



次旦出生于1941年，是西藏噶尔县昆莎乡前进村3组村民。在旧西藏，次旦一家四口没有土地，一直乞讨为生，食不果腹，有时只能吃死去牲畜的肉充饥。

左图：80岁的次旦（3月19日贡觉群摄）。

右上：次旦（右一）在集中供养服务中心跟朋友们合影（3月19日贡觉群摄）。

右中：这是次旦的身份证（3月19日贡觉群摄）。

右下：次旦（右）在集中供养服务中心和朋友们一起进行娱乐活动（3月19日贡觉群摄）。



今年90岁的冲多老人是西藏桑珠孜区甲措雄乡宗雄村村民。在旧西藏，冲多是日喀则白鲁庄园的农奴。他们一家擅长酿青稞酒，庄园主强迫他们酿酒抵税，一家人到头酿着甘甜的青稞酒，自己却只能闻闻。

左图：这是1月15日拍摄的冲多肖像（新华社记者普布扎西摄）。

右上：冲多（中）在家和子孙们在一起（1月15日新华社记者孙非摄）。

右中：这是1月15日拍摄的冲多的身份证（新华社记者普布扎西摄）。

右下：这是1月15日拍摄的冲多（中）一家合影（新华社记者晋美多吉摄）。



巴桑出生于1934年，是西藏白朗县嘎普乡塔叶村村民。西藏民主改革前，巴桑一家要给农奴主上交各种各样的税：人头税、粮食税、羊毛税、羊肉税、柴火税、饲料税……名目繁多的税种让他们苦不堪言。

左图：这是巴桑的肖像（3月21日新华社记者张汝锋摄）。

右上：巴桑和九个月大的重外孙女白玛色珍在一起（3月21日新华社记者孙瑞博摄）。

右中：这是巴桑的身份证（3月21日新华社记者孙瑞博摄）。

右下：巴桑（左三）和家人合影（3月21日新华社记者张汝锋摄）。

苦难和新生

影像档案 西藏翻身农奴

每一个冬天的句号都是春暖花开，就好像62年前的今天，中国共产党把西藏历史的“冬天”永远画上了句号。从此，温暖的阳光普照雪域高原！西藏各族人民永远铭记——“3·28”百万农奴解放纪念日。

62年前的3月，是新旧西藏的分水岭，在中国共产党的领导下，轰轰烈烈的民主改革彻底摧毁了旧西藏政教合一的封建农奴制度。世界屋脊这片古老的土地，从此翻开历史崭新的一页。

62年，西藏换了人间。今天的西藏，人民享有广泛的民主政治权利，人民生活水平大幅提高，社会大局保持和谐稳定，美丽西藏建设成效显著。

2020年，西藏地区生产总值增速继续保持全国前列，城乡居民人均收入连续多年实现两位数增长，消除绝对贫困，实现脱贫摘帽。

曾经被剥夺了一切，“除了自己的影子一无所有”的农奴，过上了小康生活。

真相，不会湮灭；历史，永不凋零。历经苦难的翻身农奴，随着年龄的增长，慢慢老去、逝去。为了铭记历史、展望未来，新华社记者深入广袤的高原农牧区，走近他们的生活，记录下这段不容忘却的历史。

新华全媒+



旦增措姆出生于1942年，是西藏萨嘎县雄如乡卓巴布村村民。小时候，实在活不下去的旦增措姆一家偷了农奴主的羊，一路逃跑。农奴主很快把他们抓了回来，父亲被打成残疾，遮风挡雨的毡篷也被抢走。

左图：79岁的旦增措姆（2月25日新华社记者孙非摄）。

右上：旦增措姆和家人在新家门前（2月25日新华社记者孙非摄）。

右中：这是旦增措姆的身份证（2月25日新华社记者孙非摄）。

右下：旦增措姆和孙女在晒太阳（2月25日新华社记者孙非摄）。



今年95岁的次仁拉姆，出生在西藏隆子县桑昂区一个破牛棚里，在阿妈背上和牛棚里度过童年。从6岁开始，她就给领主当朗生（农奴），饱尝了生活的辛酸。

左图：次仁拉姆肖像（2月10日新华社记者觉果摄）。

右上：次仁拉姆（中）和互助组成员后代合影（2017年2月28日车刚摄）。

右中：这是次仁拉姆的身份证（3月25日新华社记者晋美多吉摄）。

右下：次仁拉姆（左前）在社区居委会里学习太极拳（车刚摄）。



今年76岁的尼玛是西藏琼结县下水乡久河村的村民，也是国家级非物质文化遗产“久河卓舞”传承人。

左图：这是尼玛老人肖像（2020年7月1日新华社记者普布扎西摄）。

右上：“久河卓舞”传承人尼玛（中）在琼结县下水乡小学进行教学表演前的准备工作（2020年7月2日新华社记者普布扎西摄）。

右中：这是3月19日拍摄的尼玛的身份证（阿伦摄）。

右下：3月19日，尼玛（中）和女儿、外孙在自家房前合影（阿伦摄）。