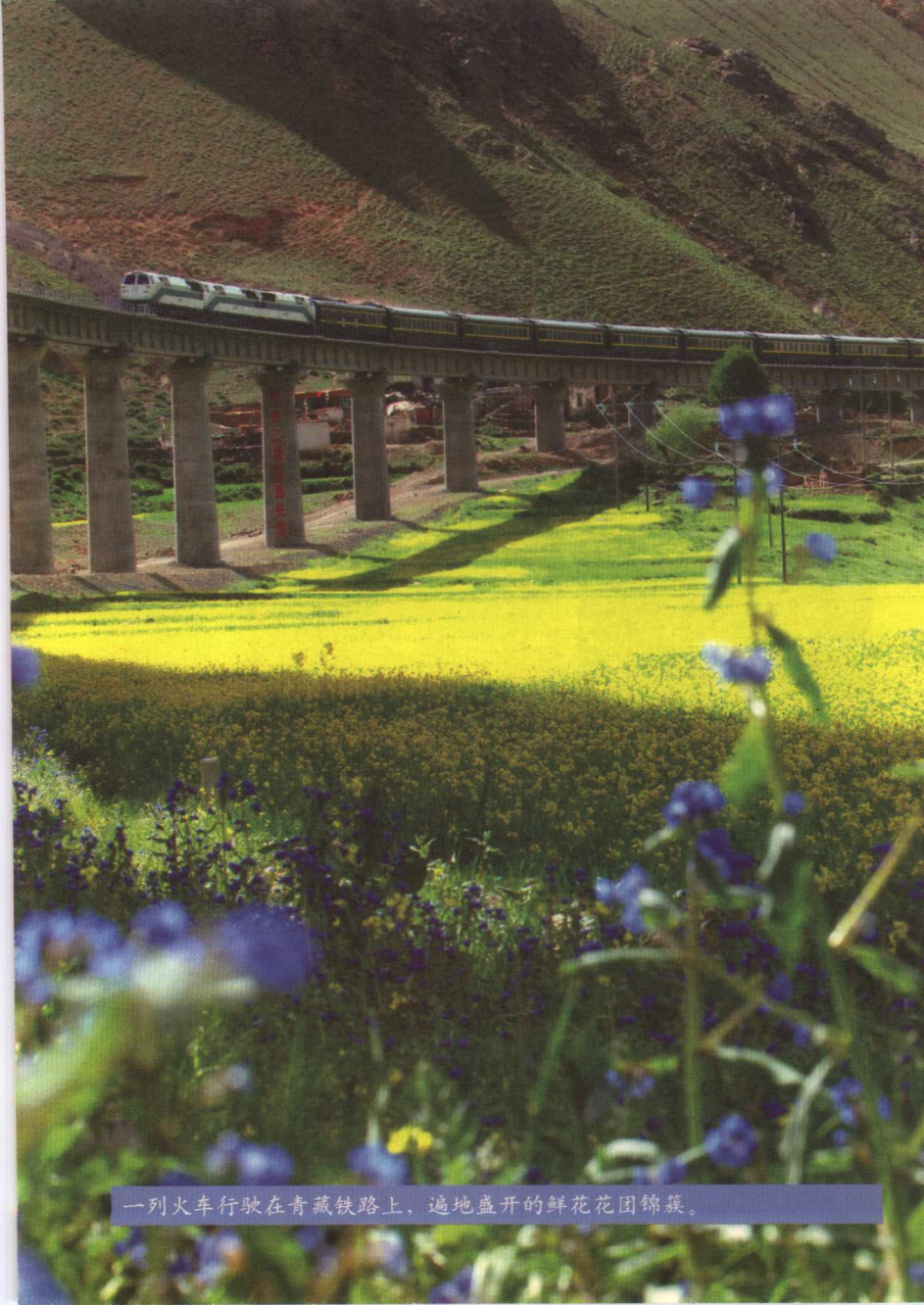
北京日报社 对外部

中国北京百万庄路 24 号

邮编: 100037

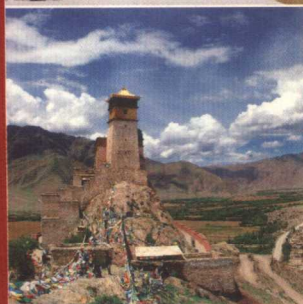
E-mail: [beijingreview1958@yahoo.com.cn](mailto:beijingreview1958@yahoo.com.cn)





一列火车行驶在青藏铁路上，遍地盛开的鲜花花团锦簇。

【目录】



第 1 章

西藏概况 ..... (1)

- ◇ 地理位置 ..... (2)
- ◇ 行政区划 ..... (3)
- ◇ 地形地貌 ..... (9)
- ◇ 自然资源 ..... (16)

第 2 章

历史沿革 ..... (23)

- ◇ 公元 7—12 世纪 ..... (24)
- ◇ 元代 ..... (24)
- ◇ 明代 ..... (25)
- ◇ 清代 ..... (25)
- ◇ 中华民国时期 ..... (26)
- ◇ 中华人民共和国时期 ..... (27)

第 3 章

民族、人口与宗教 ..... (29)

- ◇ 民族构成 ..... (30)
- ◇ 人口状况 ..... (31)
- ◇ 宗教概况 ..... (34)
- ◇ 宗教政策 ..... (39)



## 第4章

### 西藏民俗风情 ..... (45)

- ◇ 藏族节日 ..... (46)
- ◇ 藏族服饰 ..... (47)
- ◇ 饮食文化 ..... (48)
- ◇ 藏族婚俗 ..... (50)
- ◇ 传统民居 ..... (51)
- ◇ 丧葬习俗 ..... (52)
- ◇ 哈达文化 ..... (53)

## 第5章

### 民族区域自治 ..... (55)

- ◇ 政治上的自主权 ..... (56)
- ◇ 和社会经济发展的自主权 ..... (59)
- ◇ 继承和发展民族传统文化 ..... (61)

## 第6章

### 西藏经济 ..... (65)

- ◇ 综述 ..... (66)
- ◇ 财政收支 ..... (67)
- ◇ 农牧林业 ..... (67)
- ◇ 工业和建筑业 ..... (71)
- ◇ 固定资产投资 ..... (74)
- ◇ 国内贸易 ..... (74)
- ◇ 对外经济贸易 ..... (75)
- ◇ 金融保险业 ..... (77)
- ◇ “十一五”规划项目 ..... (77)





## 第7章

### 交通运输与邮电通信 ..... (99)

- ◇ 公路 ..... (100)
- ◇ 航空 ..... (101)
- ◇ 青藏铁路 ..... (103)
- ◇ 管道运输 ..... (104)
- ◇ 邮电通信 ..... (105)

## 第8章

### 旅游 ..... (109)

- ◇ 旅游资源 ..... (110)
- ◇ 旅游项目与线路 ..... (112)

## 第9章

### 教育、科学技术、文化、 卫生与体育 ..... (115)

- ◇ 教育 ..... (116)
- ◇ 科学技术 ..... (118)
- ◇ 文化 ..... (120)
- ◇ 卫生 ..... (128)
- ◇ 体育 ..... (132)

## 第10章

### 人民生活与社会保障 ..... (141)

- ◇ 人民生活 ..... (142)
- ◇ 社会保障 ..... (145)



## 第 11 章

### 环境保护 ..... (159)

- ◇ 加强环境保护与建设 ..... (161)
- ◇ 自然保护区 ..... (162)
- ◇ 天然林保护 ..... (163)
- ◇ 林业生态建设 ..... (164)
- ◇ 生物多样性保护 ..... (166)
- ◇ 水环境保护 ..... (167)
- ◇ 青藏铁路生态环境保护 ..... (168)

### 附录 ..... (171)

附录 1:

西藏自治区行政区划一览表 ..... (172)

附录 2:

西藏的传统手工艺制品 ..... (173)

附录 3:

有关西藏的部分网址 ..... (175)



中国西藏 ● 事实与数字 ● 2007

第 1 章

【 西 藏 概 况 】



地理位置  
行政区划  
地形地貌  
自然资源

中国 西藏  
事实与数字  
2007



## ■ 地理位置

西藏自治区位于中华人民共和国西南部，地跨北纬 $26^{\circ}50'$ — $36^{\circ}53'$ 、东经 $78^{\circ}25'$ — $99^{\circ}06'$ 之间，面积122万多平方公里，约占中国陆地总面积的八分之一，在中国各省区中，仅次于新疆维吾尔自治区，位居第二，相当于英国、法国、德国、荷兰和卢森堡5国面积的总和。北面与新疆维吾尔自治区、景色雄浑壮美的纳木错湖



青海省相邻，东面和东南面同云南省、四川省接壤；南部与西部自东而西与缅甸、印度、不丹、尼泊尔等国以及克什米尔地区毗邻，国境线长约3842公里。

## ■ 行政区划

西藏自治区是中国五个少数民族自治区之一，下辖1个地级市（拉萨市）和1个市辖区（拉萨市城关区），6个地区（那曲地区、昌都地区、林芝地区、山南地区、日喀则地区、阿里地区）、1个县级市（日喀则市）和71个县。

西藏自治区首府为拉萨市，第二大城市日喀则，主要城镇还有泽当镇、八一镇、那曲镇、城关镇、狮泉河镇、江孜镇、樟木镇等。

### 拉萨市

地处西藏中南部，位于雅鲁藏布江支流拉萨河中游北岸，面积31622平方公里，生活着藏、汉、回等30多个民族，藏族人口占87%以上。年平均气

雪后布达拉宫





温 $7.5^{\circ}\text{C}$ ，1月平均气温 $2.3^{\circ}\text{C}$ ，7月平均气温 $15.4^{\circ}\text{C}$ ，属温带高原季风气候。粮食作物主要有青稞、小麦、玉米等；经济作物主要有土豆、萝卜、白菜等；药材有冬虫夏草、贝母、红景天、雪莲花、人参果、麝香、鹿茸等。野生动物主要有野牦牛、野驴、黄羊、藏羚羊等；传统工艺品有腰刀、卡垫（毛织座垫）、地毯、邦典（藏族妇女用的彩色围裙）、木碗、金银首饰等。

拉萨市已开辟风景名胜旅游景点200多处，重点旅游景点20多处。其中，著名的人文景观有布达拉宫、大昭寺、小昭寺、罗布林卡、哲蚌寺、色拉寺、宗角禄康（龙王潭）、甘丹寺、楚布寺、热振寺、直贡梯寺等；主要自然景观包括纳木湖、羊八井地热田、念青唐古拉雪峰、德中温泉、堆龙温泉，林周、墨竹工卡自然保护区等。

### 那曲地区

地处西藏北部，北邻新疆、青海。总面积约28.65万平方公里，藏族占98%以上，是西藏的主要牧业区。

位于那曲的赞丹寺始建于1667年，寺内珍藏大量壁画、藏经印册，具有很高的文物价值和艺术价值。



那曲地区中西部,属于“羌塘”(北部高地)的一部分,海拔多在4500米以上,地理环境独特,自然景色雄奇,许多地方都保持着原生状态。纳木错、色林错、当惹雍错等千余个大小湖泊翡翠般散布,温泉、地热区众多。还有蔚为壮观的野生动物群落和高山植被,仅国家一级、二级保护动物就有20多种。主要土特产包括牛羊绒、山羊绒、虫草、雪莲花、瑞香狼毒、贝母、麝香等。主要景区景点有:那曲县的藏传佛教名刹——孝登寺,嘉黎县的阿扎湖风景区、忠义乡风景区,比如县怒江两岸沿江风光、彭盼原始林区、白嘎—羊秀自然风景区、苯教名寺巴仓寺、龙卡寺、鲁普寺等。

### 昌都地区

位于西藏东部,东邻云南省、四川省,北接青海省,是重要的交通枢纽,川藏公路、滇藏公路、青康(青海至昌都)公路干线在这一地区交叉,并连通各县。总面积13万平方公里,主要人口为藏族,还有汉、蒙古、纳西、傈僳、回等民族。

昌都地区海拔5000米以上的山峰有80多座,群山脚下的河谷地带,有森林、良田和天然牧场,活跃着雪豹、小熊猫、滇金丝猴、白唇鹿等野生动物600多种,出产虫草、麝香、鹿茸、贝母等药材1200多种。

昌都的主要旅游景观包括:位于昌都县的强巴林寺、卡若新石器时期文化遗址,左贡县的梅里雪山风景区,芒康县的曲孜卡温泉、盐井盐田,察雅县的仁达丹玛摩崖造像、隆龙石雕群等。

### 林芝地区

位于西藏东南部,地处雅鲁藏布江中下游。南部与印度、缅甸两国接壤。面积9.97万平方公里,除藏、汉等民族外,是门巴族、珞巴族等少数民族的聚居区域。

受印度洋暖湿气流影响,林芝地区夏无酷热,冬无严寒,雨量充沛,气候湿润,林地面积达264万公顷,密布树龄200多年的巨大云杉,巨柏中最大的树龄达2500年,林木蓄积量达8亿多立方米。已知高等植物2000多种,



是名副其实的植物宝库。海拔最低处只有1000米左右，有些地方可以生长水稻、柑桔、香蕉、柠檬等。珍稀野生动物有孟加拉虎、滇金丝猴、豹、熊、羚羊、小熊猫等；土特产主要有天麻、三七、贝母、红景天、冬虫夏草、灵芝、三颗针等著名药材和松茸等120多种食用菌。此外，朗县的藏帽、木碗，波密的“珠峰圣茶”、易贡藏刀，察隅的竹编、藏式木碗等也都闻名遐迩。

林芝的风景名胜被分为8个景区40个景点。有被世界旅游组织列入世界级旅游景点、被国家旅游局评定为4A级旅游区并被列为国家森林公园的巴松措景区，有多重旅游资源价值的南迦巴瓦风景区，有雅鲁藏布大峡谷国家级自然保护区、易贡国家地质公园、色齐拉国家森林公园等多处自然保护区。



林芝八一镇远眺

## 山南地区

位于雅鲁藏布江中下游地区，南部与不丹、印度接壤，总面积8万多平方公里。生活着藏、汉、回、门巴、珞巴等民族，其中藏族人口约占98%。

山南是藏族古代文明的重要发祥地之一，悠久的历史给这里留下了大量著名文物古迹，仅全国重点文物保护单位就有10处：藏王墓、桑耶寺、昌珠寺、扎塘寺、吉堆吐蕃墓群、列山古墓群、拉加里王宫遗址、朗色林庄园、吉如拉康、色喀古托寺，还有远近闻名的“神山”和“圣湖”。

雅砻河国家级风景名胜区是西藏目前惟一的国家级风景名胜区，雪山冰川、高山植被、田园牧场、河川谷地、历史古迹和古朴民风交相辉映。集人文自然景观于一体的旅游景区主要有3处——羊卓雍湖自然风景区、桑耶风



雍布拉克是西藏历史上的第一座宫殿，始建于公元前2世纪。

景区、“圣湖”景区。

土特产品主要有氍毹、藏香，卡垫等。

山南地区是西藏交通条件较好的地区之一。拉萨贡嘎机场就坐落在山南地区贡嘎县甲竹林乡境内。

## 日喀则地区

在西藏中南部，南与不丹、尼泊尔接壤，总面积18万平方公里。以藏族为主，还有汉、回、蒙古、纳西等民族及夏尔巴人。

日喀则地区是西藏不同类型的自然景观最集中、最完整之地，既有辽阔的高原牧场和秀丽的田园风光，也有茫茫林海、亚热带丛林，更有林立的皑皑雪峰。珠峰自然保护区是世界上垂直带最高、最完整的生态系统，风光无限。主要名胜古迹有扎什伦布寺、萨迦寺、宗山抗英遗址、夏鲁寺、曲德寺、卓玛拉康、大唐天竺使之铭等全国重点文物保护单位，以及纳塘寺、绒布寺、白居寺、帕拉庄园旧址等。