

幸福

文 | 符海燕

人生最大的幸福是什么？有人认为是开豪车、住别墅、腰缠万贯；而有人则认为是有权、有钱、有地位；还有人认为是吃得好、穿得好，有一个美满的家庭、漂亮的妻子、可爱的孩子。而我认为，活着本身就是最大的幸福。

我们每个人的生命只有一次并且何其美好，活着本身就是一种幸福。每天清晨醒来拉开窗帘，迎接照进来的第一缕阳光，呼吸着新一天的空气，是一件多么惬意的事儿。有时候别给自己太大的压力，降低对自我的要求，放慢脚步，多去用心欣赏、聆听大自然的声音，你才能真正知道自己失去了什么，同时又拥有什么。

别对自己太苛刻，有时候

允许自己身上出点小问题，允许自己犯一次错，是对自己的宽容。因为人无完人，心情好了，小问题就会被你的快乐细胞给杀死！

罗曼·罗兰曾说：“痛苦像一把犁，它一面犁碎了你的心，一面掘开了生命的起点。”

没有任何地方，像医院一样，能折射出大千世界的人生百态。在这里，你能看到许多不忍看到的场面，深切感受到人生的生死离别，能让你直面最残酷的现实。最重要的是，你能抛开你在社会中的所有枷锁，直面作为一个人最重要的东西——生命。或许你去过医院后就会和我一样懂得：人只要健健康康地活着，就已经是一件很幸福的事情了。

最好的自律

文 | 王伟

最好的自律，需要做到这三点：事不拖，话不多，人不作。

事不拖。明日复明日，明日何其多。要做到自律首先要战胜拖延的毛病，今日事，今日毕，一旦开始拖延将不知道会拖到什么时候，总想着明天再解决这件事情，也许拖着拖着人就老了，时光也将一去不复返，到时候幡然悔悟也没有什么用了，最后落得个一事无成，一无所获，虚度了自己的光阴，浪费了自己的大好年华。所以我们要改掉拖延的毛病，从当下就开始，决不把任何事情留到明天，一旦开始做了，就会发现事情远没有自己想象的那么难，根本不需要留到明天。

话不多。沉默寡言的人往往更加行事稳重，有自己的想法，更加容易沉下心来做自己想做的事情，越是要嘴皮子的

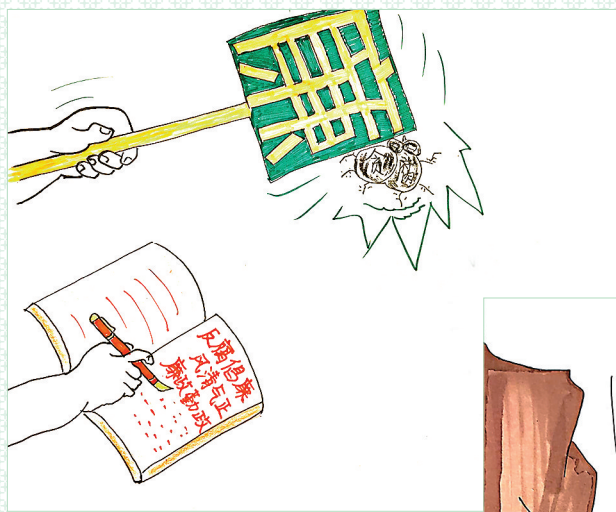
人，总喜欢给自己立下誓言的人，越是无法坚持去做一件事情，无法朝着自己的目标去前进，总是会给自己找一些懒惰的借口，白白浪费时间。所以我们平时不要总是给自己立各种誓言，把自己的目标放在心中，默默朝着它去努力实现，而不是逢人便说，让自己一吐为快，结果却一事无成。

人不作。做人要把握好分寸，把握好做人的尺度，既能衡量自己，也能衡量他人，当进则进，当退则退，知道自己的身份、位置，该做什么样的事，该说什么样的话，凡事给自己和他人留有余地，不要咄咄逼人，把握好做事的分寸。

做一个自律的人，才能把握自己的人生，才能到老不后悔，才不会虚度自己的光阴年华。



唯有牡丹真国色 刘艳云 摄



▲知行合一 双管齐下
张浩作

▶贪得无厌
李晋平作

廉洁漫画作品



关于选拔人员参加液体天车工定向转岗培训的启事

为满足公司炼钢工序液体天车工的岗位需求，太钢集团人力资源服务中心面向太钢集团本部（含矿山系统）的岗位职工，选拔人员参加定向转岗培训。

一、培训岗位及人数

太钢不锈钢一厂、炼钢二厂液体天车工，共60人。

二、报名条件

1. 基本要求：工作态度端正、身心健康、责任心强且自愿参加转岗培训的岗位职工；
2. 年龄要求：男45岁及以下；
3. 身体健康，裸眼视力不低于0.8或矫正视力不低于1.0，无恐高症、高血压、糖尿病、色盲、色弱等职业禁忌症，听力正常，能适应高空、高温作业环境。

三、选拔程序

1. 报名：参加转岗培训人员填写报名登记表（见附件1），将单位介绍信、本人身份证（正反面）、毕业证等证书扫描件、报名登记表（注明应聘单位，是否服从调剂）电子版，发送至电子邮箱yuanmin@tisco.com.cn进行报名。

报名截止日期：2022年5月13日

2. 资格审查：经人力资源服务中心初审，人力资源部复审后确定资格审查合格人员。

3. 面试：人力资源服务中心组织炼钢一厂、炼钢二厂对资格审查合格人员进行面试测评。

4. 体检：人力资源服务中心组织面试合格人员进行体检。

5. 人选确定：体检合格者，本人填写《自愿转岗培训申请书》（附件2），人事关系转入人力资源服务中心集中管理，其中矿山板块（非太原本部）转入矿业分公司综合管理部集中管理。

四、转岗培训与评价

1. 理论培训：由教培中心组织理论培训和取证，合格者进入实操培训。

2. 实操培训：由炼钢一厂、炼钢二厂组织实施，负责对参训人员进行日常管理，制定培训方案、评价细则按月作出评价，评价结果反馈人力资源服务中心，作为薪酬发放等管理的依据。

五、培训期待遇

1. 培训人员工资以实发5000元/月为基数，与培训评价结果挂钩，计算办法：基数×评价得分/100，工资低于太钢集团最低工资标准的按照太钢集团最低工资标准执行。另发放中夜班津贴，福利待遇比照在岗职工执行。

2. 培训人员工资、津贴及相关奖金由公司相应核增人力资源服务中心工资总额予以发放。

六、转岗

1. 转岗培训合格具备独立上岗条件的，办理调动手续进入用人单位工作。

2. 有下列情形之一的，纳入人力资源服务中心不胜任岗位人员集中管理，其中矿山板块（非太原本部）转入矿业分公司离岗管理机构集中管理。

(1) 参加培训期间申请退出转岗培训的；
(2) 转岗培训期间评价为不合格的；
(3) 转岗培训合格后拒绝转岗的。

咨询电话：2134002 2134500（人力资源服务中心）

注意：附件1、附件2在公司内网公告栏《关于选拔人员参加液体天车工转岗培训的启事》中下载。

人力资源服务中心
2022年5月7日