

婚恋伦理

理直气壮的永远是婆婆,婆婆不满意儿子对媳妇百般呵护。不要受气的一直是媳妇,小诺也知道,若为了讨婆婆欢心,她完全可以做得很勤快。但是,现在小诺根本没有兴趣去讨婆婆欢心。婆婆媳妇都有理,至于又当儿子又当丈夫的家琪,只好做夹心饼干了……

在谎言的掩盖下小诺到医院做了人流

小诺向家里通报了情况。大家都知道这是个撒了谎的理由,但是对于婆婆关系来说,是个破坏力最轻的理由,大家都心知肚明地接受了这个善意的谎言。

小诺妈问了流产时间,到杭州来陪女儿做手术。手术后请假照顾了她两天。流产那天,婆婆像摘了自己的心肝一样哭了一场。

新马泰是去不成了,小诺妈说,你们要去旅游,就挑条短期休闲线路吧,不然小诺吃不消,跟着旅行社,一天恨不得跑十来家购物店,累死人呢。

家琪赶紧去旅行社,本想取消,可旅行社说取消的话要损失不少钱,于是改线路,改成了香港半自助四日游。

小诺妈要回去了,回去前烧好了一些菜放到冰箱里,让家琪热给小诺吃,然后又交代了一些事,家琪一一记下。

这几天,家琪妈都没打电话,家里倒还安静。家琪突然有点明白老丈人的话,老丈人说要“关闭一些传话的途径”,以前老妈每隔一两天都有问候电话,问的问题细得不得了,什么晚饭吃什么,有荤有素有汤吗,在哪吃的,谁做的,好不好吃,去哪玩了,K歌还是喝茶喝咖啡,有人请客吗,陪小诺去逛街买了什么东西,花了多少钱,今天的家务是谁做的,做了什么……家琪虽然不厌其烦,但基本能做到有问必答,且不隐瞒,这样一来,老妈就像生活在他们家中一样,对小两口的生活情况掌握得一清二楚。难怪婆婆之间常为这些琐事纷争。明白了!

遥遥来看过小诺,张妹来看过她,都带来了鸡汤鱼汤。电话响了,显示是家琪爸家妈的,小诺赶紧叫家琪接电话。婆婆的电话,她

能不接就不接。

是家琪爸打来的,问小诺的恢复情况。家琪说很好,很正常。

家琪爸问了儿子两个问题:“你带小诺去妇科医院复查了吗?你给小诺烧过菜吗?”家琪瞠目结舌。

“要在我看来,你这个丈夫当得真不合格!你把小诺弄流产了,人家父母不心疼吗?而且现在还不知道细心照顾小诺,丈夫哪能这么当的?”家琪爸在电话里教训儿子。

家琪灰头土脸地挂了电话。他第一次觉得,结婚可真是不是玩家家,不是两个年轻人在大床上玩通宵游戏,不是拌几句嘴吵了然后亲几下嘴又好了,结婚原来要负责任的,心里要随时想着对方的,甚至还得记着对方的例假的,不会做的事情要学去做的,没去做过的事情都要去做一遍的……

毕竟年轻,什么都恢复得快,一周以后,小诺无论气色还是心情,看上去都没事了。月底,两人去了香港,纯粹是血拼游,婆婆给的一万元,妈妈给的六千元,全部带上,准备花光。买首饰,买衣服,买护肤品化妆品……家琪像个贴身管家一样跟在身后,买单,拎包,递餐巾纸,小诺头一次享受如此疯狂购物的快活,对家琪说:“太开心了,如果每年都能让我这么开心一回多好!”

家琪本想说,这有何难,我挣钱,你花钱,以后我们每年来一趟。可一想,话不能说得太满,自己不过是个公务员,挣的也就够在杭州花花,这老妈一个红包老丈母娘一个红包,都是看在新婚的份上,总不会年年有新婚吧,今天把牛皮吹出去了,相当于被老婆捏着小辫,以后她不爽了,就扯一下小辫,疼的。于是就当没听到,只管嘿嘿笑。



河南文艺出版社

徐徐著

婆婆媳妇那些事

职场励志

许多人都在寻求成功的门道,社会上各种学习班、培训班比比皆是,似乎拿什么证、懂了电脑、会了英语就打开了成功之门。美国著名心理学家特尔曼对800名男性进行了30年的追踪研究,发现成就较大的20%与成绩较小的20%之间,最明显的差别并不在于智力水平,而在于是否具有较好的心理素质。

从自卑中走出的自信者

“你说像我这样的人该怎么办呢?我学历低,长相差,个子矮,简直是一无所长,所以我的自卑感越来越重。”在一次电话咨询中,有个青年这样向我诉说着。

自卑是个体感受到自我价值被贬低或否定的内心体验。这种贬低或否定可能来自于外界,也可能来自于当事人自己,不过更多的时候是两者兼而有之。

对于许多自卑者来说,他们总是陷于自我的否定之中,觉得自己一无是处,觉得人生毫无希望,因而万般苦恼。

一生从事人类自卑感研究的日本九州大学名誉教授关关夫也认为,因自卑感而沉沦甚至毁灭的事例,历来并不鲜见,但正像珍珠母贝受损伤后自己会孕育出美丽的珍珠一样,在自卑感的困扰中也会磨砺出完美的人格。

十几年前,白岩松从一个仅有二十多万人口的北方小城考进了北京的学校。上学的第一天,与他邻桌的女同学第一句话就问:“你从哪里来?”而这个问题正是他最忌讳的,因为在他的逻辑里,出生于小城,就意味着小家子气,没见过世面,肯定会被那些来自大城市的同学瞧不起。就因为这个女同学的问话,使他一个学期都不敢和同班的女同学说话,以致一个学期结束的时候,很多同班的女同学都不认识他。很长一段时间,自卑的阴影都占据着他的心灵。最明显的体现就是,每次照相,他都要下意识戴上一个大墨镜,以掩饰自己的内心。

二十年前,张越也在北京的一所大学里上学。大部分日子,她也在疑心、自卑中度过。她的一张十八岁时候的照片,看起来比现在近四十岁的她还老。她疑心同学们会在

暗地里嘲笑她,嫌她肥胖的样子太难看。

她不敢穿裙子,不敢上体育课。大学时期结束的时候,她差点儿毕不了业,不是因为功课太差,而是因为她不敢参加体育长跑测试!老师说:“只要你跑了,不管多慢,都算你及格。”可她就是不跑。她想跟老师解释,她不是在抗拒,而是因为恐惧,恐惧自己肥胖的身体跑起步来一定非常非常的愚笨,一定会遭到同学们的嘲笑。可是,她连给老师解释的勇气也没有,茫然不知所措,只能傻乎乎地跟着老师走。老师回家做饭去了,她也跟着。最后老师烦了,勉强算她及格。

白岩松,现在是在中央电视台著名节目主持人,经常对着全国几亿电视观众侃侃而谈,他主持节目给人印象最深的特点就是从自信。

张越,现在也是中央电视台著名节目主持人,而又是第一个完全依靠才气而丝毫没有凭借外貌走上中央电视台主持人位置的。原来他们也会自卑,原来自卑是可以彻底

摆脱的。

一位资深的心理学家曾说过,“自信是在不自信中成长起来的”。其实,每个人都有自卑情绪,就看你怎样对待了。如果你一味沉浸在自卑情绪中,那么你将一事无成。如果你能化自卑为力量,辩证地看待自己的优缺点,既不自卑,也不自傲,心中充满自信,经常进行积极的自我对话:我行,我有能力去干……那么你就会如同一只雄鹰,自由翱翔在自信的天空中。

可见,自卑者切不可因为自己某些方面的缺陷就使自己对生活感到厌倦和绝望,相反,它应是自己努力摆脱目前困境、超越自我的巨大动力。很多伟人,生平就是一部从自卑到自强的奋斗史。



当代世界出版社

悬疑推理

名流医生周国荣意外地死于一场精心设计的车祸,留下了一份令人不解的遗嘱。这份遗嘱像一张无形的网将他的妻子郑小燕、情人王笑笑以及郑小燕的情人李元亨牵扯其中,每一个人的生活都因这份遗嘱而改变。警察、心理医生……一一登场,这份遗嘱的后面,到底隐藏着怎样一个谜底呢?

李元亨和郑小燕到金山酒店幽会

一年前,郑小燕看起来很年轻,虽然她结婚7年,女儿都5岁了。良好的环境和安稳的生活,精心的保养与平和的心态,这些都会令人看起来年轻很多,郑小燕也不例外。

她是这家商场的常客。她的采购过程很漫长,就像在画廊里欣赏展品,安静而沉醉。

李元亨很有耐心,总是在与她相隔两排货架的距离悄悄地观察着她。所以,郑小燕从来也没有觉察出来。

郑小燕终于走到了日化品架前,她漫不经心地看着,一只手指轻轻滑过陈列的货品,不经意间在廉价的眉笔堆里停留了一下,一枝眉笔在食指与中指间灵巧地翻飞闪过,悄无声息地滑进了腋下的坤包里。

李元亨如释重负般松了口气。在靠近收银台的一根柱子的边上,站着一位身着深灰西服的矮胖男人,戴着金边眼镜,他的注意力一直在李元亨身上。郑小燕从收银台出来后,跨出楼道门,预先伸手掏出了包里的那枝廉价眉笔,在经过垃圾箱的时候,手一扬,轻蔑地将眉笔扔了进去。

跟上来的李元亨从垃圾箱里将那枝眉笔捡了起来,他掏出一个皮夹,上面别了许多同款式的眉笔,将新捡的这枝别了上去。做完这一切,李元亨去取车,在掏出车钥匙的同时,手机响起来。电话是秘书打来的,问他几时可以到公司,广告公司的人带着策划案过来了,在等他开会。

挂了电话,刚抬头,一辆红色小车突然冒出停在他跟前,玻璃窗降下,郑小燕伸出半个脑袋,惊讶地看着他。李元亨掏出一张请柬递过去,“明天晚上,结婚周年,和往常一样,在家里聚会。”

处理完来闹事的客户,李元亨长长舒了口气,他抓起手机,发了一条信息:“08主题:战地黄花分外香。”很快,一条短信回了过来:“战地?时间?”李元亨笑了:“金山2012,两点。”

她没有敲门,像往常一样,推门的方式很轻,似乎害怕打扰了里面睡熟的人。门悄然滑开的时候,她深吸了一口气,甚至闭上眼睛。虽然她已经推开了这样的门,但她知道,这扇门后面永远有让她意想不到的东西。这是他和她的约定。

那是约定的第一条,幽会主题,今天的主题是“战地黄花分外香”。有时候她会在来的路上猜测,当她发现自己的猜测永远错误时,她感觉很幸福。

郑小燕刚迈进房间,一双温暖的大手就从背后捂住了她的眼睛,一具男性宽大的裸露而温暖的身体贴在了她的背后,后面的人并不想回答她,掏出一块黑布,迅速蒙上了她的眼睛。李元亨抱起她的身体,走进洗浴间,浴缸里盛满了血色的液体。

空气中充斥着红酒与热气混合出的暖烘烘的气息,一股浓烈情感的感觉顷刻间像无数条虫子爬满郑小燕的皮肤,侵入肌体,她的身体瘫软无力,任由一双男人的手慢慢褪下最后一件挂碍之布。

“小燕,现在你正趴在露台上,”李元亨抑制着粗重的呼吸,低声在她耳边说,“你前面是栏杆,对面有整栋楼的阳台,他们在看着你……”

突然,李元亨猛地扯掉了她脸上的眼罩。“啊——”郑小燕不知是恐惧还是失措,突然尖叫一声,漆黑的眼前升起巨大的火焰,喷发出的火苗蹿上了她的身体,每一个毛孔都仿佛燃出了冲天的火苗。

迅速蒙上了她的眼睛。李元亨抱起她的身体,走进洗浴间,浴缸里盛满了血色的液体。

空气中充斥着红酒与热气混合出的暖烘烘的气息,一股浓烈情感的感觉顷刻间像无数条虫子爬满郑小燕的皮肤,侵入肌体,她的身体瘫软无力,任由一双男人的手慢慢褪下最后一件挂碍之布。

“小燕,现在你正趴在露台上,”李元亨抑制着粗重的呼吸,低声在她耳边说,“你前面是栏杆,对面有整栋楼的阳台,他们在看着你……”

突然,李元亨猛地扯掉了她脸上的眼罩。“啊——”郑小燕不知是恐惧还是失措,突然尖叫一声,漆黑的眼前升起巨大的火焰,喷发出的火苗蹿上了她的身体,每一个毛孔都仿佛燃出了冲天的火苗。

美容养颜

书中揭秘杨幂、袁泉等众多明星的独家本草养颜秘方,并提供一整套让女人真正与美丽零距离的实用、有效、天然、可靠的养颜方案。生活中的一些最容易被忽视的细节,掌握了他们,你几乎在每一天都能得到意外的惊喜。书中提供的多款食疗养颜方,让你在唇齿间便可开始美丽之旅。

女人“问题”,多是“三虚”在捣鬼

★女性生活百态

以前皮肤细腻、面色红润有光泽,略施粉黛便楚楚动人,身材苗条、睡眠好、心情佳,男朋友对自己也好。现在却不知道怎么了,脸色灰暗、身材臃肿、脾气暴躁,动不动就发火,相处了两年的男朋友竟也悄然离我而去……

26岁的王小姐用哀怨的眼神向女朋友诉说着自己的苦楚。

也许你对王小姐的经历似曾相识,皮肤由好变坏是一件很糟糕的事情,可是你有没有想过是什么在背后操纵着这一切呢?

是“三虚”!即气虚、血虚和肾虚。

医学研究发现,“三虚”是女人的常见问题,也由此引起女人健康及气色方面的诸多问题。女人的健康和美丽在于气血的充盈和肾气的强盛,如果健康出了问题,那“美丽”也会即刻消失。

★从“例假”判定是否“三虚”

很多女性从来月经开始,每月都面临着“三虚”的问题,比如月经量多,气虚;月经量少,血虚;月经提前或延后,肾虚。女性的月经不规律实际上气血肾都存在“虚”的情况。

★“三虚同治”是根本

大街上有关肾虚的小广告“漫天飞舞”,电视屏幕上的各类补肾药品也是乱花渐欲迷人眼,这也反映了人们对肾虚的高度关注。其实单纯补肾是有局限的。

女人要拥有健康,保持持久的美丽,就要“三虚同治”,因为“三虚”是相关联的,气虚的女人血必虚,气血亏虚的女人肾气也虚。只有按照气血肾的运行规律同时调理,才能从源头上找回健康,拥有美丽。

说到治,你想的是什么呢?肯定是药物吧?但是,是药三分毒,当你出现气色不好、失眠、便秘、身体发胖、黑眼圈等问题时,千万不要以为吃点药就好了,也不能想当然地认为休息一下就行了。这些做法和想法可能不但解决不了你的问题,还会搭上你的时间、精力,更糟的是会使你的问题更加恶化,

我倒是推荐姐妹们要多注重饮食,毕竟食疗才是一种长久的养生之道。

女人谁不想青春永驻、永远健康,可是苦于岁月不饶人,从25岁起,女人的健康状况就开始走下坡路,所以一定要善待自己,尽早预防,才能使自己的青春延展。

《本草纲目》告诉你

美丽食:驴肉、黄鳝具有补血养气、滋阴养肾的功效。

驴肉:“补精益气,治老年劳损;煮汁空心饮,疗痔引虫。”

《本草纲目·兽部·驴》。黄鳝:“补中益血,补虚损;治妇人产后恶露淋漓,血气不调。”

《本草纲目·鳞部·鳝鱼》。

美颜方:将500克的驴肉洗净并下沸水锅中余透,然后捞出切片。在烧热锅中加入少许猪油,将葱段10克、姜片10克同驴肉一起下锅,煸炒至水干;再烹入约25克料酒,加入少量的盐、花椒水、味精,注入适量的水,烧煮至驴肉熟烂;最后拣去葱、姜,一道鲜美的驴肉汤就做好了。此汤具有补气血、益脏腑等功能,对气血亏虚、短气乏力、食欲不振者皆为补益食疗佳品。

将500克黄鳝肉,以及40克黄芪混在一起加水煮熟后以生姜、食盐调味,这样吃起来既有营养又能治“三虚”,可谓两全其美。需要注意的是,黄芪一定要用纱布包起来。



新世界出版社