



作者 郝洪军 中国三峡出版社

王珀、尤可为等被警方控制后，我注意到一篇文章，是新华社记者杨明谈国脚赌球的事儿。杨明是新华社体育部高级记者，他在2001年至2002年发起于杭州的打假风暴中，以一个记者的责任意识，直接参与并推进了打假的进程，随后出版了《黑哨——足坛扫黑调查手记》一书。

此次，杨明在接受采访时也谈到8年前那场风波，他转换一个角度认为，当年的龚建平很冤，因为当年那场“打击假球黑哨”的行动最终虎头蛇尾、草草收场，这直接导致了一个非常恶劣的后果——把“坦白从宽，抗拒从严”八个字完全颠覆了。龚建平作为唯一的“自首者”，最终却锒铛入狱，甚至一命呜呼。所以，杨明也非常感慨地认为龚建平是一个“倒霉鬼”。

杨明此次谈话，还涉及一个很敏感的话题，那就是国脚参与赌球的事。他说：“世界杯中国小组赛的球都有人敢做，我就发誓一场中国联赛的足球都不看，感觉特别受嘲弄，有种被强奸的感觉。”

关于国脚赌球，这不新鲜了，但也是一个不能回避的话题。

2001年10月7日，米卢率领的国家队在沈阳迎战阿曼，国家队只要获胜就出线，而这场比赛被澳门庄家开盘了。所有人都认为中国至少会赢三个以上，但澳门庄家开了小盘，也就是说，国家队可以赢，但只能赢一个球。

我记得同年11月的一天，张玉宁的爸爸张志毅在饭桌上和我闲聊。他说，那天澳门庄家飞到沈阳，直接做的这场比赛，F带头串通球员，大多

数人都押钱了，F找到张玉宁，告诉他压多少赢多少，张玉宁没干……

最后，国家队1:0战胜阿曼。10月7日，全国人民欢庆中国足球44年以来首次冲进世界杯，但有多少人能想到这场辉煌的荣誉里隐藏着多少肮脏事儿？

这么多年来，我一直很钦佩张玉宁。我知道，他的性格决定了他的命运，执拗、倔强，缺少与人沟通的技巧，这才导致尽管他具备中国一流前锋的潜质，但却一次次失去机会。

张玉宁最让人钦佩的还是赛场之外。足坛乌烟瘴气，他却洁身自好。

2006年3月，上海举报人H先生跟我谈起一件事。当时，H先生的老大要做一场球，在上海某酒吧把张玉宁和另一位国脚D找来。D同意合作，H先生立刻把一个装有20万元钱的密码箱让D拿走。张玉宁却始终不同意搞这种交易。

当时，这位老大很气愤，他告诉马仔H：“找人把老黑（张玉宁）废了，弄掉他一个胳膊！”

H却有难色，他说：“大哥，老黑就这个德性，死倔强执拗，我们就别难为他了。再说，我们平时也很熟悉，怎么能下手？”

H的劝阻，使得张玉宁当年逃过一劫。

记得有一次和张玉宁父亲聊天，他为儿子的出息感到骄傲之余，更多的感慨是儿子尴尬的境遇。当然，还有那场沸沸扬扬的车祸，更是耗尽了这父子俩的心血。当时，张志毅开玩笑地说：“郝啊，哪天你写本书，就叫《永无宁日》吧！”

永无宁日——这不是对张玉宁命运“恶意”的期待，而是对他现状的如实陈述而已。

张玉宁自从车祸事件后，就变得更抑郁了。他曾上海申花效力，一度表现不俗。2006年被申花租借到澳超联赛昆士兰怒吼队；2007年回归申花后沦为替补；2008年转会辽宁队，也难逃替补厄运。后又到沈阳东进、重庆等队试训，均未获成功。2009年7月12日，张玉宁迅速转换角色，成为中乙温州明日队的主帅。

张玉宁在温州的50天里，没想到却引来一场风波，其中温州明日队老板陈文统的说法更是危言耸听。

陈文统在张玉宁下课，评价他说：“他是个非常张扬的人，一直说球队都是主教练说了算，不谦虚。他野心太大，想控制球队。”

举个病例。一个卖西瓜的年轻人，特别怕热。正好西瓜摊儿旁边有一条河，他一热就扎到水里凉快凉快，游一会儿再上来；过一会儿又热了，他就又扎到河里去了，再凉快凉快，觉得非常舒服。他每天晚上要看西瓜摊，回不了家，还非常爱吃辣的，就在那儿就着外头的烤羊肉串、烤鸡腿儿，喝着冰啤酒，非常惬意自在。仅仅三年光景，他身上的病就出来了。刚开始那年得皮炎，由于他不注意，三年以后慢慢就形成了非常可怕的病！身上的皮肤慢慢地裂口子——医院诊断为类似于“皮肤癌”，但没敢确定。这个人看起来非常恐怖，他自己也非常痛苦，他一动，浑身上下皮肤的哪儿都牵扯，所以他最后连动都不敢动。

我根据他的脉象和他的情况，把他的病因找着了。内因是老吃凉的，把热激在里头，热散不出来；外因是一出汗他就下河里游泳，汗毛孔就张不开了。内外交困，就促使他这个皮肤收缩得越来越紧。收缩到一定程度，他再一动，大家想一想，皮肤是不是就要裂开了？

原因找到了，根据他的情况，我们给他开了一道食谱。怎么调呢？第一要把内热散出来，不能在里头淤结。我让他喝绿豆汤，每天晚上吃大量的生拌菜。他比较听话，病得又特别厉害，配合得非常好。每天晚上还让他吃点儿白萝卜，目的就是润肺，润肺的目的是让肺把水道打通，把水调到皮肤上来，让皮肤慢慢松弛。当然凉的也不让他喝了，冰啤酒绝对不能喝了，辣椒也绝对不能吃了。通过三个月的调整，他的皮肤慢慢愈合了。

还有一个跟肺联系非常紧密的病症就是“痤疮”。中医认为人脸上不同的部位分别对应着五脏：左肝右肺，中间这点是心，鼻子这儿是脾，底下是肾……哪儿长痤疮，就说明对应的那个脏器有毛病了！

长痤疮的人多有一个共同症状，就是便秘！大家想一想，大便是往外排毒的，如果一个礼拜或三四天才大便一次，热是不是往上走？所以这种情况也是不难调的，把大便通了，这个痤疮就好一半了，坚持天天做，慢慢痤疮就没了。

我的一个病人今年27岁，是某报的记者。本来挺漂亮的一个姑娘，脸上长了那么多东西，她都不敢出去采访了，精神压力非常大。尝试过很多方法，抹这抹那的，可一直没好。现在大家知道了，脸上有东西，那是脏器有毛病。

通过她的脉象和跟她沟通的情况，我发现她的症状就是我才讲



作者 张悟本 人民日报出版社

的“严重便秘”，基本上一个星期才排一次大便，最长竟有一个月不排便的经历。病根儿找着了，治疗方案也就出来了。首先，用绿豆1斤，甘草50克，每天白天熬水喝。绿豆清肝，甘草养肺，每天晚上睡觉前吃一块白萝卜，晚饭绝对不许她吃油和肉，包括辣椒。由于她的症状特别厉害，我把牛奶也给她断了，每天晚上让她家人给她走罐儿，辅助治疗。通过三个月的调理，她脸上的痤疮不见了。

现在越来越多的老年人得了一种病叫“干燥综合征”，跟刚才讲的皮炎有很多共同的地方，就是皮肤干燥、瘙痒，越到晚上越厉害。

怎么调治呢？这个食疗方案也非常简单，主要的不同点，就是我们考虑到老年人的五脏已经比较虚弱了。

首先，白天喝绿豆汤。煮这个绿豆汤一般用绿豆半斤，因为老年人已经比较虚弱了，绿豆如果用多了，容易出现别的问题。这个病的调整是一个比较漫长的过程，所以不要着急，晚饭也是吃各式各样的生拌菜，不要吃油和肉。老年人的胃口一般不好，只要吃着不难受、吃得舒服就可以了。每天晚上用热水泡脚，泡脚前一定要在背上走走罐。走罐其实很简单，大家都知道拔罐，走罐与拔罐的不同之处，就是在后背抹上油，把罐吸住以后，拉着罐在整个后背从下往上、再从上下下来回循环着走。隔一天或者两天走这么一次，每次大约10分钟。走完罐儿以后再泡脚。

十天半月以后，病人体内的汗慢慢就出来了，只要汗一出来，这个病就开始见好了，一般情况下，两三个月时间皮肤干燥症就基本缓解了。

副刊

电话:65233688

看阳网 — 看阳人的网上家园

www.lyd.com.cn

- 洛阳市访问量最大、影响力最大的综合性地方门户网站，与《洛阳日报》、《洛阳晚报》全面互动，共同打造洛阳日报报业集团网络
- 权威网上新闻发布中心、网上资讯服务中心和网上对外宣传窗口，看新闻、搜信息、查地图、找工作、找文员、交朋友、上网校、论经济、法律咨询……以本地化的丰富内容和实用功能满足您的上网需求
- 每天20万人次的访问量，独具特色的多媒体方式，为您打造广告宣传的新平台
- 洛阳第一本新闻电子杂志《读客》免费下载，一手在手，风角随行，让“阅读”成为“悦读”的享受
- Wap网站 (http://wap.lyd.com.cn) 用手机直接访问，随时随地，轻松掌握最新资讯

访问量洛阳第一 影响力洛阳第一