

天一冷就喜欢屯东西,松鼠是这样,人也是。二十年前如果让我写这篇文章,我一定会教大家怎么屯白菜萝卜等过冬的菜怎么将它们做成美味。但是,今天女人的满足感或者幸福感不能仅来自于锅碗瓢盆或者一碟小菜,女友间斗门斗门展示自己屯的三四奶茶或者花草茶或者面膜足霜,也

不会展示冰箱里有多少罐咸菜——事实上,我还真想小时候看妈妈做咸菜的那段时光,一定是一个暖阳的下午,很多的萝卜缨子(原谅我至今不知道它的学名)睡在大塑料盆里,她像洗衣服那样将它们抓起来在洗衣板上揉啊揉,绿色的汁水慢慢流下,萝卜缨子像是被洗衣机甩干过,半湿地待在另一个盆里,等着妈妈撒下各种调料——她的表情专业又凝重,像是药剂师或者调香师或者巫婆——好了,美好的回忆到这儿可以打住了,对于萝卜缨子们来说,我妈绝对是巫婆,因为她每年都会揉死它们,在坛子里厚葬它们——她年年做咸菜,年年都忘记吃,而每个夏末帮她清洗发霉的坛子,是痛不欲生的记忆。

时代不同啦,女人们发愁的事情不是如何处理吃

不完的咸菜,而是如何处理用不完的护肤品。女人这种专情不长情的动物,让她一年只用一种护肤品实在是太难了,但是让她将用了一半的东西扔掉去买新的,又仿佛有悖从小受到的教诲。

有什么比完整地用完一瓶或者一管护肤品更有

## 不弃旧也迎新

成就感?特别是,当用完一软管后,还要假装节约地用剪刀将塑料管剪开,发现里面残余量还够用几次,然后如获珍宝并假惺惺地使用完毕,将两截软管扔进垃圾箱——这种成就感简直可以令人浑身发抖——我是如此节俭!

姐妹们都心知肚明吧,按常规使用,它们是绝对用不完的。特别是我这种连面膜都有五六种可以轮使,足霜都有三四种可挑选的松鼠型女人。

但是谁规定一定得按常理出牌?稍稍动动脑子,就可以给它们新的使命。

比如:用不完的化妆水当保湿喷雾,多余的眼霜当晚霜,多余的晚霜加上珍珠粉调和成面膜,多余的面膜可以当颈膜或者胸膜……这样从头部到脚下降,多余的唇霜和面霜当手霜,多余的手霜当脚霜——那么,脚霜呢?哈,太简单了嘛,加上蜂蜜在脚上涂厚厚一层,然后包上保鲜膜,脚霜就变脚膜。

这番折腾,购买欲和使用力就勉强能成正比,至少,不会让电货被电到过期变质。估计看到这儿,有人会骂我奢侈,会尖声叫嚷:“浪费,但是,亲爱的,眼睛和脚都是你的,为什么眼部要心血本精心护理脚就要节俭粗制?如果我这套赋予新使命的方法你不接受,还有一个办法可以对付电货——有几个贴心女友,她们不介意收下你用掉半瓶香水,不介意收下你厌倦的眼影,不介意和你交换使用面膜。”

说完肤浅的再赠送人生真谛给你:与旧的告别,才能开始新的;人生的乐趣不在于守旧,而在创新。



文浩 傅春梅

## 新书架 《成吉思汗与今日世界之形成》

几乎我们生活的每一个方面——边境、政治、科技、战争、商业、服饰、艺术、文学、语言、音乐——都留有成吉思汗和他所创立的帝国的印记。

《成吉思汗与今日世界之形成》再现了在世界的一个偏远的角落,一位卓越人物是如何创造了自己的帝国,并以此揭开了现代社会的大幕。成吉思汗并不像从前西方人认为的那样是一个冷酷嗜杀的暴君。事实上,他是一个高瞻远瞩的统帅,他的军队带着东方的先进文化和科技进入了还处在黑暗时代的欧洲,并唤起了全球性的人类觉醒。在他的推动和刺激下,欧洲开始了空前的技术、贸易和思想革命。

在一步步登上权力顶峰的过程中,成吉思汗发展了自己的战争理论,创造了闪电战和包围战等革命性的进攻战术,先扫平了东亚的抵抗力量,进而从后方击溃了整个伊斯兰世界,最后,让欧洲陈腐的骑士方阵不堪一击。在他的指挥调度下,蒙古帝国从未一次派出超过10

春秋时期,郑国(在今郑州境内的新郑)国君郑武公想侵吞邻近的胡国。郑武公经过苦思冥想,终于发明了一个出奇制胜的军事计谋——苦肉计。

郑武公虽然想灭掉胡国,但是,他先不出兵去攻打胡国,而是先把自己的爱女嫁给胡国(今河南鄆城县西)的国君做老婆,名义上是结胡、郑之好。胡国国君面对郑国送来的娇滴滴的美女,当然喜上眉梢,乐得合不拢嘴,于是,郑国和胡国就成了名副其实的亲戚之国。

不久,郑武公召开了军事会议,他对参加会议的军政干部们说:“我想发兵去打胡国,可是,我不知道先攻打哪个国家为好?”郑武公的语音刚落,部队高级干部关其思就赶紧说:“老大,我看最好是先攻打胡国。”郑武公一听,眼中立刻闪过一丝喜悦的光彩,但是,郑

武公随即就变得非常恼怒,他一拍桌子,大声责骂关其思,说:“你真是一派胡言,胡国与郑国是亲戚之国,胡国的一把手是我自己的女婿,你竟然叫我攻打胡国,这岂不是想陷郑国和我于不仁不义吗?”

这样一来,胡国不仅放松了对郑国的防御和警惕,而且,胡国的边境也很空虚。

郑武公看准机会,发动奇袭,一举灭掉了胡国。胡国灭亡后,郑武公非常高兴,他在和军队高级干部谈话时说:“各位,我当初杀掉我的好干部关其思,用的是苦肉计,我就是造成受害的假象,以迷惑和欺骗敌人,最后给予敌人致命的一击。不过,苦肉计首先要进行自我伤害,是非常痛苦的。可以说,苦肉计不仅是一个苦计,而且还是一个险计。如果对手多谋善断,不但自我伤害之痛苦要付之东流,而且恐怕有生命危险。因此,在可用或不可用时,还是尽量不用苦肉计为好。”说到这里,郑武公叹息道:“我用苦肉计灭掉了胡国,却失去了我的好干部关其思,真是太可惜了!”大家听了,都默然不语。

万人的大规模军团,却在25年的时间里征服了比罗马帝国400年征战还要广阔的土地。他建立的帝国边界从西伯利亚直达印度,从越南直达匈牙利,从朝鲜半岛直到巴尔干半岛。蒙古帝国重新勾画了世界版图,把原来相互隔绝的帝国紧密地联系在一起,为新世界、新时代的到来划定了新的秩序。

作者告诉我们,成吉思汗是一位富于创新的领导者,也是第一位在自己征服过的各城市多国家里将法律的力量置于自身权力之上,鼓励宗教自由、创办公立学校、准予外交豁免权、废除酷刑以及开通自由贸易的统治者。他所创建的贸易路线不仅是促进商业发展的通道,而且也促进了思想、技术以及专业知识的交流,并由此改变了人们的生活方式。



以见利忘义为耻 李刚田

## 源于郑州的苦肉计

然后,郑武公咬了咬牙,下决心关其思,痛杀掉了主张征伐胡国的关其思。原来,郑武公非常赞赏关其思的攻打胡国的主张,只是,郑武公想用苦肉计来转移胡国的视线,使胡国把郑国当做可以信赖的友邦,所以,郑武公只好忍痛杀掉自己的高级军事将领关其思。果然,胡国的国君得知这件事后,大为感动,以为郑国是最值得信赖的国家,于是,胡国也不在两国边境设防了。

苦肉计首先要进行自我伤害,是非常痛苦的。可以说,苦肉计不仅是一个苦计,而且还是一个险计。如果对手多谋善断,不但自我伤害之痛苦要付之东流,而且恐怕有生命危险。因此,在可用或不可用时,还是尽量不用苦肉计为好。”说到这里,郑武公叹息道:“我用苦肉计灭掉了胡国,却失去了我的好干部关其思,真是太可惜了!”大家听了,都默然不语。

## 春望

斗柄回寅天地新, 许来春讯悄放襟。  
眼前风物频变换, 胸中块垒渐消沉。  
醉人已多绵锦酒, 醒世更期朗朗音。  
野老扶筇应有望, 禾稼丰歉总关心。

山君昂首报早春, 不寒晓风牵衣襟。  
雪虐难掩松枝俏, 鬓苍未许暮气沉。  
案头走笔之妙句, 园内听鸟得天音。  
扰攘红尘何须理, 布衣淡食爽身心。

流金岁月未留金, 风雨几度染胸襟。  
韶华老去知了了, 大梦醒来觉沉沉。  
读经每叹哲人伟, 掩卷犹闻铁马音。  
闲情不作凭栏望, 圆缺都是忧患心。

紫气氤氲叩门, 多情柳絮飞满襟。  
惠风过处冰解冻, 春水暖时鸭浮沉。  
且看名家说掌故, 还从青史听涛音。  
流光易逝休空望, 收拾思绪写诗心。

## “垃圾”造美元

美元(USD),在国际外汇市场中始终占据“霸主”地位。美元印制精美、票面光洁、厚薄均匀、质地坚韧,受潮不变形,即使折叠上万次也不会留下痕迹。但您可能不知道,美元纸张的来源并非什么价值昂贵的高级木料,而是用生活垃圾当原料生产出来的。

印制美元的原材料,是来自纺织成衣领域的废弃物——边角料、烂布头、织物碎片、纤维丝团和人们扔掉的破旧衣物、烂沙发套、破地毯、旧窗帘等等。这些生



野趣 王国强 摄影

## 随笔 昙花一现的热情

曾经看了一名乐队鼓手经典的演奏之后,被其深深吸引,当即决定学习爵士鼓。几番周折之后,鼓、书、光盘以及节拍器,都到位了,但仅仅几天过后,我已经无法忍受枯燥的腕法和乏味的节奏练习了。决定放弃。就这样,鼓重新回到了它的主人手中。而我自己掏钱买的书、光盘以及节拍器就成了我的个人收藏品。

曾经看过一次精湛的街舞表演,体内一股热流强烈地怦怦着我,使我又疯狂地迷恋上了街舞。一番准备过后,地毯、光盘都已经准备好了,于是我就照着电视里的动作学

世界上有许许多多我们没有接触过的事物。当第一次接触的时候,我们难免会被那种新鲜和好奇所吸引。再加上专业人员高超的表演,年轻的心一定会变得蠢蠢欲动。所以我给这种现象起了个名字,叫做“昙花一现的热情”。这种热情会让我们短暂地全身心地投入进去。而热情过后,理智会落选了。但是这一次,我没有放弃。

因为这种热情,会让我们于无意中到自己的爱好所在。虽然仅仅是业余,却给予了我们无穷的乐趣。当我们学爵士鼓的时候,我是痛苦的;当我学街舞的时候,我是无奈的;可当我写那几篇文章的时候,我是陶醉于文章情景之中的。所以,我选择了坚持,虽然处女作的未发表是一个不小的打击,但毕竟所有的成功都是来之不易的。都是一次次失败和一点点胜利相加得出的结果。

感谢这昙花一现的热情,是它,为我的生活带来了乐趣;是它,让我充实了业余时间。

早点的用是小米粥配一到两个煮鸡蛋,因为我父亲学佛,过去他都不吃这些东西,我现在跟他必须得吃,咱们为了治病,每天一到两个,有时候是三个,最高的时候,用过四个鸡蛋。吃鸡蛋的目的,一个是给他补充蛋白,第二个给他加强营养,提高血色素,两周以后给他用茄子,茄子我在前面讲过,它有化腐去瘀的作用。通过三个月的调整,他的症状逐渐减轻,最后所有的症状消失,今年他已经88岁了。

还有一种病例,西医叫“胃食管反流”,就是咱们老百姓说的“烧心”。中医叫“肝克胃,肝克脾,脾胃不合”。胃酸分泌出来了,如果胃老不蠕动,胃酸不下去,胃酸老在这儿待着;如果过多了,这点儿热是不是就拱上来?热气往上拱,经过贲门,进入食道,这就叫“食管反流”。所以您瞧,贲门高的人不是经常胃酸?其实就是胃酸反上去把贲门烧坏了!贲门烧坏以后,红肿……时间长了就变成癌了。原因都是因为胃不蠕动所引起来的。

食管反流是什么原因引起的呢?这个病一半多是老年人得,可现在年轻人得这个病的人越来越多了。原因是什么呢?就是我们现在为了口味,为了享受、为了嘴,不管天热、天凉都吃冷饮,就把脾胃给激怒了,把脾给毁了。

还有一个问题,就是我们主食吃得太多,在前面的时候,我曾经讲过,脾靠什么养?靠的是“五谷杂粮”。由于主食吃得太多,脾每天在为咱们工作,却老得不到营养,大家想想,这个脾还能为您好好工作吗?脾一呆滞了,胃就不蠕动了吗?胃不蠕动了,这些病不就全出来了?所以这就是我们的饮食太不合理,带来了这些病。

像这些消化系统的病人应该吃什么?凡是消化系统的病人,大多数都有两个症状,一个排便不畅,每天也是好几天大便,但不是干燥,是无力!很多人管这叫便秘,这是不对的,这叫排便障碍。这种人怎么办?绿豆半斤加水煮,开锅5-6分钟把水滤出来,泡黄芪5-10片,不要多,天天白天当水喝,因为黄芪是健脾的,如果多了就容易长口疮。每天晚饭多吃各式各样的生拌菜,以什么为主?柿子椒、紫甘蓝这类为主。晚上不要再吃油和肉了,经常捏捏腿、脾、胃两个经络,这在运动里头详细教过大家。还有一个公穴,公穴在我们在



增长的。所以这两个一配,早晚各喝一次,每次喝多少呢?以您的胃难受为标准,逐渐加量!一般情况下,两三个月或三四个月之后,您就不妨到院去做个检查,看看黏膜修复的情况,跟您以前的情况做个对比。这种病例,我们治好不少人了。

表里如一脾胃和脾是后天之本,是强壮身体、治病养生的重要环节。人每天要吃吃饭,每天都要吸收营养物质,生命才得以延续。因此,一年四季都要注意保养脾胃。今天给大家讲脾胃不和引起的皮肤病。

首先说湿疹,主要表现在四肢,然后到整个身上。刚开始发红,后面破,里面有水……这个病有一个非常一致的症状,都是先从脑袋开始,然后才到全身。这个病跟脾有关,脾主四肢,包括头。人的皮肤是人的第二呼吸系统,呼吸如果不通畅,是不是憋闷了?这个东西不就憋出来了吗?这就是湿疹的成因。湿疹,中医称为“湿气”,所谓的毒,就是“热毒”。原因就是您身体里的热气散不出来了,憋在肌体组织里了。

## 连载

现在我们眼前。从外表看,对账单无任何特殊之处,但细一瞧却露出了马脚,账单的打款金额少一点的都近十万元,而且打款时间非常集中。平时几乎没有多少钱打来,但在一个特定的时间段,神秘资金竟如雪片般飞来。

H说他们的公司是专业的赌球公司,“就跟你们上班一样!我们每个人都有任务指标,完成任务还有提成。每年定下计划后,我们就分头行动,有时是老大亲自带队,做哪个队,搞搞哪个教练,哪个球员,采取什么方式,都是事前定好的。”

我提出一个疑问:“是不是所有球队都赌?”

H表示:“我们不是都做,而是挑重点球队做。比如,去年我们主要做一家南方球队,以这个队为突破口,再连带其他球队。今年(2006年),据我所知,他们主要做山西一家球队。”

国内很多足球比赛假得离谱,但调查起来却苦无证据。我就几场自己较为熟悉的“假球比赛”征询了这位赌球人的意见。他的回答是:“基本都是假球!但有的不是我经手,太具体的我也说不清。你说的几场比赛我是知道的,有一场是我们老大亲自操盘的!”

一石二鸟

2005年2月,沈阳警方展开了声势浩大的“春雷行动”。在这场行动中,警方一直在追捕一名绰号“猴”的实名李延涛的嫌疑人。

最初知道辽宁队守门员刘健生吸毒被捉,是情人节这天下午。当时,《辽沈晚报》明星记者突俊学悄悄把我拉到一边,说:“知道吗?刘健生已经被抓起来了,吸毒,可能还涉枪。”

突俊学是跑公安战线上的老记者,在新闻战线上敢打敢拼,最惊险的一次是远赴安徽深入假币团伙内部卧底,最后配合公安部,一举端掉一个制造假币的犯罪集团。

刘健生被抓可是重大新闻。我们的报道计划从两方面准备,突俊学负责从公安方面打探消息,我则着手从足球这个角度落实稿件。

四五个小时之后,我们终于捕捉到刘健生被押的“镜头”。

2月11日凌晨2点左右,沈阳市禁毒支队的干警在和平区某知名酒店完成布控。缉毒干警王凯在23楼,对两个房间进行监视。干警张龙在电梯里守株待兔。这两名干警的布置,在抓获涉枪犯罪嫌疑人过程中,发挥了至关重要的作用。



球事儿 中国足球反腐打黑第一现场