

# 悦馨之声

【2017年3月●总第13期】

主办：云南悦馨香料科技有限公司  
承办：行政人事部 主编：夏石峰 郭红芳 审定：胡翔飞

# 目 录

公司资讯.....02 03

学习篇

因为好高骛远所以半途而废  
.....04/05/06/07/08/09

产品与技术

天然芳香植物的香料提取  
.....10/11/12/13/14/15/16/17/18/  
19/20

产品与技术

天然香料知识（二）--八角茴油  
.....21/22/23/24

百味讲坛

90% 的玄机.....25 26

百味讲坛

什么样的人适合做HR？ .....27  
28

百味讲坛

愿人生如水坦然.....29 30 31 32

百味讲坛

学生参观记.....33 34

## 公司申请进入云南省生物医药和大健康产业项目

结合国务院总理李克强2017年初考察云南的指示，根据云南省人民政府第107次常务会议精神，由云南省科学技术厅发起的云南省生物医药和大健康产业项目征集开始。公司即时提交了项目资料，积极争取进入重点项目库，以便后续获得云南省发展生物医药和大健康产业发展规划的相关政策扶持。

## 公司参加2017年云南省芳香产业协会产业发展专题会议

2017年3月15日由云南省芳香产业协会组织召开的产业发展专题会议在云南昆明召开，会议围绕云南省芳香产业如何与政策规划协同发展、协会内部成员的责任分工、协会内部协作等事宜，进行了深入探讨。云南白药健康产业事业部、云南柏尼兰、德馨香水博物馆、云南悦馨等企业负责人进行了信息分享和沟通。云南省芳香产业协会杨会长希望协会内部成员能定期进行会议沟通，切实落实协会成员责任和发展规划推动计划，成为云南省重要的行业协会，为云南省芳香产业发展贡献力量。

## 公司参加2017年昆明市招商引资工作会议

2017年2月17日应宜良工业园区管委会邀请，公司参加在昆明市呈贡市级行政中心举行的“2017年昆明市招商引资工作会议”。会议由市委常委、常务副市长保建彬主持，云南省渝川商会会长、云南省广西商会会长代表参会企业发言。昆明市市委副书记、市长王喜良回顾2016年昆明市招商引资工作完成情况，同时对2017年昆明市招商引资工作进行了宣贯。会后，昆明市市委副书记、市长王喜良与昆明市各开发区、度假区、以及县区负责人签订责任书。

## 公司总部5s改造完成

在叶总倡导下，根据5s顾问黄老师的意见，2017年2月下旬由行政人事部组织对公司总部进行5s改造，先后完成了会议室搬迁改造、荣誉背景墙装修、以及更换补充门牌标识、地面标识、产品介绍等内容。同时对办公区域的办公桌、面、文件柜等进行了整理和美化，使公司总部面貌焕然一新，不仅给员工营造了一个良好的工作环境，也给客户一个美好的印象。



# 你读过的书里，藏着你的福气

客服部彭颖推荐 来源十点读书

## 01

在大学刚毕业，又穷又忙又迷茫的日子里，读书陪我度过了最艰难的时光。

那时候，每天上班，事情大大小小的时间满满当当，我焦躁，又觉得来不及思考。下了班，一个人坐着公交车穿过这个城市的万家灯火，疲惫又孤独。压力山大，工资微薄，我应付不了眼前的苟且，更不敢妄谈诗和远方，唯有读书能使我真正快乐。我如饥似渴地阅读。精神好，就啃专业书和英语书，精神不好，就用小说散文缓解压力。一杯清茶，一盏明灯，一本书，一支笔，心静下来，疲惫渐渐消除，初入职场受的委屈，也在读书时光里悄悄化解。那时候，书本好像变成了一个小小世界，遮蔽我，包裹我，温暖我，让我得到充足的休息之后，再去面对外部世界的风风雨雨。

后来我渐渐找到了自己的节奏，持续不断地阅读和思考也让我的工作有了持续成长的力量。回想那段日子，作为一个二十出头的姑娘，读书是我疲惫生活里的英雄梦想。

## 02

大学里，曾有一位被大家誉为女神的老师。接触之前，只远远看到她的妆容精致，气质温婉。选了她的课之后，我才知道，为什么大家都对她赞不绝口。

老师教的是人际沟通心理学。每堂课，她会早早来到教室，对每一个走进教室的同学微笑着点头打招呼。厉害的是，全班百十号人，她竟能一一叫出名字。课间，她会走下讲台跟她们聊天。我们也渐渐了解，她的教学科研任务其实十分繁重。难能可贵的是，她的一双儿女，懂事可爱；而她气宇轩昂又儒雅可亲的丈夫，将她视若珍宝。曾开玩笑地问她：“老师，给个人生建议呗？”她笑笑：“你们能不能做到，从现在起，每天读书，坚持十年？”

我们觉得老师给的答案未免太“官方”，面面相觑。她看出了我们的疑惑，娓娓道来：“三十几年了，每天都五点半起床，读两小时工作以外的书籍。如果我只做论文搞科研，那我作为一个女人，温柔的部分，可能早就被掏空了。等你们工作，嫁人，跌入铅华岁月中，你们才会懂，在日常生活之外，一个人还要有足够强大的内心世界，才能不被世俗吞没。”我看着老师，她整个人透出一股超越外貌本身的从容优雅，时光在她脸上好像冻住了一样。

现在回想起来，原来这就是所谓的腹有诗书气自华。当一个女人真正走进长路漫漫的人生中，读书成为她对抗岁月流逝的最好方式。

## 03

关于读书，杨澜说过一句很得我心的话。

“有人会问，女孩子上那么久的学、读那么多的书，最终不还是要回一座平凡的城，打一份平凡的工，嫁作人妇，洗衣煮饭，相夫教子，何苦折腾？”

我想，我们的坚持是为了，就算最终跌入繁琐，洗尽铅华，同样的工作，却有不一样的心境，同样的家庭，却有不一样的情调，同样的后代，却有不一样的素养。”

有一句话也说，一个人，要拿9分去生活，还有一分，他得自己留着。这样，才能在外部的风雨中，始终保留一分支持自我的力量。

我们读书，我们思考，就是为了好好滋养这属于内部世界的一亩三分地啊。信息时代，读书也许已经不是立竿见影解决问题的最优选择，却永远能在不动声色之间，成为我们的财富。你读过的书里，藏着你的福气。

望着眼前的风景，我们总向往着远方，似乎只有远方才能展翅飞翔，才能追逐梦想，然而我们并不知道，有时候眼前的就是最好的。最近有朋友问我，是不是应该回家相亲、结婚，回家找一个稳定的工作，没有什么宏图大志，养家糊口却也不成问题。我告诉他，回家确实是不错的选择。一直在追逐远方，追逐梦想，然而回首才知道，除了老去的容颜，疲惫的心，似乎什么都不曾拥有。然而，当初选择在家的伙伴们也都有着不错的工作，收入甚至有过之无不及，有的当了老板，有的成了包工头.....如果说，追逐的终极目标都是成为有钱人，那么，不得不承认，自己输了。

有一个朋友，学习了烘焙，本想去大城市做学徒，求职无果，最后回家乡自己动手做糕点，没有本钱，没有门面，每天花一百块买原材料做点心，在几十人的朋友圈卖。或许爱好真的是最好的老师吧，用一份爱与用心，他做的糕点吃过的人都说不错。一个偶然的机遇遇见了一位极其挑剔的妈妈级客户，吃了之后，赞不绝口，连发了几条朋友圈，从那天起，他的人生开始改变，因为，那个客户朋友圈有上千人，现在有了自己的门面和学徒。他说，生意好到不能睡觉，全部都要亲手做才可以，培训徒弟的时间都没有，只能让他们旁边看着。

机会与梦想不在于眼前或者远方，因为它们属于用心的人，它们属于能够熬过黑夜等来明天的人，他们属于坚持自己的人。之前有闺蜜，想从家里出来工作，当时，我跟它说，你做好很辛苦的准备了吗？如果没有，那就别出来。因为，接下来的生活没有人帮你打理生活，没有人为做饭，自己一个人过节，生病、感冒、受委屈还要告诉自己不能哭，也不愿意低头回家，因为那似乎在承认自己的梦想是错的，从一开始就错了.....大城市有它的繁花似锦，也有它的黑夜坎坷。在外的几年，不得不说，离家背井，一个人享受了独立与自由，也承受了孤独。有很多出来工作很多年的朋友，都选择了回家，没有房贷，虽然工资少一点（不一定少）但是消费水平也低一些，轻轻松松，安安稳稳，陪父母的时间多了，家人也很开心，然后成家立业，这样的安逸对于一颗漂泊累了的心似乎也会很满足。随着社会主义建设发展，很多农村正在开发，环境建设、工作机会、生活条件都在逐渐提高，工作、创业机会也越来越多，一定程度来讲，机会真的比较多！然而选择怎样的生活，取决于对生活的追求，也有朋友在家有着不错的工作与收入，但是每次与我交谈，谈起外面的种种时，我看到了他眼里有光，那是一种憧憬与向往。

追求远方或是把握当下的机会，其实都不重要，重要的是对梦想的坚持，远方纵然辛苦，但坚持之后收获的坚韧远大于财富的价值。当下的机会，也并非成功的捷径，安逸的生活带来的也会是消极与迷茫。不论作何选择，只要想清楚，决定了就坚定不移的走下去，只要拼搏过，很努力了，收获都会让人满意的。不论远方还是当下，机会都是给有准备的人，等待与隐忍的同时，我们应该做的提升自己，发现机会，把握机会。就算被嘲笑，坚持无果也不要放弃，因为梦想看似遥不可及，但是梦想还是要有的，万一实现了呢！

# 适时把自己归零

---客户服务部顾海华推荐-文章来源自媒体中国

做人，适时把自己“归零”，就会心胸开阔。人生，难免会有成功与失败、顺境与逆境。顺境时，把自己适时“归零”，可以戒骄戒躁，消除“娇娇”二气，不把成功和顺境当“包袱”背起来；逆境时，固然会失去很多，但能够在失去时勇于“归零”，才能重新面对自己，从头开始，积极奋斗。就像春节前的大扫除，把那些没用处的东西清除掉，把有用的珍品拂拭干净，就可以窗明几净、心情舒畅地迎接新春。

其实，人生也像时钟一样，到了子夜就要“从零开始”，只有归零，才会有新的周期与辉煌。著名作家刘震云也说过：“归零心态就是把自己心灵里的一切清空，把已经拥有的一切剥除，一切归于零的心态。”实际上，无论何种境况，能适时把自己“归零”，总是海阔天空，心胸豁达。

**越能够把自己“归零”的人反倒越不会“归零”，不断“归零”就是一种上升与提高，也是一种难得的积淀与涵养。**

“攥紧巴掌，手里什么都没有；张开双手，就会拥有整个世界。”做人适时“归零”，当然不是妄自菲薄或消极避世，而是持有人生的洒脱与从容，再去面对眼花缭乱的花花世界时，就会多一分明世的清醒，多一分心态的淡泊。

适时把自己“归零”，就会不断重新开始，永葆青春。人生最大的敌人莫过于自己。一个人是否成功，大抵决定于在不断把自己“归零”的过程中战胜自己。



比如“升迁”作为诸多为官者竞取的目标，有些人忙活半天当不上官会痛心疾首、痛不欲生；有些人升迁之后却忘乎所以，以为官大本事长，独断专行，听不得不同意见，竟至出现重大失误被罢被免。

道理很简单，升迁了，实际上正是一个“归零”的开始，重新确定前进目标，敢于从“一”做起，才能取得新的突破。又如，有些人取得了成绩或荣誉，却不把心态“归零”，不思进取，喜欢吹嘘，总是躺在成绩与荣誉上“睡大觉”，也就无法再次取得成功。反观一些原本做出过“贡献”的贪官堕入深渊的行径，无不是迈不过“利禄、地位、权色”这道“坎”，一失足遂成千古之恨。

# 适时把自己归零

---客户服务部顾海华推荐-文章来源自媒体中国

事实一次次警示我们，在人生的要紧几步，必须要有“归零”的心态，思想上“从零开始”，实践中“从零做起”。

放下“阶段胜利”的“包袱”，把心态调整到坐标原点，保持极为清醒冷静的头脑，辩证地看待已有的成绩，在人生的要紧处头脑清醒，明白自己究竟有多轻多重，知道自己到是谁，放下包袱，面对现实，才能永葆革命者的青春。



适时把自己“归零”，就会不断追求卓越。需要一步一个脚印地前行，不断把每迈出的一步都当作万里长征的“第一步”，也就是在一个成绩“归零”之后再赢得新的成绩。这取决于奋斗者的心态。一般说，有什么样的心态就有什么样的努力，有什么样的选择就有什么样的结果。要想获得事业的一次次成功，首先就要调整、完善、升华自己的心态。

面对这个日新月异的世界，将心态归零，放下包袱，轻装上阵，把每一次成功都视为新的起点、新的希望、新的挑战，新的成功就会在不远处向你招手。

**适时把自己“归零”，体现了人生的大智慧、大聪明和大能力。在不断“归零”的基点上让人生重新起航，就一定会披荆斩棘，胜利到达理想的彼岸。**

智者说，心态归零，责任才能归位。把自己“归零”了，就会焕发一种高度的事业心和责任感，不等待、不埋怨、不消极。我们要奋发进取，永不满足，积极学习新事物，适应新环境，接受新挑战，创造事业的新成果。



# 如何在信息爆炸的时代做到独立思考

---文作者俞洪敏-采购部欧阳君昭推荐

提问：在这个信息过剩的时代，我们每天都被大量的信息影响着，以至于失去了我们自己独立的判断，怎样才能成为一个独立思考的人？

处于这样的一个信息大爆炸时代本身是一件好事，因为有信息总比没有信息要好。如果你经历过文化大革命，你就会知道在那个信息完全闭塞，只有唯一媒体渠道的时代，生活是多么封闭，思想是多么苍白，只能过着人云亦云的生活，独立思考得不到任何印证，而其他所有信息的来源渠道都被堵塞住。所以总的来说，现在这样一个信息大爆炸的时代，比古代或者信息闭塞的时代要好得多。信息多就好吗？当然不是。在现在信息如此通畅的时代，我们需要学会如何辨别信息，辨别出哪些信息是对我们有用的，哪些信息是可以被过滤掉的。那么，我们如何来辨别信息？

第一，不要只关注非主流媒体。个人自媒体等报道的各种传闻，一定要带有某种辨别能力和警惕性去看，因为很多传闻有可能是人为编造的。在现在自媒体如此发达的状况下，要编造一个表面上看上去非常真实的新闻变得非常容易。在这种情况下，我们不能急于就媒体的报道表达自己的看法或情绪。因为在自己还没有搞清楚信息来源的情况之下，这样的行为很可能导致我们被虚假信息所误导。

第二，要了解信息的来源渠道。任何单一的来源渠道，尤其是非正规媒体所带来的信息，都要谨慎辨别，找更多的渠道去印证。

渠道一般有三种：第一种是官方媒体。官方媒体对有些信息可能是不报道的，而有些信息是会报道的。另外，官方媒体的报道也有可能失真，但是一旦官方媒体报道了某种信息，我们至少可以从信息中知道这件事情可能发生过，至于发生的具体情况，我们就需要进一步的调查和研究。

# 如何在信息爆炸的时代做到独立思考

---文作者俞洪敏-采购部欧阳君昭推荐

第二种渠道是外埠媒体，也就是西方的媒体。这些媒体所报道某种信息的时候有可能是有来源的，那么我们也可以进行参考。当然，西方媒体有的时候是会对中国所发生的事情进行歪曲报道，这一点上我们需要注意。

第三种渠道是通过事发当地人的朋友去求证。如果你想了解信息，在事情发生地有认识的朋友能够进一步求证，那么我们就能够对现有的信息到底是真是假做进一步的确认。在此前提之下，我们才能判断信息是否正确，这样我们就能够确立自己的某种看法。

此外，现是自媒体的时代，发表观点的人非常的多，面对众说纷纭的观点，如何判断也是一个麻烦。现在几乎所有的人都可以表达自己的观点和思想，但其中大量的观点和思想是矛盾的。那么我们到底该如何从这些矛盾的和观点中，抽取有用的观点和思想，使我们自己看法更深邃，理解力更通透，眼光更高远？我认为最重要的是要修炼自己，我们要明确自己的观点和看法，或者说认为对的观点和看法到底是哪些，这些观点和看法有没有基础，到底是对还是错？

当然，任何观点都无法简单用对和错来判断。但是，我们都知道正确和错误的观点大概是什么样的。比如具备人性的、善良的、真诚的、公正的观点，可能都是相对来说比较符合核心价值观和世界发展方向的观点。与之相反，偏激的、偏颇的、恐怖的、极端的观点就有可能是不正确的观点。

在众多观点中，如何吸纳正确的观点来丰富我们的头脑？实际上是基于我们自己对于观点的判断力。那对于观点的判断力如何来？就是多读观点，尤其是多读一些非常重要的历史哲学思想的著作，并且多与朋友讨论。在这个过程中，通过自己思考和不同观点的碰撞慢慢形成自己的观点。

# 如何在信息爆炸的时代做到独立思考

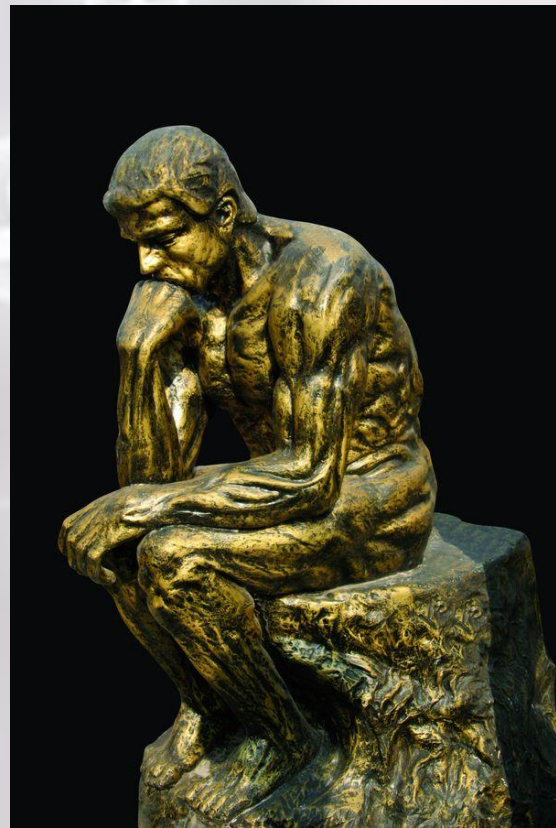
---文作者俞洪敏-采购部欧阳君昭推荐

你碰到的不同观点越多，你越能打磨出自己独特的观点；碰到的观点越少，你越可能被某种观点带上邪路。这个道理有点像我们挑选水果，水果吃多了你就会知道哪种水果新鲜，哪种水果是甜的，哪种水果是不好吃的；而如果你从小到大只吃过一种水果，那么你会觉得这种水果好，以至于你根本就不知道别的水果是什么味道，就可能一下子把别的水果排除掉了。

所以，多读书多思考是非常重要的。除此之外，我们还要对事件进行深入思考和了解，多走多看，慢慢形成自己的观点。

任何正确的观点都有一个核心，就是为了人类社会更好，为了生活更加幸福，为了社会变得更公正透明，使每一个人都能够过上安定安静的生活。围绕这些东西发展的观点，相对来说都是比较正确的观点。

所以，基于我们自己的判断力，在众多的观点中进行筛选，去获取有益的观点和思想，使自己取得更大的进步，同时也用我们自己的观点来为这个社会的思想丰富作出贡献，这是我们面对现在信息爆炸时代所应该采取的一种正确的态度。



# 提倡极简生活方式——选至选自 极简主义生活方式-品控部王琦推荐



## 欲望极简

了解自己的真实欲望，不受外在潮流的影响，不盲从，不跟风，把自己的精力全部用在自己最迫切的欲望上。



提升专业素养



照顾家庭



关心朋友



追求美食

## 精神极简



了解、选择、专注于1-3项自己真正想从事的精神活动，充分学习、提高。不盲目浪费自己的时间与精力。

忙、累、慌、乱.....或许，这是因为你生活方式出了问题。不妨放弃那些不能带来效用的事物，控制徒增烦恼的精神活动，学会断舍离。正在流行的极简生活。适当做减法，集中精力，你会发现，快乐生活其实也很简单！极简主义的生活方式：是对自身的再认识，对自由的再定义。将有限的时间和精力，专注地追求，从而获得最大的幸福。放弃不能带来效用的物品，控制徒增烦恼的精神活动。

## 物质极简

明确自己的欲望和需求，不买不需要的物品。



拒绝冲动消费



将家中超过一年不用的物品丢弃、送人、出售或捐赠



用布袋，代替塑料袋和纸袋



用一支好用的钢笔，替代堆积如山的中性笔



用瓷杯、钢杯代替纸杯



用电脑写东西，少用纸，养成纸质文件扫描、存档的习惯



整合、精简电源线、充电设备，不要盲目购买电子产品



精简出门行头，只带“身手钥匙钱”



精简银行卡，仅保留一张借记卡一张信用卡

# 提倡极简生活方式——选至选自 极简主义生活方式-品控部王琦推荐

## 信息极简



控制“手机癌”的蔓延。精简信息输入源头，减少使用社交网络、即时通讯。平时会看很多社交网，但是我们的圈子和与己相关的内容就那么多，选择一个高质量的社交平台，精简一下吧！



少看微博、朋友圈



学会筛选信息，筛选社交



不常用的应用一直占着我们的内存，删

## 表达极简



写东西、说话，尽可能简单、直接、清楚。多用名词、动词。少用形容词、副词。

兜兜转转，人们的消费观终于进一步升华。大家对于物质也有了更深层次的理解。越来越多的人开始注重极简生活模式，家里不再轻易添加物品，重视提高物品的利用率，节省管理成本，将自己从繁杂的日常中解脱出来，一便更好的规划自己的生活。

## 生活极简

我们在生活中去体会，很多生活细节，越简单越好，复杂了不累不会让生活更加精彩，反而会让我们的生活更加累，增添更多苦恼。



慢生活



不做无效社交



锻炼



穿着简洁、不花哨



少吃含有添加剂的食品



喝白水和纯果汁，不喝添加了大量化学成分碳酸饮料和果汁

## 结尾

兜兜转转，人们的消费观终于进一步升华。大家对于物质也有了更深层次的理解。越来越多的人开始注重极简生活模式，家里不再轻易添加物品，重视提高物品的利用率，节省管理成本，将自己从繁杂的日常中解脱出来，以便更好地规划自己的生活。

凡事皆有规律可循。人生如赛场，职场如战场，要想拿冠军、打胜仗，就得遵循制胜的一般规律，不断总结有效的战略战术，否则即使撞个头破血流、摔个粉身碎骨，也还是找不到占领事业高地的路！

### 培养积极乐观的“阳光心态”

薪酬不高时努力做到知足常乐  
创业艰难时努力做到苦中作乐  
共同打拼时努力做到助人为乐  
工作单调时努力做到自得其乐  
获得嘉奖时努力做到与人同乐

### 做好老板肚子里的“蛔虫”

想其所想—主要精力投入老板关注的大事  
急其所急—临危受命时冲得上去攻得下来  
爱其所爱—无障碍认同和接受公司的文化  
恨其所恨—拒绝没有功劳也有苦劳的平庸  
扬其所长—身体力行让老板思想落地生根  
补其所短—快捷有效弥补老板决策的疏漏

### 让巧妙的语言沟通变成“黏合剂”

批评人的话委婉地说  
夸奖人的话真诚地说  
开玩笑的话分场合说  
伤自尊的话坚决不说  
拿不准的话不轻易说  
很私密的话找知己说

### 成为公司发展不可或缺的“珍品”

做一个恪守道德底线的“好人”  
做一个具有工匠精神的“能人”  
做一个带出狼性团队的“超人”  
做一个创造一流业绩的“强人”  
做一个不贪物质享受的“凡人”  
做一个富有精神追求的“高人”

## 谨防行动夭折于想像的“娘胎”

不要让“如果干砸了后果可能很严重”  
羁绊了你勇敢的脚步  
不要让“别人能混日子我为何不能混”  
扑灭了梦想的火焰  
不要让“干多了亏得慌干好了一个样”  
销蚀了你成长的良机  
不要让“不是我不值钱而是挣不到钱”  
削弱了你进取的斗志  
不要让“我咋做老板都不理解不满意”  
迷惑了你智慧的双眼  
不要让“上司凭什么对他好对我不好”  
搅乱了你的清澈的心灵

## 修炼助力事业进步的多条“神腿”

用足目标激发的动力  
打造过硬的专业能力  
培养独特的人格魅力  
锤炼敢作敢当的魄力  
善用法规制度的威力  
发挥精诚团结的合力

## 成长的路上离不开高悬的“明镜”

确立职业规划要用望远镜  
面对成败得失要用哈哈镜  
反省自己缺点要用显微镜  
吸取问题教训要用放大镜  
认清事物本质要用透视镜  
实现攻坚克难要用瞄准镜

凡事皆有规律可循。人生如赛场，职场如战场，要想拿冠军、打胜仗，就得遵循制胜的一般规律，不断总结有效的战略战术，否则即使撞个头破血流、摔个粉身碎骨，也还是找不到占领事业高地的路！

# Happy Birthday~

HAPPY BIRTHDAY TO YOU  
THIS IS YOUR DAY  
ON THIS DAY FOR YOU  
WE'RE GONNA LOVE YOU IN EVERY WAY  
THIS IS YOUR DAY, YOUR DAY  
HAPPY BIRTHDAY TO YOU, TO YOU



1-3月生日员工

夏石峰 王琦 张琦 闻翠芳 胡云海

祝以上员工：生日快乐！