

## 给欲望做减法

◎李星

不久前播出的专题片《反腐为了人民》中,有多名落马高官现身受审忏悔。欲如水,不遏则滔天。倘若任由欲望肆意泛滥,丝毫不懂得节制,那么随时都可能被“糖衣炮弹”击倒,落个身败名裂的下场。

人生而有欲,有点儿“想法”和不满足,本身不是坏事,但重要的是绝不能越过红线。须知,欲望可以成为开启幸福之门的钥匙,也可能成为毁灭灵魂的火焰,关键得有个度。面对外面各种诱惑,如果不能控制自己的欲望,等欲望膨胀变成贪欲后,就如洪水流入平原,肆无忌惮奔流肆虐。因此,要学会给欲望做减法,坚守一份清醒与自觉,该舍弃的就要舍弃,不该留恋的不要留恋,不该得到的不要企图得到。

“物必自腐而后虫生”,从近年来查处的腐败案件来看,贪欲是党员领导干部走向严重违法违纪的重要原因。防止不健康欲望的萌生、发展和蔓延,必须从一开始就保持高度警惕,从思想上正本清源、固本培元,时时、事事、处处绷紧抵御贪欲这根弦,勤掸“思想尘”、多思“贪欲害”、常破“心中贼”,坚持在思想上进行自我检视、剖析、反思,以党性的尺子来衡量工作得失、把握行为尺度,远离奢华的迷雾、防范贪婪的陷阱、战胜心中的欲望,做到任何时候任何情况下都不改其心、不移其志、不毁其节。

远离欲望的羁绊,关键是守住初心,涵养淡泊名利的心态。人生在世,得失既要看重,相信“有耕耘才有收获”,更要看淡,懂得“快乐在于过程而不是结果”。只有心态平和、宁静淡泊,珍惜所拥有的,满足于现有的生活条件,才能在喧嚣中找到内心的宁静。党员干部要把涵养平和心态作为一种人生追求,正确看待工作与生活中的苦与乐、得与失、利与弊,用淡泊、知足和敬畏心态对待“名与权”“钱与利”,在得失面前心境淡然,在困难面前处之泰然,在失意面前心境豁然,甘于做物质上的“穷汉”、精神上的“富翁”。

“是非窟里功难就,名利丛中果意图”。一个人欲望太多,每日总是费尽心思追名逐利,岂能把心思、精力放在干事上? 千部干部,千是第一位的。党员干部要始终牢记自己的第一身份是共产党员、第一职责是为党工作、第一目标是为民谋利,要把心思用在责任上,把精力用在工作上,把智慧用在创新上,坚持一件一件抓落实,一棒接着一棒跑,一年接着一年干,把实实在在为民干事印在脑里、刻在心底、落到行动上,争做新时期改革发展开拓者、奉献者、实干家。

欲出实绩,先有公心;欲得民心,先去私心。面对新时代改革发展的新形势新任务,只有敢于“断舍离”,摒弃过多的欲望,谨记“一丝一粒,我之名节;一厘一毫,民之脂膏”,才能轻装上阵,担起时代重任,创造出经得起实践和群众检验的业绩。

## 帮老年人戒网瘾 亲情陪伴是“良药”

◎张西流

一段时间以来,老年人使用手机上瘾,特别是沉迷短视频,已经成了一部分家庭的痛点。有研究表明,对老年人来说,适度使用数字产品,对身心健康能起到一定积极作用。但过度沉迷刷手机,以至于影响正常生活,就需要进行干预了。

曾几何时,家长们为青少年过度上网而焦虑;如今,老年人过度沉迷网络,也让子女们忧心忡忡。随着智能设备的普及和互联网应用适老化的发展,银发网民的规模不断扩大,老年人的网络行为变得越来越频繁。然而,长时间沉迷网络,对老年人的身心健康带来了诸多负面影响。

老年人沉迷网络,不仅容易引发心脑血管疾病、眼疾等多种身体疾病,还会让他们在心理上更加孤独、空虚和焦虑。互联网的精准算法推送使老年人在网络世界中日趋封闭,伪科学、网络诈骗等问题也接踵而至。许多老年人由于缺乏对网络信息的辨别能力,容易成为谣言的传播者和网络诈骗的受害者。

帮助老年人戒除网瘾,关键在于家庭的温暖和亲情的陪伴。子女们应该多花时间陪伴父母,与他们聊聊天,一起散步、旅游或参与其他有益的活动。例如年轻人可以在假期回家时,带着老人走出家门,让他们感受现实生活的乐趣,帮助他们识别和卸载不明来源的软件,提醒他们防范网络诈骗。多一份关心,多一份陪伴,才能让老年人感受到家庭的温暖,减少对网络的依赖。

除了家庭的努力,社会也应该为老年人提供更多丰富多彩的活动。社区工作者和志愿者可以组织各种文体活动、健康讲座、兴趣班等,吸引老年人积极参与集体生活。老年大学可以开设更多适合老年人的课程,满足他们求知、求乐、求友的需求,让老年人在现实生活中找到乐趣和价值,充实他们的精神世界。监管部门也应当持续发力,净化智能手机应用生态。对违规APP进行整改或下架,督促网络平台设置黑名单,打击网络诈骗和虚假信息,保护老年人的合法权益,让智能产品成为老年人健康生活的助手,而不是侵害他们权益的工具。

亲情陪伴是戒除老年人网瘾的“良药”,也是我们回报养育之恩的重要方式,用爱和陪伴帮助老年人合理使用网络,享受健康、幸福的晚年生活。

## 双向奔赴激发民营经济无限可能

◎安华伟

不断提高政策精准度,不打折扣解决实际问题,不遗余力当好企业发展“娘家人”,为民营企业营造更好的发展环境、更公平的竞争环境,内蒙古以“优”解“忧”激发民营经济蓬勃向前奋进态势

“一有阳光就灿烂,一有雨露就发芽”,民营经济拔节生长的背后,是内蒙古持续发力、久久为功,始终坚持“高看一眼、厚爱三分”的稳稳托举。印发《关于支持民营经济高质量发展的意见》,设立民营经济发展局,建立省级领导干部联系服务重点民营企业制度,邀请民营企业列席全区重要会议、参加重大活动,大力开展助企行动……不断提高政策精准度,不打折扣解决实际问题,不遗余力当好企业发展“娘家人”,为民营企业营造更好的发展环境、更公平的竞争环境,内蒙古以“优”解“忧”激发民营经济蓬勃向前奋进态势。

民营经济对一个地区发展的重要性不言而喻,为民营企业搞好服务是地方的应尽之责。持续开展“春雨润苗”专项行动、“中小企业服务

月”活动,进一步减轻民营企业税费负担;从“一件事”提速、“一站式”服务、“一码查”管住三方面着手,为企业疏堵解难、赋能发展、减轻负担……内蒙古用行动证明,这服务那服务,实打实地解决问题是最好的服务。靠前一步、多想一层,继续紧盯民营企业的急难愁盼问题,既在税费、拖欠账款、融资成本上做好减法,又在服务、数字化、打造一流营商环境上大做加法,确保好的政策“看得见、拿得到”,方能不断推动形成民营企业铺天盖地发展的澎湃之势。

政策和服务固然是“阳光雨露”,但民营经济健康发展、高质量发展,更离不开民营企业家的勤劳智慧、实干拼搏。广大民营企业和企业

牢记“大显身手正当其时”,更好激发内生动力,弘扬企业家精神,加强自主创新、诚信守法经营、积极履行社会责任,竞逐新领域、新赛道、新业态,掀起苦干实干、敢闯敢试、创新创业的热潮,保持爱拼会赢的精气神,躬身力行助推民营经济更加枝繁叶茂。

民营企业好、内蒙古才会好,内蒙古好、民营企业会更好。“没想到这么快就拿到了营业执照,市场监管部门的一对一‘量身服务’太及时了!”在内蒙古阿拉善盟,通成硅资源(阿拉善右旗)有限公司法定代表人拿到了2025年阿拉善右旗颁发的首张矿产资源行业营业执照;“管道改造施工让经营受到了影响,没想到政府还给了理赔款,这让我太意外了!”鄂尔多斯市东胜区创业青年王建伟在享受“暖商保”政策红利后深有所感……阔步在高质量发展春光里,政府发力、企业努力,乘势而上、携手共进,在希望的田野上“互相守望”“双向奔赴”,民营经济必将迸发出无限可能。



查处违法违规 App

近期,针对广大人民群众反映强烈的App未公开收集使用规则、未按法律规定提供删除或更正个人信息功能等问题,国家网信办依法依规查处“开个密室馆”等82款违法违规App。 新华社发 朱慧卿 作

## 在遵规守纪下大胆干事

◎尚永贞

近日,习近平总书记听取吉林省委和省政府工作汇报时强调,推动干部在遵规守纪、清正廉洁的前提下大胆干事。遵守纪律和规矩,是党员干部必须具备的政治品格和基本素养。党员干部要牢固树立规矩意识,努力在纪律与规矩的围栏之中群芳竞秀、万马奔腾。

纪律是管党治党的“戒尺”,也是党员、干部约束自身行为的标准和遵循,是确保党的事业顺利推进的重要保障。党纪国法就像赛马场边缘坚实的围栏,明确了干部行为的界限,防止干部在干事创业中偏离正轨、误入歧途,为我们干好事业提出了基础的要求。但要看到,一些人在干事和规矩上还存在一些错误认识。比如,有的认为规矩束缚了干事的活力,简单把干事和规矩对立起来;有的以规矩太多为由,认为多干事就会多犯错,从而躺平不干事。诸如此类,影响着党员干部自身成长,也伤害了事业发展。

知尺才能度量,明纪方能律己。纪律严明是我们党的政治优势和优良传统,是我们党发展壮大、不断从胜利走向胜利的重要法宝。党员干

部要深刻认识到党的纪律建设的重要性,增强纪律意识、规矩意识,强化党纪国法约束的自觉性,原原本本逐章逐条学习领会纪律处分条例,自觉用党的纪律规矩约束自身行为,切实把遵规守纪内化于心、外化于行。要以“吾日三省吾身”的思想自觉,坚持以反面案例为鉴,对照“身边人身边事”反躬自问、举一反三、引以为戒,认真检视剖析,切实把自己摆进去,以“心不动于微利之诱,目不眩于五色之惑”的定力,不断清除思想上的杂念、校正行动上的偏差、筑牢拒腐防变的堤坝,永葆共产党人清正廉洁的本色。

“为官避事平生耻”,对于干部而言,遵守规则是基本要求,积极作为、勇于担当是本分所在。要处理好“有畏”与“有为”的辩证关系,把党纪当做干事创业的底气 and 支柱,在纪律上管住身心,在事业上放开手脚。时刻保持清醒头脑,划清公与私的界限、厘清权和责的关系,力戒形式主义、官僚主义,勇于扛重担、涉险滩、啃硬骨头,把该担的担子担起来。要建立全方位与经常性的干部监督激励机制,为担当者提供一个相对自由的比赛场地,适时松开缰绳,给予积极奋进的干部更大的施展空间。

## 凡人善举让城市更有温度

◎李小艳

近日,包头市青山区一家爱心面馆吸引了不少人的关注。在店面门口处,醒目地贴着一张“邀请包头市环卫工人免费吃面”的告示。面馆老板介绍,他们开业有两个多月,这段时间看到环卫工人这么辛苦,便想到了这个主意,让他们在忙碌之余吃一碗热乎乎的面,暖暖身子。

一碗面看似微不足道,但对于这样的小商户来说,却是一份很了不起的善意。这份善意里有热情、有承诺,我们相信这样的善意会持续下去,温暖更多人。其实,包头这座城市还有不少沿街商家化身成为暖心驿站,可以为走街串巷、风雨中奔波的外卖员、快递小哥提供免费饮水、便利充电、爱心药箱等服务,这是近年来包头市积极办好的一

项民生实事项目。

目前,包头市已设立暖心驿站117处,让市民在细微之处感受到城市的温度。这些爱心驿站看似很小,很普通,但当它们切实发挥作用,甚至产生示范效应,它们所产生的能量不可限量。我们的社会也应当进一步鼓励这样的凡人善举,因为这些善举与普通人的日常生活更加贴近,也更容易让平凡的大多数人发光发热,并且感受光热,进而营造一个更加温暖、和谐、幸福的社会环境。

一座城市正因为有了爱,才更让人心向往之。无论是爱心面馆的凡人微光,还是政府设立暖心驿站的民生实事,都是城市精神的鲜活地标,在美美与共共同编织了一张充满爱心的大伞,为有需要的人遮风避雨,带来温暖,这样的城市对每个人都会充满吸引力。

交通设施拓展出新的文旅服务功能,摆脱单纯的运输工具标签,成为愈发丰富的文旅体验载体。

交通是旅游业发展的基石,旅游业也是交通行业不可或缺的服务领域,二者相辅相成。规划设计出一条成熟的文旅交通线路,需要充分考虑沿线的历史文化、自然景观等因素,这些丰富的文旅产品供给,为游客提供更加个性化、差异化的旅游体验,带动酒店、餐饮、购物、娱乐等相关产业的发展。同时,交通基础设施的建设和升级也为相关产业链条提供了支撑,形成良性互动的发展格局。我们相信“交通+旅游”能够凭借其独特的优势,帮助交通运输行业带来新的经济增长点,为文旅产业发展注入新活力。

## “交通+文旅”为旅游产业注入新活力

◎金咏

近日,鄂尔多斯市首条“交通+文旅”融合客运班线在东胜至准格尔召之间开通试运营。这条全程82公里、设置有11个站点的线路,串联起农业生态园、湿地公园等文旅资源,为游客提供了一条“沿着公路去旅行”的新路径。

近年来,鄂尔多斯市旅游业呈现稳步增长、向上向好的发展态势。为了不断满足游客的多样化需求,鄂尔多斯市积极推动交通网络与文旅资源深度融合,从2021年打造的响沙湾旅游专线,将景区接驳时间缩短至30分钟,到2022年推出的城川红色文化旅游环线,革命遗址的游客接待量提升45%,接连不断的特色旅游线路,让传统意义上的

“村BA”等“村”字头文体活动近年来受到广大农民的喜爱,但火热出圈的同时也带来一些新问题。近日,宁夏固原市原州区三营镇村民向媒体反映,当地有的农民篮球赛出现参赛选手身份引发争议的问题,希望引起关注和解决。在三营队看来,既然制定了比赛规程,就应该严格遵守,否则比赛就没有公平可言。

——据《人民日报》

**锐评:**无论村级赛事火热程度如何,以农民为主体的“村味”不能变。让农民享受村赛的快乐,在运动中释放热情和活力,在待客中增加收入,形成积极向上的文明乡风,才是村赛出圈更出彩的关键所在。

近日,不少网友发帖称,网上出现多个疑似假冒电影《哪吒之魔童闹海》导演饺子的账号。不少误以为真的网友,在相关账号下留言,对电影提意见、询问影片细节,呼吁影迷助力。这些账号,大部分挂有商品链接,商品大多为日用百货、图书、衣服之类。记者就此事向电影制作方求证,工作人员回复称,微博认证的账号确属于饺子导演本人,在其他平台上自称饺子导演的账号均为假冒。

——据中国新闻网

**锐评:**假冒名人账号让被仿冒者不堪其扰,也误导了公众,污染了网络生态。但是遏制假冒名人账号不能光靠名人“被动式维权”,各平台积极行动起来,才能让蹭热度的“李鬼”无处藏身。

“一开始说是免费体验,结果很快就开始卖课了,各种话术诱导你买。”最近有老人反映,在“老年大学”上了几节课后深感自己掉进了一个连环套。一些不良商家盯上了老年教育这块“香饽饽”,以“办老年大学”为幌子,打着“免费体验”“名师授课”的旗号,将推销课程包装成“学习机会”,诱导老年人掏钱购买高价课程,赚取高额利润,导致一些老年人掉入消费陷阱。

——据《法治日报》

**锐评:**打着老年大学旗号,用免费体验当诱饵,诱导老人买高价课,将黑手伸向老人钱包,如此乱象,监管必须发力,不能让老人的养老钱成了别有用心者的暴利。

羊绒是一种比较珍贵的动物纤维,因其产量稀少,产品价格通常较为昂贵。然而,近日有媒体报道,一些带货直播间声称“100%山羊绒”的服装售价异常低廉,吸引了众多消费者购买,记者从不同直播间随机购买7件宣称“100%山羊绒”的针织服装送往权威机构检测,结果均显示一根羊绒都没有。

——据《工人日报》

**锐评:**打着“100%山羊绒”的旗号,用低价诱惑消费者,实际却毫无羊绒成分,这种带货直播就是明目张胆地欺诈骗。如此无良商家,必须予以严惩。

现在国内大多数博物馆会选择在周一闭馆,周一也成为不成文的博物馆“闭馆日”。但在江苏淮安,“周一闭馆”这一惯例被打破。淮安市博物馆日前发布公告称,每周一至周日均正常开放,不再设闭馆日。

——据人民网

**锐评:**打破“周一闭馆”惯例,永久性取消闭馆日,顺应了民众诉求,也升级了管理与服务,期待更多博物馆积极跟进,给游客带来更多便利。

近日,美团、京东分别宣布将为外卖骑手缴纳社保。美团方面称预计2025年二季度开始逐步为全职及稳定兼职骑手缴纳社保。京东方面称自2025年3月1日起,京东将逐步为京东外卖全职骑手缴纳五险一金,为兼职骑手提供意外险和健康医疗险。

——据光明网

**锐评:**外卖骑手是平台经济的重要组成部分,但骑手的权益保障却存在短板。如今两大平台主动作为,是对骑手辛勤付出的尊重,也给行业作出示范,推动平台竞争更加有序和理性。