连载 lianzai

王海鸰磨砺四年震撼新作 探讨男女平等与家庭分工

22 彭飞孤身一人顶着压力坐了近两小时

《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!

其实安叶为见彭飞精心做了准备,先是买了条白色连衣裙,因为之前两次见彭飞都是牛仔T恤,牛仔T恤几乎等于她的工作服,作为报社要闻部记者,经常会有突发新闻要跑,穿裙子不方便。裙子买回来后迫不及待对镜试穿,不得不承认,确实好。然后一夜没睡好,被一种说不清的激动兴奋环绕着。

结果一大早,呼机响,要闻部主任丁洁让她速去人民医院采访,那里因医患纠纷导致了命案。

这回人民医院的采访非常重要,安叶七点半赶到人民医院,为省时间直接穿着裙子去的。采完访写完稿交给编辑看完通过,十二点;从报社到“雨林餐厅”快骑三十分钟,约的是十一点半,她不相信一个小时后,彭飞还能在那等。但是,等不等在他,去不去在她,万一他在那等而她没去,不仅失礼,更是失误。心里这样给自己打着气,安叶向“雨林餐厅”赶,快要抵达时发生了一个小小的意外,鼓起的裙裾挂住了别人自行车的车把,稀里哗啦一连串三四个骑车人摔倒,安叶首当其冲。她从车和人堆里爬起,拉起车骑上就走,好在车没摔坏。

彭飞看到安叶时是十二点四十,他已孤身一人顶着压力坐了近两个小时。他微笑起立点头招呼,起码的涵养得有,他是男人。

看到彭飞居然还在,安叶意外感动同时庆幸,还没坐下就急急忙忙讲述迟到原因,彭飞当即释然,为缓解对方歉疚同她开玩笑:“这么说,你是你们报社的主力了?”安叶纠正补充:“绝对主力。”说罢二人同声大笑。安叶的笑容明亮彻底坦率,不似一般女孩儿,要么不敢大笑,实在忍不住就捂住嘴笑,她不,坐他对面笑得他都能看到她口腔里粉红色的舌头;却一点不觉失态,非常生动,格外迷人。

服务员是点菜的时候发现安叶裙下小腿上一大片鲜红的擦伤正在渗血,她叫了起来。彭飞二话没说,骑车带着安叶直奔医院。

那天他们终是没能吃上饭,从医院出来就快到彭飞归队时间了,两人在街边小摊凑和要了几碗豆皮。想到吃完就得分开安叶心里空落落的,嘴上却道:“唉,本想吃顿大餐从昨天中午就开始禁食,结果呢,吃这!”

彭飞真是饿了,大口吃着笑问:“怪谁呢?”安叶无辜道:“当然怪你!谁叫你只请了半天的假!”彭飞说:“不是我只请了半天的假而是只给了我半天的假安叶同志!”安叶脱口而出:“那么,下周,好不好?”彭飞一震,抬头看安叶,看不到对方表情,她说完话就把头埋进了碗里,专心吃东西。

小苏下决心找彭飞,问他到底什么意思,行还是不行。晚饭后,估计彭飞差不多该回来了,她向飞行员宿舍去。

碰巧这晚罗天阳来营地找彭飞,开着他新买的二手桑塔那,很是得意。

彭飞没想到小苏会在宿舍里等他,有些紧张地替罗天阳和小苏介绍:“苏甜,我们师的幼儿园老师;罗天阳,我同学,民航飞行员。”

小苏来是想约彭飞第二天去看越剧,但彭飞以自己不懂为理由拒绝了。小苏有些明白彭飞的意思,但仍不甘心。

“你是不是有女朋友了?”小苏问。彭飞愣住,没想到小苏是这个思路,同时也不能确定自己是不是有,紧急情况下不失冷静,迅速锁定正确答案,回答:“是。”答完进一步意识到,这是此刻最好的答案了,像一个感叹号,将一切必要的解释、可能的追问、纠缠不清的暧昧,有力斩断。尽管有思想准备,小苏还是止不住悲从中来:“你有女朋友,那天为什么,还要,跟我见面?”声音微颤,完全没了适才的理直气壮咄咄逼人,眼里亮晶晶的不知是不是泪。彭飞吃软不吃硬一下子慌了神,又不能出卖老刘,情急下道:“那时候我还没有!”是实情,不是实话。

小苏走了,罗天阳很失望。他不服气地问彭飞:“她喜欢你,你不喜欢她——她哪里不好?”彭飞很烦:“她哪里都好!”罗天阳完全不介意他的恶劣态度:“好你也没打算要,对吧?”彭飞不说话,不想说,罗天阳说:“介绍给我!”

彭飞和许宏进同时一愣,旋即同时咧开嘴笑。笑着,彭飞说:“要介绍也不能我介绍,那我成什么了!”许宏进主动请缨:“我帮你介绍?”罗天阳断然拒绝:“你不许掺和!朋友妻不可欺!”同时在彭、许二人爆笑前摆手制止住他们,严肃道:“说说她的情况。”

彭飞介绍小苏情况的时候,安叶打来电话,约他明天见面,明天是星期天。

逐层讲透村、镇、县、市、省官场现状的自传体小说

41 粟部长发话,调侯卫东进县委组织部

《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……

粟明俊虽然是组织部常务副部长,可是沙州市委组织部要进人,必须要组织部一把手张家瑞点头才成。为了以后的调动,粟明俊提前将侯卫东的条件打造得符合市委组织部的所有要求,这样调动起来就少些麻烦。

侯卫东尽管此前就得知了自己的调动消息,却没有料到调动会如此迅速。接到电话的第二天,他正在学习班与林勇等学员打扑克。杨凤扭着一身胖肉跑了进来,道:“侯镇,赵书记有事找你。”

由于侯卫东是调到县委组织部,尽管没有安排职务,仍然使他身价看涨不少。镇里党委、政府集体饯行,私下的饯行更是不少。侯卫东离开青林镇时,眼皮浮肿,说话都往外喷着酒味。

从青林镇到县城的路,坐小车只要一个多小时,侯卫东整整走了三年。大部分青林人,一辈子都不能从乡村走进县城。

在回城的路上,想到此次调动的真实原因是市委组织部常务副部长发了话,侯卫东自嘲道:“如果没有粟部长帮忙,就算我在乡镇拼命工作,成绩突出,有谁能知道,又有什么用处?”

益杨县委办公楼是一幢五层小楼,组织部在二楼左侧,一共有八间办公室。一正两副三个部领导各占了一间办公室,组织部办公室占了一间,一间作为打字室,另外三间办公室才是业务部门的办公室,显得很拥挤。

综合干部科有四个人,一正一副科长加两个科员。李科长在一次会议中突发脑溢血,直接滑到桌子下面,经过抢救,命救了回来,却是行动不便,一直卧床休息。科里的工作由副科长郭兰主持,两位办事员,一位是詹才信,另一位就是新调来的侯卫东。

侯卫东初到组织部,又时刻准备调到沙州,与人无争,在部里的日子自然也就过得波澜不惊。就在这十来天,青林镇却发生了不少大事。

前农经站黄卫革因为涉嫌接受大笔回扣,被检察院立案侦查。黄卫革在反贪局咬着赵永胜不放,却又拿不出过硬证据。

新任农经站长白春城被纪委双规。

青林镇政坛常青树赵永胜书记突然被调到县气象局任副局长。据说县委曾经收到过一封匿名信,信中有赵永胜五大罪状,还有一些会议记录的复印件。当然,这只是未经证实的小道消息。

青林镇镇长粟明出任党委书记,党委副书记刘坤任代理镇长。

听说刘坤就这样当了青林镇代理镇长,侯卫东半天合不拢嘴。生活就是一出戏,而且这出戏比舞台上的戏剧更加精彩,更加出人意料。侯卫东暗叹一声:“刘坤这几年没有什么功劳,也没有什么明显过错,顺顺当当地成为了青林镇行政一把手。”

相对于青林镇的风云激荡,益杨县委组织部综合干部科的工作琐碎而又无味。侯卫东每天按部就班地应付日常性的工作,没有创意也没有激情,甚至没有自己的头脑。如一架巨大机器的齿轮在惯性的带动之下,不断地向前运动着。

8月5日,侯卫东开车直奔沙州。根据刘光芬算出来的黄道吉日,8月6日是办结婚证的日子。结婚证办得很顺利,小佳按照套路,买了些糖,发给了办证的工作人员,大家其乐融融。

侯卫东在电话里给刘光芬说了在沙州办酒席的事情。刘光芬当即表态道:“在沙州办酒可以,但是也要在吴海办酒,如果不在吴海办酒,我和你爸的老同事都要骂你们。”

晚上,刘光芬打了电话过来,道:“我算了日子,27日就是好日子,我觉得小佳是嫁到张家,应该先在吴海县办酒。”

8月27日来得很快,在吴海最好的酒家,原先的县政府招待所,现在的吴海大酒店,举行了一场盛大的婚礼。刘光芬和侯永贵都是吴海县本地人,亲戚、朋友、战友、同学很多,整整通知了三天,才将名单上的人全部通知完。

整个婚礼持续到两点钟才结束,多数人就陆续离开了。侯卫东为张远征与陈庆蓉夫妻在宾馆楼上安排了一个房间,典礼及中餐结束以后,两人就到房间休息。

在侯卫东家里,侯家内亲都来了,把小屋挤得满满的。

何勇签了三年还款协议才走出了学习班,在学习班住了一个月,由于喝酒少熬夜少,脸上气色很不错。他拍着荷包道:“小三,你姐夫为了出学习班,弄得囊中空空,这贺礼先欠着,改天我一定还上。”

女人过了30,为何有人是一枝花,有人却成了豆腐渣

31 秋季美容做好三件事

《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。

在秋季,自然界阳气渐收,阴气渐长,气候干燥。人们起居应与气候变化相适应,以免秋天肃杀之气对人体产生不良影响。同时,还要“收敛”体内的阳气,注意滋阴润燥。

秋季,上承盛夏下接寒冬,这就决定了秋天的气候会有夏天的暑热、湿邪,又会有冬的肃杀,而最能代表秋季气候特点的还有一个“燥”。所以,美女们秋季养生养颜,就要注意“润燥”“祛湿”“解郁”。

秋季养生要润燥

“燥”是秋天的主气,渐渐强大的北风会带走空气中的水分,使人体体表的皮肤黏膜水分蒸发加速,容易出现鼻燥、唇干、咽痛、皮肤干涩、皱纹增多等现象。而且,秋燥最容易伤的就是我们的肺气,肺属娇脏,最怕寒、燥,而肺主皮毛,如果肺气失养,不但会影响我们的皮肤,还会出现便秘的问题。而且,肺气失养、燥气上升还会使我们的体内津液大量耗伤,这个时候应该顺应秋冬收藏的规律及时养阴润燥,使体内阳气不至过度外散,以积蓄我们人体所必需的精气和营养。

对付“秋燥”,一定要内外兼养。除了保持室内一定的温度和湿度以外,还应该选择防秋燥的养阴、滋肾、润肺的食物。此外,秋季肌肤的锁水能力大大下降,姐妹们一定要做好保湿功课。

滋阴润肺

对付秋燥,可以适当选服些滋阴润肺的补品或药粥。比如沙参、百合、银耳、芝麻加粳米、冰糖适量煮粥。这里再推荐一款滋养五脏的粥羹——**莲子芝麻羹**。

做法:莲子肉30克,黑芝麻15克,白糖适量。先把黑芝麻炒香,研成末,莲子加水煮1小时,再加入芝麻末、白糖煮熟即可吃。这款羹可以补肝肾不足,预防白发,更可贵的是它还能补养肾阴,减少皮肤干燥以及脾胃阴虚所致的大便干燥。

另外,可以根据个人体质吃些梨、葡萄等多汁又润肺的水果。

秋初的时候要少用葱、姜、蒜、韭菜及辣椒等温燥热食物,否则夏热未清,又生秋燥,易患温病热症。要及时给身体和皮肤补充水分。运动后要多喝水,以保持上呼吸道黏膜的正常分泌,防止咽喉肿痛。若运动时出汗过多,可在开水中加少量食盐,可维持体内酸碱平衡,防止肌肉痉挛。

另外,秋季不但要注意给皮肤补水,更要知道如何锁水。要锁水,除了用含有保湿成分的面膜之外,还要注意在保湿护肤品之外加涂一层丰含油脂的乳霜,可以减少水分蒸发。

早睡早起

早睡可以养阴,早起可以呼吸到秋天早晨的新鲜空气,有利于舒肺,使人体津液充足,秋天的早上是一天当中空气最为湿润的好时候,早睡早起,以利收敛神气,使肺不受秋燥的损害,从而保持充沛的活力。

运动不过量

秋季人体生理活动处于“收”的时期,阴精阳气处在收敛内养的状态,所以运动养生也要顺应这一原则,运动量不要太大,以防出汗过多,阳气耗损。最好选择一些“静功”锻炼。在此基础上,还可以根据自身体质进行相对缓和的运动方式,如广播操、太极拳、瑜伽、韵律操等等。

秋燥之中也要注意祛湿

秋初的时节,夏天的暑气还没有结束,而秋天的雨又很多。阴气、湿气容易损伤脾胃的阳气,所以秋季要给脾胃一个调整适应的时期,可先补一些有营养,又易消化的食物,以调理脾胃功能,比如吃一些祛湿、和胃的膳食:莲子、薏米、冬瓜、山药等。首推的就是“薏米、芡实、山药粥”,最好先用豆浆机打碎之后,在锅里煮上半小时,这样粥里的营养更容易被人体吸收。

秋季养肺,解郁是关键

我国古人很早就意识到,不同的季节对人的情绪的影响,其中“秋郁”就是一个很典型的现象,所谓“伤春悲秋”,并不是文人墨客的无病呻吟,它的产生的确是有一定的生理基础的。

原来,在人的大脑底部,有一个叫松果体的腺体,能分泌一种“褪黑激素”,这种激素能助人很好安眠,但它也会使人意志消沉、抑郁不乐。正常情况下它在白天分泌少,晚上分泌多。特别是充足的阳光能抑制褪黑激素的分泌。

今宵一谜 森林被伐水流失（字） 吴树戈 昨日谜面 财神一到幸运添 谜底 赵福增