



中海会

— 华东区 —

CHINA OVERSEAS PROPERTY CLUB

第04期
ISSUE04

乐活·中海

中海会
2015.12 NO.04

精彩生活 卓越人生



ENJOY LIFE
乐活·中海



Enjoy life COLI
乐活·中海

乐活族源自于美国，受到世界各国特别是 80 后、90 后年轻人的喜欢。很多崇尚乐活并热爱生活的人将这一理念形成了一定的影响力，“乐活族”由此应运而生。无论是从生活方式上的低碳环保还是从心灵深处的瑜伽静心，乐活族都如同清新的空气，给生活增添了更多生机盎然的绿意。

从乐活理念开始在中国流行起，宁波就是领先倡导乐活生活的城市。2008 年，由团中央、全国青联和宁波市委、市政府共同主办的 2008 中国青年 LOHAS 时尚文化论坛是在宁波举办的，就是在此次论坛上，首次发布了《2008 青年“乐活”主张》，鲜明地提出了中国青年对“乐活”的十二项主张：完善自我、阳光生活、自由创造、强健身体、绿色饮食、简约消费、快乐平和、善待他人、亲近自然、保护环境、热心公益、主动分享。

“乐活”虽源于国外，但其实中国很早就有“乐活”。我们的祖辈甚至是父母，所过的生活本就是“乐活”生活——建房凿井、耕田种菜、砍柴织布、养蚕酿酒、汲水磨米……就如陶渊明笔下的《桃花源记》“土地平旷，屋舍俨然，有良田美池桑竹之属。阡陌交通，鸡犬相闻。其中往来种作，男女衣着，悉如外人。黄发垂髫，并怡然自乐。”也如孟浩然的《过故人庄》“故人具鸡黍，邀我至田家。绿树村边合，青山郭外斜。开轩面场圃，把酒话桑麻。待到重阳日，还来就菊花。”

在钢筋水泥的城市中海虽不能给你一个如此美好的大环境，但我们一直努力营造着城市的世外桃源，只为你诗意地栖居。我们布设阳光草坪、密荫、喷泉、庭院、鹅卵石步道和水景广场等景点；我们建造游泳池、羽毛球场、乒乓球场、儿童游乐区、跑道、运动场等娱乐设施；我们组织运动会、足球、钓鱼等比赛；我们让善歌舞的人上舞台、我们让幸福达人展露风采；我们为孩子准备了夏令营、亲子活动、绿植 DIY 等丰富多彩的活动……所有这些，我们都只为你一个“乐活”生活。

“乐活”不是一种生活方式，更是一种生活态度。愿我们的中海“乐活族”能永远快乐健康地生活！



中海会 001



Contents

1



中海，如家人般的让我温暖

我是一个十个月大宝宝的妈妈，2013年4月加入中海，深深感受着中海企业文化给我的熏陶，让我热爱中海，热爱物业，更热爱现在的岗位。

2014年是我工作中的转折点，2014年1月，我怀孕了。刚得知消息，既让我兴奋又让我犹豫，虽说这是每个女人都会经历的事情，但是，她来得太突然。那时我才进公司还不到一年，我该如何选择？在与家人商量后决定继续工作，公司领导也很关心我，给我减轻了不少压力，让我只做好管家的事情。



肥皂的故事

肥皂，是儿时的记忆…润润的，滑滑的，就像母亲的指尖。十年后，小小的肥皂渐渐消失在我们的生活中，拨开记忆的垂帘，拾起记忆中的那个香味，其实，我们的生活还可以回到那个最初…

最早的肥皂起源于西亚的美索不达米亚，人们将1份油和5份碱性植物灰混合制成清洁剂。在欧洲，古罗马的高卢人，每遇节日便将羊油腊和山毛榉树灰溶液搅成糊状，涂在头发上，梳成各种发型。一次节日突遇大雨，发型淋坏了，却意外发现头发变干净了。

中海资讯 COLI NEWS

品牌故事

- 011 真情付出喜交付 满意收房乐入住
——记南京中海交付月三次大型交付活动完美收官
- 012 中海地产品牌价值达397.59亿元，连续十二年荣获中国房地产行业领导公司品牌
- 013 学习铸就梦想，爱心点亮希望
——2015年度中国海外沅陵希望学校爱心助学活动

我爱中海 I LOVE COLI

- 015 来到这个城市最喜欢的就是这个家，一个温馨的家！
- 015 美好新居
- 016 我与中海的三年
- 016 “寰宇天下”我的家
- 017 中海，如家人般的让我温暖
- 018 面朝“中海”，春暖花开
- 019 开心生活 乐享运动

乐享生活 ENJOY LIFE

慢调时间

- 021 肥皂的故事

中海地产

中海紫御别墅

1天3.6亿的奇迹

新江湾D7地块公寓楼板价超6万之后

~ 上海内中环·法式类双拼 ~

3500万以上别墅，日销8套！

约370m²（建筑面积）享700m²现墅

ON THE TOP OF SHANGHAI



VIP-HOTLINE 021 6265 8688 接待会馆：上海长风商务区CBD中心/同普路688弄 开发商：上海海创房地产有限公司

本广告仅供参考，广告中具体确定内容可作为购房合同附件。 预售证号：青院房管(2013)预字0051号

Contents

2



我的“远方”和我的精神家园

生长在平原，从有记忆到上小学，“世界”就是村子和邻村的距离。这个“世界”太大了，足够那时的我玩耍。春夏秋冬，四季分明的好处，是能让明白四种时令的真正含义：春的青翠，夏的繁茂，秋的萧索和冬的素裹。村子有条河，水清澈多鱼，夏天在水中嬉戏，又可以钓鱼、抓虾抓螃蟹；冬天真的寒气逼人，小河结冰断流，足以在上面行走，记忆深刻的是村里的一头小牛，在冰上乱跳，滑冰的样子真的很滑稽。

- 022 家，就是幸福的味道
- 024 就从现在开始
- 025 秋 忆
- 026 维尼的发型

我想我在

- 029 比喻人生
- 030 和青春说再见《港囧》观感
- 032 我的“远方”和我的精神家园
- 034 寻找幸福之路
- 036 汉源书屋

活色生香

- 038 白色の北海道

精彩五年 多彩生活 COLORFUL LIFE

- 049 上海
- 052 南京
- 056 苏州
- 059 宁波
- 070 杭州



白色の北海道

北海道，日本一级行政区，即我们这的省，是除日本本州岛以外最大的一个岛屿，在日本的最北方。全岛面积仅次于爱尔兰岛，札幌是北海道的行政中心，即我们这的省府。纬度与中国的胶东半岛差不多，属于温带海洋性气候，四季分明，最佳旅游季节是春季和冬季。

自入境起，我们就开始感受到了人的职业素养，每一个工作人员都会对你微笑。

中海地产

OPIC 中海国际社区

旺铺收官 错过再无

Shop
OPIC
INTERNATIONAL
COMMUNITY

城东 20-300m² 临街旺铺

- 十万人群
- 百万城邦
- 百变格局
- 商业蓝筹
- 临街旺铺
- 千亿央企

8333 8868

项目地址
南京·光华路东（东麒路与启迪大街交汇东侧）
本广告仅为要约邀请，所涉及图片及文字仅供参考，最终以合同约定为准。



《中海会》杂志

投稿邮箱: 徐亚男 马小蕾
Email: 501733848@qq.com

中海会

主办单位 华东区中海会分会
宁波中海会分会

协办单位 上海中海会分会
南京中海会分会
苏州中海会分会
杭州中海会分会
南昌中海会分会
无锡中海会分会
华东区中海物业

合作单位 远见传媒

CONTRIBUTING EDITORS 特约采编

SHANGHAI AREA 上海地区
NANJING AREA 南京地区

SUZHOU AREA 苏州地区
NINGBO AREA 宁波地区

HANGZHOU AREA 杭州地区
NANCHANG AREA 南昌地区
WUXI AREA 无锡地区
EAST CHINA PROPERTY 华东物业

范薇芳 FAN WEIFANG
张晶晶 ZHANG JINGJING
马梅 MA MEI (万锦熙岸业主)
闫文 YAN WEN 陈劫 CHEN JIE
马小蕾 MA XIAOLEI
王中元 WANG ZHONGYUAN
(东湖熙岸业主)
谭俊义 TAN JUNYI
孟雪琴 MENG XUEQIN
胥家燕 XU JIAYAN 尹畅 YIN CHANG
顾剑雍 GU JIANYONG

声明: 版权所有, 中海会华东区分会保留所有权,
未经中海会华东区分会书面许可不得为任何目的、
以任何形式或手段复制翻印传播或以任何方式使用本刊的任何图文。

中海地产

市六星级名校 宁波市第一幼儿园分园 落户中海国际社区

— 恭贺名校签约 特设惊喜优惠 —

国社拼房节 特惠房源 **8折** 起

建面约 89-139m² 高层 | 建面约 177m² 平墅

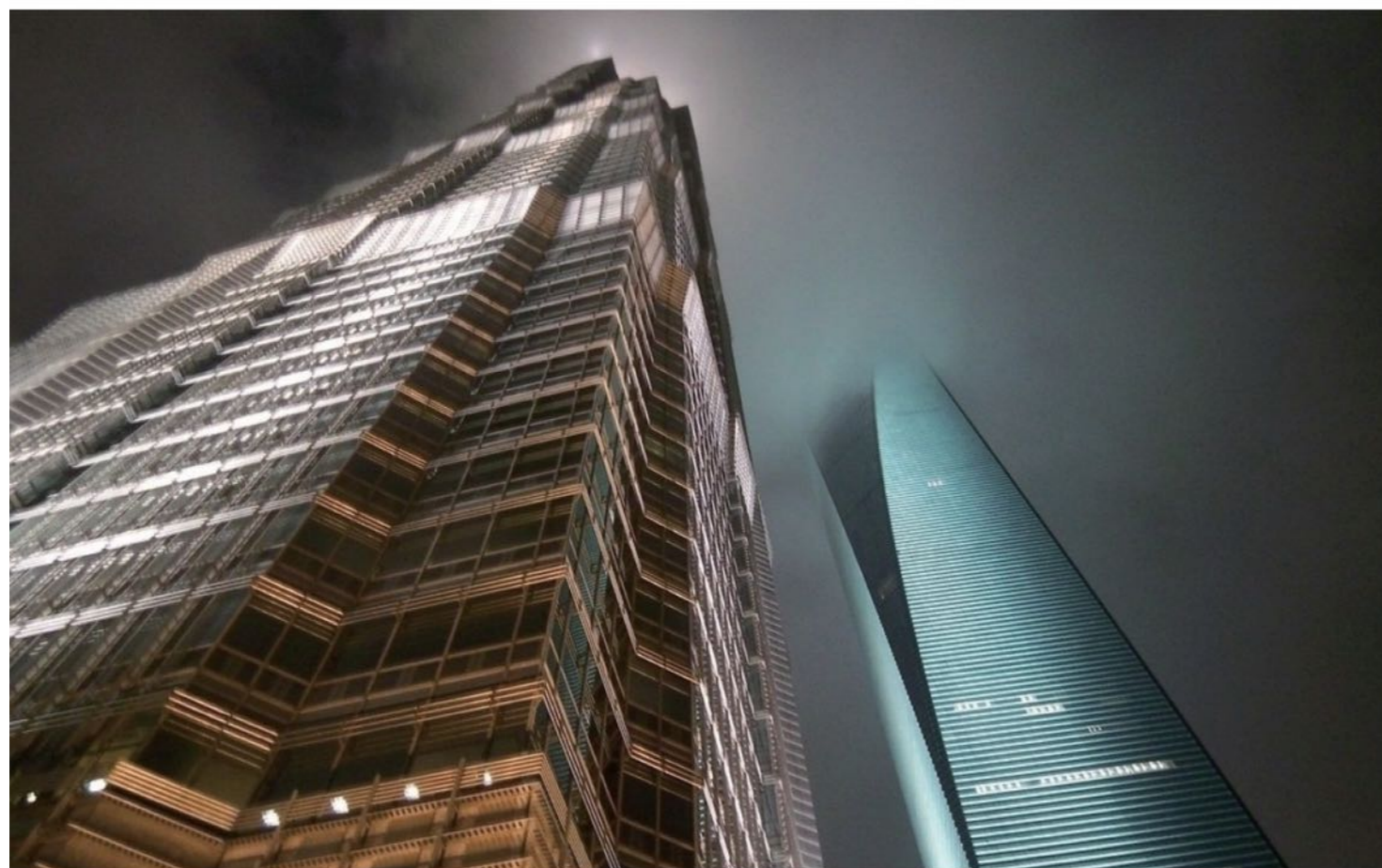


3年热销领衔 3万方集中商业 近5000户家庭选择

COPIC
中滔国际社区

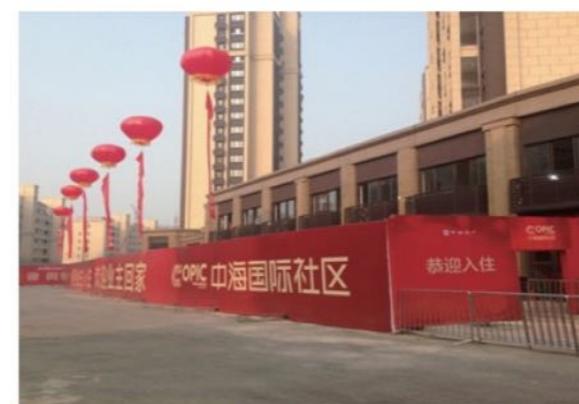
Tel/ 8836 6999 漫街区集中商业二批火热加推

本宣传仅为项目展示, 不作为要约邀请, 图文资料仅供参考, 所有细节均以政府批准图文及买卖合同约定为准。项目批准案名及预售许可证以政府最终批复为准, 本广告所示面积均为建筑面积。预售许可证: (2014)第039号



Brand Story 品牌故事

三十六年，中海一步步的发展壮大，
前进中的每一步，都离不开我们业主的支持与推动。
我们一直在努力做得更好，只有如此，才不辜负您的信赖与鼓励。



真情付出喜交付 满意收房乐入住 ——记南京中海交付月三次大型交付活动完美收官

8月27日-10月4日，短短40天时间，南京中海地产分别经历了国际社区高层1-13号楼的交付、国际社区洋房61-69号楼的交付、凤凰熙岸酒店式公寓交付三大交付，累计交付房屋2300余套，累计集中交付时间17天，参与交付的地产公司、工程公司、营销公司、物业公司、监理单位、施工单位等各岗位的工作人员累计达到3500多人次。

南京国际社区高层房屋具备交付条件的住宅及商铺总户数为1341户，单次交付户数之多，创南京公司之最。在集中交付期间（8月27日-9月5日），累计到访1187户，收房1048户，房屋交付率78.1%，截至10月7日，累计收房1300户，房屋交付率96.9%。

南京国际社区洋房房屋具备交付条件的住宅及商铺总户数为147套，在集中交付期间（9月28日-9月29日），累计到访79户，收房79户，房屋交付率53.7%，截至10月7日，累计收房138户，房屋交付率93.8%。

南京凤凰熙岸酒店式公寓累计699套，具备交付条件的有669套。在集中交付期间（9月30日-10月4日），累计到访601户，收房550户，房屋交付率82.2%，截至10月7日，累计收房599户，房屋交付率89.5%。

国际社区高层住宅交付，创下了当次交付总户数最多的记录；国际社区洋房交付，创下了连续数日到访收房率均为100%的记录；凤凰熙岸酒店式公寓交付，创下了当日业主到访及当日收房户数最多的记录，以及交付当日工作人员人数最多的记录。

截至当前三个项目的交付率均超过90%，业主感受好、效果反响佳、收房效率高，本月的系列交付圆满成功，实现了当初的既定目标。

南京公司三场交付工作的顺利开展，是中海地产注重客户体验、珍惜公司品牌的结果，更是业主对中海地产的高度认可的证明。



中海地产品牌价值达397.59亿元，连续十二年荣获中国房地产行业领导公司品牌

2015年9月11日，由国务院发展研究中心企业研究所、清华大学房地产研究所和中国指数研究院三家单位共同举办的“2015中国房地产品牌价值研究成果发布会暨第十二届中国房地产品牌发展高峰论坛”在北京举行。会议发布了最新中国房地产品牌价值研究报告及相关榜单，「中国海外发展有限公司（中海地产）」品牌价值达397.59亿元，持续领跑行业，连续十二年荣获“中国房地产行业领导公司品牌”，「中海寰宇天下」再次获得“中国房地产住宅项目品牌价值TOP10”，「中海物业」荣获“2015中国物业服务领先品牌企业”（第五名），同时，中指院于当日进行了中国房地产指数系统20年的回顾和展望，「中国海外发展有限公司」荣获“中国房地产20年影响力企业”，广州广钢新城地标式综合体「中海花湾壹号」荣获“中国房地产20年标杆项目”。发布会当日，中国海外发展有限公司副总裁董大平先生出席了颁奖典礼。

此前于9月8日，由中国房地产研究会、中国房地产业协会、中国房地产测评中心发布的“2015中国房地产品牌价值测评50强”榜单中，中海地产的品牌价值达362.16亿元。前述两项榜单充分体现了业界权威机构对公司品牌实力的肯定。中海地产历经三十多年的稳健发展，成功跨越国际金融危机及行业周期风险，基于自身深厚的承建背景与产品运营能力，在房地产开发全业务链精耕细作，用心经营，成就了“工科中海”的

市场口碑，目前公司业务遍布英国伦敦、港澳及中国内地共计50余个经济活跃城市，累计开发项目超过300个。过去13年（2002-2014年），中海地产的净利润增长均超过20%，过去5年（2010-2014年），公司股东摊占纯利复合增长率为29.3%，经营效益持续领先。今年6月，公司第十二次入选“中国蓝筹地产企业”，此外，在英国《金融时报》（即Financial Times，简称FT）发布的2015全球500强企业最新榜单中，中海地产位列第468位，在全球房地产开发企业中排名第五位，市值达264.1亿美元。



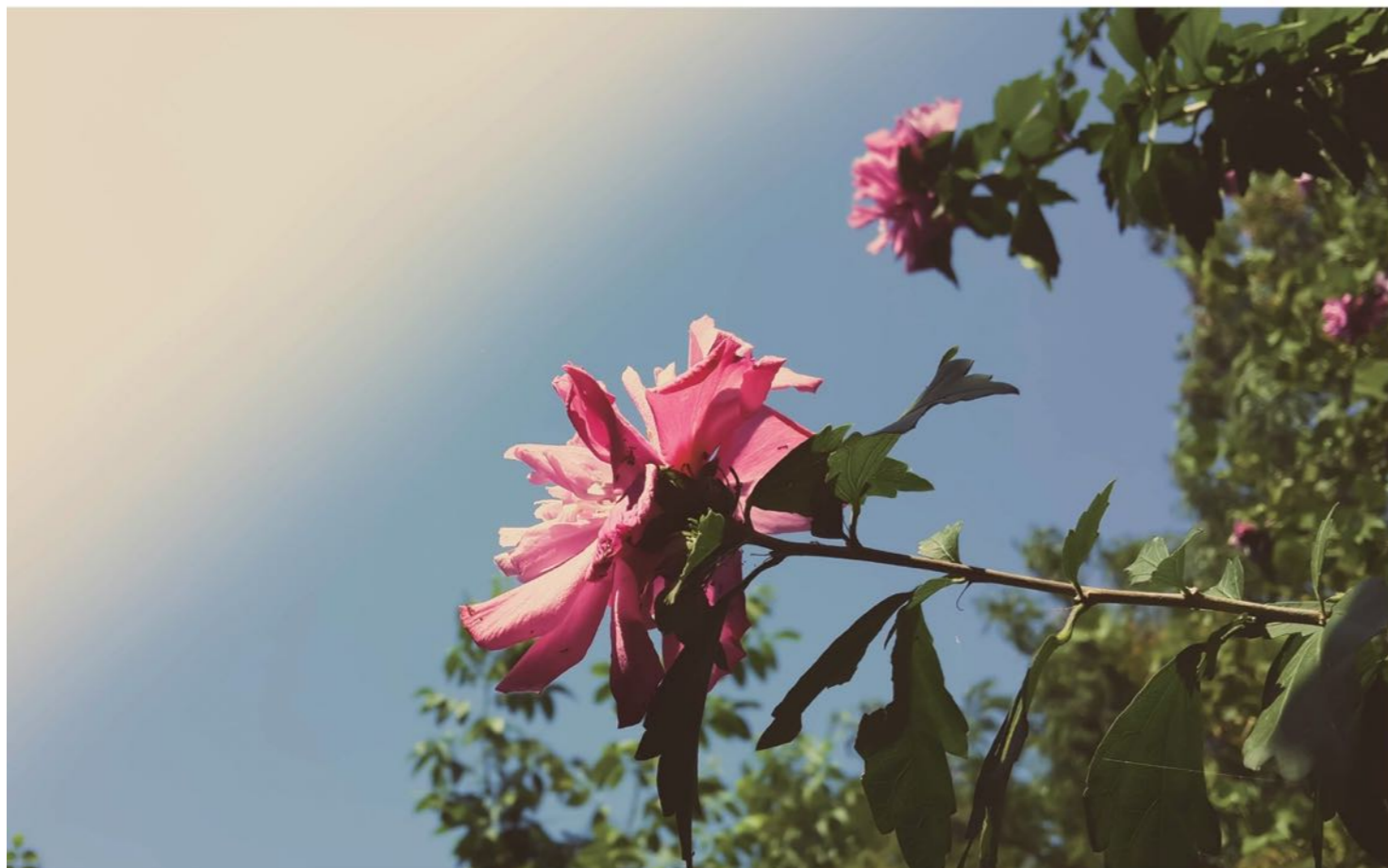
学习铸就梦想，爱心点亮希望 ——2015年度中国海外沅陵希望学校爱心助学活动

2015年9月，中国海外沅陵希望学校爱心助学活动在沅陵希望学校隆重举行。长沙公司总经理刘长胜先生携长沙公司全体中高层同事参加了此次爱心助学活动，沅陵县政府及教育局领导班子成员亦参加了本次活动。

长沙公司总经理刘长胜先生在爱心助学活动上致辞提到，我们中海的爱心助学事业，将会是长期的、持续的。希望能通过我们的诚心之为，爱心之行，善心之举，带动更多企业和热心人士加入我们，捐资助学、投身公益。在向获得奖励的同学和老师表达祝贺的同时，也和同学们交流了三点“坚持”——希望同学们坚持梦想、坚持进取、坚持担当。

长沙公司领导班子、沅陵县政府党政领导共同为获得奖励的同学及老师颁发了助学活动的证书及奖学金。

青少年是时代的未来和民族的希望。中国海外集团一直积极投身社会公益事业，持续关注青少年发展教育，践行企业高度的社会责任感和企业使命感。我们希望用诚心之为，爱心之行，善心之举，带动更多单位和热心人士加入我们，捐资助学、投身公益，与我们共同推进这项凝聚爱心的崇高事业，给更多困难而优秀的同学送去温暖，用爱心点燃学子成才梦，用行动为学生撑起一片天。



I Love Coli 我爱中海

“家”是一个多么让人温暖的字眼，
它包含着爱、幸福与欢乐，
也承载着希望、勇气与动力。
我们不惧风雨，不怕苦难，
因我们满怀家的温暖。
我爱我的家，
它的名字叫中海。

来到这个城市最喜欢的就是这个家，一个温馨的家！

撰文_杭州中海寰宇天下业主 张芷瑜

每天早上骑着自行车，空气是那么的清新，那么的舒服，仿佛要困入这迷人的景象。迎着微风在小区里慢慢骑行，总是舍不得停下来。那一阵阵桂花香扑鼻而来，能让我忘却所有的烦恼，抛开所有的压力，静静地享受身心的放松。

寰宇天下这个小区虽不能说奢华，但却是我心中的甜蜜乐园。不必说小区里的环境，也不必说里面的设施，光是进门时那一个个和蔼又不失严肃，朴素又不失挺拔的保安，内心都十分的踏实。是啊，保安的职责不就是这些吗？可你又有想过有哪些保安像这样的尽职尽责，他们雨天依然是笔直站立着，炎热的天气依旧是昂首挺胸，正应了那句“为人民服务”。

每次去到物业办公室，物业的工作人员会用职业的标准语言来与我们交谈。在我们困难的时候，是他们总是最高效的帮我们解决。有时看在眼里真心心疼他们的辛苦。时常还能看见他们

耐心的应对各种抱怨，却依然坚守着自己的任务，一心想让这个小区变的更好！

今年，偶然的一次参加了中海地产“马金希望小学公益活动”。世界上贫困的儿童太多了，他们和我们城市里的孩子一样青春活力、快乐阳光。但因为所在环境的限制，没有美丽的校园、明亮的课堂、先进的设施。但是，中海地产捐建的希望小学让这些孩子们也可以穿着整洁的校服坐在崭新的教室里放飞自己的梦想。而我们这帮来自城市的孩子也有了与他们牵手认识的机会。他们认真刻苦的精神深深打动了我。

和父母搬来新的城市，我原本是有些抱怨的。但如今美丽的寰宇新家、可爱的小区伙伴、丰富有意义的活动让我开始庆幸来到杭州，翻开自己成长的新篇章。

美好新居

撰文_杭州中海寰宇天下业主 张子硕

2014年农历12月20日，是我们搬进新家的日子。新的小区、新的房子、新的上学路线，还有我欣喜的心情。

搬家前一天，老房子里尽是全家人各司其职收拾打包的繁忙景象。嘿嘿，明天就要搬入新家了，心中总有些激动。

下午的阳光透过已被绿植遮掩密实阳台，照射到脸上，感到冬季里难得的温暖。抚弄着那些为迎接南方春天而绽开的花朵，想到生活即将迎来的新环境、新气象，感觉自己也像花儿期待春天一样兴奋。难过的是，这兴奋劲儿害我一晚上难以入睡。

清晨微微升起的太阳，唤醒了因为兴奋才入眠不一会儿的我。睁开惺忪的双眼，环望着周遭的一切，全家人都起了个大早。行李利落装车，接着老爸载着我们抵达了新家的小区大门外。当看到这气派的大门时就欢乐地从车里一跃而出。踏入小区的第一步，深呼吸了一口清新的空气，闻到花草的芬芳。再走近一步，听到汩汩的水声，看见错落有致璀璨透明的喷泉，触摸

到平滑如镜的新绿。这样的新家，这样的新环境让我怎能不欢喜呢？

安稳地在新家住了几天，每天上学、放学经过小区处处，发现自己与园区保安的关系已变得非常融洽了，宛然成了朋友。早上出门打个招呼，开个门。下午放学了，说个笑，寒暄一下。就这样慢慢的我们就成了好哥们儿了。不仅是如此，物业的管家和保洁为人也是非常好。随手捡个垃圾，问个好都是一种礼貌的见证。物业的工作人员总是能把我的小麻烦解决得妥妥的。我时常在想，一个小区的美好就是靠工作人员的认真负责、邻里的和谐礼让、业主与物业之间的支持理解共同营造起来的吧。

今天陪老妈买菜回家，园区里美丽的花儿开得娇艳，干净的路面让人心情愉悦，迎面走来的阿姨向我们和善地微笑，又是一天美好的新居生活。

我与中海的三年

撰文_宁波中海雍城世家管家 贺家慧

在忙忙碌碌中，我已在中海工作三年了。在这三年中，我见证了小区许多的变化，从三期的一片荒地到现在小区的干净舒适。

物业服务评价器的启动，让我们的接待业主投诉流程更加系统化，为业主服务更加及时、周全，这不仅提高了业主满意度，也在很大程度上严谨了我们的工作流程，环环相扣，闭环处理。门岗实行一车一卡制，门岗严格把控，很大程度上增强了小区的安全行，让业主更加具有安全感。小区路面再也不见乱停车现象，有序的车辆来往，让每个在小区散步的业主感受到的是专业、严格、高质量的物业服务。地库新增设的车牌，将业主车位号及车牌号登记在该车牌内，让业主一目了然。

经过三年的管家工作岗位，我学到了很多知识。服务虽是无形的，但却真实地存在于顾客的感觉之中。之前在我未涉及服务行业的时候是没有体会的，但是自从在雍城世家工作之后，我深刻体会到了这句话的意义。在这三年中我一直在慢慢地摸索，积累经验，从而懂得。在接待投诉时认真倾听，及时处理并回访。在投诉处理中，没有标准答案，每个投诉都有不同的情况，我都会面带笑容，认真倾听。时刻注意业主的语气，其次认同业主的感受。每位业主来电投诉或者来访投诉，绝大部分的业主情绪都是十分不稳定的，大多数在叙述事情的过程中，会谩骂与抱怨，但我会设身处地的为业主着想，理解他的心情，关心他的问题。再有就是立即响应，如果投诉受理下来，就会尽快去落实处理，即便该问题比较复杂，也会每天给予业主回复，使业主了解事件处理的进展情况。

在做管家日常工作的同时，我也负责着小区的宣策工作以及社区文化的建设工作。同时兼顾着两三份工作或许在别人看来很累很辛苦，但是，也正是因为举办着这些活动，使我感受到了莫大的幸福。在植树节活动中，通过废旧报纸换盆栽的方式，我和同事向业主送出了一盆盆的绿色植物；在童梦同想活动中，我和同事走进了特殊儿童中心，和他们一起画画做游戏，也和小区的小小业主们一起度过了美好的时光，拉近了与业主的距离；在中海运动季——业主球类活动中，我见到了业主不同于平时的活泼的一面……这些快乐，都使我感受到了物业工作的意义，也令我在工作中与业主的交流更加的亲近。

在工作中个人也认为有不足点存在，还需继续努力，加强学习，拓宽知识面。努力学习房地产业知识和相关法律法规的知识。

“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”在这三年中，我收获了经验，经历了困难，感受到了启迪，接下去，我会一如既往，载着百倍的信心和努力继续向前进。

“寰宇天下”我的家

撰文_杭州中海寰宇天下业主 武金琦

我现在住在滨江的一套房子里，但我并不是很喜欢这里。虽然这里有我的同学有我的朋友，但是这里唯一缺少的是一种大家一起活动的氛围，寰宇做到了这一点，每年都会搞一些有意义的活动例如：泳池party、去贫困小学结对子、夏令营等。

而我参加了上面的两样，第一样是夏令营。一开始收到短信开心的不得了，因为这是我第一次夏令营，而且还是跟香港小朋友一起play! 要去夏令营那几天前，我兴奋不已，一直在问那边的叔叔阿姨，在哪里活动，要带什么东西等超多问题。虽然住的地方离家不远，随时都能回家，但我还是想让自己勇敢起来，不回家。这次夏令营非常好玩，是远在香港的亲切的哥哥姐姐们，让我学会了怎样跟别人交流，怎么样才能变得不害羞，还让我学会了团结，让我明白了团结才是力量。还有在寰宇工作的陈柳亚姐姐让我学会了坚强、勇敢，那次刚好举行投篮比赛，队员们需要一个接着一个投，刚好在我前面的人穿着运动鞋，而我穿着凉鞋，结果一不小心把我的大拇指指甲踩掉了，我伤心欲绝，在旁的陈姐姐看到了把我带到旁边，帮我小心翼翼地贴上创可贴，温柔的安慰着我，我慢慢擦干眼泪，继续坚持下面的游戏，这一切多亏了你！一年过去了，我还记着你，我去办公室找你，你还能认得出我，可你变了，变胖了，但是您温柔的叮嘱却没变，它永远留在我心中。

今年，我参加了去往贫困小学的活动。本来接到电话以为是去衢州玩，快出发的时候才知道原来是去献爱心，但这并没有影响我去献爱心的好心情，去山区小学我已经是第二次了，不过这次的队伍很庞大还有好多爱心人士！在那所由中海地产建造的小学里，我们跟他们玩了好多游戏，我发现他们是多么善良、多么阳光、多么快乐！在希望小学我有一个好朋友叫叶琳，她成绩优秀，还是学校里的大队长呢！她妈妈说初中就要去城市里读了，我跟她互换了QQ，祝她学习成绩越来越好！这个活动里我感谢寰宇天下的工作人员刘宝霞阿姨多亏你帮我们安排吃住辛苦你了，当然还要谢谢满意哥哥，辛苦了。

其实做物业的人还是挺辛苦，有时放假只能放几天，每天工作繁忙，也难免委屈，加油寰宇的工作人员，希望你们像我们一样天天幸福、快乐。

中海，如家人般的让我温暖

撰文_宁波中海东湖观邸管家 顾婷婷

我是一个十个月大宝宝的妈妈，2013年4月加入中海，深深感受着中海企业文化给我的熏陶，让我热爱中海，热爱物业，更热爱现在的岗位。

2014年是我工作中的转折点，2014年1月，我怀孕了。刚得知消息，既让我兴奋又让我犹豫，虽说这是每个女人都会经历的事情，但是，她来得太突然。那时我才进公司还不到一年，我该如何选择？在与家人商量后决定继续工作，公司领导也很关心我，给我减轻了不少压力，让我只做好管家的事情。

我没有辜负领导对我的信任，在管家一职中，我比以前更有上进心与责任心了，但是，问题出现了。2014年8月7日，所谓的台风又要来临了，我通知所有业主，空置房的业主将密码告知我，我去帮他们检查。在检查期间，有多家阳台积水和垃圾堵塞下水管道，我为了不给其他同事带来麻烦，于是就自己亲自一户一户打扫和疏通，再给业主回复。可能是因为太过劳累，8月9日到医院产检就再也回不来了，医生检查说肝功能严重受损，原因就是太过劳累和没休息好造成的。从小到大，我从来没住过院，宁波二院离家那么远，老公又在部队出不来，单位还没请假，医生又说不住院孩子就会有危险，这下可如何是好？

思想斗争了许久，第一时间打电话到公司请假，老公回家取行李，就这样一个人在医院住下了。住院第二天，公司的同事下班后赶过来看我，真心很感动。在这里我要感谢中海，是中海给我们带来相识、相知的缘分，感恩有你们的陪伴。

在医院住了两个多月，到10月16日，宝宝诞生了，一个礼拜后出院，一直是婆婆照顾我和宝宝，而老公一直忍受着每天下午发

高烧的煎熬等到我们出院他才去医院检查，检查结果让我们很无奈，本来还以为宝宝出生了，他有陪产假可以在家陪陪我们，但是结果很糟糕，是甲状腺问题，需要住院，必要时可能还需手术。但是在家坐月子的我又不能去看他，跟婆婆也是第一次长时间的相处，婆婆第一次离开老家到这陌生的城市来，她生活上很不习惯，但她并不是什么话都会对我说，而是自己忍着，我也可能是生完孩子受影响，每天不能出门，又不能向老公倾诉，感觉自己也快得产后抑郁症了。

时间过得真快，到了2015年1月24日，产假已结束，婆婆不愿我上班，但家里生活压力大，跟老公再三商量下，由婆婆带孩子，我去上班。到公司后，看到大家很开心，感觉自己像是刚从笼子里放出来的小鸟一样，无比的轻松、自在，我对工作和生活充满了希望和向往。感谢公司还给我留着岗位。

现在总结一下：人生只有三天，迷惑的人活在昨天，奢望的人活在明天，只有清澈的人活在今天，昨天已经过去，是过了期的支票，明天还没有到来，是不可提取的支票，只有活在今天是最现实的。我们一定要学会经营自己的生活，心境简单了，就有心思经营生活；生活简单了，就有时间享受人生。不要天天混日子，也不要天天熬日子，而是天天享受日子，这就需要经营日子。尘世有太多的喜怒、太多的悲欢、太多的烦恼和痛苦。惟其如此，要活的简单快乐！我们才能经营好自己的生活，享受着简单快乐的人生。

开心生活 乐享运动

撰文_宁波中海雍城世家业主 董耀星

我是雍城世家的业主，在雍城世家入住也有好些年了，很少有机会参加咱们小区组织的活动，5月下旬的那天，我接到了管家一个电话，说6月份在首南中学有一个球类比赛，有羽毛球、乒乓球和篮球比赛，正好周末也没事干，我就跟管家说我报名羽毛球吧。

13号那天晚上，管家打了个电话提醒比赛时间，我心想着咱们的管家还是挺敬业，也没有忘记通知还让我早点休息，明天取得个好成绩。于是，14号早上6点我就睡不着了，一向赖床的我也不知怎的，竟然去晨跑了，看来是我的胜负心太强了。

八点不到，我到了首南中学，没想到，这么早已经是人满为患了，工作人员和裁判也都准备到位，听说裁判还都是请来的，看来我得好好发挥我的实力了。比赛开始，首轮比赛我被安排在比较靠后的出场顺序，也好，先观观战，显然大家都是蛮拼的，满场子的跑，不一会儿大家就已经浑身是汗，中场休息的时候会有贴心的工作人员送来矿泉水。终于到了我上场的时候，“扣他，扣他”旁边不断有选手提醒我，“这招狠”、“好”其他选手对我的鼓励无疑是最大的掌声，于是我就在“球友”的帮助和鼓励下过了首轮淘汰赛。

不过接下来的比赛我没有发挥好，没能进决赛，但是我也没回家，就一直等到决赛，看着决赛场上那激烈的一个个扣杀，听着比赛场上大家的叫好声和欢呼声，我想着我真是来对了，虽然没能进决赛，但是我也交到了很多朋友，留了号码，加了微信，彼此说好有空切磋切磋，还是得抱着“友谊第一，重在参与”的态度，我才能收获更多。这次比赛的结束，是下次比赛的开始，一次输赢不重要，明年我还可以再来一较高下。

这次活动，除了交了几个朋友外，另外一个感触就是对我们物业的工作人员感到非常满意，活动当天，虽然下着雨，但是工作人员为了给我们参赛人员送水，大家楼上楼下一直跑，一点都不耽误，这样的服务真的让我感受到了他们的细心、贴心、热情。以后咱们小区组织的活动，我一定还会参加！





Slow Life or Leisure Life 乐享生活·慢调时间

那些“慢”的乐趣、水一般的柔软时光，
就在伸展筋骨的那一刻，在注视夕阳的那一秒钟，
是静静地喝一口茶、看一本书、写一封信。
世界变化太快，让我们将内心的速度放缓，慢下来，享受生活。



肥皂的故事

肥皂，是儿时的记忆：润润的，滑滑的，就像母亲的指尖。十年后，小小的肥皂渐渐消失在我们的生活中，拨开记忆的垂帘，拾起记忆中的那个香味，其实，我们的生活还可以回到那个最初……

撰文 | 宁波中海东海岸 琦琦

肥皂的历史

最早的肥皂起源于西亚的美索不达米亚，人们将1份油和5份碱性植物灰混合制成清洁剂。在欧洲，古罗马的高卢人，每遇节日便将羊油脂和山毛榉树灰溶液搅成稠状，涂在头发上，梳成各种发型。一次节日突遇大雨，发型淋坏了，却意外发现头发变干净了。早期因为没有技术能制取火碱，肥皂被认为是奢侈品。直到19世纪末，制皂工业才由手工作坊最终转化为工业生产。

肥皂的清洁原理

肥皂之所以能清洁，是因为它有特殊的分子结构，分子的一端有亲水性，另一端则有亲油脂性。在水与油污的界面上，肥皂使油脂乳化，让油脂溶于肥皂水中；在水与空气的界面上，肥皂围住空气的分子形成肥皂泡沫。原先不溶于水的污垢，因肥皂的作用，无法再依附在衣物表面，而溶于肥皂泡沫中。

自家的肥皂

自家的肥皂，顾名思义就是在家里能自己DIY的肥皂。为什么要自己做肥皂呢？我们自己做的手工皂不单单能拿来清洁，还可以有护肤保养的效果。工厂里的肥皂不但要考虑卖相的好坏，更加考虑的是成本问题，所以用的材料大部分都不会太好。而我们自己做的不仅可以用好材料，还可以根据自己肌肤的状况来调整配方，加入自己需要的材料。

琦琦制作的手工皂都是冷制皂，也就是不用加热制作

的肥皂。从原理上来说，制作手工皂的反应式很简单：
 $\text{油脂} + \text{碱液} \rightarrow \text{甘油} + \text{脂肪酸} + \text{水}$

这里脂肪酸的种类取决于使用油脂的种类，拿琦琦最执着的一款基底皂——纯橄榄油皂来说，它的好处只有真正用过的人才能体会到：温水湿润后，慢慢浮现透明的拉丝状凝脂，泡沫不多，但是非常细腻，清洗时有稠粘的感觉，洗后肌肤滋润柔滑。其实造就纯橄榄油手工皂如此温柔的感觉，原料非常简单，就是100%的橄榄油、碱和水。

橄榄油本身就是天然的皮肤保养品，可以作为乳液、按摩油、发油等，很多怀有宝宝的麻麻都会拿橄榄油来按摩肚子，从而减少妊娠纹的产生。当橄榄油变化成了甘油和脂肪酸以后，天然的甘油能吸收空气中的水分，滋润肌肤。而饱和脂肪酸的游离，产生了大量的油酸、亚油酸、亚麻酸以及多种维生素，也非常容易被肌肤吸收，而橄榄油的油酸含量也是其他油脂无法企及的。

自己做的皂皂可以有好多天然的营养品，也最大限度的保留了原料中的营养，没有化学稳定剂、保鲜剂、色素和香精，对环境也不会造成任何污染。从一瓶橄榄油创造出一块有丰富泡沫的肥皂，那种成就感是一般人无法体会的。

让我们一起，掉入“皂坑”，去寻求儿时的那块肥皂，没有污染，只有最纯最真的那个我……



家，就是幸福的味道 记东湖观邸业主访谈

撰文 | 中海宁波公司客户关系部 宣宁

幸福是什么？这是一个直白却不易回答的问题，你让一千个人回答，就会有一千种答案。而如果现在把这个问题抛给我，我会毫不犹豫地回答，幸福就是文中的这户人家，来自中海东湖观邸568号的业主，一家三口如同初春的花儿温和地绽放，带给人们一阵阵舒心的清香。

专业从事摄影的业主楼先生身着一件暗红T恤坐在我面前，沉静而低调，单看他的摄影作品会以为他是个张扬激越的人，而眼前却是位谈吐谦和从容、充满着浓厚人文情怀的艺术家，面对访谈期间我们抛出的问题，楼先生都用简洁的言语认真回答。

楼先生全家于2007年入住中海，出身设计师的他把房子装修得简约而不失大气，散发着浓浓的艺术气息，处处彰显着对细节的考量和对生活品质的追求。在2007年考虑购房之时，他就被东湖观邸合理的布局和户型所深深吸引，经常在海外采风的他对中海先进的设计理念和高品质服务也格外赞赏，加之小区内繁茂的绿化和独具人情味的物业服务更是坚定了他选择中海的心。

的确，在2007年的中海将东湖观邸作为进军宁波的排头兵之时，所提倡的理念正是要打造新的法式庄园情调，将生活、工作和休闲等元素妥帖糅合安放在东钱湖畔，让业主全身心地体验家的感觉，温馨而不束缚，简单却不失内涵。

初入印象时的美好也伴随着楼先生一家的入住而愈加凸显。随着时间的变迁，中海品质的提高，业主的感官也逐步提升，邻里之间的关系从开始的相言甚少变成如今的交谈愈欢，这种人情味的散发正一天天提升着小区整体的幸福指数。与此同时，整个东湖观邸的社区环境也被物业和广大业主共同用心装饰美化着，向上攀爬的牵牛花与烂漫绽放的蔷薇连成一片，散落在小区的各个角落，点缀着原本冷清的庭院。

谈及物业管理水平时，楼先生也对中海的服务品质赞不绝口，这些工作人员从管家到保安，个个青春洋溢，笑靥如花，从细微之处设身处地为广大业主服务，给业主们家人般的关爱。这，也正是中海想要传递的关于幸福的味道。

从入住到现如今，一晃已是八载。访谈中楼先生也与我们分享了他们一家在这几年里的变化，从他努力创作、用心摄影，到收获众多国内外摄影界大奖。2014年，楼先生更是凭着一组色彩饱满、构图精致、内容接地气的作品《漆彩人生》，拿到了摄影界全国最高个人成就奖——中国摄影金像奖，这也是宁波摄影家首次获此殊荣。再到他儿子进入中学到今年参加完高考，憧憬着大学生活。可以说这家的点滴历程正是中海千万个家庭生活的一个缩影，用最平凡的日子写出精彩的篇章，用最简单的脚步勾勒着幸福的轨迹。

幸福的定义对于楼先生的家而言极为简单。逢及周末，约上三五亲朋好友，在中海东湖观邸家中，喝茶聊聊天，或在安静中独处，坐在自家舒软的沙发上发呆、思考，边聆听窗外雨水的滴答声，边构思下组作品的表现手法，这一切的安逸来得那么妙不可言。

幸福不是一堆客观事物的累积，而是一种生活状态的持续，就像这一家子，寻一方自在天地，筑一个温暖家园，陪着孩子慢慢长大，守着爱人一起变老，守住心中那一份欢喜与宁静。





就从现在开始

你爱你的父亲、母亲吗？告诉他们吧，不要觉得太过尴尬，太故作，大声的告诉他们，让全世界都明白。不要等待那个适当的时机，无限制的等待。

撰文 | 宁波中海东湖观邸 叶子谦

时间一分一秒的过去，不因任何事物停止。既然是想做的事情为何不去做好它，要知道，时间老人不会等你。计划好了一样事情，准备动手的时候，想想花不了多少时间，便放下事情，准备最后去做，结果半路杀出一个紧急情况，本来的事情一搁再搁，最终被磨灭。

何不从现在开始，做你要做的事情，不要让它被搁置在角落……

你爱你的父亲、母亲吗？告诉他们吧，不要觉得太过尴尬，太故作，大声的告诉他们，让全世界都明白。不要等待那个适当的时机，无限制的等待。

你有过一些有趣的想法吗？你有过想把它们变成现实的想法吗？从现在开始大胆的去试试吧！不要抱怨自己没有能力，笨手笨脚，只要花心思，努力去做，不管再拙劣，努力过，就会有收获。机会不是想有就能够有的，给自己一个可能，去创造你想要的。

就从现在开始，去从你想做的事情入手，只要不是坏事，又有什么关系呢？只管去做吧！

要做的事很多很多，有大有小。大的理想，不要觉得无法实现，就从现在开始，努力去实现它，要知道，

多努力一次，就离理想更近一步；小的是一个举动，一个灵感，不要觉得微不足道，没有做这件事的必要，就从现在开始，即使是一件小事，也要认真做好它，也许这一件小小的事情就能改变一件大的事情。

想给他人写封信吗？那就去写吧！不要说要好好写稿，好好酝酿一下感情，这样时间就过去了，这个事情就搁下来了，长年累月积上灰尘，有时候平白朴素的语言就是真实，不需要用太华丽的辞藻去表达自己。就从现在开始！

就从现在开始，去完成心中的小愿望，给自己灵感加点马力，说不定，你就会发现世界是多么美好，说不定，你就会发现别人所发现不了的真实。

早上睁开眼睛时，告诉自己这是特别的一天，要做的事情就从现在开始！



秋忆

清晨，套了件白底缀满玫瑰花的开衫出门，看到脖子上系丝巾的少妇，下意识摸摸自己露在外面的脖子，凉凉的，秋天真的就迫不及待地来了。

撰文 | 南京中海万锦熙岸业主 马梅

“妈妈我想吃冰淇淋。”“宝宝，秋天来了，吃了冰淇淋会生病的。”一对母女的对话把我的思绪带回了儿时的秋。

儿时的秋比现在来得早，尤其在北方的农村，每年开学秋天就来了。八月前后，妈妈和爸爸开始合作给我做鞋，妈妈负责鞋面，爸爸负责鞋底。妈妈做鞋面不用针缝，而是用缝纫机。那时候妈妈在一家水泥厂上班，白天没有时间，常常是缝纫机“哒、哒、哒……”的声音伴我进入梦香。爸爸是鞋厂的工人，鞋面做好了，上底的活当然归他。星期天到了，爸爸从床下拖出装工具的小箱子，戴上一条大皮围裙，坐在他专用的小马扎上，一针一线认真地缝起来。我急不可待地催爸爸快点，爸爸虽然脾气急，但做起活来非常细致，笑着说“给俺闺女上鞋底可不能马虎。”

每年开学我都穿着新鞋走进校园，妈妈说：再不能穿凉鞋，脚凉凉全身！

立秋以后，地里的黄豆一天比一天黄，爷爷催奶奶去自留地里摘豆角。爷爷好吃，培养了奶奶一手好厨艺，奶奶做的辣椒炒豆米让我想到就流口水。刚从地里摘来的毛豆角，沾着露水，嫩嫩的，绒绒的，剥掉壳子，青绿色的豆子跳出来。奶奶把豆子砧得细细的，再配上一把剥得碎碎的红辣椒，热锅热油倒进去，香

味辣味直往鼻子里钻。没等出锅，我和爷爷早拿着煎饼等在边上了，一人卷上一大包，辣得鼻尖直冒汗，一边吸溜嘴一边大口地咬。那个香啊，就是海参鱼翅也不换啊……

中秋后，稻子熟了，学校里放秋忙假，老师回家割稻子，孩子们回家帮着做饭拾稻穗。

记忆中有一次我和哥哥跟着大人一起打稻子。生产队只有一台脱粒机，不分日夜轮流作业，轮到我家不巧是在夜里，我们也跟着大人到场上打个下手。场上堆着无数堆小山似的稻子，机器隆隆，大人们忙着打稻子、扬稻子，无暇顾及孩子，我和几个小孩在一堆堆稻草间玩起了捉迷藏的游戏。轮到我藏了，一溜烟跑开，藏到两堆稻草中间，静静地等他们来找。天空如幕，亮晶晶的星星眨着眼睛，一弯新月挂在天边，好像在冲着我笑。风儿轻轻吹着，稻谷的清香直往鼻子里钻，时不时传来一片蛙鸣……那时我肯定是不知“稻花香里说丰年”的，竟然闻着稻香做起了美梦。

“小妮子，看我明天怎么收拾你……”醒来时，我趴在哥哥的背上，他正嘟哝着，深一脚浅一脚沿着崎岖不平的田埂往家走……



维尼的发型

维尼的脸型生得不错，他爷爷总是指着自家孙子摇头晃脑地说：“顶平额宽，什么发型都搭配。”这话里更多传递的是爷爷对孙子的无原则的爱。

撰文 | 中海南京公司客户关系部 张晶晶

在维尼很小的时候，一直是理着很短的板寸，好打理，也很精神，洗澡的时候，三下两下就把小家伙的头发给洗了，给老妈我省了不少事情，但终究日久生厌，于是在维尼一年级的的时候，慢慢地把头发蓄长了，理成了小西装头。

小西装头配着小家伙一本正经的小脸蛋，感觉搭配一套西服衬衣，马上就能冲上讲台发表演说。一个学期下来，小家伙凭借靠谱的发型，竟然也在班级里谋得了宣传委员的“官职”。可时间长了，总觉得这发型缺少了童趣，于是一个月没理发的维尼，发型改成了西瓜皮造型。

维尼的头发柔顺，贴在头皮上，真的像一个滑滑的西瓜皮倒扣在脸上，引得我总有捏小家伙腮帮子的冲动。理完发的第二天，维尼兴冲冲的去了她表妹家，小表妹奶声奶气地说：“哎呀哎呀，维尼哥哥，你要去电视里当西瓜太郎啦？”维尼背后问了好几次：“老妈，妹妹这是喜欢、还是不喜欢我这发型啊？”我陪着笑脸，说：“西瓜太郎是好几代人心中的偶像，妹妹肯定是喜欢的！”维尼得意了，暗地里悄悄的摸着自己的西瓜皮，从那以后，连拍照都要配上西瓜太郎的“标准”笑容。我忍不住了，朝他嚷嚷：“哎哟

喂，你要不要笑得那么的怪？”“维尼不干了！”“我这么辛苦地还原你小时候心中的偶像，来点掌声好不好？”我继续嫌弃他：“可是人家笑的时候，大门牙没齐刷刷地豁了好不好？”于是文戏演罢、武戏上场，母子俩在小区里上演了“逃命”和“追杀”的游戏。

有一次回老家，顶着“西瓜皮”的维尼，被人指认为女孩，小家伙这下不乐意了，跺脚道：“原来老妈想把我当女娃养，亏得聪明如我，也着了她的道了！”回了南京就嚷嚷着要革命，革掉这一头透着80年代动画情节的发型。于是从理发店出来，维尼又变成了板寸头。

近期闲来无事翻看刊物，很多超级养眼的小正太精心修饰烫染过的发型，与维尼超短的板寸对垒，硬生生把我逼成了内伤。趁着晴空万里、风和日丽、作业已灭的大好良机，我谄媚地对抱着遥控器笑眯眯地看着电视的维尼说：“喏！这个发型更适合你。”维尼奸笑着连连回应：“好呀好呀！老妈，等我大学毕业，我就烫个这发型满足你。”看着儿子得意的脸庞，想着和儿子十四五年后遥远约定，我泪流满面、无语凝咽。



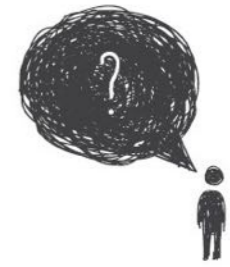


I think, therefore I am
乐享生活·我思我在

谁的名字镌刻在历史的丰碑？
穿过时光的隧道，
聆听你的心声。
也许曾被时代遗弃，
却被后人牢记。
解读你生活的哲学，
只为警醒自己更好地前行。
欣赏你的艺术，
思想便可遨游更远。

Metaphor of life 比喻人生

撰文_中海南京公司 陈蓉



在TED上看到一个有意思的观点，是由一位来自土耳其的女作家Elif Shafak作的关于“小说的政治”的演讲，她富有灵性的视角和游牧情节让她的思想打破了文化圈或者生活圈中人们给自己划定的固有圈子，融合了东西方多元文化的色彩。其中她喜爱的一个比喻让我印象深刻，她说：“人生就像是圆规，一只脚在定点静止，同时另一只脚向外画出一个能任意扩大的圆。”在定点静止的脚我们可以把它理解为我们根深蒂固的民族情感，故乡情节，个人信念等等，它使我们保持着本土化的自我；而另一只用来不断扩大我们人生圆圈的脚可以是我们环游世界的心胸和热情，它让我们不带歧视和偏见的了解不同的人 and 这个广阔的世界。

我还看过一些睿智的人生比喻。比如彼得圣吉、福克纳、《相约星期二》中米奇笔下的老师莫里都曾用橡皮筋来比喻人生，因为橡皮筋同时拥有着张力和回拉力，在这相互的对抗中我们不断地上上下下，在动力和阻力中沉沉浮浮。

我喜欢的一首小调《lemonade》中唱着生活是杯柠檬水，卡耐基也提醒着人们如果生活给了你一个

酸涩的柠檬就把它变成一杯清甜的柠檬水。把人生比喻成一颗柠檬，这样的滋味同样让我联想起了那首著名的悲欢交响曲，名叫《Bittersweet Symphony》。

再比如桑德堡那句，“人生就像洋葱，需要一层一层地剥开，有时还会流泪”。

还有钱钟书老先生在《围城》的结尾将人生放在了那只祖传的老钟里，说这个时间落伍的计时机无意中包涵了对人生的讽刺和感伤，深于一切语言、一切啼笑。

人生就像未知的海浪，一波又一波的推着我们往前走，显得我们多么的渺小。珍惜能有潮落时刻的宁静，听一听睿智的声音，走出自己人生最合适的比喻。

Say Goodbye To Youth 和青春说再见《港囧》观感

撰文_南京中海万锦熙业主 郑书强

《港囧》自9月25日上线以来，虽说好评不高，但票房暴升。冲着徐峥给我带来欢笑和思考的《泰囧》，下午还是走进了电影院。

延续《泰囧》的风格，喜剧+旅游+二人组合。

剧情很简单，徐峥扮演的“大地内衣”掌门人徐来和赵薇扮演的老婆“菠菜”一大家子人到香港旅游，巧遇初恋女友杨伊的个人画展，为了完成20年前没有完成的正式的一个吻的心愿，瞒着老婆去约会，但却被一心梦想当纪录片导演的小舅子“菜拉拉”纠缠做真心话访谈。一个逃，一个追，入片场，进妓院，却又卷进跳楼命案被坏警察追赶，费尽千辛万苦终于见到杨伊，两人近在咫尺却无心再吻，最终和青春说再见，回归家庭。

如果说《泰囧》的主题是关于工作、家庭、信任，那么《港囧》的主题则是关于怀念青春和梦想。近年来，从《将爱情进行到底》到《致青春》到《中国合伙人》，70后导演们一个接一个的怀念青春。怀旧是中年后永恒的话题，不论是张一白、陈可辛、徐峥都已年过40，就连当年那个睁着两个铜铃大眼睛上蹦下跳的小燕子也将走进40的门槛。60、70、甚至80后们走过了为了生活打拼的日子，口袋日渐丰满，可以悠哉悠哉喘口气，但忽然间发现随口袋丰满的还有腰身，随时间逝去的还有头发，原来我们已经走进了中年，再不好意思说自己是“青年人”了。失去了，才更容易怀念，一拨接一拨的怀念青春剧就这样登上了银幕。

怀念青春，最怀念的当然是与爱情有关的东西，而最值得怀念的恐怕就是初恋了，《港囧》也没能逃脱这个圈。

我完全理解剧中徐来的行为。不要说当年一个油画系的文艺男，就是普普通通木纳古板的理工男，有一个和初恋女友见面的机会，费尽心机，说无数个谎也是要去见的。观影前看过一个影评，说徐峥和杨伊见面后剧情的发展是为了通过广电总局的审查，现实中根本不可能是这样。观影后我想骂那个影评人，你他奶奶的不要把人都想得那么原始，不要以为和初恋女友（男友）见个面就是为了“滚床单”，你懂不懂什么叫“和自己的过去见个面”，什么叫“我想证明我也青春过”？

当徐来站在敞棚大巴上，声嘶力竭地对菜拉拉喊：你拍，你拍，我让你拍，我去见我的初恋女友又怎么样了？我们俩一起画画，一起读诗，一起唱歌，那么美好的日子我们在一起，我就不能去见一下她吗……从头到尾爆笑不断，在这里，还有人在大笑，我也和徐来一样生气（原谅我太入戏），笑，就知道笑，你们不知道他的心里多么难过啊！眼泪像小虫一样爬了出来……

见是无可厚非的，最终的剧情发展也是很多人经历过的，只是徐峥用艺术的夸张的手法把它搬上了银幕。

那个在徐来心里打了二十年解不开的结，在杨伊看来只不过是她下一个创作系列，他是第几号都说不清楚；在“菠菜”眼里天才艺术家的丈夫，在杨伊的眼里却是“转行就转了吧，你的画本来就很烂”。见面后的一句话“你的身上有榴莲味，最好到楼上去冲个澡。”在徐来记忆里两个细长麻花辫清纯可人的文艺女，变成了红唇、红后背晚礼服、抽烟，和他正谈着话也要去应酬画展主席的人。

而“菠菜”呢？

为了他放弃了港大交流生的名额，为追他，管理系的女生学会了做梵高油画效果一样的“向日葵饭”，为了家，精心策划了香港“造人”之旅，为了他，偷偷买下他心怡的向日葵园当画室，还有，早晨排毒的果蔬汁，重要的话讲三遍提醒吃药的小药盒……点点滴滴都是被日常忽略的爱。

徐来终究是一个有责任感的男人，徐来也终究是一个在片刻之间放下的男人，他终于明白是和自己的青春说再见的时候了。

杨伊说得好：我们这样就很好！

说说和徐来同行的“菜拉拉”。表面上看，他的存在似乎仅仅是为了配合徐来的“囧”之旅，我觉得并不是这么简单。他是一条线，他要当纪录片导演，他用纪录片拍摄这一形势将徐来、菠菜的一天呈现在观众面前，这是其一；其二，他还是一条思想线，徐来表面上忠于家庭，是一个资深派的上门女婿，但是他忠厚的外表下掩藏着一颗想逃离的心；但是菜拉拉和他相反，他表面上很二，整天不务正业，但是他特别忠于他的家庭，忠于二姐，他不允许二姐夫发生出轨事件，所以他极力阻

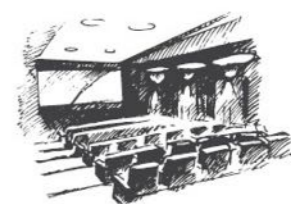
挠徐来，正是他的极力阻挠，最后才使得徐来心甘情愿地和青春说再见。

徐峥真聪明，他知道用音乐来让大家和他一起怀旧。片中60后、70年观众熟悉的港台歌曲接连不断，《偏偏喜欢你》《上海滩》《万里长城永不倒》……音乐唤起人们曾经的记忆。

我又想起片中两个有象征意义的道具。《泰囧》中重要的一个道具是仙人掌，代表生命，永远拿在手上，绝不放下。《港囧》有两个我认为有象征意义的道具，一个是头盔，徐来不小心进入片场，被戴上了古代将士的头盔，想尽各种办法都不能打开，最后打开来因为按错按钮发生爆炸；一个是拍摄DV机，菜拉拉宁愿舍弃生命都不能把拍摄机丢掉。我想，头盔应该代表现在生活中人们应该遵循的规则，没有规矩不成方圆，规矩一旦被打破，将付出巨大的代价；DV机代表理想，年轻人宁愿丢掉性命，也要保全理想。正是因为有了自我约束的觉醒，徐来最终回归家庭，正是有了对理想的执着追求，菜拉拉成为著名导演。

赵薇，我还要说说她，为赵薇的表演点个赞。近年来，赵薇的戏路越来越宽，这个剧她出境不多，但表演自然，快40的人了，活泼起来仍然那么可爱。大波浪披肩发、宽沿帽、黄色向日葵连衣裙的造型真心喜欢。

啰嗦得太多，用剧中的两句台词作结：
徐来：我该和自己的青春说再见了。
杨伊：我们这样就很好。





My “Far Away” My Spiritual Home

我的“远方”和我的精神家园

撰文_南京公司 韦士保

前几日，朋友来宁，送了一本《我们为什么旅行》，看了之后想写些东西。年轻、梦想、激情和远方，这些东西总能勾起内心的情绪，对自由的向往。

<一>

生长在平原，从有记忆到上小学，“世界”就是村子和邻村的距离。这个“世界”太大了，足够那时的我玩耍。春夏秋冬，四季分明的好处，是能让我明白四种时令的真正含义：春的青翠，夏的繁茂，秋的萧索和冬的素裹。村子有条河，水清澈多鱼，夏天在水中嬉戏，又可以钓鱼、抓虾抓螃蟹；冬天真的寒气逼人，小河结冰断流，足以在上面行走，记忆深刻的是村里的一头小牛，在冰上乱跳，滑冰的样子真的很滑稽。河边长生有芦苇荡，我家也有一块，那时动物常出没期间，有野鸡、野鸭、野兔子。小时候和“白虎”在田间狂奔追赶动物，自由和纯真，是我脑中挥不去的记忆。（白虎是我们家的狗，陪了我们家人十年，可惜死的时候，没能见到他。）

上了初中，去了镇上，世界变成了镇和村子的那条公路。每周五晚上骑自行车往家里赶，在周天的晚上又离家。一起上学的有五个人，总能成群结队。初中的“世界”又大了，因为哥哥去了县城读高中。我脑中所有美好的字眼都去想想这座城。城，应该有美丽的洋楼，大片大片的树木和花海。因为年龄大了一点，对世界有出走的冲动，甚至于哥哥从县城带回一个不用塑料袋，都视之如珍，

因为那是“远方”的东西，拥有“远方”的气息了。现在想来，也就四十分钟的车程。

后来去了县城读高中，第一次出镇，进入城市。当然这也是我讨厌城市的开始。县城打碎了我对远方的畅想：没有洋楼，没有大片大片的花海，只有肮脏、拥挤，只有车尘嘈杂。但我要在这里生活三年。期间父亲和母亲去了外地务工，先是初中父亲不在家，而后母亲和父亲一道，爷爷和叔叔会在我们回家的时候照顾我们的起居。父母到现在的辛劳，想想是从那时起，这也是我背负罪恶的开始，就是以子女的名义，以读书的名义，抽取父母的心血。那时候不懂，只知道在我的世界之外，还有一个父母去的世界，那里复杂的多，精彩的多。

<二>

高考之后，在网吧泡了两个月，心灰意冷要复读的时候，却被录取了。广州、中山大学、PA，尽是我看不懂的字眼，却会给我未来的人生，刻下最深的印记。第一次坐火车，第一次出县城，第一次到“远方”，第一次听到不一样的声音，他们叫白话的话。

高中贪玩，放弃理科选择从文，当然也有了完全不同的我。特别喜欢地理，喜欢收集地图，喜欢盯着地图，看山的名字，看海的名字，看岛的名字，国家对我是无意义的。大学四年，又至杭州读书近两年，期间从十六岁的少年变成了二十二岁的青年。父母用放手，重塑了新的我，也伴随着眼睛睁开的疼痛。六年去了一些地方，曾经梦想的远方。对于平原的孩子，大山和大海的冲击总是很大。

我爬的第一座山，是广州的白云山，山不高，但平地而起的偌大物体，足以让我震撼，心里默念，这就是山；我爬的最高的山，是去年初和老友登的黄山，天寒，山上雾雪迷离，山势陡峭如置身云端。而在湖南凤凰的群山里面，置身于绿叶葱葱的峡谷，抬头仰望青山，迷失的孩子，也只想说一句，山，真大。

我见过海，在厦门鼓浪屿的客船，在阳江海边的沙滩，在三亚湛蓝如黑的海岸，天涯和海角。看到海我会喘不过气，像是被东西压着。我需要坐一会，或者躺一下。如久不见的故人，砰然的心要用时间去平复，才能握手言和，继而敬畏变成天海与我一体的宁静。

可是这些山，和这些海，都如匆匆的过客，有的淡一笔，有的浓一笔的刻画着我。而最终引导我的，是父母的山和海。

<三>

父亲如山，母亲如海，对我来说，胸怀博大莫过于他们，言传身教之精深莫过于他们。而他们的化身，是山东的烟台，那里的大海，那里的重山。我在那里第一次见到大海，父亲带着母亲、哥哥和我；我在那里第一次见到“大山”，有云雾缭绕的大山。

父母常年在外，初中一直到大一的七年，父母的世界，对我还都是未知的“远方”，曾有过畅想，也

知道，应该不那么美好，可从不愿意承认。08年夏天，大一的暑假，先归家，之后坐上客车，花一天的时间，走爸妈走了七年的路。大一的一年，给我的是，由自足、平和、不谙世事，继而撕裂转为自卑、压抑，而又无处诉说。世界太大，世界的差别太大，慢慢蚕食着无助少年的心。夜里，车到站，父亲接我到“家”，看到拥挤破旧的出租屋，眼泪涌入眼帘，没让他们看见。这是我不曾想的“远方”。母亲盛了一碗热汤给我，在那个夜里，在那个远方，那个破旧的地方，我的心经历了最后的撕裂，化为碎片，之后重新粘合。心安、平静、温暖，伴着一碗热汤回到我身边。在那个时候，我找到了自己存在的意义。

哥哥自小聪慧安静，其实也内心感情充沛。那个暑假，我和哥哥又回到了童年，被爸妈带着，第一次看见大海，心中的震荡、激动，也只化为一句大声的呼喊：海，真大啊！烟台多丘陵，我在那里写了这样几句话：“山海一天，古有台烟；小农易安，但求一餐。”

<四>

最近，大学宿舍的一个兄弟，辞了工作，打算出去流浪，一年半载，跟着机缘。王二说，“在我看来，存在本身有无穷的魅力，为此值得把虚名浮利全部放弃”。我想他的出走，也是被“存在”所吸引了吧！我很开心他的选择，也期待和他的相见。

我也年轻，也充满梦想，期待“远方”，但我没有选择出走，不是因为惧怕，也不是放不下，而是因为我的“远方”和他的不同。这个世界上，有我没去过的地方，有我没看过的风景，有我没遇到的趣事，但现在都不是我的远方了。

在我的精神家园，这里是完善的“一”，只需要倾尽一生，做到充盈的“满”。

Search For Happiness

寻找幸福之路

撰文_上海中海御景熙岸业主 石鑫



前几天回看了一遍《干与干寻》这部电影，跟读大学时看的心境完全不同，自然感受各异。我能够澄清了，这种感觉很好。

大师的画风我从《天空之城》喜欢至今。唯美，伴着淡淡的忧郁。看了让人有说不出的难过。总觉得遗失了什么宝贵的东西。却无法找寻。也许是许久没有过的童年的单纯与自在。

看《天空之城》时还是小学，少年不知愁滋味，但也暗暗感伤了。《干》在之前的基础上有了更多的内涵，配上久石让的音乐，能让人走入一个圣洁的幻想世界。没有纷扰，没有罪恶，没有争夺。

人不管在什么时候，记住你是谁

汤屋里的人，都在不断的找寻自己的名字。小白告诉干寻——你一定要记住你的名字，你要是忘记了自己的名字，你就再也回不去了。

名字只是一个人的代号，但这里回归到了一个终极的问题——我是谁？我从哪里来？

我们长大，离开学校，出入社会，很多人都雄心壮

志，我要怎么样，我以后会怎么样。但在不断的磨砺中，好多人都找不到原来的路，忘记了自己的梦想，也忘记了自己曾经说过的话。我不敢轻易许下承诺，我怕承诺对自己是个讽刺，因为承诺是拿来背叛的。

干寻在汤屋里有很多机会，可以过得很好。她的单纯善良，让周围人都喜欢她，但她始终没有忘记，要和爸爸妈妈回到原来的世界

人是一个不断自我成长的过程

大师曾经说过，塑造的干寻的角色是个胆小怕事缺乏独立果敢的孩子。在最初 进入异世界的暗道中，干紧紧拉着妈妈，她是紧张，但后来出来的时候，她还是拉着妈妈，但这时候已经是害怕失去、是珍惜了。

干去寻找锅炉爷爷的桥段，一个人走过一段长长的楼梯，大师在这里刻画得非常细腻，小孩子颤抖着腿一步一挪都表现了出来。但在后面，干寻慢慢的能够独立去承担去胜任很多事情。

最喜欢干寻去寻找钱婆婆的那一段，她静静的坐在一列不知道终点在哪里的火车上，无脸男小心安静的陪伴在她旁边，车窗上，有变成老鼠和苍蝇的两个朋友。还有无数幽灵穿梭其中。很忧伤，却让人特别感动。这应该是大师对我们人生的一个暗喻吧。我们人生也是如此，不知道终点在哪里，甚至没人告诉你对或是不对，身边的人不断上上下下，能陪伴你的始终是那些真正关心你的人。

昨天听黄维仁的讲座，他提到人最重要的是一段段有意义的关系，非常同意他的观点。万贯家财最终都是别人的，荣华富贵百年之后也与自己无关。但你会永远活在真正关心你爱你的人心中，这才是生命的真相。

呼唤爱的回归电影

非常喜欢里面无脸男的角色。有些人说无脸男是喜欢干寻，一直默默追随她，口不能言，行动已说明一切。

可我更愿意相信无脸男只是寂寞，只是需要朋友的关心，把狭隘的爱情升华为人类之间广义的爱也许更好。

汤屋里的每个人都是寂寞的，包括汤婆婆。她疯狂的敛财，但她的所有财富敌不过宝宝的一声哭声。青蛙、小玲、锅炉爷爷……每个人都喜欢干寻，其实是因为干寻是唯一一个不缺少爱的人。她知道自己是誰，知道自己从哪里来，有爸爸妈妈的爱，她更懂得爱人。

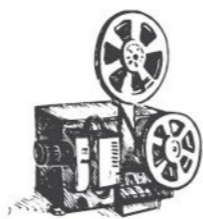
无脸男在饕餮了无数美食后，看见干寻，难过地说——我好寂寞。这句话让人好生难过，貌似他什么都有，却什么都没有。

幸福到底是什么？这个问题也许看过《干》之后就能明了。

Hanyuan Bookstore

汉源书屋

撰文_上海中海御景熙岸业主 石鑫



绍兴路靠近陕西南路的那头有一间名气很大的汉源书屋，这是一个既是咖啡馆又是书店兼艺术展览厅的处所。汉源书屋是游历过41个国家的上海摄影艺术家尔冬强先生受了欧洲书店咖啡馆的启发，于1996年秋天开出来的1999年在原有的基础上又扩大了两倍。如今它已成为上海文化名流聚谈的首选沙龙。汉源书屋的外表装帧古朴，墨绿的繁体字书写的“汉源书屋”四个大字古意中却又夹杂着现代的透明气息，那是一长排落地玻璃门造成的。门头上还悬挂着老式马车灯，天色暗下来时，昏黄的灯光会亮起来，带给人温暖的感觉。一脚踏进汉源书屋，仿佛来到上海三十年代官人家的客厅，既古典又洋派。深红色的地毯和褐色的家具带给人沉静的感觉。门口是一架老式风琴，客厅正中站着一架老式钢琴，琴盖上放着一大瓶用水养着的淡紫色的毋忘我，烂漫而不张扬。四周散放着一张张造型各异的小圆桌，上面是插着蜡烛的铜烛台。圆桌旁的椅子静静地等待着前来看书喝咖啡的客人。书架中最大的一个是以半圆的弧线展开的，这使个空间一下子便生动而妩媚起来，据说这是店主亲自设计的，不得不佩服他的艺术匠心。

汉源书屋里的书很多，大致分为两类：一类是时尚书，凡是近期荣登书市排榜的书，这里都有；另一类是老板收藏的各种画册和摄影集，多的是建筑摄

影集，它们是非卖品，但可以坐下来慢慢看。如果你坐下来，服务生就会拿着MENU过来问你要喝什么。这里除了英国红茶和常规的意式美式咖啡外，还有特调的“汉源咖啡”。假如看书看累了，不妨留意一下散落在屋子里的各种大大小小的古收藏品。这里有明清时代的条案靠椅、简·奥斯汀时代的家具、8mm的电影放映机、古董相机、铜质烟壶、木雕对联、老式红木博古架等，梳妆台前挂着的一张老式月份牌美女正着你巧笑倩兮，所有的一切自然而然地把你带入一种浓浓的怀旧氛围之中。而古董本来就是一种文化，可以熏陶人的情趣的。连汉源书屋的洗手间也是很文化的：古朴的木门上，悬挂着一块古匾，上面写着“祈雨必灵”四个大字，也只有在汉源书屋这样的洗手间门口才配得上这样高雅的匾，其幽默也算是发挥到了极致。

现今，汉源书屋成了一个文化时尚的标志，甚至有人还把去汉源书屋看书作小资的特征之一，不知道这有没有违背主人原来的初衷。



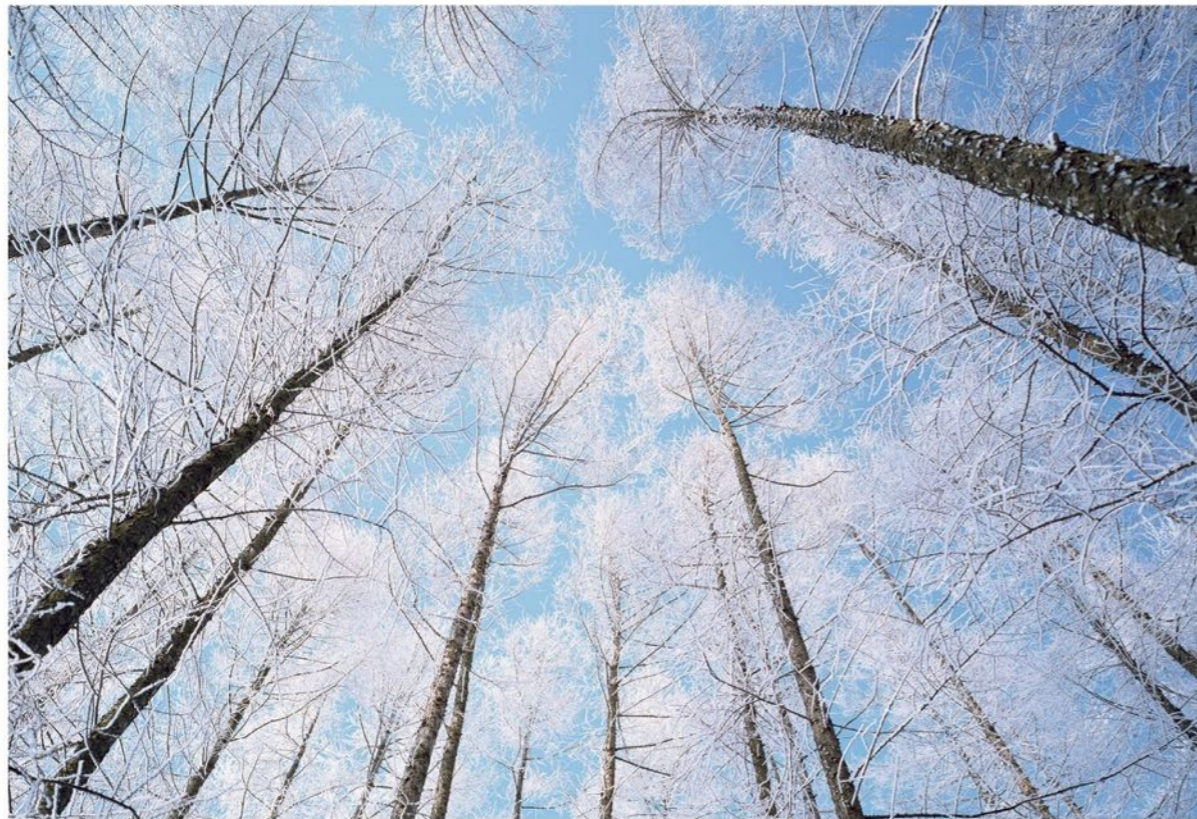
乐享生活 | 活色生香

撰文_王中元

白色の北海道

WHITE HOKKAIDO





行程安排 Schedule



01.Passport 护照
切记检查有效期。

02.Japanese visa 日本签证
2014年APEC会议后，中国游客入境日本可签3年多次，高收入人群可签5年多次，签证除提供常规资料外，还需提供收入证明、近半年银行流水单，预计办理时间10个工作日。

03.Reservation ticket 预定机票
杭州没有直飞北海道的飞机，必须从东京转机，建议选择从浦东出发，千万别选择春秋航空。

04.Booking hotel 预定酒店
北海道的酒店都差不多，一般价格在1500-2000左右，相当于国内3-4星的级别，不会给你有太大的惊喜。

05.Budget 预算
这次出行完全没预算，也许是今年出去了太多次，玩麻木了，但最终玩下来很意外，全部费用人均1W人民币。

06.Carry goods 携带物品
冬天出行北海道，一件厚厚的羽绒服，手套、帽子足矣，毛衣、秋衣、秋裤完全不需要，室外温度在-10° -0°左右，但室内、公车、火车、出租车内全部有空调，温度26°，药品在日本购买很方便，如果不放心，可以带一些感冒药、止泻药。

07.Traffic 城市内交通
北海道的公共交通设施非常发达，主要交通工具是火车，可购买7日套票，做好每个景点之间的路线规划，一个城市内可选择步行或公车，城市之间选择JR线火车。



{Day: Sapporo | 札幌 |}

北海道，日本一级行政区，即我们这的省，是除日本本州岛以外最大的一个岛屿，在日本的最北方。全岛面积仅次于爱尔兰岛，札幌是北海道的行政中心，即我们这的省府。纬度与中国的胶东半岛差不多，属于温带海洋性气候，四季分明，最佳旅游季节是春季和冬季。

吃货之行必然离不开美食，早早做好攻略，查遍北海道各地特色海鲜市场。

第一站_螃蟹本家
<http://www.kani-honke.jp/c1/>
人均消费 350-400RMB

短短3个半小时的飞行时间，我们便到达了札幌新千岁国际机场。北海道有3个机场，国内出发直飞，都由札幌入境，如果东京转机，可以选择飞函馆。自入境起，我们就开始感受到了人的职业素养，每一个工作人员都会对你微笑，有两个海关人员指挥每个窗口等候人数，并认真检查每个人的入境单，包括航班号、入住酒店、携带现金、联系地址都必须写全。

因为该店太知名，本地人、游客都会慕名而去，所以用餐需要提前预定。

我们一路寻觅过去后，被告知，今晚预定位已满，不能用餐，接下去因为要迎接新年，都暂停营业了。不甘心就此错过美食，好在服务员被我们的诚恳所感动，为我们安排了座位，但限定用餐时间2小时。

这是一家用心装修的店，店面不大，但细腻精致，一楼为等待区，需在楼下脱鞋，赤脚上二楼用餐，这里没有大堂，每桌食客都被安排在一个日式小包间内。短短2小时，我们品尝了长脚蟹、雪蟹和日本当地浮冰螃蟹的三种做法，生吃、熟食配芥末、火锅煮，之后还会用火锅汤给你做两碗泡饭，加上新鲜鸡蛋和海苔。新鲜的螃蟹，加上没有辅料的烹饪方法，能让食客尽可能品尝到螃蟹本身的鲜味。也许是我词汇匮乏，但我此时真的只能用鲜美来形容这顿盛宴。

- 01 JR线——札幌站
- 02 狸小路上被收点的树

入住酒店：札幌国际酒店 (Sapporo International Hotel)，交通便捷，JR线到札幌站，通过地下通道就可以走到酒店楼下，边上就有大型商场，距离夜市一条街——狸小路步行仅需10分钟，距离札幌电视中心步行仅需5分钟。



冬天的夜是安静的，天空静静的飘着雪，路上零星的几辆车缓缓开着，行人漫步在街头，细声交谈，偶尔拿出手机，留下这夜中的札幌。

灯光洒在厚厚的白雪上，映射出淡淡的色彩，给这增添了些许缤纷的味道。不知不觉中，我们路过了札幌电视中心，来到了狸小路。

在这，有点像杭州的南宋一条街、吴山夜市的综合版，各色小店、餐饮，应有尽有。在这，你可以买到北海道著名的白色恋人巧克力，可直接寄送至机场，也可以买女孩子喜欢的护肤品、化妆品及各种饰品，当然，逛累了，也可钻进一边的居酒屋进去

坐坐，喝上一杯。也许，这条街的卖点并不足以吸引我们，全当饭后散步了，在回去的路上，决定去体验下当地的居酒屋，过一下当地人的夜生活。

日本当地的餐厅，很少有中英文的菜单，也很少会配图，我们只能靠几个片假字和手机翻译软件的帮助来完成点餐，一切还算顺利。这是一个并不太知名的居酒屋，里面空间也不大，但貌似是当地人的聚集地。品尝了烤串组合、啤酒和梅子酒，一路颠簸的疲惫也渐渐褪去，走走逛逛、吃吃喝喝，也许，这就是我们度假的主基调。

- 01 餐厅门外的雪被打扫的干干净净
- 02 色彩缤纷的广告灯告诉你这个夜晚充满了精彩
- 03 在电车站台等车的人



{Day2:Otaru|小樽|}

01 02 03 小樽运河

小樽运河，北海道，惟一的、也是最古老的一条运河，与北海道的开拓历史同龄，约一百二十多年。当年的拓荒者为解决粮食、蔬菜、衣物等必需品的运输问题，设计并开凿了这条河渠。它是北海道拓荒历史的象征，也是拓荒者智慧和文化的结晶。如今，它作为历史文物保留着。

如今，还可以清楚的看到当年挖凿的河道及河道两盘的仓库，各类游记攻略中也推荐了这里的小樽食

堂，我们并未打算在此久留，决定继续沿河走走逛逛。

当然了，在与国内京杭大运河的历史、伟大程度相比，它还是逊色了不少。我们作为运河畔的子孙，也把观光重点放在了河边的精品小店上。



01



02



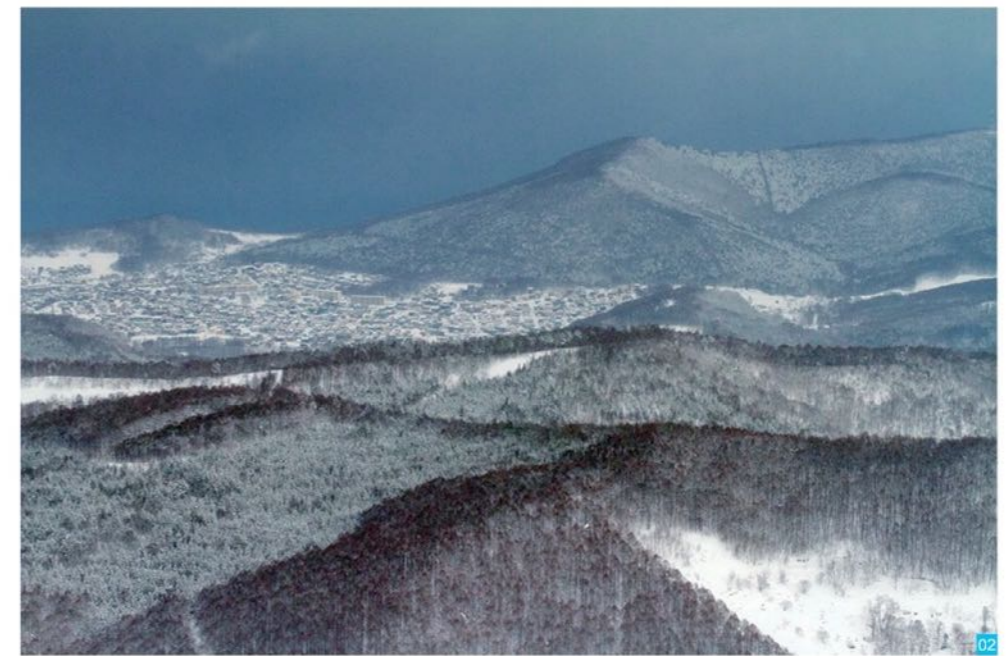
03

一张无意中的拍摄，也许成为了北海道之行的其中一个较深的感受的缩影。笑，对身边的人微笑，可以说是日本人的职业素养，培训有佳，也可以说是北海道当地人的一种生活心态，不紧不慢，乐在其中。

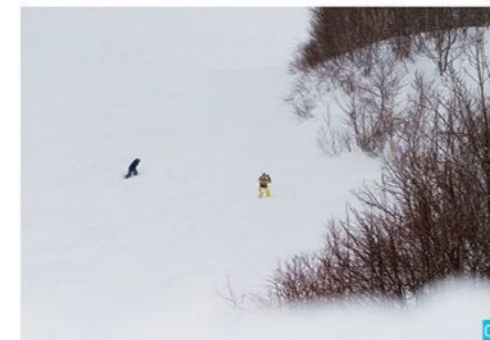
出发去小樽边上的滑雪场，这儿，终于丰富了我们国外出行的经历，第一次乘坐了公交车。每辆公交车整齐的停靠在站台，每个站台清晰的标注着车子的路线，即使是第一次来的游客，只要能记住关键地名的英文单词，绝不会坐错车。北海道的公交车

都是上车买票，最低 210 日元（10 元 RMB），到站后，根据乘坐站数对应的价钱，自觉投币下车就行，日本公交车与杭州的上下客是相反的，后面上车，前面下车。公交车看着很老旧，也没有双层公交、旅游热线等，但里面还是比较舒适的，每次都只有三三两两的乘客，司机准点发车。如果不能记住站名，记住到站时间也是可以的，这里的公交车准点率几乎是 100%，误差在 1 分钟以内，不得不佩服他们做事的严谨。

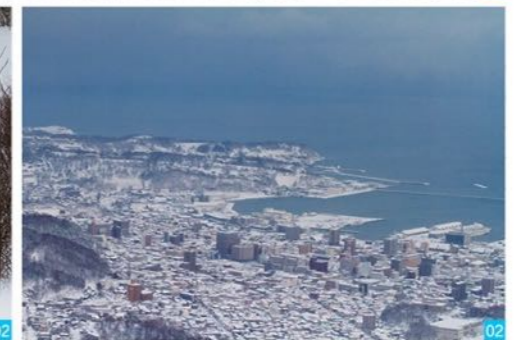
- 01 02 别致的街边小店，老板一定花了很多心思去装饰它吧
- 03 一张无意中的拍摄——“笑”



02



02



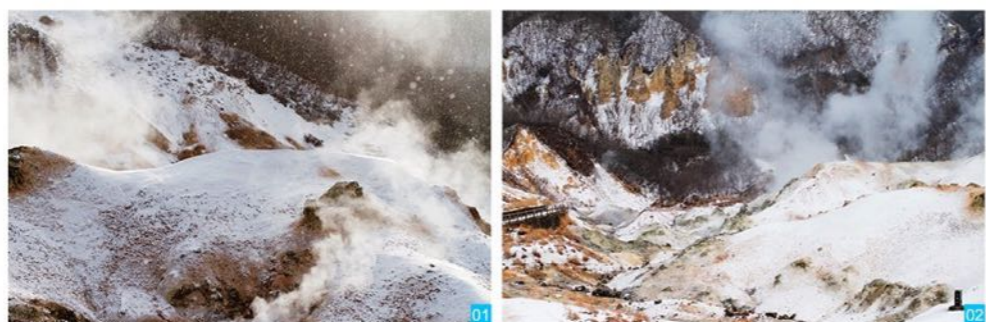
02

- 01 远眺整个雪山
- 02 “肆无忌惮”的在雪地上奔跑吧
- 03 被白雪覆盖的城市

作为南方来的游客，滑雪真是我们的弱项，无法像他们一样，能够在雪山上自由飞翔。也是此行之后，我们决心要在国内学会滑雪。加上教练已被安排完了，我们只能在雪山漫步，登顶俯瞰小樽全景，也是一种不错的享受。

时间不知不觉到了 12 月 31 日的傍晚，本打算在异国跨年的我们，回到札幌后，顿时傻眼了，街上的商店、饮食店全部关门，也许是北海道当地习俗，要回家与家人团聚迎新年，有点我们年三十的味道。

好不容易在地下铁商场里找到了一家居酒屋能解决我们晚饭。出乎意料，并没有因为迎新晚餐会给一份单独菜单，更不会价格高的离谱，推荐当地的烤牛排，看着带些血迹，吃在嘴里非常嫩，没有一点腥味。当然了，少不了海鲜和美酒，这就是我们的异国跨年了。



{Day3-5:Noboribetsu|登别|}

2015.1.1, 北海道, 天空依旧飘着雪, 窗外依旧是白色的安静。按计划, 我们出发去旭川动物园, 北海道最北、最著名的动物园。但, 日本人新年放假, 包括旅游景点……遗憾离开, 出发去最后一个, 也是此行的最终目的, 登别, 温泉、海鲜我们来了。

登别 | 温泉



登别, 北海道最著名的活火山温泉胜地, 从札幌JR线出发, 约70分钟到达。在这, 我们第一次搭乘了日本的出租车, 起步价约30人民币, 10分钟左右车程, 约60人民币, 不便宜。通过坐公车、出租车可以发现, 开车的师傅都已白发苍苍, 当他们雪天穿着衬衣来给我们拿行李时, 还真的有点过意不去。这也凸显了日本老龄化问题非常严重, 想想在天朝60岁退休, 貌似还真是退“早”了。当然了, 和他们交流用英语是不行的, 必须提前准备好酒店名称和地址。

登别, 每家酒店都坐落在火山脚下, 酒店内直接接入温泉。在这, 泡温泉被称之为洗浴, 分男汤和女汤。当地对泡温泉很讲究, 男女分开, 赤身裸体去浴池, 必须先洗净身体, 然后才能下池, 分室内、室外, 泡完后重新洗净、穿衣, 另外, 浴池内严禁带手机, 想拍张照发个朋友圈的, 在这行不通了,

当然了, 全凭自觉, 因为从头到尾未见到服务生, 没人看管。建议先泡室内, 水并不清澈, 有一点淡淡的硫磺味, 待人已经微微出汗后, 可去户外泡。那种天上飘着雪, 吹着微微的北风, 呼吸着新鲜空气, 泡着暖暖的温泉, 犹如室外桃园, 电视中的仙境不过如此。此时, 只想静静地呆着, 闭目, 放空自己, 让时间停留, 尽情享受大自然的恩赐。

登别的静, 更是出乎意料, 雪依然在下, 路上行人三三两两, 车子更是很少见到, 也许他们去杭州看西湖迎新年了。谁说不是呢, 旅行, 就是从一个人呆腻的地方去另一个人呆腻的地方。

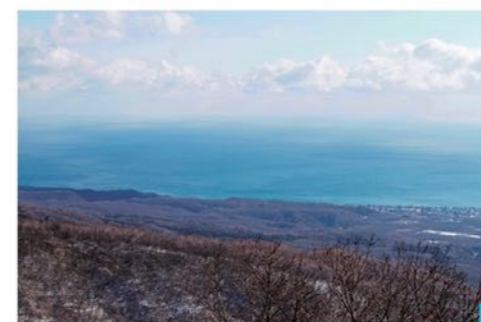
登别 | 活火山



在登别, 除温泉外, 有三个旅游景点, 熊牧场、活火山和海洋馆。酒店接送巴士或者步行上山参观熊公园, 公园不大, 在山顶, 需坐缆车, 此时阳光正好, 金灿灿的光辉洒在白雪上, 配上太平洋海景、黄色的植被, 有一种水墨画的感觉。

登别活火山距离熊牧场, 步行仅需10分钟, 慢悠悠的走着缓缓的上坡路, 路边不时有热气从地下散发出来, 当见到登别的守护神时, 也就到了活火山游览处。

01 02 登别活火山



火山地貌、冰雪覆盖、涌出的散发着热气的地下水, 组成了这儿独特的景色。

约步行40分钟, 即可结束火山之旅, 随后来到登别海洋公园。运气不错, 真好赶上了企鹅出来散步, 第一次这么近距离的观看企鹅。这玩意肥的有模有样, 扭臀挪动, 甚是惹人喜爱。

登别 | 海鲜



在登别, 不得不说一下吃海鲜, 在酒店去往熊牧场和火山口的路上, 只有一家海鲜市场店, 平时只营业到下午5点半。我们结束海洋馆之行后, 早早赶去, 吃遍了三文鱼、生蚝、大扇贝、雪蟹, 直呼过瘾。回酒店继续温泉、把酒言欢, 快哉。

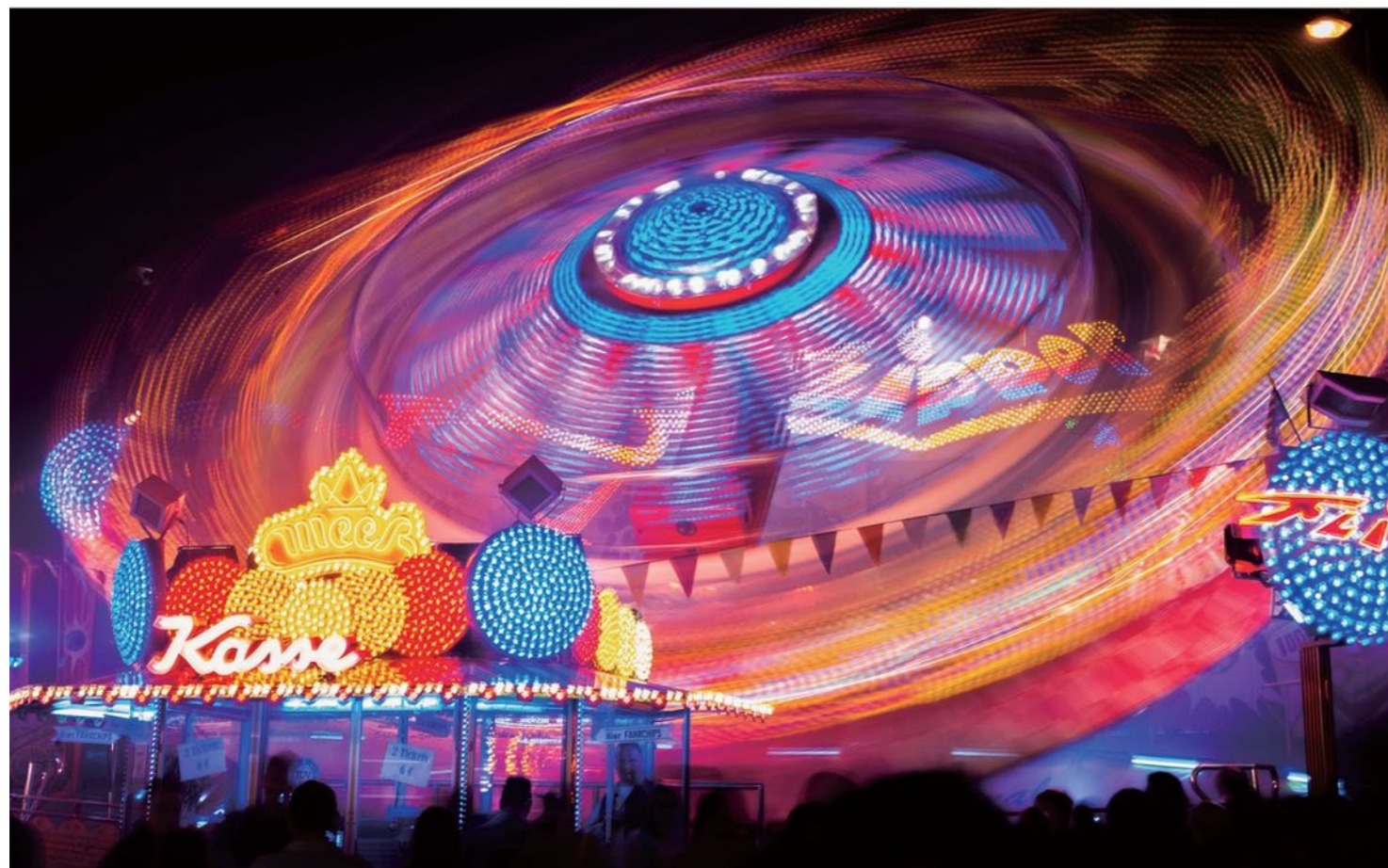
时间总是在不经意间流逝, 也许是北海道的景色和美食让我们忘记了时间的过去。别了, 登别, 别了, 北海道, 《非诚勿扰》让我们认识了你, 冬季的白色之行, 更让我们喜欢上了你, 也许, 我们还会再来。

作者语

本来我对日本印象并不好, 在我心目中, 三个国家坚决不去, 日本、韩国和印度。但这次出行, 让我改变了对日本的想法, 这个与中国不断摩擦出火花的国家, 确实有太多的地方值得我们学习。也许用下面这张配图来形容日本人有些牵强, 但真实的表达我对他们的感受。像个木头一样的做事风格, 严谨、井井有条, 也许我们会觉得很死板, 但会非常有秩序。也许经常能看见他们对客人、朋友点头弯腰致敬, 但能感受到他们的不卑不亢。整个社会更像这块木头, 物尽其用, 绝不浪费, 不显山不露水, 处处体现以人为本。



我们确实需怀有一颗爱国之心, 但更需有一颗开放的心, 去学习身边让我们时时感到危险的邻居, 提高我们自己, 也许那才是一种真正的爱国。



Colorful Life 精彩五年 多彩生活

五年，足以让小家积累起满满的喜悦，
许是孩子考上了好大学；许是迎娶了心爱的姑娘；许是小两口儿搬了新家；许是小天使降临……
我们见证着你们的大幸福，也记录着你们的小甜蜜。
让我们一起回顾，五年的美好时光。
愿你的笑容，能永远如此灿烂。



上海 | 阿拉爱运动

——记2014年第二届中海乐活运动会
为了深化每届乐活运动会的不同主题，上海中海地产在策划之初就本着“有上海本地特色”、“接地气”的原则，并紧扣“乐活”、“环保”、“健康”的理念，6月15日在余山，为中海社区的运动会爱好者送上了一场乐活盛宴。在享用了主办方精心准备的午餐后，12:30活动正式开始。环湖马拉松，吸引了70多名业主参与。3.5公里的全程，最快的业主仅用了20分钟跑

完。很多业主显然是一直坚持锻炼，其中好几位已是70多岁高龄了也坚持跑完全程，而且跑完后状态良好。这边马拉松如火如荼，那边平板支撑、大脚丫和板球也拉开了序幕。

活动进行到下午4点，在拔河比赛的欢声笑语中接近尾声。最开心的莫过于拿到奖的业主了。获奖业主纷纷表示，这奖是最有含金量、碰撞最激烈、饱含着汗水与辛劳的，尽管得来不易，但最是珍贵。





穿越6000万年的约会

——中海寰宇天下圈层系列活动之<琥珀鉴赏>

4月19日下午，上海中海·寰宇天下营销中心举办了一场琥珀鉴赏的圈层活动，特邀著名设计师郑正为嘉宾进行了专业的鉴赏讲解和指导。

在活动现场，主持人为大家介绍了今天的主讲嘉宾——郑正。这个温和的女子，26岁去了波罗的海沿岸的立陶宛，当她第一次被有着太阳般光芒的琥珀深深吸引，决定在自然琥珀原石上加入独到匠心，还原琥珀的自然魅力。

郑正向大家娓娓道来，从琥珀色彩丰富，通常根据色彩命名，包括金珀，花珀，血珀，白珀，以及蜜蜡等。嘉宾们一边听着设计师的讲解，一边可以三三两两在餐饮区品尝精致可口的下午茶。感兴趣的嘉宾，围着设计师请教不断，许多嘉宾选购了自己心仪的琥珀满意而归。寰宇天下这一场精英圈层活动，至此圆满结束。



青春华宴·五月盛荟

——中海·寰宇天下五一“致青春”活动
5月1日-3日，上海中海·寰宇天下五一“致青春”活动华彩上演，一系列丰富多彩的活动，吸引了众多业主前来参与。大手笔3D地画，惊艳全城，一幅幅栩栩如生的地画，立体、细腻、逼真，磅礴大气；中海·寰宇天下快闪行动吸引了广大市民的积极参与，青舞飞扬的dancer，他们悄悄的在广场上出现，随着音乐瞬间起舞，欢快的舞蹈给在小长假中的上海人们

带来了一丝清凉，跳完之后速度闪人，绝不停留，在这浮华的城市张扬自我，闪出自己的风采；个性张扬，泼彩五彩青春，在现场专业老师的指导下，每个人根据自己的喜好选择颜色，随性的用笔在白色T恤上随意挥洒、用色球喷出属于自己个性的彩色T恤；活动现场还准备香甜可口的美食，引诱了一批各大年龄段的“吃货”们流连忘返，一边品尝美食一边沐浴阳光，在寰宇天下度过了一个美好的假期，乐享美食，共享幸福。

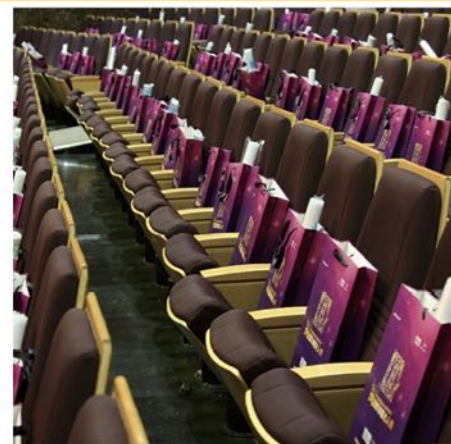


南京 那年，难以忘怀的精彩

——忆南京中海首届大型业主文化艺术节暨“幸福达人秀”活动

2014年6月6日晚，南京中海首届大型业主文化艺术节暨“幸福达人秀”决赛活动在南京文化艺术中心大剧院幸福上演，现场可容纳1200人的大剧院座无虚席，在这里我们和来自中海各社区的业主、地产及物业的同事们一起度过了一个愉快难忘的夜晚。

为庆祝中海地产深耕南京十周年，锻造有中海特色的中海社区文化，经公司研究决定，以开展“南京首届大型业主文化艺术节”的标准，来组织本届幸福达人秀。达人秀活动自2013年12月31日首场海选以来，至6月6日的决赛晚会完美谢幕，历经5个多月，先后经历了五场比赛，辐射业主近万人，活动关注度之高、规模之大、影响之远创南京公司之最。



宝贝去哪儿？中海体验营！

——南京中海2014年度小小业主体验营活动圆满举办

为提升小业主对中海地产的认知度，并长期影响使其将居住中海成为习惯，将他们培养成中海产品的第二代购买者，公司围绕小业主开展“宝贝去哪儿——小小业主体验营”活动。本次活动在结合集团小小物管体验营的基础上进行了升级，在开展物业各岗位体验的同时，穿插融合进军旅元素，提供外宿体验，并在三天的活动中，着力提升参与小业主们对“责任”的认识。



公益善举，从我做起

南京公司积极响应集团大爱无疆的善举号召，发动业主进行爱心书籍的捐赠，向中海海外三泉希望小学捐赠图书近2000本，中国海外三泉希望小学特成立了“中海凤凰熙岸图书室”，以感谢南京中海地产及业主的善举。



[乐活运动季]老友相聚钓鱼群英荟

——记南京中海“第一届老年垂钓大赛”圆满举行。为积极响应中海地产华东区【乐活运动季】的号召，丰富老年业主的业余文化生活，弘扬钓鱼文化，我们在南京市江宁区泉水农庄举行了南京中海“第一届老年垂钓大赛”，在同事的大力支持和物业的大力帮助下，比赛取得了圆满成功。通过比赛，钓友们之间切磋了钓技，增进了友谊，锻炼了队伍。

“第一届老年垂钓大赛”是本次运动会的首站，面向的是50-70岁的中老年业主，在工作人员的充足准备下，活动进行得相当顺利。钓鱼大赛开展后，我们从业主对比赛的热情、准备程度、现场的投入状态以及赛后对我们中肯的评价中，我们感受到了业主们对我们本次活动的认可以及更高的期许。



心连心 放飞爱

——南京中海“雨衣捐赠”活动取得圆满成功。2014年9月，历时近2个半月，中海地产、中海各项目业主，以及各界关心热衷公益的社会人士，积极参与了向西藏儿童捐赠雨衣的活动，为远在西藏的孩子，献出了自己的爱心，在大家的热情捐助下，我们累计完成了776件雨衣及776套文具的募集。

心连心，放飞爱。近日，凝聚着中海地产业主和众多社会人士的热情和爱心的雨衣及文具，在中国邮政局的帮助下，发往西藏，送往孩子们的手中。

大爱无疆，热心公益，帮助需要帮助的人，中海地产一直不懈地努力着。



[乐活运动季]

周末双响炮圆满落幕

裁判刚一宣布比赛开始，选手们就像换了个人儿似的，精神抖擞，活力十足。虽然羽毛球比赛年龄跨度从20岁到60岁，体力及实力上都有悬殊，但这并不影响着大家对比赛的激情。赛前的友好交流热身，比赛中的专注投入，赛后的相互点头握手，体现了“互邻友好，重在参与”的态度。



[乐活运动季]

周末双响炮圆满落幕

本次少儿轮滑大赛设置了个人与团体赛。其中个人赛分为竞速赛、钻杆赛，团体赛分为接力赛、抢杯子。现场邀请了少儿轮滑教练亲自带领小朋友们热身，示范、讲解游戏规则，小朋友们争先恐后，跃跃欲试。比赛中小朋友们展现出积极向上的比赛精神，跌倒了再爬起来，不哭不闹不要人扶。连一旁围观的观众都竖起大拇指称赞到“太坚强啦”。最后根据比赛得分，小朋友们都获得了由商管公司提供的毛绒玩具、画本、卡通杯等奖品，兴致勃勃，满载而归。



苏州“社团联合会”成立仪式暨专场汇演成功举办

中海会苏州分会“社团联合会”成立仪式暨专场汇演于2012年5月举行。以揭幕仪式和业主社团专场汇演的形式，宣告社团联合会的正式成立，定位苏州最大的社区联谊组织，首次将各种业主社团统一纳入中海会旗下，成为一个形式丰富多样、群众基础庞大的社团联合组织。

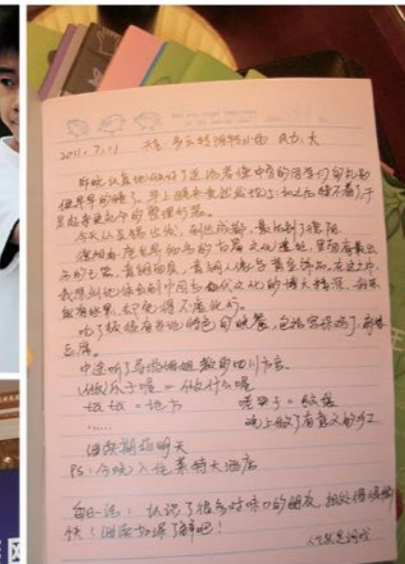
通过牵头组建各种业主联谊组织，以贴近业主生活的方式，充分调动我司现有业主资源，保持活动的丰富和常态化，并最大程度发挥业主自我组织的积极性，让业主资源的维系工作“活起来”。



【燕鸣行动】让爱起航

2011年5月12日，社会各界都在纪念汶川地震三周年。中海地产苏州公司借助中海会平台，开展「燕鸣行动」文化交流夏令营，带领苏州中海的业主学童到苏州对口援建的四川绵竹地区参观，并与当地学校学生互动联谊，以此作为对苏州对口援建工作的献礼。这是中海地产热心公益，回馈社会的一种方式。由此，中海会苏州分会精心主办的燕鸣行动拉开帷幕。

在经过了启动仪式、报名、网络投票、评委组面谈、拓展培训等各环节的筹备之后，“燕鸣行动”夏令营正式出营，20名由苏州中海业主和中海会会员孩子组成的“文化小使者”前往苏州对口援建的四川绵竹地震灾区，经过四天的参观、联谊、团队活动后满载收获，顺利归来！





中海会乐活运动会火热开展

乐活运动会是华东区发起的几个城市中海会同时举办的年度活动。旨在提倡健康生活，缩小业主邻居间的距离感。今年苏州分会的主题是“奔跑2015”。

乐活运动会苏州分场于8月8日傍晚在方洲小学火热开展，虽然天气酷热，但前来参加的业主兴致勃勃，与邻居们共同度过了一个欢乐运动的盛夏时光。

从发布消息开始，短短三天时间，报名迅速爆满。周六傍晚，台风驱走了连日来的酷热，在方洲小学室内篮球场，业主们展开了体力和智力的双重大比拼。要赢得比赛，不仅要有良好的体力耐力，更需要大家的团队协作、战术设计。



宁波 宁波中海会钓鱼比赛

周末早晨的轻雾在阳光中逐渐消散，来自东湖观邸、东湖熙岸、雍城世家的20几位爱好钓鱼的业主一起驱车前往位于东钱湖的钓鱼基地。参加活动的业主们携带着专业的钓鱼器具，进入了场地。举竿、甩钩、拉杆，全神贯注地投入到比赛中。一时间，湖边伸满了钓竿。时间在一分一秒地流逝，也许鱼儿是要和我们捉迷藏，一直未见上钩，看得围观者都有点暗暗着急。正在这时，水面上传来一阵水花声，

一条大鱼终于上钩了，现场传来一阵欢呼……经过三个小时的角逐，活动前三名最终产生，宁波中海会为比赛获奖者颁发了丰富的奖品。其他未获奖的业主，看着自己鱼袋中的收获也喜笑颜开。

本次钓鱼比赛旨在为宁波中海的业主们提供休闲、交流的平台，享受自然健康的生活。宁波中海会今后将继续组织贴近业主生活的活动，敬请广大朋友关注。





中海地产·幸福达人秀完美落幕

作为一个展示才艺和生活精彩的平台，“幸福达人秀”集中中海地产品牌之力、汇聚城市各方资源，旨在为宁波市民实现不平凡梦想的舞台。人气爆棚的赛前报名和两轮精彩绝伦的火爆海选，中海地产·幸福达人秀，经过层层激烈角逐，在全城的疯狂追捧中终于迎来最后的年终总决赛。最终16位达人汇聚，精彩连连的才艺展示、巅峰级的现场对决，为甬城奉献了一场视觉与听觉相互交融的欢乐盛宴。一个个超乎想象的独特才艺，不禁让现场每一个个体都瞠目结舌。在掌声与尖叫声的呼应中，中海地产·幸福达人秀虽然落幕，但是在微笑与欢呼的交织中，比赛所带给城市的幸福感和快乐的生活方式已然深入到每一个甬城人的心中。



话剧周——艺术盛宴

中海会宁波分会携手联盟商家宁波大剧院在几年里，连续举办了话剧周活动，旨在为我们广大业主提供近距离接触高雅艺术的机会。

每次话剧周开始前，工作人员就会根据业主的差异，精心挑选各类风格迥异的剧目，有中国话剧的经典《雷雨》、有外

国悬疑剧《今夜无人入睡》，更有新生代喜剧《驴得水》等，供业主们选择，来满足不同业主的需求。随着话剧周活动的连续推出，话剧这个艺术形式也逐渐为广大业主所熟知。曲折的剧情、特色鲜明的台词、演员们投入的表演，一次次为广大业主带来了一出出特别的艺术盛宴，使得广大中海业主享有着中海特有的高品质生活。





六一嘉年华，全家乐翻天

每年的六一节，是各家大小业主的欢乐节日，中海会宁波分会也会适时推出嘉年华活动，让各位业主聚在一起，真正开心地度过这个节日。

嘉年华活动项目会设置各种赛制，包括单人赛、亲子组合赛、团体赛三种形式。每个项目除了都突出一个“乐”字外，不同类型的比赛又各有侧重：单人赛通过投掷、套环、击打、机器操纵等方式，考验孩子们手眼协调能力与应变能力；亲子组合赛，更多地考验了亲子间的配合默契程度，增加了亲子间的交流；团体赛通过团体协作的方式，更多地锻炼孩子们相互合作的能力。嘉年华活动给予孩子在快乐实践中学习的机会，更期望把温暖融洽的气氛带给中海社区的广大业主们。



宁波中海会烘焙社团活动

周末的午后，与家人、邻居们一起动手制作烘焙，品尝各自的甜蜜成果，是一件再幸福不过的事情了。就有一群幸福的中海业主聚在一起，参与了中海会宁波分会组织的宁波中海会烘焙社团活动。中海会宁波分会的烘焙社团自2013年成立以来，旨在围绕“携手睦邻，共享中海”主题，着力于搭建跨社区的中海会员平台，以增进宁波地区各

中海社区业主间的交流，传递中海地产品牌的正面形象、营造中海社区健康向上的生活理念。

每次烘焙社团活动历时不长，但浪漫甜蜜的气息中一直弥漫着，活动所传递的自由、乐活、时尚的幸福之感，与甜蜜的烘焙作品一起留在业主们的心中，中海会所倡导的轻松无压、高品质的舒适生活将在中海社区中遍地开花。



每年暑假的聚会——小小业主体验营

每年一次的宁波中海社区小小业主体验营在孩子们的期待下，顺利举办。此前小小业主体验营已顺利举办了四期，无论是活动课程的设置，还是活动形式的安排，体验营已在业主中拥有了良好的口碑。过去的四年中有了众多“粉丝”。今年的小小业主体验营在往期的基础上有了更多创新，首先融入了中国传统文化元素，增加了“国学课”、“中华武术”课程；为培养孩子们健康向上的生活态度，增加了运动健身、艺术DIY等课程。同时，体验营的教学中，鼓励孩子们相互分享，积极沟通，让孩子们学会良性人际关系建立的方式，从而真正得到成长与进步。



品味春色，相聚福泉山

——宁波公司中海会全国生活秀系列活动

又是一年春好时，终于盼来了绿意盎然的山野，姹紫嫣红的鲜花，清新的空气。虽然经历了连日的雨天，道路有点湿滑，天气还略显阴冷，但是还是抵挡不住业主们亲近春色的高昂热情。周日一早，来自中海·东湖观邸、中海·东湖熙岸、中海·雍城世家、中海·九唐华府业主统一乘坐大巴车从东湖观邸东门，浩浩荡荡地向东钱湖福泉山景区挺进。

上午9点30分，登山活动正式开始。业主们扶老携幼，一路欢声笑语，相互鼓励关照，活动中充满了“友谊第一，比赛第二”的邻里情。登山活动后，还安排了各种团队游戏，在品味亲情的同时，也体验了把茶农们的收获幸福。

快乐时光总是过得飞快，无论再留恋，离开的时间还是到来了，除了手中鲜嫩的茶叶外，业主们更带着福泉山中美好的记忆回归家中。





乐活运动季

乐活运动季活动，每次都能吸引来自宁波东湖观邸、东湖熙岸、雍城世家、国际社区等社区的众多爱好体育的业主参与其中。

比赛设置了男女羽毛球单打、男女乒乓球单打、三人篮球三个竞技大项，无论比赛当日天气如何，都未能阻挡参赛选手的热情。在裁判宣布比赛开始之后，选手们一个个都

精神抖擞，各显风采。虽然比赛场地上存在着水平高低的差异，但丝毫没有影响选手们比赛的激情，大家都抱着“友谊第一，重在参与”的态度进行比赛。

乐活运动季活动项目的设置充分考虑了社区各类业主的需求，因此无论是参赛小区还是业主参赛人数都实现了新的突破，直接促进了中海会品牌及公司形象的推广与提升。



特别的爱献，给特别的你

——中海会宁波分会携手鄞州特教中心献爱心活动

有这样一群孩子，他们是折翼的天使，他们有着明媚的笑容，纯真的心灵，他们渴望着融入社会。中海会宁波分会自2014年起，面向广大业主提出了倡议，希望大家一起来陪伴见证这群孩子的成长，此项公益活动一经推出，受到了广大业主的关注，他们不但捐赠了物品，还抽出时间积极参与现场献爱心活动，义工们通过陪伴孩子游戏、画画等形式，与孩子们度过了一个愉快的下午，业主们的主动积极参与，使得活动内容更加丰富并且具有延续性。作为中海会全国爱心公益系列活动之一，本次活动仅仅是个开始，我们秉承“慎微笃行 精筑致远”的理念，一步一个脚印，踏踏实实地朝着努力的方向，用我们的行动来传播大爱无疆。





欢乐时光中，遇见你我
——宁波地区邻里节活动

为了促进中海社区文化建设，加强业主间的邻里情谊，中海会宁波分会联合宁波地区各物业管理处为回馈广大中海业主，倾情打造了年代时光大戏——中海时光秀活动。

活动分别在雍城世家、东湖观邸两个社区隆重上演，现场包括了以爱心捐助为主题的“Fun享大乐淘”、富含传统味道的“赶集文化街”、充满童

趣的“欢乐送不停”、精彩绝伦的“时光才艺秀”、重拾童年欢乐的“游艺大玩家”五大主题活动区。无论是华美的汉服表演，还是甜美的糖画入口，都是历史见证的定格，是我们成长中曾经的印记。兼容年代特色和民族文化的本次活动，吸引了广大不同年龄、不同国籍的中海社区业主们，他们共聚在周末的午后，穿越时光的艺廊，回顾着记忆中曾经的美好时光。本次活动极大提升了中海会品牌及公司形象。



奔跑吧，宝贝

在适宜的天气中，由中海会宁波分会发起组织、宁波各物业管理处协助的“奔跑吧，宝贝”大型亲子户外活动拉开了帷幕。

活动中有爸爸们擅长的项目、以妈妈们为主的项目，孩子们喜欢的项目，更有需要亲子配合的项目。汗流浹背的时候，欢乐的瞬间、激动的一幕以及温暖的画面交织在一起，构成了一

曲和谐乐章，将会在很长一段时间内留存于各位参与者的记忆中……

这是一场团结友谊第一的比赛，更是一次亲近自然与亲子教育的完美结合，将“大家”与“小家”融合在一起，中海的业主，正身体力行地实践着“家风好、家教良、家庭和”的社会新风尚。中海地产、中海会也将始终如一地坚持为业主们提供更多的服务，营造独属于中海业主的精彩生活。



杭州 | 飞驰西溪 旋动绿色梦想

2014中海地产西骑纪

6月21日，撼动杭城的大型绿色主题活动“2014中海地产西骑纪”在风光迤邐的西溪湿地成功举办，可谓盛况空前。百名“骑士”整齐且专业的装扮成为了一道运动着的风景。

同时，在西溪华府营销中心，正如火如荼地进行“花样骑行技巧赛”。



PUSHBIKE计时赛上，参赛者使用没有驱动装置、只能用双脚推行的童车骑行，逗趣的模样让人忍俊不禁。

骑行活动参与群体广泛，父母带孩

子，带老人，还有情侣参与。赢得中海业主们积极参与。中海地产、中海会同业主们身体力行将健康与环保融入我们每一个人的心田。

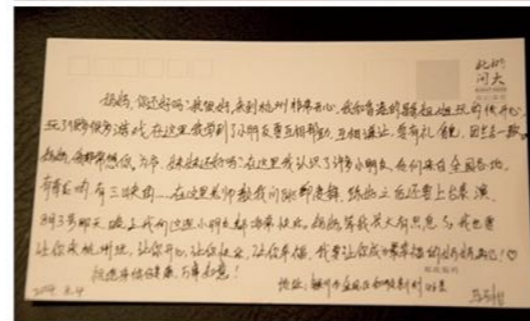


童梦山水 竞忆钱塘

2014年8月1-5日，由中国海外集团主办、香港亲切慈善机构协办、中海地产杭州公司承办、中国海外爱心基金会赞助、中海会支持的大型青少年文化交流活动“欢乐童学会——2014「中国海外」内地-香港学生夏令营”在风景秀丽的人间天堂——浙江杭州圆满举行。来自内地9所中国海

外希望小学、香港胡素贞博士纪念学校的师生代表及杭州地区中海业主子女共计77人参与了本次夏令营。

海无涯，爱无疆。
童梦山水，竞忆钱塘。
大海无涯，唯爱凝神聚力；
大爱无疆，入海薪尽火传。





中海会杭城七月“幸福一家亲”

中海会杭州分会为杭城业主带去“幸福一家亲”摄影活动，让我们来拍张爱意满满的全家福吧。

专业的现场化妆、专业摄影团队，业主们在自家小区或室内拍摄幸福靓照。摄影结束一周后业主们便拿到一本漂亮的写真影集。从紫藤到窗外到寰宇，每一张照片都洋溢着业主们幸福的笑脸。

幸福是全家人的笑脸，幸福是我们对每一个业主的祝愿，幸福是人与人之间的相互扶持，更是心贴心的距离。中海会致力于让更多的中海业主们感受到我们的真诚关怀，愿中海的业主们每天都能像夏花活得灿烂，热情洋溢，笑面人生！



杭州乒乓争霸赛六月上演激烈角逐

“中海社区乐活运动季”一股强劲的运动风六月席卷杭州中海簋外山庄、钱塘山水、金溪园。我们的中海业主们在激烈的乒乓赛场上洒下无数欢声笑语。

6月23日下午，来自簋外山庄、钱塘山水、金溪园的三支决赛代表队，精神抖擞、全副戎装抵达决赛场地——江南体育中心。只见猛烈扣杀、高速旋球、长线拉球、轻柔削球……各种招式被乒乓健儿们高超演绎，看得大家眼花缭乱大呼过瘾，三个小区的亲友拉拉队更是在旁鼎力助威。高温的天气、高温的赛场气氛，引爆我们的杭州六月“乐活运动季”。

经过三个小时的激烈角逐，大汗淋漓的乒乓健儿们揽获丰厚大奖，在相机镜头前留下最为灿烂得意的笑容。

聚是一团火，散是满天星
——记华东区“海焰杯”篮球赛

“海焰杯”篮球赛前，每周三晚上公司都会组织篮球集训，同事们从四面八方赶到威度体育中心，开展训练。

对阵南昌队的比赛在杭州主场开展，很多领导和同事都牺牲休息时间赶来现场为我们加油鼓劲。小组赛第二场在宁波开战，公司领导百忙之中亲自带领我们对阵宁波客场作战对阵宁波公司代表队。整场比赛对抗激烈，宁波的同事和我们都充满斗志，不让过每一个可以争取的篮板球和得分的机会。虽然最终比分不敌宁波队，遗憾失去进军区域决赛的机会，但我们收获了一场精彩的比赛和与宁波同事们宝贵的交流机会。

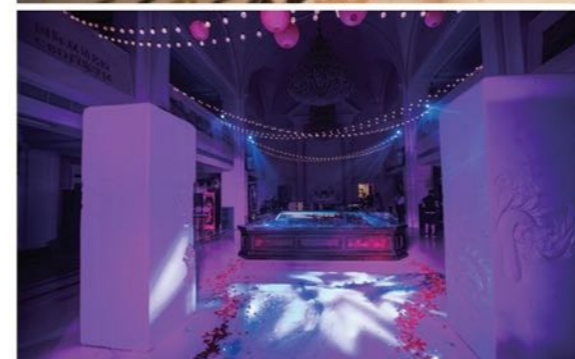


穹顶之下我和春天有个约会

植树节特别行动——绿植DIY

前段时间，一部关于雾霾的调查纪录片《穹顶之下》刷爆了朋友圈，让人们深刻意识到了苍穹之下“霾”伏着的空气隐患。

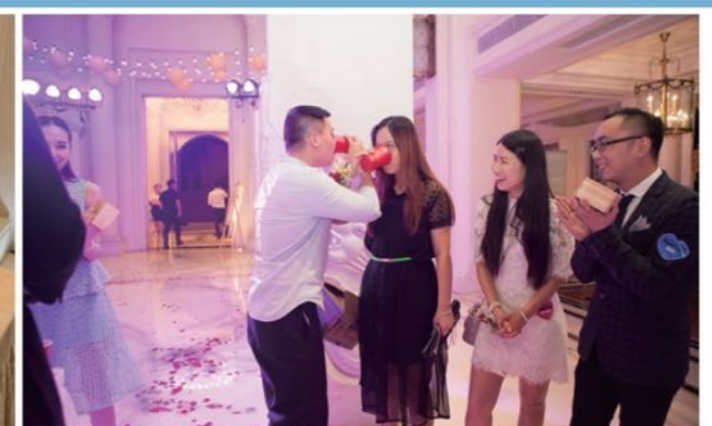
3.15日，中海地产在寰宇天下、麓外山庄售楼处，邀请业主们一起DIY绿色植物，用绿色演绎一场澎湃的生命之旅，向春日致敬，与雾霾say no! 多肉、花样盆栽、玻璃器皿、五彩石头……这个周日，我们与春天来一场浪漫的约会，用时尚与创意，亲手演绎心中的那抹绿。专业绿植老师手把手教学，让到场的参与者一秒钟变绿植达人!



钱塘江畔，享七夕

海归精英七夕派对，中海·御道江河汇公寓上演一见钟情大片
你相信一见钟情吗？这个七夕的浪漫夏夜，中海·御道江河汇公寓内，国际化的海归精英与中国传统七夕情人节的碰撞，将摩擦出怎样激烈的火花？海归精英七夕派对，在钱塘江畔启幕了一场说说谈谈、心有灵犀的恋爱之旅。

虽然派对当天飘起了小雨，但这丝毫不减男女嘉宾参加派对的热情。约定时间还没有到，来自中海杭州的业主嘉宾就已经陆续到场了。来参加派对的都是有才貌的海归人士，同时他们也是来自各行各业的行业精英，他们将在这里邂逅那个他/她。





1公里=10元 奔跑吧【钱江蓝】

——中海御道江河汇公寓“我为【钱塘蓝】奔跑”公益活动圆满落幕

10月18日，钱江新城的城市阳台上，支起了五颜六色的帐篷，这里一直是市民们享受杭州秋日徐徐清风和柔和的阳光休闲胜地。此刻“我为钱塘蓝奔跑”的首发团队正在这里集结。1公里=10元，我为“钱塘蓝”奔跑的公益活动准时开跑。

与以往的跑步活动有所不同，本次公益跑不计时、不排名，全程10公里，只要选手坚持皆可完成，而所有完成10公里全程的选手，中海地产都将以现金的形式捐赠参赛者们跑出的环保公益基金。根据组委会的测算，参与本次公益跑活动的参赛者累计奔跑2000公里。



童真洋溢，童梦·同想
儿童艺术创作大赛

2014年6月童梦·同想儿童艺术创作大赛系“中海会全国爱心公益系列活动”，中海会杭州分会邀请在杭项目金溪园、钱塘山水、紫藤苑、簋外山庄的200多名业主小朋友参加此次活动。由专业老师现场指导小朋友进行集体艺术创作，描绘孩子们心中绚丽多彩的梦想世界。最后58幅优秀作品入围决赛，经过两周的网络公开票选后，产生了一二三等奖。

本次颁奖典礼让中海会和平时忙碌于工作的家长们一同了解了孩子们的内心世界，共同关怀少年儿童的成长。





Enjoy Life

Thanks
致谢语

暖冬时节，我们迎来了2015年华东中海会会刊第四期《乐活·中海》，感谢在会刊创作策划中给予我们指导的各位领导，以及与我们一起携手克服重重困难的诸位同事，我们的每一次收获离不开你们的一次次付出，在此对以下单位及个人表示衷心的感谢！

单位：

华东区中海会分会、上海中海会分会、南京中海会分会、苏州中海会分会、宁波中海会分会、杭州中海会分会、南昌中海会分会、华东区中海物业、远见传媒。

个人：

华东区：黄裕兵、韦芳、宣宁、韩立峰
地区：马小蕾、范薇芳、张晶晶、闫文、谭俊义、孟雪琴、胥家燕



亲爱的中海业主：

生活中的点滴感悟、旅行中的美好心情，邻里互动的关怀……这些美好的记忆现在有了存放的空间；属于我们广大业主自己的一本刊物即将出炉啦！欢迎大小朋友们一起来分享生活的点滴，秀出你幸福的瞬间！

稿件要求：

1. 原创文字作品或摄影作品，文字稿需配图，图片容量需在3M以上。同时诚征专栏作家，能长期为中海会会刊专栏提供稿件；
2. 请使用电子邮件形式投稿，并将电子邮件名称统一命名为“投稿+地区名（上海、杭州、宁波等）+社区名”，投稿专用信箱501733848@qq.com；
3. 凡被会刊登出的优秀文章，将获得标准为100元/1000字的稿费，请投稿时留下您正确的联系方式，包括姓名、电话、所购中海社区地址、电子邮箱相关信息等；
4. 投稿时间不限。