

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种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换,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。



刘文莉

《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。

源于郑州的苦肉计

然后,郑武公咬了咬牙,下决心关其思,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

斗柄回寅天地新,许来春讯悄放襟。眼前风物频变换,胸中块垒渐销沉。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。犹忆红尘何须顶,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,卷卷犹闻铁马音。闲情不作凭栏望,圆缺都是忧患心。

紫气氤氲叩千门,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。

举报人日约《辽沈晚报》记者前往上海取证。所谓取证,就是调出H和球员与大小庄家通过银行所做的交易明细。

去上海取证的是记者张松。他对那件事的回忆,能让我们体味到其中的惊险与刺激。

……大约9点,飞机在上海刚一落地,此人手机一开,形势瞬间风云突变。

“你在哪儿呢?你看到《辽沈晚报》今天的足球新闻了吗?那些事儿,《辽沈晚报》的记者是怎么知道的?是你告诉他们的吗?”

我当时就在H身旁,从手机那边传来的声音是一种发颤的怒吼。

“大姐,您乱猜什么呢?我怎么可能会跟报纸说那些东西呢?我在杭州,怎么会到沈阳呢?我跟你们混了这么多年了,钱没挣几个,一出事就赖我、怀疑我,你们到底想把我怎么样啊?”举报人H故作冤枉地埋怨道。

这边电话刚放下,又一个神秘电话打来:“你少忽悠我们!你真是杭州吗?杭州离上海也不远,你晚上过来一趟,坐飞机过来,老大让你在哪儿见我!”

“大姐,是老大让我来的。我说什么你们才信啊!我确实是在杭州呢,你们干吗非认定是我说的啊!那谁……谁……谁,那谁不跟老大也因为我跟你们混了这么多年,你们都没调查清楚,就把屎盆子扣我脑袋上,我冤不冤啊!”

通话一结束,H一把拉住我:“我们赶紧走,这是他们的地盘。别看上海大,这些人厉害得很,说不定通过什么渠道就能找到我们。他们现在还没确定是我告的密,还正疑神疑鬼呢,等一会儿他们再来电话,让我用杭州当地电话打,我就露馅了,取证难度就大了,赶紧走!”

比较好的酒店不敢住,一旦遭遇路旁打量我们的陌生眼神,便赶紧钻进小巷躲藏。赌球人H后来把我带到了上海市外环一家很小的路边宾馆,这一带房屋陈旧、垃圾遍布,下水道旁还漫出汨汨的脏水。外人初到此处,很难相信这便是以繁华著称的大上海。

H不敢用自己的身份证开房,让我代劳……

为了安全,我们频繁地换银行,人多、排队长的银行决不作过多逗留。好不容易找到一家银行准备打单……一张长长的银行对账单就呈

“垃圾”造美元

马承钧

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

活垃圾成本低廉,“货源”充足,比天然木材不知便宜多少倍,加工后的质地也比废纸的二次利用质量好得多。

值得一提的是,生产美元的印钞厂是美国的一家私人企业。这家企业在美国财政部的采购招标中胜出,独家获得供应美元用纸的专利权。而且在此后的20年间,这家公司牢牢将美元用纸的承包合同揣在自己手中。由于他们用生活垃圾做原料,也在利用“可再生资源”、节能减排和环境保护上立了一功。难怪连最爱挑剔的华尔街证券公司,也签约让这家公司为其提供全球通用的证券用纸。正因为这些,美国诞生了“垃圾里面出黄金”的新谚语。



野趣

昙花一现的热情

张坤

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,理智之余,只会笑一下自己,然后摇头而去。但是,也正

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击着我,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

到山色烟霞漫,她在丛中笑。俏也不争春,只把春来报。待到山花烂漫时,她在丛中笑。

马承钧书

脚掌上,大家可以对照图来找,经常捏捏这些地方,让脾胃恢复活力。脾胃的功力一旦恢复了,气血就会通畅,胃就会加强蠕动,大便就好了……这是一种情况。

还有一种情况,每天好几次大便,不成形,西医叫“肠炎”或者是“肠胃不好”,中医叫“脾胃不合”。这种人怎么调呢?白天绿豆半斤,枸杞子50-100粒,开锅5-6分钟熬出水以后泡黄芪,5-10片起步,两三天没上火加5片,没上火再加5片,以30-40片为限。早晨小米粥或者豆浆,配煮鸡蛋,一个、两个、三个到五个都可以;根据您的情况,一定要注意尽量少吃太多。一周后在晚上加各种各样的生拌菜。每天多揉脾胃两个经络,多按公穴,通常一个月左右,这种病慢慢就好了。

得了溃疡了,甭管是胃溃疡、十二指肠溃疡,怎么食疗呢?如果伴有腹泻,您先把腹泻治好了,然后再用下面这个方法:生冬瓜、生胡萝卜,一块儿打烂了,配一个煮鸡蛋,搅和到一块儿……冬瓜最好不要削皮,再配上2000毫克的钙,早晚空腹喝一次,慢慢溃疡面就能够修复上去了。冬瓜里面有一种物质叫植物胶,它是非常有粘力的食物;胡萝卜里面有维A,维A是修复黏膜的;鸡蛋的蛋白也是促进黏膜生长的。钙也是增加细胞活力,帮助恢复黏膜生长的。所以这两个一配,早晚各喝一次,每次喝多少呢?以您的胃不难受为标准,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,憋在肌体组织里了。



还有一个问题,就是我们主食吃得太多了,在前面讲的时候,我曾经讲过,脾靠什么养?靠的是“五谷杂粮”。由于主食吃得太多了,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吗?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怎么做呢?凡是消化系统的病,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,公穴穴在我们

连载

现在我们眼前。从外表看,对账单无任何特殊之处,但细一瞧就露出了马脚,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“猴爷”、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

中国足坛反腐打黑第一现场

“你少忽悠我们!你真是杭州吗?杭州离上海也不远,你晚上过来一趟,坐飞机过来,老大让你在哪儿见我!”

“大姐,是老大让我来的。我说什么你们才信啊!我确实是在杭州呢,你们干吗非认定是我说的啊!那谁……谁……谁,那谁不跟老大也因为我跟你们混了这么多年,你们都没调查清楚,就把屎盆子扣我脑袋上,我冤不冤啊!”

通话一结束,H一把拉住我:“我们赶紧走,这是他们的地盘。别看上海大,这些人厉害得很,说不定通过什么渠道就能找到我们。他们现在还没确定是我告的密,还正疑神疑鬼呢,等一会儿他们再来电话,让我用杭州当地电话打,我就露馅了,取证难度就大了,赶紧走!”

比较好的酒店不敢住,一旦遭遇路旁打量我们的陌生眼神,便赶紧钻进小巷躲藏。赌球人H后来把我带到了上海市外环一家很小的路边宾馆,这一带房屋陈旧、垃圾遍布,下水道旁还漫出汨汨的脏水。外人初到此处,很难相信这便是以繁华著称的大上海。

H不敢用自己的身份证开房,让我代劳……

为了安全,我们频繁地换银行,人多、排队长的银行决不作过多逗留。好不容易找到一家银行准备打单……一张长长的银行对账单就呈