

"援藏精神是中国共产党 的一个崇高精神,是中国特色 社会主义的一个显著优势 缺氧不缺精神,这个精神就是 革命理想高于天。你们在高 原上,精神是高于高原的。这 个事情必须一茬接一茬、一代 接一代干下去。"

2021年7月,在庆祝西藏 和平解放70周年之际,习近平 总书记来到西藏。在藏期间, 总书记亲切会见了援藏干部 代表。面对这些脸颊晒成古 铜色、浑身透着"糌粑味、酥油 香"的"新西藏人",总书记十 分动情,着重讲到援藏精神。

今年是对口支援西藏工作 实施30周年。对口支援西藏 工作,是党中央从党和国家工 作全局作出的重要战略决策。

其实,援藏工作要有那么 一种精神,习近平总书记头回 进藏时就谈及

1998年6月,时任福建省 委副书记的习近平第一次来 到西藏,为的是接回福建省第 一批援藏干部、送来第二批。

随行人员记忆犹新。在 林芝市八一镇同第一批援藏 干部座谈时,习近平语重心长 地说:"同志们,随着时间的推 移,你们头上援藏的光环会慢 慢地淡去,但是你们必须保持 援藏的精神,回去要再接再 厉,再创佳绩。不要把当官作 为目标,要把做事、做好事作 为方向。

这番话让人感触颇深。 而关于"精神"的叮嘱,一直传 到现在的第十批援藏干部人 才,还将一批批往下传

----题 记

真情暖高原

这片高天厚土,注定不会寂寂 无名。

这里是山岳之宗、江河之源、世 界之巅。

初夏5月,驻足拉萨河畔,天蓝 得澄澈,成朵的云白得炫目,变幻莫 测。忽然有雨雾飘来,凉凉的雨滴 落下,打湿南北山上蓬勃的青草绿 树,河谷中散发着泥土的清香。

极目远眺,山势起伏,海拔渐渐 升高。涉足似乎亘古未变的世界, 天空深邃辽远,草甸河滩茫茫无垠, 牦牛静立、羊群奔走,帐篷星散、新

冈底斯山脉连绵不断,夕照下 越发巍峨,远处山顶的积雪宁静,染 上玫瑰色的晚霞——雪山出现在眼 前,又不可名状地戳中心头。

天下没有远方,人间都是故乡。 天下没有远方,有爱就是天堂。

晚上9点,拉萨河南岸宝瓶山剧 场,以星空为幕,大型实景剧《文成公 主》正在上演。伴着恢宏壮美的乐 曲,时光回溯到千年前的长安城。一 段段唱词回环哀婉、反复吟唱。

现在到拉萨旅游,观看《文成公 主》已成打卡标配。该剧及其配套 项目改变了拉萨旅游产品格局,从 以前的"白天看景、晚上睡觉"的单 一观光,变为"游布达拉宫、转八廓 街、观《文成公主》"的全时旅游。

这场发挥着多重效益的实景 剧,离不开北京援藏的力量。

《文成公主》自2013年8月1日 开演至今,已累计演出1900多场,

累计接待观众游客超3000万人次。 逼真还原的造型、华贵精致的 服饰,公主、赞普率将士和宫女队伍 从历史中走出……

散场出来走到小广场,兀自发 现剧场正对着布达拉宫,中间隔着

的便是拉萨河。 夜色中,这条当地唤作"吉曲"、 意为"幸福河"的河水,映照着璀璨灯

火,流光溢彩,舒缓地流淌,仿佛穿越

1300多年,千山万水、风雨兼程。 这时候,古老而青春的拉萨,开 启了五光十色的繁华。从文成公主 剧场出来,顺着广场前的台阶而下, 街巷上各色餐馆、咖啡馆、文创作坊 等处人流络绎不绝,夜色的喧嚣斑 斓中,讲述着什么是人间烟火、什么

文成公主,也被人们戏称为"第 一位援藏干部"。

是不可分割。

这里是西藏,中国西南边陲重 地,平均海拔在4000米以上。

愈是严酷的苍茫之地,愈是人 们的坚韧刚毅所在。在这常年的苦 寒缺氧之地,时光荏苒,记忆绵绵, 镌刻着人们的永世之爱。

对多数旅行者来说,这是美丽

高于高原的精

高原至净至纯的心灵呼唤;对一批 又一批援藏干部人才而言,这是对 "两路"精神、老西藏精神的热血传 承与执着坚守。

一、出发・从30年前那粒

康西瓦,新藏公路上的一个地 名、一个达坂,更是一座烈士陵园。

这里安葬着100多位烈士,陵 园正中高耸着一座黑色纪念碑,上 书"保卫祖国边防的烈士永垂不 朽",在四周雪山映衬下,庄严肃 穆。2020年在与外军边境冲突中牺 牲的陈红军、陈祥榕、肖思远、王焯 冉4位烈士,名字也留在了这里。

治国必治边,治边先稳藏。"备 边足戎",从来都是国家之重事。

"进军西藏宜早不宜迟"。新中 国刚成立,毛泽东主席以睿智的眼 光和共产党人的历史使命感,把解 放西藏提上重要议事日程。

1950年1月24日,中央发出指 示,以十八军为进军西藏的主力,青 海、新疆、云南各出一支兵力"多路 向心进兵"。人民解放军进军西藏 的序幕正式拉开。

当年8月1日,一支由汉、藏、蒙 古、回、维吾尔、哈萨克、锡伯等7个 民族 135 名战士组成的进藏先遣 连,在李狄三率领下,离开昆仑山脚 下的新疆于田普鲁村挺进阿里,为 大部队进藏创造条件。从此,阿里, 这块边疆之地,有了第一批党的干 部。次年5月,大部队到达扎麻芒 堡与之会合时,这支英雄的连队已 牺牲56人。病危之中的李狄三在 听到西藏已经和平解放的消息后几 分钟,永远闭上了眼睛。

北京天安门广场南端,正阳门 下,中国公路"零公里"路标从祖国 心脏辐射到四面八方。

沿着路标指向,跨过高山大河 来到拉萨,同样能看到一个标志 ——川藏、青藏公路纪念碑。石碑 背面篇首上书:"建国之初,为实现 祖国统一大业,增进民族团结,建设 西南边疆,中央授命解放西藏,修筑 川藏、青藏公路。"

让高山低头,叫河水让路。

1950年4月,高原上的冰雪尚 未融化,川藏公路、青藏公路就同时 破土动工。11万筑路大军战山洪、 冰川、顽石、流沙、沼泽……以大无 畏的英雄主义、革命乐观主义精神, 不怕苦、不怕难,更不怕死,让"两 路"不断向着拉萨延伸。

三千志士英勇捐躯,一代伟业 永垂青史。4年后的1954年12月 25日,西藏人民迎来大喜日子。这 一大, 绵延4000多公里的两条公路 同时通车拉萨;这一天,西藏结束了 千百年来仅有栈道、溜索、人背、畜 驮的运输方式,八方宾客、满车物资 往来穿梭,将雪域高原与祖国大家 庭紧紧联系在一起。

"是谁帮咱们修公路?是谁帮 咱们架桥梁?是亲人解放军,是救 星共产党。军民本是一家人,帮咱 亲人洗呀洗衣裳……'

1964年,歌舞《洗衣歌》由西藏 军区文工团首演,从此红遍全中国, 成为各民族交往交流交融的经典之 作。传唱60年,至今听来仍能感受 到喷薄而出的真挚情感。

"进军西藏,不吃地方!" "路修到哪里,我们就支援到哪

里!"

走过艰苦卓绝而又激情燃烧的 岁月,人民解放军、进藏干部与西藏 人民一起,创造了"一不怕苦、二不 怕死,顽强拼搏、甘当路石,军民一 家、民族团结"的"两路"精神,发端 了"特别能吃苦、特别能战斗、特别 能忍耐、特别能团结、特别能奉献" 的老西藏精神。伟大精神彪炳史 册、烛照未来,激励着一代又一代人 奋勇前行。

为建设社会主义新西藏,在党 的号召下,数不胜数的中华热血儿 女,踏着先辈开辟的道路前赴后继, 谱写出一曲曲支援西藏发展的英雄 赞歌。他们在严酷的环境里,像高 原红柳一样,深深扎下根。许多干 部将生命中光彩夺目的青春年华奉 献给这片土地,有的干部"献了青春 献终身,献了终身献子孙",有的甚 至将人生中仅有一次的可贵生命与

这片土地永远融为一体…… 历史铭记这一刻!

1994年7月,中央召开第三次 西藏工作座谈会,确定了"全国支援 西藏"的方针和"分片负责、对口支 援、定期轮换"的援藏模式。

一场规模空前、气势磅礴的援 藏大潮,在中华大地澎湃而起!

就在这一年,安葬李狄三的阿



▲中国画《风景这边独好》,作者韩书力。

里狮泉河烈士陵园,又矗立起一座 新的墓碑。

援藏干部、阿里地委书记孔繁 森于新疆塔城考察边贸途中殉职, 时年50岁。

阿里地委的同志在整理孔繁森 的遗物时,发现除了几件简单的替 换内衣、一件毛衣、一条毛裤、一部 袖珍收音机、一些书籍、500元存款 和8.6元现金,还有去世4天前写的 关于发展阿里经济的12条建议,别 无他物。

1994年11月13日,《西藏日 报》刊登的《奉献,共产党员的天职 -记阿里地委书记孔繁森》首次 公开披露了孔繁森的"遗书"。

那是1994年2月的一个深夜, 他给通讯员小梁留下的一张纸条: "不知道为什么我头痛得怎么也睡 不着。人有旦夕祸福。万一我发生 了不幸,千万不能让我母亲和家属、 孩子知道。请你每月以我的名义给 我家写一封平安信。我在哪里发生 不幸,就把我埋在哪里……"

16天后,这封像"遗书"一般的 纸条,却成为真正的遗书……

一尘不染,两袖清风,视名利安 危淡似狮泉河水;

二离桑梓,独恋雪域,置民族团 结重如冈底斯山。

次年5月,当孔繁森的事迹在中 华大地传颂的时候,600多名来自中 央机关和各省市的年轻干部,背着 行囊来到西藏,把阳光一般的青春 和热情洒向这片高原。

"全身像一团松软的土堆,快要 塌下来了。'

过去快30年了,姜军依然记得 第一次从拉萨前往那曲时颠簸的道 路叠加高原反应触及身体的感觉。 300多公里路,摇晃了一整天。

1995年5月20日,作为浙江第 一批援臧十部,姜军胸前别看大红 花,同其他44名援友,从杭州西子 湖畔启程向羌塘草原进发。

一到那曲,姜军就投入到紧张 的工作之中。下乡的车轮轧过茫茫 草原又扎进河水,一些数字深深地 刻在他的脑子里:那曲适龄儿童入 学率只有22.5%,中青年文盲率高达 75%;平均每1500平方公里内只有 一所小学,读完三年级又有72%的 孩子失学。

对这个初为人父的28岁年轻人 来说,无数个时刻,他只能在想象中 抱上一抱家里的新生命,但眼下,有 一种对更多孩子的责任充盈心胸。

在昏黄的烛光下,姜军写下一 封特殊的"家书",向"大后方"求援: "每个杭州人少吃一根棒冰,少抽一 支烟,省下的钱可以建三四所希望 小学……

那年8月25日,姜军的信在《杭 州日报》头版刊登,如同石投湖面, 激起杭州人民涌向高原的爱心—— 短短一星期,5.6万多名市民、120多 家企业捐助了225万元。

1996年下半年,4所希望小学 相继在那曲落成。

如今,那曲适龄儿童入学率已 达 100%, 2023 年 高 考 上 线 率 达 95.56%。

2024年,作为那曲杭州希望小 学的第一批学生,已是那曲市第五 幼儿园党支部书记的达扎旺堆给当 年那群"可爱的叔叔"写了一封信: "30年来,是你们的爱,为我们种下 了'希望和爱的种子',让我们牧区 的小孩,都能够实现自己的梦想。 我会把这份爱和温暖传递下去

西藏在哪里? 高原之上,故乡 之上。

西藏怎么去? 唯有热爱,唯有 奔赴。

和纯粹 高挺辽阔的西藏,离天三尺三,

二、使命·用行动诠释信仰

块五彩氆氇,千百年来,经由大自然 和高原人的孜孜编织,贴在人身,飘 飞入云,那样夺目,那样迷人。 每次下乡调研或巡诊,邓明卓

伸手就能敲响地球的天窗。仿佛一

总是忘情地透过车窗注视着这片大 地。是啊,这里是那么壮阔美丽。 冬天,风中裹挟着白雪和阳光的味 道。夏天,满眼铺展着碧绿青稞、金 黄菜花。四季都是牛铃叮当、犬吠 鸟鸣。

在微笑后面,邓明卓时有隐隐 的揪心。这美丽的背后又何尝不潜 伏着残酷——高寒、缺氧、低压,伤 害的不只是援藏干部,而是高原上 的每一个人!

68.2岁,这是2015年西藏的人 均寿命!这一年,全国的人均寿命 是76.34岁,北京的人均寿命达到 81.95岁

入藏之前,邓明卓在翻阅资料 时,被西藏的这个数字深深刺痛。 作为医生,他明白这背后是怎样的 现实

大骨节病、包虫病、先天性心脏 病、白内障、高血压、多血症……一 长串让人噩梦不断的疾病,长期威 胁着、折磨着高原群众的健康。一 个个病患,大睁着一双双渴望的眼 睛。曾经,周边的大城市,成都、重 庆、西安、兰州、西宁,各大医院里,

满是求医问药的高原人。 这一切,党中央牵挂,习近平总 书记惦念在心。

2015年8月,习近平总书记出 席中央第六次西藏工作座谈会并发 表重要讲话。贯彻落实习近平总书 记重要讲话精神,中央组织部、国家 卫生健康委联合开展医疗人才"组 团式"援藏,成批次组团选派医疗骨 干,将精湛技术和先进管理带到高 原,帮带本地医疗团队和医务人员, 推动西藏整体医疗技术发展和

使命如炬,重托在肩。

就在这年底,北京友谊医院接 到任务,作为医疗人才"组团式"援 藏牵头单位,对口支援拉萨市人民

有着丰富医院管理经验的邓明 卓被任命为北京市援藏医疗队队 长,目标清晰又艰巨——将拉萨市 人民医院打造成一所学科门类齐 全、实力过硬的三级甲等医院。

接到任务后,邓明卓没有丝毫

他说:"不是不知道西藏的远、 西藏的苦,不是不知道这个任务有 多么艰巨,是这里的老百姓需要我 们。"

2016年7月22日,带着期望和 嘱托,邓明卓同来自13家北京市属 医院的15人奔赴拉萨,开始了援藏 工作。

"就算身上脱层皮,也要完成组 织交给我的任务。三年干不成,那 就再干三年。"出发前,邓明卓暗暗 发誓。

已经做好"吃大苦"的准备,可 到了拉萨,邓明卓的心提了起来 ——每天门急诊量不到400人;重 症医学科、呼吸内科、神经内科、肾 内科等基本科室缺失;全院副高以 上医生只有10人,唯一的正高职称 专家还是返聘的……对照三甲医院 所需要的硬标准还相差甚远,他心

直面硬标准,敢啃硬骨头。邓 明卓经过深思熟虑,召集援藏的医 疗专家开展"头脑风暴"。

办法总比困难多。

第一步,先立制度。在邓明卓 带领下,拉萨市人民医院建立现代 化的管理制度,形成100万字的制 度汇编,330多项因地制宜的新制度 落地生根,各项诊疗流程更加规范。

第二步,建强科室。邓明卓团 队研究提出"以院包科"结对帮扶机 制,北京积水潭医院包骨科、北京妇

产医院包妇产科、北京儿研所包儿科、 北京安贞医院包心脏内科、北京宣武 医院包神经内科……各个医院发挥优 势,十几个科室全面开工,把首都最好 的医疗资源带给西藏百姓。

第三步,培养人才。邓明卓团队 开创"组团式"培训模式,前后分10批 组织110名拉萨市人民医院的医疗和 管理人员到北京培训,手把手传帮带, 下大力气培养本地技术骨干。

回忆起那段日子,邓明卓直言"忙 得没日没夜"。

他们不停奔跑,啃下的都是填补 空白、做优做强的硬骨头——需要紧 急抢救,但医院当时没有重症监护室; 需要血液透析,但医院没有肾内科;需 要高压氧治疗,高压氧舱也是空白 ……那就一个钉子一个钉子地往

风吹雨打,时光不语,但不会辜负 人的努力。2017年11月,拉萨市人民 医院通过考核验收,成为西藏自治区 第一家地市级三级甲等综合医院。这 是何等不易!

2024年6月初,拉萨市人民医院。 骨科病房里,大夫落松群培正在 查房。病床上,67岁的波啦(藏语意 为"老爷爷")旦增微笑着向落松群培 点了点头,他缓缓地抬起右手,竖起了 大拇指。

几天前,旦增在地里干活时不慎 从农用拖拉机上摔下来,导致尾椎骨 骨裂。在落松群培的手术治疗下,旦 增很快能下地走路。

落松群培告诉我们:"我现在能够 独立进行手术,离不开'北京师傅'的

2015年开展医疗人才"组团式"援 藏以来,形成"以省包院、以院包科、组 团帮扶、共同发展"新模式,累计选派 近2000名医疗专家,支持西藏自治区 人民医院和七地市人民医院"造血式" 发展。2021年又将13家重点县人民 医院纳入受援范畴。"师傅倾囊相授 教、徒弟如饥似渴学",17个对口支援 省市184家支援医院与受援医院签订 "师带徒"帮带协议,累计帮带1500余 个医疗团队、培养近5000名本地医务 人员。

事实就是力量,事实就是温度。 2021年底,全区人均预期寿命提高至 72.5岁! 西藏已实现400多种"大病" 不出自治区、2400多种"中病"不出地 市就能治疗。

"实践证明,医疗人才'组团式'援 藏已经成为一项惠及各族群众的民生 工程、民心工程和民族团结工程。"北 京市第十批援藏医疗队领队、拉萨市 卫生健康委副主任张晓光说。

"我听见天上的云雀,它唱着心中 的歌,歌声穿越过生命的漩涡。山脚 边阵阵的炊烟,倒映在雪山的湖边,白 衣的天使,有洁白的心愿……"

2019年,一首《白衣的天使》在雪 域高原传唱开来,浓浓的情感、深深的 祝福,献给这里的医务人员。

从"4·25"抗震救灾到脱贫攻坚大 决战,从抗击疫情到维护稳定第一线, 从推动高原经济高质量发展到增进民 族团结,从生态文明建设到兴边富民 前沿……环顾茫茫雪域,哪个援藏干 部不是初心如磐、埋头苦干!

广东援藏干部吴珍珠,巾帼不让 须眉,2013年、2019年两次援藏,第二 次是带上全家4口人同上高原。为了 促进林芝教育快速发展,她大力推广 "智慧教育",让"教学教研网"在全市 铺开,打通了市县乡学习通道,消减跨 地域深度交流的障碍,让乡村教师和 孩子们在"家门口"随时随地享受优质 教育资源……

湖北援藏干部向军,2016年进藏 工作。在下乡过程中,向军发现当地 医疗条件差,于是想尽办法在加查县 人民医院建起远程诊疗中心,与包括 宜昌市中心人民医院在内的500多家 医院对接,让当地群众不出县就能享 受到优质医疗服务;组织实施青年农 牧民电商领军人才培育工程,建成县

电商服务中心、乡村示范店、企业电商 平台、市县乡村物流配送体系,孵化培 育电商80多家,让当地群众通过电商 将核桃、山楂、牛肉干等特产卖到全国 各地……

中国中化控股有限责任公司援藏 干部王琦,2022年参加援藏工作。他 克服疫情不利影响,锚定"合理赶工、按 期交付"目标,分解施工计划,协调外部 资源,让重点打造的岗巴县"美丽边疆 小镇"雪不让村工程如期交付;为提升 当地干部能力素质,大力开展"传帮 带",常态化组织青年干部到区外高校、 企业和经济发达地区接受专题培训,助 推央地智力援藏实现新发展……

人们常说,西藏是个缺氧不缺信仰 的地方。新时代的援藏干部,用点滴行 动诠释着信仰和纯粹。

三、初心:大家只有干在一起

雨水渐渐多起来, 苏醒的高原万物 勃发。

在喜马拉雅山北麓,海拔约4500 米的日喀则市康马县涅如堆乡岗巴羊 草牧业生产基地,万亩麦草随风掀起阵 阵绿浪。

洛桑,如今在基地里工作。6年前, 他还迎着初升的太阳,带上糌粑袋,挥 舞着羊鞭,跟在羊屁股后面翻过一个又 一个山头,去寻找那鲜嫩的青草。

阳光把洛桑的影子留在身后,拉得 老长,投下祖祖辈辈生活的模样。

西藏是我国四大牧区之一,高寒的 气候,导致大部分地方的青草瘦薄。牧 民想要致富,牛羊多了,草场遭殃,生态 滑坡,还时常出现不同县乡之间因为争 夺草场而矛盾不断的情况。

草,是牧民的命,也是生态的底。

当地群众不曾想到,这片贫瘠的土 地,牧草能够疯长,牛羊如此肥壮。嘿, 梦里都是笑……

2016年,草业专业技术人员刘昭明 从松花江畔来到珠峰脚下。在下乡调 研的路上,他看到了乡亲们在荒滩上刨 食的模样以及这块土地能够孕育的 梦想。

正值脱贫攻坚决战时期,如何让牧 民摆脱靠天吃饭的状况,既缓解草畜矛 盾,又推动牧业转型升级,在绿水青山 和经济发展之间寻求平衡? 日喀则市 确立了100万亩人工草地、年产100万 吨饲草的"双百万"目标。但是技术上

有难题,种草产量提不上去。 瘦瘦高高、戴着眼镜,朴实得如一 粒青稞的刘昭明,接到的任务就是攻关 高寒草地技术瓶颈,提高人工草地产草 量——这是关系广大牧民脱贫奔小康

的大事! 4000米以上的海拔,独特的高原 气候,让不少从内地引进的草种水土不

服,怎么办? 带上铲子、镰刀、尺子、秤、土壤取 样器……刘昭明一头扎进了茫茫高 原。从藏北高原到藏南谷地,从珠穆朗 玛峰脚下到雅鲁藏布江边,在世界屋脊 上艰辛跋涉的日日夜夜里,成千上万的 植物都遇到过这个疲惫而又亢奋的

烈日暴雨、风雪冰雹交替侵袭,纵 使脸庞黑得发紫,深红色的冲锋衣被晒 成暗褐色,只要发现一株长势良好的野 生牧草,他就满心喜悦,认真观察、记 录、拍照、采集,为野生牧草种植驯化试 验作准备。

用脚步丈量大地,把文章写在 田间。

三年间,刘昭明在海拔2800米到 5200多米的跨度上,采集野生牧草种 子50份;实地调查18个县区,完成测 产样方269个,涵盖人工草地面积近20 万亩;引进牧草品种70多个,种植牧草 试验小区500多个,建立8个牧草科学 种植示范区,种植示范田面积200多亩 ……他在乡村、荒野里的行程,累计超 过2万公里,相当于开车从哈尔滨往拉 萨跑将近5趟。

在一趟趟艰难的跋涉中、在一次次 繁重的试验中,艰苦的环境外加高负荷 作业,刘昭明数次晕倒。这让日喀则市 草原工作站的同事心痛不已。由于拉 不住刘昭明坚定射出的"梦想之箭",大

家只有干在一起,拼搏向前。 功夫不负有心人。开展示范种植 的地块普遍增产,最高增产69%;用播 种量减少5公斤没有减产的结论,解决 了西藏种草播量小无法保证产量的问 题;实现不用覆膜成功种植苜蓿的先 例,首开康马县种草镇压先河;通过示 范效果展示,使"三水两肥""播后镇压" 等技术理念深入人心;编写《日喀则市 牧草种植技术规范》《日喀则市牧草科 学生产技术手册》,把种草技术留在高

看到连片的青青牧草随风摇荡,牛 羊不愁吃,千家万户的牧民就不愁富, 大家跟着刘昭明团队,把草籽播进了大 (下转第五版)