福如东海，寿比南山

天涯海角去养生

三亚南山长寿节开幕

日前，一场最美世纪婚礼在海南三亚南山文化旅游区开演，两对当地百岁老人与66对新人，共同演绎了一场旷世婚礼，以此也拉开“南山长寿文化节”序幕。

古有“福如东海，寿比南山”之句，从中可看出南山与福寿文化的渊源。南山，临山面海，坐落在热带滨海城市三亚市西南40公里处，为中国最南端的山，历来被称为吉祥福泽之地。据佛教经典记载，救苦救难的观音菩萨为了救度芸芸众生，发了十二大愿，其中第二愿即是“常居南海愿”。唐代著名大和尚鉴真法师为弘扬佛法五次东渡日本未果，第五次漂流到南山，在此居住一年半之久并建造佛寺，传法布道，随后第六次东渡日本终获成功，可见南山的不一般。现在已建成中国唯一将自然风光和佛教、长寿、养生巧妙融于一体的景区。区域内绿化覆盖率达98%，楼台飞檐、亭榭长廊布局疏密有致；特别是位于南山东麓的长寿谷景区，谷线全长2300米，其间鸟鸣不断、溪水常流、林木郁葱、岩石突兀，以“流动”和“静止”的自然形胜，揭示了“寿”文化的内核。其主要景观有芒果林、长寿林、百年古树、寿倒三松、百寿堂、百岁阶以及1.8米高的铜制“无量寿佛”和一个代表谷中所流之水，实乃救度众生之水的铜制皮袋——“流水尊者”。今年，旅游区还新开发了禅修生活，南山的佛教文化园享有盛名，内有南山寺、南海观音佛像、观音文化苑、天竺圣迹、佛名胜景观苑、十方塔林与归根园、佛教文化交流中心、素斋购物一条街等，游客可在此礼佛静修。南山的佛教、长寿、养生文化，和着清新湿润的海风，格外受到游人青睐。

▲ 中国唯一将自然风光和佛教、长寿、养生融于一体的景区

▲ 老年人在南山打太极拳

▲ 长寿节上老年人在表演当地民俗

作为三亚市的重要节庆活动，今年的“南山长寿文化节”生动地展现了海南国际旅游岛的长寿形象。开幕当天，两对拥有世纪“钻石婚”的百岁长寿夫妇向66对新人传授婚姻相处和长寿之道，新人们则撞响吉祥钟为老人祈福，然后共进“素斋”婚宴。不要以为这是一般的素食哦，南山的素斋与众不同，深得佛教素斋的精髓，处处暗含长寿秘诀，想要觅得其中妙处，只有亲自去一尝啰。长寿文化节期间，景区推出了尝寿桃、吃寿面、系心愿带祈福、选购寿文化纪念品等内容。60岁以上老人凭有效证件可预约乘坐电瓶车，获赠长寿祈福带。

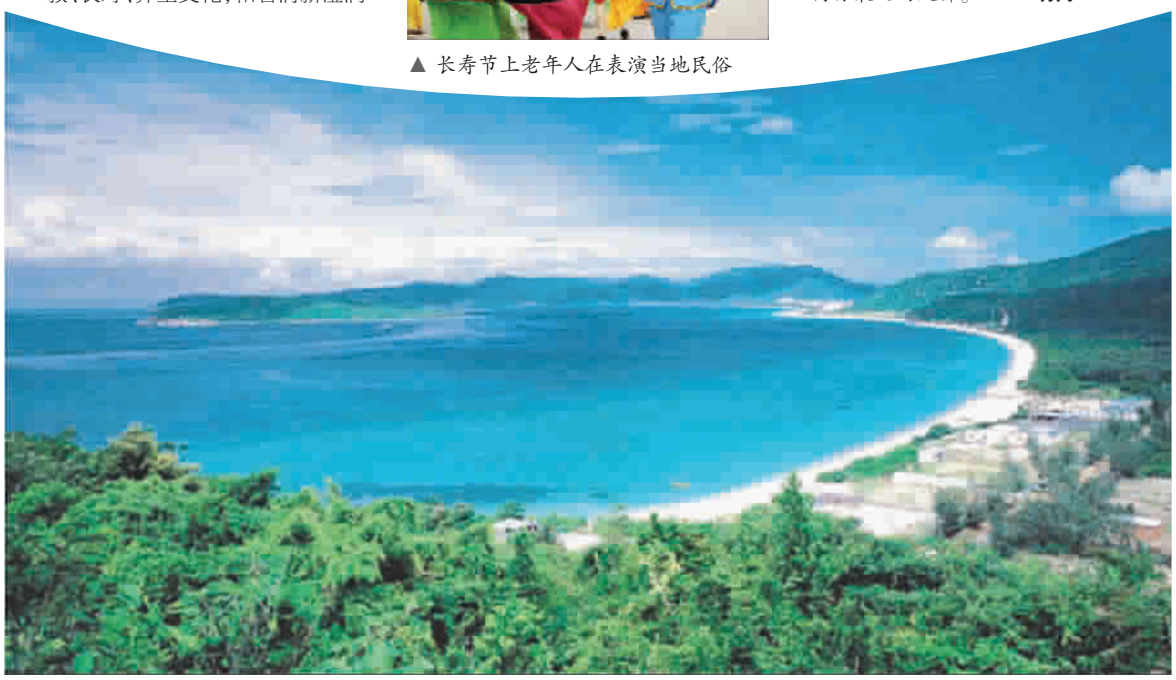
【旅游提示】

■ **交通** 上海到三亚，市区解放路乘三亚至南山的小巴，或坐新国线双层观光巴士，可直达。

■ **住宿** 有南山休闲会馆，酒店依山而建，面朝南海观音，分为园景与礼佛海景房。休闲会馆有集素斋、海鲜、日式铁板烧、私房菜等各式菜系。

■ **美食** 南山拥有海南最大的素斋餐厅，为游客提供近百个品种的自助素斋；原料采用深山野生菌类、魔芋、豆制品等，营养丰富。

■ **忌讳** 拍照最好不要跟佛像一起拍，即使拍也不要让佛像在自己正上方。遇到出家师父可双手合十“阿弥陀佛”，待师父走后再离去。寺院一般是左进右出。烧香拜四方神佛的时候要先面向离你最近的大佛。 明月



去嘉定品传统重阳糕

重阳节，嘉定区徐行镇小庙村，67岁的老农王志祥在自家屋里灶间忙碌，灶头上蒸着重阳糕。这可是用柴草烧的呵，木蒸笼咕噜咕噜冒着气，散发出米香。出笼后这些糕将被送到嘉定老街的糕点店，游客就有口福品尝了。

旧时年景：蒸糕

江南水乡，农舍沿河造，村民靠岸居；世世代代在这里生息繁衍，创造了无数地方特色的美味。松糕，就是其中之一。王志祥说，旧时的乡村，过年要蒸糕，哪怕再穷，也会向邻居借几斤糯米粳米，蒸上糕，以慰家中老小。那时的人，过年蒸糕非常虔诚——石磨上磨粉，木桶里擦粉，米粉里加糖，再用木蒸桶装上搓得细细的米粉，蒸桶放入铁锅，柴火把灶烧旺。当第一桶米糕出锅，倒在扁篓里，香气四溢。等候在一旁的孩子们，大多都顾不上烫，切糕来吃。

王志祥如数家珍地说着过年蒸糕的趣事。他说，那时都是穷人，蒸糕就两个品种：放白砂糖的白糕和掺红糖的红糕。后来，生活稍微好一些，就有人变花样蒸出五颜六色的糕来，有松仁、核桃、红枣、葡萄干、枸杞、萝卜丝等，而品种和规格也随着时代而变化。“定胜糕”，为高考“状元”定制；生孩子有“喜龙糕”；重阳节则有重阳糕。蒸糕的工具也有了变化，出现不锈钢的“蒸笼”，甚至还有铜制的蒸笼，灶头改为电炉等。但王志祥认为，糕还是用传统的方法蒸好吃，他家里特为蒸糕留着木蒸桶和土灶，蒸时必用柴火烧，他说，这样味道才正，松软、香甜。

传统美食：申遗

江南水乡蒸糕，在过去家家户户都会，而现在却找不出几个人了。蒸出好吃的糕，技艺最重要，如糯米、粳米的掺和度、搅拌时的轻重，都有讲究。由于是门吃力的活计，年轻人不愿学。对蒸糕情有独钟的王志祥，一直想找徒弟，把手艺传下去。他在嘉定的李园菜市场里设摊，边卖糕边物色人。这时，有一位叫解红光的东北人，正在菜市场里做管理工作，每天来到王志祥的店边看他做糕卖糕，日子一久，变成熟人。王志祥就问他，愿意学这门技术吗？东北汉子一口答道愿意。就这样，两人开始了蒸糕的师徒生计。

后来习得蒸糕技艺的解红光在菜市场边上租了门面，开始卖“老解重阳糕”。由于品种多、花色浓、味道好，老解蒸糕，很受游客青睐。现在，解红光已在嘉定州桥老街租了门面，并且准备出小册子，向游客宣传江南蒸糕的历史文化、制作工艺、口味特色等；同时在师傅村里创办一家蒸糕制作合作社，让传统食品成为旅游产业链中的“旅游佳品”，为今后申报非物质文化遗产作准备。

【小贴士】轨交11号线可到嘉定。州桥老街建于公元1217年，自南宋至今保存完好。老街范围不大，千步之内却聚集了宋元明清各朝各代留存下来的珍贵古物，有古树、古园、古桥、古塔，形成一塔二河三街四桥融为一体的江南水乡佳景。 丁翔

阿姆斯壮世界工业公司
在北京高院赢得针对天花板产品仿冒者的诉讼

2013年7月北京市高级人民法院维持(2012)二中民初字第09442号民事判决认定安徽阿姆斯壮建材有限公司就阿姆斯壮世界工业公司的知名注册商标“阿姆斯壮”以及在天花板材上使用“Armstrong”侵犯了阿姆斯壮世界工业公司的商标权利及实施了不正当竞争行为。

阿姆斯壮亚太区集团事务全球副总裁莊民亮先生表示：“我们对能得到这个判决感到非常高兴。我们将进一步与中国政府部门和司法系统合作打击对本公司知名品牌和产品的侵权行为。阿姆斯壮严肃对待此承诺，并将毫不犹豫地采取必要措施，不论是刑事的、行政的还是民事诉讼的，来维护我们客户的、投资人的、员工的以及我们所在的社区的利益。”

阿姆斯壮作为全球天花板和地材产品的设计和制造领先企业，在中国投入大量资金且拥有多个生产工厂。在工商部门和客户的协助下，阿姆斯壮在全国各地进行了成功的工商打假行动，在零售、生产及工地现场追缴假货制止假货安装。根据北京高级人民法院的有利判决，阿姆斯壮将进一步在全国各地要求未经授权而销售假冒阿姆斯壮商标吊顶产品的零售商和经销商立即停止销售假冒产品和不正当竞争行为。

阿姆斯壮独有 Armstrong 和“阿姆斯壮”注册商标的专有权。正品阿姆斯壮以 Armstrong 方式合并使用其所有的注册商标。

提示：仿冒阿姆斯壮的产品在包装上使用“阿姆斯壮”中文字样，附或不附 Armstrong 标识，表明依据17类商标注册号1592039该生产厂商可使用“阿姆斯壮”和“Armstrong”商标。正品阿姆斯壮不使用此商标注册号。此外，此类产品不是阿姆斯壮生产或经销的产品，其产品不使用阿姆斯壮的优质原料，也不遵照阿姆斯壮的质量标准。这些产品质量低劣，存在下陷、弯曲以及掉落等质量问题，可能存在潜在危险，不符合防火及其他安全、环境等标准。

阿姆斯壮公司简介

阿姆斯壮世界工业有限公司在中国生产销售高质量建筑材料已有超过30年的历史。公司在生产和营销上投入了超过1亿5千万美元的直接投资，并在最近三年在国内兴建了多个新厂。

阿姆斯壮是设计和生产地板、天花板的全球领先企业。阿姆斯壮2012年的总销售达到26亿美元。阿姆斯壮的总部设在美国宾夕法尼亚州兰卡斯特，在全球8个国家拥有34个工厂，大约8千7百员工。更多信息请访问 http://www.armstrong.cn

纪念威尔第诞辰200周年巨献
《阿蒂拉》中国首演

粗犷风格与英雄主义相结合的威尔第早期代表力作
世界音乐宝库中极少数以男低音为第一主角的歌剧

上海大剧院、匈牙利布达佩斯艺术宫、上海歌剧院联合制作
享誉国际的以色列指挥家、萨勒诺威尔第歌剧院艺术总监
丹尼尔 · 奥伦再度执棒

时间：2013/11/7-10 19:15　　地点：上海大剧院
指挥：丹尼尔 · 奥伦　　导演：卡萨巴 · 卡尔
主演：吉亚科莫 · 普雷斯提亚 / 奇拉 · 伯罗斯 / 法比奥 · 萨托利 / 加比列 · 维维安尼 / 罗贝托 · 塔格里亚维尼 / 孙秀苇 / 韩蓬 / 杨小勇
演出：上海歌剧院

票价：1280 880 680 480 280 180 80 订票热线：62491465 62491666