

人生如旷野

——我的“支线任务”计划

2026不忙乱，
顾好喜欢的人和事

新的一年，
你打算如何度过？

我是怎样爱上攀岩的



目录 CONTENTS



绿盟+ 2026/04 总第 068
NSFOCUS+
与安全人士分享精神生活



主办：绿盟科技
策划：《绿盟+》编委会
地址：北京市海淀区北洼路4号院绿盟科技园
邮编：100089
电话：(010)6843 8880-5462
网址：www.nsfocus.com

欢迎您来信nsmagazine@nsfocus.com 与我们交流，
分享您的建议和评论。（《绿盟+》部分图片来源于网络）

2026/04 总第 068

绿盟+
NSFOCUS+

© 2026 绿盟科技

《绿盟+》图片与文字未经相关版权所有人书面批准，
一概不得以任何形式、方法转载或使用。《绿盟+》保留所有版权。

NSFOCUS+ 是绿盟科技的注册商标。

需要获取更多信息，请访问WWW.NSFOCUS.COM

专题 TOPIC	把日子过成诗，把计划种进土里	
	人生如旷野 ——我的“支线任务”计划	陈寅嵩 04
	2026 不忙乱，顾好喜欢的人和事	王皓 08
	岁启新章，向暖而行 ——我的 2026 年成长与奔赴计划	罗婷 10
	新的一年，你打算如何度过？	马艳艳 13
精品 BOUTIQUE	字如人生	曾铭 18
	育儿周末风云录	舒展 21
	院猫与稚童	王生玥 25
	“一高四中”的软考之路	尹亮 27
	基于 bilibili、大众点评、小程序地图 构建的吃什么求解方式（四）	张皓天 30
	我是怎样爱上攀岩的	张英灿 34
旅游 TRAVEL	行色匆匆，或许我们可以选择为将来的 自己留下一段回忆	吴竞雄 42
	一路向北，寻味金秋	赵桂卫 45
公益 PUBLIC WELFARE	暖冬行动，情系光爱 绿盟公益基金会 为光爱学校送去慰问	王强 47
	公益同行，筑梦成长 绿盟荣获光爱学校 “光爱筑梦伙伴奖”	王强 52
党建 PARTY BUILDING	以党建促业务 以业务强党建 绿盟科技再次 荣获“北京市互联网党建重点企业”	吕云峰 53
资讯 NEWS	绿盟科技综合信息概览	吕云峰 54

把日子过成诗，把计划种进土里

新年规划是一封写给生活的、关于如何存在的情书。





人生如旷野 ——我的“支线任务”计划

文/陈寅嵩 (绿盟科技 创新研究院)

每个人心中都拥有一张自己熟悉的地图，其疆域由日复一日的习惯、熟稔的技能与固有的视角所划定。这片疆域舒适、安全，我们称为“舒适圈”。然而，生命的厚度与韧性，往往并非来自在此界内的深耕，而源于向界外的一次次凝望、一场场出走。或主动或被动地，去推开另一扇门，进入另一种逻辑——这个过程，便是在人生中，开启“支线任务”。

1. 从球场到幕后：意外打开的新大门

我曾爱好足球，我享受每一次启动冲刺时耳畔掠过的风声，尽情地挥洒汗水与激情。那时我相信，身体上的疲惫总能在睡一觉后消散，如同潮水抹平沙滩那般自然。

直到去年年底一次意外的冲撞，右脚踝传来剧痛——韧带撕裂。医生的判决是至少三个月不能剧烈运动。绿茵场，那片我曾纵情呐喊的天地，对我关上了大门。我失去的不仅是一项爱好，还是一个释放压力的出口，一种感受自身蓬勃存在的方式。那段时间，工作和生活中积压的烦闷无处宣泄，

我才猛然意识到，那具曾以为永远可靠的身体，早已不再像从前了。

既然身体被禁足，我的目光必须寻找新的方向。于是机缘巧合下，我扛起了相机，闯进了足球“幕后”的世界，是我从未涉及过的领域。

这里没有体能的对抗，却有着另一套复杂的规则。我从零开始，学习直播推流、视频剪辑，学着用镜头捕捉赛场上的奔跑，



再从数小时的素材中，撷取那决定胜负的精彩瞬间，将它们编织成短促的集锦。这个过程缓慢而琐碎，远离了瞬间的多巴胺冲击。但当我第一次将亲手剪辑的视频发布出去，并收获队友们的点赞与共鸣时，一种不同的成就感轰然升起。那是创造、连接与给予的喜悦。

我的视角彻底改变了。我的阵地从几十米见方的草皮，转移到了幕后无限的数字原



野。我失去了一种依赖身体的自由，却获得了另一种自由：学习构建叙事把握视频的节奏感，并用创造力将热爱重新编码的自由。

2. 新年目标：走出舒适圈，拥抱多重世界

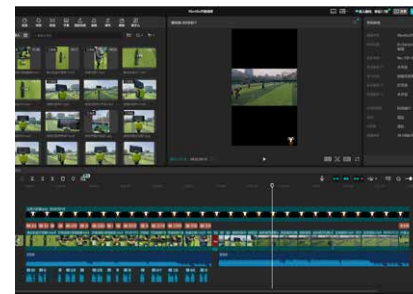
如果说之前的“破界”带着几分偶然与被动，那么新的一年，我决定主动推开那扇标记着“未知”的门。计划系统学习社交媒体运营，并成为一名 AI 创作时代的“说书人”。

经营社交媒体曾是我兴趣和能力版图之外的空白地带，但当我沉浸在剪辑中，亲眼看到 AI 技术如未来的“笔”，将模糊的构想瞬间变为清晰的图像、流畅的视频时，一种强烈的好奇与创作欲被点燃了。我意识到，这不仅仅是一些炫酷的工具，更是一种全



新的叙事语言。

新的一年中，我计划尝试学习运营，利用 AI 技术希望建立一个属于自己兴趣的“内容实验室”。用这杆未来的“笔”，去描绘我热爱的古老事物：我会尝试用动态图解拆解一次精妙的战术配合，用数据可视化呈现一场比赛的走势，用 AI 生成的画面来重现足球历史上的经典时刻。我不追求成为流量博主，而是一场蓄意的自我训练——在一个我完全陌生的领域里，从零开始，学习如何用新世界的语言，讲述我对旧世界的热爱。学习运营的逻辑、平台的规则，更要深入思考：如何将我对足球的理解、对比赛的热爱，通过这种全新的语言，清晰、真诚且有吸引力地表达出来。



3. 在人生的旷野，认真走好“支线”

回望来路，从绿茵场上的奔跑，到镜头后的凝视，这些足迹看似由意外引燃，却指向同一个方向：当一条路暂时中断，或许不是尽头，而是生命在邀请你推开另一扇窗，去遇见一个更广阔的自己。

在这个充满不确定性的“人生游戏”中，紧紧攥住既定的“主线”或许能带来安全感，但真正的掌控感与活力，或许恰恰源于对于“支线”主动探索的勇气：勇敢地、有计划地，允许自己的生命向更多美好的可能性分叉、蔓延。

所以，这就是我的计划。不宏大，但具体；不功利，但真诚。这趟旅程，关乎用新的“语言”与所热爱的事物对话，关乎在必需行驶的人生轨道之外，为自己悉心开辟几条值得探索的小径。

人生是旷野，而非单行道。我愿永远保持“闯入”的兴致与耐心，去探访那些地图上未标明的路口。因为最美的风景，与那个更辽阔的自己，往往就在下一次主动的转身之后出现。



2026不忙乱，顾好喜欢的人和事

文/王皓（绿盟科技 能力中心）

下班走出写字楼，风一吹就打个冷战，才发觉 2025 年是真的过完了。坐在地铁上，看着窗外飞速倒退的灯光，脑子里乱糟糟的，不是想今年赚了多少钱、干成了多大事，就是想起那些没顾上的事，心里有点空落落的。

今年是真的忙，忙到脚不沾地。婚礼和装修赶在一块儿，每天下班，别人往家走，我往装修工地跑，一身的灰尘和水泥味，回到家倒在沙发上，连脱鞋的力气都没有。有时候赶上装修出问题，封窗老板跑路、电线被偷，急得嘴角起泡，晚上躺在床上，脑子里全是明天该找哪个商家、该怎么返工，翻来覆去到后半夜才能睡着。周末也别想休息，不是泡

在建材市场，对着一堆瓷砖、卫浴挑来挑去，腿酸得抬不起来，就是忙着对接婚礼的琐事，电话接个不停，耳朵都嗡嗡响。

忙成这样，难免就顾不上别的。我和几个发小，以前总爱凑在一起，打打麻将，或找个小饭馆，点几个家常菜，喝两瓶啤酒，东拉西扯聊到半夜，那种不用刻意找话题的舒服劲儿，现在想起来都觉得难得。可今年，他们约了我好几次，不是我在装修工地走不开，就是要对接婚礼的事，一次次推掉，到最后，他们也不怎么约我了。有时候刷朋友圈，看到他们在一起聚餐的照片，心里挺不是滋味的，也有点愧疚，好像不知不觉间，就和他们疏远了。

还有我那乐队，以前每周都会抽时间和队友们一起排练和演出，抱着吉他，再吵再闹，心里都特别痛快，所有的压力好像都能随着歌声散掉。可今年，吉他放在角落里，落了一层薄薄的灰，手指碰一下琴弦，都觉得有些生疏。队友们也问过我好几次，什么时候再一起排练，我都只能含糊应付，不是不想，是真的抽不出时间，连拿起吉他的力气都没有。

游戏也是，今年通关了几款，玩的时候还能暂时忘了那些烦心事，可后来又买了好几款心仪的，放在库里一直没动。有时候晚上难得有点空闲，坐在电脑前，点开游戏图标，却怎么也提不起兴致，盯着屏幕看几分钟，又默默关掉，不知道自己想干什么，大概就是别人说的“电子阳痿”吧，现在手柄的灰都已经落了一层了，心里有点可惜，也有点无奈。

2026 年，我也没什么太大的目标，不想给自己订那些遥不可及的计划，就想好好平衡过日子，把今年没顾上的事，慢慢补回来。

平时下班，别总想着赶工期、忙琐事，抽半小时，给发小打个电话，问问近况，周末有空，就约他们吃顿饭，不用找什么高档饭馆，路边的小馆子就好，像以前一样，聊



聊天、吹吹牛。乐队那边，也争取每周抽一次时间，和队友们聚聚，哪怕不排练不演出，就聊聊天、调调乐器，也挺好，别让这份喜欢，就这么慢慢淡了。

游戏也不用贪多，偶尔有空，就点开一款，慢慢玩，不用着急通关，享受当下的放松就好，别再让它们一直躺在库里落灰。工作上，尽力就好，不用给自己太大压力，毕竟身体才是本钱，继续保持锻炼，哪怕每天只有二十分钟，也能让自己精神好一点。

其实新一年的规划，也没那么复杂，不是什么高大上的战略，就是想在忙碌的日子里，多留一点时间，给喜欢的事，给在乎的人，不用过得太匆忙，不用追求完美，只要能踏实一点、从容一点，兼顾好工作和生活，不让自己再留下今年这样的遗憾，就足够了。





岁启新章，向暖而行

——我的2026年成长与奔赴计划

文/罗婷（绿盟科技 湖北代表处）

和身边并肩作战的同事们一样，忙忙碌碌间，一年又翻了篇。站在岁末年初的路口，我没列密密麻麻的待办清单，反倒想写下一份自己的“生活小指南”——它更像一份柔软的个人小战略，无关攀比和速成，只关乎好好生活、慢慢成长，在不确定的日子里，给自己多一份温暖与掌控感。践行这些小目标，于我而言不是严苛要求，而是一场修炼专注力、读懂自己的温柔旅程。

2026年的第一份期许，留给最珍贵的身体。以前仗着年轻，跟着大家熬夜赶工、加班吃夜宵，总觉得“年轻能扛”，直到去年冬天频繁感冒、久坐腰颈酸痛，才懂“身体是革命



的本钱”。新一年，我定了不苛刻、好坚持的小约定，主打松弛自律：每晚 22:30 准时放下手机关灯，哪怕放空发呆，也给疲惫的身体留够休息时间，温柔和自己道晚安；超过 19 点不吃东西，不是节食，只是给肠胃留喘息空间，偶尔嘴馋吃颗小番茄也不内耗，接纳自己的不完美就好。

运动也融入日常，不追求速成、不攀比效果，只温柔坚持。每天中午饭后，抽 20 分钟拉伸，揉一揉僵硬的肩颈腰腹，卸下工作疲惫、充充电；每晚抽 45 分钟，跟着欧阳春晓练沙漏腰 3.0，不焦虑身材起伏、不纠结动作标准，只享受发力与放松的过程，愿在日复一日的坚持里，遇见更有活力、更舒展的自己。

除了好好爱自己，第二份期许是奔赴远方，给平淡生活添点色彩。工作五年，我们都在岗位上忙碌奔波，我很少有时间放空自己，那些念了很久的旅行梦想，2026 年终于要一一实现。我计划去新西兰跳伞，把工作焦虑、生活疲惫，都释放在蓝天白云间；去万宁学冲浪，在与海浪的碰撞中，学会勇敢与坚韧，拥抱生活的不确定性。

还要去成都，在宽窄巷子的烟火气里慢下来，品盖碗茶、吃火锅，邂逅不期而遇的温柔；奔赴川西，看雪山草原，净化心灵、找回平静；重游港澳，重温小美好；踏足内蒙古大草原，肆意奔跑、感受辽阔。每一次旅行不赶时间、不打卡，只为好好感受，给平凡生活积累更多美好。

第三份期许，是修炼心态，与自己温柔相处。我很喜欢一句话：“莫因渴望你没有的，而错过你已拥有的；要知道，你现在拥有的，也曾是你渴望的。”过去我总爱瞎操心，同事、朋友的琐事都想帮忙，最后耗光自己的

情绪和精力，却忘了自己也会疲惫。2026 年，我想戒掉这份执念，好好照顾自己的情绪。

我会珍惜当下拥有的一切——安稳的工作、并肩的同事、知心的朋友、健康的身体，不焦虑未来、不纠结过往，在琐碎日子里发现小美好。同时守住情绪边界，不介入别人的因果、不消耗自己，尊重每个人的选择，不勉强自己做万能的人，不讨好、不内耗，做一个清醒温柔、坚定从容，懂得爱自己的人。

心态沉淀后，脚步也不停歇，最后一份期许，是深耕学习与工作、向阳生长。学习



和工作从不是负担，而是我们实现自我价值的途径。学习上，我计划每天早上抽半小时学英语，慢慢积累、为旅行伏笔；每晚10点抽30分钟学金融知识，提升认知、合理规划生活，不再做“月光族”，让日子更踏实。

工作上，我会继续深耕，学习运用AI打造“数据价值化+决策智能化”，让工作更高效，也能腾出时间奔赴热爱。我计划开发标讯商机精准预测工具，帮销售同事找对拓客方向；构建项目风险预警看板，实时监控节点、推送闭环方案；用Tableau/Power BI+AI插件实现数据可视化自动化，让不擅长数据的同事也能轻松使用。

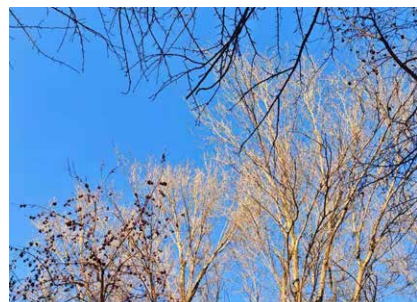
2026年的这些计划，没有宏大耀眼的目标，全是实实在在的小期待、小坚持，藏着我对生活的热爱。我知道，践行路上或许会偷懒、会迷茫，但我会带着温柔与坚定，一步一个脚印，把每一个小约定落到实处。愿2026年，我们都能不负时光、不负自己，在健康中沉淀、在热爱中奔赴；也愿每一位同事，都能找到自己的新年目标，在不确定的世界里，收获属于自己的确定性与掌控感，慢慢成长、稳稳幸福。



新的一年，你打算如何度过？

文/马艳艳（绿盟科技 湖北代表处）

2026年，在人们的一声声祝福中策马而来，一马当先、马到成功、马上有钱、马上幸福……马，在十二生肖中位列第七，对应地支“午”，属阳火，是最具动感、最富力量、最显进取精神的生肖符号。我也因此认为，马年，可真是一个想到什么就要立刻去做的年份，如果不去做，



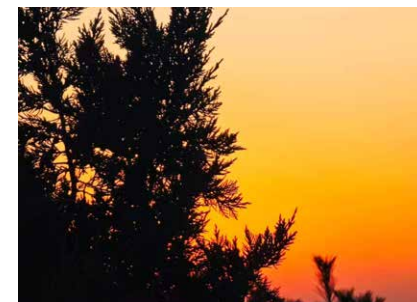
和马年是不相匹配的。新的一年，也对自己有了新的如下期许。

第一，积极运动，保持健康。身体健康是革命的本钱，没有什么事情是值得我们以消耗健康为代价去付出。而那些真正重要的事情，往往需要一个健康的身体，才能更好地去完成。看到去年体检报告里异

常指标的告警又变多了几条，我意识到，身体这台机器，已经被我糟蹋的够呛了。对于运动这件事，曾经可是给自己立了无数个Flag，比如每天走路步数至少要到10000步、一周要去跑步三次、一个月打两次球……每次都是打完鸡血，准备大干一场，然后在要执行的时候悄无声息的放弃。总是在行

动与不行动之间反反复复横跳，时间就这样流逝，而我也没有任何改变。

看到领导和朋友们因跑步、健身、舞蹈等运动而呈现出的昂扬精神状态，我觉得这样真的很好。所以，我决定，今年不再逼迫自己按照J人的方式定时定点定量地去完成这项活动，而是在日常生活中增加自己的



运动量，比如下班后去跳广场舞、户外骑行、周末约朋友去爬山徒步、每个月至少去打一次球、多去逛公园。先从小事开始，养成习惯后再逐步扩展。除此之外，还要真的贯彻执行早睡早起这件事，需要保护自己所剩不多的头发啊!

第二，认真工作，不断精进。转眼已

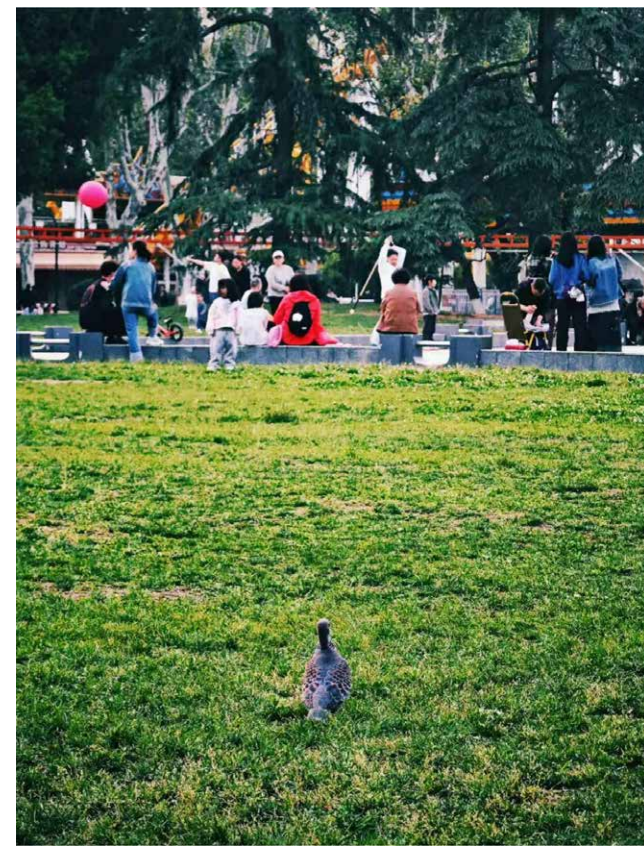
经工作近四年了，在日复一日的工作实践中，对自己的职业有了清晰的认知和规划。格外期望能够在接下来的两三年内能做出一些不错的成绩。首先是在数据安全这个领域持续深耕，不断探索技术与业务在深度融合过程中的可行性与平衡点。其次是考取专业相关的资质证书，为提升职场核

心竞争力增彩。更重要的是，要清晰地告诉自己：认真工作，不断精进的目的之一是早日拥有一座属于自己的房间。明确目标，如此努力、如此坚持、如此期盼，便可以长久。

第三，重拾相机，定格瞬间。回看过往两年，我的相机待在角落吃灰的时间远



远大于带它出门捕捉光影的时间。一如被打入冷宫的妃子，再无出宫门的生机。春节回家，和朋友匆匆相聚，她反复提了几遍：“好可惜，我没有带我的相机出来，给你拍好看的照片！早知道我就带上我的相机了！”那会儿，看着她可爱的脸庞和手舞足蹈地比画形容她相机的模样，让我想起了我的相机，也想起了那些被浪费的明



媚时光。趁着年轻，就应该多出门走走，就应该多拍拍眼睛里看到的东西。所以，2026年，至少每个月都要带着相机出门一次，去拍点好看的东西。

第四，专注阅读，潜心思考。读书这件事，2025年做得不错，新的一年要继续保持。为什么呢？因为真的在一本接一的书里，洞察和了解了人性，也明白了社会运行的法则。去年在读完《一生里的某一刻》这本非虚构作品后，我会想搜罗很多本这样的书继续读下去，因为我被这些细小具体的生活日常所感动，我对人物的命运是如此的好奇。所以，读完了《另一个宇宙的1003天》《在菜场，在人间》《在工厂梦不到工厂：如此工作二十年》《看不见的中东：深入日常生活的中东之旅》《跑外卖：一个女骑手的世界》等一些来自普通百姓的非常好的作品。

一本接着一本，乐此不疲，我感受和理解了人们说的那句：书会带着你去往下一本书。2026年，还是要专注阅读，每个月至少两本书，通过阅读去发现、去看见、去思考不一样的世界。

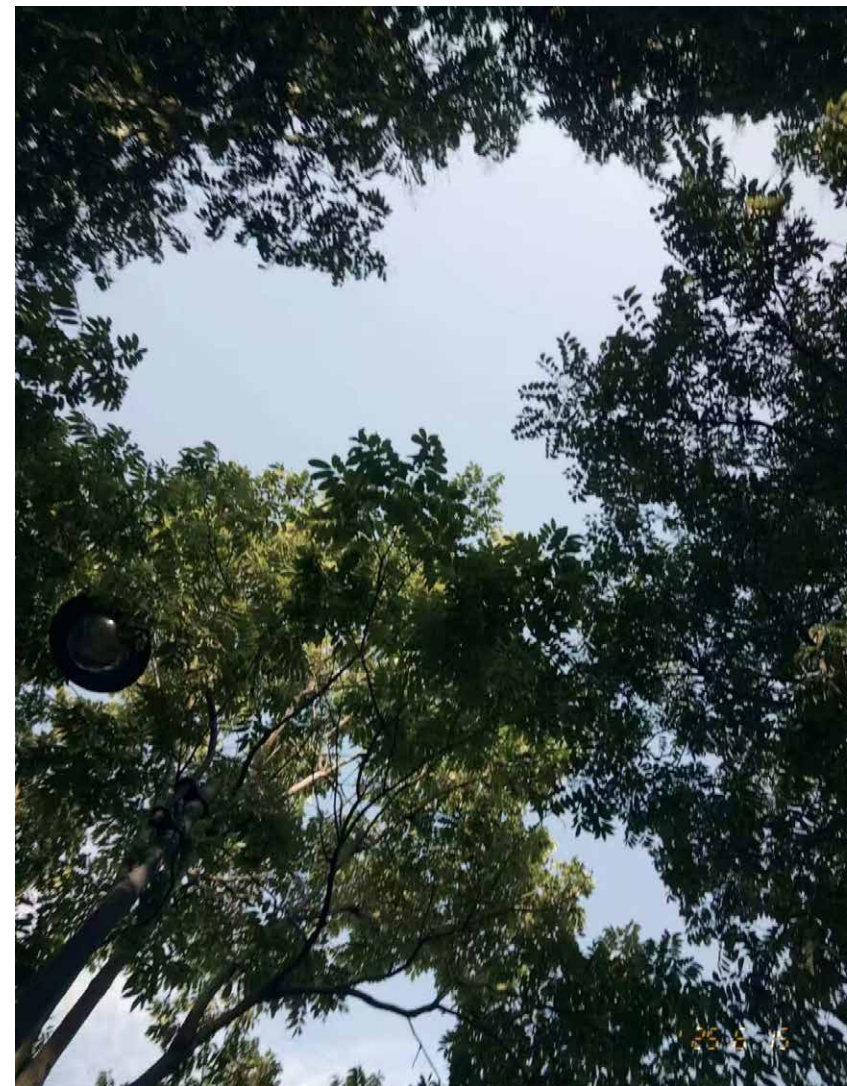
第五，勤快写作，记录生活。去年被领导鼓励在公司技术刊和生活刊投稿后，我又寻回了读书时投稿的乐趣。在公司的内部刊物上发文，可是我从2022年一直就在想，却迟迟没有去行动的事情，终于在2025年完成了。我相信，这是机缘巧合，也是来自时间的回响。

在写作过程中，能感受到自己无比平静、投入思考、然后忘记时间的状态，这种状态让人觉得很棒。当然，在这个过程中，也收到了来自朋友们的鼓励，他们说：“每次看到你发的公众号都会进

去看一看的，可以让我感受我还活着。”“你还是那么细腻，我觉得你这样记录真的很好，老了后文字会带你回到这一天。”这无疑让我的信心倍增。所以，新的一年，要不断克服懒惰和拖延，在灵感闪现的那一刻或者内心想要把这些记录下来的一刻，就拿起笔记本迅速地写下来。勤快地记录生活，当作礼物，送给未来的自己。

第六，释放情绪，接纳自我。允许自己有很多奇奇怪怪的情绪，不论是快乐的、难过的或是悲伤的、愤怒的，都要允许其发生和存在。去接受这些情绪，然后尝试用科学的方法理解自己当下的需求，让这些情绪流动起来，像风一样穿过自己，而非在内心持续停留。

新的一年，已经到来，你打算如何度过呢？我想，要像一棵树那样。春天的时候，知道要往哪个方向抽新枝；夏天的时候，知道把根往哪里扎深；秋天的时候，从容地面对落叶；冬天的时候，安静地积蓄力量。不必和别人比谁长得更高、更快。只需要确认：自己的根系在变深，年轮在增加，风雨来的时候，站得比去年更稳。



字如人生

文/曾铭 (绿盟科技 产品研发线)

中國風

開啓你的東方美學

Open your oriental aesthetics, China's national tide has become a new fashion and appreciate the beauty of national tide

1. 初遇

小学五年级的某个周五，班会课的铃声尚未敲响，教室里已浮动着某种期待。赵老师——那位文质彬彬却心怀江湖的班主任——正站在讲台前，手中展开的竟是两幅以报纸裁成的横幅。彼时我们刚听完《射雕》大结局，侠义的热血尚在胸腔奔涌，而眼前赫然出现的十四个大字，恰似从书页间走出的剑气：

“飞雪连天射白鹿，笑书神侠倚碧鸳”

行楷。飘逸处如惊鸿照影，洒脱时似流水行云，却又在转折处守着一份端庄，于飞行中藏着几分持重。看惯了书本上铅字印刷的呆板，我忽然被一种有温度的秩序击中——原来文字可以呼吸，可以起舞，可以承载一个人的性情与风骨。

后来我向赵老师表达了学习书法的想法，“先练正楷吧。”赵老师目光温和，“颜鲁公的《多宝塔》，是入门也是正途。”

笔与墨，不必讲究；纸却不可将就。若得宣纸最好，若不得，旧报纸亦能承接那份洇染的墨意。就这样，我的书法之路，以最朴素的态度悄然启程。

2. 磨墨亦是磨心

初学之时，我几乎集齐了所有新手的狼狈：指节僵硬如握寒冰，悬腕颤抖若风中枯叶；横画起笔处总隆起一团笨拙的墨瘤，收笔时又拖出一截尖细的鼠尾；竖画像醉汉踉跄，撇捺如柴枝分叉……眼能辨美丑，手却不听使唤，那种落差，足以让热情在三日内溃散。

幸而有赵老师在侧。

“初学书法，不怕慢，就怕错；不怕少写，就怕乱写。”

他教我执笔法：拇指与食指轻捏笔杆，如拈一叶花瓣；中指虚环以作支点，无名指承托其下，掌心须空，恰可容一枚鸡蛋的弧度。至于悬腕之颤，亦有阶梯可攀——先以枕腕求稳，手腕轻抵案面；继而提腕，以肘为轴；终至悬腕，臂肘皆空，笔锋方能随心游走。每一阶都须踏得扎实，不可一蹴而就。

姿势既正，酸僵之苦渐消，临帖便成了可与时光对坐的事。每次铺纸，我必先写二十遍“永”字。点横竖钩，提撇折捺，八种笔画尽在其中。后来才悟得，这与达·芬奇画鸡蛋原是相通的道理：最朴素的重复里，藏着最精微的法则。

“书法是时间的艺术，不是速度的艺术。”

渐渐地，研墨习字成了一种隐秘的仪式。高三那年，晚自习的喧嚣尚未散尽，我常会留出十余分钟，放缓呼吸，忘掉周遭，在墨



香里写几个字。看笔画在纸上生长，横如千里阵云，竖如万岁枯藤，那些规整的秩序仿佛能抚平内心的褶皱——原来美本身，就是一种疗愈。

3. 墨痕深处的传承

如今我仍会在某个清静的午后，铺开一方笔墨。不为附庸风雅，只是想在外信息泛滥的间隙，触摸一种由内而生的力量。亦是想让孩子看见：父亲的手指与笔锋相触时，有一种慢下来的专注，有一种无须声张的笃定。

每逢春节，红纸黑墨，写几副对联贴上檐下。看墨字在日光里微微发亮，仿佛能听见某种古老的回响。

以笔墨为呼吸，在规矩与自由之间舞动的生命痕迹。

书法之美，终究是人生之喻——先学会守规矩，再谈破规矩，最后抵达“从心所欲不逾矩”的境地。一横一竖是少年时的端谨，一撇一捺是中年后的洒脱，而留白处，是岁月沉淀的从容。

字如人生，人亦如字。我们都在时间的宣纸上，慢慢洇开自己的痕迹。



育儿周末风云录

文/舒展（绿盟科技 创新研究院）

周末的门刚一打开，风就已经吹进来了

在我们家，周末并不是从周六早晨开始的，而是从周五傍晚就悄悄拉开了序幕。孩子放学回家，神情里已经有了明显的轻松，一周的学习总算告一段落，他心里惦记的，自然是属于自己的那一点放松时间。只是这份期待，在我们家总要先绕几个弯。放学回家先要写

作业，因为晚上六点到八点还有英语课；英语课结束回到家，时间已经不早了，妈妈的要求又很明确：作业不能拖，九点之前最好上床睡觉。她的想法一直很坚定，孩子平时已经够累了，周末更不能因为放松打乱作息，学习习惯和身体状态都要顾到。

孩子最后也都照着做了，作业写了，课上了，睡觉时间也基本守住了。表面看起来，一切都很平静，像是一个安排妥当、秩序井然的周五晚上。但我知道，在孩子心里，那一点原本以为可以自由支配的时间，被挤压得几乎不剩什么了。对大人来说，这只是一个“先做该做的事”的安排；对孩子来说，却是周末还没真正开始，快乐就已经被提前预支掉了。很多家庭的周末矛盾，大概都是这样，表面上安安静静，实际上情绪早就悄悄埋下了种子。

爱和焦虑碰到一起，客厅就容易起风

到了周六，这颗种子开始发芽。孩子心里惦记着前一天没来得及玩的游戏，妈妈眼里看到的却还是没完成的作业、需要维持的作息和那块随时可能失控的屏幕。两个人关注的重点完全不一样，于是提醒、回应、解释、争论开始一轮轮上演。孩子觉得，周末本来就应该轻松一点，一周已经够辛苦了，为什么好不容易盼来的时间还要被切得这么碎；妈妈却觉得，正因为周末时间更多，才更要守住边界，不然一松下来，作业会拖，睡眠会乱，视力会受影响，习惯也会一点点散掉。

在这样的来回里，客厅就很容易“起风”。有时候只是几句平常的话，语气一重，情绪就上来了；有时候表面上是在争游戏，实际上

争的是彼此都没有说出口的委屈。孩子会觉得自己总被限制、总被催促，妈妈也会觉得自己明明是为了孩子好，却总是不被理解。她关心的并不只是眼前这一局游戏，而是更远一点的事情：身体、视力、作息、自律，还有她作为一个母亲心里那种很难卸下来的责任感。只是这些担心一旦裹上焦虑，说出来的时候，就很容易只剩下急和硬。

很多时候，我站在中间，看着这一大一小的情绪互相碰撞，心里会很清楚地知道，他们其实都没有恶意。孩子只是想要一点喘息的空间，妈妈也只是太想把事情做好。周六，我找机会和孩子单独聊了聊，没有急着讲道理，只是先告诉他，妈妈真正紧张的重点，其实是两件事：一是身体，怕他睡眠不够、眼睛吃不消；二是学习习惯，怕事情总拖到最后，慢慢就形成了坏节奏。我也跟他说，情绪上来很正常，但还是要慢慢学着控制。孩子听完沉默了一会儿，特别诚实地跟我说，他已经尽力在控制了，只是有时候真的控制不住。那一刻我反而有些心疼。我跟他讲，不要紧，能意识到自己在努力，其实已经很难得了，控制情绪这件事，本来就不是一下子就会的。

风最大的时候，大家其实都在用力长大

周日往往是情绪最容易达到顶点的时候。周末已经过了大半，如果作业还没有完全收尾，时间一下子就变得紧张起来。妈妈会越来越着急，因为她看到的是“再不写就来不及了”；孩子也会越来越烦躁，因为他感受到的是“整个周末都在被催”。表面上看，好像还是那几个老问题：先写作业还是先玩、玩多久、什么时候停下来。可再往深一点看，其实是两种成长节奏在打架。孩子还在用自己的

方式理解自由，妈妈却早早开始用成人的逻辑考虑责任；孩子看重的是当下的感受，妈妈盯着的是未来的后果。

所以周日的客厅，有时真的像一场小型风暴。语气会变急，声音会变大，每个人都想守住自己心里认为重要的东西。可也正是在这个时候，我开始看到一些细微的变化。那天我能明显感觉到，孩子是在努力控制自己的情绪，虽然他还是会不高兴，还是会有抵触，但比起之前那种一下子就被情绪推着走的样子，已经有了一点停顿，有了一点克制。我顺手给了他一个点赞，告诉他，我看见他的努力了。这个表扬很小，但我真心希望他知道，成长不是一下子就变成一个完全不发脾气、完全讲道理的人，而是在情绪来的时候，比昨天多稳住一点点。

周日下午，外公带孩子出去踢球，家里一下子安静下来。妈妈坐在沙发上，像是终于有了一个能放下力气的空当。她开始跟我说这两天的委屈，说管教孩子真的太不容易了，说自己也不是不知道有时候太急，可是一想到学习习惯、身体状况、未来的路，心里的焦虑就像停不下来一样。她说说着，眼圈都有点红。我没有急着分析，也没有急着劝，只是安安静静地听她把那些压力、疲惫和失望都说出来。有时候，大人比孩子更需要一个能接住情绪的人。后来我故意把话题带开，跟她聊起家里的一些小事，又扯到亲人的八卦，慢慢地，她的注意力被转移了，情绪也缓了下来。等孩子踢球回来，家里的空气已经不再那么紧绷，像是一场暴雨过后，云层开始慢慢散开。

晚上安静下来，爱还是会回到原来的位置

到了周日晚上，家里通常会重新安静下来。孩子坐在书桌前认

真写作业，妈妈也不再像白天那样频繁催促，客厅的灯光柔和下来，连说话的声音都轻了。白天那一场场情绪碰撞，好像随着夜色慢慢退了下去，最后留下来的，还是这个家最熟悉的样子。孩子写最后一点作业，妈妈提醒他早点休息，语气里又恢复了那种柔软。临睡前，她还是会像平常一样哄他睡觉，帮他把一天收拢好，像什么都没发生过一样。

可我知道，并不是什么都没发生。那些争吵、委屈、讲不清楚的话，都是发生过的；但同时，那些努力理解彼此的瞬间、努力控制情绪的尝试、在疲惫里仍然没有放弃彼此的那点耐心，也都是真实发生的。回头看这个周末，我越来越觉得，育儿从来不是一件优雅从容、步步正确的事情。它更像是在真实的生活里，大家一边带着各自的

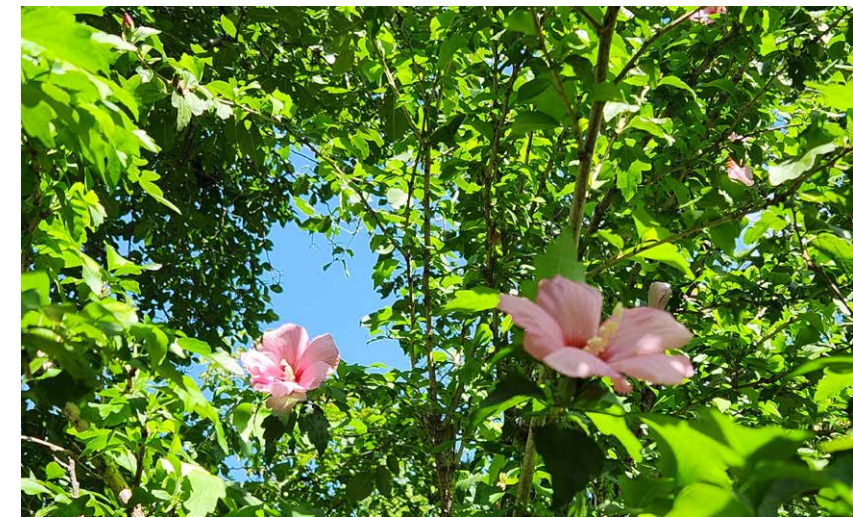


脾气和局限往前走，一边慢慢学会理解、学会调整、学会重新靠近。

总结：吵吵闹闹，也是一起长大的声音

现在再回想那个周末，我不会只记得争吵，也不会只记得情绪最激烈的时刻。我记得孩子说他已经尽力控制了，只是有时候控制不住；我记得周日我给他的那个点赞；我也记得妈妈红着眼睛说自己真的很累，记得她在一点点被安抚后重新平静下来。原来在同一个周末里，孩子在学着管理情绪，妈妈在学着和焦虑相处，而我也在学着怎样更好地理解 and 接住他们。

也许，育儿本来就是这样。它不是单方面地“塑造”一个孩子，而是一个家庭在日复一日的相处里彼此影响、彼此磨合、彼此成长。我们会争执，会误解，会在情绪里说出不够温柔的话，但也会在一个个夜晚重新回到彼此身边。所谓共同成长，未必总是安静、从容、充满智慧的，它常常就是这样，在周末的客厅里，在作业和游戏之间，在眼泪、叹气、鼓励和晚安里，一点一点地发生。



院猫与稚童

文/王生玥（绿盟科技 营销线）

小丫是个才几个月大的宝宝，刚刚被妈妈从柔软舒适的摇篮车挪进了一辆红色的小小学步车里。此前躺在摇篮，目之所及不过一方屋顶，几缕流云，世界是窄窄的、静悄悄的。而学步车轱辘轻转，她便得了自由，能仰头看天，平视看院，低头看自己，周遭的一切都裹着新奇的暖意，撞进她懵懂的眼里。

这是外婆家的四方小院，藏着南方寻常人家的温柔。微风吹着，四方小院正中郁郁葱葱的香樟树沙沙作响，像谁在耳边轻哼着不成调的童谣。母亲剪着利落的短发，穿一件印着红辣椒的短衫，和坐在竹椅上外婆闲聊，话语软软的，混着蝉鸣与风声，小丫听不懂，

只坐在学步车里摇摇晃晃。目光慢悠悠地扫过院角，她看妈妈笑弯的眉眼，看外婆轻摇的蒲扇，看里屋虚掩的木门，看院边的青石水池，看井台边磨得光滑的青石板，还有石板旁那盆瘦高的白玉兰树，枝丫细细的，却挺着一身青翠。学步车上挂着的小铃铛、小玩具，早被她玩腻了，阳光温温地覆在身上，暖融融的，惹得小丫头眼皮发沉，昏昏欲睡，连呼吸都慢了几分。

忽然，一道黑白相间的影子，从敞开的大门慢慢悠悠踱了进来。是一只黑白毛色的大肥猫！毛发光滑得像抹了油，黑的地方浓如墨，白的地方洁白似雪，肚腹圆滚滚的，站起来却不见丝毫笨拙，反倒透着一股慵懒的贵气。小丫的眼睛倏地亮了，睡意瞬间散了，她定定地盯着这只猫，小身子往前倾，小手扒着学步车，恨不得凑到跟前。

可那猫，竟全然将她当作空气。它目不斜视，一爪一爪，踩着不慌不忙的步骤懒洋洋地迈步向前，仿佛这小院是它的江山，它是巡境的君王。在小丫头满怀好奇的注目礼下，它径直走到浆洗衣服的青石板上，选了块最舒适的地方，缓缓趴定。接着蜷起尾巴，圈

住自己圆滚滚的身子，又将爪子轻轻揣进胸前蓬松的软毛里，最后慢悠悠地闭上了日理万机的双眼。一套动作行云流水，仿佛做过千百遍。

大猫安静地趴着，连胡须都懒得动一下，就像一位王者在外面捍卫了地盘和王权，终于凯旋归家小憩一会儿。阳光透过香樟叶的缝隙，碎金似的落在它身上，黑白的毛被镀上一层柔光，竟真有了几分睥睨天下的慵懒与威严。这副全然不在意的模样无疑招惹了另一位“小王者”，不到一周岁的丫头，自来到这世上，哪被这般忽视过？家里的大人，还有来访的亲戚，谁不是把她捧在手心，目光追着她转，连说话都放轻了声音。如今，竟被这么一只看着软乎乎、毛茸茸，还透着几分“老气横秋”的小动物，视若无睹。

小丫头心里的小脾气，竟莫名地涌了上来。她噘起小嘴，小手在学步车上拍得砰砰响，想吸引那只猫的注意。学步车的轱辘被她拍得轻轻转动，一点点往青石板挪去。可那猫依旧纹丝不动，连眼缝都没掀一下，仿佛小丫头的动静，不过是风吹过草叶的微响，不值一提。

小丫头不死心，又唧唧呀呀地发出软糯的声响，声音里带着几分委屈，几分倔强，还有几分孩童独有的娇憨。她的小短腿在学步车里蹬着，想往前再挪些，离那只猫再近点。母亲和外婆被她的动静吸引，停下了闲聊，相视一笑，也不阻拦，只坐在一旁，温柔地看着这有趣的一幕。

风又吹过香樟树，沙沙的声响里，混着小丫头软糯的唧呀，还有猫偶尔轻缓的呼噜声。四方小院子里，时光仿佛慢了下来，暖融融的阳光，温柔的微风，慵懒的猫，还有懵懂的娃，凑成了一幅最寻常，也最温暖的人间小景。这只院中的猫，这一次不经意的相遇，竟成了小丫头童年里，一抹鲜活又温柔的底色，藏在记忆的深处，伴着香樟的清香，岁岁年年。

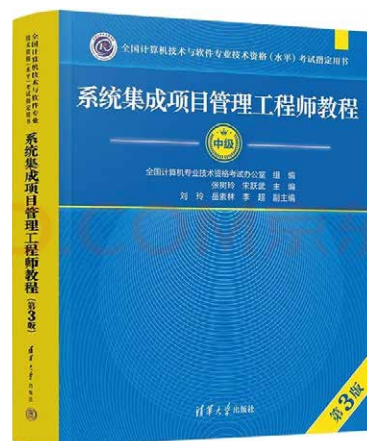
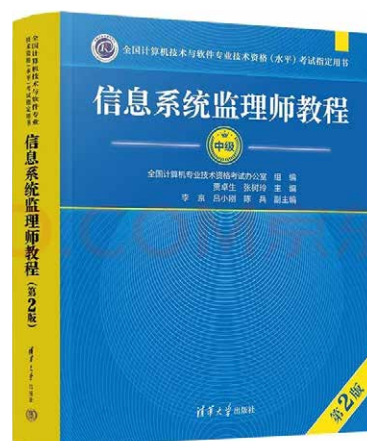


“一高四中”的软考之路

文/尹亮（绿盟科技 工程线）

计算机软件资格考试（简称：软考）往往会伴随着大多数 IT 人的职业生涯，这里有成功的喜悦也有失败痛苦，回首十几年的软考之路不禁唏嘘。





1. 初识软考

那还是 2010 年前后，原所在公司经常陷入投标没有信息系统集成资质的尴尬境地。工作几年之后各方面也都稳定了下来，2014 年我就开启了系统集成项目管理工程师的备考。当时也没多想，买了一本真题就开干了。每天晚上小孩睡着之后，我就开始刷真题，刷了几套真题之后就匆匆忙忙地参加了考试。第一次考试选择题 53 分、案例题 41 分。考完之后觉得软考也不过如此，再加上后面国家取消了企业的信息系统集成资质，后面也就没想着再考。

2. 牛刀小试

2016 年，中软总公司在湖北举行了第一期自有品牌的系统集成高级项目经理的培训及考试，原所在公司费了九牛二虎之力把我送去培训。为了鼓励我好好学习，还提前支付了两千元的奖金，我也没

有辜负公司的期望顺利通过考试。

2018 年，转行进入信息安全行业后，为了全面学习信息安全知识，报考了信息安全工程师（中级），由于方法不当折戟成沙。2020 年，再战信息安全工程师，又遇到教材改版，好在重点考察的密码学没有变，在网上搜集了很多学习资料，算是勉强通过考试。

3. 一键四连

2021 年由于国家政策限制，中软总公司自有品牌的系统集成高级项目经理证书不能继续维持，我又着手准备软考信息系统项目管理师（高级）的考试。2021 年 8 月，由于口罩事件的肆虐，公司决定居家办公。在百无聊赖中我刷着哔哩哔哩，一个偶然的机会看到了西方老师的课程。当时只是抱着听段子的心态，觉得这老师虽然有点“不正经”，但是好在听着还挺有意思。2023 年上半年，我就花了一点点小钱报了培训班，

按照看视频、刷真题、记重点的步骤开始了复习，但是始终感觉不能灵活运用，论文照搬照抄没有通过。

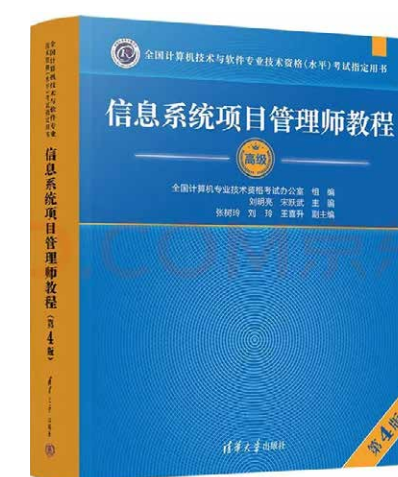
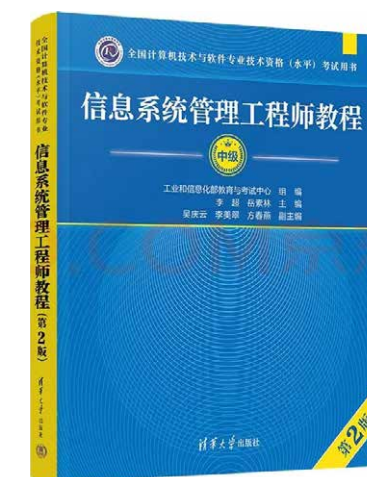
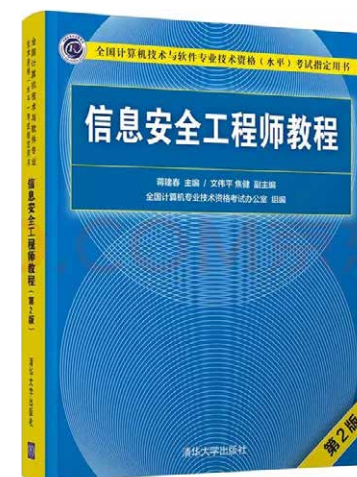
2024 年上半年，软考改成了机考，于是我再次冲刺信息系统项目管理师的考试。有了前面的基础，学起来也轻车熟路。我改变了原有的学习方法，先从论文开始学起，然后反向去回忆前面学到的知识，突

然感觉一下子融会贯通了。考试前我准备了五篇论文，但是运气不好，一篇都没有压中。但是我并没有放弃，按照套路先把前后的背景资料中间的主要过程列出来，灵活运用各种项目管理方法，最后论文 46 分通过。

2024 年下半年我又报考了系统集成项目管理工程师（中级），2025 年上半年报考了信息系统监理师（中级），2025 年下半年

报考了信息系统管理工程师（中级），按照总结的学习方法又顺利地通过了三门考试。

回首软考之路，一幕幕都历历在目，考试对于知识的运用才刚刚开始，将抽象的考试知识灵活运用在工作中才是值得我们深入研究的内容。十几年“一高四中”的软考之路就这么暂时告一段落了，更多的挑战还在后面等待。





基于bilibili、大众点评、小程序地图构建的吃什么求解方式（四）

文/张皓天（绿盟科技 总裁办）

系列文章最后一篇，没想到第一篇中的特厨 up 瓜还没吃完，陈宗明师傅新开 b 站账号“鲁菜老厨陈宗明”继续做传统鲁菜视频，年夜饭系列色香味俱全满分好评。“鲁菜行者”账号大伟也新开了小店改造系列，帮粉丝改进家常小店做得不足的点。

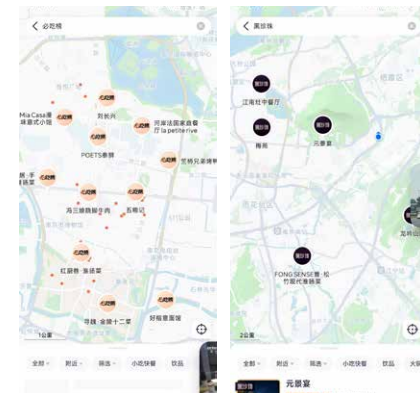
在前面三篇介绍过了如何通过关注 UP 主丰富“吃”的知识，如何在同类店铺中做选择，正确使用各个榜单后，开始介绍最后一个正在被 AI 革命的窍门，使用地图以吃为中心规划行程。

软件地图——大众点评为例

大众点评首页的地图版块。可以较准确地搜索到必吃榜和黑珍珠榜单的地图分布。

小程序地图——以寻食客 pro 为例

以寻食客 pro 为例的一些微信小程序，可以提供地图和 UP 主筛选视角。我们不再面对一排排枯燥的文字列表，而是直接看到一张铺满美食标记的实景或手绘地图，



收藏已久的店铺、UP 主刚推荐的店铺、榜单上的新秀，全部清晰地标注在眼前，可以一目了然地看到哪些心仪的美食恰好位于同一个区域或同一条交通线路上。

这类小程序最大的亮点是美食 + 地图合一，没有冗余功能，全程围绕“吃”展开。能直接把 UP 主好评的店铺直接同步在地图上，直观看到店铺分布、距离远近，弥补了前两个平台缺乏行程统筹的短板。



图 . 小程序首页

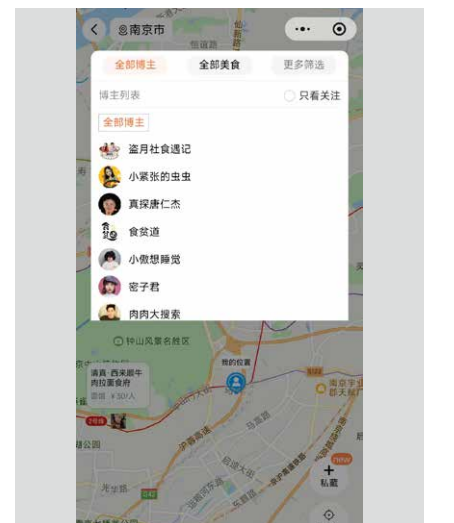


图 .UP 主筛选视角

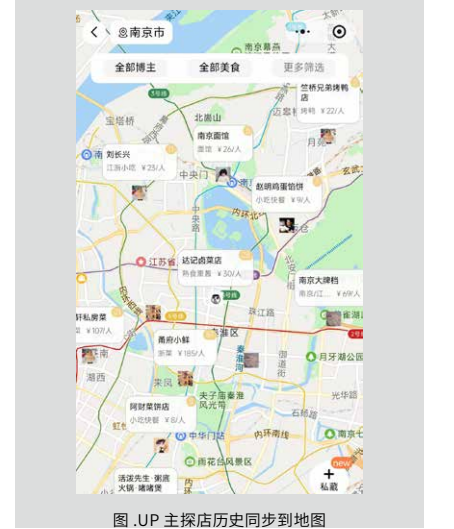


图 .UP 主探店历史同步到地图

地图软件——以百度地图为例

在以美食或旅游为目的去陌生城市旅游时，很容易忽略的事情是今晚睡哪儿，才能把周围的好吃的，全部“顺路”吃掉？

第一招：把所有想吃的，都“扔”进地图。打开手机里那个带收藏功能的地图小程序，开始干活。先把榜单硬核餐厅、UP主推荐餐厅、口碑两极的漂亮饭、必去景点一股脑全加上，然后，把地图缩到最小，热力图就出来了。

第二招，画“5公里舒适圈”。盯着最密集的地方，以它们为圆心，画一个半径5公里的圈——在大多数城市，打车5公里≈15分钟，车费也就起步价加一点20以内。是一个“随叫随到”的心理舒适区。如果某个不是必去的店孤零零飘在圈外10公里，就得冷静了。为了它，你可能要搭进去往返一小时加几十块车费。除非它是那种“此生不吃会后悔”的神店，否则，果断划掉。

第三招：让住宿变成美食的支点。不是住圈的中心，而是住圈内交通最方便的地方，比如地铁站旁边，主干道旁边，或者是几个必吃点的中心，或在必吃与必玩的路上。这样，你不管往哪个方向吃，都是下坡路。



图. 淄博为例



图. 广德为例

第四招：让行李“自己”去酒店。如果美食圈分散在两个地方，尤其是重庆、上海、北京等大城市。这时如果找个中间点，那会让两边都尴尬。正确做法是：分两段住。通常来说换酒店最怕拖着箱子 check-in/out 或餐厅排队，但通过送货操作可以完美避免这点。

个人通常操作是这样的，提前一天与待住酒店沟通有人送行李到前台寄存，早上在A酒店退房，打开货拉拉或滴滴送货，下单把行李箱送到B酒店前台（同城送个箱子，经常比打车还便宜。甚至下雨不好打车的时候都能打个货拉拉跟车“运人”）。

然后人就可以两手空空，按原计划去逛吃一整天。晚上逛累了，直接去B酒店前台取房卡和行李，丝滑入住，“人货分离”。不用在饭点拖着箱子赶路排队，也不用为了寄存行李绕道去商场，或去赌景区还有寄存柜。

AI时代的进步——直接把餐厅丢给AI

作者并没有想到AI能发展如此之快，在系列文章第一篇时，并没有AI提供类agent能力能调用其他相关软件，而现在以豆包为例的APP就可以调用其他软件的开

精品 BOUTIQUE

放数据进行规划，除了数据源有局限（如大众点评等暂不对第三方开放数据）调用的数据准确性（尤其是营业时间和是否需要预约），如让AI推荐小众餐厅时可能出现幻觉（最近老王在中国就被豆包坑了）外，可以说是肉眼可见的未来可期。

在当前情况下使用AI做路径规划还是比较考验耐性的。首先第一步，提前导入美食清单，把B站博主推荐、大众点评筛选的心仪店铺，手动添加地址和店名避免幻觉；第二步，明确AI需要做二次精简，结合出

行时间，过滤掉闭店、休息、来不及提前预约爆满的店铺并给出理由便于核实；最后，以美食为核心，生成最优路线。

通过上述步骤有地图数据权限的AI通常就可以自动按距离排序、规划最优路线，避免来回折返。同时，它还能标注店铺周边的公交站、停车场、休息区，甚至搭配周边小众景点、便民设施，比如吃完正餐顺路打卡附近的甜品店，或是逛完商圈直接去晚餐店，让行程松紧适度，全程围绕美食展开，不偏离主线。但前提是经

过亲手数据核对，充分避免幻觉。

总结

当美食成为你规划行程的中心，当住宿变成你觅食的半径，当行李学会自己“走路”，你会发现，探索一座城市，真的可以像在自家客厅一样从容。

收藏夹里的店，不再是一个个遥不可及的点，而是你下一顿、下一站，顺理成章的事。毕竟，真正的吃，不是赶场子，是把城市吃成你的舒适区。





我是怎样爱上攀岩的

文/张英灿（绿盟科技 运营商业部）

题记

在真正与岩壁相拥之前，我从未想过，一项运动能如此深刻地嵌入我的青春，成为刻在骨血里的热爱。从大学攀岩课上偶然的触碰，到擦线入选校队，从力量孱弱、动作生疏的“菜鸟”，到享受攀爬、信任队友、在岩壁上找到归属感的队员，这段旅程没有惊天动地的故事，但藏着最真实的成长、最纯粹的情谊，和我一步步沦陷于攀岩的全部理由。

初识

接触攀岩，纯粹是大学选课里的一次偶然。我一直很喜欢尝试新鲜事物，大一上学期选课，看着体育类课程里的篮球、排球、羽毛球，无意间扫到“攀岩”两个字，只觉得新鲜——长这么大，除了在游乐场玩过小型攀爬墙，从没真正接触过这项运动。没有什么宏大的期待，也没有预设过会爱上它，只是单纯想选一门有意思的课，打发每周两节课的时间，也试试自己能不能克服对高度的畏惧。

我们的攀岩课老师，同时也是校攀岩队

的教练，姓周，气质温和儒雅，但身材很结实，手上布满了常年握岩点留下的厚茧，说话语速不快，却句句都很实在。第一节课，他带我们做完热身，示范了几个基础的攀岩动作，开始让我们上岩壁练习横移。

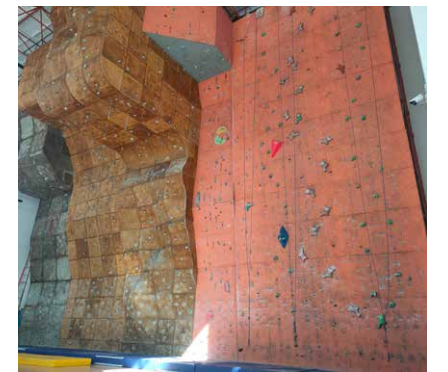
我记得第一次伸手抓岩点的感觉，冰凉、坚硬，边缘有些粗糙，蹭得指尖微微发疼。心里的小人已经开始雀跃，我按着老师教的姿势往右横移，结果没爬两步，手臂就开始发酸，身体也晃得厉害，坚持到一半脚下—滑，稳稳落地。周围的同学也差不多，大部分爬得比我还近，有的刚抓住岩点就没稳住，不过都很快上去接着爬。

周教练就在一旁来回走动，逐个观察我们的动作，偶尔会停下来指点两句。轮到我

的时候，他站在我身后，看我在一处外倾的岩壁又一次笨拙地尝试后落地，开口说：“你动作很灵活，协调性比不少同学都好，这是攀岩的好天赋，就是还没找对发力的技巧，太依赖手臂的力量，忽略了重心转移。”

这句话，我到现在都记得很清楚。在此之前，我从来没有在什么运动中被人说过“有天赋”，大都中等水平，不太差，也不突出。周教练的这句话，没有夸张的夸赞，只是平实的陈述，却让我心里动了一下。

从那以后，我上攀岩课就多了一份认真。不再是随便试试，而是会认真听周老师讲发力技巧，看他示范抓握、踩点、重心转移的动作，把每一个细节记在心里。别人休息的时候，我会站在岩壁前，盯着上面的岩点，



在心里模拟攀爬的路线；有时候也会再爬两趟，试着把教练说的技巧用进去，哪怕每次只比上一次多爬一个岩点，也觉得满足。

校赛

大概上课一个月后，学校举办了新生攀岩比赛，那时候我已经跟着校队训练了两次，教练说速度赛和难度赛各取前八名进入校队，我动作比较灵活，但是手臂力量很弱，单和同一届提前被教练叫过来训练的几个同学相比，能不能进校队都很危险，还有一些没被发现的天赋型选手。

比赛当天，一大早就起来，攀岩馆里比

平时热闹很多，参赛的新生有一百多人，还有不少同学来围观。比赛的规则很简单，顶绳攀爬，速度赛比拍顶板时间；难度赛，比攀爬的高度，高度相同，用时短者胜出。

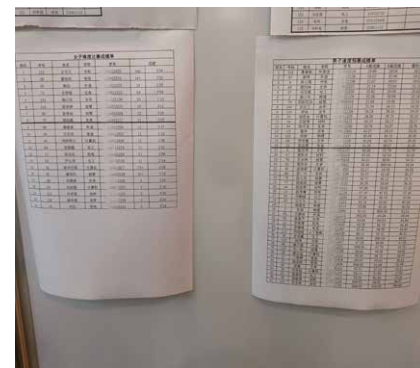
上午先比速度赛初赛，我被分在中间批次，看着前面的选手一个个攀爬，有的动作流畅，很快就爬到了顶端；有的爬了一半就因为手臂酸痛而掉落。轮到我时，岩队学姐帮我系好安全带，检查好主锁，拍了拍我的肩膀，说：“别紧张，就按之前训练的来。”

新生赛的道不难爬，手抓稳，腿发力登起来，想着教练教的动作，尽量加快动作，已经忘了初赛的时候左边的选手是谁，应该

比我慢不少，心里也没有什么压力。歇了一会儿，开始比难度赛，这会手臂力量已经剩得不多了，爬到一个卡住很多人的点，没有力气冲下一个点就下来了，等着成绩排名出来。

速度初赛我是第8，下午速度决赛，先八分之一决赛16进8，1vs16，2vs15，轮到正好是8vs9，岩队的学姐和我说第九名之前跟着岩队训练过一段时间，很厉害，这轮比赛里我和她的差距是最小的，听了这话更紧张了。

轮到我俩的时候，我深吸一口气，走到岩壁前，双手抓住最下方的两个起始岩点，单脚踩稳，听着队长的“action！”指令。



开始往上爬，我们俩的速度基本持平，我心里更慌了，抓住下一个点，腿就开始发力，勉强超过她一点点，可惜爬到最后1/3的时候，我滑脚了，到现在都很遗憾，不应该这么受对手影响的。

等待成绩的过程很漫长，速度我没有进前八，难度成绩还没有出来，等比完速度四分之一、半决赛、决赛，大概又过半个小时，张贴出了最后的结果。很幸运，难度我是第七名，算是侥幸入围，压线进队！

训练

岩队训练和上课完全是两回事。上课

的时候，教练主要教基础动作，而校队的训练，强度大得远超我的预期。每周二周五晚上、周三周日下午，在攀岩馆训练三四个小时，先做半个小时的热身、柔韧度训练，记得有鸭子步、高抬腿、熊爬、压腿，剩下的就想不起来名字了。

攀爬训练平时有两种，一种是小岩壁，一种是顶绳练速度，力量上去之后，偶尔教练会让上先锋，还有一个抱石屋，有时候训练完队长会定线，我们一起爬。

日常教练给我们训练，先爬小岩壁，爬到顶之后横移，然后从右侧下来。当然，这是教练给我们定的理想路线，我第一次

爬小岩壁的时候，都不能四肢同时把自己稳定在上边，训练几次之后，可以一鼓作气爬到左侧的顶部了，这个位置角度最大，是最费力的，下一步应该往右爬，爬过木条点，但是我一点力气都没有了，下边四五米高，我知道下边有特别厚的海绵垫子，不会受伤，但是一点都不敢撒手，在上边手和腿都抖得跟扑棱蛾子似的了，也不敢撒手，最后坚持不了几秒，就会自由落体，其实只要过了手离开岩壁的一瞬间，就没有什么害怕的感觉了，自由落体那几秒，特别爽。

小岩壁爬几趟，教练会让我们上速度



道，教练和其他学长学姐会指导怎么出手，怎么发力，下一个手点脚点，一个人爬，两个人保护，一个主保，一个副保。记得我第一次爬都没有登顶，就没有劲了，后来第二次可以拍到板了，最早拍板需要三十多秒，后来逐渐进步，到最后离开岩队的时候，总算是进了十五秒。

我最初喜欢攀岩，坚持训练，是因为这项运动特别能给人带来成就感，它的正反馈是即时性的，每一次训练都能特别明显地感觉到比上次的突破，比如，上回爬不上去的线路，今天终于登顶了；曾经不连贯的动作，今天变得流畅了；指尖的力气

变大了，能抓住更小的岩点了。这是以往任何学习和运动都不会带给我的，它不只是我学会了，而是我突破了自己的上限。

每次训练完我们会互相放松，要不然第二天浑身跟散架了似的，完全不敢上下楼梯，岩队有套祖传的按摩手法，会开背，往下按的时候，会听到咔嚓一声，特别舒服，后来我因为高强度训练退缩时，这一度是我去训练的动力。

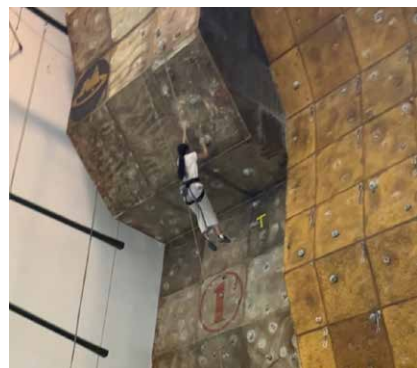
队友

除了进步带来的成就感，让我坚持去训练的，还有攀岩队的氛围。我一直觉得，加

入岩队是我大学最最好的决定，大家因为爱好聚在一起，是一个很纯粹的集体，没有什么钩心斗角，没有攀比嫉妒，都希望把攀岩练好，享受攀岩的过程。

训练的时候，队友们会耐心地指出我动作上的问题，告诉我哪里发力不对，哪里重心没有转移好；会手把手地教我抓握岩点的技巧，教我如何选择脚点，如何在岩壁上保持平衡；会分享自己的训练经验，告诉我怎么练力量，怎么提高攀爬速度；偶尔训练完，学长会给我们开小灶加练。

每一次小小的进步，大家都为对方欢呼，那种喜悦，是一荣俱荣的成就感，是



和伙伴们一起努力、一起突破后的共鸣，温暖又有力量。

攀岩这项运动，最需要的就是信任。不管是顶绳攀爬还是先锋攀爬，攀爬者的安全，完全掌握在保护者的手里。每次训练，我们都会反复检查安全带是否系好，主锁是否扣紧，绳索是否有磨损，每一个细节都不敢马虎。因为我们知道，自己担负着的，是队友的生命安全；因为我们信任彼此，所以才能毫无顾虑地向上攀爬。

这种信任，让我们的感情变得格外深厚。我们一起在训练时挥洒汗水，在受伤后相互安慰，在成功后分享喜悦；训练结束

后，我们会一起回宿舍，讨论训练中遇到的问题，分享生活中的喜怒哀乐。我们之间，没有功利，没有杂质，只有纯粹的友谊和共同的热爱。这种情谊，是我在攀岩路上，收获的最珍贵的礼物。

周教练和陈教练两位教练也一直陪伴在我们身边，他们偶尔严厉，但十分爱我们。会根据我们每个人的情况，制订不同的训练计划，不论什么时候，永远把我们的安全放在第一位，攀爬时下边不允许站人，攀岩绳绝对不能撞墙，绳子锁扣怎么打，主副保绳子收没收紧，这些我们已经烂熟于心的内容，他仍然时常重复，担心我们出一点意外。

每次大大小小的节日，我们都会聚在攀岩馆，两位教练和师母会给我们准备很多自己做的肉、饺子、菜，或是一起涮火锅，队友们有时候也会大展厨艺，吃完大家再一起收拾好，不在一起过的节日，教练会在群里发大大的红包，我们一起庆祝节日快乐。

记得很多很多的点点滴滴，刚进岩队学长给我们讲大学四年有什么可以避的坑；大一的时候一个队友爸爸重病，我们大家都尽自己的一份力量帮助渡过难关；刚开学我们在抱石屋玩，晓雨姐敲后门，给我们带来妈妈做的好吃的；下大雪，队友在雪地里拉着我玩，手机丢了，岩队的人顶着大雪把



操场翻了一遍；纳新时，一个个寝室教室发传单、宣传，刷点换线；大家一起在岩壁旁打篮球、乒乓球，和体育馆阿姨打羽毛球；训练晚了，教练会开车给我们送回东区；一起回东区，路边有快车，队友会护住我；拿不准主意的时候，去问学长学姐，细细地给我讲，一点一点分析。和队友在一起的日子里，我收获了无数次的快乐。

岩队的队友都很优秀，攀岩之外，绩点、竞赛、保研、公费留学、学生会工作、志愿者活动，大家互相吸引也共同进步。岩队也有很多队友，最后走到了一起，甚至有些狗粮，我从大一吃到了现在，学长每天五六点

起来，买好早餐，跨校区陪学姐上早读，第一次知道现在还有这么坚持和认真的感情。

就这样，大学四年很快就过去了，送别一届届学长学姐的毕业聚餐，终于轮到了我们。很幸运认识岩队的所有人，很幸福遇到岩队的所有人。愿大家聚是一团火，散是满天星。

恒爱

我现在仍然有时间就会约岩队的队友或是朋友，打卡北京的每个攀岩馆。有时候，会因为一条线路爬不上去而反复尝试，直到成功；有时候，和不认识的岩友一起读线、嗑线；有时候，去到队友的城市，会约顿饭

聊聊近况。可惜商业岩馆再也不会会有岩队的感情，商业岩馆大都是机器自动保护，没有队友保护，出于对设备的不信任，我爬顶绳也比较少了。

我依然记得，第一次触碰岩壁的忐忑；记得新生比赛时，拼尽全力的坚持；记得擦线入选校队的幸运；记得训练时，筋疲力尽的瞬间；记得队友们温暖的鼓励；记得第一次成功登顶的喜悦。这些点点滴滴的瞬间，串联起我与攀岩的故事，也见证了我从偶然接触到热爱的全过程。

有人问我，攀岩那么累，那么危险，你为什么会上它？我想，答案很简单。不是

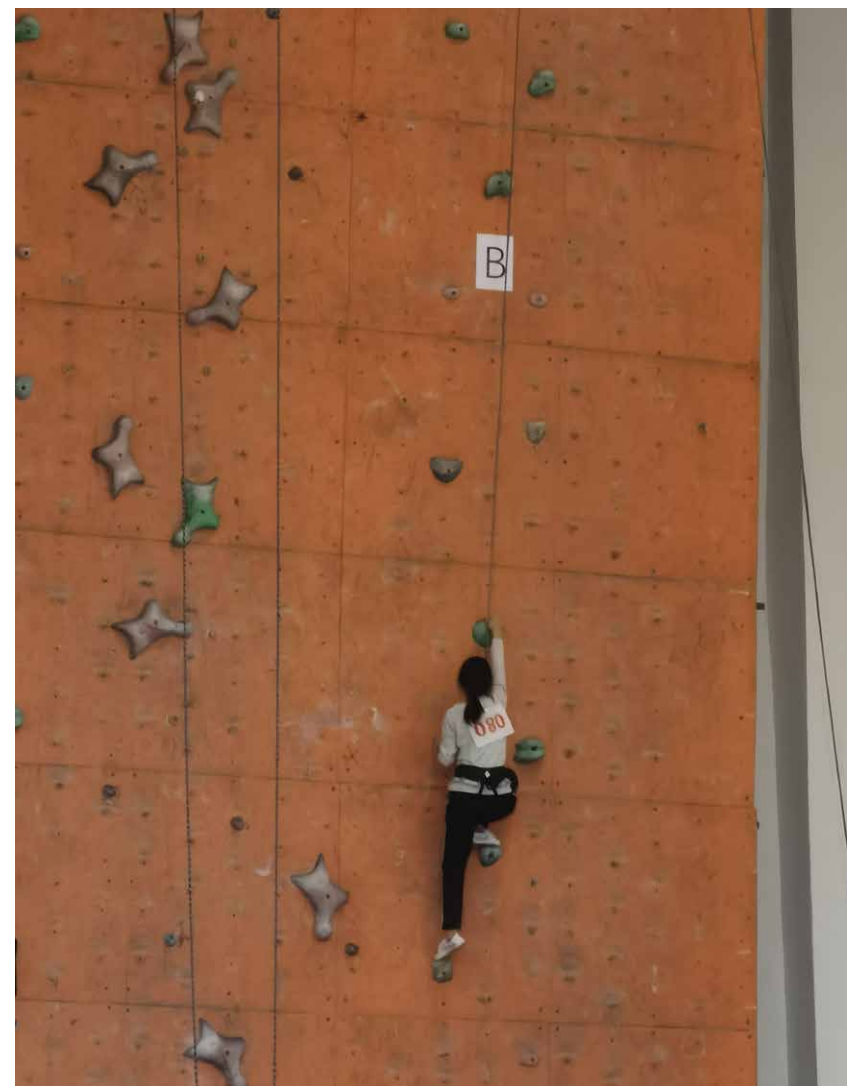


因为它惊险刺激，也不是因为它能带来什么荣誉，而是因为，在攀岩的过程中，我找到了真正的自己。

攀岩让我学会了坚持，它是一项最公平的运动，你的每一滴汗水，每一次坚持，每一份努力，都会在岩壁上得到最直接的回报，不需要和别人比较，只需要和昨天的自己赛跑，每一次超越，都是属于自己的胜利。它让我学会了勇敢，敢于挑战未知，面对失败，突破自己的极限；它让我学会了信任，懂得了珍惜身边的人，懂得了相互扶持的意义；它让我保持了一份纯粹，在浮躁的大学生活里，守住了一份简单的热爱，找到了内心的平静。

我知道，我对攀岩的热爱，不会随着时间的流逝而消退。未来的日子里，我会继续在岩壁上攀爬，继续菜菜地、稳稳地突破自己，珍惜每一次触碰岩壁的机会。攀岩于我，不再是一项简单的运动，它陪伴我成长，教会我成长，也让我成为更好的自己。而我与攀岩的故事，还在继续，这份热爱，也会一直延续下去。

这，就是我爱上攀岩的全部故事，也是我青春里最美好、最珍贵的篇章。





行色匆匆，或许我们可以选择为将来的自己留下一段回忆

文/吴竞雄（绿盟科技 政府及公共事务中心）

时间是一条沉默的河流，我们站在岸边，看它载着晨昏与四季，无声远去。多少日子就这样从指缝间滑走，轻得像一声叹息，连涟漪都来不及留下。既然如此，何不俯身掬起一捧水，让它映出天光云影？何不在河床上拾几枚圆润的石子，揣进衣袋——那些石子，或许叫佛罗伦萨的日落，叫塞纳河左岸的咖啡香，叫威尼斯小镇清晨的钟声。

出行前一个月，我便早早做起攻略，该备的东西一样不落，欧标转换插头、便携热水壶统统塞进包里。毕竟到了异国他乡，语言不通，等到急需时再想买，可就麻烦多了。机票

早早订好，签证却迟迟没有消息。直到出发前一天下午，才终于收到通过的短信。当晚匆匆收拾行李，第二天上午十点，便抵达机场，开启了这场期待已久的旅行。

经过十二个小时的飞行，终于落地。抬手看表，已是夜里十一点，可人一踏上旅途，就像打了长效兴奋剂，半点困意都没有。坐上大巴驶出机场，眼前的景象却让我一愣——夜里十一点，头顶竟还悬着耀眼的太阳。我这才反应过来，该调表了，此刻其实是意大利的下午五点。

入住酒店，来个泡面充饥。拿出水壶烧开热水，可眼前的一幕，再次让我怔住：这里的水真是一言难尽，新买的水壶水面漂浮着一层白色杂质，壶底更是结了厚厚的水

垢。印象里童话般的欧洲，瞬间被击碎一角。无奈，只能出门去买瓶装水。

意大利

有的人出生就在罗马，有的人出生就是牛马，今天“牛马”终于也来到了罗马。课本里的古罗马斗兽场，真切地矗立在眼前，比儿时想象中更高、更斑驳、也更沉默。风穿过两千年的拱门，发出低沉的回响；被阳光晒得发烫的石块上，岁月侵蚀的痕迹依稀可见。

佛罗伦萨是意大利的历史与艺术中心。抵达主教座堂广场时，夜幕已悄然降临，天空飘起细雨。撑起伞走在意式街巷，古朴的路灯晕开暖黄的光，勉强照亮小巷。往来行人说着听不懂的语言，悠然漫步，时

间仿佛都慢了下来。小巷尽头，一座宏伟得望不到边的建筑映入眼帘——圣母百花大教堂。据说它是历时百余年，耗费几代工匠才得以建成，尤其是主殿那座巨大的砖砌红穹顶，堪称意大利文艺复兴建筑的标志性杰作。

人的一生，总在悄悄弥补年少时的梦。循着小学五年级的语文课本，我乘着游艇，来到了水城威尼斯。严格来说，整座威尼斯没有一块真正的陆地，城镇之下，是无数深深扎进淤泥的木桩。也正因如此，潮汐一来，水位起伏极大。运气好，能看见完整的威尼斯；运气不好，就只能看见半个。小镇不大，典型的欧洲意式风格，白墙红瓦，市中心自然也少不了举行弥撒的天主教堂。



瑞士

一路向北，便到了瑞士。欧盟的高度一体化建设还是卓有成效的，申根签省去了烦琐的出入境手续。瑞士是发达国家中的发达国家，一战、二战均未波及，富庶程度远胜其他欧洲国家，与之相伴的，是高得人望而却步的物价。

独特的气候与地理位置，赋予了瑞士得天独厚的自然风光。阿尔卑斯山脉连绵起伏，山顶常年积雪不化。国内要在海拔三千米以上的高山才能见到的终年积雪，在这里，雪线竟然出现在了一千五百米的山峰之上。雪朗峰山脚下，是绿草如茵的牧场与黄绿相间的高大落叶松，偶尔能看

见几头牛在左顾右盼，不太认真地啃着草；山腰处，裸露的黑色岩石间，点缀着融雪形成的白色溪流；山顶则是皑皑白雪，高耸入云，若隐若现。

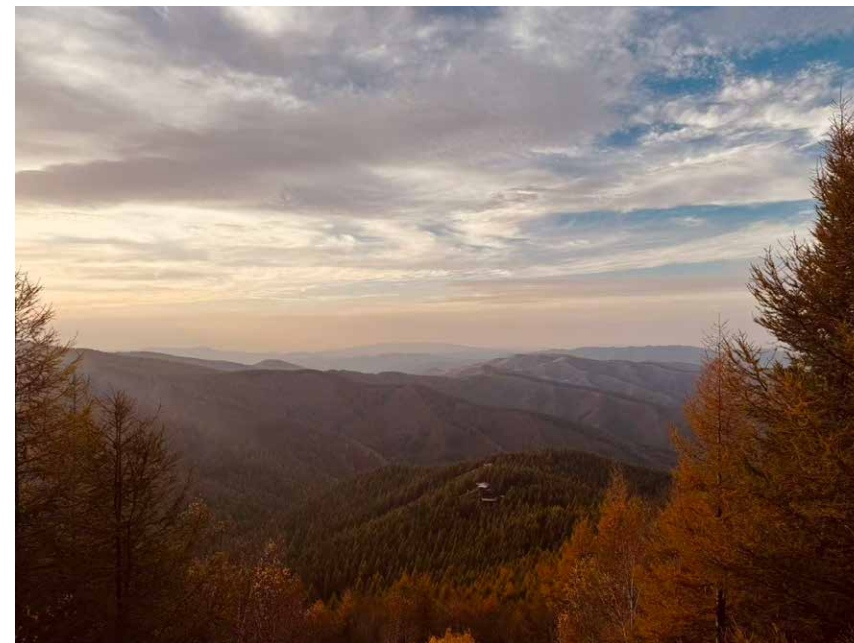
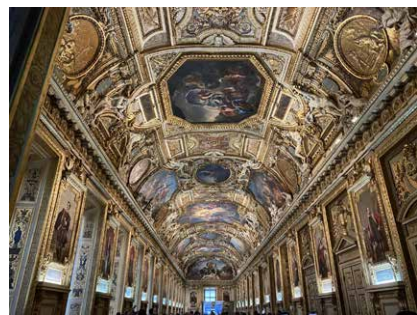
夜晚的因特拉肯气温微凉，又恰逢旅游淡季，路上行人稀少，小镇显得有些安静冷清，可街边店铺依旧灯火通明，没有打烊的意思。闲逛时，忽然看见小时候风靡一时的瑞士军刀，才惊觉，这是到了它的故乡。好吧，看来是缘分到了，便入手一把，留作纪念。

法国

行程最后一站，是法国巴黎。连日奔波，我们早已人困马乏，却还是凭着“来都来了”的执念，强撑着精神做最后的挣扎。

“两宫一院”是巴黎必打卡之地：凡尔赛宫、罗浮宫，以及巴黎圣母院。凡尔赛宫是昔日法国王室宫殿，殿内精美的雕塑布满每一面墙壁与大理石柱，棱角处以金饰点缀，穹顶绘满巨幅壁画。壁间闪耀的水晶与琉璃吊灯交相辉映，整座宫殿极尽富丽堂皇。那一刻忽然觉得，长辈们喜爱的欧式装修并非俗气，只是我们未曾触及其精髓。罗浮宫则是一座历史悠久的博物馆，一路走马观花，只在《蒙娜丽莎》展厅前，稍作驻足。最后在与巴黎圣母院的合影中完美结束了这场旅行。

飞机落地，打开手机，熟悉的中文短信涌进来。生活依旧匆忙，唯一不同的或许只是多了一段回忆。



一路向北，寻味金秋

文/赵桂卫（绿盟科技 营销线）

若要为北国的秋天寻一个注脚，我想，乌兰察布再合适不过了，趁着假期，我们五个好朋友一合计，来了一场说走就走的自驾游，载着满心的期待，驶向那片广袤的高地——乌兰察布，去赴一场与草原秋色的盛大约会。

当车窗外的世界被无垠的金色所取代时，我们知道，目的地到了！城市的拥挤在这里完全消失了，取而代之的是一种无边无际的舒畅。天空蓝得不像话，云朵又白又低，好像一伸手

就能碰到。大地是一片温暖的金黄色，打过卷的草捆像一个个巨大的蛋黄酥，安静地躺在草原上，看着就让人觉得心里踏实。

要说这趟旅行，美食绝对是重头戏。我们到的第一晚，就去品尝了当地特色的涮羊肉，那羊肉真是名不虚传，鲜嫩无比，在铜锅里一涮，蘸上浓浓的麻酱，吃下去整个人都暖了起来。第二天早餐，我们钻进一家烟火气缭绕的老店，一碗热气腾腾的羊杂汤端上来，汤色醇白，香味扑鼻，一口下肚，暖流瞬间贯穿四肢百骸，驱散了草原清晨所有的凛冽。紧接着上来了一笼以“薄如蝉翼，馅嫩汤足”著称的羊肉烧麦，咬一小口，那滚烫鲜美的汤汁，在味蕾上轰然绽放，这一餐给我们一天的行程充满了电。

吃饱喝足，我们把身心彻底交付给了

辉腾锡勒草原的怀抱。秋天的草原，像铺了一层金色的地毯。我们在那儿骑马，感受着马背上颠簸的乐趣，看着远方的风景，心情特别开阔。还玩了刺激的滑草和卡丁车，大家又叫又笑，好像把所有烦恼都甩在了风里。当白日的喧嚣散去，另一种风情开始上演，我们去了“乌兰察布之夜”，那里灯火通明，我们漫步在光影交织的街道上，看着各式各样的表演，融入那份充满人间烟火的洪流中。

若说草原的秋是一首雄浑的进行曲，那苏木山森林公园的秋便是一曲轻灵婉转的木管独奏。走进那片层林尽染的山林，像是打翻了调色盘，树叶有黄的，有红的，还有绿的，层层叠叠，特别好看。我们漫步其中，脚下的落叶沙沙作响，阳光透过枝叶，筛下

斑驳的光影，时间仿佛也放慢了脚步，让人得以静静地品味秋的静谧和深邃。

而旅行的滋味又何止于风景呢？归途前的最后一餐，我们邂逅了风味独特的铁帽烤肉。食材在特制的帽形铁锅上滋滋作响，香味四溢，为我们的味蕾探索画上一个圆满而新奇的句号。

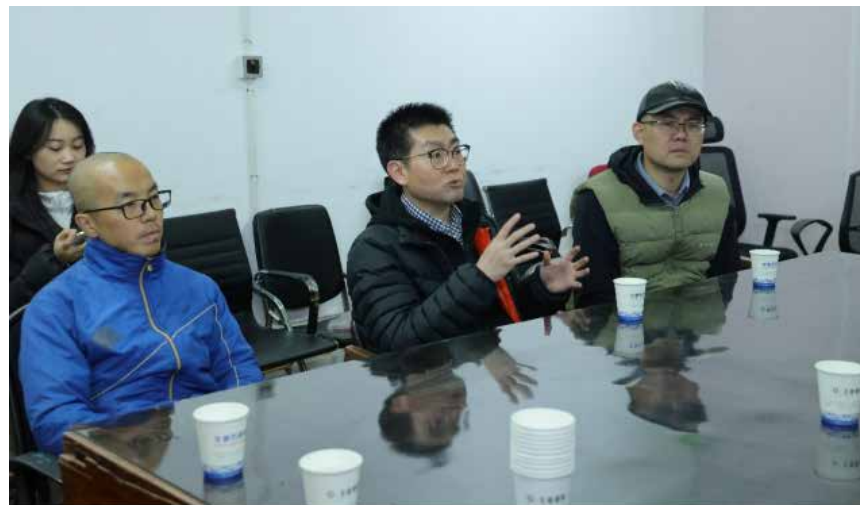
归程总是带着些许怅惘，但心中更多的是被充盈的满足。这趟乌兰察布之行，我们带走的不只是相机里定格的金色光影和舌尖上的美味记忆，更是与三五知己在辽阔天地间共享的那份无拘无束的快乐与温暖。乌兰察布的秋天用它最慷慨的胸怀拥抱了我们这些远方的来客，给予我们一整年的精神补给。如果你也想在秋天找个地方走走，这里真的很值得来。



暖冬行动，情系光爱 | 绿盟公益基金会为光爱学校送去慰问

文/王强（绿盟科技 总工办）

绝大部分人的儿时成长都是有家人的陪伴，不管是父母、兄弟或是爷爷奶奶、姥姥姥爷。但也有少部分孩子的童年时光是没有直系亲属陪伴的，他们可能从幼儿园开始就要自己闯荡，独自面临生活，缺少了亲生父母的长期陪伴与关爱，光爱学校的孩子们就是这“少部分”。



近日，北京绿盟公益基金会的志愿者们载着满满绿盟人精心准备的物资与浓浓爱心，前往光爱学校进行慰问活动。

会议室中，和老师们围坐在一起聊天，就是抱团取暖。因为资金压力，及安全问题，学校再一次搬迁，老师们眼中流露着担忧，生存问题摆在面前，这么现实，好像只有电影里才会出现的场景，让人印象深刻，尤其是发生在北京这座繁华都市中。

捐赠仪式结束后，有位志愿者匆匆下楼去了趟厕所，开放式的卫生间，陈旧的环境，他再一次被触动，也提醒自己现在的生

活还可以，要知足，要援手，还有很多正在艰苦中挣扎的人，等待支援。

活动在温馨的氛围中圆满结束后，志愿者们纷纷写下真挚感言，分享内心的感动与收获。

杨俊林：如果不是亲眼所见，很难想象在北京这座繁华都市的边缘，还有这样一群孩子，正在经历着一个也许并不那么温暖的冬天。出发前，我们带着物资和好奇。而归来时，我们带回了沉甸甸的思考和难忘的记忆。

抵达学校后，首先迎接我们的是孩子们质朴的笑脸。在互动的时候，孩子们展

现出了这个年纪该有的活泼，但当我们从校长口中得知他们的身世时，那些笑容背后便多了几分沉重。校长告诉我们，这里的生源比较复杂，每个孩子背后都有一段心酸的往事。有的是单亲家庭，有的是特困家庭，甚至有的孩子父母都不在了，在这个世界上已经没有了他们最亲密的依靠。

活动结束后，我们参观了孩子们的住宿和学习环境。这里的条件比我们预想的还要艰苦，宿舍和教室里的设施好像还处于20世纪80年代。更让我感到意外的是，这所学校几乎没有专职的固定教师。孩子们的知识获取，主要依靠一批又一批的志愿者来进行支教。虽然志愿者们充满爱心，但这种流动性对于渴望稳定陪伴的孩子们来说，大概是一种遗憾吧。看着黑板上留下的粉笔字和墙上的彩笔画，我不禁在想：



孩子们到底需要有什么样的经历，才能有面对我们这些“外来者”的时候展现出来的那么坚强？我们看到了光爱学校的困境，也看到了在困境中依然坚持办学的人们的韧性。正如学校的名字一样——“光爱”，是在黑暗中寻找光，在困苦中传递爱。

顾杜娟：在了解光爱学校的背景后，我深感这个慈善项目对我触动颇深。尽管我们的生活中有许多挑战，但对于那些无家可归、处于困境中的孩子而言，他们面临的不仅是生活上的困难，还是缺乏来自社会的关爱与支持。光爱学校为这些孩子提供了一个安全的港湾，给他们带来了新的希望。

我常常感叹自己儿子的成长环境与那些困境中的孩子巨大差距，无家可归、没有亲人照顾、缺乏基本的生活保障，这些都让我深感痛心。我反思自己能够为这些孩子做些什么。社会的支持和捐助至关重要，而每一个人都能在自己的能力范围内贡献一份力量，无论是通过捐款、志愿服务，还是通过倡导更多人关注这个项目。正是因为这些无私的力量，光爱学校才得以坚持下来，继续帮助更多需要帮助的孩子。

这让我更加意识到，我们的社会需要更多这样的善举和关爱。在自己的生活中，或许我们可以不时地停下脚步，去关注那些身处困境的群体，带着感恩与责任心去贡献自己的绵薄之力。希望通过这样的举动，每个人都能为他人点亮一盏灯，照亮他们的未来。建议类似活动可以多多组织。

李原：在这个物质丰盈到几乎满溢的时代，我们很容易陷入日常的琐碎与满足，而忽略了一个事实：仍有许多群体在为基本生计发愁。正是这份警醒，让我格外珍视并参与公司组织的爱心活动。

那天整理旧物，准备捐赠给山区儿童。目光扫过家里光孩子用过的、还比较新的书包就有两三个，心情复杂。它们装点过孩子的快乐童年，如今却闲置一角。对比之下，那些素未谋面的孩子，或许正渴望一个像样的书包，承载他们求知的梦想。

公司的爱心活动，如同一个集体提醒，让我们在奔忙中驻足，将个体的微光汇聚成暖流。捐赠不仅是物品的流转，还是情感的共情与责任的担当。它让我确信，在这个世界上，真正的富足不在于我们拥有多少，而在于我们分享了多少。这份由分享而来的



内心充实，是任何物质都无法替代的温暖力量。最后，建议后续可以反馈一下孩子们都需要哪类物品，有针对性地进行捐赠。

赵培培：当得知绿盟公益基金会组织慰问关爱学校的活动时，我立刻整理了家中闲置的书籍与玩具。参与此次捐赠，希望这些承载着知识与欢乐的物品，能为困境中的孩子撑起一方小小的精神天地——让书籍带他们穿梭于文字的星河，在故事里看见广阔世界；让玩具伴他们度过天真时光，在游戏中留存童年的烂漫。

整理书籍时，我特意挑选了童话、科普读物，每一本都仔细擦拭，仿佛能触摸到孩子翻开书页时眼中的光亮；打包玩具时，那些乐高拼图、益智玩具，让我想起自己童年所有的缺憾，也满心期待它们能给孩子们带去纯粹的欢乐、探索世界的好奇，以及一份不被辜负的童年缤纷。盼望着每一块积木都能堆叠出他们的奇思妙想，每一件益智玩具都能解锁他们眼中的趣味天地，让我曾有的遗憾，化作他们童年里的明媚碎片，在玩乐中滋养想象，在陪伴中点亮时光。这份准备的过程，是认真，

是期待，更是一份沉甸甸的牵挂。

虽因时间未能亲临现场，但想象着孩子们收到礼物时的笑脸，我的心也随之温热。公益从不是遥不可及的事，对于我们一次简单的动作，或许就能在孩子心中种下希望的种子。这份参与的心情，从起初的期待，到后来的感动，最终沉淀为一种笃定——往后我会持续关注公益，用更多行动传递温暖，因为每一份微小的善意，都能汇聚成照亮困境的光。

吕晗：在这次公益活动中，我感受到了奉献的温暖，也对党员责任有了更深刻的体会。

爱心传递的方式是多元的，无论是捐款捐物，还是成为志愿者，都是责任的具象化表达，这些都将助力于孩子的生活与学习条件的改善。我虽只能尽微薄之力，但看着群里汇总的捐赠信息以及现场照片，我真切感受到众人拾柴火焰高的力量。每次想到公益活动汇聚众人爱心所传递的力量，能为需要的人们带去切实帮助，我都会倍感鼓舞。

同时，作为党员，我明白责任从来不只

是句口号，也不是遥不可及的任务，而是在人们有需要的时候，毫不犹豫，主动担当，提供帮助的意识。责任应该体现在点点滴滴的行动中，应该是明知个人力量有限，但相信众人的力量而主动汇聚温暖的坚持，这也是对党员初心使命的践行。

一次次的公益活动更让我坚定了信念，我会更加关注此类活动，积极参与其中，让党员的责任不仅体现在工作岗位上，还反映到每一次温暖他人的行动里。

冯于珈：我跟着公益团队第一次走进贫困学校，短短半天的经历却印象颇深。

车子驶离市区，高楼逐渐被低矮的平房取代。车程一个半小时，最后停在一处不起眼的院子前。学校没有高高的教学楼，只有几排看起来有些陈旧的二三层小楼，操场是水泥地，没有现在大部分学校常见的红色跑道。全校加起来不过几十个学生，每个班级的人数都少得可怜，有的年级可能只有三四年级学生。

教室里的设施简单得超出我的想象，斑驳的黑板、掉漆的课桌椅，教具大多是旧的。我们带来了文具书籍和食物，

学生们笑得腼腆又真挚。

和一个小女孩聊天时，她说自己考上了职高，学的是体育方向，以后可以从事滑雪领域的工作。我对她的话表示肯定，心里却五味杂陈，因为教育资源的匮乏，她很难受到良好的教育，考上大学。我从未想过，在繁华都市的边缘，还有这样一群孩子，他们的生活如此简单，却对未来有着无比强烈的渴望。

学生在简陋的环境里依然保持着纯真与热爱，让我懂得了珍惜自己所拥有的一切。幸福并非理所当然，而那些看似平凡的日常，其实是很多人向往的生活。这场相遇，让我对“珍惜”二字有了更深刻的理解。

赵晶：家里孩子对能帮助到有需要的人，感到很开心；公司同事也很热心。现在活动是一年一次，建议可以长期收集大家的捐赠物资，定期送过去，提高频率。

李跃：捐物的动机说来惭愧，我捐赠一袋米，原始的动机是我家主要以面食为主，家里就我和我媳妇两个人，米吃的本来就少，这么一大袋米也真是负担。

另外，我在寺院吃过多次十方施舍的饭

菜，常说吃人嘴短，我心眼又小，就一直惦记着却又难寻一个合适的机缘。

在当前大环境较差的情况下，绿盟科技依然能参与公益付出，我为绿盟科技的这份善意触动，也为这份胸怀骄傲。

也许我们会在最艰难的时刻，坚持最苦逼的正道，坚守内心的本分，我觉得这是网安人的情怀，守住人性的善良。

最后只能说我为自己贡献一袋米的动机而惭愧，发心祝福正在受苦的人不放弃，为主办参与这次活动的绿盟人点赞！棒棒的！

王岩：在筹备关爱学校爱心捐赠活动时，我真切感受到“爱心”不是形容词，是动词。

家住通州的同事把沉甸甸的英文绘本扛来时，书角磨得发亮，她说“孩子看完就闲置，不如让它继续发光”；家住顺义的同志把还没拆膜的保温杯们带了过来，她说“冬天了，让孩子们先暖暖心，再暖世界”。有人把全新未拆的投影仪、整箱儿童玩具直接抱来，笑称“家太小，装不下这么多快乐，干脆送出去一半”……

捐款通道不算热闹，23:55 却仍有提示

音“嘀”地划破深夜；支部书记是第一个把名字写进表格的人，他捐得最多，还默默把自家全新的书包、玩具搬来，说：“书记不带头，谁还带？”……

第二天要见客户的产品经理，前一晚还在问 deadline，本以为她会错过，结果第三天一早，她就把一大袋爱心物资塞给我，喘着气说：“捐款和爱心物资都已到达”……

那位入党积极分子最打动我——家里经济压力大，老婆的预产期就在下月，他上来就转 500，支委考虑到他家庭情况劝说他少捐点，劝他“留点奶粉钱”，他笑说“先大家后小家”……

短短两天，一支部党员们把我工位堆出一道彩虹墙，路过的人先问“这是什么”，听完就说：“我家也有，明天带来还来得及吗？”榜样的雪球就这样滚起来，越滚越大，越滚越亮……

那一刻我明白：公益不是一个人做很多，而是很多人做一点点，结果就成了“很多”。

再一次感谢为本次慰问活动付出的各位伙伴和领导的支持，我们就是学校那片天空上的星，一直在闪耀，从未离开……

公益同行，筑梦成长 | 绿盟荣获光爱学校“光爱筑梦伙伴奖”

文/王强（绿盟科技 总工办）

近日，光爱学校“因为有你，光爱 25 载”庆典活动在感动中圆满落幕。作为长期关注教育、践行社会责任的企业代表，绿盟科技职能线党总支书记李晨光、北京绿盟公益基金会志愿者王强受邀出席本次盛典，凭借多次对光爱学校公益事业持续助力与深度参与，绿盟科技荣获学校颁发的“光爱筑梦伙伴奖”，这一奖项既是对绿盟科技公益行动的高度认可，更是对双方携手践行“以爱育爱，以光传光”理念的最佳见证。

光爱学校作为专注于困境儿童教育帮扶的公益学校，始终以“给孩子一个家，给家庭一个希望”为使命，为无数缺乏陪伴、亟需关怀的孩子搭建起成长的港湾。自与光爱学校结缘以来，绿盟科技始终将助力公益教育视为企业社会责任的重要组成部分，持续捐赠教学物资，更组织员工志愿



者团队走进校园，用实际行动为孩子们成长注入温暖与力量。

绿盟将以此为契机，继续与光爱学校的公益合作，在资源支持等方面持续发力，用科技企业的担当为孩子们梦想插上翅膀，让每一份微光汇聚成照亮未来的星河。

绿盟科技始终秉持“社会责任融入企业发展”的理念，在深耕网络安全领域的同时，

积极投身教育等社会公益事业，用实际行动诠释企业的责任与担当。此次荣获“光爱筑梦伙伴奖”，既是一份荣誉，更是一份责任。绿盟科技将继续与光爱学校携手同行，持续关注困境儿童的成长与发展，同时也呼吁更多企业和社会力量加入公益行列，用爱心传递温暖，用行动助力成长，共同为公益事业的发展贡献力量！



以党建促业务 以业务强党建 | 绿盟科技再次荣获“北京市互联网党建重点企业”

文/吕云峰（绿盟科技 营销线）

近日，北京市委互联网企业工委为互联网党建重点企业集中授牌，旨在强化重点企业的示范引领作用，推动全市互联网行业党建与发展深度融合。绿盟科技凭借扎实的党建工作和突出的行业贡献，再次入选“北京市互联网党建重点企业”，标志着公司在党建引领发展方面再获权威认可。

绿盟科技始终将党建工作融入企业的发展过程中，坚持把党的方针政策落实到具体业务与日常管理中。通过定期开展党员学习教育、专题党课、研讨交流及主题演讲等活动，不断凝聚思想共识、激发组织活力，为企业发展注入红色动力。公司党委积极履行社会责任，组织员工参与各类公益活动，以实际行动服务社会、回馈群众。

此次荣获“北京市互联网党建重点企业”是绿盟科技党建工作成果的又一重要体现。近年来，公司党建工作屡获殊荣：2024



年获评中关村科学城“先进基层党组织”；2023 年获评北京市 100 个两新组织“党建强、发展强”党建品牌项目，同时成为海淀区互联网行业党建引领网络文明联学共建“综合项目试点企业”党组织。一系列荣誉的背后，是绿盟科技始终坚守党建引领、深耕网络安全事业的坚定信念与不懈努力。

展望未来，绿盟科技将以此次授牌为

新的起点，进一步强化党建引领作用，坚决拥护党的领导，持续深化“党建+业务”融合发展路径。公司将始终牢记“网络安全为人民”的使命，聚焦国家网络安全体系建设，持续提升核心技术实力与综合服务能力，为保障国家网络安全、护航数字经济发展、全面建成社会主义现代化强国贡献一份力量。

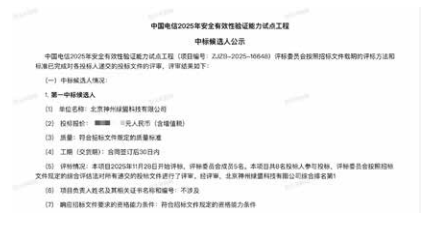


绿盟科技综合信息概览

文/吕云峰 (绿盟科技 营销线)

绿盟科技第一份额中标中国电信 2025 年安全有效性验证能力试点工程项目

近日，中国电信集团发布 2025 年安全有效性验证能力试点工程项目中标结果。绿盟科技以第一中标候选人身份成功中标，充分彰显了其在安全验证领域领先的产品竞争力和高度的行业市场认可。



共话技术演进，赋能产业发展 | 绿盟科技亮相网络空间数智融安研讨会暨清华大学工程博士论坛



12 月 20 日，网络空间数智融安研讨会暨清华大学工程博士论坛在广州召开。会上，

绿盟科技集团董事、高级副总裁、CTO 叶晓虎作为专家代表，受邀参与中国网络安全产业创新发展联盟专家委员会成立仪式。未来，绿盟科技将与委员会专家成员一道，聚焦网络安全关键领域创新发展，推动网络安全技术创新与生态优化。同期，叶晓虎博士在论坛发表题为《AI 时代安全技术演进趋势》的专家分享，系统性分享了公司在 AI 驱动安全技术创新方面的洞察与实践成果。

双榜加冕 | 绿盟科技连续两年跻身“中国网络安全前二十家企业”



近日，中国互联网协会正式召开《中国互联网企业综合实力指数 (2025)》发布会，会上重磅发布“2025 年中国互联网综合实力前百家企业”、“中国网络安全前二十家企业”两项核心榜单。绿盟科技凭借稳健的经营表现、领先的技术创新能力以及深厚的行业服

务积淀，双榜有名，并连续两年入选“中国网络安全前二十家企业”，彰显出其在数字安全赛道的核心竞争力与行业标杆地位。

载誉前行 | 绿盟科技著作团队斩获“2025 年度影响力作者奖”

2026 年 1 月，由绿盟科技牵头编写《数据要素安全:新技术、新安全激活新质生产力》的作者团队，凭借扎实的技术沉淀与行业洞察力，荣获人民邮电出版社异步社区“2025 年度影响力作者奖”。该奖项聚焦年度内在技术深度、行业影响力与专业价值维度表现突出的作者及作品。此次获奖，不仅是行业对该书技术内容专业性、实践指导性与长期传播价值的高度认可，还是对绿盟科技在数据要素安全领域深耕细作的有力佐证。



绿盟科技《虚拟汽车技术白皮书》正式发布



车联网作为物联网落地最典型的应用场景，近年来不断涌现汽车电子电气架构、汽车网络安全、自动驾驶与多车协同等相关技术的研究成果。但技术进阶的背后，伴生着显著的高成本发展痛点：车联网百人规模的班级教学、技能竞赛等业务，正面临场地、硬件、技术、设备租赁等多重成本掣肘，实物车联网靶场的高成本、无并发和不稳定性已经无法满足这一需求。突破这一成本桎梏，已成为推动车联网行业规模化发展的关键命题。

绿盟科技依托多年车联网攻防技术积淀与实践经验，创新性地将硬件产品形态的汽车虚拟化。本白皮书立足行业需求，系统阐述了汽车虚拟化的核心要求、实施路线、落地方案，以及攻防验证、并发支撑等关键维度的技术实践与典型案例。绿盟科技虚拟汽车解决方案，可精准适配高校大规模教学、行业规模化竞赛等场景需求，在降本增效、规模化落地方面具备天然优势。

权威认证，实战为王 | 绿盟敏感数据识别智能体实测领先



国际数据公司 (IDC) 发布了《中国敏感数据识别智能体实测,2025》(Doc#CHC53973825, 2025 年 12 月) 报告。该报告从 7 大维度系统地评估了中国市场主流敏感数据识别智

能体的检测能力。绿盟科技凭借在敏感数据识别效果、多模态数据支持、行业适配、可解释性、报告生成效果 5 大维度的领先表现，成功入选该报告，成为中国敏感数据识别智能体的“多科实力派”。

绿盟科技亮相 HKIB：以“集成防御”哲学，重塑香港金融机构的安全运营新范式



3 月 4 日，香港银行学会 (HKIB) 2026 年网络安全解决方案日隆重召开。作为活动顶级赞助商，绿盟科技已连续第四年亮相这一行业盛会，与各界伙伴携手共探金融网络安全发展新方向。会上，绿盟科技 CSO、国际业务 COO 赵粮博士发表了主题为“新规与新威胁交织下的银行网络安全破局之道”的精彩演讲。香港已于 2026 年 1 月 1 日正式生效《保护关键基础设施 (电脑系统)

条例》(简称 CII Ordinance), 其银行及金融业已被列为“第一类关键基础设施”。面对当前极具针对性、复杂性与破坏性的新型网络攻击, 以及日益严格的合规安全与监管要求, 赵粮博士深刻剖析了当前安全防御体系的现状与优化方向。

权威发布 | 绿盟科技参编工业和信息化蓝皮书, 以实践书写工控安全新答卷

近日, 由国家工业信息安全发展研究中心牵头, 联合相关单位共同编撰的工业和信息化蓝皮书《工业智能创新发展报告 2024—2025》(以下简称《报告》) 正式出版发行。《报告》立足全球视野, 系统梳理了工业智能技术演进、产业应用及安全挑战, 为政府决策、行业创新及企业数字化转型提供了权威参考。绿盟科技作为编写组成员单位之一, 参与《报告》编写工作。此次参与蓝皮书编撰, 是对绿盟科技在工业安全领域长期积累与广泛实践的有力印证。

国内首家! 绿盟科技斩获船舶防火墙 II 级型式认可, 硬核安全技术提升船舶网络韧性, 护航船舶运行安全

近日, 绿盟科技迎来重磅行业突破, 旗

下船舶网络防火墙系统成功通过中国船级社 (CCS) 船舶防火墙 II 级型式认可, 成为国内首家获此等级权威认证的网络安全厂商。这一里程碑式成果, 不仅为船舶具备高级别安全能力提供有力的产品支撑, 还印证了绿盟科技在海事网络安全领域的技术实力与产品落地能力, 为全球智能航运发展筑牢网络安全提供更加有力的安全保障。

绿盟科技大模型安全白皮书发布: 聚焦智能体风险与防护, 护您安全“养虾”



3月20日, 由中国信息安全测评中心指导, 绿盟科技联合中国科学院信息工程研究所编写的《面向智能体时代的大模型安全——Agentic Security 一体化安全范式重构与工程实践》白皮书在北京重磅发布, 本次发布会汇聚国内人工智能安全领域专家, 围绕智能体时代大模型安全的发展态势、风险挑战、技术体系与产品落地等核心议题展开深度研讨, 为行业破解智能体安全治理难题、构建一体化安全防护体系提供权威指引与实践路径。绿盟科技作为网络安全领域的领先企业, 此次发布白皮书既是对智能体时代大模型安全技术研究的成果凝练, 更是面向产业实践的安全能力落地, 为人工智能产业安全、健康、规模化发展筑牢屏障。

绿盟 NF 防火墙: 筑牢 OpenClaw 安全防线, 构筑 AI 时代安全基石

2026年2月至3月, 国家工业和信息化部网络安全威胁和漏洞信息共享平台 (NVDB) 连续两次发布关于 OpenClaw (俗称“龙虾”) 的安全预警, 明确指出其“信

任边界模糊”“配置缺陷易引发网络攻击、信息泄露”, 并首次提出针对 AI 智能体应用的“六要六不要”安全建议。紧接着, 国家安全部也发布《“龙虾”安全养殖手册》, 警示主机被接管、数据被窃取、供应链投毒等原生风险。面对这一新型 AI 工具带来的系统性风险, 企业急需一套既能精准发现、又能深度检测、还能精确阻断的全流程防护方案。绿盟 NF 防火墙可全面覆盖 OpenClaw 全生命周期风险, 助力企业在 AI 时代的安全防护。



国际认可 | 深化威胁情报与 AI 融合创新, 绿盟科技助力应对各类威胁挑战

国际权威咨询机构 Forrester 发布 The Top Trends Shaping Threat Intelligence In Asia Pacific (以下简称“报告”)。绿盟科技凭借在威胁情报领域深厚的技术积累、

完善的产品体系及成熟的解决方案, 成功入选该报告。Forrester 在报告中指出, 随着企业应对亚太地区快速变化的网络安全与监管环境, 威胁情报已成为提升系统弹性、增强态势感知和推动运营成熟度的关键驱动力。根据《Forrester's Security Survey, 2025》显示, APAC 79% 的高级安全决策者表示其企业将在未来一年增加威胁情报预算, 欧洲和北美地区这一比例分别为 71% 和 77%。

权威认可 | 绿盟科技防火墙实力入选“2025 中国网络安全防火墙市场销量明星品牌”

近日, 数说安全发布“2025 中国网络安全防火墙市场销量明星品牌”榜单。绿盟科技防火墙获得市场广泛认可, 被列为“销量明星产品”。分析指出, 硬件防火墙凭借高性能和高可靠性仍占据市场主导地位, 但中长期来看, 云防火墙、AI 赋能、安全协同等新兴需求将成为增长的主要驱动力, 推动市场进入新一轮增长周期。生成式 AI (GenAI) 的快速发展, 为防火墙产品带来了新的演进方向。AI 技术开始集成到防火

墙的威胁检测、策略优化、运维辅助等核心环节, 通过自动化和自学习能力显著降低运维复杂度和误报率。



十九载深耕铸剑, 绿盟科技携 AI 安全全景方案亮相 2026 RSAC

作为全球网络安全领域风向标, RSA Conference (RSAC) 于 2026 年 3 月 23 日 -26 日在美国旧金山盛大举行, 本届大会以“The Power of Community Starts with You” (社区的力量始于你) 为主题, 为全球安全从业者搭建起共探 AI 安全解法的平台。作为首家亮相 RSAC 大会的中国网络安全厂商, 绿盟科技已连续 19 年赴会, 始终紧跟国际前沿技术步伐, 亲身见证了全球网络安全行业在技术迭代与商业生态上的

深刻变革。2026 RSAC 大会期间，绿盟科技携全栈式 AI 安全产品服务矩阵重磅亮相，以“风云卫” AI 安全能力平台为底层基座，“清风卫”系列为垂直场景防护核心，搭配 Star 象限级 DDoS 防御、全域威胁情报服务，精准破解 AI 时代安全痛点，以中国安全厂商的技术实力回应全球行业关切。



绿盟科技受邀参加网安标委“标准周”，分享大模型安全防护与标准化探索

2026 年 3 月 31 日，全国网络安全标准化技术委员会 2026 年第一次“标准周”全体成员会议在广东省珠海市珠海国际会展中心如期举行。会议由全国网络安全标准化技术委员会主办，旨在加强标准对新兴未来产业安全发展的规范引领，推进网络安全国家标准研究和制修订工作。绿盟科

技集团首席创新官刘文懋博士受邀出席，并发表了“网络安全大模型实战技术与标准化探索”的主题演讲。



国际认可 | 绿盟科技跻身亚太区 OT 安全代表厂商

近日，国际权威研究机构 Forrester 正式发布《The Operational Technology Security Solutions Landscape, Q1 2026》(2026 年第一季度全球运营技术 (OT) 安全解决方案全景报告，以下简称“报告”)。绿盟科技凭借在 OT/ 工业安全领域的技术实力、产品体系与行业实践成功入选，成为报告覆盖的全球 31 家安全厂商中亚太区 OT 安全领域代表厂商之一。

重磅认证！绿盟 AI 安全围栏通过首批国家级政务大模型安全测评

近日，绿盟 AI 安全围栏成功通过国家

工业信息安全发展研究中心 (以下简称“中心”) 组织的首批政务大模型应用安全测评，成为政务大模型场景下安全防护的标杆产品。作为本次测评活动中唯一一家通过测评的专业安全厂商，绿盟科技凭借过硬产品能力及硬核攻防实力，筑牢大模型政务应用安全底座。



绿盟科技斩获 CSA 2025 多项大奖，实力引领 AI 安全新征程



近日，绿盟 AI 安全围栏成功通过国家工业信息安全发展研究中心 (以下简称

“中心”) 组织的首批政务大模型应用安全测评，成为政务大模型场景下安全防护的标杆产品。作为本次测评活动中唯一一家通过测评的专业安全厂商，绿盟科技凭借过硬产品能力及硬核攻防实力，筑牢大模型政务应用安全底座。

美国 2026 RSAC 热点研讨暨第十八届信息安全高级论坛成功召开

2026 年 4 月 9 日，由中国计算机学会 (CCF) 主办，CCF 计算机安全专业委员会、绿盟科技集团、360 数字安全集团联合承办的“美国 2026 RSAC 热点研讨暨第十八届信息安全高级论坛”在北京成功召开。本次论坛以“信息·趋势·感悟”为主题，汇聚政府、学术界、产业界权威专家，深度解读 2026 RSAC 前沿成果，共话智能时代网络安全技术演进与产业变革路径。作为连续十九次参与美国 RSAC 的中国网络安全代表企业，绿盟科技致力于搭建中外技术交流桥梁，将国际前沿安全理念与本土化实践相结合，为中国网络强国建设贡献力量。

绿盟科技集团董事、高级副总裁、

CTO 叶晓虎博士在论坛期间正式宣布在 GitHub 开源清风卫 NSF-ClawGuard——一款专为 OpenClaw (俗称“龙虾”) 等自主智能体框架设计的端侧安全检测引擎。叶晓虎博士现场分享了绿盟科技在智能体安全实践成果，AI 时代下安全系统的实现架构以及 AI 赋能下“端到端”的安全产品研发流程体系。



绿盟科技集团副总裁官智带来《“从大模型到智能体”——网络安全产品趋势与思考》，他指出，智能体时代 (Agentic Era) 已正式开启，安全运营已全面迈入 Agentic SOC 自主化新阶段。面临“影子智能体”新型威胁，防御范式正经历从“边界防御”到“零信任”，再到“韧性安全”的跃迁，企业需要构建涵盖资产识别、Skills

测评到行为监测的三层防护架构，以应对自主决策带来的行为失控与供应链风险。



圆桌研讨环节，与会专家围绕 2026 RSAC 主题、AI 安全能力升级、AI 实战防御、未来技术预判共四大核心议题展开深度讨论。专家一致认为，智能体时代下，网络安全需构建“技术 + 生态 + 治理”三位一体的协同体系，以生态合力推动技术创新与产业落地，方能应对日益复杂的全球安全挑战。



绿盟科技通过中国信通院 OpenClaw 类智能体安全防护产品能力评测



近期，开源 AI 智能体框架 OpenClaw 引发全球应用热潮，国内众多企业快速跟进、应用热度持续飙升。但该框架具备高阶系统权限，默认安全配置存在短板，对提示注入攻击防护能力不足，易遭受恶意插件投毒等高危风险隐患，导致数据泄露、恶意删除、系统非法控制等安全事件频发，智

能体安全防护工作亟待加强。

中国信息通信研究院启动了 OpenClaw 类智能体安全防护产品有效性测试验证工作，从沙箱隔离、配置安全、暴露面检测、漏洞检测、权限控制、数据保护、插件安全、接口安全、提示注入攻击防护等维度，对产品的防护场景覆盖度、防护成功率、对业务性能的影响程度等开展技术评估，切实保障 OpenClaw 类智能体在各行业的安全合规落地与规模化应用。在首批评估中，北京神州绿盟科技有限公司的绿盟 AI 安全一体机顺利通过评估，获得能力评估证书。

以 AI 之名，聚伙伴之力，登峰向未来：绿盟科技 2026 年合作伙伴峰会在福州顺利召开

2026 年 4 月 16 日 -18 日，以“聚以致远·携手登峰”为主题的绿盟科技 2026 合作伙伴峰会在福州顺利召开。本次峰会汇聚了来自全国各地的核心合作伙伴、行业专家及企业代表，领跑 AI 智能体时代网络安全新业态，共商合作提质升级新范式。会议现场，绿盟科技重磅发布多款全新 AI 安全

产品与多场景落地方案，并带来主力安全产品智能化升级成果，以技术创新为翼、生态协同为基，全面赋能千行百业的智能安全防护，护航 AI 时代的数字未来。

绿盟科技集团董事长、总裁胡忠华致开幕辞。他表示，智能时代浪潮奔涌而至，AI 正深度重构网安行业生态。2026 年绿盟科技将坚定推进渠道战略转型，围绕“简单、规范、共享”，持续优化伙伴体系和合作机制，聚焦核心伙伴，强化业务牵引，推动资源进一步向优质伙伴集聚。



THE EXPERT BEHIND GIANTS 巨人背后的专家

多年以来，绿盟科技致力于安全攻防的研究，为政府、金融、运营商、能源、交通、科教文卫等行业用户和各类型企业用户，提供具有核心竞争力的安全产品及解决方案，帮助客户实现业务的安全顺畅运行。在这些巨人的后面，他们是备受信赖的专家。

客户支持热线：400-818-6868



中国信息安全测评中心 指导单位
China Information Technology Security Evaluation Center

NSFOCUS | 中国科学院信息工程研究所 发布单位
INSTITUTE OF INFORMATION ENGINEERING CAS

面向智能体时代的 大模型安全

Agentic Security 一体化安全范式重构与工程实践

PROFESSIONAL RELIABLE RESPONSIBLE



THE EXPERT BEHIND GIANTS 巨人背后的专家

客户支持热线：400-818-6868

多年以来，绿盟科技致力于安全攻防的研究，
为政府、金融、运营商、能源、交通、科教文卫等行业用户和各类型企业用户，
提供具有核心竞争力的安全产品及解决方案，帮助客户实现业务的安全顺畅运行。
在这些巨人的后面，他们是备受信赖的专家。

NSFOCUS 绿盟科技