



本期目录

本期责任编辑 高东山 周靖人

1, 改革, 中国面临的最佳机遇	伍语生 P. 2
2, 我有一个家——中国	P. 4
3, 中国第一艘航母——辽宁号	P. 4
4, 严重误判日本的形势, 必将招致“杀身之祸” Xingwuji	P, 5
5, 尔等若再叫嚣	P. 8
6, 文化河系列, 裸体拉纤的船夫	P. 8
7, 短暂的美国世纪	赵景伦 P. 8
8, 陪伴你一生的是心情	P. 11
9, 纽约时报: 超级精英毁灭美国	P. 12
10, 刘谦的魔术把韩国人都看傻了	朱伏生 提供 P. 16
11, 毫不动摇走中国特色社会主义道路	方 焰 提供 P. 16
12, 中译英	高东山 P. 21
13, 英译中	谷雁翔 P. 22
14, 绚丽的大自然 Planet EARTH	P. 23
15, 来函转载	P. 23
16, 音乐欣赏	沈泽洵 P. 24
17, 纽约飓风亲历记	P. 24
18, 每周欣赏	P. 24
19, 梦幻漓江	P. 24
20, 印度见闻	P. 25
21, 冰冻柠檬有助于提高你的健康	P. 25
21, 在线阅读	P. 25

海外南开人
NANKAI OVERSEAS
第 63 期

来函来稿请 email 给:

纽约 (New York)

伍语生 talktowu@yahoo.com

武 荻 deedee.wu@yahoo.com

高东山 greggao@gmail.com/

旧金山湾区 (San Francisco)

喻文欣 <wenxin3573@gmail.com>

郝存生 <cunshenghao@yahoo.com>

周靖人 jingrenzhou@gmail.com

赵志如 joyzhao@yahoo.com

波士顿 (Boston)

王 忠 primewang@yahoo.com

宋志强 songcharle@gmail.com

芝加哥 (Chicago)

何振宇 normanho88@gmail.com

解景田 jtxie@hotmail.com

网站: <http://ouenglish.org/>
<http://www.nkaa.org/> (校友原创)

《海外南开人》編輯委員會



改革，中国面临的最佳机遇

纽约 伍语生（1954 级 生物学系）

今日的中国正面临一个千载难逢的机遇，那就是改革二字深入人心。改革易说、迈出正确的步子却难。

走好改革的步伐，首要一点就是要“公”字当头，以广大人民的福祉为本、以国家民族利益为前提，视私心为可耻。其二就是要谦虚谨慎地采纳已有的好路子，古为今用洋为中用。敢于创新。其三就是要坚定不移走自己的路。

近百年来中国人民的奋斗史是一条为广大贫苦工农翻身做主，不让剥削者作威作福的奋斗史，这是一条正确的道路；改革开放 30 余年来国家的建设、民众生活发生了惊人变化，这十分可喜，下一步就是国家如何走向富民、富国、强军的目标。

国家富强、人民共同富裕这是一个伟大的目标、值得中国为之一搏，“摸着石头过河”说明了进行改革的难度，那么应当怎样进行改革呢？首先，必需建立起良好的法治制度的政治体系。法治的对立面是人治。举例说，老有所养是中华民族尊崇的美好人生。美国的退休制度就有可鉴取之处：譬如笔者在哥伦比亚大学工作 10 年，如今可按工

龄按时领到退休金，美国无论是政府官员或是普通百姓每一个人都有一个社会安全号码 (SOCIAL SECURITY NUMBER)，凭此号码个人的财产状况就可以查知。任何人无论是美国籍还是其他国籍的人，只要为美国合法工作了 10 年以上，到 65 岁退休年龄，无论你是政府官员、大学教授、普通工人和农民都是根据工龄和工资、按统一的计算方法来计算退休金，这反映了对不同的人之间的平等和没有歧视，也能反映不同职业的人能力的大小和贡献的多少；同时又规定了退休费的上限，以避免差异大。退休金不是由你所在的工作单位发放的，而是由社安局发放的；政府发放退休金外，在高等学校按照工资一定的百分比由学校为职工来购买 TIAA 或 CREF，（前者是一种无风险股票，后者是风险股票，）这也是一种退休金。社会安全局和 TIAA、CREF 办理退休金时，是他们主动提前通知，连人都不需见面，一点也不用办退休的人操心，只要达到了退休年龄，无论你居住在全世界的任何地方，退休金就可按时寄到你指定的银行账号中。

我在国内沈阳农业大学任教多年、工龄有 31 年，虽经多年联系、当面申请、并多次寄去申述信，但退休金沈阳农业大学仍分文不给。另一对夫妻同在一个单位工作，一人领到退休金，另一人却领不到，更有甚者，办退休待遇还要送礼走后门，这就是因为没有依法治办事，是人治的弊端。如果有统一的制度、有监管机构、按法治和合理的规章制度办事，这种现象是不应该发生的。

老有所养对一个人的生活是十分重要的，31 年工龄不给予退休待遇与中华民族的道德观相悖，有的老年人就会因此而无法生活，确实不是一件可有可无的小事。在美国我只工作了十一年，退休费数目多少是由工龄的长短和工资的高低决定的，所以是合理的；而在中国我有 31 年工龄，我已经为国家的教育事业贡献了我的全部青春和壮年岁月，退休待遇是人到老年应得的回报，不给退休金是不合理的，在改革的目录中应当重视。

笔者之所以采用切身经历，是因为退休制度是人们工作达到一定年限退出职务后享受一定待遇以终余年的制度，其目的是为避免因年老力衰人生无以为继的后顾之忧；更是因为在笔者 80 年的经历中亲自耳闻目睹了中华民族的深重苦难、看到了中华民族必需奋发图强的极其重要性。

一个民族，一个国家，一个政党能够得到广大人民的深情拥护和爱戴，正是因为国家、国家的领导人立党为公，执政为民。眼下贪腐累禁不能彻底根除，就是因为一套良好

的法治制度尚未切实地建立起来。建立起一套完整的法治制度应是当务之急，在当今世界上只要是好的经验，就可以取而用之。

其次，中国必须走一条富民，富国，强军之路。

中国不可误认为日本右翼政客只是少数，而且不受欢迎。日本是中国的近邻，是一个资源短缺的岛国，远在明朝，日本人就已经在中国沿海掠夺，将来日本对周边国家的滋扰也不会停止。何况日本狂妄自大、崇尚武力的民族，也表明其侵略本性不会改变。日本对二战之失败耿耿于怀，如今又欲弃和平宪法，朝野“新军国主义”抬头，军国主义幽灵欲借钓鱼岛回魂，军事野心已经昭然若揭。与日本讲和谐等于要求狼发慈悲保护羊群，提倡和谐对日本是根本就行不通的。

最后，美国与中国并无根本矛盾。

二战中，中美是共同反对日本军国主义的坚强盟友，如今美国是最大的发达国家，中国是最大发展中国家，中国提倡建立和谐社会，不称霸，只追求和平发展，对别国领土无丝毫侵略野心。笔者认为美中两国没有根本矛盾，美中应该联手防止日本军国主义复活，美中联手对世界和平将会作出巨大贡献。但中国必须走一条富民，富国，强军之路才会不再走上再被日本欺凌、屠杀的老路。

中国是一个有十三亿人口的大国，是任何人也孤立不了的。对中国来说保持国内安定团结才是最大的事，全体人民的团结就是最大的力量。今日中国所面临的改革局面，是今日中华民族的最佳机遇，应当冷静、认真地对待，珍惜。

(作者是美国华人评论人士) 见《侨报》2012年10月31日星期三 言论版 A 5

LEFT CLICK

我有一个家 - 中国

中国第一艘航母 - 辽宁号

中国人严重误判日本的形势，必将招致“杀身之祸”！

发表于【中华论坛】：2012-10-03 08:18:53 作者:xingwuji

最近看到大陆的一则报导：《日本媒体纷纷谴责政府》。报导里面举了一位日本退休官员，和一间北海道小报的报导左证。之后又看到一些报导，把右翼政客石原慎太郎描述为连日本人都厌弃的政治人物。然而这些与笔者认知完全不同。笔者因为工作的关系经常往来台北与东京，对日本有比较深入的了解，有几个方面中国人对日本人有严重的误解。

第一点：中国人认为右翼政客只是少数，而且不受欢迎。

2011年笔者人在日本，亲眼目睹到这次挑起钓鱼台争议的始作俑者石原慎太郎第四度问鼎东京都知事，那场选战令他十分讶异，右翼的石原没办造势活动，却轻松连任成功，票数还遥遥领先各党候选人。

东京是日本首善之区，所谓的「首都圈」住了超过全国四分之一人口。相信整个日本的政治取向与东京都非常相近，目前右翼早已跨过主流的分水岭成为绝对多数，所谓少数早已经是过去式了。

就拿目前执政的民主党首相野田佳彦来说，他担任议员时就是知名的右翼代言人。当上首相后果然跟石原一搭一唱将钓鱼岛收归国有。而始作俑者石原慎太郎操弄钓鱼岛问题，一般人认为他是在为儿子石原伸晃参选自民党党魁助选。由于自民党很可能在11月大选夺回政权，因此当上党魁就等于是未来的首相。

包含石原伸晃在内的五位候选人全都走极右派路线。可是石原伸晃还是输了，输给在钓鱼台表态更为强烈的前首相安倍晋三。

安倍被视为当前日本「极鹰派」政治家。他一再敦促日本政府对华采取强硬的立场。并主张当选首相后要在钓鱼台设港湾与驻军。表明就是要踩中国解放军的红线。安倍长期呼吁日本应废止和平非战宪法，将不能对外宣战的条例取消，使日本拥有主动宣战权。他还主张自卫队大幅扩编，成立攻击性的「陆战队」，用于解决与邻国间的纷争，并解除海外用兵的限制。安倍还倡议对北韩发动先制攻击。也认为应该要撤回95年村山首相发表对亚洲国家侵略的道歉声明。日本媒体分析，如果安倍重新掌权，钓鱼台问题上对中的强硬路线已无妥协的空间。选举结果，和笔者在日本期间明显地感受到社会右倾的氛围一致。在人民支持下。日本只会越来越快速朝向军国主义道路迈进。所谓右翼在日本不受欢迎等言论根本毫无根据。

第二点：日本人怕中国经济制裁

中国媒体说：制裁会让日本的经济会倒退 20 年。但日本媒体访问发现，除了旅游业与工商大老较为忧心外，一般日本人对中国经济制裁未必那么在乎。他们认为日本的重心制造业虽然面临中国抵制。但日本精品营销全世界，在各地都有广大的市场。而中国不是世界的全部，抵制未必有效。反而中国的黑心商品在日本的新闻都做很大，所以中国商品最好不要进口。

至于在中国的设厂。日本人一向认为中国的改革开放，日本贡献最大，一旦撤出中国，立刻有几千万人失业，中方反而受伤更重。而且专家表示在中国的工厂，都是生产链的末端，能替代中国的国家很多。正好利用这次事件加强全方位布局 避免对中国的依赖。

关于大陆观光客的议题，日本专家也乐观表示，中国人的性格无法贯彻到底。从美国轰炸中国使馆两周内就平息，就显示中国人的情绪一向无法持久。不用等到年底，银座、日本桥又能见到满街的中国观光客。

那怎么样才会让日本人紧张呢？笔者认为，消极的抵制日货还不够，中国最好学韩国一样，在国家培植下创立三星或 LG 这样的大企业，做出更好的产品，在国际竞争上压倒日货，对日本才有实质的威胁性。

第三点：中国人认为日本媒体传出检讨的声音

面对钓鱼岛问题激化，日本主流媒体每天报导多少中国海监船与多少渔船入侵《领土》。每天单方面报导日本厂商受中国暴民欺压。企图走悲情的老路，一如日本把自己塑造成二战受害者。所以中国人的抗议内容日本人一无所知，主张完全无法触及日本民心。英国《金融时报》采访日经济新闻驻华记者森安健。就说：日本人几乎都认为，这一轮中日关系的紧张情绪，全是因中国人而起。日媒不断将时局描述成攸关生死的议题，让两国人民情感严重对立。煽动民意从明治维新以来日本就是个中高手。日本人中极少数的和平呼吁则完全没人重视。

第四点：中国人认为右翼日本人没有胆量也没决心开战

日本媒体在悲情牌让民众产生对中国一定程度的厌恶后，最近开始用《开战前夜》的字眼当头条，内容冲塞着好战论调。指责日本政府没有积极的以武力响应中国的入侵。

日本政客近年打着民族受到威胁的大旗已经生效，万一开战，日本民众怎么想呢？一位日本女性受访时说，如果真的中日开战，她会义无反顾的去做日军的慰安妇！她说，日本不可以失败！失败就是灭亡！这不仅仅是她一个人的理念。一位德国亚洲专家说：「战争对中国人来说是为了争一口气，对日本人来说是存亡之战。一旦开打日本人是豁出去不要命的。」两者十分吻合。

最近日本针对钓鱼岛的反华示威也没有中国人报导的和平。9 1 8 当天日本示威者焚烧了神

户的中国学校。并在福冈砸毁抢掠了三家华侨开设的中餐馆。新闻画面中日警也没有积极干涉。

日本会害怕中国吗？一位专家说的好：日本人讲武士道，自古就养成了习武弄刀的尚武精神，同时也崇拜强者，臣服强者成为民族天性。时至今日，日本人仍然坚持武士性格。所以他们宁愿臣服对他们使用原子弹的美国，却瞧不起以德报怨不求赔偿的中国。同样有核子弹，但日本人惧怕俄国，不怕中国。因为中国从不敢过度强硬。儒家思想讲以德服人，喜欢用仁爱示好求和。日本人不会怕中国，就像狼不会怕羊，中国不会怕手下败将印度是一样的。说日本人没有率先开战的勇气，让人想起甲午战争前中国也有同样的误判。

第五点：日本人的心态准备好了，中国人的心态调整好了吗？

每次讲起二战，中国人习惯把军阀跟日本人民分开，但日本教授宫原曾当面纠正过中国学者，他说：「你们把日本人与军阀分开也许是好意。但这并不公平，因为战争是全体日本人的共同意志。」

如他所言，日本是个强烈集体主义国家，日本谚语说：「即使红灯，大家一起闯就不怕。」正因为日本民族是由军阀不断征伐合并而成，具有强烈集体向心力。人民深怕自己与团体不同拼命奉献。到了近代，这种文化转为国家方向的普遍价值观「大东亚共荣圈」以武力向外扩张，就是日本集体意志的投射。

二战战败国中，仅剩日本与邻国有领土纷争。究其原因，甲级战犯东条英机在绞刑前的遗言就表达了：「不幸，我力不足，而败于彼。」遗言意味着所有日本人对二次大战罪责的基本态度。武士民族就是天生侵略民族。力不足失败，等他日国力强盛又如何？当然是全民集体为恶，再次征伐四邻。日本人提出的中日不再战，在笔者看来是成功让人放松警惕的缓兵之计。除非你把他手砍了，否则武士手中的刀早晚会出鞘的。

今天不是媒体与政客推波助澜助长反中焰火。而是媒体与政客迎合日本人民内心的渴望。日本百年来就是靠欺压中国。优越感才油然而生的。加上美国推波助澜，助长气焰。事态发展下去冲突难以避免。石原慎太郎就说：历史上国家疆域本来就是靠战争决定。

以笔者对日本民族性的了解，钓鱼台是日本精神动员的试金石，日本人正加紧借着中方的压力，转换凝聚成民族受到威胁，为生存而战的集体共识。等日本人的内心调整完成，战争爆发就不远了。

让笔者忧虑的是中国人纷纷认为钓鱼岛逐渐缓和。确不知道对手正在累积下一波更大冲突的能量。决心和意志再不调整。恐怕结果会出乎预料。如果明天一早看到新闻紧急广播：日本正对中国发起一场珍珠港式的偷袭。笔者也不会很惊讶。中日间有几分胜算，全看人民是否做好置之

死地而后生的觉悟。这点笔者很清楚看到日本人正在准备，中国人则还没有。

保釣 MV《踏平東京》

保釣熱潮一浪接一浪，有內地單位創作熱血保釣歌，自拍 MV，歌詞由甲午戰爭講到抗日再到保釣，數盡百年國恥，女歌手憶起外侮辱我中華，悲痛欲絕七情上面，唱到激動之處，更揚言「爾等如若再叫囂，踏平你東京！」

MV 一出即瘋傳全國，有網民激賞它令人聽後「熱血 沸騰，燃點起我心中一團火！」

「爾等如若再叫囂，踏平你東京！」

<http://www.youtube.com/v/kbtMiJQ-b9E>

LEFT CLICK

文化河系列，裸体拉纤的船夫

<http://www.youtube.com/embed/oWBkmxKsq2k>

短暫的 美国 世纪

--评巴塞维奇主编新书

赵景伦

一九四一年二月，英伦之战正酣，而美国人“焦虑不安—或者心情阴暗—或者无动于衷。”出生在美国传教士之子亨利·鲁斯在他创办甫四年的《生活》画报上发表社论“美国世纪”，不仅主张美国参战，而且号召美国毫不含糊而且永远地担负起领导全球的责任。改造整个世界秩序。并且在此过程中，也改造和完善自身。

他说，美国继承了全部西方文明的伟大原则——特别是正义，热爱真理，慈善的理想——美国人已经体现了一个不可分割的全球社会将要形成的国际道德秩序。

二战结束，参战各国精疲力竭，唯独美国本土未遭战争蹂躏，欣欣向荣，一枝独秀。鲁斯的“美国世纪”在一九四一年时似是不切实际的狂想。一九四五年以后却似无懈可击。

曾几何时，朝鲜战争美国有史以来第一次在一场大战中没有打赢。十年后，又仓皇撤出西贡。

但是峰回路转，苏联解体，美国政客和论者争相夸耀冷战获胜。新保守派把他们的事业称为“新美国世纪计划”（Project for a New American Century, PNAC）。主张不惜动用军事力量；大力推进全球化。但是动用武力，没有取得决定性结果。全球化使得一些人暴富；普通美国人每下愈况。

九一一以后，布什发动全球反恐战争，要消灭世上一切邪恶。阿富汗，伊拉克两场战争原来希望速战速决，却演变成旷日持久。原指望以伊拉克为突破口，实现中东民主化，却导致三重失败：亲伊朗的什叶派马利基政府上台；从俄罗斯进口大量武器；加剧了宗派斗争。阿富汗形势也好不了多少。美国政策最终导致大中东阿拉伯觉醒和政治伊斯兰掌权。

所以有人说，美国世纪尚未开始，就已夭折。但是美国政客仍然抱着鲁斯的幻想。二零零八年，奥巴马在竞选中，要他的追随者“在共同的目标下团结起来，使这个世纪成为下一个美国世纪。”一个愉快的想法。却没有多少事实根据。

哈佛大学出版社今年出版了由波士顿大学国际关系和历史教授巴塞维奇主编的新书：《短暂的美国世纪——一份反思报告》（*The Short American Century—A Postmortem*, Edited by Andrew J. Bacevich, Harvard University Press, 2012, pp.287）编者写了开篇和结束语之外，收集了八位历史学者的论文，从不同角度对“美国世纪”做了分析评论。

斯坦福大学历史教授，剑桥美国史主编戴维·肯尼迪（David M. Kennedy）在“美国超强力量的来源与使用”（*The Origins and Uses of American Hyperpower*）一文中，对二战做了总结。“谁为打败纳粹德国做出了最有分量的贡献？”“答案无可争辩的是苏

联。”斯大林格勒之役是二战的转折点。红军从那里把德军赶出苏联，波兰直至攻克柏林，希特勒覆亡。但是苏联没有从自己的牺牲收获最丰的报酬。“美国是战争唯一的真正胜利者”。她一边打仗，一边发展经济，是唯一的大炮黄油兼而有之的参战国。

斯大林愤愤不平地谈起美国的战法：“美国决定用美国钱，美国机器，和俄国人打仗。”肯尼迪说，此话之准确无可争辩。

美国钱，美国机器主要指的是大规模战略轰炸，“主要是打击敌人的基础结构，平民，思想状态和士气，而不是战场上的敌人武装力量。”在德国占领的法国塞纳河上的鲁昂初试锋芒。美国的这一战争学说革命有多个发明人，包括美国将军 **Billy Mitchell**。但是主要创造者则是意大利的杜黑（**Giulio Douhet**）。

肯尼迪提到美国空军 **B-29** 炸平六十六座日本主要城市，使八百万人流离失所，炸死八十八万人。但是他没有提对德国不设防城市德累斯顿的残酷大轰炸，炸死五十万人。

发展空军力量成为美国防务政策的核心。现已演变成为“海空一体战”学说。主要对手是中国。

罗格斯大学历史教授，文化与思想史专家杰克森·里尔斯（**T. J. Jackson Lears**）对美国人的尚武精神，战争的特质有深刻的论述。以艾默生（**Ralph Waldo Emerson**）为代表的美国传统主张采取实际行动，不尚空谈。崇尚大丈夫男子汉气概，不屑女性的柔弱无能。艾默生说：“行动...是完全必要的。没有行动，他就还不是男子汉。”采取实际行动是美国国民性的核心。许多美国知识分子接受男子汉大丈夫气概就是军事化，二者互相融合。

对此表示异议的是哲学家威廉·詹姆斯（**William James**）。他认为英雄主义并不要求暴力，男子汉气概也不要求军国主义。

但是一些有影响的知识分子如李普曼（**Walter Lippmann**）和尼布尔（**Reinhold Niebuhr**）仍然主张采取行动。他们害怕表现软弱和无所作为。李普曼曾经力主参加一战，崇拜老罗斯福。尼布尔曾经为冷战辩护。后来他们从自己的错误中吸取了教训，重新考虑了自己的立场。尼布尔质疑杜勒斯的核政策，并且早在一九六五年，就反对越战。李普曼跟乔治凯南（**George Kennan**）和富布莱特（**William Fulbright**）冒被贴上“孤立主义”标签的风险，彻底清算了干涉主义。

里尔斯对战争的论述，特别值得注意。他写道：“战争是最难预测的人类事业，也最难管理和控制。”因此现实主义把战争列为政策制定人武库中最不可取的选项。

威廉·詹姆斯在《多元宇宙》（1909）一书中说：人们对别人的感觉，特别是那些跟我们不同的人的感觉，有某种盲目性。帝国主义就是对别人的愿望盲目不予考虑，不承认世界上有可能存在多种观点。詹姆斯说：国家和个人一样，必须抵制按照自己的面貌去改造别人的冲动。

由于战争固有的不可预测性，使用暴力能够而且常常产生比它当初企图改善的情况更加可怕的后果。

尼布尔说：国家总是虚荣，骄傲，自满而且虚伪——不能用对待个人的标准，来对待国家。在谈到美国对日本的大轰炸时，他问道：“为了行善，我们还必须做多少邪恶的事情？”

乔治·凯南说：没有任何理由假定“西欧或者美国式的‘民主’必然或者可能成为全人类最后的归宿。”他认为使用不高尚的手段，大概不可能实现高尚的目标。他不信任宣扬进步的意识形态，以改善人类境遇的名义，做出各种恶行。他的这一思想，跟艾赛亚·柏林的反乌托邦思想如出一辙。

李普曼精辟地指出，越南的共党起义是反殖民主义起义。美国无权干涉。他早在一九六一年就警告说，战争是太严重的事情，不宜谈论通过流血来显示大丈夫气概。

富布莱特说：“力量常常把自己跟美德混为一谈。大国特别容易自认为其力量是上帝的眷顾。”企图以军事力量改造整个地区，反映了根深蒂固的美国妄想。

以上这些精辟的论述把美国人自命天之骄子，替天行道，可以不顾国际法，国际准则，条约义务，为所欲为的信念驳得体无完肤。然而不论奥巴马继续掌权还是罗姆尼胜选，美国仍将沿着鲁斯的蓝图走下去。

LEFT CLICK

陪伴你一生的是心情

纽约时报：超级精英毁灭美国

作者：纽约时报 | 来源：文摘 | 日期：2012-10-24 21:11:57

美国所面临的危机，是有 1% 的人脱离了其他社会阶层，追寻会进一步拉大差距的**经济**、政治和社会目标，这将毁灭让**美国**致富、并最初让这 1% 人获得成功的开放型体制。

在 14 世纪早期，威尼斯是**欧洲**最富有的城市之一，其经济的核心是“colleganza”，这是联合股份公司的一种基本形式，其创立目的是为单一的贸易活动提供财政资助。“Colleganza”这种形式的卓越之处在于，它为新进者敞开了经济大门，让敢于冒险的实业家可以和为他们的**商业**航行提供资助的成功商人一起共享**金融**回报。

威尼斯的精英是主要受益人。和所有的开放型经济一样，他们的经济形势也是动荡不定。今天，我们认为社会流动性是一件好事。但如果你属于社会上层，流动性也意味着竞争。1315 年，当威尼斯城邦的经济实力到达其鼎盛时期，上层阶级设法保住他们的特权，他们通过出版《金书》(Libro d' Oro)这一贵族阶层的官方登记名录来正式阻止社会流动性。如果你的家族不在上面，你就无法加入这个城市的寡头统治集团。

这个政治变动其实始于《金书》出版的二十年前，其所带来的惊人改变被威尼斯人称为“完结”(La Serrata)。没过多久，政治“完结”就转变为经济“完结”。在寡头统治者的控制下，威尼斯逐渐削减了新进者的商业机会。最终，“colleganza”受到禁止。处于统治地位的精英阶层这样做是为了保全其自身的短期利益，但长期看来，“完结”意味着统治者阶层踏上了一条终结之路，更广义地说，这也意味着威尼斯的繁荣盛世开始凋败。到 1500 年，威尼斯的人口比 1330 年的人口还要少。而到了 17 世纪和 18 世纪，欧洲其他地区的发展更加突显了威尼斯的持续衰退。

学者达龙·阿赛莫格卢(Daron Acemoglu)和詹姆斯·A·罗宾逊(James A. Robinson)在他们的著作《为什么国家衰亡：权力、繁荣和贫穷的起源》(Why Nations Fail: The Origins of Power, Prosperity, and Poverty)中讲述了威尼斯的兴衰，并用这个例子阐明，国家的兴衰取决于政府体制是包容性还是榨取性的。榨取性国家由统治精英阶层控制，该阶层的目标就是尽可能地从社会其他阶层攫取财富。

而包容性的国家则会让每个人都能获得经济机遇；通常，包容性越大，创造的财富越多，从而也为实现更大的包容性提供了动力。

美国的历史可以被解读成一个这样的良性循环。但威尼斯的故事表明，良性循环也可以被打破。得益于包容性体制的精英阶层可能会受到诱惑驱使，转而收起他们借以上位的梯子。最终，他们的社会会变成一个榨取性的社会，他们的经济也随之失去活力。

这就是卡尔·马克思(Karl Marx)预见到的未来，他曾写道，资本主义蕴含着自我灭亡的种子。这就是当今美国所面临的危机，因为有 1%的人口脱离了其他社会阶层，追寻会进一步拉大差距的经济、政治和社会目标，并将最终毁灭这个让美国致富、并最初让这 1%的人口获得成功的开放型体制。

随着美国上层社会和其他阶层在社会、特别是[教育](#)方面的差距越来越大，你能看到美国的“完结”正在步步逼近。[美国](#)的底层[社会](#)和[中层社会](#)如今已是精疲力竭，美国困难家庭的孩子所接受的[教育](#)水平落后于世界其他地区的水平。

[经济](#)学家指出，中产阶级的艰难处境在很大程度上是由全球化和科技变化造成的。文化或许也扮演了一定的角色。在有关白人工薪阶级的新书中，自由意志主义作家查尔斯·默里(Charles Murray)指责日渐虚弱的中产阶级偏离了传统的家庭价值观与职业伦理，而富有阶层仍然拥有这些传统。（默里同样也谴责富有阶层，但只是责备他们允许文化相对主义大行其道。）

这两种论据都有一些道理。但这 1%的人口不能逃避他们在加大美国社会鸿沟这一问题上应负的责任。经济力量可能是不平等背后的原因，但正如奥巴马的前预算办公室主任彼得·R·奥扎格(Peter R. Orszag)告诉我的，公共政策加剧了、而非缓解了这一趋势。

尽管这种赢家通吃型的经济让社会上层阶级获得了财富，他们的纳税负担却得以减轻。尽管工会的法律权力得到削弱，且由财阀资助的智库不断提出有损工会的政策，对高管高薪的容忍度却在增加。在 20 世纪 50 年代，收入分配顶端阶层的边际所得税率飙升到 90%以上，这个数字在今天甚至会让民主党不寒而栗。同时，在 2009 年最富有的 400 个纳税人中，有六人没有缴纳任何联邦所得税，有 27 人只缴纳了 10%或更少。没有人缴纳的税款超过了 35%。

历史上，美国的社会流动性曾高过[欧洲](#)，且美国的左右两派都认为经济开放性是国家经济活力的重要来源。但最近的几个研究发现，今天的美国人比欧洲人更难脱离他所出生的社会阶层。加拿大经济学家迈尔斯·克拉克(Miles Corak)发现，随着经济不平等的加剧，社会流动性会降低——这一现象被白宫经济顾问委员会(Council of Economic Advisers)主席艾伦·B·克鲁格(Alan B. Krueger)称为“了不起的盖茨比曲线(Great Gatsby Curve)”。

创造了美国中产阶级的教育成就也停滞不前。超级精英阶层把无限的资源撒到子女身上，而公共学校却严重缺乏资金。这就是新的“完结”。精英教育愈发只是面对那些已经身处社会上层的人群。比尔·克林顿(Bill Clinton)和贝拉克·奥巴马(Barack Obama)把他们的女儿送进了高级私立学校；我也是这么做的。

美国的“完结”还以一种更为明显的方式呈现出来：经济规则在向社会上层阶级倾斜。今天的寡头统治者所实行的裙带资本主义远远比那时的威尼斯微妙，其运作方式主要有两种。

第一种就是让国家的稀有资源流向他们自己的方向。这就是米特·罗姆尼所发表的“47%的人依靠政府”这一言论的荒谬之处。事实上，正是位于经济金字塔顶层那些人，特别是最顶端的那部分人，最能有效地获取政府的支持——并让别人为此买单。

证据之一是2008年受到两党支持的、耗资7000亿美元的华尔街援助计划。证据之二是裙带关系人群的复苏。经济学家伊曼纽尔·赛斯(Emmanuel Saez)和托马斯·皮凯迪(Thomas Piketty)发现，在2009年至2010年的经济复苏期间，有93%的收入增长流入了纳税人中最富有的1%人口。其中最富有的0.01%把37%的上升收入据为己有，其家庭的收入增加幅度平均为420万美元。

裙带资本主义的第二个表现方式更为直接：公司和行业竭力为自己谋取的税收补贴、贸易保护和政府津贴。对两党来说，企业政策这块肥肉确实是饕餮大餐：绿色能源公司和医疗保险公司获利于这届政府，而石油和钢铁公司则受益于乔治·W·布什的政府(George W. Bush)。

当权者有进一步壮大实力的冲动，这不足为奇。竞争和公平的竞争环境对整个[社会](#)来说是好事，但对个体商家来说则意味着艰辛。沃伦·E·巴菲特(Warren E. Buffett)

深谙此道。“真正卓越的企业必须拥有持久的‘护城河’，以保护投入的资本赚取的丰厚回报，”他在2007年度的致[投资者](#)信中解释道。“尽管资本主义的‘创造性破坏’对社会大有益处，但它阻碍了投资确定性。”微软公司(Microsoft)试图通过排除竞争者来修筑自己的护城河，直至法庭禁止这一行径。甚至连苹果公司(Apple)这个从开放型[经济](#)中获益匪浅的企业也试图把自己研发的劣质地图应用程序强加给 iPhone 5 的消费者。

企业家乐意把自己塑造成自由市场经济的拥护者，但就像芝加哥大学布斯商学院(University of Chicago Booth School of Business)的经济学家路易吉·津加莱斯(Luigi Zingales)所言，“大多数游说活动都倾向于[商业](#)利益，而这些游说活动倾向于促进现有企业的利益，而不是倾向于培养一个真正自由和开放的竞争市场。”

在19世纪早期，[美国](#)是世界上最平等的社会之一。“我们没有贫民，”托马斯·杰弗逊(Thomas Jefferson)在1814年的一封信件中写到。对杰弗逊来说，这种平等是美国例外论的核心：“还有任何社会的条件比我们的现状更可取吗？”

但这一切都随着工业化而改变。富兰克林·D·罗斯福(Franklin D. Roosevelt)于1932年在联邦俱乐部(Commonwealth Club)的讲话中提到，工业革命的完成有赖于“一群[金融](#)巨头，他们的致富方式没有经过特别仔细的检查，他们因其成就而受到相应的尊崇，完全不考虑他们使用的是何种手段。”美国可能也需要拥有一些巧取豪夺的大亨；罗斯福说，美国应该“兼收并蓄”。

但当这些巨头们累积了财富和权力，当美国西部边疆的免费土地被占尽，这个国家面临着“完结”的威胁。正如罗斯福所言，“我们都知道机会的均等已不复存在。”反之，“如果我们现在还不是经济寡头统治，我们正在朝那个方向稳步前进。”

在今天的美国，富有阶层和社会其他阶层之间的差距比美国镀金时代(Gilded Age)以来的任何时候都要巨大。和过去一样，今天的巨头在寻求更大的政治发言权，以匹配自己的经济实力。和过去一样，如今最不可避免的危险是，他们会把一己私利和公共利益相混淆。财阀的政治崛起的讽刺之处在于，和威尼斯的寡头一样，他们威胁到了成就他们的体制。 作者是汤森路透数字版(Thomson Reuters Digital)的主编，也是《富豪阶层：全球超级富豪新贵的崛起和其他所有人的衰落》

(Plutocrats: The Rise of the New Global Super-

Rich and the Fall of Everyone Else)一书的作者。本文节选自此书。

LEFT CLICK

刘谦的魔术把韩国人都看傻了 朱伏生 提供

毫不动摇走中国特色社会主义道路

中国社会科学院中国特色社会主义理论体系研究中心

2012年10月29日

中国特色社会主义道路，是中国实现社会主义现代化和民族复兴的必由之路。胡锦涛同志在省部级主要领导干部专题研讨班开班式上发表重要讲话强调：“我们必须毫不动摇走党和人民在长期实践中开辟出来的正确道路，不为任何风险所惧、不为任何干扰所惑。”学习贯彻胡锦涛同志重要讲话精神，必须全面总结我们党领导人民探索社会主义道路的伟大成就和宝贵经验，及时澄清各种对改革开放和现代化建设的模糊认识和错误观点，不断增强走中国特色社会主义道路的自觉性和坚定性。

党领导人民进行的伟大历史性创造

翻开世界近现代史不难发现，西方大国的发展大多是通过对内剥削、对外掠夺乃至发动侵略战争实现的；一些发展中国家虽然在某个时期实现了经济快速增长，但出现了贫富差距拉大、社会矛盾加剧、生态环境恶化等严重问题。对于中国这样的社会主义国家来说，这两条道路都是不能仿效的。要改变旧中国积贫积弱、四分五裂、内忧外患的悲惨命运，实现国家富强、人民富裕和民族复兴，只能另辟新路。中国特色社会主义道路正是在波澜壮阔的革命、建设和改革的历史进程中，经过反复比较、艰辛探索才开辟出来的国家富强之路、人民幸福之路、民族复兴之路。 ... 华岳论坛 -

“<http://washeng.net>”

中国特色社会主义道路不仅是近代以来中国和世界历史发展的必然产物，而且是中

国共产党领导全国人民顽强拼搏、艰苦奋斗所创造的伟大成果。以毛泽东同志为核心的党的第一代中央领导集体，带领全党全国人民完成了新民主主义革命和社会主义改造，确立了社会主义基本制度，开始探寻适合中国国情的社会主义建设道路。党的十一届三中全会以后，以邓小平同志为核心的党的第二代中央领导集体带领全党全国人民实现了指导思想的拨乱反正和工作中心的转移，开启了改革开放新的征程，吹响了建设中国特色社会主义的时代号角，开辟了中国特色社会主义新道路。党的十三届四中全会以后，以江泽民同志为核心的党的第三代中央领导集体，在国内外政治风波、经济风险等考验面前，紧紧依靠党和人民，坚持改革开放、与时俱进，把中国特色社会主义伟大事业成功推向 21 世纪。党的十六大以来，以胡锦涛同志为总书记的党中央带领全党全国人民，顺应国内外形势发展变化，抓住重要战略机遇期，着力推动科学发展、促进社会和谐，在全面建设小康社会实践中把中国特色社会主义事业推进到新的发展阶段。 ... 华岳论坛 - "http://hua-yue.net"

中国特色社会主义道路来之不易、内涵丰富，凝结着几代中国共产党人带领人民不懈探索创新的智慧和心血。这条道路就是，在中国共产党领导下，立足基本国情，以经济建设为中心，坚持四项基本原则，坚持改革开放，解放和发展社会生产力，巩固和完善社会主义制度，建设社会主义市场经济、社会主义民主政治、社会主义先进文化、社会主义和谐社会，建设富强民主文明和谐的社会主义现代化国家。这条道路包含“一个中心、两个基本点”的基本路线，坚持和发展社会主义的根本任务，“四位一体”的总体布局。这三个方面相互联系，集中体现了新中国成立特别是改革开放以来我们党领导人民探索社会主义道路的重要成果，深刻揭示了中国特色社会主义的本质和规律。在当代中国，只有中国特色 社会主义道路而没有别的什么道路能够解决中国发展进步的问题。 ... 华岳论坛 - "http://washeng.net"

正确道路铸就举世瞩目的伟大成就

实践是检验思想理论是否科学的最终标准，也是衡量社会道路是否正确的根本尺度。中国共产党 90 多年艰苦卓绝的奋斗，新中国 60 多年翻天覆地的变化，改革开放 30 多年举世瞩目的成就，都验证了中国特色社会主义道路的强大生命力和巨大优越性。 ... 华岳论坛 - "http://hua-yue.net"

从经济建设看，我们建立和完善社会主义市场经济体制，形成公有制为主体、多种所有制经济共同发展的基本经济制度，形成按劳分配为主体、多种分配方式并存的分配制度，形成在国家宏观调控下市场对资源配置发挥基础性作用的经济管理体制。我们依靠自己的力量解决了十几亿人口的吃饭问题，建立了独立完整的国民经济体系，主要工农业产品的产量居世界第一，具有世界先进水平的重大科技成果不断涌现，生态文明建设不断推进，城乡面貌焕然一新。改革开放以来，我国经济保持了年均近 10% 的增长速度，目前国内生产总值居世界第二，人均国内生产总值超过 5000 美元，从低收入国家进入中等偏上收入国家行列，国家经济实力和综合国力大幅度提高。 ... 华岳论坛 - "<http://washeng.net>"

从政治建设看，我们大力发展社会主义民主政治，人民当家作主权利得到保障。我们坚持党的领导、人民当家作主、依法治国有机统一，人民依法享有广泛的自由、民主、人权，依法实行民主选举、民主决策、民主管理、民主监督。人民代表大会制度、中国共产党领导的多党合作和政治协商制度、民族区域自治制度以及基层群众自治制度不断完善，中国特色社会主义法律体系基本形成。爱国统一战线发展壮大，政党关系、民族关系、宗教关系、阶层关系、海内外同胞关系更加和谐。旧中国黑暗腐朽的政治面貌已经彻底改变，人民翻身做了国家的主人。 ... 华岳论坛 - "<http://hua-yue.net>"

从文化建设看，我们大力发展社会主义先进文化，人民日益增长的精神文化需求不断得到满足。社会主义核心价值观体系建设取得重大进展，群众性精神文明创建活动蓬勃开展，文化事业蒸蒸日上，文化产业空前繁荣，国家文化软实力不断增强。北京奥运会和上海世博会的成功举办，实现了中国人民的百年梦想，展现了中华民族昂扬向上的精神风貌。 ... 华岳论坛 - "<http://washeng.net>"

从社会建设看，我们大力发展社会事业，创新社会管理体制，社会和谐稳定得到巩固。就业规模持续扩大，全社会创业活力显著增强。城乡免费九年义务教育全面实现，高等教育规模、大中小学在校生数量居世界第一。城市人均住宅建筑面积和农村人均住房面积成倍增加。覆盖城乡居民的社会保障体系初步形成，公共卫生服务体系和基本医疗服务体系不断健全。人民生活实现了由温饱到总体小康的历史性跨越，学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居的理想正在变成现实。 ... 华岳论坛 -

“<http://hua-yue.net>”

从对外关系看，我们高举和平、发展、合作旗帜，奉行独立自主的和平外交政策，坚持走和平发展道路，坚持互利共赢的开放战略，推动建立公正合理的国际新秩序，在国际事务中发挥着重要作用，国际地位和国际影响显著提高。这与苏东剧变使这些国家陷入衰退、金融危机使资本主义世界经济低迷形成了鲜明的对比。... 华岳论坛 -

“<http://washeng.net>”

中国特色社会主义事业所取得的发展进步前所未有，所面临的矛盾和问题也世所罕见。我们必须清醒地认识到，建设和发展中国特色社会主义不会一帆风顺，必然会遇到各种各样的困难和风险。我国仍处于并将长期处于社会主义初级阶段，我国生产力水平总体上还不高，自主创新能力还不强，长期形成的结构性矛盾和粗放型增长方式尚未根本改变，城乡贫困人口和低收入人口还有相当数量，农村发展滞后的局面尚未改变，社会建设和管理面临诸多新课题，党和国家工作中还存在缺点和不足，人民群众还有不少不满意的地方。我们应从总体上看待中国特色社会主义所取得的成就和面临的问题，认识到成就是第一位的，是中国社会发展的主流；问题是第二位的，是在改革发展过程中出现的，也必须依靠改革发展才能解决。实践证明，中国特色社会主义是当代中国发展进步的旗帜，是全党全国各族人民团结奋斗的旗帜。我们决不能走封闭僵化、固守以往高度集中的计划经济体制的老路，也不能走改旗易帜、背离社会主义基本原则的邪路，只能走改革开放、促进社会主义自我完善和发展的新路。... 华岳论坛 - “<http://hua-yue.net>”

艰辛探索凝结弥足珍贵的历史经验

当前，国际形势风云变幻，国内改革发展任务繁重。我们必须倍加珍惜、始终坚持、不断发展中国特色社会主义道路的根本成就和基本经验，不断丰富中国特色社会主义的实践特色、理论特色、民族特色、时代特色，努力使中国特色社会主义道路越走越宽广。... 华岳论坛 - “<http://washeng.net>”

必须坚持科学社会主义基本原则同当代中国具体实际相结合。党的十七大报告指出，“中国特色社会主义道路之所以完全正确、之所以能够引领中国发展进步，关键在于我们既坚持了科学社会主义的基本原则，又根据我国实际和时代特征赋予其鲜明的中

国特色。”这精辟阐述了中国特色社会主义道路的本质特征及成功奥秘。这条道路坚持共产主义的最高理想和价值追求，坚持以工人阶级政党为领导核心，坚持以解放和发展社会生产力为根本任务，坚持共同富裕的目标，坚持以公有制和按劳分配为社会主义经济制度的基础，坚持以人民当家作主为社会主义民主政治的本质特征，坚持马克思主义在意识形态领域的指导地位，等等，体现了科学社会主义的精髓要义。同时，这条道路从当代中国的具体实际出发，坚持解放思想、实事求是、与时俱进，制定和实施社会主义初级阶段的基本路线、基本纲领和方针政策，赋予社会主义勃勃生机。中国特色社会主义道路是科学社会主义基本原则在当代中国的具体体现和创造性发展，是扎根于中国大地、适应时代潮流的科学社会主义。在当代中国，坚持中国特色社会主义道路，就是真正坚持社会主义。... 华岳论坛 - “<http://hua-yue.net>”

必须坚持社会主义基本制度同改革开放相结合。我们党领导人民干的是社会主义事业，必须坚持社会主义基本制度，同时要不断对不适应生产力发展的生产关系和上层建筑的某些方面和环节进行改革，完善社会主义体制机制。改革开放的一个重要目的，就是要推动我国社会主义制度自我完善和发展，赋予社会主义新的生机活力，建设和发展中国特色社会主义。我们党领导的改革开放之所以实现了目的和效果的高度统一，推动我国成功实现了从高度集中的计划经济体制到充满活力的社会主义市场经济体制、从封闭半封闭到全方位开放的伟大历史转折，就在于我们既坚定不移地坚持社会主义基本制度，抵制抛弃社会主义基本制度的错误倾向，又坚定不移地进行改革开放，探索建立调动全社会发展积极性的新体制机制，为我国经济繁荣发展、社会和谐稳定提供了制度保障和强大动力。... 华岳论坛 - “<http://washeng.net>”

必须坚持人民主体地位与党的领导相结合。人民群众是社会主义事业的主体力量和胜利之本，共产党是社会主义事业的领导核心。建设中国特色社会主义是人民群众的要求和党的主张的内在统一，是亿万人民群众自己的事业。我们必须始终坚持人民创造历史这一马克思主义科学原理，坚持党的群众观点和群众路线，把党的正确主张变成群众的自觉行动，坚持尊重社会发展规律与尊重人民主体地位的一致性，坚持为崇高理想奋斗与为最广大人民谋利益的一致性，坚持完成党的各项工作与实现人民利益的一致性，最广泛地调动人民群众的积极性、主动性、创造性，在充分发挥人民主体作用中体现党

的领导核心作用，为改革开放和社会主义现代化建设凝聚强大力量、提供根本政治保证。 ... 华岳论坛 - "http://hua-yue.net"

(执笔：邓纯东 罗文东 陈建波) 方焰 供稿

中译英 from Chinese to English

【纪念辛亥革命百年】

致四叔家信

董必武 作于 1911

重违庭训走天涯，不为功名不为家。

旋转乾坤终有日，神州遍种自由花。

Letter To Fourth Uncle

东山译 (1965 届)

Violating our ancestors' mottoes I'm far away from hometown,

Not for fame, nor for the well-being of the one family of ours.

The day will come when Heaven and Earth is turned upside down,

All over the divine land will be planted freedom flowers.



【作者简介】

董必武（1886年3月5日—1975年4月2日），原名董贤琮，又名董用威，字洁畲，号壁伍。湖北黄安（今红安）人。中华人民共和国开国元勋，中国共产党和中华人民共和国的第一代主要领导人之一，曾任中华人民共和国副主席、代主席、全国人大常委会第一副委员长、最高人民法院院长及中国共产党中央监察委员会书记。1975年4月2日在北京逝世，终年90岁。

1903年考取秀才。1905年考入湖北“文普通”学堂，1910年毕业，获清朝学部授予的拔贡学衔，后在黄州任教员。1911年参加了辛亥革命，同年加入中国同盟会。1914年考入日本东京“私立日本大学”学习法律，同年在日本加入孙中山创立的中华革命党。1915年5月回国从事反袁活动，曾两次被捕入狱。1916年出狱后再赴日本。1918年回国，参加护法运动。1919年在上海参加了五四运动，其后创办武汉中学。1921年7月出席中国共产党第一次全国代表大会，他是武汉小组代表。随后建立和发展湖北省的党组织，任中共武汉区委委员，湖北民运部部长，湖北省委委员。第一次国共合作时领导筹建了国民党湖北省党部，并任湖北省国民党工作委员会主任，国民党中央候补委员。

1928年赴莫斯科中山大学、列宁学院学习。1932年回国，之后历任中共中央党校校长，中央党务委员会书记，中央工农民主政府执行委员，最高法院院长，工农检察委员会副主任。1934年10月参加长征。到陕北后，任中共中央党校校长，陕甘宁边区政府代理主席。抗日战争时期和抗战胜利后，是中国共产党同国民党谈判的代表之一。1945年代表解放区参加旧金山联合国制宪会议。曾任中共中央南方局副书记，中共重庆工委书记，中共中央财经部长，华北局书记，华北人民政府主席。

英译中 from English to Chinese

We make a living by what we get, we
make a life by what we give. -- Winston Churchill

用所得维持生活，用所与造就人生-- 邱吉尔

谷雁翔 译

LEFT CLICK

绚丽的大自然

Planet EARTH

来函转载

有网络骗子用你的名义来群发信件, 邮箱地址是 talktowv@live.com, 如下:

My Family and I are currently on vacation to London and we got mugged last night in an alley by a gang of thugs on my way back from shopping, everything i had on me including my cell phone, credit cards were all stolen, quite honestly it was beyond a dreadful experience for me but looking on the bright side i was not seriously hurt or injured and i am still alive so that is whats important.

I've reported to the cops here and canceled all my cards, it appeared I had acted quickly enough or they almost would have succeeded in cleaning out my bank account. I'm really having some difficulties clearing my hotel bills and also need to pick up a voucher ticket at the counter for us to catch a flight back home in a couple of hours.

I was wondering if you could please loan me some money pending when i get things straighten out and I promise to refund as soon as we arrive home safely. All i need to get back is 💎2,000 Euros

Write me back and let me know how soon you can get it to us asap.

Regards, Vicent

若干天后, 我又收到了一 email, From: United Trust Bank London UK。SUBJECT: REF: INSTRUCTION TO CREDIT YOUR ACCOUNT WITH SUME OF US \$ 17000,000, 哈哈, 发财了, 但恐消受不起, 没有打开此 email。Vincent

LEFT CLICK

音乐欣赏

大提琴独奏

沈泽洵

Johann Sebastian Bach, Suite No. 5 in C minor, BWV 1011, Courante (Zexun SHEN)

纽约飓风亲历记

<http://blog.wenxuecity.com/myblog/27715/201211/2693.html>



家门前被大风折断的树

LEFT CLICK

每周欣赏

<http://ourenglish.org/wuyusheng/Weeklyphotos59-0812.html>

梦幻漓江

<http://ourenglish.org/Jinlong/GuangxilijiangRiver.html>

转载

冰冻柠檬有助於提高你的健康

將檸檬洗淨後放在你冰箱的冷凍庫裡。檸檬被冰凍後，用刨絲器，將整個檸檬（無需剝皮）切絲，將它灑在你的食物上。撒在蔬菜沙拉上，灑在霜淇淋上，灑在湯、麵條、義大利麵條醬、大米、壽司、魚菜上。灑在所有的食物上。你會意外地發現有一個美妙滋味，這是你可能從來沒有嚐過的美味。

最有可能的是，你想到檸檬時只想到檸檬汁和維生素 C；但是，現在不一樣了。你已經意識到會有這一點檸檬的秘密了，你甚至還可以把檸檬用於速食麵。使用整顆檸檬除了防止浪費和增加你的菜新口味外，最主要優點是什麼？哦，你看，檸檬皮比檸檬汁中，含有更多的維生素高達 5 至 10 倍。是的，這就是你一直在浪費的。但是，從現在開始，用下面這個簡單的程式冰凍整棵檸檬，然後灑在你的菜上，你就可以用到了所有的這些營養成分，並從而獲得更好的健康。這真的是不錯，檸檬皮還是消除體內毒素的回春劑！所以，把你的檸檬洗淨放進你的冰箱，這是一個關鍵，它使您的食物更美味，使你能活得健康、更長壽。這是檸檬秘密！晚知道檸檬這一令人驚訝的好處，總比不知道到好！檸檬（柑橘）是一個神奇的產品，還可用來殺死癌細胞。這要比化療強一萬倍。我們為什麼會不知道呢？因為有藥廠在它製造藥品，這會為他們帶來豐厚的利潤。

現在，您可以幫助有需要的朋友，讓他/她知道，檸檬汁有利於預防疾病。而且，它的味道是不錯的，也不需要可怕的化療治病。保持該秘密，不知道會有多少人死亡。所以，保密才不會危及藥廠的億萬利潤？正如你所知道的，檸檬樹有檸檬和酸橙兩個品種。你可以不同的方式吃其水果：你可以吃果肉、果汁、飲料，果汁冰糕、糕點等……，相信它還有許多優點，但最有趣的是它產生的效果可以消除囊腫、腫瘤。檸檬可以抑制所有類型的癌症。它也被認為可以對抗細菌感染和真菌，可以有效防止寄生蟲和蠕蟲，它還可以調節過高的血壓、抗抑鬱、抗壓力和神經紊亂。這個信息的來源是很迷人的：它來自世界最大的藥廠。自 1970 年以來的 20 多個實驗室測試，其提取物顯示，它可以破壞 12 種癌症的惡性細胞，包括結腸癌、乳腺癌、前列腺癌、肺癌和胰腺癌...，這種樹的成份顯示，其療效 10,000 倍的優於 Adriamycin（阿黴素的產品），通常可用於化療，減緩癌細胞生長的作用。更驚人的是：檸檬粹取物可治療這上述類型的惡性腫瘤細胞，但它不影響健康的細胞。 謹祝諸君 平安、幸福、快樂、健康！

在线阅读

<http://ourenglish.org/wuyusheng/Readonline110412.html>