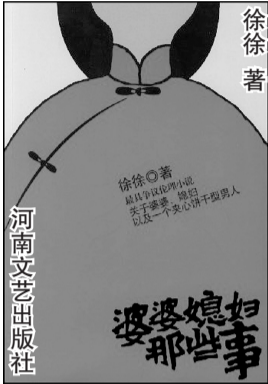


婚恋伦理

理想爱情的永远是婆婆,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,告诉他自己计划,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,他们自己还没看到过呢。

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弈一盘棋,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。

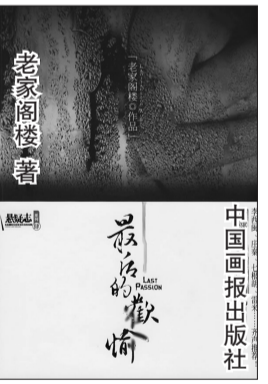
“周太太,看来这里最有价值的东西已经不见了,我们还不知道究竟是什么,它和

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,黑色素沉积明显,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

本草纲目中的女人养颜经

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, including text like '德国博世 别墅专用' and '德国原装进口冷凝壁挂炉隆重上市'.

Advertisement for '签约通知' (Contract Notice) and '接电话也能赚大钱' (Earning big money by answering calls), including contact information for Henan Lida Real Estate.