

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依百顺。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……

太过劳累的家琪骑车时出了意外 家琪妈没理会老公的好意，她的情绪还在受欺骗的愤怒中。“那是个野种啊！”她说，她深切地感受着安心婆婆的境遇。小诺对婆婆动辄抛出的“野种”感到很难接受，那不过是个不懂世事的无辜婴儿啊，才半岁，就得被迫接受一个叫做“野种”的极其龌龊的称呼。 “反正，阳阳是我的孙子，我会无私爱他。阳阳若不是我的亲骨肉，我立即不要他。”家琪妈说，并亮出她的观点。“把阳阳扯进来干什么呀？”家琪爸不满。“那是因为你根本不是爱孩子，你完全是在爱自己！”家琪爸话音刚落，小诺就对婆婆反唇相讥。家琪妈看着她。“你不是在爱一个有血有肉很可爱的小生命，你爱的只不过是你的血脉！这样的爱，说到底，与其说爱阳阳，还不如说爱你自己！”“小诺，扯我们身上干吗？别说了！”家琪爸劝止小诺。



但是，话题已经展开，要停战，已不容易。 “李小诺，你这话讲清楚，我怎么不爱阳阳啦？”家琪妈站起来，不顾家琪和家琪爸的劝，一定要小诺说个清楚。“爱家琪，爱阳阳，是因为你要回报，你所要求的回报就是要你的孩子们长大后听从我，顺从我，服从我，弄到最后，核心依旧是你。说到底，这不是母爱，这是彻底地爱自己！”

家琪妈坐在沙发上，面色铁青。小诺粉碎了她多年的信念。她竟然敢说她的母爱不是母爱，而是自私的自爱！ 突然，她站起身来，扬手打了小诺一巴掌。家琪和家琪爸终于回过神来，两人分别推搡着各自的老婆去房间。

“你有什么权利这样对我说话？你给我滚出去！你不要待在我这里！”家琪妈喊。

小诺被家琪推进了房间。小诺抓起一件外套，挣脱家琪的双手，出门。家琪顿得了这边顾不上那边，他从窗户往下看，小诺的身影已经隐在黑暗中。现在已经是午夜，小诺出门能去哪里？

“妈，你在家，爸爸陪着你，我去追小诺！”家琪拿起桌上的车钥匙，外套也不穿，转身就走。家琪妈嘶心裂肺的声音传来：“你们别再回来了，都不要回来了，我不要看到你们……”

家琪开车赶上小诺。让小诺上车。“小诺，要不我们先回杭州的家，等冷静两天后，再打电话向她道歉……”“我没说错话，道什么歉？我讨厌你妈，我不想再见到你妈……”“小诺，你知道吗？我好累，你们一吵架，我夹在中间，更加累……”

车子行驶在环城路上。“小诺，你帮我开瓶水好吗？我突然觉得好难受，有点胸闷。”小诺一听，赶紧拧开一瓶矿泉水。正要凑到家琪嘴边，突然，前面拐弯处一道强光射过来。

“当心——”小诺大叫一声。家琪猛打方向盘。车子飘飘地甩出去，打了两个滚。

时光似乎凝固了。有人跑过来，有人在喊叫，但是，无论是动作，还是声音，都感觉好虚幻。小诺终于能睁开眼睛。“家琪，家琪……”她在呼叫。家琪紧闭眼睛，卡在车座里，一动不动，脸色苍白。没有任何血迹。但小诺知道，没有出血，似乎比血流满面更可怕，因为不出血的受伤更有一种迷人的假象。

在家琪身下，是一地的玻璃碎片。玻璃碎片上，有一把黑色的救生锤。那是家琪妈买的。但这次，没用上。

(全文完，本报有删节)

从下周起，本报开始连载金满最新军事小说《远征》，敬请关注。

拍案惊奇

一位来自穷困乡村的小男孩，经过自己的勤奋努力，终于当上了颇有名气的律师，并且经常在当地的电视节目频频上镜，是著名法律栏目的主讲嘉宾，成为该城市的公众人物……然而，就是这样一位事业蒸蒸日上、金钱名利俱全的律师，最后却走上了厌世悲观以致杀人灭尸的犯罪之路……

我开车狂奔回家，肖丽的电话就来了

好不容易把节目做完，我开车狂奔回家，肖丽倒没撒谎，什么都没拿，只是把我的抽屉撬了。以前我每做完一个案子，都会在本上记一笔，用的全是代码：Z：4万；M：11万7千；C：金项链两条，钻戒一个……

这些东西在法律上没什么价值，除非有人想搞你。关键是那张光盘，有人物、有对白，实打实的证据。正想着，肖丽的电话来了。

我问她：“跑哪去了？这么冷的天，快回来吧。”她笑嘻嘻地：“回去你会不会打我？”我说怎么可能，爱都爱不够呢。她格格地笑，说老东西，我还真想挺你的，你说我们结婚好不好？我说好啊，我正打算向你求婚呢。她得意了，说我不穿影楼里的婚纱，那么脏，我要你给我买！我满口答应：“买！”肖丽说我还要钻戒、项链，还要一辆POLO。

我都一一答应，说外面江湖险恶，你年纪又小，万一被人骗了怎么办？回来吧，我带你去买。我脑筋转了转，一下来了主意：“小丽，你是不是在外面有人了？”她说你胡说什么呀，没有！我冷笑一声：“你当我不知道呢？就是你那个同学，姓陈的，叫什么来着？他现在就站在旁边，对不对？”她不说话，过了大约半分钟，一个男人开口了：“魏律师，你很厉害，我就是陈杰。”我强压火气打了个哈哈，说我早知道是你，这事有你一份吧，你们计划很久了吧？”

他说也没多久，就几个月吧。限你三天内打40万过来，肖丽这么漂亮，跟你两年，值40万吧？我说当然值，100万都值，不过我们在一起那么久，现在要分手了，我跟她说几句话行不行？他嘿嘿地笑：“得了，别费劲了，肖丽铁了心要跟我，现在万事俱备，只差

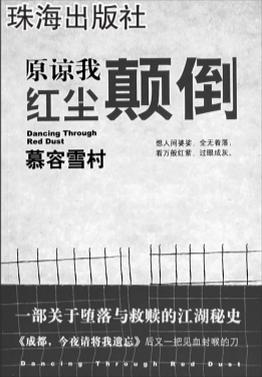
你那40万，这钱一到手，我们就远走高飞。”我叹了口气，说你也不小了，怎么一点都不懂？我是心疼钱吗？我是心疼肖丽！她前年住院，是谁照顾她的？她去年被抢，是谁安慰她的？她吓得睡不着，是谁一夜一夜地陪她的？她想去三亚，又是谁——还没说完，肖丽怒气冲冲地开口了：“妈的，说这些干什么？！”

我说你真没良心，两年时间，那么多事，竟然说忘就忘了。你还记不记得你住院的时候，我天天都去陪你，喂你吃水果，给你讲笑话，你还说笑得刀口疼？电话里突然静了下来，我心里暗暗咒骂，没想到她突然哽咽起来，说：“老魏，我……”

这就是我要的。肖丽有心计，不过到底还是嫩了点，以前吵架的时候我也用过这招，晓之以理，动之以情，拿下并不困难。我心中暗喜，也装出伤感的样子，说：“小丽……”然后闭上嘴等她回话。

肖丽抽抽搭搭地哭起来：“老魏，对不起，我也不想……”这话可以确定几件事：第一，这两人早有奸情；第二，肖丽本来并不想敲诈我，只是经不起陈杰的撺掇；第三，她对我还有余情未了。我飞快地转着心思，想怎样才能进一步打动她。

我说：“恭喜你找到自己真正爱的人，我一个糟老头子，知道自己配不上你，现在也不抱什么希望了，从今后，我就当你的哥哥吧。”她哭得更加厉害，我接着说：“钱我会给你，但有几句话，我只想说给你一个人听，好不好？”她不答，话筒里传来一阵窃窃私语之声，过了一会儿，肖丽止住悲声：“你说吧，他走了。”



都市言情

在那个“备战、备荒、为人民”的年代，石燕和父母随同整个军工厂连人带机器一股脑儿地搬到了小山沟里。沦落于C省师院的她一直与高中时的“钟怪人”黄海保持着联系。然而，少女的虚荣使得笃信一见钟情的石燕一直对黄海外貌上的缺陷不能释怀，直到因偶然的机会遇见已故美男市长的公子卓越，事情才有了意想不到的发展……

石燕唯一的希望就是考研究生

石燕的寝室里住着十六个女生，八个高低床，把半个教室改成的寝室挤得满满的。学校食堂的伙食也很糟糕，石燕以前在高中住读的时候，伙食也不怎么好，但她每周都可以回家去带些菜来吃，现在离得远了，没办法经常回家带菜了，只好吃食堂伙食。也算因祸得福，她一直保持着苗条的身材。

那时想到要在C省师院待四年，她心里就充满了绝望，恨不得退了学回去复读，特别是一年之后她听说有几个去年没考好的同学，跑到外省亲戚家住着，在当地的高中借读一年，今年竟考上了赫赫有名的大A、B大、E大，她悔之莫及。早知如此，真不该到这里来读书的。

她想退学，然后跟那些复读的同学一样，找个亲戚家住着，到那里去参加高考，就当她那级没跳吧，再考一次年龄应该还不算大。但C省师院为了保证中学师资，对学籍管理有很严格的规定，学生没有正当理由一律不准退学，如果擅自离校的话，以后永远不准参加高考。她打听了一下何为“正当理由”，结果发现几乎没有哪个理由是正当的，除非你得了不治之症，命在旦夕。

一失足成千古恨！

她现在唯一的希望就是考研究生，唯一的诉苦对象就是黄海，因为黄海也跟她一样苦大仇深，有倒不尽的苦水。

黄海是她跟名校之间唯一的交往，因为黄海写给她的信很特别，从来没安慰开解过她，每次写信基本都是自说自话，上来就诉苦，诉完了就结束。后来苦诉得差不多了，他们的通信就慢慢脱离自己，脱离现实，变得像社论一样，都是泛泛而谈，诉苦不再是诉具体

的苦，个人的苦，而是诉抽象的苦，大众的苦。黄海一般是诉丑人的苦，而石燕就诉充军的苦。两人嬉笑怒骂，恣意妄为，就像是在写日记一样，仿佛唯一的读者就是自己。

那时还没听说过什么电子邮件，两人的通信都是手写邮寄，所有的信件都是送到宿舍楼的看门人那里，然后收信人自己去取。于是大家都知道石燕有个在名校读书的男朋友，她声明了几次，说不是她的男朋友，大家都不相信，说如果不是男朋友，谁还有那个闲心每周写封信来？

大家都羡慕她有个名校男友，但大家都不看好这件事。她懒得跟那些人解释，也不再声明黄海不是她的男朋友，反正离得这么远，黄海就只是一个名校生，雷打不动地周一封信，多么浪漫，多么诗意啊！

大家对黄海的了解，也就是他的字，而且是信封上的那几行字，别的什么都不知道。黄海写一笔流利的行书，不管写多少页纸，从头到尾都是那么漂亮。但她就不同了，她写的字没有什么体，要说有体的话，那就是她自己的“石体”。而且她写字有个毛病，一开始的几行写得又工整又漂亮，但越往后，她的字就越马虎，结构越来越松散，字体越来越大，每次到了落款的时候，她的字几乎已经完全认不得了。

她经常对黄海抱怨自己的字，说不知道怎么写，写着写着就写乱了。黄海分析说：“有的人才思如涌，笔跑得没思绪，所以会越写越‘飞’。还有的人循规蹈矩，按部就班，一板一眼。这样的人可能从头到尾都能把字写好，但他们的思维显然不如前一类人敏捷。”

这个分析让石燕非常开心，后来就更有理由写得飞沙走石了。

健康养生

人们对健康存在着普遍的误区，很多疾病原本是可以避免和自己治疗的，可是很多病人不是轻易将自己交给了疾病，就是交给了医生，而往往忽视了人体自身的力量。求医不如求己。大多数疾病都与我们的生活息息相关，我们只要找到了它产生的根源，通过改变自身，就能从根子上祛除疾病，达到治病固本的目的。

大多数疾病都是由我们的生活方式所致

人得病的原因很多，概括起来无外乎是外感“六淫”、内伤“七情”和外部伤害，但归根结底，大多数疾病还是由人们的生活方式所致。《黄帝内经》说：“……故春秋冬夏，四时阴阳，生病起于过用，此为常也。”何谓“过用”？凡超越人体正常范围，致使脏腑发生损伤，生理功能、心理活动遭受破坏的各种因素，均属“过用”，一言以蔽之，就是不良生活方式经年累积的结果。

现代科学研究也表明，不良的生活方式是生病的主要原因。如两组猴子，一批喂食盐量高的食物，另一组喂食盐量低的食物。一段时间后，前者大部分患了高血压，后者却没有。高血压患者常见的不适就是头晕，中医认为，眩晕多因肾阴不足，肝阳上亢引起的。导致肾阴不足的原因很多，而盐便是其中之一。盐是咸的，咸入肾，多食可以伤肾，造成肾阴不足，诱发高血压。因此，喜欢吃咸的北方人，患高血压的概率要大于南方人。

去年夏天，有个同学打电话来向我求救，单位常规体检时，他被检测出三种疾病：高血脂症、脂肪肝、高血压。他怎么也想不到，自己才三十出头，正是“中午的太阳”，怎么就患上了中老年人人才有的病呢？当我问清了他平时的生活规律后，就明白了问题出在哪里。他是某部门的负责人，由于工作需要，经常有很多应酬，喝酒吃肉是家常便饭，而且生来不爱运动。于是，我要他经常敲胆、胃、大肠三经的要穴，同时强调当地锻炼和节制饮食。他按照我的方法坚持3个月，效果非常明显。最近他去做了次体检，呵，什么病都没有了！

不良生活方式会从方方面面影响到人们的健康：如不注意饮食节制，会给胃肠造成极大的负担；不能克制自己的情绪，常常为一点小事大吵大闹，大动肝火，对精神和神经系统造成不良的刺激；经常熬夜，会造成多种器官的损害，诱发肝胆疾病……所以，养成良好的生活习惯非常重要。良好的生活习惯是健康的加油站，而不良的生活方式则是滋生疾病的温床。

近年来可谓多事之秋，自然灾害一个接一个。原因众说纷纭，有一点我想大家会认可的——那就是乱砍滥伐森林、工业污染，严重破坏了环境，导致自然灾害接连发生。自然界如此，我们身体这个小环境也不能例外。冷了要加衣，渴了要喝水，饿了要吃饭，困了要睡觉，这是人体的规律，应该遵守。《黄帝内经》开宗明义即讲：做人、做事要顺其自然，遵守自然规律，守时、守位。春天养“生”，夏天养“长”，秋天养“收”，冬天养“藏”。违背了这个规律，就要生病；遵守了这个规律，就会健康长寿。现在社会很多人身体都不健康，都是逆天而行的结果。该睡觉的时候不睡觉，该吃饭的时候不吃饭，该结婚的时候不结婚，这就是不顺其自然，违背了规律，整个人生的程序都被打乱了。疾病焉能不来？

过去我们一直宣扬愚公移山的精神，宣扬“人定胜天”，提倡与天斗，与地斗，其实人怎么能超越自然、超越规律呢？就像我们不能拿鸡蛋去碰石头一样，最后的结果必然是“头破血流”。人其实是很渺小、很脆弱的动物，任何逆天而行、乖戾自然规律的行为，都必将受到自然规律的惩罚。

