

# 守护共同的呼吸和命运

卫 庶 陈 郁 马超强

## “让草原重焕生机，让黄河重漾清波，给子孙后代留下一片绿色草原”

仲夏7月的清晨，久治县泰乎日麻乡章达村的牧民昂多像每一个平常的日子一样，迈步走向广袤的草原。在他的眸子里，能看到云天、山水、湖草、鸟兽。这是一个牧民眼中的家园，是他心心念念的沃土丰野。

2012年，青海省率先实行一户一岗的“生态管护员”制度，昂多放下手中的牧鞭，佩戴起环保袖标，成为其中的一员。“我们身兼数职，野生动植物巡护、清理垃圾、水质监测、制止非法采伐和盗猎等。”通过一个手机软件，就能随时记录和上报途中的工作情况。昂多穿梭于草原之上，用更科学的方法守护着三江源的万物生灵。

“我是牧民的孩子。”昂多说，“通过我们这代人努力，让草原重焕生机，让黄河重漾清波，给子孙后代留下一片绿色草原，这一辈子才算没白过。”

作为黄河源头、三江源核心区、青海“生态大省”的“重头戏”，果洛藏族自治州交出了一份高质量答卷。

随着国家投入力度的不断增加，果洛州形成了党委领导、政府主导、地区部门负责、群众参与的草地生态综合治理工作格局，形成了州、县、乡、村、社五级“林草长制”管护体系。

“近年来，我们以林草长制为抓手，深化林草改革、加强禁牧和草畜平衡监管、强化项目支撑，保障生态治理成效。2023年，完成林草生态保护与系统治理投资14.24亿元，完成国家公园示范省建设任务105.11万亩。实施国家公园示范省果洛建设巩固提升行动，积极构建人与自然和谐共生的现代化，建设高质量国家公园。”果洛州林业和草原局局长才让尼玛告诉记者。

久治县副县长代乐华旦其实还有一个身份——久治县县级河湖长。说起河湖长职责，他的自豪感溢于言表：“久治是青海唯一和川甘两省交界的县，也是长江、黄河两大水系的涵养区，是‘中华水塔’的重要组成部分，水资源极为丰富，生态地位极其重要。”

春山可望碧水流，无边光景满目新。河湖长上岗，守土有责。水变清了，岸变绿了，河湖成了风景线。

达日县地处“三江源”自然保护区核心区，是“中华水塔”的重要涵养地，是国家重点生态功能区。干流奔涌，汇入江河，巴颜喀拉山脉从西北向东南横贯全境，将达日分为长江、黄河两大水系，黄河在全县境内贯穿约340公里。“水草丰美，地域辽阔”，就是达日县名字的含义。

近年来，达日县统筹推进山水林田湖草沙综合治理，在生态环境保护领域投入资金共计1.74亿元，实施项目33个；全面核查草原各类有害面积970万亩，核查完成退化草地修复9.5万亩，草地植被覆盖率从原来的46.7%提高至58.85%；全面推进水生态环境保护、大气和噪声污染防治、土壤固体废物污染防治，完成境内黄河干流排口的监测和溯源，目前达日县空气质量优良天数比例达到98.6%，省控黄河干流监测断面水质均达到Ⅲ类以上。

目前，果洛州所辖的44个乡镇中，30个乡镇在黄河流域，14个乡镇在长江流域。全州流域面积50平方公里以上河流471条，水域面积1平方公里以上湖泊40个。目前，设置各级河湖长474名、河湖管护员5989名，实现河湖水域全面覆盖，确保每一条河湖都有人管。

万物生灵是最好的见证，山川草木是最美的注脚。

党的十八大以来，果洛州累计完成投资35亿元的三江源生态保护与建设一期、二期工程，项目区草原植被覆盖率平均提高了14个百分点，植被覆盖率达到了62.49%，其中黑土滩治理区植被覆盖率由20%增加到85%以上；黄河出境断面水质始终保持在Ⅰ类，近15.48万人享受到生态性补偿，吃上了生态饭。农牧区人居环境整治、河湖“清四乱”、全域无垃圾示范州创建等深入推进，国土绿化取得历史性突破。三江源国家公园黄河源园区体制试点各项任务如期完成，在青海省率先探索推行草长制和林长制试点工作，境内藏羚羊、雪豹等野生动物种群明显增多，自然环境、人居环境得到了净化、美化，多彩人与自然和谐共生大美青海的多彩画卷。“三江之源”生态底色愈发亮丽。

“万山之宗 雪域净土  
牧歌飞扬传递绿色使命  
我把绿水青山献给您  
在同一片蓝天下  
守护共同的呼吸和命运  
是我们的忠诚和决心”

为了庆祝中华人民共和国成立75周年，献礼青海省果洛藏族自治州成立70周年，果洛州民族歌舞团创作的歌曲《我把绿水青山献给您》这样唱道。

2024年是果洛藏族自治州成立70周年。果洛藏族自治州成立于1954年，是全国少数民族自治州中主体民族比例最高、平均海拔最高、人均占有土地面积最大、生态地位非常重要的一个自治州。

70年前的果洛，牧民群众逐水草而居，基础设施几乎一片空白。

70年来，在党的民族区域自治政策光辉照耀下，果洛藏族自治州认真贯彻落实党的路线、方针、政策，团结一心、艰苦奋斗，政治、经济、社会、文化、生态等各项事业发生了翻天覆地的变化。

1954年果洛州建政初期，全州人口仅5.6万人，70年时间里，全州总人口增加至22.2万人，增长了3倍。70年来，在党的系列惠民政策的浸润下，果洛州坚持以人民为中心，将财政总支出的80%以上用于民生，群众健康水平和生活质量持续提升。

脱贫攻坚以来，果洛州紧盯“两不愁、三保障”目标，举全州之力脱贫攻坚，全州6个贫困县摘帽，74个贫困村出列，13898户47262名建档立卡贫困户脱贫，绝对贫困人口全部“清零”，脱贫群众人均纯收入由2015年的1930元增长到15473元，三江源地区数千年以来绝对贫困现象彻底消除，与全国全省一道迈入了全面小康社会。

果洛机场通航运行，“果洛不再遥远”成为现实。

花久、共玉高速和大班、达玉公路建成通车，结束了果洛不通高速的历史，实现了所有县城通二级及以上公路的目标。所有乡镇、村社实现公路畅通，客运通乡、

通村率分别达到100%和95%。

国家电网覆盖全州44个乡镇188个行政村，玛多县成为全国首个高寒高海拔清洁供暖示范县。

乡乡通宽带，村村通电话，户户有安全用水，现在的牧区生活，处处洋溢着现代文明气息。

70年来，果洛州取得的成绩，充分彰显了中国共产党领导的政治优势和中国特色社会主义制度的巨大优越性。只有坚持中国共产党的领导，永远感党恩、听党话、跟党走，坚定走好中国特色社会主义道路，实行好民族区域自治制度，才能让各民族发展得越来越好，生活得越来越好，从成功不断走向成功。

果洛的干部群众纷纷表示，将以党的二十届三中全会精神为指引，意气风发沿着中国式现代化新道路，倾力打造生态文明高地，扎实推动“四地”建设，全面推进乡村振兴，提升社会治理效能，奋力谱写现代化果洛建设新篇章。



图为果洛藏族自治州达日县吉迈镇丹玛社区民族团结（石榴籽家园）社区文艺活动。

格智摄



图为果洛藏族自治州久治县动物疫病预防控制中心工作人员给牧民家中的牦牛“体检”。

党成恩摄



图为果洛藏族自治州玛沁县大武镇黄河南社区居民来社区办事。

大武镇黄河南社区供图

## 发展特色产业，“在家门口就能挣到钱”

云淡天高，绿草如茵，连绵起伏的草场上，羊群如珍珠般点点散落。眼下，正是草原牧场最美的时节。

清晨，被薄雾笼罩的草原显得格外静谧，偶有一两声牛儿的叫唤回荡在草原上。久治县智青松多镇沙科村的村民文革正牵着自家的牦牛在河边饮水。

文革家里有200来只牛羊，是村里的养殖“大户”。“以前想多挣钱就只能多养牛羊，但也是靠天吃饭。夏季把牛赶到山上吃草，牦牛长势还好，到了冬天就会掉膘。草场有限，养多了草场会退化，不但赚不到钱还破坏了生态。但现在不一样了！”

2020年，久治县开展“生态家庭牧场”试点工作，为有意愿的牧民修建标准化的牛圈、饲料库、防疫室等设施，采取放牧和补饲的方式，大幅缩短了牦牛的生产与生长周期。文革正是“生态家庭牧场”受益者。

“现在有了畜棚，牛羊不会遭到狼的袭击，而且在恒温条件下得病少了，产仔率和成活率也提高了。”2023年，通过“生态家庭牧场”，文革的收入近30万元，是传统养殖收入的好几倍。

走进班玛县高原菌类种植示范基地，一排排规划整齐、错落有致的大棚矗立眼前，一股沁人心脾的菌香混

合着泥土的气息扑面而来。

班玛县高原菌类种植示范基地的负责人王德军在大棚内半蹲着，一边察看营养包放置情况，一边用铁锹将泥土堆在塑料薄膜两端压实，保证土壤周边温度恒定。眼下正是采摘和食用新鲜羊肚菌的好时节，一簇簇个大饱满、纹理清晰、内壁肥厚的羊肚菌破土而出，长势喜人。

班玛早晚温差大，气候寒凉，成熟周期长，种出来的菌类相较于内地的口感更清脆、滋味更浓。2021年，在上海市青浦区对口援青的帮扶下，班玛县投资1200万元建设高原特色菌种产业项目，建设大棚26座，专门用于种植羊肚菌、灵芝、黑木耳、蘑菇等菌类产品。

大棚内的羊肚菌出菇率在30%—60%，每亩地产量约800斤。“羊肚菌鲜品价格稳定在每斤100元左右，制成的干品价格更是达到每斤1000元，是目前人工栽培价格最高的食用菌类。”王德军说，相较于其他地区每年2至3月羊肚菌成熟，班玛7月“反季节”收获的羊肚菌正好补充市场空缺，卖上一个好价钱。

羊肚菌在育种、种植、管理、采收等环节需要大量劳动力，这也为班玛县江口乡村民创造了大量季节性就业岗位。“大棚的菌种植产业发展起来后，我们在家门口就能挣到钱。从种菌、采菌开始都在这里务工，一天200元，一个月有5000元左右的收入，回家还能照顾体弱多病的老伴，赚钱、顾家两不误。”今年68岁的村

民银宝一边忙着手里的活儿，一边不停地夸赞羊肚菌是个好产业，让大家“钱袋子”鼓了起来。

乡村要振兴，产业必振兴。党的二十大报告指出，全面推进乡村振兴。相同的致富目标，不同的脱贫路径。久治县、班玛县规模化种植羊肚菌产业仅仅是果洛州乡村振兴的一个缩影。

70年前，偏远落后的果洛，靠天吃饭，一穷二白。70年来，这里的产业从单一走向多元，从粗放走向集约，从传统走向现代。如今，在生态优先、绿色发展为导向的指引下，特色产业、优势产业朝气蓬勃，全州建成生态农牧业产业基地205个，实现乡村全覆盖。22个合作社列入省级试点社，“岗农做法”“直租模式”等典型经验在全省推广。

目前，果洛州农牧业总产值年均增长4.26%；农牧业增加值年均增长4.21%。全州26%的草场、52%的牛羊和9家企业的产品获得有机认证，成为青海省认证基地面积最大、认证牲畜数量最多、产品种类最丰富的有机农牧业生产地区。建成合作化组织457个，有机品牌影响力不断扩大，果洛州正向着“绿色有机农畜产品输出地”迈进。2023年，地区生产总值实现67.2亿元，同果洛州建政初期相比增长了近千倍；农林牧渔业总产值达到12.12亿元，比1952年的3072.04万元，增长了38.45倍；地方财政一般公共预算收入实现3.57亿元，增长了5000多倍；地方一般公共预算支出实现118.8亿元，比1990年

增长201.6倍，比2000年增长53.3倍；社会消费品零售总额实现13.26亿元，比1954年增长2048倍；城镇居民人均可支配收入实现44365元，增长了近百倍；农村居民人均可支配收入实现12404元，增长超过百倍。特别值得一提的是，上海对口支援果洛这14年来，累计落实对口援青资金37.38亿元，实施援建项目1023个，成为助力果洛发展的重要支撑。

## 牧民的帐篷扎到哪里，五星红旗就插到哪里

“以前，我们这里到处都能看到垃圾，牧民们也没有环保意识。自从当上了‘大家长’，不仅带头保护环境、捡拾垃圾，还要帮助牧民解决日常生活难题。”居住在达日县吉迈镇普忙村的牧民永洛说。

永洛说的“大家长”，是近年来达日县牧区网格化管理转型升级后每个村里设置的“牧长”。他们身穿藏蓝马甲，每天穿梭在牧区草原，有牧民需要帮助时，牧长就会前去热心指导帮助。

为了能让牛羊吃上更好的草料，牧民四季轮牧，会选择进入深山放牧，每年要搬四五次家，居住分散，管理困难。基于县情，达日县将全县划分为457个动态管理片区，将乡镇政法委员、村两委班子成员、离退休党员、人民调解员、草原管护员等

1457人融入网格员队伍，深入推行“县—乡—村—社—片区”五级管理机制，制定“牧长十大员”职责，形成“网中有格，格中有人”“人在格中走，事在格中办”的工作局面。

2015年，永洛被聘为“牧长”，管理着村里的6户牧户。每次走访，他都是骑着摩托车去了解生产生活情况，最远的牧户来回要走120公里。“牧长虽然职责很多，但最主要的任务是服务群众。通过我们多年的努力，现在全村牧民群众的心已经融在一起了。”永洛说。

平安建设是民族团结的根基。近年来，果洛州聚焦“一统领四推进”总体思路，围绕“四联三卷”工作机制，忠实履行维护国家安全、社会安定、人民安宁的重大责任。通过推行“党建+社会治理”模式，以基层党组织的“覆盖面”填补基层治理的“空白点”，探索形成了达日“牧长制”“班玛经验”升级版、玛沁义警、久治十户长等多种“枫桥经验”本地化模式。

“我们努力实现‘小事不出村、大事不出镇、矛盾不上交’，为纵深推进更高水平的平安果洛、法治果洛建设打牢基础，让‘平安果洛’成色更足、成效更加彰显。”果洛州政法委副书记恒鑫告诉笔者。

如今的果洛，牧民的帐篷扎到哪里，五星红旗就插到哪里；牧民群众的获得感、幸福感和安全感切实提高了。

## “藏族和汉族是一个妈妈的女儿，我们的妈妈叫中国”

达日县，是果洛草原第一面五星红旗升起的地方，是果洛和平解放和建政的地方，境内有果洛和平解放纪念碑、建政纪念碑、办公窑洞旧址、西北军政委员会果洛工作组团渡河红船等红色资源，红色寺院查朗寺享誉全国，是果洛州重要的爱国主义教育基地，被列入第八批全国文物保护单位。拥有着如此底蕴深厚的红色文化，达日县着力把红色资源利用好，把红色传统发扬好，把红色基因传承好，展现青海形象、果洛担当、达日作为。

2024年6月，习近平总书记到青海考察，第一站就来到果洛西宁市民族中学。

果洛西宁市民族中学是专为解决果洛州农牧区孩子上学难而建的。2019年由上海出资，在西宁市建成首所异地办学果洛西宁市民族中学，目前已有1400多名果洛籍学子从海拔4000多米的高原牧区，来到省会西宁读书，果洛州教育实现从“有学上”步入“上好学”的新阶段，托举起每个孩子成长成才的梦想。

“近年来，学校的硬件设施越来越好，通过援建也让学校的课程、教研资源得到共享，实现了教师队伍、教学质量不断提升，为孩子们打造了更优质的教育环境。”玛沁县第一民族小学校长扎西措在谈到教育援青时，深有感触。

一个援青项目，以真金白银和真抓实干，绘就团结稳青“同心圆”。

达日县共有汉、藏、回、土等13个民族，藏族占总人口的94.2%。多年来，达日县始终坚持我国宗教中国化方向，积极引导藏传佛教与社会主义社会相适应，使达日县查朗寺成为全国闻名遐迩的爱国主义教育基地。达日县荣获“第十一批全国民族团结进步示范县”榜单。

“在青海不谋民族工作，不足以谋全局”，果洛州始终以铸牢中华民族共同体意识为主线，聚焦省委“六个现代化”新青海奋斗目标，紧扣州委“一统领四推进”总体思路，持续巩固拓展民族团结进步创建成果，确保民族团结进步创建始终聚焦主战场、围绕主线、服务主线。果洛是多元民族文化溯源地，也是大爱浇灌的感恩之地。果洛州注重历史史实的活化利用，深入挖掘红色基因，充分发挥红色基因的引领作用；注重理论研究，与青海民族大学共同打造铸牢中华民族共同体意识理论与实践基地14个；注重总结提炼，全面梳理创建工作中的好做法、好经验，形成“抓党建聚合力”品牌化、“强思想凝共识”大众化、“强生态显担当”绿色化、“抓产业促融合”实体化、“惠民生增福祉”亲民化、“重法治保稳定”制度化的民族团结进步创建“果洛实践经验”。

“藏族和汉族是一个妈妈的女儿，我们的妈妈叫中国”。在果洛，说起民族团结，就会让人自然地想起这首歌《一个妈妈的女儿》：藏族和汉族，是一个妈妈的女儿；太阳和月亮，是一个妈妈的女儿；五十六个民族，是一个妈妈的女儿……铸牢中华民族共同体意识，是雪域高原一代代各族干部群众传唱不息的歌。

（荣玛卓南卓玛、王海莲、刘旺、王苇杭对本文有贡献）