

悦读时光

一起成长

秦黎黎(实业公司)

随着孩子年龄的增长,阅读教育类书籍的量不断累积,给自己寻找一本,能够了解这个年龄段孩子的特点,如何去与成长中的孩子相处的书,显得尤其重要。而《心理抚养》,正是这样一本能让我解惑的书。

《心理抚养》的作者李玫瑾,现为中国人民公安大学教授,长期从事犯罪心理学、青少年心理问题研究。在多年的工作中,她发现,一个孩子出生后,我们应该怎样对待他,使他成为一个有人性、有品格、有能力的人,让家庭幸福,也让社会祥和。

书中,李教授通过与孩子接触的各种实例,去描述孩子在成长过程中父母的作用。她说:许多父母最关心孩子的学习成绩,特别注意能力的培养。但在人的心理发展过程中,它应该排在情感和性格之后。因为决定一个人有没有“人味”,要看他对人间悲欢离合的感悟,以及他带别人和社会的感受。一个人能让身边的人感到舒服和幸福,能为社会做出贡献,这应该是父母最开心的事。能养育出这样的孩子就是父母最大的功德。

孩子慢慢长大,父母慢慢放手,怎么放手?放手是管还是不管?怎么管?管到什么程度?哪些该管?哪些不该管?自己的孩子青春期会是什么样子?该怎么陪伴孩子度过青春期?……这些都是孩子上初中后,我不知道该怎么解决的问题。

从《心理抚养》一书中,我找到了答案。书中从更宏观的角度告诉我们,孩子不是我们的私有财产,而是全社会的。父母应该从情感、性格、观念、能力四个方面,参与心理抚养的全过程。

李教授说过,大人好好学习,孩子才能天天向上。不断的学习,格局会慢慢的打开,视野不一样了,孩子成长中的问题,便不会成为我们的焦虑,轻装上阵的父母,给予孩子成长过程足够的爱与尊重,都会成为孩子心理成长的养分和阳光。

品读苏轼

张倩(科技公司)

人说尘世也有天堂,我说尘世与天堂之间隔着一条水域最宽,风浪最高,河床最深的河。为了跟随你,追寻你,我便趟过去,只为才情横溢的词人,旷达豪迈的侠客,旷古绝今的,子瞻。

“长恨此身非我有,何时忘却营营?”

我看见半夜醉酒而归的你独坐江边,眉眼中有些沉郁怅然,听闻你在这里度过了五年贬谪生涯,放不下的是高志,无奈的多是世事。江水依旧流,酒醉时,望着明月,你是否还是“与月对饮,方知我心依旧”呢?忽然,你站起来。摇摇晃晃地面对天地说:“小舟从此逝,江海寄余生。”尘世多年,你身不由己太多,如今明月如水的时刻,一场宿醉成全了逍遥远走的梦。

“老夫聊发少年狂,左牵黄,右擎苍。”

双鬓微白的你,依旧如少年那般热血沸腾。世事多无可奈何,你却在世事面前俨然成了一位豪迈的侠客。一点挫折不为你心中的快然沉淀。黄州如何?你笑笑翻身上马,饮一口酒“会挽雕弓如满月,西北望,射天狼。”我的角度只能望其项背,用目光去追寻你,居然也想那么豪迈地跟你一起去跑,去追寻。那一次,我辗转未眠,只为你光华四溢的神采让我折服。

“惆怅东栏一株雪,人生看得几清明?”

我伴你在长亭内,看这满城飞絮,心绪飞越万水千山。我在神游念叨你烹的茶,而你怅思人生多远多清明。愁思难解,几次明白?我为你说的“几清明”怅心,忽而你离开长亭,却让我记起你反复吟咏过的“人生到处知何似,恰似飞鸿踏雪泥。”我收起太多的孩子心思,也想着学学你。

“料得年年肠断处,明月夜,短松冈。”

发妻离去,青色墓碑外,我看见你一身白色丧服正在弯腰植松树。才知道,你担心无人伴她,所以才为她亲手种树给她最后的港湾。恍惚十年,你说你梦见了她,她泪眼婆娑说着想你,所以来看看你过得好吗。我泪如雨下之时,你却已经披衣坐在书桌前提笔写词,眼角分明有泪。黑夜中飞蛾扑向了烛火,正如思念扑向了寂寥的月色。我关上灯,看见你背影里满是悲伤。

寻寻觅觅你留下的现世光阴,戚戚纵隔千年之远,我在时空的罅隙里拼凑着模糊的你。愿能生如琉璃,净无瑕秽,听你吟诗,观你讲禅,看将离花谢,以此终老。



扫描二维码 查看《四川美丰》报第458期 有奖纠错情况

记录成长 承载记忆

唐有(科技公司)

带着扑鼻的墨香,印着优美的风景,面对真实敦厚的文字,细细品读如同沐浴春光,这里是公司大事要事的窗口,是基层动态发声的平台,是彼此交流学习的载体,是心灵与自然对话的桥梁,《四川美丰》报见证了从单质元素到产品产业多元,见证了一枝独秀到遍地开花,是你给了我们心灵停靠的港湾。

读出内涵

写出精彩

20年春华秋实,20年薪火相传,从简讯到通讯,从小报到大报,从黑白到彩色,一张张美丰报串联着动人故事,见证着时代风云,记录着社会变迁,读美丰报聆听公司发展的铿锵脚步,感受砥砺奋进的磅礴力量。

上报了,是别人的稿件。2012年7月入职培训过程中,时任主编分享写作的乐趣,列举写作的题材,点拨大家写作激情和热情,心中涌动了写作的热情,在车间安全培训期间,与大家拉家常时,提及写作,车间主任特意找来当期《四川美丰》报、《风帆》,逐句阅读。

上报了,是自己的稿件。按耐不住试一试的冲动,首先从写散文入手,写了副刊《心中的美丰》《入职感想》等,进入班组后,开始写班组的点点滴滴,第一篇稿件被报纸选用,当拿到报纸后,看到自己的名字,激动不已。

上报了,不是自己的稿件。有了上报的鼓励和激励,加之当时分厂编辑胡国辉的引导和培养,所见所闻都想写一写,班组培训、抢修机组、群团活动题材颇多,偶尔稿件登报,编辑都将稿件进行了调整,如将自己撰写的内容是修旧利废稿件《心灵手巧,变废为宝》,修改为了《变废为宝,降本增效》等,少了空虚,多了务实。

上报了,还是自己的稿件。公司每年开展宣传培训,学习写作技巧,聆听编辑们的经验和心得,不断提升自己的写作水平,深挖题材背后的故事,把握题材越来越准,编辑调整越来越少,上报的数量越来越多。

上报了,就是自己的稿件。每月宣传的主要内容,每一期报纸选用稿件的主题,看美丰报,知美丰人与事。美丰报流淌着岁月的沧桑,记录着公司发展的

辉煌,像一个老父亲、一个老朋友,默默地关注着每一个美丰人,伴随着大家一路前行,风雨无阻。

一份报纸,一份情愫。每一期报纸都是结构层次分明、内容新鲜丰富、语言精炼优美,每一期报纸都下功夫、花时间,精心打磨,办成精品,给人一种视觉的盛宴,留下温暖、期盼、期望。

阅读是输入、是接收、是提升,写作是输出、是倾吐、是展示,只有持续的输入提升,才能持续的高品质输出展示。

人道尚浅,尚需提升。入职之初,写作学习不够、思路狭隘,经常写一些“豆腐块”报道,有“含金量”冒着“热气”的稿件很少,常常感觉到词穷,或是陈词滥调,不够鲜活生动,是心有余而力不足,想写而未能写出好作品,未能把握好题材。

“要多读多写,及时写,写好。”这既是寄语,也是经验技巧,经常利用零碎的时间翻阅报纸,学习文章逻辑、归纳方法,精彩的段落、吸睛的标题,摘抄下来,拍照留存,反复品读,处处留心,博闻强记,适时加以运用。

好的作品,绝不是一蹴而就,是经历、阅历、见解、识悟所决定,需不断学习积累,10年的时间里,已保存了10份《四川美丰》报合订本,在登报作品中体会文章主题、观点、结构、语言的创新之处,慢慢有了自己的理解,勤于练笔,逐渐入道,作品登报,步步提升。

反复推敲编辑思想、版面安排,严谨对待用字遣词、标点符号,求真务实深入现场,跟踪报道,全面考虑策划采访,亲切沟通……动笔前用心琢磨框架,理顺逻辑,拟定提纲,弄懂学会,撰写逻辑清晰、人物生动、包含精神内涵的稿件,展现精神,吸引读者,提升企业形象。

二十载拼搏历程,二十载硕果累累,《四川美丰》报为我们提供了成长的平台,在这学而思、思而践、践而悟的过程中,我们不断超越自己,丰富自己,将更加努力提高自己的宣传工作水平,力争写出更多优秀的作品,拍出更优美的图片,实现自我价值,为公司高质量发展做出更多、更大的贡献。



2004年,公司德阳生产基地“我要安全,人人平安”千人签名活动现场。

罗建一摄

坚守初心 笔耕不辍

王莹(公共事务管理中心)

2021年6月10日第278期,这是刚刚加入四川美丰这个大家庭的我拿到的第一份《四川美丰》报,扑鼻而来的一股油墨香,让人熟悉又怀念。

“打好开局之战 献礼建党百年”十二个鲜红的大字首先映入眼帘,从公司最新的经营管理到企业文化宣传再到基层动态,作为一名“新”美丰人,通过这张报纸我了解到了很多关于公司的信息,而其中让我印象最深刻的就是副刊。

那时正值迎接建党100周年之际,《信仰的力量》《一颗红心永向党》《百年辉煌》,诗歌、绘画、散文、摄影,大家以各种形式表达着内心对党、对祖国的祝福,同时也让我惊叹于美丰人的多才多艺。

“小王,你写作怎么样?有好的题材和想法踊跃写作投稿哦!”看到我拿着报纸看得津津有味,一旁的同事突然说道。

写稿对于大学毕业后不再怎么写作的我来说,已有些许生疏。似乎看出了我的犹豫,同事笑着鼓励道:“试着写写吧,能否选上不重要,就算是给自己的一种锻炼。”于是我抱着试试的心态,重拾写作之笔。

有了想法那就付诸行动,确定主题,构思内容,短短一篇文章反复修改,然后带着忐忑和紧张把第一篇文章投到了《四川美丰》报。

当我满怀期待地翻开新一期的报纸,看到自己署名文章的那一刻,内心的惊喜和激动无以言表。对我来说这是一次成功,是一次肯定,更是我日后继续写作的动力源泉。

从那以后,但凡遇到好的题材我总会有想提笔写作的冲动,虽然过程中常会没有灵感、没思路的时候,完成的稿件也不一定被采用,但我也渐渐在其中找到了快乐,多了些收获。

如今,我已成为《四川美丰》报的忠实读者。通过阅读,学习他人的写作方法,积累优美的词句,进而不断提升自己的写作水平。我也更深刻明白,一篇好文章需要一颗善于发现的心和一双洞察秋毫、见微知著的眼睛,以及日常不断的积累与沉淀。

这就是我与《四川美丰》报的故事。与她的相遇,让我再次体会到了文字的魅力,语言的美好;感谢与她的相遇,让我完成了从不想写、不会写到我热爱写、我能写的转变。

今年,《四川美丰》报迎来了她20岁的生日,与她相知相遇的这一年多,我看到了她的变化,更感受到了自己的成长。虽然距离成为一名优秀写作者我还有很长的路要走,但我会坚守初心,笔耕不辍,用心用情书写好美丰的美人美事。

从戴好安全帽开始

陈星颐(科技公司)

“戴好安全帽,绳子要扣好,不要觉得不舒服就不规范佩戴,做好个人防护措施。”每次听到安全员这样的劝解大多数人都是不屑一顾,但确实是这小小的安全帽带给我满满的安全感。

还记得那一年刚来公司,年轻的我,对这个化工厂很陌生,觉得哪里都很新奇,也对化工厂的危险不够了解。对各种安全学习也马马虎虎,总觉得就是过场,对安全员、班长讲的安全知识不在意,对发到手里的安全帽总觉得怪怪的,戴着不舒服,觉得太紧了。每次都偷偷边走边松开,一有机会就解掉,每次都被师傅骂,我总小声嘟囔“也太谨慎了吧,有啥呢,解一下又没关系。”

那天早上,和往常一样,一大早我们就开始了巡检工作,刚出门,我就又忍不住偷偷的松开了安全帽的扣子,“戴好,安全帽是保护你自己的,虽然装置运行稳定,但是装置区设备多,碰到哪里也不好啊!”师傅开始劝导并要求我戴好帽子。“哦。”我答应了。主要是害怕被骂又戴好扣紧,可心里仍然没有当回事,打算等会儿偷偷又松开。可没想到后面发生的事情却让我一直记忆犹新。

当跟着师傅走到一分厂尿素主装置区一楼时,路面不太平整,由于走神不专心,没有注意到脚下有一个凸起的小石子,绊倒了我,眼看就要摔了下去,前面还有一个泵的小平台,摔下去肯定会碰到头,师傅走在前面,离我有一定距离,拉我已经来不及了。砰!安全帽碰撞到台阶上发出了清脆的响声,那一刻脑子里第一时间冒出来的想法是幸好我戴好了安全帽,还没有来得及松,要不然就要碰到头了。当我站起来时,背上冷汗直冒。“师傅啊,还好戴了帽子哦,要不然就破相了。”我劫后余生的说道。

可能大家觉得那是一件很小的事,会说注意一点就好了,可在厂区,设备装置复杂,检修作业很多,我们不知道自己或者别人在做事的时候会不会出现失误。而现在设备运行越来越好,大家忘记了潜伏在我们身边的危险性,进入自我放松状态,这样的时候更应该做好个人防护措施。从做好个人防护措施开始,进入现场保护自己,保护他人。

从戴好安全帽这样的小事开始,做好安全措施,高高兴兴上班,平平安安回家。



《春之语》

加蓝公司 全娇摄

春之随想

李媛涛(化肥分公司)

“好雨知时节,当春乃发生。”春天是一个美好的季节,万物复苏,鸟语花香。

春天的夜晚,一个人漫步在小河边,深吸了一口气,空气中弥漫着泥土的芳香,脑海里猛然间闪过了朱自清的《春》。“盼望着,盼望着,东风来了,春天的脚步近了。一切都像是刚睡醒的样子,欣欣然张开了眼,山朗润起来了,水涨起来了,太阳的脸红起来了……”我侧耳倾听,仿佛听到了春的交响乐。

耳边传来了河水的“哗哗”声,清风从林间拂过,叶子们仿佛被风儿挠了痒痒,“沙沙沙”地笑个不停。躲在树枝间的不知是什么鸟儿,可能也觉得这春风醉

人,便也“啾啾”地叫了起来。过了一会儿,我张开眼,望向漆黑如墨的夜空,丝绒般的天空中缀着四五颗明亮的星星,它们似乎是也看见了我,俏皮的对着我眨眼。

“吹面不寒杨柳风”,春天的风儿拂在脸上很是温和。春,仿佛一个正值花季少女,穿着五彩斑斓的长裙,带着一群蝴蝶和小蜜蜂,活泼地走来了。

“一年之计在于春”,每一种生物都在春天彰显自己最顽强的生命力。我们在这充满朝气、活力的春天种下希望,在接下来的日子里辛勤耕耘,定能在秋天与收获撞个满怀!

美丽阆中

何梅(双瑞公司)

凤儿浸润塔铃 霞光尽染半城 菩提洗尽铅华 二桥独揽嘉陵

德阳春色

(二首)

代明珠(公司总部)

东湖山的春 阳光明媚 山花烂漫 柳暗花明 晨曦初照 青山翠染 春水潺潺 碧波荡漾 远处的亭台楼阁 掩映在青林绿树间 春风徐来 竹林沙沙 在这里 春天的气息 弥漫在空气中 徒步其间 让人心旷神怡 留恋忘返

德阳的春天 温暖如初 花开满城 绿草如茵 春日的阳光 照耀着大地 草木繁茂 春风拂面 桃花嫣红 樱花粉嫩 柳絮飘扬 杜鹃啼鸣 在这美好的季节里 人们沉醉在春天的气息中 感受着生命的美好和温柔

《扬眉兔气》 冉鸣画(科技公司) 第332期