

婚恋伦理

理想气体的永远是婆婆,婆婆不满意儿子对媳妇百般呵护。不想受气的一度是媳妇,小诺也知道,若为了讨婆婆欢心,她完全可以做得很快。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……

小诺想把那套福利房好好利用起来 回家吃饭。小诺爸说起3月份他可能要去香港出差一周,问家琪要买什么。家琪赶紧说他什么都不需要。然后家琪说,听说南方有一种传染病,爸你去香港要当心。

回杭州了。家琪开始上班,小诺离开学校还有几天时间,于是就在家里休息。张妹在湖南老家给小诺打来电话,说起了南方的传染病,小诺似信非信:真那么厉害?夸大了吧?杭州没什么动静啊。小诺没理什么传不传染病的,她现在的心思放在怎么处理楼上那不停歇的电动缝纫机轰炸上。这几天在家歇着,一整天都是哒哒哒哒的声音,小诺简直要崩溃。今年她将有近半年的时间整天待在家里,一个产妇再加上一个婴儿,如何能忍受这样的噪音?



徐徐著

河南文艺出版社

找出几本存折,小诺算了一下家里的财政状况。

刨除10万元的宝宝基金,能动用的钱不过五六万元。小诺叹口气,工作几年来,竟然没存下多少钱,不由得懊悔起自己不善理财。

她想把那套福利房好好利用起来。她给家琪打电话,告诉自己的计划,家琪自然听她的。小诺就叫张妹来监督装修。

对福利房进行装修,此事没向家琪爸汇报。家琪定了车子,是辆深蓝色的大众polo。

不知从什么时候开始,街上,公交车,超市,菜市场等地方,多了些戴口罩的人。出现了一个新词汇:非典型肺炎,简称“非典”。而对她来说,这个词几乎颠覆了她的全部精神面貌,以致很长一段时间里,她都不能面对这个词。看到这个词,除了痛苦,还是痛苦。

小诺给她老爸打电话,老爸过几天就要去香港。小诺爸问要不要给她买东西,小诺撒娇地说:“给我买6000块钱的包包,你舍不得?”小诺爸说:“舍不得,养这样的女儿太贵了,就当我没说那句话。”

在家琪几番苦口婆心的劝说下,小诺也终于戴上了口罩。小两口给刚买的新车polo取了个好听的名字,叫小钢炮,小钢炮从一开始就为小家庭发挥了巨大作用:送小诺上学上课,接小诺回家,接张妹去买材料,甚至装运各种材料去装修房子……家琪还说过几天开车去趟丈母家,父母掏钱买的车子,他们自己还没看到呢。

老爸从香港回来了。小诺妈给女儿挂了个电话,说一切顺利,就是有点累,还说老爸特意去香港的周大福为未来的外孙定了一整套黄金吉祥物,什么挂件,项圈,手镯,脚链之类的。小诺说好啊,等老爸歇息够了,我们开车来看你们,顺便把这些金银细软全给席卷走。

但是,小诺爸这一歇息,竟歇进了医院。

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。

平静豁达地接受各种现实

“如果在希特勒和肖邦之间,你必须选择一人结婚,那么你会选择谁?”

“希特勒。我相信如果和希特勒结婚,那么第二次世界大战就不会发生了,因为我会用我的爱去感化他和影响他停止发动二战。”

这是某次香港小姐竞选活动中获选港姐的绝妙对答,并经常被用来印证这位小姐的机智和思维富有创造性。殊不知,这个对答当中潜有两条正确面对现实、维护心理健康的重要法则!

接受不能改变的现实,这位小姐的回答之所以获得广泛好评,首要原因在于她接受“必须选择一位”这种不可改变的现实,而不是选择“我会坚决找寻我的真爱”或“我会终身不嫁”。

生命在一刻不停地运动,时间在永不回头地流逝。生命中的每一天,都在发生着或大或小、或喜或悲的事情。这些事情,因其性质不同,会给我们带来不同的心情。听到好消息,我们会心情舒畅;遭遇到打击,我们会难过万分。但是,不同的人,面对相同的事情会有不同的反应。如同同样遭到心爱的人拒绝,有的人会悲痛欲绝、痛不欲生;而有的人则会继续努力或安静地走开,寻找自己喜欢同时又喜欢自己的伴侣。已经发生的

事实无法改变,但我们处理事情的态度可以改变。

有一次,一个记者问作家史铁生:“你对你的病是什么态度?”没有想到,在轮椅上待了20多年,每隔几天就要去医院做透析的史铁生这样回答道:是敬重。为什么这样说呢?为什么是“敬重”而不是“恐惧”和“厌恶”呢?面对困惑不解的记者,史铁生解释说:“这绝不是说多喜欢它,但是你说什么呢?讨厌它吗?恨它吗?求它快滚蛋?一点用也没有,除了自讨没趣,就是自寻烦恼。但你要是敬重它,把它看作一个强大的对手,是命运对你的锤炼,就像是那个九段高手点名要跟你对下一盘棋,这虽然有点无可奈何的味道,但却能从中获益,你很可能就从中增添了智慧,比如说逼着你把生命中的意义都看得明白。一边是自寻烦恼,一边是增添智慧,选择什么不是明摆着的吗?”

史铁生还说:“对困境先要

对它说‘是’,接纳它,然后试着跟它周旋,输了也是赢。”

接受不可改变的现实是成功人生的重要基础,它可以使人正确认识自我,量力行事,避免心理冲突和情绪焦虑,获得心理健康,创造理想自我。



做情绪的主人

肖峰 著

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?

傅强带人去调查周国荣的办公室 周国荣的遗物主要集中在他办公室里,里面多半是一些医学书籍和奖状奖杯。郑小燕望着陈列整齐的办公室,她感到陌生,太久没有光临过这里了,她不愿意来,上一次站在这门口是一年之前,那一次发生的事情她至今不愿意去回想,那是她一生最惨痛的一夜。

“周太太,一会儿我们会过来收集对调查有帮助的资料线索,你需要在场,之后我们会对这里解封,到时你可以自由处理这里的一切了。”傅强在她身后说。

这时候,一阵嘈杂,几个警员鱼贯而入,傅强和郑小燕侧身站在一旁,小章也进来了,他戴着白手套,首先朝周国荣大班椅后面的书架走去。刚见他停下脚步就听到他叫了起来,“傅队,你过来看看。”傅强走过去,小章指着书架最底层的两格柜子门说:“看这里,被人撬开了。”傅强蹲了下来,果然,原来上锁的柜门被撬得掀开了一块木屑,他示意小章将柜门打开,里面空空如也。

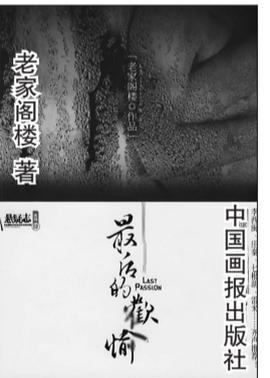
“周太太,看来这里最有价值的东西已经不见了,我们还不知道究竟是什么,它和

谁有关系,看来,我们还要继续封锁这里,你暂时还不能接手。”傅强面带歉意地说。“没关系,我现在也不知道怎么处理它们。”郑小燕一脸茫然。“那好吧,我们先送你回去,”傅强刚想吩咐警员,但转念一想说,“这样吧,我送你。”

汽车缓缓上路,郑小燕静静地坐着,一言不发。傅强突然问她:“周医生平时有什么业余爱好?”郑小燕想了想说:“要说业余时间,他就是看书,要么就是在写论文。”傅强点点头,不再问什么。他觉得这可能是一个思路,或许周国荣在学术上与对手发生了摩擦,又或者有人瞄上了他的研究成果,总之,他一直在考虑,他们的侦查范围仅在两个女人身上转,有些狭窄,像周国荣这样的社会人物,应该有更复杂的关系。

汽车到达郑小燕家,傅强看到门口站了一个人,这个人他认识,是心理治疗师杨梅。

小章将傅强带到后院,指着铁篱笆说:“窃贼是从这里翻过来的,然后扯开后门的窗纱,伸手将门从里面打开,然后进的屋。我开始就推测窃贼只能从这里进来,然后将每一根铁花都检查了一遍,在这里找到了这个。”



老家阁楼著

中国画报出版社

美容养颜

书中揭秘杨幂、袁泉等众多明星的独家本草养护金方,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小细节,掌握了它们,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金方,让你在唇齿间便可开始美丽之旅。

远离眼部衰老,让你明眸善睐

★女性生活百卷

古人形容美女都是巧笑倩兮,美目盼兮。确实,谁不想长一双水灵灵有精神的眼睛,可以汪一池秋水,顾盼生辉。然而眼睛是最容易受到衰老侵袭的部位,一个女人的年龄就可以从她的眼部反映出来。

为你揭开眼部易衰老的秘密

眼部皮肤脂肪含量少,真皮层中缺乏弹性纤维和胶原结构,且几乎没有肌肉支持,所以容易失去弹性,出现皱纹。另外,眼部皮肤中几乎没有皮脂腺和汗腺,皮脂膜的保护几乎不存在,这就导致了眼部肌肤的自我保护能力很差,容易受到外界环境因素的伤害,比较敏感脆弱。

同时,如此脆弱敏感的肌肤每天承受的运动压力却是巨大的。研究表明,人眼平均每天眨动10000次,每次眨眼牵动面部14块肌肉的运动,这也非常容易导致眼部肌肤出现衰老痕迹。

此外,眼部皮肤中微血管密集,神经纤维密度高,微循环较慢,淋巴循环系统不活跃,黑色素沉淀明显,如果经常熬夜或长期疲劳,熊猫眼就会毫不客气地找上你。因此,眼睛是最容易老化并产生问题的部位,

一般女性自25岁以后眼周肌肤就开始走下坡路,出现黑眼圈、鱼尾纹、眼袋等。

善睐明眸从好习惯和保养中得来

拥有一双年轻、美丽的眼睛是每个女人都向往的,但是如何抗击岁月在眼睛上的无情雕刻呢?

首先要常做眼部护理,如用黄瓜片贴眼,或用冰过的棉花片敷眼等可以使眼睛和

眼部皮肤得到滋养和保护。还有就是不能用热水洗脸,虽然刚开始比较舒服,但一会儿眼睛就会发涩。当然大家还要多吃富含胶原蛋白的食物,如鸡蛋、肘子、鱼头以及富含维生素A的食物,如羊肝羹、草莓、动物的肝脏等,也能让双眸明亮。

姐妹们空闲的时候可以不用无名指腹在两则眼尾处绕圈按摩,顺着肌肤纹理,从内到外,这样可以有效防止鱼尾纹的出现。

《本草纲目》告诉你

美丽食:马齿苋、芥菜、番茄具有明目养眼之功效。

美颜方:将马齿苋100克、金针菇50克洗净,入沸水中焯后捞起盛盘,加食盐、醋、鸡精即可食用。这道“凉拌金针马齿苋”清凉可口,适用于肝火上冲时眼红目糊者。



赵一 著

新世界出版社

广告服务热线:紫荆山路站66307822 文化路站63875060 工人路站67957022 东明路站63382081 晚报大厦67655128 金成国贸63399000 ●投诉监督热线:63303032 ●广告代办招商热线:63396000

Advertisement for Bosch and Buderus heating systems, featuring images of boilers and radiators, and text describing their features and availability.

Advertisement for real estate services, including a notice about signing contracts and a section for phone-based earnings, with contact information for Huatianshan Real Estate.