



## 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

## 职业内外的“情感牌”

2001年9月11日，是一个在众多美国国民心中永远挥之不去的“Black Day”。

在事发之后，我被“院长”的电话紧急“抓”到凤凰的主播台上救场，当时紧急的状况甚至使得早我一步登台播报的同事陈晓楠，面对观众开口的第一句话就是：“对不起，我没有化妆。”而我自己也是连换西裤的时间都没有，只套上了一件休闲西服上衣，就开始连线美国的驻地记者向观众报道“9·11”事件——美国双子座大厦被恐怖分子劫持飞机袭击撞毁。透过前方记者传回来的直播画面，看着巍峨的双子座大厦在顷刻之间被生生拦腰切断而化为废墟，再看着那一张张张惊惶错愕的面孔披着凌乱的头发，目光里写满不可思议的恐惧，鱼贯从那一片黑色的废墟里逃生跑出，我想象着无数生命在瞬间就会被倒塌的大厦所掩盖。当他们遭受的痛苦转化为我口中一字一句现实的播报，我觉得所有的语言都是乏力和多余的，以至于在那次惊心动魄的播报之后，走下主播台我做的第一件事情就是拿起电话打给高雄家中的父母，询问他们是否一

切安好。时至今日，在老板刘长乐先生的眼中，《凤凰全球连线》是一档“越来越好看的节目”，至于何谓好看，他是这样来阐释的：“当前热点，连线方式，当事人物，多种声音，多个窗口，多样解读；全部用直播；不同的亲历者，从不同的角度，讲同一个故事。”对于老板的解读，作为这档节目开播至今资格最老的主持人，我感受最深的还是自己一以贯之的“情感牌”。

“全球连线”连的究竟是什么？我的答案一直很明确：连的是情感，是人心，而绝对不是简简单单的新闻事件或热点人物。消除隔膜，摘掉“有色眼镜”，首先需要人们打破主观与客观“障碍”，进行心平气和的“对话”。

每期节目的标题都是策划会上最费心力争论的焦点。《凤凰全球连线》的标题要求虚实相间，既要概括新闻内容，亦要引发观众的遐想，耐人寻味。在2006年末到2007年初，我们制作了一系列精彩的节目，它们的标题往往都会在直播的第一秒就抓住观众的眼睛和心灵。《2006保“胃”战》关注从福寿螺到苏丹红鸭蛋，再到嗑药多宝鱼等一系列食品事故危机；《今夕是“核”年》

解读了贯穿2006全年的核谈判、核危机、核威胁、核试验以及核风暴；《罪与罚》把镜头对准伊拉克前总统萨达姆被判绞刑的热点事件，让观众聆听阿拉伯世界是如何看待老萨一生的罪与罚；《亮剑》那期节目中，我们请来军事专家一起探讨在东北亚的天空之下，朝鲜半岛的核战脚步是否越来越近；《红顶“伤”人》中，我们借胡雪岩的故事来报道台湾商人王又曾私人掏空公司资产的重大金融风波。

秉持“情感牌”，《凤凰全球连线》即将进入第四个年头。在每次看似自如的“连线”背后，观众看不到很多次我们是怎样有惊无险地在节目直播之前才确定好嘉宾，而在每次节目开始前的半天我们就要和嘉宾保持沟通联络，商定访谈内容。同时我还要和团队配合做好自己的“手卡”记录，和技术人员确认每一小节要在画面上开几个视窗，并和现场口译人员一起热身演练，请教他们每一位嘉宾中英文名字的正确发音，甚至在节目中场进广告时还要提醒嘉宾如何看镜头才会使画面好看些。正是这些前期后期事无巨细的准备工作和，才能确保节目流程里的每一小节之间都串联顺畅。



## 人物揭秘

本书记录了十二位王牌女谍的人生，她们在一个看不见的战场上，以女人之身，像男人一样地战斗。她们极具美丽和智慧，冲锋陷阵的铁血将士和淡泊宁静的科研人员都在她们的石榴裙下败下阵来，例如南希迷住希特勒，玛加丽塔·科涅库娃征服爱因斯坦。对她们来说，生不足喜，死不足悲，情报才是全部意义之所在……

黄捷芬等 著 东方出版社友情推荐

## 哈式急智

玛塔·哈丽千方百计地在谈情说爱时不露痕迹地套取密库信息，然而，她意外地发现这老头虽然已“坠落情网”，但仍守口如瓶。

她后来才得知，法军大本营正是鉴于莫尔根几十年来来的小心谨慎，忠于职守，未出任何差错，才敢把这份超级密件存于他家的密库中。

一天，玛塔·哈丽借收拾房间的机会，在书房的一张巨幅古典油画后面找到了密库。她发现库门上有一个号码拨盘，上面有0—9的数字。她借整理将军衣物的机会，仔仔细细地在他的衣袋、抽屉和提箱里寻找记录本，逐页翻看，力图找到提示密码的蛛丝马迹，但是均告失败。

玛塔·哈丽深知这份情报的分量和对德国的重要价值。几年来，德国人给了她巨额金钱，才使她在巴黎享受如此舒适豪华的生活。一旦被抛弃，这奢华的日子就会结束，而且恼怒的德军统帅部可能惩罚她甚至将她秘密处死。想到这里，她不寒而栗，决定当夜行动。

当晚，她与莫尔根共进晚餐时，悄悄地将大量安眠药倒入莫尔根的酒杯。老家伙没有觉察，一杯下肚，倒头就睡。

玛塔·哈丽蹑手蹑脚地走进书房，拉上窗帘，掀开油画，开始试旋。她只能凭运气，先试事先猜想过的一些数码，但都一一碰壁。之后，她就不断随手拨上六个数试开。她心中还存有一丝希望，总在期待下一个数码会产生奇迹，可是等待她的仍是一连串无休止的失望。

“难道就要前功尽弃了吗？”她心中悲叹，一下子倒在沙发上，双手抱头，绝望得简直想痛哭一场。

突然，她隐隐约约地听到女仆房间里传出一些声音——勤劳的女仆已经起床了，按惯例，过不了多久，她就要前来打扫书房。玛塔·哈丽不能让她看见自己在书房，否则莫尔根知道后一定会起疑心。她慢慢站起来，打算走出书房。

“不，我不能这样自甘惨败！再想想看，还有没有别的窍门。”突然她想到莫尔根曾在一次饭后随便说过的一句话：“唉，老了，这几年记性真是越来越差了。”“既然如此，那么不规则的六位数码他也有可能记不住。他不大可能将密码记在本子上，因为本子很可能遗失或不知放哪儿，何况我也已翻过他所有的记录本子。由此推测，最大的可能是他将数码巧妙自然地安置在金

库四周，以便开库门时随时可看见。”

想到这里，玛塔·哈丽一阵兴奋，当即仔细环视金库周围，当即仔仔细细看金库四周，她的视线在墙上的老式挂钟上停住：钟……时间，不是与数字密切相连吗？黎明将近，钟为什么却停在9时35分15秒？喔，想起来了——这只是只坏钟。

9时35分15秒，不是93515吗？哈丽高兴得几乎要叫出声来。

可是不久她又沮丧了：只有五位数，还少一位呢。时间在静静流逝，传来的声音表明女仆已经在收拾隔壁房间了。玛塔·哈丽一边轻轻向房门走去，一边死死盯住挂钟，苦苦思索。9时不就是21点吗？六位数出来了！玛塔·哈丽这时已没有时间再兴奋了。她快步走到库前，用紧张得有些颤抖的手拨出了213515，只听见轻微的一声“咔嚓”，锁开了！玛塔·哈丽迅速找到“英-19”坦克资料，从衣袋掏出微型照相机，迅速拍好，然后飞速放好密件，快速出门。她刚拐过走廊，女仆就从旁屋出来进入书房了。

玛塔·哈丽终于在“最后半分钟”里创造了奇迹！后来，213515也成了世界间谍史上值得有一提的传奇数字。玛塔·哈丽的这种应急智慧，也被称为“哈式急智”。



## 悬疑小说

一个来自中国的旅行团，在泰国北方的清迈旅行，大雨之中迷失方向，出了一条深深的隧道，发现一座群山围绕中的城市。然而，整座城市竟然空无一人！大家发现这里本叫“南明市”，原是个繁华和平的城市。但在2005年夏天之后，突然遭遇了某种奇异的变故，再也没有人类活动的迹象了。当晚大家回到暂住之地，竟突然恢复了电力供应……

蔡骏 著 陕西师范大学出版社友情推荐

了揉眼睛，前方展开一个巨大的广场，地面铺满了长条石板，只有茂密的青草从石头缝隙间长出，起码有好几个足球场大。

而在这广场的中央，耸立着一个规模惊人的建筑，那高大的塔顶遮挡着阳光，将阴影覆盖到他们身上。

顶顶表情呆滞地仰视着中心的宝塔，眼睛里一片白色的恍惚，宛如沙漠中扬起尘土，吞没了脑海中的一切。她的脚下微微一颤，几乎跌倒在石板上。叶萧手快，拉住她问道：“你怎么了？”

“我……我……我好像是看到了……看到了许多人……还有我……不！”她猛烈地摇了摇头，眼前还是无数沙尘，耳畔鸣响某种乐器，清脆而悠远地穿越广场。

八个不速之客来到塔基下。通过正中的台阶，八个人爬到了第二层台基，已距离地面二十多米了，同样以正方形围绕建筑中心，但周长要比下面小了一圈。第二层回廊没有石柱，两壁分布着葫芦棂窗，雕刻着许多天神浮雕。叶萧和顶顶走在最前面，又绕了整整一圈，穿过至少十道廊门。这层的四角位置，各有一尊小型宝塔，可惜已遭到严重破坏。

绕了一圈又回到正中石阶，厉声边走边喘着粗气：“这到底是什么地方？金字塔

还是陵墓？”

“金字塔本来就是陵墓！”仔细观察着浮雕的孙子楚纠正了他，“但这栋建筑恐怕不是陵墓，是佛寺或是神庙也可能是祭坛。”

叶萧爬上第三层台基，也是最内和最高的一层。这段石阶竟有十几米高，要比下面两层更陡峭险峻，简直不敢再往下看了。大家手脚并用攀登上来，或许象征着登天之难。

终于，爬上这巨大建筑的顶层，八个人都气喘吁吁了。太阳直射到他们头上，豆大的汗珠纷纷滑落。

这里已是二十层大楼的高度，宛如一座高大的石头山丘，在丛林中拔地而起。伊莲娜大着胆子向下俯瞰，底下是碧绿的广场，外面绕着两圈石墙，那些榕树和大道两边的雕像，全像蚂蚁般渺小，果然高处不胜寒。

杨谋把DV镜头推向更远处，下面是一片森林深谷，四周耸立着山峰，将这片森林牢牢地围困，形成一个典型的盆地结构。由于山谷错综复杂，还有下面覆盖着的莽莽丛林，根本看不清进来的路在哪儿。原来在南明城这个大盆地边上，还隐藏着一个盆地。

大盆地里有座二十一世纪的城市，小盆地里有座公元十三世纪的城市。



## 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

## 不速之客来到宝塔

孙子楚仔细地观察着大门，尖顶上方还有许多雕刻。又是顶顶，向古老的大门走去，此时，她仿佛得了神的启示，要救身后的这些人走出地狱。

杨谋端着DV在她身后拍摄，在佛像神秘的微笑下，一个年轻而美丽的女子背影，阳光给她洒上一片橙色光晕，她将进入门后那个世界，叩问沉睡千年的秘密。

八个人穿过妖魔鬼怪间的石道，向前走了一二百米，眼前又出现了第二道大门。大门两边连接着高大的石墙，黑色墙体上布满青苔，大约有三四米的高度。中间的石门上有着复杂精美的雕刻，从大象到观音到武士一应俱全，像飓风中的波浪在门廊上起伏。

石门的最顶上，雕刻着一尊双翼神像，头部伸出尖尖的鸟嘴，面目狰狞地俯视着他们。神像左手拿着一把宝剑，右手举着一把战锤，剑与锤交叉在胸前，身后的翅膀展开，威风凛凛地守卫着大门。叶萧注意到大门两边的围墙顶部，有高低错落的墙垛和箭眼，明显是城墙似的防御工事。

当大家走过第二道大门时，所有人都被眼前的景象震惊了，瞠目结舌地目睹着这古老的奇迹。顶顶使劲揉

## 呵护你的胳膊

因日常生活所需，胳膊常常需要承受各种压力和拉力。写字、打字、打电话、用计算器、拿东西、做手工活、开车，当然还有体育活动等等都离不开胳膊。不要忽视胳膊的存在，要懂得爱护。时刻注意你的姿势，要多采用一些有用的家庭滋润疗法。下面教你怎么做。

网球肘（桡骨外上踝炎）是一种西方的常见病。这种病是因连接前臂肌肉与肘关节的肌腱受到伤害引起的，造成伤害的原因可以是体育活动中或工作中重复动作过度，也可以是摔到肘部或撞到胳膊而受伤。它与“高尔夫球肘”不同，因为网球肘涉及肘外侧，感觉最疼的就是这位，而“高尔夫球肘”伤的是肘内侧。两种伤主要使上臂产生疼痛，直到手腕部位都会感觉僵硬、肿胀，使整条胳膊僵直，非常不舒服。治疗办法是，头几天让胳膊休息，之后，综合运用理疗、按摩、冰敷和非类固醇消炎法以减轻肿胀，缓解疼痛。如果症状1-2周内不消失，医生可能会试试可的松注射。

网球肘是可以预防的。如果是运动损伤，请健身指导检查一下你的运动姿势是

否正确，而且最好还要请指导检查一下运动器材。就以打网球为例，你现在可以使用减震球拍，可减少部分胳膊承受的张力。适当的热身也很重要。运动后，用冰袋敷一下肘部。如果你不清楚问题的原因，请检查你工作时的坐姿。记住，坐的时候身要正，不要歪扭着，双脚要平放地面。手腕不要搁在键盘上，应该抬腕，像电话这种经常要用的物件应放在随手够得到的位置。

这些措施也能有效预防另一种损害胳膊健康的疾病——重复性劳损。可喜的是重复性劳损是可以预防的，最好是把它阻止在萌芽状态。疼痛和麻刺感是第一个预警信号。一定要确认原因并坚决停止这种活动。如果致病原因是工作行为，就要跟老板说，老板有责任采取措施避免致病的重复性劳动。看医生也很重要，医生会给你检查以确定病因，而且还能排除是否其他诸如风湿性关节炎和多发性硬化症等严重疾病引起的。不要等，到了无法忍受疼痛的时候那就太糟了。发现越早，治愈的可能性越大。医生可能会开一些非类固醇消炎药，但最要紧的是不要再做致病的重复性活动，如果无法避开这种活动，活动时增

加休息次数。

就特制品而言，胳膊还没有自己的专用护肤品。那是因为在卖的众多的护肤品已经足够胳膊使用的了。不要在护肤液上节省。搽胳膊时不要到手腕就为止了，要知道，手背也渴望滋润。还不要忘了给手肘也搽一些，多一些呵护，多一些光彩。用磨砂退去所有皮肤鳞片（不要扔掉旧的磨砂洁面乳，挤出残余部分把它擦在肘部）或买一把指甲刷干刷肘部和膝盖，也有治疗作用。

夏天穿短袖衫时，胳膊就成了擦香水的好地方。我们的胳膊不停地在动，那就意味着能把宜人的香味带到空气中，不过，夏天里在任何情况下都不要使用传统的含酒精香水，因为酒精会刺激敏感的皮肤，甚至产生色素斑。如果护肤液中不含你喜欢的香味，你可以自己动手，倒一点无味润肤液在手里，再加几滴香水，简单地混合一下就行。你甚至可以根据你的心情用同样的手法来调配不同的香精油。受人欢迎的混合香味包括酸橙、紫苏（有提神作用）、檀香、香草（有放松作用）、玫瑰和茉莉（有刺激性欲作用）。最后，如果你偶尔胳膊肘会疼，把护肤液保存在冰箱里，用的时候有绝妙的镇痛作用。