

您身边的银行 可信赖的银行

ICBC 工银牡丹卡



Platinum



关爱健康，远离肿瘤
白金卡健康体检增值服务

白金私享家，健康体检增值服务

活动时间：2014年4月1日至2015年12月31日

活动卡种：工银白金卡

活动内容：工银白金卡持卡人每年有一次机会以白金特惠价享受如下四项目中的一个项目，若参与多个项目，按集团价格计算。

1. 女性乳腺专项：白金特惠价：268元或13.4万等值白金卡积分/集团价格：400元
2. 女性妇科专项：白金特惠价：268元或13.4万等值白金卡积分/集团价格：400元
3. 男性前列腺专项：白金特惠价：268元或13.4万等值白金卡积分/集团价格：400元
4. 甲状腺专项（男女通用）：白金特惠价：168元或8.4万等值白金卡积分/集团价格：200元

预约时间：周一至周六8:30-16:30（国家法定节假日除外）。

参与方式：持卡人直接拨打北京美兆体检中心预约电话（400-010-5088）进行咨询预订，经确认即可。

商户地址：北京市东城区东长安街1号东方广场E2座5层

- 活动说明：1. 持卡人须以工银白金卡支付费用方可享受此优惠；
2. 此优惠不与其他优惠同时使用。

网站 www.icbc.com.cn 服务热线 95588

ICBC 中国工商银行

中国工商银行北京市分行

睿意品辑
Wisdom Newsletter

贵宾专享

2014.9 总第二十二期

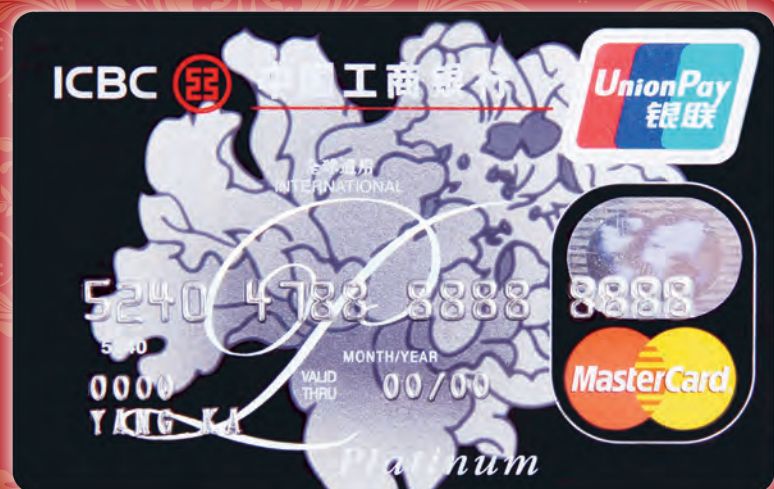


古韵今尚，豪华列车“慢”旅行

Khunu：从高原之舟到绿色奢华
寻“秘”北欧 不走寻常路
西班牙米其林餐厅的星级味道
听食材讲故事



Platinum 白金私享家



尊享专属礼遇

ICBC Platinum Credit Card

白金私享家，尊享“一人免单”礼遇

活动时间：2014年7月1日至2014年12月31日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

THE PENINSULA
BEIJING
王府半岛酒店

酒店 JING 餐厅自助晚餐，尊享“买一赠一”
水疗中心 ESPA 身体护理周一至周五，
尊享“两人同行一人免单”

地 址：北京市东城区王府井金鱼胡同8号
电 话：总机 (010) 8516 2888


THE RITZ-CARLTON
BEIJING

香溢餐厅周一至周三自助午餐，尊享“买一赠一”
地 址：北京市朝阳区华贸中心建国路甲83号
电 话：(010) 5908 8161


長富宮飯店
HOTEL NEW OTANI CHANG FU GONG

兰花台咖啡厅用自助晚餐，尊享“买一赠一”
地 址：北京市朝阳区建国门外大街26号
电 话：(010) 65125555、58775555


aloft
BEIJING WANDA PLAZA
北京万达嘉华酒店

W xyzSM 吧饮品每周五晚，尊享“买一赠一”
地 址：北京市海淀区远大路25号2座
电 话：(010) 8889 8000

SOFITEL
LUXURY HOTELS
北京万达嘉华大酒店
WANDA BEIJING

VIC 自助餐厅，尊享“买一赠一”
地 址：北京朝阳区建国路93号万达广场C座
电 话：(010) 8599 6666-6521

THE WESTIN
BEIJING
CHAOYANG
金茂北京威斯汀大饭店

知味餐厅自助餐周一至周五，尊享“买一赠一”
地 址：北京市朝阳区东三环北路7号
电 话：(010) 5922 8880


pullman
HOTELS AND RESORTS
北京亦庄普华酒店

嘉仕德自助餐每周五、六、日，尊享“买二赠一”
地 址：中国北京亦庄经济技术开发区荣华南路12号
电 话：(010) 8722 8888


鸿宾园酒店
HUIYUAN HOTEL

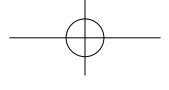
鸿宾园咖啡厅小火锅自助或广式茶点尊享“买二赠一”
地 址：北京海淀区北正黄旗59号
电 话：(010) 5989 8888


Merchantel
广电国际酒店

红酒屋西餐厅，尊享套餐“买一赠一”
稻禾善日式餐厅，尊享套餐“买一赠一”
地 址：北京市西城区西便门外大街2号
电 话：(010) 6806 6588

更多信息请登录工行网站：www.icbc.com.cn - 优惠活动





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
Wisdom Newsletter



48

旅游 Travel

夜巴黎，倾世之美

秋意盎然，灯火阑珊，城市夜色斑斓，有倾世之美。法国人相信没有巴黎就没有法国，世人宣称没有看过夜晚的巴黎，就不算见识过巴黎的美，一百个人心里有一百种魅惑夜巴黎。

52

旅游 Travel

重磅定制 饕餮之旅 西班牙米其林餐厅的星级味道

对于已有100多年历史的“米其林餐厅”概念虽然已经耳熟能详，但大多数餐厅身处欧美的现状，令我们少有机会亲身体会它的与众不同，同时冗长的预订等待时间，也令米其林餐厅之旅难上加难。如今，亲身感受多家米其林餐厅的星级味道，为了一餐食而策划一次旅行再也不是遥不可及的奢望。

56

旅游 Travel

寻“秘”北欧 不走寻常路

一段全新的旅程，两段便捷的国际直航，三次游轮体验，四处世界文化遗产……一路向北，在环波罗的海的文化之旅中遇见别样风景。

58

飨宴 Food&Wine

听食材讲故事

这是几个关于食材的真实故事。我们一路回溯到食材的原产地。从森林到舌尖，从茶树到杯盏，从草原到餐桌……只为回归本原。

64

文化 Culture

木版水印：水墨墨章的传奇

木版水印有中国印刷史的“活化石”之称，在传统文化中独具魅力：它为传播文明而生，又在传播过程中逐渐形成了自己特有的文化传统；它是活在当下的手工技艺，更是有着悠久历史的艺术；它是文化的载体，更是文化本身。

68

珠宝 Jewelry

皇室珍宝，型格重生

珠宝与王室似乎有着某种难以言喻的联系。价值连城的王室珠宝，不仅承载着无上的荣耀、诠释着旷世的爱情，更牵连着国家的命运。

72

典藏 Collection

闲话青铜器

汉之前，人们称青铜为“金”。从这个称谓中，我们便可见，在那段久远的历史时期当中人们对其的珍视程度了。“金”是贵重的材料，不是人人皆可用之。彼时，只有贵族才能享用，而寻常百姓则很难窥其真容。

76

养生专题 Feature

秋季危害宝宝健康的两大“通缉犯”

在秋季，秋季腹泻和流行性感冒是常见的威胁宝宝健康的两大元凶。怎样才能让秋季常见病远离宝宝，让宝宝和爸爸妈妈一起享受这个丰收的季节呢？

78

养生专题 Feature

私人牙医，你的健康代理人

无论牙齿是否有问题，每隔半年拜访一次牙医是最基本的健康投资。拥有自己的私人牙医已是新时代的健康必修课。



06

国内时事 Domestic Events

08

工行新闻 Bank News

10

特稿 Column

有闲阶级：哲学人生的大赢家

苏格拉底说闲暇是所有财富中最美好的财富。在古希腊拥有闲暇的人生，不仅仅是富人，还包括哲学家。拥有财富是物质基础，拥有哲学的生活视角才能智慧地生活，平衡人生可不仅仅是富人的专属。经济能让人看清社会，哲学能使人思考人生。我们努力挣钱，有些时候是为了更有价值地花掉，某种程度上，诗意人生也体现在：你花了多少钱，就能听见多少响。

14

白金卡知识 Credit Card

16

白金卡活动 Credit Card

18

白金人生 Figure

丹青不老，水墨梅花——画家刘玺生

2014年，中法两国庆祝建交50周年，北京国家博物馆共襄盛举，举办“中法书画名家作品联展”，展出的30余名书画名家40多幅作品中，国画《锦绣江山》正是出自中国国画大家刘玺生先生之手。

24

品质生活 Quality Life

古韵今尚，豪华列车“慢”旅行

接二连三的空难，一次又一次挑战着大众承受能力的极限，“恐飞”成了近期出镜率最高的词汇之一。面对一天天临近的长假，你是否会有些茫然无措？放弃原定的行程，抑或是胆战心惊地走上飞机舷梯。然而，正如人们常说的“上帝为你关上一扇门，就必定会为你打开一扇窗”。无奈之下的尝试或选择，有时会让人收获前所未有的惊喜。既然“恐飞”的阴霾依然萦绕心头，那么，不妨“静”下心来“慢”看风景。虽然，火车旅行不如乘坐飞机快捷，却多了一份惬意和奢华，让你将景色放在眼里，烙进心里。当然，它也更安全。

36

风格 Style

Khunu：从高原之舟到绿色奢华

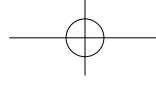
尽管人们早已认识到“牦牛全身都是宝”，但它最珍贵的财富——牦牛绒，直至近些年才进入人们的视野中，其中由Julian Wilson和Aaron Pattillo以牦牛绒命名的Khunu公司，就是推动这种特殊材质进入时尚界的一股新兴力量。

44

酒店 Hotel

北京丽思卡尔顿酒店，奢华“新定义”

人类与生俱来的对完美、舒适的渴求，致使人们以追求精致、奢华的生活为最高理想。北京丽思卡尔顿酒店一直致力于将最高理想变为现实，一次次刷新着人们对于奢华生活的定义。



您身边的银行 可信赖的银行

ICBC 工银牡丹卡



白金私享家，美好时光下午茶

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、工银金卡信用卡



酒店大堂下午茶6折优惠（营业时间：下午14点至18点）
地址：北京市东城区王府井金鱼胡同8号
电话：总机(010) 8516 2888



大堂吧美食店DELI SHOP甜点5折优惠
地址：北京朝阳区建国路93号万达广场C座
电话：(010) 8599 6666

白金专享礼遇

酒店
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

餐饮
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

购物
老佛爷百货
美克美家
北京七彩云南翡翠珠宝旗舰店
七彩云南庆祥茶庄
天和居（红木家具）
极地意饰

健康
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

汽车
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

网站 www.icbc.com.cn 服务热线 95588

ICBC 中国工商银行

《睿意品辑》第22期 白金卡活动信息索引

白金私享家 尊享“一人免单”礼遇 封二

白金私享家尊享“美好时光下午茶”礼遇 4

工银运通百夫长黑金卡，尊贵礼遇，“星”级享受 14-15

白金卡特惠促销 16-17

《古韵今尚，豪华列车“慢”旅行》 30
白金卡特惠：北京行宫国际酒店专享优惠

《北京丽思卡尔顿酒店，奢华“新定义”》 44-47
白金卡特惠：北京丽思卡尔顿酒店专享优惠

《重磅定制 饕餮之旅，西班牙米其林餐厅的星级味道》 52-55
白金卡特惠：西班牙米其林星级味道 美食品鉴团专享优惠

《寻“秘”北欧 不走寻常路》 56-57
白金卡特惠：新北欧四国+波罗的海8日文化之旅

《皇室珍宝，型格重生》 68-71
白金卡特惠：HIERSUN（恒信）专享优惠
中国珠宝专享优惠

《私人牙医，你的健康代理人》 78-79
白金卡特惠：五月花口腔诊所专享优惠

白金私享家，尊享国际齿科服务 封三

SALE
信用卡特惠

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。



Hot News 新闻时事



经合组织下调欧美增长预期 呼吁欧洲央行启动 QE

目在全球复苏极度不均的大图景下，经合组织（OECD）下调了美国和其他发达国家增长预期，并呼吁欧洲央行启动全面量化宽松（QE）应对通缩。

OECD 近期发布的报告显示，经济增长的长期疲软表明决策者必须改变现行政策。根据 OECD 最新的对于 2014/2015 年全球经济的增长预期，G7 主要发达国家增长均被下调，美国今年的增长率为 2.1%，而 5 月时的预期增速为 2.6%；预计欧元区今年增长率仅为 0.8%，而 5 月时的预期为 1.2%。

报告指出，今年 34 个成员国的总体 GDP 增速预期约为 3%，远远低于危机前增速，且全球贸易扩张低于预期（subpar）。其中，欧元区依然被认为是全球经济的最大威胁。此外，OECD 呼吁市场警惕低波动性环境，防范金融市场可能出现的突然修正。

货币问题成为卡梅伦请求苏格兰留下来的重要筹码

英国首相卡梅伦称，苏格兰如果独立将使他“心碎”，并且列举了苏格兰一旦独立将损失的一系列作为英国成员的利益，包括共用货币、历史悠久的军队以及政府补贴资金。苏格兰和英格兰的接壤处将会变成国际边境，同时超过半数的苏格兰抵押贷款将会由外国银行提供。

近期民调显示，接近三分之二的英格兰和威尔士人投票反对苏格兰独立后继续使用英镑。而之前的民调显示，绝大多数苏格兰人希望独立后，能够与英国其他地方达成共用英镑的协议。货币问题成为卡梅伦请求苏格兰留下来的重要筹码。



英国成为首个发行人民币债券的西方国家

第六届中英经济财金对话 9 月 12 日在伦敦举行。英国财政大臣奥斯本（George Osborne）当日宣布英国有望成为首个发行人民币债券的西方国家。

奥斯本表示，英国政府计划在未来数周或数月内发行人民币债券，具体情况依市场条件而定。债券发行数量将在发行时确定，但是预计将会达到市场的基准规模。

这将是由非中国机构发行的首批人民币国家债券，将为英国的储备金提供财政支持。目前，英国仅持有美元、欧元、日元和加元储备金。

根据本届中英经济财金对话的成果，英国将参与即将发布的人民币合格境内机构投资者（RQDII）计划。这将允许中国的机构投资者在英国金融市场进行投资，并且促使人民币资金从中国流向英国。

中日韩自贸区第六轮谈判将于 11 月在东京举行

中日韩自贸区第六轮谈判将于今年 11 月底在日本东京举行，对于谈判结束时间，三方目前还没有确定时间表。

中日韩自贸区谈判是在 2012 年 11 月启动，目前已经进行了五轮谈判。今年 9 月 1 日—5 日，中日韩自贸区第五轮谈判在北京举行，三方就货物贸易的降税模式、服务贸易和投资开放方式及协定范围与领域等议题展开了富有成效的磋商。

这一轮谈判三方在各个领域特别是协定的范围和领域、谈判未来安排方面取得积极进展。在货物贸易、服务贸易和投资方面，三方深入交换了意见，进一步缩小了分歧。在范围和领域方面，除已成立的 11 个工作组之外，三方同意将电子商务、环境、合作纳入协定，并相应成立工作组。三方还通过了未来谈判安排，进一步展现了三方加速推进谈判的强烈意愿。



中国明年经济目标或下调

目前各大研究机构都在重新修正 2014 年的经济预测数字，下调今年的经济增长数字，建议明年的经济目标下调。中国社科院有望在下月发布秋季报告。目前中国社科院课题组将在近期重新测算全年经济数字，初定今年经济增速仍在 7.5% 左右，但是明年经济增速有望将建议调整在 7% 左右。相应各个分项指标，包括出口、投资等指标，都要进行调整。

此前 9 月 10 日，李克强总理在第八届夏季达沃斯论坛上指出，坚持区间调控的基本思路，只要经济增速保持在 7.5% 左右，高一点，低一点，都属于合理区间。尤其应当看到，稳增长是为了保就业，调控的下限是比较充分的就业。随着总量扩大，尤其是服务业发展迅速，经济增长的就业容量扩大了，对波动的容忍度也提高了。



俄罗斯接任上合组织轮值主席国

上海合作组织成员国元首理事会第十四次会议 12 日在塔吉克斯坦首都杜尚别结束后，俄罗斯接任上合组织轮值主席国，元首理事会下次会议将于 2015 年在俄罗斯乌法举行。

俄罗斯总统普京 9 月 15 日表示，世界局势快速变化之下，进一步提高效率将成为上海合作组织未来战略目标的核心。

普京当天在俄罗斯接任上合组织轮值主席国之际发表声明说，俄罗斯将在主席国任期内完成《上海合作组织至 2025 年发展战略》的制定，进一步提高效率正是这一战略目标的核心。他指出，在阿富汗局势更趋复杂的背景下，上合组织的工作重点仍是确保地区安全，打击恐怖主义、极端主义、分裂主义以及毒品走私。



上海自贸区每月新注册企业 700 家

上海自贸区一周年在即，在稳中有进的同时，自贸区还需要进一步完善，而这种完善，主要聚焦在行政公开透明、公平竞争的环境以及权益保护制度三方面。上海自贸区从建立到现在运行稳中有进，企业对自贸区投资的热情持续的高涨，今年 1～8 月份入驻的企业同比增长了 10.9 倍。

2014 年 5 月份后新入驻的企业数量趋于平缓，目前每个月 700 多家新注册的企业，外资企业注册则在稳步增加，这也体现了自贸区在制度建设这一方面也取得了国内外的认可。

另外，1 月至 8 月上海自贸区进出口货物总值 5004 亿元，同比增长 9.2%。集装箱吞吐量和国际中转箱量，也保持稳定的增长态势。



Bank events 工行新闻

中国工商银行公布 2014 年上半年经营情况

中国工商银行正式公布了 2014 年上半年的经营情况。按照国际财务报告准则，2014 年上半年工行实现净利润 1484 亿元，较上年同期增长 7.2%。基本每股收益为 0.42 元，较上年同期增加 0.02 元。每股净资产为 3.86 元，较上年年末增加 0.23 元。

截至 6 月末，按照新的资本管理办法计算，工行的资本充足率为 13.67%，较上年年末提高了 0.55 个百分点，核心一级资本充足率和一级资本充足率均为 11.36%，较上年年末提高了 0.79 个百分点，资本实力进一步增强。在英国《银行家》以一级资本排序的 2014 年度全球 1000 家大银行排名中，工行蝉联全球银行首位，一级资本较上年增长近三成，是排名前十位的银行中一级资本增速最快的。

2014 年上半年，工行紧紧围绕实体经济发展需要，不断改善金融服务，持续推动改革创新和经营转型，切实加强风险防控，经营发展整体呈现出“稳中有进”的良好态势。



工行八成个人业务已实现免填单办理

近年来，中国工商银行坚持以客户为中心，积极开展基础金融服务的流程优化和服务创新，努力提供更加方便快捷的金融服务。统计显示，目前工行柜面个人业务的八成已实现客户签单或免填单，客户开立对公结算账户所需的手续和业务办理时间则较优化前减少了 3/4。

据介绍，个人业务填单多、签字多、内容重复多，对公开户协议多、盖章多、往返次数多这两个“三多”问题一直是困扰银行服务的行业难题。尤其在电子银行广泛应用的环境下，大部分客户已习惯于线上阅读有关协议、线下直接签单服务，对服务的便捷性有了更高的要求。为此，工行积极发挥自身科技优势，运用信息共享整合各种产品和服务，将客户事前手工填写单据转变为签单服务，同时大幅简化、整合业务流程，有效解决了这两个“三多”难题，显著提升了服务水平和客户体验。



工行推出环球旅行全币种芯片信用卡

近期工行在全国范围内正式推出了工银环球旅行全币种芯片信用卡。使用这种信用卡在国外消费，不管当地使用何种货币，客户均可无条件享受直接免除货币转换费的优惠。

工行相关负责人表示，工银环球旅行全币种芯片信用卡最大的特点是“0 货币转换费”，不管当地使用何种货币，客户均可无条件享受直接免除货币转换费的优惠。仅此一项，平均就可以为客户节省 1% 的刷卡成本。还款时，客户还可以自主选择还款币种。没有外币的客户可以使用人民币购汇还款，有外币的客户可直接使用美元、欧元、港币、英镑、日元、新加坡元、加拿大元、澳大利亚元、瑞士法郎和新西兰元 10 种外币归还相应账户欠款，免去了客户回国后处理手头剩余外币现金的麻烦。从支付安全性看，该卡采用了国际通用的 EMV 标准芯片，境外支付更安全、更放心。

同时，工银环球旅行信用卡客户还可以享受 10 余大全球知名航空公司、10 余大全球酒店集团、10 余个国人最常去的国家或地区购物休闲和全球 40 国退税便利、全球 70 国紧急救援、全球 150 国尊享租车等一系列商旅特惠服务。据测算，这 10 大行业特惠可以为客户节省约 10% 的出行成本。



上半年工行境外机构利润劲增四成

今年以来，中国工商银行继续坚持推进国际化战略，抓住中国经济全球化的巨大机遇，努力实现境外机构的盈利、竞争力和发展质量的持续提升，国际化发展实现新的突破和提升。截至今年 6 月末，工行境外机构的总资产已达 2325 亿美元，较年初增加 233 亿美元，增幅 11.1%。境外机构实现净利润 12.03 亿美元，同比增长 41%，增速大幅超过境内机构，成为重要的利润增长源。同时，境外机构的风险控制也比较好，不良贷款率为 0.48%，处于国际领先水平，充分体现出国际化经营在稳定利润、分散风险方面的重要作用。

在国际化经营的过程中，工行一方面坚持服务于中国经济全球化，进一步完善全球服务网络，使境外机构布局与我国贸易投资格局更加匹配。另一方面，坚持本土化发展方向，积极参与所在国经济建设，服务好中国与所在国贸易及投资往来，实现自身发展的本土化、主流化。在具体海外机构的发展上，工行实行“一行一策”的发展策略，各区域的境外机构都获得了较快的发展。今年上半年，工行来自港澳地区以外的亚太地区、欧洲、美洲和非洲的净利润分别占境外净利润的 21.1%、9%、14.3% 和 13.2%，整体比较均衡。



工行全面升级手机号汇款服务

工行已于近日对其手机号汇款服务进行了全新升级，创新推出了向任意手机号汇款的功能。据了解，这项服务无需客户知晓收款人卡号、开户机构信息等内容，只需填写姓名、手机号等信息即可成功办理转账汇款，免去客户记忆卡号等汇款信息的麻烦，进一步提升了客户体验。

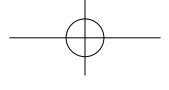
据了解，在传统的汇款业务中，汇款人需要知道收款人的姓名、具体账号信息，由于账号通常包含多位数字，在记忆和输入的过程中常常会出错，给客户带来了不少困扰。为此，工行于 2008 年创新推出了手机号汇款业务，只要收款人将自己的工行账户与手机号绑定，汇款人仅输入对方手机号码和姓名，资金就可以自动入账到收款人账户。而近期工行创新推出的任意手机号汇款服务，则更是将便捷服务延伸至未将手机号与个人账户绑定的汇款业务。收款人只需要提供姓名和手机号，汇款人就能通过工行网上银行或者手机银行的手机号汇款功能向其转账，届时收款人将收到工行系统发送的收款短信提醒，按照规定格式回复收款账号至 95588 即可办理收款。此外，客户还可使用工行手机号汇款服务办理跨行汇款，只需输入收款人手机号及姓名等信息即可，进一步实现了服务的人性化、个性化和便捷化。

工行倾力服务南京青奥会

第二届夏季青年奥林匹克运动会已于 8 月 16 日在江苏南京正式开幕。作为本届青奥会银行类独家合作伙伴，中国工商银行在服务提升、网点优化、渠道建设等方面进行了周密准备，确保青奥会举行期间的高效运营，为来南京参加青奥会的各国运动员、技术官员、新闻记者和观众提供优质的金融服务。

工行相关负责人表示，根据青奥会金融服务的特点，工行着重提升了涉外服务能力，将南京地区的 165 家网点划分为青奥服务核心网点、重点网点和辐射网点，确保南京地区所有网点均能提供美元、日元、港币、欧元、英镑、加拿大元、澳大利亚元、新加坡元、瑞士法郎 9 个外币币种的全网点办理，其中核心网点和重点网点可受理 13 个外币币种的兑换业务。在青奥会运动员村和媒体中心，工行开设了 2 家临时网点，这些网点节假日也正常对外营业，为客户提供人民币存取款、外币兑换、外币汇出汇款、旅行支票兑付、青奥专属产品销售等服务。网点内除设立业务办理柜台外，还首次引进外币自助兑换机，能够自助兑换美元、港币、日元、欧元、英镑 5 个币种。据统计，8 月 13 日临时网点营业首日就有 20 多个国家近 200 人前来办理业务。





COLUMN
特稿

Leisure Class:the Big Winner Of The Philosophy Of Life

有闲阶级：哲学人生的大赢家

文 / 潘杨

苏格拉底说闲暇是所有财富中最美好的财富。在古希腊拥有闲暇的人生，不仅仅是富人，还包括哲学家。

拥有财富是物质基础，拥有哲学的生活视角才能智慧地生活，平衡人生可不仅仅是富人的专属。

经济能让人看清社会，哲学能使人思考人生。

我们努力挣钱，有些时候是为了更有价值地花掉，某种程度上，诗意人生也体现在：

你花了多少钱，就能听见多少响。



COLUMN
特稿

闲暇是所有财富中最美好的财富

当今社会，有钱人大有人在，闲暇之人也不在少数，而那种既拥有财富又能自己掌控时间和生活，说得直白些，那种兼具有闲有钱的人并不多。道理人人都懂，可现实生活中，往往看到的是只在一个层面奔波的劳碌者，貌似钱和闲天生就不搭。

现实生活中，所谓的“有闲阶级”更倾向于“明显消费”，而不是“明显有闲”。他们要很忙，但不能忙于一般的生产。有人说《杜拉拉升职记》电影版像《穿普拉达的女王》，尽是换衣服尽是炫富。这些新贵要忙于出国度假、忙于美容、忙于购物，有档次的更要去做慈善代言、去养没有用途的宠物。比如不易栽培的一株植物比坚强的仙人掌高贵，打理精致的小狗比用来吃的猪显地位，搞金融的要比摆弄机械的来得有文化。

而真正意义上有闲阶级的出现，是在财富层面更高境界的发展，是人人向往的代名词。苏格拉底说闲暇是所有财富中最美好的财富。在古希腊拥有闲暇的人生，不仅仅是富人，还包括哲学家。拥有财富是物质基础，拥有哲学的生活视角才能智慧地生活，平衡人生可不仅仅是富人的专属。经济能让人看清社会，哲学能使人思考人生。

有闲阶级，最早提出这个概念是凡勃伦，19世纪末制度经济学奠基人。他在《有闲阶级论》里这样描述这群人：他们是在经济分工当中，不用付出生产劳动就能够获得大量财富支配权的社会上层人。在这本书里面，他对这群人的明显消费、浪费性行为、对金钱的观念作了很多经济学阐释。

看上去这也不是一个很褒义的描述，随着时代的发展，人们反思内在，人性所求，有闲阶级有了不断的修正和发展，抛掉那份炫耀和对资源绝对占有和过度消耗，富有正能量的有闲阶级被更多的人所认可，他们表现为：有钱+有趣+有愿景+有行动力。

有钱：相对概念，经济基础决定上层建筑。拥有财富是基础，并非越多越好，而是个性化、动态满足不同人的生活状态与追求。

有趣：工作、金钱之外无功利的生活，更多地体现在愉悦感，精神层面丰富，人性中的不乏味和不庸俗，有自己的价值观和判断标准。

有愿景：欲望的更高层面，在这里，欲望不是贬义词，更加中性。你对改变自己的生活有一个很强烈的欲望，你才有可能真的去做一些努力。需要奋斗才能实现，是努力工作、更好地生活的目标。

有行动力：必须要成为一个有行动力的人，这样所有的一切才有可能成为现实。知行合一才是慧道，执行力和前三者之间相辅相成的作用，彼此相互促进。



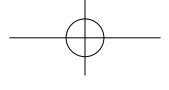
介于必须和奢侈之间

《乔布斯传》描述到乔布斯的“偏执”体现：他曾经花了两周时间和家人探讨买什么洗衣机。他们看了很多不同国家的品牌，对比了各种参数，讨论了两个星期，最后选择了价格偏贵但是更为节约，带给整个家庭极好体验的德国品牌。这台洗衣机比普通洗衣机虽贵一些，但是用水很少，消耗洗涤剂也少，整个洗衣过程对衣服的伤害程度也小，这种给整个家庭满意的生活体验是有闲阶级的追求和思维轨迹的良好体现。

我们要消费的产品，应该是介于必须和奢侈之间。这并不是提倡大家一味地挥霍或者浪费钱财，所有我们想买的好东西都基于我们需要它，只不过我们希望它是更好的，不仅可以满足使用功能，还能有更好的体验。

个人的一个体会在这里做一个分享。最近纠结于去年去马尔代夫度假选岛的问题，好的就是贵，价格温和的的确和心目中想要的有些距离。受到有闲阶级的影响，最后我又增加了两万元预算，选定了更为私密安静的Cocoa island。我相信，对于这一辈子也许只去一次的马尔代夫，这次的体验不会让我们未来对它的回忆留有遗憾，在自己可承受范围内尽可能选择比较好的，也许这会是一个不错的度假体验。

我们努力挣钱，有些时候是为了更有价值地花掉，某种程度上，诗意人生也体现在：你花了多少钱，就能听见多少响。



COLUMN
特稿



有闲阶级的消费行为学

在 20 世纪 70 年代的时候，整个欧洲的钟表业遭到了一次非常沉重的打击，因为日本制造了石英手表，石英表更加轻薄、更廉价，让更多的人可以买得起手表。很多人以为这对于机械表来说是灭顶之灾，然而这么多年过去了，即便进入信息如此发达的高科技时代，机械表不但没有消亡，反而以一种更加繁荣的方式存在着。

很多人给出了不同的商业解释：一些钟表集团的成立，或者是在全球品牌战略上做的努力。而我认为这种现象的内在商业逻辑，和有闲阶级的价值观不谋而合：对全球品牌或者品质的孜孜不倦的肯定与拥护。当智能手表开始流行时，奢侈品集团 LVMH 的钟表业总裁给出了这样的解释：人们对于时间的需求可以通过很多方式去解决，人人都可以拥有智能手表，但是物以稀为贵，我只会把我戴的机械手表传给我的儿子。他指着自已戴的机械表说，这是一个艺术品。的确，手工机械表对传统的坚守，对新技术、新工艺、新材料也在不断创新。工匠煞费苦心用一年甚至更长时间的创作，用时光雕刻艺术品，集合着购买阶层对机械和艺术的理解，在小小的机械力上投入了工匠全身心的智慧、情感和心血，这是一个世界上独一无二的宝贝。并随着时间的推移，传承着历史与价值。最后，时间会告诉我们，什么是让我们最后记住并难以忘怀的馈赠。

罗宾·威廉姆斯去世后，又一次重温了他主演的《死亡诗社》，看到最后还是会被触动。在这里想给大家分享一段 Captain 给他的学生们说的话：“Medicine, law, business, engineering——these are noble pursuits and necessary to sustain life. But poetry, beauty, romance, love——these are what we stay alive for.” 我觉得这是我们活着的意义，我们买东西也是一样，我们不是简单地因为想用它，也是因为它可以带给我们其他情感上的愉悦，我想这也是工行打造《睿意品辑》的意义所在。



COLUMN
特稿

有闲阶级的哲学人生

有闲阶级，无论是成为还是实质上的确认，其实是和其品德、学识、行为相符合的。表现有三：一是文化的教养。抵御物欲主义的诱惑，不以享乐人生为目的，培养高贵的道德情操和文化精神。二是社会的担当，作为社会精英，严于自律，珍惜荣誉，扶助弱势群体，担当于社区于国家的责任。三是自由的灵魂，有独立的意志，在金钱与权势面前敢于说不。而且具有知性与道德的自主性，能够超越时尚与潮流，不为政治强权与多数人的意见所奴役。

有闲阶级注重对健康的打造：科学持续的运动带来强壮的体魄；良好的睡眠源自身心不受负累，这是大自然给人类最自然有效的休养生息的方式；良好的饮食习惯，不仅仅是身体有机体的吐纳和摄取营养，更是一种内在自我欲望的控制；此外，高质量的深度旅行，人生三观就在走走看看中格局被放大。是的，健康的身体和人格，是拥有一切的基础。

他们对财富的驾驭：对他们来说怎么挣钱远没有怎么有价值地花钱更为有意义。花钱是一门艺术，不是简单的买卖，用金钱作为媒介来交换所需物质，更是他们消费行为、认知智慧、选择能力和自控把握等因素的漂亮结合。

他们对生活的态度：积极而保有探知新鲜事物的灵敏度，自控时间，追求品牌和价值；学历较高，偏爱社交，有见识；热爱自然、和谐与美好。

所谓有闲阶级的哲学人生，就是生活、工作和成功的平衡艺术：平衡家庭、健康、教育、事业、服务、财富和精神。

最近和一个时间管理的团队进行交流，其中他们倡导的环球旅行非常吸引人。通过科学高效的时间管理、专注工作之外，释放更多的时间来享受生活，每半年一期的环球旅行，是一次身心灵的净化之旅，那是关于行走和成长的幸福感觉。其实，他们就是有闲阶级的代表者：



志同道合的 20 位大人小孩，自己挖掘路线，在 20 天的时间里，9 次起落，走过四个城市，穿越春夏秋冬，丈量不同的自然风貌，搭乘不同形式的交通工具，在并非刻意的安排中，所到之处都经历了最美好的体验：既适应得了极度匮乏也能驾驭的了繁荣昌盛；邂逅不同文化碰撞出来的激情和思考；在路上一点一点领悟生活得恬淡、理想的芬芳，这种身体力行的价值体验也传承给了一起挖掘梦想的下一代。而 2015 年的环球旅行，这群拥有高效能幸福力的团队吸引更多的有闲人士积极参与、广泛传播并畅享体验。

保罗·福塞尔在《格调》里说“一个人在一夜之间暴富，却不能一夜之间改变自己的生活情调”，所以不等同于简单的土豪阶层，有闲阶层之所以有闲有钱，是更为深层次的多方选择与平衡带来的结果。于他们而言幸福生活的意义就如同他们买东西的行为：不只是因为想用它，也是因为它们可以带来其他感情上的愉悦。摸不着的精神体验远远高于触手可及的物质本身。

（更正：本杂志 2014 年 7 月第 21 期《享老产业——中国智慧养老的新贵》作者“潘杨”，误写成“潘阳”，特此更正，敬请谅解。）





CREDIT CARD
白金卡

ICBC American Express

工银运通百夫长黑金卡 尊贵礼遇，“星”级享受

百夫长黑金卡是世界公认的高端银行卡。工商银行百夫长黑金卡是美国运通公司授权亚太地区第一家发卡银行发行的百夫长黑金卡。它不仅仅是一张信用卡，在全球更是一种身份的象征。

持卡人可以享受全球顶级的会员专属礼遇、权益和服务。

工商银行一直致力于不断丰富工银百夫长黑金卡的内涵与外延，为中国持卡人提供更加“星”级化的服务。



工银运通百夫长黑金卡

2012 年 10 月，中国工商银行和美国运通携手，首度面向中国市场发布了“工银运通百夫长黑金卡”。该产品由中国工商银行以邀请方式发行，对象仅限于极少数精选的银行高端客户。

传承自 1999 年英国首发以来十多年服务于世界最富有、要求最为严苛客户群体的丰富经验，以及美国运通同世界顶级酒店、度假村、航空公司、餐厅、私人会所、高尔夫俱乐部以及协议商家的长期深厚合作关系，工银运通百夫长黑金卡“有求必应”的百夫长黑金卡专属礼宾服务为中国会员带来全天的服务和支 持，提供一系列的尊享权益、卓越的定制服务和“独一无二”的体验。

至臻生活礼遇

无论在国外或国内，“有求必应”和无微不至的的百夫长黑金卡专属礼宾服务团队随时随地待命。同时，会员还可享有一系列尊享生活礼遇：

全球购物礼遇

美国运通联合世界一流品牌，为工银运通百夫长黑金卡会员度身定制购物计划。提供世界各大品牌促销、新品发布会、夜间购物活动的独家邀请，限量版设计服装以及特价优惠。

精选高档餐厅特别礼待

工银运通百夫长黑金卡为会员探访和献上中国名流雅士汇聚的豪华餐厅的极致佳宴和美食礼赏、尊享全球 340 多家特约商户美味和优惠、星级酒店自助餐买一送一（全国六大城市多家星级酒店，为您奉上自助餐买一赠一礼遇，盛邀您奢享一段惬意的专属时光。

专属私密活动

工银运通百夫长黑金卡会员可轻松接轨全球盛事，并享受量身定制的各项礼遇。囊括：单独约见知名设计师、预览最新时装系列、参加各项高级订制及私密邀约活动，并有机会在各类大型庆典、娱乐表演、和体育赛事获得贵宾款待等。

高级私人会所礼遇

工银运通百夫长黑金卡会员可尊享全球私人会所礼遇。国内精选私人会所，包括：MINT，巴富仕游艇会，上海国际网球中心，KEE club，雍福会，罗斯福会所，北京长安俱乐部，北京京城俱乐部，地坛乙 16 号会所，美洲俱乐部，北京中国会，广粤会。

高尔夫特惠礼遇

工银运通百夫长黑金卡提供国内百余家一流球会优惠和礼遇。会员还可以免费获得国际高尔夫会员卡（Golf Fee Card®），获享 110 个国家的 2,550 多家高尔夫球场的果岭费优惠，和有机会观赏国际高尔夫球比赛，例如：US Masters 及 Ryder Cup。

健康关爱保障

工银运通百夫长黑金卡会员汇集领先全球的健康医疗机构，特邀拥有国际认证和海外就医经验的医师，并配备先进医疗设施，以及私密就医环境和尊贵特惠。

海外留学 / 境外咨询服务优惠

工银运通百夫长黑金卡为会员及家属提供一流的海外教育和境外咨询服务，合作机构包括：Byron Education 和 Cartus。

CREDIT CARD
白金卡

星级酒店自助餐，“买一赠一”礼遇

活动时间：即日起至 2015 年 4 月 30 日

参与对象：中国工商银行运通百夫长黑金卡、百夫长白金卡主卡及副卡持卡人。

北京万达索菲特酒店 国际美食餐厅

地址：北京市朝阳区建国路 93 号院万达广场 C 座

电话：+86 10 8599 6666

商户优惠：周一至周日，午市 / 晚市自助餐买一送一

北京新世界酒店 天坛街餐厅

地址：北京市东城区崇文门祈年大街 8 号北京新世界酒店 1 楼

电话：+86 10 5960 8822

商户优惠：周一至周日，午市 / 晚市自助餐买一送一

北京万达索菲特大酒店

地址：北京市朝阳区建国路 93 号院万达广场 C 座

电话：+86 10 8599 6666

商户优惠：周一至周日，午市 / 晚市自助餐买一送一

北京新世界酒店

地址：北京市东城区崇文门祈年大街 8 号北京新世界酒店 1 楼

电话：+86 10 5960 8822

商户优惠：周一至周日，午市 / 晚市自助餐买一送一

华彬费尔蒙酒店 刃扒房

地址：北京市朝阳区建国门外大街永安东里 8 号

电话：+86 10 8507 3617

商户优惠：指定套餐买一送一，周一至周日午市 / 晚市

金融街威斯汀大酒店 味餐厅

地址：北京市西城区金融大街乙 9 号

电话：+86 10 6629 7810

商户优惠：自助餐买一送一，周一至周日，仅限晚市自助

北京君悦酒店 悦庭

地址：北京市东城区东长安街 1 号

电话：+86 10 8518 1234

商户优惠：周六周日午餐 (Brunch) 自助餐买一送一

星级度假村，免费住宿礼遇

费尔蒙酒店及度假村，

尊享“免费住宿”优惠

活动时间：即日起至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银运通百夫长黑金卡、工银运通百夫长白金卡及工行其他运通品牌信用卡

活动内容：工银运通百夫长黑金卡、工银运通百夫长白金卡及工行其他运通品牌信用卡持卡人可在全球费尔蒙酒店及度假村（费尔蒙旗下的纽约广场大酒店除外）入住时立即享受一晚免费住宿以及价值 25 美元酒店消费额度。一晚免费住宿优惠视各酒店而定，须连续入住至少三、四、五或六晚以上方可享受免费住宿。

预订渠道：请拨打国内免费预订热线 4001 200 634（周一至五，早上 9 点至晚上 6 点）并使用推广代码 PMXP；上网预订 www.fairmont.com/amexcn



莱佛士酒店及度假村，

尊享“一晚免费住宿”优惠

活动时间：

预订期：2014 年 10 月 1 日至 2015 年 2 月 28 日

入住期：2014 年 10 月 1 日至 2015 年 3 月 31 日

活动卡种：工银运通百夫长黑金卡、工银运通百夫长白金卡及工行其他运通品牌信用卡

活动内容：工银运通百夫长黑金卡、工银运通百夫长白金卡及工行其他运通品牌信用卡持卡人入住莱佛士酒店及度假村，享“一晚免费住宿”以及价值 25 美元酒店消费额度。

预订渠道：请拨打国内免费预订热线 4001 200 635（周一至五，早上 9 点至晚上 6 点）并使用推广代码 PAMQ



CREDIT CARD 白金卡

银联白金卡特惠

SALE
信用卡特惠

年费减免优惠

活动时间：2014 年 4 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：新发银联品牌白金信用卡

活动内容：新发银联品牌白金信用卡申办即**免三年年费**，卡启并任意消费可增加**减免一年**，共计**免四年年费**。

活动说明：任意消费免首年活动分行按季度筛选符合条件的卡片数据，统一进行年费减免调整。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588

威斯汀酒店，尊享美食、SPA 6.2 折优惠

活动时间：即日起至 12 月 31 日

活动卡种：银联高端卡（含白金、尊尚白金及钻石卡）信用卡

活动内容：活动期间，持卡号“62”开头的银联白金、尊尚白金及钻石信用卡在大堂吧用餐和水疗 SPA 刷卡消费金额超过 100 元，可享受**6.2 折优惠**，优惠折扣不包含服务费。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588

五星级自助餐“买一送一”

活动时间：即日起至 9 月 30 日，活动期间名额有限，用完即止

活动卡种：银联高端卡（含白金、尊尚白金及钻石卡）信用卡

活动内容：持卡号“62”开头的银联白金、尊尚白金及钻石信用卡可尊享香格里拉、中国大饭店、嘉里大酒店（限午餐）**自助餐两人同行，一人免单**！用餐请提前预约，此优惠价格不含服务费。名额有限，用完即止。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588 或致电（010）68412211【香格里拉】；（010）65052266【中国大饭店】；（010）65618833【嘉里大酒店】



北京老佛爷百货，银联白金信用卡直升金卡会员优惠活动

活动时间：即日起至 12 月 31 日

活动对象：银联高端卡（含白金、尊尚白金及钻石卡）信用卡

活动内容：即日起，持卡号“62”开头的银联白金、尊尚白金及钻石信用卡可直接注册并**升级为北京老佛爷百货金卡会员**，享受金卡会员服务及权益，包括专属折扣、停车优惠及积分兑换等。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588

一元尊享机场停车服务

活动时间：即日起至 2015 年 3 月 31 日（活动时间详见机场清单）

活动卡种：银联高端卡（含白金、尊尚白金及钻石卡）信用卡

活动机场：详见活动机场清单

活动内容：持卡人在指定机场的银联专属停车区，使用银联白金、尊尚白金及钻石信用卡刷卡消费 1 元即可**尊享 2 小时停车或者 48 小时停车服务**。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588

CREDIT CARD 白金卡

白金私享家

SALE
信用卡特惠



美丽田园专享优惠

活动一：280 美丽套餐

活动时间：2014 年 9 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：工银黑金卡、工银白金卡持卡人到店使用工行 POS 刷卡可**280 元**体验原价 2000 元项目套餐一次（三选一）；

（1）SPM BODY30（¥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：工行白金持卡人尊享礼遇

活动时间：2014 年 9 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：2000 元即可入会成为美丽田园贵宾会员，且享受超值**4 折优惠**。

活动三：尊享原价 8.5 折优惠

活动时间：2014 年 9 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：工银黑金卡、工银白金卡持卡人到店使用工行 POS 刷卡体验单次护理项目享受原价**8.5 折优惠**。

活动四：获赠 1000 元原价消费

活动时间：2014 年 9 月 1 日至 2014 年 12 月 31 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、工行白金卡在美丽田园店面，通过工行 POS 刷卡充值银卡会员及以上，在享受店面优惠活动的同时，可额外**获赠 1000 元**原价消费（以单笔刷卡金额为准）。

* 参与方式：客户直接拨打美丽热线（010）84195162 进行预订即可。

* 此活动不与其他优惠同时使用。

畅打高尔夫新礼遇

活动时间：2014 年 3 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银 1872 白金卡

活动内容：刷卡 5000 积分，可打 100 个练习球；刷卡 10000 积分，可打 200 个练习球；刷卡 15000 积分，可打 300 个练习球。

西山阳光高尔夫球会

地址：北京市海淀区四季青乡杏石口路 65 号 电话：（010）62857330

青年湖高尔夫球会

地址：北京市东城区安定门外大街青年湖公园西北角 电话：（010）84116911

天弓高尔夫球会

地址：北京市丰台区田各庄村 321 号 电话：（010）83812582

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588

莲花路易芬妮 SPA，尊享 8.5 折优惠

活动时间：2014 年 7 月 18 日至 2015 年 7 月 17 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：工银黑金卡、白金卡持卡人在莲花路易芬妮 SPA 持卡消费，尊享**全单 8.5 折优惠**。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588 或致电（010）85696258

广电国际酒店专享优惠

活动一：住房及其他优惠

活动时间：2014 年 9 月 17 日至 2015 年 12 月 31 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：刷工银黑金卡、白金卡享酒店优铂会金卡会员礼遇并**享有 7 折**购买酒店所有预售产品代金券。此预售产品代金券可在酒店（客房、粤海湘情中餐厅、西餐厅、稻禾善日式餐厅、咖啡厅、甜品屋）使用。

活动二：粤海湘情中餐厅零点消费免服务费

活动时间：2014 年 9 月 17 日至 2015 年 12 月 31 日

活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡

活动内容：工银黑金卡、工银白金卡持卡人成为广电优铂会会员，至广电国际酒店粤海湘情中餐厅零点消费**免服务费**。

※ 更多详情请登录 www.icbc.com.cn 或致电 95588 或致电（010）68066588





FIGURE
白金人生

Chinese Painting Artist-Liu Xisheng

丹青不老，水墨梅花——画家刘玺生

文 / 莺时娘 图 / 赵军凯

2014 年，中法两国庆祝建交 50 周年，北京国家博物馆共襄盛举，举办“中法书画名家作品联展”，展出的 30 余名书画名家 40 多幅作品中，国画《锦绣江山》正是出自中国国画大家刘玺生先生之手。

画家好静，近来多在书房中修身养性。几经辗转，我们有幸见到精神矍铄的画家本人，坐在老画家对面，听 73 岁的长者慢慢讲这些年画画的事情，回忆与恩师的缘分，分享在 20 世纪 80 年代出门采风的心情……老画家的豁达溢于言表。说到好玩儿的地方他朗声大笑，忆及当时辛苦，又风轻云淡像讲画中事。说起国画如数家珍。画家自谦，说自己是悟性慢的笨学生，守旧到如今，抱着传统的东西放不下。

Wisdom Newsletter 18

FIGURE
白金人生



✿ 刘玺生，字墨农，男，汉族，1941 年生，北京人，国家高级美术师，中国美术家协会北京分会会员，北京石景山区美术家协会副主席、中央书画院院士、中国书画研究社研究员、中国民革中山书画社理事、中国老年书画研究会研究员、东方书画艺术研究院常务理事、北京翠微山房画廊首席画家。师从国画大师高希舜，作品被当作国礼赠与国外元首，并悬挂在许多国家的议会、市政厅和私人博物馆中。

经纪人：刘敬涛
联系电话：13381026117

立于国画《锦绣江山》前，顿觉视野宽广，让人肃然起敬。画家用中国墨展现了返璞归真的艺术境界。墨色浓淡相宜，淋漓酣畅，着笔沉稳练达，既富有情感又气势磅礴，画作处处牵动人心，观画者眼到心也到。立于画前，似乎可见画家泼墨挥毫时气吞山河之势。

然而，相比起刘玺生山水画上的得心应手，许多国画爱好者更痴迷于他的国画梅花——可谓“下笔如有神”。站在刘老的国画梅花《春喜图》前，似乎触手可及雪花的冰冷，又能嗅出冷雪花香，是“梅花香自苦寒来”的神来之笔，其庄重之姿不容置疑，挺傲雪中的风骨让人叹奇。画中梅花，时而浓淡相间、时而疏疏几笔，笔下之梅，清奇不俗、姿态端凝。国画大师黄胄先生见到刘玺生的梅花后，赞其作品意境深远，笔墨传神。中国著名草书大家高余丰曾为刘玺生题诗：“劝君莫作杞人忧，看到梅花自不愁。弱质经风姿更俊，风吹雪打不低头。”

“我天生喜欢梅花儿，它的气质符合人性，艰苦环境下铮铮怒放的风骨，无论下多大雪照开不误，独占春风不爭春，天然具有一股庄重之气。选择画梅是受我老师（著名画家高希舜）的影响。”

极目山水
情寄梅花

刘玺生

Wisdom Newsletter 19



FIGURE

白金人生



Wisdom Newsletter 20

FIGURE

白金人生



73岁的老画家潜心画梅花多年，受众人尊崇，但他在讲起自己的老师时，仍然是一口一个老师和先生，字字恭敬谦逊。“我跟老师学画梅花、画山水，老师一再说，到自然里去，拜自然为师。人家老师画多少年了，对我的帮助太大了，我得跟着老师好好学。”

师生情谊，“墨农”的由来

1960年对于刘玺生是很重要的一年，他正式拜高希舜为师（中国著名的教育家、国画大师），成为高老先生的入门弟子。讲起“墨农”这个名字的由来，刘老爽朗地笑着说：“我受高老的山水画启蒙，十来岁开始画画，我愿意学，老师也乐意教。每回我递上去的练笔作业都是厚厚一叠，高老看到很受感动，说：‘你真像一个墨里耕耘的农民啊，用功！你还不叫墨农呢！’高老给我取了这个名字，我出身又是农民，农民在地里种庄稼，我呢，整天在笔墨上下功夫，挺好，挺好！”刘老沉浸在对高老的回忆里，一连朗声笑着说了好几个“挺好”。

“老师是湖南人，对我特别好，总做饭给我吃，那会儿挺困难的，他把猪肉切块炼成油搁窗台上，我们去的时候，就煮上一大碗切面，在每个碗里放一勺大油，再放点咸菜拌在里面，真是特别好吃。老师是心胸豁达的人，很多人都爱去他那里串门儿。他对我们这些孩子真是好到没话说，时常自个儿掏钱买文具奖励我们，我现在还留着他给我的大毛笔。在我三十多岁的时候，老师身体不太好，生病住院，我们仍然保持十分亲密的来往，师生一场，就是缘分啊……”

✿ 高希舜：（1895～1982），字爰林，号一峰山人。湖南桃江人。教育家、画家。擅长中国画。得陈师曾、王梦白等人器重，与同乡画家齐白石过往甚密，时常在一起谈艺论画，多有合作留世。1949年后任教于中央美术学院及在中国艺术研究院美术研究所从事中国画研究，为我国近代画坛名宿。传世佳品《荷鸭》高4米，高达3米多的荷梗一笔画成，亭亭玉立，栩栩如生。



Wisdom Newsletter 21



FIGURE
白金人生

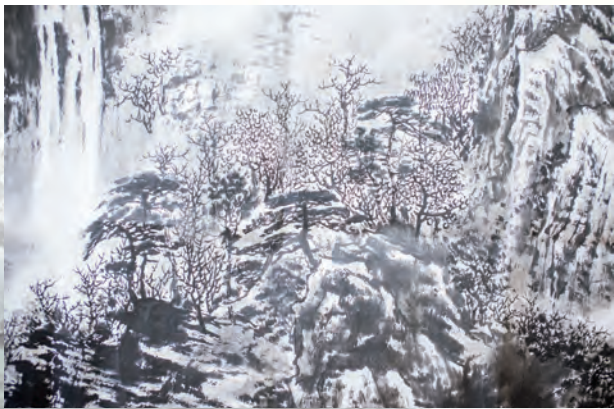


北京有得天独厚的艺术环境。除了常年跟高希舜大师学画，刘玺生对画的痴迷，已经到了“哪有画画的，我就钻到哪里去”的境界，哪怕对方年岁比他小，也拜人为师请教绘画。

在绘画生涯中，刘玺生受到过很多大师的指点，包括花鸟大师王雪涛、傅松窗、孙树梅、陶一清等老画家。刘玺生曾向陶教授请教：“陶老，我这个画儿，还怎么上一个台阶儿啊？”陶一清鼓励他说：“你得出去，去了以后回来，马上就会变。”

那一年是1983年。改革开放进入第5个年头，很多城市都在发生翻天覆地的变化，但是到外省进山画画儿练笔，仍然是个心里没谱的活儿。就算是黄山，也被形容成充满野气的深山老林。对于第一次进山的人，心里真犯怵，他甚至跟家里人开玩笑说，别给劫道儿了！

但妻子一直在背后推他，没事儿，不就是去黄山吗？你一个大男人，哪里不敢闯！在大家的鼓励下，他决定出发。那会



儿条件不好，亲朋好友给凑了不少东西带在路上。

本来约了几个好友，不巧大家有事去不了。刘玺生一个人硬着头皮上了从北京到南京的火车，再从中华门坐长途汽车。到了山脚下才发现，事先准备好的东西，反倒给自己增加了困难，负重登黄山是个体力活，最大的困难是没有水喝，山太大了，耳边明明水声潺潺，可就是到不了，一去就出了二里地，对体力是个很大的考验，心里听着水声儿，就觉得更渴。有时爬山累了心说歇会儿，人蹲下来，随身带的罐头、干粮，咕噜咕噜跑出来滚到山底下去了，掉了就追不上了。在山势险峻的黄山里一个人写生，遇到危险是常有的事情。刘玺生回忆起这些，说：“我就是来写生的，画得入迷了，就不觉得苦，也是苦中作乐了。就想着回去后能在作画上有所变化，没想到，再回去请陶老看我的画，他跟我说，‘变了吧’！我真是说不出的高兴。”

从那以后再去黄山写生，便是跟着专业队伍去了。纵然三番五次远赴黄山写生，刘玺生还是说，“作画儿，得老泡在那里才好呢，甚至造访那些没人去的地儿才有意思，才新鲜呢。”

✿ 陶一清（1914.1.7～1986.6.5）：斋号补斋，擅长山水画，喜作大画，笔墨不苟，构思严谨，青绿设色在传统的基础上有所创新，为海内外识者称赏。传世作品《漓江雨夜》藏于英国博物馆，《漓江春早》藏于瑞典博物馆，《奇峰竞秀》藏于中国美术馆。

FIGURE
白金人生



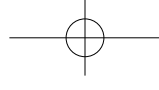
73岁的刘老有三大爱好：钓鱼、看书和作画。他把画画当成生活的主要部分，这种生活，从清晨5点开始。用他自己的话讲：“就是喜欢，就是爱画。要是一天不动笔，就好像缺了什么似的过不去，这一爱好呀，推不掉了。”

除了自己画，近十年，他一直在北京翠微山房画廊和老年大学指导爱画画的年轻人和老人，他推崇清代大画家石涛说过的“笔墨当时代”一话，认为“作画不只讲求时兴，要与人的性格协调，表现一个时代、一种气候、一种变化。”

而对希望在画上有建树的年轻人，刘老也十分鼓励，他说：“什么叫天赋啊，我认为，你的性格跟进去了，喜欢，就是天赋。比如我喜欢梅花，那我就黑夜白天钻研梅花，有时间就画。学习的态度是很重要的，华而不实是不可取的。”

他还奉劝年轻人，“作画如做人，看着挺逍遥自在的，实际上是个苦活儿，好比渔家乐一样，钓上来时挺高兴，但过程考验人。画画儿是慢功夫，要沉稳。”





QUALITY LIFE
品质生活

QUALITY LIFE
品质生活



Travel by Train

古韵今尚，豪华列车“慢”旅行

策划 / 本刊编辑部 文 / 王蕴珊、丁欣、夕暮

接二连三的空难，一次又一次挑战着大众承受能力的极限，“恐飞”成了近期出镜率最高的词汇之一。面对一天天临近的十一长假，你是否会有些茫然无措？放弃原定的行程，抑或是胆战心惊地走上飞机舷梯。然而，正如人们常说的“上帝为你关上一扇门，就必定会为你打开一扇窗”。无奈之下的尝试或选择，有时会让人收获前所未有的惊喜。既然“恐飞”的阴霾依然萦绕心头，那么，不妨“静”下心来“慢”看风景。虽然，火车旅行不如乘坐飞机快捷，却多了一份惬意和奢华，让你将景色放在眼里，烙进心里。当然，它也更安全。

Wisdom Newsletter 24

1854年至1896年间，欧洲兴起一股铁路旅游热潮，豪华列车在这样的背景下应运而生，以极度奢华而闻名。乘客中多是王侯贵族、政界人物、大富豪、间谍、社交名媛等，军火大亨扎哈罗夫、石油巨头、壳牌石油和英国石油的创始人古尔班基安，以及很多欧洲王室成员经常乘坐豪华列车。从巴黎到威尼斯，从希腊到土耳其的伊斯坦布尔……豪华列车成为当时欧洲贵族的最爱。它满载着思乡的愁绪，满载着各国的王子公主，附带大量间谍和诈骗罪犯，横贯欧亚大陆。

Wisdom Newsletter 25



皇家列车，追忆往昔荣光

二十世纪二三十年代是火车旅行的黄金时期，豪华的包厢、精致的美食美酒是车上生活的主题，豪华火车一时成为王室显贵、世界名流、富豪们热衷的交通工具。如今，在这个速度至上的时代，虽然人们可以乘飞机快捷地旅行，然而这并不妨碍豪华火车旅行复苏。这些豪华列车将我们带回那个辉煌已逝的年代。

One person

茜茜公主
铁轨上的一抹倩影

1841 年，仍旧强盛的奥匈帝国决定修建一条通往特里斯特的铁路。那时候，弗兰西斯·约瑟夫 11 岁，茜茜 4 岁，童话还没有开始，谢默林也只存在于一些人的脑海里。铁路真正由梦想变为现实始于 1848 年。那是一个战火纷飞的时代，在 1853 年夏天那个忙碌的相亲宴会上，弗兰西斯把花递给了一个 15 岁的普通女孩。1854 年 4 月 24 日，哈布斯堡王朝举行了盛大的婚礼，茜茜从多瑙河顺流而下，到达维也纳。或许是为了庆祝，或许只是巧合，这一年，谢默林铁路的修建工作完成。也是在这一年，弗兰西斯下令建造一列皇室专用火车以接载他和茜茜去夏宫避暑或去旅行，即我们通常说的皇家列车。豪华精美的布挂装饰和窗帘，丝绸质地的墙纸，精雕细刻的滑动门和窗框，镶嵌着美丽花纹的木桌，舒服的座椅和不计其数的精致细节。既不是摩登时代风格，也不是新艺术风格，而是体现皇帝统治的鼎盛时期，带有历史感的华丽和丰富的马卡特风格。

1891 年，列车投入服务，此后便一直成为夫妇俩外出度假的主要工具。当然，有时他们也会在这里接待皇室成员或外宾，因为豪华的布置与装备使得它当之无愧地成为流动的皇宫。只是童话至 1891 年已经褪色。近 40 年间，繁琐的社交礼仪，宫廷里嘲笑的目光，蛮横的婆婆，冷漠的丈夫，当年无忧无虑、一心憧憬爱情的小女孩已不复存在……幸好还有旅行。她感叹：一走进大自然，我就忘记了一切，美丽的皇后被窗外的景色深深吸引，她静静地坐在这样的车厢里阅读、写作……

皇家列车，重返奥匈帝国时代

专为欧洲贵族设计豪华列车的手工艺者为了创造非凡作品和打造名誉而工作，而那些达官显贵则毫不掩饰地炫耀他们奢华的生活。正是这种对完美无限追求的态度打造了当时最令人惊叹的豪华列车——奥匈帝国时代的皇家列车 (Majestic Imperator)。

在最初建造豪华列车一个世纪后，火车爱好者决定重塑那段遗失的历史。来自奥地利的皇家列车又一次开始穿越欧洲中心。

浴火重生

列车行进在谢默林铁路上，轮与轨的摩擦仿佛滑进了时光隧道。谢默林见证了奥地利这个半世纪以来所有的欢喜与哀痛，看它从黄金岁月一路缓慢地衰败下去。随着第一次世界大战的结束，1918 年奥匈帝国及其统治者哈布斯堡王朝一同覆灭。王子与公主的童话结束了，但火车的童话有了意想不到的结局。第一次世界大战毁灭了难以计数的生命与财富，流动的皇宫自也没有逃脱，只留下一列车厢典藏于布拉格的博物馆 (Technical Museum of Prague)。几十年过去了，经历了两次毁灭性的战争和无法想象的破坏、全世界经济衰退和东西世界的冷战，奥匈帝国皇家列车时代也结束了。

在消失了半个多世纪后，奥地利的火车工程师高非特决定将它重建。高非特想将人们从 20 世纪与 21 世纪交汇时代带回到那一个世纪前的年代。以前，这种辉煌的体验是普通人无法想象的，而今天我们却能亲身体验这种美妙与奢华。1992 年 11 月 2 日，前往维也纳的首次旅行获得空前成功。





QUALITY LIFE
品质生活

复刻奥匈帝国时代的奢华梦

皇家列车使用的是怀旧的蒸汽火车头或是现代的柴油或电引擎车头驱动。自从1992年第一节车厢完成并投入运行后，陆续有其他5节车厢相继建造并投入使用，每节车厢均装饰以不同风格，以供不同需求使用。

乘坐奥地利皇家列车旅行是随意而轻松的。上车前，走过红地毯，在火车门口有一个工作人员热情地迎接，上车后一杯准备好的香槟让人轻松地踏入另外一个世界。这里只有柔软的座椅、装饰华美的餐桌，时刻像家一样迎接来自五湖四海的旅行者。像一个客人说过的：“这是一个理想中的住处”。看似已逝世界中才拥有的舒适与奢华又复苏了。坐在皇家列车中忘却每日繁杂无味的生活，为自己保留一些思考和梦想的空间。



对过往辉煌的崇拜与怀念

在这列火车上，不会遇到像各个大洲各个国家豪华酒店般的千篇一律，而体验到的是与众不同的奢华感觉。我们必须承认，对过去时代的崇拜和怀念是建立在其光鲜外表上的，而忽略了其脆弱本质，但它在某种程度上确实对于现在的我们是一个历史感和安全感交融的避难所。奥地利皇家列车作为对历史美好回忆的一部分，让我们沉浸在那独特的梦一样的世界中，并让那美妙的时刻静止。突然，我们发现自己身处那辉煌的已逝时代，并沉浸在这怀旧的一幕中，在这里我们既是演员也是观众。

哈布斯堡王朝的沙龙列车，曾是世界上最美丽也最奢侈的火车。如今，它又重新行驶起来，将人们带回那快乐而华美的年代。它今日的辉煌重现，可能会在很多方面影响我们现在的生活，因为它曾是奥地利多元文化的象征。我们的生活变得越来越实际，可能因此我们对奢侈的需求越来越多，那些唯一可以带来快乐的奢侈如今近在眼前。除此之外，它满足了人们对艺术与技术融合的需求，使我们忘却每日的烦恼，驶入梦中世界。



QUALITY LIFE
品质生活



“皇家列车”档案

1. 特殊预订：每一列车厢可单独租用，也可以挂在按列车时刻表运营的火车上，行驶常规路线。当然，最好的选择还是搭乘带有怀旧感火车头的完整豪华列车专列，可以到达中欧的所有国家。
2. 接待：皇家列车乘务员会以最隆重的方式接待所有的贵客，并且附上厨师长赠送的免费饮料。在布达佩斯和布拉格等车站，还设有专门的接待。
3. 美食：Majestic Emperor 列车提供曾经的奥地利皇帝弗兰茨·约瑟夫皇帝最钟爱的汤。这道汤由牛肉、骨汤、蔬菜、肉和豆蔻调味制成。用这种牛肉汤作为底汤，可以随意加入面包碎片、牛肉饺子或鸡蛋饼丝。这些搭配起来就是一个多世纪前受奥地利贵族们喜爱的菜式。而“点单率”颇高的美泉宫蛋卷、茜茜公主最喜欢的紫罗兰冰糕和出自糕点大师 Zauner 之手的“伊舍蛋糕”（Ischler Torte）也是不得不尝的美味。

你可以体验这条线路

找寻帝国的余晖

DAY1: 维也纳 - 林茨

即将开始为时两天从维也纳到萨尔茨堡的奥地利黄金线路，这条线路也被称为浪漫之路。一路上将可以领略到不同的古镇风貌：图伦古城、收藏音乐家舒伯特生前用品的巴洛克式宫殿——阿曾堡、维也纳的门户、多瑙河上的第一座桥——北桥、多瑙河上最美丽的瓦豪风景区等，最后抵达林茨。

DAY2: 林茨 - 萨尔茨堡

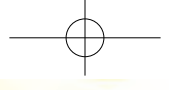
继续沿着浪漫之路前往萨尔茨堡，路途上将游览：奥地利著名作曲家安东·布鲁克纳的长眠地——圣弗罗利安修道院、古罗马时期的恩斯小镇、铁矿小城施泰尔、奥地利第一大湖区——萨尔茨卡默古特湖区等。

DAY3: 萨尔茨堡

萨尔茨堡因为一部好莱坞的著名电影《音乐之声》而被大众所熟知，萨尔茨堡市及周边地区为该片提供了真实的背景场地：修山上的本笃会修女院——修女们齐唱“玛丽亚”的地方、米拉贝尔花园——孩子们唱‘Do-Re-Mi’的地方、岩石骑术学校——男爵唱“雪绒花”的地方。

DAY4: 萨尔茨堡 - 茵斯布鲁克

今天，将乘皇家列车前往蒂罗尔州的首府茵斯布鲁克。一路上一边享受皇家的礼遇一边欣赏窗外迷人的自然风光。抵达后，游览茵斯布鲁克老城、皇宫、以色列山跳台滑雪场等。当天晚上欣赏一场由宫朵尔夫家族带来的蒂罗尔之夜，来结束这次圆满的奥地利音乐之旅。（备注：此皇家列车行程需20人并提前预订）



QUALITY LIFE
品质生活



非洲之傲，行走在蛮荒旷野上的优雅贵族

被称为“世界上最豪华旅游列车”的“非洲之傲”（Rovos Rail）以其奢华的装饰和细致入微的服务，开辟出列车新纪元，列车王朝随着车轮的滚动开始缓缓前行。

仿若一场穿越时空的旅程

在南非行政首都比勒陀利亚，有一座优雅的维多利亚时代建筑风格的私家火车站就坐落于此。这是专为“非洲之傲”列车所设置的车站。每一位搭乘列车的乘客将从这里开启一段铁轨上的奢华之旅。

当你走进车厢内时，首先给你最直观的感受是宽敞。偌大的一节车厢只安排两个如五星级酒店一样舒适的超大客房，足足有十几平方米。房间内饰全部是木质的，地板则带有加热功能，还有独立空调系统。5 扇大窗可以随意开启，房间内光线充足，一张超大号床位于房间一侧，带有美丽花卉图案的床单整齐地铺在床上。乘客可以随时躺在大床上打开窗户，在这流动的豪华客房里一边呼吸着非洲清新的空气；一边将窗外美景尽收眼底。套房中还有小冰箱，沙发以及电子保险箱，整洁华丽的独立卫生间装有超大淋浴房，提供 24 小时热水的超大玻璃淋浴房一尘不染，带有维多利亚式爪足的大浴缸和全套卫浴设施奢侈地摆放在里面。浴缸的对面就是大窗，想必在这里的每一次沐浴都会有美景陪伴。

无微不至的贴身管家式服务

非洲之傲列车提供全程的五星级服务。从客人登车的那一刻起，列车服务人员会帮你打理好一切。你只需要轻松乘坐便可，如此无微不至的服务让每一个人都能感受到温暖。

在列车内，你可以体验到专属的迷你酒吧车厢，并且随时享用免费调酒，调酒师会为你特别调制。当你清晨醒来时，列车服务员会温馨提醒你用餐时间，提供自助早餐和南非的特色美食。到了赏景绝佳时刻，他们还会特地提醒，由于车厢宽敞、车窗可以自由开闭，所以，你有足够的地方欣赏南非美景。还有 24 小时人性化贴身的客房服务，提供免费服装熨烫和有限洗衣服务，随时静候在你的身旁。

北京行宫国际酒店专享优惠

SALE
信用卡特惠

活动一：御茶房自助餐厅 9 折优惠

活动时间：2014 年 8 月 15 日至 2014 年 12 月 31 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御茶房自助餐厅刷卡消费，免服务费，享受 9 折优惠及 3 小时免费停车。

参与方式：请拨打 010-52699777 进行预订

活动二：行宫若水会所 8.8 折优惠

活动时间：2014 年 8 月 15 日至 2014 年 12 月 31 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行宫若水会所消费，享 8.8 折优惠，若水会所餐厅酒水除外。

参与方式：请拨打 010-52699777 进行预订

北京行宫国际酒店

地址：朝阳区石佛营东里 155 号

电话：(010) 52699777

网站：www.xgcnhotel.com



Wisdom Newsletter 30

QUALITY LIFE
品质生活



One person

罗罕·沃斯

童年梦想成就火车传奇

南非富商罗罕·沃斯先生（Mr.Rohan Vos）是非洲之傲列车的创始人。在他还是小孩子的时候有一个童真又温馨的梦想，那就是可以和家人一起坐火车去南非克鲁格国家公园（Kruger National Park）探寻野生动物。为了完成儿时的梦想，Rohan 先生从世界各地收集来众多拥有百年历史的古董级车厢，并将它们重新装饰。一截截老车厢则脱胎换骨为颇具维多利亚风格的“流动五星级酒店”。从 1986 年到现在，每当“非洲之傲”豪华列车启程时，创始人 Rohan 先生都会穿上笔挺的西装，乘坐自己的飞机，从居住地开普敦来到火车站，风雨无阻。在站台上，他会以纯正的伦敦英语和英国式幽默欢迎几十位来自世界各地的客人，宣读注意事项和行程安排。在小提琴悠扬的演奏声中，被 Rohan 先生读到名字的乘客，将以久违的绅士与淑女姿态踏上红地毯，在列车员的引导下登上“非洲之傲”，这列被誉为世界顶级豪华列车的车厢。这一切，会让人恍惚间感觉时光像倒流至 19 世纪的欧洲一般，又仿佛一部反映贵族生活的老电影再次上映。

Wisdom Newsletter 31



QUALITY LIFE
品质生活



每一段旅程都精彩

每个人的兴趣爱好不同，因此循迹南非的目的不同。一天一夜的花园大道之旅虽然短暂，却可以从好望角所在地南非母亲城开普敦，沿花园大道前往风景如画的乔治城，绵延的海岸线和开满鲜花的田野会征服最挑剔的旅行者。从开普敦的好望角、花园大道到克鲁格国家野生动物公园；从津巴布韦和赞比亚交界的维多利亚大瀑布到纳米比亚的沙漠和海洋，足不出户就可在 ROVOS RAIL 列车上同时游览都市现代化的建筑和野外绮丽的自然风光。最常规的开普敦至比勒陀利亚之旅则堪称经典，可以在古老的荒漠驿站—Majiesfontain 探寻英布战争的历史，在百年小酒馆里伴着风琴追寻当年的喧嚣。到达金伯利时，还可以亲临钻石大洞和钻石博物馆，感受钻石之国的历史。位于津巴布韦和赞比亚交界处的世界最宽大瀑布，所发出的怒吼声几十公里外都可以听到。ROVOS RAIL 列车和 Rovos Air 豪华班机可将游客直接送到大瀑布口。



你可以体验这条线路

跨越南非的贵族旅程

DAY1: 非洲之傲的始点——比勒陀利亚

下午 3 点半启程，在美丽的首都公园私家车站开始为期两天两夜的从比勒陀利亚至南非母亲城开普敦的跨越南非的贵族旅行。在富有维多利亚风情的候车室内等待列车出发，登上世界上最豪华的列车 ROVOS RAIL 列车。

DAY2: 金伯利—Matjiesfontein

早上在豪华列车上用过自助早餐，抵达钻石之都金伯利，ROVOS RAIL 列车安排了访问钻石大洞、钻石博物馆和乘坐有轨电车、市区游览的等行程。

DAY3: Matjiesfontein—开普敦

早晨 到达并游览 Matjiesfontein 小镇。这里是当年英布战争的重要遗址，仍然保留着当年的历史风貌，之后继续向南，朝目的地开普敦行进。傍晚 ROVOS RAIL 列车抵达南非母亲城开普敦火车站 24 号专属站台，尊贵的乘客们完成了跨越南非的贵族旅行。

“非洲之傲”档案

1. 费用：根据不同行程，车票价格从万元至几万元不等，但美食美酒和沿途不等次的下车游览服务都包含在车票内。
2. 乘车礼仪：公共区域禁止吸烟和使用手机、电脑。晚餐时需着正装或民族服装，其余时间随意。
3. 非洲之傲列车官方网站 www.rovos.com



QUALITY LIFE
品质生活



亚洲东方快车，换种方式触摸亚洲

在西方人眼中，亚洲这个东方世界是一方古老而神秘的乐土。几个世纪以来，亚洲异国风情的魅力令人无法抗拒。亚洲东方快车（Eastern & Oriental Express, E&O）于 1993 年 9 月展开首项旅程。是欧洲东方快车的亚洲版，也是亚洲最顶级、最豪华的梦幻列车。从曼谷出发，途经泰国华欣、马来西亚槟城、吉打州、吉隆坡，最后到达新加坡。



One person

阿加莎·克里斯蒂
书香中的火车魅影

欧洲东方列车在营运过程中留下了无数传奇故事，作家和作曲家以它为素材创作了 6 部电影、19 本小说和一首歌曲。1934，阿加莎·克里斯蒂（Agatha Christie）以这件事为灵感，发表了著名的侦探小说《东方快车谋杀案》。阿加莎·克里斯蒂开创了侦探小说的“乡间别墅派”，即凶杀案发生在一个特定封闭的环境中，而凶手也是几个特定关系人之一。《东方列车谋杀案》便是这一类型侦探小说的代表。遥想当年，阿加莎·克里斯蒂坐在火车车窗旁，捧一杯香浓的咖啡，沿途风光如画卷般铺展于眼前，关于杀戮与救赎的故事在脑海中逐渐清晰。



QUALITY LIFE
品质生活



穿越时空的漫游

车厢设计灵感源于东方风格：墙身挂上精致的原木嵌画；餐吧车厢以中国及泰国漆器作为装饰，其中一节餐吧车厢更糅上马来西亚的特色图案；而酒吧车厢则饰以泰式墙雕及刻花镜。设于车尾之开放式观景车厢的设计别具亚洲气息，更可抵挡热带暴雨及猛烈阳光。亚洲东方快车的家具及装备均以柔和色调为主，大部分原料均自区内搜购所得，部分更购自巴黎。

E&O 的卧铺车厢分为三等，各配置独立洗手间及淋浴设施：标准客房（Pullman compartment）与威尼斯辛普伦东方特快火车的设计相近；豪华客房（State compartment）设有两张较宽阔的睡床。其中一节车厢设有两间总统套房，配备两张单人床及独立更衣室，40 名分别来自泰国、马来西亚、新加坡及多个欧洲国家高级酒店的资深职员拥有丰富酒店服务经验，24 小时随时待命，呈献极致豪华舒适的火车旅程。美食是车上生活最生动的部分，来自英国、印度、马来西亚和法国的主厨是东方快车餐饮的灵魂人物、除了供应早、午、晚三餐，外加一道传统的英式下午茶。晚上餐车则呈现出一派流光溢彩的场景，乘客们盛装赴宴，男士身着深色西装、领带或领结，手挽华丽长裙晚礼服的女伴入座，在轻松的笑谈声中享用丰盛晚餐，恍惚之间如同穿过时光隧道回到了 18 世纪的英国。



旧时代，旧情怀

欧洲东方快车曾经盛极一时，是当时皇室贵族、名流大亨们的最爱。但是，在整整运营了 126 年之后，由于欧洲廉价航空及高速铁路的涌现，使东方快车几次被迫削减路线。到 2007 年，列车只剩下往返斯特拉斯堡到维也纳的路线。从 2009 年 12 月 12 日开始，这趟仅在法国斯特拉斯堡和奥地利维也纳之间运行的列车停运。

但是，这趟奢华列车的梦境并没有结束，经历多个重大工序打造的亚洲东方快车（Eastern & Oriental Express, E&O）于 1993 年 9 月展开首项旅程。威尼斯辛普伦东方特快车（Venice Simplon-Orient-Express）设计团队负责 E&O 的车厢内设计：餐室车厢设有宽大的窗口，可以饱览窗外的慑人景色；更重新设计卧铺车厢。设计师利用纤薄的实木压板打造车厢内之拱形天花；而墙身内层则设有防火层，亦同时能有效保持车厢清爽及作隔音之用；火车车身以墨绿色为主，配上杏色间条、白色车顶、黄铜色刻字及标记。

参考威尼斯辛普伦东方特快车 Wagon-Lits 车厢的设计，E&O 每节车厢均刻上三位数字，以资识别。于编排行厢号码时亦参考了中国习俗，避免使用若干数字，而以 2、3、6、8 及 9 等幸运数字组成。



QUALITY LIFE
品质生活

慢享南洋风情

这辆亚洲最顶级、最豪华的梦幻列车—E&O，从曼谷出发前往华欣，行程贯穿整个马来半岛，沿途一幕幕引人入胜的大城小镇风景，经过泰国最狭窄与缅甸相接邻的地带，棕榈树与椰林农舍风光，让车上的人有如走进了时光隧道一般。东方快车以每小时约 60 公里的车速，悠闲、舒适地行驶于新马泰 3 国之间。眺望车窗外飞驰而过的美景，视野也随之变得开阔起来。听着铁轨发出有节奏的韵律，会感觉像被催眠了一样舒服。火车一路逶迤行经郁郁葱葱的热带森林，连空气中都飘散着浓郁的绿木芳香。列车缓缓驶入了有“死亡铁路”之称的桂河大桥站。二战期间，这条铁路是日军动用了近 13 万名联军战俘及亚洲奴工搭建的。由于疾病传染和营养失调，近 16000 名工人命丧于此。著名电影《桂河大桥》更让这条血泪斑斑的铁路为世人所熟知。这里的纪念墓园，让每位到访者抚昔叹今，感慨油然而生。安静的华欣是泰国拉玛六世王室的避暑城市，眼前弥漫着古老的泰国风情。而后经过马来西亚吉打州，到处可见大面积稻田，还有马来传统的高脚屋村落；再走过檳城，一路经过保存完整的自然丛林、热带雨林、湖泊，到达吉隆坡，最后抵达新加坡，这是全亚洲独一无二的富豪旅行体验。

从曼谷到新加坡，这列充满南洋风情的豪华列车，设备和服务完全参照五星级酒店标准，这是在亚洲难得的一种豪华列车。满足不少乘客追忆往日情怀的梦想。豪华、舒适、悠闲，乘客如同回到了 18 世纪的欧洲。列车上有舒适的床铺，有精美的食物，捧一杯香浓的咖啡坐在车窗前，欣赏窗外的风光……这样的旅程，又是另一种舒适的享受。



“东方快车”档案

1. 语言：列车上主要使用英语，应具备基本英语会话能力。
2. 货币：车上消费皆以美元计价，可接受信用卡。
3. 电话：列车不提供电话服务，可随身携带手机。
4. 服装：旅客在列车上可着轻松便服。晚上用餐时段，规定需穿着正式服饰，男士西装领带或小领结，女士套装或晚礼服（晚礼服终于派上用场了）。
5. 餐点：车上供应三餐：早餐和下午茶是由专人送到个人包厢内享用；午、晚餐则在餐车内享用。餐费不含饮料，旅客须额外付费。
6. 吸烟指示：除餐车外，其他地方都允许吸烟，但不包含雪茄和烟斗。



你可以体验这条线路

万象之旅

DAY1: 曼谷

由曼谷出发，展开难忘的探索之旅。列车将连夜穿越泰国东北部

DAY2: 碧迈

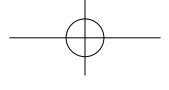
于翌日清晨到达碧迈（Phimai），参观尽显吴哥气息的古雅寺庙。碧迈为世界文化遗产之一，并是泰国其中一个最举足轻重的高棉遗址。午膳后，列车将继续展开旅游，深入风景如画的考艾（Khao Yai）山谷，可到访当地葡萄园，细呷“新纬度葡萄酒”。列车将绕经友谊桥，横渡湄公河到达泰国老挝边界，沿途尽见壮丽风光。

DAY3: 万象

翌日清晨，旅客可参与列车悉心安排之旅程，畅游老挝首都万象（Vientiane），并在当地历史悠久的 Settha Palace Hotel 享用午膳。万象完美融合两大风格迥异的设计特色，当地法国殖民建筑与金碧辉煌的亚洲庙宇互相辉映，流露别具一格的魅力。傍晚时分，列车将再度绕经友谊桥，踏上折返泰国曼谷的回程。

DAY4: 曼谷

在与其他宾客轻松畅谈，分享沿途所见所闻的同时，列车抵达曼谷。



STYLE
风格

Khunu: From The Plateau To Green Luxury

Khunu：从高原之舟到绿色奢华

尽管人们早已认识到“牦牛全身都是宝”，
但它最珍贵的财富——牦牛绒，
直至近些年才进入人们的视野中，
其中由 Julian Wilson 和 Aaron Pattillo 以牦牛绒命名的 Khunu 公司，
就是推动这种特殊材质进入时尚界的一股新兴力量。



Wisdom Newsletter 36

STYLE
风格



五年前，端坐在青藏高原一个藏族游牧民的帐篷里，
一层厚厚柔软的毛绒（藏语称其为“酷路”）引起了英国
实业家朱利安（Julian Wilson）的注意。从此，朱利安
开始了探究牦牛毛的商业用途的漫长之旅。当今，由朱利
安创建的“Khunu” 牦牛毛产品以其优良的品质、时尚的
设计以及先进的理念为偏远地区的游牧民开创了一个可持
续的未来，成为时尚界的一股新生力量。Khunu 依照牦牛
毛的特性设计和生产的毛衣和其他毛织品，正搭建起消费
意识日益进步的消费者与藏族游牧民之间的桥梁。

“2008 年，我去青藏高原，发现当地的游牧民视柔软
的牦牛毛为废物，他们认为长在贴近牦牛身体的软毛没有
商业价值，毫不夸张地说柔软的牦牛毛随风飘逝。游牧民
用牦牛外表的粗毛搭帐篷、编绳子。但是，他们不知道牦
牛表面粗毛下的软毛有什么用处，当然，他们也没有设备
加工软毛。看到如此柔软的贴近牦牛皮肤的软毛就这样浪
费了，我觉得实在可惜，所以，我们决定想办法将它们用上。”

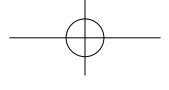
朱利安 2006 年到中国为其当时任职的一家英国金融
公关质询公司开办中国业务，之前毫无制衣方面的经验。
但是，一股要建立一家社会企业的强烈愿望驱使他决心将
Khunu 从一个概念变为一个现实。当然，在企业草创期的
挑战也是可想而知的。

*Five years ago, in a nomad tent high up on the
Tibetan plateau, a layer of thick, soft wool (which
Tibetans call khullu) caught the eye of British
entrepreneur Julian Wilson, and started him on a
long journey exploring the commercial possibilities
for yak wool. His company, Khunu, an emerging force
in the fashion industry, is helping build a sustainable
future for nomads by promoting the excellent qualities
of yak wool, and harnessing those properties to
make a range of sweaters and accessories aimed at
increasingly conscientious customers.*

*“During a visit the Tibetan plateau in 2008 I was
surprised by how little value nomads placed on the
fine yak wool - it literally blew away in the wind.
Although the coarser wool was used to make tents
and ropes, herders didn't have the technology or need
to use the fine down. It seemed tragic that such fine
wool blew away, so we decided to find a way to use
it.”*

*Wilson had no previous experience in the clothing
industry, having moved to Beijing in 2006 to start the
office of a financial communications consultancy, but
it was the idea of social enterprise that drove him to
develop the Khunu concept further despite a number
of early challenges.*

Wisdom Newsletter 37



STYLE
风格

“在创办 Khunu 前，我在金融传讯这一行干了十年，那时对任何时候都要考虑公司的利润感到厌倦，所以就有了创建一个不仅有利润，而且也能帮助被边缘化的社区用他们的技能和自然资源开拓新市场的想法。Khunu 其实就是这些想法的混合物，我再次去四川的藏族地区时，即下决心将我的梦想变为现实。”

拿定主意后，朱利安又反复思考了一段时间，终于有了足够的勇气后决定辞职创业。“对我来说，这一步迈得有点大，我当时有一个薪酬优厚的工作，工作也应该算顺利。放弃一份稳定的工作进入一个自己完全没有经验的行业，而且没有了稳定的工资和安定，当时我也被自己的想法吓了一跳。一些人可能会说我傻。”

“幸运的是，我在小范围内和几个朋友谈了我的计划，有几个朋友觉得是件值得做的事，他们愿意给钱帮助我做这件事，现在经销我们产品的‘细活裡’创始人李慧听了，当即决定支持我。从那时起，我就像坐过山车一样开始和其他创业者一样的癫狂的生活，当然，有时我也怀疑自己，更要面对经济上的挑战。”

“有时我醒来，想想自己经营着一条蔓延几千里的生产供应链，从自己的所在地远至青藏高原，这条如此漫长的产业供应链，我有时也问自己到底在折腾什么！”



“Having worked in financial communications for ten years I'd grown tired of business being only about bottom line, and wanted to start a company that not only made money, but also helped marginalized communities access new markets with a skill or resource they had. Khunu is really the fusion of these ideas and came about after my second trip to the Tibetan plateau in Sichuan.”

With an idea beginning to solidify in his mind Wilson took the brave step of resigning from his job to pursue his goal.

“It was a big step”, he reflects, “I had a well paid job and things were going well. To give up that stability to move into an industry you don't know, without a salary or certainty that the idea will work was a little daunting. Some might say stupid.”

Fortunately others also liked the idea, and a small circle of friends came forward with some capital to support his initial investment and idea. One of the supporter of my idea is Hui, now the owner of Slow Lane in the heart of old Beijing.

Since then he has been on the rollercoaster ride most entrepreneurs experience, including periods of self-doubt and financial challenges.

“I've woken up sometimes wondering what on earth I am doing running a business miles from where I'm from with a supply chain extending all the way up to the remote Tibetan plateau. Life was easier when I worked within a big organization and was paid a regular salary. But despite these uncertainties, I really believe in the idea, and know that many people who come in contact with the brand love it. It's very motivation when people email you to say they love your products and what you're doing.”



🐂 天赐财富

牦牛在藏语里读作 Norlha，意思是“天赐财富”。对藏族人来说，牦牛就像屋外的家人。藏族人吃的酥油、奶酪是用牦牛奶做的；住的帐篷是牦牛毛织的；盖的毯子和穿的衣服是牦牛身上表层粗毛纺的；甚至取暖的燃料都来自牦牛粪。全世界养殖的牦牛总量中 85% 在中国，主要分布在四川、青海、西藏、甘肃等地。牧民和牦牛几个世纪来共生共栖，生长在青藏高原的牦牛已完全适应了它们的环境。

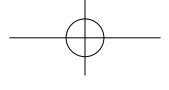
朱利安解释说：“了解牦牛毛的这些功能性特征对我们真正了解牦牛毛至关重要。Khunu 牦牛绒产品柔软的触感及耐寒性让消费者非常惊讶，过去人们对牦牛毛的记忆就是粗糙。我们将牦牛毛送到国外独立化验室进行检测，化验结果显示牦牛毛的保暖性高于羊毛，我们对这个结果一点也不惊讶，可很多消费者却对此一无所知。”“细活裡”创始人李慧说：“记得 2012 年 1 月 14 日是我来北京八年记忆中最冷的一天，室外的温度近零下十度，我穿牦牛绒毛衣出门扫雪，当时竟不觉得冷。从此以后，我更加不遗余力地向所有人推销我们的牦牛绒产品，更找朱利安定制了不同尺寸的毛毯，毫不夸张地说，那毛毯比一床大鸭绒被还暖和。”

牦牛绒并不是这种动物新长出来的毛，而是牦牛为了抵抗严冬生长的，紧贴皮肤的一层极细密柔软的底绒。因为牦牛生活在海拔 2500 米以上的高原地区，正是这层底绒帮助它们游刃有余地应对终年苦寒的极限气候。20 世纪 80 年代对牦牛绒的保暖效果做过检测，实验表明，在零下 18℃ 的低温下，尽管牦牛身体不同部位的体温有所差异，但基本维持在 8℃ 至 20℃ 之间。在一千倍的显微镜下观察羊绒和牦牛绒，会发现后者的鳞片密度比前者更高，也就是说，牦牛绒更加柔韧耐磨，对皮肤的刺激更小。

如同其他天然的动物毛纤维，牦牛毛本身具备抗菌能力，也就是说小菌群不会附着在有汗迹的牦牛毛上，即使有汗迹的牦牛毛衣也不会有异味，所以无须经常干洗。这样也就减少了使用洗涤用品对环境的污染。我们认为这些环保特质对在乎环境的有意识的消费者日益重要。

Khunu 公司致力于人与自然和谐相处，对牦牛绒的生产，也以尊重环境为前提。尽管通过化学处理，牦牛绒织物的颜色会鲜亮、丰富，但会对环境造成严重伤害，而且控制不好也会破坏织物的纤维，所以 Khunu 尽量减少染色和漂白，而保持牦牛绒天然的颜色和质感。

“我们都热爱自然环境，我们的产品取自大自然，我们穿着人类自己生产的衣服去世界上最美丽的地方探险，如果我们自己都不把生产过程中对环境可能造成的影响放在核心考量的位置上，我们的所作所为是否自相矛盾？我们为什么不将牦牛毛的天然颜色充分发挥出来？其实，通过各种针织图案的搭配和设计，仅用天然本色也能设计出很好的产品，我们真的不需要使用对环境破坏极大的化学染料。”



STYLE
风格



Devine Wealth

In the Tibetan language, yak reads as norlha, meaning “divine wealth”. For the Tibetans, the yak is an extension of the family. Tibetans eat butter and cheese cultivated from yak milk, live in tents made from the wool, and traditionally used blankets and clothing made from the yak’s rough exterior wool. Many still heat and fuel their homes using yak dung. China accounts for over 85% of the worlds domesticated yaks, most of which are bred in Gansu, Sichuan, Tibet and Qinghai. The symbiotic relationship between herder and yak has existed for centuries and works because the animal and its wool are so well adapted to the environment in which they live.

“It was very important for us to understand the functional properties of yak wool.” explains Wilson. “The soft, warm feeling you get from a Khunu product is the biggest surprise to new customers, so it was important to quantify this feeling through independent lab tests, which unsurprisingly showed yak to be warmer than standard sheep wool.” “I recalled that I I was wearing a yak sweater, sweeping the snow outside of the house last February, I did even feel cold when. Since I became even more enthusiastic in promoting Khunu’s yak products. And we even have some extra-large blankets customer-made for Slow Lane. It is fair to say that a yak down blanket is warmer than a 4-kilo-weigh down quilt.”

While outer yak hair is long and rough, helping protect yaks from wind and rain, it is the bottom layer of soft, thick down, closest to the yak’s skin that helps insulate the animal. This insulating layer helps yaks survive the bitter cold weather at 2,500 meters. Tests conducted in the 1980s show the insulating effect of yak wool. At temperatures of minus 18° C, the animals skin temperature was between 8° C and 20° C. Another experiment demonstrated yak to be roughly 10-15% warmer than comparable merino fabric. In addition to its warmth, test show that yak is also more comfortable compared to similar fibers. When comparing similar quality yak and cashmere under a microscope, scientist found that yak has more scale density, meaning it causes less skin irritation.

Like many other natural fibers, yak wool is anti-microbial, meaning it will not attract the small microbes that live off sweat and build up on the surface of other fibers, and the garment won’t smell or require constant laundering, thereby reducing water waste and pollution from detergent. Such environmental factors are increasingly important to educated, conscientious customers:

Khunu is a company committed to harmony between man and nature, and minimizing environmental damage during the production process. Through chemical processing, the naturally dark yak wool can be dyed into bright, light colors. However, this process can cause serious environmental damage, and if done incorrectly could also damage the fabric’s fibers. Therefore, Khunu minimizes the dyeing and bleaching of its fiber, which means its products retain the natural colors of the yak’s inner wool.

“We love the natural environment, it’s where our products come from, and I often wear them to explore some of the world’s most beautiful places. It would be contradictory if environmental considerations were not central to the production process. We avoid bleaching, and have considerably reduced the amount of dye we use. Why wouldn’t you want to use the great natural colors of yak? There is a lot you can do with knit and woven wear to add texture without constantly using chemical dyes,” says Wilson.



STYLE
风格



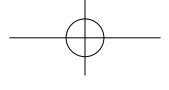
牦牛毛的采集

每到春季，牦牛就开始脱毛，脱去冬季御寒的自然保护层。Khunu 通过当地与之合作的自然村落到四川、青海的藏族地区收购牧民采集好的牦牛绒。收集牦牛绒是个慢活，全程不能像收其他动物毛那样用剪子剪，只能用梳子细心地梳下来，或捡自然脱落的毛，然后再用手一点点地根据颜色和粗细分类。牦牛绒纤细而顺滑，有不规则弯曲，采集牦牛绒显得繁冗琐碎枯燥。在靠天吃饭惯了的牧民看来，牦牛绒带来的收益显然没有牦牛肉、牛奶直观，他们曾经一度无法理解为什么会有人对牦牛绒这种细小而“无用”的东西感兴趣，直到 Khunu 把第一件牦牛绒织的毛衣交到他们的手上。牧民们抚摸着牦牛绒毛衣，无法相信这种细腻如酥油的材质，竟然来自牦牛这粗糙的庞然大物身上，并且是用他们亲手采撷来的绒毛做的。这一刻，他们才真正意识到牦牛还真是天赐财富，比他们想象的更丰裕。牧民们的改变，也让 Khunu 公司备感欣慰。

Yak Wool Sourcing

Each spring yaks naturally shed the hair that has protected them throughout the harsh winter. Khunu cooperates with local communities who collect and purchase wool on their behalf from yak herders from the Tibetan areas of Sichuan and Qinghai. Collecting yak wool is a slow process because the short fibers cannot be shorn like other types of wool, but must be either carefully combed or collected after the yak naturally shed. After the wool is collected, it must be hand sorted by color.





STYLE
风格



利润与机遇



Khunu 将为产品源头的游牧民社区提供增收机会作为品牌经营理念不可或缺的一部分。用合理的价格收购原材料牦牛毛是其中一部分，通过提供设备并培训牧民学会使用设备进而提高他们的工作技能，以至提高他们的收入。尽管 Khunu 目前仍未有利润，朱利安依然履行对自己和出资人的诺言将销售收入的 2% 回馈给当地社区。Khunu 已经购买了设备，将在玉树地区建立一个牦牛毛分拣车间，这样既减少了不必要的运输，也给当地牧民带来更高的收入。Khunu 将设备无偿捐给当地牧民，该社区分拣车间将于今年年底投入使用。如该举措运行顺利，Khunu 计划通过销售收入的提取和进一步集资增加生产设备将牦牛的粗毛也更好地利用起来，以提升其经济价值。正如中国人说的：授之以鱼不如授之以渔。

朱利安说：“我们希望通过牧民终生受益的培训给他们提供实实在在的机会，使他们也成为全球化经济的一部分。我们的目标是按照他们的现状，以商业原则开拓一种互利的可持续的发展方式。”

近来，更多的时尚品牌开始使用牦牛毛绒，或用牦牛毛绒替代羊绒或与羊绒和美丽诺羊毛混纺。但是，公众对牦牛毛的认知依然有限，认为牦牛毛绒为劣于羊绒的产品，事实是即使一般的牦牛绒也比最高档的羊绒的成本要高很多。

近年来，随着“绿色奢华”观念得到越来越多消费者的赞同与响应，新兴的消费阶层除了关心产品本身，更关注产品的来源、制作方法，乃至背后的故事。同样的价格，越来越多的人愿意选择与环境为友的产品。牦牛绒手工制作、天然纯粹、与环境为友的特性，连同牦牛生长的神秘的雪域高原，对把品质放在首位的理性消费者来说，无疑有着巨大的吸引力。Khunu 在创建之初，将产品销售的主要市场定位在当时消费理念相对先进成熟的欧洲和北美市场，让朱利安惊喜的是产品在中国的销售情况出乎意料的好，越来越多的消费者成了 Khunu 的忠实客户。公司和牦牛绒的传奇，才刚刚拉开序幕。



STYLE
风格



Profit and Opportunity

Part of Khunu's mission is to provide opportunities to the communities at the source of its supply chain. Buying raw materials at a fair price is now being supplemented by equipment and training to make herders more integral to the company's overall supply chain, something the company hopes will provide additional income to communities. Khunu is working with one community near Yushu to help them de-hair their own wool. This will reduce the need to transport unprocessed wool to other parts of China and create additional income for herders. The company will initially donate one de-hairing machine and train herders to de-hair wool already purchased there. This will generate more revenue for the communities and reduce transport costs. If the project is successful the company will expand the de-hairing operation and consider further investment to develop new products using coarser yak fibre. Like the old saying goes: "Give a man a fish and he eats for a day, teach him how to fish and he eats for life."

According to Wilson, "We hope that by providing practical opportunities and training for the herders they will benefit and become more integrated into the global economy. Our goal is to do this on their terms but on a commercial basis that works for both parties as we believe this is the most sustainable way to develop a relationship."

Currently, some other fashion brands have begun to use

yak to replace or blend with cashmere and merino wool, but public awareness of yak is still limited, and, although cheaper than cashmere, the price of yak is notably more expensive than even the finest sheep wool.

Despite high raw material costs, yak is benefitting from the growth of "green luxury" as educated consumers become concerned about the origins of their products, the ways they was they are made, and overall the quality. The hand sourced, natural and environmentally friendly features of yak, along with the increased interest in the snowy plateau, mean yak has a growing following. At the time of building Khunu brand back in 2008, its products were mainly targeted to capture consumers in then more advanced European and north American markets, to Julian's surprise, Khunu has gained increasing appeal to more conscious Chinese consumers. Khunu and the yak legend has only just begun.

Khunu

了解更多有关 Khunu 信息，请登录：www.khunu.com

细活裡

地 址：北京东城区史家胡同十三号

电 话：+86 10 6522 7770

微 信：xihuoli2012

微 博：细活裡

网 址：www.slow-lane.net

喜马拉雅咖啡

电 话：(0836) 2818887

地 址：中国四川省甘孜州康定县康定老街溜溜城内街一楼 13 号





HOTEL
酒店

The Ritz-Carlton, Beijing 北京丽思卡尔顿酒店，奢华“新定义”

人类与生俱来的对完美、舒适的渴求，致使人们以追求精致、奢华的生活为最高理想。
北京丽思卡尔顿酒店一直致力于将最高理想变为现实，一次次刷新着人们对于奢华生活的定义。
不仅在整体基调上力求卓越超凡，更要求在每个细节上做到奢华极致、无可挑剔。
从情定终生的婚礼到唇齿舌尖的味道，从私密舒适的入住体验到尊贵的个性化服务……
无不是对生活高品质要求的最佳呈现，对奢华极致的不懈追求。

Wisdom Newsletter 44



HOTEL
酒店

奢华体验，远离尘嚣的“应许之地”

北京丽思卡尔顿酒店共拥有 305 间客房，包含 38 间套房和 61 间行政客房，设施完备的客房，私密舒适的入住空间，独一无二的个性化服务，为客人带来完美难忘的入住体验。
北京丽思卡尔顿酒店宽敞典雅的行政酒廊位于酒店 16 层，在这里您可以尽情欣赏 CBD 城市美景，专业的行政酒廊礼宾人员为您提供最尊贵的个性化服务。行政酒廊拥有自助餐区、品酒区、休闲上网区及独立会议室，充分保证了行政客房贵宾的隐私。
行政客房及套房贵宾现有的尊享礼遇包括 24 小时使用行政酒廊、个人化登记入住及退房服务、专属礼宾司及高速无线上网及行政酒廊全天五次餐饮服务。全新升级的行政礼遇包括：一对一客房内办理入住服务；定制个性化文具，包括带有客人姓名的烫金信笺和名片；传统的英式下午茶及免费熨烫等服务。
酒店共拥有 6 家餐厅及酒吧，包括巴罗洛意大利餐厅、玉中餐厅、香溢全天候餐厅、丽思卡尔顿酒吧、大堂酒廊和大卫杜夫会所。客人足不出户，即可享受来自世界各地的美食。
便捷的地理位置和 1100 平方米的会议空间，使酒店成为商务宴会和社交活动的理想选择。其中包括一个大宴会厅、9 个多功能厅、一个董事会议厅和北京



城中唯一与亮丽清新的花园相连的婚礼堂。酒店提供一站式婚礼服务，为新人打造难忘的精彩婚礼。
位于酒店顶层的北京丽思卡尔顿酒店水疗中心共 2500 平方米，共有 10 个理疗室，其中包括 8 个独立理疗室、2 个双人理疗室。整个区域采用浅蓝色调，男士休息区设计为简约的皮质棕色，女士则采用温暖的美容疗法，所有理疗均是传统和现代手法的结合。在同一楼层，酒店还拥有高科技的健身中心，以及室内恒温泳池。
经典英式庄园设计风格，高标准的个性化服务，使北京丽思卡尔顿酒店成为奢华的代名词。品味丽思卡尔顿经典下午茶，体验特色美食文化，沉迷于独特芳香水疗，在北京丽思卡尔顿酒店体验完美，感受传奇。

每房每晚人民币 2200* 元起，尽享专属礼遇：
连续入住两晚，额外支付人民币 300 元即可获赠价值人民币 1000 元的餐饮消费额度
* 以上价格需加收 15% 服务费，预订需根据当日住房率，相关条款适用。
有效期为 2014 年 8 月 18 日 ~2015 年 2 月 28 日
预订或咨询：(010) 5908 8955

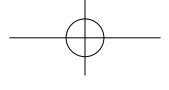
SALE
信用卡特惠

香溢自助餐厅周一至周三自助午餐“买一赠一”

活动时间：2014 年 7 月 4 日 ~ 2014 年 12 月 31 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丽思卡尔顿酒店香溢自助餐厅周一至周三消费自助午餐享“买一赠一”优惠。
参与方式：客户直接拨打订餐电话（010-5908 8161）进行预订，经酒店确认即可。

北京丽思卡尔顿酒店
地址：北京市朝阳区华贸中心建国路甲 83 号
电话：(010) 5908 8888

Wisdom Newsletter 45



HOTEL
酒店



至臻完美，用“心” 烹出的美食

近期北京丽思卡尔顿酒店特别推出“至臻完美之旅”客房套餐，让您在入住的同时尽享美味。1000 元的餐饮礼券带您体验屡获殊荣的玉餐厅纯正精品粤菜、巴罗洛餐厅原汁原味的意式料理及全天候香溢餐厅的精选自助，尽享美酒和佳肴带来的美味时刻。北京丽思卡尔顿酒店新任行政总厨 Kevin 拥有超过 25 年的餐饮烹饪和管理经验，他不断创新的热情和精湛的厨艺将会为客人带来无与伦比的美食体验。

Kevin 的职业足迹遍布英国、澳大利亚、新加坡和中国等地，曾先后任职于丽晶、悦榕庄、希尔顿和万丽等高端品牌，在加入北京丽思卡尔顿酒店和北京 JW 万豪酒店之前，Kevin 在新加坡万豪酒店担任行政总厨，并对当时的菜品做了创新，组建培养了一支高效的厨师队伍。他还凭借精湛的厨艺获得了墨尔本美食指南一级大厨和二级大厨，并在 2013 年万豪集团亚太区年度厨师评选中获得烹饪卓越奖，同年还获得万豪全球最佳厨师奖等诸多荣誉。

从 Kevin 丰富的履历中可以看到他对烹饪的热爱和执着，他不断创新并且勇于尝试，确保每一道菜的品质新鲜、营养和美味。Kevin 从很小的时候就对烹饪充满了热爱，并从那时起就决定把烹饪作为毕生的首选职业。Kevin 坚信选择高品质的新鲜食材，呈现出菜品的原汁原味，才是烹饪的最佳境界。他还很喜欢爱尔兰的一句谚语“在提供最好美食的地方总能看到灿烂的笑容”，当 Kevin 烹饪美食时也是这样做的，他总是致力于为酒店的客人提供最棒的美食。当 Kevin 不在厨房的时候，他总是和爱人与朋友一起寻找有趣的地方，业余爱好是打台球及阅读，Kevin 还是 Chaine Des Rôtisseurs 和埃科菲国际厨师协会的会员。

HOTEL
酒店



一生一次，情定丽思卡尔顿

北京丽思卡尔顿酒店拥有北京城中唯一的婚礼堂，与亮丽清新的花园相连，新人可选择在婚礼堂和花园内举办新婚仪式，然后在奢华的大宴会厅中宴请宾客。独立的准备间和更衣间，让新郎新娘充分感受到奢华的个性化服务。北京丽思卡尔顿酒店联手珠宝、婚纱、摄影、婚庆服务等知名品牌，为新人们提供一站式婚礼服务。经验丰富的绅士淑女们将关注婚礼的每一处细节，精心打造每一个难忘瞬间，为您带来非同凡响的完美体验。便捷的地理位置和 1100 平方米的活动空间，宴会厅、婚礼堂和花园等多个场地满足您的不同需求，无论是盛大隆重的婚礼还是爱的宣告仪式，这里都是您的理想选择。新人无需劳心费力，酒店专业的婚礼策划团队将为您悉心照料一切细节，为新人们筑起通往幸福的轨道。

北京丽思卡尔顿的绅士淑女们为您诠释职业的艺术，婚礼策划专家张放为您点缀一生难忘的甜蜜婚宴，开启您幸福人生的起点。北京丽思卡尔顿酒店坚守服务本质，聚焦其被誉为“真正服务大师”的绅士淑女们，通过他们在各个领域的专业服务，将备受赞誉的丽思卡尔顿奢华服务理念尽情展现。服务大师们分享了他们在北京丽思卡尔顿的工作以及如何抓住机会超越客人的期望，让客人的入住体验变得不同凡响。

北京丽思卡尔顿酒店拥有众多热忱为客人服务的职业艺术大师，婚礼策划专家张放就是其中一位。拥有多年的婚礼策划执行和管理经验，曾在多家知名酒店任职。无论是何种类型的婚礼，张放总能很好地了解新人的需求，并与多家珠宝、婚纱、摄影、婚庆服务等知名品牌联手，为新人们提供一站式婚礼服务。新人们无需劳心费

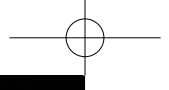
力，张放及酒店专业的婚礼策划团队关注婚礼的每一处细节，为新人们带来非同凡响的完美体验。

“杰出高标准的服务在北京丽思卡尔顿酒店是至关重要的。”北京丽思卡尔顿酒店董事总经理威尔森先生说道，“提供个性化的服务和真诚的关怀是我们品牌的优良传统，一个经验丰富、具有创造力且热情细心的婚礼策划专家可以帮助新人们更好地提供多元化、全方面的个性化特色服务，为新人们悉心照料一切细节，精心打造每一个难忘瞬间，为新人们筑起通往幸福的轨道。”

2014 年特别推出三款特色套餐花好月圆、佳偶天成、龙凤奇缘，为您实现真正的一站式服务，无需为任何婚礼琐事烦扰，让您尽情享受幸福时刻。

每桌人民币 14668* 元（每桌十人）起
预订或咨询：010-59088931





TRAVEL
旅游

Night of Paris, Beauty of World

夜巴黎，倾世之美

文 / 杨峥嵘

秋意盎然，灯火阑珊，城市夜色斑斓，有倾世之美。法国人相信没有巴黎就没有法国，世人宣称没有看过夜晚的巴黎，就不算见识过巴黎的美，一百个人心里有一百种魅惑夜巴黎。海明威已在半个世纪前动情：“如果你够幸运，在年轻的时候待过巴黎，那么巴黎将永远跟着你，因为巴黎是一席流动的筵席。”

愈夜愈精彩，便是你眼前的真实巴黎。

Wisdom Newsletter 48

TRAVEL
旅游

巴黎，爱在日落黄昏后

婉约夕阳下体会巴黎温情，最不会辜负巴黎的好情致。在巴黎欣赏夜景有两种方式，可以搭船，可以步行，两种方式各得其所，都不会叫人失望。

遭遇塞纳河

世人对塞纳河的赞美极具慷慨之姿，称赞它是巴黎的灵魂，人们享受在塞纳河两岸的消遣，不分季节。就是在这夕阳中的巴黎街头，波光荡漾的塞纳河上，《爱在日落黄昏后》(Before Sunset) 惊鸿上映。于此地，漫无目的任心游逛便是正事，街角咖啡馆、贴近人心的书局、远远近近的埃菲尔铁塔、往来游艇……过眼处皆有情。

世人说法国人出奇浪漫，所言不虚。从塞纳河旖旎上岸，恋恋不舍离去，眼睛却先看到了河岸边儿上的旋转木马，欣欣然掏出 2 欧元，如此遭遇，既罗曼蒂克又充满童真趣味。

旅游贴士

塞纳河游船有“巴黎游船” Bateaux Parisien 和“苍蝇船” Bateaux Mouches。游船路线：从埃菲尔铁塔附近出发，朝西岱岛航行，再前往圣路易岛环绕一圈返回。4～10 月，30 分钟 / 班，淡季 1 小时 / 班。正常行驶约 1 小时，含午餐游览约 2 小时，含晚餐游览约 2.5 小时（含餐游船费用 300 法郎起，须预约并着正装）。



金色埃菲尔铁塔

巴黎人的浪漫无处不在，他们给埃菲尔铁塔取了一个美丽的名字“云中牧女”。法国的诗人曾此般赞美：“桥下流淌着塞纳河和法兰西的爱。”埃菲尔铁塔得名于设计它的著名建筑师、结构工程师古斯塔夫·埃菲尔。铁塔的四个塔墩正好指向正东南西北，铁塔上、中、下三个瞭望台可以同时容纳上万人，三个瞭望台有不同的视野，铁塔改用碘钨灯（省电、美观）照明，夜晚塔身呈现金黄色，其震撼、辉煌，唯有亲身体验才可明白。

不得不尝试

米其林星级餐厅——Le Jules Verne：餐厅位于铁塔二层（125 米高处），以白色跟巧克力色为主，餐具出自葡萄牙艺术家 Paulo Valet 之手，香槟杯是日本艺术家 Sugahara 设计，巧克力小叉是德国杜塞多夫艺术家 Carl Mertens 的杰作，醒酒瓶是 MD. Crystal 限量 20 个的精品，香味蜡烛来自瑞士两百年香水老店 Givaudan，加上米其林三星主厨 Alain Ducasse，让一切等待都是值得的。在用餐期间，餐厅会持续送不同美味的餐前小面包和餐后甜点，叫食者欲罢不能。

旅游贴士

埃菲尔铁塔从一开始就被设计用来赚钱，每逢整点灯光闪烁，到一层平台门票：2 法郎；顶层门票：5 法郎（星期天会便宜些）。

Wisdom Newsletter 49



TRAVEL
旅游



巴黎，“时尚”好名声

巴黎的“时尚”好名声，来自它数百年的艺术沉淀，巴黎市区街头的优雅，来自人们生活中的自制和共识，从1859年起，巴黎市政法规规定市区不建高楼，楼房高度不得超过20米，屋顶要有45度的坡度，便于雨水的排泄。按照规定，楼房的外墙必须每隔10年清洗一次，清洗遵守具体要求，不能破坏建筑，不能损伤旧墙。环境造就了一大批艺术家，绘画、哲学、文学大放异彩。而从17世纪开始，巴黎便攒下时装制作的好名声，在高档时装、香水、化妆品方面便成为世界不二的消费中心。

巴黎时装周历时97年，向来是全球四大时装周的压轴。巴黎的卢浮宫卡鲁塞勒大厅(Carrousel du Louvre)和杜乐丽花园(Jardins des Tuileries)被开放成为官方秀场。



2015 春夏巴黎时装周

时间：9月23日~10月1日(9日)
晚间秀场推荐：9月30日(周二)19:30, Alexander McQueen;
9月29日(周一)20:00, Saint Laurent; 9月28日(周日)20:00, Givenchy。
穿什么去看秀：旅行箱里放一双巴黎 Christian Louboutin“红底鞋”吧，高时尚水准横扫各大秀场，还不占地儿。

巴黎夜生活

红磨坊：蒙马特高地上享誉世界的红磨坊，每晚演出两场，每场105分钟。现场提供免费果汁、可乐和香槟，香槟2人一瓶并配送冰水。

美食

法国菜注重新鲜、原味，巴黎三大美食分别是法式煎鹅肝、鱼子酱、松露(黑菌)。波尔多酒和一般的红酒都可以搭配以上三大美食。

购物

非欧盟游客当天在同一家店购物超过175欧元可以申请12%退税。

中国使馆

使馆位于香榭丽舍大街附近，如自驾车，这里有地下7层公共停车场可供停车。



巴黎半岛酒店，行走在梦幻之都的居所

且行且住，才是一趟完美的旅行。巴黎的景致毋庸置疑，而住宿自然不允许马虎。它优雅华丽，大气舒适，兼备百年文化气韵和艺术之大成。

半岛酒店，风范别具

位于巴黎市中心第十六区(Avenue Kléber)的巴黎半岛酒店，与凯旋门、香榭丽舍大道及举世闻名的博物馆和高档购物街举步之遥。酒店大楼有百年历史，是典型的法式风格古典建筑，历经工匠6年多缜密修复，200间客房，包括34个套件均配以完备的现代化设施，集气派与舒适于一体，豪华、舒适都居巴黎顶尖之列。



从容优雅，会议之选

半岛酒店拥有多处宴会场地，可供各种商务/会议从容优雅地举办，宴会厅散发着传统的巴黎风格，场地宽敞、高雅，装潢体现了精雕细琢的法式韵味和先进设备，其前厅可容纳100人，3间会议厅适合举办小型活动。

味蕾绽放，罗曼蒂克

美食在巴黎，拥有6间食府的巴黎半岛酒店，布满了味蕾绽放的罗曼蒂克，每间食府都有自己专注的独特之处，无论是珍饈中国美食、地道法式大餐，还是雪茄美酒，主厨就是有本事把食物的美味发挥到极致。除了在大堂茶座、莉莉粤餐厅、克勒贝尔阳台、克勒贝尔酒吧、克勒贝尔雪茄吧以及能把巴黎市全景收入眼中的云雀楼顶餐厅酒吧尽情体验，还有24小时待命的客房送餐服务。

餐厅营业时间：午餐：中午12:00至下午2:30；晚餐：晚上7:00至10:30；酒吧/露台：下午6:00至凌晨1:00。

静谧水疗，安神舒心

超过1800平方米半岛水疗中心汇集了东方、整体和欧式的疗法，如同一座宁静乐园，在五星级的氛围中让您尽情焕活身、心、灵，带来轻松与舒畅。22米的室内泳池、带干蒸桑拿和芳疗蒸汽淋浴的土耳其浴室的休闲室以及豪华的护理室等待您；两个“大型专享水疗池”更是眷侣们享受奢华私密理疗体验的绝佳之地。另外，健身中心的先进配置值得尝试。

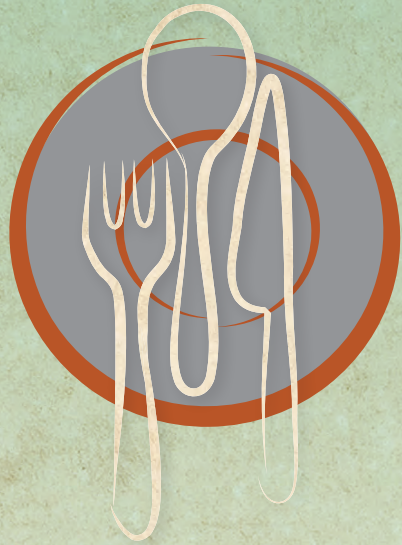
巴黎半岛酒店

地址：19 Avenue Kléber 75116 Paris France
电话：+33 1 5812 6605
网址：http://www.penisula.com





TRAVEL
旅游



Michelin Restaurant 重磅定制 饕餮之旅 西班牙米其林餐厅的星级味道

对于已有 100 多年历史的“米其林餐厅”概念虽然已经耳熟能详，
但大多数餐厅身处欧美的现状，
令我们少有机会亲身体会它的与众不同，
同时冗长的预订等待时间，也令米其林餐厅之旅难上加难。
如今，亲身感受多家米其林餐厅的星级味道，
为了一餐食而策划一次旅行再也不是遥不可及的奢望。

1900 年，米其林轮胎公司的两位创始人——安德烈·米其林和爱德华·米其林兄弟——开创了一项看起来和轮胎业务毫不相干的业务：创办《米其林红色指南》。令他们没想到的是，这本在创立之初，仅仅是为旅客在旅途中提供餐厅推荐的指南，在随后的一个多世纪里，对全球的餐饮业产生了多么深远的影响。

如今，能够荣获《米其林红色指南》所颁发的“米其林星级餐厅”殊荣，成为全球顶级餐厅和大厨的最高荣耀。同时，能够品尝到米其林星级餐厅的珍馐美味，也成为世界各地资深美食爱好者的美味目标。有越来越多的旅行者，将品尝米其林星级餐厅列为行程中最重要的环节，远渡重洋，专程前往。

就像在中国有“食在广州”的说法，在西欧地区，西班牙的美食同样为人称道。作为世界旅游大国，饮食文化无疑已经成为西班牙最具吸引力的特色文化之一，看似“懒散”的西班牙人，在“吃”这个问题上，却是一丝不苟的，他们对美食的热情与成就在世界上都享有盛誉。这一点在 2013 年的“全球 50 佳餐厅”的榜单上得到了最好的展现：榜单的前五名中有两家是西班牙的餐厅，分别为荣登榜首的西班牙米其林三星餐厅 El Celler de Can Roca 餐厅，以及位居第四的西班牙圣塞巴斯蒂安的米其林二星餐厅 Mugaritz 餐厅。而在此之前连续 3 年稳居榜单第一位置的丹麦米其林二星餐厅 Noma 餐厅只能屈居第二。

TRAVEL
旅游



El Celler de Can Roca（罗卡之家）饕餮三兄弟 米其林三星餐厅，2013 年“全球 50 佳餐厅”第 1 名， 2011、2012、2014 年“全球 50 佳餐厅”第 2 名

作为能够荣登“全球 50 佳餐厅”榜首之位的餐厅，必定有自己的独到之处。对于 El Celler de Can Roca 餐厅来说，可以用“兄弟同心，其利断金”来总结。1986 年 8 月底，老大 Joan Roca 和老二 Josep Roca 在离巴塞罗那不远的小城赫罗纳（Gerona）创建了 El Celler de Can Roca 餐厅，分别担任餐厅的主厨和侍酒师；1998 年，家族中最小的弟弟 Jordi Roca 加入餐厅，担任甜点师。自此，餐厅营业期间，三兄弟每天都一起从早上 9 点工作到第 2 天凌晨 3 点，如此勤奋而又亲密无间的完美搭档，是 El Celler de Can Roca 餐厅取得巨大成功的关键所在。

三兄弟对味道的独特理解，一方面来自于家族智慧的沿袭，他们的母亲是一位出色的厨师，“将一生投入到厨房之中”的她为子孙们所凝望。同时三兄弟的父亲曾在餐厅负责烤肉工作多年；另一方面则得益于系统的教育体系，三兄弟都毕业于赫罗纳餐饮学校，都获得了国家美食家奖，并且获得了赫罗纳大学的名誉博士学位。因此令 El Celler de Can Roca 餐厅能够始终保持乡村与科学的对话空间。

El Celler de Can Roca 餐厅的菜单只有两个套餐：品鉴套餐和饕餮盛宴。由主厨精心烹调的 14 道菜式，将当地传统的“加泰罗尼亚菜系”与世界各地饮食元素完美融合，透过香味与盘饰引领食客回到宁静的乡间。每一道菜都搭配一款相得益彰的酒品，为食客们带来一次全方位的感官冲击和体验，不论是食物在味蕾上升华后的美好，抑或是从主厨到前台接待生真心诚意热爱自己工作的光芒，令身处餐厅的任何一个角落的食客都能感受到舒适与欢愉，三兄弟“家是世上最好的厨房”理念也遍布其中。

作为一家享誉世界的著名餐厅，El Celler de Can Roca 餐厅的预约等待自然不会短，目前预订周期已经排到 11 个月，每月 1 日开放预订。即 2014 年的 10 月 1 日～31 日，可以并且只可以预订 2015 年 9 月 1 日～9 月 30 日的餐位。同时，El Celler de Can Roca 餐厅营业时间为周二到周六，每年的圣诞节期间和整个 8 月餐厅闭店。



带有光环的米其林味道

自创始至今，《米其林红色指南》一直遵循五项承诺：匿名造访，独立客观，精挑细选，每年更新，标准一致：

匿名造访

受聘于《米其林红色指南》的“美食侦探”们，以普通顾客的身份提前预订座位、点菜、就餐、付账。因此，他们不会受到特别礼遇，品尝和其他顾客完全一样的食物。这正是《米其林红色指南》获得如此成功的原因。

独立客观

以满足读者的最大利益为唯一原则，由美食侦探和编辑们完全独立决定《米其林红色指南》收录哪些餐厅或酒店，不向入选者收取任何费用。

精挑细选

这是五项承诺中最重要的一个，《米其林红色指南》推荐的必须是不同舒适程度和价格等级中精心评选出来的最好的餐厅和酒店。

每年更新

每一年，《米其林红色指南》都会修订所有实用信息、排名和星级评定，以确保为读者提供最可靠的信息。

标准一致

《米其林红色指南》的评选标准全球统一。在巴黎授出的三星餐厅的标准与在纽约和东京授出的三星标准含义一样；在米兰一家两星级餐厅的烹饪质量与在伦敦的一家同样级别的餐厅也是水平相当的。



全球 50 佳餐厅

全球 50 佳餐厅 (The World's 50 Best Restaurants) 评选创立于 2002 年，由英国著名美食杂志《Restaurant》主办，San Pellegrino 和 Acqua Panna 赞助，迄今已经举办了 12 届，被看作是“餐厅界的奥斯卡”。全球 50 佳餐厅的榜单每年发布一次，评委由全球 900 多位厨师、评论家、美食家等餐饮业专家组成，他们来自世界 26 个地区，每个地区有 36 名成员。每一位评委都可以为 7 家餐厅投票，这其中至少有 3 票必须投给非评委本国餐厅。同时评委所票选的餐厅必须是在过去 18 个月期间亲自品尝过的，并且不能是自己所经营或工作的餐厅。



TRAVEL
旅游



Quique Dacosta 美食实验室
米其林三星餐厅，2013 年“全球 50 佳餐厅”第 26 名

Quique Dacosta 餐厅的白色小楼坐落在地中海西岸的小镇德尼亚。这里遍布橄榄树和稻田，有全球最好的鱼市之一，因此餐厅的食材 70% 来自本地。

Quique Dacosta 餐厅的用餐程序有 6 个步骤、40 余道菜式。首先享用十几道欢迎菜：看似装饰环境的玫瑰花是金汤力酒浸泡过的苹果薄片；迷你森林的藤条是菌菇；外表和卵石无异的奶酪连同真卵石一起上桌。随后开始品尝小食 (Tapas)：陨石托着芥末叶金枪鱼、甜菜蟹肉饺子、做成杏仁状的奶油杏仁慕斯散落在鸡汤水晶冻垫中……美食抑或美器，难以分辨。

之后的菜式更是令味蕾的享受和视觉的盛宴高潮迭起：主厨小时候向往清晨森林透出树林鲜花的朦胧梦境，因此独特的凹形木片盘植上绿油油的草地，长出不同的蕈菌，那便是青豆泥和烧菌菇；迷迭香熏制的神户牛肉与灌汤空心饼的搭配令人惊艳；运用分子技术做成的梅子以假乱真；手捧魔法木盒的侍者，打开空木盒，再盖上晃动，巧克力、马卡龙等甜品一一呈现。

Quique Dacosta 餐厅每年投入 20 万欧元用于菜品研发，从这 40 余道菜品的表现来看，“美食实验室”的称号绝非浪得虚名，大厨 Quique Dacosta 能随时随地在盘子中变出一个又一个惊喜。



对于米其林的
星级解释
美食家们有着
这样形象的解读

一颗星 ★

同类饮食风格中特别优秀的餐厅，是“值得”去用餐的餐厅。

两颗星 ★★

餐厅的厨艺非常高明，是“值得绕远路”去造访的餐厅。

三颗星 ★★★

有着令人永志不忘的美味的餐厅，是“值得特别安排一趟旅行”去造访的餐厅，更确切地说是“值得打飞的”专程前去拜访的餐厅。



Casa Duque
西班牙的百年老店

创建于 1895 年的 Casa Duque 餐厅，是经营西班牙经典名菜塞哥维亚烤乳猪 (Cochinillo) 的传统餐厅。西班牙烤乳猪属于西班牙中部菜，有“三三定律”：严格选用出生三周的幼崽 (在此期间，它们只能喝母乳)，在炉里慢火烤三个小时，食客再花三个小时享用它。老板将一只刚出炉的乳猪用精致的小车推到客人面前，然后手持瓷盘在烤得很脆的乳猪身上切下三“刀”，一横、二竖，将乳猪切割成 6 块。切完之后将肉分到客人的餐盘里，再将瓷盘高高举起，然后猛地朝地上一砸，“砰”的一声，盘子被砸得粉碎，老板转身即走。盘子的粉碎声替代了老板的“欢迎”声。整个过程在 30 秒钟内结束，干净利索。只有贵宾才可以得到砸盘子欢迎的礼遇。



TRAVEL
旅游

西班牙米其林星级味道饕餮之旅



参考行程

Day1, 国内 - 马德里

Day2, 马德里

马德里城市游览

午餐: Rubaiyat Madrid 牛排馆

晚餐: Portobello 海鲜馆

Day3, 马德里 - 托莱多 - 马德里

游览古城托莱多，以及马德里

午餐: Alfredo 餐厅

晚餐: 米其林二星 Restaurante Zalacain 餐厅

Day4, 马德里 - 塞哥维亚

游览西班牙古老雅致的小城塞哥维亚

午餐: Casa Duque 西班牙老字号、晚餐: FINCA EL QUINTANAR 庄园和西班牙大厨学做海鲜饭

Day5, 塞哥维亚 - 德尼亚

观看专属斗牛表演

午餐: FINCA EL QUINTANAR 庄园午餐

晚餐: 公路晚餐

Day6, 德尼亚 - 瓦伦西亚

德尼亚小镇自由游览

午餐: 米其林三星餐厅、2013 年“全球 50 佳餐厅”第 26 名的

Quinque Dacosta 餐厅 (用餐时间约 5 小时) 晚餐: 公路晚餐

Day7, 瓦伦西亚 - 巴塞罗那

游览瓦伦西亚老城，Freixnet 或 Torres 酒庄品尝葡萄酒

午餐: 公路午餐

晚餐: Cangrejo Loco

Day8, 巴塞罗那

巴塞罗那城市游览

午餐: EL XALET (MONTJUIC)

晚餐: 前“全球 50 佳餐厅”排名第 1 的 El tickets (已关闭) 的大厨 Ferran Adria 开设的酒吧餐厅

Day9, 巴塞罗那 - 赫罗纳 - 巴塞罗那

前往赫罗纳，城市游览，品尝米其林饕餮盛宴

午餐: TAPA

晚餐: 米其林三星餐厅、2013 年“全球 50 佳餐厅”第 1 名，2011、2012、2014 年“全球 50 佳餐厅”第 2 名的 El Celler de Can Roca 餐厅

Day10, 巴萨罗那 - 国内

Day11, 抵达国内

* 此行程为参考行程，最终行程以实际出团通知为准。

西班牙米其林星级味道
美食品鉴团专享优惠

SALE
信用卡特惠

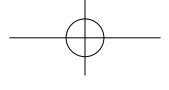
活动时间: 2014 年 10 月 ~ 2014 年 12 月

活动卡种: 工银黑金卡、工银白金卡

活动内容: 西班牙米其林星级味道之旅成团价格 RMB158,000 / 人，每团限额 10 名，工银黑金卡、工银白金卡持卡人尊享每人减免 RMB10,000 优惠。

参与方式: 报名以及详细行程咨询，请联络: 陈先生，电话: (021) 22150551、13701977861

* 此行程由中国旅行社总社 (上海) 有限公司提供。



TRAVEL
旅游

Northern Europe

寻“秘”北欧 不走寻常路

是否曾经设想过搭乘一艘豪华游轮，乘着波罗的海万顷湛蓝的波涛漂洋过海，到芬兰去看波光潋滟的湖泊；到塔林去数中世纪的古城堡；到里加感受新旧主义艺术风格的建筑；或是到斯德哥尔摩的老城区亲手触摸中世纪北日耳曼式风格的老房子？当埃菲尔铁塔、伦敦大本钟、比萨斜塔这些欧洲名胜都频繁出现在“朋友圈”时，是时候开启前往北欧探“秘”的文化之旅了。一段全新的旅程，两段便捷的国际直航，三次游轮体验，四处世界文化遗产……一路向北，在环波罗的海的文化之旅中遇见别样风景。



“千湖之国”——芬兰赫尔辛基

传说远古时期有一位妙龄仙女，手拿镜子化妆时，一不小心镜子坠落凡间，摔成了千万块碎片，便形成了芬兰境内的成千上万个湖泊。传说很美，芬兰也如同传说一般，有着一尘不染的湖水，18.8万个湖泊常常是大湖连着小湖，如同穿起的银色的珍珠。芬兰地处斯堪的纳维亚半岛的西北部，濒临波罗的海，海岸线漫长，港湾格外多。赫尔辛基作为芬兰的首都，也是芬兰最大的海港。1991年便已入选世界文化遗产的“芬兰堡”就坐落于赫尔辛基的港口处，厚厚的城墙将港口的众多岛屿连接起来，形成一座坚实的御敌城堡，兴建于1747年，为抵抗沙俄的军事入侵。在芬兰首都赫尔辛基，不得不提的便是“波罗的海的女儿”，因久负盛名，使其成为赫尔辛基的“头銜”。这是一尊位于赫尔辛基南码头广场中央一个圆形巨大喷水池中央的少女青铜塑像。少女左手托腮，仿佛在沉思，她自20世纪初便面对着蔚蓝色的波罗的海，脚下四头海豹雕像一直守护着她，成为赫尔辛基的象征。

“童话之都”——爱沙尼亚塔林

不同于传统的欧洲大都市，不规则的小巷将一座座几百年历史的建筑和教堂串联起来，构成了塔林的老城区。塔林自古有“波罗的海明珠”之称，冬无严寒，夏无酷暑。位于塔林市中心的维鲁旅馆克格勃博物馆建于1972年，不仅是当时爱沙尼亚的第一座摩天大楼，也是塔林城内唯一一处供游客住宿的地方，更是当年克格勃的间谍基地。当所有外国游客都聚集于此，不但易于监视，而且能够掌握他们的动向。如今这里已成为博物馆，依然可以在参观整个大厦的设施的同时，感受当年的间谍活动所带来的紧张刺激。塔林老城最高的建筑——圣奥拉夫教堂，原高159米，这座13世纪的哥特式教堂曾经是当时世界上最高的建筑。这座教堂的尖顶至少被闪电击中过8次，整个教堂被烧毁3次，重建后的教堂高124米，依然是塔林老城中最高的建筑。沿着陡峭的258级台阶拾级而上，当来到塔顶，整个塔林老城区全貌尽收眼底。斑斓的色彩，让人深觉塔林是“比丹麦更像童话王国的地方”。

TRAVEL
旅游

“北方巴黎”——拉脱维亚里加

里加素有“北方的巴黎”和“第二座不夜城”的美誉，凡是去过里加的人都认为里加确实竭尽可能地不辜负这样的美誉。里加老城很美，街头巷尾处处是历史、是风景。自由广场是里加新旧城的交界处，位于广场的自由纪念碑于1935年建成，是拉脱维亚自由、独立和主权的象征，被当地人亲切地称为“米拉达”。

如蜘蛛网般的小道将游客引入到里加老城的各个角落。在小道两边久经硝烟战火的老屋，被后人涂抹上了鲜艳的颜色，将老城点缀得别有魅力。一百年前，当从古典到现代过渡的唯美建筑流派风靡欧美大陆时，里加以八百座风格迥异、精美独特的新艺术时期建筑，当之无愧地成为欧洲这一时期建筑风格的中心。联合国教科文组织授予里加世界文化遗产的评论中这样写道：“里加的‘新艺术时期’风格建筑，无论量与质，皆可称欧洲之最。”

“安静王国”——瑞典斯德哥尔摩

斯德哥尔摩的市区分布在14座岛屿和一个半岛上，70余座桥梁将这些岛屿连为一体。若算上郊区的岛屿，斯德哥尔摩总共拥有24000个岛屿，由于这种特殊的水上景致，也因此换来了“水上美人”的美誉。来到斯德哥尔摩便不得不提一个人，那就是生于斯、葬于斯的诺贝尔。每年的12月10日，瑞典市政厅内都穿着衣冠楚楚的人们，为的便是参加象征学界最高荣誉的诺贝尔颁奖典礼，物理、化学、经济、文学与和平五个奖项正是对现代瑞典的最佳注解。而这栋顶着瑞典三皇冠标志的市政厅，正是斯德哥尔摩最美丽的地标。蓝厅是市政厅最大的厅院，也是诺贝尔奖晚宴的举办场所。除了蓝厅，最著名的设计莫过于贴满金箔的金厅、极具艺术巧思的王子画廊和屋顶覆盖盖维京船的议会厅。抑或爬上高达105米的高塔，斯德哥尔摩的绝妙景致便尽收眼底。

曾经是瑞典国王居住的住所之一——皇后岛宫是瑞典18世纪皇家居所的典范，代表了当时欧洲的各种建筑风格，并于1991年列入世界文化遗产。不曾想到，在斯德哥尔摩的郊区皇后岛上会有一个“中国宫”。宫顶有雕龙和其他中国宫廷装饰，墙壁门窗两侧多是中国图案组成的边框。室内陈设几乎完全是中国式的。不同的房间里分别摆设着中国花瓶、茶具、漆器、象牙宝塔、泥人、宫灯、文房四宝以及中国的算盘和秤，墙上挂满了中国山水、花鸟画以及书法。身在异国，能找到这些熟悉感也是旅途的一大乐事。



SALE
信用卡特惠

新北欧四国+波罗的海8日文化之旅

出团日期：10月13、27日；11月6、8日；12月2日（至少提前20天报名）
首发特惠：13600元/人

行程特色：

- ★ 1段全新的旅程！芬兰/瑞典/爱沙尼亚/拉脱维亚，新北欧四国+环游波罗的海文化之旅，不走回头路；
- ★ 2段国际直飞！北京—赫尔辛基芬航班往返直飞，欧亚间最短航线，抵达欧洲只需9小时，便捷舒适；
- ★ 3次游轮体验！诗丽雅五星豪华游轮，沿途尽览波罗的海秀美风光，享受船上极具异国风情的夜生活，并体验1次丰富的海鲜自助晚餐；
- ★ 4国首都—5座历史文化名城；
- ★ 4个世界文化遗产！
- 芬兰堡：赫尔辛基前沿的海上要塞，岛上的炮台、城堡和军营都完好保存至今，于1991年被列入世界文化遗产。
- 爱沙尼亚首都塔林老城，历史可追溯到13世纪，目前大部分街区还维持着原来的面貌，于1997年被列入世界文化遗产。
- 拉脱维亚首都里加，是汉萨同盟的一个主要中心，在13~15世纪达到繁荣，拥有众多新古典主义和装饰艺术风格的建筑，这里被看作是欧洲最精美的“新艺术”中心，于1997年被列入世界文化遗产。
- 瑞典斯德哥尔摩皇后岛宫是瑞典国王曾经的住所之一，是瑞典18世纪皇家居所的典范，代表了当时欧洲的各种建筑风格，于1991年被列入世界文化遗产。

★以下两种产品供您选择：

1. 新北欧+环波罗的海文化之旅 13600元/人
2. 可选择环境国旅全球旅行组合套餐B—新北欧&日本全景 15900元/人
产品code：0919

更多优惠：

1. 客户报名成功，并用工银信用卡支付旅行费用，将获得由工商银行提供的“北京金融街洲际酒店”9周年庆礼券，含自助午餐免费券、“大蟹宴”自助免费券、一晚免费周末住宿券等。
2. 首发团特别赠送“爱康国宾”健康体检卡一张。
3. 刷工银信用卡，享12期0利率、0手续费优惠。

★咨询报名须知：

1. 客户报名前需主动出示本活动code编码0919，方可获得以上优惠。
2. 更多详情请咨询环境国旅各分公司及门店，或垂询环境国旅客服电话4006657517。



FOOD&WINE
飨宴

The Story Of The Ingredients 听食材讲故事

部分文、图 / 21Cake、真力有机茶

这是几个关于食材的真实故事。我们一路回溯到食材的原产地。从森林到舌尖、从茶树到杯盏、从草原到餐桌……只为回归本原，品尝到最自然、最纯粹的美食。

Wisdom Newsletter 58

FOOD&WINE
飨宴



第一个故事：伊春，清晨喝烈酒的采山人

食材：松子

小兴安岭有什么？

有摄影师需要追着拍、会跑的低矮森林之雾。

有唯我独尊的松鼠，还有 30 ~ 40 米高，在半空里摇曳的红松林。

我们可以吃到的大个海松子，大多数来自中国的小兴安岭，伊春就是这样的。每年到了采秋（也叫采山）的季节，本地的男人会从外地回来，也有专门来这里干活赚钱的外地人。他们凑在一起，进入阳光被分成光束的密林。如果没有向导，人会走失。如果没有早晨的一顿酒，人们就不会走进大山。爬上 30 米以上的红松树，只靠简单的绳子拴住腰，他们不是特技演员，他们是年年干、年年害怕的老乡。完整的大松塔成串从高空抛下来，落在落叶沉积的地上，下面的人全部仰着头，看树上的人的一举一动。新鲜的大松塔是青绿色的，裹着坚硬带刺的皮。每颗松塔包着 100 多粒松子，人和松鼠都可以剥开品尝。生的松子也能吃，带着新鲜的松脂味，用海盐煮熟的松塔就特别香了，好吃得停不下来。伊春人非常淳朴，他们吃着山上的果实，也特别会做豆腐。下午干活回来的男人们带着一身密林的味道，抽着烟卷，用笑往脸上堆着褶子，讲述今天差点要命的危险。

市场见到的松子几乎全部是脱掉松塔外皮的。甚至有很多是加工好的开口松子——松仁。你应该知道，自己剥开松塔，磕开松子的香味完全不同。另外，站在山火瞭望塔的上端，俯瞰如海般起浪的松涛，会发觉随着耳畔回响，身体在随风摇晃，没错，就是你的塔在摇晃。

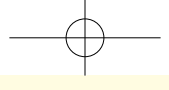
每年，21cake 都会从伊春挑选上万的大松塔，作为给会员的礼物。我们不止一次攀上瞭望塔。了解那种高度，就会了解阳光、恐惧和无法意料。因此，只要人们在清晨一醒来，就要端起酒杯。



松仁淡奶 (Pine Stone Cowboy)

品 牌：21Cake
蛋糕分类：乳脂奶油蛋糕
甜 度：★★★★☆
所属分类：乳脂奶油蛋糕
适合人群：各类人群（尤其老人、小孩）
保鲜条件：0 ~ 4℃冷藏 12 小时，5℃最佳食用
口 味：坚果类
适合节日：一般性
原 材 料：松子（中国）、乳脂奶油（新西兰）、可可粉（法国）、砂糖（韩国）
订购电话：400-650-2121
订购网址：www.21cake.com

Wisdom Newsletter 59



FOOD&WINE 飧宴



第二个故事：靠近西伯利亚，使鹿部落的早餐

食材：蓝莓

穿越呼伦贝尔，经过海拉尔，走草原国道，一路寻找北方最好的蓝莓，就是比智利蓝莓更牛、入口即瞪眼竖大拇指的好果子。

2010年8月，21cake 食材之旅小组从北京飞往满洲里，在那换越野车自驾前往根河的金河。穿越呼伦贝尔，经过海拉尔，走草原国道，一路寻找北方最好的蓝莓，就是比智利蓝莓更牛、入口即瞪眼竖大拇指的好果子。经过一周，我们已经对北极圈内的早晚温差、秋天大型的蚊虫，以及坎坷不平的兴安岭土路习以为常，靠向导带领找到纯野生的矮丛蓝莓，就在达到目的，意犹未尽地打道回府之前，我们相信主观，继续往北，进入密林深处鄂温克人的部落。

不算热情，对森林保持信仰，对外人保持敌意的使鹿部落猎民，在巨大宁静的原始森林里，过着最后的余晖一般的岁月。禁猎，枪支收回，似乎要把部落的历史送进博物馆，把年轻人的血性放干。于是人们不分年龄、不分昼夜、不分性别地喝着烈酒，更多的烈酒。晚上坐在篝火边，往燃烧的烈焰里敬献着“白的”。腾地火苗蹿起，猎人念起诗，我们作为外来者，听他们一首一首地念诗。酒精像是另一种火药，在森林的孩子们体内，被制造成忧伤的子弹。喝酒直到半夜，我们睡在火堆旁有干草和鹿粪的地上。直到黎明鹿群回来吃盐，熏烟，我们也等到了早餐：按照西伯利亚传统打出的列巴。就在石头搭起的灶台做出来的，烧森林里倒伏的树木劈成的干柴。

还有，新鲜采摘的野生蓝莓，混合冰糖，在冒烟的铁锅里熬成蓝莓酱。野生蓝莓太酸，不得不加些冰糖，放凉后，用勺子抹在切开的列巴上，就着清晨闷烧树叶的烟。一边吃，一边聊起昨晚，部落人说，偶尔就有城里人来到林子里，看见夜晚的繁星，搂着大树哭。



黑越橘 (Blue Monday)

品 牌：21Cake
蛋糕分类：乳酪蛋糕
甜 度：★★★★☆
所属分类：乳酪蛋糕
适合人群：各类人群
保鲜条件：0~4℃保藏 12 小时，5℃最佳食用
口 味：水果类
适合节日：一般性
原 材 料：蓝莓鲜果（智利）、北美蓝莓果自制的蓝莓酱、乳脂奶油（新西兰）、芝士（新西兰）、柠檬（美国）
订购电话：400-650-2121
订购网址：www.21cake.com

FOOD&WINE 飧宴



第三个故事：暹罗湾雨季，不开玩笑

食材：榴莲

从高空望去，近海的颜色发暗，这就是泰国榴莲成熟得自己从枝头掉下来的季节。当榴莲六成熟，它们就可以被浸泡催熟药水，销往全世界；而必须当榴莲达到八成熟，它才可以自然后熟，呈现诱人的成熟芳香。

当印度洋季风吹进暹罗湾，你会知道什么叫不请自到，还有什么叫大雨倾盆。骤雨、暴雨、小雨和中雨，组成一天的天气，湿热的空气，湿度达到 100%，连蚊虫都无法挥动翅膀的空气。

一个人的一招一式，都将变成擦汗动作，好像全世界没有一片干的东西，戴眼镜者的眼镜反复滑落。哪怕在这个雨季的前两周，暹罗湾的海还是蓝色的，这时候要被无限冲进河流之雨变成土黄色。从高空望去，近海的颜色发暗，这就是泰国榴莲成熟得自己从枝头掉下来的季节。如果对以上毫无了解，你就无法成为一个有种植园主体验的人。打个比方，一个种植园主，要在这个节骨眼上吃自己园子里的榴莲、山竹。当榴莲六成熟，它们就可以被浸泡催熟药水，销往全世界；而必须当榴莲达到八成熟，它才可以自然后熟，呈现诱人的成熟芳香。八成熟的榴莲下树，放置 7 天，就可以放心开果了，用锋利而短的厚刃刀，沿隆起的果线纵向劈开带刺果壳，再用长刀起出大瓣的果肉，哈哈。东南亚人在雨季会与平日相反，成为勤劳一阵子的人民。他们要在水果大量成熟的日子劳动。

种植园主也特别有理由在这个雨季，给自己添置新的黄金劳力士和沙漠之鹰。好让他们在夜晚进入有驻场歌手的餐厅，金光闪闪地握手。东南亚的水果，充沛的果汁里，有印度洋的风。



在北京哪里可以品尝到

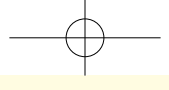


21cake

21cake 是由廿一客食品有限公司于 2004 年 5 月创建的蛋糕品牌，由最初确定的 21 款经典蛋糕而得名。目前拥有由蛋糕大师自主研发的乳酪蛋糕、慕斯蛋糕、巧克力蛋糕、乳脂奶油蛋糕和冰淇淋蛋糕五个系列。
订购电话：400-650-2121
订购网址：www.21cake.com

榴莲飘飘 (A Picture of Durian Grey)

品 牌：21Cake
蛋糕分类：乳脂奶油蛋糕
甜 度：★★★★☆
所属分类：乳脂奶油蛋糕
适合人群：各类人群，尤其喜欢榴莲的人
保鲜条件：0~4℃保藏 4 小时，5℃最佳食用
口 味：水果类
原 材 料：白巧克力（比利时）、榴莲（泰国金枕头）、乳脂奶油（新西兰）



FOOD&WINE 飨宴

第四个故事：西乌珠穆沁草原，自然的馈赠需用心感悟

食材：西乌珠穆沁黑头羊

久居都市的人们，走进这片绿色的天堂，远离喧嚣，没有浮躁，没有骚动。
用味蕾去品尝草原的馈赠，用心去感受纯粹中的纯粹、自然中的自然。

也许是腾格尔的那首叫作《天堂》的歌，吟唱的草原太美丽，我们走进了内蒙古，走进了那片有着天堂般美景的西乌珠穆沁大草原。
西乌珠穆沁位于内蒙古自治区锡林郭勒盟东部，是迄今为止世界上保存最完好的一块天然草场，也是一块未经人工雕琢的处女地，素有“草甸子”的美称。它就像镶嵌在我们这个地球上的一块天然的绿色翡翠，绿得如此透明亮丽，光芒直逼灵魂。站在这片神圣的草原，你的生命会体验到一种神秘的力量，你的灵魂也会经受一次神圣的洗礼。
“天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”，生活在马背上的西乌珠穆沁游牧民族，在坦荡无垠的草原上，在漫漫的岁月的风雨中驱赶着羊群。西乌珠穆沁黑头羊终年被粗放管理，依靠天然草场游牧，冬春季不补草料。它们进食线叶菊、冷蒿、羊草、大针茅、隐子草、早熟禾、苔草、直立黄芪、莎草等。这片纯净的处女地草场将它们滋养得体质结实，肌肉丰满，结构匀称，四肢粗壮。
如世外桃源般的西乌珠穆沁草原有着温情的一面，也有着残酷的一面。海拔为 800 ～ 1200 米，气候较寒冷，年平均气温为 0 ～ 1.4℃，最低温度为 -40℃。放牧在这里的黑头羊蓄积厚厚的脂肪抵御寒冷。也因此，它们的肉质水分含量很低，却富含钙、铁、磷等矿物质，肌原纤维和肌纤维间脂肪沉淀充分，是不可多得、原汁原味的草原美味。



在北京哪里可以品尝到

可汗宫

可汗宫蒙餐北京总店是一家集蒙古族特色餐饮、蒙古民族文化、民族专业以及民间歌舞和内蒙古地区纯绿色食材为一体的品牌餐饮名店，本店以西乌珠穆沁旗大草原上的西乌珠穆沁黑头羊为主打品牌，以内蒙古赤峰市纯生态自然区的克什克腾旗和喀喇沁旗纯天然有机山野菜基地为特色的餐饮绿色食品旗舰店。
地 址：北京市朝阳区十里河桥西 500 米。
电 话：（010）67697597



FOOD&WINE 飨宴



第五个故事：有机茶园，茶本如此 食材：有机茶

有机，意味着细心、挑剔和坚持，除此之外，所有做有机的人，都有着相同的特质：不急不躁，懂得一切让时间做主。
有机茶，懂得等待，等待一切自然而然地发生，等待一切生机天然养成。

建立有机茶园，要秉承保护与优化生态的理念，不能破坏原始林地与自然保护区。要经过认证机构对空气质量、水质、土壤质量的等级水平考核之后，才能确定是否有开垦种植或有机转换的可能。基于严苛的环境要求，真力有机茶园全部远离村落、农田与工厂。

肥料是茶叶优质、高产、高效益的物质基础。有机茶园禁止施用化学合成肥料、未经腐熟的人畜粪便、天然矿肥料、生物肥料。提倡就地取材，间作豆科绿肥，施用草肥，修剪枝叶回园以提高土壤肥力。真力有机茶园从澳大利亚引进了多种适用于有机茶园的豆科植物，其中平托花生、罗登豆、白三叶、圆叶决明效果显著。病虫害是茶园产能的重要危害，现代农业采用的化学合成农药严重干扰了茶园的次生态系统，破坏了茶园的生态平衡。有机茶园的病虫害控制原理是在了解茶园特殊生态环境的基础上，本着尊重自然的原则，应用生态学的基本方法，充分发挥以茶树为主体、保护茶园生物多样性为基础的自然生态调控作用，采用农业防治措施为主，辅之适当的生物、物理防治技术。真力有机茶园中种植了适量的黄花槐，以吸引抑制害虫的天敌。同时采用了大量的黄板粘虫物理手段。有机农业不仅保护生态，而且要优化生态，真力有机茶园中建有适当的蓄水池，雨季蓄水，旱季浇灌，自给自足。还能够改善小气候，在旱季时增加空气湿度，利于茶树健康成长。



在北京哪里可以品尝到

真力有机茶

经过认证机构认证与监管，登录认证机构的官网，查询认证代码，就能看到这个产品从种植到销售的所有流程，这不仅安全，更意味着责任与公益心。
网 址：www.zenleaf.com
电 话：400-878-0167



CULTURE
文化

Woodblock Printing

木版水印：水晕墨章的传奇

文 / 京京 图 / 杭州十竹斋艺术馆

木版水印有中国印刷史的“活化石”之称，在传统文化中独具魅力：它为传播文明而生，又在传播过程中逐渐形成了自己特有的文化传统；它是活在当下的手工技艺，更是有着悠久历史的艺术；它是文化的载体，更是文化本身。

Wisdom Newsletter 64

CULTURE
文化



千年回响 木版水印的前世今生

木版水印“肇自隋时，行于唐世，扩于五代，精于宋人”。现存最早有明确纪年的木版水印作品是现存于大英博物馆的一张晚唐时期的《金刚般若波罗蜜经》的扉页插图《祇树给孤独园图》，插图表现了释迦牟尼在祇园精舍向长老须菩提讲经说法的场景，画面构图饱满，线条流畅有力，显示出纯熟的雕工和印刷技法。卷尾题记：“咸通九年四月十五日王玠为二亲敬造普施”，说明这是由一位叫王玠的人，在唐咸通九年（公元868年）为父母祈福消灾所印。《祇树给孤独园图》证明木版水印在唐代已达到高超水平，并且与佛教文化有着千丝万缕的联系。宋代曾有“天下印书，以杭州为上”的说法，江南毓秀，人杰地灵，杭州印书业的繁荣，带动周边绍兴、湖州等地逐渐成为雕版、刻印中心，也让木版水印有了长足的发展。宋元时期，雕刻与印刷逐渐分化，术业有专攻带来彩色雕版套印的出现，内容更是突破了唐、五代单一的宗教题材局限，版式也更加丰富，单幅的版画出现，标志着木版水印成为一门独立的艺术形式。晚明时期，政治上一塌糊涂，文学艺术却繁花似锦，作为文学艺术的传播载体，木版水印也异彩纷呈，徽派、金陵派、武陵派等多个派别林立，风格各不相同。公元1619年，祖籍徽州的文人胡正言主持雕印画谱和笺谱，以自己书斋的名字“十竹斋”为这套精美的作品命名。此前，他曾潜心研究三十年雕版印刷，创制了“饴版拱花”法。“饴版”由徽州民间一种多色套版印刷法发展而来，“饴”是一种做成花卉禽兽珍宝状的五色小饼，用“饴”形容雕版，可见

雕版之小而精致。“拱花”是把雕成圆纹凹陷的“阴版”拱研在宣纸上，使画面更加立体生动。“饴版拱花”法即是现在我们所说的木板水印的源头。公元1644年，当胡正言完成这项工作时，大明已江山易主。时过境迁，当年书斋前的十棵绿竹已荡然无存，木版水印却流传至今，有学者更是将十竹斋作为彩色套印版画和彩色印刷的开端。

清代中后期随着苏州桃花坞和天津杨柳青木刻年画的兴盛，木版水印的形式与内容更为活泼多样。18世纪中，十竹斋木版水印技艺东渡到了日本，影响到浮世绘的内容与形式，而后者在19世纪又直接影响了西方绘画“印象派”的诞生。

现代时期，随着工业飞速发展，机器印刷对木版水印的生存带来巨大威胁，这项流传千年的技艺曾一度衰落。尽管生存环境恶劣，一些有识之士仍为木版水印的传承奔走呼告，护住这缕墨香，比如鲁迅先生。鲁迅对十竹斋不吝赞美之词：“十竹斋笺样花卉最好，这种画法，今之名人就无此手腕，山水刻得也好……清朝已少有此种套版佳书，将来怕也未必再有此刻工和印手。”为了抢救民族文化遗产，他决定：“无论如何，总可以复活一部旧书也。”1933年，他与郑振铎决定重印《北平笺谱》和《十竹斋笺谱》，1941年，历时七年的《十竹斋笺谱》终于完工，此时距鲁迅先生逝世已5年。尽管天不假年，但木版水印在这几十年发展历程中不断吐故纳新，发展壮大，也足以告慰两位先生在天之灵了。

Wisdom Newsletter 65



勾描



刻版



印刷



装裱

“镂象于木，印之素纸” 木版水印的“道”与“器”

木版水印的命名精准而直观，“木”是材质，“版”为雕版，“水”即水墨，“印”指印刷。一件木版水印作品需要经过勾描、雕刻、水印、装裱四个主要工序方可完成。

勾描之前需分色，即把原画上属于同一颜色的笔迹分到一套版内，原画有几种颜色就要分成几套版。为了保护原画，需要两次勾描：第一次先把透明胶版覆盖在原画上勾描，第二次用雁皮纸盖在胶版上勾描，勾线之后还要比照原作修补。

刻版是木版水印的第二步，刻版之前需根据原作笔画的交叉，墨色的浓淡、重叠，水渍的干湿变化，确定印版和分版的数目。色调简单的作品通常需要几套至几十套版，复杂的作品版数往往成百甚至上千。雕刻时把勾描好的雁皮纸粘贴在木版上，依墨迹雕刻。刻版不仅需要纯熟的手法，更要求雕刻者吃透原作笔法精神，才能运刀如笔，一丝不苟地表现原作神韵。

印刷是木版水印最为精妙的步骤，为了表现中国画特有的水墨意趣，印刷所用的颜料是国画的水性颜料。根据分版顺序由浅入深依次套印，每次印刷都需重新在版上着色，印刷时一套木版印完再换一套木版，直至这幅画的所有套版印完。

装裱是最后一个步骤，印刷完成后，根据原作的装裱风格加以衬托、裱糊，便于张贴或收藏。

木版水印所需要的工具主要分为：版、纸、刀、颜料等几类，一些工具是木版水印所独有的。比如勾线所用的雁皮纸。雁皮是一种瑞香科落叶灌木，以其树皮为原料制作的纸称为雁皮纸，这种纸原产于日本，呈半透明状，薄而坚韧，拉力极强，可清晰地描摹笔迹。

刻版所用之木材，大多为梨木、榉木、枣木、椴木以及用不同木材制成的三合板、五合板等，这些木材软硬适中、木纹细密，刻好的版光洁均匀。选好的木材还需在水中浸泡一年，然后置于阴凉通风处，令其自然干燥，用木砂纸细细打磨，使表面平滑工整才可雕刻。

雕版所用的刀，分为拳刀和刻刀。拳刀因雕刻者以握拳的方式握刀得名，刀两头开刃，刀口为月牙形，雕刻时以刀刃发力。刻刀形状尺寸不尽相同，多达数十把，雕刻大型纹路用圆口刀，细小纹路用平口刀。雕版师傅如武林高人一般，凭一手好刀法独步江湖，落刀无悔，留下传奇。

CULTURE
文化

纯净的坚守，为美之传承搭一把手

前些年，一提到木版水印，很多人的第一反应是：“复制品”，甚至有人不肯青红皂白地把印刷精美的赝品统统归在木版水印名下，让它蒙受了不白之冤。直到2006年，木版水印技艺被列入第一批国家级非物质文化遗产保护名录，人们才对这门技艺有了全新的认识。从印刷技术到手工艺，在千百年发展历程中，木版水印在传播文明的过程中也不断被传统文化所滋养，越来越成为文明的象征。

这门技艺是美丽的，也是孤独的。

有人做过统计，制作一幅《杂花图卷》，画师需勾描520张画稿，刻制257块版，印刷者需对位770余次，叠色套印、翻动纸张至少达3340次，如果一个人勾、刻、印，全部完成需四年半之久，作品市价5000元左右，远远比不上人工成本。精益求精的工艺和高昂的成本让木版水印注定成为阳春白雪的艺术。对从业者素质要求极高，也让木版水印的传承难以继。除了深厚的美术功底，还要有过人的艺术感悟力，更重要的是，要耐得住寂寞与清贫。目前，掌握这门技法的老字号仅剩北京“荣宝斋”、上海“朵云轩”和杭州“十竹斋”三家。

十竹斋主人、木版水印技艺传承人魏立中在谈及木版水印濒临失传的困境时，言语中满是焦虑：“对我来说，这门传统手工艺的渐行渐远，简直就是心头永远的痛。”1990年魏立中还是中国美术学院的学生，机缘巧合被木版水印吸引，从此与这门技艺结下不解之缘。20多年来，魏立中的同学大多成了画家，只有他仍在坚守。

对于木版水印的传承发展，魏立中有着不同的理念，比起单纯地保护，他更希望为这门技艺创造出适合它生长的土壤。文人的笺谱、画谱，百姓的年画都来自木版水印，这是木版水印的活力所在，基于这种理念，十竹斋将精品化与大众化放在同等重要的地位。十竹斋的作品既被国家博物馆收藏，也被普通百姓追捧。

为了让更多人了解这门古老的艺术，魏立中做过很多尝试：“杭州印象之梁山伯与祝英台”水印画，“西湖十景”信笺，包含工具、画样、木版在内的DIY木版水印小套装……都受到了传统文化爱好者的热捧。2012年，他设计的木版水印龙信笺一上市即脱销，客户主要是西泠印社、中国美术学院的文人雅士。人们欣喜地看到，收藏复制古代书画的工艺，原来不需要很高的门槛。这也让魏立中备感欣慰：“将这门濒临失传的传统手工艺变成一种社会精英把玩的时尚，这是我几十年来的坚持。”

翰墨丹青，工艺之美

木版水印是戴着脚镣跳舞的产物，既要纤毫不差地复制原作之形，又需表现其笔墨意趣，这种魅力正是来自纯手工制作的过程。勾描、刻版、印刷、装裱……每一步都是双手与工艺的深情相拥。毛笔勾出的线条，仿佛带着画师的呼吸；尖锐的刀刃切开木材的纹理，记录下雕版师傅的落刀无悔；雪白的宣纸翻开、拓印，留下水墨吻过的痕迹……木版水印是毫厘之间见功力，力度的轻重、节奏的缓急，甚至房间的温度、湿度都会反映在成品上，稍有不慎，前功尽弃，木版水印的成功率极低，正因如此，才凸显出这门艺术的珍贵。

木版水印因制作过程复杂，材质、颜料与原作相同，仿真效果好，对原作还原程度高而成为最高端的书画复制方式，精品之作几可乱真。在2006年的一次拍卖会上，一幅署名“白石老人”的《荷花蜻蜓图》引起众人关注，鉴定师通过构图、比例、墨色判断此画为齐白石晚年之作，并给出了18万元至22万元的估价。后来才得知，这幅画是新中国成立初期由木版水印工艺复制而成的，成本只有800元。木版水印的巧夺天工，不仅让拍卖行险些闹出笑话，有时还会“迷惑”原作者。20世纪50年代，浙江美术学院水印厂复制了国画大师潘天寿的画作《雁荡山花》，把原作和木版水印画并排挂在墙上请潘先生指认，结果出人意料，潘先生错把木版水印画当成了原作，因为“水印画更加鲜明好看”。正是木版水印在传承发展中达到的“下真迹一等”的精湛技艺，让它的实用性让位于文化价值和艺术价值。随着印刷技术的不断进步，木版水印已不再是书画复制的唯一途径，但唯有木版水印能达到以形写神的境界，而不是机械地印刷。

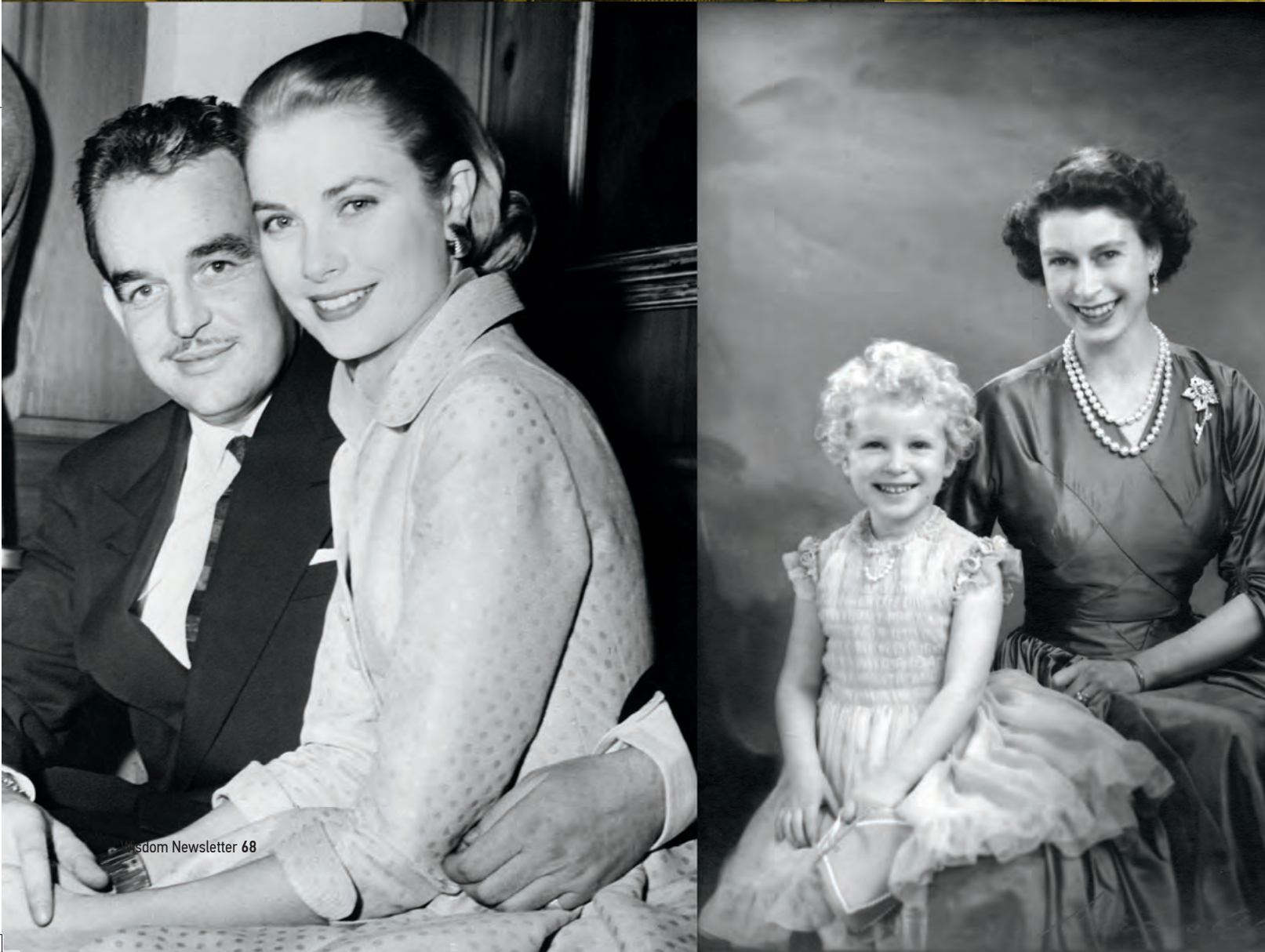
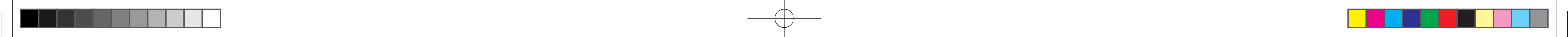


杭州十竹斋艺术馆

地址：杭州市下城区中山北路284号

电话：0571-85283556

邮箱：szz1627@gmail.com



JEWELRY
珠宝

西方篇——欧洲王室的奢华珠宝档案

一直以来，欧洲王室都将稀世珠宝作为权力和身份的象征。无论是代表着至高无上皇权的王冠，还是价值连城的项链耳环，都是王室的奢华档案。

路易十四的心形钻

17 世纪中叶，罗马珠宝商从埃及金字塔中得到了一颗非常稀有的 200 克拉蓝色大钻石并切割成 88 克拉，做成了一颗光彩夺目的心形钻石，把它镶嵌在一个底座上，用缎带穿起来献给酷爱珠宝的路易十四，路易十四将其命名为“KLOYBATERI”，戴在脖子上，光芒四射，从此路易十四被称作“太阳王”。

女王的钻石权杖

如果女王问镜子：“魔镜啊魔镜，世界上最大的钻石在哪儿？”魔镜仍然会回答：“就在您的手上和头上。”女王手握的权杖上镶的是世界上最大的钻石“库里南 1 号”，重达 530 克拉；第二大的“库里南 2 号”，则是女王头上所戴的帝国皇冠最核心的饰物，重 317 克拉。

1905 年，南非的 Premier Mine 矿场发现一块闪烁不停的东西，挖出来居然是一颗重 3106.75 卡（约 1.33 磅）的无瑕疵钻石原石。1908 年英国皇室开始展开库里南切割计划，聘请有名的钻石工匠 Joseph Asscher 全权处理，最后将钻石切磨成 9 颗主要的钻石（编号为 1～9），以及 96 颗小钻石。英国王室保留最大的 1 号和 2 号，其余都送给 Joseph 当作报酬。



爱德华的花环

1902 年，爱德华七世的继位预示着艺术界爱德华时代的到来。他的出现不仅使短款西服和蝶形领结代替了白领带和燕尾服的旧式晚装，更为珠宝设计加入了弧线、花环，以及心形等明朗圆润的元素。在钟爱时尚的爱德华七世的推动下，爱德华风格风靡了整个欧洲，并且直指美国，成为新兴中产阶层的新宠。爱德华风格体现了雍容华贵、高雅温婉的王者之风。工艺的进步和材质的精良让新的花环风格更加生动流畅，并在 1910 年发展成为珠宝设计中最流行的元素之一。

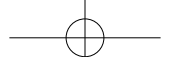
跳出金和银的传统金属材质，爱德华时期的珠宝匠们都把目光聚焦在了一种新型的金属——铂金之上。极好的光感和不易变形的质地战胜了金银的柔软和暗淡，成为烘托宝石的上乘之选。在皇室和美国新贵们的竭力推崇之下，一些珠宝巨匠都推出了一系列绝美造型的珠宝。

英女王皇冠的守护者

当代“皇冠珠宝商”Collins 是英女王皇冠的守护者。适逢女王即位 60 周年，作为皇冠珠宝匠，Collins 需要负责王冠、权杖、宝球、剑和戒指等王室珠宝的保养工作，同时，他也为女王的私藏服务。

在过去的 3 年里，越来越多的买家开始显示出对古董首饰收藏投资的兴趣。藏家对限量版纯手工制作的首饰青眼有加。店员 Philip Luck 采取传统工艺，用有色宝石镶嵌首饰，重现了许多经典造型。曾从一枚 Edwardian 式吊坠中获得灵感，打造了一整套新首饰。Philip 的新设计则是嵌有钻石的海蓝宝石吊坠，以及一个戒面为蓝宝石和紫珉琅的戒指。

客人们信任 Collins，一位客人甚至曾把一粒价值 7500 英镑、重达 67 克拉的黄宝石交给他，任他切割打磨。而 Collins 也不负所托，事实上，Collins 甚至比顾客们更了解他本身的需要。他说：“看到这些美丽的石头，我觉得自己就像个孩子一样兴奋。而我越喜欢宝石，我们家的生意就越好。”



JEWELRY 珠宝

定制珠宝的“蓝色血统”

定制珠宝的起源，与皇室有着不可分割的联系，因此才会出现如“皇室的珠宝商”、“第一个皇室珠宝供应商”等名号，来体现定制珠宝的“蓝色血统”。

有一种服务：它曾经只针对皇室和贵族；
有一种生活方式：叫作私人定制；
有一种坚持：拒绝妥协与凑合，寻找最好的方式达到更好的结果；
有一种爱：你是我的唯一，我送给你的也将是唯一的……



HIERSUN（恒信）黄钻珠宝



HIERSUN（恒信）黄钻珠宝



HIERSUN（恒信）黄钻珠宝

品质推荐

HIERSUN（恒信），高级珠宝定制

HIERSUN（恒信）诞生于2000年，是HIERSUN（恒信）钻石机构旗下的高端珠宝品牌。HIERSUN（恒信）用品位和尊贵演绎其奢侈品内涵，展现国际一流的高端品质和工艺，为追求高品位生活人士呈现高级定制珠宝的独特魅力。

凭借专业珠宝鉴定师的权威经验，HIERSUN长期开展全球搜钻服务，针对高端消费者寻找专属于您的高品质钻石。一颗颗纯净无瑕的钻石，经过比利时安特卫普的高超切割，以其炫亮夺目的火彩在HIERSUN钻石闪亮登场。经过珠宝大师为您打造的专属设计，实现您心目中关于珠宝的终极梦想。

JEWELRY 珠宝

东方篇——贵胄之风、太和之气

从古至今，皇权昭昭，珠宝无数。能够受到历代皇室喜爱的珠宝并不多，携带着天然的贵胄之风、太和之气的碧玺便是其中之一。

皇族珍爱之物

碧玺在中国，玺为皇帝的印，是帝王的象征；碧是指绿色。给电气石冠之以“碧玺”之名，足见它在古时受宠爱的程度。古书上称之为“碧洗”、“碧雅姑”、“碧霞玺”等。红色者专称“孩儿面”，是碧玺中最珍贵的品种之一，皇宫贵族多以这种宝石为饰物。现在故宫博物院有许多碧玺藏品。

碧玺是一种硼硅酸盐结晶体，属于三方晶系，比重约为3.06，折射率为1.624~1.644，摩氏硬度为7~7.5。由于含铝、铁、镁、钠、锂、钾等多种元素，常呈现各式各样的鲜艳色彩，是彩宝中比较丰富的品种之一。人们喜爱它的多姿多彩，把它作为10月生辰石（与欧泊一起），象征着安乐与和平。

来自彩虹的碧玺

碧玺的成分复杂，颜色也复杂多变。现在国际珠宝界基本上按颜色对碧玺划分商业品种。市面上能够见到的品种有：

1. 红色碧玺
红色是传统碧玺中价值最高的，其中以接近红宝石颜色的紫红色和玫瑰红色为佳，有红碧玺之称，在中国有“孩儿面”的叫法。但自然界以棕褐、褐红、深红色等产出的较多，色调变化较大。
2. 蓝色碧玺
纯蓝色稀有，常见深紫蓝或绿蓝色。颜色饱和的比较珍贵，有时称“蓝碧玺”。偶见浅蓝到浅绿蓝色。1989年于巴西Paraíba州产出了绿蓝-蓝色调的电气石，以出产地的名字将其命名为“帕拉伊巴”碧玺。帕拉伊巴呈现出来的蓝是像霓虹般艳丽的颜色，而且帕拉伊巴的火彩也比其他碧玺高出一筹。帕拉伊巴碧玺因其产量异常稀少，色泽非常独特，闪烁通透，独具荧光效果等迷人特征，被尊为碧玺之王。
3. 绿色碧玺
包括浅绿到深绿、黄绿或棕绿。有的颜色可能灰暗或很深，只有透过光才看得出来。深绿色者因其很强的二色性，在光轴方向几乎不透明，但经热处理可改善。最好的是翠绿色，在欧洲和巴西曾被误认为是祖母绿，可见其名贵程度。目前只在巴西和马达加斯加有产出。
4. 黄和橙色碧玺
纯黄或橙色者很难见到。不同深浅的黄棕或棕黄色的碧玺很受欢迎，颜色看上去犹如在橡木桶里沉醉多年的雪利酒。绿棕到棕绿、橙棕到橙棕和绿黄色者也有一定的销路。色很深，光泽差者几乎没销路。矿物学家有时把棕色碧玺叫镁碧玺。
5. 无色或白色碧玺
无色或白色碧玺有时称白碧玺（achroite，希腊文“白的”的意思），在宝石中价值不高，除非具猫眼效应。
6. 黑色碧玺
矿物学家叫它黑碧玺，偶尔用来代替煤精或黑玉髓装饰在便宜的首饰上。
7. 多色碧玺
一个晶体上有两种或两种以上的颜色，或上下不同，或内外有别。若中间红，外边绿，又叫“西瓜碧玺”。多色碧玺有时做宝石用，有时更适合不切磨而做晶体标本观赏或收藏。
8. 猫眼碧玺或碧玺猫眼石
有少量的绿色碧玺中有很多细缝或针状包裹体，切成弧面形。可见猫眼效应。其他颜色的有猫眼效应的少。
9. 碧玺变石
罕见，偶见报道。阳光下黄绿到棕绿，灯光下橙红。



中国珠宝“七彩桥”碧玺手链



中国珠宝“梦幻郁金香”碧玺吊坠

品质推荐

中国珠宝，文化珠宝

“中国珠宝”定位文化珠宝品牌，以“和而不同”为设计理念，将“信、达、博、雅”为品牌核心价值标准，以打造“新奢华主义”为基准，将“传承千年、汇聚经典”为品牌主题理念，致力于打造代表国家形象的珠宝品牌。

“中国珠宝”秉持中国传统文化与多元文化的对话与交融，对古今文化、中外文化、各民族文化、各种工艺进行传承、提升、发扬和融汇。品牌产品具有经典时尚、人文时尚、艺术时尚的品牌特质。

你知道吗？

18世纪，在荷兰阿姆斯特丹，欧洲人认识到碧玺还具有焦（热）电性。在一个温暖的夏天，几个小孩玩荷兰航海者带回的石头，发现石头在阳光下出现奇特现象——有一种能吸引或排斥轻物体如灰尘和草屑的能力。因此，荷兰人就叫它们“吸灰石”。据分析，碧玺表面流动着微电流特性，可以调节和补充人体的生物电，从而达到抗辐射和保健的作用。

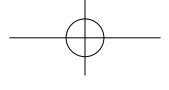
SALE 信用卡特惠

中国珠宝专享优惠

活动时间：2014年9月28日~2015年12月31日
活动卡种：工银黑金卡、工银白金卡
活动内容：在“中国珠宝”侨福芳草地形象店购买珠宝首饰（不含黄金制品及黄金首饰），刷工银黑金卡、工银白金卡，享受9.5折优惠。

中国珠宝
地址：北京朝阳区东大桥路9号侨福芳草地L2-24
电话：(010) 85610206
网址：WWW.SINOJEM.COM.CN





COLLECTION
典藏



虢季子白盘（西周周宣王时期 波曲纹）

文\黄宋 图\国家博物馆

闲话青铜器
Information
About The Bronze

汉之前，人们称青铜为“金”。从这个称谓中，我们便可想见，在那段久远的历史时期当中人们对它的珍视程度了。“金”是贵重的材料，不是人人皆可用之。彼时，只有贵族才能享用，而寻常百姓则很难窥其真容。青铜器是中国古代文化遗产中重要的组成部分，是研究古代历史和制造工艺的重要资料。而其神秘而优美的造型纹饰和承载着的悠久历史及独特魅力，无时无刻不吸引着学术界和收藏家的目光。青铜器的分类方式众多，按照最普遍的以用途和器物的形制特点划分，其大致可分为食器类、酒器类、水器类、乐器类、兵器类等等，而传统观念中食器与酒器的地位更为突出。

自上古以来，在中国历史的大部分时间里，食器与食物的配合是和谐而优美的，美食与美器的和谐统一是中国传统饮食文化理论的一个重要方面。在众多食器分类中，最能体现先秦风度的便是庄重沉练的青铜器了。先秦的王侯贵族十分重视器具与食物的配合，其不但承载着实用的功能，还被人们推崇为礼器。礼器作何用途呢？简单来说就是在敬神祭祖的重大场合，盛装精美食物的器具。人们这么做的动机又是什么呢？把最美味的食物用最漂亮的器具给神献礼，很显然有讨好之意，以祈求神灵在心满意足之后能够庇

佑这一方水土。而在世俗层面上，精美的青铜器可以彰显其主人的身份和地位，是社会等级制度的外在表现，历代豪庭显贵也以珍贵的食器向世人张扬着自己的财富，人们对食器的精雕细琢不亚于对一道美味菜品的悉心探究。在夏、商、周三代的发展中，食器的实用功能日趋分化，总的来说，可分为饪食器与盛食器两大类。饪食器有鼎、鬲、甗；盛食器有簋、敦、豆、盆等。这些青铜器具可供煮肉、蒸饭、煮粥、盛食、储水、净手等。随着菜肴品种逐渐多样化，地方风味开始萌芽，筵席形式初步形成，从而催生出了“列鼎而食”的奢华场景。

谈到酒器的话，就目前考古发现，在我国，酒于新石器时代就已出现。在上古传说中，是禹在位时期，一个叫仪狄的人用粮食酿酒。新石器时代已经出现了许多陶质酒器，夏商时代的国君贵族酗酒成风，商纣王“酒池肉林”的记载，便可窥见酒风盛行之势。夏商两代在礼器的选择上，也是以酒具“爵”、“觚(gū)”为核心的。商代的酒器则更趋完备，形成了以饮酒器、盛酒器、调酒器和温酒器等组合而成的系统规模的形制，鉴于此，人们称商代的礼器是“重酒的组合”。商覆灭之后，周取而代之，周人吸取商酗酒误国的教训，严格控制了酒的使用，故而其礼器组合顺应这一潮流逐渐转变为以“鼎”和“簋”配合使用的“重食组合”了。

COLLECTION
典藏

青铜器发展史

考古学家将青铜器的铸造和使用看作是早期文明时代的标志之一，中国的青铜器在夏、商、周三代，尤其以商、周两代最为鼎盛。商代早期的食器具目前的考古发现来讲，仅有爵(jué 饮酒器，相当于酒杯)和盥(jiǎ 温酒器)，而且外表是素面的，也是鲜有甚至没有装饰的，都被用作酒器。商中期增加了鼎(dīng 盛食器，通常用来盛肉食)、簋(guǐ 盛食器，通常用来盛主食)、觚(gū)、缶(yǒu)、盘等，并开始有了简单的纹饰。商晚期则出现了许多新的器形，有了繁缛的纹饰，盛行狰狞的兽面纹，体现出一种神秘庄重的气质。直至西周早期的青铜器基本沿用了商代的传统，风格也比较相似。

西周中期开始，青铜器开始具有简朴化的发展趋势，造型多变的重型礼器逐渐消失，出现了成套配合的礼器，制定了严格的列鼎制度来约束人们的行为。西周晚期的青铜器更趋简化，以小件的实用饮食器具居多，纹饰简洁，但是器具内部则铸长篇铭文（铸刻在青铜器上的文字），所以铸造器具的纪念意义更为明显。



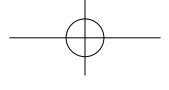
觚



蔡侯申方鉴（水器）

东周（春秋战国时期）青铜器的种类又有明显的变化，酒器数量骤减，食器数量则呈现增长趋势。当然纹饰也有很大的变化，兽面纹不再受推崇，取而代之的是动植物纹、几何纹和体现大型场景的图像纹。在装饰中还运用了更为华美的镶嵌、鎏金等新型的工艺技术，这使得器具整体显现出一种富丽堂皇的规制风格。在战国晚期，由于连年的战争以及礼崩乐坏的社会环境，再加上铁器时代的来临，使青铜铸造业开始走向衰落，其表现在战国末期的青铜器器形单调，基本沿用过去的样式，很少有创新和变化。在纹饰上的变化表现于，无纹饰的素面青铜器大量出现，即使有的器具有花纹装饰也是条带状的简单风格，很难找到全器漫花的装饰。并且在铸造上越来越粗糙，甚至错范、裂范的现象也不罕见了。

到了秦汉时期，青铜器终于走向无可逆转的没落，秦代的青铜器开始出现运用多种铸造技术将各个部件组合拼装的作品，且青铜器皿多为素面无纹饰，体现了其逐渐退出历史舞台的趋势。汉代的青铜器大量作为单纯的实用器具，而失去了礼器威严庄重的威严与气势。但在西汉一些诸侯王墓中出土的青铜器，依旧体现了当时工艺装饰的高超水平，各种以人物或动物为造型的生活用品，如长信宫灯和彩绘雁鱼钲灯等，成为汉代青铜器中颇有成就的作品，被世人评价为青铜器铸造史上的璀璨余晖。自此之后，盛极一时的青铜器慢慢淡出了人们的视野。



COLLECTION
典藏

典型青铜器简介



后母戊鼎（耳上有代表祈求子嗣绵延不绝的鱼纹，腹上是典型的饕餮纹）

簋（guǐ）

古时多用于盛放黍（shǔ）、稷（jì）稻、粱等煮熟饭食的器皿，同时也是最为重要的青铜礼器，是中国青铜器时代标志性的青铜器具之一。与鼎相配的簋，通常形似大碗，有双耳及盖。在考古发掘中，簋发现的数量相对较多。簋出现于商代早期，到春秋中期以后逐渐退出礼器序列。

鼎（dǐng）

说到鼎（dǐng），我们要了解使用这种食物器具时的社会背景及人文环境。以夏、商两代为例，统治者们不仅在吃的主食与菜肴上愈加讲究，食器和餐具被重视的程度也开始日渐凸显，甚至从这两代开始出现了“美食不如美器”的说法。最早的青铜食器大约便是鼎，考古发现中有些出土的青铜鼎底部是有火燎烟炙（tái）痕迹的，表明鼎是有加温煮食的功能的，而且是煮食肉食的器皿。与陶质的食器相比，因是金属的材质，故而食物也更易熟化。在大型的祭祀和宴会上，鼎被古人用来盛放肉食，从这个角度来说，它也是一种盛食器。

中国人对于食物的热爱与敬仰自古以来便渗透在与食物有关的器具上，在人们谈及青铜器时常常说到的“列鼎制度”就是对这种观念的升华。所谓列鼎制度是指自西周开始有关青铜器的使用方式与主人身份必相匹配的一种严格的礼制规定。天子用九鼎，诸侯用七鼎，大夫用五鼎，士用三鼎或一鼎。发展到东周（春秋战国时期），则是天子、诸侯用九鼎，卿用七鼎，大夫用五鼎，士用三鼎或一鼎。鼎以及伴随的其他铜器如簋等，因其在祭祀活动中承担的重要作用又被人们称作“礼器”，是贵族的专属用品。在礼法严苛的时代，它们对于一般平民的生活来说是难以企及的，可见鼎在当时人们社会生活中的重要地位。

已知的先秦典籍中有关鼎的记载，对于大家来说比较熟悉的，可能就是禹铸九鼎的传说了。这个故事简单描述的话，就是各地方部落向禹供金（汉代以前人们称青铜为金），而禹以金铸九鼎，哪里所贡之金，就拿来铸哪里的鼎，并将当地的山川地形都铸在上面。纹饰还囊括了禹治水时所遇到的各种奇禽异兽，连人们想象中的神仙魔怪等也一一刻出，而这九个鼎就成了国家的象征。

COLLECTION
典藏

鬲（lì）

“鬲”为象形字，金文字形，象征饮食器具形。用作国名和姓时念（gé），而作为一种古代煮饭用的炊器时念作（lì），有陶质鬲和青铜鬲。青铜鬲最初是依照新石器时代已有的陶鬲制成的。其形状一般为侈口（口沿外倾），有三个中空足，便于炊煮加热，一般来说被认为是用来炊煮粥类食物的，而随着考古工作的不断深入，发现了盛放过猪骨的鬲，据此可推断其也可用来煮食或盛放肉类食物，青铜鬲主要流行于商代至春秋时期。



青铜鬲（周厉王时期 腹下部有明显曲带状纹饰）

方彝（yí）

方彝（宋代金石之学非常盛行，就是当时的考古学。方彝这种称谓是沿用宋代人的叫法）是盛酒器。形制为长方体，盖为屋顶式设计，顶端有相同样式的钮，圈足为长方形，一般器盖的四个边角有一条棱脊，个别器壁的正中也有一条棱脊。有些腹中有一间隔，可供人盛放两种不同种类的美酒，有些还配有舀酒用的勺状斗，非常实用。方彝流行于商代晚期至西周中期。



布满凤鸟纹、鸱纹、饕餮纹和象纹（侧面）的“妇好”青铜偶方彝

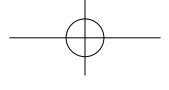
国家博物馆展讯

展馆推荐：《古代中国》基本陈列
作为中国国家博物馆的基本陈列之一，“古代中国陈列”共10个展厅，以珍贵文物为主要见证，系统展示中国从远古时期到清末的漫长历史进程，全面展现中华文明持续不断的发展特点和各族人民共同缔造多民族国家的历史进程，彰显中华民族在政治、经济、文化诸方面所取得的辉煌成就和对人类文明的伟大贡献。
青铜文物推荐：四羊方尊、龙虎纹青铜尊、虢季子白盘、“妇好”青铜偶方彝、利簋、颂壶、“妇好”三联甗、“妇好”青铜鸮尊、王子午鼎、青铜冰鉴、青铜面具、青铜彩绘雁鱼灯、错金银云纹青铜犀尊。
展期：基本陈列（常设）
地点：地下一层展厅



国家博物馆展讯

展馆推荐：《中国古代青铜艺术》专题陈列
《中国古代青铜艺术》是中国国家博物馆改扩建工程完毕，重新开馆之际举办的重要专题展览之一，旨在通过本馆所藏的一批古代青铜器以展示我国古代青铜艺术之美轮美奂。
青铜文物推荐：后母戊鼎、大盂鼎、子龙鼎
展期：专题陈列（常设）
地点：三层二号中央大厅



FEATURE
养生专题

Threat Children Health Of The Killer In Autumn

秋季危害宝宝健康的两大“通缉犯”

文 / 段建华

秋天舞动着缤纷落叶徐徐向我们走来，妈妈们一定也想让宝宝一起享受这个季节的多彩和动感。若是宝宝生病了，一切美好的计划便成了泡影，该有多遗憾！在秋季，秋季腹泻和流行性感冒是常见的威胁宝宝健康的两大元凶。

怎样才能让秋季常见病远离宝宝，让宝宝和爸爸妈妈一起享受这个丰收的季节呢？



头号通缉犯：秋季腹泻

正 名：轮状病毒性肠炎

别 名：秋季腹泻（秋泻）

致病病毒：轮状病毒

罪犯特征：秋季高发 主要侵犯3个月～3岁的婴幼儿，其中6～24月龄的患儿多起病急、症状较重。

犯案特征：病毒感染2～3天后出现发热、腹泻、呕吐、水样便（5～10次/日或更多）。少数患儿可伴有轻微呼吸道感染症状（如咳嗽、流涕等）。

犯案手段：轮状病毒具有很强的传染性，主要通过宝宝的胃肠道进入。接触患儿用过的尿布、餐具、玩具等（如患儿之间玩耍，与患儿家长接触等）都可以造成病毒的传播。

防御头号通缉犯的有效手段：口服轮状病毒活疫苗

防御机理：该疫苗口服免疫后，可刺激肌体产生对A群轮状病毒的免疫力，用于预防婴幼儿A群轮状病毒引起的腹泻。

保护人群：主要为3个月～3岁婴幼儿

哪些孩子不适合口服轮状病毒活疫苗：①曾用过该疫苗对该疫苗成分过敏者；②急性疾病期，严重慢性疾病或慢性疾病急性发作期有发热者；③应用免疫抑制剂治疗或者免疫功能缺陷者。



二号通缉犯：流行性感冒

正 名：流行性感冒

别 号：流感

致病病毒：流感病毒

罪犯特征：秋冬交替高发，可引起爆发和全球大流行。可侵犯全人群。儿童和老弱人群是流感高发人群并容易出现肺炎等严重并发症。

犯案特征：4～7天潜伏后会出现发热、头痛、疲倦、干咳、喉痛、流涕和肌肉酸痛等不适症状。若患者为儿童，则还会伴有恶心反胃、呕吐腹泻等病状。

犯案手段：流感是一种传播能力极强的传染性疾病。主要是通过呼吸道传播，病程第2～3天的病人是主要传染源，传播途径主要是经过飞沫和密切接触。



防御二号通缉犯的有效手段：接种流感疫苗

防御机理：世界卫生组织每年都会对当年流感流行的菌株做出全球预测和推荐，用于指导各国制备流感疫苗。对于近几年流行的人禽流感病毒，也已经能够做到疫苗中。因此当年流行季时接种流感疫苗会对当年流感流行有较好的预防作用。世界卫生组织（WHO）和美、中疾病预防控制中心共同指出：流感疫苗是目前世界公认的预防季节性流感唯一且最为有效的措施，特别是对儿童而言，其保护效果可达到80%～90%。

保护人群：大于6个月的儿童、青少年、成人和年老体弱人群

哪些孩子不适合接种流感疫苗：

- ①对鸡蛋蛋白严重过敏，或对疫苗成分过敏者；
- ②急性疾病或者急性感染有发热症状者。

重要提示：如果您仍然不清楚您的孩子是否可以接种流感疫苗，那么请务必在为孩子接种疫苗之前咨询您的家庭医生！

何时接种流感疫苗最为合适？

为宝宝接种流感疫苗的最佳时间为10月和11月。流感季节通常是指秋冬交替时节，而疫苗一般在9、10就开始上市了。所以专家强烈建议：家长最好是在流感季节到来之前，即10月与11月，给您的宝宝接种流感疫苗，从而使宝宝有足够的免疫力，以抵抗即将到来的流感。疫苗会在接种两周后起效。

缤纷的秋季，希望不是多事之秋。拒绝杀手，远离流感和秋泻，和宝宝一起享受秋的魅力吧。



段建华
副主任医生
儿科保健医生

- 澳大利亚 GRIFFITH 大学毕业，获硕士学位
- 中国疾病预防控制中心毕业，获硕士学位
- 首都医科大学儿科系毕业，获学士学位
- 项目专家，英国无国界卫生组织（Health Unlimited）
- 访问学者，世界卫生组织（WHO）美洲部、美国疾病预防控制中心
- 保健门诊医生，北京妇幼保健院工作7年
- 儿童保健科专家，专业特长：儿童生长发育监测与评估、儿童营养、婴幼儿喂养指导、儿童智力发育测评与早期智力开发、儿童常见行为、心理问题干预指导、儿童预防接种

北京新世纪儿童医院

北京新世纪儿童医院，中国第一家依照国际医疗标准建立并运营的儿童专科医院。医院拥有顶级医疗专家和护理团队，为0至18岁的儿童及青少年（涵盖新生儿、婴幼儿、学龄前、学龄儿童及青少年）提供现代化、全方位、高品质的综合医疗保健服务。

- 预约就诊模式，可提供全科和各类专科专家诊疗服务
- 7天24小时的儿科急诊服务，国际标准急诊诊疗服务流程
- 配套医疗科室齐全，药剂中心、检验中心、影像中心等提供高质量医疗服务
- 手术设施先进完善，可施行各种住院手术和门诊手术
- 毗邻北京儿童医院，医疗合作及学术交流无缝衔接
- “美国儿童医院协会”亚洲会员，拥有国际学术交流平台
- 104张病床，包括95个单间可陪住儿童病房、9张新生儿病床
- 多家国际保险公司和中国保险公司直付服务
- 多样化的会员服务提供更多增值与人性化服务
- 超过8500平方米建筑面积，美国专业医院设计公司设计装饰
- 地处西二环复兴门，交通便利，拥有专属泊车场地
- 多种医疗外生活服务设施，如咖啡厅、礼品店、家庭活动室，ATM等

地址：北京西城区南礼士路56号
电话：（8610）6802 5588



New Century
International Children's Hospital
北京新世纪儿童医院





FEATURE
养生专题

Private Dentist 私人牙医，你的健康代理人

文 / 刘荣坤

无论牙齿是否有问题，每隔半年拜访一次牙医是最基本的健康投资。
拥有自己的私人牙医已是新时代的健康必修课。



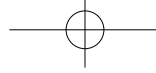
主讲专家



刘荣坤：
前沿资深专家

- 北京五月花口腔诊所创始人
- 北京五月花口腔诊所院长
- 美国波士顿大学牙科学院博士后
- 北京大学口腔医学院博士
- 原北京大学口腔医学院副教授副主任医师
- 中华口腔医学会牙周病专业委员会委员
- 北京口腔医学会牙周病专业委员会常委
- 美国牙周病协会会员

对于拥有 20 多年齿科教学、科研和临床医疗工作经验，并且同时拥有在国内顶尖口腔医学院及美国知名牙科学院工作经历的刘荣坤博士，因感受太多国内外人士因爱牙护牙观念的不同所带来的两种截然不同的外在形象：“土豪”与精英之区别，而毅然放弃做教授的职业，只身投入到国人牙齿的“拯救”运动中。



学学老外拥有自己的私人牙医

美国人从 3 岁就开始看牙，中学期间即完成牙齿矫正，私人牙医终身相伴。什么是私人牙医？在美国，只有低收入人群才去公立医院看牙，因为公立医院收费低，优秀的牙医绝对不会在公立医院出诊，只有实习学生、经验不多需要练手的年轻医生、进修医生或一些还未取得行医资格的外籍医生才会在公立医院出诊。只要条件允许，牙医都会自己开业或加入到其他的私立诊所，因此在大多数国家和地区，优秀的牙医都会在私立诊所工作。由于私立诊所服务好、医生的技术高、治疗精细，因此，美国的中产阶级及富人都会在自己所生活的地区选择一家私人诊所为家人提供齿科服务。美国人不会经常更换自己的牙医，除非对医生感觉不好，长此以往，医生跟患者几乎都成为朋友，对家庭里每个人的牙齿状况都比较了解，只有出现自己的牙医（通常是全科医生）不能解决的问题，全科牙医才会介绍相应的水平更高的专科牙医处理。所以，所谓的私人牙医就是长期的一对一的服务模式。在中国，经过近二三十年的发展，私立诊所的模式已经比较成熟，国人拥有自己的私人牙医的时代已经到来。



世界卫生组织（WHO）1981 年制定的牙齿健康标准：
1. 牙齿清洁 2. 无龋洞 3. 无疼痛感 4. 牙龈颜色正常 5. 无出血现象



FEATURE
养生专题



五月花口腔诊所专享优惠

SALE
信用卡特惠

活动一：白金卡洗牙增值服务

活动时间：2014 年 1 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银白金卡

活动内容：工银白金卡持卡人 2014 年度内可用 3 万信用卡积分兑换一次口腔护理增值服务，如第二次需要以上服务，可用 10 万积分进行兑换。

* 口腔护理增值服务：口腔检查 + 洁齿 + 抛光 + 喷砂（或全景 X 光片）

参与方式：提前 2 ~ 5 个工作日拨打 4000095588 提出口腔护理预约服务。

活动二：白金卡特惠内容

活动时间：2014 年 1 月 1 日至 2014 年 12 月 31 日

活动卡种：工银白金卡

活动内容：工银白金卡持卡人在北京五月花口腔诊所所有店面享受治疗 9 折，修复 9.5 折优惠。

* 白金卡积分兑换洗牙服务，请拨打工行白金卡客服电话 4000095588 统一预约；享受白金卡刷卡折扣服务，请拨打五月花口腔诊所电话

五月花口腔诊所

金融街店

地址：北京市西城区金融大街 28 号盈泰中心 2 号楼三层

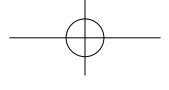
电话：（010）66578833

国贸店

地址：北京市朝阳区建国门外大街 1 号国贸写字楼 2 座 3 层

电话：（010）65058033

五月花口腔诊所
MAY FLOWER DENTAL



如何选择自己的私人牙医

首先选机构。选择机构当然主要靠口碑而不是广告。越是广告漫天飞，靠低价格吸引眼球的机构，越应该格外谨慎！低价格的背后通常会有陷阱。我们知道，高额的广告费用最终都会转嫁到患者头上。与低价格伴随的常常是劣质材料和低资质的医生。因为高水平的医生，其薪酬的支出一定是高的，好的材料一定是贵的。当今社会，想什么东西既便宜又好几乎只是梦想。对于那些引进什么 4D 技术、什么这国那国技术以及非常玄乎但又看似很酷很“高科技”的技术或名词，也应该谨慎。业内人士一看便知不专业，对于医疗来说，不专业就是不靠谱！有很多国家和地区禁止医院或诊所做任何形式的广告，其目的就是担心误导患者。一个比较专业和运营不错的医疗机构是不会，也不需要夸大其词去做广告宣传。其他一些细节也可以帮助判断一个机构是否专业和先进。比如，在患者照牙片时是否有穿防辐射的铅衣？如果穿提示是规范的机构。是否还在使用胶片机拍牙片？如果是，提示该机构的设备可能比较落后了，现在胶片 X 线机已逐步被数码 X 线设备取代，因为数码牙片机既环保，辐射又小，资料又便于长期保存。如果补牙还在使用灰色的补牙材料即银汞充填材料，也提示医疗技术非常老旧了，因为现代的补牙材料几乎都用树脂，不仅环保，补出来的牙还漂亮。还有一些细节可供参考，比如做根管治疗即通常所说的抽牙神经的治疗时，医生是否使用了橡皮障。橡皮障是一种治疗时放在患者口内隔湿、防止器械掉入气管或食道而使用的一块撑开的橡皮膜。橡皮障是现代根管治疗的象征。对于复杂的根管治疗是否使用显微镜等。这些细节都可以帮助判断机构的专业性。至于机构的投资是外资还是内资，其实不重要，重要的是接诊的医生是谁。医院的管理和运作模式也值得关注，像美国非常有名的梅奥诊所，医院管理由医疗专家主导。医疗专家管理医院，运营模式无疑以医疗为主导。过度的商业基金或资金进入医院，运营模式无疑会以财务为主导，其结果就是过度检查和过度治疗不可避免。

其次是选择医生。对于患者来说，评价医生的客观标准是医生资质。当然夸大医生资质及介绍的情况也经常存在。在互联网比较发达的今天，患者有时可以利用互联网进行核实。另外就只能在诊治过程中靠患者自己去甄别了。其实医生是否负责任和水平如何，患者要仔细体会还是可以辨别出来的。

FEATURE 养生专题



Q&A “前沿资深专家”刘荣坤博士指点牙齿健康迷津

Q：什么是药物美白？安全吗？

A：牙齿的药物美白是用不同浓度的胶状漂白剂（一般为过氧化氢）涂抹于牙齿表面，以漂白牙齿表面及浅层的色素沉着，牙齿漂白的效果与牙齿发黑的程度、漂白剂的浓度以及漂白的时间长短有关。牙齿漂白的试剂有家庭装和医用装，一般都需要在医生的指导下才能完成。其优点是见效快，费用低。缺点是只对某些比较轻度的不白牙齿有效；漂白过程中会有不同程度的过敏反应；漂白效果不是永久的，需要反复漂白才能保持效果。

Q：成人可以矫正牙齿吗？

A：尽管牙齿矫正的最佳年龄是恒牙完全萌出，即大约 12 岁左右，但牙齿矫正什么时候都不晚。由于经济或认识上的诸多原因，许多人在中学时代没有戴牙套将牙齿矫正整齐，直至成人后才发现牙齿整齐很重要，想要把牙整齐，又开始担心矫正是否会把牙弄松动了。因此，许多人就会询问：成人能矫正牙齿吗？牙齿矫正没有年龄的限制，因为牙齿移动的机理对成人和小孩都是一样的，只是成人牙齿移动的速度会比小孩慢一点。只要牙周健康，牙齿的地基是稳固的，任何年龄的牙齿都是可以矫正的。因此，成人矫正牙齿之前，最好请牙周专科医生做全面的牙周检查，进行必要的牙周治疗后再进行矫正就比较安全了。



ICBC



工银牡丹卡

持工银白金信用卡

3万积分专享齿科服务



2014年12月31日前，中国工商银行北京分行工银白金卡持卡人（包括主卡、副卡）享受国际齿科机构全套口腔护理增值服务。

服务内容：口腔检查+洁齿+抛光+喷砂（或全景X光片）

积分兑换：中国工商银行北京分行工银白金卡持卡人可用3万信用卡积分兑换一次口腔护理增值服务，如第二次需要以上服务，可用10万积分进行兑换。

服务流程：

- ◆ 您拨打我行4000095588提出口腔护理服务预约要求；
- ◆ 我行为您转接服务商，预约具体服务时间和地点；
- ◆ 请您持工银白金卡按约前往服务商处刷卡体验服务并扣减积分；
- ◆ 我行将对您进行服务满意度回访。



网站 www.icbc.com.cn 服务热线 95588

您身边的银行 可信赖的银行

服务商名录：

序号	服务商	地址	营业时间
1	五月花口腔诊所（金融街店）	北京市西城区金融大街28号盈泰中心2号楼三层	周一至周五 9:00-18:30 周末 9:00-18:00
2	五月花口腔诊所（国贸店）	北京市朝阳区建国门外大街1号国贸写字楼2座3层	周一至周五 9:00-18:30 周末 9:00-18:00
3	瑞尔国际大厦诊所	朝阳区建国门外大街19号国际大厦205室	周一至周五 9:00-18:00
4	瑞尔燕莎诊所	朝阳区亮马桥路46号盛捷富景苑1层	周一至周五 9:00
5	瑞尔中关村诊所	海淀区科学院南路2号融科资讯中心A座308室	周一至周五 9:00
6	瑞尔华贸诊所	朝阳区建国路89号华贸中心商务楼16号101室	周一至周五 9:00
7	瑞尔世纪财富诊所	朝阳区光华路5号院世纪财富中心1号楼二层4-7单元	周一至周五 9:00
8	瑞尔京汇大厦诊所	朝阳区建国路乙118号京汇大厦201室	周一至周五 9:00
9	瑞尔口腔医院VIP诊所	朝阳区北苑路绿色家园媒体村天居园1号楼	周一至周五 9:00
10	北京瑞尔荣和诊所	顺义区天竺镇丽苑街荣和商业中心31号楼104室	周一至周五 9:00
11	北京瑞尔翠微诊所	海淀区复兴路29号翠微广场购物中心4层432A、433B、437A、437B、438A、438B号商铺	周一至周五 9:00

注：合作服务商如有变更，将不做额外通知，请致电本行贵宾专线查询。



中国工商银行 北京市分行