

青未了·连载



王海鸰磨砺四年震撼新作

探讨男女平等与家庭分工

18

彭飞的班长被撤了



《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!

晚上,彭飞打着手电筒在被窝里给妈妈写信说了这事,潜意识里,让妈妈告诉父亲。

还没来得及收到妈妈的回信,彭飞的班长就被撤了,前后不过半月。彭飞被撤是因为李伟抽烟他作为班长知情不报。

彭飞在一次夜里上厕所时,发现了李伟抽烟。得知李伟高二就抽烟了时彭飞非常惊讶。李伟告诉他,他八岁死了亲妈,半年后父亲再婚,生出一男一女。从此家中五口人五个待遇。那天最后,他告诉彭飞,等发了军装,头一件事,就是穿上到歼五那里,照相,寄回家去,让小市民们开开眼!

那天夜里,二人聊得颇投机,双方第一次对对方有了深一点的认识。愉快的交谈和收获友谊的喜悦让李伟大意失了荆州。第二天徐东福要求各班严查。

彭飞找到李伟,劝他不要因小失大,不能“试试看”得马上戒,李伟默默遥看歼五,良久,点头。

李伟开始出现异常。上课时哈欠连天,饭量明显下降,训练成绩大大后退。

教员向徐东福反映情况,徐东

福找彭飞询问,彭飞惟有搪塞。他知道那都是戒烟的反应,他盼李伟早日戒烟成功。

熄灯了,夜深了,李伟躺床上辗转反侧,他想抽烟,不能抽。不抽不行了。抽最后一次?最后一次!当即噌地坐起,从褥子底下摸出烟和火,赤着脚向卫生间跑。好容易抽出烟来,点上,深深吸下去……眼前突然大亮,他睁眼一看,面前的挡板被人拉开,正是此刻他最害怕见到的那个人。

第二天早晨,早饭后,徐东福宣布彭飞不再担任一班班长,由宋启良担任。

星期天,彭飞给妈妈回信,下笔艰涩。彭飞发了信,去水房洗衣服。宋启良提暖壶端盆进来,光着的膀子上布满汗粒。彭飞主动同他招呼,称他“班长”,宋启良感激地冲他点头笑。

一阵急促的脚步声,渐近,到水房门口,一个人冲进,恰是李伟。进来后跟谁都没打招呼,直接就拐进水房里的厕所,大概叫尿尿“鼓”得,宋启良想。

水房,彭飞搓衣服,宋启良用热毛巾揩身,忽然,他们同时住了

站起,全身止不住哆嗦,不是因为冷,浇到身上的水是温的。是宋启良用来擦身子的水。

徐东福把盆子还给宋启良,“一班长,知不知道你们班的学员在抽烟?”面对面若生铁的徐东福,宋启良不敢不撒谎:“不……不知道……”目光躲闪谁都不看,包括彭飞。

这时,从头到脚水淋淋的李伟出来了,彭飞突然明白徐东福刚才端走宋启良那盆水去干了什么,极度震惊他的话脱口而出:“队长,我认为,即使李伟违反了纪律,你也不应该这样对他!”

徐东福直视彭飞:“我哪样对他了?他抽烟,我想用水浇灭他的烟,不小心浇到了他,如果这就是你所认为的不应该的话,那好——”一个向后转,面向李伟:“我向你道歉。”接下来李伟的反应令彭飞更为震惊,浑身湿透的他面对向他施虐的人垂首躬肩:“不不不队长,您没错,是我错了,我向您道歉,我保证改!”

徐东福转身走了,水房里的三个人仍呆立原处,不动,不说,不敢互看。这时,一阵渐渐渐大的喧哗传来,三人得救般一齐向水房门口看,喧哗由罗天阳引起,他一路狂奔一路向遇到的每个人报告他的“可靠消息”:要发军装了!明天!

加紧筹款

在天空中发着毒辣的光芒,却也将守在场镇的人群驱散了一些,大家躲在阴凉处,都无心聊天。

侯卫东眼见院子里只有稀落的几个人,便来到了栗明办公室:“栗镇,你看我,已经被晒成了黑人,是不是各位领导轮流来守一守。”侯卫东把手臂露出来,手臂是棕黑色一片。这种棕黑色如果出现在海边,那就是美好日光浴的杰作,可是棕黑色出现在侯卫东手臂上,只能说明青林镇太阳毒辣。

栗明坐在办公室倒是一脸平静,道:“这是非常时期,我只能让能力最强的人把住第一关,否则镇机关就无法运行。卫东一定要理解,再辛苦几天,县里就有解决方案出来。”

话说到这个份儿上,侯卫东只得继续回去坚守岗位。

这时,党政办又接到县府办发出的紧急会议通知,赵永胜和栗明急急忙忙地朝益杨县赶去。

侯卫东在楼下守到了4点,又溜回到办公室休息。杨凤此时打了一个电话过来,通知侯卫东晚上8点开会。

8点钟,青林镇党政全体成员

齐聚小会议室。

赵永胜一来就定了调子,很强硬地道:“今天下午县政府开了重要会议,要求各镇必须无条件地执行县委、县政府的决定。什么决定?很简单的两个字——筹款。除了沙州市政府的贷款以外,各镇必须加紧筹款。”

“按县里的精神,筹资的主要渠道有:一是向镇政府机关以及医院、学校等事业单位干部职工借款,此款不计利息;二是大力催收呆账;三是采取置换方式筹款,可用所有者权益,呆账准备金、村社集体积累和代管金置换用作冲销呆账;四是收取农民普九集资款,人均二十元。”

赵永胜根本没给班子成员发言的机会,继续道:“借款之事,我们现在就研究方案。我个人意见是镇领导班子带头,每人集资一万元;二级班子,每人七千元;普通干部每人五千元;医院、学校每人集三千元。所有集资不计息,请大家发表意见。”

唐树刚道:“班子成员没有问题,关键是教师这一块。他们的工资不高,大多数都存钱在基金会

里,让他们拿钱出来,说不定还要惹出事情来。”

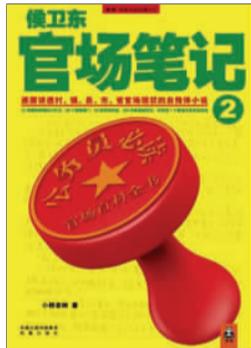
“这是县里统一安排,如果谁不参加集资,先把工作停下来再说。这不仅是经济问题,更是政治问题。”赵永胜很是强硬。

“第二件要紧的事情是对贷款的催收,收得越多,我们的压力就越轻,这才是解决问题的最终办法,请栗镇长来具体安排。”赵永胜用力挥了挥手,表示自己的决心。

栗明道:“我和赵书记商量了,将组建两个收款队伍。第一组由侯卫东为组长,负责上青林尖山村、独石村和望日村的收款任务;第二组由唐树刚为组长,负责下青林九个村的收款任务。钟瑞华就不管具体收款了,你主要跟着清偿组将基金会的账目彻底查清楚。”

赵永胜插话道:“刘坤是分管干部的副书记,你的任务就是处理人。凡是不交集资款的,不配合收款组的机关企事业单位干部,你与纪委一起进行处理,这是政治任务,不准任何人讲价钱。”他又道:“镇属企业贷款是大头,由我亲自来催收。”

37



《侯卫东官场笔记2》

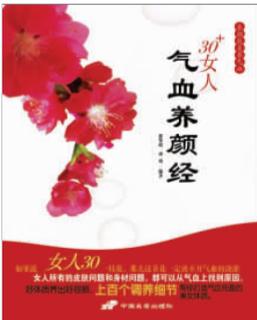
◆出版社: 凤凰出版社
◆作者: 小桥老树

《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

27

养肝、护肝 22 字诀



《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。

肝脏的主要功能是代谢,如果它不能正常工作,美女们最怕的肥胖就会悄然而至!肝是沉默的器官,也是一个非常勤劳的器官,只要有三成的功能,就会照常运作,即使生病也不易发觉,而一旦发现异常就已经相当严重。所以,懂得如何照顾自己的肝脏就显得十分重要。

首先,我们要先来看看你是不是有如下的生活细节,如果答案是肯定的,那么你的肝部很有可能已经淤积了很多的毒素,急需好好养护了。

*肝胆不好,肝火旺,体内的热气就会以痘痘、溃疡的形式散发到体表上来。因此,肝火过旺,脸颊两侧就会生出痘痘。此外,肝主血,肝脏不好,就会影响造血功能,人的脸色就会受影响,容易面色发黄,长色斑等肌肤问题。

*中医认为,肝脏与草木相似,春季是草木生长时期,也是肝气最活跃的季节,因此春季是养肝、护肝的最佳时机。如果你在春季感到胸闷气郁,或容易发无名火,证明你的肝脏已经受伤

很深了。

*如果你长期熬夜、过度饮酒、嗜好煎、炸、辛辣食品,让肝脏总是得不到充分的休息,解毒、排毒的工作无法完成,那么你的体内积滞的废物不能及时排除,新鲜气血无法顺利完成,就容易长痘痘,肤色欠佳,那么长此以往,肝胆就会发生疾病,并殃及其他脏腑。

养肝护肝 22 字诀

多喝水。初春寒冷干燥易缺水,多喝水可补充体液,增强血液循环,促进新陈代谢,多喝水还可以促进消化腺和胰液、胆汁的分泌,以利于消化、吸收和废物的排除,减少代谢产物和毒素对肝脏的损害。尤其要注重早上饮水,许多家庭有晚餐吃得丰富的习惯,因此,晚餐摄入的动物蛋白及盐分进入体内较多。动物蛋白在体内分解代谢会产生一定的毒性物质,早晨起床及时饮水,可通过促进排尿,尽快把它们排出体外。

少饮酒。初春时节,寒气较盛,少量饮酒有利于通经、活

血、化痰和肝脏阳气之开发。但不能贪杯过量,因为肝脏代谢酒精的能力是有限的,多饮必伤肝!要知道肝脏代谢酒精的能量是有限的,多饮酒会伤肝。据医学研究表明,体重60公斤的健康人,每天只能代谢60克酒精,若超过限量,就会影响肝脏健康,甚至造成酒精中毒,危及生命。

饮食平衡。食物中的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质等要保持相应的比例;同时保持五味不偏;以清淡为主,避免大鱼大肉,多吃绿色蔬菜和五谷杂粮,尽量少吃辛辣食品,如辣椒、洋葱、胡椒粉、咖啡、浓茶等,此类食品多性热,属阳,进入人体后易助热生湿,加重肝脏负担;煎炸炒等烹饪过程中,脂肪氧化产生丙烯醛,经血液循环刺激损害肝实质细胞。多吃新鲜蔬菜、水果;不暴饮暴食或饥饱不匀。

心情舒畅。由于肝喜疏恶郁,故生气发怒易导致肝气郁滞,血淤滞不畅而成疾。首先要尽力做到心平气和、乐观开朗,使肝火熄灭,肝气正常生发、顺调。

适量运动。在春季开展适合时令的户外活动,如散步、踏青、打球、打太极拳等,既能使人体气血通畅,促进吐故纳新,强身健体,又可怡情养肝,达到护肝保健的目的。

服饰宽松。宽松衣带,披散头发,形体得以舒展,气血不致淤积。肝气顺畅,身体必然强健。

做到了这22字法则,就能保证肝脏的正常运转,将体内毒素及时排出,达到疏通肝胆经的目的,体内没有堆积的毒素,皮肤自然就会鲜嫩动人。

肺,在人体的脏腑中位置是最高的,所以肺有“五脏之华盖”的称谓。肺有两大功能——宣发和肃降。

肺主宣发,是指肺气具有向上、向外、升宣、发散的生理功能,主要体现在:一是通过肺的宣发,排出体内的浊气。二是将津液和水谷精微等布散周身,外达于皮毛,以营养身体,温润肌肤。肃降,即肃清、洁净和下降之意。肺主肃降的功能主要体现在以下三个方面:一是吸入自然界的清气;二是将吸入的清气和脾传输来的津液和水谷精微向下布散;三是肃清肺和呼吸道内的异物,以保持呼吸道的洁净。

女人过了30,为何有人是一枝花,有人却成了豆腐渣