

陈斯雅：把「中国·安康」带上「世界之巅」

记者 孙妙鸿 卜昊天

“我很喜欢爬山，我就想去世界上最高的那座山看一看。”2024年5月12日，37岁的安康汉阴籍登山家陈斯雅终于如愿以偿登顶珠穆朗玛峰，这也是安康登上珠峰的第一人。

“那一刻，我哭了，真的太不容易了……”身高1.6米、体重45公斤的陈斯雅，成功登上海拔8848米的“世界之巅”，她忍不住热泪盈眶，直到向导提醒她说：“不能哭，会缺氧。”她才忍住泪水，摘下氧气罩和手套，艰难地展开五星红旗和“中国·安康”字样的横幅，送上自己的祝福。

遇困难和人生逆境，她选择直面“大山”

陈斯雅出生在汉阴县城关镇，这里重峦叠嶂，绵延起伏。虽然她记不清第一次爬山是几岁，爬的是哪座山，但家乡陝南出门见山，抬头见山，“爬山的时候，看到山离我很近，可当我真正走进山，才发现山的高度和广度。”陈斯雅说，自小她就对山有着特殊的眷恋。

陈斯雅父亲去世较早，她的妈妈说：“那会儿都忙于生计，没有过多关注孩子的学习、成长，每天都是她自己上学、放学，然后做作业，很小就学会了独立，一个人干自己喜欢的事。”

2016年，30岁的陈斯雅遇到她人生第一次逆境——很多烦心事、困难事、麻烦事交织在一起，让她一时不知所措。为突破自己，她选择向“大山”要答案，频繁往返于西安市区与大秦岭终南山之间。

“因为山里没有人来人的喧嚣，没有车水马龙的繁华，有的只是山风做伴的宁静。在这样的环境中寻找内心的平静，在平静中思考人生的方向，让我慢慢找回了自信，也找回了真实的自我。”自那时起，陈斯雅喜欢上了登山，“每个人从中汲取到的能量不尽相同，对我而言，正是秦岭接纳了低谷时的自己，让我从此有了不断攀向更高峰的勇气和梦想。”

2018年，陈斯雅第一次一个人开车，从西安出发前往数千公里外的西藏，只为看一眼心之所往的珠穆朗玛峰。在珠峰脚下，她抬头仰望巍峨的珠峰，心中充满了敬畏和向往，这座世界之巅，就像她人生的目标，必须要去攀登，站上世界之巅，俯瞰祖国，俯瞰家乡。那一刻，登顶珠峰的种子就埋进了她的心里。

从秦岭走向珠峰，她足足准备了七年

攀登珠穆朗玛峰，为实现这一目标，陈斯雅足足准备了七年。

登山不仅需要大量的金钱，还需要强健的体魄，陈斯雅对自己的目标有着清晰的规划。

这些年，她的生活像是拧紧的弦，攒钱、训练、学习户外知识成为她生活的主旋律，周内跑步撸铁，周末去城市周边爬山，遇到长假就前往高原活动，以适应未来可能遭遇的高原反应和恶劣天气及高强度的体力输出。从西安周边的经典户外徒步线路，到中山峰、小贡嘎、那玛峰、乌库楚、四姑娘山……2020年开始，陈斯雅一共爬过7座颇具难度的山峰。

“人嘛，不能太贪心，有舍才有得，有得也必有舍。”随着攀登高度的不断增加，陈斯雅对登山运动也越来越投入，从都市丽人到“山野浪人”的转变，让她放弃了爬山、家庭、工作以外的所有圈子，同时也放弃了美甲、美容、美食这些同龄人热衷的消费和休闲，她把所有时间和精力都投

入到让自己变得更健康更有耐力上。长时间的自律以及准备过程中遇到的各种困难和挑战，让她的梦想屡屡变得遥不可及，很多时候她都想过放弃，但她明白这是她圆梦路上必须付出的代价，每每到此，她就勇敢地面对，选择继续前进。

“沉默和忍耐是我坚守自己的最后的方式，工作太忙就早起加练，资金不够就不乱花钱，信心不足就寻找方式勉励自己。”陈斯雅说：“五年不行我就十年，只要能坚持，说不定我就成功了。”

登珠峰遭风雪考验，她坚毅勇敢向前

2024年5月11日晚上10点，随着太平洋与印度洋的气流交汇，珠峰迎来了爬山窗口期。

这一天，山顶无风，是最适合登顶的日子，陈斯雅所在的登山小队选择在此刻登顶。

早一个月前，陈斯雅与她的队友一行就抵达尼泊尔加德满都，开始了长达10天的徒步拉练，让身体适应海拔升高的同时，向珠峰大本营前进。到达大本营后，队员们又在四个前进营地不停地训练，以等待窗口期的到来。尽管每一次训练，陈斯雅十分努力，可她依然觉得这些年的准备还是显得不太够用。

“珠峰天气非常恶劣，我们队长随时都有可能下令让我们下撤，有些队友的手全都冻僵了。”陈斯雅记得登山的整个过程一直是大风暴雪天气，气温大约在零下三四十度，风力五到六级，风雪横飞把人的眼睛都堵住了，面罩都冻到脸上了。越向上越艰难，空气稀薄，体力匮乏，沿途有队友因各种原因放弃了。

恶劣的天气，让陈斯雅几度在放弃的边缘摇摆。“我的信念和目标告诉我，必须坚持下去，放弃就意味着失败。”陈斯雅说。

靠着这一信念，陈斯雅顺着路绳，一点一点向上爬。5月12日中午12点20分，经过10多个小时的拼搏，她坚持下来了，终于登上了“世界之巅”，那一刻，她与珠峰融为一体，成为这座世界之巅的一部分。她深吸一口气，将这这份向往和信念深深地刻在心中。她知道，这将是她一生中难忘的经历，也是她不断追求梦想的动力。

如她所说，太难了！这期间太难太多了。登山过程中，陈斯雅氧气面罩遭遇冰冻堵住，导致长时间氧气不足；下山时，路绳无法使用速降器，只能一点点下降，遭遇几次滑坠，差点没命。

采访中，陈斯雅一直在咳嗽，声音很虚弱，高原反应也还没有缓过来，对于成功登顶，她最想与大家分享的就两个字：坚持！她说，一个人一定要找到自己热爱的事情，因为有热爱才有追求，有追求才有梦想，有了热爱才有面对困难的勇气，才有解决问题的智慧，才有坚持下去的动力，才有梦想成真的明天！



陈斯雅登顶珠峰展开“中国·安康”横幅



陈斯雅攀登珠峰



爬山是陈斯雅最热爱的事

世上无难事 只要肯登攀

孙妙鸿 卜昊天

海拔8848.86米，世界第一高峰珠穆朗玛峰的高度；1.6米，安康汉阴籍登山家陈斯雅的身高。以1.6米的身高，丈量世界屋脊的高度，陈斯雅的成功登顶，不仅是一次成功的攀登，也是一次身体与精神上的洗礼，更是一次用实际行动诠释中国精神内涵的写照。

珠峰攀登之难，在于其缺氧、严寒、暴风雪等极端恶劣环境，每一步都考验着登山者的体力和意志。然而，正是在这样的条件下，陈斯雅没有退缩，没有放弃，凭借顽强的毅力和勇气，一步一步地向着目标前进。她的身体或许娇小，但内心的力量却无比强大，她用实际行动站上世界之巅向祖国问好，向家乡祈福，是想告诉我们，只要有坚定的信念和不屈的精神，就没有克服不了的困难，没有实现不了的梦想。她的行动也提醒着我们，不要轻视每一个看似平凡的个体，因为他们都有可能爆发出惊人的力量。每一个为梦想而努力奋斗的人，都在为我们

们的社会、我们的国家增添着光彩。

珠穆朗玛峰不仅是一座山，更是中国精神高峰的映照。在历史的长河中，中国人民经历了无数的艰难险阻，但始终保持着坚韧不拔的精神，不断地追求进步和发展，这种不屈不挠、勇往直前的斗志凝结出的中国精神，是中华民族在几千年历史长河中积淀的宝贵财富，是我们战胜困难、迎接挑战的强大动力。

“世上无难事，只要肯登攀。”站在两个一百年奋斗目标的历史交汇点上，机遇与挑战并存，特别是在历经经济全面复苏的关键时刻，我们需要更多像陈斯雅一样的榜样，激励着我们每个人内心的力量，在面对困难和挑战时，有勇气去突破，有毅力去坚持，有信心去攀登属于自己的“珠峰”。在各自的岗位上，用实际行动，以坚韧不拔的精神，不断挑战自己，坚定地迈出每一步，为实现国家繁荣富强贡献自己的力量！

猫头鹰受伤 石泉朱鹮保护协会暖心救助

本报讯(通讯员 王利 王琪)石泉县朱鹮保护协会近日在开展朱鹮种群普查登记时，偶遇一只猫头鹰幼崽遭其他鸟攻击受伤，于是将其带回救治。

当天，石泉县朱鹮保护协会会长陈绪旺一行，在两河镇观察朱鹮时，突然听到不同寻常的鸟类啼叫声，陈绪旺循声前往查看，发现一只猫头鹰幼崽正被两只“入侵者”攻击。

“走过去一看，发现一只小猫头鹰，在妈妈的带领下正在学习试飞。有两只个头较大的黑尾鹇，就去啄这个小猫头鹰，小猫头鹰从树上掉了下来。”陈绪旺介绍。

陈绪旺赶忙走过去寻找，走近后他发现掉落的猫头鹰幼崽受伤严重，翅膀流血不止，已经飞不起来了。如果不进行及时救治，它很有可能死在野外。于是，陈绪旺第一时间联系到当地的林业部门，并决定暂时领养这只小猫头鹰。

陈绪旺将受伤的猫头鹰幼崽带回后，及时给伤口做消毒处理，并找来新鲜的小鱼小虾喂食。只见这只猫头鹰幼崽眼似铜铃，爪子细尖，羽毛蓬松，显得格外呆萌可爱，虽然翅膀受了伤，但在胃口还不错，伤势恢复较快。

“你看它正在吃东西，胃口还比较好，就是翅膀受伤这一块还没有恢复，估计得一个星期左右看伤口能否完全愈合，那时再将这只小猫头鹰放归大自然。”陈绪旺精心养护着这只猫头鹰。

据了解，猫头鹰也叫枭，属国家二级保护动物，主要以鼠类为食，是维护自然生态平衡的重要鸟类。五六月正值猫头鹰的繁殖期，常有猫头鹰幼崽在练习飞行时跌落。

“当下正是鸟类的一个育雏期，如果大家平常的工作和生活当中，发现有需要救助的野生动物，第一时间和当地林业部门和公安部门取得联系，让我们一起携手，共同维护我们美丽的生态环境。”陈绪旺呼吁到。

市住建局举行试点小区物业提升观摩活动

本报讯(通讯员 邹益山)住宅小区是居民生活的主要空间，是城市管理和基层治理的重要内容。为破解物业管理中的难点痛点问题，提升辖区居民生活品质，近日，市住建局举行中心城区试点小区物业提升观摩活动。

参加活动人员先后来到高新区博元幸福城小区、福临新居小区、汉滨区明珠花园小区、长兴国际广场小区、水电总厂小区进行现场观摩，重点学习观摩了小区党建联建、红色物业、智慧物业、网格化管理等先进经验。

观摩结束后，随即召开了安康中心城区物

业提升年暨试点小区建设工作推进会。会上，演示了“安宜物业”智慧平台建设，通报了中心城区物业提升暨试点小区建设工作情况，街道社区和物业公司负责人围绕党建引领红色物业管理开展情况进行了交流，并就当前小区治理及红色物业推进中的难点堵点问题进行探讨研究、思想碰撞，真正做到对标先进、寻找差距、补足短板。大家纷纷表示，此次活动开拓了思路，明确了方向，在今后的物业服务工作中，将精进服务细节，勇于创新举措，把物业服务水平推向新高度。

据了解，随着中心城区物业服务提升年活动的推进，我市全面贯彻《安康市物业服务与管理条例》，深入落实党建引领组织、三化治理树标杆、常态经营提质效的物业管理新格局工作要求，从城市精细化管理、老百姓满意度入手，完善物业服务监管，深化社区党建联建等工作细则，建立物业“五同”工作机制，因地制宜、点面结合，推动物业服务制度化、规范化、精细化发展，为居民提供便捷高效的服务。

他笔下的世界，有悠然见南山的乡村生活，也有荡气回肠的英雄气概。他以艺术形式展现人间百态、世情冷暖。他就是用真诚记录生活的艺术家——操世双。

初夏的岚皋四季镇，天空湛蓝如洗。阳光耀耀的午后，操世双坐在颐柳楼一楼的咖啡书吧里喝茶看书。今年48岁的操世双是南关山镇溢河村人，较早地在县城经营一家摩托车店，二十年的潜心经营让他积攒了一些积蓄，便想关掉店做自己喜欢的事。

“其实我真正的爱好就是搞艺术，卖摩托车这个事情其实是非常枯燥的。”操世双说，十多年来，他经常一个人到河滩捡石头，到山上找树根，去市场淘自己喜欢的木雕奇石。

“我有一个朋友是一个学校的美术老师，他喜欢做根艺木雕，跟着去看了两次后就感觉很有意思。”操世双回忆道。

2019年，经过深思熟虑，操世双关闭了摩托车店，选择在四季镇杨家院子建起了自己一直想要打造的民宿和艺术收藏馆——颐柳楼。二楼用来经营民宿，一楼则是他的个人收藏馆。目前，他收藏有奇石800余块、木雕400余只。

“玩石头，玩艺术不一样，你可以尽情地让你的喜怒哀乐都展现其中，也可以发泄其中，确实很快乐。”操世双说道。

除了收藏外，操世双最喜欢的就是写诗。最开始他只是写写打油诗，后来经过学习和请教前辈，逐渐摸到了门路，作品风格、韵味表现出独有的个性色彩。

2012年之后，操世双先后应邀成了岚皋县作家协会会员、安康市诗词学会会员和陕西省诗词协会会员。2018年，他用笔名“岚谷雄鹰”在《陕西诗词》杂志上发表了诗词作品《琴》《棋》《画》《渔》。

“我喜欢古诗文的含蓄和美，写诗时你可以随心所欲地将你的心境展现在文字里面，能让人体会到你是高兴或者是忧伤，而你自已又能释怀。”操世双说。

独乐乐不如众乐乐。2021年，操世双决定把颐柳楼打造成可供文人墨客们一起创作的场所，将一楼改造成咖啡书屋，收集了1600余本书籍供来这里的客人阅读。

“我自己关起门来玩，不如大家一起玩。岚皋是旅游城市，我也想为岚皋的旅游事业尽一份力。”操世双如是说。

如今，操世双已经写了5000余首诗，其作品多次发表于《中华诗词文库》《文化艺术报》《中华诗词》《陕西诗词》等刊物。

“未来我会不停地写下去，也不是想去成名，只是用最简单的文字、最朴实的语言、最真诚的心，去记录自己生活的点点滴滴。”操世双说。

操世双：用艺术记录生活

通讯员 严杏棋 李王澜