

# 总有一天你会感谢热爱运动的自己



法,但想想周围的加油声,尤其是院里、团里这些关心我的人,又想想赛前的目标,就渐渐克服了中途的疲惫感,有了最后冲刺的决心与信心。”最后他总结了一下这次比赛:“以下午的状态,我对这个成绩还是比较满意的,这要感谢从

大一一直带我训练的丁大伟师哥,还要感谢整个竞走队的队员,可以说整个三千赛程是他们陪我走下来的。”用最热爱的眼光看待,那么整个过程都是收获与祝福。

教工组跳高比赛同样精彩。体育

学院国标舞老师戚老师,用背跃式跳法征服横杆。随着栏杆高度增加,难度也开始增加。裁判员调整高度后,立刻就有两位老师被淘汰。“一米五高度成绩有效!”裁判员宣布戚老师成功晋级下一轮比赛。此时场

上的参赛者只剩戚老师自己。最终戚老师以教工乙组跳高比赛冠军结束了这次比赛,他的比赛成绩也被定格在一米五五的高度上。比赛结束后戚老师说:“我从小比较喜欢体育运动,参加工作后因为职业要求也比较侧重身体锻炼这一方面,这也是我能够取得不错的成绩的一个原因。参加这个比赛其实只是为了交流大家的感情,成绩倒是次要的方面,这种心态也让我在比赛当中波澜不惊,从而发挥出了自己的真实水平。”如果运动可以使每个人都抱着积极心态面对生活,那么它的意义和价值也就体现出来。

志愿者随着运动会的进度开展着工作,贾保亭说:“虽然没有参赛,但能为运动员做点事就感觉很有意义,就有一种守护他们的使命感。”说起这些的时候,他的话充满力量。运动会中,校医院的医生时刻关注参赛运动员的状态。通过培训,每个志愿者都熟练地掌握了针对运动员受伤的应急处理,力求在第一时间对出现不适状况的运动员进行救治。“坚持不住就不要硬撑,最重要的是身体健康。”志愿者李珈润这样说。

运动是不需要坚持的。一个热爱运动的人,必然是有能力把握生活的。运动会结束了,但对活力的追求是不应放弃的。让生活充满运动,总有一天你会感谢热爱运动的自己。(学生记者 段心怡 贾雨 赵越)

男子4x100米接力中,张文成紧握红色的接力棒,最后关头成功反超撞线。小组4人聚集在终点,为胜利的一刻欢呼。

数学与统计学院运动员张文成在接受采访时提到配合的重要,“这场比赛能赢,离不开每个人的努力,前三棒的速度给我最后的冲刺减轻了很大的负担。最完美的配合,最终取得了一加一大于二的效果。在训练期间,我们充分结合每个人的优势,可以说胜利在预料之内。名次重要,但更多的是收获了信任和快乐。非常希望运动可以成为所有人健康的生活习惯,让运动成为一种全民常态。”数学与统计学院张书记一直在关心着场上的赛事,见到四人他也喜笑颜开:“这四个小伙子,给了全校师生一个非常满意的答卷,他们的表现,真的非常棒!”运动是全民的娱乐,运动场上轻松愉悦是永恒的主题氛围。四个小伙子身上都蓬勃着青春向上的气息,他们因为运动而快乐,为取得的荣誉而自豪。

下午四点,阳光半遮在观众席台后,男子3000米竞走项目正如火如荼的进行着。赛后,我们对项目第一名得主赵星进行了采访。无论哪种比赛,心理素质强弱对于运动员起着不容小觑的作用,他说:“首先要在赛前给自己压力。因为知道自己有拿第一的实力,所以不给自己留退路。比赛时,一定坚持自己的节奏,到中途最累的时候确实有过一瞬间放弃的想

## 大爷,你凭啥就火了?

“一二三恰恰,二二三恰恰……”在学生的围观下,枣庄学院22号宿舍楼宿管大爷高焕专向同学们展示了他的恰恰舞。高大爷本来只是为了娱乐同学,没想到被拍成视频发到网上,在网络上引起了巨大的反响。

成为“网红”,高大爷直呼:“没有想到”。在现场的同学于智远告诉记者,当天晚上他们一群人排练到很晚,在大厅休息时高大爷主动和他们聊天,在聊天中他们得知高大爷平时喜欢跳舞,便“起哄”让大爷来一段,于是便有了网上的视频。

用心学习肯定有收获,这是亘古不变的道理。如此专业的舞姿背后,是十七年的热爱和专注。今年五十六岁的高大爷曾就职于枣庄矿务局,02年矿务局倒闭后,为了支撑起家庭,他先后从事保险、物业等多种工作。一次意外,高大爷参加了社区组织的舞蹈协会,这一跳,便是十七年。

高大爷告诉记者,之前他就爱好音乐和舞蹈,最开始接触的是交谊舞,后来拉丁舞渐渐流行,他将注意力转向了拉丁舞。没有老师,他就自费购买光碟,一点点看,一点点学:“我很喜欢拉丁,所以也不觉得辛苦,反而很快乐。”高大爷笑着说道:“对我来说,跳舞就是最好的放松方式。”在兢兢业业的守护同学安全之余,高大爷经常去操场或空地上练习:“舞蹈得经常练,只有这样身体才能记住,才能跳的好看。”

而高大爷的专长不只是舞技,山东快书也是手到擒来。双腿一并,鸳鸯板一打,高大爷端起范儿,好像在舞台表演似的演绎起《张大拉学文化》。幽默流畅的快书,吸引了不少同学驻足观看,并为精彩之处鼓掌喝彩。谈到特长对自己的影响,高大爷这样说:“这些小爱好填满了我的空闲时间,让我时时刻刻有事干,日子过的也有劲多了。”

对待工作,高大爷也十分认真。

本着为服务学生,为学生着想的理念,高大爷站在学生的角度思考,全心全意的为同学们服务。下雨后大理石地面湿滑,稍有不慎便会摔倒,他便找出纸壳,地毯铺在上面;春季气温变化大,宿舍楼大厅的公告板便及时更新天气预报,提醒同学增减衣物。“尽我所能帮助大家,这让我觉得很有意义。”说到这里,大爷脸上露出了笑容。“这些事可能看起来不起眼,但却跟同学们的生活质量息息相关。既然做这份工作,便要将它认真做,仔细做,用心做。”

长久的学习让人在最普通的生活散发出不一样的光彩。面对走红,高大爷的反应可谓有些不同寻常:“跳舞只是个爱好,不是为了图名利。”眼前的苟且没有限制高大爷对生活之美的追求,而他为此所做出的努力,也不是为了他人的目光,而是为了“本心”。

简单纯粹的爱,在物欲横流的当今社会越来越少见,仿佛从幼时开始,爱好便和“利益”挂了勾——学乐器是为了考级,学艺术是为了升学,读书是为了在同学面前显能耐……潜移默化之下,我们变得目光短浅,只能看见眼前的蝇头小利;变得心胸狭隘,对他人看似“无用”的付出嗤之以鼻。而这些“特长”的最终结局,也往往变成一纸证书,或是一段记忆。兴趣,不是为了使自己更疲惫,只是为了变成更好的自己。少一些功利主义的追求,多一些不为什么的坚持。如果只是为了生存,一个人可以平平庸庸,一无所长;但是,一辈子这么长,庸庸碌碌的活着又有什么意义?

那些让我们觉得很酷,很美好,很耀眼的事,不仅仅因为他们获得了世俗意义上的某一种勋章,而是因为他们拥有更丰富的内心,和对世界更为强烈的探索欲。这种个性和热情,是非常珍贵的。

(学生记者 吴春阳)

## 中国式婚恋——干的好VS嫁的好

□外国语学院 喻琪 姜雨 陈鑫 孙媛媛

有学者认为,干得好是安全与独立,嫁得好是幸福感,二者兼顾不仅是女性的梦想,也是男性的追求。问题往往出在,你向“嫁得好”要独立与安全,向“干得好”要幸福感,结果可能都会失望。

杨澜在1990年应聘《正大综艺》主持人,那是改革开放后中央电视台第一次在社会上招聘。当时,栏目组希望找一位纯情、善解人意、依傍在男主持人旁做好辅助角色的女主持人,杨澜在选拔现场做自我介绍时,她说:“为什么电视上的女主持人总是处于辅助地位?为什么她的必要条件清纯、可爱,而不是具备独立的见解与观点呢?”杨澜的问题让负责招聘的制片人对她留下了深刻印象:“这个女孩子很知性、有个性。”就这样,杨澜从北京外国语学院毕业后成为主持人,一生的轨迹从此改变。

遗憾的是,虽然杨澜如今已经成长为成熟干练的杰出女性,但她在1990年提出的问题,依然没有被当下社会很好地解答。杨澜也依然继续着自己的追问,“为什么招聘广告总是要求女性多大年纪,面容姣好?为什么遇到成功女性,人们总是会问‘你是如何平衡事业与家庭的?’而成功男性就不会遇到这样的问题?为什么大龄女人没有结婚被称为‘剩女’,而大龄男人未婚则被称为‘钻石王老五?’”

也因此,今年的论坛,杨澜特意邀请了诸多男性和女性嘉宾共同参与。据悉,“天下女人国际论坛”将联合战略合作伙伴发出共同倡议,希望更多的企业能够给女性更多的晋升机会,让男女共休产假,给予母婴哺育空间……

杨澜认为只要女性在人格上是独立的,那么无论是女总统还是家

庭主妇,同样值得尊重。无论是“嫁得好”还是“干得好”,只要我们尽我们所能,不违背自己的内心,我们都可以算是成功的。

热播都市剧《我的前半生》改编自作家亦舒的同名小说。作者用温婉华美的笔触,向女性观众传达了婚姻并不是女人的全部,女人最终需要经营的是自己人生的婚恋价值观。

剧中的女主罗子君嫁了个好老公,过上了让所有女人都羡慕、仿佛最成功的爱情婚姻模式——“你赚钱养家,我貌美如花。”但最终担心的事情还是发生了,丈夫不仅出轨,而且出轨的对象还是一个30多岁离了婚带着拖油瓶的普通女人。就这样,生活给了她重重的一击,一个毫无工作经验的中年弃妇被迫闯入社会,女主罗子君的人生从安逸到谷底。而后,女主罗子君开始奋发图强,在闺蜜和好友的鼓励和帮助下,上演一场逆袭故事,又重新收获了完美人生和爱情。

但是,艺术往往是高于生活的,现实生活中有太多的“罗子君”们,这类女性不一定有像剧中一般的绝世好闺蜜和体贴入微的霸道总裁朋友,大多数人若是遭遇生活的不幸,能依靠的,就只有自己。这才是现实。

现在,不少父母都信奉“干得好不如嫁得好”的观点,但是,无数的例子告诉我们婚姻从来不是女人的长期饭票,那些“罗子君”们把婚姻生活里的“安全感、和谐和幸福”当成了“老公的期许”,“罗子君”们不知道,婚姻里最重要的其实是自由而独立的灵魂,不管对于男人还是女人来说都一样。婚姻的确需要经营。但是比起婚姻,更需要经营的是你自己的人生。无论是生活还是工作,一定不能丢失自我。

不管婚姻是不是女人命运的第二次投胎,但是,姑娘你要知道,终其一生,女人永远都要经营好自己。不管你的前半生起步如毫不起眼的微小砂砾,还是翠绿通透的成功之石——绿松石,你需要的都是敢于磨砺自我、忍受孤独、提升人格修养和格局的前半生,方能找回你最理想的状态。

综上所述,现在看来,正如《我的前半生》中唐晶对相恋十年的恋人说:“戒指很好看,但我可以自己买。”你只需要给我爱情就好了,面包我可以自己买。如今的时代,女性更需要获得经济来源,从而获得经济独立,这样让女性在家庭中的地位得以提升,在一份爱情中获得与男性平等的地位,更有发言权。青春与美貌都是暂时的,再美丽的女人都有年华逝去的一天。而女人通过自己的才华积累下来的财富并不会流失,拥有一份赚钱的能力,便是获得了一份保障,人的一生中,爱情是很重要的,但不是人生的全部,是锦上添花的一部分。所以女性需要爱情,但更需要的是一份安身立命的工作,拥有获得经济来源的能力。一个女性要自立、自尊、自强、自爱,不要贪图享受,要提高自身修养,要有一技之长,离了谁都不怕。有人经常吐槽说这是个看脸的时代,其实女人把自己打扮的美美的,并非是为了取悦谁,更和这个看脸的时代无关,而是为了自己的惊喜和满足而活。当你善于控制体重,知道自己适合穿什么色彩和款式的衣服,即便在生病时也不将就,你得到的不仅仅是别人的赞美,更重要的是你也收获了争取更好生活的力量。依靠别人,不如依靠自己,女性更需要独立。(指导教师:马克思主义学院 潘顺)