

# 心静自然清

张丽丽

无论是你有意还是无意中,烦恼总会悄悄地占据心头。很多的人都不知道它如何来,来自何方,去往何处,只能放任它的纠缠。也许很多人会归结为学习的压力、工作的繁重、生活的疲惫导致心情的压抑郁闷,甚至更多的人是在琐碎的生活中,因为某人的某个行为、某句话甚至某个眼神而影响到了自己的心情,让人心情难以平复,久久不能释怀。在这喧嚣的尘世中,我们总是忙忙碌碌,被琐事缠身,心灵难得片刻宁静。而静心,便如同一盏明灯,引领我们寻得一方宁静的天地。

静心,是沐浴在清晨的第一缕阳光下,微闭双目静静聆听鸟儿的欢唱。清脆的鸟叫声,仿佛是大自然最美的乐章,唤醒了沉睡的心灵。坐在窗前,看着阳光洒在大地上,温暖而明亮,心中的烦躁也渐渐消散。此时,世界是如此的宁静,只有阳光、鸟鸣和自己的心跳声。

静心,是沉浸在午后的一杯茶中,品味生活的百味。片片茶叶在水中慢慢舒展,散发出淡淡的清香。轻抿一口,那苦涩后的甘甜,如同人生的起伏。在这宁静的时刻,我们可以放下疲惫与焦虑,用心去感受这一瞬间。思绪在茶香中飘荡,回忆着过去的美好,憧憬着未来的希望。

静心,是在夜晚的星空下,仰望浩瀚的天空。繁星闪烁,如同无数双眼睛,注视着我们的世界。在广袤的宇宙中,我们是如此的渺小,而烦恼与忧愁也变得微不足道。静静地躺在草地上,感受着微风轻抚脸颊,心中充满了对生命的敬畏。在这宁静的夜晚,我们可以与自己

的心灵对话,寻找内心的平静。

静心,不是逃避现实,而是在喧嚣中找到内心的宁静。当我们静下心来,才能看清自己的内心,找到真正的自我。在这个快节奏的时代,我们需要学会静心,让自己的心灵有一个栖息的港湾。

让我们放下手中的忙碌,找一个安静的角落,静下心来,倾听内心的声音。在这方宁静的天地里,我们可以重新找回那份纯真与美好,让心灵得到滋养,让生命绽放出更加绚烂的光芒。

生活是一个大课堂,总会在不经意间考验我们的心理,测验我们的涵养。只有真正掌握自己的心态、控制自己的情绪,才能掌握生活的方向。我们要锻炼一种遇事不惊、不被外界影响、时刻能够保持愉悦轻松的心态,那我们的生活一定是朝着快乐幸福的方向。

事实上,快乐与痛苦只是自己思考问题的角度不同。这个世界上没有什么大不了的事情,没有真正能够伤害我们的事情。用坚强的心面对困难可以化为乌有,用豁达的心可以让生活快乐伴随。不要让烦恼长成参天大树,苦乐岁月,愿所有的烦恼只是毛毛雨,跨越命运的栏杆,就需要你的心灵有一定的高度。

世事纷繁,风云变幻,但是任外界如何烟雨迷离,不听他人说辞,看淡人生所谓的成败,把清自己的内心,就能守住了你的幸福,这才是人生最大的成功。

作者单位 水峪煤业

# 炽热的风

英越



王之怡 摄

午后  
太阳正浓  
风却火了  
狂风怒吼  
像狮子大张口  
仿佛要吞噬了大地  
树枝摆动得快闪了腰  
树叶摇摇欲坠

风还在吼  
吼的人心慌意乱  
吼的鱼缸里的鱼在颤抖  
谁惹火了风  
风咆哮着

风神经了  
给风下点猛药  
金银花 菊花 栀子  
让他喝下去  
让他恢复昨日的柔情

风的眼睛里似乎含着泪花  
或许风有他的苦衷和忧伤  
或许他正在唱一首古老的歌  
或许他是被天空抛弃的人

作者单位 中盛煤业



程林超 摄

# 天天向上

牛莉红

时光荏苒,白驹过隙,炎热的盛夏成为过去,秋高气爽的九月已然到来。停泊的小船将再次起航,驶出宁静的港湾,驶入浩瀚的大海,驶向希望的明天。清晨的第一缕阳光披在肩头,你们也将踏上新学期的旅程。

过去的旅途中,可能有过欢笑、苦闷、喜悦、烦恼,这些将成为你们珍贵的回忆。挥挥手,向他们再见,向前看,全新的征途等待你们迈入,新的老师,新的同学,新的旅途,崭新的故事等待你们书写。对于青年时代的你们来说,一篇曼妙的作文,一幅美丽的画作,一首动人的歌曲,一场漂亮的球赛,都可以是旅途中的美好瞬间。毛主席曾说过:“青年人朝气蓬勃,正在兴旺时期,就像早晨八九点钟的太阳,希望寄托在你们身上。”愿你们能化作自己的太阳,照耀那漫漫旅途。

一分耕耘,一分收获,请你们相

信,只要将坚定不移的信念付诸于日常行动,就能够到达成功的彼岸。迈出你们坚实的步伐,确定目标,并为之努力、奋斗、拼搏,今日流下的每一滴汗水,都将在不远的未来结出硕果。韩愈说过:“业精于勤而荒于嬉。”任何伟大事业的成功,都离不开持之以恒的努力,我相信各位同学一定会将此语铭记于心,深耕学业,奋发图强。在数年后的今天,你们一定会感谢今天努力付出的自己!

孩子们,扬起努力的风帆,立起理想的旗帜,在浩瀚无垠的学海中航行吧。也许会有无数坎坷艰险,但只要在老师的指挥和带领下,你们就一定能战胜一切困难,避开所有的浅滩礁石,抵达理想的彼岸。“长风破浪会有时,直挂云帆济沧海。”希望这句诗能够激励各位莘莘学子好好学习,再创佳绩!

作者单位 瑞泰公司

# 初秋的韵味

原勇

初秋时节,夏日的炎热已逐渐消退,取而代之的是一丝丝清凉。此时的天空,蓝得深邃,云朵像棉花糖般轻盈地漂浮着,阳光透过云层,洒在大地上,温暖而不炽热。

走在林间小道上,树叶已开始泛黄,但绿色依然占据主导。微风吹过,树叶沙沙作响,仿佛在诉说着夏日的故事,又好似在迎接秋天的到来。偶尔有几片叶子飘落,轻轻地落在肩上、发间,带来一丝淡淡的秋意。

田野里,稻谷金黄,一望无际,丰收的喜悦洋溢在空气中。农民们忙碌着收割,脸上洋溢着满足和幸福的笑容。果园里,苹果、梨、柿子等水果挂满枝头,红的、黄的、绿的,五彩斑斓,诱人采摘。

初秋的夜晚,格外宁静。月亮高悬天际,皎洁的月光洒满大地,给

万物披上了一层银纱。虫鸣蛙叫此起彼伏,组成了一首美妙的夜曲。在这样的夜晚,人们围坐在庭院中,或品茶、或聊天、或赏月,享受着难得的宁静与惬意。

初秋的美,不仅仅在于它的景色,更在于它带给人们的好心情。在这个季节里,人们可以感受到大自然的韵律和节奏,体会到生命的厚重与丰富。初秋的韵味,是一种淡然、一种宁静、一种成熟的美。

正如泰戈尔所说:“生如夏花之绚烂,死如秋叶之静美。”初秋的静美,让人感受到生命的平和与宁静。在这个季节里,我们可以放下繁忙的生活,静下心来感受大自然的美好,思考人生的意义和价值。

初秋时节,让我们一起走进大自然,感受它的韵味和魅力吧!

作者单位 临汾公司



