

# 三十岁,我学会了担当

●雷亚梅



“人生,从外打破是压力,从内打破是成长。”三十岁,我经历了一场不期而遇的顿悟。

三十岁那年,我身上背着房贷、车贷,每天通勤3个多小时,穿过大半个城市去上班,因产后激素紊乱,体重飙升至75公斤,身体健康亮起了红灯。无形的压力笼罩着我,似乎步子越匆匆,内心就越焦虑。

从十五岁开始,每过一次生日,我都会以奔跑的方式来为自己庆祝。三十岁生日那天,我早早起了床,来到家附近的公园,向着新的一岁奔跑。很快,我就“心有余而力不足”,臃肿笨拙的步伐,像失控的人生,喘不上气来。

我无奈地找了条石板凳,坐下来喘息。

父亲打来电话,祝贺我“三十而立”。爷爷走得早,父亲十二岁就背上了犁耙,挑起了养家糊口的重担,他的“而立”之

年,远远早于三十岁。与土地打了一辈子交道的父亲,每次都羡慕地说我们这一代青年遇上了好时代。他教育我的方式朴素、厚重。他说,三十岁正是爬坡过坎的年纪,感到“吃力”是正常的,但“好汉做事干到底,好马登程跑到头”,只要辛勤耕耘,生活就像土地一样,长出喜人的庄稼,不会辜负每一滴汗水。

刚和父亲通完电话,就收到了老同学国蓉的微信祝福。国蓉和我同岁,毕业后考了西部一个省的选调生,当时,在基层当村支书、每天奔走于田间地头的她,戴着眼镜,挽起裤腿,与当地村民打成一片,指导村民发展电商。经过几年的基层历练,她的脸上褪去了书生气,有了踏实的“泥土味”。简单地祝福过后,国蓉鼓励我,做回学生时代那个满眼星辰大海的自己,不要拘泥于眼前的困难,要勇敢地走出焦虑,走出小我,把青春融入时代,用脚踏实地的奋斗去书写人生的华章。

父亲的叮嘱和国蓉的鼓励,让我陷入了沉思。总有人说,“理想有多丰满,现实就有多骨感”。三十岁,多么敏感而慌张的

年龄,它就像人生的分水岭,给人生设下了无形的“限”。在这个年龄,我焦虑从农村走出来的自己,无法在城市立足;我焦虑自己整天忙忙碌碌,当不好一个称职的妈妈;我焦虑自己日益臃肿的身材和亚健康的身體状态……然而,我所有的焦虑都困于焦虑本身,从未尝试过奔跑出脚下的“路”。

就在我深入思考,向内寻求自己“三十而立”的精神支点时,亲朋好友的祝福短信纷至沓来。有人祝我“年年十八,岁岁如花”;有人祝我“三十而立,鹏程万里”;有人祝我“所得皆美好,所得皆所愿”;有人祝我“永远保持热爱,奔赴星辰大海”,等等。这些祝福,何尝不是每个人理想的人生状态,渐渐地,一股力量从心底燃起。

整理好有些松垮的鞋带,我再次起身奔跑,迎着朝阳,迎着晨风,梦想在前方开路。我一路奔跑,一路思考。或许,每一代人有每一代人的而立之年,每一个人有每一个人的而立之时,疲惫的生活,不该驱散曾经的梦想,年龄也不过是成长的代名词。任何时候,我们都应该“自信人生

二百年,会当水击三千里”,将个体的小我,融入时代的大我,让奔跑的节奏与时代同频共振,在无涯的时间里绽放奋斗的芳华。

那一年,我通过加强锻炼,减掉了20斤赘肉,身体恢复健康。

那一年,我每天五点钟起床,把搭乘地铁的通勤时间用来学习、备考,争取了一份更加适合自己的工作。

那一年,我学会了担当,学会了挑战,学会了走出小我,将目光投向山河。我不再焦虑,不再彷徨,内心有了更强大的精神内核。

如今,我依旧在奔跑,依旧在挑战,依旧在不断解锁自己的潜力。每一岁,我都会为自己制定一个新目标,并为之努力。

凡是过往,皆为序章。今天,永远是一生中最美好的时光,“黄金时代,不在我们背后,乃在我们面前;不在过去,乃在将来”。

前方依旧未知,但只要保持内生动力,奔跑起来,未来就可期。

奔跑吧,三十岁!

奔跑吧,每一岁!



## 错漏本

●刘小标

刚踏入职场的我,工作很卖力,却错漏不断,很是憋屈,不知如何是好。听闻高工是单位有名的工匠,也很乐意助人,便向他请教:“前辈,我工作老出错,有什么好的办法解决?”

高工和蔼可亲地拉着我坐了下来,安慰道:“刚工作嘛,犯点错很正常,大家都是这样过来的。犯错不可怕,怕的是同一个错误反复犯。只要吸取教训,慢慢会好起来的。”我揉了揉眼睛,“道理我都懂。领导指出的问题,我都认真听、虚心接受。经手的工作,反复看、反复核,但那些小错漏好像缠着我们的……”

高工略有思考地从抽屉里拿出一个本子递给我,“心理负担不要过大,这是职场人成长的必经阶段。我先给你看看这个东西,或许有用。这本子有些年头了,十几年前我刚参加工作,那会儿也常犯错,就琢磨着怎么改进。后来,受我女儿整理错题本的启发,专门弄了这个本子,及时将工作中出现的问题、意外、失误及领导指出的问题一一记录下来,有业务操作中的低级错误、技术攻关中忽视的细节、对外协调时忽视的小问题等。对低级错误部分专门用红笔标注作为提醒。有时,对问题也会写反思性批注。好记性不如烂笔头嘛!”

“最开始只是记错漏,从自身找原因做做剖析,时常翻看反思一下,提醒自己避免再犯类似错误。后来,记录工作中



资料配图

发现的一些漏洞和值得改进的地方,琢磨着怎么去防范风险,也记录优化工作的一些思考,推动技术革新进步的一些好点子。有时在工地上跑,需要记录的就在手机记事本里写几句,回来了再整理。慢慢地,干工作就会更沉稳,考虑问题会更周全些,不知不觉间,履职本领也就大幅提高了。回过头来,我觉得,我的成长进步就是从查缺补漏开始,从这个本子开始的。”

看我兴致颇高,高工接着说:“作为新参加工作的年轻人,职业生涯早期就要养成严谨细致的工作作风,只有先练好了基本功,锻造工匠精神,随着工作经验积累,错漏就会减少,技术水平就会水

到渠成。”

“技术层面重要,心理层面也重要。很多年轻人会有这种心理——我的工作只是流水线上的一道工序而已,质量的事,后面还有领导层层把关。于是,便会产生依赖心理,工作中就会放松警惕。如此,必然导致工作的失守、错漏不断。所以,初入职场的年轻人,应在思想根源筑牢‘最后把关人’意识,真正做到追求卓越、精益求精。”

听君一席话,胜读十年书。与高工长谈后,我豁然开朗。之后,我开始整理起工作错漏,记录每天的工作得失。渐渐地,工作中的错漏明显少了,工作质量也提高了,领导表扬也来了……



## 梦故乡

●向希佩

月光轻轻打在古老的瓦檐  
梦,悄然降临在故乡的田埂边  
稻香与乡愁交织成雾  
我踏着雾的阶梯,寻觅往昔的容颜

石桥下,流水浅唱  
如同母亲哼着的摇篮曲,悠长  
老槐树下,影子拉得很远  
是儿时的我,还是那不变的时光

村头的风,带着泥土的芬芳  
它轻抚过脸颊,暖了心房  
梦里的故乡,没有离别的伤痛  
只有炊烟袅袅,和那不息的希望

星光点点,照亮归家的路  
每一步都踏着童年的足迹  
我听见,父亲在田间劳作的歌  
还有母亲在灶台旁的轻声细语

梦醒时分,泪湿了枕边  
那份情,那份爱,依旧缠绵  
故乡,我永远的牵挂  
在梦的最深处,流连

## 东园文学奖

(征文作品选登)

扫码查看  
征稿启事

