



南 荷 华 雨

STICHTING CAI HONG

Regenboog Stichting

Stichting Cai Hong (Regenboog stichting) is een vrijwilligersorganisatie met als doel het bevorderen van multiculturele contacten binnen de Chinese gemeenschap in Brabant in de meest brede zin van het woord.

Colofon:

Redactie
Stg. Cai Hong
Hogeweg 12
5411 LP Zeeland

Phone:
+31 (0) 486451558
Fax:
+31 (0) 486452793
Email:
chi@tcm-ccmc.nl

www.tcm-ccmc.nl
www.caihong.nl

U kunt adverteren in dit nieuwsblad. Wilt u dit neem contact op met onze redactie.

In deze editie:

- * 1ste Zhong congres
- * 12de Wereld Chinese Literatuur symposium
- * Chin.-Ind. Restaurant
- * Gezondheid
- * Int. Chinese schrijvers
- * Katharina Luther

Samenstelling en eindredactie:
Chi Lianzi & Mark Opheij

主编:
池莲子
马克-欧普海(荷文)

荷兰中医协会Zhong, 首届国际学术研讨会 Het eerste TCM Congres van ZHONG/Stg.CaiHong



Eerste TCM Congres van Zhong in NL

25 en 26 mei j.l. was er het eerste door Zhong, met internationale gasten, georganiseerd congres gericht op TCM in de Westerse cultuur in Noordwijkerhout. Er waren 8 sprekers aanwezig die elk een aspect uit de TCM onder de aandacht brachten. Onder meer werd er gesproken over de zelfhelende werking die uitgaat van de beoefening van Tai Chi en QiGong; de 5 elementen van voeding volledig proeven en beleven; waarom sommige mensen langer leven dan anderen; de YiJing als hulpmiddel bij diagnostiek en 3 technische lezingen. Het thema van al deze lezingen was Longevity (lang leven). Dit congres was georganiseerd in het kader van 25 jaar Zhong. Begonnen met een 30-tal TCM-



therapeuten en nu later vertegenwoordigen ze er al bijna 900. Dit aantal groeit nog elke maand. Dit congres trok zo'n 300 belangstellenden en niet alleen uit Nederland

荷兰中医协会 Zhong, 第一次举办国际学术研讨会: (上照片左二 梁恩贵教授, 左三石宝顺 推拿专科医生.等同仁.)

今年是全荷中医协会成立25周年, 5月25-26日, 荷兰zhong协会, 成功举办了第一次国际学术研讨会。参加这次研讨会的人员, 来自欧洲各国, 主要以荷比卢地区为主, 近300人。80%的参会人员, 即西方人士。而这次学术演讲主题: 中华传统中医学; 针灸, 推拿, 中药; 及传统中医治疗核心理念; 辩证治疗的渊源, 易医与道医的精髓。这次研讨会, 内容丰富, 由浅到深, 使大部分参会者深受启发。Zhong 是受荷兰国家卫生部认可的“中医协会”之一, 并受保险公司接纳保险, 25年来, 从10多位创会人员到至今已发展到800多位会员, 目前正朝着更加专业化, 学术化, 及临床经念为见证的方向行进。

Jing Lian Tai Chi School en Stichting Cai Hong (door Lambèr)

Op zaterdag 30 juni wordt het einde van de voorjaarscursus 2018 gevierd. De zon staat al te schijnen en deze nacht was het volle maan. De zomer-volle maan geeft extra energie en kracht aan de aarde en haar natuur. Een prachtig moment dus, hier in het Bevrijdingspark bij de Witte Boerderij in Uden. Om 9 uur wordt begonnen met het opbouwen van de thee-tent, waar we ook direct schaduw en koelte kunnen vinden. Om 10 uur zijn ongeveer twintig mensen bijeen; zowel cursisten, enkele familieleden en een paar nieuwe gezichten, die we uiteraard allemaal hartelijk welkom heten. Chi spreekt haar gastvrije woorden en dan begeleidt ze ons in de schaduw van de bomen in een gedeelte van de QiQong-oefeningen. Iedereen staat op het grasveld en doet overtuigend mee. Berry neemt ons mee in de Tai Chi 6-vorm en de dito 24-vorm. Wat is het aangenaam om in de openlucht te kunnen oefenen. **Bedankt Lambèr & Berry, Voor deze open les 荷兰“彩虹”中西文化交流中心 - 静莲太极学校, 6月30日, 在UDEN 举办 太极 open les活动!**



莫言 东京演说 Muo Yan –Speech in DongJing /白舒荣新书发布

莫言-在东京评击今天社会怪像的演说非常精彩

(原文稿, 忠扬 发件 From Shingapuo)
这个社会贫富差别已经象杜甫诗中描述的“朱门酒肉臭, 路有冻死骨”一样了。

富人们富的太富了, 一个戏子一年收入上亿元, 钱多的不知道如何花。而许多老百姓生活不了, 买菜的钱都没有, 靠捡菜叶过冬。

(Muo Yan)



今天看到诺贝尔文学奖获得者莫言在东京演讲的内容非常好：

“我们要用我们的作品告诉那些有一千条裙子, 一万双鞋子的女人们, 她们是有罪的；

“我们要用我们的作品告诉那些有十几辆豪华轿车的男人们, 他们是有罪的；

“我们要告诉那些置买了私人飞机私人游艇的人, 他们是有罪的, 尽管在这个世界上有了钱就可以为所欲为, 但他们的为所欲为是对人类的犯罪, 即便他们的钱是用合法的手段挣来的。

“我们要用我们的文学作品告诉那些暴发户们、投机者们、掠夺者们、骗子们、小丑们、贪官们、污吏们, 大家都在一条船上, 如果船沉了, 无论你身穿名牌、遍体珠宝, 还是衣衫褴褛不名一文, 结局都是一样的。

“我们应该用我们的文学作品向人们传达许多最基本的道理：譬如房子是盖了住的, 不是用来炒的；如果房子盖了不住, 那房子就不是房子。

“我们要让人们记起来, 在人类没有发明空调之前, 热死的人并不比现在多。在人类没有发明电灯前, 近视眼远比现在少。在没有电视前, 人们的业余时间照样很丰富。有了网络后, 人们的头脑里并没有比从前储存更多的有用信息；没有网络前, 傻瓜似乎比现在少。

“我们要通过文学作品让人们知道, 交通的便捷使人们失去了旅游的快乐, 通讯的快捷使人们失去了通信的幸福, 食物的过剩使人们失去了吃的滋味, 性

的易得使人们失去恋爱的能力。

“我们要通过文学作品告诉人们, 没有必要用那么快的速度发展, 没有必要让动物和植物长得那么快, 因为动物和植物长得快了就不好吃, 就没有营养, 就含有激素和其它毒药。

“我们要通过文学作品告诉人们, 在资本、贪欲、权势刺激下的科学的病态发展, 已经使人类生活丧失了许多情趣且充满了危机。

“我们要通过文学作品告诉人们, 悠着点, 慢着点, 十分聪明用五分, 留下五分给子孙。

Muo Yan's commentaar op het sociale beeld van vandaag tijdens een lezing in Tokio is heel opwindend.

Het verschil tussen de rijken en de armen in deze maatschappij is hetzelfde als beschreven in het gedicht van Du Fu: "Jinmen's vlees, vlees ruikt en de weg heeft bevroren botten."

Rijke mensen zijn te rijk, de een verdient meer dan 100 miljoen yuan per jaar en weet niet hoe het te besteden. Terwijl veel mensen niet kunnen leven van het geld dat ze krijgen..

Nobelprijswinnaar Muo Yan gaf over het bovenstaande een indrukwekkende speech af in Tokio.

"Vrouwen wordt vertelt duizenden kledingstukken en schoenen te moeten hebben. Ze zijn schuldig?

"Mannen wordt vertelt steeds meer en luxere auto's te bezitten. Ze zijn schuldig?

"We vertellen mensen steeds meer en meer te moeten bezitten. Zijn ze schuldig? Mensen met al het geld in de wereld doen wat ze willen dat is een misdaad tegen de menselijkheid. Zelfs als hun geld een legitiem betaald middel is voor wat ze er mee doen."

"We moeten onze literatuur gebruiken om die parvenu's, speculanten, plunderaars, oplichters, clowns, corrupte ambtenaren, ambtenaren voor te lichten. We zitten allemaal in hetzelfde schuitje. Als het schip zinkt gaan we er allemaal aan of je nu merknamen en juwelen draagt of niet."

"We moeten onze literaire werken gebruiken om de mensen de vele basisprincipes mede te delen."

《海上明月共潮生》—白舒荣新书发布

以美华著名作家、欧洲华文作家协会创会会长赵淑侠女士, 洋洋洒洒数百字高度评价白舒荣:

我漂泊海外已近一甲子, 做得好好的

设计师忽然半途而废, 写起文章来。整个文学生涯在他乡完成, 跟两岸文学界都没渊源, 也不属于的任何文学派系和圈子, 那时我居住的瑞士, 就我一个华文作家, 像个被遗弃的孤儿, 单打独斗的, 确实有[落单]之感, 但相对的也享受到空前的自由。当时海峡两岸壁垒分明, 互不来往, 我却我行我素的, 返回大陆寻根。结交起大陆朋友。(赵淑侠近影)

80年代中期, 我每隔一两年就跑趟大陆, 认识不少文友, 与白舒荣相识亦就在那个时期。记得她仿佛负责甚么工作,

还主编一份刊物。当时她给我的印象是有文采, 能干。在那个年代, 大陆上还不讲究时尚, 帅气等等, 她却穿流行衣裙, 脚登高跟鞋, 令我感到亲切又顺眼, 于是成了朋友。1991年我于欧洲各国找到64位文友, 在巴黎成立(欧洲华文作家协会)后, 她表示支持与鼓励, 在主编的杂志上给出(欧华专辑), 是欧华作协会员首次集体走出欧洲, 登陆发表作品。白舒荣的新书[沧海明月共潮生]只看目录便知, 五湖四海, 世界各洲, 她结识了多少文友! 可以说, 与每一位文友的交往, 都是她人生中的新篇章, 也是工作心得——她的工作便是联络中国大陆以外的华文作家。在这方面, 她经验够丰富, 成就斐然。诚如舒荣自己所说: [友谊是一种相互吸引的感情, 可遇而不可求。有了朋友, 生命才显出它全部的价值。]。她交朋友态度诚恳, 情感真挚, 所以获得相同的回报。



这应是一本可读性高, 传记性强, 记述文坛人物真实情境的奇书。

白舒荣女士近照
Lnks, Shu Rong -Bai

Het 12e Wereld Chinees Literatuur Symposium

vindt plaats van 14 tot en met 17 december 2018 in de Indonesische hoofdstad Jakarta. Su Yangdai heeft een grondige kennis van het maken van miniatuurromans. U bent van harte uitgenodigd om de conferentie bij te wonen en papers in te dienen voor speciale gasten.
Thema van de conferentie: "Dialog met de veranderende wereld, vanuit het microscopisch perspectief op de wereld"

第12届世界华文文学研讨会

定于2018年12月14-17日于印尼首都雅加达召开，素仰台端在微型小说创作方面造诣深厚，诚邀您为特邀嘉宾拨冗与会并提交论文。
会议主题：“与变迁世界对话，从微小透视世界”

议题：

- 微型小说的社会性
- 微型小说与人性
- 微型小说与生命感悟
- 微型小说表现的形式和技巧

论文截稿日期：2018年7月31日。

会议日期：2018年12月14-至17日。

(附会议议程)

会议地点：Yello Hotel, Hayam Wuruk Jakarta。

特邀嘉宾免收会务费及食宿费；自费嘉宾酌收收取食宿费USD.250,-/人，国际旅费自理。大会统一安排双人标准间。与会代表如要求安排单间，请提前在回执中告知会务组，单间每晚加付美金35元。大会欢迎代表随带作品与会交流，并欢迎代表在会后将作品捐赠给泰国华文作家协会)

第四届浙江大学研究生国际暑期学校

“首届浙江大学中文学术前沿论坛”

邀请函

为进一步推动全球中文学术的发展，加强东西方大学研究生之间跨学科跨文化跨语际的学术交流，培养多元文化视野的青年学人，浙江大学人文学院拟于2018年7月28日-31日，在中国杭州召开“首届浙江大学中文学术前沿论坛”国际学术研讨会。

会议报到时间为7月27日，正式会议为7月28-29两天，7月30号参观考察浙江乌镇，7月31日离会。会议期间住宿、饮食及文化考察等费用均由大会负责，来往交通由参会者自行承担(会议回执在第二页)。

一、会议总议题：文化自信与全球中文学术现状

分议题(供参考)：

1. 一带一路与中文学术发展的关联研究
2. 全球中文学术的理论探讨与学科建设
3. 全球中文文学的历史沿革和最新发展
4. 全球中文语言、教育及翻译的相关研究

二、报到时间与地点

1. 报到时间：7月27日全天
2. 报到地点：浙江大学西溪校区西溪宾馆(杭州市西湖区保俶北路1号)

三、论文提交事宜等

为了及时将会议论文打印成册，请于7月20号之前，将论文电子版发给大会，论文格式符合一般学术期刊标准即可。论文及会议报告中、英文均可。

不尽事宜，请与大会负责人金进研究员联系(电邮：chsij@zju.edu.cn，电话：[15858235887](tel:15858235887))。浙江大学人文学院

2018年6月15日

De 4e Uitnodigingsbrief

Om de ontwikkeling van de wereldwijde Chinese academie verder te bevorderen zal de interdisciplinaire en interculturele, intertalige academische uitwisseling tussen postuniversitaire studenten van oosterse en westerse universiteiten worden versterkt en zullen jonge wetenschappers met multiculturele perspectieven worden gecultiveerd. Deze bijeenkomst plaats op de School of Humanities van de Universiteit van Zhejiang 28-31 juli 2018. Dit is het eerste internationale academische symposium over het "Foreign Forum on Chinese Studies" in Zhejiang University in Hangzhou, China.

王秀峰- 佛子 (China)

每一片落叶，都是返乡的游子
作者 赵成武

秋风一吹，他们就想家了
每一片落叶，都有一双凝视故乡的眼睛

在风中，他们一定听见了什么声音
是什么声音，让他们
如此决绝，如此奋不顾身
每一片叶子，毅然踏上回乡的旅程

他们急不可待地跳下枝头
像跳下一辆日夜奔袭的长途汽车
在秋风中，寻找亲人的身影
故乡屋顶袅袅的炊烟
岸边芦花举着漂白的乡音

每一片落叶，都是返乡的游子
所幸的是，即使他们再忙
一接到秋风的通知
在这个铺满露水，月色和霜雪的清晨
路上走着，那些匆匆回家的人

作者佛子 简评

每一个成熟的诗人，都有自己的成熟的风格。诗人赵成武的风格是独特的。他使用现代汉语系统常用的文字，塑造独特的意

象，表达自己的这一个独特的思考和体悟。用通俗易懂的语言文字表达独特的意境意象。既极具“个性”又表达了“共性”，既诗意盎然又可感可知。诗句出自作者本人的心灵更能打动读者的心灵。他的诗带着生命的体温，有血有肉有感情，不生涩，不拗口。读来给人思想的启迪，美好的享受。

写诗的过程就是立意，构思，表达三个步骤。作者三方面的能力都十分成熟。本诗立意高雅。作者用落叶比喻返乡的游子。表达了游子的心声和思乡之情。构思巧妙。通过描述落叶表现游子思乡，归乡急切之情。表达顺畅。作者熟练驾驭文字塑造意象表达自己思想和感情。

“秋风一吹，他们就想家了，每一片落叶，都有一双凝神故乡的眼睛”。形象生动，栩栩如生。

“在风中，他们一定听见了什么声音”。落叶一定是听到了故乡的召唤。于是，“如此决绝，如此奋不顾身，毅然踏上回乡的旅程”。

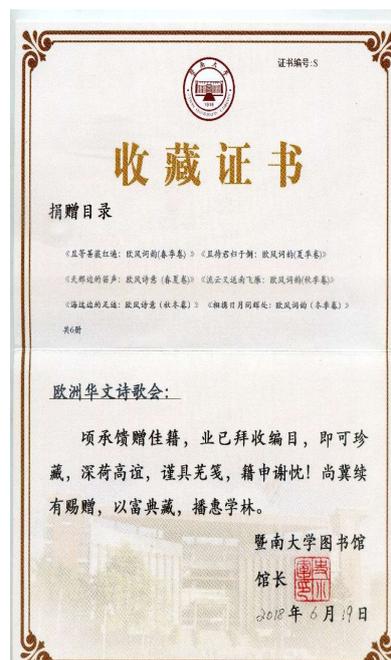
“他们急不可待地跳下枝头，像跳下一辆日夜奔袭的长途汽车。”多么形象，多么生动活泼的文字啊！文字在诗句中恢复了活力和生命，诗意盎然。

“在秋风中，寻找亲人的身影，故乡屋顶袅袅的炊烟，岸边芦花举着漂白的乡音”。抓住典型事物，诗意地表达。

游子和落叶一样
欧洲华文诗歌会，6月19日获收暨南大学图书馆“收藏证书”。

欧华闻讯：欧洲华文诗歌会

会长，德国 穆紫荆 女士，近期收到，中国暨南大学 图使馆颁发的“收藏证书”



Info. Het Chinees Indisch Restaurant 中印尼餐馆 在荷兰的趋向 / 侨社活动

Het Chinees Indisch Restaurant

In de vroege 20ste eeuw kwamen er de eerste Chinese restaurants in Rotterdam en later ook in Amsterdam. Deze waren voornamelijk voor en gericht op Chinezen die met de schepen aanmeerden in Nederland of er woonden. Na de tweede wereldoorlog, met de komst van de migranten van Nederlandse en Indische herkomst, kwamen er meer en meer Chinese restaurants in Nederland bij. Allereerst in de grote steden en later in zowat elke plaats in Nederland. De bijzonderheid was wel dat dit geen typisch Chinese restaurants waren maar Chinees Indische en dat het eten aangepast was aan de smaak van de Nederlander. Indisch en Chinees eten was voor de Nederlander te gekruid en, zeker Indisch eten, te pittig.

In de jaren 70 en 80 komen er heel veel van deze Chinees Indische restaurants in Nederland. Op het hoogste punt zijn er bijna 2000. Nu zijn het er nog ongeveer 1000 en het aantal daalt nog steeds. Dit komt niet alleen omdat de Nederlander uitgekeken is op 'De Chinees' maar vooral ook omdat er veel meer keuze is en de smaak van de Nederlander zich aangepast heeft. Een aantal van deze Chinees Indische restaurants zijn overgegaan op andere concepten: all-you-can-eat, wok-restaurant of sushibar, om te overleven.

Een ander probleem voor de Chinese en Chinees Indische restaurants is dat de jongste generaties geen zin meer hebben in het harde bestaan van restauranthouder. Zij kiezen voor andere beroepen die beter bij hun interesses en mogelijkheden passen. Waardoor het aantal restaurants verder zal afnemen in Nederland. De restaurants die overblijven zullen zich verder specialiseren en echte specialiteiten restaurants. Die overlevende Chinees Indische res-



taurants zullen uiteindelijk zelf ook een specialiteiten restaurant worden.

中印尼餐馆 在荷兰的趋向

20世纪初,第一批华人抵达鹿特丹,阿姆斯特丹。西域开始有了中餐馆的出现。当时主要方便那些与荷兰船只停泊或居住在那里的华人。第二次世界大战后,随着荷兰和印尼籍移民的到来,荷兰的中印尼餐馆越来越多。首先在大城市,后来几乎在荷兰的每一个地方。其特点是这些餐厅不是典型的中国餐馆,而是中国印尼餐馆,而且食物适应了荷兰人的口味。印尼和中国食物对荷兰人来说太辣了,尤其是印尼的食物太辛辣了。

在70年代和80年代,荷兰有很多这样中印尼餐馆。曾经发展到将近2000个,而进入21世纪后,尤其是近十年来,

中印尼餐馆逐渐减少,现在大约有1000个,而且数量还在下降。这并不是全部,因为荷兰人期待'De Chinees',但特别是因为有更多的选择和荷兰人的口味已经适应。许多这些中印尼餐馆已经转向其他概念:适应西方年轻人口味;炒锅餐厅或寿司吧,或薯条店等,以求生存。

在荷兰中印尼餐馆面临的另一个问题是,华人的最年轻一代,不再希望自己是成为,继承父辈的“中印尼餐馆的老板,他们选择更适合其兴趣和可能性的其他专业。结果,荷兰的餐馆数量将进一步减少。剩下的餐厅将专营更多真正的特色餐厅。那些幸存的中印尼餐馆最终,将自己成为一家特色餐厅。

荷兰欧洲侨爱基金会换届

荷兰一个很有特色的以慈善为己任的社团欧洲侨爱基金会,6月25日晚上在乌特勒支大众美食总汇举行了换届及慈善拍卖仪式,汤旭俊就职出任新一届的会长。基金后的会员,以及荷兰、



比利时、德国、卢森堡等国友好社团600人参加了就职典礼。中国驻荷大使馆领事部主任蒋华、秘书袁春华和茹建春等,以及由浙江海宁县委政协副主席吴关佳率领的浙江省海宁代表团也应邀参加了荷兰侨界这一盛会。

荷兰的欧洲侨爱基金会自2009年成立以来,团结荷兰妇女侨胞,确立了是一个以秉承中华民族团结互助、扶贫济困传统美德、热心公益事业、积极参与慈善活动的团体,从当初创会的数名“爱心妈妈”,渐渐成为荷兰一个很有影响力的慈善捐助团体,也是荷兰侨界团结和谐的表率,受到历任驻荷大使和国内有关部门的肯定和赞扬。(摘自 荷乐网 剪辑)

中医推拿专家 石宝顺教授,

为了深入传播中医文化技艺在欧洲地区的健康发展,并根据本地区中医爱好者的要求,荷兰彩虹中西文化交流中心将在今年九月底,将在荷兰东南部-彩虹活动中心-太极学校举办短期的推拿教学,演练学习班。因此特地聘请荷兰中医界知名推拿教授-石宝顺来授课。石宝顺教授,中医推拿专家,荷兰中医推拿第一人,原先后就职于中国中医研究院,骨伤科研究所,主要擅长推拿,治疗偏头痛,颈椎病,网球肘,腰椎间盘突出症等等扭伤病症 (“彩虹中心”是一个义工服务的文化交流机构)

Professor Shi Baoshun, een bekende TCM-expert, in Nederland. Hij werkte oorspronkelijk aan de Chinese Academie voor Traditionele Chinese Geneeskunde, het Instituut voor Orthopedie en Traumatologie, voornamelijk bezig met massage, behandeling van migraine, cervicale spondylose, tenniselleboog, lumbale hernia en andere verstuikingen. CaiHong organiseren een TuiNa Cursus in laatste week van sep 2018, in Centrum van CaiHong te Zeeland. Voor meer info. kunt u bellen of mailen: resp. 0486-451558 / caihong.nl ("Stg. Cai Hong" is een cultureel uitwisselingscentrum door vrijwilligers.)

WIE SCHRIJFT VOOR ONS EEN LEUK ARTIKEL? U? CAI HONG DAAGT U UIT !!!

本报为纯文化, 文学等交流刊物, 发向世界供稿!

欢迎, 对中西文化交流感兴趣的同仁给我们供稿, 我们将争取两种语言刊用, 谢谢, 彩虹《南荷华雨》编辑部 荷兰

TCM Gezondheid/ 女性保健，夏天的饮食

女性保健常识

有些人脚跟裂，脚茧厚，久而久之就得了关节炎。不光腿不舒服全身都不舒服，而且吃得营养不吸收，恶性循环又缺钙、腰酸腿软、腿抽筋。酸困、晚上躺在床上睡不着。

坐月子、做人流受寒的人，后期出现偏头痛、严重者半身麻木血脂粘稠的人就会出现头晕，严重者偏瘫、脑溢血，加上这个人爱生气就会出现脑梗塞、这都跟我们的



血稠有关系。卵巢功能下降，分泌的雌激素不均匀，这个人就得乳腺小叶增生。

爱生气的得乳房肿块纤维瘤；爱吃避孕药的人再严重以后就会转为乳腺癌，根治不了的就蔓延成了子宫癌、卵巢癌。

有的乳房胀痛去医院检查又没有毛病，一定要小心了，因为这是毛病出现在子宫和卵巢下面，当子宫和卵巢有问题时顺着冲脉上行的气血是有问题的，在乳根部位它就形成堵塞，当你不治时乳腺就有问题了。

卵巢有炎症有囊肿的人，脸颊就长斑，所以说脸是女人的健康地一面镜子，也是五脏六腑、子宫、卵巢的一面镜子。

皮肤黄了贫血，那个部长斑相对应的那个部位就会出现问題，所以市面上很多爱美的女人花钱去做外部去斑。去得掉吗？因为她体内有炎症，垃圾毒素很多，所以外部是去不掉的。

Sommige vrouwen hebben last van de hie-
len *Rozenthee met gember is een goed drank na een bevalling of tijdens de menstruatie. Eventueel met een beetje bruine suiker.*

voeten, ze voelen zich steeds meer gebroken waardoor ze zelfs artritis kunnen ontwikkelen. Deze ongemakkelijke benen en een oncomfortabel lichaam zijn een voorteken dat voedingsstoffen niet opgenomen worden. Hierdoor ontstaat er een vicieuze cirkel want onder andere calciumgebrek geeft lichte rugpijn en krampen in de

benen. Maakt slaperig maar houdt je 's nachts wakker in bed.

Vrouwen moeten in de eerste maand na de bevalling zo min mogelijk koud eten en drinken. Problemen die onder andere daardoor ontstaan zijn later zeer lastig ongedaan te maken. Mogelijke problemen zijn koude handen en voeten maar ook migraine. Ook wordt door onvoldoende rust in deze eerste maand de baarmoeder zwakker en word de bloedenergie negatief beïnvloed.

Stress bij vrouwen kan van invloed zijn op de ontwikkeling van borst-, en baarmoeder(hals)- en eierstokkanker.

In een aantal gevallen is er bij problemen met de borsten als gevoelloosheid, extra doorbloeding of duidelijk zichtbare aderen iets aan der hand met de baarmoeder of de eierstokken. Bij twijfel kun je dan beter dat goed laten onderzoeken. Er is dan een energetische blokkade in de vrouwelijke onderdelen van het lichaam.

Het gezicht is een spiegel voor het lichaam. Zo kun je ovariumcysten aflezen aan het voorhoofd. Ook de andere inwendige organen zoals de baarmoeder en eierstokken zijn zichtbaar in deze spiegel.

Bij bloedarmoede is de huid gelig tot wit. Dit moet je niet proberen te verbergen met make-up maar juist aanpakken. Het lichaam vertelt je dat er iets niet in orde is en door het aanbrengen van make-up kunnen afvalstoffen het lichaam minder goed verlaten. Treedt op bij bloedarmoede in plaats van het weg te stoppen.

夏季养生注意饮食：

1多吃粥

在炎热的夏季，人的肠胃因受暑热刺激，功能会相对减弱，容易发生头重倦怠、食欲不振等不适，重者还会中暑。因此，夏季喝消暑**保健**粥则是饮食调理措施之一，



如绿豆粥、金银花粥、薄荷粥、莲子粥、荷叶粥、莲藕粥等。

2多喝汤

当人出汗比较多，体液损耗比较大的时候，多喝汤既能及时补充水分，又有利于消化吸收。简单易学的“防暑汤”如山楂汤、绿豆酸梅汤、金银花汤、西瓜翠衣汤等。

3多饮茶

研究人员对炎热天喝温茶水和喝饮料的两组人员的测定表明，温茶能降低皮肤温度1-2度，而冷饮只能使口腔周围变冷；喝茶者感觉清凉舒适，渴感全消，而喝冷饮者，周身不畅，渴感未消。如能在温茶中适当加点盐，以弥补出汗过多而丢失的盐分，对预防中暑更有裨益。

4多吃青菜



天热湿气重，人们一般都喜欢吃清淡味鲜而不油腻的食物，而青菜既有这种特点，又含有丰富的**维生素**和矿物质。所以，应尽量多吃青菜，如各种豆类、瓜类、小



白菜、香菜等。既可以凉拌生吃，也可放少许瘦肉丝炒熟吃。

5多吃瓜果

瓜果汁多味甜，不仅生津止渴，也能清热解暑。西瓜味甜多汁性凉，是消暑解渴的瓜类之首。

如果大家夏天容易感觉疲劳无力，身体想要晕倒，这就是中暑的迹象。大家日后一定要注意饮食选择，多吃流食和青菜**水果**，为身体消暑排毒，补充营养物质与无机盐。

世界華文作家交流協會主辦

心水散文集發佈會蓋冠雲集

(文訊)六月三日下午二時半，世界華文作家交流協會假新金山圖書館，為心水先生的新書《福山福水故鄉情》舉行發佈會。

出席嘉賓有洪門民治黨雷謙光盟長、陳之彬先生、趙捷豹人民大使、劉國強僑務委員、楊千慧顧問、白馬市議員劉昱婷女士、高齡九十二的陳佐先生、蔡旭亮、馮昌成、吳天佐、鄭國勇、葉膺焜、慈濟分會、法鼓山分會代表、暨僑領、文友們濟滿會場。

司儀游啟慶讚揚心水在艱難的寫作歷程中依然持之以恆，創作出大量著作，獲得許多獎項，他今天取得的成就令人佩服。他創立了“世界華文作家交流協會”，目前該會擁世界各地作家一百二十餘位。此外他組團采風，帶領作家們到海峽兩岸交流，鼓勵文友敲鍵創作。他更盡心支持華人參政，為候選人搖旗助威，他的民族情操是值得我們學習的。游先生介紹該新書洋溢著作者的故鄉情，還有親情、友情、民族情等，體現一個經歷社會政治變遷的生命，獲得新生後的面貌，字裏行間流露著對生活的感恩與希望。

司儀宣讀賀函和賀詩，該會荷蘭的池蓮子秘書長、廣東潮汕文學院林繼宗院長、風笛詩社的荷野總編輯、澳華人文化團體聯合會召集人何與懷博士。僑聯總會墨爾本辦事處王桂鶯主任、他們均表達真誠祝賀，讚揚心水德高望重，是一位極富愛國心的好作家。何博士藉賀函宣佈一個喜訊：心水獲得二零一八年澳華文化界傑出貢獻獎。

該會副秘書長婉冰致歡迎辭後，多位嘉賓依次上臺致詞祝賀，新金山學校的孫浩良校長表達他不僅佩服心水淵博的國學知識，而且敬佩他待人謙虛、誠懇，從他身上體現出真正知識分子的品格。

劉國強僑務委員肯定心水弘揚中華文化的貢獻，是大家有目共睹的，他本人將繼續支持。

白馬市議員劉昱婷女士謙虛地表示將繼續學習中華文化，并告知白馬市圖書館需要增加中文書籍，她很高興借此機會購入新書。

聯邦工黨領袖華人顧問楊千慧回憶四年前心水已支持鼓勵她從政，從交往中感受到他堅持理想的人文品質，感動之情溢於言表。

維州人民大使趙捷豹表示他也認同孫校長對心水的評價，理解他當年投奔怒海的苦況。他本人同樣有思鄉情懷，呼籲大家關注被扣押在瑙魯島的難民，應該為難民提供人道關懷。

中華公會主席黃肇聰，回憶昔日逃難的歲月，對於心水的兩部大作《沉城驚夢》和《怒海驚魂》讀後深感佩服，祝願他佳作不斷。

心水發表感性致謝詞，并代表世華作家交

流協會頒發“弘揚文化”獎給黃惠元副社長、“社區服務”獎給趙捷豹人民大使和中華公學莫華理事長。並贈送新書給致詞貴賓暨協助發佈會的友好們，掌聲中拍大合照後；來賓們爭購新書、近五時這場文化盛會始圓滿劃上句號。(夢柔 撰稿) (foto op volg. Pg)

凌鼎年文學成果展在江苏太仓成功举办

2018年5月30日，江苏省太仓市第一中学在建校111周年之际，举办了杰出校友，该校六七届初中、七零届高中毕业生凌鼎年的文学成果展。

中国作家协会副主席叶辛、中宣部原办公厅主任薛启亮、江苏省作家协会副主席、苏州市文联主席、苏州市作协主席、苏州大学王尧教授、中国微型小说学会副会长、原江西省作家协会副主席、原《微型小说选刊》主编郑允欵、太仓市政协主席邱震德、太仓市副市长顾建康、太仓市教育局局长何永林、太仓市第一中学校长张文等为“凌鼎年文学成果展”揭幕，活动由太仓市文联主席龚璇主持。

近400平方米的校图书馆底楼大厅展出了凌鼎年出版的50本个人集子，与他主编的



200多本集中的60多本选本，与300多本获奖证书、奖杯、奖牌，以及世界各地报纸杂志推介他的部分文章、封面、封二、封三照片，还有100多张出席全国各地、世界各国文学活动的胸牌。主办方还用易拉宝形式展示了凌鼎年在各国各地参加各种文学活动的几百张珍贵照片等。因场地有限，凌鼎年发表的6600多篇(次)的报纸、杂志，与大量手稿等都无法展示。但仅展出的部分已让观众很感吃惊，一个曾经在煤矿工作20年，后来又长期生活在太仓这样一个小城市的基层业余作家。他竟然在八小时以外能创作出如此数量、质量的文学作品，获了如此多的奖项吗，其对微型小说，对文学的执着与付出，确实让人肃然起敬。

正像《人民文学》主编施战军说的：“在我感觉里，凌鼎年与微型小说的关系，相当于李白与唐诗的关系。”全美中国作家联谊会会长、纽约商务传媒集团董事长冰凌则在贺信里说：“凌鼎年先生是中国文坛的劳动模范！是世界华文微型小说界的领袖！”

(凌鼎年文学成果展揭幕收到了来自美国、加拿大、法国、瑞士、匈牙利、新西兰、澳大利亚、新加坡、马来西亚、泰凌鼎年文学成果展部分展品国、菲律宾、印尼、文莱、日本、韩国，与中国香港、澳门地区的华文作家协会、文学团体与作家的贺信。

来自北京、天津、上海、南京、苏州、南昌等地的嘉宾，与太仓市人大、市政府、市政协、宣传部、文明办、文化局、教育局、文

联、档案局、史志办、法制办、科教新城、太仓日报的领导，以及第一中学的数百名学生参加了这个活动。学生看到自己的学长取得如此骄人的成绩，都深受鼓舞。学生们排起了长队请凌鼎年为他们签名留念、拍照

凌鼎年在开幕式的《苏州湾风情》短篇小说集名家创作特邀仪式上代表被邀请的作家发言(2018年6月16日)



《美麗香港》新書交流研會

6月21日在香港大會堂隆重舉辦。這次活動由國際華文詩人協會、香港文藝博藝學會主辦，香港中華文化總會、香港文化藝術基金會為支持單位

今天的活動邀請了粵港澳的獲獎作者代表和各界嘉賓光臨指導，群賢畢至，高朋滿座，濟濟一堂。我僅代表主辦方向大家表示衷心的感謝！

會上進行《美麗香港》新書發佈；贈書；交流研討；頒發獲獎證書；誦讀獲獎作品等議程，氣氛隆重而熱烈，在炎炎的夏日裏，我們共同分享香港回歸後“紫荊花開別樣紅”

這次參賽的徵文，就其地域來說，全世界的四大洲，包括亞洲、歐洲、美洲、澳洲的20個國家都有參與者，還有內地20個民族參與，盛況空前，佳作紛呈，形成了“全球詩人，共頌香港”的壯觀景象！通過舉辦這次世界華文詩歌大賽，讓香港回歸祖國20周年盛事引起社會強烈反響，聚焦了世界的眼球，吸引了全球四大洲的詩人關注香港歌頌香港，這是體現香港文化自信和文化自強的不同凡響創舉，是香港以詩歌的名義舉辦的國際華文文化和華文詩歌交流和聯誼的一次盛會。

這是適逢香港回歸祖國20周年和中國新詩誕生百年精心舉辦的一次對世界華文詩壇的宏大檢閱儀式，不同風格、不同形式、不同流派的形形色色新詩，在這個舞臺上集結亮相，各美其美。最後名次獎評選出90名獲獎詩人和作品(特獎1名，金獎2名，銀獎10名，銅獎20名，優秀獎57名)(已另行公佈)。另設傑出貢獻獎10名，共100位獲獎者(以此慶祝新詩誕生100年)。

文稿由-國際華文詩人協會會長孫重貴(香港)提供 剪輯





心水 新书"发布会 - 澳洲

世界華文作家交流協會

P. O. Box 2229 Oakleigh Vic.3166 Australia
Tel: (613) 9569 1472 Email: xinshuiwong@gmail.com

第三屆顧問團與秘書處職守

(Nov 2016 --- Oct 2019)

名譽顧問:

黃添福董事長(廈門)、雷謙光盟長、柯志南董事長(墨爾本)、陳文壽總經理(雪梨)、馬世源會長、劉國強委員、林見松委員、王桂鶯會長、葉保強太平紳士、陳之彬教授、蘇震西先生、伍長然會長、伍頌達主委、蔡旭亮師傅、陳冠群先生、區鎮樓主席、吳天佐會長、孫浩良會長、陳偉明先生、陳如董事長、林子強教授、馮子垣名譽會長、陳世愷名譽會長、劉彪總教練、(墨爾本)、黃玉湖先生(瑞士)、孫德安會長(汶萊)。

常務顧問:黃惠元、游啟慶、鄭毅中、黃肇聰。(墨爾本)

顧問團隊:

陳銘華(洛杉磯)、黎啟明(南澳)、譚毅(雪梨)、周偉文、趙捷豹、楊干慧、廖輝娥、蘇華響、葉廣焜、莫華、徐國聯、黃明仁太平紳士(墨爾本)。

學術顧問:

陳若曦教授(臺灣)、黃孟文教授(新加坡)、黃金明教授(閩南師大)、苑清民教授(河北邯鄲)、白舒榮主編(北京)、林繼宗院長(潮汕)、何與懷博士、蕭虹教授(雪梨)、汪應果教授(墨爾本)。

詩詞顧問:

廖蘊山(墨爾本)、毛翰教授(福建泉州)、林煥彰、方明(台灣)、秀實(香港)、荷野(芝加哥)。

醫學顧問:郭乙隆醫生(墨爾本)、池蓮子醫生(荷蘭)。

法律顧問:李美燕大律師。(墨爾本)

名譽秘書長:黃玉液(墨爾本)

書(河北邯鄲)、許均銓(澳門)、葉錦鴻(婉冰 墨爾本)、袁寬(印尼)、張奧列(雪梨)、林爽(紐西蘭)、華純(日本)、林楠(加拿大)、王昭英(汶萊)、朵拉(馬來西亞)、洪丕柱教授(昆士蘭)、東瑞(香港)、周永新(亞利桑拿州)、綠茵(越南)、王勇(菲律賓)、汪溫妮(捷克)(十九位) 公關:高關中(德國)、方浪舟(雪梨)。 英文秘書:洪丕柱(兼) 中文秘書:艾禹(新加坡) 財務秘書:沈志敏(墨爾本)

文友名單:

陳若曦教授、(臺灣)、荒井茂夫教授(日本三重)、古遠清教授(武漢)、池蓮子、夢娜(荷蘭)黃孟文教授、艾禹、寒川、君盈綠、林錦博士(新加坡)、何與懷博士、方浪舟、黃惟群、蕭蔚、趙建英、張曉燕、李富祺(雪梨)、柳青青、為力、張鳳、融融(加拿大)、梁柳英、王克難、洪輔國(加州洛杉磯)、唐孝先、汪靜玉(亞利桑拿州)、吳懷楚(美國丹佛州)、姚茵博士(馬里蘭州)、黃玉液(心水)、黃惠元、沈志敏、齊家貞、陸揚烈、李照然、倪立秋博士、汪應果教授、蔡子軒、張敬憲、張愛萍、莊雨、杜國榮(墨爾本)、劉熙鑣博士(昆士蘭)、曉星、孫國靜(印尼)、白舒榮(北京)、苑清民教授、張可、韓立軍(邯鄲)、牛蘭學(河北館陶市)、欽鴻、程思良(江蘇)、劉紅林、張曉陽(南京)、毛翰教授、古大勇副教授(泉州)、南太井蛙、石莉安、林寶玉、艾斯(紐西蘭)、曹蕙(一級作家)、段樂三、李智明(長葛)、唐櫻主席、文吉兒(湖南)、胡德才院長(武漢)、郁乃、陳永和、和富弥生教授(日本)、譚綠屏、高關中(漢堡)、麥勝梅(德國威茲拉 Wetzlar)、倪娜(柏林)、阿兆、王潔儀、林韻、秀實(香港)、林明賢教授、涂文輝教授、林祁教授(廈門)、林燕華、蔡忠(越南)、李國七、杜忠全、小黑校長(馬來西亞)、楊菊清博士(新疆)、蘇相林

秘書長: (遼寧)、王學忠(河南安陽)、方明、陳美羿、朱振輝(道弘、臺灣)、朱運利、孫德安會長(汶萊)、羅文輝(江西)、林繼宗院長、辛鏞(廣東潮汕)、凌峰(雲南)、陳圖淵(廣東深圳)、楊玲 副秘書長: 尹浩鏐博士(拉斯維加斯)、曾心(泰國)、郭永秀(新加坡)、張記



世界華文作家交流協會 汪溫妮文友為該會第十九位副秘書長 (墨爾本訊)

世界華文

作家交流協會秘書處、近日經已通過敦聘汪溫妮文友為副秘書長,亦成為該會分佈世界各地的第十九位副秘書長,她將全權代表世華交流協會於捷克共和國的會務。

筆名汪溫妮與溫妮、原名汪永的知名華文作家、於25年前從成都移民捷克布拉格後,開辦成都酒家中餐館。業餘創作大量散文、雜文與小說、現代詩與電影劇本。由於她的豐富作品而於四年前被選為「捷克華文作家協會」會長,翌歲又被選為「中捷文化藝術科技協會」會長。

兩年前獲「世界華文作家交流協會」池蓮子秘書長推薦,成為該會永久會員;參加這個世界性文學團體前,她已是中國作協四川分會、世界海外女作家協會等團體的成員。

汪溫妮 於1991年開始發表文章、

主要作品已出版的有中篇歷史小說「辛亥第一槍」,1998年和珠江電影制片廠編劇合著「布拉格有張床」電影文學劇本,在全國放映。2005年開始寫雜文與記敘文「在捷的中餐業」、系列敘事散文「闖東歐」等,還有寫散文隨筆「溫妮海外龍門陣」系列,著重介紹捷克的民俗風情。現代詩作品曾和十八才女聯合出版「花弄影」詩集。她並為各種雜誌撰稿,如西南旅遊雜誌、四川雜誌、捷克雜誌「鳳凰」、香港文綜季刊、人民日報海外版,中國作家、台灣中華女子文學,布拉克時報、中歐文聯報及荷蘭的南荷華雨報等等。

該會歡迎各國華文作家、學者、詩人參加,凡已出版兩部文學著作、或已在網上發表三十萬字的文學作品,暨獲得過至少一項文學獎,有意加盟者請電郵:

xinshuiwong@gmail.com 心水



Maarten en Katharina Luther

她的同时代艺术大师 Lucas Cranach绘制

刚刚过去的周末，在金色的秋景伴随下，穿越德国东部图廷根茂密的森林，看满山红叶，行金光大道，赏壮丽秋色。在这样一个美好的季节里，适逢德国宗教改革500周年纪念年，德国华商报修海涛总编率领德国华商报记者作者，沿着宗教改革家马丁·路德的足迹去做参访之旅。这可是500年一遇的机缘，因为，这一主题也恰巧是修海涛主编36年前研究生毕业论文《德国的宗教改革》的题目。

10月20日我们在修总的带领下，来到了当年宗教改革的中心维滕贝格市（Wittenberg），即刻就感受到了500年前的滚滚风云，宗教改革领袖马丁·路德（Martin Luther 1483-1546）的蓬勃气势，勇敢的精神。在宫廷教堂（Schlosskirche）当听到导游讲马丁·路德把他的宗教改革《95条论纲》用锤子钉在教堂的木门上时，当年的情景栩栩如生地出现在了我们的眼前。

随着导游我们来到离宫廷教堂不远的拱门深院，导游边走边讲说：这里是“路德之家”，这曾经是修道院，是路德夫妇婚后生活的地方，现在是宗教改革博物馆。走进深院看到一女性铜雕像，该铜雕真人般比例，仿佛她正风尘仆仆大步流星地向我们走来。她的形象如此健壮，她的步伐如此坚定自信。导游说：这铜雕像就是马丁·路德的夫人卡特琳娜·波拉（Katharina von Bora），她是妇女解放的先驱，是路德背后的女强人。路德在她强有力的支持下，完成了宗教改革大业。导游在解说时充满赞誉，时时握紧双拳地说：她是一位自我意识很强的女子，知道自己想要什么，知道自己在做什么，她的能力是一个人能承担起40个人的吃饭，她会养畜，会种植，会酿葡萄酒、啤酒，还会德医（自然草药）。大家不要小看了这些，在今天看来理所当然的事，可这是在500年以前哦！那个时候的女性除了劳作和祈祷以外，什么都不懂也不允许懂。

路德之家（宗教改革博物馆）

听了导游的介绍，大家对路德夫人肃然起敬，纷纷和她合影留念。回来后，看到自己和卡特琳娜铜雕的合影，对这位伟大的女性产生了强烈的兴趣，她是怎么的一位女性？她经历了什么？我开始寻找她的足迹……

卡特琳娜·波拉生于1499年1月29日，在她5岁时母亲去世，她的父亲虽然是一乡村贵族，可是，当年的萨克森乡村贵族也养不起自己的女儿，要培养教育女孩还要为女孩将来结婚陪嫁都无能为力，于是就把他把女儿送到

Augustiner-Chorfrauenstift Brehna修道院接受

教育。当卡特琳娜·波拉被修女带进修道院高墙内的时候，她还不知道命运等待着她的是什么，也许，将一生在此度过。

修道院的生活是严厉和枯燥的，除了劳作就是祈祷，每天要祈祷7次之多。好在在修道院枯燥的生活里还可以学习读书写字，甚至拉丁语。

1515年卡特琳娜·波拉16岁那年在Nimbschen Marienthron修道院接洗礼削发为修女。做修女后，除劳作祈祷之外，还必须保持沉默，对修道院发生的任何事情都不允许对任何人说出，也不允许修女们之间谈论个人问题。在众多修女中，卡特琳娜·波拉是最勤奋聪明能干的，她除了学习读书写字以外，还学会了饲养家禽，种植，酿酒。

1517年10月31日，马丁·路德的宗教改革《95论纲》已经公布于世，他的改革思想已经通过地下渠道传播到了修道院，马丁·路德这个名字她们也都听到了。有一天夜晚，卡特琳娜·波拉和一修女带着被惩罚的危险，偷偷阅读马丁·路德的改革论纲，其中有一条敲打着她们的心，使她们的心狂跳了起来。马丁·路德说：僧侣也可以结婚生子，他的理论根据来源是，圣经中说：Seid fruchtbar und mehret euch。圣经号召多多生育，当然应该包括所有的人。受到马丁·路德新理论的鼓舞，卡特里娜·波拉问自己该怎么办？卡特琳娜·波拉偷偷地给马丁·路德写了封信，信中对修道院的不人道表示强烈的不满，对自己的前途感到困惑，想逃出修道院。不久，卡特琳娜·波拉收到了马丁·路德的回信，路德博士在信中鼓励她们勇敢地



逃出修道院。

1523年，在一个风高夜黑的夜晚，这个夜晚将是具有世界意义的一个夜晚，这个夜晚之后不仅仅改变了卡特琳娜·波拉的命运，也改变了欧洲妇女们的命运。卡特琳娜和8名（也有说是12名修女）修女驾着马车逃出了修道院。修道院墙外这个陌生的世界，对于她们来说意味着什么？修女们不知道也没有考虑，她们的精神被路德思想燃烧着，她们从Nimbschen Marienthron修道院投奔到路德的宗教改革中心维滕贝格。作者和卡特琳娜铜雕合影

当载着一车修女的马车出现在维滕贝格街头的时候，民众教徒们纷纷地向一车的修女们

唾弃谩骂甚至殴打她们，骂她们背叛了上帝，骂她们伤风败俗，骂她们是妖魔。

这个时候路德博士出现了，他爬上马车和老教教徒们一番搏斗保护了修女们，同时维滕贝格支持宗教改革的人们（也就是路德的支持者）来认领修女们回家，Lucas Cranach（克拉纳赫）

一家收留了卡特琳娜·波拉和另外一名修女Ave。Schönfeld。克拉纳赫家族是维滕贝格的豪门望族，也是路德宗教改革坚定的支持者，他用自己的经费帮助路德新理论的印刷传播，克拉纳赫不但是著名的画家，还是市长，家族还有药房。卡特琳娜在克拉纳赫家还俗安定了下来，她曾经在修道院学习到的德国民间的草药疗法，想在克拉纳赫家药房帮忙工作，遭到了药房药剂师的反对和嘲弄，药剂师认为女人岂可制药。但是，卡特琳娜还是以她顽强的精神，丰富的知识，偷偷地参与制药，终于得到了克拉纳赫夫人的肯定，卡特琳娜得以在药房帮忙做工。

在克拉纳赫家，渐渐的卡特琳娜和克拉纳赫夫妇以及路德已经成为了志同道合的好朋友，

1523年被赶下台的丹麦国王克里斯蒂安二世与妻子来访路德，在克拉纳赫家里住了一年，还送给一枚戒指给卡特琳娜·波拉，这枚戒指对卡特琳娜来说是无上的荣誉，这枚戒指在卡特琳娜的铜雕上也是无比的炫目，如今，来到铜雕面前的人都要抹一抹这枚幸运的戒指，铜雕像上的戒指被人们抹的锃光油亮。克里斯蒂安在这里推出了他名义下的丹麦语圣经《新约》译本。

女大不中留，女孩总是要出嫁的，这些无家可归的修女们更是如此，克拉纳赫夫人芭芭拉（Barbara）为卡特琳娜介绍 Kaspar Glatz，但是卡特琳娜不愿意。那个时候路德博士已经是神学教授，常常带着大学生们带来克拉纳赫家来讨论他的宗教改革理论，在众多的大学生中有一来自纽伦堡的 Hieronymus Baumgartner和卡特琳娜相爱了，他们在一起谈理想，谈路德，以心相许，可是，有一天Baumgartner被父母召回，回到纽伦堡就尊父母之命结婚了，再也没有回到维滕贝格来。

尽管当时路德宗教改革新思想在传播，但是，新旧思想的斗争还是很激烈，一个修女想嫁人并不是件容易的事，谁想娶修女更是需要有巨大的勇气。在卡特琳娜的恋人走后，原来路德倾心（只是倾心没有表达）的Ave Schönfeld也和一位医生Basilius Axt结婚了。

卡特琳娜看到马丁·路德日夜工作，并且还要和他的敌人斗争，常常马丁·路德被敌人们打得遍体鳞伤。卡特琳娜决定和马丁·路德结为终身伴侣，时时在他的身边支持他，保护他，护理他。当卡特琳娜把她的决定告诉路德时，路德说：“我不是我自己，我是上帝的仆人和工具，

我不能承担起家庭的责任，我必须只有工作、工作！”卡特琳娜坚定地说：“你依然可以全心全意地为上帝服务，我只终生在你身边，当你需要我的时候，我就出现在你的面前，当你工作的时候，我就默默地退出你的视野。”马丁·路德被卡特琳娜感动后动了凡心，可是，路德的有些朋友们反对他要娶卡特琳娜，毕竟卡特琳娜还是一名修女身份啊。路德毕竟是路德。

（本文作者，茜茜 - 恩丽 德国）
接下一页（EnLi in Duitsland）



在中西文化交融环境里的 生活与感受

(vv. p8)

是改革家就是有改革家的勇气，最后他排除异议，决定和有思想有文化修养的卡特琳娜结婚。

老Lucas Cranach在1526年为新婚不久的路德和卡特琳娜绘制的肖像画

1525年6月13日，克拉纳赫夫妇作为娘家人，把卡特琳娜·封·波拉带到维滕贝克的Schwarze Kloster，在那里卡特琳娜·封·波拉和马丁·路德由Justus Jonas洗礼结成夫妇，婚礼仪式庆祝于1525年6月27日举行。随后路德夫妇就搬进了维滕贝克的奥古斯丁（Augustinerkloster）修道院，也就是现在的“路德之家”。

婚后卡特琳娜操持着整个修道院的工作，她把杂乱无章的修道院整理的井井有条，把原来路德只学习不打扫的书桌房间打扫干净，用草药熏异味，为路德的手稿分门别类地整理。

所有来修道院学习讨论新理论的大学生们都可以在路德家的桌旁坐下来，有时一天40个人的吃喝，卡特琳娜都能应付自如。在路德家的饭桌不仅仅只是家庭成员，所有有兴趣来听路德改革新道的人都可以在饭桌上边吃边谈，卡特琳娜以前在修道院学习到的本领，饲养家禽，种植葡萄，酿啤酒等等十八般武艺都用上了，重要的是卡特琳娜在饭桌吃喝都端上桌后，她也座在其中参与讨论，她始终是宗教改革的参与者，始终是一先驱者，不仅如此她还在修道院建医院护理病人。

路德家很热闹。他本人喜欢喝各种葡萄酒和啤酒。在吃饭前他往往要发表演讲，高谈阔论一番，指点江山，褒贬人物。他的学生将他的言论记录下来，形成了一本书，名为Die Tischreden Martin Luthers。此书已经由林纯洁副教授译为中文，题为：《马丁·路德桌边谈话录》。此书可以与孔子的《论语》相比美。

参访团里的女队员们和卡特琳娜铜雕合影

卡特琳娜和路德婚后不到九年的时间里生了六个孩子。路德曾经说：“每个星期做爱二次，与我与你都无害，一年104次”。看来他自己也是身体力行的执行者。

在他们的六个孩子中有两个早年夭折，同时他们俩的结合也遭到了老教的诅咒，诅咒他们生出的孩子会是怪物妖魔，路德常常也为此寝食不安，睡觉恶梦不断，当卡特琳娜怀第一个孩子的时候也是恶梦不断，害怕之极。当他们的第一个孩子出生时，看到一切正常时，他们是多么得欣慰，但是由于当时的医疗条件有限，各种流行病横行，他们生下的第二个孩子在一岁时夭折，第三个孩子Magdalena在13岁时夭折。

任何时代任何情况下，失去孩子的痛苦都是巨大的，路德夫妇也不例外，当他们失去13岁的Magdalena时，路德曾经疯狂地向上帝发问。经过短暂的彷徨之后，在卡特琳娜的安慰鼓励之下，路德又向着自己宗教改革目标进发了。她始终是路德改革事业的支持者鼓励者，她是路德背后的强人，无论路德是在传播改革还是在被追杀，卡特琳娜都是他的精神支柱，路德对能得到这样的伴侣心存感激，最后他对卡特琳娜充满爱意深情地尊称她为：我的主人凯迪Käthe（Herr Käthe，卡特琳娜昵称）。

1546年路德去世。按照当时的法律，作为路德妻子的卡特琳娜在没有监护人的情况下，不可以争夺路德的遗产。只是在萨克森选帝侯Johann Friedrich一世的指令下，卡特琳娜可以继续住在奥古斯丁修道院，并得以继承路德大部分的财产。他带着孩子们，生活拮据，靠着贵族和丹麦王室的资助过日子。经过施马尔卡尔登战争和瘟疫、灾祸等天灾人祸的打击，维滕贝格市已经无法生存了。而卡特琳娜居住的修道院也被战火毁坏。为了躲避瘟疫，卡特琳娜带孩子去了Torgau的玛利亚教堂，但在路上受伤骨折。三个星期后，1552年12月20日在Torgau去世。她的墓地在哪儿，没有人准确的知道，但是在托尔高有一块她的纪念石碑，上面写着：这里逝世于1552年12月20日卡特琳娜·路德，出生姓：封·波拉。（本文资料来自德文媒体、网络以及华商报总编辑修海涛提供，特此感谢！）

卡特琳娜去世的房子

美人（诗与画）dichter en schilder

童童 / 荷兰 TongTong - Holland

在友人的花园中
冬日枯萎
夏日尽情绽放
它止痛、抗忧郁、消毒
它是自私花纹的天使
它是个别，姿态轻的云彩

犹如对自然的“相逢”
——在际遇的普罗旺斯
你柔软、真挚的羽毛
我的香水，是各自的修道院或天堂？
亲爱的，至暗的心灵令人欢喜……
“这七月瓦伦索勒高地平原最美丽的季节。”

谈到你的声音
让我想起在多米尼加的林，
他是我的老同事。
独自一人去了远方——

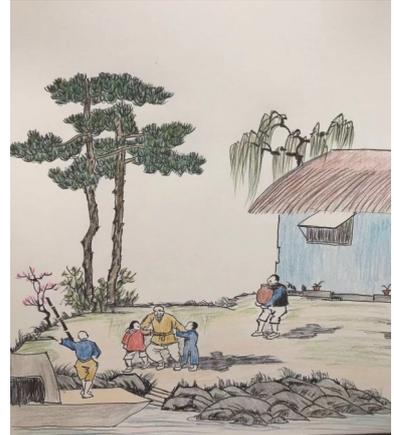
那里树林里的宁静，
那里落日街道以及陌生的行人。
那年我的窘迫，像头戴桂冠的人容易迷失自我。

在君临一切的泪水里，
我们在生活中，学会矜持生活。

当我们谈到
这偶尔触及我们的
寂寂乡愁。谁懂他
异乡的无趣与幽默。

**红鸟
文/童童**

M先生，对着河流的房子
正在出售，一阵阵水声。
这里没有海
河面上结了薄的冰。
（永不复返的日子。）
夜晚在寻找栖息地的杜鹃。
枯枝，天空，苦痛的灰暗。
蹒跚学步的河岸上的鸭子。
有无法抵达的虚无，
在永恒上——爱与忧愁。
是否通过光觉悟到光？



童童，祖籍浙江温州，现居荷兰。作品散见于《中国诗歌》《绿风诗刊》《安徽文学》《浙江诗人》，作品入选《中国诗人年度诗歌选集2017》《中国民间诗歌读本》美国《新大陆》诗双月刊等。

喜欢新诗，作画，其画由圆珠笔临摹而作

Wenzhou schrijver 温州创作的背后故事

温州作家-吕相国 Schrijver XianGu Lu
_WenZhou ,Lezing geven (foto:links Lu , 左为吕相国)

从《巷弄夹儿的天空》的温州风情到《香草叶》的温州故事、从《相国写花》的浙南花草到《瓯迹》《瓯馐》的浙南文化，写出这些地道“温州作品”的作家吕相国，4月23日晚在鹿城留香阁文化驿站，和读者朋友聊他地道的温州情怀和作品创作背后的故事。

现场，首先由来自鹿城区朗诵演讲艺术学会的一群朗读者集体朗诵《香草叶》中经典段落，很快把大家带入了作品的情境。此后，大家围绕《香草叶》、围绕花、围绕写作纷纷提问，相国先生一一回答，一场书香里的对话娓娓展开——

提问：你写了《香草叶》、《相国写花》，对花是否特别喜爱？

吕相国：这要提到那时我的老屋翻新，二楼两百余平方的露台忘记铺隔热板，一到夏天特别热，于是我就在楼顶种花，最多的时候有三百多盆、两百多个品种，种得密密麻麻，还养鸡、画眉鸟。后来程绍国、瞿炜来我家，他们说，既然你种了这么多花草，不如写写花吧？就这样，我把这些花写了出来。

提问：小说《香草叶》，这书名有无什么深意？

吕相国：“香草叶”是多肉植物的一种，俗称“碰碰香”，触叶闻香，还可驱蚊，四季常绿，生命力极强。将书取名《香草叶》，还因书中牵扯到三个人物，由女主角徐文香、草莓、柳叶仁人的名字中各取一字，即合成“香草叶”。

提问：《香草叶》里有很多温州俚语，是刻意加入的吗？

吕相国：其实刻意加入和自然流露这两种情况都有，主要还是为塑造人物服务，比如书中有个人物，是土生土长的仰义人，是个“大老粗”，读书也不多，说不出文雅的话，那么在写他的时候就有很多口语化的语言、夹杂一些俚语。像“音(阴)塌落仰义水库”这句话很有特色，是仰义人熟知的俚语，那么，我就把这句话在适当的场合加进去。

提问：《香草叶》以鹿城仰义为故事背景，您对仰义是什么情感？

吕相国：仰义的人文、地理都很有意思，依山傍水，山清水秀，仰义水库更是60年生人的回忆。如今的仰义变化很大，交通的便利缩短了乡村与都市的距离。写仰义就是写温州，它是鹿城城中村建设与发展的缩影，书中更多的是弘扬温州精神。



吕相国：书中的很多人物和故事其实能在温州本土媒体的报道中找到他们的影子。像温州商人林春平的事件大家都知道，号称收购美国大西洋银行，书中也有个人物春芳，爱吹牛，有能耐，号称收购外国银行，最后被发现虚开增值税发票跑路。小说创作时，我会选取温州人的一些典型代表，为他们身上赋予温州特质。

提问：《香草叶》这本小说出版至今已有两年，现在再去回看的话，有无什么遗憾？

吕相国：这个问题碰到我的弱处，说实话，这部小说的前半部分，我是满意的，后面由于时间的关系(须在限定的时间内完成)，难免有些令自己遗憾的地方。其实，写小说就是边写边遗憾，也有不得不妥协的地方。

提问：对于热爱写作的人，有什么写作上的建议？

吕相国：写作要学会观察，如果你是热爱创作的有心人，就会去观察身边的事物。人生的经历都是你的创作素材，对于生活，每个人肯定都有所经历，你的一生就是一本很好的小说。其次，不要把小说创作复杂化，要求太多也是负担，不一定非要求作品在哪里发表，在创作上朴素点，删繁就简，创作时候就会简单得多。还有重要一点是，作为人，不管是作家还是企业家，一定要有一个道德坚守，有正确的价值观，这样文章就不会走偏。

现场读者认真聆听 单晓叶/摄

蚂蚁的故事 王艳萍 YanPing -Wang China

蚂蚁抱太阳

圆橘子，金灿灿，
小小蚂蚁爬上边。
东瞅瞅，西看看，
手舞足蹈跳得欢。
找到一个红太阳，
扛回家去给妈看。
以后天天艳阳天，
没有雾霾和黑暗。

蚂蚁过河

小蚂蚁，看外婆，
路上遇到一条河。
没船没桥可咋过？
大象哥哥办法多。
鼻子卷起大木头，
河上架起桥一座。
小蚂蚁，桥上过，
挥手谢谢象哥哥。

小乌鸦，叫哇哇，

急急忙忙飞回家。
喜鹊请它一起玩，
麻雀喊它过家家。
乌鸦摇头说不行，
妈妈生病躺在家。
捉条虫子给妈吃，
再陪妈妈说说话。

作者简介：王艳萍，63岁，汉族，河南省平顶山市郊县人，原局退休干部。河南省作家协会会员，河南省儿童文学学会会员，中国儿童文学研究会会员，中国寓言文学研究会会员。著有五本诗集，《我家有个小丫丫》，《快乐成长新童谣》，《长翅膀的小榆钱》，《唱儿歌》，《念童谣》，其中《长翅膀的小榆钱》一书入选2017年河南省农家书屋，获2017年平顶山市首届文学艺术优秀成果奖。



中医专栏 Het Colofon van TCM

国际标准化组织/中医药技术委员会 (ISO/TC 249) 第九次国际大会在上海召开



欧洲新闻联合网 上海站记者讯 6月4日上午, 国际标准化组织/中医药技术委员会 (ISO/TC 249) 第九次国际大会在沪召开。上海市人民政府副市长许昆林、国家标准化委员会副主任陈洪俊、国际标准化组织ISO/TC 249主席David Graham、上海中医药大学校长徐建光、中国中医科学院副院长杨龙会、国家中医药管理局副局长马建中出席

开幕式并致辞, 市政府副秘书长顾金山、市质量技监局局长黄小路、市卫生计生委副主任张怀琼、市质量技监局副局长陈晓军等出席开幕式。开幕式由ISO/TC249 副主席沈远东主持。

来自中国、荷兰、德国、意大利、匈牙利、日本、韩国、美国、澳大利亚、泰国、沙特等14个成员国参加本次大会, 世界卫生组织 (WHO)、国际标准化组织/健康信息技术委员会 (ISO/TC 215)、世界中医药学会联合会 (WFCMS)、世界针灸学会联合会 (WFAS)作为联络组织列席大会, 共有226位代表出席此次大会。

国际标准化组织ISO/TC 249成立于2009年, 秘书处落户于上海市中医药研究院。在市质量技监局的指导下, 秘书处积极运作, 已成功举办了八次全体会员大会, 参会代表和标准提案数量逐年俱增,



主导构建了中医药领域的国际标准体系, 有效促进了中医药产业国际化, 有力推动了中医药文化走向世界。至今, 已正式发布中医药国际标准28

项, 正在制定的国际标准46项, 实现了ISO领域中医药国际标准的重大突破。本次大会共收到

来自中国、韩国以及世界中医药学会联合会共33项新提案。

荷兰国家的中医药文化发展在欧洲已有近40年历史, 在欧洲各国的传播中起到领头羊标杆作用, 欧洲各国正处在迅速成长期。例如中医教育、针灸、推拿、中草药得到荷兰国家保险公司认证。并逐步形成从教育——研究——应用步骤完善产业发展。荷兰ISO/TC 249主席刘成作为荷兰国家代表参加了此次会议, 据本社记者了解, 荷兰中医药文化的发展离不开刘主席近二十年的努力和宣传, 紧跟国际中医药标准化步伐, 为中医药在荷兰的发展作出开篇立论之贡献。

在中国与欧洲的中医药发展中起到承上启下、中西结合的桥梁作用, 例如中草药在欧洲国家的注册认证、中草药在欧洲的市场推广、中医物理疗法宣传等。让更多的中医药产品进入欧洲各大超市, 进入百姓家庭。

De Internationale Organisatie



voor Standaardisatie ISO / TC 249

is in 2009 opgericht. Het secretariaat heeft zich gevestigd in het Shanghai-Institute of Traditional Chinese Medicine. Onder begeleiding van het Gemeentelijk Bureau voor Kwaliteit en Technisch Toezicht is het secretariaat actief geweest. Er zijn met succes acht algemene vergaderingen gehouden waarbij het aantal deelnemers en standaardiseringsvoorstellen elk jaar toenam. Deze groei heeft geleid tot de oprichting van een internationale standaardisering op het gebied van traditionele Chinese geneeskunde. Deze wordt ook effectief gepromoot. De internationalisering van de standaardisering van de Chinese geneeskunde-industrie heeft als effect de toename van de Chinese geneeskunde-cultuur in de wereld. Tot nu toe zijn er 28 internationale normen voor de Chinese geneeskunde formeel vrijgegeven en 46 internationale normen geformuleerd. Ook zijn er belangrijke doorbraken gemaakt in de internationale normen voor Chinese

geneeskunde op het gebied van ISO-certificering. De laatste conferentie ontving in totaal 33 nieuwe voorstellen van de Federatie van China, Korea en de Wereldfederatie van Chinese Geneesmiddelenverenigingen.

此次会议为期5天, 会议期间, 荷兰刘成主席被中国红十字会邀请参加中国6月6日全国“爱眼日”, 与上海同济小学生零距离接触, 宣传中医眼科的预防与治疗方法。

天涯游轮

7月1日, 荷兰中医文化中心-Yi, 组织一



次“天涯游轮”的研讨与采风活动, 大家兴致勃勃, 热情洋溢地探讨未来的工作与计划; 随着北海湾阳光和煦的浪花, 激起每位参会者的激情, 大家对未来的中医



工作充满信心和期望!

最后, 会长刘成朗读了一首, 一位诗人写给Yi的诗, 作为这次活动的结束语:

志在天涯水作媒

功成在西日作陪

大千世界由心生

竭诚努力功自成!

Op 1 juli j.l. organiseerde het Dutch Chinese Medicine Cultural Center-Yi een seminarie en een verzameling 'zeecruises'. Iedereen was enthousiast ook over de toekomstige werkzaamheden en plannen. Met de passie van elke deelnemer is iedereen vol vertrouwen en verwachting over het toekomstige werk van de Chinese geneeskunde! In Nederland .

美国前副总统对中国现状的评价，坦诚，震撼！

“我敢说，你们说不出任何一项创新项目、创新变革以及创新产品是来自中国”。拜登对中国的现状进行了评价，如果中国人民能够认真思考一下他的意见，不要立马抗议反驳，不仅有利于我们的未来发展，还展现了一个伟大民族应有的胸襟和自信。

我在美国读书工作近十年，也深深地爱着自己的祖国。为了祖国的真正富强，为了提高民族的创造力，我认为，拜登的话对实现“中国梦”至关重要。先看一下拜登在出席宾夕法尼亚大学毕业典礼上有关中国的评价：
原文(发来自 澳洲-疾风 邮件)

I love to hear people tell me how to use the vernacular "China is going to eat our lunch." China is a great nation, and we should hope for the continued expansion. But ladies and gentlemen, their problems are immense, and they lack much of what we have. We have the best universities in the world. We have a legal system that is open and fair. We have the most agile venture capital system in the world. We lead the world in innovation and technology, all for a simple basic reason. Steve Jobs, speaking at Stanford, was asked by a young man "how can I be more like you, how can I become like you?" And Job famously answered: think different. You CANNOT think different in a nation where you cannot breathe free. You CANNOT think different in a nation where you aren't able to challenge orthodoxy, because change only comes from challenging orthodoxy.

译文

我喜欢听到人们这样跟我说，如何使用“中国将吃掉我们的午餐”这个俗语。中国是一个伟大的国家，我们应该期待她的持续发展。但是女士们先生们，他们的的问题是巨大的，他们缺少我们拥有的很多东西。我们有全世界最好的大学。我们有公开公正的法律系统。我们有全世界最有效的风险投资系统。我们在创新和科技上引领世界。

这些都是因为一个简单的原因，那就是史蒂夫·乔布斯在斯坦福演讲时被一个年轻人问道，“我怎么能像你一样？我怎么能成为你那样的人？”乔布斯做出了著名的回答：“另类思维。”你不能在一个你不能自由呼吸的国家运用“另类思维”，你不能在一个你不能挑战权威的国家有“另类思维”，因为进步只有来源于对权威的挑战。



反思：

拜登是从中美对比来说事儿，我换一个角度，对拜登的话重新组织一下，大家就会明白拜登的话实乃对中国发展的金玉良言。

第一，许多社会问题亟待解决。诸如腐败问题、环境污染、贫富差距、产业结构等都是必须解决的。

第二，建设世界一流大学。现在中国最好的大学与世界一流相去甚远。没有一流大学，就培养不出一流的大师，即使国家暂时富裕了，也难维系长久。

第三，建立更公开更公正的法律系统。中国的法律建设时间短，经验不足，很多方面有待完善。更重要的是执法人员的素质和大众的法律意识都有待提高。公正公开的法律系统是保证社会公平的前提，也是保证人民幸福生活的条件。

第四，建设全世界最有效的风险投资系统。只有具备了这样的系统，才能抓住科技发展的机遇，创造引领世界新产品的保障，出现利用科技创造财富的良性经济发展道路。

第五，拥有引领世界的创新和科技。中国现在不缺富人，但是缺乏具有科技含量的富人。包括香港、台湾在内的中国人的大富豪不少，但是没有一个靠科技发明致富的，多是房地产开发、挖煤挖矿或者外来产品的制造商。这种富人越多，人民的生活成本就越高，幸福指数则越低。

第六，提高民族的创造力。不管从人类最伟大的发现、最杰出的科学家、领导世界潮流的创新科技、具有世界影响力的品牌产品等，不得不承认华人的创造力都是比较低的。

第七，去掉官本位思想和服从权威的意识。长期以来，由于受儒家思想的影响，中国人养成了一个服从秩序、尊重权威的集体无意识。即使在学术界，也是谁的官大似乎谁的学问就大，谁的观点也就越正

确。中国人不仅不善于另类思维，还排斥这种思维，动辄把言行与自己不同者看成异类，统统归入“神经病”。

如果以上七个方面都得到了长足的改善，谁敢说对我们的国家不是一件好事？对我们民族素质的提高不是一件幸事？有没有“另类思维”的能力，现在可以检验一下自己：能不能冷静听取一个西方政治家的意见甚至批评。

Mijn ervaring over TaiChi

In de zomer van 2017 in aanraking gekomen met Tai-Chi nadat een familielid mij had aangeraden dat Tai-Chi echt iets voor mij zou zijn. Mijn persoonlijke reden om Tai-Chi op te pakken is gelegen in het feit dat ik vele jaren roofofbouw op mezelf heb gepleegd met als resultaat dat ik in het voorjaar van 2017 een ernstige waarschuwing kreeg van mijn lichaam. Dit is voor mij het teken geweest om mijn leven bewust geheel om te gooien.

Ik ben via de Open Dag, in het Bevrijdingspark in Uden, in contact gekomen met de Jing Lian school voor Tai-Chi en QiGong van Chi Verhoeven. De Open Dag was een mooie manier om zelf, zonder enige verplichting of schaamte, kennis te maken met de vormen van Tai-Chi.

Wat mij ook aansprak was dat er ook lezingen worden gegeven o.a. op gebied van ademhaling, voeding en nog andere thema's. Op deze Open Dag heb ik mij dan ook gelijk aangemeld voor de eerste cursus.

Tai Chi heeft mij weer in balans gebracht qua lichaam en geest. En er is ook meer rust gekomen in het hoofd. En als laatste ben ik ook soepeler qua bewegingen geworden. Ik heb gemerkt dat zowel Tai-Chi als ook QiGong serieus beoefend moeten worden en ik heb dat ook serieus aangepakt en heb de dagen na de lessen ook onderdelen geoefend om daar beter in te worden en met name om de energie van de bewegingen beter te voelen, want dat blijft toch het meest belangrijkste.

Ik kijk uit naar het volgende seizoen, Het is een vast punt in de week.

Eric Pisters
Cursist Jing Lian School
(Voor stan -Eric)

