

心有自洽,行有从容

世间万物,皆有其运行法则,而最珍贵的智慧,莫过于学会自洽——与自己和解,与生活温柔相处,在纷繁复杂的世界里,找到内心的平衡与安宁。这份自洽,不是妥协退让,不是逃避现实,而是接纳不完美、放下执念,以清醒的认知,过好自己的人生,这便是藏在万物运行背后的核心智慧。

我们总在追逐完美,总在与人攀比,总在纠结过往、焦虑未来,把自己困在内耗的牢笼里。为了迎合他人的期待,勉强自己活成不喜欢的样子;为了未完成的遗憾,反复纠缠无法释怀;为了遥不可及的目标,拼尽全力却身心俱疲,最终在追逐中迷失了自我。

自洽,是与自己和解的勇气。接受自己的缺点,不自我否定;接纳过往的遗憾,不沉溺悔恨;承认努力后的平庸,不自我内耗。不必强求事事圆满,不必执着人人认可,学会与自己的情绪共处,与自己的不完美和解,才能卸下心理的重担,轻装上阵。

心有自洽,行有从容。当我们学会自洽,便不会被外界的评价所左右,不会被内心的焦虑所裹挟,既能坦然面对生活的风雨,也能珍惜当下的美好。愿我们都能领悟自洽的法则,与自己和解,与生活温柔相拥,在平凡的日子里,守得内心安宁。

文/行政人事部 景璐

《春行》

星期天的上午天光正好,气温宜人,终于偷得浮生半日闲心底便生出几分出门走走的念头。换装出门,春风拂面,瞬间吹散了连日的疲惫,整个人都觉得神清气爽。

一些时日未来,园内已是焕然一新。地上的青草已冒出鲜嫩的绿意,高大的柳树枝头缀满嫩青的芽苞,微风轻拂过脸颊,空气中弥漫着清甜温润的气息。我顺着风吹来的方向望去,不远处是一片果林,杏花与榆叶梅的花苞挤挤挨挨,饱满丰润,似是蓄满了春日的柔情。漫天桃花瓣随风悠悠飘落,纷纷扬扬,宛若天宫桃花仙子踏云而来,落得一地温柔。我轻轻闭上双眼,耳畔传来阵阵轻快的歌声。抬眼向树林深处望去,原来是几位阿姨

身着鲜亮轻衫,在繁花林间载歌载舞,笑意盈盈,身姿轻盈,与这满园春色相映成趣。

缓步走近,花瓣偶尔落在肩头,脚下是青草落花,身边是欢声笑语,眼前是繁花似锦。平日里紧绷的心绪慢慢松弛下来。在这一刻不必追赶时间,不必思虑琐事,只静静站在春风里,看花开花落,听人声笑语,便觉得岁月安然,人间值得。

此时此刻我觉得最美的风景从不在南方温柔的山水里,也不在文人笔下锦绣的篇章里,它就藏在抬眼可见的繁花间,拂过脸颊的清风里,藏在悠然自得、缓步闲行的每一刻温柔时光中。

文/综合服务公司 王磊

邂逅春日美景,聚力逐光前行

四月春光正好,清风拂面,万物焕新,繁花次第绽放,草木满目青葱,处处皆是清新雅致的春日画卷,是外出踏青散心、亲近自然的美好时节。暂时放下手头繁杂工作,告别工位紧绷节奏,走出办公楼宇、远离城市喧嚣,从容奔赴山野郊野,沉浸式拥抱鲜活春意。闲暇时缓步慢行,赏花观叶、随手定格春日风光,与身边伙伴闲话日常、舒缓心境,在自然绿意里卸下连日伏案疲惫,放松身心、涵养情志,充实个人业余生活,留住春日专属美好,在悠然踏青时光中,遇见满眼温柔春色。

踏青寻春,不负韶光。行走于春色之间,体悟自然生机之美,亦是涵养心境、凝聚团队的暖心契机。本次踏春同行,深耕企业暖心

人文情怀,厚植和睦共事、互助向善的优良团队风尚,传承正向优良作风,深度融入优质企业文化理念。在同行相伴中拉近彼此距离,凝心聚力、温情同行,涵养团队协作新风,夯实同心同向、携手共进的企业发展底气,让文化力量浸润人心、赋能前行。

春启新程,聚力向新。全体同仁沐春风、立初心、担使命,躬身践行爱国、奉献、创新、进取的企业精神。以春日蓬勃朝气坚守岗位初心,以同心同向之力勇担发展之责,凝心聚力、聚力前行,不负春日盛景、不负时代期许、不负企业托付,携手并肩奔赴企业稳健高质量发展的全新征程。

文/天辰工程公司 任燕萍

四月芳菲至,赴一场春日之约

四月,春天走到了最浓烈也最温柔的时刻。风是软的,阳光是暖的。路边的樱花一树树盛放,如粉色云朵轻落人间;柳条抽出新绿,在风中轻扬摇曳,似在与春日温柔问好。草地上,不知名的小花星星点点缀满其间。

寻一个阳光和煦的午后,备上简单茶点,约上三两知己,带上可爱孩童,去往郊外、步入公园、走进山林。铺一方柔软野餐垫于青草之上,悠然躺下静望天空,云淡风轻,天朗气清,偶有飞鸟掠过天际,留下几声清脆啼鸣,满是自在惬意。

春天总让人忍不住放慢脚步,想把寻常日子过成诗。不必奔赴既定的远方,无需执念非做不可的俗事,只管沉浸在这片盎然春

色里,感受清风拂面、暖阳裹身,体悟万物蓬勃生长的力量。

四月的风,轻拂枝头新绿;四月的光,漫洒花开小径。草长莺飞,桃红柳绿,正是人间最动人的光景——春色正浓,万物可期。在这生机盎然的时节,何不暂别尘世喧嚣,走出家门,乘上一趟开往春天的公交。去山野间听溪流潺潺低语,去公园里看繁花簌簌如雪,去湖畔沐微风暖阳轻抚,尽享春日浪漫。

为方便市民踏青出游,我公司已优化多条途经公园、景区及郊野的线路班次,强化车辆清洁与服务保障,让每一次出发都舒适安心,每一程归途都满载春意。

文/营运部 郝彦梅

踏青时光

人间四月,春意渐浓,风是温柔的,光是和煦的,万物都在这场春日里,舒展着最鲜活的姿态,赴一场与世间的温柔之约。褪去了初春的青涩,四月的春多了几分浓烈与烂漫,正是走出家门,邂逅无边春色、畅享踏青惬意的最好时节。

踏青,是与春日最美的邂逅,更是一场治愈心灵的奔赴。卸下平日里的忙碌与疲惫,携一身轻松,走进山野林间、公园湖畔,脚下是松软的泥土与青青芳草,耳畔是清脆的鸟鸣与微风的私语。寻一处草坪静坐,看阳光漫过肩头,闻着阵阵花香,感受春风轻轻拂过脸颊,所有的烦恼与喧嚣都被悄然抚平;或是沿着林间小径漫步,触摸枝头嫩绿的新芽,捡拾飘落的花瓣,感受大自然蓬勃的生命力,内心满是安然与惬意。

在这温柔的春日里,踏青时光也承载着无数美好的畅想。愿我们都能在春光中,放下心中的浮躁,拥抱自然的馈赠,感受岁月的温柔;愿与家人好友相伴,在繁华下漫步,在清风中欢笑,把平凡的日子酿成甜蜜;更愿这春日的生机与希望,常驻心底,让我们带着对生活的热爱,奔赴往后的每一段旅程,步履从容,满心向阳。

四月春风正好,春日美景如画。不必远行,身边的郊野公园,便藏着最动人的春日景致。走出家门,去拥抱清风与繁花,去感受自然的馈赠,让踏青的快乐,成为这个春天最珍贵的回忆。

文/综合服务公司 王悦

古文的力量

有一种力量,穿越千年风雨,依然能滋养心灵、指引前行。它藏在古文凝练的笔墨里,是古人沉淀的智慧,是民族血脉中的文化基因,不张扬却有底气,能在我们迷茫时予方向,焦虑时赋平静,前行时注力量。

古人以笔墨为舟,载着对生活的思考、人性的洞察与家国的情怀,与后世对话。那些千年鲜活的文字,无华丽辞藻,却用朴素表达道尽人生真谛。

快节奏的当下,我们常被功利裹挟、浮躁困扰,在追逐中疲惫,在纠葛中内耗。而古文智慧恰是治愈良方:“己所不欲,勿施于人”。

古文不仅有处世智慧,更有修身法门。“吾日三省吾身”提醒我们自省完善,“宁静致远,淡泊明志”教会我们放下执念、接纳平凡,“天下兴亡,匹夫有责”则让我们懂得坚守责任与担当。

古文早已超越文字本身,成为民族的精神符号与文化遗产。读古文,无需死记硬背,只需汲取智慧、传承精神,融入日常言行。

墨韵传心,古智润行。愿我们在古文的滋养下,心怀从容与坚定,坚守善良本心,向阳而行,不负时光,不负这份穿越千年的智慧力量。

文/行政人事部 景璐