

# 勃旅

内部资料 免费交流

总第 1234 期

2010年9月17日

星期五

农历庚寅年八月初十

山西省连续性内部资料  
准印证第 B172 号

总编辑 王泽生

本期 4 版

中共山西铝厂委员会宣传部 主办

## 中铝公司召开安全生产视频会

本报讯 (记者芦蓬蓬)9月14日,中铝公司召开安全生产视频会。中铝公司党组成员、副总经理吕友清传达了国务院国资委、国务院安委会对安全生产工作的有关指示精神,通报中铝公司近期发生的安全生产事故,分析公司当前安全生产形势,并部署下一阶段工作。

山西铝厂厂长、山西分公司总经理冷正旭,山西分公司副总经理卫栋庭、王天庆,山西铝厂副厂长李安平,山西铝厂党委副书记、纪委书记韩俊科,山西分公司财务总监张士国,企业助理级领导及各单位行政负责人在晋铝会议中心参加了会议。

吕友清要求各级管理人员要进一步贯彻落实安全生产有关文件及有关领导讲话精神;完善安全管理制度,提高执行效果;狠抓现场安全管理;加强建设项目的安全生产管理;强化安全生产培训;落实安全生产责任追究制度。他强调,安全责任重于泰山,各单位要牢固树立安全



摄影 本报记者 彭林生

第一的理念,坚定安全发展,切实落实安全生产责任制,认真执行各项安全生产规章制度,把职工群众的生命安全放在首位,尽快扭转安全生产被动局面,促进公司全面改革发展目标的实现。

会后,王天庆就落实山西省安全专项整治工作会议精神,学习《国务院关于进一步加强企业安全生产工作的通知》,组织好分公司三季度安全生产大检查等提出了要求。

冷正旭强调了安全生产在当前形势下的重要性,他指出,“红线”目标任务到了冲刺阶段,在此关键时刻更应重视安全生产,安全稳定工作,要以天、周、旬为单位分解、推进、落实任务。

冷正旭指出,确保安全生产、消除安全隐患关键在制度落实,要对制度的有效性、实用性、科学性、操作性实时进行评价并调整。开展安全生产检查工作要有所侧重,突出重点。分公司层面要以控制重大危险源的重大风险为主要工作目标;各二级单位要以控制较大以上事故为主要工作目标;各车间班组要以确保安全生产零伤亡、零事故为主要工作目标。

最后,冷正旭强调,安全生产无小事,要举一反三,结合本职岗位要求,结合总部安全生产视频会有关要求,落实好安全生产工作。

## 中铝山西企业与中铝国际共商合作发展

本报讯 9月15日,中铝山西企业与中铝国际工程有限责任公司就进一步推进兴县氧化铝项目建设、高新科技成果产业化等工作深入交换意见,商谈双方深化合作事宜。山西铝厂厂长、山西分公司总经理冷正旭,山西分公司副总经理薛亮民,山西铝厂副厂长李安平,中铝国际工程有限责任公司副总经理马宁,沈阳铝镁设计研究院院长助理、兴县项目筹备组组长阮左正等参加了座谈会。

冷正旭指出,中铝山西企业与中铝国际开展合作是双方共同的意愿,双方在共同推进兴县氧化铝项目建设的同时,还可在铝电解技术新材料等方面展开更广泛的合作。双方开展合作既能发挥中铝国际、沈阳院的研发和推广优势,又能充分发挥山西企业在新产品特别是在铝电解技术新材料方面的生产优势,希望双方在保

持密切合作的基础上,探寻更佳合作模式,进一步推进双方合作。

薛亮民简要介绍了兴县氧化铝项目建设的推进情况。目前,兴县氧化铝项目场平工作已基本结束,具备了整体开工条件。项目部正按照中铝公司将兴县氧化铝项目建成大型铝工业基地的发展要求,不断调整开工条件,加快推进铝土矿、煤炭资源开采相关工作,积极对氧化铝项目工程设计、厂区防洪、赤泥坝等方案进行进一步的优化。

李安平介绍了介休产业基地和晋铝耐材新项目的进展情况,表示希望与中铝国际、沈阳院在铝电解产业新材料的产业化和产品推广应用方面展开合作,通过强强联手,促进新材料的产业升级,实现双方合作共赢。

马宁、阮左正表示将按照在兴县建设大型铝工业基地的要求,提前介入、整体布局、快速推进,以良好的服务质量,共同促进兴县氧化铝项目建设。

会议结束后,马宁一行还实地参观了晋铝耐材有限公司,详细了解高新耐材材料生产状况。

(张斌 柴玲)



摄影 本报记者 张斌

## 张占明参加热电厂技术交流研讨会

本报讯 9月12日,热电厂举行“锅炉设备稳定、可靠、经济运行”技术交流研讨会。山西分公司副总经理张占明以及技术中心、设计院等相关人员参加了会议。山西省电力科学研究院锅炉首席工程师蔡新春等应邀参加研讨会。

会议针对吉林慧盛机电设备有限公司的WRKT-III型燃烧器,太原科峰喷煤有限公司的提高制粉系统出力及煤粉浓相输送技术在热电厂锅炉设备上的应用,进行了广泛交流和深入探讨,并初步达成共识。期间,参会人员实地参观了解老系统锅炉运行状况。

(李少波)

## 王天庆到宏泰公司调研

本报讯 近日,山西分公司副总经理王天庆到宏泰公司调研。

在听取情况汇报后,王天庆对宏泰公司认真分解、落实工作任务指标,积极开展创先争优活动给予充分肯定。王天庆要求宏泰公司认真制定9月份和四季度生产经营工作措施,确保完成2010年生产经营目标任务;要提高设备运转率,加强外部协调,克服一切不利因素,提高产量;要严格控制单耗和各项费用,最大限度降低成本;要充分调动营销人员积极性,走出去开发市场,在完全成本 and 产品质量上下功夫,提升市场竞争力;要加大粉煤灰综合利用开发力度,增加产品的花色品种,研发多品种,形成产业链,向多品种开发要效益。(宏泰)

## 李安平参加实业总公司经济活动分析会

本报讯 9月14日,晋铝实业总公司召开8月份经济活动分析会,山西铝厂副厂长李安平出席会议并讲话。

会议对公司1至8月份生产经营情况进行了全面分析,安排部署下阶段工作,提出了完成年度目标的8项具体举措。公司党委就深入开展创先争优活动作出安排。

李安平对实业总公司“经营业绩整体向好、管理改革稳步推进、安全稳定态势良好”表示肯定,他要求公司要坚定信心,鼓足干劲,迎难而上,坚决完成年度目标;要细化措施,分解指标,逐级落实;要以人为本,持续做好安全稳定工作。李安平指出,实业总公司要抢抓机遇,凭借多元化优势,圆满完成各项目标任务,为山西企业生产经营、改革发展做出贡献。(石大为)

卧薪尝胆练技术 过关斩将夺佳绩

## 中铝山西企业召开技术能手座谈会

本报讯 (记者曹小刚)在山西分公司攻坚克难实现8月份盈利508万元的振奋人心的时刻,从“中国铝业杯”第四届全国有色金属行业职业技能竞赛决赛现场再次传来喜讯:中铝山西企业代表队参加维修电工比赛勇创佳绩,荣获团体优秀奖;4名参赛选手表现不俗,分别获得个人第二名、第六名、第十三名和优秀奖。

9月16日,载誉归来的裁判员、教练员和选手们亮相中铝山西企业技术能手座谈会。山西铝厂党委副书记、纪委书记韩俊科,工会共青团工作部有关领导,部分二级单位党政一把手、工会负责人以及参加历届技能大赛选手参加座谈会,并向代表队取得优异成绩表示祝贺。

工会共青团工作部负责人介绍了企业参加“中国铝业杯”第四届全国有色金属行业职业技能竞赛的有关情况。与会人员就企业开展技术创新、提高员工技能素质、提升企业核心竞争力进行了热烈讨论。

韩俊科对代表队取得优异成绩给予肯定。他说,多年来,中铝山西企业十分重视对技能人才的培养,将提高员工技术素质作为提升企业核心竞争力的重要内容之一,先后出台了鼓励技术创新、不断

提高员工技能水平和技术素质的有关文件和奖励制度,多次组织参加全国、有色行业、山西省、运城市的技能大赛,锻炼了队伍,提升了素质,取得好成绩,打造了企业的“名片”和“品牌”。他强调,这次座谈会既是关心鼓舞的庆功会,又是畅所欲言、建言献策会,目的就是营造企业“学技术、钻技术、争当技术能手”的浓厚氛围。他鼓励获奖人员再接再厉,做好带徒传艺的工作,为企业生产经营、攻坚克难、节能增效做贡献;要通过集思广益,多措并举,形成长效机制,调动员工学技术的积极性,形成“学技术光荣、学技术有前途、学技术有回报”的氛围。

据悉,此次技能大赛于9月9日至12日在包头举行。大赛由中国有色金属工业协会、中国就业培训技术指导中心和中国机冶建材工会全国委员会主办,中国铝业公司和有色金属工业人才中心协办。中铝山西企业高度重视,提前筹划,认真组织,派出4名选手参加了比赛,其中,第二氧化铝厂张延昆获得个人第二名,第一氧化铝厂岳海银、解朝晖分获第六名和第十三名,热电厂原青民获得优秀个人。计控信息中心薛宏民荣获“优秀教练员”称号。

## 运城市创先争优活动国有企业指导组来中铝山西企业检查指导

本报讯 (记者张斌)9月15日,运城市创先争优活动国有企业指导组对中铝山西企业创先争优活动开展情况进行检查指导。山西铝厂党委副书记、纪委书记韩俊科以及党群部门相关负责人参加了在会议中心召开的汇报会。

中铝山西企业开展创先争优活动以来,企业党委高度重视,行政主动参与,党政齐心协力,积极推动创先争优活动。一是围绕中心任务,明确创先争优活动主题;二是重心放在基层,切实发挥党支部在控亏增盈攻坚战中的战斗堡垒作用;三是丰富活动载体,调动党员参与创先争优的积极性和主动性;四是加强指导检查,发挥领导干部和机

关部室的带头作用;五是强化舆论引导,营造创先争优的浓厚氛围。

运城市创先争优活动国有企业指导组对企业创先争优活动开展情况给予肯定,希望企业将创先争优活动和企业中心工作结合起来,通过活动推进企业生产经营中心工作的完成;要在全体员工中开展创先争优活动,树立典型、树立标杆,通过各种方式发挥典型的示范带头作用;要加强领导,不断推进和延伸活动的开展。

运城市创先争优活动国有企业指导组一行还深入到第二氧化铝厂焙烧一车间党支部了解活动开展情况,并观看了支部创先争优标准化管理电子档案。



## 第二氧化铝厂 检修分厂 水电分厂

# 质量月活动扎实丰富

本报讯 9月份是全国质量月。为进一步提高员工的质量意识和竞争意识,确保在控亏增盈实现红线目标期间生产组织过程对产品质量的控制要求,各单位以“抓质量水平提升,促发展方式转变”为主题,结合各自实际开展“质量月”活动,强化员工的质量意识。

第二氧化铝厂在员工中开展“读一本质量知识书、提一条合理化建议、分析一次质量事故案例、举办一次质量知识培训”的四个一活动,各车间相互之间、上道工序与下道工序之间开展“质量互访”和“质量座谈会”,针对各自相关指标与同行业对标,与以往控制较好的历史指标对标,深挖内部潜力,达到改善质量的目的。

检修分厂利用会议、橱窗、板报、标语等形式,广泛宣传教育员工掌握全面质量管理知识,进一步组织学习和落实《备品备件加工、设备制造质量管理办法》、《高压溶出停车检修(倒组)技术操作规程》以及各类设备检修技术规程,重点抓好“一次试车合格率”和“设备运转周期”两项指标,确保设备修理、产品制作和高压溶出倒组施工质量。

水电分厂各车间组织员工认真学习规程及质量管理知识,车间领导深入班组了解设备运行情况,到用户单位进行质量回访,上下游单位就空压站、洗涤、种分、配电工作进行了交流,发现和解决用户的实际问题,严把技术指标,制定措施,保证为用户提供合格的循环冷却水。(淑慧 彩凤 红仙 芳玲)

## 一个手提包引发的感人故事

第二氧化铝厂两员工拾金不昧人称赞

近日,第二氧化铝厂造气车间员工曹耀军、谢冰收到一面锦旗,上写“拾金不昧 风格高尚 失主赞扬众人夸”。一时间,他俩成为“新闻人物”,受到车间员工的纷纷赞扬。究竟是怎么回事?

为他们送来锦旗的是第一氧化铝厂三车间的一名员工。据该员工讲,8月17日晚11时50分左右,其爱人从太华区18栋朋友家中离开返回住处,却发现手提包在回家途中丢失,于是立即沿原路返回寻找,却不见了手提包的踪影。第二天一早,当她还为此心急如焚、束手无策时,第二氧化铝厂政工科的同志依照手提包里物品留下的信息,“按图索骥”联系上她,并将失物归还给她本人。

原来,第二氧化铝厂造气车间员工曹耀军、谢冰当晚下班,在回家途中途经太华区19栋,于十字路口处拾到一手提包。因时间太晚,没办法寻找失主,又担心失主着急,所以第二天一大早就将手提包送到了分厂政工科,这才有了政工科同志及时联系到失主的一说。当失主提出要给曹耀军、谢冰二人物质酬谢时,被他们婉言拒绝。失主被他们二人拾金不昧、急人所急的精神所感动,于是出现了本文开头的一幕。

## 运输部以培训强化班组基础管理

本报讯 班组是企业的基本构成单位,加强班组管理对企业完成基础管理、做实做细各项工作具有十分重要的意义。9月14日,运输部举办了班组长管理知识培训班,采取“走出去”参观先进班组、对标标杆班组的方式,对来自铁路一线的班组长、各段段长、基础管理员进行了管理理念和管理知识的强化培训。

通过实地参观学习热电分厂新老系统汽机车间、运输部标杆班组机车检修库的现场管理和6S精益生产管理,运输部的“兵头将尾”们找到了与先进班组之间的差距;通过观看精益生产多媒体教学、共同学习《运输部6S作业指导书》,围绕“如何在本班组深入推进并保持6S精益生产管理”进行专题讨论,进一步认识到当前狠抓基础管理的重要性,表示要在今后的班组管理中树立“以加强基础管理为荣,以削弱基础管理为耻”的理念,扎扎实实地做好班组基础管理工作。(栗宏伟)

★为加强节能工作,进一步降低汽耗,近日,第一氧化铝厂七车间利用低浓度平盘母液代替循环水水洗蒸发器,在减少高浓度母液进入循环水系统的同时,蒸发了平盘母液的水份,达到降低汽耗,减少蒸发器开停车的目的,保证了蒸发器机组高效运行。(黄艳玲)

★近日,热电分厂检修车间结合生产实际,组织经验丰富的老师傅,通过集中授课、指导实践等多种方式,对青工进行技术传帮带,增强青工的实践技

## 新闻快递

能。(陈文郁)

★生活服务中心朝霞托幼园全体教师通过参加暑期的专业培训,提高了对幼教工作重要性的认识。日前,在一次全园教师会议上,教师们纷纷表示,要全力以赴做好幼教工作,为员工家长解除后

顾之忧,使他们全身心地投入企业控亏增盈攻坚战,为完成红线目标做贡献。

(孙亚军)

★9月14日,实业总公司召开加强基础管理工作推进会,明确提出“三三二”工作思路,即夯实管理基础,进一步加强信息、制度和团队“三项建设”;强化现场管理,突出6S管理、消除浪费“两个重点”;党政齐抓共管,确保公司基础管理水平、年度目标顺利实现“两个效果”。(实宣)

9月1日,对山西铝业介休产业基地兴业冶金材料有限公司来说,是非同寻常的一天。这一天,第一批30吨、规格为600×400×80mm的炙热的氮化硅砖终于出炉了,这是山西铝业实施科学发展结出的丰硕成果,也是介休产业基地广大干部职工两年多来辛勤劳动的结晶。

### 建设

走进比足球场还要大的氮化硅车间,从粉状的原料到配料、成形、干燥、烧成一系列的工艺全部在一个厂房内完成。然而,在两年前,这里还是一片洼地。

自2008年元月起,山西碳素厂划归山西铝业直接管理后,山西铝业领导班子以多元化发展、科学发展为指导,以山碳脱困和长远发展为已任,集思广益,科学规划了1万吨氮化硅结合碳化硅项目。此项目是同介休市路鑫集团合作,由山西铝业控股,

利用公司内部电力资源优势,以及市场供应充足的碳化硅、焦炭、硅粉、结合剂原料而规划的项目,属于国家产业政策鼓励类和优先发展的高新技术产业项目。

2009年6月10日,在金融风暴肆虐,给全球实体经济造成了巨大冲击的严峻形势下,产业基地氮化硅结合碳化硅项目开

工建设,建设者们搭建临时板房、帐篷,吃住现场,日夜奋战,克服了地表水位浅、冬季施工难等不利因素,科学施工,仅用了一年时间,于2010年6月土建、设备安装、环保设施等全部竣工。

调试 进入2010年7月,氮化硅项目进入紧张的试生产期。介休产业基地领导班子与路鑫集团加强合作,提出一切要服从服务于介休产业各项工作,服从服务于双方合作,服从服务于管理改革和生产经营目标的完成,并积极推进3×6000KW清

# 炉火融融兴大业

——晋铝兴业冶金材料有限公司氮化硅项目投产侧记

●郭海斌

洁余热发电站的调试发电,为氮化硅项目做好电力供应保证。

在试车中,一方面,公司对主要设备氮化炉、烘干窑、成形机、混碾机进行工艺调试,并进行了单体试车。在单体试车当中,针对出现的氮化炉进气不稳定不均匀、烧制不理想等难题,兴业公司领导和技术人

员解放思想,大胆创新,对相关环节进行科学论证,有效改进薄弱环节。另一方面,公司强化管理,建章立制,《岗位操作规程》、《设备维护规程》、《生产技术标准》、《交接班制度》等纷纷出台,并对全体上岗人员进行业务培训,派出生产骨干外出学习,为试车投产扫除了障碍。

出炉 8月21日,经过配料、成形、干燥后,第一炉30吨碳化硅毛坯砖在转运车的牵引下装入氮化炉。万事俱备,只欠东风。随着氮气从进气孔徐徐吹进,最后一道工序,也是决定产品质量的最关键的时刻来到了。从常温到1400摄氏度,再降温,完成一系列炉温控制共需要9天。这是9个不眠不休的日日夜夜,从公司管理层到车间技术人员、操作工,还有保运组人员,每个人都付出了全部的心血,能不能烧制出合格的产品,在场人员顶着巨大的压力,迎接艰巨的考验。

关键时刻,介休产业基地提出“两加快、两提高、一确保”,即:加快山碳稳步发展,加快项目达产达标;不断提高管理水平,不断提高盈利能力;确保各单位全年任务目标顺利完成。山西碳素厂党委以创先争优活动为统领,引导党员干部投身“我为达产达标做贡献”主题活动,兴业公司耐材党支部响应号召,发动党员亮身份、作承诺,冲锋在氮化硅项目试车生产的第一线。党员赵卫国的承诺中有这样一段话:“我是一名共产党员,我很骄傲,我就要比群众的思想觉悟高;我是一名共产党员,我就要把步子迈到最前面;我是一名共产党员,就要在企业最需要的时候挺身而出。”党员梁东平这样承诺:“我从事着配料工作,我将在自己的工作岗位上尽职尽责,做职工的表率,用自己的模范行为带动周围同志共同努力工作。”……

9月1日,是氮化硅砖出炉的日子,也是一个激动人心、充满喜悦的收获时节。当转运车把带着余热的氮化硅砖徐徐牵出时,现场顿时变成了欢乐的海洋。经检验,氮化硅砖的抗折强度、耐压强度、体积密度、显气孔率均达到规定要求,合格率100%。一名生产人员在日记中这样写道:“这一刻,我们的脸上洋溢着介休之行最灿烂的笑容!”

炉火融融兴大业。火红的炉火照亮了兴业公司氮化硅车间的厂房,也照亮了山西铝业介休产业基地更加美好灿烂的明天!

控亏增盈在行动



图为兴业公司清余热发电站岗位员工精心巡检,确保氮化硅车间生产用电。摄影 郭海斌



# 睡了一小会 胃镜已查好

职工医院无痛胃镜检查获赞许

“无痛胃镜就是好，一点感觉也没有，睡一会儿就检查完了。”这是绝大多数患者做完无痛胃镜后的共同感受。近日，职工医院开展了无痛胃镜检查和治疗，目前已完成数十例检查，均取



得满意的效果。电子胃镜检查作为上消化道疾病最常用的一种检查手段，目前已经广泛应用于消化系统疾病的诊断治疗中。以前，做胃镜检查时的痛苦反应，往往使患者望而却步，害怕检查，错过了治疗的最佳时机。患者即使勉强接受检查，其痛苦的感觉令人心有余悸。现在，使用无痛胃镜诊治新技术，由麻醉医生用一种新型麻醉药物，让患者在短暂的睡眠状态下安全地进行胃镜检查，患者没有任何不适的感觉及不良后遗症，检查完毕很快就能苏醒。减少了患者因痛苦而不自觉躁动引起的机械损伤，避免了因刺激植物神经，造成屏气、血压、心率改变等带来的机体影响。使许多需要手术治疗的疾病，在胃镜下治疗就可以了。即免受手术之苦，又节省了医疗费用，缩短了治疗时间。（图为医生正在为患者实施无痛胃镜检查。文/图 范军枝）



# 花好月圆人团圆 自制饼香沁人心

既有适合普通消费者口味的五仁、枣泥、水果等品种，又有适合高血糖人群的粗粮、粗纤维月饼，中秋佳节临近，生活服务中心食堂部启动中秋月饼供应，推出各类月饼20余种，以色香味美、价格合理，受到职工家属青睐。生活服务中心月饼采用上等原料，在原料、辅料、包装上严把质量关，生产制作流程管理到位，质检、卫检符合卫生标准，确保服务好每一位顾客。图为月饼销售现场。摄影报道 王海雷

作为一名自行车运动发烧友，孙继慧着实“火”了一把。

孙继慧是晋铝实业总公司的一名残疾员工。打开百度搜索，关于他的文字和影像资料有76个网页、4450条之多。其中，“残疾人孙继慧迎奥运单车环中国第一人”、“当选残奥会火炬手”、“参加2010环法自行车游活动”等一连串引人注目的新闻事件让孙继慧声名鹊起，借用赵本山小品中的台词：“孙继慧，不单是个人名儿，还是‘名人’了。”

在人们感叹并钦羡于他“自强不息”、“身残志坚”、“挑战自我”、“弘扬奥运”精神的背后，他付出的常人难以想象的艰辛，以及他对生活的热爱、对目标的执着追求却鲜为人知。

一岁摔断锁骨，三岁喝过硫酸，十三岁跳下行驶中的火车，二十五岁在车祸中一度失忆，患上癫痫……不安分的性格让孙继慧坎坷不断

孙继慧出生于1968年，属猴，性格当中似乎也带着猴的一些顽皮和“不安分”。正是这种不安分，让他尝遍苦头。

孙继慧老家在东北，顽皮的他一岁时就从炕上跌落，锁骨骨折；三岁时，误把硫酸当糖浆喝，结果损伤了食道，到现在还经常被食物卡住喉咙；13岁时，在自家附近的火车站爬火车玩，不想火车突然开动，惊吓之余他纵身跳下，差点跌入车底；25岁时，骑摩托车与一辆自行车相撞，连车带人摔倒在地，造成颅骨骨折，昏迷23天后醒来，却一度失忆。也是这次事故，让孙继慧脑部受损，患上癫痫。30岁时，癫痫频繁发作，不得已做了开颅术，缝了23针，术后记忆力减退，落下了容易忘事的后遗症。

任何事物都有两面性。孙继慧的“不安分”给他带来了不幸和灾难，也成就了他日后骑单车全国宣传奥运，成为残奥会火炬手，最后赴法国参加环法自行车游活动等光辉的时刻。

一次偶然的经历，孙继慧成为自行车发烧友。在享受快乐骑车的同时，他也增加了兴趣，拓宽了视野，结识了朋友，生活因此绽放出光彩

孙继慧爱好骑车，完全出于偶然。正是这次偶然，让他找到了一个挑战自我、展示自我的平台。

那是1990年，孙继慧出差到太原，逛商场时，一辆赛车吸引了他的目光。仅此一眼，他便与自行车结下不解之缘。买回赛车，没有骑车经验的他，愣是用了两天时



# 骑车丈量 960万平方公里

——行者孙继慧锲而不舍的精彩人生

本报记者 曹小刚

从骑车宣传山西铝厂、宣传环保到走遍全国宣传奥运，再到当选为残奥会火炬手，受邀参加环法自行车游，孙继慧经历了很多，也使他的生命从此变得更有意义

自从有了赛车，孙继慧痴迷骑行就与日俱增。

从刚开始骑车锻炼，到后来自发宣传山西铝厂、宣传环保，再到宣传奥运、弘扬奥运精神骑遍全国，他先后换了20多辆赛车，行程超过10万公里。可以说，除了香港、澳门和台湾，他骑着自行车丈量了中国960万平方公里的大部分土地。

2001年7月13日，北京申奥成功。同许多人一样，孙继慧也在电视机前见证了激动人心的时刻，还萌发了要为奥运做点事情的想法。2005年，已经有了多年骑车经验的孙继慧，终于找到一条为奥运贡献力量的途径，那就是骑车环游中国，宣传奥运，挑战自我。

那时，孙继慧的病情仍不稳定，每天都要服用苯妥英钠片（一种治疗癫痫病的药物）控制病情。尽管这样，情绪仍是左右他病情的一个关键因素，任何一点点的兴奋或悲伤都会引发癫痫病。他骑行全国的想法既让家人朋友为之感动，又免不了替他担心。可对于孙继慧来说，这个梦想已积聚在心中很久了，不放飞梦想，他连觉都睡不好。在说服了父母，取得了朋友的理解和企业的支持后，他毅然踏上了宣传奥运的征程。

从2005年到2008年，四年时间里，孙继慧或与车友相约，或独自启程，先后征服了西到西藏、北到黑龙江、南到海南、西北到新疆的四条宣传奥运的长线旅程。西藏之行历经55天行程6600公里；黑龙江之行走了58天行程8800公

里，海南之行和新疆之行也都用了较长时间，行程各达数千公里。

一路上，孙继慧风餐露宿，遇到的困难不计其数。由于长途旅行，每次出门他都要备上七八条自行车内胎以备不时之需。尽管这样，补胎仍是他每天的必修课，他曾经在一条内胎上打了11个补丁，直到再也找不到可以打补丁的地方。外胎更不用说，经常是磨得用手指头都能把它戳破。暴雨、冰雹、寒流和大雾等恶劣天气还时常陪伴他左右。克服这些困难都还好说，最难的是要经常一个人独自骑行在漆黑的夜里。有次孙继慧困得实在受不了，停下自行车，躺到路旁草丛里，倒头便睡着了，最后还是大风吹倒自行车砸醒了他，他才起身继续顶风前行。

孙继慧用他的毅力、耐力、体力阐释了奥运精神，也得到了各地群众的真诚赞誉和热心帮助。他的事迹被国内大大小小的几十家媒体争相报道，引起了韩国三星集团中国总部的高度关注。作为奥运会的赞助商，三星集团中国总部在几万人中遴选北京残奥会火炬手，孙继慧脱颖而出，2008年8月31日，他手持北京第十三届残奥会火炬，在湖南站进行第13棒、30秒、40米的火炬接力传递。2010年，他再次被欧中友好协会选中，成为参加环法自行车游活动的10名中国人中的一员。在风景旖旎的法国，残疾人孙继慧以真诚、热情和无私赢得了主办方的高度赞赏，作为和平友好的使者，孙继慧续写了中法友谊。

载誉归来的孙继慧没有停止他前行的脚步。“有朝一日，能骑着自行车到祖国的台湾宝岛转一圈，这是我目前最大的梦想。”孙继慧锲而不舍的精神感动着他人，也给了自己战胜困难的无穷的力量。如今，他正朝着自己的梦想努力着，期待有朝一日，他能将梦想化为现实。



大雪天里，孙继慧也坚持赤膊上阵锻炼身体。



有一次，山神组织动物开展幸福主题征文活动。没想到，消息发出以后，便接二连三地有动物登门诉苦。

牛说：“我白天忙忙碌碌地寻找青草，晚上便席地昏昏而睡，生活得十分单调，根本没有幸福可言。倒是感到很无聊、很无奈。活着真没有什么意思。”

鹰说：“我整天在空中飞来飞去，煞费苦心地搜寻着地面上的猎物。可是，猎物往往很狡猾，我的狩猎失败多于成功。为此，我感到十分苦恼。要说幸福，压根没有体会过。”

狗说：“我整天为主人看家护院，到头来只得到一两块骨头。而主人却大口大口地吃肉。对此，我感到很不公平，心里觉得很不平衡。哪有幸福可言。”

山神说：“既然如此，我们就做一个幸福感的实验吧。我要求大家怎么做，大家就怎么做，看我能不能让你们感受到幸福。”

大家一听，觉得很有趣。于是，都表示十分赞同山神的实验。

牛一大早就被山神送到一块田里。山神让牛拉着农具，不停地耕地。牛想，以前自己多次耕过田，没有体会到耕田的幸福，倒是吃了不少的苦头。它心里充满了疑问。到了中午，太阳晒得牛身上直冒汗。牛多么希望此时能够休息一会儿。可是，山神不允。一直到日薄西山。牛累得不行了。此时，牛被山神送到牛棚里。那里有松软的柴草。此时，它可以放松身心，好好地休息了。此时，牛无意间说了一句：“太幸福了。”

## 幸福就是这样的东西

● 牟丕志



“你没有体会到幸福，我怎能放你走呢。”鹰说：“把我困在笼子里，和杀死我有什么两样。再这样下去，我要发疯了。”山神还是不着急。好像没有听见一样。又过了几天，鹰简直绝望了。此时，山神把它从笼子中放了出来。鹰飞上天空，它伸展翅膀，不由自主地说：“太幸福了。”

狗被山神带到沙漠深处。这里一片荒凉，一连七天狗都没有得到任何食物。只是偶尔给它一点水。此时，狗饥饿极了，见到一块石头都想咬上两口。这时，山神扔给它一块骨头，狗欣喜若狂。它觉得这块骨头就是天底下最香的骨头。它高兴地喊道：“太幸福了。”

实验结束了。山神说：“幸福就在你们身边，只是你们总是忽视它而已。”牛、鹰、狗连连称是。

幸福就是这样的东西，当它轻易来到你身边的时候，你并不感到它的存在，甚至认为它是一种平常、无聊、乏味或累赘的东西。但是，当你失去它的时候，你才会觉得它的重要和可贵。

（作者简介：牟丕志，中国作家协会会员，辽宁省文学院签约作家，《读者》签约作家。）

哲理人生

## 我爱满洲里的云

● 许静

从遥远的山西来到这边陲小城，那异域风情的建筑以及满大街金发碧眼的俄罗斯人，固然令我充满新奇，但满洲里给我印象最深的却是它的云。

满洲里的天空仿佛是一位超级魔术师表演的舞台，湛蓝的天空好似这个大舞台的背景。而变幻不定的云，正是这位魔术师手中的道具，不停的给你视觉上最震撼的冲击。

清晨，当第一缕阳光从呼伦贝尔大草原上缓缓升起，拉开了魔术师表演的序幕。不经意间你会发现，刚刚还是晴空万里的天空，不知何时飘来几朵白云，静静的挂在那里，悄无声息。

眨眼间，飘来的云朵越来越多，越来越厚，千姿百态，造型各异。有的像传说中的历史人物，有的像动画片中的卡通角色。它们一会儿好似蛟龙出海，腾空而起，一会儿又好似大鹏展翅，大有一飞冲天之势；刚刚还是呆头呆脑

的猪八戒，转眼间不见了长鼻子，却变成了一位面目姣好的少女，羞答答的站在那里；手拉手的小哥俩，一会儿却又各奔东西；刚才还怒目相视、拳脚相加的巨人，此时却又融为一体，没了争斗，和谐相处；更有云朵聚成佛祖庄严、慈祥的模样，正当你暗自惊讶，准备顶礼膜拜之时，却又见它四散开来，幻化而去。它们聚了又散，散了又聚，花样百出，变幻莫测。这不禁使我想当年著《三国演义》的罗贯中老先生，料想当年他老人家也是观云所悟，这才有了那句“天下大势，合久必分，分久必合”流传千古的不朽名句。

当你正暗自感叹大自然的鬼斧神工之时，忽然，厚厚的云层压将过来，就在你的头顶不停翻滚，几乎触手可及，仿佛要将你压得喘不过气来。随着一道闪电划破天空，一时雷声大作，豆大的雨点砸降下来，天空好似漏了一般。随着一阵急雨，乌云急速向西游去，一时间，雨过天晴，整个小城被洗刷得干干净净，一尘不染。清新的空气中仿佛还能嗅到来自大草原的芳香气息。

傍晚，火红的云彩几乎映红了整个天空。当你飞快取来相机想把它记录下来之时，它却迅速地暗了下去。耀眼的霞光也转瞬即逝，悄然而去。仿佛魔术师的谢幕表演，让你感到余兴未尽、怅然若失，却又回味无穷。

我爱满洲里的云，因为它每天都上演着精彩的一幕。



## 「钩针」记忆

● 梁淑梅



钩针在我的腿上留下个伤疤，随着岁月的流失，它留下的疤痕越来越浅，但留给我的记忆却越来越深。

那是我刚上初一的时候，姐姐的朋友给了我一支钩针，让我带给姐姐。下课后，我便好奇的拿它玩，一不小心脱手，眼看着钩针从课桌上掉下来，我下意识的用两腿去接，意外发生了，钩针深深地扎进了我的大腿。我吓呆了，同学们跑去找来班主任郝老师，郝老师试着用手往外拔，但是钩针着肉，痛得我大哭。老师便找来一辆自行车，推我去乡卫生所。乡村道路崎岖不平，尽管老师把车推得很慢，但车子每颠一下，我还是感觉针直往肉里扎，走了不到三十米，痛得我大哭起来。这时，郝老师放下车子，二话没说，把我从车子上抱下来就走。因为钩针在我的大腿内侧扎着，郝老师只能双臂平托着我，一路上，他的脚步又稳又快。记得那是收麦子的季节，天气很热，老师脸上的汗珠像雨水一样往下流，汗水湿透了他的衣服，后面追着的其他老师和同学，喊着让他把我放下来歇会儿，他却像没听见似的，就这样一直把我抱到卫生所。直到钩针取出来后，又把我送回家。

初中毕业后我到县里读高中，郝老师也因为教学有方，调到另一所中学去了。因为中学离村子远，他就把家也迁了去，这样以来我们有好多年没有见面了。上周末回老家，听母亲说郝老师退休了，已经搬回村里住了，于是我吃完饭便出门准备去老师家，我们已经近二十年没有见面了。

推开老师家大门，就看见郝老师正在院子里浇花，他满头银发，步履蹒跚，老了许多。我叫了一声“郝老师”，他抬起头，打量了我半天，我赶紧自我介绍，老师一边招呼我坐下，一边让师母拿出水果让我吃。我和老师聊了很多，但是等我提起“钩针事件”时，老师笑着摇了摇头说一点不记得了。这真出乎我的意料。可能在老师几十年的教学生涯中，他和学生之间发生了太多的故事，这对他来说或许是一件小事，又或许是老师认为这是他应该做的，根本就没有往心里去。

从老师家出来，我感慨万千。每一天，我们都在为了生存、为了梦想奔波忙碌，工作和生活羁绊住了太多人返回母校看老师的脚步。愿大家都抽一点时间去看看自己的老师，对那些只求付出而不图回报的老师们说一声：身体健康，节日快乐！



相见时难别亦难，东风无力百花残。春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。晓镜但愁云鬓改，夜吟应觉月光寒。蓬山此去无多路，青鸟殷勤为探看。

这是李商隐极负盛名的一首无题诗，是一篇感情深挚、缠绵委婉的爱情诗。一千多年来，这首诗万口相传，脍炙人口。它曾感动了一代又一代人，成为坠入爱河中的情男情女的传神写照，使得这首无题诗成为历代爱情诗篇中的佼佼者。

“相见时难别亦难，东风无力百花残。”多么沉痛，多么萧瑟！只有极度相思的痴男怨女，才可能发出如此深沉而痛苦的叹惋感喟。这是一联深沉的倾诉，且不论是诉于爱人，还是诉于昊天，我们都分明感受到了抒情主人公那聚散两依依的深切苦痛。“相见难”忆其不易，“别亦难”诉其不甘，生离较之死别，更令人有揪心切肤之痛。春风力竭，群芳凋逝，花犹如此，人何以堪！以暮春之惨淡景象，极写失去爱人后的悲痛欲绝的深深哀伤。言简意赅，情过于词。

“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪

始干。”语极沉痛，情极真挚。“泪始干”三字足令千古读者为之一洒感动之泪。诗人以象征的手法写出自己的痴情苦意以及九死而不悔的爱情追求：上句以丝尽而死的春蚕，表达自己情思之缠绵不尽，到死方休；下句

## 李商隐无题诗赏析

● 武宝明

则以泪尽而灭的蜡烛，象征自己相会无期的悲哀之泪和爱情的忠贞不渝。这种人间的至情至爱，可以感天地，泣鬼神。有爱如此，死何足惜！

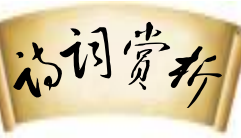
第三联诗人从体贴关切的角度推测想象对方的相思之苦。晓妆对镜，抚鬓自伤；深夜沉吟，月光清寒。对恋人愁苦的细腻怀想，可见诗人的体贴入微，也就更加表现出主人公感情的深挚。

尾联诗人用神话传说，寄托了自己对爱人的鼓励和抚慰，余韵袅袅，情深意长。尽管相爱的人相距遥远，阻隔重重，诗人仍然鼓励爱人努力克

服人为的阻隔，传递相互的脉脉爱意。他坚信，坚贞的爱情将产生一种神奇的力量，一定会有人像殷勤传书的“青鸟”一样，为他们传递讯息，使他们情意绵绵，永无尽期。

“传神文笔足千秋，不是情人不泪流！”李商隐这首无题诗风韵绮丽，情思绵邈，词义醇，一唱三叹，极具怨而不怒、温柔敦厚之传统美感。其中“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”一联，尤其写得精美绝伦。由于该诗余

香满口，警策动人，情过于词，人们在感动之余，却往往忽略了诗人在语言功力上所达到的艺术高度。七律诗至杜甫，可说已集其大成，李商隐乃能在杜风之外，以绵邈绮丽的情致，朦胧氤氲的氛围，别开蹊径，使以无题为其代表的七律诗放射出异样的光彩，堪称一代奇才。可以这样说，对于有着璀璨斑斓奇观的大唐文化天空而言，李商隐绝对是一颗足够明亮的大星。



## 面粉搓身治过敏

强巴赤列，1929年出生，西藏自治区藏医院主任医师，我国唯一的国家级藏医专家。2009年获“国医大师”称号。

藏医的养生之道蕴藏在生活的每一个细节中。下面，我们就列举强巴赤列先生的一些保健小方法：

1. 洗冷水浴。经常用冷水洗澡，尤其在秋季八月份，于河谷长流的冷水中洗澡，有增强体力、延年益寿等作用。

2. 滴眼药水。藏医认为，眼睛如果遇到属土性和水性的过敏原就会引发炎症，所以应该坚持每隔七天就用眼药水滴一次眼睛，以防眼病。

3. 涂油按摩。藏医认为，经常在全身，特别是头部和四肢涂抹油脂或者芝麻油，然后进行按摩，有延缓衰老的作用。

4. 搓拭身体。用油脂涂抹身体之后，可以用干燥的面粉反复搓拭身体，这样不仅可以除去残留在身体表面的油脂，还可以增强肌肤弹性，治疗由水土不服引起的各种过敏性疾病。

## 香波能防晒？

夏季，就会有洗发水能在防晒功能上大做文章。而美国食品药品监督管理局则指出：洗发水中含有的防晒成分，在头发上停留短短几分钟就被漂洗掉，即使真的有附着在头发上的，它的浓度，也远不能形成有效的紫外线保护膜。

可以想见，在我们满怀期待地用了某些富含养分和特效成分的洗发水之后，它们中的大部分并没有被我们的头发吸收。欧美一些专家经研究测试，列出了一个洗发水成分清单，专门指出哪些是真正起作用的，哪些则仅仅是忽悠消费者。

无用成分

蛋白质：

食用时有一定保健作用，但用在头发上，并没有什么实际作用。维生素/维生素原：无功无过，不会改善也不会有护作用。植物精华：除添加香味之外，毫无用处。果酸/抗氧化剂：基本没用。矿泉水/保湿因子：仅作为广告噱头，在清洗污垢的过程中也一并被清除。

有用成分

活性剂

(月桂基硫酸钠)：清洁成分，去除污垢。乳化剂/抗静电剂：柔顺头发。矽灵：润滑头发，使头发易于打理。