

# 最新暑假的心得 暑假工心得体会(优秀9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 暑假的心得篇一

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，通过实践，我最深刻的领悟就是要让自己在实践中升华，更好地认识和适应社会生活，领悟人生的真谛和做人的道理，为将来打下基础！

古人云：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂而又难忘的打工旅程就像是白驹过隙般，飞速而逝，而这其中的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个多月的时间，内心充满着激动与无限的感慨。

现在就业环境的不容乐观，竞争形势的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的大学生选择了社会实践工作。打工实践时间虽然不长，但这段时间却让我们体会到了工作的辛苦，锻炼了我们的意志品质，同时也积累了一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

很多的大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。那些独立思考、独立工作或独立解决问题的能力是在社会实践中才能学会的。通过社会实践巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠社会实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得

大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者积累社会经验的手段，更重要的是要借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

这次的实践对我来说是一次难得的机会，让我慢慢走上成熟。我们一贯受老师、家长、同学的关爱，生活可以说是无忧无虑的，很少接触社会，吃苦就更不用说了。这一次在饭店的打工经历让我接触到形形色色的事物，也结识了很多人，他们让我更深刻的认识到社会，也拓宽了我的视野，教会我如何适应社会融入社会。

作为一个当代学生，我们需要学的有很多，对于未来将踏上的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。到饭店工作我才发现自己并没有太多优势，学校里所学的理论知识和现实还是有很大差距，或许应该说那些并不会帮我太多，一切都需要重新摸索，为此在我选择岗位的时候，我选择了服务员这一个岗位，因为他接触的客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我是一个绝好的锻炼机会。

在工作中，虽然我工作并不那么起眼，这其中也自有一份程序。这一个多月，我发现要能够应付自如的干好一份工作，无论繁忙、繁重还是清闲，都要用积极的态度去对待并完成我们的每一份工作，而不是抱怨工作量的比例的大小，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想得太糟糕，而是要保持好的心态面对每一天。因为快乐的心态会使我们不觉得工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训和指导下，我很快熟悉了饭店的基本情况和 workflows，从理论知识到实际服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了服务

员所具备的各项业务技能，并在过程中逐渐学会处理各种紧急事件。

实践占用了我们大学里第一个暑假的时间，但我们并不会因为我们以前引以为傲的一切而受到礼遇，和其他员工一样，从饭店基本知识开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。是真真正正成为饭店一员，把自己和饭店紧紧联系。

工作过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为以后积累了经验。这其实也是一种学习，只不过这个学习的东西与课堂不同，与课程相比，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充斥在生活中，学习中。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，通过实践，我最深刻的领悟就是要让自己在实践中升华，更好地认识和适应社会生活，领悟人生的真谛和做人的道理，为将来打下基础！

## 暑假的心得篇二

给了我太多的第一次，人生也是从无数个第一次开始的，我真心珍惜这一次给我的磨练，这一次的感动。

回首那段日子，仿佛还在昨天。昨天的我，在河源市高新区西可通信有限公司模具厂真空电镀部当一名普工，主要负责生产制造流水线上的工作。还清楚的记得第一天跟同学去报到的情景，夏日炎炎五个人在陌生的地方，大包小包的行李一路随行，那个壮观引来无数人侧目，说真的，当时心里就是有一种感觉，丢人！第一天给我心灵好大的感触，就是再怎么也要好好读书，以后别走这样的路。

没来之前，一直就有心里准备，打工的生活会好苦，但是来了之后才知道现实的比想象的更辛苦好多，不仅是身体上的劳累，还有心灵上的压力，时刻感觉透不过气来。既然做了

一份工作，就要把它做好，对它负责到底，但是很多时候因为自己的粗心大意或不熟悉把产品给搞砸了，挨批评就少不了了。在这里实行的是两班倒的工作制度，刚开始时真的好不能适应日夜颠倒的生活，上夜班的时候很容易打瞌睡，工作效率也不高，生活规律又全乱了套，一方面是来自自己生活上的原因，一方面是工作做得不到位，来自上级的压力，一时间，真的有了打退堂鼓的打算。但是，转念一想，我好不容易才进来的，别人都能坚持住，为什么我不能？所以一直憋着一股气，只要别人能做的，我就能，越是打压我，我就越是不服输，不到最后一刻我绝不低头，所以一天一天的熬了过去。也好在，那里的员工都很好，无论是工作上还是生活上都给予我很多帮助与鼓励，跟他们在一起不单只是学到东西，还很开心，在她们的热心帮助下，我也慢慢适应了那里的生活节奏，越做越顺，越做越开心了。

在那里给我感触最深的，体会最多的，不是生活、工作苦不苦，而是工作的责任心。我敢说那里的员工大部分对待工作都是很有责任心的，由于公司实行的是分班制，以产品的良率为标准，两个班进行比较，好的表扬，差的找出原因，要是不能提高良率，组长就有责任了，挨批是正常的，跟着的我们也不会好过啊！必然会加大工作量。一开始时，我们都没想过这些东西，只是一味的想着日子快点过完，熬出头就行了，但后来慢慢明白熟悉之后，就一心想着不输给另一班，从此每天就有了一个念头，好好干，提高良率，似乎这样干活就有了干劲，生活就有了目标一样，这样的每一天都不是混混度日的了，而是更有了精神，更有了一份责任，这样的生活也是更快乐的，因为我们感受到了我们都很齐心，我们感受到了付出后的回报，体会了工作上的成就感。

变通，可能是我们都是从学校出来的，我们相对于他们也比较听话，容易接受上级工作的安排，还有工作的领悟性我们也相对比他们的高，很多工作我们都是点到则明，而他们却要一定的时间，还要别人耐心的教，这些都是有明显的差异的。所以在那里的领导都比较喜欢我们，走时都不舍得让我

们走。

总之，在这短短将近两个月的普工生涯中，给我感触最深的，用一句话概括就是“知识决定命运”，没有知识你就只能做最基层的工作，并且在工作中素质方面也会表现出来你与别人的差距。所以经过这次的锻炼使我更珍惜现在的学习生活，让我更懂得要去学习更多的文化知识，或许现在还没有感觉到它的作用，但是在以后的工作中它一定会立竿见影的。也希望大家都能明白这一点，多多努力为将来奋斗！

### 暑假的心得篇三

20xx年的暑假，我决定去进行社会找个暑期找工作干干。当然，这也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性；想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在，其次，想增加点工作经验，从而可以在以后的就业时有一定的基础，减少就业压力。拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在毕业后能真正的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

首先，说一下我所工作的工厂——xxxx包装有限公司，是一个上市公司，总部在厦门。位于胶州市，主要是制作纸箱，还制作纸板。我呢，在制箱课干活，具体实在印刷机上当普工。属于最低级的工种。主要是干上纸箱，拿模板，挂模板，拆模板，洗油墨，打扫卫生等，很繁琐的。

刚刚到工厂，我就被吓了一跳，老员工说，我们是第六批来干活的学生，之前来了五批，全都因为干不了走了。我当时想：这个活究竟有多累？我能干多久呢？我怀着疑问上了第一个夜班，当时感觉挺兴奋的，也没感觉到怎么累，可是下

班之后，躺在床上时才感到原来是非常的累，但是，既然来了，就要坚持到最后！事实上，我们不仅坚持到了最后，而且受到了领导的夸奖，说我们干得好，没有一个在这糊弄。因此，厂里也给我们加了工资！

打工的生活是酸甜苦辣咸五味俱全，有欢乐，有痛苦，但我的收获是巨大的，是我对现实有了更深的理解，使我更加成熟，更加稳重，不再有幻想，现实就是现实，不掺杂一点幻想，还记得当时课长给我们说的话：现在走到社会了，与在学校不同了，要把在学校学到的东西在这里运用运用，一切都按厂里的规定来做事，就这么现实！是啊，社会就这么现实！

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的，虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你好或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是难受的，但是也要明确表示你是真心在接受他们的批评。这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这才是我们所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值，人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道了给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通，关心别人，支持别人。

经过这次工作，我收获了很多，总结了很多。

- 1、现实的社会告诉我，工厂是以利益为重的地方。在这里，公司利益为重，自己的利益体永远微不足道，作为员工，你

不能去挑战公司的利益，只能为了公司的利益舍去自己的利益，不管这个公司怎么标榜自己：我们时刻想着员工的利益。这都是骗人的！就这么现实！

2、现实的社会告诉我，要想在这个社会生存，你必须有一技之长。以前体会不到，经过这次实践，终于深深地体会到了。这个社会的准则是：强者生存，强者受到尊敬，弱者只能被社会所淘汰！在厂子里，那些机长年龄都不大，比我们也大个四五岁，但他们都有技术，有能力，因此工资也高。在厂里，都称他们为老大，由此可见，对他们是非常的尊敬，他们活干的也少，就因为他们会开机器，就这么简单！但又有几个能做到呢？想想我们大学毕业之后，我们会什么，这是一个令人非常害怕的问题！

4、现实的社会还告诉我：成功没有捷径可言，必须一步一步的走。你不要计较别人干了多少，没有白干的，老员工经常告诉我，只要你多干点，不要偷懒，你的工资就高，别想诡计，和谁搞好关系了，什么什么的。这个只能使你少干点，要想多挣钱，就得多干活，厂里只看效益！是啊，公司给你发多少钱，要看你能给公司带来多少钱，只有努力干活，才能多拿工资，才能学到技术，才能上升，才能成功！

5、现实的社会又告诉我：我必须好好好学习。在干活时，经常想到在学校的时光，虚度啊！打工是艰辛的，学习是轻松的，以前父母总是说挣钱是多么的不易，你上学很轻松啊，总是体会不到，这次终于体会到了，我想到了《唐山大地震》上的一句台词：没了没了，才知道什么叫没了。悲哀啊，这次回去，一定要好好学习，绝不虚度了！

现在在学校里想来，三十多天的打工生活，我收获还是具大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这是我的一分财富。经过假期短暂的社会实践，虽然很是疲惫，但当每天的工作得到周围工作人员和家人的赞赏，还有自己所挣得钱，我是非常开心的，也感觉自己变成熟了好多。现

在学校只有学，加好专业知识，这次实践也让我课余了解更多就业信息，注重组织及人际关系能力的锻炼，为以后就业做好充足的准备，也不至于面试时没有信心和敢于挑战高薪的勇气了。

## 暑假的心得篇四

这个暑假，每天的行程几乎都满了，我的假期生活也变得更加繁重。

这个假期既漫长又短暂，似乎每天都有做不完的事情。

记得往年都要去社区参加活动，次次都不相同。今年，是关于机器人的公益活动讲座，告诉我们从来都不知道的知识。比如：机器人究竟是什么？机器人有什么用？一个个看似简单的问题，似乎没人能得出答案。见我们百思不得其解，老师呢，就讲解得很仔细，使我们恍然大悟。在座的同学们也都悟出了其中的道理：不管什么东西、什么事情都会有最深奥的秘密隐藏其中。

放假起初，我忙着做完了英语，可是，急忙做完了作业，却会很无聊。知道后来才明白：学习是一种循序渐进的过程，不可操之过急。重要的是在于实现目标的过程，而不是实现目标的那一个瞬间。

在假期中，反而没有在学校的时候充实。虽然学校里的作业不少，可是，总能看见同学、朋友。总有欢乐的时光，总会传来一阵阵笑声。虽然偶尔犯错，但是却不会收到很严厉的指责。所以，三班同学都会虚心接受。的确，顶嘴也是有的，但只是人们口中“叛逆”在作怪。当然，也有自身的因素。所以，我想这应该都是无心之失。

三班是个集体，是个“大家庭”、那么，我们怎么会和“家庭成员”吵架呢。。



整个假期，使我明白了许多。我也会更努力的去学习、为自己的目标而奋斗！

[]

## 暑假的心得篇五

一个暑假就这样在我的一个半月的忙碌中悄然而逝，我却还没有回过神来。虽然这个暑假我没有好好玩过，但是我却很满足。理由很简单，那就是我这个暑假我都在波司登公司度过的，意思也就是说我这个暑假在打工。

在我们这里最不缺的厂就是服装厂，而我们这里人大约有90%都在服装厂，而服装厂是我们这里赚钱最多的地方，也是工作最苦的地方，一天13个小时不停的工作，所以辛苦程度可想而知。但是我还是选择服装厂打工，因为我知道“吃得苦中苦，方为人上人”。

就我而言，打工是一件很有趣的事，也是一件很辛苦的事。但是终归到底对我本身是一件非常有意义的事，因为我们这是在接触社会，在积累经验。在当今金融危机的社会大环境下，找工作，有经验的人最得利。尽管你的学历有高，你所应聘的公司还是先看你是否具有工作经验，其次才看你的文凭有多高。所以正是这样的心里驱使着我投入到暑假打工的行列中去。我打工还有一个原因——家庭的经济状况。我觉得一个人21岁，应该是为爸妈分担负担的时候了。我觉得这样还可以体会一下父母的钱为啥叫血汗钱的含义，这样赚的钱自己用起来才有一种满足感、自豪感。这样一来父母也可以很开心的看到自己的孩子有用了，可以不用自己操太多心了。

在波司登公司我学到的不仅仅是经验，还有学会怎样做人、处世(处事)。虽然我们进去都是为了赚钱，但是与人如何相处也很重要。我是在公司后道打工的，这个后道虽然不算太大，但是里面的人际关系去很复杂。里面经常发生口角事

件，我经常和我的同事说这些事根本不需要这样大动干戈，没有必要。我的同事经常说他们就这样。我觉得这些鸡毛蒜皮的事大可以“大事化小，小事化了”。我会在遵循自己的“人不犯我，我不犯人”原则上去交朋友。而我也遵循了这个原则，交到了不少的朋友，有中年人，有和我年纪差不多的人，我都能和他们很开心的相处。我们经常互开玩笑，但是那不是相互谩骂，和那些打架骂人的人比起来，我们是文明的。我偶尔会问他们我这个人怎么样，他们都说我还不错，很容易相处。每当我听到这些话的时候我都非常高兴，觉得自己在为人处事这方面还行，觉得自己并不像爸妈说的那样我这个人将来在为人处世这方面会“栽跟头”，因为事实摆在面前——我不差。

我在这个公司同样体会到了学习的重要性。在波司登这样的大公司，自然不用问里面的职工有多少，而是要问职工有哪些人组成的，而在这些人当中就存在着这样一些人——正值上学年龄的孩子(和我年龄相仿)。我经常盯着他们看，觉得这个世界太不公平了，为什么我们在上学他们却在上班，和我处的比较好的同事告诉我他们大多是从四川等外地来打工的，就是因为一个字‘穷’，不得已才出来打工谋生的。我顿时觉得这些人蛮可怜的，更觉得学习是多么重要。所以我会在今后的学习中更用功更刻苦。

打工就是这样，有苦那是必然的，如果没有苦，那打工还有什么意义可言呢？虽然我赚的钱和正式职工比起来不算太多，但是当我拿到属于自己工资的时候，我觉得这些天受的苦都是值得的，真得很值。当我要拿钱出来用的时候，那种不舍得用的心情很强烈，我同样感受到每当父母要拿钱出来用的时候的那种不舍得用的心情，所以我决定以后用钱的时候，要事先考虑一下钱是不是用在了‘刀刃’上，这样钱才算用的值。

就在8月20日我的工作到此结束，也就意味长达一个半月的打工生活结束了，在这一个多月里我再一次深深的体会到了打

工的艰辛，和赚钱的不易，更进一步的了解到了父母在公司里打工的辛苦，也让我更加珍惜学习的光阴，也让我再一次累积了更多的工作经验。

打工的日子让我活得很充实，让我觉得自己有价值，更让我的心身得到了更好的锻炼，更让我有了自信，也让我懂得了很多很多。所以我要年年暑假打工，我喜欢打工，因为我觉得我是有用的。我恋上了你——打工。

## 暑假的心得篇六

漫长的一学期生活已经结束了，暑假就来临了。原本以为在暑假里可以好好的休息一会儿，可是没有想到的却是以场学校的补课。

郁闷呐!两个月的暑假变成了一个半月不说，还要补课!!

第一次补课完后，原本以为可以休息一会儿，。来的却是堆积如山的作业!哎!加起来差不多7~9本吧!

但是在这暑假期间有酸也有甜，第一次补课结束后(也就是现在)我去了合肥去玩，虽然说那里没有上海好!但总不需要再在哪里上补习班了吧!

在那里，我结识了很多小伙伴，虽然名字记得不多，但跟他们在一起玩都很快乐，大概他们都是小孩子。跟他们在一起能享受童年的时光吧!

在那里我尽情的和他们玩耍着，没想到他们也玩《梦幻西游》。他们都整天嘻嘻哈哈的，看见他们就算是愁眉苦脸的人也会绽放出美丽的笑容!

回想到8月22日又要回去补课，考试。就觉得悲哀!

在合肥的日子真的很开心，在那里写写作业，上上网，打打球等都是多么快乐的事啊。真想下一次再到那里去。

## 暑假的心得篇七

两个月的假期就要结束了。放假期间，留下了许多的美好回忆。我暑假中最难忘的一件事就是——游泰山。

伴着太阳的升起，开始了本次旅行。站在它的脚下，它像一位婀娜多姿的少女，在盛夏换上了一件碧绿的衣衫。围绕在山腰的白云，就好似它飘逸的白纱腰带。山顶上修建的亭台楼阁，就好似它那精美的头饰。

走出碧霞祠，沿山路登上玉皇顶，我不禁大吃一惊。原来，玉皇顶上有很多大大小小的石碑。真可以称得上“碑林”了。还有一块高约30米的大石碑，上面刻着“天下大观”。这碑上的字都是金黄色的，阳光照射下，金光闪闪，美丽极了。站在玉皇顶上往下看，群山和云雾都在我脚下，我仿佛进入仙境，有些飘飘然。我不禁想起唐代诗人杜甫的名句：“荡胸生层云，决眦入归鸟。会当凌绝顶，一览众山小。”

伴着太阳的降落，这次短暂的泰山之旅结束了。这让我更加见识到了祖国的雄伟、壮丽。真是不虚此行啊！

## 暑假的心得篇八

这个暑假，我过得非常的有意义，因为这个暑假，我不是出去外面玩，而是选择了打工，而地点，就是我们这边的工厂。

记得刚进厂的第一天就不想干了，暑假前我下定决心一定要挣够5000rmb(这一点让我很失望，没有挣到5000大洋)我想着暑假前和朋友说的今年一定要买笔记本，工作又不好找，对我来说暑假工能找到工作已经很不错了还挑剔什么啊！

进厂还要交100元的押金干满一周才退押金，就这样为了把押金拿过来坚持了一周，一周以后想想我朋友他们都在外面干的他们都能坚持我怎么不能坚持呢!刚开始三天三天的查着，干完三天看看吧，不行就不干了，就这样三天三天的干了一个月，实在不想干了，厂里的活太累了，还有那刺鼻的味道，真的受不了，太累了为了这点钱吃着苦太对不起自己了，但是不干怎么买笔记本呢!

最后想请假，在家休息几天，班长说请假干嘛啊!我说太累了请假的，班长给我说，你请一天假几十大洋没有了，这几十大洋就够你买一个笔记本上的部件了，就这样我坚持着，坚持了50天左右没有请过一次假，也没有迟到早退过，其实这些也要谢谢班长(杨文涛)呵呵!有机会还跟这你混!其实你说请一天假就够买笔记本电脑上一个零件的时候，我很在意你说的这句话，就是这句话我坚持了50天。

在这50天里，我收获了很多也我学会了很多，学到了在学校学不到的知识，体会到在学校体会不到的感受。在厂里没有人比我小了，最小的也成年了，有人给我说还是上学好，将来的路不会那么难走，不像他一样，天天干些体力活，他说现在他都后悔了。

这是我在厂里第一份收获，好好学习是应该的，在如今的社会没有技术是行不通的。不管怎么样在有一年就正式进入社会了，一定要坚持下来!

这50天不知不觉的结束了，说心里话我挺佩服自己的，我居然坚持过来了。

这就是我暑假的打工的经历，在这50天里，我锻炼了自己的意志，也知道了赚钱的不容易，以后，我一定要努力的读书，让自己可以赚钱。

## 暑假的心得篇九

妈妈在这个暑假为我报了一个十五天的集训营。去了以后，感觉那简直就是人间地狱。每天早晨都起得很早，紧接着就要跑步。

我们已经按规定的圈数跑完了。大家都已经筋疲力尽，感到非常不适应，毕竟这与小学的生活截然不同。但我们似乎是因为没有跑好，助教竟出乎意料地让我们加跑四圈。

跑前两圈时，我的腿感觉越来越麻了，小腿肚子还一阵一阵地酸痛。我皱着眉头，大口地吸着气，再呼出去。

我现在努力奔跑着，不禁想着：还是小学好哇！我一点也不适应中学的生活，但以后上学生活都是这样的了！

我的脚底开始紧挨着地面，一步一步地磨着地面跑。双手甩起来，胳膊也晃动起来。可，我已经疲惫不堪了。我又没有跟上体委的口号。我抿了一下嘴，仔细地听了一下口号。左腿停顿了一下，右腿向前一迈，跟上了口号。这时我感到嗓子里干干的，好像都要冒烟了。头上还流下了好多汗，简直就是汗如雨下。此时我的嘴张成了“o”型，大吸一口气再呼一口气的。我因为脚贴地面跑，所以不小心绊了一下。我身子向前倾，手还在空中划了一下，险些栽个前趴。

我脸又对着天空，大喘着气，心里又不自觉地开始想着：救命啊！我真的一点也不适应这样的生活，但这就未来的生活。加油！

死里活里还是跑完了。我知道，小学的生活已经过去了，我们不能一直停留在小学。初中学业会更重。衡水的压力是人所共知的。衡水之后的路途也不会更轻松。我必须尽快适应，奋力跑向未来，才不会让生活抛在后边。