

Platinum



白金私享家

尊享专属礼遇

ICBC Platinum Credit Card



10000 万信赖
万千礼遇

热烈庆祝中国工商银行北京市分行
信用卡发卡量突破 1000 万张

睿意品辑 贵宾专享
Wisdom Newsletter

2014.5 总第二十期

2014.5 总第二十期

Platinum 白金私享家



尊享专属礼遇



白金私享家，尊享“一人免单”礼遇

活动时间：2014年4月1日至2014年6月30日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

<p>xyzSM吧饮品买一赠一</p>	<p>长富宫饭店 HOTEL NEW OTANI CHANG FU GONG 兰花台咖啡厅自助晚餐买一赠一</p>	<p>大堂吧柠檬草马天尼鸡尾酒买一赠一 北京华彬费尔蒙酒店</p>
<p>JING餐厅自助晚餐，两人同行，一人免单 ESPA身体护理享受两人同行，一人免单</p>	<p>BLD西餐厅自助晚餐三人同行，一人免单 北京富力万丽酒店</p>	

白金专享礼遇

<p>酒店</p> <ul style="list-style-type: none"> 长富宫饭店 金茂威斯汀酒店 福朋喜来登酒店 北京华彬费尔蒙酒店 北京饭店莱佛士 瑞士酒店及度假村 	<p>餐饮</p> <ul style="list-style-type: none"> 京兆尹 浮士德法式西餐厅 七叶香山欧式园林会所 北京黄埔会 北京和芳苑 东兴楼 	<p>购物</p> <ul style="list-style-type: none"> 老佛爷百货 美克美家 北京七彩云南翡翠珠宝旗舰 七彩云南庆祥茶庄 天和居（红木家具） 极地意饰 	<p>健康</p> <ul style="list-style-type: none"> 美兆健康体检中心 北京东方美莱 美妈汇 瑞尔齿科 五月花口腔诊所 	<p>汽车</p> <ul style="list-style-type: none"> 赫兹国际租车 北京星德宝汽车销售 北京长久世达
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------

*商户排名不分先后，更多信息请登录工行网站：www.icbc.com.cn—优惠活动



里约众生相

美好时光下午茶

工银白金卡，您的私人贴身管家

童心深处，妙境生花

新中式生活，拥抱古典时代



O Momento Taittinger



©THE OFFICIAL EMBLEM AND OFFICIAL MASCOT OF THE 2014 FIFA WORLD CUP BRAZIL™ AND THE FIFA WORLD CUP TROPHY ARE COPYRIGHTS AND TRADEMARKS OF FIFA. ALL RIGHT RESERVED.
FIFA™ 是国际足联联合会注册商標，版權所有。

2014年世界杯足球赛官方香槟
OFFICIAL CHAMPAGNE OF THE 2014 FIFA WORLD CUP™

工银白金卡俱乐部

“香槟王者”泰亭哲 2014 年国际足联世界杯官方香槟品鉴沙龙

四年一度的足球盛事2014年世界杯将于6月13日至7月13日在巴西隆重举行，工银白金卡俱乐部将携手法国著名香槟家族泰亭哲以及世界顶级专业葡萄酒杂志《葡萄酒评论》为您举办“小气泡、大世界”世界杯官方香槟限量版品鉴沙龙！

招募信息：

招募对象：受邀的白金卡持卡人。银行会通过短信或电话邀请客户。

活动时间：6月第2周。具体时间将以短信通知。

活动内容：

1. 零距离体验“香槟王者”泰亭哲家族酒庄近三百年的香槟历史和文化
2. 品鉴泰亭哲2014年世界杯官方香槟，配以经典美食
3. 互动环节，分享世界杯趣闻与经历
4. 神秘嘉宾到场并抽奖，奖品为泰亭哲酒庄签名版世界杯官方香槟

特惠信息：

到场白金卡持卡人可以享受8折特别优惠，购买泰亭哲2014世界杯官方香槟限量版。



泰亭哲香槟酒庄于1734年在法国香槟产区建立，秉持近三百年的香槟酿造传统，葡萄园的家族管理以及杰出的高品质，在世界上具有崇高的地位。作为独立的家族酒庄，2013年，泰亭哲成为了国际足联历史上第一款官方香槟。为此，酒庄首创3D酒标，足球与气泡，优雅与力量的融合，并配以3D效果的礼盒包装。白色、金色、绿色，让我们喝着香槟走向巴西。全球限量上市时间，2014年5月下旬至7月中旬！

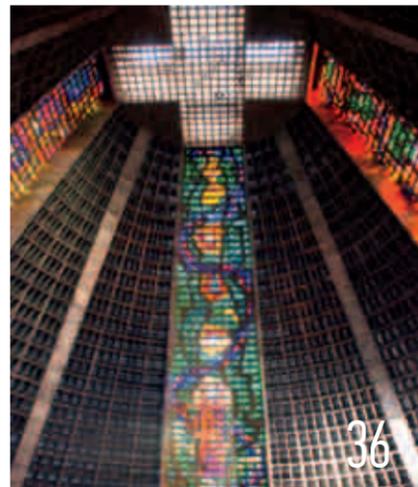
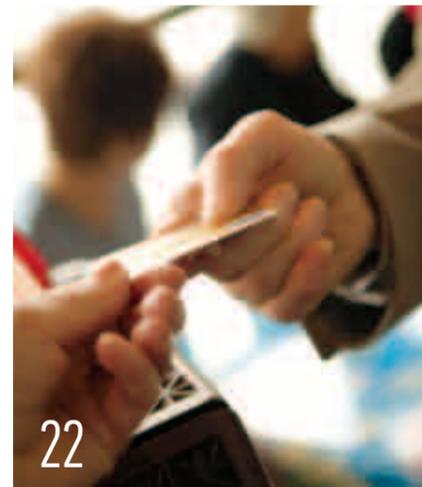


目录 | Contents

中国工商银行北京市分行信用卡贵宾专享

中国工商银行北京市分行

睿意品辑 贵宾专享 Wisdom Newsletter



10 国内时事 Domestic Events

12 国际时事 Global Events

14 工行新闻 Bank News

16 特稿 Column
京津冀一体化，刺激经济活力

习近平与李克强对京津冀协同发展问题的重视，迅即引爆了京津冀一体化话题，使其成为最为热门的经济话题，也让人们开始对京津冀一体化充满了憧憬。

20 特稿 Column
循环经济的兴起与未来

中国经济发展模式的转型，是未来相当长时期宏观经济的主旋律之一，循环经济则是其中一个主要的热点。

22 信用卡知识 Credit Card
工银白金卡，您的私人贴身管家

工银白金卡推出的9大优势服务，全方位、多角度地渗入生活，随时随地、贴心到位的主动式服务，能够让大家的的生活化去繁复，回归自由。

24 信用卡活动 Credit Card

26 白金人生 Figure
王淑琪和动动鞋子儿童剧团，欢乐的破冰之旅

在种种现实压力的摧毁下，欢乐似乎已经成为了童年的专属词语，遥远而奢侈。更多的人，把对丢失的童年欢乐的缅怀当成了一种对过去的回忆和自我告慰：看，我的童年也很快乐！而王淑琪则是把找寻童年的欢乐做成了事业。她不仅要把这个礼物送给舞台下的小朋友，更要送给参与他们成长的家长。

30 特别策划 Special
童心深处，妙境生花

请试着停下脚步，重新走进童心的世界，用纯真去改变规则，用可爱去缓解严肃，用乐趣去冲破程式化，唤醒蒙尘已久的童心。只要我们拥有一颗童心，也就拥有了一双重新审视生活的眼睛，从而收获简单、单纯快乐。

36 专题 Cover Feature
里约众生相

有这样一句话“上帝花了六天时间创造了世界，第七天就创造了里约热内卢”。上帝花费了一天时间创造的城市当然不会只有一种表情。这里，极端贫穷与过度奢华并存；兼有北半球浪漫和南半球的热情；这里，街头的足球赛激战正酣，性感巴西女郎的桑巴舞步从未停止过。在2014年世界杯即将在里约开战之际，重新解读一下这座上帝偏爱的城市。

46 旅游 Travel

斯里兰卡：蓝海与红茶的古老国度

当马可·波罗跋山涉水渡过海洋抵达锡兰古城之时，立刻被这鲜活美丽的海滨古国吸引，他盛赞此地为“最美丽的海岛”。想象着一身疲惫历经路途艰辛的马可·波罗独自一人坐在海边，光影渐淡，日落晕染着天际薄云，海浪在宁静的傍晚反复拍打着细软的沙滩，也许漂泊多年的他，此刻也有了片刻的对一处土地的深深留恋。彼时的锡兰古国，今日的斯里兰卡，因为蓝海、红茶与古老宁静而成为传颂着的“凡间的伊甸园”。

54 酒店 Hotel

北京希尔顿逸林酒店，营造温馨的“家外之家”

有的酒店是旅人途中的一个落脚点，而有一些却可以成为他们的“家外之家”。北京希尔顿逸林酒店无疑属于后者。“关爱备至”的酒店文化体现在这里的方方面面，无论是客房、餐饮还是休闲娱乐，每一个细节的出发点皆是以人为本。它用特色开启客人的体验之旅，用风格令客人享受独一无二的假日时光。

58 饕宴 Food&Wine

美好时光下午茶

打发冗长烦闷的下午时光，是下午茶最初的功能。何况贵妇人小姐们难得有机会穿上新制的束胸裙，她们纤细的手指轻轻端起杯子，啜一口，然后优雅地一显谈吐，缓缓聊起新种的玫瑰、新读过的一本书，未尝不是封闭生活中的一种乐趣。逐渐的，下午茶时光被赋予更多意义。相传林徽因就经常在北平所住的宅邸里以茶会友，济一堂皆是当时的名流巨腕。下午茶无论如何都是一种令人向往的“浪费”时光的逍遥做派。

66 奢华享受 Enjoy Life

新中式生活：拥抱古典时代

近年来，越来越多的商界大腕把目光投向传统文化，马云用“一阴一阳之谓道”的太极思想创造了阿里巴巴生态产业链；刘永好以“治大国若烹小鲜”的思路让新希望集团成为农业龙头企业；而手捧线装书的冯仑和爱写旧体诗的王功权，无一不是以不断完善的“内圣”修为，通达“外王”图谋的商业帝国。传统生活方式的复兴，让商业精英们在发自内心的热爱中，实现了身与心的平衡，感悟到老祖宗的智慧，并把这种感悟运用在商场上，无往而不利。

72 玩乐推荐 Recommendation

单车达人，酷玩生活

在发明之初，自行车因为稀缺与新奇，成为奢侈之物。随着自行车作为简易代步工具普及而来的，是自行车价值的平民化。而如今，作为环保、时尚生活方式的自行车逐渐分化出不同层次与个性：可以简单，可以酷玩，可以奢侈，也可以充满设计美学……

76 养生专题 Feature

告别初夏失眠症

从春季气温回暖开始，人的神经系统将随之进入活跃、兴奋阶段，而到了初夏更是失眠症的高发期。在这种看似相似的症状背后却隐藏着不同的原因，有的是躯体酸痛引起的，有的是心理因素引起的，有的是不良生活习惯所致。

80 读者俱乐部 Club



ICBC 中国工商银行 北京市分行

编委主任： 顾建纲
编委副主任： 张明
编委： 肖紫岩 王静 闵杰
主办： 中国工商银行北京市分行银行卡业务部
地址： 北京市西城区复兴门南大街2号天银大厦B座 100031
电子邮箱： icbc_vip@bj.icbc.com.cn
电子杂志下载地址： www.bj.icbc.com.cn
策划制作： 北京品行精准传媒广告有限公司



ICBC

中国工商银行

北京市分行



中国工商银行北京市分行 真诚地邀请您成为白金私享家特惠商户中的新一员

Platinum

● 招募对象：北京地区知名商家

白金私享家特惠商户可涉及酒店、娱乐休闲、商场购物、餐饮、旅游、影音、养生保健等行业。

● 白金私享家特惠商户宣传途径：网站、《睿意品辑》杂志、《白金私享家特惠手册》

当您成为中国工商银行北京市分行白金私享家特惠商户后，将可以借助中国工商银行的优势资源，通过网站、《睿意品辑》杂志等渠道进行宣传。另外，中国工商银行北京市分行会定期制作《白金私享家特惠手册》，我们会将您的特惠信息印在手册的特惠商户页，并寄送给优质持卡人，准确、有效地向优质持卡客户传递商户优惠信息，最终实现商户、银行的双赢局面。

中国工商银行北京市分行真诚地邀请您加盟特惠商户！欲了解更多详情，请致电：(010) 66410055 转 9337

《睿意品辑》第 20 期 信用卡活动信息索引

白金私享家 尊享专属礼遇	封二
1000 万信任，万千礼遇	2-3
工银白金卡俱乐部客户活动招募	4-5
白金私享家特惠商户招募广告	8
工银白金卡，您的私人贴身管家	22-23
信用卡特惠促销及积分兑换	24-25
《里约众生相》 信用卡特惠：VERTU 手机工银信用卡购物私属特权	27
《斯里兰卡：蓝海与红茶的古老国度》 白金卡私人定制之旅	53
《北京希尔顿逸林酒店，营造温馨的“家外之家”》 信用卡优惠：北京希尔顿逸林专享优惠	54-57
《美好时光下午茶》 信用卡特惠：北京王府半岛酒店专享优惠 北京华彬费尔蒙酒店专享优惠	58-65
《新中式生活：拥抱古典时代》 信用卡特惠：七彩云南庆沱祥茶庄专享优惠 天居和（红木家具）专享优惠	66-71
《单车达人，酷玩生活》 信用卡特惠：金隅凤山温泉度假村专享优惠	75
《告别初夏失眠症》 信用卡特惠：美丽田园专享优惠 史云逊专享优惠 良子健身专享优惠	77
读者俱乐部	80
白金人生栏目访谈嘉宾招募	封三

SALE
信用卡特惠



特别声明：本杂志与工行信用卡所有相关内容，均以工行网站 www.icbc.com.cn 最新信息为准。

Domestic Events 国内时事



上海首度颁布自贸区仲裁规则

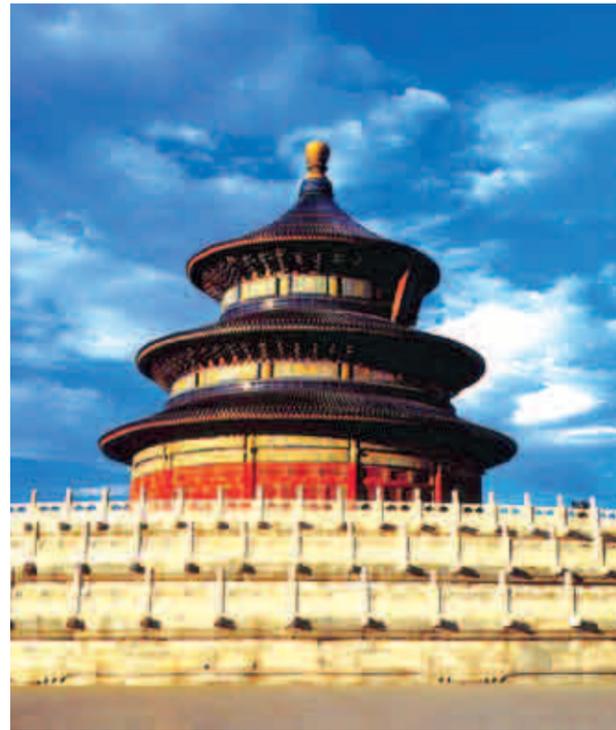
上海国际经济贸易仲裁委员会(上海国际仲裁中心)正式颁布《中国(上海)自由贸易试验区仲裁规则》。这意味着,兼容国际通行规则与中国《仲裁法》的首部自贸区仲裁规则面世。

《中国(上海)自贸区仲裁规则》共10章85条,吸纳、完善了诸多国际商事仲裁的先进制度,包括完善“临时措施”并增设“紧急仲裁庭”制度;确立了仲裁员开放名册制;细化了“案件合并”、“其他协议方加入仲裁程序”及“案外人加入仲裁程序”等制度。

《中国(上海)自贸区仲裁规则》于5月1日正式实施,进一步完善了“仲裁与调解相结合”的制度,并强化了仲裁中的证据制度等。此外,《中国(上海)自贸区仲裁规则》还纳入了“友好仲裁”制度;增设“小额争议程序”,以降低相应的仲裁收费。

APEC 期间北京将启奥运模式治污染

2014年亚太经合组织(APEC)领导人非正式会议将于今年下半年在怀柔雁栖湖举行。会议期间,北京将参照“奥运模式”,跟周边省市开展联防联控。正式启动制定京津冀及周边区域空气质量达标规划。规划将京津冀及周边地区视为一个整体,统筹考虑区域资源环境承载力、大气环境容量等制约因素,划定生态红线,约束区域土地开发、城市建设和经济社会发展与区域资源环境等客观条件相适应,提出分阶段推进的区域空气质量改善目标和措施,加快区域一体化大气治理工作步伐,最终实现区域空气质量的全面达标。



非公立医院医疗服务价格全面放开

近日,国家发展改革委、卫生计生委、人力资源和社会保障部联合发出《关于非公立医疗机构医疗服务实行市场调节价有关问题的通知》。

《通知》规定,非公立医疗机构提供的所有医疗服务价格实行市场调节,由非公立医疗机构按照公平、合法和诚实信用的原则合理制定。非公立医疗机构可依据自身特点,提供特色服务,满足群众多元化、个性化的医疗服务需求。各地要将符合医保定点相关规定的非公立医疗机构纳入社会医疗保险的定点服务范围,实行与公立医疗机构相同的报销支付政策。这项政策将进一步为民办医院松绑,社会资本办医将享有更大的灵活性和自主权。



央行一季度例会,将继续实施稳健的货币政策

央行货币政策委员会2014年第一季度例会近日在北京召开,会议强调,将继续实施稳健的货币政策,保持适度流动性,实现货币信贷及社会融资规模合理增长。

会议也分析了当前国内外经济金融形势。会议提出,当前中国经济运行仍处在合理区间,金融运行总体平稳,物价基本稳定,但所面临的形势依然错综复杂,有利条件和不利因素并存。国际经济形势出现分化,美欧等发达经济体积极迹象增多,部分新兴经济体增速持续放缓。

央行表示,将密切关注国际国内经济金融最新动向和国际资本流动的变化,坚持稳中求进、改革创新,改善和优化融资结构和信贷结构。同时,继续深化金融体制改革,增强金融运行效率和服务实体经济的能力。同时,央行将进一步推进利率市场化和人民币汇率形成机制改革,保持人民币汇率在合理均衡水平上的基本稳定。



发改委首放铁路货运定价权

国家发改委下发通知,明确新建的准池铁路开通运营后,货物运价实行市场调节,由铁路运输企业与用户、投资方协商确定具体运价水平。这是国内放开铁路运输价格的首次尝试。

运价改革是铁路市场化的重要内容,当前铁路货运价格过低,逐步放开铁路运价,有利于推进铁路投融资体制改革,也有利于吸引社会资本投资铁路建设。继准池铁路之后,其他社会资本投资的铁路项目也有望获得自主定价权。

北京一季度土地收入破700亿元

据统计数据显示,2014年一季度,北京土地成交达到50宗,其中经营性用地达33宗,总金额突破700亿元,并创造自2007年以来历史同期最高值。通过数据对比显示,今年北京同区域内地价与2013年相比上涨明显,其中居住类土地楼面价大部分超过1万元/平方米。

2014年一季度北京土地市场的火热,其半数成交量源于1月份的成果。而进入3月份,北京土地市场推地节奏明显放缓的现象,主要是土地市场分化现象的前奏。未来伴随分化的加剧,热门地块竞争依然呈现白热化,而部分远郊地块因受到自住商品房供应增加的影响,或将呈现走低趋势。



Global Events 国际时事

博鳌亚洲论坛开幕

作为亚洲重要的高端对话平台之一，博鳌亚洲论坛年会于2014年4月8日在海南博鳌正式开幕。国务院总理李克强应邀出席在海南举行的博鳌亚洲论坛2014年年会开幕式并发表主旨演讲。

本届博鳌亚洲论坛将主题确定为“亚洲的新未来：寻找和释放新的发展动力”。意在希望通过政、商、学界领袖们的思想碰撞，在凝聚共识基础上为新一轮改革寻找切入点和新思路。本届年会议程将围绕改革、创新、可持续发展三大主线展开讨论，设置60场正式讨论。



伦敦房价年涨达36%

受一系列因素影响，英国首都伦敦房屋成交价连续攀升。近来出现“破房子加价卖”和“十多人同时看房”的惊人现象。英国财政部官员近日表示，财政部已经做了大量准备工作，计划最早明年起对豪宅额外征税。

根据英国LSL房地产咨询公司的统计，2013年四季度英格兰和威尔士地区的房屋成交价格较2012年同期平均增长38%。伦敦地区虽然以36%的涨幅位居第八，却因一系列因素成为供需矛盾最突出的地区。英国财政部官员表示，财政部已经做了大量准备工作，计划最早明年起对豪宅额外征税。按照自由民主党的方案，豪宅税征收标的为市价200万英镑的房屋，其中大部分地处伦敦以及英格兰东南部。

微软最长寿操作系统 XP “退休”

2001年8月24日，微软公司正式发布Windows XP操作系统，中文全称为视窗操作系统。依靠这款操作系统，微软加强了自身在桌面操作系统领域的“霸主”地位。同时也让Windows XP成为很多中国用户心中的经典。然而随着微软推出更新版本的操作系统，微软对Windows XP操作系统的支持力度不断降低，并决定于2014年4月8日之后，正式停止对Windows XP系统的安全更新，不再修补XP系统的安全漏洞。自此，微软历史上最“长寿”的操作系统，已经服务用户13年的Windows XP正式“退休”。

但是，考虑到中国这一特殊市场，微软中国此前表示已经采取特别行动，与包括腾讯在内的国内领先互联网安全及防病毒厂商密切合作，为中国全部使用XP的用户，在用户选择升级到新一代操作系统之前，继续提供独有的安全保护。



中国24种产品输美反补贴税有望大幅降低

世贸组织(WTO)公布中国诉美国关税法修订案世贸争端案专家组报告，裁定美涉案反倾销反补贴措施违反世贸规则。据介绍，本案涉及24种产品，涉案金额逾72亿美元。业内指出，这是中国主动运用世贸规则挑战美国滥用贸易救济措施获得的又一次重要胜利。一方面，本案直指美国双反措施中的体制性问题，将迫使美国修正错误做法。另一方面，我国涉案的24种产品将直接获益，输美反补贴税有望大幅降低。

目前反补贴已经成为我国贸易摩擦的新领域和热点。据统计，中国遭遇的反补贴调查数量已跃居全球第一位，2007至2011年均是全球反补贴的最大目标国。伴随着2016年“非市场经济地位”失效的到来，反补贴调查将越来越多，在这样的背景下，中国将尽早准备，以主动出击的态度应对不符合世贸规则的做法。

欧盟银行业“单一解决机制”取得三方共识

欧洲议会、欧盟委员会和代表28个成员国的欧盟理事会近日宣布，经过长达10余小时谈判，三方就银行业单一解决机制规则取得一致，为该机制如期立法生效铺平道路。根据三方讨论结果，为帮助纳税人从救助问题银行的负担中解脱出来，将成立总额约550亿欧元(约合760亿美元)的专项救助基金。该基金由参与该解决机制的银行缴纳，通过8年筹集，比之前预置的10年期限缩短2年。

单一解决机制是构建银行业联盟的三大支柱之一，此次该机制规则获得欧洲机构一致通过，令欧盟各界感到满意。构建银行业联盟的另外两大支柱是“单一监管机制”和“统一的存款保险机制”。

俄罗斯大幅下调经济增长预期

俄罗斯经济发展部将2014年俄罗斯国内生产总值(GDP)增长预期由此前的2.5%大幅下调至1.1%，同时提高通胀和资本外流预期。

此外，国际货币基金组织也将俄罗斯今年经济增长预期由1.9%下调至1.3%。俄罗斯经济增速从2013年上半年开始大幅放缓，全年GDP增速仅为1.3%，不及2012年的一半。据俄经济发展部数据，今年一季度俄经济增速再降至0.8%。同时由于美欧因克里米亚问题对俄施加制裁，俄罗斯一季度资本外流量几乎达到上年全年水平。



全球经济复苏，中东北非受益

世界银行集团最新的区域经济简报预测，中东和北非地区的经济增长有望从2013年平均2.6%加速，2015年达到4.6%。随着全球经济开始回弹，2014年似乎充满希望，2015年可能成为一个转折点，届时中东北非地区各国将开始受益于高收入经济体的外需走强。

全球需求走高预计会促进对高收入国家的能源和制造业产品出口。该地区的石油出口国尤其是海湾合作委员会国家预计将率先复苏，2014年增速可达3.5%，2015年可达4.8%。海湾合作委员会国家推出的大规模经济刺激计划，加上该地区其他国家尤其是埃及和约旦的资金流入，将随着资本和经常性支出不断上升而继续提振该地区的经济增长率。在伊朗、伊拉克、阿尔及利亚、利比亚和也门等出口石油的发展中国家，经济增长有望从2013年0.7%的负增长出现回弹，2015年升至平均6.8%。埃及、突尼斯、黎巴嫩和约旦等石油进口国的经济仍然很脆弱，但预计这一时期增长会出现小幅回弹。

Bank events 工行新闻



工行 1.6 万亿元融资支持现代服务业

近年来，中国工商银行不断加快信贷结构优化调整，助力经济结构转型升级，将现代服务业确立为信贷领域“四大新市场”之一，持续加大对现代服务业的金融支持力度。截至 2013 年年末，工行对现代服务业提供的贷款余额已达 1.59 万亿元，较上年大幅增长 21.74%，比全行法人客户贷款平均增幅高出 11 个百分点，受惠企业约 5 万户，有力地支持了现代服务业的健康发展。其中，工行将现代服务业中的中小企业作为重点支持对象，截至 2013 年年末，工行中小企业贷款余额超过 1 万亿元，占现代服务业总融资金额的 64.12%。

工行结合实际情况，重点将对现代服务业的支持放在创新信贷产品和综合融资方案上。针对现代服务业各子行业特点提供创新性、个性化的融资支持，根据不同类型的产业领域和客户类型中，企业不同的经营特点和需求特征量身定制解决方案，形成了特色产品体系。针对服务业产业龙头企业，提供贷款、供应链融资、债券发行、理财融资、财务顾问等间接和直接融资渠道，针对服务业中小企业提供高效便利的小微贷款，以及中小企业集合债等优质的信贷支持。

工行发力“逸贷”促消费

据悉，截至 3 月上旬，工行已累计向消费者发放新型个人信用类贷款“逸贷”59.38 亿元，贷款余额超过了 50 亿元，受惠客户数达到近 6.8 万户，户均贷款余额约为 7.4 万元，对居民的合理消费发挥了直接的促进作用。

目前，客户在工行特约商户和合作网上商城进行网上购物或刷卡单笔消费金额满 600 元，即可自由享受最长期限 3 年的贷款服务。“逸贷”通过网上银行、手机银行、短信银行、POS 等快捷渠道可以实时申请，方便灵活地进行消费和理财的资金安排。除此之外，工行还可以根据客户的银行卡使用情况、代发工资情况及信用记录等因素，为客户动态调整可贷额度，灵活满足客户日常消费和融资习惯，使该创新产品真正实现了便民、利民、惠民。

工行推出快捷支付新产品“工银 e 支付”

为方便客户日常的小额支付，工于日前正式推出了安全快捷的电子银行支付产品“工银 e 支付”。客户无需 U 盾、电子密码器等介质，即可在 PC 端或手机端完成单笔 3000 元以内的网上购物、转账、缴费等业务，较好满足了消费者和商户安全、便捷的互联网金融支付需要。

“工银 e 支付”秉承了工行一贯坚持的安全性原则，并对手机号预留机制进行了优化，只要客户有工行卡（账户）和手机号，在工行门户网站、网上银行、手机银行、电话银行、自助终端等任一渠道，几秒钟就可以自助完成注册，客户可以体验到“极速”注册快感。而在移动支付过程中，只需输入预留手机接收到的短信验证码即可轻松完成付款。



工银私人银行 荣创六载，智见未来

2014 年 3 月 27 日，中国工商银行私人银行业务创办六周年。作为国内首家具有私人银行牌照的商业银行，工行私人银行业务依托集团化发展优势，形成具有行业特色的私人银行业务发展模式。

目前，工行境内金融资产 800 万元以上高净值客户增长至 3.6 万户，较成立之初增长 6.6 倍；管理资产规模近 6000 亿元，较成立之初增长 6.8 倍；北京地区服务近 4000 名高净值客户，管理资产超过 600 亿元，私人银行业务发展显著。

工行私人银行先后在境内设立 437 家私人银行服务中心，并在香港、欧洲、新加坡、中东等 14 个国家和地区开展私人银行业务，与客户共享全球财富机遇。工行私人银行还创建了跨市场、跨机构、跨产品的投融资一体化服务平台，多次荣膺《欧洲货币》、《亚洲金融》、《财资》等国际权威媒体授予的“中国最佳私人银行”大奖。

工行海外业务发展势头强劲

2013 年，中国工商银行稳步推进跨国经营战略，不断深入当地市场，提升全球客户服务能力，海外业务保持了强劲的发展势头。截至 2013 年年末，工行境外机构总资产接近 2300 亿美元，较年初增长 34%。与此同时，工行境外机构布局日臻完善，覆盖全球 40 个国家和地区，境外机构达 300 余家，并通过参股南非标准银行间接延伸至 18 个非洲国家，形成了横跨亚、非、拉、欧、美、澳六洲的全球服务网络。

在国际化发展的过程中，工行始终坚持服务中国企业“走出去”的方针，紧跟中国对外贸易和投资的进程进行境外布局，实现对境外核心目标市场、“走出去”重点客户和中国重要经贸合作国家、地区的业务覆盖。在加强境外网络拓展的同时，近年来工行逐步将国际化战略重心向推动境外机构本土化、主流化、差异化发展转移，不断强化重点产品线向海外的延伸和境内外联动，围绕外币清算、跨境人民币、全球现金管理、投资银行、资产管理、贵金属、私人银行等重点业务打造了一批海外业务中心。在这一战略的带动下，2013 年工行多个重点产品线取得了突破，境外机构竞争力明显增强。截至 2013 年年末，工行全球现金管理客户数已突破 3800 家，跨境人民币业务自开办以来业务量累计近 5 万亿元。



中国工商银行公布 2013 年度经营情况

中国工商银行正式公布了 2013 年度的经营情况。按照国际财务报告准则，2013 年工行实现净利润 2630 亿元，较上年增长 10.2%。实现基本每股收益 0.75 元，较上年增加 0.07 元。每股净资产为 3.63 元，较上年增加 0.41 元。

根据董事会决议，工行 2013 年度预计现金分红金额为 919.58 亿元人民币（每 10 股税前分 2.617 元），比上年增加 83.93 亿元，预计现金分红比例为 35%。上市以来，工行一直坚持长期稳定的现金分红机制，2006 年至 2013 年为股东累计创造了 4723 亿元现金分红回报，2008 年至 2013 年连续六年的现金分红率高于同期一年期定期存款利率，其中 2013 年的股息率高达 7.3%（按照 2013 年年末工行股价计算），在全球上市公司中处于领先水平。在持续为投资者创造价值的同时，工行的市场地位和影响力也不断提升。2013 年，工行首次入选全球系统重要性银行。在《福布斯》和《银行家》杂志公布的榜单上，工行成为全球最大企业和一级资本最大的银行。在《财富》杂志营业总收入排名中，工行列商业银行榜单首位。

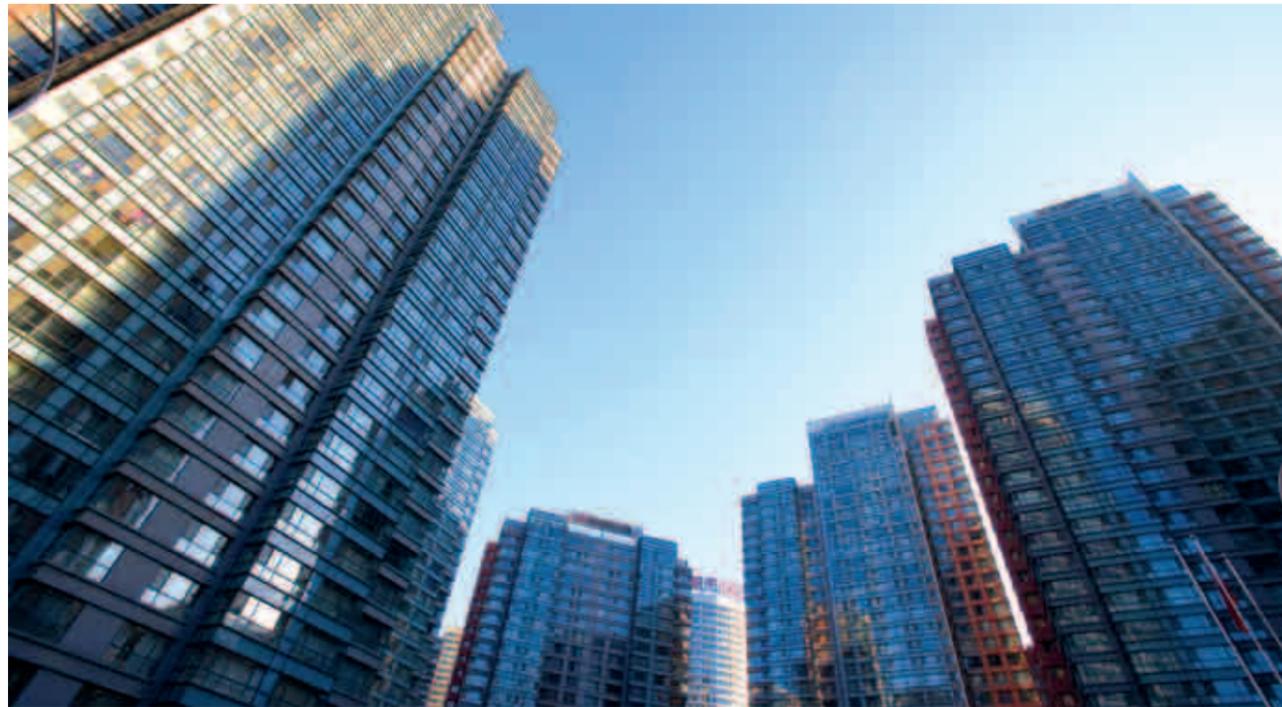
2013 年，面对复杂的国内外经济形势，以及更趋活跃的金融创新和主体更加多元的市场竞争格局，工行加快经营转型和业务创新，强化内部管理，提升服务竞争能力，既实现了当期业绩的稳定增长，也为未来可持续发展创造了新的优势。

Adding To The Economic Vitality Of Beijing-Tianjin-Hebei

京津冀一体化，刺激经济活力

文 / 赵瑞印

习近平与李克强对京津冀协同发展问题的重视，迅即引爆了京津冀一体化话题，使其成为最为热门的经济话题，也让人们开始对京津冀一体化充满了憧憬。



京津冀一体化的曲折历程

2014年2月26日，习近平总书记在北京召开座谈会，专题听取了京津冀协同发展工作汇报，在会上就推进京津冀协同发展提出7点要求并着重强调：京津冀协同发展意义重大，是一个重大的国家战略。

一周后的3月5日，李克强总理在作政府工作报告时也提出，加强环渤海及京津冀地区经济协作。而在当月25日，首都经济贸易大学及社会科学文献出版社共同举办的2014年《京津冀蓝皮书》发布会也在北京举行。

事实上，京津冀一体化并非一个新的概

念和话题，而是一个反复被提及却从未被落实的老话题。最早在1986年，国家领导人就已经提出过环渤海区域合作问题，京津冀区域经济概念也随后提出并在理论界被广泛讨论。京津冀一体化在近年被提出，首先是在2001年，两院院士、清华大学教授吴良镛提出了大北京规划。而在2004年，国家发改委组织京津冀有关城市负责人，就京津冀经济一体化的一些原则问题达成“廊坊共识”。

次年，在《北京城市总体规划》中也指出京津冀应该在多方面展开协作。2006年，国家“十一五”规划中也收入了京津冀区域发展问题，国家发改委正式启动《京津冀都

市圈区域规划》，将其作为国家“十一五”规划中的一个重要的区域规划，但遗憾的是这项规划迟迟未能推出。直到2011年3月，国家“十二五”规划纲要发布时，京津冀一体化仍然是一个空有的概念，并被替换为“打造首都经济圈”。

从京津冀一体化历史的梳理中不难发现，三地融合的号角早已吹响，却始终难以推动。而今年国家领导人纷纷表态，并将其上升为国家战略高度，可见京津冀一体化真的要开始了。也将引发“蝴蝶效应”，在这片总面积达21.6万平方公里的土地上，酝酿着变化的风暴。

“

京津冀一体化上升到国家战略层面，势必将为区域经济乃至全国经济带来积极影响，而国家随后可能推出的实质性措施更是将带来涟漪般的影响，在这片总面积达21.6万平方公里的土地上，引发令人期待的蝴蝶效应。

”



推动城镇化进程，拓展内需空间

当下国内经济增长以及就业形势都十分严峻，政府也将稳增长作为经济基调。但因为高债务高杠杆的制约，政府再次推出大规模投资刺激政策的可能性并不大。而在外需与出口贸易的形势也并不明朗的前提下，如何扩大内需也便成为经济稳增长的重要方面了。

京津冀一体化的实施恰恰可以起到扩大内需和保障未来经济高速增长的作用。这也得益于《国家新型城镇化规划》(2014~2020年)的推出，京津冀将是新型城镇化中东部重要的城市载体。而在这三地当中城镇化差异非常巨大，北京的城镇化率为86.2%，天津为81.55%，而河北则只有48.1%。京津冀协同发展无疑将为河北城镇化开辟广阔空间，加速推进城镇化进程。而在不久前，河北也推出了《中共河北省委、河北省人民政府关于推进新型城镇化的意见》，并在其中设定了常住人口城镇化率和户籍人口城镇化率两个指标：到2017年，全省常住人口城镇化率达到53%左右；到2020年，全省常住人口城镇化率达到56%左右，新增城镇人口800万左右，户籍人口城镇化率达到45%左右，努力实现1000万左右农业转移人口和其他常住人口的城镇落户。

800万新增城镇人口，意味着河北将在未来数年保持相当规模的基础设施投资，来匹配城镇化和产业转型的需求。这将为轨道交通、高速公路、港口等交运工程，改善居住和新兴产业发展条件的管网设施、环保、工业基建等领域带来巨大的发展机遇。





优化资源配置，实现产业转型

倘若京津冀一体化有了实质性推进，三地之间不同的地理和经济位置，以及发展不均衡的问题，都将引发资源的重新流动与配置。

北京作为首都面临水土资源和生态环境压力，也受到成本快速上升的制约，到了必须加快经济转型升级和环境质量提升的阶段。天津作为工业化后期城市，也面临着北京所面对的问题。而河北作为工业化中期省份，对经济发展与产业集聚有着迫切需求，且具备相应的土地资源与成本优势。

就如同习近平总书记在这次座谈会中所说：北京、天津两个城市太胖，周边的其他城市太瘦。以土地资源为例，截止到2012年，每平方公里上需要养活的人数，京津冀分别是1261人、1183人、386人。令京津冀羡慕的土地空间以及对产业集聚的需求，也就决定了京津冀在市场层面存在着产业流动的巨大动力。而一旦区域融合，资源合理配置与利用，在产业空间布局和产业链衔接方面加强协作，将会逐步打造产业合作紧密、分工明确、跨区域的产业集群。这样产业布局合理了，产业分工也明确了，产业发展也有了空间，势必将成为京津冀三地区域经济优化发展的新引擎。



空间巨大，蓄势待发

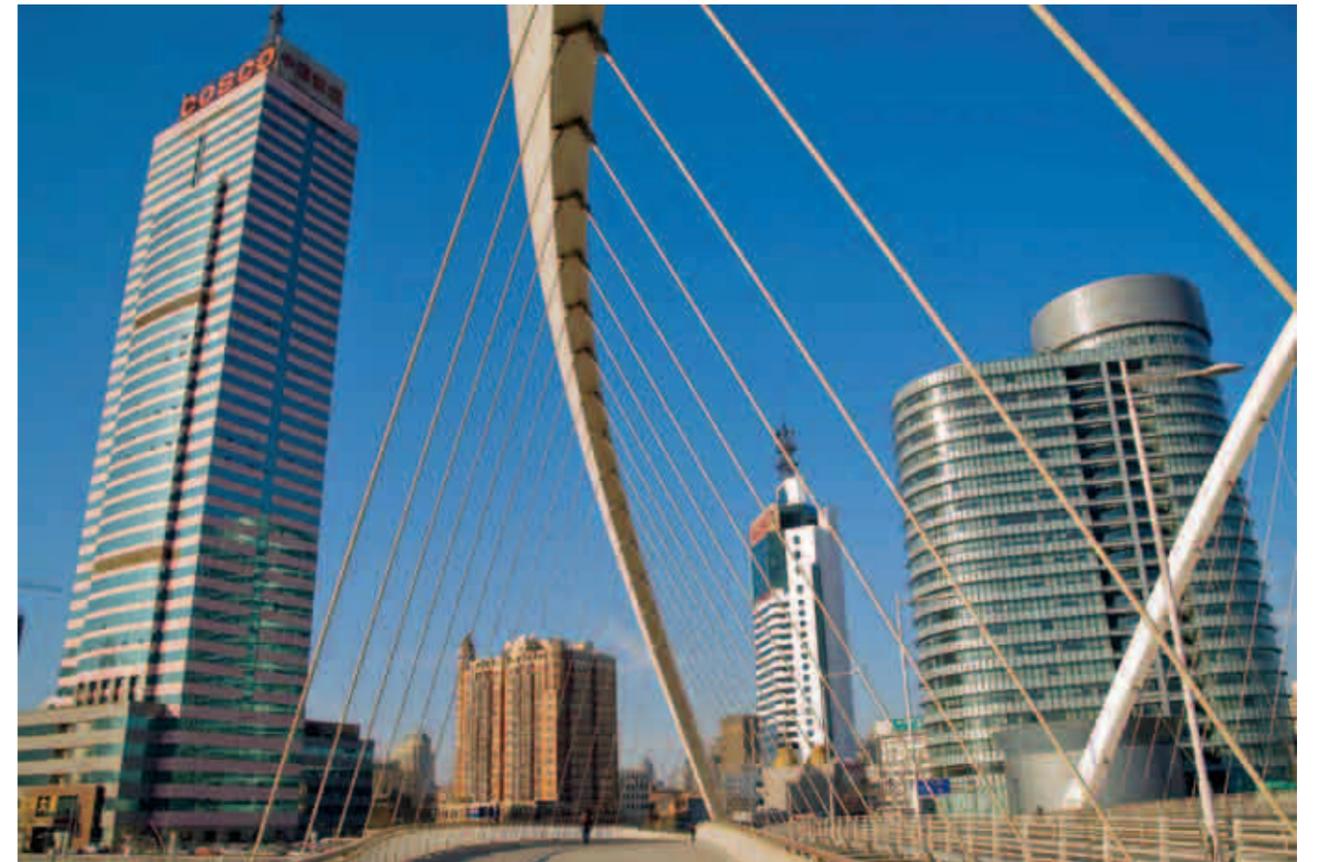
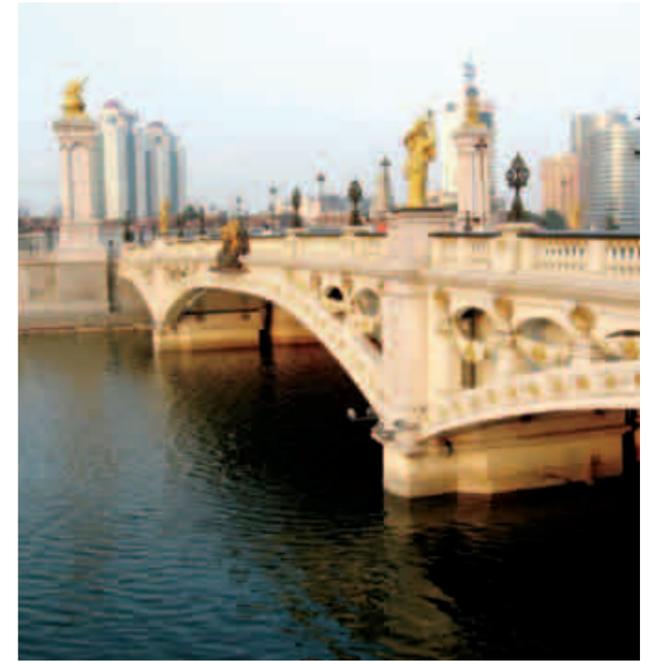
20世纪70年代，美国洛杉矶周边的15个县渐成一体，造成了洛杉矶崛起。虽然洛杉矶经验并不适合京津冀一体化，但京津冀区域的协作也有可能创造出比洛杉矶更为巨大的经济与城市成功。

北京、天津与河北三地总人口数超过1亿人，即便以国家计算，这也是一个人口大国的级别。在土地上，三地总面积也达到了21.6万平方公里，只比整个朝鲜半岛略小。在京津冀一体化的过程中，将涉及50余个县，带来巨大的规模效应。

当然只从规模上比较，也很容易陷入“摊大饼”的旧有

模式。但只要能够调动各种资源、摆脱行政与利益限制，京津冀一体化的规模效应就能够最大化，也将带动毗邻的山西、山东、安徽、内蒙古以及东三省，使泛华北地带的整体经济竞争力得到大幅度提升。

事实上，过去十年京津冀一体化进展极为缓慢。京津冀一体化协同发展无疑任重道远，不可能一蹴而就，却势在必行。以交通为例，到2015年京津城际铁路通车后，北京、天津与保定三地间高铁所需要的时间仅为40分钟。综合交通运输网络的贯通以及已经开始的大气污染治理合作，将成为京津冀一体化的先头兵，京津冀也一定会进入结构合理、定位明确、产业集聚的时代。



The Rising Of Circular Economy

循环经济的兴起与未来

文 / 耿艳

中国经济发展模式的转型，是未来相当长时期宏观经济的主旋律之一，循环经济则是其中一个主要的热点。循环经济从内容和思想来说，既是新兴的又是古老的。用很直白的说法来解释，循环经济的追求目标就是不给环境添任何麻烦，不需要环境为人类的经济发展做任何善后工作。



假如把一个完整的生态系统看成一个经济体的话，那就是循环经济的典范。各种植物动物微生物联合发挥作用的结果，就是一切资源都在不断地循环利用。只要有太阳照射，各种生物就会按部就班各司其职，万物生生不息而不给地球增加任何废弃物，一切由生物自己造成的问题全部由生物自己解决掉。老子说“人法地，地法天，天法道，道法自然”，循环经济本质上也是按照道法自然的基本理念在设计人类的经济活动，尽量去模拟自然界的循环过程。

说它古老，因为工业出现以前，人类社会的经济基本就是完全的循环经济。从上古直到近古，整个社会的生产部门只有农业和手工业，采矿业虽然存在但比例基本可以忽略不计。农业和手工业产生的废弃物，绝大部分都可以循环利用；比如秸秆可以做燃料或者编制日用品，

烧完的草木灰可以洗衣服，很多废物可以堆肥等等。

现在所说的循环经济（Circular Economy）一词，是20世纪60年代由美国经济学家K·波尔丁在研究生态经济时谈到的。波尔丁受当时发射的宇宙飞船的启发来分析地球经济的发展，他认为飞船是一个孤立无援与世隔绝的独立系统，靠不断消耗自身资源存在，最终它将因资源耗尽而毁灭。唯一使之延长寿命的方法就是实现飞船内的资源循环，尽可能少地排出废物。同理，地球经济系统如同一艘宇宙飞船。尽管地球资源系统大得多，地球寿命也长得多，但是也只有实现对资源循环利用的循环经济，地球才能得以长存。

工业革命之后，典型的经济模式是“资源—产品—废弃物”的单向直线过程，创造越多财富的同时，消耗的资源 and 产生的废弃物也越

“ 循环经济以资源的‘减量化（Reduction）、再利用（Reuse）、再循环（Recycle）’为原则（3R原则），采用‘资源消费—产品—再生资源’物质闭环型流动模式，以尽可能小的资源消耗和环境成本，获得尽可能大的经济和社会效益。 ”

多，对环境资源的负面压力也越大，并且很容易滋生铺张浪费的习惯，不利于人类的可持续发展。当经济体的规模膨胀到一定程度，就会超过环境的容忍极限，结果是频繁发生环境灾难，社会因环境污染导致某些疾病发病率上升。社会不得不从GDP中拿出一部分来医治环境和自己。简单地说，这个过程相当于是环境不堪重负而一定程度罢工或者病休，人类不得不自己给自己善后。这就是先污染后治理的老套路。

与其如此，不如从源头上不要加重环境的压力，社会也不需要来承担污染治理的成本。针对环境问题的指导思想也是走过了污染治理、清洁生产再到循环经济这几个阶段。循环经济以资源的“减量化（Reduction）、再利用（Reuse）、再循环（Recycle）”为原则（3R原则），采用“资源消费—产品—再生资源”物质闭环型流动模式，以尽可能小的资源消耗和环境成本，获得尽可能大的经济和社会效益，从而使经济发展与生态系统的物质循环过程相互和谐，达到社会的平稳可持续进步。

循环经济是未来中国发展的必由之路

中国的经济发展，起初试图避免走发达国家先污染后治理的老路，比较遗憾的是因为很多原因没有实现。三十多年的经济发展，也积累了很多环境负债。现在的环境问题，已经严重到了雾霾之后网上争相晒蓝天的程度。基于上述问题，发展循环经济已经成为中国未来的必由之路。2003年的十六届三中全会提出了“以人为本，全面、协调、

可持续发展”的科学发展观，指出“要加快转变经济增长方式，将循环经济的发展理念贯穿到区域经济发展、城乡建设和产品生产中，使资源得到最有效的利用”。循环经济已经开始融入社会主流经济概念当中。十六届四中、五中全会决议中再次强调了循环经济的重要性。“十一五”规划也把大力发展循环经济、建设资源节约型和环境友好型社会列为基本方略。为了加大推动循环经济的力度，2008年8月《循环经济促进法》由全国人大常委会通过，并于2009年1月1日起开始实施。

发达国家的循环经济一般首先是从解决消费领域的废弃物问题入手，然后向生产领域延伸，最终实现社会经济发展模式的改变。如德国的循环经济起源于“垃圾经济”，日本的“循环型社会”也起源于废弃物问题。我们国家目前还处在较低发展阶段，重点是产业生态化与污染治理产业化、动脉产业与静脉产业协调发展的有机统一，从工业领域开始，逐渐拓展到包括企业层面实施清洁生产（小循环）、区域层面建立生态工业园区（中循环）和省市层面建立循环型社会（大循环）三个层面，并且建立废物和废旧资源的处理、处置和再生产业，从根本上解决废物和废旧资源在全社会的循环利用问题（资源再生产业也叫第四产业或静脉产业）。

2012年国务院常务会议讨论通过的《“十二五”循环经济发展规划》，再次明确了发展循环经济的主要目标、重点任务和保障措施，包括构建循环型的工业、农业和服务业体系，开展循环经济示范行动等。

与民生息息相关

循环经济的发展，会为很多领域带来新的商机，同时也会逐渐深入影响我们日常生活的各个角落。循环经济不仅会改变我们日常使用的很多商品的材料和生产方式，也会在一定程度上改变我们的生活方式。最为常见的例子，超市不再免费提供塑料购物袋，而是提倡大家使用环保的纸袋或者布袋，就是循环经济的实例。未来还需要大力强化居民的垃圾分类意识，以便于垃圾收集之后的分类处理，提高废物的循环利用率。大量的日用品也将逐渐使用更易于回收使用的材料来制造，小区的中水绿化或者洗车、新能源汽车等都渗透着循环经济的思想。在中国经济转型升级的大潮中，循环经济将在“政府主导、企业主体、公众参与、法律规范、政策引导、市场运作、科技支撑”这个方针的统筹下获得长久持续的发展，推动社会生活和环境的持续改善。



Private Butler Service Of The ICBC

工银白金卡，您的私人贴身管家

对于精英商务人士而言，有条不紊地按照预定计划行事能够更大地实现效率，因此，专业专属的服务能够为他们节约更多时间。

工银白金卡推出的 9 大优势服务，全方位、多角度地渗入生活，随时随地、贴心到位的主动式服务，能够让他们的生活化去繁复，回归自由。

灵活的信用额度

我们会为您提供及时生效的临时信用额度调整服务。

委托代办服务

您可在一定业务范围内，通过事先指定一个秘书或亲属，由其在未来的用卡过程中为您代办相关业务，使您尽享舒适生活。

网上银行贵宾版“五专服务”

您持牡丹白金卡，开卡后即可直接升级为我行网银的银牌贵宾客户，享受我们贵宾版网上银行为您提供的“专属界面”、“专属通道”、“专享优惠”、“专属产品”、“专属服务”五专服务。其中，“专属产品”是针对贵宾客户单独发行的理财产品，“专属服务”由我们特为您组织的专业团队向您提供专属在线服务。

任意网点理财金账户贵宾通道服务

您持牡丹白金卡到我行任意网点办理业务时，可享受等同于我行理财金账户的优质服务或理财金贵宾室服务。

白金卡贵宾专线

2011 年 7 月 16 日，中国工商银行正式开通了 400-009-5588 白金卡贵宾专线，该专线是特为我行白金卡客户精心打造的白金级专属服务热线。

年终财务报表

每年年初我们会提供年度用卡情况汇总报表，对您上一年度的白金卡使用情况进行综合分析，帮助您轻松理财。

VIP 遍及海内外的 VIP 客户服务中心

我们已陆续在北京、上海、广州、深圳等 94 个境内城市设立了 150 家 VIP 客服中心，此外又先后在中国香港、中国澳门、印尼雅加达及德国法兰克福设立了 4 家 VIP 客服中心，为您提供更优质更专业的服务。更多 VIP 客服中心正在拓展中，请密切关注我行网站。VIP 客服中心名单请参见牡丹白金卡使用指南。

名称	网点地址	邮编	营业时间
长安支行复外网点支行	北京市西城区复兴门外大街 A2 号	100045	周一至周日 9:00 ~ 17:00
北京分行营业部	北京市西城区复兴门南大街 2 号 天银大厦 B 座二层	100031	周一至周五 9:00 ~ 17:00 周六、周日休息
新街口支行营业室	北京市西城区西直门内大街 143 号	100035	周一至周日 9:00 ~ 17:00
东城支行营业室	北京市东城区东四十条 24 号	100007	周一至周日 9:00 ~ 17:00
王府井新东南网点支行	北京市东城区王府井大街 138 号	100006	周一至周日 9:00 ~ 17:00
华茂中心支行	北京市朝阳区建国路 77 号 华茂中心 3 座一层	100025	周一至周日 9:00 ~ 17:00
中关村支行东升路 网点支行	北京市海淀区学院路 30 号	100083	周一至周日 9:00 ~ 17:00
北部 8n 财富中心	北京市海淀区北四环西路 65 号	100080	周一至周日 9:00 ~ 17:00
南部 8n 财富中心	北京市丰台区蒲芳路 32 号	100078	周一至周日 9:00 ~ 17:00



年费优惠服务

若您在用卡年度内，本外币账户当年累计刷卡消费额达到 20 万元人民币或等值外币（剔除网上消费、购房、购车、批发、公益及其他工商银行认定不可累计积分商户的消费），我行将主动为您减免主副卡本年度年费。

若您在用卡年度内，本外币账户当年累计刷卡消费额未达到 20 万元人民币或等值外币（剔除网上消费、购房、购车、批发、公益及其他工商银行认定不可累计积分商户的消费），您可通过信用卡积分进行年费兑换。

信用卡积分累计达到 16 万分（银联标准白金卡需 14 万分）的可兑换白金卡主卡一年年费；信用卡积分累计达到 8 万分（银联标准白金卡需 7 万分）的可兑换白金卡副卡一年年费，积分一次可兑换多年年费。

对于白金卡客户，累计消费 400 万元人民币或等值外币（剔除网上消费、购房、购车、批发、公益及其他工商银行认定不可累计积分商户的消费）且累计信用卡积分达到 400 万分，可给予其主副卡永久免年费的优惠。

*温馨提示：网上消费、购房、购车、批发、公益及其他我行认定不可累计积分商户的消费不予积分。

免收 6 大类服务费用

作为白金卡客户将享有 6 大类服务费用减免特权：境内异地取款及转账付出手续费、境内持卡向本人信用卡异地存款及转账存入手续费、调单手续费、补制账单费、信函快递手续费、挂失手续费。

*温馨提示：万事达品牌白金卡除享受以上费用减免外，还享受 PP 卡挂失手续费及 PP 卡补发新卡手续费减免。



分期特惠

SALE
信用卡特惠

“幸福分分来，工行分期优惠季”
消费转分期促销活动

活动时间：2014年2月28日至2014年6月30日
活动卡种：北京地区发行的工银信用卡（准贷记卡、商务卡、逸贷卡除外）
活动内容：活动期间，工银信用卡持卡人拨打工行客户服务热线95588、登录个人网上银行或回复短信申请分期付款业务可享受手续费优惠，12期分期付款手续费由原费率7.2%降至4%；24期分期付款手续费由原费率15.6%降至8%。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588

“幸福分分来，工行家电购物节”
苏宁、大中、乐购仕分期促销活动

活动时间：2014年3月1日至2014年6月30日
活动卡种：北京地区发行的工银信用卡（准贷记卡、商务卡、逸贷卡除外）
活动内容：活动期间，工银信用卡持卡人在苏宁、大中、乐购仕全部门店通过工行POS刷卡分期购物享受12期分期付款零手续费优惠。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588或拨打苏宁客服热线：4008365365/大中客服热线：4008113339咨询

“幸福分分来，新车新旅程”
工银信用卡购车分期促销活动

活动时间：2014年4月7日至12月31日
活动卡种：工商银行在北京地区发行的工银信用卡（准贷记卡、逸贷卡、商务卡除外）
活动内容：活动期间，工银信用卡持卡人在奥迪、奔驰、宝马、凯迪拉克、克莱斯勒、一汽大众、上海大众、斯柯达、沃尔沃、福特、别克、雪佛兰、雷诺、标致、荣威、进口现代、现代、起亚等品牌64家经销商通过工行POS办理12期及以上分期购车，尊享分期满额赠礼优惠。

分期金额10万元（含）至20万元（不含）可获赠1000元油卡，20万元（含）至40万元（不含）可获赠2000元油卡，40万元（含）以上可获赠4000元油卡。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588

苹果全线产品分期付款零手续费

活动时间：2014年12月31日前
活动卡种：北京地区发行的工银信用卡
活动内容：持工银信用卡，通过指定路径（store.apple.com/cn-icbc）或登录www.icbc.com.cn信用卡首页进入苹果专区，在线购买苹果官方全线产品，可享受最高24期分期付款零利息、零手续费、零运费优惠。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588或拨打苹果官方热线400-666-8800咨询



积分兑换

SALE
信用卡特惠

“工行回馈礼，积分当钱花”
个人综合积分消费活动

活动时间：2014年4月1日至2015年2月28日
活动卡种：工商银行北京市分行面向个人客户发行的信用卡（商务卡、逸贷卡除外）、借记卡
活动内容：
活动一：为真情回报持卡人，工行北京分行精选百货、家电、加油站、超市、影院、餐饮等各类优质商户，开展工银银行卡POS积分消费活动。持卡人可在参与活动的商户，通过工行POS机消费积分，兑换商户消费券或抵用现金。（可通过工行网站查询参与活动的商户）。
活动二：持卡人还可通过工行电子商务平台（融e购）选购各类名优商品，持卡人可以在网上购物结账时，按照规则使用积分进行现金抵扣，每500积分可以在融易购商城购物消费时抵扣1元人民币。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588

信用卡特惠

SALE
信用卡特惠

“全单6折——悦享生活好滋味”
工银信用卡第二季度餐饮促销活动

活动时间：2014年4月1日（周二）至6月30日（周一）
活动卡种：工商银行在北京地区发行的工银信用卡
活动内容：活动期间，刷指定卡片逢优惠日在指定餐厅通过工行POS消费，单笔消费金额不超过1000元，惠享全单6折礼遇；消费金额超过1000元，立减400元，超过1000元部分不再享受6折优惠。

※更多详情请登录www.icbc.com.cn或致电95588或拨打商户订餐电话咨询

优惠日	优惠餐厅名称	菜品特色
周一	星期五餐厅	西餐
周二	金钱豹	精品自助
	筵色	川菜
周三	捞济码头	蘑菇宴
周四	和风细雨	日式料理
周五	邓丽君主题餐厅	台湾菜
周六	双来饭庄	晋阳风味
周日	锅色天香（西直门店）	火锅
	参吉韩食	韩国料理



PARKSON百盛



百盛概况

百盛于1994年进驻中国零售业市场，并在北京复兴门内大街开设首家百货店，定位于中高端消费群体。百盛是最早在中国经营时尚百货的外资连锁企业之一，并且目前已经发展成为中国最大的时尚百货集团之一，拥有覆盖中国37个主要城市的最广泛的营销网络。复兴门百盛汇聚了众多国内外知名品牌，琳琅满目的商品，优雅的购物环境，从奢华到亲民的价格，可以满足您不同的消费需求。百盛将带给您不一样的时尚生活体验。

专享优惠一

百盛购物中心（复兴门店）
活动时间：即日起~6月2日
活动卡种：工银白金卡
活动内容：工银白金信用卡持卡人凭本人信用卡及有效身份证，可至百盛购物中心复兴门店VVIP服务中心直接注册并升级为白金卡会员。白金卡顾客可享受专属客服顾问电话咨询及购物陪同服务、贵宾休息室及精美饮料餐点、按摩美容服务及独立盥洗室；应急衣物清洁熨烫设备等贵宾专属服务。
WIP客户服务热线：（010）6653 6885/6653 6886

专享优惠二

扫二维码赢好礼
活动时间：即日起~6月2日
活动卡种：工银白金卡
活动内容：扫百盛二维码即可赢得众多知名品牌现金礼券等，100%有奖。

百盛信息介绍

百盛购物中心（复兴门店）
营业时间：10:00~22:00 超市8:30~22:00
地址：北京市西城区复兴门内大街101号
电话：（010）6653 6688
网址：www.parksongroup.com.cn
电子商务：www.parkson.com.cn



A Happy "Ice-Breaking" Visit

王淑琪和动动鞋子儿童剧团 欢乐的破冰之旅

文 / 肖里 图 / 王淑琪提供

在种种现实压力的摧毁下，欢乐似乎已经成了童年的专属性词语，遥远而奢侈。更多的人，把对丢失的童年欢乐的缅怀当成了一种对过去的回忆和自我告慰：看，我的童年也很快乐！而王淑琪则是把找寻童年的欢乐做成了事业。她不仅要把这个礼物送给舞台下的小朋友，更要送给参与他们成长的家长。



“孩子若为你鼓掌，一定是发自内心的！”

在大幕即将开启的那一刻，听着预备的铃声在剧场里回响，小朋友说笑的声音渐渐安静下去，大幕上那束点到为止的灯光肯定而正式地告诉剧场里的每一个人：你即将看到的演出，将参与到你的生命里，准备好了吗？这一刻总是带给王淑琪难以名状的隆重感。

王淑琪十分享受这种感觉。对于儿童的关怀和参与成长的事业，她做了十几年，从《动画世界》杂志社执行主编到北京动动鞋子儿童剧团的剧团理事长，这一路外人看来欢乐、自己饱尝繁重和压力的工作，哪一个不是儿童文化行业的破冰之旅？可是，王淑琪更喜欢自己敢于填空的闯劲儿和韧性：“2006年，我决定做中国的民营儿童剧团的想法，对身边的朋友们来说真的有点异想天开。虽然家长最舍得在孩子身上花钱，但对于整个儿社会，儿童戏剧却是最被边缘化的一个领域”。一部戏动辄投入几十上百万元，演员、演出场地哪儿哪儿都是问题，政策上没有任何支持……王淑琪的台湾合作伙伴说：“做儿童剧会赔钱的哦！你真的要做吗？一定要做吗？”

投身空白领域，对于王淑琪来说，不是第一次了。当时做儿童杂志也是填补空白，

把一群小孩子培养成能采访的小记者、能做选题的小编，她面对的质疑目光还少吗？民营儿童剧团为什么不能做？！

对于创办剧团，王淑琪充满了自信，她从大市场的角度看到了民营儿童剧团的空缺，但是真正实践起来也是困难重重。“当时老一代的儿童剧创作者年纪大了做不了；新一代的儿童剧创作者基本都转行了。中国的儿童剧和海外相比有至少20年的断层，除了几个大型的公办儿童剧院，中国没有民营的儿童剧团。”北京动动鞋子儿童剧团创办之初，为了保证剧本质量和演出效果，王淑琪同台湾最优秀的“小鞋子儿童实验剧团”合作。“我们不是没有剧本、没有导演、没有很好的舞美吗？去请来。”王淑琪几乎把整个主创办公室从台北搬到了北京。

如今，北京动动鞋子儿童剧团不仅演出引进版权的作品，同时着手推出原创剧目。将近8年的时间里，先后制作并演出了《弹珠巫婆魔法国》、《老鼠招亲记》、《泡泡口香糖》、《蛀牙虫流浪记》、《王后的新衣》、《鸡婆花》、《国王的礼物》、《小木偶的三滴泪》、《心花怒放》、《小绿和小红》、《嘟嘟与达达》等优秀的儿童剧，让普通的中国孩子和他们的父母有机会走进剧场，看

一次属于自己的童年大戏。

王淑琪每次跟人家谈儿童剧、儿童剧团和演出的时候，眼睛里总是充满了孩子般的神采，妙语连珠，故事不断，好像她的儿童剧事业就该舞台上的任何一部剧目一样充满了欢乐和美好。“其实，我最闹心的事儿就是剧场！”王淑琪终于深深地叹了一口气。



FIGURE
白金人生



剧团创办那年，在北京一个比较好的剧场，每场的租金是1.8万元。现在，每场3.5万元都租不到，还得托人拉关系。在外人看来生龙活虎充满了欢乐的动动鞋子剧团，多年来一直为剧场和租金这两个老大难问题所困扰。“市场上能够租到的剧场通常都是为大人设计的，小小的身子深陷在为成年人设计的大大的座椅里，看着看着就坐不住了，孩子们索性站起来，或者半跪在座椅上看戏。”在中国，基本上所有剧场都是给成年人设计的，不仅座椅不适合小孩子，就连卫生间也不适合孩子们用。“遇上幼儿园入场时，我们不得不在男生的小便池前加上小板凳，在所有的洗手盆边上也要加，否则娃娃们够不着！”

王淑琪最大的梦想就是有一个专属的儿童剧场。“一场戏，一个孩子至少得有一个大人陪着看，很多时候是一家三口或四口。如果票价太贵，那不就跟打劫家长一样吗？所以，尽管剧场租金

涨了超过一倍，多年来我们一直咬牙坚持不涨价。在台湾，政府对儿童剧团会有特别的照顾，比如为面向社会甄选出来的优秀剧目提供若干次免费使用的剧场（租金由政府承担）。大陆暂时还没有这个政策……”一句未说完的话，被自己的叹气声打断：“剧场确实是个大难题！”

别人给王淑琪事业的定义是“破冰之旅”，她听着一笑而过。这件事的快乐，是她跟孩子们一起看戏时，她也能够被舞台上的故事吸引，跟着身边的孩子一起欢乐。“你知道吗？孩子若是不喜欢你的戏，就一定会走神儿、坐不住，一会儿要吃的、一会儿要喝的、一会儿要上厕所。他要是喜欢了，真的会很专注很投入，他们肯定你的方式通常不是像大人那样热烈鼓掌，而是不断地大声接话茬儿、帮舞台上的角色支招儿。这种专注和互动完全是发自内心的，半点虚假都没有。”



FIGURE
白金人生

“孩子需要在不断的学习中茁壮成长。我们大人难道就不再需要学习了吗？错！如何拥有精彩纷呈的中年和老年生活，对我们也是全新的课题，也需要不断学习！”

理顺一下自己的人生，王淑琪觉得自己跟女儿是共同成长的。甚至自己做的这份儿童文化事业，也跟女儿有很大的关系。

20世纪90年代末，王淑琪在美国印第安纳大学新闻学院深造时，女儿还在幼儿园，很快就要念小学了。跟所有的妈妈一样，她会刻意地留心国外的教育、儿童心理研究、儿童文化事业，她希望自己的所学所用，能够对女儿的成长有些帮助。也是在这段时期，王淑琪切身地感受到国内儿童文化事业的落后。

一转眼，可爱、懂事的女儿念了小学，王淑琪也学业有成。回国后，她将对女儿的小爱发展为对所有孩子的大爱，开创了自己的第一个儿童文化事业——创办了《动动画世界》杂志，这本杂志开启了一种全新的运作模式，记者团队都是由孩子组成，使得孩子们可以真正地参与到杂志制作的各个环节中。

王淑琪欣赏并呵护着孩子们的童真，她认为孩子的本性是勇敢和真诚的，当她带着自己培养的小记者去采访柳传志的时候，一个小男孩儿对着这位著名大企业家“肆无忌惮”地问：“您初恋是多大年龄啊？”一时把柳传志和王淑琪都问得笑了起来。



创办儿童剧团，相当于是从平面舞台到立体舞台的蜕变，然而对于王淑琪来说，初衷毫无变化，依然是关注孩子的身心成长。除了大胆引进各种不同艺术风格的台湾儿童剧作品，组建两岸最强制作班底，不断推出各种风格迥异的精彩剧目给孩子们看，她还独辟蹊径，在每年夏天举办小规模精品夏令营，带着孩子们透过戏剧的方式玩魔术、学国学。“我们小时候是不是特别喜欢跟同龄的小朋友玩藏猫猫、老鹰抓小鸡、木头人？这些都属于戏剧游戏的范畴。善于利用这些游戏，能够大大激发孩子们的兴趣和热情，达到寓教于乐的目的，让孩子学会独立生活、独立思考、相亲相爱、团队合作。”

随着岁月的沉淀，王淑琪的兴趣也在不断发生着变化。“现在，工作理顺过来了，孩子也长大成人了，我该去做自己喜欢的事儿啦。”

自从2010年她跟中欧EMBA的同学一起参加北大乾元国学班起，她开始学品茶、习古琴、练瑜伽；除了常态的旅行，她每年还会抽出时间参加带点“自虐”色彩的徒步活动。新晋爱好让王淑琪多了很多新谈资和学会了更多新知识。更主要的是，她需要让自己的每一段人生都烙上成长的印记：“当我们是孩子的时候，面对全然陌生的世界，我们需要通过努力学习飞速成长。而当我们步入中年或者老年，面对的同样还是全然陌生的世界，我们仍然需要在学习中不断进步和成长！”

王淑琪
美国印第安纳大学新闻学硕士；中欧国际工商管理学院硕士；2005年携手台湾鞋子儿童实验剧团，创办北京市第一家民办非营利性儿童剧团——北京动动鞋子儿童剧团，并担任剧团理事长至今。

Inn Cence In The World Everywhere Flower

童心深处，妙境生花

文 / 文文、云裳

我们都曾经历过童年，对于童年的记忆大多是美好而快乐的。那时候，我们用一颗童心去拥抱成人的世界，一颗糖果、一个玩具甚至鸟语虫鸣、花开花落，都会令小小的我们绽放笑颜。然而随着年龄的增长，当我们的物质生活更加丰富，各项能力不断增强之后，心却变得疲累不堪、麻木世故，慢慢遗忘了童年时那份单纯真实的快乐，甚至提及快乐，都成为一件非常奢侈的事情。

是时候了，请试着停下脚步，重新走进童心的世界，用纯真去改变规则，用可爱去缓解严肃，用乐趣去冲破程式化，唤醒蒙尘已久的童心。只要我们拥有一颗童心，也就拥有了一双重新审视生活的眼睛，从而收获简单、单纯的快乐。



童趣剧目

儿童剧并不只属于小孩子，因为童心和成熟两者并不相互排斥。一个童心未泯的成年人，才是能感悟生活真谛的人。这样的人能够感知到生命的美好，感知到与人为善、快乐舒展的人生之美。

作为国内首家民营儿童剧团——动动鞋子剧团，在他们的演出中一遍又一遍地为我们讲述关于幸福和美好的故事。例如《老鼠招亲记》，整部剧充满了丰富的京剧元素，生旦净末丑化身太阳、风、猫仔王，踩着锣鼓点悉数登场，以极为幽默诙谐的表达方式，向观者传达了自信和勇敢的理念。同样以中国传统文化为表达方式的《鸡婆花》，则营造了一个相亲相爱、友爱互助的“快乐村”。在社会信任匮乏、道德危机重重的背景下，这样满溢着善意与温情的故事，用返璞归真的思维消除复杂环境对人类原始纯真与善良的压制和抹杀，体会简单、温暖的心境。

儿童剧中简单的善恶美丑，都曾在我们心中树立最初对于外在世界的幻想、审美及道德认知。如今，已经堪为成年人的你，重新进入儿童剧的世界，同孩子一起或是像个孩子一样，暂时摆脱成人世界条条框框的束缚，回到儿童无规则的纯真世界，定会有不同的体会。

《老鼠招亲记》

首演时间：2007年5月

演出场次：185场

剧目类型：新派儿童剧

剧目主题：自信与勇敢

适合年龄：3~12岁

剧情简介

老鼠村的美女小雪长大了，鼠爹要为她找个好女婿，于是请来村里的王媒婆，媒婆越帮越忙，最后只好选择抛绣球招亲。招亲现场来了很多竞争者，聪明英俊的老鼠阿龙幸运地接到了绣球，却被猫仔王抢走。

鼠爹又怕又气，决定把女儿嫁给世上最强者。他找到了光芒四射的太阳，太阳高兴地答应了婚事，却被云彩遮住了光芒。风又把云吹散了，墙却挡住了风，可是墙最害怕老鼠了。这时，阿龙与朋友“大嘴”智擒猫仔王，胜利归来。鼠爹改变主意，把小雪嫁给了阿龙。他们的婚礼热热闹闹地举行了……



SPECIAL
特别策划

《弹珠·巫婆·魔法国》

首演时间：2006年5月13日
演出场次：155场
剧目类型：都市亲子童话剧
剧目主题：原谅别人也是一种爱
适合年龄：3~12岁

剧情简介

因为父母工作忙碌和疏忽，10岁的弹珠在班级同学聚会时拿不出时兴的玩具，因而被同学们取笑。弹珠因伤心而不愿回家，却在路边公园里巧遇被魔法国驱逐的巫婆。好奇的弹珠决定帮助巫婆找到回家的路，并无意中帮助巫婆认识并找到了魔法国国王勒令她找到的东西——爱心。

在魔法国国王“原谅也是一种爱”的魔咒启发下，魔法国的国民们终于决定原谅并重新接纳曾经因喜欢恶作剧而遭人痛恨的巫婆；与此同时，在巫婆的帮助下，弹珠也理解并原谅了自己的父母，并带着心爱的巫婆奶奶的化身——巫婆偶，回到了父母身边。



《王后的新衣》

首演时间：2008年6月
演出场次：97场
剧目类型：音乐童话剧
剧目主题：爱与包容
适合年龄：5~14岁

剧情简介

还记得“国王的新装”的故事吗？在被孩子揭穿真相后，尴尬的老国王下令把所有裁缝都关起来，国民们从此过起了规规矩矩的生活，穿着一成不变的衣服，吃着黑白分明的食物，直到新国王娶了王后……

生性活泼、满肚子奇思妙想的王后，对宫中无味的生活很不适应，于是她发明了拖把鞋和抹布手套，烹制美味的三明治，学做亮丽多彩的衣服……王后带来的变化引起国王及大臣的不安，大臣拼命想阻止王后带来的改变。在变与不变之间，王后会有什么方法来让他们穿上“王后的新衣”呢？

《小木偶的三滴泪》

首演时间：2009年10月
演出场次：5场
剧目类型：亲子童话剧
剧目主题：生命与友谊
适合年龄：3~12岁

剧情简介

患有心脏病的小女孩爱丽莎住在修道院里，没有朋友，只有修女姐姐在照顾她。于是，她对天神祈祷，希望能够有一个朋友，哪怕是一个玩偶，可以陪她说说话、玩游戏。但是，天神不小心打了个盹，没有听到爱丽莎的祈祷，反而是魔鬼听到了爱丽莎的祈祷，他跟爱丽莎说：“我可以给你一个玩偶，不过你要答应我的条件”，爱丽莎一直希望有一个人陪伴她，所以一口答应了“魔鬼的条件。”到底魔鬼提出了什么样的条件？而爱丽莎的命运又会如何呢？

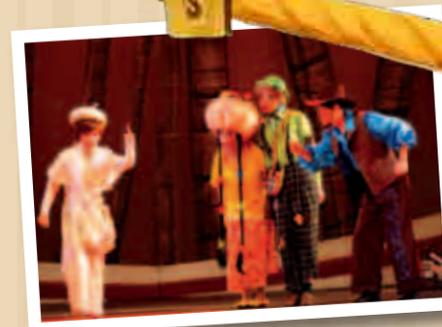


《心花怒放》

首演时间：2010年5月
演出场次：12场
剧目类型：音乐童话剧
适合年龄：4~9岁

剧情简介

空中邮差小飞，第一次降落凡间送信。信封没有地址、没有收件人、连邮票都没有的空白信封，唯一的指示：“向东走。”小飞该如何将信送到正确的人手中？一个幸福的家庭，因为母亲的去世，变成到处招摇撞骗的流浪团体。一心寻找海市蜃楼的冒险家们，因飞机故障被困在沙漠中。两个一直捧着月亮的老人，不愿让月亮回到天上去。究竟谁是小飞要送信的人？



即将上演

《从前从前天很矮》

由儿童哲学家杨茂秀教授口述改编的一个非洲民间故事，人与偶、诗歌与戏剧的完美结合，娓娓道来一段很久很久以前发生的故事。

推荐理由

☆真人与偶巧妙地结合，让舞台呈现层次更为丰富，在观赏的过程中所引发的感动，最能够延续剧目的生命力。

☆执头偶、皮影偶皆以传统结构现代造型为设计主体，把偶卡通化并运用最原始的材料来制作。

☆在舞台设计方面，整个舞台运用大地色系和米色系为主。舞台让观众有很大的想象空间，跟剧本的感觉很接近，很简单可是又可以从中发掘有趣的东西，留白的过程当中，可让观众去填补他们想象的部分——偶与人在这个舞台的状况。

演出时间：2014年5月31日 19:00

2014年6月1日 10:00、15:00、19:00

演出地点：北京解放军歌剧院

剧情简介

从前从前天很矮，天上住着一些人，地上住着一些人，中间隔着一层薄薄的云，他们就像楼上和楼下的邻居经常往来，彼此分享。地上的人手特别长，因为他们有好邻居：天上有各种食物和宝物，他们想要吃什么，就伸手到天上拿。不过这中间有个规定，只能拿自己需要的，不可以拿太多浪费掉，否则，天就会升高。

但是地上有个小孩叫做小可，聪明好奇，不喜欢遵守规定。小可和GOGO总会多拿些食物来尝试新料理，食物老是吃不完，常常要把多的食物藏起来。于是，天开始越升越高，地上的人伸手再也拿不到食物，只好自己想办法耕种，把饲养宠物变成食物，猪继续吃着人类吃剩的食物，他们边吃边提醒大家，发出“够够够够”的提醒，但是，地上的小可一族，还是改不了似的，总是剩下一堆食物……



童趣家居

童年时代，或许你玩具众多，或许你每天只是同一个玩偶形单影只地相伴。玩具总会让你从心里生出许多的亲密感。如今越来越多的成年人也喜欢沉溺在童话世界，不愿长大。他们热衷于喜羊羊、灰太狼、麦兜、机器猫、开心农场、老旧玩具等，这些看似简单的童年事物，却成了他们的最爱。工作、生活的压力，让这些成年人成了“稚成人”，怀念儿时单纯的小快乐，留存着一丝可贵的童真。

西班牙设计师米亚·海因（Jamie Hayon）便是一个童心未泯的人，甚至将玩变成了工作。这个拥有孩童般无穷妙想和探险家旺盛精力的艺术创新者，他的设计是童年的幻想、漫画与伊比利亚玩具的相遇……从涂鸦插画、公仔设计到室内设计、家具设计米亚·海因为我们营造了一个完美的童话仙境，颠覆了传统中设计的界限，也营造了米亚·海因的童话风潮。

米亚·海因以玩心驾驭一切，这点从他为每组作品拍摄的肖像照就可窥见。我们看到的是一点都不无聊的海因：有时穿上浴衣，头上还留着泡泡；有时候装扮成小丑、绵羊甚至兔子，或是性感的魔术师。这个三十几岁、玩心很重的大男孩，将孩子气和成熟完美融合，在事业与生活中快乐漫游。或许我们无法做到像米亚·海因一样玩儿出事业来，但依然可以选择充满童趣的家居设计，给自己营造一个独立的童话世界，试着迎接充满童趣的创意，令生活多点生气、多点新鲜、多点快乐。

童趣绘本

绘本是一个体会童真的简单形式，它可以搭建一个成年人通往童年的通道。绘本更适合亲子阅读，经由家长讲给孩子听，在共同阅读的过程中，你体会到的不只是童心，更多收获到的是亲情和爱。

绘本进入中国已经十多年，但对于多数中国人来说，更多了解到的是几米、朱德庸等名人的作品。2002年初台湾绘本作家几米首先在内地成人读物市场掀起一股旋风，同时也带来了“绘本”这个概念。真正的绘本，图是主要的，文字是次要的。在几米的作品里，图画完全可以构成故事的一切元素，其作品文字部分好像电影的旁白，不看文字也能感受画面本身的故事。几米让“图像”成为另一种清新简洁的文字语言，营造出一种前所未有的阅读诗意。国内像蒲蒲兰绘本馆等专一的绘本书店也开始慢慢出现，一方面满足了孩子的欲求，另一方面也为成人提供了重温童年的纯真、温暖的机会，与孩子共读会有更多乐趣。



童趣设计

近年来的时尚界，充满童趣的设计到处蔓延，大概越来越多的人对童年抱有单纯而美丽的怀念和回忆吧。

在时尚界，许多品牌在一些童趣设计上，不断传达着简单、自然、可爱的理念，像 TOUS 的淘气小熊、Marc Jacobs 为自己的品牌设计的卡通形象——Miss Marc 等。早前，巴黎春天百货还曾经专门制作了《爱丽丝梦游仙境》橱窗：用白玫瑰和书堆砌成汽车大的兔子，那些再现故事情境的连衣裙，都是由著名设计师专门制作的。作为成人，我们无力让时光倒流，却可以选择一些童趣的设计品，借此进入童趣的世界，体会儿童式的简单快乐。



童趣影像

童年时代，我们对人和事物的判断总是充满善意，不会为一些规则左右。尽管偶尔会有一点点的小邪气，却依然是善良的。我们总是对外界充满奇妙幻想，沉迷于那一个个奇幻的梦境里。

黑色童话之王的蒂姆·波顿这个鬼才式的人物，由于拥有封闭、孤独的童年生活而习惯沉浸在自己的小世界里，只用绘画表达对生活和对世界的看法。直到他在加州艺术学院学习时得到了迪士尼的奖学金，由此开始正式成为迪士尼的动画师，之后成为导演。自此，蒂姆·波顿在电影中为我们构建了一个世界，黑色、阴郁却又透着明亮、温情。

从最初的动画短片《Vincent》，电影《9》、《查理的巧克力工厂》到3D电影《爱丽丝梦游仙境》，蒂姆·波顿的电影虽然黑暗、阴郁、超现实，但结尾总是温情的。这就是蒂姆·波顿，“他用故事小小地惊吓你，但给你的是很快乐的感觉，就像万圣节戴上个鬼面具，而面具底下却是善良的脸和善良的心”。作为成年人，从蒂姆·波顿的电影中，或许可以再次体会一下儿童式的单纯、善良和一个个稀奇古怪的梦。



Multiplex Complication Multi-Surface Rio

里约众生相

策划 / 本刊编辑部 文 / 王茜、云裳

有这样一句话“上帝花了六天时间创造了世界，第七天就创造了里约热内卢”。

上帝花费了一天时间创造的城市当然不会只有一种表情。

这里，极端贫穷与过度奢华并存；兼有北半球的浪漫和南半球的热情；

这里，街头的足球赛激战正酣，性感巴西女郎的桑巴舞步从未停止过。

在 2014 年世界杯即将在里约开战之际，重新解读一下这座上帝偏爱的城市。



掌上世界杯，3款世界杯必备APP

PlayUp

第一款为体育粉丝使用的全球体育社交应用，能从社交网站邀请好友，认识在附近的体育迷，从实时比赛中找到陌生朋友，甚至可和喜欢的运动员在线聊天……体育类的APP中，它的社交功能是最强大的。

看球啦

“掌中的足球世界”，一款为球迷精心策划的软件。覆盖欧洲冠军杯、欧联杯、欧冠赛、世界杯、中超、英超、意甲、西甲、德甲、法甲等比赛，无论是联赛，还是杯赛，只要是足球比赛，这里都有尽有。欧洲顶级数据供应商提供的数据库支持，数据更新及时。快速查找不同赛事、比赛日，人性化操作，简单明了。

冠军之路——2014世界杯

2014 足球世界杯将在巴西举行，让我们大胆地预测世界杯冠军或记录比赛结果。这款APP可以保留4个记录或预测，你可以选出你心目中的冠军并同朋友们分享。如果你能到巴西去观赛，那这款APP更是必备神器，小组赛、淘汰赛赛程和场地均可以方便查到。



VERTU 手机工银信用卡 **SALE**
购物私属特权 信用卡特惠

活动时间：2014年3月4日至2014年5月31日（店铺营业时间每日10:00点至22:00点）
参加卡种：中国工商银行发行的牡丹借记卡个人客户
活动内容：工商银行牡丹借记卡持卡人于北京金宝汇一层Vertu专卖店内一次性购物满十万元，可享3期或者6期免息分期付款。

VERTU
HANDMADE IN ENGLAND

VERTU 北京金宝汇专卖店
地址：北京市东城区金宝街88号金宝汇一层103铺
电话：(010) 8522 1077



足球是这座城市的灵魂

足球是巴西的名片，即将主办2014年世界杯足球赛，让巴西这个拉丁美洲最大的国家成为全球瞩目的焦点。在巴西的众多城市中，里约热内卢无疑是最吸引球迷的城市。里约拥有4支巴西足球甲级联赛球队，包括豪门弗拉门戈和达伽马，世界上最大的马拉卡纳足球场也坐落在里约。

在里约的街头，贫民窟光秃秃的狭窄小巷内，甚至于沙滩上滋养着足球的萌芽。成千上万的人，在街头的“足球场”度过了他们的欢乐时光。没有炫目的设备，一切圆形物体，甚至水瓶盖等都成为人们的“足球”；在任何一条小马路上，两头各放一些衣服、砖头、小容器，便成为人们的“球场”。在里约，足球不分贵贱，只有在里约才能感受到足球王国最纯粹的精神所在。

足球让人们体会到了快乐，更让他们找到梦想与方向。像贝利、加林查、济科、罗纳尔多等巴西足球世界级巨星都是从社会底层、贫困的条件下开始踢球逐渐成名的。里约街头踢足球的男孩都梦想着有朝一日成为球星，来改变自己贫困的窘境，也正是这个梦想支撑起巴西的足球文化。足球是里约的梦想，更是他们忘掉生活的贫困享受快乐的源泉。



在万人球场看世界杯决赛

2014年巴西世界杯决赛球场被定在巴西最负盛名的体育场——里约热内卢马拉卡纳体育场举行。这也使得马拉卡纳大球场成为历史上第二座承办两届世界杯决赛的场地。这座球场是巴西最大的足球场，在历史上曾最多容纳20万人，是当时全球最大的运动场。当初这座球场的兴建初衷是为了举办1950年的世界杯足球赛决赛——巴西对阵乌拉圭的比赛。经过几十

年的风雨，马拉卡纳大球场也经历了数次整修。为了迎接即将到来的2014年世界杯，马拉卡纳大球场正在再度进行封闭式翻新。

将世界杯决赛放在马拉卡纳大球场进行拥有特殊的意义，毕竟这里是诞生巨星的舞台，也曾创造入场人数的纪录。在1969年11月19日，球王贝利曾在这里攻入了职业生涯的第1000粒入球，这更为马拉卡纳球场增添了神圣的色彩。

你还可以试试这个

Ernesto是当地的一家体育酒吧，经常有一些体育迷欢聚于此，喝着啤酒看着比赛，时不时地欢呼着！

电话：+55 21 2509 6455

地址：Largo da Lapa 41 Rio de Janeiro.

网址：<http://www.barernesto.com.br>



一面天堂，一面地狱

很多人说，里约是两个，一个是天堂般的里约，一个是地狱般的里约。拾级而上进入天梯教堂，玻璃窗折射出明媚而又艳丽的光，暖暖的追光透出一丝圣洁的天国的味道。站在廊柱之下，抬首望便可清晰地看到“耶稣受难”的身影，恍惚间，仿若已经身处天堂。然而这些并不是里约的全部。当你还没来得及感受这天堂的风景，便被里约酒吧传来的嘈杂声惊扰，被城市发展遗忘了的贫民窟也依然令人望而却步。

在这里感受神圣之光

巴西是一个天主教国家，90%的民众信奉天主教，博爱、友善的精神早已深入巴西人的内心。不同种族、不同肤色的人共同生活在里约，却从未因种族问题而大打出手。

漫步在里约，随处可见具有宗教色彩的建筑。其中以耶稣山上的巨型耶稣雕像和天梯教堂最为著名。

站在耶稣身旁看众生

无论你在里约热内卢的哪个角落，远远望去都能看到耶稣山上一座巨大的耶稣雕像。它落成于1931年，总高38米，有1145吨重。是为纪念巴西独立100周年而建。雕像中的耶稣身着长袍，展开双臂，仿佛是一个巨大的十字架立在山顶，预示着博爱的精神和对独立的赞许。

在教徒们看来，这座耶稣的巨型雕像，正是为普天下劳苦大众而献身的“救世主”的化身。白天，它背衬蓝天，身旁云雾升腾，更显示它的仙姿风骨；晚上，强烈的探照灯光映射着它庞大的银灰色身躯，昭示着圣像法力无边，光明永驻。



通向幸福的天梯

里约市中心有一座圆锥形的建筑，初次见到的人很难想象这是一座教堂。和欧洲古老典雅的教堂不同，这是一座钢筋水泥结构的现代化建筑。教堂呈圆锥形，高75米，底部直径106米，整个框架结构由规则的方框构成，好像天梯。

走进去，完全是另一个世界。与外表的现代化风格不同，教堂内部庄严肃穆、气势恢宏。4条百米长的彩色玻璃从教堂底部向上延伸，通向顶端的硕大十字架屋顶。在阳光的透射下，彩色玻璃散发出夺目的光芒，给整个教堂增添了神秘的色彩。

游览信息

电话：+55-21-2240-2669
地址：巴西里约热内卢（Rua Carlos Sampaio, 251—Centro, Rio de Janeiro）
开放时间：早7:00~晚7:00
到达方式：地铁：1号线、2号线，Carioca站
开放时间：7:00~18:00
门票：免费



从这里开启地狱之门

巴西的犯罪率当属南美之首。贩毒活动一直是它难以除去的伤痕，而非法持枪的人数历年有增无减，犯罪集团将眼线散向了里约的各个角落，有些便与贫民窟重叠，成为巴西治安的最大问题。而在里约的酒吧，一天要不发生一两起偷盗、抢劫、斗殴的案子，就可当稀奇的新闻来报了。虽然里约警察每天荷枪实弹地巡逻，也丝毫没有改变现状。

来场真正的“大冒险”

虽然贫民窟在拉美国家是普通现象，但里约这般规模的实属罕见。最初里约贫民窟出现于19世纪末，随着城市的繁荣，大批农民涌入里约，并在山坡空地上搭建小棚屋。如今，里约的贫民窟共有500多座。

罗西尼亚是众多贫民窟中最大的一座，这也是电影《里约大冒险》里那个贫民窟的原型。它就坐落在耶稣山的半腰间，面朝最美丽的伊帕内玛海滩，与富人区仅仅一街之隔，那边高楼林立，这边则是低矮、拥挤的砖房或是木板钉成的简易棚，毒品交易、枪支贩卖、暴力活动等轮番上演，整座贫民窟无时不笼罩在一种难以名状的气氛中。

游览信息

游览贫民窟的话还是要从可靠的旅行社预订贫民窟游，这样能减少许多风险，绝对不要独自前往贫民窟。
推荐旅行社：
Be a Local, 网址：www.bealocal.com
Favela Tour, 网址：www.favelatour.com.br



体验世界上最慵懒的慢生活

在里约大大小小的酒吧里，你既能看到稚气未脱的年轻人，也能看到年过半百的老人一边喝着巴西的国家鸡尾酒——caipirinha，一边随着音乐摇摆。对酒和音乐的钟情使得酒吧成为里约人生活中不可缺少的一部分。

酒吧遍布里约的大街小巷，既有文化氛围浓郁的古董酒吧，也有颇具市井气息的小酒馆。例如，坐落在市中心的脚本网吧，曾在2010年，英国《卫报》把它评为全球十大酒吧之一。它设在一座三层楼的百年古宅里面，店内陈列着琳琅满目的旧古董、珍奇家具；每一张桌椅也都不一样，似乎每一张桌子都有一个故事；现场乐队演奏着最纯正的巴西音乐，这里的一切似乎都在向来到这里的客人们展示着巴西的历史。

在南区的贫民窟同样有着各种各样的酒吧。那里的人们也同样享受着酒和音乐带给他们的欢愉和满足。在里约的北部贫民窟，这些酒吧店面小而简单，却总是宾客不断。



你还可以试试这个

里约人泡吧很特别，除了在酒吧里面喝酒和在Night Club跳舞的正规泡法，许多人都拿着啤酒在街上行走，边走边喝，走到哪个酒吧就站在哪个酒吧门口喝，喝完换个地方再喝。

你一定不要错过

Jobi是当地一家酒吧，是最受欢迎的酒吧之一，从1956年开业至今，一直生意火爆。
电话：+55 21 2540 499
地址：Avenida Ataulfo de Paiva 1166 Rio de Janeiro, 22440-035
网址：http://www.marinaallsuites.com.br



上帝俯瞰下的享乐之城

在里约无限旖旎的外表下，另有一种复杂在涌动。这里到处弥漫着声色放浪的空气，充满奢靡的享乐。

狂欢节，疯狂的街头派对

最早的狂欢节要追溯到1641年，当时的殖民统治者颁布了一条法令。法令鼓励民众自由地游行、跳舞及畅饮，来庆祝葡萄牙国王的寿辰。300多年后，狂欢节已成了巴西民间最重要的节日。在狂欢节期间，巴西举国上下，从蹒跚学步的幼童到白发苍苍的老人，从贫民窟的主妇到名媛淑女，都会涌上街头尽情狂欢。其中以里约的狂欢节最负盛名，里约市的桑巴大道、街头和海滩等各处都成为欢乐的海洋。

你一定不要错过

桑巴舞大赛是里约狂欢节的高潮，每所桑巴舞学校都会出动数千名舞者参赛，各校有90分钟的时间进行表演，由专家评定成绩，获胜者可以得到100万美元。通常，桑巴舞比赛的入场券会在一个月前就售光。

COVER FEATURE
专题



科帕卡巴纳海滩

在18世纪时科帕卡巴纳海滩叫作“萨科佩那巴海滩”，意为“苍鹭之路”。海滩位于里约热内卢城南部，横跨4.5公里。科帕卡巴纳海滩也是最具风情的海滩，在这里随处可以看到身材火辣的比基尼女郎，她们穿着五彩的泳衣，时不时还会带来一段热情四射的舞蹈，是沙滩上的美丽景色。

海滩休闲，在这里邂逅阳光和美女

如果喜欢沙滩，想拥抱大海，想去体验里约人的热情奔放，那么到里约的海滩去走一走吧！踏着海浪，迎着海风，同高挑性感的比基尼美女擦肩而过。难怪有人说“男人们去巴西的沙滩需要带眼药水和镇静剂，前者来缓解由于频繁眨眼而造成的疲劳，后者则预防血脉贲张。”

伊帕内玛海滨

伊帕内玛海滩从20世纪60年代起，就是各界名流最喜爱的度假胜地，前美国总统肯尼迪、玛丽莲·梦露等都在这里留下过难忘的踪影。一曲《伊帕内玛的女孩》更令伊帕内玛海滩举世闻名。如果天气晴好，可以在伊帕内玛海滩东边的礁石上观看相当惊艳的日落。

圣康哈德海滨

如果想逃避科帕卡巴纳周围的嘈杂，不妨来圣康哈德海滨充分休息一下。辽阔的海滩和洁净的海水，头顶七彩霓虹闪烁，度假气氛十足，全然不见餐厅、商店礼品屋的踪影，空气中流淌着懒洋洋的休闲气息。

你可以试试这个

科帕卡巴纳海滩有一条人工填满的海滨大道是大西洋大街，主要是引用了宽阔的步行街的样式进行改造。大街上还有许多抽象的图案，在高处观看图案没有重复的，一幅幅连续起来，并且是呈流线型的。

到达交通

巴士：中心区搭乘119、121巴士

地铁：阿尔科贝约站下车，之后步行5分钟可以到



COVER FEATURE
专题

美食，让味蕾起舞

大名鼎鼎的巴西烤肉早已深入人心，长长的钢钎，大块大块金灿灿的牛肉，没错，这就是人们印象中典型的巴西烤肉的情景片。不过，声名大噪的烤肉只是名目繁多的巴西美食中的小小一隅。

巴西是欧亚非三洲移民集聚之地，因此，其饮食文化深受移民国的影响。巴西国菜黑豆炖肉、独特的芝士火锅……具有拉美风情的巴西美食绝对值得一尝。

1 黑豆炖肉，从奴隶饭到巴西国菜

虽然巴西烤肉闻名世界，但是巴西的国菜是Feijoada，源自葡语“feijão”，意为“豆子炖肉饭”，又名“奴隶饭”。以前，贪心的奴隶主为了省钱，将豆子和厨房剩余食材以及猪肉杂碎混杂在一起煮给黑奴吃，几个月后发现黑奴活没少干，身体却逐渐强壮，于是暗中监视奴隶的一举一动，终于发现一切源于奴隶的一日三餐！

这道巴西国菜由巴西黑豆加咸肉、香肠、猪蹄、猪口条、猪尾巴、猪耳朵、猪排骨、烟熏干肉，一同放入巴西泥锅经小火焖炖而成，就着米饭、切成细条状的甘蓝菜(Coure)、奶油木薯面(farinha)和切片的柳橙(Laranja)食用。

CASA DA FEIJOADA

这家餐厅以黑豆炖肉这道名菜而闻名。

地址：Rua Prudentes Morais, 10, Rio de Janeiro

电话：21-25234994



2 火锅 芝香满溢的味道

巴西人还热衷于“火锅”Fondue。跟我们常识中的火锅不同，锅中不是红油或清汤，而是Cheese和葡萄酒。待到奶白色的Cheese在煮沸的葡萄酒液中渐渐融化，用一支手柄很长的叉子插上切成方丁的面包、燕麦面包、茴香洋葱面包，及草莓、葡萄、香蕉等配菜，放到温暖的陶锅中蘸着香浓的芝士就可以品尝了。

Bazzar

一家精致而现代的餐厅，备受如今巴西年轻人青睐。

地址：Rua Baro da Torre 538, Ipanema

电话：21-32022884

3 巴西烤肉 大快朵颐的乐趣

巴西各地菜式不尽相同，但是无论在哪里，烤肉都能登大雅之堂。巴西烤肉主要以烤牛肉和火腿肠等为主。刷过酱汁的原材料被穿在一个特制的器具上，再放到火上翻烤，其间随着火势翻转，并刷上油，直至金黄，扑鼻的香气绝对能使你胃口大开。

PORCAO

坐落在绿草茵茵的草坪中央，餐厅是当地最有名的巴西烤肉店。

地址：Av Infante Dom Henrique s/n |Aterro do Flamengo, Rio de Janeiro

电话：21-34619020

The Sea In Sri Lanka

斯里兰卡：蓝海与红茶的古老国度

文 / 黄药师

当马可·波罗跋山涉水渡过海洋抵达锡兰古城之时，
立刻被这鲜活美丽的海滨古国吸引，他盛赞此地为“最美丽的海岛”。

想象着一身疲惫历经路途艰辛的马可·波罗独自一人坐在海边，
光影渐淡，日落晕染着天际薄云，海浪在宁静的傍晚反复拍打着细软的沙滩，
也许漂泊多年的他，此刻也有了片刻的对一处土地的深深留恋。

彼时的锡兰古国，今日的斯里兰卡，因为蓝海、红茶与古老宁静而成为传颂着的“凡间的伊甸园”。



海钓者的孤独

从地图上看，斯里兰卡的形状像是印度洋的一滴眼泪，低垂在印度的西南边。这个小小的海岛，在这么一个毫不起眼的小镇，流传着一种独特的钓鱼方式——当地渔民在沿海的浅湾中竖起一根根笔直的木杆，清晨或者黄昏时分，就爬到这些木杆上去钓鱼。因为坐在这种木杆上钓鱼的样子就像在踩高跷，所以被称为高跷渔夫。



祖传的钓鱼方式

斯里兰卡有着长达 1340 公里的海岸线，南部海滩更是凭借其水清沙幼的旖旎风光和淳朴的人文景色令人着迷。来到斯里兰卡南部城市，除了不能错过充满欧洲风情的加勒古城外，一定要亲眼一窥独特的“高跷海钓”。由于这里的沿海地带分布着大量坚硬的石灰岩，因此出海捕鱼非常不便——渔船无法靠岸、渔网也容易被刮破。为此当地人在几百年前发明了一种独特而有趣的捕鱼方法——“木杆钓鱼”。渔夫清晨或黄昏时会坐在插入海底的木杆上钓鱼，远远望去像是在踩高跷，因此又名“高跷海钓”。

渔夫究竟身怀怎样的绝技才得以完成如此高难度的海钓？高跷海钓的渔夫将木杆牢牢地固定在石灰岩之间，而这根看似简单的木杆便成了他们钓鱼的平台。杆下端每隔一尺左右便有简单的横条以供踩踏，所以高跷海钓的渔夫不仅要有良好的平衡能力和敏锐的洞察能力，还需要能够经得起大风大浪以及炎炎烈日的考验。

高跷海钓与普通海钓的区别在于高跷海钓的渔夫竟然可以不用鱼饵，单凭空鱼钩就可以钓到鱼。当然，这肯定需要有足够的耐心等待方可完成。为了捕到鱼，渔夫们经常在木杆上一待就是好几个钟头。

海滨鱼市

科伦坡北部的海滨小镇尼甘布曾是荷兰殖民时期斯里兰卡最为繁忙的贸易口岸之一，这里的鱼市在斯里兰卡非常有名，可谓美食家的天堂。不同风味的海鲜数不胜数，金枪鱼、鲨鱼、石板鱼、旗鱼等等，应有尽有。时至今日，这座海滨小镇不仅因渔业而闻名，更成为名不见经传的度假胜地。由于尼甘布距离斯里兰卡国际机场只有 20 分钟车程，因此成为游客们旅途中的必经之地，在旅行即将开始或邻近结束时在海边小镇领略绵延数百里的黄金海岸线，吹吹印度洋的海风，该是何等惬意。

循着早在荷兰殖民时期就已经建成的渔港前行，发现岸边有渔夫在晒网，旁边就是露天的晒鱼场，而鱼市交易正在如火如荼地进行。无数乌鸦“嘎嘎”地叫着，盘旋在海边，时不时冲下来啄食渔夫丢弃的小鱼尸体。

一定不要错过



在鱼市中穿行，各家摊贩热情推销金枪鱼和螃蟹，价钱惊人地便宜。一兜螃蟹只要 300 卢比（约合人民币 25 元），有约 12 只螃蟹，每只七八两的样子。鱼市上出售的海鲜讲究的是鲜活，但当地人似乎不管这一套，所有的鱼都是宰成了一块一块的鱼肉来出售，即使还是完整的鱼，也是直接放在台子上，等候顾客的检阅。当举起相机想要拍摄渔民和他们的鱼，渔民热情摆出真挚的笑容和 V 字手。



海钓者古塔

高跷海钓据说已经流传了几个世纪，但是这种低效率古老的捕鱼方式每次只能钓到很少的鱼，仅仅能够满足渔夫自家食用，所以随着现代高效捕鱼方式的冲击，如今的高跷海钓在整个斯里兰卡已经极为稀少，目前也只有在加勒海岸一带还能见到。

我在高尔的海边遇到几个年过半百的海钓人，为首的名叫古塔，穿一件兜裆裤，赤裸着上身，脸上沟壑纵横，一副彪悍的模样。我们坐在椰树下闲聊，他指着远处那些立在海里的木桩说，这些木桩全都是祖传的，以前每家每户都有这种“自留地”，闲暇的时候就来钓鱼，也从不多钓，够吃就行。不过如今的年轻人都不肯再学习这种古老的捕鱼方式了，只有为数不多的老人还掌握着昔日的技巧，也多半是自娱自乐。

一定不要错过



有意思的是，你自己也可以上杆去试一下阳光下独自垂钓的感觉，只不过可能很难看到白净或者穿着花裙子的女渔夫，而且要一跃而上那样一根光杆，真不是一件容易的事。你只需要付 500 卢比（约人民币 25 元）。





游走在这样一个古老国度，听海风不断摩挲着这片土地上的一切风物。身着颜色艳丽服装的斯里兰卡居民闲适行走，而一日三餐之后，侍者都会为我们奉上一杯味道醇厚的红茶，加入牛奶和糖，微啜一口，滑润香浓，几天过后，竟然恍惚觉得似乎每一餐都是为了能够饮上这样一杯红茶。



锡兰古国的微笑

加勒古城位于斯里兰卡西南部，距离首都科伦坡南部大约 117 公里，正好处于印度洋的海滨上。从科伦坡一路乘火车南下，约 3 个小时，就到达加勒火车站，只要乘坐当地 TUTU 车约 5 分钟，就钻进古城墙里了。可以将酒店预订在古城里，因此每天睡醒就在城墙海滨或是古城里晃悠，找寻那种久违的古欧洲风情。

加勒老城及其城堡建筑在岩石半岛上，这个半岛是个天然的港口，地理位置非常重要。据悉，斯里兰卡历史上曾被葡萄牙、西班牙和英国分别殖民统治。加勒城堡是 16 世纪由荷兰人建造的，占地 36 万平方米的城堡，具有标准的欧洲风格。这里有规模庞大的城墙，内有荷兰风格的房子、博物馆和教堂。

据说在 2004 年海啸发生的时候，斯里兰卡的其他地方都遭遇了巨大的灾害，可是城堡反而没有受到什么损失，高高的城墙阻挡了海啸的侵袭。这里是欧洲人在南亚及东南地区建筑防卫要塞的典型代表，成功地融合了欧洲的建筑艺术和南亚的文化传统。因此，在城堡中，你能够找到欧洲诸国的建筑痕迹，而且因为与南亚的地理环境成功结合，在建筑学上也有许多值得借鉴的地方，这个城堡已经被列为世界遗产。斯里兰卡的气候环境相当好，因此各家各户门前种植的植物不仅仅具有热带风情，而且长得十分有气势，各种园林小品的设计，看似不经意，其实充满了美学思考。

红的门、黄的墙、蓝的天、粉的花、绿的叶、黑的鸦。印度洋的海浪汹涌，海风勇猛。在城里开始度假，你可以像斯里兰卡人民一样，穿着艳丽，踩着拖鞋，每天不是“大陆早餐”就是“全英式下午茶”，偶尔也品尝一下当地最地道的手抓饭。

喝茶亦养茶

斯里兰卡的茶业树种最早来自中国，后来又引进了更适于当地自然条件的印度阿萨姆茶。虽然茶叶也是殖民经济的产物，但从另一方面来说，斯里兰卡良好的自然环境是培养优质茶树的先决条件。斯里兰卡最好的红茶产自中部山区努沃勒埃利耶，到了这里，“红茶之国”以各种具体的形式出现在我们眼前。两天的时间，我们乘坐的汽车在山间的公路上盘旋上下，到处都充满着油绿的色彩和茶树的圆润。

在这无边无际的茶山上散布着不少茶叶工厂，新采摘下来的鲜茶会在这些工厂里经过烘干、打磨、切割、筛选、调色、烘烤、清洗等几道工序，再打成大包运往科伦坡完成最后的加工和包装，然后进入市场。上午 9 点，山坡上五六十个采茶的女郎一字排开在浓密、油绿的茶树之间，灿烂在阳光下，女郎们灿烂的衣服五颜六色，衬在绿色的茶树背景上分外好看。只是这些女郎采茶的动作颇为让我吃惊，从前的印象里，采茶的姑娘都应该是中国江南秀美的少女，动作轻盈而美丽，可这里的女郎却站在浓密的茶树间，用她们黝黑而粗糙的手一把把将鲜嫩的茶叶揪下来扔到背篓里。努沃勒埃利耶茶山的一切都是美丽的：采茶的女郎，油绿的茶园，香醇的红茶。

我没办法描述出锡兰红茶究竟是怎样的味美纯正，入口滑润，只是从踏上斯里兰卡土地的那一起，我们首选的饮料一定是红茶，而无论在都市的酒店里，还是乡间的小客栈，你也都喝到一样好口味的红茶。“红茶之国”，在我们外国人看起来是茶业销量、名气和缭绕不散的香醇气息，而对斯里兰卡人来说，红茶则是他们解渴解乏的饮料，更为他们提供谋生的途径，并为他们带来骄傲的心情。



达人推荐



中国环境国际旅行社南亚大自然销售总监 郝志刚

斯里兰卡南部的海滨小城加勒，因为其已被列入世界文化遗产的城堡而闻名于世。加勒完好保存了 16 世纪古城的风貌，古街古道、古风古韵令人迷醉。高大厚实的石头城墙历经几百年的风雨沧桑，反而具有了穿越时空的美。漫步小城，你可以参观一些古老的博物馆，去红茶店小憩一会儿，再试戴一圈宝石……玩一天都不嫌够。在都市生活的人们，到海边度假应该是最惬意的事情——斯里兰卡南部的海滩非常迷人！穿上比基尼晒个日光浴，将心情彻底放松；约上好友在海边来一场沙滩排球，把一切烦恼压力抛在脑后；或者拿一本一直想看但平时没有时间看的书，坐在沙滩躺椅上消磨一整天的时光——这才是度假的感觉。

关于这里

签证：斯里兰卡对中国公民开放落地签证，免签证费。所以，如果你有一张有效的港澳通行证或是他国有效签证得出中国海关，就可以放心飞往斯里兰卡了。

气候：斯里兰卡无四季之分，只有雨季和旱季的差别，雨季为每年 5 月至 8 月和 11 月至次年 2 月。

语言：斯里兰卡官方语言是僧伽罗语，但是英语是必要的教育课程，所以百姓都具有一定的英语水平。

货币：斯里兰卡使用斯里兰卡卢比 (Rupee)，1 元人民币相当于大约 12 ~ 16 卢比。和很多亚洲国家不同，人民币在斯里兰卡是不能自由兑换的，也不能直接消费，所以需要带美元或者欧元到当地换成卢比。

小费：一般吃饭或者打车需要 15% 的服务费，酒店服务员帮你搬行李、打扫房间什么的，需要给 50 或 100 卢比小费。



斯里兰卡形形色色的菜式给味蕾带来惊喜。根据传统印度古法医学或生命科学研究，斯里兰卡每一顿饭都应该有六种口味来平衡身体所需，分别是甜、酸、咸、辣、苦和涩味，而斯里每一款咖喱菜式均遵循这一基本原则，烹饪时，更顾及种种植物的医学特性。

咖喱之味

斯里兰卡以多样化的咖喱口味著名，分别有黑咖喱、红咖喱和白咖喱。黑咖喱口味纯正，所使用的主要香料乃烤至黑褐色，以诱发出浓郁的香味。红咖喱则加入许多新鲜或烘干了的辣椒粉，也加入了未经烤过的香料，但分量比黑咖喱少，味道也辛辣非常。至于口味最温和的就非白咖喱莫属了，原因是白咖喱加入了许多椰奶。最常见的烹调方法，便是利用白咖喱烹制蔬菜、鱼和鸡肉。

单是以咖喱混制的佐料和伴菜如 sambol 和 rice pullers 都能为您提高食欲。至于辛辣的菜式更是层出不穷，如充满印度特色的甜酸酱可搭配辣味蔬菜、矿物质丰富可口的沙律和涩味的酸菜配上印度奶油咖喱薄脆或辛辣的小扁豆威化饼等。

以斯里兰卡螃蟹为例，其中一种特别受欢迎的烹调方法便是用辣椒酱配上一小把从鼓槌树上摘下的小树叶一起调制。虽然这种小叶子不能大大增加螃蟹的香味，却具有杀菌作用。故此，即使现在螃蟹的处理都很卫生，但这一传统的烹调方法一直沿用至今。

要对斯里兰卡菜式作出定义，莫过于其香叶和香料。香料，尤其是地道独有的锡兰肉桂，吸引了不少葡萄牙、荷兰和英国的殖民统治者远渡重洋到此。锡兰肉桂和另一种非常著名的香料小豆蔻常用以加入不同口味的咖喱、蔬菜和米饭内，同时，配以黑胡椒、胡荽、孜然、茴香、葫芦巴、姜黄根和黑芥末籽一同调味。



香甜米饭

说完了咖喱，现在谈谈米饭了。斯里兰卡的主要粮食不仅是我们熟悉的白色谷物，还包括具有坚果香味的巴斯马蒂 (Basmati) 大米。这种大米在印度北部十分受欢迎，是典型的地道红米，虽没有白色大米般加工精细，但香味浓郁。一般来说，大米都会蒸熟作为主食，但其实大米也可与香料、洋葱、汤汁和酥油一起烹制成酥油饭，或与椰子奶、香叶、香料和姜黄根一起炖成黄米饭。

虽然咖喱饭一般作为午餐或晚餐供人食用，但斯里兰卡人一天的开始与众不同，十分有意思。这个岛国的居民以一碗水牛奶造的浓厚制品开始。这种奶制品的酸味没有酸奶那么浓，但加入了棕榈糖浆及新鲜的热带水果如木瓜、菠萝和香蕉，是一顿美味而健康的早餐。

但本地人更爱的早餐是 Hoppers 小圆饼。Hoppers 利用米及面粉，在小烤盘内烤制而成，并经常在饼的中间打入一个鸡蛋。小饼中间松软，四边焦脆金黄。若加入新鲜的椰子 sambol 和辣洋葱 sambol，口味更出众，尤其利用红米粉制成的小圆饼，更为人钟爱。



白金卡私人定制之旅 斯里兰卡：锡兰古国品茶香

行走在斯里兰卡，那里成片的茶园，拥有两千多年历史的古老城市，海边坐在高跷上垂钓的渔人，无不让你领略到不一样的风情。抑或你在午餐之后，悠悠品一杯锡兰红茶，听来自海域的风，在古城遗迹游走一圈之后，将千年传颂的故事，娓娓诉说。



斯里兰卡最古老的城市，阿努拉德普勒

阿努拉德普勒拥有 2500 年历史，在公元前 380 年成为斯里兰卡首都。古皇城的遗址在 19 世纪被发现，并且修缮至今。城里最著名的景点就是菩提树，拥有 2600 多年历史，是斯里兰卡仅次于佛牙的国宝。



世界文化遗产，丹布勒石窟寺

丹布勒石窟寺是斯里兰卡最为著名的石窟寺，拥有 2000 年的历史。寺内共有五座石窟，150 尊佛像形态各异，雕刻精美，2100 平方米的壁画至今色彩艳丽。



海边城市，亨可马里

它拥有跟马尔代夫一样的沙滩和海域，这里曾是英国在亚洲的重要海军基地(1957 年以前)，现为全国最大的军、商、渔合用港。港湾水深，进口航道深 36.6 米。港内有 5 个码头，可泊大型船只。有全国海军训练学校和空军训练基地。有千柱庙，内有石柱 1600 根。



行程亮点：

- 印度洋海岛风光与佛教古国的历史文化交相呼应。
- 淳朴的南亚民风习俗和现代化都市融为一体。
- 领略热带的椰林和海滩。
- 品尝闻名世界的锡兰红茶。
- 选购著名的斯里兰卡红宝石。

行程安排

- DAY1 北京—科伦坡—阿努拉德普勒
- DAY2 阿努拉德普勒—亨可马里
- DAY3 亨可马里
- DAY4 亨可马里—西格里亚
- DAY5 丹不勒—康提
- DAY6 康提—科伦坡
- DAY7 科伦坡—北京

(此行程由 LUXTRIP 品行之旅提供，详情请致电 400-010-8188)

HOTEL
酒店



Creating Comfortable Environment 北京希尔顿逸林酒店， 营造温馨的“家外之家”

文、图 / 北京希尔顿逸林酒店

有的酒店是旅人途中的一个落脚点，而有一些却可以成为他们的“家外之家”。北京希尔顿逸林酒店无疑属于后者。“关爱备至”的酒店文化体现在这里的方方面面，无论是客房、餐饮还是休闲娱乐，每一个细节的出发点皆是以人为本。它用特色开启客人的体验之旅，用风格令客人享受独一无二的假日时光。



HOTEL
酒店



一方餐桌，一场宴请，绝非只做饱腹之用，更会在不经意间彰显出宴请一方的眼光和品位。无论是亲朋好友欢聚一堂还是觥筹交错的商务宴请，选择北京希尔顿逸林酒店都能让您在含蓄间赚足面子。



逸轩西餐厅

位于酒店一层的逸轩西餐厅，环境优雅而惬意，丰盛的自助晚餐将东西方美食一网打尽。不仅可以品尝到琳琅满目的海鲜、鲜嫩刺身、美味寿司、新鲜自制沙拉，还有数款精选中式佳肴可供挑选。餐后，不要忘记品尝一下精美诱人的甜品、鲜美水果及冰淇淋，一口下去，甜意满满。值得一提的是，逸轩餐厅还特别为小朋友提供儿童菜单，以照顾他们的特殊需求，凸显酒店的“关爱”文化。

营业时间：24小时零点服务
自助早餐：上午 6:30 ~ 上午 10:30
自助晚餐：下午 6:00 ~ 晚上 9:30
座位数：主用餐区为 154 座；2 个私人用餐间
着装要求：商务正装、休闲服



大堂酒廊——林廊

酒吧里从种类丰富的蛋糕、冰淇淋及水果，到茶水、咖啡、威士忌和白兰地等应有尽有，以及来自世界各地的高档酒水。林廊共设有 74 个座位、沙发和吧台椅，与其现代感极强的设计环境融为一体，让置身其中的宾客备感轻松舒适。

营业时间：上午 8:00 ~ 晚上 12:00
座位数：主用餐区为 74 个座位
着装要求：商务正装、休闲服

SALE
信用卡特惠

西餐厅自助餐 8 折优惠

活动时间：2014 年 5 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡
活动内容：工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡持卡人在北京希尔顿逸林酒店西餐厅自助餐刷卡消费，享受 8 折优惠。



随园中餐厅

如果偏爱中式美食，位于酒店三楼的随园中餐厅无疑是最佳的选择。随园集合了酒店对中国饮食文化的研究精髓。这里特邀厨艺深厚的粤厨，烹制正宗粤菜，精于海鲜烹饪；同时餐厅还料理各地著名的中华美食，如川菜、北京菜等。餐厅12间装修典雅的独立包房，内设落地窗，拉开纱幔，尽览窗外一片霓虹与星光，为您营造完美的私密空间。可以满足各类客人的用餐需求。随园中餐厅内陈设着数件知名艺术家的原创艺术品。无论您喜欢抽象恢宏的书法作品，还是青睐风流倜傥、威武磅礴的文臣武将雕塑，随园精致而优雅的用餐环境和特色美馔，带给您味觉与视觉的双重盛宴。

营业时间：午餐：上午 11:30 ~ 下午 2:30
晚餐：下午 5:30 ~ 晚上 10:00
座位数：162 个
私人用餐间：12 间
着装要求：商务正装、休闲服



你一定要品尝

即使是一盘小菜、一碗汤，随园中餐厅的厨师们都会认真对待。确保每道菜色、香、味、型俱全。其中王牌菜有：随园特色片皮鸭、迷你佛跳墙、皇家牛肋排、冰糖杂果捞官燕、捞拌辽参、菌皇菇极品雪花牛肉、茉莉花拌菊苗和天山雪莲果，以这样的菜式宴请，定会为你加分不少。

SALE
信用卡特惠

中餐厅 8 折优惠

活动时间：2014 年 5 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡
活动内容：工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡持卡人在北京希尔顿逸林酒店中餐厅刷卡消费，享受食品、酒水 8 折优惠。

嬉水派对 避暑佳处

进入 6 月，北京的气温一路飙升。此时，你是否也想暂时逃离繁复的生活，远离夏日热浪，选择一间精品酒店去放松一下呢？北京希尔顿逸林酒店取闹市之一隅，在花草中、池水边独辟庭园，更伴有城中顶级烧烤美食，绝对是您消暑避暑的最佳选择。

北京希尔顿逸林酒店 3000 平方米的空中花园，可谓楼宇森林中的自然绿洲，全面打开您的视觉、听觉和嗅觉。奇花异草，郁郁葱葱，草坪柔软，泳池湛蓝。花园内种植了从世界各地精挑细选而来的各类植物，无论光阴流转季节变换，园内始终保持绿树掩映溪水潺潺，一派四季如春的景象，可谓美不胜收。新置的现代派个性雕塑艺术品更是为花园创造更多神秘与艺术气息。无论是朋友欢聚、时尚派对、还是亲子乐园，都会让您置身于世外桃源。

即将开放的“夏日艺趣·户外烧烤嬉水派对”令花园生机盎然，热闹非凡。在绿荫下赏鉴新置现代派艺术雕塑，跟随着现场乐活音乐的跳动音符，大快朵颐香气四溢的各式烧烤、海鲜、炭烧汉堡，以及清爽蔬果沙拉、诱人甜品。无论是在全景碧蓝泳池畅游水中世界，还是和朋友、家人们来几场上足球，尽享无限乐趣。闲暇之余，就在清凉的贝壳椅上小憩片刻。此外，独有的亲子乐园区域为孩子们精心准备了各式玩具以及滑梯等。无论成人或小孩都尽品所爱，皆享其乐。

派对信息

时间：6 月至 9 月，每周日 12:00 ~ 16:00
价格：228 元净价 / 位（含烧烤、软饮以及游泳）
另加 58 元畅饮葡萄酒及啤酒。
另加 128 元畅饮葡萄酒、啤酒及两款鸡尾酒。



舒适客房 仿若归家

希尔顿逸林一贯以“关爱”作为最重要的酒店文化之一，在关注着商务客人的同时，同样关注着休闲以及家庭旅游的客人。酒店拥有 540 间舒适豪华的客房，含 105 间高档套房以及 6 间面积达到 90 平方米的家庭三室套房。值得一提的是，在 111 间套房内，设有开放式厨房设备，可以为自己和亲友亲手准备鲜热可口的食物，让客人各感家的温暖和关爱。

希尔顿逸林的每项服务、每项设施，均经过精心设计，令客人忘掉工作压力，放松身心，恢复精力。舒适的客房里均设有工作台，提供高速宽带上网和无线上网及远程打印，酒店内 24 小时运营的商务中心以及覆盖全酒店的无线网络，让工作更加轻松。闲暇时刻，打开 32 英寸液晶电视，收看全球热门的卫星电视节目，好好让精神松弛一下。之后在设计独特的淋浴房中冲个舒服的热水澡，一天的疲惫立刻一扫而空了。而舒适妥帖的逸林甜梦床马上就能让客人坠入深沉甜美的梦乡之中。

预订酒店住房 8.5 折优惠

SALE
信用卡特惠

活动时间：2014 年 5 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡
活动内容：刷工银黑金卡、工银白金卡、工银金卡预订酒店客房，享受北京希尔顿逸林酒店房价 8.5 折优惠。



北京希尔顿逸林酒店
地址：北京市西城区广安门大街 168 号
电话：(010) 6338 1999
网址：www.doubletree.com.cn/beijing

For A Late Afternoon Tea 美好时光下午茶

文 / 黄药师

打发冗长烦闷的下午时光，是下午茶最初的功能。何况贵妇人小姐们难得有机会穿上新制的束胸裙，她们纤细的手指轻轻端起杯子，啜一口，然后优雅地一显谈吐，缓缓聊起新种的玫瑰、新读过的一本书，未尝不是封闭生活中的一种乐趣。

逐渐的，下午茶时光被赋予更多意义。

相传林徽因就经常在北平所住的宅邸里以茶会友，济济一堂皆是当时的名流巨腕。

下午茶无论如何都是一种令人向往的“浪费”时光的逍遥做派。

下午茶，始于维多利亚时代

英国维多利亚时代，英国贝德芙公爵夫人安娜女士，每到下午时刻就意兴阑珊、百无聊赖，心想此时距离穿著正式、礼节繁复的晚餐 Party 还有段时间，又感觉肚子有点饿了，就请女仆准备几片烤面包、奶油以及茶。

后来安娜女士邀请几位知心好友伴随着茶与精致的点心，同享轻松惬意的午后时光，没想到一时之间，在当时贵族社交圈内蔚然成风，名媛仕女趋之若鹜；一直到今天，已俨然形成一种优雅自在的下午茶文化，也成为正统的“英国红茶文化”，这也是所谓的“维多利亚下午茶”的由来。

最初只是在家中用高级、优雅的茶具来享用茶，后来渐渐演变成招待友人欢聚的社交茶会，进而衍生出各种礼节，但现在形式已简化不少。虽然下午茶现在已经简单化，但是茶的正确冲泡、喝茶的摆设要优雅、茶点要丰盛，这三点被视为下午茶的传统而流传下来。

维多利亚下午茶是一门综合的艺术，简朴却不寒酸，华丽却不庸俗……虽然喝茶的时间与吃的东西是正统英



式下午茶最重要的一环，但是少了好的茶品、瓷器、音乐甚至好心情，则喝下午茶就显得美中不足了。

随着时代进步及茶类品种变多，下午茶的花样也更加繁复，如果利用一个午后，和亲密的朋友来段午后之约，何尝不是件赏心悦目的事。

关于下午茶，有 Afternoon Tea 与 High Tea 两种说法，二者经常被混淆，其实原本的区别在于用茶时间的不同，配茶的点心丰盛程度也很不一样。

传统的下午茶应该是下午 4 点，它除了包含茶（或咖啡）等饮料之外，标准的英式下午茶点心是涂抹奶油和果酱的现烤热斯康饼和无边的黄瓜三明治。High Tea 是指下午五六点之间丰盛的正式茶点，点心装在两三层高的点心盘中，通常除了斯康饼和三明治，还会有更加丰富的蛋糕、甜品、奶酪甚至冷肉，有点把六点茶和晚饭合并到一起吃喝的意思。现在已经不那么注重用茶的时间了，茶点相对简单的通称下午茶，街边的小店或咖啡馆都有类似的服务，轻松随意，一个人也可以享用，而茶点非常丰富的就称之为 High Tea。

英式下午茶有著名的三层点心塔，通常三层塔的第一层是放置咸味的各式三明治，如火腿、芝士、小黄瓜等口味，第二层多放有草莓挞，这是英式下午茶必备的，还有其他如泡芙之类的甜点，第三层的甜点会放典型的英式松饼 scone，同时配备奶油和果酱。点心的食用顺序应该由淡而重由咸而甜，先尝尝带点咸味的三明治，让味蕾慢慢品出食物的真味，再啜饮几口芬芳四溢的红茶，接下来是涂抹上果酱或奶油的英式松饼，让轻微的甜味在口腔中慢慢散发，最后才是甜腻厚实的水果挞和蛋糕。



写在书中的小资情调

在英国阴雨霏霏的午后三四点钟，最惬意的事就是享用下午茶了。英国的文人艺术家们在下午茶时分的社交活动是司空见惯的，著名的布鲁姆斯伯里文人圈就最为典型。

我读过的英国文学作品中，似乎到处都有与下午茶有关的场景。印象最深的是移居英国的新西兰现代女作家凯瑟琳·曼斯费尔德的短篇小说《花园茶会》。富贵人家为举办一场下午茶会，在花园里搭帐篷，请专门的乐队，做精致的点心，定制昂贵的糕饼，煞费苦心，不亚于一场大型私家宴会。同样是移居美国的美国心理小说大师亨利·詹姆斯也为英式下午茶的情调而折腰，其长篇小说《一位女士的画像》讲述一位年轻、貌美、聪明的美国女郎前往欧洲“探索人生”，开篇就是泰晤士河畔典型的英国风景中进行的一场雅致的下午茶会。

有趣的是出身工人阶级的作家D.H·劳伦斯，他笔下的煤镇生活却流露着我们无法想象的小资情调。单单是《儿子与情人》，里面的人似乎天天在喝下午茶：工人子女约会时要喝下午茶，情侣到诺丁汉城里逛街时要进咖啡店喝茶，矿工家庭星期天全家要温馨地坐在客厅里用茶点，那个颇有小资情调的矿工妻子铺上精美的桌布，洗净细瓷的蓝花儿茶杯，请来毕业于牛津大学的小镇牧师共享一个昏暗但暧昧的午后……如果说以前我对劳伦斯的这种描述还有过怀疑，那么我在英国参观了几处劳伦斯故居，看到客厅里精致的茶具后，我相信了。有人批评劳伦斯在作品中拔高了英国工人阶级，是为了自己晋身上流社会做铺垫，其实，劳伦斯是写实的，他自己就是受着这种情调的熏陶长大的。这种情调属于英国，不分王公贵胄和黎民百姓。

淑女绅士文化的非正式社交

下午茶会是仅次于晚宴和晚会的非正式社交场合。至于一般家庭的小民，他们也利用下午茶的时间走亲访友，往往是在家中最好的客厅里，小家碧玉的女主人殷勤地沏好茶，烤制好虽然样式不太精美但用料绝对实惠的点心，供客人享用。

风雅饮茶

正宗的英国下午茶特色有三：优雅舒适的环境，如家中的客厅或花园，请客的主人都会以家中最好的房间招待客人，当宾客围坐于大圆台前面，主人就吩咐侍女捧来放有茶叶的宝箱，在众人面前开启，以示茶叶之珍贵。提前准备好丰盛的冷热点心（要由女主人亲手调制）和高档的茶具——细瓷杯碟或银质茶具，茶壶、过滤网、茶盘、茶匙、茶刀、三层点心架、饼干夹、糖罐、奶盅瓶、水果盘、切柠檬器，全都银光闪闪，晶莹剔透。在缺乏阳光的英国，银质茶具往往透着人们对阳光的渴望。当然最好再有悠扬轻松的古典音乐来佐茶，宾主都要衣着得体。维多利亚时代女人去赴下午茶会必得穿缀了花边的蕾丝裙，将腰束紧，茶要滴滴啜饮，点心要细细品尝，交谈要低声细语，举止要仪态万方。男士则要衣着淡雅入时，举止彬彬有礼。

至于自家的下午茶则没那些礼仪，但家人其乐融融地小聚，也很风雅。有的人家甚至多年如一日地坚持在某个角落的落地窗前观察着窗外的某一幅固定景色饮一杯茶，每天观察窗外景色与前一天的细微差别，365天的同一时刻只看一个地方的一个景物，这是执着的浪漫。不少英国人往往一个人也要全副武装地用下午茶点，一招一式，毫不敷衍自己。

王府半岛酒店专享优惠



酒店大堂下午茶 6 折优惠

活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银白金信用卡、工银信用卡金卡

活动内容：持卡人刷工银白金卡、工银信用卡金卡在王府半岛酒店大堂享用下午茶，专享 6 折优惠。

另有更多优惠

JING 餐厅自助晚餐，两人同行，一人免单

活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日（12 月 24 日，25 日，31 日除外）

活动卡种：工银白金信用卡、工银信用卡金卡

活动内容：持卡人刷工银白金卡、工银信用卡金卡在王府半岛酒店 JING 餐厅就餐，专享自助晚餐两人同行，一人免单优惠。

水疗中心理疗服务优惠，ESPA 身体护理 100 分钟理疗产品享受两人同行，一人免单

活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日，每周一至周五

活动卡种：工银白金信用卡、工银信用卡金卡

活动内容：刷工银白金卡、工银信用卡金卡享受半岛水疗中心理疗服务两人同行，一人免单优惠。

王府半岛酒店

地址：北京市东城区王府井金鱼胡同 8 号

电话：(010) 85162888



学术大咖集成地

下午茶在英国大学校园里更为流行，喝茶一般都是在学校的咖啡点心店和教员的专门咖啡厅里，咖啡店一般都设在风景宜人的地段，或面对花园草坪或临水而建，来来往往都是神情单纯的学子，与周边美丽的环境很和谐。诺丁汉大学主楼的咖啡厅就在湖边的小山上，人们喜欢将茶点端到外面的草坪上晒着太阳享用，还可以俯瞰山下碧蓝的湖水与洁白的游船，煞是惬意。

原剑桥大学校长布罗厄斯曾这样诠释“剑桥精神”：活跃的文化融合和高度的学术自由。而形成这一精神氛围的重要形式，他认为就是下午茶和喝咖啡时自由随意的交流。教授学者们把学术课题带到下午茶会上来讨论，书香茶香交融，那种轻松雅致的氛围，比英国大学里流行的西装革履的高桌宴会更让人感到亲切自如。难怪有人说，剑桥大学 60 多项诺贝尔奖的做人纪录和剑河边悠闲自在、天马行空的下午茶闲聊分不开。英国人传统的下午茶，在剑桥似乎被赋予了特殊的含金量。

琳琅满目，味之诱惑

到底传统的英式下午茶有着什么样的魔力如此迷幻着英国人的胃口？如果是未曾品尝过英式下午茶的人，在侍者将三层架的点心送上桌时，马上就能体会到英式下午茶的精巧、贵族气息。待一层层品尝之后，则更能体会，是什么样的美味让人停不下来。



享用美味点心

通常的第一层是放置咸味的各式三明治，如火腿、芝士等口味，但这些三明治并不是点心主厨做的，而由另外的三明治师傅制作。第二层和第三层则摆着甜点，一般而言，第二层多放有草莓挞，这是英式下午茶必备的，其他如泡芙、饼干或巧克力，则由主厨随心搭配，第三层的甜点也没有固定放什么，而是主厨选放适合的点心，一般为蛋糕及水果挞。

在事事讲究传统的英国下午茶漂洋过海传到我国以后，茶点也相应做出了一些变化，开发出各种新的口味。像是只有一口大小、上面缀有鱼子酱和小黄瓜的甜点，手制饼干，以及一种可以和奶油或果酱一起吃的叫作 scone 的英式松饼。20 多款茶点小巧玲珑、风味各异，宛如一件件精雕细琢的艺术品，令人流连在欣赏精品的雅趣中而不舍得品尝。芒果布丁、核桃挞、巧克力挞、酥盒鹅肝酱、三文鱼三明治、番茄蒜蓉包、英式松饼、曲奇、蓝莓蛋糕、芝士饼，怎么样，如此多的花式品种摆在你的面前，再想减肥的人怕是也难抵挡这股诱惑吧。

品茶

专用下午茶分为大吉岭与伯爵茶、锡兰茶等几种。一般都是直接冲泡茶叶，再用茶漏过滤掉茶渣才能倒入杯中饮用。透明的玻璃茶壶，当热水倾注而下，可以看到在水中慢慢蕴开的茶叶尖。午后耀眼的阳光晃在微闭的眼帘上，让人一阵恍惚，仿佛神游在微波涟涟的泰晤士河边，不愿醒来。



下午茶极致标配



大吉岭红茶

大吉岭红茶是世界公认三大红茶的第一名。因为茶汤颜色和口感酷似香槟，所以也被人称作“红茶中的香槟”。因为独特的香味，需要纯饮才可以完全体会其中的妙处，泡茶的时候相对于其他茶叶，需要焖稍久一些（约 5 分钟），这样才能把茶的香味完全释放出来。

锡兰高地红茶

锡兰的高地茶中乌沃茶最有名。混合了薄荷、铃兰的芳香，微苦但余味甘甜的乌沃茶，有着极其动人的茶汤。橙红明亮的茶汤表面，有金黄色的光圈；汀布拉茶的汤色鲜红，滋味爽口柔和，带花香，涩味较少。努沃勒埃利耶茶若论色、香、味都较前两者淡，口感稍近绿茶。



三明治

曾在英国有个酷爱玩纸牌的人，他整天沉溺于纸牌游戏中废寝忘食，他的仆人们为了能让他好好吃上东西，将一些菜肴、鸡蛋和腊肠夹在两片面包之间，让他边玩牌边吃饭，于是这种叫三明治的东西被英国人继承了下来。

蛋糕

正统英式下午茶的点心是用三层点心瓷盘盛装，第三层则放蛋糕及水果挞。蛋糕是一种古老的西点，一般是由烤箱制作的，蛋糕是用鸡蛋、白糖、小麦粉为主要原料。

伯爵茶

伯爵茶是以红茶为基础，加上佛手柑熏制而成的配制茶，据说是维多利亚时期英国的葛雷伯爵在出使中国返回英国时，福建的乡绅送给他上等的红茶茶叶和佛手柑油。在某次宴会中，伯爵不小心把佛手柑油滴到茶叶里，出其不意的芳香使宾客大为赞赏，成为一种饮茶的新方式。

阿萨姆红茶

深铜红色的汤色透着麦草香，麦草香中掺着玫瑰香。是冬季饮茶的最佳选择。它的茶味浓烈，有甘醇的余香，非常适合在早上加入牛奶饮用，因为属于浓烈红茶，泡茶时间要短一些。视叶片大小而定，超过 1 厘米的，泡 4~5 分钟，叶片在 1 厘米左右又有些叶芽的，泡 3 分钟即可。

水果挞

三层点心瓷盘，由下往上开始吃。第三层水果挞，奶酪牛角包、布丁、咖啡巧克力慕司等。水果挞是著名的英式茶点，充满麦香原味的酥脆质感，水果鲜嫩可口。

英国松饼

英国松饼是一种来自苏格兰的食物，它由小麦、大麦或麦片制成，经烘焙制作完成。而且它还有一个别名叫司康，名字与一块有长久历史的皇室加冕石同名，人们这么称呼它，是希望能够得到皇室的庇护。



SALE
信用卡特惠

北京华彬费尔蒙酒店专享优惠

中式点心下午茶优惠

活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 6 月 30 日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡
活动内容：持工银黑金卡、工银白金卡在北京华彬费尔蒙酒店 8 悦餐厅消费中式点心下午茶，专享净价 7.5 折优惠（人民币 126 元 / 套 +15% 服务费）。

另有更多优惠

大堂吧柠檬草马天尼鸡尾酒买一赠一
活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 6 月 30 日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡
活动内容：工银黑金卡、工银白金卡持卡人在北京华彬费尔蒙酒店的大堂吧刷卡消费，享受柠檬草马天尼鸡尾酒买一赠一优惠。

刃餐厅及 8 悦餐厅 25% 优惠

活动时间：2013 年 9 月 15 日至 2014 年 12 月 31 日
活动卡种：工银白金卡、工银信用卡金卡
活动内容：持工银白金卡、金卡在北京华彬费尔蒙酒店刃餐厅及 8 悦餐厅任意消费，享 25% 优惠。

北京华彬费尔蒙酒店 8 悦餐厅

地址：北京市朝阳区建国门外大街永安东里 8 号
电话：(010) 8507 3618
网址：lunar8.beijing@fairmont.com

Fairmont
BEIJING
北京华彬费尔蒙酒店

优雅下午茶养成守则

由于下午茶被视为高雅的社交场合，通常主人都需要发出正式的邀请函。受邀的女士们都会盛装出席，一般会穿着束腰蕾丝长裙赶赴下午茶会，而男士也被要求衣着优雅。现在每年在白金汉宫的正式下午茶会，男性来宾着燕尾服，戴高帽及手持雨伞；女性则穿白天洋装，且一定要戴帽子。



着装篇

昔日的英式下午茶已经从庄重的社交活动演变为都市人的日常闲趣，而下午茶的场合也多是花园餐厅或高级酒店。改变的只是外在的形式，不变的却是茶香相伴的那一份闲情逸致。通常，这样的场合没有很严格的着装要求，而一般的礼仪规范也足以应对。只是，若不精心打扮，多少会怠慢了这样美好的下午茶之约。



LADY

在色彩上一定要以明亮而清新的感觉为宜，水粉调的颜色（如湖蓝、粉红、水绿等）尤其能衬托春日的明媚心情；另外，像碎花、蕾丝这样的装饰细节也是应景的选择，不仅呼应着这个春暖花开的季节，同时也呼应着一百多年前的下午茶着装礼仪；至于款式，日常的都市休闲风格其实都非常合适。值得一提的是，现在有些商务性质的会晤也会安排在下午茶的机会进行，这时带有英式名媛风格的着装就非常得体，比如 Ted Baker 的粉红色西服套装或连衣裙就显得端庄而不失俏丽。

Gentleman

Smart Casual 可以说是较为百搭的选择，一件浅色的英式 Blazer 西服加 Chino 长裤就足以应付各种场合的下午茶，不管是在高级酒店的咖啡厅，还是露天花园式西餐厅。像 Ted Baker 2013 春夏的运动西服就完全可以兼顾体面和休闲，尤其是当你将衬衫换成色彩鲜艳的 Polo 衫或毛衣内搭时，完全不用担心显得过于正式。当然，如果下午茶的氛围十分放松，男士们也可以尝试更有度假风格的着装，比如羊毛开衫加短裤的搭配就十分入时，完全可以让你释放周身的束缚，享用一餐无忧无虑的下午茶。

礼仪篇

- 喝茶姿势为，直接端起茶杯喝茶，不带茶杯托盘；或直接将一组茶具端起，一手举杯喝茶，一手端着茶杯托盘。
- 如需要在下午茶期间短暂离座（在餐桌周边），需拿起一组茶具，一手举杯喝茶，一手端着茶杯托盘，在此期间，如果需要糕点，可将糕点置于茶杯托盘周边。
- 入座后，品尝糕点时，必须将糕点放置于专用点心盘后，方可食用。切忌从点心盘架上直接取下食用。
- 尽可能不要让女士主动提出要求。当女士掰开松饼时，就近男士最好立即递上奶油、果酱托盘给女士，女士需礼貌性接受或轻声说“不用了，谢谢”。
- 在侍者为任何在座人士倒茶时，必须说“谢谢”。同桌女士不必亲自倒茶，一般由男士为女士倒茶，女士和受款待男士在倒茶期间，可以说“谢谢”，或用手轻叩桌面表示感谢。
- 与茶具组配套的茶匙是用来调和茶杯中奶和糖，切忌放入口中。如果需要用到汤匙，可向侍者索要。
- 吃东西顺序是先咸后甜，甜到一半吃松饼，最后吃巧克力。
- 在饮用下午茶期间，如果有外人过来问候（下午茶时段是较为休闲的，与晚餐正式度有所区别），也有讲究。如果男士前来，在座任何人不必起身恭迎，在座男士可以选择礼貌性起身握手或者不握手，女士点头示意即可，就算认识这位男士也不必起身。
- 如果是女士前来，在座男士不管是否认识她，必须起身恭迎，来访女士说“谢谢”表示男士可以随意，不然男士必须一直站着直到女士打完招呼离去或表示入座。在等候女士入座后，男士方可坐下。在此期间，女士不必起身，点头示意即可。只有在所有人都尊敬的人士（例如国家元首或公司领导人或是一家之长）过来问候，在座女士才需起身恭迎。



午餐后的有效补给

下午茶中，“茶”对于人体健康的作用也不可忽视。红茶品性温和、香味醇厚，首先有助于强健骨骼。茶叶中含有丰富的黄酮类物质，可减少妇女患骨质疏松症的危险。

下午茶及时补充能量

面对现代社会的高效率、快节奏，上班族的午餐常常吃得太少或者过于匆忙。一顿营养均衡的下午茶不仅能赶走下午的瞌睡虫，还有助于恢复体力，还可以帮助人们保持精力直到黄昏，进而使晚餐比较清淡，养成最完美的饮食习惯。此外，实验证明，下午茶还可以增强记忆力和应变量。有喝下午茶习惯的人在记忆力和应变量上比其他人的平均分值高出 15%~20%。

常喝茶避免骨质疏松

喝红茶可以防治流感、心肌梗死、脑中风和皮肤病等。研究发现，经常用红茶漱口或直接饮用有预防流感的作用；红茶富含微量元素钾，冲泡后，70%的钾溶于茶水内，可增强心脏血液循环，并能减少钙在体内的消耗。每天喝5杯红茶的人，脑中风的发病风险比不喝红茶的人低69%。此外，红茶中的茶黄素在预防皮肤癌方面比绿茶效果更好。



Out To Hold The Classical Era 新中式生活：拥抱古典时代

文 / 赵菁 部分图片 / 李振帮、董家彤、雷音琴院

近年来，越来越多的商界大腕把目光投向传统文化，

马云用“一阴一阳之谓道”的太极思想创造了阿里巴巴生态产业链；

刘永好以“治大国若烹小鲜”的思路让新希望集团成为农业龙头企业；而手捧线装书的冯仑和爱写旧体诗的王功权，

无一不是以不断完善的“内圣”修为，通达“外王”图谋的商业帝国。

传统生活方式的复兴，让商业精英们在发自内心的热爱中，实现了身与心的平衡，感悟到老祖宗的智慧，

并把这种感悟运用在商场上，无往而不利。

眷恋传统，是直面内心的勇气，是低调的奢华、含蓄的张扬，是绚烂至极归于平淡的心境。

清风雅好

现代人想象古代文人的生活，是琴棋书画诗酒花，总感觉这份潇洒自如须以丰腴的物质为基础。其实随手翻开一册古诗文，就会发现，很多时候悠闲适来自山间明月、江上清风，来自无欲无求的内心。尽管在钢筋水泥的城市森林里，我们很难复原古人的生活，却可以通过一些简单的方式体会古人的心境，比如一盏清茶，一阙琴曲。



品茶是一个回归内心的迂缓过程，随着茶叶在热水中浮沉、舒展，一杯透明无味的水被茶色沾染、散发出温热的清芬，一颗心仿佛也被茶香浸润，变得柔软、恬淡、轻盈、愉悦。在物欲横流的时代，正是手中这一盏茶让人清醒、自省，直面自我，不忘初心。



早在三国时期，茶就被作为提神醒脑的方剂，供佛教徒修行时饮用。唐代，这缕茶香在佛门中越发浓烈。由于皇家及士大夫阶层普遍尊崇佛教，寺庙也因此而拥有大量田产可供种茶，许多寺庙出现专职茶僧，专门负责种茶制茶。赵州禅师以“吃茶去”解释什么是禅的公案，把茶与禅联系到了一起，即“茶禅一味”。

品茶如参禅，存乎一心。喝茶是一个消除烦忧、自我净化的过程，如同修禅之人通过修炼，从混乱不堪的红尘中超脱，得到澄澈透明的智慧；茶的清雅，正是禅的超然；茶的静寂，是禅的静寂。茶入口苦涩，让人想起佛所言的人生八苦；萦绕在唇齿间的回甘，是对苦的超越；从苦到甜的升华，是顿悟，是洞悉，更是智慧。茶的圆融通透包容一切的欢愉与烦恼，禅正蕴藏在最寻常的吃茶里。

其实，一杯最平常的茶，也包含着一个完整的五行世界。茶叶本身属木，需要在火上，以铁锅炒制、杀青；泡茶的紫砂壶、茶碗，由土所造；水，为茶赋予了第二次生命，让茶复活，茶“生在山中，死在火中，藏在罐中，活在水中”。也许体会到茶的诸般滋味，并不需要复杂的步骤；而只需要一颗返璞归真的心。

品茶是一个回归内心的迂缓过程，随着茶叶在热水中浮沉、舒展，一杯透明无味的水被茶色沾染、散发出温热的清芬，一颗心仿佛也被茶香浸润，变得柔软、恬淡、轻盈、愉悦。在物欲横流的时代，正是手中这一盏茶让人清醒、自省，直面自我，不忘初心。

品茶是一个回归内心的迂缓过程，随着茶叶在热水中浮沉、舒展，一杯透明无味的水被茶色沾染、散发出温热的清芬，一颗心仿佛也被茶香浸润，变得柔软、恬淡、轻盈、愉悦。在物欲横流的时代，正是手中这一盏茶让人清醒、自省，直面自我，不忘初心。



SALE
信用卡特惠

七彩云南庆沣祥茶庄专享优惠

活动时间：即日起至2014年12月31日

活动卡种：工行在北京地区发行的工银白金卡

活动内容：活动期间持工银白金卡消费，享受9折优惠（包房费和香烟除外）。

七彩云南庆沣祥茶庄

金融街店

地址：北京市西城区广宁伯街2号

电话：(010) 52601089

月坛店

地址：北京市西城区月坛北街26号

电话：(010) 58565229

富力城店

地址：北京市朝阳区富力城星光大道A9座7号

电话：(010) 58761666

安贞店

地址：北京市东城区北三环东路36号环球贸易中心C座F1-F3

电话：(010) 58256555

主语城店

地址：北京市海淀区首体南路9号主语国际中心8号楼

电话：(010) 88426877

网址：www.qfxcha.com





悠远清越、古意盎然的琴音，像一道屏障，阻挡住外界的喧嚣，世界只剩自我与琴，专注于手指在丝弦上游弋的当下，在琴声中感受内心的平和愉悦，玩味『味外之旨、韵外之致、弦外之音』。



与茶类似，琴也包含着传统文化特有的宇宙观。古琴是我国最早的拨弦乐器，传说为上古帝王创造，成型于东汉，如今仍有一些唐宋以降的历代名琴流传于世。琴最初为五弦，代表金、木、水、火、土五行，后相传周文王加文弦、武王加武弦，遂成七弦；13个徽代表一年12个月加上一个闰月。古琴有泛音、散音、按音三种音色，称为天地人三籁。泛音清冷缥缈，象征天；散音沉滞凝重，象征地；按音变化多端，如人呢喃，代表人。三音交错，正是万物。

自诞生之初，琴就与文人之雅密不可分，留下无数典故传说，高山流水遇知音的动人、蔡文姬胡笳十八拍的哀怨、嵇康广陵曲散的悲壮……但是最懂琴的文人，当属唐代诗人王维：“独坐幽篁里，弹琴

复长啸。深林人不知，明月来相照。”一首《竹里馆》寥寥数语点出琴的特点：弹给自己听。

琴以悦己，箏以悦人。相对于古筝华丽清亮的音色，古琴无疑是安静的、流向内心的。悠远清越、古意盎然的琴音，像一道屏障，阻挡住外界的喧嚣，世界只剩自我与琴，专注于手指在丝弦上游弋的当下，在琴声中感受内心的平和愉悦，玩味“味外之旨、韵外之致、弦外之音”。

周作人先生谈论喝茶时曾说：“喝茶之后，再去继续修各人的胜业，无论为名为利，都无可不可，但偶然的片刻优游乃断不可少”，喝茶如是，弹琴亦如是，“得半日之闲，可抵十年的尘梦”，偷得浮生半日闲，让因拼搏而略显疲惫的身心得以小憩，已是弥足珍贵。



大雅文房

千百年来，文房四宝一直是文人的符号，而人们对书法艺术的深情凝望，让它们不仅是书法艺术的载体，本身也成为独具风韵的艺术品，呼应着属于古时代的风流典雅。

范增先生曾用“有情界”形容中国的文字，汉字蕴含着书写者的心性与感情。书法则是传情达意的语言与表述方式。墨韵荡开，是山高月小，是驿外断桥，是江山万里，更是中国特有的典雅与智慧。

书法是时间的艺术，呼吸、运笔、墨迹晕开，时间过去了，纸上留下的是写字时的心境，手中字是心中事，更是意中情。书法是空间的艺术，线条的勾勒、形体的架构、墨色的浓淡、气韵的变化，一丝不苟地呈现在纸上，落笔无悔。书法更是天人合一的艺术，世间万物的生长、枯荣、生命状态，被古代书法家观察、体悟，融汇于笔墨之中，通过点画表达。书法的墨色之黑与底色之白，与中国人的性格一脉相承，虽然朴素，却跃动着深不可测的生机。所以我们在《兰亭集序》里，能感受到永和九年那场醉中东晋文人“仰观宇宙之大，俯察品类之盛”的旷达洒脱；在张旭“矫如群帝骖龙翔”的草书里，看到大唐盛世的恢宏张扬；在宋徽宗《秣芳诗》空前绝后的清妙中，体会到一个王朝气数已尽的颓败。



从古至今，书法都是一门贴近生活而远离生活的艺术。古代书法家随手写便条，如今被人们小心翼翼地供奉在深宫里，但是对于书写者而言，它就只是一张便条。说到底，书法是个人的、内在的艺术，虽关照万物，却不期待万物的回应。所幸，在当下这个纷繁喧扰的时代，一些有识之士愿意从喧嚣中抽身，以大隐于市的姿态，用笔、墨、纸、砚滋润心灵的成长。

笔、墨、纸、砚的雅号来自以风雅著称的宋代。北宋文人梅尧臣在《再和歙州纸砚》一诗中写道：“文房四宝出二郡，迩来赏爱君与予。”南宋文人陆游《笔砚纸墨戏作》诗有“水复山重客到稀，文房四士独相依”一联。“文房四宝”表达的是笔、墨、纸、砚的珍贵，文房四士则显示出它们被文人另眼相看而具有特殊的意义。

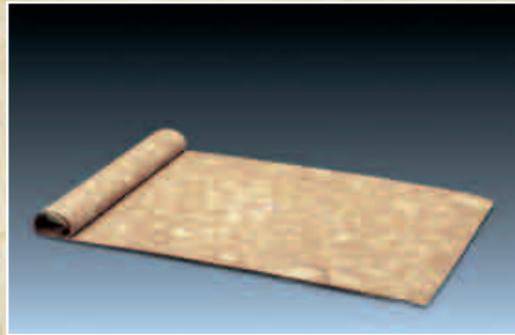
【笔】

笔为文房四宝之首，早在四五千年以前，笔就出现在历史长河中。毛笔柔软，不盈一握，正如蔡邕所言：“惟笔软则奇怪生焉”，这份柔软，成就了笔走龙蛇、变幻莫测。毛笔之柔，柔中藏锋，中锋的圆润、藏锋的含蓄、露锋的直接，一笔一画如同抑扬顿挫的琵琶曲。毛笔之柔，柔中带韧，“入木三分，力透纸背”，笔画的精、气、神全靠柔软的笔来传递。毛笔之柔，是酣畅的自由，笔随心动，起笔落笔之间，展现的是淋漓尽致的心性。



【墨】

墨的历史长达三千年，一锭好墨，除了材质的珍稀之外，往往还汇集了书法、绘画、雕刻等艺术，所以古人会发出“有佳墨者，犹如将之有良马也”的感慨。白纸黑字，本是朴素，却有“墨分五彩”的艺术效果。浓厚的墨色，如同盛夏里的一池碧波，漾着水痕，映着天光；枯槁的墨迹，恰似隆冬干枯萧瑟的树枝，自有美丽简洁的姿态。墨为实，纸为虚；墨为有，纸为无，留下的是妙趣无穷。



【纸】

造纸术是我国的四大发明之一，东汉时经过蔡伦改良，沿用至今。纸寿千年，我们今天仍然能看到远至汉代的纸，虽然是残片，却骄傲地展示着绵长的耐心和旺盛的生命力。近年来，宣纸越来越受到藏家的注意，懂行的书画爱好者每年也会囤一些高质量的宣纸，经过时间洗礼的宣纸，会让书写更得心应手。



【砚】

砚产生于春秋时期，一方好砚本身就是艺术品。广东的端砚、安徽的歙砚、山西的澄泥砚、甘肃的洮河砚并称为“四大名砚”，其中老坑端砚最为名贵，自古就有“细润如玉，发墨而不损毫”的美誉。尽管瓶装墨汁的方便快捷有目共睹，但是热爱书法的人还是习惯用墨块在砚台上细细磨出一泓浓郁的墨，磨墨的过程，也是让内心安静下来，从生活走向艺术的过程。

雅室乐居

中国传统室内陈设与传统书画有相通之处，空间是宣纸、陈设为笔墨，不仅重视笔画，还注意留白——很多时候，留白比墨迹更费心机，这种“计白当黑”、虚实结合的思想，似乎也只有中式风格才能实现。

唐代文学家刘禹锡以一篇《陋室铭》构建出传统的理想家园：一方自然景物之中，有在天地之间，却要求大到空间的划分，小到细节的斟酌，每一个层次累积而成。



如果书法、饮茶、弹琴是关照内心的生活方式，那么传统家居则是把内心世界外化，空间的隔断、家具的布局、摆件的陈设，无不彰显了主人独特的品位与精神境界。

唐代文学家刘禹锡以一篇《陋室铭》构建出传统的理想家园：在自然景物之中，有一方可调琴读经的自在天地。其实古代文人对于室内陈设的要求，不是穷侈极奢，不是铺张扬厉，而是舒适、自由、天人合一。如今，中式风格因其贴近传统而备受青睐。“陋室”，看起来简单，却要求大到空间的划分，小到条案的摆放，每一个细节都是由胸襟、

学识、阅历层层累积而成。

除了砖墙、隔扇等固定的隔断，方便移动的屏风、轻薄柔软的帷幔、半敞开的博古架等，起到了划分空间的作用，却不是把空间与视线生生隔开，而是追求“隔而不断”，既含蓄地表示空间的变化，又半遮半露地增添了居室的层次与深度；更何况，这些空间本身也带着欲说还休的风情，有多少醉人的爱情故事，发生在屏风背后、纱幔之中啊。

中式室内陈设，以仿古家具为主体。明清两代是古典家具的黄金时期，不仅文人才子、士大夫倾心于家具设计，连皇宫贵族都亲自动手制作家具。流传至



今的古典家具多为案、桌、椅、床等，深沉的色泽、简洁的造型、精巧的结构、细致的雕工、精美的装饰，让明清家具超越了日用品的范畴，散发着独特的韵味与魅力。

考究的仿古家具多用硬木材质，如红木、乌木、紫檀、铁梨、黄花梨等，这些木材本身就是一幅天然的水墨画。黄花梨有着行云流水、绚丽斑斓的花纹，乌木、紫檀色泽如黯夜般浓郁。真正的好家具都不刷漆，打磨的功夫到了，家具自然会闪现出温润如玉、雍容华贵的微光。传统家具造型多为圆形或椭圆形，很少用带棱带角的方料，既注重使用者的感受，又迎合了圆融通透的审美情趣。

在这个乱花渐欲迷人眼的世界上，如果有自己的一方天地，朴素、洁净、清雅，让身、心各得其所，或写字，或品茶，或听琴，恐怕才能体会古人所说的，此心安处，即是吾乡。

SALE
信用卡特惠

天居和（红木家具）专享优惠

活动时间：2013年12月1日至2014年9月10日

活动卡种：工银白金卡、工银信用卡金卡
活动内容：刷工银白金卡享全单9折；刷工银信用卡金卡享全单9.5折。

天居和

天居和（红木家具）

地址：北京市东城区王府井大街88号银泰百货6层C16

电话：(010) 59785649

网址：www.tianjuhe.com





Ride A Bike 单车达人，酷玩生活

在发明之初，自行车因为稀缺与新奇，成为奢侈之物。

随着自行车作为简易代步工具普及而来的，是自行车价值的平民化。而如今，作为环保、时尚生活方式的自行车逐渐分化出不同层次与个性：可以简单，可以酷玩，可以奢侈，也可以充满设计美学……

源于德国的奢侈血脉

1817年，德国人德莱斯在法国巴黎发明了带车把的木质两轮自行车。自行车问世后，不但迅速成为当时欧洲人青睐的交通工具，也成为一种时尚的标签，各大奢侈品制造商都生产这种高级定制的奢侈品。例如，1894年英国贵族培生爵士与夫人到纽约旅行时，就送了一辆车把是纯银打制的Tiffany自行车给他的夫人。而中国末代皇帝溥仪更是自行车收藏界“鼻祖级”人物，不但收藏了20多辆当时最高端的自行车，还锯掉了许多紫禁城内的门槛以方便骑车。

清末民初，一辆自行车均价在80银元，相当于今天一辆中档汽车的价格。1907年，日商在天津开设的加藤洋行为了推销自行车，推出了分期付款方式，其广告称：“以三个月内为限，头一月付洋30元，第二月30元，第三月20元。若付现洋，每辆75元。”这种促销方式，可是领先了轿车几十年。

在欧洲，自行车受欢迎的程度仅次于足球，被誉为“有钱人的时尚”，是“环保”、“低碳”和“慢生活”的标志。英国《每日邮报》报道，调查发现，与英国最穷的五分之一人口相比，该国最富有的五分之一人口平均每年骑自行车出游的路程长度是前者的5倍。



大牌操刀，不得不服

现在，从好莱坞明星到街拍潮人，从总统到平民，经常可以看到他们骑着古董自行车的场景。奢侈品品牌争先恐后地推出自己品牌或与其他品牌跨界合作的自行车。

2008年“时尚大帝”Karl Lagerfeld设计了“纯手工制作”全黑色香奈儿自行车。皮革部分采用经典的菱格图案和双C标记，价格为12150欧元（约121500元人民币）。同年，为庆祝北京奥运会，古驰推出了“8-8-2008”限量系列红色皮革装饰自行车，售价3420美元（约21800元人民币）；爱马仕、芬迪、阿玛尼等也都推出过各具品牌特色的自行车。

🚲 最贵自行车

汽车制造商无论是宝马、奔驰还是法拉利、保时捷，都会在每年推出特别定制的自行车。例如阿斯顿·马丁和高端自行车制造商FACTOR合作，在2012年推出的SUPERBIKE，全球仅限量77辆，和其旗下超级跑车同名——“One-77”。据介绍，这种自行车全车运用碳纤维制作，并搭载八辐式竞速级车胎，同时车上还装备了一个先进的计算机系统，该系统包含了一系列复杂的传感器组件，其中有GPS、后轮速度感应器、曲柄位置传感器等部件。这些仪器能够为车手提供多达100项以上的数据以供参考，绝对可以媲美超跑，每辆25000英镑的售价，也赢得了“最贵自行车”的称号。

无需汽油的驰骋乐趣

“无需汽油，也能享受自由驰骋的乐趣”。这句著名的自行车广告语的潜台词是，它们的消费者是一群有经济基础、有独特生活方式的人。

和其他奢侈品不同，自行车所代表的“奢”不仅是价格本身。它意味着除了买得起一辆好自行车，还要有与之相匹配的健康体魄，否则就无法享受这项运动所带来的快乐。

猎奇和独特性更是富人的消费追求，现在最能彰显身份的是，车库里除了放着几辆超级豪华轿车，墙上还要挂着相同品牌的限量版自行车，同时车上挂着奢侈品牌的定配水杯。

目前，国内高端奢侈品自行车市场一般分为三类：一类是像闪电、Tyrell等专业自行车的生产大家；第二类是豪华汽车品牌开拓的同品牌自行车，如法拉利、奔驰、宝马、路虎等，这些自行车的售价在3000元~5000元；还有一类是香奈儿、爱马仕等国际一线奢侈品牌生产的单车，后者都是靠其品牌效应吸引视线。

车中娇宠，“烧钱”自行车

大牌设计，名家操刀。假如你恰好既讲究专业，又对美感、品质有所追求，那么以下几款自行车正好符合你的品位。



Trek Madone 7 钻自行车

价格：75000 美元

2005 年，就在兰斯·阿姆斯特朗获得其创纪录的环法自行车赛七连冠之时，Trek 生产了 Madone 5.9 自行车，装饰有 100 颗白钻，以及车身前部标识上的 7 颗人工打造 1 克拉钻石。这辆绝无仅有的自行车在一次慈善拍卖会上以 75000 美元的价格成交。

Aurumania 水晶版黄金自行车

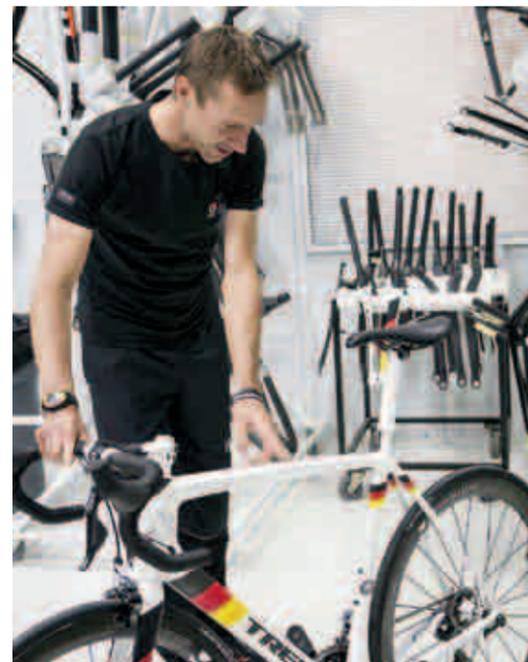
价格：101000 美元

法国公司 Aurumania 生产的是闪亮亮的自行车产品：水晶版黄金自行车售价 101000 美元，拥有镀金车身框架、轮胎和轮辐，另有 600 颗施华洛世奇水晶。如果有谁怀疑这辆自行车不过是个标榜其高尚地位的标志的话，Aurumania 还出售价格在 6000 美元左右的镀金支架自行车。

Montante 奢华黄金系列自行车

价格：46000 美元

对不想把高级时装弄皱却又有几万美元闲钱可花的女士们来说，意大利自行车制造商 Montante 能满足她们的要求。奢华黄金系列自行车包覆盖着 24K 金，各个零部件上共镶有 11000 颗施华洛世奇水晶，还有真皮座椅、手柄及马达等。



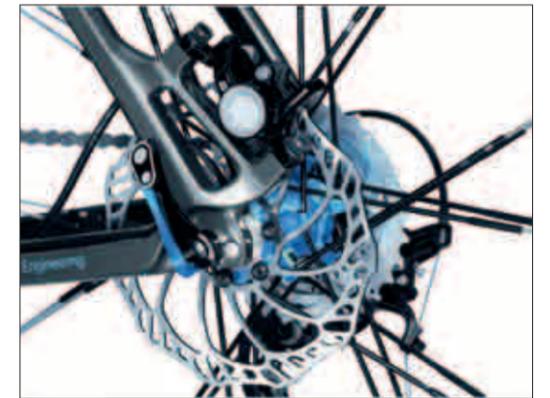
保时捷 porsche bike s

价格：约 5042 美元

保时捷 S 型号自行车设计灵感来自于 GT 款公路车。采用了高品质的 7005 铝材打造车体骨架，在能够提供较大的平衡性以及更为柔韧的阻尼效果的同时，保证更好更舒适的骑行感觉。为了能够更好地强调这种舒适性，链条系统都换成了牙轮皮带来驱动自行车，让人有着如驭清风的感觉。

变速系统是来自 Shimano 品牌的 11 速 Alfine IGH 变速器。Shimano 有多厉害？创立于 1921 年的 Shimano 品牌，打破了以往静态的、以单独零件为核心进行设计的思路，大胆采用了以功能零件为目的、以自行车系统的综合机能为纲的动态式设计方式，树立了其独树一帜的功能系统设计思想，创造了众多的革命性产品。

在安全方面，保时捷为这款自行车装备了最新一代的 Magura 品牌真空液压式碟刹和经过特殊优化的低阻力轮胎。可以改变以往线式碟刹在某些特殊情况下的不稳定。



常用自行车配件

头盔：可以保障骑行人的安全，还能提高赛车运动员的成绩。质量不错的头盔售价一般在 150 元~200 元。

码表：可以在表盘上显示当前时速、平均时速、最高时速、总里程、当次里程、时钟和骑行时间等信息，售价在 30 元到数百元不等。

手电：自行车用的小型强光手电一般采用 LED 灯，售价多在 40 元~100 元。

加厚坐垫套：质量较好的坐垫套售价一般在 25 元~60 元。

自行车前包：一般安装在车架上靠近车头的位置，易于拆卸，售价为 20 元左右。



工银白金卡金隅凤山温泉度假村 988 组团住别墅

SALE
信用卡特惠

活动时间：2014 年 5 月 9 日~6 月 30 日每周周末（5 月 30 日、31 日、6 月 1 日除外）

活动卡种：工银白金卡

活动内容：

1. 本次活动将随即选取 2 栋别墅进行，别墅将按房间单独出租，每个房间 988 元房费（含 2 人早餐），每栋别墅仅限 3—4 个家庭（根据别墅房间数量），如果预约家庭不足，则不成团。
2. 凤山温泉俱乐部将于活动开始日接受预约。单栋别墅按房间预约，预约成功后每个家庭需要在 2 日内提前交付 988 元房费，房费到账则预定成功。此活动优惠力度大，并涉及到其它团队的参与，预约成功并支付房费后将不予退还。
3. 参与顾客当日需携带身份证件原件办理入住，入住时间为当日 14:00 后，次日中午 12:00 前退房。
4. 白金卡持卡人参与本次活动，凭本人工银白金卡入住别墅时可获领蟒山森林公园门票 2 张。



金隅凤山温泉度假村

地址：北京市昌平区蟒山路 1 号

电话：(010) 60711866

网址：www.fsdj.com.cn



On The Treatment Of Insomnia

告别初夏失眠症

文 / Lancy.Q

从春季气温回暖开始，人的神经系统将随之进入活跃、兴奋阶段，而到了初夏更是失眠症的高发期。在这种看似相似的症状背后却隐藏着不同的原因，有的是躯体酸痛引起的，有的是心理因素引起的，有的是不良生活习惯所致。这些都是造成失眠的原因。所以若想解决失眠问题，首先要了解自身失眠的原因，而非盲目地靠服用药物来解决。



🕒 芳香伴入梦

失眠原因：身体酸疼

缺乏运动、长时间的不正确坐姿，以及运动损伤，这些一点一点地侵蚀着人们的身体，导致许多工作繁忙的商务人士全身“筋骨痛”，尤其是到了晚上更是酸痛难忍，令人辗转难眠，睡眠质量大打折扣。

针对此种情况，可以通过芳香 SPA 来缓解。透过触觉上的按摩及嗅觉上的薰香，在生理上减少肌肉紧张、安定神经，并让疼痛得到暂时的舒缓，也能让人产生平静的感觉，进而影响心理和情绪，如减低焦虑、舒缓压力、松弛紧张，为调节睡眠奠定良好的基础。

助眠方法：香疗 SPA

SPA 想达助眠的效果，与所选择的产品功效直接相关。说到助眠的精油，许多人的第一反应就是薰衣草，薰衣草固然是一种功效全面又好用的精油，但是，其实有许多精油都有助眠的作用：在初夏的夜晚，最适合用橙花薰香，温暖浓郁的花香混合浓烈的甜橘子香，纯洁而温暖，让人不由得产生一种舒缓的酥麻感；花梨木兼具花果香、木质香和玫瑰气息，能引导能量流动，带你走入一个更温柔松弛的天堂；此外，甜橙、苦橙叶、马可兰、安息香、佛手柑、肉豆蔻、依兰等都对舒缓神经、安然入眠有帮助。

产品功效的最大发挥，需要借助专业设备或 SPA 手法。专业的 SPA 理疗师会带领你的身心慢慢进入全然的放松状态。若有似无的音乐和特有的指法，让你产生舒适的睡意。这个时候，也许只有闭目享受才是唯一的应对之策。



工银白金卡“280 美丽套餐” SALE 信用卡特惠

活动时间：2014 年 5 月 1 日~2014 年 8 月 31 日

活动卡种：工银白金卡

活动内容：工银白金卡持卡人到美丽田园、史云逊、良子健身，使用工行 POS 刷卡可享“280 美丽套餐”

活动说明：

1. 客人须以工银白金卡支付费用方可享受优惠。
2. 此活动不与其他优惠同时使用。

美丽田园

活动一：工银白金卡持卡人到美丽田园各门店使用工行 POS 刷卡可 280 元体验 2000 元项目套餐一次（三选一）：

1. SPM BODY 30 (¥380) + SPM UP 紧致塑颜护理 (¥980) + 骨胶原面膜一张 (¥250)
2. 纯新胶原精华护理 (¥680) + 天使白 3D 立体美白 (¥980) + 骨胶原面膜一张 (¥250)
3. SPA-RF 溶脂纤体 (30 分钟) (¥1800) + 骨胶原面膜一张 (¥250)

活动二：持工行白金卡在美丽田园店面，通过工行 POS 刷卡入会，3000 元起可享 6 折消费，10000 元封顶。预付费卡有效期为 2 年。

美丽田园（国贸店）

地址：北京市朝阳区建国门外大街一号中国国际贸易中心国贸商城地上二层 L223 铺位

电话：(010) 65051922

*更多门店信息请拨打美丽咨询热线 (010) 84195162

史云逊健发中心

工银白金卡持卡人到史云逊健发中心各店使用工行 POS 刷卡可 280 元体验 2000 元项目套餐一次（二选一）：

1. 头皮滋润补水课程：头皮注氧护理 (500 元) + 头皮去角质 (180 元) + 发丝修护课程 (285 元) + 高级头发维生素护理 (970 元)
2. 全效深度油脂平衡课程：头皮注氧护理 (500 元) + 头皮净化护理 (285 元) + 头皮油脂纠正护理 (570 元) + 彩光发根能量巩固护理 (300 元)

史云逊（丽都店）

地址：朝阳区机场路将台路 6 号丽都广场首层 218 号商铺

电话：(010) 64301299

*更多门店信息请拨打健发咨询热线 400-881-5198

良子健身

工银白金卡持卡人在良子健身（北京 18 家直营店）享 280 元（原价 426 元）优惠套餐。包括高级足疗（原价 328 元）+ 普通头部按摩（原价 98 元）

良子健身（非凡足迹亚运村店）

地址：北京市朝阳区安立路甲 54 号九台 2000

电话：(010) 6538 9999

*更多门店信息请拨打商家电话 010-65389999 或 82080000 咨询



睡眠先睡心

失眠原因：心理因素

初夏，由于气候往往变化无常，容易使人情绪低落、焦虑烦躁。所以性情的亢奋容易导致神经系统的功能异常，造成大脑的功能障碍，从而引起失眠。那么我们究竟该如何从情志出发，解决睡眠的困扰呢？答案是：“睡心”。因此，睡前的心神保健尤为重要，静坐调息有助于神志平顺、心思安宁。只有心安了，才能快速地进入睡眠状态。

静坐调息能有效地强化血液循环，调整神经、脊髓、心脏等内脏器官的功能，并能消除因身体紧张而引起的思维混乱，特别是对神经系统有良好的调节效果。通过一些静坐练习可以很好地调节和缓解我们心理的压力，可以达到静心之效。心平气和之下，失眠不药而愈。

助眠方法：静坐调息

静坐的具体做法：端坐在椅子上、床或沙发上，大腿平放，小腿要直，两脚分开，放松腰带，头颈正直，下颌微收，背伸直，两肩下垂，全身放松，闭目闭口，舌抵上腭，两手交叉放于腹部，两拇指按于肚脐上，手掌捂于脐下，同时，将意识集中在脐下手掌捂处（丹田穴上），然后闭目默念“空、静、虚、无”，吸、呼气时默念一个字如空，吸气时什么也不要，呼气时默念空，一直默念到呼完气。

依此类推一个字一个字默念，目的在于一念代万念，呼吸基本要求深、细、长、匀、缓，遵守“松、静、自然”的原则。如此便可达到调身、调心、调息的“三结合”境地，进入一种似有似无、如睡非睡的忘我虚无状态，这就是所谓的“入静”，会使你感到全身非常轻松舒适。

静坐有法

静坐训练是一个长期的过程，至少坚持两个月才能让人睡眠状况有所改善。在初始阶段，你每一次坐下来静坐的时间长短是无关紧要的，固定在每日的同一时间训练比坐的时间长短更为重要，对于初学者而言，五分钟足矣。随着时间的推移，静坐的时间会主动延长，最终可能一天坐12到20分钟，甚至更多。



顺势而为助好眠

失眠原因：不良生活习惯

现代都市生活节奏快、压力大，经常熬夜加班或是外出应酬，直至凌晨两三点钟无法入眠，使得睡眠时间被大大压缩，扰乱了人体固有的生物钟，严重透支了身体健康。初夏，由于天气炎热，晚上更容易让人心情烦躁，无法入睡。

助眠方法：夜卧早起

人体不仅是一个有机的整体，同时也是自然界的一部分，会受到自然界变化的影响。人类的睡眠过程与自然界的日出日落休戚相关。中医理论认为阴气盛则寐，阳气盛则寤。尤其是在子午之时，阴阳相接，人体必须静卧以平衡气血阴阳。

初夏白日渐长，正是阴消阳长之时，睡眠应遵循“夜卧早起，广步于庭，被毛缓行，以使志生”的原则。做到“天人相应”，才是根本的调养之道。尽量争取晚上11点就洗漱上床，如果因为有事迟迟不能入睡，早上也千万不要赖在床上。每天早睡早起，只有这样坚持不懈，优质的睡眠才有可能回到我们身边。



助眠方法：每日足浴

足浴是一种简便易行、效果可靠的助眠良方。宋代大文豪苏东坡有诗句“主人劝我洗足眠，倒床不复闻钟鼓”，充分体现了睡前足浴有助于睡眠。泡脚时，水温以40℃~50℃，脚部感到暖和舒适为宜；水量以淹没脚踝部位为佳；双脚浸泡5~10分钟，为保持水温，可边洗边加热水。同时，用手缓慢、连贯、轻松地按摩双脚，先脚背后脚心，直至发热为止。这样，能使局部血管扩张，末梢神经兴奋，血液循环加快，新陈代谢增强。如能坚持每日足浴，不仅有保健作用，还对神经衰弱引起的头晕、失眠、多梦等症状有较好的疗效。

足浴有法

1. 选择杉木和香柏木的足浴木桶，最好不要用铜、铁、塑料盆具。
2. 身边准备另外的热水，保障水温的恒定，每隔3~5分钟续加一次。
3. 有的人足浴后会变得很清醒，这样就安排自己在上床入睡前一个小时左右进行足浴。





重拾身体能量，卓越焕然新生 ——“关爱女性健康”工银白金卡俱乐部活动

在致力于客户财富增长的同时，工商银行北京分行更关心客户的健康。3月7日，北京分行举办了2014年第一期工银白金卡俱乐部活动——“三八关爱女性健康沙龙”。此次活动特别邀请了40余位高价值白金卡客户，一起体验来自古印度的健康养生方式——阿育吠陀生命科学。

本次活动秉承了工银白金卡俱乐部“精选内容、服务高端、推陈出新”的创办宗旨。进一步打造分行工银白金卡俱乐部品牌形象。活动现场，来自印度的医学专家为每位到场嘉宾进行把脉问诊，根据每个人的体质提供量身定制的健康生活建议书，指导嘉宾们如何在日后生活中调整目前存在于体内的失衡状态。到场嘉宾不仅对新颖的活动内容高度满意，更对专属化的活动形式给予了充分肯定。

开启白金卡私人定制之旅 新西兰私人定制旅行品鉴沙龙活动

3月28日，分行在私人银行部举办了“奢华变奏曲”新西兰私人定制旅行品鉴沙龙活动，由此开启了白金卡私人定制之旅。100余名私人银行客户和白金卡持卡人应邀参加了本次活动，银行卡业务部、私人银行部负责人出席了本次活动。

本次活动开辟增值服务新思路。契合了当下高端客户的私人定制旅行需求，突出了独特产品、专项服务的理念。同时，拓展了高端客户维护的新途径。活动现场除旅行产品介绍外，银行卡业务部和私人银行部对环球旅行卡、多币种卡、出国留学、旅行支票等金融产品进行了多层次立体营销，为持卡人提供一揽子出国金融服务，对客户后续跟踪营销设计了全套营销方案，为深度挖掘客户价值，提高客户黏性提供了有效的服务支持。

本次活动是工银白金卡私人定制旅行增值服务的开篇之作，随后，分行将继续跟踪成行结果，并对客户旅行进行跟踪报道。同时，分行将调研市场需求，进一步挖掘旅行资源，努力将“私人定制之旅”打造成一项有品牌、有市场、有价值的常态增值服务。



邀您智享“白金人生”

“白金人生”是《睿意品辑》杂志的主打栏目。

一直以来，着力聚焦精英人士生活态度，探寻巅峰群族生活精神。

力图在展现财富创造者的人生智慧，揭示财富背后不同的价值选择。

未来，我们将继续通过访谈的形式，聆听智者感悟。

同时，也期待着更多财富阶层的榜样人物做客“白金人生”栏目，与优质的白金卡持卡人一起挖掘财富本原，智享“白金人生”。

如您有“与众不同”财富故事和人生感悟，请致电（010）66410055—9337，与我们联系。