

# 华星集团报

安徽华星电缆集团《华星集团报》编辑部主办  
地址：安徽省无为县新沟工业区



(总第6期) 月报 2010年6月8日  
Http://www.ahhx-china.com Tel:0565-6862748

## 集团组织新沟地区老干部华星集团一日游



图为董家发董事长与老生们共同瞻仰千年古刹宝江寺塔

在这有暖花开、万物复苏之际，5月8日公司董事会精心组织了新沟地区近20名离退休老干部一日游活动。为了搞好此次活动，集团公司董事会与各下属企业进行了周密考虑，细心地安排好旅游路线和活动内容，并由公司董事长亲自带队，安排随行工作人员搞好保障服务，以期让老人们度过愉快的一天。

上午九点，老干部们准时来到华星电缆，在曹中年董事长的带领下，他们参观了华星电缆的办公大楼、制造部、生产车间等，对正在快速发展、稳步前进的华星电缆赞不绝口。老干部们不仅见证了华星从刚开始的五人小作坊，到现在拥有八百多人、多元化的现代企业集团的整个发展历程，也为华星的发展给予了无私的帮助和支持。

上午十点，老干部们乘着大巴往位于无城的华星学校出发。一路上，老干部们兴致勃勃，不时通过车窗欣赏沿途风景，相互谈论着家乡的变化，大巴车刚一进入校门，老干部们立刻被景色如花园般的校园深深吸引，老干部们的到来受到了学校领导和全体师生的热情欢迎。

在学校常务副校长周光剑的引领下，老干部们饶有兴趣地步入校区参观，操场旁高照，草木扶疏。他们先后参观了教学区、实验室、教师公寓、学生公寓、学生食堂、植物园、校史陈列室等。得知知学校总投资1.1亿元，占地面积315亩，在校学生2000多人，09年底，高中升学率双双名列无为县前茅等情况后，老干部们对学校的快速发展给予了高度肯定，认为

华星学校经过短短5年发展即成为了巢湖市乃至全省基础设施最好、师资力量最强的民办学校之一，近年来又被认定为示范高中，全国民办先进单位并获得安徽省绿色学校等多项殊荣，在集团董事会的带领下，在学校全体师生的共同努力下，华星学校必将成为我省乃至全国民办学校的一颗璀璨明珠。

下午四点，老干部们来到滨江电缆，在陈永军常务副总经理陈永军的陪同下，参观了一号厂房、拉丝车间、滨江大厦



图为老干部们在王维祥塑像前合影

为庆祝“六一”儿童节，展现少年儿童的才艺风采，5月29日下午，华星学校小学部全体师生在多功能厅歌舞欢腾，举行“庆六一”文艺联欢，共同庆祝这个属于少年儿童的节日。学校及各班主任领导应邀观看了联欢会。部分学生家长也赶来观看了演出。

联欢会上，舞蹈、合唱、英语话剧、儿童情景剧、快板、小品、器乐独奏等，形式多样，内容精彩，表达了小朋友们快乐的心情。两个小时的演出精彩不断，丰富多彩的节目一次次把文艺演出推向高潮，博得了在场观众的阵阵掌声。孩子们在积极的参与中体验成功，合作与交往的快乐，从而度过一个幸福、难忘的“六一”儿童节。整合演出从策划到排练，包括舞台设计、服装、

## 华星学校小学部举行庆六一联欢活动

化妆以及表演。全部由小学部班主任和老师们共同设计并指导完成，本次演出给我校少年儿童一个自我展示的舞台。一个平等待遇的机会，既充分展示了孩子们的话

泼个性，也展现了他们健康成长的精神风貌。同时，也是对我校少年儿童实施素质教育取得成果的一次检阅。

(巴云志)



为激发同学们对科技创新的兴趣，丰富师生的校园文化生活，全面提高学生的综合素质和创新能力，营造浓郁的校园文化氛围，我校第二届校园科技文化艺术节于5月19日隆重开幕。

下午16时，除高初三毕业班外，全校1500多名师生齐聚校运会赛场参加第二届校园科技文化艺术节开幕式。县科协主席范新平、教育局督学室主任高令恒等领导同志莅临开幕式会场并作了讲话。开幕式由副校长周光剑首先主持。他说：“这次科技文化艺术节主要是为我们提供一个展示个人才能的舞台，使同学们能充分展示个人特长，展示自己的优势，找到自己的位置。”他希望通过参加科技文化艺术节的各项活动，能够培养同学们的动手能力和创新意识，培养同学们的竞争意识和协作意识，提高个人的才艺水平，增强同学们的集体主义精神和自信心。

随后，县科协主席范新平在开幕式上致词。他首先对我校第二届校园科技文化艺术节的开幕表示热烈的祝贺，希望同学们通过参加科技节的活动，进一步明确所肩负的历史责任，弘扬科学精神，培养创新思维，提高实践能力。他表示，县科协愿成为华星学校一年一度的科技文化艺术节提供长期支持和热情帮助，并希望我校学生能够踊跃参加巢湖市、无为县青少年科技创新大赛，展示我校青少年必胜的信心和独特的魅力。

县教育局督学室主任高令恒在开幕式上做了精彩的发言，他衷心希望华星学校能以本次校园科技文化艺术节为契机，大胆探索，开拓创新，顺势而为，全面提升素质教育，大力加强校园文化建设，为学生的多元发展打下坚实的基础，并祝本届校园科技文化艺术节取得圆满成功。

开幕式上还举行了水火箭发射比赛。初、高中各班参赛队伍分为10组，依次参加了水火箭的赛场发射比赛。随着裁判员一声响哨，同学们精心制作的水火箭在欢呼声中，腾空而起，直冲蓝天。

本届校园科技文化艺术节为期一个月，期间科普图片展、科技作品小发明、小制作、小小文评比、科技讲演、参观省科技馆等一系列科技活动和师生卡拉OK歌手大赛、学生书法绘画比赛、高中生篮球比赛、放风筝比赛、爱国演讲比赛、“六一”儿童节文艺演出等一系列文化活动和相关比赛将精彩呈现。科技文化艺术节的举办，集中展示了我校素质教育和校园文化建设的丰硕成果，将大大增强同学们的创新意识和动手能力，丰富同学们的课余文化生活，全面提升科技文化素养，推动我校素质教育和校园文化建设的快速发展。

(巴云志)

崇尚科学 锐意创新  
丰富文化 提升素养  
华星学校第二届校园科技文化艺术节隆重开幕

## 芜湖市弋江区工会召开表彰大会 滨江公司常务副总陈永军获先进工作者

5月7日上午，芜湖市弋江区工会“表彰五一先进集体和先进工作者大会”召开。芜湖市总工会、弋江区区委、区政府、区总工会领导以及获奖集体和个人代表共一百余人参加了这次表彰大会。安徽滨江电缆股份有限公司常务副总陈永军因荣获弋江区先进工作者而受到表彰。

大会上，各级领导致辞中希望受表彰的先进集体和个人，珍惜荣誉，再接再厉。区工会向获奖区各级工会组织和广大职工，要以受表彰的先进典型为榜样，立足本职，勇于实践，求真务实，开拓创新，为建设品质高端、和谐弋江作出更大的贡献。

面对荣誉，陈永军常务副总经理经



说，荣誉的取得，不仅仅是对我工作的肯定，也是对我们滨江电缆的鞭策。我将以此作为前进的动力，再接再厉，为滨江电缆乃至高新区的经济发展多做奉献。

(叶静)

## 华星电缆公司启动2010年劳动和社会保障年审工作

近日，按无为县劳动和社会保障局[2010]115号文件的要求，华星电缆公司于四月上旬开始启动了2010年劳动和社会保障年审工作。

年审工作涉及到华星电缆公司劳动规章制度的制定执行情况、劳动者工资执行情况、工作时间与休息时间的规定情况、社会保险缴纳情况及职业技能培训情况等多个方面。同时公司还提供了营业执照复印件、本单位劳动规章制度、2009年末员工工资表、参加社会保险缴费凭证、2009年企业用工情况及招用人员手续等书面材料。

劳动保障年审工作一般在每年的4月至6月进行，做好每年的劳动保障工作对整个公司的经济的贡献和企业的持续、快速、健康发展都具有至关重要的意义。为此，我公司每年均认真进行自审和年检工作。

2010年，华星电缆公司将进一步争取劳动部门的支持和帮助，充分发挥劳动部门的服务平台作用，在巩固去年工作成果的基础上，进一步完善劳动保障工作，把各项新的举措及时落到实处，努力实现劳动保障工作日常化、制度化、规范化。

(叶静)

## 华星学校召开期中工作总结会议 肯定成绩 找出差距 确定任务 再上台阶

5月14日晚，华星学校期中工作总结会在多功能厅举行，全体教职工参加会议。校领导周光剑、孙善敏出席了会议并讲话。会议由副校长孙善敏主持，常务副校长周光剑对半学期来的工作作了全面总结和分析。他指出，两个多月以来，学校工作成绩主要表现在以下几个方面：一是教学工作有序开展。二是安全工作措施有力，三防后勤工作保障有力。四是德育工作润物细无声，五是学校管理不断向规范化、精细化迈进。周光剑校长在总结分析的基础上，向全体教职工提出了五点要求：第一，端正态度，振奋精神，扎实工作。态度决定精神，认真就是能力，扎实就是水平。大家一定要本着对学生负责、对学生负责、对自己负责的态度，注

重自身职业精神的打造，认真地扎实地做好本职工作。第二，要切实抓好教学常规管理，把常规管理作为我们的武器，向常规管理要效益，要质量。第三，要坚持以课堂改革为中心，大胆改革，以定教，重视基础，重抓课本，加强对学生的信心教育。第四，要全力抓好毕业班复习迎考工作，在最后的冲刺阶段，要进一歩强化激励，克难破局，振奋精神，敬业奉献，为全面提升华星学校的教学质量，为创造华星学校辉煌作出新的贡献。第五，要进一步强化安全工作，充分认识当前校园安全形势的严峻性，把安全工作放在重中之重的位置。

周光剑副校长传达了省、市、县加强科学实验设备购置、幼儿园安全保卫工作的要求；通报了一些地方发生的校园安全事件，强调校园安全无小事，一切为了学生安全保卫工作提出了具体要求。

(许心惠)

## 共青团弋江区第一次代表大会召开 滨江电缆员工刘坤当选为委员

5月23日至24日，安徽滨江电缆股份有限公司代表刘坤参加了在弋江区政府举行的共青团弋江区第一次代表大会，并当选为共青团弋江区第一届委员。

此次大会上，共青团芜湖市委书记王永祥、共青团弋江区委书记张志宏、区委副书记王玉娟、人大、政协、政府领导，各直属团组织党政负责人、部分负责人、各群众组织负责人、部分已转岗的老团干等出席本次会议。

此次大会是在弋江区深入贯彻落实科学发展观，坚持“发展为上，民生为本，稳定为重”，继续深入实践“工业强区、文化强区、三产兴区”总体战略的新形势下召开的一次大会。

大会选举了共青团弋江区第一届委员会委员30人，其中委员21人，候补委员9人，代表刘坤同志荣幸地被选为委员。共青团第一届全委会选举了常委9名，其中书记

1名。

大会总结了六年来共青团的工作。大会一致认为：只有始终坚定不移地追随党前进的步伐，真正做到党有号召，团有行动，才能保持共青团正确的政治方向，只有始终坚持不懈在全局中定位，在党政工作大局中找切入点，人才能真正做到有所作为。只有始终坚持“大团结”的工作理念，切实加强团的自身建设，才能推动共青团事业的可持续发展，只有始终坚持准确把握青年的需求导向，不断探索服务青年发展的新路子，才能实现吸引、凝聚、教育和引导青年的根本目标。

此次大会也为滨江公司团组织的成立和发展指明了方向，滨江公司将以此次会议为契机，加强学习，完善组织，争取把滨江公司青年团建设工作做得更好，充分发挥团组织在公司发展中的积极作用。

(滨江电缆供稿)

## 滨江电缆 情系玉树

——滨江电缆员工为玉树灾区捐款壹万余元



青海省玉树藏族自治州玉树县4月14日7时49分发生7.1级地震，震灾造成房屋倒塌，人员掩埋，交通受阻，通信中断，给灾区人民的生命财产造成严重损失，给灾区的同胞造成巨大的心理创伤。

玉树地震牵动着每一位滨江人的心，在4月21日全国哀悼日，滨江人齐声哀悼。并且，为了救援青海玉树，政府“一方有难，八方支援”的号召，滨江人迅速行动起来，纷纷伸出援手，以实际行动救助灾民群众，帮助灾区的重建家园。4月23日中午，滨江电缆举行了“滨江电缆，情系玉树”捐款活动，滨江电缆全体员工踊跃参加了捐款，从董事长、高层领导，部门领导到一线员工，纷纷奉献爱心，此次捐款共筹得善款12190元。

在滨江人的内心中，虽然我们不能去一线帮助灾民群众，虽然我们所能给予灾民群众的只是一份微不足道的小爱；但是，“众人拾柴火焰高，一分一厘都是爱”，我们小小的一份心意就可以与全国人民的爱心共同汇成灾区人民重建家园的巨大信心和力量！

我们坚信：玉树不倒！青海常青！

文/图 刘坤

## 滨江电缆员工积极参加区政府

### “学习沈浩精神，争创青春业绩”演讲比赛

2010年5月21日，由中共弋江区区委宣传部、共青团弋江区委员会主办的“学习沈浩精神，争创青春业绩”演讲比赛在弋江区区政府会议室举行，由各镇区委、街工委、各直属团组织推荐的32名选手参加了比赛，滨江公司市场部员工景莎莎代表公司，并作为高新区共青团代表队参加此次演讲。

区委常委齐永玲、区文明办副主任张东平、区人事和社会保障局副局长孙仁明等出席本次比赛并担任评委。

沈浩，是我省学习实践科学发展观活动涌现出的生动典型，是集中体现了当代共产党人精神风貌的优秀代表，是真心诚意为人民谋利益的基层干部的杰出楷模，是赢得广大群众衷心赞誉的选派干部的先进榜样。

他扎根基层，服务农村的奉献精神，感人至深，他心系百姓，一心为民的公仆精神，令人敬仰；他锐意创新，勇于开拓的创新精神，难能可贵；他艰苦创业、勤政廉政的奋斗精神，令人钦佩。沈浩

(刘坤)

## 胡其琴、汪圆圆优质课评比获佳绩

近日，华星学校初中部胡其琴老师在无为县、巢湖市举办的初中青年数学教师课堂教学优秀课评比活动中，凭借扎实的教学基本功，独特的教学设计以及娴熟的课

堂驾驭能力分别获一等奖和三等奖；高中部汪圆圆老师在近期无为县举办的第四届高中语文学优课评比活动中脱颖而出，荣获一等奖。

(巴云志)

## 华星电缆公司参加无为县骨干企业商标合同知识培训班

2010年5月27日华星电缆公司代表苏新丽同志参加了由巢湖市工商局、无为县工商局、巢湖市质监局三所工商行政管理局联合组织的无为县骨干企业商标合同知识培训班。此次培训主要目的是为了提高无为县的骨干企业申报2009—2010年度“守合同、重信用”活动单位的知名度，著名商标做一次经验介绍和申报辅导。出席此次培训班的领导有巢湖市工商局商标管理科科长吴丽娟、巢湖市工商局合同管理科科长、无为县工商管理局副局长等领导，会议由吴丽娟局长主持，本次培训班由巢湖市局领导主要负责，守合同、重信用、商标注册和企业的商战利器——商标等主要内容进行了详细而精辟的分析授课。虽然此次培训的时间比较紧促，但培训的内容非常充分，由此可见三级工商行政管理部门对召开此次培训班做了大量的准备工作。2009—2010年度“守合同、重信用”活动申报工作在此次培训班中存在的不足指明了改进的措施，借此文章对工商行政管理部门对我们企业的关心表示衷心的感谢。

(集团报编辑部)

## 无为县小学特色教育研讨会在华星学校召开

近日，无为县小学特色教育研讨会在华星学校召开。会议由教育局督学室高令恒主任主持。高主任还传达了市教育局领导对此次研讨会的重视与期望，并希望本届研讨会能够达到“提高认识，明确发展方向；解放思想，开拓发展思路”的目标。

华星学校常务副校长周光剑在随后的致词中首先对各位领导、来宾和校长的到来表示热烈的欢迎，对教育局和各兄弟学校对本次研讨会的大力支持表达了衷心的感谢，并就华星学校办校的办学历程、发展状况、办学思想、管理模式以及办学五年来所取得的成绩作了汇报。周校长认为，举办此次研讨会有助于我校进一步增强对特色教育的认识，增强创建特色学校的主动性与积极性，打破特色学校创建的神秘感，帮助解决特色创建中的疑难点，促进和推动我校特色创建工作，使华星学校走上充满活力的个性化发展之路。

会上，华星学校小学部主任胡其琴作了题为《华星学校小学部特色教育的现状及思考》的发言，介绍了我校小学部开展特色教育教学活动的具体做法及初步成效，总结了开展特色教育体会。荷花泉小学校长朱贵根，绣溪小学校长邵尚华分别介绍了各自取得的经验。

研讨交流的最后，铜陵市人民小学校长朱丹做了题为《以文化引领学校科学发展》的报告。朱校长就铜陵市人民小学多年来形成的关于学校文化建设的基本认知、基本理念、基本原则、基本策略、基本实践以及取得的基本成效做了系统介绍。

11时许，研讨会在热烈的气氛中圆满落下帷幕。会议结束后，与会领导、来宾和各位校长在华星学校教师的带领下，参观了美丽的华星校园，对华星学校先进的教育教学设施和优美的校园环境赞不绝口。

(巴云志)

## 电缆行业的信息化现状

在这样一个高速成长的行业，其信息化建设还处在相对初级的阶段，多数企业在有了ERP，即使上ERP的也是非常初级的应用，主要信息化支撑在财务和日常办公上，然而各个行业的核心价值环节，原材料采购、产品研发、市场营销等领域，基本没有信息化，对IT公司来说，这是值得关注的一个行业。

国外的电缆行业信息

得益于我国经济的高速发展，近年来电线电缆行业整体保持了较好的增长势头，尤其是我国扩大内需出台的一系列经济刺激政策，为电缆行业带来了难得的机遇。

资料显示，我国经济发

展和电力建设对110千伏及

以上高压交联电缆的需求很

大，近几年其增长比例为20%—25%。据专家预测，受金融危机对电线电缆行业的影响，此后增长将有些减缓，但客观看预计2020年前我国

110千伏及以上高压、超高压

电缆的市场需求是：2010年

趋势：

经过多年的快速发展，目前国内的较大的电缆行业从管理上，从规模上，从地域上都已经大大突破了最初的发展模式，需要通过信息化的途径，将新的管理模式固化，将从先进企业学来的精益生产等管理方法理念落地，这就需要企业进行信息化建设。

在国内的电缆厂商，在04年之前上过一些较小的ERP，如三星的unERP(该产品已经退出中国)等，近几年在国内建设投资较少。

电缆行业未来的信息化

为400千米，2015年为870千米，2020年为1700千米。

据最新统计，我国目前共有35千伏CCV(链式)中低压电缆生产线近400条;110千伏及以上交联电力电缆生产线近70条(含在建)，其中VCV(立式)生产线近50条，CCV(悬链式)生产线约20条，年生产能力约21000千米(按110千伏电缆计算)。

## 我国的高压电缆市场近年来需求旺盛

交联电缆的年需求增长率约

为14%，预计2010年将达到

13000千米，2015年为26000

千米，2020年为50000千

米。

据预测，220千伏电缆的

市场需求也很旺盛，预计

2010年将达到1600千米，

2015年为3700千米，2020年

为7000千米，预计500千伏

110千伏及以上高压、超高压



## 懂得安慰自己，过洒脱的人生（一）

### 第一个安慰：最重要的是今天的心

何必为痛苦的悔恨和失去现在的心情，何必为莫名的忧虑而懊恼不可终日，过去的已经一去不复返了，再怎么悔恨也是无济于事。未来的还是可望而不可及，再怎么忧愁也是会空悲伤的。今天心，今日事表现在人，却是实实在在的，也是感觉最好的，当然，过去的经验要总结，也是必要的，当然，这是智者的。

昨天已经过去，而明天还没有到来，今天是真实的。

### 第二个安慰：自己的心痛只能自己疗

何必为痛苦的悔恨和失去现在的心情，偶尔的抱怨一番，也是十分必要的，但是无法休止的抱怨只会增添烦恼，只能让别人显示自己的无能，抱怨是一种致病的消极心态，且自己的抱怨成为恶习那么人生就会暗无天日，不仅自己心境全无，而且别人跟着也倒霉。

抱怨没有好处，乐观才是最重要的。

### 第三个安慰：好心情是自己创造的

我们常常无法去改变别人的看法，能改变的恰恰是我们自己，坏的生活就在于别人的罪恶，而在我们的心情变得糟糕。让生活变好的钥匙不在别人手中，放弃对别人的抱怨和叹息，美好生活随手可得。我们主观上本想好好生活，可是客观上却沒有好的生活，其原因是总想把别人来改变生活。

### 第四个安慰：用心做自己该做的事

人生是如此的短暂，哪忍心去浪费呢？我是智慧的人，曾听说过：“大街上有人骂我，我是连头也不回的，根本不想知道这个无聊之人。”我们既不要去伤害人家，也不要被别人的批评

左右，还是按照自己的愿望，先踏踏实实学好本领再说。

特别是在少年时要全力以赴，不要分心。

### 第五个安慰：别总是自己跟自己过不去

学会自己欣赏自己，等于拥有了获取快乐的金钥匙，欣赏自己不是自夸自赏，欣赏自己不是唯我独尊，欣赏自己是自我欣赏，欣赏自己更不是固步自封……自己给自己一些信心，自己给自己一点愉快，自己给自己一些微笑，何愁没有人生的快乐呢？

### 第六个安慰：不要追逐世俗的褒奖

终生寻找所谓别人认可的东西，会永远痛苦自己的快乐和幸福，庸俗的评论会毁灭自己的个性，世俗的指点会让自己不知所措。为钱，而钱使自己大惑不解；为名，而名会使自己胆大妄为；为自己，而自己会让自己陷入矛盾……会变成一张张碎片随风飘扬，世俗的我们变得面目可憎。

得到了赞誉，失去了关心，要坚定信心，拥有自己。

### 第七个安慰：不要过于计较别人的评价

没有一幅画不是被别人评价的，没有一个人是不受到评论的。自己是沉默，有人会指责“你太深沉”；自己要善于健谈，有人会指责别有用心；自己要是善意批评，有人更会鄙夷如雷，认为多管闲事。

光看到人的脸色，自己还活活，拥有我自己，又不局限于我。

### 第八个安慰：注意不要活得太累

常有人感叹，活得真累。累，是精神上的压力大；累，是心理上的负担重，累与不累总是相对的，要想不累，要学会放松，生活贵在有张有弛。心累，使人长期陷于亚健康状态；心累，会让自己精神不振。

### 第九个安慰：每个人都有自己的活法

自己的伤痛自己清楚，自己的哀怨自己明白，自己的快乐自己感受，也许自己眼中地獄，却是别人眼中的天堂，也许自己眼中的天堂，却是别人眼中的地狱，生活就是这样的福祸，不要总羡慕在邻家，关键在于自己心态的调整过好自己的生活最重要，不要不开心。

### 第十个安慰：要活得轻松和快乐

不与别人盲目攀比，自己就会悠然自得，不把人生目标定得太高，自己就会乐在其中，不刻意追求完美，自己就会远离痛苦，不时时追求完美，自己就会远离痛苦，在人生的奋斗中，不要给自己设限，自己就会自在，不能每况毛疵，自己就会轻松。

活得太累就是痛苦不堪，知足常乐！

### 第十一个安慰：喜欢自己才会拥抱生活

盲目自大自负，是骄傲无礼的人生，一味自命清高，是消极悲观的人生。了解自己更容易，喜欢自己比喜欢别人更容易，拥有健康的自信的自尊心理，而面对挫折会表现得格外坚强。失去自我，不为一时的挫折否定自己，每每乐观中肯定地赞赏自己。

（佚名）

## 给心灵放个假

假。不因奔波、跌倒、无助而抱怨，不因往事而悔恨，不为未来的打算而焦虑，不因劳累而抱怨，不畏惧生活，敞开心灵，勇敢地面对一切。

疲惫不堪之时，给心灵放假。生活不只是只有打拼，还要享受，不要只忙于事业，忙于挣钱，忙得不顾家。累了就歇歇，好好找到工作生活、事业家庭的平衡点。

情感淡漠之时，给心灵放假。人生难免经历风雨，不能害怕压力，不能逃避责任，勇敢地迎上去，战胜它，自己就成了生活的主人。

执着出现之时，给心灵放假。贪得无厌富而忘贫，知足者贫而富之，人生在追求的过程当中，淡泊明志，既不绝望于人生的苦，也不执著于人生的乐。

不求回报之时，给心灵放假。生命需要倾诉才能坦露厚重，从容地迎接命运的挑战。办法总

比困难多，诸多人生难题总能圆润解答。

生气发怒之时，给心灵放假。尽力克制自己，用冷静浇灭心头火，试着用建设性的方法解决矛盾，用宽容对待伤害，人生苦短，没有必要把自己的精力都消耗在小事上面。

恐惧胆怯之时，给心灵放假。人生难免经历风雨，不能害怕压力，不能逃避责任，勇敢地迎上去，战胜它，自己就成了生活的主人。

执着出现之时，给心灵放假。贪得无厌富而忘贫，知足者贫而富之，人生在追求的过程当中，淡泊明志，既不绝望于人生的苦，也不执著于人生的乐。

我们每个人都可能遭受情场

失利，商场失利，商场失利等诸多方面的打击，还有伴侣的欢畅、顺利时的欢腾，委屈时的苦闷，推折时的悲痛、选择时的彷徨，这就是人生。人生就是一碗酸、甜、苦、辣，咸五味俱全的汤，每种滋味你都可能品尝，我们无法选择，只能调整心态去适应。

人生一世，活的就是一种精神。我们适时地给心灵放假，拥有一个健康的身体，养成一种良好的心态，过着一种从容安适的生活。心灵安顿了，平衡了，丰盈了，美好的人生也就快乐了，美好了，无憾了。

在自己心灵的港湾，稳稳地停一会儿。

在自己心灵的驿站，静静地享受一会儿。

在自己心灵的夜空，深深地凝望一会儿。

在自己心灵的牧场，尽情地潇洒一会儿。

（佚名）

## 手头的幸福

### 《笑林广记》中有这样一则故事：

一鬼托生，冥王判作富人。鬼曰：“我不愿富，只求一生衣食不缺，无是无非，烧香拜佛，安闲过日足矣。”

冥王曰：“要银子使，再给你几万也是有的，但这样安逸清福，谁给你享啊。”

说实在的，我极为故事中的鬼赞叹，他不仅人性高强，心地长远，而且还诠释了生要。

你看他对未来的打算，不取富贵，唯求朴素清雅，淡泊一生，可谓无欲无求了吧。哪料，冥王兜头一瓢冷水，要锯锯子，可多多给他，这样的清福，实在难以成全。

刚开始听到这个故事时，我百思不得其解。这理论说，鬼的愿望极低，已然低到尘俗里了。几十根锯子都可以随便使相送，怎么会满足不了这样一个退而求其次的简单要求呢？难道金钱和富贵，都抵不上尘俗里的一小小的小的愿望吗？

现在，我懂了这个故事。我觉得，冥王真是把这个纷扰的尘世看透了，也看透了。

是的，这个世界，富貴如指掌的薄暖，浮名若云影的轻凉，即便会绚丽，但似烟花，难以长久。只有一生衣食不缺，无是无非，烧香拜佛，吃苦茶，安闲过日子的生活，才是人生至境，如水杨清波，如风过树林，每一个日子，看起来很清浅，但都是心头的日子，漫着清香，藏着甜，是自己真正活过的每



## 华星学校学生美术作品赏析



郭世佳



吴坤



赵璐璐



吴文娟

### 善用评语激励学生的赵老师

高二某班班主任赵老师，对学生评语的设计十分讲究。上学期，他在该生的《素质报告书》上写下了这样一段评语：“本学期你的学习成绩有了长进，我非常高兴，我相信，我今年的这个春节一定过得特别愉快。”学生拿着《素质报告书》回家哭了，妈妈问他为什么哭，他说：“我这学期的成绩上升了，赵老师非常高兴，他说他今年会度过一个特别愉快的春节……下学期我一定加倍努力，不辜负赵老师的期望！”

赵老师班上的另外一个学生，在写完当堂作文《最难忘的一天》后，又拿去送给赵老师，赵老师把作文批改后，又接着写上一段批语：“我可没有这样感觉。你的作文是文情并茂，令我喜爱——我可没有辜负你呀！”当该生拿着赵老师的这段批语时，心理的温暖与自信可想而知。

### 拿着放大镜找学生优点的钱老师

初二某班班主任钱老师，让学生记录她一天里发表的表扬和批评，她自己吃了惊，10条以上的批语，3条以下的表扬。她想，如果学生换成我，整天在这样气氛的班级里，我会有劲头吗？于是，她开始每天仔细地寻找学生们身上的优点，并给全班同学规定一个任务，每天找出一件你发现的好人好事。

从此，班级日记本记录的好人好事可多了，钱老师一天里发表的表扬和批评的次数都调到了个位数，表扬10条以上，批评3条以下。钱老师感受到，表扬给班级带来了别样的积极向上的氛围。

### 爱用错别字向学生“发难”的孙老师

教高中语文的孙老师，出于专业的本能，也出于对祖国语言文字的热爱，对于各种场合的错别字，他特别敏感，也喜欢毫不留情地纠正。据说，他暑假里在电视里《士兵突击》，被查出48处明显的文字差错。对此，有人称他为严师，也有人说他“咬文嚼字”。

孙老师在语文教学中，经常对他的学生“发难”，即布置设备识别陷阱，以此来锻炼学生正确使用汉字的能力。最近，孙老师随学校组织游黄山归来，他在语课的最后几分钟，把以“黄山”为题的一段文字印出来给每个学生。

黄山名胜遐迩，有世界地质公园之称。这里山青水秀，崇山峻岭，层峦叠嶂，古松挺拔，怪石千奇，云雾缭绕，溪水潺潺，美不胜收，如诗如画，令人震憾。

孙老师指示，该段文字中有10个错别字，请在5分钟内找出，可以查字典，但不准互相交流。

教室里的气氛先是短暂的活跃，而后是一片寂静，同学们紧张而又审慎地思考着推敲着。是的，孙老师的“咬文嚼字”，在潜移默化地滋养着学们的严谨为学之风。

### 每周让学生说话两分钟的李老师

李老师是初一岁的班主任。她发现班上的一些学生特别愿意找她聊天，而且一聊就没完，从和他们的聊天中她知道，这些学生多为“留守”孩子，父母常年在外打工，缺少父爱母爱，找老师聊天，与老师交流是为了弥补感情的缺失。这一情况引起李老师的思考，怎样让这些孩子多说话？怎样让这些孩子的情感及时得到宣泄呢？

于是李老师提出倡议，每周班会的时候，让每个学生在师生面前说话两分钟，说什么都行，但是要注意语言的文明。

学生可喜欢这两个分钟了，他们谈论学校的伙食，谈论老师的讲课水平，谈论和同学的关系，甚至谈论他们的父母。李老师发现，学生们一旦站在全班同学面前，话匣没有了，用词讲究了，此后，餐厅的秩序好了，乱倒饭菜的少了，晚自习也安静多了。

（许海潮）