

今天，我想对自己说……

■ 马俊虎

这些年，在新闻传播的快节奏里，我们很少有时间和精力把记者节当成其他节日一样来庆祝。即使庆祝，也是忙着做一个与记者节相关的选题策划，写一篇与记者节有关的稿子，拍摄影片一段以记者节为主题的短视频，于忙碌中度过。在那些过往的文档里，我们习惯于把别人的故事讲给大家听，但是今天我想对自己说几句话。

第一句：你一定要感到辛苦！  
说这句，并不是想渲染新闻工作者的苦，而是要拜托出社，我们必须先说辛苦。须知，新闻工作者的获得感是要用艰辛的付出换来的，来得太轻松的往往该不上甜，就像费尽力气爬上树摘到的果子，一定要比树下捡到的烂果子要好吃。  
不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香。为了采访到一个好的选题，我们要不辞辛苦前往现场，哪怕路途遥远、环境恶劣，甚至伴随危险，也绝不中途放弃；为了拟好一个标题，不吃不喝控空心思、抓耳挠腮，也绝不随便凑合；为了给稿子心血的文章写好一个漂亮的结尾，一整晚反复斟酌、仔细推敲，也绝不接受狗尾续貂。当所有的痛苦和辛劳换来一个满意的作品时，才能真正体会到“两旬三年得，一吟双泪流”的快乐。所以，你一定要感到辛苦！这不是有毒鸡汤，而是鼓励，要敢于吃苦，并从中寻求乐趣。  
第二句：站直了别趴下！

凡人微芒 照亮四方

■ 付三伟

两支笔、一个笔记本、一支录音笔、一台照相机，是我从事新闻宣传工作以来最忠实的职业伴侣。它们陪伴我记录和见证企业发展脉络和基层一线的感人场面，讲好企业故事、传播企业声音，用凡人微芒照亮四方。  
2017年6月，我通过公开招聘走上乌海能源新闻中心平面媒体采编部记者岗位。虽然之前在基层单位当通讯员时，就发表了很多新闻作品和文艺作品，有着比较扎实的写作功底和理论素养，但成为一名专业的企业新闻工作者后，还是切身感受到了自身专业知识和技能的匮乏。  
我收起在基层单位时每年发表近300篇稿件的小傲娇，虚心学习各种文体写作的格式规范、注意事项、不同稿件的语言风格和表现特征，刻苦钻研新闻宣传业务知识，广泛涉猎各种专业书籍，阅读各层级的报刊，浏览不同定位的媒体平台，了解和掌握新时期企业新闻宣传工作不同形式、不同内容和不同风格的表现方法，深入挖掘典型事件的深度内涵和先进人物的性格特征，不断提升自己的综合素质和专业技能。  
由于我是新闻中心平面媒体采编部唯一的男记者，所以，几乎承包了文字记者所有深入井下一线的采访任务。虽然辛苦，却甘之如飴。因为我知道，只有贴近一线、贴近基层，才能写出有温度、有深度、有力度的新闻宣传作品。

新闻的力量

■ 刘颖

作为一名宣传人员，我与新闻结缘的历程，充满了意外与惊喜。对新闻行业的热爱与坚守，要从一次对锅炉运行值班员的采访说起。  
我清晰地记得那一天，我走进发热力公司的锅炉房，巨大的锅炉矗立在那里，散发着阵阵热气，机器的轰鸣声在耳边回响。在这个充满工业气息的环境中，我要采访一位有着多年经验的值班员。  
值班员老马穿着一身蓝色工作服，头发有些花白，但眼神中透露出坚定和自信。当我说明来意后，老马热情地招呼我坐下，开始讲述他的故事。  
老马从事锅炉运行工作有三十多年了，他回忆起自己刚参加工作，设备比较简陋，工作环境也很艰苦。但是，他凭着对工作的热爱和执着，一直坚守在岗位上。他说：“我们的工作虽然平凡，却关系到千家万户的温暖。每当看到居民们在温暖的房间里生活，我就觉得自己的付出是值得的。”  
听着老马的讲述，我被他的敬业精神所感动。在这个看似平凡的岗位上，他用自己行动

坚守，只为中心中的热爱

■ 贺晓梅

今年是我从事新闻宣传工作的第十二年，我依然心存热爱，依然满怀感恩。在这条平凡又极具精彩的道路上，我始终坚信，虽是一豆烛火，依然可做夜空中最亮的星。  
小时候，因为爱看家长口中的“闲书”被语文老师一眼看穿，就此与写作有了千丝万缕的联系。直至上大学报“新闻学”三个字仿若有魔力般地吸引着我，让我真正踏上新闻人的行列。  
我不知道自己究竟是喜欢面对面采访时的倾诉，还是更热衷于外出采访奔波时的新鲜感，能让我喜爱且为之坚守的就是流于笔端下一个个鲜活跳跃的文字，从字到词，连词成句，以句成篇，仿若有生命力的小蝌蚪找到最终的目的地，达成新闻宣传的使命——“正能量”。  
是的，我做的是新闻宣传，我想把我看到的美好传递，我想把我感知的坚韧与奉献传播，我

年近不惑，从事新闻工作十几年来，时常会有疲了倦了的感觉，也曾说过“再干几年，我就该躺平了”这样的话。可是，当面对有挑战价值的任务时，胜战欲和激情远比惰性强大一些。我的大学老师穆德刚已驾鹤西去，但是他在兰州大学2021届毕业生毕业典礼致辞时，一句“娃，真想躺平，站直了别趴下”的话，令我印象深刻。虽然他说这句话时，我已经毕业多年，但从新闻里看到时，依然心潮澎湃。躺平其实也不容易，因为我们没有资格躺平。今年，2024中国新媒体大会上，多次获得中国新闻奖的浙江广电记者杨川源在发言中说：“当很多人认为我可以停一停、歇一歇的时候，我却更焦虑了。正是在这六七年，传统媒体大屏的优势正在不断被新媒体小屏的流量挑战，更有人开始唱衰记者这个行业。面对这些，我哪有资格歇啊！”  
是啊，我们正在传统媒体与新媒体融合发展的洪流中寻找自己的位置，哪有资格歇啊，更没有资格躺平。很多时候，我们的报道写着写着就忘了为什么写，习惯了在自己的逻辑里打转儿。无论传媒如何发展，有一点不会变，那就是人们永远需要有什么、有温度、有品质的作品。站直了别趴下，去做出更好的内容，即使在黑夜里也要相信星光不负赶路人。  
第三句：站直了别趴下！

多年来，我走进车间现场，融入井下生产一线，与基层矿工心贴心地交流、面对面地采访，了解矿工真实的工作环境和所思所想，熟悉不同工种的工作流程和担负的职责使命，倾听一线职工在工作和生活中发生和遇到的各种小故事、小感动、小创新，积累了丰富鲜活的写作素材，用真情实感和富有感染力的文字描写，捕捉感动人心的凡人微芒，撰写出大量有温度接地气的宣传作品，展现企业改革发展成就和新时期煤矿工人的精神风貌，取得良好的宣传效果。  
每逢“五一”“国庆”“春节”等节假日，都是我的“黄金”工作日。深入井下一线采访，在电脑旁整理新闻素材、构思文稿框架，将采访到的感人事迹撰写成形象生动的稿件及时在公司内外部媒体发布，让假期的新闻宣传工作不“断档”。  
2021年，为庆祝中国共产党成立100周年，集团公司组织开展“奋斗百年路 启航新征程”主题活动。我随其中一个采访组先后深入辽宁朝阳热电厂、大连大开热电厂、北京京燃热电厂、朔黄铁路等单位采访。每到一处，都提前了解企业发展背景、改革举措、亮点特色工作，以便在实地采访时，可以有的放矢对感兴趣的内容进行深入细致采访。为避免回原单位后影响本单位新闻宣传工作的正常开展，哪怕白天熬夜、哪怕加班延点，也尽量在每个采访周期结束

诠释了什么是责任和担当。我不禁想到了自己的工作，作为热力公司的宣传人员，我的职责就是把公司的故事、员工的风采传递给更多的人。虽然我们的工作方式不同，但我们的目标都是为了人们的生活更加美好。  
从那以后，我对新闻工作有了更深刻的认识。新闻不仅仅是报道事件，更是传递情感、弘扬正能量的一种方式。我开始更加用心地去挖掘公司的故事，关注员工的工作和生活。我用自己的笔触，记录下他们的奋斗与拼搏，展现他们的风采和魅力。  
在企业做宣传，我相机的镜头里出现最多的依然是一线工人们的飒爽英姿，我的文稿里歌颂最多的仍然是披星戴月的工人师傅们。采访的各个岗位上优秀的人，他们身上都有一个共同点，那就是特别能吃苦、特别能战斗、特别能攻关、特别能奉献。跟他们闲话家常的同时，我的思想境界也在不断提升。  
在这个时候，为了采访一个新闻事件，我需要奔

想把每一个职工辛劳一天的历程记录，我想把每一次属于他们的掌声通过文字铭记，这就是我坚守的热爱，让宣传有意义，让报道有生命力。  
我想说，当城市安睡、夜风寂寥时，宁静的夜色给我最为稳定的内心。梳理着采访回来的素材，字斟句酌地写下一篇报道，再抬眼也许我是办公楼里的最后一盏“灯光”。这时候我可以为了起出一个好标题而挖空心思发动所有的大脑神经，但常常忘记父母的叮嘱或儿女的承诺，这也是我最常见的生活，可以忘了与朋友的邀约，但却准确记得每一个采访对象的名字和他们的家长里短。  
我想说，当媒体更迭大潮涌来，变革势在必行。作为新闻宣传始终是先锋的存在，守正创新、融合发展，企业的每一帧变化，我都在用笔和镜头记录，从办公楼的会议室到千里铁道

十几年的工作实践让我深刻地认识到，写好一篇新闻不容易，感觉难写十有八九是因为采访不到位，远离了一线，脱离了基层，不接地气就没有底气。全媒体时代，媒体比拼的是大流量、传播率、点赞数；群众更是更快、更深、更带感。我们说话的方式得改，文稿的调性得改，传播的视角得改，但有一点不能改：扎根基层不能改！  
真实、贴近、一手资源的现场新闻就是我们站上融合传播主战场的“硬核武器”，这样的“硬核武器”必须要在扎根基层中获得。《人民日报》原副总编辑周瑞金老前辈接受采访时说：“新闻要和人站在一起，不是与流量站在一起。”对此，我也深以为然。在互联网时代，流量代表着用户的关注度和参与度，其一定程度上直接反映了作品的受欢迎程度和影响力。但如果唯流量马首是瞻，以获得流量为目的，一拥而上、一哄而散，热闹过后没留下什么思考，不应该是新闻的生命所在。那些真正温暖、影响人心的，一定是与一线站在一起的新闻，是扎根基层，写出人与时代的血肉联系的鲜活文章。  
言有尽而意无穷。时代在快速变化，岁月如白驹过隙，向前的一步，都有意外的成分，勇敢走，别回头。愿我们不忘初心，不畏将来，不负时光，不负自己。  
(作者单位：传媒公司)

前保质保量完成稿件撰写工作。  
不仅如此，我还抓住机会抓住灵感完成稿件撰写。在陪同集团公司另外一队采访组在乌海能源采访过程中，我被全国劳模张二毛的感人事迹所触动，在没有宣传任务的情况下，主动完成一篇贴近采访主题的作品《致敬张二毛》，不仅为主题宣传增添亮色，该文还被多家媒体转载。  
2023年，我参加了集团传媒公司组织策划的“四保一大”一战线行“新能源组”的采访。穿越无人区到新疆公司霍尔果斯水电站建设现场，在荒原戈壁近40摄氏度高温炙烤下领略沙漠中蓝色光伏之海的壮阔壮观，经过6个小时的海上颠簸到茫茫大海中的海上平台感受国华风电海上风电人的艰辛不易和执着坚守……在采访中，我既要负责通讯稿的文字撰写，还要为采访组成员完成组图配文、为人物专访的视频栏目配文。工作需要时，还要为微信推文配文。独自和参与完成的作品共有19篇，被采访组的老师们戏称为“啥都能干的付老师”。  
凡人微芒也会照亮四方。未来的日子，我会继续用一名新闻记者的责任和担当、智慧和汗水站在企业新闻宣传工作的最前沿，为企业改革发展鼓与呼，用笔和镜头展示企业最亮丽的名片。  
(作者单位：乌海能源)

波在各个现场，冒着严寒和酷暑。有时候，为了赶稿，我不得不加班到深夜。但是，每当我看到自己的作品引起大家的共鸣，能够为公司的发展作出一点贡献，我就觉得所有的付出都是值得的。  
新闻事业给我带来了成长和收获。通过采访不同的人，我开阔了自己的视野，丰富了自己的人生阅历。我学会如何与人沟通，如何挖掘新闻素材，如何用生动的语言表达观点。同时，我也感受到新闻的力量。一篇好的新闻报道可以引起社会的关注，可以推动问题的解决，可以传递温暖和希望。  
在未来的日子里，我将继续坚守在新闻岗位上，用我的热情和努力，为大家带来更多更好的新闻作品。我相信，只要我们心中有热爱，有坚守，就一定能够在新闻的道路上越走越远。愿我们的文字和影像，能为企业改革发展留下更好的记录，为实干者喝彩、为前行者鼓劲！  
(作者单位：辽宁热力公司)

的党旗飘飘，新闻宣传无处不在，为波澜壮阔的时代奔流，激荡起清越的澎湃潮音。像花开有声，像路石留印，我做的是企业正能量最坚实的传播者。  
我想说，从事新闻宣传工作，我更深刻地认识到，新闻宣传是党和人民的耳目喉舌，总有一些责任让我家情千重、总有一些担当让我俯首为牛，总有一些羁绊让我迎难而上。在我脚步到达的地方，总有一些人让我激动不已，总有一些故事让我默默流泪，总有一些希望让我始终坚持不奔不离。  
是的，我是一个新闻宣传工作者，我将始终坚守自己新闻人的操守，秉持正确的职业指向，为希望而奔忙，为大爱而歌唱，用最热烈的笔端给我所在的企业以更坚定而温暖的光亮。  
(作者单位：包神铁路集团)



写在第25个记者节

把我讲给你听

带你触摸时代脉搏



到一线去采访去体验

■ 任振华

一叶知秋到，一镜知秋爽。当11月的秋风带来一丝凉意时，那个最不像节日的节日——记者节已悄然来临，因为这一天的“主角”依然在路上。这个节日，对我而言，不仅仅是一个职业的认可，更是一次心灵的洗礼。作为一名铁路职工，一名热爱写作的基层通讯员，在这条国家“西煤东运”第二大能源运输大动脉上，我用笔和镜头，记录着那些不为人知的感动和精彩已经10年有余。  
说起我与新闻宣传工作的结缘，那仿佛是命运的一次偶然安排，却又是命运给我开了一个玩笑。中考时报了师范类新闻专业，结果却考取了全国重点铁路中专，攻读了铁道信号专业。毕业后进入朔黄铁路公司，成为了一名铁路信号工。  
信号工这个岗位枯燥乏味，每天重复着同样的工作，让我感觉不到想象中的那种轰轰烈烈与澎湃激情。随着时间的推移，我逐渐发现那些看似平凡的巡视检修检查，并非我肤浅的认知，我们负责的铁路是国家“西煤东运”能源大通道，全国十分之一的煤炭都要从这条铁路运出去，因此我们所从事的工作从表面上看微不足道，但意义非凡。想通这一点，天生热爱写作的我，每天下班后，毅然决然地拿起笔，

每篇报道都有“脊梁”

■ 金源美

有新闻的地方就有记者的身影，同事们时常把那句玩笑话挂在嘴边“地球不爆炸，记者不放假”，真的是这样，毕竟新闻天天要发。用文字、照片、镜头记录始终是我热爱生活的一种方式，回想这一路到底是因为什么喜欢新闻，或许是因为在按下快门的那一刻“咔嚓”的声响，抑或是我抓不住时间，但新闻播报那一刻却永恒；抑或是这个时代发展之迅速，而记者的目的就是记录这个时代变迁。  
记者，时代的记录者。对于记者，如果说刚出校门时的稚嫩还不足以理解，那么经过10多年的摸爬滚打，这二字的分量与责任已日渐深刻。还记得2012年刚加入新闻队伍时，锡林郭勒草原在遭遇连续超20个小时的强降雨后，发生了近十年来预警等级最高的一次洪水。由于连续暴雨导致积水严重且停电交通中断，军训基地被洪水包围成孤岛，而公司新招入的200名大学生正在武装部队接受军事训练。当我随着齐腰深的水挺进“围困区”，看着稚气未脱的新员工和人民子弟兵开着冲锋舟一趟趟转移群众，看着他们用“人肉墙”护一方百姓安全，一瞬间，我似乎明白了我的职责是什么：除了第一时间记录正在发生的事，更应善于用眼、心、

我与新闻的共生之情

■ 祝宽禧

我是一名新闻工作者，“择一事，终一生，不为繁华易动心”，便是我对这份工作的“真情告白”。入职18年，我一直与新闻工作相伴相生，我热爱写作，笔耕不辍，在从事新闻宣传过程中，接触到了企业安全生产、经营管理、环境保护、新能源发展、能源保供等各方面的工作，我的知识和眼界都拓宽了不少，这一切都是新闻宣传给我提供的机会。一路走来，点点滴滴的收获和成长、锻炼和提高，对我来说意义重大，影响深远。  
新闻宣传为我打开了一扇窗，让我以新闻观察事物，捕捉时情。新闻工作讲究贴近实际、注重实效，紧随中心，挖掘提升，通过一篇篇报道立一个中心、通过一个中心树立一面旗帜，让同事和朋友们在阅读时感受到一种振奋的精神在绵延。在涌动，这就是新闻宣传的主导和力量。在成长过程中，集团公司和所在企业给了我无微不至的关怀和倾注心血的培养。我参加了新闻宣传线培训班，有来自集团公司、电力行业和各地市新闻战线上知名工作者给予授课和指导，我身临其境地感受到新闻宣传工作的重要

做好“融报道”讲好“融故事”

■ 邓志恒

记者是什么？在普通人眼里这是一份职业。但对新闻工作者来说，记者不仅仅是扎根于内心的坚守与热爱，更是激励我们不断前行的理想之光。作为一名记者，我们肩负着用手中的笔触和镜头记录时代脉搏的使命。  
“一头汗，两眼泪”。我是一名生产一线通讯员，也算是一名“泥腿子”记者。回想起来，从第一次端起相机到现在整整10年了，对我来说，这10年好似一眨眼的工夫……但也就是这一眨眼的工夫，让我将最美好、最真挚的情感都倾注在生产一线的身影记录中。新华社原社长、著名记者郭超人曾说过：“记者要有两条腿腿。”此言不谬，这也为我成为一名摄影记者打下了一定基础。在日常采访中，摄影也成了我的一门必修课。“功课”。在此后的许多年里，我总是在一个突发事件现场“与时间赛跑”。在一次次暴雨的采访中冲在最“最艰苦的地方”，在设备抢修的最前线无惧风雨……自己的镜头“语言”越来越好，摄影水平有了很大的提升，逐渐成长为生产一线的“战地记者”。  
因为长时间锻炼出来的反应能力和视觉敏感度，我拍下了一批作品，有艰苦奋斗的劳动之美、互助友爱的团结之美、斗志昂扬的奋进之美、挥汗如雨的拼搏之美、气势磅礴的奔涌之美、冲锋陷阵的建功之美。透过相机镜头，我越来越敬畏身边的奋斗者，他们用坚持、汗水、奋进、拼搏，

写同事们扎根山区的感人故事，写大家爱岗敬业的劳模精神。自拍腰包买来一台相机，将同事们的工作逐一定格，将公司的发展变化逐一记录到。  
2013年6月，我如愿以偿调入办公室助勤，专门从事文字工作。千载难逢的机会让我信心满满，暗暗告诫自己：“要想做好宣传工作，就必须到生产一线去采访、去体验、去感受。”于是，每个天窗我都穿上工作服，戴上安全帽，走进那些曾经认为枯燥的作业班组和施工现场。在那里，我看到职工们挥汗如雨的身影，听到他们铿锵有力的号子，感受到他们不屈不挠的精神。那些画面和声音，如同一股股清泉，滋润着我干涸的心田，也激发了我创作的灵感。  
在往后的岁月里，我用笔和镜头不断记录着生产一线职工们真实而感人的故事。尤其是2013年12月，我拍摄的一张神池南站员工扫雪的照片“笑战风雪”，荣获集团首届摄影大赛一等奖和全国摄影比赛三等奖，照片的发表更加激发了我写作的热情 and 兴趣。  
烈日下，我走到生产一线，采访撰写员工们在高温下坚守岗位，克服重重困难保障铁路运输安全的通讯报道；暴雨中，我走到防洪抢险

笔，视角记录并发现这时代的感动与壮美。不留神，我已经在新闻战线上摸爬滚打了12年。4300多个日夜里，当记者、做编辑，走一线、入基层，每天的工作充实而具体。我深信，每篇动人的新闻报道都是有“脊梁”的。如何撑起“脊梁”？自然离不开记者的干劲、韧劲和韧劲，同时还要抓住报道的最佳时机，坚守原则；在现场的原则，从报道写，由人到事，每一步都“恰到好处”，新闻方能做得既“有意义”又“有意思”。  
眼下，时代变迁，我们已全面进入全新主战场。但无论传播路径、新闻形式如何变化，内容为王永不过时。  
尤其是当传统媒体“正面对撞”新媒体、惊慌失措之后一定是勇于迎战、顺势而为。这几年，一直尝试策划“融媒体”新闻行动，以一场场围绕中心、策划热点的新闻活动带来温度温情，提升影响力。例如，尝试联合新华社经济信息社策划了主题活动“融报道”央媒看胜利，目前已播出9期，每期尽可能推陈出新，讲好国能人、国能事、国能情。其中露天排土场光伏电站项目作为集团首家及唯一宣传企业亮相央视首档光伏产业纪实采访类节目，氢能“卡”项目新闻在中央电视台《朝闻天下》栏目播发，累计全网点击浏览超百万。

性和影响力，也深深热爱这份职业，更体会到“笔力”的力量，它能振奋人心，凝聚力量，形成共识，引航前行；也感受到倾注笔端的柔情，它能激荡男儿泪，挥洒家国情怀，抒发爱企心、铭记时代情。  
纸上得来终觉浅，须知此事要躬行。在丰富的理论基础下，我眼观六路，耳听八方，时刻关注企业的特点、亮点，采访的素材在每个岗位上优秀的人，能将企业里的事情诸事皆备，使我们亲近的人跃然纸上，是我认为最有价值的收获。企业在新形势下经历不同蜕变，有着不同的新鲜事和奋进凯歌，我们的同事来自各个不同的岗位，知识水平、业务能力、取得的成绩各有不同，但在他们身上都有一个共同点，那就是特别能吃苦、特别能战斗、特别能奉献，能为企业吹响号角，能为同事锣鼓齐鸣，我的内心感到特别骄傲。在推动企业转型发展 and 提质增效的主战场上涌现出来许多优秀的团队，如“党员先锋队”“奋进十四五”党员示范岗等，他们身先士卒，带动广大群众投身安全生产，为企业创造和谐稳定、经济高效的发展环境。这些都是

得不够好，那是因为你离得不够近。”他所说的这个“近”字，可以理解为深入深入再深入。摄影记者“在现场”，图片、视频的采集+剪辑+文字编辑往往要在第一时间完成，并以最快的速度返回后方编辑，第一时间发布，这是挑战也是机遇。刚刚接触新闻宣传工作那几年，要求每名通讯员都要有“几把刷子”，文字、编辑、摄影、排版都要有一肩挑，这也为我成为一名摄影记者打下了一定基础。在日常采访中，摄影也成了我的一门必修课。“功课”。在此后的许多年里，我总是在一个突发事件现场“与时间赛跑”。在一次次暴雨的采访中冲在最“最艰苦的地方”，在设备抢修的最前线无惧风雨……自己的镜头“语言”越来越好，摄影水平有了很大的提升，逐渐成长为生产一线的“战地记者”。  
因为长时间锻炼出来的反应能力和视觉敏感度，我拍下了一批作品，有艰苦奋斗的劳动之美、互助友爱的团结之美、斗志昂扬的奋进之美、挥汗如雨的拼搏之美、气势磅礴的奔涌之美、冲锋陷阵的建功之美。透过相机镜头，我越来越敬畏身边的奋斗者，他们用坚持、汗水、奋进、拼搏，

中，切身感受一线员工如何抗击风雨，如何战胜洪涝灾害；风雪中，我走进严寒里，用镜头记录一线员工鏖战风雪，为了保障列车安全畅通而默默奉献的同事。这些作品，不仅得到了领导的认可和同事的赞扬，更让我感到一种前所未有的成就感 and 满足感。  
随着撰写稿件的不断发表，我逐渐体会到新闻的魅力和力量。它不仅仅是传递信息的一种方式，更是一种社会责任和担当。它让我们看到了这个世界的真实面貌，感受到人间的温暖和力量。而我作为一名铁路职工和新闻宣传工作者，能够用自己的笔触和镜头，记录下这些感人至深的故事，传递出这些积极向上的力量，我感到无比自豪 and 荣幸。  
回首过去，我感慨万分。是新闻，让我找到了自己的价值和方向；是新闻，让我感受到集团大家庭的美好和温暖；是新闻，让我学会如何用用心去观察和感受生活。在未来的日子里，我将继续坚守这份热爱和执着，用更加饱满的热情和更加精湛的技艺，去书写更多关于重载铁路和铁路员工的故事，去传递更多正能量和感动。  
(作者单位：朔黄铁路原平分公司)

身在这个岗位，我时常能学习到同行的许多“好新闻”，为之感动，因此受益。“好新闻”的样子有很多，各有各的风骨，各有各的风采，“好”的标准不尽相同，但在日积月累的新闻实践中，我发现好新闻一定是有的。这有的“度”，是适度、尺度，也是温度。2020年春节，我主动留在公司值班，那也是我与同事首次尝试使用短视频记录我的所见所闻。10年来，现场的真实情况让我多次泪目双眼。在日记里，我记录过凌晨3点检修现场的点点星光，我记录过一线员工每天奔波现场日行4万步的疲惫与汗水。那些由衷的情感冲击着我的心灵，我用现场的同声同频背景音乐，做了一期视频，播出后获得不错的反响。那一刻，我深深感受到现场的元素从来都是视频新闻最重头的力量。  
工作10余年，我经历了从普通员工到主管的角色转变，我想，不管我的角色怎么转变，都会始终坚守新闻理想，也希望带着更多“眼里有光”的年轻人，保持着冲劲、韧劲、干劲，深入基层，以敏敏的视力，从寻常生产生活中看见时代前进的步伐，以蓬勃的笔力记录这伟大时代，在新闻的追光路上，一路前行。  
(作者单位：胜利能源)

新闻宣传的关注点和闪光点，我尽可能把这些可喜的成绩、昂扬的精神报道出去，鼓舞士气提振人心，为企业的高质量发展提供助力。几年来，我用心灵感受企业的发展 and 蜕变，认识了很多可爱的人们，听到了很多感人的事，流过辛苦的汗水，流过被感动的泪水，这些经历提升了我的认知，让我的生命更加丰富多彩，也收获了一个更好的自己。  
工作中，我目睹暴风雨中奋力接应的动人画面，全员竭力奋勇保供的感人场景，大修现场加班加点确保安全保工期保进度的责任担当，党员先锋队的使命担当目标一往无前的冲锋干劲，党员模范不畏艰险攻坚克难的红色信念，助力乡村振兴无怨无悔的央企担当……每一次将所感付诸文字，我都感觉到内心受到极大的震撼，心灵得到极大的升华，对我都是一次学习、一次提高。  
以梦为马，以汗为浆，不忘初心，不负韶华。我将继续与新闻工作同情共生，以满腔热爱，用心感触，用心写作，用真挚的笔端，书写企业高质量发展崭新篇章。  
(作者单位：河南民权公司)