



新时期西藏妇女采风

西藏人民出版社

风来



风东

新时期西藏妇女采风

西藏自治区妇女联合会

西藏人民出版社



风采——西藏新时期妇女采风

编辑委员会：

德吉措姆 西藏自治区党委常委

崔玉英 西藏自治区政府副主席

嘎玛 西藏自治区妇女联合会党组书记、主席

周世英 西藏自治区妇女联合会副主席

总编辑：

周世英

封面提字：

韩书力 西藏自治区文联主席

执行编辑：

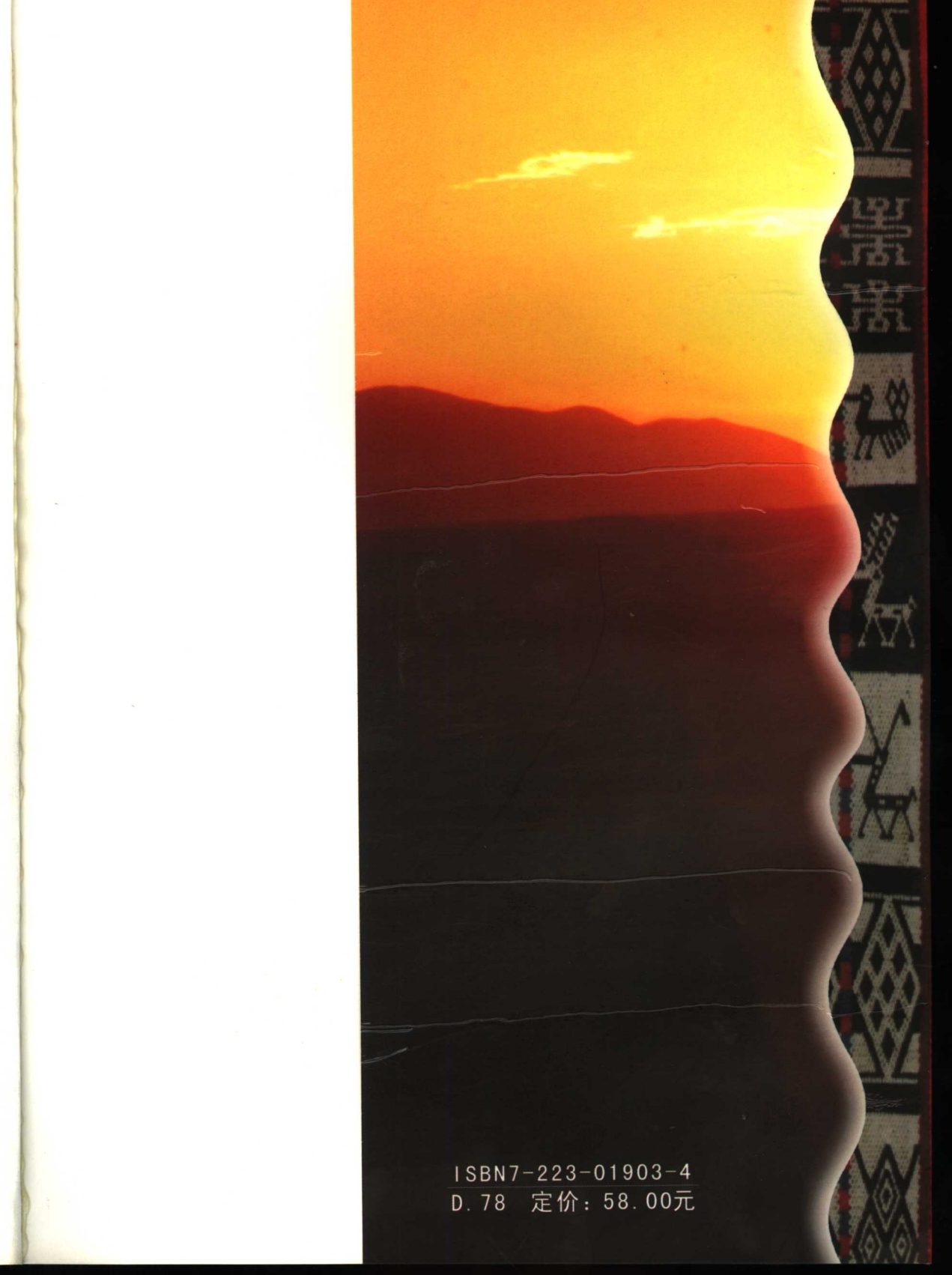
周玉平

平面设计：

吉地设计工作室

校对：

张辉



ISBN7-223-01903-4
D. 78 定价: 58.00元

谨以此书

献给

西藏自治区成立四十周年

序

西藏自治区党委常委 德吉措姆

西藏，有湛蓝的天空

西藏，有高高的雪山、无际的草原

西藏，有灿烂的文化

西藏，更有美丽、善良、勤劳的女子

今年是西藏自治区成立四十周年大庆之年。在喜庆的日子来临之际，我十分赞赏自治区妇联把这本记录着全区各族各界妇女心声的《风采》之书，献给四十大庆，也献给全区各族人民。并祝愿大家节日快乐，扎西德勒！

40年来，我区妇女在党的领导下，充分享受了社会主义祖国大家庭的无私援助和亲切关怀，充分享受了民族区域自治制度在西藏深入践行后当家作主的权利，充分享受了改革开放带给西藏人民的新发展新进步。西藏各族各界妇女和全区人民从切身经历中认识了我们党，选择了我们党，从而更加拥护我们党。没有中国共产党，就没有新西藏，就没有西藏妇女的今天，这是40多年实践证明的历史事实。

40年来，广大妇女以自己的勤劳、善良和智慧，撑起了西藏经济发展、社会稳定的“半边天”。妇女的风采也因为她们的拼搏精神、敬业精神、奉献精神和互助友爱精神而被人们传颂、赞美。犹如朵朵邦锦花儿在120万平方公里的雪域高原光彩夺目、芬芳万里。

新时期，西藏妇女和全区各族各界人民一道，加快推进我区经济跨越式发展和社会局势长治久安的进程，进一步发挥妇女自身的优势，以主人翁的姿态，全身心的投入全面建设小康社会和构建和谐西藏的伟大事业中，为建设更加团结、更加民主、更加富裕、更加文明、更加和谐的社会主义新西藏而努力奋斗。

从这本《风采》中，我们可以领略到新西藏的妇女姐妹们，如何用辛勤的汗水耕耘着这片肥沃的土地；如何用新视角新感觉，审视着自己走过的脚印；又如何以善良、朴实的宽容之心浇灌着民族团结，军民友谊之花永不凋谢……万种风采。雅鲁藏布江后浪推前浪，我相信新一代西藏妇女会迈开飒爽英姿的步伐去迎接更加充满希望的未来！



风

新时期西藏妇女采风

采

亲切关怀



1	3
2	4



- 一、胡锦涛总书记亲切接见西藏少数民族代表
- 二、西藏自治区党委书记杨传堂和农牧民妇女亲切交谈
- 三、西藏自治区党委常委德吉措姆亲切慰问西藏军区总医院护士
- 四、西藏自治区政府副主席崔玉英亲切看望盲童学校的孩子们

བྱམ་དེ་བཀའ་མར་བརྟན་ལ་གནང་བའི་བླག་གིས།

发展妇女事业促进
西藏社会进步

二〇〇二年十月 郭金龙

西藏自治区党委书记 郭金龙 题词

努力提高妇女素质
为西藏建设建功立业

顾秀莲
二〇〇二年九月十二日

全国妇联副主席、书记处第一书记 顾秀莲 题词

བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་གཞག་གོང་མཐོལ་བཟང་ཏེ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་ཡར་ལྗས་འགྲོ་སྐྱོད་མཁུལ་སྤེལ་གཏོང་དགོས།

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཏེང་ཕྱད་ཀྱི་བྱ་ལུ་ཅི་
ཀྱོང་ཅིང་ལུང་གི་བླག་གིས།
ཁྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོའི་ཟླ་ ༡༠ ལ།

བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་ཚད་གོང་མཐོར་ལུང་ཐག་བཟང་ཏེ་
བོད་ཀྱི་འཕུགས་སྐྱོན་གྱི་ཚེད་དུ་བྱས་རྒྱུ་འདོག་དགོས།

བྱམ་ཡོངས་བྱད་མེད་མཉམ་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་ཀྱུ་ཞི་གཞིན་པ་
ཀྱུ་ལུ་ལུང་ལོན་གྱི་བླག་གིས།
ཁྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོའི་ཟླ་ ༩ ཚེས་ ༡༢ ཉིན།

བུས་དེབ་གསར་བརྟན་ལ་གནད་བཤེས་ཕྱག་བྲིས།

如女是促进西藏社会发
展进步的一支不可或缺
的力量。全社会都应关
心重视妇女事业的发
展。

热地

二〇〇二年十月六日

西藏自治区党委常务副书记、
自治区人大常委会主任 热地 题词

发展妇女事业
推动社会进步

列确

二〇〇二年十一月八日

西藏自治区党委常务副书记、自治区主席 列确 题词

བྱད་མེད་ནི་བོད་ཀྱི་ཁྱེ་ཆོག་ལ་གོང་ཁྲུལ་བར་བྱས་
གཏོང་བར་མེད་ཀྱི་མི་རུང་བའི་རྩོམས་ལྟགས་.....
ཤིག་ཡིན་པས་ཁྱེ་ཆོག་ལ་ཡོངས་ཀྱིས་རེས་པར་བྱ་
བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་གཞག་གོང་ཁྲུལ་གཏོང་རྒྱུར་.....
མེས་ལ་འབྱུང་དང་མཐོང་ཆེན་བྱེད་དགོས།

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗང་ལ་ཉང་ལུང་གི་རྒྱན་ལས་བྱུ་ཅི་གཞན་པ། བོད་རང་སྐྱོང་
ལྗང་ལ་མི་དམངས་འབྲུག་ཆོག་ལ་རྒྱན་ལས་ལྷན་ལའང་གི་བྱུ་ཅི་རོན།
རག་ཐེའི་བྱག་བྲིས།
གྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོའི་ཟླ་ ༡༠ ཟེས་ ༡༢ ཉིན།

བྱད་མེད་ཀྱི་བྱ་གཞག་གོང་ཁྲུལ་བཏང་ནེ་ཁྱེ་ཆོག་ལ་
ཡར་བྱས་འབྲོ་བར་རྒྱལ་ཁྲུལ་གཏོང་དགོས།

བོད་རང་སྐྱོང་ལྗང་ལ་ཉང་ལུང་གི་རྒྱན་ལས་བྱུ་ཅི་གཞན་པ། བོད་རང་
སྐྱོང་ལ་མི་དམངས་འབྲུག་ཆོག་ལ་རྒྱན་ལས་ལྷན་ལའང་གི་བྱུ་ཅི་རོན།
ལེགས་མཆོག་གི་བྱག་བྲིས།
གྱི་ལོ་ ༢༠༠༢ ལོའི་ཟླ་ ༡༡ ལོའི་ཟེས་ ༢ ཉིན།

提高妇女素质，实现男女平等

巴桑

西藏自治区党委副书记、全国妇联副主席 巴桑 题词

བྱད་མེད་ཀྱི་བྱད་ཆད་མཐོ་རུ་བཏང་ནེ་མཐོ་
འདྲ་མཉམ་མཐོན་འབྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས།

རྒྱལ་ཡོངས་བྱད་མེད་མཉམ་འབྲེལ་ཆོག་ལ་འདི་ཀྱུ་ཞི་གཞན་པ་
པ་སངས་ཀྱི་བྱག་བྲིས།

目录

	序
2	最难忘 最幸福的回忆
6	话西藏妇女的今昔
9	一个老人的似水流年
11	在军旗引领下前进
17	打开母亲的故事
26	母亲的老照片
32	用生命谱写壮丽之歌
36	茫茫雪原中的守护者
40	情系羌塘写春秋
45	俏也不争春
48	红红的朝天骄
52	田野上的希望
56	凯旋归来的藏族女博士
59	路漫漫
75	西藏有一位青稞保护神
78	舞蹈着的灵魂
83	琴声悠悠催开格桑花
86	一个藏族白领的心路历程
88	在奉献中美丽自己的人生
92	登上神女峰的“神女”们
101	幽兰自芬芳
105	春风化雨潜入泥
108	我是一个兵
112	爱心献高原

德吉措姆
巴桑
阿沛·才旦卓嘎
易风
娜喜
白玛玉珍
玉平
沉沉
措拉
李浩
次仁达娃
易风
赵晓鸥
格央
潇潇
张宗显
浩儿
格央
海鸥
西路卓玛
嘎措
浩儿
周易
二丫
陈辉

目录

119	西藏就是我的家	桑木
123	能讲一口流利藏语的汉族女性—王晓萨	河湟源
125	柔和而精明的卓玛	默默
128	西藏美女	平果
138	快乐的乡村女教师	巴玛次仁
140	能干的次仁班增	卓玛
142	朴实、善良的阿佳啦	强巴扎西
144	自强无敌	潇潇
147	平凡的石头	次央
150	云山深处有人家	风潇
154	一片冰心在玉壶	巴玛次仁
158	小姑当家	拉姆
161	支点	普布卓玛
168	又是一片芳草绿	尼玛
172	高原外来妹	萍踪
182	褐色的土地	赵晓鸥
184	头雁 荡漾在拉萨河上	桑曲
193	西藏江南春	张萍
198	红柳	洛桑
202	后藏马兰花儿开	曲珍卓玛
214	三江莺歌	范哈
224	雅砻河边	拉巴曲珍
232	雪线上的格桑花	扎桑
236	后记	嘎玛



鸣谢：

上海浦发集团
西藏自治区烟草公司
西藏自治区电信公司
西藏赛康工贸集团有限公司
西藏自治区藏药厂
拉萨百货大楼

对本书的支持和赞助





最难忘 最幸福的回忆

全国妇联副主席 巴桑

1966年秋，我荣幸地参加了中华人民共和国成立十七周年的庆祝活动。回忆见到周总理的情景，我思绪万千，心潮澎湃，周总理的音容笑貌，谆谆教诲，至今历历在目，令我终生难忘。

我作为西藏国庆观礼团的成员，一踏上北京的这片热土，就按捺不住内心的激动，因北京是我们伟大祖国的首都，也是我所向往和梦寐以求的地方。到北京后我们被安排在民族饭店，当时，这是北京最好的饭店之一，安排得非常周到。第二天我接到请柬，上面写有“为庆祝中华人民共和国成立十七周年，订于1966年9月30日(星期五)下午6时在人民大会堂宴会厅举行国庆招待会，敬请光临。周恩来”。同时又接到通知，周总理亲自把我们代表团一部分人安排住在中南海，其中有我。当时，我怀着忐忑不安的心情，真的不敢相信这是真的。下午真把我们接到了中南海，那时我激动的心情真是无法用言语表达。吃晚饭时工作人员通知我们，到房间后别出去，我们进房间没有多久，不知谁喊了一声，“周总理来看你们了”，我们立刻站起来准备去迎接时，总理已经来到了门口，总理微笑着走到我们面前——握手，并亲切地询问我们来自哪个省，什么民族，干什么工作等问题，当总理握着我

的手时，顿时，我激动得热泪盈眶。时间啊！请停一下吧，好让这幸福的一瞬间能延长一点！总理说：“我们把你们请到这里来做客，你们吃、住、行有什么问题，可以随时向工作人员提出来，不要客气，今天我是来看看大家，你们要好好休息。”那天夜里总理还亲自到我们房间来查铺。大家感到周总理平易近人，十分亲切。

9月30日下午6时在人民大会堂宴会厅举行国庆招待会，我很荣幸地参加了宴会，并聆听了周总理的讲话。

10月1日，首都北京隆重举行庆祝大会，伟大领袖毛主席和敬爱的周总理等党和国家领导人同150多万首都人民以及来自全国各地的各族人民代表共庆中华人民共和国成立十七周年。庆祝大会开幕之前，大会秘书处通知我们，伟大领袖毛主席和敬爱的周总理等党和国家领导人要接见在庆祝大会上发言的代表，我激动的心都快要跳出来了，我多么盼望早日见到日夜想念的伟大领袖毛主席和敬爱的周总理啊！幸福的时刻终于来到了，毛主席、周总理等党和国家领导人迈着矫健的步伐，微笑着径直走到我们面前，亲切接见并一一握手，当毛主席和周总理同我握手的时候，我感到他们的手是那样有力、那样温暖，他们的笑容是那样的慈祥、那样的亲切。在庆祝大会上选我代表全国少数民族发言，在我的右边是敬爱的毛主席等领导同志，左边是敬爱的周总理等领导同志。我发言时只讲了几句，激动喜悦的泪水便就夺眶而出，在我的脑海里浮想联翩：旧社会，我是雪域高原一个受压迫受剥削的奴隶，生活在社会的最低层，过着非人的生活，是毛主席、共产党，把我从水深火热之中拯救出来，并且引导我走上革命的道路。今天我还能与敬爱的毛主席、周总理等党和国家领导人一起参加庆祝大会并发言，怎能不叫我激动万分。喜悦的泪水无法控制，扑嗒扑嗒地往下掉，甚至连话都说不出来，此时，周总理拍着我的肩膀说：“巴桑，不要紧张，慢慢讲”。在总理的鼓励下，我强压住激动的心情，怀着对毛主席、周总理、党中



央的无限深情发完了言。随后，总理微笑着向我点头，我转向毛主席和周总理，紧紧地握着他们的手，一股暖流再次涌遍全身。当天晚上，我们又来到天安门城楼同毛主席、周总理等党和国家领导人一同观看了庆祝晚会。晚会开始前，毛主席、周总理等党和国家领导人再次接见了我们并一一握手，观看了五彩缤纷的焰火，我们度过了欢乐的国庆之夜。



作为敬爱的周总理的客人之一的我，在中南海的3天3夜，是我一生中最难忘，最幸福，最难以入睡的日子。白天我带着对党深厚的感情和满腔的热情参加各种庆典活动，荣幸接受毛主席、周总理等党和国家领导人的亲切接见，聆听党和国家领导同志的讲话。到了夜晚当我躺在床上，激动的心情无法平静，思绪万千、彻夜难眠，我在回忆、在陶醉、在思考：回忆着十几年过着非人的奴隶生活的情景，陶醉的是解放后的幸福生活，特别是第一次踏上首都北京这片热土，第一次参加这么隆重的国事活动，第一次见到敬爱的毛主席、周总理等党和国家领导人，第一次和毛主席、周总理等伟人亲切握手，第一次聆听党和国家领导人的讲话，更使我激动的是受到敬爱的周总理的极大关怀，昔日是奴隶的我，在共产党的领导下得到解放，我的一切是毛主席给的，是人民给的；思考的是今后我将怎样学习，怎样工作，怎样做人才能报答党，报答人民？

敬爱的周总理离开我们已经29年了。现在，每当我回忆起当时那幸福的时刻，都感到十分温暖和幸福，也更加激起我对敬爱的周总理的深切怀念。周总理他那慈父般的笑容，永远留

在我的脑海里；他那几十年如一日，全心全意为人民服务，“鞠躬尽瘁，死而后已”的高尚品质；他那谦虚谨慎，平易近人，以身作则，艰苦朴素的优良作风将永远激励着我。



今天重温敬爱的周总理接见并关怀我的幸福时刻，不仅是一种缅怀而更重要的

是要学习他那种毫不褪色的革命意志，忠诚与无私的高尚品质。我将永葆革命青春，永葆共产党员的政治本色，牢记总理的教诲，活到老，学到老，改造到老，老有所为，为实现

我区“一加强、两促进”的历史任务和全面建设小康社会的宏伟目标发挥自己的余热。

巴桑，女，藏族，1937年3月出生，西藏贡嘎人，1957年6月参加工作，1959年5月入党，中专学历，现任全国政协民族和宗教委员会副主任、全国妇联副主席（自治区主席级待遇）。

主要简历

1957年6月—1959年5月西藏公学学习

1959年5月—1962年2月西藏山南地区乃东县亚堆区、朗县干部

1962年2月—1965年7月西藏山南地区朗县妇联副主任、主任

1965年7月—1968年8月西藏自治区山南地区朗县副县长

1968年8月—1971年8月西藏自治区朗县革命委员会主任、自治区革命委员会副主任

1971年8月—1985年11月西藏自治区党委书记（1985年前设有第一书记）、自治区革命委员会副主任、自治区政府副主席（其间：1980年12月—1982年12月在中央民族

学院学习）

1985年11月—1993年1月西藏自治区党委副书记、自治区纪律检查委员会书记

1993年1月—1994年11月西藏自治区党委副书记、自治区纪律检查委员会书记、自治区政协党组书记、副主席（1994年4月明确为自治区主席级待遇）

1994年11月—1998年9月西藏自治区党委副书记、自治区政协党组书记、副主席

1998年9月—2003年1月西藏自治区党委副书记、自治区政协党组书记、副主席、全国妇联副主席

2003年至今，全国政协民族和宗教委员会副主任、全国妇联副主席。

系中国共产党九大代表、中国共产党第十、第十一、第十二届中央委员，中国共产党十三大、十四大当选为中纪委委员，第四、第五届全国人大常委会委员，第九、十届全国政协委员。

