



13

怪我没打好做父亲的基础

王海鸰磨砺四年震撼新作 探讨男女平等与家庭分工



《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!

海云的第一反应在他意料之中:“不行!这事说下大天来,也不行!”湘江循序渐进实话实说,绝不推诿抵赖,“海云,听我说,当飞行员没什么不好,人家那么多孩子都报名了!”
“那是他们有那个理想,蓝天白云白云呀什么的,一个因为不了解真实情况产生的理想。我儿子的理想是,清华北大!”腾,腾,腾走到电话机旁,拿起拨了家的号码,电话响一声就有人接了。
彭飞没走,在家等结果。他当然知道父亲叫妈妈去是为了什么,那一瞬他是感激的,感激父亲把这个难题揽了过去。他怕妈妈,有多爱就有多怕。妈妈在电话里也是只有一句话:“来招待所,马上!”
湘江对海云诚恳地道:“海云,飞来前我们先拿出一个意见来好不好?我知道在孩子的事情上我有很多问题。从小没管过他,长大了管,他又听了。我不怪他,怪我没打好做父亲的基础。因为身边没有父亲,你对他格外心疼照顾,为他提供所能提供的最好的物质条件在他身上付出了你的全部……”
海云烦透了,手一摆打断聒噪:“够了!现在不是我们俩论是非对错的时候!”
湘江坚持说下去:“不错,他是个好孩子,可作为男孩子,他缺一点应有的独立精神和顽强,受不得委屈吃不得苦,”说到这里,他顿了一顿,下决心说,“所以我觉得能去军队院校,对他来说不是坏事,如果这次他能够坚持到底,我会为此欣慰。”
“坚持到底——坚持到底什么,参加招飞?”
“对,你不说他有自尊心吗?如果这事他能坚持到底,就证明了他真有自尊心。人有没有自尊心至关重要,自尊心是一个人不断进步的基本动力,没有自尊心的人不会有出息!”
海云明白了,眼睛睁圆了,嘴角耷拉下来了,左额血管开始充盈……湘江深深吸口气,以逸待劳。突然,窗外传来女人哭声,哭声哀婉发自肺腑没有丝毫夹杂哭泣以令什么的意思,绝望的心碎。海云走到窗前张望,没看到什么,回过回头询问地看湘江。湘江不得不如实

相告,一个战士牺牲了他母亲找来想让儿子评烈士,可总部有规定,平常训练一般情况下的牺牲不能评烈士,哭的女人就是那位母亲,边说边去关上窗子。
海云有好一会没吭声,后抬起头来:“是不是还得算事故?……如果算事故,你就得负主要领导责任——这么大事,为什么一直没告诉我?”
“没必要,没意义。”
“有必要,有意义!至少我可以知道这些天你为什么情绪不高为什么对儿子鼻子不是鼻子脸不是脸!”
“两码事!这事跟飞飞,完全没关系!”
“这事跟飞飞,有关系!你给我听着彭湘江,我绝不会让我儿子去参加什么招飞。就算能平平安安训练出来,能当上飞行员,每年,每500个空军飞行员里就得死一个!人在天上有多危险,作为你们空军的家属,我太太知道了!”
“空军飞行员每年每500人里就得死一个?你听谁说的?我怎么不知道?”
海云不理睬他的装腔作势,半

自语:“怪不得!怪不得坚持给儿子起名叫‘飞’,自己飞不了,就让儿子飞,让儿子实现自己的梦,太自私了,太自私了!”
这叫什么话?彭湘江正要开口,彭飞到了。海云霍地一个转身:“飞飞,计划不变,一志愿清华!”
彭飞一时没说话,不知说什么。海云拉上他走,“走,回家。拿上你的书包,上学去。”
彭飞由妈妈拉着走,刹那间他想:要不就这样吧,不折腾了。
儿子的心理活动湘江看得雪亮,心中比鄙夷更强烈的情绪是失望是难过:敢做却不敢当,关键时刻阳痿,这种人还能干得成什么!
“清华可不是保险箱哦,哪里都会出垃圾。”他在母子俩身后说,严格说,对彭飞说,口气中充满了轻蔑。
海云扭脸对湘江怒道:“清华当然会出垃圾,但是,比例呢?和招飞淘汰的比例,能比吗?”
“不管比例多少,落到个人身上,都是百分之百。”
“没工夫跟你玩这些文字游戏!我可以保证,我儿子不会是清华的垃圾,你能保证,他一定能成为飞行员吗?你不能保证。当年,连你都被淘汰了,凭什么保证你这个浑身是毛病的儿子一定能成?”

加深和市委常委副部长的联系

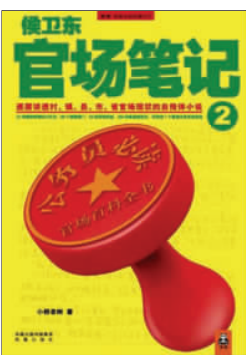
高宁副县长要离开的时候,依次与青林镇的几位领导握手。握到侯卫东的时候,道:“我和老粟是好朋友,这一次到益杨县工作,他跟我说起过你,他下个月要到益杨县。”
他使劲摇了摇头,夸道:“小侯工作扎实,很不错。”听到老粟之名,侯卫东心里就一片雪亮,这肯定是粟明俊在给自己打招呼。他也不多说,恭敬地道:“以后请高县长多多批评帮助。”
侯卫东与高宁副县长对话时,赵、粟两人都在身旁。赵永胜眼角不易觉察地跳了跳,他不动声色地看了一眼粟明,心道:“高副县长所说的老粟是谁人?县里没有领导姓粟,印象中,只有沙州组织部副部长姓粟。”
粟明本姓粟,所以对姓粟的官员很敏感,他立刻想到了沙州组织部副部长粟明俊。这位名字比自己多了一个字的官员,手握大权。他暗道:“如果侯卫东真有这条关系,那就要好好地用一用。”
三人各怀心事,看着高副县长的车离开了大院。汽车虽然带起了一些灰尘,但是与前几个月铺天盖地的情景相比,已经大有改观。
听说粟部长给高县长打招呼的事后,侯卫东决定请粟明俊吃饭。小佳没有看电话本,很熟练地

拨了一串号码。然后对着电话发出一串银铃般的笑声:“赵姐,我是小佳。哈,那天吴姐的手气可好得不一般,今天晚上有空没有,还是原搭子。”她笑得很开心,道:“风水轮流转,今天应该轮到我了。”
侯卫东见小佳与赵秀关系亲密得很,暗自赞赏:“难怪别人都要走夫人路线,夫人出马,比男人们的杀伤力还大。”
小佳打完电话,心情如花儿一样绽放了,她道:“老公,我已经约好了,今天晚上在水陆空见面。”吃完饭,我陪赵姐打麻将,你和粟部长有没有兴趣参加?”
“算了,我不想凑到女人堆里。”
有了目标,两人就一起动手,很快就整理好家务,然后挽着手,出去买了些新鲜菜。
吃过午饭,两人就上床补昨夜欠下的瞌睡账。
5点40分,侯卫东和小佳穿戴整齐,便直奔水陆空。这时候,小佳便显示出她在建委办公室工作的职业素质,翻翻菜谱,噤里啪啦点了七八个菜,道:“来一瓶五粮液。”等到服务员离开以后,小佳

道:“粟部长和赵姐都可以喝酒,喝了酒好说话,但别喝得太多。”侯卫东道:“我们今天没有什么具体事吧。”小佳白了他一眼,道:“平时多烧香,到时好抱佛脚,我们两人的工作都靠粟部长,已经有了这一层关系,不好好利用才是傻瓜。”
6点钟,粟明俊、赵秀和粟糖准时出现在水陆空。
粟糖叫了一声“侯叔叔好”,坐在小佳身边,俯在小佳耳边,嘻嘻哈哈说了一气。然后赵秀又俯在小佳耳朵旁,两大一小三个女人倒亲密得紧。
“麻将和酒一样,也是重要的社交工具。”看到了小佳与赵秀的状态,侯卫东得出了这样一个结论。
“粟部长,今天没有事吧,多喝一杯。”他见粟明俊没有反对,就倒了两个大杯,又给赵秀和小佳倒了两个小杯。
喝了一杯酒,吃了两口菜,闲扯了三句,大家就进入了聊天的状态。粟明俊头发一丝不苟,穿着短衫衣,腰上是一条鳄鱼皮带,整洁而有风度。“我有一位朋友,高宁,以前在委办,前一段时间调到益杨

任副县长,以后在益杨县有什么事情,你可以去找他。”
“我已经和高县长见了面,他分管民政,正好是我的顶头上司。”
“是你的顶头上司,这就好办。”
粟明俊当场拨通了高宁的电话,道:“高县长,我是老粟。父母官在忙什么?真是日理万机啊。我有位朋友在青林镇当副镇长,上次给你说过的,我们正在一起吃饭,改天回沙州,我们请你吃饭。”
“我们见过面,侯卫东是很不错的小伙子,抓殡葬改革很有一套。”高宁很看重粟明俊的位置,自然赞扬了一番他的朋友。
挂断了电话,粟明俊很随意地道:“高宁为人很不错,有什么事情可以找他。”
水陆空餐厅的菜保持了一贯的风格,以鲜香为主,很适合小佳、赵秀和粟糖的口味。粟糖吃得特别香甜。开了一瓶五粮液,侯卫东和粟明俊各分半瓶,慢慢品尝着酒与菜的滋味。
吃过晚饭,小佳牵着粟糖的手,到赵秀家打麻将。侯卫东与粟明俊握手告别,回到自己家中。

32



《侯卫东官场笔记》

◆出版社: 凤凰出版社
◆作者: 小桥老树

《侯卫东官场笔记》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

女人过了30,为何有人是一枝花,有人却成了豆腐渣

22

肾虚的穴位及饮食调理



《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。

肾阳虚的穴位调理
人体自有大药,肾阳虚的姐妹不妨试一下以穴补虚。
搓揉关元、肾俞、命门
改善肾阳虚的症状,有三个天赐的大穴,其中之一是我们前面提到的关元穴,另外两个则是肾俞和命门穴。方法是先把双手搓热,用手掌搓命门和肾俞直至发热;搓的时候手掌尽量向下,要搓到穴位。早、中、晚分3次搓。
命门穴位于腰部,当后正中线上,第2腰椎棘突下凹陷中,约与肚脐在同一水平处;肾俞穴位于腰部第2腰椎棘突下旁开1.5寸处,与命门穴相平。
肾俞是肾脏的精气灌注于背部的重要之处,可以说,它是肾脏的气血、精气在背部的集散地,和肾是直接相连的,所以刺激它就等于直接把肾所需要的“军用物资”运输给了肾。
温灸神阙穴
每晚艾灸中脘、关元、神阙、足三里,前三个穴位都是任脉上的重要大穴,可以增强体质,强腰壮

肾。其中,神阙穴位于脐窝正中,又名脐中,是人体任脉上的要穴。它位于和命门穴平行对应的肚脐中。神阙是任脉上的阳穴,而上面提到的命门是督脉上的阳穴,二穴前后相连,是人体生命能源的所在地。
如果你的时间有限,那么结合着搓命门,每晚只要艾灸神阙穴5分钟也一样能达到效果。
另外,肾阳虚还可以坚持用艾绒泡脚,祛除虚火,改善体虚怕冷的症状。
肾阴虚的饮食调理
对于肾阴虚的朋友来说要多吃一些养阴的食物,如银耳、莲子、枸杞、何首乌。肾阴虚的姐妹最好少吃辛辣、油炸和烧烤的食物,这类食物在消化的过程中会过多地消耗我们体内的阴液,甚至还会伤津,加重阴虚。可以多吃点酸味的东西,还可以吃稍甜的东西,因为“酸甘化阴”。
肾阴虚的穴位调理
肾阴亏虚其实就是身体缺少阴液,这个时候就要补阴,补阴的最好办法是按揉太溪和关元两

个穴位。
太溪是肾经上“最大的溪流”,它是足少阴肾经的原穴,原穴就是较大的“中转站”,所以太溪穴处肾经的经气最旺。而肾又主水,所以刺激太溪穴能够很好地发挥“被水”,即滋阴的作用。
太溪位于内踝尖和足跟上大筋的中点。因为这个穴位太溪主要用来补阴,所以不要用艾灸,灸是热性刺激,容易伤阴,最好是按揉。
按揉太溪一年四季都可以,但春秋季节天气干燥的时候,按揉的时间应该长一些,既可补阴,又可防春天气候干燥伤阴;夏季可以按得短一些,夏季湿气比较重,按揉时间长了,体内阴气太重反倒不好。
每天晚上泡脚的时候,分别按揉两脚的太溪穴各5分钟。速度不宜太快,感觉皮肤微微发热就行了。
有的朋友也许会问,明明关元是补阳的穴位,怎么也用来补肾阴了呢?其实,这正是中医的神奇之处,中医讲“阴阳相生”,我们这里

按摩关元激发阳气,是想借一点阳气的力帮助阴气恢复,所以按揉关元的时间不要超过太溪,否则就达不到目的了。
肾气虚的调理
肾阴虚和肾阳虚说的都是肾精的亏虚,还有一种肾气的亏虚,主要表现为:
*小便滴滴答答没力气,尿频但尿量少;
*浑身疲乏力;
*精力不集中,记忆力减退,工作效率低,反应迟钝;
*月经量少,颜色淡;
*爱出虚汗活动后更严重;
*冬天怕冷,夏天怕热;
*想睡时睡不着,平时总感觉睡不醒;
*脱发严重。
对于肾气亏虚的姐妹可以多吃淮山药、板栗、小米粥。这里推荐一款补肾气的汤。
淮山药炖鸡 鸡肉400克,淮山药500克,黄芪50克,红枣10克,黄酒1汤勺,葱姜适量。先把鸡肉过开水把沫捞出;然后同黄芪、红枣、姜片、黄酒一起放入砂锅中大火煮开,再文火炖一个半小时。将淮山药去皮,切块放入砂锅中,再中火煮30分钟,加盐调味就可以吃肉喝汤了。