

晨光

Chenguang



DAYANG大陽

总刊第六十六期

二零一六年第三期 (季刊)

深圳大阳晨光编辑部





大 阳 《 晨 光 》 编 辑 部

主 编：李 鸣

副 主 编：谭雪林

编 委：彭淑芳 金巍蓉 王超敏

美术编辑：宋 岗

目 录

【卷首语】

秋的滋味-----1

【太阳风采】

工作最细心的人-----2

美在平凡中绽放-----4

说说我们的班长何再兴-----5

我们太阳的美容师-----7

五根筷子-----9

【照片集锦】

照片集锦-----11

【情感世界】

家乡的风采 -----13

故乡的中秋-----15

秋天的诱惑-----16

无言的爱-----18

【随感杂谈】

用心工作-----21

质量谈-----22

 谈谈质量-----25

如何管理好自己的情绪-----26

情绪管控显人品-----28

话说二胎-----30

【七彩生活】

孙中山故居散记-----32

记忆中的端午-----35

【中学生作文】

特别的晚餐-----37

【健康知识】

秋季养生保健知识-----39

【开心一刻-】

开心一刻-----40

秋的滋味

美心

秋天来了，熬过夏天酷热的人们盼来了一阵阵凉爽。

秋季到了，阳光还是那样充沛，但人们的心情渐渐转变。

秋天是一个多姿多彩的季节，也让人们感受到很多的滋味。

秋的滋味是甜蜜的，农历 8 月 15 日过中秋节，咬着香甜的月饼，心里是甜蜜的，脸上的笑容也是甜蜜的。

秋的滋味是浓重的，教师节、国庆节、重阳节，三个节日浓厚了中国人的情怀。

在一簇簇鲜花、一张张贺卡、一声声问候面前，老师和同学共同度过 9 月 10 日很有意义的一天。

在举国欢庆之时，亿万人民感受到国家繁荣昌盛和生活的幸福安宁。

“最美不过夕阳红”，秋天中的重阳节让千千万万的老人们欢乐开怀，共享温馨和幸福。

秋天的滋味是喜悦的，鲜果满树，稻谷满田，一派丰收的景象，又给来年垫下丰厚的基础。

秋的滋味是快乐的，夜晚去欣赏月亮，感受习习凉风；休假时，去游览风景名胜，享受大自然的美丽；还有参加多种多样的晚会，让我们享受快乐，增加友情和爱情。

秋天了是团圆的日子，中秋团圆，国庆团圆，奔走他乡的人们，在外读书的人们纷纷赶回家中，同父母和亲人们团圆，共享家的温暖，共庆家的兴旺。



秋天的滋味让人们快乐无限，秋的滋味让人们回味无穷。让我们把秋天滋味留在心中，把秋天的种子播下去，把秋天的收获转为动力，奔向更宽更远的道路，迎接更加美好的明天！

工作最细心的人

李鸣

在电工绞线车间，有一位男青年显得引人注目，因为他戴着一副近视眼镜，也是全班唯一一位戴眼镜的人。他个子不高，略显单瘦，但精神饱满，每次见到他时，他总是眼睛盯着开动的机台，是那样的专注，他的名字叫韦联红，是绞线班年轻的“老员工”。

韦联红是 2009 年来到大阳公司的，一直在绞线机岗位工作，这一干就是七年多。说起他进入大阳公司，还有一段故事。

2009 年 3 月，韦联红到塘尾一个老乡家里来玩，散步走到大阳公司门口，无意中看到张贴的招聘广告，公司需要招聘绞线员工，于是他进来面试，结果很快被聘上了，让他十分高兴。

韦联红是一个性格内向但有思想的青年，他高中毕业后就在家乡做建筑活，那种又累又没技术的活使他很郁闷，没干多久就跟着几个同学南下来到深圳，开始了打工生活。



先是在龙岗一家铜线厂上班，开绞线机。这个厂很小，只有几十个工人，韦联红感到生活单调乏味，于是他想着去大一点的工厂，到那里去充分展现自己。于是，他进入了大阳，圆了自己的梦想。

由于韦联红是开机熟手，同师傅学开机一个多月就出师了，由单独开 2、3 台机逐渐增加到能开 7、8 台绞线机。2009 年，大阳电工公司全部搬到新的 2# 厂房，增加了 100 多台绞线机。韦联红技术熟练，班长分配他开 20 多台机，他竟能得心应手，柔韧自如，把几十台机开好。

绞线机看似好操作，但实际上有许多技术诀窍和难关。比如调绞距、接头、排线，就需要一定的技能和经验才能做好，否则就容易出废品。韦联红凭着细心的性格，每一天都是很认真地开机，无论是开几台，还是几十台，他都是以同样的心态和方法开机，开出来的绞线都是合格品。每一年，他的产品质量都排在前列，开机七年多来，他几乎没有质

量处罚记录。

笔者采访韦联红时，问他为什么能把绞线机开好，有什么方法诀窍，他淡淡一笑说“我没有什么诀窍，机器开起来后就不停地走动，及时发现问题”。从他的话语可以证明他就是这样一位工作很认真很细心的人。

从 2011 年起，制造部陆续分配给韦联红带徒弟，他不仅传授操作技术，还教工作方法，最重要的是把他的经验和特点传授给徒弟。他骄傲地说，我带的这些徒弟都成为了开机能手。韦联红为公司培养新人作出了很大贡献。

绞线班有 30 多名职工，由于操作技术、劳动态度不同，经常会发生一些工作矛盾，最多的矛盾是交接班衔接。有的同事喜欢推卸责任，把当班未处理完的事推给下一班。比如断线、排线、下线等等，有时候上、下班的同事还为此争吵，而韦联红却不同，他总是不说二话，默默地把上一班遗留的事情承担下来，继续把它做完。有一次，他上晚班接班，机台上下都比较乱，白班同事丢下不管就走了，旁边的同事也看到此现象，要他去找班长处理，他却没有吱声，自己慢慢梳理，用了一个多小时才理顺好，对于这一次，班长看得很清楚，毫不掩饰地说，只有韦联红做得最好。韦联红这种替他人着想，不计得失的思想和做法的确难能可贵，在 80 后、90 后青年人中间也不多见，因而他同全班每个同事关系都相处得好，部门主管和班组长都夸他，同事们都喜欢他。

韦联红来自广西，在外工作多年，一心扑在工作上，一年当中很少回家，如今已进入而立之年，个人问题还是未知数，对此，他总是淡然一笑，坦然处之，给人的感觉：思想阳光、心态好、性格好。大阳的工作给了他充实，特区的生活给了他快乐。

韦联红把工作当成自己的事来做，当成自己的职责，让自己顺畅地度过每一天，也在同事们中间树立了榜样。2014 年到 2015 年，他先后两次被公司评为先进个人，在 2016 年公司举办的元旦晚会上，他以“最美大阳人”的身份登台亮相，屏幕上亮出了“开机最细心的人”的形象，得到董事长的特别奖励。那一刻，让他心潮澎湃，十分激动。

“开机最细心的人”，这是公司对韦联红成绩的高度肯定，也是他辛勤劳动获得的成果。如今，他在这份称赞下更加努力工作，今后还会做出更多的成绩，回馈公司上下对他的赞赏，也鼓励他走向更好的人生道路。

美在平凡工作中绽放

王超敏

“一花一世界，一树一乾坤”，佛家这句话道出了平凡的极致，告诉了我们人生的最高境界便是由平凡到不平凡。作为一名销售内勤人员，她没有取得出类拔萃的成绩，没有惊世骇俗的壮举，但却凭着一颗不平凡的心，在平凡的岗位上恪尽职守、高效高质，执著追求、默默付出，这一坚持就是 18 年，她就是电工营销部—王红华。一个让自己的人生在平凡中“秀”出精彩的最美大阳人。



还记的我刚到大阳那会，遇事不顺、迷茫不前时，一个温馨的微笑出现了，她就坐在我的前面办公，也许她不张扬的外表并不会给你留下深刻的印象，但和她接触才会发现她是那么的热心，那么的体贴。乐于助人的她深深的打动了我，我把她亲切的称为—“华姐”。在工作中她会细心的告诉你如何展开自己的工作，她会让你领悟工作的独特内涵，才来公司不久我就喜欢上她了，就像大姐姐一样的关心照顾我。

一晃，不知不觉在大阳工作近 18 年的华姐，这 18 年在多个岗位工作过，她就是凭着干一行爱一行精一行的追求，已经从一名初来乍到质检新员工逐步成长为电工营销部的内勤小能手。但她从未放松过对自身的要求，经过自己坚持不懈的努力和勇于创新、敢于实践的精神，先后获得 10 年和 15 年先进个人荣誉称号。

她常说自己是一位普通的不能再普通的基层员工，但她希望通过自己的努力成为“最美”的员工。

一、一份爱岗敬业的追求

在平时的工作中，她要提供和录入各类销售数据供业务人员参考，辅助销售的开展；要处理客户订单资料，贮备丰富的客户产品资料库，满足业务层面多元化需求；还要熟练运用 ACCESS 销售系统和 EXCEL、WORD 等办公系统；快速准确的查询各类数据，并在

第一时间为客户提供高效的服务等，工作内容多而且繁杂，但是她都完成的井井有条。她说，从加入电工营销部的第一天起，她就把“端正态度，爱岗敬业”这八个字深深的印在了脑海里，而这也是她不可动摇的人生方向标。“因为你只有爱上一份工作，你才能脚踏实地的去做，你只有脚踏实地的去做了，你才会发现工作的乐趣，也才能更爱你的工作，从而把工作做得更好”。

作为营销部的内勤，经常会和客户打交道，她要求自己做到“三点”即对前来咨询的客户“热情点”、处理订单“效率高点”，回复客户交期解释的“耐心点”，从被动服务向主动服务转变，微笑服务向贴心服务进步。

对待难缠的客户，她从不正面顶撞，而是全力配合，耐心解释，用真情去感动他们，竭力使每一位客户的问题，满意而圆满的解决。每次到了周五她都要经常性的加班，第一时间处理好乐庭的交货排期，一遍又一遍的检查，物料号、订单号、产品绞距等有没有错误，避免第二天早上出货带来的不必要的麻烦和困难。

二、一份无私奉献的担当

除了要完成销售支撑的工作，她还要负责铜价系统的录入和合同管理的支撑工作，以及跟进产品生产交期情况、车辆运送情况等等，负责诸多事项的她，几乎每天都“马不停蹄”地在工作中忙碌着。尤其是在业务经理请假和外出时，她的电话总是不停的响，不是这个业务请她帮助处理订单，就是那个业务工作麻烦她安排一下明天的交货。她都耐心的接听，有条不紊的处理，虽说工作任务又加重了，但她却没有抱怨工作多，工作累，相反她觉得能被大家认可和需要，让她很有成就感和满足感。

一份耕耘，一份收获，从刚来大阳时青涩的面庞在大家的赞许中渐渐成熟，稚嫩的肩膀在岁月的磨砺中日益强壮，这就是营销部的华姐，与业务经理的轰轰烈烈相比，负责销售支撑的她更多的是默默无闻，虽不起眼却又不可或缺。她说：“人只有不断进步才能不被淘汰，只有不断挑战自我，超越自我，人生才能闪现亮丽的光彩！”

“我身边的同事” 征文刊登：

说说我们的班长何再兴

电工制造部 冯玉峰

从 2000 年进入大阳以来，何再兴从一个普通的镀锡操作者成长为一个我们二楼镀绕班的优秀班长，其成长轨迹虽然谈不上多么华丽，但他给我们印象都是脚踏实地，一步一个脚印的把工作做得扎扎实实，毫无虚假成分。

班组管理，既繁琐又紧张，应对各种生产异常、人员变动，何再兴总是表现得胸有成竹自信满满。就说说对员工的培训吧，除了公司里组织的对新员工的基本培训，何班长还会根据每个新员工的特点有针对性的选择师傅来教徒弟，如有的员工不爱说话，他就会选择口才较好动手能力较强的师傅来带他，如有的新员工活泼好动，他就会选择做事稳重的师傅来带他。对新员工的考核，也不单单根据师傅的汇报，他会从各个方面去观察他，指导他，使其尽快的成为合格的操作能手。记得我刚来公司学开镀绕时，对排线质量总是没有太大的感觉，虽然自己多次调节，排线总是达不到师傅的标准，看到这里，何班长特意拿着一盘 TXR0.250 的线芯给我看，他说：对排线质量我们有一个基本要求，即一轴线芯的任何阶段，既不能有任何一边的排线高，又不能使两边的排线低的太多，那样绞线工序是开不出来的，我们的标准是：两边低的部分加起来不能超过 1MM，那 1MM 到底是多宽呢，你看，这轴线芯是 TXR0.250，即一根线是 0.25MM，两根并排是 0.5MM，四根并排就是 1MM 了，你是要记住任何时



候的排线既不高，又不低于 1MM，那你的排线一定能满足客户的要求。从此以后我一直牢记何班长交给的真传，由于排线质量而遭罚款的次数比同事的明显要少，因为我一看机台的排线，就知道哪轴线要向左右调节几根 TXR0.250 的排线宽度，既不费时又非常准确。

我觉得何班长最值得我们尊重的地方在于对同事的关心，不论是身体上的，还是思想上的，只要是他观察到了的，他都会耐心细致的给你帮助，给你鼓励。记得同事徐民古有

一次上班时突然中暑了，四肢抽搐得很厉害，最后被送到医院治疗，何班长在得知这一情况后，走到徐民古的宿舍，对他问寒问暖，提醒他要注意哪些事项，让他好好休息，感动的这个平时言语不多的小伙子连声说：谢谢何班长，谢谢何班长。以至于后来当徐民古身体康复得差不多了上班后，何班长还总是协助他开机，并且安排他在通风条件较好的连退六号机台开机。还有一次我由于老家建房材料跟不上而心急心烦，表现在工作上就有点不耐烦，何班长看到后，跟我说，是不是遇到什么不顺心的事情啊，我说没有啊，那你为什么不能细心的穿模呢，我当时甚是感到惭愧啊，何班长能从繁琐的班组事务中注意到我的心里变化，说明他对工作是多么的热心啊，没有对工作的激情，能去管同事的这些烦心事吗？当得知我家里的情况后，他特意给他姐夫打了个电话，请他姐夫帮我运两车砖，两车石子到我家里，解了我的燃眉之急，当我拿着两包槟榔要感谢他时，他就是不收，只说了句，只要你安心工作，我就放心了。

衡量一个班组的工作业绩，其主要指标是合格率，废品率。在 2016 年的头四个月里，镀绕班的全部合格率、废品率除十月份的废品率超标外，其余三个月都达标了，为了控制废品率，何班长可谓是费尽了心思，为了减少不良品，就必须首先在排线质量上下功夫，除了加强检查排险的频率，何班长还重点关注那些排线质量意识不强技能较弱的同事，帮助他们把排线调节好，为了节省同事们的时间，有时何班长还会帮助同事们打印自检标签，检查过线系统，调节模架等。使用较多时间在关注质量的同时，提高产能。

记得有一次何班长为了把 DX-08 机台旁的半轴线原材料消化掉，硬是在吃饭时间过了十多分钟把半轴线清理好了后再去吃饭，同事们都笑他是拼命三郎呢。

不但如此，为了提高自己的班组管理水平，何班长不但虚心向老员工取经，向领导要秘方，还通过自学拿到了工商企业管理的大专文凭，相信其对他的工作有莫大的帮助。

在这里，我是想起个抛砖引玉的作用，对于何班长的令人尊敬，令人学习的地方，请同事们，领导们在今后的工作中再慢慢地挖掘吧！

我们太阳的美容师

电工品管部 李小红

人要靠美容才会显得年轻,光彩照人。一个工厂的环境也需要美容才能显得清晰干净。

那美容师在哪呢？她就是太阳的美容师---唐枚芳

一年四季，365天，她每天迎接第一缕晨曦，日复一日，年复一年，兢兢业业，任劳任怨，无论酷暑还是严寒，无论刮风下雨，都能听到她挥动扫把与地面的摩擦的沙沙声。工厂里，随处可见她的身影，总是能够看到她拿着清洁球和抹布仔细的擦洗窗户及周边的玻璃上的脏物。

垃圾桶里面散发出难闻的臭味，苍蝇和蚊子到处乱飞，可是她全然不去理会那些苍蝇、蚊子、还有那刺鼻的味道，依然继续清理着垃圾堆的垃圾，等我们第二天上班时经过那里时，垃圾早已被她清理得干干净净的。她是那么仔细，那么认真，对工厂每个角落都很在乎，连宿舍里的卫生也打扫的干干净净，经常被评为模范宿舍。

春天，当我们享受让阳光送来的温暖，她却在这鸟语花香的日子里不辞辛劳地清洁着



大地。

夏天，当我们在炎炎夏日下享受凉爽时，她在烈日下汗水夹背地扫着我们工厂每一个角落。

秋天，当我们享受大自然带给我们的馈赠时，她却在这个瓜果飘香的季节里默默无闻地扫着早已枯败的落叶。

冬天，当我们躲在室内避风取暖的时候，她却在冒着凛冽的寒风任劳任怨地扫着那些零零散散的果皮纸屑。

尤其是夏天的时候，远远的看见她带着一顶旧草帽，穿着一双旧雨靴，孤身一人在厂区内清扫垃圾，她一个劲儿地扫起地上的树叶、纸屑。衣服已经被汗水湿透很多，她也顾不得去擦一擦。

头上原本是淡黄色的草帽被太阳晒成了深褐色，她一边扫，一边用袖口擦着额头上细密的汗珠。长期的日晒雨淋让他的皮肤失去了从前的光彩，那双手也布满了老茧。她的额头上也显露出一条条皱纹，这一条条皱纹上烙印了多少艰辛，多少辛苦，多少付出！

如下雨天，她就清扫工厂内的卫生，那里需要，她就到那里。看着她的样子，我忽然记得雷锋说过这样的一句话：人的生命是有限的，但为人民服务是无限的，我要把有限的

生命投入到无限的为人民服务之中去。雷锋的这句话不是人人都能做到的，不是人人都有这样美好的心灵。但是我身边就有这么一位活雷锋。雷锋精神是什么？有人说：那只是一种概念；有人说：那是老一代的记忆，也有人说：雷锋只在书本里，但我相信雷锋就在身边。她是一个再普通不过的保洁员。朋友们，当你在不经意间随地仍下了垃圾时，请想想那些默默无闻，甘愿奉献的勤劳、伟大的保洁员吧！我要作个文明的自己，只要我们不乱丢垃圾，保洁员阿姨就不用那么辛苦，保护环境本来就是每个人的责任。大伙共同维护好我们美好的家园。

她是一个平凡的人，她在平凡的工作岗位上做出了不平凡的事。如果没有你，我们也不会生活在如此舒适幽雅的环境中。在这里我要向那些为了公司的环境而做出巨大贡献的保洁员说一声：“您辛苦了！”

五根筷子

电工技术部 周玲林

众所周知， $1+1$ 等于 2，那么我们的团队呢？我们都知道一根筷子易折断，十根筷子抱成团，人多力量大。如果一个集体，一个团队，我们中的每一个份子都充满团队精神，那么这个集体，这个团队就一定是和谐的团队。这样的团队工作起来就一定能够取得事半功倍成果。

修模室是属于技术部，修模人员编制 4 人，管模员编制 2 人，两班制。分工明确，管模员负责所有模具管理，模具收发清洗，入库。库存缺少什么规格的模具，就安排什么样的模具修理。修模员按管模员的安排对模具进行修理，保证每个修理模具形状，光洁度，尺寸都是精品。

看似小小的修模室，其实工作量很大，既是一个修理部门，又是一个服务部门。简单来说就是要有大局意识，协作精神和服务精神。集中体现在：1、大局意识：就是员工之间的矛盾不可带到工作中来，一切以大局为重，工作中积极配合。例：每天下午 17:30 之后，这段时间生产按



排产计划，各个工序都需要改规，特别是拉丝改规经常都比较多，而且经常需要换套模，改得多的时候需要换二十几套模具，相当于五六百个模具要发放，再加上镀锡、绞线也有改规领模换模的，管模人员一个人忙不过来，而修模员此时一天的修理模具接近收尾，看到管模员忙不过来都会从旁协助管模员收发镀锡绞线模，或帮忙拉丝改规，从库存找出模具，按机台排放好方便管模员入电脑。发放模具既要在模具发放登记本上做手写记录，也要入电脑作一份电子记录，通常修模员配合着手写记录，保证在最短时间内将改规模具发放，使生产部门能及时投入生产。

2、协作精神：核心是协同合作，最高境界是集体成员的向心力，凝聚力。反应的是整个集体的利益，工作效率。保证公司各个部门高效运转。例：急修模，改规时，某个规格模具出现短缺，需修模员放下正在进行的工作，而将急需的模具修理出来，以解生产部门的燃眉之急，使公司如期交货，维护公司信誉。最大工程是月底盘底，提前两三天开始清点模具，每个规格正负偏差都需分清，每个规格模具盒子多少个模具都需点清，模具编号和实物也要相互对应，某个编号不见了需在三万一千多个模具中找出。这个看似小小的盘底工程的确是大工程，六个筷子分工明确，哪里出现数目不对，又从头开始清点，点到总数对为准。这就是协作精神。

3、服务精神，生产部来修模室领模，换模，为生产部门员工服务，管模员忙不过来时，修模员从旁协助，协助管模员发放和回收模具，尽量缩短生产员工等待时间而不影响生产。尽管有时修模室内部成员也会有一定的争执，但一切以公司利益出发，团结合作。



一个集体的团结合作，首先做好自己，为自己当下价值和未来价值而全力以赴，目标一致，行动一致，相互支持，顾及成员利益，公司利益，大局利益。这是团队精神之本。修模室正常运转，成果来源于六根筷子缺一不可，六根筷子抱成团，发挥优良的团队精神，为公司创造更

多利益。虽然我们修模室有一名同事离开这个团队而另寻发展了，虽然我们这个团队现在少了一根筷子，但是我们这五根筷子也要将六根筷子的工作做好，我们又重新进行了分工，我们会更加团结一心，相互支持，将修模室的工作做到最好。

参观伟人故里，了解历史变迁

8月20日，阳光灿烂，秋高气爽，大阳公司《晨光》编辑部开展了一次十分有意义的活动，组织编委和通讯员到广东中山市参观孙中山纪念馆。在纪念馆里，大家详细观看了孙中山先生从成长到开创革命事业的一系列图片和文物，深深感受到100多年前一代伟人创造的丰功伟绩，给中华历史巨大的变迁。



大阳羽毛球赛庆奥运

8月19日至26日，正值第31届里约奥运会举行之日，大阳公司工会组织举行了第二届羽毛球比赛，共有18名职工参加比赛。每天晚上，宿舍篮球场上灯光明亮，喊声阵阵，赛手们挥动球拍，时而跳跃扣杀，时而奔跑挑球，表现了奥运精神，其情景相似于奥运会的精彩。这一届比赛让爱好体育的职工们又得到了很好的锻炼和提高。



中秋之夜共欢乐

9月14日夜晚，公司工会举办了一场主题为“永恒中秋夜、金丰满人间”的中秋晚会，特邀请了宝安区文化艺术团表演了一台精彩的文艺节目，还开展了猜谜语活动，许多职工带着家属来参加晚会，欣赏节目，品尝月饼水果，共同度过了一个十分愉快的夜晚。



家乡的风采

吾言



我的家乡射埠位于湘潭县的中部，美丽的涓江从射埠的南北穿过，把射埠分成东西两部，自改革开放以来，射埠加快了经济建设的步伐，加快了新农村的布局，构建了射埠发展的宏伟蓝图，农村的改革开放取得了显著成果，射埠的乡村面貌已焕然一新，呈现出生机勃勃，一片欣欣向

荣，繁荣昌盛的新气象，射埠像一颗璀璨夺目的明珠越来越展现出她美丽的风采。

三十多年前的射埠，是个自给自足的小农经济，农业种植以水稻为主，家家户户都养猪养鸡，房屋结构基本上是一层楼高的土砖砌的青瓦房。那时的生态环境很好，山青水秀，树木茂盛，植被很深，树木主要以茶树、森树、杉树和樟树为主，也有历史悠久的枫树。秋天，满树飘红的枫树叶，分外耀眼，茶树盛产茶油，其树干结构优越，乘坐舒适，我们常坐在上面休闲娱乐。池塘里的水都很清澈甘甜，夏天我们经常到池塘里游泳，在水中把碧波荡漾，泛起一朵朵美丽的涟漪。在夏天，有时降水很少，涓水河水位下降，河底的沙滩裸露了出来，我们偶尔也会去涓水河的沙滩玩耍，在沙滩边经常有被沙石与河流隔开的小片水域，那也是我们的乐园，在石头下面摸螃蟹也是我们最大的乐趣。30年前的种种记忆，仍历历在目，栩栩如生。

30多年后的射埠，已发生了翻天覆地的变化，农业种植也已多样化，射埠新街已初具规模，自来水工程已稳步推进，自来水用户不断增加，供电系统稳步提升，农村的房屋结构基本是红砖和水泥结构的二层三层甚至更高层的楼房，室内外装修更是舒适漂亮，公共设施及配套建设也得到不断改进和完善，一排排鳞次栉比的商品房在射埠新街大放异彩，可使用十五年的大型垃圾填埋场已建成并投入使用。湘潭县大学生孵化基地在射埠安家落户，一座美丽的农村新城如初升的太阳已冉冉升起。

特高压输电工程

湖南最大的特高压 800 千伏特高压输电工程，总投资 262 亿，是从甘肃酒泉到湖南的首条特高压输电线路，工程竣工后，每年将为湖南供电 400 亿千瓦时，基本能满足湖南的用电需求。这条线路在湖南湘潭县设立一个 800 千伏换流站，这个站就设在我的家乡射埠乡，去年回家时，正在进行项目的征地拆迁工作，我们村就有 3 户人家需要拆迁，并且都得到了一笔可观的补偿费，再过 2 年这个工程就要竣工了，到那时，湖南的用电将会得到一个很好的提升，家乡的夜晚也将更加迷人更加绚丽多姿。

岳临高速

岳临高速是经过我们乡最重要的一条高速，也是京广线的复线，在广东这边称之为乐广高速，在湖南称之为岳临高速，它的贯通大大缓解了南北交通大动脉京广高速的压力。岳临高速在我的家乡射埠设有一个出口，这个出口大大提高了射埠区域经济的辐射功能，为射埠区域经济的发展注入了新的活力。去年回家过年我就在这条高速线上来往穿梭，那种感觉真的是无比的酣畅淋漓。回深时走的也是这条高速，一路上风驰电掣，感受到了京广复线的无穷魅力。

隐山，碧泉书院

在我的家乡，隐山，碧泉书院，是湖湘文化最早的发源地，胡安国（北宋）、胡宏（南宋）父子曾在这里定居三十多年，潜心于学术研究，著有《春秋传》、《资治通鉴举要补遗》一百多卷，正式创立湖湘学派，胡氏父子也成为了



湖湘学派的创始人。胡氏父子在这里传授学业，关门弟子数十人，后张栻正式拜胡宏为师，在长沙岳麓山创办岳麓书院，成为传承湖湘文化的一代宗师。张栻与朱熹曾多次书信往来，结交了深厚的友谊，两人曾在岳麓书院同时讲学，前来听课的书生达数千人，盛况空前，一时传为佳话。随着湘潭市对文化产业最新规划，久已隐居多年的隐山、碧泉书院，将重修旧貌。千百年来，一直沉寂的隐山，碧泉书院，将重出江湖，即将揭开她神秘的面纱，焕发出她熠熠夺目的光芒。

伟人巨县

我的家乡湘潭县是一个伟人集聚的巨县，说起湘潭县的伟人，那可就多了，我们的伟大领袖毛主席就诞生在湘潭县的韶山冲，歌曲《浏阳河》“……江边有个湘潭县，出了个毛主席，领导人民得解放伊呀伊子哟……”唱出了我们对毛主席就的无比热爱。我们的彭大将军彭德怀元帅就出生在湘潭县的乌石乡，和我们射埠乡也是毗邻乡镇，台湾省的前总统马英九的老家就在我们湘潭县的中路铺乡，2015年国家主席习近平和台湾马英九总统在新加坡成功会晤，开启了两岸关系的新篇章。台湾亲民党主席宋楚瑜的家乡就在我们射埠乡，2005年宋楚瑜主席回家拜祖，一时传为佳话。一代画家、世界文化名人齐白石大师的故乡位于湘潭县的白石铺乡，真的是伟人巨县。随着湘潭县对文化旅游产业的进一步开发，湘潭县的文化产业必将得到极大的提升。

故乡的中秋

金巍蓉

故乡的中秋很甜，那是成熟的蜜柚和柑橘的味道；故乡的中秋很闹，那是所有小伙伴拿着灯笼满村子跑的的欢笑；故乡的中秋很亮；那是柔柔的月光洒满大地的静悄悄；故乡的中秋很远，它埋在记忆的深处怎么也找不到。

随着时间的流逝，家里的中秋味道就变淡好多，不再有人烧着旺旺的柴火满头大汗翻炒着满大锅的花生，香飘四溢不再有人将烛台插进煤球，放到洒满月光的天台；不再有人告诫我那些圆的像月亮的月饼必须等下过月光之后才能吃。那时的人们就是这样，虔诚的像个苦行僧，影响着我的童年，还有童年里的中秋。



如果这个中秋能回家该多好啊，我已经忘了上次在家里过中秋是什么时候。我渴望重新回到童年里那个只关于月光和零食的中秋节。现在还能回想到孩时的我们从过完端午节就已经在开始期待中秋节的心情。无论是大人小孩都会在节日到来的一个礼拜之前就开始筹备。中秋时令正是早稻刚收获完的时令，大人们也正好趁着中秋的时间好好放松一下忙碌了好久的身体。他们悠闲地从

集市买回节日需要的各种零食和菜品，他们爬上高高的板栗树，带着草帽和自己的孩子把满树的板栗连壳打下来。大人们也像小孩一样，他们小心的躲开树上飞下的板栗球，活蹦乱跳。所有的小孩已经在这个时候就已经开始收集零食了，小时候的我们总是会在中秋前期把所有零食收集到一起，没有到中秋节的时候我们总是小心翼翼的保护着这些零食，只是等到中秋的晚上把所有的东西装在一个袋子里提出去，到村里小孩最多的地方，分享零食，炫耀零食。



小孩子总是节日里娱乐活动传统的主力军，南方的中秋节总少不了孔明灯和烧火塔的项目。我记得在我还在七八岁的时候，我堂哥是村子里唯一糊孔明灯的大一点的孩子，那时候的我总是跟在他屁股后面，在他糊孔明灯的时候替他打打下手，帮他一起把孔明灯撑起来，这样中秋晚上放孔明灯的时候，我就能够成为孩子堆里的我堂哥之外的第二个关注中心了，我记得那时候由于我们总是弄不到放孔明灯所需要的必要材料汽油，所以我们的孔明灯总是飞不太高，整个村的孩子追着孔明灯跑呀跑，跑过河流，跑过田野，跑到孔明灯掉下来的山头，然后再把它放飞，一遍又一遍，直到它飞到我们再也找不到的地方……

我大一点的时候，村里怕孔明灯烧到森林，就不再让我们放了，我们就开始了烧铁塔的活动，那时候糊孔明灯的堂哥都去读大学了，我成了活动的主力军。我们在节日的前一个礼拜就开始筹划开来。每天放学后就去村里拾取废弃的瓦片和柴火。中秋的晚上，一切准备就绪，点火开烧。熊熊的火焰，从铁塔瓦片的缝隙窜出来，映在孩子们红彤彤的笑脸上。我们围在铁塔的旁边，剥开家里带来的柚子满足的吃着，笑着。

我听着李健的《异乡人》，我思恋着远方大家都在的中秋。故乡的中秋印象一直留在心里，无论今在何方，永远都难忘那段情结。

秋天的诱惑

彭淑芳

随着立秋的到来，炎热的酷夏终于即将过去，期待那微凉的清风来抚慰我们被炎炎夏

日灼伤的心情。对于四季的轮换，我们总是多情而无情的。

小时候喜欢春天，因为春天田野上到处都是野花野菜，等到放学，喊上三五小伙伴拎着菜篮带上小铲刀，在田野上可以嬉闹玩耍一天，也可以给家里多一份天赐的小菜。对小时候的我们来说，春天是一个有魔法的季节，总有无数的惊喜等着我们去发现。等到有一颗爱美之心的时候，开始期待夏天的到来，五颜六色多彩的花衣服让炎热的夏天多一份惊艳，可以肆无忌惮的去打扮自己让青春多一份张扬。喜欢冬天，是因为那浓浓的少女心，期待与之携手雪花中，一起白头的感动，总会觉得浪漫的事情发生在冬天的雪景中才不会辜负那一份情怀。



对于现在的我来说，可能更加偏爱秋天一些，见识了春天的生机，夏天的酷热，冬季的寒冷，我更加喜欢秋天的冷清，喜欢走在马路上踩

在飘落枯叶上咔嚓咔嚓的那种感觉，好像是一个无意中秋天赐予我们的一个小游戏一样，一步一两片枯叶，让冷清的秋天多了一点声音。

喜欢秋天，因为秋天是一个收获的季节，对于出生农村的我来说，这种感觉更加格外明显。父母们在春天播下希望的种子，在炎热的夏季进行面朝黄土背朝天的劳作，那被汗水浸透的一件件衣服就是为了等待秋天的收获，颜色金黄、颗粒饱满的谷粒，那是对他们辛勤劳动的最好奖励，三五成群的请好帮忙的邻居，今天你家，明天我家，将田里金灿灿的稻穗一茬茬的收割回来，脱完穗将稻谷放在院子里晒，那一片金黄色的果实足以让他们睡梦中露出满意的笑容。

对出行者来说，秋天是一个适合旅行的季节，虽然没有春天花开满园，处处春意盎然，但是秋天却有着它独特的魅力。香山火红的枫叶林如同一座座红色火焰一样吸引着大家着大家的目光，让大家去领略它的魅力；九寨沟——一座水做的童话世界，用秋季的色彩斑斓，叶水一色的无穷魅力去吸引着大家；神秘而有魅力的西藏总是吸引着大批的游客前往观摩，而秋季无疑是最合适的季节，避开了炎热的夏季，秋季气候宜人让大家有更多的心情去欣赏它的美丽……更重要的是国庆节正好在秋季，小长假给大家足够的时间去领略心怡的祖国大好美景。

喜欢秋天，也许更多的是因为那些曾经发生在秋天的故事：与小伙伴们在田野里玩耍、晚霞下那燃烧的野火、读书时全班的秋游、朋友生日在河边的小聚会……到了秋天，那些曾经有过的感动，那些可爱的人，那些曾经在我们生命中很重要的人，那一幕幕便开始在脑海中浮现。秋天是个感伤适合回忆的季节，让那些曾经模糊的画面再一次次清楚的呈现在眼前。

喜欢秋天，还有一个不可少的原因是因为我最爱的食物都在秋天。刚从田里挖出来的红薯直接洗干净就开始吃，嫩嫩脆脆的，放上一段时间红薯糖分更足了，等做饭的时候或者是自己燃一个小火堆，把红薯往里面一放，不多长时间就能吃到香甜软糯的烤红薯，那又是另外一种口感。家里种的甘蔗这个时候也差不多可以吃了，虽然打过霜的甘蔗更甜，但是期待许久的我们等不到那个时候了，拿上一把菜刀在菜田里挑来挑去，找到一个心怡的甘蔗砍下，洗干净，当带有一股清甜的甘蔗水在嘴巴中的时候，心里是满满的满足感。外婆家的柚子树这个时候也可以摘了，左挑挑右选选，找到一个大大的，然后剥开一层厚厚的外衣，晶莹剔透的柚子肉在不停的诱惑我，根本停不下来……还有很多好吃的美食让我更加期待秋天的到来。

对于秋天的到来，我充满期待，你们呢，期待吗？

无言的爱

琿丫

序

对我来说，父亲是一座大山，是一座逾越的大山，对我来说，父亲更多的是苛刻，在我的记忆里，从来没有在父亲的怀里打闹过，从没有感觉到那一份“疼爱”。

很想拿起写点什么，当真的拿起笔，铺开纸张，所有所有的往事，一下子涌起心头，千头万绪，又仿佛脑子一下空白，什么都没有，又不知道从何说起，能唤起更多记忆是依然小时候点点滴滴……

一、水壶

记得小时候，很愿意陪父亲走亲戚，除了能穿新衣服以外，还有吃的，更重要的是，

走亲戚时是唯一可以和父亲讨价换价机会，那说不定还会有意外的惊喜或收获，也是我最期盼的日子。

记得有一次过春节，去一个远房的亲戚家，没有去之前父亲一再交待，一定听话，一定要守规矩，不要乱动别人的东西，都不记得当时交待多少遍，一一点头答应，留在脑子里只有回来还有重赏，还有渴望已久很精致文具盒。



时间不久就到了，随大人进入客厅，客厅里坐满了人，有的认识，有的不认识，父亲与他们一阵寒暄，主家给我一把水果以及零食，有吃的就只管吃，而后陆陆续续又有些客人进来，有的

来了，拍拍我的头，掐掐冻得红扑扑的小脸，嘴里塞满小吃，由他们了。吃完零食，坐在父亲旁边，听着大人听不懂的客套话，很是无聊，很是乏味，独自一个人偷偷溜出去，没等父亲说别走远了，人已经出门了，还好外面还有几个象一样大小的小孩，见了面，几分钟过去就熟悉了，什么点爆竹，玩弹弓，滚玻璃球，有什么就玩什么，不觉得时间过得飞快，当父亲叫我回来时，已是满头是汗了，再回到客厅，已经没有人，我想可能大人都是和我父亲一样，召唤自己的小孩，准备开餐吧，“喝水，”看到桌子放着水壶，嘴里就开始嚷，“好，站在别动”，父亲没说完，我就飞着就往桌子那里跑，“嘭”一声闷响，一个水壶应声而倒，我明明看到离桌子还有五、六米的远，人没到，水壶就碎了。

“准备吃饭了”，主人前脚刚进，也看到这一幕，

“不是我打破，不是我”，我极力分辨，当时我特别害怕，不是怕赔偿，主要怕挨揍。

“对不起，儿子喝水，不小心碰碎了”，父亲着解释。

“没事，一个水壶而已”，主家态度却十分淡定。

记得很清楚，那一次我没有挨揍，而且吃饭最乖了，临走时父亲在桌子压了十元钱（当时水壶只有五元）。时隔这么久，我依然记得那么清晰，除了没有挨揍，更让我明白是男人就应该有一定胸怀，就应该会担当。更让我明了沉默是金。

二、两头拉套的马

我很爱听父亲讲故事。“从前有一个地主，小时候很贪玩，总想找理由的玩，还养了

两头马”。父亲停了一下，看看了我，润润喉咙，接着说：养了两头一样健壮，一样有力的马，一头是任劳任怨，一头只要你一加任务，就开始擦担子，总不愿意顺顺利利完成工作，这个地主，想尽一切办法，都没有用，只好做罢，天长日久，那头任劳任怨的马，托运的东西越来越多，另外一头，则越来越少，于是那头头脑精明的马就开始嘲笑那头笨马，每每看到迈着沉重的步伐，伸着长长的脖子，那头马则轻盈走过，露出污蔑不屑，认为他很傻，最终那匹马，都不用托东西了，那匹马更是得意忘形，一转眼过年了，地主就把那匹精明马杀了。于是我就嚷着不做那匹不干活的马，也许当时对我来说，只是一则童话，只是一则激励，鞭策我的童话，现在想来，何尝是一种鼓励，当我遇见问题，遇到想不开的事时，就会想到那匹马。渐渐明白当自己扛不动了，崩溃时，也不正是你爬坡时，当你安逸时，也是你灭亡来临的时候。

三、恨

有一次从深圳回家，说起了上学的事，我就非常“恨”父亲

那时去县城上学，不管外面下雨还是下雪，从没有见过父亲送我，为此母亲没少和父亲吵架。当我再次和母亲说起这件事时，母亲就说一句话，让我心里暖暖的，她说，你还记得吗？你每到县城上学，没有多久，你父亲就给你送一套新的衣服，还有生活用品，当然记得，只是赌气，不愿理他，母亲拉着我的手，到现在才明白父亲笨笨的爱，你父亲只是想告诉你，男人学会独立，学会坚强。男人应该学会吃苦，不能那么娇贵，那样会害了你的。

四、平凡

父亲是平凡，是朴实，没有什么丰功伟绩，也没有什么豪言壮语；父亲是一滴水，滋润了我；父亲是一条河，波澜壮阔；父亲是一座小山，不巍峨，不高大，却教会我，懂得担当，懂得报恩，懂得怎么生活；父亲讷于言，也不敏于行，却是脚踏实地；父亲是一本书，让我读懂了，干瘪封面下，也有伟大爱心，平凡而真挚。



用心工作

小路

今年7月25日和8月5日，大阳电工、大阳铜材以及品管部分别发出了两份通报，一是镀绕班一名职工违反工艺技术规定，乱接头，造成一批镀锡线退货，给公司造成不良影响。二是绞线班一名职工马虎开机，产生一批不合格品，又给公司造成一定损失。从这两起质量事故说明，有些操作员工工作太马虎，责任心太差，以致发生严重错误，产生了废品。



大阳电工（铜材）2016年7、8两月质量报表显示，废品率分别超出为质量目标0.85、0.14个百分点；退货率是是0.68，0.69，离质量目标相差0.01个百分点，从这一组数据反映出，公司的产品质量整体上是不良的，这应当对全体职工敲响警钟。

对于为什么废品多的问题，品管部马部长指出，主要原因还是操作工人责任心不强，操作技能低，而长期在一线做品检的班长徐红灯却说：机器开得好不好，产品合不合格，取决于操作者的工作态度，操作方法。二位质量管理同仁的评价，指出了同一个问题，工作态度、工作责任心。那么，要用什么样的工作态度，要有怎样的责任心，说来话长，高度概括为“用心做事”。

用心做事，这是很简单的话，但要做到并非易事，因为用心做事不是一阵子，而是需要持久。

用心做事强调的是把心思放在工作上，把心系在具体事情上。当你把心思放在工作上时，就会细心认真，守规矩，就会主动地把每把每一件事做好，也会在遇到困难时和麻烦时想办法克服解决。徐班长说到，镀绕班有一个职工开机很不错，他的特点就是，开机中主动把各方面的事情做好，很注重每一个环节，很注意避免出差错。这是一种很好的心态和精神，值得我们学习。

如果我们注意，在各个班组中，工作用心的和马虎的职工差别明显，为什么他能把机器开得得心应手，为什么他的质量处罚很少，因为他们就象徐班长称赞的那位职工那样，

每一天都用心做事。

我们每一个操作者都经过了二个月的学徒期，都接受了质量意识培训、师傅教的是要认真细心做事，培训教育强调的是要树立质量意识，要把质量放在心上。那么，当学徒出师之后，当独立开机以后，你还记得要按这些要求做事吗，你会不会把教育牢记在心上做好每一天的工作呢？有一些同事做到了，而有一些同事却忘记了，这样就容易在工作中出错。看看公司通报上指出的不按要求规矩接头，就是没有用心做事，没有把产品质量当一回事，所以犯了大错。

大阳公司创建发展有二十多年，这几十年的成就是广大职工辛勤创造出来的，是发自内心的动力，是用心工作创造出来的结果。而二十多年的历程是广大职工脚踏实地走过来的，是团结一心向前奔跑的印记。在社会发展到今天的时代，竞争更加激烈，节奏更加加快，优胜劣汰成为每一个企业的管理机制，如果我们不重视自身提高技能，不遵守起码的规矩，就很容易被淘汰。我们就是要在每一个岗位上用心工作，才能提高自己，才能在竞争中取胜，才能推动事业发展，才能创造财富。为了这些，让我们都担起责任来，为了美好的前途，我们一起加油吧！

质量谈

谭雪林

质量是企业的生命，这是人人皆知的道理，很多企业都把质量写入了企业的工作方针，如“品质第一，顾客至上。”“打造一流的品质。”如此种种，不一而足，可见质量在企业中的地位是非常重要的。



现在经济发展的速度加快了，人们的收入增加了，对生活的质量要求也提高了，像小汽车，国三排放的标准使用了十来年都没变动过，而国三到国四才几年的时间，现在一跃又上升到国五排放的标准了，变化速度之快，不要说那些汽车生产厂家都惊讶不已，就连

买车一族也始料不及，刚刚才买的新车到某些城市就不能办理转移过户了。再说奶粉，因为三聚氰胺的影响，很长的一段时期，很多国人都不愿买国产奶粉，转而攻占香港市场，以致香港市场不堪重负，实行限购政策。对质量的要求高了，社会才能进步。如几十年前的彩电，一个庞然大物，放在家里，要占据一块很大的地方，这个姑且不说，主要是问题太多，返修频率高，随着科学技术的不断进步，彩电也取得了突飞猛进的发展，厚度越来越薄，功能越来越多，清晰度越来越高，故障率越来越低，寿命越来越长，这样的电视谁不喜欢呢？再说汽车，原来的汽车速度低，油耗高，故障多，驾驶员开车很累。现在的汽车，有自动档，转向辅助系统，有 GPS，有倒车影像，前后雷达系统，有稳定平衡系统，有行车记录仪，有防抱刹系统，有安全气囊，甚至还有轮胎自动测压系统，加速快，油耗低，故障低，驾驶员开车感觉都很舒适，而且安全系数大大提高。这样的车谁不喜欢呢？

有人出了一趟国，在群里发表感慨，说国内与国外简直无法比，国外什么都放心，如放心的水、放心的食品，放心的饭菜，放心的空气。而在国内呢，则是这也不放心，那也不放心，似乎什么都不能放心。我真想说，你出一趟国就“涨”知识了。好像国外的人均寿命比国内也高不了多少，但他们却都是比我们早发展一百多年的国家。诚然，国内的产品也存在着这样或那样的问题，你在小店、小的商贩或者小的超市可能买到一些质次价低甚至假冒伪劣产品，因为这些小的零售商不像大超市大商场那么规范，也没有那么多检测手段对商品进行检测，但是你到大商场大超市购买的产品的质量应该有保障，因为大商场和大超市的质量监督管理体系都非常健全，并且受政府部门的监督力度也大得多。

我们大阳公司的产品质量也经历了一个漫长的发展时期，20 多年前的产品，质量肯定没在现在这么好，因为那时的大阳刚处于创业初期，质量管理体系没有现在这么健全，但是那样的产品在那个时候还是非常适销，因为在那个时候，市场对产品的质量要求远没有现在这么高。但若是今日，那样的产品客户会要吗，毋庸置疑，肯定是会被拒绝的。但是大阳的产品质量是与客户的要求同步前进的。

大阳公司现在的质量管理可以说是纵横交错，立体交叉，层层把关，层层控制，无论是产品质量的稳定性能还是技术指标，都能满足客户的需求，在客户中也享有很高的信誉。

首先说说我们的质量管理体系，公司设有品管部，品管部负责产品质量的全面管理，包括质量管理体系文件的制定，对产品质量从原料进厂到产品出厂的全过程的检验，产品

生产的各个环节的产中监督，只有符合规范符合标准的产品才能流入到下道工序，质量达不到标准的产品将遭到拦劫，列入不合格产品系列，等待进一步处理。各道工序的生产者，在开机的生产过程中，必须进行自检，自检达标后才能继续生产，反之必须将不达标产品移除处理，以保障产品的整体质量达标。技术部门制定产品的工艺标准，工艺流程，生产者必须按照各项技术参数的设置进行开机，这也就从技术上保障了产品质量的可靠性。

这样纵横交错，层层把关的质量管理体系，是否就能保障产品的质量没有一点问题呢，



是不是我们的产品就百分之百符合客户的标准呢？答案是否定的，实际证明我们的产品仍然存在着这样或那样的问题，排线不良和乱线就一直占据着退货的首位。

当我们看到一摞摞客户的投诉单的时候，当我们看到我们自己生产的产品被客户退回来的时候，我们的心中是否有一些触动，是否会有一

丝丝歉意，因为你生产的问题产品公司将会失去一些订单，甚至失去一些客户。

或许你工作中的一些粗心，或许你没有按照工作流程和操作规程作业，或者质量部门没有及时发现你的行为不合乎规范，但是这都不是产品质量问题应该存在的理由。你在工作中的一些不愉快，你的技术的不熟练，你的种种理由，都将被市场挡在门外。

产品的质量并不可怕，可怕的是我们对于这些问题漠不关心，熟视无睹，让这些问题继续泛滥下去，继续危害着企业的生存。

事在人为，有志者事竟成，对于质量问题，公司采取的是零容忍。公司构建的各级质量保障体系也使公司的质量得到了有力的保证，但我们务必看到，质量问题的严重性，容不得半点松懈。

正是因为我们重视质量，我们的产品质量也得到了稳步的提升，在客户的信誉度也不断提高，我们的优质客户所占的比重不断上升，这为大阳的发展打下了坚实的基础。质量意识始终贯穿我们产品生产的全过程，紧紧把握产品质量这根弦，是稳定和提升产品质量的有力保证，是我们在几十年的发展过程中总结出来的成功经验。我们要为公司的产品质量取得更大的进步而不懈努力，为大阳取得更大的发展而作出自己应有的贡献。

谈谈质量

通讯员 周宇

作为一个制造业公司的员工，质量，对于我来说，算是一个经常被领导，自己和其他员工所提及的一个很重要的词语。

一家公司，如果需要生存，需要发展，那么，质量管理是一个非常重要的部分，是提高质量意识和质量的保障。

我们制造员工的首要任务是生产出合格的产品，重点在合格二字，我们公司沈总和谭课在给我们开会经常会说，如果你生产出来的产品不合格，公司需要你来生产做什么，难道生产出来然后报废吗？这值得我们深思，我们在生产的时候，有没有按照生产工序一步步检查，有没有提高我们的自己的质量观念，能否在生产过程中发现会产生的和已经产生发各种问题，是否认真的处理每一个发现的质量问题。

公司有言，会而必议，议而必决，决而必果，所以，每当发现问题，必须要有结果，才算完成，如果，在发现问题的时候，迟迟得不到解决，那么，中间就会产生很多的质量隐患，或许，有些员工会觉得，这些小问题有什么关系呢，但是，我们站在客户的角度上来看问题，你就会发现，就算是一点很微小的东西都会影响我们公司的声誉，甚至从而

失去某些重要的客户，所以，在出现问题的时候，不妨站在客户的角度上感受一下，我们自己要细心细心再细心，把所有的问题都掐死在萌芽状态，是对自己工作的负责，也是对客户的负责。

每一个公司，想要得到客户的亲睐，降低价格，肆意渲染，从来都不是方法，最根本的就是需要过硬的质量，只要你有过硬的质量，就算是比市场略高的价格，客户也会趋之若鹜。

如何保证产品质量的合格，那么就需要公司的各个部门通力合作，就算其中有一个部门



出现了问题，下一个部门能及时的发现，然后截流，保证不流到客户处，然后追溯源头，解决问题，最大程度的保证质量合格。员工有时候会有一种错误的认识，觉得搞好生产质量会影响到生产进度和自己的生产效益。其实，搞好产品质量与进度、效益并不发生矛盾，他们是相辅相成、相互制约、相互发展的矛盾结合体。试想，产品质量搞好了，减少了返工，就节省了时间、加快了进度，也就节省的人力、物力的消耗，实际上就是提高了生产效益。

生产员工把产品生产出来，而品管员工则负责严格把控生产过程中的产品质量问题，不能每天重复做着同样的事情，不去思考问题会怎么出现，出现了又怎么解决问题，而不是什么都依赖上级和其他同事，应该想怎么杜绝类似问题，以保证下次不在出现同样的问题。

公司就像是一条船，我们每个人都是船上的一员，只有同心协力，众人划桨，公司才能越走越远，迈步走向成功。

如何管理好自己的情绪

空心菜

高尔基曾经说过：“工作快乐，人生便是天堂；工作痛苦，人生便是地狱。”在现实生活中，总看到他人的风景好，殊不知，最好的风景就在自己脚下。世界上没有不好的工作，让我们对工作产生不满的是不平衡的心态和不妥善的情绪管理。

有不少人对于生气、愤怒、难过等所谓的“负面”情绪，习惯以“意志力”硬压抑下去，以为它会慢慢自然消失。其实绝非如此，情绪的能量不去处理，它就会累积、转化，

并常常在你意想不到的状态下爆发出来。

因此情绪管理并不是一味地压抑，而更需要疏导与化解。

人的一生，会经历很多风雨。对我们来说，所谓“风雨”可能意味着事业的失败、恋人的分手、经济上的困难、家庭的不合、



违纪的处分等等……。人生在世，谁都会遇到挫折。挫折使我们痛苦，但同时又是一种挑战和考验，激励我们成长，这是生活的辩证法。问题的关键不在于挫折的有无和强弱，而在于我们对待挫折的态度。如果把挫折比喻为人生的风雨，把人生的逆境比喻为多雨的时节，那么，当雨季来临的时候，我们就该及时的扪心自问：我该怎样面对雨季，我的伞在哪里？

一、从容面对、快乐掌控

面对挫折，不同的人有不同的态度和情绪。任何的情绪，都是我们人性的一部分，都应该真实呈现、坦然面对。与其闪避、畏惧、排斥，不如迎难而上。面对不可拒绝的挫折，唯一可取的态度是从容面对，如果进而能够快乐地掌控挫折带来的烦恼，那么，一次“创伤”就会变为一颗宝贵的“珍珠”。“珍珠”是从愈合了的创伤之中升华出来的东西，它不仅可以有效地抚平伤痕，而且可以使我们珍视经验，减少错误。

二、适度宣泄、尽早摆脱

面对挫折，有人惆怅悲观，把痛苦和沮丧埋在心里；有的积极主动，把情绪选择倾诉和适度宣泄——我赞成后者。如果心中苦闷，不妨找一两个亲近的人，把心里的话倾吐出来，这样，不健康的情绪就得到宣泄。宣泄是一种自我心理救护，它可以消除因挫折而带来的精神压力。

比如面对工作上的巨大压力，与其通过板着脸、不分青红皂白地呵斥属下或者同事的不得力来发泄，不如真实表达“这项工程那么复杂，而给到我们的时间又很有限，确实有相当难度，我感到很焦虑，也有点担心，幸好有你们这些有经验的下属和同事的帮忙，让我心里踏实不少。”想来下属和同事听到上级如此诚恳、真实的分享，感觉会舒服很多，会愿意更努力地承担起自己的那部分责任。

三、激励潜能、独立自救

独立自救是生命中最闪光的品性，这已经被很多事例所证明。面对挫折的打击，有的人一蹶不振，有的人则激发潜能，自己拯救自己——前者没有看到自己的潜能，后者则充分地汲取了潜能的力量。

一个小故事说：“一头猪的腰部脱臼，在那里费力的爬着，孙子要去帮猪按摩，爷爷喊住了他，爷爷拿起一个土块向那头猪扔去，那猪吓得挣扎着跑起来，爷爷在后面追赶它，

只见那猪跑着跑着腰部便上去了，恢复了正常”。人遭受挫折就好像小猪脱臼，真正能帮助你的不是别人而是你自己。人需要压力的，有了压力我们才不敢松懈，才会努力拼搏，才会不断进步。其实，在生活中让自己忙起来，是一种自我加压的方法。面对挫折，适度转移注意力，自我增加良性压力，可以有效改善自己的心境。比如可以通过从事集邮、写作、书法、美术、音乐等趣味活动来调试自己的心情，缓解苦恼带来的种种压抑，随着时间的推移，沮丧也就渐渐淡忘了。

总之，我们是情绪的主人，只要我们愿意去面对原本就属于我们自己的各种情绪，就有能力去管理它们，而非为情绪所控制。快乐工作的关键取决于自己，放弃抱怨，用乐观的心态去面对当前的工作，从自己胜任工作后的那一刻起，我们会发现，原来快乐工作就在身边。

情绪管控显人品

金馨

人不可能永远处在好情绪之中，生活有挫折、有烦恼，就会给人带来消极的情绪。一个平时看似风平浪静的人，不是没有消极情绪，而是心理成熟善于调节和控制自己的情绪。

一个带着情绪去面对事情的时候，其实很可怕，因为当时的他对自己做的事情是无法判断出对错的，处理事情的结果也并非他所想的。

反之，生气时最显人品，最能了解一个人真实面目，心情好时谁会乱发脾气，谁会看什么都不顺眼，只有在生气时就都表现出来。管控不好自己情绪的人，会给自己的人际关系带来很大的阻碍，特别是友情和爱情中。

一个人的情绪管理不好，会让原本留在朋友心里的好印象荡然无存，当一个人他要融入一个圈子，就事先要给别人留下个好印象，



要给人留下好印象最简单的方法是什么呢，就是为人真诚，脾气好，懂得人情世故。当初步印象留下了，才能与人更好的发展。这样一个故事，一位退休的老人搬到儿女那住了，因为刚到一个陌生的环境需要结交一些新朋友，老人也挺热情，总会买点水果什么的跟楼下公园的同龄人一起分享，久之也都熟悉了起来，但因为老人性子好强，与牌友发生争执，跟对方不依不饶的就在大庭广众下闹着，骂到后面也根本就不是就事论事，而是添油加醋的编排对方的家事，什么戳心说什么，说得对方差点气晕。另外还有在公交车上训斥一位赶着去上学的小女生，因为未给他让座。面红耳赤的在那里怒吼。说的小女生当场就哭了。这些行为是不是会让你觉得平时表现的再好，其实也不能深交。

爱情中表现出来的都应该是美好的，当然美好的爱情它的保鲜期也是有限的，情侣吵架也是常事，一段感情能否永久的坚持下去，往往都要从双方处理不快的事情中寻找答案，当一方处于情绪失控状态就会说出过激的话，有些人虽然不说脏话，当尖酸刻薄起来比说脏话还要狠，似乎不把对方踩到脚下就不能泄愤。这样的行为一次两次或许对方能容忍，但是久而久之，对方也会爆发。如果当双方都判定对方人品不善那就可能会断绝来往，不费唇舌。



其实就算是圣人，也不可能没有生气的时候，生过了气，也花一点时间反思自己，俗话说一个巴掌拍不响，这个世界上不可能有谁把道理占全了，每个人都会从自己的角度考虑问题，这是人的本性。事后也想想是不是自己忽略了对方的利益，或许有

助于下次避免类似问题。

有情绪了我们需要发泄，但不是用来伤害身边爱你和你爱的人的借口，也不能堆积在心里，那样会让自己憋屈，其实发泄情绪有很多种：一、及时给予自己暗示和警告。如当你感到怒气正在上升时，在心里对自己说：克制，再克制！或者默默地从一数到十，往往

只需几秒钟、几十秒钟，你的心绪就能够平静下来。二、可以用转移注意力的方法改变它，比如出去散散步，听听音乐，做做运动，或是逛逛商店。三、可以向知心的朋友哭诉一下，哭泣有一种“治疗”的功能，人在痛哭一场后，往往心情就变得好多了。四、你也可以写日记等等。不要以“只是一时冲动”、“只是被气糊涂了”这样的话来粉饰太平。

一个成熟的人，无论情况多糟糕，也要守住分寸，无论心里多愤怒，也要拿捏住尺度，因为你坚持的不只是礼貌，而是立世为人的品行。

话说“二胎”

电工修模班 周玲林

“二胎”，这两个字最近总是频繁地出现在大众的生活中。自从国家的政策出台后，“二胎”也一直是人们热议的话题。拼“二胎”的时代到了。

话说“二胎”无非是家中又有一个新的小生命罢了，儿子女儿多个弟弟或妹妹罢了。现在新闻里多了许多二胎案例，原来是独生的小孩，有六个大人的爱护，整天围绕着他一个人转，生二胎这份爱分成两份，独子不愿意吃的玩的分成二份，有哭闹离家出走的，还有要求父母写家产分配保证的，居然还有以死要挟的，“你敢生，我就敢死”。现在的小孩是怎么了，是社会的进步发展才使得现在的小孩这么偏激吗？

我对于“二胎”不抱任何偏见，希望年轻的父母对自己的家庭未来作出合理的规划，充分并全面的结合自身实际情况来考虑是否要生“二胎”。是利大于弊还是弊大于利，同时做好儿女的沟通工作。

新生命的降临是神圣而又伟大的，是值得我们谨慎小心地对待，不应该因自己一个草率的决定而玷污他们的纯洁。50、60后纠结是多要一个儿子还是多要一个孙子；70后纠结着到底要不要生，还能不能生；80后纠结着有没有经济能力生，要是丈母娘和老婆同时坐月子到底该照顾谁；90后、00后纠结着以后看到小屁孩到底是叫弟弟还是叫叔叔。……

2016年，开始全面放开“二胎”生育，80后一对夫妻只生一个小孩，80后成独苗，中国放开“二胎”，80后，28-38岁成为了生育主力军，到了2030年，人口老龄化，80后都45岁左右，将迎来上有4老人下有2小孩的尴尬局面，我想说“80后是不是就这样坑

到底了？能不能换一代坑啊”。

85 后的我，总觉得时间过得太快，随之压力也越来越大。第一胎生的是女儿，老公又是独子，想当然的要生“二胎”了。80 后的我们正当努力挣钱买房买车的时候，也是我们生“二胎”的黄金时期，生孩子重要还是事业挣钱重要，自己都不知道该怎么取舍，我能想的也是很多 80 后妈妈们所想的，生“二胎”必须要给他创造好的条件，不是说生就能生的。一个小孩从出生那天就是一个家庭经济能力的负担，他的生活、教育经费是一笔很大的开支。60 后、70 后事业金钱是顶峰时期，有一定的经济能力，房子车子都有了，而 80 后还在拼搏的路上，努力供着房贷车贷，还努力想着生“二胎”，所以对于“二胎”，我们 80 后须谨慎考虑。80 后的我们独生子女较多，喜欢享受生活，条件有限，如果有二胎经济压力随之而来，想到有压力不想有二胎。有条件有经济能力的生二胎没有多大压力，但也有不想生的！无论男女生一个就好，就怕做丁克。现在逢人就问“什么时候生二胎！怎么你家还没动静啊？”，“计划中，不急。”“压力大不想生了。”年轻的父母都在“催生”中。

无论是 70、80、90 年代，都是拼搏的一代，在努力创造美好生活的同时，肩负起家庭与社会的责任，因此“二胎”的想法和行动就顺其自然了



孙中山故居散记

序

通讯员 阮献辉

8月20日，晨光编委和通讯员去中山市参观了伟大先驱者孙中山先生故居。在途中，通过车窗可以看到，沿路两边的风景着实让人赏心悦目，纯蓝的天印染



着形态各异的云，苍翠的山体间缭绕着彩带一般的云雾，好一幅天朗气清，惠风和畅的水墨画景。还有气势恢宏虎门大桥。主编李鸣告诉我们过了虎门大桥，很快就到孙中山故居，南朗镇翠亨村了。

一、参观孙中山故居

首先进入眼帘就是“天下为公”四个大字，雄浑有力，古色古香，从踏上先生出生地的那一刻起，我的心情无比激动，因为这是我生平第一次与伟人靠得这么近，可以真实的感受伟人的呼吸，体验一下伟人的博大胸怀。

随着人流，进入孙中山故居，整洁小道，两边很庄严的松柏，随风飘洒的细叶，以及很有特色南方树木，也许我们去的时候是礼拜六，所以这里游人如织，老人、小孩和青年学子颇多，尤其看到一张张纯真的笑脸，仿佛看到中国的希望，耳旁响起这样一句话，一切从娃娃抓起。随着蜿蜒的小路，走在林荫小道，真的不知道，一代伟人，一个叱咤风云的伟人，会有什么样居住环境呢？

从外观看，孙中山先生住的这幢小楼洋味十足，同时又具有典型江南特色，进去方发觉其实屋内中气盈然。中间是客厅，左右为厢房，青砖白缝，完全是中国传统建筑形式。

沿着走廊往里走，正厅的镂空雕花隔扇和暗红的神楼，靠墙摆放的古旧的酸枝木椅，无不透露着岭南民居朴素的气息。客厅屏风上悬挂着一幅孙中山的油

画像，屏风后是孙中山母亲的卧室。

一楼首层正厅的镂空雕花隔扇和暗红的神楼，靠墙摆放的古旧的酸枝木椅，无不透露着岭南民居朴素的气息。一楼两侧是有孙中山的母亲以及其他人的卧室，真的看到孙中山先生卧室时，心中感触很多，一床，一桌，一椅，再无他物，甚是简朴。二楼中间是走道，两侧分别是书房和客房。各厅室摆放的木床、梳妆台、书桌、椅、凳、镜子乃至煤油灯均为孙家当年使用的原物，甚至按孙中山当年布

置原样保持，大都斑驳陆离，相当陈旧。

当看到眼前这一切，怎么也无法与孙中山先生联系在一起，在那个叱咤风云的时代。当一个民族陷于危难之中时，就是无数英雄涌现的时候。此刻，中山先生那为民族复兴劳累奔波，鞠躬尽瘁的，窝居在斗室之间，是何等气魄啊！

二、孙中山纪念馆

参观了故居，我们随后来到纪念馆，孙中山纪念馆是一幢现代化的建筑，名为孙中山纪念馆，主要展出孙中山先生大事年表及革命事迹，孙中山家族世系和亲属后裔，学说理念和书籍墨宝，展品中不乏弥足珍贵的遗物、文物、照片、藏品、录音、录像等，其中还井然有序地陈列着孙中山不同时期的事迹的文字、图像、音像、手稿等资料，对我印象深就是，墙上悬挂着孙中山先生亲笔所书的题词、楹联，如“世界潮流，浩浩荡荡，顺之则昌，逆之则亡”、“天下为公”、“博爱”、“修身岂为名传世，作事惟思利及人”、“后来居上”等。

在孙中山纪念馆中，镌刻着孙中山大事记，从出生到逝世的几十年里，为国家、民族、人民百姓奔走呼告的一生、革命的一生、奉献的一生。

细细查看先生的大事记，不由人不佩服，先生之执着精神，先生之不懈奋斗志，其中有这样一个孙中山先生的雕像，印象很深，他神情严肃，手持拐杖，凝视远方，仿佛在思考着什么，又好像在指引我们前行，又好像大海里的一个航标。

孙中山先生于1925年3月12日逝世，享年六十岁。就是在生命的最后时刻，

还断续呼唤“和平、奋斗、救中国”。其数十年以天下为公，为国为民殚精竭虑，鞠躬尽瘁，死而后已的无私精神和伟大人格，惊天地而泣鬼神，

三、今天我最 high

年轻人最耐不住的寂寞，年轻人的话题，永远年轻，激进的，又是热烈的，有趣的。今天我最 high...，这是编委金巍荣说的一句话。也许今天来说，参观孙中山，感触颇多，每到一处都在仔细看，几个人一起走，走着走着都会走散，有的同事开玩笑说，你是我们的国宝，熊猫盼盼，是我们来参观当中唯一女性，要重点保护。



爱美是女生天性，看到好景，都会留下刹那的一瞬间，看到这里，突然想起这样的一句话，世界是属于年轻人的，未来也是属于年轻人的，更让人想到，正是年轻人到来，这里才会生机盎然。社会才会更好发展，这种天下为公的精神才能更好的传承和发扬。

你要问我们这里谁最“潮”，非副主编谭雪林莫属，是我们这几个人，第一个拿自拍杆的人，平日里虽说不怎么说话，但看事，都有自己独到的见解。回家的路上，仍思绪纷飞，孙中山先生那高大的身影仍然在我眼前，这位中国国民党的创始人、三民主义的倡导者，他“天下为公”的博大胸怀和崇高的爱国情感真值得我们后

辈们传承并发扬光大。给人精神的洗礼，心灵的净化，铭记历史，缅怀先辈，方可走得更远。

作为青年的我们，不仅为我们辉煌的过去和有这样的伟人而感到高兴和骄傲，今天，我们何不继承，何不迈步向前呢？

记忆里的端午

金馨

记忆里的端午，都是有奶奶在的端午。

挂在门楣上的艾叶已经变成灰褐色，风飒飒的吹着那几根早已枯竭的艾叶草，很像是雨声，真的下雨了，雨丝白茫茫的扫过村落，在我家门前织起一张网，奶奶坐在门槛上，注视着檐下的雨水像小瀑布一样跌落下来，汇在石板路上，匆匆忙忙的流走了。端午过后的午后奶奶难得悠闲，她只是静静的听雨，神态宁静而安详。

前几天的时候，奶奶正在门前的空地上包着粽子呢，商品化社会的当今，奶奶坚持要自己亲自给家里的孩子们包粽子吃，用她的话说，只有吃了自家包的



粽子，才叫过了端午。用一只大大的脸盆装满清水，浸泡着我们刚从隔壁村子摘回的青粽叶，我们的粽子会包的很小，奶奶把雪白的糯米放在已经窝好形状的粽叶里，塞紧包好，扎上细线。便可放入锅里煮。

大概那时的粽子是世界上最好看最好吃的粽子，那时的人们总喜欢将美食分享，最先出锅的粽子，奶奶都会叫我用碗端着送给屋子前前后后的邻居们，一会功夫，整个村落都散发出淡淡的粽子香味，奶奶的粽子，弥漫着整个端午。

那时候的端午不只有奶奶的粽子，传统的她一直过着最传统的端午，最传统的端午里，当然少不了雄黄，天刚刚蒙蒙亮的时候，奶奶就沿着屋前屋后洒满了细细黄黄的雄黄酒，等孩子们起床后，她又会用雄黄擦在我们的肚脐眼上和额头上。据说这样可以赶走一切妄图靠近我们的牛鬼蛇神，然后我们会沿着村子跑着，相互比较谁额头的雄黄最多，图案最漂亮。碰到没有擦雄黄的，还会嘲笑他。那时的我们认为端午要擦雄黄就跟太阳早上从山的一边升起晚上又从另一边落下一样，是跟生活有着不变的规律。

和雄黄一样传统的是每年端午傍晚必洗的艾叶澡，端午的前几天奶奶便会提前从野外割回大量的艾叶草，晒在家里的阳台上，艾叶草晾干的时候，端午也就到了，奶奶说他们小时候蚊子多，又没有蚊香，洗个艾叶澡，蚊子就不会追着他们跑了，现在的艾叶澡，更多的是奶奶对她后人的一种祝福的寄托，奶奶小心的用煮过的艾叶，帮我们搓澡。为我们施加着神秘的而又充满善意的符咒。

记忆中的端午离我们很近却又很远，我已经好些年没有过上有奶奶的端午了，不过它会一直在记忆里，那么的美好。



特别的晚餐

塘尾学校 陈宜琳

生活中，一丝微笑，一个眼神，一声问候；或一次旅行，一场球赛，一段情谊；甚至一缕阳光，一抹色彩……都令人回味，感怀。

——题记

我草草的翻开日历，怔住了。我竟没有发现今天是母亲节。回想起来，我从未为妈妈过过节日，甚至是生日，只不过是一些比较重要的节日才会在一起。今天妈妈又去加班了，直到晚上才回。

我坐着，沉思，倏忽，一串阳光洒在我的脸上，我站起来，触摸着温暖的阳光，我感受到了母亲的温暖。我冲向菜场，寻找那爱的味道。

金色的阳光慵懒的铺在地上，我闻着氤氲的花香，像小兔子一样，蹦蹦跳跳地。我的眼睛急切的在四周寻找，是这个！我提好东西，准备制作这爱的晚餐。



金黄色的油在锅里流动，那跃动的火舌肆意的“横行”，我一股脑地将青菜丢进去，那油被火焰气的跳起来一丈高，飞到我的手上，我的手上立刻出现几个红点，我急忙跳开，六神无主地向四周望去。我忽然眼前一亮，冲过去抓起那超级无敌大盾牌——锅盖！我一手抓着锅盖，一手紧握锅铲，向前挪去。

我大汗淋漓的将它铲出，瞪大双眼不敢接受这个事实。底下黑乎乎的一片，烤青菜！上面硬邦邦地“冷水泡青菜”！我整个人都瘫在沙发上面，像泄了气的皮球，心想：“唉，肯定做不成了，菜都糊了！”我回头一瞥，阳光洒在灶台上。我下定决心“我一定要做出一道菜来！”经过一个小时的艰苦奋斗，三道“辛酸”菜终于出锅了！

“嘀哒，嘀哒，嘀嗒”时间一分一秒的过去，妈妈熟悉的脚步声出现在楼道里，“哒，哒，哒”我不知这是妈妈的脚步声还是我忐忑的心在跳动。门开了“女儿，今天你想吃什么菜，我。。。。。”我轻轻地把菜捧到手里，妈妈呆住了，我小心地放好菜，扑到她怀里：

“母亲节快乐！”妈妈紧紧地抱住了我，她的眼睛里充满了欣慰，惊讶与泪水。我永远记得那天她对我说：“这是世界上最好吃的菜了！”但我知道，那桌菜并不美味。

特别，不需要多大，多好；特别是心中的爱。



秋季养生保健常识

以合理膳食，以防燥护阴、滋阴润肺为准则。秋季天高气爽、气候干燥，秋燥之气易伤肺。

因此，秋季饮食宜清淡，少食煎炒之物，多食新鲜蔬菜水果，蔬菜宜选用大白菜、菠菜、冬瓜、黄瓜、白木耳；肉类可食兔肉、鸭肉、青鱼等；多吃一些酸味的食品，如广柑、山楂等。适当多饮水，多吃些萝卜、莲藕、香蕉、梨、蜂蜜等润肺生津、养阴清燥的食物；尽量少食或不食葱、姜、蒜、辣椒、烈性酒等燥热之品及油炸、肥腻之物。体质、脾胃虚弱的老年人和慢性病患者，晨起可以粥食为主，如百合莲子粥、银耳冰片粥、黑芝麻粥等，可多吃些红枣、莲子、百合、枸杞子等清补、平补之品，以健身祛病，延年益寿，但不能猛吃大鱼大肉，瓜果也不能过食，以免伤及肠胃。另外，要特别注意饮食清洁卫生，保护脾胃，多进温食，节制冷食、冷饮，以免引发肠炎、痢疾等疾病。

养阴益气是关键：秋天最重要的是养阴益气。养阴就可以防止肺燥，益气就可以温养肺气，鼓舞阳气，所以秋天应多吃山药、百合、银耳、猪蹄、莲子、藕、梨、枸杞等食物，以安度秋天。





压力锅

记得初中时老师出了个半命题作文《-----压力》或《压力-----》,我们都写了“成长的压力”,“考试的压力”或是“压力下的我们”,唯独我们班一旷世奇才写了一篇说明文——《压力锅》……

兔子和老狼

一只兔子调戏了一只老狼,狼紧追不舍,眼看就要追了,兔子连忙急转弯跑到树下,拿起报纸,又带上墨镜,狼追过来,不见兔子踪迹,便问:你刚才有没看到一只兔子从这里跑过?兔子顿了顿:阿,是不是一只刚调戏过狼的兔子,老狼大惊:啊,有没搞错,这么快就上报纸了

委婉的数学老师

期末考试后,数学老师发成绩单前说:“我们班上这次考试 90 分以上的同学和 80 分以上的人数一样多,80 分以上和 70 分以上一样多。”刚一说完,就听见全班的欢呼声。不过一位同学追问道:“那么……不及格的人数呢?”老师这才慢慢地说:“不及格的人数和全班的人数一样多。”

我是一个有毅力的人!

小明成绩有点差,老师责备他是一个没有毅力的人。小明说:“老师你错了,我其实是一个很有毅力的人。”老师越来越生气:“那你说说看!!”小明回答道:“我只要下定决心去做一件很事情,不管中途有多少困难,我都会拖到最后一刻去做。”

环境问题

美国总统威尔逊正在演讲中。

忽然，一名男子竟大呼：“狗屎！垃圾！”

这时候，他满脸笑容：“您刚刚提出的环境问题，我马上就要谈到了。”

此时最怕热茶两碗

一书生荒年逃难至一财主家，有心讨点吃的，又怕财主不给。于是对财主说：“我生平有个怪癖，见到热气腾腾的馒头就会晕倒。”财主不信，就将书生关到一间热气腾腾馒头的屋子里，过一会儿去看，馒头都被书生吃光了。财主怒道：“你现在还怕什么？”书生笑道：“此时最怕热茶两碗。”



征稿启事

《晨光》是大阳自办刊物，是宣传大阳精神，传播企业文化的阵地，是职工文学创作的园地。自创刊以来，让许多写作爱好者得到培养锻炼和提高。

《晨光》设有以下栏目：

- 1、大阳风采——反映大阳职工的优秀事迹，报道集体的成绩；
- 2、我爱大阳——描写在大阳的经历、感受，回顾大阳的历史；
- 3、情感世界——描写工作和生活的经历、描写亲情、友情，反映社会故事；
- 4、感悟人生——描写个人成长的经历、感受，描写人生的道路、收获；
- 5、七彩生活——描写个人、集体的活动经历、感想、收获，生活中有意义、有趣的故事；
- 6、班组生活——反映班组里发生的故事，工作成绩、同事的印象；
- 7、随感杂谈——发表对工作、生活事情，对社会现象的看法、评论、建议；
- 8、百家讲谈——发表对企业管理、社会生活的论点、论文；
- 9、诗海拾贝——描写工作、生活、人生、爱情、社会、历史的诗歌
- 10、小说天地——发表描写生活的短篇、微型小说；
- 11、中、小学生作文——发表职工子女的优秀作文。

《晨光》每季度末月出刊一期，面向职工长期征稿，投稿方式有：

发送邮件：lm@dayangsz.com，或发腾信通（电子文稿）至编委；纸质稿可放入《晨光》稿件箱（设宿舍门卫室、春晖楼宿舍一楼）。

投稿一经采纳，给予稿酬，请作者署真实姓名（可附笔名）。

提示：文章由本人创作，忌网上及他人作品抄袭、篡改。

大阳《晨光》编辑部