



听雨

前段时间带女儿去宁湖公园走路时突然下雨了，雨不太大，绵绵细雨，我觉得很好，感觉空气一下子更清新了。听到下雨声敲打伞面和地面的声音，仿佛也听到了各种植物的呼吸声。眺望

远方，雨雾蒙蒙一大片，很好的一幅山水画。可女儿并不喜欢，认为影响了她走路。其实我小时候也不喜欢下雨，因为下雨就没法跑出去玩，有时家里还会漏水，很潮湿。而现在我却喜欢下雨，主要是想听雨声，甚至期望听着雨声入睡，这也许就是人的不同心境层次。雨有春雨、夏雨、秋雨和冬雨，有瞬间的、短暂的、中性的和连绵不绝的，有微雨、小雨、中雨、大雨和暴雨。春天的雨瞬间和短暂的较多，但贵如油。夏天的雨基本是中雨、大雨或暴雨，淋漓痛快。秋天的雨一般不会太大，但时间长，连绵不绝。冬天的雨下一场冷一场，透彻心扉。我其实是喜欢听秋雨的，秋天的雨最能使人宁静思乡，能回忆一些往事，审视现在的自己，思考今后的人生。随着年龄的增加，我会更多的喜欢听秋雨，望着下雨中的自然，陷入一些沉思。如果雨下得长，那就泡一杯茶，找一些书看看，伴着雨声，感觉很好。记得以前去轿子雪山，突然间下起大雨，路很滑，一身湿透，觉得很讨厌。如果换在现在，就会找一避雨处，听听漫山遍野的雨声和雾气，倾听大自然的声音。人悟到想到，心境不同了，爱好也就变了。在有生之年希望有更多的机会听到自己喜欢的雨声，敲打自己内心的柔软之处，看着雨中的自然，仿佛回到了自己的家乡。

【方卫星】

目标导向型思维对个人成长的作用

人生在世总会有目标，没有目标的人，永远是无力的、涣散的。优秀的人心里都会为自己或团队建立长期、中长期、短期目标等目标，短期目标均围绕着长期或中长期目标来建立和实现的。他们明白，目标是自我的第一驱动力，也是努力的根本理由。

很多时候我们都会听到很多人提到自己的梦想，有的为了自由，有的为了健康，也有的是为了金钱，还有的是为了自尊，不同的人有不同的人生追求，也就造就了不同的目标。其实这些都是每个人的初始愿望，这种愿望就是目标，它们往往是埋藏在一些冠冕堂皇的说辞之下的。普通人往往目标感不强烈，所以基本无法驱动自己做事，但优秀的人相反，他们不立目标不行动，始终用目标来指引自己努力的方向。

为达成我们的梦想，我们就应该将梦想转化为有时限，可评价的目标。首先对自己的人生目标进行规划，制定几年的长期目标，再将长期目标分解为各年度目标，再将年度目标分解为月度目标，将月度目标分解为每周目标。通过这样的目标规划，避免自己无头绪的学习和工作。制定了目标规划后，按照规划内容一步步完成，并及时对目标进行更新完善，按照自己的目标规划实施，最终就会成为自己想要的人，实现自己的梦想。

【郭佩发】

学习中成长



随着社会的发展，工程建设项目日新月异的发展，近年来，基础设施的大力推进，市政工程项目的发展从10年前还流行的电力管沟到现在的地下综合管廊建设，普通的路基换填到桩基工程的路基处理，城市地下通道施工、市政工程项目从几百万的造价到上千万的造价，到现在动不动就上亿的项目。比如我们现在的的项目，地下综合管廊的建设，基槽开挖较深，通常在5至7米，且临近已建成的小区、民房，管廊结构施工周期长，我们项目原设计采用的拉

森钢板桩支护，监理部人员都没有接触过，监理部人员通过网络学习，机械进场后存在地质原因桩长达不到设计要求，方案调整为SMW工法桩施工，这也是我们在市政工程中从未接触过的，监理部通过网络学习、规范学习、监理细则编制、机械进场实际控制，目前工法桩已接近尾声，通过第三方测绘公司定期对基坑位移和沉降监测，均在规范以内。管廊的主体施工也给监理部不熟悉结构工程的我们带来挑战，钢筋、模板、支架等专业知识也是我们学习的重点，通

过公司其他项目的学习、规范的学习管廊也完成了6个箱体的施工。我们的工作要打破以前的常规的市政道路施工到现在复杂道路的施工，各方面的新工艺、新技术、新标准的学习需要我们不断的学习才能适应工作，还是总监说的那句话：“做监理工作要像老师一样，要提前备课”，我们的工作只有不断的学习，不懂的提前学习准备，结合现场进行管控。

【李昆】





浅谈诚信

浅议诚信，树无根茎，则无以生。人无诚信，则无以立。为人有信，故能标风立德。居官有信，故能守廉自好。行商有信，故能广业兴家。国家有信，故能繁荣富强。诚信，何为诚？诚者，无欺也。何为信？信者，守诺也。待人无欺，言出守诺，可谓之诚信。用四个字简单的来说，“一诺千金”，便是对诚信的最好诠释！

诚信乃做人之道，诚信之人，行为坦荡、道德光明。倘若要把诚信比作人生的坐标，诚信便是茫茫沙漠里的指南针，失之则容易迷失方向。故孔老夫子教导我们说：“与朋友交，言而有信。”毛主席说：“我们应该老

老实地办事。”卢梭也说：“要宣扬你的一切，不必用你的言语，要用你的本来面目。”是的，做人要诚信。人无信不立。小牧童多次取乐山下的农民“狼来了”，但当狼真正来临时，却没有人愿意再相信他了。正如泰戈尔所说的：“信用的坠地，就如打碎的镜子再不能重圆。”北宋晏殊请求更换考题，宋真宗赞赏他品质诚实，赐他“同进士出身”，晏殊一生德高望重、显贵至极。诚信便是一份无形的财产。坚守诚信的人，一生有取之不竭的财富。

诚信是一种修养，一个有修养的人是重承诺的；诚信是面对人生的态度，是智者的生活方式；诚信是一股力量，

支撑着攀登者到达新的巅峰；诚信是一种境界，水到渠成、平淡从容。

诚信乃立国之本，一个国家、民族一旦失去了诚信，便会被摒弃。周幽王烽火戏诸侯，褒姒一笑亡了国；刘邦约法三章，得民

心者得天下。这些都是最好的证明。国无信不强。蔺相如为实现完璧归赵的诺言，欲与和氏璧共存亡，挽回了国家声誉；商鞅立木取信，变法得以推行，为强秦奠定了基础；刘备三顾茅庐，诸葛亮任重道远，西蜀于乱世鼎足三分。诚信历来是中华民族的优良传统，一切诚信皆成美谈，我们绝不能够摒弃它。

诚信就像一颗螺丝钉，一旦生锈便不易去除；诚信就像一瓶矿泉水，一旦污染便不能饮用；诚信是神坛上圣洁的净瓶，消灭凡尘污垢；诚信是人间友爱的阳光，沟通心灵的桥梁；诚信似湖水淡泊而美丽，似火焰温暖而光明。

诚信乃立业之基，诚信是最明智的策略，是最友好的公共关系，是一项投之四海而皆准的商业准则。李嘉诚说：“你必须以诚待人，别人才会以诚回报。如果取得别人的信任，你就必须做出承诺，一经承诺之后，便要负责到底，即使中途有困难，也要坚守诺言。”然，面对名利不为所动者能有几人？君不见，不法商家给猪肉灌水，黑心棉、毒大米漫天纷飞，“三鹿”掺杂了化学物质，海鲜浸泡着福尔马林，“达芬奇”据说是假的……多少假冒伪劣商品损毁着社会的诚信体系！善良的人们几时能够放心？《皇帝的新装》里，两个骗子颠倒了一个国家上上下下的人，如果不是孩童无邪的惊讶，谎言恐怕还要继续下去。这绝不只是童话！商无信不昌。诚信是企业家的“金质名片”，诚信是繁荣市场经济的灵魂。重承

诺、守信义，应增强自觉性、从我做起。市场经济研究专家说，“人才、资金、项目可以引进，唯独诚信不能够向外引进。”这说明了企业的竞争力，不仅取决于产品质量的优越性，更在于诚信的力度。只有诚实守信，才能建立良好的社会关系；只有讲求信誉，才能获得更持续的利益。如果一个地区诚信体系创建了，那么这个地区经济的腾飞必将指日可待。

诚信是胡雪岩的“戒欺”牌匾，胡庆余堂药店蜚声海内外；诚信又是张瑞敏的怒砸冰箱，如今的海尔早已是世界百强品牌。诚信是百行之源、成功秘诀，诚信成就非凡。

诚信是一个人的立身之本，一份事业的发展之本，一个民族的万世根基。诚信来自于社会每个成员及群体的平等相处和交往，不欺诈，不虚伪，不扩张，是一种真实的反映。坚守诚信的人，才会赢得他人的尊重，得到别人的信任；坚守诚信的人，才会交到更多的朋友，得到有力的支持；坚守诚信的人，才会使你步入快车道，得到更大的发展。唯有诚信，个人才能立足于社会；唯有诚信，事业才能蒸蒸日上；唯有诚信，一个民族才能永葆强大的万世根基。

【顾丹】

活在当下 感恩现在

以前听过一个人说过我们应该活在当下，即是一种全身心地投入人生的生活方式。在你活在当下，而没有过去拖在你后面，也没有未来拉着你往前时，你全部的能量都集中在这一时刻。不要去想过去的事情也不要担忧未来的生活，才能做到无忧无虑。

其实世界上的事物都具有两面性的，就像庄子曾经说过：树木被拿来作斧头的柄，反过来用来砍伐树木；油脂被用来点火，结果把自己给烧光。所以任何事情都是有得必有失，是相对而言的。塞翁失马，焉知非福呢。因此，我们应该懂得：得未必得，失也未必失。既定的事情已成事实，无法改变，而未来的得失还不确定，那就不要沉浸在这种患得患失的感情中，活在此刻，时时感受现在！这也就是我们常说的“知足常乐”。

梦想着没有的，却忽视了现在所拥有的。自己的家人、健康、亲情，一旦失去，永不再来，许许多多做人做事的哲理，只有待岁月流逝以后，才会想起来，曾经的美好。活在当下，生活在真真切切的实际之中，不心存侥幸。

我记得有一句话是，人近中年以后，需要注意三点，一是不要玩暧昧，因为你承担不起；二是不要溺爱子女，因为你有了客观的判断力；三是不要心存幻想，天不会掉馅饼，不要焦虑明天，明天来了再说。活在当下，感恩现在，是我对自己的鼓励。

【周维】



渺小（刘青松·摄）



祝贺昆明市东川区以工代赈乌龙镇瓦房村片区开发项目顺利交工



项目工程建设地点在东川区乌龙镇瓦房村委会，此次项目取水源点为三岔河。主要建设内容由：挡水坝1座，渡槽2座，背水桥7座，新建挡墙21座，3m³取水池1个，30m³钢筋砼调节水池1个。

干渠总长5048m，断面为净宽0.4m×净高0.4m，设计水流0.07立方米/秒，主渠盖板32.4m；支渠1275m，设计流量0.035立方米/秒，渠道断面为净宽0.3m×净高0.3m，支渠盖板12m，DN40热镀锌钢管348m。

项目工程总投资概算为209.49万元。建设单位：昆明市东川区发展和改革局，设计单位：云南诚赛水利水电勘察设计有限公司，监理单位：云南盛翔工程建设监理咨询有限公司，施工单位：昆明金子程建筑安装有限公司

以2017年5月3日由区发改局组织验收，由区水务局、农业局人员组成专家组，通过现场及资料的检查验收，本项目得到了专家组的一致好评，顺利通过了验收。

【李元】



祝贺太平新城龙旺瑞城二期溪景苑居民用燃气管道及设施工程顺利通过竣工验收

龙旺瑞城溪景苑居民用燃气管道及设施工程位于安宁市太平新城二号主干道路与十二号支路交叉口东侧（安宁中学太平分校旁）。本工程为昆钢房地产开发，共有506户，于2015年12月20日开工，2017年3月3日竣工。2017年5月4日顺利通过安宁蓝焰燃气有限公司组织的竣工验收移交。

【游永福】



2016年农开项目金方片区小汉营村渡槽浇筑完成



2016年农开项目金方片区小汉营村的渡槽浇筑已于本月完成，渡槽长为180m，宽1.2m的c30钢筋砼浇筑体，于4月10日开始基础施工至5月14日完成全部浇筑。在施工过程中需注意的应校核柱子中心位置，保证柱子浇筑水平垂直；对渡槽进水口和出水口进行高程复核，确保坡比符合设计要求，不出现倒破情况。

【张志文】

晋宁区农开办到安宁市农开项目交流学习

2017年5月4日，晋宁区财政局副局长、农开办领导及相关施工、监理方到我公司监

理现场进行参观交流，对于现场工作给予了充分肯定，并对农开项目的管理经验进行交流学习。

【启学良】





安宁市温泉街道办事处
均气温 13.6 摄氏度，
登上龙山山顶在
另一条路下
山林深
一
其实的登山

龙山村位于安宁市城区以北 8 公里，年平均
最高海拔 2538 米，从温泉起步
山间迂回转山，
山回到温泉，
处美不胜收是

地，诱使人们来此处发现美。我公
建设的龙山村公房、观景台于 2016 年 12 月 8 日开工 2017 年 4 月 3 日竣工，作村民休
闲聚会及游客闲歇参观之地。

美丽乡村 之温泉龙山村

处名符
旅游胜
司监理

【李照强】



轻型触探仪检测在市政工程中的应用

在市政工程施工中，像管沟、检查井、基层土质等往往设计上会有承载力要求，但承载力要求不会很高，这时候就会用到轻型触探仪检测。轻型触探仪是动力触探仪的一类，是国内常用基坑承载力的检测方式，主要用于砂土、粉土及粘性土地基检测。一般不用取样。

轻型触探仪检测试验方法为：将一定规格的圆锥探头打入土中，根据打入土中的阻抗大小判别土层的变化，对土层进行力学分层，并确定土层的物理化学性质，对地基土做出工程地质评价。

长杆贯入仪地基承载力计算方法：击数乘 8 减 20

一般粘性土就用 $8N-20$ （N 为锤击数）这个公式，但条件是锤击数小于 30，深度小于 4m，每 30cm，为一个界限。

不加杆：锤击数*8-20

加一杆：(锤击数*8-20)*0.85

加二杆：(锤击数*8-20)*0.738

结合上述公式，在监理过程中，可以推算出满足设计要求需要的锤击数。如设计要求 100KPa，则推算出锤击达到长杆贯入 30cm 标线时最少需锤击 15 次，如低于 15 次则不合格，需进行换填等基础处理。

【贾建新】

何作为一名合格的监理工
程师，我认为，首先要有责
任心和敬业精神及良
好的品行，不论文凭多
高，技术多牛，无
神，都涉及不到合
领域；判断事物
相对客观、公证
质量先提要去和作
的技
交
底
多沟

师，我认为，首先要有责
任心和敬业精
格的监理工程师
和处理问题，要
对待，对工序
关键部位
术
通、

多协调、多检查，发现问题及时提出并落实整改结果，花时间学习专业技术，尤其综合素质，尽其所能解答配合单位提出的问题，对一些特定问题要有独到的见解，这样工作才能少出问题，降低风险，作为一名监理人员何不合格，能不能胜任工作，需要每个参建单位给出评价，分析后自然得出结论。

希望每一位监理工作人员，不断提升自我，做一个项目工程留一个好口碑，给自己和公司争取更大、更好的平台。

【宁文友】



很多时，我们都在说我学习过了，我知道，我懂的，我了解。小的时候，你学的好不好，一次考试，就知道自己是否真的学习了，而工作中的我们，是否在学习，为了工作而学习是被动的，有的时候可能通过工作实践学习的更快，但认真的想想我们能学了多少，掌握了多少，而我们用一种多学无害，懂的多，对工作更轻松，面对工作便是得心应手的心态来学习，通过一定的时间自我的学习，相信自己会有提高，有行动，才会有结果，如果我们都在一天推一天，今天没时间，明天在学，我们是否在学习，面对当今知识变化，我们能否轻松面对工作。努力学习不能只说而不做。

【杨家祥】



三月的早晨，驱车到白登矿工地上班，道路上车水马龙，车子紧跟着车子缓慢的行驶，微风透过车窗扑面而来，感觉有点凉。车子驶过螳螂川小河，河边的柳枝上长满了嫩绿的叶，纤细的柳枝在微风中翩翩起舞。车子一路前行，突然间，道路两旁的樱花映入眼帘，花朵是那样的艳丽，三五扎堆，好似一个个迷人绣球长满枝头，互比艳丽争芳香，微风吹过，花瓣飘飘洒洒，香味芬芳四溢。若不是赶去上班，真想找个地方把车子停下来，慢慢的欣赏，正在陶醉之中，嘟嘟的汽车喇叭打碎了那一刻的陶醉，原来是我的车速有点慢，影响后面的车子赶路，无奈只得加快车速继续前行。当车子驶过一排排整齐的楼房，人行道上是一个个精神十足，蹦蹦跳跳背着书包赶上上学的学生。

车子驶入郊区，一眼看去，远处的山上开满各种野花，有黄色、白色、红色、紫色。地里一片片雪白的梨树花和粉红色的桃花，田里还有大片黄灿灿的油菜花争奇斗艳。虽然早上的日出还未爬上山岗，但整个山坳在梨花、桃花、油菜花及野花的映衬下，显得五光十色，明亮无比。远远看去黄灿灿的油菜花波浪起伏，好似一片金色的海洋。成群的鸟儿叽叽喳喳叫嚷着飞过上方，好像在相互邀约前往赏花。勤劳淳朴的小蜜蜂穿梭于山坳，翅膀扇得嗡嗡响，正为人们甜美的生活辛勤的劳动。转眼间车子驶上工地，开始了一天忙碌的工作。

【申敬伟】