

格桑花开，幸福路长。  
沐浴着建党百年的阳光雨露，西藏迎来了和平解放70周年。

在中国共产党领导下，“地球之巅”不断刻写历史：彻底粉碎外部势力妄想把西藏从中国分裂出去的图谋，维护了国家主权、祖国统一和领土完整；彻底废除政教合一的封建农奴制度，开辟了百万农奴翻身解放的新道路；建立社会主义制度，实行民族区域自治，开启了西藏走向繁荣进步的光明前程。

中国共产党为什么能？马克思主义为什么行？中国特色社会主义为什么好？回望雪域高原70年的壮丽发展历程，为人们深刻理解三个“为什么”提供了一份来自“世界屋脊”的答卷。

抚今追昔，西藏和平解放70年来的沧桑巨变，用铁一般的事揭示了一个颠扑不破的真理：西藏的一切发展进步，只有在中国共产党的领导下才能办得到，只有在马克思主义的指导下才能干得成，只有在社会主义制度下才能实现得了。

### 以人民为中心：没有中国共产党，就没有社会主义新西藏

日喀则江孜，西藏的“英雄城”。

高耸的江孜宗山古堡，见证着西藏人民誓死抗击英国侵略者、保家卫国的壮举；一幅幅由侵略者绘制的军事地图，刻录着帝国主义觊觎西藏的图谋。

古堡下的帕拉庄园——目前西藏唯一保存完整的贵族庄园，旧时领主奢华的生活和农奴悲惨的命运形成鲜明的对比，充分暴露了封建农奴制度的黑暗。

回想过去，江孜县班久伦布村的多布杰老人分外感慨：“是共产党让西藏摆脱了帝国主义的侵略，让百万农奴翻身得解放，让高原人民过上了幸福生活。”

经历过寒冬的人，最知道太阳的温暖。了解历史的人，方能理解历史创造者的伟大。

中华人民共和国成立前后，帝国主义加快了与西藏地方分裂势力勾结的步伐，妄图把西藏从中国分裂出去。

1949年9月2日，新华社发表题为《决不容许外国侵略者吞并中国的领土——西藏》的社论。同年12月，毛泽东主席作出了“进军西藏宜早不宜迟”的

## 弘扬新风正气 追求德艺双馨

### ——文艺工作者热议加强职业道德和行风建设

新华社记者 王思北

最近一段时间，以文艺从业者为重要构成的娱乐行业出现了“饭圈”互撕、流量至上、行为不端、行帮陋习等乱象，个别明星甚至突破道德底线和法律红线，出现违法失德行为，造成恶劣的社会影响。

8月25日至26日，中国音协、中国剧协、中国影协、中国视协、中国曲协、中国舞协、中国民协、中国摄协、中国美协、中国书协、中国杂协、中国评协等中国文联所属各全国文艺家协会分别召开行风建设座谈会，对违法违纪、失德失范事件进行评议，并向文艺界发出倡议，抵制违法失德人员，呼吁文艺从业人员遵守法律法规，恪守职业道德，履行社会责任。

### 欲从艺，先立德

文艺是时代前进的号角，代表一个时代的风貌，引领一个时代的风气。

纵观近年来明星艺人的负面新闻，总会让人们叹息。文艺工作者应当自觉践行社会主义核心价值观，坚守道德底线，坚决抵制和反对那些沾染和传播负能量的人与事。”中国视协理事、演员张凯丽说。

在中国民协主席潘鲁生看来，文艺行业的特殊性决定了文艺工作者的职业道德建设将对社会风尚产生广泛而深刻的影响。他呼吁民间文艺工作者坚持用明德引领风尚，努力成为“时代风气的先觉者、先行者、先倡者”。

欲从艺，先立德。参会的文艺工作者普遍认为，高尚的道德情操和精湛的专业技艺是成为一名优秀的文艺工作者的必要条件，且德在艺先。

“都说画如其人、画如其心、画品如人品。品德是所有从事艺术创作和艺术实践的人终其一生的修为。”清华大学美术学院教授陈辉感慨地说，作为一位大学老师，将做好教书育人、为人师表、授业解惑的重要工作，以德行影响学生，以作品引导学生。

中国摄协主席李舸表示，作为新时代的文艺工作者，要树立正确的人生观、价值观、民族观和国家观，以先贤为范、向经典看齐，既要精心塑造好艺术形象，又要切实维护好个人形象，把为人、做事、从艺统一起来，不断攀向新的高峰。

### 坚守社会表率的责任担当

文艺工作者承担着以文化人、以文育人、以文培元的重要使命。身处聚光灯下，文艺工作者的一言一行在观众特别是粉丝群体中有着巨大的示范效应，其影响不可轻视。

“所有的艺术创造都需要艺术家付出艰苦的努力和劳动才能获得。但一些流量明星不崇尚深入生活、深入基层，不去在历史和现实的学习和思考中锤炼艺术。”北京电影学院副校长胡智锋坦言，长此以往，这种违反正常艺术创作规律的不良风气，将对整个行业甚至是社会产生越来越浮躁和浅表的影响。

在北京舞蹈学院中国古典舞系教师

# 从壮丽70年解读三个“为什么”

## ——西藏和平解放发展启示录

新华社记者 沈虹冰 翟永冠 张京品

战略决策，拉开了解放西藏的序幕。

历经昌都战役和反复谈判，1951年5月23日，《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》（简称《十七条协议》）在北京签订。

但西藏反动上层企图永远保持封建农奴制和手中的权力与财富，于1959年3月10日发动全面武装叛乱。中央政府采取果断措施，与西藏人民一道坚决平息了叛乱。

在中国共产党的领导下，雪域高原掀起了一场彻底摧毁封建农奴制度的民主改革运动，百万农奴翻身得解放。

“以前梦中的事真的发生了，我们分到了土地、牲畜，再也不用受农奴主的压迫了。”81岁的日喀则市桑珠孜区居民土丹坚参说。

伴随着西藏和平解放，一代代中国共产党人奋斗在“世界屋脊”，孕育出“两路精神”“老西藏精神”“援藏精神”，为中国共产党人的精神谱系增添璀璨明珠，也为雪域高原奋进发展注入强大动力。

此去万里经年，只因冰心一片。

要奋斗，就会有牺牲。对口援藏实施以来，有16名援藏干部牺牲。2020年西藏在岗牺牲的公务员就有60多人，是和平时期牺牲最多的群体之一。

习近平总书记不久前考察西藏时指出：“西藏和平解放70年来，在党中央坚强领导下，在全国人民大力支持下，西藏各族干部群众艰苦奋斗、顽强拼搏，社会制度实现历史性跨越，经济社会实现全面发展，人民生活极大改善，城乡面貌今非昔比。”

中央党校教授王小彬说，70年来西藏在中国共产党领导下实现的伟大变革，生动诠释了中国共产党为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的初心使命。

实践证明，党中央关于西藏工作的方针政策是完全正确的。

### 社会主义新西藏：党的治藏方略引领西藏稳步前行

海拔5231米的唐古拉山口，青藏公路最高点。

公路通车67年来，一代代道班工人接力驻守这里，一年365天保障这条西藏经济大动脉的畅通。在青藏公路109道班工作了30多年的巴布说：“国家帮我们修好了路，我们就应该把路养护好。”

和平解放以来，西藏各族干部群众扎根雪域高原，坚定不移把党的各项方针政策落到实处，紧紧抓住发展机遇，充分发挥积极性、主动性、创造性，不断开创西藏发展新局面。

今年7月，巴桑扎西当选昌都市芒康县县长。

作为农奴的后代，巴桑扎西动情地说：“听母亲讲，刚和平解放的时候，家里过着食不果腹、衣不蔽体的日子。老人做梦也没有想到自己和后代能过上今天的幸福生活，更没想到一个昔日农奴的孩子能成为国家的主人。我一定努力工作，带领群众过上更好的生活。”

在封建农奴制下，农奴阶级世代代沿袭祖辈的“身份”，没有自由，没有生产资料，更没有改变命运的机会和渠道。

让无产阶级摆脱奴役和压迫，成为这个世界的主人，是马克思主义的历史使命。

在中国共产党的领导下，西藏自治区于1965年成立。雪域高原第一次建立了人民民主政权，民族区域自治制度在西藏全面实施，西藏各族人民获得当家作主的权利、成为国家和社会的主人，走上了社会主义道路。

从此，社会主义制度在高原大地生根发芽，西藏走出了一条符合西藏实际的发展之路。

党的光辉照边疆，苍茫雪域寄深情。

党中央一直高度重视西藏工作，制定了许多特殊优惠政策，形成了党的治藏方略，成为西藏社会进步繁荣的“定海神针”。

西藏民族大学马克思主义学院教授李荟芹说，作为马克思主义中国化成果的重要组成部分，党的治藏方略始终引领着西藏前行的方向，并结出累累硕果：

——西藏地区生产总值由1951年的1.29亿元增加到2020年的1902.74亿元，比70年前增长321.5倍；

——2020年，西藏农村居民人均可支配收入达到14598元，是有史料记载的1965年的135倍；

——和平解放初期，西藏人均期望寿命35.5岁，如今这一数字变成71.1岁；

——旧西藏没有一所现代意义上的学校。到2020年，西藏小学学龄儿童入学率达99.93%；

——作为全国唯一的省级集中连片特困地区，西藏和全国一起取得脱贫攻坚全面胜利，62.8万贫困人口脱贫。

党的十八大以来，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，创造性地提出了治边稳藏重要论述，形成了新时代党的治藏方略。

“新时代党的治藏方略处处闪耀着马克思主义真理的光芒，是‘西藏工作的纲和魂’……只要学习好、领悟好、坚持好，做好西藏工作就有方向和底气。”西藏自治区政府副秘书长、研究室主任李宏军说。

拉萨居民群桑已过古稀之年，是西藏变化的见证者。“现在铁路、飞机、高速公路，都通了。西藏真是一天一个样，变化太快了。”群桑说，“中国共产党全心全意为人民服务，在西藏是以贯之的。”

从农奴成长为国家领导人，全国人大常委会原副委员长热地说，中国共产党

党的治藏实践，是中国共产党运用马克思主义基本原理解决我国民族问题的光辉范例。

从和平解放、民主改革，到民族区域自治、对口援藏，再到治边稳藏、脱贫攻坚……一次重大决策，使自然条件严酷的西藏经过短短几十年就和全国一道全面建成小康社会。

“老百姓特别是藏族群众的生活能有今天，因为中国共产党做了该做的事情。”前不久在西藏考察调研时，习近平总书记强调，“只要跟中国共产党走，坚定走中国特色社会主义道路，同心协力，加强民族团结，我们就能够如期实现第二个百年奋斗目标，实现中华民族伟大复兴的中国梦。”

### 全国支援西藏：共圆伟大复兴梦想

西藏阿里，“世界屋脊”的“屋脊”，平均海拔4500米以上。

近日，陕西省第六、七批援藏医疗人才完成交接。

为彻底解决西藏百姓看病难题，在中组部统一组织协调下，2015年8月，当时的国家卫计委统筹从7省市三甲医院选派医疗专家，开展医疗人才“组团式”援藏工作，对口支援西藏自治区人民医院和7个地市的人民医院。

“现在一批全国的好医生来了，我们不出高原也能享受高水平的诊疗条件。感谢陕西的援藏医生让我装上了假牙。”曾苦于牙齿脱落的阿里地区普兰县老人加央说。

西藏，极远极高极寒，自然条件严酷。和平解放后，西藏经济社会发展水平较全国平均水平相对落后，并且单靠

自身力量短时间内难以跟上全国的发展步伐。

各民族共同繁荣发展是社会主义大家庭的必然要求。

1951年，《十七条协议》明确，“中央人民政府帮助各少数民族发展其政治、经济和文化教育的建设事业”。

1951年至1978年，中央从全国调派3万多名干部到西藏工作。1994年，中央第三次西藏工作座谈会，作出了全国支援西藏的重大决策，确定了“分片负责、对口支援、定期轮换”的援藏方针。

2020年，习近平总书记在中央第七次西藏工作座谈会上强调，中央支持西藏、全国支援西藏，是党中央的一贯政策，必须长期坚持，认真总结经验，开创援藏工作新局面。

1994年至2020年，对口援藏省市、中央国家机关及中央企业分9批共9682名优秀干部援藏。

立体交通网络四通八达、15年公费教育全面实现、医疗保险全覆盖……西藏人民生活日新月异。

西藏自治区社科院原党委书记车明怀说，西藏革命和建设的实践证明，没有中央政府和兄弟省、区、市的大力支援，要在自然环境恶劣的高原取得现在的巨大成就是不可能的。

区域发展不平衡是世界级难题，环顾全球，很少有哪个国家能够有效解决。

近日，南开大学第六、七批援藏医疗人才完成交接。

为彻底解决西藏百姓看病难题，在中组部统一组织协调下，2015年8月，当时的国家卫计委统筹从7省市三甲医院选派医疗专家，开展医疗人才“组团式”援藏工作，对口支援西藏自治区人民医院和7个地市的人民医院。

中国藏学研究中心副总干事廉湘民认为，70年来，中国共产党经略西藏，实现“一步跨千年”的伟大历史飞跃，让身处祖国大家庭中的高原人民，感受到社会主义大家庭的温暖，体会到民族团结的力量，这是中国特色社会主义为什么好的生动实践。

（参与采写 张兆基 王泽昊 陈尚才）新华社拉萨8月27日电



这是8月26日拍摄的官鹅沟国家森林公园内的泽荡湖（无人机照片）。

初秋时节，位于甘肃省陇南市宕昌县的官鹅沟国家森林公园景色如画。

新华社记者 马希平 摄

## “双减”之后如何“增”？

### ——多地“双减”落地观察

新华社记者

在全面规范校外培训行为上，上海、北京两地“双减”举措均明确，校外培训机构不得占用国家法定节假日、休息日及寒暑假组织学科类培训；

线下培训结束时间不得晚于20:30，线上培训结束时间不得晚于21:00。沈阳市提出，将持续开展为期三年的专项整治，对占用国家法定节假日、休息日及寒暑假组织学科类培训采取“零容忍”态度，建立常态化监管机制。

### “准备工作”落细落实

临摹字帖、写作文、读英语绘本、做口算题……今年暑假，成都市少城小学三年级学生刘星雨收到一份个性化作业单。这是老师根据他口算能力偏弱、字迹潦草的学习情况“定制”的，因他日常阅读量较大，就没再布置阅读作业。

针对不同学生薄弱环节，有针对性地布置分层作业、个性化作业，是少城小学切实减轻学生课业负担的一项探索。记者看到，类似的减负增效举措正在为“双减”全面落地打下良好基础。

沈阳市教育局基础教育一处处长方形表示，该市中小学校已在今年暑假作业中强调总量监管和质量优先，教师精选作业内容，提高作业设计质量，作业难度不超过国家课程标准要求。同时，作业充分体现素质教育导向，包括巩固掌握一项体育运动技能、学练一项

艺术技能、参观一次博物馆等。

在减轻校内培训负担方面，沈阳市自今年8月起开展为期3个月的校外培训机构专项治理，重点治理未经审批开展培训、侵害消费者合法权益、聘用中小学在职教师等重点问题。截至24日，已查处违规机构127家，其中限期整改43家，停办整改28家，责令停止办学56家，有31家违规机构被列入黑名单。

成都市自7月中旬起不再审批新的面向义务教育阶段学生的学科类校外培训机构。为加强风险防控，该市试点建立校外培训机构第三方全额资金存管制度、风险评估机制，并支持和鼓励校外培训机构探索“先消费、后付费”运营模式。

“双减”措施迅速落地，也向社会传递了科学教育理念。成都市人民北路小学学生陈一冉的妈妈说：“孩子的身心健康永远是第一位的，以前看到孩子身边很多同学上培训班，自己没有给孩子报，心里多少有些忐忑，现在新政策更坚定了自己让孩子全面发展

的理念。”

### “减”了之后如何“增”？

校外内容减了，校内如何做强做实？教育专家表示，“双减”的落地见效离不开“双增”，“增”的应是学校教育主阵地作用、校内教育质量。

新学期，上海将推出加强学校作业管理、全面实施义务教育课后服务、

建立培育课后服务支持体系、加快推进紧密型学区集团建设、推进落实全员导师制全覆盖等6项举措，旨在全面提升学校教学质量。

针对部分学生在校内“吃不透”或“吃不饱”的情况，上海将升级“空中课堂”。一方面，面向初二、初三年级学生，遴选优秀教师，结合相关学科单元教学重难点问题，制作重难点名师在线精讲课；另一方面，广泛征集学生在日常学习中的关注点，由名师团队遴选高频和高质量关注点开展在线集中答疑。