

Transkript

## Folge 22: Winter Wonderland

So vertreibt man sich in China die kalte Jahreszeit

*[Intro] Das Konfuzius-Institut München präsentiert den Hot Pot-cast 聊天学汉语.*

Anton: 安琪，好久不见！

Anqi: 是啊！好久不见啦！你最近学业还顺利吗？开始放圣诞假期了，你有什么假日安排？

Anton: 学业很顺利呀，现在快要放假了，所以功课也越来越少了，我很开心。Anqi hat mich gerade gefragt, wie es in der Uni läuft und was ich in den Weihnachtsferien vorhabe. 圣诞假期我会和朋友们去滑雪。德国人热爱冬季运动，尤其是滑雪和单板滑雪。

Anqi: 确实，我的好多朋友也打算圣诞节去滑雪呢！德国背靠阿尔卑斯山，雪好，景好，又不会过度寒冷。紧邻着的奥地利也是不可多得的滑雪胜地。

Anton: Wow, 太好了，有可能我还能碰到他们呢！Anqi hat mir erzählt, dass auch viele ihrer Freunde zum Ski-fahren gehen! Deutschland ist aufgrund des Klimas, der Alpen und der großartigen Landschaft ein toller Ort zum Skifahren! Viele Deutsche fahren gerne nach Österreich, um Ski zu fahren, weil es dort besonders schön ist.

Anqi: 不过Anton，你知道吗，近年来，滑雪行业在中国也飞速发展，越来越多的人开始尝试滑雪这项运动。特别在今年的北京冬奥会之后，国内再次掀起一波“全民滑雪”的热潮。

Anton: 哦！我也有注意到！Anqi hat mir vorgestellt, dass in den letzten Jahren sich die Skindustrie auch in China rasant entwickelt hat. Immer mehr Menschen haben begonnen, das Skifahren auszuprobieren. Vor allem nach den diesjährigen Olympischen Winterspielen in Peking gab es einen Boom für die Skiindustrie in den nördlichen Regionen Chinas. 确实，我记着我小时候在北京的时候，冬天爸爸妈妈经常会陪我去滑雪场滑雪。你知道在中国哪些地区可以滑雪吗？你滑过雪吗，安琪？

Anqi: 我当然也滑过雪了。中国有气温条件能够支持滑雪的主要有四大区域：亚布力区域、吉林区域、崇礼-北京区域和新疆区域。其中新疆区域是目前可考证的人类滑雪发源地之一，那里的山体条件和降雪条件俱佳，拥有丝绸之路、阿尔泰将军山、天山天池等多个滑雪场。崇礼-北京区域就是2022年冬奥会的举办地区，是当下中国最受瞩目的滑雪区域。吉林区域依托于绵延的长白山脉，位于“黄金纬度——北纬43度”，由于得天独厚的山体、降雪和气温条件，该区域拥有多家大型滑雪度假区，还有著名的“长白山天池雪”滑雪场，提供出色的野雪体验。至于亚布力区域，它是四个滑雪区域中纬度最高的一个。小时候，我就是在亚布力学的滑雪呢！

Anton: Es gibt vier Hauptregionen in China, wo aufgrund Temperaturbedingungen das Skifahren möglich ist: die Yabuli-Region, die Jilin-Region, die Chongli-Peking-Region und die

Xinjiang-Region. Die Region Xinjiang gehört zudem zu einem nachweisbaren Geburtsort des Skifahrens. Dort gibt es viele Berge mit hervorragenden Bedingungen und sehr viel Schnee und tollen Skigebieten. Das Chongli-Beijing-Gebiet war der Austragungsort der Olympischen Winterspiele 2022. Es ist das derzeit beliebteste Skigebiet in China. Die Jilin-Skiregion dehnt sich über das Changbaishan-Gebirge aus. Aufgrund der einzigartigen Berg-, Schneefall- und Temperaturbedingungen gibt es in diesem Gebiet viele große Skigebiete sowie das berühmte Skigebiet "长白山天池雪". Das Yabuli-Gebiet ist dasjenige mit dem höchsten Breitengrad unter den vier Ski-Regionen. Als Anqi kleiner war, ist sie im Yabuli-Skigebiet Ski gefahren! 哇, 真棒! 德国人冬天也喜欢滑冰, 我小时候总是耐心等待湖面结冰, 然后才能去滑冰。有时候我们还会打冰球, 真的太好玩! 我知道中国滑冰队很好, 为什么呢?

Anqi: 可能因为他们都是东北人? 一个东北的朋友告诉我, 他们那里到了冬天, 体育课都会改成滑冰课。在一些东北大学里, 滑冰是必修课, 不通过考试是不能毕业的。黑龙江省更是把滑冰纳入中考。滑冰是每个东北人的必备技能。

Anton: Anqi hat vermutet, dass die besten Wintersportler Chinas aus Dongbei kommen. Ein Freund von Anqi aus dem Gebiet erzählte ihr, dass der Sportunterricht im Winter auf Schlittschuhlaufen umgestellt wird. An einigen der nordöstlichen Universitäten ist Eislaufen sogar ein Pflichtkurs, den man bestehen muss, weil man ansonsten keinen Abschluss bekommt. In der Provinz Heilongjiang wurde Eislaufen sogar in die Aufnahmeprüfung für Gymnasien aufgenommen. Wenn du mal nach Dongbei kommen solltest, dann bist du sicherlich der oder diejenige, die nicht Eislaufen kann. Kein Wunder, dass viele Olympiasieger des chinesischen Eislauf-Teams aus dem Nordosten Chinas stammen.

Anqi: 除了滑雪之外, 你还有什么安排吗?

Anton: 我打算和家人一起去蒸桑拿!

Anqi: 啊! 好主意! 冬天蒸桑拿简直太幸福了! 看来我也应该把桑拿安排进过冬计划里面。

Anton: Anqi findet das eine gute Idee. Saunieren im Winter sei herrlich! Jetzt möchte Anqi den Saunagang auch mit in ihre Winterpläne aufnehmen. 在中国, 人们也会在冬天蒸桑拿吗?

Anqi: 会啊。但是中国的桑拿可能和德国的桑拿不太一样。中国的桑拿大多在洗浴中心进行, 全国目前有超过28万家经营范围包括“洗浴、汗蒸、桑拿”的洗浴相关企业。只需要一张门票, 就可在其中感受到: 洗浴、搓澡、桑拿、按摩、宵夜、住宿、娱乐等一条龙的享受。经常在周末, 几个好友就会相约一起去洗浴中心度过一个放松的夜晚。还有很重要的一点, 德国的桑拿是可以裸体的, 而在中国, 大家会统一穿着由洗浴中心提供的浴衣。

Anton: Anqi erzählt mir Erstaunliches über die Saunakultur in China. Laut einer Studie gibt es in China derzeit mehr als 280.000 mit dem Baden verbundene Unternehmen. In der Regel wird nur eine Eintrittskarte benötigt, um alles zu genießen: Baden, Schrubben, Sauna, Massage, Abendessen, Unterkunft, Unterhaltung und viele andere Aktivitäten zum Entspannen. Oft trifft man sich am Wochenende mit ein paar Freunden, um ins Badezentrum zu gehen und eine entspannte Nacht dort zu verbringen.

Ein weiterer wichtiger Unterschied ist, dass man in Deutschland in der Sauna nackt ist, in China hingegen trägt jeder den gleichen Bademantel, der vom Badezentrum zur Verfügung gestellt werden.

我今年还想去圣诞市场，感受欧洲的圣诞氛围，和吃德国的圣诞饼干。我最喜欢的饼干的名字叫做香草新月, Vanillekipferl.

Anqi: 哦, 我也很喜欢圣诞市场! 我最喜欢在圣诞市场喝Glühwein! 一杯暖暖的热红酒下肚, 整个人都暖和起来了。

Anton: 哈哈, 我就知道你爱喝酒。 Anqi hat mir verraten, dass sie am liebsten auf dem Weihnachtsmarkt Glühwein trinkt! In Deutschland trinkt man gerne auf dem Weihnachtsmarkt eine heiße Tasse Glühwein, damit man sich schön warm fühlt.

Anqi: 原来是这样! 在中国, 大家也会在冬天吃一些特定的食物来抵御寒冷。中医常说: “冬吃萝卜夏吃姜, 不用先生开药方”。白萝卜具有清热化痰、理气消食的作用, 对于冬天常见的感冒、咳嗽、积食有较好的防治效果。白萝卜还可以抑制寒凉, 与冬天人体气血内敛的状态相适应。

Anton: In China gibt es eine ähnliche Methode, sich warm zu halten. Ein Sprichwort der traditionellen chinesischen Medizin besagt: „Esse Rettich im Winter und Ingwer im Sommer, dann musst du keine Tabletten schlucken!“ Weißer Rettich hat die Funktion, Hitze abzuleiten, Schleim zu lösen, das Qi zu regulieren und Verdauungsstörungen zu beheben, zudem hat es eine vorbeugende Wirkung gegen Erkältungen und Husten. 那到底应该怎么吃白萝卜呢?

Anqi: 不少人喜欢在火锅中涮煮白萝卜, 也可以在炖牛肉或羊肉时加上白萝卜, 都是可以的。羊肉在《本草纲目》中也被称为是“补元阳益血气”的上佳补品。秋冬时节, 吃羊肉可驱散寒冷、温暖心胃, 同时还有补气益血、滋养肝脏、改善血液循环的功效。

Anton: Man isst Rettich gerne im Hot-Pot, oder schmort ihn zusammen mit Rind oder Lammfleisch. Nach der chinesischen Medizin hat Lammfleisch auch viele positive Wirkungen auf den menschlichen Körper, vor allem im Winter! Das muss ich mir merken, ich muss demnächst mal einen Lammeintopf kochen!

Anqi: 说些和食补不相关的趣事——在东北地区, 冬天还流行吃冰淇淋!

Anton: Anqi hat mir noch erzählt, dass man im Nordosten Chinas auch im Winter sehr gerne Eis isst. 真的吗? 为什么呀?

Anqi: 真的。在北方, 人们吃冰淇淋, 首先是因为室内供暖很足, 且大多数房屋是集中供暖, 不能自己调节暖气温度。室内温度高, 就比较容易干燥缺水, 这个时候吃根冰棍, 就会让人感觉如同跳入一汪清泉, 清爽得很。另外, 在更北一点的东北地区, 冬天室外气温经常在零下十几度左右, 储存冰淇淋完全不需要冰箱, 放在室外就可以了。如果你在冬天去东北三省旅游的话, 一定能在街边见到“冰淇淋席地而摆”的壮观景象。

Anton: Anqi hat mir erklärt, dass man im Norden gerne Eis isst, weil es Zuhause oft sehr warm ist. Die meisten Häuser werden zentral beheizt, man kann also die Heiztemperatur nicht selber regulieren. Wenn die Innentemperatur hoch ist und die Luft sehr trocken, dann

braucht der Körper viel Wasser. Eis am Stiel ist die perfekte Lösung, es wirkt total erfrischend. Außerdem braucht man in den nordöstlichen Regionen, wo die Außentemperatur im Winter oft um die minus zehn Grad liegt, keinen Kühlschrank, um das Eis zu lagern, man kann es einfach vor die Tür legen. Wenn du im Winter in die drei nördlichsten Provinzen reist, dann wirst du auf jeden Fall die spektakuläre Szene von „Ice Cream on the Ground“ auf der Straße sehen.

Anqi: 说了这么多，还没祝你假期愉快呀！假期愉快，Anton！祝你玩得开心，吃得也开心！圣诞快乐！新年快乐！

Anton: 谢谢你的祝福！Ich wünsche dir auch schöne Weihnachtsferien und ein frohes neues Jahr. Ich freue mich schon auf unser nächstes Treffen im neuen Jahr!

Anqi: 没错！明年见！