

**在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下
新时代新作为新篇章·习近平总书记关切事**

在高原上让青春放歌

——青年群体扎根“世界屋脊”奉献故事

新华社记者 沈虹冰 王沁鸥 李键

今年3月28日，迎来西藏百万农奴解放63周年。

在中央第七次西藏工作座谈会上，习近平总书记号召，全面贯彻新时代党的治藏方略，建设团结富裕文明和谐美丽的社会主义现代化新西藏。

奋进新征程，建功新时代，364万多西藏儿女笃定前行，而青年干部人才是其中的重要力量。新华社记者在西藏采访看到，许多新时代的青年将自己的理想同祖国的前途、自己的人生同民族的命运，紧紧联系在一起，在雪域高原演绎多彩青春最美的模样，也凝聚起建设社会主义现代化新西藏的时代力量。

“知者行之始，行者知之成”

追梦需要激情和理想，圆梦需要奋斗和奉献。

“西藏是古建筑的宝库，而我的研究方向是喜马拉雅古建筑，冥冥之中就有缘分。”“90后”海归夏于钧笑着说，曾经职业抉择时的煎熬早已云散。

为了专业梦，从英国伯明翰艺术设计学院毕业后不久，他辞掉上海的稳定工作，决心用所学知识“拥抱”雪域高原的古建筑。

恢弘的宫殿，庄严的庙宇，淳朴的民居……想原汁原味地了解西藏古建筑，要先过语言关。“西藏建筑的不少词汇都是来自藏语，有其特定定义。想要了解当地古建筑，就必须掌握藏语。”夏于钧说。

夏于钧六年来坚持外出考察、记录，为古建筑拍照，测绘建筑的室内空间、立面等，并和当地人聊天，了解建筑背后的故事。旅途中，他目睹过珠峰日照金山的奇观，听说过雪豹袭击夏尔巴人马圈的故事，深山迷途时，得到过当地藏族阿妈的指路……

直到遇到清代古建筑吉崩岗拉康，夏于钧的才华才得以淋漓尽致地展现。为让这座有着200多年历史的古建筑重焕容颜，他和团队花了三年时间，完整了解、细致修缮。

当这座古建筑再次向公众开放，夏于钧感受到个人使命与时代呼唤的结合。

“我希望能把西藏的古建筑一一记录下来。”他说，这项工作能不断接触藏式建筑，并在学习、发现的道路上获取新知。

实践所学，是夏于钧扎根西藏的写照，也是驻守高原青年人的座右铭。

未来属于青年，希望寄予青年。

2020年2月，习近平总书记给正在北京大学首钢医院实习的西藏大学医学院学生回信，勉励他们练就过硬本领，毕业后到人民最需要的地方去，以仁心仁术造福人民特别是基层群众。

26岁的米玛次仁，大学毕业后报考到林芝市巴宜区更章乡卫生院，成

为一名基层医生。在北京大学首钢医院实习期间，他也是给总书记写信的大学生之一。总书记的回信勉励，一直刻在他心中，也照亮了他投身基层的道路。

注射疫苗，上门送药，定期开展体检……基层工作繁忙琐碎，但也逐渐让他的知识在基层行医中“开花结果”。

在北京大学首钢医院的一次肝切除手术中，他负责举腹腔镜。手术比较复杂，米玛次仁双手举着仪器，一直举了快十个小时。手术结束后，他双手酸疼得无法抬起，老师拍拍他的肩膀说：“小伙子做得很不错，救死扶伤，辛苦是值得的。”

“能一直站在手术台上救死扶伤，才是真正的医者仁心。”米玛次仁说，“西藏的医疗水平和发达省市相比还有差距，交给我们年轻一代的任务很重，每一天都不能虚度，要在服务奉献中不断学习，做到知行合一。”

“看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛”

心中有光，脚下有力量。

这束光，对甘肃小伙铁忠福而言，就是乡村，就是农牧民。

四年多前，甘肃小伙铁忠福面临重要选择：从上海本科毕业后，是接受邀请远赴德国工作，还是去广州的国企成为一名白领？

又或者，去西藏？

西藏，无数人眼中的“诗和远方”，但也是许多人可能会“敬而远之”的地方。平均海拔超过4000米，一些地方生活环境恶劣，交通落后，生活不便……

“但我似乎觉得，那里有为我准备的工作。”铁忠福说，“青年人，总要有点情怀。”而母亲的一句话，更是坚定了他的决心：“你是农村长大的孩子，去给老百姓做些事吧。”

2018年，从东部沿海城市打包好行囊，作为应届大学生赴西藏专招项目中的一员，铁忠福风尘仆仆地来到了海拔4100多米的日喀则市昂仁县亚木乡，成为一名基层公务员。相比上海，乡里条件艰苦，他刚到暂时住在原先存放牛粪的屋子里。后来宿舍解决了，但客厅地面坑坑洼洼，他

和几个青年人自己动手用水泥抹平。乡里那时还没有水泥路，宿舍楼前都是砂石，风一吹眼睛都睁不开。

到人民最需要的地方去，这些是必须要闯过的关。艰苦有时是年轻人成长、收获的起步。

“总书记嘱咐青年人‘好儿女志在四方，有志者奋斗无悔’，‘到基层和人民中去建功立业’。”他说，为尽快掌握当地发展现状，他多次下乡调研，撰写乡村发展规划，推进党建宣传，开展驻村工作。在海拔4500米以上的乡镇调研时，因高原反应，他整夜都睡不着。

物质条件艰苦，青年人的精神生活却一天天充实起来。铁忠福还记得，到岗的第二天，乡里就迎来了望果节，也就是当地传统的丰收节，尚未适应高海拔环境的几个年轻人，跑到地里帮群众一起收青稞。“现在想想，都是很珍贵的回忆。”

闲不住的他，现在已经跑遍了亚木乡所有村庄，学会了用藏语进行日常交流，也会在牧场上和群众一起跳锅庄舞。他还将生活在海拔5000多米牧场上的困难群众发展为自己的帮扶对象。不少牧民说：“这个青年干部好，和大家打成一片！”

后来，亚木乡实现了脱贫摘帽。铁忠福也调到县里工作，但亚木乡的群众只要见到他，还会热情地握手拥抱。

当小我融于大我，当个人际遇与时代浪潮同频，艰苦的环境中会开出理想之花。

“我是麦子里长大的孩子，而今又回到了青稞地和牧场。”铁忠福说，要在雪域高原扎下根，承担起时代赋予的职责使命。

“起于三寸之坎，以就万仞之深”

到人民最需要的地方去，造福基层群众。

这种号召并非一朝一夕的事情，需要从点滴做起。对此，23岁的仓木拉深有体会，她是日喀则市拉孜县曲下镇卫生院的一名全科医生。两年基层工作中，她发现不少老百姓健康意识薄弱，有些村民对日常病症不在意，时间一久拖成大病。她看在眼里，疼在心里。

“我的父亲就有过这样的遭遇。由于疏于护理，拖成了残疾。”她说，一定要普及好健康知识。仓木拉平常积极走村入户，充分发挥家庭医生签约医生的作用，不仅为老百姓送医送药，还带去保养保健知识。

日复一日的工作中，仓木拉似乎离自己的外科医生梦远了，离群众却近了。“每个人小时候都有宏大的梦想，我也一样。但是基层的工作总需要有人来做。”仓木拉说，她坚信，脚踏实地地攀登，终有一天，会触碰梦想的星辰……

为了群众，为了祖国，从最基本的事做起。这是31岁的移民管理警察索朗曲扎用行动给出的答案。

索朗曲扎是西藏阿里边境管理支队扎西岗边境派出所典角村抵边警务室警长。典角，一个海拔4400多米的边境村，仅是祖国版图上的一个点，却是索朗曲扎全心的守护。

典角村地处偏远，索朗曲扎通过脚步丈量，双眼测距，一笔一画做成了一张手绘地图，为当地民生和边境管控保驾护航。

为防止绘图有误，他白天巡查，晚上绘图，还要一次次返回现场核对。途中他时常要攀爬5000多米的高山，忍受着头痛、胸闷等高原反应带来的折磨。

工作十多年来，索朗曲扎没有在家过一次年，也从来没有陪儿子过一次六一儿童节。曾经他跟儿子约定——只要儿子考第一名就陪他过儿童节。结果六一临近时，正在山上画图的索朗曲扎收到儿子发来的视频。儿子说自己真的考了第一名，问索朗曲扎什么时候能回家陪他。那一刻，他的眼泪瞬间流出来，愧疚、自责、歉意、思念……通通涌上心头。

要走吗？他舍不得。“当你脚下这片土地越来越有感觉时，你对高原反应就越来越没有感觉！”索朗曲扎说，他已经熟知这孤独边境线上的每一座山峰。

在边境崇山峻岭间，在茫茫雪域高原上，青春燃烧的火焰，正为这片古老的土地带来春天的温暖与活力。

新华社拉萨3月29日电