冰雪中的勇士

数九寒天，滴水成冰，刺骨的西北风无所顾忌地在吕梁山下、黄河岸边肆虐、怒吼。有些动物冬眠了，有些动物南迁了，大多数人们则躲在暖和的屋里不露头脸，即使不得已要在户外活动，也是包裹得严严实实，生怕染上风寒。然而，在我们的身边，却有这样一些人，他们过冬的方式与大多数人形成了鲜明对比。在寒冷的冬季，在休息时间，他们没有“窝”在家里，而是来到了距离厂区五、六公里的龙门公园和清涧湾，敲开厚厚的冰层，进行一种很“酷”的运动，那就是被称为“血管体操”和第一极限运动的冬泳。

目前，我们企业这支民间自发成立的冬泳队伍，共有20余名队员，他们虽然来自于不同的单位、不同的岗位，但因为有着共同的爱好而走到了一起。

早在2000年，冬泳对于大多数铝城人来说还是一个陌生的名词时，范延庆、张源、李尚斌3名年轻人，就已经开始在清涧湾尝试这种被称为“勇敢者的游戏”的运动了。当时，他们几个人只是因为喜欢游泳聚到了一起，从夏天游到了秋天，又从秋天坚持到了冬天……

国内一些坚持了10年以上的冬泳爱好者在谈到他们的感受时，几乎是异口同声。他们说，冬泳的人第一年是兴奋、自豪；第二年自我感觉冬天睡觉都热得不用盖被子；第三年到了自信的顶峰并开始走下坡路；第四年每次下水前都要思想斗争很久，能坚持到第五年的人则少之又少了。然而范延庆、张源、李尚斌3个人，硬是克服外界的、自身的重重困难，风雨无阻地走过了6个春秋……他们告诉记者，刚开始大家只是因为喜欢玩而尝试着冬泳，后来是因为冬泳对身体机能确实有改善而不愿放弃。每次冬泳完后，浑身都感觉很舒服，工作、学习起来都觉得精神头好，有使不完的劲。这不，2003年李尚斌锁骨骨折刚出院，就迫不及待地下到了水里，硬撑着用一支胳膊去游……

在范延庆、张源、李尚斌他们几个人精神的感召下，周围的朋友、同事也陆续加入了冬泳的队伍，就连河津市的一些人也辗转找到他们，开始了这“天下第一锻炼”。目前，这支冬泳队伍已由原来的几个人发展到现在的20多人，他们中间年龄最小的20刚出头，年龄最大的已经50多岁了。谈起冬泳，谈起冬泳的感受，这些人都显得格外兴奋。王连均，这位冬泳队伍里的老大哥，看起来可绝不像年过半百的人，他说，自从冬泳后，他就没有感冒过，其它小病小灾也没有了，不得病省了不少医药费；岳方涛，这个冬泳队伍里的小弟弟告诉记者，他本来对游泳一窍不通，但在同事李尚斌、吕波的鼓励下，直接开始了冬泳，尽管只学了短短的几个月，但已经“上瘾”了。

刺骨的冰水挡不住勇士们的热情和劲头。

大家都知道冬泳可以强身健体，磨练意志，而且也是冬季北方极为盛行的一种运动。目前，全国参加冬泳的人已经达到了20余万。在清涧湾，在龙门公园，我们看到，因为冬泳，这些人显得比一般同龄人要精神的多，虽然水冷得刺骨，但他们还是游得姿势优美而且从容不迫。当他们从冰水混合的池子里出来后，常常会产生强烈的自豪感和愉悦感。杨志坚是去年在朋友的鼓动下开始冬泳的，因为此前，他的血压有点高，朋友建议他尝试冬泳，谁知游了两年后不仅血压保持平稳了，而且冬泳的劲头一发不可收拾。他告诉记者，冬泳不仅锻炼了体魄，而且磨练了意志，甚至增强了克服困难的勇气。王中生进行冬泳也已经4年时间了，他说，平时只要没事，都要来下下水，因为这几年下来，不仅身体棒了，而且心情好了，工作起来也有劲。在冬泳现场，他禁不住大喊：“我运动、我健康、我快乐！”

随着现代生活节奏的加快，高血脂、高血压、失眠等现代病的增多，家庭和工作压力加重，人们都在为自己寻找缓解压力、强身健体的最佳方式。冬泳当然是其中之一了，用冬泳者的话说，就是游完之后“要多舒服有多舒服”。这种心理上的满足和精神上的自豪，使得他们对这种运动有着深深的“爱”。李尚斌说，他过去患有类风湿关节炎，自从坚持冬泳后，再没有疼痛的感觉了，再加上每次冬泳完，身体感觉格外清爽，就怎么也放不下了；范延庆坚持冬泳6年来，最大的感受就是对意志的磨练，用他的话说就是，在寒冷的冬季，经受了冰水的洗礼，生活中还有什么困难克服不了的？吕波，这位也曾因为肩膀疼而开始冬泳，如今已游了好几年的“硬汉子”很动情地对记者说：“冬泳的好处妙不可言！”

冬泳虽然有着这样或那样的好处，但要从事这项运动，必然要付出时间和物质上的代价，他们的家人会支持吗？在冬泳现场记者看到了这样一位女子，她握着个家用摄像机，在岸上不停地拍摄着。当我们得知，她是吕波的爱人，今天专程来看丈夫训练时，便和她聊了起来：“一开始因为担心，不怎么支持他，甚至说他‘不务正业’，后来渐渐地发现，冬泳确实对身体有好处，就支持他了。这不，今天休息，我就和他一起来了……”

谁说冬泳只属于男人？在这些冬泳的人群里，我们就看到了这样一位勇敢的女子，她叫李瑞芳，是这支冬泳队伍中唯一的一名女性，坚持冬泳已经好几年了。她告诉记者，走出第一步其实很困难，刚开始冬泳的时候，还真有点不习惯，特别是下水前，思想斗争很激烈，但游上来后，又感觉浑身特别轻松，精神状态也特别好，渐渐地就喜欢上了这项很富有挑战性的运动。她还告诉记者，由于冬泳的好处多多，她的丈夫非常支持她，她感觉很幸福……

这些热爱冬泳的人，随着竞技水平的不断提高，业余时间在清涧湾、龙门公园下下水，已经不能满足他们的需求了。他们开始放眼外面的世界，他们开始背起行囊走出铝城……近年来，他们中的一些人先后到大连、铜陵、洛阳、西安、连城等地参加过全国冬泳锦标赛，与全国各地的冬泳高手同场竞技，不仅取得了较好的成绩，而且交了许多好朋友。

其实，当看到这些勇敢的冬泳者跃入刺骨的水中，渐游渐远，水面上激起微不足道但蕴涵丰富的小小浪花，我们突然觉得，他们这些冬泳的人也是为我们的生活创造新景观的人。其实，我们每个人不都应该为别人创造一些或大或小的新景观吗？著名诗人卞之琳曾写道：“我站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你，明月装饰了你的窗子，你装饰了别人的梦。”这些热爱冬泳的人们，以战胜严寒、战胜自我的精神向我们展示了冬泳的魅力，也为我们构筑了一个不小的景观。不过冬泳可绝对不是有百利而无一害的，也不是任何人都可以去冬泳的。冬泳一定要讲科学，一定要循序渐进，只有这样，才能真正地达到“我运动、我健康、我快乐”的目的。（精神文明办供稿）

文化视点2 拷贝.tif
not exist!

承前启后 创新求强

——晋建公司『十一五』开局之年筹划侧记

●范 荣

2006年是国家“十一五”开局之年，也是晋铝建设公司进一步持续快速发展的良好开局之年。

元月11日，晋建公司召开2006年首次工作例会，会上出台“机构调整和职能整合”重大决策，这大手笔、重举措让公司全体员工人心振奋，群情激昂。大家深切感受到公司领导进北京、下广西，跑贵州，自主创新，开辟市场，把握形势，洞察国情的魅力与胆识；运筹帷幄，超前思维，跨越发展的魄力与胆识；心系全体员工，全身心为企业快速持续发展的满腔热情与宽广的胸怀。

2005年晋建公司资产上升为3亿多元，完成产值超过4亿元，上交总厂利润590多万元，税金1200多万元，为总厂为国家做出了应有的贡献。在28万吨和80万吨两个项目建设上全面实现了各项目标，成为三期建设名符其实的主力军，特别是在项目试车、投产阶段，以主人翁的姿态，做出了积极的贡献。“走出去”、“产品结构调整”、“全员培训”三大战略取得明显实效，仅“走出去”对外工程完成产值达到了1.1亿元，占公司总产值的25%。

2006年将是晋建公司实施“三大战略”快速持续发展的关键年，在很大程度上决定晋建公司能否承前启后抓住中铝创新快速发展的机遇期，让公司以崭新的集团面貌，出现在国内的各个建筑业的市场上。2006年，公司总的指导思想是：推行精细化管理，提高工程质量和经营管理水平。做强做大晋建公司的壮丽画卷将由此铺展，新的经济发展格局将由此开启。

晋建公司的体制改革，无疑为公司各二级单位以更大范围的自主创新、施展才华提供了机会，各级干部依据公司的总体思路和远景规划，坚持以科学发展观，瞻前眼光，超前意识，在各自的职责范围内积极实施人才战略，在创新实践中发现人才，在创新活动中培育人才，在创新事业中凝聚人才。他们深知，晋建的发展需要人才，晋建做强做大要留住人才，晋建的全员培训，就是要积蓄人才。市场竞争，实际上是人才的竞争。晋建要走向全国，靠的就是人才的实力。各级领导干部，头脑清醒，思路清新，努力营造鼓励人才干事业，支持人才干成事业，帮助人才干好事业的良好环境和氛围，形成有利于优秀人才脱颖而出的体制机制，最大限度地激发技术人员和员工的创新激情和活力，为年轻的人才施展才干提供更多机会和更大的舞台。

晋建公司2006年发展目标已经确定，措施已经到位，舞台已经搭建，各级干部和全体员工正以饱满的热情，充沛的精力，刻苦学习，努力工作，完善和提高自我，决心在新搭建的舞台上，施展才干，奏响无愧于时代的交响乐曲。

难忘的一月八日

●董克发 口述 孟青菊 整理

1976年的1月8日，敬爱的周总理逝世。今年的1月8日是总理逝世的30周年纪念日。总理走了，走了30年了，但很多往事仍深深地留在人们的记忆之中。

那是1967年的1月8日，天气很冷，应全国劳动模范大庆油田铁人王进喜的请求，周总理答应接见全国石油系统在北京的全体人员。会议在工人体育馆举行。在这次会议上，周总理发表了讲话，本人有幸聆听了这次讲话，感人至深，永远难忘。

北京工人体育馆一月八日晚聚集了全国石油系统的数千名员工，有工人、有干部、有学生、有造反派，也有保守派。主席台上方悬挂着“批判石油部资产阶级反动路线”的大会横幅。主席台对面贴着“打倒余秋里”、“打倒康世恩”的大字标语。

时针指向7点30分，开会的时间到了，主持会议的造反派代表（北京石油学院学生）出来向大家解释：“周总理问会场内贴的什么标语，我们汇报了，周总理不同意，要求把打倒余康的标语撕掉，大家同意不同意？”接着就有不少人跟着起哄“不同意。”主持人又回去商量，大约几分钟后，主持人又向群众解释：“周总理说不撕掉标语，他就不讲话，大家同意不？”经过两次折腾，主持会议的那些人终于同意撕下会场内的大标语。至此开会时间已被拖延了半个多小时。

大约在8点10分左右，周总理来了，全场抱以热烈的掌声，周总理频频向大家招手致意。王铁人首先讲了几句开场白，接着周总理就向参会的石油工人发表了即席讲话。那一天他准备讲三个问题，全场数千人聚精会神地静听着他的讲话。大约讲了30多分钟，台下有一个造反派突然喊出“打倒刘少奇”的口号，下面也有部分群众随之呼应，唯独周总理不举手，不随声附和，而是背对着群众，面向毛主席画像。等大家喊完之后，他随即转过身来对大家讲到：“你们当着我的面喊这样的口号，使我很不好办，刘少奇同志还是中央常委，有意见可以提，呼喊这样的口号不合适。”

由于会场气氛不是太好，看来周总理真有点生气，同时也很疲惫。经过一个小时风波后，总理继续讲到：“老同志我就是要保，保不了我就不保了，不光是刘少奇，还有陈毅、李富春、李先念、谭震林、余秋里等，我都要保，有不少老同志还在生产第一线工作，他们很辛苦，又要工作，又要接受批判。”随后他又讲了余康的问题，讲了余康开发大庆油田的功劳，他们对国家是有贡献的。他语重心长地说：“我们都是为了保卫毛主席的，今天凌晨红卫兵冲击中南海，我第一个冲上去，劝大家回去，到大会堂座谈，我一天只吃几两面包，睡觉不到两小时，我为了谁啊！我不是为了毛主席嘛！”讲得大家非常感动，台下的群众不约而同地喊到：“总理坐下讲。”周总理说：“我坐下就打瞌睡了。”总理又继续讲着……大约过了几分钟，一位工作人员给周总理耳语了几句，接着主持人向大家解释，中央让总理回去开会，会议就此结束了。要讲的三个问题也只讲了两个。

30年来，自己总想把这次会议的情况写出来，今天终于实现了，以此作为对周总理逝世30周年的纪念。通过了解这次会议的情况，从中你可以感受到周恩来总理的伟大。他的谋略、他的品德、他的为人，会永远活在人们的心中。

纪念周恩来总理逝世30周年