



PRIMAS IMMOBILIER

VENTE, LOCATION, GESTION

房产中介公司

房屋买卖、出租管理-店铺买卖、出租-店铺、房屋贷款

房产买卖

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

出租管理

把您的房产出租委托给本公司, 我们会像对待自己的房产一样。每月收取房租6%的管理费(已含税), 我们负责处理所有现行法规下的纸张手续。

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



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)



晓东信贷

Courtier en crédit

商业地产贷款

- ▲ 持ORIAS专业认证
- ▲ 25年贷款经验
- ▲ 3000多家店铺贷款实例
- ▲ 争取最优惠贷款条件
- ▲ 购房可申请零利率贷款

电话: 01 44 78 80 68 手机: 06 75 01 79 48

地址: 109 Rue de Paris 94220 Charenton-le-Pont
地铁8号线: Charenton-Écoles

GJW+ Streaming *Feel at Home*

免費電影 無限觀看
高級訂閱 最低費用

\$6.99
美金/月

享85折

輸入優惠碼
Happy15



GanJingWorld.com



文/斯琦 图/Adobe stock
各国新年料理多是传统菜肴，历经历史演变，文化传承，不变的是虔敬祈福的心意。

新年饮食寓意

新

年

快

乐

日本新年食俗 新年不开火吃冷食

日本人在新年元旦吃的年菜称为“御节料理”，其丰盛程度不输中国年菜。新年期间，一般日本人家中是不开火的，因为年神在家里，所以厨房不宜传出叮叮当当的声响。御节料理是主妇们在新年前预先准备好的冷盘料理，具有吉祥寓意。

通常御节料理会被装多层漆盒里，传统是四层，代表四季。琳琅满目的菜式各有寓意：红白是日本喜庆的代表色，红白鱼板用以避邪，白代表净化；鱼卵表示多子多孙；煮小鱼干代表丰收；煮黑豆意味勤奋；金黄色的栗子泥象征开运发财。



左图：
日本年菜：
御节料理

中国腊祭演变 如何才能得灶神眷顾

腊月祭灶历史悠久。相传，每户人家皆有灶神管理灶火，灶神被当成家的保护神，受到崇敬。年底，灶王爷要升天去向玉皇大帝汇报这家人的善恶功过，因此民间有送灶神仪式。供品有饴糖和面做成的糖瓜等，请他老人家甜甜嘴，帮说好话。

汉代有个祭灶致富的故事。阴子方见灶神显像，便以黄羊祭之，后来果然致富，于是后世祭灶更为殷勤。但据记载，阴子方是个大善人，不仅事亲至孝，善良仁慈，而且喜善乐施，造福他人。因此他并非祭灶致富，而是善行招福。



中国送灶神仪式的供品

越南新年食俗 方粽象征大地母亲

越南人有过年吃年糕的传统。早年大家都自己包粽子，烧柴煮粽，大人小孩忙活，热闹包粽准备过年。越南年糕方正，份量很大，以线绑紧实下水煮，拆开后就着线痕，整齐切块。相传年糕源自越南雄王找继承人的考题答案。

古代雄王出考题给众王子：寻找供奉祖先的过年祭品。擅长农耕的郎辽王子从富饶的农田获得灵感，使用糯米、绿豆、猪肉为主料做成粽子，意外获得雄王青睐，成为继承人。传统方形粽也因为象征大地母亲，蕴含晚辈对父母养育的感恩之心。



越南方粽

过年为什么要吃年糕？

文/山平 图/Adobe stock

一年一度的年菜准备，少不了传统佳肴。有哪些年菜一定要吃？传统的滋味又如何？值得细细品味。



新年食物萝卜糕

苏州年糕与“掘地三尺”

苏州年糕故事流传两千余年。相传春秋战国，伍子胥建苏州城墙时，以糯米制砖，埋于地下。

后来吴越战争，城内断粮。苏州百姓记起伍子胥从前的嘱咐，掘地取粮，直到挖到城墙下三尺深时，才发现城砖是用糯米粉做的，因此留下“掘地三尺”的成语。从此，自腊月月中旬，家家户户开始轮流做年糕，过年吃年糕，以表示对伍子胥的纪念，流传至今。

祭祀供品 年糕象征年年高升

最早的年糕可追溯至周代，据《周礼》记载，周代的年度祭祀，已经有米、面类的糕。年糕，谐音“年高”，意味着“年年高升”。

中国古代农业社会，逢年过节

蒸糕点是大事，具有节庆的色彩。中国各地的年糕各有特色，以宁波年糕为例，雪白的年糕，可搭配各种配料和调味，待年糕软化吸饱汤汁，口感软糯又富有嚼劲，食后唇齿留香，令人回味无穷。

宁波炒年糕

食材

宁波年糕片300克、新鲜猪肉丝50克、大白菜叶3片、红萝卜30克、木耳3朵、姜泥1小匙。

腌料：白胡椒粉1/2小匙、芝麻香油1小匙。

做法

- ①年糕用水煮软。
- ②肉丝拌腌料；蔬菜全部切丝备用。
- ③热油锅，下肉丝炒至变色，取

出备用。

④原锅下姜泥，煸出香气；下其它食材，加水煮滚；加年糕，煮至快收汁，倒回肉丝，翻炒均匀，即可盛盘。

美味秘诀：这道年糕料理做法简单，只要把汤汁的味道做出来，放年糕进去煨煮入味即可。



宁波炒年糕

教育好孩子的几个办法

很多父母都很爱自己的孩子，总是想为孩子构造一个健康、快乐且充满爱的成长环境。父母作为孩子的第一任老师，要怎么做才能成为孩子真正的最信赖的人呢？

给孩子健康的家庭环境

有些父母在教育子女时误入了过度溺爱的陷阱，对孩子百般迁就、事事顺从，毫无原则地满足他们的各种需求。在这种环境中成长的孩子往往缺乏自律和责任感，容易形成任性、自私、依赖等不良习惯，这显然与父母营造健康成长氛围的初衷背道而驰。

在一些家庭中，父母常常在孩子面前激烈争执，导致家庭氛围紧张、剑拔弩张；还有的家庭因种种原因长期处于破碎或分离的状态。这样的环境使孩子内心充满不安与恐惧，极度缺乏归属感和安全感，对他们的心理健康和性格发展产生了严重的负面影响。

在生活中，难免会出现一些不可避免的家庭变动，例如父母离异。面对这种情形，父母应更加关注孩子的情感需求和心理引导。要耐心倾听孩子的心声，给予充分的理解与支持，帮助他们正确面对家庭的变化。

此外，父母应避免出现放任不管、过度溺爱或过于严苛等不当的教育方式，更不能因家庭破裂而将负面情绪迁怒于孩子。只有这样，才能最大限度地减轻家庭变动对孩子的伤害，让他们在困境中仍能感受到家庭的温暖与爱，健康、快乐地成长。

让孩子看到希望

几乎所有父母都对孩子的前途抱有美好期待，但在实际生活中，一些父母却把这份期待转化为沉重的压力。他们只顾强调目标和结果，忽视了孩子的内在感受和成长过程，使孩子感受到的更多是无尽的要求和



(123RF)

苛刻的指责。

优秀的父母都明白，在孩子取得进步或表现出色时，及时的肯定和赞扬至关重要。“干得好！”、“太棒了！”这些简短却充满力量的话语，让孩子感受到自己的努力被认可，进而增强自信。

相反，当孩子遇到挫折或表现不佳时，优秀的父母也不会一味指责，而是善于用鼓励的话语点燃希望的火种。“这次没做好没关系，下次一定能行！”这样的鼓励能够让孩子在困境中看到曙光，重新鼓起勇气，继续努力前行。

父母要明白希望的关键在于引导和鼓励，而非单纯的施压。

不与孩子硬碰硬

与孩子相处时，绝不可采用赌气或硬碰硬的方式。对心理和情感尚未成熟的孩子而言，“激将法”不仅难以起到激励作用，反而可能伤害他们稚嫩的心灵，激发逆反情绪。成年人还要具备一种难得的品质——敢于承认自己的错误。在孩子面前，我们并非永远正确；一旦意识到自己的失误，应及时、真诚地向孩子道歉并认错。

如果父母总是知错不改，或因面子问题不愿在孩子面前低头，认为这样会失去尊严，那么这种错误的行为模式很可能被孩子模仿。久而久之，孩子也会变得固执己见，缺乏反思和改正错误的能力。

言传身教

在孩子的成长环境中，父母、兄弟姐妹、亲友、老师以及各种社会关系都像活生生的教材，时刻对他们产生深浅不一的影响。

母亲的言行举止往往成为女孩模仿和学习的榜样，塑造她们的温柔、细腻与坚韧。父亲则以自己的担当、勇气和智慧，为男孩树立榜样，引导他们成长为有责任心、有担当的男子汉。

在家庭之外，孩子所接触的社交关系和常去的场所同样重要。青春

期是价值观塑造的关键阶段，父母应特别留意孩子喜欢观看的影视作品，了解他们崇拜的偶像形象。这些偶像所传递的价值观和行为方式，往往会在不知不觉中影响孩子的认知与选择。

如果发现孩子结交了不良朋友，父母不应草率地切断他们的交往。孩子内心渴求友谊，害怕孤独。某些孩子之所以与“边缘”同龄人相伴，可能是因为搬家、转学等环境变动，使他们在新环境中难以迅速找到朋友，陷入孤独。

此时，父母应以理解和包容的态度，深入了解具体情况，真诚地与孩子沟通，引导他们走向更健康的社交关系。

给孩子自由成长的空间

应该从小就培养孩子的独立意识，给他们留出足够的心理空间。父母不必事事围绕在孩子身旁，虽然出于关心和照顾的初衷，但是孩子往往会认为这是过度的约束。还要注意尊重孩子的隐私，让他们拥有自主权和决定权。

在对孩子进行管教时，父母应把握关键点，并依据孩子的年龄阶段采取不同的方式。年幼的孩子在生活和学习上可能需要较为细致的指导，但也应适度留给他们锻炼独立性的空间。

进入青春期的孩子对父母事无巨细的询问和唠叨最为反感。虽然他们表面上不爱搭理，但并不代表听不见父母的话。

因此，父母不必反复重复同一内容直至得到回应，这只会激起孩子的抵触情绪。

可以提前告知孩子，无论是好事还是坏事，只说一次；若他们不听而导致后果，责任自负。与其成为让人厌烦的唠叨者，不如适度放手，让他们偶尔出现失误，从中获得教训。

如何让孩子不再对电脑、手机上瘾？

在这个电子化、信息化的时代，我们享受着科技带来的便利，却也不得不面对随之而来的“诱惑”。这种诱惑屡屡被人提及，并且已经毁掉了无数孩子的未来——那就是各种成瘾问题。无论是游戏成瘾、电脑成瘾还是电视成瘾，一旦孩子陷入其中，往往会对孩子产生深远的负面影响，甚至可能毁掉他们的人生。

有一位网红博主曾无奈地表示，女儿才13岁，就已经离不了手机、电脑了，孩子是屡教不听，屡教不改。生气到了极点时，他摔坏了女儿2部手机。随后，他觉得自己这个月的时间，就如同生活在噩梦中。

老师时常找博主反映，孩子在校里总是和同学聊动漫，甚至在课堂上还会画动漫人物，根本不听讲。还有一次，晚自习时几个孩子不认真学习，他们偷偷溜进厕所，用手机观看动漫。周末作业方面，女儿总是磨磨蹭蹭，常说作业太难、还没做完，或是要和同学一起做。

更让人吃惊的是，他还亲眼目睹孩子只用了一分钟的时间就草草的做完了一张英语选择题的试卷，随后装作若无其事地走出来说：“爸爸，我的英语作业已经做好了，可以玩会儿电脑吗？”

他当场就炸了。当着女儿的面，他把电脑给砸了。

孩子愤怒地问：“凭什么你们能玩手机、看电视，我却不能？”博主回答说：“因为我是大人，我自己养活自己，我有资格看！”



(123RF)

孩子大吼：“这不公平！”

博主感到十分困惑，难以理解为何孩子会变成现在这个样子——只为玩电脑、追自己喜欢动漫，作业敷衍了事，课堂上不专心听讲，还经常与父母顶嘴……

其实，可能站在孩子的角度上，他们也同样感到不解：为何父母可以随意玩手机，而自己却不被允许看一会儿喜欢的动漫？面对枯燥的学习，他们只想找点有趣、自己喜欢的内容来放松罢了。

为什么现在的孩子离不了手机、电脑？为什么孩子们不能像我们小时候那样安安静静坐在桌前学习呢？为什么孩子总是和父母争吵、辩论，对父母的建议嗤之以鼻？

可能的原因是孩子内心的匮乏。对于成年人而言，在人生陷入迷茫的阶段，往往更容易染上网络成瘾或游戏成瘾。相较之下，孩子出现类似问题往往源于缺乏足够的关注与情感满足。

内心的空虚让他们倾向于通过电视、游戏等方式来填补情感的缺口。当孩子在心灵上产生了孤独感，就会从游戏、视频上去寻求安慰。

这时，父母要多抽时间陪伴孩子，例如一起阅读、共同完成作业、外出踏青、一起做家务、陪同参加培训课程，或是陪伴他进行适当的体育活动或者旅游等孩子比较感兴趣的户外活动。

如果孩子还是想玩游戏，可以

跟孩子在玩游戏前先明确责任，家长要与孩子约定游戏前的规则。比如，只有在作业全部完成且正确无误、已经掌握相关知识后，才能玩游戏；再如，平日每天最多只能玩一局，周末可以适当放宽至两局。

通过这些约定，孩子能够认识到，除了游戏之外，还有许多更重要的任务需要完成。休息是可以的，但前提是要学会自律。

我们一定要记住孩子自制力是很弱的。其实每个人在面对自己感兴趣的事物时都容易失去控制，未成年的孩子更是如此。他们会反复沉浸在自己喜欢的玩具或活动中，玩手机、刷短视频更是让他们对屏幕上的信息和内容产生强烈的兴趣。

在尊重孩子的前提下，家长可以和孩子一起商讨时间安排，帮助他更合理地规划日常生活。

要帮助网络、游戏成瘾的孩子，首先要以关心而非担忧的姿态与他们沟通，以诚相待，主动了解他们在网络世界里的活动内容，明确沉迷其中带来的负面影响。

在交流时，要站在孩子的立场上体会他们的想法，肯定他们的优点。通过正向互动，建立合作的伙伴关系，让孩子看到自己的长处，激发他们愿意与现实生活中的人交往，摆脱逃避，愿意过真实的生活。

避免当面指责或质问，别一味责怪孩子。陪伴他们一起面对挫折，帮助他们鼓起勇气从跌倒的地方站起来，而不是让他们躲进网络里。

寓言故事

老鹰与乌鸦

春天，温暖的阳光洒满了美丽的草原，到处都是肥嫩的牧草。羊群悠闲地享受着这自然赐予的美味，谁也没料到死神即将到来。

突然，一只硕大的老鹰箭一般地俯冲下来，两只利爪猛地抓起一只羊羔，还没等牧羊人反应过来，就如旋风般飞走了。

乌鸦躲在一棵大树上，目睹了这一惊险的一幕，被老鹰勇猛果敢的行为深深震撼了，内心深处，对老鹰佩服得五体投地。他心想，老鹰能行，我也一定能行！他决心效仿老鹰去抓一只羊来吃。

一天，一只山羊正聚精会神地吃草，乌鸦看见机会来了，突然展开黑色翅膀，学着老鹰的样子从高空猛地俯冲下来，再用利爪抓住那只山羊，却无奈地发现利爪不但没能抓住山羊，反而被山羊的羊毛缠住，无论如何都无法挣脱。

可怜的老鹰拼命地扇动翅膀，可就是不能像老鹰那样旋风般飞走。最后，挣扎得筋疲力尽的乌鸦，眼睁睁被牧羊人活捉了。

牧羊人把它带回家后拴了起来。孩子们问这是什么鸟，怎么会被抓住？牧羊人笑道：“哈哈，乌鸦也想学老鹰来偷羊吃，却不知道它根本就沒有老鹰的本领。”

这个故事告诉我们：不能一味模仿别人，凡事要根据自己能力的大小，量力而行，否则只会落得如乌鸦一样失败的下场，贻笑大方。

兵仙韩信(6)

天人之勇 国士无双 功高盖世 光耀万代

(接上期)

文/五千年辉煌神传文化之千古英雄人物研究组

韩信在东边平定齐国之时，刘邦在广武被项羽射中了胸部，后来围钟离未果又被项羽反戈一击被迫退走险阻，一心盼望着韩信摆平齐国之后来救援他。看到韩信的书信，不由勃然大怒，当着使者的面大骂。旁边的张良连忙踩了一下刘邦的脚，提醒他局势危机，不如好好对待韩信，让他守住齐国。如若齐国发生变故，形势会更加不利。

刘邦工于心计，立刻明白孰轻孰重，马上改口说：要就当个真王，干嘛要当假王？于是派张良为特使，带着印绶来到齐地，封韩信为齐王。张良走时又带走了韩信的大部分兵力到荥阳和项羽决战。

后人大多认为韩信的悲剧始于这次自请封王的举动。持这种观点的人忽略了刘邦和韩信最根本的性格，只看到某一点上的表面现象。首先，设立齐王是形势的需要。刘邦看不到这点或不愿意想到这点，韩信直言上书是忠臣之举。那么谁适合在齐地主政呢？韩信在齐地连打胜仗，声望如日中天，除韩信之外，确实没有任何人可以稳定齐国的局势。其次，韩信为刘邦立下赫赫战功，就算真的论功请赏，封他为齐王，也毫不为过。第三，刘邦对韩信的嫉妒、打压和排挤并不是从韩信封为齐王才开始的，而是从离开汉中就开始了。每次都在身处绝境时才起用韩信，情况稍微好转就剥夺韩信的兵权或是限制韩信的发展。虽然韩信一直以忠报怨，对汉室忠心耿耿，也没能感化刘邦。

十、武涉劝进

虽然刘邦连个王都不愿封给韩信，但韩信的功劳和才能是天下人有目共睹的。很多有识之士看出韩信才是左右大局之人，可以一统天下。如果韩信靠向刘邦则汉胜；倒向项羽则楚赢；如果自立为王则天下三分。项羽来自自信天下无敌，看不起智谋和兵法。龙且之死给了他当头一击，左思右想之后，他请能言善辩的武涉前去游说韩信。

武涉的家乡和淮阴毗邻，算是韩信的乡邻，素以口才见长。武涉来见韩信，分析了刘邦的为人，历数了他种种贪得无厌、背信弃义、翻脸无情和以怨报德之举，如此不讲信义反复无常之人怎么能依靠呢？刘邦没有和韩信翻脸，是因为要借助韩信对付项羽。一旦项羽消灭了，下一个就轮到韩信了。像韩信这么聪明的人难道一定要为汉王效力而使自己身处险境吗？

武涉的游说一语见血、入木三分，但韩信不为所动，表达了“虽死不易(改)”的忠诚。他要武涉向项王致歉。武涉见韩信态度坚决，也只好悻悻而归。

武涉走后，韩信的心腹蒯彻也来和他讨论相同的话题。他深知韩信轻利重义，有恩必报，所以假托相面向韩信进言。他自称受高人指点，深谙相术奥秘，从骨相、面容预测命运，一向灵验。韩信果然很感兴趣，请蒯彻为自己相面。

蒯彻让韩信屏退左右，一语双关地说：“只看您的面相，最多不过封侯，而且还有危险。但看您的背，则贵不可限量。”这里蒯彻说的“背”意指背弃汉王，“面”是相对“背”而言，意指忠于汉王。



明人绘韩信像轴(公有领域)

他进一步阐述道：天下大乱之初，俊雄豪杰振臂一呼，万人云集响应。大家的目的是推翻秦朝。现在变成了楚汉相争，连累无数无辜之人肝脑涂地，骸骨暴露于荒野之地。项羽虽然起势很好，威震天下，但如今受困于成阜一带，三年不能突破；汉王率领十万大军，在洛阳一带凭借有利的地形，一日数战却无寸土之功，连连败退，他们都是智勇不足之人。如今双方的锐气已尽，财力空虚，百姓厌战已久，盼望安定，但没有可以依靠的力量。当下的情况，没有圣贤大德之人难以平息天下的祸乱。现在两个王的命运都掌握在您的手里，您帮汉则汉赢，帮楚则楚胜。我愿意为您披肝沥胆，献上计策，就怕您不愿意采用。按我的计策，最好是两不相帮，您与他们三分天下，鼎足而立。以您的圣贤才能，加上强大的兵力和齐、燕、赵代的大片疆土，就可以把刘项两家强制住。我们顺应民意，天下人一定会来响应我们。再怀诸侯以德，以礼相待，诸侯们一定前来归顺，天下就属于于齐了。常言说“天与弗取，反受其咎；时至不行，反受其殃”，请您一定慎重考虑。

韩信说：汉王对我有恩，我听说乘人之车者载人之患，衣人之衣者怀

人之忧，食人之食者死人之事，我怎能因为自己的私利而背信弃义呢？

蒯彻说：“足下自以为善汉王，欲建万世之业，臣窃以为误矣。张耳、陈余乃同生共死的刎颈之交，巨鹿之战时因为小小误会变成不共戴天的仇敌，欲置对方于死地而后快。祸患生于多欲而且人心难测！将军和汉王之间的情谊不能和张耳和陈余当初的感情相比，而和汉王之间的误会却远远超过了他们之间的矛盾，为什么坚信汉王不会加害于您呢？有言道：野禽尽，走犬烹；敌国破，谋臣亡。从前大夫文种复兴了被消灭的越国，帮助勾践坐上霸主的地位，自己却落得功成身亡。这两个例子还不能说明问题吗？我听说勇猛有谋使君主畏忌之人自身是危险的，功劳盖世的人得不到赏赐。您涉西河、虏魏王、擒夏说、引兵下井陘、诛成安君、徇赵胁燕定齐、南摧楚人之兵二十万，东杀龙且，向西破捷，就是您所说的盖世无双的功劳和天下无二的谋略，如果去归附项羽，他也不敢信任您；如果归附汉王，汉王也必然心存顾虑，您还能去归附谁呢？处于人臣的位置上，功劳却比谁都高，您很危险了！”

韩信止住了蒯彻的话：“先生不要说了，我好想一想。”



明人画张良像轴(公有领域)

过了几天，蒯彻看韩信没有动静，又去游说：“善于听取意见是成事的关键，时机易失难得。请您一定要仔细体察。”韩信始终不愿意背叛汉国，蒯彻深知事关重大，如果他们的对话泄露出去绝对是灭门之祸，于是佯狂为巫，逃离他乡。

韩信始终没有自立为王，最后的结局真的印证了武涉所说的“项王今日亡，则次日取足下”的预言。后人对此评议颇多。许多人不能理解韩信“宁可天下人负我，不可我负天下人”的心胸，把他轻生死重然诺的行为贬称为“愚痴”，也有后人说韩信的盖世才华只在军事方面，在政治上则远非刘邦的对手。其实韩信在战场上的胜利靠的并不是兵多将广，往往是处在绝境或弱势中以非凡的智谋取胜。这种智谋不仅需要细致入微的观察力和审时度势的精准判断，也需要超越常人的果敢和气势，这种智慧在哪里同样也是无人可与之抗衡的。韩信不为之也！

这就是历史的韩信！老辣多疑的刘邦其厚颜无耻的程度古今历史鲜有出其右者，并非智力胆识有过人之处。事实上，楚汉战争的所有重大成果都是韩信打下的，刘邦最大的业绩就是把别人的功劳都集中到自己的手里而已。

十一、四面楚歌

项羽策反韩信失败，自己又四面受敌，十分焦虑。刘邦也因为屡战不胜而心力交瘁，便提出“中分天下”和项羽讲和，商定划鸿沟为界，东归楚，西归汉，休兵罢战。项羽把刘邦的父亲和妻子送回汉宫，于公元前二零二年九月引兵东归。刘邦也打算收兵回关中。

张良和陈平有不同的看法，他们说：汉有天下大半，又有诸侯的支持，现在楚兵粮尽兵疲，乃天亡楚之时也。不如趁机取之。刘邦采取了这个建议，利用项羽东撤之机突然发起攻势，同时约韩信、彭越南下合围楚军。刘邦急躁冒进，在韩信、彭越到达之前就追击项羽至河南固陵。当时英布和刘贾被楚兵牵制在寿春一带，刘邦孤军面对项羽。

项羽早想和刘邦一决高下，加上对汉军违约的愤怒，项羽身先士卒，楚军排山倒海般冲向汉军。刘邦大败，只得坚壁自守。这时，他又想到了韩信，便问计于张良如何才能请韩信出兵解围。张良知道刘邦能与项羽

抗衡皆因韩信之功，外加彭越和英布辅助削弱了楚军的力量。现在楚国将亡，而这几个功臣却寸土未封。特别是韩信，他历次征战所得的土地、兵将、物资全被刘邦强行拿走，而只留一个相国的空名，于情于理都难以再次开口求人。于是建议将项羽的土地分给这几位功臣，再请求他们解固陵之围。刘邦别无良策，只能忍痛答应。

在接到刘邦命令之前，韩信已经开始着手围攻项羽。他先派能征惯战的灌婴在项羽的后方发起攻击。灌婴纵横驰骋，以风卷残云之势占领了北到齐地南至广陵(江苏扬州)的大片土地。当刘邦向韩信求救时，韩信亲自披挂上阵，带着十万大军呼啸南下。战局随之急转突变。

当时，楚国的军队主要集中在固陵和寿春一带，都城彭城则防守薄弱。韩信审视全局，决定避开固陵而直接占领彭城。他先与灌婴的人马会合，在下邳击败了项声，斩杀薛公，又一鼓作气攻克了薛、留、沛等县，一举攻占了彭城，俘虏了项羽的柱国(宰相)项佗。

彭城一失，楚军便失去了依托。项羽极为恐慌，立刻放弃固陵，率兵向垓下撤退。韩信则转锋西上，与刘邦会师于颍乡(即河南鹿邑)。英布和彭越也随后赶到，刘邦的各路人马会合，势力大增，便跟踪追击楚军至垓下。一时间，从关东到中原，从中原到齐鲁，连绵数千里，人马跃动，震动天地。楚汉最后的决战即将拉开序幕。

项羽兵至垓下(今安徽灵璧县南)，望着汹涌扑来的汉军不禁仰天长叹，悔不该当初放了刘邦，还受骗与他和议。如今他背约发兵，使自己身陷汉军的包围，无路可走。不过项羽英勇一世，这种众寡悬殊的对比早已司空见惯。当年在巨鹿的决战中，他曾经以三万人马大破秦军四十余万；彭城之战，他又以三万兵马打败了五十六万汉军。他这一生中，还没有在战场上败过。这次，他身边没有十万大军，还可以创造奇迹。他把兵力集中一处，计划先瘫痪汉军的指挥部队，然后乘机突围。

但项羽忘了这次他的对手不再是章邯、刘邦之辈，而是天下无双的韩信。所有的人，包括刘邦，都认为只有韩信才是项羽的真正对手。刘邦请韩信担任汉军的统帅，指挥七十万大军。韩信非常了解项羽，他预料到项羽的部署，针对楚军战斗力强、善于正面突破的特点，及汉军数量又占多数的情况，设计了一个堂堂正正的五年阵：韩信自己率三十万大军为前阵，将军孔熙在左，费将军陈贺在右，刘邦率大军居中，周勃、樊哙殿后。

五军陈布好，韩信觉得决战的时机成熟了，于是命令士兵冲楚营高喊：

人心皆背楚，天下已属刘。
韩信屯垓下，要斩霸王头。
项羽听了，气得七窍生烟，随即披挂上阵，带领楚军出列相迎。只见项羽端坐马上，如天神般伟岸。骏马豪壮，虎啸龙吟，仍然有着不可一世的冲天霸气。

面对具有哀兵之势的楚军，韩信的兵马很快处于弱势。韩信按照事先预计的方案，令中军后退，避开楚军的锐气。韩信后退，项羽就向前追击。这时，事先安排在两侧的接应部队突然杀出，猛攻楚军的侧面。

(未完待续)

八块钱买生死提醒 “死了么”APP爆火

【本报综合报导】最近一款名叫“死了么”的App火了，而且火得有点特别，它是八块钱的付费软件，功能很简单，设置紧急联系人，每天点一下签到。如果连续两天没签的话，系统就会给你的联系人发邮件提醒。就这么一个功能，让它在1月10日迅速冲上了苹果付费软件排行榜的榜首。

据陆媒报导，“死了么”是为独居人群专门打造的一款轻量化安全工具，是由月境（郑州）技术服务有限公司所开发的软件。目前该APP只在中国苹果应用商店（App Store）上架，安卓系统暂时还没有推出，而且定价已从免费改为8元钱。

据悉，用户安装后，可设置紧急联系人的电子信箱，并且每天完成签到。如果用户连续多天没有签到，系统就会自动向紧急联系人发邮件提醒。而且，这款APP还支持绑定智能手环，从而监测用户的生理体征，并触发紧急预警。

虽然名字听起来不是太吉利，但是这款APP确实是爆红了。创始人吕先生在接受媒体采访时说，项目大约是在2025年年中立项的，APP的实际开发时间还不到一个月，初始投入成本才“1000多块钱”人民币。

吕先生说，“有想过会火，但没想到有这么火。”“增长是这两天开始的，下载量比之前涨了100倍以上，而且现在其实还在往上走”。目前该APP的估值在1000万元以上。吕先生说，他们团队只有3人，还都是“95后”。

“虽然说开发此软件的想法是好的，但是我觉得这东西真是鸡肋啊，首先只有苹果用户能下载，再一个就是，现在谁有谁会看邮件呢？最起码你得发个短信，现在都没有人看短信，怎么的，你也得用虚拟号码发打个电话。说到发邮件，说句不好听的，如果这个人已去世，臭了，那个收邮件的紧急联系人联系不了。”对中国人来说，“死”这个字总让人觉得不是太好说出口，不少人都批评“死了么”的名字听起来不吉利。很多网友说，太直接，不吉利，建议改成“活着么”。

网友对此议论纷纷：应该叫“活



“死了么”的App

着么”App：“没有监护人，多日未签到平台联系谁？”也有人藉题发挥调侃说：“我马上开发‘结婚了吗’、‘离婚了吗’，夫妻30天内不共同打卡算自动离婚。”

虽说是玩笑话，但这个软件的爆火，也确实引出了一个现实问题，在独居人群不断增加的当下，加上工作压力越来越大，单身或离异的年轻人和中年人群中，经常传出猝死的消息。因此这款App确实戳中了很多人的痛点，尤其是独居人群内心最深处的那份担忧。

例如，有网友就说出自己的经历：“我是在86年出生的，今年虚岁41岁了，社保交的是灵活就业，等到我退休，工资2000多元钱。我没有儿女，已经离异，我等以后退休了，该怎么办？谁能给我说说吗？我特别焦虑，现在都抑郁了。”

还有一个个案，更让人觉得无语。2025年10月，上海46岁的独身女子蒋女士突发脑溢血，被送进医

院ICU，因手术需要其家属签字，但她父母双亡，自己没有结婚，也没有孩子。

公司翻遍她的通讯录，才找到她父亲的表侄吴先生帮助签字做手术，吴先生还帮助她垫付了手术费等费用。蒋女士两个月后去世，上海民政部这时出来声称，“依照《民法典》，要接收蒋女士的全部遗产，包括银行里的几百万元存款，说是要‘用于公益事业’云云。”

吴先生要求从蒋女士的存款里拿出一部份钱，偿还他垫付的4万元手术费和购买墓地，但却被街道办“依法”拒绝，并说，最多给蒋女士“安排海葬”，如果吴先生要买墓地，就得自己掏钱，并负责墓地的后续费用。而他垫付的4万元钱，则要等到民政部门走完遗产清算程序，说不定得半年甚至是更长时间，能不能把钱全额要回来都是未知数。

网友们怒斥说：“辛苦一辈子的血汗钱，怎么就不能花在自己身

上？”“割得干干净净，榨得一滴油不剩”。而这正是真实发生在当下的一个实例。

“一款95后用一个半月时间做出来的简单工具，为什么能瞬间引爆网络，因为它赤裸裸地戳中了一个上亿人共同的社会痛点。如果我独自生活，突然出事，谁会知道？谁能帮我？”

“有数据显示，中国20~49岁的独居中青年已经超过1.1亿，在未来，越来越多的年轻人选择或不选择地正在走向一人户的生活。我们享受独立和自由，但蒋女士的事件像一面镜子，照出了这份自由背后被忽略的脆弱性。”

这或许也能揭示出，为何“死了么”App受到追捧的原因。蒋女士拥有几百万元的银行存款，还走得如此凄凉。而对很多中青年人来说，生活更像是做牛做马。

一名男士分享了他的见闻，听了让人十分心酸。

“我今天在平台上叫了一个货拉拉，63公里，78块钱。货拉拉司机在路上跑了两、三个小时才到我这里下货，我问他，‘60多公里，你跑了两、三个小时？’货拉拉司机连声给我说对不起，对不起，千万别给我差评。”

该男士随后了解到，原来这名司机在路上车胎破了，他花30元钱补轮胎，充电花12元，吃一碗面花6元钱。这一单78元基本上是白跑。

“为什么现在底层人活得很艰难？”男士说，他听了心里很难受。这名司机是一家之主，一家人就指望着他养家吃饭，可是他从白天跑到晚上，一天最多才能挣200块钱。而像他这样的人现在太多了。

的确如此，现在的中青年人群，不但面临着失业的压力，还要背负沉重的房贷，以及养育孩子和赡养老人的责任，处处都要花钱，而大多数人挣的工资却并不多，普遍是3000-5000元钱。

而近期发生的一件苦中带笑的事情，也能反映出这一点。

有网友发现视频称，在网上买了两只马年吉祥玩偶，收到后发现一只小马玩偶的嘴巴缝反了，一副要哭的表情。

“笑笑马无人知，哭哭马出现天不晓。网友买了两只马年吉祥物，发现其中一只的嘴巴缝反了，开心马变成了哭哭马，鼻孔全长到下巴颏上了，商家和厂家看到了，说实在抱歉，我们也笑死了。厂家把哭哭马留给了网友，并补发了一个新的。”

结果随着该视频的传播，网友纷纷找该商家要求订购“哭哭马”玩偶。

商家老板告诉媒体说，已经开了十几条生产线，加班加点生产“哭哭马”，但还是供不应求。

网友对“哭哭马”的意外走红都说出了心里话：“可以说明当下老百姓的心理状态。”“跟牛马一个表情。”“买家：它不开心的样子好像被压榨的我啊。”“每一位牛马都能共鸣吧。”“哭哭马，像极了我上班的状态。”

很多来自农村的“牛马”们在为生活全力以赴地打拼时，他们年迈的父母也在老家苦苦煎熬，无人照顾。

价格低到离谱 河南大叔在农村开蛋糕店

【本报综合报导】近日，河南周口一家乡村蛋糕店因低价走红，一个纸杯蛋糕只要1元（人民币，下同），一个4寸小的蛋糕仅卖5元，如此低的价格令网友震惊。

根据抖音账号“李大叔蛋糕房”发布的系列视频，店主李大叔在周口农村的家里开了一个蛋糕店，位置较偏僻，但不收房租。

李大叔直言，农村消费水平有限，定价高了没人买，所以他卖的蛋糕价格都很低。

视频中显示，一个纸杯蛋糕只要1元，周六休息日他还会送20个免费的纸杯蛋糕给小朋友吃。

李大叔做的4寸小蛋糕，最便宜的只要5元。给小朋友订做的生日蛋糕一般都是6元、8元，加上包装盒才10元。李大叔的低价蛋糕的视频在网络上意外走红，单条视频点赞最多的超过了120万。不少网友留言称：“5块钱这样一个蛋糕，在其它的蛋糕店，这种形状要二、三十元。”



李大叔和他蛋糕店卖的蛋糕



“亲民价老板啊！没有更优惠的蛋糕坊了。”“叔，你这个在我们这至少卖38元。”

超低价蛋糕吸引了不少顾客，李大叔在1月16日接受媒体采访时说，自己以前学做过蛋糕，外出打工多年。近期，为了照顾父亲返乡，在家里开了一个蛋糕店。

他介绍说，自己的蛋糕都是用国产的动物奶油加乳脂制作，水果多为本地批发的。10元蛋糕仅包装盒成

本就要1.5元，利润微薄。起初他指望赚多少钱，不料宣传视频意外爆火，订单多了很多，现在已经叫两个儿子来帮忙。

在一条视频中，李大叔对做蛋糕的同行喊话，称他的蛋糕价格都比较高，请大家多包涵。他还说只做了2、3个月，过完年可能还要外出打工。

有网友猜测，可能是李大叔的蛋糕定价太低，令一些同行不悦了。

学生“趴桌午睡”要收费

【本报综合报导】近年来，中共财政吃紧，经常以各种名目乱收费，如今这种乱象已蔓延至学校。

近日，一名中国网红爆料称，有家长向他透露，广东一所学校通知家长缴纳下学期的学杂费，其中一项是趴桌午睡的费用为250元。消息一出，引发热议。

据大陆媒体报导，长期关注中国教育议题的网红“乔木”，近日在社交平台发布影片爆料，广东省清远市清城区的博雅实验学校，将学生“午休”纳入学杂费的收费明细中。

他晒出学生家长提供的下学期缴费通知单，其中一项费用为“午休”。通知上列明，若在教室桌上休息，每名学生收费250元；若要床位，则收费600元。

1月6日，乔木亲自打电话给博雅实验学校进行确认。校方承认真有此事，并声称250元是“午休服务费”，是让老师在教室里照看孩子。当被问及这项收费是否有向相关部门备案，对方也给出肯定的答案。

1月9日，有媒体记者致电清城区教育局询问，接线人员告知学生在学



广东博雅实验学校的学杂费通知单。

校教室里午休是不允许收费的。对方还表示，之前也有接获类似投诉，这次会再次发布通知，责令校方取消此项收费。

其实，上述学校向学生收取午休费用并非个例。2025年11月，河南洛阳瀍河区的君河湾小学，被爆出每名学生一学期收115元午休费。2023年8月，广东省东莞虎门捷胜学校，被爆出一学期收取200元教室午休午睡费；带垫子躺平收费360元，带床位则收费680元。

对此，网友们纷纷表示：“学校说，这钱是‘午休服务费’，有老师看着。可问题是，孩子在本该属于自己的教室里休息，课桌和椅子都是公家的，老师看护孩子难道不是本职工作的一部分？这钱收得真不啻不耻。”

从神韵风靡法国说起 芭蕾之王路易十四

文/远山

被誉为“芭蕾之王”、“太阳王”的法国国王路易十四，不仅是法国历史上最伟大的君主，更是西方古典舞体系的奠基者。在他的推动下，芭蕾舞从宫廷娱乐走向规范化，最终成为西方古典艺术的重要象征。也正是在这片孕育了古典芭蕾的土地上，一支以中国古典舞为核心、以复兴传统中华文化为使命的神韵艺术团，近年来悄然崛起。东、西方两大古典舞体系在法国相遇与对话，构成了一幅跨越时空的文化图景。

2026年美国神韵艺术团世界巡演之际，将在法国横跨15座城市，举办至少99场演出，预计吸引125万观众。更令人惊讶的是，在开演前，神韵已在法国各地掀起抢票热潮：9座城市共计17万张票全部售罄，甚至连2027年的演出，也被提前预订了1.5万张票。

在当下全球表演艺术市场低迷的背景下，这无疑堪称票房奇迹。更具意味的是，神韵艺术团主要由一群热爱中国传统文化、以中国古典舞为专业的年轻人组成。他们在被视为西方时尚与艺术高地的法国，成功站稳脚跟，并迅速赢得了主流观众的热烈追捧。这一现象，已不只是商业上的成功，更呈现出深刻的文化内涵。

中国古典舞与芭蕾舞，分别代表着东、西方两套彼此独立而完整的古典舞蹈体系。而西方古典芭蕾得以确立规范并走向辉煌，正是在法国“太阳王”路易十四统治时期完成的。后世谈及芭蕾舞的先驱，几乎无一例外都会提到这位国王——正是在他的推动下，芭蕾舞第一次迈出了成为独立艺术形式的关键一步。

路易十四出生于1638年，他的父母是国王路易十三和来自奥地利的王后安妮。不幸的是，几年后路易十三就撒手人寰，留下年仅5岁的小路易十四成为法国的新统治者。

在他10岁那年，投石党在法国掀起了暴乱并挑战王权。之后，可怕的内战持续了将近5年，期间年幼的路易在暴乱中两次逃出巴黎。后来，路易十四把皇宫搬出巴黎，在巴黎西南郊建立了彰显王权荣耀的凡尔赛宫。他把地方封建贵族聚集在凡尔赛宫居住，将整个法国的官僚机构集中到他的周围。不过问题也随之而来：如何让这些桀骜不驯的贵族心甘情愿地承认王权的至高无上？路易十四给出的答案，出人意料却极为有效，那就是芭蕾舞。

在17世纪的欧洲，舞蹈远不只是消遣，它是一种身份语言，是贵族修养与社会等级的象征。贵族子弟必须通过规范而优雅的舞步，展示自身的教养与气度。作为摄政王后的安妮深知此道，她为年幼的国王延请当时最优秀的舞蹈教师，并亲自鼓励他在宫廷舞会上登台亮相。

路易十四的舞蹈天赋很快显露出来。他对舞蹈的热情远超同龄贵族，其勤奋程度甚至令人侧目。他的导师之一，正是后来确立古典芭蕾规范的关键人物——皮埃尔·博尚（Pierre Beauchamp）。在博尚的严格训练下，年轻的国王不仅掌握了复杂而严谨的舞步体系，也历练出远超常人的身体控制力与舞台表现力，其技艺之娴熟，堪称专业水准。

进入青少年时期，路易十四对舞蹈愈发热爱。清晨起身要跳舞，马术训练后要跳舞，晚餐之后还要反复练习，有时甚至练至深夜。尽管如此，于他而言，从来不是奢侈的消遣，而是一

种塑造身体、意志与权威的方式。从此，芭蕾舞悄然走上了法国政治与文化舞台的中心。

“太阳王”称号的由来

1653年2月23日，一部为路易十四量身定制的宫廷芭蕾舞剧隆重上演，舞剧名为《夜之芭蕾》（Ballet de la nuit）。14岁的少年路易邀请了整个宫廷的王公贵族。

阴森幽暗的黑夜场景中，路易十四穿着心爱的红底高跟鞋亮相：他饰演的太阳神阿波罗身着闪亮的服饰，戴着高高的王冕登场，象征着光明冲破漫长的黑夜，正义战胜邪恶。



路易十四饰演太阳神阿波罗的画像（公有领域）

路易十四在舞台上旋转、跳跃，每一步都完美无瑕，整个宫廷为之惊叹。根据一位西班牙外交官记载，当时仅入场排队就需3个小时，而整场表演竟长达12小时！

少年国王路易十四史无前例的表演轰动全法，大获成功。而这不仅是一场舞蹈表演，更是一场权力宣言——路易十四是太阳，以光明照耀法国，以舞蹈展现王权威严。此后，路易十四便以“太阳王”自居，这一称号也从此在欧洲各国不胫而走。

皇家舞蹈学院的诞生 芭蕾的规范化

路易十四不仅通过芭蕾影响了政治，也影响了芭蕾舞本身。芭蕾舞起源于文艺复兴时期的意大利，由嫁给法王亨利二世的凯萨琳·德·美第奇从意大利带到法国宫廷。“芭蕾”一词就源于意大利语，意指“跳舞”、“跳跃”。

1661年，路易十四开始亲政，并创办了世界上第一所舞蹈学校——法国皇家舞蹈学院。他委派自己的芭蕾舞老师博尚任皇家舞蹈学院院长，负责芭蕾舞的创作和演出。

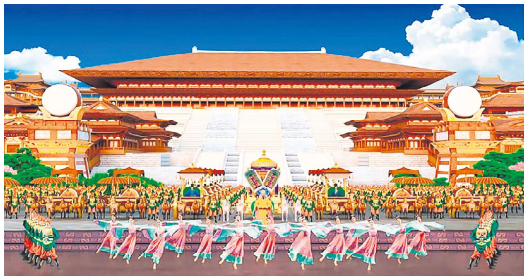
博尚以宫廷审美为规范，确立了芭蕾舞完整的动作体系，比如舞者的5个基本站姿、12个基本手位和双腿外开等固定舞姿，它们构成了古典芭蕾舞美的核心，也成为一代代芭蕾舞者必须遵守的法则。

皇家舞蹈学院也是特殊的宫廷礼仪学堂。那时候的“芭蕾”，更像是一种宫廷礼仪：宫廷礼节中的迈步、鞠躬、牵手等，都是从芭蕾舞中衍化而来。路易十四要求法国的贵族都必须以芭蕾舞的基本站姿来训练自己，有时甚至练至深夜。这是路易十四时代特有的一门政治艺术。

每周，路易十四还要举办宫廷舞会。他把舞会塑造成维系王室尊严的力量，要求大臣们每年准备12支舞



现收藏于卢浮宫的路易十四画像（公有领域）



神韻舞蹈演員表演的中國古典舞（神韻官網）

蹈，身法和步伐都不得重复。平民也能参加，在耳濡目染之下，民间不仅学到了高超的舞蹈技巧，也学到了相应的高雅社交礼仪和行为规则。

宫廷芭蕾的黄金时代

由路易十四主导修建的凡尔赛宫，突显法兰西君主制的荣耀，当时凡尔赛宫的地位也超越了巴黎，成为了法国实际意义上的首都。

凡尔赛宫的建筑风格以其奢华富丽和充满想像力的设计闻名于世，在17—18世纪的欧洲各国引发巨大轰动，后来也成为欧洲各国皇室效仿的对象。凡尔赛宫不仅是法国王权的象征，也成为了17世纪欧洲的文化中心。而在凡尔赛，芭蕾就是国王的象征。

每当有重大庆典，宫廷都会举办盛大的芭蕾舞演出，贵族们必须学习跳舞，而在国王面前展现自己的优雅与忠诚。在路易十四的推动下，芭蕾成为法国宫廷生活的一部分，它不仅关乎艺术，更关乎政治——谁的舞姿最优美，谁就更受国王青睐。

路易十四一生担任过40部大型芭蕾舞剧中的80个角色，有时是主角，有时客串。现藏于卢浮宫的这幅路易十四肖像是艺术史上最著名的皇家肖像之一，它巧妙地通过姿势、腿部展示和整体构图，体现了国

王对芭蕾舞的热爱与影响。

油画中，国王的袍子故意从肩上披下，露出小腿和脚部，显示出国王常年坚持跳舞，腿部线条匀称有力。国王站姿非常优雅：左脚微微向前，右脚后置，几乎完美再现了古典芭蕾的“第四位”——一种象征权威与自信的经典姿势。而国王脚上那双著名的红底高跟鞋更直接源于芭蕾舞鞋，也成为当时欧洲各国贵族们争相追逐的时尚。

不过，到了1680年代，年近40的路易十四逐渐减少了自己的舞蹈演出。1715年，路易十四在凡尔赛宫安详离世。尽管如此，他对芭蕾舞的影响从未消失。随着皇家舞蹈学院和巴黎歌剧院的壮大，法国芭蕾开始走向世界，成为欧洲各国争相模仿的典范。路易十四的宫廷舞蹈传统，在他之后的几个世纪里持续发展，最终孕育出了浪漫主义芭蕾和古典芭蕾，影响至今。

路易十四是“太阳王”，也是“芭蕾之王”。他曾说过：没有人比我更懂芭蕾。“我统治我的国家，就像我跳舞一样优雅。”

从西方古典舞到中国古典舞

从法国太阳王路易十四开创先河，为芭蕾舞建立一套完整的体系以

来，西方古典舞已经经历了300多年的发展历史。

而中国古典舞呢？和西方古典舞的代表芭蕾舞类似，中国古典舞也拥有丰富完备的训练体系，甚至拥有比芭蕾舞更为悠久博大的文化内涵。

中国古典舞奠基在中华五千年的文明历史之上。自有历史记载以来，中国舞就存在于宫廷舞蹈、民间舞蹈、戏剧、杂技以及武术之中，历经各朝文化的淬炼，不断地丰富完善，方形成今天的中国古典舞，并发展成为世界上最完整的舞蹈体系之一。

首先，从身法技巧上来说，有“足尖上的舞蹈”之称的芭蕾舞更着重于训练演员腿部的肌肉和脚下的功底，讲究动作的精准规范。而中国古典舞则讲究“身韵”、“身法”、“技巧”和“表演”的融会贯通，要求演员在舞蹈时不仅做到动作标准，技巧高超，更要具备内在的韵味。

其二，芭蕾和中国古典舞演员身体的柔软度和肌肉素质都必须经过严格的训练，因此他们的身材都非常纤细、修长。虽然舞蹈演员的体型相像，但这两种舞蹈的训练方式却非常不同。

芭蕾舞的技巧中有旋转、跳跃、托举等。而中国古典舞的技巧范围很广，主要可以分为跳、转、翻和控制。在中国古代，舞蹈有“文舞”和“武舞”之分：将舞蹈文用，就是用于各种庆典和大宴时的宫廷舞蹈；将舞蹈武用，就是用于上阵对敌时的武术。

武舞同源，一武（舞）两用，首同字不同，一阴一阳，一文一武，也正体现了中华神传文化的特点。而武术防身保命的特殊性，也有效地保证了中国古典舞的很多身法和技巧历经几千年流传至今没有改变，并在今日的世界艺术舞台上大放光彩。

近年来，人们所看到的中国大陆的演出团体所表演的舞蹈，大多不是纯正的中国古典舞，其中混杂了芭蕾、现代舞和爵士舞，并加上过分渲染或浮夸的音响灯效，使观众得不到高雅平和的艺术享受。

从2006年神韵艺术团在纽约成立到现在，已经走过了整整20年的历程。神韵艺术团的宗旨正是复兴真正的中国传统文化，这其中也包括复兴纯正的中国古典舞。在短短20年间，神韵艺术团取得了巨大的成功，人们对于中国传统艺术有了崭新的认识——神韵艺术团在法国的热卖就是明证之一。

其实，不光是法国，2025年，神韵的8个艺术团已在全球20个国家的200多个城市同步上演，成功完成800多场演出，爆满频传，誉如潮。正如观众所言，随着开场锣鼓的敲响，一个个中国历史故事的依次展开，一个个不同的民族舞蹈相继登场，犹如一幅幅韵味悠长的东方长卷展现在眼前，让人身心愉悦，如沐春风。

300多年前，路易十四在凡尔赛的镜厅中，以芭蕾舞宣示王权，用舞蹈塑造秩序与审美；300多年后，在同一片孕育了西方古典舞的土地上，一群来自东方的年轻舞者，以完全不同的文化源头与精神内涵，唤醒了观众内心深处对“真正古典”的共鸣。

从这个意义上说，神韵在法国的成功，绝非偶然。真正能够经受时间考验的艺术，从来不是迎合潮流的产物，而是扎根于传统、指向永恒的创造。正如芭蕾舞在路易十四时代完成了从宫廷娱乐到经典艺术的升华，中国古典舞也正在当代世界舞台上，重新展现其应有的高度与尊严。

文成公主雪域镇魔 建寺引出的千年轮回

在雪域高原，流传着一幅神秘而古老的唐卡。它的具体年代早已无从考证，只知道这幅唐卡长152.5厘米，宽73厘米。画面中央，横卧着一位体态丰腴的女子，头朝东方，双腿微屈，左臂举过头顶，右臂自然下垂。

奇异的是，这名女子并非血肉之躯。她的身体由连绵起伏的山脉、蜿蜒的河流、辽阔的草原、深邃的湖泊以及林立的宫殿和寺庙构成，仿佛整片西藏大地，被描绘成了一位沉睡的女性。

最令人震撼的是，在她四肢各处关节之上，分别绘有一座寺庙。仔细数来，恰好十二座。

传说中，这名女子并非神祇，而是一位名为“罗刹”的魔女。那十二座寺庙，正是用来镇压她十二处关节的法器，因此被称为——十二镇魔阵。相传，正是因为这套镇魔之法，西藏才得以千年安宁。

十二镇魔寺 雪域大地上的金刚法器

故事要从吐蕃赞普——松赞干布说起。

松赞干布先后迎娶了两位极具传奇色彩的王妃：一位是来自尼泊尔的尺尊公主，一位是来自大唐的文成公主。尺尊公主的嫁妆中包括一尊释迦牟尼佛的八岁等身像；而文成公主带来的则是释迦牟尼佛的十二岁等身像。两位公主的嫁妆中都有大量佛经和法器。

为了安置佛像并在吐蕃推广佛教，松赞干布决定修建一座宏伟的寺庙。寺庙的地点就选在卧塘湖。

然而怪事接连发生。白天刚刚修筑好的围墙，一到夜晚便会莫名倒塌，仿佛被什么力量暗中破坏。无论重建多少次，结果都一样。工匠们从未遇到过这样的情形，只得被迫停工。

先嫁入吐蕃的尺尊公主思前想后，认为这并非人为，而是与当地风水有关。恰在此时，文成公主远嫁入藏。文成公主在大唐皇室中以聪慧著称，精通星象、阴阳与风水之术。尺尊公主便前去请教，将建寺受阻的种种异像一一说明。

文成公主听后，神色凝重。她忽然想起，自己在中原时曾做过一个奇怪的梦。梦中，她立于高空，俯瞰吐蕃大地，只见地面之上，赫然躺着一位巨大的魔女。

当年为解决此梦，她曾乔装出行，向唐朝著名玄学大师袁天罡求教。袁天罡一眼便看透她的因缘与来路，断言她此行肩负天命，与吐蕃赞普有佛缘，注定要协助他改变吐蕃恶劣的风水格局，弘扬佛法，造福众生。如今梦境与现实相互印证，文成公主意识到，这一切绝非巧合。

她取出风水典籍，推演吐蕃山川走势，结果令她心中大惊——整个西藏的地势，竟真如一位仰卧在地上的罗刹魔女。在风水中，这种格局被称为“魔女上师”，极凶，对国运尤为不利。

尺尊公主选定的建寺之地卧塘湖，正位于魔女的心脏位置。湖水翻涌不息，对应的，正是魔女体内的血液流动。而拉萨城内的红山与药王山，则恰似魔女的双乳，是她气脉汇聚之处。

难怪佛寺难建——这是魔女在作祟。然而，释迦牟尼佛像至关重要，寺庙非建不可。唯一的办法，便是以佛法镇魔。



尺尊公主(左)、松赞干布(中)、文成公主(右)的塑像(公有领域)



大昭寺
(Hiroki Ogawa/Wiki/CC BY 3.0)

文成公主由此制定了十二镇魔阵。她将十二座寺庙分为三组，分别镇压魔女的十二处关节，切断其体内的气脉流动。

第一组四座寺庙，镇压魔女的双肩与双腿，恰好位于吐蕃王朝的四大边境重镇，既镇魔，又护佑边疆。第二组四座寺庙，镇压魔女的肘与膝。第三组四座寺庙，则镇压魔女的掌心与脚掌。

但这仍然不够。真正决定成败的，是魔女的心脉。而镇压心脉的关键，正是大昭寺。

大昭寺的修建，依旧困难重重。湖水侵蚀地基，围墙屡建屡塌。文成公主判断，这是湖中邪灵作乱。于是，她与松赞干布、尺尊公主一同在湖畔祈祷，请求神佛加持。

忽然，松赞干布手中的戒指放出光芒。三人顿时明白，这是神佛的回应。松赞干布毫不犹豫，将戒指摘下，投入湖中，用以镇压邪灵。

随后，文成公主又调来一千头白羊驮土填湖筑基。白羊在藏地被视为神兽，具有避邪镇煞之力。果然，此后工程顺利推进。

大昭寺最终建成，先入藏的尺尊公主带来的释迦牟尼佛八岁等身像被安置其中，正压在魔女心脏之上。与此同时，红山与药王山上也修建了王宫，以镇魔女气脉。至此，十二镇魔阵彻底完成。

罗刹魔女被镇压在雪域大地之下，吐蕃风水由大凶转为大吉，佛法自此在高原兴盛开来。

湖神的千年轮回

话说山有神，水有水神。卧塘湖也曾有一位美丽的湖神。在罗刹魔女被镇压之后，山河重归安宁，藏传佛教自此兴盛。这位湖神也转生到了

人间，开启了千年轮回。

有一世，湖神转生为一名修行者，名叫琼巴。琼巴自幼出家跟随师父修习密宗，修行之路本就艰难，需要不断闻过心性与欲望的关口。一次闭关修行中，琼巴遭遇鬼魅侵扰，未能守住心神，反被色魔附体。

师父竭力为他驱魔，却未能成功。在那个年代，修行者一旦闭关失败，便等同于前功尽弃，再无修炼机缘。无奈之下，师父只能让他下山。

下山之后的琼巴，心中充满不甘与怨恨。他怨命运不公，怨修行艰难，也怨师父未能护他周全。殊不知怨念滋生之际，心魔已悄然掌控了他的心智。

在心魔的操控下，琼巴制定了一个残忍的报复计划。他来到师父的侄子家中，对方毫无防备，一家人热情地招待了他。琼巴却趁人不备，在饭菜中下了毒。离开后不久，他忽然良心发现，悔恨如潮水般涌来，急忙折返家，却为时已晚。

琼巴只救下了一个小孩，名叫芳坎。琼巴将救出的芳坎托付给他，自己便悄然离去。

后来，琼巴跟随一名巫师学会了巫术。他施展法术颇为灵验，很快便有人慕名而来请其施法。明知巫术害人，他却任金钱与饶幸一次次味着良心施法，用所得的钱财养活自己，同时也拿出钱来暗中供养着芳坎，自以为这样便能赎罪。

直到有一天，琼巴在梦中看见师父严厉地注视着他。醒来之后，琼巴惶恐不安，决定收手。但因果已然种下，岂能轻易逃脱。

话说琼巴，芳坎长大后，在梦中看到了当年的真相——原来那个她一直心怀感激的恩人，那个救了她又养活了她的人，其实就是当年投毒害死自己全家的凶手。芳坎醒来之后，对此梦是深信不疑。血海深仇岂能不报，但那一世芳坎已经找不到复仇的机会了。

下一世，琼巴转生到了云南，名叫里巴。出生后父母早亡，里巴成了深山中的孤儿，被一位采药人收为徒弟。这位采药人既懂医术，也会捉妖。里巴天赋特殊，别人采不到的药材，他却总能采到，因此深得师父喜爱。一次，师父梦见在一个陡峭的山崖上，有大片的兰花和红花，师父知

道这两种花是难得的药材。醒来之后，他根据梦中的景象画了一张图，让里巴去采这些花。

里巴艰难跋涉，还真找到了这个地方。可是那个悬崖实在是太陡了，他爬了好几次，累得满头大汗，几番尝试终于采到了药的里巴，因为生气，心中又起了怨念，他开始大声抱怨：“师父怎么非得让我采这么难采的药啊。”他还抱怨山路难行：“哎呀，这山怎么长成这样，太难爬了。”巧的是此时山神正在巡逻，听到他抱怨的声音后心生不悦，就顺手捡起了一个核桃，将里巴击打下悬崖。

无巧不成书，快速下坠的里巴被山腰的一颗大树接住，跌入了树边的山洞。洞里有一只瞎眼的老狐狸，老狐狸修行多年，仗着修为为非作歹，经常祸害一方。里巴凭师父所授法术将其斩杀，取其内丹，但却也因此欠下了新的命债。

里巴采药归来之后就住在山中的经历告诉了师父，师父拿过狐狸的丹碾碎后伴着红白化制成了药材，药效果然很好。但后来里巴开始注意到师父有了反常的举动。师父经常自言自语，有时还会莫名其妙地说要去

找里巴，因为他是里巴杀的。里巴十分迷惑，就找机会给师父喝了很多酒，趁着师父的醉意问到底发生了什么。这时师父开口说：“你杀掉的狐狸精因为死得太惨，就连借尸还魂的机会都没有了。”师父告诉里巴，狐狸精还会继续干扰师父的意识，让师父掉里巴下山，并且嘱咐里巴无论发生什么都不能离开。但即便这样，这狐狸的命劫也不能轻易除去，除非里巴能在将来的转生中拜一个修行高的师父，才可以躲过这个债。

里巴记住了师父的话，后来虽然师父确实习难他，要撵他走，但里巴一点也不为所动，无论师父怎么斥责他，里巴对师父都毕恭毕敬，非常孝顺恭敬，直到狐狸放弃了对里巴师父的纠缠。

在临终之前，师父传授给里巴一些能够自保的法术，并对里巴说：“徒儿啊，以后一定要修行啊，不要

死于狐狸的命债。有一个云游到这里的喇嘛说，以后会有发光的宝座等着你，你可是有果位的人，可是想要成就多大的果位，就要解决多大的麻烦啊。师父祝你成功！”

里巴泣不成声，哭着对师父说：“如果来世再相遇，请一定唤醒我，催促我精进修行。”师父点头答应，含笑离世。师父走后，里巴只身来到雪域高原，看到了活佛出行殊胜的场面，甚至亲眼见到了高僧虹化的神迹。于是他对佛法修炼心生向往，就留在西藏，开始修习佛法。

第六代达赖喇嘛仓央嘉措

几世的佛法修行之后，里巴终于转生成为一位活佛，第六世达赖喇嘛——仓央嘉措。他并非出生于藏族或蒙古族，而是门巴族。幼年时便被认定为转世灵童，却因权力斗争，迟迟未能正式坐床。因此他在世俗中长大，性情敏感而多情。十四岁入布达拉宫后，他拒绝受戒，拒绝严苛的清规戒律。佛法与世情感，在他心中始终冲突不休。

他乔装外出，饮酒作乐，翻越宫墙，只为见心上人一面。而他的真爱——卓玛，正是前世的芳坎。这一世，她要以爱情的方式，拆解仓央嘉措的佛法修行，让他沉沦情欲，堕落红尘，讨还前世的血债。仓央嘉措沉溺其中，还无所顾忌地写下了情诗：“住进布达拉宫，我是雪域最大的王；流浪在拉萨街头，我是世间最美的情郎。”

然而这些诗句，也成为权力斗争的把柄。反对他的势力将情诗呈给清廷，指控他是有损的转世灵童。清廷下令押解仓央嘉措进京，可仓央嘉措被认定为第六世达赖喇嘛，是雪域至高无上的法王。拥戴他的僧人们

仓央嘉措安置在由武僧把守的哲蚌寺，在这里与进藏的清军对峙，眼看一场流血冲突一触即发。

就在武僧与清兵僵持的第三夜，一位长期闭关的喇嘛突然出关，要求面见仓央嘉措。那喇嘛见到他，没有跪拜，

径直上前轻抚他的额头，轻声问道：“里巴，你忘了我吗？”

刹那之间，前世记忆如洪水般涌来。琼巴、里巴、狐妖、芳坎、卓玛……所有因果在仓央嘉措眼前悉数显现。他瞬间明白：自己今生的放纵、痛苦与沉沦，皆源于累世欠下的业债啊。老喇嘛叹息道：“此番劫难背后牵动的因素太过复杂，师父已经无力帮你解脱，但你要坚信佛法，坦然面对命运，依靠佛力加持，生命才有获得解脱的机缘。”

心中明了一切，仓央嘉措那一晚睡得很好。第二天一早，他以死相逼，要求寺院中的护法武僧打开寺门，然后一个人走了出去，一场血腥冲突就此化解。但此后，仓央嘉措也从历史中消失不见了。那年，他二十四岁。

官方记载的史册中，他病逝在去清廷的途中，被弃荒野。而在民间传说中，他与清廷达成协议，放弃达赖之名，以凡人之身云游四方，在印度、尼泊尔、藏地、蒙古弘法度人，最终在草原上走完一生。



仓央嘉措(公有领域)

传统医学奇迹：

扁桃腺是守护人体的“天然疫苗”

——扁康丸创始人、韩国名医徐孝锡专访(二)

记者李梅纽约采访报导

人们已经习惯了现代医学的治疗方式：身体发炎，吃各种消炎药，或涂抹类固醇；长了肿瘤，患上癌症，做手术切除病变组织，做放化疗。但人体所有组织和器官是互相关联、密不可分的有机体，这种治疗方式真的能让疾病消失吗？

韩国名医、扁康丸发明者徐孝锡院长，经过五十年孜孜不倦探索东方传统医学的奥妙，发现最好的治病医生其实在人的体内——通过清肺让扁桃体恢复健康，提高自身免疫力，不仅在治疗鼻炎、哮喘、异位性皮炎方面有奇效，在肺气肿、支气管扩张、肺纤维化等重症肺病方面也有显著效果。近期徐院长接受大纪元专访时表示，现代西医走入了迷途，而他最新的研究和治疗成果进一步印证了传统医学的奇效。

◎传统医学奇迹

由于扁康丸这种传统治疗方法多年的显著成果，越来越多的患者服用扁康丸，包括身患绝症者。“从去年后半期开始，不少癌症患者也开始接受扁康丸的治疗了。”徐孝锡院长欣慰地说。

以下是他分享近期的两个新的治疗案例：

案例一

一位75岁的男性，晚期肺癌患者，做过手术与放疗后，医院表示已经无能为力，他只好回去等候临终。徐院长分享说：“他就开始吃扁康丸，服用了22个月。正常需要五年治愈，但22个月后，他所有的肺癌症状都消失了。他的朋友说，他犯病以前和朋友一起去打高尔夫，他挥杆的距离比他的朋友短很多，但自从战胜肺癌之后，打得比他的朋友更远了，他的朋友感觉很神奇。”

案例二

一名胰腺癌患者，原来肿瘤大小为5厘米，服用扁康丸仅六个月后，去年做检查发现，肿瘤已经缩小为1厘米，徐院长说：“再过六个月，即前后一年的时间就有希望完全恢复健康。”徐院长还表示：“每个人的情况都不同，癌症是死亡之症，不是每个人都能同样治愈。而且治疗有一定周期，需要观察五年，肺癌的治愈也要五年。因此胰腺癌缓解后是否会复发，要观察五年看看。”

说起扁康丸的发明及其临床应用创造的奇迹，徐孝锡院长表示，自己在年幼时曾患有扁桃炎，每次发作伴随高烧、头痛，同时嗓子因疼痛无法吞咽，夏季也不得不穿棉衣，饱受磨难。大学韩医专业毕业后他开办韩医院，发明扁康丸，不仅医好了自己的病痛，随着临床研究和实践，还在许多患者身上出现了一个意想不到的奇迹。

“当时扁康丸只局限于扁桃腺的治疗上，后来给一位严重的鼻炎患者服用时，发现他的鼻炎超乎想像的治好了。”徐院长把扁康丸用于治疗鼻炎患者身上后，发现对患者的哮喘也产生了效应，之后在治疗鼻炎、哮喘的过程中，发现异位性皮炎竟然也被治好了。

“其实，鼻炎、哮喘、异位性皮炎在根本上是一样的病源。”经过了多年临床验证之后，徐孝锡院长惊讶地发现，曾患有被西医认为死亡之症的COPD、肺纤维化等重症肺病患者也得到了医治。由此徐院长对传统医学的研究进入了一个新的治疗发展阶段，凭藉扁康丸的功效，超过三万名的重症肺部疾病患者得到治愈。

◎探索治疗原理

对于一些求诊的癌症患者，扁康丸法带大家怎样的启示呢？徐院长说：“初期癌症比较容易治疗，但大部分患者都是先到医院，被诊断之后就直接进行了手术与化疗。最后走投无路了，在西医那里再也无法治疗的癌症患者，向我求救，所以比一般癌症要难治好几倍。”他解释说，没有手术化疗过的患者相对来说更容易治疗，因为手术化疗后的患者免疫力下降很多，大大增加了治疗难度。

徐院长把这些治愈患者的案例集中在一起，用心研究并探索其根源和原理。“现代人们总是抹不掉癌症其实不是病的想法，为什么？当人产生严重的炎症时，人体的淋巴腺理所当然会肿大。比如乳房癌，妈妈在小孩出生后分泌很多乳汁，应该给婴儿哺乳，要是不哺乳的话，堆积在乳房的母乳里会有很多有害菌繁殖，很快达到100万只细菌，这时淋巴腺就需要送出100万只或更多的白血球去清除这些有害菌，所以淋巴腺可能肿大100倍、1000倍。”

由此，徐院长认为把淋巴腺切除、照射射线的做法，其实违背了人体原本正常的运作机制。而传统医学的治疗则不同于西医的手术治疗。所有癌症都是顺着淋巴腺发生转移，当淋巴腺恢复正常的时候，肿瘤就不会变大，不会转移，淋巴腺也不会再肿大。

通过对这些案例的观察，徐院长对癌症的实质有了独特而锐利的观察，他分享说：“其实癌症不是病，是人体对抗严重炎症的生理现象，是淋巴腺过分的肿大而已。因为淋巴腺不让癌症肿瘤再长大、不让他转移，继续观察就会发现，如果持续五年里面没变化的话，西医就说癌症好了。而人体淋巴腺的生理现象，就是扁桃腺，扁桃腺健康以后，淋巴腺不会再肿大、再转移，这是癌症治疗的一种新的认识，新的治疗方法。”

◎现代西医走入了迷途

徐院长认为现代科学对慢性病几乎毫无作为，现代医学已经走入了迷途。

“现代医学对急性病、传染病的症状有一定的贡献，但对慢性疾病，比如异位性皮炎、鼻炎、哮喘、肺纤维化、肺气肿、支气管扩张等，对这些疾病完全没有什么成果，这部分疾病还是要依靠传统医学才能解决。”徐院长说，诺贝尔医学奖获得者进入了名誉殿堂，却没有看到他们端着治愈成果走出来。现代医学仍然认为鼻炎、哮喘、异位性皮炎依然是不治之症，肺气肿、支气管扩张、肺纤维化依然是威胁人类生命的死亡之病。

“为何总是重复这样的结果，因为他们执着于走迷途。而且迷途越走越远，很难找到出口。”徐院长以西药为例来说：“抗生素杀死有害菌，同时也把有益菌一起杀死，连健康的细胞都给杀死了，西医认为是副作用，没有办法，但其实是方法不对。消炎剂是人类发明的像大麻一样的麻醉药，麻醉药可以一时抑制症状，但是和治愈疾病没什么关系；镇痛剂是为减轻晚期癌症患者的剧烈疼痛，

用的只是鸦片或吗啡；镇定剂为停止化脓而使用类固醇，其实还是用麻醉药。”

徐院长一针见血地指出，西医是替代性治疗，并不是根本性治疗。让疾病得到真正治疗的，其实是人体自身的免疫力。扁康丸的不同之处是：把肺部清理干净，让淋巴系统之王——扁桃腺强健起来，让人体免疫力从新恢复和强大，不用类固醇、镇静剂等西药，疾病很神奇地好了。这就是传统医学的意义所在。

◎“天然疫苗”抵御病毒

现代医疗知识复杂纷乱，真正传统医学精华好比“大道至简至易”。徐院长还分享了这样一个医学理论：用常识治疗患者。

他说，人的生命就在于呼吸，主管呼吸的器官是肺，人的肺每年、甚至每天都在变换，脏得变黑，导致很多疾病上身。如果把肺里堆积的污垢清理干净，就会惊奇地发现鼻炎、哮喘、异位性皮炎会消失；同时会发现COPD、肺气肿、肺纤维化患者不会死亡，还会观察到癌症也可能很好地控制，世界医学界应该关注这些。而要把肺变干净，让免疫力提高，下面两个阶段很重要。

第一阶段：自身免疫力好转

把扁桃腺变健康，是获取免疫力的第一阶段。这一阶段通过清肺使积聚在肺部各处的“积热”消失，废弃物和毒素也一并清扫干净的同时，人体的淋巴腺之王——扁桃腺也会强壮起来。一般两个月扁桃腺就能恢复健康，这时的人体就不会得肺炎和流行性感冒，不会得高烧39度以上的感冒。健康的扁桃腺能够有效抑制病菌和细菌的入侵。这是成免疫力的阶段，意味着我们身体固有的免疫力在好转。

第二阶段：自身免疫力盟军的诞生

肠内的微生物是帮助免疫力的重要盟军。肠内的有害菌被清理掉，有益菌增多，是免疫力的完成阶段。这个阶段要花六个月，即服用扁康丸六个月后，肠内的有害菌就会消失，取而代之的是有益菌。

“整个过程可以使人体免疫力完全恢复，所有慢性病的治疗可以托付给免疫力去处理。”徐院长认为，“免疫力是神赐的最高医生，是让神赐予的最好医生去治疗疾病，这是一个好方法。”

在目前病毒肆虐的形势下，我们应该怎样保护肺健康呢？徐院长认为：“健康的扁桃腺是守护人体的天然疫苗。”

徐院长还说：“病毒通过鼻子进入肺部，一定要经过咽喉部位，而咽喉的守门员就是扁桃腺；扁桃腺是人体最大的一个淋巴腺，淋巴腺里像泉水一样产生白血球，好比一个军队，所有的军队都有一个守门员，如果守门员打瞌睡了，那么就会被敌军（病毒）悄悄攻入，但是咽喉的守门员将用犀利的眼神，很清醒地在守护健康，不仅COVID-19病毒及其变种病毒，其它成千上万的病毒都可以识别和清除掉。”

“现在研发了很多病毒疫苗，如果称之为人工疫苗的话，那么这个守护我们身体的扁桃腺应该说是天然疫苗，其功能无可比拟。”徐院长解释，“人工疫苗只能对一种病起作用，现在COVID-19病毒种类已经发生变异，人工疫苗的作用大打折扣。而‘天然疫苗’扁桃腺则可以像铜墙铁壁一样守护我们身体，识别和抵御成千上万种病毒和细菌，超过数十种的肺炎球菌也都能挡住，那就更没有肺炎、没有流感、不会发烧，即使患上感冒也是很快的过去了。这样把自己身体牢牢守住，以后不管遇到什么病毒细菌，强壮的扁桃腺都能够切实挡住的。这就是为何人工疫苗和天然疫苗不可相比的原因。”

(本文观点由受访者提供，不代表本报观点)

徐孝锡院长简介：

徐孝锡院长是著名韩医学代表和扁康丸创始人，一生致力于传统医学和呼吸系统疾病的研究。根据传统韩医学理论，肺为五脏六腑之首。“肺部积热”导致了鼻炎、支气管炎和皮肤病等疾病。扁康丸能彻底清理肺部积热，从根源上解决哮喘、鼻炎、皮肤病、重症肺病等呼吸系统问题，已经使全世界十六万鼻炎、哮喘、皮肤病和重症肺病患者恢复健康。徐院长是新唐人电视台52集大型电视系列专题节目《走进韩医》和《神医再现》的主讲人，著作包括《扁鹊了愿扁康丸》、《世界人的健康宝鉴》、《扁康丸传统医学奇迹》等，在全世界华人中有巨大的影响力。

扁康丸全球服务中心

(扁康丸是强化肺功能的保健食品)

● 全球24小时免费咨询电话：

+44-20-3923-2740

● WhatsApp: +18002105501

● 网址: www.pyunkang.us

贼巢里成就的姻缘



帮您送去请柬。”

周公子问对方是何人，柳生却说：“您先别问，赶快准备酒菜。”虽不明就里，周公子还是令人准备。

不久，客人来了，是一个营区的小兵，姓傅。周公子见其地位低贱，内心很不高兴，“这也算贵客啊。”

酒菜摆上桌，食物里夹杂着一一些粗劣食材。三人饮酒用餐，周公子表面上应付客人，但柳生的态度却十分恭敬，他对傅姓小兵说：“周公子仰慕您许久，每每托我去拜访您，终于在昨日与您相见了。听闻您即将远征，即邀请您来访，可说是仓促间当了东道主。”席间，傅姓小兵提到，他的马儿生病，忧心无法骑它上路。柳生一听，便心生一计。

餐聚结束小兵离去，柳生责备周公子说道：“他是千金难买的朋友，您怎么这么漠视他呢！”说完，柳生向周公子借了一匹马，骑着回家，再将马送给了傅姓小兵，还对小兵说：“这马是周公子送您的。”后来周公子知道了此事，虽然心里有不快，但也无可奈何。

第二年，周公子要前往江西，投奔按察使衙门去当幕僚。出发前，他特地找柳生卜卦询问吉凶。柳生卜卦后说：“大吉！”周公子开心地告诉柳

生，此行的目的别无它意，只想谋个职存点积蓄，讨个媳妇。

周公子又问柳生，“以前您曾说我有发财的机会，都还没应验呢，最终能实现吗？”

柳生说：“将来一定会如您所愿的。”

周公子来到江西，未料正逢贼寇叛乱，别说讨媳妇，三年来连家都归不得。一天，周公子趁叛乱稍歇，启程回乡，中途却被土匪所抓。同行被抓的还有七、八人，但其他人交出财物后，都被释放，唯独周公子被绑回到贼巢。

来到贼巢，匪首一见周公子，便走到公子跟前，前前后后仔细地打量着。原来他正烦恼女儿的婚事，见公子相貌堂堂，心里有了主意。他细问起周公子的家世，然后说：“我有一个女儿，嫁你当媳妇，你可不要推辞。”周公子听完，低头不语。匪首便怒气冲冲地下令：“立刻斩了这个不知好歹的家伙！”

周公子吓得脸色惨白，颤抖地说：“我乃一介文弱书生，若跟着您

的队伍打仗，恐怕会连累了丈人。所以我才有所犹豫。”为了保命，周公子只得答应，想以后再待时机脱身。他接着说：“如果，您能让我们俩口成家后，离开这儿，就是对我们最大的恩德了。”

“正好！这有什么不能答应的。我正担忧女儿拖累人呢！”匪首开心地将周公子带入内室，又命人将女儿打扮好，当晚两人成了亲。

洞房里，十八、九岁的新娘美如天仙，周公子实在欣喜，能娶这样的媳妇，远远超出了自己的期望。他仔细询问了新婚妻子的家世，得知姓氏后，才猛然想起当年在柳生家见到的“未来的丈人”就是匪首丈人啊。于是周公子就原原本本地将柳生讲的话，告诉了妻子。夫妻俩都感叹道：原来世间事冥冥中都注定了啊。

三、四天后，匪首为这对夫妻送行时，忽然官军出现，将其团团包围。在三名官员的监视下，匪首被当场斩首，接着便要处死周公子。这时，一名官员直盯着他，然后问：“这不是周公子吗？”原来此人正是傅姓小兵！他因立了功，被擢升为副将军。

傅将军对同僚说：“这位是我

家乡的世家名仕，怎么可能会是贼呢！”于是令人将周公子松绑。

傅将军问周公子事情的原委，周公子编了个谎：“我刚从江西娶了妻子要回家乡，不料中途被困在强盗窝里，幸亏承蒙您的搭救。可我的妻子走失了，还请您帮忙让我们夫妻能团圆。”

傅将军立刻命人将所有俘虏带上来，周公子一眼认出了妻子。

傅将军令人摆上酒席，宴请周公子夫妻，傅将军说：“从前受您赠马，这样的恩惠，我日夜不忘。当前正值战乱，无法讲究礼节，但请接受我为您准备两匹马，以及黄金五十两，帮助公子与夫人还乡。”

傅将军又派了两位骑兵带着弓箭护送他们。

回乡途中，妻子告诉周公子说：“我的父亲固执不听劝告，我母亲因此而死。我也早知道父亲有今日的下场，其实我会苟且偷生，是因为我小时候曾有深谙面相的人算出我命好，我也冀望有一天能为父亲收尸。”

周公子一听不禁感叹，世事造化。妻子接着说：“我在山寨藏了很多的黄金，不仅可以赎回父亲的尸骨，剩下的足供我们带回家乡维持生计。”

于是周公子嘱咐护送的骑兵，在路上等候。他与妻子回到贼巢，在烧毁的房子里，用刀挖了一尺多深，取出了金银。接着他们又沿路折返，拿出一百两银子，请骑兵帮忙掩埋丈人的尸首。周妻又带周公子到母亲坟上跪拜，两人才开始了返家之路。来到直隶境界，周公子重金赏了护送的骑兵，让他们回营。

夫妻俩回到家中，仆人听到主人回来，十分害怕，全都逃走了。原来仆人以为他已死，便侵吞了他的财物、粮食、布匹和器具，只剩一个老仆妇，一个丫鬟和一个老仆人还在。经历死里逃生，周公子也就不再追究。

几日后，他前去拜访柳生，却发现人去楼空，自此再无柳生的消息。

（资料来源：《聊斋志异》）

前债未清 以子偿还



李老二看钱员外已死，又无人找他要帐，就用钱员外的白银买了地，置了很大的宅院，又娶了几个小妾。真是：昔日寒门冷落，今日门庭若市。

有一天，李老二的一个小妾要临产了。因为妻子一直没给他生下一儿半女，偌大的一个家业没人来继承，这回小妾要生儿子了，他十分高兴。这一天，李老二突然做了一个梦：梦见自己正在一个房间里喝茶，门突然开了，从外面走进一个人，他仔细一看：是钱员外。那钱员外肩上搭着一个钱褡裢，笑呵呵地对李老二说：“我来讨债来了。”他猛然惊醒，出了一身冷汗。

这时，一个女佣人走进来说：“恭喜老爷，二少爷给您生了个大胖小子。”

本来是个很高兴的事，可一想

到昨晚的梦，李老二就浑身不自在。总是想着梦与他儿子有什么联系。因此，他对这个儿子存有戒心。可是，这个儿子却出奇地孝顺。到了上学的年龄，李老二给他请了几个老师教他，这孩子也争气，学过的东西过目不忘，先生也常夸他是个奇才，将来能考个一官半职。时间一长，关于梦中讨债的事也就淡忘了。

到了十八岁那年，李老二的儿子要进京赶考，果然一考即中，封了个七品官。李老二家红红高挂，喜庆盈门，亲朋好友都来祝贺。席间一个人说：“如今时兴用钱买官。我看李兄你家也不缺钱，不如花点钱给你儿子买个更大的官。如果你愿意我可以给你做引见人。”在座的人都说是个好主意。李老二想：自己唯一的一个儿子才华横溢，当个七品太枉才了，买个更大的官也行。于是，李老二就花重金为儿子买官。几个月后，那个收重礼的宰相果真把李老二的儿子提拔成四品官。这又是一个喜事，李家更是欢天喜地地庆祝了一番。

因为官也有了，提亲保媒的人也多了。但儿子相中了朝中一个大臣的千金小姐。于是，李老二免不了又花重金送礼。请媒人说媒，花了许多钱，那女家总算同意了，可却要了一大笔彩礼。没办法，李老二只得咬咬

牙“照拿不误”。事情总算办妥了。

迎亲的日子定在下月初五，这一天渐渐临近了。还差几天就要给儿子娶亲了，李老二很高兴。高兴之余，晚上他多喝了几杯酒，就躺在床上睡着了。十八年前的那个梦境又出现在他的眼前：钱员外笑呵呵地对他说：“你欠我的债，我讨了十八年，总算要回来了，还带了一点利息。”说着还伸手拍拍肩上的钱褡裢，果然来时钱褡裢是瘪的，现在都鼓了起来。钱员外接话说：“债算讨完了，我也该走了。”李老二猛然惊醒。正在这时一个佣人慌慌张张跑进来：“老爷，不好了，大公子生病了，快去看看吧！”

李老二三步并做两步跑到儿子房间一看。他的宝贝儿子已经死了。李老二一屁股坐在地上。他什么都不知道，钱员外托生成他的儿子来向他讨债。

他回想起来：从他儿子出生，到请教书先生、赶考、买官、定亲，他儿子足足花掉三万两白银也不止呢！所以钱员外临走还说带了一些利息呢。至此，这个李老二闹了个人财两空。他整天象乞丐一样在大街上见人就讲他骗财害人的往事，劝人们别干这些伤天理的事。否则，欠人家的总是要还的。

在明末清初年间，距北京几十里外有一个村子叫瓦家店。在这个村中有一个有钱的大户人家，人称钱员外。在他们家两里外有一个农户人家，此人姓李，人称李老二。由于李老二会一些泥瓦匠的活儿，所以经常到钱员外家干些零活。每次到钱员外家干活，钱家给的工钱都不少，一来二去就和钱员外很熟。所以钱李两家来往比较密切，钱员外称李老二：李老弟。李老二称钱员外：钱大哥。

有一年，钱员外要全家到南方去办事，得几个月才能回来。钱员外把李老二找来说：“李老弟，我们关系相处得不错，我有点事托付给你，不知你是否答应。”李老二说：“钱大哥，你有事就尽管说，我能办的事一定尽力去办。”钱员外说：“我有一批好酒，恐怕走后被看家护院的家人偷喝了，想放到你家保管，不知你意下如何。”李老二说：“这点事，我还当是什么大事，你放心走吧！等你回来，我原封不动还给你就是。”

就这样，钱员外把三十坛封好的酒坛让家人送到李老二家。李老二把这些酒坛搬到西屋的空房中，平时用锁锁着。

一晃儿，钱员外离家走了将近两个月了，钱员外音信全无。

有一天，李老二想起钱员外寄

存于他家的好酒，就打开房门看一看。这三十坛好酒都用牛皮纸封口，坛上贴着一张红纸，上面写着一个大大的“酒”字。李老二用双手捧起一个酒坛闻了闻，没有什么味儿。心想：这酒坛封得再严，也应该闻到酒味儿。他双手晃了晃，也听不到酒坛里有酒的声音。他很好奇，索性拆开一个酒坛，倒出的东西让他大吃一惊：这哪里是酒，竟是白花花的雪花白银。他把所有的酒坛都打开一数，正好是白银三千两。这可是天上掉下来的财富，看着这些白银，李老二就动了贪心，可他绞尽脑汁也想不出把这些白银占为己有的妙计。

最后，李老二终于想出了一个损招。他上街买来一些好酒，灌到酒坛中，再把酒坛原封不动地封好，把这三千两白银，埋藏在自家的地窖里。几个月后，钱员外回来了。李老二就把这三十坛酒给钱家送去。等李老二一走，钱员外就打开酒坛查看，结果发现白银变成了白酒。钱员外心里明白：自己一生的积蓄全让李老二占为己有了，于是有心到衙门去告他。又一想，当初说好让他保管的是酒，他送回来的也是酒。这真是哑巴吃黄连——有苦说不出。钱员外真是又憋气又冤火，没有半年时间就因为忧郁而死。

文/琳真 图/123RF

提到贵州，便如同走入一幅徐徐展开的地理画卷：从远古的溶洞秘境，到层叠雄奇的黄果树瀑布群；从绵延不绝的山川，到奔腾不息的河流。从漫山遍野盛放的杜鹃花海，到错落有致的梯田，贵州的山水与村寨处处都充满着惊喜。

让我们一同走进这片藏在云雾深处的土地，解锁她磅礴而秀丽的风景，开启一段返璞归真的旅程！

黄果树瀑布群

黄果树瀑布群位于安顺市镇宁布依族苗族自治县境内，是世界著名的喀斯特瀑布景观，被上海大世界吉尼斯总部认证为世界上最大的瀑布群。它不止是一个单一的瀑布，而是由18个风格迥异的瀑布组成的庞大“家族”，总面积约450平方公里，主瀑布为黄果树大瀑布。

这个瀑布群的形成源于贵州典型的喀斯特地貌：亿万年前，这里是古海洋，经过地壳抬升和长期的雨水溶蚀，碳酸盐岩被侵蚀成峡谷和溶洞，白水河从断崖倾泻而下，形成壮观的瀑布。地质学家认为，黄果树瀑布的演化过程体现了喀斯特地貌的动态美，每年水流还在微妙地改变着景观。

• 黄果树大瀑布：它是黄果树瀑布群的主瀑布，也称白水河瀑布，高77.8米、宽101米。水流如银河倾泻，声势浩大，是亚洲第一大瀑布。

它的独特之处在于提供了全方位的观赏维度。从上方观水亭俯瞰，水流如巨毯铺展；在底部的犀牛潭仰望，水雾扑面，轰鸣震耳；从主观瀑亭，可以欣赏水帘般的流动；而横贯瀑布背后的水帘洞，则是一个134米长的天然溶洞，如同大山的呼吸道，有六个“窗户”，让旅人得以在水幕之后触摸清凉的水流，感受“人在画中游”的奇妙；左侧和右侧则通过崖边步道，提供动态侧视视角。雨季时（6-10月），水量最大。

夏季午后，阳光若恰好穿过腾起的水雾，一道“长虹飞瀑”便会横跨深潭，那是光影与流水最美的相遇。

安顺龙宫

如果黄果树瀑布是山川的呐喊，龙宫则是大地的沉思。安顺龙宫以世界规模最大的水旱溶洞群为核心，集峡谷、瀑布、地下暗河于一体。其开放区域主要由一进龙宫、二进龙宫等组成，游览全长约15公里。

该景区具有极为密集的喀斯特地貌特征，而且经专业机构监测，龙宫还是全球天然辐射率最低的地区之一。

游客通常先坐船进洞，这就是“一进龙宫”。随后会经过一段陆路步行，再换乘小船进入“二进龙宫”。二进龙宫全长约400米，是龙宫的精华所在，展示了发育完整的地下暗河系统。乘坐小船进入幽深的地下暗河，两岸是形态各异的钟乳石，水面非常平静，倒影和实景连在一起。在灯光的映衬下，如同进入了东海龙王的地下宫殿。

龙门飞瀑高50米、宽26米，是一个罕见的洞内瀑布，也是中国最大的洞内瀑布。龙门飞瀑的水流自山顶直泻而下，喷涌而出，气势磅礴，因为空间封闭，水声很大，这种在洞里看瀑布的感觉非常奇特。

黄果树瀑布群景观



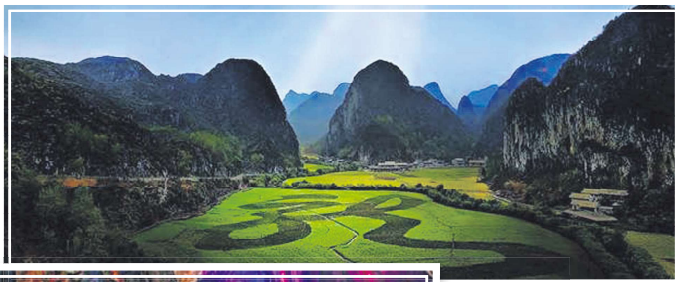
• 天星桥景区：位于大瀑布上游，全长7公里，是“石、树、水”的完美结合。这里有水上石林、银链坠潭瀑布和天生桥地质奇观。银链坠潭瀑布细密如丝，交织在怪石嶙峋间。行走其间，步步皆景。作为《西游记》中

高老庄的取景地，它融合了布依族的文化元素，夏季还可体验竹筏漂流，感受喀斯特画廊的诗意。摄影爱好者别错过这里的光影游戏，早晨或黄昏时分，光线穿过石林，宛如仙境。

• 陡坡塘瀑布：瀑顶宽达105

米，平缓而舒缓，是群落中最宽大的瀑布，1986版《西游记》片尾师徒四人走过的经典场景就是在这里拍摄的。洪峰时，它发出低沉吼声，故称“吼瀑”。周边有盆景园和马蹄滩，适合休闲漫步。

世界上最大单体汉字“龙”字田



一、二进龙宫

龙宫“龙字田”是一个巨大的农田景观。在景区周边的农田里，当地人利用不同颜色的农作物种出了

巨大的繁体“龙”字，占地约8万平方米，从高处俯瞰极其壮观，是摄影爱好者的必拍之地。



龙门飞瀑

另外，来这里游玩，不要忘了准备防滑的鞋和一次性雨衣（穿越水帘洞的必备）。

安顺舌尖之旅



俗话说“贵州小吃看安顺”，安顺的饮食文化有着“百菜百味”的特点。如果您去游览黄果树瀑布和龙宫，一定不要错过安顺美食，最地道的美味其实藏在安顺市区及周边的集镇里。

夺夺粉（酸汤小火锅）

• 特点：虽然叫“粉”，但其实是一种酸辣口味的火锅。锅底有浓郁的酸辣汤或麻辣汤，放入凉粉块（米豆腐）、肉末、软哨等。吃的时候大家用叉子“夺”（戳）着吃，既有趣又开胃。

断桥青椒鱼

• 特点：位于黄果树瀑布附近“断桥镇”的特色美食。选用鲜活的黄辣丁等河鱼，加入大量青花椒、青辣椒和西红柿炖煮，鱼肉鲜嫩，汤头清爽微麻。

屯堡辣子鸡 / 一锅香

• 特点：这两道菜都是典型的“屯堡”风味，鸡肉经过糍粑辣椒炒制后香辣入味，肉质有嚼劲，非常下饭。

安顺裹卷

• 特点：用薄如蝉翼的米皮，抹上秘制酱料（有青椒、红椒、辣子鸡等口味），包裹着酸萝卜、折耳根、海带丝、香菜等，口感爽脆、酸辣交织。

油炸粑稀饭

• 特点：安顺人的灵魂早餐。把炸得金黄酥脆的豆沙馅糍粑放在雪白的米糊里，淋上一勺热油，撒上引子（苏麻）。外酥内软，口感奇妙。

破酥包

• 特点：包子皮经过特殊手法揉制，层层分明，油酥感十足。经典的“洗沙”（豆沙）或“鲜肉”口味都非常美味。

小锅凉粉 / 荞凉粉

• 特点：荞凉粉要配上特制的腐乳蘸水，是安顺独有的吃法。而小锅凉粉则是用砂锅现煮，热气腾腾。

冰浆 / 冰粉

• 特点：不同于普通冰粉，安顺的冰浆是将水果、糯米和冰块一起打碎成浆，口感像沙冰但更粘稠。

美食打卡地：

1. 顾府街/儒林路：老字号云集，适合边逛边吃。

2. 好吃街（新天地）：夜宵天堂，烙锅、烧烤、火锅齐全。

特别提醒：很多安顺小吃默认加折耳根（鱼腥草），外地人如果吃不惯一定要提前告诉店家“不要折耳根”！黄果树瀑布与龙宫的组合，绝对是贵州旅行的高光时刻。来安顺，不仅看绝美喀斯特，还能吃到心满意足，有机会一定来打卡啦！





任晓运输快递



扫描我 加微信

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

5 Rue Civiale 75010 Paris
地铁2、11号线: Belleville
(5号出口)

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

诚聘WOK厨师 (Paris 14e)

亚洲餐馆
诚聘WOK厨师,
需要有丰富经验,
薪水高, 需有纸张,
懂基本法文。
地铁:
Denfert-Rochereau
电话: 06 58 80 34 42
(M. Hong 法语)

25001

店铺出让(Paris 14e)

可营各业, 17平米, 大门面,
露台大。3/6/9 租约。地点好,
位于161 avenue du Maine
75014 Paris, 让: 32 000€。
电话: 06 52 90 29 23 (法语)

25032

招聘中餐大厨(瑞士)

1 cuisinier chinois
公司: Restaurant Tao Yuan
餐馆位于: Rue de la Clergere 2,
1800 Vevey / VD / Suisse
有意者, 请联系:
taoyuanvevey88@gmail.com

25031

餐馆旺铺出租

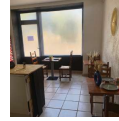
(94 Alfortville)
面积180m²
带专业排烟(抽风系统)
适合中餐/烧烤/小吃等
租金2300欧/月
无转让费, 纯租赁
有意者请联系:
06 01 06 41 55 (法语)



25026

餐馆转租或转让

(94 Ablon-sur-Seine)
位于市中心, 商业街。
房租: 960€HT, 包杂费。
- 转租(sous-location)的情况:
无进1门费。3月房租押金 +
当月房租。
- 转让(Bail)的情况: 转让价:
25 000欧(可议)
电话: 06 58 82 20 47 (法语)



25021

咖啡馆-酒吧-餐馆出让

(94 Villeneuve le Roi)
因健康原因急让。位于Ablon, Orly, Villeneuve le Roi et Villeneuve St Georges 四个火车站之间的干道。靠近学校, 超市和工业区。有15个私人停车位。有4号牌照。也适合接待生日宴会、团体聚餐、婚庆。

2层独立楼, 总面积400m²:
地库: 大厅100位, 厨房、
储藏室、冷库、卫生间;
楼上一层是住家: 5个房间、
阳台、2个卫生间、浴室、厨房

月租: 1 650€, 让: 120 000 €

有意者请联系:

06 16 49 49 69

Mme Tran (法语, 越南文)



美甲店旺铺出租(Paris 15e)

瓦加街(Rue Vaugirard)
店面25m²
近地铁, 人流量大
适合美甲/美容等
租金1650欧/月
无转让费, 纯租赁
有意者请联系:
06 01 06 41 55 (法语)



25024

招聘2位中餐大厨(瑞士)

2 cuisiniers chinois
公司: Dragon - XEL SA
餐馆位于: Avenue de la Gare 2,
1022 Chavannes-Renens
- Vaud - Suisse
联系人: Vulliemmin Lionel 邮件:
lionel.vulliemmin@fidulio.ch

25030

招聘中餐大厨(瑞士)

1 cuisinier chinois
公司: Restaurant Itoya
餐馆位于: Av. de la Gare 35,
1920 Martigny / VS / Suisse
有意者, 请联系:
lionel.vulliemmin@fidulio.ch

25028

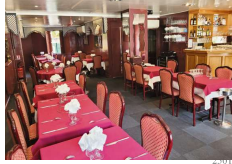
餐馆出让(94 Champigny-sur-Marne)

面积84m², 门面6.5米, 60位+露台12位, 地窖27m², 3/6/9租约。
月租: 1567€ht, 每季度杂费: 1338€ (包冷水、热水和暖气)。
有烟卤, 带空调, 已经营16年, 生意稳(外卖生意也好),
餐馆状况好, 接手可营业。

餐馆在主干道, 位于一个
热门地区, 近商业, 交通
便利。停车场位于蓝色
区域。

出让价: 159 000 €

电话: 06 95 05 30 67(法语)



25017

亚洲外卖店出让(Bretagne)

Snack/亚洲外卖餐馆出让, 位于布列塔尼地区中心。
在商业街的拐角处, 位置一流。2023年8月开始营业。
设备新和已重新装修店面。有一名员工每周工作25小时。
非常适合希望在年轻而充满活力的城市定居的夫妇。

有众多学校、高中、护理学校、IUT、BTS。
营业时间: 周二至周六中午、周五晚上。让: 110 000 €

有意者请联系: 06 85 23 48 78 (法语)

邮件: peresseyvon@gmail.com

A vendre snack-traiteur-plats à emporter asiatiques
Au cœur d'une sous-préfecture du centre Bretagne,
situé en angle de rues commerçantes, empl. n°1. Affaire démarrée août 2023,
matériels neufs et magasin récent. Un salarié 25h/semaine.
Idéal pour couple souhaitant s'installer dans une ville jeune et dynamique.
Nombreuses écoles, lycées, école d'infirmières, IUT, BTS.
Ouvert midi mardi au samedi et vendredi soir. Prix: 110.000 €
Tél: 06 85 23 48 78 Email: peresseyvon@gmail.com

25007

招聘中餐大厨(瑞士)

1 cuisinier chinois
公司: Restaurant Koi d'Or
餐馆位于: La Place 4,
1958 Saint-Léonard / VS
/ Suisse 有意者, 请联系:
koi.0272038666@gmail.com

25029

招聘2位中餐大厨

懂日语(瑞士)
2 cuisiniers chinois avec connais-
sance cuisine japonaise
公司: Itoya - Ou Chen
- Vulliemmin Lionel
餐馆位于: Lenthilère 7a, 1023
Crissier - Vaud - Suisse
邮件: lionel.vulliemmin@fidulio.ch

25027

杂货店/外卖店出让

(91 Verrières-le-Buisson)
独家, 位于好区。
生意稳。已营25年,
因退休让。
价面谈。
电话: 06 80 75 06 56,
06 06 42 35 79
(陈先生)

25017

店铺出让(Paris 15e)

可营各业, 店铺50m², 带一套
70m²公寓, 1个停车位, 2个地窖,
房租廉。地理位置好,
地铁旁, 邮局对面,
近Monoprix超市,
让: 249 000€
电话: 06 60 90 00 12(法语)



25023

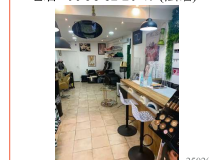
店铺出租

(93 La Courneuve)
商业店铺, 280平米
需要装修
月租: 3500€
+ 500€杂费
距离地铁7号线
和轻轨150米, 近快线
短期租约23个月
(bail précaire)
电话: 06 99 33 19 40
(法语)

25022

美容/理发店出让

(94 Ablon-sur-Seine)
位于市中心, Bail出让, 3/6/9新
租约。62平米, 房租: 750€TTC,
包杂费。因换职业出让。
转让价: 28 000欧(可议)
电话: 06 58 82 20 47 (法语)



25020

新興肉店

SAS HIENG SENG
BOUCHERIE
各种新鲜肉类食材
鸡、鸭、猪、
牛、羊及鸡蛋。
欢迎光临

Tél : 01 40 34 08 20
36, Rue de Joinville
75019 PARIS
地铁7号线: Crimée

餐馆出让(60 Beauvais)

全新装修, 地理位置优越, 近市政
府, 28位, 配备符合标准的抽油烟机
的专业厨房, 并包含一套两室公
寓。可直接运营, 发展潜力巨大。
售价95,000欧元, 价格可议。
电话: 06 20 02 37 06(法语)

25024

香烟/博彩/赌马/报刊/

电子烟店出让
(46省 LOT, Occitanie地区)
营业额: 425 000 €
EBER: 208 000 €
让: 650 000€
电话: 06 09 74 02 01 (法语)

25038

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 : 06 24 45 00 23

Adresse : Nouvel Espace

Mail : pub@kanzhongguo.eu

19 Avenue d'Italie 75013 PARIS

Site: www.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)



扁康丸

傳統醫學奇蹟！

使全球16萬鼻炎、哮喘、皮膚病和肺部疾病患者恢復健康

原理

根據傳統韓醫學理論，肺為五臟六腑之首。徐孝錫院長發現：「肺部積熱」導致了鼻炎、扁桃體炎、支氣管炎和皮膚病等疾病。扁康丸徹底清理肺部積熱，從根源上解決了哮喘、鼻炎、皮膚病、重症肺炎等呼吸系統問題。

獨特的扁康療法

第一階段：
強壯扁桃體
清除肺部積熱

第二階段：
肺功能恢復

第三階段：
鼻炎、鼻竇炎康復
哮喘、支氣管炎康復
肺炎、重症肺炎康復
濕疹、過敏性皮炎康復

五十年研究
呼吸系統疾病的權威

徐孝錫院長
扁康丸創始人 韓國名醫



分享

肺結節消失 重新找回健康

秘魯張女士，51歲：

2021年我患重感冒之後，留下濃痰黏稠的後遺症。去年9月檢查又發現肺結節。這幾年無論白天夜晚，每天我的喉嚨里總有吐不完的濃痰，半夜到早晨無法入睡，一直都在卡痰、吐痰，嚴重影響睡眠和生活質量。嘗試了很多方法，中、西藥都無法解決這個問題。直到有一天，我在油管節目中看到了扁康丸廣告。

剛開始我有些懷疑，這扁康丸效果會怎樣呢？抱著試一試的心態，去年12月23日我按著說明開始服用。六天後，我身體出現了變化，明顯感覺到痰量減少了一半，呼吸也變得順暢了許多。堅持服用兩個月後，奇跡真的發生了。痰多症狀幾乎完全消失了！不僅如此，今年3月底我去做肺部檢查，檢查報告顯示，肺結節（最大的8mm）竟然不見了！醫生覺得不可思議，說我的肺部狀態非常健康。

對我來說，扁康丸簡直是「救命良方」，讓我重新找回了健康，很感謝扁康丸讓我擺脫了多年的煩惱！我特別想分享這個心得，扁康丸真的值得一試。

女兒先天性皮膚過敏明顯好轉

美國紐約趙女士的女兒，7歲：

我女兒出生於2014年7月，那時就有濕疹，皮膚乾燥，從來不會出汗。鼻炎嚴重，一擤鼻子就流鼻血，對花生、杏仁等堅果過敏，聞到花生、杏仁的味道都會呼吸困難，不小心碰到一點兒就大片起疹子。手腳皮膚又紅又腫，抓破了就流血水，日夜哭鬧。服用西藥後，女兒出現嚴重嗜睡現象，皮膚過敏也沒好。我在報紙上一直關注扁康丸的廣告和分享，考慮了大約三年，終於在2018年8月買了第一瓶扁康丸。女兒服用後很快就出現了排毒現象，四肢皮膚又紅又腫，奇癢無比，白天邊哭邊抓，晚上抓得實在受不了了，就鑽地板，晚上女兒癢得哭鬧不停睡不了覺，我們夫妻倆輪流陪她抓癢到天亮；到第四個月時，女兒睡覺不鬧了，也不哼哼唧唧了；到第六個月時，皮膚開始好轉一些了；服用到了第七個月，她皮膚過敏減輕了，四肢的皮膚開始好轉，排毒反應也不那麼厲害了，長出新皮膚來了；到第八個月時，女兒會出汗了！女兒在服用扁康丸期間只出現過一次感冒發燒，四天就好了。後來她個子長得和同齡小朋友一樣高，天天樂呵呵的去上學。我們全家都有信心：扁康丸能使女兒恢復健康！

幾十年的哮喘消失了 聲音洪亮

加拿大溫哥華陳女士，82歲：

我在15歲之前就有哮喘，經常感冒，由於長期服用西藥，導致講話稍微多一點就會聲音沙啞，甚至發不出聲來。2013年做CT檢查顯示肺部有個1.8厘米的空洞，積滿了痰，肺活量非常低，每天都得用大劑量的西藥止喘，否則就不能呼吸。睡眠也不好，肺部的那個空洞發展也很快，到2016年底，已經超過3.8厘米。醫生說：您的肺就像失去彈性的橡皮筋一樣再也無法恢復了。西藥無法醫治，以後的日子我將在痛苦中度過。

在報紙上看到了扁康丸的廣告，在沒有任何選擇的情況下決定試試。第一個月覺得呼吸稍微好些；接下來大約服用到第三瓶時，一度出現呼吸困難，排痰很多，因為已經了解到這是正常的治療過程，雖然有些辛苦，還是堅持服用；服用到第五個月時，明顯感覺到呼吸順暢了，停用了十多年的西藥，只吃扁康丸。2017年4月去做CT檢查時顯示：肺部的空洞明顯變小了。現在我連續說話半個小時都是聲音洪亮，底氣十足。自從服用扁康丸後，我就沒再感冒，睡眠好了，人也精神起來了。我相信餘生一定不會像西醫說的那樣在痛苦中度過了。扁康丸讓我度過一個健康快樂的晚年！

扁康丸幫我遠離肺炎減少就醫

臺灣苗栗廖先生，39歲：

我從小就很容易感冒，一年至少就醫24次以上，絕大部分是跟感冒有關。支氣管相當薄弱，有時感冒會轉變成嚴重肺炎，後來右邊肺葉萎縮，也影響到自己的運動。

2019年9月我在網絡上看到扁康丸廣告及諸多心得見證，決定購買，雖然價格所費不貲，但是為了自己的健康還是硬著頭皮試試看。就在服用大約三個月時，果然發生了較為劇烈的排毒現象。反應狀態非常像肺炎，但是不是肺炎那樣的難受。咳出的痰從無色變成黃綠色，再從黃綠色轉變成白色，整個排毒過程大約耗費了六至八週。這期間家人看到我咳得這麼嚴重，建議我去看醫生。但是我知這不像以往的感冒，是好轉的排毒現象。在完成排毒過程之後，全世界爆發嚴重的新冠肺炎疫情，直到現在我尚未感冒就醫。有時候喉嚨感覺不舒服，大約半天或者一天就得到改善。

目前我持續服用扁康丸，感覺呼吸系統比較強壯了，也會會到自己的免疫系統才是最重要的。很感恩扁康丸幫助我強化免疫系統與呼吸系統，並脫離病毒的侵襲！

支氣管擴張患者能正常工作了

美國紐約陳先生，46歲：

我從小就有慢性支氣管炎。30多歲時病情加重，後來變成了支氣管擴張，同時伴有輕度肺氣腫，腦袋整天昏昏沉沉，走幾步路就不來氣，呼吸困難，無法正常生活。吃西藥無效，看中韓專門診也無效，幾年下來錢沒少花，但是沒有任何好轉。後來到了美國，朋友介紹扁康丸給我，服用後感覺和以往吃過的中西藥西藥都不一樣。在服用第一瓶時出現排毒現象，了解到這是正常的治療過程就放心了。服用兩瓶後就開始轉好，服用七瓶後基本康復，每天都可以工作，沒有任何呼吸困難的現象。身體健康了、心情好了、感覺生活又充滿了希望！對扁康丸的感激真是無法用語言表達！

花粉過敏和哮喘都消失了 神清氣爽

美國舊金山劉太太，70歲：

我從五十幾歲時出現花粉過敏的現象，一年四季都過敏，鼻塞到無法呼吸，過敏性哮喘，嚴重影響睡眠，心跳每分鐘110次，西藥無效。看到外孫女服用扁康丸的效果很好，于是我從2015年10月開始服用扁康丸。連續服用兩瓶沒有效果就停了，病情加重到上樓或爬坡都呼吸困難到要窒息，我又重新開始服用扁康丸。服用到第五瓶時，效果就非常明顯了，我停用了西藥，只服用扁康丸。停用西藥後，服用扁康丸的效果更明顯了。現在我的花粉症完全好了，鼻子不塞了，呼吸順暢，心跳也正常了，走路也有力氣了，睡眠好了，胃口也好了，什麼都可以吃了，皮膚有光澤，臉色白裡透紅，上樓爬坡也不會呼吸困難了。自從服用扁康丸，我沒有感冒過，花粉症也完全好了，現在每天都神清氣爽，頭腦清醒，心情愉快！

我的鼻炎哮喘完全康復了

中國大陸王女士，49歲：

自2019年中國年我得了感冒并發展成鼻炎。因為鼻塞，流鼻涕，胸悶，耳朵疼，嗓子癢，我每晚都無法入睡，更無法睡覺。看了很多醫生也無效，我又出現哮喘，二個多月沒法睡覺，眼角起了一个大包，睜開眼睛都困難。在媽媽的推薦下，我從2019年4月12日開始嘗試扁康丸。服用第一瓶時，感覺有點效果，耳朵疼痛有所緩解，胸悶也有好轉，但鼻塞沒變化；服用到第二瓶時，一會鼻塞一會不鼻塞，身上還起了一些紅疹子，挺癢的；服用到第三瓶，覺得鼻塞又變嚴重了，連續三天晚上我都是坐著睡覺；服用第五瓶時，感覺變化多些了，鼻塞減輕，流鼻涕也少了，胸悶減輕，呼吸也變好一些了。到2020年5月，我已服用十二瓶，此時困擾我多年的慢性便秘也消失了，鼻子不塞了，也不氣喘了，晚上可以躺著睡覺，也不打呼嚕了，一覺睡到天亮，胃口變好了，人也長胖了，抵抗力也變好了，即使感冒了也會很快好。現在沒有氣喘，身體已經恢復到很好的狀態了。

我的肺積液消失了

新西蘭江先生，85歲：

我有36年的吸煙史，接觸過石棉23年，呼吸道容易感染，幾乎每個月都會感冒一次。59歲時開始服用降糖藥，後來出現糖尿病，視力變得很差。2016年開始體力很差，總覺得氣短、胸悶、呼吸困難，晚上也由於呼吸困難睡不好，容易煩躁、皮膚粗糙、很多老人斑、臉色灰暗。做CT檢查確診為吸入性肺纖維化，肺部有積液，沒有藥可以治。2017年9月開始服用扁康丸。服用第一瓶時食慾好一點、皮膚光滑了、睡眠質量更好了。第二瓶時感覺身體輕鬆了，皮膚越來越光潤，老人斑開始變淡。就這樣堅持服用十多瓶後，感覺呼吸順暢，老人斑變淡了，皮膚更光滑了。這期間還曾出現過排毒現象，但一個多月後就好了。後來，我再次去做CT檢查發現肺部積液沒有了，肺纖維化沒有惡化。現在呼吸好多了，可以深呼吸了，胸口也不那麼悶了，整個人感覺很輕鬆，心情、精神都好了，同時還有一個意外的收穫，就是我的糖尿病並症明顯得到控制，沒有再惡化。看到我身體恢復，家人別提多高興了。

重症肺炎消失 呼吸順暢心情好

香港蔡女士，76歲：

從2000年開始出現咳嗽的現象，到2017年12月咳嗽加重，感覺好像整天都在咳嗽，尤其早、晚咳嗽嚴重。走路或者是拿重一點兒的東西都會呼吸困難、哮喘。西醫檢查發現肺部有陰影。服用西藥、中藥都無效，同時還伴有鼻竇炎。晚上睡覺也會因為哮喘、呼吸困難而被憋醒，每一天都在痛苦中度過。2018年1月我在報紙上看到扁康丸的廣告，詢問之後開始服用。服用第一瓶時，出現哮喘加重的排毒現象；第二瓶只服用了幾天就停下來了；但是，想到以前中藥、西藥都用過了，也不管用，還是繼續服用吧，給自己一個希望。在沒有其它選擇的情況下，只好又繼續服用扁康丸。隨著時間推移，情況出現了轉機，身體越來越好，哮喘、咳嗽也減輕了，走路不像原來那樣困難了。服用五瓶之後，走路和沒生病之前一樣快了，也不咳嗽、不喘了，感覺非常舒服。我很慶幸自己能堅持下來，否則，錯過一個很好的治療機會不說，身體難受，遭罪沒人替啊。

更多見證
請上網查看！

