

【本刊讯】澳共（马列）机关报《先锋报》七月二十八日刊登希尔的文章，题目是《毛泽东主席屹立在历史的顶峰》，副题是《无产阶级革命胜利的学说的理论上和实践上的捍卫者》，摘要如下：

毛泽东主席是继承了马克思、恩格斯、列宁、斯大林的事业的伟人。

毛主席是反对现代修正主义的最伟大的战士。他坚定不移地坚持了马克思列宁主义，高举马克思列宁主义的革命旗帜。

毛泽东主席象一位坚强的巨人，巍然屹立，抵挡这股逆流。

象不朽的列宁一样，他巍然屹立在马克思列宁主义理论原则的基础之上，而这一原则的纯洁性对无产阶级革命的胜利至为重要。

他对国际共产主义运动的功绩之大，无人能过之。能相提并论的是列宁在一九一四年的坚定立场。

毛泽东主席以发展了马克思列宁主义的真正的典范人物的大勇精神维护了马克思、恩格斯、列宁和斯大林生前所阐述和坚持的科学社会主义的革命真理。

以苏共领导人为首的国际共产主义的公认的领导人把修正主义冒充马克思列宁主义。毛泽东主席谴责他们是修正主义。

毛主席系统地发展了伟大的马克思列宁主义的在无产阶级专政条件下阶级斗争继续存在的原则。甚至在伟大的斯大林错误地否认苏联国内继续存在阶级斗争的时候，毛主席就已经确定其存在了。

毛泽东主席在所有方面捍卫了马克思列宁主义的伟大真理，中国的解放事业和社会主义事业的胜利就是明证。中国革命每当遵循了毛主席的马克思列宁主义路线前进，就取得伟大的胜利，每当偏离了这条路线，就遭到挫折。

毛泽东主席对马克思列宁主义作出了不可磨灭的、不朽的、全面的贡献，对世界革命事业作出了不可估量的贡献。

毛主席对制订马克思列宁主义的无产阶级对外政策十分重视。

列宁反对托洛茨基的不同任何帝国主义国家打交道的主张。

毛主席忠于列宁的教导，并且按照这种教导研究了当代世界的大量现实材料。他从中总结出了伟大的三个世界理论：（一）超级大国，（二）中间国家，（三）第三世界。

毛主席的理论完全与事实相符。

他指出，美帝国主义和苏联社会帝国主义这两个超级大国决不可能从根本上取得一致，他们的一致是有条件的，斗争则是绝对的。

在第二世界国家，即使是统治阶级，岂不也至少在某种程度上反抗超级大国吗？有反抗的，因为超级大国的确在干涉和欺侮第二世界国家。这些国家的资产阶级反抗超级大国的侵犯。诚然，他们搞妥协、不坚定。第二世界国家的人民是坚持革命斗争的。

第三世界是反对超级大国的最可靠力量。第三世界国家人民在同超级大国的斗争中是坚定的。

毛主席的分析分清了敌友。

毛主席的分析说明了超级大国之间的冲突。它们的冲突削弱了彼此的力量。毛主席的分析说明反对超级大国的主要力量是第三世界，还说明了第二世界有反对两个超级大国的方面。这种分析是以任何事物都有从生到灭的过程的辩证法原

澳共（马列）《先锋报》刊登希尔同志文章

## 《毛泽东主席屹立在历史的顶峰》

则为根据的。所以，美帝国主义在已经成为帝国主义强国之后，现在已开始消亡。苏联社会帝国主义则正在成为帝国主义强国。因此，指出更大的危险来自苏联社会帝国主义，是正确的。承认美苏两个超级大国之间的矛盾，是正确的。同时，必须认识到这两个超级大国都有危险。毛主席坚持深挖洞，广积粮和备战，就是证明。

他给第三世界以极大的鼓励，把中国列为第三世界的社会主义国家。在美帝国主义占统治地位的日子里，毛主席是世界上反对美帝国主义的先锋战士。

当苏联社会帝国主义勃起同美帝国主义相争时，毛主席正确地认识到它是正在形成的超级大国，并且分析了它同美帝国主义之间的关系。

所有这一切，对修正主义是一大挫折。

这使各国的革命人民有了无产阶级的革命的外交政策为武器，并为组成包括一切可以团结的人在内的反对超级大国的最广泛的统一战线提供了理论指导。

毛主席从来不混淆国家之间的关系和具体国家内的阶级之间的关系。他正确地阐明了国内阶级斗争与国际阶级斗争的相互关系。

第三世界国家的客观地位和共同利益削弱了整个帝国主义，虽然它们中间有些国家的政府是法西斯政府。

把第三世界国家看成完全一样，是荒谬的，但是看到它们的共性，即看到它们的反帝倾向，则是正确的。毛泽东主席是人民的卓越的保护者。他指出，人民，只有人民，是历史的创造者。这

是多么光辉的思想——体现了对普通群众的无限信任。

为了使人民能够利用敌人阵营里的每一个弱点和利用每一个盟友，他用伟大的三个世界理论武装了无产阶级。

澳大利亚是第二世界的国家，然而同第三世界有种种姻缘，甚至还参加第三世界的某些组织。另一方面，澳大利亚又在苏联社会帝国主义现在正在与之抗争的美帝国主义的轨道上。

要是把人人都作为敌人，没有盟友，没有主要敌人，那么，在客观上岂不近似托洛茨基的立场了？

毛主席以精通唯物主义辩证法的伟大才能分析了世界上的各种事物及其不断的运动。

怀着对人民的无限信任，他应用了他对三个世界的分析，极大地帮助了人民的世界革命事业。

毛泽东主席维护国际共产主义运动在马克思列宁主义原则基础上的团结。他坚持认为，只要共产党人基本上坚持马克思列宁主义，那就不应该因为各国共产党对事情有不同看法而破坏这种团结。挑起分歧只会削弱反帝统一战线。

毛泽东主席始终维护所有真正的共产党和马克思列宁主义团体的团结。

毛泽东主席的著作是著名的马克思列宁主义经典著作。这些著作阐述、捍卫和发展了马克思列宁主义的全部科学。

以毛主席的接班人华国锋主席为首的中国共产党继承了毛主席的伟大事业。

毛泽东主席屹立在历史和人类功业的顶峰。他是无产阶级革命和社会主义胜利的理论上的和实践上的伟大战士。他的事业，他的鼓舞力量将永世长存。

### 美新处报道

#### 《卡特要求巴勒斯坦解放组织接受联合国决议》

【美新处佐治亚州普兰斯八月八日电】题：卡特要求巴勒斯坦解放组织接受联合国决议

卡特总统说，如果巴勒斯坦解放组织全部接受联合国二百四十二号决议，这“就会为我们着手同他们进行讨论提供一个新的机会”。

他于八月八日在普兰斯举行的简短的问答会议上说，如果巴勒斯坦解放组织这样公开申明愿意承认以色列存在的权利，那也会“为他们可能参加”关于中东问题的“日内瓦会议开辟一条途径”，并且还使美国承认巴勒斯坦人具有“除难民以外的其他一些地位”。

总统再次说，恢复举行这次会议的“最大障碍”是巴勒斯坦代表权问题。

全国广播公司的一位报道援引巴勒斯坦人士的话说，巴勒斯坦解放组织已经通知华盛顿，如果对二百四十二号决议加以修改，使之包括谈到巴勒斯坦人的国家权利的话，它就接受这项决议，卡特是就这则报道发表谈话的。目前这个决议谈到了“难民”，而没有作为一个国家实体谈到巴勒斯坦人。

卡特在他曾经在普兰斯经营的花生货栈外边对记者们说，在国务卿万斯提出一项关于他到中东执行使命情况的全面报告后，他对中东的事态就会有一个比较清楚的了解。

但是在评论全国广播公司的这则报道时，总统说，“如果巴勒斯坦人承认联合国二百四十二号决议是可以实施

的，那就会为我们同他们着手进行讨论提供了一个新的机会，还会为他们可能参加日内瓦会议开辟一条途径。他们是否会这样做，我们还不知道。”

美国说过，如果巴勒斯坦解放组织拒绝承认以色列和平存在的权利，它就不会同它进行直接讨论。联合国决议

承认，以色列拥有在安全边界内享受持久和平的权利。

卡特先生重申了这一立场，他说，“只要巴勒斯坦领导人决心毁灭以色列，我们就不会会晤他们。”

卡特先生证实，同巴勒斯坦人曾有过间接的联系。他说：

“他们通过叙利亚人、沙特阿拉伯人、约旦人和埃及人送给我们一些信息，因此我们有同他们联系和同他们间接交换意见的手段。”

### 共同社报道 福田出访东南亚六国

【共同社东京八月八日电】题：首相将从今天起遍访六国，将以两国间经济合作等为中心举行会谈

特派记者矢田吉隆坡八日电：福田首相已结束东盟国家五国首脑和澳大利亚、新西兰两国首脑的会谈。从九日起，将访问东南亚六国，顺序是：马来西

亚、缅甸、印度尼西亚、新加坡、泰国、菲律宾。

首相把对各国的十天访问，看作是“进一步具体地加强日本同东南亚各国的友好合作关系的契机”。在同各国首脑的一系列个别会谈中，打算就双边的经济合作、贸易和文化、技术方面的合作与协助问题进行深入会谈。

【本刊讯】英国《泰晤士报》六月十日发表社论，题为《一九七八年——欧洲的危机年》，摘要如下：

英国作为欧洲共同体成员国的中心理由一直是：西欧是英国直接的政治和贸易场所，因此，加强西欧的政治和经济的发展是英国的根本利益所在。目前，工党对直接选举欧洲议会问题发生分裂，首相本人对欧洲共同体的缺乏兴趣，以及对欧洲义务的日益公开的批评，这一切意味着英国所作贡献甚微，甚至起着相反的作用。用我们自己的标准来看，在过去的三年内，我们对欧洲盟国的态度是非常不好的。

如果欧洲的主要政治倾向是良好的，这种粗暴和愚蠢的行为可能还无关紧要。不幸的是并不是如此。在意大利，在法国，甚至在西德，对未来有着日益增长的不安。英国现在不是欧洲的最垂危的病人，也不是最令人沮丧的。我们的特点是合作精神极差。

欧洲共同体或者任何有效的西欧组织的天然中心是法国。自从一九五八年以来（一九六八年有一个短暂的危机时期），法国一直有一个强大的政权，这个政权由戴高乐总统创建，由非常伟大的法国人蓬皮杜总统继承，接着由德斯坦总统继承，只是着

英国《泰晤士报》社论

## 《一九七八年——欧洲的危机年》

重点有所改变。明年三月将举行法国国民议会选举，这大概会（虽然不能肯定）产生一个左派多数。这样一个多数将几乎不可避免地导致一个社会党和共产党的联合政府。

西欧对这种发展并无准备。法国本身也未准备好。大多数工业家认为前景是十分暗淡的，左派确实有一个可怕的为国国有化而收购的清单。大量的（虽然是不合法的）资本输出正在进行，因为担心出现社会党和共产党政府已减少了投资。十分强大和有能力的法国政府机构也对前景感到焦虑不安。德斯坦总统也面临着右派希拉克（一个极为贪婪的人物）的挑战，已丧失了他对公众舆论的控制，虽然法国政治的现实之一仍然是有一部分公众支持德斯坦。

如果共产党进入法国政府，看来极可能的是他们也将进入意大利政府。确实，意大利的政局现在已经变得如此的反常，以致共产党人好象几乎是意大利稳定的最后支柱

一样。如果在明年年中，共产党在法国和意大利都进入政府，欧洲共同体的政治性质将严重改变。它将不再被看作是根本上忠于民主的国家的集团。它的团结大概要开始解体。虽然有些间接的迹象表明东欧共产党的团结在解体，但这也同样是危险的。

德意志联邦共和国在某种程度上是西欧最强大的国家，它也没有为共产党进入欧洲共同体的主要政府一事作好准备。德国总理施密特是完全反对此事的。这种反应非常可能造成社会民主党在下次大选中的失败，一定会影响德国对欧洲共同体的态度。

英国仍然有未解决的经济和工业问题，但是，我们在我们的政治周期中处于有利阶段。工党政府是由温和的和负责任的首相掌握着。

他们不是多数，大选后工党左翼不可能当政，工党也不大可能成为多数，十之八九保守党可能执政，再次处于谨慎有理性的领导之

下。除了可能同工会发生冲突之外，英国政治的前景比若干年来的情况要稳定得多。北海石油的收入也使英国的国际收支得以稳定，国际收支的这种有利趋势大概会继续下去。

在欧洲，尽管英国的经济虚弱，我们仍然享有维护立宪民主价值的良好声誉。如果意大利处于持续危机状态，如果法国明年可能面临政治危机，英国必须力求加强欧洲共同体的民主生活和信心。

西欧已经成为这样的伙伴关系，即所有伙伴国都有他们自己的问题和困难，但是可以互相支援渡过最危机时期。从这个角度说，英国现在是正在恢复健康的国家。意大利仍然病情严重，法国可能不得不面临重大手术。只要英国的态度是采取一种苛刻批评和不合作的态度，那么，在道义上和心理上以及财政上支持共同体的担子就要由德国来承担。德国人是非常好的，但是德国人还没有强大到足以靠她自己即能挑起全部重担。我们不应该觊觎欧洲的领导力，或者抱有任何这种过时的想法，但是，英国应使人看作是强有力的，有效的和具有合作精神的伙伴。一九七八年将是欧洲的危机年，英国应该至少在力图阻止一九七八年成为灾难年方面起好作用。

## 西德报纸社论《一个名叫卡特的人》

说卡特上台七个月击退了苏联在世界许多重要地方的影响

【本刊讯】西德《波恩评论报》八月六日发表一篇由鲁道夫·海茨勒撰写的社论，题为《一个名叫卡特的人》，全文如下：

卡特已经使全世界有七个月的时间感到迷惑不解了。他要继续执行缓和政策，但同时又要求在世界各地都要尊重人权。他提出了关于减少原子武器的裁军新建议，而同时又把中子弹作为新的作战手段，向以色列提供援助，而又改善同阿拉伯人的关系。

这些是使观察家们摸不着头脑的各种矛盾中的几个例子。最摸不着头脑、显然最受迷惑的则是勃列日涅夫。他对世界形势摸不透，而且不知道，是否将开始一场新的会干扰他的所有经济计划的军备竞赛。

看来在意识形态上已确定下来的、由莫斯科牌的共产主义夺取整个世界的政策受到了危害，西欧共产党正在谨慎地疏远莫斯科。

这是否是一种浅薄的外交政策，是否是一种本身不稳定的表现，是否是以外交政策为手段的美国国内政策或者是否是一种有意识的迷惑阵，以便使对方感到

迷惑不解，在这些问题上对许多政治家来说显然还没有一个合适的答案。在卡特上台令人诅咒的七个月之后，全世界所看到的美国新总统的形象就是这样，他在七个月之前未上台时，只不过是“一个名叫卡特的人”。

在这七个月的时间里，这位名叫卡特的人改变了世界。他重给美国人以自信，他使美国在世界政治中的地位提高了一大步，他的任何一个前任几乎都没有做

到这一点。美国那些通常如此爱挑剔的新闻界就这样说。一次德国民意测验也反映出这样一点。百分之六十一的联邦公民相信，在对苏联人的态度上，他将至少象他前任一样，或者比他们还要坚定。

卡特在推行一种世界大国政策，他用一种表面上看来是与此相矛盾的办法再度把道德纳入到政策中去。在争取世界舆论的斗争中，这位新总统战胜了苏联人。这一点是不容忽视

的。一位有色人种大使安德鲁·扬使美国在非洲又受欢迎了，而且从心理上排挤了苏联人。同阿拉伯人的关系也正常化了，因为美国的近东政策，已不再是那样死死地盯住以色列了，但又不放弃以色列。

在这位名叫卡特的人上台七个月之后，莫斯科在世界许多重要地方的影响被击退了。这就必然使苏联人按照经济建设五年计划准则推行政策的那个笨拙的政府机构，处于深刻的束手无策的境地。这个迷惑阵——如果是这样考虑的话——收到了成效。

和远不是那么受一种理论的约束。没有什么证据能够证明他有什么总构想。他准备当一个革新者和随机应变的人、并且在国会打交道时成为一个谨慎的妥协者。在这些过程中，他结束了多年来使华盛顿陷于分裂的滥用职权的政治。这件事本身就是一种令人宽慰的事。”

赖斯顿说：“在今

后六个月内，他将遇到各种考验。由于树立了自己的地位，并且耐心地倾听每个人对于对外和对内政策的各方面的意见，他必须从中作出抉择。这将是

赖斯顿说：“在今

后六个月内，他将遇到各种考验。由于树立了自己的地位，并且耐心地倾听每个人对于对外和对内政策的各方面的意见，他必须从中作出抉择。这将是

赖斯顿说：“在今

后六个月内，他将遇到各种考验。由于树立了自己的地位，并且耐心地倾听每个人对于对外和对内政策的各方面的意见，他必须从中作出抉择。这将是

## 登克塔什就马卡里奥斯继承人问题谈两族关系

【路透社尼科西亚八月六日电】塞浦路斯土族领导人登克塔什今天扬言，如果已故大主教马卡里奥斯的接班人提名为全塞浦路斯的总统的话，该岛希土两族的关系就会“最后决裂”。

塞希族官员们立即坚持说，大主教的接班人将是整个处于分裂状态的塞岛的总统。

上述这些针锋相对的讲话预示着双方之间已经敌对的关系将进一步恶化。

塞浦路斯《邮报》引述了自称为塞浦路斯土族联邦国家总统的登克塔什的话说，如果把希族选举的马卡里奥斯大主教的接班人打扮成整个塞岛的领导人，那么这将导致两族关系的“最后决裂”。

他说：“我认为，谈判过程将结束”。

塞土族发言人证实说，据认为是登克塔什所讲的这番话正确地表明了他的观点。

一位塞希族高级官员对路透社记者说：“这位新总统将是整个塞浦路斯的总统。我们的态度没有变。”

与此同时，尼科西亚报纸报道的消息，引述了土耳其外长查拉扬吉尔的话说，他的国家将不承认马卡里奥斯大主教的接班人是塞浦路斯国家的领导人。

据这些消息说，他建议，在最后解决办法达成之前，要建立一个具有平等权利的两个自治区的临时政府。

一位塞希族高级官员称这一建议是完全不能接受的，是无理的。

他说，“迄今所做的每一件事都是在宪法的基础上做的”。

如果登克塔什果真实行他扬言的同塞希族断绝关系的话，那么他可能要正式建立一个独立的国家，发行护照并控制一九七四年获得的全部领土。

但政界分析家们说，如果没有经过精心策划和同土耳其政府（它深深卷入此事）进行详细磋商，他是不可能这样做的。

塞土族人希望能够通过谈判收回他们失去的一些领土。但双方在下列问题上的分歧很大：在联邦领导下的塞希土两族政府各自将得到多大权力和各自将控制多少领土。

【本刊讯】美《纽约时报》八月一日刊登弗洛拉·刘易斯七月三十日从巴黎发给该报的专稿，题为《法国谋求在非洲发挥更大的影响》，摘要如下：

法国制定了一项广泛的非洲政策，其长远目标是把法国同其前非洲殖民地的特殊关系扩大到这个大陆的所有国家。

德居兰戈外长在非洲的访问反映了这个方向。下月，他将访问东南非洲，包括在肯尼亚、坦桑尼亚、赞比亚和莫桑比克逗留。随后他将去尼日利亚。他最近刚从象牙海岸、加纳和喀麦隆作了八千哩的旅行归来。所有这一切表明法国关心的范围扩大了，不止是它一向关切的前殖民地和讲法语国家。法国最近对扎伊尔和乍得进行了虽然极为有限、但是很成功的军事干涉，向非洲部队提供了运输工具和支持，这是法国更加积极地插手非洲事务的又一例证。

官员们指出，法国对非洲感到兴趣并不是什么新鲜事儿，因为戴高乐本人就对法国的前非洲帝国极为关心。但是据说德斯坦总统在爱丽舍宫的每周例会上对官员们开玩笑地说：“想非洲人之所想”。他有意识地把法国的注意力首先引向以前并非法国殖民地的讲法语国家，主要是扎伊尔，接着引向前葡属领地，现在则引向所有的非洲国家。至少到目前为止，人们认为法国的非洲政策同美国或英国的非洲政策并不是互竞雌雄的，而是相得益彰的。法国政府认为在苏联支持的部队在安哥拉的内战中取得胜利以后，它必须更多地卷入撒哈拉以南的非洲事务，因为巴黎认为，英美两国在这个地区留下了一个权力真空。

美国官员虽然在公开场合是谨慎的，但是表示欢迎法国的主动行动。在美国的外交官中间，法国现在被称作“欧洲以外我们最好的盟友”。

据法国的一位高级官员解释说，这项总政策

美记者弗洛拉·刘易斯自巴黎报道

## 《法国谋求在非洲发挥更大的影响》

所依据的思想是十分简单的，虽然运用起来要复杂得多。其根据是一个根本性的长远观点：法国的燃料（包括石油和铀）大部分依赖进口，而非洲是一个方便的来源。

卷入的长期传统 法国人说，欧洲卷入非洲事务的历史可以追溯到许多世纪以前，不只是从殖民时代才开始。殖民时代持续的时间不过一百年而已。法国人认为，保持那个长期传统并为之找到一个新的体制是对双方都有利害关系的，因为非洲需要欧洲的市场和发展援助，而欧洲则需要非洲的市场和原料。

巴黎认为，非洲—阿拉伯关系对欧洲仍然具有重要的意义，沙特阿拉伯对非洲之角日益增加的兴趣可能有助于维护吉布提（宣布独立的最后一块法国殖民地）的独立和帮助法国同沙特阿拉伯建立更密切的关系。另一种情况是，法国用飞机把摩洛哥的军队运到扎伊尔去抵御安哥拉对沙巴省的入侵。

苏联对非洲的渗入可能长不了，但是巴黎认为，即使是短期的，这也是危险的，因为这可能破坏那里的多少有点亲西方色彩的政权。法国似乎相信“多米诺理论”对非洲是灵验的。在安哥拉内战以后，他们的主要担心是，象塞内加尔和象牙海岸之类的友好国家政府会感到受到很大的威胁，以致向亲苏方向摇摆。因此，法国援助的对象是经过谨慎选择的，遵循的是德斯坦总统“首先援助友邦”这一原则。

法国人认为，由于长期传统的文化渊源，非洲是不会满意如一个官员所说的“资本主义货色”的。但是当在理论上颇吸引人的社会主义方法付诸实施，调动政治和经济力量时，非洲人更加感到不舒服。巴黎认为，非洲人总的来说正在谋求“第三条道路”。现在该法国和整个西方来帮助他们建立一种结构以支持新的抉择了。

## 福田在吉隆坡举行记者招待会

强调东盟与印支应谋求和平共处；说日本愿在经济文化方面同东盟合作

【路透社吉隆坡八月八日电】日本首相福田赳夫今天在这里同东盟五个非共产党国家会谈后举行的记者招待会上表示，日本把它同东盟的合作列为它的当务之急。

他说：“日本打算在它同这些国家的合作方面采取最积极的态度。然而，同时，我们认为我们愿意同三个印度支那国家（老挝、柬埔寨和越南）保持某种接触，原因我已讲过。”

日本首相说，他和澳大利亚总理及新西兰总理同东盟国家领导人在周末的会谈“对亚洲历史、而且的确对世界历史具有划时代的重要意义”。

他说，自从东盟去年在印尼巴厘举行其第一次首脑会议以来，亚洲出现了形势的稳定性增强的趋势。“在这方面，我高度评价东盟起的作用”。

日本愿意在经济和

文化方面同东盟国家合作，如果它们希望的话。

他说：“我下了坚定的决心，我们要同在这里集会的这些国家在牢固的相互关系的基础上开创一个新时代。”

【法新社吉隆坡八月八日电】日本首相福田今天在这里的记者招待会回答问题时说，在世界上的这个重要地区明显地存在着两个集团：东盟和社会主义的

## 新西兰总理马尔登同东盟首脑会谈后发表声明

【美联社吉隆坡八月八日电】新西兰总理马尔登今天宣布要向东南亚国家联盟提供五千万新西兰元（五千一百五十万美元）的援助。

马尔登在一篇声明中说：“如果说合适的项目，新西兰预计在今后五年内可以提供相当于至少五千万新西兰元的援助。”

总理是今天上午在

为我们在非洲国家中有所偏袒，那终究要引起所有非洲国家的敌意。

苏联在冲突中的作用 持这种态度的不独是法国。例如，在目前的埃塞俄比亚—索马里冲突中，莫斯科力求同双方都保持良好关系。古巴主席卡斯特罗和利比亚领导人卡扎菲试图在这两个国家之间进行调停，但似乎没有什么结果。

美国表示它可能愿意给索马里和乍得运送“防御性”武器。乍得同利比亚有边界冲突，正在同利比亚支持的种族叛乱作斗争。但是据这里的美国官员说，同某些人的印象相反，华盛顿实际上还没有就它可能运送什么类型的装备以及根据什么样的条件提供武器作出决定。

除了苏联向埃塞俄比亚直接提供援助以外，官员们还证实，古巴、利比亚和以色列也在帮助埃塞俄比亚的军事力量。美国知道以色列的卷入，但它并没有表示反对，尽管美国向索马里作了表示。美国显然同法国一样认为，非洲的任何结盟都不是永久不变的。

除了外交上的支持、偶而提供军事援助和达成某些直接的军事协议外，法国还对非洲实行积极的经济和文化援助计划。

法国的计划被认为是有效的 美国官员认为，法国的发展援助计划由于有选择和规模较大，效果比美国的明显，也较有效。

法国之所以推行有力的非洲政策，还有一个重要的国内政治因素。在巴黎有一个法国问题观察家所说的“院外非洲集团”，这个集团是由下列几部分人组成的：商界的一些利益集团、军界的一些集团、曾长期在非洲工作过的前殖民地行政官员和一些同情者（包括德斯坦总统）。

戴高乐提出的法国要在世界上发挥重要作用的这一概念的范围已经缩小了，但是法国公众对这个思想仍然念念不忘，乐此不疲。

且可以肯定，美国是抱有同样看法的，因为它非常关心亚洲的稳定。”

【美联社吉隆坡八月八日电】日本首相福田赳夫今天说，他的国家没有把由于不制造核武器而积累的剩余资金充分引入发展中国家。

福田保证日本在今后五年中要纠正这个偏向，“如果可能”，至少把它的正式援助数额增加一倍。日本将在五年以内设法把它的开发方面援助增加一倍。

福田说，他想重申日本知道它对不发达国家负有的义务。

印度支那。

他说：“我认为绝不允许在这两个集团之间存在紧张局势，即使它们的政治立场可以不同，但是我们应当谋求和平共处。只有在使这种共处成为可能的情况下，东南亚的和平才能是真正的和平。”

福田说：“日本必须作出自己的努力，使这两个集团之间没有紧张局势，没有对抗，而

这里同东盟各国首脑举行会谈后作出这一保证的。

他说，在一九七二至一九七六的五年期间，新西兰向东盟国家的出口增加了一倍，从五千二百万新元增至一亿零三百万新元，而东盟向新西兰的出口则增加了十一倍，从一千万新元左右增至一亿一千万新元。

【路透社吉隆坡八

月八日电】新西兰总理马尔登在同东盟国家政府首脑会谈后举行的记者招待会上说，他的国家原则上支持东盟国家的这样的建议：筹措一项共同基金以保证较穷国家和原料生产国不致因物价剧烈波动而损失过大。

他说：“我们坚定地致力于同东盟及其成员国保持长期的伙伴关系。”

【本刊讯】日本《朝日新闻》七月二十四日刊登该报驻加德满都特派记者沼尻二十三日报发的一条消息，题目是《小国的道路——尼泊尔煞费苦心地推行“四面讨好”的“全方位外交”》，摘要如下：

尼泊尔首都加德满都的每一条主要道路的路标都标着通往中国，或者印度。这个小国，北面是中国，东西南是印度，它被亚洲这两个大国所包围，因而正在煞费苦心地寻找“小国有小国自己的生存办法”。

尼泊尔没有象样的产业，在发展中国家里，也可以说是经济发展落后的“发展中国家”。农业生产占整个经济的近百分之七十，国民收入还不到一百一十一美元，所以不得不一面接受外援，一面推进国内开发。因此，已经同它建立外交关系的国家包括南北朝鲜、以色列、阿拉伯国家在内，达七十八个。它不得不“四面讨好”。

不仅有同以色列联合经营的建设公司，而且还让以色列的降落伞部队训练精锐的廓尔喀兵。但是，另一方面，自石油危机以后，又接近中近东的产油国。最近该国开始动工的最大的水库工程，将依靠科威特提供一千多万美元。

近二、三年来，同苏联的关系也过得去。苏联对于这个国家来说，正在成为和阿拉伯国家同样重要的原油输出国。一九七六年六月访问了西藏的比兰德拉国王，于十一月访问了苏联。另一方面，同美国的关系三十年来也是顺利的，除印度外，是最大的援助国。去年，在农业和教育领域等方面，六项开发计划得到了美国总额七百万美元的援助。

我认为，在这里可以看到小国的智慧：不仅同周围的大国，而且也同世界各国搞“全方位外交”来谋求生存。



【本刊讯】苏联《在国外》杂志七月一日至七日一期转载美国《纽约时报》的文章，题目是《运动使你生气勃勃》，摘要如下：

苏刊转载  
美报文章

## 《运动使你生气勃勃》

原编者按：体力活动不足（科学技术进步的弱点），是当代特有的特点。发达国家中许多人过着不大活动的生活方式，促使各种疾病和早衰发展。许多人由于懂得这一点，近来开始进行各种体育活动。当然如果体育活动是在医生的监督下进行，会给健康带来巨大的益处。诚然，应该指出，哪些活动对每一个个别人和它们对身体影响的某些方面最为有益，在这个问题上还有许多不清楚之处，这在本文中将以加论述。但是显然正如法国著名医生蒂索还在十八世纪所写的：“世界上的一切药物对身体来说都无法代替运动的良好作用”。

在纽约的马拉松赛跑会上，我碰到了一位老朋友，向他探询一位我们都相识，并且常同他一起跑步的熟人。得到的答复是，“三个星期前因梗塞而去世”。我的交谈者急忙补充说，“但是，他要不是跑步的话，那大概要早死五年”。

马拉松赛跑代替药物……纽约著名的生物物理学家和流行病学家米尔维在学术会议上讲了这件事。米尔维向他的听众、医生和科学工作者申述说，“在这里给你们举一个现在的处世秘诀的例子，要知道仅在几年前，还认为强度的体育活动对健康是有害的”。

宣传大运动量体育活动益处的新的“处世秘诀”掌握了数百万美国人的人心之后，引起体育的蓬勃发展。甚至在最寒冷的冬天早晨在中央公园的各个通道上挤满了黎明时慢步小跑的爱好者。人们争先恐后地购买“原地骑行”的自行车练习器和其他医疗体育器械。这个题材的书籍迅速销售一空。现在医生给心脏病发作的病人指定象长跑这样运动量大的治疗方法，而在不久前他们却建议患者多休息，避免走楼梯。

公开赛跑吸引的参加人数是打破纪录的。一九六三年参加七点八英里（一英里等于一点六公里）越野赛跑的在旧金山总共有一百人。在一九六七年已经是五千人。

五千多名赛跑者，许多人年龄超过四十，而有些人已经六十岁。去年十月从纽约出发跑马拉松，大多数人跑完了所有这些令人疲惫不堪的传统距离四十二公里。而“波士顿马拉松赛”——美国这种最流行的比赛之一——的举办者甚至因参加者过多被迫限制人数。

显然，大多数人同意这种意见，即特别是长期的、大运动量的体育活动对身体有良好的作用。

但这是否是这样呢？尽管大家都同意经常从事体育活动能增加肌力、耐久力、身体抵抗力，改善动作的协调、灵活性，促使整个身体感觉良好；但目前仍有两个基本问题无法回答，即体育能否延长寿命和能否保证身体不遭现代人的灾难——心血管病？

体力活动负有帮助人们“逃避梗塞”，延长人的寿命的使命，它属于一种所谓“需氧活动”。

最为普及的几种需氧体育——走、慢跑、骑自行车、游泳能使躯干和下肢的大肌作有节律的、有力的收缩和放松。而在足够长的时间，用一定的速度进行活动时，能提高体温，增加呼吸和心跳的频率，增加汗分泌。

象网球和足球这类运动在某种程度上可以叫做“需氧活动”。但是它们并不需要经久的、周期性的用力。体操能增强肌肉，赋予肌肉以柔韧性，改善关节的灵活性。但是通常做操时间不够长和不够有力。

需氧活动的目的是，引起机体内发生一系列生理变化，由于这些变化，机体进入训练水平状态。受过训练的机体在强度运动量时，吸收氧气的能力比没有受过训练的机体要强得多。在这种程度下，受过训练者的肌肉紧张分泌出较少的乳酸，即肌肉活动的副产品。疲劳的感觉主要是由这种副产品的积累引起的。受过训练的人的工作能力和耐久力急剧提高。

清除机体内的胆固醇 除了上述生理变化外，强度的需氧活动在机体内还能引起其它明显

的变化。一些专家认为，强度的需氧活动促使血压降低（特别是对高血压患者）和改变血的化学成分。

运动量影响血液中两种脂肪的含量。首先是降低甘油三酸酯的水平，常常是急剧下降。可能也减少血液或血清中胆固醇的含量，特别是那些机体内胆固醇含量一开始就比较高的人。

近几年来进行的研究可以证实，对心脏病不感受性高的几组人中，他们血液中稠密性高的脂蛋白质的含量较高，而稠密性低的成分比居民的平均数低得多。对这个问题作进一步研究表明，强度运动量显然提高了稠密性高的物质的含量，并降低了稠密性低的脂蛋白质的水平。

武特博士研究了北加利福尼亚四十一名每星期跑步不少于十五英里的中年居民和同样一组不跑步的成员的血液的化学成分。结果是，跑步者血浆中的甘油三酸酯少二分之一，胆固醇也略少些。

但是，跑步者血液中稠密性高的脂蛋白质含量，同不跑步的含量是六十四毫克比四十二毫克。因而前者是属于对心脏病比较不感受的一组中。

还有一系列的现象同经常从事强度体育活动有关的。用老鼠进行的试验表明，每天经受运动量的那些动物，与那些过着比较安逸生活方式的“同龄鼠”相比较，在心肌组织单位上的毛血管发育较多，冠状动脉扩张。

拥护跑步者援引了已故的马拉松赛跑冠军德马的例子。德马最后一次跑“波士顿马拉松赛”时年龄六十九岁，在他死于癌症的前两年。死后解剖表明，这个运动员冠状动脉的直径比一般人的直径大一——两倍。

原因还是后果？这是否证明进行强度的体育活动能促使动脉扩张？或者是德马在马拉松赛跑中取得卓越的成绩是，因为他一开始就有扩张了的冠状动脉？对此我们实在不知道。

另外有一个事实。范德比尔特大学的乔治·曼研究了年龄为十五——五十岁的非洲芒萨人部落代表的心脏活动。芒萨人赶逐牲畜群时，一天走十二英里。

这位科学家发现他们的冠状动脉的直径每隔十年就增大。自然就得出这样的结论，即非洲人每天行走的漫长距离使他们的动脉不断扩张，而不是在过着不活动生活方式的美国人和其他“机械化”国家居民身上通常观察到的那样，逐年收缩。

这类例子得以假设，体力活动能增大冠状动脉的直径。

另外一种观察引起了较少的争论，就是定时的、强度体育活动能减轻体重，照例对健康是十分有益的。尽管近年来，在美国提出的几乎全部消瘦处方都是以饮食制为基础的，现在有充分理由认为，定时的运动量可以导致稳定地减重。还在一九三九年，衣阿华州大学附属医学院的专家詹·格伦普通报说，研究过三百五十个成年人肥胖病病例。在二百三十六个病例中体重开始增加是在患者不再定期从事体育活动时，通常是在学校毕业后，而在学校里他是专门从事某项体育运动的。

快步走在体重为一百五十磅的人体内，每分钟“烧尽”六一——七卡路里。这样，在食物的发热量不变的情况下，在十年间把散步量增加为每天不到十分钟，即足以使您的体重仍然不变。至于这种论点，好象体育活动会增加食欲，那么营养专家迈耶借助对试验的仔细检查表明，事实上中等强度的活动量甚至使食欲略有减少。

定时的体育活动能提高心血管系统的活动效率，降低血压，降低血清中甘油三酸酯的含量和改善稠密度高的脂蛋白质同稠密度低的脂蛋白质的比例。这可以增强动脉中血液的循环，无疑会促使体重减轻。所有上述现象应该似乎减少了产生心脏病的危险性和延长寿命。但是否是这样呢？

大多数的研究似乎表明，定时的、强度的练习确实能防御身体害病。但仍然有这样一些事实，不能认为这种论点是绝对真理。

工作能力的恢复 整个说来，大多数美国权威人士对这个见解是一致的，即体育活动对身体的保护作用的假设，在指使心脏病发作的受害者恢复工作能力方面，比预防外表健康的人不得这种疾病方面所得到的证实要令人信服得多。

一九六七年多伦多心脏修复中心的主任医师卡万诺，开始把体育活动作为疗程的一个组成部分，旨在恢复心脏病发作患者的工作能力。结果，重复得病的病例数略有减少，于是卡万诺决定增加体育活动的强度。

他说：“现在我们的目标是使病人一星期跑五次，如果病人年龄在四十五岁以上者，三十六分钟跑完三英里；如果年龄在四十五岁以下，半小时跑完这个距离。获得了最令人鼓舞的结果。”卡万诺指出：“从一九六七年至去年十月止，我们这里每年的死亡率是百分之一点四。而在不从事体育活动的小组中，死亡率达百分之六——十二。这些结果是在对七百八十名病人进行研究的基础上取得的”。

在不久前提出的试验中，用另一种方式对体育活动同心脏病之间的关系进行了研究。西尔维斯特同他的南加利福尼亚大学的同事建立了由一百一十个“心脏病患者”组成的小组。把他们按运动量程度分为四个组，即由一组（其成员不增加自己的体力活动）至四组（该组的锻炼是很紧张的）。在试验的二十一个月期间对被试验者血管中的粥样硬化沉积物作了分析。

在“活动少”的组中，表现有二分之一以上的患者有冠状血管病恶化的症状。在从事强度不大的体育活动的二组中情况稍好些。百分之四十八的病例有所恶化。在二十一个月中，“中等运动量”组，只有百分之三十七的成员的状况有所恶化。而运动量最大的组中，则只有百分之二十。

下面这个事实给人的印象尤为强烈，即在第一组中百分之三十三的受试验者濒于心脏病再次发作的边缘；第二组中是百分之二十；第三组中是百分之二十；在第四组中却没有一个这样的病例。

如果体育活动保证不致心脏病发作，那么它们也应该促使延长寿命。许多人赞成这种说法。

当跑步者不能中断的时候 定时从事体育活动的美国人，有一些基本的癖好。尽管跑步、划船、骑自行车、游泳的效果相同，但大多数人终于选择跑步。

这种活动效果较好，同得到的好处相比较，不需要花很多时间和除了一双运动鞋之外，不需要任何特殊装备。

开始一大群跑步者由于“开小差者”常常迅速减少。但是留下来的人却是真正被吸引住了。随着时间的推移，他们把运动量增加了许多倍，常常达到极高的训练水平。

常常可以发现，早先过着不活动生活方式的，之后被跑步吸引的中年人，一星期逐渐开始从十五——二十跑到三十，甚至五十英里。而一些人还达到一百英里。

去年十月，地方科学院在纽约举办的讨论马拉松赛跑对身体的生理和心理影响的学术会议上，加利福尼亚一所医院的医生和美国医生联合会主席——慢跑爱好者帕斯勒作了报告。

他说，“我参加过六十六次马拉松赛跑，并做过三千次尸体解剖”。接着他陈述了自己的观点。在帕斯勒看来，凡是达到能跑完马拉松全程的训练水平的人，就终生具有了心脏病发作的免疫性。

他给与会者放映了在解剖因不幸事故和其他原因致死的马拉松运动员时所拍摄的动脉组织切片幻灯片。帕斯勒肯定地说，“我们发现冠状动脉完全改变了。它们起变化了和扩张了”。

帕斯勒博士把这一事实也作为自己论点的证据，即世界的任何地方没有记载这有一个马拉松赛跑者因心脏病发作死亡的病例。

【本刊讯】苏联《在国外》杂志七月一日至七日一期转载美国《纽约时报》的文章，题目是《运动使你生气勃勃》，摘要如下：

苏刊转载  
美报文章

## 《运动使你生气勃勃》

原编者按：体力活动不足（科学技术进步的弱点），是当代特有的特点。发达国家中许多人过着不大活动的生活方式，促使各种疾病和早衰发展。许多人由于懂得这一点，近来开始进行各种体育活动。当然如果体育活动是在医生的监督下进行，会给健康带来巨大的益处。诚然，应该指出，哪些活动对每一个个别人和它们对身体影响的某些方面最为有益，在这个问题上还有许多不清楚之处，这在本文中将以加论述。但是显然正如法国著名医生蒂索还在十八世纪所写的：“世界上的一切药物对身体来说都无法代替运动的良好作用”。

在纽约的马拉松赛跑会上，我碰到了一位老朋友，向他探询一位我们都相识，并且常同他一起跑步的熟人。得到的答复是，“三个星期前因梗塞而去世”。我的交谈者急忙补充说，“但是，他要不是跑步的话，那大概要早死五年”。

马拉松赛跑代替药物……纽约著名的生物物理学家和流行病学家米尔维在学术会议上讲了这件事。米尔维向他的听众、医生和科学工作者申述说，“在这里给你们举一个现在的处世秘诀的例子，要知道仅在几年前，还认为强度的体育活动对健康是有害的”。

宣传大运动量体育活动益处的新的“处世秘诀”掌握了数百万美国人的人心之后，引起体育的蓬勃发展。甚至在最寒冷的冬天早晨在中央公园的各个通道上挤满了黎明时慢步小跑的爱好者。人们争先恐后地购买“原地骑行”的自行车练习器和其他医疗体育器械。这个题材的书籍迅速销售一空。现在医生给心脏病发作的病人指定象长跑这样运动量大的治疗方法，而在不久前他们却建议患者多休息，避免走楼梯。

公开赛跑吸引的参加人数是打破纪录的。一九六三年参加七点八英里（一英里等于一点六公里）越野赛跑的在旧金山总共有一百人。在一九六七年已经是五千人。

五千多名赛跑者，许多人年龄超过四十，而有些人已经六十岁。去年十月从纽约出发跑马拉松，大多数人跑完了所有这些令人疲惫不堪的传统距离四十二公里。而“波士顿马拉松赛”——美国这种最流行的比赛之一——的举办者甚至因参加者过多被迫限制人数。

显然，大多数人同意这种意见，即特别是长期的、大运动量的体育活动对身体有良好的作用。

但这是否是这样呢？尽管大家都同意经常从事体育活动能增加肌力、耐久力、身体抵抗力，改善动作的协调、灵活性，促使整个身体感觉良好；但目前仍有两个基本问题无法回答，即体育能否延长寿命和能否保证身体不遭现代人的灾难——心血管病？

体力活动负有帮助人们“逃避梗塞”，延长人的寿命的使命，它属于一种所谓“需氧活动”。

最为普及的几种需氧体育——走、慢跑、骑自行车、游泳能使躯干和下肢的大肌作有节律的、有力的收缩和放松。而在足够长的时间，用一定的速度进行活动时，能提高体温，增加呼吸和心跳的频率，增加汗分泌。

象网球和足球这类运动在某种程度上可以叫做“需氧活动”。但是它们并不需要经久的、周期性的用力。体操能增强肌肉，赋予肌肉以柔韧性，改善关节的灵活性。但是通常做操时间不够长和不够有力。

需氧活动的目的是，引起机体内发生一系列生理变化，由于这些变化，机体进入训练水平状态。受过训练的机体在强度运动量时，吸收氧气的能力比没有受过训练的机体要强得多。在这种程度下，受过训练者的肌肉紧张分泌出较少的乳酸，即肌肉活动的副产品。疲劳的感觉主要是由这种副产品的积累引起的。受过训练的人的工作能力和耐久力急剧提高。

清除机体内的胆固醇 除了上述生理变化外，强度的需氧活动在机体内还能引起其它明显

的变化。一些专家认为，强度的需氧活动促使血压降低（特别是对高血压患者）和改变血的化学成分。

运动量影响血液中两种脂肪的含量。首先是降低甘油三酸酯的水平，常常是急剧下降。可能也减少血液或血清中胆固醇的含量，特别是那些机体内胆固醇含量一开始就比较高的人。

近几年来进行的研究可以证实，对心脏病不感受性高的几组人中，他们血液中稠密性高的脂蛋白质的含量较高，而稠密性低的成分比居民的平均数低得多。对这个问题作进一步研究表明，强度运动量显然提高了稠密性高的物质的含量，并降低了稠密性低的脂蛋白质的水平。

武特博士研究了北加利福尼亚四十一名每周跑步不少于十五英里的中年居民和同样一组不跑步的成员的血液的化学成分。结果是，跑步者血浆中的甘油三酸酯少二分之一，胆固醇也略少些。

但是，跑步者血液中稠密性高的脂蛋白质含量，同不跑步的含量是六十四毫克比四十二毫克。因而前者是属于对心脏病比较不感受的一组中。

还有一系列的现象同经常从事强度体育活动有关的。用老鼠进行的试验表明，每天经受运动量的那些动物，与那些过着比较安逸生活方式的“同龄鼠”相比较，在心肌组织单位上的毛血管发育较多，冠状动脉扩张。

拥护跑步者援引了已故的马拉松赛跑冠军德马的例子。德马最后一次跑“波士顿马拉松赛”时年龄六十九岁，在他死于癌症的前两年。死后解剖表明，这个运动员冠状动脉的直径比一般人的直径大一——两倍。

原因还是后果？这是否证明进行强度的体育活动能促使动脉扩张？或者是德马在马拉松赛跑中取得卓越的成绩是，因为他一开始就有扩张了的冠状动脉？对此我们实在不知道。

另外有一个事实。范德比尔特大学的乔治·曼研究了年龄为十五——五十岁的非洲芒萨人部落代表的心脏活动。芒萨人赶逐牲畜群时，一天走十二英里。

这位科学家发现他们的冠状动脉的直径每隔十年就增大。自然就得出这样的结论，即非洲人每天行走的漫长距离使他们的动脉不断扩张，而不是在过着不活动生活方式的美国人和其他“机械化”国家居民身上通常观察到的那样，逐年收缩。

这类例子得以假设，体力活动能增大冠状动脉的直径。

另外一种观察引起了较少的争论，就是定时的、强度体育活动能减轻体重，照例对健康是十分有益的。尽管近年来，在美国提出的几乎全部消瘦处方都是以饮食制为基础的，现在有充分理由认为，定时的运动量可以导致稳定地减重。还在一九三九年，衣阿华州大学附属医学院的专家詹·格伦普通报说，研究过三百五十个成年人肥胖病病例。在二百三十六个病例中体重开始增加是在患者不再定期从事体育活动时，通常是在学校毕业后，而在学校里他是专门从事某项体育运动的。

快步走在体重为一百五十磅的人体内，每分钟“烧尽”六一——七卡路里。这样，在食物的发热量不变的情况下，在十年间把散步量增加为每天不到十分钟，即足以使您的体重仍然不变。至于这种论点，好象体育活动会增加食欲，那么营养专家迈耶借助对试验的仔细检查表明，事实上中等强度的活动量甚至使食欲略有减少。

定时的体育活动能提高心血管系统的活动效率，降低血压，降低血清中甘油三酸酯的含量和改善稠密度高的脂蛋白质同稠密度低的脂蛋白质的比例。这可以增强动脉中血液的循环，无疑会促使体重减轻。所有上述现象应该似乎减少了产生心脏病的危险性和延长寿命。但是否是这样呢？

大多数的研究似乎表明，定时的、强度的练习确实能防御身体害病。但仍然有这样一些事实，不能认为这种论点是绝对真理。

工作能力的恢复 整个说来，大多数美国权威人士对这个见解是一致的，即体育活动对身体的保护作用的假设，在指使心脏病发作的受害者恢复工作能力方面，比预防外表健康的人不得这种疾病方面所得到的证实要令人信服得多。

一九六七年多伦多心脏修复中心的主任医师卡万诺，开始把体育活动作为疗程的一个组成部分，旨在恢复心脏病发作患者的工作能力。结果，重复得病的病例数略有减少，于是卡万诺决定增加体育活动的强度。

他说：“现在我们的目标是使病人一星期跑五次，如果病人年龄在四十五岁以上者，三十六分钟跑完三英里；如果年龄在四十五岁以下，半小时跑完这个距离。获得了最令人鼓舞的结果。”卡万诺指出：“从一九六七年至去年十月止，我们这里每年的死亡率是百分之一点四。而在不从事体育活动的小组中，死亡率达百分之六——十二。这些结果是在对七百八十名病人进行研究的基础上取得的”。

在不久前提出的试验中，用另一种方式对体育活动同心脏病之间的关系进行了研究。西尔维斯特同他的南加利福尼亚大学的同事建立了由一百一十个“心脏病患者”组成的小组。把他们按运动量程度分为四个组，即由一组（其成员不增加自己的体力活动）至四组（该组的锻炼是很紧张的）。在试验的二十一个月期间对被试验者血管中的粥样硬化沉积物作了分析。

在“活动少”的组中，表现有二分之一以上的患者有冠状血管病恶化的症状。在从事强度不大的体育活动的二组中情况稍好些。百分之四十八的病例有所恶化。在二十一个月中，“中等运动量”组，只有百分之三十七的成员的状况有所恶化。而运动量最大的组中，则只有百分之二十。

下面这个事实给人的印象尤为强烈，即在第一组中百分之三十三的受试验者濒于心脏病再次发作的边缘；第二组中是百分之二十；第三组中是百分之二十；在第四组中却没有一个这样的病例。

如果体育活动保证不致心脏病发作，那么它们也应该促使延长寿命。许多人赞成这种说法。

当跑步者不能中断的时候 定时从事体育活动的美国人，有一些基本的癖好。尽管跑步、划船、骑自行车、游泳的效果相同，但大多数人终于选择跑步。

这种活动效果较好，同得到的好处相比较，不需要花很多时间和除了一双运动鞋之外，不需要任何特殊装备。

开始一大群跑步者由于“开小差者”常常迅速减少。但是留下来的人却是真正被吸引住了。随着时间的推移，他们把运动量增加了许多倍，常常达到极高的训练水平。

常常可以发现，早先过着不活动生活方式的，之后被跑步吸引的中年人，一星期逐渐开始从十五——二十跑到三十，甚至五十英里。而一些人还达到一百英里。

去年十月，地方科学院在纽约举办的讨论马拉松赛跑对身体的生理和心理影响的学术会议上，加利福尼亚一所医院的医生和美国医生联合会主席——慢跑爱好者帕斯勒作了报告。

他说，“我参加过六十六次马拉松赛跑，并做过三千次尸体解剖”。接着他陈述了自己的观点。在帕斯勒看来，凡是达到能跑完马拉松全程的训练水平的人，就终生具有了心脏病发作的免疫性。

他给与会者放映了在解剖因不幸事故和其他原因致死的马拉松运动员时所拍摄的动脉组织切片幻灯片。帕斯勒肯定地说，“我们发现冠状动脉完全改变了。它们起变化了和扩张了”。

帕斯勒博士把这一事实也作为自己论点的证据，即世界的任何地方没有记载这有一个马拉松赛跑者因心脏病发作死亡的病例。