

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。



远房表妹魏艳艳前来省城找工作

顾小影的安宁日子没过多久，就接到了管利明的电话：“小影啊，你跟管桐说一声，艳艳要去省城找工作啊，你让他安排一下，这段时间就住你家吧！”

果然，中午，管桐的电话就来了：“老婆，辛苦你了，把书房里那张床收拾一下吧，艳艳过来住。”

懒得和管桐说话的时候，早先顾小影是选择呵斥、吵架、吼的方式，后来改成挂电话或是一言不发转身走掉。

可是不管你冷漠不冷漠，管桐还是要回家吃晚饭，那副若无其事的样子让顾小影都没有了脾气——原来发脾气的至高境界就是彻底没脾气了。

听到开门声，管桐从客房钻出来，发现是顾小影，略有些火大地问：“你还没收拾客房？不是告诉你今天艳艳就来了？”

管桐真有些烦躁了：“你好歹帮帮我，我今天还要赶一个材料出来，忙得要死。”

“不关你的事，”管桐努力压住心里的烦躁和气愤，“你晚饭想吃什么，我带你出去吃。”

魏艳艳不说话了，只是用有些惊恐的眼神看着顾小影。管桐最近快要被连续不断的会议逼疯了，看见这样的眼神就更加烦。

顾小影叹了口气，转身进卧室，没脱衣服就把自己扔到床上。因为太累，很快就睡着了。

毕竟，她什么都没有做错。可是，谁又错了呢？似乎谁都没有错……那么，到底是哪里出了问题？

这一睡就睡到了第二天早晨八点。顾小影起床，走到客厅才发现，魏艳艳还睡着呢！顾小影皱皱眉头：现在的孩子，面对找工作这样的事，在学历低，能力也不见得多么高的情况下，都是这样心境从容的吗？

没有人回答。“艳艳，起床了，吃早饭了！”顾小影再敲门。还是没有人回答。

顾小影先松口气，再看着睡得五迷三道的魏艳艳，心里有点冒火：“已经八点了！快起床吃早饭，过会儿我带你去人才招聘市场。”

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。

70%以上的病由心而生

现在的疾病已经被认定，70%以上属于“心身疾病”，这些病都是从“心”上得的，是脑子想得太多导致的。

先来看婴儿的例子。儿科医生向来反对婴儿一哭父母就来抱，要求让婴儿多哭几声以便于他们增加肺活量。

苏联科学家很早就发现了：人的大脑可以产生数百万种神经肽，这些内分泌物质，不仅在两个大脑半球之间传递信息，而且还将大脑的信息传递给全身。

现在做医学实验时要制作胃溃疡的动物模型，方法之一就是不断用夹子夹实验用的大白鼠的脚，使其紧张、恼怒、疼痛。

人之所以生病，是因为“高层次功能对低层次功能的抑制和干扰，这是人体与生俱来的重要的致病根源”。

在同样的外因影响下，生病与否，归根结底在于内因。

一个“心重”思想复杂的人，受到情绪影响留下的痕迹就重，对身体的影响也重，别人是小病，他就可能是大病。

还有个经验：患了老年痴呆的人，如果没有受到意外伤害，可能比正常人活得更长久。用俗话说，周围的人都被耗死，他们往往却白白胖胖的。

大家都有体会：人一生气，精神一紧张，就不想吃饭，血压也会升高，因为主管情绪的高层神经抑制了主管胃肠、血管的低层神经。

各种疾病都是以应激反应为基础才发生或加重的。所谓“应激”，就是身体对突然而至的刺激的反应。

着急上火时，人体免疫系统会发生不同程度的抑制，免疫功能因此下降，各种疾病便乘虚而入。

别让大脑管得太多 人之所以为人，区别于动物，就是因为人有“心”，有灵魂，有复杂的情感，有思维能力。

商战风云

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。

王雨农打电话给赵云狄进行谈判

上午一开市，罗邦股票大单汹涌而出，几乎没有接单者，不一会儿，就到了跌停。

林康吃了一口，馅大皮薄，果然好吃，就忍不住对梁小婉打趣道：“小婉儿，谁要娶了你就有福了，可以天天吃上这么好吃的包子了。”

赵云狄去卫生间，回来时见梁小婉满面春风地下了楼，想这孩子这一段有什么好事儿，心情这么好？

震荡中的罗邦股票几乎瞬间再度直线向下，虽不时被大单拉起，但最后还是被几万手的大单封死在跌停板上。

虽然赵云狄和林康对这场战争的胜利持有十足的把握，但经过这一轮的做空，自己手中的剩余资金也不多了。

挂掉电话，赵云狄打电话告诉几个基金公司的经理，收起跌停板上的价位，再略往上拉一些罗邦。给王雨农一个脸色，要让他知道，赵云狄不仅仅能将罗邦砸碎，而且能将罗邦拉升。

王雨农来了，以一个失败者的身份。两人寒暄完毕，落座后，谁也不先说话，一时短短的沉寂。

赵云狄去卫生间，回来时见梁小婉满面春风地下了楼，想这孩子这一段有什么好事儿，心情这么好？

“嘿嘿，鱼死有可能，但网不一定会破。”赵云狄悠悠地点上烟，抽了一口，慢慢地说道。

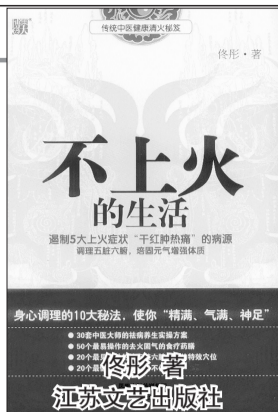
“赵总，已经到了这一步田地，为什么不乘胜追击，将王雨农一举击溃呢？”

看着双方激烈地交战。一到跌停板，王雨农将电话打了进来，整个抵抗戛然而止。

“赵总，忙什么呢？哦，没听出我是谁？我是王雨农。”

“赵总，让你的人不要再砸罗邦了，咱们找个地方谈谈吧。”

挂掉电话，赵云狄打电话告诉几个基金公司的经理，收起跌停板上的价位，再略往上拉一些罗邦。



那些脑子好使，想法多的人，特别是他们的聪明并没带来一个好心态时，往往更容易上火。中医传统养生文化的核心是强调心静。

所谓“心静自然凉”，凉的时候就是一点多余的火都没有之时，这种最健康自然的状态可以让低层次功能发挥。

古代禅师衣食非常俭朴，常年风餐露宿，却能尽享天年得长寿，是因为他们空灵虚静，心无杂念。

老子说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这是养生的终极目标，人归根到底是要顺应自然的。

从下周起，本报开始连载央视著名主持人李咏自传《咏远有李》，敬请关注。



王雨农以为赵云狄们只是一个小角色，只要稍稍恫吓一下就会交出筹码望风而逃，谁知赵云狄比他们还不要命，不顾一切地向下砸盘。