



王海鸰磨砺四年震撼新作

探讨男女平等与家庭分工

3

儿子为什么会对父亲冷淡？



◆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！

《成长》

儿子对湘江说：“好，我回答。因为我的头发长在我头上，套用你的说法就是，它属于我的头发。我的头发我做主，我想理就理，不想理就不理！”

恰在这时电话响了，不消说，是彭飞同学又打过来的。于是湘江不再说话，不必说，不屑说，只用行动说：右手食指轻按电话压簧，面带微笑乜斜儿子。电话铃在他手底下响，一响再响，尖锐刺耳如同好事者惟恐天下不乱的鼓噪。

年轻的彭飞终于忍受不住，开始动手，动手去拿父亲那只按着电话的手，于是，不可避免的，手碰到了手。正是这触碰突破了湘江的底线，给了他教训他的理由，他抬手打去，不料手被对方一把攥住；他迅速挥起另一只手，也被攥住。就这样。

晚风从南北通透的家中穿堂而过，带进一阵植物、泥土的清香。为备战高考的“一模”，一个多月了，儿子吃了晚饭就闷屋里学习，一学到夜里一两点，头发长得像堆乱草，没时间理。今天“一模”成绩出来，儿子考了

678，班排名第二、年级排名第三时，上哪个大学都没问题，初战告捷。

母子吃饭。晚饭是蛋炒饭，凉拌的西红柿和绿豆芽，另有紫菜丝瓜汤，冰箱里冰镇的哈密瓜作为餐后水果。

“妈妈，你猜，”儿子冲她一笑，“我们学校体检，哪一项最痛苦？”仍像小时候，碰到什么他认为有趣的事，必得回家跟妈妈说说。海云想了想，想不出：“给个提示——外科内科？”“外科。”“肛门？”“没查那个。”海云猜不出了，儿子说：“查脚畸不畸形！进门一律脱袜子脱鞋，屋里头的脚丫子味想都能想出来。负责查这项目的那哥们脸都绿了，真难为他了——我进去五分钟都差点熏死，他一呆就是一上午！”海云放声大笑，儿子也笑，母子脸对脸笑得前仰后合，这个时候，湘江到家。

在家门刚被推开父亲脸还没露出来时，彭飞的笑容就嗖一下消失；待得父亲进来，他客气地打了个起码的招呼后，埋头吃饭再也不吭。

为掩饰儿子的冷淡，海云不得不格外交张地张罗：“吃了没有？……回来也不说声儿！幸亏我做饭时多抓了两把米！”就要去厨房盛饭，被湘江一把按住：“你吃你的。”命令儿子：“飞飞，盛饭去！”

这没错，至少表面看冠冕堂皇让人说不出什么，他错在他加的那句后缀：“都这么大了什么活儿不干，像什么样子！”好在儿子没吭，忍了。

知道了儿子的“一模”分数后他明明高兴得要命，嘴上却是：“这小子，关键时刻还能冲得上啊，平时吊儿郎当不怎么样！”

儿子仍没吭，又忍了。再一再二不能再三，湘江却是没完没了：“飞飞，头该理了啊，今晚上就理，吃了饭就去。”说到这就行了，不行，还要说：“好男不顶重发，这么长的头发，像什么样子！”直让儿子忍无可忍忽地立起，甩出一句：“你对我除了挑毛病还能干什么！”椅子一推，走，咣，从家里消失。

湘江两个月没有回家刚进门便遭此礼遇，心情可以想见，气得

侯卫东感受到了红坝村的怨气

下村里的具体情况，我现在是两眼一抹黑。”

“红坝村是下青林的大村，全村有两千八百二十六人，六个生产队，是最偏僻的村。至今没有通公路，由于村里穷，提留统筹、农业税都没有交齐，是历年来欠款最多的一个村。侯镇来搞帽子，我代表村两委表示欢迎。侯镇长是领导，办法肯定很多，是不是带着我们先去收一个生产队的提留统筹，给大家做一个示范？”晏道理说话时，眼皮一抽一拉的，让人觉得他说话总是有讽刺的意味。

侯卫东态度很鲜明，道：“既然镇党委安排我和付主任到红坝村，我们两人对红坝村就有义不容辞的责任。红坝村被定为落后支部，只是暂时的，我希望村两委和我们两人密切配合，尽快将这个落后党支部的帽子扔掉。至于收取提留统筹，我不怕，不推，到时一起上。”

晏道理眼睛眨了眨，换了语气，道：“侯镇长刚刚联系我们村，今天按时作息是预防“上火”的重要办法。另外，经常到户外运动，踏青，多流汗，提升体内废物代谢的速率，人就会比较清爽舒服，就会减少上火。

到了午餐时间，村委会主任刘

勇、文书老唐、妇女主任秦梅齐聚张家馆子。晏道理出去上厕所，结果半天没有回来。

侯卫东正与刘勇说话，晏道理和镇党委副书记刘坤就走了进来。刘坤见到侯卫东，扭头对晏书记道：“晏书记，你不是说只有红坝村的人吗？”

选举风波是青林镇村干部人尽皆知的事情，晏道理更是心头明白。他故意装傻，道：“侯镇是联系红坝村的领导，付主任是驻村干部，他们当然都是红坝村的人。”

这一桌，以刘坤和侯卫东级别最高，两人并排坐在了上席。支书晏道理和村主任刘勇分坐两边。

菜摆了一桌子，还有两斤青林镇老白干。这是青林酒厂自酿烈酒，超过了六十度。侯卫东酒量好，却也怕吃这种酒。刘坤到青林镇工作，已经到了谈酒色变的地步，此时闻到浓烈的酒味，暗自发憊，只是他被晏道理堵着，没有落荒而逃的机会。

张家馆子里平时有两种酒杯，一种是半钱左右的小杯，另外是接近一两的良种杯。今天晏道理特意在桌上摆了良种杯子。

晏道理鬼心眼多，得知红坝村被定为后进党支部，镇党委副书记刘坤成了他发泄愤怒的目标。他知道刘坤喝酒不行，故意请他来喝超过六十度的高度酒。

刘坤被逼上梁山，几杯酒下肚，就捂着嘴角冲出了张家馆子。

晏道理见刘坤酒醉以后，脸上出现了一丝不易觉察的笑意。

侯卫东已是暗生警惕，等到大家重新回到桌子上，不等晏道理开口，他先发制人，道：“我今天和晏书记是第一次见面，一定要认真喝一下。”他拿了两个啤酒杯子，道：“晏书记，我们两人第一次喝酒，来个痛快的，一人一杯。”

在侯卫东蛮横的坚持之下，晏道理被迫举起了酒杯，喝下这杯烈酒，一股股烈火从心腹间不断蹿了上来。他黑着脸坐在桌前，吃了两口菜，忽然身体一软，就从椅子上滑到了桌子下面。等众人把他拖起来，晏道理已经不会说话了，他紧紧闭着眼，喘着粗气，脸色黑得吓人。

这一场酒战，以刘坤和晏道理大醉而结束。侯卫东喝酒不好惹的威名，立刻传遍了红坝村各社。

22



《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……

逐层讲透村、镇、县、市、省官场现状的自传体小说

12

不上火的生活方式

按时作息

很多彻夜狂欢或通宵赶工的人，第二天都会觉得特别劳累，口气也特别污浊，甚至浑身乏力，这都是“上火”的表现。其实，睡眠不足是导致“上火”的重要原因，因此，按时作息是预防“上火”的重要办法。另外，经常到户外运动，踏青，多流汗，提升体内废物代谢的速率，人就会比较清爽舒服，就会减少上火。

多吃清淡食物

一旦吃了辣椒、大葱或煎炸食品，或遇到好吃的大快朵颐之后，我们就要考虑如何面对“火气”的骚扰了。注意养生的人往往最先关注的就是饮食营养均衡、清淡，即尽量做到肉、蛋、奶、蔬菜均衡摄入，不要暴饮暴食，因为食物积在胃肠道也容易使人“上火”。

冬末春初，是人体各脏器“火证”的多发季节，这个时候在饮食上尤其要注意，这个我们在后面会详细提到。

保持乐观情绪

无论是哪种器官出现的“火证”，都和一个人的心理状态有着

密不可分的关系。生气焦虑容易引发肝火，压抑愁苦会生肺火……所以，姐妹们更应保持积极、乐观的心态，小心因为情绪问题使身体亮红灯。

《本草纲目》中的清热去火英雄谱

在李时珍的《本草纲目》中，有多篇关于“去火”植物的介绍，在这里介绍一二，姐妹们可以从中取取去火养颜经。

萝卜驱邪热气

我国明代著名的医学家李时珍对萝卜极力推荐，主张每餐必食，他在《本草纲目》中提到，萝卜能“大下气、消谷和中、驱邪热气”。

为什么李时珍这么推崇萝卜？古人的饮食完全是靠天吃饭，不像现代人，能随时吃到这么多反季的寒凉蔬菜和水果，而且当时科技不发达，体力劳动较多，易产生内热，而萝卜顺气、理气、消内热的作用可以说是“恰到好处”，比用清热、解毒、败火的药物对身体的伤害要小得多。

冬天更应该多吃萝卜，因为人们在冬天里的饮食多以温热为

主，易上火，而萝卜特有的消食、化痰、理气的作用能消解食物的火性，同时又能促进食物的消化吸收。

但吃萝卜也有要注意的地方。在现代社会里，大量降温设施的运用，各种寒凉食物的长年食用，使人们体内的寒湿特别重，如果过量吃萝卜，对身体的作用就是寒上加寒、虚上加虚。而且萝卜有顺气排气的功能，所以气虚的人也不能长期吃萝卜。

金银花解毒消火

金银花，又叫银花，在我国已有2000余年的栽培历史。早在秦汉时期的《神农本草经》中就有记载，称其“凌冬不凋”。

据《本草纲目》记载，金银花“善于化毒，治肿毒”。多用于清热解毒凉血，亦可用于治疗风热感冒，温病发热，对外感风热引起的身热头痛，心烦少寐，神昏舌绛，咽干口燥等都有一定作用。还可以凉血止痢，对热毒痢疾，下痢脓血、湿温阻喉、咽喉肿痛等有解毒止痢凉血利咽之效。

草莓能补血去火

《本草纲目》中记载，草莓可以润肺、健脾、补血、去火，对老人、孩子和体虚者而言，是滋补的佳品。草莓的营养成分容易被人体消化、吸收，多吃也不会受凉或上火，是老少皆宜的健康食品。因为它营养价值高，特别适宜春季养生食用，所以被营养学家誉为“春季第一果”。

《黄帝内经》认为“心主血脉，其华在面”的说法，即心气能推动血液的运行，从而将营养物质输送全身。而面部又是血脉最为丰富的部位，所以心脏功能的盛衰都可以从面部的肤色上表现出来。心气旺盛，心血充盈，则面部红润光泽。若心气不足，心血少，面部供血不足，皮肤得不到滋养，面色就会萎黄无华。

特别是当我们出现以下症状时就要注意，有可能是身体在提醒我们：你的心脏在受委屈呢。

舌头溃疡。“舌乃心之苗”，因心的气血上通于舌，所以心的气血强与否，往往可以从舌的变化上反映出来。溃疡长在舌头上，通常认为是心有内火，或是火毒。

额头长疮。额头是心脏管辖的一个“属地”，心火旺盛成为火毒时，这个属地也会沸腾，会此起彼伏地出现很多痘疮。

女人过了30，为何有人是一枝花，有人却成了豆腐渣



《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。