



# 本期目录

本期责任编辑 高东山 周靖人

1. [本期目录](#) P. 1
2. [纽约华人社团联席会法拉盛社区中文媒体共度感恩节](#) 刘豫 P. 2
3. [纽约南开校友会新一届执委会产生](#) 南开校友会执委会 P. 3
4. [旧金山湾区南开校友会2015年年会](#) 喻文欣 P. 4
5. [未来五年中国将发生八大变化](#) P. 6
6. [流传千年的中国四大智慧](#) P. 9
7. [重庆20个最美拍摄点](#) P. 11
9. [无声的尊重](#) P. 11
10. [中译英 from Chinese to English 记遗言](#) 陈毅 高东山 P. 13
11. [英译中 from English to Chinese](#) 王忠 P. 15
12. [毕业临别母校那一天](#) 伍语生 P. 15
13. [古诗词鉴赏《水仙子·田家》](#) 元·贯云石 P. 16
14. [一点浩然气 千里快哉风](#) 北宋诗人苏轼 P. 17
15. [朗诵《音诗画 为有牺牲多壮志》](#) P. 18
16. [七律·到韶山](#) P. 18
17. [30集电视剧 遍地英雄](#) P. 18
18. [泥塑的神像](#) P. 19
19. [大提琴和芭蕾演绎《沉思曲》](#) P. 19
20. [经典的中国老话，句句道破人性](#) P. 19
21. [中国的“超级工程”巨额投资惊世界](#) P. 19
22. [西藏100个最美景观拍摄点](#) P. 19
23. [电视剧：湄公河大案 2014](#) P. 20
24. [一千天的变与不变](#) P. 20
25. [中医药专家郭诚杰教授“一拍三揉法”](#) P. 27
26. [电视剧：越王勾践](#) P. 27
27. [《乱红》笛子与钢琴的合奏](#) P. 27
28. [泥菩萨过河，自身难保](#) P. 27
29. [饮料瓶底部的秘密](#) P. 28

三阳开泰喜相逢。物在春台日在东。  
所欲随心能自至。天和人合万缘通。

海外南开人

NANKAI OVERSEAS

第 99 期

来函来稿请email给下列编委：

- 伍语生 [talktowu@gmail.com](mailto:talktowu@gmail.com) (现住：纽约New York)
- 高东山 [greggao@gmail.com/](mailto:greggao@gmail.com/) (现住：纽约New York)
- 武迪 [deedee.wu@yahoo.com](mailto:deedee.wu@yahoo.com) (现住：纽约New York)
- 王忠 [primewang@yahoo.com](mailto:primewang@yahoo.com) (现住：波士顿Boston)
- 宋志强 [songcharle@gmail.com](mailto:songcharle@gmail.com) (现住：波士顿Boston)
- 周靖人 [jingrenzhou@gmail.com](mailto:jingrenzhou@gmail.com) (现住：华盛顿 Washington)
- 何振宇 [normanho88@gmail.com](mailto:normanho88@gmail.com) (现住：芝加哥Chicago)
- 解景田 [jxie@hotmail.com](mailto:jxie@hotmail.com) (现住：芝加哥Chicago)
- 喻文欣 [wenxin3573@gmail.com](mailto:wenxin3573@gmail.com) (现住旧金山湾区San Francisco)
- 郝存生 [cunshenghao@yahoo.com](mailto:cunshenghao@yahoo.com) (现住旧金山湾区San Francisco)
- 赵志如 [joyzhao@yahoo.com](mailto:joyzhao@yahoo.com) (现住：旧金山湾区San Francisco)

\*\*\* 查看以前期刊 \*\*\*

网站：<http://ourenglish.org/> 我们的英语网站

校友总会网<http://nkuua.nkai.edu.cn/c/suborgjournal.html>

<http://nkuua.nku.cn/nkuua/>

波士顿：<https://sites.google.com/site/nankaialumniboston/>

纽约：<http://www.nkaa.org/>

《海外南开人》编辑委员会



返回目录

# 海外南开人 NANKAI OVERSEAS



允公允能 日新月异

NANKAI ALUMNI ASSOCIATION IN AMERICA

第99期

\*\*\* 所登函稿不代表本刊立场 \*\*\*

2015年11月29日

## 纽约华人社团联席会与法拉盛社区中文媒体 聚会共度感恩节

南开大学 刘豫（1978届）提供



摄影：廖和平

纽约华人社团联席会与法拉盛社区中文媒体记者聚会共度感恩节。纽约华人社团联席会主席约克大学终生教授黄哲操发表了热气洋溢致辞。席间大家频频举杯盛赞媒体多年来为社区作出的杰出贡献。与会记者有：世界日报：朱蕾，俞株含，许振辉。星岛日报：陈裕光，李璐。僑报：孙樱珠，徐小

平。明報：吉希。美國中文電視：郭娟，王依依。東森衛視：唐偉傑。中國廣播網：朱明三。僑聲廣播：南麗，林建豪。黃明儀。中新社：阮煜琳。新華社：龔文謨，莫利亞。

## 紐約南開校友會新一屆執委會產生

紐約南開校友會執委會 2015年11月23日



新一屆執委會照片： 後排左起：張哲，于開成，王磊 前排左起：李一萱，武荻，余嘯，田霞

2015年10月17日，紐約南開校友會成功舉行校慶活動暨執委會換屆選舉。會員大會現場投票及其後期的網絡投票選舉，共有11位選票過半的參選人當選為新一屆執委會成員，除上屆的執委會成員于開成、張哲、武荻、吳厲冰、李禕外，還增加了李一萱、田霞、谷雲飛、趙智、王磊、余嘯等新生力量。11月22日，新一屆執委會成員舉行了第一次會議。首先，執委們經不記名投票選出了新的校友會會長于開成。

執委會對現有組織結構進行了優化，按工作職能分為四個部：

1. 通訊部—負責會員的聯繫方式記錄、保管、更新及電郵群；校友會網站的管理與維護；微信群、通訊錄的管理。張哲、趙智
2. 會務部—負責活動的策劃、組織、聯繫、預算、場地的安排及管理等。余嘯、王磊、吳厲冰
3. 宣傳部—負責對內對外的宣傳、報道、會議記錄、照相、聯絡媒體等。于開成、李禕

4. 拓展部—负责对内外资源的开发和联络、整合。探索新的活动内容、方式等。提升校友会的活动水平、层次、和影响力。武荻、田霞、余啸、谷云飞

之后，执委会对近期的活动做了初步的规划，并将在近期逐步落实。大家还对今后的工作方向，发展策略，及应采取的具体措施等进行了热烈而又富有成效的讨论，展示了新一届执委会的蓬勃朝气和活力。

广大校友如有任何需要或建议，可随时与新一届执委会成员联系：

会 长：于开成 (917) 365-2866 [yu\\_kaicheng@yahoo.com](mailto:yu_kaicheng@yahoo.com)  
副会长：张 哲 (646) 266-1833 [davidzhezhang@yahoo.com](mailto:davidzhezhang@yahoo.com)  
武 荻 (718) 866-8160 [deedee.wu@yahoo.com](mailto:deedee.wu@yahoo.com)  
吴厉冰 (917) 628-7768 [libingwu@hotmail.com](mailto:libingwu@hotmail.com)  
李 祎 (404) 434-3118 [yi.elaine.li@gmail.com](mailto:yi.elaine.li@gmail.com)  
李一萱 (347) 751-3125 [yixuanli90930@gmail.com](mailto:yixuanli90930@gmail.com)  
田 霞 (203) 291-9753 [jenxgwz@gmail.com](mailto:jenxgwz@gmail.com)  
谷云飞 (501) 593-3892 [yunfeigu@hotmail.com](mailto:yunfeigu@hotmail.com)  
赵 智 (917) 250-6152 [zhaozhinku@hotmail.com](mailto:zhaozhinku@hotmail.com)  
王 磊 (203) 291-9759 [leiwangb@gmail.com](mailto:leiwangb@gmail.com)  
余 啸 (631) 880-0156 [hongruiyu@gmail.com](mailto:hongruiyu@gmail.com)

纽约南开校友会执委会 2015年11月23日

## 旧金山湾区南开校友会2015年年会

喻文欣



十月十七日是南开母校的校庆日。旧金山湾区南开校友会年会也在这一天在南湾举行。

四十名校友参加了今年年会。除了历年来积极服务于校友会众多热心校友的熟悉面孔，我们还见到了很多新人。前来参加年会的有年过90的老校友，也有刚从校门出来的年轻人。从纽约搬到湾区的喻娴才女士也在儿子的陪伴下参加了年会。喻学长的父亲喻传鉴是张伯苓校长在重庆建校时期的教务主任。喻学长从南开小学与南开结缘，曾在联合国工作数年。年轻校友们也给大会带来了朝气和动力。前会长梁毅在四十七年后也与老同学王惠云学长，刘连云学长毕业后的首次重逢。

校友会年会由前会长梁毅和喻文欣主持。年会在亲切而熟悉的校歌中开始。校友赵威是远见教育管理集团的创始人，南开大学特聘教授，他与校友分享了《创业创新六脉神剑》，介绍了创业创新经验，生动并且鼓舞人心。

刘薇会长介绍了去年的工作。校友会除了组织了形式多样的活动，乒乓球队和排球队都获得了历史性的突破，获得佳绩。在财务长刘玉洁的财务报告之后，刘薇被推举为新会长，并对下一届的工作做了展望。



年会在热烈的气氛中结束。祝愿旧金山湾区南开校友会在新团队带领和校友的共同努力下更上一层楼，给校友们一个温馨的家。

## 未来五年中国将发生八大变化

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_\\_biz=MjM5MjEwNzE2NA==&mid=400645012&idx=2&sn=0586dd1d3175989a892d50cfc3df5662&scene=5&srcid=10283A7L5rgXsJmftO8YM2Yp#wechat\\_redirect](http://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MjM5MjEwNzE2NA==&mid=400645012&idx=2&sn=0586dd1d3175989a892d50cfc3df5662&scene=5&srcid=10283A7L5rgXsJmftO8YM2Yp#wechat_redirect)

来源：人民日报客户端、人民日报微信（ID：rnrwbwx）作者：曹磊 雷崔捷 韩晓萌

十八届五中全会10月26日至29日在北京召开，全会研究关于制定国民经济和社会发展第十三个五年规划的建议，为未来五年中国发展规划蓝图。

这份万众瞩目的“十三五”规划，将带来哪些改变？要回答这个问题，最高决策层无疑是最合适的人选。习近平等曾多次在不同场合谈及“十三五”规划，梳理这些重要讲话可以发现，以下八个方面会有重大变化，将影响到你我生活。

### 1、经济增长更强调质量和效益



“十三五”规划中，关于经济发展目标的确定备受关注，不少机构都在预测，未来5年GDP增长目标究竟是定7%还是7.5%。

对于各方的“高度关注”，习近平的态度很明确。在访英前接受媒体采访时他表示，“一个国家经济增长，有快有慢是正常的，不能说只能加速、不能减速，这不符合经济规律”。

不强调速度，那决策层强调什么？质量和效益。5月份，习近平在华东七省市党委主要负责同志座谈会上指出，要“围绕转变经济发展方式，坚持以提高经济发展质量和效益为中心”。

不过，要全面实现小康目标，没有一定速度也是不行的。习近平对此有清醒认识，他指出“要深入研究保持经济增长的举措和办法”。李克强也强调，“家底还不厚实，决不可歇脚停步”，必须保持经济中高速增长、迈向中高端水平，把握好稳增长和调结构的平衡。

可以预见，“十三五”期间中国不是不要GDP，而是要有质量、有效益、可持续的GDP。通过转变经济发展方式、调整优化产业结构，过去粗放经营、唯GDP发展所带来的诸多问题都将逐步解决。

### 2. 改革在规划中将占有重要分量



我国经济社会发展正处于一个关键时期，要解决存在的深层次矛盾问题，关键在于深化改革，从最高决策层释放出的信息看，“十三五”规划将是一个改革导向的规划。

同样是在华东七省市党委主要负责同志座谈会上，习近平指出：“改革是培育和释放市场主体活力、推动经济社会持续健康发展的根本动力”。他强调，“要围绕破解经济社会发展突出问题的体制机制障碍，全面深化改革，增强改革意识，提高改革行动能力”。

因此，在“十三五”蓝图中，相信改革将会重点着墨。财税、金融、国企等各界关注的重点领域改革，未来将如何向纵深推进，值得期待。

### 3、扶贫工作将更加强调“精准”



要在2020年达成全面建成小康社会的目标，7000多万贫困人口的脱贫是个必须要完成的任务。而当前时间只剩下了5年，非常紧迫。与过去相比，我国贫困面已经大幅缩小，但现在面对的，则是“硬骨头”。

“十三五”规划，会如何布局未来五年的扶贫工作？

今年6月，在贵州召开的部分省区市党委主要负责同志座谈会上，习近平就加大力度推进扶贫开发工作提出“4个切实”的具体要求，其中重要的一点，就是要求切实做到精准扶贫。

10月16日，习近平在减贫与发展高层论坛的演讲中又进一步指出精准扶贫要讲求抓六个精准，即扶持对象精准、项目安排精准、资金使用精准、措施到户精准、因村派人精准、脱贫成效精准，确保各项政策好处落到扶贫对象身上。

从上述信息可见，精准扶贫将成“十三五”规划重要关键词，一系列更有针对性的扶贫开发举措有望在十三五期间出台。

### 4、民生改善将有进一步大动作



“十三五”规划将给老百姓生活带来哪些红包？这是每个人最关心的。

今年以来，习近平曾多次就民生问题表态。7月份，他在延边朝鲜族自治州和长春市考察时，强调做好经济社会发展工作，民生是“指南针”。在长春召开部分省区党委主要负责同志座谈会时他指出“抓民生也是抓发展。民生工作直接同老百姓见面、对账，来不得半点虚假，既要积极而为，又要量力而行，承诺了的就要兑现。”

“十三五”期间将怎样保障和改善民生？习近平给出了具体路径。他强调，要坚持经济发展以保障和改善民生为出发点和落脚点，全面解决好人民群众关心的教育、就业、收入、社保、医疗卫生、食品安全等问题，让改革发展成果更多、更公平、更实在地惠及广大人民群众。

相信有了这样的明确要求，“十三五”规划中，在保障和改善民生上必将有进一步的大动作。

### 5、良好生态环境将更受重视



改革开放30多年来，中国经济实现了高速增长，但同时也出现了增长方式粗放、资源环境代价过高的问题。

进入“十三五”周期，中央加紧了对于生态文明建设的布局。

5月初，中共中央、国务院公布《关于加快推进生态文明建设的意见》。

5月27日，华东7省市党委主要负责同志座谈会召开，结合“十三五”时期的整体谋划，习近平把建设良好生态环境，上升到“人民生活质量的增长点、展现我国良好形象的发力点”的高度，提出绿色发展“既是理念又是举措，务必政策到位、落实到位”。

这无疑透露出重要信号：生态文明建设将是“十三五”规划的一个重点方向。9月访美时，习近平也重申了这一点。

## 6、农业现代化将取得明显突破



农业的重要性不言而喻，但我国农业在经历了多年粗放式发展之后，土地、水等资源已无法承载。

对此，习近平一针见血地指出，“同步推进新型工业化、信息化、城镇化、农业现代化，薄弱环节是农业现代化”。

“十三五”期间，如何改变？习近平指出：着眼于加快农业现代化步伐，在稳定粮食和重要农产品产量、保障国家粮食安全和重要农产品有效供给的同时，加快转变农业发展方式，加快农业技术创新步伐，走出一条集约、高效、安全、持续的现代农业发展道路。

今年7月，习近平在东北考察时，仍不忘强调“要加快发展现代化大农业，积极构建现代农业产业体系、生产体系、经营体系，使现代农业成为重要的产业支撑。”

在这样的“特殊关照”下，可以预期，“十三五”期间，我国农业现代化有望取得明显突破。

## 7、创新将得到更多鼓励和推动



今年夏季，习近平先后调研浙江、吉林，听取关于“十三五”规划的意见。在两次座谈会上，他都强调，要“加快形成以创新为主要引领和支撑的经济体系和发展模式”。

为何如此重视创新？习近平说：抓创新就是抓发展，谋创新就是谋未来。他要求激发调动全社会的创新激情，持续发力，推动科技创新、产业创新、企业创新、市场创新、产品创新、业态创新、管理创新。



对于参与创新创业者，李克强倍加推崇。10月19日，他在参加全国双创周活动时说，“双创为所有人提供了公平竞争的机会，让有能力的人通过自身奋斗获得上升通道”，并明确表态“政府就是要为创新创业者不断清障搭台。”

最高决策层如此重视大众创业、万众创新，无疑是个重大利好。

## 8、协调发展将有更多有力措施



协调发展，同样被最高决策层视为重大议题。除了在国内频繁调研，习近平在西雅图出席中美省州长论坛时也不忘指出，“将采取有力措施促进国内区域协调发展、城乡协调发展”。

与此对应，国务院在今年先后批复同意《长江中游城市群发展规划》、《环渤海地区合作发展纲要》。这样一来，一带一路、京津冀协同、长江经济带这三大跨区域发展战略，几乎覆盖中国，呈内通外联态势。

在城乡协调上，支持举措同样密集。今年6月以来，国务院先后确定支持农民工返乡创业政策，确定全面实施城乡居民大病保险，决定完善农村宽带，缩小城乡数字鸿沟，还通过《居住证暂行条例（草案）》。

对协同发展，习近平早已定调，这“既是理念又是举措，务必政策到位、落实到位”。相信，“十三五”期间，协调发展上中央将会有更多有力措施，区域差异、城乡鸿沟有望得到进一步缓解。

# 流传千年的中国四大智慧

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_biz=MjM5MDc4Mjk0OQ==&mid=400069851&idx=6&sn=9f88c90db76a402d7ce95472ecaa60f7&scene=5&srcid=1028OroNGGmfOroItoQWIHPI#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?_biz=MjM5MDc4Mjk0OQ==&mid=400069851&idx=6&sn=9f88c90db76a402d7ce95472ecaa60f7&scene=5&srcid=1028OroNGGmfOroItoQWIHPI#rd)

2015-10-21

序言

四大智慧成就人生辉煌，四大智慧修炼人生坎坷道路。人生很多不如意，逆境、坎坷失意...如何面对，当你读完，闭目回想时，也许你能找到答案！



## 一、大道至简

复杂的事情要简单去做，  
简单的事情要重复去做，  
重复做的事情要用心去做，  
坚持下去，这样就没有做不成的事情。  
大道至简，悟在天成。

## 二、大智若愚



“愚”是表面糊涂，  
心里明白，小事糊涂，大事精明。

老子曰：

“知人者智，自知者明；胜人者力，自胜者强。”

三国时杨修聪明过人，  
可惜用错了时间、地点、对象，终落得可悲下场，  
反误了卿卿性命。

智者与人沟通注重倾听，尊重他人，有礼有节。

## 三、有容乃大



海纳百川，永不干涸。  
空杯能容至真至纯之美酒，白纸能画最美最好的图画。  
量小非君子，妒忌生祸心。

原谅有过错之人，就可成为朋友；  
心中常想着朋友，便可成为手足、知己。  
做人大度，方能大气；  
胸怀博大，可容世界。

#### 四、上善若水



做人的至高境界。  
“水利万物而不争”。  
最高的善行就象水的品性一样，  
泽被万物而不争名利。  
德积够了，便可“厚德载物”，  
便是达到人生最高境界。  
“积善之家，必有余庆”。

## 重庆20个最美拍摄点

[http://mp.weixin.qq.com/s? biz=MzA3NjEzNTgwNA==&mid=400298371&idx=1&sn=a32975073e51729025cfae37e95192b9&scene=5&srcid=1101NvSSvq3lL86kYDPVvMwn#wechat\\_redirect](http://mp.weixin.qq.com/s?biz=MzA3NjEzNTgwNA==&mid=400298371&idx=1&sn=a32975073e51729025cfae37e95192b9&scene=5&srcid=1101NvSSvq3lL86kYDPVvMwn#wechat_redirect)

## 无声的尊重 (深度好文)

[http://mp.weixin.qq.com/s? biz=MjM5ODc4MzEyMw==&mid=400204681&idx=1&sn=3e78ce5579e89fc278c4d80e0cac1a94&scene=5&srcid=1028GVFtktnsx11zpAAWvAR#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?biz=MjM5ODc4MzEyMw==&mid=400204681&idx=1&sn=3e78ce5579e89fc278c4d80e0cac1a94&scene=5&srcid=1028GVFtktnsx11zpAAWvAR#rd)



无声的背后，饱含着温暖与尊重.....来自我在德国的切身感受。一个冬日的傍晚，我如往常一样加入候车队伍，等待回家的公交车。候车五六人，有序而安静。此时，一人牵着一狗，从远处走来。暮色下，那身影被路边的灯光镶上一层金边，尤为醒目。



渐行渐近，只见年轻男子高大魁梧，腰板挺直。紧贴着他的德国导盲犬配有专业的拉杆——这是导盲犬的标准装备。哦，是一位盲人。男子徐徐走向车站，在候车队伍的不远处停了下来。

没有人招呼那盲人男子，我也正犹豫着是否上前领他过来。却不知候车队伍中为首的中年男子，瞬间收起手中正在阅读的书籍，已然大跨步走到盲人男子身后，其他候车人也陆续紧随其后，没有一丝骚动。我身旁一个火红短发的朋克女孩，瞥了一眼导盲犬，想必是怕烟味影响到它的嗅觉，稍作迟疑便掐灭了刚刚点燃的烟，跟了过去。

一个新的候车队伍，在一人一狗的身后排开。陌生的人们在无声之中达成的默契，令我惊异。

沉默依旧，直到公交车的到来。“您稍等一下，我这就……”司机刚要离开驾驶座准备搀扶盲人男子上车，被他礼貌地回绝了：“谢谢，不用。”盲人男子执意在导盲犬的引领下，自行上车。正值下班高峰，车上已满是乘客。然而，自那名男子上车后，人们迅速向后部集中，在原本狭促的车厢里为他腾出了一小块空间。



紧挨着司机身后，坐着一位六七岁的小男孩，站在旁边的妈妈猛地拉起小男孩，让出了座位。虽然妈妈举动突然，但乖巧的小男孩没有流露一丝不悦。导盲犬抬头看了一眼，便将主人引领到空座上，然后静静地趴在一旁。这些过程，盲人男子全然不知。

“您好，您要去哪里？”“您好！我要去莫尔大街。”“好的，陛下！”司机诙谐的回答惹得车内一阵欢笑。汽车载着欢乐的人们继续前行……

车上，人们都在默默地打量着憨态可掬的导盲犬：即使在急转弯的时候，也摇头晃脑地努力保持直视前方的姿态，神情专注。与平日里对待宠物狗的情形不同，没有人试图靠近去抚摸它，或是用手机拍照。我旁边那位原先让座的小男孩，慢慢举起手中啃了一半的面包，想上前去喂它，被妈妈及时制止并悄声耳语：“它在工作，有自己的职责，不要打扰它。”听到“工作”一词，小朋友立刻缩手退了回来。



小城不大，男子很快到站了，与司机简短道别后，与导盲犬下了车。公交车内沉默依旧。而此时的我，在沉默中体会到了无声的关爱、深沉的尊重。

窗外，寒风习习。心里，暖意融融……

特别喜欢这个故事，并不仅仅在于人们会因为那位盲人的到来而自觉的在他身后排队，也不仅仅是因为在车上有个小男孩给他让位，也不仅仅在于大家宁可挤一点而给导盲犬和男人留出空地。我在意的是，所有这些举动背后，无声的尊重。

所谓爱，并不是要惊天动地大声喧哗，告诉被爱者说，“我们在尊重你，我们在关爱你”。有时，爱也许就是这么简单平常，但是你能感受得到。

## 记遗言

陈毅

一九四〇年十月

某女同志渡江遇敌负伤，临歿，同辈皆哭。乃张口曰：  
革命流血不流泪，言訖而绝。余闻而壮其言，诗以志之。

革命流血不流泪，  
生死寻常无怨尤。  
碧血长江流不尽，  
一言九鼎重千秋。

【注】女战士即李珉同志。为了贯彻中共中央新四军向北发展向敌后发展的方针，由陈毅任总指挥的江南新四军主力1940年6月中旬以后开始渡江，向江苏北部移师。部队转移过程中受到日寇和伪军的围追堵截。身受重伤的民运队队员李珉从昏迷中醒来看到同志们流泪痛哭时说：革命流血不流泪。表现了烈士对革命的忠诚和不惧流血牺牲的坚毅性格。陈毅听说了烈士的事迹和她的临终壮言后深受感动，挥笔写下了这首七言绝句。

### *On Hearing Her Last Words*

东山译

*A woman soldier was fatally wounded in an encounter with the Japanese troops while crossing the Yangtze River. Her fellow fighters were*

*Like blue billows in the Yangtze River martyrs' blood  
surging,*

*weeping when she opened her eyes last and said, "For the revolution we  
shed blood, not tears." At these words, she passed away. On hearing these  
words I composed the poem in memory of the heroic warrior:*

*Shedding blood not tears for the revolution,  
With no grudges life and death are occurrences  
common.*

*For thousands of years her last words will be  
inspiring.*

【作者简介】陈毅，名世俊，字仲弘，四川省乐至县人。一九一九年赴法国勤工俭学。一九二一年回国。一九二三年加入中国共产党。一九二七年在南昌起义部队任第十一军二十五师七十三团政治指导员。参加领导湘南起义。土地革命战争时期，任工农革命军第一师党代表，中国工农红军第四军十二师党代表、师长，红四军军委书记、军政治部主任，红六军、红三军政治委员，中共赣西南特委书记，红二十二军军长，江西军区总指挥，西方军总指挥，中华苏维埃共和国中央政府办事处主任。领导了南方三年游击战争。

抗日战争时期，任新四军第一支队司令员，江南指挥部、苏北指挥部指挥，新四军代军长。解放战争时期，任新四军军长兼山东军区司令员，华东军区司令员，华东野战军司令员兼政治委员，中原军区和中原野战军副司令员，第三野战军司令员兼政治委员。中华人民共和国成立后，任华东军区司令员兼上海市市长，人民革命军事委员会副主席，国务院副总理兼外交部部长，中共中央军委副主席。一九五五年被授予元帅军衔。

[Ourenghish.org/](http://Ourenghish.org/) [我们的英语网站](#)

# 英译中 from English to Chinese

王忠译

*Either you run the day or the day runs you.*

--- Jim Rohn (1930-2009); an American entrepreneur, author and motivational speaker. His rags to riches story played a large part in his work, which influenced others in the personal development industry.

**你不驾控时间，时间就会驾控你。**

--- 吉姆-罗恩（1930年-2009年）；美国企业家、作家和激励演说家，他以自己平民致富的故事现身说法，对个人发展行业影响卓著。

*There are no traffic jams along the extra mile.*

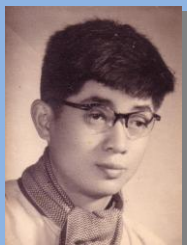
--- Roger Staubach (born in 1942); nicknamed Captain America, a former American football quarterback in the National Football League(NFL). Staubach joined the Dallas Cowboys in 1969 and was named to the Pro Bowl six times during his 11-year NFL career. He led the team to the Super Bowl five times, four as the starting quarterback. He was named Most Valuable Player of Super Bowl VI, becoming the first of four players to win both the Heisman Trophy and Super Bowl MVP.

**超越平凡的路上不会塞车。**

--- 罗杰-斯多巴克（生于1942年）；昵称“美国队长”，全美橄榄球联赛中的发球手。斯多巴克于1969年加入达拉斯牛仔队，11年的橄榄球生涯中6次被评为明星队员，他带领牛仔队4次作为发球手获得5次超级杯冠军，在第11届超级杯赛中被评为最优球员，有史以来四人中的第一人赢得海斯曼杯和超级赛双料最优球员。

## 毕业临别母校那一天<sup>\*[1]</sup>

伍语生 1958年10月于天津



南开大学毕业前夕

**临别母校那一天，马蹄湖边静无言。  
举步踏入人生路，胸揣壮怀绪无边。**

自勉辛勤不暫歇， 依然心債思万千。  
虛懷不求青雲路， 百尺竿頭自加鞭。

\*[1] 毕业分配去沈阳农业大学，离别母校前夕，临别依依，思绪万千，成诗自勉之。

\*[2] 1958年毕业前夕去像馆留影，当时我自己无像机。

古诗词鉴赏

## 《水仙子·田家》 元·贯云石

满林红叶乱翩翩，醉尽秋霜锦树残。

苍苔静拂题诗看。

酒微温，石鼎寒，瓦杯深洗尽愁烦。

衣宽解，事不关，直吃的老瓦盆干。

## 一点浩然气 千里快哉风

北宋诗人苏轼的《水调歌头·黄州快哉亭赠张偓佺》

落日绣帘卷，亭下水连空。知君为我新作，  
窗户湿青红。长记平山堂上，欹枕江南烟雨，  
杳杳没孤鸿。认得醉翁语，“山色有无  
中”。

一千顷，都镜净，倒碧峰。忽然浪起，掀



# 舞一叶白头翁。堪笑兰台公子，未解庄生天 籁，刚道有雌雄。一点浩然气，千里快哉风。

此词作于东坡贬居黄州的第四年，是苏轼豪放词的代表作之一。全词通过描绘快哉亭周围壮阔的山光水色，抒发了作者旷达豪迈的处世精神。

作者描写的对象，主要是“快哉亭”周围的广阔景象。开头四句，先用实笔，描绘亭下江水与碧空相接、远处夕阳与亭台相映的优美图景，展现出一片空阔无际的境界，充满了苍茫阔远的情致。“知君为我新作”两句，交待新亭的创建，点明亭主和自己的密切关系，反客为主、诙谐风趣地把张偃佺所建的快哉亭说成特意为自己而造，又写亭台窗户涂抹上青红两色油漆，色彩犹新。“湿”字形容油漆未干，颇为传神。

“长记平山堂上”五句，是记忆中情景，又是对眼前景象的一种以虚托实的想象式侧面描写。作者用“长记”二字，唤起他曾在扬州平山堂所领略的“江南烟雨”、“杳杳没孤鸿”那种若隐若现、若有若无、高远空蒙的江南山色的美好回忆。他又以此比拟他在“快哉亭”上所目睹的景致，将“快哉亭”与“平山堂”融为一体，构成一种优美独特的意境。这种以忆景写景的笔法，不但平添了曲折蕴藉的情致，而且加强了词境的空灵飞动。以上五句新颖别致，引人入胜，通过作者昔日的淋漓兴致，传达出当日快哉亭前览胜的欣喜之情。

上片是用虚实结合的笔法，描写快哉亭下及其远处的胜景。下片换头以下五句，又用高超的艺术手法展现亭前广阔江面倏忽变化、涛澜汹涌、风云开阖、动心骇目的壮观场面。词人并由此生发开来，抒发其江湖豪兴和人生追求。“一千顷，都镜净，倒碧峰”三句，写眼前广阔明净的江面，清澈见底，碧绿的山峰，倒映江水中，形成了一幅优美动人的平静的山水画卷，这是对水色山光的静态描写。“忽然”两句，写一阵巨风，江面倏忽变化，涛澜汹涌，风云开阖，一个渔翁驾着一叶小舟，在狂风巨浪中掀舞。至此，作者的描写奇峰突起，由静境忽变动境，从而自自然然地过渡到全词着意表现的着重点——一位奋力搏击风涛的白发老翁。这位白头翁的形象，其实是东坡自身人格风貌的一种象征。以下几句，作者由风波浪尖上弄舟的老人，自然引出他对战国时楚国兰台令宋玉所作《风赋》的议论。作者看来，宋玉将风分为“大王之雄风”和“庶人之雌风”是十分可笑的，是未解自然之理的生硬说教，白头翁搏击风浪的壮伟风神即是明证。其实，庄子所言天籁本身绝无贵贱之分，关键在于人的精神境界的高下。他以“一点浩然气，千里快哉风”这一豪气干云的惊世骇俗之语昭告世人：一个人只要具备了至大至刚的浩然之气，就能超凡脱俗，刚直不阿，坦然自适，任何境遇中，都能处之泰然，享受使人感到无穷快意的千里雄风。苏轼这种逆境中仍保持浩然之气的坦荡的人生态度，显然具有积极的社会意义。

这首词在艺术构思和结构上，具有波澜起伏、跌宕多姿、大开大合、大起大落的特点。下片的描写和议论，豪纵酣畅，气势磅礴，词中出没风涛的白头翁形象，犹如百川汇海，含蓄地点明全篇主旨，给读者以强烈的震撼。

全词熔写景、抒情、议论于一炉，既描写了浩阔雄壮、水天一色的自然风光，又其中贯注了一种坦荡旷达的浩然之气，展现出词人身处逆境却泰然处之、大气凛然的精神风貌，充分体现了苏词雄奇奔放的特色。

## 朗诵《查诗画 为有牺牲多壮志》

<http://v.qq.com/page/d/u/p/d0173yeazpu.html>

# 七律·到韶山

毛泽东1959年6月作，全诗以人民英雄为主角，肯定了人民创造历史的真理。内容博大精深，艺术上独具匠心。

别梦依稀咒逝川，故园三十二年前。  
红旗卷起农奴戟，黑手高悬霸主鞭。  
为有牺牲多壮志，敢教日月换新天。  
喜看稻菽千重浪，遍地英雄下夕烟。

## 30集电视剧 遍地英雄

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLFooqQltDPBctZcGsb06-TRKNh3PgF6qB>

# 泥塑的神像

毛泽东痛恨官僚主义，曾形象地把官僚主义者比喻为泥塑的神像：  
一声不响，二目无光，三餐不食，四肢无力，五官不正，六亲无靠，七窍不通，八面威风，久坐不动，十分无用。

# 大提琴和芭蕾演绎《沉思曲》

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_biz=MjM5MjM0MjQ2MA==&mid=209994121&idx=1&sn=467cae6ca2e8fc396c39becd2d2576cb&scene=5&srcid=1016SwwFxlAriPvbf2Kx1sGm#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?_biz=MjM5MjM0MjQ2MA==&mid=209994121&idx=1&sn=467cae6ca2e8fc396c39becd2d2576cb&scene=5&srcid=1016SwwFxlAriPvbf2Kx1sGm#rd)

美醉了！用大提琴和芭蕾演绎《沉思曲》2015-10-15 芭蕾艺术第一期刊

马斯奈《沉思》，又称为“泰伊思冥想曲”，这首曲子因主人公的爱情动人故事、载伊斯的美丽和神父之间人性与宗教间的相互纠葛，向人们展示了爱情的美好。此曲常被单独演奏，成为小提琴独奏曲中经久不衰的名篇，也是马斯奈的代表作品。

乐曲结构简单，乘着清澈的分散和弦的伴奏，主奏小提琴奏出了著名的抒情性主题，这一主题在原歌剧中出现多次；在中间部，旋律的展开与变型极富有热情，经过更快而激动的变化之后，再度出现最初的旋律。结尾是以G弦逐渐减弱音力，以泛音的微弱音响慢慢消失而结束。

下面是大提琴的改编版本，感觉大提琴版比小提琴好听。

选自2014.10.28 Elena Obraztsova 75岁寿辰庆祝音乐会

芭蕾独舞：Yulia Makhalina

大提琴：Borislav Strulev

莫斯科大剧院管弦乐团

指挥：Eugene Kohn

## 经典的中国老话，句句道破人性！

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_biz=MjM5NzM3NjM3Mg==&mid=401033007&idx=2&sn=1d67b55c842eca806884282a45a1f1ea&scene=5&srcid=11232cXs6qooWys8wbTC8aWI#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?_biz=MjM5NzM3NjM3Mg==&mid=401033007&idx=2&sn=1d67b55c842eca806884282a45a1f1ea&scene=5&srcid=11232cXs6qooWys8wbTC8aWI#rd)

## 中国的“超级工程” 巨额投资惊世界

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_biz=MzA4NDIyOTMxNw==&mid=400530827&idx=2&sn=b3698fe9485ee7a0242658120155cfe3&scene=5&srcid=1113dzs6yKxcs1NBNZNSXE6l#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?_biz=MzA4NDIyOTMxNw==&mid=400530827&idx=2&sn=b3698fe9485ee7a0242658120155cfe3&scene=5&srcid=1113dzs6yKxcs1NBNZNSXE6l#rd)

## 西藏100个最美观景拍摄点

数数去过几个？

[http://mp.weixin.qq.com/s?\\_biz=MzA3NTZzOTI4Nw==&mid=400543125&idx=1&sn=3a99619989a02d4bd8e5bdd4710ff2bc&scene=5&srcid=1117Xb0whLXYQer1eZa48get#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?_biz=MzA3NTZzOTI4Nw==&mid=400543125&idx=1&sn=3a99619989a02d4bd8e5bdd4710ff2bc&scene=5&srcid=1117Xb0whLXYQer1eZa48get#rd)

电视剧: **湄公河大案** 2014

[http://www.youku.com/show\\_page/id\\_z38f41ccc080611e4a705.html](http://www.youku.com/show_page/id_z38f41ccc080611e4a705.html)

## 一千天的变与不变 (多维论坛)

<https://duoweicn.dwnews.com/>

一場猝不及防的劇烈爆炸，一場氣勢恢宏的盛大閱兵，沒有任何人能料到，習近平執政一千天之際，近在咫尺的天津和北京，會有如此強烈反差的場景。

A sudden and violent explosion, a magnificent grand parade, no one can expect, Xi Jinping on the occasion of one thousand days in office, nearby Tianjin and Beijing, there will be such a strong contrast scenes.

一次震動全球金融市場的股市崩盤，結果是G20財長會議積極支持中國經濟的深化改革措施。沒有任何人能料到，中國經濟已經無法不成為全世界經濟體深刻关注的議題。

A shock stock market crash of the global financial markets, the result is to actively support the G20 meeting of finance ministers of measures to deepen reform of China's economy. No one can expect that China's economy has been unable to question the world economy does not become a deep concern.

然而這就是今天的實情，也是以后相當長時間中國會呈現的常態。一方面，盛世仿佛已經來臨，國際影響今非昔比，執政黨好像無所不能，可以讓數以萬計的解放軍和武器裝備分秒不差地在天安門前接受檢閱，每個細節都盡在掌控，甚至能干預天氣變化，制造出“閱兵藍”奇跡。而另一方面，在國家治理中，各種問題又層出不窮，制度設計漏洞百出，法律規定形同虛設，股市運行如同賭場，從城市管理到消防救災，從放任股市從業員的非法操作到不尊重法律粗暴管理市場，每個環節都粗糙落伍，嚴重缺乏專業素養和人才，國家治理體系和治理能力的現代化嚴重落后。

However, this is today's truth, also after a long time China will show the norm. On the one hand, Spirit seems to have come, not what the international influence, the ruling party seems omnipotent, you can make tens of thousands of People's Liberation Army and weaponry quite true in Tiananmen Square before the inspection, every detail are all in control, and even intervention weather changes, to create a "Blue Parade" miracle. On the other hand, in the governance of the country, all kinds of problems and endless, system design flaws, the law

requires non-existent, the stock market run like casino, from the city to the fire disaster management, from laissez-faire to the illegal operation of the stock market practitioners do not respect the law rude management market, were all rough outdated, a serious lack of professionalism and talent, modernization of the State governance systems and governance capacity severely underdeveloped.

要正確認識今天的中國，就必須同時看到這兩個方面。對中國發展的研判，對習近平在過去一千天執政成績以及仍然面臨挑戰的局面，也必須同時看到這兩個方面。也就是說，既要看他能如何籌劃經濟和社會的發展，獲得了極大的成績，讓中國人民過上好生活，推動中國崛起成為真正意義上的全球大國，讓中國成為推動世界格局積極重構和政治文明多樣性建設的關鍵力量，又要看他能在多大程度上提升國家治理體系和治理能力的現代化水平，讓人民對公平享受社會發展具有更為感性的直觀認識。

To correct understanding of today's China, we must also see these two aspects. The development of China's analysis of Xi Jinping achievements in the past one thousand days in office as well as the challenges still facing the situation, we must also see these two aspects. In other words, we must look at how he could plan economic and social development, and was a great achievement, let the Chinese people to live a good life, and promote China's rise as a global power in the true sense, making China the world to promote the positive pattern Reconstruction and construction of key cultural diversity of political power, but also depends on the extent to which he can raise the level of modernization of national governance systems and governance capacity, allowing people to enjoy equitable social development more emotional and intuitive understanding.

對於中國共產黨這個中國唯一的執政黨而言，還必須要讓人民真正接受自身的理論體系、認同其價值取向，只有讓人民享有更為廣泛的民主權利和言論自由，才能成功推進國家治理的現代化。

For the Communist Party of China, China's only ruling party, we also must let people really accept their own theoretical system, recognized their value, only let more people enjoy extensive rights and freedom of expression of democracy, in order to successfully promote the modernization of national governance .

一千天前，當習近平剛接任總書記時，中共的理論體系和價值取向正面臨各種思潮挑戰。不少人認為，那些專制和八股氣息濃厚的理論體系，已經與現代政治社會格格不入，領導干部的貪污腐敗、紀律渙散，更是和中共的價值取向自相矛盾，嚴重沖擊著執政黨的群眾基礎。

One thousand days ago, when just took over as general secretary Xi Jinping, the theoretical system and values of the Chinese Communist Party is facing the challenges of various thoughts. Many people believe that authoritarian and stereotyped steeped theoretical system, has modern political corruption and social misfits, leading cadres lack of discipline, it is self-contradictory and value orientation of the CCP, a serious impact on the ruling party's mass base .

一千天后我們发现，中共透過反腐整風努力向其傳統價值觀回歸，已經重拾人民信任；極左和極右的聲音都在消退，当初在各种思潮冲擊下几無招架之力的中共，在構建和傳播其新理論體系上越來越積極主動，這一過程始終有習近平的身影。這位新生代領導核心發揮了無可替代的主導作用，展現了深厚理論功底和政治自信。習近平引領下的中共不再擔心傳統思想會動搖理論體系，也不再回避對馬克思主義的反思，在對历史虛無主義和馬克思主義教條化的強烈批判中，習近平明確提出共產黨要“老老實實、原原本本”地學習馬克思主義，要求中共的理論體系必須根植于中國人自己的历史，必須以中華民族的思想文化價值為主體。

一千天前，人們對改革的認識正陷入什么是“政治體制改革”的激烈爭論中，以及改革因為來自利益集团的阻力可能無法繼續進行下去的焦慮里。現在，“全面深化改革”成為習近平的政治標籤，改不下去的擔心已成杞人之憂。全面建成小康社會、全面深化改革、全面依法治國、全面從嚴治黨等“四個全面”成為施政理念的關鍵內容。習近平被譽為中共历史上積極推動改革的領導人之一。特別是由他提出的國家治理體系和治理能力現代化的“第五個現代化”，既著眼于解決國家治理中因為體系和能力落后而不斷爆发的實實在在的具體問題，又順應了中共從革命黨向執政黨的角色轉變，已經成為中國改革和发展的重要里程碑。今天的“政治體制改革”已經不再是左右撕裂的激烈爭論，而是正圍繞人們期待的，以依法治國和制度重建為基礎，以提升執政效率和提高為人民服務的品質為主題向前推行。

一千天前，腐敗是中國最嚴重的政治問題，也是人民意見最強烈的領域。長期的嚴重腐敗，不僅造成黨群关系疏離，影響人們對社會主義的信心，從根本上動搖了中共政權的合法性，而且扭曲了中國人的價值追求，整體上拉低了中國社會的道德水准。中共對腐敗可能“亡黨亡國”的嚴重后果心知肚明，也不可謂不重視，但反腐成績一直不能讓人民滿意。習近平上任后很快就扭轉了反腐頹勢。他操刀必割，反腐無禁區，已經打掉了一百多只大小老虎和不計其數的猴子蒼蠅。在持續的高壓嚴打下，舊的官場文化正在解體，新的吏治文化正在形成，更長效的制度建設開始被提上日程，而這不僅迅速鞏固了習近平在黨內及人民心目中的地位，更極大地提升了人民對執政黨的信任，扭轉了外界對中共反腐習慣于高舉輕放抑或政治斗爭的固有認識。反腐，已經成為習近平上任一千天來給外界留下印象最深刻的領域，也是黨員、群眾對執政黨和中國社會變化最為直觀的認識。

一千天前，習近平是在世界格局因為中國崛起而可能被重構的历史性關鍵時期當選中共總書記。回顧历史，近代以來，滿清封建統治終結，北洋軍閥和國民黨政權退出历史舞台，原教旨共產主義的蘇聯轟然解體，“文革”被中國人民唾棄，鄧小平改革開放的新經濟模式和思想認識在中國落地生根，一個曾經虛弱不堪、任人擺布、被貶稱為“東亞病夫”的古老民族又重新煥發了生機。改革開放三十多年的持續快速發展，不僅深刻改變了中國社會，更在全球範圍形成了范式轉移，推動中國在向世界舞台的中心回歸。習近平順應了這樣的大勢，從“韜光養晦”到“積極有為”，對中國外交戰略進行了徹底調整。

一千天來，大國外交、周邊外交、發展中國家外交等推陳出新，“一帶一路”“亞投行”“上合組織”擴容等棋子落定，中國外交發生顯著變化，世界中心加速向以中國為代表的亞洲和發展中國家轉移，一個更加公平正義的全球格局正在建立。G20財長會議集體支持中國經濟深化改革，以及不久前北京的抗戰閱兵在某些國家的抵制下，仍能吸引數十個國家政要和國際組織參與，已經說明了中國外交戰略調整的成功，也說明世界大勢所趨，並不以一些過氣政客的老舊意志為轉移。

習近平上任之初，我們就期盼他能以偉大政治家的標準來要求自己，回報历史賦予的機會，開創一個新的“習近平時代”。一千天后，當我們梳理這段历史，能發現他確實沒有辜負期盼。一個新的時代已經到來，習近平獲得了中國人民的普遍信任，已經成為共產黨新生代領導核心和毛澤東、鄧小平之后最有影響力的領導人。有媒體稱，習近平是“中國首位真正的全球領袖”。我們也認為，他已經喚醒中國，正引領中國崛起成為一個真正意義的全球大國，讓中國成為推動世界格局積極重構的關鍵力量。

然而，挑戰依然十分嚴峻。天津爆炸就凸顯了國家治理體系和治理能力嚴重落后的事實；股災和對市場的粗暴管理不僅暴露了落后的治理能力，還與不斷加大的經濟下行壓力一并表現出中國依舊在艱難地摸索符合“新常態”的經濟結構。活躍于新疆和西藏等地的民族分裂勢力折射出民族區域自治制度迫切需要調整；香港占中和政改方案被否決，說明中共的領導層對“一國兩制”和香港政治社會的認識還沒有達到游刃有餘的地步；台灣政治和經濟社會的變化以及極可能出現的新一任民進黨總統，將進一步考驗中共處理兩岸关系的政治智慧。全球格局的調整，因為挑戰西方已經主導了四百年的意識形態必然阻力重重。輿論場這一千天來的硝煙紛爭，對不同認識、聲音和人民內部矛盾動輒要用專政手段“亮劍”“鬥爭”，更拷問執政黨政治思維和話語體系現代化的程度。對中共而言，必須在深刻反思历史的基礎上，明晰今天社會結構和思想認識多元化的現實，樹立更開放、包容的執政理念，不再用非黑即白的一元思維來管控社會、激化矛盾。在從革命黨到執政黨的角色轉變上，在社會治理理念和治理手段的現代性提升上，執政黨還需要繼續努力。

一千天已經給中國帶來深刻改變，已經喚醒了中國這頭沉睡的獅子。但是，一千天以來暴露的問題，也顯示出中國要實現現代化目標任重而道遠。這些問題所帶來的挑戰，轉化為人民的期盼，會和過去一千天一樣，繼續考驗著領導人的魄力、擔當和政治遠見。

One thousand days later, we found that the traditional values of Chinese Communist Party efforts to return to its rectification through corruption, has to regain the people's trust; extreme left and right sounds are waning, had all kinds of thoughts in almost no power to ward off the impact of the Chinese Communist Party in building and dissemination of new theoretical system increasingly active, this process there is always the figure of Xi Jinping. The core of the new generation of leadership has played a leading role irreplaceable, showing a deep theoretical foundation and political self-confidence. Xi Jinping, under the guidance of the CCP no longer worried about the traditional thinking will shake theoretical system, and no longer avoid reflection of Marxism in the history of nihilism and dogmatic Marxism strongly criticized the Communist Party Xi Jinping made it clear to "honestly, exactly "to learn Marxism, ask the Chinese theoretical system must be rooted in the history of the Chinese people themselves, it must be thought of as the main cultural values of the Chinese nation.

One thousand days ago, people are caught in the reform of understanding what is "political reform" of intense debate, as well as anxiety reform because of resistance from interest groups may not continue to go on in. Now, the "comprehensive deepening reform" has become a political label Xi Jinping, change does not go Qi people become worried worries. Building a moderately prosperous society, comprehensively deepen reforms, comprehensive rule of law, overall tightening party discipline and other "four full" has become a key element of governance philosophy. Xi Jinping hailed as one of the leaders of the Chinese Communist Party history actively promoting reform. In particular national governance systems and governance capacity from his proposed modernization of the "fifth modernization", only focus on addressing the specific problems of real governance of the country because of the system and the ability to constantly behind the outbreak, but also conform to the Chinese Communist Party from the revolution changes to the role of the ruling party, has become an important milestone in China's reform and development. Today's "political reform" is no longer the fierce debate around the tear, but being around people expect to rebuild the rule of law and institution-based, in order to enhance efficiency and improve the quality of governance to serve the people as the theme of the implementation of forward .



One thousand days ago, corruption is China's most serious political issue, but also the most intense areas of people's opinions. Serious long-term corruption not only result in ties between the party alienated, affect people's confidence in socialism, he has shaken the legitimacy of the Communist regime fundamentally, and distorted the Chinese people's pursuit of value, driving down the overall morality of Chinese society . CCP corruption may "Wangdangwangguo" well aware of the serious consequences, nor nothing less attention, but corruption has been unable to make the people satisfied with the results. Xi Jinping, soon after taking office to reverse the decline of the anti-corruption. He surgeon will cut, anti-corruption non-restricted area, has been destroyed more than just the size of tigers and monkeys countless flies. Under high pressure continued crackdown, the old bureaucratic culture is disintegrating, the new Official culture is taking shape, more long-term institution building began to be put on the agenda, and this is not only the rapid consolidation of the Xi Jinping position in the party and the people in mind, more greatly enhance the people's confidence in the ruling party, reversed the outside of the Fighting Communist Party used to hold high-light or Political struggles inherent understanding. Corruption has become Xi Jinping took a thousand days to give the outside world the most impressive left field, but also party members, the masses of the ruling party and the social changes in China's most intuitive understanding.

One thousand days ago, Xi Jinping is a critical period in the historic pattern of the world because of China's rise may be reconstructed elected Communist Party chief. Historically, since modern times, the end of the Qing feudal domination, the northern warlords and the Kuomintang regime from the historical stage, fundamentalist crashing disintegration of Soviet communism, the "Cultural Revolution" was spurned by the Chinese people, Deng Xiaoping's reform and opening up new economic models and thinking in China root, a once frail, mercy, ancient peoples were banished called "sick man of Asia" again renewed vigor. Thirty years of sustained and rapid development of reform and opening up, not only profoundly changed the Chinese society, but also in the formation of a global paradigm shift, pushing China in return to center stage of the world. Xi Jinping comply with such a trend, from "Low" to "positive and promising," the diplomatic strategy of China conducted a thorough adjustment.

One thousand days, the big power diplomacy, diplomacy with neighboring countries, developing countries and other diplomatic innovation, "along the way", "Asian investment

bank," "Shanghai Cooperation Organization" expansion and other pieces settled, the occurrence of significant changes in Chinese diplomacy, the world center in China to accelerate the Asia and the developing countries on behalf of the shift to a more fair and just global pattern is established. G20 finance ministers meeting collective support deepening reform of China's economy, and the recent military parade in Beijing in resisting the war in some countries, politicians can still attract dozens of countries and international organizations involved, has been described strategic adjustment of China's diplomatic success, Description of the world trend, not to the will of some of the old-beens of the transfer.

Xi Jinping took office at the beginning, we would expect him to be able to great statesmen standards to themselves, return opportunity entrusted by history, and create a new "Xi Jinping era." One thousand days later, when we sort out this history, to find he did not live up to expectations. The most influential of a new era has arrived, Xi won the general confidence of the Chinese people, the Communist Party has become the core of the new generation of leadership of Mao Zedong, Deng Xiaoping, then leader. Some media said Xi Jinping was "China's first truly global leader." We also believe that he has woken up China, is leading China's emergence as a truly global power, making China the world situation and actively promote the reconstruction of key strength.

However, the challenge remains very grim. Tianjin explosion on the highlights of the national governance system and the governance seriously lagging behind the facts; the stock market crash and the market management is not only exposed to brutal governance behind, also with the increasing pressures of the economic downturn be exhibited in China is still struggling to explore in line with the "new normal" economic structure. Active in Xinjiang and Tibet, ethnic separatist forces reflect the ethnic regional autonomy system urgently needs to be adjusted; accounts in Hong Kong and the political reform package was rejected, description of "two systems" and Hong Kong's political and social awareness of the CCP leadership has not yet reached its capability the point; changes in Taiwan's political and economic society and a new presidential term is very likely to occur DPP will further test the political wisdom of the CPC deal with cross-strait relations. The global pattern of adjustment, because the challenges the West has dominated the four centuries of ideology inevitable heavy resistance. Smoke opinion field this a thousand days of strife, of different perceptions, sounds, and internal contradictions among the people frequently use the means of

dictatorship "Sword", "struggle", but torture extent the ruling political thinking and discourse system modernization. CCP, it must be based on a profound reflection on the history, clear thinking and understanding of the social structure and diversity of today a reality, and establish a more open, inclusive concept of governance is no longer black and white with a dollar thinking to control society, intensify contradictions. In the changing role of the ruling party from a revolutionary party to, in the concept of social governance and governance of modern means of promotion, the ruling party still needs to be done.

One thousand days has brought profound changes to China, which China has awakened the sleeping lion head. However, one thousand days since the problems exposed, also shows that China long way to go to achieve the goal of modernization. The challenges posed by these issues, into people's expectations will be the same as the past one thousand days, continue to test the leader of courage, play and political vision.

## 中医药专家郭诚杰教授“一拍三揉法”

### 治老年病特有效

[http://mp.weixin.qq.com/s? biz=MzA3NzE1NjMyNQ==&mid=400145452&idx=1&sn=c5841ec9e8324feb58b7491da59c35&scene=5&srcid=1108hKqMLwHxpcEDpxXFmms#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?biz=MzA3NzE1NjMyNQ==&mid=400145452&idx=1&sn=c5841ec9e8324feb58b7491da59c35&scene=5&srcid=1108hKqMLwHxpcEDpxXFmms#rd)

### 电视剧: 越王勾践

[http://www.youku.com/show\\_page/id\\_zcbff27e962411de83b1.html](http://www.youku.com/show_page/id_zcbff27e962411de83b1.html)

### 《乱红》 笛子与钢琴的合奏

[http://mp.weixin.qq.com/s? biz=MjM5NTQ2ODgzMg==&mid=401217332&idx=6&sn=b400d46366123cb3c3cb675bbe54391d&scene=5&srcid=1123aTdcGcerYEejsPaHSrHy#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?biz=MjM5NTQ2ODgzMg==&mid=401217332&idx=6&sn=b400d46366123cb3c3cb675bbe54391d&scene=5&srcid=1123aTdcGcerYEejsPaHSrHy#rd)

歇后语

泥菩萨过河，自身难保。

*A clay idol fording a river is hardly able to save itself.*

蚊子叮泥菩萨，看错了对象。

*The mosquito bites a clay idol -- the wrong target.*

# 饮料瓶底部的秘密 (很多人不知道)



饮料瓶底部的秘密，一定要看！

阿联酋一个十二岁的女童，因为连续十六个月使用同一个矿泉水瓶，她得了癌病。瓶里面含一种叫做PET的塑料材质，用一次是安全的，如果你因节俭或方便而重复使用，就有致癌危机。

矿泉水瓶的底部都有一个带箭头的三角型，三角型里面有一个数字：



一般矿泉水瓶子，底部标示1

农夫山泉4升装，底部标示2

泡茶的塑料耐热杯，底部标示5

现在就为大家分析下面的图片：



★PET聚对苯二甲酸乙二醇酯

常见矿泉水瓶、碳酸饮料瓶等。耐热至70℃易变形，有对人体有害的物质融出。1号塑料品用了10个月后，可能释放出致癌物DEHP。不能放在汽车内晒太阳；不要装酒、油等物质！



★HDPE高密度聚乙烯

常见白色药瓶、清洁用品、沐浴产品。不要再用来做为水杯，或者用来做储物容器装其他物品。清洁不彻底，不要循环使用。



★聚氯乙烯

常见雨衣、建材、塑料膜、塑料盒等。可塑性优良，价钱便宜，故使用很普遍，只能耐热81℃.高温时容易有不好的物质产生,很少被用于食品包装。难清洗易残留，不要循环使用。若装饮品不要购买。



★PE聚乙烯

常见保鲜膜、塑料膜等。高温时有有害物质产生，有毒物随食物进入人体后，可能引起乳腺癌、新生儿先天缺陷等疾病。保鲜膜别进微波炉。



★PP聚丙烯

常见豆浆瓶、优酪乳瓶、果汁饮料瓶、微波炉餐盒。熔点高达167℃，是唯一可以放进微波炉的塑料盒，可在小心清洁后重复使用。需要注意，有些微波炉餐盒，盒体以5号PP制造，但盒盖却以1号PE制造，由于PE不能抵受高温，故不能与盒体一并进微波炉。



★PC聚苯乙烯常见碗装泡面盒、快餐盒。不能放进微波炉中，以免因温度过高而释出化学物。装酸（如柳橙汁）、碱性物质后，会分解出致癌物质。避免用快餐盒打包滚烫的食物。别用微波炉煮碗装方便面。



★PC其它类

常见水壶、太空杯、奶瓶。百货公司常用这样材质的水杯当赠品。很容易释放出有毒的物质双酚A，对人体有害。使用时不要加热，不要在阳光下直晒。