

【小说】

每次约会都以吻开头

她猜到了：“就是Y城那次大车祸？”他点点头：“所以我根本没心思考虑这些事，半年都不到，尸骨未寒：“就是Y城那次大车祸。”“那你为什么同意了？”“就是Y城那次大车祸——见面？”“为了我父母，他们了”“就是Y城那次大车祸。总以为找个女朋友就会让我忘记这事了：“就是Y城那次大车祸。”她很理解他的心情，也很尊重他的感情，陪着坐了一会，就起身告辞：“你不要太难过了，人死不能复生，如果她在天有灵，一定会希望你过得幸福。”他感激地点点头，也站起来：“我也该走了。”他们俩一起到外间去向主人告辞。周老师一看两个人的表情，就明白出什么事了，马上做自我检讨：“小陶，他是叫我什么告诉你，是我多了一个心眼，没告诉小逸。害你白跑一趟，真对不起。”她很大方地说：“没白跑，认识一个朋友吗，谢谢您。”周老师一定要留他们两个人吃了饭再走，但两个人都不肯吃饭，坚持告辞，离开了周老师家。

走到外面，他问：“你饿不饿？”“怎么啦？”“如果你饿的话，我们就一起去吃点什么。我走得慌，没吃早饭，饿了。”她笑了起来：“你这个人才怪呢，刚才周老师留你吃饭，你怎么说不饿不饿呢？”“我看见你不肯吃。”

她倒不讨厌跟他一起吃

《山楂树之恋》作者的又一力作，两家三代人跨越半个世纪的爱恨情仇将在书中生动展现……



《竹马青梅》

作者：艾米
出版社：文化艺术出版社
出版时间：2010年5月

饭，也的确饿了，就答应了。他说他知道一个小饭馆，还不错，两个人就到街边去坐车，坐了几站路，又走了一会，才到了他说的那个小饭馆。两人进去，他点了几个菜，介绍说那是那家餐馆的拿手好菜。她有一点预感，但没说出来。

那顿饭吃得还比较愉快，他说话挺风趣，也能找到两人都能侃几句的话题，吃相也挺有风度，她感觉不错。

但吃完饭出来，他留恋地看一眼饭馆，感叹说：“我跟她的最后一顿饭，就是在这里吃的。”他们没再说话，各回各家。过了几天，她收到芷青写来的一封信。她从

来没收到过这么有文采的情书。他在信里说，也许你会觉得我这个人寡情，但是我仍然要告诉你，我爱上你了。我以为我今生永远不会再爱上任何别的人了，但是我错了。爱情来了，我措手不及。她被他的情书感动了，今生今世第一次收到这么抒情的情书。他在正式约会的第二次就吻了她，是在她房间里。他来敲她的门，她知道是他，事先还稍稍打扮了一番，但她没料到他会吻她。

她刚一打开门，他就挤了进来，反手关上门，拥住她，吻在她嘴上。她吃了一惊，准备表示一下反对，但

《竹马青梅》之十八

他附在她耳边说：“你太美了！我要为你疯掉了！”这本来是很俗套的情话，如果从别人嘴里说出来，她一定会嗤之以鼻，哪怕从书上看见，都要鄙夷一番。但从一个她并不讨厌的男人嘴里说出来，就有了不同的意义。她半推半就地接受了他的吻，而这就形成了他们约会的模式，每次见面，都会以吻开头。

后来，岑今把父母的故事和“命运的怪圈”理论告诉了芷青，他很专注地听完，自我辩护说：“我跟你爸爸的情况不同，他跟那个女人结了婚，有了孩子，但我没有——”“你们没有——那个过？”他支吾说：“那个——当然有过了，就是Y城那次大车祸——但是了就是Y城那次大车祸——”“我知道，你们没结婚，也就是说，没登记。别忘了，我爸爸当时也没登记。”这下两人都沉默了。他抱歉说：“对不起，我说了不提她的——”“没什么。你还没告诉我，她叫什么名字。”他好像很难开口，挣扎了好一会，才说：“叫——藟——藟——”“林藟？树林的林？”“不是，是——藟相如的藟——”

她把芷青的话告诉了妈妈，妈妈说：“其实一个死去的情敌更难对付，因为她已经死了，缺点错误都被带到坟墓里去了，生者只记得她的好，老想着如果是跟她在一起，那该是多么美好。”

《李志刚穴位养生方》之三

分钟，可以经常灸它。

足三里怎么找呢？我有两个方法。第一个方法：正坐着的时候，小腿和大腿成直角了，我们从外膝眼往直下取4横指的距离，也就是你的同身寸的3寸，然后再往胫骨前缘量1横指（中指）。第二个方法：站着的时候，把同侧的手掌张开，虎口围住髌骨上外缘，四指直指向下，中指间所指的地方就是足三里。

现在你可以看出用气海、膻中、足三里大补元气的奥妙了吧？用气海补元气，用膻中调肺气，用足三里补脾胃之气，这样先天之气、水谷之气、清气三气同补，生命的原动力强了，身体想不好都难。

这里特别说明一下，用气海、膻中、足三里补元气的这个方法，可以作为中老年人养生保健的基本方法，常用它，能够强身健体、祛病延年。另外，便秘、排尿困难、免疫力低下等问题也可以用这个方法治疗。

（特别提示：“寸”是指同身寸，一般把手指的拇指关节宽度作为1寸，把除拇指外的4个手指并拢伸直，与中指近侧指关节横纹水平的4指宽度作为3寸。）

【养生】

大补元气：保养生命动力

“人活一口气”，相信每个人都对这句俗语耳熟能详，武侠小说片里说人的伤势很重，也往往说“元气大伤”。那么什么是气呢？

我们中医一般把气分成三个方面，一是元气，就是受之于父母、先天的气，这是与生俱来的；另一个是水谷之气，就是我们通过吃饭、喝水得到的气，是通过人的脾胃运化食物得到的；还有一个是肺脏吸入的清气，大约相当于我们通常说的空气，主要取决于肺的呼吸功能。人体的健康与这三个气密切相关，任何一方面出了问题，生命都会失去动力。

气出了问题，直接的表现就是气虚。生活中常见一些久病之人、重病之人、劳累过度之人、后天失养之人、年老体弱之人，由于脏腑机能衰退而气不足，他们少气懒言、声音低微、神疲乏力、呼吸气短、头晕目眩、面色无华，一系列健康问题也接踵而来。

怎么样保养我们的气呢？有三个重要的穴位，就是气海、膻中、足三里，百用百灵。

气海，顾名思义，就是人体元气的海洋，具有极高

在张悟本盗名中医之后，真正的专家要出来说话了。身为北京中医药大学针灸学院副院长的李志刚教授，他对针灸穴位的感悟已经不局限于书本，这也使穴位有可能以正确的传播方式为普通读者学习。



《李志刚穴位养生方》

作者：李志刚
出版社：中国轻工业出版社
出版时间：2010年5月

的补益元气的功能，中医经典上认为气海能够治疗肺气虚弱、真气不足等一切因气虚导致的疾病，所以补气首选气海。气海是任脉上的穴位，位置很好找，在肚脐正下方1.5寸。你把除拇指外的其余四指并拢，从肚脐



【流行】

《上班奴》

作者：陆琪
出版社：文化艺术出版社
出版时间：2010年6月

我们不是上班族，我们是“上班奴”。成为“上班奴”的25个原因，25把钥匙教你解决之道。

要有一个有背景的身世

上班奴的特征是，每个人的身边，必定有一个靠家世背景上位的同事。既然绕不开，躲不开，那怎么处理呢？

林幻想当时就这么问我。

张海波是太子党无疑，无论能力如何，都会爬到他们的头上，难道就这么活生生地被打败了吗？

我的回答很简单。林幻想的问题，就是在公平不公平的牛角尖里钻得太深，非要找一个公平的结果，这就陷入死结了。

而事实的本质是什么呢？大家害怕的，无非是末尾淘汰而已，需要注意的是，现在被张海波踩在底下的是三个人，而末尾淘汰的只有一个。

林幻想的对手，从来都不是张海波，而是另外两个同样也没有靠山的人。

两个猎人进山遇到熊，一个猎人光着脚跑步，另一个猎人却开始穿鞋。

光脚猎人问：“你穿上鞋就能比熊跑得快吗？”

穿鞋猎人回答：“我不需要比熊快，只要比你跑得快就可以了。”

在职场里就是这样，成功者往往都不会把自己对付不了的人当对手，而只是把自己能对付的永远踩在下面。

找准对手是很重要的，因为让你出类拔萃的并非你自己，而是被你打败的对手。

林幻想去和张海波作对，这显然是找错对手，她无论用什么方法，都不可能再把受高层青睐的太子党拉下来，反而会树立强敌。

而她现在要做的，就是和上司们搞好关系，尽量让自己得分高于另两个人，使自己先活下来。

职场并不是个比谁跑得更快的游戏，而是一个比谁活得更久的游戏。

有靠山背景的人是短跑选手，短期爆发力没有人可以抗衡。但你完全可以做长跑选手，在后半程彻底地超过他。

至于起跑阶段，就让别人去领跑，让别人去做出头椽子，你做安全的跟随者就好了。

在千钧一发的时候，林幻想脱离险境，跑来和我聊

天喝咖啡，之后假借肚子疼请了两天的假，终于躲过了联名信的波折。

等再去上班时，一切尘埃落定，另两个同事已经把抗议信递上去了，而这封信显然石沉大海，高层连一丁点儿反应都没有。

再过几天，部门开会，经理面无表情地宣布了对见习生近期工作的处理。林幻想连续请假几天，被第一个拿出来讲，经理宣布直接扣除林幻想五十分。

林幻想乍听这消息，急得哭了出来，原本三个见习生分数差不多，自己被扣五十分，那不是铁定走人了吗？

可还不等眼泪涌出眼眶，经理又宣布了下一条，另两个见习生因为工作不佳，每人各扣一百分。

林幻想一边抹眼泪，一边被这消息震惊了。而再看另两人，他们简直欲哭无泪，一副傻傻痴痴的样子。

事情很奇怪吗？一点都不奇怪。

那封举报信虽然传达到分公司各个高层，但他们又怎会因为几个见习生的所谓“公平”而互相翻脸开战呢？到最终，这事情不过令高层们一笑置之。

但对于那个分公司领导来说，却是一件触了逆鳞的大事情，小小见习生也敢写信前来冒犯，如果不压制下去，以后怎么服众？

于是剑刃就向着林幻想他们三人砍来，幸好林幻想并没有在那封信上署名，也没有参与转发告状事件，所以可以从轻发落，只是扣了五十分。还有两个就没这么好命，直接手起刀落斩立决。

会后，事情变得很简单，张海波以分数第一高居榜首，林幻想虽然被扣得很惨，可还能排在第二。其他两人，几乎在同一时间离职了，分被扣到负数，与其被别人嘲弄着赶走，还不如自己打包离开。

林幻想看着昔日同道黯然离开，心里虽然有些感觉对不住，可又有些庆幸。如果当天，林幻想也把张海波当作对手，同时发举报信，恐怕也只有扫地出门一条路了。

新人总是很把自己当回事，可在高层的眼中，这些见习生就算全走光了也不可惜。而对林幻想而言，只有生存下去，才是最重要的。（四）