



浅议城市规划的重要性

前段时间看到国家出台关于城市规划的若干要求，进一步加强了对城市规划的管控，我个人认为晚了些。如果在前几年过度追求政府业绩的期间就考虑此问题，那城市的综合环境会好很多。正是因为以前过度看重政府业绩，导致城市定位不准确，从大拆大建到现在推进绿色建筑、城市地下管廊，构建服务型、旅游型城市的时候，有些已成了定局，要么再拆再建，难以跟进未来城市的发展需求。城市规划应该更多关注民生的长远利益，而非政府一时的财政收入。侧重于人文历史，综合环境等与人生活和工作息息相关的内容。而不是污染严重，治安不好，遇雨就涝的城市困局。好的城市能使每个人都能感受到其独特的吸引力，使人心情宁静愉悦，流连忘返，愿意再来旅游或居住。当然这些是以批评的角度来反思，一个城市总是要不断发展，难免会受到一些综合条件的限制或领导者的意识局限，有些是先解决有无的问题。但总的城市规划应该要有长远的清晰定位，不应为了经济而牺牲了社会综合环境。我们很多城市

的拆迁中政府性标志性建筑过于显眼。定位不清，开发过度，污染较重使城市除了繁华而失去了可持续发展的能力。现在我们提出绿色建筑、地下管廊直至生态园林城市都是社会发展进步的体现。先污染后治理，先建再拆的路子在国家严肃追究责任人的情况下已经行不通了，也的确伤害了纳税人的切身利益。在安宁居住的期间，我个人体会就是空气质量不好，水质差，治安也不算好，这样的城市再多的绿化也解决不了根本性问题。就算很多绿化也存在一些问题，植物病虫害的治理，对人行道污染的清理，是否适合本地生长等问题。一场大雪使生长良好的一些植物冻死或需要重新生长都给了我们一些反思。总之城市应该不断提升人们安居乐业的功能，人文和历史能不断传承，那城市的规划必须重视超前。

【方卫星】

和正确的人在一起

和不一样的人在一起，就会有不一样的人生。
在现实生活中，你和谁在一起的确很重要，甚至能改变你的成长轨迹，决定你的人生成败。
和什么样的人在一起，就会有什么样的人生。
和勤奋的人在一起，你不会懒惰；和积极的人在一起，你不会消沉。与智者同行，你会不同凡响；与高人为伍，你能登上巅峰。
科学家认为：“人是惟一能接受暗示的动物。”
积极的暗示，会对人的情绪和生理状态产生良好影响，激发人的内在潜能，发挥人的超常水平，使人进取，催人奋进。
远离消极的人吧！否则，他们会在不知不觉中偷走你的梦想，使你渐渐颓废，变得平庸。
积极的人像太阳，照到哪里哪里亮；消极的人像月亮，初一十五不一样。态度决定一切。有什么样的态度，就有什么样的未来；性格决定命运，有怎样的性格，就有怎样的人生。
有人说，人生有三大幸运：上学时遇到好老师；工作时遇到一位好师傅，好老板；成家遇到一个好伴侣。有时他们一个甜美的笑容，一句温馨的问候，

就能使你的人生与众不同，光彩照人。
生活中最不幸的是：由于你身边缺乏积极进取的人，缺少远见卓识的人，使你的人生变得平庸庸，黯然失色。
有句话说得好，你是谁并不重要，重要的是和谁在一起。古有“孟母三迁”，足以说明和谁在一起的确很重要。雄鹰在鸡窝里长大，就会失去飞翔的本领，怎能搏击长空，翱翔蓝天；野狼在羊群里成长，也会“爱上羊”而丧失狼性，怎能叱咤风云，驰骋大地。
原本你很优秀，由于周围那些消极的人影响了你，使你缺乏向上的压力，丧失前进的动力，而变得俗不可耐，如此平庸。不是有这样的观念吗？“大多数人带着未演奏的乐曲走进了坟墓。”
如果你想像雄鹰一样翱翔天空，那你就要和群鹰一起飞翔，而不要与燕雀为伍；如果你想像野狼一样驰骋大地，那你就要和狼群一起奔跑，而不能与鹿羊同行。
正所谓“画眉麻雀不同噪，金鸡乌鸦不同窝。”这也许就是潜移默化的力量和耳濡目染的作用。

如果你想聪明，那你就要和聪明的人在一起，你才会更加睿智；如果你想优秀，那你就要和优秀的人在一起，你才会出类拔萃。
俗话说：物以类聚，人以群分。之所以会出现一个宿舍都考上研究生，同一班级能考上多个名优生，大概就是这方面的原因吧。
读好书、交高人乃人生两大幸事。一个人身价的高低，是由他周围的朋友决定的。朋友越优秀，意味着你的价值越高，对你的事业帮助越大。朋友是你一生不可或缺的宝贵财富。因为朋友的相助和激励，你才会战无不胜，一往无前。
人生的奥妙之处就在与人相处，携手同行。生活的美好之处则在于送人玫瑰，手留余香。
人生就是这样。想和聪明的人在一起，你就得聪明；想和优秀的人在一起，你就得优秀。
和不一样的人在一起，就会有不一样的人生。爱情如此，婚姻也如此；家庭如此，事业也如此。

【马涛·推荐】



追梦的青年人

——记监理员 陈永

在盛翔监理公司2013年优秀员工的颁奖台上，一名俊秀儒雅的小伙子从公司领导手中接过了“优秀员工奖状及奖金”，在如潮的掌声中，会场上有人低声介绍“这是我们比较年青的优秀员工，不到25岁的大学生，9月份刚转正……”。2015年优秀员工颁奖台上，他又一次接过“优秀员工奖状及奖金”，掌声久久在会场回荡。进公司三年，两次获奖，小伙子脸上的笑容更加灿烂，犹如做了一个异常甜蜜的梦。

陈永是个帅气的小伙子，一米七几的个头，眉宇间流露出沉稳和刚毅。2012年10月在机缘巧合中他加入到盛翔实习，所有的一切是那样的新奇和陌生。刚进工地，现场正组织滨川路及滨川东路施工，项目负责人便让他看守压路机，监督压路机的压实遍数，这项工作枯燥而乏味，但却成了他每天的必修课。虽然心理不情愿可他一直坚持着，因为他明白得从零开始，从头学起。

然而看花容易绣花难，监理工作实际干起来真不容易。陈永一直负责的旧城改造项目，涉及到市政道、桥梁、园林景观、仿古建筑及地下室等。市



政公用工程成了他主抓的学习方向，他刻苦学习，用心记，常思索，很快便收获满满。2013年10月永安广场地下室桩基础开始施工，正遇冬季天气实在太冷，桩基施工浇筑混凝土大都是在晚上进行，陈永每天晚上只能忍受着寒冷进行旁站。项目施工过程中，由于地质较差，经常出现塌孔，第一次接触旋挖桩基的他，在什么都不懂的情况下，只能借助网络进行学习。最终通过不懈的努力、坚持和学习，且结合现场实际总结经验，施工过程中每一项存在的问题都得到了解决。

千里之行，始于足下，在工作和学习实践中，陈永不断砥砺自己。磨练自己的意志，增强自己的信心。2015年5月滨河景观三期工程与东湖公园铺装施工项目基本同时开工，工作交给陈永负责。一直以来都有同事带着，现在要自己负责，他感受到了前所未有的压力，可工作还得继续。9月份滨河景观三期工程与东湖公园铺

装施工项目的铺装工序也基本是同时启动，铺装施工点位较多，战线也较长（滨河景观三期全长800米左右）。几乎是这边问题还没解决完，另一个工程的电话又来了，每天都是在两个工程项目解决问题中循环着，感觉总有解决不完的问题，说不完的事儿。对于接触监理工作不长的陈永来说，好多知识需要学习、请教。特别是涉及到房屋建筑上的专业知识、工序，他只能上网查找学习，学不懂的请教同事，现场拿不准的拍成照片通过微信向同事、项目总监请教。通过这样的方式他在项目监理中遇到的问题都基本得到了圆满的解决。现场问题是解决了，但监理资料落下了，无论是月报、会议纪要、日记、旁站记录等都必须自己亲手去完成，他只能靠工作之余抽出时间来完成。

最让人头疼的是在滨河景观三期工程施工过程中，设计图纸上的问题比较多，且现场变动较大，建设单位提出的要求及实际施工中存在与设计图纸冲突的施工部位和工序，基本是陈永与设计单位对接、沟通。另外，硬质铺装按设计图纸施工，铺装效果达不到建设单位要求，只能等建设单位现场确定材料及样板后方可施工。因此在协调过程中难度较大，有问题必须与建设单位及设计电话沟通，待确定后现场工作才能继续进行。

陈永也会掉链子、会拖沓、会浮躁，但他聪明、肯学，更愿意听取同事、项目总监的批评、指正，不断改进自己的工作方法。他会以：“踏实工作，管好自己”的座右铭来勉励自己，对工作要认真负责，严格履行工作职责。公司给了他平台，但更需要奋斗，要奋斗就必然会遇到困难和挫折。他相信只要肯学习、肯钻研、肯吃苦、不退缩，困难必将会克服，挫折也会



成为财富。三年来他面对重重困难没有退缩，坦然面对工作中不曾经历的考验。他借助网络、请教同事及时补课，学中干、干中学，以乐观积极的心态投入工作，圆满完成各项工作。

选择在盛翔发展的陈永没有惊人的壮举和非凡贡献。但他不好高骛远，而是珍惜自己的选择，在平凡的工作岗位上，一步一个脚印地书写着自己的理想和信念。他是成功的，他负责的监理工作开展顺利，本人连年被公司评为优秀员工。历时三年的工作表现让领导放心，员工心服。

今天的陈永，更加的成熟、稳重，以他的勤奋和执着，他追求梦想的道路将越来越宽，相信一个个绚丽多彩的梦想将在他的脚下实现！

【杨朝丽，陈永】

思想态度决定人的一生

有一个正确的思想和一个良好的态度，可以决定人的一生。

"思想决定态度，态度控制情绪，情绪影响想法，想法决定一切，"在前进的道路上，一个想法或一个意念总是受情绪的影响，而情绪的波动是因为思想和态度。有思想的人有独特的想法，有良好态度的人有和别人不一样的高度。

没有正确的思想，就没有正确的行动，思想决定人的前进方向；良好的态度，成功的一半。思想态度决定人的一生。

【张丰.推荐】



回填土密实度达不到要求预控措施



1. 施工准备:

(1) 选择符合填土要求的土料。含水量符合压实要求的粘性土,可选作各层填料;碎石类土、砂土和爆破石渣(粒径不大于层厚,铺厚的2/3),可用作表层下的填料;碎块草皮和有机质含量大于8%的土,只能用作无压实要求的填料;淤泥和淤泥质土,一般不能作用填料,但在填方的次要部入,可用经过处理的含水量符合压实要求的淤泥质土作填料。

(2) 对于有密实度要求的填方,施工前应按所选用的土料、压实方法做试验,确定土料含水量,铺土厚度、压(夯)实遍数、机械夯实行驶速度或人工夯实的操作要求。

(3) 写出施工要求,并现场进行技术交底。

2. 操作工艺:

(1) 基底处理。回填土前应先清除基底 积水和杂物;基底为松土时应充分夯实;基底为含水量很大

的松软土,应采取排水疏干或换土等措施。

(2) 人工填土从场地最低处开始,由一端向另一端自下而上分层铺填。每层虚铺厚度,用人工木夯夯实时:砂质土不大于30cm,粘性土为20cm;用打夯机械夯实时不大于30cm。

(3) 机械填土应由下而上分层铺填。推土机填土每层虚铺厚度不宜大于30cm。铲运机填土每层虚铺厚度不大于30~50cm。汽车填土每层虚铺厚度不大于30~

50cm。

(4) 回填土时应严格控制土的含水量,应使施工土料含水量接近最优含水量。粘性土料施工含水量与最优含水量之差控制在 $-4\sim\pm 2\%$ 。

(5) 人工打夯应按一定方向进行,一夯压半夯,夯夯相接,行行相连,两遍纵横交叉,分层夯打。打夯·线应由四边开始,然后再夯中间。

(6) 在碾压机械碾压之前,宜先用轻型推土机、拖拉机推平,低速预压4~5遍,使表面平实;采用振动平碾碎石类土,应先静压后振压。碾压机械压实填方时,应控制行驶速度和压实遍数,使其符合要求。平碾碾压一层完后,应用人工或推土机将表面拉平,土层表面太干时,应洒不湿润后继续回填。碾压·线应从两边逐渐压向中间。

(7) 对有密实度要求的填方,在压实或夯实时,对土

层回填土的质量进行密实度检验。

3. 预控措施:

(1) 严格选择好符合填土要求的土料。

(2) 在回填土时,应严格控制土的含水量,加强施工前的检验。含水量大于最优含水量时,应采用翻松、晾晒、风干方法降低;或采取换土回填,或均匀拌入干土,或采用其他方法来降低。含水量过低,应洒水湿润。

(3) 施工时还应严格控制每层铺土厚度、压(夯)实遍数、压(夯)实·线。

(4) 加强对土料、含水量、施工操作和回填土干密



度的现场检验按规定取样,严格每道工序的质量控制。

【潘建斌】

螳螂川大桥扩建跨河燃气管道顺利吊装到位



折桥之前必须切除老的燃气管道

安宁市螳螂川大桥扩建涉及燃气管道改造工程,采用一组新架设直径为325mm管道桁架跨越螳螂川两岸架空安装47米后,两岸部分埋地管分别与原来市政管网相连接后替代原来附在大桥上的老的燃气管道。

本工程由云南民用市政设施建设有限公司负责制作安装,主要工程包括燃气管道和桁架的制作安装,该过河工程由桁架、燃气管道组成管廊,所用材料为等边角钢、槽钢、和钢板及燃气管道,合计重量约8吨。桁架管廊

全长46.1米(其中河面部分长约38.95米),两端由1200x800CM的混凝土墩支撑,管道架宽80CM,高140CM,桁架管廊采用在河岸预制好检测合格以后用50吨两台大型吊车一次性吊装到位。

工程时间紧任务重(建设方要求在20天内全部完成),同时由于河道两侧的绿化带和高压电线杆地形情况复杂,不方便进行8吨多重量的管墩桁架吊装工作,具有比较大的吊装危险性,现场监理工程师按规范指导

施工单位认真细致编制了施工吊装专项方案,精心组织,精心施工安装,于2016年4月12日开始桁架焊接制作,施工单位加班加点于4月27日全部完成了跨河桁架、管廊桁架、管廊制作的材料防腐、桁架燃气管道定位焊接安装、焊接质量100%拍片检测合格、桁架管廊两底两面防腐和整体试吊工作,于4月28日10:45时成功地安全顺利地完成了跨越螳螂川两岸架空管的吊装工作。

【汤建明】



桁架定位



燃气管道组对焊接



燃气公司领导现场指导



桁架管廊顺利就位



秀出自己

每个人的心中都有美好的梦想，可是外在的压力，纷繁复杂的世界常常让我们迷失，找不到真正的自己。有的时候，越是认真，刻苦地去做一件事，越是适得其反，越是失落和怀疑。事实上，你本可以尝试为自己全心全意地做一件事，也许会有喜出望外的收获。生命的可贵之处在于秀出自己，秀出风采！

人的才华就像是往海绵里倒水，人们看到的只是渗出来的水，而看不到渗入海绵里的部分。上帝给你的这杯水中，包含着各种各样的生活形式。

上帝给了每一个人同样的生命，但是成功的机会却很多，上天是公平的，只要你努力寻找适合自己的舞台，那么人们就会给你鲜花，给你掌声！高考之外的你，也许就是下一个成功的人，在人生的舞台上，不管你充当什么角色，只要你以主人翁的姿态为了国家的强盛迸射光和热都能成为祖国的脊梁。

身为二十一世纪我们秀出自己的那一份能力，中国屹立于世界民族之巅还会远吗？

【张志文.推荐】

我们在凡尘中，追名逐利，享受那巅峰中所带来的快感，不也正像追寻那杯中的酒，不也正是将那一杯平淡的水变成了酒？俗语，钱能使鬼推磨，权利能使人于万人之人。就算知道，钱财名利，太过于追求，会伤害到自己，但又有几人能抗拒这种的诱惑？明知是粉身碎骨，也要如同飞蛾扑火般。而且，这种的欲望，又岂会有尽头？在这钱财，权利的欲望中，我们不会满足，且处处与人相比较而发现处处不如人，而后穷其一生不断的追求。甚至当意外临身，一切皆成空的时候，幸福更是觉得再也不会降临，此生，终是不幸。甚至，为满足心中的欲望，不择手段，不顾一切，最后枷锁临身，后悔莫及。而将水变成可乐，是因为我们有所信仰，有所追求。

理想，是引导我们前进的导航。每一个人，都应有自己的追求，自己的理想。而手中的那杯可乐，能使人充满激情，充满能量，无论是崎岖波折，还是无数次的失败，都能坚定不移的前行，直至梦的彼岸。

茶，品茶，是一门学问，其中蕴含着大道至理。作为一个有灵魂，有信仰的人而言，追求真理，是必然的。那时，我们便会将手中的这一杯水泡成一杯水，细细品味，细细的领悟人生真谛。但无论是酒还是茶，往往都不能让人真正的感觉到幸福。只有当我们疲累了的时候，放开一切去享受的时候，才会发现幸福的存在。这时候，也便会发现，夏天的风，不只是会燥热难受，也会是清凉舒适。杯中的水，不只是淡然无味，也可以变得甘甜。然后渐渐的开始懂得，幸福这种感觉，真的无处不在，真的很简单，真的就像一杯无色无味的水。

【韩春生.推荐】



信任一个人有时需要许多年的时间。因此，有些人甚至终其一生也没有真正信任过任何一个人，倘若你只信任那些能够讨你欢心的人，那是毫无意义的；倘若你信任你所见到的每一个人，那你就是一个傻瓜；倘若你毫不犹豫、匆匆忙忙地去信任一个人，那你就可能也会那么快地被你所信任的那个人背弃；倘若你只是出于某种肤浅的需要去信任一个人，那么旋踵而来的可能就是恼人的猜忌和背叛；但倘若你迟迟不敢去信任一个值得你信任的人，那永远不能获得爱的甘甜和人间的温暖，你的一生也将会因此而黯淡无光。

信任是一种有生命的感觉，信任也是一种高尚的情感，信任更是一种连接人与人之间的纽带。你有义务去信任另一个人，除非你能证实那个人不值得你信任；你也有权受到另一个人的信任，除非你能证实那个人不值得你信任；你也有权受到另一个人的信任，除非你已被证实不值得那个人信任。

【李发喜.推荐】

幸福就是一杯水

幸福，只是一杯水，淡然而无味，却极易获取，渴了的时候，便会变得甘甜。记得有人说过，幸福只是一种感觉，无处不在。可，如若是这样，为何我们往往感觉不到它的存在？我们竭尽所能去追寻它，获得它，却也往往是被伤得遍体鳞伤？世上，许多人都觉得自己是不幸的，甚至有人因此逃避，愤世嫉俗，轻生……。

幸福，它真的无处不在？就如一杯水，淡然无味，平常的时候品尝它，谁会觉得它是甘甜美味的？谁又会因此而感到满足而愉悦？可当干渴难耐的时候，一仰而尽，又是多么爽的一件事，就像一杯酒，就像仙酿一样。同样的，被幸福滋润过的人，怎愿再去品尝那杯淡然无味的水？人的欲念，往往是无穷尽，而这无穷尽的欲望中，便会想着将这一杯水变成一杯酒，一杯可乐，一杯茶……。

而在这渴望中，幸福被无视，再也感觉不到，得不到心中的欲念，不幸，便如魔咒临身。就如，有人贪恋那一杯酒。香醇的酒水里，或是干烈得呛人，或是温和如甘酿，但无论是什么样，几杯进肚，便能欲仙欲死，激情无限。就算知道，杯中的酒，是一种慢性的毒药，会慢慢的不断的腐蚀自己，但也总会有人对此乐不思疲。

平淡人生

甘于平淡安渡人生

人生如水，有激越，就有舒缓；有高亢，必有低沉；不论是绚丽还是缤纷是淡雅还是清新，每个生命必定有其独自的风韵。一个人的一生，有轰轰烈烈的辉煌，但更多的是平平淡淡的柔美。人是需要一种平淡的，这种平淡无声无息，但又无处不在。

每个人，有每个人的不同的生活方式。你羡慕的富人，不一定就比现在钱不如他的你快乐和幸福。可能他还羡慕你在纷繁忙碌的尘世中，拥有的这份平淡呢。其实，平淡的日子有它特有的平淡的舒畅，有它特殊的美。它的需用心品味的美，如宁静、安详、隽永、深沉混合的清水，浇灌在内心喧嚣焦灼干裂的土地上，让那些成长的幼苗，在达观平淡的任凭风吹浪打胜似闲庭信步的悠然中，不急不燥不卑不亢的生长着。

【苏兴.推荐】