



纪实文学

丹·莱因戈尔德有14年是华尔街的顶级分析师。本书提供给您一个观剧的前排位子,以便观看美国金融史上最有戏剧性的、最终也是悲剧性的故事。作者详细介绍和分析了从未有人敢披露的华尔街无处不在的内幕信息泄露和最隐秘的内幕交易,描述了亲身经历的那些已昭然于天下的公司欺诈案、白领犯罪……

【美】丹·莱因戈尔德 等著 译林出版社友情推荐

恐怖袭来

奎斯特通信国际公司的预收降低是个不折不扣的坏消息。但正当我试图判定这是否意味着该公司股票不会再是绩优股时,9·11恐怖袭击使得电信行业的这一巨变显得微不足道了。

那是个星期二,当时,我和葆拉在意大利,正在骑自行车环游帕尔马市的途中。我一边蹬着自行车,一边不断试图接通我的语音邮件(这次我带着手机了),但美国电报电话公司的国际线路总是占线。我们走进下榻饭店的大厅,骑了30英里的自行车,浑身酸痛。我们看见一群人挤在电视机前。这群人情绪激动,我们想应该是场足球比赛吧。但并不是足球赛。

我们瞥了一下屏幕,看到双子塔坍塌的画面,我们顿时呆若木鸡。这是我一生中见到的最可怕的情景。我们疯狂地往家里打电话,以核实朋友和家人的情况,但线路无法接通美国。幸运的是,饭店的接待员让我们用她的电脑。通过电子邮件,我们得知居住在爆炸点偏北一点的我们的孩子、我们孩子朋友的父母、我们的侄女和她的男朋友都还平安。瑞士信贷第一波士顿的办公室在市中心南端,不在爆炸地点,

但离灾难发生点不太远。最终,我接通了办公室的电话,与团队的每个成员都通了话,催促他们全都回家与家人会合。但成千上万的人,其中有些是我同事的家人,则情况不妙。多日夜以继日的工作之后,我突然意识到——我确信大多数人也是这样想的——我们对工作和事业的痴迷在这种悲剧面前都变得毫无意义。多年来的股票分析、股票精选、相互竞争,这些真的那么重要吗?

在华尔街,这次袭击凝固了所有的设想和思路。他们也暂停了许多正在进行中的对公司及个人的调查活动,部分是由于美国证券交易委员会的华尔街调查办公室位于世贸中心大厦的一栋楼中。办公室里保存着所有文件和对于申请户情况的个别调查工作的记录,包括几年前对格鲁布曼公开调查的档案材料,它们如其他东西一样,全都化为乌有了。

然而,华尔街,似乎是有灵性的,它是不会消停太久的。因此虽不知何时恢复她的电脑。通过电子邮件,我们得知居住在爆炸点偏北一点的我们的孩子、我们孩子朋友的父母、我们的侄女和她的男朋友都还平安。瑞士信贷第一波士顿的办公室在市中心南端,不在爆炸地点,

周一,9月18日,股市最终重新开市,我和葆拉因为买

不到回程机票,还滞留在欧洲。我们开车从米兰赶往巴黎,那里有更多航班飞往美国。我用手机发表评论,说电话公司,特别是贝尔子公司会进展顺利,他们会进行反商业周期调整,但我和其他人一样泄气、沮丧。一切都显得毫无意义了。世通或者其他公司是否达到它们预期的数字看起来都无关紧要了。

事实上,9·11悲剧给很多正在苦苦挣扎的电信公司和其他公司提供了便利的掩护。如果各种合并与收购在此之前已干涸、枯竭的话,那现在就是处在沙漠般的酷热之中。而随之出现的任何让人失望或低于预测的收益状况现在都可以归咎于全球性的紊乱而非公司的运营模式或执行情况上的问题。

就在这混乱不堪之中,我等待许久的消息终于来了。经过4年漫长的等待,我最终又重新获得了《机构投资者》评出的有线电信类研究分析师的第一排名。因为我所挑选的贝尔子公司股票,相对于世通和杰克钟爱的其他一些股票,走势要好。

要是平时,我一定会兴奋至极,充满大获全胜的自豪感。可如今,新世界令人感到可怕,我们这一行业也面临崩溃,我一点都感觉不到胜利的喜悦。



人物传记

少帅与七个女人的故事,生动地体现了一个浓浓的“情”字。无论是与天津名媛爱意深沉的友情,还是和意大利公使夫人“柏拉图”式的纯洁情愫,其内幕都是少帅去世后的首次披露。本书为那些熟悉张学良百战疆场、以西安兵谏彪炳史册的读者,展示了其侠骨柔肠、重情厚义的另一面……

汪睿 著 团结出版社友情推荐

以理智对抗情感

就在这一年夏天,张学良因病住进了协和医院。

这件事对张学良而言,是借以摆脱爱达的绝好机会。他因伤寒住进协和医院,除受到国民党军政两界的非议之外,也同时受到于凤至和赵一荻的强烈反对。

张学良住在协和医院,就已预见到热情如火的爱达夫人肯定要到医院来探望。他担心万一爱达经常到协和医院探病,除让他治病不得安宁之外,医院内外还可能因为她的到来产生不良的影响,所以张学良就下令,医院病房内外一定要有侍卫站岗,除于凤至、赵四小姐之外,任何军政官员和中外朋友均以不利于病人治疗休息为由挡驾这样,齐亚诺伯爵和夫人爱达接连两次造访,都吃了闭门羹。

不过,事情并没有因为侍卫拒绝进门就此了结。不久,负责病房的护士们就不时向张学良报告说:有一位会说华语的外国女人,一连几天给这里打电话。她自称有重要事情必须面见张学良将军。但因有张学良的事前叮嘱,所以护士们都委婉谢绝了。后来,尽管

爱达夫人知道打电话已无法和张学良对话,可是相隔几天她还要打电话。只是她的每一次努力都以遭拒告终。张学良理解并为此大为感动,他知道爱达对他的真情,然而他又必须克制自己的感情,在回避热情如火的爱达的同时又尽量使其不受伤害。

秋天,九一八事变发生!张学良面对瞬息万变的战争局面,不得不提前返回顺承王府。就在他急召众将研究如何拒敌的时候,爱达夫人又突然造访了。当时正好有东北学生来这里请愿,张学良亲自在会客室与东大的学生代表们交谈,这样,张学良就委托赵四小姐代为接见。爱达对赵四出面接待颇感失望,但她毕竟是外交官夫人,深谙张学良此时的处境非常艰难,所以只好失望而归。

占领锦州后的日本侵略者得寸进尺,东北军没能阻止住日军的进攻,1933年3月4日热河失守。3月8日,张学良致电南京政府请求辞职,3月11日,正式将军事委员会北平分会代理委员应钦,随后向全国发出通电,宣布下野。

张学良发表《下野通电》的第二天即携带妻子儿女及少数随员飞到了上海。在那里他发现市民们听说张

学良抵沪的消息,都群情激昂地纷纷上街示威,声讨他这丢了东北的“不抵抗将军”。张学良只得把牙往肚子里咽,躲进上海法租界路128号寓所,决心在这里戒掉他多年的鸦片嗜好。

这是张学良自河南前线上染上毒瘾后的第三次戒烟。此前他在天津和北平都曾有过戒毒的历史,但是都失败了。这次他选中上海疗养院的美国医生德特·米勒专门负责他的戒毒。在张学良戒烟这段痛苦的时间里,每天早晨都有一个神秘的电话打进来,是一位会说中国话的外国女子。米勒医生接电话时,那女人又不肯报告姓名,只一味询问张学良戒毒的进展和他的精神状况。米勒情知这女人肯定与少帅关系特殊,所以每天清早都对她报一声平安:“放心吧小姐,张将军会好起来的。”那女人听了,才吁出一口气:“谢谢您,感谢上帝,祝您早日康复!”

当张学良从米勒那里听说此事时,心中十分感动。他知道那一定是爱达,没有第二个外国女人会这样关心他。后来张学良才知道,爱达在此期间还给他写了许多充满关爱的信件,只是因为戒毒的过程非常痛苦又身不由己,所以恢复了体力后才看到这些信。



都市小说

这是围绕一家上市公司所发生的错综复杂的商战故事;这是一个友谊遭遇阴谋、美丽遭遇强暴的人生故事;这更是一个催人泪下、感人至深的爱情故事。上市公司委托理财引发的危机,裹挟着20多年的恩怨情仇,借股市之一角,上演了一出复仇大戏……

赵苏苏 著 群众出版社友情推荐

太多的意外

好一会儿之后,还是虹玉打破了坚冰,继续讲述。

这桩一开始就错的婚姻也因此而走到了头。离婚后虹玉心情极差,更糟糕的是,她发现自己怀孕了!她和张吉利一直采取措施,所以,这腹中的胎儿肯定是个孽种。在全家人的一致坚持下,孩子终被拿掉,是个男婴。虹玉哭得死去活来,甚至歇斯底里。那段时间,她的情绪跌落了冰点,自杀的心都有过。虹玉向她提议,不如出去走走,换换环境散散心。于是姐妹俩去了张家界,在那儿她们认识了一位名叫莱斯利的英国贵族。这个号称男爵的老先生快六十了,却仍是单身。他风度翩翩,绅士派头十足,对虹玉更是一见钟情,大献殷勤。他穷追不舍,甚至一路尾随到北京,很正式地向虹玉求爱。虹玉早已被一系列打击弄乱了方寸,一心想着摆脱目前的状况,最好是躲到天涯海角,彻底改变环境,而莱斯利恰好能够帮助她做到这一点。于是她就稀里糊涂答应了对方,把自己胡乱嫁了,跟着这个尚未充分了解的老头去了英国伯明翰。到了那儿她才发现,莱斯利说是贵族,其实家世早已没落。

讲到这里,虹玉的声音颤抖起来。“吃苦,受穷,这些虹玉都不在乎,最令人不能容忍的是,莱斯利他……原来是这么变态!”

“那她干吗不报警,或者索性和他离婚?”子仪听得几乎坐不住了,不禁这样问道。

“你还不了解她?虹玉是个多要强的人啊。她打掉牙往肚里咽。”

后来发生了奇迹,莱斯利的叔叔去世了,他的这个叔叔是个无儿无女的巨富,莱斯利居然是他的第一继承人!这家伙一步登天,搬进了城堡。他变本加厉地折磨虹玉,虹玉飞越生活在了地狱里。

直到有一天,虹玉去英国看她,发现她浑身是伤,才知道她一直过的是什么日子。虹玉指着鼻子臭骂了莱斯利一顿,对虹玉说,咱们走!拉着她就直奔机场,飞到了温哥华。那时候虹玉已经办理了加拿大的投资移民。

虹玉虽然身在加拿大,却仍然是名正言顺的莱斯利男爵夫人。莱斯利从他老叔那儿继承的遗产,原封不动地划归到了她名下。可是一夜之间的暴富,并没给她带来抚慰,她依旧那么不开心,郁郁寡欢。

“虹玉现在怎么样呢?”子仪脱口问道,他心里忽然有一种不祥的感觉。

“两年前也走了,”虹玉戚戚地说,“肺癌。据医生讲,这病可能与她长期心情抑郁有关。”

子仪感到嗓子一阵发紧,心沉了下去。他什么话也说不出来。再开口时虹玉的表情愈发沉重,“归根结蒂,这一切的起因全都是张吉利和冯建设。如果当初她跟了你,或者如果没有那桩肮脏交易,她就不会远嫁异邦,受尽凌辱,最后抑郁成疾,客死他乡。”

“所以你要报复?”子仪推论道。“是的,”虹玉冷冷地回答,“我有这个能力!我知道安吉传媒的董事长是冯建设,总经理是张吉利,知道安吉传媒把大笔的上市募集资金委托给了京房置业,炒自家股票的。于是我就趁股价最低的时候,抄底建仓。我现在手里差不多捏着一千万股安吉传媒。在这样的大熊市里,投资者有如惊弓之鸟,只要我稍稍往下砸,就会造成羊群效应,小机构和散户便会慌不择路地往外跑!我倒想瞧瞧,安吉有多大能耐,能接住我这一千万抛盘!违规炒股,造成重大经济损失,我倒要看看冯建设和张吉利怎么面对公众股东,怎么面对监管机构!”

太多的出乎意料,子仪一时之间感觉像是在做梦,他需要时间来消化。



健康指南

遵循罗伊森教授的建议,你就可以使你的生物钟倒退。在本书中,罗伊森教授利用最近的有关衰老过程的医学研究结果,提供了70多种方法来减少甚至防止80%的疾病,而这些疾病会使你更衰老。比数据更有说服力的是书中比比皆是真实案例——这些人加入了减龄方案,因而从生理上更年轻,生活得更快乐、更健康。

【美】迈克尔·罗伊森 著 安徽人民出版社友情推荐

维生素C: 加强免疫力, 延缓衰老

有没有注意到每次只要一感冒,周围的每个人都叫你服用维生素C?这便是诺贝尔奖得主莱纳斯·波林的功劳。

维生素C有哪些具体功效呢?和维生素E一样,维生素C能通过抑制血管壁的脂肪氧化,保持动脉健康。维生素C把胆固醇转化成容易排出体外的形式,抑制脂肪堆积。由于维生素C是水溶性的,因此能进入血管壁的细胞内,与细胞内游离的自由基结合,尤其是在自由基容易破坏DNA的地方。维生素C具有修复功能,能维持血管中的健康基质,修复受损的血管壁。

维生素C与维生素E一起服用,才能达到抗衰老的效果。仅服用维生素C,血管疾病并无减少,因此,许多研究报告包括美国疾病防治任务组调查,都没有发现维生素C或维生素E对动脉老化有疗效,这些报告是完全正确的。单独服用的确不会产生任何效果,只有在对同时服用两种维生素的人群所进行的流行病学调查中,才发现其抗衰老的显著效果。

维生素C有助于降低血压,防止白内障,促使伤

口愈合,改善肺部功能,防止呼吸系统老化。而且维生素C确实能使免疫系统保持年轻。目前,我们知道维生素C能降低癌症(每个人的发病率。维生素C还有助于防止造成胃溃疡、十二指肠溃疡、胃癌的细菌感染。全国健康及营养调查的最新数据显示,血液中维生素C水平最高的人遭受致病细菌感染的几率比维生素C水平最低的人要低70%。不管是什么原因,这是维生素C对真实年龄的额外益处。

水溶性的维生素C会随着尿液排出体外,因此必须每天服用几次。我建议每天至少2次,一般3次。我是通过食物与保健品搭配来摄取维生素C的。早晨服用含有500毫克的维生素C多元素片(同时含有200国际单位维生素E),中午吃一个橙子或一串葡萄,晚饭时再服用同样的多元素片,确保足够的摄入量。我也从其他食物如番茄色拉中摄取维生素C。维生素C的真实年龄最佳量为每天1200毫克,从保健品和食物中分批少量摄取,而日均供给量仅为60毫克,无法达到抗衰老的标准。你袋装及切碎的蔬菜中维生素C容易流失,烹饪更易减少维生素C的含量。这也是为

什么要每天食用大量新鲜水果和蔬菜的原因。同时,剧烈运动前一到两个小时,食用一些水果或服用一些维生素。因为剧烈运动会致氧化物质积聚,而维生素C的抗氧化功效或许能帮助你保持年轻。

服用天然维生素C还是合成维生素C并不重要,人体都能吸收。但我不建议使用“咀嚼型维生素C”,它的酸性物质会留在牙齿上。

最近有一则报道说维生素C会破坏DNA,从而导致癌症。但该报道没有提到的是,在500毫克的摄取量的情况下,维生素C所产生的修复功能是其损害作用的10倍。但要注意如果服用500毫克的维生素C,频率不能超过每6小时一次,每次不能太多。

最后,维生素C能防治感冒吗?很不幸,答案是不能,但它能够缓解症状。出现感冒症状时,可以增加维生素C的摄入量,多喝水,建议每天4000毫克,8杯水。尽管不能如波林认为的那样治愈感冒,但维生素C能缓解感冒的症状。例如,感冒时服用维生素C,你会发现还能继续运动,如果在服用你汀类药物,只要多喝点鸡汤就行了。鸡汤、锌合片及维生素C在缓解感冒症状上似乎有相同的功效。