

餐桌叙话

建安公司 万九胜

周六的晚餐，特地添加了几道可口菜肴让女儿大快朵颐，而我一如既往地品着小酒，乐悠悠地边吃边瞧着她那不雅吃相。

“给我添点汤！”女儿娇气地说。我正声道：“你得说‘爸，请给我添碗汤’，这样才有礼貌。”女儿气嘟嘟着：“不添我自己添。”说罢起身欲拿汤勺，一不小心把筷子碰到了桌下。见此情形我搁下酒杯，拾起筷子说道：“看来，今天我得好好给你补上一课了，这吃饭用筷的规矩你知道吗？”女儿茫然地摇摇头，故作认真地说道：“老学究又要开讲了，学生我洗耳恭听。”

嘬了一口酒，我缓缓道：“人的志向和气场的高低是不一样的，有的目光短浅，急功近利，就好比是麻雀，每天想到的只是爪子下的食物，把肚子填满也不过百粒粮食，它鸣叫的声音也不过几亩田地的范围。而有些人刚好相反，他们高瞻远瞩，有如鸾凤之志，一旦展翅腾飞，将一举千里，不是梧桐不栖息。有冲天之翼者，必不肯寄篱矮墙。”

女儿说：“这和我吃饭生气有什么关系啊？”“当然有关系。”我接着说道：“一半得自天生，一半授于后天。爸爸希望你鸾凤之志，有大气量敢于容忍，乐观面对。刚才爸爸没给你添汤，你就气鼓鼓地做出这样的‘大动作’，那种麻雀之气能在以后对你有所帮助吗？”

看女儿若有所思，我继续道：“再说这筷子，你知道筷子为什么是两根吗？”女儿回答道：“五根指头夹三根不是不好用吗，两根才好使啊。”

我顿时被晕了一下。“这也只有你说的出来，让我来告诉你：筷子多以竹木为材而作，‘双木即成林，相伴到永远’，筷子也一直是平等、友爱、和睦相亲的象征，所以这平等、友爱、和睦相亲是不容遗忘和践踏并要世代传承的，你明白吗？”

女儿瞪着双眼：“不会吧老爸，就一双筷子还有这样的说法？”

我点点头：“在中国几千年的饮食文化中，筷子形成了基本的规矩和礼仪。筷子虽然用起来简单、方便，但也有很多规矩。比如：不能举着筷子和别人说话，说话时要将筷子放到筷架上，或将筷子并齐放在饭碗旁边；不能用筷子去推饭碗、菜碟，不能用筷子去叉馒头或别的食品……嗨！把鸡腿先搁下听我说，别急着吃，你慌个什么。”

“你说你的，我吃我的啊，嘴在动，耳

在听不是吗？”女儿辩解道。

端起酒杯，我又嘬了一口，说：“吃饭时不能用筷子敲击盘碗，这种行为被看作是乞丐要饭，这叫‘击盏敲盅’；手里拿着筷子，旁若无人，来回在桌上的菜盘里巡找，这是‘执箸巡城’；用餐时将筷子颠倒使用，正所谓饥不择食，以至于都不顾脸面了，将筷子使倒，这是绝对不可以

的，俗称‘颠倒乾坤’；把一副筷子插在饭中递给对方，这会被视为大不敬；把筷子的一端含在嘴里，来回嘬，并发出‘嘶嘶’声，叫‘品箸留声’，这些都被视为是缺少家教的行为。其实还有许多，今天我就先和你说说这几条，现在你明白了吧？”

女儿调皮地说：“老爸，你好有才啊，对您这种家庭教育方式，女儿我佩服得

如同黄河之水绵延不绝。”

“去，少来，要不怎么说桌上聊天长知识呢。”嘴里如是说，我心里顿时有了一种成就感。

家风建设



▲5月5日，公司文艺志愿服务队在黄金山大冶有色工业园演出结束后合影留念。王克礼 摄

大冶有色文艺志愿服务在行动

5月5日，公司组织一大批文艺志愿者，来到黄金山大冶有色工业园综合楼开展文艺“三进”活动，趁着职工们中午在综合楼食堂就餐的业余时间，为他们额外提供一份丰盛的“精神食粮”。

志愿服务是现代文明进步的重要标志，文艺志愿服务已成为组织动员广大文艺工作者践行群众路线、深入基层一线、服务职工群众、奉献艺术才华的重要举措。4月29日，根据黄石市委的统一部署，市委宣传部在大冶有色设立了黄石市文联文艺志愿服务辅导站，全市共7家。

辅导站是创新文艺志愿服务方式、加强基层文化建设的重要载体，公司将不定期组织文艺爱好者和文艺志愿者开展文学笔会、摄影采风、书画创作、文艺演出、艺术沙龙、作品展览等各类文艺志愿服务活动。

文化长廊 (王克礼)

一条蚕的一生

冶炼厂 黄红梅

桑叶开始长出的时候，小学校门外多了一些卖蚕的老人。想到儿时养蚕的乐趣，我就给充满好奇的儿子也买了一些。

小蚕一天天长大，其中有一条又白又胖，特别会吃桑叶，我和儿子给它取名“白胖胖”。“白胖胖”每次找到新鲜的桑叶，张口就吃，不大一会，桑叶就被它咬了一个缺口。这些可爱的小东西吃桑叶的时候，会发出“沙沙”的响声，当桑叶只剩下杆子的时候蚕就“肥”了一圈，个儿也长大了。

那天回家，儿子告诉我“白胖胖”不吃桑叶了，到处跑。我一看，“白胖胖”浑身黄中略带透明，对新鲜的桑叶毫无“食欲”，就告诉儿子：“白胖胖”要结茧了。果然，不一会儿，“白胖胖”选中了一个地方，开始摇头晃脑地吐起了丝。儿子张大嘴巴感叹道：“真是神奇啊！”

过了一个晚上，早上起来看“白胖胖”，儿子叫了起来：“妈妈，白胖胖变小了。”我过去一看，只见“白胖胖”仍在忙着四处吐丝，它的周围平铺着细细的金黄色的丝，可是，丝没有将它包围起来。“白胖胖”明显缩小了许多，它像是疲倦了，头无力地摆动着。在“白胖胖”的旁边多了几个金黄色椭圆形的茧，这肯定是晚上另外几条蚕结成的茧。我担心地说：“‘白胖胖’的茧没有做成，怕是没有化成蚕蛾的条件了。”

看着“白胖胖”无力的小身子，儿子分外伤心。我拍拍他的肩膀，说：“孩子，不要伤心了，这就是一条蚕的一生。‘白胖胖’结茧的时候只顾做一些盲目的劳动，而没有象其它蚕一样选到合适的结茧位置，才会有这样的结果。这就像一个人的一生，如果没有一个正确的思想目标，只会碌碌无为地做一些徒劳的事啊！”

儿子望着我，点点头说：“妈妈，我明白了。”

向平凡奉献者致敬

铜绿山矿 蔡向明

前几天，《东楚晚报》连续报道了年仅36岁的大冶市特殊教育学校女老师欧平琴，因患急性脑膜炎而英年早逝。她生前无私奉献、无怨无悔地从事特殊教育事业的事迹令人感动和敬佩。

欧平琴自师范毕业后，选择了给“折翼天使”们当“小妈”的特殊教育事业。从教17年，她爱生如子，被学生们亲切地唤作“小妈”。在她短暂而平凡的特教岗位上，她既像青松挺拔、翠竹坚韧，更像草花朴实、星花平凡，她的大爱无疆使得生命之花永存。

现实生活中，有些人一方面抱怨自己因平凡而无为，另一方面又轻视、不屑于平凡。岂不知万丈高楼平地起，光喜欢仰视高的雄伟、壮观，都不屑和不愿做垫底基石，又何来高楼雄姿？

我崇尚平凡，因为垫底基石脚踏实地接地气，它平凡稳固有担当。远者不说，就说我们矿“选矿车间碎矿工段职工李战营，他30多年如一日，至今仍无怨无悔地坚守在艰苦而又平凡的碎矿岗位上，成为铜绿山矿首屈“工人明星”。还有磨浮工段球磨工人技师王延华，多次拒绝私人企业高薪聘请而坚守在磨矿岗位上。日前他又主动报名前往高寒、缺氧的新疆萨热克铜矿，远离家乡和亲人，远赴边疆，积极投入到支援公司矿山建设的工作中去。正是他们这些看似平凡却又感人的举动，在公司“改革创新、提质增效”和打造“五个有色”的大旗下光彩熠熠，他们用自己朴实的言行传递了正能量，激发了更多职工自甘平凡、立足岗位作奉献的积极性。

平凡并非平庸，无争不代表无为。作为平凡者中的一员，我们要向平凡奉献者致敬，像他们那样，不图虚名，不务虚功，在平凡的岗位上创造不平凡的业绩。

青年之歌

物流公司 凌芸雨

毕业那年
你青春靓丽
我朝气蓬勃
他阳光帅气
我们拥有同一个名字——青年

工作多年
你成了一线骨干
我成了企业文员
他成了商界精英
我们依然有同一个名字——青年

十年之后
你收获荣誉累累
我积累经验多多
他赢得掌声阵阵
我们为无悔青春努力奉献
只因为
我们要无愧青年无愧青春

微笑的力量

冶炼厂 孙晓娟

“生活路上，总有玫瑰、美酒、荆棘、坎坷相伴。在失意时，微笑能够为你驱散阴霾，抚平内心伤悲，缓冲负面情绪的影响。微笑是一种力量、一种姿态。每天多一点微笑，生活就不会太单调。请记得每天笑一笑！”

这是一个朋友在我情绪低落时发给我的短信。看后，很受鼓舞，于是试着嘴角上扬，做出微笑状。虽然勉强，但心情真的好多了。

微笑是对他人的尊重，是对生活的尊重。微笑是有“回报”的，你对别人微笑，别人展露给你的也是笑容。

微笑是人生最好的名片。谁不希望跟一个乐观向上的人交朋友呢？微笑能给自己树立自信，也能给别人一份愉悦。微笑是朋友间最好的语言，一个自然流露的微笑，胜过千言万语，无论是初次见面也好，相识已久也好，微笑能拉近人与人

之间的距离，令人倍感温暖。而且，可使彼此有交往、沟通的欲望，从而促进了解、转化关系，最终收获友谊与快乐。微笑是一种修养，微笑的实质是亲切，是鼓励，是温馨。真正懂得微笑的人，总是容易获得比別人更多的机会，也更容易获得成功。

我时常被微笑的人吸引。我喜欢微笑的神态、微笑的眼神、微笑的嘴角，我渴望了解一个微笑的人，想知道是什么让他(她)面带微笑。

微笑能改变我们的心情。当情绪低落的时候，试着做出一切与笑有关的动作和情状，你会发现：微笑欺骗的只是视觉，却真的改变了心境，内心的烦恼和不快真的减少了许多。

微笑会传染，当某个人在微笑时，会使周围的气氛变得轻松，从而改变其他人的心情，使场面变得欢快，使气氛变得

融洽，仿佛微笑的人随身携带着快乐。

每天给自己一个微笑，大地会对你微笑，天空也会对你微笑，世间万物都会对你微笑，让一天快乐地开始，也欢乐地结束。微笑的力量是巨大的，微笑能让你对自己充满信心；微笑能让你保持好心情；微笑能让有矛盾的人儿重归于好；微笑能让烦恼远离……

生活是块七色板，其中蕴涵着追梦的艰辛，成功的喜悦，挫折的苦痛，孤独的寂寞，这些都需要用微笑去面对。在成功与失败的边缘，我们或许徘徊，我们或许犹豫。是微笑，让我们看到了希望，获得了成功。是微笑，让我们鼓足了勇气，赢得了胜利。无论成功与失败，我们都应该坦然面对。成功不必得意，失败也无须失意，让我们微笑着迎接生活的挑战！

让微笑伴我们一路前行！

美丽家园

铜绿山矿 刘何球

绵绵微风拂掠着铜都大地，温暖的阳光给坑采车间大院平添了几分柔美与祥和；巍巍井塔，幽幽矿井，忙碌的矿工们给这片神奇的土地带来了无穷的力量和活力；“一流铜业，国际品牌”，这一美好的企业愿景激励着一代又一代“铜山人”携手同行。

工业场地内，小草睁开了惺忪的睡眼，探出头来好奇地张望；花儿露出了娇羞的笑容，随风舞蹈；一排排挺拔的白玉兰犹如站岗的哨兵，精神抖擞地矗立在马路两旁。

原来的铜绿山矿坑采车间是一个拥有800余名职工的大家庭。工段、班组、厂房条件简陋，职工没有养成良好的习惯，物品乱丢乱放，已成为家常便饭。如

今大院内实行了“三化”管理，“大家庭”瞬间呈现出一派全新景象、文明之风，家园从此旧貌换新颜。

“下井之前，别忘了把桌面清理干净、凳子摆放整齐……”一名准备就绪、行将入井的职工正在叮嘱他身边的同事。循声走进这个班组，映入眼帘的是摆放整齐的桌椅和一尘不染的地面。

随罐深入几百米井下，“井下专项治理”活动令井下环境焕然一新。眼前的井下，平整、通畅的巷道，潺潺的流水，在无数盏新型节能灯的辉映下似有“小桥流水人家”之诗情画意。不计其数的安全警示牌、场所标识牌、危险提示牌，犹如工友们不离不弃的安全守护神，时刻提醒

着大家心系安全。文化长廊孕育的文化气息让矿工们闲暇时体会到了知识带来的快乐，如丝丝暖风吹入心田。风、水、电三线分开，不仅带给我们视觉上的享受，更让安全工作有了新的突破。

走进井下，我们常常会看到这样一群人，他们每天背着冲击钻、架梯和工具包，奔波于负305、365、425米几个中段之间，分段整改，逐步推进，将井下各中段四岔道岩脉穿脉、分段平巷，一切按规划完成。工作中，脖子酸了，手背紧了，他们舍不得停下手中的活，仿佛手中的冲击钻充满了魔力，他们越干越来劲。遇到困难或沉思、或探讨，他们用勤劳的双手在岩层深处创造着一个又一个奇迹，打

造着一个又一个亮点，演绎着一个又一个动人的故事。

“我们同风雨，我们共追求，我们珍惜同样的爱……”当罐笼徐徐上升，悦耳的歌声在后罐室悠悠地响起。由远而近，动人的旋律，甜美的歌喉，疲劳似乎在顷刻间一扫而光，心情骤然变得慷慨激昂。

“我们同风雨，我们共追求，我们怀着同样的期待……”当矿工们大步走来，深情的乐曲在耳边久久回荡，时而低沉，时而高亢。此时此刻，希望似乎在心坎里涌动，热血似乎在骨子里沸腾。“雄关漫道真如铁”。矿工们正以饱满的工作热情，十足的工作干劲，齐心协力，携手共建美丽家园。

企业歌曲

拥抱太阳

邓彬彤 词
邓光明 曲

1=F 4/4
中速 坚定有力地
(0 0 0 5. 5 | i - i. i̇ | 6. 7 i - 5. 5 |
4 2 4 4. 5 | 6 - - 5. 5 | i - i. 5 |
6. 5 4 - 3 | 2 6 i 7. 6 | 5 - 5 0) |
5 - 5. 1 | 6 5. 4 5 1 | 4 1 4 5. 4 |
穿 过 千 年 的 风 雨， 历 经 岁 月 的
沐 浴 和 煦 的 春 风， 迎 着 灿 烂 的
3 - 2 - | 1 - 5. 1 | 3 2 3 0 0
沧 桑， 你 走 向 远 方，
朝 阳， 你 奔 向 远 方，
2 2 1 1 2 1 | 5 - - 0 | 1 7 1 2. 3
一 路 步 履 铿 锵。 古 老 的
一 起 追 逐 梦 想。 滚 滚 的
4 3 2 2 - | 4 1 4 4 5 | 6 5 6 - -
青 铜， 闪 耀 绚 美 的 光 芒；
长 江， 澎 湃 青 春 的 力 量；
5 - 1. 1 | 2 3 6 - 2 2 | 4 5 5 6 7 6
金 色 的 矿 山 点 燃 无 数 的 期
火 热 的 土 地 传 递 红 火 的 希
5 - - 5 5 | i - i. 7 | 2 i i - 5 5
待。} 我 们 拥 抱 太 阳， 我 们
i 5 4 i 7 | 6 5 6 - 5 5 | i - i. 5
壮 志 飞 扬， 我 们 拥 抱
6 5 4 - 2 2 | 4 5 i 7 6 | i 5 - -
太 阳， 我 们 壮 志 飞 扬！
1 1 5. 1 | 2 2 6 2 2 | 4 4 5 6
多 少 汗 水 冶 炼 不 朽 的 荣 光，
4 0 2 6 i | 7 - 6 7 6 | 5 - - - :||
不 朽 的 荣 光。
结束句
0 2 6 i | 7 - 6 5 | i - - - ||
不 朽 的 荣 光。