

珍惜缘分

□市委政法委 高顺平



出，“缘分”的意思是因缘、机缘。我们所在的星球浩瀚无边，总人口已经远远超过了60亿，人类有着不同的肤色、不同的种族、不同的语言，分布在不同的国家。由于受资金、学习和时间的限制，人们真正能够有缘相见、相识，进而相知的人是凤毛麟角，少之又少。这么多人和我们共同生活在一个地球上，而我们却浑然不觉对方的存在；有多少人和我们同属于一个国家，而我们却无缘相见；又有多少人和我们生活在同一座城市，而我们却只是擦肩而过，无缘相识。

缘分如此来之不易，我们每个人都应该分外珍惜才对。但现实生活中却不是这样。一些人对待同事，不是团结协作，而是处处设防，相互拆台；对待朋友，不是真诚相处，而是坑蒙拐骗，无所不做；对待邻居，不是友好相处，而是画地为牢；对待家人，也常常为了些许琐碎小事，争得面红耳赤，鸡犬不宁。这些人如此不珍惜上天赐予我们的缘分，暴殄天物，将人间最美好、最圣洁、最珍贵的东西轻易抛弃，最终将难以品味到人生这杯美酒的甘甜滋味。

缘分不是诗，但它比诗更美丽；缘分不是酒，但它比酒更香浓。让我们好好珍惜这难得的缘分吧！

我们来到人间，需要珍惜的东西很多：珍惜机会，珍惜工作，珍惜荣誉，珍惜地位，珍惜友谊，珍惜爱情，珍惜健康，珍惜家人，珍惜粮食，珍惜金钱，如此等等。此外，还有更重要的，那就是要学会珍惜缘分。

什么是缘分？从《辞海》中可以查

调制美味沙拉

调制中式沙拉很容易。蘑菇、苹果、芹菜沙拉的调制方法如下：

原料：3棵芹菜，斜切成块，保留菜叶；6个青皮洋葱；4个茼蒿菜心；125克蘑菇；2汤匙特级纯正橄榄油；1个优质苹果。

调味品：1咖啡匙芥末、一小撮白糖，1汤匙苹果醋，4汤匙特级纯正橄榄油、盐、胡椒粉。

做法：将芹菜叶与青皮洋葱放入冷水中；在另一容器中，同样将茼蒿放入冷水中。将芥末、糖、醋调成汁，加入盐和胡椒粉，慢慢倒入橄榄油，充分搅拌，直至醋汁变得浓稠。在蘑菇中加入少许盐和胡椒粉。在煎锅中将橄榄油加热，倒入蘑菇



迅速煎炸。一分钟过后，倒入色拉盘内，加入1咖啡匙醋汁，浸渍15分钟。将苹果切成4份，去核，再将4份苹果分别切成8片。将苹果、芹菜与蘑菇混合。茼蒿沥干，倒入色拉盘中。同样将芹菜叶及洋葱沥水，用布挤干，然后将其放入沙拉盘中，倒入剩余醋汁，即可食用。（李晓云）

防衣服褪色三洗法

醋洗法：针对红色、绿色或紫色等颜色鲜艳的纯棉衣服和针织品。洗涤前，往水中加适量醋浸泡，可以保证衣服的颜色光洁如新。注意醋的用量不宜太大，浸泡的时间也不能过久，否则容易将浅色衣服染色。

花露水清洗法：对于棉织品和毛线织品，先按常规方法清洗，再将洗净的衣物放在清水中，滴入几滴花露水，浸泡10



分钟左右即可。此法不但能使衣物色泽鲜艳，更能起到消毒、杀菌、去除汗味的作用。

盐水浸泡法：对付牛仔装和花色衣服的褪色问题，盐水浸泡法效果极佳。新衣第一次下水前先用浓盐水泡半个小时，然后清洗。如果仍有轻微掉色，可以在每次清洗前先用浓盐水浸泡10分钟，长此以往，可以缓解衣服掉色。（韩新华）

“家”话连篇

（第八期）

【编辑道白】在繁忙的生活中，一个简单的小窍门就可能帮你解决一个复杂的大问题，但是如果你不知道这些小窍门，就可能为之付出很多艰辛。生活中，你经常使用

小窍门吗，你都知道哪些小窍门？请把它写出来，与大家共同分享。同时，如果你有什么解决不了的问题，也可以提出来，请读者为你解答。欢迎参与我们的下期话题讨论——“生活中的小窍门”。来信请寄到鹤壁日报社《淇滨晚报》家政家事版，或发邮件至 ghylyx2002@163.com。

我是这样教育孩子的（第七期）

帮孩子跨过那道“坎”儿

□市财政局 李海玲

在女儿成长的过程中，给我印象较深的是两三年前她参加英语学习辅导班和跆拳道训练班时的情景。小孩子干什么缺乏自制力，难以持之以恒，看到别人报什么班，自己就想上什么班，但难以坚持下来。刚上英语班时，女儿的积极性很高，认真肯学，没多久，新鲜感就没有了，产生了厌学情绪，成绩也一塌糊涂，最后竟打起了退堂鼓，不想去参加培训了。此时，我及时与辅导老师联系，了解女儿的学习情况，并向老师请教引导孩子有效途径，老师的一番话很有道理：一般孩子参加培训班，刚开始的时候都有一段厌学期。这一段时间，孩子就需要家长帮助、老师配合，帮其跨过这道“坎”儿。必要时，也不排除采取强硬措施，像常言说的那样，把那根筋别过来，但关键还是以鼓励为主。

取得“真经”后，我与女儿进行了一番交谈。首先肯定她是个聪明的孩子，并郑重地提到老师也夸她接受新知识的能力强，每次听课都有进步，再加把劲儿，一定会取得好的成绩。然后，再开导她，强调英语的重要性。接下来

的两次听课，我都亲自把她送去，老师也在课堂上不失时机地对她进行表扬和鼓励，她的精神面貌大为改观，自信心也树立起来了，以后再上课时，她便会自觉主动地跑去，成绩也慢慢好了起来。

同样，女儿在跆拳道班中的训练，也是这样跨过这道“坎”儿的。自从跨过这道“坎”儿以后，女儿在训练过程中风雨无阻，从不间断，并

养成了不怕吃苦的良好品质。之后，她还在省里频频获奖，取得了可喜的成绩。

我认为，对孩子的成长教育，离不开鼓励和表扬。家长要具备一双能够从细微处发现孩子的优点和长处眼睛，多一些耐心和诚恳，经常地、不断地对孩子进行鼓励和表扬，并与老师相互沟通、相互配合，帮助孩子跨过人生道路上的每一道“坎”儿。



何谓前列腺炎

前列腺炎分为急性前列腺炎与慢性前列腺炎。因血行感染或者直接蔓延，前列腺被细菌等病原微生物侵入而迅速充血、水肿、渗出，形成小脓肿，则为前列腺炎。如果形成局限性较大的脓肿则为急性前列腺炎。血行经尿路感染的则有显著的尿路刺激症状，发病后患者可出现乏力、厌食、呕吐、打寒战、发热等症状；会阴或小腹部胀痛，并向腰部、下腹、背部及大腿等处发展；排尿时可出现尿频、尿急、尿痛、尿滴沥、排尿不畅或中断等症状；直肠胀痛，有下坠感，大便时尿道流白；还有性交痛和血精等症状。如果急性前列腺炎未能得到彻底治疗，可转变为慢性前列腺炎。慢性前列腺炎是成年男性的常见疾病，尤其多见于中青年男性。慢性前列腺炎的临床表现为复杂，且病程迁延，治疗后容易复发，因此会给病人的生活、工作和学习带来不同程度的影响。前列腺炎的类型很多，可

分为细菌型、无菌型、特异性前列腺炎，以及其他类型的前列腺炎。无菌型前列腺炎约占1/3的病人发生在35岁以后，症状与细菌性前列腺炎相似，除前列腺疼痛，会阴、阴囊、腹股沟区以及下腰部胀痛不适外，大便时或者排尿后尿道口排出白色分泌物，即前列腺溢液（小便滴白）比较显著。若出现滴白现象必须及早治疗，因为溢出的是前列腺液，长期这样会导致性功能减退。有些患者还有不同程度的尿频、尿急和尿道灼热，部分病人可出现性功能障碍和神经衰弱等症状。

（豫）医广[2007]第03-15-139号
爱民医院
专业男科，铸就健康男人！
咨询电话：6996120

医保定点单位 新型农村医疗合作单位 城镇低保医疗救助定点单位 全天应诊 免费接诊
健康热线：3326120 地址：新区淇河路与107国道交叉口向西50米

便民服务电话

日报编辑部:3313871 3313879 3313873(热线) 晚报编辑部:3312941 3313880(热线) 报纸广告:3313877 报纸发行:3319180
电脑培训、租赁、销售(品牌、二手、组装)服务热线:2162988 2178698 鹤壁市鑫运驾校培训 B2、C1 驾驶员:2692690 13938001358
供水投诉热线:3368855 供水抢修电话:3311012(新区) 2622731(山城区) 2811012(鹤山区)
鑫昌汽修 24小时急救:3338572 13343928572 百翼蜂产品销售热线:3308229 3308186
鹤壁市中医院急救:3353120 3378503(康复科)2659562(精神科)2673078(朝阳分院) 鹤煤集团第二职工医院急救:2816120 2916666