

生活中的“小确幸”

长安履痕

王锁锁

人生最好的状态或许就是忙时有序,闲时有趣。酒钢职工用心工作、快乐生活,这里有归心似箭的期待和近乡情怯的忐忑;这里有旅游达人融入山川美景中捕捉美好;这里有运动达人在酣畅淋漓中释放活力……让我们一起来看看职工多姿多彩的生活吧!

踏上西安这片古老的土地,仿佛翻开了一本厚重的史书,每一页都写满了岁月的沧桑与辉煌。这座承载着十三朝古都记忆的城市像一位沉默的老者,静静诉说着千年的故事,让每一个到访者都沉浸在它深邃的历史文化之中,感悟着时光的奇妙与生命的厚重。

西安城墙的墙体仿佛将现代与古代分隔开来。城墙上的每一块青砖都承载着丰富的历史记忆。沿着城墙漫步,微风拂过,仿佛能听到古代将士们的金戈铁马之声,看到他们为守护这座城市而奋勇厮杀的身影。抚摸着城墙上岁月的痕迹,我不禁感叹古人的智慧与毅力,他们用勤劳的双手筑起了这座坚固的堡垒,为后人留下了无比珍贵的文化遗产。站在城墙上极目远眺,城内的古建筑与现代化的高楼大厦相互映衬,让人深刻感受到历史与现代在这里完美交融。

钟鼓楼作为西安的标志性建筑,以其

独特的建筑风格和深厚的文化底蕴吸引着众多游客。当那悠扬的钟声和鼓声响起,仿佛穿越时空,将人们带回到了千年前的繁华盛世。在晨钟暮鼓的交替中,我感受到古人对时间的敬畏和对生活的热爱。那一声声钟鼓不仅是报时的信号,更是一种文化的传承,提醒着人们珍惜时光,把握当下。

秦始皇兵马俑被誉为“世界第八大奇迹”,更是西安之旅中最令人震撼的一站。当我踏入兵马俑博物馆,那一排排栩栩如生的陶俑瞬间映入眼帘,仿佛一支沉睡千年的地下军团正等待着出征的号令。每一尊陶俑的表情、神态、发型甚至手势都各不相同,他们身上的铠甲和兵器也都雕刻得细致入微。看着这些伟大的艺术品,我不禁为古代工匠们的精湛技艺所折服。在那个科技并不发达的时代,他们凭借着怎样的智慧和毅力,创造出了如此规模宏大、气势磅礴的地下军阵?这不

仅仅是一件件艺术品,更是中华民族坚韧不拔、勇于创新精神的象征。

除了这些宏伟的历史遗迹,西安的美食也让我难以忘怀。羊肉泡馍、肉夹馍、凉皮……每一种美食都散发着浓郁的地方特色,让人回味无穷。在品尝美食的过程中,我感受到了西安人民对生活的热爱和对传统饮食文化的坚守。这些美食不仅仅是满足口腹之欲的佳肴,更是西安历史文化的重要组成部分,它们见证了这座城市的兴衰变迁,承载着无数人的乡愁与记忆。

西安之旅像一场奇妙的时空穿梭,让我深深着迷,对它满是眷恋,更让我明白历史并非书本上冰冷的文字,而是身边实实在在的文化宝藏。这座既古老又充满活力的城市,已经深深印在我的记忆里,像一颗闪闪发光的明珠,每当回想起来,都是温暖与感动。

(作者单位:物流公司)



团圆的温度

刘世玉

春节,是家的召唤,牵引着无数在外拼搏的人踏上归乡的旅程,我亦是其中一员。今年回家过年,承载着过去四年的思念与期盼,分量格外沉重。

经过漫长的路途,终于抵达家乡的车站。一下车,熟悉的乡音便在耳边萦绕,空气中弥漫着春节独有的气息,那是烟花爆竹的火药味,混合着年货的香甜。拖着行李箱,快步走向出站口,远远地就看到了寒风中翘首以盼的父母。父亲的背似乎有些弯了,母亲的头发也添了几缕银丝,可他们望向我的眼神,依旧满是热切与慈爱。

到家时,天色已渐渐暗了下来。推开门,屋内暖烘烘的,灯光柔和温馨。桌上摆满了各种年货,有我最爱吃的糖果、糕点。还没来得及坐下,母亲就拉着我走进厨房说:“你先歇着,妈给你做顿好吃的,把这四年的年夜饭都补上。”我跟在她身后,看着她忙碌的背影,心中满是酸涩与感动。这四年,错过的不仅是一顿顿年夜饭,更是家人的陪伴。

妈妈熟练地打开冰箱,拿出早已备好的食材。她要做我最爱吃的糖醋排骨,这道菜承载着我童年的记忆。看着她把排骨放入锅中焯水,耐心地撇去浮沫,我的思绪飘回了小时候。那时的春节,一家人围坐在一起,厨房里弥漫着饭菜的香气,欢声笑语不断。如今,再次看到这熟悉的场景,心中满是感慨。“你小时候,每次过年都吵着要吃这道菜,现在你长大了,在外面肯定吃不到这么合口味的。”妈妈的声音将我拉回现实,语气中带着一丝心疼与宠溺。爸爸笑着拿出一把烟花说:“看给你买了你最喜欢的烟花。”烟花如从前一样,而我已是30岁的人,已成为一位母亲,但父亲仍把我当孩子。

除夕夜,一家人围坐在摆满美食的



桌前。爸爸打开一瓶珍藏许久的酒,给每个人都倒上。妈妈看着我:“今年人都齐了,这才是过年。”听着妈妈的话,我的喉咙像被什么东西哽住,一时说不出话来。我举起酒杯,努力平复情绪:“爸,妈,以后我每年都回家过年。”碰杯的那一刻,欢声笑语在屋内回荡,那清脆的声响,仿佛是幸福的奏鸣。灯光下,一家人的脸庞被映得格外温暖,爸爸眼角的皱纹里满是笑意,妈妈的手轻轻搭在我的手上,传递着无尽的温柔与安心。

这个春节,没有华丽的庆祝,没有盛大的仪式,却因为家人的陪伴、亲情的温暖,变得无比珍贵。在与家人的每一次互动中,在每一个平凡的瞬间里,我都深深感受到了家的温暖和春节团聚的意义。它让漂泊的心有了归宿,让亲情在岁月中愈发醇厚,成为我生命中最宝贵的财富。

(作者单位:宏兴股份动力厂)

从零开始蜕变

马龙



曾经,我的生活充满了忙碌和压力,三班倒的工作让我无暇顾及自己的身体健康,体重也逐渐攀升,身体状况日益下滑。我意识到,如果继续这样,我的生活和工作都将受到严重影响。

于是,我决定开始健身。刚开始的时候,我并不知道从何入手,只是每天下班后去跑步。我选择了离

公寓不远的公园作为锻炼场所,每次跑上30分钟,感觉身心都得到了放松。

渐渐地,我发现自己对健身产生了浓厚的兴趣,开始尝试各种器械训练。我学习了如何使用哑铃、杠铃,也尝试了引体向上、俯卧撑等基础力量训练。每次训练完,虽然身体有些疲惫,但内心却充满了成就感和满足感。

在健身的过程中,我开始关注饮食,减少了高热量食物的摄入,增加了蔬菜和水果的比例。我还养成了每天喝足够水的好习惯,以保持身体的水分平衡。

经过几个月的努力,我的身体发生了很大的变化。体重减轻了,肌肉线条也更加明显,整个人看起来更加精神焕发。最重要的是,我发现自己的心态也变得更加积极向上,更有信心面对工作和生活中的挑战。

现在,健身已经成为了我生活中的一部分,我喜欢上每次锻炼后那种汗流浹背、心跳加速的感觉。我相信,只要坚持下去,健身会带给我更多的惊喜和成长。我也希望,我的故事能够激励更多的酒钢青年关注自己的身体健康,享受运动带来的快乐和满足。

(作者单位:宏晟热电公司)