



军事小说

金戈铁马，斗志男儿，士兵的精神世界丰富又峻峻；一个有着性格缺点的普通农村孩子，他单纯而执着，在军人的世界里跌爬滚打。虽然他的家乡祖屋在爆炸声中变成一堆瓦砾，却无法阻止他坚毅的军人步伐；善良的怜悯，并未使他忘记军人的职责，枪杀毒犯……他在种种困厄和磨难中百炼成钢。他的名字叫——许三多。

兰晓龙 著 花山文艺出版社友情推荐

攥着班长的前程

班长对于评许三多当先进振振有词：一、就是不想让许三多见天一副孙子样才选他，做先进的人至少得对全班负起责来，可不是光对他这班长；二、许三多确实很有进步。伍六一说扯淡。班长瞪眼：伍六一，你是七连的第五个兵？每个人都把那个数字背得很熟，伍六一说我是第4900个兵，你是第4853个兵，怎么着？班长问他记住这些数字的意义是什么。这是做着梦也能答上来的问题，伍六一说为了记住每一个战友，为了不抛弃每一个战友——话没完就嚷起来：你绕我呀？他也得够格做我的战友！

伍六一一向嗓音极大，车窗外拎了水桶擦车布进来的许三多吓得一撒手把“家务事”扔了地上。伍六一立马鼻子不是鼻子眼不是眼了，班长也不知道拿许三多怎么办好，问怎么不参加劳动，他就说来帮班长擦车。

班长和伍六一都拿他没法，只好让他帮着擦车，可车也快擦完了，就剩下清洗履带。一副履带好几百公斤，得用十二磅锤从轮毂上砸出来才能清洗，这是装甲兵心里都有数的几大重活之一。惯例是班长掌钎，伍六一砸锤，许三多却竭力毛

遂自荐，他想干，而且想干最费力的砸锤。似乎多使点劲才能消除内疚，所以许三多一反平时的无可不可，一力坚持。史今犹豫一会，心想让他锻炼锻炼也好，许三多拿了锤却第一锤就把掌钎的班长砸趴下了。

伍六一要气疯了，想揍许三多却被班长拦了没揍成，完了班长还说把活干完，不用去卫生所。伍六一三五除二卸下副履带，许三多吓得不敢，在一边轻声地哭。

班长本来是真没心思再理许三多了，犹豫一下却说许三多，右边履带你来试试。许三多摇头不迭，他是打死不敢了。班长跟他说许三多，你其实挺聪明的，为什么老做错事呢？因为你太怕做错事了。我也怕做错事，可我不能不做。要不咱们来个协议，你只管做，做几件事给我看看，在班长这里，你做什么都不会做错。许三多不干，伍六一拖着班长说走吧，这号脓包你帮不了他。班长被伍六一拖着往外走了两步，挣脱了跑到许三多跟前。班长说：许三多，你给我听着，你那一锤子伤得我不轻！我不想白挨这一锤！招兵的时候我不想要你，你死乞白赖地要我来干吗？来这里哭？我告诉你，我这个班带得不错！我还指着它提干！你真的打算一门心思地拖死我吗？

许三多惊讶得忘了哭，他并没想过他有那么大的能耐，能把班长的前程捏在手里。

班长说许三多别哭。我告诉你，我不是你爸，我不会痛揍你，也不会管你叫龟儿子。听见炮弹飞来就紧张得做逃兵，这叫放弃，这兵是熊包，放弃十次以上的人不会好好做人，放弃三次以上的兵根本做不了士兵。你放弃吗？

很久后，许三多摇摇头。那就起来，抡锤！

许三多终于拿起了锤，第一锤下去时，伍六一惊得浑身都弹了一下，但是许三多一锤接一锤地砸了下去。

许三多把自己收拾得精神，去车站送老马。许三多的精神状态和以前不太一样，如果他以前不大明白什么是责任的话，现在他知道（至少是以为）自己手上攥着班长史今的前程。

班长史今不顾全班的十对白眼，给许三多评了先进个人，理由十足，这对许三多也是个很愉快的经历。完了，史今在厕所里截住许三多，说昨天跟你说的气话可别乱说。许三多自觉明白，跟班长眨了眨眼：那是两个人的秘密。

跟另一个人有了共有的秘密也就是有了朋友，许三多不那么想家了。



历史钩沉

本书是《明朝那些事儿》第二册，内容自永乐夺位的“靖难之役”后开始，先叙述了中国历史上赫赫有名的永乐大帝事迹——挥军北上五征蒙古，郑和七下西洋，南下讨平安南等，后来永乐于北伐蒙古归来途中病逝，明朝在经历了比较清明的“仁宣之治”后，开始进入动荡时期。

当年明月 著 中国友谊出版公司友情推荐

拙劣的海盗

郑和的船队开始返航了，迎风站在船上的郑和注视着那渐渐远去的古里海岸，这是一个美丽的地方，我们会再来的！

也许是宿命的安排吧，郑和不会想到，美丽的古里不但是他第一次航程的终点，也将会成为他传奇一生的终点！

第一次远航就这样完成了，船队浩浩荡荡地向着中国返航，然而上天似乎并不愿意郑和就这样风平浪静地回到祖国，它已经为这些急于回家的人们准备好了最后一道难关，而对于郑和和他的船队来说，这是一场真正的考验，一场生死攸关的考验。

自古以来，交通要道都不是什么安全的地方，因为很多原本靠天吃饭的人会发现其实靠路吃饭更有效，于是陆路上有了路霸，海上有了海盗。按说郑和的舰队似乎不应该受到这些骚扰，但这决不是因为强盗们为这支舰队的和平使命而感动，而是军事实力的威慑作用。

即使是再凶悍的强盗，也要考虑抢劫的成本，像郑和这样带着几万士兵拿着火枪招摇过市，航空母舰上架大炮的，实在是不好对付的。

但这个世界上，有精明的强盗就必然有拙劣的强盗，一

时头脑发热，误判形势，带支手枪就敢抢坦克的人也不是没有，下面我们要介绍的就是这样一个头脑发热的仁兄。此人名叫陈祖义，他正准备开始自己人生中最大的一次抢劫。当然，也是最后一次。

陈祖义，广东潮州人，洪武年间因为犯罪逃亡海外，当年没有国际刑警组织，也没有引渡条例，所以也就没人再去管他，后来，他逃到了三佛齐（今属印度尼西亚）的渤林邦国，在国王麻那那巫里手下当上了大将。国王死后，他召集了一批海盗，自立为王，就这样，这个陈祖义成为了渤林邦国的国王。

陈祖义有了兵（海盗），便经常在马六甲海峡附近干起老本行——抢劫。猖獗了很多年，直到他遇到了郑和。

郑和的船队浩浩荡荡地开过三佛齐时，刚好撞到陈祖义，郑和对此人早有耳闻，便做好了战斗准备，而陈祖义却做出了一个让所有人都意想不到的决定。他决定向郑和投降。

要知道，陈祖义虽然贪婪，但却绝不是个疯子，他能够混到国王的位置（实际只是一个小部落），也是不容易的，看着那些堪称庞然大物的战船和黑洞洞的炮口，但凡神志清醒的人都不会甘愿当炮灰的。

但海盗毕竟是海盗，陈祖义的投降只不过是权宜之计，郑和船上的那些金银财宝是最大的诱惑，在陈祖义看来只要干成了这一票，今后就一辈子吃穿不愁了。

但要怎么干呢，硬拼肯定是不行了，那就智取！

陈祖义决定利用假投降麻痹郑和，然后召集大批海盗趁官兵不备突袭郑和旗舰，控制中枢打乱明军部署，各个击破。很快就要发财了。

陈祖义为了圆满完成这次打劫任务，四处寻找同伙，七拼八凑之下，居然也被他找到了五千多人，战船二十余艘，于是他带领属下踌躇满志地向明军战船逼近，准备打明军一个措手不及。

不出陈祖义所料，明军船队毫无动静，连船上的哨兵也比平日要少，陈祖义大喜，命令手下海盗发动进攻，然而就在此时，明军船队突然杀声四起，火炮齐鸣，陈祖义的船队被分割包围，成了大炮的靶子。目瞪口呆的海盗们黄粱美梦还没有醒，就去了黄泉。

陈祖义终于明白，自己已经中了明军的埋伏，这下是彻底完蛋了。

在清除了这些海盗后，郑和继续扬帆向祖国挺进，永乐五年九月，郑和光荣完成使命，回到了京城，并受到了朱棣的热烈欢迎和接见。



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

小朱老师的下文

就在我坐在火车上往北走的时候，小朱老师住进了我父亲的家中。她见我父亲就一口一个爹，就像一个真正的过了门的媳妇那样。她对她的母亲和姐姐说：你们回去吧，我就在这里住下来了。我要把他的孩子生下来。他就是不要我，也不能不要他的亲骨肉啊。她真的就在我家住下来了。

“回过头来说我们那个中学。你晓得吧老兄，我们山区缺的就是师资。这下好，一下子走了两位年轻骨干教师，那简直像塌了屋角一样。学校里请示了县教育局。教育局说，年轻人，犯点作风错误——他们认为这是作风错误，教育教育就可以了。一定要让他们回到岗位上来。校长和教导主任亲自出马，找到了我家里。”

“这事让小朱老师有些为难。我父亲看出了小朱老师的心思。他对她回学校去。他说不管怎么说，这孩子他认了，她本人作为媳妇他也认了。”

“我住在吕盛那里的时候给我父亲去了第二封信。他立即让我哥哥代笔给我回了一封急信。他劝我回来。他说其实小朱老师如果做媳妇定是个好媳妇。他希望我早日成家，希望他早日抱到名正言顺的孙子。他说学校里

也欢迎我回去教书，什么处分都不会有。

“我给我父亲写了封简短的回信。我告诉他我的决心。我说让您老人家失望了我很难过。小朱老师给您添麻烦，我也很难过。我将来出息了，会报答您的。”

“我从此走上了一条不归路，诗人之路。我尽量忘记我的故乡。还有小朱老师，我也要忘了她。后来，她生下了我的儿子。我一直没见过他，可是我却忘记不了我那未见过的儿子。他肯定长得像我，他在我的我心里成长。”

哑马说起他那未见过的面儿子的时有点动容。啤酒瓶在他手中轻轻晃动。落地玻璃窗外的灯火依旧，但人生变幻了其他的意味。他别过脸，望着窗外某处不可知的地方，稍稍沉默了片刻。

“……在吕盛家住下的将近半年的时光令我难忘。我差不多每天都写诗。我们上午睡懒觉。快到中午时起来。他带我去美容院参加火柴晚会。我们各自带一位女孩回来。我容易多情，见一个喜欢一个，就像要跟她热恋一样。有一回吕盛深沉地说：我喜欢泡不那么随便的少妇。她们的心理复杂得多，微妙得多。吕盛死于他的少妇理得多。我亲眼见到了他的死。”

哑马把瓶子里剩下的啤酒一口喝光，又再拿过来一瓶喝。他什么都不看，又接着说下去：“……我几天没去吕盛的画廊。恰恰就是那几天，吕盛泡上了一个少妇。他们并没有很快发生肉体关系。吕盛是很有经验的，他不着急，并且享受着这个过程的缓慢。那少妇是一位舞蹈演员，结婚三年了，还没有生孩子。”

“他们就是交谈，在吕盛的画廊里。吕盛没有把她朝家里带。”

“但是很快，他的那些诗就落到了她丈夫的手中。那是个脾气暴躁的男人，把她打得青红紫绿，逼问她和野男人睡过觉没有。她当然不承认。没有的事怎么承认？她丈夫不信，逼她带路，带到吕盛的画廊里来。那男人一见吕盛就失去了理智，冲上去就把吕盛踹倒在地。吕盛一开始没还手，是希望能向这个愤怒的丈夫说清楚，他的老婆是无辜的。但那个丈夫根本停不下手来。”

“我在医院的停尸房见了吕盛最后一面。他的脸是肿的，敷满了干的变黑了的血迹。我几乎认不出他来了。”

“那个男人被抓起来，后来判了死缓。吕盛太可惜了。”

哑马，这位沉浸在怀念亡友的感伤情绪中的诗人，他的眼眶里涌出了晶莹的亮点。



健康指南

二十四节气衣食住行的保健细节，四季气候条件对人体和情绪的不同影响，五种简单实用的养生手段，数百种安全可靠的食疗和药补验方，数千年传统养生理论与现代医学成果的有机结合。作者告诉你，健康九成靠自己。只要快乐养生，就能享受健康。只要平时养生保健，疾病就能挡在门外。

张国玺 著 漓江出版社友情推荐

一天十个枣

大枣，最早产于我国，约有4000年的栽培历史，主产于河北、河南、山东、山西、陕西等省，约有300多个不同的品种。大枣以色红、肉厚、饱满、核小或无核、味甜者为佳。民间有“天天吃大枣，青春永不老”“一天十个枣，一辈子不显老”“五谷加大枣，胜过灵芝草”“若要皮肤好，粥里加大枣”等说法，虽然有些夸张，但也说明常常食用大枣对健康是有益的。

大枣，又名红枣，为鼠李科落叶小乔木或灌木植物枣的成熟果实，属于药食两用之品，有鲜枣与干枣（大枣）之分，两者的成分有所不同。鲜枣内含有丰富的维生素类物质，特别是维生素C的含量为百果之冠，故称其为“天然的维生素丸”，所以吃鲜枣对补充人体的维生素更为有利。然而，鲜枣易变质腐烂，故需烘晒为干枣以便长期保存，通常我们所称的“大枣”即指干枣。

现代中医学认为，大枣味甘性温，归脾、胃经，有补中益气、养血安神、缓和药性的功效。适用于中气不足、血虚证、脏躁证及缓和药性等。大枣善治中气不

足、脾胃虚弱所致的体倦乏力等症。用大枣与大米、小米或糯米同煮为粥，有较好的治疗作用。大枣还能养血安神，既可治疗因血虚所致面色萎黄、头晕目眩、疲倦无力等症，又可治疗因心虚肝郁引起的精神恍惚、睡眠不佳、神志失常等症。

现代医学研究证实，大枣除含有以上营养成分外，还含有三萜皂苷类、生物碱类、黄酮类、有机酸类等多种有效成分，具有延缓衰老、抗氧化、提高免疫功能、抗肿瘤等作用。

这里给大家介绍一些大枣的验方及食疗方。

中老年人脾胃虚弱，有食欲不振、消化不良、体倦乏力、大便溏泄等症者：用大枣10枚，山药10克，莲子10克，大米100克，有益气健脾、补虚健身的功效。服用方法：将大枣、山药及莲子洗净与大米同煮为粥，早晚食用。

肝炎及肺结核病后恢复期，身体虚弱，疲乏无力者：用大枣肉500克，白糖适量，有益气补虚的功效。服用方法：将大枣洗净去核，用水煮成膏状，用容器储存，早中晚各服用1汤匙。

过敏性疾病（如过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性紫癜、荨麻疹等）的辅助治

疗：每日服用鲜枣50-100克或大枣20-50枚，有补气健身、抗过敏的功效。服用方法：将枣洗净后不拘时服用，至过敏症状消失为止。

慢性疾病或大病后身体虚弱者：大枣30克，花生30克，羊肉100克，调料少许，有益气补虚、健脾养血的功效。服用方法：将羊肉洗净切为小块，放入花生大枣及调料，加水适量，用文火炖煮2小时，食肉喝汤。

病理性精神恍惚，哭笑无常，心烦失眠，情绪波动较大者：用大枣15枚，浮小麦50克，甘草10克，有益气养心、安神定志的功效。服用方法：将以上3味药洗净，煎煮1小时，去甘草后食用。

中老年人低血压症：大枣20枚，太子参10克，山药30克，薏米20克，莲子10克，大米50克，有补中益气、健脾升压的作用。服用方法：将以上诸药洗净，与大米同煮为粥，早晚食用。

神经衰弱患者，失眠多梦、心悸健忘、疲倦无力、精神萎靡者：用大枣20枚，龙眼肉10克，莲子50克，白糖少许，有健脾养心、益心安神的功效。服用方法：将大枣、龙眼肉及莲子洗净后加水适量，煮烂后加白糖调味，早晚食用。