

庆祝西藏和平解放70周年

上海援藏：1000 倍高度攀升，26年接力奔赴，始终用奉献诠释信仰与忠诚

你们在高原上，你们的精神高于高原

“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。一方面支援了西藏，集中力量办大事；一方面锻炼了干部、成长了队伍。援藏应该是你们一生中最为宝贵的经历之一。”

——习近平

本版撰文 特派记者 潘高峰 杨洁

赵坚医生牺牲时，进藏仅 16 天。

今年 2 月 25 日，上海第九批援藏干部赵坚被授予“全国脱贫攻坚先进个人”。表彰名单上，名字外的黑框，让妻子泪如泉涌。

进藏第 4 天，赵坚就接下了第八批援藏干部留下的线索，为一位藏族小女孩的先天性心脏病奔波。谁能想到，治疗方案最终确定时，噩耗也突然传来——2019 年 7 月 30 日，进藏后一直没有好好休整的他，因强烈高

反诱发疾病，抢救无效，因公殉职。

上海，平均海拔 4 米；西藏日喀则，平均海拔超过 4000 米。1000 倍高度攀升，26 年接力奔赴，有一群人，始终用奉献诠释信仰与忠诚。“100-1”的牺牲没有让上海援藏干部退缩。他们也会担心，他们相互激励，他们更加明白，什么是援藏精神。西藏和平解放 70 周年之际，记者远赴日喀则，走近那些“缺氧不缺精神”的上海援藏干部。

■ 从日喀则定日县城到“珠峰小镇”所在的扎西宗乡必经的“108”道拐——全是“催吐”的回头弯 特派记者 陈梦泽 摄

援藏精神

把足迹和感动写满高原

上海到西藏日喀则，是真正的万里之遥。

那里发生的一切，与我有关吗？为什么一波又一波的援藏干部，不计一切奔向那里？生活在繁华的超大城市上海，呼吸着充足而湿润的空气，很少有人会去思考这个问题。

在珠峰脚下，记者和上海援藏干部、定日县住建局副局长张志华说起这个话题，他很激动。在张志华看来，援藏背后是深厚的家国情怀。“藏族同胞们在这里定居，某种程度上说，就是为国家守牢了边疆，守住了国土。边疆无忧，才有大城市的繁华。”

张志华承认，刚进藏时，赵坚的牺牲对自己的冲击是巨大的。“难免会想，他是在日喀则，定日的海拔还要高得多，我能扛得住吗？”但真正开展起工作，经历了地震、泥石流等生死的考验，缺氧、高反似乎变得很正常。

“有次在吃早饭，房子一下就把摇了起来，3 位援藏干部一下子跑到院子里，过了半天，才看到当地的厨师慢悠悠地走出来。”张志华告诉记者，当地人都说“小震不用跑，大震跑不掉”，这是当地人的乐观，也说明这块土地上生存的不易。

当年第一批援藏干部进藏时，就遇到了前所未有的困难。1995 年 11 月，亚东、定日全县及江孜县的部分乡镇遭受近百年未遇的特大雪灾，一米多厚的积雪导致交通断绝、通信瘫痪。当时，上海援藏干部、亚东县县长张兆田和县委副书记钟杰带领工作队，每人身背几十斤重的干粮饮料，在雪中徒步 4 天，穿越几十处雪崩危险段，行走 72 公里，赶到灾情最严重的康布乡，送医送药。援藏干部在雪地里走到后来，实在走不动，有很长一段都是爬过去的。当地群众感动地说：“张县长是康布乡历史上第一个用双腿从雪地里走过来的县长。”

援藏 26 年，西藏发生了翻天覆地的变化。但有些苦始终不会变。援藏干部李肖辉告诉记者，进藏后，大家都成了“药罐子”，每天要吃六七种药，安眠药是每天吃的最后一剂。因为睡眠不好，体重也一再降低，很多人一下子瘦了二十多斤。

但在上海援藏人才干部领队、日喀则市委副书记孟文海看来，吃苦只是过程，不是目的，关键还是要干事创业。“既然来了，就要做出点事来，让西藏因你而发生改变。”

刚到西藏时，孟文海也遭遇了类似于赵坚医生的危险。当时，因为第八批援藏干部已经在藏延误工一个多月，为了加紧工作交接，孟文海几乎没有修整。进藏第二天，忙完一天工作后，他感到身体非常不适，一看手指甲上多了一块斑，后来知道那就是“紫绀”，说明毛细血管破裂了。回到房间量了一下血氧饱和度，只有 47，随时可能有生命危险。

赵坚医生牺牲后，孟文海召集全体援藏干部悼念，同时号召大家开展“援藏为什么、在藏干什么、离藏留什么”的思考和讨论，向“老西藏精神”“两路精神”汲取力量，感悟“比珠峰更高的信仰”。

当时，第九批援藏干部中，来自杨浦区东医院的张舟医生，也成为激励大家榜样。因为他是第二次援藏。二上高原，为何会有这样的选择？张舟告诉记者，二次进藏，使命不同。近年来，他参与了上海市东医院的管理工作和等级评定事项，积累了丰富的经验，希望能给当地的医疗管理带来改变。

到达当地后，张舟对援建的拉孜县人民医院整体运营、财务管理、人员结构、医疗技术、科研能力等进行了全面调研和优化提升。去年 9 月，拉孜医院成功创建二级甲等综合医院。这是了不起的成就。

一茬接一茬、一代接一代。26 年来，援藏干部们把足迹和感动写满雪域高原。他们每一个人的身上，都闪烁着“比高原更高”的援藏精神。

创业“英雄”

生，为大学生解决就业岗位。最艰难时，她不惜抵押房子，借钱发工资。

2020 年 6 月 19 日。在上海援藏干部的帮助下，江孜县成立了农牧民合作社协会、农牧民合作社指导服务中心和大学生创业指导服务中心，三块牌子，一个办公地址，当地人称之为“两中心一协会”。

“当时听说这个消息，感到像乌云里看到了太阳。”正处于创业瓶颈的德吉上门求助，找到了负责人央吉。听完了德吉的故事，尤其是听说她自己创业艰难，却先后给贫困学生捐款近 37 万元时，央吉动容了。

33 岁的央吉是江孜县团委书记。特别重视青年创业的她，把自己的办公地点也搬到了“两中心一协会”，成了带领大家创业的“头雁”。

2020 年 6 月 19 日，是“两中心一协会”成立的日子，也是央吉的生日。她希望“今后每个生日，都和创业者们一起度过”。

中心成立不久，上海第九批援藏干部人才领队、日喀则市委副书记孟文海前来调研。听

激发当地百姓内生动力

了德吉的故事，孟文海十分感动，他告诉大家，上海著名民族品牌英雄钢笔的创始人中也有一位女性，同样文化程度不高，但却用努力奋斗闯出了一条成功之路。

从英雄笔，聊到“英雄城”。众所周知，1904 年，英帝国主义侵略西藏，江孜人民浴血卫国，谱写了一曲英勇悲壮的爱国主义赞歌，江孜从此以“英雄城”闻名中外。聊着聊着，对创业者的激励，变成了对创业的头脑风暴，一个“金点子”跳了出来——上海有英雄笔，拉孜是英雄城，有没有可能合作？孟文海马上牵线搭桥，促成了上海英雄金笔厂和江孜县措吉百玛文化有限公司的合作，后者就是德吉的创业公司。

点子上好，要落地并不容易。央吉带着德吉来到上海，与英雄金笔厂对接。藏文笔的笔尖是有讲究的，要有倾斜度，而且宽度也不尽相同。央吉和德吉都没有这方面的专业背景。关键时候，又是援藏干部们帮忙，找到上海共康学校的藏文老师，前往英雄金笔厂

协助藏文笔的笔尖设计。此后，在各方帮助下，央吉和德吉又请到西藏文化协会副会长丹增一同前往上海，参与设计研发。

一次次对接中，德吉感受到来自社会各界尤其是上海各方对她的无私帮助。“特别温暖，特别感动。”德吉记得，第一次去英雄金笔厂时，她连英雄笔是什么样都不知道。她专门跑到南京路，想买一支英雄钢笔研究一下。

基本不会说汉语的她，硬着头皮找到街边的一位女民警求助，女民警非常热情，连比划带猜，竟然弄懂了德吉的意思，最终帮她买到了笔。

今年 8 月，精心设计的“雪域高原英雄笔”终于面世。70 周年纪念的图案，通过独特的压制方式精刻在笔头上，凸显纪念主题；笔帽采用吉祥结图案，寓意西藏人民解放后生活吉祥如意；笔夹镌刻五角星和青稞麦穗，顶端呈箭头状，寓意举国上下齐心协力众志成城……在上海援藏联络组等各方努力下，这支“英雄们”携手打造的“雪域高原英雄笔”成

珠峰小镇

升，已经突破 12 万人，都给生态环境带来极大压力。“绿水青山就是金山银山，对于西藏来说，冰天雪地也是金山银山，这一切都需要把生态环保放在第一位。”

8 月初，记者前往扎西宗乡采访。一路上汽车在弯道上颠来倒去，让人深刻体会到了什么叫“器官在左、身体在右”。这样的路，上海援藏干部两三天就要走一次，只因路的那头有一座上海援建的“珠峰小镇”。

初到“珠峰小镇”，上海援藏干部、定日县委常委副书记李肖辉作为“导游”，一开口说的竟然是“垃圾分类”，让人不禁感叹：上海人连援藏都自带上海风。

李肖辉将记者带到一处即将竣工的建筑前，告诉记者，这是“珠峰小镇”生活垃圾分类收集中转处理项目，而在小镇的另一端，一个污水处理厂也正在建设。李肖辉介绍说，扎西宗乡有 7500 多藏民定居，珠峰每年的游客也不断攀

冰天雪地也是金山银山

游资源优势突出。

“珠峰天气多变，如果不是专业登山者，一般游客如果错过了一睹世界之巅峰面容的机会，可能只能无奈离开。而‘珠峰小镇’建成后，现代化的设施和住宿条件，将给游人多个选择。”

据李肖辉介绍，219 国道建成后，与 318 国道一起，将上海援建的日喀则五县连缀成环。“我们决定紧紧抓住这些以珠峰为核心的世界级旅游资源，打造‘环珠峰生态文化旅游圈’，全力带动高原农牧业、民族手工业等特色产业发展和乡村振兴。”

“珠峰小镇”是否真能留客？记者现场做了一番体验。在小镇上的平措康桑酒店，融合民族风和现代感的设计，一下抓住了人心。内部装修简洁而时尚，地暖、席梦思、卫洗丽的马桶，弥散式的供暖装置，连镜子都自带“屏下”感应灯，可谓十分贴心。在房车



“辫子医生” 修复好心脏也埋下“种子”

日喀则人民医院的手术台旁，制氧机伸出两根软管，一根连着病人，另一根却是给医生用的。

援藏两年多来，乐飞医生已经习惯了做手术时，和躺在台上的病人同时呼吸。“有一次接急诊，走快了没拿氧气管，结果正常情况下半小时可以完成的手术，愣是做了一个半小时，反应力判断力都受到影响。从那以后，为了对病人负责，我们每次做手术都吸氧。”说话间，浅绿色的软管垂在乐飞脑后，一动一晃，“当地人叫我们‘辫子医生’。”

2019 年 7 月，上海第九批援藏干部进藏。来自瑞金医院的外科医生乐飞，是上海市“组团式”医疗援藏工作队副领队，派往日喀则市人民医院副院长。

没有进过藏的人，单凭文字描述，很难理解高原反应的那种痛苦：喘不过气，心跳加速，口干舌燥，伴随着头疼欲裂，甚至恶心头呕……

上海援藏医生何大可刚上班第二天，就遇到一名嵌毒症濒危患儿。小女孩只有一岁多，当时她父亲已同意放弃抢救，何大可坚持要再试一下。奋力抢救 4 小时后，孩子最终还是离开了。精疲力竭的何大可却突发心律失常，不得不住院治疗。

坐在记者面前时，口罩后的何大可面带微笑，很难想象当初他血战僵持的样子。只有当他讲起那次抢救时，那始终充满遗憾惋惜的语气，才让人感受到他的执着。

“如果这里有儿童 ICU，可能结果就会不一样。”这一点何大可反复提起。“所以我一直在推动这边建立儿童重症监护病房，不行的话，至少也要有儿童重症监护系统。不过，现在还在努力。”

藏语里，“安吉”是医生的意思，“拉”表示尊敬。在日喀则，像赵坚、乐飞、何大可这样，一批批连着“辫子”的安吉拉们从上海远道而来，宛如身披白袍的战士，忘我救治病人，也将先进的技术和治疗理念留在当地。

乐飞告诉记者，他至今记得，进藏第 4 天，上海市“组团式”医疗援藏工作队领队、日喀则市人民医院党委书记汪兴旺带着他与赵坚去看望当时的建档立卡贫困户的情形。

“我以前从没见过那样的房子，是用土堆成的，墙上糊着牛粪。”在那座房子里，父亲尼玛顿珠和女儿小卓玛都患有心脏病。尼玛顿珠曾经做过开胸手术，至今需要服药。而小卓玛更让家人担忧，孩子这么小，受得住手术吗？来自上海市儿童医院心内科的主治医师赵坚反复奔波，先后为小卓玛作了 3 次诊疗，制定了最好的救治方案：通过腿部微创修复心脏瓣膜。

谁也不曾料想，没过几天，赵坚就因为剧烈的高原反应殉职了。身边同伴突然离开，震惊与悲伤之后，援藏工作队追思会上，大家做了一个共同的决定——把赵坚医生未竟的事业继续完成，就从小

卓玛开始。那年十月，小卓玛在上海成功得到救治。

“安吉拉！”前些天，乐飞和记者来到小卓玛家中探望，小姑娘一见乐飞就露出灿烂的笑容，已经彻底摆脱先心病阴影的她能跑能跳，与健康孩子别无二致。

有一个细节，乐飞始终难忘。那是此前他带着小卓玛在上海参加慈善晚会，“当时现场摆着赵坚的照片，她一下子就认出了这个叔叔，其实孩子与赵坚只见过三面。”当天，小卓玛要走了乐飞的党员徽章，开心地别在胸前。“年幼的她可能不知道这是什么，她只知道，那些帮助她的叔叔阿姨们，都带着这枚徽章——刚刚修复好的幼小心脏里，已经埋下了这样的种子。”

直到今天，乐飞和小卓玛的父亲还始终保持着密切沟通。每天早晨，乐飞收到的第一条微信总是来自尼玛顿珠。“我就像他的家庭医生，他每天给我发血压计照片，我帮他精准调节用药剂量。”聊天记录里，近八百张图片，无声见证着两个男人间的一段友谊。

赵坚医生牺牲两年后，今年 7 月 31 日一早，尼玛顿珠在朋友圈发了一张他在上海治疗时的照片。他的汉语不好，这是一条没有文字的朋友圈，但是乐飞看懂了，也在第一时间转给了能看懂的所有人。

有牺牲，更有传承。“援藏精神的一个重要内涵就是接力。”乐飞这样描述，“一个人和一个人的接力，一个团队和一个团队的接力，一批人和一批人的接力。”

在日喀则市人民医院工作了 18 年的当地医生王豆对此深有感触。曾到上海进修过两次的她，亲身体验了临床专家手把手教导的“特殊待遇”，也经历了医院内镜中心从无到有的变化。

有一回凌晨 3 时接到急诊，她习惯性地向“师傅”、上海“组团式”医疗援藏工作队队员张震求助。张震来后，常在干院远，而人之所罕至焉”，108 道拐算是为这句话做了很好的注解。

8 月初，记者前往扎西宗乡采访。一路上汽车在弯道上颠来倒去，让人深刻体会到了什么叫“器官在左、身体在右”。这样的路，上海援藏干部两三天就要走一次，只因路的那头有一座上海援建的“珠峰小镇”。

初到“珠峰小镇”，上海援藏干部、定日县委常委副书记李肖辉作为“导游”，一开口说的竟然是“垃圾分类”，让人不禁感叹：上海人连援藏都自带上海风。李肖辉将记者带到一处即将竣工的建筑前，告诉记者，这是“珠峰小镇”生活垃圾分类收集中转处理项目，而在小镇的另一端，一个污水处理厂也正在建设。李肖辉介绍说，扎西宗乡有 7500 多藏民定居，珠峰每年的游客也不断攀