

阿谭奇遇记

踏浪丝路话巴新

新华社记者 凌朔

1870年至1880年间的某一天,一艘德国人的船开到了位于今天巴布亚新几内亚中东部的新不列颠岛。一个中国小伙子下了船,第一次踏上这片陌生的土地。几年后,他开了几家店铺和一家造船厂。当地人后来知道了这个小伙子的名字,叫他“阿谭”。

中国与巴新,隔海遥望。悠悠岁月中,不知有多少“阿谭”,平凡而又生动地掀开了两种文明美好交往与进步的一页篇章。

中国人都姓“阿”

阿谭绝非第一个到达巴新的中国人。今天的巴新,在中国古代属于广义的“南洋”概念。美国太平洋群岛史学家奥利弗·道格拉斯推断,在地球上靠近东南亚的巴新诸岛早就有中国人的足迹了,因为早在15世纪,中国商人就广泛活跃于南洋一带。澳大利亚学者罗利·邓福德则考证到,中国人比德国人更早到达新几内亚岛的塞皮克河谷一带。只是,在19世纪末以前,没有文献有名有姓地提及客居巴新的中国人,直到阿谭的出现。

阿谭本名李谭德。这是一个连互联网搜索引擎都难以检索到的名字。但是在巴新华人圈,在西方文献中,甚至在土著部落里,李谭德就是传奇。

初到他乡的阿谭,人生地不熟。凭借踏实与真诚,他逐渐积攒起一些小产业。19世纪末,越来越多中国人前往新几内亚岛、新不列颠岛、俾斯麦群岛,阿谭把他们收留下来安排生计。历史文献中,许多中国人没有留下本名,但当地土著亲切地称呼他们为“阿昆”、“阿梁”、“阿盛”……一些土著人甚至认为,中国人都姓“阿”。

调查统计显示,巴新第一代华人姓氏有50多个,主要来自广东开平、台山、新会、恩平四邑,三大家姓分别是司徒、陈、周。

土著就认“中国货”

上世纪70年代,人文地理学者布莱恩特·艾伦在一批田野考察手稿中记录到,塞皮克河谷的土著人回忆说,他们祖上最早接触的外国人就是中国人。中国人给当地引入了极受欢迎的果蔬新物种,如中国芋头、黄瓜、木瓜等,深刻改变了当地人的生活。

海上丝绸之路,经历了从以物易物、货币贸易到信用贸易的发展过程,但商品从来都不是往来舟船里唯一的“压舱物”。技术的交流、文化的往来、善意的交往,是海丝路上许多中国人漂洋过海留居他乡的伴手礼。

贝壳和椰子是当时巴新土著部落最主要的贸易物资。西方文献记载,阿谭为当地土著“托来”制造大船并教授航行技术,帮助他们到更远的海岛获取更有经济价值的贝壳。

澳大利亚学者罗利·邓福德说,西方殖民者不与土著人打交道,而中国人甘愿承受很大的风险与土著人真诚交往。据说,阿谭后来娶了托来女子为妻。这种友好交往进一步推动了文化的相互影响并传承至今。例如,在巴新,至今还有一些土著居民使用传统中药治病疗伤。

不仅如此,澳大利亚学者著述的新几内亚简史甚至考证认为,连巴新的语言皮金语都带有浓郁的中式英语色彩。

丝路唤醒新图景

巴新在二战中被日军占领,战后被澳大利亚托管,直至1975年宣布独立。独立后第二年,巴新就与中国正式建立外交关系。1980年,陈仲民在选举中脱颖而出,成为巴新历史上首位华裔总理。1994年陈仲民第二次出任总理。

过去7年中,现任巴新总理彼得·奥尼尔12次访问中国。他评价说,建交40多年来,中国与巴新续写友谊的前缘,双方的紧密关系“每一年都在变得更强大”。过去5年,巴新不仅加入了亚投行,而且成为太平洋岛国中首个与中国签署“一带一路”建设谅解备忘录的国家。

和当年许多“阿谭”帮助建设巴新一样,一批中资企业如今在巴新续写着那段丝路奇缘。更重要的是,“一带一路”启发了这个高度依赖资源出口的国家走出一条“蓝色经济、生态海岛”的多元发展新道路。

(据新华社北京11月14日电)

4亿锻炼人口面临运动风险

一张运动处方避免健康之“伤”

新华社记者

国家体育总局数据显示,2015年中国人经常参加体育锻炼人口近4亿人,到2020年这一数字有望达到4.35亿人。

参加锻炼是为了身体健康,但近年来随着健身人群的猛增,遭遇运动损伤的人群也在不断壮大。

北京大学第三医院运动医学科副主任医师杨渝平告诉记者,他们2017年做了7228例运动损伤手术,今年到目前已经将近8000例,这其中绝大多数是普通的体育爱好者。以去年为例,运动员手术量415例,只占全年手术量的5.7%。普通体育爱好者受伤的项目中,篮球最多,其次是足球、羽毛球,多为韧带损伤。

复旦大学运动医学中心主任、附属华山医院运动医学研究室主任陈世益也说,以华山医院为例,现在所做的每100个病例中真正属于运动员的估计不到10人,运动爱好者占了60%-70%左右。

对于缺乏专业指导的普通健身者来说,科学锻炼显然不是件容易的事。专家们则坦言,运动就有可能出现损伤,但因噎废食却也绝对要不得。既要健身,又要避免运动伤害,“鱼与熊掌”如何得兼?

陈世益说,目前还有一些病例是不爱运动的,但出现了退化性的改变与疼痛。面对如何尽量避免运动损伤的话题,运动处方成了专家们提到最多的解决方案之一。

什么是运动处方?

马拉松急救保障机构“第一反应”赛事保

障总监廖育鲲认为,运动处方概念的核心是“处方”,而不是训练计划或方案,虽然目的是指导训练者针对性地按计划进行科学锻炼,但本质上并不是为了服务全民健身,而是用处方的形式对康复期的患者和长期从事某项运动的专业、业余运动员及爱好者,根据身体情况(经过定量化的检查),对适合其状况的运动项目、强度、时间、频率提供量化的方案。

简单说,运动处方并不是一个单纯的训练计划,而是要根据个人情况对运动选择提供一个量化方案。

国家体育总局体育科学研究所体医融合促进与创新研究中心主任郭建军说,运动处方要遵循以下几个原则:要因人而异、要保证有效性、安全性和全面性。

杨渝平指出,造成运动损伤主要包括四

个原因:第一是先天因素,不适合某项运动但本人并不知道;第二是存在训练误区,比如缺乏肌肉力量训练;第三争强好胜,过度运动;第四是治疗方法不当。

专家们都认为运动处方最重要的作用就是做评估,而且是一种动态评估。评估你是否适合某一项目,评估这个项目你需要多大的强度、频次等等。

郭建军表示,任何人都需要有最佳强度的运动,强度过大,有风险,强度过小,没有效果。这个最合适的强度,医学上称之为靶强度。强度的大小都是相对的、个体化的,而且是动态的,因此,临床上非常重视体质评测,必须给出个体化的运动强度处方。

廖育鲲认为,近年来路跑运动大热,但一些跑步爱好者错误的将训练评测、训练计划和方案等同于运动处方,会去找专业教练根据自己的体重、身高、肌肉水平等制定训练方案和计划,却不会去医院做运动平板测试,了解自己的心肺功能指标和心血管健康状况,了解自己的运动极限,并根据检查指标和医嘱去设置和管理自己的心率区间和极限进行科学、安全训练。(执笔记者王恒志,参与记者:林德韧 王浩宇 朱翃 马锴)

(据新华社北京11月14日电)

(据新华社北京11月14日电)

连笑获第三届中国棋圣赛冠军

11月14日,连笑(右前)和周睿羊(左前)在三番棋决赛决胜局比赛中。

当日,在第三届洛阳白云山杯中国围棋棋圣赛三番棋决赛决胜局比赛中,连笑战胜周睿羊,从而以2比1的总比分获得冠军。

新华社记者 王浩宇 摄

的赛事之都。今年以来,上海市体育局围绕这个目标,着手启动对上海体育赛事体系的研究,“关于申办夏季奥运会的可行性研究”是对上海体育赛事分层分级进行的研究之一,属于构建赛事体系的基础性研究。希望媒体和广大网民朋友们对这一研究不要过度解读。”

上海目前拥有包括F1中国大奖赛、ATP上海网球大师赛、斯诺克上海大师赛、环球马术国际冠军赛和NBA中国赛上海站等一系列国际赛事,已经成为中国乃至全球的体育赛事重镇。上海市体育局表示,对标国际一流赛事之都,上海未来仍将继续发力,形成国际、国内和本地多层次的赛事体系,让广大市民和体育迷充分感受这座城市的体育魅力。

上海市体育局表示,根据《上海市体育改革发展“十三五”规划》,上海将打造国际一流

上海就“拟申办奥运会”传闻发表声明

“个别媒体误读了这一信息”

新华社上海11月14日电 (记者朱翃)14日晚,上海市体育局就近日《申办2032年夏季奥运会可行性研究服务》课题招标,引起部分媒体和网民关注。我们注意到,个别媒体误读了这一信息,加以主观猜测,导致出现“上海拟申办奥运会”的舆情,引发网民热议。

上海市体育局表示,根据《上海市体育改革发

展“十三五”规划》,上海将打造国际一流

从收到以军短信,到轰炸开始,仅有短短的10分钟
死亡威胁下的加沙人

新华社记者 杨媛媛 赵悦

11月13日,66岁的纳斯鲁拉·巴里姆站在自家被炸房屋的废墟前,满脸悲伤。回想前一天噩梦般的经历,他心中充满恐惧。

巴里姆的家是一栋3层小楼,地处加沙地带南部汗尤尼斯地区的东部。12日下午6点左右,他的手机突然收到以色列军方发送的短信,警告他以军飞机马上就要对他家的楼房实施轰炸。

“我的头‘嗡’地一下子蒙了”,巴里姆说,“我们一家人都是平民,与任何组织没有一点关系啊!”

巴里姆是一名律师,妻子是家庭主妇,大儿子在读大学,其余四个儿子在上中小学。巴里姆怎么也想不通,以军为何要把他的房子定为攻击目标。

与巴里姆家情况相似的还有其他业主。他们告诉记者,从收到以军短信,到轰炸开始,仅有短短的10分钟。

巴里姆说,以色列侦察机先对楼房周围

发射两枚警示性炮弹,随后,以色列战机便对楼房实施了轰炸,他的房子就这样瞬间被夷为平地。

看着被毁的家园,巴里姆悲愤地痛斥以色列是在“犯罪”,同时也对在封锁条件下重建家园深感无力。他说,4年前那场战争,被以色列炸毁的很多建筑设施,至今仍未得以重建。

2014年,以色列曾对加沙地带实施代号为“护刃行动”的大规模军事打击。长达50天的军事打击造成2000多名巴勒斯坦人死亡,1万余人受伤。

就在这次被以军炸毁的建筑中,有一栋建筑内有个拥有140名儿童的幼儿园。所幸,轰炸时孩子们不在建筑内。

以军以加沙地带的居民住房为轰炸目标的行为遭到巴方的强烈谴责。巴勒斯坦伊斯兰抵抗运动(哈马斯)下属政府新闻办公室,当天在一栋被炸毁的建筑前召开新闻发布会说,以色列故意以民用、服务、商业机构所在的建筑为轰炸目标,这是“战争罪”,国际社会应当立即介入,制止以色列轰炸民用设施。

巴勒斯坦解放组织(巴解组织)执行委员会秘书长埃雷卡特当天发表声明,谴责以色列对加沙地带的“侵略”,称此行为是“新的屠杀”,要求国际社会加以制止。他在声明中要求国际刑事法院对以色列展开司法调查,让以色列为其实行“罪行”承担责任。

截至目前,这轮巴以冲突造成至少14名巴勒斯坦人死亡。

(据新华社加沙11月13日电)

坦相关事务。

在犹太人定居点问题上,美国的默许使得以色列不断在东耶路撒冷等地新建定居点,而巴勒斯坦早就表示如果以色列不停止新建定居点,就不会恢复和谈。美国还正在谋划所谓的“世纪协议”,这一协议试图在排除耶路撒冷问题、巴勒斯坦难民问题和犹太人定居点问题的情况下解决巴以问题,因此遭到巴勒斯坦反对。

面对美国和以色列的强硬施压,巴勒斯坦一方面声称美国已经成为巴以问题的“问题”,另一方面也向国际刑事法院起诉,呼吁国际社会制止以色列的“暴行”,但这不足以扭转其当前在巴以问题中的“弱势”。在此情况下,不断通过暴力手段对抗以色列就成为巴很多武装派别和民众的选择。然而分析人士指出,冲突只会使巴以双方两败俱伤、巴以问题更加难解。

巴以冲突缘何再升级

巴以之间已经爆发多次冲突,200多名巴勒斯坦人死亡,超过2.4万人受伤。以色列视哈马斯和杰哈德为恐怖组织,对其袭击一贯采用“先发制人”和“大规模报复”策略,这使局势随时可能再次失控。

有分析人士指出,巴以之间频频爆发冲突,意味着巴以问题有逐渐暴力化的倾向。而之所以会出现这一结果,与美国偏袒以色列的行为有关。在耶路撒冷地位问题上,美国先前承认耶路撒冷为以色列首都并把驻以大使馆迁至耶路撒冷,不久前又宣布将驻耶路撒冷总领馆并入驻大使馆,由大使馆前局势暂时缓和,但自今年3月30日以来,

法国举行巴黎连环恐袭事件三周年纪念活动

这是11月13日在法国巴黎巴塔克兰剧院前拍摄的悼念遇难者的鲜花。

当日,巴黎举行活动纪念连环恐袭事件三周年。2015年11月13日,巴黎发生多起恐怖袭击,造成至少130人死亡、约350人受伤。

新华社记者 陈益宸 摄

赴美留学生人数连续第二年下降

据新华社华盛顿11月13日电(记者刘阳 徐剑梅)美国国际教育学会与美国教育局13日联合发布的年度报告显示,赴美留学生人数连续第二年下降,但其中中国留学生人数小幅上升。

报告显示,在2017-2018学年,被美国高等教育机构录取的国际留学生有27.1万人,同比下降6.6%。同时,美国国际留学生总人数达109万人,同比增加1.5%,是2005-2006年度以来的最低增速。

数据显示,中国仍是美国国际留学生的最大来源国,2017-2018年度共有超过36万名中国留学生在美国高等教育机构学习,在美国全部国际留学生中占比约为33%。



香港公开赛:陈雨菲、林丹止步首轮

11月14日,中国选手陈雨菲在比赛中回球。当日,在2018年香港羽毛球公开赛首轮比赛中,女单陈雨菲以1比2不敌泰国选手磋楚翁,男单林丹以1比2不敌日本选手桃田贤斗,均无缘下一轮。

新华社记者 卢炳辉 摄

| 整合 |

北京人均体育场地2.25平方米

本报讯 11月14日,2018年北京市全民健身工作交流会在北京奥林匹克公园成功举行。北京市体育局群体处处长史江平透露,目前北京市人均体育场地面积保持在2.25平方米。在2017年新建509片专项活动场地的基础上,2018年又新建700余片专项活动场地。北京建

依体用品有限公司协办了工作交流会,该公司董事长王玉明介绍,公司作为北京体育产业的龙头企业,始终关注全民健身事业,支持全民健身发展,采取多种方式加大对全民健身的投入。(袁浩)

荣成市总组织职工游园健身

本报讯 (记者杨明清 通讯员夏丽萍)日前,山东荣成市总工会联合市文明办、市直机关工委、市体育局共同举办了职工秋季科普游园健身活动,全市近1000名职工参加了活动。活动以“触摸丰收、提振精神”为主题,全程约4.3公里。在健步过程中,农林技术讲解、果树科普知识展示增长了农业知识;投飞镖、“钓鱼”达人、10秒拍等趣味小游戏和面点手艺展示,吸引了不少职工和小朋友的参加。

北京市民快乐冰雪季将启动

本报讯 第五届北京市民快乐冰雪季系列活动将于2018年11月至2019年4月在北京市举办,并于11月18日在北京启迪冰雪体育中心举行启动仪式。本届冰雪季活动包括冰雪项目推广、冰雪青少年普及、冰雪人才培养、冰雪赛事建设、冰雪场馆升级利用五个方面。在历时半年的时间里,将举办14项国际和国家级高水平赛事、9项省级比赛、46项市级比赛、120余项区级赛事和活动。(袁浩)



连笑获第三届中国棋圣赛冠军

11月14日,连笑(右前)和周睿羊(左前)在三番棋决赛决胜局比赛中。

当日,在第三届洛阳白云山杯中国围棋棋圣赛三番棋决赛决胜局比赛中,连笑战胜周睿羊,从而以2比1的总比分获得冠军。

新华社记者 王浩宇 摄

的赛事之都。今年以来,上海市体育局围绕这个目标,着手启动对上海体育赛事体系的研究,“关于申办夏季奥运会的可行性研究”是对上海体育赛事分层分级进行的研究之一,属于构建赛事体系的基础性研究。希望媒体和广大网民朋友们对这一研究不要过度解读。”

上海目前拥有包括F1中国大奖赛、ATP上海网球大师赛、斯诺克上海大师赛、环球马术国际冠军赛和NBA中国赛上海站等一系列国际赛事,已经成为中国乃至全球的体育赛事重镇。上海市体育局表示,对标国际一流赛事之都,上海未来仍将继续发力,形成国际、国内和本地多层次的赛事体系,让广大市民和体育迷充分感受这座城市的体育魅力。

上海市体育局表示,根据《