



公司切实为员工做好防暑降温工作

本报讯(记者 臧峰琴)7月,富阳迎来了一年一遇的高温酷暑天气。艳阳正考验着坚守在生产一线的广大员工们。为落实好防暑降温工作,保障公司能够安全有序的运营,新型材料股份有限公司迅速启动了高温红色预警应急模式,采取一系列防暑降温措施,以保障高温期间员工们的身体健康,做到安全、生产两不误。

配备排风设施,强调安全生产。公司设备动力部不仅对各车间所有排风扇和空调进行全面检查维修,并且根据实际情况增添了不少排风扇和空调。安全环保领导小组坚持每天巡查,查现场、听汇报;各车间利用每天班后会强调安全生产,不断提高一线操作工的安全意识,避免因违规操作引发安全事故;利用宣传栏,向广大员工宣传防暑降温有关措施和中暑急救知识,避免员工因中暑发生意外。

坚持每天为员工送“清凉”。公司给各生产线配备了藿香正气水、清凉油、医用酒精等防暑药品,还每天给生产一线的作业人员发放冰水。同时,公司还组织人员“送清凉”,每天下午给包括各生产线及重点项目建设现场高温作业人员,发放冰镇的矿泉水,组织党员到生产

一线,为员工送去解渴的绿豆汤。改善员工伙食,发送夏令物品。在公司的组织下,公司食堂每天中午为广大员工提供清凉的汤水,让各位员工第一时间能够享受防暑降温饮料,公司还为每位员

工发放了毛巾、洗发水、沐浴露、香皂等夏令用品。此外,公司还为员工按时发放高温补贴,为在炎炎烈日下辛勤奋战的职工们,送去丝丝凉爽和关怀。



公司领导朱玉田(左一)正在车间为员工们分发饮料

要闻速递

责任编辑:俞红英

服务G20华达在行动

本报讯(记者 杨园园)为迎接G20杭州峰会召开,华达新型材料股份有限公司按照峰会保障要求,近来开展了做好员工宿舍消防安全与环境整洁工作。

公司对公寓35间员工宿舍,配备了35个ABC类干粉灭火器,每个房间配备了应急手电筒、求生哨、口罩等逃生必备品;同时还在楼梯走廊疏散通道处安装了多盏“安全出口”应急照明指示灯;落实专职电工,要求定期维修保养宿舍电气设备。

在做好硬件建设的同时,公司还请人对宿舍员工进行了一次“消防安全知识教育”讲座。在讲座中,特别强调了宿舍员工禁止在宿舍各出口处堆放杂物,以确保通道畅通;禁止使用明火、禁止吸烟,以保持环境整洁。

柯红波教授为党员授课

本报讯(通讯员 王楚)7月23日下午,华达集团党委在总部三楼会议室举行7月份党员“固定活动日”活动,邀请杭州市委党校柯红波教授为全体党员上党课。

本次党课的主题为“G20与中国外交战略选择”。柯教授分别从“如何看国际社会?”、“如何看当前国际政治经济秩序?”、“如何看G20”以及“如何理解‘七一’讲话精神”四个方面进行深入浅出的讲述。

听了柯教授的讲课,大家纷纷表示以后要以更加饱满的精神状态投入工作。

党委领导慰问老书记

本报讯(记者 杨园园)在建党95周年之际,华达集团党委会同工团组织,走访慰问了上一届党委老书记郎玉莲。

在老书记郎玉莲家中,党委、工会领导汪小敏、俞良法亲切询问了她健康、生活情况,向她和家人转达了公司的关怀之情,并送上慰问品。

党委派员上门慰问,郎书记非常激动,她赞扬了近两年华达的变化,表示,虽然自己年纪大了,但非常关注公司的发展,希望公司生意兴隆,党委工作越做越好。

《华达报》专栏出成果

本报讯(通讯员 石雨)《华达报》自2009年开辟《托起明天的太阳——华达员工子女作文选登》专栏以来,得到广大员工及员工子女的欢迎,大家纷纷来稿。至今年7月底止,已累计发表员工子女作文200余篇,为培养孩子写作能力和健康成长作出了贡献。

继2014年小作者姚婧怡把自己发表在《华达报》专栏上的文章编辑成《阳台上的喇叭花》以来,今年7月份,小作者寿天成也把自己刊登在该专栏的论文汇编成《留住青春》。两书累计出版1500余册。他们除了送给母校老师、同学留念之外,还被部分图书馆、阅览室收藏。

现场特写

一次紧张的消防演练

魏石磊 姚大谟

时间:2016年7月14日下午

地点:华达新型材料股份有限公司

主办单位:大源镇人民政府

承办单位:华达新型材料股份有限公司

7月14日正午,烈日当空,异常闷热,气象预报正午气温高达34℃,人走在被太阳炙烤的水泥地上,立刻大汗淋漓,使人热得喘不过气来。

正午12:30,参加“液氨泄漏应急预案”联合演练的华达新型材料股份有限公司的80多名员工,身穿天蓝色的工作服,头戴桔黄色安全帽,手臂上都佩戴着红袖章,分成医疗救护、应急消防、应急抢救、后勤保障、环境检测、通讯保障等六个小组,准时列队在公司彩板车间与镀锌一线车间之间的水泥地上,副总经理季绍敏正在用扩音器向大家宣布纪律。

12:40,大源镇党委书记方亮,富阳区安监局、富阳区环保局和大源镇卫生服务站的同志全部到场;华达集团董事长邵关根、新型材料股份有限公司负责人朱玉田、陈光连等,已在现场督导。

1:00,一切准备完毕,大源镇党委书记方亮,用响亮、鼓劲的声调向参加人员

发出口号:“液氨泄漏应急预案联合演练现在开始!”

这时,液氨泄漏的警报已经拉响,天空中烟雾、气味弥漫。

离现场50米处,四名“消防人员”立即用最快的速度拉起了隔离带,参加演练的员工们纷纷口捂湿毛巾,紧急“逃离”现场。

紧接着,全副武装的三名“消防队员”,背着布带水管、水龙头,迅速奔向“出事”现场。不到1分钟,“消防队员”关闭了泄漏伐门,接通了水源,安装上喷水龙头。水雾迅速喷向贮气液灌泄漏上方,紧急稀释气体,迫降温度。”这一过程,只化了3分钟。与此同时,两名“消防队员”,用担架把一名“受伤人员”急速抬离事故现场。

液氨泄漏很快得到了控制。

1:28,富阳区环保局两名专业人员,到液氨泄漏现场进行环境测试,仪表显示一切正常,并向公司负责人进行了汇报。

1:30演练结束。华达集团副总经理向大源镇委方书记报告:演练结束!

这次紧张的联合消防演练,前后一共经历了半个小时。虽时间很短,但当“消防队员”从身上脱下防护服、防护面具时,里面穿着的衣裤已被汗水全部湿透,脸上还冒着豆大的汗珠。

新闻链接:

地处大源镇的浙江华达建材股份有限公司,是一家生产各种规格的镀锌钢带、彩钢带的企业,产品广泛用于汽车、家电、建筑等行业。公司在镀锌钢带、彩钢带生产过程中,需要大量的液氨,每天液氨使用量1吨左右。液氨是一种高危化学品,如泄漏会引起人身伤害。汽化后的氨气,遇高温也易燃烧引起火灾。因此,新型材料股份有限公司一直被富阳区安监局列为重点消防单位。

一直以来,大源镇政府和公司都十分重视企业的消防安全工作。这次演练,主要是针对迎接G20、做好内部安保和夏季高温期间安全开展的。

通过演练,对提高员工安全意识和掌握消防技术,起到了积极的作用。

听听专家提醒:如何避免夏季中暑

邵琴迪 辑

专家说,中暑的发生是综合因素产生的:一种是高温、高辐射,也就是俗称的干热。强烈的太阳照射和较高的温度导致人体水分大量散失,若水分得不到及时补充就容易中暑。另一种是高温、高湿度,即夏季常见的湿热天,人体不能正常排汗,皮肤血流量和心输出量大大增加,心衰发生率和心脏病死亡率也会增加。

专家说,避免中暑重在预防。饮食方面,首先应注意补充水分。夏季人体水分挥发较多,不能等渴了再喝水,那时身体已是缺水状态。另外,身体中的一些微量元素会随着水分的蒸发被带走,应适当喝一些盐水。食物方面,

要补充足够的蛋白质,如鱼、肉、蛋、奶和豆类;另外,还应多吃能预防中暑的新鲜蔬果,如西红柿、西瓜、苦瓜、桃、乌梅、黄瓜等。

外出时,要做好防晒工作,戴太阳镜、遮阳帽或使用遮阳伞,穿透气性好的棉质或真丝面料衣服。烈日炎炎下长时间骑车最好穿长袖衬衫,或使用披肩,戴遮阳帽。进行长时间

户外运动时,要准备好防暑药品,如藿香正气水、十滴水、人丹等。中午至下午2时阳光最强,尽量不要呆在户外,有条件的可适当午休。空调温度不要开得太低,室内外温差太大也会导致中暑。

一旦出现中暑症状,应该如何应对呢?

专家指出,如果有头晕、恶心、心慌等症状,很可能就是中暑了。此时,应立即停下正在做的工作,找一个阴凉处坐下休息;同时补充水分,小口慢饮,以防加重心脏负担。解开领口扣子、领带、皮带等,保持身体周围通风,并涂抹或服用解暑药物;经过一段时间休息后,若症状不减,应及时就医。

此外,一旦周围有人发生中暑症状,应当立即将病人移到阴凉处,并保持周围通风;解开衣扣,用各种方法帮助身体散热;帮助服用解暑药物,并按压人中、虎口等穴位帮助恢复意识,如果症状没有减轻,应立即拨打救助电话。

企业精神

责任编辑:杨园园

我眼中的华达

王楚

从离开校园到华达工作,已一月有余。大学期间,我在许多公司实习过、兼职过,但从未有过一家公司能有想要一直工作下去的念头。而华达,是一个具有独特魅力的企业,总有一股牵引力要带你我解它。

和大多数高校毕业生一样,即将正式进入社会的我们,内心总是无比忐忑。记得还未来华达时,有一次无意间聊起华达,朋友和我说:“华达有份报纸叫《华达报》,办得挺有名的!”。那时候,我并不了解《华达报》。说来也巧,我工作的部门是华达的办公室,刚好办公室有一位同事是《华达报》的编委之一,她叫邵琴迪。工作没几天,迪姐向我宣传《华达报》,她还将历年的《华达报》合订本整理出来让我阅读。于是,每天工作之余,我就会翻翻这些合订本。

琴迪姐说,《华达报》已坚持办了十多年,每一期报纸都是编委们的心血。我想现在我应该懂得了她说这句话时的意思,因为这些日子我也参与了《华达报》的采编、征稿、校对等工作。

对于办报,我完全是“门外汉”。每次开编委会时,姚太谟老师总会征求每个编委对上期报纸的意见,以及下期报纸需要改进的地方,并且分配给每个人下期报纸需要采访的内容。

写稿子,即使是一篇短小的消息稿,我都需要反复修改,报纸正式印刷前,会让编委们认真看一遍,以防出错。这些工作,《华达报》的编委们已坚持了14年。

这些天,我又重新翻开了《华达报》合订本,结合我这一个月来的亲身体会,我不得不感慨:在华达工作,真是我人生一大幸事!厂内,华达为员工配备了厂车,建造了职工宿舍楼,还建造了篮球场等;妇女节每年安排女工体检;年年表彰先进和上门慰问困难员工。对厂外,华达积极帮助社会弱势群体,安排残疾人就业;周末,志愿者为社区义务服务;不忘教育事业等。华达员工个个热情、务实,来回报公司,真正体现了“人在华达、情在华达、志在华达”的企业精神。

在我眼里,华达就是一个充满爱心、善心、责任心的地方。而《华达报》,会将每一份正能量都传播出去。渐渐地,《华达报》不仅是弘扬公司企业文化、企业精神的一个重要载体,也是一个收集满满爱心与希望的宝盒。

我爱上了华达!



感恩华达 回报社会

——记中共党员、新型材料股份有限公司镀锌车间分卷工汪森根

丁丽芳

还没见到汪森根师傅本人,就已经听说他是一名优秀的共产党员,一名“老”党员。“老”是因为入党的时候年龄不小,50几岁才入的党。

采访汪森根师傅也是几番周折,实属不易。因为他的工作是三班倒的。好不容易等到7月9日一个白班,却遇到了设备停产检修。汪师傅几乎一天都在设备里爬进爬出,浑身脏如泥球。时间就是金钱,检修工作争分夺秒,他压根就没有停下来的意思。采访只能在下班后,约到了汪师傅的家里。

一打开门,就看见汪师傅宽宽的脸庞堆满了笑容,一改工作时的严肃。卸下工作服,一身干净轻松,我也被他的热情快乐感染。

汪师傅今年54岁,富阳湖源乡人。一口的湖源方言,显得非常淳朴亲切。2006年,他以过硬的锯板技术被华达聘用。汪师傅的到来,立刻让华达的锯板工作焕然一新,原本堆积如山的废弃木料,被汪师傅整合利用得干干净净,大大节省了生产成本,受到领导一致好评,并多次被评为先进个人。

2009年,他调到华达新型材料公司,依旧一如既往地脚踏实地,勤勤恳恳。他做过脱脂,机动,焊接,如今是镀锌四线的分卷副手。分卷工作强度非常大,经过运算,常常要一个大卷分成4个小卷,设备以1分钟150米的速度飞转,分卷也必须马不停蹄,最多的时候一天得分40多个卷,忙得顾不上吃饭。因为工种的原因,汪师傅的岗位一天24小时不能间断,他和工友分三班制轮流上岗,一天8小时,一个星期上班7天,一年当中也只有过年的时候休息几天,其余天天都在岗位上,忙的时候每月还加班几日。

汪师傅有三个孩子,生活负担很重。2008年最困难的时候,妻子发生车祸,汪师傅还是忙于工作,耽误了妻子的检查和治疗,以至于到现在妻子还留有后遗症。说到这里汪师傅多少有些内疚。可是家人的支持是汪师傅最大

的动力,妻子非但没有责怪,还鼓励汪师傅拒绝公司的困难补助:把补助让给更需要帮助的人。

无论在哪个岗位,汪师傅始终用“忠心耿耿”来回公司。有付出总有回报,终于在2013年12月他光荣地加入了中国共产党。正如季总说的:“同样的工作,同样的岗位,如果是一名共产党员,就会在内心比普通员工更加地约束自己;在工作上,会比普通员工更加积极主动”。的确是这样,汪师傅也如是说:“在工作中,很多时候,因为自己是一名共产党员,就会比别人更努力,付出更多;因为自己是一名共产党员,就必须起到带头作用。不然就对不起胸前的党徽”。

即便是现在强度如此大的工作,只要时间合适,汪师傅都顾不上休息,每个月的党员活动日,都尽量参加;各种公益活动,积极报名争做志愿者,义卖、救援、执勤。报名名单一出来,公司党委俞书记都心疼地打来电话:“森根啊,你工作强度那么大,要注意休息啊!”汪师傅总是呵呵一笑:“俞书记放心,今天正好是白班,下班后的那几小时正好做义工。”

说起公司领导的关心爱护,汪师傅显得有些激动:“我们的老董事长,76岁高龄,要什么没有啊,可是他依然每天



奔进奔出。董事长心系的是每一个员工,为了公司上千人的饭碗以及背后上千人的家庭,想到这些,我们就应该更加加倍努力工作,脏一点累一点都不算什么!”

采访时,正好汪师傅在宁波参军的帅气儿子发来视频,展示他在部队的风貌。儿子也秉承父亲踏实认真的品格,在部队表现突出,一待就是8年。说起儿子,老两口掩饰不住欣慰和骄傲。

采访到这里,我觉得不应该再打扰这个家庭的美满和幸福了。我想,这就是董事长的心愿,让每一个工作在华达的员工,收入稳定,安心工作。让每一个华达人家庭都健康和睦、幸福美满。

华达集团,值得我爱的企业

小丁

最近不知怎么了,竟有多个不常联系的微信好友,私聊问我:“为什么你在工作像打了激素?为何对现在的工作充满了激情?”

是呀,不知从什么时候开始,自己喜欢上了上班,一天8小时总是待得不够,周末总是来得特别快。也许是因为感恩。感恩华达给予我的这个美好的工作环境,给予无一技之长的我一个从头开始的机会,感恩在华达遇到的每一个给我友善帮助的人。

也许是因为责任。作为年迈双亲的依靠,作为年幼女儿的港湾,作为家庭的支柱,就必须努力工作,为家人创造更好的生活,而不再有所懈怠。作为公司的员工,食君之禄,担君之忧。在销售内勤的工作岗位上,就必须把公司利益放在第一位,在服务好业务员的基础上,严守销售关,尽力让公司的利益更大化。

也许更是因为珍惜。年过三十,又有多少从头开始的机会?无一技之长,又有多少公司愿意接纳并给你学习尝试的机会?

记得刚踏出校门面向社会那会儿,老师曾经告诉我:“选择一份工作,要满足三个条件。首先,就是收入。所有的精神需求都是建立在物质基础上的。二是尊严。职业不分贵贱,但在一个集体里,无论职位多高,如果大家都不喜欢你,不喜欢你,也是无法长久待下去

的。三是发展。在一个单位里工作,如果未来五年或者十年后,都与今天一样,无法成长,将是没有意义的。

回想起之前工作近十年的富春。每一天都收着几百不等的现金,每月收入都在万元以上。每个同事间的谈资、所闹的别扭,都是为了钱。认真做事是为了不扣钱,拾金不昧是为了加钱,工作围绕着一个“钱”,金钱看得越来越重。工作十年,除了金钱的动力,看不到任何意义。

直到看到上期《华达报》,傅正荣有篇文章说《绩效考核不是压垮索尼的稻草》,顿时让我明白:为何在台湾人日本人管理的企业工作十年,我仍旧没有归属感。台企素来以管理完善自称,所有工作都有规范流程,小到如何刷洗马桶;事无巨细都有责任划分,包干到人。这就铸造出了一批“算盘珠子”,拨一拨,动一动。领导没有吩咐我不做,不在我的职责我不做,以至于一把扫把横在路中,没有领导指令,是没有人会去扶起来的。

来到华达,我看到的是同事之前和睦相处,工作上分工不分家,互帮互助;所有员工可以为了公司的利益而变得较真,为了把事做完而主动加班。工作之余,把办公室打扮得像家一样,在像家一样的办公室与老板闲话家常,谈笑风生。公司鼓励员工入党,让员工的人生有了信仰,鼓励员工写作投稿,让员

工的精神有了寄托。

在华达,没有人会为了收入低而变得捉襟见肘,也没有人会为了高收入而不择手段。金钱,在我的生活中,变得越来越淡。

最近看到著名管理专家王育琨有篇文章,写到“管理的最高境界就是让员工带着爱去工作!爱,是一切的原点”。纪伯伦在诗歌中也写到“生活是黑暗的,除非有了渴望;渴望是盲目的,除非有了知识,知识是徒然的,除非有了工作,工作是空虚的,除非有了爱。”

当你带着爱去工作时,你就会与自己,与他人,与工作融为一体。如果你爱上你的工作,当有问题发生时,你就不会茫然失措,而是一定能找到解决问题的最佳方法。

华达的老板没有进过高等学府深造,华达没有聘请高学历专业管理人才,所有领导都来自基层,从低做起。华达却做到了,管理的最高境界。

爱是什么?爱是付出,而不是获取。因为有爱,往往付出会比得到更幸福,只有全心全意地为公司付出,才能体现自身的价值。只有活得有价值,人生才变得更有意义。

好友听完我的阐述,感叹道:“看来你是找到了你的归宿。”是啊,原来华达就是我的归宿。在不知不觉中,我已深深爱上了华达。

图说安全

责任编辑:邵琴迪

安全生产,重在预防。
要预防安全生产事故的发生,首先必须在思想上提高安全意识,严格执行规章制度。同时,必须掌握防范知识和提高事故发生后的处置能力。

7月14日下午,公司举行液氨泄漏应急演练。这是一次帮助员工提高安全意识和事故防范能力的“实践”。

图为本次消防安全演练的摄影报道,供员工们以此为警钟,切实做到安全生产。



集队

一次紧张的消防应急演练

本版摄影:姚太漠



拉好警戒线



紧急疏散



喷水稀释



预防液氨泄露时的冲眼冲脸装置



救援队员们紧急出发救援



液氨贮存处“发生液氨泄漏”



迅速接通水源



区环保局技术人员现场检测



立即把“伤员”抬离现场



公司负责人向大源镇领导汇报演练结束

生活副刊

责任编辑:郑红英

说“幸福频道”

臧峰琴/文

偶然看到朋友发在微信朋友圈里的文章《不要打搅别人的幸福》，细细看完，感触良多。可能一些小小的幸福是微小到不值一提的，然而正是这些微小的幸福，恰好落在了一部分人的频道上，不在这个频道上的人可以不理解、不在乎、不支持，但是绝对不可以去打搅。真正替他人着想，在乎他人感受的人，是绝不会以自己的感受作为评判标准去定义他人的世界的。

文中的女同学，趁长假坐硬座到外地去和男朋友相聚的幸福，却被闲人一句“我要是她男朋友，一定给她买卧铺”给打搅了；中年男人与妻子贫困却相濡以沫的幸福，却被闲人讥讽的嘲笑声打搅；儿子考上大学给全家带来的幸福和欣喜，却被闲人的攀比打搅了……人们总是喜欢站在自己的价值观的制高点去俯视他人的幸福，他们以自己的生活为评判标准，迈着大步到卑微的幸福者面前谆谆教诲：你那个不叫幸福，我这样才是。你有没有试过，在朋友圈上发一些虽然细碎但自己很开心的琐事，在一帮朋友点赞和一起开心的声音中，总会出现零星看似很理性的声音：“其实这个也就那样吧，我见过比这个更好的。”然后，心情就会因为几句话一下子低到了谷底，哪怕还有很多人和你在一个频道上高兴。吾之蜜糖，可能是彼之砒霜，有人追求惊险刺激的人生，有人追求荣华富贵的生活，也有人觉得生活和谐，家人健康和睦，就是最大的圆满了，对或是错？其实幸福根本就没有一个标准答案，我想对那些打搅人家幸福的人说一句，你没有权利和必要去打搅别人的幸福，哪怕不能为他们点个赞，也请默默在一旁看着就好。

什么才叫幸福？百度上说，幸福是指一个人的需求得到满足而产生喜悦快乐与稳定的心理状态。每个人的当下需求不一样，满足的状态就也不同，自然而然的，幸福的频道当然是不一样的。你有你的频道，他有他的频道。不要去打搅他人的幸福，幸福也是一个人的隐私，在你眼中看的是一种苦难，在别人心里也许正是一种幸福。所以，在一旁静静感受就好，千万不要去打搅。

所以，请多祝福你身边那些幸福着的人，即使他不是你喜欢的朋友，也不要惊扰他最珍贵的东西。幸福的感觉就犹如寒冬的温度，冷暖自知。庄周曾言：“子非鱼，安知鱼之乐”。所以请每个人都不要以自己的生活为标尺，去衡量他人的幸福尺度，力求让所有人都按你的意愿去生活。如果你不能为别人的人生加分，最起码应该不去打搅和影响别人。



把握当下 创新未来

姜长根/文

最近跟朋友微信聊天，他说自己已经陷入迷茫之中，感觉不到人生的方向，做事情也总是没有动力，会时常回顾以前。一想到未来，就有种莫名的恐惧感。我开导安慰了许久，朋友倾诉完之后情绪稍稍平静了一点。其实，生活不会处处都尽如人意的，当你不知道如何选择方向，如何解决问题的时候，很容易走进一种迷茫的状态，每个人都是如此。

人生，就像是一口钟，我们在预先设定好的圈里轮回，每个人都有各自的轨迹。过去的已经过去了，不再属于我们；未来如何，我们不得而知。真正属于我们的、最终能掌控的，只有当下。迷茫还真是可怕，它就如同毒药一样侵蚀着你的内心，让你变得拖沓，自卑，烦

躁不安。如果你总是活在过去的阳光下，不仅没有突破，反而会贻害无穷。活在当下，说到底，其本质是自在、洒脱、没有任何挂碍地活一秒钟。一秒钟之前的你，已不是你，他仅属于过去了。过去不可得，谁能从过去抓回些什么呢？过去似烟花，在空中一闪，就不见了。所以我们一定要摆脱迷茫。首先，要为自己确立目标，这样可以激发自己的潜力。人生一定要有目标，有了目标，就会想方设法去努力，就不会为是否自信以及目标以外的事情而烦恼。其次，要尽可能的发挥自己的长处。人是在战胜自卑、建立自信的过程中成长的，足够的自信能够让你离目标更进一步。再是你要用掉你的“拖延症”，做事要积极，有计划。所以，活在

当下，就是要与过去的自己告别，把现在的每一刻当成新的起点，这样人生的大道才会不断的延展。

把握现在，就是不必为无可挽回的过去而懊丧，也不必为了遥不可及的未来而想入非非。要实现梦想，获得成功，就要把握现在。把握现在，就是坦然地面对一切，不必为失去的机遇而扼腕长叹，也不必为不公平的现象而患得患失。把握现在，就是充分地体验幸福和快乐。不必一味地苛求生活。一份称心的工作，一个知心的爱人，一个健康的身体，一个幸福的家庭……都足以成为我们幸福和快乐的理由。把握现在，过好每一天，春夏秋冬色彩就会更斑斓。



渡口

姚太谟/摄

夏

王楚/文

屋内工作的制冷器嗡嗡不止
屋外悠远绵长的知了声从未停歇
惨白的日光硬生生将地面射成了玻璃
热辣辣的微风拂过吐舌小狗的毛皮
连太阳花也不再昂首

连成片的黑云忽地接踵而至
夹杂着间歇性发作的狂风
提心吊胆的凡人只能提心吊胆
但炽热的汗水却不听使唤

老天终于也兜不住超重的无根之水
水泥地它做错了什么？被抽得啪啪作响
雨中甚是委屈的小花不堪一击
而罪魁祸首倏地便无影无踪

跟车的女人

丁丽芳/文

有一种爱情，叫跟着你走
有一种生活，叫跟车的日子
有一种女人，叫跟车的女人
每一个长途大货车司机身边，都有一个跟车的女人
她们娴熟地帮着男人装车过磅
跟随着男人，东奔西走
昼夜颠倒，居无定所
不修边幅，风尘仆仆
风里来雨里去，一走就是几千里
很多后来发迹的老板
或曾几何时也是长途司机
或都曾有过一个跟车的女人
只是后来富裕安逸的日子里
又有多少不再是那个曾经跟你一起担惊受怕、同舟共济的女人？
珍惜跟你吃苦的女人

大海

邵琴迪/文

我梦想的大海
你让我魂牵梦萦，痴迷神往
我带着爱人和孩子
向你飞奔而来
只想与你来一次亲密的接触
在一个阳光明媚的午后
感受你吹来的徐徐海风
一丝凉意携手一米阳光
我站在浪花可以溅到的地方
感受着大自然的美好
我遥望你波澜壮阔的海面
欣赏你蔚蓝的气质
闲暇之余 细细回味
一份惬意携手一抹希望
我跟随新时代的步伐
聆听着你的节奏并欣赏着你的繁华

夏天的记忆

董文文/文

炎炎夏日，如果问我什么声音最能代表夏天，那我第一个想到的就是——“知了”。每天中午走在去食堂的那条路上，总能听到永不知疲倦的知了的叫声，它似乎有种能给人们带来清凉的魔力，而我每次听到知了在叫，让我想到了曾经的夏天。

小时候，夏天意味着放假，那是完完整整的两个月假期，有棒冰和电视剧陪伴的假期。记忆中的夏天是在午后，每次午睡完了先来一支白糖棒冰解解渴，如果有冰镇西瓜那就是最好了。然后就是一下午的电视剧。那时候《新白娘子传奇》和《西游记》总是重播，但就算看了好几遍，每次仍看得津津有味。记忆中还有奶奶煮的老南瓜和玉米，那是我们的点心。对于那时候的我来说，老南瓜算是美味佳肴，吃起来香甜糯糯，而且是纯天然绿色食品。等到太阳不是很大的时候，我们就拎着箩筐和水桶往小溪里走去。那时候的小溪水到脚踝左右，清澈见底没有青苔。小鱼儿一群群随处可见，抓鱼最常见的技巧，就是一个人在下面用箩筐堵着，另一个人从另一头把鱼赶过来。这种方法头一两次还能抓到一两条鱼，到最后鱼儿也摸清了套路，不再上当了。还有一种方法就是用箩筐把鱼儿赶到一个角落，然后来个一网打尽。相比抓鱼，我比较喜欢抓螃蟹，有一种寻宝的感觉。螃蟹喜欢潜伏在石头底下，每次翻开一块石头都期待着下面是不是有潜伏者。抓螃蟹的乐趣我想是再也体会不到了，小溪里的水都见底了，更何况是这些小生物呢！

夏天的记忆还藏在傍晚。印象中，夏天饭桌上有咸鸭蛋、炒螺蛳、南



瓜头、盐水花生等，这些都是下酒的好菜。而且不同的酒需要的下酒菜也不一样。像啤酒这种味很淡的，大多数菜都能下酒。黄酒，就要稍微有点偏咸一点的菜。白酒，就基本只能用没有汤汁的菜下酒了。花生米是万能的，饭桌上总少不了它。我的爸爸总会事先让我把啤酒放在井水里，等开饭了再拿出来，冰冰凉凉，喝起来很凉爽。爸爸还会叫我做一件事情，就是吃饭前让我把屋门前院子用水浇一下，然后把餐桌搬到外面，一边乘凉一边吃饭，说说笑笑可以吃很久。

晚上，青蛙呱呱叫个不停。那时候没有空调，我们只能搬个椅子坐在弄堂口乘凉，晚风吹来，是那般的舒服。抬头，还会时不时的看到萤火虫飞过，当然还有讨人厌的蚊子。但现在回想起来，那时候的我们是最开心快乐的。

此时屋外烈日当头，是个大火炉，我们躲在空调间不敢出门，工作之后已经没有那个闲情逸致去体验这样的生活，但却是十分怀念那样的夏天。