

目 录

- 第一期** ○东风公司 2004 年工作会精神学习问答
○信息
○《自动自发》选载之二
- 第二期** ○《工伤保险条例》知识问答
○《自动自发》选载之三
- 第三期** ○东风公司九届一次职代会精神学习问答
○“东风有限”劳模事迹选载
○“东风有限”员工“绝技、绝活”展示
- 第四期** ○员工素质教育知识问答
○“东风有限”员工“绝技、绝活”展示之二
- 第五期** ○“环境/职业健康安全一体化管理体系”宣传专版
○解读政治文明
○“东风有限”员工“绝技、绝活”展示之三
- 第六期** ○东风汽车有限公司群众性经济技术创新改善活动
成果汇报会实录
- 第七期** ○直面困难，苦练内功，确保新事业计划目标实现
——形势目标教育材料
- 第八期** ○“奋战新一年 实现新目标”立功竞赛一线员工风采录
- 第九期** ○信息
○《产品质量法》知识问答
○《细节决定成败》节选
- 第十期** ○信息
○经济技术创新改善成果展评会实录（续）
- 第十一期** ○蓝领精英——全国中央企业职工技能大赛获奖选手事迹
○创建学习型企业事例
- 第十二期** ○一线员工风采录（三）
○“创造学”知识问答



班组学习

STUDIES OF TEAMS

- 东风公司2004年工作会精神学习问答
- 信息
- 《自动自发》选载之二

人的天赋就象火花，它既可以熄灭，也可以燃烧起来。而逼使它燃烧成熊熊大火的方法只有一个，就是劳动，再劳动。

——高尔基

刊首语

东风汽车公司党委书记徐平新年致辞

在2004年新年钟声即将敲响之际，我代表公司和公司党委，向在各个岗位上勤勉工作、为公司生产经营改革发展作出贡献的全体职工及其家属致以节日的问候，向关心支持东风公司事业的各级领导和各界朋友表示衷心的感谢，向公司离退休职工同志们致以亲切的慰问！

过去的一年，是东风公司发展史上极不平凡的一年。我们实施了展开公司新一轮发展的几项重大战略举措，东风公司正站在新的起跑线上蓄势待发。

在这一年里，我们公司上下一心，乘胜前进，继续保持了经营发展的良好势头。

在这一年里，公司与日产合资的东风汽车有限公司正式运营，合作规模进一步扩大，合作层次进一步提升，合作领域进一步拓展，完成了新的战略布局。

在这一年里，公司体制发生重大变革，跨文化、跨地域、跨所有制的集团组织体系和经营模式初步建立。

在这一年里，我们召开了东风公司第七次党代会，全面总结了过去五年来公司取得的巨大成绩。基于新的形势，我们对下一个五年的发展，勾画了一幅宏伟蓝图，东风做强做大的前景更加光明。

从现在起的今后五年，是东风公司处于重要战略发展机遇期的五年。在刚刚结束的公司第七次党代会，我们确立了“再造新东风，实现新跨越”的战略目标，要通过五年的奋斗，实现规模、效益、人均收入在现有基础上翻一番，企业综合实力稳居行业三强，东风品牌跻身国际，轿车普遍进入员工家庭。把一个自主开放、可持续发展、具有国际竞争力的东风推向世界。

新的一年，我们要更加冷静、沉着地应对面临的严峻挑战，紧紧把握发展第一要务，继续深化改革，正确处理好改革发展稳定的关系，有序推进主辅分离，加速全集团战略目标的展开和实施，把我们的战略优势有效转化为市场竞争的优势。

让我们奋发进取，开拓创新，务实工作，努力开创东风跨越发展的新局面！

祝同志们节日愉快，身体健康，阖家欢乐！

东风公司 2004 年工作会精神学习问答

1、这次会议的意义是什么？

答：东风公司 2004 年工作会是在集团完成大规模战略重组，组织体制和发展布局发生重大变化的新情况下召开的第一次工作会；是公司第七次党代会提出“再造新东风，实现新跨越”的新阶段奋斗目标后，继往开来的一次重要会议。

2、全年经营目标完成情况如何？

答：2003 年，全集团生产经营在市场竞争加剧、内部改革重组任务繁重等情况下，各方面共同努力，确保了既定经营目标的实现。据快报，全年全集团累计生产汽车 47.3 万辆，同比增长 12.75%；累计销售汽车 46.9 万辆，同比增长 12.6%。1-12 月，全集团实现销售收入 774.82 亿元，同比增长 10.06%；实现利润 40~42 亿元，同口径执行新会计制度和计提重组费用因素，与上年持平。

3、全集团各经营实体经营状况如何？

答：全集团总体经营状况持续改善，得益于主要经营实体全面进入良好成长阶段：东风有限公司商用车保持了较好的盈利性。乘用车产销保持较高增长，全年产销 6.5 万辆；神龙公司产销跨过 10 万辆，收入超过 100 亿元，经营利润突破 10 亿元；“东风悦达起亚”导入“东风”品牌和管理团队后，今年产销突破 5 万辆，增幅高居行业前列，被业界誉为“最黑的黑马”；东风“本田发动机”产销再翻一番，突破 10 万辆，连续五年保持较高盈利水平，继续为公司效益作出突出贡献；东风朝柴创新营销方式，深挖成本潜力，加速新品开发，产销突破 12 万台，连续数月单月销量回升行业第一；其他经营单位和辅业，都在根据自身的实际加速改革调整，严格精益管理，着力提高经营质量，经营绩效不同程度趋于改善。

4、融入发展战略有序展开后，对外合作水平有哪些显著成果？

答：——与日产共同出资组建了国内汽车最大的合资企业，同时对公司 80%的单位进行了大规模重组。

——根据东风与标致雪铁龙集团提升合作层次的协议，神龙公司形成了一个工厂和“东风标致”、“东风雪铁龙”两个品牌销售部的新体制，增加了资本金，成立了研发中心，导入了标致平台产品。

——与本田的合作实现了由零部件、发动机向整车领域的延伸。成立了东风本田汽车（武汉）有限公司，东风事业发展再添新成员和新的增长点。

——康明斯发动机 B+C 系列合资重组取得预期效果。2003 年 4 月 18 日成立了新的东风康明斯发动机有限公司，国内最大、技术领先的中重型柴油机生产基地在襄樊诞生。

——零部件领域对外合作也取得显著成果。包括“东风有限”零部件企业、东风实业公司相关企业等，与世界知名零部件公司达成了多项合作意向，有的已经取得实质成果，如东风延

锋伟世通、东风李尔等。

随着新的发展战略格局的形成,各主要事业板块的事业计划相继明确。按照“东风有限”中期事业计划,到2007年,总的销量将达到62万辆,销售收入达到800亿元,营业利润率达到10%。神龙公司展开的二期工程,将使其生产能力由现在的15万辆提升到30万辆。标致品牌的第一款车在一季度推出。武汉东风本田到2006年底将形成12万辆/年的规模。东风悦达起亚公司2004年将形成年产10万辆的能力。

据不完全统计,一年来累计协议吸收外资(包括已签定协议的后续资金)近100亿元。通过新战略布局基本形成,新的战略优势逐步显现。

5、主辅分离和业务重组取得了哪些进展?

答:主辅分离和业务重组取得实质进展,新集团公司体制架构平稳到位并良好运转。

十堰管理部作为总部的派出机构,组建以来运行良好。社会职能移交划转工作已争取到中央财政的明确支持,先期移交工作正在地方政府配合下有序推进。辅业改制总体方案和实施细则正在完善和报批中,基本原则和方向已得到国家认可。

对原装备公司未进入“东风有限”的单位,将构建东风特种商用车有限公司予以统一归口管理,并将着手调整优化和重组改制。

继引进湘火炬组建东风越野车有限公司后,与重庆渝安共同组建东风渝安车辆有限公司,在导入民营资本参与辅业改制和新事业发展上取得了实质性突破。

6、在新体制下,全集团公司实现了哪些转变?

答:在新的体制下,集团组织形态实现由以混合控股型向以投资控股型为主转变;管理重心实现由以生产经营为主向以资本运营为主转变;管理方式实现由微观、直接管理为主向宏观、间接管理为主转变;管理幅度实现由以管理局部为主向管理全集团转变。总部顺利完成迁移武汉工作,机构和人员再次大幅度精简。

7、当前行业形势发生了哪些重大变化?

答:1、市场规模迅速扩张,需求结构发生质变。新世纪以来,我国汽车工业进入新一轮快速增长期。

2、国内竞争日益国际化。随着中国汽车市场迅速发展和进一步开放,跨国公司都把争夺中国市场当作其全球战略目标的重要组成部分,不断调整战略布局,加快进入步伐。来自国际方面的压力与日俱增。

3、市场竞争从质和量两个层面并行展开,主要表现在:汽车产能加速膨胀;竞争水平普遍提升。

4、竞争对手增多。从发展态势看,老对手更加强劲,新生力量势头可畏。主要对手都提出了更加宏伟的目标。

8、集团的管理体制和发展格局发生了哪些重大变化？

答：一是组织结构和管理模式发生重大变化。形成了以东风汽车工业投资有限公司为母体的投资控股型企业集团架构。主业基本进入多元化国际合作，成为独立法人实体，并建立了规范的“三会”治理结构。辅业实现区域集中统一管理。

二是发展布局发生重大变化。随着产品结构的持续调整和新事业发展，公司发展布局逐步由十堰、襄樊向武汉和东南沿海延伸，除湖北省内三大基地，南方已成为东风事业的又一有力支撑。根据跨越发展需求，还将向全国延伸并走向国际。

三是国际合作战略发生重大变化。由传统的战术合作发展为战略合作。集团主业基本融入国际，资本、人才、技术等正在国际化，企业国际化水平向前迈进了一大步。

四是经营内容和方式发生重大变化。以卡车为主的经营，拓展为全系列卡车和多品种轿车并举；由单一的产品经营，拓展为产品经营和资本经营并举；由单一的汽车生产销售向全价值链延伸。

9、面临新格局，集团要面对哪些新挑战？

答：一是集团凝聚力和管控能力的挑战；二是管理团队素质的挑战；三是商用车领域领跑优势的挑战；四是加速做强做大的挑战；五是辅业破难攻坚的挑战；六是持续融资能力的挑战；七是对自主品牌的挑战；八是多种文化冲突的挑战。

10、2004 年工作总体要求是什么？

答：以“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻十六大和十六届三中全会精神，巩固合资重组成果，深化和扩大国际合作，全面推进改革创新，加速辅业放开搞活，进一步实现公司持续、稳定、快速、健康发展。

11、2004 年经营工作的总体目标是什么？

答：全年产销汽车 60 万辆；实现工业总产值（现价）830 亿元；实现工业增加值 210 亿元；实现销售收入 850 亿元，经营效益有新的提升。

12、2004 年重点工作有哪些？

- 答：1、深化主辅分离，加速推进辅业改制；
2、积极参与行业整合，保持扩张态势；
3、积极推进和促进各子公司新事业计划展开；
4、着力提升集团公司的管控能力。

13、2004 年公司党委工作重点是什么？

答：以“三个代表”重要思想为指导，全面贯彻党的十六大和十六届三中全会精神和公司第七次党代会精神，围绕公司发展和深化辅业改革中心任务，突出重点，着力进行工作创新、人才

建设、文化融合,确保稳定,在促进公司的跨越发展中发挥更大作用。

14、如何树立发展是第一要务的观念?

答:在解放思想中统一思想,在统一思想中进一步解放思想。解放思想就是要拓宽发展思路和视野,敢于打破固有的思维模式,善于利用各种社会资源,实现跨越发展;就是要树立以市场为导向的技术创新观念,抢抓市场机遇;就是要进一步坚定国际合作、融入发展的信心,以开放的心态和国际视野运作企业;就是要贯彻十六届三中全会精神,以产权制度为突破口,深化辅业改革改制。通过思想的解放和观念的更新,把公司上下的思想统一到一心一意谋发展上来,统一到深化改革上来,统一到国际合作上来,统一到东风公司的整体战略目标上来。

15、公司党委对辅业改革总的要求是什么?

答:一是瞄准产权多元化的改革方向,大胆推进产权制度改革。二是要用足相关政策,结合公司的实际,制定好既能使国有资产保值,又能充分调动员工积极性的改革方案。三是要规范改制。四是要处理好改革、发展、稳定三者的关系,把改革的力度、发展的速度与员工的承受程度结合起来。

16、如何创新党组织工作?

答:公司改革、发展的新任务,需要党委工作提供更加有力的政治思想组织保证。要以十六大和十六届三中全会精神为指针,进一步发挥党组织的政治核心作用。要在完善加强中创新党组织的领导体制。现代企业制度下和合资公司中,在以往“双向进入,交叉任职”的基础上,要按照“党委决定,程序表达,体现主张,依法决策”的要求,建立适应公司法人治理结构、发挥企业党组织政治核心作用、参与企业重大问题决策的新机制。坚持党管干部原则与发挥市场配置人才的基础作用结合起来、与尊重总经理依法用人权结合起来、与推动企业发展结合起来。建立和完善新的干部管理体系。坚持全心全意依靠职工群众,探索现代企业制度下职工民主管理的有效途径,在维护职工合法权益的同时,支持董事会、监事会和经营者依法行使职权。按照中央统一要求,探索党员教育管理的新途径和新方法,建立和完善党员队伍自我纯洁机制。充分发挥各合资公司和主要业务板块党委的创造性,鼓励自主创新,创造出更多新鲜、生动的好经验。

17、2004 年党建工作要实现什么目标?

答:实现“双创五优”的目标,即:创一流党建工作,创一流发展业绩,做到领导班子优、党员队伍优、工作机制优、发展业绩优、群众反映优。

18、2004 年人才工作重点是什么?

答:制定公司人才战略规划。制定人才战略构想,建立人才战略保障体系;搭建核心人才经营平台,建立核心人才工作机制;建立公司人才培养、吸引、使用机制和分层管理机制。

加强培养与培训工作,实行总部机关与二级单位双向挂职锻炼。进一步加强对高管和后备

高管的培训；加强员工培训，组织员工代表参加全国职工技能大赛。

继续深化高管人员选拔、任用制度。加大公开选拔、竞聘上岗和外部引进的力度，推进干部选拔的民主化和公开化。

树立“崇尚业绩，注重能力，忠于东风”的人才评价观，完善人才的评价、激励机制。

建立完善集团人才流动机制。

加强外派监事、董事的管理。

加强机关人员素质建设。

19、2004 年文化建设的重点是什么？

答：一是加强中外文化的融合。二是坚持维护东风文化的统一性和完整性。三是继续深化东风 CI 的督导工作。四是在全集团树立“讲求诚信，崇尚业绩”的文化。五是组织好纪念东风公司建厂 35 周年和参加北京国际汽车展两个活动。

20、如何维护安定稳定的大局？

答：要建立稳定工作党委负责制。党委主要领导人作为第一责任人，要站在稳定工作第一线，直接与员工对话、沟通。要做好深入细致的宣传教育和思想疏导工作。

***** 信息栏 *****

2003CCTV 中国十大经济年度人物揭晓 东风汽车公司总经理苗圩荣登榜上

2003 年无论是对于中国还是对于世界，这一年的非同寻常将令世人难忘。对于中国，经历非典考验、加入世贸组织两年，2003 年中国经济增长仍保持 8% 以上的增长已成定局。中国经济再次赢得世界的瞩目与喝彩。中国的发展独树一帜。“2003CCTV 中国经济年度人物评选”再次全新登场。2003CCTV 中国经济年度人物奖提名候选人共有 20 名，经过评选，28 日晚十位 2003 年度经济人物最终脱颖而出，他们是：丁磊、牛根生、龙永图、吴鹰、张庆伟、苗圩、唐运祥、顾维军、黄发静、温铁军。同时，新锐奖授予陈天桥，公益奖授予熊德明。摩托罗拉公司、荷兰皇家壳牌集团获得 2003CCTV 年度投资中国奖。最后颁发的 2003CCTV 中国经济年度人物大奖被中国航天科技集团公司总经理张庆伟摘得。

龙永图、丁磊、张庆伟、黄发静、牛根生、吴鹰、苗圩、温铁军、唐运祥、顾维军以及陈天桥、熊德明，这些以创新、以智慧、以胆识的卓越而站在一起的人物，使 12 月 28 日北京饭店的大宴会厅成为星光熠熠的舞台，使历时三小时的颁奖典礼成为一场经济思想碰撞、经营成就分享的饕餮盛宴。

2003CCTV中国经济年度人物——苗圩（东风汽车公司总经理）



9月28日，东风公司搬出十堰进入武汉，同时积极扩大和国际企业的合资。中国汽车业最大的合资企业——东风汽车有限公司正式运营。

2003年前8个月，东风生产汽车32.9万辆，同比增长17.31%；实现销售收入521亿元，同比增长17.59%；实现利润46亿元，同比增长28.4%。

2003年，东风汽车和国际知名汽车厂家进一步加大合作力度。东风先后与日产、雷诺、本田、起亚等形成深度合作，目前，它下辖东风汽车有限公司、神龙汽车公司、东风本田（武汉）汽车公司、东风悦达起亚汽车公司。

在中国汽车业，苗圩打造的新东风格局正在凸显越来越强的竞争力。

改革开放以来，中国经济已经驶过了25年的航程。已经走过2003年的中国，又站在了一个新的起跑线上：GDP总量迈上11万亿元的新台阶，年增长率不低于8.5%，人均GDP达到1000美元，中国经济进入了新的起飞期——在这样气势恢弘的大势中，谁是时代的弄潮儿？谁的生命鼓点与时代达到最强劲的配合？精心筛选、脱颖而出的“2003CCTV中国经济年度人物”，给出了答案。

“东风有限”中重卡重回行业第一，轿车销售达到6.5万辆

综观2003年，东风中重型卡车销量总和超过了主要竞争对手，重新返回行业第一的位置。12月22日，“东风有限”商用车公司向业界展示了4年内东风商用车的发展蓝图，其总体目标就是要把东风商用车打造成“中国第一，全球第三”。到2007年，东风商用车将实现年生产卡车21万辆，销售收入338亿元，营业利润超过8%，市场占有率达到37.7%，营业利润率和市场销售总量达到世界前三位的水平。同时，在品牌号召力、产品性能质量、开发能力等方面，达到与“中国第一、世界前三”这一地位相对称的水平。

2003年，对于新成立并要“争做中国轿车品牌价值第一”的“东风有限”乘用车公司来说，只有半年的“表演时间”。乘用车公司成立的6月16日当天，全新的阳光轿车下线上市，至今仍十分畅销。另一款轿车新蓝鸟自2002年6月上市以来销售旺势始终不减。据报道，2003年，东风乘用车的年产销量已突破65000辆。产能扩张方面，位于广州花都的年产18万辆轿车的新工厂已在建设中，预计2004年5月正式投产；在东风襄樊基地，10万辆轿车项目产能改造项目已展开。

“东风有限”零部件板块2003年的财务报表虽未出来，但有关负责人却乐观地表示，从去年前11个月的情况看，自销收入占总销售收入的比例已达32%。这说明“东风零部件”市场意识和竞争观念已明显提高。结合“东风有限”中期事业计划，零部件事业部已启动“12418”计划，其具体含义是：“12”——销售收入提高到2007年的120亿元；“4”——非东风市场销售比例提高到2007年的40%；“1”——乘用车配套比例提高到2007年的10%；“8”——营业利润率到2007年要达到8%以上。

围绕“东风有限”中期事业计划做强做大的目标，“东风汽车”年前与“东风有限”、日产、台湾裕隆在武汉启动 SERENA 商用车合作项目。前不久，“东风汽车”还与日产轻卡公司签订了 F91A 项目。“东风汽车”宣称，将来不仅要生产目前的轻型卡车、客车底盘、客车和皮卡，还要实现 MPV、SUV 等车型的生产销售，最终达到全系列轻型商用车生产销售目的，并在 2007 年挑战 20 万辆的产销目标。

据《东风汽车报》

2003 年中国十大经济新闻

1、经济未受 SARS 影响：2003 年我国经济增长速度将达到 8.5%，国内生产总值（GDP）将达到突破 11 万亿元。

2、QFII 进入：5 月，瑞士银行、野村证券株式会社成为首批取得证券业务许可证的合格境外机构投资者（QFII）。

3、三峡蓄水：6 月 1 日起，三峡工程先后实现蓄水、通航、发电，为中国经济注入活力。

4、CEPA 签署：6 月 29 日，《内地与香港关于建立更紧密经贸关系的安排》签署。

5、能源“瓶颈”：下半年以来，全国大部分地区出现电力、煤炭、油品等供应紧张。

6、人民币汇率不变：8 月 5 日，温家宝总理就人民币汇率问题正式表态。

7、振兴东北：9 月 10 日，国务院常务会议研究实施东北地区等老工业基地振兴战略。

8、完善市场经济：10 月 11 日至 14 日举行的中央十六届三中全会通过《中共中央关于完善社会主义市场经济体制若干问题的决定》。

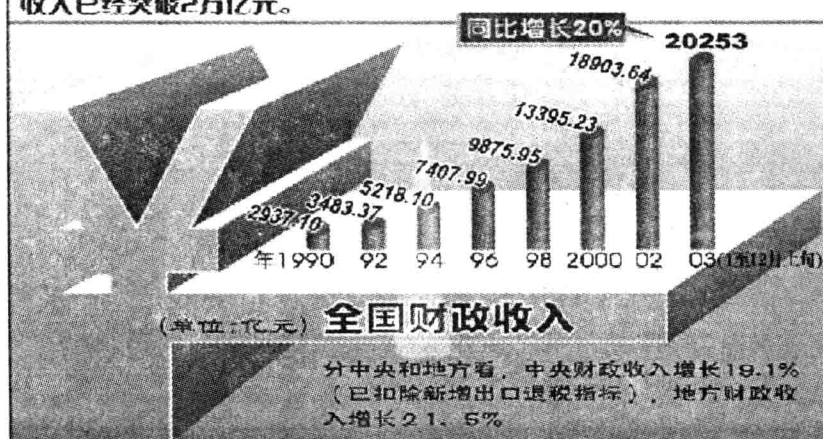
9、中央企业股改提速：12 月中旬，国家出台重要措施规范国企改制行为，189 户中央企业将加快股份制改革步伐。

10、全年就业和再就业目标全面实现：2003 年全国有超过 800 万人找到工作，超过 400 万下岗失业人员重新上岗，城镇登记失业率低于 4.5%。

据（《经济参考报》）

我国财政收入突破2万亿元

今年我国财政收入保持了较快增长。截至12月上旬，全国财政收入已经突破2万亿元。



周咏绍 编制（新华社12月24日发）

编者按：1899年，阿尔伯特·哈伯德创作了一篇名为《致加西亚的信》的文章，引起了巨大的轰动，以此为主要内容的书籍更是畅销全世界。一个世纪以来，该书被翻译成各种文字，许多政府、军队和企业都将此书赠给士兵和职员，作为培养士兵和职员敬业守责的必读书。《自动自发》是阿尔伯特·哈伯德商业思想的完美结合，涵盖了勤奋、敬业、忠诚、自信等内容。从某种意义上来说，该书是对《致加西亚的信》一书更深入、更详细的阐述，是一本公务员和公司职员的必读书。在此，我们向广大员工推荐此书，本期刊登选载之二。

《自动自发》选载之二

现在就动手做吧！

如果你想规避某项杂务，那么，你就应该从这项杂务着手，立即进行，否则，事情还是会不断地困扰你，使你觉得烦琐无趣而不愿意动手。

现在就动手做吧！

这句话是一个最惊人的自动启动器。任何时候，当你感到推拖的恶习正悄悄向你靠近，或者当此恶习已迅速缠上你，使你动弹不得时，你都需要用这句话提醒自己。

总有很多事情需要去做，如果你正受到怠惰的钳制，那么不妨就从碰见的任何一件事着手。是什么事并不重要，重要的是，你突破了无所事事的恶习。从另一个角度来说，如果你想规避某项杂务，那么你就该从这项杂务着手，立即进行。否则，事情还是会不断地困扰你，使你觉得烦琐无趣而不愿意动手。

当你养成“现在就动手做”的工作习惯时，你就掌握了个人进取的精义。

你工作的能力加上你工作的态度，决定你报酬和职务。那些工作效率高、做事多，并且乐此不疲的人，往往担任公司最重要的职务。当你下定决心永远以积极的心态做事时，你就朝自己的远大前程迈出了重要的一步。

一开始，你会觉得坚持这种态度很不容易，但最终你会发现这种态度会成为你个人价值的一部分。而当你体验到他人的肯定给你的工作和生活所带来的帮助时，你就会一如既往地用这种态度做事。

忙碌的人不肯推延，他们觉得生活正如莱特所形容的那样：“骑着一辆脚踏车，不是保持平衡向前进，就是翻覆在地。”效率高的人往往有限时完成工作的观念，他们确定做每件事所需要的时间，并且强迫自己在预期内完成。即使你的工作并没有严格的时间限制，也应该经常训练自己。当你发现自己能在短时间内做更多的事时，一定会惊讶不已的！

如果你希望一件事能快速而圆满地完成，那么请交给那些勤奋而忙碌的人吧。那些懒散的人，他们精于滥竽充数和偷工减料，大多数人并不了解自己处理事情的真正能力。他们不肯迎接每天的挑战，来激发自己的最大的潜能。人们都知道，面对一件自己感兴趣的事情，无论多么繁忙都能腾出时间去做。但是，面对那些无趣的工作，我们总是轻易推拖，甚至有意无意遗忘。

不论做什么事,成功的关键在于我们在行动之前对自己有什么样的期望,定什么样的目标。你应该懂得,你用什么标准衡量自己,别人就会用什么样的标准来评估你。爱默生说:“紧紧追踪四轮车到星球上去,要比在泥泞道上追踪蜗牛行迹更容易达到自己的目标!”

人生要想成功,就要一点一滴地奠定基础。先给自己设定一个切实可行的目标。确实达到之后,再迈向更高的目标。

现在就动手做吧!

让我们勤奋工作

勤奋是通往荣誉圣殿的必经之路。

让我们勤奋工作!

这是古罗马皇帝临终前留下的遗言。当时,士兵们全部聚集在他的周围。

勤奋与功绩是罗马人的伟大箴言,也是他们征服世界的秘诀所在。那些凯旋的将军都要归乡务农。当时,农业生产是受人尊敬的工作,罗马人之所以被称为优秀的农业家,其原因也正在于此。正是因为罗马人推崇勤劳的品质,才使整个国家逐渐变得强大。

然而,当财富日益丰富,奴隶数量日益增多,劳动对于罗马人变得不再是必要时,整个国家开始走下坡路。结果,因为懒散而导致犯罪横行、腐败滋生,一个有着崇高精神的民族变得声名狼藉了。

世界上到处是一些看来就要成功的人——在很多人的眼里,他们能够并且应该成为这样或那样非凡的人物——但是,他们并没有成为真正的英雄。原因何在呢?

原因在于他们没有付出相应的代价。他们希望到达辉煌的颠峰,但不希望越过那些艰难的梯级;他们渴望赢得胜利,但不希望参加战斗;他们希望一切都一帆风顺,而不愿意遭遇任何阻力。

懒汉们常常抱怨,自己竟然没有能力让自己和家人衣食无忧;勤奋的人会说:“我也许没有什么特别的才能,但我能够拼命干活以争取面包。”

古罗马人有两座圣殿,一座是美德的圣殿,一座是荣誉的圣殿。他们在安排座位时有一个顺序,即必须经过前者的座位,才能达到后者——勤奋是通往荣誉圣殿的必经之路。

一个人的品行是多年行为习惯的结果。行为重复多次就会变得不由自主,似乎不费吹灰之力就可以无意识地、反复做同样的事情,最后不这样做已经不可能了,于是形成了人的品性。

因此,一个人的品性受思维习惯与成长经历的影响,他在人生中可以作出不同的努力,作出善或恶的选择,最终决定一生品性的好坏。

有一位可怜的失业者,他为人忠厚,从不逃避工作。他渴望工作,却总是被抛弃在工作的门外。尽管他曾努力地去尝试,结果依然是失败,如此看来,他有何善报呢?

回顾以前的工作经历我们发现,尽管他曾经做过许多事情,但总是觉得负担太重而逃避。他渴望过上一种安逸的生活,将无所事事看成是人生最大的乐趣。年轻的时候没有珍惜机会,现在他终于如愿以偿、梦想成真,可以无所事事地生活了,但是这个他原本渴望的“美好生活”,现

在却变成了一枚苦果。

贪图安逸将会使人堕落,无所事事会令人退化,只有勤奋工作才是最高尚的,才能给人带来真正的幸福和乐趣。这个人终于意识到了这一点,开始改掉自己好逸恶劳的恶习,努力去寻找一份自己力所能及的工作,景况也逐渐有所转变。

健康小常识

人体疲劳的三种形式

心理疲劳 有许多因素造成抑郁、焦虑和失望,由于忧心忡忡、抑郁寡欢、憋闷内心,无法发泄,由此形成心理性疲劳。解除的办法是,向亲友倾诉内心忧烦,解脱内心压力,精神放松、愉快生活。饮食中多摄入些含蛋白质高的食物;加强锻炼、密切交往、充足睡眠。

物理性疲劳 常因过度疲劳而引起。体力消耗过大,新陈代谢过程中产生大量二氧化碳、乳酸,聚集于血液中,从而导致疲劳。解除的办法是劳逸结合,适当休息,平衡代谢,尽快排除体内废物和毒素,同时还要保证睡眠,适当运动锻炼,提高机体对缺氧的耐受性。

病理性疲劳 因某些疾病如肝炎、糖尿病、癌症侵扰机体,损耗了器官功能和养分而引起的疲劳。这种疲劳时间较长,且较难恢复,休息也并不能排除或减轻。解除的办法是,经医生检查、确诊,按医生要求服药,对症治疗。一旦病愈,疲劳自然会逐渐恢复。

域外文化

从日本的垃圾处理看环保

有人说到日本看不到垃圾,是不是日本人日常生活中就没有垃圾呢?其实不然,笔者当海员20多年间曾先后30多次去过日本各港口城市,就大中城市而言,他们的垃圾车都是清晨出来,上午9时全市的垃圾基本就收完了,所以9时以后,街面上是看不到垃圾的。给人的印象街上总是干干净净的。总结几条如下:

一是垃圾箱(场)很讲究,垃圾箱为蓝色环保箱,箱是加盖的,垃圾是装袋的,放垃圾箱的地点一般都有消防栓,垃圾收走后,必用高压水枪冲洗干净,基本无味、无尘、无蝇。二是垃圾分类清楚,凡是能回收的垃圾与生活垃圾都分开投放,各放其箱,有些金属、小家电之类的废弃物就放在垃圾箱的旁边。9点以前,居民区门前可以看到人们废弃的大型家电,如电视机、电冰箱、洗衣机、微波炉等,有人说,到日本就不用买电器了,满大街捡拾就够了,这也不是没有道理。因为日本的电子工业发展的实在是太快了,这些淘汰的家电不是样式过时,就是功能过时,再不就是原理上已经到期了,或稍微有点小故障,但大多数都能用。一次,我们在名古屋下地,眼见一名中年妇女扔出一个大纸袋子,我们走到跟前一一看,里边有30多只各式钟表,而且都在走动。这

么多还在走动的钟表何以要扔掉？我们当时都百思不得其解，后来我们分析，可能那是一家钟表店，一次性将橱窗里的展品都扔了。三是垃圾车很讲究，不影响市容，不像我们国家那种旧卡车改装的，车子一开动，车斗里的塑料袋满天飞舞。日本的垃圾车是自动封闭式，自动加压式，装车的垃圾可以自动压实，易拉罐之类的废弃物可以压扁成片。曾有一份资料说，日本一个 5 万人口的小城，一个垃圾处理厂占地面积 5100 平方米，仅有工作人员 10 名，每天可处理可燃垃圾 150 吨，一年可收回再生钢筋 1334 公斤，玻璃制品 1050 公斤，塑料制品 1000 公斤，经济价值一目了然。

日本有些城市又规定，每周回收不同的垃圾，所以扔者千万不要搞错，包括玻璃制品、不燃物资（塑料、橡胶、皮革等）、金属、家电等。固定回收的好处是，垃圾车出来后，装运同一种垃圾，就可直接送到处理厂去处理，省工、省时，垃圾直接就可以变为财富。日本是个能源匮乏的国家，能源基本全部靠进口，但他们又是技术先进的国家，如这边廉价进口原油，那边就高价出口石油产品，这边廉价进口矿砂，那边就高价大量出口钢材。如日本廉价进口我国一次性方便筷子，用后回收，造成纸，又出口给我国，不但变性地破坏了我国的生态环境，还赚了中国人一把。

日本全民族的环保口号是“保持清洁，保护健康”，就是因为他们环卫、绿化工作做得好，所以大街小巷才干干净净，看不到垃圾，看不到白色污染。人们的环保意识之高，道德观念之强，确实让人佩服。有人说是靠管理、制度、法律来约束的，但这只是个前提，最为重要的还是全民族的环保意识、道德素质在普遍提高，习惯成自然，又养成了全民自觉性。



班组学习

STUDIES OF TEAMS

- 《工伤保险条例》知识问答
- 《自动自发》选载之三

还有……

有个人在沙漠中迷路了，羊皮口袋只剩最后一口水。他渴得几乎燃烧起来，但他捏紧口袋，准备留在最关键的时候喝。羊皮口袋里的那点水，如隐约的驼铃声和遥远的绿洲，给了这个跋涉的旅行者生存的勇气，领着他走出充满死亡气息的大漠。其实最后一口水，根本解决不了饥渴，拯救不了生命，但是“还有”使他在绝望之间形成了一根攀缘之索，一股生命之泉。

在生命的困难关头，在希望最渺茫的时刻，在一切等待都黯然沉没的时候，“还有”会给人一个暗示、一个希望、一条生路，让你抖落满身的尘土，支撑对生活依旧不衰的热情。

美国小说家达克顿年轻时认为，人一旦失明就无法生存，但当他六十岁失明时，他觉得他还有跳动的心，依然可去寻找世上的光明。1914年，一场大火烧毁了爱迪生近100万美元的设备和半生研究的记录，这位67岁的科学家在他的心血和成果化为灰烬时，想到的是自己还有聪明的头脑和健全的肢体，一切都能从头开始。

斯蒂芬·霍金是一个身患肌肉萎缩症的病人，除了思想，他几乎全身都不能动弹。他没有显赫的权势，没有巨额的财富，没有迷人的形象，但他却有全人类最伟大的顽强拼搏、乐观生活的抗争精神，正是有这种精神使霍金成了轮椅上的巨人。

人生在世，许多事我们没法预料，更无法强求，常有些事情让我们焦头烂额，让我们的心灵哭泣。几多灾难，几多痛苦，几多困难，几多险境，如狂风骤雨，随时可能将我们行进的船桅摧折，几乎每个人在人生路途上都会受到命运的捉弄。当命运将我们的欢笑掠夺殆尽，当困难残忍地切割我们的躯体和尊严时，千万别沮丧潦倒、自暴自弃、自毁自灭，要想到你“还有”。

没有黄金屋，你还有温馨的家庭；没有天生的丽质，你还有健康的体魄；没有千盅粟，你还有快乐的心境；没有成功，你还有平凡……正如一位诗人所说：耶稣星期五被钉上十字架，可还有复活节；太阳落下去，你还有月亮。

人生蕴藏着无数变数，生活总是欢乐与悲伤并存，顺利与挫折交错，顺心与失意重叠，重要的是拥有“还有”这个无敌的心境。

人的精神力量往往可以超过世上看来难以逾越的障碍，人生大可不必担心在变化中失去了什么，而只要留心在变化中增长了什么。让所有的痛苦在“还有”中得到淡化，让所有的眼泪在“还有”的期盼中化作青烟，让自己在“还有”的奋斗中，向生命之舟注入新的动力，迸发新的火花，从而从“疑无路”走向“又一村”。

“还有”，不是画饼充饥的慰藉，不是望梅止渴的虚幻，这是一种旷达洒脱的心境，一种面临磨难坦荡从容的气度，一种对生活童子般的热爱和对美好事物无限向往的情感。他是给自己提供生活信心的强心剂，它使生命的线段拉得更长更富有弹性。