



历史演义

本书上接第三部,从嘉靖即位、“议礼之争”开始。嘉靖皇帝借“议礼之争”清除了一批前朝旧臣,总揽大权。此后他的生活日渐腐化,一心想得道成仙,国家大事抛于脑后,奸相严嵩因此得以长期把持大权。同时,大明财政空虚,兵备废弛,东南沿海的倭寇和北方的蒙古成为明朝的心腹大患……

当年明月 著 中国友谊出版公司友情推荐

床前的痛哭

此时的严嵩也正在紧密地筹划着,情况已到了极为危险的地步,夏言占据高位,自己的伪装已经暴露,图穷匕见,必须采取措施除掉他。但严嵩没有信心,因为夏言比他的前任张璁强得多,他有才干。就在这时,有一个人站了出来,他告诉严嵩,其实,夏言很容易对付。

这个人叫严世蕃,是严嵩的儿子。此人长得很有特点——肥头大耳,还瞎了一只眼睛,算是个半盲。就这副长相,走在街上都影响市容,但事实证明,他确实是一个极为厉害的人物。

严世蕃的优点虽然简单,却很实用——聪明。他有一门独门绝技,那就是写青词。严嵩写不好青词,虽然他很努力,但确实是写不好,无奈之下,他找到了自己的儿子代笔,结果出人意料,送上去的青词受到了嘉靖的表扬。应该说,严嵩能够得宠,很大程度上要感谢这位枪手。

然而举世奇才严世蕃之所能升官,完全是靠他爹,这倒也不值得奇怪,对这种特殊人才,搞搞特殊化似乎也很正常。在老爹的提携下,严世蕃当上了工部左侍郎兼尚宝司少卿,大致相当于建设部副部长,兼机要室主任。

估计当时的朝廷里,最肥的就是这两个位置,天天搞工程,和包工头打交道,拿回扣那是家常便饭,加上他还管机要印章,和严老爹那是一拍即合,儿子通报消息,老子索贿受贿,贪得不亦乐乎。严嵩父子绞尽脑汁准备对付夏言,然而出乎他们意料的是,还没等他们动手,夏言就找上门来了。

事情是这样的,估计是严世蕃贪得过了头,惹恼了很多人,结果被人给告了,今时不同往日,告状信落到了夏言的手里,这位仁兄自然是二话不说,准备好材料就要去找领导汇报。

严嵩慌了,他听到风声之后,即刻找来自己的贪污犯儿子商量对策,紧要关头,这位天下三才之一也吓得不行,掐了自己几下才缓过神来。然后他提出了一个似乎十分荒唐的解决方法:去找夏言求情。

严嵩不同意,因为他认为自己十分清楚夏言的个性。严世蕃却坚持他的意见:“这是唯一的活路!”

于是父子俩带好所有装备,包括礼物、钱、擦眼泪的绢布等等,到了夏言的门口,门卫通报,严次辅求见。很久之后,传来回应:夏首辅身体不适,两位改日再来。

改日再来?别逗了,到时

不知道脑袋还在不在呢!于是严嵩用上了第一件装备——钱。当然了这钱不是给夏言的,而是塞到了门卫的手里,兄弟你放我过去吧。

买通了门房,严嵩父子走进了夏言的住处。夏言正躺在床上装病,听见这两人来了,假装没醒,翻了个身继续睡。不要紧,自然有办法让你起床。站在房间里的严嵩和严世蕃突然悲痛欲绝,当场痛哭失声,哀嚎流涕声震天动地。夏言再也忍不住了,这好不容易休息一天,却突然跑进来两个活宝哭丧,觉也没法睡,而且自己躺在床上,他们对床哭,实在是太不吉利。于是,他站了起来。

他的毁灭就是从这一次起床开始的。夏言走到严嵩的面前,扶起了这个比自己大两岁,跪在地上痛哭不止的老人,叹了一口气:“分宜(严嵩是江西分宜人),你这又是何必呢?”

严嵩立刻停住了哭声,擤了鼻涕,拉着严世蕃,以庄重的装孙子形象站立在夏言的面前。大家都是明白人,你来干什么,想要什么,我非常清楚。于是夏言叹了一口气,无奈地挥手,表明自己的态度。严嵩和严世蕃大喜过望,立刻再次磕头谢恩,千恩万谢而去。

历史证明,落水狗如果不打,就会变成恶狼。



军事人物

本书通过对刘亚楼有关人物的14年采访,查阅大量原始档案,并参考老同志的回忆,真实地披露了刘亚楼上将与高层人物交往的秘闻趣事及重大事件内幕,展示了他的参谋之功、领军之才、治军之道及为人之诚……

钟兆云 著 人民出版社友情推荐

准确判断希特勒
的主攻方向

1941年春,德军继征服北欧、西欧诸国后,再占巴尔干半岛,开始在东欧集结重兵,加紧完成入侵苏联的“巴巴罗萨”计划。

这期间,刘亚楼和林彪等各国将领一起参加讨论德军届时进攻苏联首都莫斯科的主攻方向问题。苏军最高统帅部的看法,认为希特勒进攻莫斯科的路线,必定沿着南部乌克兰和顿涅茨河流域东进,以占领经济作物地区,掠夺乌克兰的粮食、顿涅茨河流域的煤矿、高加索的石油,借此切断苏联的经济命脉;再者,德军占有这些最重要的资源,就可进行长期的大规模战争。

刘亚楼对苏联最高统帅部的分析和判断表示怀疑。他认真研究了各种情况后认为,乌克兰、顿涅茨河流域这样一个农田、水网遍布,土质松软的经济作物地区,不可能是以机械化部队为主的德军选取的主要进军路线,希特勒将选择白俄罗斯作为进攻莫斯科的最佳线路,因为那里土壤坚固,至莫斯科距离最短,适合希特勒装备最好的摩托化部队的展开,这也符合希特勒一贯的闪电战作风。

刘亚楼的分析 and 看法,

得到林彪的认同,通过第三国际传给苏军统帅部,但被束之高阁。

1941年6月22日拂晓,希特勒撕毁《苏德互不侵犯条约》,在苏联边境西部1000多公里宽的宽大正面发起了蓄谋已久的苏德战争,以北方、中央、南方三个集团军群分别向列宁格勒(今圣彼得堡)、莫斯科、基辅方向实施闪电式攻击。其中莫斯科一路,实力配置最强,集中了50多个师和最精锐、数量最众的坦克、摩托化部队,而且果然不是从南部而来,正是循白俄罗斯方向杀将过来。

苏军因判断失误等原因而猝不及防,前线败绩纷呈。11天后,醒悟过来的斯大林才通过广播向全国军民发表了一次迟到的抗德演说,采取紧急措施,并自己兼任国防人民委员(国防部长)和苏联武装力量最高统帅。但此时,战局已岌岌可危。

敢于对斯大林军事观点说“不”的中国将军刘亚楼,从此在苏军上层挂上了号。

9月底,德军中央集团军群向莫斯科发起代号为“台风”的攻势。正当刘亚楼和伏龙芝军事学院的学员们摩拳擦掌,随时准备奔赴前线时,传来命令:由共产国际召集中国同志集中莫斯科,暂住《消息报》报社对面的莫

斯科旅馆,着手安排回国。

离开莫斯科前,林彪带领刘亚楼、卢冬生等人拜会了季米特洛夫,听取了他关于苏德战争和中日战争的关系以及共产国际当前的任务和路线的讲话。随后,10多名中国军队干部由苏军少校乔尔诺夫护送,从莫斯科坐火车,然后倒汽车,一路向东奔驰。10月到达蒙古人民共和国首都乌兰巴托,准备从这里通过边界,到达内蒙古的大青山游击区,然后通过党的交通站转回延安。

不料,这条交通线已遭破坏,日伪军对边界封锁甚严,难以通过。

十几个人被困了一个多月后,经紧急联系,有关方面同意林彪坐飞机先行回国。他是国民革命军第一一五师师长,可以公开回去,其他人员因是秘密出国,不能暴露真实身份,只能另想办法。

滞留在乌兰巴托的中国同志,先是住在苏联大使馆安排的馆舍。时间一长,供应发生困难,乔尔诺夫少校也无能为力了,要他们在不暴露身份的前提下,自谋生路,解决吃饭问题。为了革命利益,他们只得委屈自己,忍辱负重:李天佑帮人养兔子,杨至成去一家农场干苦力。刘亚楼和卢冬生因为俄语好,参加苏联红军当了参谋。



畅销小说

故事发生在1975年前后。静秋是个漂亮的城里姑娘,因为家庭成分不好,静秋一直很自卑。静秋和一群学生去西坪坪体验生活,编教材。她住在村长家,认识了“老三”。英俊又有才气的老三是军区司令员的儿子,他喜欢上了静秋,等着静秋毕业,等着静秋工作,等着静秋转正。等到静秋所有的心愿都成了真,老三却得白血病去世了……

艾米 著 江苏文艺出版社友情推荐

“老朋友”

从第二天开始,“K市八中教改小组”就忙起来了,每天都要采访一些村民。一天的采访完毕后,小组的人就在一起讨论一下,该写些什么,每部分由谁来写,然后大家就分头去写,过几天把写的东西拿到组里汇报。除此之外,他们每个星期要跟生产队的社员们下地劳动一天。社员们星期天是不休息的,所以静秋他们也不休息。小组的成员轮换着回K市,向学校汇报教材编写情况,顺便也休息两天。

每个星期三和周末,张家的二闺女长芳就从严家河中学回来,她跟静秋年龄相仿,又睡一个床,一下就成了好朋友。晚上两个人要聊到很晚才睡觉,多半都是聊老二和老三。

长芳对静秋说:“我妈说你来了之后,老二变得好勤快了,一天跑回来几趟看要不要挑水,因为你们城里的女孩讲卫生,用水多。他怕你不习惯用冷水,每天烧好多瓶开水,好让你有喝的有洗的。我妈好高兴,看样子是想让你做我二嫂呢。”

静秋听了,总是有点局促不安,怕这番恩情日后没法报答。

长芳又说:“老三也对你很好呢,听我妈说,你一来,他

就拿来一个大灯泡给你换上,说你住的这屋灯光太暗了,在那样的灯光下看书写字会把眼睛搞坏的。他还给我妈一些钱,叫她用来付电费。”

静秋听了,心里很高兴,嘴里却说:“他那是怕把你的眼睛搞坏了,这不是你的屋吗?”

“我在这屋住这么久了,以前怎么没给我换个大灯泡?”

后来静秋碰见老三,就要把钱还给他,但他不肯要,两个人让来让去,搞得像打架一样,静秋只好算了。她准备走的时候,像八路军们一样,在老家的桌子上留一点钱,写个条子,说是还他的。

有天早上,静秋起床后发现“老朋友”来了,把床单弄脏了。静秋连忙把床单换下来,用一个大木盆装了些水,偷偷摸摸洗掉了那块血迹。静秋不好意思在家里清床单,估计也清不干净。那天刚好是个雨天,好不容易等到中午雨停了,她连忙用脸盆装着床单,下河去清。

静秋来到河边,正在脱鞋,就听见有人在说话:“你在这里呀?幸好看见了,不然我站在上游洗胶鞋,泥巴水肯定把你的床单搞脏了。”

好像叫不出口一样,她也不知道是因为什么。一切有关她的东西,对她的嘴来说,都成了禁忌,而对她的眼睛她的耳朵她的心来说,则要天天看,天天读,天天想。

老三说:“我来吧,我穿着胶鞋,可以走到深水地方去。”

静秋推脱了一阵,但他已经把他的棉大衣脱了,放到她手中,把床单拿过去了。她抱着他的大衣,站在岸上,看他把袖子挽得高高的,站在深水的地方,先用一只手把胶鞋上的泥巴洗掉了,然后开始很灵巧地抖动床单。洗干净后,他拧干了床单,走回岸边来。她赶快把大衣递给他,他穿回去,拿起装着床单的脸盆。

静秋去夺脸盆,说:“你去上班吧,我自己拿回去,太谢谢你了。”

他不给她脸盆:“现在是中午休息时间,正好去大妈家休息一下。”

回到家,他找了块抹布擦干净晾衣服的竹竿,又帮她把床单晾了上去,然后找了两个夹子夹住了。静秋不禁好奇地问:“你怎么这么会做家务?”

“常年在外,都是自己做。”大妈听见了,打趣他:“夸嘴呢,你的被子、床单都是我家长芳拿过来洗的。”他吐了吐舌头,不敢再吹了。



健康指南

慢性病已成为威胁国人健康的第一杀手。这些疾病往往与“不会吃饭”密切相关,所以控制慢性病,只能从源头的饮食做起。本书用通俗易懂的语言,将肥胖症、糖尿病、高血压等二十余种常见慢性病的营养调理方案——道来,为读者提供针对性的营养建议。

于康 著 漓江出版社友情推荐

选择食物有学问

肥胖是体内脂肪,尤其是甘油三酯积聚过多而导致的一种多因素造成的慢性代谢性疾病。

能量摄入多,排除少,造成能量的“正平衡”。多出的能量在体内贮存,变成脂肪,堆积在皮下和内脏,最终导致肥胖。

长期肥胖,可导致各种疾病状态,如糖尿病、高脂血症、冠心病、胆囊炎、胆石症、胰腺炎……

从减肥者的角度来看,减肥食品应该是高优质蛋白、适量的碳水化合物和限制脂肪的食物。

在低能量饮食原则下,减肥者应主要选择蔬菜类、水果类、豆制品类,适量选择蛋类、奶类、粮食类,少用油脂类。

从食物中摄取优质蛋白质,可以按照鱼肉、鸡肉、牛羊肉、猪肉的顺序选择。所谓“吃没腿的(鱼肉)比吃两条腿的好(禽肉),两条腿的比四条腿的好(牛羊猪肉)”是有一定道理的。但是兔肉含有的脂肪极低,能量也低,可以作为减肥者选用的减肥肉类。

粮食类食品可以粗细粮搭配,每天选用一些玉米面、燕麦、荞麦、小米,既能饱腹,产能量又少,可以适当选用。水果、蔬菜是减肥的好食品,

但应注意选用含糖量较低的食物,同时多选用大白菜、冬瓜、苦瓜、白萝卜等体积巨大的蔬菜,比同能量的粮食更易解决肥胖者的“难以果腹”之苦,有利于减肥者的逐步适应。

烹调用油应尽量限制,应少用甚至不用动物油。

食盐量也要进行限制,以减少心脏、肾脏的负担。

喝茶与减肥

现代医学研究表明:茶叶含有丰富的维生素,包含脂溶性维生素A、D、E、K及几乎所有的B族维生素,可以促进脂肪酸化,有利于体内胆固醇排出体外。茶叶还含有大量的矿物质,锰、锌、钾、硒、铁等微量元素对于维持人体的生理活动具有重要意义。其中,硒是一种天然抗氧化剂,与维生素E联用,在抗衰老、抑制癌变、延年益寿方面具有显著功效。

茶的特殊功效来自它所包含的特殊物质。茶含有3%的脂多糖,具有改善造血功能、保护血液的作用。茶叶中所含的叶皂素对人体消化脂肪具有积极作用。

由于茶叶几乎不含有能量,可以作为减肥者良好的饮料。餐后喝茶,既补充水分和必要的营养物质,又利于体内脂肪的消耗,从而达到减肥的目的。

顺便说一句,目前还没有发现绿茶、红茶或花茶在减肥作用上的差异,因此在减肥过程中,选用哪种茶叶,并不是问题的关键。

蔬菜、水果与减肥

控制饮食摄入的总能量可以减肥,但是节食的人往往有难以忍受的饥饿感。用低能量蔬菜、水果来填饱肚子,既可防止挨饿,又限制了能量,是减肥的好办法。

先说蔬菜。多数蔬菜含水量高,而脂肪、蛋白质很低,糖的含量不高,产能量较低。因此减肥者可以不限限制蔬菜的摄入,多食黄瓜、冬瓜、角瓜、海带、萝卜、菠菜、油菜等含水多的蔬菜,大多有利于减肥。但也有些蔬菜含能量较高,如毛豆、黄豆、蚕豆以及胡萝卜、蒜苗等,不要太多食用。像土豆、山药、粉条、芋头等含淀粉高的蔬菜,食用时要注意减少主食的摄入。

再看看水果。水果相对于蔬菜,含糖量和能量较高,但是比主食、肉类所含的能量就低得多。而且水果多为碱性食品,具有降低体内酸性、美化皮肤的作用。减肥者可以选用柚子、柠檬、草莓、苹果、西瓜、桃、橙子等水果,但是对于柿子、香蕉、红枣、荔枝、榴连等含糖量多的水果则要限制摄入。