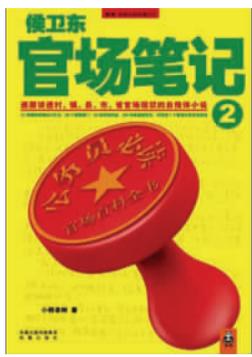


20

巧遇栗糖



《侯卫东官场笔记2》

◆出版社: 凤凰出版社
◆作者: 小桥老树

《侯卫东官场笔记2》中,侯卫东当上副镇长后,立刻陷入了新的困境,不断面临“不可能完成的任务”。先是挑战农村殡葬改革,接着是整顿牵扯多方利益的基金会,一次比一次艰巨,一次比一次难搞……

张家馆子,赵永胜发动村干部道:“侯卫东是殡葬工作的分管领导,你们要做好殡葬改革工作,就要敬他的酒,酒敬得越好,工作就越容易推动。”

侯卫东处于漩涡中心,一杯接一杯,没有时间停下来,也不知喝了多少杯,终于达到了极限。他捂着嘴朝着门外的厕所跑去,刚到厕所门口,一道瀑布如黄河之水,从嘴里喷涌而出。

散场时,赵、栗沿着街道朝镇政府大院走。一辆小车从镇外进来,经过他们时,带起了浓雾一样的灰尘。

在青林镇的地盘上,外地车开得如此快,这让赵永胜很生气,道:“谁的车,进了场镇还开这么快?”他用手扇了扇空中的灰尘,自语道:“场镇卫生应该认真抓一抓了。”

栗明接口道:“钟镇长分管的事情多,场镇管理这一块干脆就交给侯卫东来管。他人年轻,精力旺盛,女朋友又是大城市的,应该能管好这个场镇。”

赵永胜不愿意管这种小事,道:“你是镇长,安排了就是,我没

有意见。”

新月楼是沙州目前最好的楼盘,有宽阔的中庭、花草、假山、亭子,还有一些健身器材。

假山周围,人工造的小溪里有一群红色鲤鱼,正在欢快地游来游去。一个女孩正蹲在小溪边,她手里拿着一个小袋子,正在喂鱼。

侯卫东见红色鲤鱼漂亮,也站着欣赏。那个女孩子无意识地抬头看了看侯卫东,又继续喂鱼。忽然,她似乎想起了什么,又看了侯卫东好几眼。

侯卫东摸了摸自己的脸,脸上并没有异常。

“叔叔,是你。”女孩脸上露出了笑脸,兴奋地道:“我是栗糖,栗糖。那天晚上,你带我到综合批发市场。”

侯卫东这才恍然大悟,时隔两年多,他早已经忘记了当年综合批发市场小女孩的模样,眼前的阳光少女根本无法与当日离家出走的小女孩联系在一起。他笑道:“栗糖,你不说,我认不出你了。”

一个微胖的中年男子从外面

走了进来。他看到女儿与一个年轻男子说话,便走了过来,道:“栗糖,功课做完没有,怎么又出来了?”

栗糖高兴地对中年男子道:“今天上午的任务已经完成了。爸,这就是那天晚上帮了我的叔叔。”

中年男子一时没有反应过来,道:“哪天晚上?”随即醒悟过来,他主动与侯卫东握了握手,道:“我叫栗明俊,是栗糖的爸爸。那天晚上多亏了你。你也住在这里?你贵姓?”

“我叫侯卫东,住在2号楼。”

栗明俊客气地道:“没有想到我们是邻居。今天中午有空没有,我请你吃饭,一定不能推辞。那天晚上的事对你来说是一件小事,对我们全家来说就是天大的事情,我一定要表达谢意。”

当日沙州综合批发市场,栗明俊并不知道是侯卫东救了女儿,当时没有过多地感谢侯卫东。回家以后,栗糖将事情经过原原本本讲了出来,顿时将栗明俊夫妻惊起一身冷汗。他们心里清楚,如果没有那个年轻小伙子出手相救,当晚之事肯定不堪回首。

见栗明俊说得郑重,侯卫东反而有些不好意思,道:“不用客气。”

栗明俊不由分说地道:“12点,我在外面的水陆空餐厅等你,不见不散。”

11点50分,侯卫东来到了新月楼外的水陆空餐厅。栗糖站在外面等着,见了侯卫东,使劲招手道:“侯叔叔,在这里。”

栗明俊和他的爱人早就等在了桌旁,等到侯卫东坐定,他介绍道:“栗糖的妈妈,赵秀。”

赵秀热情而客气地道:“这家餐厅以家常菜出名,我点了几个招牌菜,请侯先生品尝。”她对于栗糖的恩人,报着强烈的感恩之心,称呼上特别客气,用了“先生”这个字眼。

在沙州这座内陆城市,除了服务行业有“先生”的称呼以外,日常生活中很少有人称呼“先生”。侯卫东笑道:“叫我小侯吧,先生是成功人士的称呼,愧不敢当。”

“我听到‘先生’两字也觉得碍耳。这样,我们是一个小区的邻居。我称一声小侯,小侯叫她赵姐,叫我栗哥。”

五粮液拿来以后,栗明俊举起小号啤酒杯子道:“下午我还有事情,今天中午我喝一杯,这酒存在这里,我和小侯随时可以过来喝。”

1 男人,都是这样长成的吗?

是,家庭成员矛盾的根深蒂固。父子不睦已久,动手是头一回。

最初的一秒,田海云都没有能认出同丈夫彭湘江对峙的那人是她儿子:个头比一米八的湘江还要猛,双手死死攥住湘江的手腕使两双手臂在两人头上弯成了弓,两道眉毛紧拧,两颊血管状若爬虫,两颊咬肌线条生硬,分明是一个男人一条汉子,叫海云的心头一紧,一凛。

那个浑身奶香的小男孩儿好像就在昨天:急急忙忙跑了来,小脸跑得通红,上气不接下气地对海云道:妈妈,你说,红螃蟹跑得快还是白螃蟹跑得快?不等你说他就又说:白螃蟹跑得快,因为红的已经死了。那段日子他常会逗来这么些愚蠢的幽默,不辞辛苦,献宝似的。

海云忍着笑不动声色:那你说,红脸娃娃跑得快还是白脸娃娃跑得快?儿子盯住她的眼睛:红脸的快!海云说:错。白脸的快。你想啊,红脸娃娃脸都跑红了,都快累死了,哪还有劲儿再跑?

儿子觉着海云顺口胡诌出来

的这个东西可笑极了,咯咯笑得喘不上气,一张小脸越发的红,小嘴唇更红,红樱桃般鲜红欲滴。那一年,他五岁。

儿子第一次遗精是十三岁零八个月。

夜里,海云正睡着,被一只大手推醒,同时听到了儿子急促惶恐的小声儿:妈妈,我遗精了。

海云脑子里第一个念头是,天亮他就得去小升初的军训,不能让他惺惺了,得保证睡眠。当下用睡意正浓加点儿不耐的语调说:正常现象赶紧睡觉把内裤脱了光着屁股睡。

儿子早就知道男孩儿长大了会遗精,海云对他进行过关于男孩儿女孩儿男人女人的扫盲科普教育。

早饭后,海云用自行车驮着军训所需物品送他去集合地,分手时他叫住海云小声地道:妈妈,帮我把内裤洗了别让爸爸看见。

那次军训是他第一次离家,集体生活让他眼界大开心得颇多,回家后告诉海云:“大家一块洗澡,比谁的××大,孔明宇的最大,我的,特没面子。孔

明宇看过黄色录像,看黄色录像容易勃起,就撑大了。走正步时,走着走着他就硬了,把裤子撑起来老高,我们就说他喜欢教官,他都急了。”

海云边听边在心里笑叹:这些小男孩儿啊。男人,都是这样长成的吗?

那一年他十五岁。那天,海云从中医院抓药回来,在家院门口看到四个半大小子围殴一男孩儿,旁边还有个二十多岁的年轻人双臂抱胸指挥。

海云忍不住上前劝解,不料被那个挨打的男孩儿一把抓住当稻草当盟军再也不肯放手,直把她拖入混战。混乱中,几双手在身上推来拽去,中药挤掉地上,海云左挡右突不得脱身。

慌惶间,一个正卖力推搡她的小子突然莫名其妙翘起向后退去,与此同时她被人用力拉开挡在了身后。隔着那人和自己的衣裳海云仍感到了对方身体散发出的腾腾热气,事后想,这就是热血沸腾了。那人是她的儿子。四个小打手眨眼工夫站到了年轻人左右,仿佛狗依傍着主人,齐刷刷的。



《成长》

◆出版社: 作家出版社
◆作者: 王海鸰

10

久坐电脑桌前会让气血受损



《30+女人气血养颜经》

◆出版社: 中国长安出版社
◆作者: 郭翠娟 雨琦

如果说女人30一枝花,那么这朵花一定离不开气血的浇灌。女人所有的皮肤和身材问题,都可以从气血上找到原因。养颜就是养气血。本书结合女性的生理特点,通过简单易行的中医手法来调理气血和五脏,达到从身体内部美容的目的。

颈腰部的劳损必然导致局部经脉不通,使气血瘀滞,而长时间的血瘀痰聚必然累及肝肾、督脉。首先说颈椎,颈部的经脉中,尤以循行于颈部的足太阳膀胱经、督脉、手少阳三焦经及足少阳胆经等对颈椎病的影响最大。颈椎病变往往导致这些经脉的功能失调,并由此进一步导致脏腑的功能失调和障碍。比如,颈部诸经的腧穴与脏腑、经络密切相关,颈椎的局部病变都可能对颈部腧穴产生影响,使经络闭阻,气血运行失畅。而改善颈椎病的方法也是刺激颈部的穴位以通其经脉,调其气血,使阴阳归于平衡,脏腑趋于调和。

在颈部的重要大穴中,大杼穴是一个关键的穴位。保持大杼穴气血畅通,颈肩部经脉气血的流通就有了保证,颈椎病的症状就能得到改善。在开始感觉到颈部有时酸痛,肩部不适的时候,常常按摩、揉搓大杼穴,沿着大杼穴上下拍打,天天抽时间做2~3次,每次10分钟,可以促进气血的畅通,避免在大杼穴形成

气血的瘀阻。一开始按摩大杼穴时会觉得酸痛感比较明显,但按摩之后会觉得舒服。大杼穴的取法是:找到第七颈椎(颈椎下部最高的骨头尖),再往下的一个骨头尖是第一胸椎的棘突,从第一胸椎棘突下骨头缝之间旁开大约两横指的肌肉凹陷处。

对付颈椎和腰椎问题,我们的中医祖先还为我们发现了一个重要的神奇大穴——后溪穴,不论你是颈椎、腰椎问题还是肩背痛,只要按揉这个穴位,百用百灵!

后溪最早见于《黄帝内经》。这个穴位是小肠经上的腧穴,有舒经利窍、安定心神的效果。更有预防颈椎、腰部、腿部疼痛,也有保护视力、缓解疲劳、补精益气的功效。

后溪穴在手侧面小拇指下两三厘米处。如果你坐在电脑面前,可以把双手后溪穴的这个部位放在桌子沿上,用腕关节带动双手,轻松地来回滚动,即可达到刺激这个穴位的效果。在滚动当中,它会有一种轻微的酸痛或麻胀感。

每天只需抽出三五分钟的时间,随手动一下,长期坚持会对颈椎、腰椎问题有非常好的疗效,对保护视力也很好。

而且,这个穴位也有提振阳气的作用。当我们长期伏案工作时,上体前倾,颈椎紧张,就会压迫督脉,而督脉是总督一身阳气的大通道,压抑了督脉也就是压抑了我们一身的阳气,时间一长,不但脊柱容易变弯,人的精神也会变差。

所以,美女们要想精气十足地做好一天八小时的工作,不妨时不时地刺激一下这个明星穴位,它可是给我们提神的好帮手,坚持每天做上几次,肯定到了下班的时候腰不会酸、脖子不会累,眼睛疲劳也能在很大程度上得到缓解。特别是开车一族,如果碰见路上堵车,或是等红灯,不妨在方向盘上来回滚揉几次后溪穴,你会感到特别舒服。别人都在因为堵车而着急上火,而你却在通督脉、壮阳气、调颈椎、正脊柱、利眼目,一不急,二不发火,这不是神仙都要羡慕的好状态吗?

其实,久坐电脑桌前除了会伤害我们的颈椎、腰椎,对女性朋友还有另外的伤害。

传统中医认为“久视伤血”,为什么这样说呢?肝开窍于目,目之所以具有视物功能,全依赖肝精、肝血的濡养和肝气的疏泄。只有肝的精血充足,肝气调和,眼睛才能发挥视物辨色的功能。

反过来,如果过度用眼也会耗损肝血,我们的肝脏就像身体里的一个血库,如果血库里的血不充足,就会出现眼睛干涩、视物不清、小腿抽筋、腰膝酸软、手足无力、手指不灵活、皮肤出现斑点、情绪不稳定、月经不調等一系列症状。这一系列连锁问题的祸首便是“久视伤血”。

因此,在电脑前长期坐的姐妹们,应该特别注意眼睛的休息和保养,我给的建议是:每工作两小时后不妨离开电脑,找个安静的地方静一静心,闭上眼睛,把意念放在脚上的太冲穴、行间穴,想象有一股暖流由太冲流向行间。同时还可以用手揪自己的耳垂和耳尖后上方。另外,晚上睡觉前用热水泡脚时也可按压肝经上的太冲穴、行间穴、丰隆穴。这些穴位有滋阴养肝,去肝火的作用。