



湖南石化职业技术学院党委宣传部 主办

2021年第5期
(总120期)

湖南石化职院

2021年05月31日 星期一 准印证号: (湘F) LB20210017 总编: 王智 内部资料 免费交流

勇担青年责任, 敢于乘风破浪

一个时代的精神, 是青年代表的精神, 一个时代的性格, 是青年代表的性格。

——题记
“青年兴则国家兴, 青年强则国家强”, 青年是一个国家的未来和希望, 而我们作为青年, 更要清楚地认识到我们肩头应该扛起的责任和使命。树立正确的人生观和价值观, 将自己的人生价值同国家的进步、民族的发展融为一体, 真正的实现作为一名青年的价值。

在清华大学建校110周年校庆日即将来临之际, 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平来到清华大学考察, 向全国广大青年学生致以诚挚的问候。习近平总书记强调, 百年大计, 教育为本。我们正处于青年受教育的时期, 更需要牢记习近平总书记所强调的, 接受优秀的高教育, 努力学习科学文化知识, 做到学以致用, 为服务国家富强, 民族复兴, 人民幸福贡献力量! 新青年就是国家的希望, 国家的未来, 更是国家的栋梁之材! 我们还要牢记使命, 不忘初心, 砥砺前行。在这个新的时代里, 我们要勇于创新, 在学习书本知识时, 也要开拓其他领域的知识, 将书本上的知识与实际紧密相连。不仅仅局限于书本, 更要开拓我们的思维, 在创新中寻找成功的方向。

习近平总书记指出: “当代中国青年

是与新时代同向同行、共同前进的一代, 生逢盛世, 肩负重任。”我们生在国旗下, 长在春风里。生逢盛世, 我们更应该牢记历史的教诲, 将这盛世永永远远的保持下去, 勇担历史责任, 让这个时代与我们青年的精神永远的联系在一起, 一个时代的精神就是青年的精神。要锤炼品德, 自觉树立和践行社会主义核心价值观, 自觉用中华优秀传统文化、革命文化、社会主义先进文化培根铸魂、启智润心, 加强道德修养, 明辨是非曲直, 增强自我定力, 矢志追求更有高度、更有境界、更有品味的人生。中华上下五千年, 历经千年沧桑, 才有了现在的中国文化、中国精神、中国骨气。作为新时代的青年, 我们要在历史的前进中乘风破浪。让青年的理想照耀祖国, 为祖国, 为人民绽放出精彩绚丽的青春之花!

(文: 石化32003班 胖胖)



与自己为友, 与生活相爱

人最大的敌人就是自己, 但是最好的朋友也是自己。也许我们并不需要战胜自己, 而是要与自己为友, 才能与生活相爱。我知道自己的缺点, 却找不出自己的优点。我想要改掉缺点, 但总是败给了自我厌恶当中。那些根深蒂固的缺点, 岂是一朝一夕就能够消失的? 我没有信心, 更没有耐心和决心一直坚持到缺点得以改善的那一天。于是我越来越厌恶这样的自己, 想要改变, 但每次都是半途而废, 有时候甚至还没开始着手去改, 就已经先放弃了。

我的过往乏善可陈, 也许未来也是大同小异。我没有太大的成就, 一直都是平庸, 既不会出众也不会太差, 平凡得常常让人忽略我的存在。我不甘平凡, 却也无力改变平凡。我很少向别人提起过往, 因为我不知道有什么可说的, 也不想说出一大段流水账让人觉得无聊。我喜欢倾听别人的经历, 总觉得别人的人生比我精彩好几倍。

可是, 当我真正愿意面对自己, 了解自己之后, 我才知道原来我亏待了自己很久。缺点很多又如何, 只是我还没挖掘到优点, 来不及改善罢了。过往平淡无奇又如何, 至少生活平静无波, 而且我还有未来可以努力。其实, 我无需厌恶自己的缺点和过往, 毕竟这些都是我的一部分, 否定了这些就等于否定了全部的我, 还因此对生活充满怨言, 活得越来越不快乐。就算我有再多的缺点、再无聊的过往,

那也是, 别人无法取代的我, 为何不能敞开心胸接受这样的自己呢? 悦纳自己之后, 我突然发现生活从未亏欠我, 反而是我自己想法太片面, 只看到生活中不满意的地方, 几乎看不见生活中给我带来的幸福和快乐。以前, 我总把自己当作敌人, 一心想要战胜这个令人厌恶的自己, 每次都只能无力地向自己投降, 却无法心悦诚服; 以前, 我拼命地否定过去, 一心想想要掩盖那些无聊透顶的经历, 每次描述都是轻描淡写, 看似不在意实则心里非常愤懑。因此, 我的生活总是充满灰暗, 看不到任何鲜艳的色彩。

假如连我都无法接受自己, 怎么能让别人接受这样充满负能量的我呢? 因为连我都快要被全身都是负能量的自己打败了, 又怎么能打败生活中的不如意呢? 幸好, 我明白得不算太晚, 还有机会和自己握手言和, 还有机会用不同的眼光看待生活中的好与坏。心态改变了, 生活也会随之改变。或许生活从未改变, 只是我从未真正地感受过生活的另一面, 固执地以为生活只有乏味艰难的那一面, 不愿意换个角度或是心情去看。

我最大的敌人不是满身缺点的自己, 而是不能接受自己缺点的自己。过往已成事实, 我能做到的不是抹杀过往, 而是从现在开始创造我想要的未来。与自己为友、与生活相爱之后, 我赶走了心里的阴霾, 迎来了生命中的晴天。

(文: 分析32002班 沐月)

党史学习教育“微宣讲” 激发乡村振兴奋进力量



为落实省委乡村振兴战略, 结合“我为群众办实事”实践活动, 深入开展党史学习教育“微宣讲”。5月15日, 在革命老区平江县岑川镇高峰村的村民讲堂里, 我校党委副书记、校长何子明与岑川镇政府负责人、我校驻村工作队、高峰村党员干部和群众代表等二十余人参加了“全省新一届村(社区)‘两委’成员第三次集中培训和乡村振兴驻村干部培训”学习活动。

视频培训课程结束后, 何子明对参加学习活动的党员群众进行了党史学习

教育“微宣讲”。何子明以《在党史中汲取乡村振兴发展的奋进力量》带领大家回顾百年我们党团结带领各族人民不懈奋斗的光辉历程, 矢志践行初心使命, 通过又一个又一个“五年规划”, 兑现“为中国人民谋幸福, 为中华民族谋复兴”的庄重承诺。何子明通过脱贫攻坚中的鲜活事例和具体数据展示脱贫攻坚所取得的成就, 将党史学习教育与乡村振兴战略相结合。这样接地气的“微宣讲”, 让在场的党员干部和村民听得懂、学得进、用得上。宣讲中, 多次响起热

烈掌声, 大家建设乡村、振兴乡村的热情被激发。

宣讲会后, 接续进行了高峰村乡村振兴座谈会。大家就如何利用高校资源优势实施乡村“智力振兴”、帮扶村集体产业发展、做好基层党建等工作等方面进行研讨交流。何子明要求我校驻村帮扶队要用革命到底的信念, 树牢乡村振兴的必胜信心; 把为民办实事的文章, 写在乡村大地上; 在乡村振兴工作上开新局, 苦干实干干实实现高峰村振兴。(文/图: 王其华)

百年党史关键词



“不忘初心, 牢记使命”

“不忘初心、牢记使命”是习近平总书记在党的十九大报告中向全体党员作出的号召和要求。不忘初心, 方得始终。中国共产党人的初心和使命, 就是为中国人民谋幸福, 为中华民族谋复兴。这个初心和使命是激励中国共产党人不断前进的根本动力。中国共产党一经成立, 就把实现共产主义作为党的最高理想和最终目标, 义无反顾肩负起实现中华民族伟大复兴的历史使命, 团结带领人民进行了艰苦卓绝的斗争, 谱写了气吞山河的壮丽史诗。中国特色社会主义进入新时代, 我们比历史上任何时期都更接近、更有信心和力量实现中华民族伟大复兴的目标。全党同志必须时刻与人民同呼吸、共命运、心连心, 把人民对美好生活的向往始终作为我们奋斗的目标, 牢记使命、担起使命, 努力实现历史赋予我们的任务。

我校举行“党史故事伴我成长”大赛决赛



为贯彻落实习近平总书记在党史学习教育动员大会上的重要讲话精神, 激励广大青年学生讲好党史故事, 推动党史学习教育走深走实, 5月21日, 马克思主义学院、校团委在德远楼317录播室联合举行“党史故事伴我成长”大赛决赛。学校副校长郭丽荣、马克思主义学院院长姚霞、马克思主义学院综合办主任陈辉、校团委及马克思主义学院部分专任教师参与了此次活动, 并担任决赛评委。

悠悠岁月, 鲜红的历史承载着多少人的梦想。聆听一百年间的红色故事, 感受英雄前辈们的赤诚之心。在决赛选手们精彩又感人肺腑的讲述中, 一位位革命英烈, 一个个英勇壮烈的革命场景, 重现眼前。断肠明志壮烈牺牲的陈树湘师长、至死不弃真理英勇就义的夏明翰、逐梦海天以身殉职的飞行员张超……选手们或慷慨或细腻的讲述配上一幕幕影像、一张张图片, 让我们再一次见证了英雄先烈不屈的斗争精神和坚定的革命信仰。最终, 经管信息学院的杨嘉欣、徐欣怡荣获一等奖, 李明艺、岳佩等十名同学获得二、三等奖。

比赛结束后, 同学们纷纷表示, 这样的学习方式生动形象, 寓教于乐, 既让他们对党的故事有了更深层次的了解, 又使他们从红色历史中汲取奋进力量, 传承革命薪火。大赛自三月初开始, 马克思主义学院思政教师依托课堂进行了预赛选拔、复赛推荐和最终决赛等阶段, 形成了“人人会讲党史故事”的良好氛围。此次活动作为马克思主义学院合奏“四部曲”之一, 旨在通过学生宣讲党史, 激发全体同学学习热情, 让同学们深切体会党的初心和使命, 坚定理想信念, 奋发进取, 以实际行动喜迎建党一百周年。(文: 王婉琪 图: 孔祥志)

我校新冠疫苗第一针接种工作全部结束



5月19日起, 我校集中开展校内新冠疫苗第一针的接种工作, 师生及校内工作人员按步骤、分阶段、分批次接种新冠疫苗。

学校党委高度重视此次新冠疫苗接种工作, 经过前期反复研讨, 制定了详细的疫苗接种工作方案, 全力保障疫苗接种工作的顺利开展。

疫苗接种点设在学校体育馆, 现场秩序井然, 参加疫苗接种的师生按照已通知的分段时间有序前来。体育馆内, 知情同意书领取与填写、医务问询、身份信息核对与录入、疫苗接种、留观各环节有条不紊地推进。面对接种师生的疑惑, 来自新开镇卫生院的医务人员悉心聆听、认真解答。

据悉, 此次疫苗接种每人共2剂次, 目前, 学校疫苗第一针接种工作已全部结束, 共有师生员工五千四百余人进行疫苗接种。下一阶段, 学校还将继续有序推进疫苗第二针接种工作, 构筑起校园健康防护线。

(文/图: 邓玉莹)

我校学习贯彻全国职业教育大会精神

5月25日, 我校召开党委理论学习中心组(扩大)学习会, 传达学习贯彻全国职业教育大会精神, 深入学习领会习近平总书记重要指示和李克强总理批示精神。校党委书记雷放华主持学习会, 全体党委领导班子成员和中层干部参加会议。会议指出, 4月12日和13日召开

的全国职业教育大会体现了党和国家对职业教育发展的高度重视, 对职业教育发展具有里程碑式的意义, 职业教育发展迎来了又一个春天。

会议强调, 学习贯彻习近平总书记重要指示和全国职业教育大会精神, 是当前和今后一个时期职院的重要政治任务。全校上下一是要深刻领会习近平

(文: 邓玉莹)

书籍·岁月·人生

人生的旅途, 就像是一本内容丰富多彩的书, 其间记载着漫长的光阴与悠久的岁月。在这光阴与岁月之中包含着前不见古人, 后不见来者的过去与未来, 各式各样的痛苦、多姿多彩的快乐在这里交汇、在这里聚首。

正所谓“智者阅读群书, 亦阅历人生”, 书籍与人生实在是殊途同归, 就像是百川汇聚在海洋, 群星相遇在夜空, 过去的月亮同未来的太阳在地平线上同辉, 造化的笔触一行又一行地写满了我们的人生之书。

有人说, 书籍不翻到最后, 便不能理解第一页上写书的含义。同样的, 人生不走到最后一刻, 也同样无法理解造化在我们最初命运里所埋下的伏笔。

为什么剧本之中的人物总是无法理

解剧作家的心路? 为什么陶土永远不会明白陶匠的行为? 就像人类不能理解, 造化所赋予我们的命运。我总是希望从我自身的命运之书里找出些许的线索, 来明了其间的文脉、主旨以及那最终的结局。

当然, 单纯而乐天的读者或许不会这样左思右想地探寻与追索。毕竟, 每一段经历都有每一段经历的趣味, 每一则故事也都有每一则故事的生趣。我们既可以在繁杂中思考人生的意义, 也同样可以在简单里感悟人生的真谛。

其实, 我们也许没有必要太过急切地迈步向前, 就像品读一本优美的书籍之时需要具有耐性, 一目十行地浏览完成, 往往不能获得深刻的理解。我们只有沉心静气地展卷阅读, 才能够体悟出文字与文字、语句同语句、段落和段落之间存在着

的微妙联系。况且, 书籍中的意义, 往往像是那白瓷杯中翠色的清茶, 需要很长的时间去回味, 否则想必会很难明了其中微妙的风味。

回味, 回味人生之中的经历, 就像是翻阅一本历经陈年消磨的陈旧古书。书的封面残破、纸张泛黄, 只有淡淡书页上一行行排列整齐的铅字在向人们诉说着那过往的光阴与消逝的岁月。我们依稀记得过去的欢乐、哀愁与感伤, 也不能忘记曾经真切存在过的一切美好与伤痛。但是这一切的一切, 终究已经成为了过去, 成为了历史、成为了往昔的追忆。我们只是在颓废的古迹旁漫步, 并在头脑中想象着这些残砖断壁之间曾经存在着的繁华。

也许, 这就是记忆、这就是光阴, 许许多多的人用笔记录下世界的变迁、岁

月的流转, 记录下自己的喜怒哀乐、欢乐、悲伤与愤懑。然而, 当这些记录在纸张上的文字真正被我在尘封的故纸堆中找出, 创作出这些或激越、或低回文字的独特灵魂却又大都化为了山野中的一抔黄土。

正好比那几十万光年外的小行星, 只将它毁灭后的影像传递进了我们的双眼。我们之间所阻隔的, 也并不仅仅是那遥不可及的道路同高山, 更是无法跨越、无法回溯的时间长河。书籍的内容同人类的生命, 有时正是这样的使人愁肠百结、使人万般无奈。

然而, 面对这飞快消逝的逝者如斯, 我们又能够做些什么呢? 只好姑且用自己的笔触来写、用自己的双脚去踏, 宛如将悲怆的歌声寄托入那凄恻的哀风……

(文: 石化32003班 胖胖)

生活小妙招

- 一天只能吃1~2颗鸡蛋, 吃太多对身体不好。鸡蛋中含有如: 蛋白质, 脂肪、钙、及胆固醇等, 如果吃太多的鸡蛋, 会使胆固醇含量过高, 引起动脉粥样硬化和心、脑血管疾病的发生。
- 早上醒来先喝一杯水, 预防结石。天天喝水, 至少八大杯; 白天多喝水, 晚上少喝水。而且, 如果早晨起床后用水冲兑一杯蜂蜜水空腹饮下, 活动一小时再吃饭, 长期坚持可治疗胃病;
- 远离充电器, 至少30公分以上, 且不宜放在床边。因为充电器里有降压及交直流转换的相关设备, 这些东西都会产生高频的磁场, 对人体有干扰, 脑神经里有微弱的电流, 而磁场对电流是有干扰的, 可能会导致神经衰弱等问题。
- 桌子、瓶子表面的不干胶痕迹可以用风油精擦

- 掉。胶痕属于有机物, 风油精中含有薄荷脑、樟脑、桉油、丁香酚等, 它本质里面含酒精, 而胶印需要用有机溶剂来洗的, 酒精是一种有机溶剂, 根据“相似相溶”原理, 风油精能将粘胶溶解掉。
- 睡眠不足会变笨, 一天保证8小时睡眠时间; 午睡的习惯对身心健康有益。最佳睡眠时间是晚上10点至清晨6点。
- 起床记得叠被, 人体本身就是一个污染源。在一夜的睡眠中, 人体皮肤会排出大量水蒸气, 使被子不同程度受潮。人的呼吸和分布全身的毛孔所排出的化学物质有145种, 被子吸收或吸附的水分和气体, 应让其散发出去, 这样不易使被子受潮及受化学物质污染。

征稿启事

为展现我校优秀的文化氛围和我校师生的文字风采, 塑造校园形象, 进一步做好稿件征集工作, 本校报面向我校师生征集稿件, 具体如下:

可投稿“寝室故事”、“读书有感”、“青春日志”、“议论风生”等栏目, 主要刊发师生反映学习、生活的各类散文、评论、小说、诗歌、摄影作品, 欢迎广大师生投稿。文学稿件每篇字数请控制在1000字以内, 诗歌一般在16行以内, 要求内容原创, 主题突出, 内容联系校园生活实际, 富生活气息, 文字生动。投稿请将电子稿件发送至编辑部邮箱hnszyxcb@163.com, 务必署明姓名、系部、班级、联系电话。内容一经采用, 将有稿费或精美礼品相送。

《湖南石化职院》编辑部

