

《你的城市，下雪了吗？》



摄/牧野

—— 凝 聚 企 业 力 量 ——



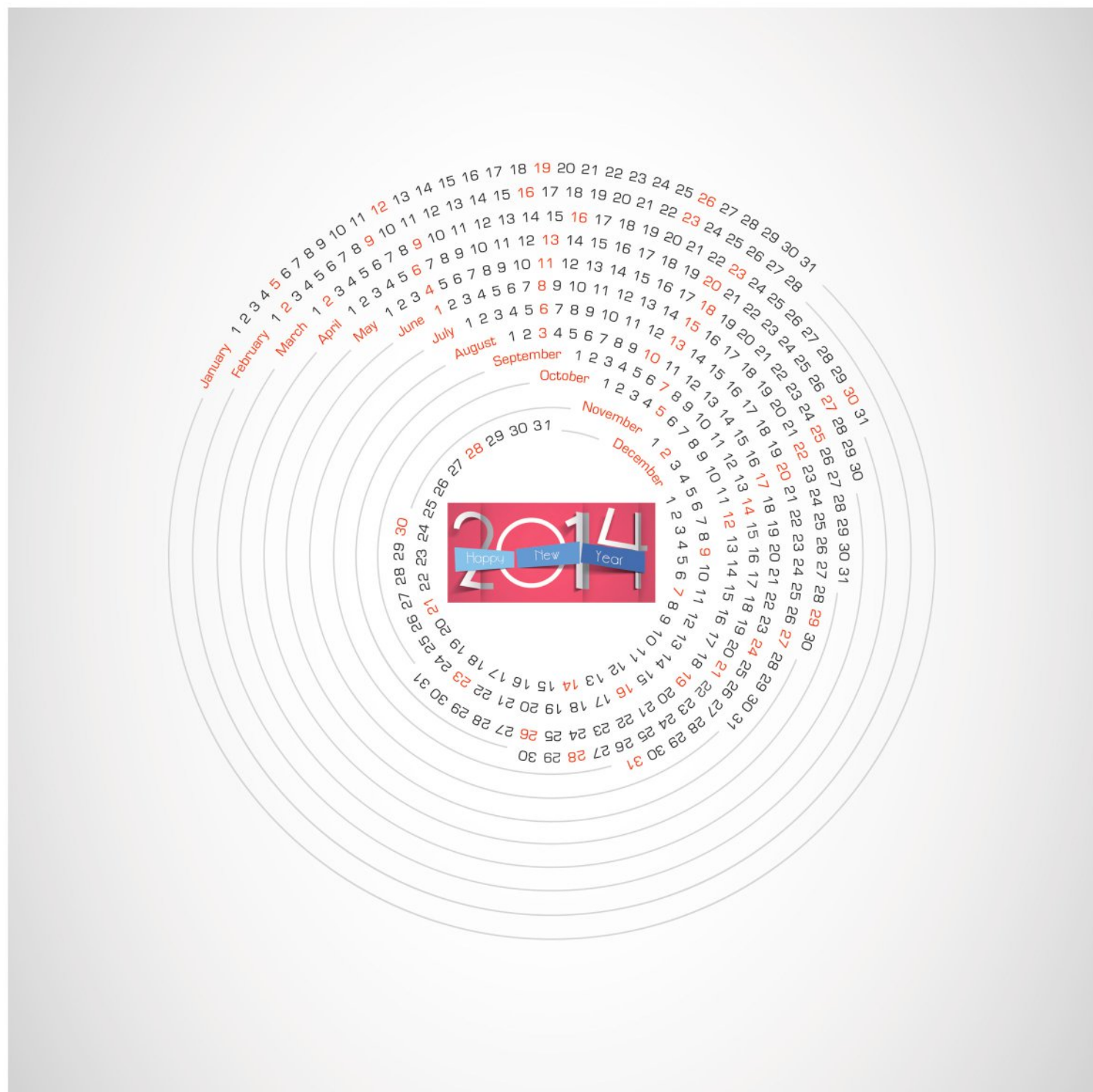
中国建材

中复集团报

张人为题

中国复合材料集团有限公司 主办

2013年第12期 总第121期



目录

CONTENTS

重要新闻 | HIGHLIGHTS

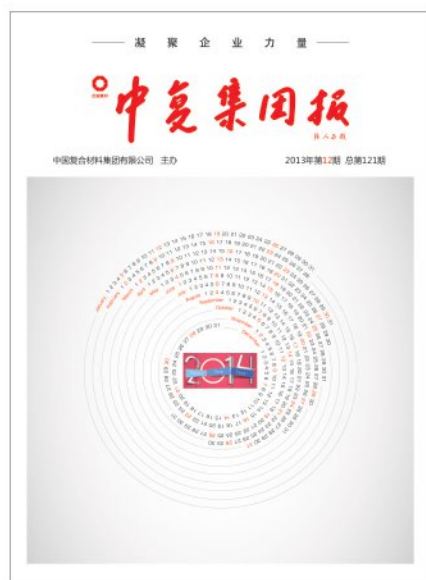
01 宋志平董事长实地调研常州复合材料基地

公司动态 | COMPANY EVENTS

- 03 中复连众喜获海外大型贮罐订单
- 03 中复连众成功完成首个境外浮船式泵站项目
- 04 中复碳芯荣获中国建材集团2013年科技进步一等奖
- 04 扬州市党政代表团参观中复碳芯
- 05 中复连众通过环境和职业健康安全管理体系外部审核
- 05 中复神鹰公司顺利通过ISO9001:2008质量管理体系认证
- 06 中复连众荣获2012年连云港市质量奖
- 06 中复连众下半年“五星员工、五好班组长”公开评选活动圆满结束

专栏 | COLUMN

- 07 中国建材集团召开领导班子专题民主生活会通报会
- 07 中国复材召开党的群众路线教育实践活动领导班子专题民主生活会通报会
- 08 中国复材各党支部召开专题组织生活会
- 09 盘点《党政机关国内公务接待管理规定》四大亮点
- 10 人民时评：改作风何以成为变革支点
- 11 群众路线教育实践活动心得体会
- 12 坚持群众路线不动摇



特别报道 | SPECIAL REPORTS

- 14 中国青年报：政企分开才是国企改革核心
- 15 公安部：到2020年形成新型户籍制度

行业动态 | INDUSTRY DYNAMICS

- 17 业内资讯

来自一线 | FROM THE FRONT LINES

- 19 微笑能让你快乐
- 20 《正能量》读后感
- 21 运用正能量，打造全新的自己
- 23 徐圩新区污水处理厂成功实现清水联动

乐活人生 | LOHAS

- 24 雨中人
- 25 致你最想感恩的人
- 29 新的光源
- 30 寒冬曲水别样情
- 31 云南纪行
- 32 好书推荐

中复集团报
2013年第12期 总第121期
内部资料 免费交流

主办单位：中国复合材料集团有限公司
地址：北京市海淀区复兴路17号国海广场B座12层
发行：中复连众复合材料集团有限公司
地址：连云港市海连东路195号

编辑：李 姝 仲文玉

电话：010-68138899
0518-85150331
传真：010-68138866
0518-85150329

网址：www.ccg.com.cn
www.lzfrp.com
邮箱：ccgnews@ccg.com.cn
newspaper@lzfrp.com



宋志平实地调研 常州复合材料基地

(来源：中国建材集团网站)

12月15日，集团公司董事长宋志平利用周末时间深入基层、深入一线，到常州复合材料基地调研，并亲切慰问了无方向同透卷材地板项目生产线设备安装现场的中、外方工程技术人员。

在公司展示中心，面对各种新型铺地材料，宋志平董事长不时驻足停留，当得知公司运动塑胶地板已大量使用在伦敦奥运会、巴西等知名体育场馆时，他大为赞赏，说我们的产品科技含量高，亚麻地板是当今世界最环保的塑胶地板，他详细询问了产品性能、生产工艺和技术要求，对植绒地毯、橡胶地板如数家珍。宋志平董事长指出，现在的塑胶地板已完全不是十多年前的塑料地板，运用广泛、前景看

好，他要求中复丽宝第要紧紧抓住国家城镇化建设的战略机遇，抓住集团和南车等兄弟央企签署战略合作协议的契机，加快科技创新步伐，进一步转型升级，在中国第一的基础上尽快做到世界第一，成为名副其实的“铺地专家”。

“你们辛苦了！”宋志平董事长来到项目安装现场时说的这句话温暖了正在紧张忙碌的中、外方人员的心，大家由衷地感到高兴。无方向同透卷材地板项目投资3.2亿，是当今世界最先进并填补亚洲空白的的项目。在听取现场安装中外方负责人的简要汇报后，宋志平董事长详细查看了整线安装情况，生产线哪儿最关键？安装现场有多少单位、多少人员？何时能正式投产？董事长看得认真，问得精准，他详细了解生产运营情况，并嘱咐中复丽宝第一定要抓好安全和质量。他要求下一步更要精心组织、周密安排、狠抓落实，争取项目早竣工、早投产、早见效。他表示，集团公司和股份公司将全力支持常州复合材料基地建设。

中国建材股份副总裁、中国凯盛董事长彭寿，中国建材股份副总裁、中国复材董事长张定金，中国复材副总经理、中复丽宝第董事长沈亚平等陪同调研。



中复连众喜获海外大型贮罐订单

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 刘洁

12月3日，中复连众管罐事业部再度传出喜讯，公司成功签约刚果(布)7台玻璃钢贮罐设备工程项目——3台容积4000立方米贮罐和4台容积2000立方米贮罐。据了解，4000立方米贮罐直径为25米、高为8.5米，这将是目前国内企业在海外制作的直径最大的玻璃钢贮罐项目。按照合同要求，这7台贮罐将于2014年11月底交付使用。

中复连众在大型玻璃钢储罐设计制作始终走在前列，拥有雄厚的技术实力，2010年为湖北三宁制作了3台直径20米、容积5000立方

米的贮罐；2011至今，为海力化工、宁波万华和烟台万华制作了共计10台直径21米、容积6000立方的贮罐，刷新全球容积最大的玻璃钢贮罐。此次中标，不仅巩固了中复连众在国内大型玻璃钢贮罐行业的领导者地位，同时进一步奠定了企业在国际市场上的品牌效应。

经过二十多年的发展，中复连众管罐产品凭借丰富的设计生产经验和优质的产品品质，市场占有率稳步提高，大项目、大工程、大订单不断，“连众牌”玻璃钢产品在国内外复合材料行业的知名度进一步提升。

中复连众成功完成首个境外浮船式泵站项目

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 刘洁

近日，中复连众管罐事业部传来喜讯，阿尔及利亚玻璃钢浮船式取水泵站项目顺利通过验收交付使用，该项目成功实现优质原水汲取，获得了阿尔及利亚水利部的高度好评。

2011年，中复连众签署了阿尔及利亚水厂玻璃钢浮船式取水泵站及配套浮桥项目，该项目的设计、生产及安装全部由我公司独立完成。

由于水源地库区水位差接近百米，为始终取到库区水面下的优质清洁原水，保证水厂出水水质及降低水处理运行成本，当地水厂提出将取水泵站建在离岸一百多米的水面上，形成浮船式取水泵站，随水面自动升降取水。该项目最大的技术难点是解决了风载和波浪动载情况下浮桥及平台的结构稳定性计算。项目首次采用玻璃钢代替传统的钢或其他材质建设浮船式泵站，有效解决了泵站长期使用水对结构的侵蚀，保证安全且降低维护费用，具有极强的推广意义。

该项目的设计建成投用，实现了中复连众在技术创新上的又一大突破，也为公司与阿尔及利亚的长期合作提供了良好的契机。



中复碳芯荣获中国建材集团2013年科技进步一等奖

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 张元元

近日，中国建材集团2013年科技进步奖获奖名单进行了公示，中复碳芯申报的“碳纤维复合芯导线研发及产业化”项目，经过二轮评审，荣获科技进步一等奖。

中国建材集团科技进步奖旨在推动集团内部的科技创新与科技进步。中复碳芯申报的“碳纤维复合芯导线研发及产业化”项目，促进了我国架空导线行业的快速发展。该项目针对我国架空输电线路的现状，结合碳纤维复合芯导线结构特点，进行了碳纤维复合芯棒原材

料选择、拉挤成型工艺、导线绞制工艺等方面的研究和工程化技术开发。通过大量的实验研究，积累了大量的实验数据和生产经验，形成了具有自主知识产权的碳纤维复合芯导线设计、制造及产业化等关键技术，并最终生产出性能合格的碳纤维复合芯导线产品。

目前该项目产品已销售过千公里，先后在江苏、浙江、四川、宁夏、江西等省市挂网应用数十条线路，线路运行良好，得到了客户的广泛好评。

扬州市党政代表团参观中复碳芯

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 朱维新

12月4日下午，在连云港市委书记李强，市长赵晓江，市委常委、连云港开发区党工委书记关永健的陪同下，扬州市党政代表团一行五十余人参观了中复碳芯。中复连众集团公司总经理乔光辉，中复碳芯常务副总经理田超凯参加了接待。

在陈列室，代表团一行详细听取了田超凯常务副总关于该项目的情况介绍。中复碳芯新厂房始建于2012年3月，于当年11月投入生产，具备了年产一万公里碳纤维复合芯导线的产能。2013年2月二期工程开工建设，目前已经进入设备调试阶段。二期的建成投产在使产能翻番的基础上，更使中复碳芯的产品走向多样化，更好的满足市场需求。不到两年时间，中复碳芯已经成长为国内最大的碳纤维复合芯导线生产和研发企业，成为了国家电网的合格供应商。产品已经在国内数十个项目中挂线近千公里，获得了用户的一致好评。

在车间参观的过程中，田超凯向代表团一行详细介绍了产品的特性和优势。碳纤维复合芯导线以其拉伸强度高、载流量大、耐高温、弧垂小、重量轻等优势，在旧线改造乃至高压、超高压电网建设中都具有传统导线无法比拟的优势。中复碳芯经过不断的产研探索，成功实现了碳纤维复合芯棒的自主生产，从源头掌握了关键技术，使中复碳芯在知识产权、质量保证、成本控制等方面具备了独有的优势。

在导线车间，代表团一行饶有兴致的参观了碳纤维复合芯导线的绞制过程，详细询问了导线的规格及目前的应用情况。对中复碳芯的产品应用于世界首条大跨越工程及国内最大截面碳纤维复合芯导线挂网运行表示赞叹，认为中复碳芯在项目建设、技术研发、产品品质方面所作出的努力值得借鉴，同时也祝福中复碳芯借助十八届三中全会的东风，积极参与国家电网建设，将企业做强做大。

中复连众通过环境和职业健康安全 管理体系外部审核

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张孟生

2013年12月16日-17日，方圆认证中心专家组来中复连众现场审核环境和职业健康安全管理体系运行情况。外审组通过查资料、看记录、查现场、找证据，使用询问、沟通、交流等方法，对公司所属20个部门的现场进行了抽



样审核。通过审核，外审组认为公司环境和职业健康安全管理体系总体运行有效，体系的方针和目标明确，适宜性和符合性良好，体系切实起到了指导和规范作用，并且没有审核出公司不符合项，现场审核通过。

在末次会议上，外审组宣读了审核结果，认为公司的体系文件及相关法规标准能够有效地传达至相关部门，并得到理解和实施；相关人员都能按照体系文件要求开展各项工作；环境与职业健康安全目标符合公司发展实际；各项监督检查能按期进行并及时反馈，数据统计与分析应用较好；公司各项目标、指标有效的得到了实现。外审组还对审核中发现的问题逐一剖析。

中复神鹰公司顺利通过ISO9001：2008 质量管理体系认证

文 | 中复神鹰碳纤维有限责任公司 魏亚杰

2013年11月19日-22日，中经科环认证组两名专家到中复神鹰公司开展了为期4天的质量管理体系认证审核工作。专家组分别对质管部、生产工艺部、行政部、采购部、设备部、销售部等部门进行了严格的审核。

通过4天的审核，专家组充分肯定了中复神鹰公司的质量管理体系工作，对其认真贯彻质量管理体系标准给予了高度评价，同时也提出了持续改进的建议和意见。在末次会议上，专家组宣布：中复神鹰公司的ISO9001质量管理体系建设和运行符合ISO9001：2008标准要求，质量管理体系总体运行正常、平稳，本次认证准予通过。

对于此次认证工作能够得以顺利通过，源于公司领导的精心部署和各部门的积极配合

下。下一步，公司将根据专家建议，结合实际工作，进一步完善相关制度，将管理体系标准和公司质量管理紧密结合，确保公司的质量管理持续提升，满足客户、员工及股东对公司的需求。



中复连众荣获2012年连云港市质量奖

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 董文圆

为引导和激励各类组织加强质量管理、追求卓越绩效，推动连云港市经济发展方式转变和质量总体水平提高，根据《市政府关于推进质量强市建设的意见》和《连云港市质量奖评审管理办法》，经市政府研究，中复连众等四家企业被授予2012年连云港市质量奖。

市质量奖是连云港市政府设置的最高质量荣誉奖，也是连云港市迄今为止举办的首届质量奖评审活动。活动采用书面申报、统一受理的方式，经过资格审查、材料初审、资料评审、现场评审的层层筛选最终确定市质量奖的获奖企业。

管罐质量部作为市质量奖申报部门，前期依据GB/T 19580-2012《卓越绩效评价准则》，收集、整理各部门相关资料，编制完成市质量奖申报表、组织概述、自评报告、典型案例及证实性材料。材料依次通过市统计局、市环保局等六大职能部门评审后，2013年4月7日交质量兴市领导小组办公室，经专家多次

评审后成功进入现场评审环节。

各部门多次强化学习GB/T 19580-2012《卓越绩效评价准则》，对现场评审活动起到了积极的作用。2013年5月27日，在入围现场评审的四家企业当中，中复连众在现场理论考试的环节脱颖而出，韩之俊等三位质量管理专家对该成绩均予以了肯定。围绕领导、战略、顾客与市场、资源、过程管理、测量分析与改进等七个方面，三位质量管理专家与各部门负责人沟通交流、资料验证，过程中识别了我公司在品牌管理、科技创新等方面的优势，同时也挖掘了我公司在绩效预测等方面的成长空间。

中复连众始终坚持“层层把关、事事受控、持续改进、实现共赢”的质量方针，秉承“创新、绩效、和谐、责任”的核心价值观，扎实推进卓越绩效管理模式，为企业的所有者、顾客、员工、供方、合作伙伴和社会继续创造价值。

中复连众下半年“五星员工、五好班组长” 公开评选活动圆满结束

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张丹

12月14日，中复连众2013年下半年“五星员工、五好班组长”公开评选活动如期举行。经过现场、视频陈述，9名主席团评委和27名员工评委履行自己的职责，为表现突出的员工投下神圣的一票，通过现场计票，最终从55名候选人中评选出了刘金利、田吉兴等15名“五星员工”和周启国、卢长剑等5名“五好班组长”。

2013年以来，共有120名来自公司本部和外埠公司的员工参与了“五星员工、五好班组长”评选活动，总共评选出了30名“五星员

工”和10名“五好班组长”，这些获奖者都是在质量、成本控制、安全、效率、服务和班组管理方面工作业绩比较突出的员工，工作得到了公司领导以及同事的肯定和认可。

中复连众开展“五星员工、五好班组长”评选活动，表彰辛勤工作的员工，为广大员工搭建展示自我的舞台，给员工相互之间交流工作经验提供便利，同时也充分展现了中复连众人不怕艰难、吃苦耐劳的精神面貌，这将激励着更多员工争做创先争优典范。

中国建材集团召开领导班子 专题民主生活会通报会

来源：中国建材集团网站



按照中央和国资委党委的部署，根据国资委第五督导组的要求，11月13日，中国建材集团召开了领导班子专题民主生活会通报会。国资委第五督导组尹凌青处长出席会议。集团党委书记、董事长宋志平通报领导班子专题民主会情

况。集团领导班子全体成员、总部部门正职及以上人员、集团党委直管企业党政主要负责同志、老干部代表和职工代表等参加了会议。会议由集团党委副书记、总经理姚燕主持。

中国复材召开党的群众路线教育实践活动 领导班子专题民主生活会通报会

文 | 中国复合材料集团有限公司 刘丰

按照集团公司和公司党委群众路线教育实践活动的工作部署，经报请集团公司第二督导组同意，12月13日，中国复材在公司会议室召开了党的群众路线教育实践活动领导班子专题民主生活会通报会。

会议由公司党委副书记、副总经理薛继瑞主持。集团公司第二督导组有关成员出席会议。公司领导班子全体成员、公司本部各部门主要负

责人、公司所属企业党政主要负责同志、老干部代表和职工代表共25人参加了会议。

公司党委书记宋淑英首先向与会人员通报了领导班子专题民主生活会的情况。她指出，公司党委认真贯彻落实中央、集团公司要求和习近平总书记一系列重要讲话精神，坚持高标准、严要求，边学边查边改，扎实做好认真学习、广泛征求意见、谈心交流和深刻剖析四个

环节工作，为专题民主生活会的召开奠定了坚实的思想基础。在专题民主生活会上，中国复材班子成员自觉运用批评和自我批评这个武器，认真深刻地进行对照检查，深入查摆自身在贯彻落实中央八项规定和“四风”方面存在的突出问题。宋淑英表示，会议自始至终充满严肃认真、民主团结的气氛。班子成员之间开展的相互批评诚恳认真，讲党性、讲原则，既指出问题的表现和症结，又提出解决问题的合理化建议，使大家触动很深，收获很大。各位班子成员也在会上纷纷表示，对批评意见一定虚心认领、认真整改，实现真正的改进与提高。

宋淑英还传达了集团公司第二督导组组长许金华对中国复材专题民主生活会给予充分肯定并提出下一步活动明确要求的点评讲话要

点，以及她本人代表公司党委所做的表态发言、公司下一步的群众路线教育实践活动安排的主要内容。宋淑英强调，下一步，中国复材将以此次群众路线教育实践活动为契机，深入贯彻十八届三中全会精神，扎实做好整改落实工作，抓好建章立制，认真做好总结梳理工作，真正看到问题、找到差距，把教育实践活动与完成全年经营任务有机结合起来，把干部职工在活动中激发出来的好作风转化为促进企业发展的动力和经营的业绩，真正体现活动的成效和价值。

会上，与会人员还对公司领导班子专题民主生活会进行了民主评议，并征求了与会人员对做好下一步教育实践活动的意见建议。

中国复材各党支部召开专题组织生活会

文 | 中国复合材料集团有限公司 刘丰

按照中国建材集团《关于开好各党支部专题组织生活会的通知》的有关部署，经周密准备之后，中国复材本部各党支部近期纷纷召开了专题组织生活会。

会议召开前，中国复材党委按照集团公司《关于开好各党支部专题组织生活会的通知》规定的目的、程序、议程与要求，专门下发文件，要求各党支部对照《转发〈关于转发〈党员干部在作风方面存在的突出问题的通知〉的通知〉》（中复材党发[2013]21号）中明确的“四风”问题22种表现，认真撰写组织生活会实施方案、个人对照检查材料（部门正副职党员）、会议情况报告和个人整改报告。

各支部组织生活会按照习近平总书记提出的“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总要求，以“为民务实清廉”为主题，深入查找在形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风方面存在的问题。会前，部门正副职党员与部门和支部党员进行了广泛的谈心交心，听取党员群众的意见与建议，广大党员之间也进行了充分的相互交流。在此基础上，各支部拟订了组织生活会方案，部门正副职党员均认真撰

写了对照检查材料，为会议取得实效打下了思想基础。为了开好会议，公司党委书记兼群众路线教育实践活动领导小组组长宋淑英专门向班子成员提出了要求，要求班子成员以普通党员身份积极参加会议，进行批评与自我批评，起到表率作用。

组织生活会方案和个人对照检查材料报经公司教育实践活动领导小组办公室批准后，根据各自的行程安排，各党支部纷纷召开了会议。会上，各党支部书记介绍了公司教育实践活动开展以来，党支部前期阶段开展学习、查摆问题、谈心交心和组织生活会准备情况；部门正副职党员分别作了对照检查，接受大家的批评；其他党员同志也作了自我批评。在自我批评的过程中，每一位党员都认真对照自己的问题，敢于揭短亮丑，触及思想深处，触及问题实质。相互批评环节，大家勇于指出问题、真诚帮助提高，达到了“团结—批评—团结”的目的。

会上，部门正副职党员在剖析问题的基础上也提出了相应的整改措施和下一步的目标。目前，各党支部正在汇总形成会议情况报告和整改方案以上报公司实践活动领导小组办公室。

盘点《党政机关国内公务接待管理规定》 四大亮点

来源：新华网

中共中央办公厅、国务院办公厅近日印发《党政机关国内公务接待管理规定》，就规范党政机关国内公务接待管理，厉行勤俭节约，反对铺张浪费作出规定。有关专家表示，《规定》对公务接待中暴露的部分“顽疾”一一开出药方，呈现出四大亮点。

亮点一：管住“吃”——不得提供高档菜肴、香烟、高档酒水

“一段时间以来，‘大吃大喝’一度成为公务接待中最被社会诟病的问题，‘被接待’现象也十分突出，不仅造成巨大浪费，接待人员也为其所累。”国务院发展研究中心社会发展研究部巡视员林家彬说。

《规定》指出，工作餐应当供应家常菜，不得提供鱼翅、燕窝等高档菜肴和用野生保护动物制作的菜肴，不得提供香烟和高档酒水，不得使用私人会所、高消费餐饮场所。

林家彬认为，《规定》具有很强的操作性，对在短期内刹住“大吃大喝”的风气会起到立竿见影的效果，但从长远看，还需进一步加强对规范财务、财政支出等制度建设。

亮点二：管好“住”——不得超标准安排住房

“过去，一些地方由于怕慢待上级领导，经常超标准安排住宿，对于一些级别不高的领导干部也安排套间甚至豪华套间住宿，不仅造成严重浪费，还助长了奢靡之风。”中央党校教授谢春涛说。

《规定》指出，住宿用房以标准间为主，接待省部级干部可以安排普通套间。接待单位不得超标准安排接待住房，不得额外配发洗漱用品。

谢春涛认为，《规定》直指过去普遍存在的超标接待问题，对公务接待住宿提出了更为明确的标准，甚至对配发洗漱用品都提出了明确规定，针对性、操作性都很强，有助于进一步加强党风廉政建设。

亮点三：管控“行”——不得违反规定实行交通管制

“警车开道、超规用车、交通管制……这些看似‘有面子’的接待方式，实际上非常劳民伤财，根源是基层‘拍马’与被接待的上级部门形式主义的‘一拍即合’。”国家行政学院社会与文化学部副主任马庆钰说。

《规定》指出，国内公务接待的出行活动应当安排集中乘车，合理使用车型，严格控制随行车辆。接待单位应当严格按照有关规定使用警车，不得违反规定实行交通管制。

北京大学中国公共财政研究中心主任林双林表示，公务接待讲排场、比规格，表面是风气，根源在制度。《规定》正是从制度着手，对公务接待出行的方式、规模、边界（是否与公务有关）、标准等都做出了明确的界定，一定会起到积极的效果。

亮点四：管制“游”——不得组织旅游和与公务无关的参观

“无论是公款旅游，还是公款娱乐、赠送纪念品或土特产品等超标准接待现象，公务人员都是打着公务的幌子多吃、多用、多占，这是一种特权思想在作祟。”马庆钰说。

《规定》指出，接待单位不得组织旅游和与公务活动无关的参观，不得组织到营业性娱乐、健身场所活动，不得安排专场文艺演出，不得以任何名义赠送礼金、有价证券、纪念品和土特产品等。

“《规定》的出台针对的都是群众反映最强烈的问题，说明中央厉行节约、反对浪费扎扎实实地推进。”马庆钰建议，遏制公款旅游、娱乐等顽疾，还要加强监督问责机制建设，同时将巡视工作制度化、常态化，为《规定》的落实保驾护航。

人民时评：改作风何以成为变革支点

来源：人民日报

肇始于八项规定的改作风进程，重塑了新形势下的党建格局，改变着社会风气，掀起了一场影响深远的社会变革。

最近，有两组数据引人注目。中央纪委的统计显示，截至今年10月底，各地查处违反中央八项规定精神的问题共计17380起，处理近2万人，给予党纪政纪处分4675人。而远在德国柏林的透明国际组织公布的报告中，中国的清廉评分首次达到“4”这个量级。不同的数字，释放出同样的信息：中国的政治风气正在净化，人们的信心正在提振。

尽管时光不能倒流，但回望能让我们看得更真切。一年前的12月4日，新一届中央领导集体履新20天，中央政治局会议就审议通过了关于改进工作作风、密切联系群众的八项规定。其时的各界反应，固然颇多赞誉，但也不无“一阵风”的忧虑、“抓小事”的异议、“走着瞧”的心态。

今天，当开道车、特权牌纷纷消失，“光盘”取代了“剩宴”，“泡机关”变成了“下基层”，党风政风的新气象，为我们党赢得了更多社会信任，也留下这样的思考：从作风建设的“小细节”入手，何以能带来党风政风民风大气候的改变？这种撬动之力，对一个8500多万人的执政党、13亿人的国家，到底意味着什么？

“全党必须警醒起来”、“打铁还需自身硬”、“与人民心心相印、与人民同甘共苦、与人民团结奋斗”，十八大刚刚闭幕，习近平总书记的就职宣示，将党的建设、党与人民群众的关系问题，置于治国理政悠悠万事的中心。正视问题的忧患、从严治党的决心，让接过历史接力棒的执政者们清醒地认识到：警车开道、动辄清场，让干群何其疏远；迎来送往、铺张浪费，使腐败悄然滋长。这一切，使得这样的警思振聋发聩而又切中要害——工作作风上的问题绝对不是小事，如果不坚决纠正不良风气，任其发展下去，就会像一堵无形的墙把我们党和人民群众隔开，我们党就会失去根基、失去血脉、失去力量。

天下大事，必作于细。作风建设的小切口，打开的是越来越大、越来越深的工作面。作风之弊、行为之垢，冰冻三尺，非一日之寒，具有顽固性和反复性，越是深入治理，就越需对症下药、综合施治。

如果不补足精神钙质，坚定理想信念，改作风何以成为普遍的自觉？如果不建立让好干部“吃香”的选人用人机制，何以树立扶正祛邪的导向？如果没有密切联系群众的长效机制，“血肉联系”何从谈起？如果缺乏“把权力关进笼子里”的制度设计，制约和监督如何体现？如果没有“老虎苍蝇一起打”的铁拳利剑，又怎能释放反腐倡廉的正能量？

一年来，从八项规定到六项禁令，从反“四风”到开展群众路线教育实践活动，从出台《党政机关厉行节约反对浪费条例》、健全党内法规到保持惩治贪腐高压态势，无不回答着这些源于现实的问题，从思想、组织、作风、反腐倡廉和制度等方面，全方位重塑了新形势下的党建格局，推进了国家治理体系和治理能力现代化，让党的建设伟大工程焕发出新的生机活力。政风正则民风淳，改作风的新风劲吹之下，崇清尚俭的社会风气日益浓厚，价值观层面悄然发生着更新。从这个意义上说，肇始于八项规定的改作风进程，可谓“蝴蝶的翅膀”，掀起了一场影响深远的社会变革。随着时间的推移，其积极作用会愈加彰显。

有学者曾指出，中国共产党有一种“内在抗体”，总是能够战胜各种“致命病毒”。今天，在全面深化改革的历史情境中，我们党面临的四种风险、四大考验更为纷繁复杂。这种“内在抗体”，实质上就是不断提升自我净化、自我完善、自我革新、自我提高的能力，为现代中国锻造更为坚强的领导核心。正如改革发展永无止境，改作风是一次有力的破题，更加精彩的答卷还有待于我们去书写。

群众路线教育实践活动心得体会

文 | 中国复合材料集团有限公司 黄艳玲

根据党中央关于在全党深入开展“以围绕保持党的先进性和纯洁性的主线，以为务实清廉为主要内容的党的群众路线教育实践活动”精神，我们在公司党委领导下学习了“厉行节约、反对浪费”、“论群众路线”等重要摘编，并听取了赵炜女士所作的关于老一辈革命家周恩来、邓颖超事迹的形象生动报告。

通过学习，我了解到：本次群众路线教育实践活动主要着力解决人民群众反映强烈的突出问题。这是加强党的作风建设的重要载体，是推进党的建设新的伟大工程的战略举措，我们每个党员，特别是党员领导干部应该积极响应，迅速行动，把活动的各项要求落到各自的实处。

通过学习，我更深刻认识到：群众路线是我们党的生命线和根本工作方法，坚持群众路线事关党的形象、人心向背。开展党的群众路线教育，对于加强新时期党的建设，保持党的先进性、纯洁性，巩固党的执政基础，对于实现党的十八大提出的宏伟目标有着重要的意义。对于我们党员干部个人而言，积极参加这次活动，对于进一步纯洁党性，增加为民服务的宗旨意识等方面也有十分重要的意义。积极参加群众路线教育实践活动，对于进一步强化自己为民服务的宗旨意识十分必要，对于进一步提高自己的群众工作能力十分必要，对于解决和克服“四风”问题在自身上的突出表现十分必要。

为切实解决“四风”问题，我深深感到：最关键的是党员领导干部要带头真学、真查、真改。

1、带头真学。一些党员干部身上“四风”问题表现得很突出，根源就在于他们没有能够从世界观、人生观、价值观的层面解决好党的群众路线认识、理解和践行问题。因

此，要开展好教育实践活动，首要任务是要把学习教育摆在突出位置，领导干部要带头真学，认真研读学习材料，并要紧密联系自己的思想实际进行深入的理解思考，从理论的高度切实搞清楚群众路线最核心、最本质、最关键的问题是什么，真正把宗旨意识、群众路线装到心里、融入脑中。

2、带头真查。能否切实解决“四风”问题，首先必须把存在的问题查摆清楚。因此，领导干部要坚持问题导向，在查找问题上求真。要紧密联系思想、工作和生活实际，深刻查找自身存在的“四风”问题，自我查找要高标、严要求，切实触及灵魂。要主动到群众中去听取意见，鼓励大家讲真话、提意见，对照群众的意见，深入查找自己存在的问题和差距。通过这两个方面的努力，真正把存在的“四风”问题搞清楚、查出来，为解决问题奠定基础。

3、带头真改。查摆问题是为了解决问题。不解决实际问题，谈为人民服务，是空话一句。如果我们查出了问题，又不解决问题，那就是典型的形式主义，实质上就是在愚弄群众。领导干部一定要在真整改上下功夫，努力在整改问题上出实招、见真效。

周恩来和邓颖超是党的卓越领导人，是共产党的典范。我们党员领导干部应该以他们为榜样，严格要求自己及身边工作人员。自十八大以来，党的新一届领导人在反腐倡廉方面出台了很规定措施，并取得了许多的成效。

我们中国建材集团领导也就进一步抓好教育实践活动，提出意见和建议：一要加强学习，进一步提高思想认识。要通过学习进一步加强理想信念、党性党风党纪和道德品行教

育，提升自己的政治素养，切实把党的群众路线深化在思想意识中，落实到行动和工作上，继续用三个字：“严”、“真”、“深”，来进一步抓好教育实践活动。二要全面把握中央精神，聚焦四风问题。要全面把握《中共中央关于在全党深入开展党的群众路线教育实践活动的意见》和习近平总书记等中央领导同志的一系列重要讲话精神，找准并解决集团领导班子和领导干部在“四风”方面的突出问题。领导干部要把自己摆进去，要对照四风的22种具体表现给自己来一个全面的体检。要以普通党员身份，听意见，摆问题，抓整改，从自己做起。要紧密联系思想、工作和生活实际，俯下身去，调查研究，听取基层意见。三要两手抓，两不误，促进中心工作。既保证教育实践活动的进度和力度，又抓好各项重点任务的推进和落实；既要群众路线教育实践活动来检

验企业发展的成果，又要通过教育实践活动的开展凝聚起企业发展的强大力量，推进集团改革发展各项目标的顺利实现，做到两手抓、两不误、两促进。同时，要把群众路线教育实践活动与巡视整改工作有机结合起来，以活动促进整改措施的落实。

我们普通党员也要在活动中切实把自己摆进去，紧密结合自己的思想和工作实际，按照中国建材集团的部署和要求，积极参加活动，对自己身上存在的作风之弊、行为之垢来一次大排查、大检修、大扫除，使自己在将来的工作和生活中，成为一个更合格的共产党员。

我相信，在党的正确领导下，我们祖国将更加繁荣昌盛。中国建材集团将不断发展壮大。我们中复集团在自己的主营业务领域将上一个新的台阶。

坚持群众路线不动摇

文 | 中国复合材料集团有限公司 张刚翼

在2013年6月18日中央召开的党的群众路线教育实践活动工作会议上，习近平总书记发表了重要讲话，深入阐释了群众路线对于党和人民事业的极端重要性，深刻阐明了开展这一教育实践活动的重大意义，为保持党同人民群众的血肉联系指明了实践路径，为实现党的十八大确定的奋斗目标和中国梦注入了强大动力。为此，中国复材于8月12日在党员内部召开了“党的群众路线教育实践活动动员大会”。

活动期间，我认真学习了中国特色社会主义理论体系，学习党章和党的十八大报告，学习习近平总书记一系列重要讲话精神，学习党的光辉历史和优良传统。重点学习了《论群众路线—重要论述摘编》、《党的群众路线教育实践活动学习文件选编》、《厉行节约 反对浪费—重要论述摘编》等书籍。按照“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总要求，结合工作的实际，认真做了学习思考和对照检查。

群众路线是党的根本工作路线，是党领导人民取得革命、建设和改革胜利的重要法宝，是我们党的优良传统。我们党从成立之日起，就始终把为群众谋利益写在党的旗帜上，始终坚持一切为了群众、一切依靠群众，从群众中来，到群众中去。党92年的发展历史，就是一部宣传群众、组织群众、发动群众的历史。始终保持同人民群众的血肉联系，是我们战胜各种困难和风险，不断取得事业成功的根本保证。

在新时期、新形势下，群众工作有了新的时代特点。群众要求社会公平、公正、公开的法意识不断提高，依法维护个人合法权益、表达个人利益诉求的方式越来越多样化，不同利益主体间的矛盾也越来越复杂。有些党员面对复杂局面，不能适应新形势的变化，变得不愿做、不敢做、也不善做群众工作，客观上增加了脱离群众的危险。这些现象必须引起

政企分开才是国企改革核心

来源：中国青年报

我们的高度警惕。当前学习群众路线，就是要求各级广大党政干部应树立正确的群众观，尊重人民群众的主体地位，始终站稳群众立场，坚持不懈地做好群众工作。

为何坚持群众路线

坚持群众路线在于人民群众是我们的衣食父母。马克思主义的群众观认为，人民群众是实践和认识的主体，是历史的创造者，是推动社会发展的决定力量；人民群众是社会物质财富、精神财富的创造者；而我国也有“民以食为天”的说法，而人民群众则是食物的供给者，衣食父母人民群众当之无愧。

坚持群众路线在于民生利益是我们的最高利益。“悠悠万事、民生为大”。这也是古往今来为官从政者倡导的基本信条。我们共产党人没有自己的特殊利益，人民利益就是我们的最高利益。一定要始终站在以人为本的高度，始终站在人民群众的角度，重视民生、研究民生、改善民生，以群众的感知体谅群众，把好事办好、实事办实，努力履行党赋予我们的政治责任。

坚持群众路线在于人民群众是一切工作的主体。人民群众是历史的创造者，是物质财富和精神财富的供给者，是一切工作的主体，这是我们党在多年的实践中总结的一条重要经验，也是群众工作路线的一条重要原则，我们必须始终坚持和发扬。为此，广大党员、领导干部应尊重人民群众的主体地位，善于集中群众智慧，充分调动群众力量。

如何坚持群众路线

坚持群众路线，应牢固树立群众利益无小事的理念。群众利益无小事，是毛泽东同志1934年在江西瑞金的一次讲话中提出的著名论断，是我们党根本宗旨的集中体现。90多年来，时代在变，环境在变，任务在变，我们党“全心全意为人民服务”的宗旨没有变，“立党为公，执政为民”的方针没有变，密切联系群众的优良作风没有变。当前，我们正处在社会转型、体制转轨、利益格局调整和各种矛盾凸现的关键时期，更要坚持走群众路线，更要牢固树立群众利益无小事的理念。为此，党员

干部应坚持深入到基层一线访民情，着力解决好民生问题，把政绩写在关心群众疾苦、真心为民办事的具体行动上；始终视群众为“家人”，视群众反映的问题为“家事”，视群众期待为“家计”，视群众工作为“家业”，时刻把群众冷暖安危放在心头、抓在手中。

坚持群众路线，应充分尊重人民群众的首创精神。不论是翻阅历史长卷，还是回顾改革开放30多年波澜壮阔的创新实践，不难发现，群众中蕴藏着无穷的聪明才智和极大的创造力，人民群众是实践和认识的主体，是物质财富和精神财富的创造者，是社会发展的决定性力量和真正动力。当前，我们正处在发展的关键时期，更要尊重人民群众的首创精神，紧紧依靠人民，从人民群众中汲取无穷无尽的精神和智慧。

坚持群众路线，应自觉遵守党的群众工作纪律。历史反复证明，加强纪律性，革命无不胜。这是我们党凝聚民心民智民力共同战胜困难、走向成功的重要法宝。无论时代怎么变，严肃党的纪律这一光荣传统不能丢，这一政治本色不能变。为此，党员干部要严格遵守党风廉政建设的各项规章制度，在各种考验面前守得住、稳得住、耐得住，做到自重、自省、自警、自励，在错综复杂的环境中健康成长、安全成长、快乐成长，昂起胸膛做一个大写的人，始终保持一股清风，一股正气，堂堂正正地做人，干干净净地做事，不乱伸、不乱拿、不乱走、不乱玩。古人云：求木之长，必固其根；欲流之远，必浚其源。人民群众是历史的创造者，是我们的力量之源、胜利之本、执政之基。在新形势下带着深厚感情做好群众工作，就是要进一步深入群众、了解群众、服务群众、奉献群众，进一步密切党同人民群众的血肉联系，从群众中汲取智慧和力量，更好地把党的事业不断推向前进。

作为新时代的一名共产党员，我坚决紧密团结在以习近平总书记为总书记的党中央周围，认真学习贯彻落实党的路线方针和政策，在各方面严格要求自己，努力工作，力争为党和国家，以及为中国复材的发展贡献自己的全部力量。

随着十八届三中全会《决定》的出台，有关国资国企改革的话题也再次热了起来。其中，采用什么样的模式推进这一改革，更成为社会各方关注的焦点。比较一致的观点是，应当充分学习借鉴新加坡淡马锡模式。

所谓淡马锡模式，就是政府——淡马锡——企业的三级监管体制，政府通过财政部持有淡马锡100%的股权，淡马锡持有下属44家公司的股权，下属子公司则可以通过投资、持股、设立子公司等方式，进一步扩大资本触角范围，形成政府到企业的6级管理层次，控制了500多家公司。

由于淡马锡模式取得了很大的成功，积累了丰富的经验，被认为是国资国企改革的标本。淡马锡模式取得成功的经验到底是什么？如果中国在推进国资国企改革过程中，也采用淡马锡模式，是否也能取得成功呢？

必须注意，淡马锡模式所以能够取得成功，关键并不在模式，而在于真正实现了政资政企分开，并严格依法管理。也就是说，模式只是一种形式和表象，能否实现政资政企分开和依法管理，才是内容与本质。

也正因此如此，在推进国资国企改革过程中，淡马锡模式可以作为学习借鉴的经验。但是，能否实现十八届三中全会提出的改革目标，就不是什么模式可以决定的了，而必须做到政资政企的真正分开以及依法管理。

从上世纪八十年代开始，有关政资政企分开的问题，已引起高度重视，特别是国企改革全面启动以后。但从实际情况来看，效果并不理想，国企所扮演的仍然是“双面人”角色，正面靠着市场，背面靠着政府，政府看起来不管企业，实质一直牵着企业的鼻子。企业一面希望挣脱政府的绳索，一面又在千方百计享受政府的各种资源。国资委的成立也很难实现政资政企分开的目标。因为，管资产与管人管事相结合的原则，就是一种以行政代替市场、以管制代替监管的模式。

在推进国资国企改革过程中，如果过度在乎模式的选择，而不突出政资政企分开和依法管理，再好的模式，也会出现“南橘北枳”。值得注意的是，在日前召开的上海市深化国资改革促进企业发展工作会议上，针对外界关于上海的国资改革可能与新加坡淡马锡模式相同的传言，中共中央政治局委员、上海市委书记韩正明确表示，上海的国资国企改革不是原班照抄淡马锡模式。而从上海出台的《关于进一步深化上海国资改革促进企业发展的意见》来看，也确实注意到了这一点，没有过度强调模式的重要，而突出了政资政企分开和实现依法管理。如从“管国企”转向“管国资”、建立统一的国有资本运作平台、推行职业经理人制度、国有资产资本化、对国企实行分类管理、建立混合所有制经济等。

所以，在推进国资国企改革过程中，切不可过度在乎采用何种模式，而应当将注意力更多地放在如何实现政资政企分开和依法管理方面。其中，最核心的内容就是政府放权，回归到公共领域，将资源配置的决定权和企业的经营权归还给市场和企业。



公安部：到2020年形成新型户籍制度

来源：新华网

党的十八届三中全会关于“加快户籍制度改革”的部署，受到社会高度关注。加快户籍制度改革的重点和难点在哪里？需要把握哪些原则？有没有路线图和时间表？就这些热点问题，记者日前专访了公安部副部长黄明。

记者：如何理解党的十八届三中全会关于“加快户籍制度改革”的部署，加快户籍制度改革的重点在哪里？

黄明：加快户籍制度改革，是党的十八大和十八届三中全会部署的一项重点改革，是推进中国特色新型城镇化的一项重大任务，是实现亿万农业转移人口“市民梦”的一项重大举措。刚刚结束的中央城镇化工作会议，明确提出要推进以人为核心的城镇化，把促进有能力在城镇稳定就业和生活的常住人口有序实现市民化作为首要任务。根据十八届三中全会的部署，这次户籍制度改革与有关领域改革统筹配套、协同推进，涉及的面之广、人员之多、力度之大，都将是前所未有的。

加快户籍制度改革，重点是要通过调整完善户口迁移政策，促进有能力在城镇稳定就业和生活的常住人口有序实现市民化，主要任务是解决已经转移到城镇就业的农业转移人口落户问题，稳步提高户籍人口城镇化水平，稳步推进城镇基本公共服务常住人口全覆盖。

记者：加快户籍制度改革的难点体现在哪些方面？

黄明：改革开放以来，户籍制度改革一直在进行，也取得了一定成效，许多地方进行了积极有效的探索，积累了宝贵的经验，但一些深层次矛盾和问题还没有解决，集中体现在三方面：一是户籍上附着的利益较多，需要逐步剥离。户籍管理制度本身的改革并不复杂，核心的问题在于许多公共服务和社会福利政策与户籍挂钩，而且形成的时间久，涉及的领域多，协调的难度大，需要配套改革、协力攻坚。二是城乡之间、地区之间、城市之间的差别较大，需要合理引导。直辖市、副省级城市、省会城市和东部城市资源优势明显，吸引大量流动人口聚集。这些城市普遍人口增长与资源、环境矛盾加剧，环境污染、交通拥堵等“城市病”问题比较严重，承载压力较大。中小城市和小城镇发展空间广阔、潜力很大，但产业支撑和公共服务功能还需要一个发育的过程，吸引人口集聚的能力不足。这就需要加强政策引导、产业引导和观念引导，加快产业布局调整，加快发展中小城市，有重点地发展小城镇，增强中小城市产业承接能力，以就业带动促进人口集聚，引导人口就地就近转移就业，逐步实现人口的合理均衡分布。三是各类群体的诉求不同，需要统筹兼顾。户

籍制度改革涉及千家万户，事关广大人民群众切身利益，各类群体高度期待且诉求多元，需要充分尊重并统筹兼顾好不同群体的利益诉求，突出重点、兼顾一般、分类分步有序推进，最大限度地释放改革红利，维护好最广大人民群众的合法权益。

加快户籍制度改革确实是一块硬骨头。我们有信心在党中央、国务院的坚强领导下，紧紧依靠各级党委政府，与各有关部门同心协力、攻坚克难，在实干中破解改革难题、实现改革目标。

记者：针对这些重点、难点问题，改革需要把握哪些原则？

黄明：当前，加快户籍制度改革，必须把握一些重要原则：一要尊重意愿。要坚持以人为本，充分尊重群众自主定居的意愿，群众要不要进城、进哪个城、何时进城，都要让群众自主选择，不能把农业转移人口“拉进城”、“被落户”。要逐步提高基本公共服务水平，切实保障农业转移人口及其他常住人口的合法权益。二要分类实施。国家层面作出政策安排、明确总体要求，由各地根据不同地区资源

环境综合承载能力和发展潜力，因地制宜制定具体办法，并向全社会公布，让农业转移人口及其他常住人口了解不同城市的落户条件，合理安排自己的未来，给大家稳定的预期和希望。三要有序推进。要立足于我国正处于社会主义初级阶段和人口大国的基本国情，遵循城镇化发展规律，优先解决存量，有序引导增量。既要积极、又要稳妥、更要扎实，不刮风、不冒进、不搞运动。

记者：加快户籍制度改革有没有具体的路线图和时间表？

黄明：党的十八届三中全会明确提出：“加快户籍制度改革，全面放开建制镇和小城市落户限制，有序放开中等城市落户限制，合理确定大城市落户条件，严格控制特大城市人口规模”，这为加快推进户籍制度改革明确了路径和要求。

按照党中央、国务院的部署要求，公安部会同国家发改委等12个部门组成工作班子，在广泛深入调查研究和总结各地经验的基础上，研究提出了具体的政策措施，形成了《关于加快推进户籍制度改革的意见》稿，并由6个部门负责同志带队组成工作组，分赴东中西部部分省区市听取意见。目前，正在根据中央城镇化工作会议精神 and 各地意见对《意见》稿作进一步修改完

善。总的考虑是，整个户籍制度改革工作要遵循规律、因势利导、统筹配套、有序推进，确保取得好的效果。待报中央审批和部署后，我们将会同有关部门抓好组织实施，由各地因地制宜研究制定差别化的落户政策和实施方案。

加快户籍制度改革的进程，要与全面建成小康社会相适应，与推进新型城镇化进程相一致。具体到户籍制度本身，到2020年，要基本形成以合法稳定住所和合法稳定职业为户口迁移基本条件、以经常居住地登记户口为基本形式，城乡统一、以人为本、科学高效、规范有序的新型户籍制度。

记者：中央城镇化工作会议提出“要稳步提高户籍人口城镇化水平”，怎样理解这一新的提法？

黄明：“稳步提高户籍人口城镇化水平”非常重要。当前，我国城镇化率达到52.6%，这是以常住人口为基数计算的，但按照户籍人口计算，城镇化率只有35.3%。这说明有大量经常住在城镇的农业转移人口还不是城镇户口，处于“半市民化”状态，也说明许多地方落户门槛仍然较高，一些城镇吸引人口集聚的能力还不足。这次会议提出“稳步提高户籍人口城镇化水平”，其目的就是推进以人为核心的城镇化，逐步缩小常住人口、户籍人口两个城镇化率

之间的差距，让符合条件的农业转移人口真正实现市民化，融入城市社会，提升人民生活水平和质量。

记者：十八届三中全会《决定》在部署加快户籍制度改革的同时，明确提出要“创新人口管理”。对此公安部有何考虑？

黄明：创新人口管理，是推进国家治理体系和治理能力现代化的内在要求。目前，需要与加快户籍制度改革同步，抓紧建立和完善三项制度：一是建立城乡统一的户口登记制度，取消城乡居民的身份差别，为消除城乡壁垒、推进城乡发展一体化创造有利条件。二是建立实施居住证制度，以居住证为载体，建立健全与居住年限等条件相挂钩的基本公共服务提供机制，解决好暂不具备落户条件或者不愿落户城镇人口的教育、就业、医疗等基本公共服务保障问题；建立完善与居住年限等条件相挂钩的积分落户制度，为公平有序落户提供阶梯式政策通道；同时，为城市编制经济社会发展规划、安排基础设施建设、制订公共政策等提供依据。三是健全实际常住人口登记制度，建设和完善覆盖全国人口的国家人口基础信息库，为跨地区人口流动服务和管理提供支撑，努力做到人口流动到哪里，服务和管理就跟进到哪里。

业内资讯

百里风区成为风电场

12月14日，电力工人在百里风区——哈密十三间房风区220千伏七角井变电站为风电接入架设出线间隔。新能源开发让百里风区变成了风电场。哈密十三间房风区风电资源丰富，技术开发量达到1051万千瓦，已有华电、天润、广恒新能源三家风电企业风电项目建成并网。截至目前，哈密建成并网风电项目超过20个，装机规模达141.9万千瓦。（来源：和讯网）



科技部推动碳纤维行业技术创新

科技部网站消息，近日，碳纤维及其复合材料产业技术创新联盟第一届理事会在京举行。

会后，联盟各单位就碳纤维复合材料在土木工程中的应用与发展、高性能碳纤维及其复合材料在航天装备中的应用、国产碳纤维在航空领域中的应用、碳纤维复合材料在风电叶片中的应用情况介绍、碳纤维织物的应用与发展、碳纤维复合材料对国产碳纤维的需求分析、国产碳纤维使用中存在的问题及改进建议等专题进行交流研讨。

科技部有关官员在会上表示，我国碳纤维行业和企业的发展正处于突破关键核心技术的攻坚阶段，联盟要以提高国产碳纤维竞争力为己任，将市场需求作为指定行业发展战略的重要参考，以市场为导向，结合产学研力量，围绕共性关键问题，组织全行业力量推动国产碳纤维行业的技术创新。（来源：复材在线）

枣庄电网率先在省内应用220千伏碳纤维复合芯导线

随着1.3千米的碳纤维复合芯导线从220千伏建国变电站龙门架至220千伏建泽线6号塔，持续三天的建泽线改造工作结束，正式恢复供电。

这是枣庄电网首次采用碳纤维复合芯导线，在山东电网220千伏输电线路领域亦属首家。

碳纤维复合芯导线是目前国内外输电线路领域技术最先进的输电导线，由耐高温改性树脂基与高性能碳纤维复合材料制成，继2003年美国复合技术有限公司首次推出后，近年来开始走进国内。与传统的钢芯铝绞线相比，碳纤维复合芯导线重量减轻五分之一，输送能力提升两倍，实现了塔材和占地大幅节省，为破解输电线路走廊落点难问题提供了崭新思路。（来源：人民网）

巨石集团：第十届供应商大会隆重举行

11月28日，巨石集团召开第十届供应商大会，来自国内各省市以及美国、荷兰、意大利、德国、日本、韩国、中国香港、中国台湾等国家和地区的148家供应商，共计180余位代表参加了大会。

巨石集团供应商大会致力于推进与供应商之间的交流和合作，共同探讨建立长期合作的发展机制，加大合作力度、提升合作层次，全力打造科学高效的供应链及物流管理体系，为营造良好的产业环境而努力，携手促进玻纤事业的持续、健康发展。

大会表彰了巨石集团2013年度优秀供应商、优质服务供应商、10年合作友谊供应商。2013年度优质服务供应商代表—德固赛、2013年度优秀供应商代表—帝斯曼、10年合作友谊供应商代表—萧山天成三位供应商代表相继发言，表达了与巨石多年来合作的感受。

（来源：巨石官网）



德制成仿鲨鱼皮涂层以提高风电机发电效率

科学家早就对鲨鱼减少游动阻力的特殊表皮结构感兴趣。德国弗劳恩霍夫生产技术和应用材料研究所18日说，该所研究人员研制出一种仿鲨鱼皮的表面涂层，可明显改善风力发电机扇叶的空气动力性能，从而提高发电效率，减少噪音。

研究人员介绍说，鲨鱼表皮沿游动方向有序排列着沟槽状结构，科学家认为这种结构能在湍流中减小表面摩擦阻力。弗劳恩霍夫生产技术和应用材料研究所的专家将其研制的仿鲨鱼皮涂层，铺设在一台风电机的扇叶上进行测试，证实这种涂层可将扇叶的升阻比提高超过30%。升阻比是飞行器升力与阻力之比，升阻比越高，其空气动力性能越好。（来源：人民网）

SGL集团：剥离风电业务 专注碳纤维

德国碳纤维制造商SGL集团12月20日发布消息称，出售其所持下属公司SGL Rotec GmbH & Co. KG (SGL Rotec) 全部股份。根据合同，收购将于12月31日前完成，售价和其它合同细节不向外界透露。

收购方发言人表示，SGL Rotec是风电领域碳材料方面的领先专家，是“德国制造”享誉世界的实践者，是环境科技技术发展的先锋。“我方将秉持着持续发展的准则，继承SGL的已有优势，并发扬光大。”2014年1月，收购方派出的管理团队将正式接管SGL Rotec的日常运营，公司将以Carbon Rotec为新的品牌名称。

SGL Rotec是全球领先的高品质风电叶片制造商，尤其在碳纤维等新型材料与半自动化成产技术的结合应用方面颇有建树。其产品更轻更薄、运行稳定，尤其适合安装在低风速地区和海上地区。（来源：中国复材展组委会编译）



兰博基尼碳纤维系列时尚包袋—碳纤维应用又一新思路

兰博基尼在意大利设计制造了男女皆宜的时尚系列包括旅行包、邮差包和信封包三种款式。每一款包袋都拥有纯粹的设计、精良手工缝制的皮革材料、钯金涂层的电镀黄铜配件，以及手工装饰的饰钉与棉线。每一款袋包的生产都经过仔细的研究，并都完全由工匠亲力亲为地手工完成。

兰博基尼汽车有限公司总裁兼首席执行官Stephan Winkelmann表示：“我们身边的物品在改变着，同时我们携带它的方式也在不断改变。这条包袋产品线运用超级跑车科技创新的力量，为碳纤维材料开发出了一条绝对前所未见的的应用方式，并使之进入时尚界。这些产品面向一些个性群体，不仅仅满足他们对于产品实用性的要求，更是为他们的卓尔不凡找到了一种印有自身鲜明个性的随身配件。”（来源：中国服装网）

西门子获世界最大陆上风电订单

西门子周一宣布，已获得了巴菲特旗下中美能源公司 (MidAmerican Energy) 448台风力发电机订单，总装机容量为1050兆瓦，并且表示，这是迄今为止全球最大的一笔陆上风电订单。

西门子表示，这些发电机的额定出力为每台2.3兆瓦，转子直径为108米，将安装在爱荷华州五个不同的风电项目。根据协议，西门子还将负责这些风力发电机的服务和维护。西门子未透露此项交易的财务细节。但陆上风电机售价一般为每兆瓦100万欧元 (约合137万美元)，按此计算，此项订单价格可能在10.5亿欧元左右。（来源：新浪财经）



微笑能让你快乐

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 陈莹

世界级心理学大师理查德·怀斯曼的顶级巨作《正能量》是公司开展第一届读书节活动时给我们推荐的书，这是一本读过之后让人充满自信、充满活力、能够重新认识自己，激发自己潜在能力的一本书。

刚拿到这本书时，我的第一个想法就是这本书肯定又是一本教条式的书籍，内容空洞乏味，让看的人昏昏欲睡，估计是本治疗失眠的佳作。但转念一想，既然是公司领导读书节推荐学习的书籍，必然有它的优秀之处，我抱着试读一下的态度阅读了本书的讨论区和简介，从而开始感受到本书的独特之处。

该书作者一改教条式书籍讲大道理的模式，将大量生动有趣、贴近生活的实验呈现在读者面前，让读者在阅读的过程中，仿佛自己身临其境般的参与了实验，感受实验带来的新鲜感和刺激感。而当读者对实验的结果感到好奇却懵懂时，作者又以轻松幽默的语言对实验结果进行深入浅出的总结，让读者印象深刻。

在本书中，我印象最深的就是“如何控制情绪”，这也是该书对我帮助最大的地方。作者通过叙述前人所做的大量有关情绪和行为之间的实验来揭示实验的结果：当实验参与者们做微笑的表情后，他们感觉自己快乐了起来，体内的正能量越聚越多；当他们皱起眉头时，感觉自己也无端生起气来，内心瞬间被负面情绪充满了。

在日常工作、生活中常常会遇到让人消极、沮丧、愤怒甚至令人暴跳如雷的事情，而往往在处理这些事情时，人们都很难会冷静下来，遇到消极、沮丧的事情，人们就表现出一付愁眉苦脸的样子，

心情的不好会影响到学习或工作效率，还会把负面情绪带给周围的朋友或同事，造成恶性循环，大多数人还会把怒气撒在亲人身上，有的甚至会造成无法挽回的后果。

当我抱着试一试的态度将这个实验结果应用于我的工作和生活中时，我发现它们真的发挥了这种神奇的正能量：当我为某件事情抑郁时，我告诉自己不管心情多不好，试着机械性的嘴角上扬，而当我真的这样做后，我发现自己的情绪真的有所缓解；当我因某件事而气愤难平，想找对方大吵一架时，我提醒自己先试试《正能量》里方法，强迫自己深呼吸并咧嘴微笑或张口大笑时，我真的觉得自己快乐了起来，从而能寻找别的途径去理性的解决问题。

我的实际验证和书本里的实验告诉我们一个道理：特定的行为决定了相应的情绪。实验者詹姆斯曾这样通俗的表述他的思想：“如果你想拥有一种品质，那就表现得你像是拥有了这个品质一样。”如果你在情绪要爆发之前，不妨先进行深呼吸，咧开嘴微笑，那么你的负面情绪就可能扼杀在摇篮里，之前的怒气可能也就不那么让你感到气愤了。人们通过有意识的操纵自己的行为，获得某种积极的“正能量”的积聚，从而获得正面的情绪，使得控制自己的情绪变得如此简单：如果你想变得快乐，那先微笑吧；如果你想变得自信，那先昂首阔步吧。

如果你不相信，那请你试着尝试一下，如果你发现了这是控制情绪的有效方法，那请你仔细阅读《正能量》这本书吧，也许，它真的能带来强大无比的正能量！

《正能量》读后感

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 宋林杰

读书，是我非常热爱和热衷的一件事。从认字开始，读书一直伴我左右。读书可以领悟人类心灵的广袤与深邃，理解世界的多样与神奇，明了世事，可以使人的思想从狭隘走向宽广，是塑造自我、完善人格、提升思想和获得智慧的重要途径，也是提高个人能力的一项基本途径。每次读完一本好书，就如饮完一杯甘冽的清茶，那种氤氲的茶香直沁心田。

《正能量》这本书，是公司在“读书节”活动中发给我们的。这是一本世界级的心理励志书，作者理查德·怀斯曼深入浅出地为读者打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，并结合多项实例，教给我们如何排除负面情绪，激发自身的潜能，引爆自身内在的正能量。每个人身上都是带有能量的，而只有健康、积极、乐观的人才带有正能量。当你陷身困惑、争执或消极的负能量之中时，尝试解脱或改变破坏性的能量，当积极的能量被引爆时，你的人生也将会得到神奇的大转变。

在这里，本人以自己肤浅的学识和粗浅的文字以及个人愚钝的理解，结合自身的培训与大家分享我读这本书的所想所思。

一、努力进取、甘于奉献，是工作中激发正能量

在公司从事教育培训工作以来，每天与各类书籍打交道，有法规类的；文学类的；公司生产技术类的等等。这一本本图书占据了我许多工作和业余时间。这样日复一日、紧张忙碌的工作，曾一度消磨着我的工作激情。然而，当我停下工作，环顾四周，却发现办公室的同事们都在不辞疲惫、默默无闻地工作。看着眼前的一切，内心也多了几分豁然和坚定。他们正在用自己的行动，向我传递着踏实、勤奋的“正能量”。就是这个默默无闻、求实敬业的集体，培养出了我勤奋踏实的工作态度和坚韧沉静的性格，也培养出了我对公司培训教育工作由衷的热爱。

二、豁达善良、公平正义，在人际交往中传递正能量

和谐的人际关系，能够给我们带来愉悦舒心

的工作氛围。古语有云“投之于桃，报之于李。”很多时候人与人之间的相互理解、相互包容至关重要。保持善良的品性，以豁达的胸怀对待周围的人和事，用理性、公正的标准来判断身边的是与非，是人与人之间互相传递的另一股“正能量”。

作为公司从事教育和培训的工作者，没有权力在手者的得意，没有功勋卓著者的刮目，没有受人敬仰的荣耀，也没有热情澎湃的掌声。平凡的岗位，平凡的工作，造就了我们坦诚、正直的处事态度和善良博大的胸襟。祖国同胞遭遇灾难，我们捐衣捐物、奉献爱心；同事家人患疾病，我们亲切关怀、无私帮助；工作任务分配，不计得失、任劳任怨；干部评优选拔，实事求是、公平公正。

三、乐观向上、健康生活，是精神世界的正能量

如今社会，压力种种，面对着纷繁错乱的光电声色，有效地释放压力，拥有健康的生活方式，保持乐观的生活态度，成为了大家共同的追求。我这种算半个教育人的我，在工作之余，调节生活，缓解压力的办法也是独具匠心、不胜枚举。比如，读书就是调节生活，缓解压力的最好方法。但我更希望公司能定期举办了各种球类比赛和户外拓展活动，这样不但能在运动中愉悦身心、化解疲劳、健壮体魄；还能扩大大家的接触交流从而增加感情、凝聚了力量。这些都有益与身心的健康，丰富了我们的生活，让我们在快乐中开展工作，在工作中创造快乐。

唤醒我们体内的“正能量”，让“提高自身素质、增强履职能力、提高工作效率”成为指引我们前进的航标，努力实践、勇于创新。由于个体的差异和工作岗位的不同，每个人所能体现的正能量有大有小，不以大的正能量而不喜，不以小的正能量而不贵，把我们个体“大大小小的正能量”汇集起来，让中复碳芯电缆科技有限公司在我们的努力中成长、发展、壮大。为我们共同的事业的繁荣和发展贡献出自己应有的正能量。

运用正能量，打造全新的自己

文 | 中复碳芯电缆科技有限公司 徐洪涛

我初到中复碳芯公司，有幸参加了公司工会举办的第一届“读书节”活动，工会推荐阅读世界心里大师理查德·怀斯曼的顶级巨作——《正能量》一书。读罢该书，让人耳目一新，真的想有歌曲中唱到的那种“我真的还想再活500年”的神奇感受，浑身充满活力。

近几年，各种媒体和口语都流行起来了所谓的“正能量”，通俗的理解就是“积极、向上的东西”。那么，到底什么是正能量？科学的解释是：以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量小于真空的物质为负。而我们所读的《正能量》是指：一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。而定义中所提及的“向上、希望、追求、圆满、幸福”都是我们一直在追寻但很少能感到满足的东西。

记得多年以前就流行“情绪决定行为、性格决定命运”等论调，本人也曾读过情绪管理等方面的书籍，强调行为受性格、情绪所控制，而《正能量》一书，就是对上述“情绪、性格决定论”的一个颠覆。书中通过各种实验和数据，严谨而又趣味十足的向我们阐述了“表现”原理与“正能量”之间的亲密关系，揭示了什么样的行为模式可以影响人的信念、情绪、意志力，通过一系列的训练方法，提升我们内在的信任、豁达、愉悦、进

取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的负能量。运用“表现”原理激发出的正能量，可以使我们产生一个新的自我，让我们变得更加自信、充满活力、也更有安全感。

一个人拥有正能量，可以保持乐观、向上的心态，一个社会拥有正能量也会到处充满正气、和谐，一个企业拥有正能量定会活力四射、昌盛不衰。

综观我们身边，时刻处于正能量和负能量的激烈碰撞。四川达州近日发生的“7旬老太太和9岁幼儿究竟是被撞还是被讹诈的事件”，老太太最终被处以行政拘留的处罚。老人和儿童本身都是社会的弱者，需要社会关心的群体，发生这样的事件和如此的结果的确让人寒心。对老人的处罚也算是对前期网络一直在热议的“该不该勇敢的扶起摔倒老人”问题的一个充满正能量的回答。一个人可以不伟大，一个社会可以有瑕疵，但是不可以没有正能量。我们需要正能量的鼓舞，为了全社会那份向善的信心和希望，也为了这个世界的日益和谐、美好。

记得有一个哲学问题，一个弟子问苏格拉底：人，为什么要活着？苏格拉底说：我就是为了弄清楚“人为什么要活着？”这个问题而活着。虽然看起来这个问题似乎有点无厘头，但我想这个问题也许

是我们每一个凡人都想过的问题。我们在遇到烦恼的时候是否曾有过类似的感叹：“人活着究竟是为了什么”？或“活着就是受罪”等类似消极的观点。但有一点是共同的，我们活着的每一个人都想日子过得越来越好，工作轻松、带劲，生活充满情趣，鸟语花香、阳光雨露时刻围绕在自己的周围。但我们又不能脱俗，不能超然世界而独立的活着，造就我们必须为俗世凡事所困扰，俗话说：人生不如意事十有八九。在烦恼、不如意面前就看你处理的方式和态度，是充满正能量的坦然面对，还是负能量的消极应付。不管我们是处于社会的上流还是处于社会的底层，我们渴求快乐、幸福的想法是一致的，也就是说，我们都渴求正能量。

《正能量》一书采用了具体、实在的案例和训练方法，以便让我们方便、快捷的受益。在“肌肉的魔术”这一章，让我们以肢体语言来增强自己的意志力，用一种



名为“做点不同的事”的方法来进行一系列练习，比如说，一天不看电视，写一首诗，与一个老朋友取得联系，走不同的路线去工作，这些看似简单的方法会在改变自我养成良好习惯方面起到意想不到的作用。坚持这些细节，说不定哪天就会发现，我们不再是那个仅仅麻木重复自己旧行为模式的人，而是变成一个能够控制自己的人生、对身边的环境作出反应的人。对我们来说，当我们这样做时，正面的能量、惊奇和喜悦，才会源源不断地回应我们：微笑一下，你就会感到更快乐；握起手来，你会发现对方更具吸引力；绷紧肌肉，你会更有自制力。

书中还在《着装隐含的能量》一节中介绍了如何提高自信心，增加正能量，这也是与我们以前“以貌取人”观点有所不同的。“以貌

取人”一词出自《史记·仲尼弟子列传》：“吾以言取人，失之宰之；以貌取人，失之子羽。”意思是：根据外貌来判别人的品质才能。

我们一贯的伦理道德教育我们不能以貌取人。而书中写到：“我们经常通过着装对别人做出判断。如果你看到一个身着昂贵西装的男士，你会不自觉地认为他是一个成功人士、很有能力。如果同一个人穿着土耳其长衫或者花哨华丽的衬衫，你可能会觉得他富有创造力。碰到一个鞋子巨大不合脚、鼻头发红、裤子上带链的人，你知道自己该赶快躲得远远的。可见，着装隐含着能量，如果你想发散出正面的能量，就一定要对自身的穿着严加打理……一个人穿上套装后，他们会觉得自己更加成功，内心充满正能量，这反过来促进他们表现

得更加出色。不仅仅是男人靠衣装，所有人，男人、女人、孩子都要靠衣装。”

这个观点我们也有切身体会，我们周边的金融机构及其他管理较为正规、严格的单位统一的西着装束，的确让人感到他们的干练与充满活力，也是充满正能量的直观体现。看来，我们在必要的场合也是可以“以貌取人”的。

认真的阅读并领会《正能量》一书吧，通过本书，我们可以了解自身的能量，知道自己是如何散发并引导这股能量的。当我们身陷困惑、争执或消极能量之中时，尝试解脱或改变破坏性能量，让积极的情绪和行为引导自己，从焦虑痛苦的泥沼中解脱出来，将可以打造全新的自己，从而让你的生活获得神奇的转变。

徐圩新区污水处理厂成功实现清水联动

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张丹

12月10日，连云港市徐圩新区污水处理厂的水清联动工作在呼啸的海风中有序地进行，这是正式进厂污水前对徐圩污水厂最后一次调试和考验。公司领导和技术人员陆续到位，在正式调试前，中复新水源科技有限公司副总经理张国军，负责工艺和设备调试的张丰达以及其他同事都在仔细地检查每一个设备运行情况，确保试运行工作顺利完成。

徐圩污水处理厂是由中复连众全资子公司中复新水源科技有限公司承建，厂区位于徐圩新区226省道以西、纳潮河以南位置，占地约10公顷，总投资约1亿元人民币，主要负责对徐圩新区工业废水以及生活污水进行处理，包括生物处理和深度处理，生物处理采用氧化沟工艺，深度处理采用“效澄清池+纤维转盘滤池”工艺，全部使用二氧化氯消毒，其中污泥处理采用机械浓缩脱水工艺，最后产生的泥饼全部外运。

作为徐圩新区的重要市政基础设施工程，污水处理项目开始之初就备受关注，工程于2011年7月正式动工，一期工程建成之后将拥有日处理3万吨污水的能力，为徐圩新区招商引资及经济建设提供有力保障。

污水处理厂的主体由粗格栅及提升泵房、细格栅及旋流沉砂池、水解酸化池、氧化沟、二沉池及配水

井、二次提升泵站、高效澄清池、纤维转盘滤池、接触消毒池、再生水池及尾水提升泵站构成。进场污水经粗格栅去除水中较大的漂浮物后，自流进入提升泵站，经泵提升进入细格栅和旋流沉砂池，去除水中的悬浮物和无机砂粒，沉砂池出水自流进入水解酸化池，将不溶性有机物水解成溶解性有机物、大分子物质分解成小分子物质，提高污水的可生化性，出水自流至氧化沟；在氧化沟内去除有机物、氨氮和磷，经处理后的污水自流进入二沉池进行泥水分离，上清液自流进入二次提升泵站，经泵提升后进入高效澄清池，向高效澄清池投加二氧化氯来防止滋生藻类和减少混凝剂用量，投加碱式氯化铝和聚丙烯酰胺分别作为除磷剂和助凝剂来去除水中有机物、总磷、悬浮物等，出水自流至纤维旋转滤池，滤池出水自流进入接触消毒池，投加二氧化氯消毒后出水自流进入再生水池，经泵提升后通过尾水管线输送至排放口排放。

最后处理出来的废物也得到了合理的处理，粗格栅和细格栅截留的栅渣外运，旋流沉砂池产生的沉砂通过气提进入砂水分离器分离后外运，二沉池的污泥部分回流至水解酸化池和氧化沟，剩余污泥和高效澄清池产生的化学污泥泵送至污泥贮池，经污泥泵送入污泥浓缩脱水一体机，脱水至含水率80%后，再外运至其他公司进行最终处理。

项目部工作人员将自己的满腔热情投入到工作上，没有因为艰苦的工作条件而有所抱怨，由于工作现场远离市区，他们每天走的比别人早，回来的比别人晚，晚上当别人已经在家吃饭的时候他们还在回家的路上，现在已经习惯了这种早出晚归的生活。因为工程需要，他们每天几乎都工作在现场，解决施工及安装过程中的各种问题，如果工期紧，那就住在现场，因徐圩紧靠大海，紫外线格外强烈，现场工作人员的皮肤都是统一的黝黑色，冬天还要忍受着寒风的侵袭，他们不受外界条件影响依然坚守在自己的岗位上。

在中复新水源调试小组人员的精心准备下，在业主单位多位领导和监理公司的见证下，清水联动试运行圆满成功。在清水联动结束后，项目部将与江苏方洋集团有限公司一起完成污水处理厂的工艺调试试运行，这也意味着徐圩污水厂及管网工程的竣工，这群可爱的工作人员将转赴下一项工程。



不知道什么时候喜欢上了雨，也不知道自己沐浴过多少次不同的雨，但行走在雨中我慢慢的更懂雨了。春雨好，春雨绵绵贵如油，夏雨好，气势磅礴震心弦，秋雨也好，秋风瑟瑟散珠帘，冬雨也不错，冬雨如刀切肤寒。

雨中人

文 | 连云港中复连众复合材料集团有限公司 张孟生

独自赏雨，夏雨比较有看头。乌云似铁盖压顶，雷电若龙蛇共舞，狂风肆虐着骤雨，这是一场较量，更是一场盛大的表演，他们不在乎是否有观众，粗暴、狂野、尽情地释放着一切。无风的大雨最有看头，大雨若珠帘一般贯彻天地，出门赏雨，无需带伞，因为即使撑伞也无法护住周身方寸之地。瓢泼大雨自头上灌下，虽狼狈，却是一次独特的享受。喧闹的世界远去了，只余下这茫茫雨幕，前方的路虽然迷茫却不使人乱了方向，虽然道路坎坷难行，却不使人心焦难耐，因为所有的情绪、焦虑、忧愁、无奈、彷徨都会被这大雨洗刷的一干二净。雨中行人是全新的、干净的，因为在雨中全然没有勾心斗角的歪思邪念；在雨中，会前所未有的自由轻松，这是一次自我的升华。

若想听雨，夜晚的秋雨最好。僻静的村庄，随着夕阳的隐没而渐渐平静，若是来场秋雨，将无疑是一次意外的收获。早早地爬上床，不要开灯，一个人静静的聆听。秋雨的特色在于她的一成不变，从开始到结尾都是一种曲调，然而神奇的是重复的调子并不讨人厌烦。滴滴答答敲打在屋檐上，门窗上，树叶上，均匀的、亘古不变的重复着一切。这种单调的旋律催眠着大脑，慢慢的你会忘记窗外不知疲倦的雨，渐渐进入自己的思想海洋之中，直至静静地合上眼，早上醒来，呵呵，又是一个好天。

结伴赏雨，不如选择春雨。春雨不会太迅疾，也不会太清冷，草长莺飞的季节，毛毛雨半天才能打湿衣衫，但一落地便可以渗入翻垦的泥土中，不怕踩得一脚烂泥，好久没有这样亲近脚下的大地了。情侣出门只需带上一把伞，朋友双伞并行

也是不错的选择。春雨浪漫且珍贵，她能让万物复苏，她能创造烂漫的氛围，她可以将各种爱溶解并洒向人间。被春雨洗过的草地、河流、嘈杂尘世，无疑是难得的享受。春雨永远是慢节奏的，温文尔雅的春雨是雨中漫步的最佳选择。

其实我最爱冬雨，每年冬天，即使包裹得像粽子一样，依然感觉透心的寒冷。冬雨也不会太大，而且她通常不是单独地降落世间，常有冰雹或雪花相伴，她是不寂寞的，倒是让孤独的人滋生了一丝羡慕或是嫉妒。冬雨虽冷但让人精神矍铄，更能让人忆苦思甜、珍惜自己所拥有的温暖。喜欢冬雨还有另外一个原因：她更像我们人类，她有多重的性格和身份，并能迎合着温度自如地切换自己的角色，时而为雨、时而为冰雹、时而为雪、时而又难以分辨；她有女性的温柔、有男性的刚硬、更有年长者的温和。冬日的格调基本上还是萧瑟寒冷的，喜爱冬雨的人，必定是善于享受孤独的人。平时的喜笑颜开，平时的耍宝卖傻都随着走入冬雨而卸去伪装。没有谁会无聊的在冰凉的雨中解闷散心，走出来的必然是心事缠头的人，自己所有的惆怅、迷惑、失落都无需言语，冬雨是个好听客，她都能听的到、弄的懂。待到手脚冰凉，就回去吧，默默的一个人走，把烦恼甩给雨，她会帮你冷藏，进到家中，你将更珍惜家的温暖。

多年来，我失去并收获着，遗忘并铭记着，忧伤并快乐着，我沐浴过无数的雨，和雨同行我不断地成长和成熟，有一天我会老去，但雨会长存，无论前路是平坦还是崎岖，一生有雨人生就不会孤单。



致你最想感恩的人

编者按：感恩节已过，感恩仍在继续。在茫茫人海中相遇，在人生道路上同行，不求回报地鼓励着你、支持着你、陪伴着你…一年到头总有太多的话需要表达，却总是吝于表达感情。本期内刊将为大家搭建一个平台向最想感恩的人，说出最想感谢的话。



母亲

(欧阳新峰 规划发展部)

我追赶着光阴成长，光阴无情地在她的额头雕刻上皱纹，这是成长的代价。我不愿每次端详那张熟悉的面孔都会发现苍老的痕迹，不愿牵起那双熟悉的手变得更加粗糙，不愿看到年近花甲的她依旧弯腰劳作在田间地头。十余年来，我们太少地彼此陪伴着，我一路奔跑，她却依然坚守，我未能见证时光苍老她的容颜，她未能与我一起分享我的哭与笑，但却深深地体会到我的成长，岁月啊，真是把无情的刻刀，刻在她的脸上，也刻在我的心里。

她，我的母亲。

在这个世界上，我们需要感谢的有很多。我们感谢父母赋予我们生命，我们感谢朋友给予我们情谊，我们感谢挫折让我们学会坚强，我们感谢失去令我们懂得珍惜，但此刻我最想感谢的是自己。

懂得感谢自己，是肯定自己的一种方式；懂得感谢自己，是对自己的一种尊重；懂得感谢自己，才会正视自身的不足，激励自己不断进步。人生中，没有人能够帮助自己一辈子，能办得到的就只有自己。我们与自己苦笑与共，我们与自己共处到老。无论成功与失败，我们都应该感谢那个曾经努力奋斗过、拼搏过的自己。

面对新的生活、新的挑战，我们不会惧怕，相信自己、支持自己、感谢自己。



感谢自己

(高鹿鸣 人力资源部)



关于感恩

(金照鑫 党委办公室)

活在雾霾中的首都，让人格外向往蓝天白云。想象着云朵在蔚蓝的天空中飘荡，似乎是在轻柔地感谢蓝天给予她的怀抱。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情，因为感恩我们才懂得了生命的真谛。从小我们就被教育“滴水之恩当涌泉相报”。然而，随着年龄的增长，我们好像更加“健忘”了，把感恩遗忘了。我们习惯占有，习惯了享受，忘记了怀有一颗感恩的心，去感谢那给我生命的人，那给我温暖给我关怀的人，那爱我胜过爱自己的人。

感恩是小德，忘恩是大恶。我们应该用一颗感恩的心去生活。去感谢那让我们获得温暖的太阳；去感谢那让我们拥有清水的河流；去感谢让我们拥有生存空间的大地；感谢带我们来到人间的父母，感谢亲情、友情、爱情。



对交往甚密的三人想说的话

(张子朋 财务资产部)

就好像经济学原理总是假设人是利己的一样，我也从不否认自己是贪心的。想表达心中的感激之情时，我倾诉的对象又岂会是一个人？

人生的前十八年，妈妈一直“折磨”着我。六岁开始学琴，1年级就要学复杂的加减乘除，没上小学之前就有学习超过晚上22点的体验。这种严厉的鞭策一直延续到我18岁上大学为止。一个优秀教师的爱与自尊心，带给我的是扎实的知识 and 优秀的学习习惯。

十八岁之后，爸爸一直“折磨”着我。一个才华横溢的强势父亲，他并不认为考上一个好点的大学能证明些什么。比起学习成绩，他更在乎一个人的精神力量和情商高低，他总是不满足于孩子的进步。一个拥有复杂人生的成功男人，带给我的是永不满足的人生态度和看待世界的更深视角。

成立家庭之后，对于妻，难言感激，只因感激之情早已溃堤；不说感恩，因为感恩的心经已满溢。她是我人生道路上的灯塔，革命旅途中的同志，她，特别的她。

幸运如我，也该偷笑了。



致天使 感谢相遇

(李殊 总经理办公室)

宝宝睡了，低头看她，长长的睫毛，小小的鼻子，嘟着的小嘴。一团温软的小身体紧紧的缩在我怀里。小胖手还紧紧抓着我的耳朵。我抱着她，看远处的黄昏。每当这个时候，我的心都会柔软得像一汪水，思绪缭绕如炊烟袅袅。

过了今年，我要三十岁了。我对于世界的很多观念变得不如以前清晰了，很多时候，对错的界限早已模糊。价值观如此多元，以至于任何事情都可以自圆其说。区别，无非是甲方乙方。父母有时恨我不成器，他们觉得我太傻，总想教我趋利避害。他们不明白，一路磕磕绊绊走来，我是这样的人，恐怕早已在途中定性。我得承认，这些年我最大的痛苦，就是执念太深，把最大的赌本投在最不确定的赌局上，屡败屡战，屡战屡败。有时经历了自己的成长，有时经历了别人的成长。很多时候，惊异自己的复元能力。怎么可以在那样的绝望之后，依然拥有爱的能力。我也曾为此怨愤，但更多的是为此骄傲。

可，怀里的小家伙却提醒我，现在我已不是自由之身。我知道接下来的人生都将负重前行，这甜蜜的负担注定背负一生。我终于知道了孩子意味着什么。这世上有一个人，你爱他比爱自己更甚。就这样，我不再有成为野生动物的可能，有了孩子，彻底被招安，成为了家庭里的一份子。

在这样的黄昏，望着我的天使，想想心事。



感恩

(于今 技术管理部)

第一次身在异乡独自生活的时候，收到房东发来的邮件，才让我记住了11月的第四个星期四原来对美国人来说是个特殊的日子。那天房东把我们几个来自不同国家的留学生都从房间里叫出来，大家一起合力做了晚饭，印度的姑娘煮了咖喱，埃及的大叔做了甜点，我也为当天的餐桌上贡献了沙拉，英国的小哥和房东一起围着烤箱忙活了两个小时，尽管等吃完饭已经过了晚上十点，大家收拾完厨房已经累得一塌糊涂，但是仍旧很开心地互道了晚安。回到房间，在我给妈妈发QQ的时候，我依稀听到了隔壁房间传来的讲电话的笑声，想来也一定是跟我一样给家里人讲今夜发生的事情吧。

心怀感恩，如何把这种心情表达出来，我认为是最重要的。好像现在国内也开始过感恩节了，不知道大家是不是也会一齐动手做顿晚饭，在餐桌上聊聊天南海北，向为家庭付出了很多的家庭成员们抒发一下感谢之情呢？哪怕是一句“今天的饭做得真好吃啊”也会让TA很高兴吧。

感恩的语言和行为有着很强大的力量，生活中，很需要这样的正能量。如果我们每个人能把“谢谢”这句话挂在嘴边，这个社会一定会少些争执和浮躁，如果我们每个人都能用行动把我们的感恩之情表达出来，这个社会一定会变得更加积极向上、和谐美好。怀着对食物的感恩，一日三餐的时候就不要浪费；怀着对保洁人员的感恩，就不要随意制造和乱扔垃圾；怀着对能源的感恩，就不要在下班之后还开着可以关掉的电器；这一切行为其实离我们的生活很近，却近到让我们容易忽略。其实，学会感恩，我们每个人都可以做到更好。



心灵中的美丽天使

(熊磊 技术开发部)

人之初，性本善。我相信，我们每一个人内心的本质都是善良的。从呱呱坠地的那一天起，我们的心灵每一刻都在追寻一切美好的东西：追寻生身父母关爱的眼神，追寻亲朋好友对自己的理解与支持，追寻自己成功时的锦上添花，更追寻自己失败时的雪中送炭……生活中有太多的感动。正如法国著名画家罗丹所说，生活并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。当我们用最真挚的双手把这一切的美好都怀抱在胸前时才发现，自己就是世界上最富有的人。

每个人都有自己的人生梦想，有人说

我的梦想就是要成为商界的成功人士，拥有数不尽的财富；有人说我的梦想是成为一名优秀的科研人员，不断用创新的科研成果引领行业进步并造福百姓生活，还有人说我的梦想只是拥有一份稳定的工作，平平淡淡地跟自己爱的人生活一辈子……其实真正经历过生活挫折的人都会明白，快乐的源泉并非完全来自这些梦想的实现，而是在自己陷入情感低谷时亲朋好友对自己心灵上的慰藉。生活中，很多真正关心我们成长的人并不一定要求我们的事业有多么成功，生活有多么的丰富多彩，而是抱着一份菩萨心肠，希望给予我们一份关爱，让我们能活出一个快乐的自己。或许我们不能对此一一予以回报，但我们的心灵由此而得到了净化，怀着一份感恩之心来品味生活，我们会注定拥有更多的快乐。



感恩的杂想

(许珂 国际合作部)

高中二年级，正是李阳英语红遍大江南北的时候。某日就“红”到了我们高中。登台唱戏，唱的是一出苦情励志。虽然至今没明白父母供养子女的苦和买他的书有什么关系，但闭上眼睛，仍记得整个人群低头在呜咽。我的意志，当然也不是那么坚定。整个下午，回荡在操场上的只有一首歌。这首歌叫做感恩的心。演唱的歌手叫欧阳菲菲。

我对声音醇厚坚实的女中音是没什么抵抗力的。就像那天下午一样，人群集体陷落了。虽然厌恶李阳的营销手段，不过因其故，在模糊中回忆起的零零碎碎也让我完成了第一次对父母无言的祝福。后来李阳邀请学生上台发表感言，只是大都泪水涟涟、气喘微微，道不出个整句。当然，本也无需说什么了，大家都明白。

我曾经冷血地怀疑这种被催动起来的情感是否真实，更在心情回复平静之后大惑不解。后来觉着，这样才正常。若是时刻保持如此亢奋的情绪，自己不觉着疲惫，父母也会被烦到。感恩不在乎波峰浪谷的心跳曲线，更像是一种平淡的回馈，需要溶进生活的碎片中，最后可能细微到自己都难以察觉，细微到成为一种习惯，细微到在一茶一饭中体会。这种常日平淡的情感会在恰当的时刻放大，好比父母或自己的生日，好比多日不见、久别重逢，又好比触景生情、感时伤怀。不管平淡与激烈，这份感情，都是真实的。

感恩是一种情感，回馈则需要行动。一通周末的电话、一份准备的礼物、一桌自己张罗的饭菜，一次外出游玩的安排，都是慰藉。乌鸦反哺，羊羔跪乳。羊羔之行为止乎于礼，乌鸦才诠释了感恩的真正要义。一位同样身居他乡的兄长曾对我说，他最骄傲的事情，就是某次回家的时候，开着车送妈妈去临市参加同学会。那个时候，他是最幸福的。

转眼又是春节，回家的日子，已不远了。



感谢有你

(蒲明花 中复连众)

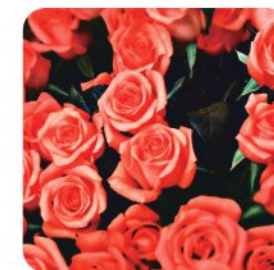
是你，让我的身体强壮。从抱着到牵着，再到跟在你身后追着跑着，这一路走来让我明白身体的健康才是生活的基础。

是你，让我更加开朗乐观。教你唧唧呀呀说话，和你一起背儿歌唱童谣，再和你一起玩游戏参加亲子活动，这一路走来，让我明白开朗乐观是人与人沟通的基石。

是你，让我学会了体谅和宽容。童真的眼睛，稚嫩的声音，还有那懂事的模样，让我明白人非圣贤，孰能无过，老天会原谅每个人犯下的错误，只要你懂得体谅和宽容。

感谢有你，虽然你只是四岁的小毛头，但却足以感天动地；感谢有你，虽然你还不懂得感恩的含义，但是却拨动了最深的心弦。感谢有你，让我用善良的眼神审视这个温暖的世界，让我用善良的心感知这个世界，让我用感恩的心回报这个世界。

思绪被阳光带的很远，飘到天际的另一端，迎面而来的寒风却突然将我拉回现实，恍然发觉，已踏着时光的背脊走过了2013年，再过了年去，便又大了一岁，而我看着时光就这样压弯了你高大的背影，摧残了你美丽的容颜。我们每天都会通电话，有时你会笑着说，是电话想我了，或者说睡觉前无聊给我打个电话，我知道，你是不好意思说你想我了，你不知道其实我也很想你。万水千山隔不断你们对我的思念。我感谢你们赋予了我生命，并把你们能提供的最好的一切给了我，成长路上的点点滴滴都铭记在心中。我知道有一天时光会倒置一切，我愿意每天陪伴在你们身旁，挽着你的手，陪你讲话陪你聊天照顾你，就像小时候你照顾我那样，我同样愿意把我最好的都给你们。若说是报答养育之恩不免过于矫情，只是你们的爱，点点的融入骨髓，那是亲人特有的印记，擦不去抹不掉，没有人忍心去对你不好。亲爱的爸爸妈妈，不要害怕时光催人老，因为你们有我。



爸爸妈妈 我想告诉你

(叶婷婷 中复连众)



新的光源

文 | 中国复合材料集团有限公司 苏文娟

今年国内连续上映了几部关于青春的电影，看了《中国合伙人》我笑了，看了《致青春》我哭了，看了《小时代》我崩溃了，我发现我笑早了也哭早了，我应该向它们道歉，相对于《小时代》，我对前两部电影的态度实在太苛刻了。

青春是背着LV、Prada、Longchamp、Kenzo包去上学？青春是穿着Channel、Gucci衣服玩儿？青春是随意挥洒Dior、香奈儿香水？流光溢彩的办公大楼，唯美空虚的MV画面，美艳弱智的对白，莫名其妙的慢镜头，俊男靓女的耍酷发嗲，种种堆红叠翠让《小时代》像个肤浅庸俗的暴发户却穿金戴银涂脂抹粉地搔首弄姿以妄图引发世人的青眼和膜拜，荒诞的是，她竟然做到了，踩着5亿的票房收入，《小时代》在继续卖弄风骚的同时，多了一份不可一世的趾高气扬，这就是郭敬明的帝国，他站在汤臣一品的豪宅中，俯瞰夜上海，冷冷地笑：我，实现我的奢华梦，你们，羡慕嫉妒恨去吧。没错，可我们羡慕嫉妒恨的又何止一个《小时代》，还有《泰囧》，还有《忐忑》，还有《江南STYLE》，还有很多，一边是恶评如潮，一边是大红大紫敛金无数，没有人知道，这是为什么？

文学艺术最初是表达情感而

产生，原始社会的人，唱歌跳舞、绘画雕刻是为什么，因为情动于中，不能自己，所以用了种种形式将之表现出来。《诗序》里说，“情动于中而形于言；言之不足，故咏歌之；咏歌之不足，故嗟叹之，嗟叹之不足，故不知手之舞之足之蹈之。”慢慢地，它们成了人类心灵和精神的庇护和抚慰，世界不可避免地充斥着邪恶，若能有一方净土供人们隐退一阵，那当然很好，但不是为了逃避邪恶，而是为了积聚力量去面对邪恶。作家和艺术家是“歌者”和“言者”，是人类世界里具有特殊观察力、思考力和表达力的人，他们的存在，使人类具有消解迷惑、拥有希望的通道，而文学艺术作品是人类活动的至高产物，它们不是发财致富的工具，也不是衰淡消遣的玩物，是人类经受种种苦难、无穷艰辛和绝望挣扎的最后证明，只要米开朗基罗在西斯廷教堂的天顶上刻出了那些人像，只要莎士比亚写出了那些燃烧的爱情台词，只要肖邦弹出了令人心神

安宁的小夜曲，只要达芬奇画出了蒙娜丽莎神秘的微笑以及济慈唱出了他醉人的颂歌，数以百万计的人便没有白活和白受苦，也没有白死。我们之所以觉得文学和艺术可贵，便因其是高尚的事业，是在拭去一切的界限与距离，是一切骄傲偏见憎恨的否定。

可当前我们不得不承认，在人文精神领域，这是一个歉收的年代，是一个匮乏的年代，是一个难出大师的年代，我们无从知晓究竟是因为缺乏英雄才造不出时势，还是缺乏时势而造不出英雄。

难道是我们过于苛求？我们不奢望满世界都是苏格拉底都是孔子都是朱熹都是李白杜甫，毕竟人生中一些低俗的消遣，对于我们的舒适来说也许必不可少。如果说那些经典之作对于人文精神如同米饭主食，那偶尔品尝一些通俗流行的零食作为消遣也没什么不可，可口味要恶俗到《小时代》的地步，那就连口香糖都不如了，起码口香糖还有清新口气的功能，尽管在嘴巴里咀嚼了

寒冬曲水别样情

文 | 中国复合材料集团有限公司 欧阳新峰

或许你见惯了一江春水在春意盎然的明媚春光里婉转静淌，那是蕴含了炽热的含蓄，宛如那春日里燕子鸣出的第一声乐响，它有它的静谧与灵动。

或许你不曾留意在寒冬中依旧流淌的浅浅的曲水，那是一种不可阻挠的力量，冲破了冰雪的封锁带着无畏的理想前进奔走，胜过蛰伏在泥土里过冬的高傲的灵魂们，它有它的力量与勇气。

冬日的阳光总是格外的让人感到亲切与温暖，如桃花扑面的兴奋与欣喜，如河床冰破的惊艳与惊奇，如炉火映脸般炽热与激情。冬日的一切似乎都是安静的，隐忍着隆冬的严寒，待春风吹拂，爆发出春天的热烈，这么说来这份静，却是那份动背后最伟大的沉默。

你喜欢的是春日鸟语花香和阳光明媚，喜欢的是夏日的炽烈与荷花香溢，喜欢的是秋日天高云淡与丰收满仓，喜欢的是冬日的皑皑白雪与腊梅芬芳，你有你喜欢的景色与爱物，我有我的独钟与偏爱。我喜欢冬日里浅浅流觞的曲水。那是安谧隆冬里的一丝灵动，它在用不屈的灵魂去奏响着隆冬的寂寞之

歌，是无数生灵冬眠的催眠曲。

当大雪覆盖了山林草地，当严寒冰封了湖泊池塘，世界静的听见雪花落在地面的声音，梅花的香气渗透到了雪花的肌肤，差点以为这是雪花的味道。在茫茫的冰封大地上，高山披着银装素裹像睡美人一样安静和美丽，你看那山峦脚下，还有那一曲流水，在浅浅的流淌，任你寂静如雪，任你安稳如山，它依旧保持自己的姿态，给静谧的隆冬世界添上了一份生机与灵动，这种灵动不仅仅来自于水的灵性，更来自于水在对抗隆冬严寒中所表现的宠辱不惊，这是一种姿态，也是一种品质。

它没有夏日河流的奔流急湍，它没有小溪那样冬日里被冰封禁锢，它有它的不急不缓，它有它的沉稳，这是一种境界，一种在逆境中不卑不亢的坚持的境界，一种世界皆静唯我独动的不随波逐流的境界，一种在用无声的舞姿默默的奉献的境界。

我喜欢这样的曲水，在寒风呼啸的时候，在大雪飘落的时节，我喜欢在山脚下去端详那一曲流水，听是无声却有声。让心跳随波浪一

同起伏，在山涧的寒风中感受自然力量的传奇。待阳光普照，雪融无声汇入江河，那一曲流水依旧保持不骄不躁的姿态，容纳着万千水滴，是包容，也是博爱，更是谦逊。

寒冬料峭的时节，行走在寂静肃穆的山间中，恐怕那一曲流水是总能惹人兴奋的了，在这冰封万物的考验中，它却保持着一颗纯真热情的心，融化着世界，温暖着你我。是一种无声的力量，一种自然的传奇，更是一种高贵的品质。



半天，黏糊糊地吐出时作为垃圾都遭人嫌。

忽然惊悚地想起艾略特《荒原》中描绘的那个世界：四月成了最残忍的一月，大地干旱，赤地千里，礁石里没有水流的声音，可水里有死亡，山上甚至连寂寞也没有。多可怖的精神世界，会是我们

这个时代的写照吗？或者更甚之？即便如此，漂浮些个像《小时代》这样浮夸又虚幻的乌烟瘴气，不管是于艺术或是商业，都是不厚道不道德的，都是让人无法抑制地想去批判几句，请原谅我的愤慨，就算是置身于荒原之中，我依然无法冷漠、无法麻木。

英国著名诗人大卫·赫伯特·劳伦斯在经历了欧洲剧烈动荡之后，面对眼前道德和精神的“荒原”，呼喊：“漫长的基督之火行将熄灭，我们应该在自己身上找到新的光源。”这是劳伦斯的宣言，也应是如今我们该发出的宣言——面向未来的宣言。

云南纪行

文 | 中国复合材料集团有限公司 洪雪龙

十天的旅行，从昆明出发，经丽江-泸沽湖-香格里拉至德钦，一路上泸沽湖的静谧温暖和德钦梅里雪山的冷艳高贵给我留下了最难忘的回忆。

喧闹丽江

今日的丽江古镇早已失去了古朴的气质，却多了些许喧闹霓虹。

泸沽湖-情人树

八个小时的车程，经过曲折的丽宁十八弯，之后，到达了神秘幽静的泸沽湖。

在我眼中，泸沽湖的每一处都是风景，都有故事。

泸沽湖-水鸟

乘手摇的小木船泛到湖中央，忽然不知道从何处飞来一群友好的水鸟，围着我们的船打转。

深蓝的湖水远处与晴空相接，遥望着群山，一路的疲惫都不见了踪影。

德钦飞来寺

从海拔两千余米的泸沽湖，舟车来到海拔三千多的德钦，这里已经是云南最西北的地方，靠近西藏的南部。

飞来寺是拥有德钦最好、最完整的梅里景观。在天晴的时候，太子十三峰在阳光下熠熠生辉。

佛塔

飞来寺矗立着八座佛塔，面对着梅里的十三座雪山。

正面对着的，是最负盛名卡瓦格博峰。在当地，流传着许多关于这座雪山的神秘的传说。



日月同辉

因为“不幸”赶上了大雪封山，离开梅里的日子不得不往后延了两日。却没想到遇到了一年只有一次可能看到的“日月同辉”。

那是正月十六的早晨七点十分，太阳已经渐渐升了起来，而月亮却还没有落下去，天气恰好晴朗无云。我幸运的看到了金色阳光照耀下，却还顶着一轮满月的卡瓦格博峰。



《钱是如何被藏起来的》

(英)帕兰, (英)墨菲, (法)肖瓦尼奥 著, 李芳龄 译

钱是如何被藏起来的? 在世界上有着这样一些地方, 那儿提供各种意想不到的税收优惠; 来自世界各地的钱悄悄地消失在了这个区域, 仿佛飞机在百慕大三角失踪。这些地方被称为“逃税天堂”。本书带领我们接触它、认识它, 公平地共享全球化时代的利益。



《愿风裁尘》

郭敬明 著

《愿风裁尘》是郭敬明十年心路历程投影的散文集。在《愿风裁尘》中收录了郭敬明从2004年—2013年间的全部散文作品, 经过郭敬明亲自修改和编订, 还原一个褪去明星作家光环的郭敬明。在《愿风裁尘》中你可以看到郭敬明对亲情、友情、爱情的最直观感悟, 这一次, 他不是万众瞩目的偶像郭敬明, 他是有平凡人喜怒哀乐的小四。《愿风裁尘》书名淡雅, 表达了郭敬明年纪渐长之后, 对人生和社会的美好寄予。



《你为什么总焦虑?》

高原 著

作者通过7年的深度调查, 从15万份真实的案例中列举了一系列焦虑的基本类型以及表现症状, 并从多角度分析了引发焦虑的原因。他用有趣的案例, 简洁精准的语言, 向你揭示了引发我们愈加焦虑的核心因素, 总结了一系列方法, 力求使我们减轻焦虑, 乃至避免焦虑。剖析的这些原因以及调节方式正是如今人们所急需的。

焦虑是由紧张、焦虑、忧虑、担心和恐惧等感受交织而成的一种复杂的情绪反应。它可能在人遭受挫折时出现, 也可能没有明显的诱因而发生, 即在缺乏客观根据的情况下出现某些情绪紊乱。