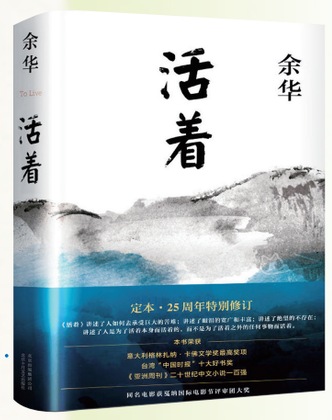
悦享时光 感悟成长





书名:《活着》
作者:余华

以坚韧走过坎坷岁月

——《活着》读后感

张慧珍

翻开余华的《活着》,仿佛走进了一段布满苦难与沧桑的人生旅程。合上书页,心中没有被无尽的悲凉淹没,反而生出一股对生命最朴素、最坚韧的敬畏。这本书没有华丽的辞藻,只是用平静到近乎冷酷的笔触,讲述了主人公福贵坎坷至极的一生,却让我在人生的至暗时刻,读懂了“活着”最本真的意义。

彼时的我,正带着孩子在重庆康复医院进行康复训练。孩子大运动发育迟缓,走路晚、姿势不协调、平衡与稳定性差,看着身边孩童活泼奔跑的身影,再看看孩子步履艰难的模样,我无数次在心底埋怨命运的不公,为何没能给我一个健康的孩子。那段日子,焦虑与低落紧紧裹挟着我,连续一个多月,我深陷情绪的泥潭,看不到前行的光亮。

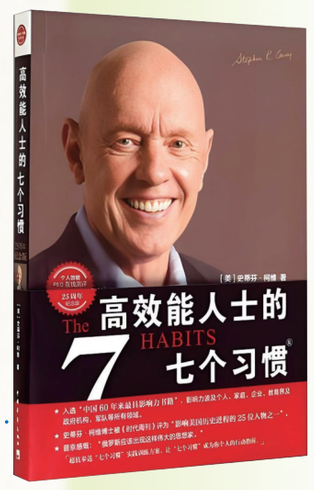
就在这样的心境下,我邂逅了福贵的故事。他的人生,是一场被苦难步步紧逼的旅程。他曾是游手好闲的富家少爷,因赌博败光家产,从云端跌入泥沼,本该安稳度日,却又接连遭遇亲人离世,最后只剩一头老牛相伴。

起初读来,我满心心疼与不解,为何命运要对一个人如此残忍,为何活着要承受这般多的痛苦。可随着情节推进,结合自己彼时的处境,我慢慢读懂余华写尽苦难,从不是为了渲染悲伤,而是为了展现生命本身的力量。福贵从未抱怨命运的不公,也未曾放弃活下去的念头,他承受着所有的失去与伤痛,依旧认真地种地、生活,用最平和的心态面对余生。他的活着,没有远大的理想,没有轰轰烈烈的追求,只是为了活着本身,这种看似被动的坚守,却藏着最强大的力量。

在福贵的身上,我看到了生命最坚韧的底色。生活从不是一帆风顺的,我们每个人都会遭遇挫折、失意与痛苦,比起福贵所经历的生离死别与颠沛流离,我的困境不过是人生长河中的一段波折。那一刻我忽然明白,不必执着于命运的不公,也不必沉溺于自我的悲伤,因为活着本身就是一种莫大的勇气。

后来,我渐渐走出情绪的阴霾,以更平和的心态陪着孩子坚持康复。日复一日的训练中,孩子的走路姿势愈发协调,平衡与稳定性也稳步提升,每一点微小的进步,都让我愈发读懂《活着》的深意。往后余生,愿我们都能在平凡的生活里心怀勇气,不负生命,不负时光。

(作者单位:润源公司)



书名:《高效能人士的七个习惯》
作者:史蒂芬·柯维

用好习惯守护电网安全

——《高效能人士的七个习惯》读后感

杨 勃

史蒂芬·柯维的《高效能人士的七个习惯》,如良师益友般点亮了我的职业成长之路。这本书不仅是个人成长的经典之作,其中的智慧理念更与集控站“安全至上、协作共生”的价值导向高度契合,让我在守护电网运行的日常里,提升了专业能力、深化了职业认知。

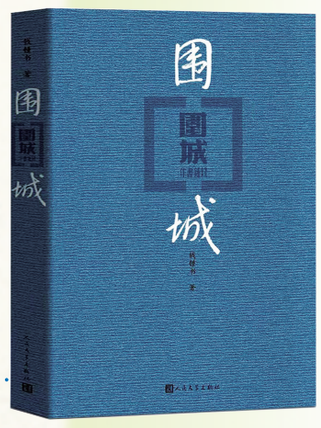
集控站是电网运行的“神经中枢”,每一次监控屏幕的参数跳动、每一道操作指令的精准下达,都关乎区域供电的安全稳定,容不得半点马虎。“积极主动”的习惯让我跳出了等待告警的被动思维,我深知电网运行瞬息万变,设备的细微波动、线路的潜在风险,都需要主动关注、提前预判。如今,日常监控之余,我会主动梳理辖区设备的运行规律、提前排查隐患点,遇到异常信号也会追溯近期运行曲线,把“被动响应”变成“主动防控”,这让我在处理突发状况时愈发从容。“以终为始”的习惯,为我明晰了工作方向:立足守护区域电网平稳运行核心目标,让每一次巡检、每一条数据记录都精准服务于安全保障。

书中提到的“要事第一”的时间管理方法,巧妙破解了集控站多任务并行的难题。集控站的日常总是忙碌的,设备监控、故障处理、报表填报、班组学习等事务常常叠加出现。我学会了用“重要且紧急、重要不紧急”的维度梳理工作,优先处理电网安全相关的核心事务,再利用值班间隙合理规划常规性工作。这种科学的工作方式,不仅让我摆脱了忙而无序的状态,更让班组工作衔接更加顺畅,有效避免了因事务繁杂导致的疏漏。

电网运行的安全保障从来不是单人之功,“双赢思维”“知彼解己”“统合综效”这三个协作习惯,在班组工作中彰显出价值。日常沟通中,我试着先倾听同事的想法再表达观点,优化讨论应急预案时,充分吸纳巡检、调度等不同岗位的实操经验,让方案更贴合现场实际。跨班组协作时,秉持双赢原则,主动对接需求,既守好本区域责任田,又配合整体电网调度,在一次次默契配合中实现了“1+1>2”的协作效能。

“不断更新”的习惯时刻提醒着我,电网技术与运行规范在持续迭代,作为集控运行人员必须保持学习热情。我利用业余时间钻研新型电网监控系统、智能运维技术,积极参与班组技术交流分享,在知识更新中提升应对复杂场景的能力。这本书不是理论堆砌,而是落地实操的行动指南,作为电网运行作业区的一员,我会持续将书中理念融入日常,以高效方法、协作意识守护电网平稳运行,在平凡岗位上书写青年电力人的成长答卷。

(作者单位:宏晟电热公司)



书名:《围城》
作者:钱钟书

接纳生活本来的模样

——《围城》读后感

张延永

钱钟书先生的《围城》从来不只写爱情与婚姻。借着马克斯·韦伯“祛魅”视角重读才懂,它撕开人生所有光鲜滤镜,拆卸掉我们对职场、身份、情感的全部浪漫幻想。书中没有华丽辞藻和鸡汤,只有一段段冰冷现实:我们终其一生都在一座座“围城”中辗转、挣扎,在祛魅中褪去虚妄,接纳生活本来的模样。

初读只觉方鸿渐荒唐可笑,年岁渐长、步入职场后才明白,他就是无数普通人的缩影。顶着虚无的留洋博士光环,一纸假文凭成了遮羞布,看似满腹经纶,实则碌碌无为。我们总对职场抱有滤镜,以为行业精英自带光芒,身居高位者必然通透睿智,一纸文凭能为人生兜底。亲身经历后才看清,所有光鲜褪去滤镜后皆是寻常。那些翘楚不过是在岗位上把一件事重复做,做到极致;而许多人眼高手低,忽略成果背后漫长的沉淀、枯燥的坚守与打磨细节的隐忍,只羡慕荣光,却不愿接纳深耕中的平庸与孤寂。人性向来如此,习惯性美化未曾涉足的领域,高估远方,低估当下。

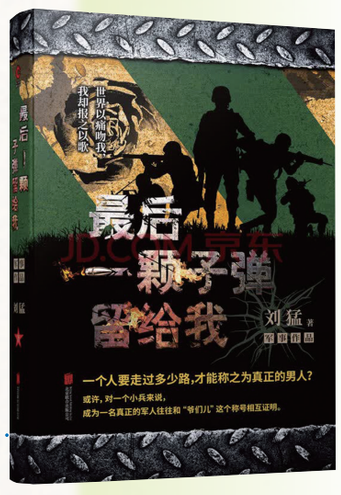
如果说职场与身份的祛魅让我们认清平庸,那情感与婚恋的祛魅便道尽了普通人的困境。“围在城里的人想逃出来,城外的人想冲进去”,戳破了我们对爱情与婚姻的浪漫想象。方鸿渐的四段情感,是一场层层递进的幻灭:鲍小姐让他看清欲望的虚妄,苏文纨让他看透虚荣算计,唐晓芙让他认清理想爱情的遥不可及,孙柔嘉让他直面婚姻最真实的粗糙与残酷。

这何尝不是我们的人生?年少时憧憬轰轰烈烈的爱情,期待婚姻是浪漫归宿。亲身经历后才懂,爱情没有永恒热烈,婚姻没有完美模样,所有亲密关系终会褪去滤镜,暴露种种问题。不止婚恋,人生所有选择皆如此,奋力奔赴向往的“围城”,最终发现没有哪种选择毫无遗憾,没有哪种人生完美无瑕。

但祛魅从来不是消极沉沦,而是清醒成长。钱钟书撕开幻想,不是让我们绝望,而是让我们跳出虚妄,直面真实人生。认清学历、头衔的局限,才会持续学习、深耕能力;看清情感与婚姻的本质,才会褪去完美执念,学会包容珍惜;明白人生本无圆满,才会放下内耗,坦然接纳得失。

人生万般围城,人人皆在其中。真正的成熟,就是历经一次次祛魅后,放下对光环与完美结局的执念,接受琐碎、包容遗憾,认清平庸、看透荒诞,仍能认真生活、踏实前行。

(作者单位:宏兴股份检修工程部)



书名:《最后一颗子弹留给我》
作者:刘猛

戎装虽卸 初心仍在

——《最后一颗子弹留给我》读后感

马廷伟

《最后一颗子弹留给我》中,特种兵绝境不退、向死而生的铁血精神,令我内心久久激荡。脱下戎装多年,迷彩的分量却从未褪去。如今,作为宏晟电热公司热电生产二作业区的运行人员,我以集控室为阵地、以机组为钢枪,守护机组安全平稳运行。

书中最触动我的,是军人绝对忠诚、绝不退缩、极致专注的职业信仰。特种兵历经极限淬炼,哪怕身处绝境,也要拼尽全力完成使命,这让我想起军营里的日日夜夜,“轻伤不下火线”的执念早已刻进骨血。电力运行一线听不到炮火轰鸣,却处处是保电战场,发电机组二十四小时运转,寒来暑往、昼夜交替,我们轮班值守、紧盯盘面,每一次精准操作、细致巡检、敏锐研判,都是捍卫电网安全的关键一环。

特种兵执行任务同心协力,一人失误全盘受累,一人坚守全员安心。电力运行同样是高度协同的集体阵地,监盘、操作、巡检、监护分工明确又紧密咬合。走进厂房,我再次找到那种“背靠背”的踏实感。长夜值守的并肩相伴、设备异常的协同处置、突发故障的默契配合……从“班排连”到“班组作业”,阵地变了,但把后背交给战友、彼此兜底、同心尽责的情谊,更加筑牢了机组零隐患、供电零差错的坚固堡垒。

“最后一颗子弹留给我”,是军人宁折不弯、绝境尽责的终极誓言,落到运行岗位,便是守牢安全底线、扛起保电使命的职业信条。电力运行容不得半点松懈,一个微小参数偏差、一次疏忽漏查,都可能引发机组异常。如同军人严苛练兵备战,我们苦练操作技能、熟记规章制度、反复推演应急处置方案;坚持标准化操作、精细化监盘、常态化排查,以极致严谨对待每一个数据、每一处细节,把隐患消弭于萌芽,把风险阻绝于岗前。

戎装虽卸,初心仍在。我将永葆军人本色,把忠诚履职、坚韧不拔、团结尽责的作风融入日常,绷紧安全之弦、筑牢责任之堤,深耕岗位、苦练本领,以初心全力守护机组平稳运转。

(作者单位:宏晟电热公司)

本报地址:甘肃省嘉峪关市五一中路568号 邮编:735100 编辑部:0937-6712695 投稿邮箱:zxbjb@jiugang.com 广告:0937-6712800 定价:160元 酒钢(集团)智美广告装潢工程有限责任公司承印 印刷地址:嘉峪关市雪莲西路7014号