

每次来接女儿的时候,女儿总是远远地迎上来,我蹲下身子,她就扑进我的怀里。

真情快递

欠父亲一个拥抱

卢素玉

抱着女儿回家,当初我的父亲也是这样做的。那时候,父亲喜欢把我轻轻地抛向空中,又轻轻地搂住抱在怀里。

我读高三那年,父亲患上了胃癌,医生说需要尽快动手术。父亲对我隐瞒了这件事情,怕影响我高考。

第二天的时候,父亲已经起床,他决定尽快动手术,希望身体好了

发挥。现在动手术万一失败,说不定会改变孩子一生的道路。

之后亲自送我去参加高考。父亲的手术很成功,一个月后,父亲真的送我去参加考试。

以后的日子,无论我遇到什么困难,我都会勇敢地跨越它们。

教会我以一颗坚韧的心去战胜一切。在父亲与癌症搏斗的日日夜夜中,他给予我的是我一生都用之不尽的精神财富!

后来我参加工作,再也没有和父亲拥抱过。父亲一天天衰老,病情也日益沉重。

常常想起父亲的拥抱,想起父亲最后没有完成的拥抱,我不禁泪流满面。

城市空间

小女初驾

萧萧



研读了两个月的《汽车之友》杂志,我从驾校如期毕业了。本本拿到那天,老公问买车吗?

在体育中心试开了三个半小时的车,把“小美”领回家了。晚饭后,老公一直猫在书房里不出来。

那一年夏天,阳光分外的妩媚,我从遥远的冰城哈尔滨匆匆地赶到郑州来。

在郑州的最后一个下午,我蜷缩在火车站附近的一家酒吧闷闷酒,等候晚上的火车。

显然,她是糊里糊涂地认错人啦,我正想向她解释,她却痛哭起来,她大骂着我,你这个该死的。

地痛哭不已,使我忍不住心碎。她继续说着:每个人都有自己的梦想,我的梦想就是要建立自己的事业。

我的邻居王教授夫妇,去年双双退休,今年重阳节冲出了梦寐以求的“欧洲半月游”。

我的邻居王教授夫妇,去年双双退休,今年重阳节冲出了梦寐以求的“欧洲半月游”。



我的邻居王教授夫妇,去年双双退休,今年重阳节冲出了梦寐以求的“欧洲半月游”。

晚上最好不要出门。我却总是反其道而行之,晚上8:00,从家里出门我总是把“小美”开到60迈狂奔。

把车头撞烂的那次,它是毫无征兆突发的。偌大的停车场只停了三辆车,我想轻轻绕过它们。

结果开车不到六个月,创下惊人纪录如下:后视镜刮人手臂2次;前轮碾压路边停车位2次;车头被撞掉2块漆;顶“奥拓”后保险杠1次;尾灯在倒车时撞碎1次;把刹车踏板踩成加油导致车头撞墙1次;在大小路口熄火N次……

想来,还是我的闺中损友说得好:初驾如同初嫁。从嫁(嫁)他的那天起,鸡飞狗跳的日子就开始了。

心灵驿站

借你的肩膀哭一会儿

古保祥

家里有的是钱,可我知道那是父母挣的,与我无关,所以,我这次离家出走,就是想证明自己有能力面对一切。

我说,你要坚强些,其实父母是为你好,你不要太固执了,回家也好,流浪也好,别忘了在异乡向父母报个平安。

地直盯盯地看着我,你好像变了,这些年,你好像成熟了许多,你可能不知道,他们不听我的解释,父亲从来没有给我好脸色。

多,我的心很伤呀,没有人听我解释,我郁闷呀,你知道吗?

这是我听到的世界上最奇怪也是最另类的心愿,我茫然地立在那里,她猛地扑了过来,用双手紧紧地抱着我,她的眼泪流满了我的衣裳,我感到



我的邻居王教授夫妇,去年双双退休,今年重阳节冲出了梦寐以求的“欧洲半月游”。

人生感悟

修剪人生

罗莉莉

那年,乡下老家盖好了新房,家门口还留了一块空地。母亲便打电话给在城里工作的我,让我去一棵橘树回家种在门口。

母亲的提议让我很是兴奋,在花市场逛了很久,我才挑了一棵上好的橘树幼苗回家。

但我让我始料不及的是,盼望星盼月亮终于盼到了橘子成熟的季节,那橘子却长得非常可怜,只有乒乓球的大小。

令我欣慰的是,这年秋天,那棵树真的结出了大而甜的果实。而吃着那些让人口水生津的橘子,我也相信同学的那句话:修剪那些冗枝繁叶。

其实,我们的人生何尝不似那棵橘树。在我们的中心,装载着许多的幸福和快乐的事,同时,那些失望和烦躁的事时时压迫着我们的内心。

连 载

淡菜荠菜汤:淡菜、荠菜或芹菜各10~30克,每日煮汤喝,15日为一疗程,对降压有效。

高血压患者的食物选择 高血压患者采用的饮食原则主要是低能量、高维生素、适量膳食纤维、高优质蛋白、低饱和脂肪、低胆固醇、低钠、低糖、低嘌呤。

高反式脂肪酸的食物:人造奶油、富含氢化油、起酥油等的糕点和方便食品等。

高脂血症的营养治疗 高脂血症是指血胆固醇和(或)甘油三酯浓度增高。高脂血症是脂蛋白紊乱的标志。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

高脂血症的十大危害 我们可以从十个方面来分析高脂血症对身体的危害。

在法国被罚款

马承钧

纷问其原因,博士答曰,作为名牌之都的法国,目前正在全国范围内大张旗鼓地打击假冒。

陈博士一番话让我蓦然想起一桩跨国纠纷:2006年4月,法国LV、意大利GUCCI、英国BURBERRY、卢森堡PRADA和法国CHANEL,联名控告秀水街为商家销售假冒产品提供便利。

陈博士继续道:每一个国际知名品牌,无论手表、服饰、烟酒、家电或者化妆品等等,都是凝聚了无数人的心血和时空的考验才会得以成功。

陈博士的话更让我吃惊了!纷纷问其原因,博士答曰,作为名牌之都的法国,目前正在全国范围内大张旗鼓地打击假冒。

没有消费者的响应,制假行为就不会如此猖獗了!

陈博士一番话让我蓦然想起一桩跨国纠纷:2006年4月,法国LV、意大利GUCCI、英国BURBERRY、卢森堡PRADA和法国CHANEL,联名控告秀水街为商家销售假冒产品提供便利。

陈博士继续道:每一个国际知名品牌,无论手表、服饰、烟酒、家电或者化妆品等等,都是凝聚了无数人的心血和时空的考验才会得以成功。

陈博士的话更让我吃惊了!纷纷问其原因,博士答曰,作为名牌之都的法国,目前正在全国范围内大张旗鼓地打击假冒。

陈博士继续道:每一个国际知名品牌,无论手表、服饰、烟酒、家电或者化妆品等等,都是凝聚了无数人的心血和时空的考验才会得以成功。

陈博士的话更让我吃惊了!纷纷问其原因,博士答曰,作为名牌之都的法国,目前正在全国范围内大张旗鼓地打击假冒。

营养是最好的医生

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著

营养师 于康 著