

每位“执着委员”背后都有社会难题

□何勇

全国政协委员、河南大学校长娄源功今年的提案再次关注均衡高等教育资源,这已经是他第八次在全国两会上关注河南高等教育问题了。去年,他被媒体评为“最执着的政协委员”。

如此执着的政协委员并不是他一个人,而是一群执着的人大代表、政协委员在战斗,像娄源功委员这样的代表委员还有很多。比如张国良、潘宗光、杨钊三位,曾连续四年提议清明节、中秋节等传统节日列为法定假日,再比如全国人大代表黄细花连续六年提公共场所控烟立法的

议案,最执着的是全国人大代表孙兆奇到今年已经连续10年呼吁立法防治罕见病了。

作为代表人民参政议政人大代表和政协委员,“提三尺剑”为民大声疾呼,本身就值得敬佩。代表、委员以“铁杵磨成针”的执着精神针砭时弊,连续多年提相同的议案、提案,这样的执着无疑更加令人尊敬。与那些连续多年不开会以及没有提案、议案或者抄袭议案、提案的某些代表、委员之间形成了鲜明的对比,成为“两会”中一道执着的风景线。

每一位执着的人大代表、政协委员的诞生,除了他们身上的那种为民请命和执着精神之外,最根本的是他们的背后都有一个社会难题。不管是“最执着的政协委员”连续8年提交均衡高等教育资源的

提案,还是“最执着的人大代表”连续10年提交立法防治罕见病的议案,均衡高等教育资源配置和立法防治罕见病,看上去都只是小事,但由于牵涉面非常大,阻力很大,改革起来难度比较大,并不是一句话两句话就可以解决,也不是国家财政出钱就能完成,不可能一蹴而就,需要一个漫长过程。

虽然某些执着的代表、委员提交的议案、提案有时不免有些“理想化”,但也该得到积极的回应。事实上正是这群代表、委员的坚持不懈和执着,才推动了全社会的关注与参与,最终让理想变为现实,推动社会的进步与发展。如清明节、中秋节已经成为法定节假日;在黄细花等代表的锲而不舍下,《公共场所控制吸烟条例》已经成形,即将出台。

百姓说话

雷锋精神不能只学一天

□赵宁(本报)

2月27日,雷锋生前战友冷宽来到滕州,作了“学习雷锋、践行社会主义核心价值观”的报告。在报告会结束当天,冷老便马不停蹄奔赴沈阳,准备下一场报告会。

其实,冷老报告中的大部分内容大家早已熟知,可他为什么还要不断重复?为什么他年近耄耋依然奔波于全国各地?近年来涌现了大批学习雷锋的团体及活动,为什么像冷老这样的雷锋精神宣传者依然感觉时间不够用?

3月5日,是“向雷锋同志学习日”。翻看往年滕州学习雷锋的报道,几乎都是发生在3月5日前后,那一天似乎成了滕州市民幸福指数最高的一天。可是,其他时间学习雷锋的事情为何鲜有报道?是媒体不关注,还是他们学习得太“默默无闻”了?每年快到3月5日的时候,多少活动在紧张筹备,就是为了那一天的活动办得漂漂亮亮;多少志愿者用心良苦,希望能够利用这一天扩大社会上学习雷锋的影响力。可一年365天,雷锋精神只学一天,管什么用?

不少人说当今社会迫切需要雷锋精神,可是,从1963年开始,每年的3月5日全国人民都在学雷锋,怎么学到现在反倒越学越需要了?践行社会主义核心价值观不是一两天的事,学习雷锋精神更需要长期的坚持,要将其作为日常功课勤学不辍,方能如吃饭走路一般变成本能。冷老知道这一点,所以他才不顾年迈长期奔波于雷锋精神的“大旱”地区。他说,要一生做传承雷锋精神的火种。雷锋,要天天学,才能天天见。

节后减肥也要走健康“路”

□云端中

“每逢佳节胖三斤”,为了尽快甩去这多出来的赘肉,不少市民春节刚过就开始健身。(3月3日《枣庄晚报》)

过年过节难免大鱼大肉,略微发福也在所难免。春节过后,不少人都开始打算把吃出来的赘肉给减下去。

减肥是个大课题,这专家那行家的,真很难辨。笔者身边有一位大姐曾经热衷非运动主义减肥,算得上是超级减肥发烧友。她喝减肥茶,不吃晚餐,还搭配着喝中药,结果,喝减肥茶喝出了轻度厌食症,针灸减肥又差点要了命。最后,迷上广场舞才真正减了肥。

时至今日,很多工作都开始无纸化办公,“坐班”一族越来越多。坐的时间久了,不少人腰腹上的赘肉也开始出现。这一圈一圈的肉,不仅有碍观瞻,更影响了身体的灵活性。但在笔者看来,再急迫的减肥,也不能盲目,要走健康“路”。身边不少走过减肥弯路的人,已开始懂得理性地通过适量运动来达到减肥的目的。

当下,健康减肥大行其道,我们完全可以投身其中。慢跑、爬山、骑行等都是不错的选择,这户外的运动,既锻炼了身体,又能多结实一些朋友,一举两得,何乐而不为呢?

画里有话



教育过度

□京文

所谓教育过度,是指个体所拥有的受教育程度超过了工作所要求的水平。中国教育过度率从1990年的7%,到2000年的12%,再增加到2010年的28%。而北京、上海等大城市的教育过度率大大高于其他地区。本科及以上教育过度率超过90%,这远远高于美国的51%。

(3月4日《广州日报》)

晚报观点

要像邹碧华那样甘当“燃灯者”

□王立雪(本报)

邹碧华生前是上海市高级人民法院副院长,投身司法事业26年。2014年12月,他突发心脏病经抢救无效因公殉职,终年47岁。邹碧华去世后,中宣部追授其“时代楷模”荣誉称号,最高人民法院追授其“全国模范法官”荣誉称号,中央组织部追授其“全国优秀共产党员”荣誉称号。3月2日,邹碧华同志先进事迹报告会在人民大会堂举行。

邹碧华曾说过,“当你下定决心把职业变成自己的理想和追求后,就会想要用这个理想或追求来指引你,觉得这个是为理想付出的代价,你就不会觉得接待当事人是难以忍受的东西,因为这是你本来就应该承受的”。邹碧华把职业看得很崇高,

看成自己的理想和追求,工作就是实现理想和追求。所以,他才会发扬奉献精神,为社会传递温暖。

邹碧华是个实干者。他说过,“现在很多人都抱怨着司法的不完善,很多人在抱怨别人的时候,还不如做好手中的事”。是呀,各自干好各自的事,把抱怨变成行动,就没有不完善的事了。作为法院副院长,邹碧华不畏艰难,亲自统领各项工作方案的研究和设计。他不知疲惫、忘我工作的精神,也激励和带动着身边的人。他的工作经常是“5加2”、“白加黑”。同事说,“碧华以前一般不会凌晨2点前睡觉,近两年还是常常工作到深夜12点”。

同事和家人时常劝他要注意休息,他总是以“没事儿,我不累”、“没事儿,我能行”这样的口头禅加以安慰。他勇于承担责任,工作精益求精,办事雷厉风行。他曾说,如果有一天,他离开这个世界,

希望他的墓志铭上能有这样一句话:“因为他的存在,这个社会变得更加美好”。现在看来,邹碧华做到了。

司法工作者,就当像邹碧华那样,坚持公平正义,执法必严,违法必究,决不搞徇私枉法,权钱交易。在大力开展依法治国的今天,司法工作者,应对人民无比热爱、对事业无私奉献。每一名党员干部都应当像邹碧华那样,甘当“燃灯者”。像善待亲人一样善待百姓,敢于担当,勤政敬业,树立问题意识,弘扬改革精神,勇于直面和解决困难矛盾,用铁的肩膀扛起应该肩负的担子。

领导干部,更要像邹碧华那样,身先士卒、走在前列,对工作始终充满着激情,为人处事作出榜样,为官一任,造福一方。把有限的人生,活出无限的真诚和精彩。邹碧华的事迹值得我们铭记,他的品格值得我们学习,他的精神值得我们传承。

白沙溪安化黑茶——本是茶,却非“茶”

“所有的茶”都只不过是茶叶,对健康有些辅助作用,药理功效、“治疗”功效不可能很明显。但是白沙溪安化黑茶例外。

“所有的茶”都有刺激性,影响睡眠,不宜在睡前喝。但是白沙溪黑茶例外。

如果您了解“所有的茶”,但是还不了解白沙溪黑茶,那就了解它吧,因为它不是我们想象中的“茶”。

白沙溪黑茶对人类健康十分有益,它可以:

1. 补充膳食营养
白沙溪黑茶中含有丰富的营养成分,最主要的是维生素和矿物质,另外还有蛋白质、氨基酸、糖类物质

等。对西北地区的居民而言,长期饮用白沙溪黑茶,可为他们提供人体必需的矿物质和各种维生素。

2. 助消化、解油腻、顺肠胃
白沙溪黑茶中的咖啡碱、维生素、氨基酸、磷脂等有助于人体消化,调节脂肪代谢,咖啡碱的刺激作用更能提高胃液的分泌量,从而增进食欲,帮助消化。日本学者通过科学检验已证明,白沙溪黑茶具有很强的解油腻、消食等功能。

3. 降脂、减肥、软化人体血管、预防心血管疾病
白沙溪黑茶具有良好的降解脂肪、抗血凝、促纤维蛋白原溶解和显著抑制血小板聚集的作用,还能使血管壁松弛,增加血管有效直径,从而抑制主动脉及冠状动脉内壁粥样

硬化斑块的形成,达到降压、软化血管,防治心血管疾病的目的。

4. 降血压
日本研究发现,白沙溪黑茶中特有的氨基酸茶氨酸能通过活化多巴胺能神经元,抑制血压升高。茶叶中的咖啡碱和儿茶素类能使血管壁松弛,增加血管的有效直径,通过血管舒张而使血压下降。

5. 改善糖类代谢、降血糖、防治糖尿病
白沙溪黑茶中的茶多糖复合物是降血糖的主要成分。对几种茶类的茶多糖含量测定的结果表明,白沙溪黑茶的茶多糖含量最高,其组分活性也比其它茶类要强。这是因为在发酵茶中,由于糖苷酶、蛋白酶、水解酶的作用,形成了相对长度

较短的糖链和肽链,短肽链较长肽链更易被吸收,且生物活性更强。

6. 利尿解毒、降低烟酒毒害
白沙溪黑茶中咖啡碱的利尿功能是通过促进尿液中水的滤出率来实现的。咖啡碱对膀胱的刺激作用既利尿,又有助于醒酒,解除酒毒。白沙溪黑茶中的茶多酚不但能使烟草的尼古丁发生沉淀,并随小便排出体外,还能清除烟气中的自由基,降低烟气对人体的毒害作用。对于重金属毒物,茶多酚也有很强的吸附作用,因而多饮茶还可缓解重金属的毒害作用。

所以,喝茶,就要喝好茶,喝年份茶,喝健康茶。

大自然茶艺馆山水园店
电话 0632—3386968



中国黑茶标志性品牌
Chinese Dark Tea Symbolic Brand

大自然茶艺馆

