厨闲雅意

那日，我说我喜欢煮饭，立志做一名合格的家庭煮妇，结果电梯里面一阵惊呼，我问从中来，大家是质疑我的兴趣爱好？还是我的厨艺技巧呢？

“出得厅堂，入得厨房”有史以来都是优秀女性的标识，但是当今快节奏的生活方式令下厨的女性越来越少，即便下厨，能有闲情雅致来回味烹调乐趣的更是少而又少。“烹调”，北方呼之烧菜，南方曰为煮饭，一个从名字上偏重于菜，一个从名字上偏重于饭。由此可鉴，对于吃食从不马虎的中国人来说，一场丰盛的视、味、嗅觉大宴是离不开饭与菜的相互交融。

然而我终究是煮不出大餐的，大抵因为功夫不到家。不是我推脱，我并不是懒惰，这其中是有原因的。年少时分，忙于读书科考，加之父母娇纵，夜夜挑灯夜战（虽然战的不尽是有用之书），自然是无暇分身学习些生活本领，单单落得个“四体不勤，五谷不分”的读书人通病。年纪稍长，便求学于异乡，过着“谈笑有鸿儒，往来无白丁”的快乐时光，读书是大学问，而吃饭自然是小事情，况且学校饭堂又质优价廉，所以极合事宜的成为了大众同学的聚会“常”所，几块钱的小食，配上年轻无敌的笑容，颇有种“洽同学少年，挥斥方酋”的快意。而后顺利毕业工作，怎奈单位也是有饭堂的，有员工伙食补贴的缘故，居然比在学校还更便宜些，那么何乐而不为，现今社会讲究专业化分工，饭堂的大师傅可是professional的呢。

在父母赞助了“巨资”后，我也终于拥有了自己的小窝，窝虽小，锅碗瓢盆五脏俱全，锅是韩国进口的不粘锅，碗是日本订制的冰裂陶碗，瓢是朋友送的爱心非卖品，盆也是大大小小的一箩筐。大有万事俱备，只欠“厨”风的意味。新居入伙，几轮朋友过来都是外面解决温饱，有位铁党终于忍不住问道，莫非你家那些厨具都是装饰品吧，当场汗颜、哑口以对。怎能被人小看，想当年读书、考试成绩都斐然的我，自是有些气不过，一把小菜，一弯小刀，能奈我何？

买米、备茶，添油、加醋、选鸡、挑重……down下菜谱、背下心得、牢记要诀。“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑，酱色盈盈艳鸡鱼，翠竹盘中现菜花”刀光剑影中卓显侠者正色之风，菜饭留香前方知以食为天之意。貌似简单的事情常常都不简单，比如煮米饭，米客多少？食量如何？口味怎样？都要一一心中有数，什么泰国米、东北米、日本米、南方米、西北米。各地米之品种不同，口感也各异，或许我是东北人吧，理所当然的支持家乡GDP，所以每每都选用东北米，东北米具有粘、软、香等特点（以下省略广告一千字），轻轻的淘米两到三次，感受米的芳香沁人心脾，多少年来祖宗留下的食物总是给我很多的遐想，洗过的水也不要浪费，据说洗脸有美容奇效，不过我基本用来给盘子美容了。根据客人的性别、年龄、爱好添加不同的水量，如果心情好的话，加些腊味、咸蛋或是酱料进去，又变成了上好的煲仔饭，真真美味至极。烧菜就更有学问了，我只是初级入门选手，一般都是选择小炒为主，鸡肉、猪肉都是我心水，喜欢烧在天愿做比翼鸟的“比翼双飞”，其实就是红烧鸡翅。过了水的鸡翅白白嫩嫩，横切三刀，用盐腌好，调好冷油，加热锅中，加少许盐以防爆锅，炸至七八分，控油出锅，再配好酱油、黄酒、胡椒、水的调汁，重新加入鸡翅大火收汁，待装盘时分，绥以青青葱葱的香菜以及细细弱弱的胡萝卜，于是大面积的金黄，星星点点的翠绿和橙红，仿佛京剧脸谱般浓墨重彩，分外诱人。先不论菜色好吃与否，单从这份心情来说，已经是够开怀的了，次次“比翼双飞”的配料、调料、火候都有差异，因而味道也不尽相同，或淡或咸，或清爽或浓郁，或笃定或多彩，好似经历了无数次的历练，缱绻与轮回，彼时的主厨—我都有种造物的成就感，身体的每个毛孔都张开的迎接这快乐与幸福一色，良辰共美景齐飞。

浮生偷得半日闲，南山相聚遥远，桃源偏遇世外，与你我除却品茶、谈辞、啜酒以外，其实换种心情去下厨，也可以明媚似神仙，食材天然，心情天然，胃口天然，意悠而情久，宁泊而致远。

（总行　王爽）

女人花

女人如花，千回百转，怡然傲放。

含苞待放的是未成熟的小姑娘。不谙世事的青涩，裹着渐渐丰满的内心。外面的世界新鲜而令人好奇，不由得偷偷地抬起低垂的脑袋张望，却又不敢尽情地张开怀抱。小姑娘开始对一切充满幻想，开始留意自己的变化，似等待开放的花儿，未至绽放，也不知道自己到底有多美，不知道自己在这世上会是怎样的一种存在。日益充盈的内心膨胀着，生长着，渴望着。

迎着阳光与雨露尽情绽放的鲜花是充满青春活力的少女。岁月赠与她们的美丽在年轻的身体中自然地释放，芬芳的香气引人驻足细赏。她们发自内心地热爱生活，尽情地伸展着腰肢，大声地歌唱生命的美好，让年轻的娇艳绽放得更加璀璨。她们很自然，很真实，做自己想做的事，过自己想过的生活，因为年轻所以无惧。

步入中年的女人，是最灿烂的季节过去之后，洗尽铅华的花朵。也许花瓣的颜色已不如先前那样鲜艳，但是子房却日益饱满起来。沉淀下来的，是经过时光雕琢而成的韵味。她珍惜她拥有的一切，感谢曾经努力的自己，成熟与知足让她看起来散发着亲切的魅力。

落红飘落时，正是果实挂满日。美与生命，用另一个方式传承下去。年轻时的疯狂，坚持，执着，都会成为笑谈，而又隐隐地怀念。

女人如花，含苞待放过，灿烂燃烧过，温纯细软过，丰硕收获过，在阳光雨露中一直微笑着。

（九江　潘倩雯）

春回大地（狮山　谭涛）

追求淡定境界

“淡定，淡定……”这个词似乎经常能听到，有时自己遇事慌乱，也对自己说“淡定，淡定”，但其实能真正做到淡定自如的，那是智者所为。也只有智者才能对一切都淡定。而我凡人，只能做到淡定的表层，即冷静。

淡定，在百度中搜索，有这样的解释：“淡定指有泰山崩于前而面不改色的镇定程度，遇事沉稳中不积极果断，老练里却又重视有佳，胜不矣，败不馁；淡定形容一种勇气。淡定，是一种思想境界，是一种心态，是生活的一种状态”。我想我是做不到真正的淡定了。

淡定，需要的是我们能冷静面对一切变故，可我遇事却总会先自己乱上一阵，才能慢慢冷静下来，再去想如何解决突发的事。我易被事或物影响，喜怒衰乐情感皆跃于表，我会开心地大笑，或是悲伤地默默流泪。淡定，似乎是一件很遥远的事。但，在工作中，它却是极其重要的。

淡定，在我理解中，或许是看淡一切，因而能镇定对待一切。因为无所求，所以无所惧，因而能淡定。或是心存大爱，不拘小节，不为小事所拌，朝着大方向前进，所以能勇往直前，直至终点。我想，这也是淡定的目标。

我们在生活中、工作中不断地去寻求淡定的勇气和方法，使自己变得更强大。我们或许达不到对一切事物的淡定，但我们在不断地训练自己淡定的脾性，养成淡定的习惯。虽然，我们这个是淡定的最表层，但需要慢慢地学习，不断地去理解，去琢磨，去消化，去升华。

我之所以认为，淡定是智者所为，是因为淡定的那种境界只有真正的智者才能达到，我们只是在那个境界外不断地寻找入口。虽然，找到入口的人不多，但寻求者仍不断地心存虔诚地完善自己，以求心灵的平静，以获取那淡定的力量。

淡定，也许有些人认为是一件很简单的事，其实，他们所谓的简单能做的事，并不是真正的淡定，只是对处理某种事物的表现-“镇定”。但换过其他的事，他，也就未必能真正镇定了。所以，淡定，并不是一件容易的事，需要做到淡定，先要净化心灵。

在我看来，淡定这种境界如同佛家的无欲无求，或是讲大爱的境界的一样，先要净化心灵，才能对世俗的一切淡然看之，处之。这种境界，是智者所为，是凡人所求。

在我们生活中、工作中，会出现这或那的事，我们都要坦然处之，学着淡定，我们便将拥有面对一切变数的勇气。

（盐步　梁燕梅）

绿风絮语

写诗最多的人和年纪最小的“小诗苗”

何百源

12月16日早上，我才走到单位楼下，保安员就对一位农民工模样的人说：“你要找的人来了。”

我打量了一下来人，见他约莫40出头的样子，穿戴十分朴素。我问他：“找我有事吗？”

他从口袋里掏出一张纸和一张身份证，递给我，说：“我叫王建国，是来办理入会手续的。”

我带他上楼到办公室。我客气地请他坐，可他不坐，坚持站着和我说话。

他说他老家在湖南益阳，出来闯荡已有23年了，先后到过张家港、湖北黄石、湖南长沙等地打工或经商，期间也曾回家乡务农。两年前来到佛山，在依美特制衣厂当“代理师傅”（我此前还未听到过这样的称谓）。他说从很多年前开始，他受生活琐事的启发，写成了第一首诗，以后就爱上了写诗，一发不可收，平均每天写3-4首，至今已写了七千多首。他的经历登在了11月30日的《南方都市报》上。佛山市作家协会副主席张况看到了这篇报道，引起关注，和协会理事包悦一起专程到工厂找到他，更具体地询问了他的情况，并当即交给他一张佛山市作家协会的入会申请表，表示愿意介绍他入会。

王建国感到喜从天降，立即将表填好，让张况和包悦加具了介绍人意见。

王建国对我说：“我今天向厂里请了一个钟头的假前来办理入会手续。”说着他将刊有他经历的《南方都市报》拿给我看。他还说，不论遇到什么事，他都会从中寻找诗意，一有灵感就立即用纸记下来，待到晚上闲下来时，再反复推敲写成诗歌。

我水都来不及喝一口，坐下来就为他办入会手续，好让他在一个钟头内赶回厂去上班。

送走他后，我拿起他留下的《南方都市报》认真地读起来。根据报上介绍，他将写成的诗抄在一个个本子上，已经有好几大本。他准备在写够一万首时，申请吉尼斯世界纪录。

他的诗歌，更像是一些顺口溜，关注到生活的方方面面，有赞有弹，讲究音韵，每行字数基本一致，比较工整，看得出是下了工夫推敲的。

我的感觉，他的写作不为发表，更非为了稻粱谋，纯粹是因为出于对生活的热爱，做一个生活的歌者。对于他来说，工作的负担不轻，家庭生活的担子也很重，但这一切都不能窒息他对生活的吟唱。因此我想，他首先是一个生活的强者，人生路上不论阴晴雨雪，他心里始终洒满了阳光。

推此及彼，我想举凡从事艺术创作的人，倘若缺了这样的毅力和精神，断无成就。

古代有所谓几岁大的孩子七步成诗的记载。然而那毕竟只是书上记载，到底真实性如何？今人无法考究。

我所接触过会“吟诗”的孩子，年龄最小的，当属文友杜航的儿子杜喆翰。大约在2005年的秋季，我们一家和杜航夫妇及儿子一起去三水的侨鑫生态园远足，那时喆翰也就5岁左右。在车上，喆翰的妈妈讲起，喆翰喜欢对见到的景物，用一种近乎顺口溜的形式吟诵。我当即对他进行了“测试”。

我指着车窗外一闪而过的路树说：给树来一首吧。

喆翰酝酿了一会儿，念道：“大树大树叶真多，引得小鸟来造窝。”

我对此感到惊讶，因为不但每行字数对等，而且有韵律感。我又说：给小鸟来一首吧。

喆翰小声地“小鸟小鸟”地念叨（这是一个酝酿过程吧），不一会就念道：“小鸟小鸟真有趣，飞到东来飞到西。”也是七言的句子，音韵相近。

可以肯定地说，小喆翰当时不会写这些字，而且眼前也并无相应的“实景”，他由树的叶子多，联想到会有小鸟来造窝；当时车窗外并无飞鸟，他是根据日常生活所见，是一种“抽象思维”。

追根溯源，小喆翰这个表现并非偶然，我想这是家庭文化氛围熏陶的结果。他爷爷半墨是一位颇有名气的画家和园林设计师，他爸爸杜航爱好也很广泛，美术、书法、文学、摄影都有涉猎。杜航两口子还经常带着孩子到孩子爷爷当时工作的三水侨鑫生态园游玩，让孩子亲近大自然。由此使我想到，给孩子良好的家庭文化熏陶和创造良好的成长环境是多么重要。

日前我向喆翰的妈妈程宜问起，小喆翰还经常“即兴成诗”吗？

她说，喆翰开学读书后，“即兴成诗”反而少了，大概与功课负担有关，不过在上学期暑假，他参加了所读小学桂城中心小学的写作比赛，写了一首儿童诗《我对祖国的爱》，获得了二等奖。诗的内容是这样的：“我在林中歌唱/鸟儿帮我传递/我在沙滩书写/浪儿帮我传递/我向天空欢呼/风儿帮我传递/我对祖国的爱/心儿帮我传递//。”这首诗很富于想象力，很有大自然的气息，这与孩子多接触大自然有关。

上面提到的两个人，年龄和经历都完全没有可比性，但他们有一个共同点：对生活的热爱。

热爱生活是一种最值得珍视的品性。世间一切的美好，都从热爱生活开始。

本版采编　冯雅婧

相伴多年　更贴您心
南海农商银行 NANHAI RURAL COMMERCIAL BANK
主办：广东南海农村商业银行股份有限公司
⊙第4期 | ⊙2012年3月31日　星期六 | ⊙佛(南)内准字第12051号 | ⊙http://www.nanhaibank.com

我行召开2011年度股东大会

审议并通过10项议案，决定以20%比例实施上年度股金分红

本报讯（记者　冯倩如）3月16日，南海农商银行2011年度股东大会在农商银行大厦3楼会议室举行。会议审议并通过了董（监）事会2011年工作报告、总行2011年年度报告、总行2011年度财务决算方案、利润分配方案及2012年度财务预算方案、总行2011年工作总结及2012年工作规划等10项议案，并形成了相关决议。会议由肖寒董事长主持，肖寒董事长、叶绍波监事长、杨代平行长分别代表董事会、监事会和总行作工作报告。

会议认为，2011年是南海农商银行改革发展历程中具有里程碑意义的重要一年。一年来，总行董事会积极贯彻落实总行“12345”工作总思路，不断解放思想，迎难而上，各项工作均取得了显著成果，南海农商银行于12月23日顺利实现挂牌开业，各项业务发展良好，管理水平不断提高。截至年末，全行各项存款余额632.84亿元，各项贷款余额429.46亿元，较好地完成了年度各项工作任务。而总行监事会则在董事会和经营管理层的支持和配合下，较好地履行了《章程》规定的监督职责，保证了本行依法合规经营和各项业务的稳健发展，保障了广大股东的合法权益。

会议提出，2012年南海农商银行要做好以下八大重点工作：一是以优化营销机制建设为抓手，切实加大营销力度，优化负债结构。二是以完善信贷管理机制为着力点，切实加强信贷管理，不断优化资产结构和质量。三是以业务创新机制建设为突破口，不断丰富服务品种，扩大服务范围，增强服务功能，提高服务水平。四是以品牌机制建设为导向，积极打造核心价值，不断提升南海农商银行的社会形象和品牌影响力。五是以全面风险管理机制建设为切入点，切实加强管理，提升内控能力和案防水平。六是以数据大集中和机房建设为契机，稳步推进各项业务系统建设，切实提高经营管理的科技水平。七是以人才机制建设为动力，强化人力资源管理，不断提高人力资源配置质量和效率。八是以党建和企业文化建设为载体，营造幸福和谐农商银行文化，增强企业的凝聚力和战斗力。

会议还审议通过了《总行2011年度利润分配方案》、《关于增加注册资本的议案》、《关于修改章程的议案》等其他议案。其中，根据利润分配方案，会议决定以20%（含税）的比例实施2011年度股金分红，股东投资回报延续去年大幅增长态势，比上年增加33%。

本版采编　冯倩如

全力以赴确保上线

我行召开数据大集中上线准备工作会议

本报讯（记者　冯倩如）3月28日，我行在农商银行大厦三楼会议室召开“数据大集中”上线准备工作会议，部署我行“数据大集中”项目上线前各项技术和业务准备工作。肖寒董事长，杨代平行长，叶绍波监事长，赵国俊、吴尚剑、张应其、陈晨华副行长，总行各职能部门、各支行负责人及负责数据大集中协调工作的分管领导，总行数据大集中项目组全体成员近100人参加了会议。

会议指出，我行数据大集中项目自2010年7月正式启动以来，得到了省联社及有关部门的高度重视和关心支持，由肖寒董事长亲自挂帅的数据大集中项目领导小组集中一切力量，攻坚克难，成功克服了业务种类繁多、流程复杂、系统间差异大等实际困难，先后完成了差异化改造分析、数据移植和清理、特色业务开发、数据返还、系统培训等多项艰巨任务。近日，数据大集中项目领导小组传来喜讯——我行数据大集中推广上线项目大部分工作已顺利完成，现正进入上线前的最后冲刺阶段，其中首轮业务并行测试将于近日开展。

会议强调，数据大集中项目作为我行科技进步和企业发展的内在需求，在提升效率，降低成本，控制风险，增强市场竞争力等方面都具有十分重要的意义。今年是南海农商银行首个完整的经营年，在营销团队扩充、业务创新推进、服务渠道拓宽、风险防控管理等发展方面都必须依托先进的信息技术平台和强大的科技人才队伍作为支撑。为切实做好数据大集中上线前各项工作，总行张应其副行长向全行提出七点工作要求：一是统一思想，提高认识，全行上下务必以讲政治、讲发展的高度推进各项工作；二是高度重视，落实责任，必须将上线工作作为我行上半年的工作重点来抓，细化、量化工作，落实到人；三是科学分工，密切协调，各单位要在总行数据大集中项目领导小组的统一带领下，进一步加强沟通协调、及时汇报工作进展或困难；四是强化培训，确保平稳，各支行要高度重视培训工作，严抓培训质量，同时要注意妥善处理好日常工作与数据大集中培训工作之间的关系；五是做好流程，密切配合，总行相关职能部门要积极配合数据大集中项目组做好业务及数据验证工作，将系统切换对我行经营及管理可能常来的影响降到最低；六是充分准备，做好应急，制定详细的实施计划及完备的应急预案；七是重视并行，审慎部署，认真做好并行期间演练、验证方案的实施工作，确保顺利通过并行测试验证。

我行举办风险管理体系建设讲座

本报讯　3月22日，我行风险管理体系建设讲座在农商银行大厦三楼会议室召开。讲座由北京正信嘉华管理顾问有限公司总裁孙军主讲，内容包括全面风险管理体系建设、流程梳理与操作风险管理体系建设等方面的理论与实践。根据参加人员不同，讲座分为两部分进行。

讲座第一部分的主题为“全面风险管理体系建设的主要内容与实施”。孙军总裁首先介绍了全面风险管理体系的主要内容和政策，着重介绍了风险的内涵与分类、全面风险管理的最新理念、风险与资本的内在关系、《巴赛尔新资本协议》提出的全面风险管理框架等方面的知识，并从管理、技术、系统三个要素介绍了全面风险管理的内容；其次，他对我行如何开展全面风险管理体系建设进行了阐述，主要包括以下五方面内容：一是对比国内外大型银行，农村金融机构全面风险管理建设的差异分析；二是全面风险管理建设应遵循的原则；三是全面风险管理的实施路线图；五是全面风险管理建设的预期效果介绍。总行领导，总行各职能部门、各支行助理（含）以上中层管理人员参加了第一部分讲座。

讲座第二部分的主题是“流程梳理与操作风险管理体系建设”。孙军总裁主要阐述了流程管理三个方面的内容。一是流程梳理，主要介绍了全流程管理的内涵、流程梳理的具体方法；二是流程操作风险与控制自我评估（RCSA），主要介绍了操作风险的内涵与说明，基于流程的操作风险与控制识别评估（RCSA）方法论；三是“内控合规与操作风险系统建设”，重点介绍了集内控管理、流程管理、内控体系文件管理、操作风险管理于一身的GRC管理平台应用框架。总行赵国俊副行长、总行各职能部门助理（含）以上中层管理人员、内审部全体员工参加了第二部分讲座。

本次讲座的成功举办，对提高我行中层管理人员对风险管理的认识收效明显，为加快推进我行全面风险管理体系建设的步伐奠定了基础。

（总行　辛捷文）

南海农商银行 NANHAI RURAL COMMERCIAL BANK
www.nanhaibank.com
确保金融消费者有：
知情权　选择权　投诉权
切实维护金融消费者权益
——南海农商银行公益宣传活动月
投诉电话：96138
相伴多年　更贴您心