



超越爱情
幸福敲门

叶珊走到方骏面前：“行啊你，跑我们公司搞起传销来了！”

方骏站起来，谦恭地微笑：“我是在兜售幸福。”

叶珊不屑地说：“还幸福，信口开河，你知道什么是幸福？”

方骏不假思索地说：“幸福就是……永远都不用想我幸福吗？这就是幸福！”

叶珊一愣，方骏的回答太让她意外，也太让她震惊了。她一时语塞。

方骏鞠了个躬，潇洒地走了。叶珊

22 突遭车祸

像被点了穴似的，久久地呆立在那里。

老莫坐在一幅没有完工的油画前，跟刘慧芸通着电话。

他说儿子不跟刘慧芸联系，无非是怕她担心，儿子不想让父母过多地干预他的生活。作为一个画家的儿子，他天生就应该有浪迹天涯的本事。

刘慧芸说老莫的本事就是让自己晚节不保，落个老不正经的名声。老莫听她这么说也不生气，问她要不要他过去陪她聊聊。刘慧芸说用不着，让他还是留着力气用在老婆身上。

老莫说刘慧芸孤家寡人的，身边也没个能说话的，他就是想趁有生之年，跟她多相处相处，也算善始善终，说不定刘慧芸一高兴就原谅他了。

刘慧芸恼怒地说，他俩七年前就已经全剧终了！这辈子他都甭想在她这儿找宽心！

刘慧芸的话说得太狠，觉得不好意思，又换了口气关心地问老莫去医院了没有。老莫装悲情，说他这身体查不查没区别，50岁了，知天命了。

俩人正聊得欢，白洁突然开门进来，老莫慌里慌张地挂了电话。

老莫有些不满：“你怎么老爱搞突然袭击，来也不打个招呼！”白洁说她过来之前打电话了，总是占线，她问老莫在跟谁打电话？老莫一笑，说他是和前妻在打电话，问白洁吃不吃醋。白洁白了他一眼，说这个她倒不担心，就怕哪个不开眼的女学生又仰慕老莫。

老莫郑重其事地说：“同样的错误我不会犯第二次。”

白洁恼了，质问老莫：“你觉得找我是个错误？”

老莫赶紧嬉皮笑脸地安抚她：“一个美丽的错误。”

白洁上来就解老莫的扣子，老莫知道她的意图，嘴上还问：“你脱我衣服干吗？大白天的……”

白洁说：“别耽误时间了，办正事儿！”

老莫说：“等等，还没去医院检查呢。”

白洁说能怀上就不用查了，老莫无奈地垂下了头。

刘慧芸的电话被老莫匆忙挂掉以后，就又打儿子莫小康的电话。

莫小康正在开车，忽然他的手机响起来，他一手扶着方向盘，一手拿起手机快速扫了一眼。来电显示“老妈”。莫小康直接关了手机。

路口的另一边，方依依把她的小电动车骑得跟耍杂技似的，左穿右闪地行驶。

莫小康的手机响个不停，他忍无可忍，拿起来要关机，就在这一走神的瞬间，拐弯的方依依忽然窜到了他的车前，莫小康赶紧猛踩刹车急打方向，车还是没有躲开，砰的一声，撞上了方依依。

莫小康赶紧停车下来查看，见方依依坐在地上，捂着膝盖，身边的电动车

已经撞变形。

方依依疼得直龇牙，见到肇事的莫小康过来气得抬头就骂：“是不是人开的车啊，拐弯不知道打灯？驾照是买的吧！你看你给我撞的！”

莫小康看了看方依依，没说话，扭头看了看大奔车上凹陷了一块。

方依依更不满了：“嘿嘿嘿！往哪儿看呢？你差点儿把我撞死知道吗？开辆好车就能横冲直撞？有本事你去伊拉克啊！”她一边骂一边撑着要站起来，忽然腿肚子一软，差点儿又坐地上。

莫小康赶紧上前去扶她，方依依甩开他的手：“干吗呀你！动手动脚的！”

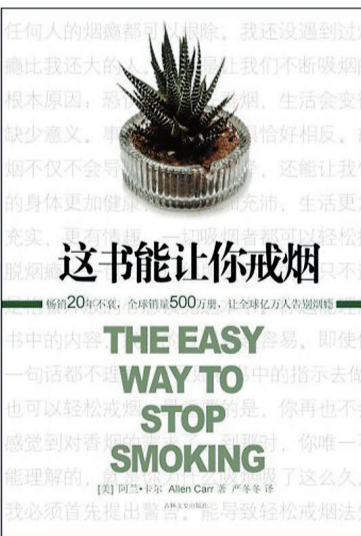
莫小康见方依依腿上有擦伤，不但没松手，居然把她抱起来，直接塞进大奔里。方依依挣扎着：“嗨嗨嗨！干吗呀这是？什么意思啊你……”

莫小康锁上车门，一言不发地回身去把电动车扶起来锁在路边，这才坐进驾驶室。

方依依惊恐地问：“你到底想干吗？绑票啊？大街上好多人都看见了！”莫小康盯着她仍然一言不发，突然把身子向她压过来，吓得方依依赶紧住了嘴，闭上眼睛。结果是她想多了，人家是帮她系上了安全带。

莫小康默默地发动汽车，方依依问他带她去哪里，并说他要是不停车她可就跳车了。

(摘自《我爱男闺蜜》李潇 于淼 著 长江文艺出版社 出版)



轻松戒烟
告别烟瘾

吸烟是一种毒瘾，人体对毒瘾的自然反应是摄入更多的毒品，如果没有及时摄入，就会出现戒断症状。即使你只是维持现在的吸烟程度，也需要相当强的意志力，因为随着你的烟瘾越来越大，对尼古丁刺激的依赖性也会逐渐增加。吸烟会摧毁你的健康和意志，让你丧失信心和勇气，越来越难以忍受两支烟的间隔。这就是为什么只有在染上烟瘾的

30 吸烟者不甘堕落

早期，我们才能控制吸烟的量。

为什么人感冒时停止吸烟不会感到难受？选择感冒时戒烟是吸烟者寻找的一个理由，它不会引发人们在心理上对吸烟的依赖。这也解释了为什么我当年虽然不认为吸烟是一种享受，却还是每天连续吸烟，尽管吸每一支烟都是生理上的折磨。

不要羡慕那位女士。如果你每过12小时吸一支烟，就会觉得那支烟是世界上最好的东西。那位女士12年来一直处于矛盾之中，一方面她无法戒烟，另一方面又因为恐惧而不愿增加吸烟的量。每天20多个小时，除了吸烟的那几十分钟，她都得抗拒香烟的诱惑。若不是她意志力很强，根本不可能坚持这么久，所以她才会哭泣。

按照正常的逻辑，吸烟要么是一种享受，要么不是。如果吸烟真的是享受，那为什么要等上一个小时、一天、一个星期？为什么在等待过程中你没法享受别的东西？如果吸烟不是享受，那为什么要吸烟呢？

我还记得另一位“每天五支烟”型的男士。在电话里，他的第一句话是：“卡尔先生，我只希望在死之前能成功戒烟。”他是这样描述自己的：

“我已经61岁了，因为吸烟患上了喉癌。现在我每天最多吸5支烟，再多

喉咙就受不了。过去我睡眠质量很好，现在夜里经常醒来，每次心里都惦记着吸烟。就是在睡觉的时候，我梦见的也是吸烟。”

他说：“我吸第一支烟必须等到上午10点钟。我早上5点钟就起床，一杯接一杯地喝茶。我妻子大约8点起床，因为我脾气太坏，她不允许我待在屋子里。我只能去温室散步，满脑子都想着那支烟。到了上午9点钟，我开始掏出烟叶自己卷烟，动作故意放得很慢，因为卷快了也只能等着。等到10点的时候，我的手会不自觉地开始颤抖。我一般不会马上把烟点燃，免得再等上3个小时。在矛盾了很久之后，我会点燃烟卷抽一口，然后立即把烟熄灭，这样一支烟可以抽上1个小时。我把整支烟卷吸完后，开始下一轮的等待。”

这样做的结果是，他的嘴唇和手指被烟卷烫得满是水泡。或许你心目中已经浮现出一个可怜的白痴形象。然而事实是，他身高1.8米以上，曾在海军陆战队做过军官，之前曾是个运动员。他并不是自愿成为吸烟者的，但是在“二战”期间，人们普遍认为吸烟能提高人的勇气，军人都有免费的香烟配发。他几乎是被强迫开始吸烟的。在接下来的日子里，他为了满足自己的烟瘾浪费了许多钱，而且身体和心理都受到了

严重影响。如果他是一只动物，我们的社会会对这样的动物执行安乐死，然而在今天，我们仍然允许原本身心健康的青少年成为吸烟者。

或许你认为以上的例子被夸大了。我可以负责任地说，完全没有。尽管有些极端，但这样的例子还有不少。类似的吸烟者还有成千上万。那位男士对我倾诉了他的痛苦，但是可以预见，许多吸烟者都会羡慕他，因为他每天只吸5支烟。如果你觉得自己绝不会堕落成这样，那我要说：停止自欺欺人吧，你现在正在堕落。

吸烟者几乎都会撒谎，即使对他们自己。大多数轻度吸烟者吸烟的量和频率，比他们自己承认的要高得多。我曾与很多所谓的“每天五支烟”型吸烟者接触过，在和他们的谈话的时间里，他们抽的烟就超过了5支。在婚礼、晚会等社交场合，即使轻度吸烟者也会连续吸烟。

所以你用不着羡慕他们，你也用不着吸烟。戒烟后的生活会幸福得多。

青少年戒烟通常更为困难，倒不是因为他们烟瘾大，而是因为他们要么不相信自己染上了烟瘾，要么抱有幻想，认为自己某一天会自动停止吸烟。

(摘自《这书能让你戒烟》亚伦·卡尔 著 吉林文史出版社 出版)