

夏知瑾把冰淇淋甩到了前男友脸上

1

网络爱情

战神天罡 著
浙江大学出版社友情推荐

[内容简介]

闷骚宅男微博玩出事业爱情,惊心动魄的微博商战与搞怪无限的网络创意,你知道多少?穷小子爱上白富美,还不敢表白。邱宸用了最傻的方式——诉诸微博。被爱而不自知,常常互相伤害。夏知瑾不知道,在不远处,有个男人一直默默地爱着她。邱宸无心插柳,他的才华恰巧遇到微博商机。微博营销大战硝烟四起,与他对着干的那个,居然是夏知瑾?夏知瑾欣赏的那个“为你而微”,原来不是他?

袁成刚极力怂恿邱宸赴约。邱宸又想了一遍早晨在电梯里发生的事情。今天早晨,他乘三号电梯准备上16楼。他在电梯里看见夏知瑾从写字楼大堂飞奔而来。她今天有些憔悴,几乎素面朝天。最重要的是她今天居然穿了一双板儿拖来上班。她今早一定是有事耽误了。邱宸的推测,在电梯门开启的一刹那,得到了验证。夏知瑾抢先一步走出电梯,然后突然站住,肩膀耸动了一下。她哭了!邱宸定在电梯门口。夏知瑾回过身,两颗豆大的眼泪滚下来:“今晚陪我吃饭吧。”邱宸过了一小会儿才回过神。

邱宸目光呆滞地盯着电脑屏幕。她失恋了!可是,为什么要我跟她吃饭呢?唯一的解释就是她想临时找个人,当手纸擦眼泪,看来自己在夏知瑾心中还是有一定位置的。他在微博上私信了袁成刚。袁成刚,大部分时候人们称他为袁胖子。他自嘲是富高帅,其实是个矮富胖。

邱宸用微博私信了袁胖子,把夏知瑾晚上约他吃饭的事告诉了他。袁胖子当然极力怂恿他,这是他猜得到的。下午,邱宸在工作上的心不在焉终于有了后果。部门经理把他劈头盖脸地骂了一顿。部门经理叫陈默,也就三十几岁,脾气却大得很。既然经理都如此不待见邱宸,其他同事也就捎带着给他些白眼。

下午4点50分,夏知瑾通过公司办公管理软件,给邱宸发了一条消息:“下班跟我走。”

5点,邱宸已经站在写字楼大厅门口了。夏知瑾一个人走出来,几乎都没看一眼邱宸,叫了一部出租车。邱宸讪讪地跟了上去。“Mythos餐厅。”夏知瑾跟司机说。

老码头是上海最美的夜景之一。进了餐厅,夏知瑾挑了一个安静的角落,坐了下来。点完餐,夏知瑾

问:“你也不问我为什么跟你吃饭?”邱宸摇摇头。“我失恋了。”邱宸点点头。“你没有问题问我吗?”邱宸摇摇头。

晚上7点30分,露天位的包场传来欢乐的喧闹声。夏知瑾放下刀叉:“等我一下。”说完,端起桌上的冰淇淋,出现在露台上。主人公是一对年轻男女,男主角高大帅气。夏知瑾站在那个男人面前,面带微笑,“今天是你订婚的好日子,恭喜你!”那个男人的表情很尴尬:“谢谢!”“不客气!”冰淇淋突然甩了出去,糊了男人一脸。“你去死吧!”夏知瑾终于控制不住了。周围的朋友呆若木鸡,男人倒是很淡定:“夏知瑾,你输不起啊?”“我就是输不起!”夏知瑾神情落魄地回到室内的座位上,无力地说:“我们走吧。”

外滩的夜色很美,夏知瑾抱膝坐在江边。两人在江边坐了许久,夏知瑾跟邱宸说:“我已经跟公司申请了,下周去甘肃。”“捐建小学的事?”“嗯。”“去外地散散心也好。”

邱宸认识秦小曼,是在夏知瑾动身去甘肃的前一天。这个女人是夏知瑾的闺蜜。夏知瑾在公司OA上给邱宸发了一条消息:“我后天去甘肃,今晚给我送行吧!”邱宸就是在这次见面的时候,认识秦小曼的。三人先是在“酒吞”吃日本料理。秦小曼大概二十八九岁,气质高贵,一身名牌,迎面而来的是浓浓的香水味;夏知瑾则简单干净,不施粉黛,宛若出水芙蓉。秦小曼毫不避讳自己对男人的标准,她说:我将来的男人不一定高大帅气,不一定有钱,但一定要有思想、有坚持、有理想。

吃完料理,三人去了酒吧。夏知瑾和秦小曼喝得酩酊大醉,两人抱头痛哭,为了即将的离别,也为了失恋。秦小曼挥了挥手:“你们……都回去,我……我只要一个电话,就……就有人来接。”此言不虛,秦小

曼随意拨通了一个电话,几分钟后车就来了。夏知瑾迷离着双眼,说:“我……我回家……地址……”邱宸伸手拦了一辆出租车,按地址把夏知瑾送回了家,就一直陪在床边。4点多时,夏知瑾翻了一个身,手机从裤兜里挤落下来。邱宸捡起手机,屏幕主页是夏知瑾的微博首页。他看见了四个字:盛夏之瑾。

邱宸在大学学的是视觉设计,现在跟夏知瑾在同一家公司——热麦电子商务公司。热麦的面试题是出了名的变态,当天面试完,邱宸觉得面试没戏了。后来才知道热麦所有稀奇古怪的问题都出自老板郭向平之手。邱宸进公司一个月后,部门经理陈默觉得他无法敏感地把握买家心理,便向公司提出另外招聘一名设计师。那个代替他的女孩,就是夏知瑾。

邱宸预感第一份工作将被这个女孩谋杀。结果转机出现了,夏知瑾被郭向平钦点去公关部上班。虽然危机解除了,部门经理陈默看邱宸依然不爽。邱宸发誓,一定要让部门同事见识一下他的本事。机会出现在邱宸入职半年后。热麦的服装销售,一直远远落后于国内另一家电商平台。这令郭向平很是挠头,他调动了公司若干部门,每个部门经理都领到了任务。邱宸在晨会上提出了自己的计划:选择某一单类服装,做一个专季。邱宸的这个提议作为部门备选方案,报给了公司。两个月后,热麦因为帆布鞋这个专季,在电商平台上大火了一把,令郭向平十分满意。

一双帆布鞋,带火了热麦的服装板块,这是谁也没想到的。夏知瑾毫不避讳对他这个创意的欣赏。在一次公司聚餐会上,夏知瑾坐在邱宸身边,笑嘻嘻地说:“你那个帆布鞋的创意真是令人叫绝。”邱宸不好

意思地笑笑。“你这个人太闷了。闷骚的男人,往往诡计多端。来,喝一杯。”夏知瑾嘻嘻笑着。

再次跟夏知瑾正面接触,是植树节。公关部借着三月植树节,做了一个公益活动,展示热爱热心公益的外在形象。公关部开通了@热麦官方微博,由夏知瑾负责。植树那天,郭向平要求所有总部员工都要参与,邱宸也去了。夏知瑾在种树时,把他气了个半死:“你是在植树,还是在和泥?这么个种法,树能活才怪。”夏知瑾乖乖地站在一边,看着邱宸手脚麻利地把那棵树栽到树坑里,培上土,然后一次浇透。中午吃饭的时候,夏知瑾主动靠了过来,拿了一堆食物给邱宸。“你是个怪人哎。不要整天一副全世界都欠你钱的样子,好不好?”“自私总比作秀要好。”“谁作秀了?”“这个活动就是公司的一个秀。”“嘿,看不出来,闷骚的青年邱宸还是个愤青。那你说,应该怎么做?”“去大西北种树,去贫困山区建学校,不行么?”这次种树之后,夏知瑾跟邱宸的距离越来越近了。邱宸的心里慢慢对这个女孩子产生了好感。

邱宸决定要做一件事。他知道这件事可能会令他失去工作,可是他已经决定了。他决定在公司的平台上开一家网店,卖帆布鞋。他把这个想法告诉了袁胖子。袁胖子一口答应了。“我钱不够。”“我有啊。”大部分钱都是袁胖子出的,但是他只拿了50%的股份。

结果店铺开张一个月,只卖出了七双。想了很久,他别无选择,只能每天拼命在自己的微博上发布新款帆布鞋的图片和店铺推介。一段时间过去,收效甚微,他的@邱比特宸账号粉丝只有几百,不足以形成市场效应。他的“变色龙帆布鞋”店铺始终没有绽放出斑斓的色彩。

现代医学验证了疾病的“七日节律”

6

热点关注

郝万山 著
中国轻工业出版社友情推荐

[内容简介]

本书作者是北京中医药大学教授郝万山。在这本书中,他一反传统健康书常态,针对国人盲目养生、不得要领的实际,结合中医文化与生命科学知识,从健康理念和养生原则层面教读者如何判断自己是否健康,以及如何有效地养护身体。作者娓娓道来,用明白晓畅的语言告诉读者有关健康的根本问题,以及保养健康的关键。

[上期回顾]

《伤寒论》中说:“太阳病,头痛至七日以上自愈者,以行其经尽故也。”太阳病,类似一个病毒性感冒。头疼、发热、怕冷、没有汗、身体疼痛,甚至有点轻度咳嗽或者喘,如果你没有用药物去治疗,也没有发生合并症和并发症,到第7天的时候它自己好了,这就是这个病的自然病程结束了。

“京城四大名医”之一汪逢春为啥能治好肠伤寒

除了感冒,还有许多疾病的病程具有七日节律。但并不是一个7天就能自愈的,甚至需要几个7天才能好,也许还可能死亡。而这些疾病的初期阶段,很类似感冒。

20世纪三四十年代,北京肠伤寒发病率较高。这是由伤寒杆菌或者副伤寒杆菌感染以后导致的一种疾病,发病后典型的病程是:第一个星期体温就像爬台阶一样,热度一天比一天高。在这个阶段,也有怕冷,身上酸疼或者沉重,很类似于感冒,常常被自己忽略。第二个星期、第三个星期持续处于高热状态,39℃~40℃甚至更高,昼夜温差不超过1℃,这叫稽留热。有的病人第三周结束的时候,可能突然出现肠穿孔、肠出血,进一步导致失血性休克而死亡,那个时候肠伤寒的死亡率是很高的。有的病人在第三周结束的时候,突然汗出热退,脉静身凉,病好了。由于在当时治疗这个病的特效药物氯霉素还没有发明,所以病情重,死亡率高。

当时有一位中医大夫,治疗发热性疾病,在北京很有名气,病人来找这个医生看病时,医生摸摸脉,问问病史,看看病情,就告诉病人说:“你一天吃一服药,每天要卧床休息,只许吃煮得稀烂的粥,不许吃任何含纤维素的東西,鸡、鸭、鱼、肉、蛋一律绝对禁忌,可配用一点点、剁成碎碎细的咸菜末。只要按照我这个方法去做,到某日你就好了。”

家属和病人就盼着这天的到来。结果到了这一天,或者差一两天,病人纷纷好了。在这个医生的手下,肠伤寒基本没有死亡病例。我们今天看看当年这位医生留下的病例,所用的药物,药味少,剂量轻,疏

通气机,芳香化浊,被后来的人称为“平正轻灵,四两拨千斤”,但总觉得这些药物对抗不了伤寒杆菌和副伤寒杆菌。可他为什么能够预测肠伤寒的治愈时间,又把一个个病人治好了呢?就是因为他把握了该病病程的七日节律,所用的一切方法,包括用药、严格卧床休息和饮食禁忌,都是保护正气的,保护人体的自我调节机能和抗病能力的,防止发生严重的并发症和合并症的,等到自然病程结束了,疾病就自愈了。这个医生是谁?就是在20世纪三四十年代被誉为京城四大名医之一的汪逢春先生。许多可能导致死亡的疾病,如肠伤寒、病毒性脑炎、大叶性肺炎、非典型性肺炎、禽流感等的初起阶段,症状很类似普通的感冒,病人自己很难鉴别,即使是医生,如果不用特殊的或者综合的诊断方法,也很难区别清楚。所以我这里虽然讲了一般的感冒7日自愈,是在讲七日节律,还是劝大家感冒及时就医,明确诊断,不要耽误病情。

“世界时间医学之父”发现了节律的一些秘密

张仲景所说的昼夜节律和七日节律有科学道理吗?现代医学家对这种病理的时间节律有没有研究呢?当然有。美国有一个叫哈尔贝克的教授,他从年轻的时候就致力于对人以及其他动物生理活动时间节律的研究。他让参与实验的研究对象留下尿液,每次的尿,每天的尿、每月的尿、每年的尿都留下标本来。测试尿中激素含量的变化有没有时间规律。结果发现,一般人尿中激素分泌的含量变化有昼夜节律,就是24小时一个变化周期,也有七日节律,就是7天一个变化的大周期。凭这项发现,他提出了时间生理学、时间病理学、时间药理学、时间

治疗学、时间医学等概念,创办了《世界时间医学》杂志,被誉为“世界时间医学之父”。

1982年,哈尔贝克来中国讲学,就在我们大学,他讲了这样一件事情:当年参加测试的一个小伙子,尿液的标本留了近30年,从他的尿样中检测出了激素分泌的昼夜节律和七日节律。由于人的起居、饮食、情绪能够干扰人体的内分泌,所以哈尔贝克教授对参加测试的人有个要求,要求不要熬夜,11点左右要上床睡觉,要求饮食上不要吃过多的有污染的食物。参加实验的这个小伙子,严格遵照哈尔贝克教授测试合同的要求,所以他的尿样一直测试了接近30年。后来发现他尿样中激素的含量变化了,保持了接近30年的七日节律消失了,紊乱了,找不到了,昼夜节律还有。这是怎么回事呢?

教授找来这个人,问他:“你能不能说说,你最近的生活发生了什么变化?为什么你保持了接近30年的尿中激素分泌变化的七日节律,最近消失了?”这个50多岁的男子脸一下子红了。他说:“教授,真对不起,因为我按照您的要求,每天要按时睡觉。我的前几任女友都认为我不能很好地陪她们过夜生活,纷纷离我而去。最近我又交了个新的女朋友,30多岁,她认为我的生理机能低下,我没好意思征求您的意见,就用了一片雄性激素,放在肛门里慢慢释放。正是用上了雄性激素没有多久,这个保持了接近30年的尿样中的激素含量变化的七日节律就紊乱了,找不到了。”

可见没有规律的生活、随意应用和内分泌相关的药物,对正常生理节律的影响都是十分明显的。这就提示我们养生一定要遵循自然规律和生命规律。

哈尔贝克教授讲完后,我问:“您认为控制人体内分泌活动的昼

夜节律和七日节律的因素是什么?或者说机制是什么?”哈尔贝克说:“这个问题我们研究了很长时间。我们发现,不仅人体的内分泌活动存在着昼夜节律和七日节律,而且动物的内分泌活动也存在昼夜节律和七日节律,昼夜节律和七日节律的现象,是普遍存在于所有动物和人类的内分泌系统的,于是我们就做了大量的动物试验。”哈尔贝克教授说:“试验中我们发现动物的各种内分泌腺,比如重要的有松果体、肾上腺皮质等,它们的分泌活动都具有昼夜节律和七日节律,可是我们把松果体和肾上腺皮质或者其他内分泌腺一个个分别摘除以后,动物的其他内分泌腺的活动仍然具有昼夜节律和七日节律。到目前为止,我只能很遗憾地告诉你,我没有在人体和动物体内找到生物钟所存在的位置,我不知道控制人体和动物体内分泌活动的昼夜节律和七日节律的机制是什么。”

我对哈尔贝克教授说:“中国在1800年前的《伤寒论》里,提到了疾病的昼夜节律和七日节律。在2100多年前成书的《黄帝内经》里,提出了人体生理和病理的昼夜节律、月节律、四季节律、年节律,甚至更长的60年节律。女性的卵巢活动就是月节律,脉象的春弦、夏洪、秋毛、冬石就是四季节律,四季节律的叠加就是年节律。”

哈尔贝克兴奋地说:“我做了这么多年的试验,也只是发现了昼夜节律和七日节律,中国医学这么早就提出了生理病理的这么多的时间节律,你们认为控制这些时间节律的机制和因素是什么?”我说很简单,这就是“天人相应”。

那个英语翻译用了几分钟的时间来翻译或者说解释这四个字,但教授最终还是摇摇头,表示没有听懂。