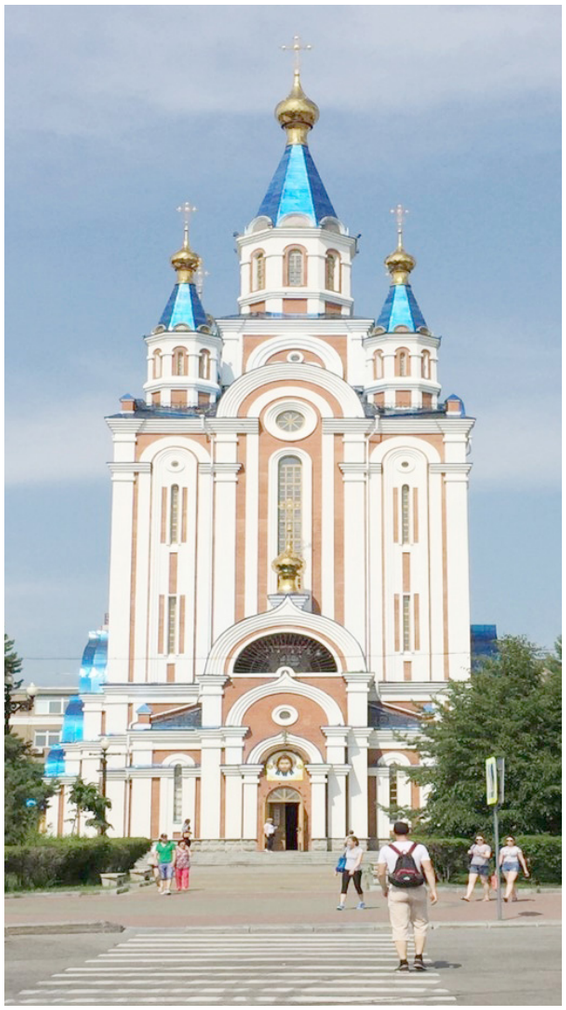


19 世紀建城初期的木樓

稱金正日是於 1942 年 2 月 16 日誕生於朝鮮兩江道三池淵郡的「白頭山密營」。 這一家祖孫三代殘民以逞、殘殺同志、異己、破壞世界和平，可惡、窩囊兼而有之。

另外乃是滿清末代皇帝溥儀，後任日本傀儡僞滿洲國康德皇帝。 1945 年 8 月日本戰敗投降，他在瀋陽被蘇軍俘虜，送往蘇聯赤塔 (Chita)，11 月轉往伯力。 溥儀在伯力被囚禁了近五年，後於 1950 年 8 月移交給中國，送往撫順戰犯管理所接受爲期 10 年的勞動改造和思想教育。 溥儀的一生三上三下，一直是任人擺佈的傀儡，夠窩囊的！

二戰烈士紀念廣場

城內有幾處廣場、紀念碑，其中規模最大的是二戰烈士紀念廣場 (Memorial Complex in Square of Glory)，在那豎立的碑上刻有近四萬名伯力參加二戰殉難的英雄。 據導遊告訴我當時伯力的總人口約二十萬，及齡的壯丁也只有五萬人，看來上戰場 80% 的青年都犧牲了，這個戰爭眞可怕！

Dyachenko 紀念碑

當 1860 年俄國強佔伯力後即派遣由 Ya V. Dyachenko 上尉所領導的東西伯利亞第十三營 (13th East-Siberian Battalion) 來伯力駐防，並建築城堡。

二戰烈士紀念廣場

五年後此地有 1,294 名居民及 200 棟房屋。 如今在幾個博物館附近立有一塑像—Monument to Ya V. Dyachenko 以紀念他對建設伯力做出的貢獻。

列寧廣場、列寧大道、列寧塑像

在蘇聯時期，每一個城市都必須有列寧廣場、列寧大道和列寧塑像。 蘇聯解體後，許多城市都將之取消或改名，但在伯力三者均保留了下來。 列寧大道是橫貫全城東西的主要大道，列寧廣場 (Square after V. I. Lenin) 是全市最大的一個廣場，重要集會、慶典都在此舉行；其旁的列寧塑像還是依然屹立。

據導遊說以前蘇聯時代時，都有專人保護、清洗塑像，如看到鳥站在列寧頭上拉屎，就用鳥槍打。但現在就沒人管了，我們看到列寧頭上盡是鳥屎。

Dynamo 公園與哈巴羅夫斯克市區湖

城的東邊有一座 Dynamo 公園與哈巴羅夫斯克市區湖 (Khabarovsk City Pond)，是市民與孩子們休閒、玩耍的好去處。 週末擠滿了人。

涼麥茶、冰淇淋、烤肉、漁產、土豆

沒來此以前，總以爲西伯利亞就是「冷」。 沒料到這裡白日溫度都高達華氏九十多度，而且陽光照得令人難受。 據說在中亞部位的西伯利亞，某些地方冬天溫度低到攝氏負 40 度，夏天卻高達正 40 度。 原來西伯利亞冬寒夏炎，無怪乎五六個月的生長期，農作、蔬菜都長得肥碩茂盛。

賣涼麥茶的小女孩與小攤

我們白天在街上走一陣就是汗流浹背。 在街邊常有小攤子賣冰凍的麥茶，就像以前臺北街頭叫賣的「冷啦」！賣涼麥茶的大多是小女孩，我在街上又熱又渴，喝了好幾次。 味道的確清涼無比。 街上也有賣冰棒的小攤，因爲暑熱難受，我買了幾次，俄羅斯的冰棒做得很細膩，十分可口。

伯力瀕臨兩大江，漁產豐富，以前的名產是大鱘魚，據說美味可口。 但近年來因保護生態，已吃不到鱘魚。 這裡的烤肉做的很好，只是沒有吃到羊肉。 俄國人煮的土豆 (馬鈴薯) 也很好吃。 在這裡我們吃到的土豆似乎只有一種品種。

尾聲

伯力位於黑龍江、烏蘇里江交匯處；市區佈局整齊、雅致；文化、史跡繁多； 附近農、林、漁產亦豐富。 這一帶廣闊的土地自古以來原爲中華民族生息之地，清代被俄國強佔，至今大多空置無人。 臨城西峭壁眺望兩江匯合，見河面寬闊，江水浩浩蕩蕩，舟楫不絕，氣勢雄偉；只是念及廣大河山失土、目睹黑瞎子島喪權辱國，不禁有「故國山河依舊在，只是朱顏改」之悲！

全面放開生育政策，中國或將面臨人口兩極化

算一算日子，中國開放二胎政策（中國實行的一種計劃生育政策）已經有 3 年，但中國人口增長率似乎依舊沒有起色。中國部分省市近期公布的壹項人口數據顯示，各地 2018 年的出生人口比 2017 年減少 100 多萬到 200 多萬。若此結果適用整個中國，中國 2019 年新生兒人口預計不到 1,400 萬。

面對不升反降的新生兒數量，中國 2019 年的生育政策將何去何從？中國國內有不少聲音認爲，中國的生育政策大概率會在 2019 年全面放開。這也意味著，中國政府將會解除二胎政策，不再對人口生育設下任何限制。

這樣的預測有據可依。中國 20 世紀 90 年代執行計劃生育的背景是人口增長過快，超過當時社會的承載力。計劃生育的實行讓中國人口增長得以控制。

進入 21 世紀後，由於育齡婦女人數持續減少以及部分人群生育意願低迷等原因，中國近幾年的出生人口率不盡人意。全面二胎政策實施後，也並無明顯的改善。限制生育的主要理由已不存在，各地的計劃生育部門也被陸續撤銷，全面開放生育政策似乎也是符合時代需求。

然而，全面開放生育政策並非如此簡單，這樣的做法極有可能會造成中國人口出現兩極化：願意生的人會多少生，而不願意生的人同樣不會生。這樣的情況，早在實施二胎政策時已經顯露。

從中國各個省市來看，二胎政策推行後，各省的生育情況出現了嚴重的兩極分化。中國的部分省份在政策推行後，出生率激增。而在另壹些省份，卻反響平平，甚至還出現出生率下降。

比如山東、河南、廣東，這些地方生育觀念上較爲傳統的地區，新生兒數量就占據了全國的 27%。據中國國家統計各省市 2017 年統計公報顯示，山東省出生率漲幅高達 39.76%，成爲全中國最高。還有廣東，也是在開放二胎政策後，生育率漲幅最高的幾省之壹，從 2015 年的 11.12%，增長到 2017 年的 13.68%。

如果中國全面開放生育政策有可能會導致人口兩極化

相反，中國東三省、北京、上海，雖然有小幅度的上浮，但依舊在中國國內排名墊底。總體而言全中國 34 個省市自治區，越有三分之二的地區出生率漲幅低於 10%。青海、湖南兩地甚至還出現出生率負增長的情況。

再細化到人群上看。中國規模最大的互聯網公司騰訊曾做過壹個生育意願調查報告，其中顯示，高收入（年收入爲 2 萬美元到 15 萬美元）人群裏，不想要孩子的人，和想要 3 個以上孩子的人，比重都是最高的；收入較低的人群中（年收入 1,500 美元以下），想要 1 個或 1 個以下孩子的家庭，占比最高；而收入居中的中產家庭生育意願較低。

從以上的調查結果可以看出，人口兩極化的背後透出了壹個現實：生育觀念和經濟條件決定著生育意願選擇權。沿海和部分省份由於擁有傳統生育觀念，崇尚“多子多福”，所以在生育政策全面開放後，其新生兒的數量很大程度上是會直線上漲。

但在北京等壹線城市中，不少年輕壹代並沒有傳統的生育觀念，而他們多數爲中產及低收入階級，由於擔心養育孩子給自己的家庭帶來的經濟負擔，對生孩子的意願明顯較低。即便中國全面開發生育政策，這類人群的生育意願也很難因此提高。

最終造成的結果是高收入人群“多子化”，中產階級繼續“少子”，而地區之間的生育率也會因此失衡。在這樣的情況下，資源分配不均、社會不平會不斷加劇。因此，權衡各方利益，制定出壹套有效刺激各階層生育，是中國政府在面臨人口負增長前需要謹慎考慮的重要議題。

（多維網）

窮變通久 4-4

趙之楚

＊變，是社會發展的常態：再談台灣9合1的「翻轉」選舉＊

《易經·繫辭上》中有一句話：「窮則變，變則通，通則久。」

《易經·繫辭下》中也有一句話：「在天成象(地球與太陽的位置變化)，在地成形(春夏秋冬)，變化(春耕夏耘秋收冬藏)見矣。」

(接上回)台灣目前最流行的政治「通關秘語」：「兩黨一樣壞」，這就讓大多數人民上了《辯證法》的大當…

最讓人朗朗上口的一句話：「兩黨惡鬥」！

兩黨真的一樣壞嗎？兩黨真的在惡鬥嗎？

最自命清高的一句話：「無色黨醒」；

最左右逢源的派別是「白派」。

多數人民最缺少的就是「慎思、明辨」功夫。

人是有墮性的，在墮性驅使下，人往往會因陋就簡的，喜歡「人云亦云」的「道聽途說」之詞。

真的是「兩黨一樣壞」嗎？真的是「兩黨惡鬥」嗎？真的有「白派」嗎？

我們只要稍加「慎思」，就能「明辨」其非真，確知其「詭辯」：道理很簡單：三個或多黨就一定會有一個讓人人都滿意的「好黨」嗎？

事實是：英國、德國、法國、日本…不都是多黨制嗎？彼此「惡鬥」的情況如何？誰又比誰好呢？

中國大陸也是多黨制，但是長期執政的只有一黨，社會安定繁榮，科技突飛猛進，經濟是世界的火車頭…

人民要的究竟是甚麼？

政黨，不論是古今、不論是中外，政黨都具有「爭權、奪利」的共同性：其中也必然有其基本的差異性，這是不能不「慎思、明辨」的。

不妨就從台灣人民耳熟能詳的「國民黨」與「民進黨」來分析吧：

這兩個政黨真的是「一樣壞」嗎？真的是「一樣無能」嗎？真的是一樣「自由民主」嗎？

起先是國民黨說民進黨叛國，民進黨說國民黨不自由、不民主，互揭瘡疤；台灣人民在豐衣足食的條件下，被少數有政治野心的人，打著自由、民主的旗號，開始以「奪取政權」爲目的，使出各種「造謠」式的「不實、誇大、扭曲」的指控，誤導不知真像的人民，爲吃「免費便當」而參加遊行，搖旗吶喊的誣蔑執政的國民黨，胡裡胡塗的，在「以選票換鈔票」的選舉中，用選票將自私的野心家們送進各級議會，送進政府機關(省、市、縣政府)，最後發現他們的貪污、腐敗、獨裁，比兩蔣更目無法紀的多多多，最重要是又無能、無德，社會秩序大亂，經濟停滯不前…

執政的民進黨在無可抵賴的情況下，又想起黑格爾《辯證法》中的《否定之否定》，喊出「兩個黨一樣壞」的口號，這就讓善良的台灣人民想起了一俗話：「老鴉落在豬身上，誰也別笑誰黑。」

人民心中早有「天下老鴉一樣黑」的傳統意識，政府的貪腐，只要不影響人民豐衣足食的生活，也就自然的「寬恕與原諒」了。

民進黨兩度執政，政績一次比一次差，貪污、專橫的情形一次比一次惡劣，終至忍無可忍，於2018年的地方選舉，被人民無情的拋棄了，終於產生了「第三大黨」(討厭民進黨)。

民進黨執政後所做的，正是他們當初所「反對」的，甚至有過之而無不及。

藍、綠「兩不靠邊」的野心家，在人民處於百般無奈的情景中，又舉起「無色」或「白色」的大旗，招搖欺騙人民的選票…

趙之楚不是預言，看看世界「多黨制」的國家，有沒有一個黨是多數人民熱愛、擁戴的政黨？爲甚麼？天下老鴉一樣黑！政黨也不例外！

沒有不謀私的政黨，也沒有不謀私的個人。重要的是，在他們謀私的同時，有沒有創造出「經濟奇跡」，讓人民發財過好日子！

從這樣的出發點思考，國民黨是不是比民進黨好的多？

生活是十分現實的，能讓人民「過好日子」的就是好政黨。

愛情、生命、自由，這三件事，真的能「等量齊觀」嗎？

爲了國家安全，個人的通信自由可以放棄，個人不被監視的權利可以被剝奪；趙之楚說的是美國911發生之後的真實事件，不是理論，更不是假新聞…

支持一個新生的黨，就是替自己「多找一雙」剝削自己的手，多一雙陷自己於「奴才的奴才」的手，就是孫中山說的陷我們「次殖民地」的三、四等公民。

＊　＊　＊

一個有5,000年深厚文化基業的民族，不論學甚麼，都會有「青出藍，而勝於藍」的成積。

舉世聞名的，中國近40年的經濟、科技、社會(脫貧)都有讓人望而敬畏的成就，現在連台灣的選舉，也成爲世界注目的焦點，做爲半個台灣人的趙之楚，心中不只是「喜悅」更是「自豪」…

近代人常說，中國人不懂科學，甚麼科學？

《中庸》有一段話：「博學之，審問之，慎思之，明辨之，篤行之。有弗學，學之弗能弗措也；有弗問，問之弗知弗措也；有弗思，思之弗得弗措也；有弗辨，辨之弗明弗措也；有弗行，行之弗篤弗措也。人一能之，己百之；人十能之，己千之。果能此道矣，雖愚必明，雖柔必強。」

這段話，就是科學！

這也是台灣人民學習「民主」的精神，不用流血式的暴力，譬如法國的黃背心運動，就能將「不聽話的政黨」趕下台，這是舉世矚目而艷羨的成就！今年，2018年的9合1選舉就是證明。

就說「票選式」的民主吧，台灣人民的表現，就遠勝「歐美式」的選舉…

我(人民)要的你(執政者，或政黨)做的事，你就非給我做不可；我不要的，你就非改正不可；反核食(反對進口日本核污染食品)、東奧正名(東京奧運)、國中小學實拖性平教育、民法保障同性婚姻等都沒有「通過」，這些都是民進黨全力推動，一心想做的，而是人民不要的事。這就是「執政者」背離了民意的明顯事實；

無核家園，完全是「閉門造車」的空想；廢除死刑？究竟是爲了甚麼？人權？人道？抑或是沽名釣譽的「假慈悲」？

「民以食爲天」幾乎是一句老得近乎「迂腐」的中國古語，沒想到竟會煥發出了「劃時代的新內涵」…

食是甚麼？食就是「衣食父母」的食…

人民，古今的人民，中外的人民，沒有不重視「食」的，沒有不爲「食」而拼命(革命)的，別說「食」了，連「茶葉」也會引發戰爭，激發「革命」(說的是美國殖民時代，導發英、美戰爭的事件)…

中國傳統文化裡，人民追求的是「自由」生活：中國古人在農耕的閑暇時間，坐在田邊，搞著「土胚」唱著：「日出而作，日入而息，鑿井而飲，耕田而食。帝力於我何有哉！」享受自由自在的生活之樂…

享受的是：「王子犯法，與庶民同罪」的平等、與尊嚴。

讀書人的士途是通暢的：「十年寒窗無人問，一舉成聞名天下知」的出頭之日是平等的。

因此中國古人，沒有「不自由、不平等」的迫害或壓力，因而也就沒有強烈的追求「任我行」的自由與「平頭平等」的假平等的想法。

基本上，中華民族深信的是「中庸之道」，中庸之道的經濟(小康)，中庸之道的政治(大同：大致相同，並不要求全同)，中庸之道的社會(禮讓和諧)。

中國目前提出的「人類命運共同體」的奮鬥目標，也不過是一個「中庸之道」的構圖！

·完·

中美俄单兵口粮大对比

MRE美国单兵作战口粮

俄罗斯24小时战斗口粮

09单兵作战口粮

所谓，兵马未动，粮草先行，一支军队的战斗力，除了先进的装备、刻苦的训练，日常的伙食供应也是极为重要的一环，毕竟食物对于士兵保持战斗力与注意力是必不可少的，而且，一顿热饭对于前线的士兵士气也是有极大鼓舞的，所以各个军事强国都而非常重视伙食的补给问题。小编带你来看一下中美俄的单兵口粮都有什么特点？

一、美国单兵口粮MRE：内容丰富，食物齐全，每年都会更新餐单

MRE是现在美军使用最广泛的单兵口粮，容量是单餐份的，一餐一袋，菜单的样式有24种之多，可以随意选择，可谓是丰富齐全。并且每年都会更新菜单，加入新的，剔除士兵们不喜欢的老菜单，美国为了让大兵们吃饱，可谓是费尽心思，通常一份MRE里面包含：一份主菜，一份小菜，一份甜点，一包饼干，运动饮料，咖啡，茶，口香糖，火柴，餐巾纸，湿巾，加上各种调味料，这样的一份单兵口粮里面，主菜小吃应有尽有。再加上自动加热袋，足够让美国大兵们吃上一顿热腾腾的饭。一包MRE可以给士兵提供高达1300卡的热量，完全可以满足正常的作战消耗，就算是这样，也是有不少美国士兵嫌弃MRE难吃，曾经发生过美国士兵用6份MRE换取法国单兵口粮的事，不得不说美国士兵们也太挑剔了。

二、俄罗斯单兵口粮:24小时战斗口粮，里面有一样奇葩食物，别国士兵基本吃不下

24小时战斗口粮，光听这个名字就知道是战斗民族的口粮，既然叫24小时战斗口粮，那就是一包口粮管一天，比美国的一包一餐要省事不少。这种战斗口粮内容也同样丰富：俄军战斗口粮一共有7个菜单，主要食物是软罐头包装，使用燃料块加热，这一点与美国的塑料包装区别很大，这种战斗口粮一般包括：三份主餐，2份饼干，一份米饭，一份炖菜，还有几盒肉酱等等。但是里面包含着一份最具特色，也是最让外国人难以接受的食物：腌制肥猪肉！这个腌制肥猪肉其实是俄罗斯的一道名菜，但是除了俄罗斯人，其他国家的士兵是很难吃下去的。不过对于俄罗斯这种整天在冰天雪地里的士兵，这个肥猪肉可是可多得热量来源。

三、中国09/13式自热口粮：只能算凑合事，原因：大家都懂的，别说没有锅铲，就是一把工兵铲我们也能来个炒鸡蛋！！

我国的单兵口粮很简单，不同于外军在执行任务时经常使用，因为我军有完善的炊事保障体系，从大型炊事车到小型炊事挂车，甚至是小型的便携式单兵炊事炉，我军做饭的家伙事那是十分齐全的，从这里也可以看出，我国对于前线作战的士兵的热食供给的重视程度，是其他国家远远不能相比的，09/13式单兵作战口粮内容比较简单：09式主要有主食、蛋糕、肉菜、水果包、香辣酱等等，而13式就简单粗暴很多，有2份主食，一份速溶饮料、一份菜，就这些。从这就可以看到，我军的单兵口粮只能算是凑合事，毕竟，我们即使是作战也是配备炊事班的，就算没有炊事班，我们还可以造土炉，一把工兵铲还是能够炒个鸡蛋的！

伙食级别最高的兵种，饭菜虽好，但是却难以下咽

俗话说人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌，相信不管是谁，在什么地方或者是在从事什么样的工作，不吃饭肯定是不行的，现代人生活节奏快，做工繁忙，不管时间多么不充裕，也是要腾出个时间来吃饭的。

同样，在部队里也是如此。我们都知道，部队里都是有着专门管理烧饭的兵种的，他们就是炊事班，主要的任务就是解决士兵们的吃饭问题，而对于士兵们来说，炊事班也是非常重要的，更有人开玩笑说炊事班比他们的连长还要重要。

我国解放军现在的灶类一般分为四个，分别是11元，13元，23元和39元。看价格我们就知道39元已经是我国部队中的最高标准了，这个级别的伙食可以说是非常丰盛了，而能够享受到这一标准的兵种在我国只有飞行员和潜艇兵。

很多人觉得能够享受到这样的伙食那么一定是非常幸福的兵种了吧，其实并不是这样的，尤其是潜艇兵。主要原因就是潜艇兵的工作环境是非常恶劣的，需要长期待在水下，一次任务就有可能是十天半个月甚至更久。

而就算是这么好的伙食，对他们来说也是难以下咽的，并不是因为他们太挑，而是由于长期呆在水下的潜艇里，导致他们的身体经常会出现很多的不适，因此考虑到他们的身体健康问题，部队给他们的伙食也是最好的。

2018华人警察故事
一身警服，演绎热血人生

2018年接近尾声，一年中，华人圈里有令人动容的温情瞬间，有争取华人权益的大声疾呼，有华人参政的喜忧参半。

还有这么一群华人，他们的工作平凡普通，但是城市的安定祥和、井然有序，归功于他们的无私奉献。他们是正义的守护者，惩恶扬善，除暴安良，他们是华人警察。2018年，他们身上发生了哪些故事呢？

神勇机智篇

今年，加拿大多伦多华人警察林志杰未开一枪生擒“汽车撞人案”暴徒，被赞“教科书式制服”，林志杰也成了加拿大“国民英雄”。

2018年4月23日下午，在多伦多北约克一个繁华街区，发生了一起汽车蓄意冲撞行人恶性案件，嫌犯米纳希安(Alek Minassian)驾驶一辆客货两用车冲上行人道，造成10人遇难，10余人受伤。

警方接报7分钟后，42岁的华裔警察林志杰第一个赶到案发现场。

现场视频显示，凶犯站在车头已撞烂的车旁，手持形似手枪的黑色物体指向孤身一人的林志杰。

凶犯逼近林志杰，喊道：“杀我，打我的头”。林志杰回答：“我不杀你，趴下”。林志杰未开一枪，他把警枪放回枪套，拿出警棍，制服凶犯，整个过程仅37秒。

加拿大情报安全专家葛斯基评价说；“林警员只身面对暴徒，在剑拔弩张情势下，冷静镇定，未贸然向凶嫌开枪，留下活口，使他有机会接受审判。”

面对媒体，林志杰不希望被当作英雄，他说：“我只是做了自己的工作。”

涉险救人篇

林志杰仅用37秒化解危局，纽约华裔警察John Huang则在短短15秒内挽救了一条生命。

2018年1月11日，一名39岁的纽约男子不慎从J线地铁站月台摔落轨道，纽约市警华裔警官John Huang和同事Kevin Platz正好经过，看到危急情形立即跳下月台，在列车进站的15秒前，将该男子从倒卧的轨道拖回安全的地方。

纽约市警局在网上贴出两人的照片，表扬他们的英勇无畏，网民也热烈赞扬两人机智果断。

跨界全能篇

作为警察，可能会遇到各种突发状况，刚刚入职八个月的纽约华人警察Vincent Ching从没想过自己从警生涯中会做这种事。

2018年4月1日早晨8点左右，Vincent Ching和同事刚开始执勤，就接到报警电话，称在高速路上有名女子面临生产。

Vincent Ching和同事原本准备把她接到最近的医院，但赶到现场发现已来不及，Vincent Ching和同事只得一起帮她接生。

终于，宝宝顺利出生，母女二人被送到附近的医院。

回想起起这段跨界当妇产科医生的神奇经历，Vincent Ching说：“这感觉太棒了，作为警察，第一次遇上这种情况，但能帮助一个新生命来到这个世界，这感觉很奇妙！”

铁汉柔情篇

神勇机智、跨界全能的华人警察其实也有铁汉柔情的一面，新西兰华人叶警官就是个斗得了黑帮、下得了厨房的全能好男人。

今年2月，叶警官接到报警，一名男子正在家中殴打女友，而这名嫌犯正是辖区内有名的Black Power黑帮成员。

但是，根据新西兰法律，没有相关证词，警方不能直接逮捕嫌犯。叶警官试图与受伤的女子沟通，但她拒绝提供任何证词。叶警官只得吩咐同事先去附近邻居那搜集证词，自己留下与嫌犯拖延时间。

当时，凶犯非常嚣张，攥紧拳头对叶警官步步紧逼，叶警官尽量跟他交流，避免激怒他。

最终通过一份邻居的证词，叶警官终于成功将他逮捕。

可是，这么一个英勇的警察，在家却是个怕老婆的顾家男人，叶警官说：“在我们家凡大事都是我说了算……但是，我们家没什么大事。”

虽然警察的工作强度很大，但他总是抽空陪家人。“有一年圣诞节，当时只有一个小时休息时间，我赶回家陪家人和孩子吃了顿饭，虽然只有一顿饭的时间，但孩子们都很开心。”

网络红人篇

现在网络这么发达，不get点新技能，怎么能更好地服务民众呢。美国加州华人警察李子光就是个社交媒体达人。

为方便市内30%华人人口，2014年，美国加州圣利安住市警局开通了微博“@SLPD聖利安祖市警察局”，为当地的华侨华人提供中文警讯和重要信息。

今年，由于对几个焦点案件的及时跟进，这个账号一不小心成了中国网红，粉丝量突破30万，账号的创建者正是圣利安住市华人警员李子光，他自称“小编”，还说自己每天会花1-2小时运营微博，每一条留言自己都会一一回复。

李子光专门学了很多中国的网络用语，与华人网友交流起来完全无障碍，微博画风也是搞怪卖萌无所不能，连警局局长都被P成了蜘蛛侠。

当然，这个官博正经起来也是尽职尽责，比如，发布视频教当地华人防范电信诈骗。

李子光说：“一般刚刚移民到这里的人会对我们警员有所戒备，但是通过微博他们放下了戒备。拉近我们和华人的距离，这就是我最初创立这个微博的目的。”

巾帼不让须眉篇

谁说女子不如男，说到华人警界故事怎么能少得了美女警花呢。

新西兰奥克兰华人Yaolin，曾是个青岛小妹儿，如今在新西兰从警已经十年。

2018年5月，Yaolin管辖区的公共游泳池发生了猥琐男子骚扰女性案件，几名参加集训的女运动员的车窗上出现了内容下流的信。

Yaolin与同事去案发现场调查发现，偌大的案发停车场只有一个摄像头，想要通过监控抓住猥琐男根本不可能。

于是Yaolin和同事们决定蹲点儿抓人。找了一圈，她们发现只有厕所能鸟瞰整个停车场。

Yaolin在厕所蹲守了三周后，目标终于再次出现在停车场！只见猥琐男蹲下身，好像是在系鞋带，等他站起来的时候，手里拿着一个白信封，插到了一辆车的窗户上。 Yaolin火速跑到停车场，将猥亵男抓捕归案。

说起警察这份工作，Yaolin非常自豪：“十年来我初心未改，我从警的初衷就是帮助弱势群体和无助的受害者。”，

平安从来不是平常，平安从来不会平凡。华人警察们的默默奉献，为维护城市的安宁稳定出了一份力。

2018，致敬，华人警察！

除夕前的蹲守

三个在逃的犯罪嫌疑人，三种蹲守风格，展现的是最真实的人性和最深沉的情感……

快要过年了，派出所却比平时更忙碌。小陈是个新警察，正忙得不可开交，老汪说："小陈，把手头的事暂时丢一丢，跟我蹲守去。"

老汪是个老警察了，平时话不多，也没做过什么惊天动地的大事，可派出所上上下下对他都相当敬重。因为他没有一点架子，辖区百姓见了，也都亲热地叫他老汪，弄得老汪像个社区大妈似的。老汪这副样子跟小陈心目中的警察形象可不太一样，他觉得警察就应该是铁血战警那种的，哪能这样"鸳"呢？

见老汪叫自个儿，小陈忙答应了一声，他知道辖区里有三个在逃的犯罪嫌疑人，重大节日到来时这三人都是需要重点监控的对象。可现在离过年还有好几天呢，小陈便说："老汪，现在蹲守未免早了点吧？"

老汪头也不回地说："不早，刚刚好。一般来说过节时他们会偷偷溜回来探亲，可现在他们越来越精了，有时偏不在过节时回来，而是选在节前或节后，所以我们要早做准备。"

吗？可他心里这么想，脚步还是跟了上去。

两人去的第一家是梁奶奶家。梁奶奶只有一个亲人，就是她的孙子，祖孙俩相依为命，一年前孙子酒后打架，把人打伤后跑了，至今未归。见老汪就这么明晃晃地直奔梁奶奶家，小陈忍不住说道："老汪，咱不是蹲守吗？现在这么招摇岂不打草惊蛇？"

老汪只简单说了一句话："他家不用蹲守。"

到了梁奶奶家，老汪二话不说，就领着小陈热火朝天地干了起来：擦玻璃、拖地、归置东西……梁奶奶在一旁不停地感谢。忙了好一阵后再看，嗬，原来杂乱的家顿时变了样，窗明几净、整整齐齐。临了老汪又掏出一个红包递给梁奶奶，说："梁奶奶，如果小梁回来您一定要劝劝他，千万不要让他跑了，他罪行不重，在外面流浪哪天才是个头？您年纪也大了，他怎么就忍心抛下您呢……"

梁奶奶一听直抹眼泪，说："谁说不是呢？等我见着了一定劝他！老汪，你心真好，都不知帮我多少次了。"

等出了梁奶奶家，天都黑了。小陈说："老汪，

老汪一笑，说："就算是吧。我只是希望给小梁一个投案自首的机会，毕竟他还小，罪又不重。"

小陈心里却又不以为然，小梁就他奶奶一个亲人，几乎可以断定，他会在过节时潜回来，逮住他咱就可以立功了，搞什么攻心战术嘛，软绵绵的，一点力道也没有。

谁知第二天一早，在梁奶奶的陪同下，小梁真的来自首了。

警察问小梁为什么肯自首，小梁低着头说："因为老汪。昨夜我偷偷回来了，一见面奶奶就告诉我，我在外一年多来，老汪几乎每个周末都去照顾她，还自掏腰包资助她，我再不自首还是个人吗？我现在只想早点服完刑出来好服侍奶奶，再不尽孝就没有时间了。我还要感谢老汪，老汪是个好人。"

小陈在一旁听着，偷偷瞟了一眼老汪，老汪笑眯眯的，一副见怪不怪的样子。小陈突然发现，貌不出众的老汪还蛮有一手的！

下午，老汪又叫上小陈，脸色严肃地说："换上便衣，带上家伙，蹲守铁头去！"

小陈一听，心怦怦直跳。铁头是辖区里又一个在逃的犯罪嫌疑人，他的罪行可大了，曾持刀重伤过一个仇家。小陈说："老汪，这回为什么不用攻心战术？"

老汪瞪他一眼："明知故问，攻心战术也得针对具体的人，铁头这样的家伙早就刀枪不入、油盐不进了，只有强行抓捕这一条路。有情报显示，他今天露了脸。我查了查他的社会关系，今天是他仇人儿子结婚的日子，铁头曾扬言要杀光仇人一家，他此时现身很可能是来报复的。这家伙丧心病狂，诡计又多，咱得小心了。"

老汪和小陈身着便衣，来到铁头仇人儿子结婚的酒店里。他们伪装成宾客，混在人群中，静静地坐在大厅一角，等着铁头出现。

可是婚宴都进行一大半了，也不见铁头现身，小陈有些不耐烦了，心说要么铁头没有回来，要么就是判断有误，蹲守地点选错了，老汪却依旧一副水波不兴的样子。

宴会上正热闹着，老汪忽然小声说了句"跟我来"，然后站起身，端起酒杯踉踉跄跄地就走。那樣子像是酒喝多了，要去敬酒。小陈纳闷了，你老汪可一口酒也没喝，这是干什么呢？

只见老汪歪歪扭扭地走着，在桌子间绕来绕去。就在这时，对面过来一人，戴着帽子，身着酒店的工作服，低头推着小推车，小推车上全是菜，显然这是个传菜工。

两人擦肩而过时，意外发生了：老汪一把扔了手中的酒杯，像猛虎一样扑过去，死死抱住传菜工，口乱响，小推车翻了，菜撒了一地，他和传菜工扭打在了一块儿。

众人大哗，小陈第一个反应过来，一个虎扑扑过去，这时传菜工已动作猛烈地甩开老汪，小陈如泰山压顶般直压下来，死死拽住传菜工已伸进了裤腰的右手。

老汪重新扑过来，大叫道："我是警察！"宾客们得知情况后也扑过来，一番激烈打斗之后终于制伏了传菜工。小陈给他戴上了手铐，再一看，果然是铁头，腰中还藏着一柄闪亮的利刃。再一找，真正的传菜工已被打晕在一个小房间里，工作服都给扒了。

等回到派出所，小陈心服口服，问道："老汪，大厅里那么多人，你怎么看出传菜工是铁头的？真神了！"

老汪依旧笑眯眯的，说："哪有那么神？我只是密切关注每一个人罢了，后来发现进到大厅的传菜工先前没见过，他身上的工作服也不合身，但那时我还不能断定，所以假装敬酒走到他身边，再仔细一看，正是铁头。"

小陈听了，用力地点点头。

第二天，老汪像没事人一样又领着小陈去蹲守了，那样子就好像昨夜那场激烈的抓捕行动不是他老汪干的一样。

这次去的是辖区里最后一个在逃的犯罪嫌疑人的家。那人姓蔡，因为酒后驾车致人死亡，三年多了一直在逃，可怜他苍老的爸妈眼睛都要哭瞎了，身体也都弱不禁风。

在蔡家，老汪依旧是老一套，领着小陈送上一些慰问品后，就帮着打扫起卫生来。老两口一边抹着眼泪一边说："老汪，等我儿子回来一定劝他自首，他不自首，第一个对不起的就是你。几年了，你逢年过节就来照顾我们。可是老汪，我儿子真的一点消息也没有啊！"

老汪拉着老两口的手说："你们说得太对了，一定要劝他自首，但你们也要保重身体，一定要好好活着，等着儿子回家的那一天。"

离开蔡家，小陈说："不知道这回的攻心战术能不能成。"

一听这话，老汪停下了，发了好一会儿愣，长叹一声说："什么攻心战术啊，你以为我们警察全是理性动物？老蔡他们儿子啊，唉，回不来了。"

小陈一惊，老汪又说："两年前他们儿子就因为一场车祸死了，大家一直瞒着，你看他们那样子，只怕一晓得实情，就撑不住了。"

说着，老汪就往前走了。

小陈惊讶得不得了，他看着老汪的背影，想到三个在逃的犯罪嫌疑人，三种蹲守风格，忽然发现眼前这个平凡的人身上藏着最真实的人性、最深沉

什么样的鸡蛋才新鲜？

鸡蛋，被称为“营养接近最完美的食物”；民间也有一种说法，“鲍参翅肚，不如鸡蛋”！

一个鸡蛋，煎炒蒸煮，总有一种吃法让你心满意足，更重要的是，比起燕窝、阿胶等滋补名品，它还如此平价。

有人的地方就有江湖，江湖上鸡蛋的传说太多太多，可以说真假难辨。

蛋壳颜色越深越好

土鸡蛋更有营养

吃鸡蛋，一天不能超过2个

……

小编冒着秃头的危险，为大家整理了一份超全的“蛋学”秘籍！买、放、做、吃，这次全给你说清~

1. 什么样的鸡蛋才新鲜？

挑出一颗好蛋的秘诀：一照二摇三观察。

走到卖鸡蛋的小摊前，拿一颗鸡蛋在手上：

对着光线照一照，呈半透明状的是新鲜鸡蛋，不透光的则不新鲜；

轻摇一下鸡蛋，听不到声音的是新鲜的；

观察蛋壳，表面粗糙、有霜状物的是新鲜的，表面光滑则不新鲜。

2. 土鸡蛋更有营养？

土鸡蛋比起普通鸡蛋，确实更香、口感更好，但营养价值其实差别不大。

不差钱的大可以买贵一点的土鸡蛋，毕竟好吃。

什么样的鸡蛋才新鲜？鸡蛋红皮的好，还是白皮的好？一次说清

3. 鸡蛋是红皮的好，还是白皮的好？

不管红皮蛋还是白皮蛋，新鲜的就是好蛋！

蛋壳颜色由母鸡的基因决定，至于营养价值，二者并无差别。选白皮还是红皮，就看你喜欢哪个色号咯。

4. 脏鸡蛋更新鲜？

有些人买鸡蛋时会专挑脏鸡蛋买，认为外壳沾有鸡粪、鸡毛和血丝等脏东西的蛋更新鲜。然而并不！

脏鸡蛋的表面不仅有看得见的脏，还有看不见的致病菌和微生物。如果不小心污染到其他食物，那.....

5. 鸡蛋壳上长雀斑、暗纹，能吃吗？

这年头，连鸡蛋都要拼“颜值”。蛋壳长了雀斑、暗纹的，就被说成是“细菌蛋”。

其实，鸡蛋有没有感染细菌，是没法从外壳上看出来的。如果打开后蛋壳内壁有斑，那才真的吃不得。

什么样的鸡蛋才新鲜？鸡蛋红皮的好，还是白皮的好？一次说清

6. 弹跳力强的煮蛋，是买到了假鸡蛋？

有人将煮熟的鸡蛋剥壳，摔一下竟能像乒乓球一样上下弹跳，就认为这是人造鸡蛋。

这纯属想多了，一个鸡蛋才多少钱，造假划得来吗？更重要的是，在造蛋壳的技术上，目前人类还达不到鸡的水准……

7. 鸡蛋买回来，要不要放冰箱？

鸡蛋室温下（以20~30℃为例）存放一天，相当于在4℃的冰箱冷藏室放一周。所以为了保证新鲜，当然是要放冰箱！

8. 放冰箱前要不要洗？

有人嫌蛋壳脏，放进冰箱前会先洗一下。

鸡蛋“洗了澡”，坏得更快。因为蛋壳上那层霜状物能起到防护的作用，它可以阻止细菌进入鸡蛋内，要是洗掉了，鸡蛋会很容易变质。

9. 鸡蛋别“裸奔”进冰箱

不少人会把买回的鸡蛋直接摆在冰箱门的蛋架上，这样做其实不卫生，因为蛋壳上的大肠杆菌、沙门氏菌会污染冰箱里的其他食物。

正确做法是：把鸡蛋装到干净的食品袋里，再放进冰箱。

10. 放鸡蛋，小头朝上、大头朝上还是横放？

大头朝上放。鸡蛋大头那一边有个“气室”，大头朝上，蛋黄就不会贴在蛋壳上，这样煎、煮出来的鸡蛋会更完美。

11. 溏心蛋，更好吃？

溏心蛋是很多人的心头好，但小编劝你最好不吃。鸡蛋要是没煮熟，它携带的细菌就不能被消灭。

溏心蛋能不吃则不吃，隔夜溏心蛋、生鸡蛋就更不建议你吃了。

12. 鸡蛋煮多久比较好？

你说不能吃生蛋，不建议吃溏心蛋，那我煮久一点总行吧？

那也没必要，煮久了不仅难吃，还难消化。鸡蛋凉水下锅，中火煮开后，再煮6~10分钟就行了。

13. 鸡蛋怎么煮，锅里不开花？

那鸡蛋要怎么煮才不会破？

冷水下锅，用中火煮，别用大火煮，尤其是从冰箱拿出来的鸡蛋。

14. 鸡蛋煮熟后，过一下凉水好剥壳？

多人煮蛋后为了好剥壳，一出锅就要给鸡蛋“冲个凉”。冷热温差会破坏蛋壳、蛋清间的保护膜，如果泡在不太干净的水里可能会有病菌进入。

要不让煮鸡蛋自然冷却，要不用这个小妙招：煮蛋时在水中加入少许食盐，煮熟后蛋壳容易剥~

15. 煎蛋时，别只煎一面

单面煎蛋，很难做到不焦又熟透。还是那句话，你可以为了口感去煎一面蛋，但为了健康还是把两面都煎了吧~

16. 鸡蛋怎么炒才嫩？

耐心！耐心！耐心！

首先，打蛋要充分。其次，火不能开大。

油五分热时就加入蛋液，用中低档火不断翻搅，快熟时关火，利用余温让其熟透。

17. 如何蒸出嫩滑无孔的鸡蛋羹？

在蒸出无数“蜂窝煤”蛋羹后，小编分享一下自我总结的要点：

蛋液加温水，不要加自来水或者热水；

别怕费事，要用小筛子滤掉浮沫；

用保鲜膜封住碗口，记得戳几个小孔。

18. 西红柿炒鸡蛋怎么做到少油？

最紧要的，不要放两次油。

用不粘锅先炒鸡蛋，再炒西红柿。炒西红柿时不要再放油，可以加点水以防粘锅。

19. 炒鸡蛋，不要放味精

鸡蛋加热后会生成谷氨酸钠，这就是它鲜味的来源。而味精会影响谷氨酸钠的合成，反而破坏了鸡蛋本身的鲜味。

20. 鸡蛋哪种做法最营养、最健康？

水煮蛋＞蒸蛋＞煮荷包蛋＞煎蛋＞炒蛋＞卤蛋

21. 吃鸡蛋，一天不能超过2个?

建议普通人每天吃1个鸡蛋就行了。不过并不是说吃多了会得高胆固醇血症，而是建议大家做到营养均衡、饮食多样化。

如果血脂偏高，就要少吃点蛋黄了，并且每周吃鸡蛋不要超过4个。

22. 蛋黄和蛋白，吃哪个更有营养？

一枚普通大小的蛋，蛋黄约含3.8克蛋白质，蛋白约含2.5克。所以，丢掉哪个，都很浪费。

什么样的鸡蛋才新鲜？鸡蛋红皮的好，还是白皮的好？一次说清

23. 煮熟的蛋黄发青，吃了对身体不好？

煮熟的鸡蛋蛋黄发青，只是因为煮得太久了！

这层灰绿色的东西叫硫化亚铁，是无毒的，对人体无害。实在介意的话，别煮太久就好。

24. 鸡蛋里有血丝，还能吃吗？

打开鸡蛋，发现蛋黄表面有点血丝或者小红血块，这说明：要么鸡蛋已经受精了，要么是鸡妈妈产卵时卵巢出血了。

总之别担心，能吃！

25. 水煮蛋隔夜了还能吃吗？

如果彻底煮熟了，并且放到冰箱里，第二天吃是没问题的。

如果是溏心蛋，那就果断丢掉吧。

26. 鸡蛋和豆浆不能同吃？

网传鸡蛋不能和豆浆一起吃，否则营养就不能被吸收。

其实，豆浆只要煮熟了，就不会影响蛋白质的吸收。而且，这样搭配营养还会翻倍。

27. 吃茶叶蛋不健康？

茶叶和鸡蛋都是好东西，但加在一起，反而会“正正得负”。

鸡蛋做成茶叶蛋，不仅营养价值会“打折”，还会对胃造成刺激，所以还是少吃为好。

什么样的鸡蛋才新鲜？鸡蛋红皮的好，还是白皮的好？一次说清

28. 感冒发烧，能吃鸡蛋吗？

感冒发烧时，最好少吃或别吃鸡蛋，否则肠胃、肝脏、肾脏的负担都会加重，而且还可能使体温进一步增高。

29. 吃鸡蛋补铁？

蛋黄的铁含量的确比较丰富，但它还含有一种叫“卵黄高磷蛋白”的物质，会影响铁的吸收。

想补铁，吃瘦肉、动物血和肝脏更管用。

30. 绝大多数人都能吃鸡蛋，但有一类人绝不能碰：

对鸡蛋过敏的人！

怎么护理金鱼草？如何养？

怎么护理金鱼草(详情介绍)？如何养？随着现在生活节奏越来越快，人们对生活的品质要求越来越高，也越来越注意休闲娱乐的时间，那么养一些花花草草也是大家首选的一种休闲方式。见过一些朋友养金鱼草，名字很好听，那这种植物好养吗？该怎么去护理呢？

1、适时播种

怎么护理金鱼草？如何养？它有两种播种方式，一种是种子播种，另一种是扦插法繁殖。不过，大部分的人都是选择种子播种。那么什么时候播种合适呢?一般来说，以秋后播种为宜，10～11月为好。而且播种基质用消毒过的腐殖质土或泥炭土，一般采用30厘米口径的浅盆。

2、金鱼草播后管理

怎么护理金鱼草？如何养？播种之后，接下来就进入到播后管理阶段。主要是水分管理，要注意浇水的时候要均匀，不可使盆面过干过湿。夜间将玻璃掀去，使之通风透气，白天再盖好，防止水分蒸发。种子播后7、8天就可萌芽出土。幼苗出土后可掀去玻璃，使之接受光照。

3、移植

当幼苗长出4-5片真叶时，就可进行植 。准备口径大小合适的(一般8-12CM)花盆，并选用7分腐殖质土加3份园土的混合土。当然随着幼苗的逐渐长大，需要再换口径大一些的花盆。

4、温湿度

它耐湿也较耐寒，但是如果温度在-5℃以下就要给它做保暖措施，否则很容易被冻死。

5、合理施肥

怎么护理金鱼草？如何养？它也是需要营养的，而且大部分的营养都是要从肥料中吸取。不过要注意的是由于它本身具有根瘤菌，有固氮作用，所以一般情况下不用施氮肥，适量增加磷、钾肥即可。还有在生长期内，结合浇水每半个月施一次发酵的油渣水，出现花蕾时，用1.2%磷酸二氢钾溶液喷洒更佳，每次施肥前应松土除草。

6、适宜修剪

怎么护理金鱼草？如何养？修剪也是很重要的，一般是当幼苗长至10CM左右，就要做摘心处理，以缩短植株高度，增加侧枝数量，增加花朵。修剪时应剪去病弱枝、枯老枝和过密枝条，每次开完花后，剪去开过花的枝条，促使其萌发新枝条继续开花。

看完金鱼草的养殖方法之后，我们接着来了解一下有关它的花期。其实这主要跟播种时间有关，如果是春夏播种的，那一般可在6-7月或9-10月开花;而如果是秋后播种，在短剪后可至晚秋开花不绝，花朵非常的没理。

怎么护理金鱼草？如何养？金鱼草还算是好养的植物，大家如果对金鱼草感兴趣的话，可以考虑养一盆哦~

叉尾斗鱼好养吗？叉尾斗鱼饲养

叉尾斗鱼同圆尾斗鱼体型十分相似，叉尾斗鱼鱼体呈长圆形，身体较扁，眼眶为金黄色，围绕着黑色的眼球，十分好看，鳍上有深色斑点，背鳍、臀鳍均呈尖形，尾鳍基本呈深叉形，如果养的好，有较长的拉丝的话十分漂亮，尤其是对展的时候。别看中国斗鱼体型小，属于十分好斗的鱼种，这也是人们喜欢中国斗鱼的原因之一。

叉尾斗鱼好养吗？叉尾斗鱼的饲养其实并不难，对水质要求不严，水温保持在20-25℃即可，喜食昆虫幼体和鱼虫，也食干饵料。不过会吞食别的热带鱼小鱼，不适合混养。饲养时在水中多种植水草并多放些石块，供叉尾斗鱼躲藏，最好用大型水族箱饲养，供其活动，同时也不喜欢光线太亮的环境，属于夜行性斗鱼，喜欢晚上出来活动，而且比较活跃，容易跳缸，饲养时最好加盖。

叉尾斗鱼好养吗？叉尾斗鱼主要以吐泡筑巢的方式进行繁殖，一般4～8月龄性成熟，可选择6厘米以上的斗鱼种鱼进行繁殖，公母之间体型相差不要太大，最好是雄鱼大于雌鱼1/10；当叉尾斗鱼雌雄鱼同时发情，可将亲鱼同时放入繁殖缸。雄鱼会利用浮水植物做为据点，持续不断地吞食空气，并将鳃中的气体从口中吐在浮游植物周围制成圆形的泡沫巢。筑好浮巢后雄鱼便在雌鱼周围翩翩起舞，来展现自己绚丽的色彩博取雌鱼的青睐，渐渐雌鱼在雄鱼的诱导下，游向新建的泡巢。它们在浮巢下方开始交配，雄鱼将整个身体弯曲至“U”型，并紧紧拥裹雌鱼，雌鱼每次产卵在400～1000粒左右。

金鱼掉鳞是怎么回事

金鱼的体色和体型是吸引人们的关键，健康金鱼的鱼鳞是非常细腻，规则，并且闪闪发亮，如果在你饲养金鱼的过程中出现了金鱼掉鳞的情况那就需要注意了，那么金鱼掉鳞是怎么回事？

1.水质不洁，特别是水族箱中的粪便没有及时清除，或因捕捞运输、放养、移箱时操作不慎，使鱼体受伤，导致病原菌感染

2.如果是缸养或者是池养，不管养的是什么品种的金鱼，如果有锋利的装饰物存在的话，撞上就会导致掉鳞。

3.竖鳞病，竖鳞病主要是由点状极毛杆菌感染引起的，常出现在冬季水温较低，或者是换水，水温差距过大而引起的。患病的金鱼体表会变得粗糙，鳞片也会掉落，在麟囊里还带有半透明或带血液体。

1.喂食，不要喂买来的劣质金鱼饲料。因为这种饲料淀粉太多，营养差，不易消化，水质容易污染，金鱼吃了营养不良，导致金鱼生长就比较慢，还容易得病。可以喂食蚯蚓和生白芝麻，白芝麻很容易买到。金鱼很爱吃，易消化，而且不容易污染水质。

2.光照，最好把鱼缸放在有阳光照射的地方。这样利用阳光的紫外线杀菌。起到防病的作用。同时，由于光合作用，鱼体的颜色也比较鲜艳美观。养鱼要尽量做到预防为主，用药为辅。

3.换水，要经常换水，能增加水中的溶解氧。换水时只能换去三分之一至四分之一，不能一下子换去很多，否则金鱼会不适应。以保持水族箱或者鱼缸中水质澄清至为重要。水中有充足的溶解氧，鱼才长的好，长的快。什么时候换水，没有定论，可根据水质而定，水质混浊的多换，否则少换。

为何夫妻走到最后都是相看两厌？

1、不懂得换位思考，你们的感情永远不会平等。

说起这儿，不得不提一个永久的话题，就是这个世界上：“男人累还是女人累?”

有人说，男人在这个房价高，消费高，物价高的三高时代，压力重重，不敢休息，不敢放慢脚步，甚至卑微得不敢生病，因为倒下了，身后就是无可依靠的妻儿，真的活得太累。

也有人说，女人在这个竞争压力大的时代，比不上像男人一样拼死拼活，但是除了工作还有一大把家务，还要生孩子，养孩子，劳累程度丝毫不输男人。

那你说到底男人累还是女人累?

都累，只是男人心累，女人身累。

所以，当两个人选择结合在一起时，学会的不该是口角之争，而是换位思考 。在丈夫外出辛劳时，女人也管好家中的小事;在女人在家疲劳不堪时，男人也该学会体谅，这才是一个家的相处之道。没有谁为家贡献得最多，而是竭尽全力去体谅彼此为家所付出的不易。婚姻，才不会在争斗之中变得难堪。

2、嫌弃。你嫌弃的不是对方，而是对方眼里的自己。

很多人说：“从选择的伴侣，就能看出这个人的品味”，可笑的是，很多人都会从赞赏自己的审美到侮辱自己的审美。

当你在嫌弃面前的这个男人在外闯荡，丝毫不顾家的时候，你也在嫌弃当初那个瞎了眼的自己;当你嫌弃面前的女人懒惰不堪的时候，你也在嫌弃当初那个脑子进水的自己。

因为人的优点和缺点都是共存的，ta的优点和缺点是买一赠一的，哪有只要好处摒弃坏处的呢?

所以，谈恋爱的时候，想清楚，你最爱他什么?你爱他温柔体贴，你爱他长得帅，你爱他的钱…还是你爱她的貌美，你爱她的多姿…都行，只是与此同时，你也要接受他的其他缺点。一个顾家的男人，往往没有什么事业心，一个有事业心的男人往往不顾家，不是不想顾，打拼和闯荡是需要花时间的。而一个貌美的女人只会把时间花在打扮上，而一个多姿的女人多半是学不来贤淑。

想清楚自己要什么，其他附带的缺点也要一并接纳。很多时候我们因为对方的优点跟对方在一起，这叫做爱情，却要和对方的缺点相处一辈子，这就是婚姻。都别嫌弃，因为对方的好坏，从一开始，就是你心甘情愿选的，别和自己过不去。

3、比较。没有比较，就没有自寻烦恼。

“人比人，气死人”古语自然有它的道理。我们总是活在别人家的影子里，别人家的老公多么厉害，别人家的老婆多么温柔，可是偏偏看不到别人家的苦恼，家家有本难念的经，你能忍受老公出类拔萃但是无心顾家吗?你能忍受别人的老婆温柔但是从来无需为经济操心吗?如果都做不到，那你有什么资格羡慕别人家呢? 人家有山珍海味，你有爱人相陪，知足常乐，无需把日子过在别人的比较里。

想起了”半杯水定律”

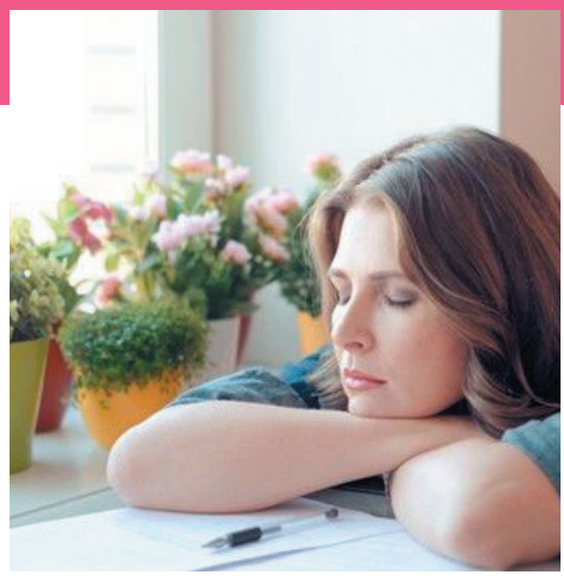
瓶子里有半杯水，乐观的人说：”你看我还有半杯水，好开心。”

悲观的人说：“好伤心，只有半杯水了。”

用在爱情中也是一样，不要去比较，永远珍惜你所拥有的，而不是为你所没有的去抱怨。

最后，日子总是归于平淡的，而爱人也是归于相熟的，把平淡的日子守住，发现熟悉的人的优点，你们才会越来越好，才不会相看两厌。

女人请别做婚姻中的忍者



婚姻中，女人大都是“忍者”。为什么会这样?难道她们是真的丁点都看不到男人的好和坏吗，那为什么评判别人的婚姻是就能够一针见血呢?私心只有一个，就是为了保住这个家的完整，即便已经名存实亡，即便要让自己忍受万箭穿心也要忍到“体面周全”!这也导致了男人看中他们的弱点，让女人在婚姻中处于了被动。

我们都清楚，“忍”是不可能解决任何问题的，“忍”也形同于逃避，逃避就像得了病不及时治疗越拖越严重最后没了希望一样。婚姻中无论男女，其实潜意识里都有一种“贱”性心理，这种心理如果被女人的忍让惯着就会变本加厉，久

大多数男人也是希望有个安稳的家，不希望婚姻轻易破碎，但又会做出一些伤害女人，伤害家庭的事情，比如出轨，男人的终结目标是家里红旗不倒，外面彩旗飘飘。就如同韩寒希望小三和正宫能够和平相处一样。

女人怎么办?当然要彻底粉碎男人想“兼顾两者”的梦!就我的观察，男人的不知悔改，或者在错误的路上越走越远，既跟这个男人本身的品性有关，也跟他的妻子有一定的关系。男人有不足，这是“先天缺陷”，如果他的妻子不明白这一点，在处理问题时完全没有套路策略，那么这就是“后天促进恶化的因素”，这婚姻没戏了。

乱无方寸而且见不到效果?曾经有人总结女人的四大通病特别有写实：一是忍，二是不够果断，遇事轻描淡写，三是顾虑重重，放不下孩子，以婚姻为中心，四是受制于人，不自立不自信没自己的工作事业。一点盖全，这就是女人。

婚姻是夫妻间的一场博弈，也许有人会不同意，但这是事实，只不过有的夫妻表现得比较明显，有的则并不明显，或者只是一种潜意识。很显然，在这场博弈中，是输是赢一靠智慧，二靠勇气，所谓有勇有谋，智慧是情商，勇气则很大程度上取决于一个人的性格，更重要的是要靠Ta的硬实力

出生一張紙，開始一輩子；畢業一張紙，奮鬥一輩子；
婚姻一張紙，折磨一輩子；做官一張紙，鬥爭一輩子；
金錢一張紙，辛苦一輩子；榮譽一張紙，虛名一輩子；
看病一張紙，痛苦一輩子；悼詞一張紙，了結一輩子；
淡化這些紙，明白一輩子；忘了這些紙，快樂一輩子！

美南新聞日報
Southern Chinese Daily News
電話：281-498-4310
傳眞：281-498-2728
11122 Bellaire Blvd.
Houston, TX 77072
E-mail: ad@scdaily.com
日報網址：www.today-america.com

用八卦野记“寻味”人间声色

《声色野记》侯磊著 联合读创·北京联合出版公司

旧日市井小人物的生存，江湖人士的切口春典、戏曲曲艺中的裉节儿、传统书香门第的风雅、绿林血案的传奇……如果你热爱着冒着人间烟火的一切，那你一定会喜欢历史考据达人侯磊的这本《声色野记》。

侯磊说：“史书上的历史是宏大的，但其间缺失了生活细节的质感，……朝野、市井、江湖、三教九流、五行八作……是它们拼成了一个场域，这个场域产生的气氛，让我们感受到过去的日暖与茶香。”他能于八卦野记中叙议旧日繁华，谈论那些不为人知的文化逸事，也能系统梳理中国的历史、社会变迁，以及中国式的思维模式。今天要推荐的这本书，亦是有料有趣、有本有据、雅俗共赏。

就像偌大的北京城藏着许多故事一样，在侯磊的学问中，也藏着一个渐渐被人遗忘的北京或者生活之味。味道是最易逝去的，就算有，也隐隐约约，若即若离。

这本《声色野记》记录了这些飘忽的味道，它们不仅是味觉上的残篇，也是历史里的现实。市井江湖，文人野趣，皆能在侯磊笔下尝到味道。

在《饮馔：北平味儿不只是流动的盛宴》一文里，侯磊写道：“但我想，北平味再淡也还是有的，它不仅存在于早上炒肝、中午卤煮、晚上爆肚的臊气中，还存在于涮锅子的腥膻中、烤鸭的油腻中，以及唐鲁孙的书中。”其实味道都化作日常的平庸，一点一滴、丝丝缕缕地牵扯着你去寻它，只是在更丰富的现实里，我们忙于变迁，忙于丢失曾经的自己。

唐鲁孙是饮食掌故作家，他将品食阅世全化作十几本书，三分说掌故，七分谈饮馔，却故意隐藏了一生的宦海沉浮。如果从饮食看人生，是传统的书写，那么现代人所追求的味道既有美食本身，也有名利风云。这样的味道庞杂而单调。

但侯磊的“寻味”之路是可堪回味的，它既有对人情世故的探索，也有对岁月深处的思量。倘若还有什么旧滋味能勾起你的渴望与悲伤，那么就应该是《声色野记》里的历史之味。

京味：繁华转眼变沧桑

“世界上凡是讲究饮馔、精于割烹的国家，溯诸以往必定是拥有高度文化背景的大国。”而一地之发达，政治、经济与文化中心，也是饮食丰富之地。无论是明清朝之都、北平抑或众人印象里的北京，都有过它特有的京味。

侯磊回味了几种入口的菜肴——八宝饭，味儿甜，嵌满了葡萄干；焦熘鱼片赛过清蒸皖鱼；鸭舌猴头菇，能从每根“猴毛”里嘬出味儿；卖羊肉的，屋里烧着羊肉，屋外卖着酱羊蹄；酸菜白肉与砂锅鱼皮；撒满芝麻的羊肉串……只是曾经尝过的味道，或淡或消逝，如同不复再来的时间，令人多少有些惆怅，不知是过去的味道更好，还是如今的食物少了一份家的情感。总之这京味就成了作者笔下的追思。但侯磊不单单谈儿时的吃，他还谈掌故，谈京味里的变化，也谈戏曲里的食物之味。

曾经八旗子弟娱乐时唱的岔曲中就有一段《菜根长》，也是侯磊喜欢的一曲，听的人津津有味，唱的人大概也要默默咽下口水，曲词中的酸辣鱼汤；半斤的螃蟹，高醋鲜姜；烧卖的脂油拌韭黄……山家风味真堪赏，鸡豚不似菜根长。只不过唱曲的王孙不在，繁华也转眼变了沧桑，但这味道也还是有的。

吃，是京味的一种，但凡历史悠久之地，也必定有许多老字号，这也是一种味道。

有篇文章专门写了“字号”，取名为《北京梦华录》，大概也藏着作者对于字号消亡的某种叹息。侯磊说：“字号是有生命的，而要它们命的是历史，要活命得先抵住社会变迁。”无论是不是北京人，哪怕曾经亲眼见过的字号，或在书中、画里看过的行业“招幌”，都不会不想念。东单、西四、鼓楼前；前门、天桥、王府井，不都是老字号的盛地吗？可如今也多被许多西洋字号所代替。字号与传统食物一样，都如同旧时光，它们如风退场，却总是刻在生命的远端。只是旧地旧人都与字号绑在一起，成为生活习惯。比如北京人习惯请客或收徒弟去鸿宾楼；做买卖开张去东兴楼；考试中了去泰丰楼等等，更多的是美好的寄托，也是历史留下的某种规矩。但凡有规矩，这味道才会正宗。

江湖味：刮风减半，下雨全完

说到江湖，也是要有规矩，正如我们一提起它就会自然想到一个词儿：义气。除了义气，江湖味甚浓的其实是平民的生活。在北京，这种平民生活的江湖，大概只有曲艺这种形式方能更好地诠释。

在《江湖：生存之道》一文中提到连阔如先生的《江湖丛谈》，在他的笔下，算卦相面、挑方卖药、杂技戏法、保镖、卖艺、评书、相声、大鼓、竹板……都是江湖行业，每门都有各自的门道。

而曲艺人的江湖可能是其中最广受欢迎的一种。唱戏、说相声、说评书，戏曲、曲艺演员卖的是表演功夫。他们不一定会读书，也不一定明白曲艺本身的文化，但把大家逗乐，便是这江湖里的技能。

除了生存技能，还要懂得自我保护的技能，和大多数行当一样，江湖人都有一种暗语，被称为“春典”，便用春典称为“调侃儿”，以防止外人听懂，也作为行业区分。说相声的叫“团春”，说评书的叫“团柴”，资深江湖人被称为“老合”……这些都是规矩、风俗，自然也会形成这片江湖的味道。

不涉江湖，永不知它的残酷，过去江湖艺人的生活号称“刮风减半，下雨全完”。侯宝林先生曾自述，他年轻时看到北京下黄土的天，就干脆躺着不起床。因为起床了也没饭吃，更饿。这就是江湖里的现实。现在撂地说相声的或许不多了，但街头艺人卖艺的现象还是在各大城市里都有，或许他们不如从前江湖人生存上那么严酷，也体会不到学艺挨打、拜师卖身的那种境况。但江湖人不该忘的是传统的伦理与道德，这是约束，也同样是安身立命之法。其实江湖也好，庙堂也好，老祖宗留下的经验，都有序地划分了不同人的生存空间。

侯磊从历史掌故中，挖掘的野史八卦无一不是一种文化的味道。它甚至不仅仅局限于北京，而是京城的味道与自身经验的外延，还讲到了武术、文学、娼妓以及从曲艺中写到的中国人精神的种种，让历史的面貌丰富而生动。他能从北京的八里桥写到蒙古骑兵的兴衰；从京韵大鼓写到历史上的各种“忠烈”之事；从明朝北京的“八艳”寓所写到古代名士与妓女的关系……这里面暗藏腥风血雨的王位之争，也有才子佳人的风流韵事，更有春宫图的演变与佛学在文学中的幻化。无论是哪一种文化，都离不开人间。而这人间的味道尽管道不尽、说不完，但活着的滋味从侯磊笔下弥漫开来。