

让平凡英雄涵养浩然正气

□ 筠溪

何谓英雄?高大伟岸,力挽狂澜!然而,人们身边还有更多英雄不求闻达,名不见经传,却以平凡之躯行英雄之事。这些平凡英雄,同样令人敬仰。

我市第一届见义勇为模范颁奖大会,宣读了《关于表扬焦作市第一届见义勇为模范的决定》,邀请见义勇为模范个人和群体代表登上了颁奖台,在聚光灯下接受全体焦作人的礼遇。那一刻,平凡英雄涵养了怀川大地的浩然正气。

孟子有言:“我善养吾浩然之气。”涵养浩然之气,是古人提高精神境界的“必修课”。浩气长存,正气磅礴。拥有浩然正气的人,也就拥有了正确的世界观、人生观、价值观,无论处境如何,他们总能做到理想不变、志向不改、原则不迁,进能兼济天下、退则独善其身,做人、做事彰显君子风范。

法治社会还要以德治方式弥补刚性约束无法触及的模糊地带。大到社会治

理,小到工作作风,各行各业都需要涌现出更多平凡英雄。见义勇为,不仅是“路见不平拔刀相助”,在现代化焦作建设的火热实践中,还体现在急难险重冲在前、立足岗位作奉献。上项目、稳经济、促发展、战疫情、抗洪灾、保安全、守底线……这些年,焦作人攻克了一个个难关险阻,在前两年实现整体跃升、拔节起势,争先进位、蔚然成势的基石上,正努力推进持续进位、形成优势,其中彰显的“特别能战斗”精神与英雄之志一脉相承。

在2023年新年贺词中,习近平主席指出:“每当辞旧迎新,总会念及中华民族千年传承的浩然之气,倍增前行信心。”冲刺第四季度,完成全年任务,谋划明年发展,前进的路上让我们涵养浩然正气,阔步前行!

怀川快论

从作家乔叶获奖感言说起

□ 赵改玲

11月19日晚,凭借小说《宝水》获得第十一届茅盾文学奖的焦作籍作家乔叶,迎来了自己人生的高光时刻。在盛大的颁奖典礼上,乔叶发表获奖感言时,专门致谢了故乡生活和时代。这让笔者感慨良多,原来看上去普普通通的故乡,竟因为有了乔叶的“五彩笔”而成为文学的“宝水”,焦作也因乔叶多了一张“文学名片”。

这不得不让笔者对焦作、对故乡刮目相看。

和乔叶一样,笔者也是修武人,8岁离开后就对故乡有了乡愁,常常是“羁鸟恋旧林,池鱼思故渊”,一放寒暑假就飞奔回老家。那时,每次回到老家,看到柿子树、瓦房、供销社,听到家乡的方言,看一场露天电影,都倍感亲切,特别治愈。前几年,每到周六,笔者会骑行回老家。在弯弯曲曲的山路上骑行,有一种“复得返自然”的

感觉,心情是“载欣载奔”。

为何对故乡爱得那么深沉呢?笔者从乔叶发表的获奖感言中找到了答案:“无论身在何方,故乡的土地和土气都如影随形地拥抱着我,是我命中注定的精神基因和心灵滋养。故乡拥抱着我,时代拥抱着故乡。”

乔叶用七八年时间,像一个隐形人一样“跑村”“泡村”,然后把素材放在适当的“温度”和“湿度”中进行“酝酿”“发酵”,从而把“水”酿成“酒”。

焦作是一座宝藏城市,它可以让乔叶创作出精品文学作品,也会让各行各业的从业者挖到属于自己的“宝水”。

热点评说

有一说一

管理好健康才是最大的投资

□ 史凯

有人说,管理好自己的情绪,不管到什么时候都是正能量满满,这样才能更好地掌控自己的生活。而笔者要说的是,管理好自己的健康,才是人生最大的投资。

近段时间,笔者在参加一些聚会时听到一些不太好的消息,比如某个朋友因脑出血后遗症影响语言功能了,某个同窗酒后出意外去世了,某个朋友因病驾鹤西去了……婚丧嫁娶本就是生活中的一部分,不算是太稀奇的事,尤其人到中年,经历的事情越来越多,对一些事情也就见怪不怪。但一些人出现问题,或许跟他们长期养成的不良生活习惯有直接关系,最终才导致了不可挽回的结果。

现代社会,种类繁多的娱乐形式很容易让人深陷其中,比如智能手机的出现,让很多人沉醉于“手游”而不能自拔,进而引起视力下降、颈椎病、腱鞘炎等;酒吧、歌厅等夜场的出现,让一些人黑白颠倒、昼伏夜出、暴饮暴食;发达的网络,让追剧变得“简单又暴力”,有人可以不休不眠连续几十个小时追剧……而以上各种不良生活习惯,常常有烟酒来“做伴”,更进一步损害了健康。

让我们来看一组数据:世界卫生组织曾有公告指出人类健康长寿遗传因素占15%,社会因素占10%,医疗条件占8%,气候条件占7%,而60%取决于自己(生活习惯的把握)。中国工程院院士钟南山曾说过:健康是需要投资的。而现实中,不良的生活习惯以及工作压力,让现代人的健康状态不容乐观,有数据统计:心脑血管疾病越发年轻化,30岁左右心梗、脑梗普遍发生;急性冠心病男性在45岁至49岁年龄组增加了50%;“过劳死”悲剧在年轻人身上一演再演……

私家车车主多数都知道一个常识,汽车每隔5000公里或1万公里就需要去保养一下,如果只管使用不管保养,再好的汽车也经不起这样“造”。人也一样,也需要不断通过“保养”来维持健康状态。简单地说,就是要“管住嘴,迈开腿”,戒掉影响身体健康的各种不良嗜好和习惯。

比起众多投资来说,人最大的投资是自己的健康。作为生活中的“调味品”,娱乐形式的存在只是为了“丰富你的生活”,而不是让它们来“左右你的生活”,更不该因此影响到身体健康。

报网互动

“蔬菜地图”助农为民

本报记者 李 锴

今年,在冬季蔬菜销售旺季来临之际,为方便菜农在城区售卖蔬菜,有效解决菜农“卖菜难”问题,持续提升城市“烟火气”,我市城管部门在城区设置了70处便民蔬菜销售点。焦作“蔬菜地图”出炉后,网友纷纷表示,买菜更方便,助农又为民。

网友“春夏秋冬”:这是一件助农为民的好事。

网友“小兰”:便民而不扰民,为民而不阻民,点赞!

网友“闯天涯”:菜农有困难,找城管省心又方便。

网友“波波”:解决了关系千家万户“菜篮子”的问题,值得点赞!

网友“日月石”:“蔬菜地图”解决了菜农的销售难题,同时也满足了市民能吃上新鲜菜的需求。

网友“无忧无虑”:方便菜农,帮助菜农,规范菜农经营秩序。

网友“光明磊落”:越来越人性化了,城管此举做得好。

网友“恭喜发财大吉大利”:利民便民,点赞!

网友“心想事成”:冬储菜,一头连着菜农的收入,一头连着百姓的餐桌。

网友“以沫”:想群众之所想,急群众之所急。

网友“岚岚”:城管为冬储菜规划了售卖点,这是为老百姓办好事。

网友“雷哥”:非常为菜农着想,这样一来既没有店面房租费,市民又可以吃到便宜菜。

网友“好运连连”:不知道便民蔬菜销售点能不能听到吆喝声、叫卖声,那样会很有“烟火气”。

网友“老茶”:这是为老百姓办实事、办好事,希望能长久。

网友“Ricy”:便民蔬菜销售点离家很近,出门就能买到新鲜菜,真方便。

网友“老牛犇犇”:很赞赏这样的贴心服务,为民着想。

对老百姓而言,买菜是日常生活的大事,70处便民蔬菜销售点的设置,不仅确保菜农能够站得住脚、卖得动货,也为广大市民提供了更加便捷的买菜途径。尤其对于老年人而言,他们在早起锻炼的时候,顺手就能在家门口把菜买了,省时又省力。而且,比起进入商超的蔬菜,便民蔬菜销售点的价位肯定更低,能够做到便民又惠民。



结对帮扶

王鹏作

记者从甘肃省民政厅了解到,“结对帮扶·爱心甘肃”工程实施半年来,已有25.1万名干部结对帮扶困难群众,累计帮助关爱对象解决实际困难9.85万件,办理实事13.85万件。(新华社发)

依法加强行业监管执法 维护公平竞争市场秩序

强化反不正当竞争执法 维护公平竞争市场环境

强化和保护公平竞争 维护市场经济秩序

广告