

书与我

省红星化工厂

刘鹏

两室一厅，一间放满了书。爱人谓之：“白而不大，呼噜不小”。咱也不生气，照样一趟趟转书店，踮着脚尖，见到心爱的书，倾囊中也。要买回来，没空儿看就先搁着，反正一本好书一件宝，有了它心里踏实；但对那些不穿衣服的“裸书”却绝不取。我有自己的原则：爱书，也爱心灵美。

爷爷那辈儿，有了钱，一是攒粮，二是买盐。而今，书对于我，正如那粮和盐，把个日子喂得滚饱溜圆的，把个生活调佐得有滋有味的。

办公室里八小时忙完了，便扑进书怀里，一会儿痴迷地吟咏一番，一会儿情切地抄录一段。久而久之，七情八意的竟撰了三、四十本！兴犹未尽时，便磨笔抒发一番。有几滴墨水就掏出几滴，从不硬挤。胆子壮了，便三篇五篇地捅这那家编辑部的门。没点回声，也不气馁；给个好脸，发块“豆腐干”，便自豪得戳破了屋

顶，光荣得脸上整日放光。

几年过去，竟也这儿那儿有了“诗兄”、“文弟”，这儿那儿地当了“理事”、“会员”，这儿那儿地赶了“笔会”、“采访”。碰上了各路英雄便三杯水酒一腔福略地自我推销一番。不分“哥儿”还是“姐儿”，喜笑唱骂，皆成文章，煞是开心。——咳！大凡文者，莫不如此，寂寞起来寂寞得可怜，热烈起来热烈得发狂。正人君子们谓之：“神经！”

神经就神经。反正自此爱书之癖如魂附体。书房虽不敢封“斋”冠“村”地起什么雅号，闲人却万不得入。借米借钱，慨然予之，欲借一书，却如痛割血肉，以至辗转反侧地好似丢了恋人。孩子不小心弄坏了书，便气愤得手颤脚抖。但见人有好书，便心痒情痴得抓耳挠腮，没少看冷脸。没了书，对我来说，这世界，这人生便空洞得如同红里黑表的寿衣！



怎样追回这笔货款

编辑同志：

我厂在经营过程中，遇到了一个难题。1987年4月我厂与某经销部签订了价值46820元的供销合同，我厂按规定时间发货后，对方却拒不付款，理由只有一个“生意不景气，无款相付。”有关管理部门也不受理。我们是小厂，这笔款直接影响了全厂的生产，使厂子陷入困境之中。恳请贵社帮我们出个主意，早日追回货款。

远达电器厂



刊头设计 傅培昌

远达电器厂：

根据《经济合同法》第五章第五十条规定：“经济合同当事人向合同管理机关申请调解或仲裁，应从其知道或应当知道权利被侵害之日起一年内提出，超过期限的，一般不予受理。”因为你厂的合同已时过两年有余，所以不属仲裁范围。西安市工商行政管理局为贯彻中央治理经济环境，整顿经济秩序，全面深化改革的方针，充分发挥工商行政管理部门管理、监督、服务的职能，前不久成立了工商法规咨询服务处，为企事业单位、社会团体、合作企业、个体工商户在生产经营活动中提供工商行政管理政策、法规及有关具体事务的咨询和服务；接受企业法人、个体工商户聘请，为其指派工商行政管理法规常年咨询员，他们的主要工作之一就是协助企业忠实执行经济合同或协议，帮助催要欠款、货款、货物、索要经济赔偿。该处在西安市二府街27号，电话2——8976、2——8951转90分机。你们可直接同他们联系。

西安市工商行政管理局 赵强



心肌梗塞的六种征兆

心肌梗塞是冠心病患者和老年人常有的临危征象。病人在心肌梗塞前，会出现以下六种征兆：

- 一、心绞痛发作频繁，持续时间较长；
- 二、心绞痛比以前剧烈，使用抗心绞痛药物疗效不显；
- 三、心绞痛发作中伴有恶心、呕吐、出大汗、心律失常和血压下降；
- 四、在心绞痛频繁发作的基础上，增加了呼吸困难和走路气喘；
- 五、突然发生晕厥，经心电图检查心律缓慢，并同时伴有血压下降；
- 六、心电图检查出现S—T段抬高，T波高尖，并有严重心律失常。

冠心病患者或老年人，只要出现上述之一者，即应立即停止活动，马上去医院检查治疗。

怎样制做茶鸡蛋

华山

市场上出售的茶鸡蛋大多由于煮制方法不当，蛋白质、卵磷脂、矿物质、维生素等营养物质大量氧化流失，平均损失率高达50%以上，且给食者带来回味不爽、难以消化等不良反应。

正确的茶蛋煮制加工方法，既要使其成熟、着色、入味完全，又要控制其加热时间，最大限度地保存其营养少受破坏。一般采用一煮二泡、再煮再泡的方法。

一煮：先将鸡蛋用清水洗净，放沸水锅内煮1—2分钟，使其外膜蛋清凝固后捞出。

二泡：在凉水中加入茶叶、酱油、细盐、花椒、桂皮、八角等调料，放中火上加热煮沸，待汤汁浓时离火，再把略煮的鸡蛋外皮均匀地磕碎（不要去皮），再放入原汤汁中浸泡两小时左右。

再煮再泡：将浸泡鸡蛋放入原汤汁锅中用微火再煮一刻钟，待其完全成熟后离火，再浸泡半小时捞出即成。若是冬天，可放入热汤汁中保温。

玉米，人体健康之宝

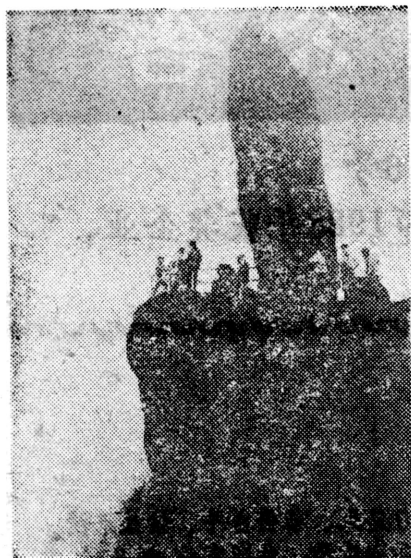
张新荣

据分析，玉米中含淀粉72%、蛋白质9.6%、脂肪4.9%、糖1.58%。此外，还含有1.92%的纤维素和1.56%的矿物质。特别是鲜玉米的胚芽中含有大量天然维生素E，具有延缓人体衰老的作用；黄玉米中丰富的胡萝卜素被人体吸收后，即可转化为维生素A，不但能维持人体视网膜的功能，保护视力，而且和镁能抑制癌的发展，还可帮助血管舒张加强肠壁蠕动，增加胆汁，促进

肌体排除废物。玉米中含的谷胱甘肽能防止致癌物质在人体内形成，因此多食鲜玉米有防癌治癌的特殊功效。

玉米中含的脂肪比精米、精面高出5.6倍，且与动物脂肪不同。其特点在于不饱和脂肪酸的含量很高。尤其是亚油酸含量高达60%以上，它能助于人体内脂肪及胆固醇的正常代谢，减少胆固醇在血管壁的沉淀，所以多吃鲜玉米对中、老年动脉硬化、冠心病、心肌梗塞及血液循环障碍等疾病均有疗效。

另外，玉米中的纤维素，比精米精面高出4—10倍。能加速肠部蠕动，有效地预防大肠癌的发生，与此同时，还能吸收部分葡萄糖、降低血液中的含糖量，对治疗糖尿病有良好的作用；玉米中的谷氨酸，能促进脑细胞的呼吸，促进脑组织里氨的排泄，具有奇特的健脑作用。正因为如此，欧美国家人民在尝到了食物精细的苦头之后，近年，都把玉米作为一种热门保健食品。他们为了摄取更多的营养，坚持多食玉米，特别是多食鲜玉米，便是不无道理的。



黄山骄子

张广欣摄

等待

夫妇俩一起去参观新潮美术展览，当他们走到一张仅以几片树叶遮掩着部的裸体女像油画前时，丈夫立刻目瞪口呆地站在那里，很长时间都不想离开。

妻子忍无可忍，狠狠地揪住丈夫吼道：“喂！你想到秋天，等待树叶落下来才甘心吗？”（舒畅收集）

（李中）

家庭相册巧设计

一、配诗。拍得一张构图精美之作，用一首意境丰富的小诗与之相配，这样有情、有意、会增强相册的艺术感染力。诗可以自写也可借用别人的作品，总之诗的内容一定要和照片的内涵相吻合，这样才有韵味。

二、题名。一般的家庭照片，即使是失败的，有时只要巧妙地题名，会使照片别开生面，大放异彩。题名要力求做到三、准确、含蓄、风趣。

三、专题。即用一组内容相连续的照片组合起来表现一个主题。

四、剪贴。这种方法融合了剪纸的手法，特别富有韵味。对一般家庭来说，拍一卷胶片难得有几张十分令人满意的照片，对其他的照片可以大胆地用剪贴的方法，把人物剪下来，根据人的动作、神态、服饰的不同特点，按照一定的艺术构思把它们有机地组合在相册的版面上，适当点缀些背景，会产生意想不到的效果，但背景处理要适度，不要华而不实，喧宾夺主。剪贴后的照片构图，内涵都是原来照片无法相比的。

题，这种方法类似于摄影小



为何人咬狗

·介子·

古城之角有位青年K君，人虽长得瘦小，可早已因敢冒天下之大不韪而出名，越是别人不敢干，政府不允许干的事情，他就偏要试试，比如养狗就是一个例子。

3年前，他偶而从报纸上看到一条公安机关严禁城市居民养狗的通告，使他大受启发，产生了养狗的念头，花了60块钱，在大差市口买了一条德国黑背幼狗，起名爱爱。从此这条小动物在K君的精心照料下，不仅学会了喝酒、抽烟、吃夜市，而且渐渐和K君干起了叼包、偷摸的行当。这使K君爱爱倍增，以至于到了到一个桌上吃饭。一个被窝睡觉的程度。

一天早晨，K君忽然被门外的爱爱焦躁的叫声吵醒，连忙把它从外面迎进来，学着西方电影中的镜头，抱住它的嘴就亲。可爱爱不知是对主人爱之过深，还是对它关在门外的怨恨表示不满，竟毫不客气地在K君下巴上咬了一口，K君连忙躲避，可它紧捕不舍，两眼发红，凶恶异常。这使K君大为恼怒，一气之下，连打带拖，将这个六亲不认的混帐家伙推下了五楼的阳台，当即毙命。

时间过去了一年，不久前K君忽然逐渐变得痴痴呆呆，继而又常常无缘无故殴打自己的父母和邻居。人们都说他神经有问题，但谁也不知道是怎么回事。又过了一个多月，他变得更让人不可思议起来，见人就打，见狗就追，追上就咬，咬得犬狗小犬狗见了直躲。有时为了咬一条狗，他不惜撬门、砸窗、翻墙、爬阳台，只要哪里有狗叫，他就非得找到咬几口不可，为此挨过不少打。直到一次和一条大母狗厮咬中受了伤被送进医院。人们这才知道他患了狂犬病。据世界卫生组织宣布，狂犬病的死亡率目前仍是100%，看来K君和他的爱爱团圆的日子不远了。

（插图双木）

