

齐奥塞斯库抵巴黎同德斯坦会谈

法发言人说双方十分深入地研究了国际形势，着重研究了中东和阿富汗形势，在上述问题上，两国看法接近一致

【法新社巴黎7月23日电】题：齐奥塞斯库抵达巴黎

罗马尼亚总统、共产党总书记齐奥塞斯库星期三（7月23日）下午从布加勒斯特抵达巴黎。

从今天到星期六，他将到法国进行为期3天的正式访问。

陪同罗马尼亚总统访问的主要有总统夫人、共产党政治执委会常设局委员、第一副总理埃列娜·齐奥塞斯库。

【法新社巴黎7月23日电】题：法国、德斯坦与齐奥塞斯库的首次密谈

爱丽舍宫负责外交事务的发言人雅克·布洛指出，法国总统德斯坦与到达巴黎、对法国进行正式访问的罗马尼亚社会主义共和国总统齐奥塞斯库之间的3次密谈中的第一次密谈，“十分深入地”研究了国际形势。

布洛强调指出，这次密谈是在“非常真诚的”气氛中进行的，接着又明确指出，两位国家元首着

重研究了近东和阿富汗形势。布洛指出，在这次为一个多小时的会谈中，法国总统指出，在上述问题上，两国的看法“接近一致”。

齐奥塞斯库间接地谈了阿富汗危机，他说：“今年年初，我们目睹了导致国际形势极其紧张的一些事件。这些事件的发生表明，必须在谈判的基础上，在尊重各国人民的独立和各国人民在没有外来干涉的条件下自己发展的权利来解决问题”。

【路透社巴黎7月23日电】罗马尼亚总统齐奥塞斯库同法国总统德斯坦讨论了东西方关系和阿富汗危机。齐奥塞斯库是今天到这里进行3天正式访问的。齐奥塞斯库是0年中第二次对法国进行国事访问，他是苏联在去年2月对阿富汗进行干涉以后第一位访问巴黎的东方集团的领导人。

【路透社巴黎7月23日电】人们把法国和罗马尼亚都看成是自行其是的

国家，因为它们在各自己的联盟——北约和华约——内都采取了独立的姿态。

特别是，罗马尼亚的油井正在干枯，布加勒斯特被迫以世界的价格从苏联进口石油产品。

法国是罗马尼亚在西方居西德之后的第二大贸易伙伴，但是令人不满意的是双方贸易量差距很大，法国的贸易量大于罗马尼亚的贸易量。

这里的官员们说，必须先缩小这一逆差——去年这一逆差达到大约9亿法郎（2亿美元），然后罗马尼亚人才会同意进一步在法国订货。

本周会谈的日程上另一个必定要讨论的题目是人们所说的“人道主义问题”。法国人谋求为希望到法国来与他们的妻子和家庭团聚的一些罗马尼亚人得到出国签证。

【法新社巴黎7月22日电】题：齐奥塞斯库说：“最严重的国际紧张局势已经过去”

罗马尼亚总统、共产党总书记齐奥塞斯库认为，“现在，人们可以说最严重的国际紧张局势已经过去了”。他还说，“我们正处在一个暂时平静的时期”。

在这位罗马尼亚总统即将对法国进行正式访问的前夕，法国电视三台于星期二晚广播了他的讲话摘要。然而，齐奥塞斯库在讲话中又说：“危险一直是相当大的”。所以罗马尼亚认为，“欧洲的裁军和脱离军事接触的问题应当列为头等重要的问题，因为，尽管存在各种紧张的地区，但欧洲仍然是可能爆发一次新的世界大战的主要发源地”。

关于阿富汗问题，这位罗马尼亚国家元首说：“重要的是为实现政治解决而作出一切努力，这种政治解决的基础是：停止一切对反政府力量的外来援助，苏联军队撤出阿富汗。”

说苏去年的经济情况是第二次世界大战以来最糟的，未能兑现关于改善生活的诺言使公众感到沮丧和不满，今年消费前景尤为暗淡。苏军费上升已超过经济增长能力。据推测，这种前景可能导致苏在八十年代初趁它军事实力强大时进行更富有侵略性的冒险

前的发展趋势，这个数字到1985年可能达到5%。相比之下，美国国民生产总值1979年增长2.3%（通货膨胀除外），军费大约增长3%，这笔开支占国民生产总值的5%，而十年前却占8%，近几年来可以说军费一直是美国经济的一个沉重负担。

在苏联，去年经济增长了0.7%，国防开支增长了4%至5%，中央情报局关于军费在国民生产总值中所占比重的数字表明，军费将是一个越来越沉重的负担。

虽然中央情报局的研究报告没有讨论这一点，但据该情报分析人员正在推测，八十年代的经济困难最终是否会限制苏联的军火生产和向消费品工业与民用工业转移。

他们还推测，这种前景是否会导致莫斯科在八十年代初期趁它军事实力强大的时候进行更富有侵略性的冒险。

中央情报局说，俄国公众的情绪是“悲观的，怨天尤人的，越来越多的地方食品短缺，尤其是城市，直到最近供应才稍微好一点”。

消费者不相信宣传上所说的国内物品短缺是由于苏联增加了对欠发达国家的援助，而是指责政府“管理不善”。

中央情报局的研究报告说，由于缺少消费品而引起的愤怒情绪不会威胁克里姆林宫政权的稳定。这种情绪倒是可以引起生产率下降、酗酒、旷工和腐化。

美国参议院民主党领袖伯德说
在中美关系上开倒车是极大的错误

【合众国际社华盛顿7月23日电】参议院民主党领袖罗伯特·伯德今天警告说，从美国发展同中国的关系的任何后退将是个极大的错误。

伯德在国会休会两周期间访问了中国。他向参议院报告说，他曾经设法使北京的高级领导人放心，美国现在执行的政策将持续下去。

伯德在他的报告中没有提到被提名为共和党总统候选人的里根。

参议院的这位民主党领袖说：“我们同中国日益发展的关系应该是美国对外政策的基本因素。”

伯德说：“改变这种关系的状况，在这个时候

开倒车将是个极大的错误。这样做会严重破坏美国在世界上的利益，以及台湾和我们在亚洲和太平洋地区的友邦和盟国的利益。”

伯德在他的报告的另一部分里说：“试图在我们同中华人民共和国的关系上开倒车，象某些人所建议的那样，将是目光短浅和不负责的——显然是违背美国的利益的。”

他接着说：“改变美中两国的关系将破坏我们已经取得的引人注目的进展，而且将是一个会造成重大后果的错误，势必危害美国、中国、台湾和整个亚洲太平洋地区的利益。”

【英国《金融时报》7月22日报道】题：卡林顿暗示将对俄国采取比较缓和的路线

外交大臣卡林顿勋爵昨天暗示，在下一年，英国将作出新的尝试来改善同苏联的关系。

他是在下院的记者午餐会上说这番话的。他的讲话标志着英国政府对俄国入侵阿富汗事件以后所持强硬路线的态度发生了明显的变化。他的和解语调是在有争议的莫斯科奥运会全力进行的时候发表的，这就更加令人惊奇了。

他宣布：“我们必须对东西方关系作出特别的努力。我们不应该在我们的原则或我们的防务上妥协或幻想妥协。”

“但是，我们不一定要听任对峙局面永远存在下去，这肯定不是我们所希望的生活方式。”

“我们必须全面权衡对东西方关系的看法，这就是我们在今后一两年内必须进一步思考的问题。”

除了东西方关系外，卡林顿勋爵还列举了英国在即将到来的一年中需要集中注意的其它三个方面的问题。

苏联去年进口了创纪录的3,100万吨粮食，从而避免发生令人沮丧的屠杀牲畜的现象，国内粮食大减产本来是会引起这一现象的。

今年的情况大不相同。美国由于抗议苏联入侵阿富汗而实行的粮食禁运，将使苏在1980年不能从美国购买1,900万吨粮食。

中央情报局的研究报告说，莫斯科只能部分弥补这个损失。

当勃列日涅夫说美国的禁运行动不会影响“面包供应计划”时，苏联消费者怀疑他们将在莫斯科和其他地方的食品店门前排长队，据说有人开始囤积面粉。

在详细列举了莫斯科在石油、煤、电、钢、机械、化工、交通运输和劳动方面面临的困难之后，中央情报局说“面临着成堆问题的”领导人要进行“改革”了，但这种“改革”从实质上说更是过去那种由中央统一分配资源、政府规定价格和实行其他一些历来只会压制创造和助长浪费的措施。

中央情报局的报告说，这些措施“不会振兴苏联的经济”。

【合众国际社华盛顿7月21日电】（记者：尼·达尼洛夫）美国中央情报局星期一说，在1978—1979年这段时期里，苏联的经济只增长2.1%，这样，在国防开支不断增加的同时，老百姓对消费品的匮乏感到不满。

中央情报局在一份题为《苏联1978—1979年的经济和对1980年的展望》的25页报告中说，“在1978—1979年这段时期里，苏联经济的发展慢到了爬行的地步。

“国民生产总值的平均年度增长率只有2.1%，这是自从第二次世界大战结束以来，在任何两年的时间里的最低数字。”

苏联去年粮食歉收，只有17,900万吨，比1978年的丰收年减少5,800万吨。

英国《金融时报》报道

《卡林顿暗示将对俄国采取较缓和的路线》

美中央情报局发表对苏联经济的研究报告

《苏1978—1979年的经济和对1980年的展望》

【美国《巴尔的摩太阳报》7月21日文章】（记者查尔斯·科德里发自华盛顿）题：中央情报局报告，苏联对国民生产总值增长缓慢感到不安；研究报告发现人们对物品短缺和国防负担过重大为不满

苏联经济发展缓慢，去年的经济情况是第二次世界大战以来最糟糕的，未能兑现关于改善生活的诺言使公众感到丧气和大为不满。

勃列日涅夫主席本人对于诸如肥皂、尿布、面包和牛奶这些基本商品的短缺现象也表示抗议，扬言要对那些应该对此负责的人进行惩罚，但是，他又继续不断地增加军费，这笔费用已超过了经济增长能力。

这是中央情报局新近发表的题为《苏联1978—1979年的经济和对1980年的展望》的有关事实，统计数字和意见的简编中所描述的部分困境。

1979年，俄国国民生产总值增长了0.7%，前年增长了3.5%。该研究报告表明，近两年来经济“发展缓慢”主要是因为农业歉收（由于天气恶劣造成）、生产率下降和随着能源需求的增加，石油产量不增不减。

苏联公民的生活几乎没有什么改善。在这个时期，按人口计算的消费率每年增长不到2%，按人口计算的肉产量（这是衡量消费者福利水平的一个重要标志）1979年下降了1%。今年的消费前景“尤其暗淡，特别是食品供应情况更是如此”。

该报告说，国防开支是一个截然不同的问题，它“不受经济增长缓慢的影响”。

得到政界和官僚的强大支持的大规模武器计划使军费上升，而一些基本消费品的产量却下降了。防务部门拥有足够的资金，并抽去了许多具有最好的科学、技术和管理才能的人员以及质量最好的材料。

中央情报局说，近几年的军费比经济增长得快，1979年的军费占国民生产总值的2%至4%。根据目

【日本《每日新闻》6月30日刊登该报泷泽庄和美国亚洲问题专家派伊教授的对谈内容】题：美中新时代的前景——不结同盟，维持友好

美国通过威尼斯发表国家首脑会议发表的“阿富汗宣言”，尽管不充分，但还是表明了西方在对苏问题上的团结一致。美国为了更有效地推行对苏强硬路线，想进一步加强接近中国。另一方面，过去曾固执地想与美苏两个超级大国统治世界的作法相对抗的中国，现在却拼命地和以美国为中心的西方搞团结，建立“反苏统一战线”。结果，建交一年半之后的中美关系，以“阿富汗事件”为契机，即将进入质的转变期。

我们听取了美国屈指可数的亚洲问题专家、白宫国家安全委员会顾问、马萨诸塞理工学院教授派伊博士谈他对与我国的和平和安全有着密切关系的“美中新时代”的前景的看法。

问：是否可以认为，自苏联军队入侵阿富汗之后，中美关系在两国反对苏联扩张主义方面具有共同的利益的意义上已经进入了实质性的新阶段？

派伊博士（以下简称派）：是的，由于苏联入侵阿富汗，中苏之间缓和的可能性减小了。另外，美中之间，拥有超出人们过去想象的那种程度的共同利益，这也是显而易见的，两国关系已经加强。美中的这种新时代，主要是由于美方的变化而形成的。在发生阿富汗事件之前，我们一心一意地想和苏联搞好关系，不许中国插手这种关系。但是，阿富汗事件后，美国的立场发生了变化，对北京的态度更积极了。

问：中国方面变化如何？

派：中国方面没有太大变化。因为中国对苏联已经抱有很大的疑心。自苏军入侵阿富汗以后，中国对苏联的态度强硬起来。

问：请再稍详细地谈一下中国对苏战略的变化。

派：本来是意识形态方面的对立，却发展到战略上的对立，进而又发展到了发生边境冲突的地步。而且，苏联还想同河内联合起来包围中国，对立更加激化。中国起初是想和东欧的阿尔巴尼亚、罗马尼亚团结，接着是谋求接近西方的北大西洋公约组织。由此，中苏之间便产生了战略性的和地缘政治性的紧张。

中国最近在世界政策方面的变化，是在对下述事实有了认识之后发生的。中国认识到，他们遵照毛泽东的教导，仍没有摆脱贫穷落后的国家状态。中国必须取得来自某个地方的援助。但是，已不能再象五十年代那样得到莫斯科的帮助了。因此，不得不依靠日本和西方。其结果是，中国加强了对西方的缓和路线。

问：前不久华国锋总理对日本的访问，是中国的这种世界战略的一个组成部分吗？

派：我认为，华总理访日的确是一次巧妙的访问。使日本国民惊慌失措的言行他一概回避，这确实

美亚洲问题专家派伊谈美中关系

《美中新时代的前景——不结同盟，维持友好》

使苏联感到焦躁不安。他使日本国民明确了一点：和中国搞好关系比同苏联搞好关系容易得多。这也正是他访日的目的。而且，他出色地实现了这个目的。

问：美国同意向中国出售雷达、运输机等“非杀伤武器”。是否可以认为这是向出售“杀伤武器”迈出的第一步呢？

派：也许是第一步。但目前，华盛顿正在就到底同意出售什么样的军用物资的问题进行讨论。不过，我看，美国军需工业方面要求向中国出售武器的压力将变得极强。

在这里，我想指出一个与日本有关的重要问题。那就是，在存在强有力的苏联和体弱的中国的状况下，要采取所谓的公平无私的“对苏等距离政策”，这事实上几乎是不可能的。看起来对苏联公平的事情，实际上也许是反中国的，反过来也一样。在以两个超级大国为对手时，对二者采取“等距离”是容易的，但是在一方强、一方弱的情况下，事情就完全不同了。

问：美国助理国务卿霍尔布鲁克6月4日发表讲话说：“密切中美关系是符合两国利益的。”把此事与“出售非杀伤武器”等情况联系起来考虑，可以说，美中正朝着结成军事同盟的方向前进？

派：我不这样看。即使将来有这种可能性，但我认为，美中军事同盟是困难的。因为这一点要在美国国会通过是极其困难的。新的盟国和伴随着新盟国所产生的新危险等，对于美国社会中的几个因素来说将会产生新的困难。一个因素是亲台湾派，这决不是一个微不足道的集团。第二，美国对共产党国家的不信任仍然根深蒂固。第三，在美国国内希望同苏联改善关系的人们看来，和中国建立同盟关系对苏联来说挑衅性太强。

因此，这些集团的奇妙的合作，可能将阻碍美中签订同盟条约。条约必须在参议院获得通过，所以，同盟是极其困难的。

我们所能做的，或者现在已看到的，是对加强中国的力量提供合作。另外，关于霍尔布鲁克讲话，内容上有暧昧的地方，可以作各种解释。

问：是不是说中国将始终是“友好国家”，不会成为“盟国”？

派：我认为在现阶段用友好国家这一措词是适当的。因为在美中关系中，有一种情绪，或者是存在着象“中国热”那样的“陶醉感”。这是“幼年人恋爱”，不是成熟的大人恋爱。大概早晚会有基于合理关系的成熟关系的方向发展。这种关系不单单留于气氛，而是更有目的性。

问：日中、美中之间的关系已更加密切，加之中国又试验成功了洲际弹道导弹，这样一来，苏联对中国的恐怖感是否在加剧？

派：未必能说苏联的恐怖感正在加剧。不过，苏联的焦躁情绪确实是在加重。我想，如果苏联能够惩罚中国，那么……，但我认为实际上是不可能的。因为对华发动军事作战的损失太大。假如苏联企图入侵中国，等待他的将是中国的“人海战术”，这样也许就会导致苏联所不希望的全面战争，使世界发生天翻地覆的彻底变化。

问：苏联对中国的上述焦躁情绪，是否会成为对世界和平的威胁？

派：危险的是，这种焦躁情绪将促使苏联增强军事力量。苏联将继续加入“保险”，这意味着它将增强其在远东的军队。苏联海军的增强和岷港的基地化，给日本和美国带来了重大影响。

问：人们都说“冷战将会恢复”，那么，美苏关系是否会进一步恶化？

派：担心莫斯科奥林匹克运动会结束后，阿富汗形势有可能更加严重。现在苏联是采取克制态度（撤出一部分兵力），但是在奥林匹克运动会后，也许会发动非常残忍的扫荡。如果是这样，美苏关系可能会进一步恶化。

问：总统选举舆论调查表明，共和党候选人里根的支持票超过了卡特总统。里根主张“和台湾恢复正常的关系”，《人民日报》对此进行了批评，那么……

派：即便是里根当总统，恐怕也不会改变同北京的关系。只是，也许会由于比现在对台湾友好而使北京感到焦躁不安。但里根基本上是“反莫斯科”的，所以是“亲北京”的。因此，对华政策基本上会和现在一样。

• • • • •

【英国《现在！》周刊7月4日文章】

题：齐亚的军事管制计划开始出现裂痕

在军人统治三周年之际，巴基斯坦本周末爆发了一次大罢工。这是对齐亚·哈克将军强硬的军事管制政权的一次最果敢的挑战行动。人们担心，这次抗议不是一次消极行动。

在被政府关闭的伊斯兰堡大学，有五十多名学生被捕，发现他们有枪支弹药，准备在对将领们采取行动那天用。

近几个星期，对巴基斯坦总统压制反对党行径的愤懑情绪一直在增长。而且，好斗的学生和律师结成了联盟，数以千计的人游行示威，反对新近颁布的使军事法庭拥有最高权威的法令。

齐亚将军下达的一道军法令，使政界的头面人物被软禁，遭毒打，判酷刑。同时，巴基斯坦愤怒的律师站出来为民权辩护。巴基斯坦律师协会最近号召会员们不要到法庭上班，拒绝服从齐亚将军的命令。

齐亚将军一个月前在一次等了很久的对全国发表的演说中为自己的行为辩解。他答应国民可以参政，此举显然是企图为他的军人政权脸上贴金。

他的“自由选举”的诺言经常不能兑现，因此很少有巴基斯坦人相信会举行什么“自由选举”。

他把武装部队看作是使这个四分五裂的国家保持团结的唯一的工具。他最近说，军队“应当是整个民族团结一致和使巴基斯坦具有伊斯兰特点的精神的源泉”。然而，他对他的一些高级将领的忠诚表示怀疑，今年三月，一批图谋政变的将领被抓了起来。

与此同时，前总理布托虽然被绞死了一年了，但是他的阴影仍笼罩着这个新政权。布托的女儿贝纳西尔如今是巴基斯坦人民党的发言人。人民党最近在地方选举中取得了很大的胜利。

虽然军管当局牢牢控制着政局，在大城市却出现了“齐亚该死”的大字标。（政府对这些大字标极为重视，派了几队清洁工把大字标抹掉。）新闻检查无济于事。将领们无法阻止人们收听英国广播公司用乌尔都语广播的新闻。

使齐亚将军的地位受到极大削弱的是巴基斯坦每况愈下的经济。通货膨胀和食品短缺加剧了政治上的不稳定，政府控制物价的努力对改善老百姓的生活没起什么作用。

同时，巴基斯坦所需石油的35%要靠进口，今年花费了五亿英镑。只是由于在国外工作的巴基斯坦人不断向国内寄钱（每年差不多有十亿英镑）才使经济免于崩溃。

英报报道

《克格勃在巴基斯坦的颠覆活动》

说苏联越来越深地插手反齐亚组织，克格勃在俾路支的秘密活动增加了

【英国《每日电讯报》7月7日报道】题：克格勃在巴基斯坦的颠覆活动

伊斯兰堡外交使团中盛传，苏联大使萨·阿·阿齐莫夫很快将被召回莫斯科，以防巴基斯坦因为他不断干涉巴基斯坦的政治事务而可能采取的报复行动。

在他以前担任过的职务中，最重要的职务是1969—74年间任苏联驻贝鲁特大使。当时，他在扩大苏联对巴勒斯坦解放组织的影响方面，工作是成功的。

阿齐莫夫为阿拉法特1974年7月访问苏联奠定了基础。巴勒斯坦解放组织主席在莫斯科首次不仅被当作“非官方的”苏联亚非团结委员会的客人，而且被当作苏联政府和共产党的客人。阿拉法特受到的待遇反映出苏联政治

局接受了阿齐莫夫等人提出的论点。俄国在同许多阿拉伯国家打交道的过程中感到失望以后，应该把巴勒斯坦解放组织变成它在这个地区的最重要的代理人，这一论点目前依然是苏联中东政策的一个关键因素。

注视阿齐莫夫在贝鲁特的活动的西方外交官们说，他同克格勃的情报站保持着密切的联系，他本身就是克格勃的高级官员。

自从阿齐莫夫调任驻伊斯兰堡大使以来，他用越来越具有威胁性的口吻同巴基斯坦人讲话。在978年4月阿富汗第一次发生共产党人政变以后，他在拉合尔举行的一次记者招待会上说，“巴基斯坦是我们的敌人的朋友，而它的敌人则是我们的朋友”。

他要求巴基斯坦退出

同西方的一切联盟，他甚至抨击巴基斯坦政府允许在巴基斯坦出版萨达特总统的回忆录。

与此同时，伪装的克格勃和情报总局的特务人员，开始增加了他们同反对党和分裂主义运动领导人以及武装部队中反对齐亚的军官的接触。

阿齐莫夫在巴勒斯坦解放组织中的老朋友为他提供了在巴基斯坦进行间谍活动和颠覆活动的有益帮助。最近几年来，巴基斯坦人已经吸收巴勒斯坦人参加军事训练机构。

但是，一位巴勒斯坦受训者马哈茂德（阿拉法特的法塔赫组织的一名成员）今年在结束他的飞行员训练课程前不久被悄悄地驱逐出去了。

原因是，当地的保安人员发现他有巴基斯坦军队的秘密文件。

进一步的调查表明

马哈茂德同苏联驻伊斯兰堡大使馆官员一直有着密切联系。

这件事情揭示出莫斯科插手巴勒斯坦运动的程度是引人注目的：为克格勃招募代理人。

自从苏联占领阿富汗以来，俄国人一直在施加压力，迫使齐亚·哈克将军的政府不支持阿富汗抵抗力量。

《真理报》驻伊斯兰堡记者弗拉季连·拜克诺夫在最近发表的一篇文章中警告说，巴基斯坦正走在“危险的道路”上，地方上对支持阿富汗叛乱分子的做法越来越反对了。

他对他同卡拉奇码头工人的谈话的报道使人在某种程度上看到苏联越来越深地插手了反齐亚组织。

也许最不祥的兆头是，最近，克格勃在俾路支的秘密活动增加了；华盛顿的情报部门人士认为，目前，有三百余名苏联间谍同俾路支的分离主义组织合作活动。他们中的大多数人以阿富汗为基地。

英文刊章

《齐亚的军事管制计划开始出现裂痕》

苏刊文章《吃蔬菜有什么好处?》

【苏联《健康》杂志第三期文章】题：吃蔬菜有什么好处？

蔬菜对人体益处极大，这在今天是谁都不会怀疑的。但是，蔬菜到底有哪些好处，并非人人都十分了解。

蔬菜帮助消化和吸收。蔬菜不仅本身有很高的营养价值，而且它能够帮助肌体吸收蛋白质、糖类和脂肪。不管是凉菜或熟菜，也不管是生菜、配菜、干菜、酸菜或罐头菜，都能刺激消化腺的分泌，促进人体对食物的消化和吸收。

巴甫洛夫的学生、著名生物学家列波尔斯基认为：当你把蛋白质食品和蔬菜一起吃下去时，进入胃里的消化液要比单吃一种食物多得多。

蔬菜对消化和吸收碳水化合物食品（面包、各种发面食品和粥）都有很大的益处。

例如，吃带白菜的馅饼要比单吃肉馅馅饼时，胰腺分泌的胃液要多一倍多。要是吃更加油腻的东西，胃液分泌得还要少。要想更好地吸收油脂食品的营养，就必须吃些蔬菜。蔬菜不仅能刺激胃液的分泌，还能提高胃液的消化能力，并对胰腺的活动起到良好的调节作用。

蔬菜可以减肥。蔬菜对那些力图减肥的人尤为重要。要知道，蔬菜的体

积较大，很易吃饱。除此之外，它所含的卡路里较少，它还含有阻挠糖类变为脂肪的酒石酸。由于蔬菜是较粗糙的纤维结构，它对肠子的蠕动还能起到良好的、天然的刺激作用，这是减肥的重要因素。但是，胖人应该节制对土豆和甜菜的食用，因为它们含有大量的淀粉。

特别在中年和老年人的食品中，蔬菜应占有特别的位置。随着年龄的增长，即使是身体很好的人，活动的积极性也会降低。人体的活动减少，肌体的能量消耗也相应减少。所以，其食品所含的能量也应该随着营养要求的降低而降低，而含热量较少的蔬菜正好起到这种作用。

希腊《晚报》报道

《食品中的颜料影响人们的举止》

【希腊《晚报》6月21日报道】题：食品中的颜料影响人们的举止

许多科学家很长时间以来一直认为，食品中的颜料会使人们的行为发生变化。今天，加拿大的两名医生首次证明，这种看法是符合实际情况的。

加拿大的科学家们对四十个孩子进行了研究。在这四十个孩子中，一半表现为行动异常活跃，另一半则是正常的孩子。事实证明，第一组孩子所摄

取的食品中含有上色的颜料。特别危险的颜料被认为是红色三号，它是食品工业中用得最普遍的一种颜料。这种颜料阻碍向大脑传导信息的化学物质发生作用。加拿大医生的研究结果一点不包含任何夸大的成分。他们的结论是在仅仅给孩子们吃了五天上色的食品后得出的。而且，他们加进的颜料的比例比美国食品和医药部门规定的范围还要低得多。

人们都知道，食品工业生产的食品是要加颜料的。但是，值得指出的是，人们已经批评说，在为了使食品能够保存而加进的物质中有些是能够致癌的物质。

西德《世界报》报道《酗酒是万恶之源》

【西德《世界报》4月11日报道】题：酗酒是万恶之源

大约每4,000名工人才能用自己的保险金养活2,000名酗酒者。这是奥地利利工人养老金保险公司得出的结果，联邦共和国的情况大概也相差无几。因为：我们今天大约有60万人（人口的将近1%）患慢性酒精中毒，有150万到200万联邦共和国的公民饮酒成瘾。

从1968年到1978年，酗酒者增加了305%，致命的工伤事故是酗酒引起的。每年的4,000起交通事故死亡事故中，因为酗酒而造成的就有5,000起；因酗酒而违反交通规则的人有十万左右。刑事犯罪的50%是在酗酒后干的。在联邦共和国，四分之一的成年人患肝病。有30%到40%的肝病患者是酗酒的。

这些可怕的数字还可以再列举一些，它们使人

不至于碰破消化器官的粘膜。

一天需要吃多少蔬菜？一个身体健康、食量正常的人，每天有三百克土豆，四百克白菜、甜菜、胡萝卜、葱、南瓜、香菜或其它菜就够了。对于病人，因食物不同，需要蔬菜的数量也不同。例如，心血管病患者每天可以吃到一公斤蔬菜，而减少些面食和粥。

许多气候温和和较冷的地区，冬季和早春蔬菜的品种太少，维生素的含量过冬之后也大为减低。因此，腌咸菜、渍酸菜、晒干菜和做罐头菜是有益的。酸白菜含有丰富的维生素C，可以校正被破坏的胆固醇的代谢作用。

如何最大限度地保留蔬菜的营养价值？洗菜、切菜或捣碎，要紧挨做菜或上桌之前。

熟菜最好不要热第二次，更不要热许多次，因为这样就破坏维生素。如果是汤菜、炖肉或其他菜需要放到第二天吃，吃多少，热多少，不要全熟。

白菜外面的绿叶含有比较多的维生素，不要扔掉，可以洗净、切块放入汤里或做凉拌菜。

不要把煮土豆或者煮其他菜的汤倒掉，这些汤汁可用来做菜汤。削菜、切菜最好用不锈钢做的刀子。含有胡萝卜素的菜（如胡萝卜、柿子椒、葱和西红柿）要用植物油或黄油来做，加上调味汁。否则，胡萝卜素不易被吸收。做菜用锅的大小要合适，要让菜和相应量的水一起差不多装满锅，并且要加盖。做菜一定要把菜放入滚开的水中。冷藏鲜菜要直接放进开水锅中，无需预先化开。蒸菜保留的营养价值最多，而文火炖菜保留的最少。

【日本《经济新闻》6月15日报道】题：中学的新教科书大大精选——明年春季起采用

从明年春季起在中学使用的新教科书到14日已审定完毕。这些教科书将从7月1日在全国的教科书中心展出，决定由95个采纳地区分别采用。

新版的全部教科书平均页数比旧版页数减少了4.6%，共计4440页。

历史：日本史和世界史的比例，从旧版的七比三改为八比二。其中古代世界史、欧洲史作了大幅度削减。另外，把迄今政治史居多的死记事项改掉，积极收进有关民众日常生活、武装起义、反政府运动和战争方面的材料，着重于使学生了解社会动向和时代的状况。记述方面，收入了二百海里问题和中越纠纷等。

国语：表达能力，特别是作文的比重增加了。作文课的钟点数的比例由现行的十分之二左右增加到十分之二、三左右。不是仅侧重于所谓生活作文，而是力求提高撰写说明文、感想文、记录文以致创作的种种类型的文章的能力。

英语：进一步着重于重视会话的方向。单词数的总数减少，现行的950个到100个，减为平均900个到1050个。

另外，英语教科书还重视“用英语表达的能力”。以前人们指摘过“懂英文文法但不会写”、“能够把日文译成英文但不会讲”等英语教学的“欠缺”，新教科书运用漫画等引起学生的关心，想办法使学生具有“英文说话的兴趣”。

法新社报道

《法国流行的报纸读者减少》

【法新社巴黎7月7日电】题：法国流行的报纸读者减少

7月16日发表的“宣传工具研究中心”所作的调查表明，法共机关报《人道报》和巴黎的《人民报》的读者继续减少。

据这份调查报告说，长期以来在巴黎报界中声誉卓著的《法兰西晚报》的定期读者在一年中可能减少了19%，但是，受影响最大的是《人道报》（《人道报》的读者减少了28%，现在的读者不到45万），右翼报纸《震旦

报》受影响更大，它已改头换面地转载《费加罗报》的新闻，《费加罗报》自己的读者也减少了近10%。

确实稳定的唯一的报纸是《世界报》（读者为146万5千名），然而，就连这家法国报纸发行量也不再增加，而且读者稍有减少（3.5%）。

下述两家日报终于及时摆脱了困境：天主教报纸《十字架报》，主要通过预订来出售，它的读者增加了22%，还有受社会党影响的报纸《晨报》（读者增加了11%）。消费相当于16升（约32品脱）纯酒精，这是世界上最高的消费量。

平均每人对葡萄酒的消费量从1959年的177升下降到1977年的95升，啤酒的消费量每年增加5%，威士忌和开胃酒的出售量有了大幅度增加。

德斯坦总统曾说，酗酒是“最糟糕和最令人担心的社会弊病”。估计酗酒问题所耗费的钱相当于国民教育预算的一半。卫生部长雅克·巴罗曾说，社会安全部于1979年专门为这个问题拨出了102亿法郎（约25亿美元）。

妇女、年轻人与成年男人一样受害，数字表明，男孩子的1/3每天喝啤酒或葡萄酒。

法国共有6万生产酒的厂商，但是登记生产酒的有80万人。约有4万人在卖酒的行业工作，其营业额为300亿法郎，即相当于全国消费开支的2%。

法国每年有近四万人因酗酒死亡

西德《世界报》报道《酗酒是万恶之源》

【西德《世界报》4月11日报道】题：酗酒是万恶之源

大约每4,000名工人才能用自己的保险金养活2,000名酗酒者。这是奥地利利工人养老金保险公司得出的结果，联邦共和国的情况大概也相差无几。因为：我们今天大约有60万人（人口的将近1%）患慢性酒精中毒，有150万到200万联邦共和国的公民饮酒成瘾。

从1968年到1978年，酗酒者增加了305%，致命的工伤事故是酗酒引起的。每年的4,000起交通事故死亡事故中，因为酗酒而造成的就有5,000起；因酗酒而违反交通规则的人有十万左右。刑事犯罪的50%是在酗酒后干的。在联邦共和国，四分之一的成年人患肝病。有30%到40%的肝病患者是酗酒的。

这些可怕的数字还可以再列举一些，它们使人

震惊，而且会酿成恶果。这是在梅拉诺举行的联邦医生大会的国际讨论会上，肝病学家埃尔温·孔茨教授在他所作的《论对酗酒和肝、病状及社会学和经济学看法》的报告中归纳并提出的数字。

孔茨说：“下一代要想支付我们这一代因为酗酒而造成的开支是不那么容易的。”“他们是没有能力为每个患慢性酒精中毒的人（45岁就开始领取养老金）承担35万到40万马克的社会负担的。他们是拿不出数十亿马克来治疗酗酒者的，根据帝国保险制度的规定，我国的每个饮酒成瘾者在法律上都是有权利要求到治疗的。”

对于这位在梅拉诺医学会议上用准确的数字和事实说明自己观点的肝病专家来说，问题不在于完全否定喝酒，而是提倡不要喝得太多。这位学者问道：“要到什么时候负责的政治家、雇主和雇员

协会的代表才会同医生和社会伙伴坐在一起，分析酗酒带来的整个问题，并采取相应的措施呢？”

他说，“人们也可以提醒国家一下，如果它不关心酗酒对人体健康所造成的严重后果，以及对我们的国民经济带来的不合理的财政负担的话，那么它是不能每年征收50亿马克的酒业税的。”

【法新社巴黎6月27日电】酗酒每年造成近40,000法国人的死亡。所有自杀人数的1/4、20%到40%的住院病人和精神病患者以及所有交通事故的近1/3都是由于酗酒而造成的。

官方数字表明，大部分人被捕都是由于饮酒的原因而犯罪的结果，200万法国人是酗酒者，另有300万人饮酒过度。

1977年法国平均每人

美刊文章《对饮食中的脂肪产生的争论》

【《美国新闻与世界报道》周刊6月9日文】题：对饮食中的脂肪产生的争论

人们应当多享受食物的乐趣，少对食物担忧。全国研究委员会食品和营养局提出的这项劝告在专家中引起了争论。主要的争端是：该局的声明说，除非把少吃含胆固醇或脂肪的食品作为减轻多余的体重的一种方法，否则，对身体健康的普通美国人来说，少吃这类食物是没有必要的。

该局宣布，没有确实的证据表明，减少血液中胆固醇的含量能够防止冠心病。它又说，也没有证明营养和癌症有什么因果关系。

该局推断，不能把含

有适当比例营养品的良好食物当作一种毒物或者是一种能产生奇异效果的东西，应该吃这类食品，并享受它的乐趣。

该局局长、威斯康星大学生物化学家哈珀说：“人们不应应对食品和他们所吃的东西产生担忧。”

这项新报告受到了肉类、乳制品和蛋类生产者的欢迎，其他一些联邦报告曾批评他们的产品胆固醇或脂肪含量高。但是，这份新报告遭到美国心脏病学会的攻击，该学会坚持它的意见，即美国人应限制吃这类食物。心脏病专家、哈佛公共卫生学院的贝里克说：“我认为，今天凡是美国人不在饮食方面努力降低胆固醇的数量，就是在害自己。”

不久前一个美国的医生小组得出结论说，笑对整个机体来说是最好的体操。

笑就是健康。古代的哲人早就这样说过。但是只是到了二十世纪下半叶，医学家才开始对笑进行认真的研究，就是说用科学的观点进行研究。已经有不少的论文论述笑。

在哈哈大笑时，人体的全部器官和内分泌腺都加强了活动。

苏报报道《放声大笑吧！》

说笑对整个机体来说是最好的体操

【苏联《社会主义工业报》6月28日报道】题：放声大笑吧！

笑就是健康。古代的哲人早就这样说过。但是只是到了二十世纪下半叶，医学家才开始对笑进行认真的研究，就是说用科学的观点进行研究。已经有不少的论文论述笑。

英失业率增高 卡拉汉说他将对政府提出不信任案

撒切尔夫人表示其经济政策不会改变

【路透社伦敦7月23日电】英国保守党政府在昨天宣布了意料之中最高的失业率以后面临不信任案，政府在下院引起了一个小时激烈的争论，争论结束时，反对党工党领袖卡拉汉说，他将对政府提出不信任案。

这项不信任案将尽快辩论——可能在7月28日辩论，政府不会被击败，因为撒切尔夫人拥有43席的多数，但是，在讲话中，她必须在受到反对党和工会运动尖锐的批评时

为她严格的货币政策辩护。她昨天立即表明，她的下述战略不会改变，这就是严格限制货币供应、削减公共开支、紧缩信贷以使现在年率达1%的通货膨胀率下降。

在议员中发出一阵“辞职”的呼喊以后，撒切尔夫人对议员们说，失业率高的主要原因之一是，担任同样的工作，英国人的工资比其他国家的人所得的工资高。她说，不让失业增加的一个办法是印发钞票，

而她不愿意那么做。工会领导人把失业率高归咎于利率高、英镑汇率定价过高和削减公共开支。本月份失业总数增加了236,958人，上升幅度

美刊报道苏专家透露苏愿同里根打交道

【美国《新闻周刊》7月28日一期消息】据美国情报机构的报告说，克里姆林宫期望里根在1月份获胜。报告说，苏联的高级美国问题专家阿尔巴托夫在同西欧共产党负责人

之大是创纪录的，就业空缺的数目也下降——降到133,409个，情况也比预料的更糟。在英格兰北部，11.4%的劳动力失业，在北爱尔兰，14.7%的劳动力失业。

苏格兰工会领导人说，在苏格兰，每有一个就业机会，就有60名毕业生排队应征。

谈话时散布了这个意思。他的意思是，苏联领导人准备并且愿意同里根打交道，并且预期不会产生什么特别问题，因为他们过去同历届共和党政府的交往一直是卓有成效的。

卡特称他将在大选中大败里根

【路透社肯塔基州亨德森7月21日电】（记者：哈里斯）卡特总统今天预言，他会在11月份的大选中大败共和党人里根，他的民主党将会仍然控制参议院和众议院。

他在肯塔基州和得克萨斯州为期一天的竞选活动开始时说：“我毫不怀疑我们将在11月份有能力战胜共和党的右派和左派。”

总统在民主党在亨德森举行的筹措资金的午餐

会上开始了他的一天竞选活动。在亨德森，这个人口为三万人的市镇的几乎所有人都出来热烈欢迎他。

在飞往达拉斯之前，他在午餐会上只作了简短的讲话，没有提到今天早些时候华盛顿发表的令人沮丧的年中经济预报。

华盛顿发表的预报说，由于经济衰退和其它原因，1980财政年度将出现609亿美元的赤字，1981财政年度将出现298亿美元的赤字。

他愿放弃戴维营协议

萨达特说如阿拉伯国家提出代替办法

【法新社开罗7月23日电】埃及总统萨达特22日要求“消除”以色列在西岸和加沙地带的定居点。

萨达特还说，如果其它阿拉伯国家能够提出一项代替办法，解决巴勒斯坦人自治的问题的话，他愿随时放弃戴维营中东和平协议。

他在亚历山大为纪念埃及1952年革命发表的一次讲话中说：“定居点是非法的，必须消除”。

观察家们说，这是在定居点问题上萨达特使用的最强烈的语言。以前，他只说应该对定居点实行“冻结”。

萨达特对在被占领土实行巴勒斯坦人自治问题进行的谈判状况，描绘了一幅阴暗的画面，他说，埃及和以色列之间的“裂隙很宽”。

他还说：“但是我不愿效法那些阿拉伯人，他们距被占领土2,000公里，一事不做只是空喊。”

【美联社开罗7月23日电】埃及总统萨达特22日发誓要抵制苏联在中东的任何计谋，并说，在苏联人撤离阿富汗之前，他决不允许改善埃及与

莫斯科的关系。

萨达特在亚历山大从他的避暑住地向全国发表的实况转播讲话中，批评了叙利亚、南也门、利比亚和阿尔及利亚的穆斯林领导人，说他们支持苏联对穆斯林阿富汗进行军事干涉。

他说，叙利亚总统阿萨德的领导集团正在寻求苏联军事援助，以便“保住违反叙利亚人民愿望的权力。”萨达特说：“但是我们不允许苏联对任何阿拉伯或穆斯林国家进行任何侵略，只要他们在占领着一个穆斯林国家，埃及和苏联人之间就不会有正常的关系。”

萨达特说，作为一种准备行动，他已要求美国提供军用飞机和军事专家，以把埃及飞机驾驶员的训练计划从两年削减为3个月。

苏联女子体操队蝉联冠军 罗马尼亚队获亚军

东德选手赖尼施破女子一百米仰泳世界纪录

【法新社莫斯科7月23日电】苏联女子体操队今天第八次获得奥林匹克冠军，今天在比赛中的特出之点是罗马尼亚的科马内奇的失利。

俄国人以优美迷人的表演保持住了她们自1952年以来一直保持着的团体冠军。科马内奇直到她在高低杠上最后一个翻身动作快结束时一切也都是很顺利的。突然间，她在一根杠上失

误，落到地上了。她的成绩只有9.5分。这一落地大大地减少了她保持其在蒙特利尔出色地荣获的冠军称号的机会。但是苏联的老体操运动员涅莉·基姆却称赞科马内奇，说她是“世界上最优秀的体操运动员”。

罗马尼亚队仍然获得团体第二名。

【美联社莫斯科7月23日电】罗马尼亚的科马内奇在女子体操团体赛中从高低杠上跌了下来，大大影响了个人成绩，最后

只得了第四名，实力雄厚的苏联队今天又夺得了女子体操冠军。这是自1952年以来苏联女队第八次在奥运会上获得这个项目的冠军。

东德的格瑞克在高低杠上得到了今天的三个满分——10分——中的一个满分。

今天的另外两个满分由罗马尼亚的鲁恩在跳马比赛中和由苏联的达维多娃在自由体操比赛中夺得。

在游泳比赛中，安维德森为瑞典夺得了第二枚金牌，以64秒2获得男子100米蝶泳冠军。东德的皮特尔获第二名，西班牙的洛佩茨获铜牌。

东德的赖尼施以1分0秒6获得女子100米仰泳金牌，打破她保持的世界纪录。队友克莱伯和赖德分别获得银牌和铜牌。

苏联的卡丘什特创造了2分29秒4的女子200米蛙泳奥运会纪录，荣获了金牌。苏联运动员还夺得了这个项目的银牌和铜牌。

在今天下午的比赛

【路透社莫斯科7月23日电】苏联的亚历山大·波特诺夫今晚赢得了奥运会男子跳水金牌，但由于他的两个对手提出抗议，其成绩拖了四个小时才决定。

事情的开头是波特诺夫抱怨说，群众的喧闹声使他在第八次跳水时失误，激起很猛烈的水花，当时他的成绩已经远远超

中，苏联获得男子4×200米自由泳接力金牌，成绩是7分23秒5。东德第二名，巴西第三名。

【美联社莫斯科7月23日电】（记者：威克·坦普尔）东德的赖尼施以1分0秒6获得女子100米仰泳金牌，打破了她保持的世界纪录。这是本周她第三次打破这项纪录，是她在本次运动会上获得的第二枚金牌。

她在星期日晚上游女子混合泳接力的第一段时，第一次平了她和里希特共同保持的1分1秒51的纪录。她在星期二晚的预赛中又以缩短百分之一秒打破纪录，随后今天在决赛中再次打破这项纪录。

她说：“世界纪录最终将会突破一分钟大关，但是这将需要一些时间。当我在预赛中打破世界纪录时，我知道我可以游得更快。我的目标是今天再次打破纪录。”

安维德森不满意他获得100米蝶泳金牌，因为他没有打破自己的世界纪录。

男子跳水苏联选手波特诺夫获金牌 因发生争执决定成绩拖延了四小时

过他的对手了。他向裁判员提出要求，获准再跳一次。这次成绩很好。

但是在同一轮比赛中，东德的法尔克·霍夫曼也发生失误，但当他要求再跳一次时被拒绝了。

比赛结束时，墨西哥也参与了这场争吵，抗议

裁判员拒绝了霍夫曼的要求。东德人也抱怨不给他们的运动员以再一次机会。国际游联最后拒绝了这些抗议，裁决裁判员的决定是最后的，应根据比赛结束时得分的情况发奖。这意味着波特诺夫赢得了金牌，成绩905.025分，

莫·斯·科·的·枉·然·努·力

美刊说苏指望通过奥运会的报道改变它的形象的幻想破灭了

【《美国新闻与世界报道》7月21日一期报道】现在，已经可以清楚地看出，大量变化莫测的事实，使这次莫斯科奥运会受到威胁，由于新闻界的报道规模大大缩小，苏联本来指望通过这次对莫斯科奥运会的报道来改变它的形象的幻想破灭了。

苏联为了让尽可能多的运动员参加莫斯科奥运会，向一些运动员提供了额外的刺激。国际奥委会执行委员会的一位法国执委德博蒙认为，参加这次奥运会比赛的国家当中，接受苏联提供财政援助的国家约占其中的一半。

在莫斯科以及列宁格勒、基辅、明斯克和塔林等地的运动场上，许多曾经期望见到西方人士的持不同政见者，也不会在这类场合露面，据说有80到800个持不同政见者不是被拘留就是奉命到边远的地方度假去了。

为了向来宾提供服务，莫斯科成千上万的大学生现在很早就下课了，他们将去充当厨师、服务员、洗碟子工人和导游员等。与此同时，莫斯科的4500名出租汽车司机正在学习英语、法语、德语、意大利语、日语和其他国家的语言。但是，许多司

苏运动员弗拉索夫创小口径步枪世界纪录

【法新社莫斯科7月23日电】今天上午有一枚金牌落入苏联的弗拉索夫之手，他创造了1173环的小口径步枪三种姿势射击的世界新纪录。东德的哈特施泰因获银牌，瑞典的约翰森获铜牌。

在奥运会曲棍球比赛的绿色草皮场地上，印度队打得很好，但是运气不佳。他们攻入的球有两个被判为无效。

很有夺标希望的印度人只能打成2比2平。

印度队获得过7次奥

墨西哥明星卡洛斯·希龙获得银牌，成绩92.140分，意大利的弗朗科·卡尼约托获得铜牌，成绩871.50分。

波特诺夫的英国对手克里斯托弗·斯诺后来对记者们说，波特诺夫那次跳水成绩很差，如按那次得分低分计算，本来会使这个18岁的俄国人落到总分约第五位上的。

【美联社伦敦七月十五日电】一个罕见的中国明代花瓶，今天在此间苏比拍卖行卖得二十六万五千英镑。这个花瓶是十七世纪的女主人曾把它放在后门外面作栽花之用。这个花瓶是蓝色的，高四英尺多，宽六英寸半。苏比拍卖行的董事伯尔尼前往达文群托基市一位寡妇家中，替她估计一幅画的价值。无意中发现了这件珍品。

英国一妇人高价卖出明代一花瓶

机由于有了这样的语言表达能力，他们就向西方记者表明，要他们最好用英镑、马克或法郎而不是用卢布付车费，而且司机们提出的兑换率对乘客来说是很上算的，但这种交易却是非法的。

总之，尽管苏联奥运会的官员们忙得团团转，现在莫斯科的情绪比起没有受到抵制以前的情况相比却要低沉得多，抵制确实使这次奥运会声色大减。

运会冠军和1975年世界冠军，在取得参赛资格的队有半数退出了比赛之后，人们普遍预测它会获得这次残缺不全的奥运会比赛冠军。现在看来他们可能失去金牌。

1974年世界冠军西班牙队，2胜1平，积分5分，在这次循环赛中居首位。印度队1胜2平，积分4分。波兰队1胜1平，积分3分。

【美联社莫斯科七月二十三日电】保加利亚的鲁谢夫今天在古典式摔跤比赛中以3比0击败了波兰的比拉基泽，赢得了匈牙利金牌。科夫战胜了苏联的勃拉基泽，赢得了匈牙利金牌。苏联的勃拉基泽以3比0击败了匈牙利金牌。科夫战胜了苏联的勃拉基泽，赢得了匈牙利金牌。

