博客丛林

史家胡同51号

洪晃

我的关于过年的所有记忆，都在史家胡同51号。

小的时候，过年真是非常快乐的事情，那时候物资缺乏，我们都拿着每年有配额的小本本，跟着大人的屁股后面去买几斤花生，几斤瓜子。因为每家都有限量，所以我们都很小心。我们回家的时候，都把装满花生瓜子的网兜抱在怀里，哪怕一粒都不能掉。

我外公在的时候，过年最有意思的事情是躲在他的太师椅后面看所有来拜年的人。我记得很清楚，有各式各样的人，有个老头，像电影里面的地主，穿着大马褂，外面还有个棉背心，头上顶着瓜皮帽，不知道为什么我对这个老爷子印象特别深，后来才知道他是个学者。

小时候我的衣服都是我干妈给做的。干妈姓周，她每次来拜年都要带好多好多衣服，每件都是她亲手给我做的。她就是个上海太太，嫁了一个很有钱的人家。那时候就她的花样多，烫了个蜜蜂窝般高高的头发，穿着很紧身的花棉袄，一扭一扭地走到外公面前说："章老爷子，晚辈给你拜年了。"每次我干妈这身打扮都能把外公逗笑了。大概解放后这种女人实在太少见了。

文革的时候，史家胡同51号是最热闹的，这里成了很多人的避风港，大部分是我爸爸家的人，有我小叔叔，北大一个数学系的高才生，学校武斗了，他就躲在51号陪我外公聊天，给我讲小人国的故事。我六岁那年，大人允许我和他们一起熬年夜，我就逼着小叔叔给我讲了一晚上的故事，一直到他讲着讲着自己睡着了。后来，小叔叔被分配到贵州去了，他是老三届，我们想了各种办法不让他去，好像都不行，因为他大学毕业了，要服从分配。小叔叔从史家胡同走的那天是阴天，我跟着他屁股后面哭哭啼啼的，拉着他的衣服边儿。他昂首挺胸，背着一个军书包，我爸爸走在他旁边，把他拎着一个旅行袋，不时地拍拍他肩膀，安慰他两句。我们就这样从史家胡同51号走到北京火车站。

慢慢的，人都走光了，新年也越来越冷清、凄凉了。我外婆是在1970年新年前后过世的，所以那年的春节，可怜的外公一个人躺在床上，只有阿姨给他端点年夜饭，其它人都到医院里去陪外婆了。年三十那天，外婆精神非常好，年夜饭的年糕还吃了不少，大家都觉得她也许马上就能回家了，结果没几天，人就没了。大夫说，年三十晚上是回光反照，说老人走之前经常会有一天特别好，为了和亲人最后聚一下。那天晚上，医院破例让我们在外婆的病房里支了一个她最喜欢吃的菊花锅。

外婆走了之后我也被送进了寄宿学校，平常就我外公一个人在家，一定非常寂寞。之后，外公身体不好，记得那时候基本上是在北京的医院过年，我们做好了饭菜，拿棉被包好，带到医院病房和外公一起吃年夜饭。我那时候很胖，但是巨能吃，家里人都不许我吃，只有外公，躺在病床上说："让妞妞吃嘛！"

1973年，外公去世了，我九月份去了美国，史家胡同51号院就成了乔部长的家。据说那些年间的春节，51号又热闹起来，回到我小时候那种气象，来拜年的能踩破门槛。那年头没有大款和老板，所以部长是非常值钱的，不像现在，说什么北京的部长能拿箩筐装。但是那几年我不在，我1977年夏天曾经回来休假，可以体会当时史家胡同51号的盛况。我家旁边的55号是外交部宿舍，一天回家，突然从那院儿里出来一个阿姨，手里拎着一筐苹果，冲到我的面前，死活要把苹果给我，嘴里说着："问你妈妈好，问乔部长好！"

1979年的春节我们又是在史家胡同51号过的，那年特别热闹，因为我妈妈刚被放出来，所以大家都决定要好好过。我舅舅一家过来了，带着我的表哥和表妹，我们买了很多鞭炮，说要把晦气用鞭炮赶走。几个小孩对东西的贵重毫无概念，拿了一个巨大的玻璃盘子放鞭炮，结果一个火花进了盘子，里面所有的鞭炮和盘子一起炸得粉碎。那年大人都心情好，没有骂我们。后来才知道那是基辛格送给乔冠华的礼物，是水晶的。

1981年，我又自费出国上大学了。这一走就是五年，就在我大学毕业的前一年，乔冠华去世了，我妈妈没有告诉我，我是在纽约时报上看见的。我往51号打电话，没人接，怕妈妈想不开，出事。后来才知道妈妈去南方在黄宗英阿姨家住了一阵子，51号对她来说也是很伤心的地方。

2003，那年我们答应了宁瀛导演，利用过年放假在我家拍了电影《无穷动》，这个年可以说是彻底没过，工作来着。但是也是我们为51号做的最有意义的事情，留下了大量的影像素材。

两年前，我妈妈也在春节前过世了，我的朋友把我拉到海南过的春节，我当时非要抱着骨灰一起去，被朋友劝下。那年的春节，51号院里只有妈妈了。

我妈妈一直说，51号院也就到她这一代，我从小就走出去，不属于这个院子了。这个说法是对的，我不属于史家胡同51号，它也不属于我。我的朋友们都说我太轻易就放弃了这么好一个四合院，其中一个懂房地产的跟我数着两个手指头说："估价得二个亿啊，你想好了。"

我这几天总是在想，搬出来完了，这个院子对我最重要的东西我都有了，就是我的记忆，这个谁也拿不走，而我不想让我自己变成那个送我苹果的阿姨，我不想得到一个四合院，或者一个大一点得公寓，但是让我的灵魂变成一个废墟。

马上就要过年了，给支持我的网友们拜早年，祝大家新年快乐。

书林漫步

郑州一好书

——读《郑州文华年论》

康群

郑州，从文化大市走向文化强市，需要运用各种手段加以诠释。

不诠释，谁会知道中华第一古都郑州有些什么文化宝贝？所以由宣传部长丁世显、市艺术协会会长张爱图计划出版一套"文化郑州"系列丛书给以诠释，"郑州文化年轮"是第一部，我读了觉得突出精粹、图文并茂、篇有英译，可作为珍贵礼物送给外宾，今写点读后感，加以鼓吹。

德国有一位将军鲁道夫读了我国的"孙子兵法"，说"我佩服古代中国人，不是佩服现代中国人，现人中国人只剩下一点：势利眼"。此话荒唐一半，这本书就是用现代眼光来认识古代郑州文化。开篇二页，一页是郑东新区的"河南艺术中心"，四个导弹头形的馆址，里面保存河南八千年的文化珍品，走马看花得一天。第二页是金字塔式的河南博物馆，它有世界最古老的文字甲骨文，有三千年前的生黍米的鸟蛋，没有现代中国人的细心研究和发掘，细心保护，细心展出，你能了解中国古文化的灿烂辉煌吗？

郑州古文化可谓全国之冠，但要让中外客人看得懂是件难事。比如，这件宝物是距今几千年呢？干什么用呢？是用什么东西做成的呢？那些纹饰等等代表什么呢？如此等等，如果不大概讲清，看完一头雾水，不知何物。"郑州文化年轮"一书悉数说明，为普及第一古都文化立了赫赫文功。

表现郑州古都文化的深厚、多元、开放是本书一大特色。它用二百多幅图片和说明表现绵延万年的中原文化，从此喜玛拉雅山更早隆起的中岳嵩山，起码二万年前的火堆遗迹和大量动植物化石的原始洞穴，到禹都、商代青铜器，周公测影台，传说皇帝时代，春秋战国郑乾古城和珍稀文物，虎牢关、鸿讲，武则天封禅坛，求悔金简，丝绸之路的骆驼唐三彩，杜甫故里、北宋皇陵，嵩阳书院，三千年古柏，初祖庵，集中原建筑艺术的康百万庄园，二七烈士纪念塔，现代化郑东新区等等，作者以精湛的摄影技巧，多视角、多色调地摄下这些万年传承，中外交流的中原文化，使中外人士更好地一起认识郑州，进入郑州，建设郑州，增强民族团结，文化升级，社会和谐意识，坚定走中国特色社会主义道路。

瞬间摄历史，古今皆文化，这本书真可谓"郑州一宝"。

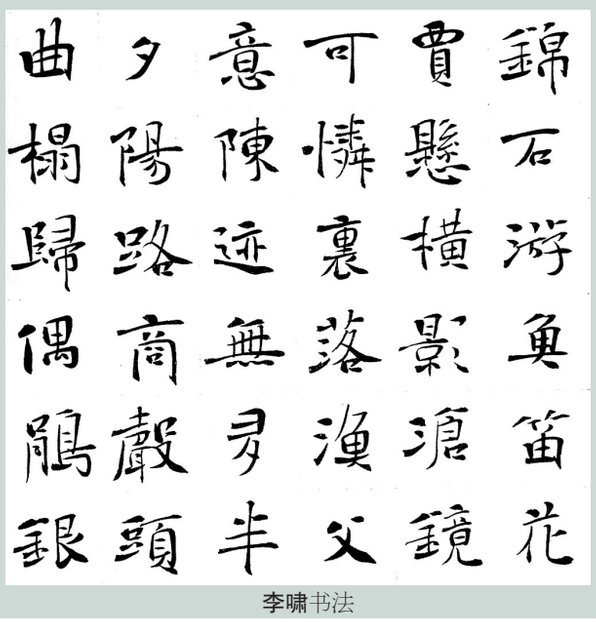
新书架

《第三共和国的崩溃》

新星

对第二次世界大战的历史感兴趣的人也许都还记得《第三帝国的兴亡》（【美】威廉·L.夏伊勒著）一书，这是一部公认的记述纳粹德国历史的权威性著作。在中国读者中产生过巨大影响，至今已多次再版。近日，新星出版社出版了该书姊妹篇《第三共和国的崩溃》的全新完整译本。

第二次世界大战是如何发生的？威廉·L.夏伊勒在《第三帝国的兴亡》中写了德国一方，又在《第三共和国的崩溃》中写了法国及英国一方。合而观之，可知全貌：一方狡诈、凶悍、一意孤行，另一方愚蠢、怯懦、苟且偷生，造成了人类历史上的最大灾难。《第三共和国的崩溃》补充并完善了《第三帝国的兴亡》的戏剧性叙述，已经与之一起成为当代最重要的历史巨著。



李啸书法

与虎有关的谜语

夏吟

"虎"与灯谜有着密切的联系，故灯谜又叫"灯虎"、"文虎"。所以谜界对"虎"有着深厚的感情。猜谜又称"打虎"和"射虎"，谜人又称"虎将"，谜界也称"虎坛"。由于灯谜就像老虎那样，它色彩斑斓又活跃非常，既令人喜爱又让人难以捕捉。有关虎的谜语很多，只举几个例子：除夕之后是虎年--打一字：夤；夤--打田汉剧作：《获虎之夜》；二虎子的童年--打日本电影：《寅次郎的故事》；王者之风--打一字：琥；女人是老虎--打水浒诨名：母大虫；棒打老虎头--打一字：蚕（"一"象形为棒）；虎头虎脑真好看--打电影名：《王中王》；景阳冈武松除害--打戏剧名：《打虎》；鸦片战争缘何起--打一历史事件：虎门销烟。谜底为虎的谜语也不少见，如：生在林中满山跑，身穿斑斓黄皮袄，百兽之中它称王，威风凛凛性暴躁；一只大猫咪，身披斑纹衣，没有人敢骑，碰见快逃离；身穿皮袄黄又黄，呼啸一声万兽慌，虽然没有兵和将，也称山中一大王；远远看去像只猫，走进一瞧喊糟糕；生来性暴躁，身穿黄皮袄，自称山中王，别猜它是猫。

郑邑旧事

老郑州商业禁忌风俗

杜丰芮 王瑞明

旧时，郑州四方商贾荟萃，大都来自湖北、陕西、山西、山东、河北、江苏等地及省内周边一些县市，特别是有商略、头脑敏锐、团结心强的楚商（又称湖北商人）来郑做生意的较多。他们在郑长期经营活动中，既带来了本地的商业习俗，更为了在郑立足，而吸收融合了其他商业习俗，如重视商业道德、强调求财有道，依靠师徒邻里关系、崇信财神以及行业神，形成了一些商业禁忌习俗。

据多位商界资深老人说，商家不论大小，商人最敬财神，认为财是由财神赐予的，敬财神会财运亨通、生意兴隆。故忌讳亵渎神灵，不能直呼财神名讳。所谓财神并非单指财神神龛、神像、神位，而是引申到各种象征财神化身的东西。如：旧时郑州福寿街、长春桥附近，老坟岗等处有专卖财神像及其他神像的香蜡铺，忌讳说卖，必须说"送"，否则便被视为对神不敬，生意必赔不赚。同时敬畏行业神，从业者不得直呼本行业的祖师爷名讳，以免触犯神的尊严。

除此之外，店铺里还有一些禁忌，以免触犯财神，如伙计不准踩踏或坐在门槛上，禁忌玩弄算盘和反放算盘。忌讳坐在柜铺上、桌柜上或者躺睡在待客的条椅上；店堂门口不可做打哈欠、伸懒腰等懈怠动作，以免挡住财神进门，堵塞财路，对经商不利，发不了财。店伙计忌讳敲打账桌，扫地时忌讳往门口处的方向洒扫，尤其是春节，不准扫地，不准往外倒脏水、垃圾，说是这等于"倒财"。

商家在经营中还特别禁忌破财词语以防破财。在重大节日，如春节、祖师、祭财神之日，忌说不吉利的话，尤忌话语中带有"赔"谐音的字句。旧时，郑州各店铺从初一到初五上板歇业，忌讳说关门，所以说叫上板，图吉利。商业经营活动中，应酬主顾说话有次序。要多说好话来拢住顾客，忌讳对客人吵架顶嘴。据原德化街同仁堂老药师刘凤文说：中药铺的禁忌最多，年初进货必须进胖大海和大莲子，以求大发大利；学徒进店，发拣万金枝、金银花、金斗，取黄金银子之意；平常说话以药名讨彩头，如连翘称和合，贝母称元宝贝，陈皮称头红，药凳称青龙；送药要说送补药，伙计不得嗅药；扎药包要扎得形如金印，正月则以红线扎结。药铺忌讳"再来坐"等话。在科学不发达时，这正是人们希望通过这些行为、动作、言语来趋吉，避凶的心理反应。这些禁忌习俗有些看来似乎迷信，但对于经商者而言，是不可犯忌的。

所以不能一概而论地说糖尿病人不能喝粥，粥有各种各样的粥，所以这种说法是片面的！还有糖尿病人限制主食，这是更加错误的！什么叫主食，什么叫辅食？主食跟辅食是有根本区别的！糖尿病不是吃主食得的，糖尿病是吃肉和油得的，所以糖尿病不要刻意地去控制主食。您多吃糙粮、多吃含淀粉少的主食就可以了，不要控制主食！

还有一个常见的误区，说糖尿病人不能吃水果！糖尿病不是吃水果得的，所以水果完全可以吃！记住，每天下午5点以前，少吃多餐。这样吃就不会出问题！

通过我这么多年的研究和实践，请大家就记住一条，糖尿病的调治是非常简单的，就是吃出来的病！把饮食调整好了，这病很快就没了，一型、二型糖尿病都包括在内。

但大家一定要注意，贵在坚持！中医讲治病，一般谈百天，别刚吃一两天，吃一个月，可能没见效，就没有信心了……那可不行，要坚持一百天！还是我总结给大家的四句话，再重复一遍：

最好的医生，是自己；最好的医院，是厨房；

最好的药物，是饮食；最好的疗效，是坚持！

没有能治糖尿病的无糖食品

很多人拿无糖食品来治糖尿病。我想问大家，世界上有没有无糖食品呢？我告诉您，世界上没有所谓的"无糖食品"！为什么？自然界有机物组成的四大成分，碳、氢、氧、氮，这四个缺哪个都没有自然界，都没有我们人类。糖在化学的定义里不就是碳水化合物吗？所以世界上根本就没有无糖食品。这是其一！其二，我们每个人都离不开它，碳水化合物在体内氧化速度较快，能够及时供给能量以满足机体需要，所以，碳水化合物是大部分人摄取能量最经济和最主要的来源。它们也是机体的重要组成部分，与机体某些营养素的正常代谢关系密切，具有重要的生理功能。我们人根本缺不了糖，只不过相对而言，是淀粉、蔗糖，还是葡萄糖；换句话说，是多糖、双糖，还是单糖。如果所谓专供糖尿病的无糖食品，其中真的没有碳水化合物，哪个病人又真的受得了呢？如果膳食中碳水化合物过少，可能会造成膳食蛋白质浪费，组织蛋白质和脂肪分解增强以及阳离子的丢失等。所以大家一定要明白，世界上没有专门适合糖尿病患者的无糖食品。

人离不开糖，世界上也没有真正意义上的无糖食品。日常生活中糖尿病患者怎么注意呢？少吃含糖比较高的食物就可以了！含糖量高的食物是什么？就是咱们所说的精米、精面，含糖都比较高。所以在从古至今都提倡咱们尽量少吃这些精米、精面，多吃五谷杂粮，五谷杂粮里含糖量是相对比较低的。

水果中哪个水果都有糖，咱们又不能不吃水果，怎么办？记住，"少吃多餐"就完了。举一个例子，比如说我没有糖尿病，如果我现在吃一个大西瓜，我的血糖也会上来！为什么？您一下进得多，它得慢慢消化。所以您就得改了，少吃多餐不就完了吗？

刚才讲了世界上没有无糖食品，现在咱们很多人都在吃一些无糖食品，大家看这些食品的成分表上，它都添加了一些甜味剂，如木糖醇、甜叶菊等等。现在已经陆续出台了一些相关报道，经常吃含这些添加剂食物的人，有可能出现癌症，或者对脏器造成一些慢性损伤。所以希望大家还是记住这句话，吃自然的东西，不要老吃这些含添加剂的食物，只有这样我们才能从根本上去消除身体上的这些病症。

肝胆相照总有时

随着咱们生活水平越来越好，肉食往往吃得过多，现在胆上的病也跟着越来越多了，最常见的就是"胆结石"。有人说胆结石是吃钙得的，这是一个非常严重的误导。

胆结石是怎么形成的？肝是分泌胆汁的，胆是储存胆汁的。如果肝分泌出来的胆汁非常的干净，到了胆囊里储存起来。咱们吃完肉和油脂性的食物，这个胆汁自然从胆囊里出来，帮助把油脂分解掉。如果咱们的肉吃得太多，肝代谢不掉这些油了，胆汁越来越浑浊了，这个胆汁到胆囊里，浑浊物是不是慢慢沉积下来了？久而久之，它就凝固了，这就叫"胆结石"。得胆结石的原因就是因为我们吃肉和油太多了得的病。很多误导宣传吃钙得的，这是根本不对的。

"胆结石"怎么预防呢？胆什么时候工作？23点到1点，肝是夜里1点到3点工作，所以晚上一定不要吃油和肉。偶尔一次无所谓，但是不要天天晚饭吃油和肉了。

15

连载

我说："不会吧！现在谈赌球，如同在资本主义国家谈卖淫嫖娼，它都快成人人可以炫耀的职业了，怎么还会被抓呢？"

回到沈阳，类似消息不断传来。重庆、广州、南京等地的兄弟们纷纷询问此事真伪。

经过打探，理想真的成了现实！

北方某地警方10月中旬南下广东，某俱乐部总经理、副总等相关六人被带走，北上协助调查。同时，许多曾混迹足坛的球员、教练等神秘失踪。

据消息灵通人士透露，几个辽宁籍资深足球人成为被警方重点关照的对象……而青岛、深圳、陕西等地，一些足球人也有被控制的迹象。

不是不报，时间未到！慨叹天意，因为此次足坛打黑有深厚的背景。不久前，党和国家领导人相继对足球给予高度重视。足球有广泛影响，但它的发展，与百姓的精神需求之间的差距越来越大。

什么原因？

中国足球十多年来的实践告诉我们，赌球等操纵比赛之违法行为，已成为滞缓中国足球发展的毒瘤！中国足球要天亮，天亮前必须彻底扫黑！

中国足坛扫黑不是一次两次，但大多流于形式，从未涉及到赌球的实质人员，以至当年一个龚建平成为替罪羊。这是一只羊，还是一群羊？是强悍的领头羊，还是被弄来凑数的老弱病残？这些都值得探究。

希望在一夜间就会变成绝望。

三年前，当我接到来自上海的举报人提供的线索时，也曾想借此机会刮起一阵扫黑旋风，但最后呢？我们搜集到的所有证据都没人重视，更谈不上根据举报立案侦查了。

从目前掌握的信息来看，此次扫黑不仅是打击网络赌博。网络赌博即使赌资上亿，也就是个赌博罪。

打击的重点是什么，应该是线下那些操纵当年甲A甲B，以及中超中甲的行为。这些人有俱乐部总经理、有教练、有球员、有裁判，当然也有官员、甚至还有演艺界人士及官宦子弟……

可以想象，在掌握大量事实的基础上，要把这些人抓起来，据不完全猜测，一二百人也打不住。这会是什么局面？有点像上世纪90年代初的马来西亚，赌球成风，警方重拳出击，二百多人被抓，导致大马联赛不得不休克一年，但换来的是大马足球一度的新生。

中国足球衰到极点了，真该出手了。据了解，本次警方行动规模之大，决心之大，涉及范围之广，超出人们的想象。

怎么办？

只能期待警方疏而不漏，也感谢警方为世界第一运动所要作出的具有中国特色的贡献！我们真诚期待——拯救中国足球的不是中国足协，而是中国警察！

警方眼中的第一只兔子

2009年11月3日，夜晚近11点，报社值班编辑刘志向经多方求证，确认广药队一批人员被辽宁警方带走。其中，最先被带走的是杨旭，带走的过程也很值得玩味。

在处理杨旭一事上，辽宁警方在广州的行踪十分隐秘。

杨旭，广州市足协正处级官员，前广药队领队。通过特殊渠道，辽宁警方找到了一个与杨旭关系密切的建筑商。

10月19日，警方在这名建筑商的带领下，来到越秀山综合楼，也就是广州市足协的办公地点，守株待兔。当杨旭出现在办公室时，辽宁警方也跟着出现了。得知对方的身份后，杨旭随专案组成员下了楼。

当时，杨旭打电话向足协领导请了两天假。随后，辽宁警方带杨旭来到他家楼下，杨旭打电话让家人为他送下来两件厚衣服，并告诉家人，他要与中国足协的人上北京开会。

两天后，家人没接到杨旭任何电话，也无法与他取得联系，便到广州市足协询问。

广州市足协对杨旭的行踪一无所知，于是到派出所报案。

派出所经过调查，得知杨旭、钟国健、那名建筑商以及辽宁警方三名成员，已于10月19日下午，登上广州飞往沈阳的航班。

10月23日，辽宁警方试图让广药俱乐部财务总监协助调查。当警方到了总监所住的小区门口时，该财务总监怀疑辽宁警方的身份，让保安拦住了他们。直到社区民警出面、辽宁警方表明正式身份后，调查才得以继续。

新闻材料已基本掌握，接下来的问题是，我们报社第二天报不报？如何报？

此时距午夜12点仅剩半小时。离报纸付印时间越来越近，我马上给总编彭宁打电话。他的态度很明确，一是报，二是把握好分寸。

2

地址：郑州市陇海西路80号 邮编：450006 电话：社办公室67655999 67655545 广告67655632 67655217 发行67655600 广告经营许可证：郑工商广字001号 印刷厂67655623 零售1.00元