

一阵急促的电话铃声把夫妻两个从梦中给惊醒了。她嘟囔了一句：“讨厌！”随后换了个睡姿，把脊背给了他。他打开床头灯，睁开惺忪的睡眼，看了一眼墙上的石英钟，正是午夜12点钟。刚搬进新房没多久，电话没来得及装分机。电话还在客厅固执地响着。她用身体扛了扛他，意思是让他去接电话。他犹豫了一下，刚掀开被子，寒气就迅疾扑向身体，他不由地打了个冷战，忙又钻进温暖的被窝里，一边说煤火可能又灭了，冻死人了。她没有吭声，她也不想去接这个电话。好在，电话又响两声就停了下来。这时，两个人都觉察到窗户被风吹得呱嗒呱嗒响，甚至听到了高压电线在寒风中“呜呜”的叫声，鬼哭狼嚎似的骇人。两个人一下子都忘了睡觉。

小偷，怕什么？咱两个都在家呢。他说是不是有人闲得无聊，打的骚扰电话？她说咱都是良民，又没得罪人，谁会骚扰咱？哎，会不会是你的那帮哥们儿们？

● 小小说

午夜电话

侯发山

他皱了一下眉头，说现在三更半夜的，也不是喝酒、打牌的时间啊？他们也不会给我开这样的玩笑，肯定不是哥们儿打的。她说那会是谁呢？他说是不是你的那几个姐妹们？她说好气说现在不是喝酒、打牌的时间，肯定也不是逛街、美容的时间啊？

她见他不说，心里酸溜溜的，冷冷地说怎么不说话了？是不是心里有鬼？他故作镇静地说胡说什么呀？那个小姐我也不认识。就算我有贼心，也没贼胆啊。他说话把她兜到了怀里。她偷偷乐了一下，说那会是谁的电话呢？他忙岔开了话题，说是不是有人打错了？她说电话响了那么长时间，不像是打错的电话。

他疑惑地说，这个电话会是谁的？难道是偷，是侦探一下家里有没有人？她嗤之以鼻，说电话刚装上没一个月，小偷怎么会知道？真要是

白菜，属于十字花科，是地道的“中国产”。考古发掘西安半坡遗址出土的陶罐中，就曾发现过白菜籽，这说明我国栽培白菜的历史起码在6000年以上。我国古代称白菜为“菘”，俗称包菜、黄芽菜，民间有“百菜之王”美称。历代文人对白菜称赞有加。宋诗人范成大在《田园杂兴》中写道：“拔雪挑来

含维生素C、E，多吃白菜有利于护肤养颜。白菜中含钠量很少，不会让机体保存多余水分，可以减轻心脏负担。中老年人和肥胖者，多吃白菜有利于减肥。白菜中所含的果胶，还能帮助排除人体多余的胆固醇。以画虾闻名的国画大师齐白石先生也爱画白菜，他有一幅写意



粒粒皆辛苦 王天羽

寒冬之季话白菜

马佳

场地松，味如莲藕更肥浓。”苏东坡也有诗云：“白菘似羔豚，冒土出熊蟠。”他将白菜比作味美的羊豚、熊蟠了。古代的白菜原是散叶型，到宋代才被改良为结球包心型；到元末明初，又出现实心大白菜，最大颗的白菜竟长到十几斤重，被誉为菜中的“神品”。清朝光绪年间，山东胶州出产的大白菜还漂洋过海送到日本东京博览会展出，白菜也从此传入东瀛。

大白菜图非常著名，他在画上题句道：“牡丹为花中之王，荔枝为百果之先，独不论白菜为蔬菜之王，何也？”白菜为“百菜之王”的美誉也因此大为传诵。台北故宫博物院每天展出数千件国宝，最受观众追捧的两件镇院之宝就是翠玉白菜和东坡肉形石了。白菜的吃法很多，诸如醋溜白菜、白菜炖豆腐、果汁白菜心、扒肥肠白菜、虾仁白菜、口蘑白菜、蟹黄扒白菜、回锅肉白菜、白菜粉条炖肉和海带白菜汤、白菜豆腐汤、白菜滑肉汤，等等，猪肉白菜饺子和白菜馅包子也是不错的选择，四川泡菜、韩国泡菜更离不开白菜了。重庆火锅口味麻辣，火锅中加入大白菜有助于降火清肺。白菜好吃又便宜，养身又养颜，寒冬来临，何不多吃点白菜？！

早在汉朝，张仲景的《伤寒杂病论》就对白菜的营养价值有所记载。明代名医李时珍在《本草纲目》中更写道：“菘性晚凋，四时常见，有松之操，故曰菘。”中医认为白菜微寒味甘，具有养胃生津、除烦解渴、利尿通便、清热解毒等功能，是补充营养、净化血液、疏通肠胃、预防疾病、促进新陈代谢的佳蔬，适合大众人群食用。民间则有“鱼生火，肉生痰，白菜豆腐保平安”之说。

美国纽约激素研究所科研人员发现，中国和日本妇女乳腺癌发病率比西方妇女低得多，常吃白菜应该功不可没。研究发现，白菜中的微量元素能帮助分解同乳腺癌相联系的雌激素。而白菜中的纤维素不但有润肠、促进排毒之功，还能促进人体对动物蛋白质的吸收。冬季北方气候干燥，凛冽的寒风对人的皮肤伤害很大，而白菜富

雪

言午

漫天飞舞舞绿城，银装素裹万象生。分外妖娆好美景，戏雪留影好心情。己丑年九月二十六日，郑州遭遇五十年不遇的一场大雪，但人们心情还是很好。

上海 下 五 洋 捉 鳖 上 九 天 揽 月 海龙 书法

在健康食品名单中，甜菜也位居其列，它是一种功能强大的解毒药，能清除血液中的毒素。甜菜之所以闻名遐迩，可能源于它盛产于俄罗斯高加索地区，而在那里尽管人们把伏特加当“饮料”，但百岁老人随处可见。一些专家认为，俄罗斯人喜欢吃腌甜菜、罗宋汤或甜菜汤，或许是他们长寿的秘诀。动物实验证实，在甜菜中找到了一种叫做甜菜红素的色素，它能轻度升高一种酶的水平，这种酶在肝脏中具有防癌作用；同时甜菜红素还有助于抵御其他疾病，如结肠癌。人们认为这种酶能将致癌物质排出体外，具有解毒作用。

甜菜是护肝圣品吗 安那海德·奥康纳 消化甜菜红素；它只是顺道经过消化系统，故而可能对肝脏作用甚微或根本没有作用。值得一提的是，甜菜中还含有各种能抵御疾病的抗氧化剂，如胡萝卜素、类胡萝卜素和类黄酮。不过，这些抗氧化剂在其他许多水果和蔬菜中也能找到。甜菜也许会对于肝脏有益，但我们大可不必太执着于它，毕竟身边的许多美味也毫不逊色。

猎头局中局2

喻涛

之部，也是终终篇。随着情节深入，商战升级，人物命运一波三折。之前只露出一角的冰山渐渐显出了全貌，隐约的线索牵出了出人意料底牌，颠覆了读者的习惯性猜想。作者在本书中总结的人力资源“七种秘密武器”不仅是猎头和HR的工作技巧，更是普通职场人士的生存智慧。作者对普通人的职场变局阐发了独到而深刻的感悟，人力资源从业者和职场人士都会从中受益良多。

糖果之一，从上海城隍庙传入，小商贩仿上海做法，原料倒是纯白糖、红梨熬制而成，加入丁香、豆蔻、玉桂、陈皮、当归、熟地等多味中药材，确有健脾润肺止咳之功效。

老郑州卖梨膏糖的

杜丰芮 王瑞明

“其声悠扬嘹亮各具特点。往往说唱到高潮时，等卖糖人同观众的情绪融为一体时，他按下不表，即把箱子里的梨膏糖取出来，开始卖糖了，有人此时想走，他便会说些：“我要卖糖啦，你要撒尿哩！”让你听了不好意思走，当然免不了要掏钱买些梨膏糖。所卖的梨膏糖，系传统的中式



坝上雪 彭力摄影

靳征在一天下午来到我的办公室，他没敲门，直接走到我跟前拍了拍桌子。我吓了一跳，猛地抬头看到他憔悴的脸。“怎么了？”“我来看看我妈。她那个人就是固执，不见我。”说完他一屁股在我的椅子上坐下，“左娟，你说这事儿该怎么办？我就这么一个妈，总不能真把她气死吧。”“你干吗那么冲动就跟丁慧敏结婚！我早说过，你帮不了她，现在怎么样？把自己绕进去了吧。”他终于叹息着低下头去，“好吧，我承认自己当时太冲动了……”他仰起头来看着我，“我想跟慧敏说说……离婚的事儿……”我和陈茜一直担心的事终于还是发生了。我努力压抑着内心的恼怒对他

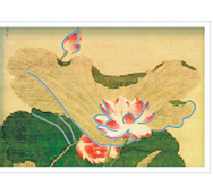
说：“靳征，你不是应该对丁慧敏负责到底？当初人家并没有指望你能帮上什么忙，人家慧敏已经做好了应对麻烦的准备，人家当初是准备把孩子做掉的，是你跳出来，你把胸脯拍得震天响跟人家说‘多大点儿事儿啊，不就是个孩子嘛，我娶了你，孩子生下来不就能上户口了嘛！’好，现在人家慧敏按你说的做了，人家对你感恩戴德，她妈要不是因为知道了慧敏跟你结婚的事儿太兴奋，根本就不会死！事情弄到这一步田地了，你后悔了，你反过来说自己当初太冲动、你帮不了慧敏……靳征，你是不是有点儿太孙子了？”

他忽然捧着脸哭出来，“我以为我能帮得了慧敏，我……我当时看见她那样我也觉得特别难受，我想帮她，我说出来可能你都不信，那天陪着慧敏买戒指和新衣裳的时候我甚至都想就那么跟她过一辈子算了，反正娶谁不是娶啊，可是真不行左娟，我真做不到……你也看见了，我妈都气成这样了，再说……再说我心里老想着章晓雯……”男人一旦懦弱很容易被女人看不起，我想叫靳征滚蛋，看着他六神无主的模样却又追下心来。

“唉，”我叹了口气，“我知道你现在很难受，可是这个时候你跟慧敏谈离婚，她会怎么想？你现在承认自己一时冲动了，你让慧敏陪你玩了一场不成？你让慧敏用这么大的悲痛成全你当个顶天立地的男人的理想不成？”靳征很长时间都低着头不说话，直到章晓雯一阵风似的走进

地久天长

庄羽·著



连载

“巴图，妈妈说过了，你该放回去。”他慢慢走开，把它放回去了。回家的路上宋丹丹许诺儿子：“如果下个礼拜你在幼儿园表现好，妈妈带你去买。”当然巴图那个星期表现很好，然后他得到了那只狗。但是有一天姥姥告诉宋丹丹，巴图在电话里对姥姥说：“我的妈妈托(特)别穷呀，我的妈妈没有钱。”

从那时到现在，巴图已经成长为一个十几岁的青年了，但他再没有因为想要一样东西得不到而哭过。他非常随和的性格，他几乎从不“自我中心”。这让宋丹丹特别引以为傲，更为自己的教育得当而小心地得意着。

3. 年轻者上天堂，给孩子一个装满爱的热气球 巴图在六岁之前，生活在和睦温馨的家庭中，爷爷若若诚、父亲英达、母亲宋丹丹都是被媒体关注的公众人物，他经常跟父母一起接受媒体的采访，是个幸福得让人羡慕的孩子。

六岁生日之后，宋丹丹与英达婚姻解体，巴图先随父，后跟母，父亲再娶，母亲又嫁，经历这一系列人生变故后，假如母亲的教养方式不当，他极易成为那种心里有阴影，性格偏激的孩子。但是，他没有。在宋丹丹细致的呵护和独特而理性的宽严适度的管教下，巴图在特殊的成长环境中，却学会了爱，学会了宽容，直至成长为一个快乐、幽默、懂事的青年。宋丹丹和英达分手后，巴图的监护权先是给了英达，宋丹丹到美国调整心态，才发现，离开儿子是自己一生中犯下的最大的错误。受不了对儿子牵肠挂肚的思念，她回国后要回了儿子的“监护权”。

名人是怎样教育孩子的

虎倩·著

