

夏日的美好时光

当阳光以最绚烂的姿态倾洒在大地上,当蝉鸣以最热情的旋律响彻在空气中,我们知道,夏日的美好时光已悄然来临。在这充满生机与活力的季节里,让我们共同感受夏日的魅力,记录下这段不可多得的时光。

夏日的清晨,是一幅清新淡雅的水墨画。当第一缕阳光透过窗帘的缝隙,轻轻地拂过脸颊,新的一天便在这温暖中苏醒。空气中弥漫着清新的泥土气息,那是昨夜细雨的馈赠,滋润着大地,也滋润着心田。晨跑的人们,在这和煦的阳光下,挥洒着汗水,释放着青春的活力。

午后,阳光变得热烈而奔放,仿佛要将所有热情都倾注给这个世界。公园里,孩子们的欢笑声此起彼伏,他们或追逐嬉戏,或捉迷藏,每一个笑脸都是夏日最美好的风景。老人悠闲地坐在树荫下,手摇蒲扇,聊着家常,享受

着这份宁静与惬意。

傍晚时分,夕阳如血,染红了天际。湖面波光粼粼,倒映着天空的绚丽色彩。情侣们手牵手漫步在湖边,低语着未来的梦想。此刻的夏日,如同一杯醇香的红酒,让人沉醉。

夜晚,是夏日的另一番景象。繁星点点,如钻石般镶嵌在夜幕上,引人遐想。微风拂过,带来阵阵凉意,一天的疲惫在这一刻得到释放。人们聚在广场上,随着音乐的节奏起舞,欢声笑语中,夏日的热情被推向了高潮。

让我们珍惜这段时光吧!用心去感受夏日的热情与活力,用爱去拥抱这个世界的美丽与多彩。无论是清晨的微风,还是午后的阳光;无论是傍晚的夕阳,还是夜晚的星空,都是夏日赐予我们的美好礼物。让我们在这美好的时光里,尽情享受生活的美好,创造属于我们自己的精彩篇章!

文/综合服务公司 高磊

慢享七月 给心灵放个假

七月,带着夏日的热烈与活力悄然而至,却也伴随着忙碌与喧嚣,让人心生疲惫。这时候我们更应懂得按下生活的暂停键,给自己一个机会,从日常的纷扰中抽身,去体验一段悠长的慢时光,为心灵安排一场惬意的休假。

周末午后的阳光透过窗帘的缝隙,洒在房间的一角,此时,不妨翻开一本尘封已久的好书,让文字引领自己进入一个全新的世界,悄无声息地洗去烦躁与焦虑,让我们的心灵得到滋养,享受久违的宁静与自由。

当然,除了阅读,还有许多简单的方式能让我们慢享七月。比如,泡上一壶好茶,慢慢品尝,让茶香与心情一同

悠然自得;或是走进公园,沿着小径漫步,聆听大自然的声音,感受生命的律动,这些平凡的小事,虽不起眼,却能在不经意间给予我们心灵的慰藉与放松。

七月,是充满挑战与机遇的月份。面对生活的种种,我们更应学会适时放慢脚步,给心灵一个喘息的空间。品味生活的小确幸,让心灵得到滋养与升华,以更加积极的心态和更加平和的心境去迎接每一个挑战。慢享七月,不仅是对自己的一份奖赏,更是对生命的一种珍视与热爱。让我们在忙碌与喧嚣中找到一片属于自己的宁静之地,享受生活的美好与从容。

文/广告公司 王淑娟

你好! 七月

七月,携带着夏日的热情,悄无声息地降临。这是一个季节变换的交响曲,空气中弥漫着热浪与生机的双重旋律。在这样的时节,生活的每一个角落都被赋予了新的色彩,每一天都充满了无限的可能性。

在这个炽热的月份里,寻找一丝清凉成了人们共同的心愿。午后,漫步在绿树成荫的小径上,感受微风拂面的惬意;夜晚,与家人好友一同品尝冰镇西瓜,那份沁人心脾的甜蜜,仿佛能瞬间驱散所有的燥热。或是泡一杯冰凉的柠檬水,让那酸甜的味道在舌尖跳跃,带来一阵阵清凉。

七月,是运动的最佳时机。清晨的第一缕阳光,是最好的跑步伴侣。沿着河畔或公园的小道,每一步都踏着自由与活力,呼吸着新鲜的空气,让身体在汗水的洗礼下焕发出勃勃生机。傍晚

时分,篮球场上的欢声笑语,足球场上的激烈对抗,都是这个季节最生动的音符,运动不仅锻炼了体魄,更凝聚了友谊,让生活充满了正能量。

夏天的美食,总是那么令人向往。街边的小摊上,一串串烤肉散发着诱人的香气,搭配上冰凉的啤酒,是夏日夜晚最完美的组合。海鲜大排档里,各式各样的海鲜,新鲜出炉,让人垂涎欲滴。还有那冰镇的绿豆汤、凉粉、冰淇淋,每一口都是对味蕾的极致诱惑,让人在炎热中找到一丝丝慰藉。

七月,是属于夏日的诗篇,每一行都跳跃着生命的律动。无论是消暑的清凉,运动的激情,美食的盛宴,还是生活的点滴,都是构成这个季节最美妙的音符。让我们在这个充满活力的月份里,尽情享受生活,记录下每一个精彩瞬间,让时光因我们的存在而更加灿烂。

文/综合服务公司 钱宇

走出情绪的死胡同

每个人心中都有两个自我,一个理性的自我和一个情绪化的感性自我。理性的自我会产生理性的能量,这是我们能够主动控制的能量,感性的自我会产生感性的能量,它自动运行,很难被我们掌控。

而这两种能量,都会为我们的行为指出一个方向,当方向一致时,我们就能感受到乐观、积极等一系列正能量;当方向不一致时,它们就会在我们的身体里引发内在战争,快速消耗我们的生命力,于是恐惧、疲惫等消极的负能量就产生了。

每个人引发情绪的东西都不一样,有人怕冷落,有人怕指责,它们像藏在我们心底的一个个“情绪触发器”,只要被触及,情绪就会不受控制地爆发出来,感性能量总会突然爆发,理性的能量根本来不及反应,姗姗来迟,等到反应过来的时候,令人后悔的行为往往已经产生。所以,我们必须在情绪爆发的当下开辟出一些空间,让理性能量得以及时进入。

情绪本身其实没有所谓的好坏,它只是在试图告诉我们,我们内在的某些需求没有被满足,当我们识别到需求时,情绪就会慢慢平静下来,所以,当我们识别出一个个情绪触发器时,就能给理性的能量开辟出一些空间,然后进行下一步。

人生的结果是由一次次不同的选择带来的,我们随时都处于一个个不同的分叉路口,不同的选择会给我们的人生或多或少地带来一些偏移,最终带我们走向不同的终点,所以为了应对选择,人类进化出了感性和理性两种自我,理性决策慢但正确,感性决策快但时常失误,所以学会整合这两个自我或许是每个人一生都需要面对的课题。

文/投资管理部 景璐

七月

七月,如同一首悠长的夏日诗篇,缓缓展开,将我们的生活染上了五彩斑斓的色彩。七月,是夏日的高潮,也是一年中最具有生命力的时刻,太阳高悬于蓝天之上,毫不吝啬的洒下金色的光芒,将大地照的明亮而炽热。这光芒,不仅照亮了万物,也点燃了人们心中的热情与梦想。在这个月份里,每个清晨都充满了希望,每一个傍晚都满载着收获。

走在七月的街头,空气中弥漫着花草的清香和泥土的芬芳,那是大自然最质朴的馈赠。尽管烈日炎炎,但万物似乎都生机勃勃,小草更加鲜绿、花儿更加娇艳,好一副天然画作,美不胜收。

当夜幕降临后,七月的夏夜更是别有一番风味。微风拂过,带来一丝丝凉意,褪去了白日里的闷热与烦躁。人们或聚在一起乘凉聊天,分享着彼此的故事与梦想;亦或是独自漫步于夜色中,享受着那份宁静与孤独。这个时刻,仿佛时间是静止的,心灵得以沉淀,思绪得以飞扬。

七月,是一首未完待续的诗篇。它用热情与活力、繁华与变化、宁静与遐想编织成一副副动人的画卷。在这个月份里,我们感受到了生命的无限可能与美好。让我们珍惜每一个瞬间,用心去感受这份来自大自然的馈赠,它像是一首夏日的赞歌,悠长而热烈,用无尽的热情和生命力,迎接每一个黎明的到来。七月,让我们怀揣着梦想与希望勇敢向前,因为七月不仅仅是一个月份的名字,更是一种生活的态度与精神的象征。

文/综合服务公司 王悦