

新天地广告公司

超过13年经验 真诚为您服务

桌面纸 菜牌 名片 PVC灯箱纸
广告单 贴纸 横幅 专业拍照

| | |
|---|---|
| <p>RESTAURANT CHINOIS</p> <p>NEW SOLEIL LEVANT</p> <p>SUPPÉT, GRILLADES, WOK ET FONDUE À VOLONTÉ</p> <p>Du lundi au vendredi 11H00 - 14:00</p> <p>Week-end et jours fériés 10:00 - 14:00</p> <p>Entrée de midi de 9 à 11h 7€50</p> <p>ENTRÉE - PLATS - ACCOMPAGNEMENTS - DESSERTS</p> <p>PLATS À EMPORTER</p> | <p>le Soleil du Rhin</p> <p>FORMULE À VOLONTÉ</p> <p>Du lundi au vendredi 11h00 - 14h00</p> <p>Week-end et jours fériés 10h00 - 14h00</p> <p>Entrée de 11 à 9 euro</p> <p>PLATS À EMPORTER</p> |
|---|---|

| | | |
|-------------------------------------|--|--|
| <p>Thaï Viet</p> <p>Menu</p> | <p>WOK SUSHI</p> <p>Formule à volonté</p> <p>Formule à volonté 1€</p> | <p>LOTUS D'ASIE</p> <p>Menu</p> |
|-------------------------------------|--|--|

电话: 01 45 86 01 35 地址: 169, Avenue de Choisy
手机: 06 24 45 00 23 75013 Paris 一楼
网站: www.nouvelespace.fr 地铁 ⑤ ⑥ ⑦: Place d'Italie

漢成興 中国特色工艺

复古家具、屏风、花瓶、雕像、首饰盒、茶具、纯棉桌布及餐巾等



中式茶具

古典手工
首饰盒
10欧元起



中式木制椅子

纯棉餐巾桌布
及纯棉餐巾

电话: 01 43 25 19 26 / 06 18 36 92 92
150 Bd de Stalingrad, 94200 Ivry-sur-Seine 陈氏商场斜对面
轻轨T9: Germaine Tailleferre站



大巴黎新房精选

购买新房的好处: 公证费比旧房低5%左右; 可申请零利息贷款; 环保节能, 杂费低; 容易出租, 投资有税收优惠

94 Maisons-Alfort



位于富人区,
距离快线RER D和未来的
大巴黎地铁15号线, 步行
5分钟

2房公寓: 323 000€起
3房公寓: 360 000€起
4房公寓: 490 000€起



还有更多全法新房公寓与新房别墅资源, 欢迎联系:
地址: 169 avenue de Choisy 75013 Paris

电话: 06 58 51 96 88



芋头的传说

芋头属于根茎类，干燥成芋干，可以终年储藏，于青黄不接的缺粮时节可发挥救急功能。传说中东汉光武帝就曾靠芋头打胜仗。

西汉末世，接连出现战争、刑狱、饥荒以及大瘟疫的爆发，王朝败相显露。王莽趁机代汉而起，却也因逆行逆施，招致两次大瘟疫以及更多的天灾人祸。

西汉宗室刘秀，组织力量，立志匡扶汉室，但当时王莽势力强大，刘秀力量弱小。王莽为了斩草除根，追得刘秀仓皇逃奔，期间经历许多磨难，在他逃难的途中，流传了许多的故事。

有次刘秀被逼入山区，王莽放火烧山，没想到反而帮助刘秀反败为胜。因为大火把野生芋头烤熟了，刘秀部队吃芋头解饥后，才能反败为胜。

芋头小提醒

①秋冬的芋头较好吃

一年四季都能吃到芋头，但夏季结球时正逢多雨季节，芋头口感不佳。秋冬少雨，芋头长得慢，吃起来较绵密美味。民间也流传中秋节吃芋头求得富含好彩头。

②处理芋头手会发痒

芋头遇水容易造成皮肤麻刺感、手痒，是因为芋头含有草酸钙成分；保持手部干燥可避免发痒，因此最好先削完皮再清洗芋头。

③冻芋头可放3个月

新鲜芋头，在室温下可放1个星期；冷藏约可保存2周。如削皮切块冷冻起来，可久放2至3个月，是家庭备餐很好的常备菜。



文/斯琦 图/Adobe stock

芋头是平凡的食材，营养却很丰富。自古芋头可当蔬菜和主食，因入口清香滑顺，芋泥也是节庆糕点的重要成分。

秋季食材——芋头

经典芋头点心

①潮州甜食“反沙芋”



广东潮州盛产甘蔗，造就潮州甜点文化。“反沙芋”是潮州经典甜点之一，从名字便知特色；“反沙”的沙就是砂糖，先把砂糖下锅用小火炒溶成液状，炸过的芋头沾裹糖液后，还要小火慢慢炒，转干返回砂糖状。

②芋泥千层酥



芋泥千层酥是口味地道的潮州月饼，酥香的中式酥皮，包裹香甜绵密的芋泥和咸香的咸蛋黄，外松内软，口感丰富细腻，让人一吃难忘。芋泥馅特别适合酥皮的饼皮，例如炸芋泥饼及酥炸芋泥球，都是异曲同工。

乌贼煮芋头



芋头吸饱了高汤和小卷的汤汁，滋味丰富，也巧妙善用芋头的绵滑口感。加上多鲜甜的蔬菜，引人食指大动。

◆食材

芋头300克、乌贼1尾、红萝卜、长豆适量。

煮汤材料：昆布柴鱼高汤400毫升、味霖60毫升、酱油30毫升、砂糖1小匙、清酒30毫升、盐1小匙。

◆做法

①芋头削皮，切适口大小，蒸熟透。

②乌贼清除内脏，清洗干净，以热水余烫去腥，放凉后切圈。

③汤锅内放入煮汤材料，煮滚转小火，放入芋头、乌贼和配菜。续炖煮15分钟即可。

美味秘诀

这道菜简单易做，风味浓郁，可做成常备小菜，也可做成开胃汤菜。

芋头炖椰奶



芋头甜香，搭配顺滑的椰奶，尤其是天冷时候，吃下一碗，从里到外都暖和起来，还可细细品味多层次香气。

◆食材

芋头500克、椰浆200毫升、牛奶400毫升、糖、芝麻适量。

◆做法

①芋头削皮，切适口大小，蒸熟透；一半的芋头切小丁，另一半压

成芋泥后备用。

②椰浆隔水加热至冒泡泡，加入芋泥，搅拌均匀，椰奶会变得浓稠。

③同时加热牛奶，倒入做法②，搅拌均匀，酌量加糖调味。

④食用前，加入做法①的芋头丁，撒上芝麻，风味更佳。

美味秘诀

椰浆不直接加热，可避免香气散失。同时，以蜂蜜和炼乳取代糖，变化不同口味。

坚果之王——榛果

文/朱娜 图/Adobe stock

榛果是四大坚果之王，营养价值非常的高，并以其独特的香气，为点心添加风味。

榛果营养丰富居坚果之冠

榛果的营养丰富，居坚果之冠。根据营养学研究，榛果富含不饱和脂肪酸，甚至超越杏仁、核桃和腰果的含量，能有效降低胆固醇，减少罹患

心血管疾病的风险。榛果也含有丰富的叶酸、钾等营养素，可补充人体能量及养生效果。

中国人食用榛果历史悠久，据载，在上古时期，关中盛产榛果，关中是秦地，“榛果”的名字因此而来。榛果是古代军队行军的一种食粮。同时，中医也用榛果来入药，它入脾胃经和肾经，有调中、健胃、明目的功能。

最佳配角为食品添加风味

市面上可以买到生榛果，即未经烘焙干燥的天然果实，仍带有水分。生榛果经烤箱烘烤，水分蒸干后就会变酥脆，并散发天然坚果的香气。值得注意的是，没有彻底散热的榛果，容易产生湿气，本体软化发霉，不利长期保存使用。榛果经过烘烤，其中坚果香气物质——庚烯



榛果的外型与栗子很像，去掉坚硬的外壳，才是可食用的果仁部分。



烘烤过的榛果，香气浓郁，不仅点缀冰淇淋，也令成品口感更丰富。

酮的含量就会上升600至800倍。因此，烘烤过的榛果，只要简单打成酱，不用添加任何配料，就是非常美味的抹酱，榛果也是很好的配角，搭配巧克力做酱，大大提升了巧克力酱的风味。

榛果谷物球

◆食材

燕麦片200克、去壳榛果50克、芝麻1大匙、南瓜籽2大匙、苹果酱150克、黑巧克力碎片5大匙、蜂蜜2大匙。

◆做法

①以180℃预热烤箱。
②将燕麦片烘烤10分钟；将榛果烘烤10分钟。
③将苹果酱、燕麦片和榛果混和，加巧克力碎片，搅拌均匀。

④加芝麻、南瓜籽、蜂蜜，搅拌均匀后再利用挖勺，将混合物制成球状，均匀排列在烤盘上。

⑤将烤盘送入烤箱，以70℃烘烤3小时。出炉冷却后食用。



榛果谷物球



榛果

儿童启蒙课本《弟子规》(7)

文/李毓秀

《弟子规》，是以教导儿童伦理道德及基本礼节为主，内容浅白易懂，押韵顺口，对儿童正确行为的规范具体明确，有助于让孩子养成良好品德。

【原文】

路遇长，疾趋揖；
长无言，退恭立；
骑下马，乘下车；
过犹待，百步余；
长者立，幼勿坐；
长者坐，命乃坐。

【注释】

- (1) 疾：快速。
- (2) 趋：快步上前。
- (3) 揖：拱手行礼。
- (4) 恭立：恭敬地站好。
- (5) 犹：仍然、还。
- (6) 待：等待。
- (7) 余：多出的。
- (8) 命：命令。
- (9) 乃：才。

【白话解说】

路上遇到长辈，要赶快走上前去行礼请安；长辈没说话，就退到一旁恭敬地站着。



(图：清玉/看中国)

骑马遇到长辈要立刻下车，坐车遇到长辈要立刻下车；长辈走过去还要等一下，等到长辈离开一百多步自己才能走。

长辈站着，晚辈就不能坐下；长辈坐着，命令你坐才可以坐下。

【参考故事】

杨时、游酢立雪程门

宋朝进士杨时、游酢是程门(注1)四大弟子中的两位，他们远从福建到河南拜师求学，留下“程门立雪”的千古佳话。

雪”的千古佳话。

杨时从小是个神童，二十几岁就考中了进士。但他放弃高官厚禄，求学于程颐。程颐目送他归去时，有感而发：“吾道将南传了！”

游酢年少时天资聪颖，过目成

诵。程颐一见到他，就称赞他的资质可传承道统。杨时、游酢先拜程颐为师，程颐死后，他们已经四十岁，早就考上了进士(注2)，仍然又向程颐继续求教。

杨时和游酢初次拜见程颐，程颐正闭目静坐，二人恭敬地站立一旁等候。程颐发觉时，看着他们说：“你们还在这里啊？天晚了，回去休息吧！”一出门，才发现门外积雪已深及一尺。后人以“程门立雪”比喻尊师重道，诚恳求学。

二人后来都学有所成。杨时官至龙图阁(皇家图书馆)直学士，并把所学传入福建，为“闽学鼻祖”。

游酢当过很多大官，因为游酢德行纯正，做事厚道，做官所到之处，人民爱戴他有如父母。

注1：程门指北宋理学家程颐、程颢兄弟，他们认为万事万物由“道”所生，君王治国必须“行以顺道”，以德为主，法制兼顾。

程门一向教学严厉、清苦，但前来拜师的人还是络绎不绝。传至朱熹集其大成，他的四书集注(《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》)为元、明、清三代科举考试的主要依据。

注2：古代科举考试，以考试成绩选拔官员，经殿试(国家最高一级的考试，由皇帝亲临大殿主持。)合格者称进士。

(未完待续)

儿童教育：教子之道 诚实为本

文/云游

在上期(儿童教育：言传身教父母之责)的开始我特别讲了，希望父母能从人生命的本质上认识孩子的特点，也许这样会当孩子出现问题的时候，父母能保持一个平静的心态，不至于把事情搞砸，然后慢慢地找出解决和应对的办法。很多家长也许已经感觉到了，在对孩子教育这个问题上，父母的心态是很重要的。

还记得上次节目里我说到面对小孩子任性的时候，我提到家长要有足够的耐心。我为什么没用爱心两个字呢？因为爱是心里啊，情的成分更多一些，因为情是很不稳定的东西。外界的任何变化都会影响到人的情绪，所以家长很容易因为一种情绪的变化，心里一着急对孩子发火了，或者看孩子哭了心疼了，结果该做的事情全泡汤了。

而耐心就不一样了，耐心里有爱的成分，但是责任的成分更大一些。耐心会更理性，它会提醒你家长你在做什么？要达到一个什么目的？你再纠正孩子的行为，目的是让孩子走正确的路。所以家长的情绪不能随便往里带，对吧？

我知道有的家长害怕自己的孩子不诚实，如果发现小孩子有撒谎的情况就特别恼火，我觉得这种心情是完全可以理解的。

在传统文里，判断一个人总是把诚实放在第一位的，在现实生活中也是这样。孩子不诚实最常见的一种现象就是说谎。经常是因为弄坏了什么东西，或吃了不该吃的东西，或者和小朋友之间吵架，自己做得不对等等吧，小孩子都会隐瞒实情。

这时，家长切记要平静心态，一定不要冲动。想一想孩子为什么会撒谎？大部分情况是怕父母责怪，不敢说实话。怕心，害怕这是人生命的一个缺憾啊。

我以前说过，人是很脆弱的，那么小孩子也有怕心，我们成年人或老年人不也有怕心吗？这颗心一直会伴随我们走过生命的全过程。那在小



(123RF)

孩子的成长过程中也是在不断地去怕心。但是一定得让孩子知道什么事情是该做的、敢做的，什么事情是不该做的、不能做的。让孩子知道什么是好的、什么是坏的，这是做人的最起码的标准。

如果家长明白了这个道理，就应该一改往日的做法，把这些道理讲给孩子，而不是因为孩子向你说了谎话就火冒三丈，帮着孩子去掉怕心才是当务之急。鼓励孩子勇敢地说出真话，才是最好的教化之道。

父母表现出这样的态度来，实际上是在鼓励孩子勇敢地面对自己的错误，这对孩子来讲是非常重要的。因为孩子在成长的路上没有不犯错的，敢于面对，勇敢地说出真话，这是对生命里的缺憾——怕心的一种挑战。

因为小孩子没有自制力，所以很多错误会重复出现。我的朋友说她孩子在小时候，有时她会带孩子到超市里买东西。当小孩子看到自己喜欢吃的东西时，毫不顾忌地打开吃起来。我的朋友开始很惊讶，也很生气。回到家里肯定是一顿教训了，后来这样的错误不断地发生。甚至看到别人的东西是他喜欢的，也会拿走，弄得她当时很困惑。

我们还是从生命的特点上看这

个问题，人就是自私心的，有私心就会产生欲望，对吧？喜欢什么东西就想拥有，想得到，我们成年人不也一样吗？中国人有一句古话，“君子爱财取之有道”。小孩子还不懂得这个道理，更没有自制力，所以那个喜欢的欲望它是抵御不了的。更有甚者，就连东西的归属这个概念他根本就不清楚，所以就出现了喜欢就拿走。

这种情况出现后，家长千万保持平静心态，不要在一气之下采用简单的方法对孩子骂一顿、打一顿。有的家长可能说，这样做就是让孩子记住这个事情不应该做，是错的，以后不再犯了。

这样做可能管用，可是我觉得这不是最好的方法，最好的方法就是耐心地讲道理。首先得让孩子有归属的概念。哪些东西属于自己支配的，哪些是属于公共财物或别人的。怎样对待不属于自己的东西，把这个概念建立起来，能很有效地帮助孩子抑制他的欲望，让孩子慢慢懂得什么是规则？并且试着接受这个规则，最后到自觉遵守它。

其实这样做就是在规范孩子的行为，将来孩子长大之后会遇到更大的诱惑，那么小时候父母的这些教育，不但会帮助孩子增加抵抗力，也会让孩子成为一个遵纪守法的好公

民。“教之道 贵以专”，希望家长们对孩子要有信心、要有耐心。还是那句话，付出多少，会收获多少。因为诚实是个美德，是个好东西，人人都想得到它，我们不出点努力，不付出点代价，怎么能轻易地拥有它呢？

我看过一篇文章，讲述了这么一个故事，我很受感动。在这里让我和大家分享一下。故事是这样的，哈里斯是美国纽约一家知名广告公司的高级职员。2010年8月的一天中午，他和朋友在一家餐厅里吃饭。中途朋友想出去抽支烟，于是两人一起走出了餐厅，站在外边的大街上。这时一名流浪汉走向他，恭敬地对他自我介绍说，我叫瓦伦丁，今年32岁了，失业三年了，只靠乞讨度日。我想说的是，不知您是否愿意帮助我？比如给我一点零钱让我买一点生活必需品。

瓦伦丁说完后用期盼的眼神望着哈里斯，看着眼前这名年轻的黑人流浪汉，哈里斯动了恻隐之心，他微笑着对瓦伦丁说，没问题，十分愿意帮助你，就伸手去口袋里掏钱，遗憾的是他身上没有带现金，只带了一张信用卡。这样他有点尴尬了，他拿着信用卡不知接下来该怎么办？

瓦伦丁看出了他的为难之情，小声说，如果您相信我，能将这张信用卡借我用吗？心地善良的哈里斯也不想便同意了，随手将信用卡递给了瓦伦丁。拿到信用卡后瓦伦丁并没有马上离开，又小声征求哈里斯，我除了买些生活必需品还能用它买两瓶水吗？哈里斯未加思索地说，完全可以。如果你还需要什么都可以用卡上的钱去买。

瓦伦丁拿着那张信用卡离开之后，哈里斯和他的朋友重新回到了餐厅里。但当他们坐下后不久，哈里斯开始怀疑和后悔了，他懊丧地对朋友说，他的信用卡不仅没有设密码，里面还有十万美金。那个人一定拿着我的信用卡跑掉了。这下我要倒大霉了。朋友也埋怨他说，你怎么能够随便便相信一个陌生人？你真是又善良又天真。哈里斯也没心思继续吃

饭了，在朋友付完账单之后，两人默默走出了餐厅。令他们意外的是，当走到餐厅大门时，发现流浪汉瓦伦丁已经等候在外面，他双手将信用卡递给哈里斯，恭敬地将自己消费的数额一一报上：我一共用卡消费了25美元，买了一些洗漱用品和两瓶水，请您核查一下。

面对这位诚实守信的流浪汉，哈里斯和他的朋友在诧异的同时更多的是感动。他不由自主抓住了瓦伦丁的手连连说，谢谢你，谢谢你。

瓦伦丁一脸疑惑，他帮助了我，我应该谢他才是，他为什么却要感谢我呢？

随后哈里斯和他的朋友去了《纽约邮报》报社，将他刚刚发生的这个事告诉了报社记者。记者又借瓦伦丁的诚实感动了，当即予以报导。

此事顿时在社会上引起了巨大反响，报社不断接到读者的来电、来信，都表示愿意帮助瓦伦丁。德克萨斯州的一名商人看了这个报导之后，便于第二天给瓦伦丁汇去了6000美元，以奖赏他的诚实。更让瓦伦丁惊喜的是，几天后他又接到了威斯康辛州航空公司的电话，表示愿意招聘他担任公司的空中服务员，并通知他尽快签订工作协议。

沉浸在喜悦中的瓦伦丁感慨万千，他说：“从小母亲就教育我做人一定要守信，即使身无分文流落街头也决不能够把诚信丢掉。我之所以能得到这么多人的帮助，是因为我始终相信，诚实的人终究会有好报。人有了诚实的美德不光人人爱戴，上天都会眷顾你。”

有朋友给我留言说，“照顾小孩子太累了，夫妻两人也经常为了照顾小孩的问题而闹矛盾。大人和小孩一起成长，就是这样的”。

我看了以后很感动，我是这样给他回复的：所以说父母才伟大。年轻一代的父母更不容易，因为传统文化被破坏得太多了，你们的成长里也缺乏了很多。没关系，就和孩子一起成长吧，别放弃，要有恒心，加油！

章回
小说

七侠五义 (2)

包公与众侠士的传奇故事



包拯 (清宫殿藏画本)

小说以北宋仁宗时龙图阁大学士包公断案为背景，主要讲述了七侠五义辅助包公扶危济困、忠心为国、除暴安良、惩奸除恶的故事。全书情节曲折，结构紧凑，人物形象栩栩如生。《七侠五义》原名《忠烈侠义传》，是中国一部非常著名的公案侠义小说。

(续上期)

文/石玉昆(清代)

秦凤一闻此言，胆裂魂飞，忙忙奏知李娘娘。李娘娘闻听，登时昏迷不醒。正在忙乱，只见余忠赶来，说道：“事不宜迟！快将娘娘衣服脱下，与奴婢穿了。奴婢情愿自身替死。”李妃苏醒过来，一闻此言，只哭得哽气倒噎，如何还说得出口来。余忠不容分说，自己摘开花帽，扯去网巾，将发散开，挽了一个辘儿，又将自己衣服脱下，放在一旁，只求娘娘早将衣服赐下。

秦凤见此如此忠烈，又是心疼，又是羡慕，只得横了心在旁催促更衣。李妃不得已将衣脱下，与他换了，便哭道：“你二人是我大恩人了！”说罢，又昏过去了。秦凤不敢耽延，忙将李妃移至下房，装作余忠卧病在床。

刚刚收拾完了，只见圣旨已到，钦派孟彩娥验看。秦凤连忙迎出，让至偏殿就是：“候娘娘归天后，请贵人验看就是了。”孟彩娥一来年轻，不敢细看；二来感念李妃积日恩德，如今遭此凶事，心中悲惨，如何想得到是别人替死呢。不多时，报道：“娘娘已经归天了，请贵人验看。”孟彩娥闻听，早已泪流满面，哪里还忍近前细看，便道：“我今回复圣旨去了。”此事若非余忠与娘娘面貌仿佛，如何遮掩得过去。于是按礼埋葬。

此事已毕，秦凤便回明余忠病卧不起。郭槐原与秦公公不睦，今闻余忠患病，又去了秦凤膀臂，正中心中机关，便不容他调养，立刻逐出，回籍为民。因此秦凤将假余忠抬出，特派心腹人役送至陈州家内去了，后文再表。

从此秦凤踽踽凉凉，凄凄惨惨，时常思念徒儿死的可怜又可敬，又惦记着李娘娘在家中怕受了委屈。这日晚间正在伤心，只见本宫四面起火，秦凤一见已是郭槐之计，一来要斩草除根，二来是公报私仇；“我纵然逃出性命，也难免失火之罪；莫若自焚，也省得与他做对。”于是秦凤自己烧死在冷宫之内。此火果然是郭槐放的，此后刘后与郭槐安心乐意，以为再无后患了。就是太子也不知其中详细，谁也不敢泄漏。又奉旨钦派陈林督管东宫，总理一切，闲杂人等不准擅入。这陈林却是八千岁在天子面前保举的，从此太平无事了。如今将仁宗的事已叙明了，暂且搁起，后文自有交代。

第二回
奎星兆梦忠良降生
雷部宣威狐狸避难

话说江南庐州府合肥县包家村，有一包员外，名怀，家资巨富，天性 goodness，人人称他为“包善人”，又称他“包百万”。

院君周氏，生有二子，长名包山，娶妻王氏；次名包海，娶妻李氏。包山生一子尚未满月，包海未有子女。那包山忠厚老成，正直无私。王氏也是三从四德之人。包海尖酸刻薄，奸险阴毒。

李氏却也心地不端。幸老员外治家有法，大爷夫妇百般避让，因此一家尚为和睦。父子兄弟春秋秋收，务农为业，虽非诗书门第，却是勤俭人家。不料这一年，老院君周氏忽又怀起孕来。

包员外想：自家已有子有孙，又生出小女儿反增一累。再者院君年近五旬，怎禁得临盆的痛苦，乳哺的勤劳？终日闷闷不乐。

这日独坐书斋，正踌躇此事，双目困倦，伏几而卧。朦胧之际，只见半空中祥云缭绕，瑞气飘飘，猛然红光一闪，面前落下个怪物来，头生双角，青面红发，巨口獠牙，左手拿一银锭，右手执一朱笔，跳舞着奔落前来。员外大叫一声，醒来却是一梦，心中尚觉乱跳。正自出神，忽见丫环掀帘而入，报道：“员外大喜了！方才安人产生一位公子，奴婢特来禀知。”

员外闻听，抽了一口凉气，只吓得惊疑不止。怔了多时，咳了一声道：“罢了，罢了！家门不幸，生此妖邪，真是冤家到了。”

急忙立起身来，一步一咳，来到后园看视。幸安人无恙，略问了几句话，连小孩也不瞧，回身仍往书房来了。这里服侍安人的，包裹小孩的，殷实之家自然俱是便当的，不必细表。

单说包海之妻李氏，抽空儿回到自己房中，只见包海坐在那里发呆。李氏道：“你好好的二一添作五的家当，如今弄成三三三十一了。你到底想个主意呀！”包海答道：“我正为此事发愁。方才老当家的将我叫到书房，告诉我梦见一个青脸红发的怪物，从空中掉将下来，把老当家的吓醒了，谁知就生此子。我细想来，必是咱们东地里西瓜成了精了。”李氏闻听便揶揄道：“这还了得！若是留在家里，他必做孽。古书上说，妖精入门家败人亡的多着呢！如今何不趁早儿告诉老当家的，将他抛弃在荒野野外，岂不省了担着心，就是家私也省了三三三十一。一举两得，你说好不好？”

这妇人一套话，说得包海如梦初醒，连忙立身来到书房，一见员外便从头顶上地地细说了一遍，只是不提家私一事。谁知员外正因此烦恼，一闻包海之言，恰合了念头，连声说好。“此事就交付于你，快快办去，将来你母亲若问时，就说落地不多时就死了。”

包海领命，回身来到卧房，托言公子已死，急忙抱出用茶叶篮子装好，携至锦屏山下，一坑深草，便将篮子放下。刚要取出小兒，只见草丛中有绿光一闪，原来是一只猛虎眼余光射将出来。包海一见，只吓得魂不附体，连尿都吓出来了，连篓带小孩一同抛弃，抽身跑将回来，气喘吁吁，不顾回禀员外，跑到自己房中，倒在炕上连声说道：“吓死我也！吓死我



包拯 (joanswj/Wikipedia/CC-BY-SA)

也！”李氏忙问道：“你这等见神见鬼的，不是妖精作了孽了？”包海定了定神答道：“厉害！厉害！”一五一十说与李氏道：“你说可怕不可怕？只是那茶叶篮子没得拿回来。”李氏笑道：“你真是‘整婆洒油，满地拾芝麻’，大处不算小处算啦！一个篓能值几何？一家私省了岂不乐乎！”包海笑嘻嘻道：“果然是‘表壮不如里壮’，这事多亏了贤妻你出主意！这孩子这时候管保虎口拉了！”

谁知他二人在屋内说话，不防窗外有耳。偶遇遇王王氏从此经过，一一听去，急忙回至屋中，细想此事好生残忍，又着急又心痛，不觉落下泪来。正自悲泣，大爷包山从外边进来，见此光景便问缘由。王氏将此事一一告知。包山道：“原来有这等事！不要紧，锦屏山不过五六里地，待我前去看看再做道理。”说罢，立刻出房去了。王氏自丈夫去后，担惊害怕，惟恐猛虎伤人，又恐找不着三弟，心中好生放心不下。

且言包山急急忙忙奔到锦屏山下，果见一片深草。正在四下找寻，只见茶叶篮子横躺在地，却无三弟。大爷着急，连说：“不好，大约是被虎吃了。”又往前走了数步，只见一片草俱各倒卧在地，足有一尺多厚，上爬着个黑漆漆、亮油油、赤条条的小儿。大爷一见满心欢喜，急忙打开衣服，将小兒抱起揣在怀里，转身竟奔家来，悄悄地归到自己屋内。

王氏正在盼望之际，一见丈夫回来，将心放下。又见抱了三弟回来，喜不自胜，连忙将自己衣襟解开，接过包公以胸腔抱。谁知包公到了贤人怀里，天生的聪明，将头乱拱，仿佛要乳食吃的一般。贤人即将乳头放在包公口内，慢慢的喂哺。

包山在旁便与贤人商议：“如今虽将三弟救回，但我房中忽然有了两个小孩，别人看见岂不生疑么？”贤人闻道：“莫若将自己才

满月的儿另寄别处，寻人抚养，妻身单乳哺三弟，岂不两全吗！”包山闻听大喜，便将自己孩儿偷偷抱出，寄于他处喂养。

可巧就有本村的乡民张得禄，因妻于刚生一子，未满月已经死了，正在乳旺之时，如今得了包山之子，好生欢喜。这也是大爷夫妻一点至诚品格，故有此机会。可见人有善念，天必从之；人怀恶意，天必诛之。李氏陷害包公，将来也必有报应的。

且说由春而夏，自秋到冬，光阴迅速，转瞬过了六个年头，包公已到七岁，总以兄嫂为父母，起名就叫黑子。最奇怪的是，从小至七岁未曾哭过，也未曾笑过。每日里哭丧着小脸儿，不言不语，就是人家逗他，他也不理。因此人人皆嫌，除了包山夫妻百般护侍外，人皆没有爱他的。

一日，乃周氏安人生辰，不请外客，自家宴客。王氏贤人带领黑子与婆婆拜寿，行礼已毕，站立一旁。只见包黑跑到女人跟前，双膝跪倒，恭恭敬敬也磕了三个头。把个安人喜得眉开眼笑，将他抱在怀中，说道：“曾记六年前产生一子，正在昏迷之时，不知怎么落地就死了。若是活着，也与他一般大了。”

王氏闻听，见旁边无人，连忙跪倒哭道：“求婆婆恕媳胆大之罪。此子便是婆婆所生。媳妇恐婆婆年迈，乳食不足，担不得乳哺操劳，故此将此子暗暗抱至自己屋内抚养，不敢明言。今因婆婆问及，不敢不以实情禀告。”

贤人并不提起李氏夫妻陷害一节。周氏老安人连忙将贤人扶起，说道：“如此说来，吾儿多亏媳妇抚养，又免我劳心，真是天下第一贤德人。但只一件，我那小孙孙现在何处？”王氏禀道：“现在别处喂养。”

安人闻听，立刻叫将小孙孙领来。面貌虽然不同，身量却不甚分

别。急将员外请至，大家言明此事。员外心中虽乐，然而想起从前情事，对不住安人，如今事已如此，也就无可奈何了。

从此包黑认过他父母，改称包山夫妻仍为兄嫂。安人是年老惜子，百般疼爱，改名为三黑。又有包山夫妻照应，各处留神，总然包海夫妇暗算，也是不能凑手。转眼之间又过了二年，包公到了九岁之时，包海夫妇心念急要害包公。

这一日，包海在家，便在员外跟前下了谗言，说：“咱们庄户人总以勤俭为本，不宜游荡。将来闲得好吃懒做的，如何使得？现今三黑已九岁了，也不小了，应该叫他跟着庄村牧童或是咱家的老周的儿子长保儿，学习放牧牛羊，一来学本事，二来也不吃闲饭。”一片话说得员外心活，便与安人说明，犹如三黑天天跟着闲逛的一般。安人应允，便嘱长工老周加意照料。老周又嘱咐长保儿：“天天出去放牧牛羊，好好儿哄着三官人顽耍，倘有不到之处，我是现打不除的。”因此三公子每日同长保出去放牧牛羊，或在村外，或在河边，或在锦屏山畔，总不过离村五六里之远，再也不敢远去的。

一日，驱逐牛羊来到锦屏山鹤头峰下，见一片青草，将牛羊就在此处牧放。乡中牧童彼此顽耍，独有包公一人或观山水，或在林木之下席地而坐，或在山环之中枕席而眠，却是无精打采，仿佛心有所思的一般，正在山环之中石上歇息，只见阴云四合，雷声交加，知道必有大雨，急忙立起身来，跑到山窝古庙之中，才走至殿内，只听得忽喇喇雷声一声，风雨骤至。包公在供桌前盘膝端坐，忽觉背后有人一摸，将袍抱住。包公回头看时，却是一个女子，羞容满面，其惊怕之态令人可怜。包公暗自想道：“不知谁家女子从此经过，遇此大雨，看他光景，想来是怕雷。慢说此柔弱女子，就是我这黑面雷声亦觉胆寒。”因此，索性将衣服展开遮护女子。外边雷声愈急，不离顶门。

约有两三刻的工夫，雨声渐小，雷始止声。不多时，云散天晴，日已西斜。回头看时，不见了那女子。心中纳闷，走出庙来找着长保驱赶牛羊。

刚到村头，只见服侍二嫂丫环秋香手托一碟油饼，说道：“这是二奶奶给三官人做点心吃的。”包公一见，便说道：“回去替我给嫂嫂道谢。”说着拿起要吃，不觉手指一麻，将饼落在地下。才要待捡，后来了一只癞犬，竟自衔饼去了。

长保在旁便说：“可惜一张油饼，却被它吃了。这是我家癞犬，等我赶回来。”包公拦住道：“他既衔去，总然拿回也不吃了，咱们且交个长保来。”说着来到老周院内。长保将牛羊赶入圈中，只听得屋内嚷道：“不好了！怎么癞狗七孔流血了！”老周闻听，同包公出院来，只见犬倒在地下，七窍流血。

老周看了诧异道：“此犬乃服毒而死的，不知他吃了什么了！”

长保在旁插言：“刚才二奶奶叫秋香送饼与三官人吃，失手落地，被咱们的癞狗吃了。”老周闻听，心下明白。请三官人入室屋内，暗暗地嘱咐一贤德人。但只一件，我那小孙孙现在何处？”王氏禀道：“现在别处喂养。”

安人闻听，立刻叫将小孙孙领来。面貌虽然不同，身量却不甚分

(未完待续)

赴日打工勤吃苦 河南小伙娶日本市长女儿

【本报综合报导】胡文兵是河南农村的一个小伙子，跟着同村人去日本打工。没想到，他娶到了学历高、长相美的日本一市长的女儿。10年后，他带着妻儿回到国内定居，成就一段佳话。

（一）穷小伙立志成才

胡文兵出生在河南省最南边的“茶都”信阳。他的父母是靠天吃饭的农民，农忙时地里干活，农闲时外出打工。忙碌多年，一家人的生活还是没有多大起色。

村里的孩子考上了大学，走进城市，摆脱了祖辈的命运。这让胡文兵十分羡慕，他也希望能走出这样一条路。

尽管他学习十分刻苦，但高考失利，刚满18岁的他被迫在家务农。有同村人进城打工，挣到了一些钱。于是，胡文兵也跟着来到了工厂。

他每天忙忙碌碌，看着手里的钱一点点地增多，他越干越有劲。时间长了，他觉得在流水线上工作，没有技能，他不想永远这样干下去，他想学一门技术。

他在县城里兜兜转转，觉得汽车维修这个行业挺好，于是辞职来到一家汽修厂做学徒。胡文兵嘴甜，什么脏活累活都愿意做，厂里的师傅都愿意教他。他学得很认真，爱动脑筋，闲暇时经常琢磨，还买了一些汽修方面的书籍。很快地，他便掌握了修车的技能。

2004年，河南刮起一阵出国打工的热潮。中国人报酬低，能吃苦，不少外国企业愿意招聘中国工人。胡文兵在同乡人的介绍下来到了日本，



日本女子示意图 (123RF)

作为一名技术工人，在一家汽车公司工作。他工作兢兢业业，上司十分满意，他的工资也稍有增加。然而，只有高中文凭的他，始终有种危机感。他认为自己能在小组中胜出，靠的是下苦功夫。一旦凭高的人比他努力，那么他就会被淘汰。

他生出了要继续学习的念头，他首先面临的就是语言问题。当时公司里的中国人没几个会说日语。于是胡文兵想要在语言上下功夫，做到交流无障碍。

下定决心的胡文兵买回了一些相关书籍开始自主学习。可坚持一段时间没有太大收效，他就咬牙拿出仅有的积蓄，报了一个当地较好的

语言班。

（二）和市长女儿喜结良缘

他在语言班里遇上了一位当青年志愿者的日本姑娘杉山佳奈子，她会说一点中国话。

胡文兵的幽默风趣和潜心好学，给佳奈子留下了深刻的印象。而佳奈子的温柔细心，也让胡文兵生出好感。两人的话开始多了起来，胡文兵的日语越来越好，佳奈子的中文也越来越流利。

胡文兵能与周围人顺利交流，业务能力增强，他迎来了晋升的机会。他一次次地为公司解决难题，最后进入了公司管理层。

其实，从农村走出来的胡文兵一直有些自卑。在他眼里，佳奈子应该是一个家境不错的女孩。他想多挣些钱，有了好的经济基础，才有资格追求她。

可佳奈子不这样认为，于是主动邀请胡文兵来到家里见双亲。佳奈子的父亲是市长，母亲在大学里当教授，这样的家庭是胡文兵连想都不敢想的。而佳奈子的家人也反对两人在一起。他们认为女儿有高学历，为什么要找一个他国的穷小子呢？可父母越反对，佳奈子越坚持。

胡文兵开始拼命工作，以向往奈子的家人证明，自己是值得托付的。

（三）回到家乡成就自我

胡文兵在工作与生活中勤快能干，对佳奈子体贴入微，渐渐地佳奈子的父母接受了他。两个人结成了甜蜜的妻子。

几年后两个小宝出生，一家四口过得幸福美满。在贤内助的照顾下，胡文斌慢慢攒起了一大笔资金。很快10年过去了，在异国居住久了，胡文兵想回到家乡。他想到妻子离开从小生活的环境，可能会有所不适，于是他先回国，打点好一切，再把妻子与孩子接过来。当然他也事先和妻子说好，如果妻子不适应，在探亲之后再回日本生活。

好在佳奈子能说一口流利的中国话，与公婆相处融洽。于是一家人在中国定居下来。

有着丰富管理经验的胡文兵，现在已经成了当地的企业家。中国穷小子娶日本市长的千金，这样童话般的故事真的在现实中发生了。

醉汉协助寻人 最后才知 找的竟是自己

【本报综合报导】土耳其一名男子在醉酒时失踪，他的亲友随即向警方报案。当救援人员展开搜寻任务时，他也花上数个小时，跟着搜救队协助搜寻，最后才终于意识到，自己正是他们在寻找的人。

据海外媒体报导，这名男子叫穆特鲁(Beyhan Mutlu)，居住于土耳其西北部布尔萨省(Bursa)的伊内格尔，事发当天，他跟朋友一直喝酒喝到醉，随后走失游荡进树林。

穆特鲁的妻子联系不上他，最后就跟友人决定报警。救援人员随后开始搜寻树林，试图找到穆特鲁的踪迹。

穆特鲁在林间漫游时，遇到一群参与搜索任务的救援人员与志愿者，也不知道他们正在找他，就直接加入其中。直到一名救援人员大声呼喊他的名字，而穆特鲁也当场回应“我在这里”时，众人才意识到闹了一场大乌龙。



穆特鲁与救援人员在一起。

土耳其媒体在推特上分享了穆特鲁与救援人员在一起的照片。其推文写道：“救援团队准备写一份有关这次搜寻任务的报告，并把这个失踪人员送回家里。”

2012年也曾发生过类似的事件，当时一名女游客造访冰岛，她在南部火山地区加入了一场搜寻一名失踪游客的行动。她后来告诉警方，她最后意识到自己就是每个人都在找的那个失踪人员。

女儿同学跟女儿很像 母亲验DNA发现 “原来是我生的”

【本报综合报导】意大利一名母亲在送女儿去上学时，发现女儿的一名女同学，和自己另2个女儿长得惊人相似，结果一验DNA，发现“女同学”竟然是自己的亲生女儿。

时间回到1998年的跨年夜，意大利一间医院有2名女婴呱呱坠地，2个小孩仅仅相隔15分钟出生。乌龙的医生竟然把孩子抱错，让2名女婴因此互换了家庭，而双方家庭都在不知情的状况下，将2名女婴抚养长大。

这2名女孩分别名为阿拉格娜和美德拉。两人到了应该上幼儿园的年纪，其中一名妈妈马芮内拉，在送“女儿”美德拉去上学时，发现“女儿的同学”阿拉格娜长相和自己另2个女儿惊人相似，而眼尖的马芮内拉也发现阿拉格娜的“母亲”，就是当年在妇产科相遇的女子。

马芮内拉猜想当年是否发生了意外，并在重新相遇的15天后做了DNA鉴定。

结果令人吃惊，证实了医院的乌龙，所幸2名女孩都获得良好照顾。针对这起事件，双方家长都极度反对马上将孩子们对调过来，他们决定将2名女孩当成姐妹，一起抚养，此后2个家庭也几乎“合二为一”，一起庆祝她们的生日和假期。

阿拉格娜和美德拉也相当珍惜彼此，感情堪比双胞胎，一起在两倍的爱之下平安求学、成长。

如今她们已经23岁，2个家庭至今感情依然融洽。

意想不到的惊喜 宠物乌龟失踪30年后被发现

【本报综合报导】一只宠物乌龟失踪了，全家人都以为它跑掉了，30年后，在大家打扫房间时，竟然发现了它。让人吃惊的是，它还活着，当年的小乌龟长成了大乌龟。

在巴西，莱昂纳尔是一个大家庭的男主。他有个爱好——收集各种废旧物品，堆在家中。

大家给乌龟起名为“马努埃拉”。马努埃拉成为了这个大家庭的一员。因为乌龟行动缓慢，又容易照顾，所以大家都没放在心上，认为它不会跑掉。然而几天之后，这只小东西就再也找不到了。一家人找遍了所有房屋，都没有找到它。

大家甚至去花园里、街道上和



乌龟示意图 (123RF)

住宅周边寻找，都没找到。莱妮塔想：“希望它没有被别人踩死。”

随着时光的流逝，大家慢慢放弃了寻找，认为这

个刚到家里不久的小家伙逃跑了。30年过去了，莱妮塔和其他兄弟姐妹也各自成家立业，离开了当年的大房子。他们也渐渐忘了那只小乌龟。

故事的转折，出现在爸爸莱昂纳尔去世以后。

因为莱昂纳尔去世，莱妮塔和其他兄弟姐妹不得不返回旧宅收拾爸爸的遗物。

虽然大家都不愿意面对那扇门背后的脏臭和杂乱，但还是不得不打开了卧室和被当作储物间的次卧的房门。一箱又一箱的垃圾被收集起来，堆放在房子外面的人行道上。

莱昂纳尔的儿子安德罗往外搬一个沉重的旧纸箱时，碰上了隔壁的邻居。邻居看到他说：“嘿，你不打开看看箱子里的东西吗？没准会有什么古董！”安德罗嘟囔着，“爸爸收集的全是破烂儿，能有什么好东西。”

他边说边打开纸箱。箱里的东西令他大跌眼镜——那是马努埃拉！那只小乌龟已经长成了一个大家伙。

大家都跑过来围住箱子，吃惊地看着它，不敢相信自己的眼睛。

这只乌龟的身材并不算小，可是它的龟壳却小的可怜，狭小的壳包裹了乌龟的大半个身体，让小乌龟看起来好像是非常难受。乌龟被送到兽医那里进行健康检查。

大家也感到困惑，在这30年中，这只乌龟是如何存活下来的？

在检查完乌龟后，兽医说：“这是一只红脚龟。这个种类的乌龟非常耐寒耐旱，他们以水果和树叶为食。”在食物匮乏的情况下，这种乌龟可以吃动物尸体或动物粪便，甚至可以断食2-3年。

兽医怀疑，在莱昂纳尔捡回来的那些废旧家具中，可能有白蚁和其它昆虫。这些昆虫在阴暗的角落里一代又一代地繁殖。这正好给乌龟提供了食物来源。潮湿的房间可能有些水珠，乌龟就是靠着这点水分存活下来的。

美国纽约的爬行动物专家安东尼·皮尔尼表示，大多数爬行动物都有储备脂肪垫，可以在食物缺乏时供自身慢慢消耗。然而，要让马努埃拉回归到正常生活是个漫长而艰难的过程。要慢慢地给它进行温水浴。在它情况稳定之后，才能逐渐地恢复进食、进水。

安德罗和莱妮塔都很高兴马努埃拉“失而复得”，毕竟这是爸爸给他们留下的念想。没准，马努埃拉还能再活个三十年，活到莱妮塔的女儿和孙女那一代也不一定呢！

男子购老宅 竟在隐藏阁楼发现 1000多件古董

【本报综合报导】美国纽约州一名律师在2020年底购买了一栋3层老宅，他在装修期间在一个隐藏的阁楼里发现了1000多件古董，可能价值数十万美元。

据报导，戴维·惠特科姆去年底在纽约以10万美元的价格买下一栋三层老宅，作为自己的律师事务所，几周后，他带朋友参观这栋房子时，在三楼发现了另一层楼的底部，结果发现上面竟藏着一个秘密阁楼。

惠特科姆表示，以前的业主都没注意到这里有阁楼。当他购买这栋房子时，任何人都没提到它。他在阁楼里发现了摄影师詹姆斯·埃勒里·黑尔(James Ellery Hale)的百年历史工作室，里面有1000多件古董。

根据拍卖网站无价(Invaluable)上发布的全部藏品链接，他发现了照相机和其它设备、家具、装饰品，以及20世纪的肖像画，包括社会活动家苏珊·安东尼(Susan B. Anthony)的一幅罕见肖像画。

惠特科姆表示，他花了几个月的时间和拍卖行一起清理、鉴定和修复这些藏品。在拍卖时，这位律师还在脸书的一个专门页面上分享了藏品的最新情况。至今，许多古董已被售出，价格从8美元到2,800美元不等。1905年拍摄的安东尼的那幅罕见肖像照售价为30,500美元。据悉，阁楼已经被封闭了100多年。

惠特科姆说：“每个人都希望有一天能找到宝藏，我们确实做到了，这很难置信。”

中国古人严惩庸医遏制假药

古代的食品及药物安全法

假疫苗、毒疫苗事件已成为现在的“现代病”，对此，我们从中国古代历史的角度给大家介绍，古代商人如果卖假货或者假药，将会有什么下场。

其实早在五千多年前，华夏一族的领袖就在打假。《淮南子》记载“神农尝百草之滋味，水泉之甘苦，一日而遇七十毒”，神农氏勇敢地用自己做试验，以避免更多人的生命受到威胁，不仅受到千古传颂，还成为统治者与有毒假食品和药品决不妥协的传统。

也是从神农氏开始，历朝历代都在用最严苛的刑罚来鞭笞假药。

“食品安全法”始于周朝

周朝是我国古代最早向以次充好、制假售假“宣战”的朝代。

据《礼记·王制第五》记载，周朝对商品交易有明确规定：“用器不中度，不粥（同‘鬻’，古意为卖）于市；兵车不中度，不粥于市；布帛精粗不中度、幅度狭不中度，不粥于市；好色乱正色，不粥于市。”

大意是，百姓日常生活中使用的器皿，如果不合规格就不准出售；兵车如果不合规格，不准出售；织出的布帛，经纬密度如果不合规格、幅宽不合尺寸，不准出售；布帛染色达不到正常颜色标准，不准出售。那些质量不合格、规格不达标的货品都禁止上市。

为了保证食品安全，周朝的规定更为严格：“五谷不时，果实未熟，不粥于市；木不中伐，不粥于市；禽兽鱼鳖不中杀，不粥于市。”大意是，没有完全成熟的粮食、没有成熟的果实不能拿到市场上卖；没有完全成材的木材，不得砍伐，不得拿到市场上卖；不在狩猎季节和狩猎范围的禽兽鱼鳖等，也不能拿到市场上卖。

周朝严禁未完全成熟果实进入市场，以防止食用之后中毒，拿到市场上售卖也是一种造假行为。

因为当时的医疗水平不足，生病大多靠食补，也没有什么西医或中西医结合的案例，所以这一规定大概是史上最严的关于食物和药品安全管理的记录。

从记载中可以看出，周朝不仅是规范了食品的质量，连数量、品质、颜色、甚至连禽兽鱼鳖的捕猎屠宰、木材的砍伐也都做了规定。可见当时的周朝，在生态文明建设上是非常领先的。

秦汉规定开始明确

秦朝律法效仿大周，要么不



(123RF)

罚，要么十分严苛。

举凡庸医害人，若查证属实，依据犯罪程度以“五刑”惩治，即“墨”（脸上刺字）、“劓”（割去鼻子）、“剕”（剕脚）、“宫”（阉割）、“辟”（砍头）。

到了汉朝，社会生产力加大，物质更加丰富，对于打假来讲，政府面临着严峻的考验。政府对食品处理方式规定开始明确。

《二年律令》规定：“诸食脯肉，脯肉毒杀、伤、病人者，亟尽孰（熟）燔其余。其具官脯肉也，亦燔之。当燔弗燔，及吏主者，皆坐脯肉臧（赃），与盗同法。”

大意是，如果肉类因腐坏等因素可能导致中毒的，应尽快焚毁变质食品，否则将处罚肇事者及相关官员。

隋唐法律更加规范

到了隋唐，对于有毒的、假的食物、酒和药品的监管更加规范，相关法律法规也更加细致。

相对秦汉，隋唐的刑罚减轻了，但针对制售假药者、假酒者等犯罪人士改用“新五刑”惩治：

“笞”（一种用荆条或竹片制作的惩罚器具）、“杖”、“徒”（劳动关押）、“流”（流放）、“死”。

“笞”和“杖”很相似，但是笞较短且细，也更加毒辣。用以鞭打犯人脊背、臀部和双腿，用前浸泡在凉水之中，通常一笞下去，即剥皮肉裂开。

唐朝法律根据有毒食物和药品

出现的不同情况，规定了各自不同的处罚方法。

《唐律疏议》规定：“脯肉有毒，曾经病人，有余者速焚之，违者杖九十；若故与人食并出卖，令人病者，徒一年，以故致死者绞；即人自食致死者，从过失杀人法。”

从文献中可以看到，知脯肉有毒，却不马上焚烧销毁的，构成刑事犯罪分为两种情况，处罚各不相同：一是明知脯肉有毒时，食品的所有者应当立刻焚毁所剩变质食品，以去后患，否则杖九十。二是明知脯肉有毒而不立刻焚毁，致人中毒，需视情节及后果加以刑罚。

唐朝对销售假食品和药品，也曾做过这样的处罚：

第一，销售假食品、药品致人生病者，判处有期徒刑一年；

第二，销售假食品、药品致人死亡，商家将被判处死刑（绞刑）；

第三，在不知情的情况下，吃了假食品、药品而死亡，商家要按过失杀人罪论处，还要支付一些金钱对受害者家属进行赔偿。

更为先进的，即便商品没问题，唐朝还有退货的法令。据《唐律疏议》记载，只要消费者在购买时立有合约，买回后三天内发现问题，都可以找卖方退货；卖方不退的，可以向官府举报，由官府强令卖方退换，并“笞四十”，也就是抽卖方四十鞭子。

宋朝建立商会制度

到了宋朝，我国封建社会经济

到达了顶端，商人的花样越来越多，而官府也是见招拆招。

商贩们经营的点心、干果、下酒菜等品种十分丰富，利润空间也大，渐渐地，有人开始弄虚作假，坑害顾客。他们惯用的手法是“鸡塞沙、鹅、羊吹气、鱼肉注水”等。

宋朝除了跟唐朝一样，严厉打击毒假食品、药品外，还比唐朝更高一筹，推出了一项值得当下借鉴的新举措——高度重视发挥行业协会在食品、药品质量管理上的自律作用，这个行业协会不仅协助打击“有毒”食品、药品，而且对食物、药品掺假、以次充好的劣质食物和药品承担责任。

宋朝也因此成为史上最早让商人们成立行业协会的朝代。

北宋规定按行业登记，经营者名单入册，以互相约束和监督。类似于现代的“营业执照”的衙门函件。犯了错，这个是要被收回的，而且永远也不许再申请。

这样，会员便成了“一根绳上的蚂蚱”，一损俱损，一荣俱荣，其实就是“连坐”。若出了问题，整个行业都要进行集中整顿。

食物、药品的质量也由各行业协会把关，行业协会会长（当时叫“行首”、“行头”、“行老”）是“法定担保人”，负责评定商品成色和价格，倘若出了问题，会长还需要承担责任后果。

元明清 害人庸医会被凌迟

元朝之时，基本沿用宋朝刑

罚，蒙古人不信任汉人，因此也几乎不用汉大夫来门诊。

明清之时，刑罚相对大宋朝来说要残酷得多。朱元璋做了皇帝之后，对贪官污吏和弄虚作假者更是深恶痛绝，不但启用了一些已经废弃许久的酷刑，还经常将人“剥皮揸草”。

在明朝杂记《围炉杂谈》中，便有庸医被“凌迟”者，明朝以酷吏和酷刑而闻名，也正是如此，那些弄虚作假者吓破了胆，不敢造次。

到了清朝，基本上全部沿用了明朝法典，但自顺治一朝起，一些确实残酷的刑罚逐渐废除，直到乾隆年间，大部分严苛的酷刑除了少数之外，基本全部废除。

但针对制假售假者依旧十分严苛，不但要受“杖板”之刑，还要带上大枷或者站在木笼中示众，让百姓看看庸医模样。你敢用假药，如果出现了伤亡，官府会以过失伤人或过失杀人来处理。

清朝曾经就有个案子，说是有个姓张的郎中，开了一家医馆兼卖药。一日张郎中外出，伙计心急，就令学徒看管医馆，适时正好有人来买旋覆代赭汤一剂，学徒便做主卖给他，伙计回来后点检药材，发现学徒误将代赭石色泽相近的红信石卖给对方。

代赭石具有平肝潜阳，重镇降逆，凉血止吐之功效。而红信石含有剧毒，是砒霜的原料。

伙计惊恐万分，只好亲自前去。刚到村口，就听到哭声，才知道为时已晚，买主已经因此药而亡。官府遂因学徒过失杀人将其处死，张某的医馆也因此倒闭。

本次案件中，该学徒不过是无心之失，就为该过失付出生命的代价，人命关天不是虚言，可见官府对于卖假药的处罚之重。

关于疫苗，其实清朝也在使用。有一种说法是顺治死于天花，因此康熙帝对于天花的防治是格外的重视。

康熙即位后，马上下诏征集种痘医师，亲自参加考选。江西的朱纯嘏和陈瑭拜二人，最终成为皇家种痘师，不但为皇家子孙种痘，而且亲赴蒙古科尔沁、鄂尔多斯等地种痘，康熙皇帝为此特赐府宅和授官爵予朱纯嘏二人。

不过，到了清朝中叶、鸦片战争后，便开始出现假疫苗事件。庸医为获得更大收益使用变质或是无效的牛痘疫苗，这种做法遍布全国。由于清政府当时正处于内忧外患期间，不能对此进行有效打击。

富有诗意的古代客套话

古人云：“仁义礼善之于人也，辟之若货财粟米之于家也。”

古人都很客气，称呼自己用贬词，称呼别人用尊词。从各种不同的称谓就可以认识古代中国的日常生活礼仪。

古人称呼自己用：愚、卑、敝、鄙、窃、在下；称呼别人则用：令、尊、贤、足下、阁下、兄台。男人称呼自己的妻子叫内人、内子、拙荆；女人称呼自己叫妾、奴、婢。

古人的客套话简短、美好、又富有诗意，只是随着时间慢慢地被后人遗忘、丢弃了。现在就让我们一起来做个温习吧！

初次见面说“久仰”，分别重逢说“久违”。



(神韵艺术团官网)

征求意见说“指教”，求人原谅说“海涵”，求人帮忙说“劳驾”，求人方便说“借光”，

麻烦别人说“打扰”，向人祝贺说“恭喜”，请人看稿称“阅示”，请人改稿说“斧正”，求人解答用“请问”，请人指点用“赐教”，托人办事用“拜托”，赞人见解用“高见”，看望别人用“拜访”，宾客来至用“光临”，送客出门说“慢走”，与客道别说“再来”，陪伴朋友用“奉陪”，中途先走用“失陪”，等候客人用“恭候”，请人勿送叫“留步”，欢迎购买叫“光顾”，

归还原主叫“奉还”，对方来信叫“惠书”，老人年龄叫“高寿”，自称礼轻称“薄礼”，不受馈赠说“返璧”，被人帮助说“谢谢”，对方家庭叫“府上”，自己家庭叫“寒舍”，对方父亲叫“令尊”，对方母亲叫“令堂”，问道年龄叫“贵庚”，问道姓氏叫“贵姓”，问道职务叫“称谓”，问道姓名叫“大名”，对方男孩称“公子”，对方女孩称“令媛”，对方妻子称“夫人”。

成语故事

自相矛盾

【解释】：矛：进攻敌人的刺击武器；盾：保护自己的盾牌。比喻言行或事前后不一致，相互抵触。

【成语典故】：典故最早出自战国《韩非子·难一》。

在市场上有一个卖盾和矛的楚国人，大家都围着他。楚国人先是自夸他的盾说：“我所卖的盾坚固无比，没有东西能把它刺穿”；接着又夸自己的矛说：“我所卖的矛十分锋利，没有东西不被它刺穿”。

旁人听见后，忍不住地说：“如果用你的矛去刺你的盾，结果会如何？”大家哄堂大笑，楚国人无法回答他的问题，只好落荒而逃。

全球发现了无数个令人费解的巨石遗迹、工艺品、遗址，自从它们出土后就留下未解的谜团，有些发现改写了我们所知的历史。人们提出数不清的理论，试着解释某些考古发现，但对于这些遗址或结构存在的用途、原因、建造过程，即使是最杰出的学者也无法达成共识。

巨石阵 (Stonehenge)

巨石阵是最知名的古代遗迹。这个史前遗迹是地球上最有名的地标之一。这个难解的巨石阵大约建于4千年前，古人竟有能力建造它。没有任何考古学家能成功解释它的建造方式。

很多理论试着解说巨石阵真正的用途，但专家还无法认同任何一个说法。

巨石阵是一个天文观测台吗？它是一座神庙吗？它是墓地吗？我们还不清楚。

印加石 (Inga Stone)



印加石局部 (公有领域)

另一项惊人的发现是所谓的印加石，它在巴西出土。

人们认为，回溯到6千年前，印加石（又称 Itacoatiara, do Inga）就矗立在那里了。印加石是直立建筑，覆盖的区域为250平方公尺，有46公尺长，3.8公尺高。印加石展示的刻纹有何含意，目前仍待解释。

研究人员发现印加石上面有些刻纹、图形、水果、动物和其它不明图形，但最重要的刻纹是银河系和猎户座。考古学家声称，石上的刻纹展现出惊人的精确度和细节，这都显示出当时技艺娴熟的艺术家用了一流的雕刻技术，他确实非常有天份，

5大史前巨石 让考古学家感到困惑



巨石阵(公有领域)



印加石(公有领域)

而且能创造这些非凡的刻纹。

哥贝克力石阵 (Göbekli Tepe)

在1994年出土的哥贝克力石阵使历史面临一个转折点：我们自以为了解我们的祖先，但现在得改写所有事了。

哥贝克力石阵的大发现引发许多疑问，包括文明的演进、复杂的社会结构，它们可能早在几千年前就存在了。

人们认为这个古代遗址至少有1万2千年的历史，这代表它的年代比巨石阵早6500年，而且比金字塔早7千年。

哥贝克力石阵的主要结构是一系列的3个直式结构，它们位于地表



哥贝克力石阵(公有领域)

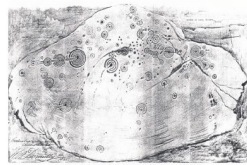
下，干石墙是它的特点，它内含多种有装饰的T型柱子。这些石头主要用于支撑顶部，不过不排除它们有象征性的用途。

到现在专家仍不知道谁在1万2千年前建了这个宏伟、迷人的建筑。

哥贝克力石阵被视为世上最早的神庙。它大部分的古代遗址仍埋在地下。不管是谁建造了它，之后又回填多处遗址，将它们深埋在地底，总之他确保了这群建筑在几千年中得以保存。目前出土的古迹、地磁调查报告显示，这个遗址至少有20个石阵（或神庙）。哥贝克力石阵的所有石柱都是T型，而且高度为3到6公尺。

卡其诺石 (Cochno Stone)

卡其诺石是神秘且具有5千年历史的石板，1887年牧师James Harvey发现了它。其特色是有90道刻痕，它被视为苏格兰最出色的岩刻。岩石表面上复杂的记号有什么含意，考古学家们的意见不一致。也许它是天空或地球的地图？或是一个



卡其诺石(公有领域)

举行仪式的祭坛？

根据某些专家的说法，它是一张古代宇宙地图。这些惊人的记号令人想到巨大的麦田圈，它们经常被视为外星文明的产物。有趣的是，人们也在西班牙北部、墨西哥、希腊甚至是印度，发现了其它类似的石板。

加利利海下的巨石结构

加利利海 (Sea of Galilee) 下巨大又神秘的锥型结构，是由“玄武岩和未切割的大圆石”构成，根据研究人员的说法，它的重量约6万吨。它的用途和起源就像其它古老结构一样，给专家留下了深奥的谜团。

高约10公尺，直径约70公尺的结构是一个超大谜团。科学家认为要建造这样的结构，它的建造者必须花很多时间研究出一套有系统的群体力量。他们如何成功运送巨石块，至今仍无法解释的问题。考古学家认为，依他们能看到的现状判断，它的建造者来自“复杂且有条理的社会”，有“高效率的规划能力”。



加利利海(公有领域)

中国古代的“机器人”

文/蓝月

中华5000年文明史上，曾出现过无数神奇的人物。一些至今看起来都不可思议的事情，在历史的长河中却真实地存在过。而这些存在，并不能用常识去解释，甚至超越了今天的科学。

1978年，山东莱西“点将台”的一座西汉古墓中，出土了一批特殊文物：一群大大小小的木偶人，最大的一个高达1.93米。虽然被掩埋了2000多年，但仍可轻松操控偶人站立或跪坐。有学者推测，这些木偶应该是用于在丧葬仪式上表演的。

“偶人”又称“傀儡”，是中国古人制作出来表演歌舞，用来娱乐的。据《列子·汤问》记载：周穆王西行巡查，越过昆仑山，到达日落之处的崑崙山。然后返回来，尚未到达中原地区，路上有名叫偃师的人，自称愿奉献技艺给穆王。

与偃师同来的还有一人，穆王问：“和你回来的人是谁？”偃师答：“是我所造的歌舞艺人。”穆王惊奇地看去，只见那歌舞艺人疾走缓行，俯仰自如，完全像个真人。音乐奏起，那人开始歌舞，舞姿和歌声千变万化，且无不合乎节拍的韵律。穆王兴起，将姬妾都叫来一同观赏。



木牛流马 (Winnie Wang/看中国)

谁知那偶人竟盯着穆王左右侍妾，好像眉目传情的样子。穆王大怒，欲治偃师之罪。偃师立刻拆散机器人让穆王观看，穆王一看，原来这个歌舞艺人是由皮革、木料、胶水、漆料，和其它一些黑、白、红、青的物件所构成的。

穆王仔细查看，发现它内部的肝、胆、心、肺、脾、胃、肠和外部的筋骨、支节、皮毛、齿发，皆是人工造出来的，无一不像真的。重新组合之后，又如刚才一般能歌舞了。

穆王试着废其心，则口不能言；废其肝，则目不能视；废其肾，则足不

能行。穆王叹道：“真乃巧夺天工！”遂将偃师带回中原。

关于偶人，古籍中记载的还有很多。

西晋傅玄所著的《傅子》一书中说，三国魏明帝时，有一位机械师马均，善于制作各种能跑能走，还能击鼓吹箫，多才多艺的机器人。皇帝听说后，就召见马均，让他当众表演给大家看。众人发现，马均的机器人都是由木头制成，在水力的带动下，击鼓吹箫、唱歌跳舞、骑马舞剑、甚至杂耍……十八般武艺样样精通，比真人还要灵活。

三国时期的诸葛亮，把机械技术从单纯的娱乐表演应用到了军事领域之中，他制作的“木牛流马”，在战争中发挥了巨大作用。它的制作原理至今无人能破解，更难以复制。到了唐代，机械技术的发展达到了一个新的高峰，已经应用于皇室的日常生活。

唐玄宗开元初年，东海郡匠人马待封为皇后制造了一台非常精巧的“自动化”梳妆台。这座梳妆台的中间是镜台，台下分两层，都装有门户。皇后要梳妆时，打开装锁的匣子，台下的门就会自动打开，并走出一个手里拿着梳子的木质妇人。皇后接

过梳子之后，木人就返回到门里。其它的化妆品，比如胭脂、妆粉、眉笔、髻花等物，都是由木人自动送给皇后。每次送完后，木人就会返回到门里，门户自动关闭。皇后上好妆，各个门户就会自动关闭。

在唐朝，还发明了一种专门“劝酒”的机械人。

《朝野金载》记载，洛阳有位县令叫殷文亮，十分擅长手工机械。因其好酒，就自己做了一个木人，给他穿上粗丝彩衣。每到聚宴饮酒时，小木人就会按次序为宾客敬酒。如果杯里的酒没有喝完，小木人就不给斟酒。不仅如此，这位县令还制作了一个会歌舞的女木人，能吹笙唱歌，而且都合节拍。如果宾客没有喝尽兴，那个女木人就连唱带吹的催其继续饮酒。谁也猜不出这两个木制机器人的神妙。

在今天的人看来，一台可供人类使用的机器人，至少需要电源、晶片、接收器、传感器等很多精密仪器才能工作。而生活在距今几千年前的古人，却能造出与真人相似、能歌善舞、还具有情感功能的偶人，甚至超过了当今世界上最先进的机器人。尤其令人匪夷所思的是，这些偶人，是如何接受人的指令的呢？

【医案】苦瓜之争



中医疗法

文/温婉容(明慧中医诊所院长)

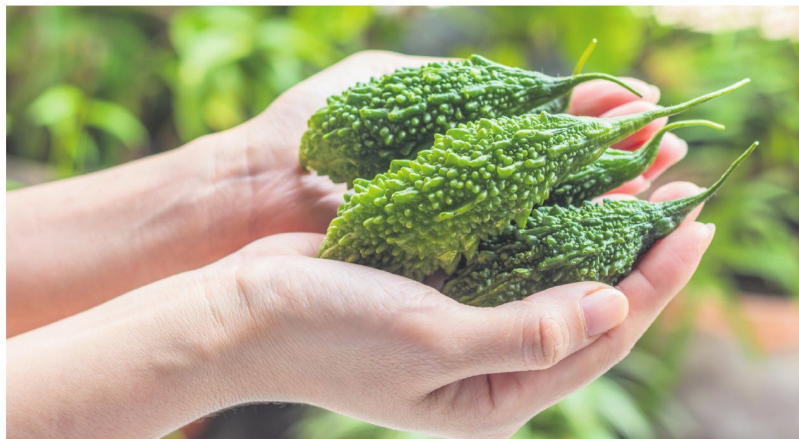
有时候,一个念头、一句话、一件小事,常会影响自己的行为,持续很久。直到有一天,也因为另一句话、另一件小事,而突然醒悟。

一位住在南部,64岁的退休阿伯,大老远跑来,为的只是看四肢冷,尤其是肘膝的部分,大热天,护肘护膝带着,还觉得冷得要命。尤其是遇到风,吹到冷气更难受。而且还给针灸大师治疗过,竟然没效!我感到有点奇怪、纳闷,那位大师医术很高的,怎么会这样?

阿伯浑身发热,口干舌燥,胃常隐隐作痛,食欲差,患有糖尿病,夜尿4~5次,晚上睡不好,脸色惨白,唇色苍白,舌质淡有齿痕。诊察完,我先交代阿伯,少吃冰品冷饮瓜果类。我的话才刚落,阿伯马上变脸,有点激动,眼神疑惑,带不屑的口吻说:“我都热到这样了,还不能吃瓜果,我每天都要吃半斤以上的苦瓜,苦瓜可以降低血糖,我吃了苦瓜,血糖马上降。”

我立即回应:“那你为什么四肢那么冷?苦瓜很寒的。”阿伯还是不服气,斜眼看着我,坚持苦瓜可以降低血糖,而且表示,要坚持继续吃苦瓜。遇到这样有说理不清的人,不能按牌理出牌。

我也坚决严肃地说:“如果你坚持继续吃大量苦瓜,你不必来诊,你不必浪费钱、浪费时间,跑那么远来给我看,你不想病好,谁也治疗不好你的病。”阿伯听了有点吓了一跳,怎么会有这样的医生?



我继续说:“吃太多苦寒的苦瓜,连带把心火寒化,把丹田冷化,所以心脏的马力不够,打到四肢末端吃力,才会出现腰脚无力,四肢冰冷的现象。少量苦寒食物,开胃;但是长期吃大量苦寒食物,败胃,所以你不但食欲差,胃还常隐隐作痛。苦寒性降,所以你的情绪跟着沉降而忧郁。”他老婆随后小声地对我说,先生的头脑,是石头做的,谁也奈何不了他。

阿伯一副聪明相,但是带着偏见的聪明,变成固执的聪明,自作聪明的小聪明。阿伯这才说,有一天他吃了许多水果,结果血糖值上升到300,吓到了!听说苦瓜能降血糖,阿伯就吃了许多苦瓜。第2天,血糖值就真地降下来了。从此以后,阿伯开始每天吃大量的苦瓜。

“阿伯,请你想想看,你吃了许多水果,血糖值必然会上升,只是刚好那天你吃了苦瓜。第2天血糖值就下降,不是因为吃苦瓜,而是你减少了水果量。苦瓜只能作辅助糖尿病

的饮食,而且要加木耳一起煮,才有效果,不能作为治疗糖尿病的主打,也不能每天大量吃。有时也可改用龙须菜作食疗。”

阿伯听了,见了免脑袋,锐利的眼神有点缓和,至少他表示,很少有医生那么耐心地解说,而且在病人很多的时候。

见阿伯态度转变,但脑筋还没转过来,我继续说:“请你再想一想,你的血糖值,是不是每天有升有降,而你每天还吃着苦瓜。照这样来看,你吃了苦瓜,怎么有时候血糖值还会上升?”

阿伯哑口无言,但还是不服气!见阿伯似乎有点心动了,才开始进入正题。我说:“原本苦瓜可以解渴除烦,为什么你还会全身燥热?因为你的身体机能,都被苦寒寒化了,下盘肾水太寒,不能涵肝木,虚火上升,所以你会口干舌燥,人烦躁。你是内真寒,外假热。”

为了扭转阿伯的观念,我费尽口舌,拔病根。人常被错误的观念所奴

役,所伤害。

针灸处理:祛寒气,调和营卫,针风池、曲池、内关、足三里穴。补肾精,启动类肾上腺素的功能,针关元、太谿穴。肾水太寒,水不能涵木,龙火上升,针太冲、三阴交穴。口干烦躁,针中渚、合谷穴,中渚穴兼治腰酸。疏通四肢经络,针曲池、合谷、阳陵泉、伏兔、太冲穴。调理胃肠,针中脘、足三里穴。二诊之后,加针糖尿病的保养,针合谷、足三里、三阴交、公孙穴。

处方用药:用桂枝汤,调和营卫;用四逆汤,回阳温里;用当归四逆汤,温经散寒,加鸡血藤,补血通络。用的全是热药。

针灸完,阿伯说他的口,怎么马上就干不了,觉得很奇怪,还怀疑自己的口感是不是有问题?

第二次回诊,阿伯说他的肘、膝冷,已经好很多了,吹到风,不再那么难受,这一周没吃苦瓜,结果血糖值和往常一样,没多大变化。服药一个月,四肢已不冷了,人也舒服多了。

年过50岁 应多吃两种肉食

很多上了年纪的人吃内越来越少了,他们吃的越来越清淡。一味吃素并不会给身体带来好处,特别是中老年人。建议50岁之后,牛肉和鱼肉不妨多吃一些。

五谷杂粮以及蔬菜中的营养物质是有限的,像铁元素以及氨基酸等营养物质都需要肉类来提供,蔬菜和水果中的这些营养有限,长期不吃肉食容易使身体出现贫血以及维生素缺乏等问题。

时间久了,人体的免疫力将会不断下降,也更容易患上心肌梗塞等疾病,所以适当吃肉是很有必要的。

1、牛肉

牛肉中的蛋白质含量丰富,其中的氨基酸也要比猪肉更优质,既能提高人体的抗病能力,还能促进肌肉生长,达到增强体魄的作用。牛肉中的维生素B6含量特别丰富,这类维生素也是人体内必不可少的一种,对人体的免疫系统以及新陈代谢起着非常重要的作用。

2、鱼肉

鱼肉脂肪含量低,不会给身体的消化系统增添负担,适当吃鱼肉,还能有效帮助预防三高类疾病,并能降低体内的胆固醇含量。

鱼肉中的维生素和矿物质含量丰富,平时适当多吃一些,既能延缓身体的老化程度还能给身体补充钙质,预防骨质疏松的出现。对于50岁的中老年人来说,平时适当吃鱼肉身体会更强健。

预防和控制 糖尿病的食物

适当的饮食疗法对预防、控制和治疗糖尿病十分重要。我们如果能做到合理的饮食控制,将饮食治疗与药物治疗相结合,糖尿病还是可以控制的。以下推荐对预防和控制糖尿病有作用的食物及食用方法。

1、豆类

豆类,如大豆、豌豆、鹰嘴豆、肾豆(腰豆)、菜豆、刀豆等,富含膳食纤维,同时还是一种出色的植物蛋白来源。经常吃豆类,少吃红肉可减少热量的摄入,疏通血管。豆类堪称是最佳天然降血糖食品。

2、牛奶及奶制品

研究证实,牛奶含丰富的钙和维生素D。不仅牛奶,凡是奶制品均为降血糖食品,如奶酪和酸奶等。只要每天喝3杯牛奶即相当于摄入1200毫克的钙质与800IU的维生素D,这些量可以帮助预防糖尿病的发生。

3、苦瓜、南瓜等

苦瓜、南瓜、桑叶、洋葱、香菇、柚子可降低血糖,是糖尿病人最理想食物,如能长期食用,则降血糖和预防并发症的效果会更好。

4、燕麦

西方营养学家称燕麦为“强力降血糖食品”,因为燕麦集中了豆类和大麦的优点——既含大量可溶性纤维物质,还含钙质和优质植物蛋白。故经常吃燕麦可降低过高的血脂和血糖,并可抑制血压升高。

5、荞麦

在内蒙古以荞麦为主食的地区,糖尿病患病率明显低于其它以非荞麦为主食的地区。荞麦磨成粉可以做成荞麦馒头、荞麦面条、荞麦面包、荞麦粥等。

玉米红苕粥

原料:鲜玉米粒40克,红豆25克,黑芝麻4克,盐适量。
制法:玉米粒和红豆入锅,加适量水,旺火煮5分钟,改用小火煮至烂熟,加入黑芝麻、盐。

功效:此粥有补中健胃,除湿利水的功效。水肿者食用更佳。

(整版图片来源:123RF)

秋天护唇良方

秋天干燥多风,许多人有嘴唇干裂的困扰,于是经常下意识舔嘴唇,也擦上各种护唇膏,但是效果并不是很好,怎么办呢?

1、多吃新鲜蔬果

“缺乏维生素”是嘴唇干裂最常见的一种原因,为增加B族维生素的摄取,不妨多吃各式各样的蔬果,吃一些白菜、油菜、白萝卜、黄豆芽等都很好。多吃梨子、柳丁、西红柿、猕猴桃等新鲜、汁液较多的水果。

银耳莲子羹对治疗嘴唇干裂也有很好的功效。

2、改善脾胃功能

引起嘴唇干燥根本的原因在于人体内部的脾胃积热,脾胃积热者精血津液不足,表现出嘴唇就会干裂。秋天饮食宜清淡,勿过食肥甘厚味,少吃辛辣刺激的食物,起居要规律,不要熬夜,并做适当的锻炼,改善脾胃功能。

3、经常补充水分

秋天气候的特点是干燥,空气中缺水,人体也缺少水分,因此每天多喝水“补水”。及时补充足量水分也很重要,不要等到口渴、口渴才喝水。

4、避免舔唇的习惯

舔唇、咬唇等习惯无益于缓解嘴唇干裂,反而会起反效果。

治嘴唇干裂小偏方

取个大白菜,去核,放入蜂蜜50克,蒸熟即可。每日服用2次,连服数日。对于口唇干裂、干咳、久咳、痰少、咽干渴、手足心热均有疗效。

秋冬进补 远离3大误区

秋冬季节天气转寒凉,体力消耗减少,体内代谢也下降,所谓“秋冬进补,春天打虎”,此时正是进补好时节。不但能固本培元,恢复身体正气,还有利于驱病祛邪。不过,秋冬进补要远离3大误区,否则反而可能越补越伤身。

1、补不对症

进补要根据个人体质,选择合适的方法,不可盲目跟风,乱用药材。因为每个人体质都不同,尤其是老年人,往往体质有偏颇,如果不辨体质就盲目用偏方,恐怕适得其反。

2、进补过急

有的人一到秋冬季就开始直接进补,却发现效果并不理想,甚至越补越不舒服,这是因为进补之前没有调理好身体。很多老年人都有脾虚夹湿的问题,冬季进补要先解决湿邪状况,否则直接进补不仅不能养身体,还会加重脾的负担,造成越补越没精神。

脾虚夹湿体质的人群,建议在进补前先健脾祛湿,调整身体。推荐一种好食材——薏米,生薏米重在“祛湿”,炒熟的薏米重在“健脾”,将2种薏米加上少量粳米,共同煮粥,服用2周左右,就可以打下进补的基础。

炒薏米的方法:锅中不放油,倒入适量生薏米,火不停翻炒,直至炒成金黄色即可,约20分钟左右。



3、忽视食补

俗话说“药补不如食补”,日常饮食中有很多食材营养丰富,也是进补的好材料,而且和药补相比,“食补”的适用性更强。

食补也不是简单的吃大鱼大肉,以下3个误区要注意避开。

(1) 无病乱进补

秋冬进补更适合那些身体虚弱或平时有较强体力、脑力劳动的人,如果身体健康,本身不缺乏营养,就不需要额外补充,关键是要注意饮食均衡,如果进补过度还容易造成血脂、血糖、尿酸指数升高。

(2) 肉内类 少蔬果

鱼、肉等蛋白质丰富的食物营养

丰富,但是一定要适量食用。秋冬季节运动少,肠胃蠕动慢,不少人会出现便秘的现象,过量食用大鱼、大肉反而会加重此一症状。很多人认为肉类营养丰富,忽视了蔬菜、水果的作用,其实,多补充新鲜的蔬菜、水果,可以增加膳食纤维的摄入,有助于缓解便秘。

(3) 多喝高汤可大补

很多人认为长时间炖煮的肉汤、鱼汤颜色浓郁,营养全在汤里。但是从营养学的角度来看,高汤味道鲜美是因为里面含有大量有机酸,却没有营养,还含有大量脂肪,吃多了反而会引起来肥胖、增加三高风险等健康问题。应该将汤里的肉和蔬菜都吃掉,才能起到进补的作用。

传统色彩的奥妙(1)

“五德终始说”里的“五德”是指金、木、水、火、土这五行所代表的五种德性，即金德、木德、水德、火德、土德。而“终始”则表示“五德”周而复始循环运转的意思。此学说最为著名之处在于它从五行生克的角度对朝代的更替进行了解释，并对后世产生了深远影响。

文/Arnaud H.

这个世界是一个多彩的世界，不同的民族、国家都有自己独特的传统色彩。这些色彩带给人的不仅是表面的视觉感受，还承载着民族或国家的历史底蕴与传统内涵。不过，在当今现代化了的人文环境中，真正的传统虽然与大众的普遍认知相悖，但又有所不同，其中不少甚至大相径庭。由于各地传统色彩丰富多样，种类繁多，在一篇文章中实难尽述，因此本文只针对读者们比较熟悉的几种颜色略做举例，并与大家一同探寻这些色彩的奥妙。

五德与五色

在现代中国人的观念里，谈起传统色彩，很多人可能都会不约而同地想起红色。不少人认为红色是喜庆的颜色：人们结婚时会在房屋装饰大量的红色，新郎、新娘都穿红色的婚服；过年的时候，人们会在红纸上写春联；各类庆典也都习惯于做成红色基调的……且抛开红色政权出于政治原因对所谓“中国红”的宣传不谈，在许多人的脑海中，红色仿佛被赋予了极为正面的内涵，他们确实认为红红火火就是大吉大利的传统象征。

然而，如果研究一下中国的古代文化就能发现，中国传统的三教中，无论是中正平和的儒教、清静无为的道教，还是四大皆空的佛教，都与现代这种极具视觉刺激感的大红色格格不入。中国自古以来各个时代的色彩基调或庄严，或平和，或古朴，或高雅……但都不会如此激烈刺眼。中国人内敛的民族性格与炫目的大红色相比，给人的感受可谓天渊之别。

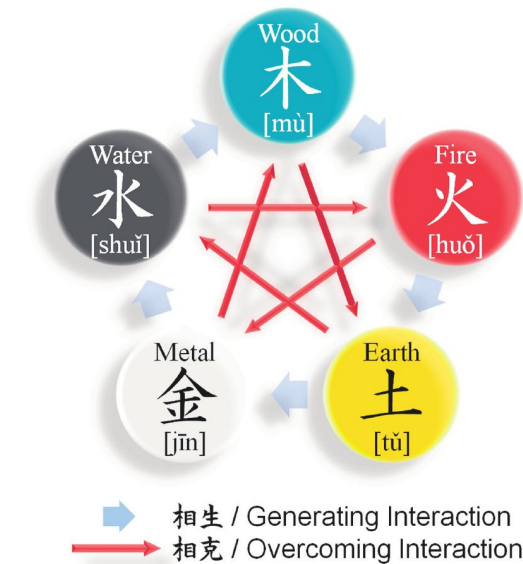
那么，到底什么颜色才是中国的传统色彩呢？

这里就需要先了解一下战国时期的阴阳学家邹衍在五行理论基础上提出的一个非常著名的学说，叫作“五德终始说”。“五德终始说”里的“五德”是指金、木、水、火、土这五行所代表的五种德性，即金德、木德、水德、火德、土德。而“终始”则表示“五德”周而复始循环运转的意思。此学说最为著名之处在于它从五行生克的角度对朝代的更替进行了解释，并对后世产生了深远影响。

根据这一理论，一个朝代之所以能统治天下，是因为得到了上天赐予的五德中的一德，统治者因此德而受命于天，所以才能成为天子。而当其德逐渐衰弱，朝代便难以继续维持统治，这时就会有下一朝出现，持有五德排序中的下一德，取代原来德行衰弱的旧朝。

举个具体例子，邹衍认为：“五德从所不胜，虞土、夏木、殷金、周火。”（《昭明文选》李善注引）按照五行生克来讲：木克土，金克木，火克金，所以每朝都取代了前一朝。到了后面秦始皇统一诸国，便是以水德君临天下。按邹衍的理论，周为火德，因此到了秦朝，就是水克火。随着历史的发展，后面又出现了以五行相生来承接前朝的理论，然后又有其它建立在生克理论基础上的变体理论。

“五德终始说”在历史上被广



五行的颜色与它们之间的生克关系。



秦嬴为水



李唐为土



满清为水



朱明为火



蒙元为金

泛承认，自秦汉直至宋辽金时代，历代官方都会正式讨论并确定其德运，昭告天下。这是因为，即使某方势力能以强大的武力推翻前朝，但如果不能证明自己拥有必须的德性，符合受命于天的正统，也难以服众，无法长久，所以它也是这些朝代阐释其统治合法性的基础理论依据。元、明、清三朝官方虽然不曾正式宣告其德运属性，但从明朝开始的皇帝都称“奉天承运皇帝”，也是源于这种思想。

不同的朝代对应着五德之中不同的德性，而传统文化里的金、木、水、火、土这五行，在色彩上分别对应着白、青、黑、赤、黄这五种颜色，因此，不同朝代所尊崇的色彩也就各有不同。像前面所述，秦灭周，认为是顺应天道，以水克火，而水所对应的颜色是黑色，秦朝便以黑色为尊，那么秦朝皇帝穿的朝服就采用了黑色。

《史记·秦始皇本纪》也佐证了这一点：“始皇推终始五德之传，以为周得火德，秦代周德，从所不胜。方今水德之始，改年始，朝贺皆自十月朔。衣服旄旌节旗皆上黑。”

同样道理，唐玄宗李隆基在《封泰山玉牒文》里写道：“天启李氏，复兴土德。”从中就能看出，唐朝是土德，因此唐朝崇尚黄色。不过，崇尚黄色却不意味着家家户户谁都能穿黄衣服。恰恰相反，作为皇室专用的色彩，民间是不允许穿的，否则岂不成了“黄袍加身”？

在崇尚火德的朝代里，服饰的颜色就有赤色的，但是由于中国古代染色工艺的特点和对刺眼色彩的排斥，古代的赤色完全不同于今天刺眼的大红色。严格说来，古语中的绛、赤、朱、丹、红、绯、茜等色都是不同的颜色，传统赤红在色泽上要暗淡柔和一些，相对容易让人眼接受。以明

清皇宫为例，宫墙上的朱砂红其实是介于橙色和红色之间的一种颜色，而且色泽更灰，并非现代的大红色。同时，如果崇尚火德之赤，那么就不是谁都能随便用的了。试想一下，平民百姓能穿和皇上同样颜色的衣服吗？所以与其它朝代相比，对这种色彩的限制就更多了。

民间盛传钱包不能是红色的，否则会破财。对于这个说法，各种解释都有：有人说因为红色属火，在五行生克中火克金，所以红色包克金钱；也有人说红色隐喻“赤字”，也就意味着容易把钱花光，或者血本无归……

举个例子，明朝官方虽然不曾正式昭告天下其德运属性，但在不少公文中也谈到了明朝是以火德立朝，比如明初大臣刘辰在《国初事迹》中就有“太祖以火德王，色尚赤”的明确说法。明朝在色彩上崇尚火德之赤，因此不得滥用。红色系按色泽的差别划分为多种不同的红，对使用场合与阶层都有详细的规定。民间是禁止使用正赤色的，普通平民想用红色只能使用桃红之类较为清淡的颜色，在少数重大仪式上才能根据情况放宽限制。

值得一提的是，古代的“红”与现代中文中的“红”并非同一概念。东汉的《说文》里有解释：“红，帛赤白色也。”也就是说，古文中的“红”

其实是一种粉红色，而不是今天人们印象中的红色。不过，为了便于现代读者们理解，笔者在后文中仍然按照现代人的观念，将绛、赤、朱、丹等色统称为红色。

由于各朝所崇尚的颜色不同，所谓“红色是传统喜庆色”的说法便不能成立了。商朝就是一个很好的例子，那个时代的人认为红色是血的颜色，象征着死亡，所以红色就成了当时办丧事和葬礼时所使用的色彩。

古人结婚时穿的婚服也是同样的情况。在不同的时代，黑、白、深、浅、青、赤等诸颜色都出现过，而且中国古代鲜有听说新郎新娘全像现在那样到处都裹成红色的。大多数时候，即使有穿红的也只是一方，因为男女有别，古人对此更为讲究。

再如春联，其起源众说纷纭，经过漫长的历史逐渐发展成类似今天的样子，但原先也不是写在红纸上的。受中国传统文化影响的一些亚洲国家自古就继承了过年或者立春的时候贴春联的习俗，延续至今。比如韩国人贴春联，大家都能看到他们大多使用白纸黑字。

中国人对红色春联的印象是从明朝开始的，文人们在色泽较浅的红纸上写春联贴在墙或门上。从色彩学上看，这种颜色只作为对周围环境的点缀色来使用。

但到了清朝，皇宫里写春联却不红纸。据《清稗类钞》记载：“大内宫殿春联，例用白绢，由翰林谨书呈进。”今天不少人到故宫游览，看到里面白色的春联觉得惊奇，因为这有悖于他们以为红色春联才是传统的观念。

另外，中国传统的宗教场所，例如古代那些庵观寺院的春联一般都是使用浅黄色的纸张，也不用红色。

忌讳之色

从正史的记载中可以看出，中国人并非世代崇尚红色，尤其是现在的大红色，以古代的染色工艺更难见到。而在民间流传下来的一些习俗中，看似被许多人当作吉利象征的红色，却有不少禁忌和讲究。

很多懂民俗的人都知道，民间盛传钱包不能是红色的，否则会破财。对于这个说法，各种解释都有：有人说因为红色属火，在五行生克中火克金，所以红钱包克金钱；也有人说红色隐喻“赤字”，也就意味着容易把钱花光，或者血本无归……是不是这么回事另当别论，但人们不会无缘无故就对一种颜色有这些忌讳。从心理学上看，想必人们在潜意识中一直对它抱有防备心理吧。

在住宅方面，大多数风水师都反对家里放置太多红色的物件和图画，导致五行失衡，破坏家中的风水格局，有损住宅运势。心理学家也认为大量的红色容易使人情绪暴躁，不建议人们过多接触这种颜色。而医生们则从健康角度出发，反对把红色作为房屋里的主色调。因为长时间处于红色的环境中，容易造成视觉疲劳，引发一些相关疾病，危害健康。

人们仿佛对红色有一种本能的警惕与提防，并将其运用到社会生活中，比如，路上红色的标识大多都表示危险或禁止。有研究认为，这或许与人类在大自然中积累的经验相关。在自然界，无论动物、植物还是昆虫，虽然不是所有的，但确实很多鲜红色的生物都有毒。因此，人们看见鲜红色外表的生物总会感到危险，从而引发对这种色彩的本能警惕。

在文化上也有类似情况。中国民间素有“丹书不祥”这一说法，意思是收到用红笔写的信不吉利。所以今天也有人说写信不能用红笔写，因为绝交信的字一般都是红色的。

这种说法也是有历史原因的。古代衙门记录死刑犯的名字时，就是用红笔书写；另外，民间还有阎王惯用朱砂笔勾划生死簿之说。这也导致了不少人认为用红墨水写别人的名字意味着诅咒那人死去。

民间还盛传红色容易招鬼，所以一些老人不让家人在夜间穿红色的衣服。传言是真是假不去说它，不过这里牵扯到一个许多人不了解的古代文化，就是中国早期古籍中所描述的鬼怪很多都是红色的。

比如唐代佛教典籍《法苑珠林》卷六有描写了一个鬼的样子是“肤体赤色，身甚长壮”；东晋的《灵鬼志》中，也谈到“一赤鬼，长可丈许”；东汉的《论衡》中则有“人见鬼者，言其色赤”的记载。

不仅如此，很多鬼还喜欢穿红色的衣服。《太平广记》第三百一十九卷中就讲述了一人被四百五十个鬼包围，它们“皆赤衣，长二丈”，后来由于被围之人一心默念北斗，那几百个红衣鬼认为此人“正心在神”，便放过了他。

不但身上是红的，鬼的攻击手段也是红色的。《论衡》卷二十二·订鬼篇中有“鬼、毒同色”之说，所以鬼发出的毒性攻击也是红色的；文中描写其“弓矢皆朱形”，则是说连它的武器都是红色的……

以上种种实例都足以表明，红色在中国传统文化中并没有现代人想象的那么吉利。当然，作为色谱中的一员，红色也不应该受到歧视，因为色彩有不同层次的差别，在不同的层面，其内涵也完全不同。由于这里讲的只是在世间民俗层面的表现，所以与更高层次上的红色完全不是一回事。

（未完待续）

文/萨维 图/123RF

墨西哥南侧和西面濒临太平洋,东傍墨西哥湾与加勒比海,北部与美国有着延绵超过三千里国界接壤。其国土面积达180万平方公里,总人口超过1.29亿,首都为墨西哥城。这里孕育了深邃的古印第安文明、托尔特克和阿兹特克文明,还有神秘的玛雅文化,以及繁华的现代化工农业。南部尤卡坦半岛的奇琴伊察玛雅金字塔被誉为世界七大奇迹之一,周边的图卢姆、梅里达、帕伦克等地也有宏伟的玛雅遗迹。除了历史遗迹,墨西哥尤卡坦半岛上的坎昆,是北美最棒的加勒比海度假胜地之一。南部的圣克里斯托瓦尔和中部的瓦哈卡、瓜拉华托是西班牙殖民时代遗留下来的度假小城,每年都会吸引大量游客前来游玩。

无限量 夜间冒险

XPLOR FUEGO 游览



乘坐水陆两用车穿越玛雅丛林,在坎昆高空滑索上翱翔星空,通过钟乳石河流探索里维埃拉玛雅的地下世界,可游泳或漂流,还可在吊床上的天然井水中嬉戏。

- 七条滑索线路,其中包括里维埃拉玛雅最高的滑索
- 沿着5公里的丛林和洞穴赛道驾驶两栖车辆
- 在古老洞穴内的383码(350米)钟乳石河中游泳
- 沿着570米的地下河用特殊的手划船
- 洞穴徒步
- 带美味排骨的烧烤自助餐(可提供素食选项)
- 无限量的非酒精饮料(咖啡、热巧克力和新鲜调味水)

冒险乐园



想体验在空中飞翔的刺激和肾上腺素爆棚的感觉吗? Playa del Carmen 的冒险活动就一定不要错过。Playa del Carmen 是一个以冒险为主题的游乐园,总共有14条高空滑索,挑战所有高度。其中包括了整个中南美洲最高的索道。特别是鸟类飞行项目 Bird Flight, 该高空滑索上会让每一位体验者感觉像一只鸟在天空中翱翔。从地表玩到地下,在 Playa del Carmen 可以驾驶海陆两栖专业车辆穿越在原始丛林中,桥梁上下或地下洞穴中。在地下,乘坐漂流筏穿过钟乳石的地下河流,不但可以在纯净透亮的水中游泳,而且可以进行地下探险以揭开隐藏在地底深处下面的秘密。



不可错过

墨西哥(完)

Mexican

西卡莱特玛雅生态主题公园

西卡莱特主题公园(Xcaret)坐落在加勒比海岸,原本也是一处玛雅遗址,后来发现这里蕴藏着几支地下河流,水清如碧玉。1990年,一个墨西哥本土的建筑集团与墨西哥的人类和历史研究院合作动工,成功打造了今天的集生态、娱乐和生态考古为一体的主题水上乐园,之后竟一炮走红,成为世界著名的旅游胜地之一。

西卡莱特公园拥有50多处自然和文化景点体验墨西哥的传统,而且老幼皆宜,特别适合家庭旅游。在公园里,您不仅能在玛雅丛林中的地下河游泳,探索神秘的洞穴,漫步于丛林小道,观赏栖息在公园内的动物:鹿、海牛、美洲虎、火烈鸟及其它异国鸟类;还能在蝴蝶馆(Butterfly Pavilion)发现新色彩,以及在珊瑚礁水族馆(Coral Reef Aquarium)发掘海洋之谜。

西卡莱特也是坎昆最好的几处浮潜地之一。在专业认证浮潜教练的指导下,乘船在美丽的加勒比海徜徉,在附近的珊瑚礁那里将会看到数不尽的色彩斑斓的热带鱼和五颜六色的珊瑚花园,尽情体验令人惊叹的海底世界,教练会带您前往最适合浮潜的地点:一个您可以真正享受美丽加勒比海底动物和植物的神奇秘境。

同时,在西卡莱特还可以参观玛雅古迹、墨西哥民俗博物馆(Mexican Folk Art Museum)、传统的Hacienda Henequenera 庄园以及瓜达卢佩教堂(Chapel of



前西班牙裔玛雅美洲印第安人表演



Voladores de Papantla 仪式表演

由300位演员华丽演绎的 Xcaret México Espectacular 墨西哥风情表演,体验墨西哥的文化。

墨西哥最壮观的歌舞秀

Xcaret México Espectacular

在 Xcaret México Espectacular 歌舞秀中,有来自墨西哥全国各地的传统节目表演和音乐,每个州特有的民俗特色和服饰。例如来自塔巴斯科州的 Los Tamberileros (鼓手)、瓦哈卡州的菠萝舞、墨西哥革命时代的混合音乐、米却肯州的传统舞蹈、韦拉克鲁斯州的班巴舞以及墨西哥流浪乐队等。从被联合国教科文组织列为世界遗产的 Voladores de Papantla 仪式,到墨西哥向世界传播的其它非物质文化遗产: Purepecha 妇女甜美歌声唱出的 Pirekua。

在看演出时,还可选择边看演出边享用晚餐或小吃:七道菜的美食晚餐或清淡的小吃,搭配起泡酒等。



在玛雅丛林中的地下河游泳



水清如碧玉的地下河水



西卡莱特主题公园

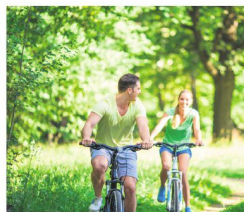
Guadalupe)。另外,游客可以观看前西班牙时代舞蹈、马术表演和

一价全含式水上乐园 Xel-Há water park

Xel-Há water park 水上乐园距离图卢姆仅几分钟车程。你可以在这座水上主题乐园与大海相连的天然海湾中无限次浮潜,还将有机会观赏各种色彩缤纷的海洋生物。水上乐园还拥有其它环保景点、餐厅、酒吧和景观。可以骑自行车穿过丛林小径,从著名的勇气之石跳入水中,从高空滑索中潜水,感受图卢姆、里维埃拉玛雅和坎昆滑水道中最高的景观灯塔(40米高)上滑下来360度全



各种色彩缤纷的海洋生物



骑自行车穿过丛林小径

景体验的刺激; Xel-Há 是一个包罗万象的公园,这里的自助餐和开放式酒吧无限量(非酒精类)畅饮是体验的一部分。

Xel-Há 水上乐园的门票包含了在图卢姆考古区(Tulum Archaeological Zone)探索墨西哥参观人数最多的玛雅遗址。穿过作为玛雅贸易路线中重要港口的仪式中心,并俯瞰加勒比海(Caribbean Sea)的景色。





任晓运输快递

- 奶粉(6罐)包税直邮33€起
- 法国快递包裹至中国大陆
- 寄往欧洲各国 价格优惠

代发奶粉



扫描我 加微信

电话: 01 55 89 27 28 / 06 24 66 36 88 / 06 52 52 81 31
16 Rue Joseph et Etienne Montgolfier, 93110 Rosny-sous-Bois
快线E线: Gare de Rosny Bois Perrier

PRIMAS IMMOBILIER



VENTE, LOCATION, GESTION
房产中介公司

地址: 18 Bd de la Villette 75019 PARIS
地铁: Belleville (2号线, 11号线)
电话: 01 42 08 73 37 (法语, 国语, 温州话)

房屋买卖、出租管理 - 店铺买卖、出租 - 店铺、房屋贷款

房地产

帮您完整操办买卖房屋手续, 使您安安心心卖房、买房。本公司为您在48小时内免费估算房屋价值。

贷款服务

我们为您提供各类商业、房屋贷款。我们与多家大银行合作, 为您提高贷款成功率。帮您签到低利息、优势的贷款合同。

寻找房源

我们寻找巴黎及近郊待出售的房屋, 我们的买家愿意出高于市场的价格, 购买您的房产。

房屋信息, 请看我们的网站或者联系我们! 网址: www.primasimmobilier.com

店铺出让(巴黎13区)

位于巴黎13区 Avenue de Coisy, 70平米, 橱窗5米, 状况好, 3-6-9租约, 因退休转让。除餐馆和指甲店可营各业。房租: 2250€/月, 杂费: 100€, 价: 15.9万欧元。

电话: 06 58 51 96 88 (中文)

Fonds de commerce (Paris 13e)

Un magasin est situé à Paris 13ème, Avenue de Choisy, 70 m², vitrine 5m, En excellent état, bail 3-6-9, La raison de la vente est la retraite. Loyer : 2 250 €/mois, Charges : 100 €/mois, Prix : 159 000€
Tous commerces sauf restaurant et manucure.
Tél : 07 67 22 24 78 (Français)

披萨店出让 (94 Champigny-sur-Marne)

披萨店, 堂吃和外卖, 100平米, 生意稳定, 以送外卖为主。大厨房, 大烟囱。附近有办公楼、学校等。2020年营业额: 220 000欧。月租: 1100欧(包杂费)。因去外省家庭团聚转让: 125 000欧(包括所有厨房设备)
电话: 07 52 44 45 77 (法语)



大型餐馆出让(76 Rouen) 可连墙卖

面对塞纳河, 位于高档的新建筑内, 面积500平米, 室内大厅可容纳约150位; 阁楼 (Mezzanine) 可容纳约35位; 露台可容纳60位。房租: 5750欧+杂费。租约可营各类餐馆, 机不可失。转让价: 590 000欧。也可连墙卖。有意者请联系: 06 10 45 81 02 (法语)



公寓出售(巴黎13区)

3房1厅公寓, 84平米, 22楼, 宽敞明亮, 视野开阔, 可远眺埃菲尔铁塔、圣心大教堂。厨房设备齐全, 卫浴分离, 带地窖和停车位。

位于13区华人区中心, 购物生活方便。近地铁7号线和T3, 适合居住或投资。售: 558 000€ (价可议) 电话: 06 58 51 96 88



公寓出售(93 Bagnolet)

4房公寓, 76平米, 有地窖和封闭的Box, 中央供暖, 房屋状况好, 地铁3号线: Gallieni。

价格:

315 000€

电话:

06 58 51 96 88



餐馆-咖啡吧-旅馆连墙出售 (77 Moissy-Cramayel)

位于主干道。还带2套别墅(3房和4房), 餐馆有50位+大露台, 游戏室。旅馆有7个符合标准的房间。所有的建筑物(249平米)位于572平米的土地上, 还可以建造新建筑物。无需装修。机不可失 连墙价: 1 050 000€ 电话: 06 58 51 96 88



三房公寓出售 (巴黎18区)

新装修, 带16平米露台。进门厨房、起居室通往露台、两间卧室、浴室、卫生间, 有地窖。公寓位于地平, 面向绿荫庭院 售价: 460 000 € 联系: 01 42 08 73 37 (Primas immobilier)



三房公寓出售 (巴黎11区)

美丽城附近, 奥斯曼石头房公寓。法式公寓(木地板、装饰线脚、壁炉)。有门厅、起居室、两间卧室(带阳台和壁柜)、独立厨房、浴室、卫生间和地窖。公寓大楼门厅优雅, 天花板高。有门卫, 无电梯。需装修。 售价: 650 000 € 联系: 01 42 08 73 37 (Primas immobilier)



教授法语

法语老师教授法语, 还可辅导学生有效地准备DELF考试 电话: 06 30 76 91 69
Professeur donne des cours de Français et préparation (efficace) aux examens «DELF», Tél: 06 30 76 91 69

欢迎在《看中国时报》刊登您的小广告
Passer une petite annonce, besoin d'aide ? Contactez-nous !

Tél : 01 45 86 01 35
Mail : pub@kanzhongguo.eu
Site: www.kanzhongguo.eu
Adresse : Kan Zhong Guo
169, Avenue de Choisy
75013 PARIS

《看中国时报》订报单

中华五千载 沉浮知盛衰 笑谈天下事 尽在看中国

《看中国时报》订报

此订报费仅限法国本土, 法国海外省读者订报 请直接联系我们

- 连续12期(3个月): 35€ TTC
- 连续25期(半年): 65€ TTC
- 连续50期(一年): 125€ TTC

开始订报时间: _____

支票抬头, 请写: **Nouvel Espace**

请将您的支票寄往:

Kan Zhong Guo
Abonnement
169, Avenue de Choisy
75013 Paris

订报人(法语): _____

地址: _____

电话: _____

备注: _____

Tél : 01 45 86 01 35 Fax : 01 45 86 06 34
Mail: pub@kanzhongguo.eu

关注全球 立足华人
真实报导 资讯丰富
报纸在线阅读

看中国 网站

www.KanZhongGuo.eu (自动适应手机屏幕浏览)

更多店铺出让、房屋出售等小广告, 欢迎登陆 www.kanzhongguo.eu / www.regardschine.com, 浏览最新更新信息!



ASLC为您提供

职业法语培训课程

社会-职业融合 幼教及老人护理方向



- ★ 在幼教和老人护理服务领域寻找工作和/或专业培训
- ★ A2法语强化课程（常规课程和专业课程），目标水平A2
- ★ 举办就业讲座和个人职业规划辅导

此外我们还有各类讲座：

幼教及老人服务讲座 - 数字化培训讲座 - 公民意识讲座

求职

面向

长期居住在巴黎的成年外来移民人士
已达到法语A1水平

时间

自2021年11月8日至2021年12月17日
180小时总时长将分为6周：每周上5天课即30小时一周
周一至周五：09h00 - 12h00 - 13h00 - 16h00

地点

12 rue Bellot, 75019 Paris 以及
地铁：Stalingrad站(2,5及7号线) & 3 rue Yves Toudic, 75010 Paris & 地铁：République站(3,5,8,9及11号线) 93地区

报名

- 如果您符合以下条件，通过面试后可免费参加培训课程：
- 在巴黎拥有地址
 - 或长期居住在巴黎
 - 由一个官方组织陪同（就业中心Pôle Emploi、Mission Locale、巴黎市政府、CASVP、EPEC等）。



li-pro@aslc-paris.org 01 88 32 11 27
https://centre-linguistique.com/

联系方式：

教学负责人 Yasmine El Fettahi
职业规划负责人 Estelle de Parseval

ASLC为大家提供

数字化培训课程

- 课程免费



您是否在使用数字化产品时遇到了一些困难？

不用担心，我们将陪伴您了解并学习以下课程模块：

- 数字化基础知识入门
- 互联网搜索引擎的使用
- 学习使用电子邮箱
- 为文档排版
- 了解社会福利相关的各种平台
- 制作个人简历并学会如何在网上求职
- 掌握孩子教育相关的数字化工具
- 智能手机的使用

培训课程以法语或您的母语授课：
中文、韩语、印度语、乌尔都语、波斯语、俄语、英语、孟加拉语、旁遮普语等。

中文 Hindi
한국어 فارسی
اردو русский
НОХЧИЙН ...

多种培训课程安排供您选择：

- 短期集中课程：一周 30小时
- 长期课程：每周 3小时
- 答疑解惑：每月 3小时

课程对象

我们向居住在巴黎第十九区城市优先区分(quartiers prioritaires)的居民免费提供该培训课程

您也可以使用APTIC提供的数字文化支票支付课程费用

课程时间

课程时间：21年10月至22年1月底
第一阶段：短期集中课程 - 1周30小时
2021年10月25日至10月29日

如何报名

填写报名表
提供身份证件
如果您居住在可免费享受课程的
优先区分，请提供居住证明

12 rue Bellot, 75019 Paris
numerique@aslc-paris.org



CENTRE LINGUISTIQUE
A.S.L.C
巴黎语言文化辅导协会

巴黎政府指定的DILF/DILEF考试中心
NO.Prefectoral省政府注册号:11753814075
电话: 01 42 38 28 84 République
01 44 65 92 56 Stalingrad
www.centre-linguistique.com



ALPHA级别180€, A1和A2级别190€

ALPHABETISATION (A/B/C) 语音班 - DILF 180€

法语语音、基础对话、自我介绍与介绍他人、处理日常事务、购物
Manuel教材: Ma Clé Alpha à 18,00€

| | | | | | |
|---|------------|-------------|------|----|------------|
| - A - Unité 1 - Unité 6 字母, 发音, 问好/告别, 姓名, 年龄, 数字, 国籍, 约会, 日期 | 2021/11/04 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | République |
| | 2021/11/03 | 09h00-12h00 | 日 | 10 | 在线 |
| | 2021/11/02 | 15h30-17h30 | 一二四五 | 6 | République |

| | | | | | |
|--|------------|-------------|------|----|------------|
| - B - Unité 7 - Unité 15 约会, 日期, 数字, 打电话, 家庭介绍, 邮编 收发信件, 办理银行业务, 购物 | 2021/09/28 | 15h30-17h30 | 一二四五 | 6 | République |
| | 2021/11/15 | 08h15-10h15 | 一三五 | 8 | République |
| | 2021/10/17 | 09h00-12h00 | 日 | 17 | République |

| | | | | | |
|--|------------|-------------|------|---|------------|
| - C - Unité 16 - Unité 22 看病, 学校, 房子, 兴趣爱好, 交通工具, 职业 | 2021/10/04 | 08h15-10h15 | 一三五 | 8 | République |
| | 2021/10/07 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | République |

A1(A/B/C) - DÉBUTANT 初级班 - DELF A1 190€

进一步巩固实用日常对话, 基础语法
Manuel教材: Taxi à 18,00€

| | | | | | |
|---|------------|-------------|-----|---|------------|
| - A - Unité 1 - Unité 4 问路, 描述特征(人物), 购物, 租房, 租路, 职业, 出行, 基础语法(人称, 冠词, 常用动词等) | 2021/11/08 | 08h15-10h15 | 一二五 | 8 | République |
| | 2021/09/21 | 08h15-10h15 | 一二四 | 8 | Stalingrad |

| | | | | | |
|---|------------|-------------|------|---|------------|
| - B - Unité 5 - Unité 6 描述过去的事件, 能够阅读较长的文章, 发表意见和建议, 表达拒绝, 给出命令 | 2021/10/12 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | République |
| | 2021/11/24 | 08h15-10h15 | 一三五 | 8 | République |

| | | | | | |
|--|------------|-------------|------|---|------------|
| - C - Unité 7 - Unité 9 自主表达观点, 描述过去与未来的事件, 询问意见, 新闻 | 2021/10/22 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | Stalingrad |
|--|------------|-------------|------|---|------------|



ASLC :
3 rue Yves Toudic 75010 Paris (Métro République), Tel : 01.42.38.28.84
12 rue Bellot 75019 Paris (Métro Stalingrad), Tel : 01.44.65.92.56
考试中心 ACTE :
10 rue du Buisson Saint Louis 75010 Paris (Métro Belleville), Tel : 01.85.09.18.85

CENTRE LINGUISTIQUE
A.S.L.C
巴黎语言文化辅导协会

巴黎政府指定的DILF/DILEF考试中心
NO.Prefectoral省政府注册号:11753814075
电话: 01 42 38 28 84 République
01 44 65 92 56 Stalingrad
www.centre-linguistique.com



我校是2012年法国国民教育部国际教学研究中心(CIEP)指定的TCF法语知识测试特约考试中心。法国政府规定申请法国国籍或申请10年居留的人必须通过这项考试。我校还是巴黎关于移民DILF法语初始证书的考试中心, 每个月第一个星期二有DILF考试而且本校每月还有两次法国教育部承认的TCF法语水平考试。我校可以跟DILF A1 A2 B1 B2 (即法语学习证书) 的考试, DELF A1 和A2 法语学习证书是国家级法语文凭, 可帮助融入法国工作社会。

A2 (A/B/C) - INTERMÉDIAIRE 中级班 190€

结合A2语法, 能够在不同情境下, 自如地表达法语。
Manuel教材: Taxi 2 à 18,00€

| | | | | | |
|---|------------|-------------|------|---|------------|
| - A - Unité 1 - Unité 3 日常活动与家庭描述, 多种形式描述事件 | 2021/10/18 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | République |
|---|------------|-------------|------|---|------------|

| | | | | | |
|--|------------|-------------|------|----|------------|
| - B - Unité 3 - Unité 5 描述生活方式(文化, 健康, 运动), 给建议与要求, 描述情境 | 2021/10/14 | 08h15-10h15 | 二四 | 12 | 在线 |
| | 2021/10/26 | 15h30-17h30 | 一二四五 | 6 | Stalingrad |

| | | | | | |
|--|------------|-------------|------|---|------------|
| - C - Unité 6 - Unité 9 节日活动, 休闲娱乐, 描述事件, 投票选举, 转述内容, 表达观点 | 2021/09/24 | 10h30-12h30 | 一二四五 | 6 | République |
|--|------------|-------------|------|---|------------|

PRÉPARATION AU DELF A2 - DELF A2 备考班 300€

| | | | | | |
|---|------------|-------------|-----|----|------------|
| DELF A2 备考班 - 300€ (听力, 口语, 阅读, 写作, 模拟考) | 2021/09/27 | 08h15-10h15 | 一三五 | 5 | République |
| | 2021/09/26 | 09h00-12h00 | 日 | 10 | Stalingrad |

能以简短连贯的词汇和短句独立表达日常主题(个人, 家庭, 日常活动)其他日常生活领域(环境, 工作, 购物, 健康)

| | | | | | |
|--------|------------|-------------|-----|----|----|
| - A2 - | 2021/11/10 | 08h15-10h15 | 一三五 | 8 | 在线 |
| | 2021/10/26 | 08h15-10h15 | 二四 | 12 | 在线 |



ASLC :
3 rue Yves Toudic 75010 Paris (Métro République), Tel : 01.42.38.28.84
12 rue Bellot 75019 Paris (Métro Stalingrad), Tel : 01.44.65.92.56
考试中心 ACTE :
10 rue du Buisson Saint Louis 75010 Paris (Métro Belleville), Tel : 01.85.09.18.85