



企业精神
团结 勤奋
开拓创新
扎实 从严
优质 守信

公司再次捧回鲁班奖“小金人”

11月25日，2020-2021年度鲁班奖颁奖暨行业技术创新大会在广西南宁隆重召开。会议为2020-2021年度中国建筑工程质量最高奖“鲁班奖”（国家优质工程）获奖单位进行了颁奖。由我公司承建的嘉善县文化惠民项目喜获殊荣。集团公司副总裁丁爱忠代表公司捧回了鲁班奖“小金人”。

嘉善县文化惠民项目于2015年12月正式开工，至2018年12月27日完成竣工验收，历时三年时间。公司自开工之初就确立了争创“鲁班奖”目标，公司领导班子对项目建设高度重视，组建了精干得力、专业齐全的项目管理团队，严抓质量管理，坚持技术创新，将鲁班奖的严格要求贯穿于项目建设的全过程。

建设过程中，参建各方齐心协力，精益求精，高标准、高质量完成各项施工任务。工程质量技术含量高，制



作精细，荣获2016年度嘉善县重大项目建设立功竞赛奖项，并通过全国绿色施工示范工程验收，是嘉善县较

早取得“二星”标识的绿色建筑，荣获2017年度浙江省“文明现场、和谐工地”竞赛先进工地、2017年度

浙江省建设系统安康杯竞赛“优胜班组”，还先后获得浙江省建设工程“钱江杯”、“华东地区优质工程奖”等诸多奖项。

嘉善县文化惠民项目喜获“鲁班奖”，是继平湖市公安局业务技术用房工程获此殊荣后，公司再次斩获的建筑工程领域最高奖项，不仅是对我们优质管理的充分肯定，更彰显了中元实力。我们将以此次获奖为契机，进一步坚定信心，勇毅前行，不断提升企业核心竞争力，匠心铸造更多精品工程。



公司党委举办党的二十大精神专题学习会

为深入学习贯彻党的二十大精神，11月11日，公司举办党的二十大精神专题学习会。公司党委委员、各支部委员、团支部书记参加此次学习会。

学习会上，与会人员集中学习了党的二十大报告的十五个部分，准确把握党的二十大精神实质和丰富内涵，认真领悟报告提出的新观点、新

论断、新思想，一致表示要立足工作实际，凝心聚力、团结奋斗，努力将学习成果转化为推动工作的强大动力。

公司党委书记徐建明作总结讲话。他表示，党的二十大报告立意深远，思想深邃，是指引我们全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴的马克思主义纲领性文献。

他要求，公司各党支部要切实领会党的二十大精神报告的独特思想魅力，学习好、宣传好、贯彻好党的二十大精神，在全公司掀起学习党的二十大精神的热潮，推动公司高质量发展不断取得新突破。

同心创佳绩 奋进正当时

——公司接连中标多个项目

在这丰收的季节里，集团公司上下同心，全力奋战，接连中标多个项目，经营工作多点开花，取得丰硕成果。

惠民街道惠园小区四期安置房项目，主要建设安置房及配套相关设施，总建筑面积约78038平方米，最大单跨8.25米，最大建筑高度57.4米。

三江嘉化企业总部大楼总承包工程，用地面积19759平方米，建筑面积约85369平方米，钢筋砼框架结构，建筑高度22.9—99.1米，建筑层数5—23层，2栋高层及裙房组成。

富阳富春第十一小学新建工程施工项目，主要建设内容包括教学中心、

食堂艺体楼、行政办公室、图书楼、门卫室、厕所、室外活动场地及附属配套工程，按36班规模规划。项目总建筑面积约47836平方米。

乐清传统文化园项目一期工程，主要建设内容包括1#关帝敖王庙、2#玄坛庙、上皇庙、三官殿、南草垵三官庙、3#金盛庙、五通爷庙、张氏五房、10余处小庙、三官庙集中安置、服务中心、4#慈济寺、5#楼石马南教堂、17#戏台的土建及安装工程，室外附属工程。项目总建筑面积约13896平方米。

这么多个项目顺利中标，极大地激发了公司全体员工的士气，今后我们将加倍努力，一如既往，齐心协力，争创佳绩，为中元品牌建设添砖加瓦。

杭州三



光荣榜

丰乐苑安置房小区一期项目喜获
2022年度

“浙江省智慧工地示范项目”称号

11月8日，浙江省建筑业行业协会发文公布“2022年度浙江省智慧工地示范项目”获奖名单，由我公司承建的丰乐苑安置房小区一期项目被评为“浙江省智慧工地示范项目”。

作为公司“BIM+智慧工地”试点工程之一，丰乐苑安置房小区一期项目以数字化管理平台为支撑，实现项目智慧化管理，为公司推广“BIM+智慧工地”积累了经验，起到示范引领的作用。下一步，公司将继续推行数字建造，为企业创新发展注入新动能。

公司9项工程被评为
“2022年度嘉兴市建筑施工安全生产标准化管理优良工地”

日前，嘉兴市住房和城乡建设局发文公布“2022年度嘉兴市建筑施工安全生产标准化管理优良工地”名单。由我公司承建的工人路商业中心城市有机更新项目（二期）、桐乡港华天然气有限公司数字化综合服务中心、南湖图书馆、嘉兴市南湖城市建设投资集团有限公司城东教育用房（一标段）、文昌花苑（暂定名）安置房工程、嘉兴科技城水马花苑安置房小区工程、姚家荡小学（暂定名）、南江公寓拆迁安置小区一标段工程、桐乡市城市污水处理厂整合工程（一期）等9项工程被评为“2022年度嘉兴市建筑施工安全生产标准化管理优良工地”。

铆足干劲保进度 奋力冲刺抓生产



战鼓催征马蹄疾，扬帆奋进正当时。11月份，公司各项目部铆足干劲，狠抓生产，跑出项目建设“加速度”，顺利完成各项节点目标。

丰乐苑安置房小区一期项目 3# 主体顺利结顶

11月23日上午，天朗气清，惠风和畅，随着最后一方混凝土浇筑完成，由我公司承建的丰乐苑安置房小区一期项目3#主体顺利结顶。集团公司董事长章锡根、副总裁陈国平在现场共同见证了结顶盛况。

丰乐苑安置房小区一期项目建设地点位于嘉兴市新丰镇新荷路北、妙峰路东侧，总建筑面积约73138平方米。自去年11月份开工以来，各级领导十分重视项目建设，多次深入一线指导各项工作，为工程3#主体顺利结

顶创造了有利条件。面对不稳定的疫情、百年一遇的炎热夏季，项目部全体人员齐心协力，艰苦奋斗，顺利完成各项施工任务。

结顶当天，董事长章锡根实地走访了项目现场，了解项目进展和施工情况。在听取项目负责人汇报后，他对丰乐苑目前的施工进展情况，以及项目荣获2022年度浙江省智慧工地示范项目表示充分肯定。他表示，数字化转型是目前公司发展的重要方

向，要进一步提高工程管理的智慧化水平。

面对接下来的施工任务，项目部将戒骄戒躁，求真务实，一步一个脚印，进一步严把质量关、安全关，加快施工进度，确保工程如期完成。

浙江禾城酿造科技有限公司 禾城酿造科技项目通过竣工验收

11月8日，由我公司承建的浙江禾城酿造科技有限公司禾城酿造科技项目迎来了竣工验收。

浙江禾城酿造科技有限公司禾城酿造科技项目位于秀洲高新区，洪业路南侧、夏婆桥东侧，工程总建筑面积约19084平方米，合同工期为一年。本工程主要由生产厂房、研发车间及门卫室组成，框架结构，地下一层，地上4-5层。

经现场勘查、资料察看、综合评审后，验收工作组一致认为该项目按照有关设计图纸、设计通知及相关文件要求完成施工，符合验收规范标准，同意通过竣工验收。项目部将持续发力，狠抓落实，做好后续交付使用等

工作，向各方交上一份满意的答卷，

华梦锦园项目通过竣工验收

11月15日，由我公司承建的华梦锦园项目在各方参建单位和行业主管部门的共同见证下顺利通过竣工验收。

华梦锦园项目位于嘉兴市南湖区解放街道，东至禾东公寓，南至华玉路，西至城东路，北至华玉路。总建筑面积约98527㎡。项目地下车库为地下一层，共由四幢高层住宅（地下二层，地上三十层）、一幢多层洋房（地下二层地上五层）和一幢幼儿园组成。

自项目开工以来，在工期紧张的情况下，项目管理团队坚持以目标计划为主导，安全质量为核心，层层落实责任，从一线施工到后勤保障，从工程技术到施工质量，做到策划到位、人员到位、管理到位，按期完成了所有施工任务。

公司将鼓足干劲，继续奋斗，加快推进项目建设，奋力完成年度目标任务。

嘉善县绿色环保技术中心（实验中心、暂存库）项目首层箱模结构板面顺利浇捣

11月1日，由我公司承建的嘉善县绿色环保技术中心（实验中心、暂存库）项目首层箱模结构板面顺利浇捣完成。

本项目建筑面积约5359平方米，最高2层，建筑高度17米，最大单跨为9米，最大单体建筑面积5184平方米。主要包括两层暂存库、实验中心及相关附属设施。暂存库主要用

途为暂时存放处理后的飞灰，故楼面荷载考虑每平方米4吨，设计结构钢筋采用HTRB630，结构板面采用箱模形式。

在项目建设初期，公司积极与设计方对接，明确了箱模施工方案的相关参数。在项目箱模施工方案的实施中，分公司及项目部还与设计、监理、检测单位等单位积极沟通，共同解决

箱模施工过程中各项难题，现首层箱模结构板面已顺利浇捣完成。

第一块箱模结构板面的顺利浇捣，展现了项目部人员严谨的工作态度及工作作风，也为项目后续推进奠定了基础。

（嘉善分公司 沈启明）

校企携手 共享共赢

11月23日，嘉兴南湖学院老师赴公司开展交流座谈。座谈会上，他介绍了嘉兴南湖学院土木工程、工程管理、工程造价专业的课程设置情况，以及学生实践基地、实习岗位的选择等，还着重讲述了BIM技术在工程造价中的应用情况，期望与公司开展进一步合作。在双方的共同见证下，签署了双方联合培养复合性人才的校

企合作新协议。公司技术中心主任杜雷、人力资源部经理邱凤夏、技术中心主任助理任涛参与接待。

11月24日，嘉兴学院建工学院杨书记带领土木工程、工程管理、建筑环境与能源应用工程专业的学生来到公司，开展深入交流，感受中元文化。学生们相继发言，就实习岗位内容、实习地点等进行询问。公司人力资源

部一一耐心作答，欢迎学生们来公司实习发展。公司总工程师俞黎明、人力资源部经理邱凤夏参与接待。

接下去，公司将进一步加强校企双方互联互通、共创共建，实现共谋发展、合作共赢。

（人力资源部 邱凤夏）

柳岸兰庭项目顺利通过多项验收

由我公司承建的柳岸兰庭项目位于平湖市乍浦镇，共由1—10#楼、S1、S2及地下室组成，合同总工期730日历天。在项目部全体成员的努力下，项目各项节点目标有序完成。

自11月以来，项目迎来多项验收工作，11月2日完成1—6#楼主体结构中间验收，11月21日完成2022年四季度第三方过程评估验收，11月21日下午完成创建“嘉兴港区建筑施工安全生产标准化管理优良工地”验收，预计11月30日完成7—10#楼主体结构中间验收。

自本项目进场施工以来，面对工期紧、任务重等诸多挑战，项目管理团队团结一致、携手共进，通过细致筹划和下沉管理，按时完成项目首开预售形象进度目标，质量安全和文明施工措施到位，受到业主单位的好评。

目前，项目正处于主体粉刷及装饰装修施工阶段。在后续的施工过程中，公司和项目管理团队将继续用百倍的信心和昂扬的斗志，精心组织施工，保质量、保安全、保工期，全力以赴把柳岸兰庭项目建设成业主满意的高品质住宅！

（建筑分公司 余志强）

文明城市，创建有我

——市政分公司道路养护班组助力文明城市创建

自嘉兴市吹响创建全国文明城市号角以来，市政分公司道路养护班组奋战一线，精心养护，营造安全畅通、干净整洁路面环境，全力支持和配合做好创建全国文明城市工作。

嘉兴市城南路、长水路、由拳路作为经开区主干道，是文明城市创建

的重要路段，道路养护班组在日常巡查检修的基础上，进一步增加人手，对自己辖区进行扫街式的检查和整改。经过两周的努力奋战，内人行道维修更换共计400㎡，盲道不连续整治12处，人行道下卧改造10处，石球摆放150个，沥青铣刨加铺1000㎡，

并完成侧平石拆除及坑洞修复，城区路面环境焕然一新。同时，道路养护班组还对市区管养范围内广益路、中环南路、中环东路、南湖大道、市政府周边和南湖景区周边进行排查，并于4天内完成了市政府广场花岗岩维修近800平方。

文明城市，创建有我。市政分公司道路养护班组将继续做好养护工作，美化道路环境，扮靓城市颜值，为嘉兴市创建全国文明城市典范城市贡献中元力量。

科技引领 智慧建造!

数字化为中元建设集团插上腾飞的翅膀



建筑业数字化是建筑业发展战略的重要组成部分，也是建筑业转变发展方式、提质增效、节能减排的必然要求。面对新的发展趋势，中元建设集团股份有限公司（以下简称中元建设集团）踔厉奋发、勇毅前行，积极推动传统建筑业与数字化技术深度融合，让数字化为企业插上腾飞的翅膀。

日前，由浙江省建筑业行业协会主办的2022年度浙江省智慧工地示范项目评选活动已圆满结束，获奖名单中，中元建设集团承建的丰乐苑安置房小区一期项目赫然在列。

中元建设集团作为品牌和龙头建筑企业，近年来，主动投身数字化，拥抱智慧建造，利用BIM技术和公司精细化管理平台，对项目现场管理进行动态监管，从招投标到竣工验收实行全过程管理，以科技创新引领企业发展。

一个奖项： 项目管理变得更智慧

建筑工程施工属于劳动力密集型行业，施工建造周期长、过程复杂，传统粗放型管理模式极易造成监管疏忽、管理漏洞，严重的可能引起安全隐患或质量不达标。为了有效地解决这些问题，建筑业数字化转型成了当务之急。

嘉兴丰乐苑安置房小区一期项目凭借“智慧建造”的融合创新和深度应用，经过层层筛选，以高分成绩在2022年度浙江省智慧工地示范项目评选活动的众多项目中脱颖而出，获得殊荣。

丰乐苑安置房小区一期项目，处处体现着数字科技的力量。走进工地，现场井然有序，主通道硬化平整，喷淋设施正在自动喷雾降尘。恰好一辆水泥车从门口驶进来，过磅之后，称重数据会实时传输到数字项目管理平台上，在物料管理的界面上生成一个数据并记录下来以备后续统计查验。

“以前过磅都是用人工统计和计算，误差比较大，信息反馈也比较滞后，成本控制很难精确。”项目技术负责人杨俊杰介绍，有了这个平台，项目管理变得更加智慧。

安全和质量是工程建设的生命线，通过平台信息整合，质量、安全等指标一目了然。丰乐苑安置房小区一期项目要求每天上传巡检发现的问题，倒逼安全员和相关负责人落实好每天的安检工作，通过系统平台的上传、整改和反馈，隐患问题得到闭环处理，全面提升项目的管理水平。

比如，外架边缘堆放材料是很多项目容易出现的安全隐患，工人贪图一时的方便顺手，没有充分考虑到高空坠物的危险，安全员巡检发现就会拍照将问题上传至平台，并@相关负责人。“信息会实时发送到负责人的手机微信上，确保及时查收，处理完成后，需要将整改图片回传至平台才算问题整改完成。”杨俊杰说，如果同一班组多次发生同样的问题，就需要对重点人员进行安全教育，提高全员的安全意识，倒逼主体责任意识的养成。

目前，该项目的地下室部分已经完工，正处在主体施工阶段。回看数字项目管理平台的使用，杨俊杰认为，该平台不仅实现了安全和质量上的动

态管理，也使成本管控更为精准。

通过地磅周边安装摄像头、红外对射等智能硬件设备，自动采集地磅一手精准材料数据，实现大宗物资进出场称重全方位管控。例如钢筋、混凝土等主材实现物料称重、称重数据存储、称重数据读取以及物料验收偏差分析等功能，并对项目材料数据实时监测，做出全维度的智能分析，提高物资出入库效率，防止错误录入、超量录入等常见错误。

“比如已经完工的地下室部分，混凝土用量比预算量节约3%，合计约640方，节约了32万元左右。”杨俊杰透露，以往都是负偏差，现在依靠平台的物料管控系统，将账目算得更加清晰精准。

智慧工地另一个重要环节就是劳务管理。在工人进场时，就需要上传身份证、银行卡、劳务合同等个人信息，不符合年龄要求的均不能录用。工地通过使用劳务实名系统（闸机、人脸识别）规范用工，实时采集实名制信息、打卡考勤明细、班组信息，对劳务人员的基本信息、工作行为等信息进行统计分析，有效规避或解决劳务纠纷。

一项技术： 助推建筑行业高质量发展

当前，我国经济已转向高质量发展阶段，建筑行业也进入数字化转型风口。“BIM+智慧工地”正不断成为建筑行业高质量发展的强劲推动力。

中元建设集团是嘉兴市较早成立BIM团队的建筑公司，并在摸索中发现和应用BIM技术的先进可取之处。实际上，早在七年前，中元建设集团就率先尝试使用BIM技术，将二维的纸质图纸转化为三维电子图纸，在设计阶段就用BIM技术将各个专业的模型叠加进行碰撞检测“碰、漏、缺”点，并及时反馈给设计人员进行方案优化，减少了施工过程中的设计变更、返工等现象，推动数字化建筑的发展。

普利特项目是中元建设集团第一个应用BIM技术的工程，其不仅现场筹建了BIM技术团队，还在BIM模型提供的三维平台上实现信息共享和集成，在项目全生命周期内有效地提高了各方的协作能力，使沟通、讨论、决策都在可视化的状态下进行。

现场钢结构厂房通过BIM三维实体建模出图进行深化设计，通过电

脑预拼装把所有杆件节点、螺栓焊缝、梁柱等信息通过实体建模导入，图纸中的所有尺寸均是从三维实体模型上直接提取产生，完全实现预拼装，确保了钢结构安装的最佳精度。

嘉善县文化惠民项目螺旋型双曲面玻璃幕墙，其立面与平面曲率不断变化，最大曲率半径1/18。因造型独特构造尺寸极其复杂，幕墙铝板与玻璃规格达到6885种，为攻克幕墙施工难点，项目团队应用BIM技术分析解决了幕墙零部件空间定位坐标，并导出零部件制作图纸与下料单1000余份，形成制作安装可用数据12万余个，实现了幕墙构件的精确制作和安装，为项目荣获鲁班奖增添了独特亮点。



有了成功的经验，公司进一步加大对于信息化和数字化的投入。现BIM技术已经在公司承建的大多数项目中规模化推广应用，实现了项目成本的精细化管控，质量与安全的动态控制。

随着BIM技术的深入应用，2021年10月，中元建设集团还与广联达科技股份有限公司签署长期战略合作协议，进一步深入开发和挖掘数字化在建筑项目上的应用，利用数字化手段，搭建了施工项目全周期科学化管理的智慧工地平台，落实劳务管理、材料管理、质量安全管理、生产管理的规范化、可视化，提高工程管理的智慧化水平。

现在，丰乐苑安置房小区一期项目、柳岸兰庭项目、斯达微电子项目等作为公司“BIM+智慧工地应用示范项目”试点工程，以数字化管理平台为支撑，实现项目智慧化管理，为公司推广“BIM+智慧工地”积累了经验，起到示范引领的作用，为公司下一步推行数字化建设和高质量发展打下坚实基础。

一种理念： 企业插上数字化发展的翅膀

近年来，中元建设集团高度重视企业数字化建设，加快数字化转型步

伐。目前，公司BIM团队人员将近20人，每个涉及BIM技术的项目均配置了专门的现场管理负责人。去年5月，公司还专门引进了这方面的专业人才，主要负责企业数字化方面的事务。

对于下一步的发展计划，中元建设集团董事长章锡根表示，目前公司与广联达科技合作的平台主要应用在项目层面，主要服务在具体工作中，“每个项目是独立的，信息也是孤立的，价值还不能发挥到最大，还需要建立企业级数字系统平台，将智慧工地、成本管理、质量安全管理与现有企业信息化系统应用相互融合。”

数字化、智慧化是时代发展的趋势，使建筑行业由传统的现场管理向线上线下管理相融合转变，让企业管理更为高效，为公司决策提供信息化数据支持，提高工程项目管控效率，提升企业核心竞争力。章锡根认为：“进入新时代，数字化技术已经成为推进企业高质量发展的强劲引擎，我们将积极顺应数字化、智慧化趋势，为公司的发展注入源源不断的新动力，也为嘉兴市建筑业高质量发展作出积极贡献。”

据介绍，在企业级平台上，公司管理的制度不再是一本放在桌面上的书，而是细化和落实到每一个工作流程中，对项目现场的精细化管理、对大宗材料进出的数据分析、对劳务人员的管理等等，都能“一图看懂”，做到企业管理标准化，即便是有人员流动，也能快速重新培养新人，实现无缝对接。

不可否认，数字化和智慧化正在改变着建筑业。中元建设集团总裁徐建明表示，公司将紧盯科技创新，积极拥抱产业发展趋势，推进智能建造、BIM技术应用和工程建设全过程咨询服务，推广装配式建筑、智慧工地、绿色建筑，为推进数字化新型城市、智慧城市建设发挥中元建设集团的力量。

（文章转载自《嘉兴日报》）



乐享“乒”搏

11月12日，嘉兴市第三届职工运动会乒乓球比赛在嘉善县姚庄镇体育馆拉开了帷幕。嘉兴市总工会、嘉善县总工会、市总工会宣教网络部等领导出席了活动并和大家一起做了赛前热身运动，气氛如同当日的天气“热”烈活跃。

此次乒乓球比赛由嘉兴市各县（市、区）及产业（系统）工会的14支职工代表队伍参加，我们建设系统联合会由嘉兴市住房和城乡建设局党委副书记、工会主席陈胜亲自带队参加。我和中元德丰建材股份有限公司总经理唐月英也有幸参加了此次比赛。此次比赛执行男女混合团体赛，采用五盘三胜，每盘三局二胜，每局11分制。乒乓球运动不愧是中国



“国”球，赛场上高手如云，参赛队员们各个身手敏捷，削球、上旋、下旋、扣球、旋转球、弧线球，精湛的球技、精彩的瞬间扣人心弦。经过一天的激烈角逐，我们虽未获奖，但发挥出各自的最佳水平，发扬了团队的协作精

神，享受了比赛的快乐“乒”搏。

乒乓球运动得到了建设局领导和公司领导的大力支持。建设局从去年开始，每周二晚上都有专业乒乓教练对建设系统的乒乓爱好者进行了培训指导，在提高大家球技水平的同时，激发了大家的运动热情。公司工会主席吴贇为乒乓室铺设了塑胶地板，添置了空调沙发等硬件设施，每天午休都能从乒乓室传来乒乓球的打击声和打球者的欢笑声，在丰富职工业余生活的同时，激励了职工的工作积极性。生命不息、运动不止，奋勇争先、团结拼搏的体育精神永远激励鼓舞着我们！

（质量安全部 吴沈岚）

速食文化之感悟

你有多久没有坚持看完一场电影了？有多久没有细细读完一本书籍了？我完整地看完一场电影，大概在一两年之前了；认真阅读完一本书，已经是五年之前的事了。记得有个脱口秀演员在一次节目中讲到，现在的短视频能解构一切东西。在上面花上几分钟就可以读完一本大部头名著，因此不了解他的人都认为他是个学识渊博的人。然而事实上他和我们大多数人一样，《红楼梦》的第一章看了很多次都没翻过去。如今发现大家更加不愿意看书了，因为总是能在短视频当中“一不小心就把一部电影看完了，或是把一本书给读‘透’了”。这便是现在盛行的“速食文化”。

在速食文化下，短视频充斥于我们生活的方方面面。现在随便打开一个手机软件，就能轻易地看到各种短

视频，一个不留神，个把小时就过去了。短视频里的语言都很通俗易懂，没有我们自己阅读书籍或欣赏电影时的深奥感。里面主人公的名字都由“小x”“小m”来代替，我们能够在片刻的时间内，看完很多本电影或是书籍。看完这些短视频的解读，我们没有了自己的思想，也不用去思考，只记得主人公缩减成“小x”“小m”的代称，以及情节反转带来的刺激感，却体会不到任何关于作品所要呈现给我们的深刻内涵。其实当我们在看书或看电影时应当是充满无限想象的，正所谓一百个人眼中有一百个哈姆雷特，每个人对同一个作品和其人物应该都会有不同的理解和感受；当立场不同，每个人的理解力和想象力是不同的，对相同的作品自然也会有不同的感受。就算立场一致时，在不同时

间，不同场景，再读同一本书，也会产生不同的感触，这就是阅读带给我们的不同收获。而现在的短视频，会让我们越来越失去思考的能力，只追求碎片化的即刻满足感。

在现实生活中，我们的学习和工作都需要经过长期不断地努力、积累、研究才能得到些许成果。在速食文化下，快乐是可以直接送到你的面前，不用你付出就能得到，这也就是让越来越多人沉迷于此的原因。因此我们的耐心正在变得越来越缺乏，思想变得越来越贫瘠，语言也变得越来越枯竭。随之出现的是一个更奇怪的现象，越来越多的人会为不知道最近的网络新闻感到羞怯，却不会因为自己的学识浅薄感到羞耻，这也是当下部分年轻人的真实写照。

长期被动接受短视频浅阅读的我

们，不仅思想得不到磨炼，就连阅读复杂文书的能力也会随之下降。而深思的观影和阅读，会提升我们的分析力、概括力、想象力和理解力。每当我们静读一本喜爱的书籍所获得的满足感，是短视频永远无法替代的。

在这个不断盛产即刻满足感的速食文化时代，望我们每个人都能保持清醒，时刻警惕，莫要坠入速食文化的深渊。我们要积极行动起来，不要明天了，也不要后天了，就是现在，让我们从认真看完一部电影，或是慢慢阅读一本书籍开始，让我们身心荡漾其中，体验其带来愉悦感，触发深思，享受乐趣，更让自己拥有一个有趣的灵魂。

（内控审计部 金颖玲）

回归自我

暗胡桃木色的书架上，蒙尘的书本混成一堆，不分大小不分颜色。《挪威的森林》、《儒林外史》、《围城》、《追风筝的人》……所有的书本都拥挤地塞在阴影中。再看看给女儿置办的书架，各种类型的书本整齐划一的摆放，不过那是在她还没有动手之前的静置状态，只要她一来翻找，就是作案现场，立马凌乱不堪了。

平日里，她想看什么书就陪她看什么书，也没有什么章法可寻，就是有时候哪怕想和她各自看各自的书本也是几乎不可能的。只要我一转头，她就要喊妈妈，喊到我理她为止，最后只能作罢。久而久之，我在家就鲜有自我支配的时间。当我对着这堆书籍怔怔发呆的时候，莫名地有种失去自我的感觉，是时候可以改变下了。趁着周末闲暇的时光，我把书架好好擦拭了一遍，拂去蒙尘的书本在太阳底下散发着书香气息。信手拿起一本书，伏案翻阅，时间仿佛静止了，周遭的那些嘈杂似乎也离我而去，我喜欢这种平和的意境，是我想要的生活。

看来我眼下要做的，应该就是“回归自我”。我要告诉我的女儿，你是一个独立的个体，有自己的一方天地，做任何事情当有自己的主见，不能每件事情都要依赖父母，父母也无法做到时刻都能陪伴在你的身边。对于还幼小的她来说，这是一个漫长的、自我探索与自我发现的过程。于我而言，首先我需要给她足够的安全感，同时让她试着理解我的想法。让她知道，其实爱有很多种表达方式，我们不能以爱之名去捆绑住另一个人的脚步，每个人都应当有属于自我的空间，自我支配的时间，也有自己非做不可的事情，没有一个人随时随地都能给予你回应，给你想要的关怀。如果没有及时给到，并不代表你的爱缺失了，爸爸妈妈的爱一直都在。

我们需要共同成长，不仅可以在自己的那一方天地里展翅翱翔，成为更好的自己；也可以找到适合彼此的契合点以及融洽的相处模式，成为交心的朋友。

（建筑分公司 沈小琴）

南北湖采橘

喝过秋天的奶茶
见过秋天的稻田
怎能忘了南北湖的橘子林
日子晴朗 橘子辉煌
秋天的浪漫从南北湖采橘开始

一年好景君需记
最是橙黄橘绿时
你看那橘林漫山遍野
橙黄点点 青绿叠叠
风里满是丰收的味道

你看那背着竹篓的农夫
提着竹篮的孩童
纷至沓来的食客
行山走湖 采橘山里
将这山海湖间独有的美味装满秋天

你看那黄甸甸的橘子从枝头掉落
剥开橘皮淌出诱人的橘香
咬一瓣弯弯月牙
三分酸甜 七分甘甜
放进嘴里饱满的汁水在唇齿绽放

你看那湖海桑田 茶田果林
石墨水井 瓜藤蓑衣
是陶渊明笔下的世外桃源
一半月光 一半日光
寄居着多少人心中的田园梦

悠久的历史孕育了这里深厚的橘文化
独厚的自然赋予了她优越的成长
橘子红了 秋天浓了
何不暂时丢下这烟火气
赴一场湖山橘林 当一回山野农夫

（财务管理部 姚琳）

诗歌