

# 捕捉幸福

马亚伟

歌手蔡琴在一档电视节目中说：“我是一个善于捕捉幸福的人。比如，阳光落到桌子上，温暖安静，我就享受那一刻的幸福。我喜欢养花，我养的香水百合开花了，我就感到非常幸福……”

蔡琴说得真好，捕捉幸福，幸福就实实在在握在自己的手心里了。我非常喜欢“捕捉”这个词，幸福就像一只轻盈的蝴蝶，翩然飞来，你只需轻轻地捉住它，它就属于你了。懂得捕捉的人，一定是生活的有心人，他们能够看到幸福的蝴蝶飞过的影子，所以会珍惜刹那间的美好感觉，享受愉悦与心动的幸福。

而与捕捉相对的是麻木和放任，有些人明明生活在幸福的花园中，他们的面前是不停飞舞的蝴蝶，可他们视而不见，任凭幸福振翅飞远，却抱怨生活无趣，快乐难寻。

捕捉幸福，需要的是有一颗灵性而敏感的心，不做麻木的看客，做热爱生活的艺术家，让自己完全融入尘世之中，有那么一点小刻意，稍稍用心点，就能捕捉到最自然的幸福。川端康成说：“美是邂逅所得，美是亲近所得。”同样的道理，幸福也是如此。只要热爱生活，亲近幸福，就能享受到幸福时刻的美妙。

我希望自己是个善于捕捉幸福的人。生命中，总有那么多美好的时刻，让我们觉得活着是件无比幸福的事，让我们不敢漠视和懈怠。总想拥住那不期而遇的美好。与幸福相拥，心灵变得轻灵活泼，是人生莫大的享受。

午后，阳光暖暖的。女儿在我的身边熟睡着，她垂着长睫毛，闭着小嘴巴，是个玩累了的小公主，沉浸在甜梦中。女儿白皙粉嫩的脸蛋像花一样，她在睡梦中有时会皱皱眉头，显出可人的模样。我托着腮，静静地凝视着女儿，心中盈满了一个母亲的欢喜与温暖，骄傲与欣慰。我忽然间很想写一首诗，或者画一幅画，题目就叫做《睡在我身边的小精灵》。可是，我不是诗人，也不是画家，我尚且做不到捕捉住这飞掠而过的灵感，让短暂变成永恒。我忽然想，幸福就像灵感一样，翩然而来，轻盈起舞。我们虽然不能像艺术家一样捕捉到灵感之光，但完全可以做一个生活的艺术家，捕捉到幸福一刻，只享受此刻的安宁和幸福——捕捉幸福，幸福就真的属于你了。

女儿睡醒了，忽闪着大眼睛告诉我说：“妈妈，刚才我梦到你了，你带着我去看花了！”原来真的是母女情深，心有灵犀。我幸福地笑了，女儿也幸福地笑了。

每个人的生活中都不乏幸福时刻，即使生活充满了曲折和波澜，也会有幸福悄然来到你的身边。你要肯伸出手去，轻轻捕捉到幸福的影子，幸福就会牵引你走向明媚的未来……



# 学会感恩 天长地久

陶绍教

在外聚餐，我打包了四颗店主赠给客人品尝的鲜草莓，带回家给三岁的孙女和老伴品尝。

或许有人说我太小样子了，草莓才十来块钱一斤，且月退休金几千元，却贪婪这点便宜太不该！他们哪里知道，如此目的是为了充分表现我对孙女的疼爱和对老伴的感恩之情。

当我踏进家门时大声说：“蜜蜜！爷爷给你带回了好吃的东西！”孙女接过我递给的鲜草莓并转身递给了奶奶两颗。这如同“千里送鸿毛，礼轻情意重”啊！孙女高兴，老伴高兴，我也高兴，全家乐融融。

孙女得到爷爷疼爱而高兴，老伴觉得我心中有她而高兴。是啊，哪个孩子不希望得到疼爱，哪个女人不希望老公心中有她，而作为爷爷和老公的我，时刻努力实现她们的愿望，进而奏出幸福和协的乐章。

再婚了十年的我们和睦相处，幸福快乐。这得益于我们学会感恩，让婚姻在彼此感恩中天长地久。

那时老伴车祸身亡后的我，心灵痛苦，疾病缠身。经热心人介绍，我结识了现老伴阿芳，小我两岁的她健康美丽。病殃殃的我压根儿没勇气跟她沟通交流。她竟不嫌弃我，主动向我示爱。人逢喜事精神爽的我渐渐康复了，我们因此再婚成就新家庭。老伴说她当时见我身体不佳，便带着同情心与我沟通交流，给我关心关爱，进而擦出了爱情的火花。我牢记老伴的话语，发誓永远感恩老伴，之后我不忘初心爱老伴。

## 专栏

# 敢离婚，才能挽救婚姻

金美丽

其实，离婚并不是一件无法应对的事情。这世上有太多太多活得无比精彩的单亲妈妈和离异女人。

娱乐圈最励志的单亲妈妈代表当属钟丽缇。年过四十，离过两次婚，三个孩子，却依然不会妨碍她嫁给比自己小16岁、帅气无比、温柔体贴的张伦硕。无论经历了什么，她永远给人感觉火辣性感，活力青春，甚至感觉有些单纯。

她让我们明白，离婚也许并不是毁灭，而是开启另一段美好生活的起点。

所谓婚姻，不过是找到一个聊得来的人，一起度过一段美好的时光。只不过有时候，我们走着走着就散了，可能并不是因为不爱了，只是因为彼此走到了不同的地方。

婚姻从来不是一帆风顺的，正能量的人会积极想办法，负能量的人则只会抱怨委屈。有的女人跟谁结婚都会很幸福，因为她会永远做一个积极的创造者。婚姻中有些磕磕碰碰是很正常的，问题来了多想办法解决而不是抱怨。如果觉得实在无法忍受，在这段婚姻中感觉特别痛苦，无需顾虑。懂得放手，其



再婚后我越活越年轻，这得益于老伴给我爱的滋润。再婚后第三年，老伴竟患乳腺癌，是我及时发现她这疾病并催她去检查治疗。之后我无微不至地关心她，促使她渐渐康复如初。健康的我们尽情享受晚年时光。

靠打工谋生的继子夫妻俩打算生二胎，又担心生下孩子没人帮照料。我说我们两位老人照料小孩没问题，第二年他们便生了个女儿，我视之为亲孙女，细心照料，尽享天伦之乐。家里整日充满欢声笑语，让六十六岁的我童心满怀，仍有如年轻人般的健康体魄，让我晚年生活幸福快乐。这得益于我和老伴彼此都学会了感恩，是感恩之心让我们这个再婚家庭幸福美满。

是的，我学会了用实际行动感恩老伴，去关心她身体健康，去关心她儿子儿媳，去关心她孙儿孙女，去关心她兄弟姐妹，去关心她亲朋好友。我的感恩行为常常打动了老伴的心，让她也常常犹如我给予她的关心关爱这般地给予我及我身边的人的关心关爱。我的感恩行为还赢

得了继子儿媳的回报。从我历经了十年的幸福再婚生活来看，再婚夫妻相处难的重要原因之一是彼此不懂感恩。正因不懂感恩，当时光流逝，激情淡化，渐渐也就只看到了对方的缺点。没了感恩对方的心而又不不得朝夕相处，怎能不常常吵闹？进而感情淡化，发生婚姻危机，导致婚姻破裂，类此现象比比皆是。我和老伴再婚之所以能长期和睦相处，就是彼此学会了感恩。如我，时刻感恩老伴当时不嫌多病的我而嫁给我，不忘初心的我设法感恩老伴，并推而广之去关心关爱她身边的人。老伴投桃报李，才让我们的再婚婚姻永远绽放着幸福快乐之花。

当然，夫妻犹如舌头和牙齿，也犹如厨房里的锅碗瓢盆，难免磕磕碰碰，但彼此永怀感恩之心，就能坚定地朝着恩爱和睦、幸福快乐的婚姻主流勇往直前，就能把这些生活中的磕磕碰碰视为大海中的小浪花，视之为美味佳肴中不可缺少油盐味精，如此，我们的再婚婚姻又岂能不天长地久？

至仇视。婚恋专家柯云路说“不怕离婚就怕不快乐”，既然阴森森、黑洞洞的婚姻你都可以忍，那离婚还有什么可怕？再糟糕，也不过如此。不必奢望一个抛弃你的人再爱上你，更不必强求他勉强接受你。相反，很有尊严地离开，还他充分自由，倒有可能让他心存遗憾，后悔当初的选择。他固然有选择的权利，但你却有让他后悔的实力。

女人如果学不会强大自我，没有过好生活的能力和底气，那么她们永远不会有足够硬气的话语权。

在感情里，很多女性总是特别容易受伤。那些活得顺遂的女人，无论被生活如何揉捏，依旧能练就屹立不倒、好好活下去的意念和决心。

因为女人一旦由内而外变得强大，全世界都将对她和颜悦色。



# 节水管水科学用水让苍山十八溪清水长流



中共大理市委主办  
主流思想 大众心声  
权威发布 本市新闻资讯  
内部资料 免费赠阅

# 大理时讯



2020年4月16日 星期四  
农历庚子年 三月二十四  
晴 12℃ ~ 25℃

第1576期  
编辑/陈曙娟  
微信扫一扫 关注大理融媒

# 古生村：「蹄疾步稳」落实乡村振兴发展新愿景

阳春三月，柳梢吐绿、草地渐茵，湾桥镇古生村洱海边的生态廊道建设已近尾声，田间的油菜喜呈丰收，与村里厚重的人文古迹辉映交织，构筑了中国最美乡村的图景。

2018年，古生村被列为大理州乡村振兴重点示范村。随后，古生村深入贯彻落实中央和省州市决策部署，按照“产业兴旺、生活富裕、生态宜居、乡风文明、治理有效”的总体要求，凝聚发展合力，推动农业全面升级、农村全面进步、农民全面发展。专门成立了湾桥镇古生村乡村振兴试点工作领导组，由镇党委书记和镇长任组长，党委副书记和副镇长任副组长，负责古生村乡村振兴工作的组织统筹，制定《古生村乡村振兴州级试点村建设实施方案》，多次召开会议、现场办公，对古生村乡村振兴工作进行研究，破解发展难题。

在乡村振兴工作中，古生村首抓规划，紧紧围绕“建设中国最美乡村”目标，高起点修编《古生村省级示范村规划》，并同步编制了土地使用规划、村庄总体布局规划、生态环境保护规划、产业发展规划、历史文物保护规划、村寨风貌保护规划、旅游发展规划、公共服务设施规划、道路交通规划、绿化景观规划等多项规划，实现了“多规合一”，明确了发展思路。同时，抓实生态建设，优先实施村落污水管网建设，实现污水管网到户收集全覆盖。结合生态廊道建设，恢复湿地建设，健全保护机制，建立五级洱海网格化管理责任制，建立河道、主干道、滩地定人、定时、定点保洁制度，形成垃圾收集清运“户保洁、村收集、镇清运”常态化管理机制。

乡村振兴，关键看产业发展，产业发展才能留住“乡愁”之脉。古生村深入推进一二三产业融合发展，大力发展高原特色农业，引进云南顺丰公司、大禹节水生态公司等龙头企业，植民族特色生态休闲度假旅游、农业生态观光游、现代农庄、创意农业等新型业态，发展生态种植1220亩，大春种植绿色生态水稻，小春种植油菜，形成观光油菜花海，让古生村成为一个有过去、有未来，有温度、有乡愁的乡村旅游新亮点。何利成是土生土长的古生人，目前经营着村里唯一的一家客栈，打破了村里以渔业、农业为主的传统模式，他也成为村里产业转型的带头人。

沿着“绿水青山就是金山银山”理念的指引，在短短几年时间里，古生村在人文、生态、产业等方面都发生着巨大变化，为乡村振兴注入了强劲活力，让生活在这里的2600多村民看到了乡村振兴的希望和愿景。何利成说：“洱海生态廊道建设好以后，我们对古生村的旅游业发展很有信心，看到了乡村振兴的希望。”

湾桥镇党委书记杨晶介绍，在今后的工作中，湾桥镇将通过打造古生村乡愁小镇项目，把吃、住、购、行植入到古生村乡愁小镇建设中，以乡愁为魂、农业为本、发展为纲的思路和原则，提升古生村的环境、增强老百姓的福祉，将古生盘活起来，带动整个湾桥同步发展，最终实现乡村振兴、人民富裕、乡风文明。

记者 郭鹏昌 戴向晖 朱 滢

## 夯实绿色产业基础 推动乡村振兴发展

# 市供销社党员带头扎实做好脱贫攻坚工作

脱贫攻坚各项工作实施以来，大理市供销社党组高度重视，严格按照“挂包帮”“转走访”相关要求，精准落实安全住房保障、教育扶贫、健康扶贫、社会救助等各项工作，切实推动脱贫攻坚工作落到实处。市供销社挂包帮扶的是桥

镇磻溪村委会，磻溪村委会共有40户建档立卡贫困户，其中有38户属于市供销社的帮扶对象。杨海梅户就是其中之一。

杨海梅家因常年缺乏劳动力造成生活困难，家里居住的2间瓦房因年久失修，瓦片脱落，一到雨天就会漏雨。现在，杨海梅家的老旧瓦房已经被4间砖混结构的新房代替。

“这几年家里变化很大，以前的房子很破旧，

# 扩大内需必须加快推进复工复产

人民日报评论员

着力扩大国内需求、加快推进复工复产，关系经济社会大局，关系民生保障和社会稳定，关系全面建成小康社会和决战决胜脱贫攻坚，关系我国对外开放和世界经济稳定。

4月8日，习近平总书记主持召开中共中央政治局常委会会议，听取新冠肺炎疫情防控工作和全国复工复产情况调研汇报，分析国内外疫情防控和经济社会发展形势，研究部署落实常态化疫情防控举措、全面推动复工复产工作。习近平总书记强调，要坚持在常态化疫情防控中加快推进生产生活秩序全面恢复，抓紧解决复工复产面临的困难和问题，力争把疫情造成的损失降到最低限度，确保实现决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚目标任务。

当前我国疫情防控阶段性成效进一步巩固，复工复产取得重要进展，经济社会运行秩序加快恢复。同时，国际疫情持续蔓延，世界经济下行风险加剧，不稳定不确定因素显著增多。我国防疫疫情输入压力不断加大，复工复产和经济社

会发展面临的困难和挑战。面对严峻复杂的国际疫情和世界经济形势，必须坚持底线思维，做好较长时间应对外部环境变化的思想准备和工作准备。这里，很重要的一条就是着力扩大国内需求，这是我们应对各种风险挑战的根本立足点，也是对冲世界经济下行压力的主要着力点。在国际经贸活动受到严重冲击的情况下，要善于变压力为动力，善于捕捉和创造机遇，把我国超大规模市场优势和内需潜力充分激发出来，把我国发展的巨大潜力和强大动能充分释放出来，就能有效应对外部环境变化，推动中国经济持续健康发展。各地区各部门必须准确把握国内外疫情防控和经济形势发生的新的重大变化，坚决把思想和行动统一到党中央决策部署上来。

加快推进复工复产是扩大内需的前提条件。复工就是稳就业，复产就是稳经济。只有精准落实疫情防控和复工复产各项举措，全面推进复工复产，尽快实现生产生活秩序正常化，才能确保生产与供给，才能确保就业稳定，才能保障居民收入、提高消费能力，激活一池春水。当前我国经济发展面临的困难加大，各级党委和政府必须增强紧迫感、责任感、使命感，坚决按下复工复产“快捷键”，坚决把时间抢回来、把损失补回来。要因地利制宜、因地制宜优化完善疫情防控举措，千方百计创造有利于复工复产的条件，不失时机畅通产业循环、市场循环、经济社会循环，要加大对困难行业和中小微企业扶持，有力有序推动复工复产提速扩面，推动各类商场、市场复工复产，促进生活服务业正常经营，积极破解复工复产中的难点、堵点，推动全产业链联动复工复产。

狭路相逢勇者胜，越是艰险越向前。中国经济发展从来都不是一帆风顺的，而是在应对挑战、战胜困难中不断发展壮大的。只要我们坚定信心，释放内生动力，激活发展潜能，以有效扩大内需拉动经济强劲反弹，就一定战胜眼前的困难挑战，打开我国经济发展新局面。

(转载自4月13日《大理日报》)

近日，科技部火炬中心发布《2020年度拟确定为国家备案众创空间名单的公告》，大理海东新区众创空间成功入围并通过公示，成为大理首家通过“国家级众创空间”认证的科技型双创平台。大理海东新区众创空间总面积3100平方米，可提供办公工位159个，集合创业服务、创业活动、科技企业孵化器等服务职能。

赵楚摄



# 我市安排部署病媒生物防制工作

4月14日,我市召开病媒生物防制业务指导会议,全面安排部署病媒生物防制工作,进一步加强病媒生物防制,建立病媒生物防制长效机制。

会议指出,病媒生物防制工作涉及千家万户,必须广泛动员,全民参与。要遵循以环境治理为主的综合预防控制原则,结合洱海保护、“三清洁”以及当前开展的第32个全国



## 市交警全面加强农村道路交通管理工作

为拉紧农村道路交通事故防范安全弦,提高农村道路交通安全管控水平,市公安局交警大队充分结合农村道路交通管理实际,积极推行“加减法”,解决农村道路交通管理工作瓶颈,全力确保农村道路交通安全形势平稳有序。

加强安排部署,减少管理漏洞,确保责任落实“零缺位”。认真总结以往农村地区交通秩序整治行动经验,科学研判农村地区交通事故和交通违法行为发生规律,及时调整工作思路,加大农村地区各类交通违法行为的整治力度,坚决遏制重大道路交通事故的发生,最大限度地保障农村道路交通安全。

加强隐患排查,减少事故风险,确保源头监管“零死角”。针对农村地区道路交通事故多发的实际情况,交警大队结合农村“人、车、路”等重要因素进行深刻剖析,排查治理交通安全隐患,全面提升农村地区事故防控能力。积极联合相关部门深入农村地区实地踏勘,对急弯、陡坡、临崖、临海、事故多发路段进行隐患排查。通过设置警示提示标志、完善防护装置、改善路面通行条件措施治理隐患点段,从源头上遏制交通事故的发生。充分发挥农村地区“两站两员”的职能作用,仔细梳理农村地区面包车、农用车、中小型货车、摩托车等隐患车辆信息。

加大路面管控,减少违法乱象,确保秩序整治“零容忍”。整合警力资源,统筹勤务部署,把警力向城乡结合部、农村主干道倾斜,采取“定岗设卡、线路巡

逻”等方式,加大无牌无证车辆上路行驶、低速载货汽车违法载人、驾乘摩托车不戴安全头盔、酒后驾驶摩托车等重点违法行为的查处力度,确保农村道路交通安全、畅通、有序。采取“定点不定时、定时不定点”相结合的方式,从严查处各类交通违法行为,将事故隐患消除在萌芽状态。不定期组织执法小分队开展巡逻查控,切实清除管理死角和盲区,全力遏制农村道路交通违法行为高发势头。加强便民服务,减少群众往返,确保车管业务“零距离”。为积极应对复工复产后车管业务办理高峰,车管所结合工作实际,将车管服务触角向农村延伸,实行车驾管业务“就近办、上门办、线上办”的工作模式,构建农村地区管理服务新格局。设立车管便民服务站,着力解决偏远地区群众摩托车、电动车办证难、检车难问题,有效解决无证驾驶、逾期未检等安全隐患。持续开展“流动车管所”下乡活动,打造“家门口的车管所”,着力解决群众“最后一公里”问题。深入推进“警邮超市”车驾管业务办理工作,提高摩托车、电动车注册登记率和摩托车驾驶人持证率,让群众享受到更方便、更周到、更快捷的车驾管业务,全力提升农村群众的满意度。

爱国卫生月活动,广泛发动群众集中开展环境卫生整治,彻底治理“四害”孳生地。

会议要求,各级各有关部门要切实履行好辖区负责和行业管理责任,科学布局和管理病媒生物防制设施,推动病媒生物防制工作在本辖区、本行业、本部门、本单位深入开展。要注重业务指导和督查整改,提升病媒生物防制工作的综合成效。

会议强调,病媒生物防制工作是创卫工作的重要内容和必检必查项目,直接关系到我市创卫是否成功。从去年国家爱卫办暗访反馈意见来看,我市病媒生物防制工作差距仍然较大,全市各级各有关部门要迅速行动起来,抓实抓细当前存在工作问题,及时高效补齐工作短板,确保创卫目标

如期实现。

云南省疾病预防控制中心消毒与病媒生物防制所所长、主任技师周晓梅应邀到会作培训指导。周晓梅结合创建国家卫生城市标准要求以及国家爱卫办在我市暗访中发现的问题,对病媒生物防制工作中的一些要点、难点作了辅导,讲授深入浅出、图文并茂,具有很强的指导性和可操作性,为我市下一步做好病媒生物防制工作指明了方向,奠定了基础。

市级相关部门,下关镇、大理镇、凤仪镇、天井办、满江办及所辖社区、村委会负责人,大理市建成区内车站、农贸市场,市辖区环卫绿化一体化公司和病媒生物防制公司负责人参加了会议。

记者 彭黎明 杨振飞

4月3日上午,州洱管局、市投资开发有限公司在挂钩村双廊镇长育村开展“三清洁”环境卫生整治活动,对长育村甸心沟入洱海河道进行杂草、堆积物、淤泥、生活垃圾进行全面清理整治。此次活动共清理各类垃圾3.8吨,收到了较好效果。汪亚摄

除重建工作给予1万元临时帮扶资金。同时,市供销社社属资产管理经营中心遵循“扶贫济困、安老救孤、赈灾助医、兴善助学”的宗旨,积极履行社会责任,响应市委、市政府号召,从公司资产收益中捐款30万元用于脱贫攻坚工作,为全市打赢脱贫攻坚战贡献一份力量。

黑浩川 杨尔华 陈亚敏

## 市融媒体中心携手挂钩村开展“自强、诚信、感恩”主题教育活动

近日,市融媒体中心组织干部职工到脱贫攻坚挂钩帮扶的双廊镇石块村开展“自强、诚信、感恩”主题教育活动。

石块村委会桃树村的王亚坤户2015年纳入建档立卡贫困户,当时由于缺乏技术和资金,家庭人均年收入不到2000元。在挂钩干部的帮助和政策扶持下,王亚坤一家通过调整产业结构,栽桑养蚕、种植贡菜、镇内务工等,生活逐渐有了起色,不但盖起了新房,还成了村里蚕桑养殖大户,2018年家庭人均年收入近万元,成功甩掉了贫困的帽子。王亚坤说:“我现在生活比以前好得多了,有住处,也不漏风漏雨,收入也比以前提高。种植桑苗有补助,修建大棚也有补助,相信以后会越来越

记者 徐建伟 李俊波

今年以来,市融媒体中心分期分批多次组织挂包干

干部职工到脱贫攻坚挂钩帮扶的双廊镇石块村开展“三清洁”环境卫生整治活动,对长育村甸心沟入洱海河道进行杂草、堆积物、淤泥、生活垃圾进行全面清理整治。此次活动共清理各类垃圾3.8吨,收到了较好效果。汪亚摄

沿着习近平总书记指引的方向 发起脱贫攻坚总攻战

大理市人工影响天气工作领导小组办公室人工增雨作业通告

大理市人工影响天气作业区域为苍山东坡及洱海沿线,具体地点为:银桥镇无为寺、大理镇三月街场、大理镇感通寺、海东镇老太管、海东镇名庄、海东镇文笔、挖色镇麻甸管、挖色镇

# 加强海西耕地保护 传承民族农耕文化

“一带一路”  
建设样板工程的优秀团队  
——河钢集团塞尔维亚公司管理团队

中宣部宣教局 人民日报社全国平媒公益广告制作中心