

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百顺。不愿受气的一直是媳妇,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婆婆,只好做夹心饼干了……

小诺和家琪拿出宝贝基金给老马家周转

自从小诺在月子里大闹楼上后,家琪妈分明感觉到了儿媳眼中露出的对自己的敌视。

婆媳成仇。这是她的总结。

刚退下的领导很快得到一个疗养的机会,三亚5天双飞豪华游。以往为了照顾老婆,什么出国考察,休养疗养的机会都放弃了,不过,眼下的这个旅游,在时间和行程上,都很不错。家琪爸的费用是全免的,只需要支付家琪妈的旅行费用,于是花3000来块钱,两人去海南旅行。

家琪利用周末去看望老婆孩子。卧室里,小诺和她妈妈在整理小诺爸的衣柜。小诺爸的衣柜,小诺妈一个人时是不敢打开的,物在人不在,怕伤感。满柜的气息,是亲人最后体味的留念。小诺妈的声音在耳边响起:“小诺啊,妈给你提个醒,一来你要改改大手大脚的坏习惯,二来你要尽量学会理财。你把家庭财政掌握住了,以后你就会有更多发言权了,买什么不买什么也省得被其他人说。作为女人,你真的要学一点烧菜的本领,你不给家琪烧也总得给阴阳烧吧?过来人的话不听话吃亏的。”

一个月后,张妹给小诺电话,说她得知小诺朋友苏茜任销售部经理的那家大盘,将在下半年有新楼开盘,她打听到那家楼盘的口碑相当不错,她让小诺上心点。顺便也给她留一套!

小诺在娘家歇息了两个月,气色好多了,人也漂亮了,身材也快恢复了,买了几件时尚衣服换着穿,又开始臭美。三个月的阳阳老气了不少,也漂亮了不少,单眼皮变成了双眼皮,眼睛很大很有神,像极了小诺。小诺越来越宝贝他,去商场挑了个漂亮的婴儿兜兜,去哪里都把儿子装在兜兜里贴身带着,觉得很幸福。



徐徐著 河南文艺出版社

只要没有那个硕士学位课程班的课,周末家琪就开着小钢炮去看老婆孩子。他一个人在杭州,前两周还觉得自由清静,但是很快又感到孤单冷清。

这期间发生了一件不幸的事情。家琪死党老马有个哥哥,一直与他老婆在杭州的服饰批发市场做小生意,租了个摊位,经营些时髦但低成本的女装和饰物等,生意还不错。他们有个三四岁的女儿,很可爱。

家琪在当天的新闻播报里得知老马住的老房子出事了。老马他哥和他女儿都烧死了,家产都烧光了。小诺和家琪商量拿出宝贝基金里的一半给老马家周转。

老马嫂子,一下子老了很多。对着他们,她毫不掩饰她的痛苦,因为掩饰不了。“我该怎么办?老马的后半辈子怎么办?”这是她一周里问得最多的。

“一切都会好起来的……”家琪没法安慰。“这是安慰话,我是他的老婆,接下的30年,是我陪他过,痛苦得我来承担,谁叫我是他老婆呢?”

他突然在嫂子的话里领悟到了,一个男人,在完成保护孩子培养孩子的使命后,再回头爱老婆保护老婆,理所当然,他的老爸不就是这样做的吗?老妈那么大了,可他们每次散步,老爸不是照样紧紧拉着她的手,这就是爱,这就是保护!他的老爸可以做到保护女人,他难道就做不到么?那-时,他几乎恨不得立即去小诺那,想抱住她,告诉她:“我一定会保护好你们!为此,我会听老马嫂子的话,好好活,不出事,不闯红灯,不酒后开车,不与人打架闹事,不冲动,远离毒品,远离不良生活习性,好好保护自己,因为,只有保护好自己,才能保护好你们,才能让你们更幸福……”

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%与成就较小的20%之间,最明显的差别并不在于智力水平,而在于是否具有好的心理素质。

找寻你生命的目标和意义

当太多的不开心、不顺心、不遂心一股脑地倾泻在一个人身上,“厌烦”就成了这个人典型的心理活动。还有种说法叫“郁闷”,当太多的郁闷积攒在一起的时候,人难免不产生些心理问题。

种种厌烦是现代人的普遍感受的一种心境。根据厌烦的对象来划分,一般有以下三种类型:对世界厌烦,对身边的人厌烦,然而最值得注意的厌烦还是第三种,对自己厌烦,或者说对自己生活的厌烦。

心理学家荣格清楚地指出:在他的病人中,有三分之一的病人得的并不是医学上可以确定的疾病,而是由于他们觉得生命没有意义,觉得生命终究是虚无的梦幻所造成的。觉得生命没有意义,是现代人的普遍病症。

小欣在上大学,可是大学里他感觉真的好无聊啊!小欣现在经常去网吧,希望能麻痹自己,可是这样在经济上就出现了问题,父母在家省吃俭用给他邮钱,可是自己又控制不了,小欣真不知道应该怎么办才好?

“生活不是没有美,而是缺少发现美的眼睛”,大学生活真的很无聊吗?还是自己没有去投入?我想多半原因是属于后者的。小欣可以读很多自己喜欢的书,可以投入到某个社团做有意义的事……生活的意义,永远都是需要人去赋予的。麻痹自己,是逃避责任和痛苦的消极手段,正是因为小欣没有去真正承担责任,因此,虽然觉得父母寄来的省吃俭用的钱,但是,依然是止不住去乱花。当一个人习惯于逃避,实际上是很危险的。因此,赶紧回归现实生活,在现实中去寻找生命的价值和意义,才无愧于自己的青春。



肖峰著 当代世界出版社

胡某,海归博士,论薪金职业可谓金领,但他却厌烦了现实生活,准备抛家舍业,去当和尚。他一直在奋斗着,结果到如今,在学历上爬到了头,工作待遇丰厚,住高级宾馆,出门全是车代步。在此情况下,胡某反而不知道下一步的生活目的是什么了。他曾对一位朋友说道:“我原来的欲望全都实现了,该享受的东西我也全享受过了。我现在已看破红尘,觉得一切都没有什么意思。我只想入佛门修身,或到深山老林写小说、散文。工作太累,我实在不想干了。”

难怪西哲有云:“人生最大的不幸有二:一是自己的欲望总达不到,一是已经达到了。”国人也曾做过这样的形容:“贫贱者易生焦渴,富贵者易生厌倦。然而,贫贱者的焦渴是在幸福的入口之处,还有追求的目标及种种希望;富贵者的厌倦则是面临幸福的出口,繁华幻影已在身后破灭,前面只有目标丧失的茫然和清寂。”

人永远在追求目标。在没有得到之前,充满期望与焦虑;得到之后,又心不在焉,好像那不是我所要的,然后再设定新的目标,继续这种追求游戏。结果人生成为一个不断追求虚幻目标的过程。

我们的生活大多缺少某些东西。生命本身会时常问每一个人:你的理想和目标是什么?作为一个人,不应当在“人为什么活着”或“生命的意义是什么”之类的问题上糊里糊涂——人活着就是要追求理想,就是要实现自己的价值。每个人都有责任找到自己的理想,并有责任用实际行动来实现它。

理想是引领人生的灯塔;没有理想,就没有坚定的方向;没有方向,就没有充实的生活。

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?

张文远受不了心理折磨投案自首

傅强想了想,交代说:“杨梅一旦苏醒,请立即通知我,先不要让任何人探望打扰,只允许医院人员接触,迟一些市局有刑警人员会接替你们。”

交代完,他与小章离去。杨梅如果这么昏迷下去,给凶手太多重新谋划的机会,对案情进展非常不利,他要回局里召集开会,商讨下一步行动,这次意外,促使了他决定化被动调查为主动出击。

郑小燕这些天睡得很好,平静且无梦,这些年,她从来没有像现在这样,欣喜地迎接每个孤独的夜晚来临。

李元亨中午给她发了一个短信,内容新奇又熟悉——“54,落雁平沙碧波扬”。她想了想,给他回了一条消息——“我想回第一次去的地方。”

李元亨在一小时后驱车接到她,车子稳稳当当停在第一次停车的地方,上二楼,经过大厅,穿过后门——还是那个游泳池,依旧波光粼粼,她慢慢走过去,站到最边沿,脚尖悬空在水面上。

“元亨,你知道我为什么要回这里吗?”李元亨没有回答,他想过这个问题,也给了自己一个猜测的答案:经历了这些日子,她的生活仿佛被打散又零碎组合,虽然拼凑得不完整,但是她希望生活中美好的事情回来,对她来说,最美好的莫过于与自己在一起的时光,所以,她想从起点的地方再来一次。

“其实,”郑小燕幽幽地说,“我是想知道,当我再次面临这个池子的时候,我还会不会跳下去。我们分手吧。”李元亨听着这句话,看着这双眼睛,那里面的最后一丝人气也消失了。“那么,小燕,我……我们……”



老舍阁楼著 中国画报出版社

回去吧。”李元亨垂头丧气。汽车又重新回到了海滨高速路上。李元亨要送她进屋,郑小燕想拒绝,看到他眼睛里的渴望,她心里一软。

郑小燕突然问李元亨:“元亨,你觉得你爱过我么?”李元亨没办法回答。“元亨,我会成全你的,为了你,为了罗贞,还为了那些美好的照片,我怎么会不成全你呢?这也是成全我自己。”郑小燕仿佛在自言自语。在李元亨听来,无比羞愧,但他能说什么呢?“元亨,你把授权书给我吧,我会签字的。”最后,郑小燕说。

周国荣专案小组的会议刚开始,突然有人进来报告,说一楼报案接待处来了一位叫张文远的投案者,点名要见章雨。傅强和小章交换了一下眼神,小章马上说:“立刻带到审讯室。”

张文远显得神色涣散,坐在审讯室里,如同斗败的公鸡。傅强与小章在桌子另一边坐下来,小章很友好地首先发问:“张先生,你投什么案呢?”“警官,杨梅的汽车是我叫人整的,如果她死了,我愿意偿命。”张文远一副敢作敢当的神情。“慢慢说。”小章按下录音,打开本子。

张文远重重地哀叹一声,咬咬牙,一边回忆一边道来……自从小章与他见过面之后,他的心情再没平静下来,如此几天之后,他终于电话联系上杨梅,约见到龙山顶娱乐中心。杨梅很爽快地答应了他,并且也很准时地到达了。他想买下杨梅手中的股票,但杨梅说什么也不肯答应,一气之下,他让手下的保安去把杨梅的车的轮胎卸下来。哪想到,保安拆了她的刹车碟,想半路撞死她。张文远吓了一跳,隐隐后怕,希望不要出事的好。如此焦虑不安了几个小时后,张文远再也受不了心理折磨了,决定投案自首。

美容养颜

书中揭秘杨幂、袁泉等众多明星的独家本草养颜方,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方,让你在唇齿间便可开始美丽之旅。

做经期里的百分百女人

☆女性生活百态

惠惠每次来“例假”的时候,都会腰酸腹胀,然而令她苦恼的却不是这个,而是每次“例假”来临前的“预兆”。原来,惠惠来“例假”的前三四天,脸上都会长几个大包,更气的是这些包下去后就会留下一个小黑点。“这要再过上几年,我的脸岂不是惨不忍睹?”惠惠经常在朋友面前诉说自己的不幸。

对大多数女性来讲,经期都会和惠惠一样有一定的不适感,例如下腹胀痛、腰膝酸软等,同时还会伴随一些容颜问题。

平时姣好的面容,在经期内,由于体内激素的变化和失血,就会变得面色暗淡、眼圈发黑,有的还出现暗疮,看上去“花容失色”,令人苦恼。其实,只要注意经期的保健工作,我们照样可以做一个漂亮女人。

☆做好皮肤清洁工作

在月经期即将到来的前一周,就应加强对皮肤的清洁保养,多加1~2次洗脸次数。油性皮肤的人更需要特别注意,因为油性皮肤分泌旺盛,容易造成毛孔堵塞,如果不注意清洁,在月经到来时很容易长出暗疮。

☆消除眼部疲劳

妇女在经期会感到非常疲劳,为了消除眼部的疲倦感,减轻眼周黑晕,可做一些特殊的护理。例如,每晚用冷霜在眼部周围做眼部按摩。用手指轻轻地眼周画圈,然后轻叩眼眶,点压眼眶上的穴位,按摩完毕洗去冷霜。若眼睑浮肿,可以将两块化妆棉浸泡在茶水中,然后取出敷在眼眶上,10分钟后取下,可消除经期眼部疲劳、浮肿

及黑眼圈。

☆经期里不宜吃太多

在经期里不能由着性子吃,必须适当控制饮食。当然,该吃还得吃,否则情绪不稳定,同样会影响经期的生理和心理。

☆经期过后注意补充营养

倦怠了几日的女性们,经期过后要注意补充营养。30岁以上的女性,最好做乌骨鸡加八珍汤一起熬;30岁以下的女性,就用30克的山药、两汤匙枸杞子、十粒红枣(要去子)、两片生姜,加上一只乌骨鸡熬汤,在月经结束之后连喝3日,就能达到滋补的效果。

此外,为了避免脸色发暗和皮肤变得粗糙,妇女在经期应保证充足的睡眠,这是经期美容的关键。

经期不宜饮茶。经血中含有比较多的血红蛋白、血浆蛋白和血色素,所以女性在经期或是经期过后应该多吃含铁比较丰富的食品。而茶叶中含有30%以上的鞣酸,它妨碍肠黏膜对铁分子的吸收和利用,在肠道中较易同食物中的铁分子结合,产生沉淀,使食物不能起到补血的作用。

所以女性在月经期不宜饮茶,但可以用浓茶水漱口。可选用茉莉花茶用开水冲泡30分钟,早、中、晚三次含漱,这样口臭没了,感觉很清爽!

《本草纲目》告诉你

美丽食:芡实、桂圆、当归、鸡蛋、鸽蛋、樱桃、荔枝、桃花等可以帮助补充蛋白质、矿物质及补血,尤其适合经期食用。

美颜方:取龙眼肉10克、炒枣仁10克、芡实12克合煮成汁。经常饮用可养血安神、益肾养颜。



赵一著 新世界出版社