



“天路女侠”严瑾雯： 微光照亮青藏“生死线”

文/羊城晚报记者 谭洁文 实习生 杨钰澄 图/受访者提供



严瑾雯

深夜的109国道青海省格尔木段，零下20摄氏度的寒风裹挟着雪粒，一辆侧翻的卡车孤零零地躺在青藏线无人区，尾灯微弱地闪烁着。严瑾雯和她丈夫裹着厚重的棉衣，深一脚浅一脚地踩过结冰的路面。丈夫用皮手套掰开碎裂的车窗，玻璃碴刺破手套扎进掌心，他却顾不上疼，只冲着车内喊：“能说话吗？别睡！”司机蜷缩在座椅上，浑身湿透，牙齿打颤：“车……修不起了……”严瑾雯一把拽下自己的围巾裹住他：“钱的事以后再说，先活命！”这是她无数次救援中的一夜。

青藏公路是世界上海拔最高的公路之一，其中的格尔木段在卡友们（指货车司机）看来是青藏线生死考验的开端。诡谲多变的天气、猝不及防的高原反应，让这条路变得凶险异常，医院急救系统等常规救援力量也难以第一时间到达车祸现场。

“在青藏线，命比纸薄。”严瑾雯感叹道。“但只要能抓住，我死都不松手。”她开在青藏公路格尔木段上的小超市已然成为卡友们的救急处。热水、氧气、急救箱、公共厨房——这里不卖“诗和远方”，只兜售“活下来的底气”。从修车店女儿到“格尔木励志妹”，从免费洗澡间到正在建设的24个“爱心守护站”，她用一碗碗热汤、一句句唠叨、一场场生死时速的救援，如微光，却恒常，照亮着这条“生死线”。



严瑾雯(右)在准备卡友守护站的救援物资

壹 带着柴油味的糖

草原、盐湖、戈壁……沿途风光无限的青藏公路不仅是游客们进藏的通道，也是很多货车司机们运输的必经之路。在青藏公路重镇格尔木市，“萌萌哒生活超市”是许多货车司机驻足停留的地方，超市老板严瑾雯更是被网友们亲切地称为“青藏线守护者”。

严瑾雯出生于1993年，是一个地道的青海人。10岁那年，她随家人从青海省西宁市搬到格尔木市，父亲从事汽修行业，在当地经营着一家小小的汽修厂，她见多了为生活奔波的货车司机，也深知他们的不易。

“小时候觉得卡友是最‘大方’的人，他们一来，我就能得到小零食。”父母在格尔木经营修车店，天南地北的司

机常来光顾。他们的口袋里总揣着零食，塞给她时还带着柴油味。二零零几年的一天，一个司机为换轮胎的4000元蹲在店门口发愁：“油费都不够上拉萨。”父亲二话不说把钱塞回他手里：“先上路！”这一幕烙在她心里，“原来钱能救命”。

长大后，严瑾雯当了护士，后来却因腿伤辞职，回到家里帮着父母卖轮胎。一天，严瑾雯看到一个跟着父亲跑青藏线卡车运输的20岁女孩：这个女孩用冰水洗头，穿着短裤钻车底修车，修完车后也就这样用水洗胳膊洗腿。

“女孩怎么能这么苦？”严瑾雯腾出自家仓库，焊了铁皮澡堂，烧上热水，挂出“免费洗澡”的牌子。起初只有女孩

来，渐渐人多了，她索性搭起厨房，支起大圆桌。“卡嫂”们带着土豆和腊肉来做饭，司机们蹲在门口交换路况，超市成了青藏线上的“情报站”。

认识的卡友多了，严瑾雯建了一个微信群，专门提供各种咨询服务，哪里可以修车、哪里可以住宿等。大家互帮互助，她还会每天在群里发布天气情况。渐渐地，这个群多了一项功能——救援。常常有卡友发布自己或他人遇到困难和危险的情况，哪怕是半夜，严瑾雯也会立即驱车前往或联系附近卡友。

贰 “在青藏线，命比纸薄”

2023年5月的一个深夜，她的手机突然响起，电话那头是一个陌生女人的哭喊：“严姐，我老公高反了，快不行了！”在海拔超过4500米的青海玉树的五道梁附近，这对陕西夫妻遭遇严重高反，丈夫已经昏迷，妻子手足无措地拨打了120，却被告知救护车无法及时赶到。绝望中，她想起了严瑾雯。

“五道梁那个地方，半夜根本买不到氧气。”严瑾雯回忆道。她立刻联系了附近的修车店老板，让他带着一瓶氧气往山下送。她自己则开车从200多公里外的格尔木出发，两路人马在漆黑的路上争分夺秒。赶到时，那位男士已经脸色发紫，呼吸微弱。严瑾雯一边给他吸氧，一边拍他人中：“哥，撑住，马上到医院了！”最终，他被送

到人民医院抢救。医生告诉严瑾雯：“再晚两个小时，他也许就要进高压氧舱，情况会更加危急。”

这样的故事，严瑾雯能讲三天三夜。有卡友翻车后为省拖车费拒绝就医，她垫钱押上自己的身份证；有自驾游客肺水肿，她发动全网救援；甚至有人妻子入狱，崩溃地在她店里哭到半夜，她陪着去河边吹风。“在青藏线，命比纸薄。”她说：“但只要能抓住，我死都不松手。”

“青藏线太长了，危险的地方太多了。”严瑾雯说道，“这些地方海拔高，气候恶劣，一旦出事，救援很难及时赶到。如果青藏线上的关键点能随时提供氧气，他们就不会这么危险”。她开始琢磨，能不能在青藏线的险要处设立一些“爱心守护站”，为卡友和游客

提供紧急救援物资。

然而，想法落地并不容易。资金是她面临的最大难题。每个守护站需要配备制氧机、急救箱、热水器等设备，光是制氧机就要3000多元，一个站点下来至少需要5000元。严瑾雯没有稳定的收入来源，全靠超市的微薄利润支撑。转机出现在一次救援中，她遇到了up主张易。张易被她的故事打动，主动提出和她一起拉赞助、联系设备供应商。“他说，‘姐，你的想法太好了，我一定要帮你实现’。”严瑾雯回忆道。

2025年2月，第一个“爱心守护站”在五道梁建成。当天下午，就有5名高反游客吸上了氧气。“当时我就在现场，看到他们吸氧后脸色慢慢恢复，心里特别踏实。”严瑾雯说。

叁 卡友的互助江湖

严瑾雯的“青藏线爱心守护站”已经建成了5个站点，但这仅是她计划的开始。她的目标是沿着青藏线建立24个守护站，覆盖从格尔木到拉萨的每一个险要路段。这些站点不仅会提供氧气、急救箱和热水，还成了卡友和游客的临时避风港。

她还先后建了7个微信群，每个群都有300到500人。卡友们通过群里的信息，提前规划路线，避开危险路段；遇到突发情况，也能第一时间得到帮助。严瑾雯每天都会在群里“唠叨”几句“晚上睡觉把枕头垫高一点”“氧气瓶随身带，别省着用”“遇到野生动物

别追，保持体力”……这些看似琐碎的提醒，却让卡友们倍感温暖。

“有人说我啰嗦，但我觉得，能多救一个人，再啰嗦也值得。”严瑾雯笑着说。她的微信群不仅让卡友们能够及时分享路况信息，前方的卡友会提醒后方的卡友哪里堵车、哪里下雪、哪里需要绑防滑链，为后面的卡友提供了极大的便利，也让青藏线多了一份人情味。“有不少人匿名给我转账1000元、666元、50元，附言‘绵薄之力’‘感谢您的善良’‘为守护青藏线尽一点绵薄之力’。”她翻看着手机里的转账记录，眼里满是感激，“这些钱我

一分都不敢乱花，全用在守护站上。”

她希望，通过这些努力，青藏线不再是人们心中冰冷的无人区，而是一条充满温暖的“天路”。“我希望大家以后一提到青藏线，不会觉得这是高反、车祸和死亡，而是想到这里有热水、有氧气、有人情味。”她语气坚定地说道：“这条路虽然危险，但只要大家互帮互助，就没有过不去的坎。”

炉火噼啪，又有卡友推门进来：“严姐，能蹭顿饺子不？”“自己剩馅儿去！”她笑着说。仿佛这不是海拔平均超过4000米的地带，而是炊烟袅袅的家。

用潮语音乐重新发现故乡 野草寮乐队：

文羊城晚报记者 王隽杰 图受访者提供



野草寮乐队

3月15日，适逢樟林火帝庙会举办期间，在汕头市澄海区樟林古港的起风陈公祠，潮汕方言乐队野草寮举办了一场名为“老厝扮仙”的演出，将当晚的气氛推向高潮。

乐队主唱林书盛今年40岁了，这是他第一次在故乡演出。面对台下熟悉的家人、朋友和街坊四邻，林书盛倍感亲切。自20多年前离开家去武汉读书，林书盛便似离巢的燕子，再难飞回熟悉的家乡，他转而从潮汕地方古调和歌谣中汲取养分，用音乐描绘生活的苦辣酸甜。

白天，林书盛是深圳国企的一名普通打工仔；而到了夜间，他则是野草寮乐队的主唱，歌唱着自己对都市生活和家乡情事的思索。林书盛坚信方言音乐自有其力量所在，正如潮汕大地延续千年不散的勃勃生机。

白天烧垃圾，夜里玩音乐

林书盛出生于潮汕地区一个名为东里的小镇，这里曾是繁华一时的樟林港，现属于汕头市澄海区。在林书盛的记忆中，童年生活总是充盈着各种声音：游神时的锣鼓唢呐声、戏台上潮剧的咿呀呀呀声、奶奶哼唱的潮汕童谣……

林书盛从小对乐声敏感，听到锣鼓后，他会拿着簸箕或脸盆在一旁模仿敲击节奏。11岁那年，林书盛进入了锣鼓队，和作为唢呐手的父亲一起合作演出，这是他最早的音乐启蒙。

16岁初中毕业后，林书盛没能考入高中，他并未像大多数潮汕青年一样在广东本土发展，而是远赴武汉读了一所中专。青

年人总是向往远方，彼时的林书盛厌烦了父母的唠叨管教，如同羽翼渐丰便渴望离巢的燕子，他选择离开家乡外出闯荡。

从学校毕业后，林书盛在深圳的一家垃圾焚烧发电厂谋得职位，三班倒，稳定闲适，是父母眼中的“好工作”。然而，日复一日没有变化的生活让林书盛感到疲惫，他觉得自己就像一个被设定好程序的机器人，找不到生活的意义所在。

为了与平庸的日常“对抗”，林书盛开始尝试用音乐表达自我。2013年，他和单位里几个志同道合的伙伴一起组建了乐队，过上了“白天烧垃圾，夜里玩音乐”的生活。

刚开始，林书盛难以找到创作的方向。在武汉读书期间，林书盛接触到了大量来自西方的摇滚音乐，电吉他的轰鸣让人血脉偾张，他逐渐将家乡的锣鼓声抛诸脑后。直到2010年，林书盛接触到了五条人和交工乐队这两支南方乐队的歌曲，才逐渐认识到方言音乐的魅力所在。

林书盛把眼光放在了潮汕大地上，决心用潮语创作演唱歌曲。但由于经验与学识不足，乐队在组建初期，长时间停留在模仿和尝试的状态，难以突破，甚至一度解散。直到综艺《乐队的夏天》播出，重新点燃了大家的音乐梦想，乐队才得以重组。

“用潮语唱歌才舒服”

创作潮汕方言歌曲的过程，也是林书盛重新发现故乡、发现潮汕文化的过程。

为了更好地了解潮汕的风土人情，林书盛曾多次回到家乡采风观察，然而收获的往往只有失望。十几年时光流逝，一切都在飞速变化。故乡变了，吵闹温暖的弦丝乐被摩托车的轰鸣声所取代，幼时熟悉的民俗逐渐消失；林书盛自己也变了，在外生活工作多年，他不再是无忧无虑的孩童，与人交流时，说潮汕话竟也显得生疏且不习惯……

因此，林书盛转而从书本中发现潮汕。他开始大量阅读潮汕乡土文学、潮汕方言辞典和潮汕志怪小说，从中体悟潮汕文化之美。林书盛提到，留给他印象最深的一本潮语小说是《作田琐事》，作者是林永锐老先生。这本小说围绕着种田人家的生活琐事展开描写，穿插了许多歌谣，使用了大量的潮汕谚语。“这本书给了我很大的启发。我开始意识到，生

活中一些习以为常的小事，其实在细致观察后，同样生动有趣。”林书盛说。

除此之外，林书盛还花费大量精力学习“本字”，即潮汕话中的一些古汉语文字，如在野草寮乐队的作品《轮夜班》中，开头一句为“月娘𩇛𩇛/在天边/轮𩇛班”，其中“𩇛”为古汉语词汇，宋代韵书《集韵》中收录此字，意为视线模糊，而“𩇛班”则是潮汕话中“夜班”的说法。林书盛表示，当发现从小说到大的方言字词在古籍中出现时，更觉潮汕文化的博大精深。

事实上，林书盛选择用潮语创作歌曲并非刻意为之，而是“顺其自然”的结果。只有在用潮语表达的时候，林书盛才能感到自在放松。如今，在林书盛创作新歌后，他会第一时间让母亲听。母亲不懂乐理，却是听着潮剧长大的，她深谙潮汕音乐的韵味所在。“只有妈妈听了说好，这首歌的韵味才正。”林书盛笑着说。

自由生长的“野草寮”

随后才改为“野草寮”。

“寮”字是潮汕地区表示地名的特殊用法，早期潮汕人著搭竹木茅草为屋，称“打寮”，在农村的庄稼地旁，“草寮”这种简陋的屋檐既可以放农具，亦可住人。

在阅读蔡英豪老先生编著的《潮汕熟语集释》序言时，林书盛注意到了这样一段话，“跨过涂寮、草寮、田头寮、海头寮、山寮、牛寮的人，也许会对乡土方言的感情会深些……”想到童年时常在村中见到的草寮，林书盛便将乐队改名为“野草寮”，含有自由生长之意。

“自由生长”，这正是林书盛做音乐的初心。他从不追求通过乐队赚大钱或站上光鲜的舞台，对乐队的发展也没有明确的时间表，他只是随心所欲地歌唱：关于故土和故人，关于自己对生活的体悟。



林书盛在演出中