

专栏

好男人加上好女人，才是好婚姻

○金美丽

谁都希望自己的婚姻美满幸福,可如果遇到不爱自己的伴侣,就像穿了不合适的鞋一样,会把脚磨得血肉模糊。

伴侣,是婚姻最贴身的环,合适与不合适的伴侣,制造的环境绝对是云泥之别。长期住在恶劣的环境里,生活会变得格外艰难,两败俱伤;而住在相知相爱的环境里,才会懂得什么是琴瑟在御,莫不静好。

你在一个人面前一文不值,在另一个人面前却是无价之宝。和谁相伴一生,生活质量绝对是大不一样。

好男人,加上好女人,才是好婚姻。

涂磊在节目里提到这样一段话:“作为一个男人,不一定要浪漫,但一定要有责任感;不一定能够挣大钱,但一定要能养家;不一定事事都听父母的,但一定要孝顺。这种种的一切其实就是在告诉我们,一个男人,有多少钱都不算有本事,今天有明天有可能就没有。真正的事本在于,天天有扇门开着等你,有益灯天天为你亮着。”

做一个好丈夫,娶一个好妻子,这一趟人生,也算是没有辜负。

最近大热的综艺节目《声生不息》邀请了淡出娱乐圈多年的香港艺人林子祥、叶倩文夫妇。

这对夫妻档实力音乐人,曾经在20世纪八九十年代红遍华人世界。翻看过去那些年两人的同台表演可以发现,他们始终配合默契,唱到动情时互望对方一眼,仿佛两个处在巅峰的武侠高手,是合作,也是过招。

2021年,叶倩文60岁生日发图文庆祝,以一头银发示人:“希望你们能够接受这样的我,白头和可爱的皱纹! Lam(林子祥)很喜欢我这样,因为现在我可以和他作伴,我们看上去像双胞胎!”

今年,两人结婚26年了。从1983年,他们合作开始至今已近40年。两人在事业上彼此欣赏,在生活中相伴相守,其中理解之深,情义之重,外人只能想象,无法体会。

林子祥曾说:“我和Sally很好,做夫妻、朋友、知己,要了好了解(彼此),大家才可以长久。我们最舒服、最享受就是这样。”

好的婚姻,没有固定的模式。不要管别人怎么看,你只需要记住一件事:我爱老婆,发自内心的欣赏和尊敬她,她能感受得到,我们就会越来越好。

记住,幸福是你们两个人的感受,和外人无关。珍惜自己拥有的,好好爱身边的人。“男”字拆开看,是“田力”,这是一种隐喻:每个男人,都要到自己的田里去好好出力,认真耕耘,然后才有资格收获一个幸福的家。

最伟大的英雄主义,不是外面的叱咤风云,而是有情有义地守护自己爱的人。

一个真正爱你的男人:在人生低谷之处,能与你共患难;在岁月如歌之际,能同你共繁华;在情绪交锋之时,能为你退一步。

如果你身边有这样的男人,请你一定记得珍惜。

就像有句话说的:“任何长远的关系,都源自一个人的不离不弃,以及另一个人的守候珍惜。”

菜里寻花

○夏学军

浪漫多情是女人的天性,恋人的一束鲜花,胜千百句花言巧语,可一旦走入围城过起凡俗小日子,鲜花那不菲的价格,令她们止步。

心里还是对又浓又艳的玫瑰有向往。我家马路对面就有一个规模很大的花店,每天只要看着那些迷人的鲜花,感觉就已经很美了,不过却很少有想买的念头。暗中粗略一算,一株蓝色妖姬的价格能买一筐大白菜,想想也就算啦,过日子嘛,一株玫瑰终究敌不过大白菜来得实惠。

养眼怡情的东西当然好,但作为一个职场女性兼家庭主妇,家人的胃口比什么都重要。转过路口来到菜市场,各色蔬菜一应俱全,眼前也是郁郁葱葱。虽然价格如同那绽放的烟花,蹿起老高,但跟在它们后面的却是“公斤”或“斤”,比起以“株”为单位的玫瑰来,还是便宜得要命。

习惯了货比三家再出手,是每个家庭主妇的经验之道。慢慢地走着、看着,心里想着今晚的菜谱。来到一摊位前,本想买些西红柿,却发现旁边有一棵大得惊人的芹菜吸引了我,一棵足有二三斤的样子,一问之下才两块钱一斤。摊主说因为个头太大,大家都怕不好吃,所以没人买,如果我要,按一元五角一斤给我。看着这棵头号大芹菜,我忽然有个念头,毫不犹豫的买了下来。摊主见滞销货出手了,高兴得眉开眼笑。

把芹菜拿回家,放在屋里看了又看,



找出出口的大玻璃花瓶灌满清水,把从南京带回来的雨花石轻轻放入水底,再把芹菜放进去摆了好看的造型后,那样子竟然也是蓬勃葱郁得宜人悦目。发到朋友圈显摆,无不惊叹,一个个留言直夸我有创意呢。

有人说过,生活中从来不缺少浪漫,只需要你对生活多一些热爱。几元钱买来的蔬菜,收到的效果不比昂贵的鲜花差,甚至还有更多的乐趣和新意。从此我一发不可收拾,牛皮菜、苜蓿菜、花椰菜、小香葱、南瓜等都成了客厅的常客,我坐在沙发上,笼罩在满室飘着清香的空气中,看着那一蓬浓绿,眼睛都舍不得离开。

最有创意的一次是在一捧翠绿的芹菜杆上,细密地用娇艳的鲜黄花朵装饰出一朵朵小黄花,插在一个矮墩墩、古朴的陶瓷罐里,放眼望去,前一秒,轻描淡

写、安之若素;下一刻,浓墨重彩、鲜衣怒马。

创作的灵感越来越多,不仅仅局限在新鲜、卖相好的蔬菜作物上,那些打蔫的、被虫啃噬的叶片甚至落叶、枯草,其特有的颓废之气,竟然也与新鲜蔬菜相辅相成,显示出真实的生命循环。植物本是一家,只要用心,就可以创造不一样的美。

真正让我感到幸福的,全都是生活中的小事,无关奢侈与简约,在那柴米油盐酱醋茶的琐碎中,也找到阳春白雪的欣喜。

花有花的浪漫,菜有菜的温情。由此看来,何必非要花去心中寻找诗意呢?菜市场里走一遭,不也可得一时之雅吗?于是买菜这等俗事,也可以很诗意呢,我这样的女人,就这样被俗事里的诗情打动,心满意足地一路走过。



养心造境

○程应峰

的乐音、一幅幅灵性的图画,将生活妆饰得芳香四溢。她们总是在一刹那之间就可以侵入你的灵魂,铭刻在你的记忆深处。养心女人则拥有切合时宜的生活气质,唯美、知性、博爱,能使他人身心舒畅、提升境界。她们以适宜的装扮、得体的行为、智慧的大脑,主导着“城市的韵味,风情的演绎,现代化速度”,她们是中西文化荟萃的炼丹中提炼百炼的金丹,让世界变得平和、温馨、美丽。不是所有的女人都有缘成为养眼女人,但所有的女人都有可能成为养心女人。

心有向往,情有归宿,方能进入养心之境。养心的方式不胜枚举,却总是因人而异。比如读书,比如绘画,比如下棋,比如垂钓……不一而足。拿读书来说吧,过去,人们常说:书中自有黄金屋,书中自有颜如玉。但时过境迁,能静下心来看书读书的人越来越少了,相当一部分人习惯于将大把的时间消耗在无益于身心的事情上,比如上网玩游戏,比如沉迷于娱乐场所,长此以往,又怎能不在俗世烟火中身心萎靡,斗志尽失?

养眼,总是在享受感官刺激之后,有过眼云烟之感;养心,则在一份彻骨体验之后,养出贯穿一生的内涵。养眼和养心,具有不同的造梦功能,不可或缺。

加强洱海保护管理 促进生态文明建设

中共大理市委主办 大理时讯 DALISHIXUN 2022年11月17日 星期四 农历壬寅年 十月二十四 4℃ ~ 16℃ 晴 第2209期 编辑/罗绍亮

十届市委常委会召开会议强调

立足实际 抓好落实

以更实举措推动党的二十大精神在我市见行见效

11月14日,十届市委常委会召开会议,传达学习省委书记王宁到大理调研工作要求,研究部署有关工作。

州委常委、市委书记宇德海主持会议。

会议指出,在全省上下深入学习贯彻党的二十大精神的关键时刻,省委书记王宁到大理宣讲党的二十大精神,为大理发展“把脉问诊”,充分表明了省委、省政府对大理工作的关注和期待。全市上下要深刻体悟领会、认真反思总结,立足实际抓好王宁书记调研工作要求的贯彻落实,把洱海保护好、把大理发展好,坚决扛起大理州高质量发展的先锋旗帜,用实绩实效向省州党委交出合格答卷。

会议强调,全市各级党委(党组)要

抓实党的二十大精神学习宣传贯彻,把学习宣传贯彻党的二十大精神作为当前和今后一个时期首要政治任务,坚持全面准确,深入理解内涵,精准把握外延,学深一步、悟透一层、做实一分,以更实举措推动党的二十大精神在我市见行见效;要抓实洱海保护精准治理,认真梳理洱海保护治理存在的问题,加快绿色转型发展;要抓实产业项目落地,积极融入省、州产业发展布局,构建现代产业体系,推动文旅产业转型升级,强化招商引资,及时跟踪服务,确保项目引得来、留得住、落得快;要抓实城市品质提升,抓好城市建设,提高城镇化水平,改善提升城市面貌,推动城市品质形象明显提升,建设名副

其实的“美丽湖区、公园城市”。

会议传达了省第三生态环境保护督察组对大理州开展督察工作动员会会议精神,要求全市各级各部门充分认识生态文明建设和环保督察工作的重大意义,坚决扛起环保政治责任,落实生态环境保护“党政同责”“一岗双责”;从严从实全力配合好督察组工作,对督察组反馈的问题及时整改落实;积极回应并解决好群众反映强烈的生态环境问题,切实推动全市生态环境高水平保护。

会议还研究了其他事项。

记者 黑浩川 马骅

认真学习贯彻党的二十大精神

云南省第四届留学生文化交流周在大理大学开幕

11月15日,为期5天的云南省第四届留学生文化交流周在大理大学开幕。

本届文化交流周活动主题为“构建人类命运共同体,青年携手发展向未来”,来自省内8所高校19个国家的留学生将通过文化交流、文化体验、文化研学等形式,感知“云南这十年”“中国这十年”发展变化,围绕经济社会、生态文明、民族团结等方面,感受中国特色社会主义建设伟大成就。

青年一代正处在一个既充满挑战又充满希望的时代。时代进步呼唤各国青年,世界发展需要各国青年,每一位留学生都代表着各自的国家,都肩负着国与国之间传承友谊、增进理解、加强合作、共同发展的重任。

活动旨在让留学生充分认识“推动构建人类命运共同体”的价值理念,在学习实践中深刻洞察人类发展进步潮流,把握世界大势,拓展世界眼光,理解“你中有我、我中有你命运共同体”;充分认



识“国之交在于民相亲,民相亲关键在于青年之间的交往”的内涵意蕴,用平等、尊重、爱心来看待这个世界,用欣赏、包容、互鉴的态度来看待世界上的不同文明,大力促进中外文化交流互鉴、青年友好合作;充分认识“青春总是同梦想相伴”的时代追求,始终怀抱梦想、怀抱希望,在交流合作中增进信任,在心与心对

话沟通中增进理解,在手拉手并肩前行中共赢共生。

州委常委、州委秘书长杨瑜在开幕式上致辞,团省委副书记、省青年联合会主席赵攀峰讲话。

开幕式后,与会人员共同观看了“一起向未来”文艺演出。

记者 唐攀伟 杨尔华 摄影报道

宇德海带队考核太和街道2022年度党风廉政建设责任制工作

11月14日,州委常委、委书记宇德海带队检查考核太和街道2022年度党风廉政建设责任制工作。

宇德海在作动员讲话时指出,今年以来,全市各级党组织认真贯彻落实中央和省州市委关于党风廉政建设的各项决策部署,坚定不移惩治腐败,驰而不息正风肃纪,全面从严治党不断加强。在肯定成绩的同时,也必须清醒看到,当前反腐败斗争形势依然严峻复杂。太和街道要进一步认清形势,找出问题,以更加有力的措施、更加扎实的工作,落实好党风廉政建设和反腐败工作各项任务。

宇德海要求,要提高政治站位,坚守责任担当,进一步增强全面从严治党自觉,准确把握党风廉政建设和反腐败斗争形势任务,高度重视党风廉政建设责任制考核工作;要精心组织实施,严格考核检查,主动协调配合,高标准程序,突出检查重点;要注重检查实效,推动工作落实,做到抓结果运用不松动、抓问题整改不松劲,压实主体责任不松动、抓正风肃纪不松劲,以党风廉政建设的新成效来检验和体现贯彻落实新时代全面从严治党总要求的实际成效。

宇德海强调,检查考核的目的在于总结经验、查找问题、督促整改、推动工作。太和街道要以此次责任制检查考核为新的起点,从推进全面从严治党的战略高度出发,以高度的政治责任感和认真负责的态度抓好工作落实。针对检查考核中反映出的问题,要加强和改进工作,切实抓好整改落实,推动党风廉政建设和反腐败工作向纵深发展。

会上,太和街道党工委主要负责人汇报太和街道2022年度党风廉政建设责任制工作情况,并作个人述责述廉。参会人员对照太和街道党政班子成员进行了民主测评。

市纪委监委相关负责人及市委第一考核组成员出席会议。太和街道相关领导、村(居)负责同志等参加会议。

记者 鲍亚颖 杨振飞 实习生 洪瑶

加强反腐倡廉建设 树立清正廉明之风

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。

“展退役军人风采·献礼二十大”系列报道

杨兴：立足岗位再发光 淬炼青春立新功

2002年，杨兴怀揣理想应征入伍。2015年，他转业安置到大理市机关事务管理服务中心工作，始终保持强烈的责任心和使命。在工作岗位上兢兢业业、默默无闻地奉献着青春和汗水。在部队服役期间，杨兴荣获“联合国维和勋章”2次，抗震救灾个人三等功1次，多次被表彰为“管装爱装先进个人”“优秀士兵”等。回到地方工作后，他先后被评为优秀党务工作者、优秀共产党员、年度考核优秀等。

杨兴说：“我始终保持革命军人优良传统，坚持‘退役不退志、退伍不褪色’，讲政治、顾大局，主动学习机关事务相关政策，刻苦钻研公务用车管理业务知识，严格公务用车管理，围绕全市中心工作统筹调度，为日常公务出行、重大活动、应急处置、疫情防控等工作提供优质服务保障。”

作为大理市机关事务管理服务中心公务用车平台办公室主任，杨兴立足岗位要求，从思想上打基础，增强业务能力，勤学多想、主动钻研，始终做一名优秀共产党员的标准严格要求自己，圆满完成市各职能部门日常公务用车保障工

海东镇推进环境整治提升共建美好家园

连日来，海东镇持续推进集镇环境综合整治提升，进一步营造文明、整洁、舒适的镇村环境，打造宜居宜业的美好家园。

整治空中缆线，打造无“线”风光。“飞线”作为空中“顽疾”，不仅影响村容村貌，还存在安全隐患。海东镇联合移动、电信、联通、广电等运营单位，对集镇及农贸市场周边“飞线”问题以及影响市容和交通安全的各类箱体进行整治。针对缆线存在的松垮凌乱、乱拉乱设、胡乱附挂、接杆架线、下垂残线等乱象，采取“解+捆”清杂模式，将老旧废弃缆线进行解绑、剪除，对散乱、脱落缆线进行重装、捆扎，对陈旧、杂乱箱体进行清理、规范。经过整治，线路变得更加安全、规范、美观，集镇空间更加清朗。

整治集镇市场，构建良好秩序。集镇市场既是关系百姓生活的民生工程，也是展示文明形象的重要窗口。为进一步规范集镇市场秩序，努力构建规范有序、卫生整洁、清爽美丽的集镇环境，海东镇以集镇市场综合整治全力提升镇容镇貌，联合交警部门通过划定车位、强化管理、文明劝导规范车辆停放；管治结合整治“马路市场”，清理规范占道经营行为；从环境卫生、经营秩序、规范分区等方面着力，规范农贸市场秩序。

整治环境卫生，“擦亮”镇容村貌。结合志愿服务及“三清洁”活动，海东镇持续开展大力开展环境卫生整治，更换废旧箱体、清理卫生死角、清运积存垃圾、清理小广告及乱贴乱画，改善卫生面貌。同时，种植绿植、草坪对集镇裸露黄土进行绿化美化，面貌一新的集镇得到村民们的赞许。

下一步，海东镇将持续常态推进环境整治提升工作，积极引导村民、市场经营主体参与环境整治和保护，合力营造整洁、优美、文明、规范、有序的人居环境，进一步提高群众的获得感和幸福感。

陆翠萍 宇文辉

民族工作关键 是团结 是发展

同舟共济渡难关 团结合作创未来

——习近平主席在二十国集团领导人第十七次峰会第一阶段会议上的重要讲话引领全球发展方向

四季如夏的巴厘岛，见证新时代中国促进世界经济复苏、引领全球发展方向的大国担当。当地时间11月15日，二十国集团领导人第十七次峰会在印尼巴厘岛举行，国家主席习近平出席并发表重要讲话。这是党的二十大胜利召开后，中国最高领导人首次出席多边峰会。立于时代潮头，“共迎时代挑战”的宣示凝聚共识；心系人类发展，“共建美好未来”的呼唤鼓舞人心。中国特重大国外交，在激荡的时代风云中开启新的篇章，为建设一个更加美好的世界注入信心与力量。

中国智慧洞察时代大势

“全球正面临多项关乎未来发展的重要挑战，希望二十国集团发扬团结精神，寻求应对共同挑战之道。”二十国集团领导人第十七次峰会召开之际，联合国秘书长古特雷斯如是说。

面对诸多全球性挑战，以“共同复苏、强劲复苏”为主题的二十国集团领导人峰会，寄托着各国期待。人们期待此次峰会凝聚共识，推动主要经济体加强宏观经济政策协调，发出坚持多边主义、开放包容、互利合作的声音；也期待中国在二十国集团中继续发挥积极作用，为破解全球发展困境，推动经济全球化朝着更加开放、包容、普惠、平衡、共赢方向发展贡献智慧。

在各方关注目光中，习近平主席发表重要讲话，深刻分析当前国际形势，精辟阐释“怎么看”“怎么办”等重大问题，向世界发出了“共迎时代挑战，共建美好未来”的时代强音。

世界百年未有之大变局有何特征？习近平主席的判断切中肯綮——这是世界之变、时代之变、历史之变。新冠肺炎疫情反复延宕，世界经济脆弱性更加突出，地缘政治局势紧张，全球治理严重缺失，粮食和能源等多重危机叠加，人类发展面临重大挑战。

站在十字路口的世界何去何从？习近平主席为各国指明正确方向——树立人类命运共同体意识，倡导和平、发展、合作、共赢，让团结代替分裂、合作代替对抗、包容代替排他，共同破解“世界怎么了、我们怎么办”这一时代课题，共渡难关，共创未来。

中国方案破解发展难题

发展为了什么？我们到底需要怎样的发展？

当新冠肺炎疫情吞噬全球多年发展成果，联合国2030年可持续发展议程落实进程受阻，南北鸿沟继续拉大，粮食、能源安全出现危机，越来越多的人开始思考这样的问题。

“推动更加包容的全球发展”“推动更加普惠的全球发展”“推动更有韧性的全球发展”——习近平主席提出的三点建议，对此作出了清晰而明确的回答。中国方案既瞄准迫在眉睫的全球性挑战，又着眼解决长期结构性难题，为促进全球经济强劲、可持续、包容和平衡增长注入强大思想力量。

推动更加包容的全球发展，意味着各国相互尊重，求同存异，和平共处，推动建设开放型世界经济，不应该以邻为壑，构筑“小院高墙”，搞封闭排他的“小圈子”。“甘蔗同穴生，香茅成丛长。”习近平主席引用的印尼谚语，道出一个朴素真理：分裂对抗不符合任何一方利益，团结共生才是正确选择。

印度经济学家穆罕默德·萨基卜表示，习近平主席提出的深化各国合作的倡议，是国际社会渡过难关的唯一可行途径。巴西瓦加斯基金会教授埃万德罗·卡瓦略赞

市教体系统2022年教师专业技能竞赛落幕

经过近1个月的各学校、各教研片区的初赛和3天的市级决赛，大理市教育体育局2022年教师专业技能竞赛近日圆满落幕。

此次竞赛活动涉及高中物理、初中地理、小学数学、小学科学、学前教育艺术5个学科(领域)，以“运用信息技术，赋能高效课堂”为竞赛主题，旨在努力打造一支政治过硬、品德高尚、业务精湛的高素质专业化教师队伍，不断促进课堂教学研究，提高课堂教学效益和教学质量，推动大理市教育事业高质量发展。

此次竞赛在市教育体育局党委、市教育体育局领导下成立竞赛组委会和学科竞赛组，各学段相关学科(领域)竞赛工作由大理市教师发展中心统筹协调。竞赛分初赛和决赛两个环节，每个环节设理论知识测试和课堂教学实作两个部分。初赛由各高中学校、义务教育阶段、幼儿园教研片区承办，决赛

分别由大理新世纪中学、下关四中北校区、下关四小、下关一幼承办。来自全市竞赛学科(领域)的各13名共65名教师参加决赛，通过10月31日的理论知识测试和11月1日至2日的课堂教学实作两个环节的比赛进行综合评分，每个学科(领域)赛出一等奖1名、二等奖2名、三等奖10名。各学科(领域)竞赛结束后，分别在竞赛承办学校进行点评颁奖。

何发



市总工会三项举措加强党风廉政建设

为不断推动党风廉政建设和反腐败工作向纵深发展，大理市总工会三项举措切实加强党风廉政建设。

提高政治站位，进一步履行主体责任。市总工会党组依照要管党、全面从严治党的要求，进一步细化党风廉政建设主体责任，始终坚持把党风廉政建设纳入工会中心工作和重要议事日程，实现党风廉政建设同重点工作同部署、同落实、同检查，形成齐抓共管的良好工作格局。

注重廉政教育，进一步筑牢思想防线。市总工会通过开展廉政党课、警示

加强反腐倡廉建设 树立清正廉明之风

下关一小女子足球队在州级联赛中夺冠

11月12日，大理州第七届校园足球联赛落下帷幕，下关一小女子足球队在联赛中勇夺冠军，获得代表大理州参加2022年省级总决赛的参赛资格。

11月4日至12日，2022年大理州第七届校园足球联赛在鹤庆举行，比赛设置了小学男子、小学女子、初中男子、初中女子、高中男子、高中女子六个组别，共61支球队参与角逐。下关一小女子足球队以大理市小学女子足球队冠军的身份代表大理市出征比赛。比赛中，教练员们悉心指导，队员们奋力争抢、密切配合，充分展现了较高的竞技水



杨敏杰 摄影报道



大理市精神文明建设委员会办公室 大理市精神文明建设委员会办公室