



逃跑被抓

我积攒了一些钱,那是利用机会从霍加那里一点一点偷来的,当然也有自己四处赚来的。我把这些钱藏在柜子里一只袜子里,和霍加不再阅读的书放在一起。离开这栋屋子之前,我从柜子里取出了这些钱,然后飞快地离开了这个家。

从一个自黑贝利岛来到伊斯坦布尔的年轻僧侣那里,我第一次听闻了这个岛。我们在加拉塔相遇时,他热情地对我描述了这些岛屿的美丽。我一定对此印象深刻,因为离开住处后,我明白这就是自己要去的。和我商讨船资的渡船夫及渔夫,对我前往该岛开出了天价。我努力不引人注意,与第二位谈价的船夫敲定了渡资。这趟行程历时六小时。

直到后来,我才把在岛上的日子视为快乐时光。我付了一点钱给一位孤身一人的希腊渔夫,作为在他家中住宿的费用。由于觉得还不是很不安全,因此我尽量不抛头露面。有时我会想,霍加会派人来抓我。

每天早上,我会和那渔夫一起出海,傍晚时分返家。有一段时间,我热衷于用鱼叉刺捕龙虾及螃蟹。如果天气恶劣无法捕鱼,我就在岛上散步,有时也会到

名家新作

2006年诺贝尔文学奖得主的第一部历史小说。年轻的威尼斯学者被俘虏到伊斯坦布尔,成为土耳其人霍加的奴隶。二人竟然外貌神似。他们联手苏丹发明了一件用来对抗波兰与其西方盟军的战争武器。武器在围攻“白色城堡”时上阵,两人在城堡的身影底下,霍加选择了逃离,奔向他的想象城市威尼斯,威尼斯人则作为替身留了下来继续霍加的生活……

(土耳其)奥尔罕·帕慕克 著 上海人民出版社友情推荐

院的花园,在葡萄树下安祥地睡个觉。

我努力说服自己,慢慢地我总是能够逃回国的。为此,我只需要从岛上门窗洞开的家中偷钱就足够了。可是,有一天,我突然看到霍加站在了面前!

感觉到他的身影时,我才刚在渔夫家的后院舒展身体,闭着眼睛朝着太阳正做着白日梦。他面对着我,微笑着,就好像他不是个赢得了游戏的人,而是因为他喜欢我。我有一种奇特的安全感,奇怪到让我感到惊恐。或许,我一直在悄悄地等待着这一刻;因为我立即陷入了一种出自懒惰奴隶、谦卑且顺从仆人的罪恶感。收拾行李时,我没有憎恨霍加,而是瞧不起自己。他替我付清了欠渔夫的钱。霍加带了两个人来,他们是划着双桨来的,我们也很快就回来了,黄昏前便到了家。我怀念家的味道。

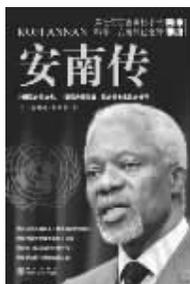
隔天早上,霍加把我叫到了面前,说:我犯的罪非常严重,他很想处罚我。他说,苏丹终于在上周召见了,询问这场瘟疫什么时候结束,将夺走多少人命,他的性命是否有危险。霍加非常兴奋,但因为没准备而圆滑地作出了回答。他请求多给予一些时间,表示需要观察星相。他带着胜利感欢喜雀跃地回到了家,但却不

知道该如何巧妙利用苏丹的兴趣。因此,他决定把我找回来。

他很早就知道我在那座岛上。我逃跑之后,他染上了风寒,三天后才开始追我,并从渔夫那里得到了线索。等他拿出一点钱之后,那名爱讲话的船夫便说曾带我到了黑贝利。霍加知道,既然我不可能逃离岛上,也就没再跟着我。当他说这次和苏丹的会面是他人生中的关键机会,我深表同感。他坦白表示,他需要我的知识。

我们马上开始了工作。凭借我的文学知识,我们虚构了一个故事来告诉苏丹。事情进展得很顺利。我们捏造的故事深深地打动了苏丹。他接受了瘟疫就像魔鬼,试图化作人形来欺骗他的想法。他决定不让陌生人入宫,进进出出都要经过严格的盘查。当问到瘟疫将何时与如何结束时,霍加展开了他那三寸不烂之舌。霍加建议,应当采取强制性措施对市场、集市及城内的往来活动加以限制。

一个月后的星期五,霍加被任命为皇室星相家。他的地位甚至比这更高:苏丹前往圣索菲亚大教堂进行周五礼拜,庆祝瘟疫结束,整座城市的人都参加了这一庆典,而霍加就紧跟在苏丹身后。



“石油换食品”丑闻

2004年11月24日,在飞往瓦加杜古参加法语国家联盟年度峰会时,安南对工作人员称他想取消此次访问。此前他刚在埃及沙姆沙伊赫停留了两天,参加有关伊拉克未来的国际会议。他疲惫不堪,没有胃口,不想见任何人。

安南此行中的反常行为表明他的精神抑郁症复发了。几个月来他接连遭受打击,尤其是白宫不断地抨击他。虽然与美国伊拉克占领军尽力合作,但他不可能消除白宫所认为的致命打击——他曾经反对侵略。在安南努力处理与联合国最强大的成员国的关系之时,另一个问题又摆到了他的面前,即所谓的“石油换食品”丑闻。更糟糕的是,他的儿子科乔也深陷这一丑闻,利用父亲的地位和影响卷入了一场看似低级的阴谋。

并不是所有人都意识到了这一点,那就是安南的对手通过放大和操纵“石油换食品”问题,来惩罚安南反对战争的言行。安南承受的压力是巨大的。

相比第一次患抑郁症时,弗雷德·埃克哈德这次不太担心。他想起秘书长说起过他在麻省理工学院的日子,在众多成绩优秀的学

人物传记

科菲·安南缔造了联合国的辉煌时代。在长达四十多年的联合国生涯中,他见证了许多重大历史事件,包括波黑战争、海湾战争、科索沃战争、9·11事件等。此书的作者是《洛杉矶时报》资深撰稿人,他以敏锐的眼光和洗练的文笔,让人们不仅了解当代国际风云的内幕,也了解了联合国的运作。

【美】斯坦利·梅斯勒 著 中信出版社友情推荐

生中间,他感到迷失。安南沿着查尔斯河散步,深深地思考着,然后决定继续走自己的路。“诸多事情让他沮丧,是的,但还有希望。我感觉他能应付得了。”

埃克哈德是对的。安南在几个月后摆脱了这种怯懦。2005年底采访他时,我发现他还是那样专注、自信、慎重、警觉,能准确把握许多问题,发言依然谨慎而清晰,还有动人的幽默感,倾听能力依然不可思议。缺少的好像是原来在他身上及工作中的愉悦感。白宫、“石油换食品”丑闻和科乔已经让他不再愉悦。

如果他的儿子科乔没有卷入,科菲·安南本可以否认所有对“石油换食品”项目的指控,不必对自己的名声造成伤害。但科乔制造了一团黑色疑云,久久不能散去。他给安南带来严重的羞耻,使安南难以解释,难以保护自己。安南是一个重隐私的人,不会轻松地谈论私人问题。在科乔问题上,记者们步步威逼,安南越来越急躁和逃避。

英国媒体喜欢把科乔称为“国际耗子帮”的成员,因为他与沙特阿拉伯前石油部长谢赫·阿马尼之子等富裕青年有关。科乔在英国寄宿学校里是一位杰出的橄榄球员,1995年22岁时

在英格兰中部的基尔大学毕业,利用家庭关系在瑞士公司克泰克纳(Cotecna)中谋得一个职位。该公司专门检验进出港口船只上的货物。他父亲加纳老友的儿子迈克尔·威尔逊负责克泰克纳公司的非洲营销工作,为克泰克纳公司安排雇用科乔到其拉各斯办事处工作。威尔逊与安南两家关系很近,迈克尔根据加纳风俗称安南为叔叔。

1998年末,克泰克纳获得了联合国的一份合同,检验“石油换食品”项目中运抵伊拉克的货物,确保其中只有食品和其他必需品。一个月后,伦敦的《星期日电讯报》发表了一篇文章,提出这个明显的利益冲突问题,因为联合国把这份合同给了雇用秘书长儿子科乔的公司。

科乔对《星期日电讯报》记者说:“我不会在与联合国有关的事务中发挥任何作用。我以前没做过,以后也不会做。”克泰克纳在致《星期日电讯报》的信函中,坚称科乔没有卷入,而且在开始合同招标时就已经辞职离开了公司。这份英国报纸向联合国求证,秘书长打电话给科乔和迈克尔·威尔逊询问情况,得到的答案是同样的——科乔与这份合同无关,而且已经离开公司。



诗友突然出现

快到黄昏的时候,雨点打在窗玻璃上,发出很响的声音。我正在收拾桌上的东西,关掉电脑,打算下班。但突如其来的夏天的阵雨肯定要困住我了。

我很焦灼。原因是晚饭我本约好了二十四楼那位邮购公司的小李一起去徐家汇吃意大利比萨。我其实并不喜欢吃洋东西,但为了迎合小李那一望而知的时尚癖,只好这么将就着。醉翁之意不在酒嘛。

这位漂亮苗条,在上海不断生长欲望的安徽姑娘,我是在电梯口认识的。我看她第一眼就决定打她的主意了。她的眼风带着一丝隐秘的放浪扑面而来。我们互换了名片,起先说一些与公司业务有关的话题,我暗示她我在我们公司的地位,后来……后来就有了这一次比萨的约会。

整个下午我都是愉快的。那时还没有下雨的迹象,我从窗子里俯瞰了一眼漕宝路,看到吊塔、玻璃幕墙的反光、十字路口被红灯拦截的车流和蚂蚁般的人群。我想生活就是在广大的机会里不断地邂逅和追逐。这样想的时候我很愉快。

我的指头在桌沿上敲击。雨还没有停下来的意思。

都市小说

二十多年没见面的诗友哑马突然出现在“我”的面前。在诗歌的黄金年代,哑马大学毕业,在一个山区中学教书,他疯狂迷恋诗歌,也迷恋上了女教师朱小瑛,并且未婚同居。当朱小瑛逼婚时,他选择了逃避,溜之大吉。这样一个本性流浪的诗人,选择了怎样的生活呢……

何立伟 著 十月杂志社友情推荐

这时,门开了。一条瘦长的身影投进来。我心不在焉地抬起头。我根本没有认出他来。

他肯定也没有马上认出我来。他有些迟疑:“请问你是不是……”他局促地望着我。

这下子我认出他来了。我想他也立刻认出了我。二十来年不见,我想我们的变化都很大。我发福了,而他变得更瘦,简直成了一根竹竿。这一刻,我们都说不出来的尴尬,不知道原因的尴尬。我朝门外喊:“小靳,泡杯茶过来!”

同时,我望着他,用劲地望着他,试图找出从前的他来。

从前,他是我的诗友。我们写诗的年代,是诗歌的黄金时代。当然,我不能和他比,他是真正的诗人。我只是爱好诗,却并不能写出好诗,虽然我曾经非常发奋。我缺少当一个真正的诗人的天分。但我们却是非常好的朋友。他那时在贵州,刚刚大学毕业,分在黔东南的一个山区中学教书。他每天都写,激情磅礴,用劣质的信封把他的精致的诗作投向大江南北。然后,利用寒暑假,连牙刷都不带,在中国的大地上四处游走。他从洞庭湖溯流而上,到了我们的长沙,瘦瘦地、浑身脏兮兮地敲开了我的门,就像今天这样。

那年头,诗人们都是这

样串门的。通过写诗的人手头上都有的联络图,到处寻找同志。天涯若比邻。

我那时刚结婚,人赘在岳母家。吃了晚饭之后,他提出要住在我家。我看了一眼我老婆。她也看了我一眼。我勉强地答道:“好吧,不过……”

他无所谓地说:“就睡客厅的沙发上吧。”

这也正是我想说的。我记得他在我家住了十来天。白天出门,晚上回来。我岳母问我:“这是干什么的?怎么看起来像个要饭的呀?”我笑了起来,没说什么。没有必要说什么,也无法说什么。晚上,我跟他到街角的夜宵摊上喝啤酒。他拼命地喝,并且拼命地咬五香卤猪蹄。他很饿,好像饿了一整天。我问他白天都去哪里了。他在路灯光的暗影里笑起来。“乱走,”他说:“我喜欢一个人乱走。”然后他说他今天上了岳麓山,看了黄兴和蔡锷的墓,看了岳麓书院。

“在下山的时候我看到一个姑娘的背影真是美丽。我追了过去,但马上从她的目光里看到了羞耻和愤怒。”

那天晚上我们坐在街边谈起了女人。接着又谈到诗歌。接着又回到女人,又回到诗歌。一直到天亮。在那个年头,男人之间若深入了这两个话题,就成了当然的好朋友。



老年膳食重在“变”

安排老年人的食谱要勤于变化。饮食养生的要旨之一,要求保持营养平衡。每天最好安排30种食物以备选择,至少也要吃14种食物才能达到膳食平衡的目的。仅以矿物质与微量元素为例,数量多达几十种,分布极其广泛。如果食物每天都一样,不仅影响口味,降低食欲,更糟糕的是会造成某些营养成分的不平衡,甚至缺乏,从而埋下患病的祸根。

一日三餐的进食时间不同,人体的生理过程也在发生变化,故食谱应作相应调整,以适应节律的改变。其目的在于保障健康、提高效率。

早餐坚持低糖低脂的原则,选择瘦肉、禽肉、蔬菜、果汁、低脂肪,辅以谷物、面食。午餐以高蛋白食物为主,美国心理学家斯普林观察发现,40岁以上的男女,在进食含碳水化合物为主的食物(如面食)后4小时内,精力比不上那些以摄入蛋白质食物为主的人。奥妙在于,蛋白质进入体内后会分解出酪氨酸,进入脑后转化成使人振奋的多巴胺与去甲肾上腺素,从而使精力充沛。晚餐应以高糖、低蛋白食物为主,

健康指南

我们的膳食是否科学合理,是一个值得深思的问题。分析表明,肥胖等引致慢性病的重要因素的发生率在大幅增加。这将严重影响我国居民的健康素质、健康寿命,加重疾病负担。看来,合理的膳食结构对健康很重要。可是,我们到底该吃什么,怎么吃呢,看看百家健康讲坛专家怎么说……

刘克玲 戎东贵 编 江苏美术出版社友情推荐

糖类会增加血清素的分泌,可防失眠。肉类、蛋类等高蛋白质的食物宜加以限制,但如晚上需要加班,则适当增加高蛋白的食物则又成为必要之举了。

一年四季气候变化很大,故食谱更应有所不同。春季要突出温补阳气类食物的地位,如选择葱、蒜、韭菜等蔬菜。同时,根据“春日宜省酸增甘,以养脾气”的原则,大枣、瘦肉、禽蛋、鱼、豆类等亦是佳品。夏季首先要注意补足水分和钠、钾、钙、镁等矿物质,含氮物质及维生素B、维生素C等。蔬菜每天不少于500克,豆腐不少于100克,鸡蛋1个,少量瘦肉,应少吃油腻食品。另外夏季苦味食物值得推荐,如苦瓜等。秋季易使人产生“秋燥”症状,如咽干、唇裂、口渴、便秘等,应多饮水,以“清润”为宜。秋季易伤津液,故平时要多饮些开水、淡茶、豆浆以及牛奶。还应多吃些萝卜、西红柿、豆腐、柿子、香蕉等,这些食物具有润肺

生津、养阴清燥的功效,同时要禁烟、酒以及辣椒等燥热之品。暮秋时节,精气开始封藏,进食滋补食品较易被机体消化、吸收和藏纳,有利于改善脏器的功能,增强素质。对体弱多病的老年人,更有康复、祛病和延年之效,这时可适当吃些鸡、鸭、牛肉、猪肝、鱼虾等以及莲子、大枣之类的食品。冬季天气寒冷,是闭藏之令。进食要点是“保阴潜阳”,即多吃敛阳护阴的食物,如胡麻仁、龟、鳖、莲藕、木耳等。另外,冬天应多吃些新鲜蔬菜,以免维生素缺乏,胡萝卜、油菜、菠菜、豆芽菜便更为宝贵。

清代《粥谱》一书中称粥“一省费、二味全、三津润、四利膈、五易消化”。营养学家们根据老年人的生理特点和心理特征,认为老年人食粥有益。粥在我国已有近3000年的食用历史,是饮食文化一绝。其最大特点是除主要原料为粮食外,还辅以具有食疗价值的各种配料,如莲子、薏苡仁、百合、扁豆、红枣、茯苓、山药、胡桃等,或辅以营养丰富的羊肉、牛肉、鱼肉、骨髓及蛋类。再经过不同的加工方法熬制,不仅营养丰富、味道鲜美,而且具有滋补、祛病和养生之功。