

# 圣地劳动者 平凡亦闪耀

宝塔山下,延河之畔,有这样一群人——他们扎根社区、奔忙街巷,守护着千家万户的烟火日常;他们穿梭于通信线路、快递网点、工厂车间,保障着城市运转的每一个节点;他们手握银针、脚踩泥土,用匠心与汗水浇灌健康和希望。

他们是社区工作者、通信工程师、快递员、操作工、中医师、农技专家。岗位不同,底色相同:日复一日的坚守,默默无闻的奉献。“五一”国际劳动节,我们推出“圣地劳动者,平凡亦闪耀”特别报道,走近六位来自延安一线的普通劳动者。从他们的故事里,读懂劳动之美,致敬每一份坚守。

## 闫明亮:“用匠心守护每一位患者的健康”

通讯员 陈琪璐 记者 刘晶



● 闫明亮为患者扎针 受访者提供

里,患者李大爷扶腰坐下。闫明亮一边耐心询问病情,一边将银针精准刺入穴位,捻转、提插,动作轻巧而熟练。“针扎下去的时候有点酸胀,但过后就松快多了。”李大爷活动了一下腰,笑着竖起大拇指。

“中医针灸看起来简单,但里面的门道很深。同样是腰痛,病因不同,针法、深浅、方向都不一样。”闫明亮说。他不满足于传统的“一针独秀”,率先在科室引入整合医学理念,把中医传统疗法、西方运动医学和现代康复技术结合起来。为了让一位长期被颈痛困扰的快递员恢复健康,他不仅施针,还手把手教对方做拉伸训练,前后跟踪治疗了两个多月,直到患者彻底告别疼痛。

“闫大夫不光技术好,人也特别耐心。有次我下班晚了,打电话问他还能不能看,他说‘您慢慢来,我等您’。”患者张女士回忆道。像这样的“加班”,在闫明亮的工作中已是常态。针灸科的患者多,病程长,很多是老年人或上班族,为了方便大家,他常常推迟下班时间,节假日也主动值班。

十年从医路,闫明亮获得的荣誉不少——“青年岗位能手”“延安青年五四奖章”“先进工作者”……但他最看重的,始终是患者的一句“谢谢”和一个舒展的笑脸。

“博学而后为医,厚德而后为医,谨慎而后为医。”这是闫明亮贴在办公桌前的三句话。他说,中医传承了几千年,靠的是一代代劳动者的手把手、心连心。他愿意做那个守在诊室里、握着银针的普通劳动者,用匠心守护每一位患者的健康。

## 孙兆延:“工匠精神就是踏实把事做好”

记者 张译心



● 孙兆延在操作机器 受访者提供

根一线岗位。“干工作最重要的是用心,心思花在哪儿,成长就在哪儿。”十三年的操作工生涯,孙兆延“用心”将技能打磨到极致。

工作中,遇到复杂的操作,他就反复练习,直到完全吃透。平日里,无论是老师傅还是新同事,只要有可取之处,他都主动虚心求教。空闲时,他还常常在行业网站学习各类实操案例,借此丰富自身经验。第一次备赛省级技能比武,他几乎把整个理论题库都背到能默写下来的程度。

长期的踏实苦练,让孙兆延有了主动迎接挑战的底气。每当厂里引进新设备,他总率先摸索钻研,如今全厂所有卷接机型,他都能熟练操作。他多次在省级技能大赛中斩获佳绩,拿下了卷烟卷接操作工二级证书,更跨界入选2025年维修工国家技能大赛备用选手。日常生产中,他还曾连续7个月拿下车间标杆机组荣誉,厂里多项生产记录由他创造并保持又被他一次次打破,这也成了他工作的动力与乐趣。

巨大的机器轰鸣声常年回响在工厂车间里,闷热的空间内,终日漂浮着细密的粉尘。35岁的青年操作工孙兆延,在这样的生产一线,扎扎实实走过了十三年。

2013年,孙兆延进入延安卷烟厂成为一名操作工。车间的日常没有波澜起伏,只有日复一日的重复作业与作息不定的工作节奏,考验着一线工人的定力与坚韧。

在这样的处境里,孙兆延没有退缩、没有敷衍,凭着骨子里的责任感与要强,沉下心来踏实履职,稳稳扎

“我心中的工匠精神就是踏实把事做好,把专业技能练到极致,做到旁人所不能及之事。”孙兆延说。未来,孙兆延打算把自己的技术经验毫无保留地分享给更多的工人,在专业技术领域以青年劳动者奋进的姿态锤炼技能、持续精进,用精益求精的匠心彰显青年工人的实干本色。

## 谢瑞良:“用户不放假,我们就不放假”

记者 任琦



● 谢瑞良专注调试电脑设备 受访者提供

查等日常工作。他常常忙碌到晚上八九点,才能结束一天的工作回家。

平日里,谢瑞良平均每天要上门服务三四户居民。每逢节假日或网络使用高峰期,业务量翻倍,一天奔波十几家更是家常便饭。六年寒暑,从不间断,累计服务群众近万户。“用户不放假,我们就不放假。”这是谢瑞良常挂在嘴边的一句话。哪怕自己分身乏术,他也会第一时间协调同事顶替上门,绝不把用户的难题搁置拖延。

“小谢这孩子特别实在,态度好、技术也好。我们家里网络一出问题,打个电话,他一会儿就来看了。”家住颐荷小区的王女士说起谢瑞良连连称赞,“不管多晚联系他,他从来没有不耐烦,修得又快又仔细,做完还会反复调试好才走。”

六年的职业生涯中,最让谢瑞良记忆犹新的,莫过于一次除夕夜的紧急抢修。“当时辖区突发大面积网络故障,不少家庭看电视、线上团圆都受到了影响,好好的年味一下子淡了许多。”谢瑞良感慨道。万家团圆的除夕夜,他义无反顾奔赴抢修现场,逐户排查隐患,逐条检修线路,直至所有故障排除、网络信号恢复稳定,他才回家吃年夜饭。

六年一线坚守,一路风雨前行。从青涩懵懂到业务娴熟,谢瑞良把最好的青春奉献给了通信服务事业。“干这份工作这么多年,我早就习惯了早出晚归,也习惯了节假日在岗。用户的一句‘满意’、一句‘感谢’,就是我最大的动力。能守护大家顺畅用网,再辛苦也值得。”谢瑞良说。

## 袁卉:“群众之事无小事”

记者 潘文静



● 袁卉和游客小朋友合照 受访者提供

小时不关机,居民随时来电、随时求助,她总是第一时间回应并协调解决。她用耐心细致化解矛盾,迅速行动解决问题。在她眼里,事情不分大小,只要群众有需求,就是她必须办好的事。

不久前,在宝塔山景区游客服务中心,一名坐轮椅的残疾游客不慎摔倒,情况紧急。正在附近巡查的袁卉和社区同事发现后,立即上前搀扶,细心查看伤情,及时安抚游客情绪,并协助联系相关人员。他们及时伸出援手,为游客送去温暖,也展现了圣地社区工作者的责任与担当。

“五一”假期临近,游客增多,人流量加大,安全保障尤为关键。连日来,袁卉和同事们穿梭在辖区各个角落,对酒店、景区周边、餐饮门店等重点场所逐一开展安全检查,排查消防隐患,规范经营秩序,提醒注意安全事项,全力守护居民和游客的出行游玩安全。

“群众之事无小事,把居民的烦心事办好,就是我们最该做的事。”这是宝塔山街道宝塔山社区工作人员袁卉的工作信条。34岁的她,2012年走上社区基层岗位,在繁杂琐碎的日常工作中,用真心服务群众,用责任守护一方,成为居民和游客心中靠谱的“贴心人”。

袁卉主要负责延小区及周边网格的治理工作。社区事务千头万绪,小到邻里纠纷、噪音扰民,大到物业协调、应急处置,她都一一放在心上。她的手机24

一个人的坚守温暖一片,一群人的担当守护一方。在宝塔山社区,像袁卉这样默默奉献的社区工作者还有很多。节假日期间,社区全体人员轮流坚守岗位,做好秩序维护、便民服务、应急处置等各项工作,用坚守换取群众的安心。

十四载风雨兼程,十四载初心不改。袁卉和宝塔山社区全体工作人员,以劳动践行使命,以坚守诠释担当,在基层一线默默付出。他们用汗水守护安宁,用服务传递温暖,用最朴实的行动,书写着新时代社区工作者的最美风采。

## 任岗:“每一件包裹都要亲手交到客户手上”

记者 李欢



● 任岗在营业部分拣快递 李欢 摄

12点过后才能暂告一段落。来不及好好休整,他又匆匆返回营业部,将新到的包裹仔细分拣装车,再次奔赴各个派送点。下午的工作一直持续到晚上八九点。

“我负责中心街片区的部分快递派送。京东快递坚持上门送件,每一件包裹都要亲手交到客户手上,所以必须挨家挨户跑到位。”谈及自己的工作,任岗语气平淡却满是坚定。快递工作没有固定的饭点,忙起来只能趁间隙随便对付一口。在最繁忙的时段,他曾连续半年没有休过一天假。

在任岗看来,快递工作远不止简单的派送,更需要十足的细心与强烈的责任心。行业里不少新人因疏忽丢件、屡屡赔偿,坚持不了多久就选择离职。而他始终秉持认真负责的态度,事事多上心,件件有落实,把这份枯燥又辛苦的工作做得稳稳当当。

“每当把包裹送到客户手里,看到他们期待又开心的眼神,我就觉得所有的辛苦都值得。”任岗坦言,客户的一句感谢、一个笑脸,就是他坚守岗位最大的动力。

十四载春秋流转,任岗既是快递业飞速发展的亲历者,也是城市美好生活的守护者。他见证着网购从小众走向大众,快递业务量节节攀升。从最初每天派送四五十件包裹,到如今日均收送一两百件,工作量大幅增加的同时,他的收入也稳步提升。他更真切地感受到,随着快递行业不断规范发展,快递服务为市民带来的便利前所未有,而自己正是这份便利的直接传递者。

## 窦改玲:“和农户一起把日子过红火”

记者 叶四青 通讯员 段梁梁



● 窦改玲(右)在大棚查看葡萄生长情况 受访者提供

天要灌水。”近日,在子长市杨家园则镇杨二村的蔬菜大棚里,窦改玲对种植户杜修平说道。

几年前,子长市不少大棚土壤盐渍化、病虫害频发,农户仅凭经验种植,蔬菜产量低、品质差,不少菜农收入惨淡。为破解产业发展瓶颈,窦改玲立足本地种植现状,潜心钻研种植技术,大力推广土壤修复、绿色防控、科学施肥等先进方法。她累计开展农技培训百余场,将实用技术送进数千户农户的大棚里,带领大家科学种植。从大棚管护、育苗定植,到极端天气防灾减灾,她切实解决农户的种植痛点。

“窦老师真是我们的‘救星’!”春日暖阳下,摘下一颗颗火红的西红柿,子长市杨家园则镇蜜蜂峪村菜农郭胜军高兴地说。以前种西红柿,一得病就绝收,一年辛苦全白费。“现在跟着窦老师学技术,土壤肥了,病少了,产量翻了一番,收入也稳定了!”在窦改玲的悉心指导下,子长市设施蔬菜的品质和产量大幅提升,越来越多种植户依靠大棚产业稳定增收,让小小蔬菜棚成为群众的“致富棚”。

“我是本地人,最懂农户种地的辛苦。我的工作就是把先进的种植技术带到田间,破除传统种植弊端,让大家科学种菜、稳定增收。”子长市蔬菜开发中心高级农艺师、市“远教专家”教学服务团成员窦改玲说。30余年来,她扎根田间地头,用专业技术破解种植难题,被菜农称为最值得信赖的“田间农技顾问”。

常年奔走在杨家园则镇、余家坪镇、玉家湾镇等设施农业重点村镇,大棚就是窦改玲的办公室。“杜修平,你这片黄瓜地的土壤湿度不够,App已经自动预警,今

窦改玲用三十余年的坚守,在黄土高原的大地上,写下了属于农业劳动者的动人篇章。她说:“只要能走能动,我就会一直待在大棚里,和农户一起把日子过得越来越红火。”