康养生知

領

# 青未了·**连载**

# 阳城人民还是很有智慧的嘛



被千万读者誉为最真实的 新浪点击量突破1000万 CARDYN (ADMS (PARAS) (RE)

### 《中国式秘书2》

◆出版社:天津人民出版社 ◆作者:丁邦文

《中国式秘书》中, 秘书黄 一平为替常务副市长冯开岭顶 罪,因此被踢出市府,在党校里 过上了平淡的生活。

然而领导抛弃了他, 命运却 没有。《中国式秘书2》中,新 任市长到来不久, 黄一平又被重 新起用,再次成为市长秘书!这 其中缘由,连黄一平自己也百思 不得其解。

重新回到权力核心的黄一平 处处小心, 但还是再次卷入了黑 幕交易, 市长夫人幕后操纵, 古 董交易暗藏玄机, 新旧市长暗自 较量,两个情人彼此争夺…… 看中国式秘书如何在官场夹缝中 左右锋源。

日闲聊中,市长廖志国表达 了他的意图。他准备在阳城搞一座 地标性建筑,集体育、演艺、会展于 一体,按照国际一流水准规划、设 计、建造,甚至连名字都想好 "鲲鹏馆"。

话题是从两则阳城官场民谣

"一平啊,最近有人给我发了 两个段子。"一上车,廖志国就拨弄 着手机,忍不住先乐了。

"说阳城官场新官上任'四步 曲':一年探,二年干,三年盼,四年 蹿。又说,阳城官场招待外来官员 四大样:一捧,二拽,三打,四踹。

黄一平一听,也笑了,说:"这 个在阳城民间流传很久了。

廖志国说:"这两段顺口溜,倒 像专门冲我而来。不过,你别说,话 糙理不糙,总结得倒还有些道理, 看来咱们阳城人民还是很有智慧

这时,汽车正以一百公里的标 准时速,行进在阳城通往阳江的高 速公路上。车上,就他们两个人。

像多数身负要职、日理万机的 官员一样,廖志国的日程里几乎没 有双休日这个概念。来阳城大半年 了,他一直做的是"裸官",或曰"走 读市长"一 -孤身一人履任阳城市 长,家还在百里之外的阳江。不要 说平常日子,就是双休日也难得回 去,多数时候只能像今天这样,忙 到星期天下午才能抽空跑一趟。这 一趟,还是夫人苏婧婧左一个电话 右一个短信,催着回去的哩。

司机老仇的妻子患了乳腺癌, 定期化疗,需要有人贴身照顾,双 休日接送廖市长的任务,就由秘书

黄一平主动承揽下来。其实,廖志 国也是个老驾驶,平时喜欢摸摸方 向盘。可是,上边早就三令五申,领 导干部一律禁驾,市内人少车稀的 大道上偶尔过过手瘾倒也罢了,上 了高速就不敢再让他开了。

奥迪 A8 的性能相当好,在阳 城,市委书记洪大光也享有这样的 特权,他兼任军分区党委书记、第 一政委,分区给他配了一辆军用号 牌的凌志。

话题还是围绕那两则民谣。

廖志国继续阐释道:"这个口 诀看似戏谑,其实却反映了某种官 场规律,也体现了中国人特有的心 理特征。你看呀, 作为新官上 任,特别是像我这样异地任职的 新官,第一年到任,总得先拜拜 码头,探探路子。第二年,等到 情况熟悉了,人脉关系打通了, 这才思量着如何放开手脚干。 到了第三个年头,有了些政绩、 官望,就开始盼望组织关注、领 导青睐了。到四年一个任期将满 时间、年龄都熬得差不多了,就考 虑该挪挪窝儿了。这个蹿,我估计 有两种可能,要么高升上蹿,要么 狼狈逃窜。哈哈,这个新官上任'四

步曲',真是太形象了。还有,这个 招待外来官员的四大样,也相当生 动。像我这种初来乍到的外任官 员,人地生疏、一张白纸,各种势力 肯定首先得拉拢、示好,诚恳邀请 你加盟他的圈子、山头。拉的一个 重要手段,便是吹捧逢迎、恭维抬 举,千方百计激你上轿、请君入瓮。 如果这招不灵,你不识抬举,敬酒 不吃,那就使出另一招——请你吃 罚酒,使出杀威棍一通狠打,其目 的也无非两条:或是迫你就范,或 是令你闻风丧胆,不敢轻举妄动。 若是遇到有的主儿捧、打皆无效, 软硬全不吃,那就干脆飞起一脚, 把你踹出阳城地界。这个步骤,非 常符合中国文化的一个特质-先君子后小人,先礼后兵。

"让廖市长这么一诠释,简单 的两句民谣,好像倒有了阳城官场 周期律的意思哩。"黄一平忍不住 笑出声来。刚才,廖志国的解读之 准确、到位,让他不觉心里一惊。这 个乡农技员出身的市长,平常口口 声声自称草根,表面看上去大大咧 咧,其实却不是个粗人,甚至还相 当内秀哩。

"可是,我绝不能让这个周期 律牵着鼻子走!我这个外来和尚, 偏偏不信这个邪,就是要打破这种 周期律!"廖志国说着朝后座上狠

海

鸰磨

砺

四

垔

震撼

新作

探讨男女平等与

家庭

#### 彭飞思索一秒,趴到前排椅背 上,对一直装聋作哑的小丁耳语一 句,小丁马上打灯转方向盘直奔江 边。车在江边停住,彭飞脱下飞行 服只穿衬衣,开车门跳下,站到江 边的冷雨里,一言不发。

安叶不明白:"你这是干吗?" 彭飞说:"用这种方式,体会你挨淋 受冻的方式,聊表歉意。"安叶哼一 声,抓起飞行服扔他身上:"算了 吧!你体会不到,除非你能在这站 上仨小时!"

彭飞把飞行服扔回车上:"我 保证能在这站上仨小时!"安叶从 车上下来:"好,很好。你在这站着 吧,我就不奉陪了。"说罢要走。

彭飞追上去拦住苦苦哀求: "安叶、安叶、安叶,你说,我怎么做 你才能原谅我?"安叶说:"我说了 你就能做吗?"彭飞道:"说一不 二!"安叶被将了军,嘴张了张,没 说出什么。愣一会儿,手向江水一 指:"你从这里走进去!

彭飞转身走,开始安叶还沉得 住气,但看他真的一脚踏进水里顿 时尖叫:"回来!"彭飞充耳不闻一 直走,江水没过脚踝、小腿,继续上 升。安叶抓起飞行服追去大叫:"回 来! 你疯啦!" 彭飞只是走, 江 水没过了膝……安叶不顾一切涉 水,不小心滑倒尖叫出声,彭飞 闻声回头跑来拉起她, 抓过她手

## 海云和湘江不同意彭飞的选择

里高擎的飞行服,将泡湿了的她紧

彭飞开口了,声音温柔:"安 叶,愿意听我吹吹牛吗?……我放 机长了,到目前为止,是我们师最 年轻的机长!"

安叶不是很懂:"这很了不起 吗?"彭飞点头:"有一点了不起。你 自豪吗?"安叶奇怪道:"你的事儿, 我自豪什么?"

彭飞更奇怪:"咦,难道是我判 断有误?我一直以为你在追求我 呢!千方百计到部队找我,又是电 话又是信……

安叶忍不住,笑起来:"是,我 是在追求你。不可以吗?"彭飞说: "当然可以非常可以尤其特别百分 之一万的可以,这是你的自由, 你的权利!同时,本人为此求之 不得、受宠若惊,不过,我很想 知道, 你这么出色的女孩儿, 为什 么要追求我?"重音放在"我"上。安 叶似笑非笑看彭飞:"逼我恭维 你?"彭飞郑重道:"绝无此意。只 是,好奇。

安叶仍那样似笑非笑看他 用双手摸了一下裹在她身上的飞 行服:"我吗?看上你这层皮了。

彭飞丝毫不以为忤,反而很快接 道:"那也是我的组成部分,重要 组成部分。"

海云和湘江不同意彭飞的选 择。但很明显,无论海云怎么做工 作,依旧谈不通。不久前接彭飞电 话通知,要带安叶回来,让二老见 见。看来也只能这样了。海云准备 在彭飞和安叶到家里来时,给安叶 做个榜样,怎么样做一个飞行员的

此时,安叶也很紧张,去彭飞 家见彭飞的父母,尽管彭飞一再 说,"我妈好对付,你只要勤快点能 吃苦--"但安叶明白,自己这是 来面试的。

到家门口,安叶把一直由彭飞 提着的两个箱子提过去一只, 彭 飞立刻会意撒手, 慌张中都未察 觉安叶把重的那只箱子给提了过 去, 等想易手时已迟,门开,海云 出现在面前

彭飞果断单手提箱,另一手空 甩着大摇大摆先行进去,任安叶一 手拎包、肩背双肩包、一手提箱子 跟他后面。那箱子对于安叶是过沉 了,压得她身子偏向右侧——戏路 子对,戏过了——海云看着,心里

明镜似的,但没觉好笑,反油然生 出怜爱:这俩孩子,为他们这份感 情得到认可,煞费了苦心。

这天,吃罢晚饭,彭飞招呼爸 妈到客厅看电视,让安叶收拾桌子 洗碗,海云理解儿子,很配合,任安 叶一人在厨房忙活。坐了一会坐不住了,对彭飞说:"飞飞,去帮帮 她。"彭飞摆手摇头表示"甭管她", 海云责备:"她现在还是咱家的客 人。"彭飞这才很不情愿似的,从沙 发上起来去了厨房。

安叶正在刷锅,炒菜锅,生铁 的,很沉,锅把手也不那么光溜,彭 飞一进厨房马上接过去刷,安叶站 旁边,伸手让他看自己的指头,才 几天工夫,指尖磨起了毛刺儿。彭 飞心疼地责问:"怎么不戴手套?" 安叶笑:"咱不是'能吃苦'嘛!"

这几天彭飞妈妈有意无意跟 她说得都是,做军人的妻子,首先 得"能吃苦"。并以自己为例:从前 与丈夫两地分居,随军后,一年十 二个月有十个月家里还是只有你。 总之吧,家里的一切,都得靠你,别 想指望丈夫。这几天在彭家对她来 说,是面试也是见习,见习后心里 更有底了。



**26** 

《成长》

#### ◆出版社:作家出版社 ◆作者:王海鸰

"中国家庭婚姻小说第 一人"王海鸰沉淀四年,打造 情感励志小说《成长》。关于 婚姻,王海鸰再次发问:家庭 与事业究竟能否两全?男女 在家庭中应如何分工定位? 小说将父子代沟、夫妻隔阂、 婆媳观念的冲突集中在一家 两代人身上。需要成长的不 仅是孩子,更是成人!

### "病"是什么?病从何来?



#### 《首席专家话健康》

#### ◆出版社: 人民军医出版社 ◆作者:王琦、王新陆等

本书由中华中医药学会 组织11位首席健康科普专 家编著。王琦、王新陆等 11 位专家长期从事中医药临 床、教育和科研工作,对中医 药文化和中医养生保健有着 深刻独到的理解。本书从生 活中的日常小事入手,解读 中医养生智慧精华,读来倍 感亲切,在轻松的感悟中学 习养生调病之法。

我们中医人的思想观念也要 与时俱进,要注意科学性、时代性。 在养生方面要学会分辨哪些是科 学的,哪些是不科学的。

在世界传统文化中, 只有中 国有着非常完善的养生文化,祖 先留给我们古老的养生文化,潜 -行,所以我们国家的卫生投 入,虽然人均在世界排名为第114 位,但是中国人的平均寿命却几 乎接近世界上发达国家的水平, 平均73岁,许多大城市已经接近 80岁。这无疑是得益于中国老百 姓根深蒂固的养生文化。

"福""禄""寿"这三个字是中 国先人人生追求的最佳境界,但在 这三者中,排在最后的、最美满的 结局是"寿",这足以说明从古至 今,中华儿女是多么热爱健康,热

现在,在老百姓生活的一举一 动中都蕴涵着养生的道理。你 看, 在早晨的公园里, 人们各自 都在做着自己喜爱的运动,他们 活力十足, 怡然自得; 在菜市场 里,人们买菜不仅要荤素搭配,

更要蔬菜水果的红、黄、绿、紫、 黑、白搭配;大家知道春天买点 苦菜、荠菜,可以败败火、利利 水;吃点大葱、大蒜预防感冒; 不上人群密集的地方去, 以减少 流行性感冒(简称流感)的传染;夏 天喝点绿豆汤祛暑;天冷了,人 们减少外出,即使出门也知道戴 上帽子、系上围巾,预防寒冷对心 脑血管的刺激。

这些都是古人"春三月,晚卧 早起……""五谷为养、五果为 助、五畜为益、五菜为充"优秀养 生文化的延续, 也是我们养生观 念不断发展、不断进步取得的可 喜局面。

要知道病从何来?首先要搞清 楚"病"是什么?

般来说,"病"有几个概念, 种是中医的"病";另一种是西医 的"病"。其实,笔者认为中医没有 "病"的概念,只有"症"的概念,即 中医没有"疾病学",只有"症状 学",中医更多的是强调症状、表 现。虽然有的人把它分出"症""证" "征",讲"证"大一些,"症"小一些, 但古代只有一个字"症",你人为地

分出"症""证""征"没什么意义,中 医就是讲一个"症"字。有人反对 说,我们中医也有病,"狐惑病""百 合病",但这也只是个别特定症状

的特定名称而已 西医的"病"是"疾病"的意思 西医有"疾病学",西医的病是建立 在病理、生理学基础上的, 在形态学基础上的。比如肺癌, 西医只要 CT 或 MRI 、肺组织活 检证实是肺癌,就会分出大细胞 癌、小细胞癌……然后根据癌细 胞的类型决定治疗方法,或化 疗,或手术,或放疗;而中医只 有咳嗽,或者咳血、消瘦等症 状,中医会从"咳嗽"的症状出 发,辨阴阳、虚实等,再决定用 药, 当然中医也可以利用现代科 学,借助于现代仪器,发现肺上 有个东西, 然后从咳嗽这个症状 出发,判断身体各个部位的情况, 再辨证施治。

再比如"头痛"是一个症 状,中医就只有"头痛"这个症 状,会根据头痛,辨别是肝阳上 亢导致的头痛, 还是气血不足导 致的头痛,找到病根,然后对症

治疗; 而西医要诊断头痛是感 冒,还是神经性头痛、血管性头

所以,中医一定是从症状出 发,抽丝剥茧,逐渐搞清是身体 的哪方面出了问题,再来治疗, 而不是从某个化验、某种仪器检 查、某个病理检查出发诊断疾病

西医有疾病学,中医有症状 学。症状学是很伟大的,它是通过 症状来反映疾病的状态 脘胀气"是个症状,它不是个病,从 西医病理学角度讲,它可能是胃 癌、胃炎、胃溃疡等,但中医就要从 症状入手,分析、了解症状发生的 原因,对因治疗。

我们现在有的中医大夫则不 然,老百姓都知道自己患的是冠心 病,他们却非说人家是"胸痹",说 统编教材就是这样说的。"胸痹"是 什么?也是症状,它可能是冠心病 的症状,也可能是肋间神经炎、肋 软骨炎的症状,甚至有时候气胸都 可以叫胸痹。

所以说中医不是抱着几个名 词不变, 而是要把中医的精髓传 承下来, 把中医"天人合一, 辨 证论治, 动态发展"的观念发扬 光大。笔者常讲中医要"继承创 新,不离大宗才是大智慧"