

多饮酒则气升，多饮茶则气降。
——《养生肤语》

别被想象的困难吓倒

□周礼

十年前，他在一家不太景气的国企上班，每月只有几百块钱的工资，即便省吃俭用，日子依然过得捉襟见肘。数年来，他们一家三口就局促在一间不足十五平方米的单宿舍里，除了一台25寸的彩色电视机外，家里几乎找不到一件值钱的东西。

面对这样的困境，他也曾抱怨过，也曾想过另谋他路。可是，一想到不可预知的未来，他就退缩了。毕竟现在还勉强过得去，并且单位买了“五险一金”，将来老了有一份保障。而自己除了做车工，又能干什么呢？弄不好，连一家人的温饱都无法保证。左右掂量，他还是觉得维持现状比较好。

平常，尽管他嘴上抱怨着，心里诅咒着，但他还是日复一日、年复一年地从事着手头的工作。他想，只要自己努力工作，好好表现，将来评了职称，就能涨工资。等攒够了首付的钱，就可以按揭一套商品房，再简单地装修一下，就能过上比较舒适的生活了。

然而，天不遂人愿，就是这样一个小小的梦想也无法实现。2001年，由于企业经营不善，亏损十分严重，单位不得不裁减人员。为了不失去这份工作，他拿出仅有的一点积蓄，买了两瓶好酒，一条好烟，来到领导的家里。他苦苦地哀求领导，希望领导能体恤一下他的困难，并将他留下来。他好话说尽，最终还是没

能保住这个工作岗位。

那天，他失魂落魄地回到家里，仿佛天塌下来一般，绝望到了极点。他不敢想象失去唯一的生活来源后，以后的日子会是怎样一种凄惨的光景。痛苦归痛苦，无助归无助，日子还得继续下去。无奈之下，他只好面对现实，寻找其他出路。没过多久，他和妻子背上行囊，去了广东打工。

让人意想不到的是，十年后，昔日走投无路的下岗工人的他，不仅解决了温饱问题，还有了豪华别墅，高档轿车。如今，他已是一个集团公司的老总，旗下拥有五家企业，资产达到数十亿元。每每忆及往事，他总是感慨万千，如果不是当

初所在的企业裁员，恐怕他现在还是一个碌碌无为的技术工人，过着充满牢骚与抱怨的生活。

原来，平庸与失败背后的推手，不是别人，恰好是我们自己。人生最大的敌人不是失败，而是甘于平淡、安于现状的心。一方面，人们渴望过上美满幸福的生活，而另一方面又害怕改变。人总是习惯于现有的生活状态，而不愿意做出新的尝试，结果固步自封，画地为牢，一辈子被困在原地，只能扼腕叹息，坐观他人的成功。

其实，改变现状并没有想象的那么困难，那么可怕，只需要付出一丁点的勇气而已。

生活小知识

喝咖啡对老人大脑有益

一项新的研究发现，老年人适量喝点咖啡，有助于促进大脑健康。但如果老年人平常没有喝很多咖啡的习惯，一下子就增加了咖啡的摄入量，则可能会增加记忆力、思考力轻度受损等痴呆症前期病变的风险。

阿莫西林影响骨骼生长

美国研究者发现：孩子很小就使用阿莫西林会影响骨骼的生长，而骨骼生长是长高的先决条件。

吃柑橘后要注意防晒

最近一项研究发现，经常饮用橙汁或食用西柚的人，其患黑色素瘤的风险可能会有所增加。这和柑橘类食物含有特殊的光敏化学物质有关，它们能使皮肤对阳光更敏感、更易晒伤。

睡前“开天门”助眠

劳心耗神的人印堂(前额最中间)容易发红，因思虑过多容易耗伤心气，并伤及脾气。这样的人容易出现多梦、烦躁、食欲不振、疲乏。可用“开天门”的方法安神：食指和中指并拢，从印堂的位置依次螺旋状往上按摩。这种方法适用于晚上临睡前，自己按揉3-5分钟，可以让您睡得安稳。

征稿启事

生活中处处皆是学问和乐趣，有含饴弄孙的快慰，有生活中发现的小窍门，有自家萌宠的可爱照片，如果您想与我们分享，可投稿至电子邮箱：120267128@qq.com。



鸽子情缘 解光文/摄

父亲的“偏方”

□刘希

朋友说，我的眼睛笑起来像两弯新月，只要看见我笑容的人，坚冰都会融化。可是，7岁那年，我得了一场眼疾，差点失去了双眼。

母亲常常跟我描述说，我那时眼睛肿得像灯泡，每天早上起来，眼睛都无法张开，即使用温水洗，也会疼得哇哇大叫。父母带我到各家医院奔走，仍旧不见好转，最后不得不带我回到农村老家。

为了生计，父母跟着一个远房表叔学会了做豆腐。每天天不亮就挑着担走村串户，日子忙碌而辛苦。即使这样，父亲也没有放弃对我的治疗，每走到一处，都要打听治疗这种病的偏方，然后带回各种草药给我治疗。但无论父亲怎么努力，都是收效甚微。

一天，父亲打听到一个偏方，说唾液可以治疗这种眼疾，于是兴冲冲地想要尝试。用嘴舔，多脏啊！我不肯，可父亲却毅然地让我坐在他的双腿上，用舌头

一点点舔干净蒙在我眼睛上的污物。舔完，他漱口时差点呕吐。然后，他装作很轻松的样子，期待地问我：好点没？我当然不能拂了他的心意，便说，好多了。

没想到，这句话却给了他足够的信心。以后每天起床，他都要把我按住，舔我的眼睛，我也渐渐习惯了他的舌头在我眼睛上的爱抚，更享受他把我放在他的双腿上，双手捧起我的脸时，那些呵护备至的疼爱与温暖。

也许真是偏方起了作用，也许是父亲浓浓的爱感动了上帝，3年后的一个清晨，我醒来后睁开眼，发现一点也不费力，而且，所看到的世界像水洗了一样清晰与干净。我惊讶地拿起镜子，看见多年的眼肿已经消了很多，不仔细看还真是看不出来，当父亲来到我面前，像往常一样做好准备给我“舔”眼睛的时候，我冷不防在他脸上亲了一口。

我生命暗夜里的父爱，终于让我拨开乌云，看见阳光，享受正常的人生。

生活百科

孩子越骂越听不见

严厉责骂是最常见的中国式教育法，这方法其实无效。

人的大脑有个特性，对习惯性的东西常常视而不见，听而不闻。责骂次数多了，他就习惯了，每次被骂的时候注意力都是游离的，根本没有在听。责骂孩子还有一个后遗症：孩子会模仿你的行为。

洗澡过久易伤皮肤

人的皮肤表面正常来说有层偏酸性的皮脂，有天然保湿因子，可保持皮肤水润及正常形态。过度洗涤、使用碱性洗浴用品，都会洗掉这层屏障，皮肤就会变得敏感。例如在门诊中发现，一些有洁癖的人清洗过度，反而易有皮肤问题。保持皮肤健康，一是适度清洁，不能过度洗，也不能洗不干净；二是做好基础保湿；三是选择合适的防晒用品。

偏侧咀嚼习惯危害多

日常生活中很多人都有偏侧咀嚼的习惯，但如果习惯偏侧咀嚼，不用侧的牙齿因无咀嚼功能，自洁作用丧失，牙齿间易堆积牙垢和牙结石。而另一侧牙齿的过度使用和磨损，可引起牙齿过敏。同时，超负荷“工作”的咀嚼牙会缩短寿命。更严重的后果是引起颞下颌关节紊乱病。

成年人偏侧咀嚼，多与口腔疾病有关。有偏侧咀嚼习惯者最好及时到医院寻求牙科医生指导。

彩票开奖台

全国联网电脑体育彩票“排列3”开奖公告
第15227期中奖号码：4+4+2

奖级	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
直选	/	1040	196
组选3	/	346	168
组选6	/	173	0

排列三本省投注总额：331036元

全国联网电脑体育彩票“排列5”开奖公告
第15227期中奖号码：4+4+2+8+7

奖级	全国中奖注数	本省中奖注数	每注奖金(元)
直选	11	/	100000

排列五全国投注总额：8036262元

中国福利彩票“乐透型15选5”玩法第2015227期
中奖号码：01-04-05-07-12

奖等	六省中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
特别奖	0	0	0
一等奖	67	17	3218
二等奖	4459	883	10

六省市投注总额：621146元，安徽投注总额：115480元
奖池奖金：2002414元

中国福利彩票3D玩法

第2015227期中奖号码：1-8-7

奖级	全国中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
单选三	11118	606	1040
组选三	0	0	346
组选六	35571	761	173

全国投注总额：37980920元，安徽投注总额：927754元

中国福利彩票“东方6+1”玩法
第2015097期

奖级	华东中奖注数(注)	安徽中奖注数(注)	每注金额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	2	0	10000
四等奖	62	1	500
五等奖	1018	86	50
六等奖	26256	2296	5

六省市投注总额：878976元，安徽投注总额：77400元
奖池奖金：60856939元

全国联网电脑体育彩票“超级大乐透”
第15097期

奖等	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	11	5995473	/
二等奖	(追加)4	3597283	/
三等奖	295	20461	/
四等奖	(追加)101	12276	/
五等奖	1673	1500	/
六等奖	(追加)1548	900	/
七等奖	49745	200	/
八等奖	(追加)16348	100	/
九等奖	695111	10	/
十等奖	(追加)227421	5	/
十一等奖	5396438	5	/

全国投注总额：177707072元 下期奖池：138586048.67元

“安徽风采”电脑福利彩票25选5玩法开奖公告
第2015227期

中奖号码：05-08-13-15-17

奖级	中奖注数	每注奖金(元)	各等奖奖金总额(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	11	100	1100
三等奖	207	10	2070

本期投注总额：9870元，奖池奖金：1666元