

江南之声



江阴模塑集团总经办 主办 投稿邮箱: jnzs@jymosu.com
地址: 江阴市澄江中路 167 号

2012 年 3 月 1 日
星期四
2012 年第 1 期
总第 105 期

苏澄新准字 JYE(2009)010 号

坚持管理创新，实现转型发展

——模塑集团 2011 年度总结表彰大会



会上,总经理助理朱晓东作了集团公司年度总结报告,首先他向辛苦工作在公司各条战线上的干部群众致以亲切的慰问,并感谢大家一年的辛勤工作。朱总全面回顾和总结了过去一年集团公司各方面的工作,他提出,刚刚过去的 2011 年,既是“十二五”开局之年,更是我们模塑集团在新的历史征程中的事业丰收年,管理推进的创新年,产业转型的跨越年。他首先回顾总结了 2011 年度公司的汽车产业、机械产业及流通产业三大产业齐头并进,生产经营取得了丰硕成果。同时他也向大家汇报了集团公司根据“十二五”规划的要求,以市场经济发展的走向和社会进步的要求指导集团公司的发展,在大力做强制造业的同时,坚持调优集团公司的产业结构,努力寻求产业链延伸和产业拓展,2011 年在物流产业、新能源产业及健康产业都迈出了转型升级的坚实步伐;在整合技术资源,科技创新推动管理创新方面也取得重大突破。最后朱总激励大家在调整转型中经受考验,确保集团公司 2012 年各项目标再上新台阶。

了 2012 年各分部的经营目标和对各分部总经理的管理要求,还再一次强调了“充分授权,严格监管,绩效考核,持续改进”的十六字方针。大会上曹总还和大家分享了德国宝马不断创新,降低成本的成功案例。最后,他勉励全体管理团队以曹明芳董事长为核心,以创新的思维、创新的理念、创新的举措,抢抓机遇,狠抓落实,实现社会效益全面提升、经济效益稳步增长的目标,展现模塑风采。

集团董事长曹明芳对每位同志的发言进行了精彩点评,他指出,大家在总结成绩的同时,更要清醒的认识,2012 年是我们模塑集团经受国家宏观调控的“考验年”,是继续推动发展方式转变的“转型年”。在希望与困难同在,机遇和挑战并存的 2012 年,我们一定要以与时俱进的理念,把考验当作机遇,在考验中抢抓机遇,在考验中加快转型,在考验中提高能力,做好集团发展新的规划,坚持管理创新的道路,进一步优化产业结构,实现快速发展!

大会在喜庆的音乐声和欢乐的掌声中圆满结束。

□ 本报编辑



1 月 19 日,集团公司 2011 年度总结表彰大会在来富岛大酒店三楼宴会厅隆重召开。大会由集团总经理助理袁三良主持,全体党员、科级以上行政管理人员、下属各子公司管理者代表和先进集体、优秀经理及先进个人代表共 300 余人参加了大会。本次大会围绕“坚持管理创新,实现转型发展”的主题,回顾了过去一年的主要工作和成绩以及存在的不足,并对 2012 年的工作提出了目标和要求。

为鼓励一年来表现突出的团队和个人,激励广大员工弘扬争先创优、崇尚荣誉、聚力发展的精神,此次会议对集团做出杰出贡献的团队及个人进行了表彰,共颁发了“科技创新奖”、“先进集体”、“先进部门”、“优秀经理”和“先进个人”等荣誉奖项。

接着,各独立公司职业经理、优秀经理代表、骨干代表分别作了工作汇报。大家通过回顾一年来的工作,总结经验,寻找差距,明确目标,振奋精神,为完成 2012 年的各项目标任务而努力奋斗。

美国子公司塞维合金铜业有限公司的总经理 Tim Steele 发言时强调,他对于能参加集团的年度总结大会感到无比的激动和自豪,集团公司的规模首次到中国的他感到震撼,而他接下来汇报的塞维铜业 2011 年的经营结果也向投资者递交了一份满意的答卷。

模塑科技董事长曹克波代表投资经营者作了精彩发言,他对模塑科技 2011 年整体工作进行了总结,并提出

关于表彰 2011 年度先进集体、优秀经理和先进个人的决定

各公司、部门:

2011 年,在以曹总为首的集团公司董事会的正确领导下,公司各级员工认真落实科学发展观,紧紧围绕全年目标任务,解放思想,扎实工作,集团公司发展实现了新的跨越,涌现了一批成绩显著的先进集体和先进个人。

为鼓舞士气,表彰先进,弘扬和激励员工的进取精神,增强企业凝聚力,推动集团公司又好又快发展,经研究,决定对 16 个先进集体、47 位优秀经理以及 107 名先进个人予以表彰。

希望受表彰的先进集体、优秀经理和先进个人继续保持谦虚谨慎、不骄不躁,认真总结经验,再接再厉,争取更大成绩。集团公司全体员工要以先进为榜样,进一步解放思想,抓住机遇,开拓创新,确保全面完成 2012 年目标任务,为集团公司的发展作出更大的贡献!

附:2011 年度模塑集团先进集体、优秀经理和先进个人名单

江阴模塑集团有限公司
二〇一二年元月十九日

获得科技创新奖的企业分别为:

江阴精力汽车装备有限公司
沈阳名华模塑科技有限公司
中包精力托盘共用系统(北京)有限公司
江阴精力模具工程有限公司

获得先进集体的企业分别为:

上海名辰模塑科技有限公司
江阴通达汽车饰件有限公司
北京北汽模塑科技有限公司
江阴精力机械有限公司
无锡明泰百货有限公司
无锡名达物业经营管理有限公司
江阴新茉莉花啤酒城有限公司

获得先进部门的分别为:

江阴来富岛大酒店房务部
江阴万奇内饰系统有限公司工程部
模塑科技研发中心(江阴)
模塑科技财务部
集团无锡地区财务部

获得优秀经理的同志分别为:

曹克波	朱晓东	袁三良	姚伟	赵正平	柳之俭	李纪龙	曹玉清
朱晓华	周曹兴	赵忠平	章宇	陈立奎	周晓华	余渡元	赵协青
谢玉洪	薛培钧	钱周中	卞建平	吴海峰	沈方明	李成龙	钱曹兴
徐晓军	曹轶沫	夏亦时	周敏	陈东	马丽莉	蒋溢波	万辰宜
余凌志	单小艳	沈夷	王正	丁明秀	陈娟娣	王明福	李建华
刘志强	任海蓉	钱建芬	刘华	孙彤明	孙新春	单陈燕	

获得先进个人的同志分别为:

张梅芳	冯敏	曹洁	夏晓燕	沈阿清	沈忠	吴文彪	顾胜平
王欲标	夏亦顺	潘艳芳	赵艳峰	李尚美	陈磊	梁爱梅	赵建萍
刘后宇	何海燕	方贵程	钱焯	赵云良	成云宏	何爱萍	蒋宇鑫
徐敏洁	朱丽平	周峰	何向东	陈希	袁洪庆	李涛林	袁建芳
唐才春	承敏	史栋梁	王清翠	王坤	郁晓丽	周宇	潘美丽
陶祥	刘斌	李小勇	沈飞	陈忠兴	沈卫	张忠良	蒋冰
董育敏	万爱国	汪柏钧	陈燕萍	王建军	孙彤明	陈云华	许峰
李洁	吴前卫	刘雨伟	陆勤凯	麻占举	刘猛	张如凤	张国凤
钟国顺	夏崔霖	张立斌	虎亚军	陈晨	李欣	王春香	田保苏
古崇吉	黄兆嘉	宋健	魏洪涛	安雪峰	王月	吴金龙	雷明
何红军	段成海	徐静	付金伟	蔡学林	梁洪	于袁媛	孙丹
胡晓晴	张小江	谭丽娟	朱春华	李广斌	赵忠良	盛钰剑	董鸣
卞胜清	雷新春	孙亮	肖琳	李鹏飞	赵新	秦皓	肖洪飞
靳雪飞	秦国富	郑光锡					

2011年度模塑科技总结



姚总有效执行并实现“标准化，信息化，自动化”的油漆线。我们相信，通过曹总，姚总和朱总的通力合作，他们三人将领导并实现可以与REHAU媲美的一流油漆线及一流管理！

沈阳名华，首先要说的是它的进步，这与名华的纪龙总、玉清副总的辛苦和努力是分不开的，与名华团队的汗水是分不开的，沈阳名华在2011年不仅提高了生产效率，圆满完成了BMW, BENZ 客户的全年生产需求，还进行了BMW, BENZ 项目的很多调试工作，在比较繁忙的生产过程中不仅完成了面漆烘箱和面漆水性漆的改造工作，还初步实现BMW 每个滑撬四个保险杠的喷涂。通过这些进步，取得了BMW 对名华的好评，拿到了更多的BMW 业务，为名华后几年更好的业绩奠定了基础，更让我们自豪的是，BMW 对我们项目管理的信任，委托我们在中国采购约150至200副的模具。回想10年前，曹总高瞻远瞩在沈阳建立了保险杠生产基地，才使江南模塑成为了目前BMW, BENZ 高端汽车的一级供应商，并几乎取得了所有的业务。

情绪。而主动工作的人会乐在其中，因为他把工作看成是一种锻炼，把工作中的困难看成是机会，是挑战。

我们每一个模塑人都要有团队合作的精神，这样企业就好比是站在接力赛跑道上的参赛队，谁合作得好，接得稳，跑得快，谁才能拿第一！既然我们为了一个共同的梦想选择走到了一起。那么，我希望，我们每个人、每个部门在合作时，都能站在一个共同的立场来思考 and 解决问题。如果在合作中意见不统一，发生了不愉快或小摩擦；我希望，我们都能有一颗宽容心。

此外，还有很重要的一点，就是曹总一直强调的执行力！执行力就是把企业战略转化为行动的能力，它必须是贯彻到点点滴滴的细节上，贯彻到执行的速度上。

我相信通过大家的努力会把模塑科技推动成为一个受人尊敬的企业，什么样才叫受人尊敬？就是当我们非常自豪地、光荣地告诉我们的家人、朋友“我在模塑工作”时，他们会投以你无比羡慕和崇敬的目光。我相信这不仅仅是一个人的梦想，而是我们所有模塑人共同的梦想，并以这个梦想为荣。

□模塑科技 任海蓉

回首模塑科技这些年来的发展历程，我们有过困难，有过困惑，有过喜悦，正是有了集团公司曹董事长的高瞻远瞩，有了模塑科技曹总的战略部署，有了与公司一路走来的每一位员工的努力和坚持，才让我们模塑科技在今天的中国汽车业内取得如此的荣誉和成就。

回首2011年，模塑科技紧紧围绕年初的生产经营目标，依靠全体员工的努力，以提高经济效益、促进企业发展为核心，全年完成销售总额近18亿元，比去年上升20%；全公司销售近140万套保险杠（包括北汽模塑）。

在2011年，各个分公司在不同的方面展现了自己的风采。

烟台名岳油漆线，是模塑科技第一条国外设计+国内制造的油漆线，按照曹总“低投入，高产出”的目标，烟台工厂一期45万套的产能于2011年8月份进入SOP，到2011年底已生产约10万套的保险杠，也最终达到了OEE 85%的目标，OEE85%的实现标志了保险杠生产更低成本的目标实现，为公司创造了更多的利润。

上海名辰在很多区域用小投入，小成本实现了自动化，进一步降低了上海工厂的运营成本。2011年是上海工厂是历年来新项目最多的一年，全年有11根保险杠需要开发，上海名辰较好地完成了任务，其中福州奔驰因上海名辰的项目表现出色得到福州奔驰诸多部门的一致认可，并拿到了福州奔驰的表扬信。

目前最大的挑战是北京BENZ油漆线，工厂按照曹总“标准化，信息化，自动化”的要求于7月1日SOP并通过Daimler的release放行。规划的北京BENZ工厂不管是从硬件到软件管理，都将是一流的，因此对管理层的素质要求非常高，曹总在这方面亲自挑选把关，并提出在人员管理上有别于其他分公司的管理理念，核心的管理层将由模塑科技总部与分公司一起管理。在北京BENZ新工厂，商务上，曹总战略指挥，朱总有效执行并打败REHAU的有力竞争，运营上，曹总战略规划，

2011年是武汉名杰自07年建线后的第5个年头，在市场竞争激烈的武汉，凭借较强的营销实力，跨出武汉名杰发展历程中的重要一步，全面完成了年初制定的各项生产及经济指标。武汉名杰着重企业文化建设，尊重员工的人生价值、激发员工的创造性和责任心，从而形成一种以员工为中心，尊重人、关心人、激励人的机制和使人奋发进取的文化氛围。

周庄分公司在他们团队的共同努力下，相比去年业务拓展有了较大的提升，业绩也有了提高。特别是在2011年管理意识，成本意识加强，较好地开展了BMW F3X 注塑小件项目以及顺利量产BMW F18项目。

模塑科技的研发一直走在中国保险杠开发前列，我们的项目管理及新产品研发得到BMW, BENZ 的赞赏，特别是通过名华的项目我们被BMW 称为全球的开发供应商。

2011年模塑科技总部围绕曹总年初制定的二个重要主题，推行绩效考核，以财务为导向全面满足客户需求而开展了一系列工作。

2012年已经到来，我们每个人对工作都要充满激情。只有热爱工作、对工作充满激情的人，才会自动自发地产生出责任感。压力容易使人的身心倦怠，对工作产生厌烦的



无锡石门路房产开发项目进展顺利

无锡鸿意地产发展有限公司于2011年8月19日以公开挂牌竞买方式取得了XDG-2008-65号地块的使用权，该地块位于无锡北塘区山北街道中心区域（原山北小学所在地），土地面积6853.9平方米（约10.28亩），容积率1.4，总建筑面积12032平方米（其中地上建筑面积9596平方米），由

2幢7—8层电梯花园洋房及沿街1—2层商铺组成。

该项目是无锡石门路改造总体方案中的第一个项目，未来3—5年所在区域将展现新的城市面貌，鸿意地产及时抓住这一契机，率先介入开发高品质的商住产品，将展示公司的品牌形象、扩大知名度和社会影响力，同时项目的市场定位和设计方案充分考虑了所在区域的市场需求、潜在竞争以及房地产行业当前的严峻形势，把握了市场有效需求、体现出高性价比的特征。

住宅目标客群主要定位于中高品质要求的刚性需求及初次改善型需求，住宅产品以86—91平方米的“2+1”房型及118平方米的3房为主，配以少量顶层55—75平方米的小房型，并实现了底层送地面花园、中间层送空中花园、顶层送屋顶花园的高附加值。

沿街1—2层商铺目标客群主要定位于石门路升级改造需求及投资需求，规划有金融机构、中小型餐饮、精品烟酒店、美容美发、医药店、便利店等社区型中高档商业业态，商铺产品以2层4.5米层高120—160平方米、8米双开间店面房为主，并配置少量200—300平方米转角商铺及24平方米的底层商铺。

在董事长的亲自指挥下，项目开发团队发挥了不怕吃苦、积极进取、勇于创新的精神，克服了各种困难和障碍，在四个月时间里完成了市场定位、方案设计、扩初设计，并已通过市规划局的方案设计审查及市建设局的扩初设计审查，取得了市发改委的立项批文、市国土局的土地证、市规划局的建设用地规划许可证等，目前已进入施工图设计阶段，预计2012年3月可完成施工图审查并取得施工许可证，计划于2012年3月28日正式开工，8月28日主体结构封顶，9月28日正式开盘销售，2013年5月完成竣工验收并交房入住。

□无锡鸿意地产发展有限公司

3月1日集团公司组织员工积极参加2012年度周庄镇无偿献血活动。无偿献血是贯彻落实《献血法》、《献血条例》、《献血管理办法》精神，普及科学知识的重要举措。为了更好的完成这项任务，公司先后组织献血献爱心，血浓情更浓的宣传教育活动，提升员工人人爱我、我为人人人的奉献意识和责任意识，增强员工的集体荣誉感，为企业文化灌注活力，为公司精神文明建设添砖加瓦。这次活动由于时间紧、任务重，通过宣传教育，层层发动，员工踊跃报名，共有16名员工献爱心，11名员工献出了无私的爱，圆满完成了上级交给公司的目标任务，这真是：人间自有真情在，献出鲜血播下爱……

爱的奉献

□周庄党政办 王明福



2011年度总结大会个人感想



新年的1月15日,在沥沥细雨中的鸡笼山脚下,在葱山翠绿环保的江南商务大厦,在几代模塑人为之奋斗的起源地,迎来了又一次模塑科技年终总结大会。

今年的大会可以用“感情亲切,内容丰富,结果振奋,人员团结”16字来形容我的感受;贴心的服务,温暖的会场,振奋的发言,让我们这些常年在外游子感受着回家的同时,怀着无比的自豪感,更多的又平添了一种强烈的使命感。这是一次团聚,更是一份激励,它使我们每位与会者将满怀激情的迎接2012年,鼓舞着我们勇敢的接受挑战,去创造模塑科技美好的未来。

情感的交流始终是维系我们在外拼搏员工的纽带,今年的总结大会充分体现了公司对每位与会者的人文关怀:会议室门前贴心的水果餐点,布置得温暖如春的会议现场,餐前各类赏心悦目的文艺表演,温情浓浓的团圆晚宴,餐间总部曹克波总经理的祝愿,无一不体现出公司及会议安排者贴心周到的服务,能在这样的氛围中参加本次年度总结大会,切实感受我们是在“家园式”的企业工作生活,我们是这个大家庭的一份子。

大会议程精彩丰富,从上午的分组讨论到各分公司总经理业绩汇报,最后到曹总经理、曹董事长的总结性发言;整个过程既有大家畅所欲言的时间,又有聆听高论的机会,民主而又务实!

对于分组讨论的:企业文化,如何培养人才梯队,高质量低成本,以及安全这4大议题也实实在在体现出公司的未来发展的关键。我参加的是“安全”

议题小组,讨论围绕着:什么是安全?安全涉及范围?怎样来确保安全?等热烈展开,当对议题讨论出一个共识点时现场不时爆发出阵阵掌声,这掌声里包含了彼此的心得和因为赏识而产生的共鸣;当对论点产生分歧时,大家又会据理力争,分享各自心得;能有幸参与其中,对我确实是一份收获。

下午的总结汇报会,各位总经理们的发言也是精彩连连……,犹如一张张满分的答卷,令人振奋,会场也不时报以热烈的掌声,而最令我难忘的曹总经理发表的三大关注点,即:战略、重大客户关系、人才。是啊,作为一个上市公司,一个对社会负责的公司,战略就是我们企业发展的方向标;而重大客户关系,我想套用曹总经理的那句听似幽默却又实实在在的“订单就是爷”,让我更多的将它理解为“客户关系就是我们的生命”;而人才,又体现出了我们企业以人为本的宗旨,人性化的同时,又不乏一种“不拘一格降人才”的远大用人气魄。

与往年相比,我认为今年的大会又多了一分团结,有一个细节我特别注意,就是大会安排者对各小组成员的名单安排还是花了不少心思,将上海名辰、沈阳名华、武汉名杰,以及周庄分部这些平时难有机会共聚一堂的各分公司代表穿插排组,让他们在讨论的氛围中互相沟通交流管理心得,我觉得这样的安排非常恰当,在增进彼此感情的同时,又可以分享管理经验,分享生产技术,共同的成长与进步,为模塑科技各分公司的发展开拓视野,添砖加瓦。

对于像我一样工作了10多年的老员工,我相信模塑科技早已经超出了我们谋生场所的范畴,更多时候它像是我们的家,同时又是一个舞台,一个可以展现宏大志愿,实现远大理想的舞台。

最后,真心祝愿模塑科技在曹总的带领下克服万难,走向一个又一个辉煌! □上海名辰 钱敏杰

百尺竿头更进一步 回顾2011,展望2012

——沈阳名华模塑科技有限公司年终总结大会暨供应商大会

2012年1月14日,沈阳名华模塑科技有限公司在世纪国际酒店召开了2011年度总结大会暨首届供应商大会。与会人员有公司高层领导、中层管理人员、优秀员工代表,邀请了沈阳经济技术开发区招商局局长刘成玉先生,宝马高级经理Mr. Thomas Schmidt先生,总部领导朱晓华先生,及部分优秀供应商代表。公司总经理李纪龙先生在大会上做了2011年度的工作报告。报告中回顾了2011年沈阳名华所走过的历程,有傲人的成绩,有持续改进的足迹,还有有待提高的不足,并感谢供应商在2011年度里给予名华工作上的大力支持。在业务方面、核心团队培养方面、深化目标管理方面、社会责任方面提出了2012年沈阳名华的工作重点。特别指出基于继续实施国产化、采购成本降低和供方的目标管理基础上,在2012年与供应商巩固和深化战略合作伙伴关系,采取质量前移的供应商质量管理策略。开发区招商局局长、客户代表、总部领导及获奖供应商代表也相继做了发言,表达了对沈阳名华2011年所做出的成绩的祝贺,同时也期望着沈阳名华在2012年里会百尺竿头更进一步。沈阳名华模塑科技有限公司年终总结大会暨首届供应商大会在祥和、热烈的气氛中圆满落幕。

□沈阳名华行政部 许丹



宝马客户对名华的赞许



总经理李纪龙先生与获奖供应商合影

热烈庆祝北京北汽模塑科技有限公司工会成立

在庄严的国歌声中,在海纳川党委、联合工会及北汽模塑党支部的领导下,北京北汽模塑科技有限公司工会今天终于诞生了;她在中国共产党的光辉照耀下,迎来了第一次代表大会。

会议全票通过了北汽模塑工会章程及北汽模塑工会选举办法;北汽模塑工会第一次代表大会选举了以章宇为主席的工会委员会委员、经费审查委员会委员及女工委委员会委员。

公司总经理朱晓华出席并主持了会议,他代表公司经营管理层表达了对工会工作的支持与鼓励,并表示将积极配合工会实施各项有利于公司、有利于员工的工作。

海纳川工会主席白玲出席会议,肯定了此次选举的真实性、有效性,她代表海纳川党委、工会联合会表达了对北汽模塑工会诚挚的祝贺,并表示将对北汽模塑工会工作提供有力的支持。 □行政部 雷新春

2011年北汽模塑年会总结报告

晓华等领导莅临晚会现场并新春致辞。

刘毅男总经理及各位领导对北汽模塑2011年取得的成就表示祝贺,并对2012年工作提出新的寄望。

朱晓华总经理代表北汽模塑,感谢北汽海纳川各级领导对北汽模塑各项工作的支持,感谢全体员工一年来的辛勤付出,同时也表达了北汽模塑争当海纳川第三面红旗的决心。

朱总强调,2011年在集团公司领导的大力支持和正确指导下,在北京北汽模塑科技有限公司全体干部员工的共同努力下,公司面对激烈的市场竞争,立足紧抓生产管理、满足客户需求,不断提升客户满意度,真抓实干、开拓创新,取得了显著成绩。2012年,我们作为一个新生代的企业,要始终秉承着持续改进的工作态度,以顾客满意为我们最高的目标追求。过去的一年里,我们面对挑战。不畏艰难,顺利的完成了目标。但我们坚信,新的一年我们更将会一如既往的不懈努力着。没有最好,只有更好。

一场热情洋溢的舞蹈揭开了本次年

会的序幕,各种各样的节目,期间还有由公司组织的小游戏,喝啤酒,踩气球。抒发着积极向上的凝聚力,享受快乐的时光。同时,2011年北汽模塑优秀员工、优秀班组上台领奖,这是对他们成绩的肯定。他们拥有职业的责任感和对事业高度的忠诚,值得我们敬重。平凡岗位上的不平凡人,勤奋、敬业与忠诚构成了他们优秀品质。点燃了热情的火焰和胜利的信心。我们在一起走,肩并肩,手挽手,一起快乐,一起奋斗。

本次年会采取演出与表彰穿插,严肃的任务下达和快乐轻松的抽奖互动,形式活泼,思路新颖。给全体与会员工带来了家人团聚的愉悦和心灵的震撼。验证了工作中我们一起收获希望,收获成就;生活中我们一起收获快乐,收获友谊。

通过这次年会,我们体会到有努力必定会有收获。时间仓促,经验缺乏,但行政

部作为本次年会的组织人员在雷新春经理的带领下全身心的投入,认真负责,保证了年会的顺利进行,并取得了圆满成功。员工的积极参与显示出北汽模塑的凝聚力和向心力。

我们清醒的认识到,一场成功的年会,只是一个好的开端,完成全年任务指标,还需克服困难,付出艰辛和努力。借助年会的余热,以饱满的热情和高昂的斗志做好当下的工作。 □北汽模塑行政部



优秀班组代表

北汽模塑朱晓华总经理致辞

北京北汽模塑科技有限公司2012年迎春晚会暨2011年先进表彰大会,于12月29日晚在亦庄丰大酒店成功举行,达到并超出了预期效果,是一次团结、奋进、快乐、共赢的盛会!

北汽海纳川总经理刘毅男、北汽海纳川党委副书记张国富、北汽模塑总经理朱

元宵节是中国的传统节日,早在2000多年前的西汉就有了。元宵赏灯始于东汉明帝时期,明帝提倡佛教,听说佛教有正月十五日僧人观佛舍利,点灯敬佛的做法,就命令这一天夜晚在皇宫和寺庙里点灯敬佛,令士族庶民都挂灯。以后这种佛教礼仪节日逐渐形成民间盛大的节日。该节经历了由宫廷到民间,由中原到全国的发展过程。

在汉文帝时,已下令将正月十五定为元宵节。汉武帝时,“太一神”的祭祀活动定在正月十五。(太一:主宰宇宙一切之神)。司马迁创建“太初历”时,就已将元宵节确定为重大节日。

另有一说是元宵燃灯的习俗起源于道教的“三元说”;正月十五日为上元节,七月十五日为中元节,十月十五日为下元节。主管上、中、下三元的分别为天、地、人三官,天官喜乐,故上元节要燃灯。

元宵节的节期与节俗活动,是随历史的发展而延长、扩展的。就节期长短而言,汉代才一天,到唐代已为三天,宋代则长达五天,明代更是自初八点灯,一直到正月十七的夜里才落灯,整整十天。与春节相接,白昼为市,热闹非凡,夜间燃灯,蔚为壮观。特别是那精巧、多彩的灯火,更使其成为春节期间娱乐活动的高潮。至清代,又增加了舞龙、舞狮、跑旱船、踩高跷、扭秧歌等“百戏”内容,只是节期缩短为四到五天。

关于元宵节的来历,民间还有几种有趣的传说:

关于灯的传说

传说在很久以前,凶禽猛兽很多,四处伤害人和牲畜,人们就组织起来去打它们,有一只神鸟因迷路而降落人间,却意外的被不知情的猎人给射死了。天帝知道后十分震怒,立即传旨,下令让天兵于正月十五日到人间放火,把人间的人畜财产通通烧死。天帝的女儿心地善良,不忍心看百姓无辜受难,就冒着生命的危险,偷偷驾着祥云来到人间,把这个消息告诉了人们。众人听说了这个消息,有如头上响了一个焦雷。吓得不知如何是好,过了好久,才有个老人家想出个法子,他说:「在正月十四、十五、十六日这三天,每户人家都在家里张灯结彩、点响爆竹、

燃放烟火。这样一来,天帝就会以为人们都被烧死了」。大家听了都点头称是,便分头准备去了。到了正月十五这天晚上,天帝往下一看,发觉人间一片红光,响声震天,连续三个夜晚都是如此,以为是大火燃烧的火焰,以中大快。人们就这样保住了自己的生命及财产。为了纪念这次成功,从此每到正月十五,家家户户都悬挂灯笼,放烟火来纪念这个日子。

汉文帝时为纪念“平吕”而设

另一个传说是元宵节是汉文帝时为纪念“平吕”而设。汉高祖刘邦死后,吕后之子刘盈登基为汉惠帝。惠帝

元宵节的由来与传说

生性懦弱,优柔寡断,大权渐渐落再吕后手中。汉惠帝病死后吕后独揽朝政把刘氏天下变成了吕氏天下,朝中老臣,刘氏宗室深感愤慨,但都惧怕吕后残暴而敢怒不敢言。

吕后病死后,诸吕惶惶不安害怕遭到伤害和排挤。于是,在上将军吕禄家中秘密集合,共谋作乱之事,以便彻底夺取刘氏江山。

此事传至刘氏宗室齐王刘襄耳中,刘襄为保刘氏江山,决定起兵讨伐诸吕随后与开国老臣周勃,陈平取得联系,设计解除了吕禄,“诸吕之乱”终于被彻底平定。

平乱之后,众臣拥立刘邦的第二个儿子刘恒登基,称汉文帝。文帝深感太平盛世来之不易,便把平息“诸吕之乱”的正月十五,定为与民同乐日,京城里家家张灯结彩,以示庆祝。从此,正月十五便成了一个普天同庆的民间节日——“闹元宵”。

东方朔与元宵姑娘

这一则传说与吃元宵的习俗有关:相传汉武帝有个宠臣名叫东方朔,他善良又风趣。有一天冬天,下了几天大雪,东方朔就到御花园去给武帝折梅花。刚进园门,就

发现有个宫女泪流满面准备投井。东方朔慌忙上前搭救,并问明她要自杀的原因。原来,这个宫女名叫元宵,家里还有双亲及一个妹妹。自从她进宫以后,就再也无缘和家人见面。每年到了腊尽春来的时节,就比平常更加的思念家人。觉得不能在双亲跟前尽孝,不如一死了之。东方朔听了她的遭遇,深感同病,就向她保证,一定设法让她和家人团聚。

一天,东方朔出宫在长安街上摆了一个占卜摊。不少人都争着向他占卜求卦。不料,每个人所占所求,都是“正月十六火焚身”的签语。一时之间,长安里起了很大恐慌。

人们纷纷求问解灾的办法。东方朔就说:“正月十三日傍晚,火神君会派一位赤衣神女下凡查访,她就是奉旨烧长安的使者,我把抄录的偈语给你们,可让当今天子想想办法。”说完,便扔下一张红帖,扬长而去。老百姓拿起红帖,赶紧送到皇宫去禀报皇上。

汉武帝接过来一看,只见上面写着:“长安在劫,火焚帝阙,十五天火,焰红宵夜”,他心中大惊,连忙请来了足智多谋的东方朔。东方朔假意的想了一想,就说:“听说火神君最爱吃汤圆,宫中的元宵不是经常给你做汤圆吗?十五晚上可让元宵做好汤圆。万岁焚香上供,传令京都家家都做汤圆,一齐敬奉火神君。再传谕臣民一起在十五晚上挂灯,满城点鞭炮、放烟火,好像满城大火,这样就可以瞒过玉帝了。此外,通知城外百姓,十五晚上进城观灯,杂在人群中消灾解难”。武帝听后,十分高兴,就传旨照东方朔的办法去做。

到了正月十五日长安城里张灯结彩,游人熙来攘往,热闹非常。宫女元宵的父母也带着妹妹进城观灯。当他们看到写有“元宵”字样的大宫灯时,惊喜的高喊:“元宵!元宵!”,元宵听到喊声,终于和家里的亲人团聚了。

如此热闹了一夜,长安城果然平安无事。汉武帝大喜,便下令以后每到正月十五都做汤圆供火神君,正月十五照样全城挂灯放烟火。因为元宵做的汤圆最好,人们就把汤圆叫元宵,这天叫做元宵节。

to promote ability vacillating

三心二意提升办事能力

Doing a task over and over again can literally be mind-numbing and your performance on that task will drop. The solution? Take a brief break and pay attention to something else. A new psychological study has shown that brief interruptions would keep people's performance on a task from dropping.

University of Illinois professor Lleras and fellow researcher Atsunori Ariga divided 84 study participants into groups and tested their ability to focus on a repetitive task, which lasted 40 minutes and entailed pressing a key when a longer line was replaced by a shorter one on a computer screen.

Some participants memorized four digits before the task, and their memory was tested after the task. Of these, some were presented with the digits during the task, and asked to decide if the numbers belonged to the memorized set. Others performed only the visual line task, and others were told to ignore numbers that appeared as they performed the visual task.

While most participants' performances on the visual task declined over time, the performance by the group that was asked to respond to the digits while in the midst of the task did not. "Constant stimulation is registered by our brains as unimportant, to the point that the brain erases it from our awareness," Lleras explained.

反复做同一件事会让大脑麻痹,导致办事不力。解决办法?休息一小会儿,关注一些其他的事情。一项最新心理学研究表明,短暂的干扰活动能让人们在继续从事之前所作的工作时,表现依旧出色。

伊利诺伊大学教授雷拉斯和同事艾特斯诺里对84个受试者分组测试他们在重复性工作上的注意力:当电脑屏幕中的长线被短线取代时按下按钮,测试时长为40分钟。

研究人员要求一些受试者在测试之前记忆4个数字,并在测试后就相关记忆进行检测。其中,一些受试者在测试过程中便与数字再次碰面,并被问及这些数字是不是之前所记忆的数字。而另外一些则只需做看屏幕按按钮的重复性工作,还有一些人则干脆被告知忽略在测试中出现的数字。

研究人员发现,大部分测试者随着重复性工作的延续表现情况下降,而在测试过程中被要求对数字做出反应的小组人群表现依旧良好。“持久同样的刺激被大脑认定为不重要元素,以至于大脑干脆把它从我们意识中抹去了,”雷拉斯解释道。

英语角

春季(立春起至立夏止)是万物生长、万象更新的季节。春季该摄取哪些营养以及怎样调整饮食呢?很简单,我们可以用这样一句顺口溜来概括:“春天里来日渐暖,厚味饮食应转淡,时鲜蔬菜要多食,酒肉辛辣要少吃,健康长寿有保障。”

1. 饮食要营养平衡 从饮食科学的观点来看,春季强调蛋白质、碳水化合物、维生素、矿物质要保持相对比例,防止饮食过量、暴饮暴食,避免引起肝功能障碍和胆汁分泌异常。

2. 春季饮食养肝为先 按中医观点,春季养肝重在养肝。在五行学说中,肝属木,与春相应,主升发,在春季萌发、生长。因此,患有高血压、冠心病的人更应注意在春季养肝。且春季是细菌、病毒繁殖滋生的旺季,肝脏具有解毒、排毒的功能,负担最重,而且由于人们肝气升发,也会引起旧病复发,如春季肝火上升,会使虚弱的肺阴更虚,故肺结核病会乘虚而入。中医认为,春在人体主肝,而肝气自然旺于春季。如果春季养生不当,便易伤肝气。为适应季节气候的变化,保持人体健康,在饮食调理上应当注意养肝为先。

3. 饮食要养阳 阳,是指人体阳气,中医认为“阳气者,卫外而为”,即指阳气对人体起着保卫作用,可使人体坚固,免受自然界六淫之气的侵袭。春天在饮食方面,要遵照《黄帝内经》里提出的“春夏补阳”的原则,宜多吃些温补阳气的食物,以使人体阳气充实,增强人体抵抗力,抵御风邪为主的邪气对人体的侵袭。李时珍在《本草纲目》里亦主张“以葱、蒜、韭、蓼、蒿、芥等辛嫩之菜,杂和而食”。另一方面,由于肾阳为人体阳气之根,故在饮食上养阳,还应包括温养肾阳之意。春天时人体阳气充实于体表,而体内阳气都显得不足,因此在饮食上应多吃点培补肾阳的东西。目前除了蓼、蒿等野菜已较少食用外,葱、蒜、韭等都是养阳的佳品。

4. 多食甜,少食酸 唐代名医孙思邈说:“春日宜省酸,增甘,以养脾气。”意思是当春天来临之时,人们要少吃点酸味的食品,多吃些甜味的饮食,这样做的好处是能补益人体脾胃之气。我国医学认为,脾胃是后天之本,是人体气血化生之源,脾胃之气健旺,人可延年益寿。但春为肝气当令,根据中医五行理论,肝属木,脾属土,木土相克,即肝旺可伤及脾,影响脾的消化吸收功能。中医又认为,五味入五脏,如酸味入肝、甘味入脾、咸味入肾等,因此若多吃酸味食物,会加强肝的功能,使本来就偏亢的肝气更旺,这样就能伤害脾胃之气。有鉴于此,在春季人们要少吃些酸味的食物,以防肝气过于旺盛。而甜味的食物入脾,能补益脾气,故可多吃一点,如大枣、山药、锅巴等。

5. 饮食要清淡 由冬季的膏粱厚味转变为清温平淡,饮食宜温热,忌生冷。在动物食品上,应少吃肥肉等高脂肪食物,因为油腻的食物食后容易产生饱腹感,人体也会产生疲劳现象。胃寒的人可以经常吃点姜,以驱寒暖胃;有哮喘的人,可服点生姜蜂蜜水,以润燥镇喘;有慢性气管炎的人,应禁食或少食辛辣食物。其他人也不宜多吃辛温大热的刺激性食物,以免助火伤身。

6. 平时要多喝水 饮水可增加循环血容量,有利于养肝和代谢废物的排泄,可降低毒物对肝的损害。此外,补水还有利于腺体分泌,尤其是胆汁等消化液的分泌。春季饮香气浓郁的花茶,可有助于散发冬天积在体内的寒邪,促进人体阳气生发,郁滞疏散。而适量饮茶,还可提神解困,但春季不宜贪冷饮。

7. 多食蔬菜 人们经过冬季之后,大多数会出现多种维生素、无机盐及微量元素摄取不足的情况,如春季人们常发口腔炎、口角炎、舌炎、夜盲症和某些皮肤病等。因此,随着春季的到来及各种新鲜蔬菜的大量上市,人们一定要多吃点新鲜蔬菜,以便营养均衡,身体健康。

春季饮食注意事项