

奋进新时代 百名委员说

西藏「拉姆」的故事

边巴拉姆

拉姆，在藏语里是仙女的意思，又是一个非常普遍的藏族女性的名字。我外婆叫拉姆、我妈妈叫普布拉姆、我叫边巴拉姆，我们祖孙三代都被人们习惯地叫作拉姆。

“外婆拉姆”跟那个时代的绝大多数女性一样没有上过学，解放前是庄园贵族的差巴（支差者），生了15个孩子，但只养活了4个子女。我妈妈是她养活的第二个女儿，可不知什么原因，解放前沦为贵族家的朗生（家养奴），六岁多就开始给贵族家干活。1951年西藏和平解放，因为当时传言汉族军人是赤面人，小孩子都远远地躲在土丘上，看部队从村子边走过……妈妈说第一次见到解放军时感觉特别地稀奇：“他们怎么那么地精神抖擞？”每次妈妈回忆时都会情不自禁地自问。1959年西藏民主改革后，她们村里开始有了汉族干部的身影，并宣传适龄的孩子可以报名到内地读书。因为那时我妈妈的体质比她妹妹弱，外公外婆就决定让我妈妈去报名，让小姨留下务农。这成为我小姨的终生遗憾，也是我妈妈认为她的一生亏欠。

不到十六岁的“妈妈拉姆”穿上家中唯一没有补丁的毡毯，跟同村的几个孩子一起来到县城。在县城等待着去拉萨的几天里，不少孩子因为对离家的畏惧，最终还是跟着父母返回了。当时同村的一个姑娘也劝妈妈一起回去，但妈妈还是坚持住了。虽然对内地和读书都没有什么清晰的概念，但她坚持认为不去试一试，怎么知道结果？后来，妈妈毕业参加工作后回老家探亲，那位曾劝她回去的姑娘背着一筐土豆来看她，问了妈妈很多关于内地、学校的事情，但没说一句羡慕的话。那姑娘已成为几个孩子的妈妈。

民主改革后的西藏百废待兴，各行各业都需要人才，特别是需要通晓藏汉双语的民族干部。毕业后，被分配到日喀则江当区的“妈妈拉姆”，担任起翻译的工作，陪着县干部入户调查，宣传政策。每次回忆这段工作经历时，妈妈都会讲几个她自己在翻译中闹的笑话。妈妈说“因为在学校学习刚刚有起色，能够简单地用汉语文写作，当听到要提前毕业回西藏工作时，真的非常不甘……”因为工作表现优秀，她21岁就当上了区委副书记，从此她就变成“拉姆书记”。一直到她离世，日喀则熟悉她的人都这么称呼她。那时年轻的妈妈腰别手枪，骑着大马，叱咤当区，很是威风。但妈妈总会说：“真可惜在我最好的青春岁月里，没有更多机会好好学习。”于是，让我们不断学习，就成了她自我弥补的一生事业。

十七岁的我，内衣里缝着够用一年的生活费，来到重庆上大学。报考志愿时，父亲希望我能在西藏当地就读，但“妈妈拉姆”却执意要我考内地的大学。机场送别时，父亲哭得跟泪人一样，但妈妈却眼眶都没有湿润。后来我问她怎么那么狠心，她说：“不是每个孩子都有机会到内地上大学，我们应该为此骄傲”。大学毕业了，妈妈却要求我继续学习、不许谈恋爱。于是就有了从后头学习英语、出国留学的我。后来，不管是报考硕士、博士，她总是第一时间支持我、鼓励我，每当我有一点小成绩，她总爱对我说“不要骄傲！”

后来有一次记者采访，问我“为什么要读那么多书？上那么多学？”，我都不想，第一念头就是，我在完成我外婆、我妈妈未能完成的夙愿。

2013年，作为自治区政协委员，我有幸参加由自治区政协和妇联联合组织的“西藏自治区妇女发展纲要实施情况”调研。当时全区上下都在学习党的十八大会议精神，在那曲聂荣县的一次调研访谈中，我问那些到场的牧民能否听懂会议精神，结果却让人很失望。因为教学资源的不足，许多偏远地区初中毕业的孩子连报纸都不会读。回去后便在调研报告中重点分析了在农牧区遇到的问题，建议以老百姓听得懂的语言去宣传党的政策，并加强对基层农牧民的文化知识的普及。2015年，在西藏自治区两会期间，我提交了“关于加大集中教学，提升教学质量”的提案，建议有条件的地方在县里集中办小学，集中教学优势资源，从而提升学生的学习质量。2019年，受自治区妇联的委托，赴不同教派的尼姑寺，开展西藏尼姑现状调研。调研中看到尼姑们普遍处于文盲半文盲状态、而对学习又极其渴望的情况，提出了在西藏佛学院及其分校中加大对尼姑培养和各寺管会加大对尼姑普及文化知识的建议。2020年，结合中央第七次西藏工作座谈会精神，在全国两会期间提出了加强西藏地区理工农医技能型人才队伍建设的建议。

教育是一个民族、一个国家振兴发展的根本，而女性受教育的程度就能代表这个社会的进步和文明。2019年，西藏自治区民主改革60周年之际，在自治区妇联的领导下，成立了“西藏女知识分子联合会”。联合会由西藏各族各界女知识分子代表组成，其中高级职称代表占比80%，她们中有大学教授、主任医生、牦牛培育专家、农科骨干、海归专家、舞蹈家、律师、高中老师等等，不少还是在研究领域内的带头人。她们都是新时代受惠于国家大力支持西藏教育政策的“拉姆们”，是西藏经济社会发展的代言人。联合会召开成立大会那一天，拉萨的天气格外明朗，参会的女知识分子代表，一个个身着美丽的服装，展现出西藏女性自信而美丽的一面。联合会成立后通过举办各种交流分享会，积极向所联系的其他女性传播智慧和经验，团结带领更多西藏妇女弘扬时代新风，投身创新创业，加强民族团结，建设美丽西藏。

“西藏的教育政策是全中国最好的，西藏率先实现了十五年免费教育。”现在，每当有媒体问我西藏的教育情况时，我都会骄傲地这么告诉他们。因为享受到充足的国家三包政策，西藏的孩子们可以无忧无虑地坐在教室里接受教育、学习知识。而每次到基层调研，都会发现当地最好的建筑肯定是学校。

记忆中的“外婆拉姆”，总是一头银发，手拿念珠，晒着太阳，眯着眼睛看我朗读作业。“妈妈拉姆”总是风风火火，忙前忙后，不停抱怨“如果我读的书再多一些，水平再高一点……”而我，这个“边巴”拉姆，总在不停地学习。学习人类文明的智慧结晶，学习国家的大政方针，并且努力学习以致用，结合实际调查研究，为促进民族地区经济社会发展建言献策，为铸牢中华民族共同体意识率先垂范，为中华民族伟大复兴贡献力量。

雪域高原上，一代代“拉姆”都有自己的梦想、故事。面向未来，我们的梦想越来越美好，故事越来越精彩。

（作者系全国政协委员、中国社会科学院亚太与全球战略研究院研究员）

民革天津市委会调研建议：

加快小区适老化工程改造

本报讯（记者 张原 李宁馨）如何实现“老有所养”，不仅是千家万户关心的“家事”，也是“国之大事”。近日，民革天津市委会调研提出，要加快小区适老化工程改造，全面推进老年友好型社会建设。

调研组发现，由于传统观念、居住习惯及经济条件等制约因素影响，老年家庭参与居家适老化改造需求度不高。同时，适老化改造社会化运营支持度不强，

未撬动居家适老化改造市场做大做强。

民革天津市委会建议，要持续推进小区适老化改造工程。通过政策引导、舆论宣传和知识普及，扩大知晓度，提升全社会对适老化改造的认同度，将居家适老化改造与居家和社区养老服务有机结合，特别是激发有一定经济条件的老年人适老化改造需求，通过政府补贴的方式吸引更多老年人自愿参与，逐步实施居家环境适老化改造；同时充分利用乡村振兴战略推进

的契机，引导开发老年友好宜居住宅，推动农村老年家庭无障碍改造。

“建议探索居家适老化改造的商业模式，吸引并扩大更多的企业参与，提供更多的产品和服务。政府要积极培育改造评估专业机构、改造施工机构和改造验收机构，并做好事前事中事后的监管工作。搭建适老化改造项目和老年用品配置平台，发展壮大居家养老设施和老年用品等消费市场，积极支持养老服务机构参与居家适

老化改造，上门提供养老服务。”民革天津市委会提出，要推进适老化改造社会化运营，做大做强居家适老化市场，通过政府引导、财政支持，撬动居家适老化改造市场，逐渐建立以政府为引领、社会多元主体共同参与的社区老年服务网络，提升社区老年服务供给水平，扩大政策实施效果，促进适老家装、康复辅助器具、智能适老电子产品等养老产业良性健康发展，进而创建宜居适老城市环境。

九三学社襄阳市委员会聚情聚力为老服务

服务送家门 真情暖心坎

本报讯 近日，湖北省襄阳市古城综合为老服务中心里人声鼎沸，由九三学社襄阳市委员会联合襄城区统战部、襄城区民政局开展的“聚情聚力为老服务 共同缔造幸福生活”社会服务活动拉开序幕，活动分为义诊活动和健康讲座两个项目。

义诊项目邀请了九三学社10位医学专家社员坐诊，涉及皮肤科、口腔科、康复科、中医、呼吸内科等热门科室。活动中，专家们为就诊群众进行健康检

查、现场诊断和用药指导。“随着大家健康意识不断提升，中医药健康文化越来越受关注。老年人以慢性病居多，更希望依靠中医达到预防未病、改善已病的目的。”襄阳市中心医院中医科主任库宝庆说。

“我们年纪大了，不时出现些小病痛，去医院跑也不方便。义诊活动把医疗资源送到了家门口，真是暖到了心坎上！”民主路社区老人张阿姨握着工作人员的手动情说道。

古城综合为老服务中心的多功能厅里，健康讲座正同步进行。襄阳市中心医院康复科副主任詹燕介绍了失能老人居家日常护理的注意事项，并着重讲解了晕厥、心悸骤停等突发紧急情况的应对措施。

“最好的医生是我们自己……皮肤是人体健康的一面镜子，要有整体全局观。”襄阳市中心医院皮肤科主任鲁巧云从树立科学医学思维出发，讲授了感染性皮肤病和过敏性皮肤病的专业处理知识。

“两位专家的讲课通俗易懂，我们更有

信心为社区老人做好照料护理工作啦！”培训后，红花园社区社工兴奋地分享着参训感受。

九三学社襄城区委员会副主委、襄城区民政局副局长高伦思表示，今后要进一步探讨合作模式，力争让为老服务中心周边3个社区17000余位老年居民切实享受到尊老敬老爱老助老服务实效。（杜菲 崔端波）



把健康关爱送到家门口

为充分发挥九三学社人才智力优势，提升为民办实事的社会服务效能，近日，九三学社无锡市委会与无锡市河埭街道在河埭社区统战阵地“融园”举行了“江大附院、滨湖委员会与河埭街道共建爱心义诊”活动。来自九三学社江大附院、滨湖委员会的医疗专家亲自为街道群众爱心义诊，切切实实地把健康关爱送到了家门口。让广大基层群众能够享受到便利的医疗服务。（刘玲媚 摄）

（上接1版）
视察团先后赴岳阳市、益阳市、湘西土家族苗族自治州、张家界市进行视察。委员们表示，新时代十年以来，中华优秀传统文化得到创造性转化、创新性发展，文化事业日益繁荣，人民文化

自信明显增强。新征程上，要坚定历史自信和文化自信，坚持古为今用、推陈出新，不断增强政治认同、思想认同、理论认同、情感认同，把马克思主义思想精髓同中华优秀传统文化精华贯通起来、同人民群众日用而不觉的共同价值

观念融通起来，满足人民日益增长的精神文化需求，为全面推进中华民族伟大复兴汇聚精神力量。
全国政协港澳侨务委员会原驻会副主任吕虹参加视察。湖南省政协党组副书记、副主席乌兰陪同视察。

在全面建设社会主义现代化国家新征程上争取新的更大贡献

（上接1版）
第二，以高质量参政履职为全面建设社会主义现代化国家贡献力量

中共二十大把团结带领全国各族人民全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴作为中国共产党从现在起的中心任务。致公党将积极投入到这个中心任务中去。一是深入学习，牢牢把握习近平新时代中国特色社会主义思想，深刻领会中共二十大报告中关系党和国家事业发展的重大理论和实践问题，紧紧围绕新时代新征程党的中心任务，进一步

推动议政建言与凝聚共识紧密结合、双向发力，创新调研方式方法，着力提高协商议政能力，为推进我国社会主义现代化建设贡献智慧和力量。二是进一步深刻把握中共二十大报告提出的重大思想、重大观点、重大论断，引导全体致公

党员以更加坚定的担当精神，围绕中共二十大绘制的宏伟蓝图、确立的奋斗目标作出的战略部署，把贯彻中共二十大精神体现到谋划工作、部署任务、推进实践中去，务必谦虚谨慎、艰苦奋斗，坚定历史自信，增强历史主动，以清醒的头脑、更高的标准、更昂扬的精神状态和奋斗姿态，应对新的“赶考”路上的风险挑战，奋进新征程、建功新时代。努力建设成为政治信念坚定、履职能力过硬、适应时代要求的高素质中国特色社会主义参政党。

第三，更好发挥致公党特色优势，砥砺致力为公、侨海报国的责任担当
中共二十大报告指出，统一战线是凝聚人心、汇聚力量的强大法宝，强调要加强海内外中华儿女大团结，形成同心共圆中国梦的强大合力。作为具有侨海特色的参政党，致公党有责任和义务为推进海内外中华儿女大团结作出新贡献。当前，主要将在两个方面下更大的功夫。一是要在向海外宣传好、解释好中共二十大精神上下功夫。致公党将以中共二十大精神为根本遵循，进一步用好海外侨胞融通中外的独特优势以及海外华侨华人社团组织的宝贵

资源，强化共同奋斗的政治引领，向他们宣传好中共二十大精神，讲好新时代新征程故事，讲好中国式现代化，凝聚侨海之心、汇集侨海之智、发挥侨海之力、维护侨海权益，广泛汇聚起海内外中华儿女同心共圆中国梦的磅礴力量。二是要在进一步做好海外统战工作上上下功夫。当前一些西方国家继续对海外统战工作抹黑打压，同时在以海外侨胞为主体的海外统战工作对象中制造“寒蝉效应”。我们将以中共二十大精神为指导，进一步增强忧患意识和底线思维，在积极应变的基础上，敢于斗争、善于斗争，为营造我国发展良好国际氛围作贡献，更加注重涵养和保护侨界有生力量，尽最大努力将他们团结起来，最大限度地发挥他们的积极性调动起来，把他们促进改革开放和社会主义现代化建设的独特优势充分发挥出来。我们将更加注重服务国家外交大局，扩大对未建交和新建交国家侨胞的交流与合作助力高水平对外开放。

今年12月，致公党将召开十六次全国代表大会，我们将把学习贯彻中共二十大精神作为大会的重要主题。致公党将更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的中共中央周围，锚定第二个百年奋斗目标，坚守合作初心，发扬优良传统，不断提高履职能力，全面加强自身建设，以崭新的精神面貌，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴贡献力量！

对于这些意见建议，与会相关职能部门的负责人给予了积极回应。
省商务厅副厅长郭绍敏说，“下一步我们将认真梳理本次会议的意见建议，按照‘边试点、边总结、边推广’的思路，进一步加大工作力度，适时召开现场观摩会，及时总结推广全省各市区便民生活圈建设的成功经验和亮点特色。”省住建厅副厅长胡汉利表示，接下来将围绕公共服务设施、便民商业设施等开展调查摸底，查找建设短板，努力做到居民有需求、社区有服务。

民革北京市委会举行“2022年华灿点亮乡村论坛”

本报讯（记者 孙金诚）11月7日，由民革北京市委会主办的“2022年华灿点亮乡村论坛”在京举行。

民革北京市委会秘书长樊维表示，论坛活动通过推动“华灿奖”设计成果的落地北京，重点聚焦促进台湾青年落地北京就业创业工作，以华灿奖设计为根基，通过论坛活动促进设计成果转化，整合北

京乡村振兴建设资源，为两岸同胞携手共建搭建平台，为两岸关系向前发展贡献北京民革力量。
中华杰出青年交流促进会理事长陈长风表示，希望可以借助论坛活动的平台，两岸同胞共同携手发展，以加大产业发展和台湾青年大陆创业为目标，实现共同富裕共同发展，推动振兴乡村建设。

湖南民进政协委员工作室揭牌仪式举行

本报讯 近日，湖南民进政协委员工作室、新一代光电信息技术协同创新政协委员工作室揭牌仪式暨“书香民进”读书分享会在湖南大学举行。全国人大监察和司法委员会委员谢勇，省政协副主席席鹏飞，省委统战部常务副部长徐克勤，省政协港澳侨和外事委员会驻会副主任李国雄出席。

光电集成是光通讯、智能显示等新一代信息领域的核心技术支撑，是我国在芯片领域实现“换道超车”的重要历史机遇。依托湖南大学光电集成创新研究院，全国政协常委、民进湖南省委会主委潘碧灵和省政协委

员、湖南大学材料科学与工程学院院长潘安栋牵头建立了湖南民进政协委员工作室，希望通过产研模式创新、核心技术攻关、资政建言献策等工作开展，助推新一代芯片技术快速发展。
读书分享会上，与会人员围绕“学习中共二十大精神，切实担负起参政党的历史使命”“学习中央统战工作会议讲话精神，当好新时代统一战线代表人士”“坚定科技报国理想，做新时代科技创新带头人”等分享交流学习体会。大家表示，要以学益智、以学修身、以学增才，做中国共产党员的好参谋、好帮手、好同事，不断学习中共二十大精神和“书香民进”读书活动引向深入。（王双 甘正气）

让幸福的距离更近一些

（上接1版）
随着社会老龄化程度加剧，如何让老年人在家门口享受更多便民服务，是建设便民生活圈的“必答题”。省政协委员、湖南市人大常委会副主任刘巧莲建议，加大对社区养老服务的政策支持，优化适老化配套设施和服务，加强养老专业人才培养。

省政协参政议政人才库特聘专家、西安交通大学特聘教授刘峰则呼吁，要发挥政府引导、市场主导作用，探索多种建设运营模式，建设重大战略开放消费平台，创新发展有标志性的品牌及项目，让城市更加宜居、生活更有温度；以“智慧城市”建设为抓手，优化城市基础设施，完善区域配套规划，统筹做好城市更新相关工作，促进城市生活质量和竞争力水平提升。

此外，委员和专家学者还提出，要始终坚持以人民为中心的发展思想，围绕便民生活圈规划、建设、业态等方面，切实加强顶层设计；坚持以人为本的服务本质，优先配齐基本保障类业态，因地制宜发展品质提升类业态，积极探索新模式新业态；推动便民生活圈数字化转型，把大数据应用到开店布局、物流配送、商品追溯各环节，构建居民线上消费、线下体验的生活方式，将“数字红利”转化为民生福利；不断优化政策环境，强化政策保障，深化“放管服”改革成果，打通政策落实“最后一公里”等等。

对于这些意见建议，与会相关职能部门的负责人给予了积极回应。
省商务厅副厅长郭绍敏说，“下一步我们将认真梳理本次会议的意见建议，按照‘边试点、边总结、边推广’的思路，进一步加大工作力度，适时召开现场观摩会，及时总结推广全省各市区便民生活圈建设的成功经验和亮点特色。”省住建厅副厅长胡汉利表示，接下来将围绕公共服务设施、便民商业设施等开展调查摸底，查找建设短板，努力做到居民有需求、社区有服务。