



## 学会放下，做最好的自己

世间之事，皆为无常，我们不应患得患失，而应该在得到与失去中，换得一份懂得，一份开悟。人生之路，坎坷多磨，一味地拾捡，不懂得舍弃，只会负重难行，必须适时学会放下，才能卸掉负重，轻装前行。

人生之旅，崎岖而漫长，倘若有所收获，那是极好，倘若一无所得，也不必伤春悲秋，尽可享受大自然赋予我们的美好时光。生命短暂，犹如一片绿叶，一生一落，一落一生，每一刻都值得我们好好去拥有。

人之所以痛苦，就是因为过分的追求圆满。烦恼本无根，不捡自然无，因惑本无源，不究自轻松。很多东西往往都在一念之间，心中若有，事事成，心中若无，事事轻；淡定之人不负债，豁达之人不受伤。当我们历经挫折之后，终会明白，任何

东西没有永远，没必要过分的执着。

财富再多也有不为人知的苦恼，简单朴素的生活也有幸福和满足。我们时常感慨人生迟暮，孰不知，比人老去更快的是寂然的时间。人心是容器，需要时常刷新，时而清空，只有面朝阳光，把痛苦当成磨砺，把幸福当作追求，才能在磨砺中慢慢的成长，一点点来品尝幸福的味道。

不知不觉中，我们都已白发苍苍，感叹时间过得太快，是因为自己想要的太多。多生累，多而繁，只有去掉繁杂和浮躁，才能求得一份简单。

做人虽然不能安于现状，但也绝不能好高骛远。想要的幸福，确实是需要自己去拼搏，但绝不是不惜身体的去拼命，否则定会痛苦终身。只有放弃欲望的纠缠，不计较荣辱得失，身心才会平和、自然。

□安全工程学院 城市地下空间工程1941 彭妍妍

小舍小得，大舍大得。舍弃金钱换来健康，舍弃权利换来淡泊；曾经拥有的，慢慢看淡了，一直执着地，慢慢放下了。

生不过是名与利，只有解开欲望的枷锁，放下名利，才能用舍弃换来拥有，持一种豁达的心态，坦然接受一切的不如意，内心才会变得淡定从容。

携本书，泡杯茶，静悟禅心，修养生机。宽心做人，舍得做事，力求在这个车水马龙的俗尘中，做一个通透豁达之人，不攀比，不抱怨，不纠结，不迷茫，修炼出一份笃定和从容。

闲暇之余，修篱种菊，快乐自足，淡淡的生活动，慢慢的变老，在春华秋实的岁月里，做自己想做的事，爱自己所爱的人，放下贪念，得失随缘，发愤忘食，乐以忘忧，在快乐与幸福中轻装前行，去成就更好的自己。

## 待来年清荷满园

□会计学院 会计学（注册会计师方向）1941 徐霏

清晨的风总是凉凉的，许是清冷的冬季走近的脚步。路边微草新染寒霜，一路走来，人影稀疏，不免为明月湖里残败的荷花添了几分落寞。

犹记得我与荷花的初识。夏日的阳光并不刺眼，还有些许微风相伴。嫩绿的荷叶一片片接连把水面铺了个满满当当，虽少了波光粼粼之景，但碧波漾珠、荷姿清雅的如诗如画倒也更胜一筹。粉粉嫩嫩的花苞或含苞待放，或尽情舒展，好不活跃。“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。”说的便是此番景象吧。微风抚过，几株荷花迎风而动，似飞燕般轻盈在水中翩跹起舞，不禁让我想起徐志摩的一首短诗“最是那一低头的温柔，似一朵水莲花不胜凉风的娇羞。”

那时，是荷花最好的模样，也是我们最初的相遇。

不知不觉间，路已走到了尽头，湖边的柳树好似也失了生机，一浮一动像是在在为荷的衰败而泣。一眼望去，着实令人悲叹，昔日清水出芙蓉之姿早已



书名：《云边有个小卖部》

作者：张嘉佳

理由：一本青春小说，一个云边小镇，作者以平凡而又温暖的笔调讲述了主人公刘十三的一段刻苦铭心的经历。刚刚毕业的刘十三在生活中到处碰壁，而此时还不知道把自己的养大的外婆已身患重病。外婆开着拖拉机把孙子接回云边镇，而刘十三此时再遇儿霜，接下来，一个孤儿，一场个意外，打人的生活，在外婆和程与帮助下，去完成自己任务，却不知生命中更重要的正在离自己渐渐远去……作者以平实的描写和平稳的叙述，展现了平凡的刘十三生命里不平凡的经历，伟大的外婆和善良的程霜教会了刘十三坚强、坚持和勇敢，支撑着他在糟糕的现实里始终不抛弃不放弃，即使在后来没有她们的日子里，也能继续行走于生活的酸甜苦辣。

书中最令我感动的是外婆对刘十三的爱，宠而不溺，他们是祖孙，但也亲密似朋友，没有隔代的隔膜，还有程霜对刘十三执着的爱，直爽、勇敢、不顾一切地在自己生命的最后时光里，陪着刘十三一起走过那段艰难的时光……

有些人刻骨铭心，没几年会遗忘，有些人不论生死，都陪在你身旁，学会珍惜当下的人吧，不要在失去之后才懂得去追求和珍惜。这本书能够在寒冷的冬天带给你温暖，让你不再寒冷！

荐书堂

## 校园短波

外语学院开展向先进人物学习活动

本报讯 11月27日，外语学院党委在学院会议室7B316开展了“向陈俊武、刘岩松、李志勇等先进同志学习”的主题教育活动，外语学院全体教师参加了此次活动。会上，与会教师学习了学校党委宣传部《关于深入开展向陈俊武同志学习活动》和《关于深入开展向刘岩松、李志勇同志学习活动》的通知，通过学习，全体教师深入了解了陈俊武、刘岩松、李志勇等同志的先进事迹，深切感受到了三位同志的高尚品格。大家一致表示要以他们为榜样，通过对照标杆，寻找差距，立德树人，争做一名优秀的外语教师。（机械工程学院）

会计学院举行“不忘初心，牢记使命”主题教育微党课比赛

本报讯 11月22日下午，学院在南校区8342教室举办了微党课比赛，学生党员代表和部分入党积极分子参加了比赛。比赛分为各党支部预赛和决赛环节，入围决赛的7名选手以《中国特色社会主义文化自信》、《守初心，担使命，争做新时代努力奔跑的追梦人》、《世级的约定》、《注重家庭建设，传承优良家风》、《不忘初心，牢记使命》为主题，结合大学生们喜闻乐见的“微课”，运用全新的讲授方式和新颖的视角给评委和党员观众呈现出不一样的党课，学院党委书记常超对参赛党员的精彩表现进行了细致的点评。最终，经过紧张而激烈地角逐，吴培钊获一等奖，张岩萍、赵昊鼎、郭思愉荣获二等奖，张雷、张筱涵、杨子杨荣获三等奖。（会计学院）

材料与化学工程学院

举办心理情景剧大赛

本报讯 11月24日，材化学院在桐柏校区学术报告厅举办心理情景剧大赛，学院19级学生积极参与了本次比赛。本次大赛有多组参赛选手参加，在比赛中，选手们将情感融入在角色，用欢笑、泪水演绎着大学生的心理成长历程，上演了一个感人至极、具有深意的情景剧。染整技术和高分子专业一起带来了情景剧《有多少爱可以重来》，表现了亲情的宝贵与温暖的故事。染整技术专业带来作品《转身拥抱太阳》，表现了舍友间的温情与友爱。经过激烈的比拼，节目《有多少爱可以重来》获得本次心理情景剧大赛一等奖。

材料与化学工程学院

举办心理情景剧大赛

本报讯 11月26日上午，学习贯彻党的十九届四中全会精神省委宣讲团报告会在我校综合楼二楼会议室举行。省委宣讲团成员、省委宣传部副部长尹书博来我校作专题宣讲报告。学校全体在校校领导、副处级以上干部、思政课教师、辅导员及学生代表聆听了报告。报告会由校党委书记刘湘玉主持。

报告会上，尹书博以《新时代国家制度和治理体系建设》为题，围绕“新中国国家制度和治理体系建设的光辉历程与伟大成就”“新时代国家制度和治理体系举旗定向的政治宣言”“贯彻落实全会精神 谱写中原更加出彩的绚丽篇章”等三个方面，结合国情、省情对党的十九届四中全会精神进行了深入解读。报告

会紧扣四中全会精神主题，全面阐释了坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的重大意义，系统解读了我国国家制度和治理体系的显著优势，重点分析了坚持和完善中国特色社会主义制度的总体要求、总体目标和重点任务，着重阐释了党的领导制度、人民当家作主制度、基本经济制度等重大问题。

尹书博指出，要更加紧密的团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，坚定信心，锐意进取，开拓创新，为坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化，为实现中华民族伟大复兴的中国梦谱写中原更加出彩的绚丽篇章。

党委书记刘湘玉在主持报告会时指出，宣讲报告主题鲜明、内容丰富、阐释精准、史料翔实、讲授生动，对于我们深入学习贯彻党的十九届四中全会精神，落实好高校立德树人的根本任务，推动学校高水平应用技术大学建设具有很强的理论和现实指导意义。刘湘玉强调，全校各级党组织和领导干部要切实提高政治站位，把学习贯彻全会精神作为当前和今后一个时期的重大政治任务，坚持原原本本学、融会贯通学、联系实际学，问题。



## 河南工程学院报

HENAN GONGCHENG XUEYUAN BAO

中共河南工程学院委员会主管主办 《河南工程学院报》编辑部出版 E-mail:hngcxyb@163.com

## 共青团河南工程学院第一次代表大会暨河南工程学院第一次学生代表大会胜利召开

引领文明新风的时代先锋。

共青团河南省委学校部部长陈勇在开幕式上致辞。他充分肯定了我校多年来团学工作所取得的成绩，指出当前全省上下正牢记习近平总书记视察调研河南时的殷殷嘱托，奋力以党的建设高质量推动经济发展高质量，

局面，团结带领全校广大团员青年推进学校发展具有十分重要的意义。就做好新形势下的团学工作，她向新一届团委会、学生会委员会和主席团及广大团学生代表提出了三点要求：一是提高认识，统一思想，深入贯彻会议精神；二是从严治团，身体力行，锤



向着中原更加出彩的目标扎实迈进。他希望共青团和学生会组织坚持思想引领，更好地把广大团员青年团结凝聚在党的周围；坚持立德树人，扛起为育人的政治责任；坚持服务大局，汇聚建功中原更加出彩的青春力量；坚持改革攻坚，打牢为党做好青年群众工作的坚实基础。

校党委副书记李春英在闭幕会上指出，大会充分展现了我校团员青年朝气蓬勃、开拓进取的良好精神风貌，是一次高举旗帜、凝聚力量、求真务实、开拓创新的青春盛会，对于不断开创全校共青团和学生会工作新

炼工作作风；三是牢记使命，直面挑战，履行新的职责。以这次团代会为新的起点，奋发有为，开拓创新，扎根在党的周围；坚持立德树人，扛起为育人的政治责任；坚持服务大局，汇聚建功中原更加出彩的青春力量；坚持改革攻坚，打牢为党做好青年群众工作的坚实基础。

大会听取并审议了王俊飞代表共青团河南工程学院委员会所作的题为《坚守初心牢记使命 砥砺前行 奋力谱写新时代学校发展新篇章贡献青春力量》的工作报告；书面审议了团《不忘初心使命 锐意进取前行 团结带领全校广大团员青年为建成高水平应用技术大学努力奋斗》的学生会工作

报告和《河南工程学院学生会组织改革方案》及《河南工程学院学生会章程》。

与会代表对两个工作报告和两项制度进行了热烈讨论。大家一致认为，两个报告全面、客观地回顾了我校近年来的团学工作，总结了经验，提出了今后一段时间的目标任务，对我校今后团学工作的开展和广大团员青年的成长成才，具有重要的指导作用；两项制度吸收了团学组织改革的最新精神，符合改革发展趋势，对学生会的建设发展具有重要的指导意义。与会代表还就加强我校未来团学工作提出了建设性的意见和建议。大会选举产生共青团河南工程学院第一届委员会委员、第一届学生会委员会委员和主席团成员，通过了《团委工作报告的决议》、《学生会工作报告的决议》和《共青团河南工程学院第一次代表大会和河南工程学院第一次学生代表大会全体代表致全校团员青年倡议书》。

校工会副主席张文敬在开幕式上致了热情洋溢的祝辞。中国科学技术大学、郑州大学等国内100多所高校团委和学生会，河南省教育厅、驻马店市、吉林通化市委党校、郑州市中原区等地方团组织发来贺信、贺电，向大会的胜利召开表示热烈祝贺。

闭幕会结束后，共青团河南工程学院第一届委员会第一次全体会议召开，选举了新一届团委书记、副书记。王俊飞当选为团委书记，张黎烁、悦国宁、王晶、曹伟娜、陈超（学生）、胡际洲（学生）当选为副书记。（团委 王俊飞 摄影全泽矿）

## 省委宣讲团来到我校宣讲党的十九届四中全会精神



学习贯彻党的十九届四中全会精神省委宣讲团报告会在我校综合楼二楼会议室举行。省委宣讲团成员、省委宣传部副部长尹书博来我校作专题宣讲报告。学校全体在校校领导、副处级以上干部、思政课教师、辅导员及学生代表聆听了报告。报告会由校党委书记刘湘玉主持。

报告会上，尹书博以《新时代国家制度和治理体系建设》为题，围绕“新中国国家制度和治理体系建设的光辉历程与伟大成就”“新时代国家制度和治理体系举旗定向的政治宣言”“贯彻落实全会精神 谱写中原更加出彩的绚丽篇章”等三个方面，结合国情、省情对党的十九届四中全会精神进行了深入解读。报

告紧扣四中全会精神主题，全面阐释了坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的重大意义，系统解读了我国国家制度和治理体系的显著优势，重点分析了坚持和完善中国特色社会主义制度的总体要求、总体目标和重点任务，着重阐释了党的领导制度、人民当家作主制度、基本经济制度等重大问题。

尹书博指出，要更加紧密的团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，坚定信心，锐意进取，开拓创新，为坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化，为实现中华民族伟大复兴的中国梦谱写中原更加出彩的绚丽篇章。

党委书记刘湘玉在主持报告会时指出，宣讲报告主题鲜明、内容丰富、阐释精准、史料翔实、讲授生动，对于我们深入学习贯彻党的十九届四中全会精神，落实好高校立德树人的根本任务，推动学校高水平应用技术大学建设具有很强的理论和现实指导意义。刘湘玉强调，全校各级党组织和领导干部要切实提高政治站位，把学习贯彻全会精神作为当前和今后一个时期的重大政治任务，坚持原原本本学、融会贯通学、联系实际学，问题。

认真领会，准确把握，切实把把全校师生的思想和行动统一到全会精神上来；要广泛进行宣传阐释，为全面推进国家治理体系和治理能力现代化创造良好的思想舆论和社会氛围；要结合实际，认真抓好贯彻落实，用中央和省委部署统一思想、凝聚共识、指导行动，以强烈的责任感和使命感全面推进学校治理体系和治理能力现代化，为实现学校一次党代会提出的奋斗目标作出新的更大的贡献。

报告会结束后，与会师生代表结合听报告会的感悟以及自身实际，纷纷上前提问。尹书博旁征博引，结合案例作了深入浅出的解答，引来热烈掌声。与会党员干部纷纷表示，将深入学习贯彻党的十九届四中全会精神，坚持立德树人根本任务，把制度自信转化为扎实工作，拼搏进取的行动，谱写新时代教育发展新篇章。（党委宣传部 卫华伟 摄影全泽矿）

2019年11月30日

第504期

国内统一刊号

CN41-0833/(G)