

# 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



电话: 01 45 86 01 35  
手机: 06 24 45 00 23  
网站: www.nouvelespace.fr

地址: 169, Avenue de Choisy  
75013 Paris 一楼  
地铁 ⑤ ⑥ ⑦: Place d'Italie

## 新天地房产 大巴黎二手房精选

77 Lognes



两室一厅, 法国2楼带电梯。步行5分钟到RER A线Lognes站, 20分钟到小巴黎, 3站到打折村和迪士尼。15年新房, 阳台5平米, 中央供暖, 全部双层玻璃, 带双封闭车库。环境好, 安静安全, 靠湖边, 旁边就有陈氏和巴黎多超市。学校多。物业费180€/月, 包冷热水和暖气。地皮税780€/年。  
**售价: 250 000€**

94 Le Kremlin-Bicêtre



一室一厅, 31.4平米, 法国2楼, 不带电梯, 东南朝向, 阳光充足, 有地下室。步行5分钟至地铁7号线LeKremlin-Bicêtre站。投资房, 租金780€/月, 合同到期后可以自己居住。  
地皮税: 369€;  
物业费: 140€/月  
**售价: 220 000€**

94 Villiers sur Marne



四房公寓, 80平米, 全新装修, 法国2楼无电梯。公寓楼安全性高, 近各种生活设施。双客厅朝东南, 卫浴分离。双层玻璃, 可增建一间卧室。带地窖和停车位。公寓楼去年底重新粉刷。地皮税: 1210€/年。楼下有三轮车可直达RER A线Noisy-le-Grand-Mont d'Est站; 近高速公路A4。  
**售价: 255 000€**

93 Montreuil



两房一厅, 67平米。2015年新装修, 实木地板, 双层玻璃, 电动卷帘窗。法国三层, 无电梯。有地下室和封闭车库。户型东西通透, 阳光充足。可改造为3室。中央供暖及门卫包在物业费中。步行2分钟到11号线La Dhuys站 (2023年竣工)。周围有公交车站, 交通方便。  
地皮税1420€;  
物业费240€/月  
**售价: 300 000€**

92 Courbevoie



三室一厅75平米, 南北通透房, 带两个阳台, 采光充足, 法国一层。双层玻璃, 2015年新装修, 带停车位和地下室。步行5分钟到L线Courbevoie站, 到La Défense仅一站地, 即有大型购物中心, 交通购物十分方便。  
物业费: 250€/月, 包冷热水, 中央地暖和门卫。  
地皮税749€。  
**售价: 479 000€**

94 Ivry-sur-Seine



1910平米店面, 位置佳, 橱窗17米。店面带办公室、卫生间、库房等。门口可以停车。  
3/6/9合同。  
月租: 6 275 €  
因退休转让。  
**售价: 520 000€**

电话: 06 60 08 92 53



# 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省 L'hay-Les-Roses

距巴黎市区仅几公里, L'hay-Les-Roses位于法兰西岛第二大经济中心, 生活怡人方便。公寓楼高档舒适, 美观安全。从Studio至4间房, 带宽敞的阳台或露台。

交通方便: 距地铁14号延长线Chevilly Trois Communes站仅200米 (2024年通车); 距地铁7号线Louis Aragon站仅2公里; 市内7条公交线路; 有高速公路A6和省级公路D7、D148及D126。

- 2房公寓: 297 000€起 (增值税20%)
- 3房公寓: 392 417€起 (增值税20%)
- 4房公寓 (带上百平米大花园): 606 000€起 (增值税20%)

部分公寓可享受低增值税房价:

- 2房公寓: 286 000€起 (增值税5.5%)
- 3房公寓: 345 000€起 (增值税5.5%)

电话: 06 58 51 96 88

购买新房, 无中介费

微信二维码



地址: 巴黎13区: 169 Avenue de Choisy  
巴黎8区: 93 Boulevard Haussmann

# 家常菜料理——猪肉丝小炒

文/斯琦 图/Adobe stock

家中常备猪肉丝，适时搭配冰箱里的零星蔬菜食材，或是各种风味酱料，就可快速烹调一道开胃下饭的肉丝料理。

## 酱炒肉丝

这是一道传统北京风味的菜肴。以猪肉丝为主料，辅以甜面酱为酱料基底，烹制而成。吃起来酱香浓郁，开胃下饭。

### ·食材

肉丝300克、小黄瓜、青葱适量。  
腌料：料酒2小匙、白胡椒粉1/4小匙、太白粉2小匙、香油1匙。  
京酱：甜面酱3大匙、砂糖1/2大匙和香油3小匙。

### ·做法

- ①肉丝拌腌料，腌15分钟入味。
- ②制作京酱：混合材料，搅拌均匀，蒸10分钟即可。
- ③小黄瓜及葱切丝，摆盘。
- ④热油锅，下肉丝，大火翻炒至熟，下蒸过的京酱，继续翻炒几下让肉丝均匀与京酱充分混合，熄火，盛放在做法③的盘子里。可以搭配薄饼一起食用。

## 清炒肉丝

这是一道很适合夏天的炒肉丝家常菜，以清甜的豆芽菜，加上爽口的蔬菜切丝，吃起来很顺口，美味又可补充纤维。

### ·食材

肉丝200克、豆芽1大把、青椒150克、红萝卜50克、蒜头2瓣。  
腌料：酱油及盐少量、太白粉1匙。  
调料：盐、胡椒粉适量。

### ·做法

- ①肉丝拌腌料，腌10分钟。
- ②豆芽除根须；青椒去蒂头切丝；红萝卜去皮切丝；蒜头切片备用。
- ③热油锅，下蒜片，爆出香气，取出蒜片。
- ④下肉丝，炒至表面熟，取出肉丝备用。续下红萝卜丝，炒熟软；下豆芽菜及青椒丝及调料；倒回猪肉丝，炒匀，加2大匙水，大火煮1分钟即可出锅。



辣炒肉丝



酱炒肉丝



清炒肉丝

## 辣炒肉丝

以浓郁的酱料包裹肉丝，整道菜看显得精致可口，将平凡食材化为宴客菜。变化搭配的蔬菜，即有不同的口感。

### ·食材

肉丝200克、红萝卜10克、青椒10克、青葱1株、白芝麻适量。  
腌料：韩式辣酱2大匙、辣椒粉1大匙、酱油2大匙、米酒2大匙、糖1大匙、芝麻香油1大匙、胡椒粉1小匙、蒜泥1大匙。

### ·做法

- ①肉丝拌腌料，腌2小时入味。
- ②青椒和红萝卜切丝，水煮断生；青葱切末备用。
- ③热油锅，下肉丝，中小火煎至表面熟，下蔬菜丝，翻炒均匀。
- ④加1大匙水，大火煮收汁即可出锅。
- ⑤上菜前，洒青葱和白芝麻，增加风味。



烩炒肉丝



肉丝

## 烩炒肉丝

除了猪肉丝，这道菜还搭配了多种蔬菜和豆类制品。虽然调料和做法不复杂，但营养丰富，多种口感融合更美味。

### ·食材

肉丝200克、洋葱1/4个、红萝卜100克、豆芽菜1把、黄芽菜250克、豆干100克。  
调料：酱油1匙、盐、胡椒粉少量。  
芡汁：太白粉1大匙、水3大匙。

### ·做法

- ①蔬菜和豆干切丝备用。
- ②热油锅，下肉丝，炒至表面熟，取出肉丝备用。
- ③原锅下洋葱，爆出香气。
- ④续下其它蔬菜和豆干，加2大匙水，大火煮4分钟，再倒回肉丝，炒均匀。
- ⑤下调料，炒均匀，转小火，下芡汁，搅拌均匀，转中大火收汁即可。



黄芽菜

## 猪肉丝小炒小贴士

①如何让肉丝吃起来更加软嫩，除了挑选肉质软嫩部位，还可以在刀工上下功夫，横着纹理切肉，切断排列的纤维组织，肉片更容易咀嚼，口感会大大提升。



②腌渍肉丝常用的调料有哪些？料酒和胡椒粉、孜然粉等有去腥功效的辛香料；提味则要靠甜味的调料，如：砂糖或蚝油；腌料中放香油，可为肉丝添香气。

③炒肉的火候如何掌握？切肉丝时最好尽量粗细、长短一致，以利受热均匀。此外，炒肉的速度不能太慢，以免肉质变老变硬，因此，炒肉丝的火候是偏旺的。

# 品味夏季素面

文/山平 图/Adobe stock

白嫩细长的日本素面，吃法很多，冷热皆宜，夏季素面则多了份沁人心脾的韵味。



日本素面

## 素面冷吃夏季最受欢迎

素面的外观看来很细，根据日本食品JAS标章制度，素面的面身直径须小于1.3毫米。据说，最早的素面产地在日本奈良，发源地正是大神神社，因神社以三轮山为主体，此地的素面也称三轮素面，后随参拜神社的信众慢慢推广至全日本。

相较于乌龙面，素面的制作还多了拉长的程序，藉由多次拉伸面条调整其粗细度。如此制成的素面，吃起来很有嚼劲，滋味丰富，做成冷、热面食都适合，干吃或入汤皆美味。因其面体纤细、口感细滑清爽，在炎夏时节冰镇食用，特别消暑开胃。

## 吃流水素面清凉又趣味

流水素面通常是在劈开的竹子中注入流水，然后将冰凉的面条顺着

水流顺下。第一次吃流水素面的人，看着在水中动态地流动的面条，可能会感到手忙脚乱，除此之外，流水素面的用餐过程，令人感觉参与感十足，大人小孩都乐在其中。

知名的流水素面产区，有流水素面起源地——九州岛的高干穗町，以及京都贵族的川床宴席，人们可一边享用清凉的流水素面，一边感受周围环境的凉爽。传统吃流水素面的



鲑鱼西红柿素面

方法，经过改良慢慢出现流水素面机，因此，在家也可以吃流水素面。

## 鲑鱼西红柿素面

### 食材

素面2人份、中型西红柿1个、市售鲑鱼罐头100克。  
调料：大蒜1/2大匙、柠檬汁1匙、橄榄油3大匙、新鲜巴西利叶碎。

### 做法

- ①煮面：煮滚一大锅水，放素面入滚水中，用筷子搅拌拨散素面。煮滚，续煮1分钟，捞出素面沥干。
- ②素面放冰块中降温沥干。
- ③西红柿去蒂头，头部划十字，蒸15分钟；放冷剥去皮，切细丁；鲑鱼压碎备用。取一个大盘，依序铺放素面、鲑鱼、西红柿丁。将调料混合调匀后，淋在面条上即可。

# 父母如何教孩子社交道理

现代的父母常感叹：现在的小孩难教啊！事实上，无论是什么时代的孩子，都是需要学会一定的生活道理。特别是社交缺失的孩子更需要懂得一些简单的社交道理，父母应该教会孩子这8个社交道理。

## 社交道理 1 原谅他人的过失

5岁的女儿西西辛辛苦苦地搭好了一座大房子，没想到被她2岁的表弟一不小心碰倒了。面对小表弟双眼含泪的道歉，女儿坚决不原谅他，还大声抱怨道：“太晚了！”

支招：允许女儿在原谅别人之前，先发泄一下心中的怨气，然后再开始给她讲明道理。

“你很伤心和气愤，我不会为这而责备你。我知道你搭好这个房子很辛苦，很不容易，但这只是一个意外。你的表弟还小，他还不能像你一样那么小心翼翼做事情。”如果女儿仍然认为表弟是故意把她的杰作碰倒的，那么就让她回忆一下自己是不是有时候也会无意中把事情弄糟了，比如把牛奶倒在了桌子上。

但是，如果她的表弟确实是故意碰倒她搭的房子的，那该怎么办呢？最好用自己的经历来向孩子说明谅解他人的好处：“我记得，当我接受别人道歉的时候，我的感觉也很不错。你愿意尝试一下吗？你可以说服自己原谅你的表弟，看看你的感觉会是什么样的？”

## 社交道理 2 诚实，把实话告诉大家

淘淘妈妈在孩子的裤兜里发现了一个新玩具，并知道这不是他的。但是6岁的儿子淘淘解释说这是他自己找到的。虽然父母很怀疑，但没有深究。然后妈妈就接到了儿子朋友的妈妈打来的电话，她委婉地询问淘淘昨天在他家玩的时候是不是误拿了一个玩具回家。

支招：在这个年龄段，孩子清楚地知道拿别人的玩具是不对的。所以，可以直截了当地告诉孩子：“我刚才接到某某妈妈的电话。她说她家有一个玩具不见了，听起来好像是你没有说一声就把它拿走了。你是怎么想的？现在你要和我说实话了。”



(123RF)

如果孩子仍然一口否定，父母就该严厉一些了：“偷东西是会伤害别人的，你的朋友一定不高兴，你可能感觉也不对，因为你知道这个玩具不属于你自己。而且，对自己做的错事还说谎隐瞒，这就更糟糕了。”

最后，要坚持让孩子把玩具尽快还回去。

## 社交道理 3 尊重，对别人心存敬意

周末时李玲妈妈送5岁的女儿去上语言课。偶然间看到在上課的时候，女儿手里拿着溜溜球在不停地玩，全然不理睬老师的存在。

支招：下课后，妈妈应该把她带到一边，告诉她你的决定：以后不允许上课再带玩具。然后想办法使孩子对“尊重”这一概念有更进一步的理。可以这样对她说：“关注别人是表明你尊重他的一种重要的方式。你能用其它的方法让你的老师知道你是在尊重他的吗？”

如果女儿很快就明白她的错误，那么，为了加深她的理解，妈妈可以对她说：“我很高兴你明白了这样做是不对的，现在你也知道了怎样

做才是尊重他人，这太好了。”

## 社交道理 4 游戏时遵守规则

朗朗爸爸和5岁的儿子朗朗正在玩那种撒色子，看谁先到达终点的游戏。可是他却不按点数走，为了自己能赢，他把自己的小人一下子就放在了终点。虽然爸爸的初衷也是让他赢，但是并不想对他的作弊行为加以肯定。

支招：不要用“作弊”“耍赖”这些词指责孩子，而是要告诉孩子玩游戏时应该公平、公正，并且给他指出他应该到达的位置。

道理或许可以这样来讲：“这样走不合理，对其他人不公平。和我玩的时候我可以让你这么走，但是当和其他小朋友玩的时候，你这样走他们会很生气，因为你没有遵守游戏规则。”或者对他说：“你想想，如果没有人按规则来玩游戏，那结果会是什么样呢？”

## 社交道理 5 感激别人的好意

熊妈妈邀请朋友到家里来做

客，朋友给4岁的儿子带来了一件礼物。他打开看了一眼，然后就把礼物扔在了一边，也没说“谢谢”转身就去找玩了。

支招：期望四五岁的孩子懂得感激还为时过早，父母的朋友很可能也明白这一点，所以不必小题大做，简单讲明道理就可以了。告诉他：“你先到这儿来，我有话和你说。阿姨送给你一件礼物，你却忘记对她说声‘谢谢’了。”

如果你愿意先让他去玩，过后再讲道理也行。可以在睡觉前再提起这个话题：“在我们家里，无论谁收到了礼物都应该说声‘谢谢’。”

如果你的儿子告诉你他不喜欢这件礼物，那么你就应该告诉他：“阿姨原以为你会喜欢的，所以才送给你这件礼物。而且，即便我们不喜欢别人送的礼物，也该说声‘谢谢’，因为我们要感谢别人心里还惦记着我们。”

## 社交道理 6 友善对待周围的人

微微妈妈无意听到10岁的女儿和她的几个朋友在说她们班同学，

讲的话不太好听。

支招：这种行为常常会对他人造成一些心理伤害，所以父母必须直接介入，但不要使自己的孩子陷入尴尬的境地。

妈妈可以走近这些孩子，告诉她们你无意中听到了她们的谈话，然后向她们提出一个启发式的问题：“告诉你们一个不变的真理：就是你怎么样对待别人，别人就会怎么对待你。你们明白这是什么意思吗？”

或者直接问她们：“如果你们班有人在背后谈论你的时候，说的都是坏话，你会有什么样的感觉呢？”

## 社交道理 7 在需要时帮助别人

晚饭过后，伟伟妈妈让6岁的儿子帮忙收碗筷。他说累了，拒绝帮妈妈做家务。

支招：首先，妈妈可以要求孩子先坐在椅子上别动，然后告诉他：“家里的每一位成员都为这个家出一份力，使家里更干净、更整洁。你现在已经长大了，也能够为这个家做点什么事了。如果你不想收拾桌子，那么我就列出一个清单，写下你能做的那些家务活，然后由你自己来选择你愿意做哪个。”或者对他说：“帮助别人能够使别人生活得更轻松。你还记得我帮你收拾好玩具的时候你的感受吗？肯定和你自己收玩具的感受不一样。现在，你能帮帮我吗？”

## 社交道理 8 乐于同他人分享

李维妈妈3岁的儿子高兴地抱着那罐奶奶送给他的糖果。当妈妈要求他拿出一块巧克力糖给邻居孩子的时候，他把糖果罐抱得更紧了，一脸坚决地说：“不给！”

支招：3岁的孩子还不善于与他人分享他的东西呢，尤其是糖果，就更不愿意给别人了。父母需要以自己的亲身体会来说明慷慨的好处：“你知道吗？当我不愿意和别人分享的时候，到最后我的感觉其实也不好。但是，在我和别人分享了以后，我的感觉变好了，因为我知道是我使别人变高兴了。你愿意尝试一下吗？看看是不是也会使你自已感觉到高兴？”

## 祖孙关系破冰的妙招

文/平心

人们常说：“隔代亲”。的确，祖父母、外祖父母很少有不疼爱自己的孙子辈的。在我们的生活中，祖孙关系的亲疏，父母扮演关键角色。老人退休了，有机会带孙辈，自然想弥补年轻时失落的亲子互动。“时间”、“全心全意的陪伴”是孩子成长时期所需要的，爸妈不容易做到，而老人家却能够充分给予。

老年人正是重新追求生命意义的阶段。当祖父母不再拥有名片上的头衔，身体健康也在走下坡路，回顾前半生，会有“一切所为何来”的疑问。这个时候，“关系”成为老人最重要的资产。

垂垂老矣，一个新生命来到，让人生逐步走向失落的老年人，再次见证旺盛的生命力。薪火传承的喜悦，让老人的生命变得完整。祖孙相隔两个时代，成长时空迥异，对孩子来说，和爷爷奶奶相处，可以拥有不同的生活体验。

孩子的生命需要多重的滋养，而爷爷奶奶们所琢磨出来的点点滴滴的经验，如果通过祖孙互动，让孩子有机会体验以前的生活智慧，对孩子



123RF

来说，生命的内涵会更丰厚。

另一方面，相较父母设立界限的管教，老人家对孙子的宠爱，会让孩子感受到自己是个无价宝，被完全地接纳。这种正向的祖孙情感依附关系，有助于厚实孩子情感的发展。到了学龄前，孩子即可以独自与祖父母互动。不过，因为年龄、生活方式的不同，祖孙常不知如何互动。

### 1. 不知道玩什么？

“战斗陀螺”、“愤怒鸟”……是孩子流行的游戏，祖父母却很难参与

其中。游戏不一定要玩市售的玩具，祖父母的优势是，运用大自然素材创造玩具的经验，例如将树叶卷起，可以吹出笛子般的声音；用免洗筷就能制作玩具枪等。

### 2. 不知道聊什么？

“吃饱没？”是祖父母对晚辈最常见的问候语。通常孙子一句“吃饱了。”也就终止了祖孙的互动。祖孙的互动不强求热情，而是创造互动的机会，可以从祖父母关心的事情或其专长开始谈起。

老人家一般关心节日、祭祀、饮食文化，逢年过节时，爷爷奶奶不妨与孩子谈谈过节的趣事与习俗。老人家也喜欢提当年勇、爱讲故事，也可与孩子聊聊生活中周围的事物。

### 3. 祖父母很啰嗦

老一辈的那个时候，孩子多，拼生拼养都来不及，更不要说亲子互动。年轻时缺少和子女互动的经验，老人的关心就成了孙子眼中的唠叨。这时父母可以告诉孩子，祖父母啰嗦的背后，是十足的关心，只是爷爷、奶奶还没学会用现代的话语表达。例如老人家常问孩子“考试得了多少分？”这是因为在爷爷、奶奶的年代，功课好代表以后才能出人头地，出于对孙子的关怀，才总是询问着孩子的课业表现。

如果祖孙俩真的无语可说，也无法参与彼此的生活或游戏，那么只需要“陪伴”。祖孙在同一空间，爷爷、奶奶看他们的电视，孩子玩自己的游戏，只要孩子肯定老人家的存在，愿意花时间陪伴，“无声的爱”也是祖孙互动的良好模式。

## 寓言故事

### 聪明的公鸡

有一只漂亮而且聪明的大公鸡，这天，它和好朋友猎狗一起去旅行。它们走了一天，天快黑的时候，来到了一片树林里，大公鸡找了棵大树，飞到树梢上睡着了，猎狗则钻进下面的树洞里休息。

天刚亮的时候，大公鸡和平时一样，开始喔喔地叫了起来。因为只有狐狸经过了这里，看到了大公鸡，馋得直流口水，它想：“我还没吃早饭，正好吃一只鸡。”可是狐狸不会爬树，它想用甜言蜜语把大公鸡给骗到树下。它对大公鸡说：“你长得真漂亮，我们可以一起玩吗？”

大公鸡一眼就看穿了狐狸的诡计，它想，我得赶紧把猎狗给叫醒。于是它对狐狸说，“好啊！树洞里有狮子，你把狮子拿出来，我下来。”

狐狸急忙把爪子伸进了树洞，一下摸到了一个细细长长的东西，使劲拽出来一看，原来是只猎狗，而狐狸抓着的却是猎狗的尾巴！狐狸吓得魂飞魄散，调头就跑，跑了好久才逃脱了猎狗的追赶。大公鸡在树上看到狐狸狼狈的样子，乐得哈哈大笑。



包拯 (清言殿藏画本)

章回小说

## 七侠五义 (41)

## 包公与众侠士的传奇故事

(接上期)

文/石玉昆 (清代)

小童下楼，自己却凭栏而望。果见两个爱妾姘紫、嫣红，俱有丫环搀扶。他二人打扮得袅袅娜娜，整整齐齐。又搭着满院中花红柳绿，更显得百媚千娇，把个老贼乐得姥姥家都忘了，在楼上手舞足蹈，登时心花大放，把一天的愁闷俱散在“哈蜜国”去了。

不多时，二妾来到楼上。丫环搀扶着上扶梯。这个说，你踩了我的裙子咧；那个说，你碰了我的花儿了。一阵“咕咕呱呱”方才上得来，一个个娇喘吁吁。先向太师万福，禀道：“你老人家会乐呀！躲在这里来了，叫我们两个好找。让我们歇歇再行礼罢。”老贼哈哈笑道：“你二人来了就是了，又何必行什么礼呢？”姘紫道：“太师爷千秋，焉有不行礼的呢？”

嫣红道：“若不行礼，显得我们来得不志诚了。”说话间，丫环已将红毡铺下。二人行礼毕，立起身来，又禀道：“今晚妾身二人在水晶楼备下酒肴，特与太师爷祝寿。务求老人家赏个脸儿，千万不可辜负了我们一片志诚。”老贼道：“又叫你二人费心，我是必去的。”二人见太师爷允必去，方才在左右坐了。彼此嬉笑戏谑，弄得个老贼丑态百出，不一而足。正在欢乐之际，忽听小童楼下咳嗽，楼梯响动。不知小童又回何事，且听下回分解。

## 第四十三回

## 翡翠瓶污胭脂玉移 太师口臭美妾身亡

且说老贼庞吉正在先月楼与二妾欢语，只见小童手持一个手本，上楼来，递与丫环，口中说道：“这是咱们本府十二位先生特与太师爷祝寿，并且求见，要亲身行礼，还有寿礼呈。”丫环接来，呈与庞吉。庞吉看了，便道：“既是本府先生前来，不得不见。”对着二妾道：“你二人只好下楼回避。”

丫环便告诉小童先下楼去，叫先生们躲藏躲避，让二位姨奶奶走后，再进来。这里姘紫、嫣红立起身来，向庞吉道：“倘若你老人家不去，我们是狠狠地咒你老人家心神也是不定的！”老贼听了，哈哈大笑。又叮嘱一回水晶楼之约，庞贼满口应承必要去的。看着二妾下楼去远，方叫小童去请师爷们，自己也不出去迎，在太师椅上端坐而听。

不多时，只见小童引路来至楼下，打起帘帷，众位先生衣冠楚楚，鞠躬而入，外面跟进多少仆从虞候。庞吉慢慢立起身来，拱手道：“众位先生光临，使老夫心甚不安。千万不可行礼，只行常礼罢。”众先生又谦让一番，只得彼此一揖，复又各人递各人的寿礼：也有一画的，也有一对的，也有一字的，也有一扇的，无非俱是秀才人情而已。老庞一一谢了。

此时仆从已将座位调开，仍是太师中间坐定，众师爷分列两旁。左右献茶，彼此叙话，无非高抬包公，说些寿言寿语，吉祥话头。谈不多时，仆从便放杯箸，摆上果品。众先生又与庞吉安席敬酒。还是老庞拦住道：“今日乃因老夫辰辰，有劳众位台驾，理应老夫各敬一杯才是，莫若大家免了，也不用安席敬酒，彼此就座，开怀畅饮，倒觉爽快。”众人道：“既是太师吩咐，晚生等便从命了。”说罢，各人朝上一躬，仍按次序入座。酒过三巡之后，未免脱帽露顶，舒手划

拳，呼吆喝六，壶到杯干。

正饮在酣酣之际，只见仆从抬进一个盆来，说是孙姑老爷孝敬太师爷的河豚鱼，极其新鲜，并且不少。众先生听说是新鲜河豚，一个个口角垂涎，俱各称赞道：“妙哉！妙哉！河豚乃鱼中至味，鲜美异常。”庞太师见大家夸奖，又是自己女婿孝敬，当着众人颇有得色，吩咐搭下去，叫厨子急速做来，按桌俱要。众先生听了，个个喜欢，竟有立刻杯箸不动，单等吃河豚鱼的。

不多时，只见从人各端了一个大盘，先从太师桌上放起，然后左右挨次放下。庞吉便举箸向众人让了一声：“请呀。”

众师爷答应如流，俱各道：“请！请！”只听得一阵乱响，风卷残云，立刻杯盘狼藉。众人舔嘴咂舌，无不称妙。忽听那边“咕咚”一声响亮，大家看时，只见魏先生连椅儿栽倒在地，俱各诧异。又听那边米先生嚷道：“哇呀，了不得，了不得！河豚有毒，河豚有毒！这是受了毒了。大家俱要栽倒的，俱要丧命呀！这还了得！怎么一时吾就忘了有毒呢？总是口头馋得弗好。”

旁边便有插言的道：“如此说来，我们是没得救星的了。”米先生猛然想起道：“还好，还好。有个方子可解，非金汁不可。如不然，人中黄亦可。若要速快，便是粪汤更妙。”

庞贼听了，立刻叫虞候仆从快快拿粪汤来。

一时间，下人手忙脚乱，抓头不是尾，拿拿这个不好，动动那个不妥。还是有个虞候有主意，叫了两个仆从，将大案上摆的翡翠碧玉闹龙瓶，两边兽面衔着金环，叫二人抬起，又从多宝阁上拿下一个净白光亮的羊脂白玉荷叶状的碗，交付二人。

叫他们到茅厕里即刻舀来，越多越好。二人问道：“要多何用？”虞候道：“你看人多吃的多，粪汤也必要多，少了是灌不过来的。”二人来到粪窖之内，捂着鼻子闭着气，用羊脂白玉碗连尿带尿一碗一碗舀了，往翡翠碧玉瓶里灌。可惜这两样古玩落在权奸府第，也跟着遭此污秽，真是劫数使然，无可如何。足足灌了个八分满，二人捉住金环，直奔到先月楼而来。

虞候上前，先拿白玉碗盛了一碗，奉与太师爷。庞吉若不喝，又恐毒发丧命；若要喝时，其臭难闻，实难下咽。正在犹豫，只见众先生各自动手，也有用酒杯的，也有用小臭碗的，儒雅些的却用羹匙，就有鲁莽的，扳倒瓶，嘴对嘴，紧赶一气用了个不少。庞吉看了，不因不端端起玉碗，一连也就吃了好几口，米先生又怜念同寅，先将倒的魏先生令人扶住，自己蹲在身旁，用羹匙也灌了几口，以尽他疾病扶持之道。迟了不多时，只见魏先生苏醒过来，觉得口内臭味难当，只道是自己酒醉，出而哇之，哪里知道别人用好东西灌了他呢？米先生便问道：“魏兄怎么样呢？”魏先生道：“不怎的。为何我这边粪汤臭得紧了？”米先生道：“魏兄，你是受了河豚毒了。是小弟用粪汤灌活你一兄，以尽朋友之情的。”哪知道，这位魏先生方才因有一块河豚被人抢去吃了，自己未能到口，心内一烦恼，犯了旧病，因此栽倒在地。今闻用粪汤

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。



包拯戏曲扮相 (joanswj/Wikipedia/CC-BY-SA)

灌了他，爬起来道：“哇呀，怪道一怪道臭得很！臭得很！我是羊角疯吓，为何用粪汤灌我？”说罢呕吐不止。他这一吐不要紧，招得众人谁不恶心，一张口洋溢溢。吐不及的逆流而上，从鼻孔中也就开了闸了。登时之间，先月楼中异味扑鼻，连虞候、伴当、仆从，无不是咳嗽、喇叭、齐吐出“儿儿哇哇哇”的不停。好容易吐声渐止，这才用凉水漱口，喷得满地汪洋。米先生不好意思，抽空儿他就溜之乎也了。闻得众人走又不是，坐又不是。庞贼是东人，碍不过脸去，只得吩咐：“往药房取药去罢！”大家快快离开此地，省得闻这臭味难当。庞贼便吩咐摆酒，索性大家痛饮，尽醉方休。众人谁敢不遵？

不多时，乘上灯烛，摆下酒馔，大家又喝起来，依然是刘拳行令，直喝至二鼓方散。

庞贼醺醺酒醉，踏着明月，手扶小童，竟奔水晶楼而来。

题超超地地问道：“天有几几鼓了？”小童道：“已交二鼓。”

庞吉道：“二位姨奶奶等急了，不知如何盼望呢。到了那里，不要声张，听她们说些什么。你看那边为何亮亮？”小童道：“前面是莲花浦。那是月光照得水面。”说话间过了小桥，老贼又吃惊道：“那边好像一个人！”小童道：“太师爷忘了，那是补袂的邪招呀。”

及至到了水晶楼，刚到楼下，见扇扇虚掩，不用窃听，已闻得里面有

男女的声音，连忙止步。只听男子说道：“难得今日有此机会，方能遂你我之意。”又听女子说道：“趁老贼醉客，你我且到楼上欢乐片时，岂不美哉。”

庞吉听了此，不由气冲牛斗，暗叫小童将主官庞福唤来，叫他带领虞候准备来拿人，自己却轻轻推开隔扇，竟奔楼梯。上得楼来，见满桌酒肴，杯中尚有余酒。又见桌上结成花蕊，忙忙剪了蜡花。回头一看，见绣帐金钩挂起，里面却有男女二人相抱而卧。

庞贼看了，一把无名火往上攻，见壁间悬挂宝剑，立刻抽出，对准男子用力一挥，头已落地。嫣红睡眼朦胧，才待起来，庞贼也挥了一剑。可怜两个献媚之人，无故遭此摧折。谁知男子之头落在楼板上之，将头巾脱落，却也是个女子。仔细看时，却是姘紫。老贼“啊呀”了一声，当唧唧宝剑落地。此时，楼的下面，庞福带领多人俱各到了。听得楼上又是“啊呀”，又是响亮，连忙跑上楼来一看，见太师杀了二妾，已然哀不成音了。

这老贼哭得也不象。叫他这里哭一会儿，腾出笔来说个理儿：姘紫、嫣红死在冤屈之中，不很冤屈；庞吉气得糊涂之中，却被糊涂。何以见得呢？原来二妾因老贼不来，心中十分怨恨，以酒杀气，你推我让，盼得没有遣兴的了。这姘紫与嫣红假扮男女，来至绣帐，将金钩挂起，同上牙床相抱而卧。姘紫又将庞吉的软巾戴上，彼此戏耍，便昏昏睡去。这便是招杀的由头。至于庞吉的糊涂，虽系酒后，亦不应如此鲁莽。你就要杀，也该想想，方才来到楼下，刚听见二人才上楼，如何就能够沉睡呢？不论情由，他便手起剑落，连伤二命，

这岂不是他极其糊涂么？然而，千不怨万不怨，怨只怨这个行事的人真是促狭狠毒，又装什么象声儿呢！所谓贼出飞智也。是老贼的素日行为过于不堪，故惹得这行侠尚义之人单单的与他过不去，生儿将他两个爱妾的性命断送。

庞吉哭够多时，又气又恼又后悔，便吩咐庞福将二妾收拾盛殓。立刻派人请他得意门生，乃乌台御史，官名廖天成，急速前来商议此事。自己带了小童，离了水晶楼，来至前边大厅之上，等候门生。及至廖天成来时，天已三鼓之半。见了庞吉，师生就座。庞吉便将误杀二妾的情由说了一遍。这廖天成原是个谄媚之人，立刻逢迎道：“若据门生想来，多半是开封府与老师作对。他那里能人极多，必是悄悄地差人探访。见二位姨奶奶酒后戏耍酣眠，他便生出巧智，特装男女声音，使之闻之，叫老师听见焉有不怒之理。因此二位姨奶奶愤生。此计也就毒得很呢。这是抗乱太师家宅不安，暗里是与老师做对。”他这几句话说得个庞贼咬牙切齿，愤恨难当，气忿忿地问道：“似此如之奈何？怎么想个法子以消我心头之恨？”廖天成犯想多时，道：“依门生愚见，莫若写个折子，直说开封府遣人杀害二命，将包拯参倒，以警将来。不知老师钧意若何？”

庞吉听了道：“若能参倒包黑，老夫生平之愿足矣。即求贤良大才，此处不方便，且到内书房去说罢。”师爷立起身来，小童手持灯引至书房。现成笔墨，廖天成便拈笔构思。难为他凭空立意，竟敢直陈，真是糊涂人对糊涂人，办糊涂事。不多时，已脱草稿。老贼看了，连说：“妥当结实。就劳贤良大笔一挥。”廖天成又端端楷楷缮写已毕，后面又将同党之人派上五个，算是敷衍参奏。庞吉一边吩咐小童：“快给廖老翁倒茶。”

小童领命来至茶房，用茶盆托了两碗现烹的香茶。刚进了月亮门，只听竹声乱响，仔细看时，却见一人蹲伏在地，怀抱铜刀。这一吓非同小可，丢了茶盘，一叠连声嚷道：“有了贼了！”就望书房跑来，连声儿都嚷着了。庞贼听了，连忙放下参折，赶出院内。廖天成也就跟了出来，便问小童：“贼在哪里？”小童道：“在那边月亮门竹林之下。”庞吉与廖天成竟奔月亮门而来。

此时，仆从等已然听见，即同庞福各执棍棒赶来。一看，虽是一人，却是捆绑得当，前面腰间插着一把窄窄的尖刀，仿佛抱者相似。大家向前将他提出。再一看时，却是本府厨子刘三。问他不应，止于仰头张口。连忙松了绑缚，他便从口内掏出一块铁手来，干呕了半天，方才转过气来。

庞吉便问道：“却是何人将你捆绑在此？”刘三对着庞吉叩头道：“小人方才在厨房睡睡，忽见嘎地进来一人，穿着一身青靠，年纪不过二十岁，眉目清朗，手持一把明晃晃的钢刀。他问小人说：‘你要嚷，我就是一刀！’因此小人不该嚷。他便将小人捆了，又撕了一块脏布，给小人填在口内，把小人一提就来在此处。临走，他在小人胸前就把这把刀插上，不知是什么缘故。”庞贼听了，便问廖天成道：“你看此事，这明明是水晶楼装男女声音之人了。”廖天成闻听，忽然心机一动，道：“只且回书房要紧。”老贼不知何故，只得跟了回来。

(未完待续)

# 流浪上海街头42天 生活无着落 男子因“进过方舱”求职难

【本报综合报导】“进过方舱的不要、阳过的不要”，近期上海武汉肺炎疫情难平，这也让不少上海市民陷入求职难的窘境。

今年2月下旬，中国民众陈健从外地到上海打工，在一家电子厂工作，3月底离职到期，被公司封控在宿舍，期间核酸呈阳性送往方舱。如今他虽早已痊愈出院，但无论在微信求职群里，还是面试现场，找工作时不少企业都要求查验近2个月的核酸检测记录，并对“阳过”人员拒绝招录。

## 初到上海惊感染阳性

7月11日，一篇题为《我躲在上海虹桥的卫生间，不知道去哪》的文章引发社会关注，文中主人公因“阳过”而坎坷求职的经历，令陈健感同身受。7月12日晚间，陈健对“天目新闻”表示，他求职期间只能睡在天桥、地铁口或公园。7月的上海最高温达到41℃，他不敢接妻子的视频电话，因为他担心妻子看后会担忧。这已是自6月11日上海解除全域静态管理以来，他在上海“流浪”的第42天。

报导指出，陈健是陕西人，今年38岁，是2个孩子的爸爸。2月下旬，陈健和老乡一起抵达上海后，通过劳务中介入职浦东新区康桥镇一家电子厂。由于不适应厂里的快节奏，他提出离职，被允许做到3月底再走。然而，到了3月中旬，厂里陆续有员工感染新冠肺炎，没过多久电子厂连同宿舍一起被封控。



到上海求职的外地人 (Hugo Hu/Getty Images)

陈健只能在宿舍待着，每天进行核酸检测。3月25日上午，他的健康码突然变红，详情显示“待复核”。当天下午，他被通知收拾东西，当晚被

送进方舱医院。“里面简直是人满为患，那时候才知道严重性。”陈健在方舱住了12天后，重新回到厂里，一直撑到5

月下旬厂里解封。彼时，他已经辞职，被封控的2个多月里，没有收入，身无分文。

早前他听到风声，只要提供车票就可以出去，他第一时间联系老乡，让对方帮忙买了张火车票。但到了虹桥火车站，陈健退缩了，他不甘心就这么回去，于是他退了票，打算重新找份工作赚钱。手握200多元人民币的退票款，陈健开始了极为坎坷的求职之路。

## 因“阳过”求职屡碰壁

从5月下旬开始，陈健加了很多劳务中介群和中介的微信，寻找各种机会。出乎意料的是，他发现不少企业都在招聘要求里写道，“阳过的不要、进过方舱的不要、阳转阴拒绝”。

他抱着侥幸心理，打算去现场碰碰运气。他去了2个地方，被问及有没有“阳过”时，他尝试过隐瞒，但用人单位让他打开手机里的“随申办”APP，查看近2个月的核酸检测记录。

陈健说，他的老乡熬不住已经离开了上海，现在只剩他一个人，他也想过离开，但家里还有贷款等着他还。

后来，他随身带了床被子，开始在街头“流浪”，手头只有200元，只能省着花，一天吃一顿，也顾不得洗澡。他待过公园、火车站天桥，还有地铁口，有时候下雨没地方待，他就待在店铺的卷帘门口，“起码有个屋

檐可以避雨，一天能省几十块”。

连续找了好几天工作后，陈健因不符合同一个条件而被拒录，他的心里直打鼓，甚至开始愤怒。6月10日，在连续收到贷款逾期通知的那个晚上，绝望的他躲进公园的一座亭子，通过大V博主发布了自己的求职遭遇，引发不少网友关注。

## 生活极度狼狈 离开还是留下

求职路上，陈健在火车站、公园里见到太多和他一样遭遇的人，求职不顺，每天晚上席地而睡。他也碰到过一个老乡，随身携带一张凉席，两天只吃了一顿饭，还是广场上有人发的物资等。

“我不能说对这个城市失望，我还没有资格说这些，因为我来没多久，但是这些经历确实感觉挺揪心的。”陈健感慨，疫情3年，他从来没有如此狼狈的时候，戏谑自己“真是是个笑话”。

“我也不是说挑肥拣瘦，快递员的工作我也去看过了，但是以我目前的经济状况，我想看能不能找到那种工资结的活，找不到就只能回老家了。”选择离开，还是继续留下，是无数个白天为被的夜晚，萦绕在陈健脑海中的一团迷雾。

陈健说，目前而言比前段时间要稍微好一点，这几天他找了几家人单位，都没有要求查看“随申办”的核酸检测记录。这些天，陈健早早起身，迎着天边朝霞，整理好铺盖，再次踏上求职之路。

## 婆媳关系难处 各说各有理 一位婆婆给媳妇的一封信

【本报综合报导】女性一生中的角色不断转变，从女孩、女人、妻子（媳妇），接着又变成妈妈，随后某一天当自己的小孩长大生子后，自己也变成了别人的婆婆。自古以来，婆媳关系一直是许多女性婚后的最大课题，尤其是在一胎化的中国，这个问题就更显突出了。

以下有一则有关大陆婆媳之间相处的问题，看完文章后，我们不用先入为主地判定谁比较占理。因为在中共变态的一胎化政策下，很多家庭伦理关系会变得很尖锐、很畸形的。在自由社会中的人应该以同情的眼光去看待文章中的这个婆媳问题。

### 一个大陆家庭的婆媳关系

在大陆有一个特别厉害的上班族女性，因为结婚之后婆婆总是管着她，她竟然给自己的婆婆下了一封战书，但是没想到最后她却把自己的婆婆上了一课。

下面是这个上班族女性给婆婆写的战书，她说：“我在与你儿子结婚之前，你在我生命中只是一个陌生人，我的生命来自于我的父母，我今天的学历学识、能力教育、待人处世，全都是来自我父母的教育，没有您的一分一毫的付出，可是要听从您的话，我说了真，我心里不平衡。”

没想到，她婆婆看了这封信，立马给她回了一封，信里写着，你是我儿子的老婆，在你们相识之前，你在我的生命中没有任何的吸引力，我把我毕生的精力都奉献给了我的儿子，今天我儿子的学历成就、待人



(123RF)

处事之道，都是来自我的传承，你没有教育他一分一毫，却净想着享受他的风光伟业。为何你嫁进我家之后，我必须做一个没有抱怨、没有脾气的婆婆，欣然接受你存在的事实呢？

所以，如果你正在和我儿子逛大街看电影的时候，你得感谢是我培养了他的浪漫细胞，如果你正在靠着我儿子的肩膀像个小鸟在那享受他的保护和安全感的时候，你得感谢我把儿子教育得如此有担当，如果你在一起感恩，然后还一副和公婆住在一起很委屈的样子，这简直值得便宜还卖乖。

虽然你白天有工作，经济独立，但是你别忘了你们的小孩的生活全都是我照顾的，所以我不能忍受，你会赚钱，好像很了不起的样子，理所当然地不帮忙、不照顾小孩，还得看你的脸色，在我这里没有任何道理可讲。

我现在就想跟你开诚布公地讲清楚、说明白，如果你想住在这个

家，必须得帮忙做家务，请你尊重这个家，别把这个家当成旅馆。

你只是我儿子的老婆，却百般挑剔我这个婆婆，若是有人挑剔你的母亲，你的心里会舒服吗？你的母亲又会达到多少要求呢？

以后煮饭的时间，请你一定主动出现，不要只窝在房里等我喊你吃饭，因为这是你作为妻子、作为母亲应该做的，而不是我这个年迈的婆婆来伺候你们，总而言之，我儿子孝敬我是应该的，而你我不敢奢望，虽然期待你的孝顺，但你确实没有这个义务。

你应该看了很多新闻，现在都已经不是劳资级别的年代了，我没有向你索取薪水，却在帮你打理这一切，让你安心地上班，做到这样，你应该偷着笑。

最后回这封信给你，你一定会觉得错误连连，但是人与人之间得相互尊重，如果你不能够同样尊重我的感受，看你在是晚辈的份上我会让你几分，但是我还是要把我的底线说清楚，若叫我尊重你，也请你尊重别人。

## 重庆持续高温

### 多处建筑被“热化”

【本报综合报导】近日中国多地提前开启“炙烤模式”，多个城市在40度高温下超长“待机”，其中重庆更是传出在40℃高温下，把一个博物院热烤。此外，当地公交车站台玻璃被热炸、火车站外的电梯也被热到停止运作。

据中央气象台消息，7月13日，陕西南部、黄淮南部、西南地区东部、江汉、江淮、江南、华南等地气温超过35℃高温，其中，安徽、江苏中南部、上海、湖北西部和东部、湖南大部、江西、浙江、福建大部、四川东南部、重庆、贵州东北部等地局部最高气温可达37至39℃，而江苏南部、浙江北部、四川东南部、重庆大部、云南北部的局部气温达40℃以上。

随后，微博传出近日重庆气温冲到41℃，屋面和地面温度更高达50℃至60℃。也因此，重庆故宫文物南迁纪念馆的一栋建筑直接被“热炸”，屋顶的瓦面整体滑落。

据“重庆故宫文物南迁纪念馆”11日的通知，“由于近期重庆连日高温，重庆故宫文物南迁纪念馆1号馆风貌建筑出现了一定程度的损坏”。目前文物馆正在修复，何时开放另行通知。

公开资料显示，重庆故宫文物南迁纪念馆位于重庆市南岸区南滨路，建筑面积约为2700平方米，竣工时间在2020年3月。短短建成两年的文物馆被高温“热炸”，不禁令民众感到惊讶不已。

此外，还有当地网友反映，因重庆连日高温，江北区鱼嘴的一处公交车站台台的玻璃直接被“热炸”。根



近日重庆一博物院在高温下被热烤。



重庆一公交车站的玻璃直接被“热炸”。

据图片显示，此处公交车站台上的玻璃散落一地。

不仅如此，重庆轨道交通发布通告，指轨道交通车站站外的直升电梯运行环境（电梯井道）温度过高，当日直升电梯井道内温度计显示40℃及其以上，因此决定暂停车站站外的直升电梯的使用。

中央气象台显示，7月13日至15日，重庆气温都高达40℃以上，即使13日晚11时，温度也在34℃以上。

中国国家气候中心监测显示，截至7月12日，中国高温天气已持续30天，覆盖国土面积达502.1万平方公里，影响人口超过9亿人。

进入21世纪以来，中国大范围持续高温的典型年份有2003年、2013年、2017年等。总体来看，今年开始出现高温的时间早于上述3年。

# “天下兴亡 匹夫有责” 梁启超的报国之路(上)

文/傅国涌

1912年11月，梁启超终于结束长达15年的流亡生涯，返回祖国。作为蜚声海内外的“言论界的骄子”，他受到了各界空前热烈的欢迎。他在《鄙人对于言论界之过去与将来》的演讲中说：“鄙人二十年来，固以报馆为生涯，且自今以往，尤愿终身不离报馆之生涯者也。”

的确，从他在1895年第一次办报到1929年逝世的35年间，中国历史上发生的许多重大事件，几乎都与他和他所办的报刊有直接、间接的关系，他开创了百年言论史上极为重要的“梁启超时代”。

## “以言报国”

1895年8月17日，年轻的梁启超追随老师康有为在北京一起办起了《万国公报》（后改名《中外纪闻》）。多年后，他在北京报界欢迎会上演说时说，“日出一张”，“只有论说一篇，别无记事”，每册连封面10页，约4500字，梁启超“日日执笔为一数百字之短文”，随官门钞免费赠阅，还要给人送酬金。

这是梁启超第一次参与办报，是他所说的“沿门丐闻时代”。

1896年1月20日，强学会被封，《中外纪闻》与《强学报》一起随即被迫停刊，一共只存在了5个月。同年8月9日，《时务报》在上海创刊，汪康年为经理，梁启超为总撰述，他前后主持笔政一年多。

《时务报》为旬刊，10天一期，每期20页，约3万字。“每期中论说四千余言，归其撰述；东西文各报二万余言，归其润色；一切奏牍告白等项，归其编排；全本报章，归其复校……经启超自撰及删改者几万字，其余亦字字经目惊心。”

《时务报》一纸风行，不胫而走，发行量最高时达1.7万份，创下了当时报刊发行量的最高记录，“为中国有报以来所未有，举国趋之，如饮狂泉”。

《时务报》共出了69期，据统计，《论说》栏发表政论112篇，《时务报馆文编》栏发表文章21篇，共133篇，其中梁启超一个人就写了60篇，年仅24岁的他以那支“笔锋常带感情”、“别有一种魔力”的笔，写下了《变法通议》、《论中国积弱由于防弊》、《论君政民政相嬗之理》等政论。

《变法通议》全文7万字，连载21期，热情地喊出了“变亦变，不变亦变”的时代最强音，提出了“变法之本，在育人才；人才之兴，在开学；学校之立，在废科举；而一切要其大成，在变官制”的具体措施。这些“务求平易畅达”的议论，使国内耳目为之一新，舆论为之大振。《时务报》因梁启超而风靡全国，梁启超因《时务报》而名动一时，“自通都大邑，下至僻壤穷陬，无不知有新会梁氏者”。

梁启超在《时务报》第一期发表的《论报馆有益于国事》一文，首次把报纸比做耳目、喉舌，具有“去塞求通”的功能。有了报纸，“待以岁月，风气渐开，百废渐举，国体渐立，人才渐出，十年以后而报馆之规模亦可以渐备矣”。这段时期，他还参与创办了澳门《知新报》，通领撰述之职。

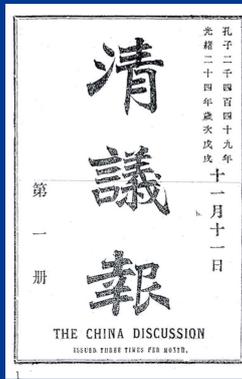
1897年10月，梁启超离开《时务报》到湖南时务学堂任总教习，同时积极支持《湘学报》和《湘报》，为两报撰写。这些报刊形成了一股有力的维新变法思潮，对于推动戊戌变法产生了不可估量的影响。



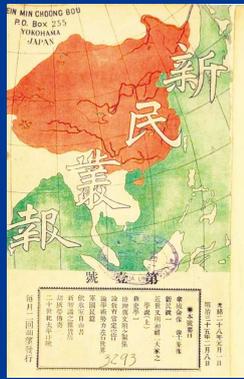
1889年，梁启超（右）考中举人，1890年开始跟随当时的大政治家、思想家、教育家康有为（左）学习。（公有领域）



《时务报》创刊号（公有领域）



《清议报》创刊号（公有领域）



《新民丛报》创刊号（公有领域）

响。这是梁启超报业生涯的第一个阶段，是他“以言报国”理想的最初尝试。

1898年9月，戊戌变法失败，梁启超流亡日本。不到3个月（12月27日），在冯镜如等华侨的支持下，他在横滨创办了《清议报》旬刊，每期40页，比《时务报》的篇幅增加一倍，以“主持清议、开发民智”为宗旨，“为国民之耳目，作维新之喉舌”，批评政府，介绍新知。

梁启超连续发表《爱国论》、《自由书》、《国民十大元气论》及《少年中国说》等文，首次提出“国民”概念，认为中国几千年来只知道“国家”，不知有“国民”，“国者积民而成，舍民之外，则无有国”。并开创了短评、时评等体裁，至今流行的“记者”、“党报”、“机关报”等新闻专用名词都是他在《清议报》最先创用的。

其时百日维新刚刚遭到血腥镇压，梁启超流亡海外，惊魂未定，心中的痛恨可想而知。梁启超自称

“明目张胆以攻击政府，彼时最烈矣”。清廷虽然严禁《清议报》入口，但还是有一部分被秘密偷运回国发行，到第十三期，发行量就达到4000多份，还发行到世界各地。1901年12月21日，《清议报》满100期，他发表长文概括《清议报》四大特色：倡民权、衍哲理、明朝局、励国耻，“此四者，实惟我《清议报》之脉络之神髓。一言以蔽之：曰‘民智振民气而已’”。

不料第二天的一场大火烧毁了报馆，出版了整整三年的《清议报》因而停刊。由于其它活动，梁启超实际主持《清议报》只有一年半（1900年4月，他在檀香山办《新中国报》，任主笔，8月离开），但他在《清议报》发表过30多篇政论、几部专著和大量诗文。

## “梁启超时代”

《清议报》停刊不到一个月，1902年2月8日，梁启超又在横滨办起了综合性半月刊《新民丛报》，

六股中他个人居其二。

创刊号宣布三条办报宗旨：

一、“本报取《大学》‘新民’之义，以为欲维新吾国，当先维新吾民。中国所以不振，由于国民公德缺乏，智慧不开，故本报专对此病而药治之。务采合中西道德以为德育之方针，广罗政学理论以为智育之本原”。

二、“本报以教育为主脑，以政论为附从……惟所论者在养吾人国家思想，故于目前政府一二事之得失，不暇沾沾词费也”。

三、“持论务极公平，不偏于一党派；不为藩夫骂座之语，以破坏中国者，咎非专在一人也；不为危险激烈之语，以导中国进步当以渐也”。

《新民丛报》从政治经济、历史地理到宗教学术、小说文苑无所不包，东南西北、古今中外无所不谈。这是梁启超一生中办得最成功的一个刊物。内容的丰富、议论之深刻、编辑之认真、印刷之精美都是“中国报界前此所未有”。

梁启超自述：“别办《新民丛报》，稍从灌输常识入手，而受社会之欢迎，乃出意外。”《新民丛报》历时五年半，是梁启超一生创办的报刊中时间最长、影响最大的。

黄遵宪评价他的言论“惊心动魄，一字千金，人人笔下所无，却为人人意中所有，虽铁石人亦应感动。从古至今，文字之力之大，无过于此者矣”。他的文章受到读者的广泛欢迎，启迪、影响了一代乃至几代人，被誉为“言论界的骄子”。

《新民丛报》最初发行2000份，不到一年即增至9000份，以后经常发行1万份左右，最高发行量达1.4万份，仅创刊号就加印了四次，在国内外设立了97个销售处，可谓盛极一时。

1902年，梁启超发表《敬告我同胞诸君》提出报馆“两大天职”说：“一曰，对于政府而为其监督者；二曰，对于国民而为其向导者也是也。”关于监督政府，他说：

1. 政府为什么需要监督？“政府者，受公众委托而办理团体之事业者也。非授予全权，则事固不可得举；然权力既如此重大，苟复无所限制之，则虽有圣智，其不免于滥用其权，情之常也。”所以需要监督。

2. 谁来监督？“此种监督权谁操之？曰：舆论操之。舆论无形，而发挥之代表者，莫若报馆。虽谓报馆为人道之总监督可也。”“若立法、司法两权之独立，政党之对峙，皆其监督之最有效者也。犹虑其力之薄弱也，于是必以舆论为之后援。西人恒有言曰，‘言论自由，出版自由，为一切自由之保障’……而报馆者即据言论、出版两自由以实行监督政府之天职者也。”

3. 报纸为什么能监督政府？“报馆者，非政府之臣属，而与政府立于平等之地位者也。不宁惟是，政府受国民之委托，是国民之雇佣也；而报馆则代表国民发公意以为公言者也。”

4. 报纸怎样监督政府？“如当父兄之视子弟，其不解事也，则教导之；其有过失也，则扑责之……教导与扑责同时并行，而一皆以诚心出之。”这是监督的态度。“宜务其大者远者，勿务其小者近者……当监督政府之大方针，而不必撼撼于小节二事。”这是监督的方法。

关于国民导向，他认为国民“最乏普通知识”，“公德缺乏，智慧不开”，所以需要普及德育、智育。导向国民无非三个途径：学校、报纸、著书。

“学校者，筑知识之基础，养具体之人物者也。报馆者，作世界之动力，养普通之人物者也。著书者，规久远、明全义者也。”

报纸是“政本之本，而教师之师也”，可以“鉴既往，示将来，导国民以进化之途径”，客观报导“政府、人民所演之近事，本国、外国所发之现象”，“比近事，察现象，而思所以抽绎之、发明之，以利国民，报之以主观也”。

这是指报刊评论，评论虽然主观，但它是公开的，哪怕偏激，必然有其他人提出相对的看法，又会有人折衷，“互相倚，互相制，互相折衷，而真理必出焉。”

一百多年前，这些新闻观念何止是石破天惊，与他最初提出的报纸“喉舌”、“耳目”论相比，“两大天职”论是个质的飞跃，是梁启超报业思想成熟的标志。

（未完待续）

# 发生在中国东北的 现世报实例

母亲是一位近九十岁的老人。小时候念过几天私塾，认识一些字。虽然文化不高，但记忆力非常好。所以她讲给我们的故事基本上都是母亲记忆下来的，并不是书本传下来的。

我的少年时代可以说是伴随着听母亲讲故事一天天长大的。母亲是一位传统的女子，非常相信因果报应，经常讲一些故事来教化儿女，至今有些话我还记忆犹新。什么“爷爷奶奶积孙啊”、什么“休妻毁地到老不济啊”、什么“嘴角眼角嚼儿女啊”，同时也是经常用这些话来提醒我们要约束自己的言行。

有些故事与事件由于时间长了也记得不太清，但有一件事情至今也没有忘记，母亲也多次提起这件事，舅舅在世时给我讲过有这件事。

人们知道因果报应，有现世报的，有来世报的，也有报在子孙后代的。特别对现世报的理解，一般停留在现世的某一时间这样认识的，而在现世立刻报应的理解比较少。

今天我所讲的就是至今不能忘怀的事件，是一件立刻报应、现世报以及牵连子孙后人的恶报。

据母亲讲，在日伪满州国时期，在今辽宁省瓦房店市复州城西有个孙屯子。屯中有一位叫孙长德，一个孙宝德的。当年俩人都是养马车做运输生意的。俩人经常结伴而行，相互间好有个照应。

有一年秋天给商家运输布匹，经过一个山坡时，走在前边的孙长德，听到路边草丛中婴儿的哭声。于是把车停下，便走到婴儿身边。以前当地有个习俗：谁家扔的孩



(123RF)

子都会在孩子的包裹里放几块大洋，同时也会将孩子的生日时辰写在纸上放在包裹里，孙长德走到孩子身边后看了看孩子，然后狠心地抓住包裹一抖将孩子抖到地上，将包裹扔到自己车上，然后又捡起大洋，蹑入自己怀里。婴儿凄惨的哭声并没有唤醒他的良知而对孩子进行施救，相反孙长德却兽性大发，将婴儿抱起后转身放到车轮前面，然后扬鞭赶着马车将婴儿活活碾死。

人们常说三尺头上有神灵，人在做天在看，这话说的一点不假。那天是晴天万里无云，百姓在地里摘棉

花。这时突然在孙长德上空出现一朵云彩，并同时伴随一声震耳欲聋的炸雷，将孙长德击死了。

因晴天打雷，又响又突然，把周围的人吓了一跳，还以为是哪里打炮呢。再说孙宝德因为是和孙长德结伴而行，一前一后。前边发生的事他看得一清二楚，报应就在眼前，他却认为这都是偶然巧合。真是“无知无畏”，认为这正是自己发财的好机会。他在孙长德的车上偷了几匹布，处理完后才到死者家里报丧。

孙宝德认为偶然巧合的事又在自己身上发生了。第二年秋天，还是

那个月，还是那一天，还是那个地点，还是那个时间，孙宝德也正“巧合”走到那里，又“巧合”打了一个炸雷把他也击死了。

爷爷奶奶给孙宝德积德，真是德也往下积，孽也往下积。当年的孙长德已结婚生子，多年以后孙子、孙女接连发生横事（就是大多不好的事）家里人觉得奇怪。让明白的人看，看完后那人告诉他的家人说：“你家祖辈造孽太大，他们那辈还没完，子孙后代要继续替他们还。”

这件事情在辽南地区轰动很大，至今老年人仍记忆犹新。

## 动物为何能预知灾难

文/天羽

在地球上发生一些巨大的灾难时，动物往往能够预先得知，从容逃生。

2004年发生的印度洋大地震和海啸对东南亚及南亚地区造成巨大伤亡，死亡和失踪的人数至少有29万余人。但救援人员惊奇地发现，在这场空前的浩劫中，几乎看不到陆地上有动物的尸体。在斯里兰卡东南部的“雅拉国家野生动物保护区”，海啸过后，保护区被洪水冲得一片狼藉，但栖息在这里的数百头野生大象、美洲豹和130多种鸟类等动物却安然无恙。

斯里兰卡海啸的目击者在接受美国《国家地理杂志》采访时说，在大地震和海啸爆发之前，他们看到大象异常地吼叫着跑向高地，家犬不愿意走到户外，红鸬纷纷逃离它们在低洼处的鸟巢，动物园里的动物躲进笼子里拒绝出来。《华尔街日报》的报导说，在印度南部的野生动物保护区，印度洋地震和海啸发生前几分钟，有目击者看到一群羚羊飞速地从海岸边跑向附近的一个山顶，还有一些动物从海边向内陆的丛林慌忙逃避。

为何动物能够准确感知大自然发生的灾难？纽约的野生动物保护协会会长爱伦·拉宾诺威茨说，动物的第六感能够使其通过察觉环境中发生的微妙和突然变化，来感知迫在眉睫的危险。他说，地震会导致大地和水面的异常震动，暴风雨会导致空气中的电磁发生变化。

2004年发生的印度洋大地震和海啸，再次证明动物预知灾难的能力是人类无法企及的。而这一点，在无数次灾难中都得到了印证。拉宾诺威茨说，其实不仅动物有第六感。人类也曾经有第六感，只是人类在他们不再使用第六感的时候，逐渐失去了这一能力。

## 双腿瘫痪20年后奇迹复苏

住在美国加州的大卫·布兰卡特，他在27岁那年骑车撞上一辆左转的汽车，从此瘫痪只能以电动轮椅代步。某天，他意外被一种致命剧毒蜘蛛咬伤，送医治疗时，意外发现他瘫痪的双腿竟奇迹般地复苏。

### 导致瘫痪的车祸

住在美国加州曼特卡市的男子大卫·布兰卡特，他在年轻的时候曾经是拳击手与一名舞蹈演员，能看出他是位多才多艺的年轻才子。不过在1988年时，上天对他开了一个巨大的玩笑。当时大卫27岁，骑着他的摩托车在公路上兜风，享受逐风而行的闲情逸致时，却与一辆左转的汽车撞上。在这场事故中，大卫遭到严重的伤害，剧烈的疼痛使他当下失去意识，更在事后由于脊髓神经受到严重损伤，让他从此下半身瘫痪，可以说是导致了他职业生涯的末路。

大卫回忆车祸当时的情况说：“车祸发生后，我就像一个UFO一样飞出去，然后就什么也不记得了。当我醒来后，发现自己的双腿竟毫无知觉。医师说我的双腿已经瘫痪，这使我顿时像是遭遇晴天霹雳一样，恨不得把车祸当下身亡。”后来长达20年的时间，大卫都被迫必须以电动轮椅代步。

### 毒蛛咬伤的意外

公元2007年时，大卫独自一人正在房间休息，他突然被一只不知何时悄悄爬到他身上的虫子，往他瘫痪



(Adobe Stock)

的大腿猛咬一口。由于事发突然，大卫只能眼睁睁看着自己的腿遭受啃咬，并且顿时感觉天旋地转，后来由家人将他及时送至医院进行救治。

当时判断袭击他的凶手是一种名为“棕色隐遁蛛”的一种带有致命剧毒的蜘蛛，由于看起来又像小提琴琴身，因此又有“提琴蜘蛛”的称呼。棕色隐遁蛛栖息于北美洲南部，遭到它咬伤的患者会出现红斑、溃烂、恶心等症，曾有一名5岁男童被咬后在1天内死亡。

### 奇迹复苏的双腿

大卫在住院进行身体检查时，护理人员注意到大卫本该毫无知觉的腿部竟然不停地抽搐，于是通知医师诊断。原先医师认为是残留在大卫体

内的蜘蛛毒素发作，于是对大卫的大腿以电击进行神经功能的测试。不料在通电后，大卫痛得叫出声来，众人惊奇地发现他早已瘫痪的双腿已经恢复知觉。

原先要在医院观察5天的受叮咬症状，没想到最后却能唤醒瘫痪的双腿，后来大卫表示：“医护人员说我的神经只是睡着了，没想到被咬后又重新活过来。”

这场意外被称为“奇迹”，可以说是大卫·布兰卡特人生的转折点。后来他转至康复中心进行物理治疗，8个月之后，他已经能够使用助行器自由地四处走动。当时他就读金西学院的两个孩子都表示，这是他们有印象以来第一次看见父亲走路，大卫成功脱离了原先的困境，开始了截然不同的人生。

## 恶母转生成小狗 画工发誓说谎变小牛

人生在世坏事做尽可能在下辈子转生成动物，并且回到他生前亏欠的人身边赎罪。今天来看2则有关转世动物的报应故事，当做出违背良心的事时，可千万别以发誓来说谎，可能会遭致更大的报应。

### 恶母转生的小狗

唐朝时期，在都西市北店这里有个名叫王会师的人，他的母亲已离开人世，而母亲的服丧期间刚结束不久。王会师家饲养的雌狗生下一条有着青黄毛色的小雌狗，家中迎来一个新成员加入。

某一天，这只小狗被王会师的妻子发现它偷吃东西，于是被其用木棒打了几下，要它记取教训。当小狗挨了几下木棒后，居然像是人一样开口说话了，它说：“我是你已故的婆婆！你这媳妇居然用木棒打我，这是非常错误的行为。我是因为生前严厉又残酷，毫不节制地虐待家人，死后才得到这样的报应。现在既然被你教训，我感到羞愧，不在你们家待了。”语毕便走出屋外，这让王妻吓得跑去和丈夫说这件事情。

王会师听了说完来龙去脉后，立刻痛哭流涕，跑去将那只小狗抱回家中，不希望就此断绝与母亲的联系。每当小狗被王会师抱回家中，没待一下子又跑到外面，王会师发现了再出门将它找回来，就这样一来一往大概四、五次。王会师看着眼前

的小狗，似乎无论如何都打算离开这里，总不可能永无止境地外出找它，于是在自己市北开设的店铺后面的墙边修建了一间小屋，当作这只小狗的容身之处，每天都会准备伙食送给这只小狗享用。

这件事后来被周围的人们得知，吸引了许多居民与路过的行人去一睹这只小狗的样子，也有数不尽的人给小狗投喂食物。没有人见过这只小狗离开那间小屋半步，据说每逢斋戒之日，它就会不吃任何食物，其中的缘由则无人知晓。这样的时光过了一、二年后，某天那间小屋已不见小狗的身影，没有人知道它究竟去了哪里。

### 画工发誓说谎变小牛

相传洛阳有位名叫做解奉先的画工。某次，他替隋江王家画壁画，没想到他还没完成工作就逃走了。后来解奉先被抓回来后，开口就说：“我已做的工时与你当初给的工钱刚刚好。”并且在像前对天发誓：“如果今天我说的话是违背良心的，死后甘愿成为你家的牛！”

这起事件过了一年多后，解奉先突然就死了。与此同时，王家的母牛生下了一头红色的小牛，小牛的背上还长着白毛，看上去就像写着“解奉先”的字样。后来跑来观看的人潮从早到晚络绎不绝，像是市场一样热闹，而解奉先也确实印证了他当初发下的誓言。（典故《法苑珠林》、《国史异闻》）

# 天然药草 舒缓情绪压力

文/苏娜·萨姆斯

我们的情绪拥有许多不同的面貌，不管是正向情绪或负面情绪，都属于生活中正常且健康的一部分。

正向的情绪状态，像是快乐、放松与满足感，不管是通过身体释放脑内啡所引发的愉悦感，或是利用缓和身体的免疫系统和压力应变机制，这些正向情绪都能改善你的健康。

负面的情绪状态，例如：恐惧、压力与悲伤，当你的负面情绪持续不断地发生，让你难以承受时，这将会影响到你的正常生活。虽然草本药方不是治疗情绪疑难杂症的万灵丹，但它的确有减轻症状的效果，无论是伤心、压力、忧郁、被抛弃、寂寞、焦虑，都能利用药草来改善。

药草以一种自然和兼容的方式熄灭神经系统的过度活动，放松，帮助自己改善情绪，消除睡眠问题。与经典的镇静药物相比，它们的作用并不猛烈，也不会成瘾。药草对整个身体都有好处，它们能维护身体系统的自然和谐。它们还能加强神经系统，其中许多人还能改善心理表现。

## “暖心药草茶” 平抚你的焦虑

准备材料：1/4杯山楂果及叶枝、1/4杯银杏叶、1/4杯洋甘菊、2大匙百里香、2大匙姜（切小块）、蜂蜜、柠檬。

制作步骤：

1. 取一个大碗，于碗中混合山楂、银杏叶、洋甘菊、百里香和姜。  
2. 将步骤1的混合药草茶配方放入密封罐，标记制作的日期。  
3. 冲泡时，在滤茶器里加进一茶匙药草茶后，放入容量约300毫升的茶杯中。

4. 倒入热开水后，浸泡5到7分钟，取出滤茶器。

5. 以蜂蜜和柠檬调味（依个人需求添加）。

6. 一天可饮用3次。

7. 保存于凉爽干燥而且不会直接被阳光照射的地方，可存放一年。刚开始接触药草时，你大概会把焦点放在各种药草的特定疗效上，例如：哪一种药草能改善你的睡眠质量？想要知道药草能如何改善



你的身心健康，这样的想法很棒。但你有没有想过，造成你失眠的原因是什么？药草家倾向采取以“全人医疗”的观点看待健康，也就是把生理、心理看成一个整体。

举例来说，有些药草会让血压上升、稀释血液，或是干扰其它能够救命的药物效果。因此在使用药草疗法前，我们必须清楚知道药草本身的药性，以及每一个人不同的需求。药草里含有维生素、矿物质和微量元素，许多我们生活中常用的香草调味料，都有功能强大的治疗效果。当你开始研究药草，你很快就会发现一个反复出现的观念：如果我们懂得使用，香草会让你身心获得健康。

## “日好心情 蜂蜜特调” 赶走你的忧郁

准备材料：2大匙南非醉茄、2大匙圣罗勒、2大匙红景天、2大匙刺五加根、1杯生蜂蜜。

制作步骤：

1. 在一个约500毫升的瓶子中，混合南非醉茄、圣罗勒、红景天、刺五加根和生蜂蜜。

2. 将步骤1的材料混合均匀，并除掉气泡。

3. 盖上瓶盖，标记制作的日期。

4. 浸泡3至4周，存放在阴凉处。在此浸泡期间，药草会逐渐浮起至蜂蜜表面，因此每天需几次将瓶子倒过来放置。

5. 当浸泡完成后，将蜂蜜以滤网过滤，可将筛子静置数小时，尽可能取得最多的蜂蜜。

6. 将被药草浸泡过的蜂蜜放进瓶子中，标记制作的日期。

7. 蜂蜜存放于室温下即可，于阴凉处可保存一年。

药草有很多益处，其中之一是帮助我们朝着身心平衡的方向前进。如果你正处于难以置信的压力、无法专心、精神不济或哀痛绝望，药草就能派上用场。

每一种情绪症状都有适合的草药治疗；相对的，有些药草在各种问题上都能有所帮助，药草就是如此神奇。当情绪不平衡时，生理状态也会出状况，其中，压力会引发的症状最为常见，从长青春痘到出现有生命危险的自体免疫疾病，都有可能发生。

你也许会执意硬撑着，告诉自己“只是压力大而已”，但你必须停止这样做。生活大小事所引起的忧郁，会跟压力一样影响到你的身体机能，每一次你经历了负面的事情，你的身体就会不自觉地做出反应。

## “完全放松泡沫剂” 舒缓你的压力

准备材料：1杯镁盐、1杯燕麦、1/4杯玫瑰、1/4杯熏衣草。

制作步骤：

1. 于大碗中，混合镁盐、燕麦、玫瑰和熏衣草。

2. 取1/2满杯的药草配方，放进一条小毛巾的中心位置，将毛巾的四个角拉起后用橡皮筋绑住毛巾开口，将药草稳固地包在毛巾里。

3. 浴缸放水时，一边将药草包放进刚热的水中，以高温热水浸泡。

4. 将水瓶里的药草茶及药草包一起倒入浴缸里。不要使用肥皂。

（本文由果果屋出版社授权刊登，摘自《情绪修复药草圣经：从使用、泡汤到涂抹，在家做出101种解决情绪障碍与身体病痛的自然配方》）

## 上火后声音嘶哑 食疗方润喉亮嗓

许多人由于上火或讲话过多等原因导致咽炎发生，声音嘶哑、咳嗽、咽干喉痛。那么，得了咽喉炎吃什么好？以下推荐一些有利于润喉亮嗓的食疗方法。

1. 蜜枣甘草汤

蜜枣8枚、生甘草6克，将蜜枣、生甘草加清水两碗，煎至一碗，去渣即可。可做为饮料服用，每日两次。

有补中益气、润肺止咳之功效。适用于慢性支气管炎、咳嗽、咽干喉痛等症。

2. 荸荠萝卜汁

用荸荠、鲜萝卜各500克。将荸荠洗净去皮，鲜萝卜洗净切块，同放榨汁机内搅拌均匀。每日饮汁数小杯，连服3~5日。此方有清热利咽，开音化痰的功效。

适用于咽喉肿痛、声嘶、目赤等症，还有助于改善肤色。

3. 枸杞粥

枸杞15克、糯米150克。糯米、枸杞洗净，加水浸泡30分钟，以文火煮制成粥即可。每天服用1碗。

具有滋阴润燥的功效，适用于慢性咽炎及咽喉干燥者。



4. 凉拌苏叶菜

紫苏叶60克、葱30克、青椒10克、盐和香油少许。以上三物洗净，切为碎末，加适量食盐、香油等调料，可为正餐之凉菜。

能疏散风寒（发汗解表），通阳利咽。主治风寒外袭之咽炎。

5. 葱白利咽汤

葱白2根、桔梗6克、甘草3克。桔梗、甘草先煮沸5~7分钟，之后加入葱白，焖1~2分钟后趁热饮用。每日早晚各一次。

解毒散寒，清利咽喉。主治风寒外袭之咽炎。

6. 虫草炖老鸭

虫草，性温，味甘。具有润肺补肾、益精气等功效。主治久咳虚喘、咯血等症。鸭肉，有滋阴养胃，利水消肿的功效。虫草炖老鸭和血行气，清热去火，养胃生津。

对于肾虚引起的慢性咽炎症，因咽炎引起的咳嗽、呕吐等症有良好的防治作用。

7. 橄榄茶

取橄榄两枚、绿茶1克，将橄榄连核切成两半，与绿茶同放入杯中，冲入开水，加盖闷5分钟后饮用。适用于慢性咽炎、咽部有异物感者。

8. 洋参蒸梨

洋参性凉，味甘，微苦。具有补气养阴，清热生津的功效。用于咳嗽、血虚、口燥咽干等症。梨，性凉、平，味甘，微酸，具有生津润燥，清热化痰的功效。对咽喉有养护作用。

洋参与梨同蒸食对于肺热咳嗽、痰多、咽喉肿痛等症有很好的疗效。

9. 生梨青果茶

生梨1个、青果3枚。生梨去皮切块，用白醋渍半小时，再加捣烂的青果3枚，冲入开水放凉后，当茶缓慢饮用。

10. 蜜汁枇杷

枇杷性凉，味甘，酸。具有润肺、止咳下气的功效。主治肺痿咳嗽、吐血、衄血、燥渴、呕吐等症。蜂蜜性平、味甘，具有润燥、止痛、解毒之功效。

蜜汁枇杷能加强镇咳、化痰的作用，对肺燥干咳、痰多、呕吐等症有明显的疗效。

## 【医案】上帝的照相机

治疗4次，他就急着去做检查，各项数据都比以前有好转，欢喜地继续接受治疗。1个月，他拿着检验报告单，一进诊间就不客气地质问我：“我的肌酐数值怎么上升了？”

我把数据仔细看了一下，接着激动地说：“你，你，你怎么这样？”本想破口大骂，重锤这个无明的人，但是话到嘴边又吞了下去。

他也被我激烈的口气吓得愣住了，有如惊弓之鸟。

我对他说：“老兄，请认真看，上次的数值是1.08，这次是1.36，正常的范围是0.50~1.50；也就是说，你的检验数值非常好，都在正常值范围内。”

他马上接着说：“但是比上次增加了0.28。”

我听了快晕倒，差点抓狂。当天晚上又到另一家诊所检验，结果测得肌酐的数值是1.31。我得知后对他说：“你可不可以不要自寻烦恼，自找苦吃，明明就是正常。人是活的，数字是动的，你看你早上检验的和晚上检验的数值就不会一样，你每天量出的数值都不一样。这么计较又爱钻牛角尖，会钻到



死胡同里去了。你这样会活得很累，不利于健康，会浪费你的精气神，免疫系统也会下降。惶惶终日恐伤肾，更会耗掉你的肾精，肾精是你的老本啊！要留着和病魔作战用。”当下真想解除他的金箍咒，但不知如何破除他的硬壳与套牢的锁链？

于是我再对他说：“我跟你讲一个小8岁小女孩的事：在欧洲的一个小镇，某一天早上，小女孩走路上学途中下起大雨，打雷又闪电。妈妈

急着开车去接她，只见小女儿正摆着可爱的姿势，朝着闪电方向笑。妈妈问她：“你在干嘛？下那么大的雨为什么不赶快找地方躲雨？”小女孩回答说：“上帝正在用照相机帮我拍照啊！我要摆个好姿势。刚才闪光灯打得好响好亮哦！”小女孩高兴地呵呵笑。之后，她也没有因此而感冒。”看他傻傻愣愣地听着，好像不懂这和他的病有什么关系。

我接着说：“我的意思是说，心存正念，心态纯洁，细菌也会闪躲，它在纯真纯善的地方待不了。你若心不动，风又奈何得了你？《黄帝内经》说：‘正气存于内，邪不可干。’快乐是万灵丹，没事不要去检查，以免增加心里的负担。你放下数据，等于是放过你自己。上帝的照相机照着每一个人，而且上帝从不眨眼，纯洁善良的人会得到他的眷顾。”

其实生病是对自己生命、身心灵的检测过程，生病也许是上帝的祝福，能消除一些业力，让人离地狱更近些，离天堂更近些。但不了解生命意义的人，生病对他来说，是一种惩罚，也是一种悲哀。

选自《明慧医问——容光必照》/ 博文出版



中医疗法

文/温婉容(明慧中医诊所院长)

一位60岁的退休公务员，来看门诊时，满面愁容，面色暗沉，眉头紧皱，讲话颤抖地叙述病情：他已被几个医师拒收，曾罹患输尿管癌、前列腺肥大，术后排尿很不顺，夜尿3~4次，还有失眠、头痛、心悸、胃肠不适的问题。生病后，只要身体一有不舒服，就紧张地赶快去做检查，有如杯弓蛇影一般，生活在恐惧之中。

癌症病人的治疗，着重在基础建设，固胃气培本。男性以肾为先天，必固肾培根。针灸处理：预防前列腺肥大、钙化，针关元、中极穴，以利下焦膀胱气机；土能克水，健脾强胃，针足三里、三阴交穴；促进排尿顺利，针太谿、阴陵泉、三阴交、涌泉穴；解肾经湿热，针曲骨、外关穴、外关还可加强三焦气化；失眠，针神门、太冲穴；心悸，针内关、神门穴；气虚无力，针百会、气海穴。再教他早、晚空掌拍关元穴108下。

# 清朝画苑领袖“四王”画派

文/戴东尼

清初，以王时敏为首，及王翬、王鉴、王原祁为代表，形成受皇室支持的“四王”画派。“四王”之一的王鉴，只比王时敏小了七岁，是他的族侄。“四王”中的王原祁，是他的孙子。而“四王”中的王翬，则是他的学生。“清六家”中的吴历，也是他的学生。他们的山水画风影响着整个清代。

## 王时敏

王时敏(1592-1680)字逊之，号烟客，晚号西庐老人，江苏太仓人。祖父王锡爵为明朝万历年间相国，父亲为翰林编修王衡，家本富于收藏，对宋、元名家，无不精研。因此，王时敏少年时学画，颇多方便。“每得一秘轴，闭阁沉思”。由于家里古书、名画收藏丰富，且大都是名迹，像当时很少传世的宋代李成的画他都能够见到，这对他的影响是深远的。《国朝画征录》中就有记载：“姿性颖异，淹雅博物，工诗文，善书法，尤长于八分，而于画有特惠。”

根据当时的规定，由于祖先功劳显赫，子孙可不经科考而继承之，王时敏在二十四岁时就出任尚宝丞，就是管理皇帝玺印的官，崇祯初又升大常寺少卿(掌宗庙祭祀礼乐)，仍兼管尚宝司事，故亦称“王奉常”。

清军入关，王时敏归顺，他隐居不仕，潜心习画，且着力培养子孙辈之学业。其膝下有九子，多在清廷为官，八子王揆(颀庵)官至文渊阁大学士兼礼部尚书，直经筵，典会试。其孙王原祁于康熙九年成进士后，深得康熙喜爱，入值南书房，充《佩文斋书画谱》总裁，主持绘制《万寿盛典图》。康熙十九年(1680年)王时敏卒于家中，时年89岁。

王锡爵曾嘱托董其昌来指导王时敏，在董其昌的指导下，他少年时就开始从摹古入手，深究传统画法，尤其对元代黄公望山水，刻意追摹。王时敏早年临摹的古画，均按宋元古画原稿临写而成，笔墨精细淡雅，已见于临仿通尚上，下了实实在在的功夫。他在摹古之中，也总结了前人在笔墨方面的不少经验心得，对于绘画历史遗迹的整理与研究，也是有贡献的。王时敏正是掌握了古人的笔墨技巧，形成自己的画风。他曾自白道：“迹来画道衰，古法渐湮，人多自出新意，谬种流传，遂至邪诡不可救挽。”可见他竭力主



王时敏《仿王维江山雪霁》(公有领域)



背景：《康熙南巡图》局部；左起：王时敏、王原祁、王鉴、王翬。(公有领域)

张恢复古法，反对出自新意而不改初衷。

“四王”都擅长临古，但即使同就一幅山水作品临摹，“四王”也是各自临出各自的理解和风格，这好比一首名曲，不同的钢琴大师会演奏出不同风格的精彩旋律和韵味。原因在于每位大师都有自己的心性、学养、感受。这就是董其昌重心性、禅悟的山水审美理论的本源，“四王”深得精髓。

王时敏力追古法，刻意师古，作画无一不得古人精髓。其“一意摹古，反对没有根据的创新”的思想对后来中国画的发展影响深远。但他师古人画，形体、样式甚似，但与古人的意境就不一样了，这主要是源于他们的精神气质迥异。王时敏师古人笔法时，更严谨、更认真、更规矩，有他的匠心之所在。王时敏将清初山水画的临古之风发挥到了极致。但往往虽是临古之作，但他又能集众家所长，浑然一体，画得很有味道。

王时敏的书法为画名所掩，他尤精隶书，他的隶书受《受神碑》、《夏承碑》影响较大，故他的隶书体方笔圆，遒劲平稳，雍容深厚，与唐人隶书有几分近似，实为时代所囿。他的隶书与朱彝尊、郑盩被称作“清初三隶”，可见当时人们对他的书法的重视并不亚于其绘画。

王时敏的《仿黄鹤山樵山水》，峰峦叠嶂，树丛浓郁，流泉飞瀑，苔点细密。画家所用皴笔干湿浓淡相间，兼施以醇厚的墨色，具有苍浑而秀逸的韵味。画中不仅有黄鹤山樵(王蒙)细密的笔墨，还有五代董源和巨然气势雄伟的构图，明董其昌所提倡的书卷之气亦弥漫于清疏的意境中。这种苍老而又清润的艺术特色，为王时敏集古人大成之代表，充分表现出画家深厚的传统笔墨功底。

## 王鉴

王鉴(1598-1677)字玄照、圆照，康熙元年(1662)后，避圣祖康熙皇帝讳，改为元照，自号湘碧、弃山后人。明代大文学家王世贞曾孙，明末清初画家，“四王”之一。

王鉴在明崇祯六年(1633)乡试成举人，后以曾祖世贞荫荫左府都事，又出守广东廉州，崇祯十六年(1643)罢廉州知府，归故里，构室于弃园故址，额曰“染香”，遂号染香庵主，时年四十六岁。王时敏曾题王鉴画云：“廉州画出入宋元，士气作家具备，一时鲜有敌手。”

王鉴曾受到明末画家董其昌画风的影响，他在三十九岁时曾访董其昌于云间，曾记：“余丙子年(1636)访董文敏公于云间，出所藏元代画家赵孟頫《鹊华秋色卷》见示，相与鉴赏，叹其用笔浑厚，设色秀润，非后人所能梦见。”王鉴视南宋为山水画正脉，推许董其昌为南宋画家的最后大家。他在创作实践中进一步将董其昌所推崇的“南宗”绘画提升到一个新的阶段，达到“集古之大成，自出机杼”的境界。王鉴曾论道：“画之有董、巨，如书之有钟、王，舍此则为外道。唯元季大家正脉相传，近代自文、沈、思翁之后，几作广陵散矣。”他对董其昌以后画道的衰颓颇为担忧，并对仅得文人画逸笔草草之意，而未肯深究宋元文人画精髓的风尚表示不满，这也促使他坚持要走将南宗画脉传承发扬的创作道路。

四十岁以后，王鉴即专心于绘事，“尽力画苑”，成为专业的文人画家。归里不久，画名已远播四方。当时，王时敏在董其昌谢世后已成为画坛领袖，他却对王鉴赞赏有加，誉为“独步海内”、“当今画家不得不推为第一”，并有“遂欲焚砚矣”之叹，可想见王鉴当时的盛誉。

王鉴归里后四十年内，在画艺上更加自觉志心和勤奋刻苦，在艺术功力上更上一层楼。王鉴妻子早逝，也未续娶，可能亦无儿女，虽晚景孤寂，却能全身心投入艺术。王鉴入清后呈正常的遗民心态，如吴伟业赠诗所曰：“布衣懒入侯门，手迹流传姓氏存。闻道相公谈翰墨，向人欲仿赵王孙。”吴伟业还将王时敏与董其昌、王翬、李流芳、杨文骢、张学曾、程嘉燧、下文翰和邵弥合称为“画中九友”，并作《画中九友歌》。王鉴当时

的思想状态平和、安宁自得，这对他追寻文人画传统也在主观上产生有不同反响，在画意、画趣的领悟上会有所不同。

王鉴步入六十岁以后的晚年，显示出老而弥笃、不断拓展的追求，从而也使他的晚年画艺达到了功力深厚、风貌精诣的境域。王鉴所览古画众多，浸染甚深，摹古仿古范围主要是董其昌提出的“南宗”画家。他



王鉴的山水画(公有领域)

自幼学习董源、巨然，后得到董其昌指导，倾心于元四家。王鉴师法的范围更为宽泛，他还师法北宋李成、范宽、江贯道、燕文贵、惠崇、米芾等家，又涉及元代赵孟頫、高克恭、赵仲穆、陈惟允、马琬、赵原等家。在青绿山水方面，王鉴能融合赵孟頫、赵令穰、赵伯驹等家，建立既高华艳冶又浑厚苍劲的风格。王鉴偶尔也仿北

宗画家，如董照、赵伯驹等，笔墨稍为强劲峭拔，但皴染之浑厚和墨色之滋润，仍为董、巨之根基。

王鉴既重功力，又重意趣，追摹古人，提炼诸家丘壑、笔墨，形成一定程式和法则，又集其大成，每一皴擦均有出处，自谓“无白撰之妄”。王鉴摹古，却不泥古不化或唯求逼真，而是主张仿其神而不仿其形，仿其意而不仿其迹。同时他又注重师法古人之意，追求文人画的意趣，画风华润平实。王鉴是按照画家自身的理解，再造心中的自然，其山水从形到笔墨均呈集大成的特色。

## 王翬

王翬(1632年-1717年)，字石谷，号耕烟散人、乌目山人、清晖老人，江苏常熟人。王翬出身于绘画世家。祖上五代擅画，曾祖王伯臣善画花鸟，祖父王载仕擅长山水、人物、花卉；生父王云客善画山水。少时先拜同里张珂为师，专摹元代黄公望的山水画。21岁时以小景扇面见赏于王鉴，被收为弟子，后又师事王时敏，得以饱览其家传真迹，对传统古画的鉴赏、临摹，功力极深，宋以来许多失传的古画，借王翬的临摹得以传世。笔参古今，貌含南北，时人吴梅村称其为“画圣”，画技之精熟为清代第一。清代张庚的《国朝画征录》评其为“画有南北宗，至石谷而合焉”。康熙三十年(1691年)由宋骏业之荐，上京主持《康熙南巡图》的一系列制作。南巡图绘毕，曾获当时皇太子胤初接见，赐座、赐食，并赐“山水清晖”四字。归里之后，求画者甚众，所作多为仿古，功力较深，但有时过于圆熟或伤于刻露，而丘壑尤少变化，晚年于简练中求苍浑，为论者所重；偶写花卉，秀秀有致。平生艺论，多在《清晖赠言》。

王翬从学弟子甚多，是“虞山派”的创始人。王翬与王时敏、王鉴、王原祁合称“四王”，又与吴历、恽寿平合称“四王吴恽”或“清六家”。

《康熙南巡图》是王翬带领约一千名画工，历时八家杨晋、冷枚、王云、徐致等八人，历时六年完成的共十二卷的长篇巨制，描绘康熙皇帝六次南巡的情况。该图为绢本，设色，纵高67.8厘米，每一卷的长度为14米至26米不等，今尚存九卷，第一、九、十、十一、十二卷现藏于北京故宫博物院；第四卷现藏于法国巴黎的古美博物馆；第七卷现藏于美国纽约的大都会艺术博物馆。

## 王原祁

王原祁(1642年-1715年)，字茂京，号麓台，一号石道人，江南太仓州(今江苏省太仓市)人。清代政治人物、画家，“四王”之一。

王时敏之孙，康熙九年(1670年)中进士，授任县知县。行取给事中，不久改中允。历官有声。曾为宫廷作画并鉴定古画，后任书画谱馆总裁。官至户部左侍郎，人称“王司农”。康熙四十二年入值南书房，康熙帝常观其作画。次年奉旨与孙岳颁、宋骏业、吴璟、王铨等修撰《佩文斋书画谱》100卷，康熙五十年(1711年)又主持《万寿盛典图》总裁。康熙五十四年(1715年)卒于官。

王原祁得祖父和王鉴之真传，笔墨功力深厚，喜临摹黄公望。喜欢用干笔焦墨，层层皴擦，自称笔端有“金刚杵”。设色长于浅绛，其重彩之作，青、绿、朱、赭，相映鲜明，有独到之处，惟有丘壑缺少变化，但功力深厚。奉诏修撰《佩文斋书画谱》100卷，《万寿盛典》120卷。另有《论画十则》、《麓台题画稿》。工诗，有《雨窗漫笔》、《麓台题画稿》。

文/萨维 图/123RF

乌拉圭东岸共和国 (República Oriental del Uruguay), 通称乌拉圭, 南美洲东南部国家。西部和西南部与阿根廷接壤, 北部和东北部与巴西接壤; 南濒拉普拉塔河, 东南濒大西洋。

乌拉圭国土面积约181,034平方公里, 人口约351万, 其中200万居住在其首都和最大城市蒙得维的亚的大都市区。



乌拉圭国徽

乌拉圭是一个高收入经济体的发展中国家, 在民主、和平、对腐败的低容忍及电子政务方面在拉丁美洲排名第一。在新闻自由、中产阶级规模和繁荣方面, 它也是南美洲第一。在经济自由度、收入平等、人均收入和外国直接投资流入方面在南美洲排名第二。乌拉圭被认为是拉丁美洲社会最进步的国家之一。它在个人权利、宽容和包容问题在全球衡量标准中排名靠前。

乌政府重视发展旅游业, 旅游业相对发达。境外游客主要来自阿根廷、巴西、巴拉圭、智利、欧盟、美国等地。埃斯特角和首都蒙得维的亚是主要旅游地。乌拉圭属温带气候, 以优美的自然风光和安定的社会环境, 获誉为“南美瑞士”; 又因其形似宝石而又盛产紫水晶, 获誉为“钻石之国”。

足球



乌拉圭热情的球迷

足球是国内第一大体育运动, 足球在乌拉圭的普及程度相当高, 几乎人人都能在场上踢两脚。乌拉圭是传统的南美三强之一, 曾于1930年和1950年两度获得世界杯赛的冠军, 同时还获得了两次奥运会足球冠军 (1924、1928)。

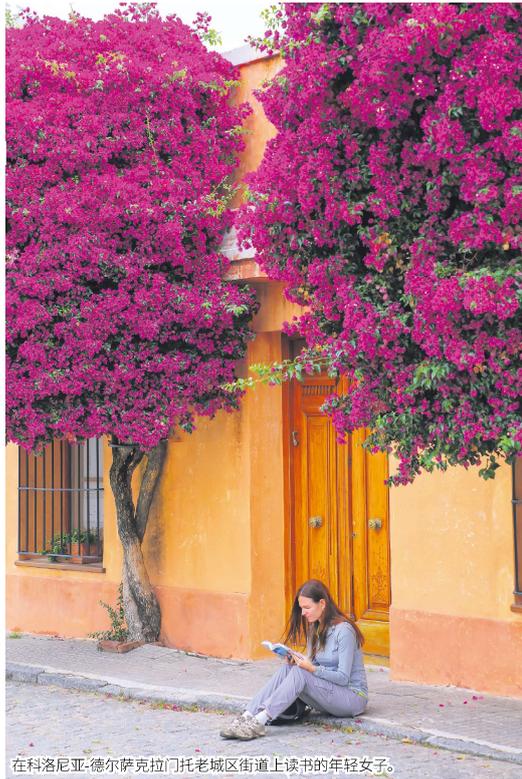
礼仪禁忌

乌拉圭人在社交场合与客人相见或告别时, 一般都以握手为礼。在与亲朋好友相见时, 也有施拥抱礼的习惯。乌拉圭人忌讳“13”和“星期五”。他们认为“13”和“星期五”会给人带来不幸或灾难。因此, 人们平时都设法避讳“13”和“星期五”。他们不喜欢涉及政治方面的话题。他们忌讳颜色中的青色, 认为青色意味着黑暗的前夕, 并会给人以压抑之感, 是一种令人懊丧或倒霉的色彩。他们在饮食中也有所忌讳, 不喜欢吃形状奇异的水产品和两栖类的动物肉。

南美紫水晶

乌拉圭

(下)



在科洛尼亚-德尔萨克拉门托老城区街道上读书的年轻女子。

科洛尼亚-德尔萨克拉门托

科洛尼亚-德尔萨克拉门托 (Colonia del Sacramento) 被当地人称为科洛尼亚, 是乌拉圭西南部科洛尼亚省的首府。位于乌国西南拉普拉塔河北岸, 距离首都蒙得维的亚177公里, 科洛尼亚始建于1680年, 它位于由圣佩德罗和圣罗塔点形成的海面上。

老城区是城市西部边缘占地12公顷的历史街区, 于1995年被宣布为世界遗产, 展示了葡萄牙、西班牙和后殖民风格的成功融合。该城区源于葡萄牙, 与西班牙西印度群岛形成鲜明对比。它的最大特色是狭窄的石头街道, 百年不变。

主要名胜古迹



圣佩德罗角的灯塔 (HalloweenHJB/Wikipedia/CC BY-SA 3.0)

历史中心于1995年被联合国教科文组织宣布为世界遗产。它的建筑融合了西班牙、葡萄牙和后殖民建筑风格。对环境的独特保护使得其街道被用作几部时代电影的外景, 例如玛丽亚·路易莎·本贝格 (Maria Luisa Bemberg) 的《未说出口》



科洛尼亚-德尔萨克拉门托老城

(1993), 主角是马塞洛·马斯楚安尼 (Marcello Mastroianni)。

圣佩德罗角有一座建于1857年的灯塔, 灯塔通身白色, 内部是砖石结构, 灯塔脚下曾经是一座旧建筑的废墟。它有一个带有红色和白色放射状条纹的圆顶。海拔34米, 其特点是每9秒闪烁一次白光, 在晴朗的天气下在相距10公里处仍清晰可见。

叹息街



叹息街 (Banfield/Wikipedia/CC BY-SA 2.5 ar)

叹息街 (Calle de los Suspiros) 是科洛尼亚-德尔萨克拉门托

市最受欢迎的目的地和最著名的旅游景点之一, 位于老城区并有250多年历史, 1995年被联合国教科文组织列为世界遗产。这是一条具有葡萄牙特色的狭窄街道, 不规则几何形状的石头铺地, 从街边向路中线倾斜, 中间形成排水沟。站在这条街上可以看到拉普拉塔河和壮观的日落景象。

这条街上的房子大多建于18世纪上半叶, 有石砌的外墙、瓦片装点的屋顶和陶瓷地板的内饰。门窗很小并保留了最初木制的结构。房子的外墙上还有葡萄牙风格的灯笼照亮, 每当夜幕降临, 昏暗的灯光点缀着朦胧街景, 有着一一种浪漫的气氛。叹息街名的由来在本地有好几个传说版本。据当地人称, 这条街上曾发生过一桩悲剧, 过去这里曾经一直是恋人相遇并约会的地方, 直到有一天一对恋爱中的年轻人, 其中的女子在街边等待她的情人时, 被一个蒙面歹徒用匕首刺中了她的胸口而死去。还有一个说法是, 几百年前, 这是一条将被判处死刑的囚犯带到河边枪杀的通道。一声“叹息”也成了人们对人生无常和生命消逝的一种无奈叹息。

埃斯特角市

埃斯特角市 (Punta del Este) 西语原意为“东部之端”, 位于南纬34度, 距首都蒙得维的亚市130公里, 是乌拉圭闻名的旅游胜地, 许多国际和地区会议在此举行。1988年“八国集团首脑会议”, 1990年各国议会联盟第84届大会均在此召开。埃斯特角城主办了乌拉圭经合国际贸易谈判的开始, 这些谈判最终成就了1994年世界贸易组织的成立。



埃斯特角海滩最著名的手指地标纪念碑

埃斯特角隶属马尔多纳多省, 其前身是十七世纪时兴建的一个小渔村, 曾以“伊图萨因戈村”战役命名。1829年起, 开始有一些工业发展起来, 主要是屠宰场和烟草业。该城地处乌拉圭东南, 是拉普拉塔河汇入大西洋的入海口, 风景优美, 有十多处优质沙滩, 是理想的浴场和疗养胜地。该城东面2公里处是支里蒂小岛, 17和18世纪时曾是荷兰、法国、葡萄牙、英国和西班牙等殖民者设在拉普拉塔河入海口处的军事要塞。岛上现在仍有西班牙1773年修筑的防御工事遗址和大炮等。不远处有一座海狮岛, 岛上矗立着一座50米高的灯塔, 岛的周围栖息着约22万头海狮因而得名。



风景如画的埃斯特角美景

埃斯特角市旅游基础设施比较发达。还有体育和娱乐场所, 周围有一个公园和一个热带植物园。每当夏季时节, 约有70万人次外国游客 (大都来自阿根廷、巴西和智利等邻近国家) 到此避暑度假。有一些阿根廷企业家和商人在海边购置或自建了专供度假的私人别墅。

这里树木四季常青, 林间温泉密布, 园林面积占80%以上。海边多沙滩, 东面称“狂暴海滩”, 西面为“温顺海滩”。有可达800艘游船的码头, 人们可乘游艇到洛沃岛观赏海象群嬉戏。休养中心拥有各种现代化的娱乐设施, 每年夏季, 美洲国家的国际会议常在此召开。

乌拉圭美食



Churrasco

乌拉圭的地道传统菜是Churrasco (烤牛肉), 它一般会附上薯条作为配菜。

Chivitos是一种牛排三明治, 里面夹有鸡蛋、奶油、熏肉、生菜和番茄酱。





# 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



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

### 1)购物中心连墙出售(马赛地区)

包括 17单位(LOTS), 已经全部出租, 建筑面积 3345 平米, 有 120 个停车位, 年租金: 520,000€HT。  
连墙价: 7,000,000€HT(FAI)

### 2)旅馆连墙出售

(法国Centre-Val de Loire大区)  
28 间客房需翻新, 建筑面积 300 平米(位于15000平米的土地上), 带有酒吧, 餐厅, 4号酒牌。适合客房并可扩展。  
连墙价: 155,000€HT(FAI)

### 3)面包店、餐馆连墙出售(18270 Culan)

4号酒牌, 2套公寓(F3+F4), 车库+储藏室+花园。  
连墙价: 205,000€HT(FAI)

联系电话: 06 62 09 89 17 (法语) / 07 81 70 51 70 (法语) 22002

### 餐馆-披萨店出让

(89省 Sens)  
面积120平米, 房租: 1550欧(包杂费), 近市政府, 每隔15天餐馆前都有市政府组织的大型活动。附近没有中餐馆。新装修, 设备新, 带大冷藏室。  
让: 130 000欧。电话: 07 67 80 45 87 / 07 66 37 18 19 (法语)



### 餐馆出让 (88省Charmes)

餐馆座落于城市中心、市政府对面, 120平米, 40个座位+70个露台位置, 3个大的地下室, 餐厅前有停车位。  
新的3/6/9合约, 房租: 12000欧, 营业额高。新装修仅2个月, 由于健康问题而出让。  
有意者请电话联系: 07 57 57 85 22 (法语)



### 餐馆出让(Paris 14e)

位于98 Bd Montparnasse, 位于galerie内, 90个座位。  
厨房新, 500mm烟卤。  
无需装修。房租: 2500€HT, 让: 450 000€。  
电话: 06 50 67 39 43  
Restaurant à vendre au 98 Boulevard Montparnasse  
Dans une galerie, 90 places assises de plein pied, Cuisine neuve, Extraction 500 mm, Rien à prévoir  
Prix: 450 000€  
Loyer: 5 200€  
Port: 06 50 67 39 43 22009

### 三明治店出让

(92 Saint Cloud)  
50个座位, 状态好, 房租: 1740€。  
2019年营业额: 220 000€, 周六、周日和节假日休息, 每年休息5周。  
让: 75 000€。  
电话: 06 14 56 17 19 (法语) 22005

### 快餐店、三明治店出让

(92 Nanterre)  
位于住宅区和办公区, 状态好。  
房租: 1900€。  
2019年营业额: 280 000€, 周六、周日和节假日休息, 每年休息5周。  
让: 215 000€。  
电话: 06 14 56 17 19 (法语) 22007

### 餐馆出让 (Paris 9e)

Restaurant Désir, 位于85 Rue Marguerite de Rochechouart, 面积30m² + 地下室10m², 3/6/9租约。位于商业街, 近地铁和BUS。房租: 13000欧(包杂费, 无TVA), 让: 170 000欧。  
电话: 06 63 17 19 86 (法语) 22003

### 外卖店出让(Paris Rambuteau)

外卖店, 堂吃和外卖, 店面状态好。位于rue Rambuteau, 近地铁站: Rambuteau, 所在街区很有活力, 旅游区, 面对Beaubourg, 近rue du temple和巴黎市政府。  
店面40m² + 地下室15m²。  
一楼有45m²公寓。  
月租: 2500€, 让: 750 000€ (价可议)。  
电话: 06 65 13 32 05 (法语) 22006

### 餐馆出让 (91 Villebon-sur-Yvette)

营业额高, 面积: 90m² (50m² + 地下室45m²)。地址: 65 avenue du Général de Gaulle, 91140 Villebon-sur-Yvette。可营各业, 烟卤符合标准, 配有三相电 (électricité triphasée) 和煤气。  
有专属私人停车位 (位于大街)。  
房租: 1490€ TTC  
有意者请电: 06 02 11 46 54 (法语) 22008



### 餐馆出让(Paris 8e)

地处黄金地段, 香榭丽舍大街附近旺街。100平米, 38+18位露台。附近有办公楼, 生意稳定。餐厅位于街头转角处。近地铁1号线 Georges V和凯旋门Charles de Gaulle。3/6/9合约, 设备齐全, 餐厅状态好, 接手即可营业。因另有发展转让。  
欢迎垂询: 06 22 32 51 47 (中/法文)



### 帮法国人寻女友

法国男士, 目前是装修老板, 善良, 真诚待人。由于平时工作忙, 没时间顾及个人生活。了解他的朋友帮他寻一位真诚交往的亚洲女士, 年龄在40至55岁, 共建美好家庭。  
有意者请电: 07 88 34 54 79 (法语)

### 求租房间 (巴黎或94省)

退休老太太, 今年73岁, 原籍广东, 说国语和广东话, 身体健康, 心细开明, 求租房间。希望找一位华人老年女性一起合租, 希望大家性格容易相处。  
房租: 400欧每月。有意者请联系: 07 83 68 58 24 22002

### 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 Adresse : Kan Zhong Guo  
06 24 45 00 23 169, Avenue de Choisy  
Mail : pub@kanzhongguo.eu 75013 PARIS  
Site: www.kanzhongguo.eu

## 《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

订报人(法语): \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

电话: \_\_\_\_\_

备注: \_\_\_\_\_

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

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)



**2022年9月秋季中文班课程表**

本校开办10余年，老师教学经验丰富，采用现代教学法，学校是法国国家认可的YCT青少年汉语考试考点之一，并协助法国汉语教学协会组织学生参加HSK国际汉语考试。

No. préfectoral省政府注册号: W751225595

级别	教材	上课时间	开课时间
中文 零基础班 A1.1	《你说呢?》	星期六 上午 10h30-12h00 星期日 下午 15h30-17h00 星期日 下午 13h30-15h00	9月10日 9月10日 9月11日
中文 零基础班 A1	《你说呢?》	星期六 上午 10h30-12h00 星期日 上午 10h30-12h00 星期日 下午 15h30-17h00	9月10日 9月11日 9月11日
中文 初级班 A1	《你说呢?》	星期六 下午 15h30-17h00	9月10日
中文 初级班 A1/A2	《你说呢?》	星期六 上午 10h30-12h00 星期日 下午 15h30-17h00	9月10日 9月11日
一级三册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 下午 13h30-15h00 星期日 下午 15h30-17h00	9月10日 9月11日
一级三册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 下午 13h30-15h00 星期日 下午 15h30-17h00	9月10日 9月11日
二级一册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 上午 12h00-13h30 星期日 下午 13h30-15h00 星期日 上午 12h00-13h30	9月10日 9月10日 9月11日
二级一册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 上午 12h00-13h30 星期日 上午 12h00-13h30	9月10日 9月11日
二级二册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 上午 10h30-12h00	9月10日
二级二册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 上午 12h00-13h30 星期日 上午 12h00-13h30	9月10日 9月11日
二级三册 (1-30课)	《标准中文》	星期日 下午 13h30-15h00	9月11日
二级三册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 下午 13h30-15h00	9月10日

**2022年9月 秋季儿童中文班 Franco-chinois 学费320€**

Niveau 1-1	40周	星期六	上午 10h30-12h00	Franco-chinois	9月10日	星期六开学
Niveau 1-2	40周	星期六	上午 12h00-13h30	Franco-chinois	9月10日	星期六开学
Niveau 2-2	40周	星期六	下午 13h30-15h00	Franco-chinois	9月10日	星期六开学
Niveau 3-2	40周	星期六	下午 15h30-17h00	Franco-chinois	9月10日	星期六开学

**2022年9月 英文班 及 英文口语写作班 Anglais 学费320€**

英文初级班 (01-30)	40周	星期日	上午 10h30-12h00	Niveau débutant	9月11日	星期日开学
英文中级班 (31-60)	40周	星期日	上午 12h00-13h30	Niveau faux débutant	9月11日	星期日开学
英文中高级班 (61-90)	40周	星期日	上午 10h30-12h00	Niveau intermédiaire	9月11日	星期日开学
英文高级班 (91-120)	40周	星期六	下午 16h00-17h30	Niveau avancé	9月10日	星期六开学

注意: 课程表中黑色字体标记的课程在Republique校区, 红色字体标记的课程在Stalingrad校区。

→ 报名地点 République校区 3 rue Yves Toudic 75010 Paris 01 42 38 28 84 Stalingrad校区 12 rue Bellot 75019 Paris 01 44 65 92 56

**2022年9月秋季中文班课程表**

本校开办10余年，老师教学经验丰富，采用现代教学法，学校是法国国家认可的YCT青少年汉语考试考点之一，并协助法国汉语教学协会组织学生参加HSK国际汉语考试。

No. préfectoral省政府注册号: W751225595

级别	教材	上课时间	开课时间
中文 零基础班 A1.1	《你说呢?》	星期六 下午 14h30-16h00 星期日 上午 09h30-11h00 星期日 下午 13h30-15h00	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学 9月11日 星期日开学
中文 零基础班 A1	《你说呢?》	星期六 上午 09h30-11h00 星期日 上午 10h30-12h00	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
中文 初级班 A1	《你说呢?》	星期六 下午 13h00-14h30 星期日 下午 12h00-13h30	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
中文 初级班 A1/A2	《你说呢?》	星期六 上午 11h00-12h30 星期日 上午 10h30-12h00 星期日 下午 13h30-15h00	9月10日 星期六开学 9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
一级三册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 上午 11h00-12h30 星期日 下午 15h00-16h30	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
一级三册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 上午 09h30-11h00 星期日 下午 13h00-14h30 星期日 上午 12h00-13h30	9月10日 星期六开学 9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
二级一册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 上午 11h00-12h30 星期日 下午 14h30-16h00 星期日 上午 10h30-12h00	9月10日 星期六开学 9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
二级一册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 上午 11h00-12h30 星期日 下午 13h30-15h00	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
二级二册 (01-30课)	《标准中文》	星期六 上午 09h30-11h00 星期日 下午 13h30-15h00	9月10日 星期六开学 9月11日 星期日开学
二级二册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 下午 13h00-14h30 星期日 下午 13h00-14h30	9月10日 星期六开学 9月10日 星期六开学
二级三册 (16-30课)	《标准中文》	星期六 下午 16h00-17h30	9月10日 星期六开学
三级一册 (01-30课)	《标准中文》	星期日 下午 16h30-18h00	9月11日 星期日开学
三级一册 (16-30课)	《标准中文》	星期日 下午 16h30-18h00	9月11日 星期日开学
中文 高级班 C1	《HSK 5 / 6》	星期日 下午 15h00-16h30	9月11日 星期日开学

**2022年9月 英文班 及 英文口语写作班 Anglais 学费320€**

英文初级班 (01-30)	40周	星期日	上午 10h30-12h00	Niveau débutant	9月11日	星期日开学
英文中级班 (31-60)	40周	星期日	上午 12h00-13h30	Niveau faux débutant	9月11日	星期日开学
英文中高级班 (61-90)	40周	星期日	上午 10h30-12h00	Niveau intermédiaire	9月11日	星期日开学
英文高级班 (91-120)	40周	星期六	下午 16h00-17h30	Niveau avancé	9月10日	星期六开学

注意: 课程表中黑色字体标记的课程在Republique校区, 红色字体标记的课程在Stalingrad校区。

→ 报名地点 République校区 3 rue Yves Toudic 75010 Paris 01 42 38 28 84 Stalingrad校区 12 rue Bellot 75019 Paris 01 44 65 92 56

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

巴黎政府指定的 DILF/DLF 考试中心  
NO. Préfectoral 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 180€, A1 190€, A2 200€, B1 220€**  
日语班 210€, 备考班 300€

**ALPHABETISATION (A/B/C) 语言班 - 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, 填图表 Manuel 教材: Ma Clé Alpha à 18,00€

2022/07/29	08h00-10h00	一三五	8	République
2022/08/25	15h30-17h30	二四	12	République
2022/09/05	08h15-10h15	一二四	8	Stalingrad
2022/09/19	10h45-12h45	一二四五	6	République
2022/07/11	08h00-10h00	一二四	8	Stalingrad
2022/08/26	10h00-12h00	一二四五	6	République
2022/09/30	08h15-10h15	一三五	8	République
2022/07/26	15h30-17h30	二四六	8	République
2022/08/21	09h00-12h00	日	17	Stalingrad
2022/09/12	08h15-10h15	一二四	8	Stalingrad

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

一步巩固实用日常对话, 基础语法 Manuel教材: Taxi 1 à 18,00€

2022/07/03	09h00-12h00	日	17	République
2022/07/08	15h30-17h30	一三五	8	République
2022/08/10	08h00-10h00	一三五	8	République
2022/07/05	10h00-12h00	一二四五	6	République
2022/08/09	08h00-10h00	二四	12	République
2022/07/08	15h30-17h30	一二四五	6	République
2022/08/08	08h00-10h00	一三五	8	République
2022/09/08	10h30-12h30	一二四五	6	République

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/DLF 考试中心  
NO. Préfectoral 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

我校及2012年法国国民教育部国际教学法研究中心(CIEP)指定的TCF法语知识测试约考中心, 法国政府规定申请法国国籍或申请10年签证的人必须通过该项考试。我校还受巴黎大区DILF法语初始证书的考试中心, 每个月第二个星期日本校每月有两次法国教育部认可的TCF法语水平考试。我校可以报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, 可帮助法国公民找工作。

**A2 (A/B/C) - DÉBUTANT 中高级班 200€**

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 2	2022/07/04	15h30-17h30	一二四五	6	République
日常活动与家庭描述, 多种形式描述并件	2022/09/05	15h30-17h30	一二四五	6	République
-B- Unité 3 - Unité 4	2022/08/01	08h00-10h00	一二五	8	République
描述生活方式(文化, 健康, 运动), 给建议与要求, 描述情绪	2022/08/23	15h30-17h30	一二四五	6	République
-C- Unité 5 - Unité 6	2022/07/11	10h00-12h00	一二四五	3	Stalingrad
节日活动, 传统娱乐, 描述事件, 投票选举, 叙述内容, 表达观点	2022/08/02	10h00-12h00	一二四五	6	République
	2022/08/22	08h00-10h00	一三五	8	République
-D- Unité 7 - Unité 9	2022/08/07	09h00-12h00	日	17	在线
	2022/08/25	10h00-12h00	一二四五	6	Stalingrad

**B1 (A/B/C) - DELF B1 中高级班 220€**

Manuel 教材: Le Nouveau Taxi 3

-A- Unité 1 - Unité 3	2022/08/25	08h15-10h15	三四六	8	在线
-----------------------	------------	-------------	-----	---	----

**ATELIERS D'ORAL - 口语课 200€**

能理解并描述日常生活领域(工作, 学习/休闲环境), 能简单解释自己的意见或计划

-B1-A-	2022/09/06	08h15-10h15	二四	12	在线
-B1-B-	2022/08/22	08h00-10h00	一三五	8	在线

**PRÉPARATION AU DELF A2 - DELF A2 备考班 300€**

DELF A2 备考班 - 300€ (听力, 口语, 阅读, 写作, 模拟题)	2022/07/27	10h00-12h00	一三五	5	République
--	------------	-------------	-----	---	------------

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