



爱你， 是我做过最好的事

Ai Ni Shi Wo Zuo Guo Zui Hao De Shi

笙离 著

世界上有两种可以称之为浪漫的情感：一种叫相濡以沫，另一种叫相忘于江湖。我们要做的是争取和最爱的人相濡以沫，和次爱的人相忘于江湖。



长征出版社



ISBN 978-7-80044-418-6
 定价：25.00元

爱你， 是我做过最好的事

Ai Ni Shi Wo Zuo Guo Zui Hao De Shi

作者：笙离

出品：磨房文化
 责任编辑：王莹
 封面设计：李莹
 校对：李莹

北京磨房文化发展有限公司
 北京朝阳区东三环北路

磨房文化发展有限公司
 北京朝阳区东三环北路

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

磨房文化

长征出版社



图书在版编目(CIP)数据

爱你,是我做过最好的事 / 笙离著. —北京:长征出版社, 2008.8

ISBN 978-7-80204-416-6

I. 爱… II. 笙… III. 长篇小说—中国—当代 IV. I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 096045 号

书 名: 爱你,是我做过最好的事

作 者: 笙 离

责任编辑: 刘 晶

特约监制: 李耀辉 苏 静

特约策划: 王俊灵

特约编辑: 李 鑫

封面绘图: 唐 卡

装帧设计: 熊琼工作室

出版发行: 长征出版社

社 址: 北京阜外大街 34 号 邮编: 100832

电 话: (010)68586781

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市骏杰印刷厂

开 本: 710×1000 1/16

字 数: 300 千字

印 张: 18

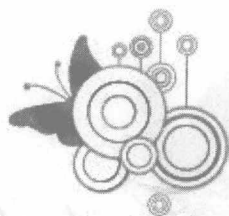
版 次: 2008 年 9 月第 1 版

印 次: 2008 年 9 月北京第 1 次印刷

定 价: 26.80 元

ISBN 978-7-80204-416-6

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)



目录

- 第一章 苏叶 / 1章六十第
- 第二章 甘草 / 9章十第
- 第三章 藿香 / 18章八十第
- 第四章 冰糖 / 27章七十第
- 第五章 怀香 / 36章十二第
- 第六章 龟苓膏 / 45章二第
- 第七章 蜂蜜 / 56章十二第
- 第八章 沉香 / 65章十二第
- 第九章 郁金 / 75章十二第
- 第十章 枸杞 / 85章二第
- 第十一章 酸枣仁 / 101章
- 第十二章 白薇 / 111章
- 第十三章 薄荷 / 121章
- 第十四章 决明子 / 131章
- 第十五章 山楂 / 139章





Contents

第十六章 | 杏仁 / 148 一第

第十七章 | 葛花 / 157 二第

第十八章 | 乌梅 / 168 三第

第十九章 | 荞麦 / 178 四第

第二十章 | 三七 / 187 五第

第二十一章 | 半夏 / 197 六第

第二十二章 | 薏苡仁 / 206

第二十三章 | 龙眼 / 216 第七

第二十四章 | 竹叶 / 225 第八

第二十五章 | 陈皮 / 235 第九

第二十六章 | 红豆 / 245 第十

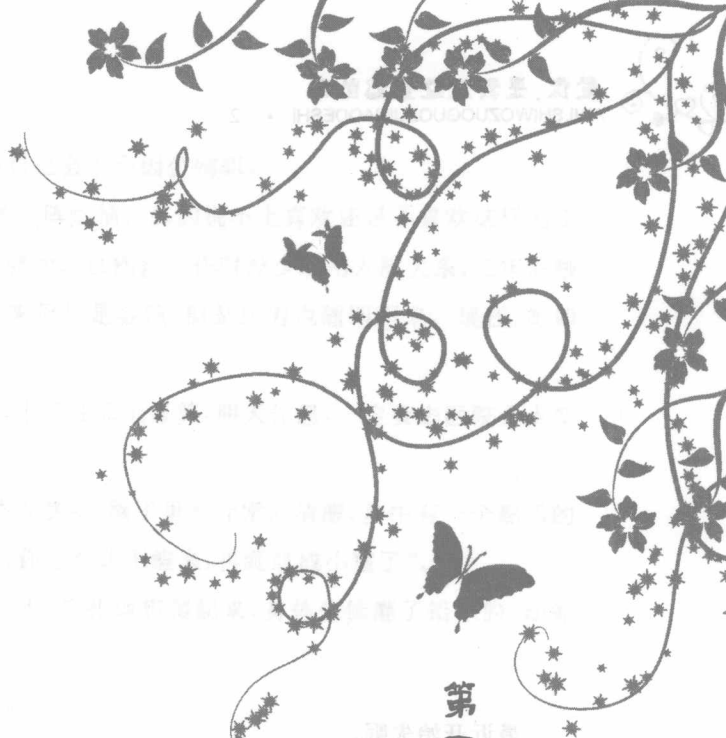
第二十七章 | 当归 / 256 第十一

第二十八章 | 桂花 / 269 第十二

后记 | 那是最好的事 / 278

附 | 附录 | 卷五第十第





第一章 苏叶

苏叶，辛，温。发汗解表，行气宽中。

最近开始失眠。

时间忽然变得很长,黑夜中听着心跳与时钟一个频率,急促而又缓慢;时间变得很短,睁眼天亮,长夜转瞬即逝。

失眠往往让人痛苦不堪,因为在安静的夜里,面对黑夜无声的世界,人们会比白天要冷静得多,看事物似乎也更理性。冷静与理性之后,悲哀地发现,自己往往离事物的真相与本质会很近,这对习惯当鸵鸟的人们来说,意味着惊恐与不安。至少她这样认为。

想过去,想现在,想将来,想人际关系,想为人处世,想过去的幼稚,想现在的成长,想那些存在的,不存在的。

很多想法往往没有结果,换句话说,是想了也白想。可她还是固执地去想,思绪纠缠在一起,不能用蛮劲去拉,越拉只会越纠缠,并且让她感到麻烦与疼痛。

所以,唯一的方式就是任其纠缠,并且袖手旁观。

沈惜凡睁着眼睛,听着滴答的钟声,她放弃了抗拒失眠的挣扎,认命地瞪着大眼睛,看着茫茫黑夜,思绪百转千回。

转身叹气,已经连续五天了,再这样下去就要被逼疯了,白天紧绷的弦,到了晚上还是不肯放松。酒店工作本来就是高强度的职业,尤其是身为房务部

的经理，再这样下去不知道自己会不会因公殉职。

她想到工作就没来由的一阵烦恼，真的说不上喜欢还是不喜欢这样的工作，只是觉得混口饭吃是足够的。虽然找工作时没少动用人脉关系，三年后顺利升上经理职位，在别人看来俨然是金领，但是压力也随即而来。现在，她却为工作失眠。

她抱住枕头，哀号一声，半跪在床上盘算，明天休息，一定要去医院弄点安眠药吃吃。

好不容易昏昏沉沉地坠入梦乡，脑子里却异常的清醒，梦中有一个熟悉的人，低眉浅笑，喊她“沈惜凡，你怎么还不醒来，再睡就成小猪了”。

她迷迷糊糊地“嗯”了一声，挣扎地想爬起来，身体仿佛灌了铅似的，动弹不了。

就这样吧，反正只是梦而已。

不知道过了多长时间，妈妈的电话就打来了，摸索到听筒，抬腕看看表才七点多，她欲哭无泪，好不容易睡着又被闹醒，真是倒霉一天的开端。

沈妈妈依然是老调调，絮絮叨叨：“凡凡，妈妈的老朋友王阿姨想介绍一个小伙子给你，人家可是海归，这个人虽然长得不咋的，但是有房有车，年薪几十万……”

她睡眠一不足就脾气超暴，于是无明火从脚一直烧到脑袋，也不管三七二十一，怒气冲冲地吼道：“去他的海龟，绿毛龟！”

沈妈妈吓了一跳：“凡凡，你还没睡醒？”

“我压根就没睡好不好，妈，我最近失眠，快死了，让医院的杨阿姨给我弄点安眠药，再这样下去你家女儿真要变白骨精了！”

沈妈妈叹气：“安眠药哪能乱吃，凡凡，要不你去看看中医？用点中药调理一下，反正现在药房都有代煎的，又不要你自己动手，你爸爸上次拉肚子，只吃了两剂就好了。或者你干脆住回家好了，家里电饭煲、沙锅的什么都有。”

她抓抓头，看中医，也许会不错，反正不过就是花点钱，她贫瘠得连睡眠也没有了，现在也只剩钱了。

在中医内科诊室外等了半天都没人叫号，她只得百无聊赖地环顾四周。中





医楼冷冷清清的,门诊对面便是大药房,整齐的小格子一排排地,密封好,不过一两个人穿梭其间,拿着药单和小秤。她想起自己小时候一咳嗽,便是被外婆抱去一个极有名的老中医家看病,只需吃三剂就药到病除。那时候,她记得那个老中医家的院子里晒着各色的中草药,黑糊糊的,小学徒拿着小秤抓药,出错了还会被骂。

可是现在西药泛滥,谁还会想到去吃中药。

正想着门口来了一个护士,沈惜凡连忙把她喊住:“护士小姐,麻烦问一下,这里的医生呢?”

护士看看她的病历,抱歉地说:“小姐,不好意思,何医生刚才去了针灸室,我现在去叫他,麻烦你等一下。”

正说着,就见一个高高的男子从最里面的房间出来了,扶着一个老头子,护士忙指指沈惜凡,喊道:“何医生,你有病人!”

沈惜凡原来以为做中医的都是头发胡子花白的老人家,她倒是没见过这么年轻的医生,还长得那么帅——是真的很帅,白大褂那么合贴,比穿西装都帅。她每天在酒店接待那些豪门贵胄名流精英,这个男人也可以打到九十分以上。

高高的个子,挺拔的鼻梁,坚毅的下巴,眼睛大大的很有神采,远看表情实在冰冷,可是走近一看,那双眼睛却似含笑一般,流淌着温柔和关怀。

一定是医生这个职业使然,严谨而又充满人文关怀。

她有些懊悔,顶着个黑眼圈,也没化妆,随便一身休闲衬衫牛仔裤——早知道她就衣着光鲜地来见这位帅哥。原来许向雅那个女人说得真没错,人生中出现帅哥是意外事故,所以即使是去倒垃圾也一定要穿得楚楚动人。

医生示意她坐下,然后问道:“哪里不舒服?”

沈惜凡愤愤地说:“失眠,连续五天了!”

没想到医生笑了起来,右脸颊上立刻出现一个深深的小酒窝:“五天还不算失眠,不过,以前是不是睡眠都不是很好?”

她想了一会儿,点点头:“应该是吧,我觉得自己一直都是很难睡着,容易醒,醒了以后就睡不着了,最近就是彻夜难眠。”



他指指手垫：“把一下脉。”

温暖的手指触上她的冰凉的手腕，她有些不自然，虽然知道医生是在看病，她还是有些小紧张，尤其是面对那么帅的一张脸，她祈祷医生千万不要摸出她有些加速的心跳。

过了一会儿，医生拿开了手，翻开病历，询问似的下结论：“吃点中药吧？！”

她点点头，指指自己：“那我，从中医的专业角度来说，是什么问题？”

医生很笃定地回答：“专业角度——失眠是因为禀赋不足，情志所伤，肝阳偏亢，火盛神动，思虑太过，损伤心脾。”

她愣住了，喃喃自语：“这么严重？又是心火又是肾虚的，医生，我还有救吗？”

医生微微惊讶，随即笑着解释：“你体质本来就是偏虚，再加上一些烦心的事，心火中烧，你平时会不会急躁易怒，心烦睡不着觉，口舌生疮，口干舌燥？”

沈惜凡嘀咕：“哟，神了，全被你说中了。”

医生低头开药：“给你先用一个月的药，治疗失眠疗程一般比较长，要有耐心，平时生活要有规律，戒酒戒咖啡，还有——”他抬头看了沈惜凡一眼，“女孩子不要太争强好胜，心放宽一点，可以去做做瑜伽之类的。”

“可是有没有让我今天晚上就睡着的药，我都困得发慌了！”

医生有些不可置信，但是仍是极有耐心地回答：“去绕医院跑三圈吧，累得快倒了自然就睡得好了。”

沈惜凡被堵住了嘴巴，只好讷讷地看着医生写处方，忽然，她看到医生的胸牌，有些模糊，她稍微凑近了一点，只辨得出是主治医师，名字还是看不清楚，医生觉察，疑惑地问：“我有什么奇怪的吗？”

沈惜凡有些尴尬，连忙摇头：“没，我看你写什么药的，都有什么作用？”

他笑笑，指着处方解释：“黄芩清心，当归、生地、芍药、枣仁滋阴养血，甘草和中，豆豉、竹茹宣通郁火，柏子仁、五味子、合欢皮养心安神。”

沈惜凡看得似懂非懂，但仍然装模作样地点点头。

医生好心：“拿了处方直接去收费处交钱，你是代煎的吧？”于是在处方上添了“代煎”两个字：“今天下午四点钟的时候来拿前三服吧。”





“前三服?为什么不是一起来拿?”

医生笑笑解释:“因为中药也是有保质期的,放上几天药效就不那么显著了。”

她“嗯,嗯”地应承,拿过病历,退出诊室。走出去,她才发现原来处方上已经签了他的名字——何苏叶,她有些好奇,苏叶怎么听上去像一味中药名?

中午,她回到住处,立刻接到了妈妈的电话:“凡凡,看过病了,哦,吃中药呀,好好好,跟你讲件事呀,今天晚上……”

沈惜凡立刻打断:“我可不要去相什么亲,老妈你就死心吧!”

“不是,不是相亲,”沈妈妈连忙解释,“家里人一起吃个饭而已,你看你天天忙工作,都把你爸妈给忘了,我们两个在家都成寡居老人了!”

借口!一定是骗她去相亲的借口,但是她微微有些心软,只好满口答应:“好了好了,我知道了,只是下午我要去拿中药。”

沈妈妈乘胜追击:“好好,晚上六点大洋的星巴克门前见!”

下午沈惜凡睡得极安稳,不知道是沾了中医楼的什么仙气,竟然一直睡到五点钟,她醒来一看大叫不好,匆匆忙忙穿衣服,打车奔向医院。

门诊部的人都陆陆续续地向外拥,只有她一个人直奔大药房,看到药房灯已经熄了一半,她有些懊悔,心里呐喊:“哎呀,我的药!”

所幸窗口还没有全关上,她到处张望,就是不敢出声,票据捏在手上,喊也不是,不喊也不是,忽然早上那个医生从制药间里走出来,看到她笑道:“就等你了,五点半就下班了。”

沈惜凡真想一头撞药柜子上谢罪,但是她看帅哥医生脸上并没有任何不满,微微地宽心,医生推给她一包药,嘱咐:“一天两次,三天之后再下来拿的。”

他说起话来,酒窝若隐若现,看上去——好小呀!

她立刻就明白了,如果不摆酷,谁会愿意给这样一个看上去嫩嫩的医生看病?

沈惜凡理所当然地迟到了，不仅如此还拎着大包的中药，素面朝天，沈妈妈看到之后一巴掌拍到她头上：“让你早点来的，好意思把你老妈晾在一边干等。”

她虚弱无力地回答：“妈，我是病人唉！您得关怀我，理解我，宽容我。”

去饭店的路上，沈惜凡还想老妈终于开窍了，不再赞美家常菜，破天荒约她吃法国菜。谁知一会儿，便见到一位笑容满面的阿姨。

“怎么还有别人？老爸呢？”洗手时候她问道。

“你爸学校有事，所以临时约的老朋友，她家在附近。对了，她儿子等一下也来。”沈妈妈无害地笑道。

沈惜凡眨眨眼，面无表情——她能怎么办？

落座，此时阿姨旁边已坐下一位青年，正一边清嗓子一边跟阿姨高谈阔论。沈惜凡皱眉，最看不惯别人到处显摆，更何况，他长得很不王子，脸长得倒像王子身边的白马。

“久等了？”她礼貌地一问。

他抬头，表情变了变，有些惊艳，她暗地里高兴，我沈惜凡就是素面也是一枝花。

“是，我马上还要去参加一个晚宴。你，这么小年纪就相亲呀？”他若有所思，但她捕捉到他眼里一丝微弱的或叫清高或叫轻蔑的东西。

沈惜凡根本不想理他，钻石王老五有什么了不起的，酒店里面一抓一大把，闷闷地拿起刀叉专心切鹅肝酱和起司蛋糕。

“白马”有些惊讶，沈惜凡优雅的举止让他立刻生了好感，开始侃侃而谈，从母子关系扯到伊朗核问题，最后以“你喜欢什么”收场。

“工作呀！”她假装轻描淡写，“没办法，做酒店经理的，心系群众！”

他非但不尴尬，还来了话题：“嗯，工作好，我也喜欢工作……”

沈惜凡连忙假装看表：“哎，晚上还要值班，你们吃吧！”

沈妈妈气得半死，她还真看上了这匹“白马”，刚想叫住沈惜凡，结果“白马”一跃而起，追了上去。



“沈小姐!”“白马”嘶鸣,“请你跟我交往吧!”

沈惜凡吓得脸都白了,摇摇手:“对不起,我现在还没有那个打算!”

“白马”自说自话:“沈小姐人漂亮,工作又好,尤其是很有上进心呀,这点我最欣赏了。女人就应该经济独立,小鸟依人的我可最反感了……”

心里有谱了,她很想吐血,但是却马上装出楚楚可怜的样子:“谢谢你,可是,我有病!”

“白马”惊讶:“沈小姐得了什么病,要不要紧?”

“妇科病!”她举起那袋中药,“你知道做我们酒店这一行的难免……”

话还没说完,“白马”就一溜烟地跑走了,沈惜凡优雅地走了两步,躲进洗手间,看四处无人,扶着墙不可抑制地大笑出来。



姜糖苏叶饮

苏叶 3 克,生姜 10 克,红糖 15 克。将生姜、苏叶洗净切成细丝,放入瓷杯内,再加红糖,以沸水冲泡,盖严,温浸 10 分钟即成。每日 2 次,趁热服食。

出自《本草汇言》,生姜,性味辛温,辛能散风,温能祛寒。紫苏叶,辛温行散,叶轻入肺,能发散风寒、宣肺止咳;梗入脾胃,善于行气和中,理气安胎。故为风寒咳嗽、脾胃气滞所常用,此外,又可解鱼蟹之毒。

果然,沈惜凡前脚进门,后脚电话铃声就响起来了,用脚趾头都能猜出是谁了。她脱下高跟鞋,懒懒地躺在床上,等电话响到不能再忍受的地步,才接起来。

接起来后她立刻把话筒拉得远远的,那端破口大骂:“沈惜凡,你这个死东西!你说,你说,你有病,我看你是脑子有病,神经病!”

她叹气,老老实实在地承认:“是,我是有病,神经病!”

那端沈爸爸也在劝:“好好的骂什么人?女儿不愿意去相亲就不去,你干吗整天操这份闲心?她都多大了,你还把她当小孩子!”

沈妈妈来火:“我错了吗我?我还不是为她好,你们一老一小一起出气。我好心办坏事,我怎么做都不如你们意,我在家还有说话的权利吗?我还是这家的人吗?”

沈爸爸立刻不出声了,沈妈妈变本加厉:“沈惜凡,我告诉你,你赶快把戴恒那臭小子忘了,别整天一副念念不忘旧情的样子,你以为你谁呀?王宝钏?”

心间忽然涌上一种说不出的滋味,她拿起话筒解释:“妈,我早就跟他没有关系了,别提了好不好?”

“我不提?我不提你也念叨他。我告诉你,你快点找个男朋友,要不就老实实在地相亲,你要再干今天那种事,你信不信我不认你这个没心没肺吃里爬外的女儿!”



这时候对讲机响了,接了听去竟是总经理的秘书:“总经理要你去他的办公室。”

沈惜凡有些惴惴不安,丁维幸灾乐祸地看着她:“中午多吃点,发泄一下!”

她怨念:“丁维,说起来我还是你老大,怎么总是拆我的台。”

程总早在办公室等她,沈惜凡敲门进去,发现公关部,保安部,工程部经理都在。程总示意她坐下:“这次把你们特地找过来就是因为VIP预订客房的事,希望大家先了解一下。”

秘书把资料下发,她拿起来粗略地翻了一下,原来是酒店要接待参加IT峰会的VIP。

怪不得这么大张旗鼓的,有钱人是大爷。只是可怜了她衰弱的神经,又要被折腾。

资料上写着:“房务部与前厅部须提前做好VIP接待准备,前厅部提前将当日入住房卡制好,并在客人入住时收集好客人的详细资料及相关喜好。对VIP预订的客房特别留意,杜绝开重房、开错房的情况发生。房务部提前对所有VIP预订客房作无烟处理,同时需安排好相关人员的工作。房务中心需调整好房态,并且协作餐饮部做好客房送餐的相关工作,即对客房内迷你吧内的食品饮料的清点补充工作。”

她顺手翻了翻资料,不禁觉得这次VIP似乎挺多。于是任务挺艰巨的,免不了腹诽一下上帝他妈妈。

还没泄愤完,便见餐饮部的经理许向雅推门进来,抱着大堆资料,派发资料的样子就似路边小贩:“来来来,回去好好研究一下,合作愉快。”

匆匆扫了一眼,居然还有临时安排的值班表,第一个赫然便是“沈惜凡”三个字,她立刻翻起了白眼。

阳光透过办公室的玻璃倾斜着照进来,不强烈却有一点刺目,让人眩晕,沈惜凡心不在焉地看着预算报告,寻思晚饭时间回家去取中药。

刚回来,就看见公关经理林亿深找她,说是一位参加IT峰会的段老板已