

8

各有各的人生



《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！

肖国财介绍：“他家虽然穷，但黄家却是小河湾村的大户，村里至少好几十家姓黄。”

唐树刚带着大部队来到了肖国财家，镇里干部来了三十多个，派出所更是倾巢出动。

侯卫东将秦所长、苏亚军、欧阳林等二级班子负责人喊进屋，道：“今天我们软不得，必须拿下，男同志跟在我身后，到第一线去；女同志在外围做劝解工作；秦所长负责治安秩序，有人要动手，坚决制止。”

苏亚军道：“哪几个人去抬尸体，要事先确定。从山坡到公路要走很长一段路，最好找几个年轻人来抬。”

镇政府年轻人不少，听了苏亚军的建议，都撇着嘴，没有人敢于主动站出来。看着众人为难的神情，侯卫东哼了一声，道：“你们平时都牛皮哄哄，上了场合就是耙角！我算一个，还有没有人敢上？”

总算把四个找齐了，侯卫东对唐树刚道：“我们抬人的时候，唐镇长负责协调指挥。”他说这话时，已不是商量口气，带着一种不容置疑的意味。唐树刚点了点头，没有异议。

侯卫东带着人到了目的地，小山坡上已经有二十多人，有男有女，有老有少，都挂着麻布，他们

都用带着敌意的眼光看着镇政府的干部。

黄配英是急病而死，黄家人匆匆挖的坑，几个火盆在烧着纸钱，还点着香烛。

对峙了一会儿，估计是时辰到了，黄家几兄弟转身去抬棺木，看样子是准备下土。

侯卫东见状，大声道：“欧阳，跟我上！”他一把推开身前之人，朝前面挤了过去，欧阳林紧跟在他的后面。

抬棺木的汉子们没有想到镇政府的干部真的就冲了过来，有些愣神。就在他们愣神的一刹那，侯卫东带着欧阳林已来到了木板处。苏亚军等人也冲了过来，将黄家人挤到一边去，然后站成一排，护住侯卫东等人。

秦钢、周强等人就在一旁虎视着。侯卫东等人将黄配英抬了出来。

尸体并不重，只是路远，一口气抬着走到公路上，侯卫东大汗淋漓。而前面的欧阳林已经走不动了，可是没有人愿意来换，他只能硬撑着走到了公路边。

此时，小路上仍然有村民在张

跟他坦诚相见。果然，儿子听完她的具体要求后点点头说：好。并且说到做到，经过不到两学期的努力，考入省实验中学高一普通班；又努力一年，高二时考入重点班；这次高考“一模”，再次在原基础上向前跨出了很大一步。

晚上，馅饼一张一张在盘子里摆起，黄瓜西红柿水灵灵的，趁儿子没回来赶紧再做了个紫菜汤，有荤有素有干有稀，这样看上去比较全面。

直等到金乌西坠玉兔东升，不见儿子踪影。海云给学校打电话，给知道的同学家打电话。学校按时放的学，他不在同学家。海云无数次到北窗口向儿子回来的方向张望，没有。越等越急，越急想象力越丰富，一个血淋淋的画面从海云脑子里滑过，她拨122，又打110。进入高考冲刺阶段他天天到点回家，吃了饭学习，从来没有这样过……

咋答，钥匙捅门的声音，回来了！海云急急向外走，心里漾着失而复得般喜悦，当然，还很生气，这么晚才回来，干吗去了！质问的话即冲口而出，方看到回来的不是儿

要人服，就把最苦的活干给人看

望。黄家人心有不甘地跟在后面，如果不尽快将人运走，说不定还有变数。

侯卫东一口气将一瓶水喝完，着急道：“怎么殡仪馆的车还不到？车子一到，今天的事情就算大功告成。”

在公路上等了十来分钟，殡仪馆的车终于来了。苏亚军与民政局的随车干部办了交涉，然后让死者丈夫李木墩、肖国财和社事办一名同志上车，殡仪馆的车辆就带着怒吼开走了。

众人在政府大院下了车，长安车又返回去接另外一些机关干部。

赵永胜和栗明都在办公室等着结果。听完汇报，赵永胜脸上的七星北斗有了笑意，道：“好、好，首战告捷，这是好消息，中午我要敬大家一杯酒。”

看着侯卫东满脸的汗水，他主动问道：“老栗，侯镇的房子解决了没有？”

栗明道：“粮站的房子已经腾出来了，卫东可以去看一看。争取今天下午将上青林的东西运下来，晚上就可以在粮站住了。”

吃完午饭，杨凤就领着侯卫东

子，是湘江。他怎么回来了，不是说从二团直接去演习集结地吗？回说是他们的演习推后了。海云从喜悦的高端跌入更深的恐慌。

湘江不以为然，这么大的男孩子，不过晚点回家，就122、110的小题大做，太夸张了。

下午，二团最后一个架次训练，因强气流影响，一个兵连人带伞被冲向左下方那个兵降落伞的排气孔上，两伞缠在一起，落地后两人一死一伤。上级决定演习推迟，作为军事主官，湘江身上的压力可想而知。把两件事拿出来比一比，让任何一个人说，轻重高低立见伯仲。

湘江在卫生间洗手，极力让声音平和：“该打的电话都打了都问了你还担心什么？”说到这里打住，终是忍不住，她不关心他，可以；但彭飞一有事就迁怒于他，不可以！带兵的经验告诉他，宽容不等于纵容，有恩更得有威。适时扼制当头棒喝，方会令对方冷静自省，想到这他扭开水龙头冲手上的肥皂沫，让哗哗的流水声壮着胆，对妻子说：“你担心，他会为昨天晚上的事——自杀？要

去看他的新房子。粮站与青林初中挨得很近，位于小镇的东头，与镇政府各据一头。

杨凤是老机关，对场镇的各个角落都熟悉得紧。进到粮站大门的时候，对一位眯在藤椅上睡觉的老头道：“老邢，侯镇长过来看房子。”

侯卫东要了计生办的长安车前往上青林。搬家时，老习等人都来帮忙。他留了一个心眼，只是拿了电炒锅、电视机、衣物等必要物品，特意留下了冬天铺盖等杂物。这样就可以不腾出上青林的住房，以后上山也有落脚之处。

下午5点钟，长安车就开到了粮站。苏亚军、曾强、杨川闽、王蓉和程义琳等社事办的同志都知道侯卫东要搬家，就在粮站等着。车辆到了以后，三下五除二就将一个新家布置好。

第一例强行火葬完成得很顺利，侯卫东现场指挥很果断，还亲自抬了尸体。苏亚军对他的印象又是一变，见他要了计生办的车搬家，就主动带着全科室的人在粮站等着。这实际上是表达对副镇长侯卫东的尊敬和认同。

27



《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……

的原因导致身体上的病症。其中最典型的例子就是久治不愈的胃炎、胃溃疡，专家曾做过统计，凡是患有这种病的人十有八九，他们的性格要么很郁闷，要么很暴躁，积郁成疾，殃及了无辜的胃。从中医的角度讲，七情伤神可致病。脾气暴躁的人容易通过肝火累及胃，因为肝属木，脾胃属土，木克土，所以肝有问题往往会嫁祸于胃。

而思虑过度也会伤及脾胃。《黄帝内经》上说“思虑过度，脾气郁结，久则伤正，运化变态”，意思是紧张、焦急等会影响脾胃功能。女性是多思的动物，多思自然会多烦恼，现代女性经常承受很大的工作及生活压力，每天都感觉劳累、疲倦可又休息不好；特别是情绪多变、爱发脾气；再加上城市里的生活污染、每天的卸妆卸妆，肌肤很容易出现暗黄、发灰的颜色，这也反映了体内脾胃不调。一旦忙起来，饮食就没有规律的时间和合理的营养，很容易造成脾胃不调、贫血等问题。尤其是在消化不良、血虚的情况下，最基本的日常供给达不到，肌肤不能得到营养。如果再多愁善感、忧虑，则“思虑伤脾”，肌肤状况就会亮起红灯了。

17



《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。

养护脾胃 排毒先行

给脾胃排毒，可以通过三个方面来调整：

吃酸助脾脏排毒

脾属土，甜味益脾，但是多食甜又伤脾。适当吃点乌梅、醋等酸味食物，可以增强肠胃的消化功能，使食物中的毒素在最短的时间内排出体外。同时酸味食物还具有健脾的功效，可以很好地起到“抗毒食品”的功效。另外，多吃胡萝卜也可以养脾，胡萝卜味甘，性凉，有养血排毒、健脾和胃的功效，素有“小人参”之称。

按压脾脏排毒要穴

前面介绍三阴交穴位可以为脾排毒，下面再介绍一个排毒要穴——商丘穴。商丘穴位于内脚踝前下方的凹陷中，用手指按揉该穴位，出现酸胀感即可，每次3分钟左右，两脚交替做。

脾脏的排毒有一个最佳的时间，即餐后。

餐后两小时是脾胃容易产生毒素的时刻，食物如果不能及时的消化或吸收，毒素就会积累下来。那么我们除了在这个时间里按摩排毒之外，还可以在吃完饭1小时

后吃点水果，帮助健脾、排毒。

要想养护好我们的脾胃，首先就要了解脾胃的喜好和忌讳，然后才能对症下药进行养护。根据中医的说法，脾胃有三个大忌，我们在平常的饮食起居中一定要远离这些有害的因素，让我们的脾胃健康工作。

一忌饥饿过度。

过饥或者过饱，对我们的脾胃来说都是一种折磨。中医讲，肥甘厚味常是致病之源，过饥过饱容易伤脾胃之气。早上7点-9点是胃经当令的时间，这个时候我们应该及时吃早饭，有助于胃气的生发，及时为身体补充养料，并且一定要吃熟食、热食。而晚饭一定不要吃得过饱，尤其不要吃完饭就卧床休息，容易使吃进去的食物停滞在胃里，形成积食，也会伤脾胃。另外，过于辛辣的食物也会对胃产生不良的刺激，劝那些嗜辣如命的美女不要只顾口腹之欲而不要“面子”啊。

二忌生冷甜腻。

脾胃从属性上来说属于阴，怕冷，生冷的食物会损伤脾胃的阳