

# 感恩从我做起

Gratitude starts from me

感恩从点滴做起 从我做起



天津恒运能源集团股份有限公司  
Tianjin Hengyun Energy Group Co., Ltd.

地址：天津市滨海新区塘沽海洋高新技术开发区金江路45号  
邮编：300451  
电话：86-22-25228028 86-22-25323557  
传真：86-22-25323527  
网址：www.enegy.com



## 公司简介

恒运能源集团是一家以能源产业为龙头，以农业产业为基础，以金融产业为保障的具有强大综合实力的多元化投资公司集团。集团成立于2001年，注册资金6.5亿元，十余年来，始终坚持以国家产业政策为导向，利用自身优质的资源优势，实现了集团跨越式的发展。现下辖多个子公司，员工达10000多人。自2013年，集团连续三年荣膺“天津市百强工业企业”称号；同年，跻身“中国民营企业500强”之列。

**集团能源板块：**以石油、天然气、煤炭为主要产业。在石油领域，在河北冀南拥有5万立方米的油库，三条铁路线（一条铁路专用线，两条杂项线），具备成品油批发零售资质以及原油储运资质。在天然气领域，在吉林建设有71公里天然气管线，一个天然气分输站和9个天然气加气站，拥有天然气供气特许经营权和汽车加气资质；能源物流领域，在天津港拥有联合储、加工、贸易为一体的十三万平方公尺的石化物流中心；同时在泰国、香港等国家或地区设有研发及化工、酒店、矿业、有色金属等国际贸易的海外分公司，其作为集团海外的金融平台和合作窗口，为集团海外业务的拓展奠定基础。在油品贸易方面，集团持续关注原油勘探、炼化、储运、进口、仓储等环节布局，保持能源供应链方面的优势外，先后在泰国海岸外港口贸易，成品油销售、气体采购、基础油、化工产品等方面进行了有益尝试。先后与国内外的东明石化、玉皇化工、山东海科、中化集团、埃克森美孚、国外的多美公司、伊朗国家石油公司、日本伊藤忠、韩国GS、新加坡公司等公司进行合作。

**集团农业板块：**拥有中国最大的山东沂源百万亩林地的独特优势，发展集东岭富硒金梨小枣种植、研发、生产加工、销售、小农文化博物馆、旅游、旅游文化、互联网等于一体的红金农业产业园。旗下拥有山东百泰有机生物科技有限公司、山东双绿生物科技股份有限公司、山东健生生物科技有限公司及金化农药等核心企业。百泰集团作为“中国农产品质量安全”拥有300亩林式厂区，三次现代化生产车间，30万亩红金种植示范基地，中国最大的金梨小农文化博物馆，山东省政府唯一批准注册成立的山东百泰老农产业技术研究院。双绿春生物科技已在上交所交易中心挂牌上市，股份代码：100152，公司拥有的“双绿春”品牌春香

梨酒、天然饮品金平诺思形，“双绿”品牌金梨春酒、中华蜜酒四大品牌四大系列产品，相继荣获巴拿马金奖和沙迦金奖，2015年，“双绿春”和“双绿”商标，分别被国家工商行政管理总局商标局和国家工商行政管理总局知识产权委员会认定为“中国驰名商标”。健化生物科技依托世界最大的富硒金梨小枣原料基地，是目前国内最具规模的甜梨生产企业之一。公司与台湾天禄技术合作，采用独门技术萃取技术，同时携手台湾中科院、台湾仙台制药等多家大型企业机构共同开展多项研发与应用技术合作。对健康食品进行深入研究。金老农致力于互联网+农业，与乐闻市委市政府全力合作，共同打造国家级农博会唯一线上最专业的电子商务交易平台。

**集团金融服务业：**依托天津自贸区金融创新的政策优势，与银企合作，发展混合所有制经济，启动落地银信于此，已经注册成立资管公司、基金公司、基金管理公司、投资公司等，后期将相继成立融资租赁公司，商业保理公司等，并在2015年集团旗下企业已经参股了三家公司，作准备天津自贸区2015年的揭牌成立，我们将打造以创新金融服务为核心的民营金融服务平台。

**集团其他业务板块：**集团在泰国拥有航凯航空空公司，员工2000多人，是泰国民航局注册认证的拥有泰国国内、国际固定航线及包机业务的专业航空公司，至今已拥有世界20多个城市的包机和固定航线飞行许可，并获飞行事中国多个城市的包机航线，同时受泰国民航局委托管理泰国东部的泰林机场，逐步发展成为亚洲重量级的综合性航空公司；在天津拥有国际化标准的阿尔法酒店。

**目前：**集团还打造第四大产业——大健康产业。恒运能源集团作为最大股东联合全国两个知名的三甲医院成立天津市五百科医院，该院现为天津市卫生局创新经济创新的试点，并以此为核心，向全国推广。

恒运能源集团自成立以来，坚持创新发展战略，紧跟国家紧跟国家实施战略发展和重大改革的历史机遇，坚持科学创新发展，坚定国际化、多元化、国际化的发展思路，科学管理，不断创新，积极推进企业与国际金融市场的接轨，努力实现企业的精准发展，以饱满的热情和强烈的社会责任感为国家创造价值，为社会做出贡献，实现可持续发展。

# 感恩

从心 做最好的自己

从我做起

感恩，是春天花儿绽放时散发的清香；  
感恩，是夏天大树撑起时的阴凉；  
感恩，是秋天落叶翩跹起舞时的善轮美奂；  
感恩，是冬天雪花为世界披上的银装。  
学会感恩，就会感到温暖，感恩从我做起！



主办单位

天津恒信蓝德集团股份有限公司

出版人：李长云

总编辑：李煜斌  
郭 艳

副主编：景 琦

执行编辑：李亚峰

文案校对：李丹丹  
美术编辑：黄 洲  
段新月  
李文静

版权所有

未经许可不得转载或许可，严禁擅自刊  
载翻印，违者必究。地址：天津滨海新区海洋高新技  
术开发区金江路45号

网址：www.enhy.com

电话：86-22-25278072  
86-22-25233507版次：2016年第一版  
第一次印刷

# 目录 CONTENTS

01	感恩从我家起 / 副总编辑 李元春	45	感恩 / 国际新闻 中华
03	感恩的心，感谢有你——恒信蓝德 / 行政办公室 张淑娟	46	感恩父母 / 金融部 张芳芳
04	感恩——孝 / 资本运营中心 王群	47	有一种爱，不讲大道理也 / 财务部 吴坤
05	知恩 感恩 / 金荣刚 谢尧斌	49	感恩从我做起 / 新闻广告部 马纯
06	感恩从我做起 / 职场 郭日星	50	心存感恩 珍惜拥有 / 新闻广告部 李丹丹
07	感恩从我做起 / 职场 王福中	51	感恩从我做起 / 行政办公室 徐静
08	孝 感恩 / 人力资源部 王淑敏	52	感恩从我做起 / 新闻广告部 姜利
09	感恩从我做起——感恩企业 共同发现 / 行政办公室 桑治通	53	心存感恩幸福自己 / 财务部 张善琪
10	心怀感恩 芥子须弥 / 财务部 李亚斌	54	感恩父母 点先贤情 / 副总编辑 王新刚
11	感恩父母 / 新闻广告部 段新月	56	感恩从我做起 / 行政办公室 刘大为
13	感恩感恩节 中华感恩节 / 金融部 李亚峰	57	天下最不能等待的事情莫过于孝敬父母 / 财务部 赵惠娟
13	感恩从我做起 / 行政办公室 郑静	59	感恩从我做起 / 董办 纪坤
15	多雨看看雪 别要得太迟 / 财务部 李飞	60	感恩从我做起 / 职场 刘民忠
17	不忘初心 / 金融部 张琦	61	感恩生命 / 国际贸易部 罗正茂
18	爱 / 财务部 罗红雨	62	感恩从我做起 / 总裁助理兼董办主任 夏娟
19	感恩 / 新闻广告部 黄坤	63	感恩的心 / 财务部 郭娟
20	感恩从我做起 / 财务部 韩博文	64	学会感恩 / 副总编辑 孙元英
21	践行感恩 / 财务部总监 邓树波	65	法海沙 感恩恒信 / 资本运营中心总经理 李杰
22	与时俱进，做恒信好员工 / 资本运营中心 刘亚楠	66	感恩从我做起 / 行政办公室 李凤霞
23	生活需要感恩 / 资本运营中心 姜汝辉	67	爱在我心 / 财务部 李娟
24	一颗感恩的心 / 行政办公室 贾佳莉	68	感恩的心 / 人力资源部 杨阳
25	学会感恩 / 金融部 张倩倩	69	表达一颗感恩的心 / 金融部 张晨芳
26	孝敬父母 / 人力资源部 李慧	70	感恩生活 / 财务部 高磊
27	感恩 / 工程部 马俊建	71	感恩之花，慢慢绽放 / 财务部 迟春雨
28	感恩的心 / 行政办公室 韩书辉	72	学会感恩 / 行政办公室 郭海清
29	感恩 / 基金公司副总 谢斌	73	基金传递真情 传播信心与希望 / 财务部 江政霞
30	感恩 / 新闻广告部 袁天	74	感恩生活 / 新闻广告部 张龙千
32	感恩 / 行政办公室 张德顺	75	感恩父母，拥抱幸福 / 行政办公室 陈兴军
33	感恩的心 / 职场 孙廷军	76	感恩父母 / 财务部 白雪
34	感恩父母 / 职场 王瑞田	77	感恩 / 财务部 吴娟
35	最值得感恩的是我们的企业 / 行政办公室 刘林林	78	心存感恩 品味快乐 / 财务部 张广娟
36	非孝感恩 / 董办 盛文凤	79	点滴感恩 感恩父母 / 财务部 于琳
37	感恩母爱 / 职场 韩学东	80	感恩父母 / 财务部 王佳娟
38	感恩的心 / 新闻广告部 李亚峰	81	感恩 / 财务部 崔国伟
39	感恩 / 财务部 许德霞	82	感恩 / 财务部 苏小娟
40	感恩 / 财务部 李娟	83	体会这个世界的善美 / 财务部 石明磊
41	感恩 / 财务部 赵永菊	84	孝 感恩 / 财务部 王春霞
47	感恩 / 行政办公室 韩晓玉	85	心存感恩 践行 / 财务部 范慧
43	感恩 / 金融部 张碧龙	86	感恩父母 / 行政办公室 高磊

## 感恩须从我做起



善良的人总是快乐的，感恩的人总是知足的。有句话说：滴水之恩，当涌泉相报。其实人生在世，不可能永远一帆风顺。从来到这个世界起，各种困难，各种挫折，各种幸福。各种经历都会降临到你的生活中。父母的抚养，师长的教诲，亲朋的帮扶，老板的提携，以联袂共奋斗。无不内蕴着人生的感恩哲理；想让你的生活更加丰富多彩，那就要学会感恩，感恩须从我做起。

时下流行的“孝道，感恩”文化是一个幸福企业的重要组成部分：一个人对父母对长辈常怀孝顺、重德之心，那他就会体会长辈的艰辛，进而施以陪伴、聆听及物质上的回报；一个人对企业常怀感恩之心，那他一定会成为一个尽职尽责、回报企业、回报社会的人。记得那是2016年1月中旬的一个晚上，84岁的老母亲突然由喃喃引出了心坎顿顿，呼吸困难，症状极其危险。在奉达集团CEO救助后，集团公司总裁亲自赶到医院，送去了代表主席、代表工业的那间会，并表示如需帮助及时与集团取得联系。母亲病情稳定下来后，集团李主席带着副总、经理、张总到病房看望了病中的母亲，在外出差的魏总、王总、韩总也送来了慰问金。主席说：“好好养病，今年过生日的时候让刚退伍”。母亲流出了蓄了很久的泪水。是啊，亲切的问候，是我终生都不愿相忘的瞬间。我不知道多少个“谢谢”才能平复我此刻的心情。

我是恒运集团的一名员工，在恒运集团成长的13年中，我同他一起品味酸甜苦辣，同他一起感受喜怒哀乐。恒运集团创建伊始，每前行一步都充满了许多坎坷和不确定，从最初的几人，发展到几十人、几百人、几千人；从最初的手握到肯定；从一个只租煤皮的商贸公司发展到集团旗下子公司遍布各地，涉猎石油、化工、天

然气、煤炭、金融、航空、农业、医疗等行业的多元化控股集团公司。集团的发展凝聚了主席作为一个设计者学生心血，拓展了作为一个创造者有容乃大的胸怀；主席常说“比别家济天下”。一个企业家是否成功，一个企业是否“幸福”，既要看他的财富积累，还要看他的财富品质及企业员工对公益事业参与和回馈。李主席感恩社会，回报社会，积极投身公益事业。地震、洪灾、疫情、慈善面前李主席捐款捐物毫不吝惜，扶困、扶贫、助学、助学方面，更是一马当先。

“大爱筑丰碑，善行为永恒”。8-12威海新市区大爆炸这一震惊世界的灾难竟然发生在我们的身边。当我们都无所知的时候，董事局主席第一时间给个员工的电话：“你在哪呢，家里怎么样”。当他得知我家的窗户被炸烂时，他说：“人没事就好。需要什么帮助？你家人入住公司安排的酒店安全些”。短短的几句普通的话，我的心瞬间很幸福。接着几天事故的救援中，在主席、总裁及副总的带领下，恒运人的身影无处不在。各部门在威海海边驻守的员工们积极报名参加到志愿服务行列。“恒运爱心车队”更是穿梭在现场与医院之间，运水、献血、慰问一线救援官兵；大家彼此的心暖暖的、感恩是播，感恩就在我们身边，感恩须从我做起。

这就是我们的群体，这就是我们的领头人。当我们有困难、有危机的时候，第一个伸出手的是我们的领头人。在我们六神无主的时候，第一个说：“没关系，有什么事情大家一起解决”的也是我们的领头人。感恩之难难以言喻。记得母亲出院那天是腊月二十七了，当我把董事局主席常常委名的大红包交给母亲时，母亲哽咽地说出了“谢谢人家”。是啊，简朴而真诚的结绳之

言，《诗经》中“投之以李，报之以桃”的诠释，馈赠一贫无余。我们生活在恒运大家庭中，生活在付出与回报、呵护与感恩的幸福企业中。

当我在工作中出现阻碍，但我失败的时候，主席和拍胸脯告诉我：“没关系，重来”。当我生病时，李主席的问候、牵挂、求医问药；我忘记了痛，当我们的员工遇到疾病困扰生活无助时，主席会带头捐款开动员员工公募基金帮助我们渡过生活难关，此时所有人感知是温暖的、幸福的。

当公司食堂将香喷喷的“生日蛋”送到生日寿星的饭前，当父母生日那天收到公司赠送的加温毯、按摩椅、鲜花等生日礼物时，他们，我们在共同分享着一个幸福企业带给每个人的恩泽和祝福。

副总经理 李元春

当我们在例会、在活动、在庆祝、在私下叫喊“经过多少风雪，历过多少风雨，我们同甘共苦在一起”时，恒运人的身影历历在目，酸楚、甜蜜、五味杂陈的感恩和自豪和骄傲，化成甜甜的幸福。

其实幸福的感恩不是由处境和外部的条件决定的。关键在于我们有没有感恩的心，孝敬父母，感恩企业、回报社会作为人类美德与智慧基石，感恩就在当下。愿从我做起心手相传。

## 感恩的心，感谢有你 ——恒运能源



感恩是一种处世哲学，是一种生活态度，是一种优秀品质，一个懂得感恩并知恩图报的人才是天下最富有的人！

每年年终集团都会举行一场特殊意义的红包发放活动，有主席和总裁亲自颁词并发放，可谓意义深远。用心良苦！这个红包不是给员工本人的，而是给员工父母的，即代表集团领导的深情厚谊，要教育员工刻写父母的养育之恩，让我们懂得感恩尽孝的真谛，当把红包交到父母手里的时候，父母的激动难以言表，只简单地说：“遇到这么好的公司和领导，真什么也应当把自己的本职工作做好。”父母的要求看似不高但想要做好并不容易，想做好这一点首先明白感恩，感恩的道理它不仅仅代表企业对于我们长辈的尊重，也传递了企业对于我们员工家庭的尊重和关注。关爱，更是我们企业这个大家庭和谐形象的表现，是一种幸福感的体现。

一个人的幸福，是花多少钱都买不到的，而是通过感恩和奉献才能获取的，感恩父母，因为他们的养育之恩，感恩家人，因为他们的支持包容，感恩同事，因为他们的无私协助，感恩领导，因为他们的知遇之恩，感恩企业，因为企业给了我们实现梦想的空间，如

果没人给你提供良好的发展平台，你的个人能力就不可能得到很好的体现，我们集团一致特别重视企业文化建设，重视员工素质教育，使员工的整体素质全面提升，用一种“感恩、奉献、高效、发展”的企业精神来实现自己的价值。

将员工视为家人，用家的幸福感动员工，同时注重员工的素质提升，这也是一种企业文化。这种氛围为集团企业的发展锦上添花。因此，作为企业的员工，我们要从自身做起。

在这个物欲横流，价值观缺失的时代，时刻牢记正确的人生价值观，心存感恩，才能实现自己的梦想！在我们积极奋进，克服困阻，努力不懈工作的同时，企业的发展得到了领导和壮大，我们和企业共同成长，共同成长。一丝不苟，一丝不苟。这难道不是一种为之奉献的幸福吗？

让感恩应该成为一种习惯。一种责任。恒运能源——感谢有你。

行政办公室 张运辉

## 感恩 ——孝



感恩，(英文，be thankful)，是对别人所给的帮助表示感激。以上是百度百科对这个词的定义。我以为感恩是个美好的词，是一种处世哲学，蕴含着生活中的大智慧。每个人都应该时刻保持感恩的心来面对直接或间接帮助过自己的人甚至是对自己不好的人，因为他们给你带来的精神给你锻炼了你的意志，锻炼了你的能力。我一直以为是个懂得感恩的人，对于曾给我帮助的人，我都知恩图报。今天落笔写这篇文章的时候，才猛然惊醒。对自己最好给自己帮助最多的人，我却一直忽略了对他们的关爱，那就是生养我的父母。

父母生活在秦皇岛，现在均已年过花甲，而细想想，只是在前几年看了篇鸡汤类的文章后，才想到问起父母的生日，父母却还提醒了一通才告诉了我，我从懂事到昨天，活了30多岁，竟不知自己父母生日，这是有多不孝不敬，而自己竟然还从小在秦皇岛站岗是个好孩子的标签，想想都觉得脸红。古语有云，百善孝为先，这应该也是古人对感恩的定义，但在现实生活我们却总是有这样那样的借口去忽略它。每每父母打电话来问起我的近况，总是嘴上说挺好，挺好，不用操心，心里却有那小小的不耐烦，敷衍几句，便继续去忙手头的事情，现在回想起来父母总是不舍得挂断，每次都是等我主动先挂，想来就为了多聊我聊几句吧。

养儿方知父母恩，自己有了孩子才知父母对自己的那份感情，一二年自己的宝贝诞生，那一刻才知道为父母多么不易，才更感到父母含辛茹苦照顾自己这么

大付出了多少，那年过年回家拍了全家福，看着照片上的他们，眼睛有些湿润，真的老了，父亲向她已不再宽阔，母亲也已满头白发，想来自己如今已算是而立之年，却总是或多或少的还孝敬到父母，也是够不让人省心的。自己工作忙，父母来津帮忙带孩子，孩子睡前他总爷奶奶的叫着，回家做饭，一旦脱就在椅子上就吃起来，父母许久之后才肯睡，孩子拿起小勺子给爷爷舀了勺凉菜，爷爷你先吃！瞬间泪落，惭愧，内疚，甚至有些不知所措，各种复杂的情感交织在一起，一个整天给孩子灌输的道理，如今孩子做到了，自己却未做到！自那以后，每每吃饭，饭菜整齐，长短有序，一段两碗后，母亲偷偷问我：你说说成人了！一个从小就知道的道理，却用了三十年才得到父母的认同，总结一句话，别让习惯成为你不知感恩的借口。

感恩写到这里，越发的觉得是个沉重的词，这个词承载着太多的情感，回头想想，人生中最感恩的人太多，却往往忽略了为自己付出最多的家人，对父母时时刻刻存感恩，提醒自己存在于生活中的点点滴滴，而不是单纯的在一个红包和一次探望，不要等到“子欲孝而亲不在”“再追悔莫及，感恩生活中父母为咱做的每一顿饭，陪伴你的每一天，因为这些终有一天你会失去。

张本运营中心 王洋

## 知恩 感恩



知恩，是一种成长，感恩，应该成为一种习惯。时光飞逝，转眼间曾经呱呱落地的小男孩已经到了而立之年，而曾经正值壮年的父母已两鬓斑白。一切都是岁月的洗礼。

三十年的岁月里，小男孩从啼哭的小婴儿到好好学习与天天向上的红彦巾。经过紧张的高考冲刺，度过大学的青春时光，最终步入社会，成为今日顶天立地的男子汉。整个过程中一直伴随着父母的爱，这种爱化成了每日的悉心照料与无微不至的关怀。

父母是我们在这个世界上最近的人，他们赋予我们生命，陪伴我们成长，教育我们成人，一直在默默地付出，从来不计回报，而我们做子女的总把父母对我们的爱当作天经地义。理所当然，认为当初的我们不了解，也不知道父母的艰辛。现如今，已为人父的我，已经体会到那种感觉，所以更加知道应该有一颗感恩的心去体谅父母，应该担当起照顾父母、孝敬父母的责任。

当初您教我学走路，现在我搀扶您过马路；

当初您教我认字，现在我教您学习电脑；

当初您教我坚强，现在我劝您注意休息。

滴水之恩，尚且当涌泉相报，父母的生育养育之恩，我更应当全心全意去回报。

年少时让我总嫌弃了心，受尽了累，如今孩子已长大成人，您无需再出门密密缝，担心迟归。您为我付出了太多太多，白了头发不再变黑，已漂的皱纹不再消逝，您已苍老容颜。理解与祝福为我撑起一片蓝天，在以后的日子里请允许我用坚实的肩膀带您一起转圈。

感谢您引领我度过风雨中的艰难；

感谢您用天荒地老化为伴中温暖；

感谢您用关爱把痛苦化为了一颗糖；

我将用明天为您增添幸福，最幸福的时间。

知恩，是长了成材，感恩，已经成为一种习惯。

李海刚 谢文斌

## 感恩从我做起



叮铃铃……一阵清脆的特声打破了家中的寂静，电话里传来一个甜美的女声音：“何师傅，新春快乐，请问收到集团公司发放的慰问金没有？”我当时一愣，全家人也是一片茫然……。刚来公司不久，更别提这么多年在外打工，从来都没有遇到这样的事情。

听了对方简单的介绍，大家欣然应允。

原来集团主席多年来一直把“尽孝、感恩”作为集团员工生活的重要事情来抓。逢年过节前夕就把早已准备好的每一份丰厚的并带有家书书写的“祝老人幸福”字样慰问金的大红包发放到员工手中，希望全体集团人领悟，体会“尽孝父母，感恩社会”，为自己人生的道路上留下一行清晰，鲜明的足迹和永久温馨的记忆。

这让我想起了小学时的一篇《吃水不忘挖井人》，说的是，中央红军在指挥员反动派围剿堵截的途中，路过江西一个叫做金盆的地方，那里的老百姓的生活条件，居住环境十分恶劣，艰苦地连喝水都要翻山越岭去很远的地方。红军指战员，急老百姓所急，想老百姓所想，冒着炎热酷暑和生命危险，为当地的老百姓打了一口井。每当人们端起这甘甜的水时，就想起当年的红军“红窝井”就这样传开了。他们竖碑告慰后人：“吃水不忘挖井人，幸福全靠毛主席”。

斗转星移，光阴如梭，八十多年过去了，老百姓仍然念念不忘，心怀感恩；而如今集团主席的谆谆教诲，殷切期望，更让我们倍加珍惜“尽孝感恩”宗旨的

真话。

玉羊辞岁，金猴迎春，我们一定要把握机会珍惜工作。正如集团司歌《恒运在崛起》所唱到：经历过多少风雨，涉过多少坎坷，我们同甘共苦在一起。

有过多少磨难，流过多少汗水，我们巴后水深深在心里；

就这样一路走来，我们不离不弃，恒运人勇往直前从不犹豫；

就这样一路走来，我们同舟共济，恒运人的坚持赋予付出意义；——终于创造出属于我们自己的天地，回首望去身与印是我们拼搏的足迹；

今天的朝阳，赶去了昨天的风雨，红日照耀恒运两创新世纪！

再创新世纪！

赵超吧，恒运  
赵超吧，恒运

侯晓 贺日辉

## 感恩从我做



张琦 王毅中

我首先想到了主席李长云，他的无私、大爱、奉献和感恩是我们学习的榜样。就说这次天津港8.12事故说起，主席第一时间到了现场，看到了最惨的一幕，做出了不能退的决定，在第一现场不能去救援，我们可以往后方做到我们力所能及的支援。导致给所有部门进去了防护用品口罩，口罩等物品。还带着官兵送去了饮料大米等物资。这是什么？这就是情，这就是恩，这就是爱；这就是大爱这就是无私的奉献”。这就是做为一个集团的主席和总裁。这个团队在第一时间想到了在现场救援和受灾人的生命安危，无法到现场去救援，做出正能量决定。这样决定反应什么……？

一个国家只要有一方有难在第一时间，国家的主席和总理是怎样做的也不过如此，他心手装的是人民，是天下大众。这样的领导怕什么，这样的国家能不强吗？我们的祖国有这样的当家人能不强大吗？

咱拿一件事来说，在爆炸火灾现场救出的小狗颜色叫幸运，这又说明了什么，这就是对生命敬重，不抛弃，不放弃，是灾难面前对人性的考验和试练，这又说明了什么……？

话再说回来主席对我们员工又做了什么呢？对每个员工老人都问会都是每年发放的。员工的老人人生了病，都是

在第一时间去看望，带去过慰问和慰问金等，这是在每个企业和公司也是不可能都做的到的。咱再说说对乡家的贡献，人所共知的，多少年不会忘记的。回家的路好走了，是修好的还是我们主席李长云，拿出几十万把家乡路修好，每年对无保护和困难家庭送去钱和物。这样的善举和大爱就是我们的表率 and 榜样。

感恩从我做起不但是写有一篇文章；必须从主席的一行一动一点一滴做起。虽然我们做不到那难度的事，但是我们不能偏离轨道方向和目标。在家要孝敬父母，要孝顺尊老爱幼，对社会要早朝自己的能力去回报。在公司要做到领导下达的每项任务制度以及各层管理方针政策必须很响应，不折不扣地做好每一件事。不能损害着公司利益的事，不能损害公司形象的事，以实际行动回报主席和集团的大爱，对老人和社会的善举。对员工的保障，为我公司的明天更加美好，而努力奋斗。

## 尽孝 感恩



人力资源部 王毅敬

进入恒运能源这个大家庭已经两年多了，两年期间让我感受最深的就是集团主席李长云倡导的“尽孝 感恩”文化。作为集团带头人，他以身作则，以标杆形象用实际行动践行着这种中华美德。他平常也经常教导员工，要孝顺父母，感恩亲情。进入集团的员工如果父母超过60岁，每到生日之际，都会收到一份生日礼物，每到春节都会收到一份来自集团的红包祝福。以上都是实实在在感受的事实，让我们有一种家的归属。

另外，2015年集团董事局主席李长云特地组织集团员工代表，远赴浙江宁波“善德缘”学雷锋，我荣幸参加了那次活动。为了组织那次活动，主席整整筹划了大概两个多月吧。考察、甄选、并招募自愿带人实地感受后才组织我们去，真能煞费苦心啊！

善德缘学堂是一所通过孩子暑期夏令营的方式，传承“孔圣思想、尽孝、感恩”理念的一所文校，学堂全体教师均为义务教学，一分钱也不收，孩子夏令营期间吃住也全都是免费。在主席的带领下，我和集团其他

同事都参加了现场理论学习，也参观了孩子们的学习环境、吃得住行、毕业典礼等，并现场和老师义工们交流。

整个过程大家都感受颇深。我们深深感受到了孔圣思想“尽孝感恩”理念在今天，我们仍旧发扬，仍旧传承。同时也教导我们时刻怀着一种感恩的心态对待身边的一切。这种理念不但要在我们集团每个员工中传承发扬，更重要的是要传承给自己的子女，影响身边周围的人，让大家都能实践于行动，将孔圣思想发扬光大。

所以，能成为恒运人是其职业生涯的一种幸运；也是我们家庭的一种幸运，我们一定要努力工作，在恒运集团这个大平台上贡献自己的一份力量！

## 感恩从我做起

### ——感恩企业 共同发展

感恩是一种生活态度，一种智慧，是员工之于企业的根基。我是来自基层的一名行政司机，我在恒运集团已经度过了5年的时间，见证了一个企业从艰难到如今的佼佼者，从举步维艰到步履铿锵，栉风沐雨，砥砺奋进的发展历程。

一个有着感恩心的员工，会执着而无怯，谦逊而善良，敬业而忠诚，富有责任感和使命感。为了让员工在企业中有家的归属感，集团多次为员工谋福祉，不定期调整食堂饭菜；业余时间可以在多功能厅打乒乓球、练习舞蹈；员工生日和父母生日收到额外的生日礼物，为保障员工身心健康，每年为员工体检等等，大家都因生活在这个大家庭中感到欣慰。集团处处关注职工，是对职工最大的关爱与鼓励，调整职工岗位津贴使职工的工作环境与生活品质进一步得到提升。广大职工真正体会到了集团对职工的体贴与关爱。恒运集团就



行政办公室 李向

好似一家人那样，作为职工的我们，永远都需要集体的怀抱浇灌，我们需要集体，我们离不开集体，我们离不开企业！我们每位职工都满怀感恩之心回报企业，在这经济发达的时代，我们不追名逐利，只求立足企业长远的发展，坚守我们各自的岗位，努力做好自己的本职工作，就是对企业最大的奉献和最好的感恩，同时也实现了我们自己最大的人生价值！

生活需要一颗感恩的心来创造，一颗感恩的心需要生活来滋养。在今后的工作中，我们会再接再厉，发挥“一狼魂”精神，继续发扬敢打敢拼的工作作风，创新企业独特发展模式，为企业献一助力，为企业更美好的明天打拼，努力实现企业效益与职工收入稳步提升。

## 心怀感恩芥子须弥



财务部 李宏斌

春节回家，几乎所有存在异乡的中国人最期盼的选择。对于多年只身漂泊在外的我更是如此。公司用那家远的员工，提前1-2天便放了我。经过10多个小时的辗转，终于回到了阔别已久的家。和母亲下见面时，感觉她并没有那种见到久别重逢的儿子时应有的欣喜，好在让我比较欣慰的是，几个月没见，母亲似乎没什么变化，不像以前有时回家后的第一印象，就是感觉母亲又在老憔悴了许多。或许岁月已经在她身上完成了所有的馈赠，但同时也让她有了一颗平和的心，喜怒哀乐已不轻易显于言表。

晚上我把老人金放到她手里并告诉她是公司专门孝敬家里老人的时候，母亲展开笑颜，乐滋滋地数了数，口里还动切切着，明显沉浸在那种特别出乎意料的

开心之中。我不认为母亲是世俗的以钱为乐，母亲是在享受那份特别的心意所带来的喜悦啊。是啊，这么多年以来，母亲还没感觉到来自她儿子工作单位的这样的关怀与尊重。

我告诉母亲单位的各种人和事，告诉她公司的感恩尽孝的文化，告诉她公司领导的前途、平易近人的秉性、热衷社会公益的热忱，告诉她我对公司的热切与重视。但她说告诉我过几个月还有份惊喜在等着她。我心想：老妈，你等着吧，过几个月您生日的时候公司会让你还乐滋滋的呢。



## 感恩父母



岁月的天空色彩纷呈，生命之笔在这天蓝的岁月里记录着我们想爱的成长盛典。回顾我们的人生，就会发现我们一直沐浴在父母的爱河里。是父母给了我们灿烂多姿的生命，给了我们幸福快乐的生活，给了我们无微不至的疼爱。我们沐浴着人间的真情成长，我们品尝着人间的真意长大，多少次带着幸福的微笑进入梦乡，多少次含着激动的泪花畅想未来。父母之爱，深如大海，情比天高。

每年公司发放的老年人慰问金我都如数交给了父母，他们拿到手里并不是因为拿到钱了而开心，而是在想女儿真的长大了！一直以来小伸手要零花钱的时候心里是很开心的，想想现在是在谈给父母零花钱的时候，感觉自己真的长大了。2016年是猴年，这一年我收到了世上最好的礼物，就是也当妈妈了。在崭新生命的过程中真的是很奇妙的。这种升级当妈妈的感觉是无法言表的，只有自己当妈妈了才能真正体会父母对自己无私的奉献啊！

“今天晚饭你想吃什么？”现在想想是多么感人的一句话。自从怀孕以来老妈每天问我最多的就是这句话，真的感恩我们这个时代的好日子。想想老妈她们那个年代怀孕的时候温饱还是问题呢，那个时候

新闻/广告部 段新月

有说是补充什么营养之类的讲，能吃啥就行了。一开始还总反感老妈经常说“别这么客气，你妈怀孕的时候就被事催着呢。”现在想想我真的很幸福很幸运的生活在这个年代里，很感谢父母以肩努力拼搏的生活，才让我们这一代的人过上好日子。现在的社会竞争太激烈了，工作如战场；一不小心就可能面临淘汰，更多的人在工作忘记家中的父母；当他们有好的事业回报父母时，有的父母说不如那那一天！我们应该永远不能忘记父母对我们的爱，对我们的呵护和关怀。常常常反问我们自己，在我们能力的范围里做些什么呢？我们害怕输出一点时间去回报他们，他们就知足；开心的一家人在一起吃顿饭，有说有关的事聊最近身边发生的事情；这些都是爱他们在乎他们的体现。

感恩父母；感恩公司；感恩社会，没有父母就没有我，没有公司给予我施展才华的平台，我也不会有经济能力回报父母；感恩社会发展壮大，我才有幸福的生活！感恩从我做起，从现在开始！

## 恒运感恩节 中华感恩节



作为恒运公司的一名老员工，亲身经历过公司这么多年来一点一滴的变化，从仅有四五人，两三台电脑的小公司，到现在有着几百人、经营能源、金融、农业板块共同发展的大集团来说，无论资产有多大，发展多迅速，唯一不变的是恒运公司的文化——孝亲父母。懂得感恩！无论在任何一个大小会议和活动中，主席都会把尽早感恩挂在嘴边，耳濡目染，言传身教地影响着每个员工。更会用实际行动在表达着这份感恩与敬爱，凡是公司员工父母在60岁以上的，每年生日都会收到恒运集团寄去的一份礼物；在年底春节的时候，主席会亲手给每位员工的父母也一份红包。亲手写上感谢的话语，表达一份敬意！员工每年的生日之际，也会收到贴心的礼物。作为一个民营企业，做到这真的让人心生敬佩之情！每每每到都不忘记感恩，这就是恒运的感恩！

人生道路，曲折坎坷，不知有多少艰难险阻，甚至遭挫折和失败。在危困时刻，有人向你伸出温暖的双手，解除生活的烦忧；有人为你指点迷津，让你明确前进的方向；甚至有人用肩膀，身躯把你擎起来，让你攀上人生的高峰——你最终战胜了苦难，扬帆远航，驶向光明幸福的彼岸。那么，你能不心存感恩吗？你能不感恩

吗？感恩的关键在于回报意识。回报，就是对哺育、培养、教导、指引、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己力所能及的付出，用实际行动予以报答。

我特意查了下关于感恩的由来，发展，内涵等，对他有了一个更深层次的认识！感恩节是美国和加拿大共有的节日，由美国首倡的，初衷是为了感谢印第安人，后来人们常在这一天感谢他人。都要和自己的家人团聚，不管身处都是如此。像中国的春节一样，在这一天，成千上万的人们不管多忙，都要和自己的家人团聚。感恩节已经成为一个国际传统文化节日。在感恩的空气中，人们对许多事情都可以平心静气；在感恩的空气中，人们可以认真、踏实地去做最小的一件事做起；在感恩的空气中，人们自发地真正做到严于律己以待人，在感恩的空气中，人们互相体谅，互相帮助；在感恩的空气中，人们将不会感到自己的孤独……中华感恩文化源远流长，已然成为民族精神瑰宝，每个人都应该心怀感恩，自当永久继承。

金融部 李翠琴

## 感恩从我做起



绿叶无悔扑向大地，是报答泥土芬芳的情意。鲜花无悔凋落于风间，因为它有一切生命的美丽。江河无悔奔向海洋，因投身到母亲温暖的怀抱。万物无悔滋润太阳，因为还有阳光就失去生机——

这是我著名歌手刘欢的一首歌，歌名叫《人生无悔》。从歌词当中，我们就看到了感恩的魅力！

众所周知，企业是我们的衣食父母。我们来自四面八方，怀着一个共同的理想，组建了信运这个大家庭。可以说，家里的每一个人，都肩负着企业生存存亡、成败兴衰的责任。忠诚与责任，本质上来源于感恩之心。作为一名员工，我们首先要成为一个懂得感恩的人。感恩父母养育之恩，感恩企业关爱之恩，感恩朋友关怀之恩，怀感恩的心，说感恩的话，行感恩的事，做感恩的人，你定会赢得更多的尊重，就会在信运这个大家庭中幸福生活，快乐工作！

在我们身边，为创建文明，构建和谐，感恩企业的各种美丽画卷随处可见。全体信运人，正满怀激情，勇往直前，创造着自身价值。一批批优秀员工，他们怀着对企业的感恩之情，对事业的执着追求，在平凡的岗位上，脚踏实地，忘我工作，无私奉献，追求卓越，以良好的素质和出色的业绩，赢得了大家的尊重，同时也树立起了我们信运人团结进取、掌握一流的新形象，成为信运团队中最亮丽的风景！

我们每一个有良知、有责任心、懂得感恩的信运人，都应该携起手来，团结一致，直面困难，共度时艰！将个人的命运与企业的前途紧紧地联系在一起，才能与公司同呼吸，共命运，同荣辱，共进步！

每次公司的全体会议上，都给我们全体信运员工提出了新的奋斗目标，同时也是我们激情创业的引领航标。作为新一代的信运人，我们不能满足现状，碌碌无为地平淡工作和生活，面对市场的无情和雨后的逼人，我们必须更新观念，精诚团结，学会感恩，奋力拼搏，用实际行动来回馈信运，感恩信运，使我们的信运不断地做大做强。

我们要真情感恩。为此，我们要增强危机意识、责任意识 and 感恩意识，对企业给我们提供的优越工作条件和丰厚福利待遇心存感恩，以实际行动为企业的改革发展，奉献自己的青春和力量。

我们要敬业奉献。敬业是一种工作态度，更是一种执着精神。作为我们青年人，应在平凡的岗位上，努力学习专业知识，提高技术水平，把自己的青春年华奉献给信运，敬业精神同样可以让平凡岗位变得熠熠生辉！

我们要勤业实干。空谈误国，实干兴企。面对市场竞争激烈的市场经济，我们都应该积极行动起来，无论何时，无论何地，无论身处何岗位，无论多么的不起眼，我们都尽量少空谈，多钻研；少抱怨，多实干。只有这样，才能在信运这个舞台上，释放自己的青春力量。

我们要精益求精。术业有专攻，专业要精通。俗话说的好：打铁还需自身硬。在知识经济时代，只要拥有一手绝活，就不会被时代所淘汰。我们要精益求精，精耕细作，对工作不停不思不倦，对事业无怨无悔。只有这样，我们才能不断地开创工作的新局面，才能勇攀事业的新高峰！

责任催人奋进，梦想在此飞翔。一个能尽责的人，永远不会是渺小的，责任是一种信仰，也是一种力量。我想任何艰难坎坷，铸就挫折都会悄然退却迎刃而解。团结、敬业、务实，进取是我们信运建设的企业风气，同时也是我们信运人应该恪守的准则。

我们感恩信运，因为伟大的信运赋予了我們所有一切。感激和奋进的源泉，让我们感恩信运，热爱生活，

追求自己在有限的工作中，能为公司又快又好和谐发展发光发热，铸就了全面腾飞的基础，使命也正激励着我们大步前进，愿我们的信运明天会更好。

行政办公室 冯晖

## 多回家看看 别爱得太迟



中央电视台的公益广告“多回家看看，别爱得太迟”狠狠地击中我内心深处最柔软的地方，镜头中的父母已白发苍苍，步履已蹒跚，声音已变得嘶哑，儿女在外奔波忙碌，连过年过节很多时候都以一个电话来表达，有时忙得连电话都忘了打。在目前这样的社会环境中，各方面的压力很大，高考年轻人努力奋斗，可是，功名利禄跟亲情比吗？

从蹒跚学步到长大成人，再到自己也为人父母，生命周而复始，生生不息。推动摇篮的手，就是推动世界的手。在每年你生日的这个时间纬度上，你是否会想起那个带你来到世界上的人？

“谁言寸草心，报得三春晖”。“滴水之恩，当涌泉相报”，这样的诗句告诫传承着中华民族对感恩的认知和崇尚。感恩，是社会上每个人都应具有的基本道德准则，是做人的起码修养。然而，处在社会转型期，一些人的感恩意识在逐渐淡化，金钱和利益的权衡代替了人与人之间真诚的帮助和亲情关爱。在这个世界上，我们永远需要报答的最美好的人——这就是母亲。

仔细想想，母亲mother一词是可以这样解释的：  
M ( many ) 妈妈给了我很多很多  
O ( old ) 妈妈为我操心显得苍老了，白发已爬上了您的头

T ( tears ) 您为我流了不少泪  
H ( heart ) 您有一颗慈祥温暖的心  
E ( eyes ) 您注视我的目光总是充满慈爱  
R ( right ) 您从不欺骗我们，教导我们去做好正确的事情

父母给予我们的太多，太多……

现在许多孩子对父母长辈的爱已经习惯接受，理所

当然地享受他们的照顾和无私奉献，从来没有想到如何去回报父母。

母爱如甘霖，总是默默地流淌在你的心田，父爱如大山，总是稳稳地为你撑起一片蓝天，而世界上永远不需要回报的是父母给我们的爱。就算父母还健在的时候多陪陪他们，别让他们在孤独与期盼中度过，他们为了能让我们安心工作，还在那么大的年纪开始学会说谎。

在我们跌倒的时候，他们用他们温暖的大手拉我起身，为我们拂去身上的尘土，鼓励我们迈出更加坚实的步伐。在我们生病的时候，他们昼夜无眠，捧着通红的眼睛，忍受着滴滴血痛的煎熬；他们精心呵护我们的身心，直到我们重新焕发健康的活力。在我们受委屈的时候，他们告诉我们，人要先检查自己的错误，才能取得心理的平衡，去走好生命的每一步路，处理好生命中的每一个人……

这个家，是一个宽宥的家。无论我们如何任性而为，无论我们如何恣意张狂，父母对我们永远是海阔百川，他们把心扉的所有空间留给我们。曾经和父母有一些误会与冲突，当回过头来仔细思付的时候，父母为我们付出了很多很多，他们不图回报，当我们没有实现父母的殷切希望的时候，唯有用更多地努力去回报父母，而不是对父母做出苛刻的要求。

有一个人，她永远占据在你心最柔软的地方，你愿意用自己的一生去爱她；有一种爱，它让你肆意的索取、享用，却不要你任何的回报……这一个人，叫“母亲”，这一种爱，叫“母爱”！

孝敬父母是中华民族的传统美德，是做人的最基本道理。其实父母并不需要我们以后富甲一方的去为他们做什么大事，而是要求我们从现在做起，点滴做起，

有时候关心孝敬父母，就是陪父母聊聊天，就是一个祝福，一句问候，一朵鲜花，一个拥抱，甚至只是一个微笑。

要对自己的父母感恩，因为他们不仅赋予你生命，更把你养育成人。父母都早操晨练供你孩子读书，把孩子养大成人，非常不容易。因此，在日常生活中，我们应该帮助孩子树立一种正确的消费观，适当消费，高于要对父母感恩，就不应该该得无厌地索取他们的付出。感恩父母是最起码的要求，是做人的道德基

础，如果一个人连自己父母都不要，又怎么可能爱同学、爱社会，更何况为了培养一个大学生，我们的父母已经付出了太多太多，幸有羔羊之德，犹有反哺之义，既然如此，我们还在等什么呢？

多回家看看，别爱得太迟！

刘秀部 李飞

## 不忘初心



张婧

“天地宽宽，这条路却难走，转着圈这人世间坎坷难，我还有多少泪，我还有多少泪，要苍天知道，我不认输。感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气作我自己。感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜”今年有幸参加录制了这个手语节目，虽然早早就有听说“感恩的心”这首歌就在我的嘴上，但是这次参加这个节目才真正融入这首歌的尊唱里，感恩真正融在我的心上。我想，人生在世，无论对人还是做事，都要学会感恩。

集团此次开展“伊孝·感恩”为主题的征文活动，我的内心激动万分，因为强大的信能能源集团在物质和精神上都给了我们巨大的满足，作为集团公司的一份子，有太多的感想来表达对集团的感谢。

从2009年毕业至今已集团在集团工作七年之久，时光打击着我的傲气，岁月磨练了我的棱角。回首过去，虽然没有什么辉煌业绩值得骄傲，细细想来，毕竟有了经历、有了过程，也不觉得有什么遗憾。这些年我亲眼见证了信能集团的迅速腾飞，从之前单一的煤炭业务发展到现在的能源板块、农业板块、金融板块、医疗大健康板块等多元化的发展；亲眼目睹了集团一步一步脚踏实

实稳定的前进步伐；亲眼听见了社会各界对集团的各项好评。这这些年集团不单纯有量的变化，更多的是质的飞跃。

回忆往事，时光如同一部历史剧，永远依偎在我的心头；岁月，伴着一颗感恩集团的心，把集团当成自己的“家”；风雨兼程，与集团一同走过坎坷，走向辉煌；回想往事，心潮澎湃，是集团哺育了我，是集团教我成长，是集团让我变得理性、更加成熟了。

集团是我们幸福生活的港湾，我们每个人在为集团奉献青春和智慧的同时，集团也在为我们提供自我发展的空间和实现自我价值的平台。在这个平台上，我们珍惜长卷而书，丰富自我；实现着人生的价值；在这个平台上，我们用激情点燃着理想，用智慧支配着生活。因此，我们应感谢集团，感谢集团培养我们，感谢集团让我们成长，感谢集团给予我们一片展示自我的天地，时刻提醒自己不忘初心，方得始终。

## 爱



罗洁

感恩从心开始，感恩从爱延续……

回家过年了。回家过年了，已经一年没有见到想念的父母了。想到这里，心里无比激动。离家还有一公里路程时，我心潮澎湃，欣喜若狂。父母也回来了，就在我眼前出现两个冻得通红的身影，我心里想，现在零下二十几度的天气，又是凌晨十二点儿，怎么还有人站在那儿不动呢！想了想，我越看越不对，这时车停下来了，我慢慢的走过去，我惊呆了，眼泪瞬间涌出，这两个人是我的父母。我一下子扑了过去，抱住了我的双亲，一句话也没有说出来……许久儿听见父亲说，女儿天冷儿赶紧回家吧！嗯嗯，好的，好的……

现在真的过年了，鞭炮齐鸣，爆竹欢腾，家人围坐一围，互相拜年，互问安康，就在我从包里拿出一个大红包，放到了父母手里，对父母说：“这个大红包是公司主席，总赠给您二老的新年慰问礼金，祝您二老新年身体健康，万事如意。”听起这是父母对我说：“我们收到这个慰问礼金，心里非常高兴也感谢，谢谢主席。总忘这些心意，这份爱，我们会照顾好自己，好好幸福生活。”让父母拿着大红包并坐在一起，留下了新年的第一张合影。看见父母的笑容，我心里全是满满的幸福。

如果过年开心，那离家却让我伤心。又一次留下年远的父母在家，一个人去远方的城市工作、生活。不敢看父母的脸，更不敢看父母脸上的皱纹，不敢说话，也说不出来，因为泪水模糊了我的双瞳。车开了，父母追着车跑，我想跳下车，再一次抱抱我的父母，但是这样会更不舍……每一次离别都是对父母爱的依依不舍，这份爱很浓，很心痛。

父母的鬓比天高，比海深，是无法用语言来表达这份爱，只能感受却无法言说。父母在，家就在，不管我们时间有多么紧张，想送多少话，我们都想要回家看看，看看双亲是否，期盼，想念儿女回家的父母，因为父母是我们最爱的人。

爱，很博大，工作中同事的互爱是互爱，生活中家人的支持是互爱，朋友的情谊是互爱，其实只要你用心去爱你身边每个人，你就会发现爱时时刻刻围绕着你，我们都慢慢感受，感知身边的每一份爱。

## 感 恩



小时候，过年是一件特别值得期盼的事情，我每年都会提前两个月开始倒计时，觉得时间走得格外慢，而心情也随着日子慢慢逼近而兴奋不已。过年时，和小伙伴们一起吃美食，穿新衣，放烟花，玩得平亦乐乎。大年初一天蒙蒙亮就起床挨家挨户拜年，拿到压岁钱后在小店铺买小零食，再加点儿糖果，慰劳心底。那段日子真的非常值得怀念。

现在过年已没有当年的味道，唯一更浓厚的就那一声声问候，一句句叮咛。妈妈年纪大了，似乎也更恋旧了。电话里，妈妈还在不停地唠叨：“车嘛买了妈买的几号的啊？”“天气预报说明天最低温度已经降到零下，要多穿点儿衣服”。“妈老不吃早饭，对身体不好”。以前听这话感觉会不耐烦，现在听起来却像温暖。

今年是我来恒运能源集团的第一个春节，公司领导用心给我们准备了给家人的慰问金。当我把钱给妈妈时，我看到了妈妈眼中流露出的欣慰之情。此时我，是幸运的，感谢公司，感谢公司的领导。来恒运能源集团工作以来，我深深的感受到李院长王主任的大仁大爱，为社

会无私奉献，为员工谋福利。主席平时就教导我们要学会感恩，感谢赋予我们生命的父母，父恩比山高，母恩比海深。伟大的父母亲从不希望从孩子身上得到什么。从不要求回报，但是我们必须明白感恩父母。年底领导这一行动，替我们对父母做了感恩行动。当看到父母激动的表情时，顿时让我明白领导的用心是多么的良苦啊。

念孝而富，父母恩重如山；百善孝为先。我们只有以孝敬父母为先，才能以最优的姿态为公司效力。忠于本职工作，在工作中体现自己的价值，为公司贡献自己的绵薄之力。任何时候我们都应怀有一颗感恩的心做人做事，谨遵领导的教诲——孝敬父母，感恩社会。

在此，愿我们都以一颗感恩的心，为恒运能源集团又快又好发展尽一份力。干好本职工作，助力恒运腾飞。祝愿天下父母幸福、安康！

新闻广告部 黄林

## 感恩从我做起



春节是中国传统节日中最重要节日之一。春节对中国人意味着团圆、新的开始等等。一切美好的词汇都可以用来形容春节。人们对春节的重视也体现在方方面面。春运就是人们对回家过年的最好诠释。不管路途有多遥远都挡不住人们回家的脚步。

相对于那些要在春运期间抢票回家的人，我算是比较幸福的，不用经历春运路上的“九九八十一难”。市内公交就可以解决我回家的问题。

回新家中已经是除夕的前一天了，父母已经把年货置办齐全，妈妈说就等着你回来过年了。每年最开心的就是腊月二十九，早上我和父亲粘着春联。福字和挂钱儿。一切都是新的，一切都是红红的，那喜庆的感觉就是幸福，是家的幸福，是和爸爸妈妈在一起的幸福。妈妈则在厨房忙碌着备过年要用的食材。她重量外分的忙碌，脸上却一直挂着笑容，那笑容看着我心里都觉的甜甜的。妈妈为了把涮牛肉做的味道更美味，还特地一边上网查一边做菜：第一步怎么做，第二步怎么做，

第三步需要用什么调料……看着她忙碌的身影，顿时会觉得真可爱，她就这么一直在厨房忙碌着，这时候她她是在厨房忙碌的背影。我时不时也会到厨房“捣乱”，偷吃刚出锅的菜，超级美味，那美妙的味道估计就是《舌尖上的中国》里提到的妈妈的味道吧，很香！

这就是为什么中国人都在春节的时候不远万里的赶回家过年的原因，因为团圆，因为可以和爸爸一起贴春联挂钱儿，因为可以看着妈妈在厨房里忙碌的身影，因为可以吃她为你做的每一道菜，因为——有一千个要回家的理由，却找不出一个不回家的理由。我们都不善于用语言向父母表达爱意和感恩之情，父母对我们似乎也没有更多的要求。对他们来说，在这样的节日里，你在身边就是最大感恩。所以，回家过年，过年回家，家是有智慧和爱的。

魏芳那 孙梅文

## 践行感恩



财务总监 刘恩伟

他进入恒运公司以来，对企业文化感受最深的是“感恩”。集团主席、总裁不仅在会上教育全体人员感恩，在会上也是身体力行，把感恩的精神转化为实际行动。集团的网站、报纸和群集总有主席和总裁在百忙中感恩奋进的报道，这不仅让全体职工深受感动和鼓舞，也让感恩文化在社会间传播，弘扬了传统文化和企业文化。

受完感恩精神的熏陶，无论是上班，还是下班之后，感恩的理念已经深入到我的内心，感恩公司，感恩社会，感恩父母，感恩身边的人。我想以前的日子，自己离不开别人的帮助。这些帮助或大或小，但却让我感到温暖。在公司文化的影响下，我总在反思我能为别人做些什么，至少为身边的人做些什么，于是我在春节期间，和妻子一起，带着岳父和岳母游肇庆。

岳父岳母虽然也在肇庆生活了几十年了，但近些年随着年龄的增长，腿脚要受风湿的影响，已不太爱活动，独自外出活动的范围越来越小，时间也越来越短。他们经常在电视里关注肇庆的新闻和变化，但很多地方都没去过，为此，我和妻子在初五的时候，开着车，带上岳父岳母，游了肇庆。

首先他们带着岳父岳母走了一趟海河隧道，从京云公园附近的隧道口进入隧道，在天津大道出口出来，体验了一次从海河即穿过去的感觉。然后顺着天津大道往东，带他们看了越秀河大桥，又从海河大桥上穿过海河，领略了海河大桥的风采。接着，我带着他们去参观了子家堡高铁站，围着子家堡车站转了一圈后，我们又把车停在地下车库，坐电梯到了子家堡车站里，带他们去认识了售票处，候车大厅，车站便利店等，他们在修车工程的浩大。然后我们又带他们去了高铁滨海站。这些都是最近肇庆的标志性建筑。最后我带着岳父岳母去肇庆农家饭馆吃了点农家饭。整个过程，岳父岳母一直在感叹肇庆的变化，点点滴滴地回忆以前的样子；看到肇庆的变化，都感谢对他们的关心和照顾。

带着岳父岳母这两个肇庆人游肇庆，虽然不是什么了不起的事，但也是满足了他们的一个小小的愿望。也是一种孝顺，践行感恩。

## 与时俱进，做恒运好员工



资本运营中心 刘恩伟

每天被闹钟吵醒，那表示我还活着；穿在身上的衣服越来越适，那表示我吃的很好；有阴影陪伴我劳动，那表示我在明媚的阳光下。我每天都很开心，很幸福，很知足。因为我们所订成或决难的今天，可能正是别人所追求或追求的明天，所以感恩我能看到如此多姿多彩的世界。感恩我能品尝到如此美味的食物，感恩我能拥有如此心仪的工作。

初来恒运，印象很好。无论是工作环境还是氛围，都是我中意的类型。虽然我刚来恒运时间不长，但是给我的感觉在这里工作很舒服，有种家的温暖，还不缺我的同事会主动跟我打招呼，主动叫我去吃饭，出差的时候会主动叫我回家住。这样的热情和信任是我从来没有体会过的，我觉得我选对了公司，选对了职业。

感恩是一种美德，是一种修养，是一扇打开的心灵之窗。我们每个人都能怀有感恩的心，怀有感恩的情怀，怀有感恩的行动力——没错，感恩需要行动。感恩就是我们每一个人自发的从内心深处自然流露的感恩之情化为回报的行动。我每天行走在上班的旅途中，心中满怀感恩，感谢恒运给我的这份工作，于是我加快了脚步，争取早到公司一会儿，做做办公室的卫生，整理一下有些凌乱的文件；我每天在工作的岗位上，心中满怀感恩；感谢恒运为我提供了一个适合的岗位，于是我更加努力的工作，忘我的投入。只为给公司创造更多的价值；当夜幕降临，我下班了，心中也满怀感恩；感谢恒运给了我这么舒适的工作环境，让我度过了美好的一天。于是我关掉了办公室的灯，将很多不需要的电器都

电，只为为公司节省一度电，每一分钱，更杜绝了各种不安全隐患，降本增效。所以感恩很简单，就在我们每一个人身边，只要你用心去做，打开心灵的门，自然就会感恩，有了感恩，然后去做对的事情，就是感恩！

我庆幸荣幸能够加入恒运这个大家庭，为了能够尽早融入公司的文化氛围，作为一个新来的员工，我觉得我应该从如下三个方面入手，来提升自己：

第一，从自身业务做起，努力学习，不断进步，提高自己的业务水平，在做好自己本职工作的同时，争取早日为公司创造利润，实现自我价值。

第二，打好基础，苦练基本功，将本职工作做的漂亮完美，努力夯实基本功，万事从小做起，打好基础，为以后更高的技能做铺垫，不断提升自我修养，为了承担更重更重要的担子——要想打铁好，先要自身硬。

第三，团结同事，融洽关系。与人为善，共同进步，视公司为家；把公司的事情当成自己的事情，培养自己的主人翁意识，树立“我爱我家、公司爱我”的品德。

除了做到上述几点外，我会与时俱进，不断巩固自己，不断端正正确的价值观，做恒运的好员工，为自己喜爱的事业，为恒运的繁荣贡献出自己全部的热血与青春。

资本运营中心 刘恩伟



## 生活需要感恩

说起感恩节大家对感恩节并不陌生。

感恩节起源于马萨诸塞普利茅斯的早期移民。以及英王及英国教会对他们的政治镇压和宗教迫害，后来决定迁往大西洋彼岸那片荒无人烟的土地上，希望按照自己的意愿建设自由地生活。

1620年9月，“五月花号”轮船载着102名清教徒及其家属离开英国驶向北美大陆，经过两个多月的艰苦航行，在马萨诸塞的普利茅斯登陆上岸。从此定居下来。在刚开始生活艰辛死去很多人。在印第安人的帮助下，清教徒们当年获得了大丰收。首任总督威廉·布鲁斯特为此建议设立一个节日，庆祝丰收，感谢上帝的恩赐。同时，还借此节日加强白人与印第安人的和睦关系。1621年11月下旬的星期四，清教徒们和印第安部落的90名印第安人欢聚一堂，庆祝美国历史上第一个感恩节。男性清教徒外出打猎，捕获火鸡，女人们则在家里用玉米、南瓜、红薯和果子等做成美味佳肴。就这样，白人和印第安人围着篝火，边吃边聊，还载歌载舞，整个庆祝活动持续了三天。从此以后，移植美国的欧洲人基本上沿袭了北美大陆上的第一次感恩节庆祝活动的形式。1789年，美国第一任总统华盛顿正式宣布，11月26日为第一个全国统一庆祝的感恩节。但是，在相当长一段时间里，各州都根据自己的情况规定节日日期。1941年，美国国会经罗斯福总统批准通过一项法案，宣布每年11月的第四个星期四为全国性的感恩节。

我们要学会感恩。人生不如意者十之八九，如遭受挫折，被人误解，受到批评等等，曾几何时那阴晦阴霾还在心窝，纠结成一小段暂时无法逾越的障碍。人只有在经历了无数次岁月的洗礼后才会渐渐地走向成熟睿智。那时的你再蓦然回首，曾经的阴霾只不过是人生长

河中的一朵浪花，如惊岁月里的一缕青烟。

生活需要一颗感恩的心来创造，一颗感恩的心需要生活来滋养。常怀感恩心，一生无憾事。翻开日历，一页页崭新的生活会因为我们的感恩而变得更加的灿烂。

人与人之间相处的过程中，有欣赏就有斥责。厘清斥责请不要勉强制造。要学会换位反思，试着换位思考。这样在以后的人际交往中，你将会以此为契机。有对攻之无竞争的社会的就免不了尔虞我诈，有些人为了达到自己的目的，会不择手段的在你前进道路上放置各种障碍，当我们遭遇这些阻碍时，请不要轻言放弃，要勇敢的面对。请相信，只要你坚持，阳光就在风雨后。压力就是最好的动力，这种越挫越勇的精神无形中便强化了自己的意志力。所以，请感恩排斥你的人。别加怨。所以请感恩斥责你的人，是他们让你学会了思考。

一个人在成长和成熟的过程中，难免会受到不同程度的伤害。因为人生不可能一帆风顺，当你的真诚换不来期待的回报，请不要怨天尤人。请坚信，每一次伤害都是对你人生的洗礼，每一次伤害都是一种崭新生活的开始。请感谢你，把渴望化作前进的动力。相信总有一天你会化茧成蝶。所以，请感恩伤害你的人，是他们磨练了你的心态。

感恩在困境中帮助你的人，是他们让你坚定了信念。感恩在困境中忠告提醒你的人，是他们帮你改正了航向。感恩亏欠你的人，是他们让你知道真正人先正己。

感恩是力量之源，爱心之根，勇气之本。感恩父母，你将不再辜负父母的期望；感恩社会，你会轻轻扶起跌倒在地的人；感恩人生，你将笑对狂风暴雨，笑迎天边的那一抹彩虹。

资本运营中心 梁法辉



## 一颗感恩的心

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘逸，描绘着那一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

从婴儿的“哇哇”坠地到哺育他长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，牺牲了多少个日夜孜孜；从小学到初中，乃至大学，又有多少老师为他呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自己，点亮着他人。感恩发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。是否你在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日时递上一张卡片，在他们失落时奉上一番问候与安慰，他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，是否你察觉到那丝丝挂挂，那一丝丝挂挂。感恩需要你用用心去体会，去报答。感恩是敬重的，居里夫人作为有名的科学家，曾两次获得诺贝尔奖，但她在会上看见自己的小小学者，

用一束鲜花来表达她的感激之情；伟人毛泽东也同样在佳节送上对老师的一份深深感激。自古以来的伟人无不有着着一颗感恩的心，感恩不需要惊天动地，只需要你的一句问候，一声呼唤，一丝感慨。

感恩是有意义的。要让这个世界不停旋转，父母的付出远远比山高，比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手，而似乎又有一条隔膜，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快乐，学会去感恩别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有彼此间的敬重。怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐，放开心灵的胸怀，让星星细雨冲刷你心灵的污垢，学会感恩，因为这份世界更美好，使生活更加充实。

行政办公室 员佳碧

## 学会感恩



感恩是一种处世哲学，也是生活中的大智慧。学会感恩，为自己已有的而感恩，感谢生活给你的赠予。这样你才会有一个积极的人生观，健康的心态。

每天怀着感恩地说“谢谢”，不但是使自己有积极的思想，也使别人感到快乐。在别人需要帮助时，伸出援助之手；而当别人帮助自己时，以真诚微笑的表达感谢；当你悲伤时，有人会抽出时间来安慰你等等，这些小小的细节都是一颗感恩的心。

养成感恩的习惯。每天清晨醒来时，我都会欢欣地感激已有的生活和所爱的人，当然还包括其他我对之感激的人和事情。

一个小小的举动（在适当的时候），对你深爱的人，与你共处长段时间了的朋友或同事，小小的举动是极好的礼物来表示感谢。

对每一天怀着感恩。你并不需要感谢特定的某人，因为你已经感谢生活！感谢今天又是新的一天。一位怀有感恩之心的朋友常常跟我说：当你每天醒来时，应该这样想：“我真真是个幸运的家伙！今天又能安然地起床，而且还有崭新的完美一天。我应该好好珍惜。去扩展自己的内心，将自己的生活热情传予他人。我感谢

怀着心，要积极地帮助别人，而不要对别人恶言相向。”

不求回报的小小善意。不要为了私利去做好事，也不要因为善小而不为，留心一下他人，看看他喜欢什么，或者需要什么，然后帮他们做点什么（倒杯咖啡，递下茶水等等）。行动胜于言语，说声“谢谢”不如做一件小小善事来回报他。

一份小小的礼物。并不需要昂贵的礼物，小小的礼物也足够表达你的感恩了。

公开地感谢别人。在一个公开的地方表达你对他们的感谢，比方说办公室里，在与朋友和家人交谈时，在博客上。在当地报纸报纸上等。

感恩是一个人或转育的本性，也是一个拥有健康性格的表现。生活、工作、学习中都会遇到别人给你帮助和关心，也许你不能一一的回报，但是对他们表示感恩是必需的。

金麒麟 张倩倩

## 孝敬父母



感恩是什么？感恩是一种美德，一种生活态度；是一缕阳光，可消除人与人之间的猜疑抱怨；是一座桥梁，可跨越人与人之间的心灵沟壑；是一种镇静剂，可使人众多的热忱中保持平静；是一种润滑油，可消除人与人之间的摩擦……

学会感恩。孝敬父母。感谢父母，因为父母给予了我们的生命，使我们来到了人间，长大成人，走自己的路。对父母的感恩不仅在母亲节、父亲节的那一天，感恩的形式也是多种多样的。送一枝花，泡一杯茶，帮母亲做家务，洗一次碗，拖一次地，洗一次脚，捶一次背，打一个电话都是不错的选择。

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，当然就没有我们自己；没有亲情友情爱情，世界就会是一片孤独和黑暗。这些道理都很浅显，但是生活中，我们在理所应当的享有这些权益的时候，却常常

少了一粒感恩的心。

学会感恩，孝敬父母。还有一种表达方式，就是从你的所作所为上来孝敬父母。第一，你应该至少学会孝敬孝顺父母，就算不能寄钱来孝顺父母，也要从感情和精神上来孝顺父母。

生活并非想象中那样完美，父母的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的艰辛、创业的艰难，但我们在生活上可以少让父母为自己操心。当父母生病时，我们是否应担起责任，照顾父母？要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己做好的方便面，都会慰藉父母曾为我们百般焦虑的心。感恩父母，并不难做到。

人力资源部 李慧



## 感 恩



工程师 马俊军

因为有爱，所以感动；因为感动，所以懂得了感恩。

落叶在空中盘旋，谱写了一曲感人的乐章，那是大树对大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，描绘着那一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩，才会有这个多彩的社会；因为感恩，才会有真挚的友情；因为感恩，才让我们懂得了生命的真谛。

从我们的一声嘹亮的哭声起，我们要感谢的人就一个接一个在我们成长的路上出现，我们要感谢所有为我们付出的人。

我们要感谢父母一路走来的扶持，我们要感谢朋友一路陪我们走来的风风雨雨，我们要感谢老师的声声教诲。正因为我们要感谢的人太多太多，所以我们应心存感激般的敬仰他们。

感恩是发自内心的。亲友为我们付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海，你是否在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日的时候递上一张自制的卡

片，在他们失落时奉上一句安慰的话语，他们为我们倾注了心血、精力，而我们牢记他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那缕银丝，那声声叹息。感恩需要你用心灵去体会，去报答。

感恩是有意义的，是让这个世界不停旋转。父母的付出远比山高，比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手。而似乎又有一条隔离带，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快乐，学会去感谢别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有彼此之间的敬重。

学会感恩，你会发现自己是多么的快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。学会感恩，会让我们的心灵更宽广，会让我们心无旁骛地享受生活!

## 感恩的心



行政办公室 钱书云

感恩，是一种心态，一种品质，一种精神。  
感恩是一种乐观。感谢困难，感谢挫折，是乐观。感谢对手，感谢敌人，是乐观。对于我们不甚喜欢的一些人和事，尽量想到它的正面，想到它对我们的好处，从而去感谢它，是乐观。所以，感恩，是一种乐观的心态。

感恩是一种礼貌。对于帮助了我们的人，我们随口说声“谢谢”，可能会给对方心里带来一股暖流。对于我们付出了许多的人，我们感谢他，他可能会更加地为我们付出。怀着感恩的心，是有礼貌，是知恩图报。所以，感恩，是一种有礼貌的品质。

感恩是一种承诺。感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人；感谢老师，他们教给你知识，引领你走向人生的辉煌；感谢朋友，他们让你感受到人间友情的美好。所以，感恩是一种真诚的承诺。

感恩是一种爱。爱有许多种爱，它代表着不同的意义，有父母对子女的爱，那是无私的；有朋友之间的

爱，那是纯洁的；有对需要帮助的人的爱，那是真诚的……所以，感恩是爱。因此，我们应该牢记一句话“滴水之恩，当涌泉相报。”

是啊，“滴水之恩，当涌泉相报。”父母为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海，你是否在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日时递上一张卡片，在他们孤独时奉上一番问候，他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那缕银丝，那一丝丝皱纹。

怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐。学会感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实。

## 感恩



感恩就是一种积极的、乐观的生活心态。“感恩”，不同于一般意义上的“感谢”。“感谢”，但也有些狭隘。感恩，是一种更深的、发自内心的生活态度，对生活感恩，其实也是善待自我，学业生活。感谢于我们的父母和亲朋好友。感谢父母孕育我生命，在生活中给予我点点滴滴的关爱与照顾；感谢朋友带给我真挚的友情，在生活中给予我一串串的关心和鼓励。生活在高物质的物质生活时代，我们经常对周围的一切不以为然，往往把金钱和利益看得太重，忽视了人与人之间的情感。觉得父母照顾我们，朋友关心帮助我们都是理所当然的。但是，这种想法是不对的。我们应该感恩于上天给我们亲爱的父母。感恩于父母对我们的悉心照料，感恩于朋友对我们的无私帮助，感恩生活让我们得

以享受这样的温暖，让这些美好的一切滋润我们的心田，让生命之花得到呵护，健康成长，灿烂开放。感恩生活带来的挫折与磨难。感恩生活让我们磨练我们的意志，让我们磨练我们的品质，使我们更深刻地理解生活。让我们学会了善于面对生活的种种考验，怀着一颗感恩之心，去努力克服困境，战胜挑战，不向生活低头，不向命运屈服。让我们的生命之旅行得更踏实，更稳健。

让我们以感恩的心态去面对生活中的一切幸福和苦难，享受这真实的生活吧

基金公司副总 谢伟

鱼儿感谢蓝天，小草感谢大地，大树感谢泥土和水还有阳光；我们要感谢地球，地球感谢宇宙，星星感谢月亮，而我们要感谢别人。

“投之以桃，报之以李。知恩图报，乃做人之本。德行之本也。”随着岁月的增长，大家是否忘记了“感恩”这个词呢？其实，感恩就在我们身边，随处可见：养育我们长大的父母，教育我们知识的老师……

当你走在干净整洁的街道时，你是否会想起辛勤劳作的清洁工阿姨呢？当你舒舒服服的坐在公共汽车里时，你会想到帮忙踩脚的司机叔叔吗？当你在餐厅里享受美味的时候，你会想到正在厨房忙碌、忙到汗流浹背的厨师傅吗？当你考试订订高分的时候，你会想到在课堂上课的口干舌燥、站得腿都发软的老师吗？他们正在为社会默默的奉献着。这些看似很微不足道的事迹，却是我们不可缺少的。

如果心怀感恩，世界会变得丰富多彩。如果心怀感恩，你的人生道路会变得畅通无比。其实，每个人都具有感恩的能力，只是，看你是否感恩使用这个能力。感恩，一个无比深奥的话题。也许我所讲述的，只是其中的一部分。但是，只要你有心，感恩，那么，你也可以成为一个有用的人。来吧，让我们一起感恩吧。感恩身边的人和事，感恩花草树木为我们付出的一切，感恩自己的父母、老师、同学。

感恩是人最朴实、最真诚的一种情感，也是一种高尚的价值观和人生观的体现。我们应该学会感恩，去感谢那些为社会做出贡献的人们，给他人一份温暖，给他人一份快乐。感谢给他人带来快乐的人，同样也是很有伟大的。大家就会更加喜欢你，尊重你，给别人带来痛苦的人，是人人唾弃和厌恶的，没人会愿意接近他，跟他

## 感恩



做朋友。

那么，我们该如何感恩别人呢？其实很简单。比如，你去饭馆吃早餐，对卖早餐的叔叔阿姨说一声“谢谢”，一个温暖的微笑，就给别人带来快乐与温暖。从而感恩别人。再比如，走在路上，吃早餐的时候，把包装袋随手扔进垃圾桶，就是对清洁工的一种感恩。这是很容易做的小事，却能给别人带来快乐，是一件多么有意义的事情！

我们心里都有一个念头：我要感恩，我要成才！来报答曾经值得感恩的事物。

感恩诗题作文600字八：被遗忘的感恩

“明月几时有，把酒问青天……”，悲伤的人儿不停传唱，离别之后，用什么来替代对亲人的思念——

数不尽感恩的思绪，探寻着，摸索着，这是先前的声音。铁匠开脚步，轻轻的踩踏着这初生的小草，随着声音慢慢远去……

找到了声音的尽头，不那心头一颤，这旋律似乎在哪儿听过，仔细琢磨着记忆，重重发出了声音：苏东坡……没错，这是苏东坡。悲伤一生的人儿。虽然，只相识了他，心头才会有丝丝缕缕，才会回忆起对亲人的思念。眼角忽然有泪光闪烁，真真流露的泪，呆呆站在原地，体会他那悲怆的心绪……

过了许久，我们畅谈，从“无与为乐者”到“休得白发唱黄鸡”，看着他滔滔不绝的样子，我欣慰了，他说，他为别人感到高兴。因为他们不再与我一起受罚，可以自由自在的活过。而我愿为他们得失之间的苦痛，心伤感之心绪下去。他说，他很快乐，因为他懂得感恩，感恩——

他说，这些他也帮助过很多人，而他希望他们能帮

这份善良传递下去，希望这种快乐你们也会懂得。

也许，他的感恩之心打动了许多人，所以他们把巴水久珍藏，让他不流传于世间，只让它在那水远明澈的地方照耀着每个懂得感恩的人——

苏东坡说他感谢他的母亲平安地让他来到这个世界，给他一个儿时最好的玩伴苏辙。他感谢父亲的教诲，使他成为一个有用之才，使他懂得了“千里马常有，而伯乐不常有”的道理，以便于他随心所欲地面对坎坷的世间，选择安逸的田园生活。

我不禁感叹他的心胸的宽广，与豁达的情怀，还有

那颗未经雕琢却已绽放光彩的宛如美玉的心。

天空似乎也为其所感动，晶莹的雨水打在跳与他的身上，在雨水的拍打下，他哭了，善良的笑了……

我从梦中醒来，看着身上被打湿的衣服，看看外面那初升的太阳，我哭了，因为善良哭了……

新闻广播部 金元

## 感 恩



2016年的春节，我带着公司发给父母的慰问金回家过年了。回忆这一年来的在恒运的工作，让我学到了很多。但是让我感触最深的是那在公司门口的那两个鲜红的大字——感恩。

懂得感恩，才知道生活的意义很伟大，所以我始终怀着一颗感恩的心去做人，去做工作，因为我知到，人要有良心。人要懂得感恩，对他人和自己都是一种尊重。吃水不忘挖井人，我会怀着感恩的情去工作，兢兢业业地工作。一个怀着感恩心的员工，会执着而无私，博覽而博愛，敬业而忠誠，富有責任感和使命感。一个怀着感恩心的员工，会把对公司的感激，转化为勤奋工作，转化为实际行动；一个怀着感恩心的员工，会成就生命和事业的辉煌；一个怀着感恩心的员工，会关心他人，关心公司，会关注公司的发展，对公司的利益负责。

高。虽然我是基层工作的员工，但我一定会做好自己的事，做好自己的工作，多想，多看，多动，履行好自己的职责和义务，这是我的本分。我觉得年轻人多干点活，多做点事，这是重要。精通知马力，日久见人心，虽然我不会说，又不会说，但我怀着一颗感恩的心去做工作，我对得起自己的良心，对得起公司对我的信任。

我一向把工作当成事业去努力做的，人人都有梦想，都有理想，但我觉得首先得把自己手头的工作做好了，再向自己的远大的梦想而努力，我会怀着一颗感恩的心去工作，爱岗敬业，在第一时间完成领导下达的各项工作任务。

行政办公室 张清晴

## 感恩的心



我们的人生总是阳光明媚,晴空万里,别说是灿烂阳光照耀;有人说这是优异的学习成绩,有人说是给予别人帮助……而我认为在我们的人生路上最灿烂的阳光应该属于知恩图报,感谢帮助我们成长的每一个人。是陌,学会感恩,是一种情怀,学会感恩,更是一种情操!

“我来自偶然,像一颗尘土,有谁看出我的脆弱?我来自何方,我情归何处,谁在下一刻呼唤我?天地虽宽,这条路却难走,我看遍这人间坎坷辛苦,我还有多少梦,我还有多少路,要苍天知道我不认输,感恩的心,感谢命运,伴我一生,让我有勇气作我自己。感恩的心,感谢命运,花开花落,我依然会珍惜。”在这感恩的节日里,一首感恩的歌,唱出了它的真谛,也把我带入了深深的沉思——

花儿不可能一年四季都常开不败;月亮也不可能从月初圆到月尾;身有残疾的人渴望拥有健全的体魄,饥寒交迫的人渴望一生衣食无忧;生活富足的人渴望精神充实——

恰恰因为生活中有着这么多缺憾,我们才有了更多美好的追求,不要过多的奢求什么,不要过分的抱怨生活的不公、命运的不平、造化弄人。相反地,我们应该常怀一颗感恩的心。

也许我少了别人所拥有的,但却得到了他人所无法收获的,珍惜所有拥有的一切,别让所有怨天尤人,让我们心中怀揣着,感谢我们的父母,因为他们给了我们最宝贵的生命;感谢所有爱过我们的人,因为他们让我们沐浴了阳光;感谢所有伤害过我们的人,因为他们教会了我们成长;感谢生命中所有的快乐幸福,因为它们使我们

洋溢笑容;感谢生活中所有挫折磨难,因为它们让我们变得更加坚强!

有了一颗感恩的心,这世界就不再是穷山恶水,人生就不再是凄风苦雨,生命就不再是暗淡无光,生活就不再是碌碌无为——

落叶在空中盘旋,谱写着一曲感恩的乐章,那是大树对滋养它大地的感恩;白云在蔚蓝的天空中飘荡,绘那蔚蓝一幅幅感人的画面,那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会;因为感恩才会有真挚的友情;因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。“感恩”是一种认同,这种认同源于心灵深处:“感恩”是一种回报,这种回报洁净无暇;“感恩”是一种钦佩,这种钦佩应该从内心涌出——

如果生命是一朵花,那它就应该绽放于飞雪无天的冬季,让寂寞无垠的心灵得以温暖与慰藉,如果生命是一棵树,那它就应该兀立在荒芜的旷野,让天涯孤旅者留有歇息小憩的地方;如果生命是一枝小草,那它就应该成为绿茵遍野的一份子,点缀盎然的春意。生命的意义在于奉献与融入在于感恩——

感恩的心,是一颗智慧的心。无论我们是尊贵地生活还是卑微地存在,无论生活在何处,有着怎样曲折特别的生活经历,常作一颗感恩的心,自可闯出许多的浮燥不安,消除内心的积郁与不满,收获健康的心态,完美的人格和进取的信念!

学会感恩吧,即使我们不是最美的花朵,也要为大自然而盛开同样的欢乐——

张琦 孙延军

## 感恩父母



留话筒,可怜天下父母心!

在我的记忆里,父母每天总是很劳累地下班回到家,我们是否问候他们一下或安慰他们一下,当他们失意的时候,我们是否奉上一番问候与安慰;当他们生日时,是否我们递上一张卡片,他们往往为我们倾注了心血、精力,而我们又何曾记得他们的生日,体会他们的劳累,又是否常觉一缕缕银丝,脚一鞋鞋皱纹,那都是父母辛苦劳累的标志!

父母是我们人生的第一任老师,从孩子呱呱落地的那一刻起,我们的生命就倾注了父母无尽的爱与祝福,或许,父母不给我们豪华的生活,但是,他们给予了一个人一生中不可替代的生命,父母为孩子撑起了一片爱的天空,当你受伤时,哭泣时,难过时,难过时,你可以随时回到这里享受父母的爱,这,便是他们的幸福了,而他们也并不奢侈,因为他们有几儿知心的笑容!

父母的一生都是计划好的,想着辛苦劳作为孩子将来精打算,生怕儿女将来生活的不好,而他们的一生都在忙碌中。

我们是否曾想过我们应多关心父母和感恩父母,也许父母并不需要你感恩,而父母最需要的是我们和父母多沟通或者谈心事。我们应多学会体会,理解父母的心!

我们是否注意到父母的眼角有了许多皱纹,黑发渐变成白发斑,唉!白发斑那是父母耗尽心血来爱我们,那是父母所有的爱,那是父母对子女的爱和操劳,那是父母日渐衰老的标志,而我们是否想到父母在老去!我们应学会感恩,感恩父母给予我们生命,感恩父母为我们操劳,感恩父母为我们倾注了心血与精力,感恩父母给予我们所有的爱——

感恩做什么呢?感恩像春天种下希望,感恩像夏季热情奔放;感恩像秋天收获果实,感恩像冬天傲雪迎霜——

让我们学会感恩,让我们感恩父母——

张琦 王瑞军

## 最值得感恩的是我们的企业



行政办公室 刘林林

时光荏苒，岁月如梭，弹指一挥间，不知不觉自己已经在恒运工作了1年多的时间了。时光击打着我的傲气，岁月磨平了我的锐角。回首过去，虽然没有什么辉煌业绩值得去骄傲，去留恋，但细想想，毕竟有了历练，有了过程，也不觉得有什么遗憾。怀着一种感恩企业的心，把企业当成自己的“家”；风雨兼程，与企业一同走过坎坷，走向辉煌；理想往事，心潮澎湃，是企业哺育了我，是企业教我成长，是企业使我变得更理性，更成熟了。

恒运能源集团有着深厚的感恩文化传统，企业是我们幸福生存的家，我们每个人在企业奉献着青春和智慧的同时，企业也在为我们提供自我发展的空间和实现自我价值的平台。在这个平台上，我们在不断增长着阅历，丰富着阅历，实现着人生的价值；在这个平台上，我们用激情点燃理想，用勤奋支配着生活。因此，我们应该感恩企业，感谢企业培养我们，感谢企业让我们成长，感谢企业给予我们一片展示自我的天地，用感恩之情怀化为忠诚企业的实际行动，用守候家的心态去守候我们赖以生存的家。

“感恩的心，感谢有你”唱出了多少肺腑感言，人间浓情，同样也唱出了我们共同的心声：感恩父母，是他们赐予了我们生命，给了我们良好的启蒙教育；感谢师长，是他们用知识和智慧使我们变得强大，变得聪慧；感恩同事，感恩朋友，茫茫人海，芸芸众生，是友情将我们的手相牵，使我们有了从相遇到相知缘分。然而，所有这一切，都无法与我们和企业这个大家庭之间的这份情，这份爱，更漫长。父母只能给我们健康的身体，但无法培养我们一生；师长给了我们有限的知识，却不能给我们终生的教育；朋友只能给我们帮助，但

却更短暂，无法给我们一个稳定的生活与前途。我们与企业的关系，如同鱼与水的关系，失去了企业，就如两失去赖以生存的熟土，使我们的生活更加艰难。因此，能更爱更感恩的是我们的企业，是她不仅给我们提供了生存的必要条件，还为我们提供了一个发挥自我表现舞台，展现自我才华的平台。

今天，我们能拥有一份踏实而稳定的工作，应该感到幸运和自豪。要知道，还有多少人在奔波，在烦恼。在为找不到理想的工作而彷徨。我们要为自己是我们企业大家庭中的一员而感到自豪；要为自己能拥有一个实现自我人生价值的工作岗位而感到高兴；要为企业能为我们提供各种展示自我能力的舞台而感到幸福。我们要感谢我们自己的企业，要对我们的企业说一声“感谢”，只有这样才能激起我们心中的无限感恩之情和深深的感恩之意。

回顾过去，感恩现在，才能拥有更美好的明天。企业给了我们很多，很多，最需要我们感恩的是我们的企业。我们只有怀着一种感恩企业的心，努力工作，才能对得起哺育我们的企业。对得起企业给予我们的那份收入。让我们带着感动，带着决心，带着真诚，珍惜我们现在所拥有的那份美好，把握时代赋予我们现在的大好机遇，感恩企业，甘于奉献，积极工作，尽自己应尽的责任，为企业的腾飞发挥出更大的贡献！

企业在发展，社会在进步，我们在成长。让我们与我们的企业风雨同舟，同舟共济，共同走向更美好的明天。

## 尽孝感恩



董办 董文英

孝敬父母，懂得感恩，是中华民族的传统美德。同时也是中国人传统美德形成的基础。春节放假前，恒运能源集团的老人慰问金及时地发放到了每个人手里，带回家转交给父母，恒运能源集团的各位领导用实际行动，再一次为我们做了榜样。

一棵小树应该感谢土地对它的养育；一只小鸟应该感谢天空给它的自由；一条小鱼应该感谢大海给它的水源；作为一个孩子，我应该感谢我的父母给我宝贵的生命。“身体发肤，受之父母”，对于生育并抚养我的父母应该尽以孝道。孝道是一个人善心、爱心和良心的综合体现。孝敬父母是做人的起码道德。对于儿女的来说：孝是本分，是良知，是义务，是责任。是每时每刻都需牢记心头的头等大事。一个人有了孝敬之心，才会有行孝之举。作子女的孝敬父母是不需要理由，不讲条件，不图回报的，是举不胜举的义举，是义不容辞的责任。是人应该守的“道德法律”。鸟兽尚知反哺，何况我们身为万物之灵的人呢。一个孝敬父母的本人，才能善待朋友，善待他人。试想如果一个人连生养他的父母都不挂在心上，他还会善待朋友吗？

懂得感恩的知恩报德，孝乃人之本。一个只有懂得回报父母的人，才能算是一个完整的人。每个人的成长历程都倾注了父母太多的心血，父母为了把儿女养大成人，不知流了多少心，流了多少汗，出了多少力，承受了多少人世间的辛酸。“滴水之恩，当涌泉相报”；而父母为我所付出的又何止是一滴水。“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之义。”如今父母都已逐渐年迈，以前他们是我的依靠，从今以后我就是他们的依靠。当他们在做寿时，我应该送去一份安慰；当他们的问候时，我要多一份耐心，多一份宽容；当我回家时，应该多做一些家务。“百善孝为先，行孝及时时，养育之恩思犹报，行孝及时莫待等”。

母亲似水，温和细腻；父亲如山，深沉伟大。懂孝道、知感恩，正如歌中所唱的那样“如果你渴求一滴水，我愿意倾其一片海；如果你要烧一片红纸，我给你整个森林和云彩”。

## 感恩母爱



古人云：“羊有跪乳，马有识途”，动物尚且知道报恩，何况是人呢？人更要学会感恩。在生活中，我要感恩的人很多，但我最想感恩我的母亲。

感恩母亲，是她忍着十月怀胎的艰苦，期待着我降临人间，随着我的第一声洪亮的啼哭，母亲就开始日昼一日，年复一年无休止地为我操心、操劳，无怨无悔，细心地呵护我，养育着我，让我生活在欢乐幸福的环境中，让我无忧无虑地健康成长。

母亲是深沉的，母爱是细腻的，母爱也是无私而伟大的。我要用心去体会，去感受，才能有资格接受这份爱。这份无价的爱。想起一位名人说的：母亲是一本读不完的书。是啊！母亲给予我的爱，让我永远也忘不了。一辈子也忘不了！

感恩母亲，是她把最无私的爱给了我，是她时时刻刻牵挂着我的衣、食、住、行。感谢母亲给予我的点点滴滴

浓浓的关心，古人云：“滴水之恩，当涌泉相报”。古有黄香温席、管仲尝糒……二十四孝的故事，今有感动中国孝女孟佩杰的故事。可知今的我对母亲的感恩有千言万语也道不尽，诉不完。从今起，我平时要多帮妈妈分担家务，减少母亲的操劳，平时多努力学习功课，以减少母亲的操心。多给母亲一些问候，为她沏茶端水，捶汗捶背。

我记起孟郊曾作过一首《游子吟》：“慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁知寸草心，报得三春晖。”如今我也把这首诗讲给我的母亲，以表达我对母亲的感恩之情。

会场 韩学龙

## 感恩的心



感谢命运，感谢人民，感谢思想，感谢一切我要感谢的人

——鲁迅

蜜蜂在花丛间嗡嗡飞舞，展现一幕幕感谢的场景，那是蜜蜂在对供养他的花朵的感恩；落叶在空中盘旋，谱写一曲曲感恩的乐章，那是大树对滋养它的大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，描绘着一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才有人与人之间的真诚和友爱，因为感恩世人才会享受到生活的美好，生活的快乐。

2016年恒运能源集团召开的全体员工扩大会议上，集团董事长李学龙董事长云道重心长的对恒运人说每个人都应该学会感恩，感恩你的父母给予你生命，养育你成长，感恩你的母校传授你知识，教你成才，感恩你的公司提供你工作，使你优秀，感恩你的朋友给你你的温馨，帮你分忧，感恩自然的阳光雨露，感恩四季的桃红柳绿，感恩……从这次的会议中让我们每一位恒运人都受益匪浅，重拾心灵深处感恩的美德，定会在以后的工作生活中有更多的感悟，有更好的表现，获得更多的快乐。

我们一路走来，难免会跌倒上或受责骂，而伤别情。经历成功与失败，但这一切都编织成我们的故事，

组成了我们的生活，偶尔翻翻起来，都是一种感动。都有一种感恩。感动曾经经历的点点滴滴，感恩曾经给我们一路走来的所有人所物，那曾经烦恼不开的心事，也已经不再被烦恼所促染，在对时光慢慢流逝的沉思，只因我们更加懂得如何去爱自己，如何去爱生活。我们要前行，又怎么可以被如般的往事主宰着呢。我们要快乐，又怎么可以不怀一颗颗感恩的心呢。

生活就像一杯酒，需要细细来品尝，喝在嘴里也许会感觉到苦涩，可喝下去就是醇香的。回味一下，人生没有过不去的坎，只有放不下太多；生活没有放不下的烦恼，只有不够宽厚的胸襟；当能够用一颗感恩的心去享受人生，品味生活的时候，一切都会变得美好，变成快乐，都将成为演绎我们精彩人生的不可缺少的片段。生活像首歌，翻转着一曲平平仄仄的旋律，弹奏着世间的悲欢离合，我们聆听看，感怀着，而它不是一一的岁月的集束，而是真正意义上的生活。

感恩是一种美德，一种生活态度，一种快乐的表现！

新闻广告部 李英峰

## 感 恩



说别感恩，我想每个人都感恩吧！孝敬父母，感恩亲人，应该是每个子女应该做的。感恩公司，是我们每一位公司的员工应有的责任。

早年读孔、马列反映说明动物也有感恩，何况我们作为万物之灵的人类呢？我们从家庭到学校，从学校到社会，非常重要的就是要有感恩之心。我们从小就接受这样的教育。“一粥一饭，当思来之不易，一丝一缕，当知物力维艰。”从小我们就懂得感恩。2015年3月我来到天津恒信诚诺，通过一年多的学习和同事的共处，公司领导的关怀，我进步很多，收获很多，感恩良多，使我对“感恩”二字有了新的认识和见解。

感恩应当成为一种普遍的社会美德。我们在公司里相识相知，我们不能单纯视之为缘分，懂得了感恩，就更加和谐，公司就可以增强凝聚力。所以我们在生活中添加些同情，宽容和感恩的成分，都将是一种好心的愉快的馈赠。

常言道：“知报而报。”谓报感恩更重要的意义在于让我们能以一种更积极的人生态度去回报我们感恩的对象；对生命最好的回报基于珍惜；对爱最好的回报莫过于传递；对机遇最好的回报莫过于把握；对苦难最好的回报莫过于开释、授之以机，授之以术。感恩回报，也许在心灵接受祝福的信息时才产生萌芽，那么何不把它化为行动呢？数十年为战友守墓，矢志不渝，是陈群对战友感恩；鞠躬献命，是为烈士知遇之恩的感恩。他们以行动感恩，青史留美名。怀揣一颗感恩的心，让我们传递传递，将别人无私的帮助，深深铭记，并有以传递，让这世界感恩而美丽。那么请拿起手中的笔，记录我们的情感历程，用我们的智慧去品味多彩的生活，让我们一起来串一个感恩故事，并学会感恩的

财务部 许慧慧

人吧！

我们的企业养育了一批又一批的恒信人，她用她温暖的胸怀让那些所有为企业服务的主人，真诚地感受到她这个大家温暖的、组织的关心、领导的爱护、同事的问候，尤其那是春风，吹得我们春意融融。作为一名企业员工，要懂得珍惜、珍惜自己手头的工作，珍惜自己的岗位，珍惜自己所在的企业。要珍惜大家和善相处、与人为善的这个缘分。在企业里，也许我们的努力和付出做得不足道，但是我们要把自己的努力当作是我们企业不可或缺的部分。

每逢佳节倍思亲，今年是我到恒信公司过得第一个春节，在回家之前，恒信为每位员工的父母准备了一个红包，为此父母非常感激。作为恒信公司一员的我也只有勤勤恳恳的工作以回报公司的知遇之恩。

回顾过去，感恩现在，才能拥有更美好的明天，企业给了我们很多，很多，最需要我们感恩的是我们的企业。我们只有怀揣一颗感恩的心，努力工作，才能对得起哺育我们的企业，对得起企业给予我们的那份收入。让我们带着感动，带着爱心，脚踏实地，珍惜我们现在所拥有的一切美好，把握时代赋予我们现在的大好机遇，感恩企业，甘于奉献，积极工作，尽自己应尽的责任，为企业的腾飞发展做出更大的贡献！

企业在发展，社会在进步，我们在成长，让我们与我们的企业风雨同舟，同舟共济，恒信，总是成功的标志！不管走到任何城市，您永远都是我的老家！因为我已是一位恒信人而感到骄傲！

## 感 恩



特别感恩我的家人，父母给了我生命，养育的条件下把我抚养大，付出的艰辛劳动言语不能及。在低谷的时候我很想离开这个世界，想到他们对我的爱，我又打起精神面对一切，为了父母，我依然充满干劲；无论在哪里受挫，想起他们的时候，仅仅是想起他们，就会觉得很轻松了；不理也不难过了。父母给了我生命，又用他们的爱一次次挽救我的生命，令我能够享受受到今天的生活，给我一片全新的世界，想起他们的恩情，都不得不由泪如雨下。

朋友，在我的生命中扮演着很重要的角色，在人生的风雨而雨中，总有坎坎坷坷，是那些朋友，没有华丽的辞藻，没有虚浮的关心，坚实的站在我身边，倾听我的故事，把他们的爱，在无言中默默的传递到我的心灵，是朋友，给我勇气，去面对复杂的社会，是朋友，为化解开生活的难题，在这个离奇上，我们共同勾划生活的精彩。

我拥有一个多么美丽的生活，一个多么完整的生活，一些人来到我的生活中，给我鼓励，支持和帮助，

财务部 李然

一些人来到我的生活中，给我打击，痛苦和失望，他们都在我的面前，上演着一个百年罕见的大戏，在这个戏里，无论哪个角色都在教我懂，如何去做人，如何去生活。在这部戏里，我有时是演员，有时是导演，有时是观众，所以我依然沉浮跌宕。现在，在上帝的面前下，才懂得学会如何做个真正的观众，真正的演员。

没有这些生命中的恩人，我不会有今天的快乐，是他们共同教会我一件事，那就是感恩，感恩每一个对我有恩的人，他们的恩情，温暖着我的心，更感恩那些对我打击的人，正是他们的打击，给我认识多和人生的机会，让我看到什么叫做大千世界。从中学会如何去找到自己的人生道路。

感恩所有的恩人，愿他们都能够吉祥如意，生活开心，快乐他们给我的开心和幸福，一齐的回报给他们，让他们都有幸福的人生。

## 感 恩

感恩是什么？感恩是一种美德，一种生活态度；俗话说“知报反哺，羊知跪乳”，父母给了我们生命和关爱，孝敬父母，懂得感恩，是中华民族的传统美德。

记得小时候每次吃鱼的时候父亲都是只吃鱼头和鱼尾，把中间留给我和妹妹，我工作以后每次下班后母亲都做好热腾腾的饭菜等我们一起吃。我成了母亲后才知这就是“爱”，天下最真的“爱”就是父母的爱。

感恩，它虽说是一个行为动词，但它不止需要行动，更重要的是需要得到真心实意。简单地说，感恩便是感激，发自内心的感激。“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母为我们付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。感恩父母，对我来说父母是世界上最伟大的人！他们为了养育我们成长，辛勤的工作着并把最好的都留给了我们。作为儿女，不管我们工作多忙，都要常回家看看，陪陪老人，因为我们平时的一句问候，一个动作，一个眼神，都会牵动着父母的心。在他们劳累的时候捶捶背，在他们口渴的时候端上一杯温暖的清茶，在他们的节日是送上一份温馨的礼物，他们的心中都会感到欣慰！

同时感恩，庆幸也是恒运能源集团的一种企业文化。我作为一名新进入集团公司的新员工，被“感恩”

的企业文化所感动。过年时，集团公司为每一位辛勤的父母准备了一份关爱，让员工送到我们最亲爱的父母手中，教给了我们要有了一颗“感恩的心”。给我们这些员工上了一些“感恩的思想培训”！我们只有怀着一颗感恩的心，努力工作，才能对得起哺育我们的企业，对得起企业给予我们的那份收入。

有一首歌叫《感恩的心》，歌中有一句词是：“感恩的心，感谢有你。伴我一生，让我有勇气做我自己。”是啊，父母给了我们宝贵的生命；企业给了我们无穷的力量；同事们的关爱给了我克服困难的勇气；我们身边的一切给了我们和谐健康的成长空间。难道我们不该感谢这些吗？我们需要的不正是那那感恩的心。我们所缺少的不正是那一份感恩之情吗？回顾过去，感恩现在，才能拥有更美好的明天。

让我们带着感动，带着爱心，带着真诚，珍惜我们现在所拥有的那份美好，把握时代赋予我们现在的大好机遇；感恩父母，感恩企业；甘于奉献。

财务部 赵永刚



## 感 恩

人的一生，无论成败，都会得到太多人的帮助、父母的养育、老师的教诲、配偶的关爱、朋友的帮助、大自然的恩赐、时代的赋予。我们成长的每一步，都有人指点；我们生活的每一天，都有人帮助。正因为这样，我们才度过一个个难关，一步步走向成功，创造并享受着美好生活。

“我来自偶然，像一颗尘土，有谁看出我的脆弱？我来自何方，爱情归何处，谁在下一刻呼唤我？天地虽宽，这条路却难走，我看苍天间坎坷辛苦，我还有多少泪，我还有多少泪，要苍天知道我认输。感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气作我自己。感恩的心，感谢命运，花开花落，我依然会珍惜。”

在这感恩的节日里，一首感恩的歌，唱出了它的真谛，也把我带入了深深的沉思——

花儿不可能一年四季都常开不败；月亮也不可能从月初圆到月尾；身有残疾的人渴望拥有健全的体魄；饥寒交迫的人渴望一生衣食无忧；生活富足的人追求精神



恰恰因为生活中有着这么多缺憾，我们才有了更多美好的追求。不要过多的奢求什么，不要过分的抱怨生活的不公、命运的不平、运化的再人。相反地，我们应该常怀一颗感恩的心。

如果生命是一朵花，那它就应该绽放在飞雪连天的冬季，让寂寞无垠的心灵得以温暖与相聚；如果生命是一棵大树，那它就应该矗立在荒凉的旷野，让坚强孤独者拥有依靠休憩的地方；如果生命是一枝小草，那它就应该成为茫茫原野的一份子，点缀盎然的春意。生命的意义在于奉献与融入在于感恩——

心存感恩，因为漫长的人生路上，我并不孤独！感恩从心开始，让爱温暖人间。中国第一块感恩墙，如果你对他（她）感恩，就把他的名字写在墙上。

行政办公室 胡晓玉



## 感 恩



随时心存感恩，胸怀宽容。拥有一份工作，就要懂得感恩，感恩就是一种良好的心态。又是一种奉献精神，当你以一种感恩图报的心情去工作时，你会工作的更愉快，更出色。觉得工作是生命中不可缺少的一部分，这种心态可以改变一个人的一生。我们需要“感恩”。

记得读书时，我的老师曾跟我说过，不管遇到什么事，我们都要用一颗感恩的心去面对每一件事情。如果遇到美好的事情，我们要学会珍惜，如果遇到挫折，我们要坚强面对，迎难而上，并学会感恩地给我们带来挑战的机会。从那时起，“要有一颗感恩的心”这句话一直在鞭策着我。

从刚进能源工作的第一天起，就要有感恩企业的意识。因为，企业为你提供了工作、学习、生存的环境。所以，要学会感恩，为企业奉献力量。

通过董事长在年度总结大会上讲话，使我深刻感到自身存在很多不足，在企业陷入困境的时候，我们没有给予支持和理解，总认为是领导的事，不关我的事，广大员工没有真正的融入能源这个大家庭。认为有付出就有收获，从没想过你的付出能给企业带来多大的效益？面对全球的金融危机，市场经济形式不好的今天，企业没有得我们的工资，给了我们生存的平台；是我们的衣食父母，我们要感恩企业，要相信我们从事的是正义事业。认同企业文化，坚定能源观的核心价值观，使咱们成为相亲相爱的一家人。

面对“冬天”的到来，我们要危机意识，不要依赖别人，要相信自己。企业在困难的时候，能懂得一个人的意志，也能反映一个人的品格。越是在艰难的时候，我们越是要充满信心，加强团结；越是在困难的时候，

我们要更加互相包容，更加热爱企业，把企业当自己的家来经营。

统一思想，坚定信念，就是要让我们的思想和行动统一起来，不要说一套，做一套，要时刻保持清醒的头脑，增强忧患意识，使自己有能力应对各种风险和挑战。要用先进的企业文化、科学的管理模式、优秀的管理人才为企业的美好明天做出努力。这就要求我们不断提高自己的素质，要有明辨是非的能力，做任何事要站在公正的立场，实事求是看待问题。在企业遇到困难时，要懂得识大体，顾大局，有正义感，做到与企业风雨同舟、肝胆相照、荣辱与共，做到不利于团结的话不说，不利于稳定的事不做。坚持以人为本，最要以大多数人的利益为重，在斗争中产生和谐，在和谐创造效益。我们一定要有奉献精神，克服当前困境，以实际行动支持企业的发展。

如果在工作中我们能专注和专心，能够把自己完全沉浸在工作中，无论是成大或小的事情，都应竭尽全力，把全部的热情和责任在其中。学会正确的认识自己，正确看待自己对企业的贡献，对企业的贡献。客观的评价自己，学会管理压力并科学地释放压力，减轻对工作、对未来的恐惧感。心情轻松才容易重新激情。激情是个人和团队成功的基石。激情是工作的灵魂，激情是企业活力的之源。

一个人如果仅仅是勉强完成职责，那么，他做起事来就会马马虎虎，稍遇困难就会打退堂鼓。要想做这样的人怎会高质量地完成自己的工作，更别说做出创造性的业绩了。如果你不能使自己的全心投入到工作中去，你就难以得到成长和发展的机会，无论做什么工作，都可能沦为平庸之辈。

只有在热爱工作的情况下，才能把工作做到最好。一个人在工作时，如果能以精益求精的精神，火一样的热忱，充分发挥自己的特长，那么即使是做最平凡的工作，也能成为最精巧的工人；如果以冷淡的态度去做最怕最累的工作，也不过是个平庸的工匠。有了困难时，不能急躁，更不要自卑。要学会调整自己的心态：遇到困难时，不可退缩，用信心去拼搏，驱走阴云密布的天空，迎来一片艳阳天；不要自卑，要学着与人沟通，用自己满腔的热情去帮助别人，同时也让别人温暖自己。就像铁块经过火火的烘烤，百炼成钢；犹如夏日的麦苗经过高温的孕育，变成沉甸甸的麦穗。

人生的成长与经历都是一种幸福的疼痛，靠它们来促成生命的钙质，与我们一起面对光明和梦想的南方深呼吸吧。尽管人生奋斗的目标很获得，但有些东西是不能放弃的。若要处事好，先要做人好，若要做人好，必先关爱人。生活总会遇到许多外在和内在的困难，那些疼痛，多年以后会是一种财富，激励自己勇敢的面对挑战，成为生命当中最值得骄傲的篇章。

金健刚 张碧龙

## 感恩

转眼之间，入职恒运已有两个月时间了，刚来恒运面试的场景还历历在目。当第一步踏进恒运的办公楼时，就被这里的文化氛围深深的吸引了，翻阅了公司创办的各种刊物，目睹了恒运能源集团的飞跃发展，被恒运集团领导者们的人格魅力和领导风范深深的吸引，坚定了我要成为恒运大家庭中的一员的心愿，更希望在今后的自己的努力为恒运的发展添砖加瓦。

来到恒运，我被公司的传统文化“尽孝 感恩”深深的感动了，我们的主席用自己的实际行动向我们传达了百善孝为先的深刻含义。想想自己，在外多年，平日里仍然是父母挂念我们更多一些，我对他们的关爱似乎太少了。来到恒运，我自己做了深刻的反省，父母给了我们生命，用他们无私的、牺牲所有的爱养育了我们，如今已为人母的我更是应该体会体会到父母当初养育我们的艰辛，一杯茶，一盅洗脚水，一个电话，一声问候，从小事做起，从现在做起，要时刻想着“感恩的心”，懂得“静而思而不止，子欲养而亲不在”的道理，不让这成为一辈子的遗憾。

初到恒运，恰逢新年来临之际，我很意外的收到了公司发放的慰问老人红包，红包上有总裁亲笔送上的祝福，当我把红包交到父母手中并把公司的祝福送给他们时，老母亲深深感动，对公司的这种尊老文化感叹不

已，再三叮嘱我遇到这么好的企业，一定要努力工作，踏实做人，不要辜负公司对我们的期望。参加工作这么多年，父母是第一次收到公司的祝福，在这之前从都没有想过，当我告诉他们生日的时候还会收到公司的礼物时，他们更是惊喜万分，恒公司领导者具有怎样的胸怀才能做到如此体谅下属，我能有这么好的公司这么好的平台对他们来说无疑是最大的安慰，我们没有理由不努力工作，感恩恒运，回报社会。

今天，我能拥有一份踏实而稳定的工作，感到幸运和自豪，要知道，当今世界经济形势整体下滑，还有多少人在奔波，在寻找不理想的工作而彷徨，我们要为自己能够成为恒运大家庭中的一员而感到自豪；更为自己能拥有一个实现自我人生价值的岗位而感到高兴！我们要感恩我们自己的企业，要对我们的企业说一声“感谢”！我们只有怀着一种感恩企业的心，努力工作，才能对得起哺育我们的企业，对得起企业给予我们的那份收入，也只有这样才能激起我们心中的无限感激之情和深深的爱慕之情。

国际商务部 牛华



## 感恩父母



当你还很小的时候，他们花了很多时间教你用勺子和筷子吃东西，教你穿衣服、绑鞋带、扣扣子、教你洗脸、教你做人的道理……

世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用诚挚的心去感恩，用切实的行动去回报。

“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之义”，而人更应有尽孝之心，莫等到欲尽孝而亲不在，将留下人生的一大遗憾，要想将来不后悔莫及，从现在开始从身边的小事去感恩父母，回报父母。回报也不一定要非得是物质上的回报，更多的是精神上的、情感上的。就算只是运道重洋，留学海外，我们时时要怀揣着一颗感恩的心。

曾记否，父母将你捧在手心，含在嘴里因为他们是你父母手心里的宝；曾记否，父母把无私的爱奉献给了我们，因为他们是我们父母的心，最爱的港湾。

曾记否，你对过父母的唠叨，无赖问，你和父母之间产生了隔阂，可是总要等到失败后，才知道父母讲的都是金玉良言。曾记否，任性让未懂的，你却埋怨过父母，埋怨飞马。可是总要等到自己受伤后，才知道父母的关怀是慈爱的避风港。

父母是孩子的守护神，他们不仅孕育了我们的生命，更给予我们伟大而无私的爱。我们出生的时候，每一天只有在妈妈的怀抱里才能安心入睡。每一天晚上，妈妈总是一边抱着我，一边唱着摇篮曲，哄我不动动一下，生怕我吵醒。就这样，经过无数个黑夜，妈妈就一

直这样抱着我，嘴巴上不说一个“累”字。

母亲是世界上最大最无私的情感；母亲是一位温柔、一份牵挂、一份担忧、一份责任。母亲是希望、是嘱托、是叮咛、是关切、是体贴、是温柔的港湾。而父亲是巍峨的大树，用宽阔的肩膀撑起整个家。父亲是一朵花，香淡无味，香味幽幽，只有靠近，才能闻到那沁人心脾的香气。父爱是春风中的细雨，贵如油，润无声。

父母一天一天的苍老了，而我们也一天一天的长大了。我觉得应该为父母做一点事，哪怕是洗一洗碗，拖一拖地，擦一擦桌子；为父母倒一杯水……帮一下父母，未尝不下一我们伟大的父母。

当我们呱呱落地时，迎接我们的就是我们父母发自内心的疼爱；当我们刚入学时，牵引我们的是父母那慈爱的双手；当我们遇到困难，能倾注所有的一切来帮助我们的人，是父母；当我们取得了成功，能衷心为我们庆祝、与我们分享喜悦的，还是父母！让我们学会感恩父母吧！用一颗真诚的心去对待父母，用一颗真诚的心去与父母交流，不要再认为父母是理所当然帮我们做任何事情的，他们把我们带到这个美丽的世界，已经是足够的伟大，且将我们养育成人，不求回报，默默的为我们付出

金麒麟 张芳芳

## 有一种爱，不讲天荒地老



我一直都知道爸爸妈妈的爱，多么的伟大，可是可爱，除了他们之外无人能够代替他们给予我的爱，那源源不断地给予我更好所有，却从来不求回报的给予。

我心里总会想到家，想到那爱我疼我的春风——家。那里有我的爸爸妈妈，他们那么爱我，为了我，不知道流了多少血汗，为了我，付出他们的一生精力，为了我，他们不惜一切，只有一个目的——为了他们的儿女一生平平安安、开开心心、健健康康——

在我成长的岁月里，我越发觉得我们应该学会爱我们的父母了。不管你是否成功；不管你是否赚到很多钱；不管你是否工作；不管你年龄多少；不管你现在处在哪里；不管什么样的你……你都应该用你的真诚的心爱你的父母亲。因为他们真的很辛苦，为我们做了很多很多。为了我们，他们可以尝尝不孝；为了我们他们可以风吹雨淋；为了我们，他们可以承受所有困难……

从前，在爸爸妈妈身边，不会那么想家。如今的我，离家很远，不能经常回家，只能偶尔打电话回去，问寒一下，报个平安——我知道那是一种幸福，有家人的挂念，觉得幸福的幸福。没有什么能比得上这牵挂。

家是什么？在我心中家不仅是个避风港；它还是我最温馨最亲的牵挂地；是我生活最好的地方；是我最快乐的成长地方；是我无休止牵挂的地方；是我拥有温暖的地方；是我有了烦恼可以疗伤的地方……那谁都不愿你明争暗斗的人，不会给你脸色看，只会帮助你解决问题，给予你温暖的问候……

记得我读的时候，常常会想家，想着回家的安静，想着回家的温暖，听起来，似乎像道问题，但是我不知道，我觉得人遇到问题的时侯，本该安静下来想问题，再想办法解决，那一静不代表逃避。妈妈说，能够

静那就很好，但是简单不容易。后来，我才发现简单之道。

父爱无言。他可以在为了我的出门承受冷风，早早的起床，放下头的工作陪我。我们很少说话，像打电话回家，爸爸只会问“有没有吃饭？”，“那边冷吗？”之类的话，非常简单，很少会说多几句话，可是我隐约觉得爸爸有话想说，但是他会说：“叫你妈妈来听电话吧。”其实，我也想跟爸爸多说几句，但是就是没说，但是我知道爸爸还是爱着我。

长大了，妈妈总是叫我去做她炒的菜，学煎炒烹。我才发现，现在有人炒菜给我吃，真的是一件很幸福的事情。我一直这么想，可以吃妈妈弄的美味饭菜，真的真是幸福之感。

我小时候，真的很调皮，让爱我的爸爸妈妈伤心难过。我想从今天开始，更应该好好爱他们了，用我的实际行动。虽然我不是一个很棒的人，但是我会努力，尽我所能。

有一种爱，蕴含了数不尽的情怀。

有一种爱，撑起了灿烂的一片天。

有一种爱，安抚了疲惫的心灵。

有一种爱，深藏了幸福的付出。

有一种爱，掩去了深情的忧伤。

“父兮生我，母兮鞠我，抚我，育我，诲我，长我，育我，鞠我，报我。”《诗经》有这样的一语。自古至今父母就是这样的养育我们，现在我们长大了，不是更应该为父母多做什么吗？

忙碌的每一个人，要抽点时间陪陪父母，要赶紧孝敬父母。荣誉是小小的举动，父母也会很高兴的，我们知道，他们为我们付出很多，但是几乎没有要求我们一

定要为他们做什么。我的妈妈也是这样对我们的！“以后都工作了。记得常回家看看我和你爸就行了。”我想这就是“父母”的定义。千万不要嫌弃他们的唠叨，也许回过头来，你会觉得有人对你啰嗦，也是一种温暖不可及的事情。

好好爱我们的父母吧！其实有父母真的是件很幸福的事情。感觉很奢侈，奢侈那不安的爱，奢侈那不谈

条件的爱，奢侈那不讲天荒地老却坚不可移的爱。

父爱，母爱，珍惜，珍藏吧！

封秀群 吴坤

## 感恩从我做起



新闻广角部 马彦

曾经我看过一个老僧的演讲视频，让我受益匪浅。一个人、一个有独立人格的人，要胸怀感恩之心、忠诚之心以及责任心。感恩、责任、忠诚在理念上对个人来说是成就事业、走向成功的基础；对企业来说是企业增加凝聚力、发展壮大之本，一个心怀感恩的人，心中才能装着父母、亲人、朋友、社会。

前几天，我刚刚两周岁的女儿居然给她的爸爸洗脚了，我很诧异，也很羞愧，因为长这么大我的记忆留给父母洗脚的次数是有限的。那一刹那呀，时间仿佛被删减了，我突然感觉到我能为我父母做点什么。那怕只是家常的问候我做得到吗？所以，让我们的感恩之路行动起来，不费被时间删减！

我们对父母感恩，因为他们含辛茹苦养育我们成人，我们对老师感恩，因为他们孜孜不倦教育我们成长；同样我们应该对公司感恩，对领导感恩，感谢他们

对我们的信任，给了我们一个展现自己的舞台。我们应怀有一颗感恩的心，感恩是一种人生态度，更是一种责任意识，做人要诚实守信，对企业来说，既忠诚又负责任的员工是企业宝贵的资源。拥有忠诚尽责的员工是企业发展壮大之本。

责任是一种态度，成功人士成功不仅靠诚信，更重要的是他们身上强烈的责任感。责任是永不消失的精神，没有责任带来的成功。责任心是对自己的负责，也是对自己所在的群体负责，是成就事业的可靠途径。现在的我们需要培养责任感。归属感，更要有一颗永恒的感恩之心。

## 心存感恩 珍惜拥有



新闻广角部 李丹丹

三年前，我和所有的应届毕业生一样，带着对未来的希冀和对梦想的追求，踌躇满志地走出校门，迈进社会这个大舞台。那时的我幼稚的认为年轻就是优势，学历就是资本，然而这一切一切的在现实面前是那样的不堪一击。

立足社会的基础是生存，生存的根本在于工作，工作的获得成为了千千万万毕业生焦头烂额的事情，历经始成了我们取命的痛点。在偶然的机会下，我抱着尝试的态度来恒运面试，然后这次的偶然成就我至今的工作岗位。

社会的关系纷繁复杂，企业中的勾心斗角、尔虞我诈更是屡见不鲜，曾经我也怕过、担忧过，但是在恒运工作的两年中，看见的是纯洁的笑容、亲切的问候，感受到的是其乐融融、相亲相爱。浓厚的企业文化陶冶着我们每一位恒运人，深深的感恩就影响着每一个恒运家庭。

在恒运，我很荣幸的、也很开心的工作着，在这里

有领导的谆谆教诲，有同事的殷切关怀，这些都是我职业生涯中第一笔财富，恒运就像我的母校，每一位领导都是我在这所大学中的老师，他们的每一次教导、安排的每一次工作、提供的每一次增长见识的机会，对我来说是如此的珍贵，也是我不断努力的动力。感谢恒运给予的进步机会，感谢领导不厌其烦的教诲，让我进步，给我信心，懂得做人，学习做事。

我很幸运，社会的第一所学校在恒运学习，在这里我不能接触过明争暗斗、尔虞我诈，却切实的学习到了做人要尽孝感恩，做事要认真负责，做人做事要有容忍宽恕之心。

工作在恒运是一种福气，希望我们每一人都是惜福之人。

## 感恩从我做起



感谢华特公司给予的慰问金。这个慰问金并不贵重的年终奖而已，它是富有很深的情感的，领导特别强调是给家属老人的慰问金。当我手拿着慰问金的红包时心情特别激动，上面还有主席亲笔写的祝福语，从这点看出是多么的用心良苦。

作为儿女，就先尽孝吧。孝敬父母“不择地而安之”，不等时间，不等空间，不等环境，尽我的力量，就是“孝之至也”。孔子说，你要知道别人的道理，孝的内涵就是敬。这只是很简单的解释。做儿女的要敬父母，要父母就是孝，一个人对父母、家属有敬，就一定有责任心。所以才有了“孩提孝为先”这句话一直流传到现在。

作为儿女，我们常常坦然接受父母为我们所创造的一切，觉得理所当然；接受南那么心安理得。为了我们，父母做什么那么义无反顾。然而，父母和子女的天，永远都没有平衡的时候。这就是父母无私而伟大的爱。所以，从真正懂得的那一刻开始，用心爱我们的父母吧。多孝敬父母一些，能现在，再来得及孝敬的时候。这样我们作为儿女的一生，也可以毫无遗憾了。

除了对父母尽孝之外，我们还应该有一颗感恩的

心，从只会在游戏中嘻嘻哈哈，到我们能听懂话叫出了一声爸妈，到第一次踩着小脚丫跌跌撞撞地走路，第一次背着书包走向学校，第一次拿回成绩单，也许你从没注意到在这无数次的第一次中，在这漫长的成长道路上父母付出了多少心血，倾注了多少爱。当我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人，是父母。当我们犯错误时，能毫不犹豫地原谅我们的人，是父母。当我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的，是父母。有了父母的付出和陪伴，我们才能无忧无虑，幸福快乐地走过人生的每一个阶段。

我们懂得感恩。用一颗感恩的心去面对一切，生活在你们身边就是美好的，学会感恩，也就有了美好的人生。

感恩父母，感恩公司，感恩社会，才能做到回报父母，回报公司，回报社会。不管今后走到哪里，我都会永远记住公司主奥这份浓浓的、深深的爱。

行政办公室 徐玲

## 感恩从我做起



无论是“感恩的心，感谢命运”还是“常回家看看，回家看看，别让妈妈刷碗孩子洗碗啊”陈红总是为我们演绎感恩父母的真情真心与真爱，也正因为一曲《常回家看看》唱红大江南北，才让更多的人懂得体会父母的关爱，懂得感恩父母。

感恩父母，如何感恩才是关键。所谓感恩，也不必咬文嚼字，一字一翻，逐个翻译。它只是一个代名词，只是代表感恩的意愿。字是死的，人是活的，感恩是一种行动，而且是一种实际行动。它不仅指物质方面的，它的更高境界是指心灵情感方面的。如果你是一个孝子，你肯定知道如何感恩。感恩是不求回报的，感恩是心甘情愿，大方给予的。如果你想修德，想感谢父母，就不要受文字传统的禁锢，就不要受他人感受的局限。感恩是你自己的事，何必去听凭他人的思想，他人的决定。你的父母，生养你你，他们感恩的是老天爷，他们感谢老天爷将这个纯真而又崭新的小生命赐予他们。于是你的父母耗尽他们的心力，耗尽他们的财力与物力，不惜一切代价培养你，养育你，到头来，你的回报竟然要他人来干涉，那你的父母该有多伤心啊！他们的青春，他们的努力，因不付之东流，一去不复返了？青春何等宝贵，难道就因为你的不孝，就这么白白失去了？你也不管一輩子背上“不孝子”这个沉重的包袱，伴随你虚度一生，不要等到父母离去时，才懂得感恩。如果那样就太晚了，那时你才会后悔莫及。

还记得家中哪里那个把酒留给母亲的大孝子田世国吗？我们是不必学习他把酒留给父母，但至少应该学习他感恩父母的精神这才是实行感恩父母行动的前提。每个人都有父母，为什么父母对孩子是一德同仁的，孩子对父母却不能做到知一德呢？也曾在报纸上

看到这样一个案例：一位15岁少年的不堪忍受母亲的虐待，竟然把自己的母亲杀了，还有无其事地继续去上学。这和田世国的事迹真是天壤之别，不对，根本无法比较，这是两种截然不同的态度。父母的唠叨也是一种爱的表现，即使是父母的严厉也是一种爱的方式，为的是让孩子生活得更好，他们有错吗？所以当你在对父母发脾气时，想想这些，就悔悟了。

其实，父母并不需要你用汽车洋房或提升礼品来实行感恩，有时候一句小小的问候，一句短短的叮咛或是一朵小小的鲜花，足以让他们感到欣慰，感到满足。所以又何必用“没时间”“忙”来推托对父母的感恩呢？这屋子能成为父子或是母子，是几辈子才修来的缘分，百年才修得同姓，千年才修得共枕，父母与子女要修多少年啊！对于慈老人，则要抱着“谁让咱心疼相识”“谁地为兄弟，何必问内亲”的态度，更何况是与你有着血缘关系的父母。你的身体中流着同样的血液，你们的心是连成一块肉，是心贴心的。

无论怎样，不要放弃你的父母，不要伤害你的父母。因为他们不曾放弃过你，也不曾伤害过你；无论他们怎样，他们只是望子成龙，望女成凤，无论世界变成怎样，永远不要忘记你的父母。当天天还是一种遗憾，而阳光还是一样灿烂，当地球还是一样在转，请永远记得感恩父母；当“感恩的心，感谢命运”歌声再度响起，请心自问，你是否感恩过父母；当“常回家看看，回家看看，别让……”旋律再度飞荡，请记在家中的父母正在期待着你；当……

感恩父母，一个应该履行的承诺，一份应该承担的责任，一条亘古不变的真理，一个坚定不移的信念！

新闻/西部 张凯



## 心怀感恩幸福由己

幸福快乐是一个被广泛认可的追求，几乎每一个人都在希望自己每一天都能过的幸福快乐。

不过似乎越来越多的人有着挥之不去的烦恼，而说快乐，却总觉的太少太少。

真的是这样吗？不见得。有些时候，思维局限住了眼睛，换一个角度去思考，天地便豁然开朗。

佛将劝人放下执着，因为执着会让人迷失。人若执着于那一点一点自己得不到的手，而忽略了太多自己所拥有的，便将自己在自我营造的囚城里面囚禁。着实可悲可笑。

在人们抱怨这个地怨那个时候，思维深处一切自己拥有的操作理所应当，而且将自己得不到的也为自己理所应得的。因而有这种思维。这些人对自己所拥有的就珍贵的东西，孰视无睹。

我以老师讲过说：生病了，住进了医院里，家人喊着赶紧吃药，赶紧打氧气。打完了氧气，医院会向你收费。而你平时天天呼吸着片刻也离不开的氧气，谁跟你要钱了？

然后我说，这理上帝的道理，你要感恩神，相信神。

看似信仰自由的份儿上，我们可以不去感恩上帝，但至少感谢这个美丽的世界。不需要我们付出什么，大自然已经恩赐了我们难以数计的幸福。

天地自然之中，人们群聚而居。自古至今一以贯之，每一个人从出生开始，一生都与周围的人密不可分地交织在一起。日复一日的奔波忙碌之中，谁人没接受

过别人的帮助，没受过别人的情。没有人没在现实的社会风气败坏，但是我还是见过用心看病的医生，尽心育人的老师，忠于岗位的民警——

在不经意间，我们对享受着外界为我们的付出，却忘了去感恩，更忘了去感谢。

多数帮助我们的人并不希望我们的感谢，他们与我们擦肩而过，我们将要感谢也无从说起。但是，我们可以做到的，是去帮助别人，把我们得到的爱，再而传出去。

心怀感恩，可以照亮我们的路，让我们看到这个世界的更美好。但我们更应该做的，是日行一善，广积功德。单纯的感恩，享受别人为自己的做的，是自私。为别人付出在前，人家也会回报你在后。世界走向美好，需要的是我们的付出，再善索取。我们不言于帮助别人，与人方便，自己方便。我们也不必奢求别人的回报，感恩绝非非字，行善积德亦不能等同于做买卖，讲究钱货两清，将不欠人。我们付出，原因是这个世界已经给予了我们太多太多。我们奉献，是因为我们感恩这个世界。我们做这一切，并不是因为我们需求得到什么样的回报。其实，我们拥有的，其实已经很多。

感谢这世界给予我们的一切，尽自己的能力去奉献爱心，这就是幸福的源泉，拓宽了你内心的深处，而不是去贪恋你的名誉、地位和财富。

张志强 张贵琪



## 感恩父母 点亮亲情

“世界上有一种人，和你在一起的时候，总是千叮万嘱咐那多穿件衣服，你觉得很烦也觉得很有心，缺钱的时候，他总是说那借钱不忌之类的话来教训你。劝教训你省钱给你，这种人就是父母。”

如果有人向你一个问题“你认为世界上对你来说最重要的感情是什么？”也许有人会回答是至死不渝的爱情，没有了爱情生活便没有了意义，毕竟给自己选过下半辈子的不是别人。有人会回答是友情。他们说：“朋友是天，朋友是地，有了朋友可以顶天立地，朋友是风，朋友是雨，有了朋友可以呼风唤雨”。因为有了朋友生活才不至于无聊。这时候却很少有人回答是亲情，“父母是我生命中最重要的人”。爱情、友情固然重要，但也不容忽视亲情。父母给了我们生命，这是你日后之所以能够组建友谊的前提。

父母对子女无端的付出，爱你甚于自己的生命，他们当过你喝奶的保姆，便为你倾注了他们的智慧，教你学说话，学走路，你学说的第一句话是叫爸爸妈妈，你迈出的第一步，是他们一左一右扶着你的小手教出来的。当你摔倒了，他们不去把你抱起，不是因为你不爱他们，当你学着自己去站学会走路时，你会发现他们很重富含宝贝珍珠。也许你会觉得父母对你太苛刻，总是逼迫你去上补习班等等一系列你自己不愿意去做的事，有时心里偶尔会产生怀疑，自己是不是捡来的，心里会不解他们。可是，你有没有想过他们日夜不停忙碌所赚的微薄工资，自己舍不得花，全都花在了你的身上，为的就是希望自己的孩子将来能够成才，他们宁可为自己少添一件新衣，随着孩子一天天的长大，你会发觉下个月他们会比你身上留下痕迹，他们的健康会把你深深的爱

放，那一头乌丝也不知不觉被那班白发所替代，他们的身体也会变得越来越虚弱，步子会越来越小，声音也会变得含糊不清，要变得瘦弱唠叨。那时候请你去体谅他们，不要把这当成负担。

父母把他们的青春无悔的给了我们，我们每个人都应对父母怀着一些感恩的心，孝敬父母。“百善孝为先”要对父母感恩，首先就要做到孝，汉代的刘向曾说：“孝者，天之经也，民之行也。”；韩愈的：“白头老母尚门时，犹怜彩袖犹沾止。”郑板桥也曾说：“成功的时候都是朋友，但只有母亲是失败的伴侣。”他们付出了深爱的母爱，及对母亲的感恩。要做到孝不一定非要买多贵的礼品，也许一个电话，就能使他们心里甜滋滋，一个问候就能使他们感动的热泪盈眶，帮他们体谅困难，你就会觉得幸福。而这些对你来说就是举手之劳，但对父母却使他们都感到幸福。感到欣慰。

孝是中华民族的传统美德。孔子说“善事父母者谓之事孝”还说“父母在，不远游，游必有方。”“鸦之鸣何苦谁与听，朝而哺不知养之理”这是孔子六艺孝悌尊门前的一副对联。告诫我们行孝要及时，当父母过世后，再再好的东西来祭奠他们也比不上在世时，好好孝敬他们。行孝要及时，不要变成“树欲静而风不止，子欲养而亲不待。”这种遗憾。

人生在世谁没有父母，因为有了父母才有了家。他们给我们心灵的港湾，给我们家的那座一个平静的港湾。我们要记得每一个婴儿来到这个世上，都受到父母无条件的照顾，那是一份深入血脉不求回报的爱。从没有过那个父母对孩子说：你给我钱我也会疼你。父母做的这份疼爱回报孩子的成年而说，不因自己的贫老

而附赠，只要父母还活着这份爱就继续如一。

朋友们，亲情是这世上最伟大的爱，还记得那篇文章《母亲》吗？她唱出了千万父母对子女的付出，让我们把这首歌牢记于心，怀着感恩的去善待父母吧。“你入学的新书包有人给你拿，你窗中的花朵有

人给你打，你爱吃的三鲜馅有人给你包，你委屈的泪花有人给你擦，这个人就是娘，这个人就是妈，这个人给了你生命，也给你一个家”。

副总编辑 王新雨

蜜蜂知感恩，将其一生命献给花丛。

绿叶懂得感恩，最后落叶归根于大地。

滴水知感恩，不辞辛劳滴入大海的怀抱。

小时候，我们已经知感恩。

每个孩子小时候最常说的莫过于“谢谢”。每幼时，总少不了老师奖励的小红星，叔叔阿姨赠与的糖果。年幼时，总是集万千宠爱于一身。于是，爸爸妈妈教会我们说“谢谢”。也许那时，“谢谢”在我们心中只是在接受别人礼物后一定要说出的词，根本不知道它到底是什么意思。但是小时候，我们已经知道了有“感恩”。

长大了，我们渐渐懂得感恩。

终于，我们渐渐长大，感恩也在我们身边悄然生花。“谢谢”这个词更加睿智的出现我们的生活中，在老师无私地解答时，在同学热情地帮助时，甚至在陌生人伸出援助之手时，我们习惯地说谢谢，因为我们心中真的含有无限的感觉。此时，“谢谢”在我们心中是一股生命的暖流。

现在，我们应该热爱感恩。

再也没有一个词能比感恩更轻易打动人心。每每提及感恩，总感觉有千万股暖流涌上我的心头，嘴角道

## 感恩从我做起



谢，又常说“为有我的那中肯东泪水，因为我对这片土地感得深沉。”我想，也许是同样我热爱着感恩吧。因为一个个人和主人的帮助，让我热爱着这样美好纯净的东西，让我将学会无私的给予别人帮助，让我领悟到感恩的伟大和伟大。热爱感恩，不只是接受别人对你的帮助，也是你给予别人帮助的总称。

我想，每个热爱生命的人都是同样热爱感恩的人，因为生命从不缺乏感恩。

走在绿树成荫，鸟语花香的乡间小路，我们应该感谢大自然赋予我们这么多美丽的生灵，让我们前进的路上不再寂寞；躺在舒适温暖的家里，我们应该感谢父母为我们营造了这样一个温暖的心灵慰藉，让我们在疲惫时有栖息之地；坐在明亮宽敞的教室里，我们应该感谢老师教给我们知识，让我们成为一个内心强大富足的人。太多的片段，太多的时刻，也让我们不经地感动，那么，感动之余学会去感恩吧。

走在感恩的路上，你会发现，生命中的一切事物都会变得热烈起来，因为你的心已被温暖环绕。

行政办公室 刘大利

## 天下最不能等待的事情 莫过于孝敬父母



感恩父母，孝敬父母是我们中华民族的优良传统。在人的一生中，对自己恩情最深厚的莫过于父母。是父母给予了我们生命，是父母辛勤地养育着我们，我们的成长凝结着父母的心血。每一个人都是在父母的悉心关怀、呵护下呵护和辛苦抚育下慢慢长大的。父母的亲子之爱，舐犊之情只能用两个词来形容：无私、伟大。他们可以为了子女付出一切，也甘心情愿付出一切。所以说，父母之爱位于人世向各种各样的爱之上。

我们中华民族历来崇尚感恩不忘，知恩必报，这也是做人的基本道德，也是一个人的良心。一个人如果对自己生命和幸福哺育自己长大的、重如山岳的父母都不知报答，不知孝敬，那他就失去了人生来就应有的良心，那就没有起码的做人道德可言的。试想一下，一个连生他养他的父母都不要的人，怎么能指望他去爱别人呢？可见，人世的一切都需要从爱父母开始。

用心做一件事来孝敬父母，是每一个人必须做的一件事，也是很容易做到的一件事。

比如，尊重父母的教诲。父母所积累的人生经验是最宝贵的，往往是我们课堂上书本上学不到的，他们对我们这些经验的传授是不计回报、真心实意的，所以我们应该认真听取，虚心接受，否则就会失去接受良好教育的机会，那样生涯可叹可悲的。

比如，接受父母的监护。父母是子女的监护人，子女要自觉接受父母的监护。例如，离家时要告诉父母，到家时要先见过父母，告诉父母自己已经回家了，使父母放心。平时要定期向父母汇报学习、生活情况，并时时问候父母，以免父母牵挂于心。

比如，不辜负父母的期望。父母对子女的最大期

望，先是成人、再是成才，最终成家立业，有所成就。那个父母不望子成龙、望女成凤？作为有责任心的子女要学会学习，学会工作，学会生活，学会处世，学会做人，努力进取，认真学习或工作，不再抱怨生活，不辜负父母的期望。实现父母的期望，这是最重要的事情。

孝敬父母是做人的根本，不只是在心里想想，口里念念，更重要的是要付诸于行动，不要以工作忙碌为借口，而忽视了父母的存在，而冷落了父母的关怀。在闲下来的时候，多多陪伴在父母的身边，拉拉家常，让他们享受到天伦之乐的幸福体验也是难能可贵的。

许多时候，我们总觉得父母有他们自己的生活圈子，自己会照顾自己，我们尽可能地不去打扰他们，给他们点钱就可以，就算最尽到孝心了。其实，父母更需要的是子女们的关爱和理解。一个问候的电话，一次家庭聚会，哪怕邀请子女们来吃一顿他们自己亲手做的饭菜，他们都会觉得十分满足的。

有时候，父母就像一个孩子，为他们做一点小事情，就好像对他们的特别宠爱一般，就会像个孩子般的开心满足地笑露。正如老子所言的“贵子于儿”。从小到老，我们一直是父母宠爱的孩子，但年老的父母，又怎么会不是我们心灵上的“孩子”？在他们论分秒所过的日子里，我们还能为他们做些什么，才不会留下更多的遗憾呢？

其实，只要想想还有什么是我们能够做到的，坐在父母身边旁，给他们捶捶背，然后像叫小孩一样教他们改掉一些多年来形成的、有害健康的不坏习惯，叮嘱他们多吃点儿有营养的食品，少操心，多参加一些有意义的老年集体活动之类的交流。

“天下最不能等待的事情莫过于孝敬父母。”步入老龄化的父母，在生活上、精神上越来越需要子女孝顺，而且这种孝道主要应该表现在感情上，而经济全部可以用养老金来提供一个保障来替代的。随着年龄的增长，子女孝敬父母的机会逐渐减少，商机错过还会再来，而

失去父母健在的孝敬机会，那就会时不再来，会遗憾终身。

张勇强 赵国涛



## 感恩从我做起



很旧的企业文化就是李生荣有先士卒的“厚孝 感恩”，每一位恒运人都在主席的熏陶和教育中，心怀尽孝感恩之心，诚实做人，踏实做事，尽享感恩不但是大谈空话，应该从我做起，从小事做起，从一点一滴做起。正所谓“千里之行始于足下”，“不积跬步无以至千里”。只有从点滴做起，才能形成人人感恩的氛围氛围。

时间如白驹过隙，马上就要而立之年了，自己已为人父，方知父母之艰辛，父母之无私，父母之慈爱。中华民族的传统理念中，孩子寄托了父母的全部希望，父母都是用自己的生命去呵护下一代，这份恩情作儿女的一生一世都还不清的，而父母们也从未想过回报。但我们必须懂得感恩，必须孝顺父母。一个人如果连父母都不孝顺，不懂感恩，那么他如何感恩领导、感恩同事，如何能把工作做好呢？看到新闻里母子撞车重空胸小，儿子就让奶奶去后备箱；家里住上楼房，依然让老人在阴森潮湿的老房子等语如此类不孝顺老人的新闻，心里总是特别堵的慌。人都有老的时候，谁都有过不动腿，说不动饭，甚至下不了床的那一天，不孝顺的

人就是给自己的儿女做了不好表率，等自己老了，也不会有人孝敬。

尽孝感恩，不是靠嘴，也不靠靠靠，要用实际行动去践行。经常有人这么说，假如父母长寿可以再活三十年，我们每年春节回一趟家，除去闹七杂八的时间，真正陪父母的大概只有一天，也就是说我们陪父母的时间，不足一个月了。这么一算，突然很害怕了，很事实如此。所以不要犹豫了，不要再以忙为借口息怒父母了，有空回家看看吧，如果确实不便，就常给家里打电话，我们的声音，我们的健康就是父母最大的安慰，儿女永远是父母心头的牵挂。

人终归会老去，大自然是不可违的，我真诚地希望每一位恒运人即努力践行集团“厚孝 感恩”文化，关心父母，孝敬父母，感染身边的人，把恒运“厚孝 感恩”传播开来，发扬出去。

董力 纪坤

## 感恩从我做起



一年又过去了，公司给家里老人的慰问金又发放下来了，每次都有新的心情和感想。感恩是一种美德，是一种态度，是一种信念，是一种情怀，同时也是人生的一种使命。感恩工业品之所以在国际上成为“精英”的代名词，来源于日耳曼民族严谨、忠诚的工作作风，来源于他们对职业神圣的感恩情怀。一个企业的发展 and 兴衰，靠的是每一位员工高度的执行力、忠诚度和真诚的感恩情怀。

感恩是最重要的驱动力。我们从工作中所获得的一切，所享受的一切，都不是理所当然的，而是很多人共同创造、奉献给我们的。在工作这个发展平台上，我们得到了公司的赏识、同事的配合、朋友的鼓励和家人的支持，因此，无论我们取得了多大的成就，身处什么样的地位，都应该对工作心存感激，培养自己的感恩之心、回报之心。要，让人倍感幸福和温暖。心存感恩，可以让我们自觉地让这份爱融入到自己的学习、工作和生活中，传递给别人有需要的人。

生活是一面镜子，你笑他也笑，你哭他也哭。何不让我们那种感动收获希望呢？一个懂得感恩的人，才能成就他生命和事业的高度。不要只认为员工的感恩对企业来说非常重要。其实，员工对企业的忠诚受益并不仅

仅是企业，最大的受益者就是员工自己。因为，一种职业的责任感和对事业的忠诚一旦养成，就会让你成为一个值得别人信赖的人，可以被委以重任的人。对于我们来说，感恩首先意味着与公司同舟共济。如果企业是一艘船，那么我们每一只手就是一只桨，只有我们共同伸出双手，让于千万方支桨一起使劲，我们的这艘船才能乘风破浪，勇往直前。

企业是我们幸福生存的家园，我们每个人在为企业奉献青春和智慧的同时，企业也在为我们提供自我发展的空间和实现自我价值的平台。在这个平台上，我们在增长着阅历，丰富着自我，实现着人生的价值。在这个平台上，我们用勤劳点燃着理想，用智慧支配着生活。因此，我们应该感谢企业培养我们，感谢企业让我们成长，感谢企业给予我们一片展示自我的天地。用感恩之情转化为忠诚企业的实际行动，用守株待兔的心态去守候我们赖以生存的企企。

感恩的话，感谢我还在这个大家庭里，谢谢！

张杨 刘民志

## 感恩生命



国际商贸部 罗正芳

人的一生，无论成败，都会得到太多人的帮助。父母的养育、老师的教诲、公司的帮助、大自然的恩赐。时代的赋予；我们成长的每一步，都有人指点；我们生活的每一天，都有人帮助。正因为这样，我们才度过一个个难关，一步步走向成功，创造并享受着美好。从婴儿的“哇哇”落地到长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜；从上小学到初中，乃至大学，又有多少老师为我们呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自己，点亮着他人。怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐。敞开你的胸怀，让蒙蒙细雨洗刷你心灵的污染。学会感恩，会让世界更美好，使生活更加充实。

今年知道的把公司发的老人慰问金亲自交到父母手中。一开始也总是羞羞答答的不要，总是让我看看问我够不够花，其实说一句简单的问候代表着所有父母的爱，公司是自身所有员工有着感恩的心感谢社会、感恩父母，我刻意向意识到重心虽然南青，感恩不仅只是听取公司的这种号召，更靠自己积极所望的去谈，这样才能明白感恩的真正意义。2016年新的一年已经进行中，这一年我收获了很多，感谢恒运能源集团这个大家庭，在这个大家庭中我收获了自己的小家庭，一个幸福

的人生从这里又有了一个高的起点。只有自己做父母了才真正的体会到父母伟大的爱，这一辈子来不曾那么的辛苦，多么庆幸无牵无挂，谢谢你们那么相信我，支持我，爱我，疼我，珍惜我，谢谢你们们的无私，你们的心疼，你们的关心，谢谢你们给我的爱心！真的谢谢你们。谢谢你们们，感谢你们，再大的风雨，都心生暖意，因为有你们，再多的波折，都无惧无畏；因为有你们，这一注，我庆幸，谢谢！我要把这种爱传承到下一代，这就是中国传统感恩生命的传承。生活并非想象中那样完美，父母的辛酸是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的艰辛、创业的艰难，但我们在生活上可以减少父母为自己操心。当父母生病时，我们是否应担起责任，照顾父母？要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己煮好的面，都会慰藉父母曾为我们百般焦虑的心。

感恩是一种美德，是一种态度，是一种信念，同时也是一种人生的一种使命。一个懂得感恩的人，才能成就他生命和事业的辉煌。感恩，是回报的爱！守护你们，爱你们，感谢你们，是我生命中最美的荣耀。

## 感恩从我做起



总裁助理兼董办主任 许环

感恩非常简单的两个字，但做起来却十分困难，并不是所有人都可以做到。因为感恩两个字都有个“心”字底儿，也就是要用心去做感恩。“春去秋来你的鬓已无声，把爱全给了孩把世界给了我，从此不知你心中苦与乐”，年少离家，至今已十年有余，耳畔每次想起这首《懂你》，我都会悄然泪下，想起千载之外的老母亲。

“慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁言寸草心，报得三春晖。”一首《游子吟》高抒胸臆，对母爱作尽情的讴歌，把儿女比作区区小草，母爱如春天阳光，儿女怎能报答母亲于万一呢？形象的比喻，寄托着赤子对慈母发自肺腑的爱。从大学毕业工作，到如今为人父，算起来离家已十年有余。由于工作原因，回家的机会甚少，每每触景生情，总是想起我的老母亲。忘不了，每次电话，母亲的叮咛和嘱托；忘不了，每次回家，母亲笑脸的笑容；更忘不了，每次离家，母亲不舍的泪花。我们应该给予母亲的，不仅限于物质上的需要，更要给予她精神上的满足，满足他们的天伦之乐。要怕回家待一会儿，陪他们说说心里话，都会让父母感到无比满足。山高不成攀，工作忙不是借口。在恒运“尽孝 感恩”文化的熏陶下，我们也要从

自身做起，尽孝。

恒运在用实际行动践行“尽孝 感恩”，感染每一个员工及家人。李主席亲自组织已身为父母的员工代表远赴浙江宁波“青藤楼”学习“孔圣思想、尽孝、感恩”；集团组织员工参加“追寻红色足迹 感恩美好时代”的参观学习红色景区——西柏坡活动；李主席与在暨力奇培训的随州儿童共度2015六一儿童节；多次邀请关联领导、探望生病员工和家属……恒运诸如这类的感恩之举数不胜数，李主席每次会议都要强调感恩、感恩的文化，把这种企业文化渗透到每个人的心里，让每一位员工都学会感恩父母、感恩企业、感恩社会。

我想说，来到恒运，应是我的荣幸。恒运给了我一个足够的舞台，去努力奋斗，更重要的是她提供了一个熏陶品德的环境，让我懂得感恩，学会感恩。我在今后的生活和工作中，也一定会把这种“尽孝 感恩”的精神传递给身边的亲戚、朋友，并给她女儿做一个好榜样，把感恩精神发扬光。

## 感恩的心



春节是中华民族的传统佳节，就在春节前夕，为了弘扬感恩文化，公司为员工父母发放了春节红包。当收到叔叔发来的红包时，心里除了感恩还是感恩。当收到接过红包时，非常开心。爸爸对我说：‘你们单位真不错，你要好好干啊！’可以说这样的企业真的不多，唯有努力工作，才能回报父母，回报公司。

感谢父母给了我生命，将我养大成人。心怀感恩，怀揣一颗感恩的心，时时刻刻感谢着父母的养育之恩，感恩不需要惊天动地。为父母做一些力所能及的事情，自从工作后，每年我都要给父母好好地在家过一个生日，当妈妈听到我的生日祝福时，她的眼睛湿润了。感动的对我说：“儿子，你长大了！谢谢儿子！”这朴实无华的言语我会永远铭记。是啊，父母不求我们回报他们多少，只要有孝心，他们就知足了。心怀感恩，感谢父母养育之恩，心怀感恩，祝福父母，身体健康，天天幸福。

感谢老师，虽然已经离开了学校，但美好的学生时代始终难以忘怀。老师就像一位园丁为我们修剪枝叶；老师就像一位老农默默地播下了自己照亮了我们；老师就像一位农民，培育了我们让我们出人头地成长。

记得上初中时候我们的班主任语文老师十分严格，要求我们每课写一篇课文，如果不合格放学就得留下来重新写熟为止。当时就比较喜欢玩，不要学语文，反于

写课文就更愿意了。放学了，我就躲了下来。老师告诉我：“你今天必须写下来才能走，你专心一点，一会就能写下来。”背课文实在不是强项，经过了两个礼拜。在老师的监督下，我比以前写的快多了，语文成绩也明显升高。到今天我也非常感谢班主任老师对我的谆谆教诲。

感恩依旧，是恒语让我懂得感恩是如此重要，让我明白感恩的深刻含义。感恩是一种文化，需要不断学习，不断去发现。人的一生就是在不断学习中成长，只有不断学习，你才会找到快乐。感恩是一种态度，多一些感恩，多一些信任，多一些感恩，多一些和谐，多一些感恩，多一些幸福。感恩是一种境界，需要从点滴做起，不能步小无以成江海。人这个字很好写，但是把人做好，恐怕需要很长的时间。只有自己的境界提高了，你才会幸福。我常常对自己说，每天开心一点，你就是幸福的。

非常感谢公司组织此次征文活动，感谢主席、总经办员工及父母的关爱，更有努力的工作来回报父母、回报公司、回报社会。感恩后愿幸福源泉日上，再接再厉！

财务部 胡皓

## 学会感恩



现代社会，随着生活节奏的紧张加快和各种困难而带来的压力，人们往往都不得已以替代业的生活，人生的目标渐渐趋向于盲目而世俗。

不是现在的生活没有味道，而是因为我们的想法太急。我们每天都习惯了步履匆匆，习惯了总是满脸的倦容。我们感觉不到别人心灵的美好，也感受不到大自然中那些美丽的风景。

其实，轻轻地张开你的眼睛，用你的眼睛去看这个美好的世界；打开你的心灵，去感受那些美丽的心灵，甚至，只要你轻轻地伸出手，你就能沐浴到那些赞许的煦煦春风。你真心拥抱这个生活，这个生活就真心拥抱你。你用心感受生活，生活就会爱你。

陶渊明说：真实的生活是“采菊东篱下，悠然见南山”的恬静；苏轼说，真实的生活是“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人”的豁达；杜甫说，真实的生活是“会当凌绝顶，一览众山小”的刚健。我们感谢春风，夏雨，秋霜，冬雪。我们感谢春耕，秋收，夏管，冬藏。我们感谢粮食的实在，蔬菜的新鲜，我们感谢清晨的丝丝绿意，感恩清晨的丝丝馨香。

既有反哺之义，羊知跪乳之恩，雁水之恩，当筑巢报恩；语言存孝心，报得三春晖。多少感恩的故事，多

少感恩的名言。我们不仅感恩生活，我们还应该感恩生活中遇到的每一个人。感谢我们的父母，含辛茹苦地养育我们，使我们健康成长。感谢我们的老师，默默地传授知识给我们，使我们茁壮成长。感谢我们的朋友，在困难时为我们伸出援助我们的对手，伴我们度过青春年华。感谢我们的对手，使我们学全超越自我，完善自我。学会感恩身边的人，我们的生活才能更加美好，我们也能更加愉快轻松地前行。

特别感谢我们能在一个以“感恩、幸福”为企业文化重要组成部分的大家庭工作和生活，榜样的力量是无穷的。在感恩和幸福方面，李主席身体力行，给大家做出了榜样。

当一件件的生日礼物从集团送到员工长辈手中的时候，当一个个厚实的红包由员工带给自己长辈的时候，一张张的笑脸幸福地绽放，老人收获了幸福，我们受到了感恩教育。

学会感恩，是我们最高尚的品德，也是最容易做到的事情。

副总经理 孙元文

## 浪淘沙 感恩恒运

恒运日月新，  
财运广进。  
百事顺日迈阔步，  
乐享前途双翼春。  
特色满群。

乐融金丝带，  
喜满国人。  
静忆生物新品质，  
聚才集智研酵素。  
走出国门。

恒运运营中心总经理 李杰



## 感恩从我做起



花儿知道没有大地就没有它的艳丽，所以它开花之后便将花儿送回给大地。它，知道感恩。等到来年，大地再将花儿所需的养分送给它，它，也知道感恩。但，我们，知道感恩吗？

面对父母无微不至的照顾，我们是否想到过感恩呢？面对老师呕心沥血的教育，我们是否想过感恩？面对朋友真心诚意的帮助，我们是否想过感恩？或许我们在关心的生活中过得太久了，我们总是认为那都是别人应该做的。如果这些都应该的，这世上还有什么不是应该的呢？

也许你会说，感恩？怎么感恩？现在我没有能力感恩。长大再说吧。长大，还有多久才算长大？父母还能等你多少年？其实，感恩并不难。只要你理解他们，理解他们的唠叨。甚至只要他们说话时你能看着他们而不是老盯着电视，他们关心你时能跟你有共鸣而不是一味的顶撞，这，就是最普通的感恩了。可我们连这点儿都做不到……长大，只是意味着他们老了；长大，只是意味着他们幸福的时间越来越短了；长大，只是意味着我们更加的不想孝顺他们，更加地讨厌他们……我们长大，他们只能更加伤心……

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己。”一首感恩的心，唱出了千千万万子女的心。

鲜花感恩雨露，因为雨露滋润它成长；苍鹰感恩长空，因为长空让它飞翔；高山感恩大地，因为大地让它高耸；我感恩我的父母，因为他们让我体会到这世间那

有如此多的美丽。

不知是哪个花开的时刻，悄悄地，悄悄地，我们二十一世纪的接班人就来到了世上，慢慢地，慢慢地学会了讲话，学会了走路，是父母教会我们这么多的东西！忘不了那份笑容，忘不了那温和的话语，就像往常一样奏出美妙的乐章，让我们如痴如醉。

如果有一天，你的身旁少了一份呵护；如果有一天，你的身上少了一件外套；如果有一天，你的桌上少了一杯热水，你，会习么？也许，他们在的时候，我们会厌倦他们的唠叨，甚至会认为他们是那么的啰嗦……可当他们不在的时候，后悔，后悔为什么不帮他们洗衣做饭？在世时，记得为自己在乎的人嘘寒问暖。这样，还会后悔么？

爱，有的时候不需要山盟海誓的承诺，但她一定需要细致入微的关怀与问候；爱，有的时候不需要梁祝化蝶的悲壮，但她一定需要心有灵犀的默契与投合；爱，有的时候不需要雄飞雌从的追随，但她一定需要相互信任的支持与理解。

这就是爱，这就是感恩！“感恩的心，感谢有你，伴我……”这一首歌，始终浮现在我的耳旁，现在我要送给天下所有的父母，谢谢你们！

感恩也许并不难！

行政办公室 李洪超

## 爱在我心



又一年，春来到，  
听着窗外连绵起伏的炮竹声，回首2015年的点点滴滴。

岁月更新，不会在乎你眼中的暮老，不管你都不羡慕。我们又长了一步，长的不仅仅是年龄，更多的是责任。我们可能很艰难，过年才回到父母的身边。父母的365天期待，换来一次与子女的相逢。应该乘此机会，给他们在来年里留下几片美好的记忆。

拿点钱给父母吧，那不仅仅是钱，是心，或者他们比你值钱，不在乎你给的钞票，那一定在乎子女的那份心意。在乎那种多年养育的成就感。给父母更多的陪伴：在浓浓的年味里，跟他们讲讲你小时候的趣事，聊聊在外见闻；一起做年夜饭，粘粘门联，拍拍亲友。那种切切实实的感受，也许一年只有一次。人生，是一段无法回头的旅行。漫长的旅途中，我们收获许许多多的美好与良善。当然也有伤痛。在节日交替之际，就如同我们的行程又到了一站，让我们将过去的美好收藏，留下记忆；抛开所有的伤痛和遗憾，轻装上阵。

下一站，有更多的机遇，更美的风景，等待我们去邂逅。

在2015，感谢所有家人对我的关怀，感谢朋友对我的友谊，感谢另一半，相知相伴。人，唯有感恩，方能体会美好生活的真谛。让我们更大变一些，感谢那些曾经给我们带来伤痛的人。身体的锻炼，其实先是伤身。

赵秀部 李娟

更壮的肌肉经过锻炼，才会变得更加强壮，更加有力。心灵的锻炼，亦是如此。多亲朋友相聚，勿存攀比之心。勿生炫耀之意。你富有或者贫寒，你博学或者平庸，不过是沧海一粟，天地微尘。今天看到那种一段话：当父母不再爱你时，可能已不在人世了；当孩子不再爱你时，可能已长大成人感谢你了；当别人不再爱你时，可能已去麻烦别人了；当朋友不再爱你时，可能已各有两难了！人其就是生活在相互麻烦之中，在麻烦之中解决事情，在事情之中化解麻烦。在麻烦与麻烦中加深感情，体现价值，这就是生活。被珍惜身边麻烦你的人！也感谢我曾麻烦过你的人！

心里装着善良，装着宽容，装着真诚，装着感恩，你的生命就充满了阳光。无论遇到任何矛盾，都会首先查找自身的不足加以修正，他人的一切不好，都会在你博大的胸怀中消融。心里装着他人，你就会凡事先想想别人的感受，就不会一事当先替自己打算，而是让别的人也感到温暖。你关心别人，别人也就想着你，原程，你得到的甚至比你关心别人的付出还要多。我们每个人都做一个空瓶子，你心里装着什么，就会得到什么。心中有爱“爱无处不在”。

## 感恩的心



“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气作我自己。”。

曾记否，父母将你抱在手心，含在嘴里，因为我们是父母手心里的宝；曾记否，父母用无私的爱奉献给了我们，因为我们是父母的结晶，是爱的延续。曾记否，你讨厌父母的唠叨，无意间，你和父母之间产生了隔阂，可是总要等到失败后，才知道父母讲的都是金玉良言。曾记否，翅膀还未硬的你，却想摆脱父母，展翅飞翔。可是总要等到自己受伤后，才知道父母的怀抱是最温暖的避风港。

世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用至诚的心去感激，用切实的行动去感恩。

感恩是一种情感，一种品质，一种品德，我最感谢的人是我的父母，父母是我生命的源头，他们陪伴在我成长的路上；多少个春夏秋冬，多少个日日夜夜，父母就像一盏明灯，在我迷茫时，默默的为我指引方向；

父母就像是一把伞，在风雨飘摇的季节，为我撑起一片温情的天。儿女就像是父母放出的风筝，无论何时，身处何地，都有丝丝牵挂牵引。牵挂着的心无时无刻不在祈祷着儿女平安，无时无刻不在盼望看全家团聚。

人的一生要说多少个谢谢，有时甚至感谢一个擦肩而过的陌生人，可又有谁跟朝夕相处的父母道过一声“谢”呢？谢他们的诞生之恩，谢他们的养育之情，谢谢他们对我们的关心与爱护，谢他们为我们所作的一切。

要学会感恩，感恩我们的父母，感恩所有关心我们的人！一个充满感恩的世界，是多么美妙，处处洋溢着温馨的幸福！

“感恩的心，感谢有你，花开花落，我依然会珍惜……”

人力资源部 杨娟

## 永怀一颗感恩的心



感恩是一种处世哲学，也是生活中的大智慧。小泉因为感恩土地使它有了栖身之所，因此献给人间万顷翠绿；鲜花由于感恩大地对它的滋养之意，所以呈现给人间万紫千红。感恩是一束金色的阳光，它能融化冰雪，温暖万物，传播大爱。让我们学会感恩，让这束阳光永远照耀在我们心底。

感恩应该是发自内心的，俗语说：“滴水之恩，当涌泉相报。”父母是赋予我们生命的人，从你呱呱坠地的那一刻起，父母就倾注了他们对你的无尽的爱。或许，他们不能给你奢华的生活，但是，他们会为你撑起一片蓝的天空。当你受伤时，哭泣时，犹豫时，难过时，你随时都可以享受到他们的无私之爱。因此我们要感恩父母。

老师是赐予我们知识的人。老师就像是一支红烛，一点一点地融化我们心灵的冰川，播撒未来我们的心灵。老师的爱，无私中透着平凡，却又能含一腔博大。它像一股暖流，渗入我们的心田；像一阵春风，给我们温暖和温暖。

人生在世，离不开亲朋好友的支持，正是因为他们存在，我们才会用微笑去对待人生，对待困难，才会化腐朽为神奇，化冰释为春暖，化干戈为玉帛。

需要感谢的词语太多，我作为一名刚刚加入德运团队只有三个多月的新员工，内心始终有一种说不出的感动，因为这里的员工会将半个吃不饱的馒头主动放回。饭菜吃多少打多少，这是一种真正的爱粮惜食的行为。公司会在春节期间给员工的父母发放过年红包，这样的企业文化是我工作这么多年以来第一次经历的，也深深打动我的心灵深处。

这么多年来的工作经历告诉我，只有公司越来越盈利，越来越强大，我们个人的生活才能更好；今天能够融入德运这个充满大爱的团队里，那么就让我从现在开始，努力做好自己的工作，希望自己能够为公司的茁壮成长贡献自己的一份力量。

金融部 孟献秀

## 感恩生活



生活需要一颗感恩的心来创造，一颗感恩的心需要生活来滋养。

——王荷

生活中我们经常见到一些不浮理想的人，“真不幸，今天的天气怎么这么不好”。“今天真倒霉”，“真惨啊，丢了钱包”……这个世界对他们来说，永远没有快乐的事情，高兴的事情都被忽略，不舒心的事情却总挂在嘴边。许多不开心的事情，把自己逼的烦恼，把别人的心情也带的不愉快。其实，生活中发生的一些小事，有些事是不可避免的，有些事是无能为力改变的，有些事是且无法控制的。聪明的人选择一笑置之，豁达的就尽力去挽回，无法改变的就坦然接受。最重要的是，学会感恩，时刻保持一颗感恩的心去生活，做好该做的事；再乐观的生活去感恩感恩的心。

2011年8月，肇庆市总工会与该市女企业家协会联合开展“金秋助学”活动。19位女企业家与22名贫困大学生结成帮扶对子，承诺4年内每人每年资助1000元至3000元不等。入学前，该市总工会给每名受助大学生及其家长发了一封信，希望他们抽空给资助者写封信，汇报一下学习生活情况。

但一年多来，部分受助大学生的表现令人失望，其中三分之二的未给资助者写信。有一名男生倒是给资助者写过一封短信，但信中只是一个泛泛谈其家境如何困难，希望资助者再次慷慨解囊，递个“谢谢”纸没说，让资助者心里很不舒服。该市总工会再次组织女企业家们捐赠时，部分女企业家表示“不愿再资助

无精打采生”，结果22名贫困大学生中只有17人再获得资助，共获善款4.5万元。

受助一年多，没有主动给资助者打过一次电话、写过一封感谢信，更没有一句感谢的话，肇庆5名受助大学生的冷漠，逐渐让资助者寒心。感恩是一个人生活素质的本性，是一个不可磨灭的良知，也是现代成功人士健康性格的表现，一个连感恩都不知的人，必定是拥有一颗冷酷绝情的心，也绝对不会成为一个对社会做出贡献的人。

人的一生中，小而言之，从小时候起，就接受了父母的养育之恩，等到上学，有老师的教育之恩，工作以后，又有领导、同事的关怀、帮助之恩。在偌大家园中，我们作为单个的集团员工，在集团的大环境中获得了一定的培养和发展机会，也就是说，偿还这个大环境是有恩于我们每个人的。感恩，说向一个人对自己与他人和社会的关系有着正确的认识；报恩，则是在这种正确认识下产生的一种责任感。没有报恩这份责任心，没有感恩和报恩，我们也很难得到好的发展。在偿还感恩思想的空气中，人们对许多事情都可以心平气和；在感恩的空气中，人们可以认真。你从她从小的一件小事做起；在感恩的空气中，人们自发地真正站到严于律己以待人；在感恩的空气中，人们正在说话，互相报恩；在感恩的空气中，人们都不会感到自己的孤独。

档案室 魏磊

## 感恩之花 慢慢绽放



感恩是乐观。感谢困难，感谢挫折，是乐观。感谢对手，感谢敌人，是乐观。对于我们不甚喜欢的一些人和事，尽量想到它的正面，想到它对我们的好处。从而去感谢它，是乐观。所以，感恩，是一种乐观的心态。

感恩是礼貌。有人帮助了我们，我们脱口说声“谢谢”；可能会给对方心里带来一股暖流。有人为我们付出了许多，我们感谢他，他可能会更加多的帮助我们。怀着感恩的心，是有礼貌，是知恩图报。所以，感恩，是一种有礼貌的品质。

感恩是感谢。感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人；感谢老师，他们教你知识，引领你做大写的人”；感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖；感谢对手，他们令你不断进取、努力；感谢太阳，它让你获得温暖；感谢江河，它让你拥有清水；感谢大地，它让你有生存空间。所以，感恩是懂得感恩。

感恩是爱。爱有许多种爱，它们代表着不同的意义，有父母对子女的爱，那是无私的；朋友之间的爱，那是纯洁的；我们对穷苦人的爱，那是真诚的……所以，感恩是爱。

感恩是敬重的。自古以来的伟人无不有着着一颗感恩的心，感激不需要惊天动地，只需要你的一声问候，一声呼唤，一丝报答。

感恩是有意义的。假使这个世界不停地运转。我们的付出远远比山高。比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手。而似乎又有一条流水线，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快活，学会去感谢别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有这比邻的邻里。

感恩伤害你的人，是他们，磨练了你的意志。感恩鼓励你的人，是他们，让你信心十足。感恩授予你知识的人，是他们，提高了你前进的道路。感恩哺育你的人，是他们，让你丰衣足食。感恩帮助你的人，是他们，给了你再生的希望。感恩嘲笑你的人，是他们，激发了你的自尊。

也许有人觉得人生枯燥无味，但如果有一颗真正的感恩的心去体会人生，你会觉得其实你很高兴。也许在茫茫人海中，在虚无缥缈的大千世界里，并不知道应该去感受谁，但你必须知道要快乐地活着，即使不为自己，也要为了那些有恩于你的人。

让感恩之花，在你的生命中慢慢绽放。

柏紫霜 迟春雨

## 学会感恩



雄鹰高翔，白云腾飞，那是蓝天对大自然的感恩；大海壮阔，小溪幽静，那是河流对大自然的感恩；稻谷芬芳，硕果累累，那是大地对大自然的感恩——

古人说：滴水之恩，当涌泉相报。感恩，是我们民族的优良传统，也是一个正直的人的起码品德。事实上，我们也非常需要感恩，因为，父母对我们有养育之恩，老师对我们有教育之恩，同事对我们有助学之恩，社会对我们有关爱之恩，祖国对我们有呵护之恩——撒入玫瑰，手有余香。感恩是一种文明，感恩是一种品德，更是一种责任。人有了感恩之心，人与人，人与自然，人与社会也会变得更加和谐，更加亲切。

感恩应跟社会上每个人都应该有的基本道德准则，是做人的起码修养，也是人之常情。懂的感恩，才会懂得付出，才会懂得回报。

有人说善良的本质就是有一颗感恩的心，有人说不

一个人如果有一颗感恩的心，也就是一个幸福的人。对别人的帮助，哪怕是一点点，我们都应当怀有感恩的心。学会感恩，懂得感恩应当成为每个人的美德。

拥有一颗感恩的心，我们才懂得去孝敬父母；拥有一颗感恩的心，我们才懂得去关心他人；拥有一颗感恩的心，我们才会努力工作，珍重自己；拥有一颗感恩的心，我们就会学会包容，赢得真挚；拥有一颗感恩的心，我们才会有快乐，拥有幸福。

感恩，充实着我们的生活；感恩，塑造着我们的心灵；感恩，让世界变得美丽；感恩，让我们拥有爱心。让我们怀着一颗感恩的心，去感谢生活中的点点滴滴吧！

行政办公室 张海清

## 奖金传递亲情 传播信心与希望



随着2016年春节的脚步越来越近，集团领导为大家过一个祥和愉快的春节，提前发年终奖还给我一个意外的惊喜！这一天是我终生难忘的日子，这个日子对别人本无特别之处可对我来说意义重大，说出来你们可能不信，在这一天，我所在的工作单位发了年终奖，还是发给职工父母的祝福红包，奖金的意义真的非同一般，至少在我看来它特别有意义，在工作20多年的经历中从来没有遇见给职工父母红包，使这次奖金的意义得以升华，它不再是金钱，而是爱的天使，她带着公司对员工关爱，带着公司对员工家人的祝福，带着公司对员工工作的褒奖与信任，带着公司领导对公司前途的信心与憧憬，也带着公司领导对员工的殷切期盼，在万家团圆、阖家欢乐之时，前声情与祝福融入员工心里！

这对于我四十多岁的人来说感受尤为深刻，我父母也近70岁的老人了，他们年轻时吃过苦，过过了攒钱养家的日子，家里大大小小的事，只要自己能动手从来不求人，哪怕是自己的儿女，不到万不得已是不会要求我们的，即使有时我们看不过去，帮他们一点，他们也总说没，你们忙，我在家也没事，也随和，不需要你们，

你们把工作干好了，自己的生活过好了，我就高兴。当儿女花钱给他们时，总要推辞很久，实在累了，怕我们不高兴不放心才收下，有时我们为了不让父母难过。就找机会将钱藏在父母不会轻易发现的地方，待离开他们后再打电话告诉父母，这时总会听到父母的责备与叹息声，自己也便默默在感起来。

当领导拿公司发给红包，父母高兴的欣然接受，从他们那满溢脸上露出微笑，连连说，替我们谢谢你们公司领导，在班上好好干，公司待我们好，我们也不辜负了良心。是啊，在老人的心里，公司给员工家属奖金，是公司看重员工，肯定员工一年来在公司的工作，自己的儿女在这么好的公司，在这么有希望的公司工作，他们应该放心，应该高兴！

奖金传递着信心与希望，传递着公司对员工关爱与期望。我们有什么理由不好好工作？我们要珍惜在公司的时光，不要辜负公司、父母对我们的希望。

尉静碧 江森源

## 感恩生活



生活中我们苦苦追寻，从平淡中寻找温暖，从失意中寻找真诚。也许，生活就是这样的一个寻寻觅觅的过程。在平淡的生活中，我们找寻着心灵的平静。

曾经有人说过：生活是一面镜子，你对着它哭，它也对着你哭；你对着它笑，它也对着你笑。仔细想来，难道不是这样的吗？面对上天给予的种种磨难与考验，怜爱与不公，我们或许无法改变生活的事实，却可以另择一种心态来面对它。

感恩就是一种积极、乐观的生活心态；感恩，可以是悬崖上奄奄一息的病患看到第二天初升的太阳；可以是沙漠中干涸水口之人举步艰难之时发现一片绿洲；可以是迷途无归之时忽然的“柳暗花明又一村”。“感恩”，又不同于一般意义上的“感谢”、“歌颂”，但由此之至。

感恩，是一种更深、发自内心的生活态度。对生活感恩，其实也是善待自我，学会生活。

感恩于我们的父母和亲朋好友，感谢父母带给我生命，在生活中给我点点滴滴的关爱与照顾；感谢朋友带给我的真诚的友谊，在生活中给予我一串串的关心和鼓励。生活在高节奏的物质生活时代，我们经常对周围的一切不以为意，往往把金钱和利益看得太重，忽视了人与人之间的情谊。觉得父母照顾我们，朋友关心帮助我们都是理所当然的。但是，这种想法是不对的，我们应该感谢上天给我们尽责的父母，感谢于父母对我们的悉心照料，感恩于朋友对我们的无私帮助，感恩生活让我们得以享受这样的温馨，让这美好的一切滋润我们的心田。让生命之花得到呵护，健康成长，灿烂开放。

感恩生活带来的挫折与磨难，感恩生活让挫折锤炼我们的意志，让苦难锤炼我们的品质，使我们更深刻地理解生活，让我们学会了勇于面对生活的种种考验，怀抱一颗感恩之心，去努力克服逆境，战胜挑战，不向生活低头，不向命运屈服。让我们的生命之行进行得更扎实、更稳健。

感恩于我们所处的自然社会，感谢他们孕育了一个个独特而又不同的个体，组成了一个丰富多彩的大千世界，让我们的思想得以在这样一个多元化的精彩世界激烈地碰撞，闪烁出生命前进的火花。体味生活的多姿多彩，让生命前进的火花不断碰撞新的理念，闪烁出新的光芒。

感恩生活，让我们在漫长岁月的季节里坚韧生命的旋律，不断诠释着新的意义，它让我们在漫长岁月里，感受着生命的美丽，品味着它无私的给予我们的一切美好的，我们在它的羽翼下羽翼下成长和成长……感恩生活给我们的所有吧，我们不需要一一回报，但是，我们必须得看一颗感恩的心。

学会感恩，学会理解。给予爱，学会用爱回报的胸襟包容生活。我们不能再这样一种包心着善美的情怀，就像我们无法抛弃生活一样。正因为我们学会了感恩，才会发现生活中有很多感人之处；正因为生活要求我们拥有一颗感恩的心去面对，我们才知道生活的意义。

今天，你感恩了吗？

新闻广告部 张艺千



## 感恩父母 拥抱亲情



世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用至诚的心去感激，用切实的行动去报恩。

来到新加坡渣打银行已经半年，在这期间我学到了很多也懂得了很多。但让我印象最深刻的还是我们董事长主席的一句口头禅“父母是这世上最伟大的神”。

在这漫长的成长道路上父母付出了多少心血倾注了多少爱。你的每一次微笑，每一次成功，甚至是每一次失败，每一次犯错误父母都会牢牢记在心头，陪在你身边，给予你莫大的支持……

我们从哪里来？听到这个问题，大家肯定都会说，是父母把我们带到世界上来的。从我们来到世上的那一刻起，父母们又多了一重繁重的工作——照顾我们。尽管这是一种沉重的负担，但从婴儿的“哇哇”坠地到哺育我们长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜。父母们却毫无怨言。

小的时候，我总把父母对自己的爱当作天经地义，因为我不知道，也不知道父母的辛苦。现在，我长大

了，我知道应该用一颗感恩的心去体谅父母，应该担起，分担，孝敬父母的责任。

可是又有多少人能把父母放在第一位的呢？有些人总是不断地抱怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责。甚至于直接与父母顶撞！有些人不知道自己父母身体的健康状况，不记得自己父母的生日，有的连自己父母的工作单位在哪个都不知道，更别说孝敬，父母为我们付出那么多精力和心血。

真怕会说：“人生最美的情景出现在我们怀念母亲的时候。”只是因为每个人都沐浴着母亲给予的爱的阳光；只是因为“世界的一切光荣与骄傲，都来自母亲；”只是因为我们的血液中流淌的，我们的言行举止中流露的那份独特而超凡的东西，都来自母亲的辛勤哺育和谆谆身教。

行政办公室 陈纯军

## 感恩父母



当回到家吃着热气腾腾的饭菜时，我们心中是否在想感恩父母的养育之恩？感恩，其实也是一种生活态度，是一种不忘他人恩情的情感。感恩并不仅仅为了报恩，因为在我们所接受的恩情当中，有些是我们永远无法回报的，有些不是直接还钱就可以还清的，唯有真诚的、发自内心的去感受，去铭记，在他们需要帮助的时候能够义无反顾的伸出自己的双手，才是真正的感恩。

我们说的感恩里也没有遗憾可言了！《常回家看看》让我们再听一遍吧，那就是世世代代对我们永恒的渴求啊。其实，对长辈回报的幸福，我们这样差了一点也不差，然而，在感恩中往往存在一个误区，那就是我们很容易是被人感恩的举动，却容易忽略身边缺少相处的亲情。正如我们有时可以为一个陌生人的滴水之恩而感激涕零，却无感父母对我们十年如一日的关爱，把父母的付出视为一种习惯，把自己的要求当作理所当然

然。的确，父母对我们的爱是不求回报的，试想，如果没有父母的养育，没有老师的教诲，没有领导的关怀，没有朋友的帮助。我们又如何能够存于天地之间？所以，感恩不单单只是中华民族的传扬美德，更是一个人安身立命的基本条件。

父母对我们是如此的付出，但他们的心能从未想过要从孩子身上得到什么。孩子就如同父母的债主，一味地讨债。直到自己有了孩子，明白了“不再儿不知父母德”的道理后，父母已是慢慢变老了，而自己也因忙于事业而无法陪在他们身边。今年过年，想跟这个大家庭让孩子们帮给父母红包，让他们时刻不要忘记感恩父母！

财务部 白霞

## 感恩



人的一生中，小而言之，从小时候起，就接受了父母的养育之恩，等到上学，有老师的教育之恩，工作以后，又有领导、同事的关怀、帮助之恩，年纪大了一些，又免不了要接受晚辈的赡养、照顾之恩；大而言之，作为单个的社会成员，我们都生活在一个多层次的社会大环境之中，都首先从这个大环境里获得了一定的生存条件和发展机会，也就是说，社会这个大环境是有恩于我们每个人的。感恩，归根一个人对自己与别人和社会的关系有着正确的认识；感恩，前提在这种正确认识之下产生的一种责任感。没有社会成员的感恩和报恩，很难想象一个社会能够正常发展下去。在感恩的空气中，人们对许多事情都可以心平气和；在感恩的空气中，人们可以认真、客观地从最微小的一件事情做起；在感恩的空气中，人们自发地真正恪守严于律己以待人；在感恩的空气中，人们正场错误，互相帮助；在感恩的空气中，人们将不会感到自己的孤独……

感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，它是自发性的行为。当一个人懂得感恩时，便会将感恩化做一种充满爱意的行动，实践于生活中。一颗感恩的心，就是一个和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界；感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是一种学会做人，成就阳光人生的支点。从成长的角度来看，心理学家们普遍认同这样一个规律：心的改变，态度就跟着改变；态度的改变，习惯就跟着改变；习惯的改变，性格就跟着改变；性格的改变，人生就跟着改变。感恩是

心的改变我们的态度，感恩的态度带动我们的习惯，是良好的习惯升华我们的性格，健康的性格收获我们美丽的人生！

对于生活心存感恩，你就不会有太多的抱怨，世上没有十全十美的事物，比那更重要的是自己为改变这一切做了那些努力。感恩之心足以稀释我们心中的狭隘和蛮横，还可以帮助我们度过最大的痛苦和灾难。拥有一颗感恩的心，我们就可以逐渐原谅那些曾和你有过结怨甚至触及你心灵深处的那些人，会使我们已有的人生阅历变得更加深刻，使我们的心胸更加宽阔。

因此，感恩，是一种人生基本的准则；是一种人生健康的体现，是一切生命美好的基础。感恩是生活中的大智慧，能使我们感受到大自然的美妙、生活的美好、能保持我们的积极、健康、阳光的良好心态。怀有感恩之情，对别人、对环境就会少一份挑剔，多一份欣赏和感激。感恩，是一种美好的情感，是融入心灵上的净化剂，事业上的原动力和内在力，是人的高素质之所在。感恩将使你的心和所注视的事物联系得更加紧密，感恩将使你对生活、对一切美好事物的信念，从而一生被美好的事物包围。常怀感恩之心，我们便能享受生活在一个感恩的世界，这个世界一定是非常美好的，我们的人生也会变得更加美好。

刘郁 周楠

## 心存感恩 品味快乐



“滴水之恩，定当涌泉相报”，这些流传千古的诗句都告诉我们一个道理就是心存感恩。

心存感恩，第一个感恩的，就应该是感谢我们的父母。父母给了我们生命，给了我们一个温暖又舒适的家，并把我们会早熟的养大。在小时候，他们教会我们认字、走路、说话等等，还尽力满足那时还不懂事的我们的每一个要求，渐渐的，我们开始成长，在这过程中，父母一直是我们坚强的后盾。如今我们都已为人母、为人父，更加深刻的体会到父母为子女的付出，关注了他们所有的心血和精力，如此的无私，如此的不求任何回报。现在父母年岁已老，需要儿女更多的陪伴与照顾，耐心与责任。

心存感恩，我们也得感谢同事和朋友。你有苦恼，你可以找他们倾诉，他们是你最好的听众。你有快乐，你可以找他们分享，他们会陪你哈哈大笑。你有问题，可以找他们解答，他们是你好最好的老师。不知不觉中，他们已经成为我们生命中不可分割的一部分，是我们必

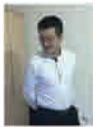
不可少的一部分感情，这份感情，值得我们感恩。

心存感恩，感恩生活带来的挫折与磨难。感恩生活让挫折磨炼我们的意志，让苦难锻炼我们的筋骨，使我们更加深刻地理解生活。让我们学会了勇于面对生活的种种考验，怀揣一颗感恩的心，去努力克服磨难，战胜挑战。不向生活低头，不向命运屈服。让我们的生命之旅行得更扎实，更稳固。

有人说，生活是一面镜子，你对着它哭，它也对着你哭；你对着它笑，它也就对着你笑。怀揣一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。心存感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实。

张广娟

## 点点滴滴 感恩父母



当你还小的时候，他们花了很多时间教你用勺子和筷子吃东西，教你穿衣服、绑鞋带、扣扣子、教你洗脸、教你做人的道理……

世上最大的恩情，莫过于父母的养育之恩。值得我们用生命去珍爱，用诚挚的心去感恩，用切实的行动去报恩。

“羊有跪乳之情，鸦有反哺之义”。我们也有尽孝之念，莫等到欲尽孝而亲不在，悔留下人生的一大遗憾，要及时来回报感恩之心。从现在做起从身边的小事去感恩父母，回报父母。回报也不一定非得是物质上的回报，更多的是精神上的、情感上的。就算是远渡重洋、留学海外，我们时刻要怀揣着一颗感恩的心。正如世纪老人巴金所说：“我是春蚕吃的桑叶就要吐丝。”春蚕付出了，也获得了，得到的却是人们的赞美与钦佩。

曾记否，父母将你抚育在手心，含在嘴里，因为我们是父母手心里的宝；曾记否，父母把你无私的爱奉献给了我们，因为我们是父母的结晶，是爱的延续。

曾记否，你讨厌父母的唠叨，无意间，你和父母之间产生了隔阂，可是总要等到失败后，才知道父母的唠叨都是金玉良言。曾记否，埋怨过未谙世的你，却埋怨过父母，展翅飞翔。可是总要等到自己受伤后，才知道父母

的怀抱是温暖的避风港。

我不是诗人，也不会写歌，更不会用华丽的词藻来赞美父母，也不会用优美动听的音乐来歌颂父母，我只能用点滴行动来感恩父母。生活中，你为父母做的每一件小事，其实都是在感恩父母。曾听说一个非常有名的故事：一户人家有三个儿女，每天必做的功课是一封感谢信，其中的内容确是诸如“昨天爸爸买的菜真鲜美”、“妈妈给我讲了一个非常有意思的故事”之类的简单句，我心头一震，原来他们给父母写信，不是因为父母帮了他们多大的忙，而是记录下他们幼小心灵中感激和幸福的一点一滴，他们也许不知道什么叫大恩大德，只知道对美好的事物心存感激。听了这则小故事，有没有触动你的心灵，如果有，从现在开始，当父母为你真心付出时，对父母道上一句“谢谢”！当父母劳累时，为他们倒上一杯热水，替他们捶捶背；当父母生病时，躲在病床前陪伴他们，陪他们多说话，当你远在他乡时，给父母打上一个电话，捎上一句祝福……

财务部 于琳

## 感恩父母



我是一名加入恒运集团2个月的员工。在加入恒运集团的这段时间以来，我从主席、总裁、各位领导以及同事的身上深深体会到了恒运集团的感恩精神，这种感恩让我深受感动，我也会到了父母养我的不容易，使我想加倍的把我最好的一切奉献给我的父母。

我的生命是父母给予的，自我出生的那一刻，父母便将他们最无私的爱，真真切切地奉献给了我。母亲用乳汁把我喂养，父亲用深情的抚摸，在我长大成人的路上，每一步都饱含着父母的辛劳。天冷了，父母给予我温暖；困难时，父母给予我支持；生病时，父母给予我照顾。父母让我学会了如何去爱，是你们无时无刻给予我温暖，给予我期望、鼓励，是你们让我感到快乐，让我感到幸福。谢谢您，爸妈！

自加入恒运集团以来，感受企业的文化精神，我开始认识到，我的父母每为我做的一件小事的时候，我自己都感恩。我后悔从前父母为了我而在做事的时候，我心里只有闪过一丝感恩的念头，却没有付诸实际行动，是恒运的企业文化让我犹如快活的大街，让我坚定以

后一定努力进取，完善自己，将最好的自己回报给父母！

感恩无处不在，回报不论大小。我今后要从孝敬父母开始，体会父母辛劳，学会关心、理解父母；努力工作，快乐生活，让父母少操心。我也要学会关心身边的人和环境，做一名合格的恒运集团的员工；从生活中学会分享，感受生活的美。只有从感恩中，才可以真正的懂得感恩会令人幸福。生活中我感恩的太多太多，只有感恩，才可以令我感受到身边的爱，才让我们少了抱怨，多了满足，才会让我们的生活更加美好，如果我们人人都有一颗感恩的心，随之而来的就一定会涌现类似自信、善良、诚信等等这些良好的人格。所以，现在我会在这恒运集团中，从感恩父母开始，让自己有一颗感恩的心。

档案室 王佳颖

## 感 恩



多念鱼水情，常怀感恩心。在这个世界上有许多地方需要我们去感恩。

时间一晃而过，四个月就过去了。在恒运大家庭中，承蒙公司领导以及其他同事的帮助、关心以及工作的支持，我的工作开展得十分顺利，这都得益于我们恒运的企业文化“感恩”。

感恩父母，抚育了我们这么多年毫无怨言，即使是我们大学毕业步入社会，他们的心依旧牵挂着我们，是父母给予了我们生命、不辞辛苦，哺育成长；对生养我们的父母难道不应怀着感恩的心吗？

乌鸦反哺，是对父母的感恩。在恒运用到了体现。在2015年年底，恒运为每位员工的父母送上了一个红包，红包不在大小，它是我们对父母的感恩，它代表了

我们恒运是一个大家庭，它代表了我们对他们的。 “百善孝为先”这是我们中华民族的传统美德。

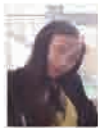
鲜花感恩雨露，因为雨露滋润它成长；老鹰感恩长空，因为长空让它飞翔；高山感恩大地，因为大地让它高耸；我们有什么理由不去感恩生养我们的父母！

羊有跪乳之恩，鸦有反哺之义，尚有一般感恩的心，方能在社会中游刃有余。

感恩父母，感恩恒运，感恩社会。

财务部 张圆圆

## 感 恩



春风伴着春雨滋润着大地，给大地带来勃勃生机，春日明媚的阳光洒向窗台，我们感受到了浓郁的春的气息。望着窗外微微泛绿的草坪，我不禁思绪万千，感叹时光之快，不知不觉我来到企业已有将近一年时间，在这一年的时间里，我除去往日的青涩，逐步走向成熟。恒运给了我一个展示自我的平台给了我新的起点。这一年的时间里是恒运让我懂得了感恩父母，让我成为了一个懂得感恩的人。

刚入恒运，对我影响最深的就是企业文化，通过学习企业文化，我了解到了企业的发展历程，企业前辈们走过的酸甜苦辣的风雨历程，她们不畏艰险，立志苦干，勇往直前的工作热情是我们学习的榜样。我学会了为人处事的道理，如何做好自己的工作，发挥自己的闪光点，实现自己的人生价值。

一方水土养育一方人，企业员工在这里天地间的圣水遍地是亘古道场，记得刚入公司，浓厚的文化氛围，陌生的面孔让我感到茫然失措，领导的耐心教导，同事的热情帮助使我很快融入到这个大家庭。如今的挑工作效率有了很大的提高，在这个岗位上真正锻炼了自己。不仅工作上这样，生活中亦然如此，是公司让我慢慢懂得父母的不易，让我学会感恩父母，让我教育我的子女成为一个懂得感恩的人。

财务部 苏小娟

做一个懂得感恩的人，生活在这个世界上，有太多的恩泽施与我们，而且这些恩泽都是无法回报的。父母养育了我们，我们无法完全回报，我们经历了孩童时代、求学时代，经历了从无到有所有的过程，经历了蜕变到蜕变人的转化过程，所以我们需要感恩父母，孝敬父母。我们需要生存，需要有一定的物质基础作为生活的必需品，物质的获得需要通过付出劳动、进行工作的过程来获得，所以我们更要感恩我们的企业。

有句话说得对：没有免费的礼物，只有不知道珍惜的人，没有卑微的工作，只有不懂感恩的人。来到恒运我感觉像幸运，因为这里的风气正，人心齐，工作热情高；我会努力工作，实现自己的人生价值。感恩企业，感谢企业给我提供展示自己的平台；感恩领导，感谢他们的信任与支持；感恩同事，感谢他们的热情帮助和陪伴。在以后工作中我会加倍努力，为企业发展贡献自己的力量，让我们珍惜工作机会、承担责任，感恩工作给予我们的恩泽，用感恩的心对待每一天的工作，尽自己所能回报企业，成就我们精彩的人生。

## 体会这个世界的善意



从业近一年多了，这里的人和事都慢慢了熟识，从一开始的懵懵懂懂到现在能熟练应对，这一路的成长没有谁比我更有经验。首先非常感谢总鑫，谢谢你对我的信任，让我加入恒运大家庭。在工作中犯了错误都及时的给予批评指正并给我机会改正。有时自己也会怀疑自己的能力是否胜任这份工作，但是一想到您给予的信任就有了完善提高自己的动力。我知道现在仍有很多不足，我会继续努力不断提高自己不辜负您的信任。同时我还要感谢主席，您像一个严父一样指导我们的工作，又像一位叔叔关心我们的生活，无时无刻身体力行影响着恒运大家庭的每个成员。我还要感谢集团的各位副总尤其是王新新老总，严厉也是爱，要是没有您的严厉我想我也不会长成这么快。我知道您会继续保持您的风格，我也会继续努力赶上您的步伐。然后感谢档案室所有的同事们，谢谢你们对我工作的认可和支持，也谢谢你们对我生活上的照顾，加班都陪着干，偶

尔还经常帮孩子什么的也是为你们了，不管是工作还是生活就让我们彼此信任依靠相互扶持共同进步吧。

感恩身边的人，善待别人也善待自己。不宜是亲情友情还是爱情，都要怀着一颗感恩的心，才能把感情维系得更长久。曾经给予自己帮助和关怀的人要时刻铭记于心，不要认为一切都是理所当然，如果别人的付出迟迟得不到回应，那么感情也就慢慢变淡。每种感情都是需要双方相互奉献牺牲，只想索取而不回报的感情迟早会枯竭。

因为客观因素的存在我们可能不能准确的判断人生的长度，但是我们却可以自主选择人生的质量。用一颗感恩的心来提高自己的品德。因为只有怀有一颗感恩的心才能体会到这个世界的善意，你的人生也会因此变得美好！

杨家富 石明鑫

## 尽孝感恩



父爱如山，母爱如水。”父亲的爱如伟岸的山一般沉稳；母亲的爱如涓涓的水一般温柔。父母对子女的爱是“随风潜入夜，润物细无声”的，从不用担心它是昙花一现的风景。

要知道有一些事情，当我们年轻的时候，无法懂得。当我们懂得的时候，已不再年轻。世上有很多东西可以弥补，有些东西永远弥补。

因此赶快为父母尽一份孝心。也许是一声问候，也许是一杯清茶，也许是一个电话，也许是一桌饭菜，也许是——

在人生的十字路口，是父母向我们伸出了温暖的手，那手是路标，于是我们在彷徨中坚定，在黑暗中找清路。是父母让我们看见了广袤无垠的天空，是父母让我

们看见了碧波荡漾的大海。父母的谆谆教诲化作了我们脑中的智慧，眼中的热血，外在的行为。在人生旅途中，是父母丰满了我们的心灵，开发了我们的智力；为我们点燃了希望的光芒，给我们插上了理想的翅膀，翱翔在知识的天空里。

有了感恩，人类才从洪荒混沌走向文明敞亮；有了感恩，社会才从冷漠严峻走向祥和安康；有了感恩，我们才从愁绪走向高歌；有了感恩，才有了生命的蓬勃，历史的延续，理性的启迪，人性的回归。

财秀朝 王春雷



## 心怀感恩皆是美好

生活总是起起落落的循环，人生是月缺月圆的沉浮。行于尘世，重要的是要有一颗感恩的心，感恩是人生的阳光和雨露。

一个懂得感恩的人，定是一个善良的人，一个胸怀若谷的人，一个快乐的人。心怀感恩才能感受到一滴水的润泽，一朵花的芳香。才能从他人的微笑中读出温暖。

如果我们时时能用感恩的心来看这个世间，则会觉得这个世间很可爱，很富有，幸福的感受不是由处值和外在条件决定的，关键在于我们有没有感恩的心。想想我们得到过的爱，想想亲人、朋友、领导、同事，甚至是不相干的人为我们做过的事，那怕它只是举手之劳，我们有什么理由不感恩？让我们拥有一颗感恩的心吧。有了它你会于冬寒时感到温暖，在风雨中体会到幸福。

财务部 范瑾

只有放过曾经，才能享受当下，永远不要为失去而遗憾，你没得到的只是春天的一朵花，整个春天还是你的。

我们很期待着外面的世界，却容易高美失自己，每天给自己一点静心的时候，与自己谈心，与自己对话，感受自己的心，使你看得见自己。

人生中只要内心是安静的，无论是站在红尘外静赏繁华，还是在尘世中百味尝尽都会多一份淡定与从容。心怀感恩，让人多一些颜色，每一个有望的日子都是美好的。



## 感恩父母

随着岁月的流逝，我越来越感觉到，亲情的价值在我心中越来越重要。而父母对我付出的心血，那些美好温馨而沉重的记忆，越来越厚重，时刻激励着我。也让我在挫折困难时倍感温暖。

父母的付出总是默默无闻而无怨无悔的。而我们只知道衣来伸手，饭来张口。而经历与思想的不同使我们与父母之间似乎隔了一条鸿沟，我们只在乎自己的感受。却忽略了父母的辛苦劳动与付出。现在，我们已经长大甚至有自己孩子了，多少人会任父母劳苦过肩上一杯白开水或喝茶？有多少人会认真看过父母额头上的一

道道皱纹和头上的一缕缕白头发？我们可曾会感恩与孝顺？

感恩之心，就是对世间所有人所有事物给予自己的帮助表示感激，铭记在心。没有一颗感恩的心，孩子永远不能真正懂得孝敬父母，理解帮助他人，更不会主动地帮助别人。让孩子知道感谢爱自己、帮助自己的人，是教育中重要的一个内容。

行政办公室 高斌