

二十载善行不止 雪域志愿者姜群以微光温暖高原



在拉萨,有这样一位普通的青年志愿者。42岁的姜群,是土生土长的“藏三代”,同时也是拉萨青锋公益发展服务中心、嫣然天使基金的长期志愿者。自2006年从西藏大学毕业至今,二十年来,他利用业余时间扎根高原公益一线,开展助学扶困、应急救援、科普宣讲、医疗助老助童等活动,用一次次实实在在的志愿服务温暖着雪域大地。 记者 梁兰 谭瑞华



受家风与老西藏精神熏陶 毕业初心扎根公益

“我是藏三代,从小听着老西藏的故事长大,家中长辈也一直教导我要多行善、多助人。”面对记者的采访,姜群坦言,自己二十年来坚持做公益,最大的动力源自成长环境和家庭教育。

2006年,刚大学毕业的姜群,第一时间踏上了自己的公益之路。他通过中国邮政对口捐助渠道,主动为山区贫困学生捐赠“爱心书包”。看到偏远地区孩子学习

条件艰苦,他不仅自己长期坚持捐助,还主动动员身边的亲友、同事共同参与,带动了越来越多的人加入爱心包裹捐赠、关爱山区小学生的公益队伍。

谈起印象最深刻的帮扶经历,姜群向记者回忆起在当雄县驻村时光。2012年,他在日常走村入户、了解民情时,村里一名孤儿儿童的生活状况,让他至今记忆犹新。

“孩子的父母离世较早,一直寄

养在姨妈家,亲戚家里条件也不好,日子过得十分窘迫。”姜群说,看着孩子生活困难,他当即决定每月拿出500元资助孩子的生活,这一坚持就是整整一年。

也正是他的爱心之举,让更多人关注到了这名困境儿童。随后,一名爱心企业家了解情况后,主动接力帮扶,持续承担孩子的学费和生活费,一路资助孩子顺利完成学业,彻底解决了孩子的后顾之忧。

主动学习提升专业技能 愿人人都会急救能救人

从单纯的爱心捐助,到专业化的公益服务,姜群的公益之路越走越稳健、越走越专业。

2016年,姜群加入西藏一支民间公益救援队,主动参与高原应急救援保障工作。同年9月,在那曲尼屋藏布江开展紧急救援任务,高海拔、低温天气、湍急的江水、复杂的水下地形,让现场救援压力巨大。

“当时环境陌生、条件艰苦,前线救援压力很大,我就想着把后勤保障工作做好,不给一线增添负担。”姜群

告诉记者。

在整场救援中,他全力筹备物资、细化后勤保障,稳稳地撑起了后方保障防线,为救援的顺利开展提供了有力支持。

为了能真正帮助到更多人,姜群利用休息时间主动报名参加急救培训,考取了初级救护证书。掌握专业技能后,他开始积极走进社区、乡村、校园普及急救知识。

“我一直有个心愿,就是让人人都会急救、人人能操作。”姜群表示,

意外随时可能发生,普通人掌握心肺复苏、海姆立克急救法、AED使用等技能,关键时刻就能挽救生命,他希望通过持续宣讲,让避险、自救、互救知识在西藏全面普及。

2019年起,姜群正式加入拉萨青锋公益发展服务中心(青年志愿救援队)并坚守至今,常年奔波在公益宣讲一线,常态化开展消防安全、防灾减灾、逃生避险、应急救护等科普宣传,积极参与各类爱心捐赠和志愿服务活动。

二十年坚持从未间断 用多元善意诠释青年担当

二十年公益路,姜群的爱心从未停歇。记者梳理了解到,从乡村帮扶、校园助学,到生命救助、大爱捐赠,他的公益足迹遍布多地。

2020年开始,姜群主动对接墨竹工卡县巴尔卡村、德仲村工作队,组织大型爱心帮扶活动。为村里残疾人家庭送去米油等生活物资,为村双语幼儿园孩子配齐书包、文具、画笔、球类、玩具等文体用品,还为村委会和幼儿园捐赠急救包、爱心衣物等物资,并邀请专业老师进村开展现场急救培训,把物资和服务真正送到基层。

2021年,姜群持续关注全国困境儿童帮扶项目,长期参与联合国儿童

基金会公益捐赠。同年12月,受身边公益伙伴的影响,他经过慎重考虑,登记成为中国人体器官捐献志愿者。

“投身公益时间久了,愈发明白生命的宝贵,也期望在离世后能够继续传递善意、帮助他人。”姜群说道。

2022年7月,嫣然天使之旅西藏公益救助活动于西藏军区总医院开展,为全区唇腭裂儿童提供免费的手术康复服务。得知此消息后,姜群主动请缨,全程协助此次活动,并一直坚持至今。

“许多偏远地市的家庭信息不畅,并不知晓有免费救助政策,于是我便带领志愿者逐一通知、对接。”姜

群介绍道。

活动期间,他利用周末和业余时间,联合志愿者通知西藏七个地市的患者家庭,做好就诊引导工作,全程负责患者信息登记、专家接送、现场协调保障等事务。他细致且高效的服务,赢得了嫣然天使基金医疗团队的高度赞誉。

二十载默默坚守,二十载无私奉献。采访接近尾声时,姜群告诉记者,“热心公益,服务社会”不仅是他的座右铭,更是他多年来始终如一的生活方式。未来,他还会继续扎根雪域公益一线,传承老西藏精神,以点滴微光,持续温暖高原大地。

以坚守赴使命,用初心护天路

——记铁路信号工西琼的坚守与担当

拉林铁路开通运营五周年临近,这条连接雪域高原的“幸福线”上,土生土长的藏族铁路信号工西琼,依旧坚守在岗、从未缺位。来自西藏日喀则的他,自2007年踏上铁路岗位,便扎根高原铁路沿线,一晃已是19载春秋。他以专业立身、以责任护航,用一双巧手、一颗赤诚之心,为高原铁路安全竖起坚不可摧的铜墙铁壁。从荣获先进个人,到优秀工会积极分子,再到段先进生产者,一份份荣誉,是他坚守与付出的最好见证。2021年拉林铁路通车后,他主动请缨奔赴新岗位,辗转扎囊、贡嘎、扎其等沿线站点,五年朝夕坚守,既是拉林铁路成长的亲历者、见证者,更是守护线路安全的“暗夜守灯人”。

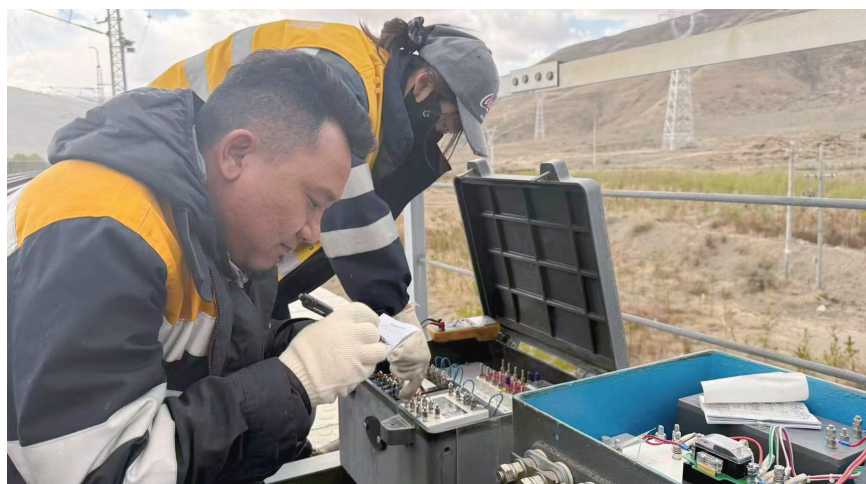
拉林铁路沿线平均海拔超过3000米,这里的自然环境严苛而残酷,强紫外线、低气压、昼夜温差悬殊是常态,对铁路设备和值守人员都是极大的考验。烈日当空时,信号机外壳被晒得滚烫,西琼戴上厚重的防护手套,俯身弓背,细致排查轨道电路的每一个节点,汗水顺着脸颊滑落,浸透工装,紧贴脊背,却从未停下手中的动作;雨季来临,暴雨冲刷线路,他冒雨前行,深一脚浅一脚地排查被雨水侵袭的信号设备,鞋子灌满雨水、裤脚沾满泥泞,依旧步履坚定、毫不懈怠;深夜寒冬,风雪肆虐,他顶着刺骨寒风对信号设备进行检修,俯身校准每一组道岔的设备状况,防雪防洪、雨中值守机械室、雪天除冰扫雪……这些看似琐碎平凡的工作,串联起他日复一日的坚守,也筑牢了拉林铁路安全运行的第一道防线。

一十九载春秋,步履从未停歇。十九年

来,西琼的足迹深深印在青藏线、拉日线、拉林铁路三大区段,累计养护道岔850组、轨道电路1100个区段、信号机580架、信号机械室103处,每一台设备都镌刻着他的坚守与付出。他深知,信号工是守护铁路安全的“神经末梢”,每一次细致巡视、每一次隐患排查、每一次精准校准,都连着列车运行安全,关系着沿线群众出行的期盼与信赖,更托举着高原铁路的平稳畅通。

在拉林线拉萨南综合维修车间扎囊综合维修工区,西琼不仅是人人敬佩的技术能手,更是同事们信赖依靠的“老大哥”。拉林铁路刚开通时,一批新入职的年轻人怀揣梦想而来,却因高原环境的恶劣、设备操作的生疏而手足无措。见状,西琼主动扛起引路人的责任,毫无保留地分享自己19年的实操经验,制定详细的帮扶计划,手把手教学、面对面指导,助力年轻职工快速适应高原环境、熟练掌握设备操作技能。生活中,他更是细致周全、热心热忱,无论哪位同事遇到困难,他都会第一时间伸出援手、排忧解难。五年来,工区新人换了一茬又一茬,唯有他的热心与担当从未改变,用精湛的技术传递力量,用温暖的温情凝聚人心,陪伴一批又一批新同志在高原扎下根、成长起来。

00后职工冯芮,便是西琼悉心培养的典范。初到工区时,面对陌生的环境和复杂的设备,冯芮满心紧张、无所适从。西琼一句“别怕,有什么事情来找我”,像一束光,瞬间驱散了她心中的不安与迷茫。工作中,西琼知无不言、海人不倦,先系统讲解规范要求与



设备图纸,帮她夯实理论基础,再带着她深入现场,反复实操演练,耐心纠正每一个操作细节,讲解每一个故障排查技巧。在西琼的悉心教导与陪伴下,冯芮从最初连设备测试都手忙脚乱的新手,快速成长为能独立完成设备检修、隐患排查的岗位骨干。“没有西琼师傅的教导,就没有我的成长。”谈及自己的进步,冯芮的话语里满是由衷的感激与敬意。

西琼的坚守与付出,是拉林铁路五载高质量发展生动缩影,更是新时代铁路人“爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊

名利、甘于奉献”精神风貌的真实写照。“路虽远,行则将至;梦虽艰,持则可圆。”自入路以来,西琼扎根家乡雪域高原,义无反顾坚守铁路一线,以无数个日夜的坚守与付出,诠释着铁路人的责任与担当;以不变的初心与热忱,坚守着对铁路事业的无限热爱,守护着千万旅客的出行平安。他以平凡之躯,担时代之责,赴坚守之约,用初心守护雪域天路,用担当书写不凡人生,让坚守的光芒,在拉林铁路的每一寸轨道上熠熠生辉。

文/图 通讯员 拉巴次仁 薛晓伟 记者 张雪芳