

国枫周刊

GRANDWAY WEEKLY



GRANDWAY

2023年第23期 总第733期

2023/07/07



北京国枫律师事务所（北京-上海-深圳-成都-西安-杭州-香港）

Grandway Law Offices (Beijing-Shanghai-Shenzhen-Chengdu-Xi'an-HangZhou -Hong Kong)

地址:北京市东城区建国门内大街26号新闻大厦7层

Address: 7/F, Beijing News Plaza, NO.26 Jianguomenneidajie,

邮编:100005

Dongcheng District, Beijing, China, 100005

电话:010-66090088/88004488

Tel:86-10-6609-0088/8800-4488

传真:010-66090016

Fax:86-10-6609-0016

网址:www.grandwaylaw.com

Website:www.grandwaylaw.com

（本周刊仅供本所内部交流及本所客户参阅之用）

国枫动态	GRANDWAY NEWS	2
◇ “芯”之所向 联“动”未来 ——国枫助力芯动联科在上海证券交易所科创板上市.....		2
With the assistance of Grandway , Anhui Xdlk Microsystem Corporation Limited listed on the Shanghai Stock Exchange STAR Market successfully		2
◇ 国枫提供法律服务的科华数据向不特定对象发行可转债项目获深交所上市审核委员会审核通过		5
Kehua Data Co., Ltd., which provides legal services for Grandway, has been approved by the Shenzhen Stock Exchange Listing Review Committee for issuing convertible bonds to unspecified targets		5
◇ 国枫提供法律服务的吉大正元向特定对象发行股票项目获得中国证监会同意注册批复...7		7
Grandway provided legal services to Jilin University Zhengyuan Information Technologies Co. Received registration approval from the China Securities Regulatory Commission for the issuance of shares to specified parties		7
◇ 国枫合伙人张宇律师受聘为厦门仲裁委员会仲裁员.....		9
Grandway Partner Zhang Yu Appointed as Arbitrator of Xiamen Arbitration Commission		9
◇ 国枫党总支召开全体党员会议，传达学习贯彻司法部律师座谈会精神.....		11
Grandway Party Branch held a meeting of all party members to convey and implement the spirit of the Ministry of Justice Seminar for Lawyers.....		11
法制动态	SECURITIES INDUSTRY NEWS	12
◇ 证券业务所信披规定出炉 提高证券审计市场透明度.....		12
China Introduces Information Disclosure Provisions for Securities Business Operations to Improve Securities Audit Transparency.....		12
◇ 国家药监局发布《药品标准管理办法》		13
The State Food and Drug Administration has issued the "Drug Standard Management Measures"		13
◇ 四部门集中清理妨碍统一市场和公平竞争政策措施.....		14
Four branch of government Clears up Policy Measures That Hinder Market Unification and Fair Competition.....		14
◇ 人社部出台《人力资源服务机构管理规定》		15
The Ministry of Human Resources and Social Security has issued the "Regulations on the Management of Human Resources Service Institutions".....		15
专题研究	RESEARCH ON CURRENT ISSUES	16
◇ 上市公司并购项目尽职调查关注要点.....		16
Due diligence points for M&A projects of listed companies		16
律所人文	GRANDWAY COMMUNITY	22
◇ 和努力一样重要的，是管理好人生的半径.....		22
As important as effort is to manage the radius of life.....		22

◇ “芯”之所向 联“动”未来 ——国枫助力芯动联科在上海证券交易所科创板上市

With the assistance of Grandway , Anhui Xdlk Microsystem Corporation Limited listed on the Shanghai Stock Exchange STAR Market successfully



2023年6月30日,由北京国枫律师事务所全程提供法律服务的安徽芯动联科微系统股份有限公司(以下简称“芯动联科”,股票代码688582)于上海证券交易所科创板上市。芯动联科本次公开发行数量为5521万股,发行价格为26.74元/股。



芯动联科是一家集高性能 MEMS 惯性传感器研发、测试、销售为一体的高新技术企业。公司主要产品包括 MEMS 陀螺仪和 MEMS 加速器，其产品核心性能指标已达国内领先、国际先进水平，是国内少数可以稳定量产高性能惯性传感器的高科技半导体公司。

北京国枫律师事务所作为芯动联科本次发行的法律顾问，为芯动连科本次发行上市全程提供专业优质的法律服务，本项目由合伙人王勇律师团队承办、合伙人张明律师领衔负责，签字律师为张明律师、鱼武华律师、王岩律师，项目组成员还包括张利秀律师、谭巍律师、高林歌律师和罗细凤律师助理。

感谢芯动联科对国枫长期以来的信任，感谢保荐机构中信建投证券股份有限公司、审计机构中汇会计师事务所（特殊普通合伙）的鼎力支持与高效协作，也感谢为本项目辛勤付出的每一位国枫同事。

再次祝贺芯动联科在上海证券交易所科创板成功上市！



王勇 北京国枫律师事务所 合伙人

业务专长

公司证券、投资并购

证券及投融资领域诉讼



张明 北京国枫律师事务所 合伙人

业务专长

公司证券、投资并购

证券及投融资领域诉讼



鱼武华 北京国枫(西安)律师事务所 合伙人

业务专长

公司收购与兼并业务

公司证券业务、基金业务



王岩 北京国枫律师事务所 合伙人

业务专长

公司收购与兼并业务、公司证券业务

私募基金及股权投资业务

(来源：国枫律师事务所公众号)

◇ 国枫提供法律服务的科华数据向不特定对象发行可转债项目获深交所上市审核委员会审核通过

Kehua Data Co., Ltd., which provides legal services for Grandway, has been approved by the Shenzhen Stock Exchange Listing Review Committee for issuing convertible bonds to unspecified targets



近日，由国枫提供法律服务的科华数据股份有限公司（证券简称：科华数据，股票代码：002335）申请向不特定对象发行可转换公司债券项目获得深圳证券交易所上市审核委员会 2023 年第 49 次会议审核通过。

科华数据成立以来立足电力电子核心技术，融合创新数字科技，提供数据中心、高端电源、清洁能源综合解决方案，服务全球 100 多个国家和地区的客户，推动政府、金融、工业、通信、交通、互联网等行业数字化、能源低碳化的转型发展。科华数据本次发行项目拟募集资金总额不超过人民币 149,206.80 万元，募集资金拟投入“智能制造基地建设项目（一期）”“科华研发中心建设项目”“科华数字化企业建设项目”及补充流动资金、偿还借款。本次发行项目顺利过会，将有助于科华数据扩大智慧电能系列产品的产能、提高智慧电能技术研发和产品开发能力，进一步夯实其在行业的领先地位，增强持续盈利能力，推动其实现长期可持续发展。

在十余年的坚实合作基础上，国枫继续为科华数据本次发行项目提供了专业优质的法律服务。本次发行项目由合伙人周涛律师负责，项目签字律师为袁月云律师、黄巧婷律师，项目组成员还包括欧阳浩川、夏燕等多位律师及律师助理。

感谢科华数据长期以来对国枫的信任与支持，感谢广发证券股份有限公司及容诚会计师事务所（特殊普通合伙）的支持与协作，祝贺科华数据本次发行项目顺利通过深圳证券交易所上市审核委员会审核。



周涛 北京国枫律师事务所 合伙人
业务专长
公司证券发行
并购重组、投融资



袁月云 北京国枫(深圳)律师事务所 合伙人
业务专长
资产证券化
并购重组、证券发行



黄巧婷 北京国枫(深圳)律师事务所 授薪合伙人
业务专长
公司证券发行、并购重组、股权激励
投融资、常年法律顾问

（来源：国枫律师事务所公众号）

◇ 国枫提供法律服务的吉大正元向特定对象发行股票项目获得中国证监会同意注册批复

Grandway provided legal services to Jilin University Zhengyuan Information Technologies Co. Received registration approval from the China Securities Regulatory Commission for the issuance of shares to specified parties



近日，由北京国枫律师事务所提供法律服务的长春吉大正元信息技术股份有限公司（股票简称：吉大正元，股票代码：003029）向特定对象发行股票项目获得中国证券监督管理委员会同意注册的批复。

吉大正元提供的主要产品和服务包括网络安全产品、网络安全服务和网络安全生态。吉大正元成立至今的 23 年来，紧密围绕着国家战略发展规划，在数字经济、数字政府、国防安全、物联安全、数据安全等领域积极探索，大力加强政务系统、军队军工系统以及大型央企、国企等企业的安全建设，为广大用户在数字化转型中面临的难题，提供密码安全、身份与信任、数据安全、物联安全等方面的解决方案。吉大正元本次向特定对象发行股票募集资金总额不超过 17,970.87 万元（含本数），扣除发行费用后将全部用于补充流动资金。吉大正元通过本次发行可以优化公司资本结

构，增强公司资金实力，更好地满足公司业务发展所带来的资金需求，为公司未来经营发展提供资金支持，从而巩固公司在网络安全领域的市场地位，提升公司的综合竞争力，为公司的健康、稳定发展夯实基础。

在多年的坚实合作基础上，国枫继续为吉大正元本次发行项目提供了专业优质的法律服务。本次发行项目由合伙人曹一然律师负责，项目签字律师为曹一然律师、陈志坚律师、张凡律师，项目组成员还包括单元森、程婷等。

感谢吉大正元长期以来对国枫的信任和支持，感谢招商证券股份有限公司及天职国际会计师事务所（特殊普通合伙）的支持与协作，也感谢为本项目辛勤付出的每一位国枫同事。



曹一然 北京国枫律师事务所 合伙人
业务专长
公司收购与兼并业务、公司证券业务、矿业开发



陈志坚 北京国枫(杭州)律师事务所 授薪合伙人
业务专长
公司收购与兼并业务、公司证券业务、金融业务

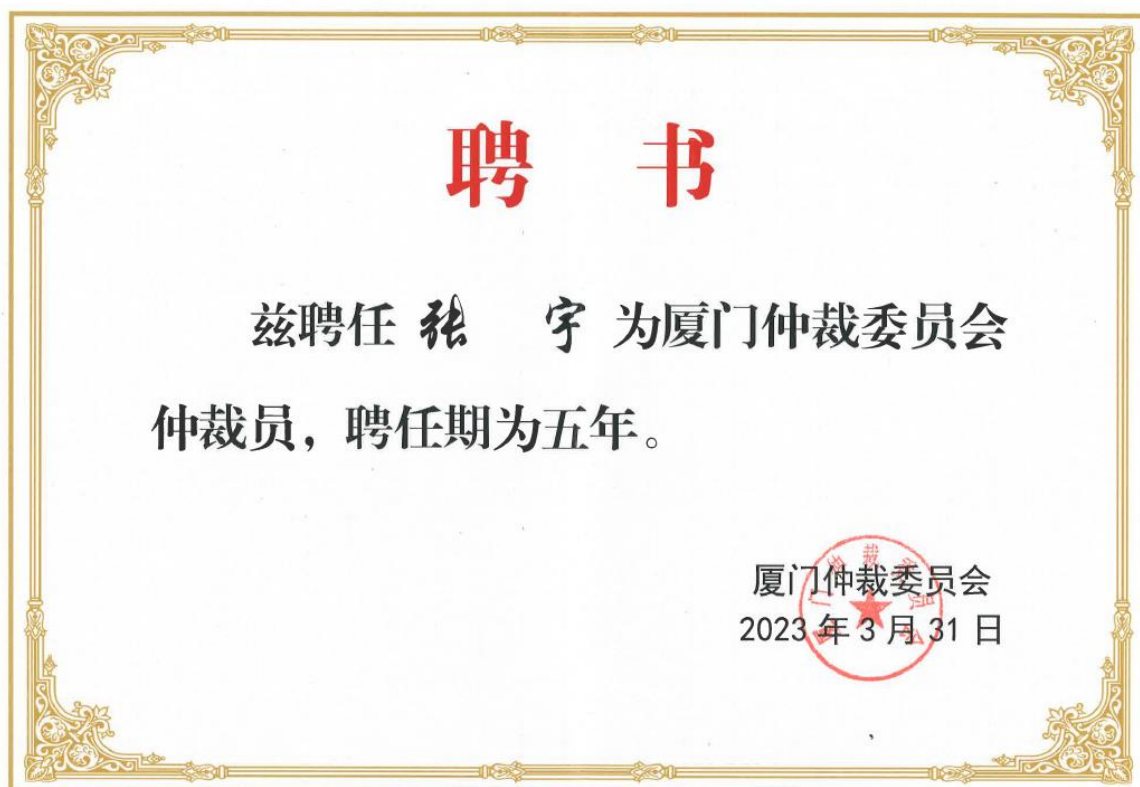


张凡 北京国枫(上海)律师事务所 律师
业务专长
公司证券业务、常年法律顾问业务

（来源：国枫律师事务所公众号）

◇ 国枫合伙人张宇律师受聘为厦门仲裁委员会仲裁员

Grandway Partner Zhang Yu Appointed as Arbitrator of Xiamen Arbitration Commission



继成都、南京、昭通、朔州仲裁委员会后，国枫成都办公室合伙人张宇律师再次通过了厦门仲裁委员会的资格审查及考核遴选，受聘为厦门仲裁委员会仲裁员。

张宇律师深耕于争议解决（商事仲裁）、劳动人事、“一带一路”东南亚投资多项专业领域，系中华人民共和国司法部涉外律师专家人才库成员，曾获四川省优秀青年律师和成都市优秀律师称号，现任四川省外事专委会委员、成都市律师代表、成都市律师执业面试考官、成都市律协自贸区专委会副秘书长、成都市律协“一带一路”国际商事调解中心调解员/外国法查明员，亦同时担任成都、南京、昭通、朔州仲裁委员会仲裁员、郫都区劳动人事争议仲裁委员会仲裁员、温江区劳动人事争议仲裁委员会仲裁员及成都市律师调解员等职。

张宇律师在二十多年的执业经历中，为众多国有企业、领事馆、大型外资企业提

供了诸多劳动人事、争议解决方面的专项法律服务，获得了广大客户的高度赞誉。

厦门仲裁委员会成立于1996年1月，秉承“中立、公正、专业、高效”的仲裁宗旨，是全国前列的区域性国际商事仲裁机构。



张宇 北京国枫(成都)律师事务所 合伙人
业务专长
房地产、公司并购、争议解决（仲裁与调解）
劳动人事、“一带一路”（东南亚投资方向）

（来源：国枫律师事务所公众号）

◇ 国枫党总支召开全体党员会议，传达学习贯彻司法部律师座谈会精神

Grandway Party Branch held a meeting of all party members to convey and implement the spirit of the Ministry of Justice Seminar for Lawyers



7月5日上午，北京国枫律师事务所党总支召开全体党员会议，传达学习司法部“做党和人民满意的好律师”座谈会精神，研究布置具体落实事宜。党总支书记张利国主持会议，全体在京律师参加，出差律师线上参加会议。

张利国同志传达了“做党和人民满意的好律师”座谈会精神，并对如何落实座谈会精神提出具体要求。与会党员认真学习讨论会议精神，大家一致认为，贺荣部长代表司法部党组对广大律师提出的“五点希望”，体现了司法部党组对律师队伍的关心关爱，为如何“做党和人民满意的好律师”提出了政治要求和奋斗目标，指明了努力的方向。大家纷纷表示，坚决落实司法部党组要求，以主题教育为契机，把学习贯彻座谈会精神与学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、学习贯彻党的二十大精神结合起来，贯彻“五点希望”，争做“五个表率”，积极践行职责使命，努力做党和人民满意的好律师。

（来源：国枫律师事务所公众号）

◇ 证券业务所信披规定出炉 提高证券审计市场透明度

China Introduces Information Disclosure Provisions for Securities Business Operations to Improve Securities Audit Transparency

据财政部网站 7 月 3 日消息，为贯彻落实国办发〔2021〕30 号精神，财政部联合证监会制定了《会计师事务所从事证券服务业务信息披露规定》，该规定自 2023 年 7 月 1 日起施行。

《规定》适用于会计师事务所披露证券服务业务相关信息。会计师事务所应当保证所披露信息的真实、准确、完整、及时，不得有虚假记载、误导性陈述或重大遗漏。会计师事务所应当披露的基本信息涉及基本情况、上一年度执业人员情况、上一年度分支机构情况、上一年度取得的收入情况、职业风险保障情况、国际化情况等。会计师事务所还应当披露上一年度证券服务业务有关信息，包括主要行业、客户家数、资产规模总额、收费总额。

（来源：财政部）

◇ 国家药监局发布《药品标准管理办法》

The State Food and Drug Administration has issued the "Drug Standard Management Measures"

7月5日，国家药监局网站公布《关于发布<药品标准管理办法>的公告》。

《办法》共七章五十二条，适用于国家药品标准、药品注册标准和省级中药标准，明确了三类标准的制定和修订程序、要求和关系，并对化学原料药、医疗机构制剂、药用辅料和药包材等的标准管理进行了相应规定。新版国家药品标准颁布后，持有人经评估其执行的药品标准不适用新颁布的国家药品标准有关要求的，应当开展相关研究工作，按照药品上市后变更管理相关规定，向药品审评中心提出补充申请并提供充分的支持性证据。

（来源：国家药监局）

◇ 四部门集中清理妨碍统一市场和公平竞争政策措施

Four branch of government Clears up Policy Measures That Hinder Market Unification and Fair Competition

6月28日，市场监管总局、国家发展改革委、财政部、商务部联合印发《关于开展妨碍统一市场和公平竞争的政策措施清理工作的通知》，部署全面清理妨碍统一市场和公平竞争的各种规定和做法。

此次清理范围涵盖国务院各部门和县级以上地方各级人民政府及其所属部门2022年12月31日前制定、现行有效的涉及经营主体经济活动的规章、规范性文件和其他政策措施，重点清理妨碍市场准入和退出、妨碍商品和要素自由流动、影响生产经营成本、影响生产经营行为等妨碍建设全国统一大市场和公平竞争的规定和做法，确保“应清尽清”。

(来源：市监总局)

◇ 人社部出台《人力资源服务机构管理规定》

The Ministry of Human Resources and Social Security has issued the "Regulations on the Management of Human Resources Service Institutions"

6月30日，人社部网站公布《人力资源服务机构管理规定》，自8月1日起施行。

《规定》共六章五十一条，规定了行政许可和备案、服务规范、监督管理、法律责任等方面内容，系首部系统规范人力资源服务机构及相关活动的专门规章。《规定》在行政许可和备案方面明确了相关条件、程序、材料、时限等规定，进一步简化材料和优化流程，提升政务服务便民化水平；在服务规范方面针对招聘信息审查、个人信息保护、明示服务信息、开展公平竞争等人力资源服务活动，统一规定了服务原则、事项、标准；在监督管理方面明确了年度报告、日常检查、诚信建设、社会监督等规定，尤其对创新监管方式、确定管辖权、撤销注销许可、加强部门协同等方面作出规定，构建了较为完备的综合管理制度体系。

（来源：人社部）

◇ 上市公司并购项目尽职调查关注要点

Due diligence points for M&A projects of listed companies



本文立足于未达到重大资产重组标准的小规模并购需求，结合实务经验从并购项目尽职调查的一般关注要点、基于并购目的的尽职调查关注要点、基于并购方式的尽职调查关注要点等方面梳理上市公司并购项目尽职调查的关注要点。

作者：赵耀

上市公司在发展过程中，出于布局相关领域、开拓相关市场、注入优质资产等考虑，可能会涉及并购需求。对于达到《上市公司重大资产重组管理办法》规定的重大资产重组标准的，应遵循相关规则。对于未达到前述标准的小规模并购行为，也是很多上市公司面临的市场需求。本文主要立足于未达到前述标准的小规模并购需求，结合实务经验梳理上市公司并购项目的尽职调查关注要点。

一、并购项目尽职调查的基本原则—— 全面而有重点

尽职调查对于证券律师而言并不陌生，相较于 IPO 项目“较长周期、全面而详尽的尽职调查”的特点，并购项目的尽职调查周期通常比较短，因此需要在较短时间内“全面而有重点的尽职调查”。

所谓“全面”，是指与法律相关的事项均应纳入尽职调查的范围，如基本情况与历史沿革、股东、业务、主要资产、关联交易与同业竞争、重大债权债务、税务与财政补贴、环境保护与产品质量、劳动与社会保障、诉讼仲裁与行政处罚等，本文不再赘述。所谓“有重点”，是指需要结合上市公司并购的目的和需求、标的公司的具体情况、不同并购方式下不同的侧重点等因素，根据重要性原则对相关法律事项进行有重点的尽职调查。

本文将从并购项目尽职调查的一般关注要点、基于并购目的的尽职调查关注要点、基于并购方式的尽职调查关注要点等方面梳理并购项目尽职调查的关注要点。

二、并购项目尽职调查的一般关注要点

并购项目的尽职调查通常不超过全面尽职调查的范围，在有限的时间内需要全面了解标的公司的基本情况，并关注各法律事项的常规关注要点。

具体而言，各法律事项的常规关注要点简单列举如下：历史沿革中需要重点关注股东出资、股权变动、股权清晰、持续经营等情况；股东章节需要重点关注股东资格、股权权属、股权清晰、员工激励等情况；业务章节需要重点关注业务模式及重要授权、核心技术来源与核心竞争力、业务资质和许可、业务独立性、完整性、合规性、重大业务合同及客户供应商、境外经营情况等；资产章节需要重点关注资产权属、权利瑕疵、侵权纠纷、特许经营及重要授权、在建工程审批备案手续等；重大债权债务章节需要重点关注客户供应商情况、重大合同、侵权之债，并特别关注或有负债、对外担保等事项；关联交易与同业竞争章节既要关注标的公司自身的关联交易、独立性情况，又要关注其与上市公司之间的关联关系以及本次交易是否涉及关联交易情况；既要关注标的公司涉及的同业竞争情况，也要关注本次交易后对相关人员同业竞争、竞业禁止的限制情况；环境保护章节需要结合标的公司所处的行业、排污的具体情况核查其排污许可、环评批复、守法合规等情况；还应当关注标的公司安全生产及产品质量情况；税务与财政补贴章节需要关注税收缴纳的完整性、合规性，以及财政补贴的真实性、稳定性等；劳动与社会保障章节需要重点关注社保、公积金缴纳情况，对于核心技术人员和主要管理人员，还应当关注其竞业限制、职务发明等情况；诉讼仲裁与行政处罚章节应当关注标的公司的合规经营情况，是否涉及重大诉讼仲裁、行政处罚事项，关注主要管理人员的守法合规情况等。

以上系针对常规事项就并购项目尽职调查中所涉重要事项所做的梳理，在前述基础上，还应当结合标的公司的具体情况，对相关事项进行全面而有重点的尽职调查。

三、基于并购目的的尽职调查关注要点

“为何并购？”，了解上市公司并购的目的和需求，是我们做好尽职调查工作的基础，也直接决定了尽职调查的关注要点。尽管相关事项已经包括在常规尽职调查范围之内，但若涉及并购目的和需求，则相关事项应当给予更多的关注。

例如，某公司拟布局半导体行业，由于该公司自身并未涉及半导体行业，因此相关行业政策、行业准入和资质、业务模式、上下游企业现状、国际贸易管制等事项，是我们尽职调查中应当关注的重点问题；某公司主营业务集中于国内市场，其拟开拓海外市场，则境外业务模式、市场准入和资质、渠道和客户、品牌效应等事项，是我们尽职调查中应当关注的重点问题；某公司拟注入某优质资产，则资产权属、资产瑕疵、资产交付等事项，是我们尽职调查中应当关注的重点问题；某公司需要标的公司某项核心技术，则相关技术来源、知识产权、独立性、技术交付等事项，是我们尽职调查中应当关注的重点问题；某公司中意标的公司的管理团队，则相关人员的劳动关系、社保公积金、工作经历、竞业限制/竞业禁止等事项，是我们尽职调查中应当关注的重点问题。

在开展并购项目尽职调查之前，我们应当思考并沟通上市公司该次并购的目的和需求，是布局新的领域和产业，还是既有产业的拓展；是境外市场的开拓，还是现有业务上下游的扩张；是技术型需求，需要标的公司的某项核心技术和竞争力，还是渠道型需求，需要标的公司的渠道和客户……尽管该等问题的法律属性相对较弱，但却是打开我们尽职调查方向和重点的关键环节。

四、基于并购方式的尽职调查关注要点

通常而言，并购方式与尽职调查相辅相成，不同并购方式意味着尽职调查的重点可能会略有差异，而尽职调查的结果亦决定了能否采用某种并购方式。

一方面，股权收购和资产业务收购是常见的并购方式，不同并购方式决定了尽职调查的重点。若采用股权收购方式，则意味着标的公司未来将成为上市公司的子公司，因此标的公司作为法律主体所涉及的事项，如历史沿革、重大债权债务、诉讼仲裁、行政处罚等事项是应当重点关注的法律问题。若采用资产业务收购方式，标的公司作为法律主体所涉及的事项可以相对弱化，相关资产权属、资产瑕疵、资产交付以及业务合规性、独立性、业务资质等事项是应当重点关注的法律问题。

需要特别注意的是，在股权收购中，应当特别关注或有负债、对外担保等事项，该等事项将可能导致上市公司未来子公司的重大债务风险。因此，我们不仅应当穷尽各种核查手段，核查潜在的债务风险，而且务必在交易协议中载明相关声明承诺、赔偿义务、违约责任等事项，防范潜在的风险。对于资产和业务收购而言，上市公司将剥离拟收购的资产和业务，标的公司或有负债和风险将保留在标的公司，因此资产业务收购下对于标的公司或有负债和风险的关注度相对较低。

在资产业务收购中，应当特别关注拟收购资产业务未来的独立性问题。资产收购中涉及资产权属、资产瑕疵及资产的转让、交付问题，核心在于相关资产权属变更、交付至上市公司或其指定的新公司。业务收购涉及业务资质的变更、业务合同签署主体的变更、相关业务人员的安置及劳动合同的变更、竞业限制等事项。例如，我们在尽职调查中需要根据相关行业规定，判断业务资质涉及的主体变更需要具备的条件及履行的程序，业务资质的变更是否具有可行性；再如，我们需要关注原业务合同中对于合同主体及权利义务变更的限制，如是否需要合同相对方事先书面同意等，从而判断合同主体变更的可行性及其难易程度。

另一方面，尽职调查的结果决定了并购方式的适用。例如，若在尽职调查中发现标的公司在历史沿革中存在代持等股权权属问题，而相关股东之间存在争议或不可调和的诉求，则股权收购方式应慎重考虑；又如，若在尽职调查过程中发现标的公司在税务、业务合规性等方面存在重大隐患，则尽可能脱离相关法律主体、剥离相关业务，采用资产业务收购方式为宜；再如，若标的公司的业务资质具有较大的并购价值，而相关行业中业务资质的申请具有较高的标准和难度，新设立的公司难以满足相关要求或需要较长时间方能具备申请条件，则该等情形下不宜采用资产业务收购方式。



赵权 北京国枫律师事务所 授薪合伙人
业务专长
公司证券业务、公司并购重组业务

（来源：国枫律师事务所公众号）

◇ 和努力一样重要的，是管理好人生的半径

As important as effort is to manage the radius of life

拓宽认知半径

看过一句话，“挡在你面前的，只有你自己。”人的视野和认知都有边界，这些边界很大程度会影响自己的选择。认知半径大的人，更能看到事物的本质，思考问题也会更深入和长远。

想要拓宽自己的认知，就要多读书。读书，是拓宽视野的捷径，也是最低成本的自我增值方式。通过阅读，我们可以跨越时空与书籍作者碰撞出思维的火花。每一次对话，都是对自己已有认知的修正；每一次修正，都会给自己带来改变。

当你的认知上去了，才能做出更明智的判断，脚下的路就会走得笃定自如，人生格局也就越来越广阔。

延长能力半径

今天的你处在哪个位置，并不一定是最重要的，重要的是在未来，你会用什么样的方式持续成长。不论何时何地，我们首先要学会静下心来提升自己的能力，因为它能给予生活持续不断的力量。

有句话说：“不要追一匹马，你用追马的时间去种草，待春暖花开时，能吸引一批骏马来供你选择。”比起处处找寻他人帮助，你更需要做的是不断提升自己的能力。很多志同道合的朋友，都是在各自的道路上奔跑时遇见的。

同时，还要对自己的能力半径有清晰的认知，能力缺乏不可取，但高估自己的能力也不可取。唯有认清自己，理清自己的能力半径，并慢慢付出努力，你才能在一路前行中，耐得住平淡、受得住磨砺、守得住璀璨。

收缩注意力半径

当我们关注的事太多时，会自然而然地想放下一些事，以达到心态与生活的平衡。即便如此，我们依旧会在某些事情中纠结到难以抉择，这时候，就需要学会对注意力做好分配。

越是选择众多时，越是要保持清醒、擦亮双眼。学会将自己关注的事进行排序，主动过滤掉无用的信息，选择去做一些真正重要的事，当下的每分每秒才会变得更有意义。

当你具备了分配注意力的能力，你就能更好地安排自己的生活，也能明确地知道自己想要什么。只有全力以赴地投入，才能更有效地推动自己取得成功。

（来源：人民日报）