



超越爱情
幸福敲门

方骏的家,在北京一个胡同里的一座老四合院里。

方骏的妹妹方依依翻身下床,在房间里侧耳听听外面没什么动静,她推门来到院子里,走到一间自己搭建的屋子面前。

这是方骏住的地方,方依依将这里叫“温室”,里面隐约亮着灯,方依依叫了两声哥,没人搭理她。她对着里面

11 兄妹情深

说:“你都一晚上没说话了,不憋得慌呀?我不就是结婚又离了吗?总共才花了不到20块钱……不至于……”

方骏在温室里一声怒吼:“滚蛋!”方依依:“我倒是想滚,上哪儿找蛋去呀?你下一个蛋让我滚滚?”

温室里没动静,方骏不搭理她。方依依的话正经起来:“哥,离婚的是我,你不安慰我两句,还得我来劝你,再不出来我真走了!”

方依依转身要走,门被呼啦一下拽开,方骏红着眼睛窜出来:“你走一个试试!敢往外迈半步,把你的腿砸折!”

方依依笑了:“终于说话了?”

方骏冲她说:“我还想骂街呢!咱妈要是知道你干这好事儿,非气得从坟里蹦出来不可!”

方依依嘟囔了一句:“骨灰怎么蹦啊,今儿晚上可有风。”

方骏说:“说什么呢?信不信我扇你!结婚和离婚是人一辈子最重要的两件事,你招呼都没打一转眼就全干了,你眼里还有我这个当哥的吗?小屁孩儿过家家呢!你要是个男的,离一百回我都不管,算你有本事。可你是个姑娘,再好的皮鞋一沾地就不值钱了,再好吃的回锅肉也进不了五星级饭店,你见谁买一

辆二手车还能当新的保养呀?”

方依依喊了声:“哥……”

方骏气急败坏:“别插嘴,我还没说完呢!打小我怎么教育你的,女孩子最重要的是自爱,得知道怎么爱护自己!当初你撒泼打滚要搬出去住的时候,我还以为你是长大了,懂事了,自立了,你可倒好,跟从号子里放出来似的,可劲儿毁自个儿,你让我这当哥哥的怎么办?清明节上坟的时候跟咱妈怎么说?”

方骏一通训斥,直说得他口干舌燥。方依依问她能不能插句话?方骏说不能!

方依依说:“杀人犯还能请律师呢,就算认罪也得给人张嘴的机会吧。”

方骏不言语了。

方依依:“第一,结婚这事儿不是有心瞒你,看你整天忙得脚后跟碰后脑勺的,不想麻烦你;第二,离婚也没什么大不了的,我们这婚姻关系就维持了俩月,派出所户籍上我还单身呢,不影响我二次销售;第三……”说到这里,方依依不吱声了。

方骏抬头看看她:“哑巴了?不是挺能说的吗?继续啊!”

方依依眼睛红了起来:“……其实我就想体会一下,有家是什么感觉,如

果咱家有爹有妈,我就知道家是怎么回事儿……”

方骏:“合着这么些年我又当爹又当妈的,白费劲了?”

方依依说:“我又不是吃你的奶长大的!你是我哥,给我带回一嫂子来才是你的本事。你不给我做个榜样,还不兴我自个儿摸着石头过河呀?”

方骏愣愣地看着妹妹,张了张嘴什么都没说,转身又往温室里走。

在温室门前他停住了,叹了口气说:“你算是长不大了。”

方依依说:“谁让你是我亲哥呢,活该你得罩着我。”

方骏扭头看了看方依依:“你这次不算数,以后我赚了钱,风风光光地把你嫁出去。”

方骏像是忘了重要的事情,对方依依说他手机没电了,还得打俩工作电话,要她的手机使使。

方依依想都没想,从兜里摸出手机递给方骏。待妹妹进屋,方骏低头调出她手机里冯峰的号码,发了条“能见一面吗?有急事找你”的短信。

冯峰马上回短信,问:“在什么地点?”

(摘自《我爱男闺蜜》李潇 于淼 著 长江文艺出版社 出版)

19 人为什么要往最坏处想(二)



轻松戒烟
告别烟瘾

不要欺骗自己,你还有机会。吸烟是一种连锁反应,如果你点燃一支烟,就会再点燃下一支烟,直到为时已晚。

无数统计结果显示,吸烟确实能对健康造成巨大的危害。问题在于,吸烟者并不愿意相信这些统计结果,直到他们决定戒烟为止。政府和大众媒体的戒烟宣传对他们毫无效果,因为他们具有“选择性失明”的能力。如果他们偶尔看见这样的宣传,第一个反应就是先点上支烟。

很多吸烟者以为吸烟对健康的损害是“全或无”式的概率事件,就像踩地雷一样。记住,这样想是错误的,吸烟对健康的损害是积累性的。每次你吸进一口烟,肺部积累的致癌性尼古丁都会增加一点儿,而且肺癌只是吸烟能导致的严重疾病之一。吸烟还是心脏病、动脉硬化、肺气肿、心绞痛、脑血栓、慢性支气管炎、哮喘等疾病的重要诱因。

在我还吸烟的时候,从来没听说过动脉硬化或肺气肿这些病名。我只知道咳嗽、打喷嚏、哮喘和支气管炎症状是吸烟导致的结果。尽管这些症状给我造成了不适,但都在我的忍受范围之内。

我对吸烟可以引发肺癌表示过担忧,但是这个想法太可怕,以至于这个想法一出现就被我赶出脑海。尽管吸烟对健康的危害可以对人产生极大的恐惧,但它完全被戒烟带来的恐惧淹没了。并不是说戒烟的恐惧更大,而是危害更直接,但有人认为得肺癌好像是件十分遥远的事情。我反复问自己:为什么要往最坏处想?或许坏事情并不会发生,或许早在肺癌发作之前,我已经成功戒烟了。

我们经常把吸烟看成一件矛盾的事情。一方面,认为吸烟有害健康,浪费金钱,受人歧视,而且让我们得不到自由;另一方面,又认为吸烟是

一种享受,是我们的爱好和精神寄托。我们从来没有想过,这些感觉其实都是恐惧导致的。我们并不是享受吸烟的感觉,只是无法忍受不吸烟的滋味。

想象一下,海洛因上瘾者如果得不到海洛因,该有多么痛苦,而当他们注射海洛因时,痛苦就会缓解。你能把这种暂时的缓解称为享受吗?

非海洛因上瘾者绝不会有这样的“享受”,因为他们原本就没有痛苦,痛苦是由海洛因导致的。非吸烟者也不会因无法吸烟而痛苦,只有吸烟者才会痛苦。他们的痛苦是由尼古丁导致的。

对肺癌的恐惧并没有让我及早戒烟,因为当时我以为吸烟如同穿越地雷阵,并不一定踩到地雷。如果万一踩上了——至少我事先知道有这样的风险,如果我愿意冒险的话,跟别人又有什么关系?

所以,如果哪个不吸烟的人对我强调吸烟的风险,我就会用吸烟者典型的语言争辩:

“所有人最后都会死。”

——的确是这样的,但这能成为故意缩短你生命的理由吗?

“生活质量比长寿更重要。”

——一点儿都没错,但是这就能说烟鬼或者对海洛因上瘾者的生活质量,比正常人还要高?你真的认为

吸烟者的生活质量比非吸烟者高吗?吸烟者不仅寿命短,生活质量也会不断下降。

“或许汽车尾气对我肺部的损害比吸烟更大。”

——就算是这样,这是进一步损害肺部的理由吗?假如有人把嘴凑到汽车排气管上,故意把有毒的汽车尾气吸进肺部,你会怎么想?

事实上,吸烟者就是这么做的!下次你看到哪个吸烟者叼着烟卷,不妨想象一下他嘴里含着汽车排气管的样子。

现在我完全能够理解,吸烟引起的不适和对肺癌的恐惧,但为什么这些没有让我及早戒烟?因为前者我能够忍受,后者我则拒绝思考。我的戒烟法绝不是靠恐吓来达到让你戒烟目的的,而是正好相反——让你意识到戒烟之后,你的生活会变得多么美好。

不过我的确认为,如果当初知道我的身体正在发生什么变化,我一定会早点儿戒烟的。我并不提倡把吸烟者肺部的彩色透视照片拿给他们看,或者是用类似的冲击疗法。我从自己焦黄的手指和牙齿就可以推断,我的肺部一定好不了多少,但只要肺部还能工作,就不会像手指和牙齿那样让我难堪——至少没人能看见我的肺部。

(摘自《这本书能让你戒烟》艾伦·卡尔 著 吉林文史出版社 出版)