

普拉博沃：虽来自不同背景及地区 不计差异团结共建国家

(马吉朗讯) 普拉博沃总统邀请印尼各地的地方议会 (DPRD) 议长团结起来，作为印尼公民共同建设国家，无论他们在出身地区、族群和政党归属上存在差异。

普拉博沃于4月18日 (周六) 在位于中爪哇省马吉朗军事学院 (Akmil Magelang) 由印尼国防研究院 (Lemhannas) 举办的地方议会议长指导会议上说：“我们来自不同的背景、不同的地区、不同的族群、不同的教育水平、不同的职业，也来自不同的政党。然而，作为同一个国家的公民，我们团结一致。”

普拉博沃表示，印尼各地的地方议会议长都是以人民为本的爱国者。

普拉博沃说：“我来到这里，就是相信我们所有人都是爱国者。”

普拉博沃总统说：“我想坦诚地谈论。也许我说的话会让人不快，甚至冒犯或令人难过。”

在这次演讲中，他强调了尽管背景不同，但为了实现2045年黄金印尼的目标，大家必须团结一致。

普拉博沃说：“我们来自不同的背景、不同的地区、不同的族群、不同的教育水平、不同的职业，也来自不同的政党。然而，作为同一个国家的公民，我们团结一致。”

普拉博沃表示，印尼各地的地方议会议长都是以人民为本的爱国者。

普拉博沃说：“我来到这里，就是相信我们所有人都是爱国者。”

普拉博沃强调，印尼的实力并非完全取决于中央层面，而是建立在坚实的、正直的、以人民利益为导向的区域领导之上。

印尼国防研究院于今年4月15日至19日在马吉朗军事学院，举办为期5天的地区领导力强化课程 (KPPD)，课程以务虚会形式进行。

今年的KPPD课程是印尼国防研究院的常规活动，主题为“加强省/县/市地方政府领导层的作用，以支持迎接2045年黄金印尼的目标”。

在马吉朗军事学院，503名地方议会议长参加了多项领导力发展和密集训练课程。在活动期间，所有地方议会议长都穿着预备役部队特有的绿色迷彩服。(KP)



普拉博沃与出席者握手问好。

西巴迪岛割让印尼？ 印尼大使：未定案仍属灰色地带



印尼驻马大使伊曼。

(吉隆坡讯) 印尼驻马马来西亚大使伊曼强调，位于西巴迪岛 (Pulau Sebatik) 的一块127.3公顷土地，其归属仍未有定案，有关该岛已割让给印尼说法并不正确。

他向《每日新闻》指出，这块土地仍属于“灰色地带”，因为还在进行相关讨论，未有最终定案。

“我要强调，该地区并不在印尼主权之下。其地位仍属灰色地带，目前仍在最高层级进行讨论。相关的报导并不属实。”

伊曼也表示，他需要查明该报导是否为假消息，或是内容出现错误。

“无论如何，这并不属实。”

印尼安塔拉 (Antara) 通讯社引述总统幕僚长科达里指出，随著与马来西亚完成陆地边界划定，印尼在北加里曼丹西巴迪岛的领土增加了127.3公顷。

据报导，科达里表示，该土地原本属于马来西亚，如今在法律上已归属印尼，而印尼原有边界约4.9公顷的土地则划归马来西亚。

国际媒体此前曾报导，北加里曼丹努努坎县的三个村庄，据称在边界重新划定后被纳入马来西亚领土。

这三个村庄是甘榜卡本加洛 (Kampung Kabunglor)、甘榜利帕加 (Kampung Lipaga) 及甘榜特塔加斯 (Kampung Tetagas)，皆位于沙巴斗湖边境附近。

4月16日，沙巴首席部长拿督斯里哈芝芝诺也驳斥，西巴迪岛127.3公顷土地已移交予印尼。(东方日报)



海事与渔业部资源监管局局长蓬努格罗霍。

(雅加达讯) 海事与渔业部 (KKP) 再次发现有人在社群媒体上出售印尼水域的岛屿。事实上，有关海洋空间和小岛屿使用的法规，已经相当严格且多层次地制定。

最近，海事与渔业部发现有人在社群媒体上出售位于万丹省的乌芒 (Umang) 岛。此行为被确定是违法的。此外，海事与渔业部还查封了乌芒岛上一家由GSM公司拥有的度假村，因没有具备必要的行政文件。

来自印尼国防研究院战略中心校友会 (IKAL-SC) 的海洋观察员马塞勒斯评估认为，关于此事的相关规定已经制定得相当全面且层层递进。

至少在2007年第27号关于沿海地区和小岛屿管理的法律中已对此作出明确规定，该法律

政府制定严格使用法规 买卖岛屿属违法行为

已通过2024年第1号法律进行修订，并由2014年第32号关于海洋事务的法律进一步强化。

马塞勒斯于4月16日 (周四) 告诉Liputan6.com网站说：“在我看来，这套制度表明，海洋和小岛屿空间从来就是不受开发的自由空间，而是必须透过诸如《沿海地区和小岛屿分区规划》(RZWP3K) 之类的工具进行规划和管理的空间。”

据他所说，该法规具有相当强的限制性。换句话说，小岛屿的使用明显受到限制。例如，他们不能控制整个区域，必须为公共利益和环境保护留出空间，并且必须保障公众的通行权。

他强调说：“据我观察，外国投资者也没有直接控制的空间；他们只能透过印尼法人实体进入，并且仅限于获得管理权。”

针对海事渔业部参与探索社群媒体并发现非法出售岛屿的行动，马塞勒斯认为这是进一步加强监管的举措。然而，另一方面，散布在全国各地的数千个小岛屿也带来了监管方面的挑战。

他说：“即使监管严格，但政府在实地的监控尚未完全覆盖所有区域，仍然存在漏洞。”

马塞勒斯认为，严格且多层次的监管取决于有效且一致的执法、资料整合和社区参与。

他强调说：“否则，那些不受监管的小区域将继续成为非法开发的漏洞，这些行为往往会超出法律的界限。”

此前，海事渔业部查封了位于万丹省班德格琅县乌芒岛的一家豪华度假村。海事渔业部也发现有人在社群媒体上出售乌芒岛，此事在网路上迅速传开。

海事与渔业部资源监管局局长蓬努格罗霍表示，政府立即采取行动，查封了该度假村。他也对乌芒岛被出售的消息作出了回应。

蓬努格罗霍于4月15日 (周三) 在雅加达海事渔业部办公室举行的新闻发布会上说：“我们查封了位于万丹省的乌芒岛。因为我们在社交媒体上发现了有关出售乌芒岛的消息。政府官员前往现场，并查封了该岛。”

(KP)



Bagus バグス
SERAPAIR
HEAVY DUTY DEHUMIDIFIER
Penyerap Udara Lembab Yang Kuat
除湿消臭防カビ

除湿·防霉·除异味
Ruangan Bebas Lembab
强力除湿

潮气 UDARA LEMBAB

DAPAT DIGUNAKAN UNTUK:

- SEPATU
- LEMARI
- FURNITUR
- KAMERA
- DAPUR
- TOILET

700 450 225 50

官方电商合作平台: [blibli](#) [Shopee](#) [tokopedia](#) [Lazada](#) [TikTok](#)

关注我们: [bagus.idn](#) [www.bagusgroup.com](#)

您可在附近超市、便利店选购:

RANCH MARKET, LOTTE Mart, NAGA, HERO, Market City, HARI HARI, FamilyMart, INDO, DutaBuka, Total, Galeri, BENNY mart, HARMONY, TOSERBA GADING, FARMERS MARKET, LOTTE Grosir, AEON, FOODHALL, hypermart, Alfaonline, TIP TOP, AZ-KO, Alfamidi, GrandLucky, SANTA SWALAYAN, FORTORA, PUJASARI

国油与BP-AKR调整售价 部分非补贴燃油大幅涨价

(雅加达讯)随着受美国、以色列和伊朗之间地缘政治冲突的影响,国油于4月18日(周六)正式上调部分燃油价格。除了Pertamax和Pertamax Green外,国油所有非补贴燃油产品均出现价格上涨。

根据MyPertamina网站的信息,部分燃油价格大幅上涨。

此涨价仅对Pertamax Turbo、Dexlite和Pertamina Dex进行。而其他非补贴燃油,即Pertamax和Pertamax Green的价格则保持不变。

例如,在雅加达地区,Pertamax Turbo燃油的售价现为每升1万9400盾,较2026年4月初的每升1万3100盾上涨了

6300盾。

Dexlite汽油的售价现为每升2万3600盾,较之前的每升1万4200盾上涨了9400盾。同样,Pertamina Dex燃油的售价现为每升2万3900盾,较之前的每升1万4500盾上涨了9400盾。

与此同时,Pertamax燃油在加油站的价格仍为每升1万2200印尼盾。Pertamax Green 95燃油的价格仍为每升1万2900盾。

此外,补贴燃料如Peralite的价格也保持不变,仍为每升1万盾盾。同样,补贴燃料Biosolar的价格也保持不变,仍为每升6800印尼盾。

不仅国油的燃油价格上涨,英国石油-阿拉斯加石油公司(BP-AKR)加油站的燃油价格也于4月18日(周六)上涨。此价格上涨仅适用于一种燃油产品,即BP Ultimate柴油。

据detikcom在西勿加泗Harapan Indah地区的一家BP加油站监测到,BP Ultimate柴油目前的售价为每升2万5560盾。该燃油价格较2026年4月初的每升1万4620盾上涨了1万0940盾。

与此同时,BP 92号燃油的价格保持不变,为每升1万2390盾。然而,由于该加油站目前没有BP Ultimate柴油供应,因此加油站的标牌上并未显示该燃油的价格。(ALW)

印尼被指考虑允许美军机飞越领空 中国回应:不应损害第三方利益

(雅加达讯)针对有关印尼被指正在考虑允许美国军机飞越其领空的消息,中国政府做出回应。

据中新社报导,中国外交部发言人郭嘉昆于4月17日在例行记者会上应询表示,国家间的防务安全合作不应针对第三方或损害第三方的利益。

郭嘉昆当日指出,《东盟宪章》和《东南亚友好合作条

约》明确规定,成员国以加强地区和平、安全与繁荣为共同责任,不参加任何威胁成员国主权、领土完整的政策或活动,包括其领土的使用。印尼方面也表示,将在尊重主权、互信互利基础上同各国开展防务合作。

郭嘉昆说,中方一贯认为,国家间的防务安全合作,不应针对第三方或损害第三方的利益,不应影响地区和平稳定。



雅加达省长普拉莫诺(中)视察捕捞清道夫鱼行动。

雅加达清剿清道夫鱼 单日捕获超150公斤

(雅加达讯)近期,雅加达政府加大河道清理力度,集中捕捞“清道夫鱼”(Ikan Sapu-Sapu)。

17日早上在雅加达北部地区开展的行动中,执法人员共捕获了超过150公斤。

据美都新闻网报导,此次行动在雅加达各行政区域同步展开,旨在遏制清道夫鱼的繁殖。相关作业在雅加达

北部以人工方式进行,并捕获了约150公斤,未来几天还将扩大行动。

雅加达省长普拉莫诺到场视察表示,清道夫鱼数量过多,已对水域生态造成破坏。根据海洋与渔业部数据,雅加达超过60%的水域已被其占据。因此,政府要求持续、加大力度控制繁殖。

普拉莫诺说:

“海事和渔业部研究结果显示,超过60%清道夫鱼存在雅加达,可能在其他区域也存在的。这种鱼富侵略性和制其他鱼类于死地。本来,我们预计只能捕获了约150公斤清道夫鱼,事实上我们捕获了200多公斤。”

据了解,捕获的清道夫鱼不会再放生,而是进行集中掩埋处理。

印尼公民42岁才达到人生巅峰



中央统计局副局长桑尼。

(雅加达讯)一项研究发现,印尼民众显然要在42岁时才能体验到幸福或富足的状态。据估计,印尼人在42岁时才将达到人生的巅峰。

根据印尼中央统计局(BPS)的数据,印尼民众的人生巅峰出现在42岁,人均盈余为3336万盾。这意味着收入与消费能力之间存在盈余。

然而,整体而言,印尼经历了1083兆9000亿盾的生命周期赤字。

中央统计局副局长桑尼于4月6日(周一)在雅加达国家发展规划署(Bappenas)发表讲话时指出,据估算,2024年印

尼家庭消费总额达到13024.4兆盾。同时,2024年劳动收入达到11940.5兆盾。

桑尼说:“这意味着,印尼人口的劳动收入尚不足以支付印尼人口的总消费。”

根据他的报告,印尼人均消费水准在17岁时达到峰值,估计为每人5748万盾。然而,这笔巨额支出无法透过收入或收益水准来平衡,因为尚未进入工作年龄。

根据桑尼的解释,经历生命周期赤字年龄段为16岁,人均赤字达到5522万盾。

因此,年轻人是生命周期赤字的主要贡献者。年轻人的赤字总额录得3482兆盾。

随着年龄增长和生命周期从依赖父母供养转向自主创业,赤字将会减少。桑尼指出,年轻人的赤字周期平均会在25岁时转为盈余。

另一方面,生命周期盈余出现在25岁至60岁之间,总额达3056兆盾。

整体而言,印尼公民的盈余期持续35年,从25岁到60岁,直到步入老年。这是因为印尼老年人有各种需求,但却没有收入。(KP)

印尼海军证实 美军舰出现甲峡

(雅加达讯)印尼国民军海军证实,先前广泛报导的美国军舰在甲峡地区的活动,据称这与追捕伊朗油轮的行动有关。

印尼海军资讯服务处处长(Kadispenal)通古尔海军上将表示,根据自动识别系统(AIS)的监测,美国海军“米格尔·基思”(Miguel Keith)号驱逐舰确实于印尼西部时间4月18日(周六)下午3时左右在勿拉湾以东海域被探测到。该舰当时正以13.1节的速度向西北方向航行。

据他称,该舰的出现属于合法的国际航运活动。

通古尔解释说,这艘美国军舰是根据《联合国海洋法公约》的规定,特别是第37、38和39条,行使过境通行权。“这艘美国军舰通过马六甲海峡,行使了1982年《联合国海洋法公约》第37、38和39条规定的过境通行权。马



通古尔海军表示,美国军舰属于合法的国际航运活动。

六甲海峡是连接公海/专属经济区的国际航行通道。”

然而,通古尔并未回应,此行动是否与追捕伊朗油轮等特殊军事行动有关。

此前,国际媒体报道称,美军将把对伊朗相关油轮的追捕范围

扩大到印太地区,包括马六甲海峡周边海域。这项声明出自美国参谋长联席会议主席丹凯恩将军之口,他表示,美军将对涉嫌参与非法石油运输的船只进行海上拦截行动。

丹凯恩说,美国政府将追捕与伊朗有关的船只,甚至远至中东以外的海域。他也特别提到了印太地区。

援引美国有线电视新闻网(CNN)报道,凯恩说:“我们还在太平洋责任区对在我们开始封锁之前离开该区域的船只采取了类似的海上预防措施和行动。”

根据Lloydslist.com网站报导,太平洋地区,特别是马六甲海峡附近海域,聚集着数量庞大的非法油轮船队。这些船队运送非法和受制裁的石油,通常来自伊朗等国家。(KP)

采矿业B50测试显示良好成果 增强政府确定广泛应用信心



埃尼亚表示,测试结果增强政府的信心。

(雅加达讯)在重型采矿设备领域的测试结果显示,积极性能后,能源与矿务部准备为在全国范围内推广使用50%生物柴油(B50)奠定基础。

这些发现,为政府最终确定B50广泛应用的政策方向和技术标准,提供初步依据。

能源与矿务部新能源、可再生能源和节能总署署长埃尼亚表示,目前正在进行的B50测试迄今为止,已证明其在技术和运行方

面均表现稳定。

她认为这些结果意义重大,因为采矿业的特点是工作负荷高,对发动机的耐久性要求很高。

埃尼亚在雅加达表示:“总体而言, B50柴油发动机在矿业领域的初步测试结果显示,发动机性能稳定,未出现重大问题。”

她解释说, B50柴油发动机在重型矿业设备上的测试是全面性进行,包括燃油质量、发动机性能、运行耐久性和储存稳定性等。

截至2026年3月底,动态耐久性测试已超过900小时,未发现任何因燃油质量引起的发动机问题。这些结果增强了政府对B50柴油发动机技术成熟、可以进入更广泛测试阶段的信心。

在企业运营中的现场测试结果,也指向同一方向。

Harmoni Panca Utama公司(HPU)工厂总经理洛赫曼表示,该公司对重型设备中使用 B40和 B50 燃料的情况进行了直接对

比。

他说:“我们目前已完成约1000小时的运行测试,对比了两台小松 HD785 发动机的性能,一台使用B40燃料,另一台使用B50燃料。”

他解释说,在接近1000小时的运行过程中,发动机性能未出现任何重大问题。目前唯一仍在监测的是B50燃料的油耗,其略高于B40燃料。

测试结果显示, B50燃油消耗量较B40燃油消耗量增加了约3.12%。这一增幅仍在合理范围内,并未对重型设备的生产效率造成显著影响。

此前,经济统筹部长艾尔朗曾表示, B50政策将于2026年7月1日开始实施。

他说, B50政策的实施有望节省高达48兆盾的能源补贴,同时每年减少约400万升的化石燃料消耗。

据悉,国油已做好实施该政策的准备。(ALW)

印尼启动第三阶段伊朗撤侨 45名公民安全回国

(雅加达讯)印尼外交部公民保护司司长海尼宣布,在3月已完成前两阶段撤离后,第三阶段自伊朗撤侨行动已展开。

据美都新闻网报导,共有45名印尼公民于4月12日从德黑兰出发,经陆路前往阿塞拜疆巴库,随后搭乘巴库至雅加达的商业航班返回印尼。

海尼于4月16日(周四)在新闻发布会上表示,“第三阶段共有45名印尼公民在外交部及印尼

驻德黑兰和巴库代表处的协助下完成撤离。她强调,此举旨在确保在局势发展背景下印尼公民的安全。

印尼公民分三批抵达伊朗。第一批14人于4月14日抵达,第二批9人于4月15日抵达,第三批预计于同日抵达。目前,仍有13名印尼公民滞留在巴库,等待下一班飞往印尼的航班。

抵达国内后,这些公民将移交社会事务部门及地方政府,

以安排返回各自原籍地区。

根据印尼驻德黑兰大使馆的数据,在第三阶段撤离后,仍有236名印尼公民留在伊朗,其中大多数为分布在多个城市(尤其是库姆)的学生和留学生。

此外,还有部分为外籍劳工以及与当地居民通婚的印尼公民。印尼政府将持续关注他们的状况,并在必要时准备进一步措施。

ZEISS Office Lenses : 舒适对焦, 助您高效办公

OPTIKTUNGGAL
— established 1929 —

经过一系列假期和季度初的适应期后, 工作节奏已全面恢复。屏幕使用时间显著增加, 在线会议、报告撰写以及在不同设备间切换已成为日常工作的一部分。在这种情况下, 视觉舒适度对于保持全天最佳工作效率至关重要。

ZEISS Office Lenses 镜片专为近距离至中距离室内使用而设计。与面向远视的传统渐进镜片不同, 这些镜片针对

阅读文档、盯着屏幕以及在工作空间内互动等活动进行了优化。结果是, 在关键工作距离下, 视野更宽广、更稳定, 无需倾斜头部或身体即可实现更自然的眼球运动。

不符合视觉需求的镜片设计往往会导致眼睛、颈部甚至背部因代偿性姿势而感到疲劳。ZEISS Office Lenses 镜片通过在阅读和中距离提供更精准的焦点过渡, 帮助减轻这种疲劳。FreeForm和DNA ZEISS设计技术确保始终如一

视觉清晰度, 从而长期支持更健康的视觉人体工程学。

ZEISS Office Lenses 镜片提供多种款式, 满足您的不同需求, 从更清晰的阅读距离到更广阔的工作空间视野, 为大部分时间在室内工作的现代专业人士提供灵活的选择。

现在正是重新评估您在工作场所视觉质量的最佳时机。最佳工作效率不仅取决于精密的设备, 还取决于能够精准舒适地适应日常活动动态的镜片设计。



经济统筹部长艾尔朗加。

加速经济增长 总统成立工作组

(雅加达讯) 普拉博沃总统成立了加速经济增长工作组。该工作组依据2026年第4号总统令设立。

据美都新闻网报导, 该总统令于2026年3月11日签署, 共包含12条。其中第3条规定, 工作

组的职责是协调加快政府各项计划的实施, 以推动经济增长。

该规定写道: “协调加快政府项目的实施, 以支持经济增长提升。”

此外, 工作组还负责制定加速措施、开展

监测和评估, 以及解决各种具有突破性的战略问题。规定还指出, 执行总统交办的其他任务。

第4条规定了工作组的领导架构, 任命经济统筹部长艾尔朗加为首任主席。同时, 国务秘书长普拉斯蒂约被任命为第二主席。

总统还任命了三位副主席: 财政部长普尔巴亚为第一副主席, 投资和下游发展部长兼投资协调委员会主席罗桑为第二副主席, 国家发展规划部长兼国家发展规划署署长拉赫马特为第三副主席。

此外, 共有27名部长及机构负责人被纳入成员名单。该工作组需通过第一负责人定期向总统报告工作进展, 每六个月提交一次, 或在必要时随时报告。

经济部长: 应对全球风险 政府加强政策组合

(雅加达讯) 政府继续加强产业下游化战略, 将其作为国家经济转型战略的一部分, 以在全球经济充满挑战的形势下, 提高产业附加值, 扩大就业机会, 增强国内产业竞争力。经济统筹部长艾尔朗加于4月17日(周五)在印尼经济学家协会(ISEI)国际事务焦点小组讨论会上发表主旨演讲时表示, 地缘政治紧张局势, 尤其是在中东地区和霍尔木兹海峡等战略要道上的紧张局势, 需要加以防范, 因为有可能扰乱全球供应链并引发能源价格上涨。

尽管如此, 印尼经济依然展现出强劲的韧性。2025年经济增长率预计为5.11%, 2026年将升至约5.3%, 通胀得到有效控制, 消费者信心保持乐观。贸易顺差持续存在, 反映出稳健的外部基本面。

强劲的内需支撑了这一经济韧性, 内需约占国内生产总值(GDP)的54%, 同时, 印尼健康的融资结构和相对较低的外债比率也为其提供了

有力支撑。此外, 银行业保持稳健, 流动性充足, 资本充足, 从而维护了国家金融体系的稳定。

此外, 政府持续强化政策组合, 以应对各种全球风险。在财政方面, 政府正通过优化收入、提高支出效率以及将预算重点重新聚焦于生产性部门, 来加强国家收支预算。

同时, 在货币和金融领域, 政府与央行保持密切协调, 包括通过市场干预和加强本币交易合作在内的各种手段来维持汇率稳定。

为维持公众购买力, 政府还加快发放各项财政刺激措施, 包括粮食援助和社会保障计划, 并通过实施B50生物柴油计划和发展新能源和可再生能源来加强能源安全。

政府希望这些措施, 能减轻全球动荡对国内经济的影响。

此外, 政府继续扩大国际合作, 作为其风险分散战略的一部分, 并加强市场准入。印尼与欧盟

签署的《全面经济伙伴关系协定》(CEPA)、印尼与加拿大签署的《全面经济伙伴关系协定》(CEPA)以及和欧亚地区的合作, 都是扩大出口范围、巩固印尼在全球价值链中地位的战略举措。

此外, 加强双边合作, 包括普拉博沃总统访问俄罗斯的成果, 也有助于保障能源安全、维护工业稳定以及促进国家经济稳定。

在能源领域, 两国通过政府间(G2G)和企业间(B2B)合作机制保障原油和液化石油气供应, 并计划制定长期合同、建设储油基础设施, 以及探索在核能和矿产领域的合作。在工业领域, 两国鼓励加强制造业和矿产资源下游产业化, 以提高国内附加值。俄罗斯还致力于支持印尼的战略利益, 包括加入金砖国家以及就全球性问题进行磋商。同时, 两国正通过扩大贸易、投资和深化货币合作来拓展经济合作, 以增强两国的经济韧性。(ALW)

农长: 大米盈余 有能力应对厄尔尼诺

(雅加达讯) 印尼政府表示, 国家已实现大米自给盈余, 并已准备好应对厄尔尼诺(El Nino)现象, 其中大米被视为衡量国家粮食安全的关键指标。据美都新闻网报导, 农业部长阿姆兰于4月17日(周五)表示: “印尼已不再进口中等品质大米, 这表明该国已完全实现自给自足。这一盈余是在总统四年计划实施一年内实现的。”

阿姆兰指出, 当国内农民和畜牧业生产能够满足全国消费需求时, 就意味着实现了自给自足。

印尼不仅在大米方面实现自给, 尽管大米仍是最主要的指标, 因为其占据日常消费的主导地位。



农业部长阿姆兰。

他说: “粮食状况是安全的, 大米占日常摄入量的50%以上。我们在鸡蛋、鸡肉、饲料玉米、红葱头和辣椒方面也实现了自给。印尼还是食用油的重要供应国。”

这与印尼2025年食品消费结

构数据一致, 该数据显示谷类食品占总摄入量的50%以上。动物性食品占12.7%, 油脂类占12.4%, 蔬菜和水果占6.8%, 糖类占4%, 其余为豆类、块茎类及其他食品类别。基于这些条件, 部长表示有信心印尼能够应对厄尔尼诺带来的影响, 这得益于政府在粮食领域的有力政策支持。

他说: “与厄尔尼诺相关的全球粮食危机是可以应对的。与其他国家相比, 印尼处于有利位置。我们在蛋白质和碳水化合物方面已实现自给, 并具备出口盈余能力。”

与此同时, 截至2026年4月中旬, 政府大米储备已达到480万吨, 预计一周内将增至500万吨, 创历史新高。

普拉博沃视察粮储局丹努雷霍仓库 确保粮食充足分发准确

(马吉朗讯) 总统普拉博沃于4月18日(周六)在中爪哇省马吉朗县向印尼各地地方议会(DPRD)议长汇报工作后, 突访位于马吉朗县的国家粮储局(Bulog)丹努雷霍(Danurejo)仓库。此次视察旨在确保国家粮食储备的供应充足、分发顺畅。

据内阁秘书泰迪在文中指出, 普拉博沃总统此次的视察, 是政府为保障各地区大米供应稳定所做努力的一部分。

内阁秘书表示: “总统在参加完地方议会议长会议后, 突然询问是否想去马吉朗或日惹的国家粮储局仓库看看。”

他继续说道: “总统希望亲自确认我们的粮食储备, 特别是大米, 是否



普拉博沃视察国家粮储局丹努雷霍仓库的大米储备。

安全可靠, 并随时可以分发给民众。”

国家粮储局丹努雷霍仓库大楼由两栋建筑组成, 总容量达7000吨, 目前库存充足。其库存储备充足, 足以满足马吉朗市和马吉朗县的需求。

“总统还强调, 除了

供应充足外, 大米质量也必须得到保证, 并且必须及时、精准地分发, 才能真正惠及民众。”内阁秘书补充道。

此次视察是政府致力于加强国家粮食安全、确保国家持续满足人民基本需求的举措之一。(LCW)

财长: 标普看好印尼经济前景



财政部长普尔巴亚。

(雅加达讯) 财政部长普尔巴亚近日表示, 评级机构标普全球评级对印尼经济前景持积极看法。印尼将继续维持投资级评级, 违约风险较低。

据美都新闻网报导, 普尔巴亚表示, 在与标普举行会谈后, 印尼成功维持BBB评级, 展望稳定。这意味着印尼经济仍属投资级, 具备较低的违约风险。

普尔巴亚指出, 标普还肯定印尼的财政纪律, 预算赤字持续控制在国内生产总值3%以下, 符合普拉博沃总统的政策方向。

此外, 税收改革成效显著, 年初税收收入同比增长约20%。尽管债务仍受关注, 但印尼经济总体稳定。标普对前景持乐观态度。

“税收改革成效显著, 2026年初税收收入同比增长约20%。最让我高兴的事情是, 标准评级机构标普确认, 印尼成功维持‘BBB’评级, 前景稳定。”财长说。

国油可再生能源发电量 达到8743吉瓦时

(雅加达讯) 印尼国家石油公司(Pertamina)预计, 到2025年, 其新能源和可再生能源发电量达到8743吉瓦时(GWh)。这一成就增强了印尼在全球能源格局变化背景下的电力安全。这一清洁能源生产, 得益于总装机容量为3.1吉瓦的可再生能源电厂。此举是该国油低碳商业战略的一

部分, 也是对能源价格波动和全球供应不确定性的应对措施。

国油企业传播副总经理穆罕默德·巴伦表示, 公司将继续加强清洁能源发展, 以维护国家电力系统的安全性。巴伦于4月16日(周四)在雅加达表示: “在全球能源格局瞬息万变的背景下, 发展新能源和可再生能源是加强国家

能源安全、确保公众可持续电力供应的战略举措。”这项工作正通过能源来源多元化来实现, 以减少对化石燃料的依赖。鉴于全球能源市场仍然高度波动, 这一举措至关重要。发展可再生能源还旨在降低价格波动和全球能源供应中断的风险。国油将能源结构调整, 视为维护国家能源系

统稳定的关键工具。他还表示: “这项举措不仅支持能源转型目标, 还能降低全球能源价格和供应波动带来的风险。”

国油的清洁能源组合涵盖多种能源, 包括一座2.4兆瓦的沼气发电厂(PLTBg)、一座1772兆瓦的天然气发电厂、一座55.3兆瓦的太阳能发电厂(PLTS)以及一座727兆瓦的地热发电厂(PLTP)。

此外, 国油还通过“独立能源村”(DEB)项目将发展延伸至社

区层面。迄今为止, 该公司已建成252个能源村, 利用太阳能电池板、微型水力发电和沼气发电来支持当地经济活动。巴伦指出: “通过将可再生能源发展到村级层面, 国油不仅增强了国家能源安全, 也促进了社区能源的可持续独立。”

此举符合普拉博沃总统加快能源转型、提高国家电力利用率的指示。加强可再生能源发展也有助于实现减排目标。(ALW)

两场大战暂消停 国际油价下跌

(纽约讯) 继以色列与黎巴嫩达成达成为期10天的停火协议, 美国总统特朗普也表示很快与伊朗达成停火协议, 中东紧张局势再度迎来缓和迹象, 国际原油价格同步下滑。

外媒报道, 国际油价逆转前一天涨势, 因特朗普对美国与伊朗达成永久停火协议的前景释出乐观信号。

截至大马时间上午11时, 布伦特原油 (Brent) 期货价格暂报每桶98.23美元, 下跌1.16美元或1.17%; 美国德州西部轻原油 (WTI) 也同步下滑1.34美元或1.42%, 暂报每桶93.35美元。

特朗普表示, 他希望不用延长与伊朗为期两周的临时停火协议, 并指本周末可能再与伊朗进行一轮面对面对谈判, 并称如果美伊达成和平协议, 他将考虑前往巴基斯坦签署。

特朗普直言, 与伊朗达成协议的前景“看起来非常好”。他在未提供证据的情况下声称伊朗已同意其长期拒绝的条件, 包括“自由石油”及开放霍尔木兹海峡 (Strait of Hormuz), 但伊朗官方尚未公开证实作出这些让步。

这场冲突已接近第50天, 对原油市场造成剧烈冲击。敌对行动带来



前所未有的供应震荡, 伊朗曾暂停霍尔木兹海峡大部份通行, 干扰全球约1/5的石油流动。近期, 美国亦实施自身的海上封锁。

连接波斯湾与全球市场的霍尔木兹海峡控制权仍具争议, 双方封锁使通行几乎停滞。伊朗计划在战后仍对通行船只收费。

加拿大帝国商业银行 (CIBC) 董事经理兼分析员巴宾 (Rebecca Babin) 指出: “市场一方面消化较为乐观的消息标题, 另一方面也面对现实——每延迟恢复正常, 就意味着供应进一步流失、短期基本面更加紧缩。尽管地缘政治出现一些

正面进展, 但尚未转化为实际供应流动的改善, 目前仍明显受限。”

值得一提的是, 受市场利好消息带动, 美国股市再迎来上涨潮!

隔夜美股周四 (15日) 延续涨势, 主要指数皆收红, 纳斯达克指数更连续12天收涨, 昨日上午86.69点或0.36%, 收24102.70点, 创下自2009年以来的最长连升纪录; 标普500指数继续创新高, 上涨18.33点或0.26%, 收报7041.28点。

此外, 道琼斯工业生产指数上涨115.00点或0.24%, 收报48578.72点; 费城半导体指数上涨90.06点或0.97%, 报9329.35点。



不再由银行“垄断” 狮城上市公司最高薪舵手换人

(新加坡讯) 新加坡媒体报道, 新加坡挂牌公司陆续发布最新年报, “最高薪掌舵人”5年来首次来自非银行业, 去年榜单前3甲的银行总裁这次排名回落, 另外多家发展商掌舵人薪酬增幅显著。

报导整理数据显示, 丰益国际 (Wilmar International) 主席兼总裁郭孔丰在2025财政年的薪酬为1237万新元, 较上财年微涨0.36%, 成为去年本地薪酬最高的掌舵人。该公司净利增加20.6%至14亿1090万美元。

值得注意的是, 丰益国际去年卷入多个企业丑闻。该中国子公司, 被当地法院裁定构成合同欺诈罪; 5家印尼子公司则因为涉嫌行贿获取出口准证, 被印尼最高法院判处罚款, 也有数名职员因卷入事件被拘捕和判监。

排名第二的是云顶新加坡 (Genting Singapore) 前总裁陈启德, 薪酬1215万新元, 获得最大增幅, 主要因为退休前获得一次过900万新元特别酬金。该公司执行主席林国泰薪酬则下跌27%至2025财政年的753万新元, 公司去年净利跌33%。

向来位于薪酬榜前列的本地三大银行总裁, 去年薪酬持平或下跌, 其中以大华银行 (UOB) 副主席兼总裁黄一宗跌幅最大, 从此前的逾1500万新元, 跌至

20%至1204万新元 (约3746万令吉)。

早前公布的业绩显示, 大华银行去年末季净利按年下滑7%, 至14亿1000万新元 (约43亿8669万令吉), 低于市场预期; 全年净利按年下滑23%至46亿8200新元 (约145亿6631万令吉)。

另一边厢, 在新加坡房地产市场一片火热的情况下, 许多发展商的高管薪酬获得大幅增长。

其中, 星控股 (Sing Holdings) 总裁李思豪的薪酬增长超过5倍, 从前年的129万新元增至808万新元 (约2514万令吉), 总数和增幅相信都排在非成份股的最前列。

此外, 史丹福置地 (Stamford Land) 执行主席欧石吉的薪酬, 则从196万新元增至近两倍, 至541万新元。

大型发展商方面, 城市发展 (City Developments) 总裁郭益智的薪酬, 从297万新元增加71%, 至508万新元; 他的父亲、公司执行主席郭令明, 获得740万新元的薪酬, 增加24.3%。华业集团 (UOL) 首席执行官粘为信, 从289万新元增加55%, 至448万新元。

值得一提的是, 新加坡置地 (Singapore Land Group) 及和美置地 (Ho Bee Land) 等发展商的高管, 薪酬也录得增长。



大马跻身微信支付 全球五大旅游目的地

(吉隆坡讯) 根据微信在2026年农历新年期间发布的最新跨境数据, 大马位列全球微信支付线下交易额5大目的地之一, 线下交易额按年增长131%, 小程序交易额亦增长超过140%。

微信近日在大马举办首场开放课堂, 聚焦其小程序与微信支付生态系统, 探讨如何协助大马企业更有效承接持续增长的中国游客流量, 并进一步拓展数字化商业机会, 以配合“2026大马旅游年”。

活动上, 大马旅游局高级总监瓦法蒂蒂表示, 中国游客来马人数已连续4年保持稳健增长。仅在2026年1月至2月期间, 中国游客数量已超过103万人次, 按年增长27%, 显示在“2026大马旅游年”推动下, 旅游需求持续上升。她在会上表示, 整合中国游客熟悉的数码体验, 例如支付方式及小程序, 变得愈来愈重要。“马中之间的跨境旅游复苏强劲, 特别是在2025年7月两国互相实施免签政策之后, 去年已有超过400万名中国游客访问大马。”大马旅游局于2026年1月与微信支付签署合作备忘录, 目标在“2026大马旅游年”吸引4700

万人次入境旅客。

目前, 越来越多大马企业已进入微信生态系统。东南亚最大廉价航空公司——亚航 (AirAsia) 已推出微信小程序订票服务, 支援中国旅客在微信内完成搜寻、预订及支付流程, 无需下载额外应用程序。

交通方面, 吉隆坡机场快铁亦已整合微信支付与小程序功能, 进一步优化中国旅客抵达后的首段交通体验。

此外, 多间本地高端酒店透过小程序提供免佣金直订服务; 从购物商场到夜市摊位等不同层级商户, 亦逐步采用微信支付的优惠汇率及优惠券工具, 以提升客单价, 并带动消费转化及社交传播效应。

在支付基建方面, 大马国家支付网络——PayNet已完成DuitNow QR与微信支付的全面整合, 全国超过300万个DuitNow QR支付触点已可直接支援中国游客付款, 无需额外系统接入或成本投入。目前, 微信小程序每月活跃用户超过11亿。2025年, 小程序生态已覆盖108个行业类别、100个国家与地区, 跨境交易额按年增长超过70%。

伊朗“封海”危机难解 意外引爆另一场船运“灾难”!

(巴拿马城、德黑兰讯) 伊朗战争使霍尔木兹海峡 (Strait of Hormuz) 运输实质停摆受阻, 促使巴拿马运河的船运流量大增, 目前船只要通过运河的平均等待时间约为3天半, “塞船”情况为两年多来最严重, 更传出有一艘液化石油气 (LPG) 运输船为能优先通行, 支付高达400万美元 (约1584万令吉) “插队费”。

外媒报导, 霍尔木兹海峡航运几近停摆, 波斯湾国家的石油、天然气、肥料与化学品运输严重受阻, 各国急于寻找替代供应来源, 替代货源转而依赖巴拿马运河, 将相关货物运往亚洲及其他市场。

全长82公里的巴拿马运河, 排队情况已达到2023年至2024年干旱以来的最严重程度。知情人士透露, 最近有一艘LPG运输船在通行竞标机制中, 同意支付400万美元以加速通行; 相较下, 在伊朗冲突初期的3月初, 部份船只需支付不到100万美元 (约396万令吉) 即可插队。

“插队费”不包括正常的运河通



行运河的费用, 正常收费是依船型与货物不同而定, 通常就已高达数十万美元。

Clarksons证券分析团队在报告中指出: “近来 (巴拿马) 运河通行量增加, 主要受到美国各类出口货物流量上升带动, 导致壅塞加剧。”

巴拿马运河管理局 (PCA) 则表示, LPG运输船支付的插队通行价格, 反映的是暂时、短期的市场变化, 并非官方设定费率。“拍卖价

格由多项因素决定, 包括客户的紧急程度与商业优先性, 以及全球供需状况, 并考量运费与燃料成本等因素”。

海运服务公司——Odin Marine Group认为, 运河通行竞争预计短期内仍将维持强劲, 支撑较高的溢价水平。

美国与以色列对伊朗开战约7月以来, 原本高度依赖波斯湾原油、天然气与化工原料的亚洲国家, 转向美国寻求替代供应。

已冲至近300美元?

印度洋明珠“标下”最贵原油

(科伦坡17日讯) 中东战火造成亚洲国家能源供应紧绷, 为了抢油, 传出有国家出高价购买。

外媒报道, 汇丰银行 (HSBC) 首席执行官埃赫德里 (Georges Elhedery) 透露, 虽然西方市场的基准石油价格徘徊在每桶100至110美元左右, 但亚洲部份地区的买家实际支付的价格可能高很多, 其中斯里兰卡曾以每桶286美元买油。

埃赫德里在香港举行的投资论坛上表示: “我担心的不是每桶100美元、110美元以上的新闻标题, 实际上,



如果你现在想从中东获取石油, 你可能要支付140美元、150美元。”

他透露, 自己见过的最高价格是每桶286美元, 买家是斯里兰卡。

报导指, 埃赫德里

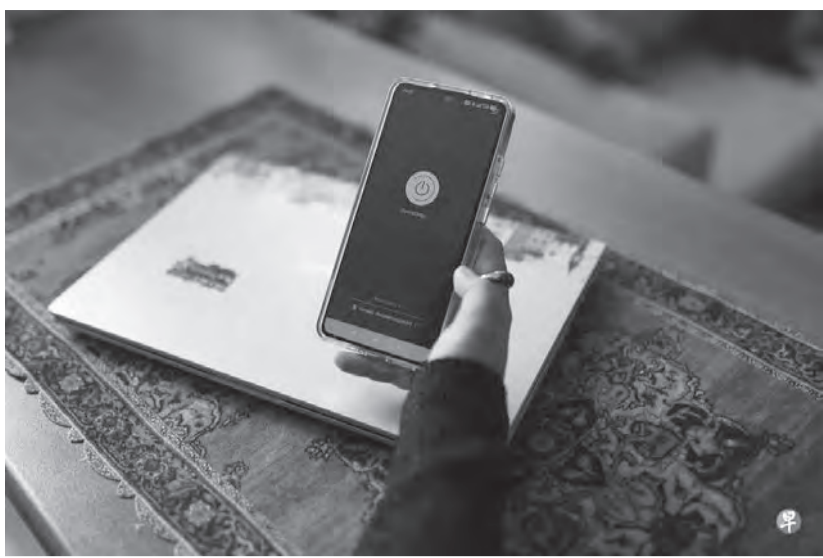
发表的言论是为了强调西方石油基准价格, 并不能反映世界某些地区买家实际支付的价格。

部份供应恐永久消失自2月28日美伊战事爆发以来, 国际原油价格就不断攀升; 截

至目前国际油价徘徊于每桶90美元至100美元之间, 虽比一度逼近120美元的高价有所下滑, 但仍比战前上涨约50%。

澳新银行 (ANZ) 策略员海因斯 (Daniel Hynes) 库马里 (Soni Kumari) 在最新报告中指出, 高油价将长期存在。

他们估算, 由于美伊战事, 目前每天约1000万桶供应从市场中消失, 供应恢复预计在2026年中期前将呈现缓慢、不完全且不均衡特征, 部份产能可能因出口瓶颈和融资难题而永久流失。



伊朗网络封锁持续50天 创前所未有的纪录

据网络监测机构NetBlocks称，伊朗当局在中东战争初期实施的网路封锁已进入“史无前例”的第50天。

法新社报道，NetBlocks在社媒X上说：“伊朗与全球互联网隔绝已达七周，网路封锁持续了1176小时，进入第50天。”

“各项指标显示，这一措施对于一个互联社会而言前所未有，并且持续损害着大多数伊朗人的生计和人权。”

NetBlocks指出，伊朗在2月28日美国和以色列发动袭击后不久便实施网路封锁，截至4月5日已成为有记录以来持续时间最长的全国网路中断。

伊朗极其受限的国内内网

在整个战争期间一直保持运行，使人们只能访问国内网站。

为了连接全球网路获取新闻或访问被禁的社交媒体平台，一些人会在网路带宽有限的特殊时刻使用虚拟专用网路（VPN）来隐藏自己的IP地址。

自战争爆发以来，伊朗境内所有被怀疑使用VPN的人都收到短信警告，称他们可能面临逮捕或监禁。

能够使用星链（Starlink）或其他卫星互联网服务的人则少之又少，这些服务同样被禁止。

今年1月，在伊朗爆发反政府抗议活动期间，伊朗曾实施为期18天的互联网封锁。



基辅枪击劫持事件酿六死七伤 枪手被击毙当局列为恐袭

一名枪手在乌克兰首都基辅街头开枪，并进入超市劫持人质，造成六人死亡和14人受伤，枪手最后被警方击毙，当局将事件列为恐怖袭击。

新华社报道，乌克兰国家安全局星期六（4月18日）在社交媒体布声明说，已根据乌克兰刑法相关条款对这起“枪击平民和劫持人质”事件立案。

乌克兰总检察长办公室称，袭击者是一名58岁的出生于莫斯科的男子，他所持枪支是已注册的。不过，当局目前无法确认他是否拥有

俄罗斯国籍。

另据法新社报道，乌克兰总统泽连斯基说，枪击和劫持人质事件发生在基辅南部的一个居民区，至少有14人因伤势严重送往医院。

他在社交媒体发文说：“枪手劫持了人质，不幸的是他杀害一名人质，并在街头杀死四人。另一名女子因伤势过重在医院去世。”

泽连斯基说，超市里的四名人员“已被解救”。

当局说，袭击者与警方谈判人员在超市的对峙持续约40分钟。枪手也涉嫌纵火烧毁超市附近的公寓。

伊朗外交部：霍尔木兹海峡 无条件过境通行“已成历史”

伊朗星期六重新对通过霍尔木兹海峡的船只实施限制，理由是美国“屡次违反”双方停火协议。

伊朗外交部发言人巴加埃说，在美国和以色列的侵略将美国军事力量带入海峡周边的那一刻起，霍尔木兹海峡的无条件过境通行“便已成为历史”。

新华社报道，针对欧盟官员呼吁伊朗遵守国际法并无条件开放霍尔木兹海峡的言论，巴加埃星期天（4月19日）凌晨在社媒发文说，欧盟在对伊朗进行“国际法说教”的同时，却对美国与以色列发动侵略采取纵容态度，对伊朗人民所遭受的暴行熟视无睹。

他说，欧洲的所谓遵守“国际法”言论已彻底沦为言行不一的虚伪表演，欧洲长期奉行双重标准的积弊由此可见一斑。

巴加埃指出，现行国际法中并无任何条款禁止伊朗作为霍尔木兹海峡沿岸国采取必要措施，阻止海峡被用于对伊朗发动军事侵略。

一名伊朗高级官员星期六（18



日）告诉美国有线电视新闻网（CNN），伊朗将优先允许付费船只通过霍尔木兹海峡。

这名官员说：“鉴于获准通行的船只数量有限，伊朗决定优先考虑那些能够更快响应霍尔木兹海峡新规，并支付安保服务费用的船

只。”

官员也称，未支付费用的船只将被“推迟”通行。伊朗星期六重新对通过霍尔木兹海峡的船只实施限制，理由是美国“屡次违反”双方停火协议中的信任条款。

委反对派领袖马查多： 不后悔把诺贝尔奖献予特朗普

委内瑞拉反对派领导人马查多说，她对于今年1月象征性地将诺贝尔和平奖献给美国总统特朗普一事“毫不后悔”。

法新社报道，马查多星期六（4月18日）在马德里举行的新闻发布会上说：“世界上有一名领导人，一名国家元首，为了委内瑞拉的自由，不惜让本国公民的生命冒险。”

马查多今年1月到白宫会见特朗普时，把她去年获颁的诺贝尔和平奖奖章送给了特朗普。

她说，特朗普下令军事行动抓捕目前被关押在纽约、面临美国毒品指控的委内瑞拉领导人马杜罗，“是我们委内瑞拉人永远不会忘记的”。



马查多去年12月冒险经由海路潜逃出委内瑞拉。她说，她正在与华盛顿协调安排返回委内瑞拉事宜。

沙巴山打根大火烧 毁约200房屋 445人无家可归



沙巴州山打根西南部甘榜巴哈基亚星期天（4月19日）上午发生大火，烧毁约200所房屋，并导致444人无家可归。这是马来西亚近年来烧毁房屋最多的火灾。

据《星洲日报》报道，这个位于海边的水上木屋区的房屋密集，加上当时强风助长火势，导致火势迅速蔓延，消防员抵步后也一度难以控制火势。

此外，火场道路狭窄妨碍消防车通行，加上当时恰逢退潮而难以汲水灭火，这些都增加了灭火难度。

山打根消防局长吉米拉贡星期天发文告说，当局当天凌晨1时32分接获火灾通报后，就赶赴现场灭火。初步估计大火烧毁约200所水上房屋。

当局星期天上午已经启动设在三脚石多用途礼堂的临时收容中心，

暂时安置灾民。据非正式统计，临时收容中心的灾民有445人。

首相安华星期天在脸书说，联邦政府和沙巴州政府正尽快为灾民提供基本援助和临时住处。“当务之急是保障灾民安全及提供现场援助。”

沙巴州首席部长哈芝芝说，州政府已出动所有相关机构为灾民提供紧急援助，并确保他们的安全。

哈芝芝星期天在脸书说，当务之急是照顾灾民的福利及妥善安置他们，包括提供临时住处、日常必需品和食物。

沙巴山打根大火烧毁约200房屋445人无家可归

沙巴山打根甘榜巴哈基亚星期天（4月19日）上午发生大火，烧毁约200所木屋，并导致445人无家可归。这是马国近年来烧毁房屋最多

的火灾。（取自脸书）

沙巴州山打根西南部甘榜巴哈基亚星期天（4月19日）上午发生大火，烧毁约200所房屋，并导致444人无家可归。这是马来西亚近年来烧毁房屋最多的火灾。

据《星洲日报》报道，这个位于海边的水上木屋区的房屋密集，加上当时强风助长火势，导致火势迅速蔓延，消防员抵步后也一度难以控制火势。

此外，火场道路狭窄妨碍消防车通行，加上当时恰逢退潮而难以汲水灭火，这些都增加了灭火难度。

山打根消防局长吉米拉贡星期天发文告说，当局当天凌晨1时32分接获火灾通报后，就赶赴现场灭火。初步估计大火烧毁约200所水上房屋。

当局星期天上午已经启动设在三脚石多用途礼堂的临时收容中心，暂时安置灾民。据非正式统计，临时收容中心的灾民有445人。

首相安华星期天在脸书说，联邦政府和沙巴州政府正尽快为灾民提供基本援助和临时住处。“当务之急是保障灾民安全及提供现场援助。”

沙巴州首席部长哈芝芝说，州政府已出动所有相关机构为灾民提供紧急援助，并确保他们的安全。

哈芝芝星期天在脸书说，当务之急是照顾灾民的福利及妥善安置他们，包括提供临时住处、日常必需品和食物。

美欧关系面临挑战 北约秘书长：美国不会退出北约

北约秘书长吕特说，欧洲希望在北约发挥更大作用，这意味着北约从“不健康的依赖”向基于真正伙伴关系的跨大西洋联盟转变。（彭博社档案照片）

北约秘书长吕特说，尽管美欧关系面临挑战，但他认为美国不会退出北约，这需要“在更强大的北约中拥有一个更强大的欧洲”。

吕特接受德国《星期日世界报》采访时说，美国总统特朗普显然对一些北

约成员国感到失望，而他理解特朗普的不满。

他说，欧洲希望在北约发挥更大作用，这意味着北约从“不健康的依赖”向基于真正伙伴关系的跨大西洋联盟转变。

不过，他指出，美国的核保护伞是欧洲安全的最终保证，他确信这将会保持下去。

特朗普近期多次抱怨北约欧洲成员不愿支持美国对伊朗军事行动，称北约是“纸老虎”，更称正在考虑退出北约。

王毅：中国外交坚定站在发展中国家和非洲一边

中国外长王毅星期五(4月17日)在北京同非洲国家纳米比亚外长穆萨维伊举行会谈，强调在任何历史阶段中国都是非洲值得信赖伙伴，中国外交坚定站在发展中国家一边，站在非洲国家一边。

应王毅邀请，纳米比亚(Namibia)国际关系与贸易部部长穆萨维伊(Selma Ashipala-Musavyi)4月11日至18日对中国进行八天正式访问。据中国外交部官网消息，两国外长期间就中纳关系及共同关心的国际地区问题，举行了深入友好会谈并达成重要共识。

王毅在星期五的会谈上表示，中国和纳米比亚两党两国传统友谊深厚，历经国际风云考验。双方曾为独立自由并肩斗争，为发展繁荣携手努力，百年

变局下更要为捍卫国际公平正义加强团结协作。

王毅指出，发展深化中国和纳米比亚合作符合两国人民期待，顺应中非关系发展大势，更是全球南方联合自强的体现。中国愿同纳米比亚一道，落实好两国元首重要共识，弘扬传统友谊，密切高层交往，巩固政治互信，拓展互利合作，不断丰富中纳全面战略合作伙伴关系的内涵。

王毅也指出，北京赞赏纳米比亚恪守“一个中国”原则，坚定支持纳独立自主走出符合自身国情的发展道路，愿同纳米比亚加强发展战略对接，用好中方零关税政策红利，推进农业、民生、青年等重点领域项目，维护两国友好合作大局。

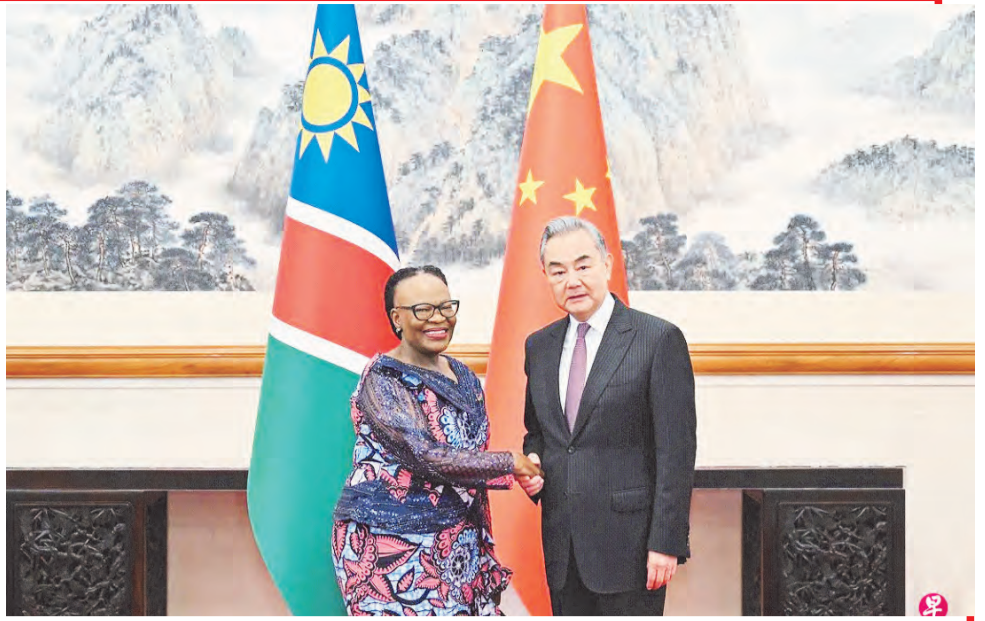
对于中非关系，王毅认为，

中国是非洲在任何历史阶段都值得信赖的伙伴，中国外交坚定站在发展中国家一边，站在非洲兄弟姐妹一边。

王毅表示，中国愿同非洲相互信任，相互支持，共同发展，共同繁荣，携手实现现代化，不断壮大全球南方力量，推动全球治理体系朝着更加公正合理的方向发展，为维护世界和平发展与国际公平正义作出更大贡献。

中国外交部引述穆萨维伊表示，纳米比亚和中国是传统伙伴和真诚朋友，双方全面战略合作伙伴关系建立在相互支持、互利共赢基础上。

她表示，纳米比亚高度赞赏中国为动荡世界提供重要稳定性，支持习近平提出的四大全球倡议(全球发展倡议、全球安全



倡议、全球文明倡议和全球治理倡议)，愿同中国加强多边协作，共同捍卫联合国宪章宗旨和原则，维护发展中国家正当权益。

穆萨维伊指出，无论国际风云如何变化，纳米比亚坚定不移恪守“一个中国”原则，坚定不移发展对华友好合作，期盼同北京密切高层交往，拓展各领域交流合作，推动两国关系迈向新的更高水平。

另据中国外交部发布的两国外长会谈共同新闻公报，纳米比亚进一步重申，世界上只有一个

中国，台湾是中国领土不可分割的一部分，中华人民共和国政府是代表全中国的唯一合法政府，反对任何形式的“台湾独立”，支持中国政府为实现国家统一所作的一切努力。

纳米比亚并强调，与中国合作对增加包括铀等关键矿产资源附加值具有重要意义，将努力通过促进加工、转化及下游合作延伸价值链，让本地受益，以提升纳工业化水平和本地加工能力，创造就业，推动纳进一步融入全球价值链，特别在绿氢、油气、矿业及旅游等领域。

15个中央巡视组完成进驻 常规巡视36家中央和国家机关

中国官方4月8日公布二十届中央第七轮巡视对象后，15个中央巡视组已完成进驻工作，将对包括“两高两部”(中国最高法院、最高检察院、公安部和司法部)等36家中央和国家机关开展常规巡视。

据新华社报道，经中共中央批准，二十届中央第七轮巡视将对36家中央和国家机关开展常规巡视，中央社会工作部、中央政法委员会、最高人民法院、最高人民检察院、公安部、民政部、司法部、人力资源和社会保障部、生态环境部、交通运输部、水利部、国家卫生健康委员会、退役军人事务部、应急管理部。

其它被纳入本轮常规巡视的还包括国家信访局、国家医疗保障局、中国科学院、中国工程院、国家移民管理局、中国民用航空局、国家邮政局、国家中医药管理局、国家疾病预防控制中心、国家矿山安全监察局、国家消防救援局、国家药品监督管理局、中国地震局、中国气象局、国家自然科学基金委员会、中国老龄协会、中国工程物理研究院、中国科学技术协会、中国法学会、中国残疾人联合会、中国红十字会总会、中国农业科学院等。

中共中央政治局常委、中央巡视工作领导小组组长李希，4月8日出席全国巡视工作会议暨二十届中央第七轮巡视动员部署会并讲话。

李希指出，进入新时代，以习近平总书记习近平为核心的党中央，始终从战略和全局高度谋划推进巡视工作，巡视监督成为管党治党的利剑、治国理政的利器。要深入学习贯彻习近平关于巡视工作的重要讲话精神，全面贯彻中共巡视工作方针，坚持严肃的基调，坚定不移深化政治巡视，不断增强巡视监督震慑力、穿透力、推动力。

李希并要聚焦“两个维护”根本任务，严明政治纪律和政治规矩，推动各级中共党组织和党员干部把党中央决策部署不折不扣落到实处。要动真碰硬抓好巡视整改，进一步完善整改责任体



系，持续加强整改监督，不断增强以巡促改促治实效。

“两个维护”是指维护习近平中共中央的核心、全党的核心地位，维护党中央权威和集中统一领导。2017年中共十九大后，中共将“两个维护”树为全党最根本的政治任务、政治纪律和政治规矩。

李希还要求扎实深入推进对村巡察，把解决群众急难愁盼作为主攻方向，促进整治群众身边不正之风和腐败问题，巩固中共长期执政的政治根基。要持之以恒加强自身建设，不断提高巡视工作规范化、法治化、正规化水平，始终做到忠诚干净担当、敢于善于斗争。

李希强调，要准确把握本轮巡视重点，提高政治站位，聚焦职能责任，紧盯政绩观这个根本性问题，深入了解被巡视党组织履行职责使命、全面深化改革、统筹发展和安全情况，深入了解推进全面从严治党和加强领导班子、干部人才队伍以及基层党组织建设情况。

他并要求深入了解落实巡视整改情况，推动中央和国家机关带头做到立党为公、为民造福、科学决策、真抓实干，以过硬实绩走好践行“两个维护”第一方阵。要加强组织实施，扎实有序开展巡视，坚持实事求是、同题共答、稳中求进，以科学方法、务实举措推进各环节工作，确保圆满完成巡视任务。

据新华社、中新社星期六(4月18日)报道，被巡视单位分别召开巡视进驻动员会。

15个中央巡视组将在被巡视单位工作两个半月左右，巡视期间设立专门值班电话和邮政信箱，主要受理反映被巡视中共党组织领导

班子及其成员、下一级党组织主要负责人问题的来信来电来访，重点是关于违反政治纪律、组织纪律、廉洁纪律、群众纪律、工作纪律、生活纪律等方面的举报和反映。

各中央巡视组组长强调，今年是“十五五”(2026年至2030年)开局之年，对中央和国家机关开展巡视，是推动被巡视党组织加强党的政治建设、始终做到“两个维护”，强化中共宗旨意识、树立和践行正确政绩观，深化党的自我革命、持之以恒推进全面从严治党的重要举措。

各中央巡视组组长指出，中央巡视组将坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻2022年中共二十大和二十届历次全会精神，认真落实去年10月四中全会部署，贯彻落实今年1月中央纪委五次全会精神，全面贯彻党的巡视工作方针。

中央巡视组并将坚守政治巡视定位，旗帜鲜明把“两个维护”作为根本任务，坚持围绕中心、服务大局，坚持实事求是、依规依纪依法，精准有效开展政治监督。

聚焦贯彻落实中共中央重大决策部署和习近平重要讲话精神，紧盯政绩观这个根本性问题，深入了解被巡视党组织履行职责使命、全面深化改革、统筹发展和安全情况，深入了解推进全面从严治党、加强领导班子、干部人才队伍以及基层党组织建设情况。

中央巡视组还将深入了解落实巡视整改情况，着力查找政治偏差，推动解决突出问题，为中央和国家机关各项事业发展和中共建设提供有力保障。

中国人形机器人打破人类半马纪录

在北京亦庄人形机器人半程马拉松赛上，人形机器人打破了人类半程马拉松世界纪录。综合《北京日报》、新华社和中新社报道，2026北京亦庄人形机器人半程马拉松赛星期天(4月19日)举行。最终，齐天大圣队的“闪电”机器人凭借50分26秒(净用时)的成绩获得冠军，打破了乌干达名将基普利莫在今年3月里斯本半程马拉松赛中创造的57分20秒的人类男子半马世界纪录。



北京经开区管委会有关负责人表示，马拉松象征着超越极限、不懈追求的精神，机器人产业的发展也如同马拉松一样，需要长期投入、持续迭代。

下一步，北京亦庄将以赛事为牵引、以应用为导向、以产业为目标，持续深化具身智能社会实验计划。

ayowisata tour

爱友旅行社

- 董事总经理 **梁伟强 (Mr. WIWI)**
- 手机或 WhatsApp: **+62 855 1228 089**
- ※ 1974年至2006年三十二年任职于 **ANTATOOR** 旅行社任总经理。
- ※ 2006年至今成立 **爱友旅行社 AYOWISATA TOUR (PT GLOBALINDO KREASI WISATA)** 旅行社。

敝社强项:

- 销售全世界之国际机票,持 IATA 销售国际机票执照
- 销售全国国内机票
- 出国旅游团**
- 承办一般普通级、中上级及高级(五星级)之旅游团
- 赴世界各地之大团或小团
- INCENTIVE TOUR 接办百人或千人之团体
- 包机团
- 公司奖励团,敝社是数家大企业公司之指定旅行社,赴世界任何地区
- 正规团即敝社举办之定期出发团,赴中国、日本、欧洲、澳洲及其他国家
- 接办家庭组团(十人以上)
- 联盟团
- 签证部,承办世界各地之签证
- 预订酒店(国外及国内)
- 中文或英文领队及导游服务

● **社交媒体**

ayowisatatours AyoWisata

PT. Globalindo Kreasi Wisata (AyoWisata) ; Hunting : (021) 50323767



中国商务副部长： 中国愿推动中瑞自贸协定升级谈判进程

中国—瑞士经贸联委会第27次会议星期五(4月17日)在瑞士伯尔尼召开。(

中国商务副部长凌激在一场中瑞会议上说,中国愿推动中瑞自贸协定升级谈判进程。

据中国商务部官网消息,中国商务部副部长兼国际贸易谈判副代表凌激星期五(4月17日)与瑞士联邦经济总局对外经济事务总司长格格尔曼在伯尔尼共同主持召开中国—瑞士经贸联委会第27次会议。

中国驻瑞士大使钱敏坚、瑞士联邦经济总局劳伯大使以及双方政府和经济界代表近60人参加会议。

凌激表示,今年是中国“十五五”(2026年至2030年)规划开局之年,也是中瑞建立创新战略合作伙伴关系10周年,两国坚持相互开放,发挥各自创新优势,持续拓展经贸合作的深度和广度。

他说,中国扩大高水平对外开放,推动高质量发展,将为瑞

士企业在华投资提供长期的稳定性和确定性。中方愿推动中瑞自贸协定升级谈判进程,相信高水平的自贸协定将为中瑞贸易投资和创新合作增强动力。

凌激同日在伯尔尼主持瑞士企业圆桌会,钱敏坚致辞。艾曼斯、医沛生、瑞银、雀巢、诺华、嘉能可、索诺瓦等25家企业和瑞中经济协会代表参会。

凌激说,中国“十五五”规划的实施不仅为跨国公司投资中国提供了广阔的合作机遇,更为动荡复杂的世界经济注入了稳定性和确定性。

他表示,希望瑞士企业将生物制药、高端制造、金融服务、研发创新等优势产业与中国完备高效供应链、良好创新生态、丰富人才资源相结合,推动中瑞创新战略合作伙伴关系再上新台阶。

会议期间,中方逐一回应瑞企关心的政府采购、创新药品本地化生产、出口管制、知识产权保护、产供应链安全等问题。



内蒙古新设自贸区后 李强吁中国各地提升自贸区能级

中国内蒙古自治区本月新设自贸区后,国务院总理李强本周要求深入实施自由贸易试验区提升战略,改革完善体制机制,进一步优化布局提升能级,更好服务国家发展大局。

据新华社报道,李强星期五(4月17日)主持召开国务院常务会议,听取自由贸易试验区建设情况汇报。

此前,中国4月11日才在内蒙古新设自由贸易试验区。作为中国第23个自贸试验区,内蒙古自贸区实施范围119.74平方公里,涵盖呼和浩特片区76.28平方公里(含呼和浩特综合保税区0.88平方公里)、满洲里片区25.11平方公里(含满洲里综合保税区1.44平方公里),以及二连浩特片区18.35平方公里。据官方介绍,内蒙古自贸区将充分发挥内蒙古辐射内陆、联通外部的枢纽作用,助力畅通国内和国际双循环。

中国商务部负责人说,内蒙古是中蒙俄经济走廊的重要节点,内蒙古自贸试验区将深化与周边国家发展融合,服务构建周边命运共同体。

内蒙古自治区边境线长,二连浩特、满洲里口岸分别是中国向北开放的两个最大陆路口岸。

中国国务院常务会议星期五指出,2012年中共十八大以来,各自贸试验区在深化改革、扩大开放、促进发展等方面积极探索,取得一系列突破性、引领性成果,有效发挥了综合试验平台作用。

面对新形势新任务,要深入实施自由贸易试验区提升战略,改革完善体制机制,进一步优化布局提升能级,更好服务国家发展大局。

要求注重因地制宜、稳步有序、务求实效,在科学评估论证基础上,根据各地情况和实际需要,一区一策制定方案,扎实推进相关工作,推动自贸试验区高质量发展。

要支持上海等自贸试验区立足功能定位,主动对接国际高标准经贸规则,稳步扩大规则、规制、管理、标准等制度型开放,探索形成更多可复制可推广的经验做法,更好发挥示范引领和辐射带动作用。

中国国务院常务会议星期五也审议通过《行政复议法实施条例(修订草案)》。

会议指出,行政复议是有效化解行政争议、保障民众和企业合法权益的重要制度。新修订的《条例》进一步细化行政复议法有关规定,回应解决实践中出现的新情况新问题,健全完善行政复议体制机制,有利于促进更多行政争议在行政系统内部实质性化解。

会议要求各地区各部门认真抓好贯彻落实,进一步加强自我监督、规范行政行为,发挥行政复议化解行政争议主渠道作用,不断提升政府治理能力和公信力。

另一方面,中国国务院常务会议星期五还研究了其他事项。

丁薛祥：天然气合作 是中国和土库曼斯坦关系基石

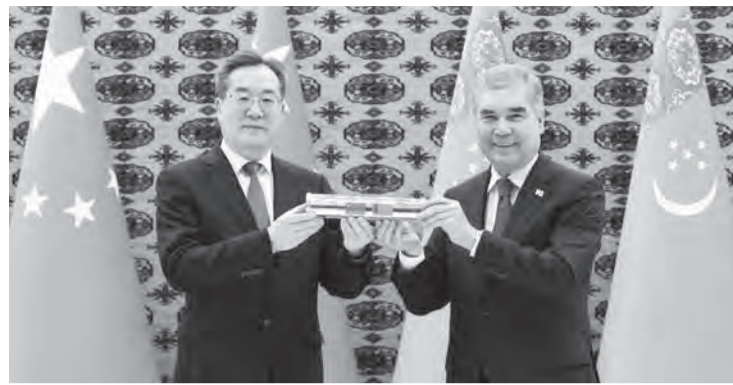
中国国务院副总理丁薛祥本周到访中亚国家土库曼斯坦三天,强调天然气合作是两国关系基石,呼吁双方加快推进重大项目,乘势而上用好合作窗口期,扩大天然气合作体量和规模,提高能源合作质效。

据新华社报道,丁薛祥以习近平特别代表身份,上个星期三至星期五(4月15日至17日)赴土库曼斯坦出席复兴气田四期项目开工仪式。

丁薛祥期间还分别会见土库曼斯坦民族领袖、人民委员会主席库尔班古力·别尔德穆哈梅多夫(Gurbanguly Berdimuhamedow),总统谢尔达尔·别尔德穆哈梅多夫(Serdar Berdimuhamedow,库尔班古力之子),同副总理兼外长梅列多夫(Rashid Meredov)共同主持两国合作委员会第七次会议。

丁薛祥和库尔班古力·别尔德穆哈梅多夫共同出席复兴气田四期项目开工仪式。丁薛祥表示,复兴气田四期项目建设承载着两国领导人的殷切期盼,寄托着中国和土库曼斯坦人民的共同心愿,必将推动双方能源合作百尺竿头、更进一步。

丁薛祥呼吁坚持质量



为本、打造精品工程,高标准推进施工建设。坚持创新引领、打造标杆工程,为天然气重大工程建设创造经验、提供示范。坚持合作共赢、打造友谊工程,建成增进中国和土库曼斯坦友好的又一座丰碑。

在会见库尔班古力·别尔德穆哈梅多夫和谢尔达尔·别尔德穆哈梅多夫时,丁薛祥表示,在两国领导人战略引领下,中国和土库曼斯坦关系保持快速稳定发展,实现了从友好合作伙伴到战略伙伴再到全面战略伙伴的跨越。

丁薛祥认为,相互支持是两国全面战略合作伙伴关系的核心要义。中国始终支持土库曼斯坦维护国家独立、主权和领土完整,支持土国奉行永久中立政策,做土国值得信赖的合作伙伴,也希望土国在涉及中国核心利益和重大关切问题上继续予以坚定支持。

丁薛祥强调,天然气合

作是中国和土库曼斯坦关系基石,给两国人民带来了实实在在的福祉。双方要更加注重从战略高度和长远利益出发,坚持相向而行,加快推进重大项目,扩大天然气合作体量和规模,提高能源合作质效。同时,丁薛祥呼吁两国进一步提升互联互通、经贸投资、农业、数字经济等非资源领域合作水平,培育新的增长点。共同推动中国中亚合作,携手地区国家共谋发展繁荣。

新华社引述库尔班古力·别尔德穆哈梅多夫表示,土库曼斯坦恪守“一个中国”原则,支持中国领土完整和国家统一。愿同北京持续深化政治互信,加强“复兴丝绸之路”战略同共建“一带一路”倡议对接,共同实施好复兴气田四期项目建设,巩固已有成果,积极拓展天然气领域新的合作空间。

谢尔达尔·别尔德穆哈梅多夫则表示,土库曼斯坦高度重视与中国的全面战略合作伙伴关系,愿同北京深化传统友好,以天然气为优先方向,加强各领域务实合作。土国并高度评价习近平提出的四大全球倡议(全球发展倡议、全球安全倡议、全球文明倡议和全球治理倡议),将支持北京办好第三届中国—中亚峰会。

在中国和土库曼斯坦合作委员会第七次会议上,丁薛祥和梅列多夫深入交换意见并规划下阶段合作重点。双方一致同意加强高层政治引领,深化发展战略对接,推动两国全方位合作取得更多成果,为构建中土命运共同体作出更大贡献。

丁薛祥和梅列多夫并签署《中土关于天然气领域合作基本原则的总协议》《中土政府5年合作规划(2026-2030年)》《中土合作委员会第七次会议纪要》,并见证签署互设文化中心、交通物流、人工智能、科技、传统医药等领域合作文件。

访问土库曼斯坦期间,丁薛祥还出席纪念两国天然气战略合作20周年研讨会开幕式,以及土国鲁班工坊揭牌仪式。

战火冲击中国在中东投资 美伊谈判很关键

美国陷入中东战事泥潭,虽为中国提供战略空间机遇,却也让中国在中东地区的投资面临冲击。受访学者认为,中东安全形势恶化势将打击中企后续投资意愿,现有工程项目估计将延期交付,投资者信心能否恢复取决于美伊谈判,“现在就是关键期”。

美国和以色列联手袭击伊朗,伊朗反击美国在海湾国家的设施。结果,巴林、科威特、卡塔尔、沙特阿拉伯、阿联酋、阿曼等六个海湾国家全遭池鱼之殃,都被拖入战火。

导弹如雨般落下,被击毁的不仅是伊朗瞄准的美国设施,据称连中国出资的基础设施也中枪。

彭博社引述美国威廉与玛丽大学下属研究机构AidData估算,在迪拜、卡塔尔和阿曼,至少有三处由中国出资的基础设施遭伊朗袭击。另有12个项目位于高风险区域,包括已受影响的项目在内,约46.6亿美元(59.2亿新元)的融资承诺面临风险。中国除了从海湾国家大量进口石油,过去十多年来也通过“一带一路”战略支点,在海湾国家的基础设施与技术产业上大量投资。美国企业研究所的“中国全球投资追踪器”数据显示,过去20年间,中国在中东地区积累约2700亿美元的投资和建设项目。

中国央企与国企等“国家队”,是中企出海与海湾国家合作的骨干,主要涉基建、能源、产能合作。

有中国“三桶油”之称的中石油、中石化、中海油在沙特、阿联酋、伊拉克等国深入参与油气勘探、开发

及下游炼化合作。中国港湾参与阿联酋哈利法港项目、中国电建参与沙特大型海水淡化项目、中国能建以沙特为核心,聚焦新能源、传统能源升级、基础设施及水务项目。民企则在数字经济、电子商务、金融科技、新能源等领域,发挥补充作用。例如,华为在阿联酋、沙特等国布局5G网络建设、云计算等项目。阿里、腾讯等与中东当地财团合作,推动云计算、人工智能和数据中心建设。根据中国官方统计,阿联酋是中国在阿拉伯地区最大出口市场和投资目的地。沙特连续多年是中国在西亚北非地区最大贸易伙伴。卡塔尔则是中国的主要液化天然气供应国。

复旦大学中东研究中心副主任张楚楚副教授向《联合早报》分析,这一波冲突对中国经济“肯定有多方面影响”。首先,在中东的中企工程,正面临延期交付等现象,更关键的是,由于国际对中东国家的安全风险评估较高,加上投资人的资产在缩水,后续对中东的投资意愿可能下降。以房地产为例,原来很多中国人在阿联酋买房,但最近阿联酋房价暴跌,说明“它的投资吸引力在下降”。

张楚楚进一步分析,投资人的投资意愿能否恢复,取决于战争是短期或长期性。“现在就是关键期,主要看美伊谈判能否让冲突降级”。

她说:“第一个标志是时间。能否在两周停火期内达成一致。第二个标志看行动。如果美国派出有限地面部队来作战,那么各方投资人可能会判断冲突一

时半会儿很难结束,有长期风险,投资意愿肯定进一步下降。”上海国际问题研究院中东研究中心主任金良祥分析,一些进口石油、油气的中企可能受合同违规的问题冲击。例如,中石化跟卡塔尔签订27年天然气进口协议,中东爆发战争后,卡塔尔的油气和液化天然气运不出来,中方拿不到油气,意味产生损失。

但金良祥评估,海湾国家的经济具备韧性,也有很好的服务业基础和主权财富基金,这给经济发展韧性提供重要支撑。“关键要看海湾国家未来能否建立一个更可靠的安全模式,恢复投资者的信心”。

他进一步分析,海湾国家的发展繁荣过去建立在“美国能够提供安全的假定基础上”,但是这种假定已被证明是“完全虚幻”的,海合会应建立战略自主,把安全问题掌握在自己手上。从中国赴阿联酋工作20多年的杨先生告诉本报,中东地区不稳定因素几乎波及所有行业,中企也不例外,具体受较大影响的是旅游、航运、酒店等行业。据他所知,一些中国企业承建工程并没有停工。

他观察到,很多中国人一度通过阿曼出境回国,相信主要是到阿联酋旅游的受困者,也包括小企业主、员工家属等等,但更多人选择留下坚守。他认为战争不会持续太久,但“受影响的时间确实超过了想象”。

原油价格上涨产生供应链传导效应

伊朗战火持续近七个星期,加上霍尔木兹海峡被封锁,冲击原油运输和商

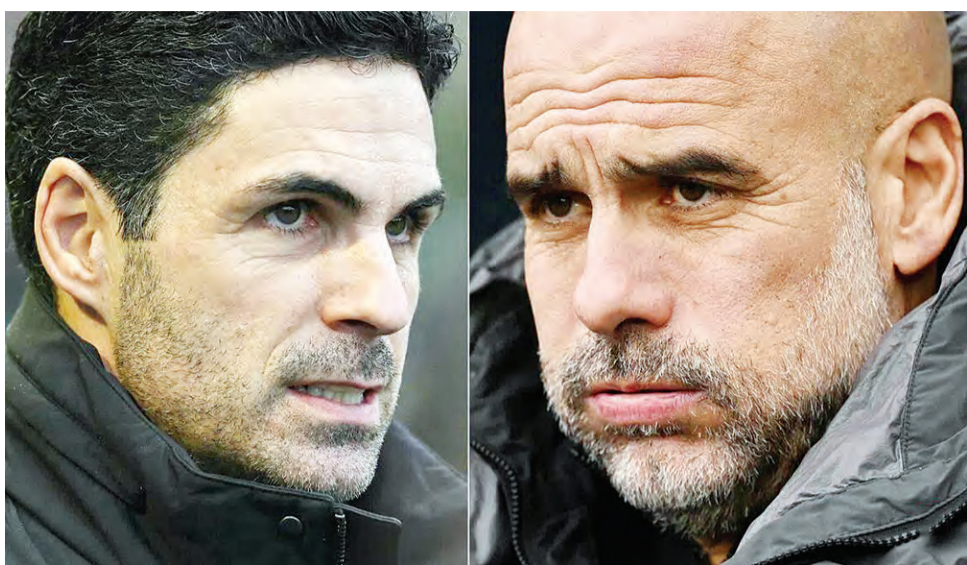
响外,原材料短缺的传导效应也导致相关产业链价格上涨。

根据中国官方4月10日发布的数据,中国工业生产者出厂价格指数(PPI)出现标志性转折,3月份PPI同比上涨0.5%,这是在历经长达41个月的同比负增长周期后,首次实现同比增长。

《金融时报》引述上海供应链咨询公司Tidalwave Solutions高级合伙人约翰逊称,中国部分聚乙烯的价格已翻倍,扰乱了从塑料袋、瓶子到服装和玩具等各类产品所需原材料的市场,此次供应链受干扰情况比冠病疫情期间还要严重。

出口劳动防护用品的义乌国际商贸城商户林大伟告诉本报,伊朗战争爆发后,材料基本上涨30%,包括劳保鞋鞋底用的聚氨酯、塑料颗粒等,导致商品价格上涨30%。“一吨PU(聚氨酯)原本1万1000多元人民币,现在涨到1万6000多了。塑料颗粒本来是一吨7000左右的,现在也都涨到八九千。”林大伟的货品主要销往中东、非洲和南美,中东客户现在来不了中国看货,他们也不喜欢通过视频采购,导致订单减少三成;商品发到迪拜港中转,也一度滞留长达20天。跟冠病疫情相比,林大伟毫不迟疑地说,石油危机波及的范围远超疫情。“那个时候只有防疫用品受影响,现在是生活中所有商品,石油、塑料相关的全部受影响,包括衣服的全纤维也是塑料吹出来的。”不过,他仍乐观评估,只要原材料供应不中断,即便运输成本上涨,“生意还是可以正常做,无非就是订单少一点。”

英超榜首之战 炮兵客战曼市或“以和为贵”



本赛季的两支英超夺冠热门“炮兵”阿申纳(Arsenal)与曼市(Manchester City)，星期天(4月19日)将在曼市的伊蒂哈德球场展开正面对决。虽然这还算不上是一场生死战，但在这场焦点战之后，冠军归属的走向肯定会变得更清晰一些。

英超联赛目前仅剩六、七轮，阿申纳虽仍以六分优势领跑，但曼市少赛一场。如果曼市本仗主场奏凯，相信接下来的争冠主动权将落入他们的手里。

三周之前，外界还在讨论着阿申纳成为英超史上首个“四冠王”的可能性，岂料短短几天之后，他们已接连丢掉了英联赛杯冠军，从英足总杯复赛提前出局，上周末回到联赛又意外栽在伯恩茅斯(Bournemouth)脚下。

尽管他们在本周中的欧冠联赛顺利晋级四强，但主场与葡萄牙体育(Sporting CP)互交白卷，最终只凭借复赛首回合在客场建立的1比0优势锁定

半决赛权，表现在让人难以信服。

在近五场比赛中，他们也只取得了三个进球，进攻火力令人担忧。

曼市近三场大胜对手 瓜帅仍不满足

但曼市主帅瓜迪奥拉(Guardiola)并不满足，他说：“我们须要变得更好。”

“对阵切尔西的上半场还不错，但算不上出色。对阵利物浦时的前30分钟也不理想。在决赛对阵阿申纳的前30分钟，他们表现得更好。”

但“瓜帅”承认，球员们目前充满信心。“（我们的信心）很好，我们已经准备好了。”

“一个月前，因为我们有一些关键时刻丢分，我以为我们不会走到今天这一步。”

“现在是六分的差距，这并不小，但我们仍然有机会追上。这就是我们现在的局面，一切将取决于我们的表现。”

“我们的球迷已把门票买光，一切条件都很完美，可以踢

一场好的比赛。”

瓜帅也透露，上仗因伤离场的奥赖利(O'Reilly)，本仗应能伤愈归队。在联赛杯决赛中助曼市以两球粉碎炮兵本季首个冠军梦的，正是这名21岁的英格兰小将。他甚至还在上仗被换下前，率先攻破了切尔西的龙门，倘若伤势真无大碍，本仗必首发登场。

阿申纳方面，主帅阿特塔(Arteta)则确认了翼锋萨卡(Saka)和进攻中场梅里诺(Merino)依旧高挂免战牌，但在本周中的欧冠赛因伤被替换下场的另一名翼锋马杜埃凯(Madueke)，则有望赶上这场焦点战。

阿特塔还暗示，16岁的道曼(Dowman)可能会获得出场机会。道曼在上个月对垒埃弗顿(Everton)的联赛中进球，成为英超历史上最年轻的进球者。

阿特塔说：“他会准备好的，我很确定。把他放到任何环境中，这个孩子都能拿出表现，你知道他会带来什么样的发挥。”

炮兵近10次联赛客战曼市不胜

眼看球队近况不佳，而曼市又来势汹汹，阿特塔的压力可想而知，但他却强调，能处在这个位置是巨大的荣幸。

“我们已经赢得了处在这个位置、并有机会争冠的权利，而且还有机会去击败可说是这个联赛历史上最出色的球队及最优秀的主帅。”

“这是一个巨大的荣幸。我们把这看作一次重要的机会。谁能更有幸地处在这个位置呢？”

不过，阿申纳近10次联赛做客伊蒂哈德球场都无法凯旋，唯一的安慰是，近两次都成功逼和对手。所以本场比赛，争取和局或许是炮兵更实际的目标。

但面对外界传他很可能会为了保住对曼市的六分优势而选择求和的说法，阿特塔则给予否认。他说：“我们准备每一场比赛都是为了赢球，这也是我们能够走到今天这个位置的原因，我们会继续这么做。”



世界超级摩托车赛荷兰战 张雪机车首回合无缘领奖台

中国国产机车品牌张雪机车继在葡萄牙站实现“双冠”后，在新加坡时间星期六(4月18日)进行的世界超级摩托车锦标赛(WSBK)荷兰站的SSP组别首回合中无缘领奖台，由法国车手瓦伦丁·德比斯(Valentin Debise)收下第四。

从第二位发车的德比斯比赛一波三折。他在开跑后掉至第四，但跑完两圈就接连超越三车，开始领跑。不过，他的圈速不断下降，在比赛还剩九圈时掉至第五。

好在德比斯等到了机会，他前方的赛车在还剩四圈时发生接触，他趁机冲到第二名。最后时刻，领先集团的四车陷入激烈缠斗，虽然德比斯最终以第三名完赛，但因在最后的弯角切弯被罚退一位，拿到第四。

首回合占据前三位的分别是驾驶杜卡迪赛车的玛西亚(Masia)、雅马哈赛车的阿雷纳斯(Arenas)和凯旋赛车的布斯-阿莫斯(Booth-Amos)。

德比斯目前在车手积分榜上，以63分来到23位车手中的第三名，距离领跑的玛西亚还有33分。在制造商积分榜上，张雪机车落后于杜卡迪和雅马哈，排在全部七个制造商的第三。

因凡蒂诺为世界杯高票价辩护： 四年一度收入支持211国足球

(纽约综合电)国际足联主席因凡蒂诺(Infantino)星期五(4月17日)为今年北美世界杯的高昂票价辩护，并表明这项风靡全球的大赛是国际足联每四年一次的唯一收入来源。

因凡蒂诺在纽约举行的网络新闻媒体Semafor年度世界经济峰会上致辞，并重申国际足联是一个拥有211个成员国的非营利组织。

他在问答环节中称：“许多人并不知道，虽然我们在世界杯期间创造数十亿美元的收入，但国际足联实际上是非营利机构。这意味着我们产生的所有收入，都会投入到全球211个国家的足球运动组织中。”

“如果没有我们提供的拨款，其中四分之一的国家可能无法开展组织化的足球活动。因此，我们一直在努力寻找正确的平衡点。”



在星期五搜索二手门票交易网站StubHub的结果显示，6月12日美国对阵巴拉圭的世界杯揭幕战，最便宜的门票售价为1359美元，洛杉矶场馆下层看台的座位票价高达

每张1万4000美元。

至于7月19日在纽约地区举行的世界杯决赛，上层看台的一张单人票价为8860美元，下层看台则高达2万5000美元。



太阳魔术抢到NBA季后赛最后两席 老将柯里赛季落幕

(菲尼克斯综合电)在美国职业篮球赛(NBA)附加赛客场以96比111不敌菲尼克斯太阳(Phoenix Suns)后，神射手柯里(Curry)率领的金州勇士(Golden State Warriors)在新加坡时间星期六(4月18日)无缘晋级本赛季的季后赛。

太阳开局强势，首节就拿到33比15的领先，但勇士在半场结束时将分差缩小到五分。

然而，太阳在进攻端和防守端双管齐下。贾伦·格林(Jalen Green)投进八记三分、以36分领衔全场，太阳同时将柯里的得分限制在17分，因此能始终和勇士保持着差距。

比赛还剩不到一分钟时，古德温(Goodwin)抢断了传向柯里的传球，打成一次快攻，随后在下一回合命中三分，锁定胜利。

取胜的太阳收下西部第八，会在季后赛首轮对阵卫冕冠军俄克拉荷马城雷霆(Oklahoma City Thunder)。

还贡献了六个篮板和四次助攻的格林说：“高兴得要命。我们开局就火力全开，我们知道这是一场生死战。”作为2022年的总冠军球队，饱受伤病困扰且日渐老迈的勇士已经连续第三个赛季在附加赛中铩羽而归。

还贡献了六个篮板和四次助攻的格林说：“高兴得要命。我们开局就火力全开，我们知道这是一场生死战。”作为2022年的总冠军球队，饱受伤病困扰且日渐老迈的勇士已经连续第三个赛季在附加赛中铩羽而归。

值得一提的是，比赛末段勇士的主力内线德拉蒙德·格林(Draymond Green)和太阳核心后卫布克(Booker)出现口角，均被驱逐出场，格林在离场时则继续嘲讽着太阳的球迷。

斯图加特红土网球赛 两前法网冠军可可伊加止步复赛



(斯图加特综合电)上届法网冠军可可·高芙(Coco Gauff)和四届法网冠军伊加·斯瓦泰克(Iga Swiatek)星期五(4月17日)皆在斯图加特网球公开赛复赛中遭淘汰，本届澳网冠军伊莲娜·莱巴金娜(Elena Rybakina)则经历了三盘苦战才艰难锁定半决赛权。

世界排名第三的可可此前在硬地赛场对阵捷克选手卡罗琳娜·穆霍娃(Karolina Muchova)六战全胜，但此役却以3比6、7比5、3比6出局。

本仗她正手就出现了13次非受迫性失误，这也是她在对垒卡罗琳娜的交锋中，首次丢掉一盘。

两届大满贯冠军可可可在第二盘反弹扳回一城，但卡罗琳娜在决胜盘表现得更为稳定，成功挽救了五个破发点，并凭借全场唯一一次破发以4比2领先，最终锁定胜局。

卡罗琳娜在赛后受访时说：“对阵她总是非常艰难，她是个很强的对手……我觉得第三盘是一场拉锯战，也非常消耗体能。我很高兴自己先完成破发，然后保持了优势。”

曾打入法网决赛的卡罗琳娜将在半决赛中对阵乌克兰女将叶连娜·斯维托丽娜(Elina Svitolina)，后者以7比6(2)、7比5击败了另一名捷克选手琳达·诺斯科娃(Linda Noskova)。



Dynamic
Dynamic Furniture Industries (M) Sdn. Bhd.
沙发家具

华彩亮丽夺目
时尚感 高端美 户内外家具 OEM代工
Selera Mode Berkelas Produksi OEM Tersedia
非凡适合: 豪华酒店 餐厅 别墅 Villa 家居 办公楼等。

请洽: PT. Dynamic Khoo Interior Furniture, Parung Bogor, Indonesia. T: +62(0)251 8543 066, Web: www.dynamic-brand.com
WA: +62815 1715 9999, +6281 1816 5777



副会长郭复旦致辞。

廖子建 报道/摄影

(雅加达讯)“汾阳堂”印尼郭氏宗亲总会资深永久荣誉会长郭根在、郭乃荣，永久名誉会长郭家进，辅导主席郭泉遇、郭明祥，副会长郭复

“汾阳堂”印尼郭氏宗亲总会 举行2026年春季祭祖典礼

旦、郭南生，常务主席郭文祥，常务副主席郭平，监事长郭力前、副监事长郭光遇，中文秘书郭秀晶、郭东义，印尼文秘书郭忠雄，财政郭秀群、郭莉英，福利部郭杞文、郭耀铨、郭贤龙、郭文遇、郭廉超、郭尚伟，妇女部郭玲贞、郭菲英、郭秀平，青年部郭伟利、郭奇杰、郭首遇、郭伟星等宗亲，2026年4月19日(星期日)

上午10时在Jl.Mangga Besar XI的宗祠举行一年一度的春季祭祖，祭毕在宗亲会聚餐联欢，以敦宗谊。副会长郭复旦代表郭桂和会长致辞时表示，感谢大家今早抽出宝贵时间来参加祭祖活动，春节刚过不久，这里向大家拜个晚年，恭祝大家马年里万事吉祥，合家健康平安，家庭幸福，事业进步。同时也祈愿大家祭祖后能万事顺意，也感谢大家出

钱出力筹备这次祭祖的宗亲们表示万分感谢。

常务主席郭文祥表示，感谢大家今早准时来参加郭氏宗亲总会举行的2026年春季祭祖

的活动，春节刚过不久，这里也向全体宗亲拜个晚年，恭祝各位宗亲在马年里合家健康平安，家庭幸福美满，一切万事如意。

郭文祥说，大家都知道每年举行春、秋二祭，至要

是传承华人传统美德，祭拜祖宗先辈，缅怀祖先的丰功伟绩，世代薪火相传下去，同时通过每年的祭祖活动能更进一步的团结宗亲们，大家一起交流，共谋进步。

郭文祥指出，今天让我们一起诚心诚意的来祭拜祖先，祈求祖先在天之灵保佑我们的国家印尼风调雨顺、国泰民安，保佑我们所有郭氏后裔能世代在这里安居乐



常务主席郭文祥致辞。

业，落地生根，为国家社会作出应有的贡献。

这里也要感谢筹备这次春季祭祖出钱出力的宗亲们，使祭祖能顺利举行，向大家致于万分的感谢和崇高的敬意，祭祖完毕后我们在会所聚餐联欢。



郭氏宗亲向祖先上香。



后排左起：郭南生、郭家进、郭根在、郭复旦、郭文祥、郭泉遇、郭平。前排：郭乃荣合影。



祭祖前合影留念。

世界锺氏南迁总祠举行2千人清明祭祖大典 世界锺姓宗亲会总主席锺延筹参加主祭



世锺会总主席钟延筹为祭祖祥龙点睛开光。

(江西讯) 2026年4月16日(农历二月廿九日)，丙午年锺氏南迁总祠清明祭祖大典在江西省赣县锺氏南迁总祠隆重举行，来自马来西亚、印尼、新加坡、泰国、港澳台及中国各省锺氏宗亲代表2000多人，齐聚江西赣县，慎终追远，尊祖爱宗。

本次大典由中华锺氏宗亲总会主办，江西省锺氏宗亲会协办，锺氏南迁总祠管理委员会承办，主题为“敬

祖归宗溯源流，敦亲睦族启新程”。世锺会主席锺延筹主祭、锺锦光、锺南仁、锺大勇、锺祖镜在引赞陪同下，缓步进入祠内寝室神牌前肃立，随后陪祭依次整排缓缓跟进。

在上午9时05分，祭祖大典正式开始，严格依循传统“初献、亚献、终献”三献礼制。主祭上香、献帛、献爵、献牲，恭读祭文，追溯锺氏南迁历程，汇报族务发展，祈愿先祖福佑子孙。全体宗亲随礼而行三跪九叩、行大礼。整个祭祀仪式庄严

肃穆，礼乐和鸣、献帛进酒、行鞠躬礼，尽显对先祖的至诚敬意。祭祀大典持续3个小时结束。

16日夜晚，锺氏南迁总祠管委会在爱客森酒店举行了欢迎晚宴。晚宴现场灯火辉煌，各地宗亲齐聚联谊，场面气氛其乐融融。

在司仪的介绍下，各地锺氏宗亲代表与特邀嘉宾依次亮相。随后，祖镜理事长登台致欢迎词，情真意切尽显东道之谊；原赣县常务副县长锺敏、中华锺氏宗亲总会执行会长锺南仁、世锺会

会长锺延筹分别发表讲话，言语间既有对先祖的追思缅怀，也有对家族未来的殷殷期盼。

席间，大典组委会还特别为总祠广场硬化工程捐款的爱心宗贤颁发了“突出贡献奖”与“荣誉证书”，以彰功德、励后人。尽显“天下锺氏一家亲”。

此次盛会不仅传承了中华孝道与客家优良家风，更凝聚了海内外锺氏宗亲力量，激励后人铭记祖训、奋发有为，共续家族荣光，共筑家国兴盛。(图文：阿原)



祭祖大典锺氏南迁赣县总祠外景。



各国各省锺氏分会主祭及陪祭合影。



祭祖全体锺氏宗亲大合影留念。



主祭们在锺氏宗祠列祖列宗神牌前献敬三牲场面。

封锁波斯湾的风暴

◎邱偲峰

2026年2月杪爆发的美以对伊朗的军事行动，已持续约6星期，这对中东波斯湾及全球局势造成了极具破坏性的深远影响。

这场代号为“史诗怒火行动”或“咆哮雄狮行动”战事，自爆发以来，已导致中东波斯湾（Persian Gulf）地区的安全格局、能源供应及地缘政治平衡，发生根本性的改变。

其中核心战况是斩首行动，美以联军在2月28日的突袭中，击毙了伊朗最高领袖哈米尼，直接导致伊朗政治中枢瘫痪并陷入权力真空。

美国总统川普明确表示，行动旨在摧毁伊朗军事与核能力，并推动当地政权更替。在中东冲突战事上，美方立场极度强硬，称唯有伊朗“无条件”投降，战争才会结束。

世人都料不到的是，中东战火全面蔓延到多国卷入与伊朗的报复行动。伊朗遭到袭击后，对周边多个国家如卡塔尔、巴林、阿联酋、伊拉克及沙特等国家的美军基地及民用基础设施，展开了报复性打击。

目前，黎巴嫩真主党等武装组织已加入战火，攻击以色列境内目标，使冲突演变为大规模的区域代理人战争。

最严重与凄惨的是，中东战乱让能源通道受阻。霍尔木兹海峡的通航安全受到伊朗的严重威胁，美方警告若伊朗不全面开放该海峡，将进一步轰炸其民用发电厂。

这场战乱导致许多平民伤亡惨重，截至3月初的数据显示，已有逾1千名平民死亡，5千400多人受伤。其实，在此次战事爆发前，伊朗国内已因抗议活动导致数万人遇难，战争的爆发进一步摧毁了当地本已脆弱的社会秩序与经济结构。

这场战事也致使国际地缘政治出现大转折，尤其是中俄立场，据知俄罗斯是通过情报支援等方式协助伊朗，而中国作为伊朗最大的贸易伙伴，其立场及潜在的介入也成为国际关注焦点。

这场战事也对全球经济带来巨大冲击，长达6周的战乱直接导致全球能源价格飙升，尤其是中东航运中断，全球供应链面临自本世纪以来最严重的威胁。

目前的局势依然处于高度危险的僵持状态，美以双方均表示将“不惜代价”达成军事目标，而伊朗及其支持者，则在进行长期战争的准备。

说到最新战况，我们不得不关注美伊双方都以封锁波斯湾的霍尔木兹海峡（Strait of Hormuz）为筹码，直接“挟持”全球能源供应的通道，侵袭了世界各国的经济成长，也让世界约80亿人口的生活成本飙升，荷包大出血叫苦连天，处处哀鸿遍野。

尤其，美国在4月13日上午10时正式封锁霍尔木兹海峡，抵御所有进出伊朗港口的船只。有船只试图突破封锁，一度穿越该海峡，但最後被美军拦截折返。

美国中央司令部在社群平台X上发文表示：在封锁实施後的首个24小时内，没有任何船只成功突破美国的封锁线。

期间，中国公司拥有的货轮“富星号”可能是美军封锁生效後第一艘穿越霍尔木兹海峡後准备离开波斯湾的货轮。它并非

从伊朗港口出发，而是在4月14日连夜从阿联酋出发进入阿曼湾。但航运数据显示，这艘货轮最後於早上折返。

中国外交部发言人曾表示，美方封锁港口是“危险和不负责任的行为”，敦促尽早恢复海峡通行正常。

针对所提到的情境，若美国与伊朗双方真的全面封锁霍尔木兹海峡，这对欧盟、亚洲及东南亚国家而言，将是一场“能源海啸”。

具体的影响分析如下：霍尔木兹海峡是全球最重要的原油运输动脉，一旦被封锁，对亚洲与东南亚的能源冲击很巨大。因为亚洲是中东地区能源供应的最大客户，高度依赖中东波斯湾8国的原油供应，尤其中国、日本、韩国、印度以及东南亚的泰国、新加坡和菲律宾，其进口原油约有60%至80%来自波斯湾。

波斯湾沿岸共有8个主要国家，它们是最重要的石油和天然气产区。这些国家包括东北岸的伊朗，以及西岸的伊拉克、科威特、沙特阿拉伯、巴林、卡塔尔、阿拉伯联合酋长国和阿曼。而n型且狭窄的霍尔木兹海峡之地理位置非常重要，是全球能源供应的关键航道。

一旦霍尔木兹海峡的航道完全封锁，亚洲各国将面临即时的能源供应断裂。即便有战略储油，通常也仅能支撑30至90天，工厂停工、交通瘫痪的风险极高。能源短缺将引发恶性通货膨胀，因为能源价格是所有

为什么“合适的人在合适的岗位”如此重要？

◎谢峥明（自由撰稿人）

在一个组织或社会中，究竟什么才是决定成功与失败的关键因素呢？是资金的充足、技术的先进，还是战略的巧妙？这些固然重要，但若没有“合适的人在合适的岗位”，一切都可能化为泡影。人力资源管理的核心原则正是确保合适的人在合适的时间、合适的地点，承担合适的职责。这不仅关乎组织的效率与绩效，更关乎个人的成长与社会的和谐。

“Right man on the right place”强调的是人与岗位的匹配。一个人的技能、兴趣、潜力若能与岗位要求相契合，他便能在工作中发挥最大价值，推动组织目标的实现。反之，若将不合适的人放在关键岗位，不仅会导致效率低下，还可能引发严重的管理危机，甚至毁掉整个项目或组织的前途。人力资源管理的使命，正是通过科学的招聘、培训与配置，确保每一个人都能在最适合的位置上贡献力量。

错误的用人决定往往带来灾难性的后果。一个不适合的领导者可能会使团队失去方向，一个缺乏能力的员工可能会拖累整个流程。正如俗语所说：“用错人，毁一生。”在生活中也是如此，选择错误的伙伴或合作对象，可能会让个人陷入困境，甚至影响

一生的幸福。因此，慎重选择、合理配置，是对组织和个人的双重保障。

阿里巴巴创始人马云曾说过：“找对人，而不是找最好的人。”这句话揭示了一个深刻的管理哲理：所谓“最好的人”并不一定适合某个特定岗位，而“对的人”才是能够与岗位需求、团队文化、组织目标相匹配的人。管理者的任务不是追求完美的人才，而是寻找能够在特定环境中发挥最大作用的人才。这种理念与“合适的人在合适的岗位”高度契合。

《论语·子路》中的名言“名不正，则言不顺；言不顺，则事不成”强调了角色与名分的正当性。孔子认为，若一个人的身份与职责不符，他的言行便难以得到他人的认可，最终无法成事。这与现代人力资源管理理念不谋而合：只有当岗位与人的能力、身份、权力相匹配时，沟通才能顺畅，事务才能成功。社会是一个复杂的关系网络，正名的过程就是找到自己的合理定位。定位正确，才能充分发挥潜能，取得成功。

西方管理学大师彼得·德鲁克提出的“目标管理”（Management by Objectives, MBO）强调：组织必须明确目标，并让每个成员在清晰的职责范围内为目标努力。目标管理的核心在于“人岗匹配”，即确保每个人的能力与岗位要求相符，从而在实现

组织目标的同时实现个人价值。德鲁克认为，管理的本质是“让普通人做出非凡的事情”，而这正需要把合适的人放在合适的岗位上。由此可见，孔子的“正名”思想与德鲁克的“目标管理”理念在本质上是一致的：只有当角色、职责与能力相匹配，组织才能高效运转。

在现代组织中，合理的人岗匹配不仅提升效率，还能增强员工的归属感与幸福感。一个人在合适的岗位上，不仅能实现自我价值，还能推动团队协作与组织发展。反之，若岗位与人不匹配，员工会感到挫败，组织也会陷入混乱。因此，企业管理者必须深刻理解“合适的人在合适的岗位”的重要性，并在招聘、培训、晋升等环节中贯彻这一原则。中西方思想的结合告诉我们：无论是孔子的“正名”，还是德鲁克的“目标管理”，都强调了同一个真理——人岗匹配是组织成功的基石。

综上所述，无论是孔子的“正名”思想，还是马云的“找对人”理念，抑或是德鲁克的“目标管理”理论，都指向同一个核心：只有当人和岗位真正匹配，组织与个人才能实现双赢。试问，在一个充满竞争与挑战的时代，我们是否能够真正做到“合适的人在合适的岗位”，从而让组织与个人都走向成功呢？

忍过了就海阔天空

◎何飞鹏

小时候，大约是一年级到三年级时，我患上过敏症，不时会起风疹块，起风疹块时，全身极度搔痒，我忍不住就一直抓，抓到皮肤红肿破皮。

那时候家中很穷，妈妈没有带我去看医师，妈妈只有一直告诉我：忍住，不要抓，只要不抓，过一会儿，就不会痒了。我怎么能忍得住，仍然不断的抓，我告诉妈妈，我忍不住。妈妈告诉我：你只要抓，就会把皮肤抓破，那样会更痛。

刚开始时，我真的忍不住去抓，也真的抓破皮，痛得不得了。后来我发觉，用手抓痒不是办法，不但止不了痒，还会抓破皮，只好开始尝试妈妈的方法；设法忍住。

刚开始，忍不住，只能忍一下，就去抓一下，抓了一下之后，又继续忍住，慢慢设法把忍住的时间拖长，之后我忍住的时间，就慢慢越来越长

了。

之后，我又发觉一个很有效、不去抓痒的方法，那就是设法全身用力，把力量贯注到手脚上，每次总能持续个几秒，当我全身手脚用力时，全身的注意力就在手脚，就暂时忘记痒的事了。就这样，只要忍不住要抓痒，就用这个全身用力的方法，设法改变自己的注意力，就可以撑久一点、不去抓痒。

说来也奇怪，当我设法忍住不去抓痒之后，皮肤就慢慢不痒，大约半个小时到40分钟，我起风疹块的毛病就慢慢退了，恢复正常了。

在那皮肤过敏的几年之间，我就这样用我的意志力去忍住，用全身发力的方法去改变注意力，去对抗风疹块的毛病，后来对风疹块也就见怪不怪了。

后来住在我家下面的一个邻居，是一个立法委员，姓夏，她听说我会起风疹块，就拿了一些抗过敏的药给我，只要一开始过敏，就先吃一颗药丸，过敏的症状就会压下去，不再发作了。

有了吃药的经验，我才知道，原来我的毛病这么简单就可以治疗，并不需要用意志力去强力忍住，原来穷困的家庭与富有的家庭有这么大的不一样。

我并不因此感到沮丧，反而很有成就感。我告诉妈妈，我不用靠药物，也可以自己克服风疹块的困扰，我学会了用意志力对抗疾病。

我这一生中，对痒、对痛、对不舒服的环境，较诸常人有更大的忍耐力，我能忍受常人不能忍受的痛苦，而习以为常，这都是小时候对抗过敏，对抗风疹块的经验学会的。

我不只在对抗痛，对抗痒上有更大的耐受力。我在面对困境时也有极大的忍耐力。

创业的过程中，有许多次历经七、八年的亏损经验，但我都不肯放弃，我坚持住、我忍住，最后都能够一步一步的逆转，成就一番事业。

从小的经验告诉我，不论再大的困难，只要忍住，忍过了就可以海阔天空。（转载自：南洋商报）

商品的基础成本。

专家预测，若该海峡无限期封锁，全球油价可能突破每桶150美元甚至更高。油价若飙升的连锁反应是：电费、运费、化肥价格将同步暴涨。这会直接推升食物和生活必需品的价格，引发严重的成本推动型通货膨胀。

能源短缺、油价飙升和通货膨胀，对各国平民百姓的伤害幅度是无限大的。对一般民众的影响是“全方位”的，如生活成本将激增，尤其在东南亚发展中国家如印尼、越南及菲律宾，物价上涨会导致底层民众陷入贫困，在民不聊生之际，甚至会引发社会动荡或抗争。

高昂的能源成本会打击东南亚的经济支柱的制造业与旅游业，可能导致企业大规模裁员，民众收入锐减，或民众失业会导致国家经济衰退。另，为了进口高价能源，国家外汇储备会迅速枯竭，会导致本国货币贬值，进一步削弱购买力。

对亚洲和东南亚而言，霍尔木兹海峡的封锁不仅是军事对峙，更是经济命脉被切断。伤害幅度将是“灾难性”的，可能引发自1970年代石油危机以来最严重的经济衰退。

霍尔木兹海峡的战乱，对全球环境人事物经造成难以弥补的伤害，战乱冲突蔓延继续的时间越长，破坏力度也越大。大国博弈的野心家们，收手吧！为了天下苍生，别把战争当政治游戏了！

愚人哲学

◎朱志伟

分享故事：中国安徽省一乡村有个人，他的父母早亡，从小就在贫困环境长大。他不识字，也没有人告诉他叫什么名字。为了三餐，他努力工作，也很知足，他告诉雇主说：“我只要有米吃就好了！”因此，大家就给他取了外号叫做“米老大”。

他从少年渐渐步入中年，还是天天为三餐而奔忙劳作。他家住在山边，所以他就砍柴去卖，米老大非常老实，他从不知道计较，许多人都喜欢买他的柴。一天他砍好柴要送去卖，在路上遇到一个极为吝啬且贪图小利的富人。富人对米老大说：“我要买你的柴！一担柴要卖多少？”米老大说：“一担木柴人家自动给我三百文钱。”富人却开始讨价还价，说：“我家离这儿近，你可以少走一段路、我看就卖我一百文钱吧！”米老大觉得差太多了，根本不够买米。富人又说：“那就二百文钱！”米老大数数还是不够买米，就说：“还是不要好了，我多走一点路就好！”富人又说：“不要走那么远了，就二百五卖给我吧！”米老大想，再拖下去也是浪费时间，就说：“好啦！卖给你了！”

富人见他老实，还要求他帮忙把柴担到家中，柴堆好后钱却没给。富人因讨不到便宜，便嘲笑米老大没名字，还要为他取名“米田共”，米老大说，听起来不错。富人见米老大这样也不生气，就问你几位令尊？”米老大反问：“什么是令尊？”富人欺侮他不识字，愈发存心整他，说：“令尊就是你的孩子。”米老大恍然大悟地说：“哦！原来令尊就是我的孩子，我来数数看，嗯！我总共有八个令尊。”米老大于是反问富人：“你有几个令尊？”

富人一听却生气了，说：“我的令尊死了”。米老大说：“好可怜！我有那么多儿子，一、两个给你当令尊好了！”富人一听更加生气：“岂有此理，你竟然要把孩子让我当令尊！”米老大看他生气，非常奇怪地说：“你买我的柴，又好意送我名字，而我好意要把孩子给你当令尊，你为何动气？看来你有意要‘吃’我这个米田共！”

富人气得拿起棍子就要打，这下米老大就更纳闷，心想：这人没事发这么大脾气，真奇怪！”便不想理会，一把拿起扁担轻松地回家了。

不懂得计较的人，当人家骂他，他不知道。人家要占他便宜，他毫无知觉，这是愚人哲学，人生的“愚人哲学”我们应该学呀！像米老大，他单纯地过日子，心中没有一点儿烦恼，尽管他须付出劳力，才能换取生活米粮，不过，他过得却是逍遥自在！再想想吝啬的富人，一天到晚处心积虑想要占人便宜，换来的却是苦恼，狡猾聪明的人到底也快活不了多少。

有句话说：“心静即道场”，心不静即乱境生，因此造业不断；现在的社会呈现动与乱的形态，心动则一切人事皆乱，因此，造罪案者还是多。人生处世要学“静”，希望人人把心调理得清静，静心即是道，这都要好好下功夫。

世间的聪明人，所身受的苦难、麻烦，往往比一般人多，书读得愈多的人，烦恼也就愈多。因此有人会怀疑，知识究竟能帮助人生的福乐有多少？其实，我们可为善可为恶，只要能善用就是善的知识，恶用则成为恶法。然而，佛法就不一样，佛法的知识，不是从分别上计较，是从无分别上去探讨的，愚也好，鲁也好，直心是道场，厚道为原则。人真正的智慧，就是正知正见，就是清淨的佛心，这才是吾人应该具备的智慧。（转载自：新明日报）



两岸紫色政治崛起 红蓝融合·国共峰会突破



東南亞最新民調親華派超越親美派

亚洲周刊：萧峰

在郑丽文与习近平的国共峰会上，两岸关系的政治颜色正在悄然蜕变，当蓝与红交融，新的“紫色政治”正在崛起。蓝营的三民主义理想与红营的社会主义创新的实践力量结合，孕育出超越意识形态藩篱的创新能量，为台海和平统一注入新动力。紫色政治不是谁吃掉谁，而是国共新一代赫然发现双方拥有更多的共同点。红蓝交融，紫色绽放——不仅是两岸政治的突破，更为全球提供“贤能政治”治理模式。

在中国国民党主席郑丽文与中共总书记习近平的峰会上，两岸的政治颜色正在悄然蜕变，朝向前所未见的新方向。国民党的“蓝营”代表中华文化复兴与三民主义的理想，执政的共产党的“红营”则象征社会主义现代化道路。在二零二六年的春天，当蓝与红交融，新的“紫色政治”正在崛起。

紫色，不是简单的红蓝混合，而是彼此渗透、相互升华的色彩：蓝的理想主义与红的创新与实践力量结合，孕育出超越意识形态藩篱的新能量。紫色政治，不仅为台海和平统一注入新动力，更在全球烽火四起之际，为中华民族乃至人类未来提供新的想像力与创造力。

紫色是蓝与红的叠加，是历史与现实的交汇，更是两岸关系未来的一种可能性。紫色政治不是谁吃掉谁，而是国共两党的新一代在重新审视彼此后，赫然发现双方其实拥有远比想像中更多的共同点。

回溯历史，国民党蓝营的核心理念——孙中山的三民主义与建国方略、蒋介石对中华文化复兴的坚持——曾在台湾经历曲折实践。如今，这些理念在宝岛已被民进党的‘去中化’摧残殆尽，但在中国大陆却得到前所未有的实现，甚至是“超额完成”。孙中山在《建国方略》中勾勒的实业计划、民生主义蓝图，瞄准中国成为现代化强国的梦想，都成为了真实。

今日大陆的高铁网络全球第一，总里程超过四万公里，桥隧占比世界之最；城市群基建如长三角、粤港澳大湾区的互联互通，早已超越孙中山“十万英里铁路”的宏愿。民族主义、民权主义、民生主义的三民主义，在大陆的“民族复兴”实践中获得新诠释：民族主义体现为中华民族伟大复兴的自信；民生主义则透过全面小康、乡村振兴、共同富裕，惠及十四亿人民；乡村主义透过协商民主、基层治理让人民参与感持续提升。

郑丽文在南京中山陵的演讲中，细数孙中山推翻满清、建立民国的历程，并介绍五权宪法与三民主义，同时赞扬大陆在习近平领导下实现完全脱贫、建成小康社会，隐含对两岸共同理想的认同。这种“超额完成”，不是空洞口号，而是实实在在的发展奇迹，让蓝营新一代赫然发现：他们所坚持的理念，在红营的执政实践中已落地生根，且规模与速度远超预期。

郑丽文也将两岸矛盾追溯到甲午战争：正是日本帝国主义大刀砍向中华民族，才有迄今仍待愈合的历史伤口。

蓝营的支持者认为，蒋介石一生强调“文化复兴”，主张以中华传统文化为根基，抵御外来侵略与内部腐朽。今日大陆的“中华优秀传统文化传承发展工程”，从故宫博物院数字化到“一带一路”文化交流，从孔子学院全球布局到影视文创产



国民党主席郑丽文（左）与中共总书记习近平会面：久违的国共领导人交流。（图：新华社）



国共峰会为两岸关系和台海带来稳定力量。（图：欧新社）

两岸紫色政治崛起 红蓝融合国共峰会突破



郑丽文向孙中山的陵墓献花。（图：欧新社）



郑丽文率团到南京中山陵，延续中华民国国父孙中山的精神。（图：郑丽文脸书）

业的“中国风”爆发，正全面复兴中华文化。

中国的电视节目《中国诗词大会》、《中华好诗词》、《典籍里的中国》等，都让唐宋诗词和经史子集的古典，进入千家万户。今天中国大陆中小学生背诵的中华经典，比台港中小学生更多。

但中国不仅是背诵，而是在传统文化的基础上做出创造性转化，焕发制度创新，赓续中华民族不灭的人文情怀。

西安、洛阳等古都的文旅融合，敦煌的数字保护，以及“全过程人民民主”与传统“民本”思想的结合，皆体现蒋介石“复兴中华”的遗志在大陆得到更广阔的舞台。

蓝营所批判的“台独”分裂路线，在大陆的反分裂法与和平发展框架中被坚决遏止；蓝营所追求的“统一”，则在大陆“一国两制”与“两岸一家亲”的政策中找到现实路径。这种历史的呼应，让国共两党新一代领导人发现：彼此并非对立，而是命运共同体的两翼。蓝的理想与红的集中力量办大事的优势，正在融合中产生化学反应。

紫色政治的崛起根植于大陆独特的发展模式：以计划经济与市场经济的“双引擎”为动力，创出全球瞩目的“中国奇迹”。基建全球第一：从港珠澳大桥到京张高铁，从5G、6G网络覆盖到新能源电站，大陆投资规模连年领先，去年新基建投资预估超七万亿元人民币（约一万亿美元），涵盖算力网、电力网等“六张网”。

中国成为了全球最大的工业国，不但是全球最大的汽车生产国，也是最大的汽车消费国。中国被联合国判定拥有全球最完备的工业生产链。

中国也是全球最大的绿色经济体，强调绿水青山就是金山银山。中国的新能源发展冠全球，电动车是全球冠军，太阳能发电、风力发电都是世界的领跑者。

这些成就不仅解决了孙中山时代的“贫弱”问题，更为AI等前沿科技提供坚实底座。中国AI发展已与美国并驾齐驱：算力规模全球领先，电力投资每年九百亿美元居世界首位，为AI训练与推理提供低成本、高效能支持。阿里巴巴、百度、商汤等企业的生成式AI应用，从智慧城市到产业升级，全面赋能“人工智能+”新形态。背后正是计划经济的战略引领（如“东数西算”国家布局）与市场经济的创新活力（如民营企业雷军小米汽车的爆款YU7）双轮驱动。这种“社会主义市场经济”超越西方纯市场模式的短视，实现了长期规划与效率的最大化。

更重要的是，贤能政治取代传统选举政治，成为中国模式的制度核心。西方选举常陷入“一人一票”下的民粹、资本操

控与短期主义困境，如美国“一美元一票”的批评。

贤能政治超越选举民主

更令人痛心的是社交媒体崛起造成信息茧房，西方社会的价值观走向极端，形成部落主义，特朗普这类毫无道德底线与没有决策力的政治人物，却可当选为美国总统，到处制造战争与祸害。

但中国大陆的“贤能政治”，透过党内民主、干部选拔机制（如基层历练、绩效考核），选拔出具备长期眼光与全局能力的领导者。加拿大政治学者贝淡宁（Daniel Bell）在《贤能政治》一书指出，这一模式适合大国治理，有效规避选举民主的缺陷。从村级民主到全国人大协商，从“上层尚贤、中间实验、基层民主”的结合，大陆政治实践正证明：贤能不是精英主义，而是让“德才兼备”者执政，为人民谋长远福祉。

这与蓝营传统的“宪政”理念相呼应；孙中山五权宪法本就强调考试权与监察权的贤能选拔。国共新一代在交流中发现：蓝营的“民主”追求与红营的“贤能”实践有着惊人共通点。郑丽文率团访陆期间，参观小米工厂、与雷军交流，不仅赞赏科技成就，更体现两岸青年一代对共同发展的认同。

红蓝融合的紫色政治，正在凝聚全球中国人的创意。台湾蓝营拥有民主经验、市场活力与国际视野；大陆红营拥有资源规模、制度优势与战略定力。两者结合，便能激发中华民族前所未有的想像力。例如，在AI与绿色科技领域，台湾的晶片设计人才与大陆的算力基础、应用场景可实现“一加一大于二”。

文化创意上，台湾流行文化与大陆的传统根基能共同打造“中华文化IP”走向世界；经贸上，“一带一路”与台湾南向政策的对接，形成全球华人经济圈的紫色版图。

紫色政治不是单向靠拢，而是双向奔赴：蓝营认同大陆发展成就，红营尊重台湾开放生活特色，共同构筑“两岸命运共同体”。

这一突破对台海和平意义重大。当前全球烽火四起：乌战延续、伊朗与中东紧张升级、印太博弈加剧，台海若爆发危机，将是人类灾难。紫色政治提供和平统一新路径：透过红蓝对话、青年交流、经贸融合等化解分歧。

统一后保留台民主法治

郑丽文访陆强调“避战”“九二共识”体现蓝营的务实。大陆则以“和平发展”为主线，展现诚意。统一后的中国，将以紫色政治为蓝本，实现“一国两制台湾方案”的升级版：保留台湾民主、法治

特色，融入国家发展大局。

紫色政治可以为人类未来作出承担。西方民主模式面临信任危机：民粹崛起、两极分化、全球治理失灵。中国模式（贤能政治+双引擎经济+文化自信）提供替代方案。

在气候变迁、AI伦理、太空探索等议题上，紫色中国能贡献“人类命运共同体”智慧。全球中国人以紫色为旗帜打造“智能丝路”、文化共同体，不仅解决台海问题，更为动荡世界注入稳定与创意。

在科技与经济领域，中国大陆的AI发展已与美国看齐，甚至在部分应用场景中领先全球，背后的驱动力正是计划经济与市场经济的双引擎：国家在关键领域进行长期布局与投资，同时保留市场活力与竞争。中国选拔最优秀的人才进入治理体系，以绩效与能力为标准，而非仅仅依赖选举机制的口才与形象。

这与蓝营长期以来对“精英治国”与“专业文官制度”的信仰，有着深层的结构性共鸣。

但紫色政治的崛起并非一帆风顺。台湾内部仍有“绿营”阻力，需透过民主对话凝聚共识；国际上，美西方或将施压，但全球多极化趋势已不可逆。国共新一代领导人应秉持孙中山“天下为公”精神、蒋介石“反共不反中”遗训，以及习近平“两岸一家亲”理念，勇于创新制度设计。例如建立“紫色智库联盟”，定期研讨融合路径；推动两岸共同市场，实现资源共享；开展“文化紫色计划”，让青年共同创作中华新史诗。

当国共新一代坐下来对话，他们会发现：双方都反对国家分裂，都珍视中华文化的连续性，都相信经济发展是民生基础。

紫色政治的想像力与创造力，不仅是为了台海和平与最终的和平统一。在今日全球烽火四起之际，人类社会迫切需要一种不同于旧时代霸权对抗的新思维。紫色政治提供了一种可能性：两个曾对抗大半个世纪的政治实体，可通过对话、融合与创造性转化，找到一条超越冷战思维的道路。

非压倒一方的零和游戏

这条道路，不是一方压倒另一方的零和游戏，而是蓝红交融之后，共同孕育出一个更强大、更包容、更具创造力的中华民族共同体。紫色的光芒，不是谁的胜利，而是全球中国人共同的胜利。

未来，紫色政治将是中华民族伟大复兴的催化剂。它凝聚全球中国人的创意，从台湾的民主活力、大陆的发展动能，到全球华人的桥梁作用。在AI时代，这一融合将催生中华智能文明，为人类命运作出更多承担。■

怕苦农粮署授2招

翡翠娃娃菜除苦味

“呜~呜娃娃~呜呜”有被目前最红的日本动漫《吉伊卡哇》洗脑吗？俗称翡翠娃娃菜的“抱子芥菜”，口感脆嫩、清爽不腻，带淡淡的苦中回甘，农粮署提到，如果不喜欢吃苦，可以汆烫再炒或加料盖过苦味，就能摄取到翡翠娃娃菜所含的维生素A、B群、钙及钾等营养。

农粮署在脸书专页“鲜享农YA-农粮署”发文指出，翡翠娃娃菜由於菜株倒立，外形酷似人参，因此也被昵称为“人

参菜”。料理前可将侧芽划开、去除粗纤维，再以“滚刀式切法”切成块状。若不偏好苦味，可以选择：

● 汆烫再炒：加一小匙盐、油一小匙，汆烫2分钟。

● 加料盖过：炒菜时加入姜、虾米及米酒。

农粮署表示，翡翠娃娃菜喜欢凉爽气候，需要生长在寒冷的高山地区，可以把握趁着娃娃菜产季，一起“呜~呜娃娃”疯起来，品尝当季鲜甜好滋味。(健康网)



生病不能吃茄子？

成熟茄子不含茄碱

以营养角度来看，每天要均衡摄取5种不同颜色蔬菜，茄子正是紫色蔬菜的一员，不过营养学者洪泰雄在脸书分享，他母亲曾说过“生病的人吃茄子病情会更严重”，根深蒂固的观念让她从不买茄子。留言区有网友分享“有人说茄子有毒”，洪泰雄说明，茄子属于茄科植物，不过茄子中的茄碱含量极低，且成熟后的茄子几乎不含这种物质，因此不会对健康构成威胁。

洪泰雄表示，一名老中医曾告诉他母亲“茄子不好”，以

致她时至今日都未改变过，他也不知道道理何在，不过从营养学来说，茄子含有维生素A、B群、维生素C、P、矿物质钙、磷、镁、钾、铁、铜等营养素。且茄子中90%是水分，还富含膳食纤维及皂素，有助于降胆固醇，而紫色的外皮也含有抗自由基的多酚类化合物。

洪泰雄说，茄子的料理方式也不难，容易蒸煮，8分熟冷却之后放入冰箱冷藏，想吃时取出切片用酱油膏及蒜头沾黏一下即可，方便又健康，是上班族方便菜。(健康网)



爱吃红肉恐害失智 2食品风险降19%

饮食习惯与身体健康息息相关！肾脏科医师王介立引述国外研究指出，多吃红肉（尤其是加工红肉）与失智风险和认知衰退有关，若能每天将1份红肉替换成坚果或豆类，可使失智风险减少19%，认知衰退风险减少21%，并让大脑老化速度放缓约1.4年。

王介立在脸书专页“王介立医师”发文引述1项发表于《Neurology》研究，由麻州医院、哈佛公共卫生学院等机构共同进行，研究对象来自护士健康研究（NHS）与健康专业人员随访研究（HPFS）美国2大长期队列，总计近13万4千人。透过饮食问卷（2-4年更新一次）、失智诊断（临床或医疗记录）、客观认知测试及主观认知衰退（SCD）自我评估，追踪时间最长达43年，以探讨红肉与失智、认知衰退间的关系。

研究发现，每天吃超过1份未加工红肉（3盎司，相当于一块肥皂大小）与16%认知功能衰退之风险上升有关。不仅如此，每天超过1/4份加工肉品（例如培根、热狗、香肠）更与13%失智风险、14%认知衰退风险上升有关。

为何红肉会影响大脑健康？王介立表示，首先红肉在肠道被分解时可能产生TMAO（氧化三甲胺），促进阿兹海默症2大毒性蛋白（类淀粉蛋白斑块与tau蛋白纠缠）的形成，增加失智风险；另，红肉在加工过程会增加饱和脂肪、钠，其可能透过血管、神经元细胞的代谢负担，影响大脑功能。

针对此研究结果，研究人员进一步提供3建议，首先，应减少红肉与加工肉品摄取，每天尽量不要超过3盎司（1份），加工肉尽量限量或避免；并让饮食上的蛋白质来源



多样化，可将每天1份红肉替换成坚果或豆类，使失智风险减少19%，认知衰退风险减少21%，让大脑老化速度减缓约1.4年；最后，失智与心血管疾病、糖尿病等慢性病有交互影响，故维持均衡饮食、适度运动、控制血压、血糖有助於保护大脑。(健康网)

小朋友鼻水流不停 4招不再包水饺



发文指出，感冒可以吃止鼻水跟缓解鼻塞的鼻炎药，持续太久或太严重记得看医生，评估是不是细菌感染造成鼻窦炎，如果有开抗生素要记得把疗程吃完。

戴口罩

花逸修表示，太冷的空气会造成鼻子跟气管敏感，很容易流鼻涕、鼻塞跟咳嗽。戴口罩可以减少温差造成的刺激。

洗鼻子

花逸修提到，洗鼻子可以把鼻腔的黏液冲掉，鼻子会舒服很多，药局都有卖洗鼻盐+洗鼻器，可以直接去药局询问。

增加免疫力

花逸修也提醒，感冒要记得多休息睡觉增加免疫力，可考虑增加免疫力的保健品，例如葡聚多醣。(健康网)

吃药

花逸修在脸书专页“小花药师、社区药局笔记”

抗老新突破！

青春酵素有望延老



据《每日科技网》(scitechdaily)报导，总部位于美国加州圣地亚哥的CCM生物科学公司(CCM Biosciences, Inc.)近期发表抗老研究的重大突破。该公司科学家成功开发出一种新型药物，能“唤醒”人体内的“青春酵素”SIRT3，进而达到延缓老化的效果。这项创新研究预计於2025年进入人体临床试验，可望为阿兹海默症等与年龄相关的疾病，带来新的治疗方向。

细胞就像是一座城市，而粒线体(mitochondria)则是这座城市

里的发电厂，负责供应细胞运作所需的能量。随着年龄增长，这些“发电厂”会逐渐老化，导致细胞失去活力。而SIRT3(Sirtuin-3)酵素，就像是粒线体的“工程师”，负责维护“发电厂”的运作效率。CCM生物科学公司的科学家发现，透过新开发的药物，能“唤醒工程师”，让老化的“发电厂”重新恢复活力。

过去20年来，全球虽投入数十亿美元进行抗老化药物研究，但多以失败收场。CCM的突破性在於，他们采用不同於以往“异位调控”

(allosteric modulation)的新策略，并藉此找到能有效活化SIRT3的化合物。这项创新技术不仅开创全新的抗老途径，也为多种与年龄相关的疾病带来希望，包含阿兹海默症、帕金森氏症、心血管疾病和代谢疾病等。根据估计，若能将人类健康寿命延长1年，即可创造超过10兆美元的全球经济价值。

具体而言，CCM的新型药物能提升细胞对一种重要物质NAD+(菸碱腺嘌呤二核苷酸)的敏感度。NAD+是维持细胞年轻的关键物质，但会随年龄增长而减少。新药可以让细胞即使在NAD+含量降低的情况下，仍能维持年轻时期的活力。

研究团队在实验室和动物实验中已取得优异成果，表现优于现有的NAD+补充剂和其他抗衰老药物。

麦吉尔大学(McGill University)医学教授波拉克(Michael Pollak)对此研究给予高度评价。他表示，科学界寻找抗老化药物已有数十年，但始终面临重大障碍。CCM生物科学的这项发现，为这个领域带来新的希望。该公司计划在2025年启动人体临床试验，为开发抗老化新药迈出关键一步。(健康网)

吃姜母鸭吐血险丧命 这类人别碰热汤

40多岁男子天冷吃姜母鸭，却突然大吐血、休克，赶忙送医抢救，经紧急手术救回一命。追究原因发现，患者长期菸酒，不但有肝硬化还合并食道静脉曲张，发病是因饮用过热的汤加上吃行气补血的姜母鸭，导致血管爆开。医师提醒，有潜在病变患者，应该要避免过热、有刺激性的食物，以免再度发生危险。

敏盛综合医院微创手术中心执行长陈荣坚於脸书专页“外科陈荣坚医师——不藏私的渐健美园地”发文指出，这名患者因为经常需要交际应酬，长期有菸酒

的习惯。之前就曾到门诊看代谢的问题，结果发现有肝硬化，在检查的过程中也发现有一点食道静脉曲张的问题。持续在门诊追踪治疗，算是一名“老病人”。

陈荣坚说，某天晚上，他突然接到急诊会诊通知，患者因为大吐血被送来急诊。经过了解後得知，他本身就喜欢喝热汤，刚好那天天气很冷，去吃了姜母鸭，喝了很烫的汤。由於本身有食道静脉曲张的问题，血管壁已经薄薄胀胀的，而热汤加上姜母鸭有行气补血的特性，导致他的



食道静脉曲张突然间爆开，造成大吐血并当场休克。

陈荣坚表示，患者幸好紧急手术有保住性命，但术後还在加护病房住了几天才逐渐恢复。陈荣坚再三叮咛对方，要注意本身肝硬化和食道静脉曲张的问题，以免二度发生危险。(健康网)

健康的胖子 建议重新定义肥胖症

有些人会说自己是“健康的胖子”，但内分泌新陈代谢专科医师蔡明劫不认同这个说法，并分享《刺络针·糖尿病和内分泌学》（Lancet Diabetes & Endocrinology）的最新研究指出，用BMI（身体质量指数）定义肥胖症有其局限性，并建议重新定义肥胖症，以更准确地反映肥胖对健康的影响，将目前没有明显的健康问题，但仍有较高的风险进展为临床肥胖或其他相关并发症的人归於“前临床肥胖”。

蔡明劫在脸书专页“蔡明劫医师 健康·瘦身”分享，专家认为现有以BMI为基础的肥胖症定义，无法反映身体脂肪分布或代谢健康。有些BMI属于肥胖范围的人，实际上并没有过多的脂肪（比如运动员），也没有罹患疾病或死亡的风险。反之，有些BMI不属于肥胖范围的人，实际上却有过多的身体脂肪（比如泡芙人）。

蔡明劫提到，BMI并未提供有关组织和器官功能状态、或个人执行日常活动能力的资讯，而这些是评估疾病是否存在的基

本标准。且除了BMI外，还应使用其他脂肪过度堆积的衡量标准来确认肥胖症状态，例如腰围、腰臀比或腰高比来评估脂肪分布。

肥胖症的新定义：一种以脂肪过度堆积为特徵的疾病，伴随或不伴随脂肪组织分布或功能异常。根据功能异常与否，肥胖症分为临床肥胖症和前临床肥胖症两种状态。

临床肥胖症

蔡明劫说明，由於脂肪过度堆积导致组织、器官或个体功能发生改变，从而产生的慢性、全身性疾病。临床肥胖症可导致严重的终末器官损伤，造成危及生命的并发症（如心脏病、中风和肾衰竭）。

临床肥胖症的诊断需要以下主要标准中的一项或两项：

1. 因肥胖症导致器官或组织功能下降的证据（即徵兆、症状或诊断测试显示一个或多个组织或器官系统功能异常）。

2. 因肥胖症对行动能力、其他基本日常生活活动（如洗澡、穿衣、上厕所、排



便和进食）或两者造成实质性的、经年龄调整後的限制。

研究认为，临床肥胖症患者应接受及时且基於证据的治疗，目标是改善（或在可能的情况下缓解）肥胖症的临床表现，并预防终末器官损伤。

前临床肥胖症

蔡明劫指出，脂肪过度堆积但其他组

织和器官功能仍保持正常的状态。前临床肥胖症会增加罹患临床肥胖症和其他非传染性疾病（如第2型糖尿病、心血管疾病、某些类型的癌症和精神疾病）之风险。

蔡明劫提到，前临床肥胖症患者应接受基於科学的健康咨询，并定期监测其健康状况。如果适用，应采取适当的干预措施来降低罹患临床肥胖症和其他肥胖相关疾病的风险。（健康网）



别当胃酸倒流是小事 或会演变成胃癌

间，胃部也因此出现。他说，食管裂疝（hiatal hernia）是胃酸倒流，士和孕妇通常患有食管灼热及胃酸倒流等状况。

“同样孕妇也会出现胃酸倒流情况，这因胎儿导致器官移位。”

针对胃酸倒流会出现的症状。林祥裕医生则表示，出现胃酸倒流症状，就是晚上很难睡觉，还有不停的咳嗽，同时咳嗽时喉咙宛如被烧一样。

他说，胃酸倒流将影响睡眠质量，不仅影响患者睡眠质量，甚至可能影响伴侣的睡眠，引发伴侣的投诉。

他透露，有些病人认为，在晚上睡觉时，使用3至4个枕头垫高睡觉，让情况好转。

“或许胃酸倒流情况好转，这将引发另外一个问题，即后颈疼痛，最后引发脊椎问题。”

他说，或许有些人觉得偶尔一两次发生，只是小事情，因此无视胃酸倒流问题，仍然不纠正生活作息。

他直言，若持续发生胃酸倒流问题，这可能会引发贲门癌或胃癌问题。

他进一步表示，在70至80年代期间，当时胃癌主要发生在胃的下半部分，这主要是当时的食物保存技术不佳，人们食用的食物中含有细菌，因而导致胃癌发生。

“然而如今胃癌多数是胃上部，而这是胃酸倒流造成的。”

他说，长时间胃酸倒流，胃酸会损坏胃上部分，最终导致贲门癌或胃癌。

胃酸倒流和功能性胃肠疾病病症相似，容易混淆。因此可通过食管24小时pH监测（24 hours pH Study）确认是否胃酸倒流，这项监测是黄金标准（Gold Standard），此项监测将持续24小时监测食管内的酸度，以实时动态方式将信息储存并分析，从而确认是胃酸倒流或是功能性胃肠疾病。（东方网）

胃酸倒流如今已成为都市人的文明病，看似平常的胃酸倒流，可能演变成胃癌。

卢源来专科医院外科、上消化道和减重代谢手术专科医生林祥裕接受《东方日报》访问时表示，生活作息不规律，即吃饭时间不定时或不专心，可导致胃酸倒流或功能性胃肠疾病，或同时发生。

他说，随著社会及科技进步，人们的生活步调也变得繁忙，扰乱了人们的生活作息，在用餐时间，无法正常用餐，或是在边用餐边处理工作事务。

“加上如今几乎人手一机，在吃饭时，都会看著手机，这也会影响消化功能。”

他说，贲门是连接食道与胃部的一个地方。当我们吃下食物，贲门将会打开，让食物进入胃部，而胃部就会开始工作，生产胃酸及酶，以消化食物。

“一旦食物完成消化，胃部就不会在制造胃酸及酶，即暂停消化。”

他续说，随著人们生活作息不定时，这也让胃部运作系统被扰乱，不懂何时该生产胃酸，何时该停止生产胃酸，因此导致胃部时常在生产胃酸。

他解释，在正常情况下，贲门会保持关闭状况，其主要功能防止胃酸倒流，若贲门打开无法关闭，或无法紧闭，胃酸会倒流食道被灼伤，届时会出现火烧心及恶心等症状。

他也指出，吃顿饭就躺著或睡觉，还有吃太油腻的食物，也会导致胃酸逆流发生。

他解释，当吃东西后，胃就会进行消化工作，若胃部贲门没有关闭，躺下或睡觉，这将导致胃酸倒流出现。

“因此建议，人们在吃饱饭后，不要躺下或睡觉，若可以出外散步，帮助消化。”

他续说，太过油腻的食物会比较难消化，因此胃部需要生产大量胃酸来消化油腻食物，而这可能导致胃酸生产过度，最终引发胃酸倒流。

另外，他表示，肥胖和怀孕可能会导致胃酸倒流发生。

“人类体内有很多器官，而肥胖意味著体内很多脂肪，导致脂肪压缩器官空

胰岛素抵抗！ 这原因害胰岛素衰竭



现代人为何年纪轻轻就胰岛素抵抗，甚至是糖尿病前期？内分泌暨新陈代谢科医师洪建德指出，在农业发展之前，人类靠采集与狩猎，挨饿与进食交替；但在工业深化过程当中，食物供给变得随时随处可得，人们常吃进大量油糖粉的食品，加上点心零食不断，一天到晚都在吃喝，不仅会胰岛素抵抗，胰岛也会快速衰竭。

不停吃喝导致胰岛阻抗大

洪建德解释，当你多吃点心时，就要多分泌10倍速正餐的胰岛素，胰岛素分泌越多，一方面造成血中胰岛素升高，数分钟後，细胞膜上胰岛素受体就会下调，身体系统也会提升抗胰岛素激素，以减少低血糖风险，都是避免血糖过低的自卫机转；另一方面胰岛日夜工作，因应您不时嘴馋之需，胰岛细胞精力竭而陆续凋亡，分泌力越来越衰弱，所以一天到晚都在吃喝的人，除了胰岛阻抗大，胰岛也快速衰竭。

洪建德提到，他30几年前主持台北病理中心时，当时台湾年轻上班族妇女血清胰岛素许多人小於2 mIU以下。但是现在台湾许多民众，日日夜夜吃甜食、勾芡食物、面包、馒头等高升糖食品，或牛饮含高糖饮料，现

在看他门诊的很多年轻人，血清胰岛素都逾30 mIU，显示年轻人生活改变後，胰岛素阻抗的现象变得非常明显。胰岛素阻抗和胰岛素衰竭两者加起来，那麽面临糖尿病前期就是预期中的事了。

3招缓解胰岛素阻抗

如果出现胰岛素阻抗可以逆转吗？洪建德在新书《糖尿病缓解心法》分享3招，从饮食、运动、药物三管齐下。

1. 饮食：减少“油糖粉”，这对外食者而言相当不容易，但却是要尽全力做到的事。

2. 运动：现在有许多人进入健身房，可以得到一部分的好结果，但是最有效率、最方便、最便宜的方法，就是吃完饭之後，马上爬一下楼梯或走路，或抬哑铃训练，血糖马上就会降下来。

3. 药物：对饮食控制不好或外食的人，就得加上新药物，现在药物安全性高，选择项目越来越多，可以缩短痛苦期至极短，加上连续血糖监测（CGM），比起以前可说百倍容易迈向成功缓解之路。

洪建德强调，一天吃两餐或三餐，不吃点心，恢复哺乳动物的进食与挨饿韵律，加上运动，就可避免糖尿病前期，与缓解胰岛素阻抗了。（健康网）

6招帮冰箱大扫除 这存放法更省电



农历年快到了，相信大家陆续开始大扫除！营养师彭逸珊表示，想要确实做好冰箱清洁，建议掌握6原则，包括：善用保鲜盒、确实做好封装、最多放7-8分满、上下层分类、分区存放，让冰箱更省电。另外，为避免时才放到过期，可将有效日期标示於显眼处。

彭逸珊在脸书专页“爱健康营养师 珊珊”发文提醒，年前冰箱清洁，若只是将东西拿出来重新摆放，恐怕没多久又会变回整理前那样，因此整理出6个冰箱清洁收纳方法，维持冰箱整齐乾淨，也能减少食材放到过期的机率：

●善用保鲜盒/袋：分装好小份量再冷冻，避免食材重复解冻影响品质。

●最多放7-8分满：冰箱只放到7-8分满，让冷空气有空间顺畅流动、食材确实冷却。

●上下层分类超重要：熟食放上层，生食放下层，避免生食的血水和脏污污染到熟食。

●封好再放入冰箱：将食物用保鲜盒装好或保鲜膜封好後再入冰箱，预防汤汁倾倒，保持冰箱清洁。

●将有效日期标示於显眼处：用标签纸或奇异笔将有效日期大大写在包装上，一目了然更方便处理快到期的食材或调料。

●分区存放超省电：蔬果、肉类、调味料、熟食等分区域存放，方便拿取也减少开门的时间。（健康网）

“13亿唐僧” 富豪妻离世留谜团 网：何故丈夫儿女不同姓



(北京讯) 2026年4月5日，中国商界传奇，也是资深演员迟重瑞的妻子陈丽华离世，500亿人民币(约93亿新元)家业顺利交割，本该尘埃落定的事，却意外翻出一桩尘封半个世纪的大谜团，引起无数网民讨论。

陈丽华的第一任丈夫据报道明姓王，叫王友发，可三个亲生儿女，却都姓赵，儿子赵勇、女儿赵莉、赵敏，既不随爹姓，也不随娘姓。更奇怪的是，她收养的王家亲戚孙女，反倒一直保留着王姓，说是不忘血脉本源。这事一被翻出来，网上立刻炸锅：好好的三个孩子，为什么会集体改姓赵？当年到底藏着什么不为人知的隐情？

据了解，1959年，18岁的陈丽华嫁给了在北京电信

系统工作的王友发，两人一起过了近20年，生下三个孩子。上世纪80年代初，这段婚姻走到尽头，三个孩子的抚养权全都归了陈丽华。之后她远赴香港打拼，再回来时，已经是身家不菲的港商，拿下北京核心地块，事业做得风生水起。也正是这时，孩子们改姓赵的事，才被外界发现。

儿女姓氏没交代 遗产交代很清楚

有人说，陈丽华是满族叶赫那拉氏后人，清朝灭亡后满族人改汉姓很常见，可主流都是改那姓、叶姓，没有改赵姓的惯例。有人猜测，孩子们的生父或是某位赵姓大人物，王友发只是名义上的丈夫；也有人说，是陈丽华在香港创业时，为了人脉资源特意改的姓；还有人说，是家族旧规矩、避祸求稳等等。

可这么多年过去，从来没有任何证据能证实这些猜测，全都是大家茶余饭后的猜想。反倒是陈丽华的家业安排，明明白白、清清楚楚。早在2023年，她就通过公证做好了全部遗产规划：集团地产、商业资产，全都交给三个赵姓子女继承。这些年，孩子们也一直在集团里历练，从基层做到管理层，早就是合格的接班人。

至于以扮演唐僧闻名的迟重瑞，据说至少可分得70亿人民币(13亿新元)遗产，他主要负责紫檀文化事业，掌管中国紫檀博物馆，一心扑在文化传承上，基本不插手商业运营。这种安排确保家业和文化事业都能平稳走下去。

半个世纪的旧闻，再加上巨额财富，很容易让人浮想联翩。如今陈丽华已经离世，很多真相或许跟着她一起被封存。有网友说，这终究是人家的家事，不必过度猜测。



梅小惠直播带货 过60岁生日

(综合讯) TVB前资深演员梅小惠前天(4月17日)过60岁生日，她并未盛大庆祝，而是选择与好友阮兆祥在中国大陆社交平台进行直播带货，积极赚钱。阮兆祥在直播间隆重介绍梅小惠出场时笑说：“世上最美丽，第一次上直播。”两人在直播中售卖养生产品，而梅小惠的皮肤紧致白皙，几乎看不出岁月痕迹，网民赞她依然保有当年的活力，她直言：“因为懂得保养。”

被问十年前与余文乐录恋综感受 周冬雨坦诚回应掀回忆杀

(北京讯) 最近，周冬雨在优酷综艺《周五晚高疯》中，直面杨迪的犀利提问，坦诚回应十年前与余文乐录制恋爱综艺时的过往，直言当时全程“非常走心”，不存在任何剧本预设。这番真诚表态迅速冲上热搜，引发全网的集体回忆杀。

节目中，杨迪直接抛出核心问题：“当年和余文乐录恋综的情愫是自发还是预设安排？”面对提问，周冬雨毫不犹豫给出回应：“当然没有预设，我们是非常走心的！”



罗云熙抵新出席红星大奖

“罗狮粉” 连夜造花墙 大屏同步应援

中国男星罗云熙星期五(4月17日)抵达新加坡，“罗狮粉”(粉丝昵称)随即在本地展开一连串应援行动，连夜在赞美广场(Chijmes)户外场地完成拍照打卡“花墙”。与此同时，另一批粉丝则在新加坡会展中心巨型屏幕投放应援内容，助威声势不小。

罗云熙17日晚上约10时出关，樟宜机场第一搭客大厦聚集近200名粉丝接机。在十名保安的护送下，他顺利上车离开机场。尽管全程以口罩与鸭舌帽严密遮掩，他一出关仍微微举手向粉丝挥手致意。他凌晨在社媒IG写道：“你好啊，新加坡！”并晒出粉丝送上的信件与小礼物。

罗云熙此行专程来新，担任4月19日举行的“红星大奖2026”颁奖嘉宾，也是他在本地的首个公开行程。据粉丝告诉记者，他过去曾低调携父母来新旅游。

接机粉丝阵容颇为国际化，除了本地的罗狮粉，也有来自中国、马来西亚、印度尼西亚及泰国的支持者，当中，有人当天专程从马国赶来，也有人从下午4时起就在机场等候。

《联合早报》记者在机场与接



机粉丝交流时获悉，粉丝18日与19日在赞美广场设置应援专区。负责执行项目的七年粉丝同生透露，此次应援由罗云熙全球后援会发起，由于4月7日才公布罗云熙将来新出席红星大奖，从筹备到搭建不到一周时间完成。在记者追问下，她透露场地租借及花墙搭建费用达五位数新元，由多地粉丝集资。

应援地点选在赞美广场，是粉丝多番考量后的决定，“我们想给他最好的。赞美广场很漂亮，结合历史的深度，又有繁华的热度，地

处市中心，人流量大，这样的氛围和罗云熙本人的气质非常契合。”

记者看了花墙设计图，整体以紫色为主调——这是罗云熙偏爱的颜色。花墙选用他在剧集《水龙吟》、音乐节演出造型，以及待播剧《魅影神捕》的造型照，并融入新加坡国花胡姬花元素。部分物料更是由17日晚间飞抵新加坡的“罗狮粉”亲自带来。一行人在机场接机后随即赶往赞美广场继续布置，通宵赶工，直至凌晨约3时才完成花墙搭建。

Advertisement for Harian-Indonesia with contact information: +62 -81806085711 (Sicilia), Office: +62 21- 63868348, +62 21-6338139, Fax: +62 21-6348232, Email: info@harian-indonesia.com - Website: www.harian-indonesia.com

Advertisement for Triple Planting (三株榴莲苗同个土丘种植技术) and Ciak Po (林永发中医营养师) with contact numbers and details.

Advertisement for KEN Air Mineral Sejuk (鸿光针灸中医诊所) with promotional details and contact information.

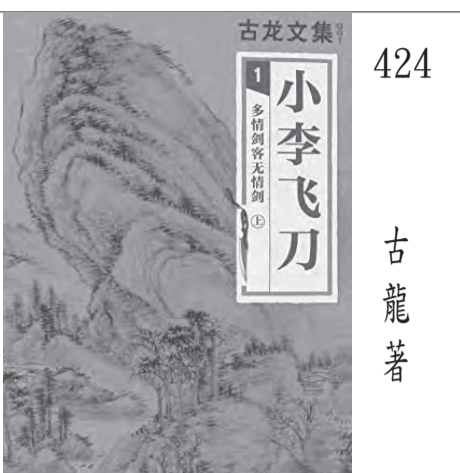
Advertisement for 鸿光针灸中医诊所 (Hongguang Acupuncture and Chinese Medicine Clinic) with details on services and contact info.

Advertisement for 本土情怀 (Local Sentiment) magazine subscription with contact number 021-63868348.

Advertisement for Custom Clearance/Expedisi Bea Cukai Resmi Non Borongan (Custom Clearance/Official Non-Bidding Customs Expedited Service) with contact details.

Advertisement for 劉氏假牙 (Liu's False Teeth) by Ahli Gigi Palsu Jeffrey Liu, offering quality dental services.

Advertisement for 接受上門修理 (Accept Home Repair) services for refrigerators, freezers, and showcases.



424

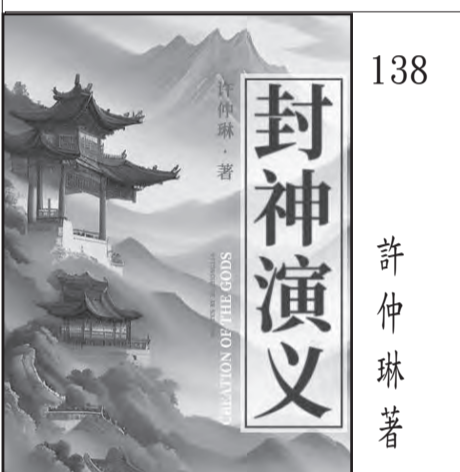
古龙文集
小李飞刀
多情剑客无情剑

古龍著

上官虹道：“不错，你现在的确实一文不值，所以我根本已懒得杀你。”
他忽然一脚将林仙儿踢了出去，踢到李寻欢面前。
这次她连话都说不出，湿透了衣服，紧贴在她身上。
她的胴体依然是美丽的。这本是武林中的第一美人，不但美，而且聪明。
她本可以活得很好。
但现在，她却连死也不能好好地死。
她本是云端上的仙子，但现在却变得就像是条泥淖中的野狗。
这是为了什么？
是不是因为她从不知道对自己应该珍惜的东西多加珍惜？
雨更大了。

李寻欢瞧着倒在泥泞中的林仙儿，心里忽然很悲哀很同情。他并不是同情她，而是同情阿飞。
她本是自作自受，但阿飞呢？阿飞并没有错。
他虽然爱错了人，但爱的本身并没有错。
也许这才是最值得悲哀的。
上官虹却在瞧着李寻欢，缓缓道：“我不杀她，只因我觉得你比我更有理由杀她，我让给你。”
李寻欢沉默了很久，忽然长长叹了口气，道：“看来你又低估了我。”
上官虹也沉默了很久，才慢慢地点了点头，道：“不错，我又低估了你，你也不会杀她的。”
他慢慢地接着道：“杀人，要杀气，你的杀气要全部留着来对付我，怎么会浪费在她这种人身上呢？”
李寻欢道：“人不对固然不能杀，地方不对也不能动手。”
上官虹道：“这地方不对？”
李寻欢道：“本来是对的，现在却不对了。”
上官虹道：“有什么不对？”
李寻欢道：“这地方现在太挤。”
上官虹又笑了，道：“是他令你不安？”
李寻欢道：“是。”
他并不想隐瞒，荆无命纵然不出手，对他也是种威胁。

何况荆无命随时可能出手的。世上绝没有任何人能抵挡他和上官金虹的连手一击。
上官金虹的脸又沉了下去，道：“我明白你的意思，只不过他既然已回来，就没有人再能要他离开，是不是？”
这最后一句话自然是问荆无命的。
荆无命道：“是。”
他还是站得很远，但无论谁都能感觉到他和上官金虹已又结成一体，结成了一股无坚不摧的力量，没有人能摧毁，也没有人能抵御。
李寻欢叹了口气，忽然想起了阿飞。阿飞若是这里……
上官金虹似已看透了了他的心意，悠悠道：“阿飞若在这里，你们也许还有机会，只可惜……他却很令人失望。”
李寻欢道：“我并没有对他失望，有些人无论倒下去多少次，还是能站得起来的。”
上官虹道：“你认为他是这种人？”
李寻欢道：“他当然是。”
上官虹淡淡道：“就算你没有看错。”
但等他站起来的时候，你必已倒了下去，我可以保证这次你一倒下去，就永远无法站起！”
李寻欢道：“现在……”
上官虹道：“现在你绝对没有机会，一分机会都没有。”



138

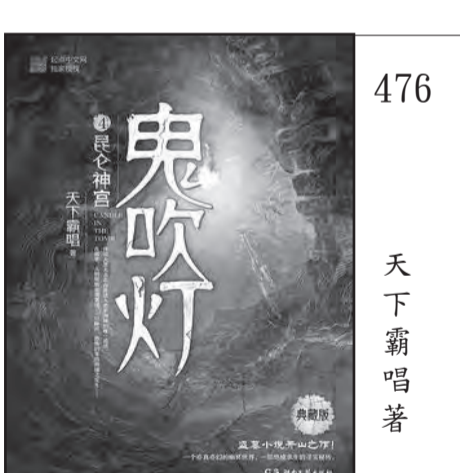
封神演义
许仲琳著

許仲琳著

文王在馬上問曰：“那樵子姓甚名誰？為何打死王相？”
武吉啟曰：“小人是西岐良民，叫做武吉；因見大王駕臨，道路窄狹，將柴換肩，誤傷王相。”
文王曰：“武吉既打死王相，理當抵命。”即在南門畫地為牢，豎木為吏，將武吉禁於此間。
文王往靈台去了。紂時畫地為牢，止西岐有。此時東南北連朝歌俱有禁牢，因文王先天數禍福無差，因此人民不敢逃匿；所以畫地為獄，民不敢逃去。
但凡人走了，文王演先天數算

出，拿來加倍問罪。以此頑狷之民，皆奉公守法，故曰畫地為獄。
且說武吉禁了叁日，不得回家。武吉思母無依，必定倚閭而望，況又不知我有刑陷之災，因思母親放聲大哭。行人圍看。
其時散宜生往南門過，忽見武吉悲聲大哭，散宜生問曰：“你是前日打死王相的，殺人償命，理之常也。為何大哭？”
武吉告曰：“小人不幸遇逢冤家，誤將王相打死，理當償命，安得埋怨。”
只奈小人有母七十餘歲，小人無兄無弟，又無妻室，母老孤身，必為溝渠餓殍，骸暴露，情切傷悲。“養子無益，子喪母亡，思之切骨，苦不堪言。”
小人不得已放聲大哭。不知回避，有犯大夫，祈望恕罪。
散宜生聽罷，默思久之，若論武吉打死王相，非是斗毆殺傷人命，自無抵償之理。
宜生曰：“武吉不必哭，我往見千歲放一本，放你回去，辦你母親衣衾棺木，柴米養身之費，你再等秋後，以正國法。”
武吉叩頭：“謝老爺大恩。”宜

生一日進便殿，見文王朝賀畢，散宜生奏曰：“臣啟大王！前日武吉打傷人命王相，禁於南門，臣往南門，忽見武吉痛哭。”
臣問其故，武吉言老母有七十餘歲，止生武吉一人，況吉既無兄弟，又無妻室，其母一無所望，吉遭國法，羈陷莫出，思母必成溝渠之鬼，因此大哭。
臣思王相人命，原非斗毆，實乃誤傷。況武吉母寡身單，不知其子陷身於獄。據臣愚見，且放武吉歸家，以辦養母之費。棺木衣衾之資完畢，再來抵償王相之命。臣請大王旨意定奪。
文王聽宜生之言，隨即准行，速放武吉歸家。詩曰：
“文王出郭驗靈台，武吉擔柴惹禍胎；王相死於尖擔下，子牙八十運才來。”
話說武吉出了獄，可憐思家心重；飛奔回來。
只見母親倚門而望，見武吉回來，忙問曰：“我兒你因甚麼事，這幾日才來？為母在家晝夜不安，又恐你在深山窮谷，被虎狼所傷；使為娘的懸心吊膽，廢寢忘餐。今日見你，我方心落。不知你為何事今日回。”
子咬死。
这时胖子发现刚才绊倒人的东西，正是那口被我们称为“潘朵拉魔盒”的青铜箱子，地上散落着一些事物，都是先前从里面翻出来那几件当地夷人的神器，山魈的骨骼，内藏玉胎的瓶子，还有那精美华丽的“蟾宫”。



476

鬼吹灯
天下霸唱著

天下霸唱著

这“霍式不死虫”没有中枢神经，全身都是网络神经，即使被啃得面目全非，也照样还能活着，而且时间一长，恢复了力气，拼命翻滚，如同一条被大蚂蚁咬住的肉虫，想把这些咬住了就不撒口的痴人甩脱。
由于要避开缠斗在一起的巨虫和痴人，我们逃跑的速度被迫慢了下来，这时身后大肉箱子一般的尸洞，已经不分死活，吞噬了无数痴人，顶着脚后跟追了上来。
我们逃至“葫芦洞”纵向的左侧，右边是翻扑滚动的铜甲巨虫和一大群痴人，尸洞从左侧掩至，我们再也不可能有地方可躲了，是时候该使出最后的绝招了。
于是伸手揪出献王的人头，向“霍式不死虫”的身后抛了出去。
那“尸洞”果然立刻掉转角度，向“葫芦洞”的右侧移动过去，刚好

被那大团的虫体拦住，速度顿时慢了下来，我见机会来了，便瞅个空子冲了过去，捡起献王的人头，继续往洞穴的深处奔逃。
这次是借着葫芦洞里的大量生物，又一次暂时拖住了紧追不舍的乌头肉棒，下一次可就没什么可以阻止它了。
就算是一万个不情愿，也只好放弃这颗可能藏有“毫尘珠”的人头了，先留下性命，再图他策。
向前行了没有数步，胖子没有看清脚下被绊倒在地，摔了个趴虎，从黑暗的地方突然冒出大批痴人，将我们围了个水泄不通。
第五十一章 数字
我内心深处拼命告诫自己：不到万不得已，一定要把“毫尘珠”带出去。便和胖子轮番背着Shirley杨逃跑。
胖子身体突然失去重心，扑倒在地，好像踩到什么东西被绊了一脚，仗着皮糙肉厚也无大碍，他骂骂咧咧地正要爬起来之时，我发现有数十只“痴人”从黑暗的岩顶上爬了下来，它们显然是察觉到了我们的存在，无心去和同类争着去咬那巨虫，而是悄悄朝我们围拢了过来。
子弹已经全部耗尽了，“芝加哥打字机”也都被我们顺手扔在路上了，只剩下Shirley杨的一套登山镐和工兵铲，我和胖子各执其一。
另外还有支小口径的六一四式手枪握在我手中，凭这几样东西如何能抵挡这么多痴人，早听说人当水死，必不火亡，看来我们命中注定要被虫

子咬死。
这时胖子发现刚才绊倒人的东西，正是那口被我们称为“潘朵拉魔盒”的青铜箱子，地上散落着一些事物，都是先前从里面翻出来那几件当地夷人的神器，山魈的骨骼，内藏玉胎的瓶子，还有那精美华丽的“蟾宫”。

狂俠天驕魔女

梁羽生

老婆婆悄声嘱咐儿子几句，便即拿起龙头杖，说道：“店家，这面铜牌也值得二两银子，够你修补墙壁了。我不接他的，就留给你吧。”
老婆婆拐杖一点，身形一掠，已落在路中。这次她并非有意炫耀，但这份轻功，却也足以惊世骇俗。就似从茶店里飞出去一般，那粗豪少年比不上他的母亲，换了两次步紧紧跟在母亲后面。
为首的那个汉子道：“好，孟大娘，你不是说我不配差遣你吗？随便你骂我什么，奴才的奴才也好。就让你见识见识桑家堡中一个不成气候的奴才的本领吧！”
这汉子气这老婆婆轻视于他，挑这老婆婆动手，话一说完。亮出了一对日月双环，蓬莱魔女的座位正好倚窗观战，见这汉子亮出日月双环，不禁心中一动。
心念未已，双方已经交手，只听得叮叮当当之声，不绝于耳。老婆婆的龙头拐杖使出“苍龙出海”的招数，直捣过去，却给那汉子的双环一合，拐杖捣不到他的胸前，便给他阻住。但那老婆婆的拐杖立即抽出来，那汉子想把双环夹着她的拐杖将拐杖夺走的企图也落了空。
另一边，另一个汉子扑向那少年，少年横刀一立，一招“金龙振翅”斜削出去。
这个汉子不用兵器，双掌如环，滚斫而进。使的是空手入白刃的功夫、但手法却与中原的任何一派都不相同。少年横刀疾劈，眼看刀锋就劈着那汉子的手腕，汉子骈指一推，贴着刀背，倏地反推回去。少年这一刀去势很劲，突然给反推回来，险险自己所中的额角。
蓬莱魔女两面各看一招，已是知道这两人的来历。心里想道：“原来是崆峒二奇的弟子。看来他们的功夫已得了他们的师父七八成，只怕孟家母子不易应付。”
蓬莱魔女有心看一看孟大娘的武功，不想立即出手，看了几招，只见孟大娘的那根拐杖横劈直捣，夭矫如龙，劲风呼呼，招数与武功都是颇为不弱。与她作对的那个汉子，日月双环的招数更为古怪，或圈、或锁、或压、或推，把孟大娘的猛烈的招数一一挡回去。不过，仍是孟大娘稍稍占了一点上风。
孟大娘这边稍占上风，分一边，她的儿子可差得远了，挡了几招、乎忙脚乱。
少年遵守刚才母亲的嘱咐，一见不妙，便使出一路护身刀法，同时向母亲靠拢。
孟大娘一声大喝，龙头拐杖反丰一挑，突然舍了那个使双环的汉子，先救儿子之危，拐杖移转方向，攻她儿子的那个敌手，那个汉子双掌合抱了一个“太极势”，掌力牵引、激荡，把杖头推开。但他的功力究竟不如孟大娘，虽然解了这招，却也禁不住倒退三步。
两母子会合，并肩御敌。孟大娘的龙头拐杖指东打西，指南打北，接了对方两个高手七成以上的攻势。
少年帮不了母亲多大的忙，孟大娘差不多是以一敌二，三十招一过，孟大娘渐渐招架不住，拐法散乱，顾此失彼，力不从心。
蓬莱魔女心道：“待她略吃点苦头，我再出手。”心念未已，只听得“当”的一声，空手的那个汉子突出怪招，双双如环地推进，欺到了那少年的身前，小指头只是轻轻一勾，勾着了刀环，把少年的朴刀勾脱了手，跌落地上。老婆婆大吃一惊，连忙护住儿子。
蓬莱魔女正想出手，忽见路上尘头大起，来了两骑快马，骑马的人是一对男女，男的“噢”了一声，叫道：“玉妹，你看，那不是孟大娘吗？”
女的快马争先，立即扬声叫道：“干娘，让我来替你打发这两个贼子。”



80

烟雨濛濛
瓊瑤

瓊瑤

至于何书桓，当我勉强压制着自己，眯着眼睛去看他的时候，他也正望着我，在初见面的那一刹那，他似乎震动了一下，他的笑容消失了。可是，很快的，那笑容又回复到他的嘴边。
他似乎瘦了不少，但看起来精神愉快。望着我，他笑意加深了，他用握着如萍的那只手对我摇了摇，招呼着说：“嗨！依萍，你好？好久没见了！”
他说得那么轻松，那么悠然自在，他笑得那么宁静，那么安闲。我觉得我的五脏全被撕裂了，我的膝盖在打颤，使我不得不在沙发椅里坐下去。
于是，我发现房间里还有好些人，雪姨、尔杰和尔豪。只缺了爸爸和梦萍。
这时，他们全都注视着我。我努力使自己镇定，我不能让他们看出我是受了打击，尤其不能让雪姨和书桓看出来。
于是，我竭力想装得满不在乎，竭力想在脸上也挤出一个微笑来，可是，我失败了。我四肢发冷，喉咙发干，胸口像火烧一样。
我听到自己干而涩的声音，正吃力的在对书桓说：“是——的，好久——没见了！”
“依萍，”尔豪说，嘲语的望着我：“我要告诉你一个好消息，书桓要和如萍订婚了。你看他们是多好的一对，简直是老天安排好的！”我脑子里轰然一声巨响。靠近沙发里，我对何书桓和如萍看过去，如萍正含羞而带着点怯意的望着我。
当我看她的时候，她立即对我抱歉的笑笑。何书桓仍然握着她的手，也仍然带着那个满不在乎的微笑，跟我眼睛接触的那一瞬间，他似乎呆了呆，立刻又笑嘻嘻的对我说：“刚刚尔豪告诉了你我和如萍的消息，依萍，你不恭喜我们吗？”
我努力想说话，但我的舌头僵住了，我深深的望着何书桓，记起他说过的一句话：“我何书桓也不是好欺侮的，你所加诸我身上的耻辱，我也一定要报复给你！你等着瞧吧！”
是的，这就是他的报复！够狠！够毒！够辣！我深深吸了口气，想说话，想很洒脱的讲几句，表示你何书桓我根本没放在心上，表示以前我只是玩弄他。但，我洒脱不起来，几度努力，我都没有办法开口。
雪姨叫了我一声，她脸上布满了胜利和得意的笑，好久以来，她没有这么开心过了。她笑着，故示关心的说：“依萍，你没有不舒服吧！你的脸色不大好！”
我觉得自己要爆炸了，费了半天劲，我尽力使自己的声音平静，冷冷的说：“谢谢你，我舒服得很！”
“那就好了！”雪姨说，对我拍拍眉毛，笑得含蓄而不怀好意。“你知道，有一阵我们以为书桓会和你——哈哈，可见得姻缘前定，人力是没有办法的！”
我咬紧牙，一语不发。好了，现在是他们对我全力反击的时候。我环视这屋子里每一个人，他们全是我的敌人，现在我已陷入重重包围，而我是孤立无援的！在这一次作战上，他们已大获全胜，我是一败涂地！

印尼Simply Wellness与UK Trust举办 Wellness日健康讲座

(雅加达讯)以“投资健康，享受财富”(Invest in Health, Live in Wealth)为主题的Wellness日健康讲座，由印尼Simply Wellness与UK Trust共同举办，于2026年4月18日(星期六)上午9时至下午3时在雅加达中区马腰兰MGK B栋8楼的会所举行。

印尼Simply Wellness业者陈美玲(Helga Abraham)，UK Trust代表陈子文，印尼Soundlife Hearing中心Epicentrum Walk 3楼代表Dian，Husadi医院代表Jusuf，SSA代表Erni Harsono，印华百家姓协会资金委员会主席陈炎松伉俪，太极拳教练Rudi Wijaya，雅加发廖氏宗亲会主席廖世祥伉俪等嘉宾与太极拳爱好者出席。

健康讲座系列活动包括太极拳讲座与示范，整体健康讲座，健康检查。针灸，经络疗法，眼睛检查和听觉检查，还有验血糖和量血压等。

印尼Simply Wellness在致辞时表示，欢迎大家在周末抽出时间出席今天举行的一系列健康讲座，并阐述了健康和福祉的重要性，以及社区可获得的各种服务，包括针灸和天然产品的使用。还强调健康比金钱更重要，因为没有健康，一切努力都将毫



印尼Simply Wellness业者陈美玲致辞。



UK Trust代表陈子文致辞。



SSA代表Erni Harsono致辞。



印尼Soundlife Hearing中心代表Dian致辞。

无意义。

陈美玲说，本次活动由多家医疗机构(包括医院)联合举办，旨在

提高公众的健康意识。演讲者鼓励大家体验所提供的服务，并希望本次活动能够惠及社区，提升社区

居民的幸福感和健康水平，我们还承诺每月举办类似活动，以支持社区的健康和福祉。



前排左起：何志基、廖世祥、陈炎松伉俪、陈美玲、陈杰盛等合影。

我们还配备了品牌静脉扫描仪，用于检查静脉曲张。我们也提供眼科检查。鉴于如今我们使用电子设备和手机的频率很高，我们也提供针灸疗法，您可以尝试一下，因为它有助于促进血液循环。

陈美玲指出，有了健康的身体，我们可以安稳地生活和睡觉。所以，总的来说，大家今天都可以努力，让今天成为充满正能量的一天，让每个人都快乐，我们也能继续前行。

这种团结精神得以延续，是因为印尼Simply Wellness的“健康生活”项目每月都会举办活动，让社区居民了解健康的重要性。我们追求的不仅仅是工作和金钱，更是健康，因为没有健康，我们将一无所有，甚至连热爱工作对我来说都不可能了。有时候我们有很多钱，但如果身体不好，钱也买不起，所以我们仍然需要保持身心健康。我们也必须维护好自己的心理健康。

此外，这次健康讲座还邀请SSA代表Erni Harsono介绍阿胶浆和片仔癀对健康的益处，印尼Simply Wellless也为今天出席健康讲座的民众提供免费的经络疗法，所以，谢谢大家。我希望今天能给你们带来好运、幸福、健康和长寿。



医疗人员为民众进行健康检查。



印尼Simply Wellness的经络疗法。



陈炎松(右)与Yusuf(左)陪同陈美玲(中)接受媒体采访。



Rudi Wijaya教练向民众示范太极拳。



左起：何志基、廖世祥、陈美玲、叶德常合影。



健康座谈会结束后合影留念。



前排左起：陈子文、嘉宾、Rudi Wijaya、陈美玲、廖世祥、叶德常、何志基等合影。



前排右起：何志基、陈子文、嘉宾、廖世祥、陈炎松伉俪、陈美玲等合影。