



责编/任波 美编/吴志立 校读/欧艳

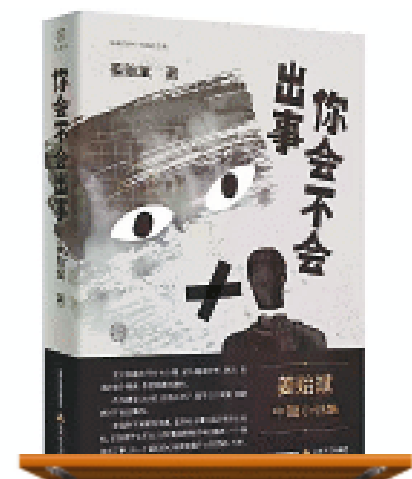
# 关于欲望的N条出路

● 谢放

“这时，董子仔细地看了看王淑娟，发现她近段消瘦了许多。心想，她带个嫩毛毛也的确不容易嘞，日里夜里都要操心。他有点心酸，说：“王淑娟，你也要注意身体。””(《跟老鼠说声拜拜》)董子下岗后心情很差，一度 and 老婆王淑娟到了水火不容的地步，直到他自以为找到谋生方式后，夫妻二人的关系才缓和。看来真是这样，人只有在自己过得稍稍如意的时候才可能有心情、时间、精力去关爱别人——爱人的前提是爱己。

“我想，等到老子找到事情做了，我就要愤怒地质问老婆，你男人到底有没有用？她如果嘴硬，我就要狠狠地扇她一个大耳光。其实，我跟她结婚这么多年了，一根指头也没有动过她，为什么到了这把年纪，却想起要抽她的耳光了呢？”(《我在城里的抵抗》)“我”在丢掉工作后，脾气、性格爆改，虽然“我”也反思，但却想不到“贫穷是原罪”。

姜贻斌先生的作品聚焦社会底层人物的生活状态，描绘他们的喜怒哀乐、得失荣辱，以及在困境中的挣扎与抗争。这种对普通人命运的关注和对生活本质的揭示，使得作



《你会不会出事》/姜贻斌 著 /北岳文艺出版社/2024年10月

品具有强烈的现实意义和人文关怀。小说中的人物形象鲜明、立体，他们的性格特点、内心世界和行为逻辑都刻画得细致入微。

然而就欲望而言，我觉得姜先生的小说也有矛盾之处——并未为读者指出欲望的出路：究竟是有欲望的好、没欲望的好，还是压抑欲望的好？或许，欲望本没有出路？



最近我细看了姜贻斌先生新出版的中篇小说集《你会不会出事》，觉得有人说的“姜贻斌先生笔下的人物都是悲剧”不对，我觉得至少这中间还有一个正剧。然而也确实如他所说，每篇主题都绕不开“不幸”。

我再一一检点，似乎所有的不幸都和欲望有关。有的人是因为有欲望而堕入深渊，比如《雪白的月亮》《我们是亲戚》；有的人是因为放弃欲望而堕入深渊，比如《十月怀胎》；有的人是因为压抑欲望而堕入深渊，比如《跟老鼠说声拜拜》《你会不会出事》；当然，更有人在坚守欲望的底线，比如《我在城里的抵抗》。

马斯洛的需求层次理论说，人的需求分为生理需要、安全需要、爱和归属需要、尊重需要和自我实现需要。可惜的是，我未曾从全书里看到哪个主人公有自我实现的需要。所有的主人公都在生理需要、安全需要、爱和归属需要、尊重需要方面拼命。这是不是很值得我们深思？

能令人深思的小说，其作者一定有深厚的生活底蕴。当然，作为一位著名作家，姜先生也必定不缺精湛的叙事技巧。

“金晓英可怜地坐在凳子上，双手捧着脸，呜呜地哭起来，话语连着哭泣声，从手指缝里流出来，在灯光下发着光芒。”(《十月怀胎》)写出这样句子的姜贻斌先生，仿佛不是一位作家，而是一位画家。

## 新时代的财富机会

● 戴劲

著名品牌战略专家、央视品牌顾问李光斗新书《财富大变局》最近在长沙举行新书发布会。

本书围绕新时代的财富机会展开，全书共十章，财富的变迁、财富大趋势、经济新动能、财富新思维、新财富革命、文旅的黄金时代、如何搭上财富快车、新财富王国、品牌创富大趋势、新财富对话。

在书中，李光斗提出，百年大变局也是财富大变局，财富的产生、流动、分配、消耗和传承方式都在发生巨大的改变。科技的跃迁，技术的更新，都要求中国的企业和企业家人作出深刻的改变。中国品牌正在摆脱低质、廉价的标签，向中高端化发展。从新质生产力到新质财富再到新质品牌，一系列变动将为中国经济跨越式发展提供新的发展路径。



《财富大变局》/李光斗 著 /中国财富出版社/2024年8月

## 健康



漫画/何朝霞

### 看似无害的水果和零食，也是患肛肠的因素

谢彪表示，保持合理的饮食习惯，是防止肛肠疾病的关键。许多看似无害的水果和零食，实际上也可能引发身体不适如肛肠疾病。

例如，巧克力的过度摄入可能导致便秘；葡萄含有的单宁酸具有收敛性，过多食用容易引起便秘。此外，薏米和芡实，作为常用且兼具食疗功能的中药材，具有健脾、利湿、消肿等效能，广泛用于缓解脾虚、湿盛导致的胃腹不适、呕吐、腹泻等，但摄入过量可能导致便秘。

食用过多的热性或酸性食物，可能使大便变得干燥。避免过度摄入牛肉、羊肉、桂圆干、荔枝干等温性食品，因为它们可能触发肛周脓肿或加剧痔疮发作。冬日里，有些人喜欢饮用药性偏暖的酒，或在烹饪中大量使用花椒、茴香、桂皮、胡椒等刺激性香料，也要注意适

度，以防肛肠问题。为缓解便秘，人们可以选择食用黑芝麻、核桃这类具有润肠功效的食物。这些食物可以磨成粉或制成糕点食用，但炒制后的黑芝麻和核桃性质偏燥，应适量食用。喝枸杞子茶有助于缓解便秘，对于睡眠不佳的人，加入一些菊花可能会有所帮助。

对于有家族肠道病史的人群，定期进行肛肠疾病检查非常重要。例如，有息肉或肿瘤家族病史的人，如果出现便血等症状应特别留意，并及时就医。即使没有明显的肛肠症状，这类人群在40岁后也应定期做大便隐血测试，并根据需要进行肠镜检查。

谢彪提醒，对于便秘，不宜随意服用泻药。便秘由多种因素导致，医生会根据患者的具体情况制定治疗方案。

生介绍，吃了膏方后每天上厕所特别难受，大便干燥要蹲半天，肛门还疼痛难忍。

肛肠科门诊医生检查后，诊断李先生患的是陈旧性肛裂，主要是吃了大补的中药，导致便秘诱发了肛裂。医生介绍，进食膏方之类的补品，首先要请中医师进行体质辨证，膏方并非人人适宜，尤其是肛肠科患者，一旦补过了头，容易引起消化功能紊乱，导致便秘和腹泻，引发肛肠疾病或致使旧病复发。

分患者并发肛周湿疹；瘻管堵塞时出现疼痛；肛周可见乳头状突起或肉芽组织隆起于外口，按压有少量脓性分泌物溢出等典型症状，形成长期且难以解决的问题。

近日天气寒冷，肛周科门诊接诊的患者显著增加，这一趋势可能与夏季累积的热毒在冬天发作有关，或与冬季人们饮食习惯的改变相关。

此外，摄入大量热性食品通常会引便秘。不过，根据个人体质的不同，有些人可能会经历相反的症状，如腹泻。人体对食物的反应各异，这种差异反映了每个人独特的身体构造和健康状况。了解和尊重自己的体质，选择适合自己的饮食习惯，是维护消化系统健康的重要一环。

# 庭院生幽梦，窗外夕阳红

——读琼瑶《我的故事》

● 刘小兵



《我的故事》/琼瑶 著 /作家出版社/2024年10月

### 童年的教育来自战争

4岁时，琼瑶随父母回到衡阳乡下，度过了人生中最美好的童年时光。随着日军战火烧到衡阳，琼瑶一家开始逃难，她亲眼看到侵略者烧杀掠夺的残暴行径。随着岁月稍长，琼瑶更懂得了家与国的重要性，书中，她无不深刻地写道：“我的国家民族观念，就在这枪口下建立起来的。所以我常说，别的人童年的教育来自学校，我童年的教育，却来自战争。”“随着战事吃紧，琼瑶又坐在挑夫的箩筐里，紧跟父母逃难的步伐，再次回迁四川。行进的路途中，他们一家遇到了刚毅勇敢、乐于奉献的曾连长；邂逅了深明大义、忠贞报国的老县长。正是得到许许多多好心人的帮助，琼瑶一家从骨肉分离的窘迫中走出来，重新团聚在一起。1949年夏，琼瑶随父母由大陆赴台生活。16岁时，琼瑶以笔名心如发表小说《云影》，25岁时出版首部长篇小说《窗外》，自此开启了一个情梦织就的琼瑶时代。

### 分享自己的爱情秘史

爱是琼瑶作品中永恒的主题，她的典藏之作常常充满对爱情的理想化追求，描绘了许多年轻人对爱情的憧憬与渴望。在她的笔下，爱情不仅是生活的调味品，更是人生的意义所在。作为一本真实还原作家身世的《我的故事》，琼瑶不但回顾了她坚忍执着的奋斗历程，还坦诚地向广大读者分享了自己的爱情“秘史”。中学阶段因为爱好文学，情窦初开的她深深爱上了教国文的蒋仁老师。之后，由于母亲的坚决反对，这段惊天动地的爱情才戛然而止。21岁那年，接连两次高考落榜的琼瑶，与同样喜爱文学的庆筠携手走进了婚姻的殿堂。然而，随着《窗外》的发表，两人的缘分也走到了尽头，这段纷争不断的婚姻仅维持了短短的4个年头。后来，已至不惑之年的琼瑶，毅然冲破传统世俗的束缚，与出版家平鑫涛组建起新的家庭，在40年的相知相守中，平鑫涛的热情鼓励和鞭策，让琼瑶的创作灵感汩汩流淌，更让他们共同打造的文学版图，日益辽阔而深远。



三湘名医在线

# “火热”饮食虽驱寒 当心激发肛肠疾病

寒冬时把火锅和辛辣食物当成家常便饭 易形成热毒蕴结于体内从而诱发系列肛肠疾病

● 长沙晚报全媒体记者 杨蔚然 通讯员 陈婷

大雪节气后，天气越来越冷，很多人选择食疗进补以增强体质，或者选择火锅等辛辣食物以驱寒。湖南中医药大学第二附属医院(湖南省中医院)肛肠五科主任、主任医师谢彪表示，不同体质、不同年龄的人群，不一定适合同一种食疗方法。如果进补不慎，非但起不到养生的作用，反而会因补益不当或是嗜食辛辣，形成热毒蕴结于体内，诱发一系列肛肠疾病。面对寒冬，为避免身体出现“难言之隐”，饮食方面要避免“火热”的陷阱。

### 任性吃火锅，小伙不得不接受肛肠手术

小王特别爱吃火锅，冬天一到，火锅便成了他的家常便饭。最近连着吃了一周之后，不仅拉肚子，还便出一池鲜血……这可把小王吓坏了，当天就请假到湖南中医药大学第二附属医院肛肠科门诊就诊。

检查之后，医生发现小王的痔疮已经发展到第三期，直肠内还有4颗大小不均的息肉，需立即动手术切除。医生告诉他，肛肠疾病的发生与大家的生活方式、饮

### 进补不慎辛辣食品过量，易引发肛肠疾病

能发生，及时就医治疗至关重要。

冬天，对于痔疮和便秘患者，肛裂成为一个常见的问题。摄入过多辛辣食物或温补类药物，会使大便变得坚硬、干结，容易引发肛裂，伴随出血和强烈疼痛的症状；还有可能引发肛周脓肿、肛痿。肛门周围的脓肿特征，包括区域肿胀、疼痛，有重症或异样，可以感觉到一个逐步变大的肿块，有时伴有轻微发热。这种由感染引起的疾病，早期介入治疗能有效缓解病情。但很多患者在初期未能足够重视，直到症状红肿、剧痛或发热变得显著时，才去就医。

如果未能对肛周脓肿进行有效管理，还可能演变为肛痿，主要表现为肛痿外口持续或间断流出少量脓性、血性、黏液性分泌物；分泌物刺激肛周皮肤引起瘙痒，少部

分患者并发肛周湿疹；瘻管堵塞时出现疼痛；肛周可见乳头状突起或肉芽组织隆起于外口，按压有少量脓性分泌物溢出等典型症状，形成长期且难以解决的问题。

近日天气寒冷，肛周科门诊接诊的患者显著增加，这一趋势可能与夏季累积的热毒在冬天发作有关，或与冬季人们饮食习惯的改变相关。

此外，摄入大量热性食品通常会引便秘。不过，根据个人体质的不同，有些人可能会经历相反的症状，如腹泻。人体对食物的反应各异，这种差异反映了每个人独特的身体构造和健康状况。了解和尊重自己的体质，选择适合自己的饮食习惯，是维护消化系统健康的重要一环。

## 熬夜劳累加顶风骑车上班 男子面瘫了

风寒邪气乘虚侵袭面部神经易发生面瘫

长沙晚报12月10日讯(全媒体记者 杨蔚然 通讯员 卢佳岑 张璋)大雪节气一过，天越来越冷了。家住望城区的王先生(化名)仍坚持骑车上班，加之熬夜劳累，近日早上醒来脸歪了，嘴角也歪斜，一只眼睛还无法紧闭，吓得他赶紧到湖南航天医院就医。

湖南航天医院康复医学科主任、主任医师刘人杰详细询问了王先生的发病过程，考虑为面瘫，随后为患者进行了针灸等对症治疗。

刘人杰介绍，面瘫临床上称面神经麻痹，其发病原因很多，一般根据发病部位分为中枢性面神经麻痹及周围性面神经麻痹。其中，周围性面神经麻痹相对症状更重，根据发病原因分为：生活中最常见的、发病率最高的“贝尔面瘫”，多

于受凉、单纯疱疹病毒感染后发病；面部带状疱疹病毒感染，可同时出现带状疱疹与面瘫的症状，称为“亨特面瘫”；还有肿瘤压迫或颌面部外伤导致的面神经损伤。中枢神经性面瘫是由脑血管病变及脑部肿瘤所致。

中医认为，气温下降，风寒邪气乘虚侵袭面部神经，容易发生面瘫。针灸作为一种“从外治内”的治疗方法，具有疏通经络、调和阴阳、扶正祛邪的作用。上述患者

通过针灸辅以口服中药、电刺激、穴位点按、推拿等中医治疗后，渐渐恢复了正常的面容。

面瘫需要积极就诊，周围性面瘫一般可在3周左右自行恢复，但仍有留存后遗症的可能，积极治疗可有效缩短恢复时间、降低后遗症发生率；其他面瘫无法自行恢复，需尽快就医。总体治疗原则，建议采用中西医结合治疗。急性期，多休养，减少不良刺激，加强神经保护；恢复期和后遗症期，积极进行神经修复，适度激活休眠神经，促进神经良好再生；内外兼治，科学康复训练与治疗，进行全面的神经修复。

刘人杰提醒，寒冬时节要注意防寒保暖，尤其是在大风天气下，外出应佩戴口罩，有晨练习惯的老人应避免顶风锻炼。冬季由于气候干燥，人体易缺水，导致血液黏稠度增加，因此清晨醒来时，不建议迅速起床，可等身体被完全唤醒，感觉四肢有力后再进行日常活动。此外，要确保充足的睡眠时间，熬夜是直接诱因，劳累后机体抵抗力下降，潜伏在空气或者皮肤表面的病毒乘虚而入，侵犯神经。在饮食方面，应以清淡、易消化的食物为主，少吃海鲜等生冷食物，可适量饮用生姜红糖茶、红枣粥等暖胃药膳，提高机体的抵抗力。