

婚姻真是个矛盾体,有鸡飞狗跳,也有岁月静好;总会有各种各样的问题,却也没有我们想象得那么弱不禁风。

记得网上盛传过这样一句话:盛怒之下,你想要劈了对方,却往往会在买刀的路上买了菜。因为爱还在。

是啊,在红尘中风雨同舟的饮食男女,难免在夹杂着磕磕碰碰的感情中困顿、彷徨。面对大事小事的考验,我们是仓皇而逃、缴械投降,还是坚守阵地、为爱付出?

我们选择了后者,因为爱还在。婚姻真是一场修行。

就算婚姻都有100次要离婚,50次掐死对方的念头,也会有不少于100次要念着他,50次守着他的心思吧。

这就是婚姻的真实面目,盛怒之下难免嫌弃,气消云散之后总还惦记。而这惦记,也让我们愿意继续为彼此付出,为这段关系而努力。

婚姻不易,愿我们都能在琐碎与纷杂中,继续爱,用力地爱,且行且珍惜。

你在婚姻中是不是也一边嫌弃,又一边惦记对方呢?

之前曾有人问张智霖:“如果你的生命只剩下24小时,你想对袁咏仪说什么?”他说:“我会问她,你钱够不够用呢?她说够了,我也就安心了。”

两个人在一起久了,可能就会变成这样:彼此嫌弃,彼此不满意,再也说不出“我爱你”;或者我已不知道还爱不爱你,甚至想不通当初为什么会选你,但我如此熟悉你,依赖你,习惯了生活中有你。

多少感情看似浅浅淡淡,其实早已深入骨髓。只是我们不知道。他了解你所有习惯,本能地呵护你,和你一起经历了太多悲喜……人生一趟有去无回的行程,两个人在悠长的岁月里携手而行,默默相伴,闯关克难。这样的感情,一生可能也仅此一回。所以,对他好点吧。

深情,并不是挂在嘴边的“我爱你”,而是由许多细碎的事情组合在一起。对于两个相爱的人来说,一粥一饭皆有情谊。

张小娴在《谢谢你离开我》中曾说:“所有的深情,原来是由许多细碎的时光一一串成的,就像一串亮着迷茫微弱的小灯泡,静静地俯伏在脚边,照亮着我们彼此相依相伴的身影。当时只是寻常,直到有一天,灯火已阑珊,我们才发现,那些寻常日子是多么美好的祝福。”

每个人漫长的一生中,都会遇到很多人,但是真正在乎你,又值得你去在乎的人,其实并不多。

这个世界很大很大,你一辈子走过八百里江湖,都不及牵着爱人的手路过杨柳小堤。就如同冯唐曾经写过的那样:愿有岁月可回首,且以深情共白头。

人心最怕失望,就算最在乎你的人,失望积攒得多了,慢慢也会变成绝望。到那时,你曾经以为的寻常时光,都只能变成回忆里的悔断肠。不如从现在开始,惜取眼前人吧。最醇美的酒,要留给最会品的人;最深的情,要留给最在乎你的人。如此,才算得上彼此不辜负。把两个人的不辜负放到一起,才不会辜负人生一场、相爱一回。

突然想起歌手李健唱过的那首《贝加尔湖畔》:“这一生一世,这时间太少,不够证明融化冰雪的深情。”



把人民健康放在优先发展的战略地位——习近平



低温中年

◎王纯

人到中年,应该是低温状态的。低温,就像秋天里平静的湖水,水位下落,水岸凸显,而该有的意趣和境界却出来了。低温中年,冷静,自制,通达,智慧。秋水长天,冷暖相宜。

低温,有微凉的气息和淡淡的清冷,不温不火。人生的温度曲线,从中年以后,应该是下滑的。如同翻山,翻过了最高的山头,该往下走了,势必要给自己降降温。

不知是时光太匆忙,还是我们走得太快,转眼间那些樱桃红、芭蕉绿的日子里就没了,人到中年剩下的是满眼的红衰翠减,一颗心不得不冷却下来。此生最精彩的时光已然被抛在了身后,回头望望,是仰望的姿态,那样的热烈与高度,再也不能企及了。于是我们懂得了,该收回目光,注视脚下。

生命的温度,大都会经历沸腾阶段。谁没有经历过登临巅峰、万众瞩目的光辉与荣耀呢?谁没有经历过烈火烹油、鲜花着锦的盛大与光鲜呢?可是,生命的温度应该是有个极限的,

大理市创建国家卫生城市知识百问百答

70、如何统一管理无固定经营场所的食品摊贩? (1)可采取规定区域、限定时间、统一配送、限定经营品种管理方式。(2)对食品摊贩可采取许可、备案方式规范准入。(3)对从业人员进行岗前健康体检和培训,每年进行一次复检、复训,并发放体检培训合格证。(4)出售散装熟食食品的食品摊贩要着工作服、发帽、口罩,采取货款分开销售,并设置防蝇、防尘、防食品污染措施,需要冷藏的食品应添置冷藏设施。

(待续)

恢复洱海湖滨缓冲带 构建洱海生态屏障

大理时讯 DALISHIXUN 中共大理市委主办 内部资料 免费赠阅 2019年8月22日 星期四 农历己亥年 七月二十二 小雨 16℃ ~ 24℃ 第1423期 编辑/罗绍亮

大理市洱海保护治理及流域转型发展工作领导小组会议召开

高志宏出席并讲话 杜淑敢主持

8月20日,大理市洱海保护治理及流域转型发展工作领导小组会议召开,全面分析研究当前保护和转型所面临的形势任务,进一步理清后4个月工作思路,增强信心,找准抓手,号召全市上下坚决完成今年洱海保护治理及流域转型发展各项任务。

市委书记高志宏出席会议并讲话。高志宏指出,年初以来,市委、市政府坚持把打赢打好洱海保护治理及流域转型发展攻坚战作为我市落实“两个维护”最直接的体现和担当,认真落实省州党委、政府各项部署要求,洱海保护呈现重点任务有突破、势头好,问题整改抓得牢、措施实,全市上下人心齐、干劲足的局面。

高志宏强调,要强化担当重作为,全面决战年度目标取得胜利。全市各级干部要提高站位,压实责任,切实扛起洱海保护治理的政治担当、历史担当和责任担当。全市各级各部门、各相关企业要全面按照战时要求抓工作推进。各级领导干部特别是主要领导要靠前指挥,用脚步丈量工作、用双手突破难点,抓好抓实洱海保护治理工作。

高志宏要求,各级各部门要总结成绩找差距,进一步树牢敢战敢胜的决心意志,坚持成绩归零再出发,坚持巩固作风再发力,坚持鼓足干劲再战斗,全力以赴推进“八大攻坚战”和各级环保督察反馈问题整改工作。要紧盯目标再发力,全力推进洱海保护治理各项工作,抓实“保水质、防蓝藻”工作,全力打好洱海主要



为进一步巩固创卫成果,营造干净、整洁的卫生环境,近日,市公安局组织民警到下辖镇兴盛社区开展市容市貌及环境卫生集中整治。此次整治重点围绕网格内街道、小区内环境卫生、饲养家禽、楼道小广告是否反弹、沿街商铺占道经营、张贴促销广告等方面进行,通过整治,有效改善了城区环境,提升了城市形象。 霍珍珍 董煜杰 摄

我市城区市容市貌专项整治成效初显

自启动实施城区市容市貌专项整治工作以来,市城市管理综合行政执法局精心组织、迅速行动、重拳出击,城区市容市貌专项整治行动成效初显。

在此次整治行动中,市城管局执法大队加大对影响市民居住生活环境的热点、难点的问题进行查处;在日常管理基础上,以专项整治为突破口,严管超市门面经营和流动摊贩等违规占道经营。针对电动车乱停放问题,执法大队近日开展了电动车乱停放整治行动,对建设路、人民街等城区主要人行道上乱停放的电动车进行集中整治。

整治中,市城市管理综合行政执法大队采用定点与巡逻相结合,正常班与错时相结合的管理模式,守住各重点路段,遏制流动水果摊贩的反弹;强化夜间市容管理,重点查处各类夜间违规设摊和露天烧烤噪音、油烟扰民违规行为,有效防止了夜间违章占道、污染人行道、露天烧烤扰民等现象的反弹。

市城市管理综合行政执法大队副大队长曹学斌介绍,部分路段停满了电动车,严重影响交通和市容市貌。在比较宽的人行道上,都画好了规范的停车线,方便市民停车。在整治过程中,市城管局严格按照整治方案和要求,加大力度,加强巡查,对于乱停乱放的电动车一律拖走,并作出行政处罚,达到处罚一个、教育一批的效果。

专项整治工作开展以来,我市共发放《大理市人民政府关于开展城区市容市貌专项整治的通告》1.3万份,出动900多人次,整治清理乱张贴广告4112张,整治占道经营717起,拆除店面招牌905块,落实门前三包1279家,整治机动车乱停放47起,整治非机动车未按规定停放118辆。通过各部门齐抓共管、通力协作,努力实现市容市貌秩序彻底好转。

圣得西集团湖南新东方时装有限公司云贵运营中心团购部区域经理鲁晓芳说,她刚来大理的时候,周边的环境比较乱,电动车乱停乱放,垃圾桶旁边有人乱倒垃圾,现在电动车摆放整齐,广场、周边和小区环境干净整洁,市区道路交通秩序也改善很多,希望每一个人都要坚持文明卫生环保的好习惯,让整个城市的市容市貌更好。

记者 王淑云

大理市市民基本文明行为15条

- 1、不乱扔垃圾;
- 2、不随地吐痰;
- 3、不硬闯红灯;
- 4、不乱穿马路;
- 5、不抢道行车;
- 6、不大声喧哗;
- 7、不到处遛狗;
- 8、不随意吸烟;
- 9、不乱停车辆;
- 10、不插队抢座;
- 11、不乱涂乱画;
- 12、不摘花踏草;
- 13、不占道经营;
- 14、不赌博酗酒;
- 15、不讲脏话污。

习近平新时代中国特色社会主义思想进农村

凤仪镇举办第二期“万名党员进党校”培训班

8月19日至21日,凤仪镇党委举办为期3天的“万名党员进党校”第二期培训班,来自凤鸣、芝华两个村党组织党员参加了培训。

开班仪式上,全体党员佩戴徽章举起右手面对党旗再次宣誓“我志愿加入中国共产党,拥护党的纲领,遵守党的章程……”。通过重温入党誓词,进一步坚定

重温入党时的决心和信念,恪守作为一名共产党员的初心。

培训采取集中授课、视频教学、撰写心得体会相结合的形式,邀请市委党校教师、凤仪镇党校聘任教师进行专题授课。授课内容包括习近平新时代中国特色社会主义思想解读、洱海保护治理、扫黑除恶专题知识、党章党纪、党员教育管理、基

层党组织工作条例、党支部工作条例等。

为严肃培训纪律,培训班实行“云岭先锋”APP签到管理。培训结束,还将针对培训内容进行结业考试。

下一步,凤仪镇党委将严格按照“万名党员进党校”相关要求,继续扎实开展培训工作,确保党员轮训全覆盖。

赵思兰



近日,大理镇组织镇党政领导、部门负责人和村(居)干部,到大理州反腐倡廉警示教育基地开展警示教育,进一步加强党风廉政建设,筑牢党员干部拒腐防变的思想防线。 本报通讯员 摄

市妇联「农村妇女讲坛」巡回讲座走进大理镇

8月20日,市妇联百场“农村妇女讲坛”巡回讲座走进大理镇,来自大理镇东门村、南门村、西门村和三文笔村的130多名妇女聆听了讲座。

此次“农村妇女讲坛”巡回讲座的主要内容包括创城创卫知识、电动车安全知识和婚姻家庭法律法规知识。讲座旨在充分运用妇联组织的阵地平台,发挥妇女在家庭和社会生活中的独特作用,做自尊、自信、自立的新时代女性。

培训课上,市疾控中心的讲师为妇女们讲解了创建国家卫生城市的相关卫生知识,引导妇女通过适当运动、合理膳食、规律生活等方式,加强自我保健,健康积极生活。市消防救援大队的培训讲师通报了近期几起在城中村出租屋发生的电动车火灾事故,强调了安全使用电动车的重要性及开展消防工作的必要性,同时,讲解了防火常识、火场逃生自救以及扑灭火灾知识,日常消防安全管理、措施、制度、单位消防设施的配备和维护保养、安全用火用电用气用油的基本知识,灭火器、消火栓等常用消防设施的使用方法等。天外天律师事务所律师通过以案说法,全面生动解读了《婚姻法》《妇女权益保障法》《反家庭暴力法》等相关法律,并就家庭财产纠纷等妇女群众关心的法律维权问题进行了详细讲解。

为巩固培训内容,市镇两级妇联为参训妇女配发了相关的宣传册、宣传单300多份。 记者 彭黎明

化解“本领恐慌”唯有学习

○李云春

毛泽东同志早在1939年就曾讲过一段意味深长的话:“我们队伍里边有一种恐慌,不是经济恐慌,也不是政治恐慌,而是本领恐慌。过去学的本领只有一点点,今天用一些,明天用一些,渐渐告罄了……学习本领,这是我们许多干部迫切需要的。”时至今日,毛泽东同志这段话仍具有重要的现实指导意义。其实,自己感觉“本领恐慌”是一件好事,这是对新形势、新环境、新任务和新目标的挑战,担心自身素质不适应,就要自我加压,奋起直追,迅速学习、补足新常态的功课。

学习贵在自觉,态度端正至关重要。态度端正,才会有紧迫感和危机感,才会自觉认真、如饥似渴地学,并设法处理好工学矛盾。时常听到一些人说:“不是不想

学习,工作实在太忙,没有时间学习。”一个人说他忙得没有功夫学习,实在是一件很倒霉的事。我们可以确信,无论工作多么繁忙,每天抽出十分钟、二十分钟的时间来学习还是能做到的。实践证明,学习问题,不是一个有无时间的问题,关键是想不想学的态度问题。只要下决心,就能挤出时间,不至于被各种情况干扰;只要有恒心和毅力,就能长期坚持,不致一曝十寒。

学习贵在得法,有选择地学更为关键。现在是信息爆炸的时代,各种新



知识、新技术层出不穷,而一个人的时间和精力毕竟有限,学习上必须有所选择和取舍。首先要围绕政治素质过硬学理论。无论在什么行业干什么工作,学习政治理论、提高政治素质都是第一位的,对党员干部来说,更是如此。其次要围绕业务素质过硬学理论。我们要树立“干什么学什么”“缺什么补什么”“理论联系实际学以致用”的理念,根据岗位职责要求,学习业务知识,及时跟踪所在行业的最新研究成果、最新发展趋势和最新技术手段,掌握干好工作的本领,力争成为行家里手。

总之,学习是广泛的,既要向书本学习,也要向实践学习,还要向身边同志学习,真正做到学有所思、学有所悟、学有所获,不断提高自身素质。

保护耕地就是保护我们的生命线

大理锦鑫医养联合医院携手华山眼科医院开展义诊活动

8月19日,大理锦鑫医养联合医院携手大理华山眼科医院开展眼科医疗义诊活动,为政府托底老人及当地建档立卡贫困户送上一份实实在在的温暖和关怀。

大理华山眼科医院是大理州专业眼科医院,医院设有准分子激光治疗中心、白内障、眼底病等10个专科,拥有国际先进的眼科检查治疗、手术设备。当天,大理华山眼科医院10多名医护人员带着专业设备来到大理锦鑫医养联合医院,对40多名老人进行眼部专科检查和治疗。通过测视力、测眼压、裂隙灯检查等程序,对检查出有眼疾的老人进行免费治疗。

大理锦鑫医养联合医院董事长李伟说:“今天是第二届国际医师节,大理锦鑫医养联合医院联合大理华山眼科医院开展义诊活动,目的是服务好现有的政府托底老人,也让所有的医护人员在医师节实实在在用他们的行动服务百姓。”

大理锦鑫医养联合医院是我市首个公建民营、医养一体的单位。一直以来,大理锦鑫医养联合医院全体工作人员恪守“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的职业精神开展工作。为提高医院服务水平,医院在工作中不但与华山眼科医院进行医疗互动,每周一到周五,大理白州名医不间断到院坐诊,让周边老百姓足不出村,就可以享受到大理州顶级临床专家的医疗服务。

此次义诊活动弘扬了大医精诚、悬壶济世的优良传统,激励着两院医护人员不忘从医初心、坚守医者仁心,为人民群众提供优质、安全、有效、便捷的医疗卫生服务。 记者 彭黎明



陈清洲

点亮群众心中的安全「灯」



陈清洲是福建省厦门市公安局集美分局指挥情报中心教导员。他20年如一日奋战在公安基层一线,忠诚履职、忘我工作、积极推动改变当地落后的交通状况,长年走进学校、企业、社区宣传交通安全和治安防范知识,为广大群众办了大量的好事实事。



时代楷模公益广告

“守望洱海·逐梦乡愁”有奖征文启事

“洱海清,大理兴”。洱海,是大理人民的“母亲湖”,是大理人民赖以生存和发展的根基,是大理的核心竞争力和魅力所在。近年来,我市牢记习近平总书记“一定要把洱海保护好”的殷切嘱托,切实扛起洱海保护治理的政治担当、历史担当和责任担当,全市干部群众齐心协力、众志成城,举全市之力推进洱海保护治理攻坚战和持久战。洱海保护治理“七大行动”工作卓有成效,洱海生态环境保护“三线”划定等工作扎实推进……2018年,全湖水质实现了7个月Ⅱ类目标,洱海保护治理工作取得阶段性成效。新年伊始,洱海保护治理开启新篇章,迈向新征程。当前,我市全面部署各项工作,坚决打赢“八大攻坚战”,确保洱海保护治理及流域转型发展取得新成效。为进一步加强洱海保护宣传工作,动员每一个人从自

己做起、从点滴做起,自觉参与洱海保护,持续发力打好洱海保护治理攻坚战,即日起中共大理市委宣传部和本报共同举办“守望洱海·逐梦乡愁”有奖征文活动。

一、征文主题:以习近平生态文明思想为指导,结合新中国成立70年来我市的发展以及洱海保护治理各项措施,反映个人或单位参与洱海保护的所历所为、所见所闻、所感所悟,对进一步加强洱海保护的新思路、新措施,与洱海之间的感情历程和动人故事,表达对洱海“母亲湖”的热爱之情,激发广大群众参与洱海保护的积极性和责任感。

二、征文要求:1. 征文体裁以记叙文和散文为主,要求内容真实、立意深远、情景交融、结构严谨、语言生动、可读性强。字数以1000-1200字为宜。

2. 征文作品须为原创作品,征文人作者文责自负。来稿请注明“守望洱海·逐梦乡愁有奖征文”字样,文末附作者姓名、工作单位、通讯地址及联系电话。



为了营造一个更加干净、整洁、优美的生活环境,下关镇鸳浦社区联合结对单位开展环境卫生大扫除活动,重点对辖区内的建筑垃圾、枯枝落叶进行了清扫,特别是对一些常年堆放杂物、无人认领的废旧家具、背街小巷的卫生死角、小区内楼道墙面小广告进行了彻底清理。 童莉群 摄



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

中宣部宣教局 宣

博闻传媒 制