

# 静而居能安 安而居能虑 虑而后能得

——读《静下心来 好好工作》心得体会

第一分公司 李正锡

在职场上,我们每个人都

在工作着,但由于工作的方法,工作的态度,工作业绩的千差万别,大不相同,使得我们身边有不同领域的楷模,也不乏做一天和尚撞一天钟的人。

为什么同样的工作,有的人成为了楷模,而有的人依然在混日子,这主要是因为那些楷模们懂得静下心来好好工作,他们对待工作热情而执着,从不视工作为苦差事,努力突破平庸,正视困难与挫折,反之那些浑浑噩噩打发日子的人,最终也只能浑浑噩噩的了此一生。

不妨担心自问,你珍惜自己工作了吗?你静下心来

好好工作了吗?

静下心来,好好工作,首先先要淡定务实不浮躁。所谓“淡定”就是要站稳脚跟,经受住各种诱惑,不为眼前利益弯腰,热爱自己本职工作,具有一点的淡定力,远离张狂和浮躁,兢兢业业的工作,做爱岗敬业的好员工。

静下心来,好好工作,其次要一心意义不折腾,一心一意是好好工作的前提,那些这折腾,往往是一些不现实的理想和目标,所有的事情应该想的到,还要做的到,才能成功,不管做什么工作,我们都应该多一点的实干,少一些瞎折腾。

静下心来,好好工作,最

难做的就是摒弃抱怨,因为抱怨不能解决实际问题,最终只会伤害自己。

在工作中,我们经常都会听到一些员工抱怨,单位工作制度多,压力大,工作又太累等等,于是不断的有人离开,又不断的有一些人回来复职,事实上任何一份工作都有压力,真正没有压力的工作就不叫工作。企业需要的都是愿意为单位付出的职工,如果你一味的考虑自己回报你多少,而不考虑自己为单位贡献多少,那么新的工作也不会让你有如鱼得水的感觉,只有当我们的付出大于得到时,当我们的能力大于位置时,领导才能

给我们更多的发展机会,也就是说,只要静下心来,永不抱怨,在单位才有发展的机会,才有美好的生活,其实,每个人都可以静下心来,好好工作,并把工作做的更好,只要我们不浮躁、不折腾、不抱怨,只要我们坚强、自信、不悲观、尽职尽责、不敷衍、用对方法,做对事,即使在普通岗位上,也能突破平庸,发挥出自己最大的作用,从而脱颖而出,获得更多更好的机遇。

静而居能安,安而居能虑,虑而后能得。这个“得”字是卓越员工对工作的追求,请朋友们静下心来、好好工作吧。

这是一种精神,一种从内心中敬佩的向上精神;这是一种精神,一种由内而外鼓舞的敬业精神;这是一种精神,一种由衷而无私的奉献精神。

做为在市政公司工作十几年的我,有幸遇到了这样一位老市政工人。提起他——张安平同志,很多人也许并不会感到陌生,他是一位老职工,默默地在市政公司奉献了一辈子的人。

在西安地铁四号线TJSG-16标元朔路工程中,做为试验负责的我,有幸得到这位老同志的帮衬,很开心我们一起工作的三年时间,时间真的如梭而逝。从2014年,项目部的组建,当领导告诉我派张安平同志过来一起完成试验工作时,我的内心是由衷的高兴。因为我们之前认识,他认真工作,一丝不苟的态度一直令我敬佩。从他身上一直有一种精神鼓舞着我,一种兢兢业业,克己奉公的精神振奋着我。

西安地铁四号线TJSG-16标元朔路站,主体三层结构,234根钻孔灌注桩;附属两层结构,四个出入口,2个风道,计523根钻孔灌注桩。这完成的每一根围护桩,都倾注着大家的心血,更倾注着张安平同志的勤劳与汗水。每一根桩至少需要留置两组混凝土试块,无论酷暑严寒,都可以看到振动台旁忙碌的身影,从第一根桩到最后一根桩,这些都似他的孩子,他制作的试块一块一块井然有序地排放在标养室内,温湿养生,成品保护,标识清楚,这些点滴的工作,被他做的井然有序。结构部位中的抗渗大体积混凝土,由于抗渗试件脱模不

易,试模易损,张安平同志竟然自己发明制作脱模工具,让我感到由衷的赞叹。这不仅仅方便了自已,也节约了费用支出。每一批原材料进场的取样、标牌的标识,张安平同志都是积极主动的整理分类,标识牌上流畅的字迹,印证着点滴工作。由于现场材料品种繁多,材料标识牌破损不堪,支架丢失严重,张安平同志又自主设计的标识牌支架,这种支架也不易丢失,而且方便取拿。这不仅仅是节约成本,更是一种奉献,任劳任怨的精神。

你瞧,每天上班的他,标养室成了他的家,各种台账记录填写的工整有序,记录完善。不论是地铁公司检查还是质检站检查,我们站出台账记录永远都是最完善的。这些不起眼的工作,被张安平同志日复一日的积累着,全面而细致地进行着。这样的老同志在我们市政公司还有很多,虽然他们对电脑业务不是很熟,但是这种踏实、忘我的工作精神很值得我们这些晚辈学习。

从张安平同志身上我看到:

满腔热忱,一颗积极工作的心;持之以恒,一种永不止步的精神。

从张安平同志身上我感受到:忘己投入,日积月累的付出;细致入微,积极主动的精神。

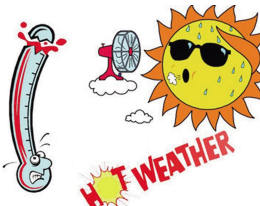
从张安平同志身上我体会到:踏实进取,不折不扣的态度;勇于创新,永不言败的精神。

从张安平同志身上我学习到:以身作则,踏实求新;勤恳无私,不忘初心。

撸起袖子加油干吧!同志们!

传承市政老职工精神

市政一路桥常征  
——记一位市政老职工



热

城轨分公司 薛辉

上忙着。

“大个子,你抬高点,是没吃饭啊?白把你养这么高的个子,抬个围挡都抬不动!”

“你个骷髅牙还猖狂啥呢!到底咱俩谁没抬高?”

“哎呀把我手压了,抬高点!让你抬高就抬高!咋这么

多废话!”

他们俩来回对骂着,手上却永不停歇……”终于完了,老家伙,走喝水去,小心把你热死了。

“这天咋真热的!也不下个雨。”

“呀!天把人能热死,工作还要继续。”

水管边传来两个人的大动静,哗哗啦啦、嘻嘻哈哈……

“来,抽支好烟,昨天在领

导烟盒里摸了两根。“滋——猛吸一口,好像今天的劳累都随着这“滋”的一声,消散在这大口烟雾中。

桥洞下阴凉处,大个子眯眼望着无云的天,默默的念到:

天干气如火,

地燥何处藏?

无奈风不动,

心静自然凉。

骷髅牙听到大个子念的

诗,瞪大了镶嵌在黑脸上的白眼珠,一脸的惊讶……

## 烈日灼灼市政职工激情不减

图文第五分公司 赵红蕾

在这个烈日炎炎的季节,大街上只有来去匆匆的车辆,人们上班的上班,休息的休息,空闲的人们只会窝在空调房里,哪也不想去,哪里还有人会大摇大摆的顶着个“大火球”在陆地上观察夏天的美景呢!

尽管外面如火烧般的情景,但是市政员工丝毫不敢懈怠,仍然坚守在工作现场。43摄氏度的高温,待在露天下一秒估计都大汗淋漓了,更何况是几小时的工作。我想这不仅是对工作的认真,也是对自身价值和信仰的不敷衍。这让我想起了这样一句话:“有的人活着,他已经死了;有的人死了,他还活着。”生命的意义在于活着,活着的意义在于事业和奉献!我们可以设想一下,不付出、不创造、不追求,这样的生命必然在似水年华中渐渐老去,回首过往,没有痕迹,没有追忆,人生四处弥漫着叹息。我想,这绝对不是我们存在的意义。我认为,生命就应该燃烧,发出亮光才有价值!人的一生可能燃烧也可能腐朽,但是当生命融汇到一份事业中,这样的生命就不会枯竭,而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

说到这里,我们虽工作在不同的岗位,但我们拥有一个共同的目标,就是我们信守同样的企业精神,同样的工作作风,写下同样的奉献承诺,拥有同样的壮美风景。我们的生命是有限的,有限的生命因为我们的奉献变得充实、久远。工作是美丽的,凭着岁月赐与我们的年轻臂膀和满腔热情,全身心地投入到我们所追求的事业中,默默的奉献,因为有团烈火正在这里燃烧!



北京时间8月6日凌晨,2017年田径世锦赛男子百米“飞人大战”在伦敦展开争夺,传奇百米飞人牙买加短跑名将博尔特将上演他的谢幕演出,我作为他的忠实粉丝如约在凌晨守候电视机旁静候决赛的发令枪响。对于他的喜爱估计就是从他一次又一次神话般的打破世界纪录,成为这个星球跑的最快的人开始。

2008-2016年三界奥运会8

用一种柔和的方式去化解浮躁和焦虑,抚平流年的伤痕,让内心不再孤单慌张。既不显露,也不隐藏。柔软的心最有力量。唯其柔软,我们才能敏感;唯其柔软,我们才能包容;唯其柔软,我们才能精致;也唯其柔软,我们才能超越自我。

读《你心柔软,却有力量——林清玄最新散文精选》一书,好像在回忆自己的生活,一个个小小美好的故事润入心中。本书将生活中的点点滴滴感动,缓缓道来,正如“处处莲花开”一篇所言:每天,有一些些正向的时光,便有好心情走向明天;时时有正向的时刻,生命便无限美好,日日是好日,处处是莲花。

林老先生通过自己生活中的一件件小事向人们传达的一个个人生哲学,着实能够拂去烦躁,安抚人心。就像他在《平常心,非常道》中

## 美丽谢幕

金建园林公司 李一丹

枚短跑金牌,他无疑是短跑界最伟大的运动员。

10多年过去了,传奇今要谢幕,发令枪响一刻全场沸腾了,起跑并不顺利的博尔特在后程追赶但最终没能超过美国双雄,以9

秒95获得了季军,胜负早已不是定义博尔特伟大的标准,战胜博尔特的美国35岁名将加特林用膜拜的特有方式向传奇致敬。走下心爱的跑道的博尔特赛后久久向观众告别,男子百米最伟大运动

## 柔软的心 确有力量

混凝土公司 袁泓漾

写道:人生需要准备的,不是昂贵的茶,而是喝茶的心情。初看觉得简单,仔细一品却品出了万般哲理。

《温一壶月光下酒》这是该书的高潮,它妙在一种风神,这种风神是从庄子到李白到东坡到张岱到林语堂再到林清玄,当然还有古龙。从孔子到司马迁到韩愈到朱熹到王阳明到曾国藩,风神与厚重并存。还有《黄昏菩提》中写到:“凡是树,就会努力生长;凡是人,就不会无端堕落,凡是人,就有人的温暖,凡是树,就会有树的风姿。”“感恩这人世的缺憾,使我们警醒不至于堕落。感恩这都市的污染,使我们追求

明净的智慧。感恩那些看似无知的花树,使我们深刻地认清自我。最大的感恩是,我们生而为有情的人,不是无情的东西,使我们能凭借情的温暖,走出或冷漠或混乱或肮脏或匆忙或无知的津渡,找到源源不绝的生命之泉。”我们得以看到东方美学理念和佛教哲学情怀融为一体、禅的机锋和日常生命体悟为一体的杰作。

读林清玄老先生的书,总会有一种难以名状的触动,那些或宁静或激昂的文字,给予我太多太多。

员,没有之一,最伟大的时代将告一段落,“闪电”在今夜没能闪耀伦敦夜空,但他的光芒早已永驻。他在持续影响着更多的年轻人加入田径运动。

博尔特不但是一个短跑天才,还是一个明星,是田径运动最需要的那类人。他的个性,他的故事,所有的一切,都吸引着人们走到赛场,来到电视机前,去追随他,去喜欢他,9秒58让时间永远停驻在人类百米极限的时刻。

不得不说,林清玄的文字是值得去捧一盏清茶细细品味的。他用一颗菩提之心关注现世人生,显现出博大的悲悯情怀,其散文也呈现出质朴、清新、真纯的特点。悲悯情怀是林清玄的情感内核。

这书中文字“洋溢着柔软心的香味”,感情诚恳真挚。再来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。比如“人圆即佛成”,华严境界的四法界等等,与该书封面中刻画四个小和尚捧着书,打着坐,靠着墙的画面遥相呼应,实在耐人寻味。

在这部散文集中,我们可以看到平凡生活中各种各样的苦与乐,从最平凡的生活,感悟佛法,感悟禅,感悟宇宙人生的真谛,爱是无尽的能量,爱能创造奇迹。并让人不禁感慨——柔软的心,确有力量。

