

漫伊人

轻松解除 办公室午后“困”境

吃完午饭，坐在办公室，总觉得脑子里像有一堆糨糊，昏昏欲睡。想要神清气爽地迎来自下午的工作，那就要有一些好方法让疲倦一扫光。



黑巧克力

黑巧克力含有抗氧化剂与咖啡因，能够让交感神经兴奋，促使代谢活化。感觉到刺激的脑部，会释放出“觉醒物质”肾上腺素，达到提神醒脑的作用。



屈身弯腰

站立时深深吸一口气，然后挺起胸膛，呼气并向前屈身弯腰，做10-20次，即能松弛颈背肌肉，增强肺活量，赶走瞌睡虫。



踩压小球赶走倦意

准备一个坚硬的小球，网球、高尔夫球都可以。感到疲劳和困倦就用脚踩压这个小球，脚趾也要揉擦到，一直到产生酸胀感。这样的DIY足疗，有助于缓解精神压力。

按摩耳朵疏通经络

人的耳朵像一个倒置的婴儿，是人体各器官的微缩点。先用掌心摩擦耳廓正反面10余次，可以疏通经络，促进全身血液循环；然后用手指摩擦耳轮20余次，能耳清目明、提神醒脑。



洗脸补妆加冷敷

利用午休时间彻底清洁一下面部，让皮肤透透气，补充水分；做一个面部冰敷，用手帕浸上冷水或冰水敷脸2-3分钟，可以让整个下午都容光焕发、心情愉悦。

本版稿件由时代漫游公司手机动漫杂志《移动漫》独家提供，移动用户发送 DG 至 106586668 获取更多手机动漫内容，资费3元/月。

漫天下

暴力慈善

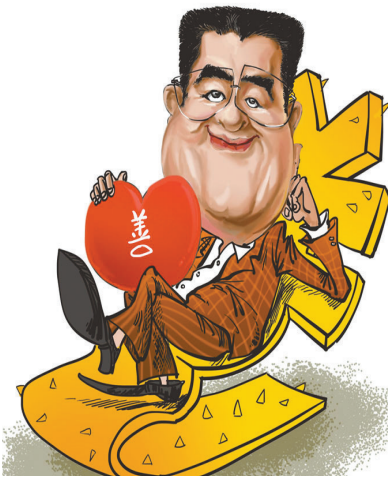
“慈善”本来是个美好的名词，“暴力”是个令人恐惧的字眼，这本来是两个风马牛不相及的东西，现在却结合在了一起，“暴力慈善”这一词汇的出笼，让人们将目光聚焦到身体力行着这一行为的中国“首善”陈光标身上，更将他一系列的善举推向风口浪尖。

凡事高调，必被误读。自打2008年汶川地震救灾期间，陈光标随身带了200万元的现金支票，到成都后提出25万元，一路向灾民发放开始，他的慈善行为就一直在被过度解读与一笑而过间徘徊。2009年，陈光标募集募捐到4316万元现金，堆成“钱山”向穷困户发放，曾引起舆论热议。今年，他又拎着钱袋到台湾、日本等地散财，也曾引起争议甚至婉拒。就在近日，他还奔赴云南盈江地震灾区，向两个寨的群众发放了23万救灾款，并在派钱后与村民

民举钱合影。当陈光标将现金撒向穷人的时候，也撒下了一片争议声。一方面是民间慈善嗷嗷待哺，另一方面是陈光标的慈善像带刺的玫瑰，令人总有些如鲠在喉的感觉。理想主义的骂与现实主义的赞，各有各的铿锵道理，似乎谁也说服不了谁。

对于作秀的质疑，陈光标的回应依旧高调：“希望更多的人来学作秀，因为跟我学作秀了，有更多的人也得到帮助了，拿真金白银来作秀，让那些需要帮助的人及时得到帮助。”他认为高调做慈善是传播好事。“做好事如果不说，心里憋着难过。”

陈光标式“暴力慈善”虽说只能算是慈善的1.0版，在捐助的同时，对价值的实



现，比如良心的价值、声望以及感动都有回收的需求。但所有后来的更高层次的慈善升级也常常基于基础版本的真正实施，陈光标这样的慈善家不过是一种“求表扬”的“少少”者，绝大多数富人企业家，甚至连这种“暴力慈善”也没有尝试过。

物业公司，预收五年水费

国产大片《让子弹飞》中汤师爷那句“晚了，前几任县长把鹅城的税收到90年以后了”堪称经典笑料。没想到最近石家庄也出现一个现实版的“鹅城”。

近日，据《燕赵晚报》报道，石家庄阀门一厂家属院宿舍门口贴出物业公司通知，让居民预交5年水费，并与之前小区居

民所欠水费一并缴纳，合计每户居民需缴纳至2016年的水费共计7000多元。此举引起涉事住户强烈质疑。一位住户称，他们老两口每月用水只有三四吨，即便按照一吨水39元来算，7000多元水费也足够他们吃40多年。“我们老人都是有今天没明天了，却要交水费到2016年？”



相亲成精，创中国相亲学

不久前，一篇数千点击量超过10万次的帖子《3年相亲689次，仍然一无所获》，让河南小伙子张某获封“最牛相亲公务员”。32岁的他供职于河南洛阳某机关，自称“三年来不是在相亲，就是在相亲的路上”，曾参加某著名交友节目，仍然未果。

自打被网络捧红之后，他频繁接受

报纸采访、亮相电视节目，近日，他又爆出将自创新学科“中国相亲学”，并致力于它的推广，还打算开办相亲学校。张某称：“从研究相亲学开始，我感觉我个人的婚姻不是很重要了。一名小小公务员，对社会也做不了太大贡献，相亲学对社会贡献要更大。”



漫寓言



不必追求完美

有一个樵夫，每天上山砍柴，日复一日，过着平凡的日子。

一天，樵夫跟往常一样上山砍柴，捡到一只受伤的银鸟。它的全身包裹着闪闪发光的银色羽毛，樵夫欢喜地说：“我从来没有看过这么漂亮的鸟！”他把银鸟带回家，用心地为它疗伤。银鸟每天唱歌给他听，他觉得很快乐。

邻居看到樵夫的银鸟，说他看到过金鸟，比银鸟漂亮多了，歌也唱得比银鸟好听。樵夫想，原来还有金鸟啊！从此樵夫只想着金鸟，不再仔细聆听银鸟清脆的歌

声，日子越来越不快乐。

银鸟的伤渐渐恢复了，准备离去。它飞到樵夫的身旁，最后一次唱歌给樵夫听，樵夫听完，感慨地说：“你的歌声虽然好听，但是比不上金鸟的动听；你的羽毛虽然好看，但是比不上金鸟的美丽。”银鸟听到这些话，绕着樵夫飞了三圈，向金黄的夕阳飞去。

樵夫望着银鸟，突然发现银鸟在夕阳的照射下，变成了美丽的金鸟。他梦寐以求的金鸟，就在那里。可是金鸟已经飞走了，再也不会回来了。

冷笑话™

西游回忆录

唐僧师徒从西天取得真经回国后，唐僧一边忙着译经一边写回忆录。悟空等人非常想知道在回忆录里自己的表现。

沙僧第一个打听：“师傅，你写的回忆录里可有我啊？”

唐僧道：“没有，现在是唐朝，我写的是《大唐西域记》，这里面没有你，也没有悟空和八戒。”

沙僧欲退。见沙僧不语，唐僧略感歉疚，连忙掐指一算，安慰道：“不过别急，等到了明朝，有一本叫《西游记》的书里面会有你们几个。”

沙僧大喜。八戒也问：“师傅，那本叫《西游记》的书里面怎么说我的啊？”

唐僧笑道：“说你醉戏嫦娥MM，还在高老庄有一段敦伦的爱情。”

八戒欢天喜地。悟空急了：“师傅，那《西游记》里可有俺

老孙的美好爱情啊？”

唐僧微笑道：“没有，那本书里你有一副铁石心肠，没有男女私情。”

悟空失落极了：“那不是很有趣？”唐僧有点过意不去，掐指再算：“有了，打那以后，再过几百年，有一部《月光宝盒》，那里面会有你的爱情。”



合肥九洲泌尿专科
(原合肥市第二性病防治所)
专科咨询: 0551-4677119
地址: 徽州大道友好医院旁乘坐公交车至“东陈岗”站下往南300米即是