

准备过一个美美的新年

■ 降泽 四川甘孜 九龙县华丘村村民

我和全国广大农牧民一样，经历了脱贫攻坚的艰难历程，今年走上了幸福的乡村振兴之路。

“幸福都是奋斗出来的”。农村的生活，虽然没有周末和节假日，一年四季都在忙碌着，但在奋斗的日子里，我们一家的心情都是美美的。今年最大的收获是，我们一家共同努力，拆掉了旧房子，建成了新房子。

建房资金是我前几年外出务工攒下的，因为外出务工，我学会了建筑的基础技能，所以，新房的样图设计、开工建设和装饰装修都是我自已完成的，不仅节约了人力成本，还把自己最喜欢的装修风格融进了温馨的房屋，感觉生活的每一天都可以在幸福和美中度过。

经过勤劳的付出，虽然手掌上的老茧越来越厚，但是看着仓库里满满的收获，我心情

是甜甜的。

今年的土豆、玉米、青稞都获得了丰收，剩余的粮食用来喂了4头年猪，上星期请人杀猪、晾腊肉、灌香肠，准备过一个美美的新年。我还联系了牧场上的亲戚，准备过几天买一头牦牛，再做一些熏牛肉和干牛肉，然后请亲戚朋友一起在新房里热闹热闹。毕竟，辛苦了一年，一定要把幸福的时刻分享给邻居和亲朋好友。

这一年来，我还收获了孩子们的成长。

两个孩子都很争气，一个在读小学六年级，一个在读五年级，学习成绩都不错。一个娃儿擅长绘画，另一个喜欢阅读和写作。每一次看到孩子们捧着奖杯奖状回来，我和孩子他妈的心里总是美滋滋的，这才是新房里最有内涵的装饰。

周晓宏整理

转眼间，我们即将送走不平静的2021年。走过的是岁月，留下的是故事——

2021
奋斗的你
有哪些收获

▲ 降泽在新房前。受访者供图

▼ 鲁钊（右）在村民家走访。受访者供图

把党和政府的关心留下

■ 鲁钊 河南南阳 卧龙区陡沟村第一书记

战斗在乡村振兴的第一线，转眼又一年。这一年，我收获了乡亲们赞许的笑容。

我受所在单位卧龙区委宣传部派遣，担任龙王沟风景区陡沟村第一书记兼工作队队长。陡沟村在紫山北麓，毗邻龙王沟水库，12个自然村庄，13个村民小组，地广人稀，拥有河湖滩涂林草浅山丘陵沟谷等复杂地形。

我与村“两委”研究依托自身实际，发挥优势，发展乡村旅游、农家乐，利用河湾环绕，营造网红打卡旅游地，还为村庄建设了饮水解困工程机房。

我在新闻界、文艺界朋友多，邀约好友，请各方投资公司来考察。我撰写与龙王沟水库、陡沟村相关的文学作品在各大报刊网站发表，努力推介宣传。我招商引资的忙碌身影、夜深写作的灯光，感动了朴实的乡亲，大家见了我总是心疼：“鲁书记，别那么忙，干活悠着点，注意身体健康。”

夏天，一场洪水冲垮了杨湾组的出行路，严重影响了大家的生产生活。我迅即向宣传部领导汇报，取得支持，协调交通局，特事特办，最快时间修桥

铺路。虽然是短短的500米路、一座小桥，但让村民感受到政府的温暖。

我努力做好脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接，深入村组，进家入户，心贴群众，了解情况，掌握实情，积极开展工作。

到慢病患者黄同军家，坐在他的床头，告诉他能解决的问题我协调解决，困难大的我无力解决，逐级向上汇报，但要理解。待我离开时，我分明看到他眼里激动的泪花和希望的光芒。走遍每一个村庄，我把脚印留下，把党和政府的关怀留下。

今年初春，邻市疫情反复，南阳也进入战备防守状态，我十天坚守村里，积极带领村组干部做好疫情处置和值班。初春气温仍低，晚上睡在执勤岗位的帐篷里，执勤点正是风口，外面飘着小雪，下霜，电暖器离头近，冻脚，离脚近，头冷，有时候一晚上就眯那么几眼，根本睡不好觉。我与村组干部不敢松懈，坚持到疫情解除。

我坚守在乡村振兴的前线，大地沃土留着我最初心和砥砺前行脚步。

努力了，必然会有收获

■ 谢复玉 吉林长春 教师

2021，我最大的收获既有工作中的执着与追求，也有家人携手前行的激励与温暖。儿子在南方校园圆了学医梦，我在北方的校园和同事齐心协力建起了一座展馆，我们各自为梦想充实而坚定地忙碌着。

去年儿子临上大学前我们约定：你好好学习，我好好工作。儿子走后，朋友常打趣我：是不是闲出寂寞了？我浑然不觉，心里依然忙得很呢。

今年一开学，学校上下都铆着劲儿只争朝夕。我们的“70后”美女校长有眼光、有魄力，决定利用学校的优势建一所展馆，“让人们在参观学习的过程中了解长春之史、感悟长春之美、贴近长春之美”。历时4个多月，“征程奋勇 初心如磐”长春历史和发展成就展馆如期落成，很快便成了全市参观学习的网红打卡教学基地。“时代的机遇要紧紧抓住，奋斗的步伐要坚定迈出，努力了，必然会有收获。”校长的话掷地有声。看着一拨又一拨前来参观的人群，

听着他们真诚的夸赞，我的心里满是骄傲，为学校，也为自己。因为奋斗者的身影中，也有我一个。

我拍了展馆的照片发给儿子，邀请他假期来校一游。他回我一个大大的惊喜：学医梦圆。去年高考儿子发挥欠佳，学的并不是他心仪的专业。谁知这小子并没有放弃心中的梦想，一直在默默努力。6月，他的名字如愿出现在中山医学院2021年转专业拟接收学生的公示名单中。儿子这时才做娇地跟我和他爸爸分享，原来儿子入学后就开始准备了：除了必修课，又选了几门自己感兴趣的课，就是想确认一下自己的兴趣点到底在哪里。原有的学业表现优异的基础上，他还挤时间自学了一些医学课程。面试也做了好久的功课，为了5分钟，足足准备了几十页的备用资料。

儿子说起来云淡风轻，我却深知他的不易。那些孤身“备战”的日子，因为有梦想、有坚持，才守得云开见月明。



▲ 索南扎西在自家餐馆。受访者供图



▲ 谢复玉在展馆忙碌着。受访者供图

为乡村振兴尽绵薄之力

■ 索南扎西 云南德钦 餐馆老板

我开餐馆已有10年。今年，我们在香格里拉的敏珠拉姆餐厅在受疫情影响的情况下，餐厅营收依旧实现了正增长。感谢所有客人的光临，让我们有了收获。

我的餐厅有30多名员工。为了让客人吃到有特色的食材，我们在敏珠拉姆藏餐香格里拉厨房连锁餐厅的运营基础上，进一步完善了管理、菜品、食材等工作的标准化进程。餐厅秉承敬畏自然的感恩之心，坚持使用原汁原味的藏区土特产食材，如牦牛肉、藏香猪肉、尼泊尔鸡、香格里拉拉排骨、藏区琵琶肉、羊肉、青稞、藏麦、藏玉米、糌粑、荞麦面、青稞酒、梅里冰酒、迪庆老百姓自酿红酒、松茸、羊肚菌、牛肝菌、酥油、盐井盐田的盐巴等。餐厅所用器皿均为尼泊尔黑陶系列、奔子栏木碗系列、藏区铜器系列等。为了凸显民族特色，餐厅内设置各种藏族特色艺术品，有佛像、转经筒、唐卡、经幡以及各种藏族百

姓的日常生活用品、藏族文化文物系列为主的普通摆件等。我们的敏珠拉姆表演团队还为就餐的客人每日奉上精彩的民族歌舞表演。

为了保证食材的纯正，我特意在德钦县霞若乡坝村翁堆顶小组建立了阿木咕噜（傈僳语土豆）——羊脂玉基地，并为阿木咕噜申请了专利。

翁堆顶小组地处海拔3000多米的大山里，这里的阿木咕噜与别的土豆不同，个头小却异常好吃。村里还有种植荞麦的传统，家家户户都养蜂，每年能产上百个蜂箱的蜂蜜。这些土特产都成为了餐厅的绿色食材，由于是纯天然没有任何化肥农药，颇受食客欢迎，也扩大了餐厅的口碑。

我们的努力也为乡村振兴尽了自己的绵薄之力，获得村民的热烈欢迎。我还在收获的季节里，组织员工驱车几个小时与村民们一起干活，分享收获的喜悦。

江初整理

我为群众做实事

■ 孙云鹏 北京门头沟区 居委会主任

14年的部队生活，教会我什么是人民的子弟兵。转业后，我主动放弃了政府安置，选择到最基层的社区工作。“我为群众办实事”是我今年工作的主题，这一年来，紧紧围绕这个主题，我所在的社区从实际出发，着力解决居民的“急难愁盼”问题。

今年，在疫情防控方面，我着重考虑的是如何在做好疫情防控工作的同时让居民更顺心、更安心。为了让居民出入小区更方便，我和同事们做了一套电子出入证系统，居民在手机上填写的信息只要和社区的底档信息一致，就可以自动生成一张电子出入证，这样既方便了居民进出小区，又对社区居民情况进行了二次系统整理。为了让居民更安心，社区成立了一支“爱心保障小分队”，为孤寡老人、隔离人员等特殊群体提供送快递、买菜、买药等服务。小分队24小时有人值班，只要居民有需要，我们随时上门服务。

今年，为了更好地为社区居民办实事，我推出了“八方

共治”为民服务新模式。在社区党委领导下，统筹居委会、业委会、物业公司、党建协调委员会成员单位、社会单位、百人志愿团体、楼门管家等8个组织形成合力，共同为居民服务，形成了“八方共治”的格局。我每周都坚持组织“八方共治”成员到小区各处巡查，发现问题，现场组织协调会议，制定问题解决方案。今年，我们对小区的路面和楼道墙面进行了修整，新建了存车棚，整改了垃圾驿站，更换了单元门的纱窗和楼道里的破损窗户，新建了楼道文化宣传阵地，为居民在小区空闲区域设立了晾晒被褥的晾衣竿，解决了居民反应强烈的电线飞线问题。

这一年来，作为一名社区负责人，我每天都在为一些小事忙碌着，这些小事都关系着居民的切身利益，当一件件小事顺利解决，看到居民露出的笑脸，听到居民对我说一句“小孙，辛苦了”，我觉得再累都值得了。

本报记者 贺勇整理



▲ 孙云鹏在为居民量体温。赵盈春摄



世界变得更加美好

■ 高璐 山西大同 公司白领

说起2021年，其实是我人生中变故频发的一年——亲人离世、工作变动等。而这一年也是收获颇丰的一年，组建了自己的小家庭、取得工作上的突破等。但仔细想来，我最大的收获是学会情绪管理。

其实我一直是个情绪化的人。这一点不仅会伤害到最亲密的家人、朋友，也会为自己的工作造成一定的阻碍，甚至会造成内耗。工作至今，经常要和各种背景的人打交道。为了在沟通中争取利益最大化，我不得不让自己变得越来越强势，负面情绪也随之越来越多，经常沮丧、懊恼，甚至发火。

这一年，我在工作中没少因为自己的坏情绪而“吃亏”。在一次视频拍摄项目中，由于前期准备不充分，拍摄进度比原计划落后很多。于是在和导演组的沟通中，我不留情面地指责对方，对方也埋怨了我。最后，这场沟通变成了“小鸡互啄”的荒唐场面，不仅没有解决问题、追上拍摄进度，反而浪费了很多时间才让双方冷静下来。

事后，在向领导汇报的过程中，他并没有急于和我说话视频拍摄的事情，反而冷静地和我聊起了工作方法和情绪管理。

领导告诉我，越是想要快速解决问题，反而越不能着急。沟通中，并不是谁脾气大，就会听谁的。在双方情绪都不佳的时候去沟通，往往只是发泄情绪，而不是表达情绪，这种情况下做决定会让简单的事情复杂化。情绪管理并不意味着脾气好、压抑自己的情绪。若强制压下，这些情绪的“小种子”会在内心某个角落囤积发酵，在某一天爆发而出。好的情绪管理是争取让积极情绪增加，并在恰当的时机用冷静、合理的方式表达情绪。要学会给自己以一种积极情绪做加法，对外界的期待做减法。

在和领导一番畅聊后，我幡然醒悟，原来我一直被自己的情绪牵着走。在那之后，我尽量让自己以一种精神饱满、情绪积极的状态看待事物和采取行动。正是因为这样的积极情绪，让我觉得世界也变得更加好了。