

情系灾区 我院师生踊跃捐款支援青海玉树地震灾区

2010年4月14日7时49分，青海省玉树县发生7.1级地震，当地人民生命财产造成严重损失。从这一起始关注灾区人民。



我院全体教师的心始终牵挂着灾区人民。4月21日，我院召开“全院党员、职工、八方支援”的爱心活动，向玉树灾区人民。

4月21日，我院召开“全院党员、职工、八方支援”的爱心活动，向玉树灾区人民。各党总支、各系部、处室、中心积极响应，认真组织本部门职工进行捐款。院领导江洪、孙晓峰、张旺牛、余祖文、施运华、毕明生、方天祐参加捐款活动，短短一个下午时间，院机关教职工共捐款16291元，募捐所得款项将按要求汇到指定的捐款账户。



4月22日我院各系部师生捐款活动还在进行中。全院师生表示要立足本职，勤奋学习工作，以实际行动支持灾区抗震救灾和灾后重建。



面对巨灾，个人力量也许渺小，一个学校力量也许有限，但涓涓细流，汇聚成河，社会各界爱心资源的集合，将是我们战胜困境、重建家园的最大支撑力量。大爱无疆，让我们用无私的爱救助那些需要帮助的人们。

携手走向明天 经济贸易系欢送07级同学晚会

我院经济贸易系于4月15日在校报告厅举办了一场欢送07级同学的文艺晚会。伴随着缕缕春风的爱抚，07级的学姐学长们又回到这熟悉的秦潭湖畔。作为朝气蓬勃、充满自信的青年一代，大家在欢声笑语中，大学生活已然成为温暖的回忆。



大学是精神的故乡，是智慧的家。园，是我们挥洒青春的平台。在这个充满激情的季节里，我们将离开校园，把别情吟为祝福。愿这春风带着祝福送到每一位安职院老师和同学的身边。

(本报记者：时素雅)

第一届“云帆杯”征文比赛暨“共建书香校园”征文启事

在满树槐香的烂漫季节，我们迎来了院第三届“书香校园”活动。值此佳季，院报《秦潭学子》编辑部携手云帆文学社共同举办第一届“云帆杯”征文活动，现将活动通知如下：

- 一、征文对象：我院全体在校师生。
- 二、征文主题：1 自由创作，文体题材字数均不限，2 以“书香校园”为主题，写一篇不低于800字的文章，文体题材均不限；
- 三、截稿日期：2010年5月17日（周一）；
- 四、投稿方式：电子稿发送至邮箱：qinyunbei@163.com 手稿：1 云帆文学社成员交至文学社负责人处，2 非云帆文学社成员统一于5月12日（周三）12:30~13:30送至图文信息楼211编辑部办公室；
- 五、征文要求：1 作品必须原创，内容新颖，不得抄袭、套改；

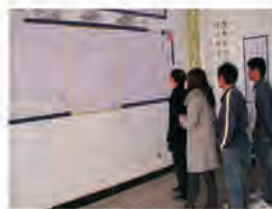
2 参赛作品必须注明个人基本情况（姓名、系部专业班级、联系电话及是否为文学社成员）；

六、比赛结果：我们将请有关老师对此次征文的作品进行评选，最终将评选出一等奖两名，二等奖四名，三等奖六名，优秀奖若干名。获奖者将颁发荣誉证书及丰厚奖品。

主办单位：院团委 学生处
承办单位：院报《秦潭学子》编辑部 院云帆文学社

建筑工程系振风文学社举办作品展

为了增加建工系广大同学在文化方面的兴趣，营造一个丰富的文化生活氛围，增进同学之间的交流。我社于2010年4月19日在1#415教室举行“建筑工程系振风文学社学生会作品展”。



本次活动的优秀作品等。通过文学方面张主任和杨科长等领导的一致鼓励并对本次活动提出了宝贵意见。欢迎各位老师及同学莅临参观指导。

唱自强之音 行成才之梦 立报国之志

“少年富则国富，少年强则国强！”豪迈的誓言在空中回荡。4月19日晚，图文大报告厅一楼掌声此起彼伏地响起。由学生处、团委举办的我院第三届“自立自强、励志成才、报效祖国”演讲比赛在此成功举行。

来自7个系部的15名选手逐一登场。围绕“自立自强、励志成才、报效祖国”这一主题，选手们或娓娓道来，或慷慨陈词，从不同的角度讲述了一个个不断战胜困难，自立自强的奋斗故事，表达了自己渴望成才的梦想和立志学有所成，报效祖国的满腔豪情。富有感染力的演讲赢得了观众的阵阵掌声。最终建筑工程系的何良宇同学和经济贸易系的杨巨强同学荣获一等奖。



来自社会事业系的何刘杰副教授为整场比赛做了精彩的点评。何老师充分肯定了选手们语言流畅、情感饱满的演讲。何老师认为这既是一个感恩之夜，也是一个有人一起见证了同学们的誓言。最后，何老师送给在场的同学们一句话：梦，不是开出来的，是会开出来的，相信同学们的未来不是梦！

学生处相关负责同志在会上发言，对同学们的精彩演讲表示热烈的祝贺，对评委老师的辛勤工作表示衷心的感谢。他表示，此次活动不仅锻炼了同学们的表达能力，也锻炼了同学们的综合素质。希望同学们在今后的学习和生活中，能够继续发扬自立自强的精神，为实现自己的梦想而努力奋斗。



4月底，何良宇和杨巨强两位同学将代表我院参加省教育厅组织“自立自强、励志成才、报效祖国”的半决赛。

院青协开展“为食堂做贡献”活动

为了让同学们养成送盘的习惯，本月院青年志愿者协会组织各系部青年志愿者在院食堂开展了为期一个月的“为食堂做贡献”活动。

每天上午的11:30—12:30；下午的5:30—6:00，食堂各个角落都能看到他们忙碌的身影。他们利用食堂广播站向同学们宣传用餐的小常识，以及文明用餐应注意的方面。为了尊重他们的健康和便利，在此，我代表辛劳的青年志愿者，请同学们自觉排队打饭、主动送盘，养成良好的就餐习惯。



(本报记者：谢冬冬)



“学生报纸学生办，学生报纸学生看”为了改进和提高我们的工作，让院报更好地为大家服务，我们需要你们的意见：你认为院报的工作在哪些方面存在不足？需要怎样改进？欢迎各位同学踊跃提出意见：

欢迎投稿至：qintanxuezi@163.com

沟通的15条原则

- 一、讲出来
尤其是坦白的讲出来你内心的感受、感情、痛苦、想法和期望,但绝对不是批评、责备、抱怨、攻击。
- 二、批评、不批评、不责备、不指责、不抱怨、不攻击、不道歉
批评、责备、抱怨、攻击这些都是沟通的刽子手,只会使事情恶化。
- 三、互相尊重
只有给予对方尊重才有沟通,若对方不尊重你时,你也要适当的请求对方的尊重,否则很难沟通。
- 四、绝不口出恶言
恶言伤人,就是所谓的祸从口出。
- 五、不说不该说的话
如果说了不该说的话,往往要花费极大的代价来弥补,正是所谓的一言既出、驷马难追、病从口入,祸从口出,甚至于还可能造成无可弥补的终生遗憾!所以沟通不能够信口雌黄、口无遮拦;但是完全不说,有时候也会变得更恶劣。
- 六、情绪中不要沟通,尤其是不能够做决定
情绪中的沟通常常无好话,既理不清,也讲不明;尤其在情绪中,很容易冲动而失去理性,如:吵的不可开交的夫妻、反目成仇的父子母女、对峙已久的上司下属,尤其是不能够在情绪中做出情绪性、冲动性的决定,这很容易让事情不可挽回,令人后悔!
- 七、理性的沟通,不理性不要沟通
不理性只有争执的份,不会有结果,更不可能有好结果,所以,这种沟通无济于事。
- 八、觉知
只是沟通才需要觉知,一切都需要。如果自己说错了话、做错了事,如不想造成无可弥补的伤害时,最好的办法是什么?我错了,这就是一种觉知。
- 九、承认我错了
承认我错了是沟通的消毒剂,可解冻、改善与转化沟通的问题。就一句:我错了!勾销了多少人的新仇旧恨,化解掉多少年打不开的死结,让人豁然开朗,放下武器,重新面对自己,开始重新思考人生,甚至于我是谁?在这浩瀚的宇宙洪流里,人最在意的就是我,如果有人不尊重我、打压我、欺负我或侮辱我时,即使是亲如父子,都可能反目成仇,偏激一点的,离家出走还算什么,死给你看的例子都屡见不鲜!
- 十、说对不起!
说对不起,不代表我真的做了什么天大的错误或伤天害理的事,而是一种软化剂,使事情终有转圜的余地,甚至于还可以创造天堂;其实有时候你也真的是大错特错,死不认错就是一件大错特错的事。
- 十一、让奇迹发生
如今自己愿意互相认错,就是在替自己与家人创造了天堂与奇迹;化不可能为可能。
- 十二、爱
一切都是爱,爱是最伟大的治疗师。
- 十三、等待转机
如果没有转机,就要等待;急只会治丝益棼;当然,也不要空等待,还是要你自己去努力,但是努力并不一定会有结果,或舍本逐末;但若不努力时,你将什么都没有。
- 十四、耐心
等待唯一不可少的是耐心,有志者事竟成。
- 十五、智慧
智慧使人不执着,而且福至心灵。



沟通不畅，
无所适从于内心。
只能清心，
唯有静思，
才能悟出沟通的
真谛。

大学期间应理解的事儿

- 1、珍惜仅有的时间,好好学习专业课程,不要说什么锻炼能力,上大学后你其实已经发现了只有初中,高中的东西你现用的最多!能力是以知识为基础的!
- 2、学会对自己、对他人负责,可以恋爱,但要学会负责!为的是走出学校后能够有这样一种明净单纯的回忆!
- 3、至少有一样课余爱好,它会让你在无聊的时间里有用武之地!
- 4、尽可能不逃课,如果按你一年5000的学费来算的话,逃一节课意味着你丢了4元钱。
- 5、不应该缺少大学生应有的素质,要习惯一些事情,对任何事情要理智的去看待,切忌无病呻吟的成天喊“堕落与颓废”。不关你的事情,你由它去!
- 6、如果家里还算富有,可以穿NIKE, ADIDAS,有钱没有错!但是没有钱也没有错,只要自然大方就够了,不过分追求时尚!建议放弃考虑安踏、李宁、邦威!
- 7、一般不要买手机,首先在于在学校你确实没有那么多事情!其次是通信公司如何优惠,如何让利,它一个月也要从你身上赚个60到70元!
- 8、如果有电脑,不要用它来看碟,玩游戏;配置不要需要太好,够用就行了,追求时尚你还没有资格!
- 9、如果失恋了,千万不要喝酒,抽烟来发泄自己!伤身体你可以勉强说是自己的,无所谓;可是,那烟酒钱可能是爸妈一天的工资!
- 10、不要以为离开了家就是一种解脱,也不要以为你不想家,而家里就不想你,你应该明白。对你爸妈来讲,大学生有成千上万个,而儿女只有一个!隔三差五给家里报个平安,一句问候就可以了!
- 11、中国的文化和历史可以做你自己的镜子!大学毕业了,别连《红楼梦》讲什么事情都不知道!多看点书,让你相信还有精神的存在,中国人缺乏信仰已经让自己无地自容了,不要搞的自己象个没有灵魂的躯壳!
- 12、社会在变,我们应该理智的用历史眼光看待问题!别成天喊着反日,应该多了解自己的历史,一个连自己的历史都不懂的人是没有资格开口闭口反对别人的民族的!

礼仪—成功之本

礼仪是个人、组织外在形象与内在素质的集中体现。对于个人来说,礼仪既尊重别人同时也是尊重自己的体现,在个人事业发展中起着至关重要的作用。它提升人的涵养,增进了解沟通,细微之处显真情。对内可融洽关系,对外可树立形象,营造和谐的工作和生活环境。

礼仪包括仪容仪表、待人接物、礼节等各方面,它贯穿于日常工作及生活交往中的点滴之中,打招呼、握手、递名片、入座等司空见惯的行为便有着很多的学问与规矩。我们在工作中常常不经意间在稀松平常的事情上做出不符合动作可能正是不符合礼仪要求的,但正是这些被人们认为稀松平常的事却体现出一个人的涵养来。

俗话说“礼多人不怪”,懂礼节,尊礼节不仅不会被别人厌烦,相反还会使别人尊敬你,认同你,亲近你,无形之中拉近了同他人的心理距离,也为日后合作共事创造的宽松的环境,会使事情向好的方面发展,也会有一个好的结果。相反,若不注重这些细节问题,犯了“规矩”就可能使人反感,甚至会使关系恶化,导致事情朝坏的方向发展。所以,在把握原则的前提下还应注重礼节,并尽可能地遵守这些礼节,才能确保事物的正常发展。

具体到工作的应用来讲,首先应该注重问候语及口头语的使用,由于在一起工作时间久了,人们之间不再象刚相识时那么严谨,变得有些随意,见面不再问候了,谈话中还有可能不经意间带出一些粗话或口头禅,同事之间不再那么拘束了,这时候从礼节上讲就是不对的,不管是陌生的人还是熟悉的人,都应保持一定的礼节,一定程度的客气还是需要的。另外,人们在情绪激动时会口不择言,违背礼仪规范,忘记了客人与同事、上司与下属的区别,这些都违背了礼仪的要求,都会产生不良影响及后果。

正是因为礼仪在人际交往中具有不可忽视的作用,有时甚至决定事情的最终结果。所以,在现代社会,任何人都不能轻视礼仪,都应学习礼仪、讲究礼仪。

与青春起舞



指导老师：张铮
责任编辑：齐素平 汪丽

梦入周庄

朝阳悠悠转醒，懒散的光慢慢笼罩了还在沉睡的小镇。青色的瓦，衬着斑白的墙，散发着历史馥郁的香。花纹各异的镂空门窗，如同一朵朵隽永清丽的花，讲述着一个个传颂千年的故事。默默的呢喃，用心静静的聆听，连嘴角都会不易察觉的圈出一抹微笑，温暖如三月的风拂过心房，感动如斯。翠玉般无瑕的河水似乎也还未醒来，让停泊在河边的乌篷小船看上去都寂寞了许多。横跨在两岸的弯弓石桥，合着水中隐隐绰绰的倒影，远远望去，像微笑的唇角，清浅、愉悦。

轻流的河水，沉淀了千年的故事。美艳多才的女子，白衣飘飘的少年，罗绮华赏，衣袂翻飞。彼时，他们眼眸清澈，面容温柔，只是浅浅的一笑，便让天地山水失了颜色。他们感情含蓄，娇羞含春，用诗用画用琴倾诉衷肠。“凝碧旧池头，一听管弦凄切。多少梨园声在，总不堪华发。”“恨君不似江楼月，南北东西，南北东西，只有相随无别离。”“梦入江南烟水路，行尽江南，不与离人遇。”轻倚高楼，眺望江面的孤帆远影，只盼离人早还。纤纤素手，一曲愁情，一尺素笺，更化作绵绵相思，渗进足下的土地，泪水也融入江南多愁的烟雨中，落入小城的每个角落。淡淡的哀愁，满溢心胸。朦胧的爱意，朦胧的烟雨周庄。

这个小镇，是我爱的周庄。没有太多的原因，只是一张张充溢着古朴颜色的照片，一眼成谶，便真正的爱上了。

青瓦白墙的古朴建筑，浓郁的人文气息。来到这里，仿佛又回到那文学鼎盛的时代，处处繁华。踏上周庄的土地，深呼吸，急速跳动的心也渐渐的平静下来，精神也好了许多。脚步轻移，一步步走在青石板铺就的小路上，走走停停。看浅蓝的天，柔白的云，读墙上斑驳的故事，听瓦上滴答错落的音乐。手轻轻的划过墙壁、护栏上一道道时光留下的痕迹，心中开始为它们编就一个个属于爱的故事，或忧愁、或恬淡、或悲伤、或舒缓。尽管我知道，它们的故事，不只如此。

温柔的江南山水，养育眉眼精致的男女。他们眼神温柔，眉角含笑，浑身散发着柔和的光。青涩的年龄，晕红的脸庞，飞扬的墨色发丝在风中勾勒出美丽的景致，鼓起的白衣，像白色的帆，耀眼洁净。吴侬软语，清丽温婉，如含苞待放的百合，又如青釉白底的瓷，且珍且惜，捧进手心。那里的天蓝的像景泰蓝瓷；那里的水柔的像白色的棉；那里的房像沧桑淳朴的老人。那是我梦里的桃花源-周庄。

面朝大海

从明天起/做一个幸福的人/喂马、劈柴、周游世界/从明天起/关心粮食和蔬菜/我有一所房子/面朝大海，春暖花开

第一次读到海子的这首诗，是在那个看不到理想，看不到未来的高一。那是一段天空永远阴冷潮湿的岁月，我在垮了脸的太阳下，看到海子，心里有层层波浪微微颤动，一种感动渐次涌起，我听到心底，有了花开的声音……

是怎样的心灵才能写出如此纯净而又绝望的文字？那颗孤独流浪的心有没有在那所面朝大海的房子里找到一方栖息之地呢？

读海子的诗，总会被一种简简单单的幸福感动着，然而，那些幸福，是给别人，他留给自己的，唯有悲伤。他用如此纯洁善良的心灵祝福着每一个人，每一个亲人、每一个陌生人，而自己的幸福，却在永远看不到的“明天”。

他的心灵纯净到容不下一点瑕疵，他渴望一方净土，没有虚伪，没有欺骗。他可以在这方净土上喂马、劈柴，可世界之大，却没有一块能容得下他那纯净灵魂的地方，所以，他唯有面朝大海，把凡世的一切冰冷都抛在身后，才看到梦想中的春暖花开。

在无数次的冲撞来回之后，海子走了，带着对世间的失望，因为那个可以让每一个陌生人都可以获得幸福的尘世，没有他可以停留的地方。终于，他还是受不了那个世界的污浊，怀抱着《圣经》，将心，贴上了冰冷的铁轨。不能结束梦想，不如结束生命，这就是海子没有妥协，不留余地的选择。

在这个物欲横流的社会，人们似乎有太多的东西要争，争权利，争地位，争财富，争名誉。争来争去，人都累了，心，也老了。我只是个俗人，在随波逐流的社会中，我的心，也早已覆了尘，盖了土，失去了原有的光鲜与活跃，直到遇见海子，我的心，才又灵动起来。

我想，每个人的心中，都有一所面朝大海的房子，里面，是最简单的幸福。我们逃不过尘世的繁忙乏味，但我们可以偶尔绕开它，到自己的小天地中，寻求自己简单的爱。

海子走了，虽然他说过：春天，十个海子全部复活。但他的确没有回来。也许，当他在黑夜的底部放声高歌的时候，就不曾想过要回来了吧？我想，他是在天堂的那所房子里，看到了，春暖花开。

09电艺(1)班 常文芳



曾经走过

从蹒跚的第一步起，我便开始了奔波岁月，没有对路的完整印象，却有深刻于心中的生命轨迹。

第一次赤脚踏上田垄的湿泥，感受着泥土的馨香，看着大自然的悠长的校园的小路上留下了我们的足迹与记忆，当我终于来到沙滩，看到海浪将足迹冲净，于是我知道，我不曾留下什么，但我曾来过……

时光将我们毫不留情地推散，各自奔向了天南海北，尽管生命中先后出现了那个不同的面孔，但对于多年前的那个容颜，心中依然保留着一块柔软的空地，只是经历世事之后，忽然对逝去的时光有着深深的怀念。

尽管自己曾经无数次地诅咒那样辛苦而又暗无天日的高中时代，可是现在，一切真的即将成为过去的时候，突然觉得自己是那样地留恋。

有时候早上醒来在阳光里，我都恍惚的想，这些年来发生的故事，是曾经的我们吗？那些匆忙跑远的岁月，那些被铭记的眼泪和年华，都曾经发生过吗？



忧伤，不应是青春的主旋律

如果，你在自己的心中找不到幸福，那你在任何地方，都找不到了。

--写在前面

我并不愿意总是在寂寥的时候伫立窗前，看着远方的山峰重峦叠嶂，面对无数往事，没有木兰的姹紫嫣红，没有丹桂的醉人芬芳，更没有桃李的娇艳妩媚，窗外漂浮的是寂寞的旋律，忧伤地爬满心阶。

静溢的夜，可以清晰的聆听到熟睡的人们呓语，祥和而聊赖。月光如泻，倾泻半床，靠着窗棂，怔怔对着白如霜雪的四壁，影子寂莫无依。对月当歌，于是一个个寂静隐约的夜间，总是弹奏着波波沉醉的乐音，试图以呐喊的恍惚来排遣干涸的思绪，以积极饱满的姿态来面对清醒的试世界。这样沉寂的夜晚，让我觉得前所未有的孤独，仿佛又重新回到数年前，那个孤高自傲，桀骜不逊，内心却寂寞如云的空虚少年。

何以，人生总是烦恼无数，幸福却是很少，又为何幸福总是围绕在别人身边，而烦恼却总是纠缠在自己的心间？我想这应该是大多数人都有过的念想吧，我也不例外。幸福是什么？其实幸福很简单，幸福就是珍惜目前所拥有，不要过分忧虑，保持一颗年轻的心，就是我们的幸福。

总是以为，世界欠我良多，每每在我最想得到的时候，让我失之交臂；一次次在我攀爬将至顶峰的欣悦，瞬即更置成坠落谷底的沮丧。风吹干思念凄楚的泪眼，雨打湿寂静孤单的心。总有挥不去的雾，总有抹不掉的殇。却不知，幸福其实一直存在我们触手可及的空间里，却往往被视而不见……

白岩松说：一个人的一生中总会遇到这样的时候，一个人的战争。这种时候你的内心已经兵荒马乱天翻地覆了，可是别人看来你只是比平时沉默了一点，没人会觉得奇怪。这种战争，注定单枪匹马。

而我经过这场战争，找到了温暖的感觉，也摆正了心态，尽管这种战争还会不断地来临，至少这次我活着回来了。没有熬不了的过去，没有争不来的未来，相信自己，创造属于自己的辉煌。

“仁者乐山，智者乐水”我们应该换位思考，受益将良多。总之忧伤诚可贵，快乐价更高。

09数控 黄顺和



碧浪文学社 申灿灿