



# 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, 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。

### 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](http://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

# 传统新年点心

文/斯琦 图/Adobe stock

在中国传统文化中，吃甜食有很多吉祥寓意，特别是过年的吉祥话：吃甜甜过好年。每一种新年甜点都有特定祝福。

## 糖瓜

### 二十三糖瓜黏

民间传说，在腊月二十三日灶神会离开人间，返回天庭向玉皇大帝报告家中成员的行为功过。为了让灶神的嘴巴甜，在玉帝面前只说好话，让家宅和谐兴旺，人们以糖瓜祭灶神，希望又甜又黏的糖瓜，能让灶神将好话传上天，坏话丢一边。

### 鬼谷子的考题

关于糖瓜的起源，据说是战国时代博学家鬼谷子，曾经出题考徒弟孙臆和庞涓，问他们什么东西是“浆上来浆上去”，简单说就是可以随添加物和温度变化状态的东西。庞涓的答案是用豆浆变化为豆腐，孙臆则是提出用麦芽糖做成糖瓜。

### 跟时间赛跑的糖瓜

考试的结果，庞涓没有得分，因为豆浆可以变成豆腐，但豆腐不能回复成豆浆。孙臆解题正确，原来麦芽糖在降温过程逐渐固化，放回热锅中，遇热又变成流体。每到过年前，人们利用冬天的低温做糖瓜，在硬化前赶紧拉塑出糖瓜的造型。



零食拼盘

## 零食拼盘象征圆满

中国菜的摆盘有其寓意，例如，以圆形大盘装盛多种食物做成拼盘，以外观的对称之美、排列之美诠释“花团锦簇”“圆圆满满”等意涵。拼盘也是过年零食最好的摆盘方式，可以一次装盛多种零食，既方便也很应景，增添节庆气氛。

每一种零食都有寓意，例如，瓜子象征多子多孙，冬瓜糖象征甜甜蜜蜜，开心果象征开心。数字也有吉祥意义，例如，在大圆盘上排上五种点心，是五福临门，六种则寓意六六大顺。新年快到了，家中若有小孩，不妨亲子一起体验拼盘的趣味。

春  
满  
福

绿豆糕

## 绿豆糕

绿豆糕具有清热解暑的功能，自古就是端午节的传统节庆食品；同时，采用绿豆粉为原料的绿豆糕，可以塑形成造型糕饼，不仅可以做成吉祥的图案，也有年年高升的意涵。演变至今，各种口味的绿豆糕，已经成为年节祭祀送礼的选项。



甜年糕

## 甜年糕

中国人过年吃年糕，有步步高升的吉祥意义，甜味年糕更加上甜甜蜜蜜的好彩头。年糕是米制的，在室温下有黏性，因此也有年糕送神的传统，即是在腊月二十三送灶神的日子，以甜年糕祭拜灶神，请祂吃饱饱、嘴甜甜，而帮忙多美言几句。



糖瓜



# 聚会开胃菜——虾料理二道

文/山平 图/Adobe stock

新年之际，亲朋好友聚餐增多，在正式宴会前，可以端出几碟开胃菜。虽不多，但制作精美，还可刺激味蕾和增加食欲。

## 虾仁蛋三明治

这道料理不仅制作简单、迅速完成，还能轻松切成小块，方便多人分享。无论是聚餐或家庭聚会，都是理想选择。

### 食材

虾仁200克、青豆100克、葱花2大匙、鸡蛋2颗、吐司4片、蒜末1小匙、奶油20克。

调料：盐1/2小匙、白胡椒粉适量。

### 做法

- ①热油锅，爆香蒜末，加入虾仁翻炒至变色，取出。再将青豆拌炒2分钟，加入葱花与虾仁，加调料拌匀。
- ②打散鸡蛋煎成嫩蛋，加入虾仁、青豆混合均匀。
- ③将炒好的虾仁、青豆、炒蛋铺

在吐司片上，盖上另一片吐司。

④平底锅中放入奶油，融化后放入吐司，用中小火煎至两面金黄酥脆即可。

## 越南鲜虾煎饼

这道料理以多层次的口感为特色，其轻盈的口感和独特风味极其开胃，是开胃菜的理想选择，让人期待接下来的餐点。

### 食材

鲜虾8只、黄豆粉1杯、面粉1/2杯、玉米淀粉1/4杯、鸡蛋1颗、冷水1/2杯、盐与白胡椒粉适量。

### 做法

- ①虾洗净沥干，撒盐和白胡椒粉拌匀后静置10分钟。
- ②混合粉类，加蛋与水调成浓

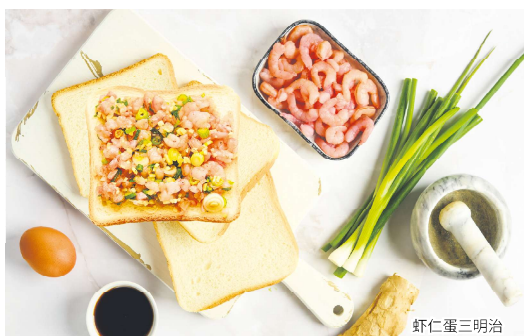
稠面糊，静置10分钟。

③大勺子取适量面糊，一勺面糊加一只虾，放入170°C的热油中炸3分钟至金黄酥脆，捞出沥油。

④搭配鱼露酱食用，风味更佳。  
美味秘诀：油温过低会让虾吸油不酥，过高会外焦内生，建议使用厨房温度计检测。



越南鲜虾煎饼



虾仁蛋三明治

# 什么是真正尊重孩子的选择

以下是一位父亲与孩子的对话。  
孩子对父亲说：我不想学跳舞了。  
父亲：为什么？  
孩子：跳舞太累了，每天都要练基本功，我想学唱歌。  
父亲：好，那你喜欢什么？  
一个月后，孩子：我不想学唱歌了。  
父亲：怎么了？  
孩子：唱得嗓子都哑了，还是唱不好，我想出去玩。  
父亲：算了，孩子还小，这个年龄就该玩，爸爸妈妈不逼你。  
十年后。  
老师：我们要举行元旦晚会，每人都要报名一个节目。  
孩子：老师，我什么都不不会。  
老师：那你负责扫扫地，打扫一下卫生吧！  
父亲：元旦晚会很精彩，怎么没见你表演节目呢？  
孩子：我什么都不会，怎么上台啊？你们当初怎么没给我培养个兴趣爱好呢？  
父亲：当初是你自己不愿意去了，怎么能怪我没培养你呢？  
孩子：我不愿意学，你们就不让我学了？我年纪小不懂事，你们也不懂事吗？

父亲顿时语塞。相信这是很多家庭都会遇到的对话。怎么培养孩子的兴趣？是“尊重”孩子的意见，到最后被孩子埋怨？  
90%的孩子都对父母说过：我不想学习了。当然，我们不得不承认，不是90%的孩子不想学习，大多数的大人也不想学习。比起“热爱学习”，可能“厌学”更符合孩子的天性。  
但是，我们能因此“尊重”孩子的意见吗？不能！因为这是对孩子的未来不负责任的表现。  
美国的一项研究发现：决定孩子未来的，并不是智商，而是坚持。  
但是孩子还小，哪懂这么多道理？孩子只看得见眼前的快乐，根本不知道不学习的人，将来会吃多少苦，经历多少磨难。



(123RF)

如果这个时候，连我们都轻易地让孩子打了退堂鼓，孩子很可能在将来后悔，后悔当初的自己为什么没能咬牙坚持下去。

我们也会自责内疚，为什么当初没能逼孩子一把？孩子没有长远目光，但父母要有。

美国经济学家詹姆斯·J·赫尔曼，用计量经济学证明了：投资孩子早期教育的回报率是最高的。

对0-3岁孩子投资1元，有18元回报；3-4岁投资1元，有7元回报；小学阶段投资1元，有3元回报；大学里，投资1元只有1元的回报。  
等孩子长大之后才会知道，这个世界上有比赚钱更重要的东西，那就是一个人的精神世界。努力学习，丰富内心世界，能帮助孩子塑造更好的修养和品格，成就更好的自己。

叶圣陶先生说过：“教育是什么？往简单方面说，只需一句话，就是培养良好的习惯。”

很多家长也陪孩子做功课，但只是形式上的陪伴，实际上孩子有多少功课？功课的难度如何？家长心里也没底。

孩子不想学习，根本原因是遇到困难，越学越挫败，越挫败越喜欢想别的，注意力不集中，导致恶性循环。而家长只需要做到一点：每晚帮他解决当天所学的东西。

如果孩子的状态很饱满，那么就最难的科目先做，先难后易，提高做作业的效率。

如果状态很疲惫，那就先做些机械的作业，不需要太费脑的，等孩子进入状态，再加推难度大的。

在这个过程中，只跟孩子提一个要求，那就是专注。这半个小时做这部分作业，专心做，做完了放下，做别的，也没有时间给你改动，所以想好了再做，做完了也别急着做下一课，专心检查。

孩子没有自制力，但父母要有。罗曼·罗兰曾说，最可怕的敌人，就是没有坚定的信念。如果从小父母就不帮助孩子塑造这样的信念，那长大后，谁还能帮他呢？

杨易高考时以理科状元的桂冠，考入清华大学，本科、硕士都念清华大学。比学历更耀眼的是：2018年1月，杨易在一档云集了无数学霸的综艺节目《最强大脑》中脱颖而出，一路杀入12强。又以几乎零失误的成功率帮助所在的团队夺冠，自己也成为本届比赛的冠军，最终获封

“脑王”荣称。  
“我不想学了”这句话，我们的“全球脑王”杨易也曾经跟自己的妈妈说过。

“当时我上小学三年级，有一天晚上做课外作业的时候看到邻居孩子聚在一起玩足球，而我当时做一道数学题目，已经错了三次。”“我就觉得很气馁，我不想做这些额外的作业，我想出去玩足球。”于是，他就跟他妈妈说：“妈妈，我不想学了。”

后来吃晚饭时，杨易的妈妈说了这么一段话：“一道题不会做，不想做了，很正常，可是很多事情就是要多花时间学一下才能学会的。”

如果你不学，考试或者比赛的时候遇到这道题目，你就只能想，我当时本来可以学会的，我本来可以考100分的，你想这样吗？”

人生的痛苦和遗憾，往往不是源于“失败”，而是“我本可以”。如果杨易妈妈当时没有对孩子严加管教，哪里还有现在的“脑王”呢？

无论做什么事情，都是如此——放弃很容易，但是坚持下来却很难。

学什么课不重要，教孩子从小学会坚持，培养孩子们在挫折中成长的能力，最重要。

好的学习习惯，会受用终生。其实，只要稍稍留心观察那些在各个领域出类拔萃的人，就会发现，他们不是比谁更聪明，也不是比谁更富有，而是他们更加懂得坚持学习的道理。

别让孩子在最努力的年纪，选择享受。

《精进：如何成为一个很厉害的人》一书里有这样一段话：这个世界上多的是短平快、付出马上就有回报的立竿见影的事，也多是需要长期投入、靠矢志不渝的坚持才有大成的事。只不过，对前一种人们常常趋之若鹜，对后一种人们却避之不及。

这段话，既适用于孩子，也适用于每一个大人。与天下父母共勉。

## 男孩子内向的性格是缺点吗？

文/男孩派

有一次，好友带着5岁的儿子轩轩来家里做客。

一进门，好友就提醒儿子要叫“阿姨好”，可轩轩小脸一红，躲在了妈妈后面，没好意思开口。饭桌上，轩轩低着头吃饭，当我试着跟他聊天时，他的小脸又红了。

好友见状，有些不忍，叹着气说：“这孩子社恐得很，有点内向，也不知道以后该怎么办。”

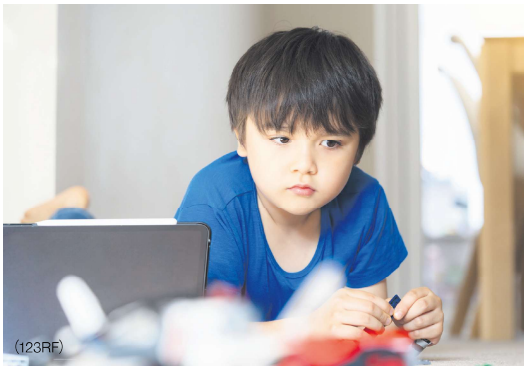
我却笑着回答：“那你这个当妈的有福了呀！”

好友一脸诧异：内向不是性格缺陷吗？男孩不是“社牛”些才好吗？太内向的孩子未来会很难成功吧？

我摇摇头，耐心地给她分析：“你看，轩轩刚才开饭前会默默地把碗筷摆放整齐”；“他还给你夹了你爱吃的菜”；“刚刚我儿子摔倒哭泣，轩轩还悄悄问‘弟弟没事吧？’”

确实，家有“小宅男”，父母都会很担心。毕竟，女孩内向，别人会说“文静”；而男孩内向，只会被贴上“木讷”的标签。但是，这其实是对男孩的不公。

心理学家马蒂·奥尔森·兰妮在《内向者优势》一书中就明确提出：“内向和外向是两种不同的气质，并无好坏之分。”



(123RF)

二者最大的区别在于能量的汲取方式不同。内向特质的人，喜欢通过独处来获取能量；而外向特质的人，则喜欢通过社交来获取能量。

比如，当感到疲惫时，性格内向的孩子更倾向于静静地看书来放松自我；而性格外向的孩子则更适合同一大群朋友玩乐一番来缓解疲乏。

由此可见，内向，是一种特点，而非缺点。可许多性格内向的男孩都被贴上了“没出息”的标签，并在这个标签中，听尽嘲笑，受尽委屈。

有研究表明，性格内向的人，心思更加细腻，情感更加敏锐。

在不爱说话的时候，内向的孩子

其实是在静心观察周围的一切；在独处的期间，内向的孩子则是在认真思考问题……

因此，有内向特质的孩子，总是更容易成为父母的小棉袄，懂得理解父母、关心父母、体贴父母。

除了情感细腻，内向孩子的专注力也更好，更容易在自己擅长的领域获得成功。

李玫瑾教授也曾说过：“嘴巴伶俐的孩子，成绩都一般。相反不吭声、话少的孩子学习都很好。”

这是因为话少的孩子能够更专注地研究一件事，这样就更容易做出成绩。

原来内向≠失败。

父母需要如何做，才能更好地养育我们内向的男孩呢？3个建议值得各位家长借鉴：

**1. 把男孩的内向当成特点，而非缺点**

在传统观念里，男孩是有很多禁忌的：不能哭，不能软弱，不能喜欢粉红色，不能内向。一旦男孩性格文静，父母总是习惯给孩子贴上“内向”、“没出息”的标签。而聪明的父母，会把男孩的内向当成特点，而非缺点。

**2. 尊重孩子的独处需求**

孩子内向不是病，父母一味逼迫孩子外向，成为世俗认可的样子，这才是病。父母懂得尊重孩子的独处需求，才是孩子最大的福气。

**3. 帮助孩子找到喜欢做的事**

美国一项历时30多年、针对社会精英的研究发现：内向型的人在创作、艺术、科研等领域有着向外者无法比拟的天赋。

所以，当家有“宅男”，父母可以多把孩子往艺术、科研方面引领，或许就会找到孩子独有的天赋。

父母，应该保护好孩子的内向特质，因为这份特质背后，一定隐藏着我们暂时看不见的巨大能量。

最后，愿每个不爱说话的男孩，都能得到父母的接纳，活出自己精彩的人生。

## 寓言故事

### 黑狗和老榆树

老榆树正在闭目养神，忽然，它听到了几声重重的叹息声，原来是一只路过的黑狗在边走边叹气。

老榆树问道：“黑狗，你是碰到什么不顺心的事了吧？”眉头紧锁的黑狗停了下来，“我和兔子、白马还有梅花鹿它们比赛跑步，每次都输给它们，每次都拿不到冠军。你说，我能不难受吗？”

老榆树开导它：“凭你的实力，只要多练习，总有一天，你肯定会拿到冠军的！”“谢谢你的鼓励！”黑狗说完，继续朝前走。

过了没多久，一天中午，黑狗兴冲冲地跑到了老榆树下，激动地告诉老榆树：“我今天终于拿到冠军啦！”黑狗的声音激动得发抖。

“我能拿到这个冠军，与你上次对我的鼓励和指点是分不开的。我回去后，想了三天三夜，终于想出了夺冠的办法。”

老榆树笑道：“你肯定总结了失败的教训，克服了缺点，更加努力地训练，从而使得跑步速度大大提高了……”

黑狗忙打断老榆树的话，“我换了比赛的对象——我专门找驴子、乌龟和鸭子它们……”

老榆树听了它的話，把头直摇：“得了这样的冠军，根本不是你的荣耀，而是你的耻辱啊！”

喜马拉雅山 (123RF)

# 密勒日巴佛修炼故事(17)

密勒日巴是西藏修行者中最富传奇色彩的一位家喻户晓的人物，也是一位深受藏人爱戴的佛教修行者、哲人及诗人。密勒日巴生于大约公元1040年，七岁时父亲过世，家产由他的伯父和姑母托管，直到密勒日巴成年。但他的伯父和姑母都极其贪婪狠毒，他们侵吞了他的家产，还将密勒日巴一家做奴役般驱使。年轻的密勒日巴修习邪法用以报复他的仇家，后来他受到良心的谴责，认识到他做的恶业将会为他带来苦果时，便决定修习佛法。

他曾跟随多位导师学习，直到38岁时遇上马尔巴上师做他的门徒。前六年马尔巴上师不教佛法，只让他做很繁重的苦役工作，来清除他习邪术所种的恶业之后，才圆满地传授整套密法给他。离开马尔巴上师之后，密勒日巴在深山洞穴中独居静修。在严酷的环境中，他凭借着对佛法的坚定刻苦修行，最后得大解脱、大自在，成就无上觉悟。密勒日巴的一生就像一首撼动心灵、可歌可泣的史诗，其精彩绝伦的修行故事，令人感动至深，催人泪下。

(续上期)

“过了几天，结赛来了，拿着很好的食物和酒来看我，见了我就抱着我放声痛哭。她哭泣着把母亲死的经过和我妹妹流浪远方的情形详细地告诉了我。听了母亲和妹妹的悲惨经过，我忍不住也痛哭起来。

“后来，我忍住痛哭，问结赛：‘你到现在还没有出嫁吗？’‘大家都怕你的护法神，谁也不敢要我。即使有人要我，我也不要出嫁！你这样地修正法，真是稀有难得啊！’停了一下，结赛又问我：‘你的家和田园现在打算怎样处置呢？’

“我就明白她的意思了，我心里想：我离世家专修正法，完全是马尔巴上师的恩德；对于结赛，应对她在佛法上发一个善愿，这比一切都好。对于世间的事，她应该自己决定，我将将这意思明白地告诉她。

“我就对她说：‘如果你遇见了毘达妹妹，就把家和田都给她吧！在未遇见她之前，你可以享有这些家产。如果毘达妹妹证实是死了的话，那这家和田我就送给你了。’‘难道你自己不要吗？’

“我说：‘我是修苦行的，过的是跟老鼠和鸟雀一样的生活，所以田园对我没有什么用。即使我拥有全世界的财产，死的时候一样也带不走。如今我放弃一切，不但将来快活，现在也快活。我的行为与世人是相反的。从现在起，请你不要把我当人看待好了。’她说：‘那么，你对于其他一切修法的人都不赞成吗？’

“我说：‘学佛的人如果最初就为了要在世界上出风头而学会讲经说法，自己的宗派得胜了就欢喜，别人输了就高兴；一味求名求利，空挂上一个学佛的名称，穿上一件黄袍，这种学佛人我是反对的。如果意念清净真诚，那么一切宗派的学人，都是趋向菩提的，我绝不反对。所以说，根本上不纯净的人我是不赞成的。’

“结赛说：‘我还从来没有看见过像你这样穷苦褴褛的学佛人呢！你这是大乘中哪一派的办法啊？’这是一种诸乘中最殊胜的法乘，舍弃世间八法，即成佛的最上乘法。’

“你所说所行的，都与别的法师们不同。这样看来，二者之中必有一个是错的。假定两个都是法，那么，我还是喜欢他们的。’

“我说：‘你们世俗人所喜欢的法师，我却不喜。他们的宗义虽然与我相同，但是身穿黄袍为世间八法所转的，究竟都无意义；纵使不为八风所动，其间成佛迟速之差，判若天渊。这一点，你是不会了解的。总之，你倘是能够立志，最好便去努力修法；如果不能够呢，就还是去照管田园吧！’结赛说：‘我不要你的房子和田，你还是给你的妹妹吧！佛法我是要修的，可是像你这样的修法，我是办不到的。’说完她就走了。

“又过了几天，姑母听说我不要田宅了，很是诧异，想道：听说他



密勒日巴佛

依着上师的训示，不要田园了，我去看看是不是真的！于是就带着酒食来看我。她一见面就和我说话：‘侄儿！前几天是我不对，你是学佛的人，请你要忍耐饶恕！我有意思替你种田，每月给你纳租；不然你的田荒废了也可惜，你看好不好？’

“我说：‘很好！我只要每个月有一开（注：西藏重量的单位，‘一开’约相当于二十五斤）粮食就行了，其余的都送给姑母吧！’姑母便很满意高兴地走了。

“如是又过了两个月，姑母又来了，对我说：‘大家都说耕你的田，你的护法神会发怒放咒的。请你不要放咒啊！’我说：‘我怎么会放咒呢？你是有功德的，请你放心耕田给我拿粮食来好了。’

“她说：‘既然如此，我就放心了，请你发一个誓好不好？’我心里想：她是什么意思呢？就是不怀好意，也可以作为逆增上缘。我就同她发了誓，她欢喜地又去了。

“我继续在山洞里精进修行，虽然尽了最大的努力，却仍旧不能生起暖乐的功德。正思量着该怎么办才好的时候，当天晚上就做了一个梦，梦见我在耕一块很硬很硬的田，怎么都挖不动。正想放弃的时候，马尔巴上师忽在空中显现，说道：‘儿啊！用力耕啊！只要你勇敢向前，不要怕他硬，总会成功的！’说完，马尔巴上师就在前面耕，我在后面耕，果然遍地都长出

了丰盛的禾苗。

“醒来以后，心中非常欢喜；但再一想，梦境不过是由习气的显现而已，凡夫尚不执着重视，我为梦境而欢喜，岂不是太愚痴了吗？虽然如此，我知道这是一种征兆，如果努力精进一定能生功德的。

“我这时已有意到护马白崖窟去修行了。恰值姑母带了三斗糌巴、一件破皮衣、一块布料子、一块黄油与牛油混起来的油团来看我。对我悻悻地说道：‘这些东西就是你卖田的代价。你拿了这些东西，请到远方我耳朵听不见、眼睛看不见的地方去。因为村人大家都说：闻喜害得我们这样修，现在你又把他喊回来，将来村上的人可能都要被他杀尽斩绝的！你要是不把他弄走，我们就把你跟他一起杀掉！所以我特地来告诉你，最好清你还是到远方去吧！你假使一定要在这里，他们怕不会杀我，倒是真的要杀掉你！’

“我明白村人一定不会这样说的。我若不是一个真正修行的人，我决不会为姑母夺我的田地而诅咒的。我发誓不放咒，并不是要让姑母欺骗夺我的田。心里是如此想，我还是对姑母说：‘我是一个修行的人，修行人最要紧的是修忍辱，如果对逆境不能忍耐，那又该怎样才能修忍辱呢？我要是今天晚上就死了，不但田没有用处，就是世界上的任何东西都没有用处。成佛以修忍

辱为最紧要，姑母就是我修忍辱的对象。我之所以能够遇见正法，也是伯父和姑母的恩德；为了报答你们的恩德起见，我愿希望你们未来成佛。不但田我不要，就是连房子送给你也可以。’说完我就唱了一支歌：

依上师恩德， 逍遥居山中；  
弟子之祸福， 师尊咸知悉。  
世人为业牵， 生死难出离；  
若贪着世法， 终究受恶苦；  
世人作恶忙， 引入火坑；  
寻求财物故， 冲突常招致；  
美酒如毒药， 饮之难解脱；  
爱财之姑母， 若贪心无厌；  
善喜世间物， 尽是是非语；  
姑妈所有言， 多言类若此；  
一切我家田， 悉赠于姑母；  
人依法得净， 佛殿自在心。  
慈悲度苦灵， 灾苦业风性；  
我为向上者， 胜不动自性；  
承恩大悲者， 愿加持弟子；  
逍遥得山窟。

“姑母听了我的歌，就说：‘像侄儿你这样的人，才是真正的修行人啊！’就心满意足地下山去了。

“我受了这种种的刺激之后，对于世间起了更大的厌离之心，反而觉得坦然无事。所以我就立刻想到护马白崖窟去修行。这一个崖洞是我开始修行以至日后获得成就

的地方，所以后来被大家称做‘发足窟’。

“第二天，我拿着卖田所得的物品和随身所带的零碎东西，在人未起身、天尚未亮的清晨步行到了护马白崖窟。白崖窟是一个很适宜居住的崖洞。到达以后就把一张硬毡子铺起来，上面垫了一个小垫子，作为禅座。布置完毕，我就唱了一首誓愿歌：

我未证道前， 誓志常住此；  
即令冻饿死， 不住暖衣食。  
疾病宁至死， 不下山求医；  
忍苦宁舍命， 不下山寻药。

乃至一刹那， 不以此色身， 寻求世间利；  
唯以身口意， 争取大觉位。

祈请上师尊， 十方一切佛；  
赐予大加持， 令此誓不违。

祈请胜空行， 及护法守者；  
助我以胜缘， 令此誓成办。

“誓愿歌的意思是：我若是不得成就，不生殊胜的证解，纵使饿死也不为觅食下山，冻死也不为求衣下山，病死也不为找药下山。决定彻底舍弃今生与世俗有关的一切一切。三业（身业、口业、意业）为三业，身口意不为一切诱惑所动摇，故名三业不动）不动，一心修行成佛，请求上师尊空行护法加持此愿成就。如果违背此誓，与其留着一个不修正法的人身，不如即死。所以如果我一旦连誓就请护法大海众立刻断绝我的生命。我死之后，还须请上师尊加持得投生一个能修正法的人身。

“自立誓起，我每天只吃一点点的糌巴，日复一日地苦修下去。

“我的心分虽然有火手印的把握，但是因为食物太少的缘故，体力不足，气息不调，毫不生暖乐（‘暖相’及‘乐相’为一切定的共相，‘拙火定’更为显著），身上寒冷非常，就一心祈请上师。一夜，在光明的觉受中，好似看见马尔巴上师，有许多女郎围绕着手行会供。其中有人说：‘那个密勒日巴，如果生不起暖乐，怎样好？’马尔巴上师说：‘他应该如此如此地修。’说着就把修的姿势做给我看。醒后，我就依法结六灶印（即一种特殊的坐式），以求生体乐，调匀呼吸，以命根风（即命气也，八识之所依）而实语业，以法尔解脱方便调伏妄想，心趋宽广。这样修行以后，果然生起了暖乐。

“如是过了一年，心里就想到外面去散步，到村庄上去走一走。正准备要走的时候，忽然想起我从前所发的誓来。

“自己勉励自己，便愈加昼夜不息地勇猛精进，道行更不断增长。这样又过了三年。

“我虽然一年只吃一开糌巴，但是过了这几年来以后粮食也就要吃完，最后终于一点吃的都没有了。眼看着这样下去只有饿死一途。我想世人以宝贵的人身孜孜于求财，得了一点就欢喜，失去就苦恼，真是可怜。以充满三千大千世界的黄金，比之于成佛的事业，实在微不足道。

(续)

# 父母到相亲场所为儿女找对象 中国大龄剩女难出嫁

【本报综合报导】近日，中国大陆一名大龄未婚女子在网上讲述其相亲的经历，无奈地说：“我最近相亲相得崩溃了，我看上的男生，他看不上我。看上我的，我又不喜欢。大家总是说你降低要求就好了，可是那些矮丑的男生，我都下不去嘴呀，简直跟受刑一样。找对象也太难了，还不如一个人过呢，一个人也挺好的呀。”

## “相亲角”的出现

去年初，中国国家统计局发布的数据显示，男性比女性人口多了超过3000万。

既然中国男性比女性多，为什么还有那么多的未婚女性？分析认为，虽然单身男性比女性多，但大龄男大多在农村，而大龄女大多在大城市，特别是北京、上海、广州、深圳这些发达地区。像北京，大龄女至少有100万，是大龄男的四倍。

剩女通常是指那些年龄在27岁以上仍然单身的女性。中国大龄女有很多，其中一个原因是她们对另一半的期待值过高。

很多女生都想找一位收入高的成功男士作为终身伴侣，但往往不能如愿。随着年龄一天天地增长，但是她们心目中的白马王子始终没有出现。而宁缺毋滥的心态让她们一直坚持单身，在失望中青春也一点点地逝去了。

近几年来，在上海、北京、南京等城市，公园中开始大量出现“相亲角”，顾名思义，就是相亲的场所。在栏杆上，贴满了简历的征婚启事。然而，在这里聚集的并不是年轻人，而是他们的父母和现代版的媒人。父母们或是浏览别人的征婚启事，或是拿着自家孩子的征婚传单和别人搭讪，试图帮儿女找到一个合适的对象。

去相亲角相亲的男女比例是1:9，也就是说，女生是男生的9倍，因此在相亲角百分之八九十都是女生的家长。

## 大妈为41岁女儿相亲

近日，一位妈妈冒雨来到杭州西湖景区的万松书院相亲角，为自己41岁的女儿相亲。和这位妈妈搭讪的是一位媒人。

媒人：今天这么大的雨，您是第一次来吗？

大妈：对。

媒人：你女儿的身高？

大妈：1米62。

媒人：学历呢？

大妈：本科。

媒人：她目前做什么工作？

大妈：监理工程。

媒人：蛮厉害的。

大妈：她是监理工程师。

媒人：一年收入多少？

大妈：一年收入大概20万左右吧。

媒人：是你们家的独生子女吗？

大妈：有两个，还有一个妹妹。

媒人：妹妹已经结婚了吧？

大妈：没有。

媒人：你家闺女对男孩有什么要求？条件相当吧。

大妈：对，条件相当。

媒人：要求男方多高？

大妈：最好是1米75以上。

媒人：喜欢个子高一点的。

大妈：对对。

媒人：要求男方的学历？

大妈：本科以上就可以。

媒人：老家地域？

大妈：最好是我们浙江省的。



杭州西湖景区的万松书院相亲角

媒人：她们对男生收入的要求呢？跟你女儿差不多？

大妈：最好（比我女儿）高一点，差不多也可以。

媒人：要求男方的年龄呢？

大妈：大四岁，小四岁都无所谓。

媒人：那么我想问一下，因为你女儿有点大了，有些男生很优秀但是离异的，你女儿能接受吗？

大妈：离异的、没小孩子的也可以。

这个女生自己很优秀，表面上看她的择偶条件并不高，但细想一下还是挺高的。

她要求对方的收入和她差不多，一年20万，这种男生就不太容易找；她还要男方1米75以上。如果这两个条件都能达到，那就更难找了。这种优秀的男生很可能都已经结婚了，即使真能找到离异的，但人家能不能看上她呢？她已经41岁了。

## 媒人博主的抱怨

有位博主是个媒人，抱怨说以后再也不接收45岁以上的大龄女了，除非她能够接受离异的，因为这样的女性选择面太少了，成功率非常低。

她举个例子，说有一个女生今年33岁了，在她二十八、九岁时就来找媒人，让媒人帮忙介绍对象，这名女生自己条件挺好的，她在事业单位上班，有房有车，长得也算漂亮，当时想认识她的男生也不少。她说自己要求不高，可媒人给她介绍的，她都没看上。

我给她介绍了一名身高1米72、在事业单位上班的男生，她嫌弃男方矮；给她介绍了一个身高1米85的老师，她又嫌弃对方太瘦、太高，跟竹竿一样。

如今她折腾到33岁了，跟我说她后悔了，现在不管是谁，只要条件不差，她就嫁。就要闪婚，女人一旦过了30岁，相亲对象的质量确实明显下滑，一个不如一个。她还来问我，说：“为什么我这边的资源越来越差了？”

我真的很想说，宝贝，你真正的自己心里没有一点数吗？和你同龄差不多的男性，基本都结婚了呀。剩下那些屈指可数条件不错的男性，又嫌弃你的这个年龄了，他还想找年轻的呢。

这位媒人表示，在相亲市场里，女人最重要的就是年龄，不要因为忙、为了事业而耽误了自己的婚姻大事。



一名女士在贴相亲广告。

## 男士相亲

那男士相亲的经历又是怎样的呢？一位相亲的男子说：今天和一个36岁的大龄剩女相亲，我朋友介绍的，她的要求是什么？要求你有70万的存款，要一套用全款买下的房（没有房贷），还要一个50万以上的车子，每个月的月薪超过2万。她都不跟你谈感情，不跟你谈什么人品修养的，她觉得是扯淡，她说务实一点。

后来我朋友拍了拍我的肩膀说，我们走吧，然后我就开着电瓶车回来了。在相亲角有这样一位男士，自己月薪3000元，却想找个月薪8000元的女士。

相亲男：我没有钱嘛，才要找个有钱的，爱情这种东西肯定要相互扶持嘛。

围观女：你这个条件还谈爱情吗？相亲男：就因为我没钱，我才要找个有钱的，互补才能长久。

围观男：你3000找8000，你知道“丑”字怎么写吗？

相亲男：男人照镜子从来不会觉得自己丑。

围观女：每个人都有自己的标准，你能找到也行，你有什么价值？怎么能让人看上你？我们要价值交换嘛，你最大的价值就是家务全包。

相亲男：好多女性连家务都不做，我做菜好吃的。

围观女：这个也行，每个人都有自由选择的权利。

相亲男：我还可以带带孩子。这位相亲的男子说，现在这个社会都是男的洗衣、做饭、做家务，现在的女人哪个会做家务？哪个会做饭？什么都会。而他可以把家务都包下来。

## 彩礼高难出嫁

很多女性嫁不出去还有一个原因，那就是彩礼要得太高。彩礼是中国的一项传统习俗，就

是结婚前男方给女方父母的钱或者礼物，本意上是感谢女方父母这么多年把女儿养大人的意思。

男女双方对待彩礼钱的期望值差异很大。《2024年彩礼研究报告》显示，接近40%的男性认为合理的彩礼钱是5至10万元，接近30%的男性认为应该在5万元以内；而45%的女性认为彩礼要10至20万元比较合理。

媒人：彩礼38万，西安没有这么高的彩礼，彩礼能降一阵吗？

大龄女：老师，娶我要38万的彩礼多吗？还有的人嫌贵啊，其实我以前都是要50万的。

媒人：那现在为啥降价了？大龄女：唉，这不是一直都嫁不出去吗？那我只能降价要38万了，有的人真的过分了，居然问我可不可以再少点，还能打折吗？能不能分期付款？想得美，以为我是菜市场的烂白菜呀。

另有一名女子38岁，个人条件不错，对男方的收入要求也不高，但是对彩礼的要求让人望而却步。

媒人：我来看一下，本人是硕士学历，要求男生的话，你要求其实还蛮好找的呀，（男方）身高要1米70，收入15万，这不好找的吗？不要要求男生有房有车，彩礼80万，这个男生可能有点不能接受，是吧？

大龄女：对，就是因为卡在彩礼上了。

媒人：你为什么非要80万的彩礼呢？大龄女：我觉得现在男孩子压力都比较大，因为我自己有车有房，我不想要我以后的对象还要还车贷、房贷。结了婚以后，他可以直接搬过来呀。我说要80万彩礼，我都讲过了，你给我80万彩礼，我陪送80万，就是160万，作为我们婚后的生育基金。

媒人：这是生育基金，不是说你给我80万，然后我就塞口袋里不拿出来。而是对方拿多少钱，你就拿多少。你各方面的条件都蛮优秀的。那你要要求男生在杭州生活还是在宁波生活呢？

大龄女：我可以从宁波来杭州。

## 男士抱怨彩礼高

面对过高的彩礼，很多男生宁愿不结婚，质疑“这是爱情，还是交易？”

男士：这年头谁还结婚啊？30万的彩礼钱，这不是卖女儿吗？有些人还跟着爸妈一起要，嘴上说不要钱，是恋爱，是保障，实际上不就是在补贴自己吗？

记者：那你觉得要多少彩礼合适呢？

男士：那你要看我们男方家庭的实际情况啊，做人要将心比心嘛。30万的彩礼钱张口就来，那你能给30万的嫁妆吗？

到时候30万的彩礼装进了腰包，婚后三天两头地吵架，闹得鸡犬不宁，到时候拍拍屁股就离婚了，没有丝毫损失。那男生呢，到时候人财两空。

你说你爸妈把你养大不容易，那你们男方呢？我爸妈把我养大也不容易啊。我有钱你就嫁我，没钱你就不嫁，这叫爱情吗？分明就是明码标价的交易啊，现在有些人就是太自私了，见钱眼开。

适呢？

男士：那你要看我们男方家庭的实际情况啊，做人要将心比心嘛。30万的彩礼钱张口就来，那你能给30万的嫁妆吗？

到时候30万的彩礼装进了腰包，婚后三天两头地吵架，闹得鸡犬不宁，到时候拍拍屁股就离婚了，没有丝毫损失。那男生呢，到时候人财两空。

你说你爸妈把你养大不容易，那你们男方呢？我爸妈把我养大也不容易啊。我有钱你就嫁我，没钱你就不嫁，这叫爱情吗？分明就是明码标价的交易啊，现在有些人就是太自私了，见钱眼开。

## 择偶标准与现实的冲突

大龄女炸鸡40岁出头，是一家大公司的部门经理，有一份不错的工作，收入很好，有车有房。

由于一直没找到合适的另一半，她本来打算这辈子就一个人过了，但在前段时间，她生了一场病，在住院期间看到同病房的一位女士，她的老公无微不至地照顾她，让她很受触动，于是也打算找个老公。她跟媒人说了自己的择偶条件。

其实我的择偶标准并不高。第一、我就是想找一个和我年纪差不多，甚至可以放宽到50岁以下都可以，男方面要成熟稳重，有固定工作收入。身高要在1米75以上，1米8左右。脾气要正常，不能暴躁，要有责任和担当，要懂生活会照顾人，没有不良嗜好，三观要正常。还要帅，带出去让她有面子的那种。我这人比较爱面子，在我的亲戚和朋友面前一定要给我面子，把我捧得高高在上的，这是必须的。

第二个要求，我就直接说到了彩礼，因为我感觉大家都是成年人，我爱把话摆在桌面上。我说要求对方拿出88万作为彩礼钱，因为我觉得一旦进入了婚姻，女人的付出比男人要多，这也是我提出的一份经济保障吧。

媒人听完炸鸡的择偶标准，一句话没说就走了。不说的，光彩彩礼就要88万，真不知道有几个男士能达到她的要求。

在评论区，有网友留言：“再等88年，梦想一定成真！”也有网友调侃说：“我觉得媒人已经算给你面子了，还能听完再走。”

## 优秀女生的苦恼

不少大龄女性很优秀，本科毕业后又读研究生，青春时光大多是在读书中度过，等她们想嫁人却发现，同龄的男性早已结婚生子。

之前我考上大学的时候，我是全村的骄傲，现在30多岁还没有结婚，已经成为全村的一个笑话了。

我已经32岁了，我喜欢小孩子，但是再过两、三年，我一怀孕就是高龄产妇，生育风险高。再想想我的孩子到20岁的时候，我就已经55岁了，一想到这里，我心里就慌到不行，恨不得立即拉一个人马上结婚算了。

我老家在湖北农村，我应该是我们村第一个考上重点大学的女大学生，也是第一个获得硕士学位的孩子。前些年我爸妈回老家过年，逢人就会被夸你真是养了一个好女儿，会读书很争气，将来肯定大有出息，你们就等着享福吧。爸妈听了心里都美滋滋的。

现在我都30好几了，还没有嫁出去，我爸妈在村里就怕被别人问到你女儿结婚了吗？

有个单身女网友留言说，自己是90年出生，在武汉，是大学老师，有房有车，“我也时常会焦虑”。

故国神游·两宋风华(45)

# 风起朝堂朋党论 心远江湖岳阳楼

故国神游  
两宋风华

(接上期)  
文/元熙

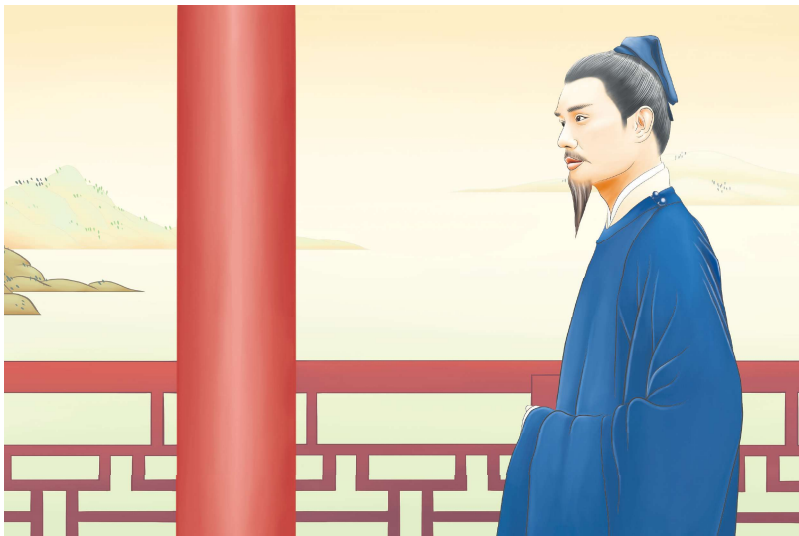
前文提到，庆历四年十一月，宋仁宗下诏禁朋党相讦。这道诏书的背景正是变法派大臣们被反对者们指为“朋党”，而宋仁宗也受到这种论调的影响，开始动摇，从支持变法，转为止步不前。最后，一场声势浩大的庆历新政，就在甚嚣尘上的“朋党论”中戛然而止。本文就来说说这个“朋党”。

朋党之议由来已久，并不是从庆历新政才开始的。应该说，对于范仲淹、欧阳修等人而言，朋党之议一直是如影随形，阴魂不散。早在景祐三年（公元1036年）五月，时任开封府的范仲淹就已经经历过一次朋党风波了。起因是范仲淹认为宰相吕夷简“进用多出其门”，就是选人、用人，都用自己人，搞小圈子。于是就给宋仁宗呈上一幅《百官图》，图中标记出，怎样是按序升迁，怎样是不按序升迁；怎样是由于公心，怎样是由于私心。后来，两个人又因为在一些问题上政见不合，矛盾愈演愈烈，最后吕夷简上宋仁宗那几状状诉苦，说范仲淹越职言事，离间君臣，引用朋党。范仲淹也不示弱，更加激烈地回怼，于是就被贬知饶州。

当时很多人都为范仲淹发声。集贤校理余靖上疏说：“党其言未合忠，在陛下听与不听耳，安可以罪乎！”意思是如果范仲淹的话说不合适，您可听、可不听，怎么能因此就怪罪处罚他呢！并请求宋仁宗收回成命。结果余靖因这份上疏被降职。馆阁校勘尹洙也上疏说：“我与仲淹亦师亦友，也是仲淹一党的，今天仲淹以朋党得罪，我也不应幸免。”结果他也被降职。

馆阁校勘欧阳修则是修书一封，把司谏高若讷痛骂了一顿。司谏是言事官，向皇帝提建议的。欧阳修认为，高若讷在范仲淹因言获罪这件事上，没有劝谏皇帝，是失职，于是在信中痛骂：“不复知人间有羞耻事！”高若讷被骂急了，就把这封信上呈宋仁宗，于是欧阳修也被贬官。

当时朝中官员们都畏惧宰相吕夷简，不敢去给范仲淹送行。范仲淹



庆历变法失败，范仲淹被罢官，他在经历了人生的大起大落之后，始终能够泰然处之。(WINNIE WANG/看中国)

离京去饶州那天，只有龙图阁直学士李紘、集贤校理王质为他饯行。有人不理解，说范仲淹都被列为朋党了，你还不离他远点？王质说：“范仲淹是贤士，能与他一起被指为朋党，是我的荣幸！”

馆阁校勘蔡襄则奋笔疾书，写了一首大作——《四贤一不肖》诗，赞誉范仲淹、余靖、尹洙、欧阳修，批评高若讷。结果这首诗非常轰动，被时人争相传写，还被拿到市上去卖，卖书者获利颇丰，大有洛阳纸贵之势。这期间，有契丹使者到来，居然还买了一份带回契丹，张贴于幽州馆。幽州馆是宋朝使臣出使契丹时，被安置居住的场所，有点像现在的国宾馆。这样的诗被张贴在大辽的“国宾馆”里，可见这首诗及这次朋党风波影响之大，不仅轰动朝野，还震动了友邦。

在范仲淹被贬之后的几年中，因为士大夫们论荐不止，不停地上疏，为他发声，宋仁宗觉得他们很像朋党，于是在宝元元年十月，再次下诏

禁朋党。后来因为宋夏之间发生了战争，范仲淹再度被起用，驻守西北边境，立下大功。接下来就是被召回朝中，主持庆历新政。在这种背景下，朋党之议又死灰复燃了。

前文讲过，庆历三年三、四月间，也就是新政开始之前，宋仁宗将范仲淹、韩琦调回朝中，让他们进入二府，重用为执政大臣，同时又增设谏官。而在景祐三年那场朋党风波中被贬的官员，像欧阳修、余靖、蔡襄等人，都被召回，任命为言事官，可以说是大快人心。

国子监直讲石介一高兴，写了一首长诗——《庆历圣德颂》，大赞宋仁宗进贤退奸。贤，当然就是指这些贤能之人，奸呢？指的是一个叫夏竦的人。

夏竦之前也是被委以边事，抵御西夏，但是夏竦畏敌怯战，西夏李元昊曾经张贴榜文说：“得诛首者，予钱三千。”用三千钱悬赏夏竦首级，可见西夏人对他是非常地轻视。在庆历三年三月的人事调整中，夏竦

本来是高升为枢密使，结果在众官的谏阻之下，还没到任就被罢免了。

至于这首《庆历圣德颂》则是传遍朝野上下，轰动程度不亚于蔡襄的那首《四贤一不肖》，连远在眉山8岁的苏轼都看过这首《庆历圣德颂》，可见这首诗影响力之大。但是正是这首长诗，为日后埋下了隐患。

在诗中被称为奸人的夏竦，很不甘心，于是就大造舆论，将范仲淹、欧阳修等人指为朋党。而范仲淹与欧阳修这两个人，性格都挺傲，都觉得自己公心为国、心怀坦荡，所以不仅不避嫌，不在乎别人怎么议论，甚至还迎难而上。有一次，宋仁宗与大臣们讨论朋党之事，范仲淹说：“自古以来，邪正在朝，各为一党。”等于是承认他们就是朋党了，不过他们是君子之党。并且说“君子相朋为善”，意思是说这种君子之党是专做好事，对国家是有好处的。

欧阳修更是大笔一挥，写了一篇《朋党论》给宋仁宗。这篇雄文中，欧阳修来了个标新立异，不仅不回避

朋党，还赋予了朋党新的含义。他说：“小人无朋，君子才有朋。”为什么小人无朋呢？因为小人是唯利是图的，有利可图，就结党；无利可图，就互害，所以这个“朋”是伪朋、是假的。君子则不然，所守者道义，以同道为朋，所以同心共济，始终如一，这是真朋。而天子如果能信用君子之真朋，则天下治矣，这个天下就好了。

这篇《朋党论》写得既有道理，又有文采。其实它就是说，不要扣死字眼儿，朋党、不朋党，关键要看人，如果是君子，是一群有道德、有操守的人，多一些更好；如果是小人，结党营私，就会误国、误民。但是现实是，范仲淹、欧阳修的这番自辩，并没能堵住小人之心，也没能挽回新政的命运。庆历四年十一月，宋仁宗再次下诏戒朋党相讦。第二年，庆历五年正月，范仲淹、富弼等变法大臣被罢官，至此，庆历新政正式划上句号。

此时范仲淹已经五十七岁了。走过了大半生的范仲淹，曾经在朝堂上说言论战，曾经在疆场上卫国杀敌，曾经抱着兼济天下之志主持庆历变法，如今他再次因为被指为朋党而离开朝堂，但是对于这一切，他始终能够泰然处之。一个人在经历了这么多大的大起大落之后，为什么能如此云淡风轻，这也是一个很值得大家去思考的问题。

众所周知，人生在世，多少都会有患得患失的时候，可是范仲淹为什么能如此拿得起、放得下？就像他在千古名篇《岳阳楼记》中所写：“不以物喜，不以己悲”，这真的是一种境界。而他的另一句名言——“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，不仅成为北宋士大夫们的座右铭，更鼓舞着无数中国历代的读书人，成为他们的精神理想。如果人生是一场修行，这大概就是范仲淹一生修行的所得。

反过来再看他曾经历过的朋党风波，虽然看起来好像众口铄金，来势汹汹，但当这一切过去之后，会发现这不过是他修行路上的一道风景，不经历狂风暴雨，哪会有云淡风轻？正如本篇标题所云——“风起朝堂朋党论，心远江湖岳阳楼”。

(未完待续)

## 东汉县令感化逆子的故事

《幼学琼林》里讲述了一个东汉文臣仇览把一个逆子感化成孝子的故事。仇览，东汉陈留考城县人，青年时为书生，淳朴寡言，40岁时，出任县令一职。刚上任期间，他碰到了一位跟母亲同住，并被母亲控告的不孝子陈元。

仇览对陈元母亲告子一事，感到非常吃惊，因为当时的汉朝以孝治国，被人议论不孝，很有可能被毁掉前程。况且这次是母亲亲自告状，罪过实在是太大了，不仅会彻底毁掉了陈元，也违背了人伦亲情。如若真的变成母子相残，就太可悲了。仇览认为，身为父母，不可轻易为之，尽管儿子有不孝言行，伤害了母亲，但应该不是恶意为之，理应是孩子没有得到很好的启蒙教化所导致的。

仇览痛心地向陈元母亲说：“我近日经过你们家，看到房屋很整齐，田地按时耕耘，可知陈元这个人不是恶人，应当只是没有受到好的



汉朝以孝治国，若有人被议论不孝，会因此毁掉前程。(Adobe Stock)

教育罢了。您身为母亲，守寡养育孤儿，自己受了苦，又接近年老了，怎么能因为一时泄愤，把不讲道义的恶名送给儿子呢？”言外之意，伤害了儿子，同时也会伤害自身，老来身边无人，落个悲凉凄苦，岂不后悔莫及？这位母亲听了十分感动，也感到很后悔，流着眼泪就离开了。

由此事可知，仇览十分关心百姓。平时他仔细观察，仅从这户人家的外观和田地状况，就能判断一个人大概的本性，了解当事人不但不懒惰，而且善心尚存，故为这对母子设身处地的考虑，以劝善救助为要。

后来，仇览亲自到陈元家，和他们母子一起坐下饮酒息谈，如同父母

一样慈爱地向陈元讲述人伦道德，让他懂得应该孝敬母亲的道理和怎样具体奉行的做法，并用善恶有报，祸福自招等劝善的话使他自觉悟。在仇览的耐心教导下，陈元被感化了，成为当地的孝子。

当时，仇览的上司考城县令王涣，政事崇尚严厉，听到仇览以德化人，十分钦佩，便委任仇览当主簿。王涣不理解仇览为何不治罪那个不孝子：“你听到陈元的过错，不治罪而感化他，莫非缺少鹰犬一样的威猛心志？”

仇览说：“我以为鹰犬的威猛不如鸾凤的美好。”鸾凤是一种瑞鸟，比喻贤人及有德的君子。深受感动的王涣回答道：“枳树荆棘（比喻狭小劣劣的地位）并非鸾凤栖息之处，小小的一个县令，哪里是大贤的出路呢！太学里那些曳长裾，飞名誉的人，才德都比不上您。”于是王涣捐出自己的月俸，出资将仇览送入太学深造。

### 成语故事

#### 一筹莫展

【解释】：指一点计策也施展不出，比喻毫无办法。

【成语典故】：蔡幼学是宋朝瑞安人，孝宗干道年间进士，官至兵部尚书。

宋宁宗即位时，决心重振朝纲，下令朝臣多为朝廷提意见，蔡幼学即上奏。他提到为君之道有三：事亲、任贤、宽民，其中任用贤能是很重要的，他说到：前些年，君子被小人暗中陷害而遭到排挤，因此，有作为的大臣深怕做太多，被认为是制造事端，因而不敢有所动作。与皇上亲近的臣子本来就应当效忠，但却因直言上谏连累皇上，而遭到遗弃。情势演变到最后，皇上便毫无作为，朝廷之中纵有许多王公大臣，却也没人提供一点计策，“多士盈庭而一筹不吐”。

成语“一筹莫展”就从蔡幼学奏章中的“一筹不吐”演变而来。

# “红朝王妃”张宁 一生经历的“灵异事件”

文/佚名

张宁是林彪家的“老虎”——林立果选中的准儿媳，她的经历在三十多年前家喻户晓。张宁有“阴阳眼”，一生常经历灵异事件；这是江苏某出版社的一个老编辑亲口说的，这位编辑是“张宁回忆录”的责任编辑，那段时间经常和张宁在一起，他是听张宁亲自讲的。

张宁的情况有很多资料介绍过，我大概说一下，准确到什么程度不敢讲，因为毕竟是凭记忆，手头没有资料。张宁，原解放军南京军区前线歌舞团演员。她的父亲与著名的许世友是同乡还同一个村，1955年授衔少将，大概1957年左右去世。

张宁的美貌在当时的前线歌舞团是无人能及的，随歌舞团出访印尼时曾惹怒印尼总统苏加诺的公子一见钟情，向中国大使馆说亲不成，差点动武力抢亲。1968年张宁被邱会作夫人送到北京，进入毛家湾林家大院。

1973年林彪死后被集中审查，她出来后万念俱灰，和邱会作的一个警卫员结婚，生有一子，后来离婚。张宁带着这个儿子回到南京军区前线歌舞团，基本是拿工资不上班，歌舞团分配给她一处房子在南京中山陵园边，母子俩相依为命度春秋。

她住的地方附近有一个男子，看见张宁美貌，千方百计接近她母子，求爱不成反生恨这是后话。这个男子经常带张宁的儿子出去玩，有一天两人去南京玄武门节制闸游泳，张宁十一岁的儿子不幸溺死。当时张宁怀疑是这个男子有意害死爱子，苦无证据，这事就交给公安局慢慢查去了。

老编辑就在这个时候接到组稿的任务给张宁讲；两个人见面的机会很多。据老编辑讲张宁当时抽烟非常厉害，十个手指黄的黄的，但仍旧貌美如花，引人注目。

有一天出版社的头目们设宴招待张宁，老编辑当然也在座，推杯换盏之间张宁喝了许多酒，谈起了自己的传奇经历，这些事就是那天讲起的。

## 张宁一出生就异于常人

张宁说自己一出生奇事迭出，出生时母亲曾经梦见白虹入腹，她一出生就生有奇相，长了一身黑毛，是个毛娃，人见了都说那是个丑八怪。谁知道十二岁以后，黑毛脱尽，皮肤美如白玉，丑小鸭变成了白天鹅。张宁说自己小时候长着慧眼，能看见鬼，但不敢讲出去，全身长满黑毛时别人不理她，有一个老婆婆对她很好，经常在她睡觉时为她哼儿歌，拍她入睡，但后来发现家里并没有这个老婆婆，偶然看到她姥的照片忽然知道那是死去多年的姥姥。

1963年张宁随歌舞团到安徽黄山地区搞社教，住在老乡家里。有一天她从村里回住地，已经过了家门口，指导员正端着饭碗蹲在门口吃饭，只要跨过一条小水沟就到家了，张宁高兴地向家跑。小水沟实际上是两个水塘之间最细的部分，水沟上有一根树干作为小桥供大家踏脚。张宁踏上树干时忽然间发现树干会动，大惊之下低头观看，树干上有许多鳞片，原来不是树干是一条大蛇或者是一条蛟龙的躯干，两头没入水中不见头尾。张宁骇极大叫，吓得指导员饭碗一丢就往张宁这边跑。指导员跑到水沟旁看来去树干还是树干，哪来什么大蛇蛟龙。张宁被指导员一顿批评，心里实在是觉得冤枉，“我



张宁(合成图片)

又不是白痴，怎么会看不出树干和大蛇？”张宁这样对酒席上的人说。

还有一件事在杂志上登过，也是那次的酒席上张宁当众说出来的。就是一个很有名的老中医为张宁看病，老中医擅长摸骨，能知人的体骨祸福，平日不论别人怎样请求从不肯乱说。（那个年代搞不好就弄个宣传封建迷信的帽子，吃不了兜着走。）见到张宁忽然一改常态，主动为张宁摸骨，摸着摸着老中医长叹一声，“唉，姑娘，你脑后一块骨头长的不好，还有耳朵生坏了，不然，你是个正宫娘娘的命。”

## 张宁与“横死”儿子的对话

以下的事是杂志和报纸上都没有披露过的，大家看过了就知道为什么媒体上不提这事了。

张宁丧子以后日夜哭泣，儿子的骨灰盒一直放在床上枕头旁，每天搂着儿子的骨灰盒睡觉，痛恨爱子到了茶不思饭不想的地步。

我们在这里正八经地研究到底人死了以后有没有灵魂，这个问题在贫下中农看来非常简单，“哪能没有呢！人死了变鬼，要有缘分的话兴许阎王还放他回家看看呢。”他们这样说。张宁也日夜盼望儿子能回家看看，主要是张宁对儿子的死因有怀疑，但就是两个人的事，那个男子不承认害死了小孩，你又有办法能让他认罪呢？

张宁想儿子回来讲清楚儿子又回不来，她那时又不懂“召唤死去亲人的灵魂”，只好另外想辙。南京江宁县（现在是南京市的江宁区）龙都乡有个姓张的神婆，传说她精通“死亡”，各位看到这里想必知道了“死亡”的意思，就是“召唤死去的亲人灵魂”回来说话。看来古今中外都有操此业的人，也都有这样的事。张宁听到这事以后，也是不大相信，于是她决定亲自找一下这个张神婆，辨别一下真伪。

话说光阴似箭，日月如梭，一晃张宁失去爱子已经两年有余，张宁想见到儿子魂魄的愿望是越来越迫切。这期间她不动声色地打听好去江宁龙都乡怎么走，张神婆的家在龙都什么地方，打听好了先不急着急去，怕的是张神婆知道她的身世情况有了准备，骗几个钱无所谓，若只见到乡

下无知的神婆装神弄鬼，见儿子的愿望落了空才又是一个打击。

这天，张宁骑了一辆自行车，一大早从卫岗出发（前线歌舞团驻地）动身去找张神婆。从卫岗到龙都大约二十多公里。张宁说自己做到了两点，一是单身，连要好朋友都没有通知，二是机密，出门时根本没有人知道她去江宁。张宁是尽量小心怕神婆知道自己是什人，要是听到的是神婆事先准备好的说词，那就枉费了自己一番苦心。

按照事先打听好的路线，张宁很容易找到了张家，当时张神婆并不在家，老头子请人带信从地里把神婆喊回，神婆走进门，张宁放下心来，其他人也面面相觑，年龄足有六十开外，语言粗鄙。要说这样的人能预先知道某年某月某日有个叫张宁的女人要上门求助，真是天方夜谭。再说神婆并不以此为生，刚才还在自家地里忙活，神婆不可能花钱雇人先给她提供消息。

张宁在酒席上把话说的这样明白，是要听的人有个概念，我张宁也不是寻常女子，有点分析能力，当时是留了意的，没有受人家骗。

张宁见到神婆先没提思念儿子的话，只说想去世多年的父亲一面。神婆当时答应，开始准备道具。神婆的家是乡下常见的三间两房布局，一明两暗，西厢房是神婆两口子的住处，作法的地方是东厢房。神婆把张宁请进东厢房，厢房内光线很暗，只有朝南墙上一个小窗子透进光线照进来，神婆把小窗子一挡，室内更加黑暗。神婆在厢房的里面挂了一块黑布幔，拿出几条画满符咒的黄色布幔分挂两旁，神案在厢房入口处坐南朝北。神婆在神案后坐定，请张宁立在自己身后，叮嘱她盯准里面的黑布幔看，无论见到什么意外的情景都不可出声。

张宁站立在神婆侧后面，可以看到神婆部分表情，只见神婆盘腿坐在春凳上（一种面积较大的方凳，乡下人叫马杌子），眼睛眯闭，嘴里喃喃自语，声音抑扬有致，词句粗鄙不文。

顷刻，神婆全身大抖，汗出如浆，抖动的越来越厉害，最后连春凳也坐不住，噗通的一声掉下地来。神婆的老汉赶忙上前扶起，老汉言词之间对张宁甚为不耐，都是你们这些人天天找她，早晚有一天她的命送

在你们这些人手上。神婆这时昏迷不醒，口吐白沫，面色青紫，老汉又是揉心口又是掐人中，半晌神婆才缓过气来。醒过来后大骂张宁，你这个女同志呀，你可把我害苦了，你没有告诉我，你的父亲是个大鬼呀，他好凶的呀，我见到他还没说他就踢了我一脚，叫我滚回来，不许打搅他。他们三个大鬼住在一起都是好凶的呀！那里有好多大鬼呀，足有一二十个呀！

张宁倒抽一口凉气，不由得对神婆增加了几分相信，须知道，张宁的父亲安葬在南京中华门外，距著名的雨花台三公里，叫做菊花台，菊花台公墓里埋葬着不少军队将领，最大的三座坟是三烈士墓，三烈士中为首的就有名的新四军政委项英。她父亲和另外两个将军葬在一起，而且张宁的父亲生前确实脾气暴躁，为一点小事就暴跳如雷，最拿手的就是用脚踢人，看来张神婆是吃了父亲一记云南火腿，从阴间被踢回来了。

神婆定下神来细细地向张宁言讲，开始不明白张宁的父亲是什么人，想把他请上来说话，这个亏吃得还不轻，挨了一下重的，但张将军踢完之后还是有几句话带给她，大意是我在这里很好，不要来打搅我，外孙的事情我知道了，要知道善恶到头终有报，只争来早与来迟，告诉我女儿，沉冤大仇终究得报。张宁听完已经哭得泪人一样，对张神婆已经有八分相信，尤其是自己并没有提到伸冤报仇的事，张神婆竟然讲了出来，这事难道还没有八九分真实么？这时方拉住张神婆将真实来意说出，务必要神婆把儿子从地下请上来，见一面说个清楚，做妈妈的心里好有个主张。神婆听得此言，强搬动腿胳膊腿又坐上春凳，念念有词重新又入得定去。

据张宁说，那时神婆的表情实在是装不来的，面色由黑黑转为青绿，有时眼光如同痴迷，有时眼内闪露凶光，嘴里似有獠牙外露。如是等待了大约四五十分钟的样子，厢房里而平地上涌起一团烟雾，在黑幔的衬托下分外清楚，烟雾渐渐聚集成形，竟然面目可辨就是自己死去的孩儿。张宁说当时自己嘴唇张而无声，喉内哽噎，眼圆睁而无光，为泪所迷，心坎甚痛而形同痴呆不能行动。稍时，烟雾形状渐渐淡薄，即将消散。张宁急急，伸手招呼孩儿意欲挽留。这

时，忽然觉得有人拉住自己的手臂，定睛看去原来是身边的张神婆。

张宁醒悟到这就是常人所说的“鬼魂附体”，当前应该就是自己死去的孩子附在张神婆的身上和自己说话。马上抱住神婆大哭道：“孩子，妈妈好想你哟！”

“妈妈，我好难受，你不把我安葬，我不得安宁哟！”

张宁一惊，是的，孩子的骨灰盒日夜放在自己枕头旁边，孩子还没有一个墓呢。

“是，是，妈妈回去就给你造一个好大的墓。”

“妈妈，我好恨哟，是×叔叔害死我的，……。”后来的声音如同鬼哭。

“到底是个畜生！”

“妈妈，他把我掐着脖子按到水底，我挣得眼睛都红了。”

孩子死后，张宁看见孩子的眼睛出血，这一点又对了。

“妈妈，妈妈，……。”声音越来越微弱，渐渐低下去。

神婆放开张宁，眼睛翻白，往后慢慢瘫倒下去，张宁抓住神婆的衣服，老汉也来帮忙，嘴里一边埋怨，“你看看，你看看，这哪是人过的日子，一天昏过去几回。”

这回神婆好大功才醒过来，醒过来后人极为劳累，不想多讲话，直到下午神婆才把张宁喊到房里去。

“姑娘，你这种生意，我多做几回老命就搭进去了。”

“刚才，我跟你孩子到地下去了，他现在过得不错，有个安徽的老人收养了他，要他做儿子，那老头慈眉善目的，待你孩子可好了。就是你早点把孩子下葬土葬，不要老摆在家里，那样孩子不安心。”

“这事我回去就做，再给孩子多烧点纸钱。”

“烧什么纸钱鸭，有钱多做点好事，比烧纸钱强。”

“……。”

“姑娘还有什么要问的？”

“我的孩子为什么不跟我爸爸，要跟那个安徽人？”

“傻姑娘哪，一辈子是夫妻父子，代代是夫妻么？什么事都是一时的，不是长久的。”

张神婆还嘱咐张宁回去以后不要为她传名，她也不想再干神婆了，不传名是为了少找麻烦。

我这里记载的应该只有老编辑讲给我听的三分之一，老编辑讲给我听的应该也只有张宁当时讲的一半左右，特别是少了当时的气氛。老编辑说，张宁讲完之后，酒席宴上没有一个人作声，大家都在回味这个传奇少妇所讲的那点惨烈的情节。除了几个头目是官场中人以外，其余的编辑们都是猎奇心理很重的人，不过限于心理原因，这个故事也只能沉沉在心里，最多讲给家里人听听而已，我是有幸听到的一个。

现代史上张宁是一个有传奇经历的女人，她在大陆已经别无所恋，远嫁到美国，夫婿是美籍华人林洛甫（原籍湖南），又是一桩很巧合的婚姻。林洛甫除了与林立果都姓林这一点外，还有许多相似的地方，他们长得很像，还是同年同月生。

还有一个后话要交待给读者，那个杀害张宁儿子的男子，于1995年因为别的案件被捕，被捕后他竟于一五一十地向公安机关交待了十几年前杀害儿子的经过。此人于当年被处决，应了张宁父亲的沉冤得雪话语。



徐孝锡讲座 第十一讲

# 清肺疗法

## 恢复青春的少化现象

变得年轻是所有人的希望，我整体观察16万个成功治疗病例之后，向医疗界做了汇报，报告的题目就是《少化现象》，人类医学史上第一个带来“少化现象”喜讯的人是徐院长，这一点也想得到大众的认可。

—徐孝锡

### 返老还童 人类共同的愿望

古时候一对有很多孩子的老夫妇，还有一对没有孩子的老夫妇。没有孩子的老夫妇虽然很贫穷，但心地善良，而子孙众多的老夫妇却很贪心。

一天，没有孩子的老大爷上山砍柴，却没有回来。一个人在家的老奶奶很担心，夜不成眠，等了一宿。第二天天亮，来了一个背着老大爷背架的年轻人，奶奶就问：“年轻人，你看没看见我们家的老头子？”年轻人说：“我就是。”大吃一惊的老奶奶就问他到底发生了什么事，老大爷说：“我也说不清，我上了山，看到一眼泉水，就喝了几口而已”。听到这儿，老奶奶也上山去喝了几口泉水，她也很快变成了年轻的姑娘。

邻居贪心的老夫妇听说这件事后也不安分起来，立刻赶了过来，缠着问他们，到底是怎么变年轻的。心地善良的夫妇就告诉了他们的经过。那对贪心的老夫妇立刻就向那眼泉水跑去，但因为他们太贪心，喝了过多的泉水。本来喝一口就能变年轻，但他们直到把肚子喝饱为止，结果变成了一对刚出生的婴儿。

心地善良的年轻夫妇怎么等也不见他们回来，就来到泉水边查看，结果见到一对像是刚出生的婴儿。这对年轻的夫妇以为这是上天赐给他们的，就把婴儿带回家精心抚养起来。

这是韩国的传统故事《不老泉》，韩国传统文学中一个数千年前老人变成青年的有趣故事，这则返老还童的故事口耳相传，流传至今。

目前在医学界只提及延缓衰老的“抗老化现象”，却根本没人提及变得更年轻的“少化现象”。但在临床治疗16万名的患者过程中，通过实践“清肺疗法”，明确观察到了整体变年轻的现象。

### 免疫力成就少化现象的出现

五十多年的临床结果显示，提高免疫力要经过两个阶段：第一，自身免疫力好转；第二，自身免疫力盟军的诞生。

首先，通过清肺疗法使积累在肺部各处的“积热”消失，在废弃物和毒素也一并清扫干净的同时，有肺部健康“风向标”的淋巴腺之王——扁桃腺也强壮起来。一般来说，两个月就可以使扁桃腺恢复健康，这个时候，我们人体就不会得肺炎和流行性感冒，不会患高烧达39度以上的感冒。由此可知，守护在呼吸道中的扁桃腺在有效抑制病菌和细菌的入侵。这就是免疫力成就的第一阶段，意味着我们身体固有的免疫力在好转。

接下来，在人体免疫力细胞之外，还有很多帮助它的盟军，这就是肠内微生物。我们身体大约有10兆个细胞，但在大肠和小肠里却存在着大约100

兆左右的微生物。其数量比人体细胞要多得多，所以人体免疫力的70%以上由肠内微生物担当。在成就免疫力的两个阶段中，在固有免疫力增强之后，肠内微生物军团就诞生了。

多如天文数字般的微生物大致可分为三类，它们就是有害菌、有益菌还有中间菌。中间菌就像他们的名字一样，如果有有害菌强大，他们就支持有害菌，如果有有益菌强大，他们就支持有益菌。神奇的是，如果肺好起来，两个月就能让扁桃腺强壮起来，再过两个月，肠内微生物生态环境就会出现明显变化。

近来，对炎症和肥胖效果显著的微生物Akkermansia muciniphila备受学者们关注。当稀少的Akkermansia muciniphila开始以惊人的速度多起来时，多种多样的微生物也随之出现，而且全都是有益菌。

大约经过六个月，这时肠内菌群中的中间菌都站到了有益菌的一边，由此人体免疫力达到最高峰，原有的顽疾也开始一种、两种地逐渐消失。

有趣的是，病也和强盗一样，如果头目被抓，那么他手下的喽啰无论怎么多，也渐渐都会被控制住。如果有11种疾病的话，那么肺脏系统疾病就是头目，肺气肿、支气管扩张症、肺纤维化这些头目被擒的话，小喽啰就会一哄而散。

### 清肺回春的人们

现实中，一位94岁的肺纤维化患者在接受清肺治疗二十一个月后，容貌变成60多岁时的样子，自身多年的顽疾一扫而光，从痛苦中解脱出来后他亲自前来表示感谢。

另一位90多岁，得了五十多年哮喘的老大爷随着呼吸系统恢复正常，皮肤也变好了，脸上的老人斑全部消失，他一进诊疗室就开始行大礼。

生活在首尔如矣岛的一位98岁患者，尿液呈红色，因身体疲倦，整天卧床，在接受六个月的清肺治疗后，尿液变清了，没有疲劳感。儿媳说妈妈的健康有明显好转，这次要去菲律宾旅行，让我多开两个月的量。

另一位70多岁的严重便秘患者，一周只能便一次黑色大便，有时甚至十多天才能便一次，浑身是病，没有力气，只接受了三个月的清肺治疗，就迈着轻松的步伐，找到我，开心地说：“院长，我现在是想便就便啊。”

如上所述，通过自身免疫力的提高以及微生物的协助，人体的免疫力才算完成工作。有了这样的免疫力就如同得到神的祝福，人就不会生任何病了。原有的病会消失，要得的病也不了了之。这样真正的无病岁月才算开始，这才是免疫力的完成阶段。摆脱老年，回到中年，这就是“返老还童”的奇迹，也是拉开健康百岁序幕的福音。

至今为止，医学界一直在寻找治

病之药。但所有的药只是缓解症状，而非根治的灵丹妙药。但如果我们的免疫力成就了，那么众多顽疾患者中都会有无数人得以根治。实际上通过扁康丸清肺，已有5万多名鼻炎患者、3万多名哮喘患者、4万多名异位性皮肤炎患者、3万多名COPD和肺纤维化患者，切实证明了免疫力奇迹的真实存在。

### 回春庄——扁康桃源项目

我为此深受鼓舞，并构思出了扁康桃源项目，以期让33位90岁以上老人都能健康的活过100岁。生活在扁康桃源的老人们经过两年的清肺治疗，老人斑消失，皮肤清亮富有光泽，所有人都变得年轻，成了60多岁的样子。

不但是皮肤好了，接下来骨骼也出现了变化，骨密度增加，大约经一年两个月，骨头就不会轻易骨折。即使是因为骨质疏松症，而满是窟窿的骨头，在肺功能完全恢复后，骨头也会像秋天的白菜一样，密度增加，变得坚实，90多岁的老人即使严重跌伤，也不会骨折，这有多神奇。人体的表面与内里都一样健康，这也正应了“表里相应”那句话。

同时，五脏也发生了巨大的变化，如果肺好起来，紧接着心脏也会好转，这时心律不齐的症状就会消失，吃了十多年的心绞痛药也不用吃了，房颤消失了。不知不觉，不畅的冠状动脉旁边又生出8~9条小血管，这是新的“扁康血管”出现了。再也没有胆战心惊的必要了。

接下来，心脏的子脏腑——肾脏功能恢复。肾脏恢复健康，肾脏就会将血液净化干净，大致六個月后，全身血液就会得到净化。此后，一切酸麻疼痛的症状都会消失。

下一步，肾脏的子脏腑——肝脏就会好转，脂肪肝消失，甚至连肝硬化都会奇迹般的痊愈。表里相应，五脏依次都会变年轻。

### 徐孝锡院长简介：

徐孝锡先生以第一名的成绩考入韩国庆熙大学韩医专业，毕业后致力于治疗困扰自己多年的顽疾扁桃腺炎的药物研究开发。研究过程中发现异位性皮肤炎、鼻炎、哮喘、扁桃腺炎、心血管疾病都是与肺部健康密不可分的，由此研制出增强肺功能、提高免疫力的扁康丸。现在销往世界40多个国家。徐孝锡先生现任扁康韩医院代表院长，在50多年间治愈16万名患者，被评选为患者最想见到的韩医师之一。

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



【扁康丸服用分享】

### 湿疹、甲状腺患者的福音

我是居住在新加坡的张女士，今年53岁。

我从小就鼻子敏感。15岁过后更严重了，整天不停地流鼻涕，鼻子都被我摸破了。我很容易感冒，每次吃感冒药，就会出现嗜睡现象，感冒好了又犯，根本没有办法医好。从2019年开始我的双手、双脚、小腿起湿疹，2020年12月因为湿疹痒得无法忍受，抓的皮肤全烂了，全身又红又肿，服用中药后双脚又会肿，我就放弃了。

2021年2月检查发现尿蛋白，肾功能不好，还发现甲状腺指数高，需要服用一年以上的西药。我知道治疗甲状腺的西药(激素)会使体重增长，继续吃下去会导致肾衰竭，最后只能靠洗肾过日子。医生说如果不服用西药体重会减少。果然如此，2021年初的三个月期间我的体重从54公斤降到44公斤，所有认识我的人吓了一跳。甲状腺发病时，我控制不住地想做家务，拿东西会手抖，吃得很多但体重却一直掉。这时妹妹在网上查到扁康丸，因为网上假的东西很多，怕上当受骗，但想到之前那么多的药都无效，不妨再试试吧。后来看了介绍说服用后会出现排毒现象，我担心如果皮肤排毒太严重可能无法忍受，就想再等等，工作不太忙的时候再说吧。

可是我的体重一直在不停地下降，于是我在2021年4月开始服用扁康丸。服用两个月后体重开始增加，由44公斤增加到46.2公斤；第七个月体重增加到48公斤，而且手不会抖了，皮肤也有一些好转；服用一年时去西医那里检查，检查报告显示：我的肾功能恢复正常，没有尿蛋白，甲状腺功能也正常了。这个检查结果让我惊喜万分，此时皮肤过敏也好了。

我自服用扁康丸后就没有再感冒过，如今我按捺不住喜悦的心情想和大家分享：感谢徐院长发明了扁康丸，给湿疹、甲状腺患者带来了福音！



# 徽州商人 “一文钱”开店发家的故事

文/怀忍忍

以前苏州有一家布店名叫“一文钱”，其开店的缘由，颇为奇特。最初，有两位徽州商人甲、乙合伙带着巨资来到苏州做生意。他们伙同了苏州，各自结交了一位青楼女子，在她们身上毫不吝惜地大把大把挥霍金钱。这两位女子却非寻常青楼女。

她们在午夜无人时对商人说道：“自古以来，勾栏里的鸨母从未有真心，有钱的时候奉为贵宾，没钱的时候就扫地出门，这种事屡见不鲜。你们带着巨资离乡背井，本该是为了赚钱，如今却因我们而花费巨资。近来看到你们两人的财富逐渐减少，若不及早做打算，回去后又如何面对家人呢？愿君能好好想想。”

甲乙二人也觉得有道理，但因舍不得与女子分开，依旧苟且度日。鸨母每次提出需求，他们都百般筹措。不久之后，连典当的财物也用尽了。鸨母就开始对他们冷嘲热讽，甚至要下逐客令。

两位女子见状，对商人说道：“如何？你们当初不听我们的话，现在终于落到了这一步。我们虽然不幸，沦落风尘，但这并非我们的本愿。承蒙你们对我们情深义重，结下的誓盟，铭刻于心。我们相信你们只是暂时落魄，绝不会长久困顿，不如暂时告别，各自努力东山再起。我们誓死等待，日后定会报答你们！”说完，她们各自赠送了商人五十两白银，催促他们早日离开。

甲乙二人无奈，只得接过银子，挥泪而别。当时年关当前，他们先在一家小酒馆买酒御寒，并买了些点心充饥。由于心情烦闷，两人饮酒过甚竟忘了带走赠金，直到回到住所才发觉。急忙回头寻找，却已不见踪影。

旅店老板催促他们缴纳住宿费，他们只好典当衣物。最后行李全空，陷入困境。他们不得不行乞，晚上就借宿于一座古庙中。因见两位女子，连她们的门也不敢靠近，每次都绕道而行。到了除夕这天傍晚，两人拾得几根枯枝，在路旁燃火取暖，相对唏嘘而叹。



流连梦乡的人儿，何时靠岸？(123RF)

甲忽然在腰间摸到一文钱，叹息道：“如今巨资散尽，留着这最后的一文钱又有什么用？倒不如丢掉算了。”乙听后突然心生一计，赶忙捡起那枚钱，说道：“这就是我们仅存的希望。上天留给我们这最后的生机，谁知道这是不是困境将尽、好运复来的征兆呢？”随即，乙带着钱起身，说道：“你先等等，我自有办法。”甲不明白乙能有什么办法。

过了一会儿，乙回来了，手中带着竹片、草茎、一些旧纸和鸡鸭羽毛。甲问：“你这是要干什么？”乙微笑着摸出一些面粉，加了一点水，开始调成浆糊。然后，他在火光中，将草茎缠绕在竹片上，用破纸覆盖，再粘上鸡鸭的羽毛。不一会儿，一只仿真的鸟就完成了。甲看了之后说道：“我们如今身处困境，你竟然还有心思做这种儿戏？”乙只是笑笑不说话。整晚，他们做了二三百个这样的鸟形小玩物。

天一亮，乙把一半制品交给甲，邀他一起去玄妙观。他告诉甲：“放

心跟我去，自有办法。”甲姑且随他前往。

玄妙观是苏州著名的游览胜地，尤其在新年、春天时节游客云集。到达后，他们看到那附近已经仕女成群。妇孺见到他们带来的这些仿真鸟形玩具，纷纷抢购。每个玩具卖十几文钱，不一会儿就全部卖光，一共收入五千多文。此时，甲才叹服乙的灵机巧思，欣喜万分。他问乙：“那一文钱怎么用的？”乙笑答：“竹片、草茎、破纸、鸡鸭毛都是从市面上捡来的，那一文钱买了些面粉，正好足够了。”说完两人相视大笑。

从此，他们添置了各色纸张和杂色鸡鸭羽毛，开始制作各种仿真人物、花草等形象的玩具。两人每天晚上制作，白天则去玄妙观出售。自春天到夏天，短短百日，共积累了三千多贯钱。于是他们改变计划，开始囤积货物，每次交易都非常顺利。不到两年时间，他们积累了数万资产。随后，他们在苏州城的阊门开设了一家布店，并在店门上写了三个大

字——“一文钱”，以此来铭记他们发迹的起源。

他们各自拿出一千两银子帮助当初结识的两位青楼女子脱籍，女子们也拿出自己的积蓄协助他们一起经营。几年之后，他们已富甲一方，便派人回到徽州迎接家来团聚。两家约定世代联姻。阊门外泰伯庙前，布店门口悬挂着“一文钱”的大字，铄铄金光，照耀着过往行人的眼睛。

这两个恣意挥霍人生的徽州商人，沉迷青楼，幸好遇到的是有情有义的青楼女子，终于迷途知返，在困境中找到生机。他们记取人生教训，把发迹的“一文钱”的经验传承后代，使得家族生意兴旺了二百余年。安逸的顺境是失败的温床，严酷的逆境才是成功的摇篮，这人生的道理在这两个徽州商人身上得到了印证。话又说回来，如果这两个商人遇到的是绝情绝义的青楼女子，他们后来的人生还会一样吗？

(资料来源《望乘》)

## 《富室珍言》 小故事

文/杜若

### 成人之美 天意合人心

清朝时期，河南人张雄略娶亲。就在新婚的晚上，新娘痛哭不止，张君就问她原因。新娘说：“我小的时候，父亲把我许配给了施某。后来父亲厌恶他贫穷，逼着他退婚，这才嫁给了你。”

事已至此，张君也不知道该怎么办。新娘想一死了之，张君不能眼睁睁地看着她死，于是对新娘说：“施某是我的好友。我应当让你们喜结连理，你可千万不要轻生啊。”

这天晚上，张雄略就睡到别的房间里。第二天一早，他就把新娘的遭遇告诉了父母。他们赶快派人把施某叫来，特为他们腾出了一个房间，让他们结为夫妻。

张家把所有的嫁妆都赠予施某，并派原来的媒人转告那名女子的父亲：“你的女儿本就许配给了施君，现在她和施君在一起，已经成婚了。你如果不答应，就要告官评理了。”新娘的父亲害怕打官司，对此也不敢反对。

就在这一年，张雄略考中功名，此后科举接连报捷。他入仕为官后，一直做到宫詹（主要为皇子或皇帝掌管中事务的官员）。

后来，施君也科考中举，他的妻子生了一个女儿。后来他的女儿嫁给了张家，侍奉老人很有孝心，为人贤德，善满远近乡邑。

张雄略帮助友人完成婚姻大事，这是何等的高义。后来，他官至宫詹，娶的儿媳也也很有孝德，侍奉长辈又孝顺恭谨。

张君成人之美的行为既保全了夫妇人伦，又顺应了冥冥中的天意。上天也周全了他们结下的善缘，惠及后人。

### 慷慨仗义的状元郎

德清县人蔡昆阳是康熙九年（1670年，庚戌科）的状元。顺治十一年（1654年，甲午年）于乡试中中举。那时他都已四十岁了，但还没有孩子。他的太太悄悄地攒了三十金，替他买了一妾，打算让她为蔡家延续香火。

那小妾进屋到房后，就一直哭泣不止。蔡昆阳感到很奇怪，就问她哭什么。一开始小妾还很羞涩，有所顾忌，不敢讲。但在蔡君的追问下，她才说出实情。

原来小妾原本就已经嫁人了，她的丈夫因为欠军营的债务，耗尽家财都无力偿还债务，所以才到了夫妻离散的地步。

蔡君赶紧连夜来到了她的夫家，说：“还债这事不难。我可以为你解决。我今晚不能回家，一回家就无法表明我的心意了。”于是就睡在那名女子的夫家。

第二天早上，营卒催欠款，蔡君说：“你们违法逼债，现在不和你们计较。把借券拿来，当即把钱还给你们。”

营卒没有遇到过如此仗义的人，当即也深受感动，收下欠款，把借券还给了他们。

债务还完后，蔡君就派人抬着轿子把那名女子送回她的丈夫身边，又赠送了三十金资助他们生活。

此后，蔡君的太太怀孕，生下了儿子。蔡君也金榜题名，大魁天下，成为康熙九年的状元。

蔡君慷慨仗义，并没有虑及自己遭受的损失，保全了那对夫妻的婚姻。

(事据《道德丛书·富室珍言》)

## 救人性命 自己的命运也得以改变

整理/张菁

明朝《风世类编》一书中说了这样一个故事：明朝正德初年，有一位王姓商人，是安徽人，已经年过三十还没有子嗣。他的姑父擅长相面术。有一天见到王某，其姑父面露忧愁之色，对他说：“你到十月应该有大难，不能够逃脱，怎么办呢？”

王某一向认为姑父的相面术很高超，因此马上前往苏州收取钱财。返家途中路过某地，正赶上梅雨季，河水上涨，不能乘船，所以暂时住在客店。

晚上雨停了，王某外出到河边散步，正好看见一个少妇正抱着一个孩子跳河，于是急忙呼唤河边的渔民，说：“谁能够把他们救上来，我付给他二十两银子。”众渔翁争着将妇人和孩子拉拢上来。王某依约给渔民支付了银两。问妇人为什么跳河，妇人说：“我丈夫家贫，他在外受雇于人，昨天我卖了一只猪准备借租，不想被假借两所骗。不仅仅是怕丈夫回来受鞭打之痛，更因为没有办法偿付



租金，所以才求得一死。”王某听后，非常悲伤并怜悯她，就计算出卖猪的价钱，加倍赠予妇人。

妇人在回家路上碰到了她的丈夫，便哭着告诉了他所发生的一切。

但是她丈夫却怀疑她在说谎欺骗他，于是跟妇人一起到王某所住的地方去对质。到了王某住的客店，王某已经关门躺在床上休息了，妇人的丈夫让她敲门，说要表达谢意。

文/琳真 图/123RF

甘肃位于中国的西北地区，是一个充满神秘和活力的旅游胜地。从自然风光到文化遗产，甘肃的旅游资源无比丰富。这里有敦煌莫高窟的千年瑰宝，张掖丹霞的七彩壮美，黄河的奔腾咆哮，祁连山的巍峨雄姿，还有一碗让人念念不忘的兰州牛肉面。文化深厚、风光绝美的甘肃，曾被《孤独星球》杂志评为亚洲最佳旅行地的第一名。还等什么？跟我一起出发，去感受这片土地的美景与故事吧！

## 敦煌古城遗址

“敦煌”一词，有说是出自于汉初生活在此的月氏族或匈奴所取名字的首译，但更普遍的说法是，“敦煌”一词来源于记述西域诸国史实的传记《史记·大宛列传》中张骞给汉武帝讲述中的“始月氏居敦煌、祁连间”。东汉学者应劭的解释是“敦，大也；煌，盛也”，取盛大辉煌之意，用来反映敦煌当时的繁荣情况。



敦煌的一座汉代（公元前202年~公元前220年）夯土碉楼遗址。（Wikipedia/The Real Bear/CC BY 2.0）

敦煌古城遗址位于现在敦煌市区东南，这里曾是古代丝绸之路上的一个重要商贸和文化中心，始建于公元前111年。历史上，汉代的敦煌郡治所位于党河中下游的绿洲中心地带。此后，唐立沙州、元置沙州路、明设沙州卫，不同的朝代设置了不同的行政建制名称，但其城址一直沿袭未变。随着岁月的流逝，政治中心的变迁，大漠风沙的侵袭，敦煌古城现存南、北、西三面断壁残垣。城内西北一隅今被用作油库，其余均辟为农田，地表再无遗迹可觅。

## 敦煌影视城

1987年，中日合拍电影《敦煌》，由日方投资2700万元，在距离敦煌市区20多公里的古城遗址旁，修建了一座仿古影视城。以宋代《清明上河图》为设计蓝本，仿照沙洲古城的建筑风格建造而成。这座影视城不仅为拍摄电影提供了恢弘的场景，也成为了一座永久保留的文化遗产，被称为“中国西北古代建筑艺术的博物馆”。

敦煌影视城占地15万平方米，其中建筑面积1.5万平方米，展现了浓郁的西域风情。城墙环绕四周，设有东、西、南三门，城楼高耸，极具防御气势。城内布局以北宋时期为背景，复原了高昌、敦煌、甘州、兴庆、汴梁五条主要街道，两侧则是寺庙、货栈、酒肆、当铺和住宅等仿古建筑，完美再现了唐宋时期敦煌作为西北重镇的繁荣与辉煌，来到这里仿佛穿越到了宋代。

从《敦煌》开始，敦煌影视城以其独特的西域边塞风貌成为拍摄古装剧和历史电影的理想场地。包括《新龙门客栈》、《封神演义》、《怒剑啸狂沙》等在内的二十多部影视剧

# 看甘肃 (2)



敦煌



敦煌影视城

都在此取景拍摄，成为中国西部最大的影视拍摄基地。其独特的建筑风格和壮丽的背景，尤其适合展现古代丝绸之路和边塞的宏大场景。

如今，敦煌影视城已成为敦煌的主要景点之一，是游客从敦煌市区前往阳关、玉门关的必经之地。游客可以在这里体验古时街道的市井氛围，登上城楼俯瞰戈壁风光，了解西域文化，幸运时还能遇上电影拍摄组。

## 玉门关和阳关

相信很多人都是从诗词中知道玉门关和阳关的，唐代王之涣的《凉州词》“羌笛何须怨杨柳，春风不度玉门关”，以及唐代大诗人王维的这首《送元二使安西》（又名《阳关曲》）“劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人”，都是大家耳熟能详的诗句。

玉门关和阳关始建于西汉的汉武帝元鼎六年（公元前111年），设立于敦煌郡龙勒县境内，距今已有2000多年。当时，汉武帝开辟河西走廊，“列四郡，据两关”，将敦煌、酒泉、张掖、武威四郡紧密连接，玉门关与阳关成为贯穿南北的两座门户。这两个地方都是当年的军事重镇，往返于新疆与中原地区的商人必须从这两个关口经过。这两座关隘虽仅相距几十公里，却分别代表了丝绸之路的南北主干道。



敦煌玉门关小方盘城遗址（Wikipedia/The Real Bear/CC BY-SA 3.0）

玉门关的名称因西域输入玉石取道于此得名。出玉门关为北道，商旅沿天山南麓西行，直抵西域各国乃至中亚和欧洲。如今的玉门关遗址已是一处旅游景点，位于敦煌城西北约80公里的沙漠中，由小方盘城、大方盘城和汉长城组成。遗址东南与西北方向均有烽火台遗迹，古时的人们通过烽火台传递军情，守护关隘。

小方盘城就是当年的玉门关，是一个四方形小城，周长百余步。关城四壁均用黄胶土板筑，墙体高达9.7米，厚近5米，城内面积约630平方米。

城堡四周地势低洼，仿佛天然的屏障守护。关内外风光荒寂而壮阔：干涸的疏勒河横亘城旁，河道中的卵石在阳光下流光溢彩，周围稀疏点缀着胡杨和芦苇。远处，北边北塞山绵延起伏，南边祁连雪山巍然耸立，雄关孤悬于广袤天地之间。

距离小方盘城10多公里外的大方盘城又叫昌安仓，是当年的粮仓即古代的河仓城。建于西汉，位于疏勒

河南岸，为夯土板筑，呈长方形，东西长132米，南北宽17米，残垣最高处6.7米。两堵南北方向的土墙，把整个城隔成了3部分。在大方盘城旁边的山坡上，建有用来传递消息的烽火台。

### 阳关

阳关，位于敦煌市区西南约70公里，因地处玉门关之南而得名。它与玉门关一样，是汉武帝开辟河西走廊后设立的重要关隘。作为丝绸之路南道的咽喉要地，阳关既是连接中原与西域的桥梁，也是中国历史上最早的“海关”之一。经过阳关，可以通往今天的若羌、和田，这条路被称为丝绸之路南路。

阳关地处荒漠戈壁，东接祁连山尾的茫茫戈壁，西临白龙堆大沙漠。然而，在古代，这里因沼泽地和疏勒河滋润，形成了沙漠中的奇迹绿洲。阳关始建于汉武帝元鼎六年（公元前111年），作为边防重镇和文化交汇地，这里不仅承担着军事防御功能，还见证了商旅、僧侣与使节的频繁往来。

今天，阳关遗址仅存断墙残垣，最具标志性的建筑是墩墩山烽燧。古时烽燧用于瞭望和传递军情，如今登上烽燧，可远眺绵延的戈壁与沙漠，天地广阔无垠，令人心生敬畏。遗址附近的“古董滩”散落着陶器碎片、铜箭头和古钱币，这些遗物诉说着阳关昔日的繁华与沧桑。



古阳关附近的旅游开发（Wikipedia/John Hill/CC BY-SA 4.0）

作为农产品东传的第一站，阳关见证了葡萄、苜蓿、菠菜等中亚作物的引入。王维的诗句“昔随天马，葡萄逐汉臣”，正是对此的生动描绘。这些作物在敦煌扎根后，逐渐传播至中原。

阳关也是汗血马传奇的舞台之

一。汉武帝听闻西域大宛产良马，名为汗血马，派使前往购买，使者被杀，钱物被抢。公元前104年，汉武帝封李广利为“贰师将军”，率兵数万攻贰师城取汗血马。但攻之不下，李广利率军退回敦煌。两年后，汉武帝命李广利再攻大宛，派精兵6万，牛10万头，马3万匹，驴、骆驼万余运粮草军资，又增调甲卒18万以为后援，最终攻入大宛外城。大宛贵族斩了国王的头投降，献出3000余匹宝马。于是汗血马才被带回长安。这种骏马日行千里，汉武帝将其命名为“西极天马”，并在阳关附近的龙勒县设立驯养场，使阳关被誉为“天马之乡”。

唐代时，阳关依旧繁荣。玄奘取经时，从玉门关西行，而归途沿丝绸之路南路东来，途经阳关，玄奘回国时提前奏报唐太宗，太宗皇帝派敦煌太守至阳关迎接。后来，马可波罗也曾从阳关入境。阳关的国际交流意义由此可见一斑。

千年后的今天，阳关只剩下断续的城垣与荒凉的遗址。关于阳关古城的消失，主要有两种说法。

一种观点认为，洪水是导致阳关衰落的主要原因。考古发现的器物显示，当时居民未能提前得到预警，大量日常用品遗留在洪水中。洪水过后，植被破坏，绿洲消失，居民被迫迁徙，阳关逐渐荒废，最终被风沙掩埋。

另一种观点认为，阳关的衰落与丝路路线的变迁密切相关。罗布泊的楼兰王国消失后，出阳关西行的道路变得不再畅通。交通路线的改变使阳关失去了战略意义，最终被废弃。

阳关因王维的名句“西出阳关无故人”而成为离别情怀的象征。站在阳关遗址，荒凉的景象与诗中的意境交相辉映，让人深感历史的苍凉与厚重。

阳关博物馆和碑亭展示了关隘的历史与文化。尽管阳关已被岁月掩埋，但它作为丝绸之路上的文化灯塔，曾照耀了无数行者的旅途，温暖了无数游子的心。

今天的人们徜徉在阳关遗址，追忆丝路繁华，感叹时间的流逝，生命的轮回，或许也能从这座古关隘的兴衰中，找到属于自己的启示与答案。





# 任晓运输快递

## 法国快递包裹至中国大陆 寄往欧洲各国 价格优惠



扫描我 加微信



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](http://www.primasimmobilier.com)

### 因退休转让店铺 (06 Nice)

售价: 25万欧元  
年营业额: 36万欧元  
发展潜力强劲, 商家网站排名高。面积为 90 平方米, 月租为750至800 欧元 (不含杂费)  
适合具有热情好客和服务意识, 以及良好管理能力的人士。适合夫妻经营。  
有意者请联系:  
06 07 51 74 33(法语)

### 商铺出租 (93 Blanc-Mesnil)

面积 200m² + 院子40m², 可营各业(除噪音业), 3/6/9新约。房东直接出租, 没有进门费。月租3000€ (没有 TVA), 每月杂费 400€, 电话: 06 52 69 26 48 (法语)



### 药店出让 (法国中部)

营业额120万欧元, 在增长中。医疗之家, 可营各业, 靠近高速公路和连接巴黎和里昂的火车站, 价格合理, 价可议。  
联系电话: 06 67 61 62 30 (法语)  
**Pharmacie Centre France**  
CA 1200K€ en progression, maison médicalisée, tout commerce, proche autoroute et Gare Paris-Lyon, Prix raisonnable et négociable,  
Tél : 06 67 61 62 30

### 别墅出售 (94600 Choisy-le-Roi)

家庭别墅, 位于一个安静而受追捧的地区。一个带存储空间的进门处, 可通往大露台的双客厅, 7间房间 (6 间卧室)、厨房和卫生间。面积135平方米。一楼设有3间卧室和一间带卫生间的浴室。阁楼设有3间卧室和一间带卫生间的浴室。附近生活设施方便, 坐轻轨可直达巴黎13区。欢迎参观。售价: 525,000 欧元 (价可议)  
地址: 47 rue Jules valles 94600 Choisy le roi  
电话: 06 19 58 43 03 / 06 17 31 85 84 (法语)



### 诚聘中餐师傅 (瑞士)

公司: Dragon  
餐馆位于: Avenue de la Gare 2  
1022 Chavannes-Renens - Vaud - Suisse  
诚聘中餐师傅 cuisinier chinois  
有意者联系人: Vulliemin Lionel  
邮件: [lionel.vulliemin@fidulio.ch](mailto:lionel.vulliemin@fidulio.ch)  
(只接收邮件联系, 可中文联系)

### 诚聘日餐师傅 (瑞士)

公司: Itoya  
餐馆位于: Lentillères 7A  
1023 Crissier - Vaud - Suisse  
诚聘日餐师傅 cuisinier japonais  
有意者联系人: Vulliemin Lionel  
邮件: [lionel.vulliemin@fidulio.ch](mailto:lionel.vulliemin@fidulio.ch)  
(只接收邮件联系, 可中文联系)

### 店铺出租(93 Aubervilliers)

位于63 Rue de la Haie Coq 93300 Aubervilliers, 房东直接出租。店铺+仓库+停车位。位于院子, 215m², 租约BAIL PRECAIRE。月租: 5000 € HT + 地皮税。  
有意者请联系: 06 12 62 66 66 (Stephane)  
**A LOUER BOUTIQUE PRECAIRE**  
RUE DE LA HAIE COQ  
93300 AUBERVILLIERS  
DIRECT PROPRIETAIRE  
63 rue Haie Coq  
Boutique+Stock +parkings  
SUR COUR 215 m², LOCATION  
BAIL PRECAIRE Loyer HT 5000 €  
MOIS + TAXE FONCIERE,  
Tél: 06 12 62 66 66 (Stephane)



### 兰斯大型餐馆ROYAL GRILL出让(51100 REIMS)

租金 5000Cht, 830平方米+超大停车场, 非常宽敞, 设备新, 目前是点菜餐馆, 但也可以改做自助餐, 有现成设备。还可以做牛排馆。有意者请联系: 07.68.69.20.03  
**RESTAURANT ROYAL GRILL REIMS (51100)**  
LOYER 5000,00 HT,  
830 M2 + grand parking  
Aucun problème très spacieux, matériel récent  
Actuellement restaurant à la carte, mais possibilité de faire du buffet à volonté matériel déjà prêt ou encore du steak house.  
Contact : 07.68.69.20.03



### 3层独立楼出售 (77 Crécy-la-Chapelle)

临街可做店铺, 如Tabac  
可营各业。漂亮的独立楼(maison de ville, 3层, 总面积约130平方米, 靠近迪士尼乐园和快线RER A。位于市区, 全新装修, 可居住或做商业, 也适合做Airbnb, 每月潜在收入2 800€, 带停车位, 没有杂费。  
地平: 客厅, 厨房设置齐全, 卫生间, 墙体隔热, 地暖;  
楼上1层: 主卧室, 镶木地板, 铺瓷砖的浴室带浴缸和淋浴;  
楼上2层: 2间办公室。  
靠近森林, 高尔夫球场, 体育场, 游泳池, 池塘, 学校, 市中心, 火车站。巴士位于旁边50米处, 可到达迪士尼乐园, 房产价值360 000€, 但只出售269 000€。此外, 还有4处房产出售, 低于市场价, 适合投资。直接联系房东, 电话: 06 64 48 27 27 (法语)



### 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

Mail : [pub@kanzhongguo.eu](mailto:pub@kanzhongguo.eu)

Adresse : Nouvel Espace

19 Avenue d'Italie 75013 PARIS

Site: [www.kanzhongguo.eu](http://www.kanzhongguo.eu)

### 酒吧-香烟吧-赌场店

面积80m², 一楼带一套60m²三房公寓, 房租(包括公寓): 1870€ TTC。  
每周营业6天  
让: 325 000€。  
有意者请联系:  
07 54 37 21 39  
或 07 81 94 84 96

### 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

## 古道春风

再现华夏璀璨, 重塑现代经典  
访问下面网址或扫描下方二维码, 立即观赏精彩内容:  
<https://t.ly/4Pc>  
<https://t.ly/DPXL>

古道春风频道透过精心制作的影片, 向观众呈现古今中外的经典故事、传奇故事、神话故事、名人轶事、历史文化和道德传统。通过丰富的视觉效果和生动的叙述, 为您展现不同时期的人文精华和历史文化的魅力, 让您深入了解中国和世界文化的博大精深。

## 《看中国时报》订报单

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: \_\_\_\_\_  
开始订报时间: \_\_\_\_\_  
支票抬头, 请写: Nouvel Espace  
请将您的支票寄往:  
Nouvel Espace  
Abonnement  
19 Avenue d'Italie  
75013 Paris

电话: \_\_\_\_\_  
备注: \_\_\_\_\_

# 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](http://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



徐孝錫院長  
扁康丸創始人韓國名醫  
五十年研究  
呼吸系統疾病的權威

### 分享

## 祝中國新年快樂!

購買每瓶扁康丸，  
可獲贈精美2025年  
神韻台曆一本。



### 十二歲少年服用扁康丸後咳嗽消失

美國大陸張先生，兒子12歲：  
自從疫情以來，兒子一直頻繁咳嗽，反反覆復總也不好。去醫院看了很多次，各種藥吃了不少，時好時壞，也沒有痊癒。有幾次晚上咳嗽得無法睡覺，再加上兒子有鼻炎，時常鼻子不通氣，因為晚上睡不好，白天上課沒精神，學習壓力非常大，感覺很痛苦。  
無意間我看到人們推薦扁康丸，就買了一瓶讓兒子試試看。按照說明書的要求，兒子服用三天後，夜間咳嗽症狀明顯減輕了，能安穩睡覺了；服用十多天後，基本上不咳了。兒子說：鼻子變得舒服了。這樣前後服用了近半年時間，兒子的頻繁咳嗽和鼻子不通的現象就徹底消失了。  
自從開始服用扁康丸到現在，兒子一次感冒也沒出現過，夜間睡覺變得安穩了。學校出現幾次大範圍的流行感冒，兒子都沒有被傳染上，這應該和服用扁康丸有很大的關係。因為兒子服用效果很好，我已給幾位朋友推薦了扁康丸。

### 六十多年的皮膚過敏康復

美國舊金山李女士，63歲：  
我從小就有濕疹和過敏性鼻炎，經常鼻塞。皮膚乾燥，很癢很紅。平時我很難出汗，皮膚癢到抓一下就癢，抓破後流血流水，很癢很痛，晚上不能睡覺。幾十年來我被濕疹折磨得日夜不得安寧。中、西藥都無效。2019年7月經朋友介紹開始服用扁康丸。當時還同時服用類固醇，但吃了半個月扁康丸，皮膚都沒有明顯的變化，就打電話去扁康丸全球服務中心諮詢。工作人員給我講了很多有利於皮膚康復的好建議。  
第一瓶吃完後我覺得皮膚有了一點點好轉，就開始慢慢減少類固醇的服用；到了第二瓶的時候，皮膚開始出現排毒反應，癢得更多了，我又轉去服某種中藥，不僅無效，反而出現口乾、口渴、腳脹氣多、夜尿頻的現象，我就又回頭服用扁康丸；我吃完第三瓶的時候，覺得鼻塞有改善，臉色變好，上樓有力了，皮膚癢有減輕。沒想到幾天後，全身皮膚又開始大面積出現痛癢，還生出些像熱瘡一樣的小粒粒，又紅又癢，抓癢就流水。這次排毒特別嚴重，像有蟲子在皮膚裡面咬，又像被火燒一樣灼痛，我分分秒秒都在跟痛苦中過，到了無法承受的邊緣。我只好把心一橫，堅持不用類固醇，只服用扁康丸。到了2020年5月，皮膚大部分已好轉了，我覺得身體輕鬆多了，睡眠也變好了。現在服用到第十二瓶了，皮膚通暢排汗，已經好了80%，身心變得從未有過的輕鬆愉快。

### 濕疹頭皮巨癬症狀消失了

美國加州王先生，77歲：  
我患有濕疹50多年。2014年開始出現一種奇怪的現象，頭部皮膚癢得非常厲害。感覺好像幾萬隻小蟲在頭皮上爬一樣，癢得無法睡覺，無法正常生活。實在受不了了，就用殺蟲劑洗頭。剛剛洗完的時候感覺好一點，不一會兒又開始癢。如果經常使用殺蟲劑，對身體傷害太大，會中毒。這種癢無法形容，真的是難以忍受啊！西藥也只是當時有一點效果，不能根治，暫時緩解。2015年開始不容易出汗。一感冒就會咳嗽三、四個月才好。  
2017年在電視上看到扁康丸，同年3月開始服用。最初兩瓶沒有什麼效果，但我還是堅持服用；接下來感覺到那種讓我寢食難安的癢減輕了一些了，同時發現排出的小便有很大很難聞的味道；服用到第十二瓶那種讓我寢食難安的癢已經幾乎其微了。現在三年過去了，終於徹底醫治好了那種幾萬隻小蟲在頭皮上爬的怪病。我把西醫治療皮膚過敏的藥都丟掉了，再也不需要那些西藥了。扁康丸使我得到了真正的健康。扁康丸真是太好了，太神奇了！

### 手術後遺症痛苦不堪服用後完全改善

中國大陸陳女士，83歲：  
2019年檢查發現肝癌，同年開始做介入手術治療，每月一次。手術後胃脹，睡眠不好，剛恢復緊接著下個月再做，一年下來體重從65公斤下降到45公斤。醫生說不能再做手術了。2020年開始服用扁康丸，副作用更大，比之前還痛苦。全身癢、起大疙瘩；頭髮掉得厲害；腳掌、手掌起老繭，手、腳乾裂出血，大小便經常無法控制；尿蛋白四個加號；尿路感染；檢查身體的各項指標都不合格。2023年我感染癌症後咳嗽不停，晚上喘得不能睡覺，有哮喘音，腿、腳浮腫，走路腿抬不起來，每天在痛苦中煎熬著。兒子說扁康丸很好，於是2023年5月停用標靶藥，我開始服用扁康丸。服用三天後咳嗽減輕，然後增加劑量，每月兩瓶扁康丸；服用第三瓶時，我停用其它幾種西藥，隨後眼睛、身體都腫起來，當時我特別擔心，幾乎每週都向徐院長請教；持續一個月後開始消腫；三個月後皮膚恢復正常，臉色紅潤，頭髮又從新長出來。到2023年8月底，我的腿腳消腫，老繭慢慢軟化、變小，腳趾裂也開始癒合。尿蛋白降為三個加號，尿路感染好了，食慾也好了，大便成形了。體重由原來45公斤增加到58公斤，精神好有力氣。真是任何語言都無法表達我的感激啊！

### 四十多年的家族遺傳過敏性哮喘好了

美國紐約林先生，50歲：  
我從小就有家族遺傳的過敏性支氣管炎，哮喘，鼻炎。常常感冒、咳嗽。每年換季、或者碰到麵粉就會引發哮喘、咳嗽，一旦發作就會持續好幾個月，天天藥不離身。2017年8月在報紙上看到扁康丸的介紹，就開始服用。自從服用扁康丸之後西藥就完全停用了。服用第一瓶時，咳嗽比之前還多一些；服用第二瓶時，鼻炎明顯轉好，喉嚨也好很多；服用四個月後，哮喘好得明顯了，但皮膚出現排毒現象，手部皮膚很粗、很黑。自從服用扁康丸後，哮喘就開始轉好了，感冒少很多。現在服用十瓶多了，哮喘基本上好了。我太太都說我皮膚現在白裡透紅，氣色特別好。在服用扁康丸的過程中，一段時間內效果是反復的，這時堅持服用，需要有足夠的信心和毅力。堅持下來就發現完全不一樣了。健康越來越多，人越來越精神，終於迎來了期待已久的健康。我心裡知道這健康真的是來之不易啊！

### 重症肺炎患者康復

香港蔡女士，76歲：  
我從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。走路或者是拿重一點兒的東西都會吸困難、哮喘。西醫檢查發現肺部有陰影，同時還伴有鼻竇炎。服用西藥、中藥都無效。晚上睡覺也會因為哮喘、呼吸困難而憋醒。2018年1月在報紙上看到扁康丸的廣告之後開始服用。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，但我想以前中藥西藥都不管用，還是繼續服用吧；隨著繼續服用，哮喘、咳嗽也減輕了，走路不像原來那樣困難了；服用五瓶後，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，這罪沒人替啊。

### 支氣管擴張完全康復了

臺灣臺南宋太太，64歲：  
2016年初感冒導致咳嗽，檢查為支氣管擴張。每天不停地咳嗽，痰多、咳血，同時還有胃潰瘍，胃酸倒流。服用了一個月的西藥，副作用使我無法忍受，只好停下來。轉去看中醫仍然無效。後來終於在網上找到了扁康丸。2016年10月開始服用扁康丸。我嚴格按照徐院長的要求：保持每天早睡早起。當時咳嗽的很厲害，人也很辛苦、疲勞，但我還是每天早上四點多就從床上爬起來，到外面做戶外運動。按照徐院長的腹式方法呼吸，每天堅持排痰，一切都嚴格按徐院長的要求做。當服用到第十二瓶時，去西醫做了MRI斷層掃描等一切先進的檢查，結果顯示我的支氣管擴張好了！這使我的家庭醫生不敢相信，可是真的完全好了，真正康復了！整個治療過程沒有什麼奇蹟，但是按照徐院長的要求做，不懷疑，認真服用扁康丸，不用西藥，就這麼簡單。只要一直嚴格地堅持做，最後就會得到真正的健康。

### 咳嗽終於被治癒 服用後恢復健康

香港陳女士的媽媽，91歲：  
大約從2019年開始，媽媽經常咳嗽，晚上咳得厲害，以至無法安睡。家庭醫生每次都給她服用抗生素，結果吃了抗生素，兩週後又回到原狀。半夜聽到媽媽不停地咳，我的心也被揪著，感到很難過。因為經常服用抗生素，媽媽身體變得很虛弱，周而復始成了惡性循環。我詢問家庭醫生，媽媽是否可以不吃抗生素，他不同意，因為不吃抗生素可能會導致其它併發症。我覺得對媽媽來說，這樣日以繼夜地咳下去，高壽不是福氣，反而是一種折磨。最近，我在網上得知扁康丸對肺部健康非常有幫助，很多人反饋效果很好。我謹慎考慮了數週之後，終於決心購買了扁康丸。媽媽開始服用，起初每次只吃30粒，一天三次。大概兩、三個週後，有一天媽媽說：好似覺得不咳了。後來媽媽每次服用40粒，差不多兩個月後，咳嗽明顯減少，沒有以前的頑咳，看起來身體也壯實了。我心裡真是說不出的高興，畢竟媽媽年齡大了，仍然繼續服用扁康丸來保健。真是非常感謝扁康丸！慢性鼻炎好了生活更輕鬆

### 美國洛杉磯王先生，73歲：

我從60多歲開始患有慢性鼻炎，常年鼻塞、流鼻涕、打噴嚏，早上起床會連續打幾個噴嚏，到了晚上又會流鼻涕和鼻塞，經常搞得一夜無法睡覺。鼻塞導致整天頭昏腦脹，記憶力減退，容易疲勞，也沒精神。後來我又患上高血壓，每天還要吃高血壓的藥來控制血壓。服用很多中、西藥都無效。2018年10月，我在報紙上看到扁康丸的廣告，報紙上刊登的多位服用者的健康問題跟我有相似的地方，於是我決定試試。服用第一瓶扁康丸，覺得鼻子變化不大，還出現皮膚過敏的現象。我有點擔心，就打電話給扁康丸全球服務中心諮詢，工作人員耐心的講解了服用過程中的排毒現象，我的擔心才慢慢消除；服用第二瓶扁康丸時，鼻塞的程度減輕很多；服用第四瓶扁康丸時，我覺得有力氣了，走路久了也不容易累，喉嚨和氣管舒服了，睡眠也變好了，氣色也紅潤了。現在我每天呼吸順暢，精神飽滿有使不完的勁，鼻炎的困擾已經消失了。真是感謝徐院長，更感恩扁康丸全球服務中心工作人員長期以來的跟進服務。我不敢說扁康丸對什麼人都有效，但是確實值得一試啊！

更多見證  
請上網查看!

