



超越爱情  
幸福敲门

刘慧芸被叶珊拉出去逛街,她想今天真是太阳从西边出来了。

路过一家商场的地库出口时,突然从里面驶出一辆大奔,向俩人冲了过来,幸好司机及时刹车,没有出事,不过还是把她们俩人吓得不轻。

叶珊反应快:“嗨!这里画着人行道呢,没长眼啊!”

说着她要往大奔面前凑,刘慧芸赶紧拉住她:“没撞着就算了,多一事不如少一事。”

叶珊冲着车背影说:“什么素质啊,

## 19 莫小康回国

还开大奔呢!”

大奔车里,一身黑西装戴着墨镜的司机喘了口粗气,在后视镜里看着刘慧芸和叶珊渐行渐远,惊魂未定。

后座的洪总问司机:“怎么了莫小康?”

他说:“没事儿,对不起啊大哥。”

洪总要他以后别叫大哥,叫洪总,正经的生意人,口口声声大哥的,让人感觉像黑社会似的。

送洪总到公司以后,莫小康开着车出去加油。他摘下墨镜显得更酷。他有一张俊朗的脸,因为少言寡语,让人觉得冷峻和不可冒犯。

刚才,他开车时之所以差点撞到人,是因为他猛然发现车头前面的是他母亲和表姨,他难免惊慌失措。

莫小康一边开车,一边用车载电话拨通了母亲刘慧芸的手机。

刘慧芸接通电话,听电话里没有声音她有点急,差不多是对着电话吼了两声。莫小康犹豫了半天才开口:“妈……”

刘慧芸听到儿子的声音,马上问:“康康,你在哪儿呢?妈妈都急死了!这么长时间不跟家里联系,你想急死我吗?我都快报警了!”

莫小康说:“我挺好,在学校。”

刘慧芸急了:“你还骗我!你爸托人问过了,你压根儿就没去学校报到。跟妈说实话,是不是碰上什么难处了?”

莫小康面对母亲的询问,一时不知

道怎么掩饰,只好假装信号不好,慌忙挂了电话。想想,他还不放心地把手机关了。

刘慧芸再给儿子打电话,怎么也打不通,她急得直跺脚。叶珊问她小康都说了什么,刘慧芸说小康自称是在学校,她感到奇怪,他怎么将手机关了?

叶珊拿过刘慧芸的手机看了一眼,将小康打过来的手机号输进自己手机上一拨,屏幕上显示“北京移动”。

叶珊告诉刘慧芸,小康在说谎,他用的手机号码是北京。刘慧芸想不明白,她焦急万分:“他回来了?不行,我得找他去……”

叶珊一把拽住她:“哪儿找去?北京这么大!还没看出来啊我的傻姐姐,你儿子故意躲你呢。”

刘慧芸不相信儿子会在北京,他为什么不在英国读书?儿子是她送到机场的。

叶珊让刘慧芸去问问老莫,他或许知道实情。刘慧芸说:“看来这爷儿俩是一个德性,都不说实话!”

刘慧芸说对了。这天老莫对他年轻的太太白洁也说了一个大谎话,他拍胸脯答应她一定去医院看男科,去做生育能力检查,可他根本就没去。白洁打电话查问这件事时,他告诉她医院人山人海,号早就放光了,根本挂不上号。

在彼岸花经理办公室里,毕经理正在上网打扑克。

方骏敲完门进来,问经理工资是

不是算错了,怎么就给他发了2000块钱,他说这个月光他的业务提成也不止这些。

毕经理阴阳怪气地笑了笑:“这月你戛走了两个客户,其中一个还投诉到了工商局,你以为我还要因此奖励你不成?”

方骏说他已将事情摆平了,并没有给公司带来经济损失。毕经理说亡羊补牢,为时已晚。公司的名誉已经受到损害,他正考虑要不要把这件事报上去,看在公司老员工的分上扣方骏一部分工资已经很给面子了,方骏如果觉得不公平,可以自行辞职。

方骏恨得牙根儿痒痒地,可也只能忍着。他问毕经理,要是他能挽回公司的名誉,公司有什么说法?毕经理说那还要看方骏挽回到什么程度。

方骏:“既然事是从姓叶那女的身上引起的,我就从她身上找补回来!我把她争取回来,让她心甘情愿重新交会费,不光给她介绍成,还让她给咱们送面为人民服务的锦旗挂墙上!这样行了吧?算是挽回公司的名誉了吧?”

哪知道毕经理的条件非常苛刻,他说事情要在一个月内做成了,扣方骏的工资双倍返还作为奖励,通报各门店学习;如果事情做不成,方骏收拾东西走人。

(摘自《我爱男闺蜜》李潇 于淼 著 长江文艺出版社 出版)

## 27 “只是一支烟”的想法要不得



轻松戒烟  
告别烟瘾

减量戒烟法不仅没有任何效果,而且戒烟过程非常痛苦。没有效果是因为戒烟者希望逐渐消除烟瘾,结果却无法如愿。毒瘾的特点是会随着每次吸毒而加大,绝不会因吸毒而减小。减量戒烟法需要相当强的意志力,让戒烟者相当痛苦,却完全起不到减小烟瘾的作用。

尼古丁毒瘾还不是最难对付的,最

难对付的是错误的想法和态度。由于来自社会和我们自己的洗脑,我们误以为吸烟是一种享受。减量戒烟法唯一的作用,就是进一步加深这种误解,导致我们对吸烟念念不忘,无时无刻不在盼望着吸下一支烟。

减量戒烟法对意志力的要求,比彻底戒烟要高得多。如果你不能彻底戒烟的话,你就更不可能成功减量。彻底戒烟不仅更容易,造成的痛苦也更小。

在我关注过的减量戒烟者中,只有极少数人成功,而且都是在减量后不久就彻底戒烟了。他们能成功戒烟并不是减量的结果,事实上,减量戒烟法只会影响戒烟过程,延长戒烟者的痛苦。一旦减量戒烟失败,戒烟者的心理会受到很大打击,甚至对戒烟彻底绝望。经受过这样的打击后,他至少要再过五年才能重新鼓起勇气戒烟。

不过,减量戒烟法说明了一个问题,那就是吸烟其实毫无意义。只有在戒断症状的痛苦之中,吸烟才会被误解为享受,如果你能把用头撞墙,然后再停下来感觉称为享受的话。

所以你的选择有以下几点:

- 1.一辈子减量吸烟。这样你会越来越痛苦,最后迟早会放弃戒烟。
- 2.像原来一样放任自己吸烟。
- 3.对自己好一点,一次性把烟戒掉。

减量戒烟法还说明了另一个问题:任何一支烟都不是偶然的。吸烟会形成连锁反应,每点燃一支烟,都会引发第二支、第三支……直到你的生命结束,或者你彻底戒烟。

记住,减量并不能戒烟。

要把只是一支烟的想法彻底赶出你的脑海。当初只是吸了一支烟,我们就染上了烟瘾。

戒烟成功之后,只要再吸一支烟,我们就会重新掉进烟瘾的陷阱,或许这一支烟只是为了证明我们已经摆脱了烟瘾,结果却起到了相反的作用。因为烟味的感觉极其糟糕,我们自以为再也不会染上烟瘾了,然而事实正好相反。

让吸烟者无法下决心戒烟的,或许只不过是对其一支烟的记挂,早上或者饭后的第一支烟。即使在决心戒烟之后,他们仍然会记挂这一支烟。

记住,根本就不存在只吸一支烟这个概念。吸烟是一个连锁反应,每一支烟都会让你接着吸下一支,直到你生命的结束,除非你成功戒烟。

不要考虑某一支烟或者某一盒烟,要把吸烟这件事情作为一个整体来看待。任何一支烟都意味着一辈子浪费金钱,摧毁健康,甘心忍受烟瘾的奴役。

我们总是觉得,在某些特定的情景下,吸烟是一种享受。这是不可能的。

你只有两条路可走:要么继续吸烟,一辈子忍受痛苦;要么把自己从这种痛苦中解放出来。你就算再享受杏仁的味道,也绝不会去服用剧毒糖苷。烟味本来就没没什么可享受的,你为什么要用尼古丁毒害自己?

不要欺骗你自己。你完全做得到戒烟,任何人都做得到。戒烟其实真的非常容易。

要想让戒烟变得容易,你必须首先弄清楚几个概念。我们已经详细分析了其中三个:

- 1.戒烟并不需要放弃任何东西,只会收获许多。
- 2.不要考虑某一支烟。吸烟这件事情是一个整体,吸任何一支烟都意味着一辈子要做烟瘾的奴隶。
- 3.你的情况跟别人并没有什么区别。所有吸烟者都可以轻松戒烟。

许多吸烟者觉得自己的烟瘾大,可能是性格上有缺陷,于是彻底失去了戒烟的信心。没有任何人需要吸烟,直到他染上尼古丁毒瘾为止。吸烟是毒瘾导致的结果,不是你自己的问题。你的性格没有任何缺陷。不要在心理上依赖尼古丁,否则即使生理上的毒瘾已经消除,你仍然无法得到解脱。

(摘自《这本书能让你戒烟》亚伦·卡尔 著 吉林文史出版社 出版)