# CHAMPA 占芭 ຈຳປາ

01/2014 ສະບັບທີ 100

## ດ່ານເຫີຊຽວ

## ງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງທີ 13 ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຄຸນໝິງ

## ການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານຈີນກັບປະເທດລາວພັດທະນາດີຂຶ້ນເລື້ອຍໆ

ISSN 1673-3266

Value Related To History
Creation Leading To Future

# 心以致远 行于维新

ເກີດມາຈາກປີ 1912

## ນ້ຳໃຈກວ້າງຂວາງສູງສົ່ງ

## ມຸ່ງໜັ້ນການປ່ຽນແປງໃໝ່

富滇銀行
FUDIAN BANK
ທະນາຄານຟູດຽນ

www.fudian-bank.com 网上银行 | www.087196533.com 手机银行 | 0871－96533 24小时服务热线

ທະນາຄານອິນເຕີເນັດ ທະນາຄານໂທລະສັບມືຖື ສາຍດ່ວນບໍລິການ 24 ຊົ່ວໂມງ



# ບໍລິສັດລາວເຈແລ່ມເຈີຈຳກັດ

老挝成捷企业有限公司

ທ່ານ ຮວງ ຈິນພູ ປະທານບໍລິສັດ
黄金浦 董事长

ທີ່ຢູ່ະຫຼັກ 8ຖະໜົນທ່າເດື່ອນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ເບີໂທ: 856-21-314880
ມືຖື: 856-20-55763908
ແຟກ: 856-21-314882

昆明门市部：昆明市白龙路世博大道387号
豪都家具三楼
电话：13759179402
老挝厂址：老挝万象市塔德路八公里处
电话：856–21–314880
856–20–55763908
传真：856–21–314882

ຮູບພາບໜ້າປົກ ໜັງງົວແຂກ
牦牛皮画 CFP 图

# ສາລະບານ

01/2014 ສະບັບທີ 100

## ສາລະຄະດີພິເສດ 本刊特稿

04.ຜ່ານແວ່ນແຍງສາມແຜ່ນເບິ່ງຈີນໃນໜຶ່ງປີຜ່ານມາ

## ຄວາມໄຟ່ຝັນຂອງຈີນ 中国梦

09.ທ່າເຮືອຊີເໜົາພູເອີຢຸນນານ

11.ດ່ານເຫີຊຽວ

## ປະຕູເມືອງຈີນ 中国之窗

14.ຄົນຈີນພົ້ນທະເລທີ່ໃຊ້ຄວາມພະຍາຍາມສ້າງຄວາມຝັນ

18.ຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນກຳລັງຈະເລີນຂຶ້ນເລື້ອຍໆ

## ການໄປມາຫາສູ່ກັນສັນຖະວະໄມຕີຈິດ 友好往来

20.ການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານຈີນກັບປະເທດລາວພັດທະນາດີຂຶ້ນເລື້ອຍໆ

24.ບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດໄດ້ເປີດກິດຈະການຢ່າງເປັນທາງການ

## ລວມຈຸດຢູນນານ 聚焦云南

26.ການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນຂອງແຂວງຢຸນນານມີຈຸດເດັ່ນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ

30.ງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງທີ 13 ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຄຸນໝີງ

## ການທ່ອງທ່ຽວທັດສະນາຈອນ 旅游纵横

34.ນາຂັ້ນໄດຢວນຢາງ

38.ພູໂອ່ເມີຍ,ຈາກການເປັນບ່ອນຊຸມທິວທັດຫັນມາເປັນບ່ອນ
ພັກຜ່ອນຢ່ອນໃຈ

## ລຽບຊົມວັດທະນະທຳ 文化博览

44.ສິລະປະຫັດຖະກຳຈີນສ້າງຊື່ສຽງຢູ່ຕ່າງປະເທດ

## ໂຮງຮຽນຊື່ດັງທີ່ມີສະເໜ່ 魅力名校

48.ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອານ

## ປະຊາຊາດຈີນ 中华民族

50.ປີໃໝ່ເດືອນ 10 ຂອງເຜົ່າຮານີຢວນຈ່ຽງທີ່ມີເອກະລັກພິເສດ

52. ແຜ່ນໄໝເຜົ່າລີ້

## ບໍລິການເພື່ອທ່ານ 为您服务

54.ກິນຂອງຫວານຕ້ອງເລືອກເວລາໃຫ້ຖືກຕ້ອງຈຶ່ງຈະບໍ່ຕຸ້ຍ

## ຮຽນພາສາຈີນ 学汉语

60.ຮຽນພາສາຈີນ



国内广告总代理：
云南恩泽文化传播有限公司
网络商务代理：
昆明艾玛尼网络科技有限公司
办公室电话：
86－871－64668646（传真）
广告部电话：
86－871－64668646
http://www.gms－seasa.com
Email:zrz125576@live.cn
邮编：650034

http://www.yunnangateway.com

ຕົວແທນໃຫຍ່ໂປສະເຕີພາຍໃນປະເທດ:
ບໍລິສັດເຜີຍແຜ່ວັດທະນະທຳເອີນເຈີຢູນນານຈຳກັດ
ຕົວແທນອິນເຕີເນັດຝ່າຍການຄ້າ:
ບໍລິສັດວິທະຍາສາດເຕັກນິກອິນເຕີເນັດອາຍມາ
ນີຄຸນມີງຈຳກັດ
ເບີໂທຫ້ອງການ: 86-871-64668646 (ແຟັກ)
ເບີໂທພາກສ່ວນໂປສະເຕີ: 86-871-64668646
http:||www.gms－seasa.com
Email:zrz125576@live.cn
ລະຫັດໄປສະນີ: 650034

E－mail: ynzhanba@163.com



主　管　中华人民共和国国务院新闻办公室
ເຈົ້າໜ້າທີ່ຄຸ້ມຄອງໂດຍ　ຫ້ອງການຂ່າວຄະນະລັດຖະບານ ສປ ຈີນ

主　办　云南省人民政府新闻办公室
ຈັດທຳໂດຍ　ຫ້ອງການຂ່າວປົກຄອງແຂວງຢຸນນານ

编辑出版《占芭》杂志社
ຮຽບຮຽງພິມຈຳໜ່າຍ　ສຳນັກພິມວາລະສານ《ຈຳປາ》



总顾问　赵 金 卯稳国
ທີ່ປຶກສາໃຫຍ່　ຈາວຈີນ ເມົາເວິນກົວ
顾　问　宣宇才 蔡春生 张瑞才 李联斌
ທີ່ປຶກສາ　ຊວນຢູ່ໄຊ ໄຊຊຸນແຊງ ຈ່າງຢູ້ຍໄຊ ລີລຽນປິ່ນ
社　长　李 茜
ຜູ້ອຳນວຍການໃຫຍ່　ລີສ້ຽນ
副社长　郭建初 吴静波 田虎青 海 江
ຮອງຜູ້ອຳນວຍການໃຫຍ່　ກົວຈຽນຊູ ອູຈີນໂປ ທຽນຫູຊີນ ໄຮຈຽງ
总编辑　杨 云
ຫົວໜ້າບັນນາທິການໃຫຍ່　ຢາງຢູນ
总编室主任　禹正玉
ຫົວໜ້າ ພິມຈຳໜ່າຍ　ຢູ່ຍເຈີງຢູ່ຍ
编辑总监　李 可
ຫົວໜ້າຫ້ອງການບັນນາທິການ　ຫຼີເຄີ
编辑部副主任　苏雯雯
ຮອງຫົວໜ້າພະແນກບັນນາທິການ　ຊູ່ເວີນເວີນ
中文编辑　贺新倩
ບັນນາທິການພາສາຈີນ　ເຮີຊິ່ງສ້ຽງ
翻　译　北京外国语大学亚非学院 李小元 吴敦信 刘仁和
ຜູ້ແປພາສາລາວ　ມະຫາວິທະຍາໄລພາສາຕ່າງປະເທດປັກກິ່ງ ຫຼີຊຽວຢວນ
ອຸດົມສິນ ລິວເຢີນເຫີ
老挝文译审　刘仁和
ຜູ້ກວດແກ້ພາສາລາວ　ລິວເຢີນເຫີ
老挝文编辑　白 艳
ບັນນາທິການພາສາລາວ　ປາຍຍຽນ
美术总监　祝 群
ຜູ້ຄຸ້ມງານຝ່າຍສິລະປະ　ຈູ້ສິນ
网络总监　张守义　总监助理　张俊宏
ຜູ້ຄຸ້ມງານຝ່າຍອິນເຕີເນັດ　ຈາງເຊີຢີ　ຜູ້ຊ່ວຍຜູ້ຄຸ້ມງານ　ຈາງຈຸນຮອງ
网络部副主任　李 涛　编辑　李文君 赵艳娟
ຮອງຫົວໜ້າພະແນກອິນເຕີເນັດ　ລີທາວ　ບັນນາທິການ　ລີເວີນຈູນ ໂຈ້ວຢ້ຽນຈຽນ
发　行　陈 龙 邹和平
ພິມຈຳໜ່າຍແຈກຈ່າຍ　ແຊງລົງ ໂຈວເຮີພິງ
编　务　陆 蕊 汪伟云
ພະນັກງານຝ່າຍປົກຄອງ　ລູຢູ່ຍ ຫວ່າງເວີຍຢູນ



发行范围：国内外公开发行
出版日期：每月五日
邮发代号：64－36
国际标准刊号：ISSN 1673－3266
国内统一刊号：CN53－1200/D

ພິມຈຳໜ່າຍເປີດເຜີຍ: ພາຍໃນແລະຕ່າງປະເທດ
ອອກຈຳໜ່າຍ: ວັນທີ 5 ທຸກເດືອນ
ລະຫັດວາລະສານມາດຖານສາກົນ: ISSN 1673–3266
ລະຫັດວາລະສານປະເທດຈີນ: CN53–1200/D



地址：云南省昆明市环城西路577号
编辑部电话：86–871–64112975
办公室电话：86–871–64101644
传真：86–871–64112975
邮编：650034

ສະຖານທີ່: ຖະໜົນຫວນເຊີນຊີລູເຮືອນເລກທີ 577
ຊັ້ນ3ນະຄອນຄຸນມີງແຂວງຢູນນານ ສປ ຈີນ
ລະຫັດໄປສະນີ: 650034
ໂທ: 86–871–64112975 64101644
ແຟກ: 86–871–64112975

《占芭》杂志社驻老挝代表处：
地址：万象市苏发努冯路湄公酒店二栋2211 室
电话：00856–21–254866

ຫ້ອງການຕາງໜ້າສຳນັກພິມວາລະສານ《ຈຳປາ》ສປ ຈີນປະຈຳນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ ສປປ ລາວ
ທີ່ ຢູ່:ຫ້ອງ 2211 ຕຶກທີ 2 ໂຮງແຮມແມ່ຂອງ ຖະໜົນສຸພານຸວົງ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ເບີ ໂທ: 00856-21-254866



广告经营许可证号：5300004000052 ເລກໃບປາຕັງທຸລະກິດໂຄສະນາ: 5300004000052
印刷：昆明富新春彩色印务有限公司

RMB ¥10

图 / 新华社

# ຜ່ານແວ່ນແຍງສາມແຜ່ນເບິ່ງຈີນໃນຫນຶ່ງປີຜ່ານມາ

## 透过三面“镜子”看中国这一年

冬去冬又来。从 2012 年 11 月 8 日中共十八大召开，到 2013 年 11 月 9 日中共十八届三中全会召开，转眼间已经一年了。

一年前，新一届中央领导班子集体亮相，向中国人民作出了庄严承诺，向世人描绘了中国梦的宏伟蓝图。一年来，无论国内外环境如何纷繁复杂，都不曾动摇“中国号”的坚定航向。

ລະດູໜາວຜ່ານພົ້ນໄປລະດູໜາວກໍມາອີກໃໝ່,ນັບແຕ່ການເປີດກອງປະຊຸມໃຫຍ່ພັກກອມມູນິດຈີນຄັ້ງທີ 18 ໃນວັນທີ 8 ເດືອນ11 ປີ 2012 ເປັນຕົ້ນມາ,ຈົນເຖິງການເປີດກອງປະຊຸມຄົບຄະນະຂອງພັກກອມມູນິດຈີນຄັ້ງທີ 3 ສະໄໝທີ 18,ຊົ່ວພິບຕາດຽວກໍຜ່ານໄປອີກປີໜຶ່ງແລ້ວ.

ໜຶ່ງປີກ່ອນ,ບັນດາຄະນະການນໍາສູນກາງພັກສະໄໝໃໝ່ໄດ້ປະກົດຕົວສູ່ມວນຊົນພ້ອມກັນ.ໄດ້ໃຫ້ຄໍາໝັ້ນສັນຍາຢ່າງສະຫງ່າຜ່າເຜີຍຕໍ່ປະຊາຊົນຈີນ,ໄດ້ແຕ້ມແຜ່ນວາດໃໝ່ແຫ່ງຄວາມຝັນຈີນທີ່ຍິ່ງໃຫຍ່ມະໂຫລານຕໍ່ປະຊາຊົນໂລກ.ໃນປີທີ່ຜ່ານມານີ້,ບໍ່ວ່າສະພາບແວດລ້ອມພາຍໃນປະເທດ ແລະ ນອກປະເທດສັບສົນແນວໃດກໍຕາມ,ກໍບໍ່ສາມາດຫວັ່ນໄຫວສັ່ນຄອນທິດທາງເດີນເຮືອທີ່ໝຽວແໜ້ນຂອງເຮືອທີ່ມີຊື່ວ່າ“ປະເທດຈີນ”ໄດ້.

ການພັດທະນາເສດຖະກິດໄດ້ປະກົດໃຫ້ເຫັນໂສມໜ້າໃໝ່,ມີຂໍ້ມູນຈໍານວນໜຶ່ງໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ,ຢູ່ໃນລະດູໜາວທີ່ມີຄວາມໜາວນັບມື້ນັບເຂັ້ມຂຸ້ນນີ້,ເສດຖະກິດຂອງຈີນໄດ້ເລີ່ມຕົ້ນກັບຄືນສູ່ຄວາມອົບອຸ່ນ,ເສດຖະກິດໄຕມາດທີ 3 ໄດ້ເຕີບໂຕຂຶ້ນ 7,8% ທຽບໃສ່ປີທີ່ຜ່ານມາຂອງເວລາດຽວກັນ,ຄວາມໄວເພີ່ມຂຶ້ນຄືນມາ 0,3% ທຽບໃສ່ໄຕມາດທີ່ແລ້ວ.ໄດ້ຫັນປ່ຽນທ່າອ່ຽງທີ່ມີແຕ່ຫລຸດລົງລຽນຕິດສອງໄຕມາດຜ່ານມາ.ດັດສະນີເສດຖະກິດມະຫາພາກທີ່ສໍາຄັນ ເປັນຕົ້ນແມ່ນການລົງທຶນ,ການຊົມໃຊ້,ການສົ່ງອອກ ແລະ ອື່ນໆລ້ວນແຕ່ໄດ້ກັບສູ່ການເພີ້ມສູງຂຶ້ນ.

ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນຈີນໄດ້ຮັບການປັບປຸງໃຫ້ດີຂຶ້ນ.ລັດຖະບານຈີນໄດ້ປະກາດ《ຄໍາຄິດເຫັນຈໍານວນຫນຶ່ງກ່ຽວກັບການລົງເລິກປະຕິຮູບລະບອບແບ່ງປັນລາຍຮັບ》 ແລະ《ຮ່າງຂໍ້ກໍານົດກ່ຽວກັບການລະບາຍນໍ້າ ແລະ ການບໍາບັດນໍ້າເສຍໃນຕົວເມືອງ》; ກອງປະຊຸມຄະນະປະຈໍາຄະນະລັດຖະບານໄດ້ອະພິປາຍຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ຈັດວາງວຽກງານຫາວຽກເຮັດວຽກທໍາຂອງນັກສຶກສາຂອງໂຮງຮຽນຊັ້ນສູງ; ເພີ່ມທະວີວຽກງານຄວາມປອດໄພຄຸນນະພາບນົມຝຸ່ນສໍາລັບເດັກອ່ອນຕື່ມອີກ,ເພີ່ມທະວີວຽກງານຄວາມປອດໄພໃນການຜະລິດຕື່ມອີກ,ມາດຕາການ 10 ຂໍ້ກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນ ແລະ ບໍາບັດມົນລະພິດອາກາດ,ສ້າງຕັ້ງລະບອບກອບກູ້ຊ່ວຍເຫລືອໃນທົ່ວສັງຄົມໃຫ້ສົມບູນ......

ບັນຫາຜົນປະໂຫຍດຕົວຈິງທີ່ປະຊາຊົນສົນໃຈທີ່ສຸດ,ກະທົບໂດຍກົງທີ່ສຸດ,ຕົວຈິງທີ່ສຸດແມ່ນໄດ້ຖືເປັນບັນຫາທີ່ຢູ່ໃນຖານະສໍາຄັນແຕ່ຕົ້ນຕະຫລອດປາຍ.ລະດັບຊັ້ນທີ່ປະຕິບັດລະອຽດຕົວຈິງແມ່ນແຜນງານສອບເສັງນັກສຶກສາຊັ້ນສູງຢູ່ຕ່າງເຂດໄດ້ມີການບຸກທະລຸເປັນເທື່ອທໍາອິດ.ຮ່າງກົດໝາຍປັບປຸງວ່າດ້ວຍສັນຍາແຮງງານໄດ້ປະຕິບັດຢ່າງເປັນທາງການ,“ວຽກດຽວກັນໄດ້ຮັບຜົນຕອບແທນດຽວກັນ”ໄດ້ມີການກໍານົດຢ່າງຈະແຈ້ງອີກ; ລະບົບປະກັນໄພພະຍາດໜັກໄດ້ປົກຄຸມປະຊາຊົນຕົວເມືອງ ແລະ ຊົນນະບົດເປັນຈໍານວນ 2 ຮ້ອຍ 10 ລ້ານຄົນ,ໄດ້ຊົດເຊີຍຄືນເປັນເງິນຈໍານວນລວມ 6 ຮ້ອຍ 30 ລ້ານຢວນ.ເງິນບໍານານພື້ນຖານຂອງພະນັກງານວິສາຫະກິດໄດ້ເພີ່ມຂຶ້ນລຽນຕິດ 9 ປີ; ລັດຖະບານຈະລົງທຶນ

ປະຕິຮູບແລະປະດິດສ້າງໃໝ່ເປັນການຊ່ວຍຊຸກຍູ້ການສ້າງສາເຂດການຄ້າເສລີຊຽງໄຮ
改革创新助推上海自贸区建设

ໃສ່ 533 ລ້ານຢວນ,ການປັບປຸງເຂດເຮືອນໄມ້ອີກຄັ້ງໃໝ່ໄດ້ເລີ່ມຕົ້ນ……ການຮຽນມີຄູສອນ,ເຈັບເປັນມີໝໍປິ່ນປົວ,ອອກແຮງງານມີຜົນໄດ້ຮັບ,ເຖົ້າແລ້ວມີຄົນລ້ຽງ,ພັກເຊົາມີເຮືອນຢູ່,ຄວາມປາຖະໜາທີ່ງ່າຍດາຍຂອງປະຊາຊົນກຳລັງກາຍເປັນຄວາມເປັນຈິງແຕ່ລະອັນແຕ່ລະອັນ.

"ຄວາມໃຝ່ຫາຂອງປະຊາຊົນທີ່ມີຕໍ່ຊີວິດການເປັນຢູ່ອັນສວຍງາມກໍແມ່ນເປົ້າໝາຍສູ້ຊົນຂອງພວກເຮົາ." ໜຶ່ງປີກ່ອນ,ຕໍ່ໜ້ານັກຂ່າວພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດໃນເວລາສຳພາດກອງປະຊຸມໃຫຍ່ຄັ້ງທີ 18 ຂອງພັກກອມມູນິດຈີນ.ທ່ານສີຈິ້ນຜິງທີ່ຫາກໍຖືກເລືອກຕັ້ງເປັນເລຂາທິການໃຫຍ່ຂອງສູນກາງພັກກອມມູນິດຈີນໄດ້ກ່າວ

ຊາງຊາເລັ່ງລັດຊຸກຍູ້ການສ້າງສາເຮືອນຮັບປະກັນໂດຍໄວ.
长沙加速推进保障房建设

ການຊຸກຍູ້ຜ່ານດ່ານຢ່າງສະດວກເພື່ອໃຫ້ມີຜົນປະໂຫຍດແກ່ປະຊາຊົນ,ພາບນີ້ແມ່ນພະນັກງານດ່ານພາສີກົງປາຍເພື່ອຮັບໃຊ້ແຂກທ່ອງທ່ຽວເຂົ້າອອກແດນ.
促进通关便利惠民生，图为拱北海关关员为进出境旅客服务

ຄຳເວົ້າຢ່າງເຄັ່ງຂຶມດັ່ງກ່າວນີ້.ໃນປີທີ່ຜ່ານມາມານີ້,ຄະນະການນຳສູນກາງຊຸດໃໝ່ໄດ້ຮັບພາລະກິດປະຫວັດສາດ,ສົນໃຈນຳຄວາມໂສກເສົ້າຂອງປະຊາຊົນແກ້ໄຂຄວາມຫຍຸ້ງຍາກຂອງປະຊາຊົນ,ລົງມືໃນຂົງເຂດທີ່ກ່ຽວເຖິງຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນເຊັ່ນ:ແກ້ໄຂການສຶກສາ,ການປິ່ນປົວ,ການຫາວຽກເຮັດວຽກທຳ,ການແບ່ງປັນຜົນໄດ້ຮັບ,ການລ້ຽງດູຜູ້ສູງອາຍຸ,ການຊ່ວຍຊູທາງສັງຄົມ ແລະ ອື່ນໆ.ຮັບປະກັນສິ່ງພື້ນຖານ,ເປີດເຜີຍເສັ້ນພື້ນໃຫ້ໝົດ,ຊົດເຊີຍທີ່ຂາດເຂີນ,ຊຸກຍູ້ໃຫ້ທ່ຽງທຳ,ສ້າງຕາໜ່າງຄວາມປອດໄພປົກຄຸມໝົດ ແລະ ຮັບປະກັນຊີວິດການເປັນຢູ່ໂດຍພື້ນຖານຂອງປະຊາຊົນການປົວແປງຊີວິດການເປັນຢູ່ໃຫ້ດີຂຶ້ນຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ,ຊຸກດັນການສ້າງສັງຄົມຢ່າງໝັ້ນທ່ຽງ,ສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນອາລົມຈິດດ້ານຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນທີ່ເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງພັກລັດ,ເພື່ອຍົກສູງດັດຊະນີຄວາມຜາສຸກຂອງປະຊາຊົນ.

ຕີເຫຼັກຍັງຕ້ອງການຕົວເອງແຂງ,ເປັນຖານະແກ່ນສານການນຳຂອງພາລະກິດສັງຄົມນິຍົມ,ຄະນະການນຳສູນກາງຊຸດໃໝ່,ຄຳເວົ້າຕ້ອງໄວ້ເນື້ອເຊື່ອໃຈໄດ້,ການປະພຶດຕ້ອງໄດ້ຮັບຜົນດີ,ຕ້ອງໄປຕາມການກໍ່ສ້າງສາຍຫຼັກ ທີ່ໄປຕາມການກໍ່ສ້າງຄວາມສາມາດກຳອຳນາດ,ທີ່ມີລັກສະນຄວາມກ້າວໜ້າ ແລະ ຄວາມໂປ່ງໃສ,"ແຍງແວ່ນ,ນຸ່ງເຄື່ອງສຸພາບ,ອາບນ້ຳສະອາດ,ປິ່ນປົວພະຍາດ" ປັບຮາກຖານໃນປວງປະຊາຊົນໃຫ້ໝັ້ນຄົງ,ຫາຍປາກັນຄວາມເນົ່າເປື່ອຍໃຫ້ແກ່ສິດອຳນາດ,ໃສ່ໝວກທີ່ມີສາຍຜູກມັດ,ເຮັດໃຫ້ມັນໄດ້ຮັບຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຈາກປະຊາຊົນ,ສ້າງຄວາມຜາສຸກແກ່ປະຊາຊົນ,ຜູ້ກຳອຳນາດໄດ້ເຂົ້າໃຈຢ່າງຈະແຈ້ງ,ມີແຕ່ໃນດວງໃຈມີປະຊາຊົນ,ກຳອຳນາດເພື່ອປະຊາຊົນ,ປະຊາຊົນຈຶ່ງຈະສາມາດກາຍເປັນຜູ້ໜູນຫລັງອັນແໜ້ນແກ່ນຂອງພາລະກິດພວກເຮົາ ແລະ ເປັນບໍ່ເກີດຂອງກຳລັງ.

ໃນບ້ານຊາງຕົ້ນຄຸ້ມບ້ານຊືຢາງເມືອງຊາງຊືແຂວງກວາງຊີມີຊາວບ້ານ 2 ຄົນກຳລັງຍົກຍ້າຍເບ້ຍກ້າເຂົ້າທີ່ບໍ່ໃຊ້ດິນຫລໍ່ລ້ຽງອອກມາດ້ວຍ "ໂຮງງານເພາະລ້ຽງກ້າເຂົ້າ"
广西上思县思阳镇昌墩村，两名村民在搬运用"育秧工厂"培育的无土水稻秧苗

ໂດຍຜ່ານແວ່ນແຍງສັງເກດໂດຍກົງສາມແຜ່ນນີ້ຄື: ເສດຖະກິດ,ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນ ແລະ ການເມືອງ,ຈຶ່ງໄດ້ເຮັດໃຫ້ປະຊາຊົນຈີນເຫັນໄດ້ເຖິງການກຳແໜ້ນຢ່າງຊັດເຈນ ແລະ ຄວາມຮັບຮູ້ຢ່າງຕື່ນຕົວຂອງພັກລັດຕໍ່ສະຖານະພາບລວມແຫ່ງການພັດທະນາຂອງຈີນ,ເຫັນໄດ້ຄວາມບຸກບືນ ແລະ ການວາງແຜນການຂອງຄະນະນຳຊຸດໃໝ່ທີ່ເບິ່ງກ້ວາງມອງໄກທັງມີການເດີນໝາກແບບກວມລວມຢ່າງດີ ແລະ ການກຽມທີ່ດີໃນການເດີນທາງຂຶ້ນພູ.

ສືບທອດພາລະກິດຂອງຄົນຮຸ້ນກ່ອນ,ໄຂຊ່ອງທາງອະນາຄົດໃນອ້າງໜ້າ.ບຸກທະລຸຜ່ານລົມແຮງກະແສຟອງຄື້ນໃຫຍ່,ຊຸມປີນີ້ຈຳຕ້ອງກາຍເປັນໄລຍະເວລາທີ່ສຳຄັນໄລຍະໜຶ່ງ; ກອງປະຊຸມຄົບຄະນະສູນກາງຄັ້ງທີ 3 ສະໄໝນີ້,ຈຳຕ້ອງສ້າງຕັ້ງເຄື່ອງໝາຍໃໝ່ໃນການເດີນເຮືອແຫ່ງການປະຕິຮູບ ແລະ ພັດທະນາຂອງຈີນຂຶ້ນ.

边境口岸行 民生篇

中國夢

# ຄວາມໄຝ່ຝັນຂອງຈີນ

ໄປສຳພາດດ່ານຊາຍແດນ ສະບັບຊີວິດການເປັນຢູ່ປະຊາຊົນ



文/贺新倩

# ທ່າເຮືອຊືເໝົາພູເອີຢູນນານ

## 云南省普洱思茅港

思茅港是澜沧江—湄公河国际航运中国境内的第一港，沿澜沧江—湄公河可达老、缅、泰、柬、越 5 个国家，是云南及大西南地区通向东南亚最便捷的水路通道。

ທ່າເຮືອຊືເໝົາແມ່ນທ່າເຮືອທຳອິດພາຍໃນປະເທດຈີນໃນການຂົນສົ່ງທາງນ້ຳສາກົນແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງ-ແມ່ນ້ຳຂອງ,ລ່ອງຕາມແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງ-ແມ່ນ້ຳຂອງສາມາດໄປເຖິງ 5 ປະເທດຄື: ລາວ,ມຽນມາ,ໄທ,ກຳປູເຈຍ ແລະ ຫວຽດນາມແມ່ນທາງນ້ຳເສັ້ນທີ່ລັດທີ່ສຸດຈາກຢູນນານແລະພາກຕາເວັນຕົກຂອງຈີນໂລ່ງຫາອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້.ທ່າເຮືອຫ່າງຈາກຕົວເມືອງຊືເໝົາປະມານ 87 ຫຼັກ,ຫ່າງຈາກນະຄອນຊຽງຮຸ່ງ 85 ຫຼັກ (ທາງນ້ຳ),ຫ່າງຈາກຊຽງລາຍປະເທດໄທ ແລະ ສາມຫລ່ຽມຄຳ 420 ຫຼັກ.ຫ່າງຈາກ ຫຼວງພະບາງລາວ 787 ຫຼັກ.ຫ່າງຈາກນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ 1260 ຫຼັກເຊິ່ງມີທີ່ຕັ້ງພູມີປະເທດດີເລີດທີ່ສຸດ.ຄະນະລັດຖະບານຈີນໄດ້ອະ

ນຸມັດທ່າເຮືອຊືເໝົາເປັນດ່ານເປີດປະຕູສູ່ໂລກພາຍນອກປະເພດທີໜຶ່ງໃນເດືອນ 7 ປີ 1993.

ຜ່ານການສ້າງສາເປັນເວລາ 10 ກວ່າປີ,ທ່າເຮືອຊືເໝົາໄດ້ຖືກສ້າງຂຶ້ນໂດຍມີຂະໜາດໃນເບື້ອງຕົ້ນແລ້ວ.

1.ການສ້າງສາເຂດທ່າເຮືອໄດ້ມີຂະໜາດໃນເບື້ອງຕົ້ນ, ໂຄງສ້າງອຸປະກອນຄົບຄູ່ກັນໄດ້ຄົບຖ້ວນສົມບູນ.

ເນື້ອທີ່ລວມໃນການວາງແຜນສ້າງທ່າເຮືອຊືເໝົາແມ່ນ 6 ກິໂລແມັດມົນທົນ.ປະລິມານຂົນສົ່ງສິນຄ້າຕາມແຜນການແມ່ນ 3 ແສນກວ່າໂຕນຕໍ່ປີ,ຂົນສົ່ງຜູ້ໂດຍສານແມ່ນ 1 ແສນກວ່າຄົນຕໍ່ປີ.ດຽວນີ້ໄດ້ບຸກເບີກພັດທະນາ 0.5 ກິໂລແມັດມົນທົນ.ຈົນເຖິງປັດຈຸບັນນີ້,ລັດຖະບານ,ແຂວງ,ນະຄອນ ແລະ ສັງຄົມໄດ້ລົງທຶນ 140 ລ້ານຢວນເຂົ້າໃນການສ້າງສາເຂດທ່າເຮືອຊືເໝົາ, ໂຄງສ້າງອຸປະກອນຄົບຄູ່ກັນຂອງທ່າເຮືອຄື:ທາງເຂົ້າດ່ານ,ກິດຈະກຳດ່ານ,ສາງ ແລະ ເຄື່ອງອຸປະກອນ ແລະ ອື່ນໆໄດ້ຄ່ອຍມີຄວາມຄົບຖ້ວນຂຶ້ນເທື່ອລະກ້າວ.

2.ສ້າງຕັ້ງອົງການກວດກາຮ່ວມແບບຄົບຊຸດ,ໄດ້ສຳເລັດໂດຍພື້ນ,ການກໍ່ສ້າງພື້ນຖານໂຄງລ່າງຂອງກົມກອງກວດກາ.

ຫລັງຈາກຄະນະລັດຖະບານອະນຸມັດທ່າເຮືອຊືເໝົາເປັນດ່ານທ່າເຮືອປະເພດທີ 1 ແລ້ວ,ດ່ານພາສີ,ການກວດກາຄົນເຂົ້າອອກເມືອງ,ການກວດກາສິນຄ້າ,ການກວດກາພືດ ແລະ ສັດ ແລະ ການກວດກາພະຍາດຂອງຊືເໝົາຕ່າງກໍໄດ້ສ້າງຕັ້ງຈຸກະກຽມວຽກງານ,ທັງກະກຽມທັງດຳເນີນກິດຈະກຳພ້ອມ.ດ່ານກວດກາຊາຍແດນໄດ້ຕິດປ້າຍດຳເນີນງານຢ່າງເປັນທາງການໃນວັນທີ 26 ເດືອນ 3 ປີ 1995.ການກວດກາສິນຄ້າ,ກວດກາພືດ ສັດ ແລະ ກວດກາພະຍາດໄດ້ຮ່ວມເຂົ້າກັນເປັນພະແນກກວດກາຄົນເຂົ້າອອກເມືອງ,ກວດກາພະຍາດກໍໄດ້ຕິດປ້າຍຢ່າງເປັນທາງການໃນວັນທີ 30 ພະຈິກປີ 1999. ດ່ານພາສີຊືເໝົາໄດ້ຕິດປ້າຍຢ່າງເປັນທາງການໃນວັນທີ 20 ເດືອນ 12 ປີ1999.

3.ໄດ້ສຳເລັດການທະລຸແລວນ້ຳທາງເດີນເຮືອ ແລະ ການສ້າງສາທ່າເຮືອ.

ປັບປຸງທະລຸແລວນ້ຳທາງເດີນເຮືອແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງ 100 ກວ່າຫຼັກຕອນພາຍໃນຈີນ,ໄດ້ບັນລຸເຖິງມາດຕາຖານໃນການຂົນສົ່ງທາງນ້ຳລະດັບທີ 6 ຂອງລັດ, ສ້າງສຳເລັດທ່າເຮືອ 4 ແຫ່ງເຊັ່ນ: ທ່າເຮືອກ້ານນານບານ້ອຍ,ທ່າຫູແຖວຊື,ທ່ານາຊານ,ທ່ານາມເຕີ,ໃນນັ້ນ, ຄວາມສາມາດຂົນສົ່ງສິນຄ້າຕໍ່ປີຂອງບ່ອນຈອດເຮືອນ້ອຍເບີ 1 ທ່າເຮືອກ້ານນາມບານ້ອຍບັນລຸເຖິງ 40 ພັນໂຕນ,ຂົນສົ່ງຜູ້ໂດຍສານເຖິງ 40 ພັນເທື່ອຄົນ.

4.ການຂົນສົ່ງທາງນ້ຳແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງໄດ້ມີການພັດທະນາໃນລະດັບອັນແນ່ນອນ.

ໃນປີ 1991,ໄດ້ສ້າງຕັ້ງບໍລິສັດຂົນສົ່ງທາງນ້ຳແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງໃນເຂດຊືເໝົາ,ຕໍ່ມາ,ກໍໄດ້ສ້າງຕັ້ງວິສາຫະກິດການຂົນສົ່ງທາງນ້ຳ 7 ແຫ່ງເຊັ່ນ:ຮ້ານຮ່າງປຸນລິນ,ບໍລິສັດຈິນເມີຍ ແລະ ອື່ນໆເປັນລຳດັບ.ແລະ ສ້າງໂຮງງານຜະລິດເຮືອໂລຊານ,ຈືຊວຍ,ຊວນສຽນ.ປັດຈຸບັນນີ້,ເຮືອບັນທຸກທີ່ມີບໍລິມາດນ້ຳໜັກອ່າວໃຫຍ່ກວ່າໝູ່ໃນແມ່ນ້ຳລ້ານຊ້າງ-ແມ່ນ້ຳຂອງນັ້ນ,ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນຜະລິດຢູ່ທ່າເຮືອຊືເໝົາ.ປັດຈຸບັນນີ້,ທ່າເຮືອຊືເໝົາມີເຮືອໃຫຍ່ເຮືອນ້ອຍລວມມີ 43 ລຳ,ຄວາມສາມາດບັນທຸກສິນຄ້າເຖິງ 3540 ໂຕນ.ບ່ອນແຂກນັ່ງ 449 ແຫ່ງ.ໃນນັ້ນ,ເຮືອຂົນສົ່ງສາກົນມີ 43 ລຳ,ຄວາມສາມາດບັນທຸກສິນຄ້າ 3000 ໂຕນ.

5.ໂຄງລ່າງພື້ນຖານໃນຕົວເມືອງ ແລະ ຄຸ້ມບ້ານໄດ້ສົມບູນຄົບຖ້ວນເປັນເທື່ອລະກ້າວ,ເສດຖະກິດໃນຂອບເຂດດ່ານໄດ້ພັດທະນາຢ່າງວ່ອງໄວ.

ເພື່ອເປັນການພັດທະນາເຂດທ່າເຮືອຊືເໝົາເປັນຢ່າງດີ,ໄດ້ສ້າງຕັ້ງຄຸ້ມບ້ານທ່າເຮືອຊືເໝົາຂຶ້ນ.ນະຄອນຊືເໝົາໄດ້ສ້າງຕັ້ງຄະນະກຳມະທິການຄຸ້ມຄອງດ່ານຊືເໝົາ,ເພື່ອຮັບຜິດຊອບວຽກງານຄຸ້ມຄອງ,ປະສານງານກ່ຽວກັບວຽກງານເປີດປະຕູສູ່ພາຍນອກ ແລະ ວຽກງານການສ້າງສາເສດຖະກິດຂອງດ່ານຊືເໝົາ. ໂດຍຜ່ານການສ້າງຫຼາຍປີທີ່ຜ່ານມານີ້,ໄດ້ສ້າງສຳເລັດໂຮງງານນ້ຳປະປາສະໜອງນ້ຳ 2000ໂຕນຕໍ່ມື້ 1 ແຫ່ງ, ໂຄງລ່າງພື້ນຖານໄດ້ກາຍເປັນລະບົບໂດຍພື້ນຖານຄື:ສ້າງສຳເລັດສາຍສົ່ງໄຟຟ້າ 11 KV 1 ສາຍ,ໄກ້ເປີດການນຳໃຊ້ໂທລະສັບຕັ້ງໂຕະ ແລະ ໂທລະສັບເຄື່ອນທີ່,ນ້ຳປະປາ,ໄຟຟ້າ,ເສັ້ນທາງ ແລະ ໂທລະຄົມສື່ສານ ແລະ ອື່ນໆ. ຊັບພະຍາກອນດິນລຽບຕາມແຄມແມ່ນ້ຳອຸດົມສົມບູນ,ມີທີ່ດິນ 6000 ກວ່າເຮັກຕາເປັນດິນທີ່ນັກທຸລະກິດມັກຫຼາຍ,ມີກຳລັງບົ່ມຊ້ອນພັດທະນາຫຼາກຫຼາຍ.ການພັດທະນາຊັບພະຍາກອນທີ່ດິນດັ່ງກ່າວນີ້ ແລະ ການເປີດທາງນ້ຳຂົນສົ່ງໄດ້ຊຸກນຳປະຊາຊົນຫຼາຍແສນຄົນຂອງ 10 ກວ່າຄຸ້ມບ້ານທີ່ລຽບຕາມແຄມແມ່ນ້ຳຫລຸດພົ້ນອອກຈາກຄວາມທຸກຍາກຈົນເຖິງມັ່ງຄັ່ງຮັ່ງມີຂຶ້ນ.

# ດ່ານເຫົາຊຽວ

## 猴桥口岸

文 / 楚然 图 /CFP

猴桥口岸位于保山市腾冲县西部的猴桥镇，是中国与南亚、东南亚相联的一个重要的通商口岸，中缅贸易的重要前沿。猴桥与缅甸山水相连，距缅甸甘拜县城 31.5 公里，距缅甸密支那 163 公里，是著名的史迪威公路通往印度支那半岛的要冲，也是西南丝绸之路的必经之地。2004 年，猴桥口岸被正式列为中国国家一类口岸。

ດ່ານເຫົາຊຽວຕັ້ງຢູ່ຄຸ້ມບ້ານເຫົາຊຽວພາກຕາເວັນຕົກເມືອງເທິງຊົງນະຄອນປາວຊານ,ແມ່ນດ່ານການຄ້າທີ່ສຳຄັນຂອງຈີນເຊື່ອມຕໍ່ກັບອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້,ອາຊີໃຕ້,ເປັນແນວໜ້າທີ່ສຳຄັນຂອງຈີນກັບມຽນມາ. ເຫົາຊຽວກັບມຽນມາມີພູຜາແມ່ນ້ຳຕິດຈອດກັນ.ຫ່າງຈາກຕົວເມືອງກ້ານປາງຂອງມຽນມາ 31.5 ຫຼັກ,ຫ່າງຈາກໝີຈີນາມຽນມາ 163 ຫຼັກ,ເປັນບ່ອນທີ່ສຳຄັນທີ່ເສັ້ນທາງຊືທີເວີຍທີ່ມີຊື່ສຽງໂລ່ງຫາແຫຼມອິນດູຈີນ,ທັງເປັນບ່ອນທີ່ເສັ້ນທາງສາຍໄໝພາກຕາເວັນຕົກສ່ຽງໃຕ້ຈຳຕ້ອງຜ່ານນັ້ນ,ໃນປີ 2004,ດ່ານເຫົາຊຽວຖືກຂະໜານນາມເປັນດ່ານລະດັບຊາດປະເພດທີ 1 ຂອງຈີນຢ່າງເປັນທາງການ.

ໃນອະດີດຄຸ້ມບ້ານເຫົາຊຽວແມ່ນຕາແສງເຜົ່າລີຊູກູຢຸນ.ກູຢຸນແມ່ນຊື່ສະຖາທີ່ໃນພາສາຈີນ,ໃນອະດີດຊື່ກູຢົງ,ມີຄວາມໝາຍວ່າການເດີນຕາມທາງເກົ່າຢ່າງກ້າຫານ.ອີງຕາມການບັນທຶກໄວ້ຈາກປຶ້ມປະຫວັດສາດການປົກຄອງຢົງຊາງແຕ່ໃດມາ,ລາຊະວົງຊີຫານກໍໄດ້ມີທາງເກົ່າ, ໂລ່ງຫາມຽນມາຈົນຮອດປະເທດທຽນຈູ(ອິນເດຍ).

ອີງຕາມປະຫວັດຄອບຄົວຕະກຸນຫວາງມີກາບກອນຍາວບັນທຶກໄວ້ວ່າ,ບົນທາງເກົ່າມີສອງທ່ານໄດ້ເດີນໄປກ່ອນດ້ວຍຄວາມກ້າຫານເພື່ອນຳທາງຄົນລຸ້ນຫລັງ.ໃນສະໄໝນາມເຈົາ,ເຄີຍສ້າງຕັ້ງດ່ານກ້າຫານບູຮານ,ເປັນ 1 ໃນ 4 ດ່ານບູຮານຂອງເມືອງເທິງຊົງ........

ຢູ່ທ້ອງຖິ່ນແຫ່ງນີ້ມີທິວທັດທຳມະຊາດສວຍສົດງົດງາມທີ່ສຸດ,ວັດຖຸບູຮານມີຢູ່ທົ່ວດ່ານ,ຊັບພະຍາກອນທ່ອງທ່ຽວອຸດົມສົມບູນ,ມີບໍ່ນ້ຳຮ້ອນ 5 ແຫ່ງ,ມີ“ປ້ອມຊະນະ”ເຊິ່ງເປັນປ້ອມຄ້າຍທະຫານເພື່ອປ້ອງກັນດ່ານຊາຍແດນບູຮານ,ປ້ອມທີ່ປ້ອງກັນສັດຕູຊານຊາເທົາ.ຮອຍຊາກເມືອງຫີນ;ວັດທະນະທຳຊົນເຜົ່າໃນທ້ອງຖິ່ນແຮ່ງອຸດົມສົມບູນທີ່ມີສີສັນຫຼາກຫຼາຍ, “ຂຶ້ນພູມີດ,ລົງທະເລໄຟທີ່ມີຄວາມອັນຕະລາຍທີ່ສຸດ.

ແຫຼ່ງເກີດແມ່ນ້ຳປິນລາງມາຈາກພູລາງຢາ,ຢູ່ໃນລະຫວ່າງກຸ່ມພູຜາຫີນພາຍໃນດິນແດນເທິງຊົງມີພາບວິວປ່ຽນແປງຫຼາຍຮູບຫຼາຍແບບໜ້າອັດສະຈັນ,ໃນນັ້ນ,ໃນຕອນເທິຊຽວແຮ່ງເປັນໜ້າອັດສະຈັນທີ່ສຸດ ແລະ ດຶງດູດໃຈຄົນຫຼາຍ.ໃນໃຈກາງແມ່ນ້ຳປິນລາງມີກ້ອນຫີນດອກບົວມົນມົນ 3 ແມັດກວ່າ,ຍ້ອນຖືກນ້ຳໄຫລເຊາະທຸກປີໄດ້ຖືກຄວັດເປັນພາບວິວອັດສະຈັນດັ່ງກີບດອກບົວ.ຜາຫີນໃນກາງແມ່ນ້ຳພາຍໃຕ້ການແກະສະຫຼັກຕາມໃຈມັກຈາກທຳມະຊາດ,ເໝືອນດັ່ງດອກບົວເບັ່ງບານດອກໜຶ່ງໃນເມືອງຄົນ.ຈຸດທິວທັດຫີນດອກບົວທີ່ມີຊື່ສຽງໂດ່ງດັງນັ້ນຫ່າງຈາກດ່ານກວດກາຊາຍແດນເທີຊຽວພຽງແຕ່ຮ້ອຍແມັດເທົ່ານັ້ນ.

“ນ້ຳສາມແຍກສາມສາຍຂອງແຄມແມ່ນ້ຳຍັງຄົງມີສິ່ງປຸກສ້າງບູຮານຕັ້ງໂກ່ໂດ່ຂຶ້ນເຊິ່ງສ້າງໃນລາຊະວົງມີງ—ເຊັ່ນເມືອງຫີນ”, “ເມືອງໄມ້”“ປ້ອມໄຊຊະນະ”.ຢູ່ເທິງພູລາງຢາທີ່ຢູ່ເໜືອລະດັບນ້ຳທະເລ 3664 ແມັດໄດ້ມີຫິມະຕະຫລອດປີ,ມີຈອມພູແປກແປກປລາດຕັ້ງສະຫງ່າສູງຂຶ້ນ ແລະ ມີສີສັນເອກະລັກສະເພາະ.ຄວາມອັດສະຈັນຂອງພູລາງຢາແມ່ນມີສາມສິ່ງຄື:ໜຶ່ງແມ່ນອັນຕະລາຍທີ່ສຸດປຽບໄດ້ເໝືອນກັບພູຮວາຊານ,ພູມສັນຖານສູງ ແລະ ອັນຕະລາຍ,ຜາຫີນຫຼາກຫຼາຍ,ສອງແມ່ນສວຍງາມປຽບໄດ້ເໝືອນກັບພູຫວງຊານ,ມີຕົ້ນໄມ້ບູຮານເປັນກຸ່ມ,ດອກໄມ້ແປກປລາດຫຼາຍທົ່ວແດນ,ສາມແມ່ນແປກປລາດປຽບໄດ້ເໝືອນກັບພູອາຍລາວ.ເມື່ອທ່ານເຂົ້າໄປສູ່ໝູ່ບ້ານເຜົ່າລີຊູ,ທ່ານຄືຈະຮູ້ສຶກວ່າຕົວທ່ານພວມຢູ່ໃນເມືອງລັບແລທີ່ພິດສະດານສວຍງາມ.

ອະນຸສາວະລີມິດຕະພາບຈີນ-ມຽນມາທີ່ຫຼັກສູນທາງຫຼວງຈີນ-ອິນເດຍທາງນອກດ່ານເທີຊຽວເມືອງເທິງຊົງຢຸນນານ
云南腾冲猴桥口岸外中印公路零公里处的中缅友谊碑

图 / 新华社

# ຄົນຈີນພົ້ນທະເລທີ່ໃຊ້ຄວາມພະຍາຍາມສ້າງຄວາມຝັນ

### 耕耘梦想的海外游子

改革开放以来，中国的国际影响力日渐提高。有数以百万计的中国人，走出国门迈向其他大洲开拓属于自己的梦想。虽然身不在祖国，但他们的发展轨迹无不与中国的发展壮大息息相关，而只有祖国强大，个人的梦想才能更好地在世界各地遍地开花。

ນັບແຕ່ການປະຕິຮູບ ແລະ ເປີດປະຕູສູ່ພາຍນອກມານີ້,ອິດທິພົນຢູ່ເວທີສາກົນຂອງປະເທດຈີນນັບມື້ນັບສູງເດັ່ນຂຶ້ນ.ມີຄົນຈີນນັບເປັນລ້ານຄົນໄດ້ກ້າວອອກຈາກປະເທດໄປສູ່ທະວີບອື່ນເພື່ອບຸກເບີກຄວາມຝັນຂອງຕົນເອງ.ເຖິງວ່າບໍ່ໄດ້ຢູ່ມາຕຸພູມກໍ່ຕາມ,ແຕ່ຮ່ອງຮອຍການຂະຫຍາຍຕົວຂອງພວກເຂົາແມ່ນມີການຕິດພັນຢ່າງໃກ້ຊິດກັບການເຕີບໃຫຍ່ຂະຫຍາຍຕົວຂອງປະເທດຈີນ,ອີກຢ່າງໜຶ່ງມີແຕ່ມາຕຸພູມມີຄວາມເຂັ້ມແຂງໃຫຍ່ໂຕແລ້ວ,ຄວາມຝັນຂອງສ່ວນບຸກຄົນຈຶ່ງຈະສາມາດແຕກດອກອອກຜົນເປັນຢ່າງດີຢູ່ທຸກແຈມູມໃນໂລກນີ້ໄດ້.

ປູກຝ້າຍທີ່ແຊມເບຍ(ຊໍາບີ)

ກົມຂາຍປຶ້ມເວີຍຊາງ—ຮ້ານຂາຍປຶ້ມພາສາຈີນພຽງແຕ່ຮ້ານດຽວໃນປະເທດບຼາຊິນ

文昌书局——巴西唯一的中文书店



ປະເທດແຊມເບຍທີ່ຕັ້ງຢູ່ພາກໃຕ້ຂອງທະວີບອາຟະລິກາມີດິນດອນຕອນຫຍ້າອັນອຸດົມສົມບູນ,ມີດິນປູກພືດໄດ້ປະມານ 43 ລ້ານເຮັກຕາເໝາະກັບການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດຜົນຫລາຍແນວ.ຊຸມປີໃກ້ໆມານີ້,ນັກທຸລະກິດດ້ານກະສິກໍາທີ່ມາຈາກປະເທດຈີນເປັນຈໍານວນບໍ່ໜ້ອຍໄດ້ເດີນທາງມາຕັ້ງຕົວເຮັດທຸລະກິດຢູ່ທີ່ນີ້.ທ່ານຈີເວນປິງອາຍຸ 45 ປີເປັນຄົນຊີງຕາວອ້ອຍຕ້ອຍ,ໄດ້ມາເຖິງແຊມເບຍແຕ່ພຽງຜູ້ດຽວແຕ່ 10 ກວ່າປີຫລັງ,ເພື່ອຈັດການບໍລິຫານໂຮງງານຕໍ່າແຜ່ນມູລົງກຸຊີທີ່ເປັນໂຄງການຮ່ວມມືສັນຍາລັກລະຫວ່າງຈີນ-ແຊມເບຍ, ໂດຍຢູ່ພາຍໃຕ້ການສະໜັບສະໜູນຈາກກອງທຶນຈີນ-ອາຟະລິການັ້ນໄດ້ສ້າງຕັ້ງບໍລິສັດພັດທະນາອຸດສາຫະກໍາຈີນ-ອາຟະລິກາເຊິ່ງເປັນວິສາຫະກິດກະສິກໍາພູມິພາກທີ່ກວມທະວີບອາຟະລິກາທັງ 5 ປະເທດ,ທຸລະກິດຂອງເຂົານັບມື້ນັບໄດ້ຮັບການຂະຫຍາຍຕົວໃຫ້ໃຫຍ່ໂຕຂຶ້ນ.

ໃນຖານະເປັນຜູ້ອໍານວຍການໃຫຍ່ບໍລິສັດພັດທະນາອຸດສາຫະກໍາຝ້າຍຈີນ-ອາຟະລິກາ,ທ່ານ ຈີ ເວນປິງແມ່ນມີຄວາມຮູ້ສຶກຕື່ນເຕັ້ນຫລາຍເມື່ອໄດ້ ທົບທວນຄືນປະຫວັດທີ່ເປັນຜູ້ບໍລິຫານໂຄງການຢູ່ຕ່າງປະເທດຂອງລັດວິສາຫະກິດໃນເມື່ອກ່ອນມາເປັນຜູ້ບຸກເບີກພາລະກິດຂອງຕົນເອງຢູ່ທະວີບອາຟະລິກາພຽງຄົນດຽວ.ເຂົາເວົ້າວ່າ,ປະຈຸບັນບໍລິສັດມີຂະໜາດການຜະລິດນັບມື້ນັບໃຫຍ່ໂຕ,ບໍ່ພຽງແຕ່ສະໜອງຝ້າຍດອກໃຫ້ຕະຫລາດປະເທດຈີນເປັນຈໍານວນ 40 ພັນໂຕນຕໍ່ປີ,ຍັງສາມາດຊ່ວຍເຫລືອຄອບຄົວຊາວກະສິກອນຈໍານວນ 2 ແສນກວ່າຄົນຂອງບັນດາປະເທດໃນທະວີບອາຟະລິກາຄືມາລາວີ, ໂມຊໍາບິກ,ແຊມເບຍ ແລະ ຊິມບັບເວເປັນຕົ້ນຫລຸດພົ້ນອອກຈາກຄວາມທຸກຍາກໄປສູ່ຄວາມຮັ່ງມີດ້ວຍຮູບການກະສິກໍາເຮັດຕາມໃບສັ່ງ.

ເປັນພໍ່ຄົວທີ່ອັງກາລາຢູ່ທີ່ອັງກາລານະຄອນຫລວງຂອງຕວກກີ,ແຕ່ກ່ອນມີຮ້ານອາຫານຈີນເປັນຈໍານວນບໍ່ໜ້ອຍ,ພາຍຫລັງໄດ້ຜ່ານວິກິດການທາງເສດຖະກິດ ແລະ ອື່ນໆແລ້ວ,ຮ້ານອາຫານຈີນທີ່ຍັງເຫລືອໃນປະຈຸບັນນັບດ້ວຍນິ້ວມືຍັງໄດ້.“ຮ້ານອາຫານແປ້ຫ້າໂຕ”ຂອງກວາງໂຈວກໍ່ແມ່ນໜຶ່ງໃນຈໍານວນຮ້ານອາຫານຈີນທີ່ຜ່ານຜ່າຄວາມຫຍຸ້ງຍາກມາໄດ້.

ທ່ານ ຕິງ ຟາຍປາວ ເຈົ້າຂອງຮ້ານອາຫານຈີນທີ່ມີອາຍຸເກືອບ 50 ປີຜູ້ນີ້ມາເຮັດວຽກຢູ່ອັງກາລາໃນປີ 1990,ເວລານັ້ນເຂົາຖືກໂຮງແຮມເດີນທະເລໄກກວາງໂຈວແຕ່ງຕັ້ງມາເປັນພໍ່ຄົວຢູ່ຮ້ານອາຫານຈີນ “ເສັ້ນທາງສາຍໄໝ” ທີ່ອັງກາລາ,ເລື່ອນຕໍາແໜ່ງເປັນຫົວໜ້າພໍ່ຄົວທີ່ຮ້ານອາຫານເດີນທະເລໄກທີ່ນະຄອນອິດສະຕັນບູນໃນປີ 1995.ເນື່ອງຈາກວ່າໄດ້ສະສົມປະສົບການບໍ່ໜ້ອຍໃນການເຮັດວຽກຫລາຍປີຢູ່ຕ່າງປະເທດ, ໂດຍໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫລືອຂອງເພື່ອນມິດຈີນຕ່າງດ້າວ,ເຂົາໄດ້ອອກມາເຮັດທຸລະກິດຕົນເອງໃນປີ 1999, ໂດຍໄດ້ຮັບເໝົາຮ້ານອາຫານຈີນແຫ່ງໜຶ່ງທີ່ອັງກາລາ.ປີ 2001 ໄດ້ຊື້”ຮ້ານອາຫານແປ້ຫ້າໂຕ”ກວາງໂຈວທີ່ອັງກາລາ.

ນັບແຕ່ເປັນພໍ່ຄົວມາເຖິງເປັນເຖົ້າແກ່ດ້ວຍຕົນເອງ, ທ່ານ ຕິງຟາຍປາວ ເວົ້າວ່າ:“ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງຍາກຢູ່ບ່ອນເລີ່ມຕົ້ນ.ແຕ່ກ່ອນເຮັດວຽກຢູ່ໃນຫົວໜ່ວຍຂອງລັດ,ບໍ່ຕ້ອງເປັນຫ່ວງຫລາຍຄືປານນີ້,ປະຈຸບັນວຽກທຸກຢ່າງ

ໂຮງຮຽນຈົ່ງຊານເມືອງນ້ອຍເຟໂນຍວີເອີພາກຕາເວັນອອກຂອງມາດາກະສະກາ,ທ່ານຈາງເຊີນເວີຍ(ຂວາມື)ຄູສອນພາສາຈີນອາສະສາມັກແລະນ.ຢາງເມີງຢົງກຳລັງເຂົ້າຮຽນສອນບົດພາສາຈີນສຸດທ້າຍໃນໄລຍະປະຈຳໜ້າທີ່.
马达加斯加东部小城费内维尔的中山学校，汉语教师志愿者张成伟（右）和杨梦熔上任期内最后一节汉语课

ລ້ວນແຕ່ຕ້ອງຄິດ,ເອົາໃຈໃສ່ ແລະ ເຮັດດ້ວຍຕົນເອງ, ຮູ້ສຶກວ່າບໍ່ແມ່ນເລື່ອງງ່າຍ.”ລູກຄ້າທີ່ມາຮ້ານອາຫານໂດຍພື້ນຖານແລ້ວມີເຄິ່ງໜຶ່ງເປັນຄົນທ້ອງຖິ່ນນັ້ນ,ມີເຄິ່ງໜຶ່ງແມ່ນພະນັກງານສະຖານທູດຕ່າງໆ,ຕົ້ນຕໍແມ່ນແຂກຂອງປະເທດເກົາຫລີໃຕ້,ອາເມລິກາ ແລະ ບັນດາປະເທດອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້.ນັກການທູດບາງທ່ານຍັງກາຍເປັນເພື່ອນສະໜິດຂອງເຂົາອີກ.ດ້ວຍເຫດວ່າຫລາຍປີມານີ້ເສດຖະກິດປະເທດຈີນໄດ້ຂະຫຍາຍຕົວຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ,ບັນດາບໍລິສັດຂອງລັດ ແລະ ເອກະຊົນຂອງປະເທດຈີນໄດ້ເຂົ້າມາລົງທຶນຢູ່ຕົວເມືອງຈຳນວນບໍ່ໜ້ອຍຂອງຕອກກີ,ບໍລິສັດຈີນກໍ່ມາທີ່ນີ້ຢູ່ເລື້ອຍໆ.ບວກກັບການຂະຫຍາຍຕົວຂອງສາຍພົວພັນລະດັບສູງຂອງຈີນ ແລະ ຕອກກີທັງສອງປະເທດ,ຮ້ານອາຫານນີ້ຍັງໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມວຽກງານຮັບຕ້ອນ ແລະ ການສົ່ງອາຫານໃຫ້ຄະນະຜູ້ແທນຈີນທີ່ມາຢ້ຽມຢາມຕອກກີເປັນຫຼາຍຄັ້ງ, ໂດຍໄດ້ຮັບການ ຕີລາຄາດີ.

ທ່ານ ຕົງ ຟາຍາວເຖິງວ່າເຮັດວຽກຢູ່ຕອກກີເປັນເວລາຍາວນານ,ແຕ່ໃຈເຂົາເປັນຫ່ວງມາຕຸພູມມາໂດຍຕະຫລອດ,ເຂົາຮູ້ດີວ່າມີແຕ່ມາຕຸພູມເຂັ້ມແຂງໃຫຍ່ໂຕ,ຖານະຈີນຕ່າງດ້າວທີ່ໃຊ້ຊີວິດ ແລະ ເຮັດວຽກຢູ່ພົ້ນທະເລຄືພວກເຂົານັ້ນຈຶ່ງສາມາດຍົກສູງຂຶ້ນໄດ້.ເຂົາເປັນຄົນທີ່ກະຕືລືລົ້ນກ່ຽວກັບສາທາລະນະກຸສົນ,ໄດ້ບໍລິຈາກເງິນໃຫ້ການກໍ່ສ້າງສະໜາມກິລາໂອລິມປິກປັກກິ່ງໃນປີ 2006,ປີ 2008 ກໍ່ບໍລິຈາກເງິນໃຫ້ເຂດປະສົບໄພແຜ່ນດິນໄຫວທີ່ເວນຊວນປະເທດຈີນອີກ.



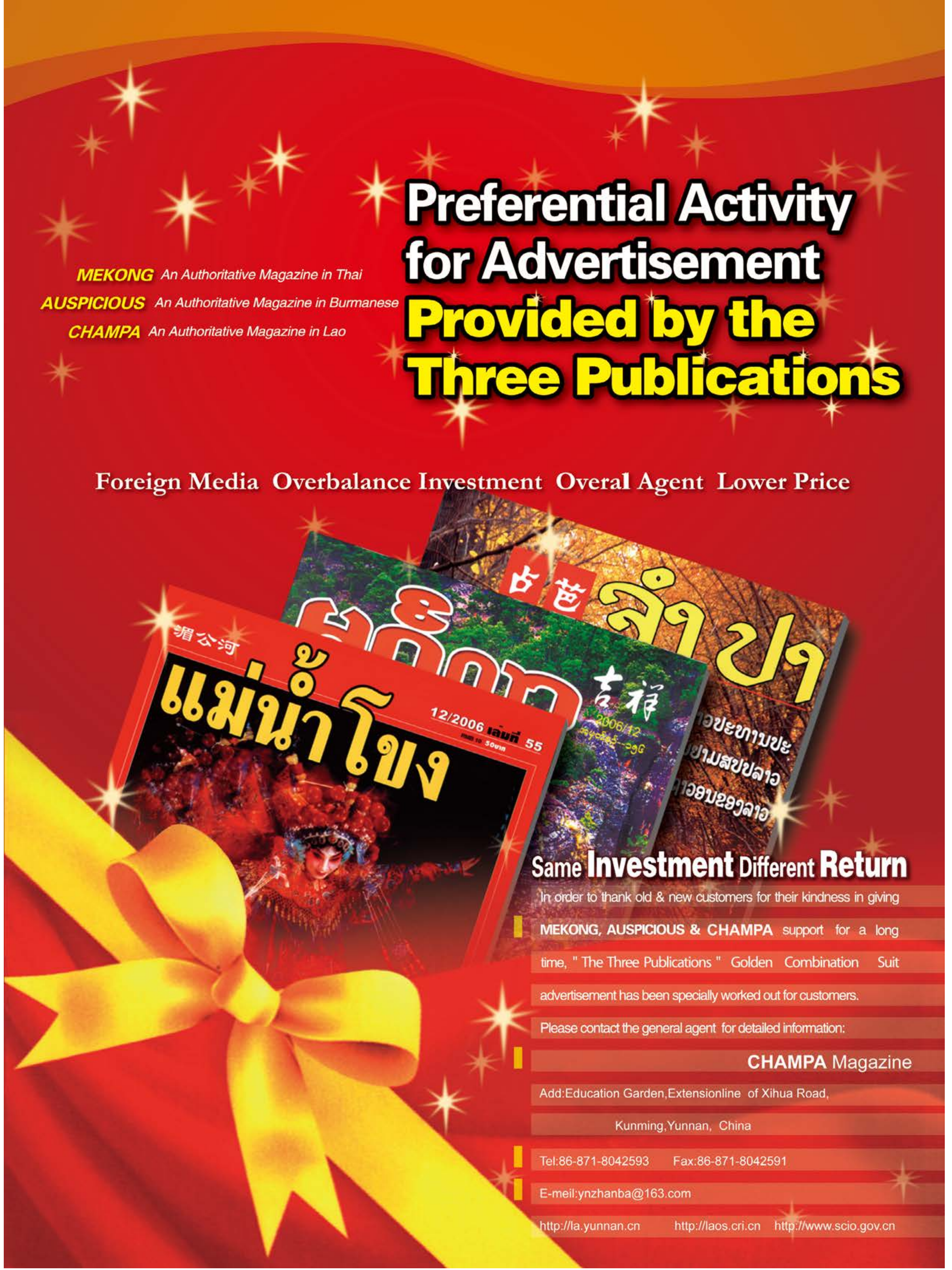



图 /CFP

# ຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນກຳລັງຈະເລີນຂຶ້ນເລື້ອຍໆ

## 民间博物馆热方兴未艾

保存完好的西汉金缕玉衣、罕见精美的北齐卢舍那法界人中像、神态威严的南朝神兽、大气华美的元青花双鱼藻纹大盘……一件件凝聚着中华艺术结晶的瑰宝重器，伴随上海震旦博物馆的开放与公众一一见面。作为民间资本参与民族文化遗产保护的一种新方向，当前中国民办博物馆正获得越来越多的社会关注。

ເສື້ອຢືກປະດັບເສັ້ນຄຳລາດຊະວົງຫານທີ່ຮັກສາເປັນຢ່າງດີ,ຮູບພະໂລກະນາດລາດຊະວົງເປີຍຊີທີ່ງາມປານິດ ແລະ ຫາຍາກ,ຮູບປັ້ນສັດສັກສິດສະໄໝນານຊາວທີ່ສະຫງ່າຜ່າເຜີຍ,ຈານໃຫຍ່ທີ່ເປັນເຄື່ອງເຄືອບລາຍຄານປາຄູ່ຂອງລາດຊະວົງທີ່ງາມຫຼູຫຼາ,ແລະ ເຄື່ອງອື່ນໆ,ເຊິ່ງລ້ວນແຕ່ເປັນມິ່ງຂວັນດ້ານສິລະປະຂອງຈີນ,ໄດ້ວາງສະແດງຢູ່ຫໍພິພິທະພັນເຈີ້ນຕານນະຄອນຊຽງໄຮ.ໂດຍເປັນທິດທາງໃໝ່ທີ່ທຶນສັງຄົມເຂົ້າຮ່ວມການອະນຸລັກມໍລະດົກວັດທະນະທຳຊົນຊາດ,ປະຈຸບັນ,ຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນໄດ້ຮັບຄວາມສົນໃຈນັບມື້ນັບຫຼາຍຂຶ້ນ.

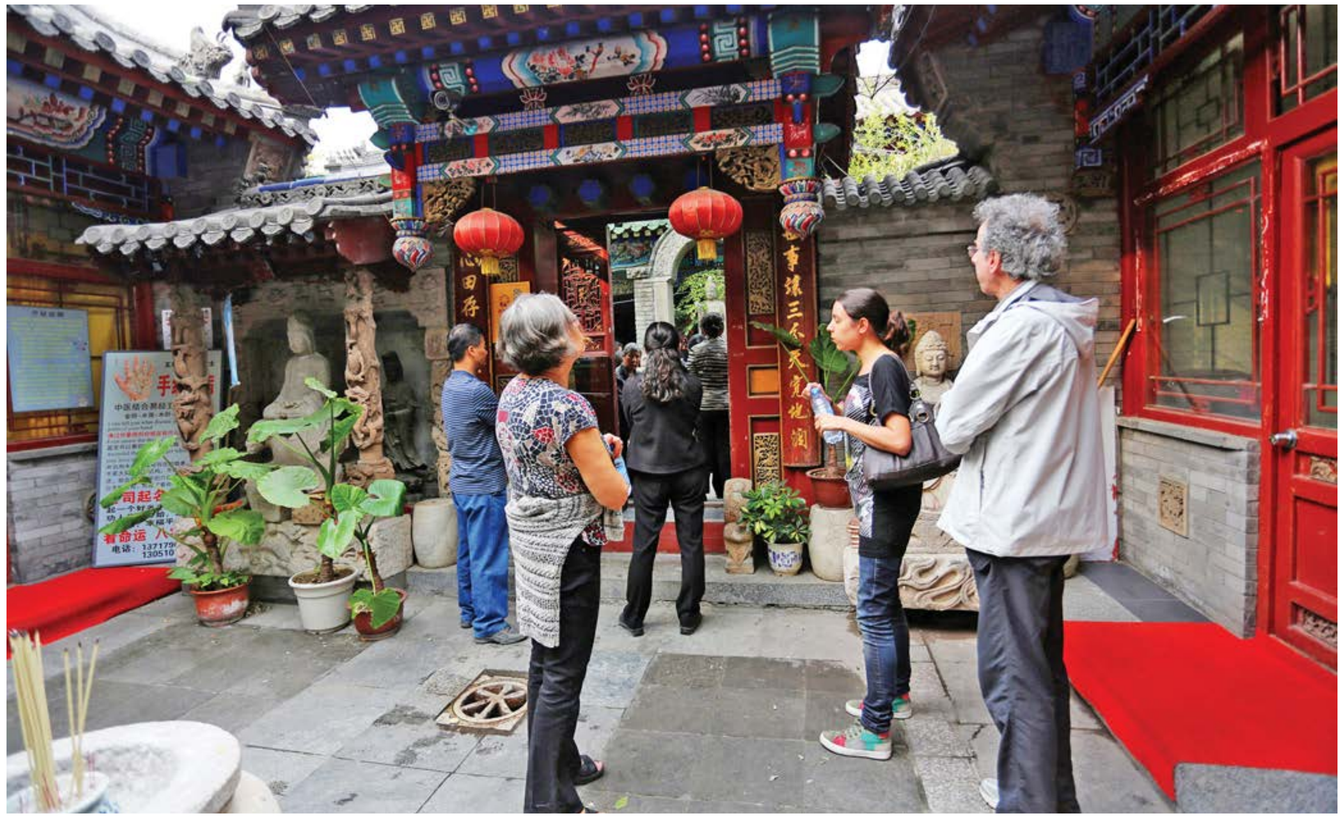
ໃນວັນທີ 12 ກັນຍາປີ 2013, "ຫໍພິພິທະພັນສິລະປະກຳກວນເມີຍ" ເຊິ່ງເປັນຫໍພິພິທະພັນສາທາລະນະປະໂຫຍດໃນເມືອງປະຊາຊົນໄດ້ໄຂຫໍພິພິທະພັນຢ່າງເປັນທາງການທີ່ຈືໂປແຂວງຊານຕຸງ.
2013 年 9 月 12 日，民间公益博物馆"观美艺术博物馆"在山东淄博开馆

ຫໍພິພິທະພັນເຈີ້ນຕານມີເນື້ອທີ່ວາງສະແດງຫຼາຍກວ່າ 6000 ຕາແມັດ,ມີເຄື່ອງທີ່ເກັບມ້ຽນໄວ້ຫຼາຍເຖິງ 8000 ກວ່າອັນ,ແມ່ນອອກແບບໂດຍທ່ານອັນໂດຕາດາວ,ນັກນະອະຕະກຳສາກົນທີ່ມີຊື່ສຽງ,ຫຼັງຈາກການປັບປຸງ ແລະ ກະກຽມເປັນເວລາ 1 ປີປາຍແລ້ວເປີດບໍລິການຢ່າງເປັນທາງການໃນວັນທີ 20 ຕຸລານີ້.

ນາງປ່ອນຣຸ້ຍຣວາ,ກຳມະການປະຈຳການຄະນະບໍລິຫານຫໍພິພິທະພັນເຈີ້ນຕານກ່າວວ່າ: ຫໍພິພິທະພັນເຈີ້ນຕານຊຽງໄຮເປັນອົງການບໍລິການວັດທະນະທຳທີ່ມີບົດບາດຫຼາຍຢ່າງໃນເອກະພົບດຽວ,ເຊັ່ນ,ເກັບມ້ຽນ,ຄົ້ນຄວ້າ,ວາງສະແດງ,ທຸລະກິດແລະສົ່ງເສີມສືບທອດ,ໂດຍຖືທັດສະນະທີ່ອະນຸລັກ,ສືບທອດ,ແລະ ສາທິດຕໍ່ວັດທະນະທຳ ແລະ ປະຫວັດສາດຂອງປະຊາຊາດຈີນ,ພວກເຮົາຍິນດີທີ່ສຸດສະໜອງສະຖານທີ່ຊົມສິລະປະ,ພັກຜ່ອນ ແລະ ຮ່ຳຮຽນສຳລັບມວນຊົນ.

ເມື່ອເຂົ້າສູ່ສັດຕະວັດໃໝ່ແລ້ວ,ຄຽງຄູ່ກັບການປະຕິຮູບລະບອບວັດທະນະທຳຈີນກ້າວສູ່ລວງເລິກເທື່ອລະກ້າວ,ປະຊາຊົນກໍ່ມີຄວາມນິຍົມຕໍ່ການເກັບມ້ຽນວັດຖຸບູຮານ,ການພັດທະນາຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນພໍດີຖືກໄລຍະທີ່ເໝາະສົມ.

ທ່ານມາຕາເຟີ່ຍ,ຜູ້ລິເລີ່ມສ້າງສະໂມສອນຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນຂອງຈີນກ່າວວ່າ,ນັກທຸລະກິດເອກະຊົນທີ່ມີກຳລັງເສດຖະກິດເຂັ້ມແຂງມີແນວຄິດຕອບແທນບຸນຄຸນຕໍ່ສັງຄົມ,ມີຄວາມກະຕືລືລົ້ນຫຼາຍຕໍ່ການສ້າງຫໍພິພິທະພັນ.ການເກັບມ້ຽນວັດຖຸບູຮານໃນພື້ນເມືອງກໍ່ເປັນການຊ່ວຍເຫຼືອຕໍ່ຫໍພິພິທະພັນແຫ່ງລັດ,ກໍ່ເປັນກຳລັງແຮງອັນສຳຄັນໃນການອະນຸລັກວັດທະນະທຳແຫ່ງຊາດ.



ຫໍພິພິທະພັນແກະສະຫຼັກໃນເມືອງປະຊາຊົນສົມທາງໃຈ້ປັກກິ່ງ.
北京松堂斋民间雕刻博物馆

ແຕ່ຊຸມປີ 1980 ເປັນຕົ້ນມາ,ຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນຂອງຈີນໄດ້ຜ່ານຂະບວນການທີ່ຈາກການແບ່ງປັນຄວາມມ່ວນຊື່ນໃນການເກັບມ້ຽນວັດຖຸບູຮານໂດຍຕົນເອງ,ຫັນໄປສູ່ການຊອກຄົ້ນກົນໄກຊອບກົດໝາຍສຳລັບການເກັບມ້ຽນວັດຖຸບູຮານໃນພື້ນເມືອງ,ແລ້ວຫັນໄປສູ່ປະກອບສ່ວນເຂົ້າໃນອຸດສາຫະກຳວັດທະນະທຳຢ່າງຕັ້ງໜ້າ.

ພ້ອມກັນນັ້ນ,ການພັດທະນາຂອງຕະຫຼາດວັດຖຸບູຮານ ແລະ ສິລະປະກຳໄດ້ດຶງດູດນັກທຸລະກິດເອກະຊົນທີ່ມີກຳລັງເສດຖະກິດຢ່າງເຂັ້ມແຂງຈຳນວນໜຶ່ງ,ເຂົາເຈົ້າໄດ້ກາຍເປັນກຳລັງແກ່ນກາງໃນການພັດທະນາຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນໃນໄລຍະໃໝ່.ຕົວຢ່າງວ່າ,ຫໍພິພິທະພັນຊາງເຟີ່ງຖັງທີ່ສ້າງຂຶ້ນໂດຍທ່ານຢາງຊິ່ວປະທານກຸ່ມບໍລິສັດທ່ຽນຕື້ນານກິ່ງ,ຖືກເອີ້ນເປັນຫໍເກັບມ້ຽນໜັງສືຂຽນງາມ ແລະ ຮູບແຕ້ມຂະໜາດໃຫຍ່ສຸດໃນພື້ນເມືອງຈີນ;ຫໍພິພິທະພັນຈ້ຽນຊ່ວນທີ່ລົງທຶນໂດຍກຸ່ມບໍລິສັດຈ້ຽນຊ່ວນເສິງຕູ່,ໄດ້ເກັບມ້ຽນສິ່ງລ້ຳຄ່າປະມານ 2 ໝື່ນອັນ,ເຊິ່ງລ້ວນແຕ່ເປັນສິ່ງເກັບມ້ຽນໄວ້ຂອງເຈົ້າຂອງຫໍພິພິທະພັນໃນເວລາ 20 ປີມານີ້.

ບຸກຄົນໃນວົງການຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍເຫັນວ່າ,ຫໍພິພິທະພັນເອກະຊົນມີຈຸດພິເສດເພື່ອສາທາລະນະປະໂຫຍດ,ຈຸດປະສົງຂອງການສ້າງຫໍພິພິທະພັນກໍ່ແມ່ນເພື່ອຕອບບຸນຄຸນຕໍ່ສັງຄົມ,ຮັກສາມໍລະດົກວັດທະນະທຳຫຼາຍກວ່າເກົ່າ,ເຮັດໃຫ້ມວນຊົນສຳຜັດກັບສິ່ງລ້ຳຄ່າດ້ານວັດທະນະທຳທີ່ສືບທອດກັນມາເປັນເວລາຍາວນານແລ້ວ.

文 / 罗蓉婵

# ການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານຈີນ ກັບປະເທດລາວພັດທະນາດີຂຶ້ນເລື້ອຍໆ

## 滇老合作一路向上

2013 年 9 月，老挝人民革命党中央委员会总书记、老挝人民民主共和国主席朱马里·赛雅颂访华；11 月，中国云南—老挝北部合作特别会议暨工作组第六次会议在普洱举行；近年来，滇老合作取得了一系列的成绩，双方好邻居、好朋友、好同志、好伙伴的情谊和合作的诚意也不断得到升华。

ເດືອນກັນຍາປີ 2013,ໃນໄລຍະທ່ານຈູມມາລີ ໄຊຍະສອນ,ເລຂາທິການໃຫຍ່ຄະນະບໍລິຫານງານສູນກາງພັກປະຊາຊົນປະຕິວັດລາວ,ປະທານປະເທດລາວຢ້ຽມຢາມປະເທດຈີນ,ສອງປະເທດຈີນລາວໄດ້ປະກາດຖະແຫຼງການຮ່ວມ,ໂດຍກ່າວວ່າຈະເນັ້ນໜັກຊຸກຍູ້ການຮ່ວມມືໃນ 10 ຂົງເຂດໃຫຍ່,ເຊັ່ນ,ພື້ນຖານໂຄງລ່າງ,ແລະ ພະລັງງານເປັນຕົ້ນ,ເສີມຂະຫຍາຍທ່າແຮງຂອງຕົນ ແລະ ຍົກລະດັບການຫັນປ່ຽນຮູບການເຕີບໂຕດ້ານເສດຖະກິດ.

ໃນກອງປະຊຸມວິສາມັນ ແລະ ກອງປະຊຸມຄັ້ງທີ 6 ຂອງໜ່ວຍງານວ່າດ້ວຍການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານກັບພາກເໜືອປະເທດລາວທີ່ສິ້ນສຸດລົງຢູ່ນະຄອນພູເອີແຂວງຢຸນນານ,ທ່ານສົມສະຫວາດ ເລັ່ງສະຫວັດ,ຮອງນາຍົກລັດຖະມົນຕີລາວ ແລະ ທ່ານລີຈີ້ເຮີງ,ເຈົ້າແຂວງແຂວງຢຸນນານຈີນເຄີຍກ່າວຫຼາຍເທື່ອວ່າ,ກອງປະຊຸມໜ່ວຍງານວ່າດ້ວຍການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານຈີນກັບພາກເໜືອລາວເປັນການປະຕິບັດຕົວຈິງຕໍ່ຄວາມຮັບຮູ້ຮ່ວມກັນຂອງຜູ້ນໍາສອງປະເທດກ່ຽວກັບການຮ່ວມມືສອງຝ່າຍລາວຈີນ.ໄມຕີຈິດມິດຕະພາບທີ່ເປັນບ້ານໃກ້ເຮືອນຄຽງທີ່ດີ,ເພື່ອນມິດທີ່ດີ,ສະຫາຍທີ່ດີ ແລະ ຄູ່ຮ່ວມມືທີ່ດີ,ພ້ອມດ້ວຍຄວາມຈິງໃຈແຫ່ງການຮ່ວມມືໄດ້ຖືກຍົກລະດັບສູງຂຶ້ນ.

ສະຖານທີ່ກອງປະຊຸມວິສາມັນການຮ່ວມມືລະຫວ່າງຈີນ(ຢຸນນານ) -ພາກເໜືອລາວ ແລະ ກອງປະຊຸມທີມງານຄັ້ງທີ 6.
中国云南—老挝北部合作特别会议暨工作组第六次会议现场 张彤 图

ເດືອນກຸມພາ 2013,ປະເທດລາວໄດ້ເຂົ້າເປັນສະມາຊິກອົງການການຄ້າໂລກຢ່າງເປັນທາງການ,ປີ 2015,ເຂດການຄ້າເສລີຈີນອາຊຽນກໍ່ຈະສ້າງສໍາເລັດຢ່າງຮອບດ້ານ,ທັງນີ້ໄດ້ສ້າງພື້ນຖານອັນໜັກແໜ້ນໃຫ້ແກ່ການຮ່ວມມືລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານຈີນກັບປະເທດລາວ.

ໃນກອງປະຊຸມດັ່ງກ່າວ,ແຂວງຢຸນນານກັບປະເທດລາວໄດ້ຕົກລົງຄວາມຮັບຮູ້ຄືກັນຫຼາຍປະການໃນດ້ານເສດຖະກິດການຄ້າ,ແລະ ການທະນາຄານ.ແຂວງຢຸນນານຈະພະຍາຍາມສ້າງຄວາມສະດວກແກ່ການເປີດກວ້າງການນໍາເຂົ້າສິນຄ້າລາວ,ສະເໜີວິສາຫະກິດທີ່ມີຄວາມເຂັ້ມແຂງໄປລົງທຶນຢູ່ລາວ.ນອກນີ້,ສອງຝ່າຍຍັງຈະສົ່ງເສີມໃຫ້ອົງການທະນາຄານເປີດກວ້າງການຮ່ວມມືດ້ານການລະດົມທຶນດ້ານການຄ້າ ແລະ ຊື້ຂາຍເງິນຕາຕ່າງປະເທດ; ເພີ່ມບໍລິການການຊໍາລະບັນຊີຂ້າມຊາດດ້ວຍເງິນຢວນ ແລະ ເງິນກີບ.ແຂວງຢຸນນານຕັ້ງໜ້າປະສານງານໃຫ້ທະນາຄານພັດທະນາແຫ່ງຊາດຈີນສາຂາແຂວງຢຸນນານຮ່ວມມືກັບປະເທດລາວປະຕິບັດ“ໂຄງການນໍາໃຊ້ບັດ ATM ລະຫວ່າງທະນາຄານຂອງລາວ”,ຊຸກຍູ້ວຽກງານເພື່ອໃຫ້ທະນາຄານຝູ່ຕ່ຽນ ແລະ ທະນາຄານການຄ້າຕ່າງປະເທດລາວມະຫາຊົນຮ່ວມທຶນສ້າງທະນາຄານການຄ້າ.

ສອງຝ່າຍຍັງຈະຮ່ວມກັນຄົ້ນຄວ້າການຮ່ວມມືພັດທະນາເຂື່ອນໄຟຟ້ານໍ້າຕົກຂະໜາດກາງ ແລະ ນ້ອຍລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານກັບພາກເໜືອລາວ,ຫັນທ່າແຮງດ້ານຊັບພະຍາກອນໄຟຟ້ານໍ້າຕົກມາເປັນທ່າແຮງດ້ານເສດຖະກິດ.ສອງຝ່າຍຈະເລັ່ງລັດຄົ້ນຄວ້າຍົກລະດັບເຊື່ອມຈອດເຄືອຂ່າຍສາຍໄຟຟ້າຂອງແຂວງຢຸນນານກັບເຄືອຂ່າຍໄຟຟ້າຂອງພາກເໜືອລາວ,ແລະ ເປີດກວ້າງການຄ້າພະລັງໄຟຟ້າ,ແລະ ບັນຫາອື່ນໆ; ກໍ່ສ້າງໂຄງການເຄືອຂ່າຍໄຟຟ້າພາກເໜືອລາວ,ແລະ ໂຄງການສົ່ງ ແລະ ປັບຄວາມແຮງໄຟຟ້າເຊປຽນ-ສາລະວັນ.

ຮ່ວມກັນພັດທະນາເສັ້ນທາງທ່ອງທ່ຽວ“ຊຽງຮຸ່ງ-ບໍ່ແກ້ວ-ຊຽງລາຍ-ທ່າຂີ້ເຫລັກ-ຕາໂລ”ຂອງ 4 ປະເທດຈີນລາວມຽນມາ ແລະ ໄທ; ດໍາເນີນວຽກງານໄລຍະເບື້ອງຕົ້ນແຫ່ງການສ້າງສາວົງແຫວນທ່ອງທ່ຽວ“ເມືອງຈ່ຽງເສີງນະຄອນພູເອີ-ຜົ້ງສາລີ-ອຸດົມໄຊ-ຫຼວງນໍ້າທາ-ສິບສອງພັນນາ-ນະຄອນພູເອີ”.ນີ້ເປັນຈຸດສໍາຄັນອັນໜຶ່ງໃນການປຶກສາຫາລືກ່ຽວກັບການຮ່ວມມືດ້ານການທ່ອງທ່ຽວ ແລະ ວັດທະນະທໍາ,ກໍ່ເປັນເນື້ອໃນການຮ່ວມມືທີ່ສອງຝ່າຍມີຄວາມປາຖະໜານໍາກັນເປັນຢ່າງສູງ.

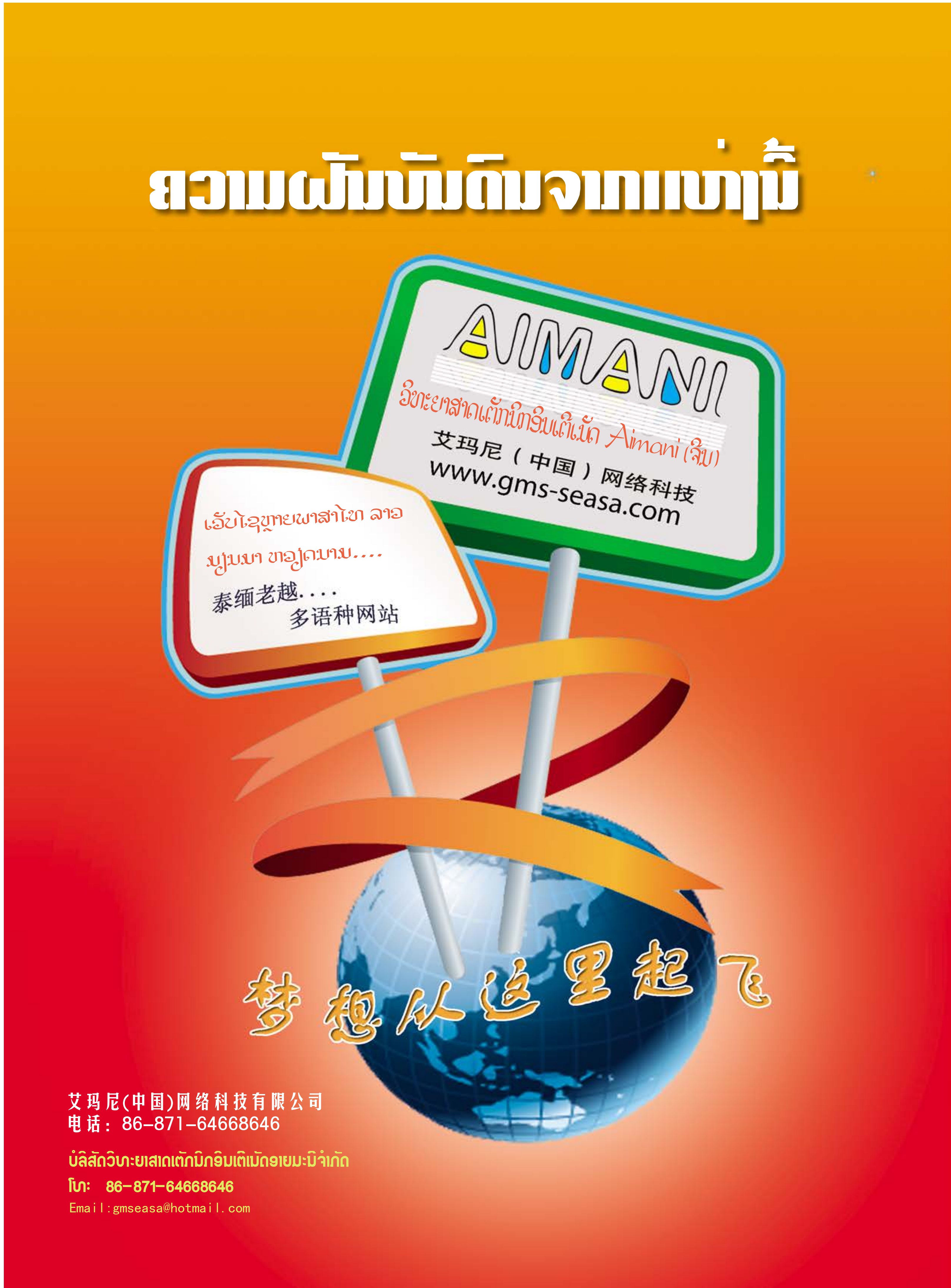
ສອງຝ່າຍຈະດໍາເນີນການວາງແຜນການພັດທະນາການທ່ອງທ່ຽວ,ການອອກແບບເສັ້ນທາງທ່ອງທ່ຽວ,ການຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ການຝຶກອົບຮົມ... ການຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ການຟ້ອງຮ້ອງດ້ານການທ່ອງທ່ຽວ,ສ້າງຄວາມສະດວກແກ່ການຜ່ານດ່ານໃນການ

ທ່ອງທ່ຽວ,ສ້າງຄວາມສະດວກແກ່ການຄົມມະນາຄົມ ຂົນສົ່ງດ້ານການທ່ອງທ່ຽວ,ແລະ ອື່ນໆ.ເພີ່ມທະວີການ ໂຄສະນາຮ່ວມກັນ,ສ້າງຈຸດໝາຍປາຍທາງດ້ານການ ທ່ອງທ່ຽວທີ່ມີສີສັນພິເສດ;ດຳເນີນການໂຄສະນາທີ່ຖື ແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວຂອງກັນເປັນຈຸດໝາຍປາຍທາງ,ສ້າງ ສູນຂໍ້ມູນຂ່າວສານດ້ານການທ່ອງທ່ຽວ.

ສອງຝ່າຍຈະຮ່ວມກັນພະຍາຍາມຊຸກຍູ້ສ້າງກົນໄກ ເຮັດວຽກຍາວນານທີ່ສ້າງໜ່ວຍງານປະສົມວ່າດ້ວຍ ການອຳນວຍຄວາມສະດວກແກ່ການຜ່ານດ່ານລະຫວ່າງ ຈີນລາວໄທໃນທາງຜ່ານໃຫຍ່ຄຸນໝິງ-ບາງກອກ; ເລັ່ງ ລັດພັດທະນາສິ່ງກໍ່ສ້າງບໍລິການຄົບຊຸດສຳລັບການຂົນ ສົ່ງສິນຄ້າ ແລະ ຜູ້ໂດຍສານຕາມທາງຫຼວງຄຸນໝິງ-ບາງກອກ,ຍົກລະດັບການບໍລິການ;ປະສານງານຊຸກຍູ້ ໃຫ້ດຳເນີນການຮ່ວມມືຂົນສົ່ງຕາມທາງຫຼວງຄຸນໝິງ-ບາງກອກຢ່າງສະດວກ,ເສີມຂະຫຍາຍທ່າແຮງຂອງ ຄຸນໝິງ-ບາງກອກທີ່ເປັນທາງຜ່ານສາກົນ,ຊຸກຍູ້ພັດທະ ນາການຂົນສົ່ງທາງບົກສາກົນລະຫວ່າງແຂວງຢຸນນານ ກັບລາວ.ກ່ຽວກັບບັນຫາເສັ້ນທາງລົດໄຟຈີນລາວ,ໜ່ວຍ ງານສະເໜີວ່າຈະຕັ້ງໜ້າປະສານສົມທົບກັບລັດຖະບານ ສອງປະເທດເພື່ອດຳເນີນວຽກງານໄລຍະເບື້ອງຕົ້ນ,ຊຸກ ຍູ້ໃຫ້ລົງມືກໍ່ສ້າງໂດຍໄວ,ເພີ່ມກຳລັງແຮງໃຫ້ແກ່ການ ຮ່ວມມືຢຸນນານກັບພາກເໜືອລາວ.

半清图





文、图／刘仁和

# ບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດໄດ້ເປີດກິດຈະການຢ່າງເປັນທາງການ

## 老中证券有限公司正式开业

老中证券有限公司于 2013 年 11 月 16 日在老挝首都万象东昌大酒店举行开业庆典。老中证券有限公司是老挝证券管理委员会批准设立的首家中资参与的合资证券公司，同时也是中国证监会批准在境外设立的第一家合资证券公司。其主要服务内容是金融咨询、证券买卖代理、证券发行和担保等。

ບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດໄດ້ຈັດຂຶ້ນພິທີເປີດໃນວັນທີ 16 ເດືອນ 11 ປີ 2013 ທີ່ໂຮງແຮມດອນຈັນພາເລດນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນແຫ່ງ ສປປ ລາວ.ເຂົ້າຮ່ວມພິທີເປີດມີທ່ານ ສົມສະຫວາດ ເລັ່ງສະຫວັດ ກຳມະການກົມການເມືອງສູນກາງພັກປະຊາຊົນປະຕິວັດລາວ,ຮອງນາຍົກລັດຖະມົນຕີ ສປປ ລາວ,ປະທານຄະນະກຳມະການຮ່ວມມືລາວຈີນທັງເປັນປະທານຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງຕະຫລາດຫຼັກຊັບລາວ,ທ່ານ ກວນຮວາປີງ ເອກອັກຄະລັດຖະທູດຜູ້ມີອຳນາດເຕັມ ສປ ຈີນປະຈຳ ສປປ ລາວ,ທ່ານເຈົ້າເວີນອີທີ່ປຶກສາເສດຖະກິດການຄ້າສະຖານທູດຈີນປະຈຳລາວ,ບັນດາລັດຖະມົນຕີ,ຮອງລັດຖະມົນຕີທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ແລະ ແຂກຜູ້ມີກຽດທີ່ຖືກເຊີນເຂົ້າຮ່ວມປະມານ 200 ຄົນ.

ບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດຕັ້ງຢູ່ຊັ້ນ 6 ອາຄານ

ຕະຫລາດຫຼັກຊັບນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ ສປປ ລາວ ເຊິ່ງເປັນການຮ່ວມທຶນ 3 ພາກສ່ວນເຊັ່ນ: ທະນາຄານສົ່ງເສີມກະສິກຳລາວ,ບໍລິສັດຫຼັກຊັບອາຊີປາຊີຟິກຫຸ້ນສ່ວນຈຳກັດ ສປ ຈີນ,ບໍລິສັດອຸດສາຫະກຳຂໍ້ມູນຂ່າວສານປະເທດລາວຈຳກັດໄດ້ຮັບອະນຸມັດສ້າງຕັ້ງບໍລິສັດຫຼັກຊັບຂຶ້ນຈາກຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງຫຼັກຊັບລາວ,ເຊິ່ງເປັນບໍລິສັດຫຼັກຊັບຮ່ວມມືລາວ-ຈີນແຫ່ງທຳອິດທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸມັດຈາກຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງຫຼັກຊັບ ສປປ ລາວພ້ອມທັງເປັນບໍລິສັດແຫ່ງທຳອິດທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດຈາກຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງຫຼັກຊັບ ສປ ຈີນໃຫ້ຮ່ວມມືກັບຕ່າງປະເທດສ້າງຕັ້ງບໍລິສັດຫຼັກຊັບໂດຍອີງໃສ່ກົດໝາຍວ່າດ້ວຍຫຼັກຊັບຂອງລາວ,ຮູບແບບບໍລິການຕົ້ນຕໍແມ່ນເປັນທີ່ປຶກສາດ້ານການເງິນ,ນາຍໜ້າຊື້-ຂາຍຫຼັກຊັບ,ການອອກຫຼັກຊັບ-ຄ້ຳປະກັນການຈຳໜ່າຍຫຼັກຊັບ ແລະ ອື່ນໆ.

ທ່ານ ນາງວັດທະນາ ດາລາລອຍ ຫົວໜ້າສຳນັກງານຄະນະກຳມະການຄຸ້ມຄອງຫຼັກຊັບລາວໄດ້ກ່າວໃນຄຳປາໄສວ່າ,ການເປີດບໍລິການຂອງບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນໃນຄັ້ງນີ້ຈະເປັນບາດກ້າວໃໝ່ອັນສຳຄັນໃນການຮ່ວມມືລະຫວ່າງ ສປປ ລາວ-ສປ ຈີນໃນການພັດທະນາຕະຫລາດທຶນ ສປປ ລາວໂດຍສະເພາະແມ່ນການກະກຽມບັນດາເງື່ອນໄຂໃຫ້ແກ່ວິສາຫະກິດສາມາດລະດົມທຶນ ແລະ ຈົດທະບຽນໃນຕະຫລາດຫຼັກຊັບພ້ອມທັງຈະດຶງດູດນັກລົງທຶນຕ່າງປະເທດເຂົ້າມາລົງທຶນໃນຕະຫລາດ

ຂອງລາວໃຫ້ນັບມື້ນັບຫຼາຍຂຶ້ນ.

ທ່ານ ລີລີນ ຜູ້ອຳນວຍການຂອງບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດຕ່າງໜ້າບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດ ແລະ ທ່ານພູຂົງຈັນທະຈັກຮອງຜູ້ອຳນວຍການທະນາຄານການຄ້າຕ່າງປະເທດລາວມະຫາຊົນຕ່າງໜ້າຝ່າຍທະນາຄານລົງນາມເຊັນສັນຍາຊຳລະສະສາງກ່ຽວກັບຫຼັກຊັບ ແລະ ການເຊັນບົດບັນທຶກຄວາມເຂົ້າໃຈກັນການຮ່ວມມືຍຸດທະສາດສອງຝ່າຍລະຫວ່າງບໍລິສັດຫຼັກຊັບລາວ-ຈີນຈຳກັດ ກັບທະນາຄານການຄ້າຕ່າງປະເທດລາວມະຫາຊົນ.ທ້າຍສຸດນີ້,ພິທີໄດ້ອັດລົງດ້ວຍບັນຍາກາດຢ່າງຟົດຟື້ນ ແລະ ມິດຕະພາບໄມຕີຈິດ.

# ການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນຂອງແຂວງຢູນນານມີຈຸດເດັ່ນຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ

ສະຖານທີ່ເປີດພິທີເລີ່ມຕົ້ນໂຄງການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືດ້ານເສດຖະກິດຊາຍແດນເກີນມ້າ(ເມືອງຕິງ)ຢູນນານ.
云南耿马（孟定）边境经济合作区建设项目启动仪式现场　新华社 图

## 云南边合区建设亮点多多

2012 年 5 月 16 日，云南省正式发布了《云南省人民政府关于加快推进边境经济合作区建设的若干意见》，正式批准麻栗坡（天保）、耿马（孟定）、腾冲（猴桥）、孟连（勐阿）、泸水（片马）和勐腊（磨憨）为云南省级边境经济合作区。云南正式拉开了全面推进边合区建设的大幕。

ວັນທີ 16 ພຶດສະພາ 2012,ແຂວງຢູນນານໄດ້ປະກາດໃຊ້“ຄວາມເຫັນຂອງອົງການປົກຄອງແຂວງຢູນານ ກ່ຽວກັບການເລັ່ງລັດຊຸກຍູ້ ສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນ”ຢ່າງເປັນທາງການ,ໄດ້ອະນຸມັດມາລີໂພ່(ທ່ຽນປາວ),ເກີງມາ(ເມີງຕິ້ງ),ເທິງຊົ່ງ(ໂຮວຊຽວ),ເມີງລຽນ(ເມີງອາ),ລູຊຸຍ(ພ້ຽນມາ) ແລະ ເມືອງຫຼ້າ(ບໍ່ຫານ) ເປັນເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນລະດັບແຂວງຂອງຢູນນານ.ຢູນນານໄດ້ເປີດບັ້ນຊຸກຍູ້ສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນລະດັບແຂວງຢ່າງຮອບດ້ານ.

ໃນເວລາ 1 ປີຜ່ານມາ,ແຂວງຢູນນານຄົ້ນຄວ້າແນວຄິດປະດິດສ້າງໃນການພັດທະນາ ແລະ ທົດລອງຢ່າງຕັ້ງໜ້າ,ໄດ້ສ້າງກົນໄກຮ່ວມມືແບບຊ່ວຍເຫຼືອກໍ່ສ້າງເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນ,ຊຸກຍູ້ໃຫ້ວຽກງານດັ່ງກ່າວພັດທະນາຢ່າງວ່ອງໄວ.ປະຈຸບັນ,ໄດ້ສ້າງກົນໄກຮ່ວມມືຊ່ວຍເຫຼືອການກໍ່ສ້າງລະຫວ່າງເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນບໍ່ຫານກັບເຂດໄຫເທັກຄຸນໝິງ,ເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລິນຊ່າງກັບເຂດພັດທະນາເສດຖະກິດຄຸນໝິງ,ວຽກງານຊ່ວຍເຫຼືອກໍ່ສ້າງລະຫວ່າງລັດວິສາຫະກິດທີ່ຂຶ້ນກັບແຂວງກັບເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລະດັບແຂວງນັ້ນກໍ່ກຳລັງຂະຫຍາຍຕົວຢ່າງຕັ້ງໜ້າ.

ວຽກງານສ້າງຕັ້ງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລະດັບຊາດກໍ່ປະກົດມີປະສິດທິຜົນໃນເບື້ອງຕົ້ນ: ເອກະສານຮ້ອງຂໍສ້າງຕັ້ງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລະດັບຊາດເກີງມາ ແລະ ເທິງຊົ່ງສອງແຫ່ງນີ້ໄດ້ສະເໜີໃຫ້ກະຊວງການຄ້າຈີນຢ່າງເປັນທາງການໃນທ້າຍປີ 2012,ໃບສະເໜີທີ່ຮ້ອງຂໍສ້າງຕັ້ງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລະດັບຊາດລິນຊ່າງກໍ່ໄດ້ຍື່ນໃຫ້ຄະນະລັດຖະບານຈີນ.ກະຊວງການຄ້າຈີນກ່າວວ່າ,ໃນຕໍ່ໜ້ານີ້ຈະຖືຂັ້ນຕອນພິຈາລະນາອະນຸມັດການສ້າງຕັ້ງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລິນຊ່າງເປັນແບບຢ່າງສຳລັບການສ້າງຕັ້ງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນລະດັບຊາດແຫ່ງໃໝ່,ເຊິ່ງມີບົດບາດແບບຢ່າງທີ່ດີ ໃນການຊຸກຍູ້ການພັດທະນາຂອງເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນຂອງແຂວງຢູນນານ.



ໃນດ້ານການກໍ່ສ້າງພື້ນຖານໂຄງລ່າງຂອງດ່ານອອກເຂົ້າເມືອງ ແລະ ການເປີດປະຕູສູ່ພາຍອນກນັ້ນ,ປີ 2012 ຫ້ອງການດ່ານອອກເຂົ້າເມືອງແຫ່ງຊາດໄດ້ອະນຸມັດເປີດບໍລິການສະໜາມບິນມາງຊີ້ 4 ເທື່ອໂດຍຊົ່ວຄາວ; ດ່ານທາງຫຼວງເຮີໂຂວໄດ້ຜ່ານການກວດຮັບກ່ອນການເປີດປະຕູສູ່ພາຍນອກ; ດ່ານສະໜາມບິນລີ້ຈ່ຽງໄດ້ເປີດບໍລິການການບິນ,ສະໜາມບິນສາກົນຊາງຊຸຍຄຸນໝິງໄດ້ໃຫ້ການບໍລິການຢ່າງເປັນປົກກະຕິ;ດ່ານຢູຍລີ້,ດ່ານທ່ຽນປາວກໍ່ໄດ້ຜ່ານການກວດຮັບລະດັບແຂວງກ່ອນການເປີດກວ້າງຂະໜາດເປີດປະຕູສູ່ພາຍນອກ.ພາຍໃຕ້ການສະໜັບສະໜູນຂອງຫ້ອງການດ່ານອອກເຂົ້າເມືອງແຫ່ງຊາດ,ພາຍໃນ“ແຜນການພັດທະນາດ່ານອອກເຂົ້າເມືອງ 5 ປີຄັ້ງທີ 12 ແຫ່ງຊາດ”ທີ່ຮັບຮອງໂດຍຄະນະລັດຖະບານຈີນນັ້ນ,ຢູ່ແຂວງຢູນນານ

ໂຄງການວິສະວະກຳຫຼັກຕຶກອາຄານຮ່ວມສຳພັນກວດກາດ່ານເທີຊຽວເທິງຊົງຢູນນານໄດ້ສຳເລັດຜົນ
云南腾冲猴桥口岸联检大楼主体工程竣工　新华社 图

ມີດ່ານອອກເຂົ້າເມືອງ 7 ແຫ່ງໄດ້ຖືກຈັດເຂົ້າໃນແຜນການພັດທະນາ.

ໃນການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດ,ວັນທີ 5 ສິງຫາປີນີ້,ອົງການປົກຄອງແຂວງຢູນນານໄດ້ປະກາດໃຊ້“ນະໂຍບາຍຂອງອົງການປົກຄອງແຂວງຢູນນານກ່ຽວກັບສະໜັບສະໜູນການສ້າງສາເຂດຮ່ວມ

ດ່ານບໍ່ຫານເມືອງຫລ້າແຂວງຢູນນານ
云南勐腊磨憨口岸 半 清 图

ດ່ານທຽນປາວເມືອງມ້າລີໂພເຊື່ອມຕໍ່ກັນກັບດ່ານຊິນຊວຍຫວຽດນາມ.
麻栗坡县天保口岸与越南清水口岸对接 张守义 图

ມີເສດຖະກິດຂ້າມຊາດບໍ່ຫານກິ່ງແຂວງສິບສອງພັນນາ", ລະບະກຳມາທິການຄຸ້ມຄອງເຂດພັດທະນາເສດຖະກິດບໍ່ຫານກັບລະບະກຳມາທິການຄຸ້ມຄອງເຂດເສດຖະກິດພິເສດບໍ່ເຕັນລາວໄດ້ເຊັນຂອບສັນຍາກ່ຽວກັບການຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດ, ໄດ້ຈັດກອງປະຊຸມປຶກສາຫາລືກ່ຽວກັບການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດບໍ່ຫານບໍ່ເຕັນ, ແລະ ເຄີຍຈັດກອງປະຊຸມວຽກງານຫຼາຍເທື່ອ.ນອກນີ້,ໜ່ວຍງານສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືຂ້າມຊາດຈີນລາວທີ່ພະແນກການຄ້າແຂວງຢູນນານພ້ອມພັນສ້າງຂຶ້ນນັ້ນໄດ້ເດີນທາງໄປນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ,ພົບປະເຈລະຈາໂດຍກົງກັບພາກສ່ວນທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂອງລັດຖະບານລາວເປັນຄັ້ງທຳອິດ,ນີ້ຖືວ່າເປັນບາດກ້າວອັນສຳຄັນໃນການເລັ່ງລັດຊຸກຍູ້ສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືຂ້າມຊາດ.

ສະພາບປະຈຸບັນດ້ານການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືຊາຍແດນຈຳນວນໜຶ່ງຢູ່ແຂວງຢູນນານ

ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນເກີງນາ(ເມືອງຕີ້ງ)

ວັນທີ 20 ທັນວາ 2011,ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນເກີງນາ(ເມືອງຕີ້ງ)ໄດ້ເລີ່ມກໍ່ສ້າງຢ່າງເປັນທາງການ.ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນຖືເມືອງຕີ້ງເປັນສອນໃຈກາງ,ຖືບໍລິເວນເສັ້ນລວງຍາວຂອງດ່ານນານຊານ ແລະ ດ່ານອ່າງປອນເປັນສອງປີກ,ອີງຕາມແຜນຜັງລວມທີ່"ເຂດໜຶ່ງຫຼາຍສອນ",ເຂດໃຈກາງທີ່ມີເນື້ອທີ່ 3,47 ກິໂລຕາແມັດ,ເຂດສຳຮອງ 50 ກິໂລຕາແມັດ, ແລະ ເຂດອ້ອມຂ້າງ 200 ກິໂລຕາແມັດ,ຈະສ້າງສາເຂດສອນໃຈກາງເມືອງຕີ້ງຢູ່ເກີງນາ,ເຂດສອນນານຊານຢູ່ຈີ້ນລ່າງ,ແລະ ເຂດສອນຢົງເຮີຢູ່ອ່າງປອນ.

ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດບໍ່ຫານ

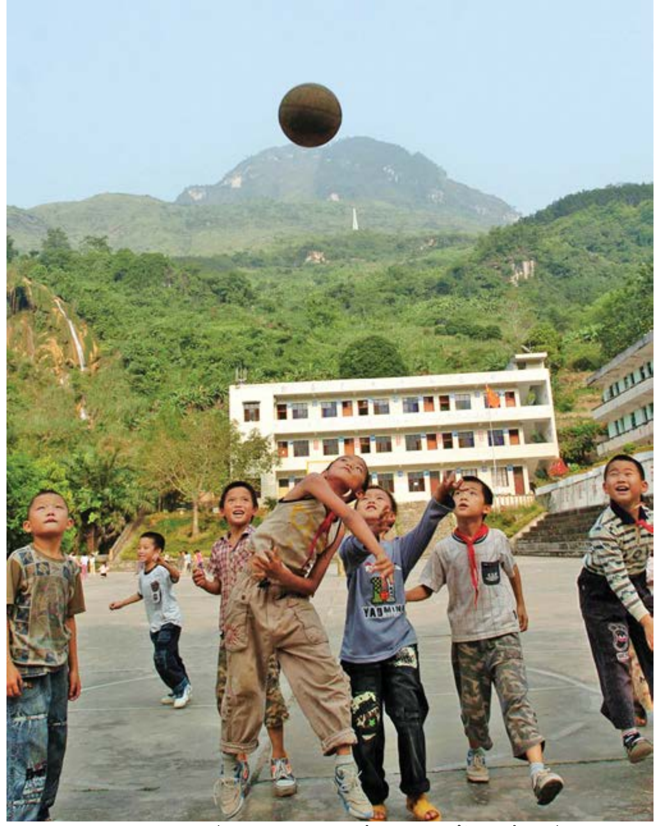
ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດບໍ່ຫານກຳລັງອອກແຮງສ້າງສາເຂດສອນປຸງແຕ່ງສິນຄ້າຂາອອກຂາເຂົ້າ, ສູນການຄ້າສາກົນ,ສູນຈໍລະຈອນສິນຄ້າສາກົນ,ແລະ ແຖບເສດຖະກິດຊຸມໜີງບາງກອກ ໂດຍມຸ່ງໜ້າສູ່ອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້.ໄດ້ສ້າງໜ່ວຍງານປະສົມຂອງເຂດຮ່ວມມືຂ້າມຊາດລະດັບແຂວງຂອງສອງປະເທດຈີນລາວ,ທັງໄດ້ຈັດກອງປະຊຸມວຽກງານໜ່ວຍງານລະດັບແຂວງກ່ຽວກັບສ້າງເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດຈີນລາວ,ໄດ້ຕົກລົງຄວາມເຫັນເປັນເອກະພາບກັນໃນເບື້ອງຕົ້ນກ່ຽວກັບການລົງນາມ"ຂອບສັນຍາວ່າດ້ວຍການສ້າງສາເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຂ້າມຊາດບໍ່ຫານຈີນກັບບໍ່ເຕັນລາວ",ວຽກງານທີ່ເປີດທາງຜ່ານສະເພາະສຳລັບການຂົນສົ່ງສິນຄ້າລະຫວ່າງຈີນລາວກໍ່ກຳລັງປະສານງານກັບຝ່າຍລາວຈີນ.

ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນຢູຍລີ້

ໃນຖານະເປັນໜຶ່ງໃນເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນລະດັບຊາດທີ່ສ້າງຂຶ້ນກ່ອນໝູ່ຢູ່ແຂວງຢູນນານ, ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນຢູຍລີ້ໄດ້ຜ່ານການພັດທະນາເປັນເວລາຫຼາຍປີ,ວຽກງານກໍ່ສ້າງດ້ານຕ່າງໆໄດ້ຢູ່ແຖວໜ້າໃນທົ່ວແຂວງຢູນນານ.ທາງເຂດຮ່ວມມືຍຶດໝັ້ນວາງແຜນໃນລະດັບສູງ,ສ້າງສາພັດທະນາຕາມມາດຖານສູງ; ຍຶດໝັ້ນການອະນຸລັກຢ່າງເຂັ້ມງວດຄຽງຄູ່ກັບການນຳໃຊ້ຊັບພະຍາກອນທີ່ດິນຢ່າງມີປະສິດທິພາບສູງ ເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັນ,ສະສົມເງິນທຶນເຂົ້າໃນການພັດທະນາ;ພະຍາຍາມຍົກລະດັບຂະແໜງການທີ່ມີທ່າແຮງ; ຍຶດໝັ້ນການພັດທະນາຕົວເມືອງກັບອຸົນນະບົດພ້ອມກັນ, ເລັ່ງລັດຂະບວນການຫັນເປັນຕົວເມືອງ.ຫຼັງການທຳຄວາມພະຍາຍາມເປັນເວລາ 20 ປີ,ໄດ້ສ້າງເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນທີ່ມີເນື້ອທີ່ 6 ກິໂລຕາແມັດ,ໄດ້ປະກົດມີລະບົບຂະແໜງການທີ່ຖືການຄ້າຊາຍແດນ, ສາງສະສົມສິນຄ້າ,ອະສັງຫະລິມະຊັບ,ການຄ້າຂາຍເຜີດນິນຈິນດາ,ການທ່ອງທ່ຽວ, ໂຮງແຮມ,ຮ້ານອາຫານ, ການປຸງແຕ່ງອຸດສາຫະກຳເປັນຕົ້ນຕໍ,ເຊິ່ງມີບົດບາດຊຸກຍູ້ການພັດທະນາເຂດຊາຍແດນຢ່າງພົ້ນເດັ່ນ.

ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນໂຮວຊຽວ

ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນໂຮວຊຽວຈະພະຍາຍາມໃຊ້ເວລາ 3 ປີຫາ 5 ປີ,ສ້າງຕະຫຼາດນັດເທື່ຍນີຖັງສຳລັບປະຊາຊົນຊາຍແດນ,ສອນຈໍລະຈອນສິນຄ້າປອດພາສີເຊີຍເຈ່,ສອນອຸດສາຫະກຳປຸງແຕ່ງສິນຄ້າ, ແລະ ການຄ້າທີ່ມີເອກະລັກພິເສດ,ແລະ ສອນອຸດສາຫະກຳອື່ນໆ,ຕົ້ນຕໍແມ່ນພັດທະນາຂະແໜງການທີ່ມີທ່າແຮງພິເສດ,ຄື,ການປຸງແຕ່ງສິນຄ້າ,ສາງສະສົມສິນຄ້າ,ຈໍລະຈອນສິນຄ້າ,ການຄ້າ,ການບໍລິການທ່ອງທ່ຽວເປັນຕົ້ນ. ມາຮອດປະຈຸບັນ,ເຂດຮ່ວມມືເສດຖະກິດຊາຍແດນໂຮວຊຽວໄດ້ເຊັນສັນຍາພັດທະນາ 2 ສະບັບ,ມູນຄ່າລົງທຶນ


ນັກຮຽນປະຖົມຂອງໂຮງຮຽນດ່ານທຽນປາວເມືອງມ້າລີໂພກຳລັງຫຼິ້ນບານບ້ວງຢູ່.
麻栗坡县天保口岸学校的小学生在操场上玩篮球 新华社 图

ວັດທະນະທຳຊົນເຜົ່າທີ່ມີສີສັນຫຼາກຫຼາຍໃນຄຸ້ມບ້ານຊາຍແດນ.
多彩的边境乡村民族文化 新华社 图

ປະມານ 260 ລ້ານຢວນ,ກວມເນື້ອທີ່ 10 ເຮັກຕາ,ຈະສ້າງຕະຫຼາດສິນຄ້າສຳລັບການຄ້າ ແລະ ການທ່ອງທ່ຽວທີ່ມີສີສັນພິເສດຂອງຈີນ ແລະ ມຽນມາ,ແລະ ຕະຫຼາດນັດສຳລັບປະຊາຊົນເຂດຊາຍແດນຢູເທື່ຍນີຖັງຂອງໂຮວຊຽວ.

文 / 白 艳

# ງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງທີ 13 ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຄຸນໝິງ

## 第十三届亚洲艺术节在昆明举行

2013 年 11 月 18 日，由中华人民共和国文化部和云南省人民政府共同主办的第十三届亚洲艺术节在云南昆明隆重开幕。本届亚洲艺术节以“魅力亚洲、文化中国、七彩云南、美丽春城”为主题，以“共享、展示、交流、和谐”为宗旨，为人们呈现了一场精彩纷呈的国际艺术盛宴。

ວັນທີ18 ພະຈິກ 2013,ງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງທີ 13 ທີ່ກະຊວງວັດທະນະທຳຈີນ ແລະ ອຳນາດການປົກຄອງແຂວງຢູນນານຈີນຮ່ວມກັນເປັນເຈົ້າພາບນັ້ນໄດ້ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຄຸນໝິງແຂວງຢູນານຢ່າງຄຶກຄື້ນ.ງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງນີ້ມີຫົວຂໍ້ວ່າ“ຄວາມມີສະເໜ່ຂອງອາຊີ,ວັດທະນະທຳຈີນ,ສີສັນແຂວງຢູນນານ,ເມືອງລະດູບານໃໝ່ທີ່ສວຍງາມ”,ມີຈຸດປະສົງທີ່ວ່າ“ແບ່ງປັນ,ວາງສະແດງ,ແລກປ່ຽນ,ກົມກຽວ”,ເຊິ່ງເປັນງານມະຫະກຳສິລະປະສາກົນທີ່ໜ້າປະທັບໃຈສຳລັບຜູ້ຊົມ.

ໃນພິທີໄຂງານ,ທ່ານລີຈີ້ເຮີງ,ເຈົ້າແຂວງແຂວງຢູນນານກ່າວວ່າ,ງານສິລະປະອາຊີໄດ້ກາຍເປັນເວທີສຳຄັນສຳລັບການວາງສະແດງຜົນງານສິລະປະຂອງປະເທດອາຊີ,ສ້າງຄວາມມ່ວນຊື່ນແກ່ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນ,ຊຸກຍູ້ການແລກປ່ຽນ ແລະ ການຮ່ວມມືດ້ານວັດທະນະທຳຂອງອາຊີ.ງານສິລະປະຄັ້ງນີ້ຈະມີບົດບາດສຳຄັນຕໍ່ການຊຸກຍູ້ການພັດທະນາວັດທະນະທຳຂອງປະເທດຕ່າງໆໃນອາຊີ,ເພີ່ມທະວີມິດຕະພາບລະຫວ່າງປະຊາຊົນຂອງປະເທດຕ່າງໆ.ແຂວງຢູນນານມີປະຫວັດສາດອັນຍາວນານ,ມີຊົນເຜົ່າຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍ,ແລະ

ບົດຟ້ອນ《ນັດພົບເຕົ້າໂຮມກັນທີ່ສີສັນຢູນນານປີ 2013》

歌舞《相约 2013・相聚彩云之南》白 艳 图

ທ່ານປາຍລີເຈີນ,ທ່ານສິນກວາງຢົງ,ທ່ານລີຈີເຫີງ,ທ່ານຕົ້ງເວີຍພ້ອມກັນກົດປຸ່ມໜ່ວຍແກ້ວເພື່ອເລີ່ມຕົ້ນງານສິລະປະອາຊີຄັ້ງທີ 13.

白立忱、秦光荣、李纪恒、董伟共同按动水晶球，启动第十三届亚洲艺术节 禹江宁 图

ມີວັດທະນະທຳຫຼາຍສີສັນ,ໃນໄລຍະປະຫວັດສາດໃໝ່,ປະຊາຊົນບັນດາເຜົ່າຂອງແຂວງຢູນນານໄດ້ສືບທອດທັດສະນະພັດທະນາວັດທະນະທຳທີ່ວ່າ“ສິ່ງຕ່າງໆນາໆເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັນຈຶ່ງຈະມີການພັດທະນາ,ທຸກສິ່ງທຸກຢ່າງເປັນແບບດຽວກັນຈະບໍ່ສືບທອດຕໍ່ໄປບໍ່ໄດ້”,ສະແຫວງຫາການປ່ຽນແປງໃໝ່ ແລະ ປະດິດສ້າງໃໝ່ໃນການຮ່ຳຮຽນ ແລະ ຖອດຖອດບົດຮຽນທີ່ດີຈາກຜົນງານສີວິໄລຂອງມວນມະນຸດ,ທຳຄວາມພະຍາຍາມຕາມຄວາມສາມາດເພື່ອສົ່ງເສີມຄວາມຫຼາກຫຼາຍດ້ານວັດທະນະທຳຂອງໂລກ.

ໃນງານຄັ້ງນີ້ໄດ້ເຕົ້າໂຮມຄະນະສິລະປິນ 15 ຄະນະທີ່ມາຈາກ 11 ປະເທດແລະເຂດແຄວ້ນ,ເຊັ່ນ,ກຳປູເຈຍ,ອິນໂດເນເຊຍ,ສິງກະໂປ,ຫວຽດນາມ,ສີລັງກາ,ເນປານ,ເກົາຫຼີເປັນຕົ້ນລວມມີນັກສິລະປິນ 1000 ກວ່າຄົນ.ໃນງານສິລະປະທີ່ດຳເນີນເປັນເວລາ 5 ວັນຄັ້ງນີ້,ໄດ້ດຳເນີນກິດຈະກຳຕ່າງໆ,ເຊັ່ນ,ການສະແດງສິລະປະເທິງເວທີ,ການສະແດງແບບລາດຕະເວນຂອງນັກສິລະປິນອາຊີພາຍໃຕ້ຫົວຂໍ້“ເຂົ້າສູ່ປະຊາຊົນ”,ເວທີປຶກສາຫາລືຫົວໜ້າຫໍສະໝຸດອາຊີຄັ້ງທຳອິດ,ເວທີປຶກສາຫາລືວັດທະນະທຳອາຊີຄັ້ງທີ 2,ການວາງສະແດງສິ່ງລ້ຳຄ່າທີ່ເກັບມ້ຽນໄວ້ໃນສະຖານທູດປະເທດຕ່າງໆປະຈຳຈີນພາຍໃຕ້ຫົວຂໍ້“ສີ່ມະຫາສະໝຸດເປັນຄອບຄົວດຽວກັນ”,ການວາງສະແດງວິຈິດສິນຂອງນັກສິລະປິນສປປເກົາຫຼີ,ແລະອື່ນໆ.

ໃນນັ້ນ,ນັກສິລະປິນອາຊີໄດ້ດຳເນີນການສະແດງລາດຕະເວນຫຼາຍຮອບໂດຍ “ເຂົ້າສູ່ປະຊາຊົນ”,ຄະນະສິລະປິນປະເທດຕ່າງໆໄດ້ເຂົ້າສູ່ເຂດຊຸມຊົນ,ຊົນນະບົດ ແລະ ໂຮງຮຽນຕ່າງໆຂອງນະຄອນຄຸນໝິງ.ເຮັດໃຫ້ປະ

《ບົດຟ້ອນກອງຍາວ》ຄະນະສິລະປະກອນພຽງຢາງ ສປປ ເກົາຫລີ
朝鲜平壤艺术团舞蹈《长鼓舞》禹江宁 图

ສິນລະປິນກຳປູເຈຍຮ້ອງເພງເພື່ອຊາວເມືອງໂດຍອາລົມຈິດ
柬埔寨艺术家为市民激情献唱 白 艳 图

ຊາຈີນບໍ່ຕ້ອງຈ່າຍເງິນຊື້ປີ້ກໍ່ໄດ້ມີໂອກາດຊົມການສະແດງຂອງນັກສິລະປິນປະເທດຕ່າງໆ,ສຳຜັດກັບວັດທະນະທຳສິລະປະຂອງປະເທດຕ່າງໆ.ນັກສິລະປິນຮ່ວມມ່ວນຊື່ນກັບປະຊາຊົນ,ເຮັດໃຫ້ວັດທະນະທຳຕ່າງປະເທດເຂົ້າໃກ້ຊິດກັບປະຊາຊົນ,ປະຊາຊົນໄດ້ສຳຜັດກັບງານມະຫະກຳສິລະປະຢ່າງແທ້ຈິງ,ເຊິ່ງໄດ້ຮັບການຕີລາຄາສູງຈາກປະຊາຊົນ.

ງານສິລະປະຄັ້ງນີ້ໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນລັກສະນະສາກົນ,ສິລະປະແລະໃກ້ຊິດກັບປະຊາຊົນຈາກຫຼາຍດ້ານ,ເປັນງານມະຫະກຳສິລະປະ,ກໍ່ເປັນງານມະຫະກຳສຳລັບການແລກປ່ຽນວັດທະນະທຳ,ມີບົດບາດສຳຄັນຕໍ່ການຊຸກຍູ້ພັດທະນາວັດທະນະທຳຂອງອາຊີ,ແລະ ເພີ່ມທະວີມິດຕະພາບລະຫວ່າງປະຊາຊົນບັນດາປະເທດ,ກາຍເປັນເວທີສຳຄັນສຳລັບວາງສະແດງຜົນງານສິລະປະຂອງປະເທດອາຊີ,ສ້າງຄວາມມ່ວນຊື່ນແກ່ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນ,ຊຸກຍູ້ການແລກປ່ຽນ ແລະ ການຮ່ວມມືດ້ານວັດທະນະທຳຂອງອາຊີ.

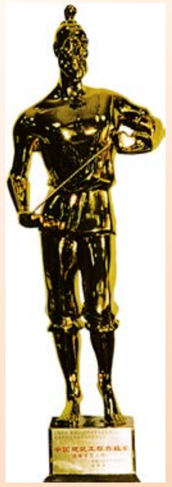
ງານສິລະປະອາຊີເປັນງານສິລະປະສາກົນລັກສະນະພາກພື້ນທີ່ຄະນະລັດຖະບານຈີນຮັບຮອງກ່ອນໝູ່,ນັບແຕ່ຄັ້ງທຳອິດຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຫຼວງປັກກິ່ງໃນປີ 1998 ເປັນຕົ້ນມາ,ໄດ້ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນຮາງໂຈ່ວ,ນະຄອນຊາງຊຸ່ນ,ແລະ ນະຄອນຈຸງກິງເປັນຕົ້ນລວມ 12 ຄັ້ງແລ້ວ,ໄດ້ກາຍເປັນງານມະຫະກຳສິລະປະສາກົນທີ່ມີຊື່ສຽງໃນພາກພື້ນອາຊີ,ທັງເປັນເວທີສຳລັບນັກສິລະປິນປະເທດຕ່າງໆສະແດງຄວາມມີສະເໜ່ພິເສດຂອງສິລະປະອາຊີ.

"ທົ່ວທຸກແຫ່ງຫົນເປັນຄອບຄົວດຽວ" ງານວາງສະແດງສິ່ງຍອດຢ້ຽມຂອງສະຖານທູດປະຈຳ ສປ ຈີນທີ່ເກັບມຽນໄວ້ນັ້ນໄດ້ດຶງດູດຜູ້ຊົມເປັນຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍມາຊົມເບິ່ງ.
"四海一家"驻华使馆馆藏精品展吸引众多游人驻足观看 白 艳 图

# ບໍລິສັດຂົວທາງຫຸ້ນສ່ວນຢູນນານຈຳກັດ

## 云南路桥股份有限公司

ນິຕິບຸກຄົນຂອງບໍລິສັດ: ທ່ານ ລູ ຊືເຈີ ປະທານບໍລິສັດຜູ້ອຳນວຍການໃຫຍ່
公司法定代表人：鲁仕泽 董事长、总经理



鲁班奖

老挝人民民主共和国友谊勋章证书

老挝人民民主共和国友谊勋章

ບໍລິສັດຂົວທາງຫຸ້ນສ່ວນຢູນນານຈຳກັດມີທຶນຈົດທະບຽນຈຳນວນ 350 ລ້ານຢວນ,ມີໃບອະນຸຍາດດຳເນີນທຸລະກິດຢູ່ຕ່າງປະເທດ,ມີຄຸນສົມບັດຊັ້ນ 1 ໃນການຮັບເໝົາກໍ່ສ້າງໂຄງການເສັ້ນທາງໂດຍລວມ(EPC) ແລະ ຄຸນສົມບັດຊັ້ນ 1 ໃນການຮັບເໝົາກໍ່ສ້າງພື້ນທາງ,ໜ້າທາງ,ຂົວ,ອຸໂມງ,ຄຸນສົມບັດຊັ້ນສອງໃນການຮັບເໝົາກໍ່ສ້າງກິດຈະກຳທາງລົງຈອດສະໜາມບິນ ແລະ ຄຸນສົມບັດຊັ້ນສອງຮັບເໝົາລວມໂຄງການວິສາວະກຳເທດສະບານ,ເປັນວິສາຫະກິດກໍ່ສ້າງຫລັກແຫລ່ງໃນລະບົບຄົມມະນາຄົມແຂວງຢູນນານແຫ່ງປະເທດຈີນ.

ຂະແໜງການທຸລະກິດຂອງບໍລິສັດ: ກໍ່ສ້າງ ແລະວັດແທກໂຄງການທາງຫຼວງ,ຂົວ,ອຸໂມງ,ຊົນລະປະທານ,ໂຄງການຜັງເທືອງ,ເຄຫະສະຖານ ແລະ ອື່ນໆ,ຄົ້ນຄວ້າປະດິດສ້າງ ແລະ ນຳໃຊ້ວັດສະດຸໃໝ່,ຄົ້ນຄວ້າປະດິດສ້າງ ແລະ ພັດທະນາລະບົບຕິດຕາມຄວບຄຸມເສັ້ນທາງ; ລົງທຶນໃສ່ວິສະວະກຳຊີວະພາບ,ເຄຫະສະຖານທີ່ດິນ,ພະລັງງານໄຟຟ້າ,ການທ່ອງທ່ຽວ,ຮັກສາສິ່ງແວດລ້ອມ ແລະ ຊັບສິນຂໍ້ມູນຂ່າວສານ; ຮັບເໝົາໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງຢູ່ຕ່າງປະເທດ ແລະ ໂຄງການປະມູນສາກົນພາຍໃນປະເທດກໍ່ຄືການສົ່ງອອກເຄື່ອງອຸປະກອນ ແລະ ວັດສະດຸຂອງໂຄງການຢູ່ຕ່າງປະເທດດັ່ງກ່າວທີ່ຕ້ອງການນັ້ນ; ຈັດສົ່ງພະນັກງານ,ຄົນງານປະຕິບັດໂຄງການຢູ່ຕ່າງປະເທດດັ່ງກ່າວທີ່ຕ້ອງການ.ໃນປະຈຸບັນບໍລິສັດມີພະນັກງານພະລາກອນ1557 ຄົນ,ວິຊາການປະເພດຕ່າງໆ 616 ຄົນ.ມີເຄື່ອງອຸປະກອນກໍ່ສ້າງ ແລະ ກວດກາວັດແທກປະເພດຕ່າງໆລວມ 1000 ກວ່າເຄື່ອງ/ຊຸດ.ນັບແຕ່ບໍລິສັດໄດ້ຮັບການສ້າງຕັ້ງຂຶ້ນມາ,ໄດ້ສ້າງເສັ້ນທາງທຸກຊັ້ນລະດັບລວມ4000 ກວ່າກິໂລແມັດ,ໃນນັ້ນເສັ້ນທາງດ່ວນ 300 ກວ່າກິໂລແມັດ,ຂົວປະເພດຕ່າງໆຂະໜາດໃຫຍ່ ແລະ ຂະໜາດກາງມີ 300 ກວ່າແຫ່ງ.

ບໍລິສັດຖືຄຸນນະພາບເປັນຊີວິດຂອງວິສາຫະກິດ,ໄດ້ຜ່ານການຮັບຮອງຈາກລະບົບຄຸ້ມຄອງໂດຍສັງລວມທັງຄຸນນະພາບ,ສິ່ງແວດລ້ອມ ແລະ ຄວາມປອດໄພສຸກຂະພາບທາງອາຊີບ.ອັດຕາຖືກມາດຕະຖານຂອງໂຄງການຮັບເໝົາກໍ່ສ້າງແມ່ນ 100%,ມີຫລາຍໂຄງການໄດ້ຮັບລາງວັນວິສະວະກຳດີເລີດຊັ້ນກະຊວງ ແລະແຂວງແລະ"ລາງວັນຫລຽນເງິນ"ວິສະວະກຳດີເລີດແຫ່ງຊາດ.ໃນນັ້ນເສັ້ນທາງດ່ວນຄຸນມິງຫາຢູຊີໄດ້ຮັບກຽດເປັນ"ລາງວັນຊ່າງຫລູປັນ"ລາງວັນວິສະວະກຳດີເລີດແຫ່ງຊາດຂອງໂຄງການກໍ່ສ້າງປະເທດຈີນສົກປີ 2002; ໂຄງການກໍ່ສ້າງຂົວທາງຕາມເສັ້ນທາງຄຸນມິງ-ບາງກອກຕອນບໍ່ເຕັນຫານ້ຳລຸນໃນປະເທດລາວທີ່ ສປ ຈີນຊ່ວຍເຫລືອກໍ່ສ້າງໃນປີ 2004 ຖືກປະເມີນເປັນວິສະວະກຳທີ່ດີຈາກກະຊວງການຄ້າຂອງຈີນ ແລະ ຈາກກະຊວງຄົມມະນາຄົມຂົນສົ່ງໄປສະນີ ແລະ ກໍ່ສ້າງ,ພ້ອມທັງໄດ້ຮັບ"ຫລຽນໄຊມິດຕະພາບ"ຈາກລັດຖະບານລາວ.

云南路桥股份有限公司注册资本35000万元人民币，具有对外经营许可证、公路工程施工总承包壹级资质及路基、路面、桥梁、隧道专业承包壹级资质、机场场道工程专业承包贰级和市政公用工程施工总承包贰级资质，是中国云南省交通系统骨干施工企业。

公司的经营范围：公路、桥梁、隧道、水利、市政、房屋等工程建筑以及工程测绘，新材料的研制与应用、道路监控系统的研制与开发；对生物工程、房地产、电力、旅游、环保、信息产业的投资；承包境外公路工程和境内国际招标工程以及上述境外工程所需的设备、材料出口；对外派遣实施上述境外工程所需的劳务人员。公司现有员工1557人，各类专业技术人员616人。拥有各类专业施工及检测设备共1000余台/套。自公司成立以来，共修建各种等级公路4000余公里，其中高速公路近300公里，各类大中型桥梁300余座。

公司视质量为企业的生命，相继通过了质量、环境、职业安全健康综合管理体系认证。所承建的工程项目合格率为100%，多项工程获得省部级优质工程奖和国家优质工程"银质奖"。其中昆明至玉溪高速公路荣获2002年度中国建筑工程"鲁班奖"（国家优质工程奖）；2004年代表中华人民共和国援建的昆曼公路老挝境内磨丁至楠伦桥段工程被国家商务部和老挝交通运输建设邮电部评为优良工程，并被老挝政府授予"友谊勋章"。

ລຽນກາຫລູປັນປັດຕະສະຍາກຳຈີນ
中国建筑工程鲁班奖奖牌(2002年)


ນິຕິບຸກຄົນຂອງບໍລິສັດ: ຫລູຊືເຈີ ປະທານສະພາບໍລິຫານ,ຜູ້ອຳນວຍການໃຫຍ່
ທີ່ຢູ່ບໍລິສັດ: ເລກ 185 ຖະໜົນປາວໄຮເມືອງກວນຕູ້ນະຄອນຄຸນມິງແຂວງຢູນນານ ສປ ຈີນ
ໂທລະສັບ: (+86) 871—67168668 67163188
ແຟັກ: (+86) 871—67161702 67161249
ລະຫັດໄປສະນີ: 650200
ເວັບໄຊ: WWW.YNLQ.COM.CN
ອີເມລ: YNLQ@YNLQ.COM.CN

公司法定代表人：鲁仕泽 董事长、总经理
公 司 地 址：云南省昆明市官渡区宝海路185号 邮 政 编 码：650200
联系电话：(+86)871—67168668 67163188 传 真：(+86)871—67161702 67161249
网 址：WWW.YNLQ.COM.CN E—mail: YNLQ@YNLQ.COM.CN

文 / 楚然 图 / CFP

# ນາຂັ້ນໄດຢວນຢາງ

## 元阳梯田

在中国，提起元阳，很多人便会想到那里的梯田。每到冬春交替时，这里总是烟雨迷蒙，一派水墨画式的田园景象。二三月间到元阳，从县城沿公路而行，但见水平如镜的梯田从高处层层延展下来，交汇成万顷良田，在阳光和云雾的交替变幻中，气象万千，壮阔无比。

ຢູ່ຈີນ,ເມື່ອເວົ້າເຖິງຢວນຢາງ,ຫຼາຍຄົນອາດຈະຄິດເຖິງນາຂັ້ນໄດຢູ່ແຫ່ງນີ້.ເມື່ອຮອດຍາມລະດູໜາວເຂົ້າສູ່ລະດູບານໃໝ່ນັ້ນ,ຢູ່ແຫ່ງນີ້ເຕັມໄປດ້ວຍໝອກນ້ຳຝົນ,ເໝືອນດັ່ງຮູບແຕ້ມຈີນທີ່ແຕ້ມດ້ວຍນ້ຳມຶກ.ໃນລະຫວ່າງເດືອນກຸມພາ ແລະ ເດືອນມີນາ,ໄປຮອດຢວນຢາງ,ຂັບລົດຈາກເທສະບານເມືອງແລ່ນຕາມທາງຫຼວງ,ຈະໄດ້ເຫັນດິນນາແຈກຢາຍຈາກບ່ອນສູງລົງມາເປັນຊັ້ນໆ,ຄ້າຍຄືຂັ້ນໄດ,ຢູ່ລະຫວ່າງແສງແດດ ແລະ ນ້ຳໝອກທີ່ສະຫລັບກັນ,ໄດ້ກໍ່ເປັນຮູບວິວທີ່ສວຍສົດງົດງາມທີ່ສຸດ.

ຢວນຢາງຕັ້ງຢູ່ທິດໃຕ້ພູໄອລາວເມືອງຢວນຢາງແຂວງຢຸນນານຈີນ,ເປັນບ່ອນພັກພາອາໄສຂອງເຜົ່າຮານີຫຼາຍເຊັ່ນຄົນ.ປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີຢູ່ຢວນຢາງໄດ້ບຸກເບີກນາຂັ້ນໄດຕາມເປີ້ນພູ,ຢູ່ສະຖານທີ່ກວ້າງກໍ່ບຸກເບີກເປັນນາຜົ່ນໃຫຍ່,ຖ້າວ່າເປັນບ່ອນສູງຊັນ ແລະ ເນື້ອທີ່ແຄບກໍ່ບຸກເບີກເປັນນາໄຮ່ນ້ອຍ,ຈົນເຖິງຢູ່ລະຫວ່າງໂງ່ນຫີນກໍ່ບຸກເບີກເປັນນາໄດ້,ສະນັ້ນນາຂັ້ນໄດນີ້ບ່ອນກວ້າງແມ່ນມີເຖິງເຮັກຕາ,ບ່ອນແຄບຈະໃຫຍ່ຊ່ຳຂະໜາດພາຖາດ,ບາງທີຢູ່ຕາມເປີ້ນພູແຫ່ງໜຶ່ງຈະມີນາຂັ້ນໄດເຖິງຫຼາຍພັນເຮັກຕາ,ຍືດຍາວປົກຫຸ້ມເມືອງຫົງເຫີ,ເມືອງຢວນຢາງ,ເມືອງລູ້ຊຸ່ນ,ເມືອຈິ່ນຜິງ ແລະ ເມືອງອື່ນໆທີ່ຢູ່ຝັ່ງໃຕ້ແມ່ນ້ຳຫົງເຫີ,ພຽງແຕ່ຢູ່ໃນເມືອງຢວນຢາງເມືອງດຽວເທົ່ານັ້ນກໍ່ມີນາຂັ້ນໄດເຖິງ 1 ໝື່ນກວ່າເຮັກຕາ,ຢູ່ນີ້ແມ່ນເປັນເຂດໃຈກາງຂອງນາຂັ້ນໄດຂອງເຜົ່າຮານີເຂດຫົງເຫີ.

ໃນສີ່ລະດູຂອງທຸກປີ,ນາຂັ້ນໄດຢວນຢາງລ້ວນແຕ່ມີພາບວິວທິວທັດອັນສວຍງາມ.ແຕ່ລະປີ,ເຜົ່າຮານີຈະຕົກກ້າດຳນາໃນເດືອນມິຖຸນາ,ສະນັ້ນ,ໃນລະດູຮ້ອນ,ຢວນຢາງແມ່ນເຕັມໄປດ້ວຍສີຂຽວ;ຮອດເດືອນຕຸລາ,ຢູ່ຕາມພູຜາປ່າດົງແມ່ນເຕັມໄປດ້ວຍສີຄຳ;ເວລາທີ່ງາມທີ່ສຸດຈະແມ່ນໄລຍະຈາກລະດູໜາວເຂົ້າສູ່ລະດູບານໃໝ່,ເພາະວ່າຫຼັງຈາກລະບາຍນ້ຳເຂົ້າສູ່ນາຂັ້ນໄດແລ້ວຈະເຫັນ

ເຖິງເສັ້ນຂອບອັນຍືດຍາວຂອງນາຂັ້ນໄດກ່ອນຕາເວັນອອກ,ເສັ້ນຂອບທີ່ງາມຕາຂອງນາຂັ້ນໄດຈະໄດ້ປະກົດຕົວພາຍໃຕ້ແສງຕາເວັນ,ເມື່ອຫລຽວຊົມຢູ່ບ່ອນສູງລົງໄປແລ້ວ,ກໍ່ປຽບເໝືອນຮູບແຕ້ມດ້ວຍນ້ຳມຶກ;ເມື່ອດວງຕາເວັນຂຶ້ນສູງແລ້ວ,ແສງຕາເວັນສ່ອງເຂົ້າໃສ່ບ້ານຢູ່ຟາກຕາເວັນຕົກ,ສີສັນຢູ່ອ້ອມຂ້າງກໍ່ປ່ຽນແປງຕາມແສງຕາເວັນ,ເຊິ່ງປະກົດມີສີສັນຢ່າງຫຼາກຫຼາຍຜັດປ່ຽນກັນ,ຖືວ່າເປັນທິວທັດທີ່ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຊົມຫຼົງໄຫຼຢູ່ຫັ້ນ.

ຖ້າທ່ານຢາກໄປທ່ຽວນາຂັ້ນໄດຢວນຢາງ,ຕົ້ນຕໍມີແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວ 3 ແຫ່ງ,ຄື: ເຂດປ້າຕາ,ເຊິ່ງລວມທັງຈິ່ງໂຄວ,ຊວນຟູຈ່ອງ,ມາລີໄຈ້,ຈູລູ,ມີນາຂັ້ນໄດເກືອບ1ພັນເຮັກຕາ; ເຂດລາວຫູຈຸຍ,ລວມທັງເມືອງຜິນ,ຕົງພູ,ອາເມິງຄົງ,ປາວສ່ານໄຈ້ເປັນຕົ້ນ,ມີນາຂັ້ນໄດປະມານ 400 ເຮັກຕາ;ເຂດຕໍ່ອີຊູ້,ລວມທັງຕໍ່ອີຊູ້,ໄອ້ຊຸ່ນ,ຕ້າວາເຈີເປັນຕົ້ນ,ມີນາຂັ້ນໄດປະມານ 800 ເຮັກຕາ.ນາຂັ້ນໄດເຫຼົ່ານີ້,ເຊື່ອງຕົວໄວ້ຢູ່ໃນປ່າຕຶບດົງໜາ,ແລະ ທະເລເມກນອກ,ເຊິ່ງປະກອບເປັນທິວທັດອັດສະຈັນທີ່ເຫັນຍາກໃນໂລກ.ພູຜາປ່າໄມ້,ນ້ຳຫ້ວຍ,ບ້ານ,ແລະ ນາຂັ້ນໄດເປັນ 4 ຢ່າງທີ່ເຜົ່າຮານີໃຫ້ຄວາມສຳຄັນຫຼາຍທີ່ສຸດ.ໃນສາຍຕາຂອງເຜົ່າຮານີ,ນາຂັ້ນໄດເປັນບ່ອນເພິ່ງພາອາໄສ,ແມ່ນຂອງຂວັນທີ່ຟ້າແຖນມອບໃຫ້,ສະນັ້ນປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີໄດ້ຮັກສານາຂັ້ນໄດຢ່າງລະອຽດປານີດ,ແລະ ພະຍາຍາມສະແຫວງຫາຄວາມກົມກຽວກັບທຳມະຊາດ.

ນອກຈາກຊົມທິວທັດນາຂັ້ນໄດແລ້ວ,ຢູ່ຢວນຢາງ,ທ່ານຍັງຈະໄດ້ສຳຜັດກັບບັນຍາກາດຊົນເຜົ່າແບບເຂັ້ມຂຸ້ນ.ຢູ່ນີ້ມີເຜົ່າມົ້ງ,ເຜົ່າອີ,ເຜົ່າຢ້າວ,ແລະເຜົ່າຮານີ້,ແຕ່ລະຊົນເຜົ່າລ້ວນແຕ່ມີເອກະລັກຂອງຕົນ,ໂດຍສະເພາະຮອດວັນເປີດຕະຫຼາດນັດ,ຊົນເຜົ່າຕ່າງໆໄດ້ໃສ່ເສື້ອຜ້າທີ່ມີສີສັນອັນສົດໃສ,ເຊິ່ງເປັນຮູບພາບທີ່ໜ້າປະທັບໃຈຫຼາຍ.

# ຍິນດີຕ້ອນຮັບທ່ານມາລົງພິມໂປສະເຕີ

## 欢迎刊登广告

《占芭》杂志犹如占芭花那样艳丽芬芳，让幸福与快乐永远与你相伴

ວາລະສານ《ຈຳປາ》ສົດສວຍງາມຕາ ແລະ ຫອມຫວນດັ່ງດອກຈຳປາ,
ເຮັດໃຫ້ຄວາມສຸກ ແລະ
ຄວາມເບີກບານມ່ວນຊື່ນຢູ່ນຳກັນກັບທ່ານຕະຫຼອດ.

SAYO LAOS LOVE ໄຊໂຍລາວ ເລີຟ
Business Culture Destination & Health Magazine

老挝《胜利・爱》杂志董事长徐丽娜

ນາງ ອາດິນາ ມະຫາເວົງ
ປະທານວາລະສານ《ໄຊໂຍ . ເລີບ》ລາວ

联系方式: ວິທີຕິດຕໍ່:

Ban ChomCheang Sisattanak District
Vientiane LAO P.D.R P.O.BOX 1421
Tel | Fax: 856-21 312 287
LAO: 856-20 777 17 888 3065 111
THAL: +66 81 7520 988

champasayolaoslove@yahoo.com
champasayolaoslove@gmail.com
champasayolaoslove@hotmail.com

发行对象：老挝政界、经济界、科学文化教育旅游界、以及青年朋友

ເປົ້າໝາຍພິມຈຳໜ່າຍ: ວົງການການເມືອງ,ວົງການເສດຖະກິດ,ວົງການວິທະຍາສາດ ວັດທະນະທຳ ການສຶກສາ ແລະ ການທ່ອງທ່ຽວ,ແລະ ເພື່ອນມິດຊາວໜຸ່ມຂອງລາວ

图 /CFP

# ພູໂອ່ເມີຍ, ຈາກການເປັນບ່ອນຊົມທິວທັດຫັນມາເປັນບ່ອນພັກຜ່ອນຢ່ອນໃຈ

## 峨眉山　从赏景向度假转型

峨眉山位于中国四川，神秘的北纬 30 度线附近，山峰从温婉的谷地中突兀而起，3000 余种植物和 2300 余种动物，构成了这个灵性的世界。峨眉山以其“雄、秀、神、奇、灵”的自然景观和厚重的文化内涵，被联合国教科文组织列入《世界文化与自然遗产名录》，每年吸引着众多海内外游客。作为中国著名的风景区，峨眉山很早就意识到文化的强大吸引力。由佛教文化、茶文化和养生文化组成的峨眉山文化，正在助推峨眉山旅游从观光向度假转型。

ພູໂອ່ເມີຍຕັ້ງຢູ່ແຂວງເສສວນຂອງຈີນ,ຢູ່ໃກ້ກັບເສັ້ນຂະໜານທີ 30 ອົງສາເໜືອ,ເປັນຈອມພູທີ່ຕັ້ງສະຫງ່າຂຶ້ນໃນເຂດພູພຽງ,ຢູ່ເຂດນີ້ມີພືດ 3000 ກວ່າຊະນິດ,ແລະ ສັດ 2300 ກວ່າຊະນິດ,ຊຶ່ງເປັນເຂດໜຶ່ງທີ່ມີຊີວິດຊີວາ ແລະ ຄວາມອັດສະຈັນ.ພູໂອ່ເມີຍມີທິວທັດທຳມະຊາດທີ່ມີລັກສະນະ“ສະຫງ່າ,ງົດງາມ,ອັດສະຈັນ,ແປກປະຫຼາດ,ແລະ ສັກສິດ”, ທັງມີຄວາມໝາຍດ້ານວັດທະນະທຳອັນເລິກເຊິ່ງ,ອົງການຢູເນັສໂກຂອງສະຫະປະຊາຊາດໄດ້ຈັດພູໂອ່ເມີຍເຂົ້າໃນ“ບັນຊີລາຍຊື່ມໍລະດົກວັດທະນະທຳ ແລະ ທຳມະຊາດໂລກ”,ແຕ່ລະປີໄດ້ດຶງດູດນັກທ່ອງທ່ຽວທັງພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ.ເນື່ອງຈາກເປັນແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວທີ່ມີຊື່ສຽງຂອງຈີນ,ຄະນະຄຸ້ມຄອງແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວຈຶ່ງໄດ້ຫລິງເຫັນເຖິງສະເໜ່ດ້ານວັດທະນະທຳຂອງພູໂອ່ເມີຍຊຶ່ງປະກອບດ້ວຍວັດທະນະທຳທາງພຸດທະສາສະໜາ,ວັດທະນະທຳຊາ ແລະ ວັດທະນະທຳການຮັກສາສຸຂະພາບຈີນກາຍເປັນວັດທະນະທຳພູໂອ່ເມີຍ,ຊຶ່ງກຳລັງຊຸກຍູ້ໃຫ້ແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວດັ່ງກ່າວຫັນຈາກການບໍລິການຊົມວິວທິວທັດມາເປັນການບໍລິການພັກຜ່ອນຢ່ອນໃຈ.

ພູໂອ່ເມີຍແມ່ນໜຶ່ງໃນ 4 ພູທີ່ມີຊື່ສຽງດ້ານພຸດທະສາສະໜາຂອງຈີນ,ໄດ້ຖືກຂະໜານນາມວ່າ“ແດນສະຫວັນພຸດທະສາສະໜາ”,ທັງເປັນສະຖານທີ່ຈັດພິທີທາງສາສະໜາຂອງພະສະມັນຕະພັດໂພທິສັດ(ຜູຊຽນ).ການທີ່ພູໂອ່ເມີຍສາມາດກາຍເປັນແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວທີ່ມີຊື່ສຽງນັ້ນ,ແມ່ນຍ້ອນມີສ່ວນພົວພັນຢ່າງແໜ້ນແຟ້ນກັບວັດທະ

ນະທໍາທາງພຸດທະສາສາະໜາ.

ເມື່ອມາຮອດພູໂອ່ເມີຍ,ທໍາອິດຈະສໍາຜັດເຖິງກິ່ນອາຍທີ່ເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງພຸດທະສາສະໜາ,ຢູ່ເທິງຈອມພູຄໍາ (ຈິນຕິງ)ຂອງພູໂອ່ເມີຍ ເປັນບ່ອນປະດິດສະຖານພະພຸດທະຮູບຄໍາຂອງພະສະມັນຕະພັດໂພທິສັດທີ່ສູງເຖິງ 48 ແມັດໃນທ່າທາງສະຫງົບ ແລະ ເຕັມໄປດ້ວຍຄວາມເມດຕາກະລຸນາ,ພາຍໃຕ້ບັນຍາກາດທີ່ມີເມກໝອກລອຍອ້ອມຮອບໃນເວລາແສງຕາເວັນສ່ອງໃສ່ພະພຸດທະຮູບ,ຈະມີແສງສີຄໍາສະທ້ອນຈາກພະພຸດທະຮູບ,ເຊິ່ງເປັນພາບທີ່ໜ້າອັດສະຈັນ ແລະ ປະທັບໃຈຕໍ່ສາສະນິກະຊົນທີ່ສຸດ.

ແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວພູໂອ່ເມີຍ-ມະຫາພະພຸດທະຮູບເລີ້ສ່ານໄດ້ພັດທະນາຕາມເປົ້າໝາຍເພື່ອສ້າງເປັນແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວທີ່ດີເລີດຂອງໂລກ,ເລີ່ມແຕ່ປີ1980,ກໍ່ໄດ້ນໍາໜ້າຮຽບຮຽງແຜນລວມພັດທະນາແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວສະບັບທໍາອິດຂອງຈີນ.ໃນ10 ກວ່າປີກ່ອນ,ກໍ່ໄດ້ລົງມືຫັນປ່ຽນຈາກການບໍລິການຊົມທິວທັດມາເປັນການບໍລິການພັກຜ່ອນຢ່ອນໃຈ.

ປະຈຸບັນຢູ່ພູໂອ່ເມີຍມີວັດວາອາຮາມ 27 ຫຼັງ,ມີພະສົງ 300 ກວ່າອົງ.ການປະຕິສັງຂອນພະພຸດທະຮູບຄໍາຂອງພະສະມັນຕະພັດໂພທິສັດທີ່ປະດິດສະຖານຢູ່ເຂດທີ່ມີຄວາມສູງກວ່າໜ້ານໍ້າທະເລທີ່ສູງທີ່ສຸດໃນໂລກ ແລະ ບັນດາວັດວາອາຮາມຢູ່ອ້ອມຂ້າງນັ້ນ ແມ່ນອີງຕາມຄວາມຮຽກຮ້ອງໃຫ້ຮັກສາຮູບແບບດັ້ງເດີມໄວ້.ຊ່ຽວຊານມໍລະດົກວັດທະນະທໍາໂລກຕີລາຄາວ່າ: ນີ້ແມ່ນໂຕແບບສໍາລັບການເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັນລະຫວ່າງການອະນຸລັກມໍລະດົກໂລກກັບການພັດທະນາການທ່ອງທ່ຽວ.

ພາຍຫຼັງພະພຸດທະຮູບຄໍາເບີກເນດແລ້ວ,ຢູ່ພູໂອ່ເມີຍໄດ້ຈັດພິທີກໍາທາງພຸດທະສາສະໜາຫຼາຍກວ່າເກົ່າເຊັ່ນ: ຮັບຟັງຄໍາພີໃນວັດຕ້າໂຟ,ເຂົ້າປະຕູພຸດທະສາສະໜາຢູ່ວັດປ້າວກົວ,ທໍາບຸນຢູ່ວັດຟູຫູ,ຊົມສວນພຸດທະສາສະໜາຢູ່ສາລາຊິ່ງຍິ່ນ,ໄຫວ້ພະເຈົ້າຢູ່ວັດວ້ານນຽນຫຼືວັດໝື່ນປີ,ຊົມແສງພະຢູ່ຈອມພູຄໍາ,ໄຫວ້ພະສະມັນຕະພັດໂພທິສັດດ້ວຍໄຟທຽນໝື່ນດວງ ແລະ ພິທີບູຊາຕ່າງໆຊຶ່ງຈະຈັດຂຶ້ນເລື້ອຍໆຢ່າງເປັນປະຈໍາ,ເຮັດໃຫ້ນັກທ່ອງທ່ຽວສໍາຜັດກັບວັດທະນະທໍາທາງພຸດທະສາສະໜາໄດ້ຫຼາຍກວ່າເກົ່າ.

ວູຊູ ແລະ ຊາ,ແມ່ນຖືເປັນຕົວແທນວັດທະນະທໍາທີ່ເປັນມູນເຊື້ອຂອງຈີນ,ຢູ່ທີ່ນີ້ມີໂຮງວູຊູສາກົນທີ່ຢູ່ໃນສວນລີງຊິ້ວໃນເຂດທ່ອງທ່ຽວວັດປ້າວກົວ,ທັງໃກ້ກັບພູ ແລະ ແມ່ນໍ້າ,ມີຕົ້ນໄມ້ຂຽວອຸ່ມທຸ່ມ.ປະຈຸບັນ,ແຫ່ງນີ້ເປັນຖານຮັກສາສຸຂະພາບ ແລະ ພັກຜ່ອນຢ່ອນໃຈທີ່ມີຂະໜາດໃຫຍ່ທີ່ສຸດ ແລະ ມີລະດັບສູງສຸດຢູ່ໃນແຫຼ່ງທ່ອງທ່ຽວພູເອີເມີຍຊຶ່ງມີສະພາບແວດລ້ອມທີ່ເປັນເອກະລັກໃນການຝຶກແອບມວຍກັງຝູ.

ວູຊູຈີນມີມາດົນນານແລ້ວ,ວູຊູຂອງໂອ່ເມີຍມີລັກສະນະອ່ອນໂຍນ ແລະ ແຂງແກ່ນເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັນ, ເປັນໜຶ່ງໃນສາມພັກຝ່າຍໃຫຍ່ໃນຮູບແບບວູຊູຂອງຈີນຄື: ອູເມີຍ,ຊ້າວລີນ ແລະ ວູຕັ່ງ.ໂຮງຮັກສາສຸຂະພາບດ້ວຍວູຊູໄດ້ຖືວູຊູໂອ່ເມີຍເປັນຈຸດພິເສດ,ສົມທົບກັບການແພດສະໄໝໃໝ່,ສະໜອງການບໍລິການດ້ານການຮັກສາສຸຂະພາບ ແລະ ເຝິກຫັດວູຊູໃຫ້ນັກທ່ອງທ່ຽວ ແລະ ຜູ້ມັກວູຊູທັງພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດ.ນັກທ່ອງທ່ຽວສາມາດຮຽນວູຊູນໍາຜູ້ອໍານວຍການໃຫຍ່ພັກຝ່າຍໂອ່ເມີຍ, ໂດຍຜ່ານຈາກການອອກກໍາລັງກາຍ ແລະ ເວລາພັກຜ່ອນເປັນລະບົບ,ສາມາດຮັກສາສຸຂະພາບເປັນຢ່າງດີ.

ວູຊູຂອງໂອ່ເມີຍກໍ່ໄດ້ຮັບການສົ່ງເສີມໂດຍຜ່ານຈາກການພັດທະນາການທ່ອງທ່ຽວ.ນັບແຕ່ປີ 2007, ຢູ່ພູໂອ່ເມີຍໄດ້ຈັດ“ງານວູຊູໂອ່ເມີຍສາກົນ”ຫຼາຍຄັ້ງລຽນຕິດ,ທີມງານຈາກ 50 ທີມໃນເບື້ອງຕົ້ນໃນປະຈຸບັນໄດ້ເພີ່ມຂຶ້ນເປັນ 107 ທີມ,ການທ່ອງທ່ຽວເຮັດໃຫ້ວູຊູໂອ່ເມີຍກ້າວສູ່ເວທີສາກົນ.

ສູນການຄ້າສາກົນຊັ່ງຈຽງແຫ່ງປະເທດລາວຕັ້ງຢູ່ລະຫວ່າງຖະໜົນສຸພານຸວົງ ແລະຖະໜົນເຕສອງຂອງນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ ຊຶ່ງຫ່າງຈາກສະໜາມບິນສາກົນວັດໄຕສາມກິໂລແມັດ ປະກອບມີການບໍລິການດ້ານການຄ້າຂາຍ ແລະການທ່ອງທ່ຽວທີ່ຄົບວົງຈອນ ຄື ໂຮງແຮມລະດັບສີ່ດາວ ສູນການຄ້າຂະໜາດໃຫຍ່ ອາພາດເມັ້ນແລະສາງເຄື່ອງເປັນຕົ້ນ ເປັນສະຖານທີ່ໜ້າຊື້ເຄື່ອງ ແລະທ່ອງຊົມ.

老挝三江国际商贸城位于老挝万象 13 号公路与 T2 路之间的黄金地段，距机场三公里，内设有四星级酒店、大型综合商场、公寓、仓库等配套完善的商业与旅游设施，是理想的商务、购物与旅游场所。

ໂຮງແຮມ ຊັ່ງຈຽງ ແກຣນ ຕັ້ງຢູ່ໃນສູນການຄ້າສາກົນຊັ່ງຈຽງ ຊຶ່ງເປັນໂຮງແຮມລະດັບສີ່ດາວ ປະກອບມີຫ້ອງນອນ 163ຫ້ອງ ຮ້ານອາຫານ ຄາລາໂອເກະ ຫ້ອງອອກກຳລັງກາຍ ສະລອຍນ້ຳ ແລະອື່ນໆ ເປັນໂຮງແຮມອັນດັບແຖວໜ້າ ຂອງ ສ.ປ.ປ. ລາວ ປະຈຸບັນ.

老挝三江大酒店是一所商务、休闲四星级酒店，客房 163 间，内设有饭店、KTV、健身房、游泳池等配套设施，是老挝目前规模最大、配套最完善的酒店之一。

ໂຮງແຮມ ຊັ່ງຈຽງ ແກຣນ　老挝三江大酒店

ອາພາດເມັ້ນຊັ່ງຈຽງ　三江公寓楼

ເບີໂທຕິດຕໍ່ 联系电话:

ສູນການຄ້າສາກົນຊັ່ງຈຽງ 老挝三江国际商贸城:

00856-21-520367　00856-21-520999

ໂຮງແຮມ ຊັ່ງຈຽງ ແກຣນ　老挝三江大酒店:

00856-21-520888

ອາພາດເມັ້ນຊັ່ງຈຽງ 三江公寓楼:

00856-21-520367　00856-21-520999

ທີ່ຢູ່: ຕະຫຼາດຊັ່ງຈຽງ ຖະໜົນເຕ 2 ບ້ານວັດໄຕນ້ອຍທົ່ງ ເມືອງສີໂຄດຕະບອງ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ ສ.ປ.ປ.ລາວ

地址: 老挝万象市 T2 路三江国际商贸城

## ບາງອາການຕອບຮັບດັ່ງລຸ່ມນີ້:

ຜູ້ທີ່ມີບັນຫາກ່ຽວກັບຄວາມດັນ ຮູ້ສຶກໜັກຫົວ ຄວາມດັນສູງຂຶ້ນເລັກນ້ອຍ ຫຼື ອາດປວດຮາກ

ຜູ້ເປັນຄວາມດັນຕ່ຳ ອາດຈະເກີດເປັນມືກ ຫຼື ຈຸດຕຸ່ມດຳໆ ຫຼື ຕຸ່ມສີເລືອດຕາມຜິວໜັງ

ຄົນເປັນໂລກກະເພາະ ຮູ້ສຶກຮ້ອນທ້ອງ ຮ້ອນໜ້າເອິກ ແໜ້ນທ້ອງ ມັກເອື້ອມ ບໍ່ມັກກິນອາຫານ ບາງຄົນກໍອາດເຈັບກະເພາະຂຶ້ນຕື່ມເລັກນ້ອຍ

ເປັນບາດແຜໃນກະເພາະອາຫານ ລຳໄສ້ ຈະມີການສຸທ້ອງປະມານ 2 ຫາ 3 ວັນ

ຜູ້ເປັນໂລກຫົວໃຈ ຮູ້ສຶກເມື່ອຍ ຫາຍໃຈບໍ່ອີ່ມ ຈິດໃຈຫງຸດຫງິດ

ຄົນເຈັບໝາກໄຂ່ຫຼັງ ຈະຮູ້ສຶກຮ້ອນຫຼັງ ປວດຍ່ຽວຫຼາຍ ຍ່ຽວປຸ່ນສີ

ຄົນເປັນໂລກຕັບ ຮູ້ສຶກເມື່ອຍ ຫາຍໃຈຫອບ ປວດຫົວ ຫິວນ້ຳ ແລະປວດຮາກ

ຜູ້ເປັນເບົາຫວານ ຈະເກີດອາການບວມ ຄັນ ແລະເບົາຫວານຈະເພີ່ມຂຶ້ນ

ຜູ້ເປັນລິດສີດວງທະວານ ອາຈົມຈະປຸ່ນສີ ມີເລືອດປະປົນອອກມາ

ຜູ້ເປັນປະດົງ ຈະຮູ້ສຶກປວດຕາມຂໍ້ກະດູກ ຕ່າງໆ

ຜູ້ເປັນໂລກຜິວໜັງ ແລະສິວ ຈະເກີດພິດພື້ນຂຶ້ນ ຕາມໂຕ ແລ້ວຈະຄ່ອຍຍຸບຫາຍໄປ

ຜູ້ເຈັບຫົວເບື້ອງດຽວ ເຈັບຫົວເພີ່ມຂຶ້ນ 2 ຫາ 3 ວັນ

ຄົນເປັນໂລກປະສາດ ຈະນອນບໍ່ຫຼັບ ໃນໄລຍະທຳອິດ ຫຼັງຈາກນັ້ນຈະນອນຫຼັບດີ ແລະກິນເຂົ້າແຊບ

ຄົນເປັນໂລກປອດ ເວລາໄອຈະມີຂີ້ກະເທີ່ຊູວອອກມາ ຂີ້ມູກຈະໄຫຼເພີ່ມຂຶ້ນ

ຜູ້ເປັນອຳມະພຶກ ອຳມະພາດ ຈະຮູ້ສຶກຮ້ອນໃນບໍລິເວນ ກະບ່ອມກາງຫົວ ຖືຫິງໄຂ້ ແລະ ປວດຕາມຕີນໂຕ

ຄົນຕຸ້ຍ ຈະຮູ້ສຶກບໍ່ຢາກກິນອາຫານ ຢາກນອນ ແລະແໜ້ນເອິກ ຕໍ່ມາຈະຮູ້ສຶກຢາກອາຫານ ແຕ່ບໍ່ຕຸ້ຍຄືເກົ່າ ຍ້ອນໄຂມັນລະລາຍອອກທາງນ້ຳເຫື່ອ ແລະ ລະບົບຂັບຖ່າຍ

ຜູ້ເປັນຫາດລົມ ດື່ມປະມານ 10 ຫາ 15 ວັນ ຈະຄ່ອຍໆມີຄວາມຮູ້ສຶກອາລົມທາງເພດຫຼາຍຂຶ້ນ

# ນ້ຳໝາກຍໍ ທິບສະຫວ່າງ
# Thipsavang Noni Juice

**ປອດສານພິດ**

**ສະຖານທີ່ ຕິດຕໍ່ພົວພັນ**

ບ້ານ ໂພນສະຫວ່າງ ຖະໜົນໂພນຕ້ອງ-ດົງໂດກ
ເມືອງຈັນທະບູລີ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ
ໂທລະສັບ: (+856 21) 710 840 ມືຖື (+856 20 5015 941　0086-13608807967
E-mail: thipsavang noni@hotmail.com

## ເຮົາປຸງແຕ່ງ ແລະຈຳໜ່າຍ

ຜະລິດຕະພັນ ຈາກທຳມະຊາດ ບໍ່ໃສ່ສານເຄມີໃດໆ

ໄດ້ຮັບການຢັ້ງຢືນຄຸນນະພາບຈາກສູນວິໄຈອາຫານ ແລະ ຢາ ເລກທີ 07 09 1001 / 07.

ໄດ້ຮັບອານຸຍາດປຸງແຕ່ງ ຈາກກົມອາຫານແລະຢາ ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ ເລກທີ 10 HL 0006/07.

ໄດ້ຮັບອານຸຍາດສ້າງຕັ້ງ ຜະລິດ ແລະຈຳໜ່າຍຈາກກະຊວງອຸດສາຫະກຳການຄ້າ ເລກທີ 001/07.

ຄຳແນະນຳການດື່ມນ້ຳໝາກຍໍ ບັນດາສານຕ່າງໆ ທີ່ໄດ້ຜ່ານການວິໄຈຈາກບັນດາ ສະຖາບັນການແພດ ຫຼື ສູນວິໄຈອາຫານ ແລະຢາ ຈາກຫຼາຍປະເທດກໍ່ເຫັນວ່າ ໝາກຍໍບໍ່ມີສານຕົກຄ້າງ ຫຼື ຜົນຮ້າຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງມະນຸດ ທ້ອງປຸງແຕ່ງນ້ຳໝາກຍໍທິບສະຫວ່າງ ຜະລິດນ້ຳໝາກຍໍປອດສານພິດ ຮັກສາຄຸນຄ່າ ແລະສັບພະຄຸນຂອງໝາກຍໍໃຫ້ເໝາະສົມສຸຂະພາບ

ດື່ມເບື້ອງຕົ້ນ ມື້ໜຶ່ງປະມານ 300 ຫາ 400 ຊີຊີ ຫຼື ໜຶ່ງຕຸກນ້ອຍ ເມື່ອສຸຂະພາບດີ ແລະສົມບູນຂຶ້ນ ກໍ່ດື່ມຕາມໃຈມັກ ຄືນ້ຳໝາກໄມ້ທົ່ວໄປ

**ວິທີເກັບຮັກສາ: ໄວ້ບ່ອນອາກາດເຢັນ ຫຼື ຕູ້ເຢັນ ເປີດຝາແລ້ວຕ້ອງປິດໃຫ້ແໜ້ນ**

ຝາສີຟ້າ: ລົດທຳມະຊາດ ດື່ມຫລັງອາຫານ

ຝາສີຂາວ: ລົດຫວານ ດື່ມຍາມໃດກໍ່ໄດ້ ຄອນດື່ມມື້ລະ 1 ຕຸກນ້ອຍ

ຫ້ພັກໂຮງໝໍ 150 ຕຽງ

ຖະໜົນ ໂພນສະຫວ່າງ - ດົງໂດກ

ນ້ຳໝາກຍໍທິບສະຫວ່າງ

ຂໍ້ຫ້າມ: ຜູ້ຍິງຖືພາຫ້າມດື່ມ

# ສິລະປະຫັດຖະກຳຈີນສ້າງຊື່ສຽງຢູ່ຕ່າງປະເທດ

## 中国手工艺海外传佳话

栩栩如生的剪纸、巧夺天工的刺绣、自由翱翔的风筝、精美绝伦的掐丝……随着近年来中国文化走出去脚步的不断加快，中国传统手工艺在海外赢得了大批"粉丝"。

ຮູບເຈ້ຍຕັດທີ່ມີຊີວິດຊີວາ,ເຄື່ອງຖັກແສ່ວດ້ວຍສີມືອັດສະຈັນ,ວ່າວທີ່ບິນສະບາຍໃນທ້ອງຟ້າ,ປະກອບຮູບດ້ວຍເສັ້ນໂລຫະຢ່າງປະນີດ,ແລະ ສິລະປະຫັດຖະກຳອີກຫຼາຍຢ່າງ.ໃນຊຸມປີມໍ່ໆມານີ້,ຄຽງຄູ່ກັບວັດທະນະທຳຈີນເຜີຍແຜ່ໄປສູ່ຕ່າງປະເທດໄວຂຶ້ນ,ສິລະປະຫັດຖະກຳຈີນໄດ້ຮັບຄວາມສົນໃຈຫຼາຍຢູ່ຕ່າງປະເທດ.

ມີຜູ້ສົນໃຈຢູ່ໃນອົງການລັດຖະບານກໍ່ຄືປະຊາຊົນສິລະປະເຄື່ອງເຄືອບສີ ມີອີກຊື່ໜຶ່ງວ່າ"ຮູບແຕ້ມສີນ້ຳມັນຂອງຈີນ",ມີລັກສະນະທີ່ຄ້າຍຄືກັນກັບຮູບແຕ້ມສີນ້ຳມັນຂອງປະເທດຕາເວັນຕົກ,ສະນັ້ນຈຶ່ງໄດ້ຄວາມນິຍົມຫຼາຍຈາກເພື່ອນມິດຕ່າງປະເທດ. ວັນທີ 1 ພຶດສະພາ 2013,ງານວາງສະແດງເຄື່ອງຫັດຖະກຳສາກົນບຸນກາລີໄດ້ຈັດຂຶ້ນຢູ່ສູນວາງສະແດງໂອເລຊັກນະຄອນໂຫຼຢາງ.ງານວາງສະແດງເຄື່ອງຫັດຖະກຳສາກົນບຸນກາລີມີປະຫວັດ 40 ກວ່າປີແລ້ວ,ເປັນການເຄື່ອນໄຫວວາງສະແດງສິລະປະຫັດຖະກຳສາກົນທີ່ມີຊື່ສຽງຢູ່ເອີລົບ.ຊ່າງຫັດຖະກຳຂອງຫຼາຍປະເທດ,ເຊັ່ນ,ຝຣັ່ງ,ໂປໂລຍ,ຍີ່ປຸ່ນເປັນຕົ້ນພ້ອມດ້ວຍເຄື່ອງຫັດຖະກຳ 600 ກວ່າຢ່າງໄດ້ປະກົດຕົວຢູ່ໃນງານດັ່ງກ່າວ.ສະຖານທູດຈີນປະຈຳບຸນກາລີໄດ້ເລືອກເອົາເຄື່ອງເຄືອບສີໄປເຂົ້າຮ່ວມງານວາງສະແດງ.

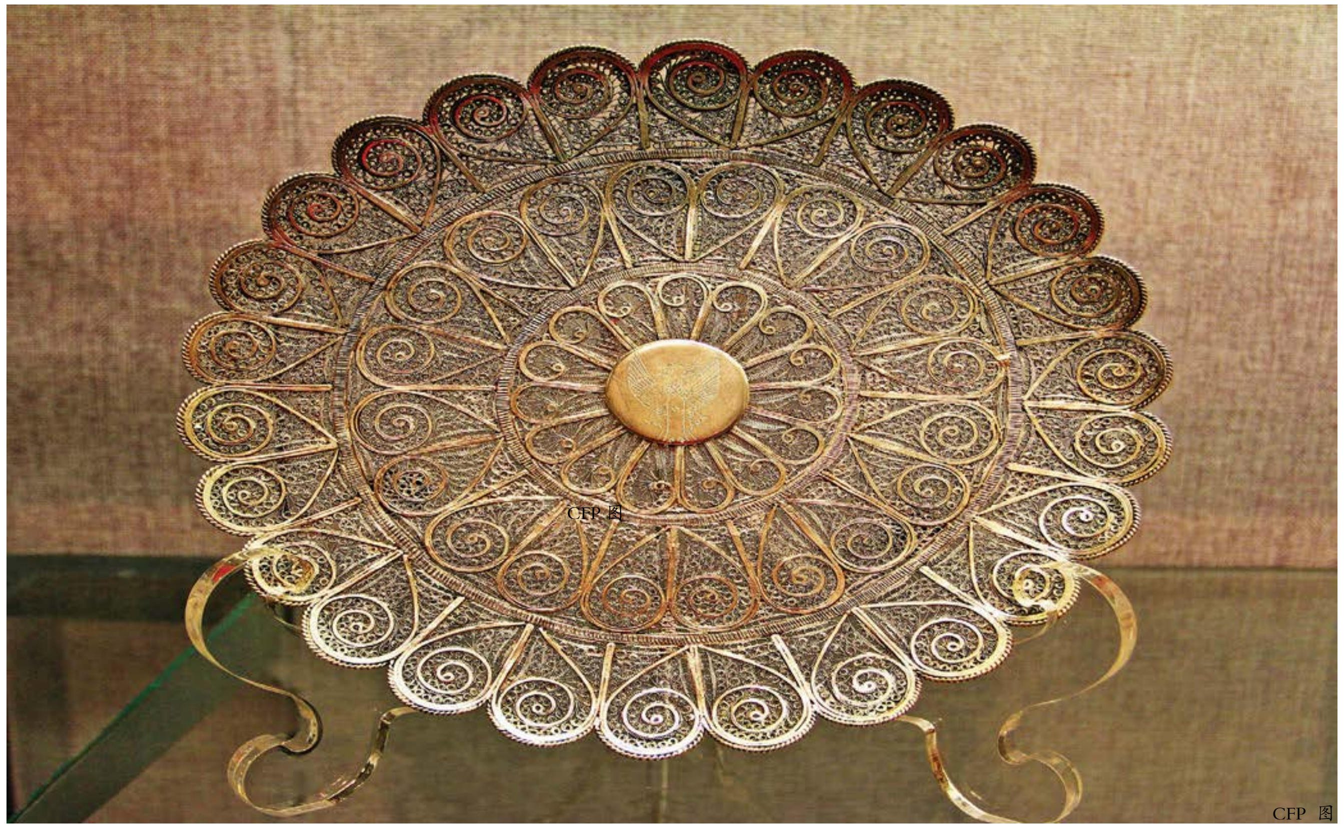
CFP 图

ເມື່ອທຽບກັບສິລະປະເຄື່ອງເຄືອບສີ,ເຄື່ອງຖັກແສ່ວຂອງຈີນມີຊື່ສຽງດັງກວ່າຢູ່ຕ່າງປະເທດ,ເຊິ່ງບໍ່ພຽງແຕ່ໄດ້ຮັບຄວາມນິຍົມຂອງປະຊາຊົນ,ຈົນເຖິງບຸກຄົນສຳຄັນທາງການເມືອງກໍ່ມັກຫຼາຍ.ປີ 2011,ງານວາງສະແດງສິລະປະຫັດຖະກຳທີ່ເປັນມໍລະດົກວັດທະນະທຳທີ່ບໍ່ແມ່ນດ້ານວັດຖຸພາຍໃຕ້ຫົວຂໍ້"ສັບປະດາວັດທະນະທຳຈ່ຽງຊູ່"ຂອງກິດຈະກຳປີວັດທະນະທຳຈີນອີຕາລີທີ່ຈັດຂຶ້ນຢູ່ນະຄອນອູບີໂນ,ເຄື່ອງຖັກແສ່ວຊູໂຈ່ວທີ່ຢູ່ອັນດັບໜຶ່ງໃນເຄື່ອງຖັກແສ່ວຊື່ດັງ 4 ຊະນິດທີ່ມີຮູບແບບສິລະປະທີ່ງາມປານີດ,ແລະ ສີມືອັດສະຈັນ,ເຮັດໃຫ້ປະຊາຊົນແຫ່ງນັ້ນຮູ້ສຶກປະທັບໃຈຫຼາຍ.ປີ 2012,ເນື່ອງໃນໂອກາດພະລາຊິນີເອລີຊາເບດ 2 ຂອງອັງກິດຂຶ້ນຄອງອຳນາດຄົບຮອບ 60 ປີ,ວັງບັກຄິງຮາມພາເຣດໄດ້ເກັບມ້ຽນແຜ່ນຖັກແສ່ວທີ່ເປັນຮູບພະລາຊິນີອັງກິດທີ່ຜະລິດໂດຍນາງປາວຈ້ຽນຜິງ,ນັກສິລະປະຖັກແສ່ວຊູໂຈ່ວທີ່ມີຊື່ສຽງຂອງຈີນນັ້ນຢ່າງເປັນທາງການ.ພະເຈົ້າຊາຍອັນດູກ່າວວ່າ,ພະລາຊິນີມັກແຜ່ນຖັກແສ່ວນີ້ຫຼາຍ."ແຜ່ນຖັກແສ່ວນີ້ໄດ້ພັນລະນາອາລົມເທິງໃບໜ້າຂອງພະລາຊິນີຢ່າງປານີດ,ຈົນເຖິງມີຄວາມເຂົ້າໃຈຫຼາຍກວ່າຜູ້ເປັນລູກຊາຍນີ້ເອງ."ນອກນີ້,ເຄື່ອງຖັກແສ່ວຍັງເປັນ

CFP 图

ຂອງຂວັນອັນລ້ຳຄ່າທີ່ມອບໃຫ້ຜູ້ນຳຕ່າງປະເທດຫຼາຍໆທ່ານ.

ນອກຈາກສິລະປະເຄື່ອງເຄືອບສີ ແລະ ເຄື່ອງຖັກແສ່ວ,ຮູບເຈ້ຍຕັດກໍ່ໄດ້ຮັບຄວາມນິຍົມຫຼາຍ.ປີ 2013,ໃນກິດຈະກຳຄັ້ງທຳອິດທີ່ຈັດຂຶ້ນຢູ່ສູນວັດທະນະທຳຈີນປາຣີ,ຮູບເຈ້ຍຕັດເມືອງເວີຍຂອງຈີນພໍເລີ່ມວາງສະແດງກໍ່ໄດ້



CFP 图

ຮັບຄວາມນິຍົມຈາກຜູ້ຊົມຝຣັ່ງ.

ການອົບຮົມສີມືຫັດຖະກຳດຶງດູດເພື່ອນມິດຕ່າງປະເທດຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ

ສູນວັດທະນະທຳເປັນທີ່ໝັ້ນເຜີຍແຜ່ວັດທະນະທຳຂອງຈີນຢູ່ຕ່າງປະເທດ, ໄດ້ຈັດຊຸດອົບຮົມສີມືຫັດຖະກຳຫຼາຍຊະນິດຕ່າງໆໃຫ້ປະຊາຊົນປະເທດນັ້ນ.ພາຍໃຕ້ການສິດສອນຢ່າງຕັ້ງໃຈຂອງຄູ,ບໍ່ວ່າຜູ້ທີ່ເຄີຍຮຽນມາຫຼືບໍ່, ລ້ວນແຕ່ຈະໄດ້ຜົນລະດັບໃດໜຶ່ງໃນເວລາຮຽນຈົບ.ທັດສະນະທີ່ວ່າ“ສິດສອນແບບໃກ້ຊິດກັບຜູ້ຮຽນ”ຍິ່ງໄດ້ຮັບຄວາມຍິນດີຈາກຜູ້ມັກວັດທະນະທຳຈີນ,ເຮັດໃຫ້ສີມືຫັດຖະກຳຈີນທີ່ເບິ່ງແລ້ວຮູ້ສຶກສັບສົນແດ່ກາຍເປັນວ່າໄດ້ຢູ່ໃກ້ຊິດກັບປະຊາຊົນຕ່າງປະເທດອີກ.

ປີ 2009,ສິລະປະຮູບເຈ້ຍຕັດຂອງຈີນໄດ້ຖືກອົງການຢູເນັສໂກຈັດເຂົ້າໃນ“ບັນຊີລາຍຊື່ຕົວແທນມໍລະດົກວັດທະນະທຳທີ່ບໍ່ແມ່ນດ້ານວັດຖຸຂອງມວນມະນຸດ”. ແຕ່ປີ 2010 ຮອດປີ 2012,ສູນວັດທະນະທຳຈີນຂອງປະເທດໂມຣິດໄດ້ຈັດຊຸດອົບຮົມຕັດເຈ້ຍ 3 ປີລຽນຕິດ.ຄຽງຄູ່ກັບນິຊື່ສຽງດັງຂຶ້ນກໍ່ມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຊຸດອົບຮົມຫຼາຍຂຶ້ນ. ສູນວັດທະນະທຳຈີນໄດ້ຕັ້ງໜ້າເພີ່ມເນື້ອໃນການສອນ, ເຮັດໃຫ້ປະຊາຊົນໂມຣິດຮັບຮູ້ສິລະປະເຈ້ຍຕັດຈີນຫຼາຍຂຶ້ນ,ທັງສົ່ງເສີມໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຮັດເປັນແລ້ວຜະລິດຮູບເຈ້ຍຕັດທີ່ມີເອກະລັກພິເສດຂອງທ້ອງຖິ່ນນັ້ນເອງ.

ວ່າວຈີນເລີ່ມມີມາແຕ່ສະໄໝຊຸ່ນຊິ່ວ,ຫ່າງຈາກປະຈຸບັນນີ້ມີປະຫວັດສາດ 2000 ກວ່າປີແລ້ວ.ຫໍພິພິທະພັນຫຼາຍປະເທດໄດ້ວາງສະແດງວ່າວຂອງປະເທດຈີນ,ຍິ່ງມີຫໍພິພິທະພັນບາງແຫ່ງເອີ້ນມັນເປັນ“ສິ່ງປະດິດສຳຄັນອັນດັບທີ5ຂອງປະເທດຈີນ”.ສະນັ້ນ,ການຜະລິດວ່າວແນວໃດກາຍເປັນຫົວຂໍ້ທີ່ເພື່ອນມິດຕ່າງປະເທດຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍສົນໃຈ.ເດືອນກັນຍາ 2012,ສູນວັດທະນະທຳຈີນຢູ່ນະຄອນຫຼວງລີແກຂອງເອຢິບໄດ້ຈັດຊຸດອົບຮົມຜະລິດວ່າວຊຸດທຳອິດ. ໂດຍອີງຕາມສະພາບທຳມະຊາດຂອງເອຢິບ, ໃຊ້ກິ່ງໄມ້ໝາກທັນແທນໄມ້ໄຜ່ເພື່ອຜະລິດເປັນຫາງວ່າວ.ການຫັນປ່ຽນວັດຖຸດິບເຮັດໃຫ້ຜູ້ຮຽນຮູ້ສຶກມີຄວາມພິລຶກຫຼາຍ,ທັງໄດ້ກະຕຸ້ນຄວາມຫ້າວຫັນ ແລະແນວຄິດປະດິດສ້າງ.ຫຼັງຈາກຊຸດອົບຮົມ,ຄູສອນ ແລະຜູ້ຮຽນທັງຫຼາຍພາກັນໄປສວນສາທາລະນະໄອສຣາ, ປ່ອຍວ່າວດ້ວຍຕົນເອງ.

楚然图

ຊຸກຍູ້ການພັດທະນາຫັດຖະກຳຂອງທ້ອງຖິ່ນ

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນແມ່ນ,ຄຽງຄູ່ການເຜີຍແຜ່ສິລະປະຫັດຖະກຳຈີນຢູ່ຕ່າງປະເທດ,ຍັງໄດ້ຊຸກຍູ້ການພັດທະນາຂະແໜງການຫັດຖະກຳຢູ່ແຫ່ງນັ້ນ.ໃນຊຸມປີມໍ່ໆມານີ້,ຊ່ຽວຊານສິລະປະປະກອບຮູບດ້ວຍເສັ້ນໂລຫະຂອງແຂວງຊີ່ງໄຫຈີນເຄີຍເດີນທາງໄປສູນວັດທະນະທຳຈີນທີ່ຢູ່ປະເທດເບນິນຫຼາຍເທື່ອ,ຈັດຊຸດອົບຮົມໄລຍະສັ້ນໃຫ້ແກ່ຊ່າງຫັດຖະກຳແລະນັກສິລະປິນປະດິດຮູບຂອງເບນິນ.ຄົນເບນິນໄດ້ເກີດມີຄວາມສົນໃຈຫຼາຍຕໍ່ສິລະປະປະກອບຮູບດ້ວຍເສັ້ນໂລຫະຂອງຈີນ.ທ່ານກາວມົງ,ນັກສິນລະປິນປະດິດຮູບກ່າວວ່າ,ເຂົາເຈົ້າຈະສ້າງສະໂມສອນສິລະປະຫັດຖະກຳຈີນ,ແລະ ໂຮງງານແລກປ່ຽນ,ເຮັດໃຫ້ສິລະປະດັ່ງກ່າວໄດ້ຮັບການສືບທອດ ແລະ ພັດທະນາຕໍ່ໆໄປ, ເຮັດໃຫ້ສິລະປະປະກອບຮູບດ້ວຍເສັ້ນໂລຫະດັ່ງກ່າວມີພື້ນຖານແລະພັດທະນາຕໍ່ໄປຢູ່ເບນິນ.

文／楚然 图／CFP

# ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານ

## 西安交通大学

西安交通大学位于陕西省西安市，现有兴庆、雁塔和曲江三个校区，总占地面积 3093.95 亩，各类建筑总面积 176.23 万平方米。西安交通大学是中国国家教育部直属重点大学，为中国最早兴办的高等学府之一。

ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານຕັ້ງຢູ່ນະຄອນຊີ່ອ່ານແຂວງສານຊີ່,ແບ່ງອອກເປັນ 3 ເຂດ,ຄື,ເຂດຊິ່ງຊີ້ງ,ເຂດຢັ່ຽນທາ,ແລະ ເຂດຊີ່ຈ່ຽງ,ກວມເນື້ອທີ່ 200 ກວ່າເຮັກຕາ,ສິ່ງກໍ່ສ້າງມີເນື້ອທີ່ 1,762,300 ຕາແມັດ. ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານແມ່ນມະຫາວິທະຍາໄລທີ່ຂຶ້ນກັບກະຊວງສຶກສາທິການໂດຍກົງ,ກໍ່ເປັນໜຶ່ງໃນໂຮງຮຽນຊັ້ນສູງທີ່ຈີນສ້າງຂຶ້ນກ່ອນໝູ່.

ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານເປັນມະຫາວິທະຍາໄລທີ່ມີສີສັນພິເສດດ້ານວິທະຍາສາດ ແລະ ການຊ່າງ,ລວມມີ 10 ປະເພດວິຊາ,ຄື: ວິທະຍາສາດ,ເຕັກນິກ,ແພດສາດ,ເສດຖະສາດ,ການບໍລິຫານ,ວັນນະຄະດີ,ທໍາມະສາດ,ປັດຊະຍາ,ການສຶກສາ ແລະ ສິລະປະ. ໃນໂຮງຮຽນມີ 23 ວິທະຍາໄລ,8 ສະຖາບັນນັກສຶກສາປະລິນຍາຕີ,ແລະໂຮງໝໍ 12 ແຫ່ງສໍາລັບການສິດສອນ.

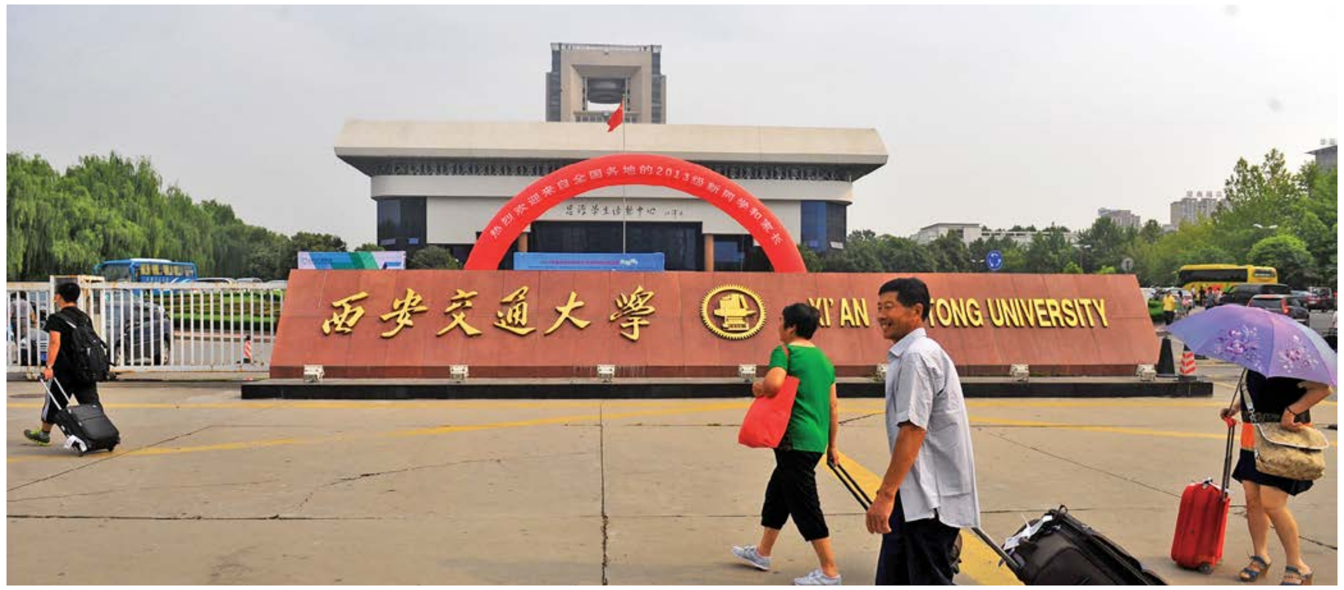
ນັບແຕ່ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານສ້າງຕັ້ງຂຶ້ນເປັນເວລາ 110 ກວ່າປີມານີ້, ໄດ້ສ້າງມູນເຊື້ອອັນດີງາມ,ຄື:ພັດທະນາການສຶກສາເພື່ອສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງແກ່ປະເທດຊາດ,ສ້າງພາລະກິດດ້ວຍຄວາມທໍລະຫົດອົດທົນ,ນັບຖືຄຸນສົມບັດ,ຕິດແທດຄວາມຈິງ,ດໍາເນີນວຽກງານການສຶກສາຢ່າງເຄັ່ງຄັດ,ແລະ ມີນໍ້າໃຈຮັກຊາດຮັກໂຮງຮຽນ,ບໍ່ລືມແຫຼ່ງກໍາເນີດ,ຍຶດໝັ້ນສີສັນພິເສດປະຕິບັດວຽກງານທີ່"ຈຸດເລີ່ມສູງ,ພື້ນຖານໜັກແໜ້ນ,ມີຄວາມຮຽກຮ້ອງຢ່າງເຂັ້ມງວດ,ແລະ ໃຫ້ຄວາມສໍາຄັນແກ່ພຶດຕິກໍາຕົວຈິງ",ເປີດກວ້າງການປະດິດສ້າງໃໝ່ເລື້ອຍໆ,ພະຍາຍາມບໍາລຸງສ້າງຜູ້ມີຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດ.ໃນ 50 ປີຜ່ານມາ,ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານໄດ້ອົບຮົມນັກວິຊາການປະເພດຕ່າງໆຈໍານວນຫຼວງຫຼາຍໃຫ້ແກ່ປະເທດ,ນັກສຶກສາທີ່ຮຽນຈົບໄດ້ສ້າງຊື່ສຽງທີ່ດີໃນວົງການຕ່າງໆຂອງສັງຄົມ.

ໃນຊຸມປີມໍ່ໆມານີ້,ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານໄດ້ຊອກຄົ້ນຢ່າງຕັ້ງໜ້າ,ແລະ ປະດິດສ້າງໃໝ່ຢ່າງກ້າຫານ,ປະຕິຮູບຮູບການດໍາເນີນວຽກງານການສຶກສາຢ່າງຮອບດ້ານ.ທາງໂຮງຮຽນຕັ້ງໜ້າສົ່ງເສີມຮູບການບໍາລຸງສ້າງຜູ້ມີຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດແບບຄົ້ນຄວ້າບົນພື້ນຖານການສຶກສາຄວາມຮູ້ທົ່ວໄປ,ຄວາມສາມາດຄົ້ນຄວ້າວິທະຍາສາດ,ແລະ ຄວາມສາມາດປະດິດສ້າງໃໝ່, ຫຼື"2+4+X",ຫັນຈາກຮູບແບບຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້ກາຍມາເປັນຮູບແບບຄົ້ນຄວ້າ.ເລີ່ມແຕ່ປີ 2006, ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານໄດ້ນໍາໜ້າປະຕິບັດລະບອບສະຖາບັນ,ຄື,ນັກສຶກສາປະລິນຍາຕີທັງຫຼາຍເຂົ້າຮຽນໃນສະຖາບັນ,ຮູບການສຶກສາ"ສະຖາບັນບວກກັບວິທະຍາໄລ"ໄດ້ຊຸກຍູ້ການພັດທະນາຂອງນັກສຶກສາ. ປີ 2007,ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານໄດ້ສ້າງ"ຫ້ອງຮຽນທົດລອງຊຽນເຊເສິ່ນ",ດໍາເນີນການສຶກສາຕາມຈຸດພິເສດຂອງທຸກຄົນ,ບໍາລຸງສ້າງຜູ້ມີຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດ; ສ້າງ"ຫ້ອງຮຽນທົດລອງຈິ່ງລຽນ"ທາງການແພດ,ຊອກຄົ້ນຮູບການບໍາລຸງສ້າງຜູ້ມີຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດທີ່ສອດຄ່ອງກັບກົດເກດການສຶກສາທາງການແພດ.

ວຽກງານຄົ້ນຄວ້າວິທະຍາສາດເຕັກໂນໂລຊີຂອງມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານມີແຜນຍຸດທະສາດພັດທະນາຄື: ອີງຕາມຄວາມຕ້ອງການຂອງປະເທດ,ມຸ່ງໜ້າສູ່ແນວໜ້າສາກົນ,ເນັ້ນໜັກການປະດິດສ້າງໃໝ່ຢ່າງເປັນເຈົ້າຕົນເອງ,ເລັ່ງລັດຜົນການຄົ້ນຄວ້າຫັນເປັນຜົນປະໂຫຍດຕົວຈິງ,ເພີ່ມທະວີຄວາມສາມາດປະດິດສ້າງໃໝ່ດ້ານວິທະຍາສາດເຕັກໂນໂລຊີ,ຍົກສູງກໍາລັງແຂ່ງຂັນດ້ານວິທະຍາສາດເຕັກໂນໂລຊີ.ເສີມຂະຫຍາຍທ່າແຮງດ້ານວິຊາ ແລະ ບໍາລຸງສ້າງຜູ້ມີຄວາມຮູ້ຄວາມສາມາດ,ປະດິດສ້າງຮູບການຮ່ວມມືລະຫວ່າງການຜະລິດ,ການສຶກສາ ແລະ ການຄົ້ນຄວ້າ,ຮ່ວມກັບອົງການລັດຖະບານ,ວິສາຫະກິດຂະໜາດກາງ ແລະ ນ້ອຍສ້າງສູນການຄົ້ນຄວ້າພັດທະນາ,ເອົາໃຈໃສ່ແກ້ໄຂບັນຫາເຕັກນິກອັນສໍາຄັນໃນຂະແໜງການ,ເສີມຂະຫຍາຍບົດບາດຄໍ້າຊູຂອງວິທະຍາສາດເຕັກໂນໂລຊີຕໍ່ການພັດທະນາເສດຖະກິດສັງຄົມຂອງພາກພື້ນ.

ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານໄດ້ສ້າງການພົວພັນຄູ່ຮ່ວມມືກັບໂຮງຮຽນຊັ້ນສູງ ແລະ ອົງການຄົ້ນຄວ້າວິທະຍາສາດ 145 ແຫ່ງຂອງ 42 ປະເທດ ແລະ ເຂດແຄວ້ນ,ເຊັ່ນ,ອາເມລິກາ,ຍີ່ປຸ່ນ,ອັງກິດ,ຝຣັ່ງ,ເຢຍລະມັນ,ອີຕາລີ ແລະ ສ.ເກົາຫຼີເປັນຕົ້ນ.ປະຈຸບັນ,ມີນັກສຶກສາຕ່າງປະເທດ 1020 ຄົນທີ່ມາຈາກ 70 ກວ່າປະເທດພວມຮຽນຢູ່ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານ.

ໃນໄລຍະປະຫວັດສາດໃໝ່,ມະຫາວິທະຍາໄລຄົມມະນາຄົມຊີ່ອ່ານປັບຕົວໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບສະພາບການໃໝ່ດ້ານການປະຕິຮູບການສຶກສາຊັ້ນສູງທັງພາຍໃນ ແລະ ຕ່າງປະເທດ,ສ້າງໂຄງປະກອບພື້ນຖານດ້ານການບໍາລຸງສ້າງນັກວິຊາການລະດັບສູງທີ່ສອດຄ່ອງກັບກະແສສາກົນ,ສ້າງລະບົບຕັດສິນນະໂຍບາຍ,ລະບົບປະຕິບັດວຽກງານ,ແລະ ລະບົບຕິດຕາມແບບທັນສະໄໝ,ເຮັດໃຫ້ຮູບການຄຸ້ມຄອງຂອງໂຮງຮຽນເຊື່ອມໂຍງກັບສາກົນ,ສ້າງພື້ນຖານອັນໜັກແໜ້ນເພື່ອພັດທະນາເປັນມະຫາວິທະຍາໄລລະດັບສູງທີ່ມີຊື່ສຽງໃນໂລກ.



文、图／白艳

# ປີໃໝ່ເດືອນ 10 ຂອງເຜົ່າຮານີຢວນຈຽງທີ່ມີເອກະລັກພິເສດ

## 独具特色的元江哈尼十月年

每年农历十月的第一个属龙日，居住在云南省玉溪市元江县哀牢山上的哈尼人民又迎来了一年一度的“哈尼十月年”，这是哈尼族一年中最为隆重和热闹的盛大节日，相当于汉族的春节。在 3 天的节日期间，各村各寨到处洋溢着喜庆的节日气氛，哈尼人和远方来客一起跳起棕扇舞，载歌载舞、尽情狂欢。

ວັນມັງກອນທຳອິດຂອງເດືອນ10 ຕາມປະຕິທິນຈັນທະຄະຕິຈີນທຸກໆປີ,ປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີທີ່ອາໄສຢູ່ເທິງພູໄອລາວເມືອງຢວນຈຽງນະຄອນອີ້ຊີ່ແຂວງຢຸນນານຈີນຈະໄດ້ຕ້ອນຮັບ“ປີໃໝ່ເດືອນ10 ເຜົ່າຮານີ”ທີ່ວຽນມາເຖິງປີລະເທື່ອ,ນີ້ເປັນວັນບຸນສຳຄັນ ແລະ ຄຶກຄື້ນທີ່ສຸດຂອງເຜົ່າຮານີ,ເຊິ່ງເທົ່າກັບບຸນກຸດຈີນຂອງເຜົ່າຫານ.

ໃນຫຼາຍມື້ກ່ອນວັນບຸນຈະມາຮອດ,ແມ່ເຮືອນໃນຄອບຄົວກໍຈະອະນາໄມທັງນອກເຮືອນ ແລະ ພາຍໃນເຮືອນໃຫ້ສະອາດເພື່ອຕ້ອນຮັບວັນບຸນ.ໃນໄລຍະນີ້,ບໍ່ວ່າເຂົ້າສູ່ຄອບຄົວຂອງປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີຜູ້ໃດ,ກໍຈະສຳຜັດເຖິງບັນຍາກາດອັນຄຶກຄື້ນ,ແຕ່ລະຄອບຄົວລ້ວນແຕ່ຂ້າໝູຂ້າແກະ,ໃນເຮືອນໄດ້ຈື່ງອາຫານ ແລະ ສິ່ງຂອງຕ່າງໆສຳລັບວັນບຸນ,ໃນຫ້ອງນ້ອຍຫ້ອງໃຫຍ່ກໍໄດ້ຫ້ອຍຊີ້ນໝູຊີ້ນງົວສົດ.ບໍ່ວ່າຜູ້ເຖົ້າຫຼືເດັກນ້ອຍ,ບໍ່ວ່າຜູ້ຍິງຫຼືຜູ້ຊາຍ,ລ້ວນແຕ່ໄດ້ໃສ່ຊຸດຊົນເຜົ່າອັນໃໝ່,ຜູ້ສາວໄດ້ປະດັບສາຍເງິນ,ປ້າຍເງິນຢູ່ເທິງຜົມ ແລະ ເສື້ອໃໝ່,ເວລາຍ່າງກໍມີສຽງດັງ,ທັງງາມທັງມີສຽງດັງເປັນຕາອອນຊອນ,ໄປຮອດບ່ອນໃດກໍມີແຕ່ສຽງຫົວ ແລະ ບັນຍາກາດທີ່ເບີກບານມ່ວນຊື່ນ.

ເຜົ່າຮານີເປັນເຜົ່າໜຶ່ງທີ່ໃຫ້ຄວາມສຳຄັນສູງແກ່ຍາດຕິພີ່ນ້ອງໃນຄອບຄົວ.ປີໃໝ່ເດືອນ 10 ຈະເປັນເວລາທີ່ຄອບຄົວກະຕຸນໃຫຍ່ເຕົ້າໂຮມກັນ.ຕອນເຊົ້າມື້ທຳອິດຂອງວັນບຸນ,ແມ່ເຮືອນແຕ່ລະຄອບຄົວຈະໄດ້ຕຳເຂົ້າເຮັດເຂົ້າໜົມ,ຢູ່ເທິງຫ້ອງຟ້າຂອງບ້ານກໍເຕັມໄປດ້ວຍສຽງຄຶກສຽງສາກສຳລັບຜູ້ຊາຍກໍວົ້ນນຳວຽກແຕ່ງອາຫານແຊບໆຊະນິດຕ່າງໆ.ຮອດມື້ທີ 2,ຜູ້ສາວທີ່ສ້າງຄອບຄົວແລ້ວກໍຕ້ອງກັບຄືນສູ່ເຮືອນແມ່ເພື່ອອວຍພອນປີໃໝ່,ທັງເອົາເຂົ້າໜົມເຂົ້າໜຽວແລະໄຂ່,ອາຫານຕ່າງໆໄປຢ້ຽມຢາມເຮືອນຂອງຜູ້ອາຍຸສູງສຸດໃນຕະກຸນດຽວກັນ,ໂດຍສະແດງວ່າບໍ່ໄດ້ລືມກົກເຄົ້າຂອງເຊື້ອສາຍ.ຜູ້ເປັນຫຼານຈະຂໍຊອງອັງເປົານຳປ້ານຳລຸງ,ພີ່ນ້ອງຮ່ວມຕະກຸນດຽວກັນຈະຕ້ອນຮັບແຂກດ້ວຍເຫຼົ້າ ແລະ ອາຫານເປັນຢ່າງດີ.

ເຜົ່າຮານີເປັນຊົນເຜົ່າທີ່ໂອບອ້ອມອາລີ.ໃນໄລຍະວັນບຸນ,ຈະເຊີນຊວນພີ່ນ້ອງໝູ່ເພື່ອນມາເປັນແຂກຢູ່ເຮືອນຂອງຕົນ,ແຂກແຮ່ງຫຼາຍ,ບັນຍາກາດແຮ່ງເບີກບານມ່ວນຊື່ນ,ເຈົ້າພາບກໍແຮ່ງດີໃຈ,ເຖິງວ່າຈະເປັນຄົນທີ່ບໍ່ຮູ້ຈັກກັນຍ່າງຜ່ານໜ້າປະຕູ,ເຈົ້າພາບກໍຈະເຊີນຊວນໄປຮ່ວມມ່ວນຊື່ນນຳກັນ.ພໍເຂົ້າສູ່ເຮືອນຂອງປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີ,ເຈົ້າພາບຈະເອົາອາຫານດີທີ່ສຸດໃນເຮືອນເພື່ອຕ້ອນຮັບແຂກ,ຢູ່ເທິງໂຕະຈະເຕັມດ້ວຍເຫຼົ້າ ແລະ ອາຫານໝົດມື້,ແຂກແຮ່ງຫຼາຍຈະໝາຍເຖິງຊີວິດການເປັນຢູ່ດີຂຶ້ນໃນປີຕໍ່ມາ.ປະຊາຊົນເຜົ່າຮານີມັກດື່ມເຫຼົ້າ,ໃນຄອບຄົວທີ່ມີຜູ້ສູງອາຍຸຍັງຈະຕົ້ມກັ່ນເຫຼົ້າດ້ວຍຕົນເອງ,ຖ້າແຂກມາແລ້ວ,ຈະກິນຊີ້ນຕ່ອນໃຫຍ່,ແລະ ດື່ມເຫຼົ້າອີກໃຫຍ່.ໃນເວລາແຂກຂໍລາໄປ,ເຈົ້າພາບຈະມອບເຂົ້າໜົມ ແລະ ຊີ້ນອົບເປັນຂອງຕ້ອນໃຫ້ແຂກຕື່ມອີກ,ໝາຍເຖິງໃຫ້ແຂກນຳເອົານ້ຳໃຈເອື້ອເຟື້ອເພື່ອແຜ່ຂອງເຜົ່າຮານີໄປນຳ.

ຍ້ອນຄວາມໂອບອ້ອມອາລີຂອງເຜົ່າຮານີ,ໃນຊຸມປີມໍ່ໆມານີ້,ບຸນປີໃໝ່ເດືອນ 10 ຂອງເຜົ່າຮານີບໍ່ແມ່ນວັນບຸນຂອງເຜົ່າຮານີຢ່າງດຽວເທົ່ານັ້ນ,ນັກທ່ອງທ່ຽວມາຈາກແຫ່ງຕ່າງໆໄດ້ມາຫຼິ້ນບຸນຮ່ວມມ່ວນຊື່ນກັບເຜົ່າຮານີ,ເພື່ອສຳຜັດກັບບັນຍາກາດພິເສດຂອງວັນບຸນນີ້.

ເຜົ່າຮານີເປັນຊົນເຜົ່າທີ່ຟ້ອນລຳທຳເພງເກັ່ງ.ໃນໄລຍະຫຼິ້ນບຸນ,ປະຊາຊົນຈະຕິດຕັ້ງໂອນຊາສູງໆເພື່ອຫຼິ້ນກິດຈະກຳຕ່າງໆນຳ,ໄວໜຸ່ມຈະເຕົ້າໂຮມກັນຫຼິ້ນມອຍປ້ຳ ແລະ ເກມອື່ນໆ.ຮອດຕອນຄ່ຳ,ຈະດັງໄຟກອງໃຫຍ່,ເອົາເຈົ້າຈະນັ່ງອ້ອມກອງໄຟ,ຜູ້ເຖົ້າຈະຮ້ອງເພງພື້ນເມືອງ,ຜູ້ບ່າວຕີຄ້ອງຕີກອງ,ຜູ້ສາວຈະຟ້ອນລຳຢ່າງມ່ວນຊື່ນ,ຄົນທັງຫຼາຍຈະຟ້ອນລຳທຳເພງຢ່າງເບີກບານມ່ວນຊື່ນຈົນໝົດຄືນ.

文、图／楚然

# ແຜ່ນໄໝເຜົ່າລື້

## 傣族织锦

在傣族聚居的西双版纳，身材窈窕的傣族少女是街头流动的风景。她们身上一梭一线织出的的傣裙，就是中国第二批国家级非物质文化遗产的“傣族手工织锦技艺”的作品之一。

ຢູ່ສິບສອງພັນນາທີ່ມີປະຊາຊົນເຜົ່າລື້ຈຳນວນຫຼວງຫຼາຍນັ້ນ,ສາວເຜົ່າລື້ທຸ່ມດີນຸ່ງຊຸດຊິນເຜົ່າຍ່າງໄປມາເບິ່ງແລ້ວເໝືອນວ່າເປັນທິວທັດທີ່ສວຍງາມຢູ່ຕາມຖະໜົນຫົນທາງ.ສ່ວນສິ້ນເຜົ່າລື້ທີ່ຕຳອອກມາຈາກທຸກເສັ້ນດ້າຍສາຍໄໝ,ກໍ່ແມ່ນສິ່ງຜະລິດຈາກສີມືຕຳຜ້າຂອງເຜົ່າລື້ທີ່ຖືກຈັດເຂົ້າໃນມໍລະດົກວັດທະນະທຳທີ່ບໍ່ແມ່ນວັດຖຸລະດັບຊາດຊຸດທີ 2 ຂອງຈີນ.ໃນເວລາດົນນານມານີ້,ເຜົ່າລື້ກໍ່ມີແຜ່ນແພທີ່ເຮັດດ້ວຍຝ້າຍ ແລະ ໄໝ,ປະຈຸບັນ,ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນແພຝ້າຍ.ຊ່າງເຜົ່າລື້ໄດ້ນຳໃຊ້ສີມືນີ້ຜະລິດເປັນເຄື່ອງໃຊ້ສອຍຕ່າງໆໃນຊີວິດປະຈຳວັນ,ເຊັ່ນ,ສິ້ນ, ຜ້າພັນຄໍ,ຜ້າຮອງເປັນຕົ້ນ,ກໍ່ກາຍເປັນສິ່ງລະລຶກທີ່ນັກທ່ອງທ່ຽວມັກຫາຊື້ໃນເວລາໄປທ່ຽວສິບສອງພັນນາ.

ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ເປັນສິ່ງລ້ຳຄ່າໃນສິລະປະຫັດຖະກຳຂອງແມ່ຍິງເຜົ່າລື້.ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ມີສີມືຫັດຖະກຳມາແຕ່ບູຮານ,ການອອກແບບລວດລາຍແມ່ນປະດິດແຕ່ງຂຶ້ນຕາມສີມືຕຳແຜ່ນທີ່ຊຳນານ,ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນສີດ້ານດຽວ,ເລີ່ມລົງມືຕຳແຜ່ນຕາມເສັ້ນຂະໜານ,ການຈັດລວດລາຍແມ່ນພິຖີພິຖັນຫຼາຍ.ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ຢູ່ແຂວງຢຸນນານຕົ້ນຕໍແມ່ນນຳໃຊ້ທົ່ວໄປຢູ່ຕາມຈຸດທີ່ຕັ້ງຖິ່ນຖານຂອງເຜົ່າລື້.ຖ້າຈຳແນກຕາມຮູບການປະກອບ ແລະ ວັດຖຸດິບແລ້ວເຫັນວ່າ,ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ແບບດັ້ງເດີມແບ່ງອອກເປັນແຜ່ນແພເຜົ້າລື້ສິບສອງພັນນາ,ແລະ ແຜ່ນດິນເຜົ່າລື້ເຕີຮົງ.

ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ສິບສອງພັນນາຖືເອົາສີຂາວເປັນພື້ນຖານ,ໃຊ້ເສັ້ນສີແດງ ແລະ ສີດຳເປັນລວດລາຍ,ເສັ້ນລວດລາຍມີເສັ້ນໃຫຍ່ເສັ້ນແຄບ,ຮູບພາບເປັນລະບຽບ,ເໝາະສົມແກ່ການປະດັບເຮືອນ; ສຳລັບແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ເຕີຮົງກໍ່ມີສີສັນອ່າວເຂັ້ມແດ່, ມັກໃຊ້ເສັ້ນໄໝ ແລະ ເສັ້ນຝ້າຍສີດຳ,ສີແດງ,ສີຂຽວ,ສີເຫຼືອງ ແລະ ສີຟ້າປະສົມກັບເສັ້ນສີຄຳ,ຮູບສ່ວນຫຼາຍຈະມີຮູບສີ່ຫຼ່ຽມ,ຮູບຫົກຫຼ່ຽມເປັນຕົ້ນ,ສີສັນ ແລະ ລວດລາຍຂອງແຕ່ລະຮູບລ້ວນແຕ່ມີຄວາມໝາຍພິເສດ,ຕົວຢ່າງວ່າ,ສີແດງ ແລະ ສີຂຽວແມ່ນໃຊ້ສຳລັບລະລຶກບັນພະບຸລຸດ;ຮູບນົກຍູງມີຄວາມໝາຍສິລິມຸງຄຸນ; ຮູບຊ້າງໝາຍເຖິງໄດ້ຮັບຜົນເກັບກ່ຽວຢ່າງອຸດົມສົມບູນ.ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ເຕີຮົງມີສີສັນຢ່າງສົດໃສ,ການຈັດລວດລາຍພິຖີພິຖັນ,ໜ້າສົນໃຈຫຼາຍ.ແຜ່ນແພເຜົ່າລື້ຂອງແຂວງຢຸນນານມີປະຫວັດສາດດົນນານ, ມີຊື່ສຽງຍ້ອນສີມືຕຳແຜ່ນລະອຽດປານີດ,ລວດລາຍມີເອກະລັກ,ສີສັນສົດໃສ,ທົນທານໃຊ້ໄດ້ດົນ,ແລະ ມີຈຸດພິເສດຂອງຊົນເຜົ່າອີກດ້ວຍ.

# ກິນຂອງຫວານຕ້ອງເລືອກເວລາໃຫ້ຖືກຕ້ອງຈຶ່ງຈະບໍ່ຕຸ້ຍ

## 选对时间吃甜点

喜欢吃甜点的你，是不是也在担心享受了美味的同时，体重会不断上升呢？本期，我们将为您介绍一些既可舒心吃甜点，又不会发胖的小秘诀，一起来分享吧！

ຂໍ້ສະເໜີທີ່ດີສຳລັບຮັບປະທານຂອງຫວານໃນມື້ໜຶ່ງໆ

1.ຫຼັງຈາກກິນເຂົ້າເຊົ້າ 30 ນາທີ,ຈຶ່ງກິນໝາກໄມ້ປະເພດອຸ່ນ

ໃນຕອນເຊົ້າຈະມີຜົນສະທ້ອນເຖິງການເຮັດວຽກຂອງຮ່າງກາຍຄືນໃນໝົດມື້,ສະນັ້ນໃນຕອນເຊົ້າສາມາດເລືອກກິນໝາກໄມ້ປະເພດອຸ່ນ.ໝາກໄມ້ປະເພດອຸ່ນມີໝາກໂປມ,ລິ້ນຈີ່,ຫມາກເຊີລີ,ຫມາກໂປ້ມຫອມ,ໝາກອະງຸ່ນ,ແລະ ໝາກຈອງເປັນຕົ້ນ.ໝາກອະງຸ່ນແຫ້ງທີ່ມີຜົນດີຕໍ່ການບຳລຸງເລືອດກໍ່ຈະເປັນອາຫານທີ່ດີ.

2. ກ່ອນການກິນເຂົ້າທ່ຽງ 30 ນາທີ,ເລືອກຂອງຫວານທີ່ມີຄາໂລຣີອ່າວສູງ

ສຳລັບອາຫານຫວານທີ່ມີຂາຍຢູ່ໃນຕະຫຼາດ,ຕົວຢ່າງວ່າ,ເຂົ້າໜົມຄຸກກີ້,ແລະ ຫມາກໄມ້ເຊື່ອມ(ນ້ຳຕານ)ເປັນຕົ້ນ,ສາມາດກິນກ່ອນເຂົ້າທ່ຽງ.ສິ່ງທີ່ມີນ້ຳມັນ ແລະຄາໂລຣີສູງໃນອາຫານຫວານນັ້ນບໍ່ແມ່ນກິນບໍ່ໄດ້ຢ່າງເດັດຂາດ,ຂໍແຕ່ກິນໃຫ້ຖືກເວລາ,ກໍ່ສາມາດໃຊ້ທາດນ້ຳຕານເຮັດໃຫ້ສະໝອງທີ່ມີຄວາມກົດດັນນັ້ນໄດ້ຮັບການພັກຜ່ອນ,ແລະ ບໍ່ຈຳເປັນອາໄສການກິນອາຫານຫຼາຍເກີນໄປເພື່ອລະບາຍຄວາມກົດດັນ.ແຕ່ວ່າຢ່າລືມຄວບຄຸມໄວ້ໃຫ້ຢູ່ໃນຂອບເຂດ 50 ຫາ 80 ຄາໂລຣີ.

3.ກ່ອນກິນເຂົ້າແລງ 30 ນາທີ,ເລືອກກິນອາຫານຫວານປະເພດທີ່ມີເສັ້ນໃຍອາຫານທີ່ກິນແລ້ວມີຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມຫຼາຍ

ຄົນທີ່ຕຸ້ຍຂຶ້ນຍ້ອນມີຄວາມກົດດັນສູງ,ແມ່ນຍ້ອນວ່າເລີກການແລ້ວໄປກິນອາຫານຫຼາຍໆບາດດຽວ.ກິນຫຼາຍເກີນໄປໃນຕອນຄ່ຳຈະເກີດມີໄຂມັນຫຼາຍ,ແລະ ຕຸ້ຍຂຶ້ນໄວ.ສະນັ້ນ,ກິນເຂົ້າໜົມປະເພດທີ່ມີເສັ້ນໃຍອາຫານກ່ອນກິນເຂົ້າແລງ,ຈະເກີດມີຄວາມຮູ້ສຶກບໍ່ຫິວ,ແລະ ຫຼີກເວັ້ນກໍລະນີກິນແລ້ວຢຸດບໍ່ໄດ້ໃນເວລາກິນເຂົ້າແລງ.

4.ຫຼັງຈາກກິນເຂົ້າແລງແລ້ວ,ອອກກຳລັງກາຍຄ່ອຍໆເບົາໆເພື່ອຫຼຸດໄຂມັນ

ໃນ 30 ນາທີຫຼັງຈາກກິນເຂົ້າແລງເປັນເວລາທີ່ດີສຳລັບອອກກຳລັງກາຍເພື່ອຫຼຸດໄຂມັນ,ຫຼັງຈາກກິນອີ່ມແລ້ວ,ລອງລ້າງຖ້ວຍ,ອະນາໄມເຮືອນ,ຍ່າງຫຼິ້ນຄ່ອຍໆຊ້າໆ,ຫຼືວ່າທັງເບິ່ງໂທລະພາບທັງຍົກແຂ່ງຍົກຂາເອົາກັບທີ່ກໍ່ໄດ້.ນອກນີ້,ການອາບນ້ຳດວ້ຍແຊ່ໃນນ້ຳກໍ່ຈະເປັນວິທີທີ່ດີສຳລັບການເຜົາໄຫມ້ໄຂມັນໃນຮ່າງກາຍ.

7 ຫຼັກການສຳລັບກິນອາຫານຫວານແຕ່ບໍ່ຕຸ້ຍ

1.ກິນຂອງຫວານກ່ອນການກິນເຂົ້າທ່ຽງ ແລະເຂົ້າແລງ 20-30 ນາທີ

ນັບແຕ່ການດູດຊຶມທາດນ້ຳຕານ(ກູໂກ)ຈົນຮອດເກີດນ້ຳຍ່ອຍເຊໂຣໂຕນິນຈະໃຊ້ເວລາປະມານ 20-30 ນາທີ.ນອກນີ້,ນ້ຳຕານໃນເລືອດເພີ່ມຂຶ້ນຈະກະຕຸ້ນມັນສະໝອງທີ່ຄວບຄຸມຄວາມຮູ້ສຶກຫິວ,ຂະບວນການນີ້ກໍ່ຈະໃຊ້ເວລາ 20-30 ນາທີ່ເຊັ່ນດຽວກັນ.

ສະນັ້ນ,ຖ້າວ່າກິນຂອງຫວານກ່ອນກິນເຂົ້າ 20-30 ນາທີກໍ່,ຈະພໍດີເກີດຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມ,ສາມາດຫຼີກລ່ຽງກໍລະນີທີ່ກິນອາຫານຫຼາຍເກີນໄປຍ້ອນຄວາມກົດດັນ.

2.ເລືອກອາຫານຫວານທີ່ມີ 50-80 ຄາໂລຣີ

ປະລິມານ ເຊໂຣໂຕນິນທີ່ຈະສ້າງຜົນປະໂຫຍດດີທີ່ສຸດຕໍ່ຮ່າງກາຍແມ່ນປະມານ 50-80 ຄາໂລຣີ.ເຖິງວ່າແມ່ນແນວນີ້ກໍ່ຕາມ,ກໍ່ບໍ່ຄວນຄິດໄລ່ພິຖີພິຖັນຕໍ່ຈຳນວນຄາໂລຣີຫຼາຍເກີນໄປ,ຖ້າບໍ່ດັ່ງນັ້ນ,ການໃຊ້ວິທີຫຼຸດຄວາມອ້ວນດ້ວຍການກິນອາຫານຫວານນັ້ນຈະບໍ່ບັງເກີດຜົນ.

ນອກນີ້,ການກິນອາຫານຫວານທີ່ມີນ້ຳຕານທີ່ສາມາດຫັນເປັນກູໂກສ Glucose ໄດ້,ຈຶ່ງສາມາດຊຸກຍູ້ໃຫ້ເກີດເຊໂຣໂຕນິນ Serotonin,ຖ້າບໍ່ແມ່ນອາຫານປະເພດນີ້,ເຖິງວ່າກິນຈົນເຕັມທ້ອງກໍ່ບໍ່ສາມາດເກີດຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມ.

3. ກິນນ້ຳຫຼາຍ

ໃນເວລາກິນອາຫານຫວານໃຫ້ກິນນ້ຳຫຼາຍພ້ອມ,ສາມາດເພີ່ມຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມ,ແລະ ຫຼີກລ່ຽງກິນອາຫານຫຼາຍເກີນໄປ.ໃນນັ້ນ,ນ້ຳອັດລົມທີ່ບໍ່ມີທາດນ້ຳຕານມີຜົນດີທີ່ສຸດ,ນອກນີ້,ກໍ່ສາມາດເລືອກກາເຟລົດຊາດຂົມ,ຊາແດງ,ຫຼືຊາຂຽວ.ນ້ຳທີ່ມີລົດຊາດຂົມເຫຼົ່ານີ້,ສາມາດເຮັດໃຫ້ລົດຊາດຫວານຂອງອາຫານຫວານພົ້ນເດັ່ນຂຶ້ນແລ້ວເພີ່ມຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມໃນເວລາກິນອາຫານຫວານ.

4. ໃຊ້ນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ ແທນຊູໂຄຼສ

ເຖິງແມ່ນວ່າທາດນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ ແລະ ທາດນ້ຳ

羊 清 图

楚 然 图

ຕານຊູໂຄູສລ້ວນແຕ່ຈະເຮັດໃຫ້ຄົນຕຸ້ຍກໍ່ຕາມ, ແຕ່ນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ ຫວານກວ່າ,ລະດັບຄວາມຫວານຂອງນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ ມີປະມານ 200,ສຳລັບຊູໂຄູສ ມີແຕ່ປະມານ 100 ເທົ່ານັ້ນ.ນີ້ກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າ,ໃຊ້ປະລິມານໜ້ອຍກວ່າ,ແຕ່ຈະບັງເກີດຜົນດີກວ່າ.

ຄາໂລຣີຂອງນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ fructose ແລະ ຊູໂຄູສ sucroseເທົ່າທຽມກັນ,ແຕ່ນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ fructose ສາມາດຫັນປ່ຽນເປັນໄຂມັນຊ້າກວ່າ,ນີ້ກໍ່ໝາຍຄວາມວ່າຮ່າງກາຍຄົນເຮົາມີເວລາຫຼາຍກວ່າໃນການຫັນປ່ຽນທາດນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ fructose.

ນ້ຳເຜີ້ງ ແລະ ນ້ຳຕານໝາກໂປມມີທາດນ້ຳຕານຟຸກໂຕສ fructose ຫຼາຍ,ໃນເວລາເຮັດເຂົ້າໜົມ,ທ່ານກໍ່ບໍ່ຈຳເປັນໃສ່ນ້ຳຕານຊາຍແລ້ວ,ຫາກໃສ່ນ້ຳເຜີ້ງຫຼືນ້ຳຕານໝາກໂປມໜ້ອຍໜຶ່ງ,ອາດຈະມີລົດຊາດອີກຊະນິດໜຶ່ງ.

5. ໄປເລາະຮ້ານຂາຍສານປະສົມອາຫານ

ຖ້າວ່າທ່ານມັກກິນອາຫານຫວານ,ຖ້າວ່າທ່ານມີນ້ຳໜັກເກີນມາດຖານ,ຖ້າວ່າທ່ານອົດການກິນຫວານບໍ່ໄດ້,ທ່ານສາມາດໄປເລາະຮ້ານຂາຍສານປະສົມອາຫານ.ໃຊ້ສານແທນລົດຫວານ, ມີຄວາມຫວານສູງກວ່ານ້ຳຕານຊູໂຄູສ sucrose ຫຼາຍເທົ່າ,ແລະ ແມ່ນຜະລິດດ້ວຍພືດທຳມະຊາດ,ຈະບໍ່ມີຜົນຮ້າຍຕໍ່ຮ່າງກາຍ.

ທາດຊີລີໂຕນ xylitol ກໍ່ມີລົດຊາດຫວານ,ແລະ ມີຄວາມຫວານເທົ່າທຽມກັບຊູໂຄູສ sucrose.ສານເຫຼົ່ານີ້ສາມາດຖືເປັນວັດຖຸດິບໃນການເຮັດອາຫານຫວານເພື່ອແທນນ້ຳຕານ.

ສານເຫຼົ່ານີ້ເຖິງວ່າມີຄວາມຫວານຫຼາຍ,ແຕ່ເກືອບບໍ່ມີຄາໂລຣີເລີຍ,ລັກສະນະທາງເຄມີກໍ່ຕ່າງກັນກັບນ້ຳຕານ,ສະນັ້ນກິນແລ້ວບໍ່ຕ້ອງເປັນຫ່ວງວ່າຈະຕຸ້ຍຂຶ້ນ,ທັງບໍ່ມີຜົນຮ້າຍຕໍ່ແຂ້ວ.

ສານໃຊ້ແທນລົດຫວານເໝາະສົມແກ່ການເຮັດເຢັນລີໝາກໄມ້ຫລືພຸດດິງ(ນ້ຳໝາກໄມ້ກ້ານ),ຫຼືເຮັດນ້ຳຫວານ,ລົດຊາດແລະກິ່ນຫອມຈະດີກວ່າການໃຊ້ນ້ຳຕານ.

ແຕ່ສິ່ງທີ່ຕ້ອງລະວັງແມ່ນ,ສານປະສົມຫວານບໍ່ຄວນໃຊ້ແທນນ້ຳຕານເປັນເວລາດົນໄປ,ເພາະວ່າມັນບໍ່ມີທາດບຳລຸງຫຍັງ,ໃຊ້ເປັນເວລາດົນຫາກບໍ່ກິນນ້ຳຕານ,ຈະພາໃຫ້ເກີດພະຍາດລະດັບນ້ຳຕານເລືອດຕ່ຳ.ຮູບການທີ່ດີແມ່ນກິນສະຫຼັບກັບຊູໂຄູສ sucrose.

6.ສັງເກດຕາຕະລາງສ່ວນປະກອບຂອງອາຫານຫວານ

ເມື່ອໄດ້ຮັບອາຫານຫວານຢ່າງໜຶ່ງ,ທ່ານຮູ້ບໍ່ວ່າຢູ່ໃນນັ້ນມີນ້ຳຕານຫຼາຍຊ່ຳໃດ?ທ່ານອາດຈະຄິດວ່າ,ອັນທີ່ເປັນອາຫານຫວານຕ້ອງມີນ້ຳຕານຫຼາຍ,ທີ່ຈິງແລ້ວບໍ່ແມ່ນແນວນັ້ນ.

ໃນອາຫານບາງຊະນິດໄດ້ຂຽນວ່າມີສານປະສົມຫວານ,ໃນວັດຖຸດິບອື່ນໆກໍ່ບໍ່ມີໄຂມັນສູງ,ອາຫານຫວານຊະນິດນີ້ກໍ່ບໍ່ຄວນຖືກເບິ່ງຂ້າມ.



ໃນອາຫານບາງຊະນິດໄດ້ຂຽນວ່າມີຟຸກໂຕສຫລືເຊໂຣໂຕນິນ,ອາຫານຊະນິດນີ້ກໍ່ມີຜົນດີ,ອາຫານທີ່ມີຊູໂຄູສ,ພວກເຮົາສາມາດເລືອກກິນຕາມປະລິມານໃດໜຶ່ງ.

ສຳລັບອາຫານທີ່ມີທາດແຫຼວທີ່ມີຟຸກໂຕສສູງ,ກິນແລ້ວຈະບໍ່ຄ່ອຍຮູ້ສຶກອີ່ມ,ບອກກັບວ່າລົດຊາດຫວານມັກຈະເຮັດໃຫ້ຄົນກິນຫຼາຍເກີນຂອບເຂດ.

ໃນຕາຕະລາງສ່ວນປະກອບຂອງອາຫານ,ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນຄິດໄລ່ຕາມແຕ່ລະ100 ກຼາມ,ສຳລັບອັດຕານ້ຳຕານນັ້ນກໍ່ແມ່ນຄິດໄລ່ຕາມແຕ່ລະ 100 ກຼາມ,ເຊິ່ງອາດຈະເຮັດໃຫ້ຄົນເຂົ້າໃຈຜິດວ່າ,ໃນອາຫານໝົດຫໍ່ກໍ່ຈະມີແຕ່ນ້ຳຕານເທົ່ານີ້,ຖ້າວ່າທ່ານກິນໝົດອາຫານໝົດຫໍ່,ໃນທີ່ສຸດຈະໄດ້ກິນນ້ຳຕານຫຼາຍເທົ່າຈົນສິບເທົ່າ.

ນອກນີ້ພວກເຮົາບໍ່ຄວນເອົາໃຈໃສ່ປະລິມານນ້ຳຕານເທົ່ານັ້ນ,ຍັງຄວນເອົາໃຈໃສ່ປະລິມານໄຂມັນ ແລະ ນ້ຳມັນ,ເພາະວ່າສິ່ງເຫຼົ່ານີ້ຍິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຄົນຕຸ້ຍຂຶ້ນ.

ການສັງເກດຕາຕະລາງສ່ວນປະກອບອາຫານຈະຊ່ວຍປຽບທຽບອັດຕານ້ຳຕານຂອງອາຫານຕ່າງໆ,ບາງທີເຂົ້າໜົມກ້ອນໜຶ່ງມີນ້ຳຕານຫຼາຍກວ່າຊອກໂກເລັດ, ໂຄລາປ໋ອງໜຶ່ງຈະມີນ້ຳຕານຫຼາຍກວ່າເຂົ້າໜົມເຄັກກ້ອນໜຶ່ງ,ປົກກະຕິແລ້ວພວກເຮົາມັກຈະເຂົ້າໃຈຜິດຕາມຮູບນອກຂອງອາຫານ.

7. ເລືອກຂອງກິນທີ່ຄູ່ກັບອາຫານຫວານ

ຕາມປົກກະຕິ,ພວກເຮົາຢາກກິນອາຫານຫວານສາມາດເລືອກເຂົ້າໜົມທີ່ມີຄາໂລຣີຕ່ຳ,ຕົວຢ່າງວ່າ,ນົມສົ້ມ,ໝາກໄມ້,ຫຼືເຂົ້າໜົມຄຸກກີ້ໂຊດາ.ສິ່ງທີ່ສຳຄັນແມ່ນ,ພວກເຮົາຄວນຮຽນຮູ້ຈັດສັນອາຫານຫວານຢ່າງສົມເຫດສົມຜົນ,ບັນລຸເປົ້າໝາຍທີ່ກິນຫວານແຕ່ບໍ່ຕຸ້ຍ,ຕົວຢ່າງວ່າ,ກິນເຂົ້າຈີ່ເຂົ້າເປູກັບໝາກໄມ້ກໍ່ເປັນວິທີທີ່ດີ,ເສັ້ນໃຍເຂົ້າເປູກັບເສັ້ນໃຍໝາກໄມ້ສາມາດຮັກສາຫຸ່ນດີ,ນ້ຳຕານຈຳນວນໜ້ອຍຈະບໍ່ເຮັດໃຫ້ຄົນຕຸ້ຍຂຶ້ນ,ກິນເຂົ້າຈີ່ແລ້ວດື່ມນ້ຳກໍ່ຈະກະທົບເຖິງການຍ່ອຍອາຫານຢູ່ໃນກະເພາະອາຫານ,ເຊິ່ງຈະຫຼີກລ່ຽງການສະສົມໄຂມັນ.

ນອກນີ້,ຍັງສາມາດກິນຄູ່ກັບຊາພູເອີຫຼືນ້ຳຫອມລາບ,ຊາພູເອີມີບົດບາດຫຼຸດໄຂມັນ,ນ້ຳຫອມລາບກໍ່ມີບົດບາດແນວນີ້ເຊັ່ນດຽວກັນ,ຫຼືວ່ານ້ຳໂຊດາກໍ່ສາມາດເພີ່ມຄວາມຮູ້ສຶກອີ່ມ,ແລະ ກິນອາຫານໜ້ອຍລົງ.

ໃນເວລາກິນເຂົ້າໜົມແຜ່ນຄຸກກີ້,ສາມາດກິນຄູ່ກັບຜັກຫຼືໝາກໄມ້ສົ້ມຈຳນວນໜຶ່ງ,ເຊິ່ງສາມາດຫຼຸດຄວາມຫວານ,ແລະ ເຮັດໃຫ້ຄົນກິນໜ້ອຍລົງ.

ບໍ່ວ່າຈັດສັນອາຫານແນວໃດ,ດີທີ່ສຸດແມ່ນຄວບຄຸມປະລິມານນ້ຳຕານໄວ້ຢູ່ໃນລະດັບຕ່ຳກວ່າ 50 ກຼາມຕໍ່ມື້,ເຮັດແນວນີ້ຈະສາມາດຊ່ວຍຮັກສາຫຸ່ນດີໄດ້.

半 清 图

# 云南鼎顺货运代理有限公司

鼎顺货运
DINGSHUN LOGISTICS

## Yunnan Dingshun Freight Transport Agency Co.,Ltd

云南鼎顺货运代理有限公司响应“国家桥头堡战略”，服务“中国—东盟自由贸易区”，经云南省工商局、中国海关、国家外经贸部、商务部正式批准成立的一级国际货运代理专业公司。

为更好的服务客户，在中国昆明、云南边境口岸、老挝万象、泰国曼谷、缅甸仰光、越南河内、柬埔寨金边都设有办事处，能及时为客户补货，人员、车辆和设备提供过境转关服务。

Yunnan Dingshun Logistics Ltd. answered national development strategy service for “China ASEAN free trade zone” .Yun Nan Industrial and Commercial Bureau , China Customs, the State Trade and Economic Cooperation and Department of Commerce approved a freight forwarding business. In order to better serve customers, our company have branch office in frontier ports, Vientiane of Laos, Bangkok Thailand, Burma Yangon, Hanoi in Vietnam, Kampuchea Phnom Penh, replenishment cargo for custom in time. Provide the customs transit for personnel , vehicle and equipment in frontier ports.

**中国昆明、老挝、泰国、缅甸、越南、柬埔寨 货运专线　大型项目配套物流**

**海运、陆运、空运、国际运输、物资采购　保险代理、单证缮制、代理报关、外汇结算，提供门到门服务**

Freight line of China Kunming, Laos, Thailand, Burma, Vietnam, Kampuchea, Large projects logistics.
Transportation by sea, road transport, air transport, international transport, supplies purchasing, insurance agency, fill in the documents, customs declaration, foreign exchange settlement and door-to-door service

Http：www.dingshun88.com　E-MAIL：168606284@QQ.COM
Customer QQ：1459997464、168606284　TEL：0086-871-68381415
ADD:No.11C Entrance2 Building 7th Xichunyuan
Century Town Kunming Province Yunnan China

网站：www.dingshun88.com　E-MAIL：168606284@QQ.COM
商务QQ：1459997464、168606284　电话：0086-871-68381415
总部地址：云南省昆明市世纪城惜春苑7幢二单元11C

---

ບໍລິສັດຢວນດາຂາອອກຂາເຂົ້າສິບສອງພັນນາຈຳກັດ

# 西双版纳远大进出口有限公司

## XI SHUANG BAN NA YUAN DA IMPORT AND EXPORT CO.,LTD.

### 公司简介

西双版纳远大进出口有限公司是一家主要从事国际货运、物流、仓储、进出口报关报检等综合性物流服务公司，总部设在西双版纳磨憨经济开发区，在中国昆明、泰国曼谷、老挝万象和那堆设有办事处，在中国边境及万象有自己的仓库。

目前，我公司在工作中与有关单位（老挝、柬埔寨、泰国等大使馆及海关边防检查站等）都建立了良好的业务关系，从而提高了货物安全、迅速送达的效率。

公司提供一票到底的全程服务，为客户提供“快速、安全、便捷、高效”的服务一直是我公司永恒的宗旨。

**主营业务**

★国际货代、货物进出口
★泰国曼谷—老挝万象—中国昆明
专线往返海路、陆路运输
★中国、老挝、泰国代理报关

公司总部地址：云南省西双版纳州磨憨经济开发区小商品市场45-46号
电话：0691-8811237、8811437 、13518799245(张惠平）E-MAIL: zhhp1976@yahoo.com
传真：0691-8811237　客服QQ：783667765
网站：www.ydjck.com　E-MAIL: xsbnyd@yahoo.com
昆明办事处地址：昆明市世纪城惜春苑7栋2单元11C
电话：13211630110　传真：0871-68381415　联系人：胡经理
老挝万象办事处地址：万象市西沙瓦村01/03号
电话：00856-20-22992286　传真：00856-21-213191　联系人：陈主任
泰国办公室地址：
No.269 BB 8F ,Baan Onnuj Condominium Soi Onnuj 30-32 Sukhumvit 77Rd Suan Luang Bangkok 10250
电话：0066-820490296　联系人：张先生

文 / 杨晓梅 蓝 天 图 / 新华社

## 一、日常用语
## ຄຳເວົ້າທີ່ໃຊ້ປະຈຳວັນ

### 情景会话：聊聊电视剧《红楼梦》主题曲
### ຫົວຂໍ້ສົນທະນາ: ລົມກັນເລື່ອງບົດເພງປະກອບລະຄອນໂທລະທັດ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》

zuó tiān tīng dào nǐ de shǒu jī líng shēng biàn chéng le hóng lóu mèng zhǔ tí qǔ shǐ wǒ huí xiǎng qǐ èr shí duō nián qián diàn shì jù hóng lóu mèng gāng bō chū shí wǒ men quán jiā lǎo xiǎo yì jí bú là de guān kàn wǒ mǔ qīn yì tīng dào hóng lóu mèng zhǔ tí qǔ jiù huì bèi gǎn dòng de rè lèi yíng kuàng wǒ men dōu xiào tā

A. 昨天听到你的手机铃声变成了《红楼梦》主题曲，使我回想起二十多年前电视剧《红楼梦》刚播出时，我们全家老小一集不落地观看，我母亲一听到《红楼梦》主题曲就会被感动的热泪盈眶，我们都笑她。

ມື້ວານນີ້,ໄດ້ຍິນສຽງມືຖືຂອງເຈົ້າປ່ຽນເປັນດົນຕີປະກອບລະຄອນເລື່ອງ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ເຮັດໃຫ້ຂ້ອຍໄດ້ຫວນຄິດເຖິງຊາວປີກ່ອນໃນເວລາທີ່ລະຄອນໂທລະທັດ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ອອກອາກາດ,ຍິງຊາຍນ້ອຍໃຫຍ່ໃນຄອບຄົວເຮົາຕິດຕາມເບິ່ງຢ່າງບໍ່ຂາດຈັກຕອນ,ແມ່ຂ້ອຍເມື່ອໄດ້ຍິນສຽງດົນຕີປະກອບລະຄອນເລື່ອງ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ກໍຕື້ນຕັນໃຈຈົນນ້ຳຕາຄານອງເບົ້າ,ພວກລູກກໍພາກັນຫົວຂວັນແມ່.

shì diàn shì jù hóng lóu mèng zhǔ tí qǔ qǔ zì hóng lóu mèng qǔ wǎng níng méi zhè shǒu qǔ zi miáo xiě bǎo yù yǔ dài yù de ài qíng lǐ xiǎng yīn biàn gù ér pò miè lín dài yù lèi jìn ér shì de gù shì lìng rén shí fēn shāng gǎn

B. 是。电视剧《红楼梦》主题曲取自“红楼梦曲•枉凝眉”，这首曲子描写宝玉与黛玉的爱情理想因变故而破灭，林黛玉泪尽而逝的故事，令人十分伤感。

ດົນຕີປະກອບລະຄອນໂທລະທັດ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ແມ່ນລັດມາຈາກ“ຫ້ວາງນີເມີຍ-ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ”,ທຳນອງດົນຕີນີ້ແມ່ນໄດ້ພັນລະນາເລື່ອງລາວທີ່ກ່ຽວກັບອຸດົມການແຫ່ງຄວາມຮັກຂອງປາວອີ ແລະ ໄຕອີຍ້ອນມີການປ່ຽນແປງຖືກທຳລາຍ,ລິນໄຕອີໄຫ້ຈົນໝົດນ້ຳຕາເລີຍລາໂລກໄປ,ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຟັງຮູ້ສຶກໂສກເສົ້າໃຈທີ່ສຸດ.

wǒ zhī dào qǔ míng wǎng níng méi de yì si jiù shì bēi chóu yǒu hé yòng wǎng shì wǎng zì shāng gǎn de yì si níng méi shì zhòu méi bēi chóu de yàng zǐ

A. 我知道，曲名《枉凝眉》的意思就是悲愁有何用。“枉”是枉自伤感的意思，“凝眉”是皱眉、悲愁的样子。

ຂ້ອຍເຂົ້າໃຈວ່າ, ຄວາມໝາຍຂອງ《ຫວ້າງນີເມີຍ》ກໍແມ່ນວ່າຄວາມໂສກເສົ້າມັນເປັນແນວໃດ, “ຫວ້າງ” ແມ່ນມີຄວາມໝາຍເສົ້າໃຈ, “ນີເມີຍ”ແມ່ນລັກສະນະທີ່ມີຄິ້ວສົ້ນ ແລະ ສີໜ້າໂສກເສົ້າ.

wǒ jué de diàn shì jù hóng lóu mèng de zhè shǒu zhǔ tí qǔ shí fēn qī měi wǒ hěn xīn shǎng jiù bǎ tā zuò chéng le shǒu jī líng shēng jié guǒ hěn shòu huān yíng

B. 我觉得电视剧《红楼梦》的这首主题曲十分凄美，我很欣赏，就把它做成了手机铃声，结果很受欢迎。

ຂ້ອຍຮູ້ສຶກວ່າ,ທຳນອງດົນຕີປະກອບລະຄອນໂທລະທັດ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ແມ່ນມີທັງຄວາມກະຕຸ້ນໃຈທັງມ່ວນຫຼາຍ, ຂ້ອຍມັກທີ່ສຸດ, ຈຶ່ງເອົາມັນເປັນສຽງເອີ້ນເຂົ້າຂອງມືຖື.

（下期介绍《红楼梦》主题曲“枉凝眉”）
ຕອນຕໍ່ໄປຈະແນະນຳ“ຫວ້າງນີເມີຍ”ເຊິ່ງເປັນທຳນອງດົນຕີປະກອບເລື່ອງ《 ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》

## 二、词汇积累 ທ້ອນໂຮມໄວ້ຄຳສັບເທື່ອລະໜ້ອຍ

hǎi yáng
**海 洋**，ມະຫາສະໝຸດ

hǎi yáng fù gài dì qiú biǎo miàn de sì fēn zhī sān
海洋覆盖地球表面的四分之三。

ມະຫາສະໝຸດໄດ້ປົກຄຸມໜ້າໜ່ວຍພິພົບປະມານສາມສ່ວນສີ່.

hài xiū
**害 羞** ໜ້າອາຍ

tā shì dì yī cì shàng jiǎng tái yǒu xiē hài xiū
她是第一次上讲台，有些害羞。

ນາງແມ່ນຂຶ້ນສູ່ເວທີກ່າວຄຳປາໄສຄັ້ງທຳອິດໜ້າອາຍແດ່.

hán jià
**寒 假** ພັກຮຽນໄລຍະຍາວກ່ອນເວລາບຸນກຸດຈີນ

zhōng guó de xué xiào dōu zài chūn jié qián fàng cháng jià zhè ge jià qī zhèng chǔ yú zhōng guó hán lěng de dōng jì bèi chēng wéi hán jià
中国的学校都在春节前放长假，这个假期正处于中国寒冷的冬季，被称为寒假。

ໂຮງຮຽນຂອງຈີນລ້ວນແຕ່ແມ່ນພັກຮຽນໄລຍະຍາວກ່ອນເວລາບຸນກຸດຈີນ,ການພັກຮຽນນີ້ກຳລັງຕົກຢູ່ໃນລະດູໜາວທີ່ໜາວສຸດຂອງຈີນ,ສະນັ້ນຖືກເອີ້ນວ່າພັກຮຽນລະດູໜາວ.

hàn
**汗** ເຫື່ອ

hàn liú jiā bèi　hàn mǎ gōng láo
汗流浃背。　汗马功劳。

ເຫື່ອໄຫຼໄຄຍ້ອຍ,ວິລະກຳໃນການສູ້ລົບ

háng bān
**航 班** ຖ້ຽວບິນ

kūn míng jī chǎng yǒu guó nèi háng bān hé guó jì háng bān
昆明机场有国内航班和国际航班。

ສະໜາມບິນຄຸນໝິງມີຖ້ຽວບິນພາຍໃນ ແລະ ຖ້ຽວບິນສາກົນ

## 三、汉语知识 ຄວາມຮູ້ພາສາຈີນ

中国古典名著《红楼梦》作者：曹雪芹（公元 1724—1764 年）
ບົດປະພັນທີ່ມີຊື່ສຽງໂດ່ງດັງໃນບູຮານຈີນ《ຄວາມຝັນໃນຫໍແດງ》ຂຽນໂດຍ: ຊາວເຊຍສິນ(cao xueqin) (ຄສ ປີ1724-1764)

故事梗概（2）：

三月的一天，宝玉和王熙凤突然疯了，乱砸东西，满口疯话。贾政的小老婆赵姨娘劝贾母赶快为二人准备后事，被贾母痛骂了一顿。原来这是赵姨娘为争夺家庭地位请马道婆作的邪恶法术。幸亏来了一个癞头和尚和一个跛脚道人，拿着通灵宝玉念经做法，才把宝玉和王熙凤救了回来。

一次，宝玉去看黛玉，听黛玉随口吟出了《西厢记》的唱词。宝玉进屋，也念了两句《西厢记》的唱词同丫环开玩笑：“若你与多情小姐同鸳帐，怎舍得叫她叠被铺床。”黛玉一听便变了脸，哭着出门，说要去告诉舅父。宝玉慌了，急得赌咒发誓。

芒种节，黛玉在桃树林葬花，由落花想到自己凄苦的命运，口吟《葬花词》。不料躲在桃树林后的宝玉听了竟大哭起来。黛玉见是宝玉，抽身就走。宝玉叫住黛玉，说到：“你我从小一块儿长大，本该和气，为什么把宝姐姐、凤姐姐放在心里，不理我。”黛玉见宝玉一片痴情，心中很是感动。端午节前，皇妃元春从皇宫里送来给亲戚们的礼物，唯独宝玉、宝钗的礼物相同。宝玉感到疑惑，问袭人是不是拿错了礼物。黛玉知道了这件事，很不高兴地说：“我没福气接受这礼物，比不得宝姐姐什么金啦玉的，我们不过是草木人儿罢了。”宝玉一听，申辩说：“我心里除了老太太、父亲、母亲，第四个就是你了。”黛玉说：“你心里有妹妹，只是见了姐姐就把妹妹忘了。”过了两天，宝玉和黛玉又发生口角，急得宝玉取了通灵宝玉来乱砸，黛玉也气得呕吐不止。直到第二天，宝玉去向黛玉陪了礼，两人才言归于好。

这天中午，宝玉来到母亲王夫人住处，见丫头金钏儿正在为母亲捶腿。宝玉以为母亲睡着了，就同金钏儿开了些不三不四的玩笑。王夫人以为金钏儿勾引宝玉，忽然翻身而起，给金钏儿一个耳光，斥责她把宝玉给带坏了，并说要把金钏儿赶出贾府。金钏儿满含冤屈无法诉说，于是投井自尽了。就在这天，与贾府不和的忠顺府派人来找贾政，说宝玉带走了他们府中的戏子蒋玉菡，要贾府交人。宝玉一开始不承认，但来人却指着宝玉腰间的汗巾子说这就是戏子蒋玉菡的，宝玉觉得瞒不住，就把蒋玉菡住在北静王的别院里的事说了出来。贾政大怒。这时赵姨娘所生儿子贾环又乘机进谗，说宝玉强奸金钏儿未遂，逼死了人命，贾政一听怒不可遏，将宝玉叫来，往死里狠打。贾母闻讯赶到，痛骂贾政，众人才将宝玉抬回房中。宝钗带着药膏来看宝玉，宝玉很感动，心想：我不过是挨了几下打，她们各个都如此悲伤，要是我死了，还不知怎样呢！若是这样，我即便死了也心甘了！黛玉得知消息，慌忙赶去看望宝玉。宝玉见黛玉满脸泪痕，安慰她说：“我叫疼是装的，别当真了。”晚上，宝玉叫丫环送旧帕两条给黛玉。黛玉悟出了旧帕的意思，心里愧疚，就在帕上作诗三首，越加视宝玉为知己。

宝玉挨打后，宝钗也天天去探望宝玉，并劝宝玉读书上进。宝玉一听就生气，说：“好好一个清净洁白女子，也学得沽名钓誉。”宝钗听了，自觉没趣，只好离开。一天，宝玉正睡午觉，宝钗又去看宝玉。见丫头正给宝玉绣鸳鸯戏莲花样的肚兜，宝钗赞叹花样很好，拿过来帮助刺绣。这时，听见宝玉在梦中嚷道：“什么金玉姻缘！我偏说是木石姻缘！”宝钗听见不觉怔了，坐了一会儿，只好懒懒地离去。

宝玉身体复原后，在大观园中与众姐妹发起海棠诗社，混迹在女儿圈内，做一个“富贵闲人”，更把立身扬名抛到了脑后。

ເນື້ອໃນເລື່ອງໂດຍຫຍໍ້ (2)

ໃນມື້ໜຶ່ງຂອງເດືອນມີນາ,ປາວອີ ແລະ ຫວາງຊີຝົງເກີດປ່ອງບ້າຂຶ້ນ,ທັບມ້າງເຄື່ອງຂອງທົ່ວທິບ ແລະ ຈົ່ມວ່າຊະຊາຍຄືຜີບ້າ.ນາງອາຈາວເຊິ່ງເປັນເມຍນ້ອຍຂອງເຈຍເຈິງຂໍໃຫ້ແມ່ຂອງເຈຍເຈິງຮີບກຽມວຽກລວງໜ້າໃຫ້ທັງສອງຄົນຫລັງຈາກຕາຍໄປ,ແຕ່ຖືກແມ່ເຈຍເຈິງປ້ອຍດ່າຊ້ຳ,ຕັ້ງທີ່ແທ້ ອັນນີ້ແມ່ນນາງອາຈາວໄດ້ເອີ້ນໝໍດູທີ່ມີຊື່ວ່າມ້າມາເປົ່າມົນໃສ່ເພື່ອຢາກຍາດຊິງເອົາຖານະໃນຄອບຄົວ,ແຕ່ໂຊກດີທີ່ມີຄູບາຫົວຕຸ່ມອົງໜຶ່ງ ແລະ ນັກບວດສາສະໜາເຕົາຂາເຄອົງໜຶ່ງໃນມືຖືແກ້ວວິເສດສູດມົນເສກຄາຖາໃສ່ຈຶ່ງກູ້ເອົາຊີວິດຂອງປາວອີ ແລະ ຫວາງຊີຝົງຄືນມາໄດ້.

ມີຄັ້ງໜຶ່ງ,ປາວອີໄປຢ້ຽມໄຕອີ, ໄດ້ຍິນໄຕອີທ່ອງຄຳສັບເນື້ອເພງເລື່ອງ《ຊີຊຽງຈີ່》.ເມື່ອປາວອີເຂົ້າໄປໃນຫ້ອງກໍໄດ້ທ່ອງຄຳສັບເນື້ອເພງ《ເລື່ອງຊີຊຽງຈີ່》ເພື່ອເວົ້າຢອກກັບຄົນໃຊ້ຜູ້ຍິງວ່າ:“ຄັນວ່າທ່ານຈະຮ່ວມໝອນນອນຕຽງກັບຄົນທີ່ເປັນທີ່ຮັກ,ເຫດໃດຈຶ່ງໃຫ້ນາງປູຕຽງທັບຜ້າຫົ່ມ.”ເມື່ອໄຕອີຟັງຄວາມເວົ້າຂອງປາວອີກໍມີສີໜ້າປ່ຽນໂລດ,ທັງໄຫ້ທັງອອກຈາກປະຕູໄປ,ທັງເວົ້າວ່າຈະໄປບອກພໍ່ລຸງ,ປາວອີຢ້ານ ແລະ ຮ້ອນໃຈຈົນໄດ້ກ່າວຄຳສາບານ.

ໃນບຸນມັ່ງຈິງ,ໄຕອີຝັງດອກລາຍຢູ່ໃນປ່າໝາກລາຍ,ຫວນຄຶດເຖິງຊາຕາກຳທີ່ເຈັບຊ້ຳຂອງຕົນຈາກດອກໄມ້ຫລົ່ນ,ເລີຍທ່ອງຂຶ້ນໃຈ《ຄຳກອນຝັງດອກໄມ້》. ຄາດບໍ່ເຖິງວ່າປາວອີທີ່ລີ້ຢູ່ໃນປ່າໝາກລາຍນັ້ນໄດ້ຍິນແລ້ວກໍຮ້ອງໄຫ້ຂຶ້ນ.ໄຕອີຮູ້ວ່າແມ່ນປາວອີ,ກໍອ່ວາຍໂຕຍ່າງໜີໄປ.ປາວອີເອີ້ນໄຕອີຢຸດ ແລະ ເວົ້າຂຶ້ນວ່າ,“ເຈົ້າກັບຂ້ອຍເຕີບໃຫຍ່ຂຶ້ນມານຳກັນແຕ່ໄວເດັກ,ແທນທີ່ຄວນຖືກກັນ,ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຖືເອົາແຕ່ເອື້ອຍປາວ ແລະ ເອື້ອຍຝັງໄວ້ຢູ່ໃນໃຈ,ບໍ່ໃສ່ໃຈຂ້ອຍແດ່?” ໄຕອີເຫັນປາວອີມີຄວາມຮັກແບບຫລົງໄຫລກໍຮູ້ສຶກຊາບຊຶ້ງໃຈຫຼາຍ.ກ່ອນບຸນຕວນອູ,ຂອງຂວັນຂອງພະລາຊາຍາປວນຊຸນທີ່ຕ້ອງໃຫ້ບັນດາພີ່ນ້ອງນັ້ນມີພຽງແຕ່ຂອງຂວັນຂອງປາວອີ ແລະ ປາວໄຊແມ່ນຄືກັນ.ປາວອີຮູ້ສຶກມີຄວາມສົງໃສ,ຈຶ່ງຖາມສີເຢີນວ່າ,ບໍ່ແມ່ນເອົາຂອງຂວັນໃຫ້ຫລົງກັນບໍ່?ໄຕອີຮູ້ເລື່ອງນີ້ແລ້ວ,ເວົ້າຢ່າງບໍ່ດີໃຈວ່າ, “ຂ້ອຍບໍ່ມີບຸນໄດ້ຮັບຂອງຂວັນເຊັ່ນນີ້. ທຽບໃສ່ກັບເອື້ອຍປາວທີ່ໄດ້ແຕ່ຄຳທີ່ໄດ້ແຕ່ຢົກນັ້ນ.ຂ້ອຍຄືຊິແມ່ນຄົນຊັ້ນຕິດດິນຕິບໍ່”. ປາວອີເມື່ອໄດ້ຍິນກໍເວົ້າສວນຄືນວ່າ, “ໃນດວງໃຈຂ້ອຍ,ນອກຈາກແມ່ຕູ້,ພໍ່,ແມ່ຂອງຂ້ອຍ,ຜູ້ທີ 4 ກໍແມ່ນເຈົ້ານັ້ນລະ.” ໄຕອີເວົ້າວ່າ: “ໃນດວງໃຈເຈົ້າມີນ້ອງແທ້,ແຕ່ເມື່ອເຫັນເອື້ອຍແລ້ວກໍລືມນ້ອງໂລດ.”ສອງມື້ຕໍ່ມາ,ປາວອີກັບໄຕອີກໍຖຽງກັນອີກ,ເຮັດໃຫ້ປາວອີໃຈຮ້າຍແລ້ວເອົາຫີນຢົກວິເສດຂອງຕົນມາທັບໄປທັບມາ,ໄຕອີກໍອາລົມບໍ່ດີຈົນຮູ້ສຶກປວດຮາກບໍ່ເຊົາ,ຈົນເຖິງມື້ທີສອງ,ປາວອີໄປຫາໄຕອີເພື່ອຂໍໂທດ,ທັງສອງຄົນຈຶ່ງຖືກກັນຄືເກົ່າ.ຕອນທ່ຽງໃນມື້ນັ້ນ,ປາວອີມາເຖິງບ່ອນພັກຍາແມ່ຫວາງທີ່ເປັນແມ່ຂອງປາວອີ,ໄດ້ເຫັນຄົນໃຊ້ຜູ້ຍິງຈິນຊວນເອີກຳລັງນວດຂາໃຫ້ຍາແມ່,ປາວອີເຂົ້າໃຈວ່າແມ່ນອນຫລັບແລ້ວ,ກໍເວົ້າຢອກກັບຈິນຊວນເອີໃນເລື່ອງບໍ່ເປັນເລື່ອງ,ແມ່ຂອງຍາແມ່ຫວັງເຂົ້າໃຈວ່າຈິນຊວນເອີຊັກນຳປາວອີ,ກໍພິກໂຕຢືນຂຶ້ນຢ່າງກະທັນຫັນ ແລະ ຕົບຫູຈິນຊວນເອີບາດໜຶ່ງ,ກ່າວໂທດຈິນຊວນເອີຢ່າງຮຸນແຮງວ່າລາວໄດ້ຊັກນຳປາວອີເປັນຄົນບໍ່ດີ,ແລະ ເວົ້າວ່າຈະໄລ່ຈິນຊວນເອີອອກຈາກວັງເຈຍ,ຈິນຊວນເອີຮ້ອງທຸກຂໍຄວາມເປັນທຳແຕ່ບໍ່ມີບ່ອນກ່າວຟ້ອງ,ແລ້ວກໍໂຕນນ້ຳສ້າງຂ້າຕົນເອງຕາຍ.ກໍແມ່ນມື້ນັ້ນ,ວັງຈົງຊຸນທີ່ບໍ່ຖືກກັບວັງເຈຍໄດ້ແຕ່ງຄົນມາຫາຜູ້ປົກຄອງເຈຍເຈິງ,ເວົ້າວ່າ,ປາວອີພາຈຽງອີຫານນັກສະແດງງິ້ວຂອງວັງເຂົາເຈົ້າໜີໄປ,ວັງເຈຍຕ້ອງສົ່ງຄົນຄືນມາ,ທຳອິດ,ປາວອີບໍ່ຮັບ,ແຕ່ວ່າ,ຜູ້ທີ່ມານັ້ນກໍຊີ້ໃສ່ແພມົນທີ່ຫ້ອຍຢູ່ແອວຂອງປາວອີວ່າອັນນີ້ກໍເປັນຂອງຈຽງອີຫານ,ປາວອີຮູ້ສຶກວ່າປິດບັງບໍ່ໄດ້ແລ້ວ,ກໍຈຶ່ງເວົ້າເລື່ອງທີ່ຈຽງອີຫານພັກຢູ່ໃນເຮືອນລາຊະວົງປາຍຈິງອອກມາ,ເຈຍເຈິງໄດ້ຍິນແລ້ວໂມໂຫຢ່າງໃຫຍ່.ເວລານີ້,ເຈຍຫວນລູກຂອງນາງອາຈາວໄດ້ສວຍໂອກາດຍຸແຍ່,ເວົ້າວ່າ,ປາວອີຂົ່ມຂືນຈິນຊວນເອີບໍ່ສຳເລັດ,ແລ້ວບັງຄັບໃຫ້ລາວຕາຍ,ເຈຍເຈິງອົດກັ້ນຄວາມໂມໂຫບໍ່ໄດ້,ເລີຍເອີ້ນປາວອີມາ,ຕີປາວອີເກືອບຕາຍ,ແມ່ຂອງປາວອີຮູ້ຂ່າວຮີບແລ່ນມາ,ດ່າຮ້າຍເຈຍເຈິງ,ເອີ້ນຄົນມາຈັ່ຍເອົາປາວອີກັບເມື່ອເຮືອນ,ປາວໄຊເອົາຢາທາມາເບິ່ງປາວອີ,ປາວອີຕື້ນຕັນໃຈຫຼາຍ,ຄຶດວ່າ,ເຖິງວ່າຂ້ອຍຖືກຕີຈັກບາດກໍຕາມ,ພວກເຂົາເຈົ້າທຸກຄົນລ້ວນແຕ່ເສົ້າໂສກເສຍໃຈຄືແນວນີ້,ຄັນວ່າຂ້ອຍຕາຍແລ້ວ,ຈັກຈະເປັນແນວໃດ! ຖ້າຫາກວ່າເປັນຈັ່ງຊີ້,ຂ້ອຍຕາຍຍັງຈະດີເໝືອນກັນ,ໄຕອີຮູ້ຂ່າວແລ້ວກໍຮີບໄປເບິ່ງປາວອີ.ປາວອີເຫັນໃບໜ້າຂອງໄຕອີເຕັມໄປດ້ວຍນ້ຳຕາ,ປອບໃຈໄຕອີວ່າ,“ຂ້ອຍເວົ້າວ່າເຈັບນັ້ນແມ່ນແກ້ງເຮັດ,ຢ່າຖືວ່າເປັນເລື່ອງຈິງ.”ຕອນຄ່ຳ,ປາວອີເອີ້ນຄົນໃຊ້ຜູ້ຍິງເອົາແພມົນເກົ່າສອງຜືນໄປໃຫ້ໄຕອີ,ໄຕອີຊາບຊຶ້ງຄວາມໝາຍຂອງການສົ່ງແພມົນເກົ່າ,ຮູ້ສຶກໜ້າອາຍ,ກໍໄດ້ຂຽນກາບກອນສາມບົດໃນແພ່ມົນ,ແຮ່ງຖືປາວອີເປັນຄົນຮູ້ໃຈກັນ.

ຫລັງຈາກປາວອີຖືກຕີແລ້ວ,ໄຕອີກໍໄປຢ້ຽມເບິ່ງປາວອີທຸກມື້,ແລະຕັກເຕືອນປາວອີຮຽນໜັງສືໃຫ້ກ້າວໜ້າ,ປາວອີເມື່ອໄດ້ຍິນເວົ້າຈັ່ງຊັ້ນກໍຄຽດໂລດ,“ເວົ້າວ່າ: ນາງສາວທີ່ບໍລິສຸດປອດໃສດີດີຜູ້ໜຶ່ງກໍໄດ້ຮຽນເປັນທີ່ມີຊື່ສຽງ ແລະ ຄຳຍົກຍ້ອງຊົມເຊີຍ.”ປາວໄຊໄດ້ຍິນແລ້ວ,ກໍບໍ່ໃສ່ໃຈຫຍັງ,ມີແຕ່ຍ່າງອອກໄປເລີຍ,ມີມື້ໜຶ່ງປາວອີກຳລັງນອນທ່ຽງຢູ່,ປາວໄຊໄປເບິ່ງປາວອີອີກ,ໄດ້ເຫັນຄົນໃຊ້ຜູ້ຍິງກຳລັງຖັກແສ່ວຜ້າຄຽນແອວທີ່ມີລວດລາຍນົກເປັດກັບດອກບົວໃຫ້ປາວອີ,ປາວໄຊຍ້ອງວ່າລາຍດອກງາມຫຼາຍ,ແລະ ຈັບມາແສ່ວຊ່ວຍ.ໃນຂະນະນັ້ນໄດ້ຍິນປາວອີເວົ້າໃນຄວາມຝັນວ່າ,ອັນໃດແມ່ນການສົມຣົດທີ່ປະເສີດ! ຂ້ອຍວ່າແມ່ນການສົມຣົດຫີນໄມ້! ປາວໄຊຍິນແລ້ວ,ບໍ່ສະເທືອນໃຈ,ນັ່ງບຶດດຽວກໍອອກໄປຢ່າງຊ້າໆ.

ຫລັງຈາກສຸກຂະພາບຂອງປາວອີຟື້ນຟູປົກກະຕິແລ້ວ,ໄດ້ຮ່ວມກັບເອື້ອຍນ້ອງທັງຫຼາຍເລີ່ມຕົ້ນສ້າງສຳນັກງານແຕ່ງບົດກາບກອນໄຮຖັງໃນສວນດາກວນ,ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນແວດວົງຂອງຜູ້ຍິງ,ເປັນຄົນຫວ່າງວຽກທີ່ຮັ່ງມີ,ແລະ ປະຖິ້ມການສ້າງຕົວແບບມີຖານະຊື່ສຽງໂດ່ງດັງໄວ້ຂ້າງຫລັງ.

听语音请登陆 ຟັງສຽງອັດ ເຊີນຂຶ້ນເວັບໄຊ :http://la.rivermk.com

# 云南阳光道桥股份有限公司

# YUNNAN SUNNY ROAD & BRIDGE CO.,LTD

## ບໍລິສັດຂົວທາງຫຸ້ນສ່ວນຢາງກ່ວາງຢຸນນານຈຳກັດ

具有五十多年历史的云南阳光道桥股份有限公司,拥有公路工程施工总承包一级资质及对外经济合作业务经营权。累计完成施工里程5000多公里，其中高等级公路1800多公里，获鲁班奖、中国首届诚信企业等多种奖项。通过了ISO9001质量管理体系、ISO14001环境管理体系和OHSAS18001职业安全卫生管理体系国际认证。所承建的工程遍布云南省各地州、中国众多省份和亚非许多国家。我们愿与世界各国、特别是东南亚各国的经济组织、高等院校、科研单位、政府机构等携手开展多层次、宽领域的合作，优势互补，共赢发展。

地址：中国 昆明市官南大道1588号
电话：0871-67017107　67017108
网址：WWW.YNROAD.COM

ບໍລິສັດຂົວທາງຫຸ້ນສ່ວນຢາງກ່ວາງຢຸນນານຈຳກັດທີ່ມີປະຫວັດການມາໄດ້ 50 ກວ່າປີ ມີຄຸນວຸດທິຊັ້ນ 1 ໃນການຮັບເໝົາລວມວິສະວະກຳສ້າງທາງ ແລະ ມີສິດດຳເນີນທຸລະກິດໃນການຮ່ວມມືດ້ານເສດຖະກິດກັບຕ່າງປະເທດ.ລວມທັງໝົດໄດ້ສ້າງທາງສຳເລັດໄດ້ 5,000 ກວ່າຫຼັກກິໂລແມັດ,ໃນນັ້ນ,ທາງຫຼວງລະດັບຊັ້ນສູງ1,800 ກວ່າກິໂລແມັດ,ໄດ້ຮັບລາງວັນຫຼາຍປະເພດເຊັ່ນ:ລາງວັນລູປານ,ລາງວັນວິສາຫະກິດທີ່ເຊື່ອໃຈໄດ້ຄັ້ງທຳອິດຂອງຈີນ.ໄດ້ຜ່ານການຮັບຮອງຈາກລະບົບຄຸ້ມຄອງຄຸນນະພາບ IS09001,ລະບົບຄຸ້ມຄອງສະພາບແວດລ້ອມ ແລະ ລະບົບສາກົນຄວາມປອດໄພ ແລະ ອານາໄມວິຊາຊີບ.ໂຄງການທີ່ຮັບເໝົານັ້ນແມ່ນຢູ່ບັນດາກິ່ງແຂວງ ແລະ ນະຄອນທົ່ວແຂວງຢຸນນານ,ບັນດາຫຼາຍແຂວງຂອງຈີນ ແລະ ຫຼາຍປະເທດໃນອາຊີແລະອາຟຼິກກາ.

ພວກເຮົາມີຄວາມຍິນດີຮ່ວມກັນກັບບັນດາອົງການຈັດຕັ້ງເສດຖະກິດ,ມະຫາວິທະຍາໄລ ແລະ ໂຮງຮຽນຊັ້ນສູງ,ອົງການຄົ້ນຄວ້າວິທະຍາສາດ,ອົງການປົກຄອງຂອງໂລກ ແລະ ຂອງບັນດາປະເທດອາຊີອາຄະເນຈັບມືກັນເປີດການຮ່ວມມືຫຼາຍຊັ້ນລະດັບ ແລະ ຂົງເຂດຢ່າງກວ້າງຂວາງ,ມີທ່າແຮງທົດແທນກັນ,ພັດທະນາຮ່ວມກັນໄດ້ຮັບຜົນປະໂຫຍດພ້ອມກັນ.

ສະຖານທີ່:ຖະໜົນກວນນານເລກທີ່ 1588 ນະຄອນຄຸນມິງ ສປ ຈີນ
ເບີໂທ: 0086-871-67017107　67017108
ເວັບໄຊ: WWW.YNROAD.COM

**做人守德　感恩做人　　做事守道　负责做事**

ເປັນຄົນຕ້ອງມີຄຸນສົມບັດ　ຮູ້ຕອບບຸນແທນຄຸນ　ເຮັດວຽກປະຕິບັດຕາມຫຼັກການ　ກ້າແບກຫາບໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບ

# MEKONG HOTEL

## 湄 公 酒 店

服务中国人，万象有湄公；入住湄公，如在家中。

# ໂຮງແຮມ ແມ່ຂອງ

湄公酒店建于1994年，是中国石油辽阳石油化纤公司与老挝政府合资经营的三星级酒店。酒店地理位置优越，地处万象市中心，距商业区仅500米，离机场2公里。前临老挝国家重要交通枢纽13号公路，后依东南亚名河—湄公河300米，与泰国隔河相望。

酒店拥有四栋建筑楼，建筑面积1万平方米，设有标准客房44间、商务房6间、豪华套房3间、公寓56套。客房宽敞明亮，装饰典雅，舒适安全，并为您提供24小时保安服务。酒店下设北京饭庄、绿洲旅游公司及友谊夜总会。

我们以“宾客至上，服务第一”为宗旨，随时恭候您的光临。

Welcome to Mekong Hotel, which was co-founded by CNPC Liaoyang Company and Lao government in 1994.The hotel is located downtown in Vientiane, only 500 meters away from the commercial district and Watty International Airport is just 2 Km away. The Lao important 13th road is right adjacent to the hotel and the famous Mekong river is only 300 meters away at the back of the hotel.

Occupying 10,000 square meters, Mekong Hotel consist of 4 buildings in which there are 44 hotel standard rooms, 6 executive rooms, 3 executive suites and 56 suites of apartment rooms. All are well equipped and secured with proper and reliable security facilities. At the same time, we offer security service 24 hours a day. Beijing restaurant, Greenland Tourism Co. and Friendship night Club is affiliated to the hotel as well.

We are looking forward to your coming. Please enjoy the hospitality of our staff.

地址 /Address：Ban sithanneua,Souphanouvong Rd.,Vientiane
电话 /Reception：00856 21 212937/212938/212939　传真 /Fax：00856 21 212822
网址 /Website:www.mekong-hotel.com　Email：客房 reservation@mekong-hotel.com　旅游服务 greenlandtour@mekong-hotel.com

ການບິນລາວ
Lao Airlines
Lao Airlines
ດານັງ (岘港)
DANANG
4/12/2012
ກວາງເຈົາ (廣州)
GUANGZHOU
29/11/2012
ບູຊານ (釜山)
BUSAN
30/12/2012
ເຊອຸນ (首尔)
SEOUL
21/12/ 2012
www.laoairlines.com
Tel:856-21 212051-4