

海外开拓者的故事

如约而至的雨季

□杓超翔

非洲的季节更替是旱季与雨季的轮回，几内亚也不例外。当西芒杜矿山周边的第一朵凤凰花听到雨季的召唤，满是炽热、红火的花朵，悄然绽放枝头，几内亚的雨季便如约而至。

远处的西芒杜山脉笼罩着一层轻纱，影影绰绰，我便知道要下雨了。山川草木浸润在缥缈的雾雨中，风也因雨有了形状，能看到空中被吹弯吹斜的雨丝。草地因沾了雨而泛着荧光，连着远处西芒杜山脉层层叠叠的绿浪直铺天际，与天空交汇。

傍晚时候，乌云在角落里暗自发力，不多时便占据了整片天空。那些不停向上攀爬的大树，似乎还没有适应这突如其来的变化，惊慌地将枝头深埋在风里随声附和。

不久，天空更加灰暗，厚重的云彩层层堆叠，像一块黑幕，遮挡住了最后一点光亮。狂风骤起，肆意地在耳边呼啸，那些顽皮的树叶也迫不及待，争先恐后加入了

狂欢的大军。雨凝结成水珠，大颗大颗往下掉，落在身上是有分量的。营地水泥路上，不一会儿便被浸染成了泛着水光的深灰色。

这雨猛烈而短暂，雨本无声，营地红色的铁皮屋顶却将雨具象化了。雨水遇到不同的物体发出了不一样的响声，仿佛鼓手在击打着鼓面，演奏出一首响亮的摇滚乐。

到了晚上九点左右，雨渐渐停了。此时万籁俱寂，青蛙“呱”的一声，犹如天外来客，划破寂静。很快，这边唱，那边和。众蛙齐鸣此起彼伏，群蛙唱和，似“大弦嘈嘈如急雨”；轻声微呼，喃喃自言，似“小弦切切如私语”。一会儿，又似大珠小珠落玉盘。墙缝里的蟋蟀也聒噪起来，在雨季里狂欢。

进入雨季，这样的雨一天能来三四场，一直下到相看两厌为止。这样的变化，不禁让人感慨，世间万物都是相互关联、相互影响的，而我们的姿态，也应当顺应自然，保持平和与宁静。

给生活留一小片空白

□郑立华

有个朋友时常在我们几个老友面前夸他的妻子退休后把家打理得井井有条，让他可以安心在外打拼，还说女儿大学毕业后在一家国企做政工，独立能力非常强，把份内事处理得特到位，不用父母操心。他呢，今年59岁，还有一年也可以退休回家安享生活。前几天，他说打算下个月去学一下中级财会，希望对这一行多少了解一点。

不过要我说，给生活留一小片空白(也就是留白)，又会怎样？当然了，朋友的想法也正常，很多时候，我们就怕落在人后，就怕有人说自己是个慵懒之人，仿佛一定要面面俱到。所谓“人生不要错过，不要留下遗憾”，其实是我们给自己布置的一道多元方程式，然后再由自己去求解。

给生活留一小片空白，这样的我们才真实。也说明

你对自己很了解，知道自己需要什么，又该放下什么，就像人们说的“生活不会让你样样出彩，更不会让你时时占得先机。”生活总会有兼顾不到的时候，总会有不擅长且脆弱的一面。留白，就是给自己留一个随时可以转身的空间，就是让我们可以妥妥地安排好生活。

留白，原本是绘画艺术的一种表现手法。有人说，留白是一门艺术，用好了可以增加作品的感染力。同样，生活也是一部作品，也需要用留白来体现它的美。

人生匆忙，生活中会有许多东西需要取舍斟酌，满满当当的生活很难做到首尾呼应，特别是像我这样上了年纪的老年人更是难以招架。所以给生活留一小片空白，我们可以慢慢地想昨天发生的事，不匆忙不慌忙，然后把握住今天，做好迎接明天的准备。

刮痧

□程悦

这次生病，直到快要痊愈，方才想起来忘记去刮痧了。往常有那么两次，感觉身体快不舒服时，便去做个刮痧，或者拔罐，寒气一去，病多半就抑制住了。

最先害怕刮痧，是怕疼，但是母亲极力怂恿我去尝试。出于对刮痧的惧怕，一开始我选择了做拔罐。褪去上衣，静静地趴在小床上，心里多少还有些紧张。美容师用小推车推来大小小十几个玻璃罐儿，用燃烧的酒棉在罐子里一烧，再快速地把罐口朝下，压在后背。肌肉因为空气压力差的关系，向罐内提拉，体内的寒气随着拔罐被吸出。等上二十来分钟，除掉小罐儿，后背便是大大小小十几个颜色或深或浅的红紫印儿。虽然肌肉被提拉的时候有些紧疼，但做完以后，整个人身体说不出的轻快。

有了拔罐的经历，刮痧便不那么惧怕了。年轻的美

容师先是用精油在背部按摩，加快血液循环，擦净后，用一根圆润的石材，从颈部沿着脊椎两侧一点一点往下刮……没有想象中的疼痛，还觉得莫名的舒服，嘱咐美容师再用点劲儿。刮完以后，对着镜子一照，这后背真像给人打了一般，一道一道红红紫紫的痧印，真还挺吓人，难怪外国人误把中国的刮痧疗法当成虐待。

身体的康复有时候需要被“虐待”。针灸、推拿、牵引、拔罐、刮痧，都是治疗的一种手段。其实，不光是身体，我们的心灵也需要经历过“虐待”才能获得新生。该舍弃的舍弃，该遗忘的遗忘，该追求的追求，把心底里的“寒气”逼出来，心才会装满温暖。下一次，当你不舒服的时候，请记得去给自己的身体做个刮痧。当你不开心的时候，请做一回自己的医师，给心灵做一次刮痧。

他们走到哪里我都放心

□谷芬

宝钢股份硅钢事业部Q172机组乙班各项指标排名靠前。也正是因为亮眼的业绩，自入职以来就在Q172机组乙班工作的两名年轻人：姚佳佳和李朝都，即将被调往后续项目，承担更加重要的职责。面对新的挑战，入职不过两年的李朝都说：“该学会的技能，郑师傅都已经教过我。我要做的就是



会到了宝钢人对一流技术、一流产品的渴求。

初到Q172机组乙班的时候，郑祥龙发现班里干活的氛围不浓，成员们还时有牢骚。身为机组上资历最老的干将，郑祥龙选择身先士卒——安装调试工作全程跟踪，异常处理工作亲自动手。在郑祥龙的主动行动下，整个班组奋发向上的风气被带动起来，从没人干、不会干变成抢着干、学着干，他勤奋、精准地操作也成为他一代代徒弟们最好的教材。他带领的班组多次获得连续6个月产量冠军的荣誉，一个个荣誉让他和徒弟们成为精整区域的典范。

除了操作技能之外，郑祥龙总是把协同放在第一位。包装、行车、调度、质检……他以精整机组为核心，串联起一张互相协作的大网。而在班组之内，他也很快找到了自己的接班人，“现在带动这个集体往前冲的

不是我，而是我的徒弟们。你看顾敏华，他已经是一个比我更能干的班长了。”郑祥龙欣慰地笑了。

2025年初，Q172机组切边量随着产品结构的变化达到历史最多，面对挑战，顾敏华带领整个班组一起对每一卷来料的缺陷进行仔细确认，制定了一套针对不同缺陷分布情况的切边预判逻辑，不仅提高了机组自身的成材率，更为前道机组的工艺优化提供了最可靠的数据参考，各类缺陷大幅降低。

如今，郑祥龙已是近二十名员工的师傅，但平时他依然时常想要和他最熟悉的好战友——Q172机组的圆盘剪在一起，完成一轮又一轮的生产。看着一代又一代的宝钢硅钢人逐渐成长，郑祥龙对未来充满信心，“只要有他们在，这些优秀品质一定会一直延续下去，一代一代不断超越。”他自豪地说。



一个个平凡的日日夜夜，累积成郑祥龙不折不扣完成工作的“严格苛求”的性格，工作空闲的间隙，他就拿出抹布擦拭自己的设备。那段日子，他总是一个人把管理的设备擦到发亮，这也成了当时他所在分厂的一张名片。

2007年，已经在多个岗位上证明了自己的郑祥龙，成为产品研发团队的一员。郑祥龙的工作是不可或缺的。为了赶上投产进度，研发团队把三年的实验量全都压缩在了一年里，郑祥龙的工作量翻了三倍。作为团队中负责金相的实验员，为了尽快完成实验，那段日子里，郑祥龙早晨六点半钻进电镜室，一坐就是一整天，直到半夜才离开。

没有磨金相的工具，他自己发明创造，解决了磨样速度的问题。2008年4月，项目投产在即，第一批材料只等着实验报告，如果合格，立刻就要进入大生产流程。在期待的眼神中，郑祥龙默默地加快了手中的速度，也是这个夜晚，让他真正体

云间垄亩欲耕时

□陈刚



暖暖的母爱

□宋鹏云

在我和哥哥的童年里，母亲是那个在寒冷冬日里魔法师般的存在。白天，她风尘仆仆地从单位赶回家，顾不上休息，便开始拆洗我们兄妹俩脏兮兮的棉衣棉裤。那时候，没有烘干机，没有暖气，她就守着炉火，小心翼翼地烘烤，一宿不睡，连夜缝制。第二天，我和哥哥又能穿上干净暖和的棉衣出门玩耍。直到我也为人母，我才真正体会到母亲的伟大。

小时候，总觉得母亲不知疲倦。她可以一盆接着一盆地连续洗衣服；揉很大的面团蒸馒头，包包子、包饺子；可以陪着父亲筛沙子和水泥，一点点改造家里的小院子；下了夜班，她还要赶到离家很远、价格便宜的菜市场，拎着两大包蔬菜水果匆匆赶回家做饭……直到有一天，我也能一手抱着孩子、一手拎着菜，一口气爬上五楼，我才明白：成为母亲，内心会变得多么强大。我和哥哥年幼的时候，父亲经常出差，母亲既要上班又要照顾孩子料理家务，还要时不时去看望爷爷奶奶。母亲是个孤儿，嫁到父亲家，面对的是一个庞大的家族。她格外珍惜这份亲情，总是竭尽所能地照顾所有的婆家人。我的太奶奶不小心被火车轧断了一条腿，生活需要人照顾。作为长孙的父亲便主动将其接到家中赡养。那时，母亲心里难免有些委屈，毕竟家里还有两个年幼的孩子要照顾。但父亲说：“就先照顾一阵子吧。”结果，这“一阵子”就是九年。父母照顾我太奶奶的事，还为家里赢得了一块社区“五好家庭”的荣誉牌匾。正是父母的言传身教，在奶奶离

世后，爷爷患了脑萎缩，去医院治疗的那段日子，我主动承担了每天接送的任务。爷爷已经认不出他的孩子们了，却唯独记得我的车。

母亲没退休前一直都很瘦，一米五的身高，体重常年保持在八十几斤。我和哥哥长身体的时候饭量惊人。饭桌上母亲总是说她不喜欢吃肉，我和哥哥居然信以为真。母亲以前上班的地方在离家很远的凹山采场，要走近二十分钟到通勤车站，再坐通勤车到单位。三班倒的模式，母亲最常带的菜是自家腌的咸菜加几片五花肉。到了单位，母亲总是早早地把咸菜五花肉放进大号搪瓷缸再放在电炉上慢慢煨两三个小时，待到咸菜和五花肉都煨得软烂入味，母亲就挑些咸菜吃，把五花肉全都带回家给我们兄妹俩。

后来，我和哥哥都考进了马钢技校，每学期都能拿到甲等奖学金，母亲脸上的笑容也越来越灿烂。再后来，我和哥哥分别成家、有了孩子。为了让儿女能安心工作，母亲和父亲分别帮我们照顾孙辈十多年，只有周末才能回到自己家相聚。对此，我心里既感动又惭愧。孩子们考上大学后，我总是尽可能多地陪伴父母出门走走。母亲喜欢拍照，我就经常陪她到周边景色优美的地方去拍照。母亲不会使用智能手机，每次我都把拍好照片冲洗出来塑封好，再陪着她一张张欣赏。这时候，母亲的脸上总是洋溢着喜悦的笑容。母亲给予我的爱，如春风化雨，滋润着我的人生，也教会我如何去爱。

讣告

中国共产党党员，原上海宝山钢铁总厂教育委员会常务副主任，退休副局级干部江永洛同志，因病医治无效，不幸于2025年7月29日8时28分，在上海市第一人民医院逝世，享年93岁。

江永洛同志告别仪式于2025年8月2日（星期六）上午10时在宝山殡仪馆垂青厅举行。特此讣告！

联系电话：021—56694650

宝钢股份老干部服务管理中心
二〇二五年七月二十九日