



人在世上,总要做事。没有做什么事,就不做,就成了一个好,或不好的人。世上没有这样的好事,都得做事,而且,最好做成功,这样,效果才最好。

可是,人一旦做事来,就容易急,并且急于求成。如果有种做事,缩短过程,几乎所有的人都会采用这种做法。如果真这样,那么就说明他们忽略了这样一个事实:规律,任何事都有其自身的规律。而所谓的规律,就是事物自身本来就有的节奏、速度等,任何人都不能把它给打乱,如果把它给打乱了,那么就会破坏它们自身的规律,往往适得其反。古人拔苗助长就是明证。

人要急于得到某种结果,这本身就是一种目的。一个人一旦有了目的,他就会把目的放在心上,结果给自己带了一种负担。而目的本身并没有重量,所有感觉到的重压,往往都源于自己的想法。这样一来,做起事来,往往就会累,就会搞坏一些

人生智慧

# 顺其自然, 遇见更好的自己

○韩青

把事做好,才能做出成绩乃至成功。

其实,我认为,这个世间,有我们看不见的轨道在那里,不管你看到看不到,它都在那里。谁若偏离了它,那么等他的只能是灾祸——不能继续前行了,只能把自己和梦想都搁浅在那里。如果想再续前缘,那就得将自己扳回轨道上来,继续前行。

每次考完试后,总有学生对我讲,他担心考不好,结果真没考好。几乎每个人都有过类似的经历或感受。要知道,顺其自然,是把一切事情做到极致的法宝,更是遇见更好的自己。

当然,顺其自然,不是说自己到了什么境地就待在什么境地听天由命,而是说自己不管遇到怎样的情况,都要敢于面对、接受它们,但不能成为它们的俘虏。

唐朝一个禅师喜欢兰花,因此他做了一个花架,上面放了很多盆兰花。有一天,他要出去云游,于是把照顾兰花的任务交给了他的弟子们。可是,由于不慎,一个弟子在给兰花浇水时,把花架弄倒了,于是摔坏了不少花盆。看着一地狼藉的兰花,这个弟子很是害怕,怕师父生气,可是,师父回来后,却并没有生气。他不解,问其故,师父说:“我种兰花,一是为了以香花供佛,二是用来美化环境、陶冶情操,并不是为了生气而种兰花的。”就是说,兰花的得失,并没有影响他心中的喜悦。

其实,人生本身就充满了不测和变数。面对这样的现实,诗人周梦蝶说得好:“我选择以水为师——高处高平,低处低平。”就是说,不管身处怎样的境地,都要放平心态,不要耍脾气、使性子,要知道,任何不顺都是生活的内容。尤其在不自在时,更能看出一个人的品性来。正所谓:“时穷节乃现。”台湾作家张曼娟得知地震发生时,还在书房里写作。是的,面对那些意外时,你慌张、恐惧不但无用,而且还会引起更大的骚动、混乱。

有些人因为遭遇意外而心灰意冷进而一蹶不振,也有些人因此破罐子破摔,得过且过,最终误入歧途,显然,他们将从此跟美好的未来和更好的自己失之交臂。只有很好地做到顺其自然,他们才能遇见美好的未来和更好的自己。这就像田里那些青苗一样,不管遭遇晴天丽日还是狂风暴雨,都要坚持自然生长,只有这样,它们才能遇见更好的秋天和果实。

(摘自《思维与智慧》)

## 为肚子留下“空间”

我决定要让自己随时保持有点饥饿的状态。

当然,也不能让肚子饿过头。因为我吃东西很快,稍不注意就容易吃得太多,“只吃一点”便是我克制自己的方式。

就算食物再好吃,甚至是我的最爱,我也会在六分饱的时候放下筷子。

不久之前,我还会吃到八分饱,但为了保持恰到好处的状态,现在改成了六分饱。

把食物剩下来很浪费,但只要在一开始就麻烦店家“饭量减半”就能解决了。

我会这么做不是为了减肥,而是为了自己的健康管理。身体不舒服的时候通常都是因为吃了太多,只要调整一天的食物量,情况往往就能得到改善。

我喜欢美食,也喜欢吃,但我不认为这等于要吃得多,反而觉得,如果为肚子留下一些空间,也会多留出一些让美食进入的余地。

房间也和肚子一样,空间很重要。

我认为室内设计不是由要放什么家具决定,而是要由



# 森林火灾重预防

# 严控火源是关键

中共大理市委主办  
内部资料 免费赠阅  
大理时讯  
Email:dlsxtg@163.com

2019年1月16日 星期三  
农历戊戌年 十二月十一

多云  
0℃ ~ 15℃

第1277期  
编辑/罗绍亮

## 我市扎实推进河长制工作河湖保护初见成效

自2017年全面建立河长制以来,我市紧紧围绕“河畅、水清、岸绿、景美”的目标,按照省州党委、政府对河长制工作的要求,认真开展“一河(湖)一策”“一河(湖)一档”以及“清水行动”等工作,加快推进河长制“见河长”“见机制”快速向“见行动”“见成效”转变。目前,全市河长制工作全面展开,河湖保护初见成效。

据了解,我市辖区内有河流66条,其中洱海主要入湖河流27条,径流面积在1平方公里以上入湖河流13条,小(一)型水库1座,小(二)型水库2座,小坝塘129座;洱海主要入湖沟渠346条。

根据省、州关于河长制工作的具体要求,我市高度重视,周密组织,按照既定的目标任务,层层签订责任书,层层传导压力,层层落实责任,扎实推进河长制各项工作,着力建立健全河长制组织体系,建立健全技术支撑体系,夯实河湖管理管控基础,全面推进“清水行动”,加强“清河行动”“见成效”转变。

我市结合河湖“清四乱(乱占、乱采、乱堆、乱建)”专项行动方案,以乡镇(办事处)为单元开展地毯式排查,全面查清河湖“四乱”问题,逐河逐湖逐库建立问题清单。对发现的违规违法问题做到边查边改,及时发现、及时清理整治。截至2018年12月28日,河湖“四乱”违规违法行为排查出180个问题,现已销号180个。严厉打击违规违法行为。市政监察大队积极查处各类水行政违法行为,2018年1月至11月共查处各类水事案件22件,共处罚金103.5万元。扎实推进主要入湖河道综合治理工程。工程初设批复对34条洱海主要入湖河道进行综合治理,治理长度156.46千米,批复概算总投资90213.20万元,除西洱河暂缓实施外,已实施33条于2017年5月正式开工。截至2018年10月30日,累计完成工程总投

大理时讯 DALISHIXUN

社会主义核心价值观  
富强 民主 文明 和谐  
自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善

微信扫一扫 了解更多资讯

## 去年我市公共资源交易成交额82.67亿元

去年,我市市级、乡(镇)公共资源交易中心依法切实规范公共资源交易行为,做到各类公共资源统一进场、集中交易,在节约财政资金、促进国有资产保值等方面取得明显成效。

去年1至12月,我市累计完成公共资源交易826项,成交金额达82.67亿元。其中,工程建设509项,成交金额33.28亿元,节约资金5.06亿元,节约率13.19%;政府采购252项,成交金额4.02亿元,节约资金0.62亿元,节约率13.36%;国有资产交易9项,成交金额1.02亿元;土地等其他交易56项,成交金额44.35亿元。

李春妮

## 我市去年实现劳动力转移就业1.7万人

去年,我市深入开展脱贫攻坚“挂包帮扶”和“一户一策”专项行动,多措并举,多渠道为建档立卡贫困户创造就业岗位和机会,实现劳动力转移就业1.7万人,脱贫攻坚专项行动取得明显成效。

在脱贫攻坚行动中,坚持精准、向心和目标导向,强化责任落实、政策落实和工作落实,按照“精准帮扶”、“应扶尽扶”、“因地制宜”等要求,扎实开展产业扶贫,易地搬迁扶贫,金融支撑扶贫,推进生态扶贫、实施教育扶贫、政府兜底扶贫、医疗救助扶贫和就业创业扶贫等各项扶贫工作,有力促进了全市脱贫攻坚由“输血”向“造血”的良好转变,脱贫攻坚工作开展更加深入。

左兴亮 杨文婷

## 我市去年接待旅游者1845.28万人次

去年,我市全力推进“一部手机游云南”建设工作,加快旅游供给侧结构性改革,推进从景点旅游模式向全域旅游模式转变,着力培育旅游经济新的增长点,旅游产业保持了平稳增长的良好势头。全市去年旅游接待国内外游客1845.28万人次,同比增长10.21%。其中,海外旅游者78.75万人次,同比增长3.53%;旅游总收入356.35亿元,同比增长21.80%。

自助、休闲、度假游快速增长。昆楚大动车去年7月1日开通运行,使我市实现与省会城市“两小时经济圈”的交通跨越。据铁路部门统计,去年7月1日至12月31日,昆明与大理间动车发送旅客608.66万人次,同比增加365.08万人次,增长150%;据大理旅游大数据中心监测显示,去年7至8月进入大理古城景区、大理旅游集散中心接待量剧增。全市酒店、客栈平均入住率达75%,散客游、“一日游”、洱海休闲旅游爆发式增长,对大理旅游拉动作用显著,呈现持续增长的良好势头。

乡村旅游如火如荼。随着我市特色小镇、特色旅游村建设的不断深入,为游客提供了更多的旅游、休闲选择,环海骑行、踏青赏花、亲近自然、体验民俗等乡村旅游成为新亮点。去年9月份以来,我市自愿暂停营业的餐饮客栈通过规范整治和复核,逐步恢复营业,民宿客栈深受欢迎,特色农家乐以及白族文化为代表的特色民宿成为休闲生态游、乡村风情游、民俗文化游的新热点。

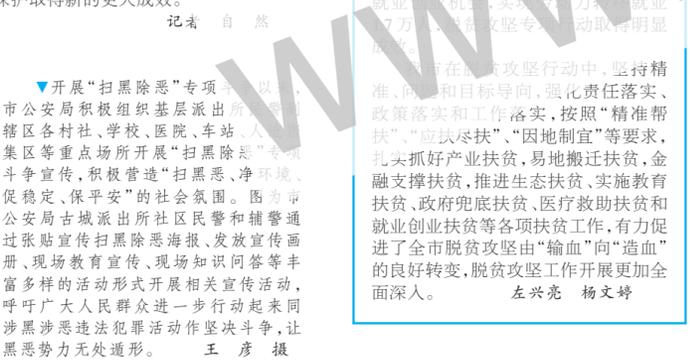
体育与旅游深度融合。2018大理国际马拉松赛、三月街千人环海自行车赛、大理100越野赛、探寻美丽中国50千米国际越野跑系列赛大理站、2018大理徒步旅游节等多项国内外大型体育赛事成功举办,用体育赛事营销城市、宣传大理,促进体育+旅游融合发展。

“一部手机游云南”建设工作初显成效。以崇圣寺三塔、大理古城景区为试点,采取以点带面、分批分次的方法全力推进项目,抓实13个景区景点的旅游要素采集工作和图、文、音、像等一批数据信息收集工作,如期完成城市名片、导游导览、门禁系统、慢直播、智慧厕所、投诉等一批、第二批工作任务。认真修改完善城市名片和语音导览资料,完成新建1座智慧厕所、2座智慧停车场建设,启动“一部手机游云南”涉旅企业诚信指数评价。完成大理州涉旅经营单位诚信评价系统录入单位918家,审核通过并推荐上报901家,全面完成第三批工作任务。

个性化旅游备受青睐。方便自由的自驾车出游成为人们出游的首选方式,以休闲、娱乐、餐饮、购物为主要特征的自由行旅游市场人气旺盛,自驾、自助、休闲、体验的散客旅游模式逐渐成为主流。旅游需求的多元化,促使市场开发满足个性化需求的产品,摄影旅游、骑行旅游、探险旅游、农家体验等新业态迅速发展。

假日旅游经济活跃。去年前三季度,我市经历了元旦、春节、三月街民族节、国庆节等节假日,自驾游、家庭游火爆,亲朋聚会、踏青赏花成为市场主角,活跃了假日旅游经济。

杨可珠



### 招租公告

大理镇西门村民委员会十二组老年活动中心砖混结构房屋一幢,一楼铺面五间,二楼住房五间,建筑面积约28平方米/间,共用楼梯,按现状面向社会公开招租。

一、租赁物位置及状况、租金底价:  
招租的房屋位于大理三月街影视城大道北侧,“振元酒店”以东,一楼、二楼共十间房屋,招租底价¥150000元/年。

二、报名对象及相关事项:  
1. 报名对象:经营地址和住所所在大理市的企业法人、个体户及年满18周岁,属于大理市户籍,有完全民事行为能力的人。报名时需提交营业执照、身份证、户口簿。

2. 报名时间:2019年1月14日至1月18日下午5点止。

3. 报名者需交纳报名费¥1000元/人;竞价保证金¥100000.00元/人。

大理镇西门村民委员会第十二村民小组  
2019年1月14日

