

百姓乐座

每天强迫自己做两件不喜欢的事

陈为国

前不久,我在书上看到这样一句话:“一个人每天要做两件不喜欢的事,这对灵魂有益。”看到这句话,我感触颇深。

有一年春天,我外出办事时突然晕倒在车上。后来医生告诉我:“你现在处于亚健康状态,最理想的治疗方案是多锻炼、多运动。”

我多年从事办公室工作,常常一坐就是几个小时。由于缺少锻炼,身体抵抗力低下,出现了便秘、上火、脚趾溃疡、失眠、焦虑等症状。经过那一次意外,我决定强迫自己每天跑步。

刚开始跑步的10天,我腰酸腿痛,跑不到1公里就累得气喘吁吁,有几次都想打退堂鼓。但我想,既然自己确定了目标,就应该克服困难,毫不动摇地坚持下去。后来,经过20多天的跑步锻炼,我以前便秘、上火等症状被根治。

更重要的是,通过跑步,我获得了前所未有的快乐,工作和生活的自信一天天增强,焦虑、抑郁、烦躁等不良情绪也消失得无影无踪。

我强迫自己做的第二件事是每天学习1个小时。制作Excel表格和PPT是办公室工作的两项基本技能,而在多年前,我却对这两项基本技能一知半解,掌握不多。定了学习目标后,我借了两本电脑书,工作之余坚持学习制作Excel表格和PPT的方法和技巧。去年,在单位举办的PPT大赛中,年过半百的我获得了三等奖,同事们也对我刮目相看。经过大半年的努力,我从一个电脑小白变成了制作Excel表格和PPT的高手。

海明威说:“真正的高贵,不是优于别人,而是优于过去的自己。”一个人只要严以律己、克服惰性,每天强迫自己做两件不喜欢的事,笃行不怠,就会不断进步,从而塑造出一个超越过去的崭新自己。(作者来自河南油田)

可爱的同事

班长的“奋斗勋章”

陈侃 杨名耀

清晨的山间云雾缭绕宛如仙境,一座全新70型红白相间的井架赫然耸立在四川自贡的崇山峻岭之间,这里是华东石油工程公司六普钻井分公司70267钻井队。

这支队组建一年多的队伍中,青年人居多,葛剑就是其中的一员。去年8月,他离开校园,来到井队。

初来乍到,他对乡野、井架充满新奇。操作室里满屏的控制按钮、钻台上碗口粗的钢丝绳、机箱里飞速转动的齿轮等,都让他感觉到一切已经从课本走进了现实。

到了队上,井队安排生产骨干担任新员工的师傅,葛剑的师傅周德凯是一位勤奋实干又爱学爱钻的钻井班长。

说是师傅,其实只比葛剑大3岁,不论工作还是在生活,师傅都给予了葛剑无微不至的关怀,帮助他一步一步成长。

“大家的红工装上怎么都有一片片黑乎乎的油斑?”刚到队上不久,葛剑好奇地问师傅。“那都是辛勤奋斗的勋章。”师傅笑着说道。

“都说石油汉子粗犷,肯定是我们干活儿不注意蹭上的。”葛剑疑惑不解地嘟囔着。

有一天夜班是钻进工况,师傅二人正在巡回检查设备。突然,师傅发现2号钻井泵1号缸有泥浆滴漏,立即用对讲机呼叫:“钻台、钻台,2号泵耐磨盘刺漏,立即停止2号泵,倒用1号和3号泵钻进,同时安排两个人下来一起修泵!”

冬天的夜晚,在井场探照灯的照耀下,黑乎乎的油基泥浆在地面上冒着一股股热气。随着一阵阵大锤的敲打声,师傅站在钻井泵箱旁,弯腰用力拉出重重的耐磨盘。

此时,师傅脚下踩着黑乎乎的泥浆,结实的身体蜷曲在狭小的空间里使着浑身的力气,额头渗出一片密密的汗珠,工作服不可避免地蹭到了黑乎乎的泥浆。

“哦,师傅说的辛勤奋斗的勋章原来是这样来的。”那一刻,葛剑恍然大悟。

修好泵,师傅二人拿棉纱清理劳保鞋底和工作服上的油污。“油污一定要擦干净,防止蹭到其他地方污染环境。”师傅边说边擦拭着。

清理干净油污收拾好工具后,他们又一起向下一处设备巡检点走去。

“干活儿时不怕苦、不怕累,保质量、高效率;干完活儿检查好、收拾好,清理好,认真对待工作中的每一个细节,这就是咱们石油人的‘油味’。”听着师傅的嘱咐,一股暖流涌上了葛剑的心头。

(作者来自华东石油工程公司)

我爱我家

当“谎言”被戳穿

大漠人的肩上,有责任,更有担当。所有的岁月静好,只因背后有更坚强的她。

刘江涛

“你病了?感冒、闹肚子,还是咋着了?”2022年冬至一早,在西北油田联合作业基地,老同事刘红新二哥打爆了电话,才把我从迷迷糊糊中叫醒。

“嗯嗯,可不得劲了,喝水都塞牙。”我翻着白眼儿痛苦回应着。

“赶紧去医院,有病不能等。”二哥上气不接下气地跑到我的宿舍。

车子疾行在戈壁上。我瘫在二哥身上,耷拉着脑袋,捂着肚子。

“二哥,见俺家老刘没,电话咋都不接。”颠簸中,我那也在大漠戈壁打拼的媳妇,给二哥打来了电话,话筒那边焦急的声

音灌进我的耳朵。我使劲伸起脖子,向二哥挤眼儿。

“他这两天驻井没信号。天冷,妹子咱都保重。”刹那间,二哥吸了几下鼻子。

临近中午,二哥扶我下车,我脚底一歪,一屁股坐到医院门口台阶上。二哥急忙找来轮椅,扶我坐上。接着楼上楼下跑,挂号诊治、化验检查。忙活老半天,大夫交代明儿一早取结果,我们悻悻然回轮台基地宿舍。

第二天中午,二哥跑去拿回检查结果,说重感冒引起急性肠胃炎。一听是老毛病,我心底梗阻的那块大石头,“咣当”落了地。

“二哥,我刚才在外边跑结账,在人民医院路口好像见着你了,你来轮台了?”媳妇不

依不饶,又打来电话。

“我……我们在基地公寓。”

“真来轮台了?”

“嗯,来……来看病。”

“老刘病了?不是驻井吗?”两人在电话里吵吵起来……

宿舍的门吱地被打开了。“来啦,徐老师。”二哥客气着。

“人都病成这样儿,也不吭一声,当自己人呐。”媳妇紧盯床上的我,没好气地嘟囔着。“你们多大人,恁自私,可把人揪心死了。几天联系不上,还说驻井了。”媳妇一边抱怨,一边热着饭菜。

“这几天没你的消息,俺心里跟着火似的。单位那边还要忙井控培训,本想拐个

弯去看你,可就连吃顿饭的工夫都没有。自己吃饭的时候别凑合,你老糊弄肠胃,这回好了,三尺汉子病成了‘蔫瓜蛋’!”媳妇可劲嗔怪着。

“来,新鲜的鸡蛋羹,热乎乎来上一大碗,病就好了。”

“妈,找见爸了没,他咋了?”女儿心急火燎打来了视频电话。

“你爸在,正吃小灶。前几天‘驻井’没信号,这不昨儿刚赶回来,有些着凉,正加餐呢。”

大漠人的肩上,有责任,更有担当。大半辈子漂泊不定,四海为家。所有的岁月静好,阖家幸福,只因背后有更坚强的她,于漫漫长路上一生厮守。

(作者来自西北油田)

油站里的守护

山村、小站、夫妻俩,这并不是一个浪漫爱情故事的开始,而是为爱奋斗的一个片段。

余卓君

“娟娟,一会儿加完油,你先去吃早饭,这里我顶着。”东方刚露出鱼肚白,贝小江一边拿着扫把扫地,一边对正在弯腰给汽车加油的妻子沈娟娟说道。

扫把的“唰唰”声响惊醒了村庄里的鸟儿。它们“叽叽喳喳”的声音预示着新的一天开始了。

每天5点半起床打扫卫生,擦拭加油机,客户来了就加油——这是他们多年来雷打不动的生活。

2018年5月9日,夫妻俩成为浙江绍兴石油上虞梅坞加油站的正式承包人。从此,站即是家,家就在站,家和站之间的关系几乎画上了等号。

一年365天没有假期,天天围着油站转。工作即生活,生活亦工作,就像是村口的两条蜿蜒的小溪,自融入加油站背后的小小河里,就不再泾渭分明。

闲时,沈娟娟守站,贝小江出去跑客户,加油、做账……每天忙完都近午夜。

由于梅坞站临近上浦镇,油站的早高峰总是比市区来得早一些,他们往往要等到早上7点半后,才有些许的空闲能坐下来吃一口早饭,一年中两人能坐在一起吃饭的时候更是屈指可数。

去年妻子生日,贝小江本计划去镇里买束鲜花给妻子一个惊喜,可正好遇到农用油高峰。整整一天,他和妻子一直忙碌在加油现场,连水都顾不上喝一口。看着妻子疲惫的眼神,贝小江心里满是愧疚。

“买什么花啊,我们站旁的油菜花不比那些花差,这还是你去年冬天种下的。你看,放在办公室里不挺好看的?我喜欢。”善解人意的妻子很少抱怨。

“没有丈夫的支持,我不可能安心做好工作。”对于丈夫关掉早餐店成为她和肩作战赢市场的“战友”,沈娟娟一直心存感激。

去年的百日竞赛活动期间,夫妻俩配合默契。贝小江走出油站,带着润滑油样品,把附近上浦镇和丰惠镇的修车店问了个遍,还提供送货上门服务,努力为油站创收。

沈娟娟则做好站内服务,热情接待每一位进站客户。每次油站开展促销活动,她都会打电话给村民,随时等候他们光临。

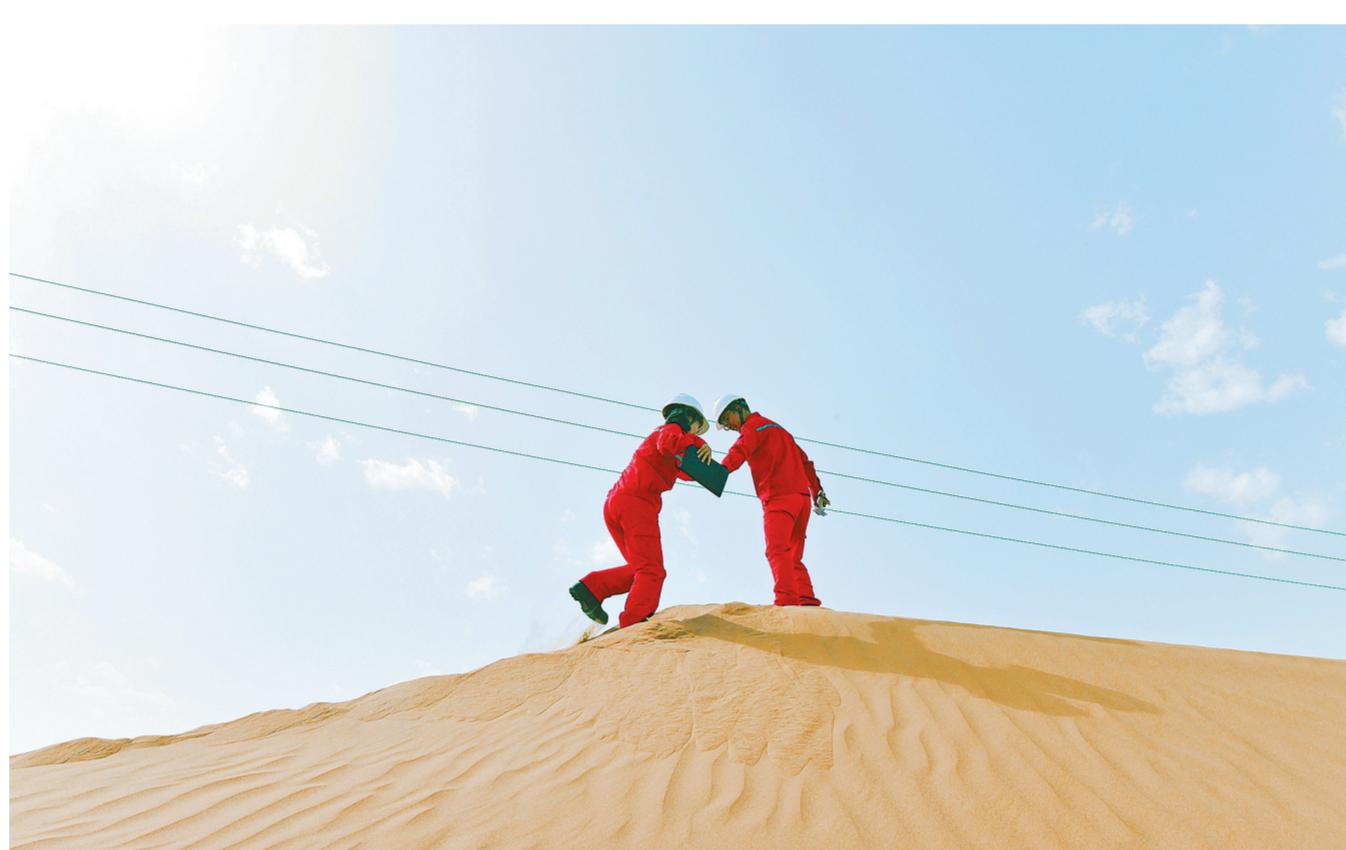
经过三个多月的努力,在竞赛活动中,他们的油站取得了优异的成绩。

如今,夫妻站各方面条件都有较大改观,贝小江夫妇俩吃完晚饭,碰上好天气,还会结伴出去散步。

不久前,沈娟娟买了一个跳舞毯,在院子里跳舞锻炼身体,贝小江则在旁边与她聊天,原本单调乏味的生活被他们演绎得多姿多彩。

山村、小站、两夫妻,这并不是一个浪漫爱情故事的开始,而是为爱奋斗的一个片段。贝小江夫妇不是石化员工的特例,他们只是一个缩影。

(作者来自浙江石油)



携手

杜宗军 图

笑容明媚了沙漠

钻塔的剪影映在橘红色糖果般的落日上。石柯依偎在肖勇身旁,笑得很甜蜜。

单旭泽 唐立国 李社班

5月20日,位于塔克拉玛干沙漠腹地的顺北805斜井已经钻进至7891.47米,在进行三开中完作业。

经纬公司西南测控公司新疆分公司XN022录井队的石油夫妻肖勇和石柯登上泥浆罐平台,仔细测量数据,并巡回检查各传感器的工作状态。

下了平台,肖勇轻轻拍掉石柯衣袖上蹭的灰。石柯温柔地看看他,眉眼一弯,笑了。这是他们春节返疆驻守井场的第110天。

“520”这一天,大家都在表白爱。但对于肖勇和石柯来说,没有鲜花和礼物,他们和平时一样,观察、采集、收集、记录、异常预报,建立录井地质剖面、评价油气层,忙碌又充实。

肖勇是仪器工程师,石柯是仪器操作工。2012年,肖勇在塔河的TH123106CX井上施工,遇到了爱笑的湖南姑娘石柯。突然的心动成就了这一

段爱情故事。

“往后的春夏秋冬,咱俩一起笑着走。”从红工衣到白婚纱,石柯记住了肖勇的诺言,跟着他一起坚守沙漠,一起开心度日。

2018年春天,正在顺北7井施工的石柯怀孕了,肖勇兴奋地抱着石柯转圈圈。

沙漠里九天风沙一天晴,石柯常常感觉到沙粒和牙齿碰撞。肖勇心疼,每天替她戴好口罩,尽力为石柯补充营养。

一天,石柯突然感觉到腹中胎动,决定立即回家。经历500公里的搓衣板路,汽车、火车近50个小时的辗转奔波,终于跨越4000多公里平安到家。如今,儿子已4岁了。

有了宝宝,肖勇和石柯在工作中迸发出更强的动力。2022年,他们在中国石化示范井顺北83斜井施工,创下了顺北8号条带风化壳预留卡层最好纪录和取芯岩芯物性最好、含气岩芯最长纪录,实现钻井周期节约率24.82%。

下班后,肖勇一直在琢磨送石柯礼物的事。他望望四周,几丛骆驼刺刚刚冒出新绿。采一束骆驼刺吧,又不忍心破坏这沙漠里珍贵的植被。

“算了,发个大红包,实惠。”肖勇给石柯发了个520元的微信红包,“等出了沙漠,再给媳妇买礼物。”

石柯收到红包,嘴角上扬,跑出营房,找到蹲在沙丘旁的肖勇,嗔怪道:“看你,我就在你身边,还搞这种浪漫。”

钻塔的剪影映在橘红色糖果般的落日上。石柯依偎在肖勇身旁,笑得很甜蜜。

在沙漠坚守12年,小夫妻共完成23口标杆井施工,各类工程异常精准预报340余次。他们所在的XN022录井队是标杆王牌录井队,承录过顺西1井、顺北1井等多口重点风险探井,先后荣获西南石油工程“青年文明号”“金牌作业队”等称号,连续8年荣获“中国石化资质认证甲级录井队”称号。

(作者来自经纬公司)

一杯水

高鹏飞

自尊。只是她进门的时候会有一杯倒好的水,刚刚不烫,那是他估计她快回来预备好的。

有时他也会梳理自己的委屈,想想她的无辜,也许生活就是一杯白开水。

有一天,一个要好的未婚同事在她面前炫耀男友如何关怀体贴,如何叮嘱多喝水、多休息,看着同事喜形于色的描述,她觉得有些好笑,竟也有些触动。

她忽然想到了自己的他,每次来都给她倒水的他,被她不耐烦催促的他,像那杯忘喝的水一样被忽视的他……

而等到回家进门,她却总急着说:“快给我倒杯水,渴死我了。”他边倒水边质问:“不就是在单位给你倒了水吗?”她解释:“忙得忘了喝。”

他依旧会去她单位,依旧会为忙碌的她倒一杯水催促她喝;而她依旧说忙,让他快点回。

他试着要性子:“你喝完我就走。”而她总是加重语气说:“别烦我,不看我正忙着,你快走吧,让人说呀。”

他只是觉得隐隐有些心疼,还有些恼火。

后来,他不去她单位了,或者因为小小的

初卫平

职场中不顺心事十之八九,稍不留意,便有可能陷入进退两难的尴尬境地。但只要处理得当,还是可以巧妙化解的。

上周,领导安排我到基层班组进行帮扶,在基层每天忙碌而充实,我人缘好朋友多,干起活儿来也会顺心而踏实。

没想到,去帮扶的第二天,班长就给压了担子。“你干工作挺踏实,我外出学习几天,你临时帮我管理几天班组。”

没有基层管理经验的我硬着头皮答应了下来,心里不免盘算起来:临时负责几天,不会有么难度的。

可第二天分配工作的时候,就遇到了挑战。“小张、小孙你们负责修理闸门,老李和大刘去把电焊机抬到库房里。”话音刚落,老李师傅噌地站起来说:“我抬不动,我不抬!”

“你怎么抬不动?抬不动也要抬!”我拿出班长的威严。

“那你身为副班长,怎么不抬?就知道吧嘴啊。”