

U1RA

我们所说的中国神话,指的是在中国当前地理范围内的历史记载和传播的神话。它不仅应包括汉族人民传播的神话,而且还应包括生活在这一广大地区的其他 55 个民族的神话。由于几乎每个民族都有自己的神话神祇和神话故事,因此没有一个系统的、完整的、同质的“中国神话”为全体中国人所持有和传播。即使在汉人中间,也没有一个完整的神话体系。

关于古代神话的最早书面记录可以追溯到大约 3000 年前,尽管其他可能与神话有关的贝壳、骨头和青铜器上的图案和绘画出现的时间要早于此。最近,研究人员发现了一件名为“绥公序”的青铜器。“胥”是一种有盖有耳的古代青铜器;它的功能是作为一个食物容器),这可以追溯到公元前 9 或 8 世纪,西部的中部周王朝。容器内底的铭文由 98 个汉字组成,歌颂了神话英雄于的成就。它讲述了这样一个故事:上天命令禹去分散土地,于是禹就绕过所有的山脉,砍伐森林中的树木,深化海洋和河流,把地球上所有的水排入大海。这一铭文表明,中国文字记载神话的技术在近 3000 年前就已相对成熟。此外,它说明,至少在西周中期,关于禹治水的神话已经传播,并已被历史化为一个伟大的英雄或一个伟大的国王在上层社会的传说。

但这些铭文记录的神话非常简单。有时他们所描述的神话逻辑故事是很难理解的。因此,中国的神话研究主要依赖于西周以后的古籍记载。

在中国,没有神圣的佳能记录神话,信仰,或神圣的历史就像《圣经》或《可兰经》,也有文人,行吟诗人,或萨满(巫师或女巫)收集了口述传统的神话,编译成一个系统和集成的神话,就像希腊集合在荷马和赫西奥德致敬。相反,中国古代神话通常以分散和碎片化的形式在各种书面材料中传播。这些资料包括考古学、文学、哲学、地理、历史、巫术、民族志、宗教、民俗等。其中不少仅存少数神话,但也有不少神话数量较多,成为中国古代神话的瑰宝。其中,《山海经》、《楚辞》、《淮南子》被认为是中国古代神话的主要宝库。

神话既不是静止的,也不是脱离社会的。相反,它们的存在和传播受到其社会文化背景的深刻影响。另一方面,那些神话已经流传了几千年,包含了中国人的哲学、艺术、信仰、习俗和价值体系,也对中国社会和文化产生了重大影响。

U1RB

女娲在中国古籍中有简短的记载。一部经典的历史著作(公元前 8 世纪)山脉和海洋(公元前三世纪)，以及天堂(公元前 4 世纪)。

此外，中国古代的青铜雕塑和绘画中也发现了许多女娲的形象。和许多中国早期的神一样，女娲是半神半兽。女娲最常见的是人的脸和手臂，而不是蛇或龙的身体。她可以随意改变形状。现代中国书籍更喜欢把她描绘成一个美丽的女人。

中国妇女似乎没有自己的社会地位。然而，作为母亲和妻子，她们的权力非常大。由于女性通常比她们的丈夫活得长，她们常常在配偶死后坚持自己的主张并操持家务。

即使在政治上，几个女人(皇后)在她们的丈夫(皇帝)死后变得极其强大虽然大多数的神都是男性，女娲在早期神话中是一个非常强大的女性女神。她创造了人类，并负责修复地球。

世界确实是一颗闪闪发光的宝石。山上点缀着茂密的松树，溪边垂柳成行。苹果花、木瓜花和梅花盛开，后来结出了成熟的果实。鸟儿在蔚蓝的天空中飞来飞去，黑色、深红色和虹绿色的羽毛在风中飘荡。银鱼和鲤鱼欢快地戏水。像老虎一样凶猛的野兽和像鹿一样温顺的动物在岩石的山丘上自由地游荡。

女娲是一位女神，她在旅行中偶然发现了这个充满活力的世界。地球嗡嗡作响，充满了生命。她惊叹于它的许多奇妙的生物。她到处寻找，都发现了一个比以前更神奇的生物。她看到了各种各样的毛皮和鳍、羽毛和鳞片、角、蹄和毒刺。生物在地球上笨重地爬行。他们在海里跳跃、跳跃、翻滚。茉莉花、风信子和水仙花等芳香四溢的鲜花用它们温暖、浓烈的香气包裹着整个世界。

但是，当女娲探索它的小小天地时，她开始对这个萌芽的世界感到奇怪的不满。女神发现它是迷人的，却空荡荡的。感觉孤独的女娲坐在河边思考着自己的感觉。她凝视着自己在水中的倒影，突然她知道自己缺少了什么：她希望这个世界充满像她一样会思考、会笑的生物。

河在她面前伸展开来，波浪拍击着海岸。浑浊的绿色海水在两岸留下了一圈厚厚的黄土地。女娲用指尖摸了摸光滑的质地，挖出了一个粘土球。河边积下的又凉又粘的泥土非常适合她的工作。她把潮湿的粘土揉成一个娃娃，给它一个头。肩膀、胸部和手臂就像她自己的一样。为了娃娃的下半身，她犹豫了一下。女娲

考虑给它像蜥蜴一样的鳞片和爪子，或者像鱼一样的鳍和尾巴。这两种形状都很有用，因为女神经常改变自己下半身的形状，以便能迅速地游过海洋和天空。最后，她决定把腿绑在这个新生物身上，这样它既可以在陆地上行走，又可以在海里戏水。

女娲用许多深浅不一的黄色泥土，制作了高娃娃和矮娃娃。她做了瘦娃娃和胖娃娃。她做过卷发娃娃和直发娃娃。她做的娃娃眼睛又圆又大，像樱桃，有些娃娃的眼睛又长又窄，像蚊子的翅膀。她画了一些眼睛很黑，看起来像午夜的天空，另一些眼睛很亮，看起来像液体蜂蜜。每个生物都是不同的，因此女神可以认出她的造物。然后，当她对着每个娃娃吹气时，它就会跳起来，咯咯地笑着，蹦来蹦去。

女娲对自己的手艺非常满意，她还想做更多。但她需要一个更快的方法。沿着河岸，纤细的芦苇在水面上弯起了优美的枝干。女娲卷起袖子，剪了一根芦苇，像勺子一样把它浸在河泥里。她熟练地轻轻拍了拍手腕，滴了几滴泥在地上。当它们干了之后，她把一大团空气吹进每一滴水里，它们立刻变成了圆圆的、带着微笑的生物。她创造的生物欢快的笑声把女神逗乐了。

然而，女娲累了。尽管她很爱她的新造物，但她知道她不能每一秒都照看这些人类。当这些生物变老和死亡时会发生什么？女娲不喜欢修理，也不愿重复造人的累人工作。她想了又想。没有她，这些生物怎么能繁殖呢？

她用一种扭曲和一种戳戳的方式，让一些粘土生物变成了雄性，而另一些则变成了雌性。然后她把那些吵吵闹闹、打闹着的动物都集合起来。掉进了泥里。在一片嘈杂声中，她开始传达她最重要的指示。女娲说话的时候，喧闹声渐渐平息下来。人们严肃地听着她的话。她谈到了婚姻的重要性以及夫妻双方对彼此的义务。她告诉他们如何养育孩子。她祝愿他们在地球上幸福长久地生活下去。当女神离开时，她表达了她热切的希望，希望他们能造出新的人，没有她也能幸福地生活。然后她坐上一辆由六只飞龙拉着的轰鸣的战车，升上了天空。

直到今天，人们仍然继续结婚和拥有。他们用欢快的笑声照亮了世界，就像女娲时代跳舞的泥娃娃一样。

U1RC

中国龙是一种与西方龙截然不同的野兽。J. R. R. 托尔金的《霍比特人》中的斯穆格也许是最近西方小说中最广为人知的龙，一种残忍、贪婪、嗜血的生物，它在孤独的山下的巢穴将他视为地球上的生物。托尔金从一千多年前创作的古老的英国史诗《贝奥武夫》中的龙身上汲取了很多灵感，这也从某种程度上说明了欧洲把龙描绘成坏消息的传统的深刻性。

相比之下，中国龙是一种吉祥的生物，象征着力量、智慧、好运和对风和水元素的力量。因此，中国人自豪地宣称自己是龙的后代，这个故事深深植根于民族民间传说和历史。例如，《史记》中的一则轶事，追溯了西汉第一位皇帝刘邦（公元前 206 年至公元 25 年）的诞生：有一天，他的母亲在河边睡着，梦见一条龙躺在她身上，结果醒来发现自己怀孕了。这则轶事流传至今，因为人们相信一条龙出现在怀孕母亲的梦中是一个吉祥的迹象，表明她将要生下一位未来的皇帝。

事实上，中国的封建统治者尽其所能保持着这种神话般的联系，他们用与龙有关的装饰物围绕着自己，从龙座统治和在龙旗下发动战争。几乎所有与皇帝有关的东西都会被标上“龙”的字样，例如，“龙袍”（绣有卷龙的皇帝长袍）、“龙椅”（皇帝的座位）、“龙床”（皇帝的床）和“龙颜”（皇帝的样子）。

虽然斯穆格和其他欧洲龙与地球有着牢固的、蜿蜒的联系，但毫无疑问，中国龙是天空的统治者。人们把龙奉为雨之神，在干旱或水灾的时候，当地人会参观龙王庙（龙王庙）并烧香，祈求有更有利的条件。也有人说，洪水或龙卷风等自然灾害（字面意思是龙卷风）表明龙王脾气暴躁。

龙与雷声、闪电和雨水的联系可能促使人们普遍认为，龙年更可能发生一连串的自然灾害，全世界的春节庆祝活动将包括各种仪式和祈祷，以防止这种灾难袭击人们的家园。

龙的御雨御浪能力也与其在十二生肖动物（鼠、牛、虎、兔、龙、蛇、马、羊、猴、鸡、狗、猪）中的地位密切相关。各种各样的故事描述了这 12 种动物的种族，以确保它们在名单上的位置，但顺序取决于动物最活跃的时间，至少在古代中国人眼中是这样。龙对应于早上 7 点到 9 点，这时最有可能有雾，让龙骑在云雾之上。然而，龙的某些部分通常隐藏在浓雾中，因此产生了“你看到的是神秘龙的头部，而不是它的尾巴”这个短语，现在这个短语指的是一个没有固定行踪、别人很难追踪的人。

在中国民间剪纸艺术中，一个典型的图案是龙骑在云上。另一幅描绘的是两条龙在玩一颗珍珠（双龙戏珠），珍珠中间常镶嵌着一个黑色的逗号状符号，被认为代表了阴阳的统一。在中国书法中，飞龙是一种很有审美吸引力的比喻，它是草书和优雅的笔迹，被称为“龙飞凤舞”，字面意思是“飞龙和凤舞”。包括武术巨星成龙和李小龙。还有一个中国成语“望子成龙”（字面意思是希望自己的儿子变成一条龙），这与父母对孩子寄予厚望的意思大致相关。

然而，很少有家长会希望自己的孩子成为卷入暴力的好斗的领导人。不幸的是，这是许多中国人在一月初看到中国邮政发行的新龙邮票时的印象。“恶与惧”（《罪与恶》）、“霸王犬牙”、“怒火”（简称为“怒怒”）只是人们对新印章的第一印象。《华尔街日报》的《中国实时》报道称，这一设计也在新浪微博上引发了微博用户的热议，其中一位微博用户甚至将这一形象比作“中国臭名昭著的城市督察，他们有时被镜头拍到殴打街头摊贩”。

据说，龙年出生的人是天生的领袖——有魅力、有创新精神、精神自由、富于炫耀，因此龙年因与出生率的峰值同时出现而臭名昭著。现代中国人是否仍像他们的祖先一样受到龙崇拜的折磨，以及这种现象在 21 世纪是否属实，还有待观察。

U2RA

自 1985 年中国加入《世界文化和自然遗产保护国际公约》以来，截止 2014 年 9 月，中国的世界遗产数量已增至 47 处，仅次于意大利的 49 处。其中 33 个为文化遗产，10 个为自然遗产，4 个为文化和自然(混合)遗产。以下是名单上的一些标志性圣地。

颐和园

北京的颐和园将众多传统的殿堂和亭台楼阁融入了清乾隆皇帝在 50 年至 764 年间构思的“清漪园”。前水库利用昆明湖，元朝的首都和万寿山为基本框架，颐和园政治和行政相结合，住宅，精神，和娱乐功能景观湖泊和山脉内，依照中国哲学的平衡人与自然的的作品。作为几百年皇家园林设计的顶峰，颐和园对后来的东方园林艺术和文化产生了重大影响。

北京的颐和园是中国园林设计的创造性艺术的杰出表现，将人与自然的的作品

融为一体。颐和园集中体现了中国园林设计的理念和实践，在这种文化形式在整个东方的发展中发挥了关键作用。以颐和园为代表的中国皇家园林是世界主要文明之一的有力象征。

莫高窟

莫高窟位于丝绸之路的战略要地，处于贸易、宗教、文化和智力影响的十字路口，492 个洞穴和避难所以其雕塑和壁画而闻名，涵盖了 1000 年的佛教艺术。

甘肃省敦煌绿洲东南方的莫高窟是世界上最大、最富产、使用时间最长的佛教艺术殿堂。它始建于公元 366 年，代表了 4 世纪到 14 世纪佛教艺术的伟大成就。现存 492 个洞窟，壁画 45000 平方米，彩塑 2000 多尊。隋朝的 302 窟是丝绸之路上最古老、最生动的文化交流场景之一，描绘了当时典型的贸易任务——骆驼拉车。洞穴 23 和 156 年的唐朝显示字段和工人一行分别为战士和 61 年宋代洞穴，著名的风景山的五台是中国制图学艺术的早期例子，没有排除山脉，河流，城市，庙宇、道路和商队都描绘。

1990 年，在莫高窟的图书馆洞穴的发现连同它所包含的数以万计的手稿和文物，被誉为世界上最伟大的古代东方文化的发现。这一重要的遗产为研究古代中国和中亚复杂的历史提供了宝贵的参考。

杭州西湖人文景观

自 9 世纪以来，杭州西湖文化景观和西湖三面环山的美景给了著名诗人、学者和艺术家灵感。它包括许多寺庙、宝塔、亭台楼阁、花园和观赏树木，以及堤道和人造岛屿。这些增加的部分是为了改善杭州以西、长江以南的景观。

西湖三面环山，第四面则为杭州市。自唐朝(公元 618-907 年)以来，它的美丽就一直为作家和艺术家所歌颂。为了使它更美丽，它的岛屿、堤道和较低的山坡被“改善”了，增加了大量的寺庙、宝塔、亭台楼阁、花园和观赏树木，与农业景观融为一体。自南宋(13 世纪)以来，十处被诗意地命名为风景名胜区的地方被认为是理想化的经典景观，体现了人与自然的完美融合。西湖是一个杰出的文化景观的例子，它清晰地展示了中国山水美学的理想，正如唐宋时期的文人墨客。

西湖在中国其他地区的园林设计的影响，以及日本和韩国在过去的几个世纪里，熊一个非凡的文化传统的见证改善景观创造一系列的景观反映一个理想化的

和谐人类和自然。

历史悠久的布达拉宫

布达拉宫象征藏传佛教在西藏的传统政府和它的核心作用。建筑群位于拉萨谷地中心的红山上，海拔 3700 米，由红白宫殿及其附属建筑组成。大昭寺始建于公元 7 世纪，是一座独特的佛教建筑群。罗布林卡是达赖喇嘛的前颐和园，建于 18 世纪，是西藏艺术的杰作。这三个地方的建筑的美丽和独创性，丰富的装饰和和谐的融合在一个引人注目的景观，增加了他们的历史和宗教的兴趣。

布达拉宫的历史建筑群是人类想象力和创造力的杰出作品，因为它的设计、装饰和和谐地设置在戏剧性的景观中。布达拉宫三位一体的历史建筑群，布达拉宫-古堡建筑群，罗布林卡花园住宅，大昭寺寺院建筑，各具特色，构成了藏族传统建筑古城的杰出典范。

平遥

平遥古城是中国保存完好的古代县级城市。位于山西省中部的平遥县，该房产包括三部分：整个地区在平遥城墙内，双林寺位于县城西南 6 公里处，振国寺位于县城东北 12 公里处。平遥古城很好地保留了 14 世纪至 20 世纪中国中部汉族县级市的历史形态。

平遥古城始建于 14 世纪，占地 225 公顷，是一个完整的建筑综合体，包括古城墙、街巷、商店、民居和寺庙。它的布局完美地反映了五个多世纪以来汉族城市在建筑风格和城市规划方面的发展。

平遥古城是明清时期汉族城市的杰出代表。它保留了汉城的一切风貌，全面反映了中国历史上文化、社会、经济、宗教的发展状况，对研究汉城的社会形态、经济结构、军事防御、宗教信仰、传统思维、传统伦理和民居形态具有重要价值。

U2RB

初六日天色很晴朗。寻觅到一位向导，各自拿着炸竹杖上山，经过慈光寺。从左面往上攀登，石峰环绕相夹，其中的石级被积雪覆盖得平平坦坦，一眼望去就像白玉一般。稀疏的树木披满茸茸的雪花，在其中仰视黄山群峰盘根错节，唯独天都峰巍然挺立于群峰之上。往上走数里路，石级越来越险峻，积雪越来越深，那些背阴的地方雪已冻结成冰，坚硬而溜滑，不容脚踩稳。我独自一人前进，拿

着竹杖凿冰，挖出一个孔放置前脚，再凿一个孔，以移动后脚。跟从我的人都沿用这一方法得以通过。往上走到平冈，看见莲花峰、云门峰等各座山峰争奇竞秀，就像是替天都峰作护卫。从这里进去，无论是极陡峭的山，或是高峻的石崖上，全都是怪异的松树悬空盘结，高的不超过二丈，矮的仅有几寸，平顶上的松树松针很短，盘根错节而枝干弯曲如虫 L，越是短粗的越是老松，越是矮小的越是怪异，不意这奇山中又有此种奇异的品种呵！在奇松怪石交相辉映之间，一群和尚仿佛是从天而降，向我们慢慢走来，都合起掌说：“被雪阻隔在山中已三个月，现在因为寻觅粮食勉强走到这里。诸公为什么得以上山来？”’又说：“我们前海各庵的僧人，都已下山；后海的山路尚未通行，只有莲花洞的路可以走了。”后来，就从天都峰侧面攀援而上，穿过山峰缝隙下山，向东转就是去莲花洞的路了。我急切地想游览光明顶、石笋砭的胜景，于是顺着莲花峰向北走，上上下下好几次，到达天门。天门两边有刀削般陡直的石壁相夹，中间宽仅能摩肩而行，高则数十丈，仰面向上度量，阴森得令人毛骨悚然。天门里积雪更深，凿出冰洞而向上攀登，走过这里就到平顶，就是人们所说的前海了。从这里再登上一峰，到达平天砭。平天砭上独耸而突兀的地方，是光明顶。从平天砭向下走，就是所谓的后海了。大约平天砭的南面是前海，北面是后海，就是最高的地方，四面都是险峻的凹地，唯独这里有如平地。前海的前面，天都、莲花两座山峰最高峻，它南面属于徽州府的歙县，它的北面属于宁国府的太平县。

我到平天砭时，很想朝光明顶攀登而上。山路已走了三十里，肚子感到很饥饿，于是走进平天砭后面的一座庵里。庵里的和尚都坐在石头上面朝南方。主持和尚名叫智空，看见客人饥饿的神色，先用稀饭款待。并且说：“刚出来的太阳太明亮，恐怕以后不是长久的晴天气候。”于是指着一位和尚对我说：“徐公如果有余力，可以先登览光明顶而后再吃中饭，那今天还可以抵达石笋砭，晚上在这位禅师处歇宿。”我照他所说的登上光明顶，只见天都、莲花两峰在前方并肩而立，翠微、三海门在后面环绕，向下鸟瞰，极陡峭的山崖和峻峭的山岭，罗列于大山坞中，那就是丞相原了。光明顶前的一巨石，低伏一段后又重新峙立，其势就如中断一样，孤独地悬空于山坞中，石上有怪异的松树盘根错节地覆盖着。我侧身攀登到巨石上坐着，浔阳的叔翁则坐在光明大顶上与我相对，各自夸耀景致极为优美。

走下光明顶进入庵里，黄粱米饭已做熟了。饭后，向北走，经过一座山岭，在草木茂盛的林莽中徘徊，走进一座庵中，庵名叫狮子林，就是智空所指点的歇宿之处。狮子林的主持和尚霞光，已在庵前等待我了。他指着庵北面的两座山峰说：“徐公可以先行了结这处胜景的游览。”我听从他的话。俯身窥视两山峰的北面，只见峰峦众多、山岭并列，一起耸立着争相显示奇异。顺着两峰往西走，山崖忽然中断，架设木桥将两边连通，上面有一棵松树，可以攀引着越过木桥，即是所谓的接引崖了。过了接引崖。穿过石岩缝隙向上攀登。乱石间连缀的地方很危险，以木料作石梁相架，也可以在其中行走，然而不如坐在岩石上往下窥探，景致更壮丽。走下接引崖，顺小路往东行一里多路，就是石笋砦。石笋砦山脊倾斜连绵，两夹崖壁悬于山坞中，乱峰森罗万象，它西边的一面就是在接引崖上所窥视的地方。石笋砦侧面一山峰突起，上面很多奇石怪松。登上山峰顶，俯瞰山谷中，正好与接引崖对视，峰回山转，顿改前观。

走下山峰，只见夕阳拥围着松树，以为明天的晴朗是可以预卜了，不由得跳跃欢呼着赶回狮子林庵。霞光主持准备好茶水，引导我登上前楼。向西眺望，天边有一缕碧绿色的痕迹。我怀疑是山峰的阴影。霞光和尚说：“山影夜晚看起来很近，这应当是云气。”我一下子沉默无语，知道这是要下雨的预兆了。

U2RC

他们把自己看作是为保护老北京而奋战的勇士。

最近一个星期天上午，约 20 人在安排网上见面后，聚集在前门地铁站 B 出口，交流故事，谈论他们将要拍摄的照片。勇士们是胡同建筑 and 艺术的爱好者，而曾经遍布北京的著名小巷集中地大栅栏，在首都前门地区是他们最喜欢的地区之一。他们拍摄的目标是古代的大门、庭院、屋顶和任何详细的雕塑或绘画。这些照片不是为了摄影比赛，而是为了争分夺秒地创造一段褪色历史的视觉记录。他们计划在网上的胡同博物馆里收集他们的照片。

据媒体报道，北京的胡同注册数量已经从 1980 年的 3600 个减少到今天的 1200 个左右。而且这个数字还在下降。去年年底发布的一份通报称，将有更多的胡同被拆除，这一消息刺痛了胡同文化的支持者。

这一消息促使胡同“勇士”领袖张金琦开始整理摄影记录。张在大柵兰长大，

大柵兰占地 1.26 平方公里，有 114 条大街小巷。它拥有 5.1 万多居民，号称是世界上人口最稠密的居住社区之一。他说，胡同生活从童年起就滋养了张，并解释了他对小巷子的热爱。

他说：“我仍然清楚地记得，人们在和平和谐的居住环境中相互了解，建立了密切的联系。”曾经有一位 70 岁的老奶奶，她非常善良，帮助抚养邻居的孩子，在他们外出打工的时候，守着他们的门，给每个家庭装上煤炉，“像这样的记忆提醒我们，保护胡同的紧迫性，张说。

但对一些人来说，大柵兰的存在意义，使它比一场简单的胡同保护运动更有价值。在清朝（1644-1911），它是一个繁荣的商业区毗邻故宫（紫禁城）。

作为银行、剧院、高端娱乐厅和数十家百年老店的聚集地，大柵兰见证了中国经济发展和人民生活数百年的跌宕起伏。

这就是为什么张永远不会忘记大约六年前回到大柵兰的严家胡同时的痛苦记忆。”它被推土机掩埋了。”

得知北京胡同的数量急剧减少，张于 2000 年辞去了文案编辑的工作，致力于保存胡同和寻找老照片。他说，去年他拍了 4 万张照片，拍摄了大柵兰的胡同场景。

现在，张在星期一、星期三和星期五拍照，并在星期二和星期四冲洗和分类。这就是他的一生。幸运的是，张并不是唯一一个有激情的人。志愿者摄影师和来自各行各业的各个年龄段的人都被胡同的迷人故事所吸引，而其他人只是想帮忙。

55 岁的薛一农是中国东北吉林省省会长春市的一名退休公务员，她在一个星期天加入了这个团队，她的任务是寻找更多生动的胡同场景和故事，这些场景和故事她在书中读过，在电视上看到过。”我一直渴望参观北京的胡同，特别是在著名的八大胡同所在的大柵兰地区，”薛说。她是从她的儿子那里了解到胡同之旅的，儿子是一位试图在北京获得软件设计博士学位的网友。正是他的邀请，让她旅行了 1000 多公里，只是为了做志愿者。”她兴奋地说：“我从来没想到，我期待已久的胡同之旅会这样和一群陌生人一起发生，但似乎我们甚至在见面之前就已经认识了。”

责任心

当老北京建筑的传布摆在她眼前时，薛丽娜被各个团队年轻一代的精神所感

动。”很难相信有这么多的年轻人这么在乎胡同，对胡同做了这么多研究。”

但摄影师不仅仅拍摄达扎兰。前门地区的几十条胡同被列入了城市更新黑名单，这使得各队加倍努力。

29岁的张伟（音译）创办了一个网站 www.oldpijing.net，这是一个团队聚集和安排活动的平台。他说：“我们正与时间赛跑，尽可能多地拍摄照片，以保持各种胡同的原貌。”

在他眼里，每家每户的装修和布局都不一样。张说，从这些特征可以看出原住民在皇朝的家庭地位、民族和官阶。”他说：“北京的胡同就像人的血管。”没有胡同，如何证明首都3000年的文明历史？从城市和人民的发展来看，胡同见证了这段历史。

在他眼里，胡同和颐和园、长城、烤鸭一样有名，一样吸引人。但他说，相比之下，胡同更值得仔细研究。”你可以很容易地从书籍和文件中找到关于颐和园、北海公园和其他皇家设施的非常详细的记录和故事，但没有关于胡同的系统文件，”张说。

近年来，北京的胡同发生了巨大的变化。有的变成了高楼大厦，有的变成了繁华多姿的商业区，有的变成了宽阔的马路。胡同作为现代社会的遗存，经常面临一些问题。

采访城市规划专家和胡同居民

许多胡同已经存在很长时间了。有些有100年的历史，有些甚至更久。他们有问题是很自然的，如旧的和老化的设备。他们面临一些问题来适应现代社会。这是事实。

职员：住在胡同里不像住在公寓里那么方便。此外，卫生条件不是很好。

居民甲：为什么不方便？因为没有加热系统。人必须烧煤取暖。它是脏的。

主持人：四合院有厕所吗？

中年妇女：通常没有。我们得去公共厕所。

居民B：现在四合院的问题是冬天没水、没厕所、没暖气。

城市规划专家郑一鸣先生：北京的胡同有几百年的历史，承载着北京历史的重要信息。同时，胡同也是北京的一个重要标志。因此，胡同是值得保护的。

女工人：当春天来的时候，它更接近大地。对我们来说，出门比住公寓更方便。

中年女人：一个人很难离开他或她家的地方。我从小就住在四合院。现在我仍然怀念那段时光。

清华大学老师：小时候，我觉得邻居之间的关系很亲密。我们可以随时去拜访他们。但是现在，我们都住在高楼里。我们很难拜访邻居。我认为这是一个遗憾。

我非常喜欢北京胡同文化。我认为它不仅是北京文化的象征，也是中国民族文化的展示。因此，每当我想到这种胡同文化会在现代化的过程中迷失，我总是感到很遗憾。

民俗学专家访谈：有一个问题。城市发展与文物保护相冲突。如果我们想保存它，我们不应该把它移除。我们可以修复它。但是一旦我们把它拿走，就很难保存了。这件事应根据个别情况加以分析。

为了保持北京古都的风貌，许多著名的胡同都被作为文化遗产来保存。文物。在北京，超过 20 个胡同被选为文化和历史遗迹保护街道。胡同里的破损也得到了修复，原来的面貌也逐步恢复。因此，如何在古城保护与现代化之间找到一个合理的平衡是关键。

胡同见证了老北京人的生活，也是现代北京居民生活的一部分。虽然很多胡同仍然保留着它们原来的名字，但它们的外观已经发生了很大的变化。我们应该在多大程度上保护它们？这样的冲突不仅存在于北京胡同的保护中。

U3RA

中国烹饪艺术

中国的烹饪艺术世界闻名。中国菜通过色、形、香、味来吸引感官。中国菜的主菜通常力求三到五种颜色，主要成分，以及更多的对比色和纹理的次要成分；这些都是为了提高其自身的品质而准备和烹饪的，使用适当的调味品和装饰，使厨师能够呈现出诱人的美味佳肴。

在做中国菜的时候，厨师们会用大葱、生姜、蒜头或辣椒来产生一种强烈的香味来刺激人的食欲；用酒，八角，桂皮，花椒或香油。添加了补充的细微差别。

酱油、糖、醋和其他调味料可以谨慎使用，增加味蕾的复杂性。

所有中国厨房的厨师，无论是专业的还是业余的，都力求视觉、嗅觉、味觉、质感的和谐，使每一道菜都有其独特的特点得到突出、对比和平衡。味道不能压倒食物，但要足够微妙，以满足用餐者的口味。复杂或简单的菜肴可能很快或更长时间准备，但最终的目标是与客人分享的发挥食客的真正和想象愿景的菜肴及其调料。

一旦饭做好了，就立刻上桌，一家人用筷子吃饭，用平底汤勺喝汤。一般的晚餐包括主食——米饭、面条、面包或煎饼——肉菜、蔬菜和作为饮料的汤。在正式的宴会和宴会上，有许多连续的菜式，都是严格按照传统顺序供应的。另一点是，在节日期间，通过文字的语音游戏，菜肴的名字可能会鼓励人们猜测他们将要吃什么，从而增加了吃的乐趣。

中国菜在世界上享有很高的声誉，也因为它的丰富。由于气候、产品和风俗的多样性，各地的食物风格和口味也有很大的差异。就地方风味而言，北京菜结合了不同地方风味的最大特点。鲁菜是北方菜的代表。山东厨师擅长做海鲜。四川厨师擅长于辣椒和辣椒，四川菜以香辣酱汁而闻名。广东厨师用很多食材。他们寻找新鲜、柔嫩、酥脆的质地。淮扬菜系讲究天然风味。菜肴浓而不腻，淡而精致。有一种说法是“南方人爱吃甜食，北方人爱吃盐”，但是黄褐色的菜肴可以同时满足这两种口味。由于中国的地方菜有自己的典型特点，中国菜可以分为八大菜系，这一区分现在已被广泛接受。

中国的日常饮食习俗

中国的饮食文化深深植根于中国的历史。有很多“为什么”，你可能会觉得很有趣：为什么鱼从来没有翻过身？为什么喝茶的人会偷偷地敲桌子？为什么中国的餐桌是圆的，你怎么知道谁是主宾呢？

如果你对 5000 元一餐的古老传统和信仰有所了解，你会觉得这顿饭更美味。

作为一个中国家庭或餐馆的客人，你会发现餐桌礼仪是必不可少的，而独特的礼仪总是会增加你的用餐乐趣，让你保持高昂的情绪！

(1) 虽然各地的风俗习惯和吃的食物不同在这个地区，中国家庭一天聚在一起吃三顿饭是很常见的。

(2) 每日一餐的单独餐具包括一碗饭、一双筷子、一个平底汤匙和一个碟子。

用餐开始和结束时，用餐者通常会拿到热毛巾而不是餐巾纸来擦手和嘴。

(3)真正的区别是，在西方，你有自己的一盘食物，而在中国，所有的菜都放在桌子上，大家一起分享。肉和蔬菜都放在桌子中间，用餐者直接用筷子从公用盘子里吃东西。汤也可以从普通的碗里喝。碟子不是用来单独盛放食物的，而是用来盛放骨头和贝壳，或者当公用盘子太大而不能一次吃完的时候，用来休息的地方。

(4)隔着桌子从远处的盘子里拿东西吃是完全可以接受的。为了方便点餐，中国的餐桌更有可能是方形或圆形的，而不像西方的餐桌那样被拉长。

(5)也许最令西方客人吃惊的事情之一就是一些中国主人喜欢把食物放在客人的盘子里。通常在正式的晚宴上，也会有“公用”筷子和勺子，但有些主人仍会使用自己的筷子。这是真正友谊和礼貌的象征。吃东西是有礼貌的。如果你不喜欢吃，请把食物留在盘子里。

(6)用餐通常按资历顺序开始，每位就餐者都从他或她的直接上级那里得到开始用餐的暗示。

(7)为了让汤稍微凉一点，更好地把味道扩散到嘴里，喝汤的时候要从勺子里小口啜饮。当然，这种方法会产生在西方是禁忌的吸吮声。

(8)大米是主食。为了吃饭，用餐者把碗举到嘴边，用筷子把食物塞进嘴里。这是最简单的吃法，也能显示出适当的享受。就餐者必须把一碗饭吃完，否则就完了被认为是不礼貌的-对农民的劳动缺乏尊重。

(9)在中国，人们往往会点太多的食物，尤其是在宴会或聚会上，因为他们会觉得很尴尬，所有的食物都被吃完或不够吃。

U3RB

说起新年的行事，第一件在我脑中浮起的是吃。回忆幼时一到冬季就日日盼望过年，等到过年将届就乐不可支，因为过年的时候有种种乐趣，第一是吃的东西多。

中国人是全世界善吃的民族。普通人家，客人一到，男主人即上街办吃场，女主人即入厨罗酒浆，客人则坐在客堂里口嗑瓜子，耳听碗盏刀俎的声响，等候吃饭。吃完了饭，大事已毕，客人拔起步来说“叨扰”，主人说“没有什么好的

待你”，有的还要苦留：“吃了点心去”，“吃了夜饭去”。

遇到婚丧，庆吊只是虚文，果腹倒是实在。排场大的大吃七日五日，小的大吃三日一日。早饭，午饭，点心，夜饭，夜点心，吃了一顿又一顿，吃得来不亦乐乎，真是酒可为池，肉可成林。

过年了，轮流吃年夜饭，送食物。新年了，彼此拜来拜去，讲吃局。端午要吃，中秋要吃，生日要吃，朋友相会要吃，相别要吃。只要取得出名词，就非吃不可，而且一吃就了事，此外不必有别的什么。

小孩子于三顿饭以外，每日好几次地向母亲讨铜板，买食吃。普通学生最大的消费不是学费，不是书籍费，乃是吃的用途。成人对于父母的孝敬，重要的就是奉甘旨。中馈自古占着女子教育上的主要部分。“食不厌精，脍不厌细”，“沽酒，市脯”，“割不正”，圣人不吃。梨子蒸得味道不好，贤人就可以出妻。家里的老婆如果弄得出好菜，就可以骄人。古来许多名士至于费尽苦心，别出心裁，考察出好几部特别的食谱来。

不但人要吃，鬼要吃，神也要吃，甚至连没嘴巴的山川也要吃。有的但吃猪头，有的要吃全猪，有的是专吃羊的，有的是专吃牛的，各有各的胃口，各有各的嗜好，古典中大都详有规定，一查就可知道，较之于他民族的对神只作礼拜，似乎他民族的神极端唯心，中国的神倒是极端唯物的。

梅村的诗道“十家三酒店”，街市里最多的是食物铺。俗语说“开门七件事”，家庭中最麻烦的不是教育或是什么，乃是料理食物。学校里最难处置的不是程度如何提高，教授如何改进，乃是饭厅风潮。

至于吃的方法，更是五花八门，有烤，有炖，有蒸，有卤，有炸，有烩，有醉，有炙，有熘，有炒，有拌，真正一言难尽。古来尽有许多做菜的名厨司，其名字都和名卿相一样煊赫地留在青史上。不，他们之中有的并升到高位，老老实实就是名卿相。如果中国有一件事可以向世界自豪的，那么这并不是历史之久，土地之大，人口之众，军队之多，战争之频繁，乃是善吃的一事。中国的肴菜已征服了全世界了。有人说中国人有三把刀为世界所不及，第一把就是厨刀。

不见到喜庆人家挂着的福禄寿三星图吗？福禄寿是中国民族生活上的理想。画上的排列是禄居中央，右是福，寿居左。禄也者，拆穿了说就是吃的东西。老子也曾说过：“虚其心实其腹”，“圣人为腹不为目”。吃最要紧，其他可以不问。

“嫖赌吃着”之中，普通人皆认吃最实惠。所谓“着威风，吃受用，赌对冲，嫖全空”，什么都假，只有吃在肚里是真的。

吃的重要更可于国人所用的言语上证之。在中国，吃字的意义特别复杂，什么都会带了“吃”字来说。被人欺负曰“吃亏”，打巴掌曰“吃耳光”，希求非分曰“想吃天鹅肉”，诉讼曰“吃官司”，中枪弹曰“吃卫生丸”，此外还有什么“吃生活”，“吃排头”等等。相见的寒暄，他民族说“早安”“午安”“晚安”，而中国人则说：“吃了早饭没有？”“吃了中饭没有？”“吃了夜饭没有？”对于职业，普通也用吃字来表示，营什么职业就叫做吃什么饭。“吃赌饭”，“吃堂子饭”，“吃洋行饭”，“吃教书饭”，诸如此类，不必说了。甚至对于应以信仰为本的宗教者，应以保卫国家为职志的军士，也都加吃字于上。在中国，教徒不称信者，叫做“吃天主教的”，“吃耶稣教的”，从军的不称军人，叫做“吃粮的”，最近还增加了什么“吃党饭”，“吃三民主义”的许多新名词。

衣食住行为生活四要素，人类原不能不吃。但吃字的意义如此复杂，吃的要求如此露骨，吃的方法如此麻烦，吃的范围如此广泛，好像除了吃以外就无别事也者，求之于全世界，这怕只有中国民族如此的了。在中国，衣不妨污浊，居室不妨简陋，道路不妨泥泞，而独在吃上分毫不能马虎。衣食住行的四事之中，食的程度远高于其余一切，很不调和。中国民族的文化，可以说是口的文化。

佛家说六道轮回，把众生分为天、人、修罗、畜生、地狱、饿鬼六道。如果我们相信这话，那么中国民族是否都从饿鬼道投胎而来，真是一个疑问。

U3RC

在吃的法则里风味重于一切。中国人从来没有把自己束缚在一张乏味的食品清单上。人们怀着对食物的理解在不断地尝试中寻找着转化的灵感。

天一放晴，姚贵文就把竹匾搬到天台上。这些豆腐球是他和妻子几天的劳动成果。有些豆腐已经略显微黄。但这种程度的改变远远不够。姚贵文还要再耐心等待几天。干瘪坚硬以及黑褐色的表皮才是成熟的标志。这种变化，来自于自然发酵。

王翠华用小块的纱布把不成形的嫩豆腐紧紧包里起来，挤压出水分。豆腐才会成型。如果不抓紧时间。新鲜的豆腐很快就会变馊。这意味着她必须包得飞快

并且没有时间休息。

一盆烧得恰到好处的炭火是姚贵文下午工作的关键。

位于云南红河地区的建水古城古称临安。在 1200 年间，一度是中国西南的重镇。如今，时间已经让炫目的荣耀褪色。和云南的许多小城一样建水是一个多民族的聚居地。各种文化的掺杂形成了特有的氛围和格局。

炭火的热力让坚硬的豆腐迅速膨胀。这很容易让人联想到发酵的面团。建水人很会享用这种由风干和发酵打造出的特殊味道。蘸豆腐的调料各有不同。但是对姚贵文来说豆腐本身的质地才是最重要的。

河谷地区的温暖很容易让豆腐发酵。而适度的干燥，又让它们不至于腐败。对于风，水阳光和豆腐之间的微妙关系姚贵文比任何人都要敏感。

这里是建水最著名的大板井。在水井旁，女人们单靠手指的合作就构建起一条豆腐的流水线。做豆腐的各个环节，都和水密不可分。拥有 128 口水井的建水人很懂得水。中国人相信水能滋养人的灵性和觉悟。这一点就仿佛水对豆腐的塑造，两者间有一种不可言喻的共通。

石屏县在距离建水不到四十公里的古城石屏。这里的豆腐在气质上却大为不同。成型的豆腐，体积大得惊人。难得的是它们极富韧性，几乎不会破损。少许的盐，就可以最大程度的保鲜。

中国的云南历来不是大豆的主要产区，可却不妨碍这里拥有悠久的豆腐历史。吃一颗豆腐，投一粒玉米。用这种方法计数，买卖双方十分默契。

三十年来姚贵文的豆腐摊上很少冷清过。从豆腐摊回家要走三十分钟几乎横穿老城。发展的速度飞快这改变了建水的很多事情。在漫长的时间里一些变数消失了，一些变数被修改。还有新的变数加入进来。总有一些经得起时间的磨砺保留了下来。

姚贵文和王翠华围绕着豆腐的生活清淡辛苦。

丈夫最大的愿望是能去远方的大湖钓鱼。虽然他从来没有钓过鱼。在这对夫妇眼里每一颗豆腐都很珍贵。它们能够帮助自己供养子女过上幸福安稳的生活。

在一千多年里，伴随着北方民族的数次迁入，豆腐代表的中原饮食文化已经深植于西南边陲的这片富饶之地。并且演绎出自己独特的气质。这些一脉相承的制作细节让人联想到几千公里外的中原腹地。在那里，中国的豆腐，从诞生到兴

盛一路走过两千年。

胡学兵正赶往县城。他要在早市上，卖掉今天的豆腐。

寿县是安徽省北部的一座古老的小县城。这里的人们对豆腐的情感非同一般。他们坚信自己的祖先就是伟大的豆腐发明者。十月中旬皖北地区的黄豆早已收获归仓。用新黄豆磨制的豆腐，向来最受欢迎。在中国几千年的农耕史中大豆一直占据着重要的地位。在已知的豆科食物中，大豆是蛋白质最丰富也是最廉价的食物来源。可它早期的境遇一度尴尬。煮熟的大豆无法引起人们的食欲并且使肠胃大量胀气。迫切的需要就是寻找到进食大豆的最佳方式。

秤盘里的白色粉末是石膏，它是把豆浆点化成豆腐的关键。胡学兵对于石膏的纯熟运用和他的祖先如出一辙。在煮沸的豆浆中，变性的蛋白质和石膏相遇后迅速发生胶凝作用。这种变化如此巨大以至于在瞬间就可以觉察到。

遥远的年代里石膏常常出现在中国术士们的秘笈之中。而它和豆腐的渊源据说也恰恰与此相关。很多人相信，两千多年前正是热衷炼丹的淮南王刘安。在八公山中用豆浆培育丹苗时，碰巧加入了石膏。于是无意间促成了豆腐的诞生。不管事实是不是真的，那么富有戏剧性中国人必定经历了漫长的摸索才让豆腐最终成为一种了不起的中国食物。无论如何，豆腐的诞生彻底改变了大豆的命运。

豆腐无限包容的个性给擅长烹饪的中国人创造了极大的想像空间。那些原本让大豆尴尬的不利因素胰蛋白酶抑制剂不能被吸收的糖，以及植酸在中国人古老的转化手段中都被自觉或不自觉的消除了。豆腐的出现让人体对大豆蛋白的吸收和利用达到了一种高峰。中国的厨师对豆腐的理解往往会让人大吃一惊。或许可以说，中国人用豆腐表达了自己柔软变通的适应性。所有的这些，让一粒黄豆得到了升华。这些乳白色的浆液令人浮想联翩。

U6RA

中国新年是一年中超过四分之一的世界人口的主要节日。虽然中华人民共和国在民用上使用公历，但在决定节日上使用一种特殊的中国历法。世界各地的华人社区也使用这种日历。

中国历法的起源可以追溯到公元前 14 世纪。传说黄帝在公元前 2637 年发明了历法。

中国的历法是根据对太阳经度和月相的精确天文观测而制定的。这意味着现代科学的原理对中国历法产生了影响。

中国年是什么样的？

中国的历法——就像希伯来人的历法一样——是一个结合了太阳历和阴历的历法，因为它努力使它的年份与回归年一致，而它的月份与朔望月一致。中国人的日历和希伯来人的日历有一些相似之处，这并不奇怪：

- 普通的一年有 12 个月，闰年有 13 个月。
- 普通年份有 353、354 或 355 天，闰年有 383、384 或 385 天。

要确定中国的牛皮纸是什么样子的，要做大量的天文计算：

首先，确定新月的日期。在这里，新月是完全“黑”的月亮(也就是说，当月亮与太阳结合的时候)，而不是伊斯兰和希伯来历法中第一个可见的新月。新月的日期是一个月的第一天。第二，确定太阳的经度。

每个月表示该月发生的主要期限的数目。在极少数情况下，一个月可能包含两个主要期限；在这种情况下，这个月的数字可能不得不改变。冬至总是在第 11 个月。

所有的天文计算都是在格林威治以东 120 度的子午线上进行的。这大致相当于中国的东海岸。在不同的华人社区，这些规则也有所不同。

闰年是哪一年？

闰年有 13 个月。若要确定某一年是否是闰年，请计算一年中第 11 个月之间的新月数(即闰年)。和下一年的第 11 个月。如果从第一年的第 11 个月开始到第二年的第 11 个月开始有 13 个新月，则必须插入一个闰月。

在闰年里，至少有一个月不包含一个主要的期限。第一个这样的月份是闰月。它携带与前一个月相同的数字，并附加说明它是闰月。

一个人如何计算年数？

中国的日历和大多数其他的日历不同，中国的日历并不以无限的顺序计算年份。相反，年份的名称每 60 年重复一次。(历史上，从皇帝登基的那一年算起，但是 1911 年辛亥革命后废除了。)

第一个部分是天干。第二个部分是地支。

当前的周期是在中国历法中什么时候开始的？

当前的 60 年周期始于 1984 年 2 月 2 日。这一天在 60 天的周期中被称为冰阴，而第一年的第一个月在 60 个月的周期中被称为鬼周。

这意味着本周期的第 15 个年头——武阴，始于 1998 年 1 月 28 日。第 20 年始于 2003 年 2 月 1 日。

中国早期的历法是什么？

在中国，历法是一种神圣的文件，由在位君主赞助和颁布。两千多年来，天文局“进行天文观测，计算月食等天文事件，准备占星术预测，并维护历法”。毕竟，一个成功的历法不仅服务于实际需要，而且确认了天朝之间的和谐。

对现存甲骨文天文记录的分析表明，中国的阴阳历插着农历月份，可追溯到公元前 14 世纪的商朝。在早期的历法中，人们制定了各种各样的插层方案，包括 19 年和 76 年的月相周期，这在西方被称为“中天周期”和“卡利普周期”。

U6RB

七月流火，九月授衣。一之日鬻发，二之日栗烈。无衣无褐，何以卒岁？三之日于耜，四之日举趾。同我妇子，饁彼南亩。田畯至喜。

七月流火，九月授衣。春日载阳，有鸣仓庚。女执懿筐，遵彼微行，爰求柔桑。春日迟迟，采繁祁祁。女心伤悲，殆及公子同归。

七月流火，八月萑苇。蚕月条桑，取彼斧斨。以伐远扬，猗彼女桑。七月鸣鵙，八月载绩。载玄载黄，我朱孔阳，为公子裳。

四月秀葽，五月鸣蜩。八月其获，十月陨箨。一之日于貉，取彼狐狸，为公子裘。二之日其同，载缵武功。言私其豸，献豨于公。

五月斯螽动股，六月莎鸡振羽。七月在野，八月在宇，九月在户，十月蟋蟀，入我床下。穹窒熏鼠，塞向墐户。嗟我妇子，曰为改岁，入此室处。

六月食郁及薁，七月亨葵及菽。八月剥枣，十月获稻。为此春酒，以介眉寿。七月食瓜，八月断壶，九月叔苴，采荼薪樗。食我农夫。

九月筑场圃，十月纳禾稼。黍稷重穆，禾麻菽麦。嗟我农夫，我稼既同，上入执宫功。昼尔于茅，宵尔索綯，亟其乘屋，其始播百谷。

二之日凿冰冲冲，三之日纳于凌阴。四之日其蚤，献羔祭韭。九月肃霜，十月涤场。朋酒斯飧，曰杀羔羊，跻彼公堂。称彼兕觥：万寿无疆！

七月大火向西落，九月妇女缝寒衣。十一月北风劲吹，十二月寒气袭人。没有好衣没粗衣，怎么度过这年底？正月开始修锄犁，二月下地去耕种。带着妻儿一同去，把饭送到向阳的土地上去，田官十分高兴。

七月大火向西落，九月妇女缝寒衣。春天阳光暖融融，黄鹂婉转唱着歌。姑娘提着深竹筐，一路沿着小道走。伸手采摘嫩桑叶，春来日子渐渐长。人来人往采白蒿，姑娘心中好伤悲，害怕要随贵人嫁他乡。

七月大火向西落，八月要把芦苇割。三月修剪桑树枝，取来锋利的斧头。砍掉高高长枝条，攀着细枝摘嫩桑。七月伯劳声声叫，八月开始把麻织。染丝有黑又有黄，我的红色更鲜亮，献给贵人做衣裳。

四月远志结了籽，五月知了阵阵叫。八月田间收获忙，十月树上叶子落。十一月上山猎貉，猎取狐狸皮毛好，送给贵人做皮袄。十二月猎人会合，继续操练打猎功。打到小猪归自己，猎到大猪献王公。

五月蚱蜢弹腿叫，六月纺织娘振翅。七月蟋蟀在田野，八月来到屋檐下。九月蟋蟀进门口，十月钻进我床下。堵塞鼠洞熏老鼠，封好北窗糊门缝。叹我妻儿好可怜，岁末将过新年到，迁入这屋把身安。

六月食李和葡萄，七月煮葵又煮豆。八月开始打红枣，十月下田收稻谷。酿成春酒美又香，为了主人求长寿。七月里面可吃瓜，八月到来摘葫芦。九月拾起秋麻子，采摘苦菜又砍柴，养活农夫把心安。

九月修筑打谷场，十月庄稼收进仓。黍稷早稻和晚稻，粟麻豆麦全入仓。叹我农夫真辛苦，庄稼刚好收拾完，又为官家筑宫室。白天要去割茅草，夜里赶着搓绳索。赶紧上房修好屋，开春还得种百谷。

十二月凿冰冲冲，正月搬进冰窖中。二月开初祭祖先，献上韭菜和羊羔。九月寒来始降霜，十月清扫打谷场。两槽美酒敬宾客，宰杀羊羔大家尝。登上主人的庙堂，举杯共同敬主人，齐声高呼寿无疆。

U6RC

你现在的年龄是 12 的倍数吗？如果是这样的话，恭喜你——你可能是一个有天赋的冒险者，你可能甚至不知道。

作为庆祝蛇年的一种有趣方式，个人理财网站 GoBangKalgse.com 研究了个人储蓄习惯与中国生肖之间的联系。

该网站收集来自 4000 多家美国银行和信用社的利率信息，使之成为当地利率信息的在线汇聚器。

在 12 年的十二生肖中，人们可以发现它们的特征——鼠、牛、虎、兔、龙、蛇、马、羊、猴、公鸡、狗和猪，它们都与某些出生年相吻合。然后分析这些特征如何与人的金钱管理方法相对应。

“蛇以展示智慧和不断寻找目标而闻名。”在金融方面，这条蛇被认为是一个冒险者，不害怕头一脚踏进一个金融交易-或者甚至购物狂-不考虑什么是危急关头。

如果你发现你的性格和你的生肖相似，那么有办法确保你的消费、储蓄和成长的能力是负责任的，这是很好的。

该网站说，避免蛇年过度消费的一个明智方法是把钱存入流动性很低的储蓄账户，如高利息储蓄账户或存单。

农历新年是中国农历的第一个月的第一天。“数十亿人庆祝中国新年，”GoBunkGoalsE.com 的主编 Casey Bond 说。但即使是那些不知道的人也会受益于他们对出生年份的了解会影响他们每天用金钱做出的决定。”

十二生肖也被其他文化所使用。动物标志通常出现在韩国新年和日本新年贺卡和邮票。美国邮政局是世界上许多邮政当局每年发行邮票来纪念中国传统的其中之一。

“看到我的钱、运气和黄道星座之间的紧密联系是很有趣的。“我更愿意相信 2013 的积极预测，”旧金山居民 Martha Aguiar 说。“每当我看到这个月在梅西饰的蛇的照片时，我总是有强烈的购物冲动。”她说。

在拉斯维加斯，沿街的大多数酒店都装饰着蛇的形像，不仅庆祝蛇年，而且鼓励游客花钱。

对于今年期待孩子的家庭来说，在去年龙年出生后的繁荣期，父母可以从他们的头痛中解脱出来。

“我不需要为妇科医生而竞争，我的孩子在学校的时候不会有太多的竞争对手，”32 岁的母亲 Summer Song 说。“在蛇之年让我的儿子成为最好的投资，”

她说。

根据黄道，龙被激发生命，携带能量和英雄的心。龙充满活力和力量，能够在生活中成就伟大的事业。

U8RA

中国书法的历史和中国的历史一样悠久。书法是中国美术界的一个特殊门类，也是外国人欣赏和掌握的最具挑战性的中国艺术形式之一。书法是中国文人的四大基本技能和学科之一，与绘画（画）、弦乐器（琴）和棋类游戏（棋）并列。

分类

研究中国书法，必须了解汉字的起源，可以追溯到甲骨文、甲骨文和青铜器，其中最早的可辨认文字属于商朝（公元前 16-11 世纪）。

几个世纪以来，汉字不断变化，今天主要分为五类：篆书、隶书、楷书、行书、草书。中国书法和书法一样，根据不同流派发展了上述风格。

篆书是西周（公元前 11 世纪-711 年）发展起来的，是继甲骨文之后最早的文字形式，是我国最早统一规范的文字。隶书是隶书的一种简化形式，因为印章文字太复杂，古代官员在抄录文书时无法使用。隶书在公元三世纪出现了方正、非草书、建筑风格的楷书。隶书也产生了草书，在草书中，字符通常与第一个字符的最后一个笔划相连，并合并到下一个字符的初始笔划中，这使得书写过程更快。运行脚本介于普通脚本和草书之间。

书法是一门理论性很强、技巧性很强的艺术形式，因此很少有书法家能达到书法的最高境界。中国古代最杰出的书法家有王羲之、欧阳勋、颜正清和刘公权，他们以开创自己的风格而闻名。

文房四宝

生产汉字需要一支毛笔、一张纸、一根墨棒和一块砚台，俗称“文房四宝”。要学习书法，就必须学习这些工具。

毛刷种类繁多，主要有白山羊毛、黑兔毛和黄鼠狼毛。根据功能将毛刷分为硬毛刷、软毛刷和软毛刷三类。刷柄通常由竹子、木材、漆器或瓷器制成；象牙或玉柄是稀有和珍贵的。

墨棒是中国传统书画中一种独特的颜料。最著名的墨棒是安徽水墨，由生长在安徽黄山上的松树制成。研磨墨棒需要清水，

在研磨或研磨过程中，必须用手平衡墨棒。用力按，轻轻、缓慢、均匀地摩擦墨板，直到形成粘稠的液体墨水。

纸是东汉蔡伦（25-220）发明的。宣纸有很多种，宣州（今安徽省）景州出产的宣纸被认为是中国书法的最佳选择。纸张质地柔软细腻，适合传达中国书画的艺术表现力。具有良好的抗张强度和防蛀性能，可长期保存。

砚台或砚台分为三类：轩、舍、陶。这三块墨板的共同特点是石头的硬度和细度。虽然石头又硬又细，但不干也不滑。用一块坚硬光滑的石头，可以很容易地用墨水棒摩擦石头来产生液体墨水。

通过控制毛笔的柔韧性、墨水的浓度和纸张的吸收性，艺术家可以创作出各种各样的书法风格和形式。

书法：一切艺术形式的领袖

世界上很少有国家把书法作为一种艺术形式。在中国，书法与中国的文化发展保持着密切的联系。

书法是一门表现力很强的艺术。中国有句古话叫“字是人的写照”，书法表达了线条和韵律的抽象美，是人的情感、道德、品格、教育水平、修养、情趣和处世之道的反映。汉字是传达思想的最抽象、最崇高的艺术形式。

书法也是一门实用的美术。在纸上、木匾上或石碑上书写的异国情调的书法碑文，具有很深的艺术价值。

U8RB

1. 中国书法在世界艺术史上的地位实在是十分独特的。毛笔使用起来比钢笔更为精妙，更为敏感。由于毛笔的使用，书法便获得了与绘画平起平坐的真正的艺术地位。中国人已经充分认识到这一点，他们把绘画和书法视为姐妹艺术，合称为“书画”，几乎构成一个单独的概念，总是被人们相提并论。假如要问二者之中哪一个得到了更多人的喜爱，回答毫无疑问是书法。于是，书法成了一门艺术。人们对之投以的满腔热忱和献身精神，以及它丰富的传统，人们对它的尊崇，这些都丝毫不亚于绘画。书法标准与绘画标准一样严格，书法家高深的艺术造诣远非凡夫俗子所能企及，如同其他领域的情形一样。中国的大画家，像董其昌、赵孟頫等人，通常也都是大书法家。赵孟頫（1254—1322）是最著名的中国

画家之一。他在谈到自己的绘画时说：“石如飞白木如篆，六法原与八法通，若也有人能会此，须知书画本来同。”

2. 在我看来，书法代表了韵律和构造最为抽象的原则，它与绘画的关系，恰如纯数学与工程学或天文学的关系。欣赏中国书法，是全然不顾其字面含义的，人们仅仅欣赏它的线条和构造。于是，在研习和欣赏这种线条的魄力和构造的优美之时，中国人就获得了一种完全的自由，全神贯注于具体的形式，内容则撇开不管。绘画总有一个客体要传达，但一个写得很好的字却只传达其本身线条和结构的美。在这绝对自由的天地里，各种各样的韵律都得到了尝试，各种各样的结构都得到了探索。正是中国的毛笔使每一种韵律的表达成为可能。而中国字，尽管在理论上是方方正正的，实际上却是由最为奇特的笔划构成的，这就使得书法家不得不去设法解决那些千变万化的结构问题。于是通过书法，中国的学者训练了自己对各种美质的欣赏力，如线条上的刚劲、流畅、蕴蓄、精微、迅捷、优雅、雄壮、粗旷、谨严或洒脱，形式上的和谐、匀称、对比、平衡、长短、紧密，有时甚至是懒懒散散或参差不齐的美。这样，书法艺术给美学欣赏提供了一整套术语，我们可以把这些术语所代表的观念看作中华民族美学观念的基础。

3. 由于这门艺术具有近 2000 年的历史，且每位书法家都力图用一种不同的韵律和结构来标新立异，这样，在书法上，也许只有在书法上，我们才能够看到中国人艺术心灵的极致。某些美学鉴赏范畴，如对参差不齐之美的尊崇，对那些乍看摇摇欲坠，细看则安如磐石的结构之尊崇，这些美学范畴会使西方人大为吃惊。如果他们知道这些范畴在中国艺术的其他领域中并不容易看到，他们就更会惊叹不已。

4. 对西方来说，更有意义的事实是，书法不仅为中国艺术提供了美学鉴赏的基础，而且代表了一种万物有灵的原则。这种原则一经正确地领悟和运用，将硕果累累。如上所说，中国书法探索了每一种可能出现的韵律和形式，这是从大自然中捕捉艺术灵感的结果，尤其来自动物、植物——梅花的枝丫、摇曳着几片残叶的枯藤、斑豹的跳跃、猛虎的利爪、麋鹿的捷足、骏马的遒劲、熊罴的丛毛、白鹤的纤细，或者苍老多皱的松枝。于是，凡自然界的种种韵律，无一不被中国书法家所模仿，并直接地或间接地形成了某种灵感，以造就某些特殊的“书体”。如果一位中国学者在一棵枯藤之上看到了某种美，它那不经意的雅致，可伸可缩

的韧性，枝头弯弯曲曲，几片叶儿悬挂其上，漫不经心，却又恰到好处，他就会把这种种的美融于自己的书法之中。如果另一位学者看到一棵松树树干弯曲、树枝下垂而不直立，表现出一种惊人的坚韧和力量，他也会将这种美融入自己的书法风格。于是，我们就有了“枯藤”和“劲松”的笔法。

5. 曾经有一位名僧兼书法家先前习书多年却无长进。一天，他闲步于山径之间，偶见两条大蛇在争斗，各自伸长脖颈，颇有一股外柔内刚之势。他猛然有所感悟，顿生灵感，回去后便练就了一种极有个性的书体，称作“斗蛇”体，表现了蛇颈的伸展和弯曲。中国的“书圣”王羲之在谈书法艺术时，也使用了自然界的意象：每作一横画，如列阵之排云；每作一戈，如百钧之弩发；每作一点，如高峰坠石；每作一折，如屈折钢钩；每作一牵，如万岁枯藤；每作一放纵，如足行之趋骤。

U8RC

作为一名博主，我最大的惊喜之一是如此多的读者对书法教学的热情兴趣，无论是赞成还是反对。

在探索这个话题的过程中，我了解到，书法不仅在美国和欧洲是一个问题（在那里，学校教授书法的主要目的是的一致性和易读性，而不是审美价值），在中国也是一个问题，中国的千年书法遗产是教育的基本目标之一。

去年，宾夕法尼亚大学的汉学家维克托·梅尔在博客中撰文，谈到书写困难症的趋势，即无法用钢笔书写繁体汉字，而不是通过敲击键盘进行电子书写。教授更多的总结：

失语症是一种通常由于身体受伤而突然发生的语言障碍，与之不同的是，频繁查看手机所带来的损害是渐进的。尽管如此，这种结果带来的摩擦与语言障碍（有限失语症）带来的摩擦一样真实。

去年，我调查了近 200 名懂中文的人，问他们最喜欢的输入法编辑器是什么。他们中有一半是来自世界各地的专业汉语教师。大约 98% 的受访者使用拼音输入汉字，剩下的一小部分人使用基于形状的系统，如仓颉或手写笔在平板或窗口上书写汉字。使用“仓颉”的两个人都来自香港和台湾，一些来自台湾的受访者表示，他们使用的是符号，这是一种有点像日本假名的语音输入系统，尽管它不是

严格意义上的音节。

电脑、手机、智能手机和其他电子产品都是美妙的沟通工具,但它们都加剧的困境写人物在中国人群中,能力下降,加速依赖字母的素养,而不是直接的方法通过 11 左右基本笔画,200 左右的偏旁部首和 850 左右的发音。这些趋势令人担忧吗?我们能做些什么来遏制手机和电脑对汉字熟练程度的流失吗?最后,罗马化不可避免吗?

现在,另一位学者、肯塔基中心学院的凯尔·戴维·安德森正在和他的学生一起拍摄一部关于书法在 21 世纪中国命运的纪录片。安德森教授翻译了著名书法家马天国的采访,马天国对中国代沟的总结如下:

据我所知,上世纪 80 年代以前,四五十岁甚至更老的人一般都在学校里上大字课。小学通常每周至少有两堂课练习角色描摹。在初中,也有很多课外俱乐部,包括书法欣赏小组。所以,很可能大多数受过教育的人在年轻的时候就学会了使用毛笔。他们对书写和书法的基础知识有深刻的理解和把握。与此同时,他们对汉字独特的结构和正确的笔画顺序产生了敏感性。他们也非常熟悉偏旁部首和字符组成。由于接触了大量的文字,几乎每个人都对最常用的汉字有了积极的记忆,并具备了欣赏书法的审美基础。尽管他们后来找到了其他不需要写字的工作,但他们仍然保持着良好的记忆大量汉字的能力。虽然许多人从未充分学习到足以产生艺术水平的书法,许多人仍然怀有欣赏艺术的绘画美丽的字符。写作不仅仅是一种短暂的个人乐趣;对他们来说,这是一生的努力。

但现在,相对来说,十几岁、二十几岁和三十岁的年轻人,患性格健忘症的程度要高得多。这是学校从农业向工业、科学、技术体系转变的结果。几乎每个学生的居住和学习环境都经历了根本性的变化、调整 and 改革。从幼儿园到小学再到初中,汉字书写的维护、推广和强化的力度不断减弱。取而代之的是计算机实验室的增加和建立。许多学生享受着计算机操作技能的日益提高,但这是以他们的写作能力为代价的。他们可能知道如何记课堂笔记或记新单词,但除此之外就没什么了。现在很少有课程是专门用来练习汉字的。只有少数家庭的父母会让孩子参加课外书法班。大多数人更喜欢选择外语或粤语。因此,很少有年轻一代学习书法,这只会进一步侵蚀我们继承下来的汉字和书法文化基础。这是令人不安的。

不过，我想，人们会在外语的外国研究中发现同样的东西，以及全球化的其他类似副产品。我只是认为中国的问题程度不同。

马认为世界范围内的书法教育：

至于汉字和书法的意义，这种制度和艺术传统已经流传了几千年。它们是中华民族精神本质的体现和文本体现，是人类文化艺术理想的结晶。古人常说，文字包含着真理。这种说法在某种程度上是正确的；简而言之，写汉字可以陶冶情操，完善人格，提供自我反省的工具，维持健康。它是文人和群众能力最重要的表现形式和精神要求。从最早的人类文明时期，当努力工作和聪明才智第一次创建文化及其流通和交换，在原始时代的岩石画，部落图腾的崇拜，和肩胛的写作，通过发展和演化的篆书、隶书、楷书、行书、草书，写作形成了人类集体智慧的胶水。即使在外国字母系统中也是如此。因此，汉字和书法艺术不仅是中国的遗产，也是全球文化的核心。

损失在视觉上意味着什么？你不需要懂一个中文单词就能关心正在发生的事情。这里有一些来自安德森教授和他的学生的实地研究的样本。中国汉字可能不会像我在博客中提到的一些罕见的字母那样濒临灭绝，但却是文化中不可或缺的关键要素。

U14RA

《孙子兵法》是中国的军事专著，是在公元前 6 世纪春秋时期由孙子写成的。它由 13 章组成，每一章都专门讨论战争的一个方面，据说是当时关于军事战略和战术的权威著作，而且仍然是基本文本之一。

《孙子兵法》是最古老、最成功的军事战略书籍之一。它对东方的军事思想、商业策略等产生了影响。孙子提出了在战略中定位的重要性，这种定位既受到客观环境条件的影响，也受到客观环境中竞争对手的主观看法的影响。他认为，战略并不是按照既定的清单进行规划，而是需要对不断变化的情况作出迅速和适当的反应。计划在受控的环境中有效，但在不断变化的环境中，相互竞争的计划会发生冲突，造成意想不到的情况。

这本书在 1772 年被法国耶稣会士让·约瑟夫·玛丽·艾莫翻译成法语，1905 年被英国军官埃弗拉德·弗格森·卡尔斯罗普翻译成英语。这本书很可能影响了

拿破仑，毛泽东、武元甲将军、安托万-亨利·约米尼和道格拉斯·麦克阿瑟将军等不同领导人都声称从这本书中获得了灵感。《孙子兵法》也应用于商业和管理战略。

章节总结

始计探索了决定成功结果的五个基本因素(方式、季节、地形、领导和管理)。通过思考，评估和比较这些点，你可以计算一个胜利，偏离他们将确保失败。记住，战争是一个非常严重的国家问题。

作战解释了如何理解战争的经济，以及成功需要如何取得胜利，这反过来又需要限制竞争和冲突的成本。

谋攻把力量的源泉定义为团结，而不是规模，以及在任何战争中取胜所需要的五种要素。

军形解释了防御现有阵地的重要性，直到你可以推进它们，你必须认识到机会，而不是试图创造它们。

兵势解释了创造力和时机的使用来建立你的动力。

虚实解释了你的机会是如何来自于你的敌人在特定区域的相对弱点所造成的环境中的开口。军争解释了直接冲突的危险，以及当这些冲突强加于你时如何赢得它们。

九变专注于说明你的反应需要灵活。它解释了如何成功地应对变化的环境。

行军描述了当你进入新的敌人领土时，你发现自己所处的不同情况，以及如何应对。它主要关注于评估他人的意图。

地形着眼于三个一般的抵抗区域(距离、危险和障碍)以及由此产生的六种地面位置。这六个外勤职位各有其优点和缺点。

九地描述了战役中的九种常见情况(或阶段)，从分散到致命，以及你需要成功驾驭每一种情况的具体重点。

火攻解释了武器的普遍使用和环境作为武器的使用具体来说。它审查了五种攻击目标，五种类型的环境攻击，以及对这种攻击的适当反应。

用间着重于开发良好的信息源的重要性，特别是五种类型的信息源以及如何管理它们。

军事应用

曹操注释的孙子兵法自宋代以来一直是军事教科书，与其他六个战略书并称为武经七书。

在许多东亚国家，孙子兵法一直是教学大纲的一部分，也是潜在候选人的兵役考试。有各种各样的翻译。

在日本的战国时代，据说大名武田信玄(1521-1573)在没有枪的情况下，几乎在所有的战争中都战无不胜，因为他学习了孙子兵法。这本书甚至给了他著名的战争标准“弗林卡赞”(风、森林、火和山)的灵感，意思是像风一样快，像森林一样沉默，像火一样凶猛，像山一样无法移动。

译者塞缪尔·格里菲斯写了一章“《孙子兵法》和毛泽东”，在这章里写道《孙子兵法》被认为是影响毛泽东的游击战、持久战、革命战争的重大因素，包括毛泽东的名言：“我们决不能轻视中国古代最伟大的军事专家孙武的书所说的‘知己知彼，百战不殆’。”

越南战争期间，一些越共军官学习战争艺术，据报道，他们可以背诵整篇文章。武元甲将军在奠边府战役中成功地实施了《孙子兵法》中描述的战术，结束了法国在印度支那的主要参与，并促成了将越南划分为南北两部分的协议。美国在这里的溃败比其他任何事件都更能引起美国军事思想领袖的注意。

《孙子兵法》被列在海军陆战队的专业人员名单上阅读程序。这本书是所有美国军事情报人员的推荐读物，也是所有中情局官员的必读书目。

战争以外的应用

《孙子兵法》已经被应用到军队以外的许多领域。这本书的大部分内容都是关于如何在与战争无关的情况下作战：它给出了如何智胜对手的建议，这样就不需要进行身体上的战斗了。因此，它已被应用于许多“不涉及实战的竞争性努力”的训练指导。

有些商业书籍将其应用于“办公室政治”和公司战略。许多日本公司把这本书作为主要高管的必读书目。这本书在西方企业管理人士中也很受欢迎，他们从这本书中获得了如何在竞争激烈的商业环境中获得成功的灵感和建议。

《孙子兵法》是有关审判过程的各种法律书籍和法律文章的主题，包括谈判战术和审判战略。

U14RB

孙子曰：夫用兵之法，全国为上，破国次之；全军为上，破军次之；全旅为上，破旅次之；全卒为上，破卒次之；全伍为上，破伍次之。是故百战百胜，非善之善者也；不战而屈人之兵，善之善者也。

故上兵伐谋，其次伐交，其次伐兵，其下攻城。攻城之法，为不得已。修橧橰，具器械，三月而后成，距堙，又三月而后已。将不胜其忿而蚁附之，杀士卒三分之一而城不拔者，此攻之灾也。

故善用兵者，屈人之兵而非战也，拔人之城而非攻也，毁人之国而非久也，必以全争于天下，故兵不顿，而利可全，此谋攻之法也。

故用兵之法，十则围之，五则攻之，倍则分之，敌则能战之，少则能逃之，不若则能避之。故小敌之坚，大敌之擒也。

夫将者，国之辅也，辅周则国必强，辅隙则国必弱。

故君之所以患于军者三：不知军之不可以进而谓之进，不知军之不可以退而谓之退，是谓縻军。不知三军之事而同三军之政者，则军士惑矣。不知三军之权而同三军之任，则军士疑矣。三军既惑且疑，则诸侯之难至矣。是谓乱军引胜。

故知胜有五：知可以战与不可以战者胜；识众寡之用者胜；上下同欲者胜；以虞待不虞者胜；将能而君不御者胜。此五者，知胜之道也。

故曰：知彼知己，百战不殆；不知彼而知己，一胜一负；不知彼，知己，每战必殆。

孙子说：大凡用兵的原则，使敌举国不战而降是上策，击破敌国使之降服是次一等用兵策略；使敌全军不战而降是上策，击破而取胜是次一等用兵策略；使敌全旅不战而降是上策，击破敌旅而取胜是次一等用兵策略；使敌全卒不战而降是上策，击破敌卒使之降服是次一等策略；使敌全伍不战而降是上策，击破敌伍而取胜是次一等策略。因此，百战百胜，并非好的用兵策略中最好的，不交战而使敌屈服，才是用兵策略中最好的。

因而，最好的用兵策略是以谋略胜敌，其次是以外交手段胜敌，再次是通过野战交兵胜敌，最下等的是攻城。攻城是在不得已的情况下才采取的（办法）。为了攻城，修造望楼车、车，准备各种攻城器械，三个月才能完成；堆积攻城的土丘，又需三个月才能完成。这时，将帅们已焦躁忿怒异常了，驱赶着士兵像蚂

蚁一样去爬城，士卒伤亡三分之一而城还不能攻下，这便是攻城之灾害啊！

因此，善于用兵的人，使敌军屈服而不用野战交兵的办法，夺取敌城不用蚁附攻城之办法，消灭敌国而不采用长久用兵之办法。一定本着不诉诸兵刃而使敌完整地屈服的原则争横天下，做到军队不受挫而胜利可全得，这便是谋攻的原则。

根据用兵规律，有十倍于敌人的兵力就包围歼灭敌人，有五倍于敌人的兵力就猛烈进攻敌人，有多一倍于敌人的兵力就分割消灭敌人，有与敌相当的兵力则可以抗击，比敌人兵力少时就摆脱敌人，不如敌人兵力强大就避免与敌争锋。小股兵力如果顽固硬拼，就会被强大的对方俘获。

将帅，是国君的辅佐。辅佐得周密，国家就强盛；辅佐有疏漏，国家必然衰弱。

君主对军队造成危害的情况有三个方面：不懂得军队不可以前进而命令他们前进，不懂得军队不可以后退而命令他们后退，这叫束缚、羁縻军队；不懂军中事务却干涉军中行政管理，那么，军士就会迷惑；不知军中权谋之变而参与军队指挥，那么将士就会疑虑。如果三军将士既迷惑又疑虑，诸侯乘机起而攻之的灾难就来到了。这就叫自乱其军而丧失了胜利。

预测胜负有五条：懂得什么条件下可以战，什么条件下不可以战的，胜；懂得众与寡的灵活运用，胜；上下一心，同仇敌忾，胜；以有准备之师击无准备之敌，胜；将领富于才能而君主又不从中干预牵制的，胜。这五条就是预知胜负的途径。

因此，可以说：了解对方也了解自己的，百战不败；不了解对方而了解自己的，胜负各半；不了解对方，也不了解自己的，每战必败。

U14RC

商业一直都很艰难，但随着竞争变得越来越全球化、节奏越来越快和越来越依赖技术，它变得更加困难。那么，在 21 世纪，向孙子兵法（一本写于基督诞生前几个世纪关于古代战争的书）寻求商业建议是否有意义？

答案是，《孙子兵法》阐述了一种卓越的战略哲学，这种哲学在几千年来的各种竞争努力中都得到了证明。当然，它已经被军方应用：美国前参谋长联席会议主席科林·鲍威尔依赖它，并在家中有很多翻译。据说新英格兰爱国者队的教

练比尔·贝利奇克用它来帮助他的球队延续其获胜的传统。许多商业策略师都利用它来获得竞争优势。它甚至已经进入了我们的流行文化，出现在经典电影《华尔街》中，戈登·盖柯在电影中说：“我不会向董事会扔飞镖。我敢肯定。读孙子兵法。每一场战斗都是在打之前打赢的。”

所以为了让孙子的概念更容易理解，更适用于现代商人，我从战争艺术中发展出了六条适用于商业的原则如下：

一、占领你的市场而不破坏它

企业常常为市场份额而争斗，发动价格战，结果发现一切都结束了，他们赢得了一场代价高昂的胜利；他们占领了市场，但却让市场失去了利润。航空业的例子表明，降价导致许多亏损航空公司和糟糕的客户服务。

相反，要想繁荣，你必须以一种让行业保持健康的方式占领你的市场。这可以通过多种方式来实现：开发新的服务市场的方式，或者使用微妙的、间接的、低调的方法，这些方法不会引起竞争对手的注意或反应。亚马逊在图书零售业做到了这一点，占领了这个市场的大部分，然后扩展到为其他人服务。最近，Netflix 用一种不同的商业模式战胜了 Blockbuster，后者忽略了这种商业模式，现在 Red Box 又找到了一种在家庭视频市场上服务和取胜的方式。

二、避强攻弱

很多时候，企业会对竞争对手发起直接攻击，以期获利。然而，对竞争对手的强项进行直接的、不确定的、正面的攻击很少奏效。相反，它们会耗尽一家公司的资源，并激起另一家公司的强烈反击。

相反，我们必须找到竞争对手的弱点，并利用这些弱点进行攻击。例如，沃尔玛不是直接与城市里的大零售商打交道，而是从小城镇起步。通过这种方式，该公司能够在增强实力的同时，消除实力较弱的本地竞争对手。随后，当凯马特随后对沃尔玛发起直接价格战时，却无法战胜沃尔玛的实力，即其低成本模式。

三、最大化商业智能的力量

商业智能对于了解竞争对手的优势和劣势以及了解自己的能力和能力至关重要。其中一个例子来自麦当劳和汉堡王之间的汉堡大战。后者决定攻击麦当劳及其著名的炸薯条，把自己做得更好，并向买家兜售。得知这一消息，麦当劳首席执行官向所有餐厅发出了一封紧急信函，告诉他们“汉堡王将对我们最大的资产之一——

“我们的薯条发起全面正面攻击”。随后，他在信中详细说明了如何确保只提供高质量的薯条。通过对竞争对手计划的巧妙情报，麦当劳赢得了这一轮的竞争。

四、用速度战胜竞争对手

在商业上，就像在战争中一样，速度是必不可少的。企业面临的变化，无论是社会、技术、政治还是经济，都只是在加速。如果一家公司不能迅速行动以应对市场变化，它将无法生存。速度有助于成为第一个进入市场的公司，使公司能够利用转瞬即逝的机会，保持竞争的不平衡。可口可乐等公司不断将新产品推向市场，或通过多产品自由式汽水分配器等创新手段，为客户提供选择和便利

五、使用联盟和战略控制点

通过与其他公司结成联盟，一个人可以获得新的能力并进入新的市场。即使与竞争对手结盟也是一个明智的策略。美国国家足球联盟决定，当它放弃与旧的美国足球联盟的宿怨，加入它，组建一个更大的联盟，并创建超级碗时，这就是前进的道路。后者现在是每年收视率最高的广播节目。

控制战略地位是成功竞争的另一种方式。拥有关键的专利、在标准委员会中的席位、强大的品牌或与客户的直接关系，都可能导致在行业利润中获得最大份额。人们只需看看网络搜索领域的谷歌或智能手机和平板电脑市场的苹果，就可以知道拥有一个战略据点能带来怎样的回报。

六、发展你的性格作为领导者，以最大限度地发挥你的员工潜力。

一个领导者要成功地执行孙子的战略哲学，不仅需要智慧，性格也是至关重要的。如果没有足够的品格、自我意识和对他人的理解和同情心（即情商），就无法让团队走上正确的道路并长期为客户提供真正的价值。我们从研究历史上的伟大领袖、我们每天与之共事的人和领导科学中了解到这一点。

如果一个人遵循这六条原则，他就能成功。利用过去的智慧可以帮助赢得未来的商业战役。

U15RA

功夫一词指的是中国的武术。功夫起源于一个叫少林寺的地方，那里的和尚在寻求启迪的过程中为了健康和自卫而练习功夫。

少林寺始建于公元 377 年，是中国河南省的一座佛教寺院。公元 527 年，一

一位名叫菩提达摩的佛教王子到此讲经，却发现和尚们体弱多病。为了给僧人们力量和活力，达摩把自己锁在一个房间里冥想了九年。他的作品《易林亭》被认为是少林武术的鼻祖。

功夫的风格

功夫是一个总称，它包括中国武术的数百种风格。

外部功夫和内部功夫有一个区别。在外部功夫中，一个人锻炼他的筋骨和皮肤，而在内部功夫中，一个人训练他的精神，他的“气”（生命能量的流动），和他的思想。一个人年纪越大，就越擅长功夫，因为他从运动到静止，从刚强到柔弱。

一些更著名的风格包括少林、太极传、星宿、八卦和永春。在少林功夫中，有龙、虎、豹、蛇。和鹤式格斗。这些亚种之所以如此命名，是因为它们模仿不同动物的特殊攻击和防御技术，并将它们融入到拳击动作中。

功夫基础

基础是训练的重要部分，因为人不能进步到更高级的阶段；没有强健灵活的肌肉来控制“吃”和适当的身体力学。中国武术的许多动作根本不可能正确地表演。

基础训练包括一系列简单的动作，在短时间内反复进行；这些基础训练的例子包括伸展、站姿练习。基本的训练，冥想和基本的踢打技术。

功夫和其他武术的区别

中国武术的哲学并非起源于以杀戮为目的的军阀。而是和那些以延年益寿为目标的佛教大师们一起。这种哲学和历史导致了中国武术从业者的实践和态度的差异。

在一些武术系统中发现了令人难以置信的暴力和敌意。这种行为在功夫训练中是找不到的，因为训练的本质是这样的，一种平静的性情和对训练伙伴的感情是内在发展的，而怀有自私、好斗的态度会对练习者自己不利。

功夫是一个综合系统

武术技术分为四个方面：击打、踢腿、扭打和投掷，以及抓住和锁住关节。每一种中国功夫都包含这四个方面的技巧。这一点很重要，因为每种技术都可以有效地对付一种或多种其他技术。因此，一个中国武术家可以应付任何类型的攻

击，并有效地保护自己。

其他的武术，比如空手道、柔道、柔术和跆拳道，在这四种技术中只擅长一到两种。由于这些武术的性质，如果对手使用的攻击超出了其各自武术专长的范畴，那么这些武术的练习者往往会遇到困难。

让你自己准备好应付任何战斗情况的一个方法就是学习所有这些不同的武术。一个更好的选择是学习中国武术，比如长拳，它不仅节省时间和精力，而且还能带来其他武术所没有的优势。

功夫的流行普及

在西方世界，功夫是由传奇的李小龙普及的。他 1973 年的电影《龙争虎斗》在国际上获得了票房的成功。

在李小龙电影之后，好莱坞掀起了武侠片在西方的热潮。早些时候，70 年代初的北美电视剧《功夫》在电视上普及了这门艺术。在这个系列中所描绘的中国武术的实践和哲学把中国的流行文化带到世界面前。

1976 年，另一部伟大的电影《少林寺》由中国导演张彻执导。这是一部经典电影，因为它关注的是纪律和考验的时间维度，而不是李小龙电影中关注的技巧。在故事中，寺庙的弟子们经过多年的重复劳动，如做饭、挑水等，在不知不觉中逐渐掌握了功夫。现在功夫被演员和武术家像拉奇·陈和李连杰的功夫电影进一步推广。

事实上，自历史以来，功夫就在流行文化中占有一席之地。它甚至在唐朝影响了中国古代戏剧的一种形式。

文学中关于武术的 17 个虚构的故事也可以追溯到公元前 2 世纪和 3 世纪，后来在唐明时期得到普及。描述武术的文学体裁被称为“武侠”。这些文学作品影响了人们对功夫的普遍认识。自 20 世纪 70 年代以来，功夫通过书籍、电视节目和电影变得全球化，超越了它的民族根源。

U15RC

在 2005 年的新闻报道关于少林寺，中国著名的佛教寺院的武术，一个和尚解决了一个常见的误解：“许多人有一种误解，武术是战斗和杀戮，”和尚说，“这实际上是对提高你的智慧和聪明。”

的确，功夫的概念在西方很多人都是通过武打电影才知道的，比如《龙腾图》《醉拳》，以及最近的《卧虎藏龙》。在电影界，像李小龙、成龙和李连杰这样技艺高超的杂技演员被视为“功夫大师”。

但正如少林和尚所指出的，功夫包含的远不止是打斗。事实上，任何实践和培养出来的能力都可以被准确地说成是功夫的体现。有舞蹈、绘画、烹饪、写作、表演、正确判断、与人打交道，甚至统治的功夫。在中国宋明时，“功夫”一词被新儒家、道家和佛教徒广泛地用于概括生活的艺术，他们都毫不含糊地把自己的学说称为功夫的不同流派。

这种对功夫的广泛理解是我们开始了解中国传统哲学的一个关键(虽然不是唯一的键)，通过它我们可以开始了解中国传统哲学以及它与西方哲学传统的交汇和分离之处。正如许多学者指出的，中国传统哲学的主要取向是关注如何生活，而不是发现关于现实的真相。

公元前4世纪，庄子提出了一个著名的问题：他是梦见自己是蝴蝶的庄子呢，还是梦见自己是庄子的蝴蝶呢？—它比虚拟现实和《黑客帝国》早了几千年，既是对知识论的质疑，也是对功夫的启发。庄子并没有像笛卡儿的梦那样导致对确定性的追求，而是意识到他已经感知到了“事物的变化”，这表明一个人应该顺应这种变化，而不是徒劳地去寻找什么是真实的。

孔子“正名”的呼吁——一个人必须适当地使用词语——是保障社会政治秩序的一个功夫的方法比捕捉事物的本质，“名字，”或单词，占位符的预期持票人的名字应该如何表现和治疗。这就指向了奥斯汀所说的语言的“表演”功能的实现。同样，孟子和他后来的对手荀子关于人性的观点，与其说是形而上学地断言人的本性是善是恶，不如说是对一个人如何看待自己以成为一个更好的人的建议。虽然每个人对人性的主张彼此不相容，但它们在儒家传统中仍可作为另一种教化方式。

佛教的无我教义看起来当然是形而上的，但它的真正目的是将人从痛苦中解脱出来，因为根据佛教的说法，痛苦最终来自于对自我的依附。佛教的禅修是为了摆脱个人的依附而进行的功夫练习，而不仅仅是为了获得命题的真理而进行的智力探索。

用理查德·罗蒂的话说，把中国哲学的语言错当成“自然之镜”，就好像把

菜单错当成了食物。功夫的精髓——各种各样的艺术,以及如何为人处世的指导——对于那些习惯了西方主流哲学的味道和质地的人来说,往往难以消化。这是可以理解的,即使是诚心诚意地去尝试,一个人仍然经常因为缺乏明确的关键术语定义和经典中文文本中缺乏线性论证而被拒之千里。然而,这并不是弱点,而是功夫取向的要求——就像学习游泳需要一个人专注于练习,而不是概念理解。只有超越对现实的概念描述,才能打开智慧之门,舞蹈和表演等艺术就是最好的例证。

哲学家的思想,即使是理论性的,也从未停止过对人类生活的指导作用。

这种对风格、微妙倾向和整体视角的敏感,需要一种类似于雅克·德里达所认为的克服西方语言中心主义问题所需要的洞察力。它甚至将认识论扩展到非概念领域,在这个领域中,知识的可获得性依赖于认知能力的培养,而不是简单地依赖于对每个人“公开可见”的任何东西。它还表明,对人的培养并不局限于“知道怎么做”。“一个模范的人可能很有感召力,但不一定知道如何感化他人。在功夫艺术中,有一种被赫伯特·芬格莱特称为“不可思议的”、但却是“独特的人性”的实用维度,这种维度“总是包含着不费力气、令人惊叹地产生的巨大效果,以及一种本身是无形的、看不见的、不明显的、不可抗拒的力量”

皮埃尔和玛莎努斯鲍姆,部分由于哲学的历史性对话在我们这个时代,都试图纠正这个名字的“哲学”等表明,古代西方哲学家苏格拉底,斯多葛学派主要关心的美德,与灵性练习和实践为了一个好的生活而不是纯粹的理论努力。在这方面,西方哲学的起源与中国古典哲学相似。这点的意义不仅在于揭示历史事实。它让我们注意到一个维度,这个维度已经被对永恒的、普遍的真理及其实践方式(即通过理性论证)的痴迷所掩盖。即使哲学家们把他们的思想当作纯粹的理论论述,目的是寻找真理,他们的思想也从未停止过对人类生活的指导作用。现代启蒙思想的力量已充分表现在我们自近代以来所目睹的巨大成就和我们今天所面临的深刻问题两方面。我们的行为模式在很大程度上是由哲学思想形成的,这些思想看起来很天真,被认为是理所当然的。当罗蒂对现代理性主义哲学进行全面批判的时候,他想当然地认为哲学只能以寻求客观真理的形式存在,这既是讽刺又是警示。他对哲学的拒绝也落入了他告诫人们要小心的陷阱——仅仅把哲学思想当作“镜子”而不是“杠杆”。

人们很可能认为中国功夫的观点是一种实用主义。两者之间的相似性可能是上世纪初杜威在中国进行巡回演出时，后者在中国广受欢迎的原因。然而，功夫视角为实用主义方法增加的是它对人的培养和改造的明确强调，这一维度在杜威和威廉·詹姆斯的作品中已经有了，但常常被忽视。一个功夫大师不仅仅是做出正确的选择和使用有效的工具来满足一个人的偏好。事实上，这门学科从来都不是简单的被接受的。而有效的行动可能听起来合理的决定的结果，一个良好的行动展示功夫必须植根于整个人，包括一个人的身体的性格和情绪，和它的好处不仅体现在其后果也是一种艺术风格。它还提出了查尔斯·泰勒所说的“背景”——如传统和社区等因素——在我们理解一个人的信仰和态度的形成过程中。通过功夫的方法，中国古典哲学表现出一种整体的视野，将这些边缘维度聚集在一起，从而迫使人们密切关注它们相互影响的方式。

这种功夫方法与亚里士多德的美德伦理学有很多相同的见解，后者关注的是主体的培养，而不是行为规则的制定。然而，与亚里士多德的伦理学不同的是，功夫伦理学并不依赖于任何形而上学来证明。一个人不必为了欣赏功夫所带来的卓越而相信预先设定的终极目标。这种方法确实导致了对形而上学观点的重要指导作用的认识。例如，一个遵循亚里士多德式形而上学的人显然会把更多的精力放在培养自己的智力上，而一个遵循儒家式关系形而上学的人则会把更多的精力放在学习协调人际关系的礼仪上。这种方法打开了一种可能性，允许多种相互竞争的卓越观，包括形而上学或宗教信仰，通过它们来理解和指导，然后将这些信仰的正当化留给具体的人类经验。

功夫的方法并不意味着强权即公理。这就是为什么将功夫视为一种艺术形式更为恰当的原因之一。艺术最终不是由它在市场中的主导地位来衡量的。此外，艺术的功能并不是对现实世界的准确反映；它的表达不拘泥于普遍原理和逻辑推理的形式，它需要艺术家的修养、美德的体现、想象力和创造力。正如皮埃尔·哈多所说，如果哲学是“一种生活方式”，那么功夫的方法表明，我们把哲学看作是对美好生活的艺术的追求，而不仅仅是一种狭义的理性的生活方式。