



贵族学校的失声期

青春似乎都是在一夜之间突然降临，“砸”到每个孩子头上的。

我由水清国小升至道明中学，得益于父亲和母亲处心积虑爱子之心的成全。在台湾，只要一提到道明，大家都知道这是位居南方第一的学校。它的学费是一般学校的10倍。当时一般学校是500块，它是5000块。因此道明中学一直被冠以“明星学校”和“贵族学校”的金牌声誉。由于我小学获得了大量的演讲与作文“奖状”，因此符合“道明”的招收条件，但是最终我得以以布衣之子的身份入读“道明”，关键在于父亲和母亲的一再坚持。

进入道明读书，对于我们一家来说无疑是一夜之间加重了很大的负担，父亲的薪水依旧是微薄的，而母亲的家庭美容院也是昼夜辛劳地经营着，懂事的姐姐很小的时候就脚底下踩着板凳帮着母亲给客人们洗头。相比他们的劳顿，家庭分配给我的任务只是“专心读书”，父亲是顶着“举家之力”寄托之下的“举家之愿”将我送入“道明”的！但没想到的是道明三年带给我的几乎是完全的“失声期”。

人物传记

凤凰卫视资深主持人胡一虎，出版自传吐露40年心路历程。40年前，一个婴儿在计程车上呱呱坠地，当天此条新闻见诸报端，从此便注定了他与媒介之间的微妙缘分。7年前，33岁的胡一虎放弃了自己在台湾电视圈辛苦打拼10年所得到的一切，以一个新人的身份，加盟香港凤凰卫视。高雄、台北、香港、北京、纽约，在不断的人生转场中，胡一虎开始追问：我是谁？

胡一虎 著 中信出版社友情推荐

我首先面临的的就是“贵族学校”盛名之下对于少年脆弱心理逼近的“不平衡”。小孩子不懂人生的出身不可以选择，也不懂否定家庭与出身对于至亲的巨大伤害。少不更事的我就曾经因为同学嘲笑我带到学校的便当第二天给我准备了一个大份的便当——成年之后，我告诉父亲，“爸，你的一记耳光让我学会了永远不要和别人去计较，人要以自己的所有为满。”

“尊严”之伤只是我在“道明”承受痛苦的开始。我迅速发现我小学时期引以为傲的诸多“奖状证书”在“道明”迅速地“贬值”，我擅长的演讲与作文在“道明”的老师看来并无多大的实际价值。“道明”是男女合校，当时奉行的是“分数至上”的教育模式，本来是被人宠的多才多艺的文艺男生，在“道明”却根本没有老师和同学在意。

那个时期的我虽然每天都奔走在学校与家之间，但真的就如同一个沉默的影子一般。我借助拉南胡来发泄自己心中郁结的怨气与阴霾，在家里故意拉得很大声，也很难听。我开始被邻居骂：

“小虎不要再拉了，不要折磨大家了。”可我就如同发了狂一般，你说说我拉得难听，我就越大声拉。

在那个时候在我看来，“道明”的同学中有很多“神人”和“怪人”。同班的很多人头脑都好得不得了，前十名永远都是固定的几个人，这种局面似乎永远不会变。班里有五十多个人，我能考到三十三名就觉得终于考到三十三名了，因为考到三十三名的时候，就代表我念书要念到夜里两点——在“道明”的三年，最好的时候我也就考到班级的二十几名。

这个时期的父亲每当关心地问我学习落后的原因，我经常怨气十足地对他说：“爸，我够努力了。”父亲说：“你怎么才考三十三名，你原来不是第一名吗？”我说：“爸，这些人有问题，他们脑袋跟我不一样。”日子一久，似乎父亲也在开始“失语”，我每每从他的眼神中读到他对我的失望与不解。

“他们脑袋和我不一样。”如今看来这是多么具有“诡辩”意味的借口，但是它也道出了一个再简单不过的道理，我也是从那个时候顿悟一件事：有人脑袋就比我好，那我就不能硬要跟他比较，别人擅长他们的，我就应该走自己擅长的路。



留一手的“小动作”

俄罗斯天寒地冻，但刘亚楼的心却火热着。在一轮又一轮的谈判桌上，他有条不紊、镇定自若，像指挥一场战争一样，从头到尾都要作精心的组织。在准备起草协议时，空军工程部副部长仲问：苏方会不会提出派遣顾问呢？

刘亚楼若有所思地在屋里踱了几圈，一转身，说：我看这是个十分重要的问题，因为苏方只有通过派顾问才能达到控制我国航空工业的目的。他指示马上向周恩来发报请示。

周恩来很快就回了电：“派技术人员可以，对他们如何使用，主动权在我们这里。派顾问我们不能答应，如果他们坚持派，我们就宁可不要米格-21飞机。到时候你们就马上回来。”

苏方在准备好的协议书文本上，别有用心地写上“向中国派遣专家”字样。自从苏方无理撤走在华工作的苏联专家后，中国对“派专家”这种提法很是反感，机敏的刘亚楼提议用“工程技术”代替协议书文稿中的“专家”这个词。

苏联航空工业部部长斯米尔诺夫上将坚持不改，认为专家和工程技术人员这两个词没有本质区别。刘亚楼

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

柔中有刚地说：既然您一再表示，这两个词没有区别，词义相同，那为什么又不同意改呢，难道有什么难言之隐？

苏方代表沉不住气了，近乎失态地说：您何必吹毛求疵呢，反正我们是不想改了。刘亚楼毫不客气地说：如果是这样的话，我要严肃地告诉您，我是不会在这份协议书上签字的，请您把我们的意见呈报给赫鲁晓夫同志。好了，今天的谈判到此结束，我们等待你们的最后答复。

出乎意料的是，第二天谈判时，苏方主动按照中方的要求，将文件中“专家”一词全部改为“工程技术人员”。周恩来对中国代表团在谈判桌上的斗争表示赞许。

3月30日，刘亚楼在“协定”上签字。合同规定，苏联将在不附加任何条件的情况下，给予中国生产米格-21飞机的特许权，但所有的技术援助都是有偿的。

当晚，代表团在中国驻苏大使馆搞了一个答谢宴会，请了苏联空军司令、空军主帅维尔希宁元帅及苏联航空工业部部长斯米尔诺夫上将等人。

宴会上，苏联空军司令维尔希宁对中国空军的战斗力表示肯定。刘亚楼真诚地说：苏联空军过去在帮助和协同中国空军作战中立下了汗马

功劳，在中国空军成长壮大的道路上作出了重要贡献。当我们回首往事时，总要从衷地说一句，“感谢战友”！

中国空军主帅没有忘记那个时代苏联空军对中国空军的帮助，这使维尔希宁深受感动。

协议签订后，代表团普遍感到高兴，但刘亚楼说：得看看中苏今后关系的发展，要是中苏关系恶化了，即使现在达成了协议，也只能是一张牛皮纸——不顶用！

他的话多少有些先见之明。协议签订生效5个月，苏联有关部门将制造米格-21的技术资料陆续交给沈阳飞机制造厂，但该技术人员按苏方所提供的技术资料目录与资料一核查，发现苏方故意将一些重要技术资料扣下……

苏联政府留一手的“小动作”，拖延了刘亚楼期待中生产制造米格-21的时间。幸好有沈阳飞机设计研究所和沈阳飞机制造厂等单位群策群力，对米格-21进行全面的“技术摸透”，先后解决了249个苏联提供的图纸中的疑难问题。1964年3月，沈阳飞机制造厂全面铺开米格-21的试制工作，次年研制成功。这是中国歼击机设计、制造业的辉煌转折点，它就是目前空军仍普遍使用的歼-7战斗机。

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

你，看见你带着一些小女孩在操场上打排球。我们也从校外的路上看过你给学生上课。后来哥哥病倒了，他就让我一个人来看你，回去再讲给他听。他一直不让我们告诉你他在K市，也不让我们告诉你他得了白血病。

“有他的交代，我们本来是不会来打搅你的，但是他走得痛苦，太久。他进入弥留之际已经几天了，医院已经停止用药，停止抢救了，但他一直咽不下最后那口气，闭不上眼睛。我们想他肯定是想见你一面。”

静秋说不出话来，她一边为能见到老三欣喜，一边又为他已经进入“弥留之际”心如刀绞。

到了医院，吉普车一直开到病房外面的空地上，孙建民招呼静秋下了车，带着她上二楼去。病房里有好些人，一个个都红肿着眼睛。看见她，一位首长模样的人就迎上来，问了声：“是静秋同志吧？”

静秋点点头，首长握住她的手，老泪纵横，指指病床说：“他一定是在等你，你去跟他告个别吧。”

静秋走到病床跟前，看见了躺在床上的人，但她不敢相信那就是老三，他很瘦很瘦，真的是皮包骨头。他深陷的眼睛半睁着，眼白好像布满了血丝。头发掉了，显得很稀

疏。他的颧骨凸了出来，两面的腮帮陷了下去，脸像医院的床单一样白。

静秋握着他的手，对他说：“我是静秋，我是静秋……”他说过的，即使他的一只脚踏进坟墓了，听到她的名字，他也会拨回脚来看看她。

她不记得自己这样说了多少遍，她的腿跪麻了，嗓子也哑了，她怕他听不见，就移到他头跟前，在他耳边对他说：“我是静秋！我是静秋！”

过了一会，她看见他闭上了眼睛，两滴泪从眼角滚了下来。

老三走了，按照他的遗愿，他的遗体火化后，埋在了那棵山楂树下。他不是抗日烈士，但西坪大队按因公殉职处理，让他埋在那里。

老三生前把他的日记、写给静秋的信、照片等都装在一个军用挂包里，委托他弟弟保存，说如果静秋过得很幸福，就不要把这些东西给她；如果她爱情不顺利，或者婚姻不幸福，就把这些东西给她，让她知道世界上曾经有一个人，倾其身心爱过她，让她相信世界上是有永远的爱的。

他在一个日记本的扉页上写着：“我不能等你一年零一个月了，我也不能等你到二十五岁了，但是我会等你一辈子。”



等你一辈子

五四青年节那天上午，有个老师告诉静秋说有个解放军同志找你，有急事，叫你到门口传达室去一下。她跑到传达室，一眼就看见一个像极老三的军人等在那里，见到她，那个军人走上前来，急匆匆地说：“静秋同志吧？我是孙建民，孙建新的弟弟，我哥哥现在情况很不好，想请你到医院去一趟。”

静秋一听，就觉得腿发软，颤声问：“他怎么啦？”“先到车上去，我们在车上再谈，我已经来了一会儿了。”

军用吉普里只有司机和孙建民两人。在路上，孙建民告诉她，老三从县医院出来后，并没回A省，而是呆在黄花场那边的三队，一方面可以协助查清勘探队的工作环境是否会诱发白血病，另一方面黄花场离八中农场只有几里路，方便老三到农场去看她。

后来她回到K市八中附小教书，老三也转到K市，住在那家医院里。他只在春节的时候回A省一趟，春节后又回到了K市。他父亲劝他留在A省，但他不肯。他父亲只好让他家保姆跟着过来，在医院照顾他。再后来孙建民也过来了，在医院陪他。

孙建民说：“哥哥走得动的时候，我们到八中来看过



健康指南

没有什么能阻止你可以拥有最健美的身体，实现这一切你只需要有稍许的知识、不断的努力和一颗坚持的心。本书提出了饮食习惯、运动、美容以及整容和谐结合的观点，为你拥有优美、结实、健康的身体提供了正确的道路。

【英】尼科拉·莫顿 著 四川出版集团友情推荐

正确地刷牙

为最大限度发挥刷牙的功能，专家建议牙刷与牙龈成45度角，轻轻地一次在两颊牙齿的齿面上画小圆，刷牙齿内面时，牙刷与牙龈垂直刷。

说到牙齿健康，牙斑是头号公敌。由食物、细菌和粘液组成的胶状物粘在牙齿表面并在牙齿间干大坏事。细菌吞噬牙齿珐琅质，引起蛀牙，并刺痛牙龈甚至使牙龈感染。细菌与陈腐食物混合还会发出不好的味道。很显然，每天清除牙斑是头等大事。最好的办法是规范、彻底的刷牙和有效的牙线清洁相结合。

牙线洁牙是个很麻烦的事，而且头几次做还会使牙龈出血。但不管怎样还必须做。为快速有效地用牙线洁牙，要轻轻地将牙线滑入两齿间直到牙龈。不要将牙线的压力集中在牙龈上。牙线碰到牙龈后你就应该将压力转到牙齿侧面，在牙齿两侧面来回拉动牙线，避开牙龈。可向牙科医生或牙齿卫生学者讨教正确的牙线洁牙技巧。

刷牙后先用牙刷快速地刷两下舌头，再会觉得怪怪的，可这样做能去除细菌，减少异味。真正负责的话还是用刮舌刀，听起来像古代酷刑

用具，不过是绝对不疼的，通常有一塑料柄，前头是弯的用来刮舌头。舌头粗糙的表面适于细菌躲藏、糜烂并产生异味（据估计有80%的异味是从舌头发出的）。刮舌可以去除糜烂的牙斑。每天早上刮几下效果最佳。

牙齿变色的原因及解决方法

牙齿变色的原因不是单一的。原本明亮、洁白的牙齿能保持多久有遗传的因素。有些人天生牙齿珐琅质就是米黄色的，例如，孕妇用了像四环素这类药物的话就会导致新生儿的牙齿变色。儿童时期过量摄入氟化物会氟中毒，使牙齿出现黄棕色斑点。有些疾病也可能影响人体吸收钙的方式，导致牙齿出现白斑。

如果你想保住牙齿白暂，那么咖啡、可乐和红酒以及烟草要尽可能地不碰。不用说，去除牙齿上后来产生的污点要比遗传的容易，可现在即使对付永久性的变色，你也能有明显的改善。

目前有三种强度的牙齿美白做法：一是电动美白，牙科医生会做，二是居家美白，所需材料牙科医生提供或从药店买，三是美白牙膏。电动美白能使牙齿的珐琅质和牙质都变白，所以是最有效的。它使用强烈增白剂，因此做

的时候牙龈必须受到特别的保护。首先，在牙齿表面涂上活氧美白露。接着，用强光直接照射涂有美白露的部位激活氧化程序。氧能使变色物质变白，但只是颜色白了，牙齿的结构不变。整个过程应该不会超过1小时，但在接下来的几周里夜里都要求戴装满活氧露的牙托。

然而，抽烟和吃那些“危险的”食品又会把你刚刚明亮、洁白的牙齿弄变色了（牙科医生建议治疗后24小时内只吃那些没有色素的食品，如面包、意大利面食、土豆泥和酸奶），还有，有证据表明做过这类美白程序的牙齿今后就会有点容易着色。不管怎样，大多数这类美白疗法基本上每年都会有后续治疗措施。

美白用品使用的是漂白剂和牙托使牙齿与漂白剂相接触。多数漂白剂中用的是过氧化氢，这东西对口腔软组织有轻微的刺激。居家美白用品一般不会产生伤害，但如果感到刺痛，就要立即用盐水冲洗口腔。最亲密的生活伴侣是你在夜里要戴两周左右的牙托，你也可以选择一天戴两次的那种。

最后说的是美白牙膏。它们含有清洁和磨光效果的研磨料，外加化学药剂，因此能去除污垢，但这种牙膏是无法改变牙齿颜色的。