

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。嫁给“凤凰男”出身的省委办公厅秘书管桐后，顾小影发现，无论是农村公婆的生活习惯、思维方式，还是管桐作为一名政府官员的业余爱好、行为习惯，甚或两人对待事业与家庭关系的态度，都出现了越来越多的分歧与摩擦……



全家人都以为顾小影怀孕了

路过餐厅的时候管利明正在吃早餐，抬头看见顾小影，板一下脸：“小影啊，下次不要喝酒啦，不是好东西，女人喝酒不好。”“哦，知道了。”顾小影知道自己理亏，低下头往卫生间走。

管利明还想说什么，可是皱皱眉头没说出来，只是使劲清清嗓子，咳了一口痰出来。刚想往地板上吐，却猛地停住了，急忙环顾一下四周，还好看见一个烟灰缸，赶快拿过来，然后使了大力，“噗”的一口吐进去。

千不该万不该，顾小影就在那一刻回了一下头，于是正好看见那口浓痰被吐进她狠了狠心才买回来的水晶烟灰缸里！因为力气大，烟灰缸里“砰”的一下子飞出无数烟灰，飘飘洒洒地落在餐桌上的菜碟里！

猛地，一阵恶心涌上顾小影喉咙，她来不及说话，一个急转身奔进卫生间。然而就在对准马桶想要吐什么的时候，马桶圈上残存的黄色液体“轰”的一声炸毁了顾小影最后的意志！

“呕——”顾小影终于忍不住，一头栽到洗脸的面盆里，两手死死抓住盥洗台的台面，面色死灰地开始吐，直吐到天昏地暗，连胆汁都快要吐出来了。

外屋，正准备出门的管桐听到声音不对，只是一愣，迅速转身冲进卫生间。一推门，就看见顾小影面色苍白地往地板上滑。他一个箭步冲上前，一把抱住已经一丝力气都没有的顾小影，着急地喊：“小影，小影，你怎么了？醒醒，看着我。”

见没有反应，管桐急忙抱起顾小影往外跑。管利明也从餐桌前站起来，表情紧张地问：“她怎么了？”“吐晕了。”管桐抱着顾小影急急匆匆地说：“爸你帮我开门，我送她去医院。”说话间谢家蓉也从厨房跑出来，看见这幅情景，急忙喊住管桐：“你让她躺会儿，她是不是害喜啊？！”“啊？”管桐蒙了。

于是，醒来的时候，顾小影就看见自己头顶上方齐围围着三个脑袋！还没等顾小影回过神来，她就听见管利明带着惊喜的大嗓门：“小影，你醒啦？”管桐刚想说什么，性急的管利明却已经脱口而出：“小影，你是不是怀上啦？”“啊？”顾小影惊得愣一下，不明所以地看看谢家蓉和管桐。结果看见谢家蓉满眼期待，管桐却微微皱着眉头。“怀上了吗？”等不到儿媳的回答，管利明激动地自说自话，“你刚才在厕所里吐到晕，是不是怀上了？”

他这一说，顾小影一下子就想起刚才的那口浓痰和马桶圈上残存的尿液……剩余的胃酸顷刻间涌上来，顾小影脸一白，猛地扑到床边就开始干呕！

管桐急忙扶住顾小影，一边拍她的后背一边扭头对管利明说：“爸，你让她休息一下，这个等会儿再问。”

“哎，好，好。”管利明满脸的喜气洋洋，难得地顺从儿子的建议，乐呵呵地去卫生间里拿毛巾。谢家蓉也高兴得不得了，赶紧递上一杯热水，管桐小心地扶着顾小影，一小口一小口地喂她喝下去。

终于等到神志清醒了一些，顾小影有气无力地抬头看看闹钟，脸色煞白地问管桐：“你不去上班了？”“你这样，我怎么去上班？”管桐伸手摸摸顾小影的额头，“怎么吐这么厉害？”“你也想问我是不是怀孕了吧？”顾小影扯扯嘴角，勉强笑笑，“真对不起啊，让你们失望了，我昨天出去吃饭前才发现来例假了。”“那怎么会吐成这样？”管桐有点担忧，“肠胃炎又犯了？”

他说这话的时候心里其实有点恼火，他想顾小影你怎么就管不住自己的那张嘴呢？从两人认识到现在，管桐都数不清，顾小影曾因为嘴馋而引发多少次肠胃炎？

“可能是因为昨晚喝了那么多红酒吧，”顾小影无力地闭上眼，过了很久才低声说，“还有就是，跟你爸说，以后小便的时候，要把马桶圈扶起来……吐痰的话，餐桌下面有纸巾。”管桐愣住了。

上午，明晃晃的阳光沿着半敞着的窗帘缝隙照进来，屋子里暖洋洋的，那么安静。管桐坐在床边，呆呆地看着顾小影，想说什么，却又不知道该怎么说。而顾小影闭眼躺在床上，筋疲力尽，昏昏欲睡。她想，她太累了，她真的是什么都不想说了。

“啥？没怀孕？！”这个消息不啻于平地一声雷，一下子就炸飞了管利明和谢家蓉得之不易的惊喜。

听到这个消息的刹那，管利明有点不相信自己的耳朵，抓住管桐问：“啥？没怀孕？那怎么吐成那样呢？”谢家蓉则不相信自己的经验判断也会出错，问管桐：“要不，去医院看看？”“不用了，她自己的身体自己有数，”管桐皱着眉头，“明年吧，明年我们就要孩子。”“明年？”管利明险些背过气去，“明年你三十五了！你不急我们还急呢！”“我刚三十三，爸你别逢人加两岁，”管桐不耐烦地挥挥手，“我们有自己的打算，你们别掺和了。”

健康养生

人一生吃进的食物是个定数

西医描绘糖尿病的症状是“三多一少”，第一条就是“吃得多”，中医的“消谷善饥”也是这个意思。食物吃进去很快就消化了，人总觉得饿。

这种超常的胃火可不是好事，它不仅消谷，更重要的是消耗胃阴、肾阴。肾是人身体的根本，肾阴保障全身的功能，是身体的能量根本；肾阴保障全身的营养，是身体的精华根本。五脏中任一脏的“火”如果不及及时扑灭，最终会把身体的精华烧干！

怎么能不让胃火盛到烧到肾阴的程度？那就要打断“消谷善饥”这个恶性链条——即便想吃、胃口大好，也要节制！

糖尿病的专治医生有个经验：人一辈子吃的东西是个定数。你前40年吃多了，后40年就得饿着。这个说法很有道理。糖尿病的发病是因为饮食不节，吃得过多，三下两下把自己吃成了胖子，不到40岁血糖就高了，得了糖尿病，之后肯定只能节食了。

另外，孕妇如果吃得过多，过胖，生下的孩子就会过大，很小就有糖尿病的风险，等于是妈妈吃得太多，把孩子的额度都给占了。

北京大学第一医院产科主任杨慧霞教授是哈佛医学院的访问学者，总能第一时间把国际上最先进的育儿理念带到门诊中。她建议中晚孕期的孕妇每天总热量的增加，最好只比常人多吃300千卡的食物。一般来说，一个鸡蛋或一杯牛奶或半两主食或15克花生，就是90个千卡了。一个苹果、梨、橘子也差不多是这个热量。就是说，孕妇一天只需比常人多喝3袋牛奶，热量足够了。

很多孕妇认识上有误区，觉得多吃水果不会长胖，孩子皮肤还能好。其实

完全不是那么回事。首先，孩子的皮肤好坏和母亲吃水果的关系从无定论；更重要的是，水果里也有糖，也是热量，多吃也会害了孩子。如果母亲过度地吃，胎盘就会把这些营养搬运给胎儿；如果母亲把血糖吃高了，胎盘也会把母亲的血糖搬运给胎儿。胎儿正在发育中，糖源供给多了，他就必须分泌更多的胰岛素来利用这些葡萄糖。

血糖高的母亲最容易生出大胖丫头、大胖小子，这可不是壮实的标志，等他们到儿童期、成年期，胰岛的功能有可能提前衰退，这样他们很早就得节食，因为妈妈把本来该他们吃的饭提前给吃了。

低血糖恰恰是糖尿病的先兆

糖尿病的发生一开始只是胃阴虚，症状就是剧烈的口渴，很多人最初可能没在意，会觉得是天气干燥造成的，特别是当他们还时时出现低血糖问题，就更不容易想到糖尿病上去。

其实，低血糖恰恰是糖尿病的先兆！胰岛在刚出现问题时，不能按需按时分泌胰岛素；如果胰岛在没有进食时也在分泌，没有食物中的糖可以消化，就只能转化身体里的糖了，于是低血糖的发生在所难免。如果没有及时从异常的口渴、无缘由的低血糖中发现糖尿病，控制不好，会“久病及肾”，从胃阴虚发展到肾阴虚乃至肾阴阳俱虚。

消这种胃火，就不是牛黄清胃丸、黄连上清丸之类能解决的了，要用更凉的药去压制。有两个名字很特别的方子——“白虎汤”和“玉女煎”——都是治疗消渴的方子，都有石膏、知母的成分。

石膏是大凉的药物，能泻胃火。要把超常的胃功能给废掉，就像对巨胃症的病人，唯一的办法就是要切除一部分

商战风云

林康知道赵云狄所说的投资咨询公司就是私募

无尘站起身来，望着飘飞的大雪，叹息一声：“你命里该多犯桃花，正有此劫数，非人力可转，还是顺其自然吧。再者，自然万物都是平衡统一，人也是这样，你事业上飞黄腾达，爱情或其他方面不会受些挫折，不会时时事顺心、全合你意的。我就说这么多，你自己参悟吧。”说完，他仰头将杯中白酒一饮而尽，冲他们两人拱手，乘大雪飘然而去。

谭援朝和林康将无尘道长送走了，回来让店老板将酒菜重新温了，又接着喝酒。窗外的梅花开得正烂漫。那些花如碧玉如翡翠的绿萼梅，有红颜浓妆的宫粉梅，有胭脂滴滴的朱砂梅，枝干盘曲若游龙的龙游梅——一个个冲寒怒放，绚烂无比。两人隔着窗子喝酒赏梅，十分畅快，一瓶酒不知不觉间已然见底。

此时天色已晚，雪也停了。谭援朝推开房门见外面白茫茫一片，心情高兴，从怀里拿出一张名片，交给林康道：“自我转业后，能这样尽情地喝酒，除了战友外，你是第一个。嗜，这是我名片，今后若有事儿时，可直接找我。”林康双手接过名片，笑道：“你不嫌我是个穷学生？”谭援朝大笑道：“如果我嫌弃你，怎么还能和你一起喝这么长时间的酒？”说着两人哈哈大笑，相拥了一下，分手道别。

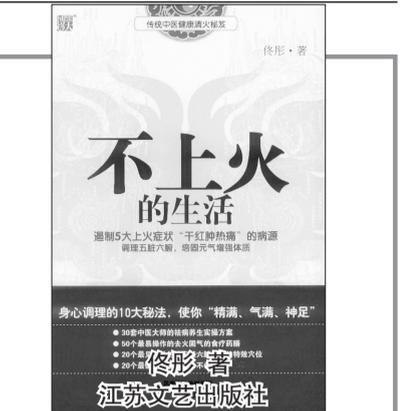
数年前，在一次股市的多、空之战中，以赵云狄、林康为首的私募基金——金鼎投资，和以王雨农为首的私募基金——鑫利投资背信弃义，导致金鼎投资惨败。以至于其基金掌舵人赵云狄跳楼，林康远走海外。数年后，林康回国组建私募基金——腾达投资。在摄取巨大利润的同时，暗中积蓄力量，以期与鑫利投资进行最后的决战……

赵云狄找到准备考研的林康说，“我成立了一个投资咨询公司，你来帮我吧。”林康知道他所说的投资咨询公司，就是江湖上传说的私募。于是笑道：“我一个初出茅庐的大学生，怎么能帮赵教授？”“你的盛感很好，以前和你讨论过的股票都不同程度地大涨特涨了。呵呵，别考研了，过来跟着我干吧，这样比你考研强多了。”赵云狄很喜欢这个比自己小一轮的年轻人，在林康面前，他不必伪装成高尚的教授和严肃的基金经理，就像一个多年的朋友，可以敞开心扉，倾心交流。林康见赵云狄如此，只好答应下来。

周一上午上班时，赵云狄在会议室里开了一次全体会议。在会议上说，从今天开始，我们的公司就算正式成立了，对外名称是“金鼎投资咨询公司”。赵云狄，总经理；林康是总经理助理。

表面上看，公司可供运作的资金并不是很多，但已有大量的资金实际上已经以其他公司或者个人的身份，悄然分布在各个营业厅的网站上。只待时机一到，这些潜伏的资金就会或前或后步调一致地向某只股票发起冲击。这些都要在别人不知道的情况下，悄无声息地完成。作为最高机密，这些情况只掌握在赵云狄手里，林康也仅仅知道一点点。

赵云狄对市场上一千多只股票按行业进行了筛选，最后确定了一只名叫罗邦股票的作为目标。事前赵云狄还让他的团队将罗邦股票进行了详细调查，包括公司的原料供应、销售网点、业绩、债务甚至每月电费多少都一一掌握了。这家公司，具有良好的信誉，管理还算规范，业绩也在业界数一数二。唯一不足的是罗邦股票，银行贷款较多，资产负债比例较大，不过现金流还算稳定，而且还



胃，也是种恶治。如果是没有那么旺盛胃火的人，这么样地用石膏是可以伤胃气的。知母则是泄胃的相火的。从这种治疗消渴的药物配伍中也能看出，中医判断出司马相如的消渴早晚要往下发展，由胃阴虚影响到肾阴虚的。

糖尿病人容易牙齿感染、牙齿松动，“玉女煎”原本是针对这个症状的，这是因为胃火过盛且伤及胃阴、肾阴了，牙齿问题是虚火，也是血糖高时的并发症。

糖尿病人的血是甜的，是个天然的培养基，细菌太容易在上面滋生了，牙龈也一样，所以糖尿病人肯定比其他人牙齿容易感染。

病情涉及牙，在中医眼中就是影响到肾了，因为牙齿是肾主管的。比如牙齿早脱、早松动，或有时莫名其妙觉得咬东西没劲，很酸但没有牙龈红肿，一般都是肾虚，是提前衰老，所谓“老掉牙”嘛！这时不能吃去火药，而要用补肾的方式解决。

牙齿咬东西没劲、腰腿发酸但不发冷的，是肾阴不足，要补肾阴，要吃类似六味地黄丸的药。腰腿发酸并且发冷的则是肾阳不足，要补肾阳，应该吃类似肾气丸的药。而适合用“玉女煎”治疗的，病人还会明显有热象，比如口渴、心烦，还没完全发展到肾虚的地步。所以，司马相如如果能早点吃上“玉女煎”，可能就不至于发展到渴死的地步，和“卓玉女”相守就可能更长久一点了。

具有很深的政府背景。“为什么要选这家股票？仅仅因为这家股票符合我们的建仓和拉升条件？”林康问。“不单单只是符合我们建仓和拉升的条件，主要是他们的高管与我们有合作的愿望。这一点很重要。”

那一年夏天，中国资本市场表面波澜不惊，其实背地里已经暗流涌动，好多先知先觉的资金已经悄然无声地潜伏到股市了。赵云狄就是其中之一。

赵云狄正式开仓了。他在发出第一个买入指令时，嗓子紧紧的，手略微有些哆嗦。他知道这是大战前紧张的兴奋。

周五下午，赵云狄让林康邀请了几位资深财经记者吃饭，自己在公司看盘。奇怪的是，聚餐时，赵云狄竟没来。这让林康很诧异。他给赵云狄打电话，赵云狄好像很烦的样子，说：“我现在有急事儿，去不了，你陪他们吃吧。”

晚上，林康去了公司，见赵云狄一人在办公室一根接一根地狂吸手中的香烟，烟灰缸里已经满满的一缸烟头。他见林康来了，递给他一根烟，咳嗽了一声，说道“有人在我们介入之前已经埋伏在了罗邦。他们好像知道了我们的操盘计划，在我们前段时间火力侦察和到第一目标位时居然一动不动。直到前天，到达第二目标位时，才发现抛压大了许多。这是很不正常的情况。我很担心。”

林康大吃一惊，问：“潜伏的资金是谁的？有线索了吗？他们控制了多少钱？”“目前还不清楚，我已经让人去打探了。妈的，干这个这么长时间，竟然被人给耍了。”赵云狄愤愤地骂道。

赵云狄和林康心里都清楚，如果对手掌握了相当的筹码，那他们眼前只有一条路，那就是：从这个楼上跳下去。