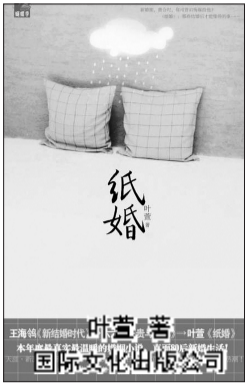


婚恋家庭

都说婚后一年是“纸婚”，这个纸到底是什么纸？砂纸还是白纸？“80后”女生顾小影用她的亲身经历向读者们展示了婚后一年的“砂纸”生活。



婚姻并不像顾小影想象中的那么简单

令顾小影高兴的是，那天以后，管桐真的每天都回家吃晚饭了！幸福来得如此突然，顾小影都有些招架不住——作息习惯、饮食方式、学习安排、备课时间……居然全都要随着管桐的每日回家而不得不被调整！

于是，不上课的日子里，顾小影开始过上了极其规律的生活：她每天早晨九点起床，洗漱、买菜、看书、备课，偶尔会抽空赶长篇小说的书稿。

六点钟的时候她会站起来去厨房，先把淘好的米放进电饭煲，再洗几个水果端进屋。大约六点半，管桐的脚步声会在门外响起，顾小影会像只蝴蝶一样飞过去开门，并给管桐一个灿烂的笑容。

而管桐就会很乖地脱外套、洗手、铺桌子，一边给顾小影讲单位里发生的趣事一边看她做饭。她做饭时手脚很快，往往是两个锅同时开炒，十分钟后就能做好两菜一汤。

这就是他要的生活：有个人等他，有个人爱他，有个人为他洗手做羹汤，为他留一盏深秋寒风里温暖的灯光，让他每天下班走到楼下时，都觉得“家”是这世上最安然的所在。

几天后，顾小影正坐在自家阳台上晒一边晒太阳一边看书，太阳很好，她看着看着都快睡着了。正迷糊着，手机响了。顾小影仔细辨别一下，听出来是“Sweet Dream”的调子，顿时睡意全无，急忙跑过去接听，用甜腻的声音打招呼：“妈咪~~”

“中秋节怎么了，”顾小影满不在乎，“家家都是一个娃儿，干脆各回各家，各找各妈。”

“胡说八道！”顾妈呵斥，“别说话不动大脑，你都结婚了，怎么还摆不正自己的位置？不要任性，晚上还是问问管桐的意思。按理说你是要和管桐一起回你婆婆家过节的，可是你爸昨天晚上突发奇想，问我能不能咱们一起在G城过节。你公公婆婆住你家，我和你爸住旅馆，费用我们自己掏。中秋嘛，团圆节，两家在一起，算是个大团圆吧……”

顾小影咬咬嘴唇，试图撒娇，“能不能你和我们住，让我公公婆婆去住旅馆啊？”顾妈又失语了几秒钟，过会儿才反应过来，有点想笑，又有点心酸，只能说：“不要任性，去和管桐商量一下，看他怎么安排再说。反正还有好几天的时间，也不急。”

是平常的语调，然而莫名地，顾小影心底骤然涌起泡沫一样的哀伤。究竟是因为什么，她也不知道。但她隐隐预感到，似乎，婚姻并不像她想象中的那么简单。甚至，可能也不仅仅是两个人的事。

03

健康养生

人活着，各个器官组织处在有机运动中，那就是“火”的作用，中医正规的叫法是“元阳”或“阳气”。“上火”分虚与实。“阳”超过了，人就“火”大了。而虚的人“上火”，是“阴”低于正常水平了，把并不壮实的“阳”显了出来，是“阴虚”。

过敏体质的人不容易得癌症

病人只要不离开过敏原，就会一直过敏，唯一的治疗办法就是离开，惹不起躲得起。但话说回来，即便离开了原来的过敏原，几年之后病人又会到别的东西过敏了。比如原来是对花粉过敏，换了地方，过了几年可能改对螨虫过敏了，因为他们是改不了的过敏体质。

免疫系统过敏感，把一般免疫系统侦察不到的东西都发现了，会引起轩然大波，导致打喷嚏流鼻涕甚至呼吸困难。这是天生的，和父母给的相貌一样，是与生俱来的。

这类人可能不容易得癌症，是因为他们的免疫系统敏感。现在的学说认为，人之所以得癌症，是因为细胞在分化时出错了，出错的细胞可能变成癌细胞。

细胞在分化过程中出错，是很难避免的生物现象。数不清的细胞每时每刻都在进行分化，错误肯定是有的，从年轻时就有，随着年龄的增长，错误会越犯越多。

敏感的免疫系统能很早就发现身体里出错了的癌细胞。人到了老年，火力不足，免疫系统对出错的细胞没有及时发现，或对已经成了敌人的癌细胞没有清除的能力，癌细胞就逐渐积累下来，直到成了癌症。

所以，人的癌症主要发生在中老年之后，因为人到了老年，免疫系统没有年轻人那么敏感，失灵了。

上火在一定程度上就和这种忠于职守的免疫系统一样，是一种身体反应能力和自洁能力，保证了免疫系统的敏感性。所以说，不上火不是好身体，或者说不是壮身体，有点气息奄奄的意思。

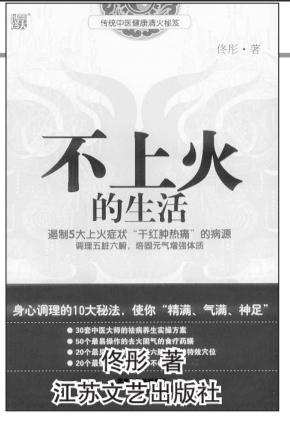
如果你人还没老，阳气就先虚了，火力就先不足了，老人身上的问题也会提前出现在你身上，包括生癌问题。

阳光下扩胸可以防癌

阳虚的人是癌症的易患体质。中医将人的体质大致分为气虚、阳虚、阴虚、痰湿、血淤。阳虚体质的人一般肤色偏白，比其他人怕冷，性格也内向。“阳”就是能量，就是火力。阳虚就是整体的能量不足，包括身体和心理，所以阳虚的人容易情绪低沉、抑郁。

中医认为，肿瘤是因为人体的阳气不足导致的。阳气虚了，火力鼓动不足，血液淤滞，不能将吸收进来的营养物质充分消化。气血精微物质用不上，又排不出去，渐渐地就留在体内，从有价值的营养变成了无价值的淤滞，而癌症就是从淤滞开始的。

一定多在太阳下，多做扩胸运动。很显然，这个晒太阳绝对不是为了简单地补充维生素E，而是中医接受自然生机、振奋阳气的方式。扩胸运动也是中医舒展阳气的办法，因为胸部是阳经必经之处。长期伏案办公，阳经少有舒展的机会，体质上属于阳虚的比例就比一



般人大。扩胸能抒发阳气，改变阳虚体质，是避免胸部疾病如心脏病、乳腺疾病的有效办法。

家中排行最小，火力可能最弱

有的人一生都处于一种病病歪歪的虚弱状态，但去医院却查不出问题，找中医呢，一般会说是体虚，火力太差。这个“虚”可能是先天的，如父母生他时年纪很大了，或他是家中排行最末的。

妇产科医生常说，要生孩子的话，二十五岁生时的孩子最壮实，过了35岁就最好别生了，因为生下畸形孩子的风险增加了。年岁大的母亲为什么生的孩子会身体不好呢？这和女性的卵子质量有关。

女性的卵子从一出生就随身携带出来了，等到十几岁，成熟了，开始有月经，就每个月排一次卵，这时候就有生育能力了。卵子随着身体，每天接受放射线、污染、电磁的影响，所以排出来得越晚，质量就越差，20岁时排出的肯定比40岁排出的质量好，起码少受污染辐射了20年，所以年轻母亲生的孩子身体要好些，火力壮。

05

官场风云

乌柏县有两个刘明星：一个是人称“刘半间”的县委书记，一个是李济运的同事“刘星配”。李济运身为县委常委、县委办主任，也是县委书记刘明星的得力助手，却因政府选举风波两人貌合神离。乌柏县换届选举中的刘星配用词叫做星配，星配干部的角色很有些暧昧。原定的星配干部舒泽亮不肯合作，李济运推荐的同事刘明星却在会场上突然发难……

朱达云腴腆得有些忸怩

李非凡一边关着手机，一边笑道：“田书记，饭还要去餐厅吃吧。”

田家永撇了一眼李非凡，并不掩饰脸上的不快，说：“非凡，这话最不应该的是你说。选举如果出问题，明星是第一责任人，你是第二责任人。我们都在替你做事，你还说这话！”

李非凡有些不好意思，笑道：“感谢书记！我工作没做好。”

田家永说：“饭一时来不了，谈话先开始。济运，你安排人吧。”

李济运刚才趁田家永说话的时候，已叫于先奉把刘明星送到医院去了，安排人二十四小时陪着。这会儿听了田家永的吩咐，便说：“我马上通知。请示一下，黄土岭乡代表团团长刘星明同志病了，是否可请副团长替代？”

刘明星说：“非凡，你说说意见吧。”

李非凡说：“同意副团长负总责，这事不要研究了。”李济运马上打电话，先叫朱达云过来。朱达云还在吃饭，说马上就来。田家永拍拍李济运的座位，说：“济运，这个位置留给谈话对象。”李济运屁股像被火烫了似的，一弹就站了起来，笑道：“我哪敢坐这个位置？借个胆子都不敢。坐这个位置至少得市委书记。”田家永也笑了，说：“你好好干，说不定哪天就轮到你了。”

田家永今天都是绷着脸的，大家见他笑了，也都笑了起来。大家笑了笑，都望着李济运。不知道是感谢他，还是羡慕他。说感谢也有道理，全搭帮他一句玩笑，田家永笑了，气氛轻松了片刻。说羡慕更有道理，大家都知道田家永很赏识李济运，他人又年轻。李济运找了个空位坐下，再望望田家永身边的座位，心想那里果然不是自己该坐的。可是，今天进来谈话的人，都得坐到那个座位上。

没过多久，朱达云敲门进来。李济运说：“达云，您坐到田书记和刘书记身边去。”朱达云红着脸，站着不动，说：“我哪敢坐那里？”

田家永笑容可掬，拍拍身边的沙发，说：“来，请坐。刚才同志们还在开玩笑，说这个位置至少是市委书记才可以坐。”

朱达云腴腆得有些忸怩，很不自然

地走过去，抓耳挠腮地坐下。李济运工作做得细，事先已写了一张条子：朱达云，乌金乡代表团团长，该乡党委书记。田家永早看过条子了，说说话来非常亲切：“达云同志，我们长话短说。组织上的选举意图要不折不扣实现，这条原则是不能变的。县长不搞差额选举，候选人只能是明阳同志，这条原则也是不能变的。上午选举出了点小问题，情况我们早就掌握了。有个别人向候选人要好处，明阳同志公开反对，有人就不投票。这是违纪问题，还是违法问题，我们暂时不过问。我专门请示过市委龙书记和王市长，市委同意下午举行县第二次选举。达云同志，现在既是一个县委副书记找你谈话，也是明星同志、非凡同志等县委、人大全体领导集体找你谈话。目的就是一条，拜托你做好工作，务必保证下午选举成功。如果个别人仍然坚持错误，组织上不排除进行调查。我这话是说得严肃的。”

田家永说话最初十分亲切，说着说着脸色就黑了起来，到最后又随和起来，道：“达云同志，我说完了，看看其他领导还有什么意见。”刘明星说：“我完全同意田书记的意见。达云同志，一定要把工作做细。”

李非凡说：“我没有别的意见了。”

16

招聘广告合集，包括：赴新加坡工作一急招、泰通有限公司、龙日语培训、郑州恒源祥绒线总店、煜鑫泰投资担保诚聘、企业诚聘、招贤纳士、招聘、招聘广告特惠月。