



超越爱情  
幸福敲门

## 36 相亲的尴尬

一个高富帅介绍给叶珊,明天就叫那个人过来和叶珊见面、吃饭。

方骏和叶珊在餐厅的雅座里等着,叶珊不停地看表。叶珊问方骏:“这个叫什么王哲的怎么还不来?我怎么觉得跟妃子等着皇上宠幸似的?”

方骏说:“估计皇上堵车了,别着急。”叶珊说没有时间观念的人,就是浪费别人生命的人。正嘟囔着,一个洒脱的男人走进来,看见方骏挥手招呼。方骏说,说曹操曹操就到。

王哲为迟到道歉,说在门口碰上个问题路的,怕说不清楚,就直接送人家过去,耽误了时间。

方骏对叶珊说:“你看,我给你介绍了一个活雷锋,你们就从为人民服务聊起吧,我就先撤了。”叶珊笑了笑,目送他离开。

方骏出了餐厅,没走几步有些放心不下,透过落地玻璃往里看了看,叶珊和王哲面对面坐着,显得不太自然。他想了想,又推门进了餐厅。

跟很多人一样,叶珊一紧张就习惯性地往嘴里塞东西,筷子不停顿。王哲说他深感内疚,让叶珊久等了,让她饿坏了。叶珊说她只是有点紧张,要不互相问点儿什么,聊点儿什么。

王哲:“叶小姐是北京人?”

叶珊回答:“不是,在北京上学,毕业以后留在这儿的。”

王哲:“哦,那应该有北京户口吧?”

叶珊说没有,反过来问他:“这很重要吗?”

王哲面露难色:“其实不重要,可问题是我也没有北京户口……那你买房了吗?”

叶珊说:“没有。”

王哲说这就有点儿棘手了,两个人都没有北京户口,那以后就买不了房子。

叶珊说:“租房住不挺好吗?现在房价那么高,产权才70年,租房多省心,住腻了还能随时换新的。”王哲说事情没有叶珊想的那么简单。不能买房就挑不到好学区,将来有了孩子,入托上学都很麻烦。

叶珊一愣,差点儿被水呛住:“王先生,您是不是想得有点儿远了?咱俩坐这儿还没10分钟呢。”

王哲严肃地说:“这是很现实的问题,不应该回避。咱们初次见面,我对您印象挺好的,我感觉自己也是个挺靠谱的人,既然咱们都有成家的诉求,那就得尽量把事考虑周全。”

王哲继续问:“你父母都在外地吧?”

叶珊不解地:“怎么了?”

王哲又问:“你是独生女?”

叶珊说是的。

王哲:“你看,咱俩都是双独家庭,将来父母老了又不可能回去照顾他们,只能把他们接到北京来养老,这是做儿女的责任,没什么可商量的。但是他们来了住哪儿?要是咱们能买个

房就好办多了,不然就得负担三份房租,北京的租金连年看涨,生活压力这么大,哪还谈得上生活品质呢,更别提还有孩子了……”

叶珊打断他:“我觉得以我的收入负担得起。”

王哲说:“那就好。不过钱这东西还是得规划,将来老了得有些积蓄,要是生个女孩还好说,万一是男孩,结婚还得给他买房子、办婚礼,又是一笔开销,抱上孙子以后……”

王哲喋喋不休地说着,叶珊看着他,双眼有些失焦了,听着一个陌生人一本正经地畅想跟自己的未来,连儿子孙子都规划进去了,叶珊突然感觉特别可笑,忍不住扑哧笑了。

王哲一愣,停住了:“怎么了?你不同意我的观点?”

叶珊赶紧摆手,越想憋住笑就越憋不住,笑的声音更大,直接笑到满脸通红,眼泪都快出来了。

王哲不知所措地看着她问:“你没事吧?”

叶珊回他话也停不下来笑:“没问题……哈哈哈哈哈……我就是觉得……哈哈哈哈哈……”

这一说话不要紧,竟然打了个嗝,把叶珊自己都吓了一跳。王哲无奈地摇了摇头。

(摘自《我爱男闺蜜》李潇 于淼 著 长江文艺出版社 出版)

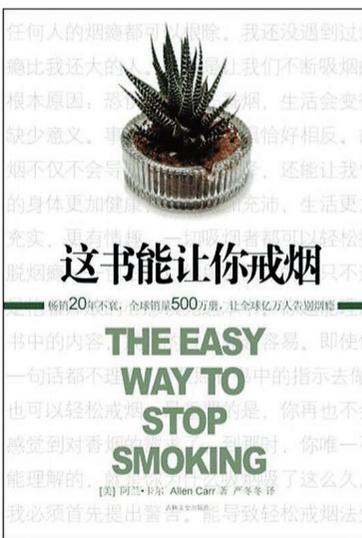
毕经理诚惶诚恐:“那太好了,贵公司可是国际知名企业,我们求之不得!”

叶珊说:“这事就让方顾问具体负责,他对我们公司的情况比较熟悉,我们也信任他。”说着,她笑着看了看坐在身边的方骏。

毕经理将叶珊送出店门,回到办公室,他对方骏说:“小子,你有一套啊!”

方骏刚走出经理办公室,就接到叶珊的电话,她问方骏,她的正能量怎么样。方骏说,没说的,他知恩图报,要把

## 44 最后一支烟



轻松戒烟  
告别烟瘾

随意编造出来的吗?不。但这也不是确切的期限,只是根据反馈信息做出的统计。戒烟大约五天后,戒烟者会逐渐忘记戒烟这件事情,开始恢复正常的心态。大多数戒烟者都是在这时经历“启示性的一刻”的。最常见的情况是,你正在经历某些特定情景,过去你在这个时候必须吸烟,而现在你突然意识到,不吸烟的感觉其实更好,而且你完全没有想到要吸烟。自从这一刻起,你的戒烟过程就会一帆风顺,因为你已经体验到了自由的滋味。

我发现,无论是我自己还是其他使用意志力戒烟法的戒烟者,通常会在戒烟约三个星期时失败。这是因为戒烟三个星期之后,你发现自己已经没有了吸烟的欲望。为了向自己证明这一点,你会点起一支烟,结果你原本已经成功戒烟,又因为这一支烟重新染上了烟瘾。吸完这支烟之后,随着你体内的尼古丁逐渐下降,戒断反应又会重新出现。你会在潜意识里想:“我还没有戒烟成功,因为我还想再来一支。”这时你不会立即点上一支烟,因为你不愿重新染上烟瘾。你会等上一段时间,直到自以为安全为止。下一次受到香烟诱惑时,你就可以这样告诉自己:“上一支烟并没有让我上瘾,所以再来一支也没有关系。”其实,这时候连锁反应已经开

始了。

问题的关键在于,戒烟者不要等待“启示性的一刻”到来,因为在最后一支烟熄灭的那一刻,你的戒烟过程就已经完成了。你已经把该做的都做完了。你已经终结了尼古丁的摄入。任何力量都无法再次剥夺你的自由,除非你自己心存怀疑。享受正常的生活,维持自然的心态,这样你很快就会体验到那一刻的喜悦。

确定了戒烟的时机之后,你就会熄灭最后一支烟,开始一个非吸烟者的生活。在这之前,你一定要扪心自问:

1.你确定你能成功吗?

2.因为你的生活即将发生神奇的变化,你是心情低落还是十分兴奋?

如果你仍然心存怀疑,那就先把这本书重读一遍。记住,染上烟瘾绝不是你的决定,但是一旦掉进烟瘾陷阱,你就必须挣脱出来。为了摆脱烟瘾的奴役,你必须下定决心:这就是你的最后一支烟。

你能读到这里,说明你的确想要戒烟。所以,你现在就可以下定决心郑重发誓,这一支烟熄灭之后,无论发生什么事情,你都不会再抽下一支烟。

或许你很担心,因为你过去也曾发过这样的誓,但最终失败了,或者你担心戒烟过程会非常痛苦。不要恐惧,

最糟糕的不过是戒烟失败而已,所以你根本没有失去什么。相反,只要戒烟成功,你就可以收获许多。

你甚至连失败的可能性都不用考虑。戒烟过程不仅非常容易,而且是一种享受,因为这次你使用的是轻松戒烟法。你只需要按照下面的建议去做:

1.现在就郑重发誓,真心决定戒烟。

2.点起你的最后一支烟,把污浊的毒气深深吸进肺部,问自己这样究竟是不是享受。

3.熄灭这支烟的时候,不要想“我绝不再吸烟了”或是“我再也不能吸烟了”,而是告诉自己:“太棒了!我终于自由了!再也不用做烟瘾的奴隶了!再也不用把毒气吸进肺部了!”

4.注意,在最初的几天之内,生理上的尼古丁毒瘾不会立刻消失。你会在潜意识中想:“我还要来支烟。”这并不仅仅是生理毒瘾的作用,更是一种心理反应,你必须理解其中的机制。由于生理上的毒瘾需要三个星期才能彻底消散,许多戒烟者都会认为,这三个星期内他们必须用意志力抗拒诱惑。事实并不是这样,我们的身体并不需要尼古丁,只有大脑才需要。

(摘自《这能让你戒烟》亚伦·卡尔 著 吉林文史出版社 出版)

如果我不提任何建议,许多戒烟者会花一辈子时间等待烟瘾消失,而这根本是不可能的。

我也曾考虑告诉戒烟者,启示性的一刻马上就会到来。但如果我这样说了,而这一刻没有马上到来,他就会丧失信心,觉得戒烟永远无法真正成功。

经常有人问我,戒烟后这五天和三个星期的期限究竟是怎么回事?是我