

晨光

Chenguang



DAYANG大陽

总刊第五十五期

二零一三年第四期 (季刊)

深圳大阳晨光编辑部



[点击查看源网页](#)



大 阳 《 晨 光 》 编 辑 部

顾 问：郭宁康 林 芃

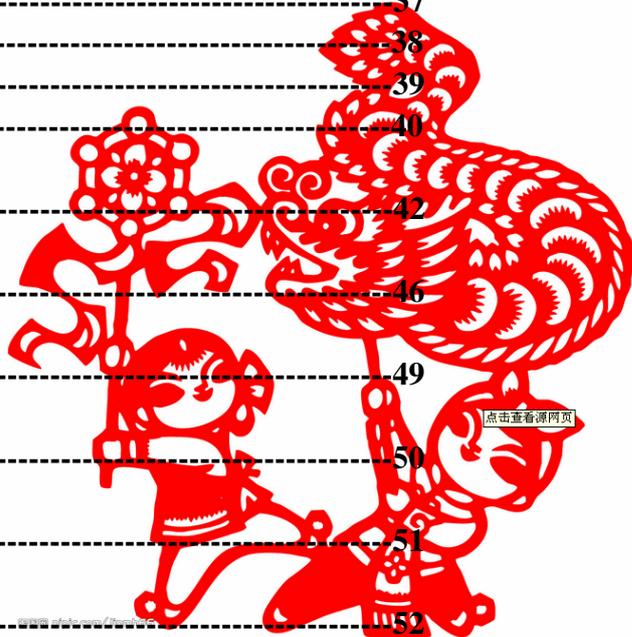
主 编：李 鸣

副主编：谭雪林

编 委：刘汉群、彭淑芳

目 录

【卷首语】	先进之旅-----	1
【大阳风采】	一个班长的足迹-----	2
	闪耀的舞台-----	5
	先进香港游-----	7
	晨光赞-----	10
【照片集锦】	照片集锦-----	12
【七彩生活】	米赛尔-----	16
	缅怀过去 驻足今天 展望未来-----	17
	打工心声-----	18
【情感世界】	春天的故事-----	21
	一米阳光-----	22
	那夜走进梦乡的人-----	24
【随感杂谈】	向曼德拉学什么-----	27
	改革的魅力-----	30
	节约你我谈-----	32
	正能量之毅力-----	33
	小谈节约-----	35
【中学生作文】	我们的《骆驼祥子》-----	37
	寻找深圳的味道-----	38
	宽容-----	39
	收糖的乐趣-----	40
【文章摘抄】	气质培养语录（上）-----	42
【我爱环保】	地球之殇-----	46
【诗歌拾贝】	七绝二首-----	49
【开心果】	开心一刻-----	50
【大事记】	大事记-----	51
【晨光寄语】	晨光寄语-----	52



点击查看源网页

先进之旅

谭雪林

2013年11月30日和12月1日的2天时间，公司组织了2012年度先进个人去香港旅游，先进个人怀着无比喜悦的心情，踏上了心往神驰的香港之旅。先进个人从紧张忙碌的工作岗位解脱出来，他（她）们那份压抑了的心情得到了极大的释放，紧绷的神经得到了极大的舒展，他（她）尽情地享受着属于先进的那一份奖赏和鼓励，那是他（她）们一生中最大的光荣和荣誉。

人们对先进总是怀着崇拜和敬仰的心情，因为先进是群体中最优秀和最出色的代表，他（她）们在平凡的工作中，一丝不苟，严谨认真，勤勤恳恳，任劳任怨，保持着激昂的工作热情，和乐观向上的人生态度，敢打敢拚，勇往直前，他（她）们热爱大阳，关心大阳，把自己的青春和热血洒在大阳这片为之奋斗和骄傲的热土。



公司需要勇于开拓，激流勇进的先进工作者，对于先进工作者，公司给予表彰和奖励。弘扬和发扬先进工作者认真敬业、脚踏实地的工作作风

和积极向上、勇于创新的工作态度，激励和鼓舞更多的大阳人为了大阳的发展奋发图强，勇攀高峰，是公司倡导的大阳精神的发扬和光大，是大阳企业文化的精华，是构建和谐大阳，提升大阳正能量的基石。

“有志者事竟成”，大阳从一个作坊式的小厂，通过大阳人二十几年的艰苦创业、励精图治，实现了跨越式的发展，成为一个颇具规模、实力超群、充满活力、声名远扬的现代化的大中型企业。大阳的发展，离不开先进工作者的呕心沥血、无私奉献，离不开大阳人的荣辱与共、同舟共济。让我们以先进为榜样，学习先进，争当先进，戮力同心，开拓进取，把大阳的事业推向一个新的高峰。

一个班长的足迹

李鸣



2001年一个夏天，几个男青年走进了太阳公司大门，其中一位个头很高的青年引人注目，他的名字叫吴杰，这一天，他走进了太阳。

初入太阳，就被“粘住”了

吴杰是从湖南一所职高学校毕业的，毕业后就被推荐来到深圳，进入太阳是他的第一份工作，可也是一直干下来的工作。从2001年起到今年已是十三个年头了，吴杰就

在太阳整整工作了十三年。现在人们都说，在一个公司干上十几年真是少见，也真不容易。对于吴杰来说，他经历了从认识、熟悉，到热爱的过程，别人也戏称他被太阳“粘住”了。

是什么把他粘住了？那是他对人生、对工作淳朴、执着的性格，也是太阳的特色共同产生了作用。

吴杰进入太阳就分配到大阳电工镀绕班，当时车间只有七台镀绕机，他跟师傅周传民学习了三个月，出师后就独当一面，顺利地开起了一台机，每天工作十二小时，生活规律是三点一线。对于简单的生活，吴杰并不感到枯燥乏味，而是觉得蛮有意思的，学到了不少在家里学不到的东西。白天，紧张繁忙地开机，晚上，同几个老乡出去散散心，还到公司图书室找几本小说看看。这样的日子就很快过去了。吴杰回忆起那个时候说道：“我的生活比较充实、辛苦，但也快乐。”

湘乡青年，在这里发光发热

吴杰老家是湖南湘乡，来深圳之前一直在家乡读书。湘乡人杰地灵，人才辈出，湘乡人有着吃苦耐劳的精神，有着敢想敢干的性格，这些特点在吴杰身上都有体现。

2006年，吴杰凭着努力肯干、聪明上进的优点，被公司提升为镀绕班副班长。上任以后，他积极配合班长抓现场管理，抓产品质量，班组面貌有新的起色，受到上级领导的表扬。

吴杰在工作上注重以身作则，虽然没有开机任务，但主动替请假、轮休的班员顶班开机，还有搬运线芯、清扫现场、领用材料等辅助工作他都积极去做，为班员减轻了一些负

担，成为大家的好帮手。

他不仅管理班组，还承担了带徒弟任务，先后培养了六个徒弟，都成为操作能手，至今还有两个徒弟在班里工作。

2007年8月，吴杰被提升为镀绕班班长，挑起了领导全班20多名班员的大梁。工作担子和压力加重了，但他心里有谱，凭借几年带班的经验，他找准工作重点，甩开膀子大干起来。

镀绕的产品质量不太稳定，原因是新手多，技术不熟练。他花精力培训新手，上班时教新手升温、配锡、调排线，下班后在宿舍里又同新手们交谈，总结开机体会。有一个入司不久的青年觉得开机好难，他耐心地开导他，引导他，上班时教他操作要领，使这个青年熟练起来，后来还评上了技术比武状元。



吴杰担任班长这些年，镀绕班换了不少班员，他们大都是90后。说起90后，如今已是职工队伍中的主要角色，可他们又是最有动态感的青年。吴杰是80后青年，但他说90后比起我们更有特色。他们个性强，思想活跃，接受能力强，但不乐意接受批评教育，脾气有些暴躁。他还说，工作中也时常受到90后青年的顶撞。

吴杰虽然长得高大、壮实，但心里倒有几分细致，他同90后青年接触有自己的方法，对他们多了解，多沟通，遇到气不顺时，多开导。他没有在班员面前摆架子，不给他们感觉到居高临下，班员们都服从他，配合他。自从他当班长以来，班组内部关系比较融洽、团结，这一点完全是吴杰的功劳。

2008年，公司在塘尾设立了一个分厂，吴杰被调到那边担任镀绕班长。由于是新建立的车间，很多工作都是从零开始，困难不少，吴杰紧密配合上级主管，抓生产，抓管理，很快就让镀绕机转动起来，生产的镀锡线都是合格品，废品很少。公司领导和主管走进车间时，对镀绕现场良好面貌大加赞赏，这一刻，让吴杰笑得十分开心。

爱情、事业，都溶入这个年代

2002年春节之后，吴杰同几个老乡出去玩，认识了邻居工厂友利电公司的姑娘。友利电是一个“女人国”，一万多名员工，女员工占了百分之八十，她们是塘尾最大的风景，也给当地男青年许多机遇，吴杰就遇上了。他认识了一个姑娘叫房清艳，老家在河南。通过一段时间的接触，彼此有了好感，产生了爱情火花。两年后，俩人终于走进结婚殿堂，

成为夫妻。不久，房清艳也被招聘到大阳公司，在品管部质检班工作。夫妻共入大阳，一起工作，让吴杰更有工作劲头，扎根的思想更加牢了。

吴杰虽然一直在镀绕班工作，但不是固步自封，原地踏步，他每一年都使出点新招把工作搞好。

针对工艺执行问题，他积极抓了员工机台操作方法、手法，监督大家严格执行工艺纪律，对违反者毫不留情，进行批评教育。

针对小线规格产品质量问题，他提出了一些合理化建议，得到公司采纳，质量稳定了很多。

针对现场“7S”存在的问题，他大力抓物品区存放管理，抓机台卫生，抓员工动作习惯，每一个细节都不放过，不断地用“婆婆嘴”，使大家耳熟能详，硬是把不规范的地方，把脏乱的地方整顿好了，“7S”工作终于得到公司的奖励。

吴杰的妻子房清艳在质检班也干出了成绩，工作不久就当上了班长，在品管工作中发挥了很大作用，成为部门主管的好帮手。吴杰和房清艳是大阳唯一的一对夫妻班长，是大家都夸赞的好班长。

2004年起，吴杰多次被评为公司先进个人，荣幸地参加了公司组织的先进旅游，上海外滩的繁华，桂林山水的秀丽，香港迪斯尼的欢乐，都给他留下了深刻的印象。几年的先进个人资历，先进荣誉，成为他热爱大阳，奉献大阳的例证。

二十一世纪是崭新的年代，是年轻人机遇和挑战的年代。吴杰离开学校后就踏上了新时代创业干事的道路，来到深圳，他溶入了建设大军，来到大阳，他找到了施展才干的地方，他为有了这个机遇和迎上了这个挑战而感到骄傲。

新年的向往



屈指数来，吴杰在大阳干了十三个年头，度过了较长的岁月，他感到收获大于付出。

2010年，吴杰被推选为工会小组长，这个名称不大的“官”，却让他兴奋起来，工作之余他可以有很多机会参加工会活动。他带领班员参加拔河比赛、篮球比赛，他还担任了几年的元旦晚会工作人员，学到了不少新知识，丰富了自己的生活。

笔者同他交谈的时候，已是时近年底了，此时此刻，自然会提到新年的打算。他停顿

了一下，又张开笑脸说道：“明年我想把产品质量进一步搞好，使质量更加稳定下去，要继续下功夫搞好现场，争取多得到“7S”奖励。我们班男青年多，希望工会组织多开展与外界交流的活动，解决他们需求，我也会带领他们更积极地参加活动。”

吴杰对于新一年有了不少的打算，体现了一个老班长的成熟，也体现了一个大阳人的爱心。相信他在新的一年会做得更加出色，会有新的升华。祝愿他工作和生活又来一个双丰收！

闪耀的舞台

谭雪林

看，元旦晚会上那个笑容满面，身轻燕展的小姑娘是谁？看，篮球场上，那个凌空展翅，举手投篮的那个小姑娘又是谁？看，舞台上男女对唱的那个小姑娘又是谁？这不是杨春吗？是的，这就是杨春，一个亭亭玉立、满脸笑容、充满自信、青春活泼的小女孩。

早几天，杨春突然向我问起会计方面的事情，我感到奇怪，一个与会计毫不沾边的小女孩，怎么一下子就对会计产生了兴趣，一问才知道，她报名参加了会计考试，并且还通过了二门，只有会计实务这一门还没考。她问了我一些固定资产使用年限及折旧方面的一些问题，我一一向她作了解答。还差一个月就要考试了，我要她多做一些习题。第二次见到她，她已经考完了，我问她考得怎么样，她笑着说，考试挺容易的。听了这话，我先是感到一阵惊喜，继而又觉得很诧异，“挺容易”这三个字竟能从一个从来就没有接触过会计业务的小女孩嘴里蹦出来，着实让我吃惊不小。我说：“会计电算化业务，你都没有操作过，是怎么学会的。”她说：“我每天也要用电脑，也要做一些表格，整理一些数据，会计电算化有很多地方也是相通的，所以慢慢地也就学会了。”她说得很轻松，我听得却很兴奋。她这样一说，我似乎找到了答案，



她是一个会琢磨、会钻研、肯动脑筋的小女孩，学什么不是囫圇吞枣、不求甚解，她懂得举一反三，灵活运用。她接着说：“我做了好多题目，终于弄清楚了‘借贷平衡’这个原理。”她说的借贷平衡，于我而言，是再简单不过了，我接着说：“‘有借必有贷，借贷必相等’，这是会计平衡的基本公式，你能领悟它的实质，实属不易。”她说：“多学一门技

术，也是给自己将来多一种选择。”是啊，未雨绸缪，方能有备无患，我从心底面暗暗佩服她的远见卓识，只是现在的年轻人能专心下来给自己揽份学习的活儿实在是太少了。

说起来，杨春在大阳前前后后的工作也有些年头，翻开大阳“先进工作者”的光荣史册，杨春早在2005年就被评为大阳的先进工作者。2008年她又重入大阳，这次她进入了修模室工作。2010年她被公司任命为修模班副班长，2010年修模班评为公司的先进班组，2012年杨春被公司任命为修模班班长。说起修模班，那可是一个字“好”。走进修模室，你就好像走进了一个小小的魔方室，成千上万个小小的模具像穿了隐身衣一样不见踪影，打开一个个精致的小抽屉，才发现了其中的奥秘，原来这些晶光闪亮的小家伙，都躲藏在抽屉里边一个个小小的方格里，像一串串美丽的珍珠整齐地叠砌着，星罗棋布，熠熠生辉，散发着独有的芬芳。这些小小的模具，在修模员的眼中，那可是一颗颗宝贵的金子，一个个宝贵的生命，每天与这些小精灵打交道，虽然每天很长时间都要寸步不离、眼睛一眨不眨地盯着它们，但是她们没有感到厌倦，也没有感到累，反而感到很骄傲，很自豪，因为从她们一丝不苟、分毫不差的模眼里编织出了美好的大阳。聊起它们，笑意盈盈，如数家珍，娓娓道来，滔滔不绝。这些顽皮可爱的小家伙，在她们的手里，一个个都中规中矩，服服帖帖，全没有往日那般放纵不羁，桀骜难驯，任凭她们这里捏捏，那里揉揉，好像修模室就是它们快乐的幼儿园，修模员就是可爱的园丁，而杨春就是幼儿园的园长。

离开了工作台，杨春又变成了另外一个人，她是一个非常热爱且懂得生活的人，公司的各项活动，总是少不了她的身影。元旦晚会，她悠美的舞姿，随着青春的旋律而跳动，悠扬的歌声，随着飞扬的乐曲而飞旋。哪里有节目，哪里就会见到她的笑容。说起杨春写的文章，那才叫一个字“绝”，看了之后，你一定会拍手叫绝，绝对的会让你赏心悦目，回味无穷，绝对的会让你赞不绝口，掩卷沉思。读杨春写的文章，完全是一种享受，她对生活无微不至的体验，对大自然细致入微的观察，乐观向上的人生哲理，呈现出来的是灵动轻盈、生鲜活泼的笔墨，栩栩如生、热情洋溢的画面，情真意切、诗情画意的乡村美景，春意盎然，趣味无穷的美好风光。常常让人耳目一新，眼前一亮。她的文章有时也会被《宝安日报》《福永》报刊杂志所转载，那是她最幸福的时刻。



杨春在工作上，总是干一行，爱一行，对工作一丝不苟，严谨认真。她乐观向上的生

活态度，给了她无穷的动力，她看上去总是那么开心，那么充满活力，她走到哪里，哪里就是欢声笑语一片。有人说：充满欢笑的人，是最容易成功的人。杨春在她的舞台上，取得了一个又一个的成功，这种成功是来自于她的欢笑吗？我想是的，杨春的欢笑，完全发自于她的内心，这种欢笑没有半点娇柔做作，没有半点掺杂使假，她有足够的底气和足够的自信，因为她有足够的勤奋。杨春会在她人生的舞台上舞得更加精彩吗？你说会吗？一定会的！

先 进 香 港 游

电工制造部 苏科海

在早一个多月前公司就在规划 2012 年度的先进个人去香港旅游，我有幸也成为了其中的一个。香港是我们伟大祖国的一个特区，地处珠江三角洲南部，是亚洲蓬勃发展、实力超强的商业区之一，也是国际贸易和金融的一个大都市。香港是一座自由港，货物出入口没有进口关税，在香港购物很多物品能够免掉 45% 的关税，很实惠，所以香港也有购物者天堂之说法。

这次参加旅游的先进个人有 27 人，知道去香港旅游都心情激动，早早盼望着这一天的到来。11 月 30 日终于迎来了我们香港之行的日子，早上 7:00 出发，6:40 分先进个人们就早早来到公司门口集合，个个抑制不住喜悦的心情，在一起开开心心地笑谈着，讨论着香港的景点、景物，仅有的 4



个女同事，笑称是团队中的四朵喇叭花，在一路上要像喇叭一样给团队带来欢声笑语。门口一起留影后便开始登车向皇岗口岸行进，在过了深圳边检站和香港边检站后便进入到香港境内，车上导游给我们说着香港的风土人情，名人趣事，景点特色，欢笑中来到了我们的第一个景点“黄大仙祠”，黄大仙祠是香港九龙有名的胜迹之一，也是一座著名的庙宇，享负盛名，无人不晓，香火鼎盛，黄大仙祠的建筑雄伟，金碧辉煌，极尽中国古典庙宇的特色。庙宇占地 18,000 多平方米，除主殿大雄宝殿外、还有三圣堂、从心苑等。其中以

牌坊建筑最具特色，是中国传统文化的一大杰作。

参观完黄大仙祠我们又来到星光大道。星光大道以一尊香港电影金像奖的女神雕塑为起点，止点于李小龙的铜像塑像，在长长的 400 多米海边大道上，按照年代依次印着香港电影名人的名字和手印，旨在表扬他们为香港电影作出的杰出贡献。我熟悉的有成龙，刘



德华，周星驰，李连杰等。游览完星光大道便到了中午时分，导游建议吃了饭再游览，便来到酒店吃饭，吃饭的气氛相当好，因有来过香港的同事说在香港的菜不合我们的口味，好多同事都带了湘味的辣椒，加入香港的菜中，那可不是一般的味道，每个同事都吃得津津有味，饱饱的一个。

吃完中饭我们便开始往太平山出发。太平山海拔 554 米，是香港岛最高峰，站在凌霄阁的景台向下看，海天一色。太平山俗称扯旗山，香港以前海盗盛行，在之前没有手机、电话等通信工具的时候，看到有经过的商船便在最高的山头扯旗为信号，对经过的商船进行打劫。如今太平山是香港最著名的游览胜地之一，到那儿，就令人心旷神怡。乘坐缆车从山下到山顶全程一点四公里，只要 8 分钟就能到达山顶，从山上俯瞰维多利亚港及九龙半岛，香港的海湾、建筑、山麓尽收眼底。山顶凌霄阁就是香港杜莎夫人蜡像馆，是专门展览名人蜡像的博物馆。杜莎夫人蜡像馆总馆位于英国伦敦，香港分馆于 2000 年开幕，展出约 100 尊国际、中国及香港名人的蜡像。包括前国家主席胡锦涛、篮球明星姚明、足球明星碧咸（大卫·贝克汉姆）、香港奥运金牌得主李丽珊、著名艺人刘德华、陈慧琳、周杰伦、张柏芝、李宇春等，以及已故巨星张国荣、邓丽君、梅艳芳等，蜡像做的惟妙惟肖，按真人 1:1 的比例造成，同事们都和名人明星蜡像拥抱合影留念。

从山顶下来的路程中我们看到了好多个名人的别墅，这是香港富豪的别墅区，其中有地产大亨李嘉诚、澳门赌王何鸿燊，还有成龙大哥的别墅，都笑着说要去成龙大哥家做客，导游说不熟悉的别说人进去，就是要靠近都会困难，人家家里警卫森严，不是想进就可以进的，名人嘛，就是不一样；哦！就只好打消这个念头。

下山又来到位于香港岛南部的浅水湾，浅水湾有“天下第一湾”的美誉，是香港最具代表性的美丽海湾。浅水湾海滩绵长，坡度平缓，水清沙细，波平浪静，是优良的海滩浴场，要是气温允许，都好想下水畅游大海。

傍晚我们吃过晚饭后到维多利亚港，首先到了香港国际会展中心，那里还能看到中银大厦，我觉得最漂亮，它是玻璃做成的，高 315 米，有 70 多层，它就像个冲天的宝剑，既美观又能档台风。国际会展中心前面有个金光闪闪的紫荆花，这朵紫荆花是镀金雕像，是中央政府送给香港作为特区政府成立的礼物，别具纪念价值。很多同事都在会展中心前，紫荆花前留影留念，尔后，我们乘船游览维多利亚港，港口的夜景真是非常的美丽，在船上海风徐徐地吹着，让人心旷神怡，感叹香港空气的清新，景色的优美。



游船后便回酒店休息了，一部分同事兴致不减，还外出逛香港夜市，采购所需的物品，都是满载而归，一部分同事则没有外出，准备好第二天的迪斯尼乐园游玩。

第二天一早，我们吃过早餐后便开始进军迪士尼，到了大门，赫然映入眼帘的是米老鼠喷泉。花式喷泉把米老鼠高高捧起，米奇则向我们招手，欢迎着我们。我们先坐香港迪斯尼乐园迷你小火车，每列火车能坐 288 人，火车有两列，另设火车站，名叫幻想世界。迪斯尼乐园共有四个景区，有探险世界，幻想世界，美国小镇大街和明日世界。了解好游戏项目后，便开始找自己喜欢的项目玩，玩了疯帽子旋转杯、飞越太空山、玩太空飞碟，还去玩了巴斯光年星际历险，它是互动式探险旅程，让你帮助巴斯光年将宇宙从索克天王的魔掌中拯救过来，去玩了森林河流之旅，玩这个娱乐项目的人可太多了，我们排了半个多小时的队，才上了船。

因为游戏项目众多，大家兴趣不一样，约好集合点后，同事们便慢慢开始分散去玩了。到了中午，就在园内解决午餐。园内午餐还真不便宜，吃个简单的快餐都是 80—100 港币一份，为了肚皮不造反，也只好心疼一回了。园内的风景真的很优美，玩的项目也很多，可在下午 1 点多后，同事都慢慢开始出园往集合点走，原来同事们都没有忘记，来香港两天了，还什么都没有买，不得不提早出园去最近的商场购买所需的物品。

5 点钟在园门口集合，还有更重要的惊喜在等着我们，就是董事长在酒店请同事们吃饭，大家都欢呼雀跃，说这是来到老板的家里了，一定去老板那好好吃一顿。来到酒店，老板还没有到，董事林淳源来了，带我们在酒店入座后便点菜，还真让大家好好享受一顿，有龙虾、鲍鱼。点菜等待时，老板一进来就笑呵呵地来了句“欢迎大家来到香港”，我们也一起向老板问好。老板坐下来跟我们一起聊着天，问我们的旅游路线，景点风景情况，介绍好玩的景点情况，问我们玩得开不开心，和我们有说有笑聊着，感觉老板和董事很是

和蔼，平易近人，而且说话很是幽默，时不时逗得同事们哈哈大笑。吃完饭后，因为时间关系不得不开始上车离开香港，老板和董事一直将我们送到车上，我们一一和老板道别，



老板说欢迎我们明年再来香港玩。我们一定会来的，因为，香港我们还没有玩够。

在回来的车上，同事们收获不少，身边都是大包小包满载而归，还在议论着哪里哪些点还没有去，哪些没有玩，都是意犹未尽。是的，都是一样的心情，还没有尽兴，心里也在默默的想着：香港，我们一定还会来的，因为你太美了。

《 晨光 》 赞

无忧

每一次日出，都带给了人们新的能量和希望；每一次雨水的降落，滋润了大地的万物，使其焕发出勃勃生机；每一次播种时松土施肥，会让种子快快发芽茁壮成长；也正如每一次《晨光》的出刊，带给了太阳人心灵上的洗礼，思想上的鼓舞一样。

《晨光》是一台录像机，从中我们能看到太阳的过去。它记录了太阳的感人事迹，精彩瞬间。书本是文化传承的载体，《晨光》传承了太阳文化。刊物中常写的主题有“优秀太阳人”，其弘扬的是精诚敬业、创新图强的太阳精神，反映出的是勇于拚搏、积极向上的人生态度。《晨光》赞扬先进事迹，让公司的同事们深受鼓舞，从而在各自生命的海洋里扬帆远航。

《晨光》是一面镜子，它能发现工作生活中的问题，并且提出相应的解决办法。工作中难免有疏忽，出现问题及时纠正很重要，也要尽量不犯错误。《晨光》中还谈到过许多像环境保护、节约资源能源的话题，让我们的环保意识进一步加强，了解如何去参与环保以及如何节约等等。



《晨光》更像是一杯茶，喝了它能让人在忙碌的生活中放松心情。在工作之余，打开《晨光》，阅读里面关于描写爱情、亲情、友情的话语，你是否也想起了自己的家人、朋友呢？当看到其中的故事，心灵是否也会为之触动呢？细细地品味之后，是否也会陷入深

深的沉思呢？

清晨之光，让我感觉到的是清新，纯净，希望，不管生活工作中遇到什么困难，我想每天早上从床上起来，我们都要带着清新的态度，纯真的心灵，满怀希望地去迎接每一天的到来，也就像“晨光”一样。

我于清晨打开窗帘，看到第一缕阳光照射进来，内心倍感轻松。于轻松之际写下此篇献给《晨光》。难求言辞优美，但求感情真挚。祝愿太阳《晨光》越办越好！



领导视察，政府支持

10月21日上午，福永街道党工委副书记兼街道办副主任陈佑明、街道办副主任王芳等街道领导率有关部门工作人员来到公司考察，调研企业经营及发展情况，他们参观了车间，召开了座谈会，听取了公司领导情况介绍，对大阳的成就及新面貌给予高度赞扬，感谢职工们为福永建设作出了贡献，同时鼓励职工继续发扬企业精神，争取更大进步。



我爱环保显才艺

公司工会于10至11月举办了“我爱环保显才艺”比赛活动，职工们积极参与，纷纷使出自己的手艺，利用废旧材料制作了一些精巧的手工作品，还创作了环保题材的小说、书法及摄影作品，充分体现了职工们高度的环保意识和对环保有作为的行动。



畅游香港，欣赏东方明珠

11月30日至12月1日，公司组织2012年度先进个人到香港游玩，他们沐浴着阳光，迎着暖风，在香港尽情游玩观赏。紫荆花的气派，维多利亚港的奇景，太平山的风光，蜡像馆的奇趣，迪士尼的欢乐，都给大家带来兴奋，留下难忘。





米 赛 尔

通讯员 杨波

周末，天气刚好，早上暖暖的阳光让人心情愉悦，一行人来到公司门前小店集合，8点半准时出发，目的地——凤凰山、山顶。

最近公司刮起了一阵骑行之风，大家相约骑行，一路笑语欢歌，沿途偶尔交流着开心的点滴，真是能让你无比放松，刹时忘却所有烦恼。

呵！出发了！

此次骑行人数5人整，阿军、有为、刘颖、我、还有华哥。刘颖今天是第一次骑车上山，大家对他能否一口气骑上山顶，都持有点怀疑与期盼。但随即“大神”（刘颖绰号）信心满满，“怒斥”相关人等，表示他毫无压力。一路过来，不经意间已到了凤凰山



脚下。凤凰山近年来旅游指数是越来越高，一路上，台湾美食街、烧烤吧、草莓采摘园、农家乐等等鳞次栉比，环山还修建了单车道，而她就是我们此行的目的地了。

凤凰山的单车道现在在我们的眼里就像是快乐的载体，每当我们骑行在上面，能有的除了快乐还是快乐，哦，对了、还有汗水，呵！开心的汗水！

今天大家看来状态都不错！有为说了，今天大家来回骑行爬坡两次，说到这里，华哥笑了。华哥作为我们队里目前最大的80后，还是很有发言权滴——小意思啦。每次的骑行华哥都“不落人后”，总是静静地、远远地、跟在队伍的后面，呵！

说到这里，要说说阿军了，作为我们骑行队里装备最齐全的“腰力王”，那是装备一流，体力也是一流。每每爬坡，他总是第二，羡慕无数队友与路人呀！咦！你说第一是谁？唉，不好意思讲啦，那当然是主角的我啦！呵！开下玩笑！

现时节，已是初冬了，可深圳的天气却让人感受不到她的到来。凤凰山上的抹抹绿意、空灵的鸣啼，总让你误以为身在春天里。每当你骑行其中，能感悟到

的只有轻盈与舒心，这就是让我们坚持骑行的动力。

每一次的骑行，每一次征服，凤凰山的单车道，成了我们骑行队里大家耐力的考验。每一次到达山顶，都会告诉自己，原来能有一个让自己不断坚持下去的、正能量的爱好，会如此开心！

对了，你问我文章的主题怎么会叫“米赛尔”，呵！因为主角的车——是“米赛尔”牌的！

缅怀过去，驻足今天，展望未来

金馨



任凭秋风的萧瑟，却远没有让路旁的行人留下“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的美丽壮观印象。昨夜的一袭风，把整个大地吹进了冷冷的冬天，今年的冬天来得格外早些吧！

早早地起床拉开窗帘，第一缕阳光打在身上的感觉真的很舒服，两年前的我也是在这样一个早晨，开始融入大阳公司，融入

普通打工一族简单而充实的生活。

时间像指缝间的流沙，细细缓缓地流着，即使努力地紧握双手，依旧留不住它逝去的脚步，那就算了吧！是往事总要随风飘散，自己最珍贵的两年光阴能够留在大阳何尝不是一种缘分。回顾起刚来大阳的一段日子，对于大阳的一些企业文化都不了解，懵懵懂懂地工作一段时期后才渐渐熟悉。时至今日，秋去冬来又是一个年头将要过去，来到这里从陌生到熟悉，至今日的喜爱，不知不觉，我在这里已走过了两年。细细想想，身处这里的我是不是也成为了大阳不可或缺的一员。

时间就是这样，总能洗涤出最纯真的自己，和呈现先前永远无法预知的未来。

上班的路上，陆陆续续提着包包和早餐赶来上班的人愉悦地谈论着各种话题，小小的深圳，小小的大阳公司，却交织着大半个中国的各种方言，腔调。亲切而温馨。天很蓝，云彩，也真的好干净。

去上班了，一如既往的，只是今天仿佛更加惬意，更加激情。我决定，今天要对每一个同事报以最真诚的微笑，认识的，陌生的。对每一个打来的电话更加地谦和、礼貌，态度好的态度坏的……今天的我要改变好多，要成长好多。经过厂房的路上，看到大家都干得如此卖力，开机师傅唱着小调，熟练而娴熟地控制机器，一件件半成品伴着欢乐乐曲从机器上慢慢地变成成品。

我继续走着，看着两年以来一直看着的风景，踏着两年以来每天都走过的那条路，原来路旁的那棵老树早就老了所有的叶子，右手边黑色的瓷片也脱落了一块，一切，仿佛又陌生了。

江水东流，冬日的早晨原来也是如此的温暖，千丝万缕的阳光同时照在身上的感觉让我如此舒畅。秋去冬来，冬逝春临，季节便是这样，人生亦如此。日夜奔流不息的江水，穿越高山，穿越平原，有时水急浪高，惊涛拍岸，有时平流和缓，宁静如镜，但不管路程多么曲折，它总是奔向遥远的前方，奔向大海。

时光荏苒，多希望自己今后的很多个两年能继续留在这里，留在大阳。同时祝愿大阳以后的每一年都业绩突出，永攀高峰，带着这样的期待我要开始新一天的工作了。

打工心声

电工营销部 罗建光

光阴似箭，日月如梭，屈指一数，转眼间在外已度过二十几个春秋。人生能有几个二十几，真是吓人。一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，确实如此，我为碌碌无为虚度年华而后悔。枯木逢春犹再发，人无两度再少年，所以每个人都应该珍惜一分一秒的好时光，因为只有时光才是最公平的。时间虽然过去了，但是许多打工的事情都记忆犹新，回想起来真是有喜有忧，有笑有泪。时间不能倒流，岁月不饶人，一切只能成为回忆中的回忆，外面的世界虽然很精彩，但是也很无奈。

打工这个抽象名词听起来最平凡不过了，可是我认为打工是一门学问，包罗万象，蕴含着深刻的哲理。我国是一个人口大国，打工者众多，有的打工者在外勤学好问，刻苦钻研，抓住机遇，敢于拚搏，利用天时地利人和，在外拚搏几年自己当上了老板；有的打工者经不住金钱的诱惑，走上了违法犯罪的道路，给自己一辈子沾上了污点；有的人为了爱情，为了一点不愉快，想不开而自杀，真是太不值了。人生的路程虽然是漫长的，但是关键的也只有几步，看你自己怎么走，怎么去把握自己。

我不光说别人，也说自己。我十六岁初中毕业，就放弃了读书的机会，走上了社会，开始了我在外打工的生活。我很清楚地记得那是1989年，东拼西凑了一百多块钱，我开始南下来到深圳布吉打



工，由于当时没有一点社会经验没去进厂，因为进厂很麻烦，要这样那样的证件，而我当时仅有一个身份证，进厂完全行不通，无奈之下只进了一个建筑工地。由于当时朝气蓬勃，有的是力气，又苦干勤干，得到了包工头的好评，当时自己很高兴，算是找到了工作，最起码有个吃饭睡觉的固定的地方。当时暂住证管得特别严，抓住了要罚好几百，我记得有一天晚上，跟几个朋友出去玩，刚走到半路就遇到了治安队查暂住证，当时我不顾一切从几米高的河堤上跳下去，结果是人没抓到，但是我的腿摔坏了，有一个朋友被抓走，由于拿不出钱和暂住证，抓去樟木头劳动了三个月才出来。

打工像我这种没技术的，没有少吃苦，也只能解决温饱，不能发财致富，只有知识技术才是硬道理，才能发家致富。所以从小就应该努力学习，不能虚度年华，才能有用武之地。在过去的几十年，我进了不少厂，最感兴趣最有吸引力的要算大阳了。不管从生活条件到车间环境，为了让我们休息好一点，帮我们安装了空调，为我们省时方便安装了洗衣机，吃饭配了餐具，吃了饭碗都不用洗，冲

凉房一年四季都有热水，管宿舍卫生的大姐一天到晚忙个不停，清扫得干干净净。可惜有个别同事仍不懂得珍惜，在宿舍抽烟，上厕所不冲水，洗脸冲凉懒得关水龙头，这样的人确实太不懂得珍惜了。同事们，说实话，能有今天这份工作，确实不易，不要今天工作不努力，明天努力找工作。有的老板虽然有钱，但是根本舍不得花这么多钱来关心员工的生活，只知道自己开奔驰宝马，过着花天酒地的生活，而大阳公司从老板到办公室的所有管理人员每天都面对面对我们员工进行指教，交流工作上的成功经验，千方百计帮我们解决困难，让我们时刻感受到大阳的温暖。我在大阳一干就是几年，从来没有厌烦的感觉，称心如意像春天一样的温暖，跟家一样的感觉。公司每年为了让我们能平安回家过年团圆，提前帮我们订好车票，回来怕我们买票困难，就连返深的车票都一块订好，只管按时来就可以了。所以，同事们，大阳值得我们留恋，更值得我们珍惜，我们应该以饱满的精神，认真的工作，对待每一天。祝明天的大阳更加灿烂辉煌。



春天的故事

刘汉群

十八届三中全会的召开，续写着中国改革开放的新篇章。

35年前（1978年）的十一届三中全会，给中国的改革开放指明了方向。作为改革开放的见证人，我们深知“发展才是硬道理”的真正含义。

上世纪六、七十年代，深圳的青年，大多数都有偷渡去香港的想法和行为，无论多么严厉的措施，都没法改变这一现状。改革开放的总设计师邓小平同志得知后，以超前的眼观和极大的勇气，深刻指出，这不是深圳青年的问题，而是国家的体制存在问题。

总设计师终于在南海边画了一个圈，1979年在蛇口，袁庚（深圳蛇口第一任领导人）同志开响了深圳改革开放的第一炮。一夜间“时间就是金钱，效率就是生命”的口号，就从深圳传遍了长城内外大江南北，改革开放的大潮席卷全国。

翻两番的目标提前5年就实现了，即国民生产总值从1980年的7100亿元，增加到2000年的28000亿元。35年前的7100亿元是全国的总量，而今天有些富裕的县域经济，就远远超过了这个水平。



城市和农村的改革在同步进行。土地承包、土地归农民使用，

老百姓的积极性一下就调动起来了，连续35年，中国的粮食获得了丰收。几千年都要上缴的皇粮国税也取消了，种粮户每年都有200元/亩的种粮补贴。国家新农村的建设和城乡一体化的进程，使中国农村呈现出一片生机，家家户户都建起了楼房，小部分先富裕起来的农民也买上了小汽车。

我们是改革开放的见证者，也是改革开放的受益者，1998年，深圳的最低工资标准是350元/月，随着新劳动法的出台和完善，深圳的最低工资标准已调整到了1600元/月。短短的15年时间工薪一族的工资也翻了两翻。

20年前，只有大老板才能买得起手机（当时叫大哥大）当时一部大概在20000元左右。1978年整个珠海市也只是一台黑白电视机。今天的中国手机数量已突破了12亿部，高档

的家用电器已走进了平常老百姓的家庭。

我们是改革开放的受益者，更是改革开放的参与者。国家的富强离不开我们的付出，有耕耘就有收获。

35年过去了，从摸着石头过河开始，在社会主义市场经济的框架内，使中国发生的翻天覆地的变化，通过短短的35年时间，使我国成为世界的第二大经济体。

35年后的今天，十八届三中全会的召开，重点依然摆在民生、教育的公平、资源的再分配、社会保险双轨制等问题上，我想通过中央正确的决策，继续深化改革，在不久的将来，我国很快就会成为世界第一大经济体，到那时，我国的体制会更加公平公正，民生将进一步改善，国家更加繁荣昌盛。

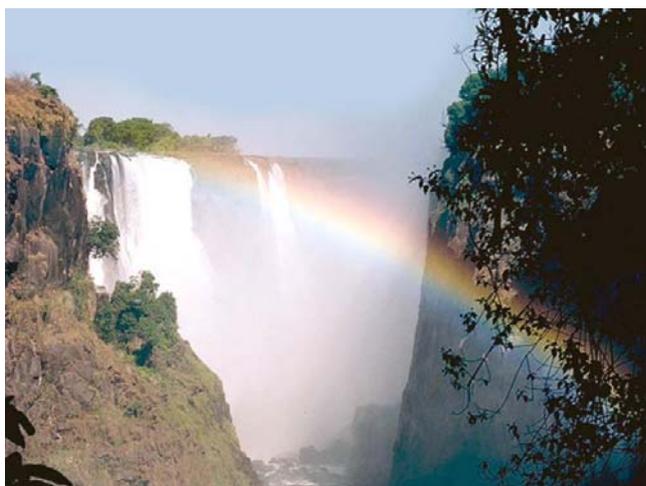
一米阳光

通讯员 阮献辉

楔子

当一缕晨曦推开我窗，就迎来了第一抹霞光，还没来得及回味，一米阳光就给我披上淡淡的彩妆，单调重复，仿佛一觉醒来，大半年就这样在指缝间悄然滑过……

有时候扪心自问，在走过的每一个季节里，我收获了什么，又失去了什么，答案总是在窒息迷茫中搁浅，一次次疑问，一次次无果，也许这就是生活吧。每每觉



得心海如泛滥的狂潮，想要咆哮出一片自己的天地，却总在涌动的狂潮里被泥沙耗尽了所有的力量……

当一个人静下心来，品味亲情，珍藏友谊，笃定爱情时，就觉得他们在眼前重影叠幻，朵朵粲然，朵朵绽放，又如飘零的花瓣，随风翻转，慢慢汇聚成的风景，美得让人心颤，渴望——也期盼着有梦想一样的圆满，尽管知道有一些奢望，有一点渺茫……

轮椅先生

每说起深秋，我就不由自主想起这样一个故事。故事发生在上个世纪八十年代初北方的某一村镇，那里农村大都以体力劳动为主，很少有机机械，在一条乡村大路上，一位满身

肌肉的壮汉拉着装满一车各种各样的秋季农产品，高高地像一座小山似地堆在车上，车前面根本看不到车后面，壮汉迈着稳健的步伐快步向前迈进，丝毫看不出吃力的样子，人借车的推力，倒也省了许多力气。正当迈着稳健的步伐前进时，壮汉面前出现了一个比较陡的坡，他心犯嘀咕，再看四周，此时正是中午，连一个人影也找不到。面临着陡坡，这位壮汉真的有一些犯难。

“小伙子，拉不上去了吧。”根本看不到后面人，更不可能去后面看，一松手可能就回退下去。

“是啊。”这位壮汉心中一喜，有人帮忙就行。

“好吧，我帮你。”

“一二一，……”后面大声喊着口号，仿佛用尽了全身的力气，这位壮汉紧紧握住车把，两脚紧扣大地，粗壮有力的双腿，稳健地一点点如蚂蚁一样缓慢地向高坡移动。

“再加把力，一二一，……”快到坡顶，后面那个人喊得更有力，如同雷鸣，振奋人心。

一步、二步、三步……终于爬到了山顶，停稳车，走向车后，准备躬身向他道谢时，这位壮汉一下子愣住了。

“不用谢，我并没有帮你，”一位坐轮椅的年轻人淡淡一笑。“我真的没有帮你，只是喊了几句口号。”“谢谢”，那位壮汉依然说了一声“谢谢你帮我！”

每每想到这则故事，我真的很佩服那坐轮椅的年轻人那种潇洒那种自信的人生态度，



我也想那位壮汉的收获不仅仅是一句加油口号，而是那由衷真诚的心。我们青春何尝不是一台人力车，不正是用自己的心血开路，我们青春的人力车不进则退。想想自己在太阳的日子里，何尝没有遇到过困难，爬陡坡时，心里打过退堂鼓，妥协过，周围的同事也许不经意的一句话，却温暖了我的心灵，如同一盏明灯，虽然不能直接给我什么，但我收获了一颗比金子还真的、温暖诚挚的心。

收 获

当夜色如水，月色阑珊，我喜欢一个人关闭自己的房门，置身一片昏暗里，聆听深秋的声音，当真的静下心来，仿佛听到家乡墙角桂花飘落的声音，轻触我一颗游子的心瓣。

有时想来，我们的日子不正如一株墙角里绽放的菊花淡淡飘香，暗自芬芳，静静伫立

一隅，静静地绽放，平淡中守着日出伴着日落，虽然平庸，也是用生命谱写出平平仄仄的音符，记录下光阴里穿过繁花的平淡，点点滴滴的沧桑。

在平淡的日子，总期望以自己饱满的激情，定能收获满满，就如那盎然花园，能开出花儿朵朵，飘散持久的香气，永不凋谢。但更多时候却如同肥皂泡一样，经不起风吹日晒，便消失得不见踪影。

漫漫长跑，遇见了不同的人，感受不一样的风景，到最后收获只有一个简单真实的自己。从周边人的身上，我看到他们有的收获了爱情，有的收获了他们的成功，有的收获了财富。

收获是什么

收获是一种喜悦

是一种付出的甜蜜

是一种成功的色彩

每一个人每一天都在收获

收获对我来说，有时更像一盏明灯，有时也像加油站，平淡之中，我收获了那份宁静与平和，在心情动荡时，我收获了那份焦躁与不安，在生命的潮起潮落中，我收获了那份激情与孤寂，在平淡无奇的人生轨迹中，我收获跌宕起伏、心旗荡漾。

如果你问我，今年最大的收获是什么，我会说，那就是周围的如“轮椅先生”给我无声的帮助。虽然不能给我直接帮助，却一样慰藉我的心灵。无言的加油，无言的呐喊，为我助威，在此我衷心说一句，“谢谢你们”，有你们在我身边，如同一米阳光，给我鼓励，给我加油，有你们在我身边，我就有理由相信，就算我人生的职业再卑微，也会一样有人生的风采，再卑微的梦想持续燃烧也能谱出一段优美的华章。

那夜一走进梦乡的人

通讯员 金巍蓉

初入冬天的一个晚上，奶奶进入梦乡。

是奶奶的床，头下枕着一只干瘦的手，被窝里很是暖和。奶奶紧紧地抱着我，被子也严严实实地包裹着我，奶奶却只盖了一个被角。我问奶奶你不冷吗，多盖点，不要感冒了。奶奶说我没事，我是大人，身体比你好，你盖好自己就可以了。那个幼小的自己听了这话以为是真的，大人的身体比小孩的好。可是睡梦中隐约感觉身边的奶奶渐渐地变得冰凉。

我一觉惊醒，鼻子酸酸的，眼泪挂在眼角。第二天醒来回想起昨夜的梦，原来奶奶真

的离我远去了。

奶奶是个典型的农村妇女，在经历了贫穷苦难的日子里，早就已经磨练出了坚强的意志，勤劳、朴实、善良和乐观的品质。拥有这些特质的奶奶也深受亲戚和邻居们的敬佩和爱戴。

听伯伯说，奶奶是两姐妹，奶奶是妹妹。所以，在那时姐姐就自然而然地被留在家里，奶奶嫁到了离家有十多里路的爷爷家。在跟爷爷幸福、甜蜜的生活中，奶奶给爷爷生育了7个孩子，那时生活条件很辛苦，抚养7个小孩是个很大的负担，能够解决温饱就已经很不错了。可奶奶还想让每个孩子都能上学，奶奶年幼时连校门都没进过，但是她懂得一个道理，只有知识才能真正改变命运。她要让她的孩子们今后脱离贫困，过上美好的生活。她便和爷爷一起总是不分昼夜地忙碌着，虽然辛苦，但他们的脸上常常会挂着满足的笑容，仿佛已经看到了自己的孩子过着幸福的日子。所以我的那些个姑姑伯伯都上了学，虽说没有很高的学位，但那是在同村的其他孩子当中极少有的，就这样奶奶有条有理地操持着这个大家庭。

几个儿女都成家了，奶奶身边又多了许多孙子、孙女。这让满脸爬上皱纹的奶奶身边又热闹了不少，但是随之而来的操劳也增添了许多。听妈妈说，那时她怀我的时候奶奶特别照顾她，每天也时常念着我，等我满1岁半的时候，弟弟就出现在了妈妈的肚子里，由于那个时候计划生育抓得严，妈妈要到外婆家去住，直到弟弟出生，于是我就交给奶奶照顾。在独自由奶奶照顾的日子里，我是享受了所有哥哥姐姐当中最好的待遇了，不是奶奶偏心，是因为我是除还未出生的弟弟当中最小的。在这样的偏爱中成长，我的脾气也随之变大，导致给奶奶带去了极大的麻烦，吃饭不认真，爱挑食，发起脾气来谁都治不住，还喜欢往外到处乱跑，躲起来。奶奶每每都是着急地找到我，再耐心地一口一口地把我喂饱。就这样妈妈带着弟弟回来的时候，看到的我是又白又胖的。想想那时的自己真是又好气又好笑。

等我们渐渐长大了，每逢过年过节都会一大帮孩子聚到奶奶家，然后我们会吃上奶奶亲手给我们做的一大桌美味的菜，她从不会要我们帮忙，怕弄脏了我们的衣服，就这样我们每次都是只管美美地吃上一顿。想想现在的什么名厨大师级的，都没有我奶奶的厨艺好。吃完饭，我们围着奶奶一起烤火，一起听她讲述属于她们那个年代的奇



闻趣事。

大家参加工作、成家立业后，在家陪奶奶的时间就渐渐变少了。那一年奶奶病重，去了医院之后并未完全康复，照顾奶奶的任务就落在了爷爷身上，因为奶奶不想耽误我们，只要爷爷在身边照顾，自己能做的就一定自己做。最终病魔太过凶恶，奶奶终没能敌得过它。我匆匆赶回家时，我看到的是奶奶慈祥的遗像，奶奶真的走了。

工作闲暇之余有时会想起奶奶，想起陪伴我长大的，生命中最最疼爱自己的奶奶。在没有奶奶的日子里，告诉自己，奶奶永远在我的心里。

愿天下的子孙们，珍惜所有的亲情，好好孝敬长辈，不要等到失去时，才发觉留下了许多的愧疚和遗憾。



向曼德拉学什么？

舒间

2013年12月5日，南非首位黑人总统、被尊称为“南非国父”的纳尔逊·曼德拉离开了人世，享年95岁。曼德拉是南非反种族隔离斗争的著名领袖、新南非的缔造者，也是享誉世界的卓越政治家。1993年，曼德拉获得诺贝尔和平奖，2009年，第64届联大通过决议，自2010年起，将每年7月18日曼德拉的生日定为“曼德拉国际日”，以表彰他为和平与自由作出的贡献。曼德拉焕发的影响力跨越国界、种族和时空，他赢得了世界各国从高官政要到普通百姓的尊重，也成为了人们学习的楷模。

那么，我们可以向曼德拉学什么呢？我认为可以从以下几个方面向曼德拉学习。

1. 坚定执着的信念。

1944年他参加南非非洲人国民大会，1962年为反对南非种族隔离，曼德拉被美国中情局和南非种族隔离政权逮捕入狱，直到1990年南非当局在国内外强大舆论压力下，被迫宣布无条件释放曼德拉。此时的曼德拉已经72岁。曼德拉在狱中长达27个春秋，他备受迫害和折磨，但始终未改变反对种族主义、建立一个平等、自由的新南非的坚强信念。

1964年被判终身监禁时，曼德拉将审讯法庭变成了揭露种族隔离制度罪



恶和唤醒广大民众的讲坛。他那长达4个小时的声明是这样结束的：“我已经把我的一生奉献给了非洲人民的斗争，我为反对白人种族统治进行斗争，我也为反对黑人专制而斗争。我怀有一个建立民主和自由社会的美好理想，在这样的社会里，所有人都和睦相处，有着平等的机会。我希望为这一理想而活着，并去实现它。但如果需要的话，我也准备为它献出生命。”

信念的力量是伟大的，它支持着人们生活，催促着人们奋斗，推动着人们进步，正是

它，创造了世界上一个又一个的奇迹。我们每一个人都要像曼德拉一样，坚守信念，追求梦想，坚定执着，永不放弃。

2. 顽强不屈的毅力。

曼德拉度过了长达 27 年的牢狱生活，其中整整 18 年时间，曼德拉在被称作是“活地獄”的罗本岛监狱度过。他被关在总集中营一个“锌皮房”，整日在采石场做工，还受到看守的虐待。粗鲁的狱警、狭小的牢房以及种族隔离制度下傲慢的白人领导人都没能从他身上夺走他的尊严、高贵和正义感。就连刚跨进罗本岛监狱的大门，必须脱光衣服时，他的腰杆也挺得直直的。在岛上，曼德拉依然坚持着身体锻炼，例如在牢房中跑步，做俯卧撑进行锻炼。

曼德拉回顾这段时光时说，“我懂得了，勇气不是没有恐惧，而是战胜恐惧。勇者不是感觉不到害怕的人，而是克服自身恐惧的人。”

世界上没有一帆风顺的事情，成功的道路上也必定会崎岖坎坷，所谓“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。只要我们像曼德拉一样，勇敢面对，顽强不屈，就一定能够获得成功。

3. 积极乐观的心态。

曼德拉一直保持着积极乐观的心态，他说：“有许多黑暗的时刻，人道主义信仰一时经受了痛苦的考验，但是，我将不会也不可能向悲观低头。向悲观低头就意味着失败和死亡。”

曼德拉 84 岁时曾在南非举办了个人画展，作品主题是监狱生活。在 27 年的铁窗生活中，曼德拉用木炭和蜡笔绘画来打发时间，渐渐形成了独特画风：线条简单、色彩丰富。他最喜欢用画笔讲述自己的铁窗故事，但并不选用“黑暗、阴沉”的颜色，而是明亮轻快的色彩，以此来表现自己乐观积极的心态。他说，“我想用乐观的色彩来画下那个岛，这也是我想与全世界人民分享的。我想告诉大家，只要我们能接受生命中的挑战，连最奇异的梦想都可实现！”



有时候，我们不能改变自己所处的环境，但是我们可以改变看待这个环境的角度。我们不能左右天气，但是我们可以转变自己的心情。向曼德拉学习，永远保持积极乐观的心态，能让我们活得更加轻松，更加自在，更加幸福。

4. 灵活务实的策略。

在曼德拉之前，非国大长期主张以非暴力领导反种族主义斗争。曼德拉意识到以前的非暴力运动不能为黑人争取到应有的权力，便于 1961 年创建非国大军事组织“民族之矛”，并担任总司令，计划用武装斗争方式对抗政府的暴力镇压。然而，上世纪 80 年代后，狱中的曼德拉一改拒绝谈判的态度，突然调整斗争策略，确定政治解决南非问题和灵活处理制宪谈判的战略。对于曼德拉，拒绝谈判只是一种策略而不是原则，他是最为实际的理想主义者。他说，“我按照甘地的模式看待非暴力。不能把非暴力看作是一种神圣不可违背的原则，而应当把它看作一种根据形势需要而使用的战略战术。”

原则必须坚持，但策略应该灵活。我们要向曼德拉学习，善于审时度势，与时俱进，勇于探索，不断创新，不要墨守成规，固执己见。只有这样，才能在复杂多变的环境中找到成功的道路。

5. 宽大慈悲的胸怀。



曼德拉一生近三分之一黄金时光牺牲在监牢中，但得势后并未清算施加迫害的白人或倡议黑人主权至上，反而提倡“黑白和解共生”，与白人携手共建南非。他坚信，“有建设美好南非的梦想，就有通向梦想的道路。善良和宽恕就是其中的两条大道。”

曼德拉亲自签署邀请函，邀请当年看守他的狱警参加总统就职仪式，并与他们拥抱，他平静地对他们说：“当我走出囚室迈向通往自由的监狱大门时，我已经清楚，自己若不能把痛苦与怨恨留在身后，那么其实我仍在狱中。”

原谅并不能改变过去，但可以改变未来。宽容是对别人的释怀，也是对自己的善待。我们可以向曼德拉学习，将痛苦与怨恨慢慢留在身后，带着一颗自由而感恩的心灵，去追寻真正属于自己的幸福。

6. 淡泊名利的品德。

1994 年 4 月，非国大在南非首次不分种族的大选中获胜。同年 5 月，曼德拉成为南非第一位黑人总统，他带领南非人度过了最惊险的 5 年。以当时他的国际和国内声望，完全可以继续连任。但是，他不贪恋权力，就在他出任总统仅两年时间，正处于政治生涯的巅峰时刻，即毅然决然于 1996 年 12 月非国大全国代表大会上辞去非国大主席职务，举荐姆

贝基担任，为其接任总统作准备。这一举动震惊国内外。

退休后的曼德拉甘愿做一个平民，不再对国内政策发表意见，他说，“我已经演完了我的角色，现在只求默默无闻地生活。我想回到故乡的村寨，在童年时嬉戏玩耍的山坡上漫步。”

俗话说，“生活原不苦，苦的是欲望过多；心灵本无累，累的是攫取太甚。”人们很容易将欲望与理想混为一谈，其实欲望的尽头是物质的拥有，理想的终极是精神的充盈。我们要像曼德拉一样，追求精神的富足，而不被世俗的名利所羁绊，被膨胀的欲望所压倒。

7. 谦卑自省的修养。

曼德拉曾经说过：“在监狱中，我担心一件事情，那就是自己在不知不觉中会被外界塑造成圣人的形象。对于圣人，有一种世俗的定义，即圣人就是不断努力尝试改变自我的罪人。但星，即使按照这个定义，我也算不上是圣人，我从来都不是。”



曼德拉不是完人。他在《与自己对话》一书中坦诚面对人生，书中写道：“我年轻时是个集懦弱、过错与轻率于一身的酋长家男孩，视野与经验大部分都受到家乡及大学影响，用自大掩盖懦弱。”他的牢狱岁月给他时间深入自己内心，学会控制情绪，学会处理自己遭逢的苦痛。他说，感恩与宽容经常是源自痛苦与磨难的，必须以极大的毅力来训练。

我们都应该向曼德拉学习，正确认识自己，永远保持一颗谦卑的心，不断修炼，不断自省，不断进步。

让我们以曼德拉的这句名言作为本文的结尾：“生命中最伟大的光辉不在于永不坠落，而是坠落后总能再度升起！我欣赏这种有弹性的生命状态，快乐的经历风雨，笑对人生！”

改革的魅力

小路

说起改革开放，我们就自然会想起那一首《春天的故事》歌曲，它把人们带到了那波澜壮阔的岁月和滚滚春潮之中。

改革开放走过了三十五年，中国发生了翻天覆地的变化。经历了这几十年生活的人们印象的确是很深刻的。

说起改革，我的体会最深刻。十三年前，我曾经还是内地一家国有大企业的干部，在

企业中，也曾经提到过改革，但只不过是做些表面宣传，行动上做一点不涉及到利益的事情。可没想到，只有几年的时间，改革终于落到自己的头上了，企业倒闭了，自己被“买断”走人。幸好我此时已在深圳打工，失落感不太强烈，而留在当地的职工们真是一片茫然。

其实像我一样，这些年不断有一些国有企业被兼并重组，或破产倒闭，工人们另谋出路，重新拾回“尊严”，又有许多民营企业诞生，给社会经济带来了转机，给产业工人带来了希望。改革就像一阵风浪，冲击了尘霭旧习，也像一片阳光，催生了无数生机。

改革必定会使一部分人产生阵痛，或是失落，但经过几年的磨练，逐渐适应了这个变化，找到新的出路。我听说曾经的同事到南方创业，干出了一片新天地，有的靠本事溶入新企业，开辟了新的生活。这也就是改革开放给老百姓带来的新时代，新生活。

看待一项政策，一项措施是否正确，是否合乎人意，主要看它的主流，而往后的结果却是最强的例证。中国改革开放三十五年，前期的确是艰难跋涉，风高浪险，而后期却是丰硕成果，

阳光灿烂。

我们过去曾经为计划购物而担



忧烦恼，如今已是物质丰富，随心所取了。

我们过去过着从一而终的日子，如今可以孔雀东南飞，视野无限开阔。

我们过去总是封闭着自己，色彩单一，如今随心绽放，满目的绚丽多彩。

我们过去懂得太少，知道的不多，如今在信息网络时代里纵览世界，通往全球，变得四通八达。

这些都是改革带来的变化，都是开放产生的作用。

我们既是改革当中的运动员，又是改革成果的感受者。点击键盘，就可以看世界，同千里之外的亲人和朋友视聊；买一张车票，几个小时就到了远方的家；买小车的梦想很快能实现，买房子也在盘算之中……

我来到深圳已有十多年，也在大阳工作了这么久，认知、情感、力量都倾洒在这座城市，都付之于工作和生活中。我看到深圳这座年轻的城市正在焕发青春的活力，我看到大阳如同初升太阳正冉冉升起。我深信，改革开放在执政党的运筹帷幄下，一定会更加稳健发展，人民的生活一定会更加幸福。

节约你我谈

彭淑芳

“勤俭自古为美誉，节约至今是佳称。”

“创业艰难尚节俭，守成不易戒奢华。”

——题记

勤俭持家，这四个字，对于大多数人来说都是耳熟能详，特别是老一辈的人，这就是家家户户过日子的家训。在那个物产不丰富，技术不发达，条件不优越的年代，家家户户除了辛勤劳动之外，也只能通过不断的节约，来提供一家人的生活所需。

而对于现在的我们来说，勤俭持家这四个字估计也就是一句老掉牙的训词而已。生活水平的不断提高，技术的不断发展，家里的条件也越来越好，大家享受这美好时光还来不及，谁还惦记着什么勤俭？小时候我们可能还穿过哥哥姐姐们或者是其他亲戚不穿了的衣服，有些甚至还穿过带补丁的衣服，现在你再看看，别说打补丁的衣服了，就连新衣服只要自己觉得过时了的估计都不会再穿，直接买新的去了；小时候的一毛两毛对我们来说那是不少的零用钱，现在一两块小孩子估计都看不上了。

社会的发展速度加快，不少弊端也开始被慢慢暴露，特别被大家质疑与反对的就是关于浪费的话题。资源能源的浪费，物质的浪费，一项项的都成了大家关注的焦点。对于能源的过度使用，对于资源的不断浪费，节约这个话题也慢慢被大家提及。

节约是一个广泛的话题，节约可能是节约一滴水一度电一粒米，也可能是减少资金的浪费与腐败。节约并不是说要你每天都省吃省喝，每天穿破烂衣服，而是根据个人实际情况与现状来施行节约的措施。

拿我们平时的生活习惯来说，每天上下班或者出门的时候都养成随手关灯的习惯，在生活中，对于洗衣服之后留下的水都用来冲厕所或者是拖地，刷牙洗脸的时候也是接好水



就关掉水龙头而不是让水一直流等等这些，都是节约。

拿公司为例的话，注意生活中的各种浪费，加强对资源的有效利用，这些也是节约，就拿我们公司来说，关于节约粮食与资源方面都做得就算是比较不错的。

在节约粮食方面，因为公司是提供吃住的，所以大部分员工中午跟晚上基本上都是在公司的食堂吃饭，每天三四百人的就餐那也是不少的份额啊，我刚开始在公司食堂吃饭的时候，打饭的地方会有类似吃多少打多少的提示，周围的人也会善意提醒。刚开始的时候虽然自己也是按照这样的规定在做，但是觉得很不太以为然也没有太在意这些，觉得会不会有点小题大做了。不就是浪费一点饭么，有什么了不起的，我们国家每年生产的粮食那么多，我浪费一点米根本就算不上什么。有时在电视上面看到新闻报道说，某某政府官员或者是某某企业大肆公款消费与浪费的时候，也只是稍稍鄙视一下对方的行径，但是内心实际只是对于对方使用公款的行为感到愤怒，对于浪费却没有多大的感触，觉得这些跟我们其实没有多大关系。后来接触到的新闻与信息多了才了解，虽然中国是地大物博，虽然中国是产粮大国，但是在我们这边浪费粮食的同时，在中国甚至地球很多地方仍然有不少人食不裹腹，饱受饥寒之苦。据有关部门估计，全国每年浪费的粮食，足够五千万人吃一年，多么惊人的浪费啊！

在采购开销方面，对于那些能使用的东西尽量重复利用，对于实在没有办法使用了的，就货比三家地去找新的产品，而不是随意就问价就订货，尽量节约公司成本，又保证采购质量。这样一点一点的节约，每年也能为公司省下不少的费用。

而且公司也不断宣传以及鼓励大家节约资源能源，举办了不少关于节约资源能源的活动，例如征集节能的文章，制作环保工艺品等等。在公司训导中，节约资源能源也是一大主题之一。

《朱子家训》有云：一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。我们在这里享受的时候，别忘了老祖宗的训导。节约不是口头说说而已，也不是你一时兴起的举动，更不需要你三分钟热度的支持，节约是一项需要我们大家齐心协力长期坚持的活动。节约，期待你的参与。

正能量之一毅力

通讯员 杨春

我相信任何人都希望品尝成功的喜悦，那一览众山小的感觉，多么惬意。我能理解像

一些优秀的企业家，为什么会钟情于极限运动。极限运动就是磨练一个人毅力的好方法，只有你不断磨练，拥有超凡的毅力，你才能在人群中脱颖而出。人与人不一样的就是你的思维能力的训练与个人拥有超凡的毅力有关，我们有时梦想往往只停留在想想而已，而真正指引我们行动的，就是用毅力支撑，坚持不懈，有计划地去完成一个个目标。

那我们应当怎么去理解毅力呢？毅力也叫意志力，是人们为达到预定目标而自觉克服困难，努力实现的一种意志品质，毅力是人的一种“心理忍耐力”，是一个人完成学习、工作、事业的“持久力”，当它与人的期望目标结合起来后，它会发挥巨大的作用，毅力是一个人敢不敢自信，会不会专注，是不是果断，有没有自制和能不能忍受挫折的结果。

在此，本人也乐于与大家分享在本年度与毅力过招之点滴。古人云：学无止境。年初开始与一资格考试较真了，信心十足地买教材，买学习用品，似运动员上赛场般跃跃欲试，活力非凡真难以想象，“一定拿下”的豪言壮语脱口而出。我家那位见势不妙忙泼点冷水：要冷静，冷静，再冷静！不是那么容易的，付出才会有回报，要下功夫才能见真招。此刻顿时无语啦！行动吧，实践是检验问题的真理。

首先，为了突出这个事件的重要性原则，对自己下班后的时间分配问题作一个系统的统计，认为哪些事与兴趣爱好是应该坚决放弃的，哪些是必须保留的项目，然后制定一个合理计划，开始实施，也算是开了个好头吧。不过也得益于前期的准备工作做得充足，刚开始进入学习内容时，说真的头有点晕，好在有位小伙伴提醒了我：好记性不如烂笔头，我们先别急着一下子去理解透彻，先把它慢慢详细的记下来，回去再温习温习，不懂的再相互交流。有了这件小伙伴的提醒，我又更有兴趣和信心了，也结识了更多的朋友。多有意义的事啊！可是这时，真正考验自制力与毅力终于来临了，学习需要静下心来，一环套一环地每个小节地去理解，并把它用记忆力复印在大脑



里，是要反复练习与测试才能做到的，有时看了一小节时，还没进入状态时，大脑便开始不使唤，还早着呢，也该放松一下吧，会休息才会工作吧，好在我及时地阻止这一项命令，要不真的无法无天啦。有时我会大声诵读内容，特别是在做习题时，如一题在非常短的时间内回答正确，这表明我把这个知识点已经成功复印在我大脑里，那就是我的啦，我会用“剪子手”来表示对我的小小鼓励，再向下一道题进军。就在这样的学习进度中，我又发现了一大问题，刚学这一小节时，往往习题比较容易做对，但如果进行到下一节内容，再

回去做上一节时，又不是那么准确率高了，温故而知新确实很有道理！为了进一步提高记忆力，又四处查找资料，发现记忆力在清晨时为最佳时间，在清晨专注学习时，记忆会特别深刻，然后在平时工作中，也要把学习的一些内容，从头到尾再在脑子里过一过，这样还是挺管用。

这以后又经历了诸如随着考试临近加快讲课进度，考前最后冲刺，克服一些心理压力等一系列的问题。一考还有一门没过，但心里还是特别镇定，分析客观原因是确实对一些内容掌握不够好，还得重新学习，直到完全掌握到位了，补考后还是过了。当看到成绩出现在我眼前，那一瞬间，嘴角一动，与旁边的人会心一笑，那感觉得忍着，其实心里早已乐开了花。

小谈节约

通讯员 黄煌

节约，现在已不是个陌生的词了。大到一个国家，小到一个家庭，都在处处讲节约。可以说，节约无处不在。可真正做到节约的有几个呢？

前段时间在网上看到这样一个视频：一位单亲母亲和女儿的故事。妈妈过生日，读大三的女儿请妈妈到一家披萨店吃披萨。两人吃饱了，看到剩下几块披萨，母亲叫来服务员打包。女儿一听，脸色马上沉了下来，皱着眉头说：“来这种地方吃饭怎么还打包？你不觉得丢脸吗？”“打包有什么好丢脸的啊？不打包就浪费了。”母亲回答。结果女儿当场起身走出披萨店。等母亲追出店子，女儿已不见踪影。我不知道还有多少人看过这个视频，看完之后又是有着怎样的感想！我也不知道在我们身边还有多少这样的事情发生，是什么想的理由让你们会觉得打包丢人？

随着社会的发展、生活水平不断提高和生活条件的日益改善，过去那种“新三年旧三年，缝缝补补又三年”的观念慢慢退去，“再苦不能苦孩子”的口号日渐流行，许多家长在孩子身上花钱越来越大方了，他们不仅希望自己的孩子吃饱穿暖，而且要讲究营养、吃好穿好、漂漂亮亮，并且还要他们玩得开心、在老师和同学的心中很有面子等等。本来，这也无可厚非。但是，由此而引发的大手大脚、铺张浪费的现象却又不能不令人深思。

当下社会倡导人人要节约环保，不仅仅是粮食，还有我们现在拥有的所有的能源都是我们宝贵的资源，都须要我们自己珍惜爱护。《锄禾》不止是诗，知辛苦，更需要行动。那么我们在生活中该怎么去做呢？

1. 每次做饭“量体裁衣”，吃多少下锅多少，尽量做到没有剩饭，在小灶上做饭时

控制火候，不把饭做焦。吃多少盛多少，吃完饭后，碗里不剩米粒，自己作出表率，教育下一代。

2. 做到一水多用：(1) 洗脸水用后可以洗脚，然后冲厕所。(2) 家中应预备一个收集废水的大桶，它完全可以保证冲厕所需要的水量。(3) 淘米水、煮过面条的水，用来洗碗筷，去油又节水。(4) 养鱼的水浇花，能促进花木生长。

3. 夏天我们在使用空调前，应先开窗通风，空调开启后不要随便打开门窗。

温度尽量控制在 26-28 度之间，据检测，制冷时温度每降低两度，或取暖时温度每升高两度，耗电量平均将增加一倍。并注意经常清洗滤网，也可以起到一定的节能降耗的作用，选电器时尽量选节能环保型的，平时也要做到人走灯灭，不留长明灯。

4. 要注意爱护森林资源，节约用纸，复印纸尽量两面用，少用一次性用品，如塑料袋、一次性筷子、饭盒等，自带餐具，减少白色污染，爱护花草树木，保护国家资源，节约地球现有能源。



5. 做好计划统计，尽量一物多用，学会旧物巧利用，变废为宝，让有限的资源延长寿命。节约使用不可再生能源，合理应用可再生能源，全面提高自己的节能环保意识，养成勤俭节约的好习惯。

6. 工业发展上，要合理改善能源结构，尽量使用绿色可持续发展能源，选择节能、环保、安全、方便的能源。个人或家庭，要选用节能环保型产品，不仅节约了自己的开支，更为国家的环保节能工作多贡献一份力量。

总而言之，节约决不是一个人的事，而是须要我们共同去努力做到的。即使是随手关灯的一个小小的举动，也让你离节约环保更近一步，让我们从身边的点点滴滴开始做起吧！

我们的《骆驼祥子》

塘尾万里小学 朱乔薇

一学期的读书会开始了。

激动，兴奋，期待……一时间涌入心头。每一次的读书会我都很积极地去参与，这一次也不例外，我在本次读书会中担任编剧及剧中的旁白。

我们的节目

我们班的剧组闪亮登场，台上祥子正在用语言还有动作述说着它的艰苦生活，一个白毛巾，一辆车，整个场面被衬托得无比艰辛。我望着台上的祥子，想着，当年祥子刚刚来到城市，开始拉洋车的时候，是不是也这样想啊？那么的期待，那么的有奔头，在社会的最底层，不屈地去对抗命运，如此乐观地面对生活。

我的声音徐徐响起，将场面切换到第二幕。

望着台上的表演，我的思绪又开始飞快地旋转着。我们从一个星期前就开始准备，从班上征集作品，我写的剧本成功地脱颖而出。由阿文担任导演，我是编剧和旁白，主角祥子就由大彭担任，再从班级里召集几个“有志之士”，我们的剧组就这么简单而悄无声息地组建了。

阿文这个品学兼优、文武双全的“文导”真是上天入地无所不能呀，他就是一个典型的“行动派”的突出代表，第一次当导演，没有一点经验却一点也不含糊。刚拿到剧本二话不说，立刻修改，把人物的动作神态全部细细琢磨，自己边走边演，嘴里还嘀咕着什么，一下哭一下笑，整个人一副入了魔一般的样子。一手拿着剧本，一手捧着书，不停地对比校对，追求精益求精。只



花了半天的时间好好琢磨，就立刻显示出了剧组大哥大的气势。道具，演员，他一一发号施令。我刚接到剧本的时候，吓了一跳，我一直以写出剧本引以为傲，可被我们伟大的文导一修改，整个就更加的生动了。我原本不注意的细节，被阿文描绘得十分好。路人需要的动作，和必要时活跃整个剧本的语言都十分到位，让我深深地反省了自己。

接着我们整个剧组就开始了昏天黑地的日子。原本正正经经、一丝不苟的大彭因为要扮演祥子，再加上魔鬼导演的要求，所有的身段全部放下。举手投足都显示了老舍笔下骆驼祥子的气质，他那最初的气质，农村人的淳朴、老实、坚忍的气质。还有我们可爱的男

二号昊子，由于我们全班同学的体型都十分瘦小，正好他的身材有些发福，也恰恰符合我们平时对于奸商还有生意人的印象。阿文在绘声绘色地为他做示范那一口不流利不标准的普通话，地道的奸商语气，生意人的阔气，以及对于受着压迫的平民百姓的鄙夷，都刻画得入木三分。

昊子和大彭正在表演第二幕，台下的观众都被我们道具部精心准备的车子，还有昊子的普通话给逗乐了。突然，我感觉到了有人轻轻地打了我一下，“啊？”我望向旁边，看着阿文的眼睛，立刻回过了神，对着稿子，说起了旁白。

感受

最后一幕，是描写祥子为了两块钱拉车，却因为这一次贪小便宜而吃大亏，刚刚买到的车被大兵抢去了的场景。虽然这一幕中我们费尽心思加了一些笑点，可是这些欢声笑语都掩盖不住那种悲凉。我在认真地看戏，每一次看都会有不一样的感受，每一次看到最后的环节，心里多多少少还是会泛起点点涟漪。“祥子是个可怜人，在世上还有千千万万个和祥子一样的可怜人，他们原本都忠厚，老实，坚忍，都为着自己的目标而前进着，都有着自己的信仰，自己的追求。可他们终究被这社会的打磨逐渐变为一个自暴自弃的行尸走肉。这是这个世界，这个社会的残忍之处，也是这个社会最可怜的一个伤痛。”

静静地看着这一幕，回想着这个社会无数可悲的人每天重复的戏码，我曾经想要改变祥子这样一个悲剧的结局，可是在后来，终究没有下笔。因为即使是这样的生活，即使是这样的结果，我还是会这样做，祥子也会是这样做。老舍他为这个故事所写的结局，为祥子写下的结局，并不是不可以打破。就算是谴责社会，就算是感叹不公，那又如何？

老实人容易被欺负，坚持不到最后的人一定会失败，祥子有三次失去车，可他并不该只有三次改变命运的机会。只要你坚持不懈，你，总会成功的，不是吗？

寻找深圳的味道

裘荫黛溪

深圳是一个繁华的城市，它有许多别有的味道。

深圳有清香的味道。为什么说它清香，因为这里树枝茂盛，到处都是绿荫，这里的树木高大挺拔，像一个个壮士，镇守这片土地。也有许多的花朵，随枝招展，落寞在枝头，五颜六色，多么引人注目！道间的小草轻轻地抬起了头，望望美丽的城市，它们都摆动着身姿，大树摆动枝条，小花吹出花香，小草摆动身体，它们都在随风舞动，仿佛间，我好像看到了它们的表演，它们摆出的芳香使深圳更加清新香色。

深圳有淳朴的味道。那是生活在那里的人们的味道，他们每一个人都因城市变得美好，城市也因有他们变得辉煌，他们都为了城市而行动起来。看，道路边是哪位忙碌的背影？噢，原来是清洁阿姨在辛苦地为我们美化着这个美丽的城市。马路上车辆来往匆匆，是谁在指挥着交通？噢，是交警叔叔为了人们的健康，为了交通不受阻塞而坚守在岗位上为人民服务。课堂中，老师讲课的身影随处可见，他们不论多辛苦都全力浇灌我们知识，让我们的人生更灿烂。“嚓，嚓，嚓”，走进林间，就可以看到园丁叔叔辛苦地在为我们修剪城市的花草树木，使它们长得更繁盛。这些人的淳朴，使我们的城市更加美好、干净，有规矩，他们都在为了人民而服务。



深圳有“忙碌”的味道。每天清晨，总会有许多人匆匆来往于各大马路间，他们是谁？没错，就是我们上班和上学的人们。每一天，人们都忙碌于各自的工作、学业，为了自己美好的生活而奋斗。所以每天都能看见许多忙碌的身影。当其它城市还在沉睡中，深圳已经早醒了，这个时候已是人烟浩穰，“忙碌”起来的城市也使交警叔叔也忙碌起来，辛苦起来。

深圳它别有的味道，也使这个城市更加美好。

宽 容

塘尾万里小学 刘舒琴

《哈佛家书》有这样一段：“宽容和忍让能够换来最甜蜜的结果。生活中，冲突和争执在所难免。青少年要学会用和平的方式处理冲突和争执。错误在所难免，宽恕就是神圣。一个人经历过一次忍让，就会多一份宽容。多一份宽容，就多一个朋友，少一个敌人。”

春秋时期，楚庄王有一次举行晚宴，招待百官大臣，庄王性起，命他的爱妃给大家斟酒。正当大家吃得酒酣耳热时，突然风起，把灯烛全吹灭了。有人趁黑暗之际，伸手捏了一下王妃的手，王妃顺手扯下了这人的冠缨，王妃悄悄地告诉庄王并要求追查没有冠缨的大臣。庄王认为，酒后失态，此乃人之常情，若因此而查处，不仅败了宴会的兴致，而且会伤害国士之心。不一会儿，灯烛重新点上，楚庄王宣布道：“今日群贤齐集，请各位把冠缨摘下，开怀畅饮，来个绝缨之宴。”满朝文武纷纷摘下冠缨，宴会极欢而散。几年之后，楚国在与晋国的一次大战中，楚庄王身处险境。正当危急之时，有一位将官表现得十分神勇，立下奇功。楚庄王要重赏他，并问他何以如此神勇。这位军官回答道：“陛下，我就是当年绝缨会上那个失去冠缨的人唐狡啊。”

这个故事告诉我们：一个人若能有宽宏的度量，他的身边便会有许多知心的朋友。而大度也有以下几个方面。

用和平的方式处理冲突和愤怒。在生活中，冲突和愤怒是在所难免的，但可以用较和平的方式来解决。冲突和争执只会给人带来不好的印象，而宽容却可以带来美好的结果。能忍则忍，能让则让。忍让和宽恕不是懦弱和怕事，而是关怀和体谅。

不为小事争执。不为了一件小事儿让他人下不了台，要学会给别人台阶下，得饶人处且饶人，这样不仅可以减少矛盾，还可以升华自己的品质，形成一种良好的社会风气。这个世界需要的是包容，包容他人，也是善待自己的一种方式。

用宽容化解仇恨。在美国内战期间，一位被俘的敌军军官被带到林肯总统面前，与这位军官谈了一会儿之后，总统把这位军官释放了。这一做法引起了许多士兵的不满，但林肯说：“这个人已经认识到自己的错误了，我们不仅消灭了一个敌人，而且多了一个朋友。”

宽容就是记着别人对你的好，忘掉别人对自己的伤害，用爱和感激来代替仇恨，化解积怨。勃朗宁说过：“能宽恕别人是一件好事，但如果能将别人的错误忘得一干而尽，那就更好了。”对于这句话，我的理解是，宽恕是一种美德，包容也是一种美德，虽然他犯的错误很大，但我们可以学会宽恕，多一个朋友，少一个敌人。

成长足迹之“收糖”的乐趣

塘尾万里小学 刘羽婷

每一次寒假回老家，都有数不尽的乐趣。今年，最让我难以忘怀的，就是“收糖”。

今天，我们一家和亲爱的弟弟一家人来到了外婆家，我见到了离别许久的家人，心情

十分激动。吃完饭之后。我和弟弟还有外婆就准备带一个大袋子去串客收糖果。因为弟弟和我经常听妈妈说起她们小时候的“领”糖的乐趣事，所以，我们决定亲自尝试一回。

我们俩先各自拿了一个大袋子，然后就出发了。今天天气晴朗，阳光晒在头顶，蓝蓝的天空一望无际，清脆的鸟鸣在耳畔回旋，动听极了。走在乡间小道上，心情格外舒畅，清香在鼻尖溜过，使人忍不住多闻几下。左邻右舍的都是朋友，都认识，于是，我们就沿着小路，每一家都会去走一

回，走进他家门，我们都会道一句“串客喽”然后人家就迎了出来，请我们进屋里坐，再为我们倒茶，因为我们是来领糖的，所以就不要喝茶，这时，主人家见我们手里拿着大袋子，就会进屋给我们拿糖。抓一大把放在袋子里，之后，再



与主人家唠嗑一会儿就出门去下户人家了。时间一分一秒地过去了，走了差不多五六户人家，我们的袋子里已经装了一大半袋子糖和零食。我和弟弟的心情都十分愉快，走路时不由地哼起了小曲儿来，因为我们收获了“快乐与经历”。快乐在我们获得了可口的糖果与好吃的零食，经历了收获快乐之中的乐趣。接着，我们一起又去了几个舅外婆家。坐了坐，喝了几口茶，聊了聊天就回家“验收”我们的快乐去了。二个大袋子一提进屋，姨和妈妈的赞叹声络绎不绝，说：一会儿功夫，你们怎么弄了这么多回来，我们小时候要好几个小时都没有这么多。我们开心地品尝起“大餐”来，因为是我们亲手获得的，所以吃得格外的香甜。

满满收获的滋味，吃得心里暖暖的，自己动手获得的东西总会有无尽的喜悦。生活因付出又有收获而美好。

题外话：

每一年去领糖都能要到好多糖回来，特别是过春节的时候。每一家、每一户都会在过年前几日去买一袋子糖果回去，在平常有客人来的时候也会去。等到过年时给这个村里的孩子，以祝福他们在新的一年里学业进步，平平安安，开开心心，这是我们老家的风俗习惯，而我们这些孩子们都可以享受糖果带给我们的乐趣，所以那时我们每次就盼望过年，盼望家里老来客人，因为那样就可以有零食吃。接受糖果的时候都会满心的欢喜，自然，“领糖”，也就成为了我们成长中的一大快乐事件。

气质培养语录（上）

彭淑芳推荐

杨澜三四岁寄居上海外婆家时，年轻的舅舅常在领了工资的周末带她去最高级的红房子餐厅吃西餐，去淮海路照相，去看最新潮的立体电影。长辈责怪他为个小孩子乱花钱，他说，女孩子就要见世面，不然将来一块蛋糕就把她哄走了。

如果家境好，不妨让女儿多见识繁华世界，眼界的开阔让女孩更聪明，注意和培养虚荣心区别开来。如果没条件，那么让她多看书，一本好书才十几二十块，却能让女儿发现外面的世界多精彩。

女孩富养，其主要真义是从小要培养她的气质，开阔她的视野，增加她的阅世能力，



增强她的见识。“富养”的女孩，因见多识广、独立、有主见、有智慧，很清楚自己要的是什么，什么是真正值得追求的东西。等她到花一样的年龄时，就不易被各种浮世的繁华和虚荣所诱惑。女孩最应该培养的品质首先是善解人意，她有一个好的性格，能控制自己的情绪，对给予她帮助的人都心怀感激，是一名优雅的淑女。

一位父亲曾这样教育他的女儿：“一个男人要变得高贵，那是一件不太容易的事，他要有成功的事业，要有尊贵的地位，要有足够的钱财，要有良好的学识和修养……一个女孩要变得高贵则十分简单——她并不是一定要有公主的身份，豪门的背景，华丽的服饰，贵族的教育……她只需做一件事，那就是像花蕾一样把自己严严地包裹起来。就是要和那些臭小子保持距离，永远尊重自己的身体和心灵。不管什么年代，不管是东方还是西方，对于两性来说，一个女孩只要凛然不可侵犯，她在男人心中一下就会高贵起来。这个跟什么年代没关系，跟什么地域没关系，所谓新潮的观念都是暂时的。”

一、拥有品位

女孩到了二十几岁后，就要开始学着用心的经营自己了，它体现在自己的外表以及涵养上。每一个女孩都是特别的，都应该有自己独特的品位。可能很多女孩会觉得品位与时尚或奢侈品是挂钩的，其实不是，品味是一个人去观察事物时的态度，同样的东西，不同的人眼光下会出现着不同的版本，物品本身的价值与品位的高低是没有关系的，女孩要用

自己的目光去欣赏一件东西，用高级的品味去挑选东西。

在某些程度上，一个人的品味与她的气质是相辅相成的。品位的高低取决于一个女孩在日常生活里对新事物的发现，品位是自己独特的味道，每个女孩都要有自己的品味，一个廉价的饰品只要戴出了属于它的另类，它也能够表现出自己的品味。平常的时候可以多看时尚杂志，提升一下自己对服饰等的欣赏度。

女孩到了二十几岁后，就已经开始慢慢接触社会了，在与别人交往的过程中，谈吐与修养是最能征服别人的。我不相信一个不喜欢看书的女孩，她会是充满智慧的。没事的时候，去到书店逛逛，认真地挑几本可以提升自己的书籍买回家阅读，不管是名著还是理财方面的或是激励方面的，都有值得我们学习的地方，书可以让人们的生活丰富，也可以让人们的思想改变，选择阅读一本好书，胜过一个优秀的辅导师。

二、养成看书的好习惯

喜欢看书的女孩，她一定是沉静且有着很好的心态，因为在书籍的海洋里，女孩可以大口地吸收着营养。喜欢看书的女孩，她一定是出口成章且优雅知性的女人。认真地阅读，可以让心情平静，而且书籍里暗藏着很大的乐趣，当遇到一本自己感兴趣的书时，会发现心情是愉悦的，而且每一本书里都有着很大的智慧，阅读过的书籍都会是女孩社交中的资本，相信没有人会喜欢与一个肤浅的女孩交往。选择了合适的书本，它能够教会人很多哲理，以及会让你学会以一种平和的心态去迎接生活里的痛苦或快乐。真正有品位的女人，都有喜欢看书的习惯。

三、要试着发现生活中的美

女孩到了二十几岁后，就要逃离那些灰暗的小说，它只会让大家与悲伤越贴越近，生活并不是小说里情节的翻版。不要总提醒着自己遇到的不幸，要知道在这个世界上有着很多人比你还不幸，只要能够抬头看到阳光就是幸运的，那些生活里的挫折比起一个人的人生它只不过是一个再小不



过的人生的插曲。想在这个社会上立足，就要有平和的心态，在患得患失的人生里，我们时刻都在选择着，也被别人选择着，我们应该有着阿 Q 精神，痛苦与快乐的生活都是我们选择的，为什么要让自己沉溺在痛苦中呢？

有些人因为情感或工作上的挫折而让自己陷入一种不幸的思想中，而导致着她们会成

为悲观的人，不管做什么事情都有着恐惧，怕输，或是觉得自己不会成功。一个人把自己标榜成什么样，她就只能生活在自己给自己设下的心牢里，谁有资格说自己不会成功？谁敢说说自己不会成功？想成功的人都是乐观的人，悲观永远都是成功的阻碍，只有积极向上的情操才会让生活变得美好，相信明天一定比今天会好，只要你努力了，社会一定是公平的，不要报怨生活，否则只能证明你自己没有真正去努力。

四、跟有思想的人交朋友

女孩到了二十几岁后，就要开始有目的性的去选择朋友。社会中的人脉非常的重要，而你选择加入的朋友圈也会对你的人生有着很大的影响，如果你的朋友都是一些积极向上乐观的人，你也会被他们感染的，如果你的朋友是一个悲观主义者，整天只知道报怨生活，却不会脚踏实地工作，时间久了，你同样会被感染的。人在选择朋友的时候很重要，有时候如果了解一个人，也可以从他的朋友是什么样的人来了解他的为人。不要轻易地交朋友，也要注意选择跟什么人交朋友。

一个好的朋友可以让你的人生有着很大的改变，他会让你变得乐观。女孩到了二十几岁后，要多一些朋友，自私一点也就是说，要多交一些对自己有帮助的朋友，你可以从他们的身上学到东西。但是想交朋友，你就要对他们付出真诚，不要只是为了想利用他们才与他们交往，没有人是傻子，你对别人好与不好，别人也都清楚的看得到。用自己的真诚与那些有思想的优秀人交朋友吧！

五、要远离泡沫偶像剧

女孩到了二十几岁后还喜欢看偶像剧，那说明你就太幼稚可笑了。现在就要开始远离那些虚假的偶像剧了，电视里的白马王子与灰姑娘都是生活里的男孩或女孩向往的，它不是真的存在的，像电视剧里出现的一些情节有时候也深深的影响到了人们的观念。比如一些电视剧里会出现恶毒的婆婆，或是发现深爱自己的人竟然是自己的亲兄妹等，这些情节就是为了让人们的情绪波动的，它并不能与现实生活挂钩，它是超越了生活的，女孩子不应该再沉溺于这种造假的童话氛围里了，有时间多看一些能够帮助自己的节目。

想了解社会并不能通过那些泡沫偶像剧，它们是毒，有些人中毒很深时，就会让它们直接影响自己的人生观与价值观，像一夜暴富或是一夜间一贫如洗在生活里或许会有，但不会像电视剧里播放的那些简单而直接，爱情与亲情也没有影片里的那样绝决与残忍，偶像剧会影响人们对社会的判断能力，所以，请远离泡沫偶像剧。相信一个优秀的女孩，不会花大把的时间沉溺在偶像剧里的。

六、学会忍耐与宽容

女孩到了二十几岁后，就要慢慢地学会忍耐与宽容了。社会并不是一个任性的地方，

那些大小姐的脾气要慢慢地收敛了，因为可能有些时候就因为你的计较会让你失去自尊，成为被人指责的没有教养的女人。给那些不友好的人善意的微笑，既能够让对方无地自容，也能够给别人留下大度且善解人意的好印象。忍耐并不是懦弱，也不是伤自尊，而是宽容美。请放下理直气壮的坏脾气，在适当的时候让一步，不仅可以体现出你的涵养，而且还会让你成为受人欢迎的女孩。

生活里经常会遇到很多不公平的事情，也会遇到很多让你无法接受的人，我们不能试着去改变别人，与其非常愤怒地大声指责别人的行为，不如怀着理解的心态给对方一个微笑，任何一个人都不会去伤害一个善良的人。声嘶力竭地与别人争论并不能赢得所谓的自尊，反而让你丢掉自尊。



公司“我爱环保显才艺”比赛一等奖作品

地球之殇

彭淑芳

沿着自转的轨道慢慢滑行，月球也离地球越来越近，月球哥哥很高兴，开始打扮起自己来，摸着脸上的青春疙瘩，一边捋饰自己一边自言自语起来：终于又能见到心爱的地球妹妹了，这么多年未见，不知道地球妹妹是否更加漂亮了，想当初，那惊鸿一瞥，地球那美丽的身影便在心里挥之不去。蔚蓝轻盈的肌肤，绿草绘制的头发，清澈的眼神，清脆明亮的声音，涵养丰富的谈吐，让月球至今念念不忘。

只可惜，时间匆忙，上次只来得及匆匆一见，说了几句话便走了，这次说什么也要跟地球妹妹谈谈心，多聊聊。

月球慢慢地靠近地球，还隔大老远的，月球便开始大叫起来：“地球妹妹，地球妹妹，我来看你来了！”听到呼叫自己的声音，在闭目养神的地球睁开眼睛，原本明亮清澈的眼睛似乎有些模糊，看不清对方的身影，地球只能凭借声音大概的分辨出是月球的声音：“月球哥哥，是你啊，好久不见了啊。”原本清脆如黄莺的声音也变得嘶哑，犹如痛哭过一样。月球听见了也很好奇，暗暗在心里猜测，难道是因为地球妹妹看见我，太高兴了，所以一时控制不住情绪，哈哈，一定是这样一定是这样，可惜隔妹妹还有一段距离，不然肯定好好安慰妹妹。这么久不见，妹妹不知道长什么样了，我要好好欣赏下。月球思量着，便细细地打量着地球，但是地球脸上似乎被一团黄色的东西阻挡，犹如一层薄纱一样，让月球始终看不清楚地球的样子。难道是妹妹不好意思了，就挡住了脸？犹抱琵琶半遮面，更加让月球想看到地球的美貌面容。没关系，反正快接近地球了，到时候再慢慢看，月球这样安抚自己。

终于，在月球的期盼中，地球的身影越来越清晰了。对于地球的面容，月球充满期待，然而当地球的面孔出现在月球面前的时候，月球大吃一惊：这是地球妹妹吗？！稀疏的头发，暗淡的肌肤，昏暗的眼神，这还是我当初认识的地球妹妹吗？！完全就是两个人嘛。这时候才发现，原先



他认为地球不好意思见他蒙上的一层薄纱原来只是地面上那昏黄暗淡的肌肤。

“地球妹妹，你这是怎么了？才多久没见你怎么就这个样子了啊？”月球很关心地问。

“咳咳，月亮哥哥，你还好吗，这么久不见，你还是一脸的青春痘痘啊。”

“哎，都什么时候了，你还打趣我，快说说，你到底是怎么了，是不是有人欺负你，让你不高兴了，我去帮你教训教训他。”

“唉，这都是一言难尽啊……”

在地球嘶哑的嗓音中，月球知道了事情的原委。原来，地球与月球分别之后，地球的子民也慢慢地开始发展壮大起来，城市发展的越来越快，生活节奏也慢慢开始加快，地球内部的资源在被不断地开发挖掘，而人类自己也是只看重目前的局势、利益，浪费资源，污染资源的情况不断发生。地球原本翠绿有光泽的头发也在人类的大肆砍伐之下越变越少，只剩下稀疏几根；蔚蓝轻盈的肌肤因为水资源的大肆污染与浪费，不断的减少，色泽变得越来越昏暗；大量汽车尾气，各类工厂废气的排放，更是让原本已经昏暗的肌肤上犹如蒙上一层薄纱一样。看到子民们的行为，看到自己面貌的变化，地球感到无能为力，只能整日哭泣，而原本清澈清甜的泪水也因为二氧化碳过多，臭氧层的破坏而变成了危险的酸雨。就这样，原本清亮如黄莺的嗓子就哭坏了，变得嘶哑。

听地球讲完她的遭遇，月球气愤不堪：“人类太坏了，他们怎么能够这样对待你呢？你孕育他们，养育他们那么多年，你的青春，你的生命都给了他们，他们还这样对待你！我要帮你教训教训他们。”说完便从身上抠下一块石头化作一块陨石丢往地球，地球内部顿时一片火光四射，一片混乱。



“算了月球大哥，他们就是我的孩子，母亲对孩子总是有求必应的，他们要拿便拿去，直到我生命的终结，咳咳。” |

“地球妹子，你这是何必啊，那群混蛋这样对你，你还这样维护他们，不值得啊，你看你的身体，都已经这样了，你要是继续这样维护他们，你的生命就快结束了啊！”

“人生本来固有一死，要我放弃孩子们，我做不到啊。对了，月球大哥，你要小心一点啊，我听孩子们有提及过，以后等我这身体不行了，他们便会搬迁到你那儿去生活。”

“哈哈，这你就放心吧，先不说现在我们隔得远，他们一时半会过不来，再一个，我身上全是岩石，没有你那么多的资源，他们过来还不得饿死啊。”

“唉，这样就好，但是你还是提防提防啊。”

“别说我了，你还自己照顾自己吧，再这样下去，就怕你坚持不了多少年了啊。”

“能过一年是一年，能坚持多久是多久吧。”地球也是很感伤。

“时间快到了，我要走了，地球妹妹你要多照顾自己啊，希望下次自转的时候我还能见到你。”

“放心，我肯定会坚持到那个时候的，到时候再见啊！”

“再见！”

地球的身影越来越远，月球心中很难过，暗想，希望地球的孩子听一点话，多注意节约资源能源，在节约使用现有能源的同时开发新能源，而不是一味地从地球身上索取，注意环境的保护，不论是大气的环境还是水资源，掌握社会发展的节奏，经济发展虽然重要，但是环境的保护同样不可少，平时多植树，试着看能不能慢慢恢复地球原本的风姿，说不定地球妹妹的命能保住或者是再多坚持一段时间，不然下次说不定就见不到地球妹妹了。唉，地球妹妹，希望下次还能再见……



七绝二首

贺嫦娥三号成功登月

郭宁康

其一

“嫦娥”再访广寒宫，[注 1]

“玉兔”随行待建功。[注 2]

寂寞吴刚抬首望，[注 3]

唯期早日睹芳容。

[注 1]：“嫦娥三号”探月飞行器于 2013 年 12 月 2 日成功发射升空。

[注 2]：“嫦娥三号”搭载的“玉兔”号月球车将执行探月任务。

[注 3]：已有 37 年没有外来物体造访月球，吴刚是否深感寂寞？

其二

“嫦娥”绕月已八天，[注 1]

着陆虹湾桂树前。[注 2]

“玉兔”巡游来探秘，[注 3]

吴刚引路笑开颜。

[注 1]：为了在既定时间、既定地点准确着陆，嫦娥三号已在环月轨道绕月飞行了 8 天左右的时间。

[注 2]：此次落月地点选择在月球正面的虹湾。

[注 3]：“玉兔号”月球车驶离着陆器后，将正式开启月表探秘之路。





你骗我

两头牛在一起吃草，青牛说：“你的草是什么味？”黄牛说：“草莓味。”青牛靠过来吃了一口，生气地说：“你骗我！”黄牛看着青牛，说：“笨蛋，我说草没味。”

口渴

电视上出现了接吻镜头，爸爸让儿子去倒杯水。不久，电视上又有接吻的场面，爸爸让儿子再去倒杯水，儿子问：“爸爸，是不是一看到有人亲嘴你就口渴啊？”

这不是我家

有一个小男孩坐在一个门口玩耍，一个中年男子问他：“你爸爸在家吗？”

小男孩答：“在家。”中年男子便去按门铃，按了很久，无人开门。

于是男子生气地问：“为啥不开门？”

小男孩答：“我哪知道，这又不是我家！”

绿豆沙

小明说：“阿姨，有一只鲨鱼吃下了一颗绿豆结果它变成了什么？”阿姨说：“我不知道，答案是什么？”小明说：“嘿嘿！答案是绿豆沙（绿豆鲨），这还不知道，你真笨。”

大阳2013年大事记

1. 2013年10月两家公司获外商投资协会“双优企业”称号。
2. 2013年10至11月两家公司举行一年一度的大型技术比武。
3. 2013年4月，职工肖旗丰、肖丰被福永街道评选为“优秀来深建设者”。
4. 2013年4月，广大职工响应号召，向四川雅安地震灾区捐款8590元。
5. 2013年公司继续对职能机构进行改革。
6. 2013年两家公司对固定资产的投资规模进一步加大。
7. 2013年公司在融资方面赢得了更多银行的支持。
8. 2013年公司的经营规模上升到了一个新台阶。
9. 2013年公司对春晖楼职工宿舍进行内部装修。
10. 2013年公司开发了一批实力雄厚的新客户。
11. 2013年大阳电工、大阳通用进一步开发适合市场需要的新产品。
12. 2013年公司组织先进个人去香港旅游。
13. 2013年12月31日公司举办大型元旦晚会。



