



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

打开覆亡之门

杨继盛没钱买通行刑人,又得罪了财雄势大的严嵩,一般说来是必死无疑了。

可让人惊叹的是,杨继盛挨了一百杖,虽说皮开肉绽,伤筋动骨,竟然还是保住了一条命。然而正是在恐怖阴森的监狱,杨继盛干出了一件挑战人类极限的事情。

在那个深夜,杨继盛被腿上的剧痛唤醒,借着微光,他看见了自己的残腿和碎肉,却并没有大声呻吟叫喊,只是叫来了一个看守:“这里太暗,请帮我点一盏灯借光。”

这是一个比较合理的要求,看守答应了,他点亮一盏灯,靠近了杨继盛的牢房。就在光亮洒入黑暗角落的那一刻,这位看守看见一幕让他魂飞魄散、永生难忘的可怕景象:杨继盛十分安静地坐在那里,他低着头,手中拿着一片破碎碗片,聚精会神地刮着腿上的肉,那里已经感染腐烂了。

他没有麻药,也不用铁环,更没有塞嘴的白毛巾,只是带着一副平静的表情,不停地刮着腐肉,碗片并不锋利,腐肉也不易割断,这是令人难以忍受的剧烈疼痛,然而杨继盛没有发出一点声音。

在这个深夜,单调的摩擦声回应着在监房里,在寂静

中诉说着这无与伦比的勇敢与刚强。杨继盛就这样活了下来,就这样名震天下,就这样永垂青史,因为他的坚忍、顽强,以及正直。

严嵩明白,陆炳是指望不上了,但刻骨的仇恨与畏惧是不会消弭的,杨继盛非杀不可!

此时案件已经转到了刑部,侍郎王学益是严党成员,严嵩指使他从速解决杨继盛,因为骂人是没法杀头的,严大人指定了罪名:诈传亲王令旨。

可是副部长报上去,部长何鳌却不批,郎中史朝宾还明确表示,绝不执行。严嵩发怒了,他撤了史朝宾的官,并托人告诉何鳌,再不听话,你就跟史郎中一起走。何鳌妥协了,刑部就递交了处理意见——依律处决。

然而严嵩万万没有想到,他费尽心机的这份文书竟然还是无法执行,而他也无可奈何——皇帝不批。

嘉靖已经不是当年的那个锋利少年了,他已经做了三十年皇帝,经历了无数风波,斗倒了无数权臣,该玩的玩了,该整的也整了,剩下的唯一愿望就是多活几年。所以他全身心地投入到修道事业中去,把国事交给手下的大臣。

在杨继盛的问题上,嘉靖暂时还没有被耍弄,他十分清

楚此案奥秘,毕竟杨继盛的目标只是严嵩,严嵩想借刀杀人,他却不被人当枪使。

杨继盛的案子就这么拖了三年,悬而不决,直到三年后的那起意外事件。

嘉靖三十四年(1555),杨继盛仍在狱中顽强地坚持着,外面的同僚同事们却忍耐不住了,人关了这么久,吃了这么多苦,连个说法都没有,你当言官们是饭桶不成?

于是一时之间群臣上书,要求释放杨继盛,声势浩大。严嵩沉不住气了,此时,严党的中坚人物,著名贪官鄢懋卿向他进言:养虎为患。

严嵩点了点头。恰在此时,严嵩看到了他的干儿子,严党的另一干将赵文华送来的一份论罪奏疏,在这份奏疏上,写着两个人的名字。

严嵩思索片刻,拿起了笔,在这两个名字的后面,又加上了三个字:杨继盛。

因为他十分清楚,名列这份奏疏上的人,必死无疑。而皇帝在盛怒之下,是不会注意这两个小小的笔误的。严嵩充分地发挥了他的聪明才智,历时三年,用尽手段,他终于把自己的死敌杨继盛送上了黄泉之路。

然而他万万不会想到,在他写下杨继盛名字的那一刻,他已犯下了一个最为致命的错误,覆亡之门就此打开。



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

迎接党中央“进京赶考”

七届二中全会后,中共中央和中央军委决定从西柏坡“搬家”到北平,并为此成立了以叶剑英、聂荣臻、程子华、刘亚楼、李克农组成的中央迁平组织委员会。中央领导机关进北平是天大的事,每个细小的环节,也要考虑周详。本来设想搞个场面隆重的人城式,让北平人民夹道欢迎党中央和毛泽东进城,但中央不同意如此招摇铺张、兴师动众,决定悄悄进城,不搞一切庆祝活动,只同意在北平西苑机场举行一场阅兵式,检阅驻平部队,并会见各民主党派领导人和无党派爱国人士。经研究决定,阅兵仪式由刘亚楼担任总指挥。

3月初,刘亚楼打电话给正在天津的一三三师师长吴烈,要他马上来京受命,改任一六〇师师长,担任中央警卫部队。在接见吴烈时,刘亚楼说:你长期担任警卫工作,对警卫有经验,对毛主席和党中央都比较熟悉,你们师(一六〇师)现改番号为二〇七师,隶属于华北军区和平津卫戍区司令部,你们进北平的目的,主要是清剿京郊地区的散兵游勇,保卫党中央毛主席的安全是压倒一切的政治任务。

这支中央警卫部队开进北平南苑不久,中央进北平的日子也已选定。3月20日,罗荣桓和刘亚楼迅速派四野保卫部长钱益民、参谋处副处长尹健率汽车团(有300多辆各型汽车),分头从北平和天津驶往西柏坡迎接。为了确保安全和万无一失,3月21日一大早,罗荣桓和刘亚楼又在下榻的北平饭店紧急召集有关人员,布置中央领导机关从涿县到北平的沿途警卫任务。

中央机关这么多人,要在涿县过一夜,生活咋安排呢?办宴席吧,到哪儿去搞那么多鸡鸭鱼肉呢?就是搞到了,说不定还要挨中央首长们的批评。军党委讨论了很久,最后决定做一顿清淡的豌豆苗煮鸡蛋面。刘亚楼和负责打前站的中央办公厅主任杨尚昆同意这个安排。

在中央迁平组织委员会的领导和杨尚昆的协调下,方方面面的事情都考虑到了。3月24日一大早,刘亚楼专程从北平赶到涿县,迎接党中央、毛泽东进北平。

在阔别多年之后,刘亚楼再见到毛泽东、周恩来、朱德这些中央首长,一时激动万分,不知说些什么好。毛泽东哈哈大笑地握着自己爱打的手,大声说:刘亚楼,你打得好好哇!10年未见,你来接我们进京赶考喽!

3月25日凌晨2时许,

刘亚楼陪同毛泽东等中央首长,在涿县换乘火车,直抵清华园火车站,中央机关和解放军总部机关则仍乘汽车向北平进发。毛泽东和中央领导人在颐和园休息时,刘亚楼又马不停蹄地直奔北平西郊的西苑机场,为毛泽东下午阅兵作准备。

下午3时许,机场上空升起4颗银白色照明弹,中央五大书记在林彪、罗荣桓、叶剑英陪同下,乘坐几辆敞篷吉普车,从南向北驰向西苑机场。

随着刘亚楼一声响亮的“立正”口令,站在队前的领导干部齐刷刷举手敬礼。检阅场上鸦雀无声,只有汽车发动机的声音,指战员们激动万分地接受毛泽东一行的还礼。

身穿灰土布军大衣、头戴灰棉帽的毛泽东,站在第一辆美式吉普车上,后面依次跟着朱德、刘少奇、周恩来、任弼时等领导的车。阅兵总指挥刘亚楼快步走上毛泽东乘坐的吉普车,阅兵仪式正式开始。

西苑机场大阅兵,在惊天动地的欢呼声中,刘亚楼亲眼看见,毛泽东的眼角有两滴晶莹的泪珠。这是毛泽东以沧桑巨变的胜利者的身份踏上北平的土地,他的第一次来时,还是个布衫裹身的热血青年。



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村体验生活,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

隔壁的“庭审”

那天老三怎么也不肯再在河边坐着玩了,一定要尽快把静秋送回去洗脚抹药。静秋拗不过他,只好让他用车带着往家里赶。到了渡口,他也不肯在那里分手,说现在才八点过一点,你妈妈还没回来,让我用车把你带到校门那里吧,你脚这么肿,怎么走路?他把短袖衬衣脱了,让她把头蒙着,说这样就没认得出你了。

过了河,她真的把他的衬衣顶在头上,遮住自己的脸,只留一对眼睛在外面。到了学校门口,他说:“让我把你推进去吧,别把你的脚搞脏了。”

静秋拿下披在头上的衬衣,向校门那边望望,发现校门那里没人,正在想是不是就满足他的要求,一回头,却看见她妈妈正从渡口方向向他们走过来。静秋低声说:“糟了,我妈来了,你快骑车跑吧。”

他没动,她想起自己还坐在他车上,急忙往车下跳,好让他逃跑。他堵住她,小声说:“现在跑也来不及了。”

静秋的妈妈走到跟前,静秋说:“我……我们去医院看脚了,这是……这就是我说过的那个……勘探队的……”

老三自我介绍说:“我叫孙建新,您——刚回来?”妈妈说:“静秋,你先回

去,我跟小孙说几句话。”

老三连忙说:“那您先让我把她推回去一下,她脚都肿了烂了,走路不方便。”静秋要跳下地自己走,但老三不让。妈妈看见静秋脚上的绷带,对静秋说:“你让他推你进去吧,我好跟他说几句话。”妈妈说完,就先进学校里去了。

静秋只好让老三把她推进学校去,到了家门前,老三把车的站架支起来,扶着她下了车,她先走进家门,他锁了车,也跟进来。

妈妈叫静秋把门关上,叫老三进里屋去,让他在一把椅子上坐下。屋子里又热又闷,老三不知什么时候已经把衬衫穿上了,结果捂得浑身是汗。妈妈递了把扇子给他,他也不敢使劲扇。

妹妹很乖觉地跑出去,打了一盆冷水回来。妈妈说:“太热了,你洗把脸,可能会凉快一点。”

老三感激不尽,奉旨洗脸。洗完,坐回那把钦定的椅子,无比虔诚地看着妈妈,等她开审。静秋紧张得只知道站在那里,看其他三位表演。她只有一个念头,她没跟老三上过床,没跟老三同过房,肯定禁得起考验。老三见静秋肯定,忙把自己的椅子让出来:“你坐吧,你脚疼,站了不好。我站站不要紧。”

妈妈说:“静秋,你到你屋里去,让我跟小孙谈谈。”

静秋回到自己住的那半间,不知道妈妈把她支走是什么意思,两间房其实就是一间,总共才十四多平米,又不隔音,如果有什么她听不得的,应该把她赶到屋外去才行。她坐在自己床上靠门的那一边,可以看见老三,但看不见坐在老三对面的妈妈。

妹妹也被赶了出来,对着静秋做鬼脸,静秋顾不上理她,只尖起耳朵听隔壁的“庭审”。

静秋听妈妈说:“小孙哪,我看得出来,你对我家静秋很有耐心。你今天带她去看医生,我很感谢,听说你还给过她很多帮助,我都很感谢。”

静秋听老三小声说:“应该的,应该的。”她觉得他那样子好像有点卑躬屈膝一样。

妈妈又说:“可以这么说,我我在静秋的事情上,目标是一致的,心情是一样的,至少我是这样认为的,因为我从今天的事情看出你对静秋还是很真心的。”

她听老三表白说:“我对静秋是真心的,这个请妈妈相信——”

妈妈说:“别人都叫我张老师,你也叫我张老师吧。”老三赶快更正:“这个请张老师相信。”



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

饮食改善胃动力

如今,食物越来越多,烹调越来越精,可很多中老年人的胃口却越来越弱,食量却越来越少。

越来越多的消化道症状令越来越多的人苦恼:食欲降低、口苦、嗝气、稍稍进食就感到上腹饱胀、反酸烧心等等。这些由各种功能性或器质性的胃肠道疾病导致的症状,正悄悄降低着人们的饮食能力和生活质量。

所幸的是,我们有能力在一定程度上改变这一状况。其核心,是合理、有效地改善胃肠动力。在这一过程中,饮食扮演着重要角色。

首先,应去医院消化科作系统检查,发现或排除各类胃肠疾病或全身疾病(如糖尿病、心血管疾病、肿瘤等)。在排除或治疗各类疾病的基础上,应针对不同胃肠症状采用不同的饮食策略。

没有胃口

原因分析:造成食欲降低的功能性原因很多,主要包括精神紧张、劳累、胃动力减弱(胃内食物难以及时排空)等。

解决对策:调控情绪,放松心情,减缓生活节奏,及时休息。特别强调三餐要有规律,定时定量,切忌暴饮暴食。加强户外活动,多呼吸新

鲜空气。饮食上强调种类多样化,避免单调重复,注意掌控食物的色、香、味、形,做到干稀搭配、粗细搭配。多食用开胃食物。在刺激食欲方面,各类调味品作用独到,不妨根据自己的口味选择。另外,应避免粗纤维食物摄入,以免影响胃排空。还有,三餐前禁用各类甜食或甜饮料,否则将雪上加霜,使本来就弱的胃口变得更加糟糕。

食物及餐次选择:可用山楂、话梅、陈皮等刺激食欲。在水果方面,草莓、甜橙有一定开胃效果,而葡萄、香蕉、荔枝等因含糖较高,可能降低食欲。调味品可选番茄酱、咖喱汁、豆瓣酱、辣椒酱等,但不宜过于刺激。禁用或少用以下食物是重要的,包括油炸食物、韭菜、生黄豆、奶油类食物、甜的碳酸饮料等。不提倡大量进食花生、瓜子。

进食后早饱

原因分析:餐前感觉挺饿,胃口也不错,但稍稍进食即感觉上腹饱胀,食欲也随之锐减,这就是所谓“餐后早饱”。其产生原因主要是进餐后胃动力减弱,容受食物的能力较低,故刚吃一两口,就没有地方再承受更多的食物摄入。

解决对策:加强胃动力,加速胃排空,加大胃的容受能力。当然,食物究竟能在多

大程度上刺激胃动力尚待证实,但毫无疑问,避免摄入损害胃动力的食物是必需的。

食物及餐次选择:应遵循少量多餐原则,每日采用“3+3”进食法,即将正餐中的部分食物(如主食、酸奶、水果等)分出作为加餐,在总量不变的基础上,进食6餐,每餐主食不超过2两,总量约七分饱。禁用肥肉、油炸食物、粗纤维食物。进餐时一定要将食物充分嚼烂后再咽下。

反酸烧心

原因分析:因胃排空障碍、食道下段括约肌功能障碍等,造成餐后胃内酸性物质反流至食管,导致烧心、胸痛等,严重者甚至难以忍受,直接导致摄食障碍。

解决对策:一方面要避免损害食道下段括约肌功能的食物,另一方面要改善胃动力,加速胃排空,防止胃内食物滞留。应特别强调的是,注意进食方式和体位是解决问题的关键。

食物及餐次选择:禁用损害食道下段括约肌功能的食物,包括咖啡、肥肉、可乐、胡椒面等。禁用损害胃动力的食物,包括肥肉、甜点、油炸食物、粗纤维食物等。采用少量多餐原则,细嚼慢咽。进食后一小时内不宜平躺。睡觉时,注意用枕头等将头部和肩部稍稍垫高一定角度。