2026年11月4日 星期三
一版编辑：张猛 本版编辑：卞琳琳 邮箱：xzrbyaowen@163.com
西藏日报

在地震中生长的曲古村青年志愿队——

从“被守护”到“去守护”

本报一线报道组



图为曲古村青年志愿队在搬运面粉等生活物资。 本报记者 **汪纯** 摄

10月31日，那曲市巴青县玛如乡曲古村（13村），雪花飘落在震后的废墟上。一张张年轻的面庞穿梭其中，他们手上布满灰，鞋上沾着泥，随着救援人员和机械，一趟趟抢运村民家中的财物。

“我学到了不怕苦、不怕累的品质。”18岁的永忠郎卡说。

“我想当兵去保家卫国。”19岁的巴桑加参说。

“我想为人民服务，去帮助更多的人。”19岁的其古次仁说。

这三人，都是曲古村青年志愿队的志愿者。他们各自心中的向往与期许，萌生于震后最紧张的那些日子，也在奔忙中渐渐清晰、坚定。

10月22日22时33分，巴青县发生7.0级地震。震后的夜色里，解放军、武警、公安、消防等救援力量连夜挺进灾区。在这场与时间赛跑的救援中，还有一支由本村年轻人组成的队伍——最多时30多人。他们熟悉每一条巷道、每一户人家，成了救援人员身边最得力的帮手。

队伍的领头者，出生于2000年的次仁玉加，是一名党员。

地震发生时，他并不在村里。作为大学生创业者，他在林芝市经营着一家餐馆，事业刚刚起步。那晚他也感到了震感，餐馆的灯轻轻晃了几下。他刚坐下来稳了稳心神，却看到新闻里出现家乡的名字——那曲市巴青县。他抓起手机挨个拨家里的号码，父亲的、母亲的、兄弟姐妹的，一个也接不通。

电话始终不通，村里情况不明，次仁玉加在店里坐不住了。

23时30分，他开车驶出林芝。夜里的高原山路能见度有限，他一路往北，第二天上午11时许抵达玛如乡曲古村。

车停在村口，眼前的景象让他几乎认不出这个从小长大的地方。许多人家的围墙塌了，一些土坯房和牲畜棚圈垮成一片，他自己家那栋二层小楼砖瓦掉落满地，已成危房。村民们惊魂未定，一夜无眠。

让他稍感宽慰的是，救援力量已经赶到，帐篷在村里搭了起来，受灾群众正陆续入住，救灾物资也在不断运抵、发放到村民手中。

但物资仍有缺口。次仁玉加第一时间联系爱心人士，为村里争取到棉被、大米、面粉、取暖炉等急需物品。物资一到，他把村里的年轻人召集起来，组成青年志愿队，搬运、分发、登记，一样样干起来。他格外留意村里的困难家庭，为他们争取更多捐助。

从那以后，这支队伍就没闲下来过。哪里需要，他们就往哪里去。

次仁玉加毕业于西藏农牧大学，文化水平高，说话办事稳妥，自然而然成了各类救援队伍、慰问团队与村民之间沟通的桥梁。交流顺畅了，误会少了，救援工作推进得更顺。他还主动接过物资统计的活儿，一笔一笔登记清楚，让发放更精准、更高效、更公平。

板房搭建开始后，他带着志愿队当起工人的助手，递料、搬运、扶架。到了板房分配的时候，他却主动提出自己排在最后，把挑选的优先权让给群众。

救灾工作千头万绪，谁家出了状况、哪里有困难，很多村民想到的都是这个耐心细致的小伙子。那几天，他几乎每天都从早上7时一直忙到凌晨1时许。

随着村民陆续入住板房，生活稍稍安顿，抢运村民家中财物的工作随即展开。余震不断，房屋随时可能进一步垮塌，进入其中并不安全。看着救援人员一次次冲进危房搬出粮食、被褥等家当，次仁玉加没有袖手旁观。他带着青年志愿队跟了上去，协助救援人员开展各项工作。

正是在与一支支救援队伍朝夕相处的日子里，这些年轻人被深深打动了。他们看见的是向险而行、竭诚为民，是连续奋战、不畏艰险，是令行禁止、雷厉风行，也看见“为人民服务”不是一句口号，而是深夜里一趟趟搬运、危房中一次次往返。

于是有了开头那三句话。三个年轻人，三种表达，指向同一个方向：从被守护的人，变成想去守护别人的人。

而次仁玉加自己，也把家里的事一推再推。林芝那家餐馆至今关着门。创业正处在起步阶段，他却并不急着回去。他说，等村民们完全安顿好了，那时候才有空想自己的事。

废墟对面，板房一排排铺开，寻常日子在一点点回来。年轻人们还在忙碌着，用行动践行正在生长的信念。

乡村振兴在高原

昔日『乱石岗』，今成『致富田』

林芝市工布江达县金达镇加龙村试种燕麦草喜获丰收

本报记者 平措诺吉 本报通讯员 罗追拉姆

今年10月，林芝市工布江达县金达镇加龙村的200亩燕麦草迎来丰收。收割机、打捆机在田间来回穿梭，一捆捆青绿饱满的燕麦草整齐堆放，这里处处洋溢着丰收的喜悦。

加龙村地处高原，地块内碎石密布、土层浅薄，土地先天条件较差。过去，村民分散小规模种植燕麦草，受土地条件和种植技术制约，亩产仅一百多斤，产出草料勉强供给少量牲畜，投入与产出不成正比，群众稳定增收渠道有限。

如何把“低产田”变成“增收田”？2026年，金达镇引入山东一家专业农业企业开展试种管护，由企业全程提供良种选育、播种施肥、病虫害防治、田间管护等技术服务，推行科学化、标准化种植。加龙村同步探索“村集体出土地、村民出燕麦种子、企业提供全套技术标准化管护、秋收收益村企对半分成”的利益联结机制，让农户、村集体和企业形成合力。

机制落地后，最大的难题仍是土地。林芝市委组织部驻加龙村工作队推动粮改饲产业项目落地，为每亩燕麦草补贴180元种子费用，降低群众参与产业发展的风险。面对田间乱石多、耕作难度大的难题，驻村工作队和镇里协调落实专项经费，调配捡石机进场作业，并组织村民开展捡石清杂、深耕平整和土壤改良。经过20多天的努力，昔日碎石遍地的地块逐渐变成适宜饲草生长的良田。

经过科学种植、精细管护，2026年燕麦草试种实现历史性突破。经初步测算，200亩村集体土地可产出燕麦草26万斤，每亩产量达1300斤，较往年翻了10倍多。户均可分配到饲草1880斤、获利3000余元，实现户户有饲草、人人享红利。

“今年真是大丰收！我们不仅分到了充足的优质饲草，还拿到了实实在在的分红，心里特别踏实、特别开心。”村民次仁德吉满脸笑容地说。

林芝市委组织部驻加龙村工作队队长马兴鹏表示，试种成功更加坚定了发展特色集体经济的信心，未来加龙村将持续对接、谋划新项目，不断壮大村集体经济，拓宽群众增收渠道。

昔日“乱石岗”变为村里的“致富田”，绿色的希望正承载着加龙村群众的美好期盼，铺就一条百姓安居乐业、共同富裕的幸福路。

高原短波

河北教育专家团走进拉萨阿里河北完全中学送教交流

本报拉萨11月3日讯（记者 **欧珠次仁 康卓** 通讯员 **王剑**）近日，河北教育专家团一行10人走进拉萨阿里河北完全中学送教交流。当天，学校为名校长工作室、中学美术名师工作室、中学历史名师工作室、中学英语名师工作室4个阿里地区级工作室，以及第二批9个校级名师（名班主任）工作室授牌。

来自河北衡水中学的援藏干部王剑说：“牌子挂起来容易，责任扛起来不易，各工作室要真正把一批骨干带出来、把一批成果做出来。”这话朴实，却透着一位校长对队伍成长的真心期盼。挂牌不是终点，而是带着老师一起走的起点。

2025年，拉萨阿里河北完全中学老师阿旺措姆入选全国县域普通高中头雁教师岗位计划人选名单。依托头雁力量，学校联合拉萨阿里地区高级中学跨校教研，面向改则、札达两县云端送教，也到牧区学校上语法示范课。

拉萨阿里河北完全中学作为阿里异地办学项目，承载着阿里各族群众对优质教育的期盼。近年来，学校在教育教学质量提升、教师队伍建设等方面持续用力，对照教育高质量发展的要求，借助河北优质教育资源的辐射带动，把先进理念、成熟做法转化为学校发展的实际成效。

提升人居环境 建设美丽乡村

米林市4个村被评为“无废村居”

本报巴宜11月3日电（记者 **平措诺吉**）近日，林芝市公布2026年度第一批“无废细胞”建设名单，米林市卧龙镇阿拉塘村、甲格村、角木那村、麦村入选“无废村居（乡村）”。

这4个村坐落于雅鲁藏布江中下游。此前，村内生活垃圾、农膜药瓶、畜禽粪污、工程建筑垃圾混堆乱倒，人居环境治理压力大。启动“无废村居”创建工作后，阿拉塘村先行先试。针对辖区内多个在建项目带来的建筑垃圾难题，该村将施工单位纳入村级管理，依托联席会议、联合巡查、台账共享等机制，规范建筑垃圾处置路径。该经验随后在其余3个村推广落地。各村同步推行网格化分片包户机制，干部包片、党员联户，压实治理责任。

结合农牧区生产实际，当地对各类废弃物实施分类处置：生活垃圾落实“户分类、村收集、镇转运、县处置”模式；农区重点回收农膜、农药包装，推动秸秆粉碎还田；牧区推进畜禽粪污资源化利用；建筑垃圾做到日产日清、统一清运。

为调动群众参与积极性，各村把垃圾分类、庭院整洁纳入积分超市激励机制，定期评选“无废示范户”，设置意见箱与监督电话，方便村民反馈问题。同时，配齐保洁、生态管护队伍，常态化开展巡查排查，将“无废村居”创建融入人居环境整治和美乡村建设全过程。

札达县有序推进县城集中供暖项目

本报狮泉河11月3日电（记者 **康卓** 通讯员 **贡桑旺堆 普布占堆**）近日，记者在阿里地区札达县获悉，该县县城集中供暖项目整体施工进度已达50%，计划年底前完成总工程量的75%，力争2027年10月实现先期供暖。

札达县县城集中供暖项目于2026年5月开工，概算总投资2.7亿元，规划供热总面积32.5万余平方米，新建太阳能+电锅炉综合能源站1座、换热站7座，配套安装3套电极锅炉系统，同步实施一二次供热管网铺设、末端采暖设施升级和建筑节能改造等工程，整体计划2028年4月全面竣工投运。

当地居民贡桑说起冬日取暖深有感触：“札达县冬季寒冷漫长，常年靠烧炉子取暖，费时费力。集中供暖项目我们期盼已久，希望早日建成。”

赛场

砺锋芒

近日，2026年西藏自治区青少年跆拳道锦标赛在拉萨市柳梧新区第二小学体育馆开赛。来自拉萨市、山南市、日喀则市、那曲市、林芝市、昌都市和阿里地区的7支代表队、179名运动员参加角逐。

赛场上，佩戴红蓝护具的运动员展开激烈较量。双方通过灵活的步法调整距离，在移动中寻找进攻机会，抓住时机果断出腿，攻防转换节奏紧凑，展现出积极向上、顽强拼搏的精神风貌。

图为双方运动员展开近距离攻防，裁判员专注执裁。

本报记者 **曹琳 郑璐** 摄



把光阴熬出甜酿成蜜

——山南市洛扎县吉堆社区达瓦卓嘎和东国玺一家的寻常日子

本报记者 孙开远

山南市洛扎县吉堆社区的傍晚，风从山谷另一头吹过来，带着点凉意。达瓦卓嘎家的院子里却热气腾腾，酥油茶的香味混着炒菜的油烟气漫到了院子里，又充满了小巷。屋里，几张矮桌拼在一起，邻居们盘腿坐着，有人揉着糌粑，有人用筷子拨弄着那盘青海揪面片——这是达瓦卓嘎的丈夫东国玺的拿手饭。

“吃嘛，锅里还有。”达瓦卓嘎招呼着邻居。东国玺坐在一旁，同老邻居用半藏半汉的语言聊着今年的青稞收成。这样的场景，在吉堆社区已经上演了20多年。

他凭着一股实诚劲儿打动了她

达瓦卓嘎和东国玺认识那会儿，洛扎县城还没现在这么大。一个是土生土长的藏族姑娘，一个是跟着工程队来洛扎搞基建的青海小伙，两个人是怎么走到一起的？

“那时候他有点‘呆’，可我就看中了他的实在。”达瓦卓嘎说起往事，眼角的皱纹里都是笑，“话说得磕磕巴巴，藏语更是一句不会说，跟我阿爸说话时，比手画脚的，跟演哑剧似的。”

东国玺愣是凭着一股实诚劲儿，打动了达瓦卓嘎，也打动了她家里人。

“我爸妈刚开始也嘀咕过，怕生活习惯合不来。”达瓦卓嘎说，“后来一看，这人心里没那么多弯弯绕，对老人孝顺，对我也实诚，这就够了。”

在洛扎县城一年又一年的变化中，达瓦卓嘎和东国玺的日子，也像库拉岗日山尖的旗云一般，随着岁月流转。

日子是过出来的

东国玺常年在工地干着苦重活计，修过路、盖过房，早出晚归，从无怨言。他把大部分工资交给家里，让达瓦卓嘎安心照顾老人和孩子，自己只留少量的生活费。家里春耕播种、秋收晾晒、修缮房屋这些重活累活，他也总是一力承担，从不让妻子和老人操劳。

达瓦卓嘎则把家里打理得井井有条：早起熬酥油茶，送两个孩子上学，回来伺候老人吃药，中午赶着去社区干活，晚上还得检查孩子的作业。

“她比我辛苦。”东国玺不善言辞，说起妻子却停不下来，“我在外面累了还有休息的时候，她是一刻不得闲。有时候我半夜回来，看见她靠在沙发上睡着了，手里还攥着没织完的毛衣……”

东国玺三四年才能带着妻子和孩子回一次青海老家。每次从老家回来，他总会给岳父母带回老家的特产、厚实的衣物、实用的农具。邻居们看在眼里，无不称赞：“这汉族女婿，比亲儿子还要亲！”

达瓦卓嘎觉得，这日子有奔头。“他在外面风吹日晒，我在家里把后方守好，这就是两口子该做的事。钱不用太多，够花就行；房子不用太大，能住就行。一家人平平安安、和和美美，就是最大的福气。”

2018年5月，达瓦卓嘎的父亲东阿多吉病逝。弟弟朗杰平措体弱多病，无力操办丧事。东国玺忙前跑后操办所有后事，几天几夜未曾合眼。忙完所有事，他又耐心宽慰妻子和年迈的岳母，默默陪伴在旁，用肩膀为娘俩扛起了一片天。

岳母也常念叨：“国玺进门后，家里的日子越来越红火，他对达瓦卓嘎好，对我们老两口更好。”

锅碗瓢盆里都是邻里情

在吉堆社区，达瓦卓嘎家的门是永远敞开的。

逢年过节，达瓦卓嘎家就成了最热闹的地方。藏历新年、春节、中秋节，无论过哪个节，达瓦卓嘎和东国玺都要把邻居们喊来。达瓦卓嘎端出酥油茶、糌粑、藏面，东国玺就做他的青海拿手菜——揪面片、炕土豆、手抓羊肉，有时候还会露一手拉面功夫，只是拉出来的面条粗细不匀，邻居们打趣他“这手艺回青海得重新拜师”，他只是笑着给大家添茶。

“他们家的厨房是混搭的。”社区居委会主任次仁旺姆笑着说，“洛扎的、青海的，还有川菜，摆一桌，大家吃吃喝喝，别提多热闹了。达瓦卓嘎两口子用他们的小日子告诉我们，民族团结就是一碗酥油茶、一盘青海面的事儿。”

夜幕降临，吉堆社区的灯一盏盏亮起来。向东几公里处，洛扎县城的灯火则更加明亮。达瓦卓嘎家的窗户透出暖黄色的光，屋里传来电视机的声音和孩子的嬉戏声，其间夹杂着东国玺不太流利的藏语——他正跟小儿子对话。达瓦卓嘎正给丈夫兑洗脚水。二十多年光阴，就在这热气腾腾的日子里，熬出了甜，酿成了蜜。