

西藏 我的第二故乡
——纪念对口援藏30周年

难忘的巡边行

肖彬城

2022年11月16日早上10点，我和解放军第六医学中心的专家，还有中部战区3位专家一起前往墨脱县人民医院。进入医院大门，映入眼帘的是身穿迷彩军装的解放军战士，英姿飒爽，意气风发，像墨脱随处可见的茁壮挺拔的树木，高大、精气神十足。在准备好巡诊所需的医疗物资和药品后，我们一起出发了。

去营地的道路蜿蜒崎岖，没有护栏，身边是悬崖峭壁，一路上山高水险，让人提心吊胆。在经过3个多小时的车程后，我们顺利到达第一个哨点嘎布杰孤岛连队，海拔3394米，同行的部分专家开始有了高原反应。进入营地后，团长为我们简单介绍了连队情况，得知他们目前的主要困难是缺医缺药。吃过午饭后，我们稍作休整，马上坐车赶到第二个哨点开展巡诊活动。第二个哨点的海拔更高，明显感到气喘、心跳加快。但大家顾不上那么多，马上进入工作状态。在当地军营的配合支持下，我很快为战士们完成了抽血体检，并在抽血过程中询问他们的身体状况，得知他们经常饱受腰疼、膝关节疼痛的折磨，主要原因在于战士们居住的房子是木房子，潮湿寒冷，加上经常长时间站岗巡逻，对腰部和膝盖造成了损伤。根据他们的情况，我发挥了自己的专业特长，对他们进行腰部、膝关节的功能锻炼方法教学，为腰肌劳损的战士们进行涂擦按摩、外敷药物，症状较重的对他们进行艾灸治疗。随后，给他们进行康复训练和骨折急救技能等科普教育。诊疗结束后，战士们排队欢送我们。当时我深刻感受到了作为医护人员的成就感和自豪感，也更加理解了医疗援藏的重大意义。

当我们返回嘎布杰孤岛连队时，已经是傍晚，天气特别寒冷，大雪纷飞，大地很快铺上了一层银装。下车后，连长马上给我们每人派发了一件军大衣御寒保暖。在义诊闲聊过程中，我对战士们有了更多的了解。这里的战士们大部分都是十几年的老兵，巡逻的时候需要背着80斤的食物和必需品在冰天雪地行走，巡逻站岗5至7天，其中艰苦可想而知。在寒风刺骨的驻营地，士兵们不敢有半分松懈，即使身体因长年累月巡逻站岗而积下旧疾（比如腰疼、膝关节疼），也依然乐观向上，带着饱满的热情面对

枯燥却不平凡的每一天、每一道岗，年复一年，坚守在藏南边陲，无畏艰险。他们保家卫国的决心和乐观积极的心态深深打动了我们。

第二天，在饭堂开展体检，我们按照人数将所有战士分成两列，我和解放军第六医学中心主任张闯分批抽检了33名战士。匆忙吃完早餐后，我们又开始启程前往第三个哨点，我们翻过高山，穿过原始森林，走过石头路、沼泽地，踩过杜鹃树枝，摔倒又爬起，爬起又摔倒，马不停蹄地赶路。随着海拔高度的攀升，我们开始出现高原反应，出现缺氧、气喘、唇色紫绀、心率140次以上等症状，大家互相加油打气，适时休息，吸氧、补充能量后继续赶路，经过3个多小时徒步后，我们到达了海拔3700米的第三个哨点。被战士们迎进营地后，我们看到了他们艰苦的居住环境，木房子阴暗、潮湿，雪大天寒，只能以煤炭炉取暖。还没来得及感慨，我们马上进入了工作状态，为战士们抽血体检。随后，我发挥自己专业特长，给他们示范腰部、双下肢功能锻炼方法，派发腰疼、膝关节疼痛相关外用药物，叮嘱他们平时注意保暖，训练完后要互相按摩放松肌肉，避免肌肉劳损造成旧患。临走时，战士们热情邀请我们进行合影，我被排成整整齐齐的队伍簇拥，他们还说我是目前唯一一个登上他们哨点的女性，我听后很受鼓舞。合影后，我们又背起行李返回连队，回到连队时已经下午了，为了不耽误返回县城的行程，我们匆匆收拾完行李后就离开了连队，踏上归途。回去路上雾气特别重，能见度非常低，汽车只能缓慢行驶，就连司机师傅都非常担忧路况，提心吊胆，好在我们的司机师傅非常有经验，平安地把我们送回了家！

这次巡诊让我收获良多，不仅挑战体力极限，还深刻感受到了巡边战士们的艰苦。

人生能有这样一次援藏工作经历，我心甚幸！在拥有一份刻骨铭心的工作经历的同时，我也对巡边有了更加深刻的认识，对在边疆默默奉献的人们有了更加崇高的敬意，对祖国边疆有了更加真挚的热爱！

（作者系广东省第十批援藏干部）

一次书法交流活动

韩军峰

2019年至2022年，我作为第九批援藏干部，在阿里地区革吉县工作，有幸亲身经历、亲眼见证了当地脱贫攻坚、推进乡村振兴的伟大历史进程。结束援藏回到单位后，那段激情燃烧的岁月时常萦绕心头。其中，一次参加各民族文化交流的小事难以忘怀。

2022年3月23日，根据县政府工作安排，我前往革吉县盐湖乡进行包乡工作督导。当天和前期包乡的县政协副主席巴次进行了工作交接，此后几天连续去了工地、学校、矿业点、寺庙、加油站等重点场所了解情况，同步调研工作，晚上则随同乡干部在乡上巡逻。期间，还抽出一天时间，陪同县人民医院医生深入到牧区开展疫苗接种工作。工作节奏紧凑而充实，和基层干部在一起，总能学到不少牧区工作经验。每天晚上大家集中在乡政府便民服务中心交流当天工作情况。印象中，乡党委书记贡觉次仁是一位“老基层”，总是不厌其烦给我介绍乡情地貌，对牧区一山一水、一家一户，他都了如指掌，如数家珍。

盐湖乡扎西曲林寺是我的联系点，曾荣获全区模范寺庙称号。我和新上任不久的寺管会主任索平原本就比较熟悉，每次聊起宗教统战工作，总有说不完的话题。3月28日是西藏百万农奴解放纪念日，县乡都很重视。扎西曲林寺寺管会计划在当天邀请在乡里工作生活的各族群众代表开个座谈会。了解了具体情况后，我提议增加一项书法交流活动，还特意邀请一位擅长藏文书法的僧人嘎玛朗加参加。索平欣然同意，立刻着手安排，并联系盐湖乡完全小学老师崩达次仁借用了笔墨纸张。

纪念日当天早上，我抓紧时间到附近点位转了一遍，到附近的姜麦村村委会和村干部一起参加升旗仪式。按照此前约定，又赶到寺管会和藏、汉、回、维等各族群众一起参加升旗活动，并在会

议室召开座谈会。座谈会之后就是民族书法交流环节。扎西曲林寺僧人嘎玛朗加现场提笔书写了藏文“扎西德勒”，字体端庄严谨，赢得一片喝彩。在乡上做生意的维吾尔族商人托合提·买提托合提现场用维文书写了“民族团结是各族人民的共同愿望”，生动、独特的书法赏心悦目。两人书写后，一一作了解读。用朴素的语言分别表达了铭记历史、珍惜幸福生活的愿望，表达了热爱祖国、永远跟党走的感恩之情。现场气氛热烈，发言真诚感人。索平提议让我也“露”一手。我琢磨了一下，写了“皆大欢喜”四个字。写完后，结合纪念日活动主题，给大家做了一番解读，谈了谈“皆大欢喜”的含义，鼓励僧侣潜心修行、提高造诣，争做先进僧侣，创建模范寺庙。同时，鼓励大家多开展交流活动，通过文化交流促进各民族交往交流交融，铸牢中华民族共同体意识，促进各民族间和谐团结。随后，大家齐聚寺管会门前体育场举行了篮球投篮比赛，托合提·买提托合提的远投赢得了大家一阵阵的喝彩。当地海拔比县城略低，但也在4300米以上，我叮嘱大家注意活动强度，便和大家挥手告别回到了乡上。

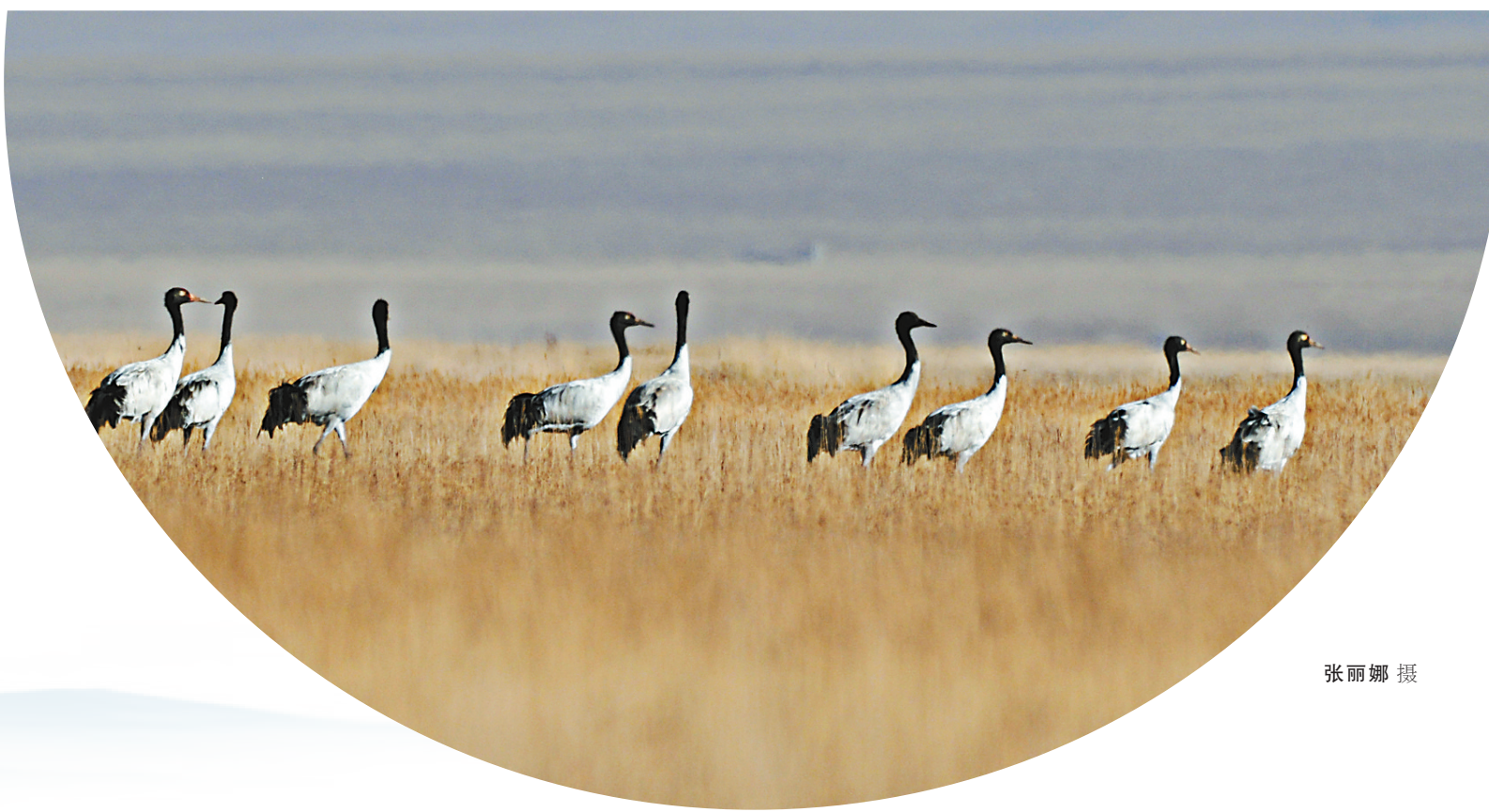
2022年8月初，根据援藏工作轮换安排，我结束了在阿里地区的援藏工作返回单位。这次小小的文化交流活动，也成为诸多美好回忆中的温情时刻，成为日常援藏工作的真实写照。

作为援藏干部群体的一员，我在藏工作期间得到了组织无微不至的关怀，和各族群众在共同奋斗中结下了深厚友谊，共同见证了西藏新时代高质量发展历史进程，感受到新时代党的治藏方略得到西藏各族群众的真心拥护。无论身在何处，“在藏建藏、离藏援藏”成为我们援藏干部共同的誓言。

阿里，是我一生魂牵梦绕的地方。

（作者系中央单位第九批援藏干部）

望远方



张丽娜摄

柔情侠心

——纪念金庸先生

张恒

神功智计藏梦里，怪客奇侠出笔间。
牧羊跑马石上住，餐风饮露松下眠。
苟欢兰乐柔情似，国恨家仇大义前。
侠心何以寻归处，青梅淡酒与红颜。

唐多令·拉萨梦梅

李精思

近水远山愁，边城云自流。
怅然倚、落日楼头。听彻孤鸿悲塞外，夜风紧、宿沙洲。
侵梦暗香幽，寻梅踏雪游。
借清蟾、弄影崖首。尽道在此几忘岁，唯君故、苦淹留。



雪融



暖阳

徐宜超画

1971年的深冬，大地已结冻，路面踩上去咯吱作响，一辆吉普车载着我，奔驰在拉萨至江孜的公路上。

那时，西藏的交通条件还很差，从拉萨到江孜是一条很窄的公路。路上坑坑洼洼，一边靠着陡峭的大山，一边是汹涌奔腾的雅鲁藏布江，江边无护栏，路况极其险恶，稍有不慎，就会撞向山壁或掉进江里。没有过硬的驾驶技术，这条路是绝对难以通行的。途中还有几处盘山公路，可谓九曲十八弯。从下面往上看，汽车就像悬在半空，像在云雾中穿行。司机说，曾见到有人驾驶着车，从上面公路翻滚掉到下面公路上，继续行驶。

我高原反应很重。车行了整整一天，终于到达了目的地江孜。

江孜县位于喜马拉雅山北麓，是日喀则第一大县。县内雪峰林立，共有大小雪山24座。其中，乃钦康桑大雪山高达6000米。县城的南边是雅鲁藏布江最大的支流年楚河，全长百余公里。

来到江孜后，我按捺不住激动的心情和新鲜感，不顾高原反应带来的不适和旅途劳累，休息一天后，我就和姐姐一起上街转。这一看，心里顿时凉了半

风呼呼刮着。我们身上还背着30多斤东西，走一步喘一口气。不少同志严重缺氧，又极度疲惫，跌进雪窝，掉到峡谷，再也爬不上来。”

高世珍说：“我们文工团每天都要先动身到山顶上搭棚。我当时只有十四岁，爬到半山腰就爬不动了，老兵们就在我腰里拴个绳子拉着我往上爬。到山顶气都喘不上来，歇一会儿就给过往部队唱歌，当啦啦队，鼓励大家往前赶。在进藏途中三次断粮，我们就把雪扒开挖野菜吃，饿得路都走不动。大家互相搀扶着，咬牙坚持着。”

姐姐补充说：“是啊，那时候俺们饿得到处找吃的，还得防备敌人的偷袭。表哥就是在巴青差点被要了命。川藏公路平均每公里都有一名牺牲的战友。十八军进藏真是第二次长征啊。”

说着说着，高世珍竟不由自主地带头唱起歌来，“二呀么二郎山呀，高呀么高万丈，解放军个个是好儿郎……”歌声，穿越屋顶，回响在夜空。

高世珍走后，姐姐还一直夸她，她是甘孜藏族人，藏汉语都讲得好。别看年纪轻，可是个战功卓著的人，在群众中威信很高，你要好好向她学习。

初到江孜

张淑敏

这一夜，我久久不能入睡，我的心灵被深深触动。回想表哥、表嫂和姐姐、姐夫、高世珍等十八军进藏战士，他们不怕牺牲，为解放西藏，从各种困境中走过来了。为建设西藏，他们又坚持在这高原上工作。我自己为什么就不能呢？想到这些，顿时为自己怕吃苦的思想感到羞愧，坚定了西藏工作生活的决心。

和我同来江孜的还有十几个同龄青年男女，他们分别来自全国各地。不久，我们都分配了工作。我被安排到江孜县青妇办公室工作。当时的县委机关人员还不足二十人，九人是汉族，其余是藏族。有组织部、宣传部、青妇办公室和公安局，四个单位在三个办公室办公。

岗前培训班上，组织部部长对我们讲，你们是十八军的亲属，一定要发扬老西藏精神，扎根西藏、建设西藏，为西藏的发展作出你们最大的贡献。

我信心百倍走上了工作岗位，开始了我的西藏生活。

刚来这里，一切都是陌生的。藏族同志对我特别热情、友善。同院的扎西拉姆每天给我打上一壶酥油茶，送到我房间。翻译米玛潘多总是亲切地教我工作方法。还有穷达、阿旺、大偏、穷珍这些邻居也处处关心我。电影队的卓玛和巴桑真是热情似火，约我一起看电影，过林卡。这一切，让我这个初来乍到的汉族姑娘感动万分，真正体会到了亲的温暖。

一个县城竟没有区外一个公社的街面大。站在十字街口，从这头能看到那头。街道两旁，房子陈旧，路面低洼不平。街上仅有一个供销社，一个邮局，一个银行，一所学校，一个书店。路上行人稀少，一片荒凉。

寒风刺骨，吞噬着我的身体，我不由得裹紧了棉大衣。心里直犯嘀咕：姐姐怎么让我来这样的地方呀？

晚上，家里来了客人，是个非常漂亮的中年妇女。姐姐介绍说她是江孜县委副书记高世珍（她曾是十八军文工团员）。高世珍亲切地拉住我的手问长问短，又笑着对姐姐说，你这个妹子长得秀气，你舍得让她到这个穷地方吃苦？姐姐答，比起咱们十八军进藏吃的苦，这点苦就不算苦。一提起十八军，姐夫王世斌和高世珍的兴致来了，开始滔滔不绝地向我讲述十八军进藏的故事。

姐夫说：“十八军进藏时，我在军部机要处工作，对各师团的情况都很清楚。我记得咱们是1950年3月，从四川乐山向西藏进发的。一路上没有公路，就逢山开路，遇水架桥。那个苦啊，你们想象不到，高山缺氧，肚内饥饿，身上背着几十斤东西，一天要走很远的路。就这样，大家凭着一股革命精神，一路上走过了二郎山、雀儿山等十几座大小雪山，又跨过大渡河、怒江等十几条大小冰河，还穿越过森林和荒无人烟的地段。记得到冷拉山时，整个山都被大雪覆盖着，