

青未了·连载



一个保安的奋斗史



“老刘，这是谁啊？”外面传来问话，是刘妈妈来了。

“是小光的女朋友，市立医院的护士。”老爸的声音里有种说不出的欣喜，擅自大方霏所说的“朋友”前面加了一个关键性的“女”字，这下性质就全变了。

老妈一听这话，赶紧放下东西跑过来，她记性也不错，一眼就认出了方霏：“这不是急诊科的小方么？”

方霏落落大方地站起来：“阿姨好。”

“好好好，快坐下，死老头子，也不知道给人家倒茶。”老妈一边埋怨着老爸，一边拿起热水瓶要给方霏倒水，可是桌上只有一个老爸喝水用的罐头瓶，难道让人家闺女用这个？

幸亏方霏及时解围，她从双肩背包里拿出一瓶娃哈哈矿泉水，道：“阿姨别忙了，我自己带水了。”

老妈这才放下水瓶，又看到桌上的馒头咸菜，赶紧一把扫到抽屉里去，拿起苹果道：“小方，吃苹果。”

“嗯，谢谢阿姨。”方霏接过苹果，从包里掏出一把小刀，敏捷地削起苹果来，动作敏捷，苹果皮连成一条线，粗细均匀，中间不带断的。

很快削好一个苹果，方霏看见刘爸爸一只胳膊上打着吊针，另一只胳膊上还打着夹板，便从苹果上切下一小块，说：“大爷，吃苹果。”说着就把切下的苹果往刘爸爸的嘴里喂。

“闺女，你吃吧，我牙口不好。”老爸呵呵笑着推辞。

老妈在后面悄悄扭了他一下，老爸急忙改口：“噢，谢谢，谢谢。”张嘴咬住了苹果。

方霏又拿起一个苹果削起来：“阿姨，这个苹果是给你的。”

老妈眉开眼笑：“小方啊，和我们家小光啥时候开始的啊？”

方霏脸上又是一红，她的皮肤很白，两团红晕飞上来，特别明显。

“嗯，其实……那个……”

见人家闺女不好意思了，这回轮到老爸在后面猛掐老妈一把。

“咳咳，吃苹果。”老妈招呼道。

三个苹果，一人一个，都默默地吃

《橙红年代》

◆出版社：山东人民出版社  
◆作者：骁骑校

本书描写了一个无敌小保安通过不断打拼，一步步走向飞黄腾达的故事，通过主人公的传奇经历，展现了当下社会的众生百态。原作在网络上连载一年多来，已拥有5000多万读者。本书已被推荐参评第八届茅盾文学奖，是国内第一部参评该奖项的网络小说。

刘子光被释放了

着不说话，各有心事。

“小方，我们家小光的事情你知道吗？其实……他真的是个善良的孩

子，绝对不会干那种伤天害理的事情的。”老妈终于吞吞吐吐说了出来。

方霏抿抿嘴，道：“我就是为了这件事来的，现在网上舆论都倾向于刘子光这一边，他是英雄！不折不扣的英雄！你们二老放心吧，要相信舆论的力量，正义的力量，五亿网民的力量，用不了多久，刘子光就会出来的。”说这话的时候，方霏还举起粉拳在空中挥动了一下，仿佛在展示着五亿网民的磅礴力量。

听到这话，老爸老妈对视一眼，老泪纵横。

让所有人没没想到的是，这个案子会了结得那么快，就像当初谁也没有预料到它的影响会那么大一样。就在刘子光准备在看守所里多呆些日子的时候，一纸“不予起诉”的决定下来，刘子光被立刻释放了。

关于这件事，网上流传着各种说法，有人说是最high检有人过问，有人说是几位知名法学家的文章起了作用，还有人绘声绘色地说，一个来自市委的电话，把具体办案的人狠批了一顿……

总之，几乎是在一夜之间，所有的一切都风平浪静了。

桃林看守所，暴力犯仓，所有人都幸福得好像娶媳妇一般，因为“大煞神”刘子光终于要走了。

刘子光身穿一身正品阿迪达斯运动服，脚踏耐克鞋，嘴里叼着中华烟，拎着自己的行李卷走出了桃林看守所的大门。

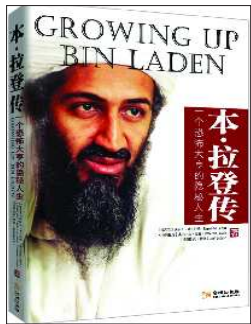
本来以为会有大队小弟来接，可是看守所大门口空旷寂寥，别说汽车了，连条野狗都没有。

倍感失落的刘子光将铺盖卷扛到肩头，暗骂一声：“这几十公里难道要老子一步步走回去？”

正在郁闷，忽然一阵汽车喇叭响，一辆黑色的五代本田雅阁风驰电掣一般开过来，车到刘子光跟前居然来了个漂移甩尾，动作干净漂亮，毫不拖泥带水。

《本·拉登传》

◆出版社：金城出版社  
◆作者：[叙利亚]纳伊瓦·本·拉登 [沙特阿拉伯]奥玛·本·拉登 [美]简·萨森



我们搬进麦地那一幢属于我丈夫的宽敞别墅。那房子很大，大约是一般房子的四倍，有四层楼。但四个妻子、几个孩子和众多仆人，很容易就把这里塞得满满当当了。

作为奥萨玛的第一个妻子，又是他长子的母亲，我住在顶层。不过他每个妻子都有单独的一层楼，包括卧室、盥洗室、客厅和厨房。尽管住在先知之城大家很是兴奋，但是过了没多久多数人都开始想念吉达了。

就在那时，我第七个孩子诞生了。

尽管旅途劳顿，但我肚里的胎气并未受到影响。生了六个儿子之后，怀孕对我而言已成家常便饭。我终于接受了我将是多子之母这个事实。

在我生孩子的时候，奥萨玛特意回家陪我，我们又冲到

了麦地那的医院。幸好，这次生产比较轻松，也很快。透过雾气，我听到医生告诉我一个消息，这个消息让我为之一振。13年的婚姻，我生了六个儿子，我——纳伊瓦·甘耐姆——终于生了一个女孩！激动之情掠过我的周身，我心中的感觉美妙极了，看着她甜甜的小脸，我真感到自己幸福至极。

奥萨玛也很高兴，但他说是因为看到了我的欢欣才感到幸福。我们给亲爱的女儿起了法蒂玛这个名字，这个名字在穆斯林女孩中很受欢迎，因为先知的女儿也叫法蒂玛。

1988年，奥萨玛的新妻子西哈姆生下了另一个女孩卡蒂娅，这样我们家就有四位妻子和九个孩子了。接下来的一年里，不断壮大的家庭又多了两个新成员。西哈姆很快又怀孕了，两

最古老、最齐全、最安全的经典老偏方



现代医学研究证实了人参治疗抑郁的功效，并且明确起效的成分是人参所含有的人参皂苷，其治疗抑郁症的原理与抗抑郁药里的三环类抗抑郁药相似，能够降低大脑里引起抑郁感觉的神经物质含量，从而达到治疗效果。

虽然用人参来治疗抑郁症的效果要比真正的抗抑郁药差一些，但常吃抗抑郁药总会有这样或那样的副作用，常喝人参茶呢，就安全得多了。而且现代研究还发现，人参皂苷对脑神经细胞有兴奋作用，对脑缺氧损伤的神经细胞有保护作用，还能促进神经细胞之间的传递，增强学习和记忆能力。既能抗抑郁，又提神醒脑，像校花这样压力很大，又整天用脑的情况，当然最合适不过。

提醒一下，有些人吃红参、野山参可能会流鼻血，如果出现这种情况，换服西洋参就可以了。

其实防治抑郁症有很多方法，吃深海鱼油、吃鱼也可以防抑郁。保健药里的鱼油是从鱼中提炼出来的，老年人坚持服用这种保健品，能降低心脑血管疾病的发生率，延年益寿。调查研究还发现，鱼油对抑郁症有不错的疗效，常吃鱼的人抑郁症发病率也明显低于没有吃鱼习惯的人群。每周只要吃鱼类食物或鱼油胶囊两次以上，就能减轻抑郁状态。

抑郁症不像其他病症那样，可以通过切断传染源、打预防针增加机体抵抗力等措施进行防治，但抑郁症也并非完全不能预防。各个年龄的躯体疾病、酗酒、吸毒、乱用药等不良生活方式，都可以导致抑郁发病，防止这些体因性的因素侵害人体，再配合吃鱼油泡参茶的偏方，加强心理免疫能力，减少抑郁症的发生。

我一口气讲了一大通，校花越听越开心。她回去后，就吃鱼油泡参茶，时不时还做点西洋参炖乌鸡、西洋参煲乳鸽、西洋参羊肉汤之类的喝喝。过了一段时间再见到她，发现她气色很好，人也开朗多了，她高兴地跟我说，现在差不多可以说是和抑郁症拜拜了。

第一部由本·拉登家族成员记录的本·拉登成长史。本书作者纳伊瓦·本·拉登是奥萨玛·本·拉登的首位妻子，也是其表妹。出生于叙利亚，1974年嫁给时年17岁的拉登，为拉登育有11子。虽然本·拉登在妻儿面前隐藏了自己政治、军事和宗教生活的大部分内容，但是作为最亲近拉登的人，她见证了拉登如何从严谨持家的阿拉伯男子变成丧心病狂的恐怖分子的过程。

苏联人撤出阿富汗的这一天，恰巧是丈夫32岁生日

年中生了两个孩子，终于迎来了她的第一个儿子哈里德。自那以后，西哈姆为自己身为哈里德的妈妈而高兴不已。

最让我兴奋的是我的好朋友，奥萨玛的第三位妻子哈丽雅生下了她的第一个孩子，一个小男孩，取名为哈姆扎。哈丽雅现在也拥有了备受尊崇的称号——哈姆扎的妈妈。

现在我们都以骄傲地宣称我们是儿子的母亲，在沙特，这对于一名女子而言是重要的差别。

突然间，奥萨玛往来于巴基斯坦和阿富汗的次数变少了。听说阿富汗长时间的战争总算结束了，我不由得精神振奋起来。苏联人在1989年2月15日撤出了阿富汗，这一天恰巧也是奥萨玛32岁的生日，所以显得格外吉利。虽然穆斯林并不庆祝生

《很老很老的老偏方》

◆出版社：凤凰出版社  
◆作者：朱晓平

本书作者朱晓平，医学博士，主治医师。现就职于广东省中医院。长期在《家庭医学》杂志开设专栏。本书是其收集编写的最古老、最齐全、最安全的巧治常见病的经典老偏方。

偏方来源：传统经典医药典籍，经过民间千年验证和作者多年医疗实践。

生姜缓解妊娠呕吐

生姜口服，  
缓解妊娠呕吐  
症状：妊娠呕吐

偏方：生姜切片含服或嚼服，也可以将生姜榨汁后喝生姜汁。

有一位患者看完病后，临走时突然想起一个问题，说他老婆刚怀孕，老是反胃呕吐，问我有什么办法可以对付。我告诉他，让他老婆多嚼点生姜就行了。

生姜是个止呕的良品，对于妊娠呕吐也有明显的缓解作用。将生姜切片后含在口里，使其汁液慢慢渗进口腔；或者像嚼口香糖一样咀嚼生姜片，将姜渣咽下，当然，吐掉也没问题；还可以用榨汁机榨成汁，装入瓶子里，每次喝一小口姜汁，先含在口里，再慢慢咽下。

生姜止呕的效果，自古以来就被人所推崇，甚至有称生姜为呕家圣药的说法。生姜止呕的原因，主要是它能抑制肠胃运动，松弛胃肠道的肌肉，这样便能缓解反胃、恶心的感觉。

曾有两位外国医生做过这样一个试验，对有恶心呕吐症状的外国孕妇进行研究，孕妇被分为A、B两组，A组每日服用1克生姜，B组则服用等量的安慰剂(只有心理安慰作用，没有任何药物作用)，只服用4天。在接下来的7天里跟踪观察记录数据，结果显示，吃生姜的妇女中，有87.5%的孕妇恶心呕吐的症状得到改善，吃安慰剂的则只有28.5%。

这个试验充分说明了生姜治疗妊娠呕吐的良好效果。因此，美国妇产科医生学会把服用生姜列为治疗孕妇恶心呕吐的主要措施之一！

不过，这个方法只能缓解，而不是根治。妊娠呕吐是因为妇女怀孕后，体内的性激素水平迅速升高，人体一时无法适应导致的。

幸好，绝大多数妊娠呕吐的女性，都是在怀孕的早期才会呕吐，等怀孕过了一两个月人体适应了以后，呕吐也自然就消失了。

自然的作用就是能伴着孕妇度过这一两个月最难受的日子，尽可能地把恶心、呕吐减少。

今宵一谜

既往不咎  
(物理学家) 马思业  
昨日谜面  
“彼虽幼，身已壮”  
谜底 刘姓、小官人

奥萨玛正在努力实现为伊斯兰教多添子民的目标。1990年又有三个孩子出生。这一年，奥萨玛第二位妻子赫蒂彻生下了她的第二个孩子，是个男孩，取名阿米尔，也是在这个季节，另外两个孩子几乎同时出生，想来有趣极了。

当我怀上我的第八个孩子的时候，奥萨玛的第四位妻子西哈姆同时也怀上了她的第三个孩子，但西哈姆的预产期比我要晚几个月。

我快分娩的时候，奥萨玛像以前一样陪在我身边。也许是命中注定，我刚开始阵痛，一个女仆从西哈姆的房间冲了出来，告诉我们她要早产了。起初我们认为西哈姆的疼痛不是真的产前阵痛，因为她离预产期还有两个月，很快我们发现想错了。

| 深股(002361-300001) |      |       | 价    | 升       |
|-------------------|------|-------|------|---------|
| 0021              | 神开股份 | 12.02 | -2.7 | 齐鲁大地大题材 |
| 0022              | 众泰新材 | 24.78 | 2.6  | 国际子新医药  |
| 0023              | 海泰新光 | 4.42  | -0.2 | 山东医药大题材 |
| 0024              | 中集集团 | 12.02 | -0.2 | 鲁南医药大题材 |
| 0025              | 永发新材 | 13.38 | -0.2 | 山东医药大题材 |
| 0026              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0027              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0028              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0029              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0030              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0031              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0032              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0033              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0034              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0035              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0036              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0037              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0038              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0039              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0040              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0041              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0042              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0043              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0044              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0045              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0046              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0047              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0048              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0049              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0050              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0051              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0052              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0053              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0054              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0055              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0056              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0057              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0058              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0059              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0060              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0061              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0062              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0063              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0064              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0065              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0066              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0067              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0068              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0069              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0070              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0071              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0072              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0073              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0074              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0075              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0076              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0077              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0078              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0079              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0080              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0081              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0082              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0083              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0084              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0085              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0086              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0087              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0088              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0089              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0090              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0091              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0092              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0093              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0094              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0095              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0096              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0097              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0098              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0099              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |
| 0100              | 丹邦集团 | 12.02 | -0.2 | 国际子新医药  |