

我的关键词:告别“病痛”“空虚”,迎来“健康”“学习”

■陈清贤许愿
要终身学习,
保持健康。



●人物:陈清贤,27岁,教师
■撰文:陈清贤 ■整理:新快报记者谢源源

每到年末,我总会写一封信给去年年初的自己,跟那个时候的自己说说话,“交代”过去一年的得失;也会写点东西给今年年末的自己,预告今年想做的事,给自己加加油。

2022年印象最深的“病痛”与“空虚”。相信很多朋友都有“阳”的经历,我也不例外。现在虽已基本康复,但当时的感受还记忆犹新——难受与无奈。所以当时最大的希望就是新的一年能够健健康康、平平安安。而我也一直在努力实现这个愿望,适当运动,每次运动完就迫不及待地记录下来,就像往存折里加上重要一笔——健康不就是一种财富嘛。

记得在疫情期间,学校曾进行线上教学,那时我感到很迷茫。那段时间,我每天有更多可自由安排的时间,零碎的休闲、娱乐活动就不自觉

地挤占时间。每当夜幕降临,我没有因放松与休息而感到闲适,反而因一日的不充实而感到空虚,有几次还因为这样的状态睡不着觉。这种空虚感促使我思考,怎样在没有外界压力的情况下自觉做有意义的事情。

经过一段时间寻找答案,我大概知道了自己是缺乏一种终身学习的意识。这种对自我的认识本身就使我兴奋,让我清楚了解自己的问题。接下来便是寻找终身学习的动力和方式。庆幸的是,在去年年末,我搜集到一些信息,接触了一些学习社群,开始了终身学习的思考与实践——这个可以说是我给2023年最好的礼物。

2023年,希望在自己的辛勤浇灌下,“健康”与“终身学习”的种子生根发芽,愿2023年遇见更好的自己!

我的计划: 今年唱好粤剧, 保护好嗓子

●人物:傅安迎,12岁,小学生
■撰文:傅安迎
■整理:新快报记者李超朝

我是广州市大南路小学四年级学生傅安迎。时间就如同静静流淌的河水,转眼之间2022年过去了,2023年接踵而来。2022年的许多记忆慢慢褪色,但有一幕至今仍然刻在我的脑海之中。这一幕便是我过生日时的情景。

那天早上,我正在家中做作业,忽然有几个同学打电话给我,说:“安迎,你今天下午出来吗?我打算和你一起过生日!”我开心地说:“没问题!”下午,很多的同学来找我玩,还吃了生日蛋糕。

2022年我也有烦恼。这一年的秋游与上一次相隔了3年,当老师宣布秋游时,我们都欢呼雀跃。放学后,我们便和家长们飞奔去各种商店,购买物资。同学们下课时都在讨论这一次秋游要带什么东西去,要干什么。结果秋游的前几天,老师宣布,因为疫情的原因,秋游取消了!



■傅安迎在练习粤剧。

听到这话,课堂里面充满“唉”“啊”等声音。

2023年,我的新年计划是:唱好粤剧,保护好嗓子。让我们一起踏上新的征程,做更好的自己!



●人物:王哲,40岁,外卖员
■口述:王哲
■整理:新快报记者林翠珍

我的心愿: 努力工作, 还清债务过平淡生活

■王哲的生活很简单,工作服是最常穿的衣服。

今年是我做外卖员的第五个年头,我已经有4年没有回家过年了。以前都是媳妇带着孩子来广州陪我过年,今年我决定换我回去陪他们。

快乐:无论平时还是春节都是好日子

很少有人认真听我的故事,请原谅我的唠叨。

人行以来,我总觉得每天都过得一样,没有特别的感觉。即使是在疫情中,我也每天做着该做的事情。我是跑众包的,单量相对较少但自由度很高,公司对我主要考核服务态度、准时率和工时。

但细细想来,每天也有一些不一样。平时,我遇到过给我好评的顾客;节日,我送过花送过蛋糕;疫情中,我送过棉被送过口罩送过菜,这是一份关爱,哪怕冒着大雨我也照送不误;封控时,我每天吃饭睡觉;解封后,很多人都在村口拍照欢呼,我还忙着送餐……我们外卖员好像从来不会多说几句话,因为手头永远还有下一单。

春节前几天,我们一些同事一起吃了饭。和往年一样,今年我报名做留守岗位骑手。春节期间单量会比平时少一些,我记得前年春节假期,前3天我跑了六十多单,最后4天跑了360多单,超额完成任务,奖励很多,成为很多骑手的榜样。今年我打算多送几天,然后回家过个好年。

春节期间上班还有意想不到的好处。说个秘密,从大年三十到年初五,送外卖到客户手里时,我说句“新年好,恭喜发财”,可能可以拿到拜年红包,沾沾喜气,大家都快乐。

不过,做我们这一行,也有不开心的时候。

如今,越来越多人涌入了这个行业,平均单量变少了,工资也变低了,我得更加努力才行。有时候,我感觉自己没有以前的斗志了。你说,一个外卖骑手一天只上六个多小时班是不是懒的表现?

两三年前,有一次我在3个星期内被撞了两次。一次只是碰到,一次手脱臼了,医生说要打石膏。但打石膏要休养两个多月,我可不想耽搁那么多时间,连夜坐大巴回老家,找了中医医治,十来天就恢复了。

去年12月16日,我收到了老婆从老家寄来的包裹,里面是各种感冒药,也不知管不管用。没想到三四天后我感染了,感冒药立即派上用场。当天我起不来,全身酸痛,发烧到39度,只得吃药盖被子睡觉,我的室友给我煮饭。

目标:继续努力挣钱,争取早日还清债

2023年,我和家人的心愿也和以前一样——努力还债,还完债后一家人一起过平淡生活。

过去这些年,我和亲戚一起做过水果批发生意,卖过衣服、做过走鬼档烧烤、开过大排档、承包过学校饭堂,可是最终还是亏了几十万元。跑外卖到现在,有了一些积蓄,我觉得再过几年就可以回到家乡度过余生。身边的外卖员很多,每个人都有自己的故事,骑手往来自各行各业,很多人凭借着努力拥有了理想中的生活。

等到把剩下的债务还清,我就回老家开个小档口,过完下半辈子。家里地理位置不错,附近有一个大市场,平时顾客不少,我考了厨师证,开个小饭店没问题。

感悟:勤快就能挣到钱,活着就别悲观

我始终认为,保持平常心很重要,活着就不要悲观。假如两个人得了同一种病,心态好的病很快就好,心态差的可能会严重起来,而我觉得自己是心态好的那个人。

我认为自己很幸运,有爱我的老婆、儿子和女儿。元旦那天,女儿跟我视频通话,说:“爸爸元旦注意安全,爱你哟!”我感觉这话是老婆教她说的,哈哈……我和老婆结婚11年,她把孩子们教育得很好,从不溺爱。儿子在家做家务挣零花钱,还偷偷地把这些攒起来,有一些儿子用攒起来的钱给他妈妈买生日礼物,还是令人很开心的。

在广州,只要勤快努力就可以挣到钱。为了更加美好的生活,我会用尽全力去做。2022年,我们走过了疫情,外卖行业也会回归常态;2023年,相信大家的生活都会安安稳稳,愿大家在兔年都能好运连连。