

鳳凰莊軍事化訓練有感



“人是有情的,工作是无情的,制度是绝情的。”

这句话是杨教官在军训第一天上午说的,紧接着,全体人员军姿三十分。这或许是杨教官给我们的下马威,也许是残酷军训的九牛一毛,但无论怎样,为期两天的鳳凰莊军训开始了。

两天的训练中我们学习了军姿、军容、军纪,在如火的骄阳下铸成铁的意志。然而此次军训并未如我所想的枯燥。我们在两天的军事化训练中进行了军魂讲谈,电影观赏以及素质拓展。其中最让我难忘的是跳绳比赛。之所以难忘,是因为我所在的团队在这个比赛中由最初最不被看好的一组变成了比赛中

成绩发挥最优之一,完成了超越,挑战了极限!完成了这个游戏带给我最大的体会是,作为一个团队在游戏中的必胜要素有三点。第一,团队意识。每一位队员都应清楚明确自己在团队中的角色分工,按制度执行,并对团队负责。第二,坚定的信念。整个团队要抱有统一的坚定信念。即赢得比赛,挑战并超越自我。第三,良好的心态。无论是在顺境或是逆境,每个队员都应保持良好的心态,从而保证团队水平的正常发挥。正是凭借这三条,我所在的团队最终以黑马的姿态在众多参赛队伍中脱颖而出,挑战了极限,实现了团

队价值!

感悟两天的军训,想讲的有很多。脑海中闪现出无数的画面,比如,操场上挥汗如雨的各位同事们;比如观看电影时的感触落泪;又如队员们面对杨教官精彩演讲时的如雷掌声;或许还有我未曾发现的感人一幕。这些历历在目的画面促使我不断总结和思考,我们该如何将军魂运用到实践工作和生活中来。两个词,“责任”、“荣誉”。这是军人讲的最多的两个词,作为鳳凰莊人,我深感这一份责任的重大和这份荣誉的来之不易。从现在起,做好自己份内的每件事,事无大小,都要做到做好;从现在起,只为成功找理由,不为失败找借口。要勇于担当;从现在起……

军训结束了,但思考和行动不会结束,我将在实践中用军魂锻造自我,历练人生,直到赢得属于我们的那一份“荣誉”! 先 玉



正确的团队意识

旺季到了,整个公司的成员都忙起来了,所有人都拿出全身心的力气拼效益。但工作中往往会因为慌和忙出现一些失误,会因为分货出现矛盾等等。这时团队意识就会出来帮助大家重回到团结的正轨上。

下面介绍几点能让我们的团队取得成功的团队意识:

1. 集体成功观

团队中所有成员必需意识到,个人的成功融入集体的成功之中,只有公司成功、团队成功,才谈得上个人的成功,相反,公司的失败会使所有人所付出的努力付诸东流,表现再出众的成员也不会有成就感,因此,只有团队协作是公司成功的必要条件。

2. 树正气,刹歪风

水桶原理更适合于衡量团队战斗力。团队中全体成员要认清极少数人

的工作进度拖延会造成这个项目的不可控、个别模块的不稳定会造成整个系统瘫痪这一严峻现实。不是所有人在团队中都举足轻重,但任一人出一个微不足道的差错,就会使整个团队的工作功亏一篑。因此,团队中每一个成员要勇于和影响团队士气、干扰集体工作正常进行的作法作斗争。

3. 个人利益和团队利益相结合

团队中应达到共识--团队利益大于个人利益,如果团队成功需要,不惜暂时牺牲个人利益。团队中人人都能为团队着想,自觉维护团队形象,自愿以团队纪律约束个人行为。摒弃个人自以为是、艺高脾气大、居功自傲的作风。

4. 沟通无限,理解万岁

项目团队中所有成员应该及时有效沟通,相互理解。团队中出现意见分歧

时,分歧双方的基本态度应该是说服对方而非强制对方,裁决两种不同意见的唯一标准是看哪一种意见更有利于推动项目的正常进行。

周三销售座谈总结

公司活动纪实

会议主题: 认识自己 认识他人 沟通与交流

世上有许多人需要我们去认识,但最应该认识和最值得认识的人却是自己。拥有健全人格的首要条件就是能够正确的认识自己,俗话说“当局者迷,旁观者清”,这话一点不假,要公正地认识自己确实是件不容易的事。正确认识自己,也就是既要知道自己的优势,也知道自己的不足。会通过不断的努力去彰显自己的优势,弥补自己的不足。可以有自己的理想,但要明白理想和现实的差距。可以不断的追求,但是必须清楚自己努力的方向。也就是说,人必须有自知之明,这样就没有什么克服不了的困难,没有什么过不去的难关。

认识他人也是没有捷径可走的,沟通与交流是认识他人最直接、最简单、最有效的方法,通过如何认识他人,也是拐弯来认识自己,因为别人或许就是自己的一面明镜。沟通能拉近人与人之间的距离,交流能加深人与人之间的了解。在社会生活中,我们每天都会和很多人打交道,与不同的人沟通和交流。在与人沟通交流时,第一要做到真诚,我相信没有谁会拒绝别人的真诚,第二是要相互信任,如果连起码的信任都没有,那这时的沟通就没有任何意义,只是两个各怀心思的人说着欺骗的话。所以,请敞开心扉,用微笑面对身边的每一个人,你会发现生活原来是如此美好。

简讯

本报讯 4月中旬,公司开展了一次别开生面的“改造公司”论坛活动。根据这次活动的结果公司于4月21日起,正式开始执行“改造公司”计划。该计划包括“人才培养”、“产品创新”、“产品质量”以及“客户满意度”四个板块。相信通过本次论坛活动,公司的管理又会再上一个新的台阶。

本报讯 4月29日-30日,公司引进行动成功培训教育公司的军事化训练课题,在公司内部开展了一次军训活动。本次活动强调“团队精神”、“服从与执行力”等至关重要的精神,对公司员工是一堂非常有益的课程。本次活动共55人参与,分5组在纪律、团队活动等方面进行了角逐,最后由罗国彬(队长)和汪林东(副队长)所带领的第二小组获得了此次活动的最终胜利。第二小组成员包括:罗国彬、汪林东、黄能锋、赵云华、李梦瑶、黄梅、唐琳、胡玉洁、母绪秀、王丽虹。

荣誉榜

2009年4月先进员工榜

第二星期: 罗京: 工作务实,认真,平均每天验货最多,每天把工作尽力做到最好。

张华容: 能够独立完成广州分公司一切与财务相关的工作。

第三星期: 谢德刚: 任劳任怨,勤勤恳恳

徐震东: 坚持按公司的要求做事,以大局为重,团结互助,有奉献精神。

第四星期: 青春艳: 对产品了解比较清晰,销售口才进步也快,跟踪客户的服务评价也很高

段远强: 工作效率高

注: 从5月份起,先进员工评比作出以下调整: 以后评比按每月一次进行。

纺织产品的基本安全技术要求

项目	A类	B类	C类
甲醛含量/(mg/kg)≤	20	75	300
PH值	4.0~7.5	4.0~7.5	4.0~9.0
色牢度≥	耐水(变色、粘色)	3-4	3
	耐酸汗渍(变色、粘色)	3-4	3
	耐碱汗渍(变色、粘色)	3-4	3
	耐干摩擦	4	3
	耐唾液(变色、粘色)	4	
异味	无		
可分解芳香胺染料	禁用		

婴幼儿用品应符合A类产品的技术要求,直接接触皮肤的产品应符合B类产品的技术要求,非直接接触皮肤的产品应符合C类产品的技术要求。

反思人生

破裂的水桶

一位挑水夫,有两个水桶,分别吊在扁担的两头,其中一个桶子有裂缝,另一个则完好无缺。在每趟长途的挑运之后,完好无缺的桶子,总是能将满满一桶水从溪边送到主人家中,但是有裂缝的桶子到达主人家时,却剩下半桶水。

两年来,挑水夫就这样每天挑一桶半的水到主人家。当然,好桶子对自己能够送满整桶水感到很自豪。破桶子呢?对于自己的缺陷则非常羞愧,他为只能负起责任的一半,感到非常难过。

????饱尝了两年失败的苦楚,破桶子终于忍不住,在小溪旁对挑水夫说:"我很惭愧,必须向你道歉。""为什么呢?"挑水夫问道:"你为什么觉得惭愧?"过去两年,因为水从我这边一路的漏,我只能送半桶水到你主人家,我的缺陷,使你作了全部的工作,却只收到一半的

成果。"破桶子说。挑水夫替破桶子感到难过,他满有爱心地说:"我们回到主人家的路上,我要你留意路旁盛开的花朵。"

果真,他们走在山坡上,破桶子眼前一亮,看到缤纷的花朵,开满路的一旁,沐浴在温暖的阳光之下,这景象使他开心了很多!但是,走到小路的尽头,它又难受了,因为一半的水又在路上漏掉了!破桶子再次向挑水夫道歉。挑水夫温和地说:"你有没有注意到小路两旁,只有你的那一边有花,好桶子的那一边却没有开花呢?我明白你有缺陷,因此我善加利用,在你那边的路旁撒了花种,每回我从溪边来,你就替我一路浇了花!两年来,这些美丽的花朵装饰了主人的餐桌。如果你不是这个样子,主人的桌上也没有这么好看的花朵了!"

几类身材的着装禁忌

1.身材娇小:不宜穿大格子图案和宽松的长裙,因为大格子图案与宽松的长裙都会加宽人体,使人显得更加低矮。最好选择小花图案或单色的合体服装,窄裙或瘦长裙,都可使身材显得修长。

2.身材过瘦:不要穿竖条服装,可以选择横向条纹的,或浅色服装,服装的款式以短上衣搭配百抵褶裙或八片裙,肥腿裤等,力求造成曲线美,而不致看上去象竹竿一样。

3.身材丰满:不宜穿质地厚重的衣服,如厚毛衣会使人显得雍肿,也不可选择过于宽松的款式,以薄型全体的服装为宜。另外,上衣应选择尖型领口和长过臀部的款式,下身则以直裤为最佳选择。如果有微凸的发胖肚子,应采用深色系服装的

搭配,如衬衣。毛衫皮带,长裤,外衣皆是深色,而领部可以选择亮丽的领带,装饰花结和鲜艳的丝巾等,以吸引人的视觉焦点。

4.臀部宽而丰满:应选择长衫。宽松的长外衣和长风衣,也忌强调臀部的曲线,女士不可选择短上衣,瘦腿裤,总之,加长上衣的长度,隐藏臀部,形成长而完整的线条是最佳方案。

5.腿部较短:一定不要选择瘦窄的裤子或弹力裤,最好不要选择裤装,宜尽量采用高腰设计款式,而男士修正的办法是选择长上衣,窄腿裤,尽量掩饰腰部和臀部的的位置。

6.腿部较粗:一定不要选择瘦窄的裤子或弹力裤,以免暴露缺点。长腿,肥腿裤再加上半高跟或高跟鞋,可加长腿的长度。减弱腿型的暴露。

服装小常识

怎样除去衣物上的污渍呢?

口红、笔迹——以医用酒精轻拭可除去污渍。
墨渍——用牙膏和牛奶可除去。
汗渍——用海绵吸稀氨水轻拭污渍。或用白醋除去。

旧渍——也可用盐水浸泡一整夜,以除去久挥不去的汗味。

油渍——用手指沾取家用洗洁精轻搓污渍可除去。

油漆——用煤油和醋可除去。

茶渍、咖啡渍——溶度10%白醋可除去。

锈渍——以草酸浸渍10分钟后正常洗涤。

果渍——以盐水除去。

顽固污渍,如霉斑,血迹……——含氯漂白剂是一种理想的洗涤剂,不仅可除去污渍,还可使衣物增白。但是使用前请仔细查看衣物标签,某些棉麻衣物不适合使用含氯漂白剂。

09年秋冬女裤流行趋势

作为每年秋冬的主角,长裤在今年以何种形象登场,会给我们带来什么样的惊喜呢?让我们统览秋冬流行趋势,破解裤装的秋冬密码。

流行裤型之一:铅笔裤



将腿部紧紧包裹的紧身裤在今年秋冬出尽了风头,成为最流行的时尚标记,很多大明星都会选用它。黑色是最百搭和显瘦的颜色,上搭一件骑士夹克,帅气形象即刻呈现。

流行裤型之二:阔腿裤



以粗呢为主的阔腿裤带着优雅成熟的韵味,适合任何腿形与身材的女性朋友,盖过脚面的长度更具时尚感,非常适合办公室女性。

流行裤型之三:直筒裤



直筒裤在本季以硬朗的形象出场,个性的军装裤以及中规中矩的西裤都倍受推崇,挺拔与简约成为它的时尚注解。

工
作

态度篇



它山之石可以攻玉

○张白忠

上次去香港参加展会,顺便拜访了当地的几家客户,感受到了不同文化背景下的企业管理,在此,把他们管理的一些共同点写出来与大家共同分享,或许我们能从他们的管理中发现一些值得我们借鉴的东西。

印象最深的是几乎每家公司都重视文件档案,一排排的文件整齐,有序。文件的内容详实,分类明确具体。包括供应商质料库,客户质料库,原材料的采购,合同,往来传真,生产进度等等。他们不相信大脑的记忆,相信的是科学的管理,文字的记载。这种档案管理查起来很方便,一般两年内的东西都能查找到,不会因为人员的工作变动,流失等影响公司的正常运作。

其次就是他们部门齐全,分工很细,各个部门的工作职责很明确,知道自己该做什么,不该做什么,从来不会出现工作的真空,不会出现有的工作不知道由谁来做,有的工作大家抢着来做的情况,各部门既有分工又有合作。

让我感觉他们和国内企业最大的区别在于对质量管理的严格和不同的思维方式,几乎所有公司都编写企业质量手册,质量标准,而且企业标准普遍高于国际标准和当地的市场标准。一些大的公司还有专门的技术人员负责研究这个质量标准。这就是为什么国外很多贸易公司比我们国内的一些公司还有竞争利,我们很多工厂拼命控制成本,其实价格竞争是最没有水平的竞争。而我们国内的大多数公司根本没有质量手册,看到国标就头痛,其实国标是准入门槛,是最低标准。我们只有少数大型企业,知名的品牌公司才有质量手册,像雅戈尔,杉杉,波司登都严格的质量手册,质量标准。有这个东西的好处很多,一是可以宣传公司形象,二是可以让客户理解我们的质量管理水平,三可以对供应商施加压力,促使他们提高质量意识和管理水平,四是可以加强质量安全,降低企业经营风险。其次是他们很多公司配备专门的质量审核员审核。

失败了,重新再来

○魏茂兰

人都是在逆境中成长的,我很相信这句话!

五年的工作或许并没有给我带来许多的繁华似锦,也不是每天的欢声笑语,但我总能在一次又一次的挫折中又重新找回自信和勇气,那时,我会心里里默默的告诉自己,我会成功的!

人的成功并非偶然,而是由身边的每一个细小的成功积累起来的!

走出社会才知道,商场如战场,并不是原来自己想象得那么简单,自己又怎么才能在这信息与商业的环境中生存?一个信念在我头脑中闪现,只有做得比别人好,跑得比别人快才能与社会同步!工作中难免会遇到困难,难免在困难面前摔倒,可是你能否重新站起来,再次挑战困难,并且坚持到底,最终赢得胜利!放弃就等于失败!有一位将军,带着他的残兵败将漂流在海

上,海水无边无际,在茫茫大海中他们早已弹尽粮绝,没有人想到会活着走出去,这时将军拣起一只空瓶,写了一封求救信塞进瓶中,将瓶子向祖国的方向投去,希望这只瓶子能漂回祖国。将军就这样坚定地看远方说:我将求生的希望放在这瓶中,瓶子一定会漂到我们的国度,带给我们好运的。几天后,他们被过往的船只救上了岸……工作中也会有很多的困难,看你用什么样的心态去面对,乐观的心态会使你成功,悲观的心态一定会失败!

或许你在困境中会放弃,或许会埋怨,可当我们带着新的希望去看待时,结果是惊喜的,意外的,成功的!

人生不可能一帆风顺,有时会遇激流,恶石,但正是有了它们的撞击,才激起了美丽的浪花!生活就是这样!我们一定要做生活中的智者,让自己更充实!

健康

生活篇

健康生活 10 大最佳时间

1、晒太阳的最佳时间

上午 8 时至 10 时和下午 4 时至 7 时,是晒太阳养生的最佳时间。此时日光以有益的紫外线 A 光束为主,可使人体产生维生素 D,从而增强人体免疫系统的抗痨和防止骨质疏松的能力,并减少动脉硬化的发病率。

2、美容的最佳时间

皮肤的新陈代谢在 24 点至次日凌晨 6 点最为旺盛,因此晚上睡前使用化妆品进行美容护肤效果最佳,能起到促进新陈代谢和保护皮肤健康的功效。

3、刷牙的最佳时间

饭后 3 分钟是漱口、刷牙的最佳时间。因为这时,口腔的细菌开始分解食物残渣,其产生的酸性物质易腐蚀、溶解牙釉质,使牙齿受到损害。

4、饮茶的最佳时间

饮茶养生的最佳时间是用餐 1 小时后。不少人喜欢饭后马上饮热茶,这是很不科学的。因为茶叶中的鞣酸可与食物中的铁结合成不溶性的铁盐,干扰人体对铁的吸收,时间一长可诱发贫血。

5、喝牛奶的最佳时间

因牛奶含有丰富的钙,中老年人睡觉前饮用,可补偿夜间血钙的低落状态而保护骨骼。同时,牛奶有催眠作用。

6、吃水果的最佳时间

吃水果的最佳时间是饭前 1 小时。因为水果属生食,吃生食后再吃熟食,体内白细胞就不会增多,有利于保护人体免疫系统。

7、散步的最佳时间

饭后 45 分钟至 60 分钟,以每小时 4.8 公里的速度散步 20 分钟,热量消耗最大,最有利于减肥。如果在饭后两小时后再散步,效果会更好。

8、洗澡的最佳时间

每天晚上睡觉前来一个温水浴(35℃~45℃),能使全身的肌肉、关节松弛,血液循环加快,帮助你安然入睡。

9、睡眠的最佳时间

午睡最好从 13 点开始,这时人体感觉已下降,很容易入睡。晚上则以 22 点至 23 点上床为佳,因为人的深睡时间在 24 点至次日凌晨 3 点,而人在睡后半小时内即进入深睡状态。

10、锻炼的最佳时间

傍晚锻炼最为有益。原因是:人类的体力发挥或身体的适应能力,均以下午或接近黄昏时分为最佳。此时,人的味觉、视觉、听觉等感觉最敏感,全身协调能力最强,尤其是心律与血压都较平稳,最适宜锻炼。



上班族保健的实用方法

忙碌的上班生活就没时间做运动吗?学会忙里偷闲,小小的运动也能获得好的保健效果喔!下面就为大家介绍 13 款耗时少、动作小的健康妙招!

1、双手捂住耳朵,手指弹动脑袋,10~20 次,可促进大脑血液循环。

2、扯耳朵,右手经过后脑勺,往下扯动左耳垂;随后,左手经过后脑勺,往下扯动右耳垂,每次做 10~20 次。

3、炼眼,双眼远眺窗外的景观,眼睛用力向下眨,可舒缓眼睛晶状体的疲劳。

4、“转颈”,脖子左左、右右、前前、后后,顺时针转动,再逆时针转动,可放松颈部紧张神经。

5、肩周的最痛点,可采用压抓揉的手法,可缓解痛楚。

6、“搓脸”,双手相互搓热后,搓脸,使脸部发热,可起到活血的效果。

7、“伸懒腰”,反复数次。

8、双臂过头,扶住墙壁向下压,可拉伸、牵引劳累的肌肉。

9、“搓肚”,手掌搓肚皮顺时针转动,再逆时针搓动,可帮助消化。

10、“腹式深呼吸”,平时我们采用的胸部呼吸,可采用腹部深呼吸,一舒一张。

11、“提肛”,肛门缩起,放松,可防止痔疮等疾病。

12、散步。

13、不坐电梯,爬楼梯,办公室简单实用的运动。

心灵的一棵大树

○雷小卫



人活在世界上是离不开群体的。大爱无声,责任无言。

所谓:助人为快乐之本!人的一生都需要无数人的帮助与支持,能尽自己的力量去帮助别人,能用自己善良的心灵给别人带来温暖,你将会发现能使别人快乐是一件很幸福、很美丽的事情。也会觉得自己生活在这个世界很有价值、很有意义。

这里有一则家喻户晓的故事:

在一个闹饥荒的城市,一个心地善良的面包师把城里最穷的几十个孩子聚集到一起,然后拿出一个盛有面包的篮子,对孩子们说:“这个篮子里的面包你们一人一个。在上帝带来好光景以前,你们每天都可以来拿一个面包。”

瞬间,这些饥饿的孩子一窝蜂似的涌了上来,推来挤去大声嚷着,谁都想拿最大的。当他们每个人都拿了面包走后,竟然没有一个人向这位好心的面包师道一声谢就走了。

有一个叫依娃的小女孩却例外,她没

有吵闹、争抢。她只是很谦让地站在一步以外等别的孩子都拿了以后,才把剩在篮子里最小的一个面包拿起来。她并没有急于离去,她向面包师表示了感谢,亲吻了面包师的手之后才回家走去。

第二天,面包师又把盛面包的篮子放到了孩子们的面前,其他的孩子依旧如昨日一样疯抢着,而可怜的依娃只得到一个比头一天还小一半的面包。回到家后,妈妈切开面包,里面许多崭新、发亮的银币掉了出来。

妈妈惊奇地叫道:“立即把钱送回去,一定是面包师揉面时不小心揉进去的。赶快去,依娃,赶快去!”当依娃拿着钱回到面包师那里,并把妈妈的话告诉了面包师。面包师慈爱地说:“不,我的孩子,这没有错。是我把银币放进小面包里的,我要奖励你。愿你永远保持现在这样一颗善良感恩的心。回家去吧,告诉你妈妈这些钱是你的了。”

故事,一方面告诉我们:其实,感激之情并不要求回报;无力报答,或一时无机会报

答,都不要紧,只要心中长存感激、常念回报就行,因为感激最重要的是一种精神。而另一方面从面包师的身上也能让人感悟到:人的一生,为他人付出是一种美德,付出得越多,你的心灵也会越得到一种富足感。

那么,现在大家也聚集起来当一回善良的面包师献出你们的爱心吧!

我们公司目前有这样一位很需要大家伸出援助之手去帮助的女孩子。她是一个在工作,在社交都很礼貌待人的乖女孩,前几天由于妈妈得了重病离开了她,远离异乡的她得知这个消息后,几乎崩溃了。好在得到了姜老师、四叔和公司同事们的帮助,才让她鼓足勇气回到了老家去看看已经永远离她而去的妈妈。

一人有难,大家支援。朋友们伸出你们的援助之手吧!当别人困难无助的时候,希望我们都是棵棵可以遮风挡雨的大树,让无助之人得到一点心灵的依靠,相信有了大家的博爱之心,上天会让她的妈妈在天堂过得更好。

再别,柯桥

文庆国

曾记得
临别时的那种眼神
憧憬 凝视 深远
心情沉重
不断眺望远方
面对着无边无际的迷茫

好念想
相聚时的那种喜悦
亲情 友情 爱情
相思涌
历史长河滚滚
笑看着清风绿野的宽阔

去追逐
高瞻时的那种景象
阳光 花儿 小鸟
情系南国
桃红 柳绿 梨白
起舞着细雨飘洒的黎明

将拥抱
雷雨后的这道彩虹
夏日 赤地 砾石
无限明媚
柳絮漫天飞舞
欢唱着夏日炎炎的天空

青春飞扬

盛年易逢,青春难在。花谢了,盼着花开;叶黄了,盼着叶绿;日落了,盼着日出;月缺了,盼着月圆;而我只盼着五光十色青春的精彩。

青春不是意气用事,不是心绪杂乱;青春不是消极颓废,不是胡思乱想;青春不是夸夸其谈,不是三心二意。青春是激情四射,是朝气蓬勃,青春是想象丰富,是胸怀大志,青春是身强体壮,是精力充沛,是青春飞扬的奠基石。

青春不是躲在大树下那脆弱的小草,而是亢于天地之间的参天大树;青春不是穿梭于蓬蒿之间的乌雀,而是翱翔于天际的雄鹰;青春不是暴风雨来临时惊慌失措的海鸥,而是依旧神色自若的海燕。

青春不是韩愈“时运不齐,命途多舛”的悲叹,而是孟子“当今之世,舍我其谁”的磅礴之势;青春不是李清照的“寻寻觅觅,冷冷清清”而是苏轼的“大江东去,千古风流”;青春不是柳永的“杨柳岸晓风残月”;而是秦观的“两情若是久长时,又岂在朝朝暮暮”。

青春是一条路,只有你不轻言放弃,路的尽头一定是翻滚的麦波,起伏的麦浪;青春是一棵树,只要你培养有方,树梢便可刺破青天,在那弯腰的枝头下一定有诱人的芳醇;青春是一坛酒,只要你有足够的控制力,酒的芳香将发散到世界的每一个角落。

青春是风,风是我们的轻盈;青春是云,云是我们的飘逸;青春是雨,雨是我们的洗沥;青春是雪,雪是我们的纯洁;青春是花,花是我们的美丽,青春是树,树是我们的希望。

年年岁岁花相似,岁岁年年人不同。请用青春的色彩勾划一幅飞扬的图画,请用青春的意志撑起那一片蔚蓝的天空,未来将会更美、更甜……

杨春



新芽

大地孕育了你鲜嫩的生命
和煦的阳光沐浴着你孱弱的身躯
只因对未来的憧憬
你来到了这鲜花烂漫的春天

陈润江 摄

人生——改变现在的我

○胡锡桥

人生是一本读不完的书,书中记载了人生的方方面面。人生像调味的无味杂陈,有酸甜苦辣。如果从中没有酸甜苦辣,喜怒哀乐那我们的生活就淡然无味。但是我们要怎样才能把我们的喜怒哀乐展现的淋漓尽致,那就是人生的一大学问。

当我们降临到世上的那一刻起,你的人生就有了喜怒哀乐的存在,也有了许多事情需要让你去承担,许多的规则让你去遵守。俗话说:“无规矩不成方圆”。

在家时要听从父母的话,在学校要听从老师的话,工作要听从领导的话。而今天的我进入这个集体,这个团队时比较叛逆是什么原因呢?而又是什么造成我这样呢?是我自身

的问题,没有服从领导的安排,没有听领导的劝说和意见,把自己看的清高,说话很直接,不懂得拐弯抹角,不考虑别人的感受。始终一意孤行,总以为自己是正确的,所以才使得自己跟领导和同事相处的不和谐不融洽。

要改变现状,先改变自己。先让自己变得更好,因为社会这个大家庭有许多事是说不清道不明的,有些事也不要一味的去争论。因为少一些争论多一些沟通效果可能更好。也要多找找自身的问题,承担该承担的责任。所以从今天起做一个虚心接受别人意见的人,敢于认错。我不想做过多的承诺,但在以后的日子里我会让大家看到我的改变,我的付出。

你指着太阳的方向说:从永利大厦门口站台乘坐幸福66路就能到你想要的地方……

多时,我始终踏不出自己画的圈子,自卑孤僻的心将自己越捆越紧。每一次紧张到失败,暗自责备自己的没用,一个人偷偷躲进寝室。是你走进来拍拍我的肩膀对我微笑,给我一个拥抱,是你说:“虽然在内心深处,你还是渴望走出来,但稍一遇到困难你就又不断退缩,甚至还希望拉一个人陪你享受孤独,这样的你无论走到哪个岗位都只能是被感召的人,而不能成为感召别人的人,这样是不能真正快乐起来的”;是你说:“你的心态决定了你的人生,调整好你的心态,把工作当成一种快乐去享受”;是你说:“心里所有的不舒服都可以找我们唠叨,大声的讲出来,你会发现一切都变得不一样”;是你说:“我们都长大了,必须要学会承受压力和勇敢面对自己不想面对的事情”;是你说:“打开心,你不是一个人,我们都同一条船上,我们齐心协力,我们手牵手并肩同行”。静静的,你们抹掉了我懦弱的眼泪,将笑容挂上了脸庞。谢谢你们让我找回了自信。

其实我们身边有很多隐形的巨人。只要善于发现自己,发现他人,就不难找到人生的惊喜。每一次挫折都是我们成长的关卡,过了这一关,就能看见太阳。同样的牢房,有人透过窗子看见了黄土,有人却看见了天空闪耀的星星。我们都应该保持良好的心态,坚信只要努力,就能成功。

黑暗中的灯塔

○欧华雨