



TOYO TANSO  
Inspiration for Innovation

# 易行

2010年7月 第3期  
总第十三期



东洋炭素企业文化内刊

本期主办：嘉祥东洋炭素

【诗歌】

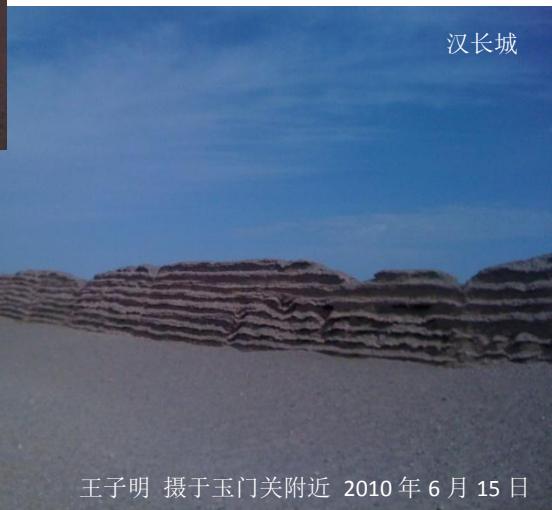
# 阳关古道有感

王子明 撰于 2010 年 6 月 15 日

烽台孤丘叹荒凉，  
阳关有道无牛羊。  
大漠黄沙劈长城，  
戈壁疾风猎胡杨。



**阳关** 因唐诗名句“劝君更进一杯酒，西出阳关无故人”而家喻户晓。自古有“阳关大道”或“阳关道”的说法，说的也是这里。烽火台建于汉代，是阳关唯一的遗迹。



**胡杨** 是沙漠中罕见的珍贵树木，生命力极强，当地人自古对胡杨就有“生而千年不死，死而千年不倒，倒而千年不烂”的说法。



# 目录

2010.7 第3期

总第 13 期

## JTT 说明:

本公司主要生产和销售高纯度石墨制品及一般石墨制品，并提供相关技术服务，主要应用于半导体、太阳能等行业。

公司的目标是通过产品质量的不断改善，提高客户满意度，力争将公司发展成为中国乃至世界一流的，集石墨制品加工、高纯度石墨生产、研发与一体的高科技型企业。

## 嘉祥东洋炭素有限公司

(JTT)

电话: 0537-6988883  
传真: 0537-6988882

## 上海东洋炭素有限公司

(STT)

电话: 021-57741529  
传真: 021-57741762

## 上海东洋炭素工业有限公司

(STI)

电话: 021-55746628  
传真: 021-57736550

## 上海永信东洋炭素有限公司

(YTT)

电话: 021-59441531  
传真: 021-59441518

## 【诗歌】

阳关古道有感

扉页

## 【企业管理】

试析现代企业的管理作用及原则

p1~4

2010年上半年车间工作总结

p6

## 【成功励志】

世界上最有名的教育原则

p5

比尔盖茨的十句名言

p9

## 【杂谈】

杂谈原一平

p7~8

## 【智慧人生】

一千元的代价

p21~22

## 【生活百科】

以后吃东西要注意

p25~26

## 【人生随想】

蜗牛的爬行

p10  
p15~19  
p20

那些片段  
为自己感动

p20

## 【观后心得】

积极心态阳光人生  
----《张小五的春天》观后感

p11~12

## 【书海拾贝】

《道德经》读后感  
谈佛论道读人生

p13  
p14

## 【心情故事】

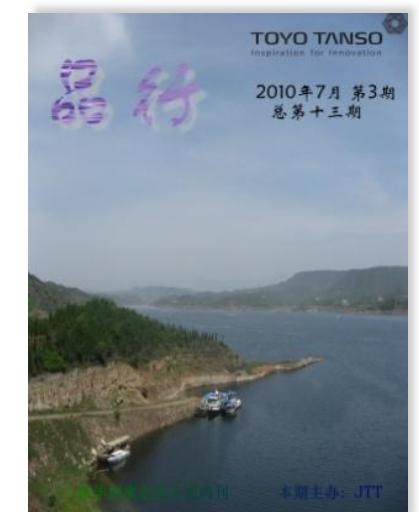
舍不得让你输

p23~24

## 【企业文化】

安全意识  
STI 广播操比赛花絮  
STI 忘年会花絮

封二  
封三  
封底



本期出品: JTT

总编: 张娟

策划 / 责编:

高玉生 / 汤婷婷

# 试析现代企业的管理作用及原则

——JTT 素材课/赵振元

## 引言

在当今以技术、信息为主导的知识经济时代，现代企业之间的激烈竞争实质上是企业组织管理的竞争。优秀的企业不是自发产生的，而是在对组织管理的过程中慢慢积累发展起来的。管理对于企业的发展至关重要，它对企业的体制、决策指导思想、经营战略等都有重要影响，从而对企业的兴衰起到决定性的作用。同时也只有把握了组织管理的原则，才能树立企业的经营理念和企业文化等深厚内涵，真正体现出企业所追求的社会价值，使企业在竞争中永远立于不败之地并不断发展壮大。

### 1. 现代企业组织管理的作用

随着人类社会的发展和管理实践不断向纵深的进步，标准化管理越来越多地暴露出种种弊端，昔日的科学管理也显现出其不科学成份。可以说如何发挥现代企业组织的管理作用直接关系到企业的兴衰成败，所以怎样才能发挥最佳的组织管理作用并实现企业目标才是现代企业研究的课题。

#### 1.1 培养团队精神，增强凝聚力



组织的团队合作精神是所有技能中最为重要的一种，如果每一位员工都具备团队合作精神，企业不仅可以在短期内取得较大的效益，而且从长远来说也十分有利于企业的发展。团队合作精神对于企业的推动作用已经在许多公司中得到了充分的证实。最早注重培养企业团队精神的是沃尔玛、丰田等公司。他们通过对组织团队精神的培养，使企业在短时间内就实现了企业整体绩效的提升。对团队精神的关注也使他们经济实力不断增强，并具备了持续发展的能力，为成为当今国际知名企業奠定了坚实的基础。

目前随着我国企业市场竞争日趋激烈，企业内外部环境变化加快，团队精神的建设在企业管理中的作用越来越突出，它已经成为推动企业和健康发展的内在动力，而且也是企业走向成功的理想途径。

##### 1.1.1 团队精神的重要性

现代企业组织最重要的管理作用就是培养企业团队精神。企业必须依靠团队的力量，充分发挥每个人的团队精神，才能在激烈的市场竞争中取胜。

因为团队精神对企业而言，首先具有一种凝聚作用，通过对全体成员合作精神的培养，在全体员工之中产生一种强烈的认同感、归属感。并形成全体成员对企业目标、企业领导和企业决策持有肯定支持的态度，从而做到心往一处想，劲往一处使，不管员工所处什么岗位，担任什么职务，都能从企业发展大局着眼，从而使企业产生强大的凝聚力。其次，团队精神有利于培养企业员工的责任感。在团队精神的作用下，企业与员工之间，成员之间，产生相互关心、相互帮助的良好行为，显出团队的责任感，并努力自觉地去维护团队的集体荣誉，自觉地以团队的整体利益为重来约束自己的行为。

一个企业如果没有一个互相信任、高效协作的团队，只凭借几个人的力量，即便是使出浑身解数、全力以赴，也很难让企业兴旺发达持续发展。而团队精神的力量是无穷的，它既是企业组织增强凝聚力的精神力量，也是不断提高企业竞争力的致胜法宝。如果一个企业能在管理中充分发挥团队精神，就能在激烈的市场竞争中立于不败之地，让企业蓬勃、持续发展。

### 1.1.2 企业团队精神建设现状

目前，我国许多企业由于发展时间不长，规模不大，企业管理者对眼前利益看得比较重，缺乏战略眼光，而对员工的培养还不够重视，在管理中还没有把团队精神的管理放在十分突出的位置。因此，许多企业并没有意识到团队精神对企业发展的重要性。

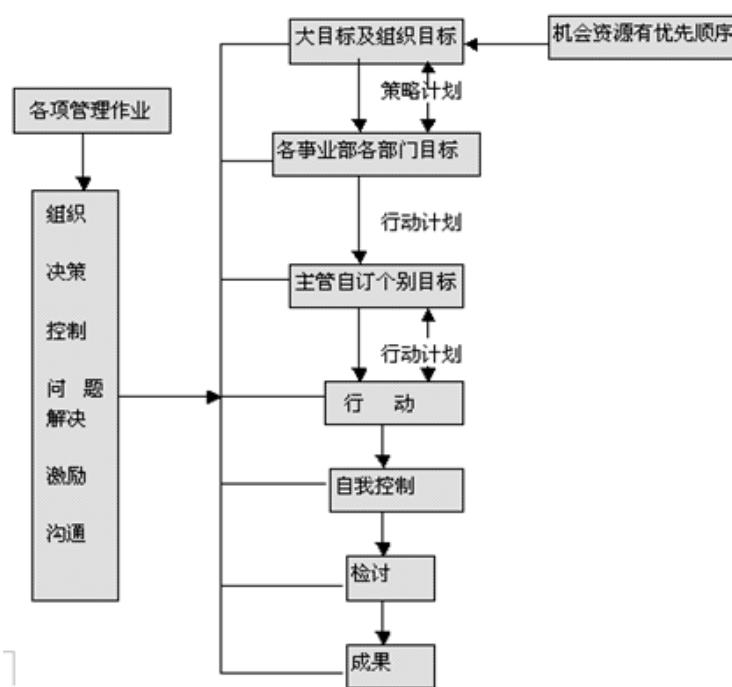
企业团队精神的建设，必须有相应的激励制度作为保证。尤其是团队的目标能否完成，最终要看团队及其成员能否获得合理的报酬，责任与收益是否密切挂钩。而目前，一些企业对员工的激励与企业发展往往脱节，使企业员工分享不到企业发展带来的好处，导致企业员工人员不稳定。员工缺乏长期工作的想法。另外，目前许多民营企业产权制度单一，以自己家族为主，让员工没有成为企业的参与者，从而导致一些管理人员频繁跳槽，影响企业的发展。



### 1.1.3 团队精神的建设

一个企业应如何建设一个团队，并使这个团队最终实现团队的目标呢？

要使一个团队产生超出个人业绩之和的力量，首先应设定一个可达到的团队总目标，并将此目标分解至各个部门；每个部门根据总目标制定本部门目标，但部门目标不能低于总目标；部门目标确定后按照此规则再分解至各班组；班组按个人能力分解至每个成员。这样，团队目标像一条环环紧扣的链条，把整个团队成员紧密地联系在一起，让所有的成员都能为团队的达成做自己的一份贡献，以目标的实现成为团队凝聚的粘合剂，从而培养他们的团队意识和协作精神。其次，在建立团队的同时，要力求设计合理的团队结构，让每个人的能力与长处得到发挥。这需要团队的领导者对每个人的专长要有所了解，对自己团队成员的素质要有清楚的认识。只有充分发挥团队中每个人的智慧和所长，才能最终完成团队目标。



企业可以根据自身的情况，制定出一些完善的激励机制同团队精神的培养结合起来。激励机制既要考虑到眼前利益，又要考虑长远打算。因为企业发展、管理水平在提升产品质量提高需要有一个持续的过程，如果激励只重视眼前的东西，往往会使员工目光短浅，急功近利，最终既影响企业长远发展，又影响企业团队精神的形成。因此，目前摆在许多企业面前一项重要工作，就是如何根据企业自身实际，建立一种长效的激励机制。比如，如果是股份公司的话，让员工持有公司的股份，进行期权激励是一种长远的激励机制，有利于调动员工持久的积极性。

激励可以是多方面的，企业为了营造一个“百家争鸣、百花齐放”的良好氛围，可以把所有员工当成团队的智囊团，因为员工对企业内部状况最为了解。如果员工对企业发展、管理有好的建议或是对生产工艺流程中有改善的好方法，都可以以书面的方式提出建议。企业可根据其建议对企业的贡献程度来奖励员工，以此激励员工的积极性。对企业来说更是一举多得，既优化了管理方式或生产工艺，降低生产成本，又提高了员工的责任心和荣誉感。

良好的氛围，可以把所有员工当成团队的智囊团，因为员工对企业内部状况最为了解。如果员工对企业发展、管理有好的建议或是对生产工艺流程中有改善的好方法，都可以以书面的方式提出建议。企业可根据其建议对企业的贡献程度来奖励员工，以此激励员工的积极性。对企业来说更是一举多得，既优化了管理方式或生产工艺，降低生产成本，又提高了员工的责任心和荣誉感。

## 1.2 建设先进的企业文化

企业文化作为企业内部形成的一种特殊的组织文化，不同于社会文化和民族文化，不同的企业应有不同的企业文化。我们所倡导的企业文化是具有中国特色的社会主义企业文化，即先进的企业文化。

企业文化作为一种观念，贯穿于企业的每一个层面和环节，使职工与企业形成一种命运、利益的共同体，产生一种认同感、自豪感和归属感，能很好地培育职工对企业的忠诚度；同时，企业文化有利于激活企业的社会责任感，提升企业的知名度和美誉度，促进企业与社会的共同进步和发展，增加企业与社会、企业与职工的和谐度。

### 1.2.1 企业文化是企业发展的动力

在激烈的市场竞争中，企业文化作为精神风貌和价值观念的集中体现，时刻散发着迷人的魅力，影响着企业信誉度的提高，直接推动企业的发展壮大。企业文化作为企业的灵魂，在工作各个方面都建立了鲜明的企业文化和价值观，充分发挥人的主动性和想像力，创造平等竞争的氛围，让每一个人都体现自身的价值，企业文化的精华就在于把凝聚力和竞争观念统一起来，运用到企业经营管理中去，为企业发展带来了巨大的推动力。因此，企业要充分利用企业文化建设这个平台，运用多种形式，多种载体，在员工中不断培育一种公平、团结、合作、和谐的团队意识，一旦发现有员工有不利于团队精神的意识产生，及时发现，及时纠正。只有这样，企业团队精神建设的氛围才能逐步形成。同时在企业文化建设中，要创造各种条件运用各种形式和载体，开展各种文化活动，在活动中既能促进相互了解、增进友谊，又能相互沟通，容易达成共识，同时还能进一步增进对企业的认同感，有利于企业形成合力，产生凝聚力。因此有条件的企业，要多注意文化活动的功能与作用。通过各种文化活动来推进企业文化建设，同时也有利于企业团队精神的形成。



### 1.2.2 先进的企业文化可以提高企业的竞争力



核心竞争力是指企业赖以生存和发展的关键要素，是企业所具有的开发独特产品、独特技术及独特营销的能力。核心竞争优势是竞争者相比而言的独特能力。而先进的企业文化正是提升企业内部核心竞争力的必要条件。依靠先进的企业文化，可以提高企业员工的凝聚力，当企业员工以企业文化作为其个人的价值取向，那么员工便会把企业的发展作为其个人的事业，从而摒弃那些对企业长远发展不利的行为方式，以企业的发展为己任，增强企业的免疫功能，提高企业竞争力。

### 1.2.3 先进的企业文化让企业可持续发展

在知识和技术更新迅速的新经济时代，企业经营范围可能变化、企业员工会更新、企业的物质资源可能枯竭、优秀的企业管理者可能会离开团队，但是企业文化却是生生不息的，它是支撑企业可持续发展的支柱。优秀的企业文化体现着一个企业的人格魅力，它不会因为企业经营业务范围或者企业主管的变更而消失。优秀的企业文化是指引企业长远发展的灯塔，引导着企业健康成长。

现在国内不少企业在产品销售环节存在严重误区。他们为了短期利益，不重视产品的研发，不抓产品质量，而是靠支付回扣来销售产品，这种短视的行为，无疑会给企业造成不良影响，给将来的发展蒙上阴影。这种企业也不可能做大、做强或是可持续发展，更不是我们倡导的先进的企业文化。

## 2 现代企业组织管理的原则

企业组织管理原则是企业管理的基石，是企业经营行为评判的标准。企业的目标是多方面的。不同类型的企业在不同时期、不同环境下都会有各种不同的具体目标。但企业最根本的目标有两个：企业自身的经济效益目标和社会效益目标。因此，企业组织管理原则的目的是保证企业根本目标的实现。

### 2.1 以人为本的管理原则

企业组织管理应以人为中心，这是现代企业经营管理的最高原则。人本管理是以人为中心的管理理论与管理实践活动的总称，它是与“以物为中心”的管理思想相对应的概念。如何看待股东、员工、顾客、公众的利益，如何处理利益关系，一定程度上反映了以人为本的企业价值观。以人为本就是把人视为管理的主要对象，注重人的发展。

现代企业管理是一种人本化的管理模式。以人为本是现代企业组织管理的革命性进步，其核心价值就在于承认人的主体性。第一，承认企业管理的主体是职工，而不是少数高高在上的管理层，更不是资本的运作和机器设备的更新。第二，承认消费者是企业发展的主体，企业是为满足消费者的需求而提供产品或服务，而不是单纯地制造或出售产品或服务。第三，承认企业发展要促进社会同步发展，企业发展要有利于社会进步。

现代企业管理要注重培养、使用和挖掘企业员工的才能和潜力。在企业内部，以人为本的核心是解决员工和企业的关系问题，亦即如何看待企业员工的需要和发展问题。以人为本就是创造员工满意度，如果只是把员工看作资源就不会得出这个正确答案。员工是运用资源或者资本(其中最重要的是知识)来创造和满足消费者需求的人，其满意度在很大程度上决定了顾客满意度。创造员工满意度是创造让员工发挥绩效的条件。

### 2.2 以市场为中心的管理原则

市场是企业经营管理的出发点和归宿，是企业一切管理活动的依据。管理学者德鲁克认为：“企业的唯一目标就是创造顾客……顾客决定了企业的发展方向，……因此企业有且只有两个基本功能：营销和创新。”以市场为中心就是要树立市场导向的理念。市场为中心原则要求我们重视两个市场，即产业市场和消费者市场；管理两类客户，即经销商和最终消费者。因此，市场中心原则的最低要求首先是适应市场，适应市场才能生存；其次，企业要面对产业市场的竞争，在企业发展中取得竞争优势；最后，市场为中心原则的最高要求是创造市场，引导市场消费趋势是企业发展能力提高的表现。

### 2.3 以价值为中心的管理原则

企业社会责任的概念最早在 1920 年被德国的公司法学者提出。企业社会责任理论主张，企业的目标是二元的，即除了追求利润最大化之外，企业还应当保障和提升社会公益事业。企业是一个创造价值的体系，企业的一切活动都要围绕价值的增加来展开。因此企业要树立价值中心原则。

企业的经济效益目标与社会效益目标有时是互相矛盾的，协调这种矛盾，处理好企业与国家、社会和个人间的关系，也是企业组织管理的内容和目的之一。

嘉祥东洋炭素在生产过程中因工艺需要产生少量废液，国内企业的做法一般采取直接排放，但嘉祥东洋炭素的管理者不认同这种不负责任的做法。为了尽可能减少对社会环境的污染，他们与具备废水处理资质的水处理厂签订了废水回收协议。这样虽然会给企业造成生产成本的增加，但却保证了废液的标准化处置，最大限度地减少了对环境的污染。充分体现了企业以价值为中心的管理原则。嘉祥东洋炭素的行为也更好地诠释了现代企业组织管理原则有利于正确处理企业效益与社会效益的各种矛盾；企业组织管理的作用及原则是保证企业管理任务完成的基石。

人类的一切活动都是为了提升人类的生活质量，企业作为社会的一个特定的组织也不例外。一般来说，企业管理所研究的问题，都在探求如何提高工作效率、降低成本、增加销量、提高利润等等。但工作效率、利润不应是企业追求的终极目标，现代企业组织追求的终极目标应是：企业和社会的和谐发展，全体员工工作生活质量的提高。

可以说，遵循现代企业组织管理的作用及原则有利于企业终极目标的实现。

- 参考文献：
- [1] 张智慧. 团队精神. 北京：新华出版社.
  - [2] 熊解银. 企业管理原则的探讨. 经济纵横. 吉林.
  - [3] 阎佳, 邓瑞华, 译. 管理的真相. 北京：人民大学出版社.

注：图片来源于网络(百度图片搜索)

# 世界上最有名的教育原则



养在鱼缸中的热带鱼，三寸来长，不管养多长时间，始终不见其生长。然而将这种金鱼放到水池中，两个月的时间可以长到一尺长。

对孩子的教育也是一样，要想孩子健康强壮地成长，一定要给孩子自由活动的空间。



狼是世界上好奇心最强的动物，他们不会将世界上任何事物当成理所当然，而倾向于亲身研究和体验，大自然的神秘、新奇永远令狼惊异。狼总是会有对周围环境的兴趣，因而它们能不断在环境中发现食物，了解危险，从而顽强的生存下来。

要培养孩子超强的学习能力，一定要培养孩子对于世界的好奇心，让他们仔细观察生活，用兴趣来作为他学习的老师。这样的孩子在未来的人生道路上就会不断地对工作有新创建和新灵感。



北风与南风打赌，看谁的力量更强大，他们决定比比谁能把行人的大衣脱掉。北风无论怎么猛烈，行人只是将衣服越过越紧，而南风只是轻轻拂动，人们就热得敞开大衣。

南风效应告诉人们，宽容是一种强于惩戒的力量。教育孩子同样如此，那些一味批评孩子的父母和教师，最终会发现孩子越来越听不进他们的话。每个孩子都可能犯错误，要容忍其缺点，客观、理智、科学地处理日常生活中出现的各种问题，在体谅孩子的同时，从自身入手提高修养，这样才能更好的教育孩子。



美国心理学家罗森塔尔 1966 年做了一项关于学生对成绩期望的试验。他在一个班上，未经测试，随机挑选了一些人作为“最有前途者”，并将名单交给了班主任。8 个月后，罗森塔尔再次来到这个班上时，名单上的学生成绩大幅度提高。其中的秘诀很简单——老师更多地关注了他们。

——摘自《吉林教育》

# 杂谈原一平

——JTT 管理部/王子明



2008年初，嘉祥东洋炭素有限公司考虑加入一种货运保险和财产险。条件是在保费低的前提下给公司的运输货物和机器设备加保。

当时公司购买的数控车床、加工中心越来越多，维修金额越来越高；一旦出现事故，损失金额可能很高，货物如果出现整车的事故，风险也很大。

起初有几家保险公司报价，由于保费较高，内容也不太适合我们的需要，便拒绝了。后来其中的一家保险公司多次修改保险内容和价格，在一年多的时间里，该公司的外勤主管拜访了我们58次。最后终于签了合同。

事后我由衷地赞叹该保险主管有韧劲时，他风趣的说：“我们必须有韧劲，社会上称我们做保险的是系着领带的乞丐。”

我说：“那你为什么还要做保险，不换一个工作？”

他说：“我不会换其他工作，因为我喜欢保险，我很崇拜日本的保险之圣原一平，原一平是我事业的偶像。”

我问他：“为什么崇拜原一平？”

他说：“原一平身高不到1米60，相貌也很丑，起初他报保险公司，上司嫌他太丑，拒绝收他，他以1年不收取工资的条件非要加入这家保险公司不可。后来他成了日本保险之神。”

我很惭愧：在日本生活了19年，却不知日本有这么一位名人。出于好奇我查阅了一下原一平的相关资料：

## 1) 辉煌的业绩和记录

原一平每月签保单30件，连续30年保持此纪录，连续13年创下世界保险签单最高金额的记录。

## 2) 艰难的起步

原一平25岁进入明知生命时没有工资，只有签了保单的一点提成，起初他根本签不下合同，因为没钱付房租，他被房东赶出来露宿公园。就是在这个公园里，他和前来公园散步的一个行业组合的干部相识，这位干部成了他的第一个客户。

## 3) 目标和毅力

原一平参加工作后给自己定的目标是每天最少访问15家客户，因为没有钱，也为了多抽一点访问客户的时间，他有3年没吃过午饭，上班不坐电车。他对新接触的人一定在3天以内拜访。

## 4) 微笑和讲话技巧

实际上原一平去访问客人起初听到的都是拒绝的话，他用自己独特的微笑（据说他自己开发的几十种微笑）和高超的讲话技巧攻破了很多客户的心理壁垒。

## 5) 庞大的客户储备

原一平把客户信息细心地记录在卡片上，精心的管理这些卡片，有计划地走访这些客户。他积累的客户信息卡片累计有28000张。据估算，平时也能拥有大约10000张左右。据说一般的营销外勤手头有上百个储备客户就很不错了。

为什么他能拥有如此庞大的客户群呢。原来他对客户的理解很宽，即使现在不考虑买保险的人，原一平也会把他们储备起来。并有计划的拜访。因为将来他们有可能考虑买保险。他说签约数和访问数是成正比的。这样，原一平不轻易漏过一个人，也不随意筛选。

## 6) 谦虚和不断改进

原一平很谦虚，也从不忘记聆听顾客的声音。

在他开始做保险第2年的时候，他专门召集他的客户聚集在一起，开了一个[批评原一平大会]，让客户品头论足，揭他的短，他耐心的听取他们的意见，并在他日后的工作中不断改进。

以上是我了解的原一平。

话题重新回到我们嘉祥东洋炭素有限公司加入保险时的那位外勤。

我们加入那家保险后，那位外勤又来拜访我们，问我们有没有意见和不满的地方。

我说：“有没有意见要看我们要求理赔的时候，你们能对应到什么程度了。”他好像事先就有了思想准备，从他带来的文件袋里取出他发表在2001年1月15日【中国保险报】上的文章【诚信：代理人的最大竞争力】

他把其中的一部分指给我看【第5项全过程服务，像医生那样负责到底。客户一旦有理赔服务，理赔所需的材料，要跑的部门等等，代理人应该替客户义不容辞地先做到。】

他说：“如果我们保险公司理赔人员没有按承诺为您办理理赔或者刁难，请你一定告诉我。”

我说：“你们做保险的能做到这一点很不容易。”

他说：“没有诚信无法将保险做好做大，为客户办好理赔很重要。道理很简单，但是有很多做保险的人在这一点上做得不好。其实这也是原一平经常教导我们的。”

我说：“你学原一平学得不错，当地日资企业如果知道有您这样的代理人，会选择加入你们的保险的。”

这句话我刚说出口就后悔了。

他乘虚而入，说：“对了，我最近正想打进本地的日资企业，有家明治鲁抗你知道吗。”

我说：“知道。”

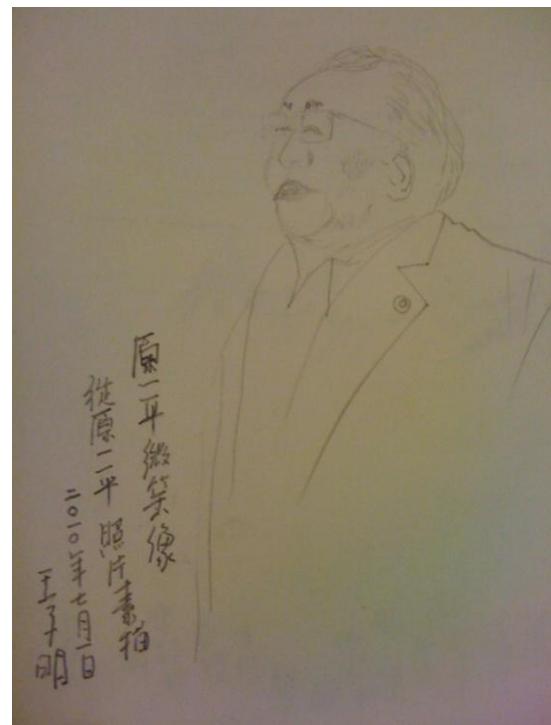
他说：“你认识那位从日本来的总经理吗。”

我说：“不认识，只知道他很喜欢打网球，经常和我们原来住的宾馆的总经理一起打网球。”

他说：“那你能把你们原来住的宾馆的总经理先介绍给我好吗。”

我笑了：“以后有机会吧，你是不是也在学原一平给客户作卡片。”

他也笑了。



参考书：

1. セールスとは何か（什么是营销） 作者 平野浩 保險毎日新聞社
2. 原一平流営業の奥義（原一平风格的营销的秘诀） best planner 2005 8月刊

注：文中素描也参考了上文的照片，文中其它图片来源于网络(百度图片搜索)

# 比尔盖茨的十句名言，看完让你改变一生

时间：2010-04-19 11:33:35      用户：1\_m      专业度：4040



1. 社会充满不公平现象。你先不要想去改造它，只能先适应它。  
(因为你管不了它)
2. 世界不会在意你的自尊，人们看的只是你的成就。  
**在你没有成就以前，切勿过分强调自尊。**  
(因为你越强调自尊，越对你不利)
3. 你只是中学毕业，通常不会成为 CEO，直到你把 CEO 职位拿到手为止。  
(直到此时，人们才不会介意你只是中学毕业)
4. **当你陷入人为困境时，不要抱怨，你只能默默地吸取教训。**  
(你要悄悄地振作起来，重新奋起)
5. 你要懂得：在没有你之前，你的父母并不像现在这样“乏味”。你应该想到，这是他们为了抚养你所付出的巨大代价。  
(你永远要感恩和孝敬他们，才是硬道理)
6. 在学校里，你考第几已不是那么重要，但进入社会却不然。不管你去到哪里，都要分等排名。  
**(社会、公司要排名次，是常见的事，要鼓起勇气竞争才对)**
7. 学校里有节假日，到公司打工则不然，你几乎不能休息，很少能轻松地过节假日。  
(否则你职业生涯中一起跑就落后了，甚至会让你永远落后)
8. 在学校，老师会帮助你学习，到公司却不会。如果你认为学校的老师要求你很严格，那是你还没有进入公司打工。因为，**如果公司对你不严厉，你就要失业了。**  
(你必须清醒地认识到：公司比学校更要严格要求自己)
9. 人们都喜欢看电视剧，但你不要看，那并不是你的生活。只要在公司工作，你是无暇看电视剧的。  
(奉劝你不要看，否则你走上看电视连续剧之路，而且看得津津有味，那你将失去成功的资格)
10. **永远不要在背后批评别人，尤其不能批评你的老板无知、刻薄和无能。**  
(因为这样的心态，会使你走上坎坷艰难的成长之路)



注：图片来源于网络(百度图片搜索)



## 蜗牛的爬行

—STI 生产部/沈健梅

细细的雨水柔软的滑落地面，却又霸道的不放过任何一个可以肆虐的角落，小蜗牛快乐的伸出触角感受着湿润，它爬的很慢，因为雨后的美丽和清新在它的每一次挪动中变换着色彩，那份细腻无懈可击，不知道过了多久，它终于爬上了一片翠绿的叶子，叶尖上的露珠闪闪发光，风来了，带起一片水雾，更高处的露珠如断了线的珍珠，在落入地面之前疯狂的舞动，天地如诗般美好，小蜗牛紧紧的贴着叶子，随着风，轻轻摇动，“啪”有一滴水掉在它小小的脑袋上，仿佛绽开的花蕾，均匀的滑过它丝般无暇的躯体，它激动的晃动着细长的触角，这样的天气，是属于它的。可是，它没有发现，一枚松针和着另一滴露水再次落在它的身上，并且牢牢的嵌入了它柔软的背脊，风可以带来欢乐的种子，也会带来灾难的利剑，可是，那又如何呢，如果生命真的只剩下了这片刻，它为什么要在意伤害而忽略美好，沉重的蜗壳一如既往的紧紧压着，背脊的松针在每一步的挪动中钻心的疼痛着，可是小蜗牛还是一如往昔，优雅的爬着，雨后的风景如此的醉人，沉重的蜗壳是它温暖的小家，一切都还是如此的美好。雨停了，太阳终于露了出来，大地泛着诱人的银光，在一处不起眼的灌木丛中，有一个小小的空蜗壳，美丽的蝴蝶忍不住开始嘲笑它从此哪里都去不了了，可是小蜗壳却快乐的说：“你懂什么，我曾经和一个世界上最美好的生灵紧紧相偎，足矣~”



故事是我编的，对蜗牛的很多生活习惯，我也并不了解，可是软弱的蜗牛却让我很是喜欢，它爬不动，很久，爬行的路程及不上我的一步，可是这何尝不值得感叹，它是如此的坚持，即便辛苦是他人的百倍千倍，经常看到雨后的玻璃、墙角、叶面、细竹上都是他们的身影，我不仅惊叹，它是用了多久从这个地方到那个地方的呢，它是这样小，可是它却是这样的绝无仅有。

生活如风，没有人可以预计是快乐多一些，还是痛苦多一些，是顺利多一些，还是挫折多一些，可是即便一无所知，生活总是要来，那么，与其不确定、恐惧、担心的等待，为什么不快乐的迎接、面对呢？无论是什么样的结果，让生命中多一点快乐，多一点坚持，又有何不可？

蜗牛那漫长的似乎永无尽头的爬行，是需要多大的勇气和决心，当痛苦来临的时候，它又是多么坦然和安详的面对，即便生命很快的消逝。

所以，去好好的珍惜，用心感受，这世上没有无止境的痛苦，只有自己给自己套上的枷锁，这世上没有天生的敌人，有的只是错误的认识和方法，这世上没有护体神甲，可是有善良淳朴的伙伴，这世上没有永远的平坦，如果总是磕磕碰碰，那是因为你没有和你的伙伴共同举起创造平坦的神铲。

注： 图片来源于网络(百度图片搜索)

# 积极心态 阳光人生

——电视剧《张小五的春天》观后有感

JTT 管理部/张娟

由于各种原因我基本上是不看电视的，更不会看电视连续剧。但偶然看到了电视剧《张小五的春天》中张小五对叶子说：“忘了我说过的话了？：‘笑对人生，笑对困难’ ‘没有翻不过去的山，没有趟不过去的河’ ……”这句话触动了我，就看了一会儿。片尾的那首歌也吸引了我：“……走南闯北掌握了一个诀窍：心情好一切都好。”不久，在朋友那儿发现了他下载的这部电视剧全集，于是从头到尾看了一遍：



张小五是金色港湾装修公司经理，30岁生日这天意外接踵而至：未婚夫另觅新欢舍她而去，公司资金周转不灵发不出工资，房东嫌她拖欠房租将她赶了出去，合作方结束项目离京、所垫的工程项目款没有着落，三个姐姐和舅舅为了借款也对她穷追不舍……面对一件件无奈的生日“礼物”，遭遇了事业、情感双重打击的张小五没有痛哭流涕，没有灰心丧气，没有消沉，没有丧失善良本性，没有说为达

目的不择手段，而是勇敢地面对，千方百计、积极乐观地寻求一切摆脱困境的办法和出路……最终执着的小五获得了爱情和事业的双丰收。

综观全剧，张小五智商并不高，但却有着很高的情商、财商和逆境商，更关键的是她能始终保持积极健康的心态和正确的思维。正如罗伯特·清崎所说：“金钱未必使我们富有，正确的思维才会使我们富有(成功)。”

这部电视剧带给人的是一种对生活的信心和勇气，不管生活如何艰难，不管遇到多大的挫折和困难，只要你始终拥有一个积极健康的心态，你就会获得阳光般明媚的人生。

虽然是虚构的创业者励志故事，但却给人们尤其是创业者、企业家们许多启发：

## 一、要笑对人生，笑对困难。积极心态，阳光人生。

张小五对扔她东西、泼她一身油漆的房东，对故意刁难她、轻视她的大公司老板，对不念亲情逼她还钱的亲戚，都能展现一副笑脸，既不恶语相加，也不会丧失尊严地乞求，虽然她的心在流血。因为她始终相信：“没有翻不过去的山，没有趟不过去的河。”就像歌中唱的：“……没有什么大不了，没有勇气做不到，蜗牛也能赛跑，我的自信比天高；没有什么大不了，没有感觉做不到，如果我是笨鸟，也要飞得很远很骄傲……”

## 二、重情重义讲情分，好人总会有好报。

张小五善良仗义，待人真诚，宁可自己欠债，也不放弃手下的那帮弟兄。在公司濒临倒闭的艰难困境下，将仅有的资金拿出来给员工发生活费，宁可舍弃自己公司的门面房也要先拿钱医治受重伤的员工；虽然拖欠工程款的官司胜券在握，是公司起死回生的关键，但考虑到被告丁满仓处境也十分艰难，她便宁可忍痛割爱卖掉自己的箱车也不将对方逼上绝路。

张小五与箱车告别时的情景特别令人感动，我不知不觉中已泪流满面：一个对曾与自己一起创业的箱车都有如此浓厚情感，像对待自己生离死别的老朋友一样的老板，她的情商得有多高啊！跟这样一位仁义的老板干事业，员工能不忠心耿耿、死心塌地吗？！

人心都是肉长的，张小五的真诚和善良得到了相应的回报：员工与她患难与共，丁满仓为她引荐客户，房东想着给她留着门面房，跨国公司年轻总经理爱上了她……好人总会有好报。

## 三、重质量，讲诚信，树品牌

张小五的装修队有一个口号：“注意安全 质量第一”。正是因为注重质量，温氏公司的客户推荐了她的装修公司；正是因正注重质量，才使得别有用心、想让张小五出丑的卓总搬起石头砸了自己的脚，不仅没有让张小五臭名远扬，反而帮助张小五和她的公司树立了“讲诚信 重质量”并处处为客户着想的品牌形象。

**“人无信则不立，商无信则不立。”**诚信自古就是为人经商的传统美德，质量则是企业的立足之本。

## 四、坚持不懈，不屈不挠，直到成功

在张小五身上，我们还看到中国创业者、企业家们身上那种共有的百折不挠、坚持不懈的精神。正是这种精神造就了一个个白手起家的民营企业家，在他们心中始终有一个坚定的信念：坚持，坚持再坚持，坚持不懈，直到成功！

失败不可怕，因为每一次的失败都会增加下一次成功的机会。拒绝不可怕，因为这一次的拒绝就是下一次的赞同，轻蔑不可怕，因为这一次皱起的眉头就是下一次舒展的笑容。

过去的是非成败不必计较，要抱定信念“明天会更好”，今天的不幸，往往预示着明天的好运。**坚持不懈，终会成功。**



注：图片来源于网络(百度图片搜索)



## 《道德经》读后感

——STI 品质部/王俊

作为充分体现中国古代朴素辩证法神韵的《道德经》，虽然字数不多，但精辟阐述了道家对宇宙本原和基本存在方式，事物的产生、发展、变化的规律及社会观、人生观的基本思想。虽然文章大部分用近乎诗体的语言，有些晦涩难懂，但用“博大精深”来形容它丝毫也不过分。

《道德经》主要是讲求“无为”和“尊重规律”。

第一段“**道可道，非常道，名可名，非常名。**”这一段作为《道德经》的起始，详细阐述了老子对规律的理解。在《道德经》里，“道”指的就是规律。而道家思想对规律的最根本的见解就是“规律是自然的，变化的，不为人所控制的。”对待规律的根本态度是“充分尊重规律，然后才是利用规律。”这是一种非常朴素的辩证思想。老子认为坚持**按规律办事，一切都会顺利，而违背规律会得到大自然的惩罚**。同样对于工作和学习而言，善于发现规律、运用规律有助于提升自我。任何事物的发展壮大都有规律可循，在工作中掌握规律就能事半而功倍。对于发现规律，每个人都有自己不同的见解和眼光。而适合自我的，有利于提升能力的方法可以被视为规律。

老子的辩证法虽然很不健全，但却具有非常强的科学性，这对现在我们的唯物论十分有帮助，为后来人们对唯物论的更深一步的研究奠定了一个十分坚实且广泛的基础。老子的另一个重要的理论是“**无为**”。所谓的“无为”是一种心境、一种修养，是辩证的。站在某种角度，向社会推广无为，有助于国家的稳定，但如果站在历史发展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以我们在看待“无为”时应以辩证的方法，一分为二的看待，“**择其善者而从之，其不善者而改之。**”面对“**无为**”，我们要吸收或是学会的是一种宽容，要抛弃和修正的是消极的心态。

对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“**海纳百川，有容乃大，壁立千仞，无欲则刚。**” 我们要用谦虚的态度学习，吸收不同的知识，用宽容的心来看待周围的一切，做人要向岩壁一样正直。

《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，拉开了从古至今几千年来人类对自然规律进行探索的序幕。辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，对我们人生的指导是大有裨益的。

注： 图片来源于网络(百度图片搜索)



## 《谈佛论道读人生》读后感

——STI 品质部/马建华

半年前买的这本书，当时是在逛超市，走得太累了，坐下来随手翻翻书，发现书中的故事富有哲理，并给了自己烦躁的心情一些启示，所以就顺手买下了。

这本书并不是一本谈论佛家与道家思想的书，是通过最闪亮的智慧传播最闪光的智慧，以最闪光的智慧传播最真切的快乐，而这些全在你不经意的阅读中，在你开怀一笑的释放中来悟出关于人生中的一些哲理，使我有所感悟，有所借鉴。



本书共分 13 章节，使我印象最深的为：学会比较才会感到幸福、换个角度看问题、难得糊涂才是一种明智、态度决定一切、拿得起也得放的下、不为他人而活、耐心听取别人的意见.....

### 1、学会比较才会感到幸福

在这个世界上没有一个人事事都能如愿，家家有本难念的经，人人都有难言之隐。所以在生活中不必羡慕别人的风光，在风光背后，自有他的苦衷，也不要因为自己的平凡而苦恼，其实平凡也有平凡的乐趣，只是要看你自己怎么去理解。不必去羡慕别人，只需要做好我们自己就可以了。在我们的生活中，有许多事是急不得的，是需要有耐心去等待的，只要有足够的耐心，再付出我们的实际行动，总能得到自己需要的东西，当然这还要我们能正确认识自己的价值，对自己有一个正确的了解。

### 2、换个角度看问题

我们的心灵就像一个空调器，嫌冷嫌热，只需按一键，温度就适宜了。面对挫折、苦难，我们是否能保持一份豁达的情怀，是否能保持一种积极向上的人生态度。这需要我们不断完善自己，不断充实自己，热爱自己的职业，有正确的目标，无论你现在的心是一颗“潮湿的心”还是一颗灰暗的心，只需要小小的调整一下，一切都会变好。

### 3、难得糊涂才是一种明智

人生中，知道的事情太多并不是一件好事，知道的真相太多则更糟糕，因为什么事情都知道了人生就没有意义了，更主要的是，知道了某些事情会导致愤怒等不安的情绪，甚至永远无法安宁，所以，不要苦寻某些事情的真相，难得糊涂才是一种明智。



### 总结：

自己性子比较急，一有事就会着急，再回过头来想想以前那些自认为让我很生气的事情根本就不值一提。在生活中，很多人都喜欢生气，即使为了一点小事，也会气得不得了。其实，很多事根本不值得去生气，生气是对自己不负责任的表现，是惩罚自己的一种表现，仔细想想，生活中还有许多重要的事情等着我们去做，我们还会把这么宝贵时间浪费在生气上吗？

**不要为过去哭泣，作该做的事，不要急功近利，不要因境遇而失去自我。**人生就是在成与败、分与合的周期中运行，无论成败分合都是正常现象，关键是要清楚自己到底是谁。如果让境遇左右自己，就会心态失常，甚至在不应该失败的地方失败。所以，得失都是缘，要随缘处之。

愿与各位共勉。

注： 图片来源于网络(百度图片搜索)



-----JTT/物流包装系/张国栋

我现在坐在沙发的角落里,墙上电视里不停地翻滚着广告的画面.我想象着该如何着手去写下面的文字。闭上眼睛,思绪在脑海里不停的旋转,可是,在我有生的二十多年的时间里,在我身上发生的任何的事情都好像海里的鱼一样迅速的隐藏起来,我睁大眼睛在海里四处张望,到处是无尽的黑暗,深不可测.

村上说过,世上不存在十全十美的文章,正如不存在彻头彻尾的绝望.所以,我无需刻意的想要知道结果如何,只需把写这些文字当成一种娱乐或者是一种自我消遣的方式.

一直想写一些和曾经有关的文字,只是时间过去的那么漫长,从冬天到夏天.所有的记忆都好比一张在岁月的打磨下损坏的磁盘,总有很多的盲点,可是,愈是这些残缺的片段我愈发觉得珍贵.

第一次亲身感触上海的气息,空气总是潮湿而又阴冷,偶尔有阳光出现,却感受不到它的热度.柏油路干净而宽广,通向不同的方向,小孩子在人行道上互相追逐,争抢手里的玩偶,街旁树上零星的耷拉着几片干枯的叶子.

可以听到不同口音的普通话,穿着不同制服的人群,低头行走.

公交车破旧的好像比我的年龄都大,总是挤得满满的直到再也没有放脚的位置.

蜗居在马陆的一个公寓里面,终日不见阳光,里面摆放上下两铺的四张木床,外面立着两大大的木柜,墙壁上贴着一张大大的海岸风景画,应该是以前住过的人留下的或者是公寓工作人员特意贴的吧.除此之外,再无其他设施,晚上躺在床上,稍微一翻身床板就会吱吱作响,所以一到晚上我们一般是不敢有太大动静的.

上海的天气并没有想象的那么温暖,反而潮湿的有些阴冷,天气灰暗的让人提不起一点精神,仿佛人常年生活在这样的环境里面,难免会有些窒息,百无聊赖,常常会在公寓宿舍里来回踱步,透过窗户可以看到篮球场上打篮球的寥寥无几的人,穿着很薄的印有乔丹头像的长袖T恤.偶尔有几只黑鸟落在窗户外的阳台上,冷得瑟瑟发抖,然后飞走.我抬头仰望灰色的苍穹,风呼呼的吹过我的脸,我突然有些难过.

“你总是一个让人有些心疼的孩子哦,”纯不止一次对我说过这样的话,应该是上学的时候,大约是几年前的事情了吧那时我们还很年轻,眼睛都清澈的像湖水,仿佛站在岸边可以清晰的看到湖底的沙砾.但是那时的我距离现在的我到底有多长时间了呢,我站在阳台上想象着我那时的模样,至少我敢肯定的是,那时的我还不知道烦恼是什么样子.每当我对纯说时间过的比时光机还要快的时候,纯总是咯咯的笑着说我总是说一些让人啼笑皆非的问题.

“我觉得时间过得一点也不快阿,反而慢的像老黄牛一样,你觉得时间过的快是因为你从来没有留心过罢了.对吧,小北,当你每天都觉得过得很充实的话,你就不会这样认为喽,”纯说道.

“额,没想到你会这样看待问题哦,要是每个人都以这样的态度去生活的话就好了”我默然道.

“呵呵,是阿,所以说嘛,你要努力抓住属于你的时间噢,我希望能完全看到一个不一样的你”纯稍微把头发向后拢一拢,笑得一脸天真.

这时,风变的更大了一些,我紧了紧衣领,走向屋里去.

早晨经过双单路去上班,路边总是很早就有很多卖早点的人们,扯着嗓子吆喝“刚出锅的煎包勒”他们一定是天还没大亮的时候就起来忙活一天的生计了吧.我想起小平先生说过的话,只有热爱劳动的人才是最富有的.

公寓门口有 24 小时便利店,无聊的时候可以在凌晨去店里买一元钱一袋的咖啡喝,或者在路灯地下一边抽烟一边看外面黑色的世界,感受一个人的孤独,无数黑色的斑点不停地漂荡,大地一片沉静.

第一次去上海,就遇到上海百年一遇的暴雪,到处是白色的世界,鸟儿冻得从树枝上飞到另一树枝上,抖落一片雪花.人们踩在积雪上面,积雪发出咯吱咯吱的声响,像交响乐.不过,冷得把所有的衣服都穿在身上,还是忍不住骂这让人不舒服的鬼天气,河面上结了厚厚的冰,经光线照射让人有种不寒而栗的感觉.行人只顾低着头匆忙行走,世界分外萧条.总之,那是让我很头痛的大雪,并没有让我感觉有多么的诗情画意,记得很早的时候,只要夏天一过,心里就急不可耐的盼望冬天的来临了.冬天一到,可以穿上厚厚的羽绒服,踩在雪里在街道上奔跑,然后留下一串串的脚印.小时候只要下雪就会常常和小伙伴们打雪仗,记得曾经在操场上堆过大大的雪人.当然啦,在冬天里拉着女孩子的手也是件让人觉得倍感惬意的事情嘛.

可是,冬天毕竟是要过去的呀,像火车碾过隧道,轰隆隆的过去,大地又要睡醒了,人们开始逐渐脱去厚厚的外套,扭着身子舒活筋骨,小孩子不停的相互追逐,好一派的景象呢.

五月的时候,天气已然燥热了,和同事阿望经过周丰路去马陆,抬起头便可以看到高大茂密的香樟树,能够清晰的闻到空气中香樟的味道.

阳光透过缝隙碎碎的散落在柏油路上,汗珠在脊背上慢慢打转.

倚在立交桥的栏杆上,车辆呼呼的从我们身边驶过,奔向不同的方向

“小北,”阿望转过头说道,“有没有想过一些问题,比如说让你越来越困惑的问题,想甩开但总是甩不掉.”

“说来听听,”我看着阿望的眼睛.

“你不觉得有时候我们这样活着有些无奈么?”

“这样活着,是怎么一种姿态呢?”我反问道.

“你比如说我吧,家境一般般了,按能力而言也不能顺利的考入重点大学,所以我并不想上什么大学的,可是,没有办法,无论我怎么说,家里始终都不同意我不上学的念头.所以我又上了几年的学,可是现在又能怎么样呢,无非就是浪费几年的时间吧!”阿望愤愤的道.

“你的话也不无道理,不过.较之生之维艰,这又算得了什么,”我附和着.

阿望抽一口烟不再看我.

我转过脸看远处流动的人蔓.人行道上一个老人拿着拐杖佝偻着背背慢慢的行走,两个十多岁年纪的小孩正踢着足球,,最后足球落在草丛里,看不见.

于是,我想,在生命的沟壑里,我们都只是过客.一闪而过.

我们走在马陆的街道上,可以轻易的感受到奥运带来的气息.休闲广场上大大的电子屏上显示着距离奥运还有多少天的字幕.大街上到处可以看到穿着印有中国奥运或者印有中国地图的 T 恤.路灯杆上往外伸出的广告牌上印有许多为奥运征集的笑脸.一些白皮肤和黑皮肤的老外脸上也洋溢着灿烂的笑容,似乎这些笑容已经融入了这片阳光里,高大的建筑里,茂密的香樟里,流动的气息里面,变得更加的明亮,坚固.

我在沙发里转了转身子,坐的更舒服一些.车辆在楼下驶过的声音从窗口钻进来,电视里还是播放着广告画面,电视屏幕发出的光线把墙面照射的一晃一晃的.

我闭上眼睛.这时,我的耳膜突然隐隐作痛起来,好像被虫子叮咬过似的,然后仿佛某种声音在我耳朵里响起来:“喂,小北,该起来了,要不然好位置就没有了噢.”“马上就起来了”我睁开迷迷糊糊的眼睛应道.宿舍里一片漆黑,某个角落里传来呼呼的鼾声,在这么寂静的黑夜里听起来还真有点吓人呢.我摸索着穿上衣服,和波哥一起跑下楼去.

我想象着那时的情景,天气冷得出奇,从口里呼出得气体像白雾似的,风一吹,灌进鼻子里,不一会,鼻子就好像要麻木似的让人难受..我们从学院北面的铁栅栏跳过去“喂,赶紧了,要不然,好位置真的没有了噢”波哥对我喊道.我和



波哥在枯草丛里摸索着向东走再折过身向南一直走到柏油路上,然后去最近的网吧.

这是那年的冬天里,我和波哥很早的起来一起去网吧的情景.

纵然在黑夜里去网吧让人觉得不妥,不过,我一直认为我是一个好孩子.用波哥的话说:我们是在追求自由.

当我双脚踩在枯草丛里的时候,我竟然想起村上记忆里十月的荒原,荒草丛生..人走在里面看不到尽头,甚至没有方向.

“喂,渡边,据说这一带有一口枯井噢,很深的噢,凡是这一带有失踪的小孩都被认为是掉在枯井里了,一旦掉下去,就没有生的希望了呢.可是,至今那口井的位置还没有人知道.所以,很可怕吧”直子的声音冷不丁的在我的耳朵里响起.

我想象着在无际的荒原里的那口井,略有所悟:村上笔下的那口井就犹如存在于每个人的内心深处,阴暗,冰冷,卑鄙,虚伪.生命就像无尽的荒原,我们身处荒草之中.我曾试着探寻属于自己的那口井,可是一无所获.当时间在白昼和黑夜中不停地轰隆隆的碾过的时候,才猛然发现自己在生命的荒原中犹如一只野兔惶惶不可终日

每个星期日天色还没有光线的时候我和波哥就早早的出发然后一直到太阳下山后才回来,.这样的日子一直持续到我们都觉得实在是无聊之极为止.

冬天里,大概是某一星期天寒冷的早晨,我和波哥都突发奇想的想喝啤酒,说来这种感觉还从来没有发生过呢,.于是,我和波哥去超市买了啤酒,,果仁.我们坐在海边,触手可及的到处是冰冷的细沙,远处可以望见灵山岛,几艘渔船停在海里.我和波哥聊起上网的事情.

“有时觉得这真是浪费生命呢”喝一口啤酒波哥缓缓说道.

“是阿,我也这么觉得呢,好像我们只是机械的去做这件事情似的,”

“是不是觉得因无聊而产生的条件反射似的吧,只有在虚拟的世界里才能得到所谓的心靈慰藉也未置可否噢,

“也许吧,不过事情变的也不算太坏,我们还没有丢掉自我思想阿”我喝着啤酒,感受着啤酒带来的冰度.

至于我和波哥从陌生熟络的过程,我想是在外面的世界里,我们都第一次的感受到了孤独.

我们学院面朝大海,占地面积很大,据说,我们学院的宗旨是要建成一个依山傍海的全国闻名高校,通过政府关系以超低价格买下了比我们学院大两倍的土地

当时是七月,整个学院笼罩在让人沉闷的热气里,人仿佛要被融化掉.

我们被分在同一宿舍,,当时学院正闹着一股不小的退学潮,很多学生不满学院对学生的欺骗行为,愤然退学.我和波哥都选择留下“路是自己走的,既然来了就要勇敢的走下去,小北,既来之则安之”波哥对我说道,这让我多少对波哥产生了一种亲切感.既然一切都是陌生的,留下来也未尝不可.

波哥的脸好像是水做成的,这是我们班所有女生一致表决赞成的.波哥的皮肤确实很好,白皙又干净,以至于被女生追问用什么牌子的化妆品.我曾开玩笑的对波哥说“你的女人缘很好噢,如果不赶紧找个女朋友的话,真可惜了你那张脸呢”.波哥只是笑笑,并不答话

大约在我们入学的第二个月里,我们班级举行了一次诗歌比赛,文字不限,立意不限,总之尽情发挥就好.第二天,比赛结果出来,写的最有感觉的要数《起风的日子》,落款为纯.诗文如下:

**起风的日子**

蒲公英在风的怀抱里感受着翱翔

你望着夕阳的余辉

流年轻的划过发梢长过你的肩背

飞鸟掠过山峦的肩线

愈来愈遥远

我站在山崖与流星之间

仰望天河的浩瀚彩虹的斑斓

溪水潺潺

诉说着岁月之于浮萍的怀念

也倒映着曾经十八岁青春的脸

落叶缓缓飘下如凝漫在你瞳孔中铺天盖地的大雪  
 覆盖了我们整个的世纪  
 时间慢慢的尘封我们走过的轨迹  
 我们曾经呆过的小木屋  
 还有没有青烟吹起  
 青鸟带去我为过去的过去写过的信  
 四季交替阴晴风雨  
 我凝望太阳又一次冉冉升起  
 在这个最炎热的夏天  
 起风的日子

我想象着这个名字,记得老师在班级会议的时候点过这个名字,应该是前边第二排留着长及肩背的秀发的那个女孩子吧.我曾在餐厅里见过她,很招人喜爱的那种.

“写的还不错噢,有点感觉”波哥一边看着这些文字,一边说道.

“是噢,不过再细腻一些的话,应该更好了”我说.

后来,纯和我们成为了很好的朋友,至于为什么,我从来都没有想过,而且也不愿去想,但是,如果任何事情都要一个结果的话,那么我认为好像任何事情都被事先预定好的吧.

因为学院的存在,应对而生的是学院对过的一条街上各种超市,娱乐场的,网吧开的满满都是,一到晚上,人头攒动,看起来相当繁华.

当街上霓虹闪烁的时候,我们三个经常到外面街市上买冰粥吃,一边吃一边沿着这条街走.各种灯光相互交错融合,人群的喧闹声,汽车的马达声混合一片.头上是黑色的天空,无数的质子包裹着这条繁华的街道.

阿纯总是兴奋的手舞足蹈,似乎对这个世界十足的好奇.这让我和波哥都认为阿纯和淑女这个概念是相当的无缘,每次我们都十分郁闷的对阿纯说,“女孩子家最好安静些啦.”每次阿纯都一脸天真的回答“我本来就是这样阿,这样不好么,我才不要学人家那么做作,我觉得那样很恶心噢”,然后狠狠的把包挂在波哥肩上.

两个安静的男生,一个活泼的女生呆在一起,在这条街上还真是一道独特的风景线呢,我想.

波哥会弹一手很漂亮的吉他,让我羡慕的不得了,我也曾试着弹.可是手指僵硬的好像冬天里的冰雕.所以经常是波哥坐在宿舍床沿上,怀抱吉他弹奏,我则无聊的看窗外的风景.南边宿舍公寓楼上逐渐亮起了灯光,光线从窗户照射进来,使得宿舍内有些神秘感,无形的灰色的网将波哥罩住,吉他反射出奇异的光.

暑假里,我们都没有回家,校园内突然变的空旷起来,太阳仍旧早早的从地平线窜出来,发出耀眼的光线,树叶无精打采的耷拉着脑袋,鸟儿也因为天热都缩在茂密的树枝里不出来.从窗户望出去,只能看到寥寥无几的人.

当光线被夜色淹没的时候,我们常会坐在空旷的校园里喝罐装啤酒,我躺在草地上,草丛散发出太阳留下的味道.蟋蟀躲在草丛里不时的发出稀疏的叫声,这让我想起鹧鸪鸟的叫声.

大约十多年前,我六七岁的样子,鹧鸪鸟的叫声总是在我的清晨的梦里出现,鹧鸪鹧鸪的叫,沁人心肺.即使十多年后的现在的我仍能够想起那时的梦境,树林,草地,还有鹧鸪鸟的叫声,而且这个梦境在我的脑海里愈发的鲜明起来.

我把这说给阿纯听,纯说我是心灵干净的孩子,起码在她的意识里,能够清晰的想起儿时的梦境的人心灵就是干净的.

由于暑假的原因,一楼体育馆里并没有多少人,我和波哥经常在里面打乒乓球,挥汗如雨,阿纯总是去超市里买冰镇的红茶递来,当冰凉的感觉触及我的手指的时候,我突然想,有个女孩子在身边真的很好.

夏天拖着很长的尾巴,然后突然断掉.当黄叶飘落下来的时候,空气已经不是那么的燥热.

秋天是收获的季节,我们也要迎接考试了



每天天还不是大亮的时候就爬起来背单词,开始频繁的翻书本.不过还是会经常起晚,然后睡眼朦胧的去教室.

阿纯曾狠狠的对我和波哥说,如果谁考试挂科的话,一天都不准吃饭.这我和波哥都惊讶不已.还好,我们都很顺利的过关,为了表示祝贺,阿纯请我们吃了美美的一顿大餐,不过,她拿的是我的食堂卡,那一顿吃掉了我一个星期的饭钱.让我很是心疼.

日子就像波哥怀里的吉他,弹指间,已然寒风肆虐,我和波哥都穿上了厚厚的羽绒服,阿纯则喜欢穿那件蓝白相间的毛绒外套,红白相间的方格子短裙,似乎女孩子家在冬天里都显得格外抗冷.

阿纯去家佳元超市给我和波哥一人买了一付黑色的手套,黑毛绒的,我叫不出来名字.那个冬天里,我的手一直都挺暖和

记得曾经有个女孩子送给我一个贝壳做成的小船,他说我是个喜欢船的孩子,可是我一直不曾记得我喜欢过船,记忆这玩意有时会不经意的跳在我的眼前,那张熟悉的脸在烟花绽放出的奇异的光里开心的笑.

大年夜的时候,我起得特早,一个人在柏油路上看烟花缀满整个天空,随着岁月的流逝,大年夜之于我的意义已变得不再是整夜不睡觉的满地乱跑,不再有大人给压岁钱时激动的心情,想想从儿时一直到现在,真的跨过了一个沉长的历程.

我给阿纯打电话,说一些祝福的话.

我说,“我们又老一岁了”

阿纯在电话那边笑着说,“是啊,当然了,可是你始终看起来都像十八九岁的样子”

“年轻好阿,不像你越来越像老太婆喽”

“这是必然的阿,就像海里的船,始终是要到深海里去的”

我们说了一些话,然后挂断电话.

我想象着深邃的海底,各种鲜活的生命,从海平面透过的一缕缕的阳光.

毕业的时候,学院后面已经建的有模有样,我们就在这所学校恍惚的渡过了三年的时光,说来也确实是恍惚,现在想想,当时的感觉就像双脚始终飘忽在地面之上,偶尔沾地,又瞬即离开,身子浮在空中,纵使使劲挣扎也不得前进.这多少让人有些空虚,有些幻灭感.

波哥一个人去了南方,载着他的梦想还有纯送他的黑色手套.

我挎着肩包站在校门口,回头望这偌大的校园,恍惚的觉得我昨天才来过.

纯去了北京,我曾收到过她的照片,背景是满是梧桐落叶的人行道.

我从沙发上站起身,走到窗边,外面更加的黑暗了,不知什么时候开始下起了雨,雨滴从上而下拍打着大地,路灯散发出橘黄的光晕,雨滴在光晕里像被斩断的情线,又仿佛无声的缠绵.

最近看到博友的一篇文章:拿什么来定义我们的青春,不得不承认写的很精彩,突然觉得青春离我们是愈来愈遥远.我们该怎样定义我们的青春?纯说当她看小说看到眼泪顺着脸颊流下的时候她看到了内心翻江倒海的青春;我们寂寞的时候仰望苍穹,看流星划过天际悲戚的陨落,我们看到了自己的青春;三月的木槿花开.十月的草原荒凉是我们的青春;深秋的黄叶飘落,空谷的万丈冰雪,阴晴风雨,欢乐,哭泣,悲伤,怀念都是我们的青春;即使正在打这些文字的我也在诠释着自己的青春如在教学楼广场上绽放的烟花.

我俯下身,望着脚下的青春,雨水融合着泪水顺流而下,恍惚的如几个漫长的世纪.

我在四下张望着寻找梧桐树下被落叶覆盖的足迹,你在远方微笑着对我说,“看,露珠打湿了我的衣裳”.我跑向你,想抓住你的手,不管阴晴,风雨,如花,如梦还是玫瑰在萤火虫放肆的微光里伸出沉长的刺.

天气还是那么炎热

黑夜还是那么落寞

我合上那本有关旅程的书

闭上眼睛

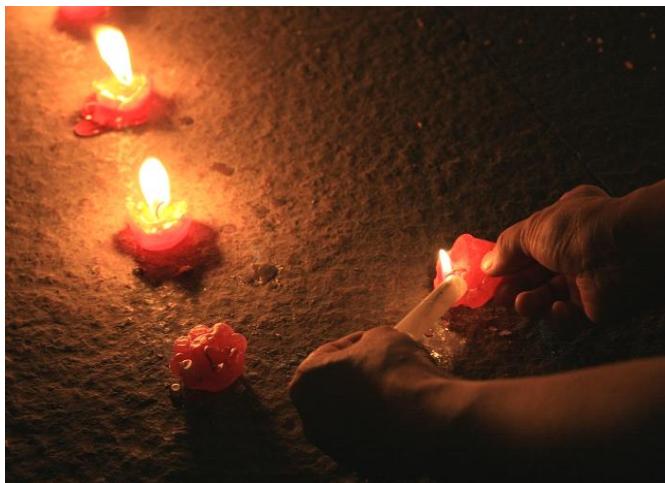
我梦到站在天空中的你,俯视着木槿花

露珠在阳光下闪耀着幸福的泪光.



“写到这里,我都不知道前面所写的是什么内容了.所以,我停下来.回头从头看了一遍,字数不算多,立意有些肤浅,文字衔接有些生硬,,描述不够细腻,总之,我也只能写出这样的文字了.”

注: 图片来源于网络(百度图片搜索)



## 为自己感动

JTT 品管部/孙莉

人只知道为别人而感动，也要学会为自己感动才是。

为别人感动不奇怪，为自己感动可能有人会说为自己有什么好感动的，我们都会为别人呐喊、感动，又有谁为自己感动的。

为自己感动就会使自己的生

活增加点信心，特别是在自己颓废时候更有必要。就像生活中有人给你祝福，那你是幸福的，如果没有人为你祝福，那你就需要自己祝福自己。什么时候都要有这种精神，不要嘲笑什么阿Q精神，因为在当今的社会也需要有点这种精神。

生活的压力就像蜗牛背负着那重重的壳，几乎没有一点点喘息的机会。社会竞争是那样的激烈，不论是小孩还是大人，都有如此的呐喊，难道不是？大人为生活忙的不亦乐乎，小孩为学习拼命的挣扎，累了大人苦了孩子，人心都疲惫的几乎就像在干涸的大漠里行进，那种每走一步是如此的艰难、倦疲。

我也在思考如果人没有了压力会怎样，那不是很好的一件事呀！人一旦没有了压力，就不会去拼搏，更不会有感动，对自己没有感动，对别人也不会。就如同蜗牛没有的那重重的壳，谁还会为蜗牛背负着那重重的壳一步一步往前爬行而惊叹呢？之所以感动、惊叹是因为它的精神，那种吃苦耐劳的精神，虽然步履艰难仍旧执着地要到达它想要去的树顶、房顶等等，一句话，它的目的地。

一旦人逾越了艰难曲折的障碍，赢得了生活的胜利，到达了自己的目的地，别人就会为你感动，是你自己的话，你难道不应该为自己吃苦后得来的欣喜而感动和骄傲吗？不要怕前面的路曲折艰难，那只不过是放在弱者面前的临时障碍，是测试你是弱者还是强者的标尺，只要一切努力拼搏，什么也阻挡不了你为生活前行的脚步。

为自己感动，为生活的艰难感动，再怎么沉重的翅膀也压不垮飞翔的雄鹰，当你面前的一扇大门被关上时，你就自己打开一扇窗，往前走，依然是蔚蓝的天。

注：部分内容摘自《青年文摘》

图片来源于网络(百度图片搜索)



# 一千元的代价(人生处处有陷阱)

——作者/鑫子

在某个鸡尾酒会上，张先生从口袋里掏出一张千元大钞，向所有的来宾宣布：他要将这张千元大钞拍卖给出价最高的朋友，大家互相竞价，以 50 元为单位，到没有人再加价为止。

出价最高的人只要付给张先生他所开的价码即可获得这张千元大钞，但出价第二高的人 虽无法获得千元大钞，仍需将他所开的价码如数付给张先生。

这个别开生面的”以钱买钱”的拍卖会，立刻引发了大家的兴趣。开始时，“100 元”、“150 元”、“200 元”的竞拍声此起彼落，到价码抬高到“500 元”时，步调缓和了下来，只剩下三、四人在竞价。最后只剩下王先生和林先生在那里相持不下。

当王先生喊出“950 元”时，张先生弹一弹他手上的千元大钞，暧昧地看着林先生，林先生似乎不假思索地脱口而出：“1050 元！”这时会场里起了一阵小小的骚动。张先生转而得意地看着王先生，等待他加价或者退出，王先生咬一咬牙说：“2050 元！”人群里起了更大的骚动，林先生摆一摆手，喝口鸡尾酒，表示退出这个”疯狂的拍卖会”，大家才松了一口气。

结果，王先生付出“2050 元”，买到那张“1000 元”钞票，而林先生则平白付出了“1050 元”。两人”平分秋色”，各损失的“1050 元”都纳入了张先生的荷包。

这个游戏是耶鲁大学经济学家苏必克(M. Shubik)发明的，想拍卖钱的人几乎屡试不爽地从这拍卖会里“赚到钱”。它是一个具体而微的“人生陷阱”，参与竞价的林先生和王先生在这个“陷阱”里越陷越深，不能自拔，最后都付出了痛苦的代价。

自古以来，人类为捕杀动物所设的“陷阱”，通常有下列三个特征：



1. 有一个明显的诱饵。
2. 通往诱饵之路是单向的，可进不可出。
3. 越想挣脱，就越陷越深。

人生道上的大小“陷阱”多少也与此类似。

社会心理学家泰格(A. Teger)曾对参加“千元大钞拍卖游戏”的人加以分析，结果发现掉入“陷阱”的人通常有两个动机，一是经济上的、一是人际关系上的。

经济动机包括渴望赢得那张千元大钞、想赢回他的损失、想避免更多的损失；人际动机包括渴望挽回面子、证明自己是最好的玩家及处罚对手等。千元大钞就是一个明显的诱饵。

开始时，大家都想以廉价而容易的方式去赢得它，希望自己所出的价码是最后的价码，大家都这么想，就不断地互相竞价。

当进行一段时间后，也就是出价相当高时，相持不下的两人都发现自己掉进一个陷阱中，但已不能全身而退，他们都已投资了相当多，只有再增加投资以期挣脱困境。

当出价等于“奖金”时，竞争者开始感到焦虑、不安，发现自己的“愚蠢”，但已身不由己。

当出价高过奖金时，不管自己再怎么努力都是“损失者”，不过，为了挽回面子或处罚对方，他不惜“牺牲”地再抬高价码，好让“对手损失得更惨重”。

## 人生到处有陷阱

日常生活里，大至商场上的竞争，小至等候公车，都有“陷阱”在等待着你。

譬如公车平常是十五分钟一班，当你花在等待的时间超过十分钟后，你会开始烦躁不安，但通常你会继续等下去，等到超过十五分钟公车还不来时，你除了咒骂外，也开始感到“后悔”——你应该在十五分钟前就走路或坐计程车去的。

但通常你还会继续等下去，因为你已“投资了那么多的时间”，不甘心现在改坐计程车，结果就越陷越深，无法自拔，直到公车姗姗来迟，你心理的困境才获得解脱。

但人生有很多“目标”，并不像公车那样“必定会来临”，而且投资的也不是你“个人的时间”而已。

## 如何避免踏入陷阱

在人生道上，如何避免踏入这类“陷阱”，也是一门不小的学问，心理学家鲁宾(J. E. Rubin)的建议是：

1. 确立你投入的极限及预先的约定：譬如投资多少钱或多少时间？
2. 极限一经确立，就要坚持到底：譬如邀约异性，自我约定“一次拒绝就放弃”，不可改为“五次里面有三次拒绝才放弃。”
3. 自己打定主意，不必看别人：事实证明，两个陌生人在一起等公车，“脱身”的机会就大为减少，因为“别人也在等！”
4. 提醒自己继续投入的代价。
5. 保持警觉。

这些方法大家也许都知道，但“知易行难”，一旦掉进人生的陷阱，抽身是不太容易的。

转载自：360个人图书馆([www.360doc.com/](http://www.360doc.com/))

注：图片来源于网络(百度图片搜索)

# 舍不得让你输

——作者/童话

他和她是同事，都在同一家酒厂装酒车间的流水线上，两个人每天面对面上班。她有时候会看着他走神。他有张好看而略略颓废的脸，不像个车间里的工人，倒像是外面美发厅里那些男孩子，眉眼间似会飞出朵朵桃花。看得多了，他会注意到她，便总是冲着她笑。她低下头，脸突然就红了。

很快，周围的同事也窥测出她的心事来，频繁开起他俩的玩笑。一来二去，他和她竟真成了恋人。

他们都到了结婚的年龄。那天一起吃饭的时候，她犹豫着，提到了婚事。当时他愣了一下，没有作答，半天才嗫嚅着说：“只怕……只怕以后，你跟着我会吃苦。”

“不怕的。”她小声说。

他不再说话，轻轻叹了口气，在她看来，他算是答应了。

回到家，她把两人的事告诉父母，遭到他们的强烈反对。父亲是工厂的老职工，认识他，对他的印象不好，一直就反对他们交往。理由是，他是个不上进的男人，懒散，没事业心，还跟外面社会上一些不务正业的年轻人来往，女人跟了他，以后绝对没有好日子过。尤其现在，工厂效益每况愈下，有能力的人都自己出去单干了，而他还在流水线上混着，一个月只有几百块钱。这样的男人，没前途的。

不仅父母，当初开他们玩笑的同事中，和她关系走的近的，也反对她嫁他，理由和父母一样，说这样的男人喜欢可以，绝对不能当丈夫。

她却铁了心一般，不管谁劝，就是一句话：我就要跟他。

父母失望至极，母亲冲她嚷：“你这是拿自己的幸福赌博！”

她抬起头，斩钉截铁：“就算是赌博，就算会输，我认了。”

所有人的阻止都无济于事，24岁，她嫁他为妻。租了套小房子，从家里搬了出去。这也似乎更证明了大家的猜测，他是她本命年的劫。

可事实却出乎所有人的意料，结婚后的他，像换了个人，分外地刻苦努力起来。他先是离开半死不活的厂子，断了外面那帮乱七八糟的朋友，去一家私企跑起业务。开始时

没底薪，他又是外行，不知道走了多少弯路，费了多少心思，总算艰难的在那家公司站住了脚。那一年，她看着他变得又黑又瘦，大夏天顶着太阳走在快被晒化的柏油马路上，汗都顾不上擦。晚上几乎没有在10点之前回来过，一回家，躺在床上，衣服不脱就睡着了。

一年后，他的工作走上正轨，业务提成渐渐多起来，而她却下岗了。索性，他不让她再出去工作了，安心待在家里，等着做母亲。

孩子出生的时候，他做到了业务经理，手里有大把的客户，还在业余时间重新学了英语和日语。公司给他配了车，他们按揭买了新房子，每个人都看见了他的大好前途。

这时的她，因为生孩子，胖了许多，又总不出门，穿衣服随意起来，和他站在一起，竟让人有种不相配的感觉。此时，当初替她担忧过的人又开始有了新的担忧，担心长着一对桃花眼的男人，会在这个时候离她而去。这个年头这样的事，简直就是数不胜数。

但这次，大家又看错了他，在他人生和事业不断攀升的日子里，他爱她始终如一。那爱，比恋爱时不知扎实了多少倍，是贴心贴肺的呵护。从意识逐行的大事，到心情喜好的小事，他面面俱到，从来没有忽略过。从她坐月子起，每天晚上，都是他给她洗脚，这个习惯一直被他保留了下来。

他从来不隐瞒对她的情感，有时同事和朋友开玩笑说：什么都换了，现在该换老婆了吧。他摇头，认真地说：这辈子，就是她了。

她的幸福，让所有人渐渐无话可说。其实当初她也不确定会拥有这样的幸福，那是她只是爱这个男子，舍不得离开他。哪怕跟着他吃苦，像她说的，她认了。

那天晚上，他又给她洗脚，温暖的水中，他一如既往，把她的脚握在掌心。她忽然笑着问：“怎么会对我这么好？”这个问题其实已在她心里存了很久，她甚至还想问：如何会在结婚后，变了一个人？只是觉得不妥，所以只问了这一句，半开玩笑的口吻。

他依旧蹲在她的面前，握着她的脚，抬起头来，看了她片刻，然后认真地说：“因为当初，你拿了自己一生的幸福做赌注，要跟着我，你是这个世上唯一这样信任我的人，我怎么舍得让你输。”

她看见，向来爱说爱笑的他，说完这句话，眼圈就红了。

摘自《人生与伴侣》2008年第11期

图片来源于网络(百度图片搜索)

# 以后吃东西要注意

很多食物单吃得益，可要是放在一起吃？那可说不准了：



## 不能一起吃的食品：

1. 红薯和柿子——会得结石
2. 鸡蛋和糖精——容易中毒
3. 洋葱和蜂蜜——伤害眼睛
4. 豆腐和蜂蜜——引发耳聋
5. 萝卜和木耳——皮肤发炎
6. 芋头和香蕉——腹胀
7. 花生和黄瓜——伤害肾脏
8. 牛肉和栗子——引起呕吐
9. 兔肉和芹菜——容易脱发
10. 螃蟹和柿子——腹泻
11. 鲤鱼和甘草——会中毒



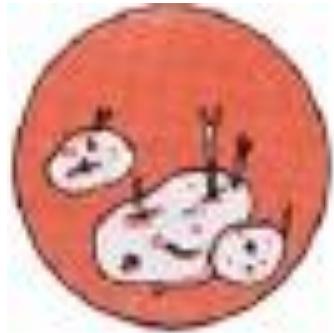
## 以下食物在两小时内

### 可不能同吃哦：

- 羊肉忌西瓜——同食伤元气
- 牛肉忌栗子——同食呕吐
- 柿子忌螃蟹——同食腹泻
- 鸡蛋忌糖精——同食中毒
- 兔肉忌芹菜——同食脱发
- 鹅肉忌鸡蛋——同食伤元气
- 洋葱忌蜂蜜——同食伤眼睛
- 黄瓜忌花生——同食伤身
- 香蕉忌芋头——同食腹胀
- 猪肉忌菱角——同食肚子痛
- 豆腐忌蜂蜜——同食耳聋
- 萝卜忌木耳——同食得皮炎
- 狗肉忌绿豆——同食多吃易中毒
- 马肉忌木耳——同食得霍乱
- 牛肉忌毛姜——同食中毒死亡
- 羊肉忌梅干菜——同食生心闷
- 鸡肉忌芥菜——同食伤元气
- 驴肉忌黄花——同食心痛致命
- 兔肉忌小白菜——同食易呕吐
- 鹅肉忌鸭梨——同食好生热病
- 黑鱼忌茄子——同食易得霍乱
- 海蟹忌大枣——同食易得疟疾
- 芥菜忌鸭梨——同食发呕
- 马铃薯忌香蕉——同食面部生斑

不宜吃的食品：

- 1、发芽、发青的土豆有毒，不能吃。
- 2、新鲜的黄花菜（金针菜）有毒，不能吃。
- 3、没有炒透的四季豆、扁豆有毒，吃不得。
- 4、老鸡头（5年以上鸡头）有大毒，吃不得。
- 5、嫩炒猪肝，含有毒素，不宜吃。
- 6、皮蛋、爆米花含铅特别多，儿童不宜吃。
- 7、烤焦的食物不能吃，吃后易患癌。
- 8、烂姜有极毒，能坏死肝细胞，切不可吃。
- 9、生豆油含有苯，会破坏造血系统，不可吃。
- 10、久煮的水含有亚硝酸盐，吃则易生癌。
- 11、太烫食物不能吃，易烫伤消化道引起癌变。
- 12、未熟透的豆浆不能吃，吃易中毒。
- 13、腌制的食物含有致癌物质，不宜多吃。
- 14、烘烤的肉串类、鱼片含致癌物，不宜多吃。
- 15、柿子空服易患胃内柿结石，千万不要吃。
- 16、食品添加剂、人造食素、香料、香精、皮蛋、方便面、午餐肉、油炸食物不宜多吃。

食疗歌

盐醋防毒消炎好，韭菜补肾暖膝腰。  
萝卜化痰消胀气，芹菜能降血压高。  
胡椒去寒又除湿，葱辣姜汤治感冒。  
大蒜抑制肠胃炎，绿豆解暑最为妙。  
梨子润肺化痰好，健胃补肾食红枣。  
蕃茄补血美容颜，禽蛋益智营养高。  
花生能降胆固醇，瓜豆消肿又利尿。

鱼虾能把乳汁补，动物肝脏明目好。  
生津安神数乌梅，润肺乌发食核桃。  
蜂蜜润肺化痰好，葡萄悦色人年少。  
香蕉通便解胃火，苹果止泻营养高。  
海带含钙又含碘，蘑菇抑制癌细胞。  
白菜利尿排毒素，菜花常吃癌症少。

摘抄自《生活百科》

注： 图片来源于网络(百度图片搜索)

【企业文化】

## STI广播操比赛花絮

STI首届广播操比赛中，上至老总、部/课长们，下至一线员工，一丝不苟做着每个动作，充分体现团队协作精神和集体荣誉感。副总、工会主席领衔的裁判&工作人员，始终保持紧张工作状态，保证了比赛顺利完成。各领队在队名、配饰、口号、道具上动足了脑筋，比赛中常有意想不到情景出现，让观众们笑痛了肚皮。

愉快比赛之后，倔强萝卜队摘得一等奖桂冠，红富士队、候鸟队、猛虎队获得二等奖；海鸥队、黄牛队、飞鹰队、麒麟队获得三等奖。张课（海鸥队）、陆主任（倔强萝卜队）、王课（候鸟队）荣获优秀领操奖。

平井副总为冠军队颁奖

徐主席为二等奖团队颁奖

陈主席为三等奖团队颁奖



倔强萝卜——真倔强~萝卜头儿惊吓了裁判~



候鸟——打响头炮~展翅高飞~



猛虎——精彩压轴~猛虎变形~



海鸥——美女围绕~他在丛中笑~



飞鹰——男女搭配~做操不累~



黄牛——非常时期~不忘防疫~



麒麟——重在参与~其乐融融~



~~美“虎”图~~



~~兼职DJ~~



~~看客芸芸~~



裁判&裁判长——辛苦并快乐着~~



工作人员&公证员——身兼数职~~



# STI忘年会花絮

詹总颁发“突出贡献奖”



优秀员工代表

平井副总颁发“安全生产团队奖”



日式杂技表演~~平井副总&诧间部长



舞蹈《斧头帮》



小品《唐伯虎点秋香》



游戏《小二黑上新传》



木兰扇《西湖山水》



黄梅戏《对花》



2010年7月 第3期 · 总第十三期 · JTT 主编