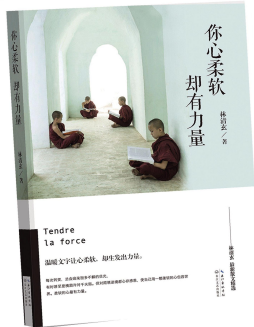


《你心柔软 却有力量》读后感

机械化分公司 元峰



读完林清玄的《你心柔软 却有力量》，感觉是湖面上蜻蜓点水，草原上舒心漫步，深山里的雾里赏花，有一种难以表达的情绪，小中寻幽，淡中得味，感知生活的价值和生命存在的意义。

文中幸福的开关让我想起了军旅生活，物质与精神的短暂“摧残”，迫使我尽快

成长，忘记那幼稚的书生气。对于衣食无忧的我，感触到了真正的生活压力，“再作训时，走出部队食堂的战友们，悄悄地在作训服里揣着一个馒头，等到晚上熄灯才敢偷偷品尝，你一口我一口，好甜那……”，就是这个白馍馍让我心里美滋滋的；“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”什么是坚韧？什么是顽强？我体会到了。“疼？在疼一疼就好啦！”这是班长的口头禅，每天当我躺倒在床上的那一刻，才知道这是我最喜欢的地方了。

短短的两年转瞬即逝，“当兵后悔两年，不当兵后悔一辈子”身在军营中的我不知所以然，忙碌、紧张、充实伴随着我，但时刻没有忘记

回家的向往。很快“向往”实现了，之后我才知道这句话的含义。俗话说“要想人前显富贵，就得人后多受罪”两年让我流血流泪，是为了将来的成长。就像书中所说的，“幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所得有的物质，而是在于人的心灵如何与生活对应。”是呀，在部队的生活很单调，当你满身泥泞，狼狈不堪地回到营地，冲个凉水澡是幸福的事；当你长时间执行任务，悄悄地打个盹是幸福的事；当你训练最痛苦时候，连长说声休息是幸福的事，想一想原来有好多好多幸福的事呀！

我想每个人回想起自己的人生路，看见了许多遗失的美好，才会更加珍惜现在的自己。

正如林清玄的文字，感情诚恳真挚。文章里亦引用了很多佛家故事与箴言，使其透着智慧禅机，令人回味无穷。

林清玄经历的人生种种，帮我沉淀了思想的杂质，保持着心中的清明，这就是柔软的力量！林清玄说，“柔软心是莲花，因慈悲为水，智慧做泥而开放。”是啊，拥有一颗柔软心，便可智慧地生活，幸福地生活，并充满力量。

人生的路途永无定数，幸福也无标准，但我知道，一定要充满阳光，用感恩的心对待身边的人，就像书中的一段话：“屋里的小灯熄灭了，但我不畏惧黑暗，因为，总有群星在天上。”

纸上得来终觉浅 绝知此事要躬行

『一学一做』教育实践活动心得体会

第五分公司 金勇

近日，我们学习了团中央关于“学习总书记讲话 做合格共青团员”教育实践活动的相关内容。使我深刻认识到，在新形势、新条件下，我们广大团干部、团员要通过学习，更加紧密的团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，牢固树立“四个意识”，扎实开展学习实践。

和共产党员一样，共青团员也是有着坚定信念的共产主义者，是广大青年的表率与榜样。所以，我们也应当同共产党员一样，对自己严格要求，时刻以先锋模范带头作用来衡量自己、约束自己。习近平谈到“广大青年要如饥似渴、孜孜不倦学习，既多读有字之书，也多读无字之书，注重学习人生经验和社会知识。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。所有知识要转化为能力，都必须躬身实践。要坚持知行合一，注重在实践中中学真知、悟真谛，加强磨练、增长本领。”

共青团员象征着青春和朝气蓬勃，是团结教育青年的核心，通过教育实践活动，进一步强化了我们的政治意识和先进性意识，树立和坚定了共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想。强化了组织意识和纪律意识，更好地听党话、跟党走，积极践行社会主义核心价值观，进一步彰显团员队伍先进性。

如何做一名合格的符合时代发展要求的共青团员，我结合自身工作实际，个人认为应该牢牢把握以下几点：

第一，必须加强政治修养，不断提高自身素质，共青团员作为先锋队，应当有警醒的意识，坚定的信念，像共产党员一样思想上不松懈、政治上不动摇、行为上不落后，自觉抵制各类不正之风。

第二，牢记自我角色，努力工作，克己奉公。周恩来同志指出：“一个干部、一个共产党员的最基本的要求，就是要有革命的热情，要有朝气、有干劲。革命热情一衰退，政治上就要蜕化了。”换句话说，合格党员或者是合格团员，都是“做”出来的，是热情的投入到事业中不懈奋斗地成长起来的。

第三，提高自身能力，适应时代发展需要。随着国家的高速发展，如果我们不坚持学习，不坚持锻炼实践，仅凭热情与信念是无法保持先进性的。所以，作为共青团员，要充分利用自身优势，狠抓业务知识学习、狠抓科学技术学习，在本职工作上干出成绩，体现出先进。



端午思

混凝土公司 王思怡

杨柳依依，艾草青青，五月的暖风，吹来沙枣花蚀骨的香气，一年一度的端午节也悄悄来临，街上的人流骤然增多，市场上卖粽叶卖大枣的吆喝声此起彼伏，人们开始忙着采购，节日，总会让人感到一种喜庆热闹的气氛。

提起端午，总会想起一个铁骨铮铮的名字——屈原，端午的来历甚多，而广为流传并被人们接受和认可的，还是屈原在五月五日抱石沉入汨罗江的悲情故事。虽然这只是传说，但却也表达出了后人们对



屈原伟大的爱国精神的缅怀和尊崇。

关于端午的由来和传说还有很多，但大都和粽子、艾叶和雄黄酒有关系，屈原已随着历史的烟云跨越几千年，任滔滔的时光划过多少个年华，人们不会忘了他那忧国忧民的精神和不朽的诗篇，端午节这个传统的节日，也伴着粽叶的清香一代代流传下来。

但在我们老家，是不包粽

子的，我们那里没有江河湖泊，自然也没有芦苇荡，城里人买粽叶，农村的人可能是嫌麻烦，就做油饼卷糕，炸韭菜盒子吃。用糯米和大枣加上红糖蒸成米糕，卷在炸好的软软的油饼里，吃起来又香又甜。小时候家里穷，没多少好吃的，总是特别盼着过节，不论哪个节日，都是掰着手指头算，到了节日那天，才可以吃到点好的，不是因为孩子们馋，真的是日子过的太艰难。

妈妈一向都很看重节日，不管生活多么窘迫，总会想办法给我们准备上节日的食物。妈妈炸的油饼总是又软又香，妈妈蒸的米糕也是又粘又甜。除了吃卷糕，还有好多习俗，小时候每到端午，妈妈都会提

前做好几个漂亮的香囊，里面放上艾草，端午的头一天晚上要放到外面润晨露，端午早上给我们每人带上一个，能避蚊虫叮咬，还能辟邪，手腕上，脚脖子上都戴上用彩线搓成的花绳，如今的人们，除了那些老人，年轻人恐怕都不给孩子香了，我们当年戴着妈妈做的香囊到处炫耀。

在老家，还有端午节在门上插杨柳条和艾叶的习俗，大概的意思应该还是辟邪吧，总之端午这天，家家户户的门楣上都会插上青青的杨柳条，邻居们互相把做好的卷糕送给各家品尝，那种其乐融融的热情场景真的让人很怀念。如今的城市里，邻里之间很少走动，再也体会不到那种浓浓的乡情了。

莲的心事

质量检测公司 宁婷婷

我是一颗孤独的莲

只有在盛夏才能被发现

我孤独的站着

等待被你注视

你不知道

我的花瓣、枝叶

都将在秋夜中

被风吹散落

你不知道

我多想被你呵护

多想被你捧在掌心

哪怕是一秒中也知足

你不知道

我的躯干被埋藏在泥土里

在我沉睡了以后

会有人将我带走

从此我便不能再与你相见



如果有一天，清清的湖水消融，鱼儿不能在水里游来游去。

我们头顶的天不再蓝，水不再绿，飞鸟不会南北飞还。

时间是漫长的，亦是短暂的，峥嵘岁月里的那些难忘早已离我们远去，经历时，有一种艰辛，回望时，有一种忘怀，观人，思事，论物，一切的一切，不再漫长，那一刻的仿佛就是希望。

一个人经历的越多，见识就会在不断增加，更新，随之也就会看的更清楚，只有智者会从经历中总结经验，不断历练，让自己的人生更加绚丽多彩，为自己的生活锦上添花，相反之，愚钝的人依然会怀着一颗懒惰的心，工作中不肯动脑筋，思考问题自然条理不清，工作效率不高。

人生就是一个不断选择与被选择的过程，在这个精彩中，我们拥有过，或者放弃过，我们喜悦或者沮丧，遗憾或者后悔，但是我们始终铭记的坚持，那

里的责任是我们每个人的应该尽的义务。

简单做人，洒脱自在，简单是种平淡，但不是单调，简单是种平静，但不是平庸，简单是一种特殊的美，不忘初心，方得始终，从小时候入少先队骄傲的佩戴红领巾开始，对着伟大祖

责任与爱

物业分公司 穆丛

国的国旗敬一个标准的队礼，在到长大后参加了工作在团旗下庄严宣誓，就是努力践行自己与社会的价值观的体现，我从未忘记自己的誓言。

一个人经历的越多，他便思考的越多，越是优秀越是努力，这种现象的根源在于：优秀的人总能看到比自己更好，而平庸的人总能看到比自己更

差，真的努力后你会发现自己要比想象中优秀很多，年轻的朋友们，请记住一句话：越努力，越幸运，越努力，越快乐。

一个人经历的越多，就会变得越来越成熟，稳重，安静，因为经历，他明白谁是真情实意，真心的去对自己好，谁又是

虚情假意，让浮云一片片在空中飘舞。

相对于不太抱怨的人，他的波折可能更多，见多识广，更加理解生活，懂得感恩，深知宽容博大是这世界上最美的字眼。

记得看过电视剧《警花与警犬》中李殊寒的父亲，离婚后一直从事自己的影楼事业，在

婚姻中没有担负起应当的责任，后来交往过好几段感情，有愿意与他结婚的，也有为钱与他交往的，而他，却不想为她们其中一个做出承诺，最终因为身边的女人觉得耗费了自己多年的青春报复她，将影楼中最重要的五块硬盘偷走。此时，她的父亲才醒悟：一个人经历的越多，才会看得更清楚，只有殊寒母亲才是真心对他好。

对于爱情，我的认知是：当你经历过爱与被爱，学会了去爱，才会知道什么是你需要的，才能找的适合自己，能够相处一辈子的人，用心去爱。

在人生的道路中，充满的荆棘与考验，要学会面对，学会坚强，学会了然，懂得理解与包容，一次选择可能造就自己的不一样人生，友情如此，工作如此，人间说不清理不明的感情更加如此。

年轻的朋友们：好好工作，它是你这精彩人生的前奏，也是责任，在责任中去学习摸索，总有一天会成功的。

粽叶飘香 品味端午

市政一路桥 任劲鹏

的包粽子活动。

活动现场准备了糯米、粽叶、红枣、豆沙等材料，单位职工围在一起包粽子。活动现场气氛热烈，只见包粽子能手们飞快的拿起粽叶填米、压紧、扎绳，长的、胖的、矮的……一只只可爱的粽子便在巧手翻飞中

诞生。包粽子的过程中，技术娴熟的人不用一分钟就可以包好一个粽子，而现学人则相对手拙，屡屡出现漏米、粽叶被弄破的情况。活动现场欢声笑语不断，大家都十分享受包粽子的过程，感觉包的不是粽子，而是快乐。我们认为通过这种活动，

既传承了传统技艺，又切身感受到了浓浓的节日气氛，很有意义。

此次活动的开展，增强了单位的凝聚力，加强了职工间的交流，丰富了职工的精神文化生活，推动了企业的精神文明建设。

