

★刘东伟
原来如此

爬楼



最近两年,我和老婆都有些发福,可是锻炼一直不得法。昨天,我刚下班回来,只见老婆满头大汗地坐在沙发上。还没等我开口,老婆就冲我说:“太舒服了,你也去跑一会吧,这法儿对身体绝对有好处,以后你每天下班后就锻炼,否则,别想吃饭。”说着,老婆钻进了厨房。

我一听,放下公文包就出来了,去哪里跑?干脆爬楼梯吧。于是我从一楼往上跑,一直跑到顶楼。楼总共八层,我跑到四楼时就开始气喘,到了顶楼已是两腿酸麻了。从顶楼往下来到了一楼再往上跑时,已不能算跑了。我感觉两腿灌了铅般沉,只好扶着楼梯一步步往楼顶爬,然后再一步步走下来。好容易到了一楼,刚推开门,就累得一屁股坐在地上,倚着门大口大口地喘气。

老婆听到动静从厨房里钻出来,愣愣地问:“你这是干什么去了?”我指着外面的楼梯,喘息着说:“跑步,爬楼……”老婆乐了,说:“你啊,也不进小厅里看看,我刚让健身器材公司送了一台跑步机来,你爬什么楼啊?”

★立此存照
□陈爱亮

练习签名

我酷爱田径,总能在单位运动会上获得前三名。同时,每当我看到体育明星被“粉丝”层层包围索要签名的情景,就很羡慕,最近我也开始练习签名,以求有用武之地。

昨晚,我去单位的餐厅吃饭。正吃着,手机响了。因餐厅内过于喧哗,我边接电话边如刘翔跨栏一样跨过几把椅子,向外跑去。这时,我发现一位女服务员抄起纸笔尾随着我。

在餐厅外接电话时,发现她拿着纸笔等着我,一脸渴望的样子。我挂断电话,接过纸和笔爽快地签上了自己的大名,然后认真地对她说:“谢谢你的支持,我跨栏的姿势够帅吧。”女服务员笑着说:“没注意,我是见您还没结账就跑出来了,所以才急忙跟了出来。”

奶奶,一个几十载不忘的梦

我们4个孩子都是奶奶带大的。自从妈妈怀上大哥,奶奶就到了我们家,4年间接连添了仨孩子,再过6年又生了我,可想而知奶奶的工作量有多大。白天,爸爸妈妈上班去了,她除了拉扯几个孩子,还要做饭、洗衣服、收拾屋子。晚上我们缩在她怀里睡觉,她背上长着一个“肉鬃儿”,成天被我们揪来拽去。

大概在我10岁那年,哥哥姐姐有的上山下乡,有的进了工厂。中午爸爸妈妈都不在家,我自己在王府井附近一家红卫食堂“包伙”,吃完带一份回来,爬到奶奶床头把饭放在她床边,她睡醒了自己吃。

有一天她病了,忽然觉得自己时日无多,便把我叫到

床前。她连说话的力气也没有,只对我指了指枕头底下。我伸手一摸,摸出一个纸叠的钱包,里面有5块钱。她的意思是这钱全都留给我了。

我哭得上气不接下气,因为我从来没见过这么多钱。哭完我赶紧去找爸爸妈妈,他们把奶奶送进了医院。过了几天,奶奶病好了。

★家有仙妻
□王庆纲

撞衫

这几天天气热得不行,老婆和我都翻出了夏天穿的T恤衫穿上了。老婆还特意挑选了去年我们买的那套情侣T恤衫。谁知老婆当天下班回来就气呼呼地把那件情侣T恤衫脱了扔在了床上,还大声地叫道:“不穿了,不穿了。”我连忙问老婆怎么了?老婆道:“今天上班穿了这件衣服,没想到我们同事小刘也穿了跟我一样的衣服,原来他和他女朋友也买了跟我们一样的情侣衫。”

我一听就明白了,问道:“是不是有人误会你们是情侣啊?也没什么,明天不穿就是了。”

老婆听了叹了一口气道:“要是情侣还好,今天下班的时候,我和小刘坐同一路车,一前一后上车,我刷了卡之后,小刘要投币,没零钱,于是向我借一块钱。正当我翻皮包拿零钱的时候,那个司机不耐烦了,你知道他说了什么?”

我问道:“说什么?”老婆气愤地说:“那司机竟然说:‘快点快点,人那么多,你们母子俩干吗还要分那么清,你让你妈帮你刷一下卡不就行了吗?’”说完老婆哀怨地望着我喃喃地道:“你说,我有那么老吗?”

★瞠目结舌
□陶柏军

全是好词

56岁的李局长忽然被组织上宣布退居二线,这出乎了很多人的预料。李局长更是闷闷不乐、怅然若失。原来的王副局长此次被提升为正局长,王局长上任后的第一件事儿就是张罗要给李局长办一个风光体面的欢送会。据说,欢送会的每一个细节都要征得李局长的同意。

这天,办公室副主任找到我:“小陶啊,李局长的欢送会上有一个王局长的发言,重点对李局长的工作业绩进行肯定和褒奖,你是大学毕业生,你来写一下。”我一听,有点发蒙:“我大学毕业不假,可我学的是理工,写材料你该找乔秘书啊。”副主任说:“乔秘书阑尾炎手术还没有拆线,所以才找你啊。”

无奈,我只好接下了这门差事。不过,关于褒奖李局长的话,我只想到了“兢兢业业、任劳任怨”几个词。不出所料,副主任很快找到我:“李局长和王局长对你的发言稿都不大满意,只好还是找乔秘书来写了。”

三天后,李局长的欢送会隆重举行。在王局长的发言中,对李局长过去的工作给予了极大的肯定。我听到了很多诸如“人民公仆”、“百姓父母”、“鞠躬尽瘁”、“先人后己”、“德高望重”、“率先垂范”等一大堆褒扬词汇。一直板着脸孔的李局长听了之后,也不住地欣慰点头。

会后,我私下里问乔秘书:“你怎么想到了那么多的好词?”

乔秘书诡秘地一笑,偷偷地告诉我:“从一篇悼词上抄的……”

★南辕北辙
□张世强

迷路

我从前几天开始减肥,除了控制晚餐的食量,我还强制自己晚饭后快速步行一小时。昨天晚上我照例出去散步,天有些阴,让人感觉闷热难受,还没走到小区门口我的汗就流了下来。就在我要转身回家的时候,我忽然灵机一动地想到小区附近的一家大型超市,那里面一定很凉爽。

我走进那家超市,天花板上的中央空调出气孔呼呼地向外冒着冷气,真是感觉舒服极了。我环顾了一下四周,顾客不是很多,于是我深吸了两口气,在货架之间来回穿梭起来。

我一边快步走着,一边为自己找到了这么一个凉爽的锻炼场地而暗自得意,哪知,我围着货架来回穿梭了几趟之后,一个手拿对讲机的售货员突然拦住了我,她用手向左前方一指对我说:“先生,出口在那边……”

□张红杰
啼笑皆非

分析行情



上个周末,恰逢母亲节。想着母亲平日里为我们操劳,忙里忙外的,所以我决定亲自下厨为母亲做上一桌丰盛的饭菜。说好让母亲放手不管的,可她老人家执意不肯,于是我们一边择菜一边拉家常。看见买的肉时,话匣子就落到了最近一段时间肉蛋油价的事上,母亲说:“这肉一涨价啊,倒让你舅舅赚住了。猪肉行情这么好,你舅舅家的养猪场才又出笼一批新猪,打电话时他还说准备翻新房子呢。”

话音刚落,门铃响了。开门一看是同事小刘,这妮子最近也紧跟潮流,成了股民,平时喜欢与我这外行探讨股市的行情走向。我的确不懂,她却总说外行的话其实最重要,经常找我“咨询”,敢情这次探讨到家里来了。小刘是个急性子,见我就问:“红姐,我刚看了一期分析行情的报道。你说说现在这牛市的行情是会接着上涨呢,还是会跌?”我正在琢磨着怎么回答小刘呢,一旁的母亲说话了:“涨,怎么会不涨呢。小刘,你这孩子怎么这么不关心行情呢。你看这猪市都涨成这样了,这牛市会跌吗?”

孙昱图

宋丹丹情感自述

(二十二)

本书原名《幸福深处》。宋丹丹在书中讲述了自己的初恋和婚姻,对亲情和友情的记述也在书中占据了相当的篇幅。她的父母、兄弟姐妹和孩子们都是最可爱的主角,甚至先生的前妻也是她的知心密友。他们的日子其乐融融,读来令人开怀而温暖。同时,她还为她演艺生涯中最重要的朋友——黄宏、赵本山、濮存昕——倾注了很多的笔墨和真情。

长江文艺出版社



连载

然不计后果,到家以后胃里火烧火燎的。

据说几个孩子里面,奶奶最宠我大哥,但大哥和我年龄相差太大,所以我对他得宠这件事没有太多感觉。我只记得大哥对奶奶非常孝顺。奶奶70岁那年突然因中风而半身不遂,大哥每天中午背着奶奶去医院扎针灸,身后跟着一大串胡同里的小孩儿起哄,编着歌儿嘲笑他。大哥怕奶奶为此伤心,干脆自学针灸,在家给奶奶扎。我看见过他那个方方正正的包,一打开,全是长长短短的银针,给奶奶扎之前,他就对照着书本,在自己身上做试验。

奶奶1973年去世,我13岁。我最大的遗憾就是她没能享上我的福。

30%的老胃病可能癌变!

老胃病,可怕的梦魇

“得了老胃病,上腹疼痛如烧灼”、“如刀割,暖气,大口大口吐酸水,一吃饭后肚子就胀得难受,不想吃饭,身体虚弱,越来越瘦,抵抗力越来越差……”胃病初期为急性胃炎,不治后有70%左右转为慢性浅表性胃炎,5-10天再转为胃及十二指肠溃疡、慢性萎缩性胃炎,再经2-8年即演变为肠上皮化生、息肉、胃癌、结肠癌……

由青海琦鹰汉藏生物生产的**国药准字**号藏药:**十七味寒水石丸**,其配方神秘,药材讲究,精选4500米高度的寒水石、藏木香等十七味纯天然藏药材,独家采用堪称藏药炮制顶尖工艺的“藏药三层”炮制工艺炼制而成,经数万藏族老胃病者效果验证,对**顽固性胃溃疡、慢性胃炎、胃出血、胃肿瘤等老胃病疗效显著。独特的治病机理:“修复胃黏膜,使溃疡面愈合”**。分三步

彻底根治老胃病,不易复发。

一、清毒保护:有效杀灭幽门螺杆菌,清除胃病毒,选择性的与炎症和溃疡组织的糖蛋白结合,致密地包裹缺损处,迅速隔离胃酸,增强胃的保护作用,缓解疼痛;

二、修复养胃:促进上皮细胞再生,系统而全面地修复胃黏膜,促进溃疡愈合,中和、缓冲胃酸,减少胃酸分泌,调节胃环境酸碱平衡,将胃部环境养护为正常状

态,杜绝胃病的发生。

三、巩固根治:修复胃黏膜表层毛细血管淤阻,增加供血量,恢复胃黏膜屏障,促进溃疡面全面愈合,减少胃病再次感染和复发,使久治不愈的老胃病全面康复。

专家咨询:0371-61327778 (市内免费送货)
经销地址:■紫荆山路易初莲花二楼医药部
■市五院斜对面同德堂大药房■商业大厦一楼医药部B区■诚招地市县代理商药店加盟