



# 南 荷 华 雨

## STICHTING CAI HONG

### Regenboog Stichting

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

#### Colofon:

Redactie  
Stg. Cai Hong  
Hogeweg 12  
5411 LP Zeeland

Phone:  
+31 (0) 486451558  
Fax:  
+31 (0) 486452793

Email:  
chi@caihong.nl  
chilianzi@hotmail.com

www.Caihong.nl  
U kunt adverteren in dit  
nieuwsblad. Wilt u dit neem  
contact op met onze redac-  
tie.

#### In deze editie:

- \* Chinese 2018 Spring Poetry Festival Wenen
- \* LuoFu overleden
- \* Gezondheid
- \* Chinese schrijvers
- \* Int, Chinese schrijvers
- \* LingLing-Poetry, Literatuur & Cultuur

Samenstelling en eindredactie:  
Chi Lianzi & Mark Opheij  
主编:  
池莲子  
马克-欧普海(荷文)

## 第四届中国诗歌春晚-维也纳2018 SP Festival in Wenen

### 著名诗人洛夫仙逝 De wereldberoemde dichter LuoFu overleden

#### 2018第四届中国诗歌春晚维也纳 Spring Poetry Festival in Wenen

De dag werd afgesloten met een feest met dans, zang en traditionele Chinees Nieuwjaars gerechten.



2018 第四届中国诗歌春晚-第2届欧洲分会场，在奥地利首都-维也纳举办。来自全欧10多个国家40多位诗人及诗歌爱好者及歌舞者近100人，欢聚在维也纳—欧洲时报文化活动中心，举办成功！中国驻奥地利大使馆文化参赞张志宏出席晚会，并致辞！参加本次晚会的，还有奥中友协华人委员会主要负责人张维庆等嘉宾。本次诗歌春晚以“一带一路”为主题；开创新丝路，新诗路，承中华文化自信 Chou脊梁，接古文明丝路与新时代诗路交融结合，诗人们无不满怀激情，在这异国他乡，讴歌祖国，赞美生活！

#### “Chinese Poetry Spring Festival”

Op zondag 4 februari werd voor de tweede keer het “Chinese Poetry Spring Festival” georganiseerd in Europa. Een feest om elkaar te ontmoeten en het Chinees Oud- en Nieuwjaar te vieren. Dit keer het jaar van de Hond. Het thema van deze Chun Wan is de “oude Zijderoute van China volgen” en te verbinden met de huidige. Dit gezien vanuit de nieuwe cultuur via gedichten en korte teksten over culturele uitwisseling tussen het Oost en West. Zoals ook de oude Zijderoute culturen met elkaar verbond.

Het was een bijeenkomst in het Chinese Nieuws en Cultuur Centrum in Wenen en werd bezocht door 100 personen waarvan 40 deelnemers uit 10 verschillende landen.

Stichting Cai Hong had de gedichten in een prachtige Bundel samengebracht. Deze werd uitgereikt aan de deelnemers die ze dankbaar in ontvangst namen.

De tegenwoordig wereldberoemde dichter., schrijver LuoFu is op 19 maart 2018 overleden op 91 jarige leeftijd in het Rongmin Ziekenhuis te TaiBei

#### 唁电：举世同悲悼洛夫



惊闻国际著名诗人、世界华文诗坛泰斗、被誉为“诗魔”的洛夫先生辞世，万分悲痛！从此诗空坠落了明星！我们失去一位尊敬的长辈，失去一位诗坛导师，失去同华文作家并肩为世界华文文学发展繁荣努力奋斗的卓越战友！洛夫先生50年代创建诗社，拓荒台湾诗坛，身体力行，著作等身。享

誉世界，为海峡两岸文学界争光，为世界华文文学留下了宝贵精神财富。八十年代洛夫先生由台湾回大陆探亲，从此不断踏上回乡之路，参加多种会议，受聘多所大学，荣获多个奖项。他欣慰地称自己找来找去，终于找到“寻找了数十年的精神家园”。

洛夫先生的辞世，举世同悲，举世同挽！借用洛夫先生《因为风的缘故》，我们也在天空为先生写了一封信，送去拳拳心意。信是简单了些，只是想告诉您：您是诗坛之火，风永远无法熄灭！

世界华文文学联盟

2018年3月20日

## 第四届中国诗歌春晚-维也纳 2018 SpringPoetry Festival in Wenen 专栏 1



De Heer ZhiHong Zhang ,de Cultuur ambtarnaar van Ambassade van China in Oosterrijk. 奥地利大使馆文化参赞张志宏出席晚会，并致辞！

### 从黄河到长城到多瑙河——写在2018第四届中国诗歌春晚开幕之际 屈金星

诗歌春晚，何其幸哉！2018年2月4日下午，第四届中国诗歌春晚拉开大幕。届

时，东西两半球，三个会场分别在北京梅兰芳大剧院，开封东京艺术中心，奥地利首都-维也纳“欧洲时报”文化活动中，同时上演一场诗意的盛宴。长城脚下、黄河之滨、多瑙河畔三个人类文明的星座北京、开封、维也纳诗意联动，何等唯美！何等浪漫！何等传奇！

三大古都同时奏响诗意的盛典，别具象征意义。开封是具有4000年历史的八朝古都。作为中国古典诗歌的昆仑之一，文学家、诗人蔡邕、蔡文姬于此孕育诞生；司马相如、江淹于此采风作赋；李白、杜甫、高适于此流连吟诗；欧阳修、苏东坡、柳永、李清照 . . . . . 于此云集填词。座落在北宋翰林院旧址上的河南大学和北京大学一起成为中国新诗的重要研究重镇。这个诞生《清明上河图》的城市，毛笔比筷子还多，墨香比小磨油还浓。尤其难能可贵的是，这个十一世纪世界第一大都市，这个被黄河的河沙掩埋了



六次仍生生不息的城市，以壮丽的千年铁塔挑起大写的人类不灭的尊严！

北京是具有3000年建城史的文化古都，是古典诗歌的涅槃地，是新诗的诞生地。作为中国古典诗歌的最后一抹绚烂，纳兰性德、龚自珍、梁启超等都在这里留下诗意的回响。作为中国新诗的产床，胡适、郭沫若、徐志摩、艾青、北岛、杨炼、海子 . . . . . 等都在北京留下大量名篇佳作。莎士比亚、庞德、里尔克 . . . . . 的诗作大多在此蝶变为汉语，在东方神秘的天宇和甲骨文比翼。今天，大批诗人云集北京，蛟龙腾起，霞蔚云蒸。一方面，他们传承着中国数千年的诗歌传统；另一方面，他们创新着西方现代派的魔变。尤为可贵的是，他们以屈原问天、张衡观星、荷马叙事、但丁颂神 . . . . . 宇宙般浩渺的情怀，吐薄给人类未来的诗坛以虹霓。由是，未来的北京有可能和唐代长安、宋代开封一样成为世界文明的中心。

维也纳是具有1800历史的奥地利首都、欧洲文化中心、也是联合国四个官方驻地之一、全球最宜居的城市之一、更是世界音乐之都。莫扎特、贝多芬、舒伯特在此谱写了古典乐派的传奇。马勒和莱哈尔、勋伯格则扛起了“维也纳第二乐派”的大旗。在花雨缤纷的音符里，佛洛伊德在这里进行精神分析。一年一度的维也纳新年音乐会更是把金色大厅镀成绯红的晨曦。诗歌音乐本一家。一切的艺术的本质都是诗。音乐之都也是诗都。诗也都是画都。席勒等的绘画曾将维也纳推上文化的巅峰。作为丝绸之路欧洲三大走廊节点上的枢纽城市，她曾经接受过盛唐李白诗歌光芒的辐射，她也曾经激荡给清末的中国以欧风美雨。今天，她拥抱了包括池莲子在的一批甲骨文诗人、德语诗人、英语诗人。诗歌的吟诵唤醒人类永恒的心灵。“万紫千红安排着，只待新雷第一声”。2月4日是中国农历的立春。2018第四届中国诗歌春晚在长城脚下的北京、黄河之滨的开封、多瑙河畔的维也纳同时开幕，无疑伴奏者是金色的黄河，是蓝色的多瑙河，是紫色的八达岭。

让昆仑山、阿尔卑斯山、太平洋、大西洋和海王星一起倾听吧——多瑙河蓝色的旋律、黄河古铜的交响、长城紫色的雄风！  
屈原后裔、中国诗歌春晚总策划、总导演 屈金星



(上照) 从左至右依次为：欧洲时报社长王敢，奥中友协华人委员会主席蒋可良、来自荷兰的池莲子女士、奥中友协华人委员会名誉主席张维庆、奥中友协华人委员会名誉主席林云龙、联合国工业发展组织南南及三方合作高级协调员龚维希博士，他们赞助了本次诗歌春晚的活动。



维也纳 春晚《华诗选集》(草) 2018 .1.



由于篇幅关系，本报没有刊出所有参会及投稿诗人的诗作。感谢梦娜，帮助编辑！

详细入集内容请在 [Caihong.nl](http://Caihong.nl) 网络查看



维也纳春晚主持人 Presentators



(左-李迅, 右-温妮)  
《青春, 我们曾经走过》

文/李迅 LiXu (斯洛伐克) Slowakije

青春, 我们曾经走过,  
留下了蓬勃的气息,  
轻唱着初恋的情歌。  
青春, 我们不曾失落,  
种下了友谊的种子,  
45  
结的是相知的硕果。  
别说什么遗憾,  
岁月的脚步注定蹉跎。  
要说那是眷恋,  
命运之神已经眷顾你我。  
青春的万岁不是说说,  
它在每一个人的心窝。  
青春是不老的思想源泉,  
它不会因为年老而干涸。  
青春是坚强的意志,  
青春是昂扬的气魄。  
青春是敢追梦的勇气,  
青春是为了理想而拼搏。  
青春, 我们曾经走过,  
青春, 我们不曾失落。  
当霜华渐渐染花了发际,  
当岁月延缓了奔跑的步伐,  
青春的意志总是相伴你我。  
我爱人间的美好,  
满眼是充满希望山坡。  
欢乐战胜了忧愁,  
前行的勇气使我对未来执着。  
不要感叹人生苦短,  
年轻的心灵使生命红火。  
青春永驻, 风华常存。

李迅(心外江湖)现居斯洛伐克。中国侨联文促会理事, 中华诗词协会会员, 凤凰诗社欧洲总社社长。海外地接联盟常务理事, 中东欧华人旅游协会秘书长。爱好诗歌创作, 近年来诗作常见于国内外诗刊及微诗网络, 擅长格律诗。

汪永笔名为温妮 (WenNi) 她1986年, 毕业于西南师范大学中文系。曾在四川纺织学院教学, 世界海外女作家协会成员 世界华作

家交流协会会员, 现任捷克华人作家协会会长。

大茶树的风姿 作者: 汪温妮 (捷克)  
Tsjechie

一春又一春  
不见大茶树长高  
请理解它成长得如此缓慢

它是一颗独特的种子  
诞生在风起云涌之中  
从出生起就历经风暴  
常常在地动山摇里飘摇  
生命不易 生活艰辛  
它与地动共振跳跃  
再痛再难也得把根扎

它长在高山峻岭里  
却不木秀于林 悄悄地伸出枝丫  
用心 品尝那日月精华  
它远离城市的声色  
但却有自己的理想

星移斗转 时代变迁  
烽火连三月 国破山河在  
大茶树痛苦地见证了历史  
它叹 多灾多难的大地  
怜惜 苦难深重的同胞  
它伸展开思想的翅膀  
团结四方的兄弟姐妹  
一起分泌自己的精血  
把一滴滴泪水滴入大地  
共生共植脚下的土壤

虽然时代需革新 紧迫  
但它却不选择快速成长  
更不选择一个季节的开花  
它要走很远很远的道路  
需要储备饱满的力量

它在宋代发芽  
穿过了那幽暗的岁月  
在明清时呐喊奋争  
度过了血雨腥风和彷徨  
一有机会 它就努力地生长  
今朝的它已经坚韧又挺拔  
任凭雷暴风雨肆虐  
都无法折断它的腰膀

今天 大茶树风姿卓越  
它的目光清澈又高远  
穿着绿衣 含着微笑  
在高山上与云雾共舞  
观日月天地 恬淡安详  
吐出一阵又一阵芳香  
今天 它长得丰富茁壮  
没有什么可以阻挡它的理想

伊始开篇 (七律) 文/无解 WUnJie  
奥地利 Oostenrijk

难成半事不须怜, 噩噩浑浑又一年。  
功过休提归旧历, 诗歌照唱续新篇。  
无心变质疏亲友, 有意升华读圣贤。  
莫道光阴均浪掷, 暇时还品鹧  
鸪天。



无解, 原名吴杰, 现居奥地利。祖籍浙江丽水青田县。14岁时举家移民奥地利, 从小酷爱文学。浙江丽水市诗词学会会员, 凤凰诗社欧洲总社副社长, 中诗网海外微编辑。现代诗和格律诗词见合集《流云又送南飞雁》、《和你一起慢慢变老》、《海这边的足迹》、《相携日月同辉处》、《大巴山诗刊》、《大别山诗刊》等。其他格律诗词及楹联作品多见于网络平台。

《跨年》(2018)  
文/许梅 XuMei (德国) Duitsland

从家乡跨入他乡  
从他乡跨回故乡的小桥上  
23年的每一步丈量  
距离从未改变  
心却在曲线图上震荡

或许, 该暖一壶陈酒  
践行每一种滋味  
在舌尖上的唏嘘过往  
或许, 该唱一首老歌  
告别每一个季节  
在月光下的欣喜和忧伤

或许, 还应跑去海边呐喊  
让咆哮的海浪  
卷走无法抵达的乡愁  
或许, 还应静坐窗前凝望  
让深邃的夜空  
带去一缕泡透了的茶香

或许, 或许就漫步在  
曲终人散的小巷里  
细数昔日的脚印  
深深浅浅、一行一行  
让宁静再次拥暖寒颤的脊梁

或许, 或许就站在原地不动  
任夜风吹散所有的收藏  
一件一件, 掏空沉积的重量  
这时的我, 会在云之巅流着泪  
用一首小诗, 静待一场, 烟花绽放

左起: 厉雄, 丹丹, 许梅) 本届诗会主要朗诵者) Spanje, Zwitserland, Duitsland



## Wereldwijd dichter LouFu herdacht 中国诗坛悼念华语诗歌泰斗洛夫先生

### 方明（台湾）

2018年3月10日洛老因氣喘加重入院治療，時尚清醒，與師母與我仍可對話。3月12日因病情惡化轉入加護病房，之後多沉睡，其間，醫生趁洛老醒時，指向師母及我，問是誰，洛老微弱回答：**&lt; 老妻 &gt; &lt; 老友 &gt;**。3月17日晚上，洛老一手握住師母，另一手握住我，長達15分鐘，之後入睡。當天香詩人楊慧思亦得洛老同意見面，我亦播放譚五昌教授的**&lt;辦好洛夫國際詩歌獎&gt;**之承諾，洛老點頭言謝。方明



中国大雪  
——贈洛夫先生  
作者：马启代

大雪啦  
我扑闪两翅膀寒意  
蓦然醒来  
睡前  
乘一点星辉前去  
背了整座台湾岛的意象  
好沉啊  
几个趑趄  
差一点让他们溜下  
又跑回您的诗里

电话响了  
运来的山山水水  
都凑过来偷听  
无奈  
只有几声浪的喷嚏  
“稍息  
立正  
跑步走”  
它们不得不  
走进了我的书房

雪落着  
雪落着  
您的魔歌放了又放  
山东的好酒香了又香  
千山鸟飞绝  
万径人踪灭  
只听您一声吆喝  
寒雪扑愣愣  
站立两旁  
只可惜我一把没握住您的大手  
一个旋转

您倒飞而去

洛夫啊  
洛夫啊  
我的心呛了一大口雪  
咳嗽得满纸意象活蹦乱跳  
哪顾得寒流再次扑来  
我提一双青春的眼睛  
把风雪迷茫的路途  
一一寻遍

那曾步行到过湖南的大雪  
如今是否又到了江南  
要不  
让我飞一次长沙  
驮整整十个冬天的积雪  
痛痛快快来一次火浴

悼洛夫先生  
作者：中国诗歌春晚组委会刘知白

您的头颅  
霜雪静谧诗意满天  
您的眸子  
四季如春深邃似海  
您的背影  
骨筋有力挺直如山

2017年  
深冬的一个晚上  
我的瞳孔  
您是一座高山  
那年的中国诗歌春晚  
一双鞋蝶变成乡愁的鼓点  
那汪海似乎也不再遥远

我知道曾经  
您的梦在青春的血脉中  
呼啸奔涌  
现代的诗意结茧  
化成“诗魔”的硬膜  
华语界您是傲立的冷面

繁花落尽  
曲径回环  
霜花凝眸深处  
绑定唐诗和宋词的风骨  
回归的哨子  
吹落艳羨狼藉一片

追寻诗骚  
氤氲风流  
点点滴滴聚成无怨无悔的长短  
骨子里难离难舍倾诉的是  
甲骨文和青铜镌刻的永远

是人是魔  
那只是耳旁不绝的无聊  
淡定的转身  
成为永久的新生

我知道  
您是长生的  
汉字写就的长风

著名诗人罗广才  
《天津诗人》诗刊编辑部全体同仁哀悼

将生命的每一天当作最后一天来完成  
诗人洛夫走了

洛夫先生说：“诗中经常流着两种液体，一是眼泪，一是酒”。  
如今，洛夫带着酒走了，独留下人间的泪。  
洛夫先生一路走好。

中国诗歌春晚总策划，总导演屈金星

说：“惊悉著名诗人，书法家洛夫逝世，不胜悲悼。洛夫是中国诗歌春晚顾问，曾经三次为中国诗歌春晚题词。去年秋，他还抱病出席了2018第四届中国诗歌春晚启动仪式，并欣然为中国诗歌春晚题词“**新丝路，新诗路，文化自信铸脊梁**”。他还三次为本人题词，专门用毛笔写了一首诗夹在诗集里赠给我，赞许我写的《天津三章》。

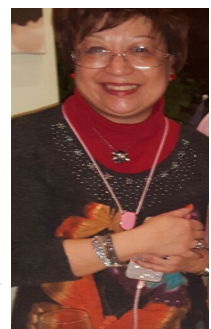
屈金星个人认为，洛夫的逝世是华语诗坛，乃至当代世界诗坛的一大损失。他是在国际上享有盛誉的华语诗人，曾获诺贝尔文学提名奖。他的贡献有三：一是在国际上，他的作品以近乎“魔”的创造力为华语赢得尊严。世界读者通过他的作品理解中国文化，中国精神。

二是他的作品较好地融合，是诗学己的创造，终成大家。集大成者。他早期致力于西方现代派的借鉴，晚年致力于中国了古典诗学的“回眸”，加上自古今中外

三是他的作品深刻地体现文化自信和文化风骨，五四以来，中国诗歌盲目西化，甚至唯欧美马首是瞻，严重文化自卑。（此文选自“人人文学网”）

《远归》文/穆紫荆（德国）Zhijing (Duitsland)

就像母亲不忘自己的孩子  
你从不曾忘记我  
四季温暖的土地上  
紫色的蓓蕾微甜  
阳光下你独坐海边  
等候我的远归  
过往的船只无数  
而你却把我定在心里  
我为你给番茄炒蛋剥了头蒜



2018 第四届中国 Spring Poetry Festival in Wenen  
诗歌春晚-欧洲维也纳会场 专栏 3

而你却为我放了勺糖  
当蒜香亲吻了味蕾  
唇齿间穿过北方的风  
空气里混合了同根的湿润  
让沧桑的泪水  
变成花瓣上的一滴露珠  
你静静地拥我入怀  
回首，已过百年

**穆紫荆**，德籍(Duitsand)，中国江苏省盐城师范学院特聘教授。著有散文集《又回伊甸》，小说集《归梦湖边》和诗集《越过如火的河流》。其作品多次在海内外获奖。

这一年 文/余烁 (匈牙利)

**Yu-Chuo Hongarij**

痛饮北风，干了这一年  
醉倒在歧途的游子  
冰凌像泪一样潸然  
一遍遍喊着梦中的乳名  
抱一堆雪取暖  
那个躲在门后的土灶呢  
啐剥着柴草一次次把往年炒香  
那个攀着灶沿拼命生长的脑袋  
早已落满风霜  
而那个捧出热气捧出香气的女人呢  
55

一半已酹在门外的泥地  
一半就将灌入天边的愁肠  
这一年，不朽的残冬葬于山颠  
这一年，参差的春色早已投胎  
有人含着泪花走远  
有人踏着曲儿归来

余烁，原名余根亮，现居匈牙利。系中华诗词学会会员、欧洲诗歌会会员、凤凰诗社欧洲总社社员、欧洲一道诗艺社【总社】社长、【华人文艺联盟】顾问。当过老师，做过编辑；开过饭店，卖过鞋帽。1995年移居匈牙利，现侨居在美丽的布达佩斯，老文青一枚。

**凤凰台上忆吹箫 记游**

文/欧非子 (捷克)

金桂飘香，暖风拂煦，江南村陌横斜。  
山缥缈，飞云绕树，雁队追霞。  
向晚炊烟处处，农家乐、户户栽花。  
绍兴酒、刚熟味醇，窗外篱笆。

琴趣盎然曲技，天籁降，盈盈舞步乡丫。  
笑朗朗、神仙眷侣，皎月披纱。

情说古今谁信，人生梦、求乐无邪。  
老街睡，悄悄一路星华。

**欧非子**，男，原名翁锡鸿，毕业于南京大学。中国国家一级武术裁判。2016年主编作家协会轮值会长。现为捷克华文作家协会秘书长，捷克少林武术协会会长，美国彼岸诗社古诗词主编。

56 《当代名家诗词三百首》文集，美国国会图书馆收藏（收藏号：2016910638）。2012年担任捷克华文

**故乡情思—牛肉面** 文/玉扣子 (斯洛伐克)

(Yue KouZi ((Slowakije)

一根面，揪扯、抻拉  
一端是兰州，一端是科希策  
拉开了悠长悠长的岁月

一锅汤，起落、沉浮  
将生活的五味熬煮  
翻滚出浓烈浓烈的乡愁

红色的辣椒是激情，  
绿色的香蒜是希望  
白色的萝卜该是平和的心态  
还有骨肉相连血浓于水的亲情

搅拌，  
挑起，  
和着泪  
咽下

故乡，是挂在天边的一弯月，  
都说月是故乡明  
故乡，是流在眼前的一条河，  
因为故乡的水最甜  
故乡，是村屋飘香的炊烟袅袅，  
是房前屋后的鸡鸭欢唱  
故乡是我身后的一条小路，

一端是我远去脚步，  
一端是母亲殷殷的目光  
故乡，是一副朦胧的山水，  
故乡，是一声悦耳的童谣

你说要和我聊聊故乡，  
我推开窗向远处眺望  
阳光、碧水、野花、狗儿  
慢卷的白云朵朵  
和那蓝格莹莹的天，  
轰一下子全都涌了进来，  
河上吱吱作响的水磨  
村头甩着尾巴的老牛  
李家大爷油亮的拐杖敲着门柱子，  
张家大婶沙哑着嗓音唤着“二蛋子！”  
……请别再和我说起故乡，

故乡，是那个让人泪奔的话题

我怕我的泪成海  
淹没了故乡的影子

**玉扣子**，本名刘东，现居斯洛伐克。1966年生。捷克中华文化艺术

联合会会员，欧中汉学会会员，斯洛伐克华人华侨妇女联合会副会长。临床医学本科学历。爱好写作及朗诵，主要作品有札记类文集《我住在鼠鼠的故乡》（敦煌文艺出版社出版）；主要诵读作品有《翻阅阳光》、《裴多菲爱情诗选》（李震译）等；在【华人文艺联盟】、【中诗网】等网络平台担任朗诵嘉宾。

**保护地球，刻不容缓 昔月Xiyue**

(德国) Duitsland

那树、那草、那土、那山  
是地球靓丽的皮毛  
那河、那江、那湖、那海  
是地球流动的血脉  
那金、那玉、那煤、那石  
是地球体内的筋骨  
那禽、那兽、那虫、那鱼  
是地球宝贵的生物链

谁像我们人类，如此猖狂  
谁比我们人类，更加贪婪  
挖啊、填哪、埋吆、炸呀  
把地球母亲糟蹋得浑身伤残

当天空，再也看不到飞鸟  
当冰雪，再也化不成甘泉  
当地球的五脏六腑，均被掏空  
当陆地只剩下，那一片片沙滩  
她，就会含泪速冻  
甚至发生可怕的南北倒转

这是一个，迟早来临的日子  
这是人类，生死存亡的拐点  
皮之不存，毛将焉附  
覆巢之下，岂有完卵

只要我们少吃一口肉  
只要我们少买一件衫  
只要我们少开燃油车  
只要我们少用塑料袋  
那就可以减少碳足迹  
也就等于给子孙留下了财产  
快从我们做起吧  
保护地球，  
刻不容缓！





《蛰伏》文/王晓露（西班牙） Spanje  
2017.12.1

被一声春雷惊醒。  
卑微走过三季，无人认识。  
在高高耸立的草丛，  
在无边际的菜地，  
甚至于在那极具危险性的围墙脚，  
留下过奋斗痕迹。

轻狂的梦，  
在雨雪交加中破灭。  
一个在节点上、  
有名字的日子，  
是所有蝼蚁、爬虫的宿命。  
宿命灭得了命，灭不了希冀。  
冰冷地表之下，  
有温暖土壤。  
以及，蠢蠢欲动的重生的意志。



王晓露，西班牙伊比利亚诗社社长、凤凰诗社欧洲总社副社长、之江诗社副社长、《中国爱情诗》西班牙组稿站长。作品发表于中国诗歌学会、《诗选刊》等网络平台 and 纸刊，著有个人诗歌专集《远方的你》。多次获全国诗歌征文大奖。

### 雨的深度

文/厉雄（西班牙） LiXiong Spanje

一直以来，一个人的鸟语  
适合一座森林，独自朝风暮雨  
流水一样

排山的雨，摇醒那个昏昏欲睡的午后  
没有预约，没有刻  
在清浅的季节  
包裹着累累果实，缱绻的柔情  
收拢十万里东风  
前世和今生的恩怨  
在东篱的渡口，邂逅尘世  
一切有颜色的事物，像雪花一样  
拥挤在蓝天  
所有的迷迭香，凝聚在西楼

树叶，花瓣，草尖上  
晶莹的露珠，滴落瘦弱的土地里  
击退正襟危坐的一身烟火  
聚集了一个慌乱的魂灵  
雨落三分，缘深三尺  
雨水漫过红尘，层次分明，语句清晰

厉雄，浙江青田人。现居马德里。丽水市诗词与楹联学会会员。中国诗歌海外微编辑，伊比利亚诗社常务副社长，作品散见于《中国诗歌》《凤凰诗刊》《世界诗歌文学》《中国诗百科》《新世纪诗报》等

刊物以及一些网络平台上。每月都有诗歌入围凤凰德轩大赛，并获六月份、八月份三等奖。等其他奖项。

### 爱国梦

文/厉誉荣（五律）（Nederland）荷兰  
虽居异国地，  
梦想祖国强。  
祖国日兴旺，  
自慰心中安。  
民富日改善，  
步入世界强。  
核武卫祖国，  
确保民生安。  
外邦不敢侵，  
民富国威强。  
歌唱祖国兴，  
赞扬党策好。  
主席政英明，  
四化全国兴。  
领军全世界，  
一带一路成。



厉誉荣，现居荷兰，知名中医生，综合治疗领先人。旅居荷兰30多年，业余爱好写诗。

歌颂十九大  
文/詹强（西班牙）  
Zhang Qiang  
Spanje)

民心凝聚辉煌铸，  
满目金秋。  
独占风流。美妙蓝图  
无二俦。  
英雄辈出征程赴，为  
了丰收。  
竭智筹谋。不忘初心  
振九州。

詹强 男，西班牙籍华人，1947年七夕出生于浙江省青田县鹤城镇。系中华诗词学会会员，世界汉诗协会会员，浙江省诗词与楹联学会会员，浙江省丽水市诗词与楹联协会常务理事，世界华文文学家协会（香港）理事，西班牙中国传统诗词空中课堂发起人兼主讲老师。

《岁月是一把刀》文/山林（西班牙）  
ShanLin (Spanje)

杀 肥胖蠢猪  
割 软弱小草  
刻 精彩人生  
刘新炳，笔名：山林，男，汉族，92年旅居西班牙。1962年生于福建/长乐，八十年代工作，电大汉语言毕业，曾在电大报、福建日报等发表过诗歌。兼过当地华文媒体《欧华报》特约记者和《华新报》特约评论员，现自营超市。搁笔二十多年，今又续前缘。诗观：对平凡中点滴的感悟，对失去的怀念，对得到的珍惜，对美好的追求。

把狗年牵进维也纳黎明（2018）

文/朱校廷（德国） Duitsind  
搭上德奥夜车，走进维也纳黎明  
用新春诗行，装点多瑙河蓝色池城  
窗外星月在谋划酝酿  
春韵的现代格律及古典美声  
成群的狗儿溜入梦中

诗朦胧，意朦胧  
又是一年春节到，  
三百六十五天的修行  
风花雪月，点亮诗的眼睛  
乡愁的基因，在时光隧道里繁衍穿行

朋友，来吧！  
拉开华夏诗歌春晚大幕  
把美丽的华尔兹，汇入一带一路之中  
故乡的情结，过大年的激动

阴晴圆缺，书写春夏秋冬  
把大红福字高挂苍穹  
把发烫的诗情倾入多瑙河之中

心上缭绕着故乡的年味  
年关就是无法安放的魂灵  
搏击长空  
自由的代价是孤雁  
独来独往的飞鹰  
时如断线的风筝  
任性的纵情，酸甜苦辣的味道  
也是天地赐予的恩情

音乐响起，传来欧洲场诗歌春晚的琴声  
阴阳掩挫，那是游子们挥洒的万丈豪情  
春潮涌动，强劲东风写欧风  
狗年的多瑙河畔，徜徉新时代华夏诗风

《年关将近》（2018）  
文/赵九皋 ZhaoJiuGao Italia

用十二匹快马  
传三百六十五道金牌  
刻不容缓  
急急如律令  
年轮随着野心不断膨胀  
山不转，水转  
送你上路的  
正是你的同志  
与个人的恩怨无关  
记住，风波亭中  
带上热血的头颅一颗  
闭上眼睛  
冒着细雨，沿着  
30  
时间的瑶池一路奔跑  
睁开眼睛  
已经，如同隔世

（米兰 2018.1.5）

春季饮食保健 多吃六养肝美食

很多人到了春天，就会莫名的感到嘴苦、肩膀酸痛、偏头痛，而肝火过旺，亦会影响于脾，相应的脾胃虚弱的病症也会发生。

中医讲春天是肝气最足、肝火最旺的时候，也是陈旧疾病最容易复发的时期。因为春天的开始给我们的身体注入了阳气，人的机体有一个本能，就是一旦有了动力，它就会冲击我们的病灶，并将病邪赶出体外，而这种力量就从借助帮助我们解毒排毒的肝脏来表现的。

由于肝脏的火气通常借助胆经发出，所以，很多人到了春天，就会莫名的感到嘴苦、肩膀酸痛、偏头痛，而肝火过旺，亦会影响于脾，相应的脾胃虚弱的病症也会发生，比如腹泻、小腿抽筋，经常困倦等。

春天吃什么好呢？

初春阳气初发，辛甘之品可助春阳。因为，酸性食物入肝，甜性食物入脾。多食酸可引起胃酸分泌障碍，影响消化吸收，应少食酸涩、减少脾胃功能的负担。说到这，很多人很困惑，仍然不知道需要吃什么，下面就具体说一下。

一、最适合的补品：大枣蜂蜜最养肝  
春天是肝气最足、肝火最旺的时候，所以在饮食上我们要多选择护肝健脾的食物，应添加大枣、蜂蜜、山药、莲子、芡实，可以每天做一点粥来食用，不仅可以帮助护肝健脾，还可以帮助滋补，增加气血、预防春困。

二、最适合的口味：省酸增甘  
初春阳气初发，辛甘之品可助春阳。所以在春季应该增甘减酸。因为，酸性食物入肝，甜性食物入脾。多食酸可引起胃酸分泌障碍，影响消化吸收，应少食酸涩、减少脾胃功能的负担。

为了预防肝旺伤脾，适合选择辛甘的食物：葱、生姜、枣、花生、小麦粉、荞麦、玉米等谷物果。阴虚内热之人，可选择鸭肉、海带、绿豆、甘蔗汁、荸荠、百合等，以消火。

Veel mensen in het voorjaar, zal voelen: onverklaarbare bittere mond, pijn in de schouder, migraine, overmatige woede, zal ook van invloed zijn op de milt en maag en bijbehorende stoornissen optreden.

Chinezen zeggen de lente is het seizoen gerelateerd aan de Lever. Hierop moet je letten.

In de Lente begint de Yang te stijgen zoals ook in de natuur deze stijging in gang wordt gezet. Let op de invloeden van de Lente op je gemoedsrust, je voeding: niet te zuur eten want dit beschadigd de Milt en Maag verteringsfunctie. Wat is goed voor de lente?

In de Lente tijd minder zure voeding gebruiken dit is beter voor de Milt en de Maag. In deze tijd zijn belangrijke

voedingsmiddelen:

1: Dadels, honing, yams, Lotuszaden, CiShi (elke dag pap van koken en dit 3x daags tussendoor eten)

2: Voor Maag en Milt spijsverteringsfunctie zijn verwarmende, zoete voedingsmiddelen goed zoals: prei, gember, dadels, pinda's, meel van tarwe, boekweit, maïs en andere granen, fruit. Mensen met een Yin-deficiëntie (hebben vaak koud van buiten en van binnen lege Hitte, bijv. constipatie enz.) verterings problemen, hoge bloeddruk, distensie) kunnen kiezen voor eenden vlees, zeewier, mungbonen, suikerriet sap, wolfberry, lelie, enz. Om te ontgiften van de Lente vuur.

春三月，从立春对立夏前，包括立春、雨水、惊蛰、春分、清明、谷雨六个节气。春为四时之首，万象更新之始，《素问·四气调神大论》指出“春三月，此谓发陈。天地俱生，万物以荣”，春归大地，阳气升发，冰雪消融，蛰虫苏醒。自然界生机勃勃，一派欣欣向荣的景象。所以，春季养生在精神、饮食、起居诸方面，都必须顺应春天阳气升发，万物始生的特点，注意保护阳气，着眼于一个“生”字。

**Vlierbessensiroop is zeer efficiënt tegen griep**  
Klinische studies hebben aangetoond dat een extract van de zwarte vlierbessen, zoals Sambucol, een verhoging veroorzaakt van de productie van cytokinen, dat zijn ontstekingswerende stoffen die het lichaam zelf aanmaakt. Een cytokine is een proteïne die een belangrijke rol speelt bij de weerstand van iedere mens. De buitengewone kwaliteiten van de zwarte vlierbes, de Sambucus Nigra L., zijn al eeuwenlang bekend. Jarenlang is gezocht naar een procedé om de stoffen van de zwarte vlierbes te extraheren en te concentreren. Het resultaat is Sambucol, met het gepatenteerde extract Antivirin. Een dagelijkse inname van Sambucol is noodzakelijk teneinde het afweersysteem van het lichaam optimaal te houden. Sambucol is anders in vergelijking met andere voedingssupplementen of producten op basis van vlierbessen. Sambucol is door zijn gepatenteerde formule zo kwalitatief hoogstaand ontwikkeld dat alle antioxidanten voor het volle 100 procent in het product bewaard blijven.



欧洲新闻联合网 上海站讯 2018年3月23日，国际标准化组织中医药技术委员会（ISO/TC249）医教育和服务标准研讨会在中中国上海召开，中国、美国、澳大利亚、匈牙利、意大利、日本、德国、荷兰、挪威、韩国、斯洛伐克、西班牙、泰国等13个国家及世界中联（WFCMS）、世界针联（WFAS）两个协会组织一起参加了本此会议。会议上ISO/TC 249副主席沈远东教授介绍了此次会议召开的背景，桑珍秘书长围绕制定中医药教育领域国际标准的可行性进行了主题报告。随后邀请各国代表对本国的中医教育和服务标准作了介绍，其中中国、美国、匈牙利、泰国、日本、韩国、澳大利亚7个国家已经将中医教育列入国家教育系统。

此次研讨会，大家觉得欧洲是需求最大的地区。对于欧洲如何明确中医药立法和让欧洲教育部的认可是个难题。目前针灸和中医受欢迎的是在欧洲，但是欧洲除了匈牙利通过教育部认可成立正式的中医药大学外，其他国家都没有。我们大家都统一在欧洲发表申明，让大家意识到制定一个中医药教育标准的必要性。



**荷兰ISO/TC 249刘成主席发言：**（上照，右一 刘成）  
荷兰 最中医药标准委刘主席发言时提出了两个提议：一个是对中医教育的中医老师制定一个标准，第二个是对中医基础教育先行制定一个标准，两个标准做出来是为患者的安全，同时也保护中国中医药、针灸等。刘主席的两个提议得到了大家的同意。关于怎么制定这两个标准，还要继续讨论。最后西班牙提出我们这次讨论之后不能停止不前，大家一致同意再开展一次讨论会议  
**European News Union  
Shanghai 23 maart 2018, de International Organization for Standardization of Traditional Chinese Medicine Technology Committee, Versterken...**

WIE SCHRIJFT VOOR ONS EEN LEUK ARTIKEL? U?  
CAI HONG DAAGT U UIT !!!  
本报为纯文化，文学等交流刊物，发向世界供稿！  
欢迎，对中西文化交流感兴趣的同仁给我们供稿，我们将争取两种语言刊用，谢谢，彩虹《南荷华雨》编辑部 荷兰  
（来稿 chilianzi@hotmail.com）

编者言：这是一群，稚纯，充满灵性与智慧的诗人-中学生们；最大年龄17，最小年龄13；读者几乎不敢相信，这样有分量的诗作竟出之于这一群孩子们之手！可以说，这是本届-维也纳诗会的一大亮点！  
欧华诗坛后继有人！

(一)

启封春天 (蔡济如)

旋转，一圈又一圈  
沙漏倒计着  
新年的到来

屋子小得，装得下  
整个世界  
今晚的星星  
和以往没什么不同  
但请不要着急  
还有一朵花开的时间

二月的风托起我  
绕过孤独的信箱  
在荒芜之地，启封春天

蔡济如，女，零零诗社公众号编辑。2003年3月出生于河南，2017年出国留学，现就读于瑞士莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。上海黄浦区学生爱乐乐团的成员，曾多次参加演出并获得市级比赛一等奖和银奖。



(二) 梅艺涵参会作品 (15岁)

维度

四维生活中  
离别的瞬间，凝结  
我已习惯命运  
平静的忧伤与雀跃

三维牢笼中  
刑满释放的自由  
别怪他依依不舍  
又无所留恋

二维画面里  
我穿行在  
零乱的黑白中  
想把它突然抓住  
逃遁的事物  
存在于，隐秘的国度

思念与回忆  
难得得像冬日里的一维乡愁

个人简介:

梅艺涵，男，零零诗社公众号编辑。2002年12月出生于上海，2017年出国留学，现就读于瑞士莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。热衷公益活动，擅长书法。曾在上海电视台小荧星艺术团影视团学习表演专业，参加过影视剧拍摄及多项活动的录制，舞台经验丰富。曾获上海市全能脑力王青少年电视公开赛二等奖。

(三) 黄楚雯参会作品 (15岁)

月亮经过的夜

这一夜并不特殊  
我坐进黑暗  
掩上两个时空的裂缝  
熨平伤痕

在另一个世界  
我冷眼旁观自己的挣扎  
自斟自饮  
与醒酒器碰杯  
告诉自己  
要爱这灰暗苦闷的日子

浑浊的酒  
烫过曲折的咽喉  
我被呛住  
回忆映在微咸的水域

我在想你  
此时，只有月亮经过

个人简介:

黄楚雯，女，零零诗社秘书长。2002年6月出生于山东，2017年出国留学，现就读于瑞士莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。多次在作文比赛中获奖。曾于小学、初中多次担任校内文艺活动与演出的主持人，有表演、主持与朗诵经验。曾为学校新春汇演编写剧本，并在原学校担任杂志社副社长及中、英、西三语诗歌板块负责人。

(四) 张芝慧参会作品 (15岁)

1、除夕

爆竹的欢声笑语，点亮  
除夕的街头  
孩子踩过水洼  
溅起一片童言无忌

吹开热汤的迷雾  
母亲的微笑、父亲的银发  
浮现  
眼角，水晶坠落

漆黑的夜  
寒风吹不干思念的忧伤  
寂寞从深渊中  
探出脑袋

年兽囚禁在过去  
梦里  
一条巨龙呼啸  
带来最后一丝温暖

个人简介:

张芝慧，女，零零诗社公众号编辑。2002年6月出生于上海，2017年出国留学，现就读于瑞士莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。曾获全国少儿合唱大赛团队银奖；上海普陀区学生钢琴演奏比赛三等奖。

(五) 社长谷雨鸿参会作品 (16岁)

2、雪酿的新年

风打破瓦罐  
雪沿着熟悉的小路  
飘回故乡  
星星连起一个个脸庞

熟悉的身影  
从相片上跃起  
为窗户帖上纸花  
12  
为橱柜里空的酒杯  
斟满红色的醉

醉意在黑暗中散开  
雪酿的新年  
我仍一个人——  
给自己加满燃料  
继续在无际的银河中  
只身航行



个人简介:

谷雨鸿，男，零零诗社社长。2001年9月出生于上海，2017年出国留学，现就读于瑞士莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。曾获得上海市艺术单项比赛二、三等奖，荣获校朗诵比赛冠军及舞蹈大赛亚、季军。多次在校内外参加歌唱、钢琴、弦乐演奏及指挥。



2018 第四届中国诗歌春晚-欧洲会场 维也纳 零零诗社 专栏  
Spring Poetry Festival in Wenen /Ling Ling Poetry Society

(六) 左骥铭, 男, 零零诗社副社长  
音乐会

指针  
踏过子夜的门框  
踩出一串长长  
颇有节奏的鼓点  
为今夜的派对  
撒下沾满星星的请帖

微风吹起身旁的帘布  
与他们一起翩翩起舞  
你的呼吸声  
引来远方的枝叶  
他们摇着沙铃  
一起加入  
这寂静的狂欢

翻转身去  
被戳破的梦, 洒落床边

个人简介:

左骥铭, 男, 零零诗社副社长。2000年2月出生  
于上海, 2015年出国留学, 现就读于瑞士蒙特  
纳学院 (Institut Montana) 12年级。有作品发表  
于《绿风》诗刊。曾参加学校大型活动, 有舞  
台表演经验。课外主持、参与公益活动, 有上  
台演讲经验。

(七) 副社长李博洋参会作品 (16岁)

开岁

黑色的潮水, 覆盖我  
连同桥下的鱼  
白银挂在天上  
星星碰撞  
洒落窗前, 叮当作响

曾经的夜晚, 焰花漫天  
闪烁着爆竹声里  
父亲的白发  
及烟花筒边母亲的笑靥

天上的钻石  
只在地上可见  
周围没有声音  
四弦琴拨动月光  
老去的喧嚣  
在新生的寂静里, 湮没

个人简介:

李博洋, 男, 零零诗社副社长。2001年3月出生  
于云南, 2017年出国留学, 现就读于瑞士莱蒙  
尼亚学院 (Lemania College) 10年级。热爱文  
学, 曾在原创平台发表《逝入红尘》《泪神  
龙吟》两篇小说以及散文和诗歌作品。尤爱古  
诗文, 曾获2013年上海市古诗文大赛三等奖,  
2015、2016年上海市古诗文大赛闵行区二等  
奖。

(八) 方晨欣参会作品 (15岁)

夜市

凛冽的风递来洁白的请柬  
久居的旅者误入他人的狂欢  
人群是汹涌的洪流  
一尾孤独的鱼  
迷失在呢喃与笑语交织的网

记忆里绯红的灯笼

零零诗社简介:

2017年12月3日, 零零诗社成  
立于瑞士苏黎世, 由瑞士华裔  
诗人兼中文文学老师洪瑜沁女  
士创办。国际知名诗人杨炼、  
中国著名诗人欧阳江河和诗歌  
评论家张德明教授受邀出任诗  
社顾问。零零诗社招收有一定  
的诗歌基础和创作能力的00  
后诗人。现有会员20人, 涵  
盖瑞士、中国、美国三地华语  
诗人, 最大的17岁, 最小的  
仅9岁。欧阳江河的女儿欧阳  
真真也加盟了“零零诗社”。通  
过这个国际化的诗歌平台, 希  
望能吸引世界各地的00后诗  
人。为世界华语诗坛注入最新  
鲜、最年轻的血液。国务院直  
属的欧洲时报刊登了“零零诗  
社”开社典礼的报道。

与彩灯交相辉映  
温暖父亲宽厚的手掌  
为母亲弯弯的眼角涂抹胭脂

思念溢出眼眶  
浸润深蓝的夜空  
漫天银花绽放

2、酒色乡愁

烟雨婆娑的江南  
青石板路  
从天到地的绵长  
沟通着过去与未  
来

(上照, 前排左洪瑜沁, 后排捷克武乐队)

异国落日的余晖  
将盛满山谷的红酒蒸干  
月色斟满空酒杯  
醇厚的乡愁滑过舌尖

点点星光是闪烁的气泡  
琥珀色的思念, 悄悄翻滚

个人简介:

方晨欣, 女, 零零诗社公众号主编。2002年9月  
出生于四川, 2017年出国留学, 现就读于瑞士  
莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。参加  
过数次作文比赛, 均获得奖项。在校内外参与  
过歌舞演出、演讲比赛, 在零零诗社开社典  
礼、圣诞晚会等重要场合担任中英双语主持  
人。

(九) 白轩玮参会作品 (13岁)

下雪的心田

细雨是天空的青丝  
连接地球那端你的白发  
泥泞飞溅, 脚印模糊  
雨中, 种子膨胀  
装满沉沉的思念

浅绿的翅膀  
扇动季节的变更  
金黄的银杏叶  
擦去南飞的轨迹

枝头悬挂泪滴  
无意坠落水底  
冰冷的指尖  
划过下雪的心田

幸好, 雪中有你的痕迹  
我才得以生存

个人简介:

白轩玮, 女, 零零诗社公众号编辑。2004年3月  
出生于上海, 2017年出国留学, 现就读于瑞士  
莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。曾获  
第十六届全球华人学生作文大赛一等奖, 全球  
华人中小学生学习报告大赛三等奖。

(十) 顾胤宸参会作品 (14岁)

海岸线外的故乡

熟悉的音符, 闪烁  
鼓点敲出回忆  
月光停滞  
时针和分针  
指向海岸线外的故乡

七小时后的正午

太阳伸开手臂  
怀抱睡熟的泰迪  
寄往另一个星球的信

文字与记忆重合  
描绘此刻的家  
在虚无的轨道上继续运转  
她的磁场消逝  
脱轨, 坠入茫茫太空

个人简介:

顾胤宸, 女, 零零诗社公众号美编。  
2003年5月出生于上海, 2017年出国留学  
现就读于瑞士莱蒙尼亚学院  
(Lemania College) 10年级。曾获全国  
校园优秀卡通漫画与艺术设计竞赛三等奖。

(十一) 詹斯为参会作品 (14岁)

爱

我爱五谷丰收的村庄  
金黄的芒刺  
柔和地刺进裸露的肩膀  
我爱裸露的肩膀  
带上时尚的衣裳  
钢筋代替麦芒, 洞穿他的胸膛

个人简介:

詹斯为, 男, 零零诗社公众号编辑。2003年3月  
出生于上海, 2017年出国留学, 现就读于瑞士  
莱蒙尼亚学院 (Lemania College) 10年级。曾获  
全国青少年少年展示大赛少年A组钢琴专业十  
级金奖。

Ling Ling Poetry Society

Opgericht in Zürich door -Chinese dicht-  
eres en docente Chinese taal Hong Yu Xin  
met als poëzie-adviseurs de vermaarde  
dichters Ouyang Jianhe en Yang Lian en  
literaircriticus Zhang Deming inspireerde  
het 20 jonge Chinese dichters (9-17 jaar in  
leeftijd) om zelf gedichten te schrijven. Dit  
post-2000 dichtersgezelschap scoort nu al  
internationaal hoge ogen. De wens is dat het  
een platform zal zijn voor een hele genera-  
tie jonge, tot wereld wijd zou groeien .

洪瑜沁 瑞士华裔女诗人-零零诗社创办人

牧羊的星星

远离故土的羊群, 淹没在  
异域辽阔的草色里  
有时连风也找不到它们低微的呼吸和心跳

落寞的羊、迷途的羊  
跌倒在危险的风口  
直到牧羊的星星, 唤回它们的  
姓氏、血脉和安宁

空旷的身体, 装不下  
越来越浓的月色  
一块叫母语或方言的石头, 轻轻压住  
刀锋上摇摇欲坠的乡愁

在一颗星和另一颗星之间  
安睡着大片羊群  
星星俯身, 擦亮它们胸口的石头——  
这温润之火, 足以焚烧黝黑的孤寂  
一只只羊, 沿着  
梦吃的小径, 回到久违的故乡

**Nieuwjaarsontmoeting Gemeente Oss.**

Op uitnodiging zijn, namens Stichting Cai Hong, Chi Verhoeven en Maria Verstraten aanwezig op de Nieuwjaarsontmoeting van de Gemeente Oss. Hier hield de burgemeester een speech waarin hij terugblikte naar 2017, waaronder op het Roze jaar. Het jaar van de Regenboog. Een welkom voor iedereen die niet in een hokje past. Ze gaf ook een vooruitblik op 2018, een jaar dat in het teken staat van voedsel. Dit heeft te maken met voedselzekerheid met voldoende en gezonde voeding.

In de regio werken de gemeenten, het waterschap, de HBO's en universiteiten van onder meer Eindhoven en Wageningen samen met ondernemers aan een duurzaam voedselsysteem. Dat is hard nodig.



Dus ook in Oss wordt het thema 'We are Food' uitgebreid op de kaart gezet.

Oss was in 2017 opnieuw een officiële Fairtrade gemeente. Ze stimuleren allerlei trajecten die bewust bezig zijn met voedsel. Ondernemers, organisaties en scholen zijn op geroepen om mee te doen aan 'We are Food' en Oss samen op de kaart te zetten als voedselstad. Dat is gelukt: meer dan 50 foodprojecten en evenementen staan op de agenda voor 2018. Alle activiteiten en evenementen zijn gebundeld in een kalender 'We are Food Oss'. Een inspirerende en enthousiaste toespraak van de Burgemeester waarna nog een gezellig samenzijn volgde. Afsluitend ontvingen de aanwezigen



van de kalender en hartelijke nieuwjaarswensen. (door Maria)

**Oss 市政府，一月初举办新年团拜会，同时宣布，Oss 成为官方的公平贸易城市，当晚Oss 市长在发言中说：我们呼吁企业家，组织和学校参与'我们一起共同将Oss作为一个食品生产加工城市。利用各种方便条件，有意识地从从事各种食物加工生产。因为健康食品是当今世界迫不及待的。日常生活的重大问题。我们成功了：2018年将超过50个食品项目和活动计划已列入议程。所有活动都已列入在“我们是食物Oss”日历中。市长的热情演讲鼓舞人心的，这是一次具有新意的新年聚会。“彩虹中西文化交流中心”应邀出席此会！**

**Op 11 maart heeft Stichting Cai Hong een bijeenkomst georganiseerd.** (Door Ralda Rahniani)

**deel 1:** Yin Yang koken door TCM- doctor Yu Jung Li. De heer Li, met vol enthousiasme, wil ons graag informeren en helpen hoe wij onszelf gezond kunnen maken volgens de heel oude Yin en Yang methode. Wat is Yin en Yang eigenlijk? Yin en



Yang vormen de basis voor de Traditionele Chinese Geneeskunde. Het is ontstaan door de natuur te observeren. De natuur vormt paren van tegenovergestelde delen die niet zonder elkaar kunnen, elkaar versterken en verzwakken. Die aan elkaar verbonden zijn.

Yang is organen, bloedbanen spieren botten, ect. Yin is emotie, het denken, de zintuigen, ect. De disbalans van Yin en Yang is het oorzaak van alle ziektes. Wat betekent dat voor onze gezondheid?

Het is heel belangrijk dat wij een evenwichtige hoeveelheid "Yin en Yang" eten en drinken. Eten en drinken is een van de belangrijkste onzichtbare oorzaak van alle ziektes. Yang is heet en warm. Denk hier aan snacks, frisdrank, toastjes en salades, lekkere broodjes, kaasjes, chocola, koekjes, alcohol, scherp gekruid eten, suiker, barbecue, ect. Dus bakken, braden, frituren, grillen maakt dat het eten meer Yang wordt.

Door veel en vaak Yang te eten nemen de organen en het bloed te veel Yang



op. Het lichaam voelt warm en heet aan. Het bloed wordt dik en het lichaamsvocht wordt taai. Het gevolg is dat de bloedvaten verstopt raken, ontstekingen ontstaan, hoge bloeddruk, hoge cholesterol, nierstenen. Het gevolg van verstoring van het lichaamsvocht merk je door slijm in de longen, vetballetjes, jeuk, eczeem, suikerziekte en ontstekingen. Yin is koud. Denk hier aan eten van rauwkost, fruit, salades, shakes, smoothies, komkommer, ect. Het resultaat is een overgevoelige maag, snel opgezette buik, rillerig gevoel, diarree, geen eetlust, ect. Er is ook een deel geen Yin of Yang voeding. Een neutrale voeding noemen wij dat. Deze helpt om de onbalans van Yin en Yang te herstellen. Door het voedingspatroon aan te passen zorg jij (in)direct dat de verstoorde balans hersteld wordt. Denk hier aan groenten zo als courgette, bloemkool, broccoli, bonen, linzen, ect.

**Voor het hele artikel, het hele verslag van de 2 lezingen (Het jaar van Hond) zie [caihong.nl](http://caihong.nl), JingLian, Lezingen 11 maart.**

**中医 保健饮食讲座**

TCM -YinYang Cooking 沿着 荷兰东南部著名城市之一Oss, 2018 新年聚会的主题“健康食品”的推出, “彩虹中西文化交流中心”和“中医静莲保健中心”一起举办了“阴阳饮食为重点”及2018年-戊戌年运程, 注意要点的讲座。我们特别邀请荷兰知名中医 厉誉荣, 专场讲座。并介绍, 他的

“阴阳饮食烹饪”一书 (荷文版), 频受与会学员们的关注。产生良好的影响!





## 春天，一个放飞梦想的夜晚-记“奥地利华文写作沙龙”诞生 Wenen - Chinese literatuur

### 春天，一个放飞梦想的夜晚 “奥地利华文写作沙龙”诞生记 (Wenen)

Op 10 Maart, in de nacht van de lente, verzamelden zich 15 reizigers uit de literaire droom van de Oostenrijkers zich in het Bihe Xuan Hotel in de culturele hoofdstad Wenen. De eerste bijeenkomst van de Oostenrijkse Chinese schrijverssalon georganiseerd door schrijfster LiNa Fang.

每个人都有一个文学梦想。如果你没有，那是你不小心错过了；或者，还没有梦到她，但是总有一天，你会与她不期而遇。

这种感觉，是在我听了获奥地利多瑙大学工商管理硕士，并从2005年开始动笔写作至今收获甚丰的奥地利华文女作家方丽娜的感悟之后；在听了于美国获生物学博士并在奥地利生物学界发展良好，却摩拳擦掌要闯进陌生的文学创作领域准备大干一番的女科学家程琦的雄心壮志之后，让我产生如此联想的。

**3月10日，一个春意萌发的夜晚，十五位揣着文学梦想的旅奥华人，聚在文化之都维也纳的碧和轩饭店，这是奥地利华文写作沙龙的第一次聚会。这次聚会的倡议者是方丽娜，我是第一位响应者。**

我久闻方丽娜大名，但认识她是在2017年底。适时，老朋友、奥地利周易文化协会会长施志华先生，邀请我出席其年会，把我与方丽娜安排在同座。由于人多，且年会话题不是文学写作，因此没有深聊。倒是方丽娜演唱的一首民歌，又表演了一段河南豫剧以及安徽黄梅戏，给我留下了深深的印象。我想，能够从其它文艺门类汲取营养，也是可以为她的文字增光添彩的。

此后，2017年的圣诞期间，我邀请一千同乡好友在我家相聚，其中有一位方丽娜的铁杆粉丝潘州芬女士，将与另一位同乡叶小明（喜欢写侦探小说），一起拉进了方丽娜创建的“奥地利华文笔会群”。自此，我算是与方丽娜并肩而行，有了一个可以共同聊聊话题的场所。我也算是一个老文青了。那是30年前，我在家乡的一家新闻单位担任记者与编辑，除了完成份内的报道任务，也经常写些散文、报告文学、诗歌，也受邀给纯文学杂志写点文学评论。也曾发起组织过“青春诗会”，参加过一些诗社。现在回头一看，这个梦想在我的同龄人身上，早已经实现，比如已旅居加拿大的我的夜大学同学陈河，等。可是，还没等我跑出去，我的文学梦想，却在1987年嘎然而止了。因为这年我考进中国传媒大学（原北京广播学院），攻读新闻理论硕士研究生，毕业后又留京国家机关工作，又出国定居，后又回国投资，一路走来，忙于生存，忙于打拼，沉沉浮浮...。人生常常就是这样，当梦还未做够，天却已经亮了...因此，我明白了这个道理：在人生道路上，你可以变换许多工作，你可以担任不同职务，你可以放下财富，你可以忘记很多往事，唯有梦想一旦产生，就会终身陪伴着你，即使你一度舍弃她，她却不会离开你，只待你哪一天忽然又向她招手。

2018年2月，一个寒意料峭冰天雪地的日子，方丽娜邀我相见，她说出了我的心声：写作需

要氛围，需要相互的鼓励，她早有结社同行的意愿。于是，我们就有了不谋而合的想法：成立奥地利华文写作沙龙。稍后，我在群里透露了将要聚会的事。方丽娜告诉我，有些文友已在翘首以待呢。一起跋涉去实现文学的梦想，看起来也是大家的共同愿望。

文友聚会的第一个程序，少不了自我介绍。担任过三届欧洲华文作家协会主席的旅奥老（一排左三方丽娜，后排五俞俞力工，六林肃）名闻遐迩，首先开场。他17岁旅奥，至今已经54年，多年来一直笔耕不辍，政论为主，偶尔也写文学小品，一副风轻云淡，荣辱不惊。此后，沈宪、程琦、潘州芬、高萍、刘方方、贾京阳、朱琳、彭茵、施志华、王启星、陈秀卿、叶小明、林肃，自报家门，依次介绍，各有故事，各有感悟，或梦想刚刚开始，



或为找回失落梦想。或许，这些人文学梦想会被旁人视为可笑，但是笑得最后的，往往是那个坚持到最后的人。

聚会的主要议题之一，是方丽娜介绍写作感悟和投稿经历。方丽娜说，自己的文学梦想来的很晚，移居奥地利后的2005年，才开始散文创作，屡屡获奖，就有了更高的追求。于是在2010年，进了中国作家协会的鲁迅文学院——文学界的黄埔军校，从此开始小说创作。她说，写作的过程，有生命的感悟生命的阵痛，有脱胎换骨的感觉。她说，每个人身上都有最宝贵的文学财富，那就是独特的人生经历。而经历，只是成功的一半。写作需要驾驭文字的能力，和通篇布局的技巧。当你的才华还驾驭不了你的理想时，那就学习，当你的能力还撑不起你的雄心时，那么就学习。专心阅读，从中寻找灵感和写作途径。她报出一连串书名，一些我早年读过，已让我久违；一些我从未听说，我感到已远远落伍。

参加聚会的人，从方丽娜身上，看到了梦想如何一步一步变为实现。任何成功，都要付出相更不苦功夫修炼自己的语言文字，不厌其烦。因此在写作上，必须下精益求精。她说，每次成功，不可能轻而易举就能唾手可得。

至于如何写出不同一般的作品，老作家俞力工则给出了答案。他说，自己虽然主要写时政评论，但是各种体裁的写作道理是相通的。他以一杯葡萄酒为例：普通人看到的只是一杯酒，或者杯里还有些什么杂质，口中尝到的也只是酒的味道，身体里留下的只是酒后的醉意。但是作为一个优秀的写作者，看到的却是酒杯中

折射出的人生风云，是杯里杯外激荡的世界风暴，从杯里到杯外，又从杯外到杯里，能看到不同的层次丰富的涵义。写作也是如此，能体会出并写出不同于他人的世界，这就是不一般的作品。俞力工的比喻，形象而生动，言简意赅。

研究周易近二十年的施志华，与方丽娜认识多年，了解她的写作经历，自称是方丽娜的铁杆支持者。他以易学之道，来形容写作的过程：按照易经六十四卦每卦六“爻”的原理，人生可以模仿比喻分为六个阶段，其中前三个阶段，即下卦，为人生第一个甲子：从出生时至二十岁为学习基础阶段，从二十一岁到四十岁为成长成熟阶段，又从四十一岁到六十岁为坚持守正阶段。《乾》卦爻辞的九三爻所说的

“君子终日乾乾，夕惕若厉，无咎”，就是第三阶段，此时，不但要终日努力不懈，更要每个夜晚自我检查，如履薄冰，才能确保

“无咎”。写作也应遵循这个规律，依次递进，最终达到自我、自如的境界，要始终记住“如履薄冰”，难能可贵的是“坚持守正”，永不放弃。

夜深了，而文学的梦想越来越清晰。为了进一步挖掘奥地利华文写作的潜力，促进写作者之间的相互切磋与交流，共同提升，“奥地利华文写作沙龙”在文友们的长期呼吁，以及在在场文友的欢呼声中应运而生。《欧洲时报》社长王敢先生始终鼎力支持，并将在该报为“沙龙”开辟写作专栏，让心怀梦想的奥地利文友，恣意挥洒自己的文采和文学梦。

**作者 林肃， LinSu -Oostenrijk Wenen** 原为温州人民广播电台记者、编辑记者部副主任。于上世纪八十年代后期，考入中国传媒大学（原北京广播学院）攻读硕士研究生，毕业后留京国家机关工作。上世纪九十年代出国，从事国际贸易，为奥地利中华工商联创始人，担任过奥中经济科技文化协会会长。当年温州知名文学青年之一。

（接第9页）**洪瑜沁** 瑞士华裔女诗人（笔名琴心浅醉、玫落秋水），**零零诗社**创办人。

1968年出生于上海，1994年迁居瑞士。现任瑞士蒙特纳学院(Institut Montana)和莱蒙尼亚学院(Lemania College)中文文学老师。作品散见于《诗刊》《诗选刊》《绿风》诗刊《上海诗人》《常青藤》等国内外刊物和年度选本。“中国好诗榜”2014年度上榜诗人。

奥地利华人退休联谊会 - 满腔热情 参加表演



Dansgroep van vrijwillige medewerkers (SPF)



洛夫的“天涯美学” 照片：(傅天虹 路羽 观 洛夫诗书)

在对汉语新诗的研究中，不能否认与忽视的一点是，百年来的汉语新诗诗路的发展态势是多元立体而非线性的。正因此，在对“汉语新诗”同质化、一统化的冒险命名之下，对其中异质的、多元的诗歌流向的辨认才更为重要。



在这种情况下，我们要指出的并不是那些先后风起云涌于大陆诗坛的诗歌流派，也不是容纳不同价值理念、审美趣味的当代诗坛，而是要牵引出这样一条线索：既接续五四以来中国新诗的一些基本问题，又在50年代后飞离，在跨越地理、历史和文化中呈现异质化意义的诗歌链。这条链被一些后殖民研究者称为“离散”现象，而在洛夫这里，则被命名为“天涯美学”。

“天涯美学”是洛夫在写《漂木》长诗时的核心美学思想，自然，因为洛夫难以禁锢的诗才与魔力，如他所言，始料不及地被扩展成为一个庞大的美学结构。他自己曾归纳出《漂木》的思维结构可归纳为三个层次，也是三个相交的圆：“第一个，也是中心的圆，乃写我个人二度流放的漂泊经验与孤独体验；第二个圆范围较大，宏观地写出对生存的困感和对生命的观照，并包括对当下大中国（两岸）政治与文化的严肃批判；第三个圆周就更为广阔，它概括了宗教的终极关怀和超越时空的宇宙胸襟。”[1]不过，本文恐怕无力对这三个层面进行一一探讨，而恰恰只想拈出诗人流放、漂泊的创伤经验，探讨这种漂泊经验如何被表达，探讨汉语新诗中“漂泊、离散”的这一脉的情感机制。 摘自 2018-03-20 当代诗学会（香港）

林锦《鸭子之歌》荣获《源》杂志年度优秀文学作品奖 2月27日下午，在宗乡总会礼堂举行颁奖礼。（新加坡）

小说散文集《永远的漂泊》，新近出版，收集了德国华文作家恩丽10年来创作的长篇小说和散文，其中小说《永远的漂泊》叙述了一个越南华侨移民的故事。及作者在德国生活的经历等。 丁恩丽，笔名恩丽，中文师范毕业，1997年定居德国，德国华商报专栏作家。中欧跨文化交流协会副会长，海外文轩作家协会终身会员。



长篇叙事诗《魂系知青》后记 作家 诗人-林继宗

《魂系知青》是抒写知识青年人生命运和心灵轨迹的长篇叙事诗。岁月无情地流逝，我们一年年变老了，也许我们什么都留不住，但我们却留住了-----人生最美好的记忆和那难能可贵的友谊，点点滴滴，纯真无比。我们留住了“知识青年”-----这片永久的真情和这个永生的美名！全诗包含三部曲。

以长篇叙事诗方式描绘知青人生命运与命运的作品并不多见。我积累了多年的生活经验，做了充分的准备，决定大胆尝试。知识青年们顽强地经受了——劳动的磨练，生活的困苦和创业的艰难。在那永生难忘的南疆，胶园里，林段边，刻印着他们岁月的痕迹；江河畔，山岗上，洋溢过他们青春的笑脸。在那里——他们人生最亮的风采已经展现；在那里——他们人生最美的年华已经奉献；在那里——有他们生命的行行足迹；在那里——有他们永不磨灭的深情回忆。知青岁月，历史留痕；知

青身影，处处流金。曲曲恋歌，唱不尽这人世间的深情；声声呼唤，呼唤我可爱的第二故乡。哦，清粼粼的小河，滚珠推玉般地从我的心中淌过。还来得及，不是么？只要不再流错——哦，唯有那浩瀚的大海，才是你理想的归宿，只有这理想的归宿，才有你——永恒的小河……

我走着梦中的小路，梦去醒来，拓展着绵延不断的生活——哦，生活是一簇花，生活是万花筒，生活是一首歌，生活是一条河……

面对知识青年大回潮，我们拉开了“灞桥”魂断的一幕，送别的牛车十里到江边……

迎着新生活的激流，沐浴着子夜的阳光，面对并不遥远的夕阳，经受着命运的挑战，依然充满艰难与希望……

或许青春的记忆是那么难忘，或许总是感知亲人的声声呼唤；或许总放不下对故土的深情眷恋，或许岁月老去那牵挂总无法释放……我总是那么喜欢轻轻地唱，唱给我那梦魂萦绕的第二故乡——“天边飘过故乡的云，它不停地向我召唤，当身边的微风轻轻吹起，有个声音在对我呼唤，归来吧，归来哟……”人们又来到永远年青的知青烈士墓前，在极度沉痛的追悼中抚慰长久的思念。心依然，梦依然，已经老了的知识青年仍心存梦想。但我们已不再用浪漫的梦想美化人生，而是在用沉重的人生演绎现实梦想。

许多知识青年和我常常想，在慈爱的母亲八一总场面前，不管我们变得多老了，永远都是农场的儿女，永远！我们的深情永远没有遗憾，因为母亲对我们总是那么温暖而慈祥；这是人间不变的道理呵，也是我们知识青年不变的意愿！我衷心希望，当八一总场举行100周年大庆的时候，我们知识青年还有代表来到珠江江边，轻抚长流的绿水，仰望不朽的青山。

哦，知识青年，不老的概念，不老的情爱，不老的思念。我爱您哟，老去的岁月，老去的胶园；我更爱您哟，不老的深情，不老的思念，记忆中不老的知识青年……（剪辑）



温州“三乐亭”（上照 周大妈及全体义工队 早晨忙碌情景）“中国浙江温州鹿城区慈善总会一个叫“三乐亭”的义工队，由队长蒋进福先生领导的五十来位大叔大妈义工队员们，全年三百六十五天忙碌在慈善战线，没有节假日，平日里每天为清洁工、社会底层市民、等等提供早餐，比如米粥，面包，豆奶，面条，等各种早餐；每年传统节日如正月十五，二月二，清明节，端午节，重阳节，中秋节，过大年，都为外来务工人员准备了丰盛的传统小吃，让他们都有了家的感觉。弘扬中华民族无限的大爱，使广大人民更加幸福安康。笔者：持善 2018.3.22

TaiChiChuan en QiGong zijn Chinese oefenmethoden met een lange traditie. Regelmatig oefenen brengt ons lichaam en onze geest in balans. Het door de oefening verkregen lichaamsbewustzijn kan in het dagelijkse leven een grote hulp zijn. Volgens de Chinezen wordt je van deze oefeningen ontspannen en soepel als een baby, gezond en krachtig als een houthakker en kalm en rustig als een wijze. Jing Lian Tai Chi School maakt daarbij gebruik van de verbinding met de TCM, Yin en Yang en WuXing methodiek. Voor geïnteresseerden begin april start er een korte cursus waar nog enkele plaatsen in vrij zijn. Bij belangstelling bel Maria op 06 24 18 78 77