

### 专题 21-6-3：敬畏生命 守护健康

大家好！生命是最可贵的，需要我们时刻敬畏；健康是最重要的，需要我们精心呵护。如何敬畏生命、守护健康？

乐观：乐观是一种优雅的心态，更是一种良好的习惯。低谷不悲观，挫败会坚强，遇事要豁达，内心变强大。

宁静：宁静是人生最好的修行，意味着懂得了放下。再烦再燥都不乱阵脚，学会独处、懂得清静，不再拼命。

坚守：坚守是一种责任，更是使命担当，为人事处要遵从道德规范，诱惑不动摇，名利不追逐，初心永不忘。

调控：调控是能力体现，更是观念的转变，情绪不要失控，身体不要失衡，不做无谓的牺牲，得失随缘不争。

乐观、宁静、坚守、调控，敬畏生命，守护健康。

好了，就到这里，下期再见！