



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

最后的舞台

在隐忍的日子里,徐阶时刻注意着严嵩的言行,而他迟迟不动手,是因为他一直未能发现严嵩的破绽。

纵横官场四十余年的严嵩是真正的精英,他虽然贪污受贿,虽然结党营私,却无人能抓住他的把柄,因为他知道哪些钱可以拿,哪些不能拿,哪些人要打,哪些人要拉。

所以这么多年来,他只受到过一次真正的威胁,然而那位慈悲为怀的夏言先生放过了他,此后他变得更加谨慎小心,狡诈无情。

然而他终于大意了,杨继盛的死劲激起了他的愤怒,混淆了他的思维判断,于是他作出了一个错误的决定——杀死杨继盛。

杨继盛就是奔着死来的。他不受严嵩的收买,不听朋友的劝告,明知毫无胜利的希望,却依然押上自己的一切,以死罪弹劾严嵩,因为他的目的很明确:只求一死。

用死来表达他的愤怒,用死来唤醒胆怯的人们,杨继盛用他的生命铸就了那柄斩杀奸邪的利剑。事实证明,杨继盛的死是一个不折不扣的圈套,而严嵩义无反顾地跳了进去。

嘉靖三十四年(1555)九月,正如严嵩所预料的那样,愤怒的嘉靖批示了这封

奏疏:秋后处决。

消息传出之后,一个女人在自己简陋的房中,完成了另一封奏疏。这个女人是杨继盛的妻子,伟人的老婆自然也不是常人,在上书里,这个弱女子提出了一个公平的交换条件——倘以罪重,必不可赦,愿即斩妾妾首,以代夫诛。

一命换一命,很公平。严嵩看到了这封奏疏,然后扔进了文书堆里。杨继盛的妻子文化不高,这封文书是她口述,由王世贞代写的,在临刑前,他再次来到狱中,向他的同年兼好友告别。

王世贞是个讲义气的人,之前他曾多次探监,给杨继盛送来汤药,帮助他熬了下来。可是事已至此,回天乏术,于是在诏狱中,王世贞和他的朋友见了最后一面。

眼前的杨继盛已经不成个人形了,他没有父母的疼爱,众人的追捧,他很平凡,他只是一个为人忽视、沉默寡言的人,辉煌显赫从未属于过他。而今的他,只剩下了残肢破衣、遍体鳞伤,还有即将到来的死亡命运。

杨继盛却只是平静地提出了最后的要求:“我的后事,就劳烦你了。”

杨继盛没有钱,他的妻子也不好,对他而言,要想找口棺材入土为安,是比较困难的。王世贞用力地点了

点头,这已是他唯一能做的事。所有的事情都交代完了,杨继盛即将走向他人生的最后舞台——刑场。

在这最后诀别的时候,王世贞终于不禁放声大哭:“椒山,事情怎么会到这个地步啊!”

然而此时的杨继盛笑了,他倚着墙壁,用残腿支撑着自己的身体:“元美(王世贞字元美),不必如此,”在昏暗的牢房中,他的脸上映射出无比自豪的光芒:“死得其所,死又何惧!”

嘉靖三十四年(1555)十月初一,杨继盛英勇就义。在这场实力悬殊的战斗中,手无寸铁的杨继盛,坚持到了最后一刻,只凭借他的信念和勇气。

历经磨难,矢志不移,叫做信念。不畏强权,虽死无惧,叫做勇气。

在这一天,严嵩在他的府邸里欢庆自己的胜利,而嘉靖依然在西苑继续着他的修道事业。

在这一天,杨继盛用他的死向全天人揭示了严嵩的真面目,之前威风八面、不可一世的严党就此走上灭亡之路,因为有这样一句古语——众怒难犯。

也就在这一天,努力营救却终未如愿的徐阶,在他学生血淋淋的尸首前,领悟了政治斗争的最终秘诀:对付流氓,要用流氓的方法。



组建空军最合适人选

中共中央从西柏坡迁驻北平后,不时受到蒋介石空军的袭扰。毛泽东睡得香,他强烈感受到了来自天空的威胁,作出了建立空军先于建立新中国的决定。他找周恩来共同商讨怎样揭开那充满诱惑而又无比沉重的天幕。空军是个技术性很强的新军种,揭“天幕”的人,非要有勇有谋不可。知人善任的毛泽东,从群星耀眼的高级将领中筛选出了刘亚楼。

周恩来赞同毛泽东的主张,认定刘亚楼是组建新中国空军的最合适人选。因为组建空军要苏联“老大哥”帮忙,刘亚楼留过苏,会俄语,掌握了现代军事科学技术,既了解苏联军队,又懂得解放军一整套优良传统,回国后兼任东北航校校长,对航空有所了解。还没设想让刘亚楼当空军司令之前,毛泽东和周恩来甚至考虑,待战事稍息,打算调刘亚楼到总参工作。刘亚楼给林彪当参谋长干得出色,让他到总参,他必有作为。但组建空军,就等于是当务之急,没有空军的国家,就等于一个不设防的国家,刘亚楼有胆有识有才,当挑更重的担子!

虽然刘亚楼也知道中央正准备筹办空军的事,但让自

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

己领头负责,却是压根儿就没想到的。毛泽东话音刚落,他便连连摆手:主席,这使不得,使不得!我是学陆军的,不懂空军,哪能当空军司令?

毛泽东拉刘亚楼坐下,目光里充满了期待和信任:有谁开始就熟悉空军呢,要我去我也不懂,可总得有人领个头。我就是要你这个自认为做不了的做!解放全国大陆已指日可待,而解放台湾则要费较大的气力。渡海作战的关键是空军和海军,空军虽然空空如也,但中央信任你,让你负责这个摊子,你不会是那个空空如也的“空”军司令。

刘亚楼不知是谦虚,还是想着前敌领兵、渡长江出湖广、横扫三湘、纵横八桂,抑或担心什么,竟像当年在延安抗日军政大学一样,“讨价还价”不肯接担子。

毛泽东似乎有些来气了:你做了那么多年的部队思想政治工作,难道今天还要我做你的思想工作不成?

看来这个空军司令是当定了!刘亚楼不由得使劲搓动着结实有力的大手,他对毛泽东就是一个军礼:是!毛泽东满意地笑了:哎,这才是雷厉风行的刘亚楼!

身边没了刘亚楼的林彪,感受到了一份冷清,像是少了一只臂膀,他给中央发

电,提出“我们建议亚楼仍来前方指挥作战……如亚楼留中央不来,我们前线指挥甚感困难”。如此这般,活灵活现地体现了林彪盼刘亚楼回四野的心情。但刘亚楼却身不由己地留在了北京,更何况,林彪那里是局部,而毛泽东这里才是全局。

事后得知,3月便身兼东北航校校长的刘亚楼报请林彪、罗荣桓同意,派航校副校长常乾坤、副政委王弼前往西柏坡,向中央首长汇报航校的建设情况时,毛泽东、朱德就开始考虑创建空军,并迅速于3月17日成立军委航空局。在专题研究空军的会议上,后来授衔元帅的两位领导同志,对这个酝酿中的新兵种很是动容,都表示愿当空军司令。但毛泽东却“偏心”地把这个位置留给了自认为当不了的人。

知人善任的毛泽东,在20年的考察中知道了刘亚楼,这是个野战参谋兼政委型的将领,既是第一流的参谋长,又可独当一面做军事主官,还可做出色的政治领导者,三者兼优,这在以“土八路”居多的解放军将领里是鲜见的。

领袖这等亟须倚重,他刘亚楼还能不好好干,打拼出个让人喝彩、为领袖长脸的名堂来?!



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

洗脚

静秋紧张地听妈妈的下文。妈妈说:“我们关心静秋,爱护静秋,就要从长远的观点着想,不能只顾眼前。静秋顶职,很多人都眼红,在背后戳是捣非。现在她顶职的事还没搞好,如果这些人看见你们两个人在一起,对静秋顶职的事是非常不利的——”

老三又连连点头:“那是,那是。”

沉默了一阵,老三大概觉出妈妈是在等他主动表态,于是清清喉咙,说:“张老师,您放心,我这次回去了,就不再找她了,一直等到她顶职的事搞好了再来找她。”

静秋见老三踌躇满志的样子,望着妈妈那边,大概在等妈妈夸奖他几句。但她听妈妈说:“顶职的事搞好了,事情也没完,在转正之前,学校随时可以不要静秋——”

老三沉默了一阵,豪迈地说:“那我就等到她转正之后再来找她。试用期是一年吧?那我就一年之后再找她——”然后他做了一下算术,订正说,“一年零一个月左右吧,因为她现在还没顶职。”

妈妈赞许地说:“我看得出来,你是个懂道理的人,别的我也就不用说了。”大概妈妈已经站起身,下了无声的逐客令了,静秋

见老三也站了起来,央求说:“我去打点水,帮静秋把脚洗一下,她脚底烂了好些小洞,里面都是煤渣,她自己看不见脚底,不方便,我帮她把煤渣掏干净了,上了药,就马上走,以后这一零一个月,就拜托您照顾她了——”

妈妈说:“你在这附近晃来晃去不好,我去打盆水来吧。”妹妹听了这话,一跳而起,说:“我去,我去。”妹妹一会儿就打回一盆水来,放在姐姐床边。

老三把静秋脚上的纱布打开,妈妈捧着静秋脚看了一会儿,快要流泪了,走到一边,对老三说:“那就麻烦你了,我跟静思出去乘凉了。”

妈妈把妹妹带走了,屋子里只剩下静秋和老三。他不让她帮她洗脚,怕把他左手的绷带打湿了。她自己洗了脚,他帮她擦干,把灯绳打开,把灯泡放低了,问她要了根针,用针屁股那头掏那些小洞里的煤渣:“疼不疼?我掏得太深了就告诉我。”

静秋问他:“你——恨不恨我妈妈?”

他惊讶地说:“我恨你妈妈干什么?”然后吹嘘说,“她都说了,我跟她的目标是一致的。”他聚精会神地掏那些小洞,她就一眼不眨地看他,想到要一年零

一个月之后才能见到他,觉得很沮丧,不知道这一年多怎么熬得过去。她问:“你真的要等到一年零一个月之后才来看我?”

他点点头:“我向你妈妈保证过了,如果说了话不算数,她以后就不相信我了。”

他把那些洞都掏干净了,给她的脚擦了点药,把脸盆的水端到外面倒掉,走回来坐在她床边,说:“把你的照片给一张给我吧,我想你的时候,就拿出来看看。”

她找了好一会儿,找出一张六岁时的照片。照片上的她,剪着个妹妹头,额前是一排整齐的刘海,穿着一条水绿色的连衣裙。他从包里拿出一张,是张风景照,他穿着白衬衣和一条颜色很浅的裤子,手里拿着一个纸卷一样的东西,站在一棵树下。她认出就是那棵山楂树。照片上的他显得很年轻,很英俊。她很喜欢那张照片,现在她妈妈已经知道他们的事了,她也不怕把照片放家里了。

他问:“喜欢不喜欢这张?”他见她点头,表功说,“专门跑到那树下照的。”然后又许诺,“等你顶职了,转正了,我带你去那里看山楂花。”

后来,他呆呆地坐在那里,听他走出去,开车锁,推车,上车,然后一切回归寂静。



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

哪些饮食因素可导致胆结石

胆石的形成在很大程度上与营养过度、缺乏或不平衡有关。如西方膳食中热能高、多动物性脂肪和精制糖,但缺少膳食纤维,成为诱发胆结石的饮食因素。实践证明,膳食纤维可与胆酸相结合,使胆汁中胆固醇的溶解度增加。胆汁成分的改变可减少胆石的形成。非洲土著膳食中多膳食纤维而少精制糖,其胆结石的发病率最低。摄入大量精制糖可使肝内合成胆固醇增多,并抑制肝脏分泌胆汁酸,使胆汁酸代谢池缩小。多食、少动与热能摄入超可使人发胖,肝中合成和分泌的胆固醇增多,为形成胆石提供了有利的条件。

其他如缺乏维生素C或使胆固醇转化为胆汁酸的速率减慢。低蛋白饮食可能成为胆结石的一个致病因素。

此外,胆石的形成与饮食习惯也有一定的关系,饥饿时胆胆囊素不分泌,胆汁滞留于胆囊而过度浓缩,可诱发炎症或形成胆石。尤其是夜间分泌的胆汁比白天分泌的更富于成石性。因此,省去早餐或全天只吃一两餐者,患胆结石的可能性就更大些。

胆结石的营养治疗

急性发作期发热、呕吐、

剧烈疼痛时,应采取禁食、静脉补充营养、抗炎等治疗方法。在缓解期或无症状时,应采取低脂肪、高蛋白、高维生素的饮食治疗。

能量:要能满足生理需要,同时防止热能过多。一般为1800-2000千卡/天。不过要根据病人的具体情况区别对待。肥胖者须限制热量摄入以利减轻体重,而消瘦病人则应酌量增加热能供应,以利康复。

脂类:限制脂肪,避免刺激胆囊收缩以缓解疼痛。手术前后饮食中脂肪应限制在20-30克/天。随着病情好转,如病人对油脂耐受,可略为增多(40-50克/天),以改善菜肴的色、香、味,刺激食欲。建议烹调用植物油,这样既能供给必需脂肪酸,又有利胆作用。但应均匀分布于三餐中,避免食用过多的脂肪。应控制含胆固醇高的食品,以减轻胆固醇代谢障碍,防止结石形成。每日摄入量应少于300毫克,重度高胆固醇血症应控制在200毫克以内。对于动物内脏、蛋黄、咸鸭等含胆固醇高的食品,应该少用或限量食用。

蛋白质:应补充充足的蛋白质。鱼、虾、瘦肉、兔肉、鸡肉、豆腐及少油的豆制品

(大豆卵磷脂,有较好的消石作用)都是高蛋白质和低脂肪食物。

维生素和矿物质:选择富含维生素、钙、铁、钾等的绿叶蔬菜、水果及粗粮,并补充维生素制剂和病人相应缺乏的矿物质。维生素B族、C和脂溶性维生素都很重要。特别是维生素K,对内脏平滑肌有解痉镇痛作用,对缓解胆管痉挛和胆结石引起的疼痛有良好效果。

膳食纤维:增加膳食纤维和水分摄入可减少胆石的形成。可将鲜嫩蔬菜和瓜果切碎煮软,使膳食纤维软化。选用质地软、刺激性小的膳食纤维品种,如藻胶、果胶等,做成风味食品或加入主食,可以增加膳食纤维的供应量,有利于防止便秘,减少胆石形成(便秘是胆结石、胆囊炎发作的诱因)。

戒烟戒酒。节制饮食,少量多餐,定时定量。禁用一切辛辣食物和刺激性强的调味品。它们可促使胆囊素的产生,增强胆囊收缩,使胆道口括约肌不能及时松弛流出胆汁,可能引起胆结石或胆囊炎的急性发作,或使病情恶化。忌用油腻、煎、炸以及含脂肪多的食品,如肥猪肉、羊肉、肥鹅、黄油、奶油、油酥点心、奶油蛋糕等。