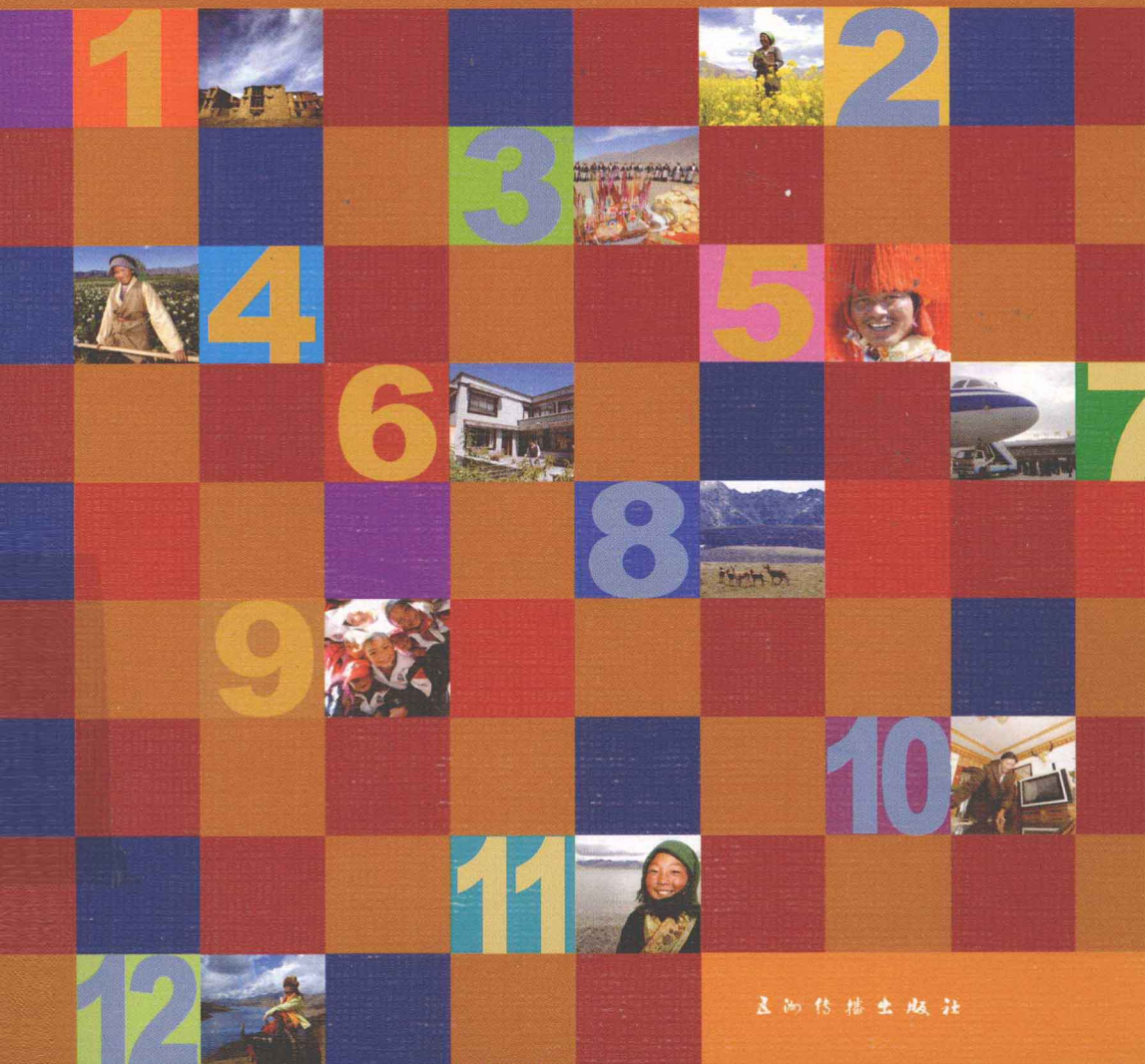


西藏

事实与数字2010

TIBET 2010
FACTS AND FIGURES





民族传播出版社

主 编：王刚毅 元文公

中文编辑：安才旦 欣 森

责任编辑：吴娅民 赖幼学

图片编辑：王新森 龙 敏

设 计：欣 森 孙翠冉

排版制作：北京维诺传媒文化有限公司

印 刷：北京京都六环印刷厂

印 务：龙 敏 孙翠冉

督 印：王新森

图书在版编目（CIP）数据

西藏：事实与数字.2010 /安才旦著.

—北京：五洲传播出版社，2010.7

ISBN 978-7-5085-1857-2

I. ①西… II. ①安… III. ①社会主义建设

—成就—西藏—2010 IV. ①D619.75

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第138108号

西藏：事实与数字 2010

编译制作：北京周报社

出版发行：五洲出版社出版

地 址：北京市海淀区北小马厂6号华天大厦24层

邮政编码：100038

开 本：小16开

版 次：2010年7月第1版

ISBN 978-7-5085-1857-2

定 价：RMB 118.00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



目录 | Contents

01



行政概况与 历史沿革...1

- 位置及行政区划 / 2
- 历史概述及行政区划沿革 / 7
- “西藏独立”问题的由来及实质 / 17

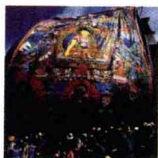
02



地理形态与 自然资源...27

- 地形地貌 / 28
- 自然资源 / 35

03



民族、人口与 宗教...39

- 民族构成 / 40
- 人口状况 / 41
- 宗教 / 43
- 宗教信仰自由 / 48

04



民族区域自治...53

- 政治上的自治权 / 55
- 经济的发展 / 57
- 继承和发展民族传统文化 / 61
- 巩固民主改革和发展民族区域自治 / 64

05



民俗风情...69

- 民族节日 / 70
- 服饰文化 / 71
- 饮食文化 / 74
- 婚丧习俗 / 76
- 传统民居 / 77

06



西藏经济...79

- 综述 / 80
- 财政收支 / 81
- 固定资产投资 / 81
- 农牧林业 / 84
- 工业、建筑业与电力建设 / 86
- 国内贸易 / 89
- 对外贸易 / 90
- 金融 / 92

07



交通运输与 邮电通信...119

- __公路建设 / 120
- __航空运输 / 121
- __铁路运输 / 122
- __管道运输 / 124
- __邮电与网络 / 124

08



环境保护...129

- __资金投入 / 130
- __建立长效机制 / 131

09



教育、 科学技术 ...135

- __教育 / 136
- __科学技术 / 138

10



文化、卫生和 体育...143

- __文化 / 144
- __医疗卫生 / 151
- __体育事业 / 152

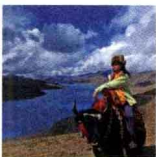
11



人民生活和 社会保障 ...159

- __人民生活 / 160
- __社会保障 / 162

12



旅游...173

- __旅游资源 / 175
- __接待能力 / 175



01

行政概况与 历史沿革

- 位置及行政区划
- 历史概述及行政区划沿革
- “西藏独立”问题的由来及实质

01

行政概况与历史沿革

位置及行政区划

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，面积约 122 万平方公里，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、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 3800 公里。西藏平均海拔在 4000 米以上，素有“世界屋脊”之称。

西藏自治区是中国五大少数民族自治区之一。现辖 1 个地级市（拉萨市），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，第二大城市为日喀则。

藏北纳木错。西藏地广人稀，平均海拔在 4000 米以上，素有“世界屋脊”之称。





金秋时节的布达拉宫

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。拉萨属温带高原季风气候，西藏地区主要粮食作物、经济作物在此均有种植。拉萨物产丰富，特色药材有冬虫夏草、贝母、红景天、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；而腰刀、卡垫、地毯、邦典、木碗、金银首饰等藏族传统工艺品在拉萨市场上也随处可见。

拉萨历史悠久、文化遗产丰富。全

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、甘丹寺、楚布寺、热振寺等；主要自然景观包括纳木湖、拉鲁湿地、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。

那曲地区中西部海拔多在 4500 米

以上，地理环境独特，自然景色雄奇，一切似乎都保持着原生态。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。矿产资源、石油天然气资源极为丰富。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、克什米尔山羊绒、虫草、雪莲花、麝香等。主要景区景点有：青藏铁路唐古拉车站、安多县措纳湖，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、白嘎一羊秀自然风景区、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 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。

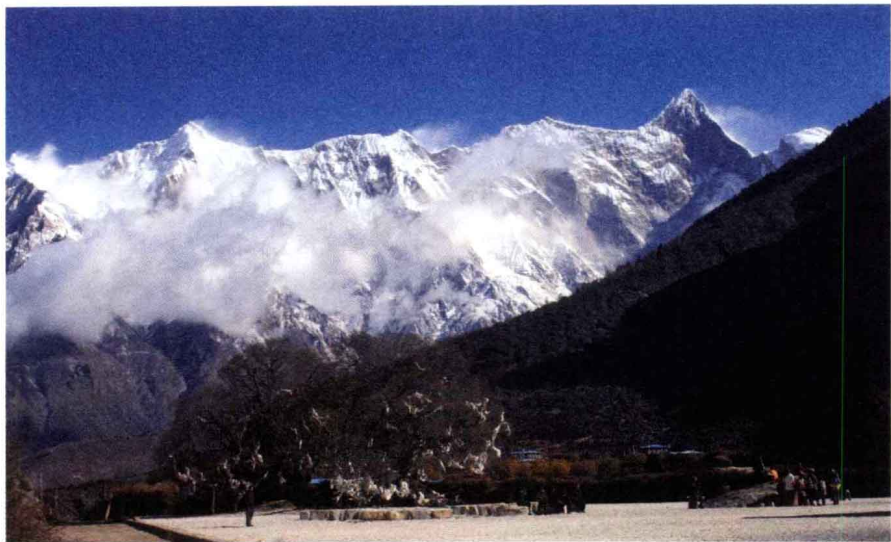
昌都的主要旅游景观包括：位于昌都县的强巴林寺、卡若新石器时期文化遗址，左贡县的梅里雪山风景区，察雅县的仁达丹玛摩崖造像、隆龙石雕群等。

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，而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。区内有孟加拉虎、滇金丝猴等多种珍稀野生动物和天麻、三七、红景天、冬虫夏草、灵芝等著名药材。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 级旅游景区并被列为国家森林公园的巴松



林芝南迦巴瓦峰远眺。林芝植被茂盛，风光秀丽，被称作“西藏江南”。

错景区，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。

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十处：藏王墓、桑耶寺、昌珠寺、扎塘寺、吉堆吐蕃墓群、烈山墓地、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、桑耶风景区、“圣湖”景区。

土特产品主要有氍毹、藏香、邦典、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。珠峰国家级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。

日喀则地区是西藏发展登山探险旅游的重点区域。5 座海拔在 8000 米以上

的山峰——珠穆朗玛峰（8844.43 米）、洛子峰（8516 米）、马卡鲁峰（8463 米）、卓奥友峰（8201 米）、希夏邦马峰（8012 米）都在日喀则地区。近 20 多年来，中国先后开放了 44 座山峰及登山路线，到珠峰地区登山探险的外国团队平均每年有 20 多个。

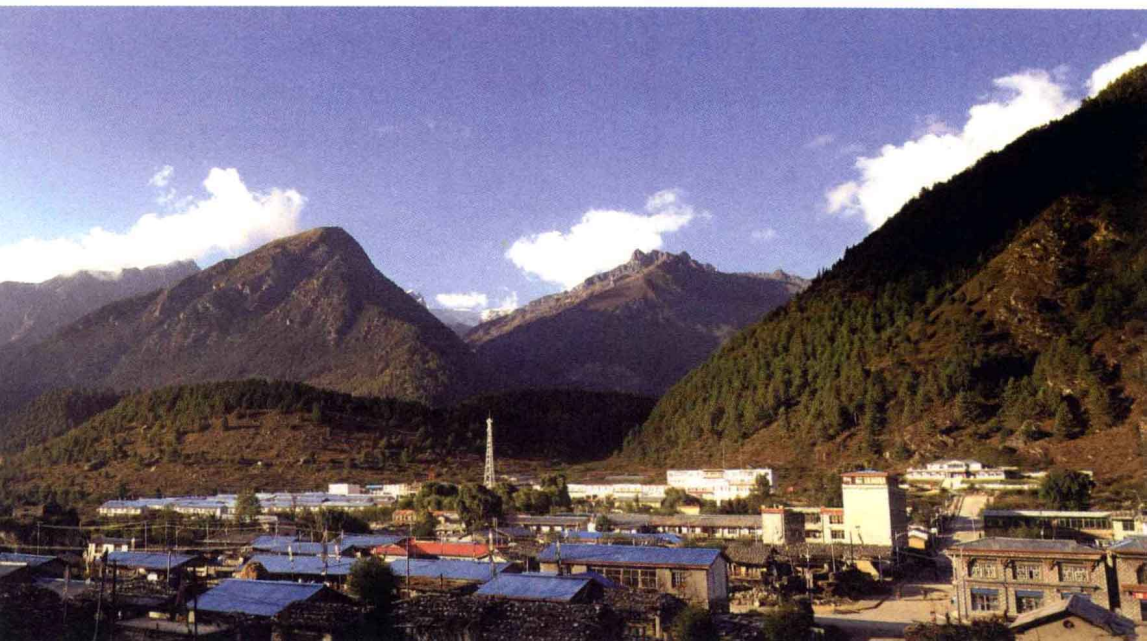
土特产品主要有银包木碗、茶盘茶架、藏毯、金丝帽、藏刀、卡垫等。

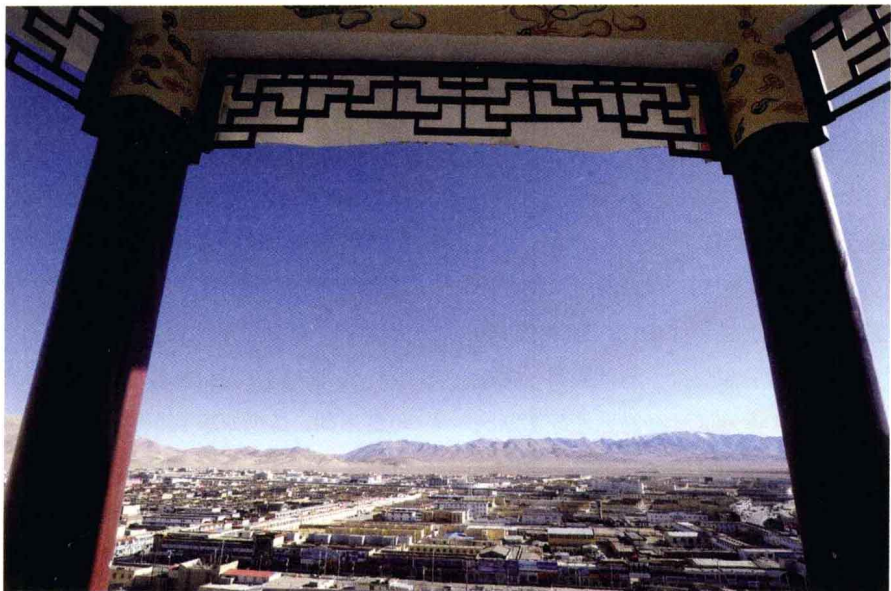
阿里地区

位于西藏西部，西面和南面分别与克什米尔地区、印度、尼泊尔接壤，有 116 公里的边境线，有 60 多道山口通向境外。所辖 7 个县中，3 个县为纯牧区，4 个县属半农半牧区，面积为 30.3 万平方公里，人口密度很低。

阿里地区在中西交通史和东西方经

日喀则吉隆镇是个边贸口岸，该镇因边贸致富，年人均收入超过 3 万元人民币。





欣欣向荣的阿里狮泉河镇

济文化交流史上居有重要地位，这里孕育过辉煌的象雄古文明及苯教文化，是探寻西藏古代文明的一块宝地。

阿里地区平均海拔 4500 米以上，雪峰冰川、高山草甸、荒漠戈壁、河流湖泊、农田牧场和数量可观的各类野生动物，构成了独具特色的自然奇景。著名的狮泉河、孔雀河、象泉河和马泉河，分别是印度河、恒河、萨特累季河、雅鲁藏布江的源头。古格王朝遗址、托林古寺、东嘎一皮央壁画，日土岩画等等，深深地留下了西部高原古代文明的印记；地处普兰县境内被多种宗教尊奉为“神山”的冈底斯山主峰冈仁波齐和

被视为“圣湖”的玛旁雍错，在亚洲宗教史上具有特殊地位。阿里地区众多的自然人文景观中拥有世界级旅游资源 5 个，国家级 18 个，省区级 48 个，旅游已成为阿里地区经济发展的重要产业。

历史概述及行政区划沿革

遗传学、考古学、历史学、语言学等众多学科的大量研究成果表明：汉族和藏族同出于共同的远祖；西藏的多处史前文化与同期华夏文化有密切的联系；西藏高原与内地在经济、文化及政治等方面一直保持密切关系。这种关系到公元 7—10 世纪明显加深并不断升

华，到公元 13 世纪中叶，西藏地方正式纳入中央政府管辖；藏族历史上出现的一系列重大演变，都与中国历史大背景息息相关。

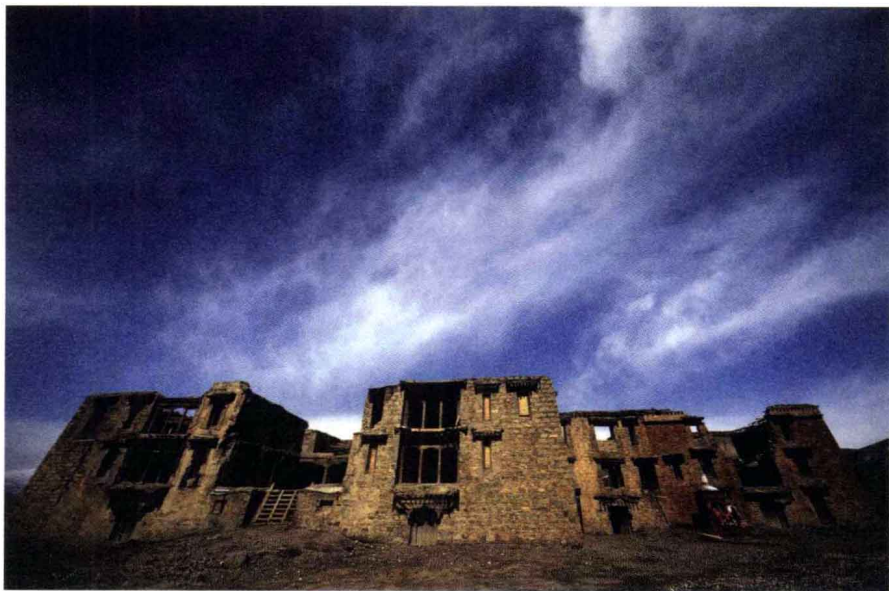
公元7—12世纪

公元 7 世纪初，强大的唐王朝在中原地区建立，结束了中国内地长达 300 多年的混乱分裂局面。与此同时，崛起于今西藏山南地区雅隆的悉勃野部渐次征服各地部族，建立了有史以来首次统一青藏高原各部族的政权——吐蕃王朝。吐蕃王朝的建立和发展，标志着古代藏族已形成民族共同体。

伴随着吐蕃王朝与唐朝两次联姻，双方往来频繁，政治、经济、文化交流广泛而深入，民间往来全面发展，藏族与中国其他民族之间的关系达到前所未有的密切程度。唐蕃双方曾八次会盟，至今仍屹立于拉萨大昭寺正门前的“唐蕃会盟碑”（也叫“长庆会盟碑”、“甥舅会盟碑”，就是第八次会盟后所立）。

公元 7 到 9 世纪曾称雄中国西部的吐蕃王朝，是个奴隶制军事政权。和中外历史上大多数奴隶制军事政权一样，吐蕃王朝的疆域伸缩不定，强盛时期范围较广，没多久又收缩。从吐蕃文献来看，除了卫藏地区早期的四五个“如”

拉加里王宫遗址。该王宫建于 13 世纪，为吐蕃王室后裔家族所建。



以及伴随扩张的临时性地方机构之外，既没有体系完整的行政区划设置，更没有逐级配套的行政区域管理。公元9世纪下半叶，吐蕃王朝的统治体系被奴隶平民大起义彻底摧毁。时隔不久，唐王朝也在风起云涌的农民起义浪潮中倾覆。此后的三四百年间，唐蕃双方故地都未能再出现独揽全局的统一政权。那个时代，藏族与北宋、南宋、西夏、辽、金等政权都有着密切联系。曾为吐蕃属下的一批唐人、吐谷浑人、鲜卑人先后融为藏族；而吐蕃崩溃后的数百年间，邻近内地的一批吐蕃后裔，则渐渐融入汉族等民族中。

藏文史书中，称吐蕃王朝时期为“赞普时期”，将此后到纳入元朝管辖之前的约四百年时间称之为“分裂时期”。

元代（公元1271—1368年）

公元1246年，西藏地方即已归附蒙古汗国。1271年蒙古大汗忽必烈定国号为元，定都今北京，西藏地方随之成为统一的多民族的大元帝国的一部分，从此正式纳入中国中央政府的直接管辖之下。

元朝统一中国后，根据藏族地区的实际情况，采取了一系列影响深远的施政措施：

——首次设置中央机构总制院（后改称宣政院），掌管全国佛教事务及西



藏文：元朝政府设立的亦思麻儿甘军民万户府的官印。亦思麻儿甘即今西藏昌都地区芒康县。

附注：唐长8.5厘米。
西藏自治區文物管理委員會藏

An 8.5 cm. by 8.5 cm. copper seal.
Preserved by the Historical Relics Administration of the Tibet Autonomous Region.

元朝政府设立的亦思麻儿甘军民万户府的官印。亦思麻儿甘即今西藏昌都地区芒康县。“万户长”是官名。

藏等地的军政事务。

——在西藏清查户口，确立差役、征收赋税，设置驿站、驻扎军队，并颁行元朝刑法、历法。

——任用藏族僧俗担当从中央到地方高级官吏。乌思藏、朵甘等地军政机构之设裁及官员的任免、升降、赏罚，皆听命于中央。

——划分西藏地方行政区域。元朝中央在藏族地区设了三个宣慰使司，相互间并无隶属关系，而是分别直属宣政院管理，藏文史书中称之为“三

区卡”。就今西藏自治区的地域而言，当时分归其中两个宣慰使司管辖——一个是乌斯藏宣慰司，设在萨斯迦（今西藏萨迦），下设13个万户府和若干个千户所，行政管辖范围仅限于今拉萨、山南、日喀则、阿里等地。藏文史料中把它视为当时的西藏地方政权，称之为萨迦王朝。另一个简称朵甘宣慰司，管辖区域包括今西藏昌都、林芝一带及那曲地区东部（还有今青海玉树州、云南迪庆州、四川甘孜州等地），治所在今四川甘孜州西部。元朝对西藏等地的首次行政划置，奠定了中国藏族地区行政区划逐步调整细化的基础。在中央政府所辖各地方行政管理体系下，三个区域分别发展变迁。另一方面，元朝在青藏高原所设三个宣慰使司分别管辖的地域，与藏语中的卫藏、安多和康巴三大方言区基本对应，可能当时是以各部落系统的分布情况和方言差异等亚文化特点为根据的。而今有人宣扬所谓“西藏三区”，本质上是为“藏独”伪造根据。

明代（公元1368—1644年）

公元1368年，明朝取代元朝，采用收缴元朝旧敕旧印，换发明朝新敕新印的形式，继承了对西藏地方的国家主权。

明朝没有沿用元朝的职官制度，而是建立了一套别具特色的僧官封授制

度。各地有代表性的政教首领人物，明朝均赐封以不同的名号，颁给他们印章和封诰，命其管理各自的地方，其职位的承袭须经皇帝批准，皆可直通名号于天子。

在行政区划与军政机构设置上，明朝在西藏基本上承袭了元朝的划置方式。在元代乌思藏宣慰司、朵甘宣慰司故地，明朝设立乌思藏、朵甘两个卫指挥使司（后升格为行都指挥使司）和俄力思军民元帅府。其下设指挥使司、宣慰司、招讨司、万户府、千户所等机构。各级军政机构的官员，均封委当地的僧俗首领出任。各级官员之任免、升迁，概由明朝中央直接决定，并颁授印诰等。大量封文、封印等历史见证，至今仍保存完好。有所不同的是，随着藏族与其他兄弟民族间交流与融合的加深，与内地毗邻的部分藏族地区已经被划入行省管辖。

根据藏文史料，明代西藏地方经历了萨迦、帕竹、第悉藏巴等地方政权的更迭。上述政权的行政管辖范围有大有小，但都限于元代乌思藏宣慰司的统辖地域内。

清代（公元1644—1911年）

公元1644年，清朝定都北京，进而统一中国。清朝循历史定例在西藏行使主权，只要前朝所封官员进送旧朝印信，