



晓东信贷

Courtier en crédit

商业贷款 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

77省Noisiel 4居室出售



机会难得

Noisiel市4居室公寓, 80.6平米, 有门厅、客厅、3间卧室、大厨房、储存室、衣柜间, 卫浴分离。全新装修, 房间铺实木地板, 双层玻璃窗和电动卷帘门。公寓朝向西南, 阳光充足, 位于地平, 带112平米私人花园和一个封闭停车场。

距巴黎士多100米, 靠近学校和商店, 步行至RER A线Noisiel站仅需10分钟。居住环境安静舒适。售价: 283 000€

有意者请电: 06 58 51 96 88 (中/法文)

巴黎8区 香街附近 餐馆出让



地处黄金地段, 兴旺街区。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。
 面积: 100平米
 座位: 38位, 外加露台18位。
 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 (中文/法文)

新天地广告公司

18年经验 真诚为您服务

桌面纸价格优惠
 首次客户送名片5000张和贴纸

印刷桌面纸所用的纸张和墨, 符合食品接触标准, 而且是绿色印刷

WOK GRILL	
Buffet à volonté	12,90€
Buffet à volonté (sans viande)	9,90€
Plats à emporter	1,50€

LOTUS D'OR	
Buffet grillades wok à volonté	14,90€
Plats à emporter	1,50€

WOKASIE	
Buffet à volonté	12,90€
Plats à emporter	1,50€

GRAND BUFFET	
Buffet, Wok, Grillades à volonté	14,90€
Plats à emporter	1,50€



手机: 06 24 45 00 23
 网站: www.nouvelespace.fr

地址: 19 Avenue d'Italie
 75013 Paris



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)

两碗养生汤

文/每瑞 图/Adobe stock

在快节奏的生活里，越来越多人开始重新关注饮食的滋补。比起昂贵复杂的保养方式，一碗慢火熬制的汤，反而更能安抚身体与情绪。下面就和大家分享两款简单又适合家常制作的养生汤，让身体慢慢找回舒服的状态。

一、雪梨枸杞银耳汤

雪梨枸杞银耳汤是一道很适合日常滋养的家常甜汤，口感清润温和，尤其适合天气干燥或口干喉燥的时候饮用。

甜润的雪梨、清香的枸杞、滑润的银耳在舌尖交织，可瞬间舒缓喉咙的不适。雪梨本身含有丰富的果糖和维生素C，能润肺止咳；枸杞补血养肝，提升免疫力；银耳的胶质形成一层柔软的“保护膜”，帮助舒缓喉咙黏膜。三者相遇，形成了“润肺三剑客”，既满足味蕾，又具有滋补功效。炖煮雪梨汤时还可以加入银杏或其它食材，也十分美味。



银耳可以滋阴润肺、养颜美容，购买时选择淡黄色的为佳。

另外，这道雪梨银耳汤还可以采用“炖梨盅”的做法。将雪梨顶部切开，中间的梨核挖空，把完整的梨身当作一个天然的小炖盅。随后把泡发好的银耳、枸杞和适量冰糖放入梨中，盖回“梨盖”，隔水慢蒸。随着慢慢炖煮，雪梨的清甜会融入汤里，银耳也会变得软糯顺滑。

二、萝卜山药排骨汤

排骨汤大家都熟悉，如果加入萝卜和山药这两种看似朴素的食材，就能碰撞出层次更丰富的鲜美。浓郁的肉香混合着萝卜的清甜和山药的绵软，感觉胸口的闷气瞬间打开。

排骨提供优质蛋白和胶原蛋白，能为身体补充营养；萝卜含有丰富的维生素C和酶类，有助于化痰止咳；



雪梨枸杞银耳汤



雪梨汤内也可以加入银杏或其它食材。



雪梨也可采用炖梨盅的做法，把整个梨掏空，当作“天然容器”来蒸。



山药排骨汤里也可以适当加入玉米、胡萝卜、葱花等食材以增加滋味。

山药的黏液质地能在喉咙形成一层柔软的保护层，减轻刺激。三者的组合让汤汁浓而不腻，喝完有一种“暖进肺里”的满足感。

三、炖汤小技巧

- 先炖肉后加菜：肉类和根茎类

最好分阶段加入，避免蔬菜过度煮熟失去口感。

- 调味要轻：夏季本就容易上火，盐和糖尽量少放，让食材本身的甜味和鲜味成为主角。
- 温热饮用为宜：汤品不宜在过烫时饮用，以温热顺口为佳，更能帮

助舒缓喉咙，也能减少对口腔与食道的刺激。

这两款养生汤，无论是雪梨枸杞银耳汤的清润温和，还是萝卜山药排骨汤的温厚，都很适合作为日常滋补的汤品。忙碌一天后喝上一碗，整个人都会感到舒缓轻松。

动手做 雪梨枸杞银耳汤

• 食材

- ①雪梨2个(去核切块)
- ②枸杞10克(提前洗净泡软)
- ③银耳20克(泡发撕小朵)
- ④冰糖适量
- ⑤清水1500毫升

• 做法

- ①锅中加入清水，放入银耳，大火烧开后转小火炖30分钟。
- ②加入梨块，继续炖15分钟，梨的甜味会慢慢渗入汤里。
- ③最后放入枸杞和冰糖，再炖5分钟即可。

萝卜山药排骨汤

• 食材

- ①排骨500克(切块)
- ②白萝卜200克(切滚刀块)
- ③山药150克(去皮切块)
- ④生姜3片
- ⑤料酒1汤匙
- ⑥盐适量
- ⑦清水2000毫升

• 做法

- ①排骨用冷水下锅，加入料酒和姜片，焯去血沫后捞出。
- ②锅中加入清水，放入排骨，大火烧开后转小火炖40分钟。
- ③加入萝卜块继续炖20分钟，萝卜的甜味会渗入汤里。
- ④最后放入山药块，再炖10分钟，撒盐调味即可。



萝卜山药排骨汤

两道经典意式料理

文/山平 图/Adobe stock

意大利美食讲究以当季食材简单烹调来呈现食材的原味。这种不刻意、不繁复的饮食风格，让用餐多了几分轻松与享受。



田园蔬菜沙拉

田园蔬菜沙拉

田园蔬菜沙拉以橄榄油与简单香料调味，借由食材本身慢慢带出自然的清新。

食材

多种生菜适量、小西红柿5个、红萝卜30克、黑橄榄5个、哈密瓜100克、石榴籽2大匙、柳橙1/4个、柠檬1/4个、薄荷叶适量。

酱料：橄榄油2大匙、柠檬汁1大匙、盐、黑胡椒粉适量。

做法

- ①生菜洗净沥干；小西红柿切丁；红萝卜切细丝。
- ②哈密瓜用挖球器挖成圆球；柳橙、柠檬切薄片。
- ③将生菜、小西红柿、红萝卜放入碗中；再加入黑橄榄、石榴籽与哈

密瓜球拌匀。

- ④淋上酱料，搅拌均匀。
- ⑤最后放上柳橙片、柠檬片与薄荷叶即可上桌。

菌菇奶酱宽面

宽扁意大利面裹上奶油酱，搭配多种香气浓郁的蘑菇，简单质朴，呈现出经典意式的纯粹风味。

食材

宽扁意大利面200克、牛肝菌干10~15克、黑、白蘑菇150克、蒜头2瓣、鲜奶油100毫升、帕玛森起司30克、橄榄油2大匙、巴西里碎适量。

调料：盐、黑胡椒粉适量。

做法

- ①先把牛肝菌干泡开，其它菇类切片。
- ②意大利面煮至略带咬劲，留

煮面水备用。

- ③橄榄油小火炒香蒜片，加入菇类煎香。
- ④倒入泡菇水与鲜奶油，小火煮至微浓。
- ⑤加入面与少许煮面水拌匀。
- ⑥下调料，最后拌入起司、撒入巴西里碎。



菌菇奶酱宽面

3岁前孩子的成长之路

0到3岁,是孩子各方面高速发育的一个阶段,在此期间,父母对孩子的养育过程至关重要。

教导与示范

大家都说3岁前是教育的黄金期,但其实这个阶段不用急着教孩子多少知识,最重要的是让孩子心理健康地成长,这才是早教的重点。

很多家长容易混淆“教导”与“示范”的概念。比如客人来家里,孩子没反应,大人们习惯性地催促:“快叫阿姨,不说话可没礼貌。”这样其实是在“教导”,孩子听了也许会产生压力。

其实我们可以试试“示范”:父母先替孩子表达,比如主动说一句“阿姨好!”或“谢谢奶奶”。孩子在旁边看着,慢慢地他就明白了问候是正常的社交方式,到时候自然就会模仿,大人再稍微引导一下就行了。

再比如孩子在18个月时开始学穿鞋,穿反了的时候,别总说“错了,左右反了”。其实小宝宝根本不懂什么是左右,听到“错了”反而会紧张,觉得妈妈生气了。

这时候,妈妈不用纠结对错,平静地告诉他:“把两只鞋子换一下位置就好啦。”直接告诉孩子怎么做,比指责做错了要有效得多,至于左右的区别,等孩子大一点自然就懂了。

孩子打人怎么办

在2至3岁期间,许多孩子会出现打人的行为,这在心理学上常被称作“可怕的两岁”阶段。

家长不应将其简单地归结为“孩子小不懂事”而采取放任态度,因为幼儿期的行为习惯可能会对未来的性格发展产生深远的影响。

在应对时,应避免使用“不要打人”或“你怎么又打人了”等负面指令,因为这类沟通方式往往效果有限,甚至会让孩子误以为通过打人能获得关注,从而强化这一行为。

事实上,孩子在此时的攻击行为通常并非出于恶意或脾气坏,而是一种本能的表达。很多孩子是因为



(123RF)

缺乏语言表达能力,才通过肢体冲突来引起注意或表达诉求。因此,家长应引导孩子学习社交技巧,例如,教他们如何用语言请求对方归还玩具或协商“轮流玩”。

当孩子出现打人的行为时,家长应第一时间果断且温和地抓住孩子的手予以阻拦。此时,保持冷静至关重要,切忌以打骂作为教育手段,以免孩子在潜移默化中模仿暴力。

建议家长采取蹲姿与孩子平视,引导他们识别并表达情绪。例如:“你是觉得小明拿了你的车,所以很生气吗?”

通过鼓励孩子使用“给我”或“我不喜欢”等语言来表达需求,教会他们用正确的方式寻求关注。

另外提醒一下,很多家长在逗孩子时,孩子随手拍脸,家长觉得可爱就夸他“真能干”或者亲亲小手,这其实是在给孩子错误的信号,容易让

孩子养成打人的习惯。

等孩子3岁以后懂事了,如果仍经常出现打人的行为,家长就需要多留意背后的原因,并且在小孩每次动手时,严肃且坚定地告诉他:“不可以打人。”

对孩子不要语言威胁

美国著名儿童学家阿黛尔·法伯曾说过:“永远不要低估你的话语对孩子一生的影响力。”

长期的责骂、打击、否定或威胁性表达本质上属于语言暴力。这类伤害虽然不会留下身上的痕迹,却可能对孩子的自尊、安全感和人格发展造成很大的影响。

在日常生活中,请尽量避免在他人面前说孩子的不足。例如,当家长在客人面前感叹“他就是胆小”或“他就是不爱吃饭”时,实际上是在向孩子传递一种负面的心理暗示。

当孩子反复听到这些评价时,容易将其内化为对自己的认知,逐渐认为“我就是这样的人”。

久而久之,这种固定化的自我认知可能影响孩子的行为表现,使其越来越符合这些标签,原本的问题也因此被进一步强化。

此外,还应杜绝威胁式教育,如“妈妈不要你了”或“坏叔叔会把你抓走”。5岁之前的孩子认知能力有限,往往难以准确分辨玩笑、夸张和现实,容易将这些话当作真实可能会发生的事情,产生害怕、与父母分离的焦虑。

这种教育方式短期内可能有效,但从长远来看,会扭曲亲子关系,并不利于孩子的心理健康。

自我意识的萌生

孩子在2岁左右会经历一个“自我意识迅速发展”的阶段。由于这

一时期的孩子尚未完全理解所有权和分享的概念,他们有时会认为自己喜欢的东西、正在玩的东西,甚至看到的東西都应该属于自己,哪怕面对最亲近的父母也是如此。

其实这在3岁前都很常见,这不是孩子的“自私”,只是他们成长中的一个必经阶段。

这时候家长需要保持耐心,最好的办法是引导孩子体会分享的快乐。比如当别的孩子大方分享时,问问宝宝:“你看,小朋友分给你玩,你是不是很开心?那你也分给别人,别人也会这么开心哦。”

另外,父母也可以鼓励孩子尝试“交换玩”的方式,让他们在互动中感受轮流玩和共同游戏的乐趣。对于年幼的孩子来说,分享能力的形成是一个循序渐进的过程。家长应给予充分的理解和时间,通过不断示范和引导,帮助孩子成长。

转移注意力

在孩子2、3岁这个阶段,许多家长会发现孩子的情绪波动较大,如同6月的天气般难以捉摸。

面对这种情况,一个非常有效的沟通技巧便是“转移注意力法”。例如,当孩子沉迷于电视节目不愿离开时,如果采取强行关电视的方式,容易引发孩子的强烈抵触。

此时,我们可以尝试用更具吸引力的活动来引导,比如提议:“我们要不要一起玩捉迷藏?”通常孩子会被新奇的活动吸引而自然离开。

同样,当孩子执着于吃糖果时,与其直接拒绝,不如提供一个替代方案:“虽然现在没有糖果,但我带了甜甜的橘子,我们一起剥开看看吧!”通过这种方式,我们可以暂时缓解小孩的情绪,进一步引导孩子参与其它活动,这样孩子往往会淡化对原先事物的关注,情绪也会逐渐平复下来。

在与低龄孩子互动时,灵活运用“转移注意力”不仅能让孩子保持愉悦的心情,也能让家长更高效地达成引导目的。

别让电子产品偷走孩子的童年

对于许多现代家长来说,孩子使用电子产品的问题,往往是最令人头疼的育儿挑战之一。

如今,不少孩子从小便接触手机、平板等电子设备。许多孩子一睁眼就是点击屏幕。短视频、网络游戏等内容快速持续的感官刺激,很容易令孩子着迷。长期过度使用电子产品,不仅会影响视力,还可能阻碍孩子专注力的发展,同时减少他们户外运动的机会。部分孩子甚至会对电子产品产生较强依赖,在离开设备时出现烦躁、情绪波动等情况。

当看到孩子长时间沉浸在屏幕世界中,许多家长难免感到担忧,担心这会影响到孩子的学习、社交以及身心发展。因此,不少家长会不断提醒、限制甚至强行干预孩子使用电子产品。但如果方式过于简单或强硬,孩子往往容易产生抵触情绪,甚至让亲子关系变得紧张。

童年只有一次,大自然才是最棒的游乐场。父母可以尝试以下这几招带孩子放下电脑、智能手机、电子游戏等,快乐走向户外。

如何降低孩子对电子产品的依赖

电子产品的使用已经成为多数孩子生活的一部分,其中的原因往往不只是单纯的娱乐,也与归属感、自



(123RF)

主性、成就感、社交互动、情绪舒缓等心理需求有关。

因此,与其一味关注如何减少孩子使用电子产品,不如先了解他们在使用过程中究竟满足了哪些需求,并尝试在现实生活中给予积极回应。

很多家长的第一直觉是“没收手机就好”,但这样反而可能带来反效果,比如:孩子变得更抗拒,甚至偷偷使用;在孩子眼中手机变得更有吸引力,进一步强化孩子的渴望;同时,孩子也会因此失去学习自我管理和自我约束的机会,一旦脱离父母的监督,更容易出现失控。

所以,我们需要采用更智慧的策略,从根本上减少孩子对电子产品的依赖。

1、与孩子一起制定“手机使用规则”

规则不是单方面定出来的,而是需要双方讨论,让孩子有选择的空间,同时对自己负责。先保持开放的态度,别否定孩子不切实际的计划,听听孩子的想法,再筛选、调整成具体可行、双方都愿意尝试的规则。

2、父母以身作则

孩子往往会模仿父母的行为。如果父母经常沉迷于手机中,却要求孩子远离电子产品,这样的要求很难达到理想效果。家长不如用行动示范。放下手机,把注意力留给孩子,在陪伴和互动中建立连接,往往是帮助孩子养成良好习惯的重要一步。

3、营造无螢幕环境

不长时间开着客厅的电视充当背景音乐,避免在餐桌上玩手机。建立“无手机世界”,让全家人有时间专注于彼此沟通。

陪孩子快乐地走向户外

当孩子的生活不再被螢幕填满,父母就可以用更有趣的户外活动来吸引他们的注意力。以下几个方法能让孩子发现:原来外面的世界比手机好玩多了!

1、简单轻松的户外活动

别把“走向户外”想得太隆重,非得要开车出门、去露营才算数。只要换上运动鞋,来到楼下的社区公园、附近的学校操场,甚至是在家的附近散步,都是不错的户外活动。

2、用游戏点亮户外兴趣

对孩子来说“去公园散步”听起来很无聊,但如果变成“寻宝游戏”性质就完全不同了。父母可以和孩子设定一些简单有趣的“户外探索任务”,比如,寻找三种不同形状的树叶;观察五种不同颜色的花朵等等。

3、邀请玩伴同行

同伴的力量是巨大的。一个人跑步不好玩,但一群人捉迷藏就玩不腻。父母可以主动邀约幼儿园的同学或邻居的孩子,在周末一起聚会。当孩子们聚在一起奔跑、流汗时,他们根本不会想起手机的存在。

寓言故事

不留余地的狼

有一天,狼发现山脚下有个大洞,各种动物都要通过这个洞才能到达山的另一边。

狼非常高兴,它想,守住山洞就可以捕获各种猎物。于是,它堵上洞的另一边,坐等动物来送死。

第一天,来了一只羊。狼追上前去,羊拼命地逃。突然,羊在洞侧面找到了一个可以逃生的小洞,仓皇逃出。狼气急败坏地堵上那个小洞,心想,再也不会出现意外了吧?

第二天,来了一只兔子。狼奋力追捕,结果,兔子从另一个更小一点的洞口逃跑了。于是,狼把类似大小的洞全都堵上了。

狼心想,这下万无一失了,别跑羊、兔子,就连鸡、鸭这些小动物也都跑不了。

第三天,来了一只小松鼠。狼飞奔过去,追得松鼠上蹿下跳。最终,松鼠从洞顶上的一个缝隙跑掉了。

狼非常气愤,于是,它堵塞了山洞里所有的窟窿,把整个山洞堵得水泄不通。狼非常得意。

第四天,来了一只老虎。狼吓坏了,拔腿就跑。老虎穷追不舍。狼在山洞里跑来跑去,但是因为已经把所有出口都堵死了,无法逃脱。最终,狼被老虎吃掉了。

历史纪实文学连载

大唐圣主李世民 (8)

(接上期)
文/周若水

李世民带着敬德和五百骑兵反复冲杀王世充的大军，毫无阻碍。这时，屈突通引大军来援，王世充大败而归，一万多人，死的死，俘的俘，所剩无几。

秦王在营中选出了一千多精锐，人人皂衣玄甲(穿黑衣，披黑甲)，分为左、右队，由秦叔宝、程知节、尉迟敬德、翟长孙分别率领。每次出战，李世民必亲披玄甲率玄甲军做前锋，乘机击敌，所向披靡。敌人一见玄甲军，无不望风而逃。这支玄甲军是李世民取东都的唐军中战斗力最强的一支骑兵。

武德四年二月(西元621年)，王世充所辖的州镇纷纷降唐，东都洛阳已是“一片孤城万仞丘”了，世民下令围攻洛阳城。

城中守御森严，五十斤重的大炮飞石，可投二百步之远，从城中滚滚而下；箭头大如巨斧的强矢，可射五百步之远，密如雨点，唐军无法前进。尽管唐军四面攻城，日夜不息，一连攻了十几天，还是毫无进展，洛阳城岿然不动。

从武德三年七月至此，七个月过去了，唐军士卒皆疲惫思归，总管刘弘基等将也都请求世民班师。世民说：“我军今大举而来，当取下东都，一劳永逸。东方诸州已望风款服，仅剩洛阳一座孤城，其势难久，功在垂成，为什么要半途而废，弃之而去呢！”于是下令：“洛阳不破，师必不还，敢言班师者，斩！”

世民下书给王世充，晓谕其祸福利害，请以城中百姓为计，劝世充早日降唐，可保其荣华富贵，一家平安。王世充不予理会，因为他早已向河北的窦建德求援，窦建德率十万大军，水陆并进，满载粮食向东都而来。尽管王世充与世民多次交锋，且屡战屡败，他还是把世民看作难成大事的娃娃，轻蔑地称世民为“童子”(娃娃)。一个娃娃又何足为惧？

世民令唐军在洛阳城周围挖深沟，筑高墙，作为防守。此时洛阳已粮尽，城中百姓十户仅存一户，余者都饥饿而死，遍地死尸，相枕于道……

李世民虎牢关巧胜窦建德

窦建德在酸枣屯军，派人给秦王下书，请秦王退兵，归还郑地，重修旧好。世民召集众将商议，多数都主张退兵，以免王、窦相联，唐军腹背受敌。世民说：“我带精锐先入武牢(即虎牢，因避李渊祖父李虎名讳，故唐称武牢)，扼其咽喉要道，阻断窦建德的夏军南进，余者继续围困东都。世充粮尽、内外离心，眼看就要大军崩溃了。我军宜速入武牢，据武牢之险，翦灭窦建德。窦建德一败，东都食尽无援，不攻自破。”

李世民只带了3500骑兵进驻武牢。一天，世民率500精骑观窦建德军营，自己只留四人，与尉迟敬德一同前往敌营。余者由李世绩、程知节、秦叔宝统领，埋伏在道路两旁。李世民边走边对尉迟敬德说：“我持弓，你用槊，纵使敌军百万，又奈我何？”进入窦建德军营后，秦王大呼：“秦王世民到了！”窦军冲出五千多骑追赶世民，世民的四个随从已吓得面无人色，世民让他们先走，自己与尉迟敬德殿后，不紧不慢地把敌军引入唐军埋伏圈。李世绩、秦叔宝、程知节一跃而起，奋力冲杀，夏军大败。



世民押着窦建德到洛阳城下，王世充在城上看到窦建德被捆绑着押来，顿觉五雷轰顶，最后的希望彻底破灭了！(绘图/曹醉梦)

四月，王世充骑将杨公卿、单雄信领兵出战，齐王元吉率唐军迎战不利，行军总管卢君諝战死。

世民与窦建德相持20多天，唐军的一个密探回来禀报：“窦建德只等唐军的军马草料耗尽，到河北草地牧马之时，窦建德就要率军袭击武牢了。”

得到密报后，世民将计就计。五月，世民把上千匹马放到河北以诱建德出战。窦建德以为唐营草料告罄，取武牢进军洛阳的时机到了。一大早，窦建德率十万夏军，出牛口列阵，北距黄河，西薄汜水，南属鹞山，绵延二十多里，士卒们大喊着向武牢开来。据守武牢的唐军只有3500人，众将皆惧。李世民登上高丘瞭望，对诸将说：“窦建德兵起山来，足见其有轻我之心。我军按甲不动，只等到了中午，窦建德的士卒们疲劳饥渴之时，必撤军回营，我军再行追击，午后，必定克敌。”

到了中午，暑热难耐，叫喊了一个上午的夏军疲惫饥渴，纷纷坐下歇息，互相争水而饮。这时，河北的上千匹马也带回唐营，世民率军冲杀过去，夏军大乱。十多万人马混战在一起，人嚷马嘶，震耳发聩；尘器四起，遮天蔽日。世民乘机率程知节、秦叔宝、史大奈、宇文歆等卷席而入，冲倒夏军阵后，高举大唐旗帜，窦建德将士回头一看，以为已被唐军包围了，大举溃退。建德中渠，窜到牛口，被唐军活捉。世民责问窦建德：“我以干戈问罪，本在王世充，得失存亡，与你无关，你何故越境，犯我兵锋？”建德哆嗦着回答：“今若不来，恐劳远取。”李世民把俘获的五万多夏军，当即遣散，放他们回归故里。

世民押着窦建德来到洛阳城下，王世充在城上看到窦建德被捆绑着押来，顿觉五雷轰顶，最后的希望彻底破灭了！巨大的汗珠一颗一颗从王世充的头顶滚落到脸上，王世充瘫软下去……众人将王世充搀扶回宫，并劝其以城降唐。

王世充走投无路，就穿上素服，领着儿子、群臣2000多人，到唐营向世民请降。李世民以礼待之，并问世充：“阁下一直把我当作娃娃，今天见了娃娃，因何如此恭敬啊？”世充叩头谢罪，无话可说。

东都珍珠珠宝，琳琅满目，无以计数，世民一无所取，令萧瑀、窦轨等封守府库；又命记室房玄龄入中书、门下省收取前隋的图籍诏诰，不幸都被王世充所毁，一无所获。

大将李世绩来见秦王：“大王，我与单雄信亲如兄弟，誓同生死，且雄信骁健绝伦，是一员猛将，我愿用我所有的官爵为他赎罪，请大王免他一死。”世民不允。李世绩再三恳求，世民因鄙视雄信有勇无谋，坚决不肯赦免。李世绩哭着退了出来。单雄信闻斩前，李世绩为他送行，泪水洒满了壮士的脸庞：“今日不与兄同死，不是怜惜余生，只因我已以身许国，忠义已难两全；况且我死之后，谁来照顾兄的妻子儿女呢？”说完，李世绩从腿上割下一块肉，放到单雄信的嘴里，一同嚼碎吞下，并说：“我与你同生共死，生死与共的誓言。”

王世充的手下有一个吃人恶魔朱粲。此人在江南起兵，拥众20万，四处作乱，凶残无比。一旦军中无粮，又捕掠无食，就让自己的妃子、婴儿抓来烹食，并说：“世间的美味莫过于人肉，只要他国有人，何忧我军饥馁无食！”后来兵败，以数千残兵请求投降。李渊派散骑常侍段确前去劝诱迎接。朱粲设宴款待段确一行，段确食杯，醉酒之人口无遮拦，席间竟然戏问朱粲：“秦闻你喜欢吃人肉，不知人肉是何滋味？”朱粲心想：当着婊子不说脏话，我还没到长安呢，唐使就如如此待我；依此情形，我去了长安，也没我什么好果子吃！便大怒：“醉酒之人的肉味。就如同用酒糟喂过的猪肉的味道一样鲜美！”段确一听，这分明是在骂自己呢！便破口大骂朱粲：“胆大狂贼，你一旦入朝，只是一介奴仆，还敢再吃人不成？”朱粲说：“不用等入朝，我现在就要尝尝酒糟人肉是何味道！”说罢，朱粲吩咐手下把段确及其带来的几十个人全部杀光烹了，又与贼众们美餐了一顿人肉。之后，朱粲率残众投了王世充，被王世充封为龙骧大将军，委以重任。

秦王将王世充徒中罪大恶极者朱粲、段达、单雄信、郭善才等十几人斩于洛水之上。士民们憎恨朱粲惨无人道，纷纷向朱粲投掷石块，均以朱粲的尸首砸成了一块肉。

六月，秦王身披黄金甲，率甲士

三万人，牵铁马一万骑，前后吹鼓奏乐，押着王世充、窦建德，满载着隋氏器物辎辇，凯旋长安。

世民自十八岁起兵以来，亲历几十场大战，每次作战都身先士卒、冲锋陷阵，因有神相护，世民都毫发无损，从未受过一点矢刃之伤，堪称奇迹。然而，来自同胞兄弟的一次次暗害，却使世民有如游历鬼门关……

群雄逐鹿战中原
血染尘沙蔽云天
跃马横弓破敌阵
英年神武定坤干

第九章 真英雄难避萧蔷祸 慈父皇恩遭奸佞欺

武牢关大捷，秦王世民所率唐军伤亡甚微，以少胜多，一举擒了两贼首。中原初定，世民首建奇功，李渊龙心大悦。李渊认为自古以来的官职，都难以与世民的奇功相称，便在武德四年十月，加号世民为“天策上将”，位在王公之上。增邑户至三万，赐袞冕、金络、双璧、黄金六千斤，前后鼓吹九部之乐，班剑四十人。

武德五年春(西元622年)，世民又率尉迟敬德、罗世信、秦叔宝、李世绩、王君廓等骁将，出奇兵于洛水城(今河北曲周东南)大败窦建德的旧将刘黑闼的叛军，刘黑闼仅率200余骑逃奔突厥。七月，世民再回师讨徐圆朗，连取数城，从此中原大定。

在世民尽剿群雄、克定中原之时，李靖统率三军辅佐李渊的从侄李孝恭平定了江南的萧铣等南方割据势力，自此，大江南北，尽归大唐。在平江南的过程中，李靖显露了其过人的智谋、战略、及恩威兼施之高德，堪为大唐平江南的首功之臣。

大唐一统，宇内渐平，李世民兵征天下之后，很快就转入文治江山之中。在首西开办文馆，延请四方学士，以定兴天下、安黎民、富国强邦之策。以秦王府属杜如晦为帅，辅以记室房玄龄、虞世南、文学褚亮、姚思廉、主簿李玄道、参军蔡允恭、薛元敬、颜相时、咨议典签苏勖、天策府从事中郎于志宁、军容祭酒苏世长、记室薛收、仓曹李守素、国子助教陆德明、孔颖达、信都盖文达、宋州总管府卢普等宗族，共十八位学士，均以世民为文学馆学士。分为三番，每日直宿，秦王供给学士们膳膳，礼遇甚厚，

恩荣有加。世民朝谒公事之暇，就到馆中，同诸学士讨论典籍文籍。又令库直阎立本为文学馆十八人画像，令褚亮撰文作赞，史称“十八学士”。当时的士大夫如果有幸被选入秦王府的文学馆，那可是极其荣耀的一件事，被人们称作“登瀛洲”。

正当秦王世民为大唐的万世基业、为天下黎民百姓的幸福安宁踌躇满志、披肝沥胆之时，来自宫廷妃嫔们与同胞兄弟的一支支阴毒的冷箭，正从暗处一齐向他射来……

李渊晋阳起兵成功，都是因为得益于秦王世民的周密谋划。当时李渊曾对世民许诺：“如果起事成功，为父的天下都是因你而得，那时，立你为太子。”世民叩拜辞受：“儿只有安天下以拯救黎民之心，并无做太子之意。”到了世民攻下长安，李渊做了唐王，将你们请唐王立世民为世子，李渊也同意，又因世民坚决推辞才作罢。李渊登基后，平群寇定中原又是世民之功。太子建成，无勇无谋，胸无大略，且贪酒好色，喜欢游猎；齐王元吉，更无庸懿述，所作所为，与“人”字尚且有辱，这二人都不得李渊的宠爱。李渊鉴于隋朝二世而亡，都是因为太子人选不贤导致的，如今好不容易打下的江山，一定要立个贤德之子为太子以将来承继大统。故此，李渊常有废建成、立世民之意。

当时，秦王世民所居的承庆殿，齐王元吉所居的武德殿后院，与李渊的寓所、太子建成的东宫昼夜通行，毫无界限。太子、二王出入李渊的寓所，都可以骑马佩刀；互相遇上了，也不施君臣大礼，还沿用旧日的家礼。其间，太子令秦、齐王教，与皇帝的诏敕并行，官府不知所从，只有依据得到的先后来决定遵弃。

秦王世民功高盖世，颇得父皇的宠遇与满朝文武的敬重，对此，太子建成妒火中烧；李元吉则以为建成做太子，他不服，更难服众。他先与建成联手除掉秦王世民，再除掉建成取而代之易如反掌。二人开始勾结，各树朋党，与李渊的宠妃张婕妤、妃嫔勾搭成奸，淫乱后宫，这几个形同狗彘之流，狼狈为奸，设下毒计，不失时机地诽谤与谋害秦王。

李渊是一个重色之君，最后甚至到了为色所惑、色令智昏的地步。

当年平定京城进驻长安后，李渊夺了辛处俭美貌的妻子，并宠宠日盛。辛处俭时任太子舍人，李渊知道后就下令将他赶出东宫，贬谪到江南的万年县做了县令。辛处俭时常心怀恐惧，担心性命不保。李渊做了皇帝后，妃嫔美人众多，年轻的后宫佳丽们又纷纷添子育女，仅获封的小王就有二十人。小王的母妃们争着结交诸位年长的皇子来自保。建成与元吉都是偏狭之人，抓住了父皇重色的弱点，使出浑身解数，对诸妃嫔曲意逢迎、尽心侍奉，谄媚贿赂，无所不用，以求她们在父皇面前多尽美言。当时，东宫、诸王公、妃主之家及后宫外戚，横行京城长安，恣意为非作歹，官府惧于皇家的权威，都不敢出面责问。

秦王世民心胸豁达，大公无私，不屑做那些阿谀奉承之事，与诸皇妃嫔于男女有别、尊卑有序，从不奉迎她们。再加上关于妃嫔们及外戚的几件事，世民秉公而为，得罪了诸妃。诸妃便仗势在皇上面前赞誉建成、元吉，毁谤世民。(未完待续)
(参考史料：《隋书》、《唐书》、《旧唐书》、《新唐书》、《资治通鉴》)

被“杀猪盘”骗光10万后 微景创业人的逆袭人生

【本报综合报导】卢庆欢是来自山东的00后，大学时为解乡愁开始制作家乡老房子的微缩模型，之后逐步创建了自己的微缩景观空间模型制作公司，年入百万。然而在他发展成致富生意之前，也经历过一个曲折的过程。

体贴双亲辛劳 却误入诈骗圈套

卢庆欢出生于2002年，他的父亲是建筑工人，母亲也在工地上绑扎钢筋。他自幼看到父母在建筑工地劳动，非常辛苦，不但经常在风吹日晒和高空工作环境下作业，忍受酷暑严寒，而且还存在发生工伤事故的风险。小卢从小就有一个愿望，就是能够在长大后帮助父母，减轻他们的生活负担。

2019年小卢刚上大学，就结识了一个“朋友”。因为他当时对利用现代网络技术、感情和利益进行诈骗活动缺乏认识，被误入“杀猪盘”圈套。那人告诉他：“我们有一个软件，上面给你发一个东西，过后会升值。”小卢就天真地想：今年借点钱说不定到明年利息升值，可能就会有更多的回报，就能帮助父母减轻家庭负担。于是他通过网络软件借了十几万元人民币。

一年后，一些网络平台打电话要他还钱，他才知道自己上当受骗了。这件事给他的心理造成了很大的负担。到2020年学校开学之前，他就瞒着父母，找了一个理由办理了休学手续。他对父母说自己要创业。

为了还债，小卢在生活服务平台找了一个做配货的工作，骑着家里，自己坐火车去了北京打工。配货员的工作很辛苦，从早晨7点一直忙到晚上9点，下班后又去送外卖，一直干到夜里12点多。一日三餐基本就是方便面果腹。吃得不好，居住条件更差，三、四十个人同时挤在一个100多平米的三居室里，客厅、卧室、厨房到处是人。就是这种辛苦的生活，让他一个月能挣一万到一万五。

送外卖也有危险，有时出车祸，连人带货被车撞出去很远，有时飞出去十几米，腿、脚、胳膊都摔伤了，爬起来找到东西接着给顾客送去。幸好一些客人能理解他们。小卢离家的期间吃了多少苦，至今他也没有让父母知道。但他有一个信念，这只是个过渡阶段，他坚信迟早会找到自己喜欢和热爱的事情去做。

没有过几个月，他就用自己挣的钱把欠的债还清了。这时他更成熟了，并意识到要想找到理想的工作，必须继续上大学，还得付出更大的代价。他思考一个问题，人活着到底是为了什么？是为了过那种日复一日平淡的生活，还是要做自己特别特别喜欢和热爱的事？如果找到这种工作，他决定要持续地做下去。

为解乡愁

巧手做“老家”微缩

卢庆欢在18岁那年就一个人背上书包踏上求学之路。大学生涯中，每年回家陪伴家人的时间有限，只有寒、暑假的时候他才能见到陪伴其长大的爷爷和奶奶。乡愁，在这个00后小伙子的脑海里中成了一个坎儿。

一天，从小就喜欢手工艺术的小卢突发奇想：“要是能做一个老家带在身边就好了。”他的手机里存着许多和爷爷、奶奶的合照，还有老家的照片，但那些都是平面的。所以他就想做一个立体的模型带在身边。这样每每看到模型，也就想起了



上图：卢庆欢正在制作微缩院子。下图：卢庆欢制作的微缩景观的模型

爷爷、奶奶。

2022年7月，卢庆欢在继续求学的同时，联系到了济南一个会做模型的老师，向这个老师求教学做模型。他自己用心和劳动做出来的第一件作品，就是自己老家的微缩住宅。

老家模型做好的那一天，卢庆欢难掩喜悦之情，毕竟这是他的第一个作品。他叫表弟为他拍照并上传到了网络上，还开了一个视频账号。模型发布到网上，赢得了许多网友的点赞。

他的这个视频后来被媒体报道，报导的标题是《德州大学生历时一个月做出老家房屋模型微缩：老宅留住乡愁》。他的这个视频在网络上有一万多个点赞，还有1000多万的播放量。

个人爱好成就创业之路

慢慢地，卢庆欢开始有了自己的客户。找上门来向他订货的第一位客户，是山东烟台的一位大哥，这位客户因为父母老家的房子被拆迁改造，只留下了一些照片可留纪念，但是老年人总是有怀旧的乡愁，他希望小卢能参照照片，用微缩模型技术给他做一件老房的模型。当时他们并没有谈钱，模型做出来后，当这位客户从烟台开车到德州，见到这个微缩模型时感动得都要哭了，仅此一件作品，这位大哥就给了他七、八千元的报酬。

经历此事后，小卢在学校除了读书学习，其余时间都用来琢磨和制作微缩模型。

他的第二个客户是广东人，是通过网络联系订货，客户担心货品在邮

寄运输过程中会遭到意外损坏。小卢就保证会把模型做得很坚固，叫客户放心。但是，想不到作品完成后，在邮寄途中还是被弄坏了。

小卢第二次又重新做，改变包装方法，没想到再次失败。经历此事，他半个月吃不好睡不好，在认真总结经验教训后，终于找到了一种新型材料——挤塑聚苯板（XPS板）。这是一种抗挤压、抗老化、能减震、耐腐蚀、防潮的新材料，小卢用XPS板设计制作的包装箱，把产品安放在里面就更安全，因为它能抵抗四、五百斤重的压力和冲击力。用这种新材料制作产品包装箱也成了他的专利。

随着时间的推移，越来越多的人关注到了卢庆欢的“微缩院子”，从起初的个人爱好到现在的创业初有成效，卢庆欢对作品有着自己的见解。他认为，制作模型和绘画其实有着异曲同工之处。模型制作的难点就在还原，许多房屋的细节都是每家每户的生活写照，要做到尽可能的百分百还原。

2023年8月，他带着自己的作品，向学校正式申请加入大学生创业孵化基地。当老师问他为什么想要申请工作室的时候，卢庆欢说，他想把这份情怀传播出去，形成一种文化、一种产业。

到2024年小卢已经大学毕业。随着订货的增多和工作客观条件的要求，小卢遇到了更多的难题。面对困难他没有退缩，而是顺其自然，迎难而上克服困难的。

例如订户、客户多了，要做的产品花样品种多了，仅靠一己之力不够应付局面，他就招志同道合的年轻人入伙，用带徒弟的方法，手把手地向他们传授技艺。

目前，小卢的团队已有30多人。小卢是经理和法人代表，每个团队成员都根据客户订单制作不同的微缩作品，并按照公司盈利进行分成。随着公司逐渐步入稳定运营，除了核心制作团队外，还需要完善的配套体系支撑，包括厂房、设备、工具等固定资产，以及流动资金、原材料供应、财务管理、产品生产和销售流程等多个环节。

以工艺流程为例，一件微缩模型作品从设计到完成，通常需要经过7道工序：首先绘制模型图纸，其次进行雕刻与切割，随后完成基础拼装；之后还要对基底材料进行打磨，再进入上色环节；完成色彩处理后，还需进行做旧与整体拼装，最后经过检查包装后发货。整个流程环环相扣，每一步都十分考验细节与耐心。

小卢对自己的员工（徒弟）不仅传授技术，放手让他们发挥才智，独立工作，还帮助他们解决难题，并经常带领他们到外地参观学习，走访客户。团队成员也纷纷表示，虽然订单越来越多，有时也需要加班，但看到一件件作品最终完成，心里会特别有满足感。也有人说，相比普通打工，这里的收入更高，而且每完成一个作品，都能感受到一种实实在在的成就感。

目前，他们的产品，做一件

成品的原材料成本费是200元，但是平均一件成品的售价是1万元。在客户群体方面，除了来自南北不同地区、希望复原旧居与生活场景的个人客户外，他们还承接博物馆、展览馆等机构定制的大型精致微缩场景项目。客户需求从个人情感纪念到公共展示空间，覆盖范围也越来越广。

后来，小卢应邀带着自己的作品参加了电视综艺节目。节目播出后，他们的订单越来越多，一件作品的尺寸有的达到几十平方米，有的订单要等3个月以后才能排上队。

从小卢展示的公司已完成的各类微缩作品中可以看出，这些微缩老宅逼真的细节与高度还原的场景令人惊叹。为了打造这些精致的作品，他们不仅保留了手工泥塑等传统制作方式，还结合电脑绘图、机器雕刻切割以及3D打印等技术。每一件作品背后，都凝聚着创作者的审美、耐心与技能，也体现了传统手工艺与现代科技、新材料、新技术之间的融合与创新。

从卢庆欢的讲述中不难发现，微缩模型不仅是还原一套房子那么简单，更多地是将大家心中对老家的情感和那份“乡愁”复原于模型之中。对卢庆欢和他的团队而言，这份工作还承载了“乡愁”情感的传递。

“我的老家拆了，你能帮我还原吗？”随着城镇化进程的加快，许多人的老家旧址已不复存在。对卢庆欢的团队而言，每一次都是新的挑战。“各地的建筑风格不同，现在已经有外地的用户找我们要做模型。还有很多只有留存不全的照片，我们要熟悉更多的建筑风格，才能接近100%复原。”卢庆欢表示，如果想干好一件事，就必须把它做到极致。他现在正和同事们一起了解全国各地的建筑风格，这样才能从客户的描述中快速找到画面感。

热爱自己的事业 无惧困难

像大多数人一样，迈出创业这一步意味着需要承担更大的责任。卢庆欢说，面对压力他并不恐惧。“每个人的就业方向都是自己探索出来的，探索的路上肯定有坎坷，不会一帆风顺。正因为热爱这件事，所以它可以让我免受外界干扰，也正因为热爱，所以我才坚定地选择它。”

卢庆欢表示，他很知足，现在的收入完全可以满足公司的日常开销和生活需求，当初他只是想让父母的工作能轻松一些，现在他已经摆脱了母亲，不去建筑工地上班了。对于自己来讲，他已经找到了一生热爱的事业，有足够的经济支撑，又能照顾自己的家人，已经形成了一个很好的循环。

当初创业时，周围的亲人朋友并不是都能理解。面对质疑声，卢庆欢有自己的择业观。卢庆欢还在读大四时，就提出了想“微缩景观”作为自己未来的事业和工作内容，但当时质疑声扑面而来。当他把创业这件事讲给身边人时，大家都觉得这件事干不长，建议他去考公务员、或参加校招正常找工作。面对就业和择业这两个问题，卢庆欢有着自己的想法。

“所有的工作都需要有一个沉淀和积累的过程。”卢庆欢认为，他现在在做微缩民居这个领域已经得到用户的认可，并且订单量很可观。仅去年一年他就完成了20余件作品，平均每个月1.5件。“目前的订单量已经排到了半年后，我们每天都很有充实。”

曾四度舍身出家 中国第二长寿的皇帝萧衍

文/山行

南北朝时期的梁武帝萧衍是汉代相国萧何的后代，在位48年，享寿86岁，是秦始皇以来中国历史上第二长寿皇帝，仅次于清朝的乾隆。

文武精专的帝王

萧衍是中国历史上少有的文武精专的帝王。《资治通鉴》说梁武帝“博学能文，阴阳、卡篋、骑射、声律、草隶、围棋无不精妙。”而其天生就具备的文采和军事才能，在他7、8岁时就给他带来了显赫的声誉。

萧衍少时就聪明且喜欢读书，在文学方面很有天赋。他发表了许多诗作，在学术研究和文学创作上皆有所成就。当时的竟陵王萧子良召集了八名文人在其左右，史称“竟陵八友”，其中就包括萧衍，以及历史上有名的沈约、谢朓、范云等。沈约后来写了《宋书》、《齐纪》等书，而谢朓则是这时期有名的诗人。不过，这八个人当中，萧衍的胆识却是其他七个人无法相比的，也正是萧衍，日后建国南梁，并被尊为梁武帝。

政绩卓著 提拔清官

萧衍做皇帝的时间长达四十八年之久，在南朝的皇帝中列第一位。萧衍登基后的政绩是非常显著的。他参与了乐府诗的创作及编修，在他的影响和提倡下，南朝文化的发展达到了东晋以来最繁荣的阶段。

萧衍吸取了之前齐国灭亡的教训，自己勤于政务，不分冬夏春秋，总是五更天起床，批改公文奏章。他广泛地听取众人的意见来纳谏和选拔人才。他下令在门前设立两个盒子（当时叫函），一个是谤木函，一个是肺石函。

如果是功臣和有才之人，没有因功受到赏赐和提拔，或者不是良才却被任用，都可以往肺石函里投书信；如果是一般的百姓，想要给朝廷提批评或建议，可以往谤木函里投书。

萧衍很重视对官吏的选拔任用，他要求地方的长官一定要清正廉



梁武帝萧衍（公有领域）

明。萧衍还下诏书到全国，如果有小的县令政绩突出，可以升迁到大县里做县令。大县令有政绩就提拔到郡做太守。政令执行起来后，南梁的官治状况得到显著改善。

中国第一位“和尚皇帝”

南朝是中国佛教文化的重要发展时期。尤其梁武帝萧衍极力推崇佛教，使佛教在江南得以广泛传播。梁武帝在位期间曾四度舍身，成为中

国封建王朝第一位“和尚皇帝”。

梁武帝年轻时信奉道教，登基第三年，他便率僧俗二万人举行大法会，宣布自己“舍道归佛”。他希望通过“以佛化治国”的途径，将人们从对现实名利的关注引向对生命的永恒追求与超越。

520年，梁武帝改元“普通”，这一年被中国历史学家视为南朝梁发展的分水岭。在这年初，梁武帝开始笃信佛法，多次舍身出家。

梁武帝皈依佛门后，曾四度舍身同泰寺（今称鸡鸣寺）。527年（普通八年），梁武帝第一次前往同泰寺舍身出家，住便房睡素床，用土瓦茶具和碗，每日晨钟暮鼓念诵经文，还与僧侣一起打扫佛殿。国不可无君，三天后文武大臣们苦苦哀求，才把梁武帝请回到了皇宫。回宫后，梁武帝大赦天下，改年号“大通”，是为大通元年。

529年（大通三年）9月，梁武帝第二次前往同泰寺，举行“四部无遮大会”，他带领群臣拜完佛后不愿回宫，当晚便住在同泰寺里。第二天，他在佛堂上为四部大众开讲《涅槃经》，大臣们百般劝说无果，于是，朝廷自公卿以下的群臣出钱一亿万（古代一亿为十万）奉赎，梁武帝方才于10月还宫。

546年（大通十二年），83岁的梁武帝再次舍身，结果群臣花钱二亿万再次将他奉赎。一年后，梁武帝第四次舍身同泰寺，他“升光华殿讲堂，坐师子座，讲《金字三慧经》”，一共出家37天。贵为皇帝却舍身出家，梁武帝以身弘法极大地扩大了佛教在中国的影响力。

由于帝王的以身事佛，南朝佛教至梁达到了顶峰，上至帝王宗室，下至世家大族、平民百姓都崇信佛事，佛教乃成为国教，兴盛空前。

同泰寺（今称鸡鸣寺）
(BlueSkySummer / CC BY-SA 4.0)

成语故事

偃旗息鼓

【解释】：偃：放倒；息：停止。原指放倒军旗，停止击鼓，以隐蔽行踪，不让敌人察觉。现多比喻休战、停止行动，或事情终止、声势减弱。

【成语典故】：东汉末年，曹操与刘备为争夺汉中展开激战。蜀将黄忠奉命率兵袭击曹军的粮草，不料过期未归。蜀将赵云（字子龙）率数十骑轻兵出营接应，不料途中遭遇曹军主力，赵云且战且退，救回黄忠等人后撤回汉水边的营寨。曹军紧追不舍，直逼蜀营。

当时，赵云营中兵力稀少，而曹军攻势极其凶猛。副将张翼认为应当紧闭营门，死守待援。然而，赵云观察形势后，下达了一道出人意料的命令：他命令士兵们放倒旗帜，停止擂鼓，并打开营门，自己则单枪匹马守在门外。

曹操大军赶到时，只见营门洞开，旗帜全无，营中寂静异常，疑心赵云早有埋伏，不敢贸然进，当即下令撤退。就在曹军转身之际，赵云一声令下，蜀军突然雷鼓震天，万箭齐发，曹军惊恐万状，自相践踏，堕入汉水，死伤惨重。刘备事后亲自到营视察战地，赞叹道：“子龙一身都是胆也！”遂封赵云为虎威将军。



赵云（公有领域）

四合院——独属中国人的居住文化

文/小光

四合院是中国传统住宅建筑中最具代表性的形式之一，主要由正房、东、西厢房，以及南房围绕中央庭院构成，形成封闭有序的空间格局。

这种建筑形式广泛分布于华北地区，尤以北京、山西、陕西与河北等地最具代表性，是汉族民居文化的重要体现。

从历史发展来看，四合院的空间形制具有深厚渊源。考古与文献研究表明，早在西周时期，中国已出现以庭院为核心的住宅布局，但在当时尚未形成后世典型的四合院格局。

至秦汉时期，随着礼制与宗法制度的发展，住宅空间开始呈现出中轴对称与尊卑有序的特征，四合院的基本形态逐渐成熟。此后经历魏晋南北朝至隋唐的发展，而至明清时期达到高度规范与完善，成为北方城市与乡村中最普遍的住宅形式之一。

建筑布局与空间结构

四合院的基本构成包括一个中心庭院与四周房屋，通常采用坐北朝南的布局，以获得良好的采光与通风条件。北侧为正房，地位最高，常建于略高的台基之上，是家庭中长辈或一家之主的居所，同时也承担会客、



西施故里的四合院 (zjctming / CC BY-SA 4.0)

祭祀等重要功能。正房的规模通常大于其它房屋，装饰也较为讲究。

东、西两侧为厢房，与正房相对而立，多供子女或晚辈居住。南侧为倒座房，面向正房，常用作客房、书房或仆役居所。

整体空间围合形成内向型院落，使生活空间与外界街道相对隔离，具有较强的私密性与安全性。

四合院的内部常设有走廊（亦称抄手游廊），将各个房间连接起来，不仅方便日常通行，也起到避风避雨的作用。院中可设置花木、水缸

或假山，既改善微气候，也具有审美与文化意境。

大门的位置通常不设于正中，而多开于东南角（传统称“巽位”），这既与风水观念相关，也有利于避开直冲正房的气流。部分大型宅院则设有影壁，用以遮挡视线，增强私密性与礼仪性。

等级制度与文化内涵

四合院不仅是一种居住形式，也深刻体现了中国传统社会的伦理秩序与文化观念。其空间布局遵循

严格的中轴对称原则，正房居中且地位最高，象征家庭权威；厢房分列两侧，体现长幼有序；倒座房则地位较低。这种安排反映了儒家思想中“尊卑有序、长幼有别”的伦理观。

此外，四合院的封闭式结构也体现了中国传统家庭重视内聚与稳定的价值观。院落作为家庭生活的中心，不仅是日常起居之地，也承载着节日活动、家族交流等多重功能。

在建筑装饰方面，四合院亦富含象征意义。例如：门簪、砖雕、木雕与彩绘常带有吉祥图案，像蝙蝠（寓意“福”）、石榴（象征多子）、牡丹（象征富贵）等，反映了人们对幸福生活的向往。

类型与规模变化

根据院落数量与规模不同，四合院可分为多种类型。最基本的是一进院，即由一个庭院与四面房屋构成，适合普通家庭居住。规模较大的则为二进院、三进院，甚至多进院，由前院、中院与后院依次排列，功能分区更加明确。在富贵人家或官宦府第中，常见由多个四合院组合而成的大型宅第，院与院之间以墙体分隔，并通过门道相连，形成层层递进的空间序列。这种布局既强调调

秩序与礼仪，也体现出居住者的社会地位与经济实力。

皇宫、王府等大型建筑群，同样采用院落式布局与中轴对称原则，但其规模、功能与制度内涵远超过一般的四合院，可说是四合院建筑体系中的更高等级了。

地域分布与演变

四合院主要分布于中国北方地区，特别是气候较为寒冷、风沙较大的区域。其封闭式布局有助于抵御寒风与沙尘，同时保留院内热量，形成较为稳定的微气候环境。在不同地区，四合院也呈现出一定差异。例如：北京的四合院规制严谨、装饰讲究；山西与陕西地区则常结合当地地形与材料，形成具有地方特色的院落形式。随着历史发展与社会变迁，四合院在近现代逐渐受到城市化与居住方式变化的影响，但仍作为重要的文化遗产保护与研究。

四合院作为中国传统住宅的典型代表，在建筑技术与空间布局上已经高度成熟，而且更重要的是，它承载了千年的文化延续。既反映了中国古人在日常生活中对自然环境的理解，也体现了古人心怀天地、敬畏神明的基本心态与生活方式。

万物皆有灵

植物也有思维和灵魂？

古人认为“万物皆有灵”。所以，除了人以外，动物、植物也有思维和灵魂？很多人都在争论这个问题，而一个非常著名的科学实验——巴克斯特试验，或能给出解答。

巴克斯特，全名克里夫·巴克斯特 (Cleve Backster)，曾经是美国中情局资历十分深厚的测谎专家。他在人类心理测谎领域有将近18年的专业研究，在当时是全世界这一领域里的顶级专家。1966年2月，巴克斯特无意中的一个发现，彻底颠覆了他的观念和对世界的看法。

一次偶然的实验

实验是从一次偶然的经历中开始的。一天，巴克斯特的秘书买了一株龙舌兰，放在了他的工作室里，这成为了巴克斯特第一次的养花经历。

1966年2月2日早晨7点，巴克斯特在实验室熬了一个通宵，他在休息时看着眼前这盆龙舌兰，脑中突然一个灵光乍现：如果把测谎仪连接到植物上会怎样呢？

于是，巴克斯特把测谎仪接在了龙舌兰上，开关刚一打开，就让他着实吃了一惊：测谎仪上呈现出锯齿状、活跃的、随时变化的图形，在大约一分钟的波形图记录中，折线显示为小幅的波动，这与一个人接受测谎检测时，因害怕曝光自己的想法而导致难以抑制的短暂恐惧而生成的波形极为相似。

巴克斯特发现，原来植物只是没有嘴和四肢去表达自己，但它们是有思维的。

接下来，巴克斯特一边端着咖啡杯来回踱步，一边冥思苦想，用什么方式能让眼前的这盆花感受到惊恐与不安……突然，他的脑中冒出了一个想法：用火柴去烧那片叶子……而此时，那株龙舌兰正距离巴克斯特大约4.5米远的地方……

奇特的事情发生了！

巴克斯特在之后接受媒体采访



克里夫·巴克斯特 (Cleve Backster) 用测谎仪测试植物。(公有领域)

时发出感慨道：“当时电极连着一片叶子。我的脑海里突然闪出了用火烧它的叶子的念头。这念头刚一出来，指标立即做出了剧烈的反应，一下子摆到了图表的顶端。天哪！它竟然知道我在想什么。我立刻意识到植物也是有意识的。”

这个试验彻底改变了巴克斯特对世界的认知，也改变了他的一生。

上午9点，巴克斯特的助手鲍勃·汉森 (Bob Henson) 来上班，听说

了这个现象后，十分好奇，于是也亲自做了试验，结果相同的现象又发生了。而且，植物还能分辨出，巴克斯特是真的想要烧它，还是只是吓唬它，谎言对它不起作用。

更多惊人的试验

之后，他们二人做了许多试验。比如有一次，他们外出回到工作室检测一天的观测数据时，又让他们大吃了一惊。通过时间的对照，他们发现

每当巴克斯特在外面办事，决定要回实验室时，植物经常会出现明显的反应，尤其是当他下意识做出回去的决定时。

巴克斯特甚至感慨地说：“一旦你开始种花草，花草似乎会追踪你的想法和感觉。无论它距离你有多远。”

植物的这种遥感能力让他们十分兴奋又心存不解，于是，他们又开始设计更为复杂的试验。

巴克斯特将植物放在纽约进行每天24小时的持续监测，自己则和助手一起回新泽西州的家里。他并不知道妻子为他准备了一个结婚纪念日的惊喜派对。当他们回到家进到屋里，每个人都高呼“惊喜吧！生日快乐！”的时候，着实让巴克斯特惊喜极了……

后来，巴克斯特在查看比那个植物的监测数据时，发现植物也在每个时刻感受到了这份惊喜。巴克斯特说：“就在这个确切的时间点上，植物产生了很大的反应。”

受到这一现象的启发，巴克斯特开始暗中观察周围自然而然发生的现象中，有哪些会引起植物的强烈反应。

有一天，他把刚刚烧开的热水倒进了实验室的洗涤槽里，此时他观察到植物有剧烈的反应。那个洗涤槽因为疏于清理，里面充满了各种微生物，那场景就像电影星球大战的酒吧中各种各样的外星人一样。当这些微生物突然被滚烫的开水烫死时，植物从自身的安宁中领会到了这种死亡的恐惧，并且“惊声尖叫”。

于是巴克斯特设计了一个实验，试图标准化这一现象。他造了一台机器，能够随机地把吓扔进开水里。在吓被烫死的时间点，植物确实产生了强烈的反应，但是这种反应只出现在夜晚实验室没人的时候。白天有人时，植物表现得好像对吓“不太感兴趣”。

巴克斯特还在耶鲁大学语言学校做了一次现场演示，他把一个常青

藤的叶子连到了测谎仪上，然后让一个男生把蜘蛛放在植物旁边的桌子上，并用手指着不让他跑掉。常青藤此时似乎没有任何反应。

但当他把手移开后，蜘蛛似乎意识到了有机会逃跑。就在它准备逃离的一瞬间，测谎仪突然记录到一次巨大的曲线波动。也就是说植物也感知到了蜘蛛想要逃跑的意识。这种现象在现场被重复了多次。

通过一系列实验，巴克斯特提出生命之间或许存在一种尚未被科学完全解释的感知联系。他将植物对思想的敏感性称为“主要感知”(Primary Perception)，并于1968年在《国际超心理学杂志》(International Journal of Parapsychology) 上发表了他的实验结果。

科学无法解释的感知能力

后来，巴克斯特又持续做了许多试验，包括乳酸菌、鸡蛋、甚至活的人体细胞，都得到了惊人的结果。

有一天，巴克斯特准备做早餐，他打破了一枚鸡蛋，就在此时，一株喜林芋产生了强烈的反应。后来，他将一个鸡蛋连在测谎仪上，每当它邻近的鸡蛋被一个一个地丢进热水中，它便表现得很“惊恐”。

这些结果显示，所有的生物都和它周围的环境有紧密的联系。当压力、痛苦或死亡发生时，周围的生命都会立刻产生某种反应，它们能够感知，甚至在某种程度上“共感”那份痛苦。

巴克斯特通过试验得出结论，这种尚未被定义的感知现象存在于所有细胞生命中，使生物体能够在没有任何已知物理通讯途径的情况下，即使相隔遥远，也能对威胁、情绪以及其它生命形式的消亡做出反应。他毕生致力于测谎仪和初级感知的研究，并撰写了《初级感知：植物、食物和人类细胞的生物通讯》(Biocommunication with Plants, Foods, and Human Cells) 一书，总结了其36年的研究成果。

古人如何治疗牙齿

文/青莲

现有数据显示，人类有5000多年的文明史。关于牙医的记录，最早出现在公元前3000年左右。但那些被淹没在历史烟尘中近万年的牙齿，或许会告诉我们一个不一样故事。

2006年，考古学家在位于现今巴基斯坦境内的梅尔加尔遗址，发现了一批距今约9000至7500年的墓地遗骸，其中有数颗牙齿显示出明显的人工钻孔的痕迹。这些孔洞并非自然损伤，而是经过刻意加工形成。外界普遍认为这是目前已知最早的牙科手术之一。



梅尔加尔遗址 (Mehrgarh) (Ashish Premier/Wikipedia/CC BY-SA 3.0)

研究显示，当时的人类可能使用燧石制成的“微型钻头”，通过弓钻装置在牙齿上打孔，这些孔洞直径仅有1至3毫米，分布均匀，大多位于牙齿咬合面。有研究者认为，进行这

种操作的目的，很可能是去除蛀蚀组织。这种做法类似我们今天去牙科诊所补牙前，牙医先要将牙齿被腐蚀的部分用电动钻清除干净一样。

考古学家表示，梅尔加尔遗址的发现，显示人类早在新石器时代，就已经开始尝试进行牙齿修复与治疗，并且展现出令人惊叹的精准度与结构理解。

在此以前的研究显示，原始的牙外科技术出现在古埃及时期。公元前2600年，古埃及的赫赛·雷 (Hesire) 是第一个被称为“牙医”的人，也是最早被记名的牙医。

当时的埃及人已经懂得利用金属进行牙齿固定。他们会用细金丝或银丝将松动的牙齿绑在一起，尝试将脱落的牙齿重新固定，形成早期的“牙桥”。

研究者还在埃及约公元前2650年的一块人类下颌骨第一颗磨牙牙根下方发现了两个小孔，认为是当时牙医实施脓液引流的证据。

我们无法想象，以当时人类的技术，是如何做到仅用石器，就能打出这些细小均匀的孔洞的。而且古人将坏牙钻孔之后，又是如何将其封闭，并恢复使用功能的呢？

研究人员似乎从欧洲的一项考古

发现中，找到了后一个问题的答案。在斯洛文尼亚出土的一具约为6500年前的人类下颞骨上，一颗大齿裂缝中填满了蜂蜡。分析指出，这可能是为了减轻牙齿敏感，并防止食物残渣进入裂缝。

如果认为这就是最早的人类对牙齿的修复方式，那另一项考古发现则再一次推翻了这个结论。

考古学家在意大利托斯卡纳地区出土的一颗约为13000年前的牙齿中，发现填入了由沥青、植物纤维与毛发组成的混合物。这种材料兼具密封与防腐功能，原理与现代牙科使用的树脂填充物竟有某种程度的相似。

众多证据显示，在牙科历史中，古人的智慧超越我们的想象。他们不但能够治疗牙齿、修复牙齿，在牙齿美容方面的技术也令人惊叹。

早在约2500年前，玛雅人就会在健康的门上钻孔，镶嵌上玉石、绿松石或赤铁矿等宝石。这些镶嵌并非粗制加工，而是精准嵌入牙齿的表面。

研究发现，当时的人们会使用天然黏合剂在牙上固定宝石。这些镶嵌物在出土时仍牢固附着，显示出相当成熟的工艺水平。更令人惊讶的是，这些操作是在不损伤牙髓的情况下完成的，意味着当时的操作者对



意大利的伊特鲁里亚人从公元前700年起就制作假牙，他们将其他人或动物的牙齿镶嵌在带有金属箍的金箍上，然后固定在剩余的牙齿上。(Wellcome Collection/Wikimedia Commons/CC BY 4.0)

牙齿结构已有相当深入的了解。

另有研究显示，意大利的伊特鲁里亚人，在公元前700年就首次使用了牙科新治器和牙桥。他们以精湛的金工技术闻名，能够制作出复杂的金箍装置，将健康牙齿作为支点，用来固定由象牙或他人牙齿雕刻而成的假牙。这些装置不仅具备实用性，也显示出高超的工艺水平。这些牙在考古中大多出现在富裕女性的墓葬中，暗示牙齿修复在当时就已不仅是医疗行为，更与身份与美学产生关联。

有趣的是，古人对于牙痛的理解，在几千年中都大同小异。古代人将牙痛的原因描述成是由“牙虫”导致的。最早的“牙虫”说

法，很可能来自于公元前5000年的苏美尔人。后来古印度、埃及、日本和中国也都相信这种说法。

埃及人相信，牙痛来自“牙虫”侵蚀牙齿，因此会使用孜然、乳香与蜂蜜调制药膏涂抹患处，试图驱除病因。

在中国，龋齿俗称“蛀牙”，顾名思义，被虫蛀掉的牙，也叫做“虫牙”。牙痛时，人们认为那是牙虫作祟，民间会使用花椒、辣椒籽填塞的方式，驱除牙虫，达到止痛的目的。

直到公元14世纪，法国外科医生盖伊·德·肖利阿克 (Guy de Chauliac) 仍然相信，蛀牙是牙虫造成的。

18世纪初，有“现代牙科之父”之称的法国牙医皮埃尔·福沙尔 (Pierre Fauchard) 首次使用牙齿填充物来治疗龋齿。他系统地提出，蛀牙并非由“牙虫”造成，而是与口腔环境密切相关。他认为，糖分在口腔中会产生酸性物质，例如酒石酸等，这些酸会逐渐侵蚀牙齿，从而引发龋齿。

其实每一个时代的人，对事物的认识都带着那个时代的烙印，但无论时空如何转换，历史怎样演变，总有一些无法磨灭的痕迹，无声地向后人诉说着那个时代的故事。

徐孝锡院长著作

《扁鹊了愿在扁康》

得遇扁康的人们(二)



在和扁康丸一起走过的五十多年里，我积累了很多疗效突出的案例。当看到人们通过推特、博客、信件、论坛和主页上分享服用扁康丸的亲身体验，以及称赞和感谢时，我不止一次被感动。我只是根据韩医书籍的教导，创新性地开发出扁康丸。除此之外，作为一个医生，我不过是做好了本职工作而已，大家给予我的盛赞实在受之有愧。

治疗案例尽可能采用服用者所写的文字，如果由于各种原因没有服用者写的文字的话，我会根据回忆来进行介绍。另外，虽然用本名比较好，但是因为涉及到患者的病情，当患者不想公开时，我们不可避免的要化名。

除了刊登出来的事例，也有外国大使夫人、著名的财阀家族、政界和财经界的知名人士、明星和体育明星等，考虑到他们的个人情况，很多名人的案例都无法公开。

来自鸡龙山的信—— 韩国画家重新找回幸福人生

◎ 每天清晨睁开双眼景色都有所不同，鸡龙山的美画之不尽，令画家申铉国先生(75岁)陶醉其中。在这里居住的五十余年中，他把自然一点融入画里。从其来信中，仿佛就能看到他那张清朗的笑脸。

虽然各自有不同的领域，但是申铉国先生也像我一样五十年坚守着一份事业，我要为他这份坚持而喝彩。希望申先生保重身体，在恬静之中把鸡龙山神奇的魅力不断地展现在画作中。

申铉国先生的信读起来就像他的画一样干净利落。他在信中写道：

对人们来说最重要的也许是衣食住，我认为生活中最重要的是健康。健康出问题的话，拥有再多东西又有什么意义呢？

我从十几年前开始，每当季节更替、天气变化时就会像得了感冒一样，发高烧、清鼻涕不停地流、眼睛充血，还感觉头晕、头痛。

有一天，我和曾经担任市议会议长的赵钟国会会长共进晚餐。但是我在席间仍然鼻涕不断，还一直咳嗽。看到我这样的状态，赵钟国会会长说：

“啊！那你应该去扁康韩医院，只要吃两个月扁康丸就可以痊愈！”

他的话让我非常惊讶，经仔细询问才得知原来他有过和我一样的症状，但在服用了扁康韩医院的扁康丸之后就痊愈了。赵会长拿出电话簿说现在可以立刻帮我打电话。在听了详细的介绍并联系妥当后，我在第二天就乘坐长途汽车到了瑞草洞的扁康韩医院。

我原以为韩药都味道奇怪，应该都是苦的，但是服用扁康丸没有感觉到苦味。服用一个月以后，我的感冒症状慢慢消失了。

两个月的时候，我感觉都好了，身体轻快，鼻涕和咳嗽症状都不见了。为了巩固效果，我吃了三个月的扁康丸，发现脚气竟意外地好了，身体瘙痒的症状也没了。

我就像重获新生一样，我的画也变得明亮起来，人也有了活力，真开心啊！

美国议员和艺术家慕名而来

◎ 查尔斯·兰格尔(81岁)是美国民主党议员，在美国经济中心纽约已经连任21届。他于2011年4月28日访韩。

兰格尔的问题是左脚肿得很厉害。由于曾在战争中受过伤，他的左腿膝盖一直留有疤痕。他把两边裤子卷起来让我看双腿，肉眼就能看出其左腿比正常的右腿肿大很多。

兰格尔议员说：“因为左腿肿大，血液循环很差，所以我在议会大厦里上下楼梯都感觉呼吸困难，很不方便。”

兰格尔当年来韩国的第一目的是签订韩美自由贸易协定的相关协议，同时作为韩战的参战勇士，接受韩国国家报勋部授予的乡军徽章。而他的第二个目的，就是在与我见面时提到的，想尝试在美国韩侨社会中颇有名气的扁康丸。

◎ 2011年11月末，著名艺术家大卫·拉沙贝尔为了举办特别艺术展来到韩国。他在韩国逗留的期间到访了扁康韩医院。

医院的员工请他在衣服上签名，还用手机留影，热情地欢迎了这位纽约流行艺术界的大明星。拉沙贝尔幽默地称自己的病是“lung fire”，也就是“肺里着火了”的意思，所以我给他开了一个月量的扁康丸，以降肺火并滋润肺脏。◇

(本文选自徐孝锡《扁鹊了愿在扁康》一书，有删减。)

【扁康丸服用分享】

咳嗽多痰呼吸困难 清肺排毒后恢复健康

我是居住在美国纽约的王先生，今年82岁。

我患哮喘已有十年了，呼吸困难，咳嗽多痰，看遍了中、西医，都没办法治愈。后来找到了一位台湾的老中医，给配了药粉，吃了就好，停了就犯。因为没有别的出路，只能依赖老中医，就这样年复一年，日复一日，前后吃了七年多。

后来那个中医去世了，这下我没有药粉吃了。大概过了半年的时间，病情越来越重，咳得越来越厉害，晚上根本不能睡觉，两、三分种就会咳醒一次，非常痛苦。

2015年7月底开始服用扁康丸，服用两周后觉得咳嗽有减轻；服用到第一个月时，晚上已经能睡觉了；到第三个月时，曾一度出现病情加重的排毒现象，但是感觉没有原来那么痛苦；到第四个月时，排毒现象消失了；到第五个月时，已经完全不咳嗽了，自己走上五层楼都不喘。现在我的皮肤白里透红，精力充沛。我非常感谢扁康丸！

哮喘患者服用六个月后康复

我曾患有咳嗽，二十四小时咳不停，还有哮喘、血糖高的现象，全身关节痛，服用了很多中、西药都无效。

2014年回大陆探亲，本来是和家人团聚，大家开心，没想到，回到大陆整个人病得不成样子，一个假期都在医院里度过，每天在痛苦中煎熬，亲人们都为我担心。所有的亲人到处帮我寻医问药，和扁康丸全球服务中心初次联系也是亲人帮忙，那时我每天咳得连一句完整的话也讲不了。

我于2015年1月开始服用扁康丸，服用十多天后咳嗽减轻；服用到两个月时，症状明显好转；服用到四个月时就好很多了；服用到六个月时就完全不咳嗽了。2015年夏天再次回大陆度假，这次和2014年完全不一样了，看到我的身体康复，亲人们都为我高兴，悬着的心都放下了，感谢扁康丸。

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

前世注定的法缘

文/杜延

在中国大陆有一个不起眼的小村庄，过去只有两个生产队，不足二百户人家，这里就是生我养我的故乡。现在这个小村庄里已经没有我家的人了，我八十多岁的父母和我们兄弟姐妹四个小家庭都在城里住，所以村里的乡亲们茶余饭后少不了谈论起我家的事：你看人家四个孩子考上仁，都到城里去享福了。可是有谁知道我家的福份来自哪里？我告诉大家：表面看是因为我们一家人的诚实、善良，有对神佛的信仰。从内在看是前世注定的。

爷爷建空堂坟

我爷爷在二十多岁的时候，曾找本村会看风水的先生，到自家村东头的一块地里看看风水怎么样。先生指着一个地方说，在这儿建一个坟最好，你的后代子孙肯定会有出息。爷爷说，家里不死人怎么能建坟呢？先生说，可以建一个空堂的。于是爷爷就按照先生的建议，建了一个空堂坟。坟上还栽了一颗榆树。先生说，建起这个坟之后，你家三代以后好运就显现出来了。

上世纪三十年代中期父亲出生了，在我父亲这一辈中，我有两个大伯和一个姑姑。大伯一家进城落户，二伯和我父亲、姑姑三人均务农。现在看来这个家族中受益最多的就是我们一家人。在我家人经历的故事中，似乎证实了人们常说的一句话：“人的命，天注定。”

僧道宅院

父亲十几岁的时候，家中盖起了内坯外砖的六间房，爷爷又把风水先生请到家中，看看宅子。先生说，你家靠东边这三间是个僧道宅院。当时家里人也不知道是什么意思，也不知道是好是坏。

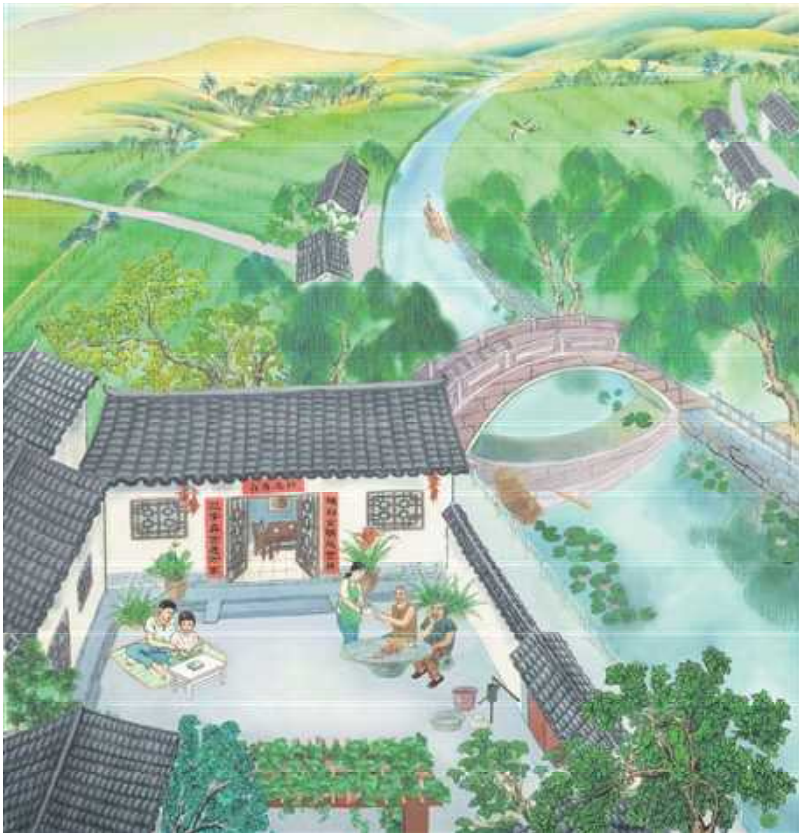
父亲记得，靠东边宅子的一间房中的一个檩条就是在空堂坟上长大的那颗榆树，后来父亲哥仁分家时，父亲正好分到这套宅子，也就是先生说的那个僧道宅院。

信命的姥姥促成了我父母的婚姻

父亲从小身弱多病，几岁时得了大肚子脾，后来头上、腿上到处生疮，身体非常虚弱。十九岁当了兵，在军营里犯了腿病，走路一拐一拐的，退伍前又得了肺结核，部队留下他，给他治了病。退伍回家后身体很虚弱，不能干重活。

由于父亲长得很有气，浓眉大眼，像个电影明星，尽管身体不好，找对象也不发愁。一天去相亲，他诚实地介绍了自己，身体有病，什么手艺都没有，什么都不不会。姑娘没说就走了。这个姑娘就是我的母亲。父亲一看我母亲走了，以为没戏了，心里有点沮丧，可是陪同母亲一起来的姥姥对我父亲说：你先别走，我看看你的手。父亲伸出手让她瞧瞧，然后说，你们俩不成则罢，要是成了的话你得听她的。父亲说：行，只要能过好日子，怎么都行，这我能做到。

当时母亲和姥姥的想法不一样，母亲想找一个有手艺的男人，将来能凭手艺挣钱，不再过穷日子。而姥姥很信命，想给我母亲找一个属相相合的，不看当下的穷富，也不看他有没有本事，只要有好的未来就可以。而父亲的属相正好和母亲的属相相合，这是姥姥很中意的。所以后来别人再给母亲介绍对象，姥姥都不愿意。姥姥说，你别看他家现在很穷，将来孩子会有出息。母亲拗不过就听从了姥姥的建议，和我父亲结婚了。



我出生在中国大陆一个只有两个生产队，不足二百户人家的小村庄。

他们婚后的一天晚上，我母亲对父亲说：你别悲观，咱们有盼头，我找人给你算了一下，说你“生在皇帝阴，富贵多宝珍，中年铺富路，老来有黄金，儿女必有前程。”父亲一听高兴地说：“这么好呀，那可得好活着呢。”

算命先生的话一一应验

我出生后，在我几个月大的时候，姥姥抱我出去串门玩，有个会相面的人说：这小姑娘长得好，长大了是当老师的命。结果二十年后我考上了师范大学，毕业后当了高校教师。我是村里第一个大学生，在本村及附近村庄引起了很大轰动。

我弟弟长大后，母亲又去给他算命。先生说，这孩子是个外头（在城里上班）的命，你家孩子这么好，我送你抽个签吧，母亲一抽，签上画着刀子、剪刀、钳子等图案。先生说，你看，这孩子将来要当工程师。结果弟弟考上了机械类的专业，毕业后分配到姐姐所在城市的某单位当了电工。母亲是村里的第二个大学生，这更是奇迹了。村里人又羡慕又嫉妒地说：“怎么轮到你们家出两个大学生？”母亲暗想，两个就算多了？我家还想考上三个呢。

我还有两个妹妹，有一天，一个人来到我家，说：“你家门外这个菜园是你们家挖的吗？”母亲说是。那人说，可能不能在这儿挖，对你的身体不好。母亲说，哎呀，可真是的，我这一阵子老闹毛病。谢谢你，我们马上把你挖了。看你这先生挺有眼力，请到屋里来坐会儿吧。

先生跟着来到屋里。母亲拿出我们的全家照，说，你看我这几个孩子怎么样？那是我小妹妹只有一两岁时的照片。先生拿着看了看，说：你这几个孩子都不错，后来指着大妹妹说，这个我不准，可能出不去（去不

了城里）。结果，大妹妹初中没念完就不上学了。母亲想，怪不得看相先生说她出不去呢，不上就不上吧，也没有坚持非让她上学。

小妹高中毕业没考上大学，复习了两年也没考上。母亲就着急了，又想给小妹算个卦。一天村里来了个算卦的先生，母亲去了，把小妹的八字说了后，先生问算找婆家呀？母亲说，我们不找婆家。先生奇怪地问，这么大了不找婆家那还算什么呀？母亲说，看我们有没有考学的命。先生说，考学的命倒是没有，就是运气太低，得等到二十四、五以后，谁家让念到那么大概呀。

小妹考了三次也没考上，已灰心丧气不考了，去了姐姐所在的城里找了个临时工上班了，她的工作是帮邮局送报纸、信件等。在一次分拣信件时突然看到了她同学给她的来信，同学劝她回学校复习继续考学，她动心了，辞去了工作又回学校复习。因为她上次高考的分数不低，学校也愿意收，结果那次就考上大学了。那年她正好二十四岁。

我家四个孩子考上三个，成了村里的典范，谁家教育孩子都拿我们家做榜样。父亲在土地承包到户之前是个队长，一心扑在队里，早出晚归，家里的活，洗衣做饭，收拾家务，纺织，织布，做鞋，做衣服等等都是母亲的事，母亲很能干，但因很苦、很累，身体多病，经常埋怨我父亲不帮她。母亲虽然脾气暴躁了些，但是心地很善良，非常乐于助人，所以人缘很好。

父亲虽然干起活来有点笨，但他比较正直，能说会道，经常帮村民调解纠纷和操办红、白事等。一次，一个懂命理的村民来找我父亲，让他帮忙解决涉及外村的一个纠纷，解决好，那个人说：“你家都有什么人呀？”父亲说，有四个孩子，一个男孩，三个女孩。那人“嗯”了一声说：

“好好供孩子们吧，将来都有出息，你家栽着钱树，下面还有聚宝盆，什么事都不用问人，老来有福。”当时父亲还半信半疑，但是到小妹考上大学以后，他相信了，因给孩子们算的卦都实现了。

法轮功炼功点

因为母亲身体不好，吃了很多药也不见好，我就想让母亲练气功。因当时是气功热，有好几种功法，我不知道哪个有效，所以我就自己来试验，我先学，等感觉确实有效后我再教给母亲。就这样我先后学了九种气功，但都不理想。

正当我想放弃的时候，经人介绍学了法轮功。这个法轮功可真神奇，我刚刚炼功没几天自己的便秘、肛裂都好了，后来子宫肌瘤等症也好了。确定这是一个好功法之后，我回家告诉了母亲，当我告诉母亲法轮功教人按真、善、忍做人时，母亲说这个功法好，教人做好人，我学。

母亲没有上过学，在扫盲班学过一些字，但学功就要看法轮功著作《转法轮》，这对六十岁的母亲来说有不少困难，可是看到法轮功教人做好人，就对《转法轮》爱不释手。五套功法的动作很快学会了，母亲学法



母亲说这个功法教人做好人，我学。

也很认真，她把不认识的字都记在一个本子上，无论见到识字的大人还是上学的孩子，拉过就问，然后在每个字的下面，画上她能够看懂的画或她认识的同音字。不到一年，母亲就能诵读《转法轮》了。

母亲炼功时间不长，正像《转法轮》中所说的“老年妇女还会来例假”，早已绝经的母亲真的来了例假，多年的三叉神经痛、胃病、嘴唇常年溃疡，不知不觉都好了。看到母亲神奇的变化，父亲也来学了，父亲学功后，很快把烟酒都戒了。还有乡亲们陆续来了七、八个人，母亲家就成了一个学法、炼功点。我的弟弟、弟妹也相继开始修炼了。出嫁的大妹妹见功法这么好也学了，她家也建立了炼功点，平时有二十来人呢。

这时候母亲想起早年给自己算的命运：说母亲后运很好，送终时姑子、和尚一大群。当时母亲不太信，这个时代怎么会有的姑子、和尚一大群呢。现在看来就不难理解了。过去姑子和和尚是出家的，现在修法轮功是在家修，对于修炼来讲，那法轮功学员不就相当于过去的姑子和和尚吗？

父亲也想到了给自己算的卦“老来有黄金”，他说，可不是嘛，得大法了，这不比金子还珍贵吗？

上世纪七十年代，父亲在村里遇到了一位看风水的先生，他觉得这个人给别人家看的很不錯，想让先生到我家去看看，先生说不用去了，你家是个僧道宅，再过几十年那块庄户上就没人住了。当时父亲心里很不是滋味，觉得我家宅子是不是不好？心里很别扭。

如今看来，这不也应验了吗？修炼法轮功的人天天来这里学法、炼功，那不就是一个修炼的道场吗？可惜，这么好的一个修炼场所被中共破坏了。

荒芜的小屋与城里的一家人

大妹妹为了给自己的孩子创造一个好的学习环境，准备在县城买一套房，想让她两个女儿去县城上学，她来和父母商量行不行，父母说行，所以两个孩子就得需要父母去帮他们照看。为了帮助大妹妹，我父母舍弃了自己的家，去县城照顾两个孩子了。

大妹妹的小女儿考上大学那年，正好赶上她家拆迁，这样母亲和大妹妹一起都搬到了我的一套旧房里。虽然大妹妹没有考上大学，但现今她的两个女儿，大学毕业都考入了国企，工资丰厚，还给大妹妹在城里买了房，没有后顾之忧。

小妹妹大学毕业也分配在我所在的城市，这样全家四个孩子都来到了同一个城市，而且我们相距还很近，四个孩子都很孝敬老人，经常聚集在八十多岁的父母身边，其乐融融，常常被小区的老人们羡慕不已。这是大法给我们一家带来的幸福。

我们的后辈五个孩子都考上了大学，找到了自己的工作，也陆续成家立业。他们也都知道法轮大法好！真善忍好！并退出了曾经加入的中共党、团组织。

父母离开老家后就再也没有回老家住过，小屋也已经荒芜。这也证实了风水师说的：“再过几十年那块庄户上就没人住了”。父亲当时听到这句话还觉得很不好，担心有什么灾祸，现在看来是这样的好结局，也心满意足了。

其实，无论是风水先生、算卦先生还是相面先生对我家六口人的预言都应验了，我家的僧道宅院恰好预言了法轮大法洪传到小村的事实。

文/琳真

看贵州 (11)

乌蒙大草原

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，并开启一段返璞归真的旅程吧！

乌蒙大草原，又叫坡上大草原，位于贵州高原西部。这里没有传统草原那种一望无际的平坦地貌，而是在群山与云海之间铺开广阔的草甸。夏季时，山风掠过草浪，牛羊散落其间，高原的清凉与辽阔扑面而来。

乌蒙大草原平均海拔超过2500米，这里最迷人的地方，在于同时拥有草原的开阔、喀斯特山地的层峦起伏，以及高原气候带来的多变景致。大草原的最高处是雄伟的牛棚梁子大山，与八担子山遥相呼应。这里年平均气温仅有11.1℃，属典型的亚热带季风气候，是绝佳的避暑胜地。

草原四周传统的民居多为典型的黔西北山地建筑，石墙灰瓦依山而建，与高原草场和群山地貌自然融为一体。

草原地毯与驼峰群

漫步在绿茵的草原上，带有弹性的草甸让人几乎感觉不到行走的疲惫。景区拥有10万亩一望无际的高山草场，原为早期村民种荞麦地，后因封山育草而禁种。早年村民将地里的荒草撈成堆放火烧掉准备播种，那些富含烧草灰的地块因土壤养分充足，野草密集高长，形成一个个突起的草团。每到晚秋，金黄色的草团连绵起伏，形似千万匹狂奔骆驼的驼峰，被称为“驼峰群”。草场上自然生长着21种高山牧草，当地流传着牛羊“吃的是中草药，喝的是矿泉水，走的是健康路”的说法。

高原矮杜鹃林



杜鹃林

这里的山脊和坡地上成片分布着万亩高原矮杜鹃花林。与低海拔的乔木杜鹃不同，它们矮小粗壮，根系深扎于玄武岩缝中，每年春季，花朵便沿着山坡成片盛开。

在这片杜鹃花海中，有一处由小山包构成的开阔地带，被称为“天鹅抱蛋”。每到暮春花开，错落的小山包就会鲜花覆盖。据说很久以前的一天早晨，有一位牧民在浓雾中放牧，由于能见度很低怕牛羊跑了，他就一直大声吆喝。

走着走着，牧民到了一片开阔的地方，忽然听到几声拍打翅膀的巨响，只见一只白得发光的巨鸟升空而去。牧民一时被吓昏了过去。等他苏醒后，发现大鸟飞离的地方留下了很多像蛋一样的东西，有序地摆着。当他想一探究竟时，突然雷电交加，这些蛋就变成了整齐有序的小山包，上面长满了矮杜鹃。



图1



图2



图3



图4

图1: 乌蒙大草原; 图2: 草原上的牛羊; 图3: 长海子; 图4: 草原上蜿蜒的公路

长海子

在群山环抱的高原凹地中，汇集了高山雨水与地下水，形成了天然的高山湖泊——长海子，也称天池。清澈的湖水与周边的绿草为映衬，沿湖岸线规划有露营区。

相传很久以前，一位彝家小伙在这里与玉帝的女儿邂逅相爱，过着放牧织布的生活。玉帝发现后大怒，给了小伙一把神斧，要他一夜之间把乌蒙大草原劈成两半才允许成婚。小伙用尽全力也只劈开了一个口子，仙女于是被强行带回天庭。

临走之际，仙女伤心欲绝，流下了一滴眼泪化作了这一汪清泉——天池。小伙则自愿变成了一只翱翔的雄鹰永远守护着草原，这也是彝家尊崇雄鹰的由来。

犀牛潭

在草场另一侧的低洼地带，分布着一处深幽清澈、常年水位稳定的天然泉潭——犀牛潭，又称白龙海子。

据说善良的人经过这里经常能

看到犀牛在潭水里出没，夜晚还能听到美妙的音乐。若向潭里扔石头，天空中很快就会狂风暴雨。

相传曾有一位牧民看见潭水里有很多条洁白的小白龙，他伸手抓了几条挂在扁担上想带回家，顷刻间震耳欲聋的雷声传来，大雨倾盆将其吓晕，醒来后小白龙已消失不见。于是这个地方就有了犀牛潭和白龙海子两个名字。

乌蒙佛光



乌蒙佛光

乌蒙大草原由于海拔较高，冷暖气流频繁在此处交汇，云雾天气十分常见。这种特殊的地形与气候

条件，也让这里成为出现“佛光”的地区之一。清晨或傍晚，当大山深处浓雾弥漫，太阳斜斜地挂在天边时，乌蒙大草原便会迎来它最神秘的时刻——乌蒙佛光。

此时若站立于山脊之上，背对阳光、面向翻涌的云海，前方浓雾之中便可能浮现一轮巨大的七彩光环。

更为奇妙的是，人的身影会被投射并放大于光环中央，随着姿态变化而同步移动：抬手则影随而举，移步则影亦随行，宛如人与天地在光影中呼应。

这种巨大的身影与绚丽的光环在云雾中交织、如影随行的神奇画面，就是高山荒野间难得一见的佛光神迹。在中国少数地区会出现两到三个光环的佛光，而乌蒙大草原的佛光经常会出现五个光环，时间大多在下午的三、四点钟。

景区沿最佳观测山脊线，依次设立了观佛台、五环佛光台以及错落分布的观景亭。这里不仅是捕捉佛光神迹的绝佳位置，也是俯瞰整片原野与峡谷的制高点。

彝家火把节

在苍凉的高寒原野间，传统的山地生存法则催生了独特的聚落形态与文化体系。

每年农历6月24日是本地彝族的传统火把节，当地称为“过大年”。作为彝家人一年中最重要的日子，彝族阿哥和阿妹们身着盛装，载歌载舞庆祝节日的到来，并在聚落间举行斗羊、斗鸡、斗雀、高索秋四项传统山地体育比拼，延续古老的山地原住民的文化传统。



彝族的火把节，当地称为“过大年”。

山地乡土美食

受限于年平均气温低、地势高的自然条件，乌蒙大草原流传着“一到山上放羊子，二到坡上种荞子，三到梁子挖洋芋，四在家里养猪鸡”的民谣，产出的食材多具有很强热量补给与驱寒的作用。

乌蒙烤全羊：传统依托二十一种天然牧草放养的黑头羊，肉质紧实，是当地美食的一大亮点。

盘县火腿：盘县火腿与宣威火腿、金华火腿一起并列为中国的三大火腿。由于高原山地地貌养成了乌蒙猪早出晚归觅食的习性，使其野外活动能力较强，且肌肉发达，抗病力均较普通猪强。



盘县火腿

盘县火腿采用的是保护区内养殖的规定猪种的公猪的后腿，通过修剪、上盐、翻压、洗晒、整形等工艺，制成皮色亮黄、肉质红润鲜艳、香味清浓郁、味道咸香可口、油而不腻的琵琶形盘县火腿。

苦荞：苦荞是乌蒙山独具特色的农作物之一，它是自然界中很少见的药食两用的农作物，具有较高的营养保健价值和食疗功效。彝族居民常将其制作成苦荞粿、荞饼、荞疙瘩与荞面汤等。



苦荞 (123RF)

乌洋芋：民谣中“三到梁子挖洋芋”指的就是特产“乌洋芋”。乌洋芋个头小巧，口感软糯，多在炭火上直接烘烤食用。



乌洋芋

此外，这里还有乌骨鸡、土鸡蛋及本地“水拌芋”等带有浓厚高寒山区印记的乡土特产。





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

黎巴嫩餐馆出让 (Paris 6区)



餐馆99平米, 56个座位+露台, 2个烟囱, 3-6-9商业租约还剩7年半, 租约可续。
位于巴黎6区Rue de Rennes, 位置一流, 餐馆旁边有学校和办公楼。附近有3个地铁站, 步行12分钟可达蒙巴纳斯(Montparnasse)大楼, 步行8分钟可达St-Germain街区。
每日营业额约为2,000欧元。目前餐馆未提供酒类销售, 若未来增加酒类销售, 预计营业额可提升至目前的约3倍。
因老板要搬去国外与家人一起生活, 所以出让餐馆。

出让价优惠。有意者请电: 07 85 71 95 82 (法语)

77省Noisiel 4居室出售



机会难得

Noisiel市4居室公寓, 80.6平米, 有门厅、客厅、3间卧室、大厨房、储物室、衣帽间, 卫浴分离。全新装修, 房间铺实木地板, 双层玻璃窗和电动卷帘门。公寓朝向西南, 阳光充足, 位于地平, 带112平米私人花园和一个封闭停车位。
距巴黎多100米, 靠近学校和商店, 步行至RER A线Noisiel站仅需10分钟。居住环境安静舒适。售价: 283 000€

有意者请电: 06 58 51 96 88 (中/法文)

招聘华人大厨(瑞士)

Restaurant Itoya - cuisinier chinois
餐馆位于: 37 Avenue de la Gare, 1920 Martigny, Suisse
有意者, 请联络
联系人: Vulliemmin Lionel
邮件: lionel.vulliemmin@fidulio.ch

招聘华人大厨(瑞士)

Restaurant Ananas cuisinier chinois
餐馆位于: Florissant 32 1020 Renens, Suisse
有意者, 请联系联系人:
Vulliemmin Lionel
邮件: lionel.vulliemmin@fidulio.ch

餐馆酒吧出让

(58300 Decize)

4号酒牌, 因退休让

位于主干道旁,

免费停车场

150m², 室内50个座位,

露台15个座位

带2房公寓

租金: 1 000€, 让: 40 000€

请联系: LAM先生

(中文和法文)

电话: 03 86 25 23 34

(请在15点至18点之间

拨打, 除周三)

26005

餐馆出售 (93 Pantin)



75座位, 面积240m², 房租2950欧, 带公寓。
联系电话: 06 80 62 54 80 (法语)

26007

2房公寓出售(Paris 13e)

价格: 349 000 €。带停车位
两间卧室+厨房、浴室、卫生间、门厅、内置衣柜。全新油漆和地板。采光极佳。有电梯, 地下室。靠近学校、商店、地铁站(Placed'Italie)和公共汽车站。
中央供暖。
电话: 06 61 17 72 96 (法语)



仓库出租(93 Montreuil)

610m², 层高8米。提供货架。
30 m²办公室。租赁费。
月租金4500€(HT HC)
电话: 01.86.96.23.00(法语)



餐馆出让(Paris 4e) 位置一流

位于步行街, 面积108 m²,

有露台, 有2个地下室:

139m²和46m²

房租: 5800 € HTC

发展机会高,

因另有发展而出让

价: 57万欧。

有意者请联系:

06 95 00 18 83 (法语, 中文)



咖啡/酒吧/烟草店出让 (14 Deauville)

位于市区主干道旁, 正对火车站, 人流量大。有大露台, 楼上带2套公寓。距巴黎约2小时车程。
烟草佣金收入: 330,000€
FDJ, PMU接收后可继续经营, 收入约200,000€
咖啡销售: 每日约3-4公斤
纯酒吧营业额: 每日约2,000€
租金: 5,900€ HT
让: 1,600,000€
有意者请电: 06 76 72 04 42 (法语)



招聘奶茶快餐店 熟手服务员 (Paris 12e, Nation)

小巴黎Nation广场附近
奶茶快餐店招聘
熟手服务员,
全工或半工
Bubble tea & sandwicherie
près de Nation
recrute serveur
ou serveuse expérimentés,
temps complet ou partiel.
Tel: 06 75 01 79 48

餐饮外卖店出让 (60200 Compiègne)

位于市中心黄金地段,
每周两天有集市。
近Château de Compiègne
城堡。
可立即营业:
楼上厨房, 地铺店铺,
无需装修
非常适合亚洲外卖餐饮;
无竞争对手
电话: 06 03 81 58 15(法语)
kabikamalidir@gmail.com

中华五千年 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: 35€ TTC
 连续25期: 65€ 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:

Nouvel Espace

19, Avenue d'Italie

75013 Paris

Tel: 06 24 45 00 23

Mail: pub@kanzhongguo.eu

欢迎在《看中国时报》刊登您的小广告

Passer une petite annonce, besoin d'aide? Contactez-nous!

Tel: 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)



文/伊真

今天，鸡块 (Chicken Nugget) 早已成为一种全球化食物。在美国、欧洲、日本、中国，几乎每一家快餐店里都能看到它的身影。

金黄酥脆的外壳，柔软细嫩的鸡肉，再配上一盒甜酸酱或烧烤酱，它已成了现代快餐文化的一部分。很多孩子第一次接触“鸡肉”，甚至不是通过一整只鸡，而是通过鸡块。

但很少有人知道，这种看似普通的小食品，其实诞生于一场产业危机。

如果回到20世纪中期，美国鸡肉产业面临的最大问题，并不是鸡不够多，而是人们已经不想再吃鸡了。

1955年，美国鸡肉年产量首次突破10亿只。这是美国农业工业化的重要成果。几十年来，政府、大学、农场和食品企业不断改良鸡种、研究饲料、扩大养殖规模，终于让鸡肉从过去的“节日食品”，变成了普通家庭每天都吃得起的便宜肉类。

但奇怪的事情发生了。随着鸡肉越来越便宜，美国消费者却开始出现一种被调查人员称为“鸡肉疲劳”的现象。很多人认为，鸡肉是一种缺乏变化的食物，一周吃一次还不错，但吃多了就让人厌烦。

这让整个行业措手不及。过去一个世纪，美国农业体系一直在努力解决“如何让更多人吃上鸡”的问题，可等到鸡真的多到“家家锅里都有鸡”的时候，人们却突然不感兴趣了。

鸡肉产业开始意识到，仅靠出售“一整只鸡”已经无法继续增长销量，鸡肉必须变得更方便、更现代、更有吸引力。

而后来改变这一切的人，并不是快餐店老板，而是一位大学教授。

1949年，康奈尔大学 (Cornell University) 动物科学系迎来了一位年轻教师罗伯特·贝克 (Robert Baker)。后来，他被很多人称为“鸡块之父”。

贝克原本学习的是水果农业。他小时候在纽约州北部长大，家里经营着一个并不成功的苹果农场。大萧条时期的农业生活，让他很早就明白农民生存的艰难。但与此同时，他也对家禽产生了浓厚兴趣。少年时期，他曾养过一群罗德岛红鸡 (Rhode Island Red chickens)，而这种经历后来彻底改变了他的生活方向。

后来有人问他，为什么会从研究水果转向研究鸡。

他回答说：“我想，我是爱上鸡了。我觉得鸡的未来比水果更光明。”

毕业后，贝克曾在美国南方担任家禽推广专员，帮助农民提高养殖效率。他很快发现，仅靠提高养殖技术，并不能真正改善农民的收入。鸡越来越多，价格却越来越低，许多农场主仍然挣扎在微薄的利润边缘。

贝克意识到，问题不在“养鸡”，而在“卖鸡”。

如果鸡肉只能以原始状态出售，行业迟早会陷入价格竞争。真正的出路，在于把鸡肉变成一种全新的加工食品。

当时，美国的猪肉和牛肉行业已经在加工食品领域赚得盆满钵满。热狗、午餐肉、香肠等产品，不但利润更高，而且方便储存、运输和销售。相比之下，鸡肉行业仍然停留在传统模式。

于是，贝克决定把“高附加值鸡肉产品”作为自己的研究方向。

1950年代后期，他在康奈尔大学建立了一间现代化的家禽产品实验室。实验室位于一栋建筑的地下室，没有窗户，终日亮着荧光灯。每天，大批食品科学学生戴着纸帽，在实验室之间来回穿梭。他们既像科学家，也像厨房里的厨师，不断试验鸡肉的新做法。



鸡块帝国

一块鸡肉如何改变世界

今天的人们很难想像，鸡块在当时其实是一种技术突破。

因为鸡块并不是完整鸡肉，而是把鸡肉绞碎后重新塑形。问题在于，碎鸡肉没有天然结构，很容易散开。而裹在外面的面粉，在冷冻和油炸过程中也极易脱落。

此前，没有人真正解决过这个问题。贝克和团队进行了大量实验。他们发现，先用盐和醋处理鸡肉，可以让肉里的水分析出；再加入磨碎的谷物和奶粉制成的黏合剂，就能让鸡肉牢固成型。

随后，他们又研发出一种特殊裹粉，可以在冷冻后仍然牢牢附着在鸡肉表面，即使经过高温油炸也不会脱落。

经过反复试验，最早的鸡块终于出现了。

贝克决定把这种产品命名为“Chicken Crispie”。它是一种小块鸡肉，裹上面粉后油炸，外脆内嫩。如果改变形状，它还可以被称为“鸡肉棒”。

贝克并没有把技术据为己有。1963年，他在《康奈尔公告》(Cornell Bulletin) 中公开了整套工艺，包括制作方法、包装流程和成本结构。对贝克而言，这并不是一项秘密专利，而是一种希望推动整个鸡肉产业发展的公共技术。

多年后，人们才逐渐意识到，这份公开资料实际上改变了整个现代快餐业。

真正把鸡块推向全球的，是麦当劳 (McDonald's)。

1977年，对麦当劳来说是充满危机的一年。自1955年雷·克罗克 (Ray Kroc) 建立第一家麦当劳以来，这家汉堡连锁店几乎一路高歌猛进。美国战后郊区化的发展，让大量家庭开始依赖快速、廉价又标准化的餐饮。麦当劳凭借汉堡、薯条和奶昔

迅速扩张，很快便成为美国消费文化的象征。

但就在同一时期，美国社会开始对“吃肉”产生恐惧。

20世纪中叶，心血管疾病在美国迅速增加。越来越多的研究指出，高胆固醇和饱和脂肪可能与心脏病、中风有关。到了1961年，美国心脏协会 (American Heart Association) 首次发布报告，把红肉与心血管风险联系起来。

接下来的十几年里，这类研究不断增加。1977年，美国政府公开发布全国饮食目标，建议民众减少肉类摄入，增加家禽和鱼类摄入。

这对麦当劳造成了巨大压力。因为它本质上仍然是一家汉堡店，而政府却在告诉公众：少吃牛肉。

越来越多的美国消费者开始转向看起来更健康、更低脂的“白肉”：鸡肉。麦当劳意识到，如果继续依赖牛肉，它可能会被新的饮食趋势淘汰。

事实上，麦当劳此前已经多次尝试推出鸡肉产品，但始终不成功。炸鸡市场已经被肯德基 (KFC) 牢牢占据，而其它鸡肉产品也始终缺乏特色。

直到法国主厨雷内·阿伦德 (Rene Arend) 的出现。阿伦德曾为英国女王做过饭。进入麦当劳后，他肩负着一个重要任务：为公司找到新的增长点。

最初，他尝试制作炸鸡排，没有成功；后来又尝试传统炸鸡，但依然无法与肯德基竞争。就在公司几乎准备放弃时，麦当劳董事长弗雷德·特纳 (Fred Turner) 有一天在公司走廊里随口说了一句：“为什么不试试鸡块呢？”

这句看似随意的话，后来彻底改变了全球快餐行业。当天，阿伦德立刻开始实验。他把鸡肉切成小块，裹

上面糊，下锅油炸。结果，几乎所有试吃的人都立刻喜欢上了这种产品。

Chicken McNugget——麦乐鸡，由此诞生。随后，麦当劳迅速组建专门团队开发这一产品。他们找来长期供应汉堡的Keystone Foods生产鸡肉，又请曾帮助开发“麦香鱼” (Filet-O-Fish) 的Gorton's公司研究裹粉技术。

虽然没有明确记录显示麦当劳直接使用了贝克的技术，但业内普遍认为，鸡块的核心加工思路明显受到了贝克研究成果的影响。

1970年代末，麦乐鸡在美国田纳西州进行测试销售，结果销量远超预期，迅速刷新公司记录。几乎所有加盟商都要求尽快引进这一产品。麦当劳很快建起专门生产鸡块的工厂，并与泰森食品 (Tyson Foods) 合作，建立稳定的供应链。为了满足鸡块需求，泰森专门培育出一种胸肉特别大的新品种鸡，名字叫“麦当劳先生” (Mr. McDonald)。

1983年，麦乐鸡正式上市。它很快成为全球现象。短短几个月后，原本依赖汉堡起家的麦当劳，已经成为全球第二大鸡肉零售商，仅次于肯德基。而鸡块，也从一种实验室里的加工食品，变成了全球化快餐时代的象征。

今天回头看，鸡块的成功，远不只是因为“好吃”。

它背后是农业工业化、食品科技、健康观念变化以及快餐资本扩张共同塑造的结果。它既代表了现代食品工业惊人的效率，也折射出20世纪美国社会对饮食、健康与消费方式的巨大转变。

而那个曾在康奈尔大学地下室研究鸡肉黏合剂的罗伯特·贝克，大概不会想到，自己当年那些看似普通的实验，最后竟会塑造出一个遍布全球的“鸡块帝国”。

普京最怕的对手？ 乌军“幽灵部队” 作战体系曝光

【记者田净心综合报导】乌克兰远程无人机部队近年来持续对俄罗斯境内目标实施打击，多次深入俄本土关键设施，使俄方防空与后勤体系承受压力，同时也被外界认为对俄罗斯总统普京构成了政治与战略层面的挑战。

法新社披露，乌克兰部分无人机作战单位已形成高度隐秘的“特种化体系”，其成员不仅在战场行动中保持严格保密，在日常生活中也采取类似“隐形身份”的管理模式，以规避被俄方情报系统锁定。

高度机密作战体系： 连“起飞”都属于禁忌

报导指出，乌克兰无人机系统部队内部存在极为严格的安全规则，包括：

禁止在公共场合提及任务内容；禁止使用“起飞”、“机翼”等相关军事术语；队员身份、照片及背景信息严格保密；日常通信必须使用加密设备；手机长期处于飞行模式，仅允许安全网络连接。

一名代号“丹尼斯”的前海军陆战队员表示，该部队被俄方视为“高价值打击目标”，因此成员必须长期保持隐蔽状态，即使战争结束后也不得公开具体任务细节。

“幽灵士兵”生活方式： 融入普通人之中

另一名代号“乌鸡”的士兵透露，为了避免暴露身份，队员在社交媒体上的信息也经过严格伪装，甚至继续使用旧部队徽章作为掩护。

他表示，俄方会尽可能追踪这些无人机作战人员，因此“隐蔽性比任何战术都重要”。

军方人员还指出，这些士兵在日常生活中与普通人大无异，穿着牛仔裤、衬衫行动，很难被外界识别。

现金交易与反追踪机制

为降低被追踪的风险，该部队采取多项反侦察措施，包括：

尽量使用现金交易；避免固定ATM取款；禁止使用加油站积分或会员系统；严禁携带具有定位功能的设备；使用独立移动路由器与加密通讯设备。

此外，部队在招募与审查新成员时，还可能使用测谎等安全验证手段，以防止信息泄露。

战略影响： 无人机成为非对称战争核心

军事分析人士指出，乌克兰无人机部队的发展标志着现代战争正在进入“低成本高穿透”的新阶段：

乌克兰无人机可深入俄境实施远程打击；对能源与工业设施形成持续压力；改变传统防空与边境防御逻辑；强化乌方非对称作战能力。

多家西方媒体认为，这种作战模式正在重塑俄乌战场格局，并可能成为未来战争的重要模板。

战争形态 向“隐形化+远程化”演变

专家意味着，这类“幽灵化部队”的出现意味着：

战争参与者更加分散；作战单位更难被识别；战场边界进一步模糊；情报与技术的重要性超过传统兵力规模；无人机与情报系统结合，使战场从“前线对抗”转向“纵深持续打击”。