

阅读经典好书
争当时代工匠

“恰同学少年，风华正茂；书生意气，挥斥方遒。”“所有的游刃有余，其实都是千锤百炼。”“生活是一场旅程，而不是一场追逐。”……阅读是一场充满惊喜的发现之旅，翻开书本，总能在文字流淌间邂逅一份温暖的感动，不断从阅读中汲取力量、精进自我。

近日，在“阅读经典好书 争当时代工匠”甘肃省总工会职工书屋主题阅读交流酒钢专场活动现场，宏晟热电公司、检验检测中心、钢铁学院等单位职工和大家分享了自己的阅读故事和心灵感悟，让我们跟随他们的目光，一起发现阅读的乐趣。

只要方法正确
所有问题都会迎刃而解

——读《陪孩子终身成长》有感

程青玥



樊登在《陪孩子终身成长》中建立起亲子教育的三根支柱：无条件的爱、价值感、终身成长的心态。无条件的爱，为孩子提供幸福和勇气；价值感，让孩子有内驱力去创造成就；终身成长的心态，是一切美德背后的美德。本书献给所有渴望和孩子一起成长的父母：孩子提出的每一个问题，都将是彼此成长的一次机会。

养育孩子是一件很复杂的事情。父母的一个动作、一句话，甚至一个微笑或者一个眼神，都可能成为孩子成长道路上不可磨灭的印记，塑造他们一生的性格和命运。如果您正在陪伴孩子慢慢长大，那么我同您分享樊登老师《陪孩子终身成长》这本书。书中，樊登老师提出在孩子的成长过程中，有三根支柱至关重要：无条件的爱、价值感和终身成长的心态。这三者如同三根坚实的柱子，支撑着孩子的心灵大厦，引领他们走向更加美好的未来。

什么叫“无条件的爱”呢？其实就是对孩子的爱里没有交换、没有恐吓，也没有威胁。我家有一儿一女，儿子今年14岁上初二，女儿8岁上二年级。儿子刚上一年级的时候，我的焦虑达到了峰值，把爱转变成管教、说教、训斥、责骂，爱的外在表现就是“发号施令”，当时我家“不写作业母慈子孝，一写作业鸡飞狗跳”。我的关注点从孩子身上慢慢转移到了成绩上，孩子没考好我就不高兴，甚至生气、责骂，在这样紧张的家庭氛围中，孩子变得很敏感，而且特别爱哭。正如书中所说，孩子损失了最宝贵的东西：安全感。我意识到这是一种很危险的家庭关系，所有孩子的状态都是父母对待的结果，我开

始改变自己，做一个情绪稳定的妈妈，温柔但是有边界。温柔就是不粗暴、心平气和、和孩子交流不带负面情绪，有边界就是定规矩，纠正孩子的错误行为。

我开始放手，把学习交给他自己，遇到学习上的问题，我会教他先自己寻找解决的办法，到书中去寻找，去电脑上查阅资料，请教朋友、老师，当然，爸爸妈妈是他最坚强的后盾，自己实在解决不了时，可以随时找我们。教育的目的就是为了让孩子自己要去做、自己去做，这种自己要做的力量就叫内驱力。随着孩子年龄的增长，他做主的空间越大，他的责任感就越强，他对事情的掌控感也会随之增强。

无条件的爱可以带来归属感，而价值感需要我们的父母为孩子建立。我们要让孩子和这个世界建立连接，不要吝啬你们的鼓励和赞许，让他觉得自己是有价值的。生活中，轻松愉悦的家庭氛围对孩子尤为重要。每天饭后我们都会和孩子聊天，在倾听的同时给孩子正向的引导，在不断的沟通和交流中，孩子越来越相信我们，亲子关系也变得非常融洽。结婚17年以来，家庭成员的生日、结婚纪念日等等，我们都会通过有仪式感的活动来庆祝，共同营造一个充满温馨和谐氛围的家庭。

梦想是孩子内心的一种强大动力。作为父母，要引导孩子树立正确的价值观，帮助他们找到自己的兴趣和优势，让孩子的生活多姿多彩。在我们家里，儿子喜欢弹吉他、唱歌、编程，女儿喜欢跳舞、游泳、弹琴，他们曾获得过国家级、省级的奖项。我们支持孩子去做自己喜欢的事，当孩子有负面情绪的时候可以有序排解的通道，有多一种表达自己的方式，提升孩子的幸福感。

最后，终身成长的心态是一种永不满足、不断进取的精神状态。我们要注重让孩子多见世面，通过自省建立自己内心的勇敢和自信，通过阅读了解世界的广阔和多元，通过旅行体验不同的文化和风情……一个见多识广的孩子，会主动去追求更美好的未来。

陪伴是最长情的告白，在孩子的成长里，我们总是在一起。一起旅行，看外面的世界；一起玩极限项目，克服恐惧；一起学习打香篆、茶道，享受安静……每一个孩子的成长都是破茧成蝶的蜕变，我们要做的就是用爱与经历去引领，成为孩子成长路上的一盏明灯，就像樊登老师说的：“只要父母用了正确的方法，所有问题都会迎刃而解。”

择一事 终一生
不为繁华易匠心

——读《态度：大国工匠和他们的时代》有感

杜钧



《态度：大国工匠和他们的时代》选取10位在我国高铁、航天、港口等领域的杰出工匠，通过对话形式，讲述他们如何把个人人生理想融入时代需求、国家发展需求当中。在他们的故事中，能看到我国发展壮大的缩影，也能感受到在时代变迁中，普通劳动者应以怎样的姿态去奋斗。

接时10分钟不眨眼，只为在数百根管壁只有0.33毫米、直径几毫米的火箭发动机空心管线上焊接细如发丝的焊缝，这一焊就要3万多次精密操作。我们不难想象高凤林在工作中付出的艰辛，这正是新时代“精于工，匠于心，品于行，恒于业”的工匠精神

最近，电视短剧《我的阿勒泰》爆火，你们都看了吗？很多网友更是将其称之为“大美新疆宣传片”“赛博吸氧剧”，表示“想去阿勒泰的欲望达到巅峰”。因为短剧的热播，我连夜看了原著，这也是我唯一一次静下心来读的一本书，而且一看就停不下来，想即刻出发，去阿勒泰看看美景，感受淳朴的风土人情。

阿勒泰的天空出奇的蓝，白云也显得格外悠闲，它们喜欢飘在阿勒泰的山顶，与那里的雪连成一片，白色的羊群点缀在青色的草原，红色的骏马绝尘在金色的戈壁滩。《我的阿勒泰》讲的是阿勒泰的草原深处有一个小卖部，店主张凤侠在丈夫早逝之后，带着时而清醒时而糊涂的婆婆在牧区开起小卖部，他们是汉族人，来买东西的都是哈萨克族的牧羊人，大多都不会说汉语，而且买东西也不给钱，基本上都是赊账，能不能把钱还要看年底能卖出多少只羊。张凤侠的女儿李文秀本来在乌鲁木齐打工，她高中辍学，却有一个当作家的梦想，而她的梦想在城市里一分不值，在四处碰壁之后，只能回到草原深处的小卖部，当她看到妈妈的账本上有那么多的应收账款，于是她拿着账本当起了催账员，然后啼笑皆非的故事就此展开。

这个故事的主人公就是作者李娟，她从小跟着妈妈生活在阿勒泰牧区，开过杂货铺，当过小裁缝，跟随哈萨克牧民逐水草而居，日子过得十分辛苦。但李娟天性乐观、热爱生活，总能在苦难中发掘出生活的诗意和趣味。她拿起笔记录这一切，把那些年的经历和所思所感以及山间旷野艰难而孤独的生活，写得有滋有味。

这本书让我觉得不像是书，更像是作者李娟的一本日记或者一份回忆录，她仿佛就坐在我们身边，真诚而又絮叨地讲述她的生活和感受。她用文字诠释了人与自然、文化的力量以及生活的态度。如果用三个字来形容书中的文字，我想到的就是“生活力”。在李娟的笔下，阿勒泰充满生机与活力，天空高远，大地辽阔，四季分明，一切生命都欣欣向荣，它们粗犷地生长着，热烈地绽放着。生动的画面让我仿佛置身于那片美丽的土地，感受着大自然的恩赐和生命的韵律，这是慰藉心灵的良药。

书中写到李娟与哈萨克族邻居的互动。哈萨克族是游牧民族，所以他们经常漂泊，在寂寞的凌晨，一群人坐在一起高兴地说说那便成了珍贵的事情。远行之人招招手就加入，在热腾腾的水汽和炊烟里，每个人捧着小半碗滚烫的米汤，很幸福地小口喝，天亮了，他们的牛羊在朝阳里耸动着点点金黄。在与大自然的抗争中，哈萨克族保持着最纯粹的生活方式，他们善良、淳朴、坚韧，深深地感染着李娟。同时，这里人们诚实得有些“离谱”，有人为了还债千方百计找上门结清债款，亲眼看见自己的名字从本子上划去才放心地离开，在这里，一个浅浅写在纸上的名字就能紧紧束缚住一个人。这让

的生动写照。

身为一名焊工，自2007年拜访高凤林大师后，我就把“高压焊”的职业目标再次优化提升，不断优化拓展金属材料应用技术，不再拘泥于规程、标准上的数据。经过不懈努力，我们在材料应用领域完成了13项工艺试验研究，实现了复合钛板在烟气复杂环境中的焊接，采用合金堆焊工艺治理了超临界350MW机组锅炉高温腐蚀难题，为集团公司研发铝镁超级涂层板SCS、超级双相钢2507等产品持续提供制造焊接工艺支持。

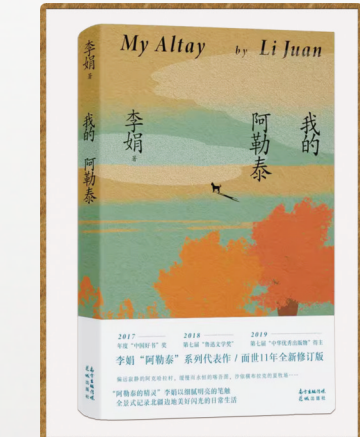
这本书中所描述的种种，也触动了我对“铁山精神”的深刻回忆。建设初期，酒钢建设者们于镜铁山矿播下了“铁山精神”的种子，在激情燃烧的岁月中生根发芽，历经风雨终成大树。数十载奋斗，一代代酒钢人不忘初心，战天斗地，铸就了现代化的工业基地。这一路发展，离不开每一位酒钢人“择一事、终一生，不为繁华易匠心”的坚定信仰。

《态度：大国工匠和他们的时代》揭示了大国工匠是我们中华民族大厦的基石、栋梁。而书中对大国工匠的高度赞誉也启示我们：只要像大国工匠那样立足本职，一点一滴奋斗，日积月累开拓，坚定信心实干，就一定能够创造出骄人业绩，成为自己、家庭、集体、国家和民族的顶梁柱。只有培养出更多的大国工匠、能工巧匠，筑牢基石、锻造栋梁，中华民族的大厦才能始终巍然屹立！

再颠簸的生活也要闪亮地过

——读《我的阿勒泰》有感

杨艳



《我的阿勒泰》是作家李娟创作的散文集，记录了作者在新疆北部阿勒泰地区生活的点点滴滴，包括人与事的记忆和感悟。全书文字明净、质地纯粹，展现了游牧民族在边地深远的生存景观，充满朴野清新的气息。

我不禁思考：在现代文明的冲击下，游牧民族的生活方式逐渐消亡，人们开始追求物质上的满足和享受，却往往忽视了内心的需求和精神的追求，这是我们每个人都需要面对的问题。

随着经济社会的发展，当今许多年轻人疲于工作，缺少了思考的时间，常抱怨自己过得不好，想摆脱当下的生活又无能为力。其实过得不好是常态，因为人很贪心，总想追求更好的事物，有时候我们不得不为了生活和碎银几两，让自己陷入每日的慌慌张张，但无论身处何地、面对何种困境，我们都应该保持一颗纯净而善良的心，去追求那些真正能够让我们感到幸福和满足的东西。勇敢地去爱、去生活、去受伤，学会在平淡苦涩的生活中寻找乐趣，这就是《我的阿勒泰》这本书带给我们的治愈。

就像李娟在书里这样写道：“我活在一个奇妙的世界上，这里大、静、近，真的真实，又那么直接，世界就在手边，躺倒就是睡眠，生活永远都在一边抛弃，一边继续，但是再颠簸的生活也要闪亮地过。”这是文字的力量，也是生命的韧性！

