

澄水报

2013年4月1日

星期一

总第306期

苏澄新准字

021号

内部资料

公司获“公共服务联动先进集体”荣誉称号

本报讯 近日,公司被评为江阴市“2012年度公共服务联动工作先进集体”。

在2012年度的公共服务联动工作中,公司紧密围绕“以服务民生为导向,以用户满意为目标”的工作方针,深化服务内涵,提高服务技能,积极开展与12345公共服务热线的联动工作。全年共接受用户诉求166起,及时签收率100%,按时反馈率100%,用户满意率达100%。(吴敏)

江苏江阴市城镇供水排水协会 主办
江苏江南水务股份有限公司

走访企业摸实情 服务民生谋实招

江阴市常务副市长孙小虎来公司调研



控管理、澄西水厂建设、企业发展难题、企业发展思路等情况的汇报。

随后,孙副市长指出,多年来,江南水务各项工作扎实推进、全面提升,水务运行管理不断跃上新台阶,取得了不俗的业绩;尤其是立足民生,致力保障安全优质供水,为江阴经济社会的稳步较快发展作出了很大的贡献。同时他要求,保供能力再增强,确保广大市民用上安全、洁净、放心的长江自来水;供水服务再提升,切实提高市民的满意度;城乡供水一体化再推进,真正实现“同城同质同服务”的目标;经营管理再优化,达到“社会效益”和“经济效益”的同步提升;持续发展再

加力,不断增强企业发展后劲。并围绕企业的难点和重点,他提出:在实施村级户表改造上,要先易后难,点上突破,面上推进;在整合未收购乡镇水厂上,要科学评估,合理操作,加快推进;在推动企业后续发展上,要立足江阴,立足主业,加速拓展,做强做大水务产业,为江阴率先基本实现现代化、建设现代化滨江花园城市作出新的更大的贡献。

最后,龚国贤表示,将紧紧围绕孙副市长提出的要求和指导性意见,充实、细化到今年企业的年度发展规划中,进一步理清思路,明确目标,分解任务,强化措施,狠抓落实,埋头苦干,务求实效。(骆才良文/摄)

本报讯 走访企业,服务民生。3月14日,江阴市委常委、常务副市长孙小虎一行来到公司,开展调研,指导工作。公司党委书记、董事长龚国贤,总经理沙建新等领导陪同调研。

首先,孙副市长一行来到公司15楼,在供水陈列室肖

山水厂多媒体沙盘投影前和供水服务调度中心,详细了解了水厂的运行情况、智能化的调度系统。紧接着,在12楼会议室与公司领导举行座谈,分别听取了董事长龚国贤、总经理沙建新关于企业概况、管网建设、水质保障、智能水务建设、供水服务、城乡一体化、内

山水厂多媒体沙盘投影前和供水服务调度中心,详细了解了水厂的运行情况、智能化的调度系统。紧接着,在12楼会议室与公司领导举行座谈,分别听取了董事长龚国贤、总经理沙建新关于企业概况、管网建设、水质保障、智能水务建设、供水服务、城乡一体化、内

节都有先进的检测仪器对水质进行实时监测,前来参观的用户代表感叹道:水厂如此规范的生产流程,如此先进的工艺设备,我们看得放心、喝得也放心!

在水质检测中心,大家参观了具有国内领先水平的水质检测仪器,讲解员告诉大家:从源头到龙头,公司建立了严密、完善的水质检测网络,水质检测能力达170项,江阴的自来水水质各项指标均优于国家标准,市民们可放心饮用。

又讯 当天上午,公司客服中心、营业所、市政工程公司工作人员还来到学院广场,开展“世界水日”宣传服务活动,提供涉水咨询,发放宣传资料,呼吁市民保护水资源、珍惜自来水,收到了良好的社会效应。(水轩 吴敏文/摄)

在调度大楼15楼供水陈列室和调度中心,大家认真了解了公司的基本情况,并对智能化的供水调度系统,表示了由衷的赞叹。

随后,大家来到肖山水厂,深入了解了长江原水从取水管进入到取水泵房的吸水井中,经水泵加压提升至机械搅拌混合池,投加氯化铝进行混凝后,进入折板反应池絮凝反应,再流入平流沉淀池让其自然沉淀,收集上清液进入滤池过滤,经过加氯消毒进入清水库,最后由送水泵房加压输送到城市管网中的整个制水过程。大家边走边问,为什么要对原水进行加矾,水是怎样变清的,滤池的工作原理是什么等等,讲解员都一一给予了详细的解答。在水质集中监测采样点,看到自来水生产过程中的每个环



中国水协名誉会长 李振东来公司调研

本报讯 3月26日,中国水协名誉会长李振东一行多人,来到公司进行实地调研、指导工作,党委书记、董事长龚国贤,总经理沙建新等公司领导陪同调研。

首先在供水服务调度大楼15楼供水陈列室,龚国贤向李会长汇报了公司的一些基本概况,李会长不时询问公司的供水能力、水务运行、信息化建设等情况。在供水调度中心,沙建新向李会长介绍了智能水务建设的一些进展和成效。最后,李会长讲话,说:“2008年5月我来过一次江阴,通过这这几年的创新作为、务实奋进,江南水务在资本化运作、专业化水务运行、智能化建设等方面都取得了崭新的业绩,很值得欣喜。”(善水文/摄)



友好往来

本报讯 3月7日,大丰水司副总经理包玉兵等一行4人,就城乡一体化、供水调度系统建设等议题,来到公司进行考察交流,并参观了供水服务调度中心,公司领导曾武及相关部门负责人参加交流活动。(澄水)

本报讯 3月19日,南通水司党委书记顾圣全等一行7人,就水务信息化建设等议题,来到公司进行考察交流,并参观了供水服务调度中心,公司领导曾武及相关部门负责人参加交流活动。(善水)

本报讯 3月29日,赣州水司总经理李聪等一行3人,就资本经营等议题,来到公司进行考察交流,并参观了供水服务调度中心,公司领导龚国贤及相关部门负责人参加交流活动。(田源)

走近生命之源 走进健康生活

公司举办首届国内供水联合开放日活动

本报讯 关注自来水、认知自来水、珍惜自来水。在3月22日“世界水日”这天,由中国供水服务促进联盟主办、全国40多家供水企业举办的首届联合开放活动如期举行,来自江阴市的学生代表、媒体代表、用户代表共200多人,走进公司供水服务调度中心、肖山水厂、水质检测中心,零距离接触自来水,看流程、听讲解、互动问答,全面加深了参与者对供水企业的准确认知,进一步增强了他们的节水、爱水意识。

开放活动在简洁而热烈的启动仪式中拉开帷幕,公司相关部门负责人宣读了题为《供水清清水美我中华》的供水联合开放日活动倡议书,我们愿意:合力建设可持续发展的优质供水服务体系,全力确保自来水水质安全和水量、水压稳定;我们保证:积极履行与社会沟通的义务和责任,不断提升供水综合服务水平,促进社会对供水的认知;我们邀请:关注水安全、水健康和环境的社会各界人士,来水的家园参观、交流、监督,认知水,体验水,感悟水;我们倡议:广大有责任的同行共同参与联合开放日活动,一起践行安全优质供水的神圣承诺。公司副总经理吴耀东宣布首届供水联合开放日活动正式开始。

在调度大楼15楼供水陈列室和调度中心,大家认真了解了公司的基本情况,并对智能化的供水调度系统,表示了由衷的赞叹。

随后,大家来到肖山水厂,深入了解了长江原水从取水管进入到取水泵房的吸水井中,经水泵加压提升至机械搅拌混合池,投加氯化铝进行混凝后,进入折板反应池絮凝反应,再流入平流沉淀池让其自然沉淀,收集上清液进入滤池过滤,经过加氯消毒进入清水库,最后由送水泵房加压输送到城市管网中的整个制水过程。大家边走边问,为什么要对原水进行加矾,水是怎样变清的,滤池的工作原理是什么等等,讲解员都一一给予了详细的解答。在水质集中监测采样点,看到自来水生产过程中的每个环

本期导读

1版 企业要闻

- ◇ 江阴市常务副市长孙小虎来公司调研
- ◇ 中国水协名誉会长李振东来公司调研
- ◇ 走近生命之源 走进健康生活
- ◇ 公司举办首届国内供水联合开放活动

2版 综合新闻

- ◇ 公司召开2013年信息宣传工作会议暨举办新闻写作知识培训

3版 信息交流

- ◇ 学习“十八大”精神 积蓄前进新动力——公司党员“十八大”学习心得体会

公司召开2013年信息宣传工作会议暨举办新闻写作知识培训



本报讯 3月6日,公司在13楼培训中心,召开2013年信息宣传工作会议暨举办新闻写作知识培训。公司相关部门负责人及通讯员共70余人参加会议。

2012年,信息宣传工作紧紧围绕公司年度中心工作,大张旗鼓宣传精细管理、创新技术、优化服务、提升水质等各类动态信息和先进事例,充分发挥正确导向、宣传鼓劲的作用,为公司的好快发展提供了强有力的舆论支持。一、通讯员队伍整体素质明显加强。利用培训、座谈会、QQ群等多种渠道,通过双向沟通、互动交流,深入学习水务、新

闻写作等知识,不断增强队伍宣传工作能力。二、内外宣传明显加强。成功定位《江南水务》、《澄水报》两大宣传载体,持续改进和提升稿件、编排质量。同时成功改版公司网站;围绕水质保障、民主行风评议、安全保供等重点,做足对外宣传,扩大了企业在行业中和社会上的影响力。三、落实制度明显加强。加大信息宣传考核力度,定期通报各部门宣传完成情况,动态评选骨干和优秀通讯员,每季度召开骨干通讯员例会,组织骨干通讯员和文学爱好者外出采风,大大提高

了信息宣传的凝聚力。

2013年,信息宣传工作要紧紧把握安全保供这个主基调,更加注重供水服务的深化优化,更大力度加快城乡供水一体化建设,更强信心推进企业发展转型升级,更加规范提升企业运行质量,更新举措增强员工队伍素质的公司总体思路,创新作为,奋发有为,积极营造良好的社会舆论环境。一、抓紧队伍建设促提升。举办一期摄影培训班和一期新闻写作培训班,继续加大考核力度。二、抓好重点事项求突破。以制作体现公司整体形象的PPT和宣传画册为重点,狠抓落实到位。着力改进宣传三大载体,深入改版《澄水报》,持续优化《江南水务》,不断完善企业网站。三、抓实活动开展增活力。正常化执行骨干通讯员例会制度,开展一次现场新闻竞赛活动,组织开展一次骨干通讯员外出采风活动,组织举办一次好照片评选活动。

会上,对获得2012年度骨干、优秀通讯员的高军、惠丽娜、吴依华、陆红萍、楚笑丽、蒋含萍等员工进行了表彰。

随后,来自《江阴日报》社新闻研究室的张东平副主任,对通讯员进行培训,详细讲解了新闻写作知识,采取理论学习、举例分析等方式,教授了新闻的基本属性及消息写作常识。通过培训,不仅使通讯员深刻认识了新闻宣传的重要地位和作用,同时也提高了通讯员的新闻敏感性,全面提升了写作技能和水平,为公司信息宣传工作再上一个新台阶奠定了扎实的基础。

(张慧文/摄)

图片新闻



“三八”节前夕,3月6日,公司女工委组织女员工,在14楼会议室观看了由学者李玲瑶博士主讲的“智慧人生”专题纪录片,具体内容包括修养熏陶和亲子教育。

在“修养熏陶”讲解中,她提倡一个现代女性在追求外在形象的同时,要注重内在的修炼,不断充实自己,让学习成为一种习惯。在“亲子教育”中,她主要讲了这样一个观点:你给孩子一碗饭,可以使孩子长大;你给孩子一个正确的理念,可以使他伟大。通过这次讲座,使广大女员工充分认识到了学习的重要性,在学习中不断成长,因为成长比成功更重要!

(刘敏田源文/摄)



3月2日,公司团委组织了中心营业所、客服中心、水质检测中心的团员青年代表,参加了“我为滨江花园城市添光彩”学雷锋广场志愿者服务活动。在步行街学院广场活动现场,团员青年热情答复市民关于涉水事项的各类咨询,大力宣传安全、合理用水知识,积极倡导节约用水、绿色生活理念,现场共派发宣传资料400多份,充分展示了水务青年关爱社会、乐于奉献的志愿文明形象。

(仲丽萍文/摄)



3月15日,公司客服中心、营业所、水质检测中心一行多人,来到市学院广场,参加由市消协主办的消费者权益保护日活动。

活动现场,工作人员向广大市民极力普及合理用水、有效节水的常识,耐心、细致地答复市民提出的水费代扣、维修服务涉水业务咨询。针对市民普遍关心的江阴长江自来水水质的问题,工作人员解答道:多年以来,江南水务严格执行三级检验制度,对原水、出厂水、管网水进行全程监测,按照新版饮用水卫生标准,江阴自来水水质106项检测指标全面优于国家标准,市民可放心饮用。

(澄水文/摄)

设备大“体检” 运行更“强健”

本报讯 新年新动力,全力保运行。3月初,机电维修中心有序部署、积极行动,开始对肖山水厂及小湾水厂的供水设备进行一年一度的维护保养工作。



一泵房、二泵房及冲洗泵房的水泵进行开泵维修,更换磨损较严重的轴承、轴套,清洗水泵内的锈斑,修复损坏的零部件;并为所有设备更换全新润滑油;同时做好电气除尘,控制柜电路检修工作。

(白朝辉 陈凯/文摄)

工作细一点 成效多一些

新年伊始,中心已对两水厂供水设备进行了全面细致的巡视检查工作,并详细记录了每套设备的运行情况,及需要维修保养的内容,使得此次保养工作能够做到有的放矢、事半功倍,不错过任何一个细节,不放过任何一个漏洞。

此次保养,将对

通力协作 解决难题

本报讯 针对近阶段南门老城区内部管网破损较多、漏损严重,直接影响该区域产销差率及水费回收率的问题,日前,设计所、中心营业所、抢修队等多部门进行了一次联合“会诊”,分析原因,制定方案,彻底解决了以上难题。

在问题集中的南门忠义街薛家弄,多部门举办现场办公会,根据以往抄收经验,设计所对漏损较为严重的管道进行勘查,确定管道走向,结合房屋拆迁情况,当场制

定堵漏改造的施工方案。随后,中心营业所及时与相关社区、用户联系,将改造计划进行告知,并配合做好施工现场的协调工作。准备就绪后,抢修队及时进场,利用3个工作日,便完成了堵漏改造工程的施工任务。

经测算,此次改造堵住的漏水量达2000多吨/日,在减少公司经济损失的同时,更有效地保障了用户的正常用水。

(高军)

本报讯 近日,祝塘营业所抄收员在查抄水表的过程中,发现一处管网漏点,并多方排查原因,及时进行修复,从而有效压降了自来水的漏损,这是该所推行抄表、催费、巡查、宣传、联络、服务六位一体化抄收以来的又一收获。

3月5日,该所抄收员在辖区内对村级表实施查抄时,发现建南村新圩路总水表指针转速较快,便停留观察,指针长时间无停顿或缓慢的迹象。带着疑问,抄收员马上将这个月的用水量与上个月的进行对比,发现该月水量明显增多,难道是该区域新增了用水量较大的企业?随即联系当地村委会,得知此路管网的用户及用水性质没有任何变动。结合以上因素判断,该路管线有较大漏点。于是,该所迅速组织力量,查找漏点。

在周边环境较为复杂的情况下,决定采取逐段排除的方法,来确定漏点位置。首先,逐一关闭各路支管的阀门,水表无明显变化,确定漏点在总管段;然后在总管上增加几处断路阀,通过对断路阀的闭合,来缩小排查范围,最终将漏点锁定在了20米的范围内。经过持续开挖作业,终于找到漏点,原来是管网的一个接头处脱节而导致漏水,施工人员立即进场施工,在最短的时间内修复漏点,恢复了正常供水。

(沈丽新)

贯彻落实十八大精神
凝心聚力促科学发展

学习“十八大”精神 积蓄前进新动力

——公司党员“十八大”学习心得体会

制水党支部——王建江：

作为供水一线管理人员，肩负着安全供水、优质供水的重要任务，让市民喝上放心水是我们义不容辞的责任。在这平凡岗位上贯彻

落实十八大精神，就是要脚踏实地做好本职工作，一丝不苟，兢兢业业，勤奋务实。注重每一个细节，抓住每一个环节，确保万无一失，杜绝安全隐患。在生产管理过程中，及时掌握原水水质情况，把好原水、生产过程水、出厂水水质关，保障安全优质供水。抓好各项安全工

作，事事处处把安全放在第一位，努力提高供水保障能力。贯彻落实十八大精神，还要在实际工作中抓落实、抓执行、抓管理，要深入现场、深入岗位、深入员工中间。既要提高自己的政治素质，还要有提升自己的业务技术，不断锤炼个人道德修养，发扬无私奉献精神。

行政第一支部——胡菁：

作为江南水务的一名新员工，我深深感到，贯彻落实十八大相关精神，就是要求我们在日常工作中时刻牢记公司“用户至上，多供好水”的企业宗旨。这不仅是一种外在的要求，更是我们内在的追求，企业的文化，是由每

一名员工共同创造；企业的形象，是由每一名员工共同维护，公司今天的成长，离不开一代又一代澄水人共同的努力与奋斗。

每一位共产党员都在各自的岗位上出色地完成任务，做出成绩，就会成为一种巨大的带动和鼓舞力量，影响和激励广大群众。工作严谨、富有责任心的水厂员工；热情诚信、用心服务的营销部门员工；团结协作、兢兢业业

的行政部门员工；任劳任怨、勤奋踏实的工程部门员工，在各自的岗位上默默奉献，为公司的发展和全市人民的供水事业贡献力量。他们的形象，不断激励着我，让我在日常工作中时刻提醒自己，对待自己要更加严格，发扬爱岗敬业精神，勤奋学习，开拓进取，埋头苦干，努力创造一流的工作业绩，努力成为一名合格的澄水人。

营销第一支部——仲丽萍：

作为一名党员，要时刻保持党员先进性，立足岗位、务实肯干，与时俱进、开拓创新，在任何时间、任何地点，都要尽职尽责，争做政治坚定的表率、学习创新的表率、务

实干事的表率、维护团结的表率、清正廉洁的表率。

作为供水服务工作者，我的工作接受用户诉求，更需坚定全心全意为人民服务的信念，时刻牢记“用户至上，多供好水”的企业宗旨，想用户所想，急用户所急。要加强与各兄弟部门的配合与沟通，及时了解业务动态，及时更新业务知

识，在工作中不断收集整理用户的诉求及建议，为公司领导决策打下坚实的参考基础。主动协助好部门领导的各项工作，积极参加“同城、同网、同服务”的城乡一体化供水建设，加入到各项供水服务活动中去，宣传用水知识，提供咨询讲解，倾听用户意见，力争各项服务做到零缺陷，使用户真心满意。

市政党支部——钱怡：

作为一名当代青年工作者，要立足岗位，认真钻研业务，努力提高自身能力，以更加饱满的精神状态投入到新一轮事业中去。

一、要提高素质，磨炼作风。在实际工作中不断提升自己，全

面践行公司“用户至上，多供好水”的宗旨，时刻保持谦虚谨慎的作风，积极向身边每一位同事、党员学习，同时，在今后的日常工作中，进一步树立创新意识。

二、要努力学习，勤于实践。做到思想上始终清醒，政治上始终坚定，作风上始终务实。加强业务知识的学习，尽快在实践中掌握和活用更多业务。同时，要

继承和发扬老一辈人不怕吃苦的精神，勤学苦练，打好基础，在做好本职工作之余，在更高的层次上探索提高工作效率、规范工作流程的方法。

三、要培养团队意识。积极互相帮助，敢担当，能吃苦，最大发挥集体的力量，尽职尽责，互助友爱，用实际行动来体现公司团队的凝聚力。

管网管理支部——殷晓蕾：

作为一名水务工作者，我们的工作与民生息息相关，必须要时刻牢记“全心全意为人民服务”的宗旨，“用户至上”是我们服务的方针，“多供好水”是我们追求的目标，市民喝上满意水，是对我们工作的最大肯定。以用户急事为先，统筹兼顾，在与用

户协调的过程中，做到热心、耐心，让用户得到满意。

良好的作风是共产党员保持先进性的基本要求，作为给水工程设计工作人员，在工作中，我要加强自主意识，时刻保持共产党员的觉悟。首先，要合理制定工作计划，轻重缓急兼顾到位，保证工作按时、保质地完成，在实践过程中不断优化调整，使各个项目合理到位；在按时完成工作的同时，更加要注重工作质量，

不断优化调整方案，使其更科学可行。要及时与用户沟通交流，了解他们的需求；认真勘察现场，科学有效地做到理论与实际相结合；加强业务知识的学习，不断强化自身的专业知识。其次，“争先创优”是我们共产党员在完成本职工作的基础上，所追求的更深层的进步，加强合作意识，全力推陈出新，向企业、用户交上一份满意的答卷。

行业动态

政协委员呼吁为保护水源地立法

近年来，饮水安全成食品安全以后另一个被社会各界广泛关注的民生热点。在刚刚闭幕的全国两会上，也有不少代表委员就饮水安全问题献计献策，其中政协委员何崇元提出的为“饮水分级”立法被广泛关注。

全国政协委员何崇元表示，由于法制化管理滞后以及地方政府综合监管机制缺失等诸多问题，中国饮用水资源保护现状不容乐观，而水源地是大众饮水安全的源头所在。

何崇元称，应基于2012年发布的《中国居民饮水指南》对于饮用水的分级制度——水源地无污染的高海拔天然雪山冰川矿泉水为一级饮用水，水源地无污染或微污染的普通天然矿泉水为二级水。三级是包括纯净水、矿物质水、天然水在内的瓶装水，四级是城市生活用水自来水。根据不同水源地特点，制定对应的监测、开发、保护等法律法规制度，实现分级管理和保护。

“水源地保护是饮用水安全的源头保障，应在现有的保护区基础上，设立稀有水源地国家级保护区。欧洲国家对北纬36至46之间的雪山地带设立特别水源地的系统保护，从立法到配套的管理措施，都值得我们借鉴。”何崇元同时表示。

他表示，我们高兴地看到，越来越多的中国企业在水源保护方面承担起更多的社会责任。然而有效的水治理系统必须建立在健全的法律基础之上，以政府部门牵头，有序开展饮用水源地的安全保障规划工作，强有力的国家后盾才能让更多的中国企业践行社会责任，让国人的健康饮水标准迈上新的台阶。

(摘自中国水网)

世界水日关注水合作

3月22日是“世界水日”，今年“世界水日”的主题是水合作。而2013年又恰逢“联合国国际水合作年”。这个主题旨在提高人们对水资源管理合作益处的认知，展示一些成功的合作范例，并对水外交、跨境水资源管理以及金融合作等主题进行探讨研究。国际水合作年的口号是：“水，只要分享，处处有水”。

“气候变化以及人口增长和繁荣的需求意味着我们必须齐心协力，保护和管理这一脆弱而有限的资源。”联合国秘书长潘基文在世界水日当天呼吁更加明智地用水，减少对水资源的浪费，加强水资源合作，促进可持续发展。

有关专家指出，各国在水资源领域合作的潜力是巨大的，这种合作对经济、社会和环境都有明显的益处。首先，饮用水供应和卫生服务是实现人类基本需求以及千年发展目标的基础，有助于减轻不平等、化解冲突、消除贫困，还有助于改善人们尤其是妇女、儿童的生活条件和受教育机会。其次，在水管理、饮用水供应以及卫生服务方面的合作有助于克服文化、政治和社会领域出现的紧张局势，帮助构建不同地区和国家间的信任。第三，水合作可创造经济价值，有助于人们更加有效、更加可持续地利用水资源，并获得互利互惠的结果。第四，水合作有助于促进数据信息、管理策略和最佳实践等的交流，这对于环境保护和实现可持续发展至关重要。

“没有干净、充足的淡水人类将无法发展繁荣。”潘基文呼吁：“让我们更加明智地用水，减少对水的浪费，这样人人都能公平地享有水资源。”

(摘自中国水网)

青橘花开

◎ 惠丽娜

现代快节奏的生活中，让好多人都爱上了网上购物，所以快递行业也衍生的红红火火。通常一个电话过去，总会有一个穿着休闲装和平底鞋的男孩出现，而且能说会道。

对庄明印象深刻是因为他和其他那些收发快递的男孩不一样，第一次送快递来时，一看就是刚干这个工作的，一米八几的个头，板刷头，穿着西服打着领带，皮鞋擦得锃亮，显得特别精神帅气。他有点羞涩的简单介绍了自己，是哪个公司的，请多关照之类。慎重地核对姓名、地址、物品，准确后说了好几声谢谢，庄重的好像做了笔大业务，还谨慎的用双手递过来了一张名片。他走后，同事还说，这个傻小子，这样的穿戴跑上跑下也不累。

再次需要用快递时，下意识的想起了庄明。因为他的西装革履，他的谨慎认真，还因为他的名片，所以直接打了过

去。还是那身正式的穿戴，皮鞋踏在地砖上带来清脆的响声，填完单子后，庄明双手接过单子和钱，仔细的打开检查后并收好了要寄的东西，认真的确认收件人的姓名和电话，双手递给我要找的零钱，说了谢谢关照。由于他的认真核查，他做完一笔业务的时间相对的要比别人多些，我和同事们推算像他这样的笨小子估计赚的钱要比别人少很多，也许做不长呢。

过了段时间，好像是劳动节，门卫拿来一个包裹，没有确切的收件人，只有我们部门的地址。拆开一看，是一大袋橘子，不大的个头，红里带点青色，一看就是路边摊上买的，里面还有张纸条，工整的字迹表明写的人很用心。原来是庄明送的，说感谢我们给了他第一笔业务，又很关照他，一点小小的心意，祝节日快乐。大家看了都觉得有点不好意思，我们并没有给他多大的帮助，一个靠自己努力吃饭的人，还给我们送了礼物。分吃了那有点青涩的橘子，大家都没有说句挑剔的话，沉默了半晌，曾叫他傻小子的同事说了句，这个小子傻的还挺有人情味的。

也许是因为他的橘子，他的人情味，

渐渐的，我们有要寄送的物件都会喊他，还顺带推荐给了其他部门的同事，他来的愈加勤了，有时一天要跑好几趟，但他的装束始终没变，就连夏天也穿着西装和皮鞋，等我们熟络了，曾好奇地问他，怎么一直这样穿戴，搬运东西方便吗？而且不像送快递的，倒像推销保险的。庄明脸涨得通红，明亮的眼睛看着我：“我妈说过，要认真的对待自己的工作，培训时老板也说要做好客户交代的每个需求。所以我每天情愿花点时间穿戴精神，给客户一个好印象，这是对客户的尊重，也是对自己职业的尊重。”同事打趣他，这么听妈妈和老板的话啊。他还认真的解释：“当然啦。”我们都觉得他真的有点笨笨的，这么简单的工作做的比别人辛苦多了，不可能有好的发展了。

一次和同事聊天，庄明突然插嘴，我们得知，原来他还是大学生，大家打趣他，大学生怎么还做这个工作啊。他有点羞涩的挠头说：“我是农村出来的，专业对口的工作找了两个月都没找到，又不想问爸妈伸手要钱，正好快递招人，就做了，觉得做做也蛮好的。而且我发现这个工作原来学的知识也用得着啊，

(下转 1、4 版中缝)



暖意

葛晓丹 / 摄

放风筝

◎ 徐雪燕

风和日丽的三月，带着儿子和他的伙伴，驱车来到敌山湾放风筝。广场上，迎面扑来阵阵草香，着实让人心旷神怡。

开始放风筝了，儿子举着风筝，我拉着线，本想跑快点好让风筝飞起来，谁知我跑得快，儿子也跟着跑快，手里还始终拿着风筝不放，我们相隔大概二十米，我喊了一句：“可以了。”儿子听见了，就连忙松开手，只见风筝摇摇晃晃，像喝醉了一样，往高处飞，我心里一阵得意，却突然，风筝来了个倒栽葱，儿子又急又气，“妈妈，我们的风筝怎么就是放不起来，是不是这只风筝不好呀！”“别急，也许是光头强（风筝的图案）还不想飞到天上去。”唉，他哪里知道，其实我也是头一次放风筝。这时，一旁卖风筝的师傅好像看出了我的心思，他告诉我们，放风筝不用跑，只要眼睛和风筝线保持水平，手不停擦动线，线弯了就赶紧拉拉，线直了就放轴线，听了他的要领，我们终于把风筝放起来了，儿子和伙伴们欢呼雀跃，“噢，我们的熊大、熊二、光头强飞起来啦……”这时我才发现，原来天上的风筝好多呀，愤怒的小鸟、机器猫、奥特曼……有一只展翅飞翔的雄鹰飞的又高又远，独占鳌头，好美呀！

下午三点多，天空飘起了蒙蒙细雨，我们也只能收摊回家了。



跳一场心灵之舞

◎ 陆红萍

我梦见有一天，所有人都跳着一场舞，真是快乐。

不问尘世功与名，自在翻阅人间书。清静就是简单，简单就是无相。

面具总有戴得累的一天，这皮肉面具，在世用得久了，与血肉生根厮缠，拿下来啞哑地痛入骨髓。可它不是你，真正的你总要回归，扛着那些虚幻在肩头，是累的，如果放弃许多尘世的功名与认同，回到原初的虚空，想到许多原本不能接受的实物，也变得顺其自然。

曾经有段时间，没有了写作的欲念，整天昏昏沉沉，晚上无法彻底入睡，头疼的想痛哭，也不知这悲伤来自何方。经过几个月的调解，又开始喜欢上了咬文嚼字，洋洋洒洒写点东西。也认同了一些规则，谁不是在一场游戏中，娱人娱己，做人何必死板无趣，年少的固执并非全然个性，总有矫情在里头掺杂，要见证自我的存在，就要有一场自我的角力。然而我的这一场思想的苦旅却也应了“人类一思考，上帝就发笑”这句话。看这个小小的我在苦苦挣扎——我是我，我与与众不同，上天生我，一定意义非凡，怎能让自己平庸于一干众人？

然而有惊世的言语，却没有惊人的业绩，并非缺少行动力，而总是在想：我从哪里来？要走向哪里去？

“为什么”总是情绪低落时的感叹，身在沉浮着，心却偏要一个“因”。樱花过后芭蕉绿，海棠开处叶飘零，燕爪鸿泥花无影，喜上眉梢又一

春，人间四季分明更迭，流年转换，我却在一团迷雾中摸索。赏春红、追落英，在古人的诗词卷轴中，自然的光景是心底深处最柔软的安慰，莫非我的来处也有过相似的风景，还有什么放不下，骄傲到不肯听从造物的安排，一句“人间正道是沧桑”，为何让我泪如雨下。

做一个独醒的人，要多少毅力？人生自是有情痴，此恨不关风与月。倒是没有痴缠爱恋，却总爱在灵魂深处发问，我来自何方，又去向哪里？没有入世的身，何来出世的心，想通了的，甘愿在这滚滚红尘里打转，因为执着，就必然要受一番历练，无可回避。

普陀山的香客如潮，面上表情各异，唯独平静难寻。青山有幸留佛音，红土何辜负千足，为名为利或为平安健康，度尽众生始终只是一个传说，但故事背后总有深意。漫山的青松翠柏，明黄的庙堂，晴蓝的天空，那幅庄严的图画，已然昭示众生平等，利益有情，佛法的真义不是保佑你升官发财、平安健康，而是警醒你向自身内心深处去寻求永恒的安宁。

我们每个人来到世间都有自己的功课要做，扮演的角色或悲或喜，或好或坏，无非要我们在此中得到历练与明证，

所以，也无需恐惧，无需担忧，不如以文字，来跳这一场心灵之舞。



变幻

曾武 / 摄

澄水园

活在今天的阵地上

一、今天我要开心。因为林肯说过：“多半的人都可以决定自己要多少快乐。”快乐源于人的内心，它并非外来之物。

二、今天我调适自己，而非调整世界来配合我。我要让自己配合家庭、事业与机遇。

三、今天我要照顾自己的身体。我要运动、关心它、滋养它、不滥用它、不忽略它，使它成为我心灵的殿堂。

四、今天我要强化我的心灵。我要学习，不让自己闲置，我将阅读需要专注、思想与努力的读物。

五、今天我要由三方面来操演我的心灵：我要默默地为某人做一件好事。再做两件我不想做的事，只是为了让心灵演练，不致怠惰。

六、今天我要使自己怡人。我要使自己看

起来愉悦，穿着合宜，轻声慢语，举止恰当，多予赞赏，少予批评，不找任何事的毛病，也不想挑任何人的缺点。

七、今天我要全心全意只活这一天，不去想我整个人生。一天工作12小时固然很好，如果想到一辈子都是如此，可能会先吓坏自己。

八、今天我制定计划。我要计划每小时要做的事。可能不能遵行，但我还是要计划，为的是避免仓促犹豫不决。

九、今天我要给自己留半小时的轻松时间。我要用半小时祈祷，想想人生的远景。

十、今天我将无所畏惧，特别是我怕更快快乐，更享受人生的美好；也不怕失去爱人，相信我爱的人也爱我。

澄水箴言
CHENG SHUI ZHEN YAN

祝福四月份生日的员工

- | | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| 雷国瑞 | 张黄强 | 解清洪 | 袁继忠 |
| 潘书林 | 胡春芹 | 王鸣瑾 | 陆文琴 |
| 梅晴 | 陈德坤 | 徐钰哲 | 张小华 |
| 黄毅君 | 姚春军 | 付勇 | 刘军民 |
| 周鸿贤 | 杨武军 | 蔡晓天 | 张立忠 |
| 陶建清 | 徐斌 | 叶萌 | 金小凤 |
| 马倩 | 张芳华 | 范慧芬 | 柳静珍 |
| 黄海 | 陆亚宣 | 林青 | 贡升 |
| 李兵 | 李莉 | 刘伟 | 刘冶 |
| 陈德弘 | 严玉 | 汤小江 | 高菁 |
| 陆丽君 | 周红霞 | 夏心华 | 李小龙 |
| 缪国良 | 陆敏霞 | 王安娜 | 李亚艳 |
| 任克平 | 陆晓东 | 瞿群华 | 徐正兴 |
| 沈阔军 | 范建华 | 曹正洪 | 吴旭芳 |
| 唐国伟 | 何军 | 承晓锋 | |

青橘花开

◎ 惠丽娜

(上接第4版)收发快递也不是那么简单的,也需要好的统筹才会提高效率,比如把客户根据不同的地域,不同的业务类型明细分类,业务多的客户一般送什么,送到哪里,怎么送才节约时间……通常看到客户电话,就知道他的具体位置,大概送什么,需要带多大的箱子,他嘻嘻地笑,知识哪有白学的?”这大概是他和我们说过的最长的话了,没想到看着这么笨笨的他居然这么有心,而且说的话也很有道理。

转眼又是一个“五一”,打电话给庄明来拿快递,电话是他接的,来的却是一个更年轻的男孩,他说,庄主管叫我来拿快递的。我楞了一下,反应过来,庄明当主管啦?男孩明显和庄明不一样,有点自来熟,话很多。不等我们问,就说,是上次公司会议上宣布的,要调到其他地方当主管了。提升的理由有好几条呢:是公司唯一干的最长的快递员,唯一高学历的快递员,唯一坚持穿西装的快递员,唯一建立客户档案的快递员,还是唯一没有接到客户投诉的快递员。男孩絮絮叨叨的说了好一会才把我的快递拿走。我为庄明感到由衷的高兴。

隔天下午,门卫又拿来个同城快递,是一箱进口的橙子,虽然没有留言也没有卡片,我们都知道是庄明送的。橙子很大,色泽鲜艳,味道甜美。我又想到那小小的橘子,这就是小小的橘子开出的花吗?

我终于相信,认真是有种力量的。这股力量足以让青涩的橘子开出甜美的花。

简单4个小常识 春季排毒一身轻

核心提示:春季减肥首先应排毒,那么怎么排毒减肥呢?下面教你四个春季减肥排毒小常识,让你轻松排毒一身轻松。

哪些食物不能吃?

赶快把自己的饮食中的精制加工食物以及易导致过敏食物(蛋白质以及乳制品等)扔掉吧!如果可以的话,建议不要糖、面筋、酒精、咖啡因、奶制品、豆类、玉米以及非有机肉,坚持一段时间,你会发现你身体的变化。

该喝什么?

记得,要喝大量的水,保持水分的滋润能够帮助身体处于良好状态,如果你想试试看果汁疗法,事实上现在没有太多研究数据支持果汁到底于身体有无益,一定要记得,在日常的饮食中不能忘记摄入蛋白质与纤维素,同时大量的水分能够保证加速体内循环,排出毒素。

该吃什么?

知道你平时不该吃什么,也要知道你日常排毒的时候需要多吃什么,如果没问题的话,记得多摄入新鲜的蔬菜和水果。试试看那些当季的蔬菜和水果吧,排毒效果更佳。

如何运动?

如何让自己感觉更轻便?那就是运动,每天坚持45分钟的有氧运动,15分钟的无氧运动,之后再进行瑜伽或者普拉提运动,你会发现你身体的排毒能力在加强,但是记得运动的时候要保证日常卡路里的摄入,蛋白质、碳水化合物以及维生素一样不可少。



本报编辑部地址:

江苏江阴市长江路
141-143号