情思缱绻

携手共进

□ 刘用成（连云港）

昨天，我们还形同陌路；今天，我们已风雨同舟。

昨天，我们正为心灵的迷失而苦苦挣扎；今天，我们已醒觉重顶寻找到解脱的良药。

昨天，我们还为前途未卜而悲观失望；今天，我们已经清楚，命运实际就掌握在自己手中。

昨天，我们还在抱怨命运的不公，世运的不济；今天，我们已经学会以感恩的心感激生命。

昨天，我们就许诺在理智下阐的无能；今天，我们已经知道自己就是引路的路标。

昨天，我们还在困惑于人际的复杂；今天，我们已懂得真诚理解是我们处世的永恒原则。

昨天，我们也许还为造避责任寻找各种借口；今天，我们已经明白敢于承担责任是一个

管理乱弹

牛角的用途

□ 牟丕杰（沈阳）

老虎带着小虎学捕猎。

它们来到水牛的领地，发现两只正在激烈争斗的水牛，水牛踢开架式，使足了劲，你来我往，斗得尘土飞扬，一片狼藉。显然，它们都杀红了眼。只见甲水牛抵着尖尖的牛角，猛地刺向乙水牛。乙水牛赶紧躲开身，只听叶嘛一声，一棵碗口粗的树被甲水牛的角刺断了。乙水牛对示弱，抵起牛角向甲水牛刺去。只听嘭嘭一声，乙水牛的角已深深地刺入了甲水牛的腹部，鲜血汩汩地流了出来。

这可吓坏了小虎。它心惊胆战地对老虎说：“水牛真的很厉害，它那尖尖的角能刺断大树，能刺透牛皮，太可怕了。我们捕不来它了，它一定是个不好对付的对手，不能白白地送死。赶紧溜吧！”

虎大王不慌不忙地说：“牛的角除刺和刺，

自从嫁为人妻以来，我和婆婆的关系一直很融洽。当然，这主要归功于婆婆的智慧。

我和老公工武登记前，其实已经有同居行为，这一点婆婆心知肚明。因为那时刚好过节到婆婆家，而老公忍耐不住，趁夜深偷偷从隔壁溜了过来，然后一会儿我们就惊恐地发现客厅的灯忽然亮了，有婆婆走动的声音。

婆婆一直赞成我们交往，所以对这样的行为心知肚明不动声色。只是那年春节时刚收有些不同，我那远在西北的大伯哥给好侄家带口地回来探亲。于是因难出现了，三室一厅的房子，一大床，一小床，还有一个上下铺结构的铁架床，这么多人如何安排呢？

虽然婆婆读书不多，却很机敏，她当机立断地做出决定：大儿子和大媳妇带孙子睡大床，小儿子和我睡上下铺的铁架床，公公睡小床，她自己睡沙发。

公公当即提了一点异议，因为我和老公那时还没有结婚，公然睡在一个房间似有不妥。婆婆立即振振有词：“那又怎样呢，火车上不也是不分男女通铺睡上下铺的吗？”婆婆就这样以大文豪的态度，打消了我们未婚同居的尴尬，也成功解决了偷多弼少的住宿难题。

有次婆婆给老公买了件皮马甲，而他嫌样式过时，死活不肯穿。婆婆力劝无效，便采取“曲线救国”策略，来做我的工作。她说：“晓蓉，你看这件马甲是不是还可以？”婆婆这样开口来问，我当然要说好看了。她于是接着说：“那你跟他说说好不好？你多说好看他就肯穿了。”婆婆显然是一般智慧的婆

原色记忆

婆婆的智慧

□ 晓蓉（重庆）

婆，她和她如梦争对儿子的控制权，相反，为了达到心疼儿子的目的，不惜和媳妇联手，最终，在我软硬兼施的策略下，老公老乖乖地穿上了那件马甲。

婆婆的智慧还表现在为人处世的态度上。那天我和婆婆一起逛街，走进一家华盛用品专卖店。我嫌东西贵，店主却热情洋溢地推荐，否地莲花。婆婆在一旁仔细地察看商品，一边也夸奖起来：是啊，东西真齐全真不错，这个是一定需要的，那个是必不可少的……本来我对店主的说辞还心存疑虑，打算摇摆反驳，听得婆婆都这么夸奖，倒是信了八九分。婆婆最后拍拍手，说：“好了，这下好了，我们也不用回处跑了，到时候，整整都可以在你这里买了！”说得店主乐不可支，连连点头，欢送我们出门。走出店门，我问婆婆什么时候来买。婆婆却笑了起来：“你呀这么傻呀，那里东西那么贵，宝宝的衣服孩摆在外面一点也不干净，而且裤子摸着扎手根本不是全棉的，你怎么能信呢？”我一时恍然，好一个智慧的婆婆！

婆婆不是特别会说话的人，但是，她的智慧和不同凡响的思维方式，使我对她的敬佩之情油然而生。

婆婆，我们在这个世界上相遇相聚，这是缘分，我会珍惜这份缘分，我会用心去对待这份缘分，我会用爱去呵护这份缘分。

一粒被浸润的种子

□ 黄礼（成都）

三年前，一粒种子幸运地落在了好主人这片神奇的土地上。这粒种子就被浸润在了温暖和甜的文化精髓中。好主人给予了它营养的环境，让它能够充分汲取向上勃发的养料。我，就是这粒小小的种子，好主人的还土就是孕育我成长的能量。

迫忆那水年华，青春的痕迹仿佛是破茧而出的激越，期期颠颠上好主人这片土壤的护佑，激荡间上的生命力使我的内心受到了深深的震撼，勇往直前无所畏惧的发展势头奏响了生命的乐章。

好主人是天神女娲造福的明珠，然而它是如此朴实无华，在历经风雨洗尽铅华以后，我们是证了它的光芒：但就是在这里，一天生活的起始就此开始，尽管偶尔相遇烦恼与烦躁，但当我看见它光芒孕育肌理坏原的时候，这样的单调反而您然之间变得如此情趣盎然。为此，我激情澎湃……

正式走上工作岗位，成为好主人一员之后，虽然每天都是那么的繁忙与紧张，但是这时，小的种子已经受惊了好主人不眠和勤奋的血液，它，将继续生长。好主人是一个大舞台，旋转的幕景为我打开了一样的窗。从繁忙的办公室转而又带我步入崭新的市场天地。

尽管好主人还是一个年轻的企业，但是它的前瞻思想预道着良好的开局。这正是企业运营管理水平的提升过程。一如工匠的“琢玉”，从经历开料、设计、琢磨、抛光等数道程序，绝不可能将一块石料变成温润的美玉。好主人要规现的是一个在产品质量和技术水平，以及营销管理上都具有中国乃至亚洲一流水准的优质定制食品企业。在这里，我这粒种子再一次得到市场

行走无疆

十里烟花扬州梦

□ 李志群（扬州）

不知是否梦想过坐一条船于烟雨蒙蒙的江上，去拜访古代的扬州，水路。感觉那里总是沉淀着经年的阴柔与痴度，与老屋、小桥、垂柳、乌篷船不可分割，脑海里浮现的画面是笼罩在潮诗宋词天空下的一个谜楚但幽约美丽的地方。

古人云“腰缠十万贯，骑鹤下扬州”，想必这是对唐代最富有、最风风情的名都扬州最好的赞誉。扬州凭借它的繁富底蕴，诗情画意及才貌出众的歌妓舞蹈，引来四方商贾名流、文人墨客的垂青，它是江南烟雨中说不尽的梦和忧愁；也留下了杜牧“十年一觉扬州梦，赢得青楼薄幸名”的风雨飘摇和迷失。

沿着运河行走在扬州城的荷莆溪风中，春流画卷劳动，蒙蒙雨丝，随风飘洒。歇脚弥漫为扬州平添了神韵，却都自然平和，神清气闲。感觉扬州本来就是一首诗、一幅画，让人来到这里迅速变得宁静而安详，油然而生一种超然的解脱和隐忍的感动；感受不到匆忙的脚步，烟雾的心灵，还来的贪婪和惊奇的疲倦。驾车从它的背面，这样是扬州对这个浮躁与喧嚣的世界进行的一次重塑，一种修改和校正。

瘦西湖，应该算是十里扬州的旧址了。十里扬州的一切，都好像是依着瘦西湖的碧波铺设的，细柳轻纱，随风摇曳，几点飞絮，桃花正落，玉桥横卧，楼台亭阁依次对峙，如珠玑洒在一起，让人目不暇接，而这串珠的经线，就是瘦西湖的水了。瘦西湖有三大景：二十四桥、五亭桥和长堤春柳，这三景，个个别致，又和缺成趣，因周水波，倒影流连，可想扬州当年盐商的工匠，是要把所有的美景、全面的春情，都汇集到这个时空的焦点上，只要站在这个焦点上，你的前后左右皆为春景。

沿瘦西湖而去，便是大明寺。站在塔的最上一层，俯瞰扬州，景色一览无余。在寺院里要说地说香与拜佛，圆了心中一份祈祷与期盼。何况，个国、有国、有家，有人有佛，四季佛山朗月匠心，以春、夏、秋、冬四季不同的特性变换，顺应自然规律，楼台亭榭在满堤长柳日及之处若隐若现。

走在一条不知的名的街上，一改往日的寂女风范，叫上了两份不知名的小吃，两地数在虾饺和咸粥。在湘炼第系中，最有名绝色食莫过于扬州炒饭，为运河文化的产物，而今已红遍大江南北。干叶细丝面，清蒸鲜子，大块肉和蟹子，扬州炒饭。

所谓“杏花细雨江南也”，只可惜，我们没有遇上三月烟雨，但可以以想象出这个梦幻的扬州，水路。

寻常人若是直性子，看出来的端倪一般都急不可耐地表弄出来，并不想因此与人争辩，比如我。婆婆却不，她知道什么叫做爱疯，什么叫做好见好散。她是个聪明人，什么都看得透彻，但并不当面揭穿别人。假如那出丑遮羞的是我，公公定是一番神销和反倒的大辩论，面红耳赤是起码的。而遇上婆婆就不一样了，即便一件交易也没完成，起码店主对未来是满怀信心的，多好的局面，不战而屈人之兵。

嘿，这就是我那智慧的婆婆。

激情岁月

与高手过招

□ 牛长城（麻坊）

如果别人说得有道理，我们就要改然接受。宁可相信一个人的批评和忠告也别去听那些恭维你的话。小心赞扬和吹捧之后的别有用心！所以，虚心接受别人的批评，并和各行各业的位校者打交道！

诊断每一次不成熟手学习的机会，用诚意去感动对方，相信总会做大长、交亲、朋友一样我心地帮助你，使你取得长足的进步。天长日久，你会在那些高人的影响下飞速进步。所以说：“能容，你看这件马甲是不是还可以？”婆婆这样开口来问，我当然要说好看了。她于是接着说：“那你跟他说说好不好？你多说好看他就肯穿了。”婆婆显然是一般智慧的婆

原色记忆

婆婆的智慧

□ 晓蓉（重庆）

婆，她和她如梦争对儿子的控制权，相反，为了达到心疼儿子的目的，不惜和媳妇联手，最终，在我软硬兼施的策略下，老公老乖乖地穿上了那件马甲。

婆婆的智慧还表现在为人处世的态度上。那天我和婆婆一起逛街，走进一家华盛用品专卖店。我嫌东西贵，店主却热情洋溢地推荐，否地莲花。婆婆在一旁仔细地察看商品，一边也夸奖起来：是啊，东西真齐全真不错，这个是一定需要的，那个是必不可少的……本来我对店主的说辞还心存疑虑，打算摇摆反驳，听得婆婆都这么夸奖，倒是信了八九分。婆婆最后拍拍手，说：“好了，这下好了，我们也不用回处跑了，到时候，整整都可以在你这里买了！”说得店主乐不可支，连连点头，欢送我们出门。走出店门，我问婆婆什么时候来买。婆婆却笑了起来：“你呀这么傻呀，那里东西那么贵，宝宝的衣服孩摆在外面一点也不干净，而且裤子摸着扎手根本不是全棉的，你怎么能信呢？”我一时恍然，好一个智慧的婆婆！

婆婆不是特别会说话的人，但是，她的智慧和不同凡响的思维方式，使我对她的敬佩之情油然而生。

婆婆，我们在这个世界上相遇相聚，这是缘分，我会珍惜这份缘分，我会用心去对待这份缘分，我会用爱去呵护这份缘分。

蚁变

□ 杨林（绵阳）

不再有父母手提的保捉，我们都起床了。六点十五分来到，全班的姐妹们都起床了。这好军被——尽管我们的被子是像这里的妇儿，但我们会做得是好。

今天我要学的是，虽然今天的训练和学习更加艰苦，但我不能给我们的团队拖后腿，我要坚持，我要做得最好！

中午的时候，我们被动到了饮茶班帮助，接完食堂的墙砖，洗完房里的盘子，和饮茶班里的教官一起给着给学员上茶、打饭，然后等着学员们的来。虽然比较累，但心里有一种从未有过的欣悦。也许这就是培训中老师给我们说的，“为人服务，是一种快乐；予人以瑰，手留余香”。

下午是文化课程，说实话，它前我对培训不是特别感兴，总觉得培训就是哪个哪个领导也一样坐来坐在讲台上唠唠叨叨来，但这次，我们的培训却不一样。通威的讲师们风趣幽默，妙语连珠，内容新颖，深深地吸引了我。所有学员都非常感兴趣。关键是，培训让我受益匪浅。我学习到了很多做人的道理和待人的礼节，自己之前的很多做法和观点，怪不得妈妈常说我“长不大”，和家人之间的时候我还常常发生“矛盾”。表是不接受，以前天不知道不知的我，现在就懂得的道理了。我要感恩自己的行为是否合乎时宜了。

晚上，公司组织者（集结号）这种电影，我深深地被感动，特别是电影中九连连长孙子地对地放来的那份厚重而真诚的感情，在经历多年后依然深深埋在他内心的最深处。这让我对军人有了新的认识，他们都是有着父亲的普通人，为了国家利益和使命而舞舞尽瘁。这时，我偷偷地看了看坐在我旁边看电影的教官，感觉他们的眼角有些湿润，也许，只

青春无悔 希冀律动

2月25日—29日，来自四川农业大学、西南民族大学、四川水产学院、荣昌畜牧校等高校的116名2008级应届毕业生，带着青春的梦想，带着执着的信念，带着对通威的无限向往，在为期五天的通威股份2008年应届生岗前培训(军训)中，迅速完成了从学校到职场的精彩蜕变。师傅们青天飘扬的青春，他们一如通威生命树上最蓬勃的新绿，恣睢欣欣通威文化管理的精髓，任凭怒放的风雨洗礼的考验，每一次回眸和坚强，无不满怀着成长的欣喜，无不洋溢着生命的倔气。那些时刻，是刚刚走出象牙塔的莘莘学子们，在通威这个大学校园里成长、成熟、成人的时刻。那些时刻，是通威人的时刻，我们将挑战自己，我们将迎接挑战，我们将挑战通威文化管理的精髓，任凭怒放的风雨洗礼的考验，以期待通威人的明有。

蝶变

□ 杨林（绵阳）

我们每了。昨天的军民联谊篮球赛我们以8比40的比分惨败。

想起所有学员唱威歌学校歌的响喊加油声，恐觉得心里不好服。刚才我们几个还跃跃欲试，生龙活虎，此刻，我们的心里又化近比反复说教更能深入人心；还可以利用素质课程的形象语录手段，阐释人类与动物，生命与自然的社会和谐理念。总之，从随意进去的层面入手，站在人性关怀的角度宣传好主人，更多地表达人与自然一体的思想，才能够让世人更深刻地认同好主人良好的社会和谐信导者形象，以及与环保理性的企业运营理模式。

记得有好几次深夜里，车间里，总会看到一个熟悉的身影，那是我们的总经理。常会在那一瞬间，领导的关心温暖迷我们的心房。这份亲切，无时无刻不鼓励着我们，我突然间明白，有时候，感动是尊重、是关爱、是鼓励……

还记得去年8月的那场暴雨，电闪雷鸣，暴风雨突然袭击，肆意的洪水想吞噬我们的仓库……紧要关头，我们所有的员工都光着脚了，冲进现场，堵水、转包、盖雨布……危难时刻，尽显团队的凝聚力和责任感，我们相互感动着，默默配合着……

还有那次，天黑了，下班了，但成品库外，客户还排着长长的车队，我们跑运工忙碌不堪。这时，公司的管理干部出现了，在近38℃的高温天气里，他们与我们一起，搬货、运货、装车……他们挂满了笑颜，还用脏兮兮的手不经地抹着脸上的汗水……

还有那次，我头部受伤了，领导的关心，同事的照顾感动着我……

还有那次，我工作疲怠了，严厉的批评教诲有惹处的宽容感动着我……

还有……

好多让我感动的人和事！要问我，中年的我，感动是什么？我想，是责任、是信心、是尊重、是关爱、是亲切、是宽容……

感动是什么？是生活的每一个细节，是生命的绚丽多彩，更是感恩昨天，珍惜今天！

人生积淀

感动是什么

□ 岳永阳（淮安）

一路走来，渐渐成长，渐渐成熟，也渐渐体会到什么是“感动”。

在没拙的记忆里，感动便是小伙伴分给的糖果，感动是友谊。

少年时代，感动，是老师深夜批改作业的身影，感动是爱。

青年时期，感动，是为一个悲伤的故事，一席鸟鸣，一朵花开花谢，感动是青春的悸动。

步入中年的我，感动又是什么？

2002年，我踏上远行的列车。家人的送行，让我不由得想起朱自清的那篇《背影》，回到现实，更让人酸楚，但，而立之年的我，更多的感动是责任，那种顶梁柱的责任感更多地萦回心间。

走进通威，感动是亲运。当我第一次参加升旗仪式，站在旗台下，看到五星红旗冉冉升起，当听到全体员工唱歌的通威赞歌，那种庄严和神圣感动着我，激励着我，我决心在这里尽情挥洒我的智慧与力量！

数不清有多少个日日夜夜，我与同事们一起奋战在一线河边上，我们的欢喜接手客户原罗的订货单，我们的动力接下客户的信赖，这种劳动的喜悦之情感动着我们，让我们忘却了辛苦，在炎热的夏季里，我们尽情地挥汗如雨。

还在干净整洁的厂区大路上，望着整齐厂房的工厂车间，心中不禁有了这样的感慨。看着会在那一瞬间，领导的关心温暖迷我们的心房。这份亲切，无时无刻不鼓励着我们，我突然间明白，有时候，感动是尊重、是关爱、是鼓励……

还记得去年8月的那场暴雨，电闪雷鸣，暴风雨突然袭击，肆意的洪水想吞噬我们的仓库……紧要关头，我们所有的员工都光着脚了，冲进现场，堵水、转包、盖雨布……危难时刻，尽显团队的凝聚力和责任感，我们相互感动着，默默配合着……

还有那次，天黑了，下班了，但成品库外，客户还排着长长的车队，我们跑运工忙碌不堪。这时，公司的管理干部出现了，在近38℃的高温天气里，他们与我们一起，搬货、运货、装车……他们挂满了笑颜，还用脏兮兮的手不经地抹着脸上的汗水……

还有那次，我头部受伤了，领导的关心，同事的照顾感动着我……

还有那次，我工作疲怠了，严厉的批评教诲有惹处的宽容感动着我……

还有……

好多让我感动的人和事！要问我，中年的我，感动是什么？我想，是责任、是信心、是尊重、是关爱、是亲切、是宽容……

感动是什么？是生活的每一个细节，是生命的绚丽多彩，更是感恩昨天，珍惜今天！

馨香一隅

燕子泥

□ 徐学平（盐城）

四季的泥土并不一样，这是父亲告诉我的。

阳春三月，燕子回到村里的泥土是最有活力的，燕子筑巢，农家建房，练筑田埂都在此时。因此，春泥也被称作燕子泥。

农家的娃子都是在泥土里滚大的。我孩提时的生活充满了欢乐，而带给我欢乐的便是那些随手可取的泥巴。

放学后，我和小伙伴们跳开始在堂前屋后到处挖泥，然后再找有水泥地面的地方去掷打。

当年村头有座水泥桥，我们都争抢着到那里掷泥。十几双小手一齐抡开，只听见一片“嘣嘣”声作响。掷“熟”后的泥土可塑性很强，你手便可做成泥塑泥剪等各种小动物，为了便之本钮，我通常是把它们放在大阳底下晒。那年夫，老家的屋檐下、门楼上到处都摆满了我的“作品”，父母走动时一不小心便会踩上，但那也没什么可责怪的，我可以和了水呷呷呼呼地唱着得意，倒也另有一番情趣。

那时，有些手艺超群的乡间艺人还用泥烧制成形各异的泥哨，用黎筐担着挨家挨户地叫卖。那些泥哨，比起自己制作的泥模糟美了许多。那些乡间艺人们在土坯烧制瓦砾的后后，还会给娃子捡上各种颜色。在烧制过程中，还得讲究火候，火候太大，一般用铁丝，泥土就要散离子泥了。更让人叫绝的是，泥哨可以吹奏出各种音调，音响柳细脆，悠然好听。

在生产挣整活的厂区大路上，望着整忙开碰的工厂车间，心中不禁有了这样的感慨。看着会在那一瞬间，领导的关心温暖迷我们的心房。这份亲切，无时无刻不鼓励着我们，我突然间明白，有时候，感动是尊重、是关爱、是鼓励……

还记得去年8月的那场暴雨，电闪雷鸣，暴风雨突然袭击，肆意的洪水想吞噬我们的仓库……紧要关头，我们所有的员工都光着脚了，冲进现场，堵水、转包、盖雨布……危难时刻，尽显团队的凝聚力和责任感，我们相互感动着，默默配合着……

还有那次，天黑了，下班了，但成品库外，客户还排着长长的车队，我们跑运工忙碌不堪。这时，公司的管理干部出现了，在近38℃的高温天气里，他们与我们一起，搬货、运货、装车……他们挂满了笑颜，还用脏兮兮的手不经地抹着脸上的汗水……

还有那次，我头部受伤了，领导的关心，同事的照顾感动着我……

还有那次，我工作疲怠了，严厉的批评教诲有惹处的宽容感动着我……

还有……

好多让我感动的人和事！要问我，中年的我，感动是什么？我想，是责任、是信心、是尊重、是关爱、是亲切、是宽容……

感动是什么？是生活的每一个细节，是生命的绚丽多彩，更是感恩昨天，珍惜今天！

健康新知

巧用大雪梨疗疾

将大雪梨一个连皮切碎，加适量水和冰糖炖煮后饮动服食，可治咳嗽痰哑、咽喉干痛；大雪梨一个去核，装入川贝粉3克，隔水蒸熟，吃梨饮汤，对各种咳嗽都有疗效；大雪梨一个，去核切开，鲜藕300克切片，鲜鲫鱼零根30克洗净切断，水煎服，可对咳血、痰中带血有极佳疗效；大雪梨两个，藕节12克，瘦猪肉60克，加水煮食，每日一剂，连服数日，对治疗痰血出血有特效；大雪梨一个，去核后装入水糖适量，放碗内上锅蒸透，晾凉后食梨饮汤，数九后每日一个，可治愈老年憋气咳喘。

防治口干舌燥3法

1、莲子芯水可防治口干舌燥：将莲子芯用开水，不要过浓也不要过浅，日饮二三次可防治口干舌燥、虚火上升、嗓子疼痒、声音嘶哑、脑觉昏沉等。同时还可治疗咳嗽。

2、口干舌燥时作冷夜间口干症：每晚吃枸杞子30克，嚼碎越烂越好，要咬得不断。但对长期口干的老年人，应进一步检查，例如有人患癌症，也有口干的现象，请万莫大意。另外，对糖尿病或老年人因漱液分泌减退而感到口干者，尤其在夜间，可将枸杞子洗净备用，需要时撒一粒含在舌心上，几秒钟后，就会从舌根生出津液，解除了口中干渴，人睡前含入，一夜不用喝水。

3、蜂蜜加米醋治咽干舌痛：每天早晚各一次，每次1匙蜂蜜2匙米醋，冲一大杯开水，连续喝几个月就会好转，同时对女便异常也可得以恢复正常。

失眠的食物疗法

1、糖水。材料：白糖适量。做法：冲水饮，糖甜服用，引起睡眠的是大脑中的一种血清在起作用，人喝了糖水以后，在体内产生一系列化学反应，最后生成大量的血清素，使大脑受到抑制而进入睡眠状态。

2、小米粥。材料：小米40克。做法：用水熬成粥。中医认为小米性微寒，味甘入脾胃、肾脏，其功用在于健脾和胃，安眠，因此具有一定的安神作用。用小米加水煮成粥，其淀粉可以得到充分糊化，其它营养成分都成水溶状态，生津和胃，易消化吸收。

3、食醋。材料：食醋一汤匙，冷开水一杯。做法：可在临睡前将一汤匙食醋倒入一杯冷开水喝下，不仅很容易睡，而且睡得很香。

4、蜂蜜鲜百合。材料：鲜百合50克，蜂蜜1-2匙。做法：将鲜百合加蜂蜜拌和，蒸熟，临睡前服。

5、莲子百合汤。材料：莲子30克，百合15克，冰糖适量。做法：将莲子、百合共煮成汤，加冰糖调味，临睡前服，每日2次。

6、酸枣仁粥。材料酸枣仁30克，粳米100克。做法：将酸枣仁捣碎用纱布袋包扎，与粳米同入砂锅内，加水500毫升，煮至米烂汤稠停火，然后取出纱布袋不用，加红糖，盖紧盖，闷5分钟即可。每晚临睡前1小时，温热服。

情恋情缠

迷失

□ 易勿（咸阳）

我用七年的心血养育我的爱
我用七年的目光
守望世红盐菜的精彩
七年的期待
期待着城边的旋沙
旋沙碰撞不再的盛世丝杯
七年的铁箱
同一个世界
同一个梦想
呼拜五千年文明的坚韧眼飞
呼拜草原辽阔的不败
呼拜黄河长江落定尘沙的风采

我们的2008
我用生命之地酒的醉香
我用红色之花为你准备喜庆

当七年期的夏天锁定中华之北
当绿色蛮雷在神州大地按照盛开
当那个象节的世界
为东方的颜色燃烧烈焰
我知道，2008
我的心从此开始真期待期待
我的爱
从此不再孤转排排

盘龙它乾坤
飞天拉沙海
所有的英雄溢洞所有的血脉
我们在点黄的天空里
鼓放点铁的一代

历练

军训就是历练，就是鼓励自己的软弱、激励自己的不足。

在短短五天中，学员们之间相互鼓励、相互帮助，一起吃苦，同舟共济。一起的日子过得飞快，转眼就到了离别时。

说到离别，最值得我们的要属军训场地了。特别是那里的山，虽然那算不上真正的大山，但依旧让人感到怀念。其实，军训的时候，一直报着望到军营的各处看一看，欣赏一下这里的花草树木，但这一切都是徒劳，因为我们的教官不允许我们这样做。所以，我们便开始了在完善的时间内，我们便开始了在完善的时间内，我们便开始了在完善的时间内

眉山市青年联合会造访通威时由衷赞叹

通威是眉山走出的骄傲

本报讯（通讯员 唐彩）3月6日，通威股份总裁管亚伟先到访山东通威和淄博食品公司检查、指导工作，并与淄博市高青县县委书记李灿玉、蒋务副县长刘忠元等亲切会谈。双方就合作事宜进行了深入交流。

本报讯（记者 罗太华）3月22日，眉山市青年联合会在眉山市团市委书记、市青联主席郭建国的带领下，一行40余人作客通威总部，并借参观之际召开了“解放思想”大讨论活动。通威股份总裁管亚伟、总裁助理陆良亲切接待并与大家有个交流。

眉山市青年联合会主要由该市各条战线上的年轻骨干组成，代表着最具创新活力和发展潜力的新一代。当参观陈列着众多辉煌的通威荣誉厅并详细了解了通威发展历程后，大家不禁啧啧赞叹，对发铃干眉山并不断走向全国、走向世界的通威充满敬意。

郭书记在交流中指出，正是因为通威创始人大胆的试用期复工，还是在动员每个了好元年的老前辈，都除自来论比是基于自己在公司成长的脚印，有欢喜、有激情、有感动、有感动、有收获、有满足，都为好主人七周岁生日献上了最诚挚的祝福。

“快乐工作、快乐成长”主题征文；让员工回顾自己和公司一起成长的喜悦，无论是新进入公司的试用期员工，还是在公司各干了好几年的老前辈，都除自来论比是基于自己在公司成长的脚印，有欢喜、有激情、有感动、有感动、有收获、有满足，都为好主人七周岁生日献上了最诚挚的祝福。

管总裁为眉山市青年联合会副主席、十分感谢眉山市各级各界对通威发展一直以来的关注和厚爱，表示将带领全体通威人，以更强的向心力、凝聚力和创新精神，不断引领通威在未来水产、新能源等领域发展得更好更快，以更加崭新的业绩回报父老乡亲。

考察交流 共进共赢

扬州市维扬区西湖镇党委书记考察通威

本报讯（记者 都晓波）3月13日，扬州市维扬区西湖镇党委书记邱德明一行考察通威，通威集团财务总监杜玉新、通威股份董事、通威地产公司总经理何代哲等亲切接待并与之深入交流。

邱书记一行参看了通威家禽展厅，并观看通威宣传片，了解了通威的发展历程。邱书记对通威的稳健快速发展表示钦佩，指出此行目的旨在考察交流，加强沟通，希望在集团多品牌及房产项目方面寻求、加强合作。

经总介绍了通威集团目前各板块的发展现状，尤其重点介绍了多晶硅、PVC树脂化工板块的情况，指出通威集团正立足着力发展大规能光伏产业和新饲料大主业，并在资源整合、产业价值提升适度多元化发展。经总特别副书记关心的扬州相关房地产项目开发定位和建设进度等作了阐释；胡总识就多晶硅项目实施进展情况与客人进一步交流，指出通威在此方面的终极目标是为争打造世界级清洁能源公司。

通威股份营销总监刘志全视察天津通威

又讯（通讯员 胡晓春）3月11日，通威股份副总裁郭国川市区负责人陈平福率配方师一行来到西安通威，调查了解市场，指导生产经营工作。陈总一行先后视察了西安通威的办公大楼、生产车间、成品和原料库，看望了生产一线的员工。

在随后召开的中层会议上，陈总仔细听取了西安通威总经理万朝阳和各部门负责人的工作汇报，他对公司今年第一季度的工作表示了充分肯定，对公司第一季度完成量和风险标、取得开门红表示祝贺，并希望公司全体同仁乘势而上，深化根据地市场工作，进一步深入开展产共同同成长计划工作，让公司今年的销量创造历史新高。3月12日—17日，陈总还到宁夏回族自治区、甘肃省陇南市市场和陕西地市场一线进行调研，走访经销商，看望并慰问。

永祥多晶硅亮相亚洲太阳能光伏博览会

本报讯（通讯员 罗敏）3月5日—7日，2008亚洲太阳能与光伏工程展览会在上海世贸商城隆重举行。四川永祥多晶硅公司携手来自海内外的110余家涵盖多晶硅、单晶硅、薄膜多晶硅铸锭、太阳能电池、太阳能电池组件、太阳能光伏辅件等领域的参展商一同参展。此次参展是永祥多晶硅继2007年在深圳、成都参展后第三次亮相国内光伏产业博览会。

永祥多晶硅展位以“打造世界级多晶硅生产企业和世界一流的清洁能源公司”为主题，吸引了不少商客前来咨询、洽谈。多晶硅项目现场总指挥冯德志、首席专家戴田忠教授携代表团参观了展位，并与永祥多晶硅公司董事长、总经理、总工程师、技术总监、生产总监、市场总监、财务总监、人力资源总监等进行了深入交流。

成都好主人宠物食品公司七周岁生日庆典礼记

成都好主人宠物食品公司自2001年3月15日一路走来，生产线从简陋的手工操作到现代化一流的生产线；第三代灵根、+3菌株、饥饿高效大模等陆续成功上市；好主人的旗帜已越海征国大江南北，所有好主人员工快乐生活、快乐创作一个3月15日，为庆祝好主人公司七周岁生日，公司组织员工开展了一系列庆祝活动。

“快乐工作、快乐成长”主题征文；让员工回顾自己和公司一起成长的喜悦，无论是新进入公司的试用期员工，还是在公司各干了好几年的老前辈，都除自来论比是基于自己在公司成长的脚印，有欢喜、有激情、有感动、有感动、有收获、有满足，都为好主人七周岁生日献上了最诚挚的祝福。

管亚伟总裁视察山东通威及淄博食品公司

管总视察中与眉山市领导成员座谈

中的一些问题进行了磋商，并就加快山东通威“零缺陷”的建设达成共识。

管总就在山东通威经过及淄博食品公司两次品质问题处理后，深入了解了通威的发展、市场、技术、生产、管理、人力资源、财务、营销、采购、物流、品质、研发、安全、环保、企业文化、企业文化、企业文化