

官场风云

做了四年县委副书记的张镇被安排为市电视台台长。张镇一番大刀阔斧的改革,使电视台出现了新的生机。但是,随之而来的一系列问题使他不胜烦恼:副台长和女广告部主任同谋贪污广告费并合谋毒害知情人;常务副市长插手中层干部竞争上岗,因记者被杀,张镇愤慨追查真相,揭露出常务副市长伙同大型国有企业老总攫取国有资产的大案……

各县都同意转播平川电视台法治频道节目

张立是个感情细腻敏感的女人,她早从平时张镇注视她的眼神里读出了一个男人对一个女人的喜欢、好感和倾慕。从自己内心说,她对张镇很敬佩很崇拜。离婚后,痛苦的心情渐渐平静,迷茫的情绪开始萦绕。她的心理上总有一种在等什么降临的意念。

门铃响了,张立急忙去开了门。张镇把食品袋放在茶几上说,我给你买了点馄饨,趁热吃吧。张立喊了句,好香!感激而又不好意思地一笑,说,台长,我吃了。张镇盯着张立的脸和头发,忽然说,我喜欢你!你是我多少年以来希望遇到的那个女人!

张立此时脑袋膨胀,心底那情感的潮汐直往上涌。张镇猛地拉住了张立的手,将张立抱在了怀里。张立竟然也抱紧了张镇的后背。当两人的嘴唇紧密接触时,张立忽然一使劲,把张镇推开了,她平静地说,我是一个离婚女人,你是个有家室的男人。我们的爱,没有什么结果。与其以后痛苦,不如没有开始。

张镇思想矛盾,虽然脑子里也闪过离婚的念头,可道德的束缚,身份、名誉、前途的顾忌,他毕竟还没有真考虑。听了张立这番话,他沮丧地低下了头……

通过十几天的连续奔波,张镇和张立跑遍了全市各县,基本顺利地达到了目的。各县都同意无线、有线转播平川电视台法治频道节目。在这二十几天里,张镇和张立单独说话不多,可二人的眼睛对视时,相互看到的都是一种依恋、渴望、无奈、酸楚的神情。那晚张镇离开后,张立伏在床上大哭了一场。她知道自己爱上了张镇,可又理智地明白这



种爱是一个美丽的童话。可意识里已经产生了对其他男人的排斥。

在张镇的心里,是否离婚的念头就如一个陀螺不停地飞旋着。老婆在众人的眼里是称职的,事实上,这些年夫妻二人也是和睦的,忽然提出离婚,老婆肯定坚决不肯。难道去法院吗?这个离婚之路有多长?随之带来的是什么?名誉、党籍、官位、前途,会受到什么程度的损害?

江苏的一个红江高科技农业开发集团,因为正在平川和周围两个市搞项目开发,需要大张旗鼓地宣传,便找到了电视台,准备拿出300万元宣传费,一搞一年。柳建军希望台长出面接待一下。张镇叫赵小文和张立一同参加接待。这个老板姓江,50岁左右,在部队做过团长,后转业地方,是江苏某个市的水利局副局长,因一个工程的承包得罪了市委书记,被贬到了政协当了挂名常委。他一气之下,辞掉了官职,创办了这个高科技农业开发集团。他的红江集团在国内是屈指可数的高科技农业企业之一。张镇和江老板就高科技农业的市场前景、农村中的一些问题、企业管理、如何宣传等话题展开了讨论,二人越说越投机。正所谓英雄惜英雄,二人相互高看,神交心交。以后,江老板一到平川,就招呼张镇聚聚,谈天说地,成了一对莫逆之交……

国庆节后第一天上上班,晚上八点半,法治频道《大案追踪》栏目主任韩念海刚从外回到家,手机就响起来。是交警支队事故大队大队长杨大刚的电话。杨大队长告诉他,玉翠路上刚刚发生了一起特大车祸。《大案追踪》节目是纪实风格,韩念海迅速穿好衣服,提起小型摄像机,开起面包车冲出小区。

职场励志

刚刚成为广告人的女孩大猫儿,迎面遭遇安全套的广告策划,传统的思想正面撞击超强性文化,一个未婚少女如何应对这样雷死人的文案?思想前卫的客户时时搅局,雷厉风行的主管步步刁难。同事不断,羞事连连。关键时刻她不得不向她那些狐朋狗友求助……

我开始给林莽莽写很多很多的小纸条

“天哪!”小乔一副快要崩溃的样子,“我这是带你们上欧洲拍琼瑶剧来啦?我拜托你们都成熟点儿行吗?我刚才跟你说的那个是假设啊,假设懂不懂?林莽莽那么一大活人难道还真能丢了不成吗?你踏踏实实该玩儿就玩儿,完了再找他倾泻衷肠也来得及!现在才刚住了两个晚上,你居然就说要走,你有钱没地方花啦?要是不怕气死我,你就走一个给我看看!”

为了不让小乔失望,我也只好留下来按原计划继续我们的欧洲之旅。每天晚上我都会趁小乔不注意的时候,给林莽莽在国内的手机和座机各拨一个电话,但手机总是关机,座机总是没有人接听。一天一天地过去,我越来越感到害怕——如果小乔的假设变成了现实呢?这个念头让我不止一次地躲在被子里悄悄哭泣。

这次旅行终究因为我的魂不守舍而草草了事,在阿姆斯特丹机场送我回国的时候,小乔伏在我耳边叮嘱道:“见着林莽莽那个王八蛋替我好好骂骂他,本来想让你们陪我多待几天的,结果可倒好,一个跑没了人影儿,一个干脆连魂儿都没了。”我眼圈儿一热,紧紧地抱住了小乔:“你多保重,别忘了以后每年带宝宝回来看看我们!”

飞机载着我飞上了蓝天,我的眼泪从登机的那一刻起就始终没有停过。北京,最亲密的人已经少了一个,而林莽莽,他还会在那个熟悉的地方等着我吗?

我在林莽莽家门前敲了很长时间的门,手都敲累了里面也没有半点动静,我却依然不肯死心,总怀疑这家伙其实就躲在门后,听着我在外面着急、故意让我生气。最后,

我咬牙切齿地在门上重重踢了一脚,终于放弃了努力,提起行李箱懒懒地向楼上走去。

第二天,我开始给林莽莽写很多很多的小纸条,然后再一张一张地丢进他家的阳台里:

“林莽莽,你到底死哪儿去了?是不是真的不要这个家啦?”“我知道我那天晚上不对,但男人不可以这么小心眼儿的,知道吗?”“我想你了!这还是我第一次跟你说这句话呢,可惜你却听不到,遗憾吧?”“林莽莽,杀人不过头点地,你到底想怎么样?”“你还是别回来了,爱滚哪儿就滚哪儿去吧!”

我终于发泄得没了力气,独自枯坐了很长时间后得出一个结论:即使林莽莽真的不再回来了,生活也还是得继续啊!于是我勉强收拾了下心

情,打算先做点儿应该做的事。

第三天清晨,我出现在了已经很长时间没去的办公室,同事们看到我全都热情而关切地问道:“Kitty,你生病了啊?好些了吗?”我尴尬地一笑着搪塞了过去,刚和大家聊了一会儿,穆明便迈着优雅的步伐走了进来,目光落在我身上的时候微微愣了一下,眼里迅速掠过了一丝不安的神情,但很快就转头,若无其事地拧开总监办公室的门走了进去。

我跟了过去,在那扇无比讽刺的门上轻轻敲了两下,听见穆明用一如既往的平静口吻说道:“请进!”

推开门的瞬间,我又回想起那天晚上在这个房间里亲眼见到的一幕,不禁感到有些滑稽。但是穆明端坐在班台后面看着我,仪态高雅,表情安详,已经看不出丝毫的不自在,依然是往日里那个让人又敬又怕的上司形象。我心头微微一凛,面无表情地带上了房门。

女性情感

该书讲述了三十个民国知名女子的人生故事。在追忆民国女子的往事中,作者以女性独特的细腻感,反复品读女人用什么样的态度对待感情,女人的一生究竟什么是最最重要的?从而使该书具有相当的思想性。

谍海才女关露的传奇人生

在完成了李士群的策反任务后,关露就给组织写了一封信,请求去延安。关露的妹妹很快将信转交给组织。哪知得到的回复却是,不宜回来。上海方面希望关露继续留下,为他们提供有用的情报。

关露得到消息之后,哭了一晚上。想到现在连好友也不信任她,也唾弃她,热爱的文字写作也无法进行,恋人也不得相见,就异常难过。只是哭过之后,她还是强打起精神,继续完成组织派给她的任务。

新的任务是让她去日本人办的《女声》杂志做编辑。社长是一个叫佐藤俊子的日本女作家。关露去《女声》的目的是接近佐藤,再通过她接近日本左派人士,找到日共党员,搞到一些日方的情报材料。

关露在《女声》负责小说、剧评和杂谈。为了不让汉奸言论出现,同时又保护自己的身份,关露只能尽量编些无聊的风花雪月文章,将大量版面占去。

在《女声》工作工资微薄,甚至生活都成问题。关露的早餐几乎都省去,肉蛋之类的根本吃不上,常年处于半饥饿状态,这让她身体非常虚弱,有时甚至会晕倒。如果到了冬天就更别说了,关露租的房子冷得像冰窖,买不起木炭,实在太冷了,关露想去卖血换木炭。去了医院,医生却没有给她抽血,说她身体太弱了,会承受不了。血没有卖成,木炭也没有换来,关露守着寒冷的租屋过了一个冬天。

1943年8月,关露去参加“大东亚文学代表大会”,这个会让关露很犹豫,因为参加这个会要公布名单的,那就等于关露在世人面前再一次亮出自己的汉奸文人的身份。关露是有过犹豫的。上级组织却发下话来,如果去日本一趟,会看到听到许多情况,这个机会

不容错过。

于是关露就去了。这次大会,关露被日方分给的讲话题目是《大东亚共荣》。关露把题目换成《中日妇女文化交流》,谈了些无关紧要的内容,诸如中日双方语言不通,大家交流起来比较困难,今后应该多学语言之类的话题,蒙混过去。

果然,关露参加完这次会议回上海后,就看到一篇登在《时事新报》上的文章:“当日报企图共荣圈虚张声势,关露又荣膺了代表之仪,绝无廉耻地到敌人首都去开代表大会,她完全是畸形下生长起来的无耻女作家。”关露的“汉奸生涯”达到了顶峰。

关露在敌营苦熬六年,终于等到日本投降的那天。回到苏北解放区,关露以为所受的委屈可以倾吐了,她的罪名也可洗清了。谁知迎接她的是更煎熬的痛苦。

关露本想重新拾回满腔热情继续创作,却发现“关露”这个名字已经成为一种耻辱的象征,不再能发表任何文章。如果要发表文章只能重新起名字,这就意味着在此之前关露在文学上的成就全部报废。关露内心委屈,上面却说:你为什么不能把关露这个名字忘掉呢?

比这更让关露痛苦的是,她接到恋人王炳南的来信,竟是一封绝交信。当然,这并非王炳南本意。他本来准备来迎娶关露的,去向组织上汇报,组织上经过反复研究,得出的结果却是:关露是个好同志,但由于她的这段特殊经历,在社会上已经造成不好的名声,群众以为关露是文化汉奸,而你又是长期搞外事工作的,群众都知道你是共产党。如果你们两个人结合,将会在社会上产生不好的影响。

王炳南只能无奈服从。

健康养生

都市的快节奏生活,常常让事业占据生活的首位,忽视自己的健康,健康需要在点滴中呵护,本书着眼于生活的实际,没有高深的病理、药理知识的系统陈述,近乎一种常识,却像感情丰富、内心细腻的伴侣一样,对健康的呵护无微不至。

里子里的健康密码

这里所谓的里子是相对于面子而说的,只相对地存在于身体内部,不为人们所能直接看到的身体的不良表现。

大便

就排便次数而言,虽然正常人与人之间相差也很大,但就一般而言,多则一天三次,少则

三天一次。就颜色上看,往往与人们的饮食有关,比如,进食的肉类很多,就多呈现棕黑色;如果蔬菜进食得多,大便就多会呈现棕绿色;就一般混杂而言,多呈现黄色。

【便秘】便秘属于典型的消化系统症状。主要是由于粪便在结肠停留时间太久,水分含量降低而变得干硬形成的。就其原因上讲,主要是由于食物中纤维太少,胃肠道蠕动导致的。

【颜色】从颜色来区分的话,红色可能是由于结肠和肛门等有疾病引起的下消化道出血;黄色多为肠道细菌感染;表面有鲜血,可能是肛裂;白色可能是肠道梗阻;黑色可能是消化道出血。

尿液

正常人的尿量为每天1000~2000毫升,从颜色上看,属于透明色。

【异味】小便时,如果有氨水味,则可能是尿道感染。

【颜色】如果是深黄色且尿量小,表明需要补水;如果是尿液颜色接近白色,表明了肾脏可能不能承受之重,属于饮水过量;如果尿液呈现淡色红水状,可能属于尿路感染、肾脏病;如果尿液呈现浓茶水状,则可能是黄疸;如果尿液颜色呈现紫色,则可能是铅中毒。

【尿量】如果是尿少或者无尿,可能是急性肾功能衰竭;如果尿液夜间多于白天,则可能是慢性肾功能受损所致。

便秘问题很严重

所谓的便秘是由于已经消化和消化不全的食物残渣、肠道分泌物、大量细菌以及由血液通过肠壁排至肠腔中的某些金属,由于饮食结构的不合理等引起的代谢受阻现象。

(1)便秘可能致癌

便秘可能致癌,威胁人的生命安全,这并非危言耸听,但也正如你想象的。就便秘本身来讲,一般不会对身体构成危险,但如果患有心血管疾病就应该另当别论了,因为便秘会使得患者在排便的时候加大排便力度,从而很容易使血管也相应地受到挤压,血压也相应地升高,不仅如此,机体的耗氧量也将增加,这就使得脑溢血和心肌梗塞的发生概率随之增加。

此外,便秘的形成,使得很多的毒素被吸收进入人体并发生沉淀,从而引起皮肤老化;严重的时候还可能致使肠内致癌物长时间滞留,增加直肠癌等的发生率。

(2)便秘可能引起心理问题

说来有点风马牛不相及,都没有睁眼睡过,也从来没放在心上的便秘居然能引起心理问题。事实上,这种可能还较为普遍地存在着,只是轻重的区别。“输出”问题带来的困扰使很多人对便秘有一种心理性的恐惧,就像司机对于交通的阻塞一样,会使生活受到严重的影响。

(3)便秘影响智力

受便秘的影响,消化道就会由于大量代谢产物的滞留而产生大量的有害细菌,这些有害物质就会扩散到大脑的神经中枢,干扰大脑的“正常工作”,从而造成大脑的记忆力下降、反应迟钝。

(4)便秘引起性生障碍

便秘使得每次长时间地用力排便,久而久之,直肠就会处于一种疲劳状态,肛门习惯性的紧缩等,就可能导导致性欲减退,性生活的高潮也就成为一种愿望。

