

# 你 的

## 木易(29岁 寿光市) 在跑马中重新定义自己

我的职业生涯比一般人曲折。22岁,大学毕业;23岁,成为一名基层公务员;25岁因为各种原因辞职,赋闲在家一年多,一度消沉和迷茫。26岁,我开始跑步,最初是在家附近的广场晨跑,后来跟朋友加入了一个跑团,5公里、10公里、20公里……通过跑步,我找回了原本那个满腔热血的自己,也结识了很多朋友。29岁,我经营着一家不大的早餐铺,会去周边城市“跑马”。朋友们都说,我的状态比20岁出头时要好。其实在我心里,用心跑好每一步,感受当下每一个瞬间,就是生命的意义所在。努力奔跑吧,少年!

## 杰西卡(29岁 奎文区) 收获内心更加充盈的自己

我是舞蹈老师,可能因为从事文艺工作,更加乐观且自信。不过,五年前想起30岁,还是有些害怕和焦虑的。这几年里,我尽可能充实自己的生活和阅历,认真上好每一堂课,多去外面走一走,看一场久违的演唱会……不让生活的繁杂左右情绪,也学会了很好地享受独处,现在的我内心更加充盈和宁静。我相信,30岁对我来说会是一个很好的开端,享受当下,以后的每一岁都是最好的风景。

## 南溪(30岁 潍城区) 打不倒我的都使我强大

我的30岁,充满了戏剧性,一年内失去了两个爸爸,婚姻也亮起红灯。2018年9月,我的父亲查出肺癌晚期,确诊时医生的那句“你成家了吗”深深戳痛了我。是啊,我也到了成家的年纪,应该给父亲一个交待了。于是,那年我闪婚了。2022年下半年,父亲再次入院,生命进入倒计时。然而,就在父亲离去的前几日,从丈夫老家传来噩耗,身体一向硬朗的公公突发疾病离世。公公下葬后我回到潍坊,父亲也紧接着离世了,那几日他一直在等我回来。拖着持续高烧的儿子,再次为父亲料理后事。几天时间里,我送走了两位爸爸,甚至顾不上悲伤和哭泣,我累到要一头栽倒的程度。处理完一切,我把自己关在屋里,想想这阵子发生的事,默默地流泪,想想自己未来的路,陷入沉思。30岁这一年,我失去了父亲这座靠山,也没有了婚姻里可以依靠的臂膀,我提前经历了普通人五六十岁才会经历的事情,但我坚信,打不倒我的都会让我变得更好更强大。未来的我一定会很好,因为所有的苦难都已经历,剩下的应该就是绽放吧。

## 北北向阳花(30岁 高新区) 继续寻找自己的幸福

女孩到了30岁,真的有很多人担心你嫁不出去。前几天,同事给我介绍了一个男生,说实话条件还不错,但我们真的没什么共同语言。同事不解甚至有点气愤:“这男的条件多好啊,你30岁了还这么挑挑拣拣!”我被问到无言,条件匹配的婚姻就一定能幸福吗?30岁像道坎,最近听到最多的就是“感情是可以慢慢培养的”“找个人品好的就行了”……我母胎单身了这么多年,坚信爱与幸福终有一天会到来,为什么到了30岁就要将就?我要的是有共同语言、互相尊重,既能各自独立也能携手与共的感情。如果没有,我愿意等。毕竟,我才30岁!

曾经以为30岁很遥远,恍然间却发现18岁已过去很久。人们常讲“三十而立”,30岁像是被放大强调的一个年龄节点,“30岁是人生的分水岭吗?”“30岁对女性来说意味着什么?”“30岁后如何拥有更精彩的人生?”站在30岁的当口,有人困于柴米油盐酱醋茶的琐碎,有人努力挣脱世俗。30岁的你,过得怎么样?

## 吕大侠(31岁 滨湖区) 依然游走在大学校园

在家人眼里,我一直是个不让人省心的孩子。明明成绩和长相平平,却总想过与别人不同的人生。本科毕业于一所不知名的院校,按照父母的规划,我应该回家乡上班,然后娶妻生子。但不出所有人预料,我带着2000元生活费只身一人来到浙江,干了一份与专业并不相关的工作,并且一干就是7年。2021年,也就是28岁时,我突然冒出考研的念头,于是边工作边学习,一个人默默地努力着。29岁那年,我将清华大学的硕士研究生录取通知书递到父亲面前,并没有想象中那么雀跃,父亲摸索着通知书淡淡地说:“虽然还没结婚,但你也算成人了。”如今31岁的我,仍不慌不忙地游走在大学校园,按照自己喜欢的节奏过着每一天。于我而言,30岁,精彩的人生才刚刚开始。

## 秋田(31岁 寒亭区) 我在变化中适应变化

30岁最大的变化就是——我当妈妈了,从此生活有了天翻地覆的变化。坐月子时,房门被一次次毫无征兆地推开,我知道原来的生活已被关在门外了。初为人母,不知道怎么照顾孩子,我甚至有些轻度抑郁,好在全家人都能理解并帮衬。现在的我已逐渐适应新角色,享受做妈妈的幸福,听着肉嘟嘟的小人奶声奶气地喊“啊妈……妈妈……”,曾经的焦虑、无助都被抚平。以后的日子,我会在变化中适应变化,在当妈中学会当妈,心中有娃、脚下有路,便是我30岁最好的模样。

## 春田花花(34岁 寒亭区) 成长为不太快乐的“中年人”

不记得30岁是何时开始的,但34岁一晃就来了。有车有房,孩子可爱、爱人顾家,在很多人眼里我的人生答卷算得上及格。其实,30+的年龄时常让我焦虑。工作没有上升空间,想辞职又不敢;夫妻感情进入平淡期,两人沟通甚少,在家常常是一人抱着一部手机,自娱自乐。我问闺蜜:“你快乐吗?”“每天忙忙碌碌,好像没时间快乐,真的好久没有发自内心地快乐过了。”不知道多数同龄人是否跟我们一样,成长为不太快乐的“中年人”,在日复一日的操劳中迷茫和感伤,也许这是人生常态吧。

## 和你聊个天

每个人的社会时钟不一样,有人30岁时去读书,有人40岁时开始新的职业生涯,有人50岁时开始学习一门新的语言……这个世界上,总有人按自己的节奏向前行进。其实,任何一个年龄都不会成为人生的分水岭,何况三十而已。愿大家在30岁的年纪,心存梦想,敢于乘风破浪,用心感受最好的时光。

## 话题卷

□潍坊日报社全媒体记者 张沁