



《中国式秘书2》

◆出版社: 天津人民出版社  
◆作者: 丁邦文

《中国式秘书》中,秘书黄一平为替常务副市长冯开岭顶罪,因此被踢出市府,在党校里过上了平淡的生活。《中国式秘书2》中,新任市长到来不久,黄一平又被重新起用,再次成为市长秘书!重新回到权力核心的黄一平处处小心,但还是再次卷入了黑幕交易……

关键时刻安叶为妈妈耽误了工作,彭飞欣慰之余,也心疼,他怎么可能不理解她的心情处境?但实在没有办法,只愿部队的这份认可给她安慰,使她逐步适应。

这时,安叶接着他的话说了自己的事,告诉彭飞她辞职了,以后不用再去上班了。安叶尽管三言两语轻描淡写,彭飞还是急了:“咱家情况报社知道,领导又没说要辞你,你何必——”

安叶打断他:“要换你呢?”彭飞无语。是,换他也是,他也做不到在失去了自己的位置、专业、事业,在失去了那么多之后再失去自尊。想想,小心地说:“安叶,别急,这事我想想办法,我们师的家属工厂——”

之前安叶情绪一直平静,就算是故做的平静,但此刻她做不到了,她失声叫道:“我是中国人民大学新闻系的高材生我的理想是做中国的法拉奇!”泪水狂奔,她一把推开他,出厨房进卧室,咣,关了门。

于建立叫彭飞动员安叶过来,到三团这边来。

于建立现在是三团政委,仍为彭飞领导,但二人职务距离大大缩短。彭飞没能马上回答,这是一件一直以来他极力回避的事情。他为安叶的事情深深内疚。他现在非

聪明女人要做好三件事

看得出来,廖志国对于苏婧婧,或许觉得颇多亏欠,因而才百般迁就、言听计从,甚至有所畏惧。就黄一平亲眼所见,至少有一事足以为证——廖志国烟瘾很大,在阳城工作期间,每天基本保持在五十支左右,几乎达到烟不离手的程度。可是,苏婧婧偏偏怕烟,嗅到烟味就会不停咳嗽。为此,廖志国但凡进了家门,便坚持不抽烟,而且每次回家之前,必在阳城刷好牙,路上也不停咀嚼口香糖。有时,苏婧婧感觉丈夫情绪不对,也劝他到楼上去找个地方抽一支过瘾,而廖志国从来没抽过。抽烟的人都知道,这种举动该要多大的毅力啊!还有,廖志国只要不出差或者没有重要会议、应酬,一般每个星期都会回去,有时中途还委托黄一平跑那么一两趟,专程捎些阳城特产的芦笋、腐乳、麻糕之类,都是苏婧婧的喜爱之物。

对于自己的婚姻与家庭,廖志国在和黄一平闲聊时也偶有提起。不难看出,他对自己当年一路过关斩将,好不容易获得的这个婚姻,感觉十分满足与自豪,毫不掩饰对苏婧婧的欣赏甚至依恋。

“什么怕老婆、妻管严,那都是扯淡!你说,这样艰苦努力得来的爱情,你能不珍惜吗?没有爱,没有感情,你能怕得起来?再说,她那样柔弱一个女子,你忍心让她生气、难受?嗯?”

黄一平听了,莞尔一笑,表示赞同。

当然啦,数落归数落,强势归强势,苏婧婧对廖志国还是非常体贴、关心,这从廖志国的衣着上就能看出来。

廖志国虽然出身农村,却一点也不看不出当年的土气,这全赖于苏婧婧的精心料理。现在的党政官员,虽然不像解放初期和“文革”前那样单调了,可除了西装就是夹克,领带不是大红就是纯蓝,还是难免古板。廖志国的衣着,因为有个艺术家的妻子,就显得与周围官员很不一样。譬如,身为市长坐在主席台上,穿着与大家都一样深色的西装,别具一格之处却在一条米色围巾或者鹅黄领带上,一下就使他从人群中跳了出来,气质、风度提高好几个档次。这种搭配,完全是由苏婧婧主导与操办,不可随意,更不容错乱。因此,苏婧婧时常

会特别交代黄一平,记得提醒廖志国,什么衣服搭配什么鞋子,何种领带搭配何种衬衫,等等。

另外,苏婧婧还喜欢帮廖志国织毛衣,也喜欢亲自下厨做他爱吃的菜。有一次,黄一平应邀带着汪若虹,小萌到阳江玩,苏婧婧对汪若虹说:“一个聪明女人要想掌握住男人,关键做好三件事:一是管住他的钱,二是照顾好他的胃,三是装扮好他身上的衣。别看女人手里这一根针、一团线,看似织的是一件普通毛衣,其实织的却是天罗地网,最终网住的是他的心。”

汪若虹听了如风过耳,傻傻一笑了事,回家后还当笑话讲与丈夫。黄一平听了,却感慨万千,不由对苏婧婧心生佩服与敬畏。他想,有这样的妻子,何愁丈夫不听话与就范。

正因上述特殊的历史背景,加之苏婧婧的精心经营,才决定了她强烈的干预、支配欲,而这种欲望不可避免地延伸到官场。

苏婧婧知道很多官场上的人和事,也喜欢谈论这方面的情况,而且黄一平发现,苏婧婧的那些议论,并不是随便说说。但凡苏婧婧

表示过好恶的事情,廖志国马上就会有直观的反应。那个“鲲鹏馆”工程,就是苏婧婧不满于冯开岭在阳江的表现,撺掇丈夫还手的结果。对此,苏婧婧也毫不讳言:“我这个阳江闲人,帮你们阳城出了不少点子哩,阳城人民可别忘记军功章上有我的一半哟!”

苏婧婧喜欢过问阳城的政事,却坚决反对廖志国在阳城收受人家的钱物。为此,她一再叮嘱黄一平帮助把关。感觉上,她的态度相当真诚,语气也很坚定。可是,有一点却令黄一平有些狐疑:苏婧婧一面担心廖志国在阳城交友不慎,一面又多次希望黄一平带人来家里做客。本来,他也觉得可能是客套话,没有在意,可是后来有几次,黄一平到省城出差途经阳江,或是趁着往阳江送东西的机会,顺便带过几个人上门,苏婧婧还真是非常热情,不仅留下吃饭、喝茶,而且邀请客人再来。如此,黄一平慢慢感觉到,苏婧婧并非要把丈夫置于清水之中,她只是不希望丈夫在阳城惹是非,说到底还是控制欲在作怪。

刚才关于出让藏品的一番话,黄一平更是茅塞顿开,终于明白苏婧婧的意思了:她的那些宝贝藏品需要脱手,而且需要假自己之手寻找下家。

没了纽带,整个人顿遭社会遗弃

常忙,由一大团大队长到三团任副团长,他不仅要熟悉团领导工作,业务上还要从学员做起,从运七改装伊尔-76。

彭飞开门进家,一股熟悉的家味儿扑鼻而来,亲切,温暖,感伤。从去三团后这是他第一次回家,小半年了。正是幼儿园接孩子的时间,安叶不在。家中还是原来的样子,冬冬房间还是那么乱,满地玩具。客厅写字台桌上一摞纸引起彭飞注意,走过去拿起,“安叶简历”四个二号黑体字惊心触目。

真正离开报社安叶才知道,她离开的不仅是报社,还是与社会联接的纽带,没了那纽带,整个人顿遭社会遗弃。彭飞边听安叶诉说边思考,她一个三十多岁的孩儿他妈,跟一帮年轻大学生争挤,从递简历开始,不说心情,说前景——没前景!思考后他郑重建议:重回报社,瞎撞难有出路。

彭飞私下约见丁洁,想请她帮忙让安叶重回报社工作。丁洁说这事须报社老总出面,她可以帮彭飞约见报社老总,现任老总姓孟。

孟总去外地了,周三回;师演

习协调会周二上午结束,结束后彭飞理应立即返回团里传达会议精神,左思右想,给团长打电话请假晚回去一天。电话中团长说这事得跟政委碰一下,“碰”的结果是,不准假。再请,仍不准。

彭飞按时返部。先去团长那报了到,后去的于建立那,他估计于建立不会轻易放过他。果然,见面后三句话没完于建立就开始了:“不要以为你立过一等功,你是全师最年轻的副团,就可以松口气放任自己!请假一次不准,还请二次!团里等着你回来传达会议精神、部署演习方案,你却为自己家里那点事黏黏糊糊没完没了!你家属的情况没什么特殊,普遍情况!别人都能做到她怎么就做不到?还是你工作没做到家嘛,一味放任纵容不行,男人就得有个男人样,该硬时就得硬起来!”

冬去春来,安叶求职屡战屡败。

丁洁意外打来电话,约安叶见面。见了面丁洁才告诉安叶,报社要闻部主任马上退休,因为要闻部非常重要,丁洁就想到了安叶,她

想请安叶回报社上班。

安叶先是一震,又慢慢沉静,慢慢道:“……不麻烦了吧。”没有主语宾语,意思明了,令丁洁抱愧;跟聪明人无须解释,她对安叶直截了当:“安叶,没了你我才知道你有多么好使,我这样做不是为你是我;我呢,是为工作,为工作网罗人才见贤思齐一片冰心在玉壶!”

安叶被逗笑,笑得泪都出来了,泪水越来越多。分手时,丁洁希望安叶能早上班,越早越好。

安叶有些兴奋地回到家,毕竟她又可以开始自己喜欢的工作了。但意外的是,她发现彭飞在家,刚回来,这会儿正躺在双人沙发上看天花板。

这很反常。有一段时间了,感到腿痛,刚开始没在意,后来痛到踝舵都使不上劲了,方去354医院检查,给出的检查结果是:游走性关节炎;结论是:不适合继续飞行。他不信,团里、师里都不愿信,让他去上级医院检查,最终,北京空军总院给出的结果与结论,与354医院一致。

34



《成长》

◆出版社: 作家出版社  
◆作者: 王海鸰

“中国婚姻家庭小说第一人”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!

叫做“社稷”。“社”是祭祀的意思,“稷”是什么?是小米,就是最好的谷物。大家说这小米和小米、白面不可比拟呀,那是粗粮啊。我们中华民族看这个谷物,跟西方不一样,不是看里边有多少蛋白质,多少脂肪,而是看这个谷物具有多么强的生命力。

小米在任何贫瘠的土地上都能生长,一碗小米种在地下是一大片,每一粒小米就是一个生命,有着极强的生命力。八路军伤员在太行山上靠什么养好的?小米汤。女同志为什么生完孩子都得喝小米粥?就是因为小米具有丰富的营养,可以给人以极强的生命力。我们的祖先几千年来,都是以纤维性食物为主,是以五谷杂粮为主的。这是几千年的遗传基因。

我们小时候经过困难时期,那时候没有那么多高血压、高血脂、糖尿病,更多的都是浮肿,营养不良。近30年来,随着改革开放的深入,拿着老祖宗给你消化纤维性食物的肚子,天天去对付什么牛排呀、鸡腿儿呀,对付那些西方的食品,人家几千年就是吃肉的祖先,是吃谷物的,《黄帝内经》里讲:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充。”我们的祖先,拿最好的食物供奉上天,我们把国家

是人类,就离不开饮食的问题。

孔子说过“饮食男女者,人之大欲也”。饮食是人类生活中不可缺少的。我们中国人创造了用筷子来吃饭。筷子反映了“一阴一阳谓之道”的理念。两根筷子,给你的时候是合二为一,叫做一双;用的时候必须一分为二,真正想夹东西的时候,必须一个动,一个不动。动者为阳,静者为阴,“一阴一阳谓之道”。“道生一,一生二”,这一阴一阳的动作状态,就是“三”,“三生万物”,到“三”的时候,什么瓜子儿、芹菜、韭菜全能夹起来了。

中国人的思维和西方人的思维是不一样的。西方人吃饭得用两只手,一手拿刀子,一手拿叉子,一就是一,二就是二,所以他们的思维和他们的用餐习惯是直接相关的。

从筷子和刀子、叉子的文化中,我们可以看到东方人的饮食结构,是以纤维性食物为主的。我们的祖先,是吃谷物的,《黄帝内经》里讲:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充。”我们的祖先,拿最好的食物供奉上天,我们把国家

状态,久而久之,脂肪肝就来了。很多长期上夜班的患者,他们饮食很清淡,像报社的编辑,他们常年白天睡觉晚上工作,高血脂、脂肪肝全出来了。这跟他们的饮食结构没有直接的关系,而和他们的作息 time 有关。奉劝所有爱熬夜的朋友们,为了你的健康,好好调整一下你的生活状态,最好23:00以前睡觉。早点儿起没关系,因为肺主一身之气,起来了,洗个澡,出去活动活动,会觉得一天非常精神。

人和自然界是个统一的整体,《黄帝内经》里讲:“顺四时则生,逆四时则亡。”想跳出这个环境是不可能的。只有很好地顺应自然环境,才能达到养生的目的。

第二个问题我想讲讲饮食的问题。

维持人的生命,饮食是非常重要的一个手段,不论什么民族。爸爸妈妈给你的先天之气再好,7天之内没有后天水谷之精气的维持,你的先天之气就用完了,你就死了。这个元气是靠水谷之精微来维持的。所以任何一个民族,只要你



《首席专家话健康》

◆出版社: 人民军医出版社  
◆作者: 王琦、王新陆等

本书由中华中医药学会组织11位首席健康科专家编著。王琦、王新陆等11位专家长期从事中医药临床、教育和科研工作,对中医药文化和中医养生保健有着深刻独到的理解。本书从生活中的日常小事入手,解读中医养生智慧精华,读来倍感亲切,在轻松的感悟中学习养生调病之法。

节饮食

半夜23:00~1:00的时候,人的阳气开始初生,逐渐增强,一直到正午11:00,阳气最旺盛;一到午时,阴气初生,到半夜的23:00阴气最旺。所以子时和午时,一个是阳气初生的时候,一个是阴气初生的时候,它们初生的时候都很弱小,就像我们一年四季中的冬至与夏至,这时候如果你很好地保护它们,有生,就有长、化、收、藏;如果在生的时候就消耗了,那么它的长、化、收、藏就谈不上。

我们古人提倡吃两顿饭,不是因为没粮食。早上9:00左右吃一顿,下午15:00~16:00吃一顿。早上9:00左右是胃经最好的时候,脾胃的状态最好,下午15:00是小肠的状态最好的时候。

我们现在很多老总,都等到晚上22:00开会,23:00~1:00是胆的功能最好的时候,1:00~3:00是肝的功能最好的时候,3:00~5:00是肺气最旺盛的时候。肝胆这两个脏器,是脂类代谢的重要脏器,如果这时候还处在工