

追逐变化,快乐成长

个人成长是一辈子的事情,不要让自己进入一个无限规律循环的轨道,任由岁月在我们脸上徒增皱纹。

——题记

某个周天下午,睡得心满意足地醒来,平躺在床上,四肢放松,盯着天花板,脑海中涌出的第一个想法就是这个周又这么过去了,下个周还会按照计划有条不紊地进行,周而复始,稳定中透出了那么一丝无聊,缺少了一些变化和激情。随手刷刷朋友圈,每个人的生活似乎也在依旧前行,晒娃的继续晒娃,旅游的朋友继续晒美景,吃货朋友继续尝试新美食,文艺范继续小清新,微商继续卖东西……规律这东西就像漩涡,一旦陷入其中,很难抽身,因为大家熟悉了规则,喜欢做擅长且熟悉的事情,享受如鱼得水的那一点自在感,畏惧抽离之后的各种不确定和危机感。

不过射手座不安分的个性是不会任由平淡无奇的生活任意侵蚀的,我还是决定做出一些改变。一向素面朝天的我,拿起眉刀

把杂乱无章的眉毛修了修,擦上腮红后整个人顿时干净清爽了很多;做个指甲,看着Bling Bling的颜色心情好明媚;换上尘封已久的高跟鞋和连衣裙,看着镜子里稍有变化的外表,告诉自己今天是新的一天,要用新的心态去迎接。工作上,我试着改变之前撞钟式的工作模式,一切以结果为导向,像机器人一样完成一项项工作。同样的工作可以有不同的方法完成,执行的过程也需要不断思考,提高效率,减少错误。在和当地人接触的过程中,我试着摒弃先入为主的偏见,站在他们的角度分析他们是如何得出种种我不能理解的结论,从而进行引导达到自己想要的结果。生活上,我开始试着接触一些自己有兴趣的东西:摄影,记录生活中的平淡或精彩的瞬间;后期处理,把照片处理成自己喜好的格调;旅行,到一个陌生的环境,来

一场不一样的生命体验;交友,认识不同的朋友,彼此分享不同的成长经历和所见所闻……

随着生活流动起来,内心世界慢慢丰富,看待这个世界也会更加友好,少了很多无奈和抱怨。人最宝贵的就是时间和青春,上帝对每个人都是公平的,每个人每天都是24小时,每个人的青春又只有一次,一去不复返。每个生命个体是自由的,世界那么大,网络那么发达,谁都可以选择适合自己的生活模式,并且随时可以修正,为什么非要在死水里垂死挣扎呢?

让我们享受生命中的每个当下,珍惜上帝赐予我们的阳光雨露,活成自己喜欢的样子,每天来点变化,随着岁月慢慢沉淀,画出属于自己特有的生活轨迹。

(刚果(金)正威公司市场部 连冰)

跑步这件事

上学的时候我和绝大多数的女生没什么两样,讨厌跑步,因为总是跑不及格。但因为持续变胖的身体让我开始为了健康考虑跑步这件事。

路跑这件事现在变得很红,很时髦。记录跑步路线、步速、心率的APP软件层出不穷,马拉松爱好者也越来越多。但其实我知道,跑步是一件寂寞的事情,是一件需要坚持的事情。

在威海这种地方,沿着环山路或是环海路,背着夕阳,跑出一身大汗,跑掉一天的疲惫,是件挺惬意的事。对我这种耐力差的人来说,跑步很难坚持。两公里之后便呼吸急促,心率紊乱,脚步变沉重,每迈一步都想着再跑几步就放弃吧。有个朋友特别能坚持,经常跑十几、二十公里。我问他:跑步到达身体极限时,你都做些什么呢?他回答道“在跑起来的时候,你不会去想太多,就是一直跑一直跑。当身体疲惫时,除了咬牙坚持,什么都别去想就是了。”

村上春树说:“就是这样,跑步让我纯粹地成为我自己,在跑步的过程中是,在生活中也是。也许有时候的掩饰在所难免,但是我也愈加接近我本身的样子。”

已经没有任何理由可以成为我开始跑步的障碍。穿上跑鞋,系好鞋带,就这样用脚步去丈量这世界吧。

(万方人才国际护士部 李雅倩)

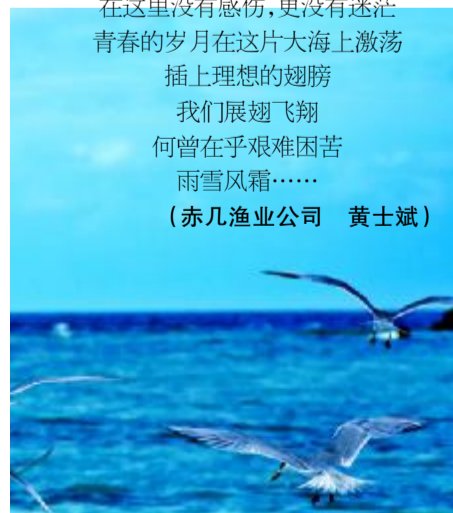
致那些年海上工作的时光

风,慢慢吹
甲板上的海浪
拍打着年轻的梦想
蔚蓝的那片海洋
是我追寻的方向

风,慢慢吹
吹去夜色的凄凉
吹去路上的彷徨
永不退缩,是年轻人的坚强

风,尽情地吹
在这里没有感伤,更没有迷茫
青春的岁月在这片大海上激荡
插上理想的翅膀
我们展翅飞翔
何曾在乎艰难困苦
雨雪风霜……

(赤几渔业公司 黄士斌)



人不能两次踏入同一条河流。

——赫拉克利特

赤道几内亚,顾名思义,位于赤道附近,其首都马拉博市的位置比较特殊,位于四面环海的比奥科岛北部,犹如海上绿洲。而蓝色和绿色是我最喜欢的两个颜色,故对此地久生怜爱之情。

但是因为政治、经济、历史等原因,此地经济相对落后,生活娱乐设施及活动更是少之又少,故平日生活比较单一,而观察天空成为我的精神净土。

古希腊哲学家赫拉克利特曾曰,人不能两次踏入同一条河流,寓意世界万物变化多端,不尽相同,赤几的天空便是最好的证明。

初来马拉博,必定会被它好似触手可及的天空而震惊,尤其是对于我这样来自

高纬度的中国北方妞来说,云层低矮清晰,让人总有一种想要靠近它,触摸它的想法,细细观看,更是别有一番风味。

办公室和驻地是我的常驻“观天点”,而其路线即是我的“旅游”路线。马拉博分为旱、雨两季,所以天气笼统分为两大类,晴天和雨天。

阴天时乌云密布,整个岛都好像被一个绘有水墨画的锅盖扣着,更令人欢喜的是我们办公室的左边是大西洋,右边是一座山,所以此时你就会看到海山天三景一色的壮观景象,如王羲之行书般行云流水,富有诗意,面对此美景,恨不能在这天然画布上淋漓尽致,挥斥方遒。

晴天时,阳光普照,天空湛蓝,沁人心脾,白云团团,随时变幻,若海市蜃楼。疯狂动物园、迪斯尼乐园等场景随时可能出现,

但稍不留神就变幻成其他景象。所以若你有闲暇时间,一整天和天空的美景相伴都不会厌烦,相反,在这里你的任何想法都有可能实现,没有天马行空这一说,而且说不定还能锻炼你的创造力呢。

给我留下最深印象的一个景象就是大西洋海岸线上空几米处平行点缀着棉花糖般香甜可爱的云朵,每每看到都内心涌动,仿佛那些云朵是有弹性的,跳上去蹦几下绝对是一种享受。

坐班车去上班的路上是我和天空约会的独家时间。每每看着天空的蓝,变化莫测的云朵的白,树木和草坪富有创意的绿色排列组合,心情都变得欢快起来。

感谢这片净土,感谢这片天空。

(赤几正威公司市场开发部 杨玉环)

草地上的花



走过草地,一朵花印入眼帘。放眼望去,草色碧青的草坪上仅此一朵。是的,这是一朵孤独的花,花瓣粉红,黄色的花蕊点缀其中。几丝绿叶伴着这枝粉花,风姿绰约。大概是因为一整个阴雨季她都将自己低到泥土里,才能在高枝上的繁华落尽之后独自开放。

草地边过往的人渐渐多了起来,他们并不在意这朵花,只是匆匆而过。我想,孤独是我强加于她的,一介草木,她才不在乎人世间的寂寞凉薄呢!她更不知道其实人间有不少人正想通过这种禅意、哲学的方式达到她此刻的意境和境界:安然、清寂。孤花随风舞,遗世而独立!

(万方工程海外工程协调部 周晓晴)