

HVACEngineersHome

No.23

2015年09月-10月
总第二十三期

暖通空调工作者之家

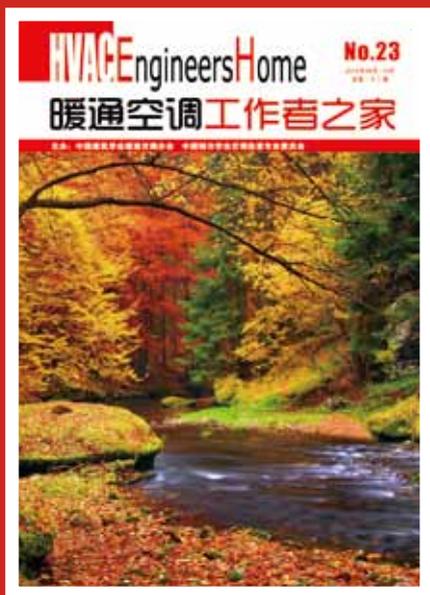
主办：中国建筑学会暖通空调分会 中国制冷学会空调热泵专业委员会



HVAC

Engineers Home





主 办:

中国建筑学会暖通空调分会

中国制冷学会空调热泵专业委员会

指 导: 徐 伟

主 编: 王东青

美术设计: 周嘉懿

电 话: 010-6451 7224

传 真: 010-6469 3286

Email : chvac2008@sina.com

征 稿 启 事

《暖通空调工作者之家》是暖通空调行业工作者之间互相交流的平台,热诚欢迎您将行业观察、工作随想、生活感悟及其他有关文章投稿,文体不限。对于采纳的文章,我们将根据稿件质量给予相应稿酬:100-200元/千字;诗歌,散文80元/篇。

真诚期待您的投稿。

投稿邮箱: chvac2008@sina.com

邮寄地址: 北京市北三环东路30号

中国建筑科学研究院建筑环境与节能研究院

邮政编码: 100013

目录 CONTENTS

P₃ 学会新闻

- 欧洲暖通空调学会联盟授予徐伟理事长、张旭副理事长“REHVA 特别贡献奖”
- 第十三届 MDV 中央空调设计应用大赛评审会在京召开

P₅ 通知公告

- 2015 年全国供暖技术学术年会通知
- 2015 年中国建筑节能协会暖通空调 / 地源热泵专委会年会暨暖通空调与热泵产业发展高峰论坛通知
- 关于举办第三届“暖通杯”全国乒乓球邀请赛的通知
- 关于开展评选“2015 年暖通空调行业创新奖”的通知

P₇ 暖通时评

- 建筑要变“绿色”,为何这么难?
- “十三五”将至 光热产业或迎转机
- 旋转压缩机探寻 2016 冷年的绿洲
- 2016 年全国碳市场将启动“取经”碳排放权交易试点
- 2015 年构建全球能源互联网条件分析

P₁₉ 关注气候

- 国际社会点赞“中国气候变化南南合作基金”
- 发展清洁能源成世界应对气候变化的共同选择
- 冰川融化加剧 南极大陆本世纪末或面临瓦解

P₂₆ 午后红茶

- 时光不说话
- 不能灿若夏花 何妨静如秋叶
- 哲理小故事三则

P₂₉ 时尚养生

- 时尚饕餮——冬天养生进补的七大好食材
养生不戒口 但吃零食要分“三六九”
- 心灵乐馆——斯德哥尔摩 Oscars Motettkor 合唱团
《黑教堂》
- 时尚旅游——垦丁:晴朗潮汐 聆听时间砂

P₄₄ 书评书讯

- 《心法:稻盛和夫的哲学》
- 《格局逆袭》

封三 漫画欣赏

关注“十三五”

地热能或入黄金发展期

自习近平总书记提出能源生产和消费革命的指示以来，政府极度重视新能源的发展，相继出台多项激励政策。现今，随着十八届五中全会的召开，增强生态文明建设首度被写入国家五年规划。对此，有业内人士表示，考虑到“十三五”期间稳增长压力仍长期存在，发展清洁能源将成为我国应对污染问题的主要抓手。

相较于发展迅猛的风电、光伏，近年来，我国地热能的发展一直处于默默无闻的状态。自去年开始，我国浅层地热能应用迎来了一个发展小高潮。2014年，华北地区首个地热供暖代替燃煤的无烟城——雄县诞生，成功建立了“雄县模式”。之后，地热界的“小洋口模式”和“广东丰顺模式”也在积极打造中。更值得注意的是，我国的“一带一路”战略也为层地热能应用提供了良机。

“十三五”是我国关键的转型期，经济转入新常态，能源也将转入新常态。在国家能源主管部门看来，未来五年可再生能源发展要实现两大转变：高补贴政策依赖模式向低补贴竞争力提高模式转变，以及规模扩张型向质量效益型发展的转变。相信在政策支持及业内同仁的共同努力下，地热产业或将迎来黄金发展期。

欧洲暖通空调 学会联盟

授予徐伟理事长、张旭副理事长 “REHVA 特别贡献奖”

2015年10月26日，在上海同济大学召开的第十一届国际通风技术大会（The 11th International Conference on Industrial Ventilation, Ventilation 2015），欧洲暖通空调学会联盟主席，布拉格捷克理工大学 Karel Kabele 教授向中国暖通空调学会徐伟理事长和张旭副理事长颁发 REHVA 特别贡献奖（outstanding service to REHVA），以感谢他们在加强中国暖通空调学会（CCHVAC）与欧洲暖通空调学会（REHVA）的合作中做出的杰出贡献。

欧洲暖通空调学会成立于1963年，总部设在比利时首都布鲁塞尔，现有26个欧洲国家暖通空调组织组成，包括英国、法国、德国、俄罗斯等国家暖通空调学会，注册会员超过11万人，是欧洲最有影响力的暖通空调学术组织。欧洲暖通空调学会长期致力于提高建筑能效和室内环境

健康、舒适的水平，推进建筑节能和可再生能源的应用。在这些领域，欧洲暖通空调学会对相关国际组织、政府的战略规划和研究活动有重要的影响力，同时对相关研究机构和成员企业也有较强的领导力，其工作组、研讨会、出版物是提供技术信息和研究成果的交流与合作的重要平台。欧洲暖通空调学会对欧盟建筑节能相关法规 and 政策的制定提供技术支持，负责

欧盟暖通空调标准及相关技术导则的制定，在建筑能效、建筑节能、低能耗建筑以及零能耗建筑等领域的研究处于领先地位。

目前，中国暖通空调学会与美国供热制冷与空调工程师学会、欧洲供热通风与空调协会、北欧暖通空调工程师联合会、日本空气调和·卫生工学会等国际学术团体保持紧密联系并开展国际学术交流活



第十三届

MDV

中央空调设计应用大赛评审会 在京召开

9月29日，第13届MDV中央空调设计应用大赛评审会在北京召开。MDV中央空调设计应用大赛由中国建筑学会暖通空调分会、中国制冷学会空调热泵专业委员会主办，美的中央空调协办，是暖通空调行业第一个全国性的设计应用比赛。

本次评审会邀请了全国暖通空调学会理事委员共计十五名专家组成评审组。他们是中国建筑科学研究院建筑环境与节能研究院院长徐伟、北京市建筑设计研究院顾问总工吴德绳、中国建筑科学研究院建筑环境与节能研究院顾问总工郎四维、中国中元国际工程公司顾问总工徐华东、上海建筑设计研

究院有限公司副总工寿炜炜、华东建筑设计研究院有限公司副总工马伟骏、广东省建筑设计研究院副总工廖坚卫、中国建筑东北设计研究院副总工金丽娜、中南建筑设计院教授级高工马友才、华南理工大学建筑设计研究院教授级高工陈祖铭、天津市建筑设计院教授级总工伍小亭、湖南大学建筑节能与绿色建筑研究中心主任教授张国强、航天建筑设计研究院总工陈建新、中国恩菲工程技术有限公司高工罗英、中国中元国际工程公司高工李著萱。

据悉，本届MDV中央空调设计应用大赛于2015年4月启动，同时在全国高校开展一系列的“走进校园”宣讲

活动。“走进校园”宣讲活动从4月17日开始，5月22日在西安落下帷幕，历时一个多月，成功在45所高校进行宣讲，参与学生超4000人，并在全国65所高校进行线下宣传，影响超过6000人。直到8月31日截稿，共收到参赛作品4032份，其中专业组1891份、M-home家装组343份、经销商组1382份、学生组416份。经过严格评审筛选，入围初选的稿件有300多篇。专家评审们通过复选、组内商讨、举荐打分的机制选出各自心目中的优秀稿件，并最终进行投票评比和激烈的讨论最终决定了各个奖项花落谁家。

据了解，本届MDV中央空调设计应用大赛共设计置了211个奖项，覆盖专业设计师、高校学生、家装从业人员、经销商等，奖金总额高达58万元。奖项数量、奖金总额皆创历届之新高，也是行业目前各项赛事之最。预计将于11月下旬举办颁奖典礼，届时将正式公布今年的所有获奖结果，并对获奖者进行嘉奖，敬请关注。



会议简讯

2015 年全国供暖技术学术年会通知

根据全国暖通空调学会工作安排，供暖专业委员会定于 2015 年 11 月 15 ~ 17 日在安徽省合肥市召开“2015 年全国供暖技术学术年会”，本次年会主题为“低碳供暖 技术引领”。

会议将结合当前供热技术的发展、南方供暖方式、热泵供暖技术、新能源供暖的设计等问题进行技术交流，设大会报告、分会场论文宣讲以及企业新产品介绍等交流活动。会议将邀请知名学者专家做专题报告，欢迎各设计院所、大专院校、科研开发、供暖等企事业单位的相关人士报名参加并投稿。

详见学会官网中国暖通空调网（www.chinahvac.com.cn）。

2015 年中国建筑节能协会暖通空调 / 地源热泵专委会年会暨暖通空调与热泵产业发展高峰论坛通知

在国家“十二五”经济建设发展过程中，暖通空调行业经历了产业迅速发展的五年，为国家节能减排大战略发挥了重要作用。2016 年是我国“十三五”开局之年，暖通空调行业在当前市场激烈竞争和经济下行的严峻形势下，如何改变思维模式，开拓创新，以更好的姿态迎接未来五年的发展。由中国建筑节能协会暖通空调专业委员会、中国建筑节能协会地源热泵专业委员会联合主办，定于 2015 年 12 月 15 ~ 16 日在江苏省南京市召开“2015 年度行业年会暨全国暖通空调与热泵产业发展论坛”，就行业发展、技术创新、市场规划等关注问题进行探讨交流。

本次年会主题为“技术创新驱动产业发展”，旨在促进技术、生产、用户间的交流与合作，欢迎业内同仁到会交流。

详见学会官网中国暖通空调网（www.chinahvac.com.cn）。

发扬国球精神 凝聚暖通力量

关于举办第三届“暖通杯”全国乒乓球邀请赛的通知

为展现我国暖通空调行业蓬勃向上的精神风貌，促进暖通空调工作者之间的友谊互动，增强行业凝聚力，全国暖通空调学会定于2015年12月17日在江苏省南京市河海大学体育馆举办“第三届暖通杯全国乒乓球邀请赛”，特邀请业内乒乓球爱好者参加。

各省、市暖通空调分会、空调热泵专业委员会、会员单位及暖通空调行业内相关科研设计单位、大专院校等均可组队参加。

详见学会官网中国暖通空调网 (www.chinahvac.com.cn)。

关于开展评选“2015年暖通空调行业创新奖”的通知

2015年是我国深入推进创新驱动、转型发展的关键之年。根据中央、国务院《关于实施科技规划纲要增强自主创新能力的决定》的精神，经研究决定，中国建筑节能协会暖通空调专业委员会和中国建筑节能协会地源热泵专业委员会联合主办，以“创新引领未来”为主题，在通风、净化、供暖、空调、热泵领域，开展“暖通空调行业创新奖”评选活动，以表彰近年来在产品研发、创新管理、科技成果产业化、工程技术应用等领域勇于创新和实践，为暖通空调行业发展作出突出贡献的优秀企业和杰出代表。

本次评选活动共设立了2015年暖通空调行业“产品创新奖”、2015年暖通空调行业“技术创新奖”、2015年暖通空调行业“工程应用创新奖”、2015年暖通空调行业“创新特别贡献奖”四个企业奖项和2015年暖通空调行业“杰出贡献奖”一个个人奖项。

详见学会官网中国暖通空调网 (www.chinahvac.com.cn)。



暖 通 时 评

建筑要变“绿色”，为何这么难



日前，来自住建部的一则消息和一组数据引起了记者的注意。

消息是：在新版《绿色建筑评价标准》实施的基础上，目前《既有建筑绿色改造评价标准》、《绿色医院建筑评价标准》、《绿色博览建筑评价标准》等细分标准已进入报批阶段，有望年内实施。

数据是：2014年我国建筑能耗占社会总能耗的41%；在既有的近500亿平方米建筑面积中，90%以上是高耗能建筑。



距2005年《公共建筑节能设计标准》发布已过去10余年，这期间新旧两版《绿色建筑评价标准》先后实施，众多细分标准也在积极酝酿。但这10年，建筑能耗却超越工业能耗和交通能耗，成为我国最大耗能产业。

建筑要变“绿色”，为何这么难？

数据统计之难

41%，已是令人惊讶的数据，但在采访中记者发现，这其实还是一个较保守的数据。

中节能实业发展有限公司副总工程师陆正刚向《工人日报》记者介绍说，建筑能耗有广义和狭义之分，广义的建筑能耗包括建材生产、建筑建造、建筑运营以及建筑拆除的总耗能，狭义的建筑能耗仅指建筑运营中的能耗，如供暖、制冷、通风、家用电器及电梯等。陆正刚表示，如果从广义来说，2014年我

国的建筑能耗要占社会总能耗的45%以上，如果是狭义的建筑能耗，这一比例则在30%左右。

“建筑耗能分布在各行各业，很难对它进行全面准确的统计。”四川大学建筑与环境学院教授龙恩深道出了建筑能耗缺乏权威数据的原因，“比如在建材生产中的能耗，有一部分其实被算入工业能耗了。”龙恩深直言，即使是45%这个数据，虽然接近实际，但在很大程度上也是被估算出来的。

虽然没有精确的数据，但建筑能耗上升的趋势却毋庸置疑。龙恩深指出，随着人们生活水平提高，建筑运营的能耗会越来越多；加之高耗能企业向欠发达国家转移，工业能耗下降，建筑能耗在社会总能耗中的占比还会进一步上升。他预估未来仅建筑运营能耗一项就会接近社会总能耗的40%。

引起关注之难

无论是广义上的45%，还是狭义上的30%，建筑行业对能源的高消耗是不争的事实。但一直以来，建筑能耗并没有像工业能耗和交通能耗一样引起公众足够的关注，节能的力度也不及后两者。记者对其中的原因进行了探寻。

建筑物作为一个个单体，分散在全国各地，每个单体的能耗并不高；与之形成对比的是，在工业领域，任何一个稍具规模的工厂都可能是能耗大户。龙恩深给记者举了一个例子：成都环球中心建筑面积176万平方米，是亚洲最大的单体建筑，如果全部投入使用，一年的能耗折算成标准煤大概是6万~7万吨；而一个装机容量60万千瓦的发电厂，如果满负荷运行，一年消耗的标准煤能达到近190万吨。单体建筑物能耗小，可以节约的能源也不多；工业能耗集中，一旦从粗放型转换为集约型，在节能方面能起到立竿见影的效果。在这样双重的悬殊对比下，工业能耗自然得到了更多的关注和支持。

除了单体能耗小，能耗涉及面广的特点也加大了建筑节能的难度。龙恩深表示，在建筑设计、建造、竣工验收、运营管理和用户使用的各个环节都与节能有关，但这也



意味着任何一个环节出现疏漏，都会影响节能效果；当效果不好时，每一个环节又会互相推诿责任。相比起来，工业耗电和交通耗电环节的单一性更有助于实现节能。

“在2000年以前，因为经济水平不高，我国的建筑运营能耗确实较小，单位面积能耗大概只相当于美国的五分之一，因此不是节能的重点。”陆正刚向记者指出了建筑节能关注度不高的第三个原因。随着城镇化进程加快，



生活水平提高，小区、商场、办公楼的数量快速增多，空调等高能耗产品的使用也越来越频繁，建筑能耗高的问题就日益凸显出来。

绿色推广之难

虽然建筑能耗引起关注的时间不算早，但在2005年和2006年，我国就先后发布了《公共建筑节能设计标准》和《绿色建筑评价标准》。今年初，修改后的新版《绿色建筑评价标准》也开始实施。

在采访中，浙江中节能绿建环保科技有限公司绿建技术部主任张高峰向记者强调，“节能建筑”与“绿色建筑”是两个不同的概念。前者是针对建筑设计提出的，在2005年后成为强制性措施，要求所有民用建筑必须有节能专项设计并且在施工中得到贯彻；后者是引导性政策，它涉及到节能、节地、节水、节材和环保各方面，按标准不同从低到高分为一星、二星和三星绿色建筑，是针对建筑物全寿命周期的概念。

绿色建筑在我国推广已近10年，但成效并不乐观。截至今年上半年，全国共有3000余项目获得绿色建筑评价标识，总面积仅3.5亿平方米，而且其中近95%的项目只是取得了绿色建筑标识，真正在竣工后获得运行标识

的仅 185 项，占总数的 5.8%，建筑面积 2194.8 万平方米。

张高峰把成本列为绿色建筑推广的第一个难点：“在目前的市场环境下，房地产的利润率相对来说比较低，一星级的绿色建筑每平方米成本平均要增加 30 元到 40 元，三星级每平方米成本平均要增加近 300 元，很多开发商自然望而却步了。”

一方面绿色建筑成本高，另一方面政府的补贴也不到位。据了解，国务院办公厅在 2013 年曾转发《绿色建筑行动方案》，要求对二星级及以上绿色建筑的开发者和消费者予以优惠政策，但这一方案在各地的落实情况却大不一样。在上海，市级财政对符合要求的绿色建筑给予每平方米 60 元的资金补贴；在江苏，使用住房公积金贷款购买二星级以上绿色建筑的，贷款额度可以上浮 20%。“因为有明确的政策支持，这两个地方的绿色建筑发展较快，但很多地方由于交接工作做得不好，对绿色建筑的扶持并没有落到实处。”张高峰告诉记者。

除了经济方面的原因，社会对绿色建筑认识不足也阻碍了它的发展。张高峰坦言，因为绿色建筑涉及到的领域众多，很多建筑从业人员对它都还没有完整的认识，

这就使绿色建筑的推广在源头上受阻。此外，龙恩深还向记者指出了公众的一个普遍误区：“大家觉得绿色建筑能耗就应该非常低，事实上我国的绿色建筑更多是满足高端需求，与一般建筑相比它的能耗往往高了很多，这就引起公众对它的质疑。其实绿色建筑的优势，要与传统的高端建筑相比才能显现出来。”

对于绿色建筑未来的发展，张高峰认为打破“绿色建筑就是高科技的叠加”的思维模式，根据建筑所在地的环境和条件选择合适的技术是关键。他用杭州绿色建筑科技馆中的电梯举例说：“这

种电梯在运行的同时可以发电，但如果楼层不高，发电就不明显。因此未来推广时建议在高层建筑中使用这一技术，这样节省的能源就足以抵消前期投入的成本。”龙恩深同样认为对绿色建筑不能“一刀切”，很多时候一些简单的技术本可以达到很好的节能效果，却不一定能通过绿色建筑的认证，这样就可能出现为了追求绿色建筑的标识采取复杂的技术，反而增加能耗的现象。“只有当辩证法的技术哲学思维贯穿到从设计到使用的各个环节时，绿色建筑的春天才会真正到来。”龙恩深最后说。

来源：中工网 - 工人日报



“十三五”将至 光热产业或迎转机

太阳能热利用主要指利用太阳辐射能来实现采暖、采光、热水供应、发电、水质净化等能量转换过程，可与常规能源互补运行，其节能贡献不可小觑。数据显示，截至2014年底，我国太阳能热利用市场保有量大约为4.1亿平方米。

然而，相比近年来备受政策呵护的光伏和风电，太阳能热利用一直未引起足够重视，被业内称为“没户口的孩子”。



工业领域应用前景可期

据了解，温度的高低决定了太阳能热利用不同的应用领域。日常普及的太阳能热水器便是太阳能热利用在低温市场的主要应用产品。在中温领域，太阳能热利用最具代表性的产品是工业、商业、农业领域中的太阳能中温热利用系统。而高温领域则主要应用于政府公共工程及商业领域，是太阳能热利用的最高阶段。

值得一提的是，我国的工业能耗占全社会总耗能的70%以上，是能源消耗及温室气体排放的主要领域。“如果太阳能可以在工业化领域规模应用，必将产生巨大的社会、经济、环境效益。”北京市太阳能研究所工程师张永泉在会上表示。

“目前太阳能在中低温领域的应用已非常成熟，但在高温工业用热应用较少，主要是因为工业加热系统的要求较高。”张永泉介绍说，“许多工艺过程要求太阳能系统有较高的加热温度、稳定的运行系统，并且要与生产工

艺过程集成，还要有合理的投资回收期。”

据了解，目前工业加热应用领域主要集中在食品饮料工业、纺织印染、石油化学、交通运输等。以石油领域为例，油田的采油、集输等过程中所产出的天然气至少有20%消耗在了原油加热与处理中。针对此问题，太阳能加热技术则可以用于燃油或储油预热，提高原油管道的输送能力。“在太阳能资源丰富的地区，若将太阳能应用于原油加热中，必可在节能降耗、绿色环保方面获得积极效益。”张永泉补充道。

走出低谷尚需政策引导

随着我国经济发展进入新常态，太阳能热利用也面临着重重挑战。值得注意的是，2011年起我国太阳能热利用产业整体增速已连续3年多下滑，2014年市场规模首次出现了负增长态势。

在河北省太阳能协会会长崔建伟看来，政策不明、国内经济下行、太阳能热利用市场竞争无序、产品质量参差

不齐、更新换代缓慢都是目前太阳能热利用产品滞销的主要原因。对此，崔建伟特别强调，“目前整个行业内创新性技术人才是十分稀少的，人才是企业改观的第一要素，这个需要引起特别重视。”他还建议企业要加大科技投入，促进产品更新换代，健全服务体系，减少行业在服务质量上的负面影响，完善标准体系，规范产品质量工程。

然而在企业看来，技术创新需要大量的资金投入，仅靠企业自身无法有力推动整个行业的发展，呼吁国家完善相关政策，给予补贴和税收减免等支持。目前我国的太阳能热利用市场还处于起步阶段，公众对太阳能供热认知有误区，行业发展的商业模式也不成熟，行业亟待政策引导和支持。

“目前光伏发电、风电行业国家政策是强制上网，各省份还有各种财税补贴政策，但唯独太阳能热利用，像是新能源领域里一个没户口的孩子，没有任何财税补贴支持。”中国可再生能源学会副理事长孟宪淦近日也在相关会议上呼吁国家对太阳能热利用产业给予重视和呵护。

产业发展转机将至

目前国家能源局等部门正在组织制订能源“十三五”



规划，太阳能热利用规划研究也纳入其中，研究内容包括：太阳能热利用目标、重点地区、发展模式、城镇和农村建筑应用推广方式和措施等。

按照已公示的编制工作安排，国家能源局会根据各地建议继续完善规划初稿，并于2015年8月底前形成规划送审稿，按程序批准后印发实施。

另据中国可再生能源学会热利用委员会主任郑瑞澄透露，“此前‘十二五’规划更关注太阳能发电，但这次



‘十三五’规划，国家有关部门已经注意到了太阳能在热利用方面的前景，邀请了太阳能热利用相关专家一同参与规划制订。可以说，太阳能热利用产业将迎来转机。”

此外，太阳能热利用相关标准制定工作也将启动。国家能源局于8月25日发布了《关于下达2015年能源领域行业标准制（修）订计划的通知》，对能源领域行业共计784项标准提出了制（修）订要求。其中，太阳能热发电相关工程建设标准11项，太阳能中低温热利用工程建设及产品标准6项。这些标准的制定编制工作都将于2017年前完成。这将有效解决行业内标准体系缺失的老问题。

值得一提的是，2022年北京冬奥会的成功申办及国家首个可再生能源示范区的审批落地都为太阳能热利用企业带来了极大信心。河北胜强太阳能科技有限公司营销总监韩成响在会上表示，冬奥会的举办将会有力推动京津冀地区低碳产业的发展，太阳能企业应抓住“低碳奥运”的重大契机。

崔建伟也表示，“可以预见的是，下一步还会有可再生能源示范区被逐步审批，太阳能热利用企业应抓住政策机遇，进军国家示范区。”

来源：中国能源报



旋转压缩机 探寻2016冷年的绿洲



2015年的9月，中国空调市场爆发新品大战，面对空调行业历史上最残酷的市场环境，各个空调企业使出浑身解数，加大市场投入，力争主动形势。然而在这一态势的背后，却是行业高达4000万台的渠道库存，和2016冷年迅速下滑的排产数量。

作为空调的心脏，空调旋转压缩机行业同样在2016冷年面临巨大的市场难题。严峻如沙漠前行的市场形势下，空调旋转压缩机的“绿洲”在哪里？



2016冷年凛冬已至

2015年7月，全国空调市场在北方持续阴雨中结束了2015冷年的征程。在整个2015冷年格力、美的双寡头带动下全行业持续向渠道压货和全冷年低迷的零售终端影响下，空调整机实现了总出货量的企稳的结果，但却出现了巨量渠道库存的局面。

据统计，2015冷冻年度中国家用空调总产量1.13亿台，同比下滑3.4%；总销量1.14亿台，同比下滑0.8%；出口总量达4476万台，同比下滑2.8%；内销总出货量达6966万台，竟然实现同比增长0.3%——再次创下空调内销史上的最高记录。2015冷年（14年8月~15年7月），国内空调零售量4121万台，同比下降4.5%；零售额1374亿元，同比下降7.5%。

对比出货与零售终端的推总数据不难发现，仅2015冷年的渠道存量就应该超过2000万台，加上2014冷年遗留的超过2000万台的库存，

2015冷年结束后的行业库存已超过4000万台！

在空调整机罔顾市场零售终端萎靡不振而持续压货的带动下，空调压缩机行业也呈现了相对平稳的发展态势。2015冷冻年度，空调旋转压缩机总销量为1.45亿台，同比仅下降2.28%。

事实上，中国空调及空调压缩机市场将在2016冷年遭遇极其严峻的市场形势。某业内专家在某空调压缩机企业大会上发言时直接表示：“2015冷年不是奇迹，2016冷年没有奇迹。因为目前的渠道库存量，即使空调企业一台空调不生产，也足够零售终端消化一年的！”

2016冷年没有奇迹，空调整机的出货量将几乎完全取决于市场零售终端的销量，然而空调市场的需求量没有任何放量增长的推动力。对于空调压缩机行业来说，空调整机企业无法如近年来一般大规模排产，导致的结果，将是2016冷年空调压缩机的

行业总销量将出现多年来从未出现过的大幅下滑的局面。

保守估计，2016冷年旋转式空调压缩机行业的总销量将可能出现10%的下滑。

换言之，旋转空调压缩机在2016冷年的总需求量大约仅为1.3亿台，但总体产能却超过2亿台——严重的供需矛盾之前，各个空调压缩机企业的业绩指标却仍呈快速增长的状态。这意味着，2016冷年，旋转空调压缩机行业将必然面临这一行业历史上最为惨烈的市场竞争。

逆势前行，寻找绿洲

在空调产业市场下行的趋势无可逆转的情况下，空调压缩机行业在愈发激烈的竞争中需要找到“沙漠的绿洲”。然而，这样的绿洲在哪里？

其一，极佳的客户服务水平。作为空调的核心零部件，客户服务水平愈发受到整机厂家的重视，在新机型开发对系统要求越来越严苛的情况下，压缩机企业能否为整机企业提供全套解决方案，甚至深入到整机研发领域参与整机研发变得愈发重要。如GMCC美芝始终在强调“一切以客户为中心”，提供整机厂所需的全系列机型和最大的技术支持，这样的竞争优势正在凸显。

其二，高产品力。在空

调企业强调产品力升级的同时，在供需矛盾严重失衡的情况下，空调压缩机的产品力竞争也上升到了新的高度。品质，在压缩机领域也已经成为衡量采购清单的第一标准。优良的品质与较高的成本优势，成为空调压缩机企业产品力的核心。

此外，响应“绿色”，整机厂对压缩机能效等性能要求也逐步提升，随着高效变频压缩机的需求逐步提高，更合理的产品结构也是竞争优势的体现。换言之，就压缩机的产品力而言，品质、性能与成本，已经成为压缩机企业综合考量产品力的基准。供过于求的市场萎靡年代，产品力是实力的基础。

其三，制热突破。随着热泵产品在中国市场逐步升温以及低温制热需求的逐渐扩大，制热，已经成为空调压缩机行业的突破口。然而低温制热等制热相关的压缩机技术，目前并非全部压缩

机企业都可完美掌握。

其四，大功率转子机成气候。随着5HP定速机市场被大功率转子机迅速替换，10HP、12HP甚至16HP的大功率定速、变频转子机已经在市场上迅速升温。涡旋机已经明显感受到巨大的替代威胁，在轻商领域，转子机发力替换涡旋机的情况，在2016冷年会大规模出现，更大功率的转子机机型成为空调压缩机行业崭新的突破口。

其五，新冷媒技术。在2015冷年R290空调已经实现量产、下线及销售，2016冷年，R290空调的需求增速将有可能与热泵热水器增速相媲美。

事实上，上述几大要点，已经对空调压缩机企业的研发、制造、客服水平提出了全新的综合要求，空调压缩机企业的竞争已经进入到一个全新的阶段。未来三年，空调压缩机行业的竞争格局，是否也会发生变化？

来源：产业在线



2016年全国碳市场将启动 “取经”碳排放权交易试点



在众多节能减排的政策工具中，碳排放权交易市场作为一种制度创新近年来备受关注。在国际减排承诺和国内资源环境双重压力之下，中国于2011年底启动了“两省五市”碳排放权交易试点，分别为：湖北省、广东省、北京市、上海市、深圳市、天津市和重庆市，并计划在试点经验的基础上于2016年启动全国碳市场。

中国七个试点虽然数量少，但体量大，在国内具有一定代表性，体现了新兴经济体不完全市场的特征和规律。由于七个试点横跨东、中、西部地区，区域经济差异较大，制度设计体现出一定的区域特征。湖北注重市场流动性，北京注重履约管理，上海注重履约率，深圳注重市场导向，而广东重视一级市场，但政策缺乏连续性，重庆企业配额自主申报的配发模式，使配额严重过量，造成了碳市场交易冷淡。这些都为建

立全国碳市场提供了丰富的经验和教训。

试点区域总体特点

中国碳排放权交易试点的制度设计体现了我国不同发达程度地区的不同特点，为全国碳市场提供了值得借鉴的丰富经验，同时也体现出一些需要改进的地方。

第一，政策先行、法律滞后。各试点重点围绕碳市场的关键制度要素和技术要求，充分发挥行政力量，在短时间完成了关键制度设计，启动了碳交易，并在实践中不断补充和完善。

第二，在覆盖范围上，只控制二氧化碳排放，同时纳入直接排放和间接排放，体现了电力行业不完全市场的特点。控排企业的排放边界主要是以企业组织机构代码为准，在公司层面而不是设施层面界定。由于试点区域经济结构差别大，覆盖行业广泛多样，包含重化工业，

同时也包含建筑、交通和服务业等非工业行业。

第三，在配额总量和结构上，各试点将总量设定与国家碳强度目标相结合，充分考虑经济增长和不确定性，进行总量设置。同时，通过柔性的配额结构划分，以及配额储存预借的跨期灵活机制，以适应高经济增长和不确定性的特征。

第四，在配额分配机制上，通过免费分配与拍卖相结合、历史法和标杆法相结合、事前分配与事后调整相结合的“三结合”方法，一方面，在一定程度上克服了数据基础薄弱、控排主体环境意识不强、参与碳市场积极性较弱的问题；另一方面，为政府留下了较大的管理空间和手段，平衡了经济适度高增长和节能减排之间的关系。

第五，在抵消机制上，允许采用一定比例的中国核证自愿减排量（CCER）用于抵消碳排放，同时充分考虑

了 CCER 抵消机制对总量的冲击，通过抵消比例限制、本地化要求和项目类型规定，控制 CCER 的供给。

总体上看，七个试点的制度设计体现出了发展中国家和地区不完全市场条件下碳排放权交易体系（ETS）的广泛性、多样性、差异性和灵活性，从而与欧美等发达国家的 ETS 相比形成自己的特色，但也为今后与发达国家 ETS 的链接带来了困难。

政策建议

全国碳市场的构建，需要充分考虑我国的经济发展阶段、经济结构、能源结构、减排目标、减排成本，充分借鉴七个试点碳市场建设的经验。在覆盖范围、总量设置、配额分配、抵消机制、市场交易和履约机制等关键制度要素的设计上，以减排为目标，以法律为保障，以价格为手段，平衡经济适度高增长和节能减排，平衡不同区域和行业的差异，重视市场流动性，充分发挥价格信号的功能，引导企业以最小成本实现减排目标。

第一，尽快出台相关法律，使碳市场有法可依。

第二，完善市场监管，注重政策连续性。中国碳市场应设立专门的监管机构。同时，碳排放权交易制度是一项复杂的政策体系，我国碳排放权交

易试点自 2011 年底开始部署到 2013 年市场启动，在缺乏基础的前提下准备不够充分，大部分试点启动均较为仓促，部分试点在第一年履约期后，频繁修订相关政策和调整交易制度，缺乏政策连续性，不利于形成市场预期。

第三，覆盖范围。全国统一碳市场的初级阶段应该抓大放小，只将电力、钢铁、有色、水泥、化工等 5 个高耗能、高排放的重点行业强制纳入，有助于全国碳市场起步阶段顺利运行。碳排放应该同时包括直接排放和间接排放，以体现电力行业不完全市场的特殊性。

第四，总量设置和配额结构。首先，总量的设计要综合考虑经济增长、技术进步和减排目标，充分考虑经济波动和技术进步的不确定性，设计事后调整机制。其次，要充分考虑行业的减排成本、减排潜力、竞争力、碳泄露等差异，设计不同的行业控排系数。最后，设计 3 ~ 5 年的交易周期，事前确定配额总量及调节措施。

第五，配额分配。首先，碳市场初期配额分配应以免费分配为主，随着碳市场发展逐步提高拍卖比例。政府拍卖应允许投资机构者参与竞拍，充分调动投资者的积极性。其次，配额分配应以历史法为主，同时应将企业先期减排绩效纳入

考虑。另外，可在产品分类相对简单的电力和水泥等行业率先使用标杆法。最后，规定交易过的配额可以储存，有利于促进碳市场流动性。

第六，抵消机制。首先，考虑到 CCER 对碳市场供求关系的冲击，CCER 抵消比例不宜过高，应控制在 5% ~ 10% 的范围内。其次，考虑地区差异，适度扩大来自中西部欠发达地区的 CCER 抵消比例。再次，需考虑 CCER 项目的时间限制，避免早期 CCER 减排量充斥碳市场。最后，考虑环境友好性和 CCER 整体供给情况，限制用于抵消的 CCER 的项目类型。

第七，履约管理。提前做好企业履约的摸底、核查、督促和培训等工作，引导企业主动进行碳资产管理，把交易分散在平时，避免履约前的“井喷”行情而增加履约成本。

第八，提高流动性。适度的流动性是形成合理价格，引导企业以成本效率减排的关键。为了提高流动性，配额总量必须从紧，市场参与者多元化，交易品种多样化，包括发展期货、期权等配额衍生品交易，起步价格不宜过高，政策具有连续性，让投资者对市场和减排政策有信心，加强控排企业碳资产管理培训，严惩违约企业。

来源：中国科学报



2015年构建全球能源互联网 条件分析

全球能源互联网，针对世界能源供应、能源环境、能源配置和效率等方面问题，以全球视角审视世界能源经济可持续发展的重大战略问题，这一构想对中国和世界能源发展有何战略意义？构建的条件是什么？未来国家电网将如何推进？下面对2015年构建全球能源互联网条件进行简单分析：

人类经济社会的发展离不开能源的支撑，但化石能源的大量利用带来了资源和环境问题，已严重威胁人类社会的持续发展。全球能源互联网，针对世界能源供应、能源环境、能源配置和效率等方面问题，以全球视角审视世界能源经济可持续发展的重大战略问题，提出了解决方案。

全球能源互联网可以概要表述为：全球能源互联网=特高压电网+泛在智能电网+清洁能源。

具体来说，全球能源互联网就是以特高压电网为骨干网架（通道），以输送清洁能源为主导，全球互联泛在的坚强智能电网。全球能源互联网将由跨国跨洲骨干网架和涵盖各国各电压等级电网（输电网、配电网）的国家泛在智能电网构成，连接“一极一道”和各洲大型能源基地，适应各种分布式电源接入需要，能够将风能、太阳能、海洋能等可再生能源输送到各类用户，是服务范围广、配置能力强、安全可靠、绿色低碳的全球能源配置平台。

全球能源互联网的发展框架可以概括为一个总体布局、两个基本原则、三个发展阶段、四个重要特征、五个主要功能。全球能源互联网将形成由跨洲电网、跨国电网、国家泛在智能电网组成，各层级电网协调发展的总体布局，坚持清洁发展和全球配置两个基本原则，经过洲内互联、

跨洲互联、全球互联三个阶段，具备网架坚强、广泛互联、高度智能、开放互动四个重要特征，实现能源传输、资源配置、市场交易、产业带动和公共服务五个主要功能。

从世界能源发展趋势和资源禀赋特征看，实施以清洁替代和电能替代为主要内容的“两个替代”是世界能源可持续发展的重要方向，是对传统能源生产消费方式和理念的根本性变革。“两个替代”对全球能源发展具有革命性影响，将推动能源结构从化石能源为主向清洁能源为主转变，实现能源消费高效化、低碳化和清洁化目标。

根据预测，在全球能源互联网加快发展情景下，到2050年全球清洁能源比重将达到80%。可以预见，传统电网的使命将由此发生根本性变化——它将成为大规模清洁能源的输送网络，具有接纳大规模清洁能源的能力；它

将是一个灵活、高效的能源配置和供应系统，建立用户需求响应机制；它还将成为安全、可靠的智能能源网络，具有极高的供电可靠性。

在全球能源互联系统中，保障超高比例的清洁能源安全、可靠、经济、高效的生产和消纳，是电力系统发电、传输、消纳、调度运行和控制技术创新所面临的巨大挑战。全球能源互联网技术创新对能源升级发展具有决定性、根本性的作用。在全球能源互联网构建过程中，电力前沿技术创新的重要性将被广泛认知：全球能源互联网发展的重要使命是实现各种类型清洁能源安全可靠接入和消纳；大容量灵活可控的输电技术成为清洁能源接入、传输和疏散的重要途径；可靠高效的电网调度运行控制技术是保障全球能源互联网安全稳定的基础；实用化的储能技术将为清洁能源大规模发展和电网安全经济运行提供保障。综上可知，在全球能源互联网推进过程中，清洁能源及相关配套领域的前沿技术研发和创新必将得到一次空前的发展契机。

在大规模清洁能源接入技术方面，需实现大规模清洁能源电力协调优化配置和灵活多样控制，将可再生能源发电功率预测精度提高到接



近负荷预测精度水平，实现大规模可再生能源电力具有与常规电源接近的可调度性。

在分布式电源发电接入技术方面，以先进的电力电子技术、通信技术、量测传感技术作为支撑的智能配电网和微电网技术，将可实现分布式的可再生能源发电与区域内其他电能之间的合理协调和分配，以及配网侧清洁能源的“即插即用”式接入。

在输电技术方面，我国自主研发的特高压交/直流输电将作为实现超大范围互联电网骨干网架的主要技术手段而被广泛应用。灵活可控的多端直流输电、柔性直流输电及直流电网技术将在接入和消纳新能源发电中发挥越来越重要的作用。高温超导等领域的科技创新也将为大容量输电提供新的技术解决方案。

在电网运行控制技术方面，大范围资源优化配置将形成一个超大规模的交直流混联大系统，各级电网将实

现能量和信息的双向互动。支撑大规模交直混联电网运行的精细化仿真技术，先进保护技术，广域协调、分布自治和灵活互动的电网柔性调度与稳定控制技术等领域将取得突破。

在需求响应技术方面，作为智能配用电的重要组成部分，需求响应需要通过实时的信息交互、灵活的能源配置、动态的负荷调整，充分发挥分布式电源及储能系统作用，提升客户端能源使用效率，实现源网荷的有机融合及供需平衡，使未来电网成为多能源灵活、可靠配置的理想载体。

在储能技术方面，储能技术不仅能改善清洁能源发电自身的特性，还将从系统角度解决清洁能源发电带来的远距离送出、调峰调频等问题，并利用储能技术实现多种类型能源的有效融合和综合利用，为提高电能终端能源中的消费比例，实现“电能替代”提供技术支撑。

来源：中国报告大厅

关注气候



国际社会

点赞“中国气候变化南南合作基金”



中国财政部长楼继伟日前在秘鲁利马出席世界银行年会期间表示，中国将在南南合作框架下支持发展中国家应对气候变化。

此前，习近平主席在访美期间已宣布出资 200 亿元人民币（约 31 亿美元）建立“中国气候变化南南合作基金”，支持最贫困的发展中国家应对气候变化，特别是

增强发展中国家使用发达国家提供的气候变化资金的能力。

一些国家和国际机构，尤其是发展中国家官员和专家对这一举措表示欢迎，认为中国设立“气候变化南南合作基金”，是主动承担国际责任、履行国际义务的表现，既向发展中国家提供了支持，也为各国做出了榜样。

承担大国责任

秘鲁环境部部长曼努埃尔·普尔加·比达尔表示，在全球气候治理过程中，发达国家本应该承担起自己的历史责任，在自身做出减排的同时，向发展中国家提供必要的资金援助和技术转让。而中国是一个新兴经济体，却主动为绿色基金出资 31 亿美元，“这是中国面对全球变暖做出的一个具体承诺”。

世界银行副行长兼气候变化特使蕾切尔·凯特说：“我们必须帮助每个经济体朝低碳方向发展，必须从资金方面提供支持，特别是向最不发达国家。中国宣布将出资支持其他发展中国家应对气候变化，这一慷慨举动绝对是一个新举措，得到非常积极的反响。”



法国国际关系研究所气候问题研究员奥雷利·富尔说，中国承诺提供200亿元人民币建立“中国气候变化南南合作基金”，以帮助其他发展中国家应对气候变化，彰显出中国与众不同的态度。这无疑也是中国在外交上的重要进展。

泰国《亚洲日报》副社长钱丰表示，中国通过建立“中国气候变化南南合作基金”等举措，不仅尽到了发展中国家本身应尽的责任，同时也尽到了大国责任，树立了负责任大国的榜样，“中国在南南合作框架下支持发展中国家应对气候变化，不只是对南南合作做出了贡献，也是对世界应对气候变化做出的贡献”。

发展中国家受益

肯尼亚环境与矿产资源部气候变化秘书处主任法图玛·侯赛因认为，中国投资设立的“中国气候变化南南合作基金”，将帮助发展中国家应对气候变化，给全球发展带来积极影响，非洲国家也将从中受益，“作为世界经济引擎，中国在发展过程中正在不断探索如何平衡经济与环境的关系，也为很多第三世界发展中国家提供了经验”。

钱丰说：“应对气候变化需要大量资金投入，但很多发展中国家还处于十分贫困的状态，经济上根本无法承受这样的负担。而中国的一系列举措实际上既为最贫困的发展中国家提供了支持，也给其他国家尤其是发达国

家做出了榜样，发达国家应该主动承担起应对气候变化的责任。”

曼努埃尔·普尔加·比达尔说：“中国宣布出资31亿美元建立‘中国气候变化南南合作基金’是一个非常积极的举措，也是一个慷慨的举动，因为这一举措的主要受益者是缺少资金的发展中国家。此外，这项基金还将促进发展中国家间的经济、技术交流。”

他说，拉美太平洋沿岸国家目前面临着十分现实的问题，就是应对厄尔尼诺现象引发的自然灾害，中国建立的南南合作基金将有助于拉美国家应对气候变化和国家经济的持续发展与社会稳定。（综合新华社驻曼谷记者张春晓、驻内罗毕记者丁小溪、驻温得和克记者吴长伟、驻利马记者张国英报道）

来源：新华网



近年来，随着化石能源在全球范围内的大规模开发利用，导致环境污染、气候变化等问题日益突出，酷暑、干旱、洪涝等极端气候事件频发，给各国的发展带来了严重影响。气候变化问题作为人类社会可持续发展面临的重大挑战，日益受到国际社会的密切关注，发展清洁能源已经成为世界范围内应对气候变化的共同选择。

联合国政府间气候变化专门委员会（IPCC）关于全球气候变化的最新评估报告表明，目前的地表平均温度比工业革命前上升了0.79度，而且在未来，还将呈加速态势，全球变暖的严重趋势已经成为不争的事实。

作为世界上最大的能源消费国和最大温室气体排放国之一，中国在应对世界气候变化中担负着无可替代的重任。近年来，在环境污染、经济转型升级的压力之下，我国积极作为，在应对气候变化方面已经取得了显著成绩。2014年，我国单位国内生产总值能耗和二氧化碳排放分别比2005年下降29.9%和33.8%。这样的成绩得益于在清洁能源领域的不懈努力，目前我国水电、风电装机和核电在建规模均为世界第一，光伏总装机今年也有望跃居世界第一。

今年6月，中国政府向联合国气候变化框架公约秘书



处提交了应对气候变化国家自主贡献（INDC）文件《强化应对气候变化行动——中国国家自主贡献》，确定2030年单位国内生产总值二氧化碳排放比2005年下降60%至65%、非化石能源占一次能源消费比重达20%等新目标。

受能源资源禀赋影响，我国能源消费以煤为主，清洁能源占一次能源消费的比重较低。有专家预测，若要达到向联合国承诺的目标，需要在2016至2030年期间新增核电装机1亿千瓦、水电装机1.5亿千瓦、太阳能装机3亿千瓦和风电装机4亿千瓦，形成庞大的低碳发展产业体系。因此，大力发展清洁能源，做好传统能源的清洁利用，是我国应对气候变化，实现未来可持续发展的必由之路。

要从国家可持续发展和能源安全的战略高度优先发展清洁能源。近年来我国清洁能源虽然取得了快速发展，但“弃风”“弃光”“弃水”等限制产业发展的关键问题一直未能

解决。在今后工作中，一方面要加大特高压电力外送通道建设，加强区域互联，扩大消纳范围；一方面还要探索新能源基地就地利用方式，并在用电密集、用电负荷较高的东部地区大力发展分布式发电。此外还应加快培育清洁能源应用市场发展。新建商品房的停车位应当配备充电电源，在公共场所建设充电桩。

要大力推进煤炭清洁高效利用工作。从我国的实际情况来看，煤炭作为保证国家能源安全的稳定供应的主渠道短期内还难以改变。在发展清洁能源的同时，必须最大限度减少煤炭资源开发对生态环境影响，摒弃过度开采等落后开采方式，改变技术落后、能效低下、环境污染严重的落后利用方式，实施洗选、流通、终端消费全过程管理，依靠科技创新、强化监管，降低煤炭利用污染物排放，推进煤炭全产业链的绿色安全开采和清洁高效利用。

来源：经济日报

冰川融化加剧 南极大陆本世纪末或面临 瓦解

南极冰架坍塌将导致海平面急剧上升。据英国媒体10月12日报道，科学家发出警告，由于南极冰川融化速度日益加快，到2100年整块南极大陆的稳定性将处于危险之中。大范围内的冰架坍塌会使漂浮的冰川融入海中，最终将导致海平面急剧上升。

最新研究预测，2050年南极冰架表面融化速度会加倍；至本世纪末，融化速度会超过冰架的坍塌速度。一旦发生这样的情况，就相当于失去了天然屏障阻止冰川流动和陆地覆盖冰架融入海洋。

作为美国马塞诸塞州伍兹霍尔海洋研究所的首席科学家，卢克博士说：“我们的研究结果仅表明，如此快速的冰川融化会加剧全球变暖。类似的情况也在南极半岛发生过，在最近的几十年里，我们已经观察到了温度的上升以及冰架的突然瓦解。”

此外他还表示，模型预测显示临近本世界末期，类似程度的冰川融化可能会在南极洲海岸大量发生，冰架稳定性的问题令人堪忧。

这项研究以卫星提供的冰川融化数据以及本世纪的气候预测为依据，现已刊登在《自然地球科学》杂志上。研究显示，如果继续按照目前的速度排放温室气体，本世纪的末期南极冰架将面临全面坍塌的危险。但是，在减少排放量的情况下，2050年后冰川融化就能得到控制。

本项研究的合著者——马塞诸塞州克拉克大学的克伦·弗雷博士说：“这项研究中的数据清楚地表明，南极冰架未来的命运实际上牢牢地掌握在气候政策和温室气体排放轨迹的手上。我们要充分考虑这两方面，尤其是在评估冰架长期稳定性和冰架对海平面上升的潜在影响的时候。”

来源：中国网







午后红茶

时光 不说话

记得很久很久以前，岁月流逝总是缓慢的，一步一步，一点一滴。时光的河流静静向前流淌，穿过丛林，越过峡谷，流向门前的青草地。人们日出而作，日落而息，年华安静美好地消散。

一把蒲扇，一张摇椅，一首淡淡的童谣，一阵徐徐的微风，梦里还会闻到淡淡的花香，耳边似乎还有知了的鸣叫，还能看到天边一轮明月和门前皎洁的月光。时光不语，静看花开花落。古时挑灯夜读的书生总会遇到窗边的小妖，退居山林的隐士总能弹奏一曲人生悲欢，仗剑天涯的侠客总是把酒问天，时光静静地在他们身边漫步而去，慢得听不到心跳。

一张老旧的相片躺在同样老旧的相册里，被锁在柜子的底层，洒了一层薄薄的

灰，轻轻将儿时的记忆掩埋。人生似乎总是稍纵即逝，照片早已泛黄，逐渐看不清原来的模样。一盆拼盘，一本相册，一群人围着一个点，记忆的片段不断在翻页的手间涌出，拼成一串故事。“而我喑哑，无法告知季候的风，时间怎样在繁星周围滴答出一个天堂。”醒悟时，时间已经画出一个天堂，花已非花，雾亦非雾，一曲终了时，人早各自散。

“滴滴滴滴”，屏幕上随着声音的起落更替着不同的场景，桌上放着一瓶牛奶，一包饼干，周围空荡得听得见心



跳的声音。筛选出其中几张存入文档，不再多留意一秒。上传，分享，查看，各式各样接踵而至。来不及细看，滴滴滴滴不断点击更换着，最后一页，关闭。承载着一段时光的载体，就这么被封存在电脑的底层，也许哪天会再次翻出来，却少了停下静静凝视回忆的心境，照片太多，时间跑得太快。窗外车辆川流不息，橘色路灯彻夜不歇。夜渐深，繁嚣却未减。人们总是感慨时光易逝，岁月短暂，腾不出一丁点时间。其实，岁月如歌，你若轻歌漫步，她亦缓慢；你若疾步奔驰，她也飞逝。

停下脚步，在一个宁静的午后，浅酌一杯咖啡，看看蓝天白云，听听清风鸟鸣，见证时光如何滴答出一个想要的天堂。

不能灿若夏花 何妨静如秋叶

盛夏已过，秋风渐渐，我来不及把握夏花的绚烂，只有满目落叶萧条。就算不能灿若夏花，何妨静如秋叶呢？放下昨日得不到的，珍惜今天已经拥有的，期盼明天会有的，岁月静好就够了。

我一直期盼我的人生能灿若夏花，不愿一生平淡。我羡慕着旁人精彩的生活，厌恶着自己平淡得近乎沉闷的生活。别人的人生有着许多故事，或感人、或励志、或好笑，而我并没有可以说道的故事，从出生开始就能知道我这一生走到头会是什么样子，完全就是平铺直叙，没有转折，没有起伏，如同流水账一样无趣。若说别人活得如夏花绚烂，那么我就是如落叶寂寥了。

我希望成功一次，让我的人生至少能够灿烂一阵子，不求一生灿烂，就算只是一阵子也就心满意足了。可是每一次我都会把事情搞砸，明明可以做好的，偏偏中途或是最后就会出纰漏，还要麻烦别人帮我收拾烂摊子。

别人嘴上没对我说什么，但是我心里也羞愧得很，因为即使我想再给别人搭把手，别人也会婉言拒绝，把我当成了累赘。于是有什么事情需要帮忙的时候，我永远不是别人心中的第一人选，甚至不被列入考虑。被排除在外的感觉很难受，可悲哀的是我竟然渐渐习惯了承受这样的苦涩。

我不再试图做些什么向别人证明自己，不再理会别人怎么看我。如果我这辈子注定不能灿若夏花，何妨静如秋叶呢？不能成功又如何，还是做好自己，尽量少给别人添麻烦，平平静静地过完这一生已经算好的了。后来，我慢慢明白，所有的得到都需要付出和牺牲，成功亦是如此，表面的灿烂美好都是用很多东西交换而来的，只有自己才知道灿烂的背后隐藏了多少汗和泪。或许我并不需要这样的灿烂，不希望用仅有的交换未知的结局。不付出就等于是放弃得到，既然放弃了就没有资格再谈

成功、灿烂之类的了，就该安然面对秋叶静美了。

我对人生已经无所求了，明媚的春天也好，灿烂的夏天也好，萧瑟的秋天也好，哪怕是隆冬也好，命运给什么我都接受，还要努力地寻找其中的美好，不去想本来可以得到什么，不去假设当初做了什么现在会如何，不去想象未来的光景，一心只想过好今天。已经逝去的昨天我错过了，还没到来的明天我不烦恼，只有还没结束的今天需要我把握住。哀叹过去已经没有意义了，我能做的就是珍惜今天，珍惜已经拥有的一切，带着希望入睡，在晨光中带着期盼醒来，过好每一天。

不能灿若夏花，何妨静如秋叶呢？就算我的人生不像别人精彩得能写成一部小说，寥寥数语就能概括我的一辈子，但是我也能记录每天细细体会到的小美好、小幸福，不需在乎别人评说什么，只要我自己心安理得就好。

哲理小故事三则

一只四处漂泊的老鼠在佛塔顶上安了家。

佛塔里的生活实在是幸福极了，它既可以在各层之间随意穿越，又可以享受到丰富的供品。它甚至还享有别人所无法想象的特权，那些不为人知的秘笈，它可以随意咀嚼；人们不敢正视的佛像，它可以自由休闲，兴起之时，甚至还可以在佛像头上留些排泄物。

每当善男信女们烧香叩头的时候，这只老鼠总是看着那令人陶醉的烟气，慢慢升起，它猛抽

着鼻子，心中暗笑：“可笑的人类，膝盖竟然这样柔软，说跪就跪下了！”

有一天，一只饿极了的野猫闯了进来，它一把将老鼠抓住。

“你不能吃我！你应该向我跪拜！我代表着佛！”这位高贵的俘虏抗议道。

“人们向你跪拜，只是因为你所占的位置，不是因为你！”

野猫讥讽道，然后，它像掰开一个汉堡包那样把老鼠掰成了两半。



人生感悟：人生中，很多人都有得意的时候，要客观地想一想，别人对你毕恭毕敬时，是因为你自身的人格、学识、恩德，还是因为你临时所处的位置。

鹦鹉



一个人去买鹦鹉，看到一只鹦鹉前标：此鹦鹉会两门语言，售价二百元。

另一只鹦鹉前则标道：此鹦鹉会四门语言，售价四百元。

该买哪只呢？两只都毛色光鲜，非常灵活可爱。这人转啊转，拿不定主意。

结果突然发现一只老掉了

牙的鹦鹉，毛色暗淡散乱，标价八百元。

这人赶紧将老板叫来：这只鹦鹉是不是会说八门语言？

店主说：不。

这人奇怪了：那为什么又老又丑又没有能力，会值这个数呢？

店主回答：因为另外两只鹦鹉叫这只鹦鹉老板。

A在合资公司做白领，觉得自己满腔抱负没有得到上级的赏识，经常想：如果有一天能见到老总，有机会展示一下自己的才干就好了！！

A的同事B，也有同样的想法，他更进一步，去打听老总上下班的时间，算好他大概会在何时进电梯，他也在这个时候去坐电梯，希望能遇到老总，有机会

可以打个招呼。

他们的同事C更进一步。他详细了解老总的奋斗历程，弄清老总毕业的学校，人际风格，关心的问题，精心设计了几句简单却有份量的开场白，在算好的时间去乘坐电梯，跟老总打过几次招呼后，终于有一天跟老总长谈了一次，不久就争取到了更好的职位。

哲理故事感悟：这故事告诉我们，真正的领导人，不一定自己能力有多强，只要懂信任，懂放权，懂珍惜，就能团结比自己更强的力量，从而提升自己的身价。相反许多能力非常强的人却因为过于完美主义，事必躬亲，什么都不如自己，最后只能做最好的攻关人员，销售代表，成不了优秀的领导人。



心得：愚者错失机会，智者善抓机会，成功者创造机会。机会只给准备好的人，这准备二字，并非说说而已。

Fashion food

时尚饕饕

冬天养生进补的七大好食材

导语：“春生、夏长、秋收、冬藏”这是季节养生原则，到了冬天处于“封藏”时期，这时候进补营养物质吸收得快，冬天通过调补，能使“精气”储存于体内，到了来年春天就不容易得病。那么冬天养生吃什么最进补呢？冬天养生进补的食材都有哪些？在此推荐冬天养生进补的七大好食材，注重冬天养生进补的你不妨尝试一下吧。

冬日里，天气骤寒，心脑血管疾病的高发期随之而来，体质虚弱、容易感冒、畏寒怕冷的人也需增强体质。中医认为，气行则血行，气滞则血瘀。黄芪向来被认为是益气固表的能手，其性微温，归肺、脾、肝、肾经，尤其擅长补气，非常适合上述两类人服用。黄芪有“补而不腻”的特点，适当服用有助增强体质，缓解乏力。

红豆药用可以清热解毒、健脾益胃、利尿消肿、通气除烦，可治疗小便不利、脾虚水肿、脚气病等。秋天吃红豆可以养生，这是因为，在我国大部分地区，立秋后很长一段时间，气温通常较高，空气湿度也较大。

黄芪的用法比较多，可与各种肉类搭配。黄芪瘦肉汤可暖中祛寒，提高抗寒能力；黄芪炖牛肉可益气补肺，养心安神；黄芪炖鸡汤适合脾胃气虚、肺气虚弱的人，对缓解产后体虚、面色萎黄、易出虚汗等效果良好。根据个人情况，食用黄芪时还可再添点其他配料，如气血两虚的人可加点红枣，希望养肝、润肺的人可加少许枸杞，而

黄芪：益气固表



虚、郁热者，表现为手足心热、两肋胀闷、大便秘结等症状的人慎食。

红豆：清热解毒



冬天进补需先调理脾胃，调理脾胃须侧重于清热、利湿、健脾，而红小豆正好有上述功效，可使体内的湿热之邪及时排出，促进脾胃功能的恢复，同时红小豆还具有很好的补血作用，可以为秋冬进补奠定基础。

红糖：化痰散寒



冬季强调温补，红糖性温、味甘，入脾经，能“温而补之，温而通之，温而散之”，具有化痰散寒、暖胃健脾、缓解疼痛的功效。对体寒虚弱、造血功能下降的老人，尤其是大病初愈者，红糖有很好的保健功效，是物美价廉的补品。而且，红糖是未经精炼的粗糖，保留较多维生素和铁、锌、

锰等矿物质，营养价值较高。

红糖与不同食物搭配，可达到不同的保健功效。比如，用红糖煮荷包蛋，可使鸡蛋和红糖营养互补，让人面色红润，有精神；用红糖泡桂圆干服用，对改善睡眠有积极作用；熬粥放点红糖，有益气养血之效。

大枣：补中益气



大枣对身体好处不少，民间有“一日吃仨枣，一生不显老”的说法。中医认为，大枣性味甘温，能补中益气、养血安神，是冬季上佳的滋补品。它富含铁元素，可促进血液循环，病后体弱、贫

血患者以及冬季手脚冰凉的女性都适合用大枣调理身体。建议把红枣在铁锅里炒黑后泡水喝，可治疗胃寒、胃痛。红枣水里加入桂圆，可作为茶饮，有补血、补气的功效。

白萝卜：去火化痰



俗话说：“冬吃萝卜夏吃姜”、“十一月萝卜赛人参”。白萝卜是冬季的时令蔬菜，也是养生的好食材。中医把肺看做“娇脏”，是外邪首先侵袭的地方，立冬后需特别呵护。白萝卜性凉，味甘辛，归肺、胃经，对肺胃有热、痰多、气胀食滞、消化不良、大小便不畅的人尤其适用。在食用上，它有两个最佳搭档：如想发挥止咳效果，就将白

萝卜和冰糖搭配，共同达到除痰润肺、和中止咳的作用；如想抑制咽喉发干、疼痛的症状，可把白萝卜与青果煎煮后当茶饮，能很好地缓解肺胃热盛引起的咽喉肿痛。

需要提醒的是，白萝卜性凉，脾胃虚寒、慢性胃炎、胃溃疡、大便偏稀者不宜大量食用。

另外，萝卜不宜和“补药”同食，因其有下气、消滞作用，行气太过容易破气，会在一定程度上妨碍人参、黄芪等补气类药物的吸收。

天冷时食物能帮人体御寒，1800多年前的中医经典著作《金匱要略》中，就有一款特别适合寒冷季节食用的“当归生姜羊肉汤”，主要成分之一当归，被历代医家誉为“血中圣药”。当归性温，入肝、心、脾经，有补血活血、调经止痛、润肠通便的作用。当归并非只适合女性使用，凡是血虚、血瘀的病人，表现为血虚头痛、头晕心悸、面

色萎黄、跌打损伤、皮肤感染、血虚肠燥便秘、虚寒腹痛等，都可一试。

这款汤中当归有两个搭档，生姜能温中散寒，发汗解表；羊肉则性质温热，温中补虚，是老少皆宜的食物。三者配合起来，可温中补血、祛寒止痛。体质虚寒、容易长冻疮的人可在冬天将此汤作为药膳日常食用。当归虽适用范围广，但对火大的人、

当归：活血祛寒



人，若仅为保健，也不要随意食用当归，否则容易上火，防病不成反致病。

冬季是补肾的好季节，而枸杞是补肾佳品。枸杞性味甘平，归肝、肾经，能补肾益精、养肝明目、补血安神、生津止渴，对肾脏和肝脏都是宝。在空气干冷的冬季，眼睛易干涩、流泪，常吃枸杞还能缓解这些症状。

一般来说，健康成人每天吃20克左右（约30颗）枸杞比较合适。枸杞最适合煮粥或煲汤，可将它和大枣、

山药等搭配。嫌麻烦的话，还有一种简便吃法，即早晚嚼食，营养成分的吸收更充分，但嚼枸杞时要注意控制数量，最好减半（15颗左右），否则易滋补过度。枸杞补肾益精作用明显，民间流传有“君行千里，莫食枸杞”的谚语，性欲亢进的人不宜服用。需要注意的是，枸杞含糖量较高，糖尿病患者应控制用量。

枸杞：养肝明目



小贴士

冬天进补要因不同的的虚症而异。总得原则是气虚补气，血虚补血，阴虚滋阴，阳虚壮阳。严重虚弱者还需气血同治，阴阳双补。进补期间要多食用新鲜蔬果以防燥热及滋腻。



看电视抓把瓜子，朋友闲聊吃包薯片……现在很多人都是“零食控”。其实，零食也分等级，有些零食适量吃，不仅可以补充能量和部分营养素，也是一种减压的方式，有些零食则要“敬而远之”。



养生不戒口 但吃零食要分“三六九”

下等零食坚决别吃：存在食品安全问题的零食

山寨小厂生产的不安全的，或者容易造假的、添加非食品级添加剂的零食比如“五毛钱”食品、辣条、泡椒鸡爪、速溶奶茶等，建议大家不吃为妙。



中等零食回避吃：高盐、高糖和高油的零食

它们可能以其“高颜值，好口感”吸引着你，但这类零食建议一周食用不超过2~3次，最好是不吃。



体重超重、血脂较高的人群要限制食用巧克力，最好不吃或者只吃一小块作为加餐。



薯片类膨化食品更是要少吃，多余的油脂和盐都会加重身体负担。



苔属于高盐分零食，一天吃4~5片就够了，吃多了会导致盐分摄入超量。

上等零食适当吃：坚果、全谷物能量棒、奶酪和水果干等



核桃、板栗和花生等零食含有丰富的B族维生素和饱和脂肪酸，适当摄入可以调节血脂。



全谷物能量棒可以在加班或运动后吃一些，有助补充能量或者恢复体能。



大枣、葡萄干、桂圆干等天然果干营养素密度较高，可以常吃。

果干和坚果吃的时候都要注意量，每天一次，每次一小把（不超过25克）即可，以免摄入过多的脂肪和热量。

最后，需要提醒的是，既然是零食就只是正餐以外的补充，不要零食不离口，最好在两餐之间吃，在正餐前两小时左右吃，这样既补充了营养，也在味觉上得到了享受。大家还是要重视正餐，加餐可以以果蔬和奶制品等健康食品为主。



Soul Music Hall

心灵乐馆

音乐画廊系列

——斯德哥尔摩 **Oscars Motettkor** 合唱团 《黑教堂》

唱片名称: CANTATE DOMINO (黑教堂)
 片名: CANTATE DOMINO (黑教堂)
 出版商: PROPRIUS
 编号: XRCD 7762
 指挥: Torsten Nilsson
 演奏: Alf Londer/Marianne Mellnas
 乐团: 斯德哥尔摩 Oscars Motettkor 合唱团



大碟简介:

来自北国瑞典天使般的歌声，一同感受独特的纯净空灵感，音响超级示范碟，发烧友与爱乐者的音乐珍宝。

《黑教堂》是 PROPRIUS 公司在 1976 年录制的一张圣诞音乐合唱专辑。聆听这张唱片，你闭着眼睛只用耳朵，就能轻而易举的识别出，女高音就活生生的站在音场正中，

她身后弧形站着三排大约 30 人左右的合唱队，而伴奏的管风琴位于最后一排，它的高频居高临下，而低频却贴地而行……整个舞台都尽收耳底！这张 CD 里那 15 首圣诞音乐作品的演唱水平之高，根本不是语言所能够形容的，那无与伦比的神圣和纯净，简直到了叫人难以置信的程

度。堂音丰富，空间感绝佳，人声平衡，定位清晰，被誉为“数人头”工作。

本片是一张圣乐歌曲的录音，里面收录有 15 首歌曲，这些歌曲是瑞典的一个教堂的唱诗班演唱。这张唱片录音自 1976 年，直到今天，如果你去唱片店，仍能看到它的踪影，而且在音响迷中无人不知。这其中的原因有两个：一个是 HI-END 级的录音，另一个是犹如天籁般的音乐。先说录音，唱片的录音场所是在教堂中，伴奏乐器是管风琴。常听音响的人都应知道听音环境讲究吸声，也就是空间内的回音要少，只有这样音乐才能真实的进入我们



的耳朵。而教堂的环境恰恰相反，是一个极其空旷，回音很多的场所，在这里录音的难度可想而知。但是本片的录音师 ALVING 却很好的把握了教堂这种特点并加以利用，在唱片中，我们不但没有听到因为回声太多带来的人声的模糊不清，反而能清楚感觉到演唱者排与排之间的距离和每个人的发音位置。教堂的回声此时已变成了很好的衬托，将圣乐那种神圣庄严的气氛很好的体现了出来。再说音乐，我觉得用圣洁，神圣形容本片的音乐是最恰如其分的。原来没有去过教堂，也不知道在教堂唱圣歌是一种什麼情形。但在听过这张唱片后，我明白了为什麼天主教的教徒们要说“主啊！请宽恕我的罪过吧！”这句话了。这是因为在神圣的教堂中，在这些圣歌的感召下，

你会发自内心的说出这句话。这就是这些歌曲的魔力所在。这些旋律有时高亢有时舒缓，但它总保持着一种神秘和超脱，营造出一种圣洁，安详的氛围。你会感觉这是来自天国的音乐，它洗涤人世间的一且罪孽，净化了人们的心灵。本片的许多歌曲在圣诞节时是经常演唱的。

总之，这是一张录音完美，音乐动人的经典录音，适合所有乐迷，如果你还没有就赶快去买吧！它不会让

你失望的。

这张唱片是瑞典 PROPRIUS 唱片公司在 20 世纪 70 ~ 80 年代为我们留下的合唱作品经典，多年来他们始终风行于音响发烧友当中，而很少有纯的音乐爱好者注意到，这两张唱片的演唱水准和录音素质，即使是在 20 多年后的今天，依然没有真正的对手可言！

在平安夜里，能听到这样一张堪称人类合唱录音极品的 CD，已经是很幸福很幸福的事儿了。



曲目:

1	Enrico Bossi: Cantate Domino (Text: Psalt. 149:1,5)	9	Adolphe Adam: Julsang (Korbearb: Albert Lindstrom)
2	Johann Gottfried Walther: Konsert For Orgel, A-Dur; Allegro-Adagio-Allegro	10	Folkelig koral: Den Signade Dag (Text: Laurentius Jonae)
3	Otto Olsson: Advent (Text: Paul Nilsson)	11	Franz Gruber: Stille Nacht (Sattn: Hanns Miessner; Text: Joseph Mohr)
4	Georg Friedrich Handel: Dotter ion, Frojda Dig	12	Max Reger: Marle Wiegenlied
5	Georg Joseph Vogler: Hosianna Davids Son (Text: Matt. 21:9)	13	Otto Olsson: Jul
6	Folkelig koral: Frogda Dig, Du Kristi Brud (Text: SvPs 116:1-2 i 1695 ars psalmbok)	14	Tjeckisk folkmelodi: Zither Carol (Text och arr: Malcolm Sargent)
7	Koreansk folkmelodi: Lullaby (Text och arr: Malcolm Sargent)	15	Irving Berlin: White Christmas
8	Fansk julsang: Il Est Ne Le Divin Enfant (Arr: John Rutter)		

时尚旅游
Fashiontravel

台湾垦丁

晴朗潮汐 聆听时间砂



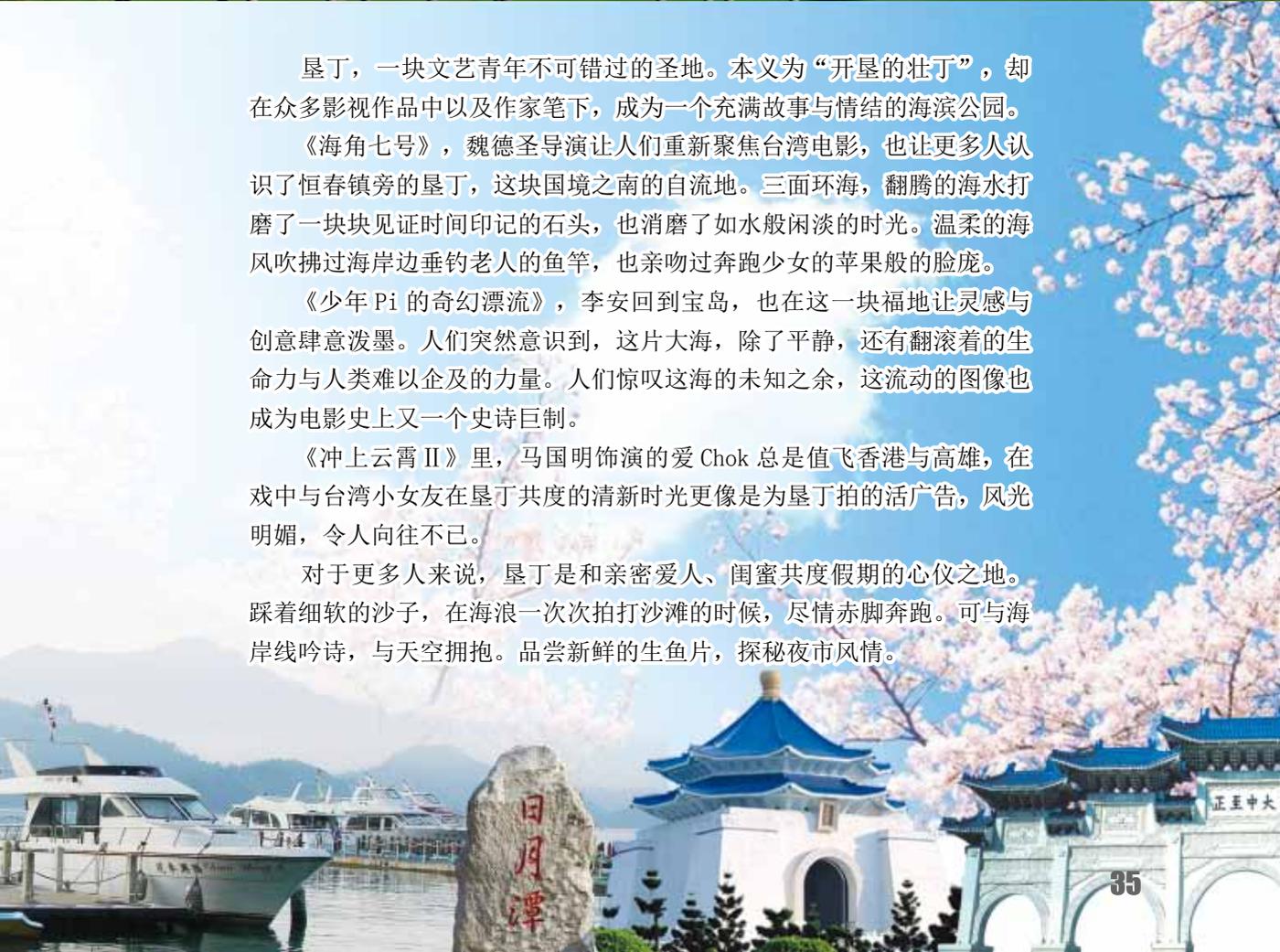
垦丁，一块文艺青年不可错过的圣地。本义为“开垦的壮丁”，却在众多影视作品中以及作家笔下，成为一个充满故事与情结的海滨公园。

《海角七号》，魏德圣导演让人们重新聚焦台湾电影，也让更多人认识了恒春镇旁的垦丁，这块国境之南的自流地。三面环海，翻腾的海水打磨了一块块见证时间印记的石头，也消磨了如水般闲淡的时光。温柔的海风吹拂过海岸边垂钓老人的鱼竿，也亲吻过奔跑少女的苹果般的脸庞。

《少年Pi 的奇幻漂流》，李安回到宝岛，也在这一块福地让灵感与创意肆意泼墨。人们突然意识到，这片大海，除了平静，还有翻滚着的生命力与人类难以企及的力量。人们惊叹这海的未知之余，这流动的图像也成为电影史上又一个史诗巨制。

《冲上云霄II》里，马国明饰演的爱Chok总是值飞香港与高雄，在戏中与台湾小女友在垦丁共度的清新时光更像是为垦丁拍的活广告，风光明媚，令人向往不已。

对于更多人来说，垦丁是和亲密爱人、闺蜜共度假期的心仪之地。踩着细软的沙子，在海浪一次次拍打沙滩的时候，尽情赤脚奔跑。可与海岸线吟诗，与天空拥抱。品尝新鲜的生鱼片，探秘夜市风情。



亮点 · HIGH LIGHTS

No.1 国境之南的约会

跟随无数熟悉镜头中的地标，从东亚之光——鹅銮鼻灯塔开始，来一场和国境之南的温暖约会吧！



No.2 跟着电影游垦丁

白沙湾是少年 Pi 的取景地，《海角七号》则让无数粉丝为恒春这座小镇倾心。何不跟着电影场景一起来温习垦丁的景致？

No.3 香蕉你个芭乐

芭乐是番石榴在台湾的叫法，红心芭乐更是口感新鲜、甜润。台湾富产莲雾等各类新鲜蔬果，芭乐加酸梅粉则是街边热门小吃，不得不试哟！



No.4 吹吹太平洋的海风

垦丁坐拥三面环海的地形优势，碧水蓝天相接一线，海景十分美丽。快来这里吹吹海风，放松心情，即刻淡忘尘世烦扰。

No.5 夜宿海生馆

在海生馆，可以在不同主题的区域留宿。夜晚，看灯光映照下的海洋馆与海洋动物们，更添神秘。与海豚共眠，让人不禁心动。



No.6 古早味·民俗情

在垦丁，最不缺的当然是各类民宿。“古早味”指各种怀旧风味小吃，令人想起外婆的味道。

鹅銮鼻公园



鹅銮鼻位于台湾最南端，园内珊瑚礁石灰岩地形遍布，巨礁林立，怪石嶙峋，特殊的珊瑚礁植物和热带海岸植物繁衍其间。

鹅銮鼻灯塔驰名国内外，系

英国技师所设计，初建时常遭当地原住民侵扰，故塔基筑有炮台，围墙上开凿枪眼，墙外四周挖设壕沟，建成后曾派武装士兵守卫，是世界上少见的武装灯塔。内设



大型四等旋转透镜电灯，为全台湾灯塔中最为雄伟的一座，并有“东亚之光”的美誉，现已被列为史迹保存区。晚上是观星的绝佳地点。

台湾最南点



很多人都认为鹅銮鼻公园是台湾最南点，其实另有所在。鹅銮鼻公园往龙坑方向，直行到底就是鹅銮鼻露营区，从这里沿着铺着砖块的林荫小径步行约十分钟，可看见一高台，这就是台湾最南点的标志。

最南点为东经 120 度 50 分 0 秒，北纬 21 度 53 分 59 秒。由平台望出去可看到太平洋与巴士

海峡的交界处，受洋流的影响，时常波涛汹涌。周围是海天一色望不到尽头的壮阔景象，让人感怀。



南湾



南湾是台湾最南端两陆岬的行界点，原本是个小渔村，古时称为“大板埭”，大板埭就是“大石陷落”的意思。

南湾因海水清澈透蓝因此又

名“蓝湾”，美丽细致的滩长约 600 公尺，是垦丁国家公园最宽阔的沙滩，也是最具代表性的景点之一，早年以“金沙白浪”被列为恒春八景之一，如今已成为



垦丁水上新潮活动的大本营，是垦丁众多沙滩中周边配套最方便的沙滩之一。

有时游客较多。

景点 · SIGHTS

关山

关山曾被CNN评为“全球十二处绝美日落景点”之一。台湾有多座“关山”，而屏東关山位于屏東县恒春半岛西南方，以前叫“高山岩”，海拔甚高，视野良好，由上往下俯瞰景色极美，能把整条红紫坑海岸线尽收眼底。因为地处西边，居高临下，很适合欣赏日落景色。夕阳西下，

海面翻起霞光，衬托珊瑚礁景观，别具美感，因此有关山夕照之名，列入南台湾八景之一，其中一福德宫旁一座双层凉亭为最佳观赏点，视野辽阔。关山上有一座庙——高山岩，雄峙在关山的据高点处海拔152公尺，庙是坐正西朝正东，从庙前的广场可以俯瞰整个垦丁半岛风光，一眼望至



鹅銮鼻，大有一庙收万山，一览众山小之势。庙门口有一口洞叫“智慧洞”，让人清楚了解，整座福德宫是建在珊瑚礁岩石上。

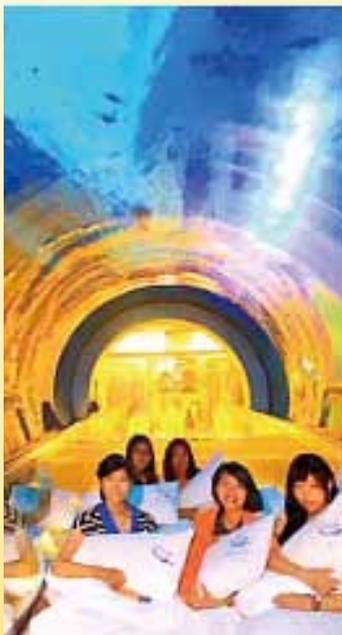
猫鼻头公园

位于恒春半岛西南顶端，距白沙湾约3.5公里，全长5公里，宽3.5公里，为恒春半岛向巴士海峡延伸而出的突兀点，因其外形如蹲伏的猫，而取其名为猫鼻头。是台湾海峡和巴士海峡的分界点，与鹅銮鼻形成台湾最南的两端。猫鼻头具体指有块像猫咪蹲在海上的大石头，露了一个鼻尖出来。狰狞的珊瑚礁岩相称极富观赏之美。



国立海洋生物博物馆

它是亚洲最大的海洋生物博物馆。国立海洋生物博物馆位于屏東县车城乡，西临蔚蓝的台湾海峡，东傍72公尺高的龟山，全区规划面积合计为96.81公顷，其中博物馆区规划兴建35.81公顷，而外围绿地与服务设施区（如停车场、游客服务中心）则占地60余公顷。建筑配置可区分为：博物馆（台湾水域、珊瑚王国、世界水域三大主题展示馆、行政与教学中心，由一共同大厅串连而成）、水族实验中心、服务设施、研究大楼、维护设施、国际会议中心以及学研中心等数个主要建筑区。每天定时会有包括企鹅喂食、海豹喂食等不同主题的讲解。



景点 · SIGHTS

垦丁大街

传说中的“垦丁大街”，是由“垦丁国家公园牌楼”到“垦丁凯撒大饭店”之间的“垦丁路”。

这段短短不到两公里的“垦丁路”每到夜晚就会摇身一转变成热闹繁华的“垦丁大街”，同时也把垦丁的夜晚点缀成一片缤纷，目前已是来垦丁游玩的游客傍晚必逛的景点。

这里有着各式各样的商店。除了一般夜市也有的各式趣味游戏，大街上还流行一种彩绘纹身，利用药水的暂时性效果让纹身的花样停留在身上约7~10天，

阿嘉的家

这儿是因为电影《海角七号》走红，被改成民宿博物馆供影迷参观的阿嘉的家，房间仍保留了电影中的所有场景，连床单也一模一样。

失意的阿嘉回到老家当邮差，每天不是骑车到处闲逛就是在家睡大觉。这座水泥老宅，让电影情境立即浮上心头。这幢老宅目前已经改为“阿嘉家”民宿



而且街上还有许多间 PUB，有时表演秀还会从店内跳到马路中间，每次都会引起路人骚动，相当特别。

沿途也有许多充满海洋风味的个性商店，从花色繁多的海滩

鞋、款式琳琅满目的海滩短裤等，另外一个特点就是美食特别多，五花八门的小摊子，品当地美食，以及各式异国、南洋料理，较特殊的是这里每一家餐厅装潢都特别具有风情。

和博物馆，可以以包幢的形式开放预约住宿。房间里面有电影的原来场景，他特别保留了阿嘉睡过的双人床，铺上他睡过的床单，墙上有海角七号的电影海报，书柜上有一瓶小米酒，床边摆了一把阿嘉在戏中使用的吉他，这把吉他其实是屋主小孩所有，上面还有男主角的签名喔，简直让影迷开心到爆。



白沙湾



白沙湾位于石门乡德茂村沿岸，居淡水河口北岸，是麟山鼻与富贵角两个海岬间的半月形海湾。是台湾最北的海水浴场。

白沙湾更是许多爱人情侣最爱的地方，也是适合全家大小玩水的好地方，在这里还可以找到漂亮的星沙。作为《少年派的奇幻漂流》的拍摄地，吸引了众多游客前来晒日光浴、进行海上运动。

白沙湾是垦丁众多海滩中沙子最白的沙滩，值得一去。

景点 · SIGHTS

大湾

垦丁最大的沙滩，有3公里长。相对而言游客较少，适合发呆。视野开阔，也适合呼朋引伴，和三五好友一起共享美妙的海滩时光。这里也是《海角七号》的拍摄场景之一。



小湾

垦丁最小的沙滩，位于垦丁大街往鹅銮鼻方向的尽头，凯撒大饭店对面。它是离垦丁大街最近的一个沙滩，步行即可到达。小湾入口处是露天酒吧，夜幕垂下，会有乐队表演或音乐播放。也是打发时间的绝好去处。有时会有猫走过。



推荐餐馆 · RESTAURANT

小杜包子



来到垦丁必吃的就是这家小杜包子啦！红透半边天，看着长长的排队队伍就知道小杜包子的魅力！

店主小杜因为怀念着村的口味，用时2年悉心研发出口感一流的包子。小杜包子的口味非常多，其中在网络上爆红的起司包更是一绝，将西方的起司包入中式传统的包子里，香浓又会拉丝的起司包口感广受欢迎。

除此之外，店内还有加入地方特产洋葱所做出的洋葱烤肉包、辣狮子头包、蛋黄香菇肉包、麻薯红豆包等等，口味缤纷。

迪迪小吃



在垦丁经营长达16年之久的迪迪小吃，酸辣开胃的南洋料理极适合炎热的垦丁。

餐点中有了新加坡、印度尼西亚、泰国、马来西亚等地特色，原来这是因为经营者易迪迪和二姐易凤玲为祖籍广东的文莱华侨，从小接触各地的料理，母亲亦热爱烹调，耳濡目染下造就了一手的好厨艺，在垦丁人气指数非常高，去之前最好提早定位喔！

旅南活海鲜



旅南活海鲜是垦丁第一家在街上创立的老字号海产店，多年的经验也推出了许多脍炙人口的风味料理，此外业者也会尝试创新与研发新菜色，多年以来累积了许多好口碑，例如金瓜米粉真的是平价必点的招牌菜！

餐饮 · FOOD

美食及美食店



小杜包子



卤味



海鲜



鸭肉冬粉



万峦猪脚



大鱿鱼



阿兴生鱼片



酒水



冒烟的乔美式墨西哥餐厅



原住民美食石板烤肉山猪肉

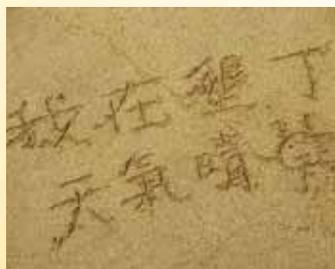


一品卤味



垦丁大街

垦丁的夜



背景 · BACKGROUND

历史 · HISTORY

垦丁的名字据说是清统治时，从大陆来了一批壮丁到现在这个台湾最南部的地方开垦，这里便被后人称为“垦丁”。“垦丁”本义为“开垦的壮丁”。清领时期光绪三年（1877年）官方设置招垦局，募得粤籍客家人在此搭寮垦荒，得名为垦丁寮。

《恒春县志》亦记载垦丁庄为“客番杂居”（客家人与原住民杂居）的村落。另说则为同治年间，当有壮丁开丁而得名。

垦丁寮旧址在大尖石山麓，本只是个小地名，今日一般指垦丁路夜市（仍在大尖石山下）。由于后来成为国家公园名，亦常泛指临近观光地区。



地理气候 · ENVIRONMENT



垦丁国家公园位于台湾本岛最南端的恒春半岛，三面环海，东面太平洋，西邻台湾海峡，南濒巴士海峡。陆地范围，西边包括龟山向南至红柴之台地崖与海滨地带，南部包括龙銜潭南面之猫鼻头、南湾、垦丁国家森林游乐区、鹅銮鼻、东沿太平洋岸经

佳乐水，北至南仁山区。海域范围包括南湾海域及龟山经猫鼻头、鹅銮鼻北至南仁湾间，距离海岸一公里内的海域。

垦丁国家公园地理上属于热带性气候区，终年气温和暖，热带植物衍生，四周海域清澈，珊瑚生长繁盛。

小贴士 · TIPS

1 在寒暑假时，最好先预定房间。记得要带防晒用品。最好是带着很轻松的心情及轻便的衣物，不用很多的行李，那边很多商店都可以买。最好带一双拖鞋，因为绝大部分的时间会最方便。

2 到垦丁前，最好先找一些资讯，免得到最后不知道要玩什么。垦丁除了水上活动外，还有很多好地方值得你去看一看。建议是骑乘机车，到处晃晃最为方便。但如果是开车也是可以。记得上午十一点到下午二点紫外线最强。最好等下午二点以后再出去活动，避免中暑。

3 背包客最好的旅游时间是十月、十一月、三月、四月左右，天气没夏天那般炎热，游客也比较少，重点是进入淡季后民宿的房价都比较便宜，有些为了促销还有更多的优惠折扣。

4 垦丁的海岸线景色优美，台湾盛行的旅游摄影服务就常来此取景。

5 垦丁是重要珊瑚繁殖区域，请不要涂抹防晒油下水游玩，也不要踩著珊瑚下水。



电影

MOVIE

海角七号
Cape No.7

人只能活一回，唯有抓住机会，才知道梦想能否实现。依傍大海的美丽小镇恒春上，音乐梦想在台北遭受打击的年轻人阿嘉（范逸臣）冷眼旁观着一切。一个日本邮包，里面除一张泛黄的少女照片，是几封写于60年前的信件。

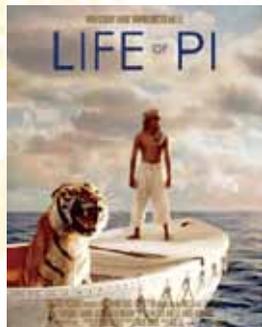
《海角七号》独揽6项金马奖，冲破4亿新



台币，算是台湾最叫好、最卖座的华语电影之一，创造台湾华语电影票房神话。

少年派的奇幻漂流
Life Of Pi

一名在找寻灵感的作家无意间得知派的传奇故事。在前往加拿大的船上，深夜在茫茫大海中，原本令派感到刺激无比的暴风雨一瞬间就成了吞噬货船的大灾难。派却奇迹般地活了下来，搭着救生船在太平洋上漂流，而且有一名最令人意想不到的同伴——理查德·帕克，



一只孟加拉大老虎……本片大海拍摄部分在垦丁白沙湾完成。

获得奥斯卡最佳影片提名。

电视剧

TV SERIES

冲上云霄 II
Triumph in The Skies II

《冲上云霄II》是香港电视广播有限公司于2013年推出的时装航空题材电视剧。

该剧主要讲述天颂航空 skyIette 的职员，在飞行的过程中发生关于爱情和成功的故事。

这一部除到三亚、青岛、高雄、垦丁等国内多个地方取景外，还远赴英国、法国等地拍摄。



邀请了香港航空机师及空中服务团队给予专业指导，并在A330客机的真实机舱内拍摄。

我在垦丁天气晴
Wayward Kenting

汉文（彭于晏饰）、亮亮（李康宜饰）和阿佐（李绍祥饰）是一起长大的好朋友。

汉文和亮亮迷上了网路作家“雨不停”晓纬（张钧甯饰），以“天气晴”为暱称和她在网上频繁交流。

晓纬小说的插画家阿南（阮经天饰）也来到垦丁。认识了来垦丁



发展的楚大哥，合作开创事业。即将展开时，楚大哥却失踪了。他们对垦丁的梦该如何继续？

音乐

MUSIC

下雨的垦丁
丝袜小姐

丝袜小姐虽然团名叫丝袜小姐，但是除了主唱小龟的生理性别是女生之外，其他三位成员可是堂堂正正的大男生。对于他们的音乐，有人听完会觉得无聊有些人听完会哄堂大笑，有人听了很舒眠也有些



人听著就会小小声的啜泣。《下雨的垦丁》在轻快的旋律里表现出垦丁无时无刻给人的好心情。

浪人情歌
伍佰

电影《阿甘正传》中，阿甘在越南的雨中给Jenny写信时，响起的背景音乐就是这首加州梦想。在王家卫导演的电影《重庆森林》中王菲也摇头晃脑地哼唱着这美妙的旋律。歌词里写道，“如果我在



LA，我会安全又温暖。”灰冷暗淡的冬日风露中，一曲畅快的《California Dreamin'》，将我们带到温暖和煦的阳光海岸。

书评



心法： 稻盛和夫的哲学

作者：稻盛和夫
译者：曹岫云

【编辑推荐】

都说失败是成功之母，可成功又是什么呢？稻盛和夫用他博大精深的哲学告诉我们，“成功也是一种试炼。有的人在成功时得意忘形，就会堕落，而有的人在成功后意识到成功并非自己一个人的力量，还要不断努力，提升心性。”

在本书中，类似这样给人醍醐灌顶感觉的思想火花不胜枚举。娓娓道来之中，何为正确跃然纸上，让人有感同身受的共鸣感。不管是深陷困境的失败者，还是春风得意的成功者，特别是对自己的人生抱有不安心、丧失自信、陷入苦恼漩涡的人们，阅读此书是一个不错的选择，它可以引领你的人生走向更高的层次。



格局逆袭

作者：宗宁

【编辑推荐】

这是一本写给都市年轻人和热血创业者的奋斗指南。本书不仅可以帮助年轻人清晰地认识自己的特质和特长，规划自己的职场和人生轨迹，还提出了实用且针对性较强的，提升个人觉悟和能力的经验。

本书用年轻人的话语体系，一阵见血地道出了当下年轻人关于工作、生活、人际关系的思想误区，提出格局逆袭的观点，帮奋斗路上的年轻人再次定位自己，找到方向，实现普通人的逆袭。

漫画欣赏

Caricature



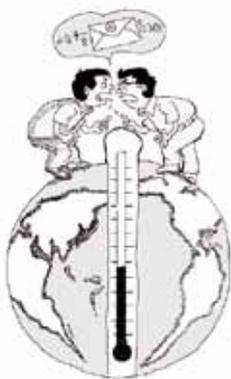
.1.



.2.



.3.



.4.



.5.



.6.



.7.



.8.



■ 本刊仅供行业内部交流