

雅加达四层及以上建筑 须连接特区府电眼监控系统



雅加达特区省长普拉莫诺。

（雅加达讯）雅加达特区省长普拉莫诺要求所有四层及以上建筑，连接雅加达特区府闭路电视（CCTV）监控系统，以加强监控并建立一体化安全体系。

普拉莫诺于4月4日（周六）在雅加达市中心穆罕默迪亚传教中心出席雅加达穆罕默迪亚清真与清真（Halalbihalal）集会。他表示，该规定已制定，并将根据既定法规执行。

“关于闭路电视监控系统，我们正在商讨将四层以上的建筑物接入由雅加达特区府管理的闭路电视系统，此举将符合省长条例，从而使雅加达实现系统一体化。”普拉莫诺说道。

普拉莫诺认为此举是雅加达市安保和监控系统现代化进程中的一步。

通过此次闭路电视监控系统的整合，雅加达特区府能够更快速、更有效地监控城市状况，涵盖应急响应、犯罪监测以及交通管理等各个方面。

普拉莫诺表示，闭路电视监控系统的安装不仅针对高层建筑，还将覆盖各个街区和其他公共设施。

他补充道：“我们将继续在各个街区和其他区域安装闭路电视摄像头。”

在雅加达多个区域安装闭路电视摄像头是普拉莫诺和副省长拉诺·卡诺竞选时做出的承诺之一。

在住宅区，雅加达特区府将在全市3万个地点安装闭路电视摄像头。该项目预算为3800亿印尼盾，将分阶段实施。（LCW）

应对厄尔尼诺 政府加强国内粮食储备

（雅加达讯）印尼国家粮食局表示，为应对厄尔尼诺现象可能带来的干旱威胁，政府正加强来自国内生产的粮食储备。据美都新闻网报导，4月3日，国家粮食局粮食供应与稳定副局长凯图特确认，政府已做好应对今年厄尔尼诺现象的准备，尤其是在政府粮食储备方面，其储备比往年更为充足。

“按照国家粮食局局长兼农业部长安迪的指示，我们的首要缓解措施是在获悉厄尔尼诺现象可能发生时，立即提高警惕。加强粮食储备成为关键。”凯图特说道。

凯图特表示，在即将到来的旱季前，提前缓解潜在影响是至关重要的步骤。

国家研究与创新署此前报告称，厄尔尼诺可能从5月初开始影响印尼，尤其是赤道以南地区，包括楠榜、爪哇岛、巴厘岛、西努沙登加拉和东努沙登加

拉等地。尽管如此，国家粮食局强调，政府粮食储备的强化工作仍在持续推进，同时农业部也在按月努力维持国内粮食生产。凯图特表示，通过国家物流局，政府正加大对国内稻谷的收购力度，并将其加工为大米，以增强政府粮食储备。政府不仅在增加大米库存，还在补充饲料玉米和食用油等储备，以作为即将到来的旱季粮食保障基础。粮食局数据显示，截至4月2日，政府粮食储备包括：大米440万吨；饲料玉米16.8万吨；食用油12.1万升；白砂糖4.9万吨；牛肉8000吨；水牛肉3000吨；鸡肉和鸡蛋分别为39吨和17吨。

此前，农业部长阿姆兰证实，政府正加快应对厄尔尼诺的缓解措施。他强调，在保障国内粮食生产的同时，政府粮食储备仍然充足，可作为实施粮食干预政策的重要支撑。

尽管地缘政治冲突加剧

海军确保KJK外交任务安全进行

（雅加达讯）海军参谋长穆罕默德·阿里海军上将表示，尽管当前地缘政治冲突不断升级，但他确保比马苏芝（Bima Suci）号舰艇在执行综合友好航行和实践训练使命（Kartika Jala Krida，简称KJK）任务的行程，处于安全状况。

阿里上将将于3月31日（周二）在雅加达北区军事海上交通指挥部（Kolinlamil）举行的新闻发布会上指出，此次“卡蒂卡·贾拉·克里达”（KJK）友好航行，我们计划访问一些被认为安全的国家。

阿里指出，印尼海军已与多方协调，确保比马苏芝号舰艇的航线远离冲突地区。

其中一项努力是与外交部协调，确保比马苏芝号舰艇途经的国家是安全的。

阿里解释说：“我们已经与外交部、驻外大使国防武官、陆军武官和海军武官协调，确保舰艇士兵们的安全。”

尽管安全得到保障，



比马苏芝号舰艇。

阿里仍然建议参加此次航行的印尼海军官兵和学员在航行期间提高警觉。

据悉，印尼海军比马苏芝号从雅加达北区军事海上交通指挥部码头启航，执行外交任务。这艘传奇战舰还搭载了来自25个友好国家的海军学院学员。

在此次航行中，比马苏芝号舰艇访问包括科伦坡、新加坡、越南、韩国、中国、俄罗斯、日本、菲律宾和印尼在内的多个国家。

他说：“在印尼，我们也访问了几个城市，例

如勿拉湾、比通等。”

阿里希望，在这次外交访问期间，海军学院学员们能够充分了解所到访国的风土人情，从而丰富每位士兵的知识储备。

此外，海军学院士官生还将在比马苏芝号舰艇上学习航海和天文学知识，以磨练他们的航海技能。

阿里希望透过这项活动，能够进一步加强印尼国民军与参与KJK活动的友好国家之间的关系，并希望海军学员们能够获得有助于世界海事领域发展的知识。（KP）

（勿加西讯）勿加西市警察侦破了一起涉及泼镪水袭击的严重虐待案，并根据目击者证词和闭路电视录影进行的深入调查，在短时间内逮捕了3名肇事者。

勿加西警署警长苏玛尔尼大警监于4月3日（周五）在芝卡朗举行的新闻发布会上说：“这是一起严重的犯罪案件，我们给予了高度重视。我们将对任何暴力犯罪者采取严厉措施，特别是那些预谋犯罪、危害他人生命安全的犯罪者。我们将以专业、透明和公正的方式进行法律程序。”

陪同出席发布会的还有勿加西警署刑事调查单位主任杰里科副大警监、南谭汶警分署长伍尔延蒂警监、以及南谭汶警分署刑事调查副主任佩里达·阿普里亚尼副警监等主要官员。

苏玛尔尼阐述了案件的来龙去脉。案件始于2026年3月30日（周一）凌晨4时51分（印尼西部时间），在勿加西县南谭汶镇塞蒂亚默卡尔村Bumi Sani Permai路发生一起泼镪水攻击事件。

受害者是一名54岁的中年男子，缩名为TW。他脸部、胸部和腹部被疑似硫酸的危险化学物质溅到，造成严重烧伤。事发后，附近居民向警方报案。

收到这份报告后，勿加西警署刑事调查单位和南谭汶警分署刑事调查组立即展开联合调查，最终成功抓获

涉及泼镪水袭击案 勿加西警方逮3涉案者



勿加西警署警方展示起获的证物。

了3名嫌犯，他们的缩名分别为PBU、MS和SR。

他说：“嫌犯于4月2日在不同地点被捕，其中包括勿加西市贾蒂亚西地区。”

调查显示，这起攻击事件经过精心策划。作案者事先进行了实地考察，并确定了作案时间。每位犯案者各司其职，从策划者到现场执行者。

嫌犯PBU是这起犯罪案的主谋。他准备了犯案工具，制定了计划，并以900万盾的酬金招募了另外两名犯案者。MS担任喷洒镪水的执行者，而SR则负责驾驶电单车。

苏玛尔尼承认，这起犯罪的动机是与主犯PBU之间长久以来的私人恩怨。受害

者目前正在医院接受重症监护治疗。

三名嫌犯已被拘留，并根据关于预谋严重攻击罪的《刑法》第469条第1款和第470条被起诉。一旦定罪，最高可判处12年监禁，若使用危险物品，刑期可能增加。

警方保证将继续监督此案的司法程序直至结案，同时为受害者和证人提供保护。

勿加西警署敦促民众不要以暴力解决问题，并立即向当局报告任何潜在的安全隐患。

勿加西警署长说：“我们吁请公众维护区域安全，不要作出自充法官的行为。请将处理此问题的责任交给执法部门。”（KP）

雅警侦破公寓制毒窝点



警方在行动中起获证物。

（雅加达讯）警方在雅加达东区芝槟榔（Cipinang）的巴苏拉公寓（Apartemen Basura）捣毁了一个秘密制毒窝点，该窝点用于生产爱他死和快乐水类毒品。这次突击行动由缉毒局第3分局第5小组于3月30日（周一）晚上7时左右展开。

据安塔拉通讯社报道，查雅大都会警察缉毒局调查主任阿赫马德·大维大警监于3月31日（周二）说：“在突击行动中，警方在芝槟榔巴苏拉公寓G座一家便利店前逮捕了两名嫌犯，分别为32岁的K和38岁的S。”

警方从嫌犯身上缴获了10粒摇头丸。随后，警方对嫌犯居住的达利亚大楼22层房间展开调查，该房间被怀疑是毒品生产和储存的场所。

他解释说：“在第二个地点，警方发现了大批证据，包括16.695公斤准备压制的摇头丸原料，估计足以生产超过3万3000粒摇头丸；此外还有643粒已准备好分销的摇头丸，以及34包快乐水。”

此外，警方还缴获了各种化学品和生产设备，包括化学粉末、摇头丸模具、电子秤、搅拌机、塑胶压机和一套实验室设备。这些发现进一步证实了警方怀疑该地点存在家庭式毒品生产活动或秘密制毒实验室。

大卫补充说，该活动已进行了大约两个月，生产了约2000粒Chanel和Mercy品牌的摇头丸，以及50包快乐水（Happy Water）。

涉案罪犯目前正在查雅大都会警察总部接受密集讯问。

与此同时，查雅大都会警察公关主任布迪·赫尔曼托大警监强调，打击毒品犯罪是每个人的共同责任。

布迪说：“公众提供的任何信息，无论多麽微小，对警方来说都非常有用。首先要从我们身边的人开始，这样我们才能真正关心这个问题。”

他也敦促民众立即拨打24小时服务的国家警察呼叫中心110，举报任何可能扰乱公共秩序和安全（kamtibmas）的行为。（KP）

越南保障能源安全印尼专家建言献策

（河内讯）在当前中东地缘政治紧张局势持续将全球能源市场推入不稳定状态的背景下，越通社驻雅加达记者就印尼如何应对供应冲击及对越南的政策建议，采访了印尼国防和战略研究所高级协调员贝尼·苏卡迪斯（Beni Sukadis）。

贝尼·苏卡迪斯认为，在当前国际极端波动，特别是中东冲突的背景下，印尼的做法更具预防性而非反应性。印尼没有等到市场出现短缺才进行调整，而是主动制定风险防控情景，准备替代进口方案，并保持各部委之间的密切协调以维持国内市场稳定。除此之外，印尼还调整了原油进口结构。

贝尼·苏卡迪斯认为，印尼的长期政策没有改变，仍然是促进多元化、推动绿色转型和提高国内附加值，但实施节奏已加快且更加务实。近期的能源危机被视为一个警示，即能源安全是国家安全的必要组成部分。

联系到越南，贝尼·苏卡迪斯表示，越南正有效推进一项将短期稳定增长与长期结构调整相结合的战略。短期内，越南调整税收和燃料价格管理机制，以在全球油价波动时减轻通胀压力。此外，实现石油和液化天然

气进口来源多元化有助于减少依赖特定市场的风险。他指出，这种做法与印尼在优先考虑宏观经济稳定和保障人民购买力方面有相似之处。

从长远来看，贝尼·苏卡迪斯认为，越南正在根据新的电力规划加快发展可再生能源，其中优先发展海上风电和太阳能。凭借漫长的海岸线和有利的自然条件，越南在海上风电领域具有巨大潜力。逐步降低煤炭占比不仅有助于保护环境，还能在全球排放标准日益严格的情况下降低财务风险。

贝尼·苏卡迪斯还提到了越南在2030-2035年的核电计划。若部署得当，核电可以发挥稳定基载电源的作用，补充受天气变化影响的可再生能源。他说，稳定基载电源与可再生能源的结合将帮助越南在快速增长目标与可持续发展要求之间取得平衡。

贝尼·苏卡迪斯强调，越南正从“确保足够能源”的思维转向“确保安全、自主和可持续的能源”。在全球化石燃料市场日益难以预测的背景下，基于供应多元化、加强储备、发展清洁技术和提高内在能力的战略，将是越南既保持高速增长又长期保障国家能源安全的关键。（越通社）

ZEISS SmartLife Digital Lens 镜片：为现代视觉节奏打造的精准解决方案

OPTIKTUNGGAL®
— established 1929 —

进入四月，生活节奏又恢复了往日的繁忙。线上会议、电子报告、各种设备的协作工作从未间断。不知不觉中，反复近距离聚焦的高强度使用会迅速造成眼部疲劳，导致眼睛酸胀，甚至影响一天的工作效率。此时正是重新评估您目前使用的镜片是否适合现代数字生活方式的绝佳时机。

ZEISS SmartLife Digital Lens 镜片专为满足时刻在线的现代人的视觉需求而设计。这款镜片拥有针对智能手机、平板电

脑和笔记本电脑上文字阅读优化的近视区，同时又不牺牲远距离的清晰度。从屏幕到周围环境的焦点切换更加自然流畅，让您在进行多任务处理时依然舒适高效。

与传统镜片不同，SmartLife Digital 镜片的设计充分考虑了现代人的视觉习惯以及瞳孔直径随年龄的变化。即使频繁移动视线，也能提供更稳定、更精准、畸变最小的视觉体验。近视力区域的额外支撑有助于减少一天结束时的眼睛疲劳，同时还能在工作时保持更自然的头部和颈部姿势。

SmartLife Digital 还提供个性化定制版本，可根据每位用户的面部结构量身打造。凭借 FaceFit 和 Adaptation Control 技术，即使是初次使用者，也能更快更舒适地完成调整。高达 400 纳米的紫外线防护功能，在日常佩戴的透明镜片中提供媲美高端太阳镜的防护效果。

随着工作效率的不断提高，视觉舒适度不再是可选项，而是必需品。ZEISS SmartLife Digital Lens 镜片助您全天保持专注、清晰和自信，无需等到症状加重。现在就选择这款专为现代视觉体验而设计的解决方案吧！



欢迎来到以下眼镜店购买：OPTIKTUNGGAL® ZEISS VISION CENTER OPTIKTUNGGAL®

宪院：根据宪法规定 财政稽查署有权审计国家损失

(雅加达讯) 宪法法院 (MK) 裁决，财政稽查署 (BPK) 是有权审计国家损失的机构。财政稽查署有权宣布并确定与国家损失行为相关的国家损失金额。

上述事宜载入第 28/PUU-XXIV/2026 号的宪法法院判决。该判决由九位宪法法官作出，他们是担任主席和成员的苏哈托约，还有沙尔迪、丹尼尔、贡图尔、安瓦尔、埃尼、利特万、阿尔苏尔及阿迪斯，他们都是宪法法院的成员。

本申请书由两名大学生贝尔尼塔和文迪提起。申请书中，申诉人声称刑法第 603 条关于国家财政审计机构、审计机制以及评估国家财政损失的标准存在歧义。

申诉人请求宪法法院裁决，2023 年第 1 号第 603 条和第 604 条关于《刑法》的法令中的“国家财政损失”一词违宪且不具有法律约束力。申诉人还要求根据有效证据确定国家损失，并由刑事司法程序中的法官进行评估。

请愿人请求宪法法院裁决 2023 年第 1 号法律 (即《刑法典》) 第 603 条和第 604 条中“国家财政损失”一词违宪且不具法律约束力。请愿人还请求，国家财政损失的认定应基于有效证据，并由刑事审判程序中的法官进行评估。

申请书于 2026 年 4 月 4 日 (周六) 发布：“只要不被解释为国家财政损失的证明具有排他性，并且不被限定

仅依据特定审计机构的审计结果，而是应当根据依法有效的证据加以证明，并由法官在刑事审判过程中独立进行评估。

宪法法院认为，国家损失可根据授权机构或部门的调查结果进行计算。宪法法院指出，负责计算国家损失的授权机构是，因为这符合 2023 年第 1 号第 603 条的法令。

宪法法院在其审议意见中指出：“根据 2023 年第 1 号第 603 条的法令，根据 1945 年印度尼西亚共和国宪法第 23E 条第 (1) 款的规定，有权审计国家财政的国家机构是财政稽查署。”

宪法法院法官解释说，2006 年第 15 号第 10 条第 (1) 款关于财政稽查署的法令也赋予其评估和/或确定因违法行



宪法法院院长苏哈托约。

为造成的国家损失数额的权力。财政稽查署在此案中的权力在于宣布和确定相关国家损失的数额，这与对造成国家损失的行为或举措的执法程序相关。

因此，宪法法院认为申诉人质疑评估国家损失的标准以及谁有权确定国家损失的论点缺乏法律依据。宪法法院指出，申诉人的请求完全没有法律依据。

宪法法院断言：“申诉人提出的 2023 年第 1 号第 603 条和第 604 条法令

中「造成国家财政损失」这一表述缺乏明确的规范性参数，例如谁有权确定损失、评估标准以及审计结果在证据程序中对法官的约束力等问题，从而将犯罪构成要件置于一个无法衡量和预测的解释领域，这些论点在法律上毫无根据。”

宪法法院院长苏哈托约表示，宪法法院驳回了这两名大学生的全部请愿。他说：“我们完全驳回申诉人的请愿。”

(ALW)

证交所点名股权集中公司 满足透明度要求防降级

(雅加达讯) 印度尼西亚证券交易所采取新举措，点名披露一系列股权高度集中的上市公司，以满足全球指数提供商 MSCI 对上市公司透明度的严苛要求，防止印尼股市被 MSCI 调降至“前沿市场”级别，引发外资大规模撤离。

印尼证交所星期四 (4 月 2 日) 发布通告点名的公司，包括巴里托可再生能源公司 (Barito Renewables Energy)、主营基础设施与能源业务的 Dian Swastatika Sentosa、燕窝及健康产品公司 Abadi Lestari Indonesia，以及工业气体公司 Samator Indo Gas。这些上市公司被指仅由少数股东控制。

新加坡富商黄鸿年弟弟黄鹏年夫妇及黄荣年是 Dian Swastatika Sentosa 的控股股东。

印尼金融服务管理局资本市场、金融衍生品及碳交易监管执行主任哈桑说，被点名不代表公司违反了任何条例，但“此信息一旦披露，将成为投资者决定投资立场和策略时的一个考虑因素”。

为避免被 MSCI 降级，印尼已推出一系列市场改革，包括要求上市公司将自由流通股最低比例从 7.5% 提高至 15%，以提高流动性，防止股价被操纵。

目前，自由流通股比例高于 12.5% 的公司须在 2027 年 3 月底之前达到新



哈桑召开新闻发布会。

规定，公共投资者较少的公司则须最迟在 2029 年 3 月达标。

MSCI 今年 1 月下旬发出警告称，印尼股票所有权和交易缺乏透明度，可能下调印尼股市的评级。此警告一出，印尼股市掀起抛售浪潮，市值蒸发约 1200 亿美元。

(联合早报)

内阁秘书拜访副总统 交流国内最新发展

(雅加达讯) 内阁秘书泰迪在伊斯兰历 1447 年开斋节期间，于 4 月 2 日晚前往雅加达副总统官邸，与副总统吉布兰举行节日拜访，并就今年开斋节期间国内最新发展进行交流。

据美都新闻网报导，泰迪于 4 月 3 日 (周五) 在其社交媒体上发文称：“下午好……仍处于伊斯兰历十月和开斋节氛围中。2 日晚，我在雅加达副总统官邸拜访了副总统吉布兰。”



内阁秘书泰迪节日拜访副总统吉布兰。

布兰还讨论印尼当前正在发生的各类问题及最新发展情况。此次会晤持续约 1.5 小时。

在仍属于伊斯兰历十月的开斋节氛围中进行。按照传统，这一时期是相互走访、加强关系的重要时段。

此前，泰迪陪同总统普拉博沃前往苏门答腊灾区亚齐塔米昂县参与开斋节活动，并随行参加总统对日本和韩国的工作访问。

与此同时，副总统吉布兰在中爪哇多所伊斯兰寄宿学校进行开斋节拜访，并出席在雅加达副总统官邸举行的多项活动。

前来印尼中国游客人数创新高

(雅加达讯) 印尼中央统计局 (BPS) 最新报告显示，受春节长假的推动，2026 年 2 月前来印尼的中国游客人数达到 150,800 人次，为近六年来最高，同比增长 69%，环比增长 36%。

据美都新闻网报导，这一最新数据是自 2020 年 1 月以来的最高值，当时前来印尼的中国游客人数为 183,700 人次。

统计局负责分销和服务统计副局长阿滕于 4 月 1 日 (周三) 在新闻发布会上表示，中国游客数量的增长主要得益于春节长假，这无疑推动了 2 月中国游客的出行。

巴厘岛仍然是最受欢迎的目的地，约有 52% 中国游客在春节期间经由伍拉赖国际机场进入印尼，其余游客则经由雅加达和泗水入境。前往巴厘岛的中国旅游人数每月增长约 78%。

印尼旅游部此前也记录到，今年春节前后一周 (2 月 10 日至 24 日) 到访印尼的



阿滕表示，中国游客数量的增长主要得益于春节长假。

中国游客人数同比增长 29%。在这两周内，共有 88,600 名中国游客入境印尼，其中春节后第二天达到高峰，游客人数接近 7,500 人。

印尼旅游部表示，中国游客回流印尼的积极趋势为国家旅游业带来利好，对经济以及各地旅游业者产生了直接影响。

印尼 PMI 指数 跌至八个月低点

(雅加达讯) 印尼制造业活动已受到伊朗战争的影响。

标普全球 (S & P Global) 于 4 月 1 日 (周三) 发布的采购经理人指数 (PMI) 数据显示，印尼 2026 年 3 月的采购经理人指数为 50.1，为 2025 年 7 月以来的最低水平，也是近八个月以来的最低水平。

尽管有所下降，印尼的采购经理人指数仍连续八个月处于扩张阶段。

采购经理人指数以 50 为基准。高于 50 表明商业部门处于扩张阶段，低于 50 则表明处于收缩阶段。

采购经理人指数暴跌是由于 3 月份生产量和新订单双双下滑所致。

3 月份的数据显示，在连续四个月增长以及 2 月份的大幅增长之后，生产水平重新出现下滑。

下降速度相对温和，但却是自 2025 年 6 月以来



印尼 3 月的采购经理人指数为去年 7 月以来的最低水平。

的最大幅度。

商业部门报告指出，中东战争影响了原材料价格和供应，进而扰乱了制成品的需求和生产。

此外，疲软的经济环境导致采购活动放缓、积压订单增多以及劳动力短缺。商业信心略有改善，但仍低于长期平均水平。

在价格方面，投入成本通胀较上期有所上升，达到自 2024 年 3 月以来的最高水平。因此，产品销售价格的涨幅也创下自 2022 年

供应带来了巨大压力，抑制了生产和需求，并将成本通胀推至两年来的最高水平。”

此外，生产和产能需求的疲软迫使企业通过减少采购活动和员工规模来提高效率。

与此同时，数据显示，3 月份新订单量八个月来首次放缓。

尽管下滑幅度不大，但与前一时期的强劲增长相比，这是一个显著的变化。制造商指出，需求疲软和竞争加剧是抑制新订单的主要因素。出口订单在 2 月份增长后也出现下滑。

需求疲软有助于缓解产能压力，使企业能够完成积压订单。积压订单量自去年 10 月以来首次下降。与此同时，销售额下降导致未售出的商品在仓库中堆积，从而增加了生产后库存。

(ALW)

炸弹威胁接踵而来 美伊之战殃及巴黎

(巴黎讯)美国与伊朗之间的战火外溢至美企在巴黎的业务,因此美国企业纷纷祭出“避难令”。

外媒报道,美国银行巨头——花旗集团(Citigroup)称,鉴于其同行——美国银行(Bank of America)在法国巴黎的办公室上周六(3月28日)遭遇的未遂袭击事件,该公司位于巴黎和德国法兰克福(Frankfurt)的员工目前正在采取远程办公措施。

“员工的安全是我们的首要考量,我们正在采取必要的措施以保障员工安全。作为一项预防措施,巴黎和法兰克福的员工目前正在远程办公”。

美政府建议提高警惕另外,据《巴黎人报》报道,美国投行巨头——高盛集团(Goldman Sachs)在巴黎的总部周三(1日)晚上被置于警方监控之下,此前遭到据信是一个伊朗团体的炸弹威胁。

报道指出,美国政府已联系高盛集团,建议该行提高警惕。一



位了解此事的消息人士对《巴黎人报》表示,一个伊朗团体威胁要使用爆炸装置袭击高盛集团的巴黎总部办公楼。巴黎警方表示,周四(2日)早晨现场未发现可疑物品。

法国当局上周六制止了一宗针对

对美国银行巴黎办公地点附近的炸弹袭击企图。法国当局已就该事件提起诉讼,并关押1名成年人和3名16岁至17岁的未成年人。

高盛集团的一位发言人对此事不予置评。巴黎警察局官员未立即回应置评请求。



一面倒下跌 六银行股沦陷

(吉隆坡讯)在银行股全面走弱的拖累下,马股周五(3日)走势低迷,富时综合指数全天下跌2.8点或0.16%,收报1695.50点,连续第2个交易日失守1700点关口。按周比较,综指本周累积跌17.15点或1%。

综指今早以1704.12点开市,盘中一度升至1708.12点日内高位,惟随后金融股卖压加重,并以跌势作收。全日成交量达33亿8169万股,成交值29亿4520万令吉;上升股633只,下跌股415只,另有522只平盘。

大众银行最“抗跌”在30大成份股中,银行股全数收跌。跌幅方面,大马银行(AMBANK, 1015, 主板金融股)下跌3.1%,至6.30令吉;兴业银行(RHBBANK, 1066, 主板金融股)下跌2.6%,至8.32令吉;马银行(MAYBANK, 1155, 主板金融股)下跌1.7%,报11.26令吉;联昌国际(CIMB, 1023, 主板金融股)跌1.3%,至7.49令吉;丰隆银行

(HLBANK, 5819, 主板金融股)下跌1.3%,收报21.72令吉;大众银行(PBBANK, 1295, 主板金融股)则是众多银行股中跌幅较轻的股,下跌1.1%,收报4.66令吉。

而在下跌榜方面,金融相关股占据前十名中的6席。其中,丰隆银行下跌28仙,成为第2大下跌股;兴业银行下跌22仙,为第3大下跌股;安联保险(ALLIANZ, 1163, 主板金融股)下跌20仙,为第4大下跌股;马银行和大马银行则各跌20仙,分列第5与第6。另外,丰隆金融集团(HLFG, 1082, 主板金融股)下跌16仙,为第8大下跌股。

领域指数方面,金融股指数成为今日表现最差的领域,下跌1.4%;消费股指数微跌0.1%,产业信托股与产业股指数各跌0.3%。

其余9个领域则录得升势,其中公用事业股指数上涨1.9%、科技股指数升1.7%,保健股与能源股指数各上扬1.5%。

市值蒸发近八成 运动品牌龙头走错三步棋

(波特兰讯)全球运动品牌龙头——耐克(Nike)正面临严峻考验!

外媒报导,耐克股价近日重挫至11年新低,相较2021年股价高点,市值已大幅缩水约75%,目前不到680亿美元(约3742亿1000万令吉)。分析指出,耐克从品牌策略失灵、通路决策失误,到中国市场疲弱,多重压力正让这家昔日霸主陷入困境。

英国《每日邮报》报导,耐克股票近期遭市场大量抛售,投资者对其未来发展信心明显下滑。耐克首席执行官希尔(Elliott Hill)在员工大会上坦言,公司内部对于“如何扭转颓势”的讨论已让人感到疲乏,不只自己厌倦,员工也同样如此,并呼吁将重心转向激励成长与提升工作热情。

曝光机会减少报导指出,耐克过去主打“觉醒文化”曾成功吸引年轻族群,但近年保守风气抬头,相关广告不再奏效,甚至引发部份族群反感。这也导致耐克在北美市场的销售逐渐下滑,反观竞争对手则持续扩大营收。

此外,耐克先前推动减少与传统零售通路合作、转向直接面向消费者的销售策略也未达预期效果。



在前首席执行官主政下,缩减与Foot Locker、Dick's等合作关系,试图提升盈利,却因此失去实体通路的曝光机会,让阿迪达斯(Adidas)、Hoka等品牌趁势抢占市场。面对困境,

耐克已开始调整策略,2025年5月宣布重返亚马逊(Amazon),试图挽回销售动能。

中国市场滑铁卢另一方面,中国市场的疲软同样对耐克造成巨大冲击。在全球消费降温下,包括麦当劳(McDonald's)、星巴克

(Starbucks)与苹果(Apple)等品牌皆面临销售压力,但对高度依赖中国市场的耐克而言,影响更为剧烈。

数据显示,耐克在中国上季销售下滑11%,预估下季恐进一步下滑20%。

行销分析员尼尔(Neil Saunders)分析,目前耐克对中国消费者的吸引力仍不足,市场偏好逐渐转向其他品牌,尤其是本土品牌。他认为,耐克必须重新思考与中国市场的连结方式,才能扭转颓势。



亚马逊向美加网络卖家 征收燃油附加费

(西雅图讯)美国网购平台巨头亚马逊(Amazon)宣布,将向使用亚马逊配送服务的卖家,收取3.5%的燃油及物流附加费。

亚马逊燃油及物流附加费将在4月17日起生效,适用范围为美国和加拿大地区。亚马逊网

购平台拥有约200万个卖家。

伊朗战争导致油价飙涨,多家物流公司已宣布提高配送费用。美国邮政局(USPS)3月时表示,计划从4月26日起对包裹征收燃油附加费。亚马逊是最新加入征收附加费行列的大企业。

美国就业成长强劲 提振特朗普信心



(华盛顿讯)数据显示,美国3月就业成长超出预期,美国总统特朗普对此表示欢迎,但分析师对此持谨慎态度。

法新社报导,美国劳工部表示,3月份全球最大经济体新增就业17万8000个,而2月则减少了13万3000个。失业率下降0.1%至4.3%。

当地时间周五公布的数据远远超出分析师预期。道琼斯通讯社和《华尔街日报》调查的经济学家先前预计,新增就业人数为5万9000个。

牛津经济研究院首席美国经济学家范登豪顿表示,数据强于预期,

“但大大高估了就业成长的可持续速度”。

她指出,“罢工结束、季节性因素以及严冬过后的经济反弹,可能提振了部分行业的就业成长”。

特朗普称赞这些数据取得了成功,他在社交平台Truth Social写道:“我的经济政策打造了一个极其强大的经济成长引擎,没有任何东西能够阻挡它。”他盛赞私部门新增就业人数。

此前,白宫发言人德赛表示,一旦美以对伊朗战争的“短期干扰”结束,“美国的经济复苏势必会加速”。

周五是耶稣受难日,美国市场休市。

医疗保健行业复苏3月份的经济复苏主要得益于医疗保健产业的就业成长,即使其他产业的劳动力需求下降,医疗保健产业的就业仍保持强劲。

3月医疗保健业新增就业7万6000个,此前一个月该行业就业机会减少,部分原因是罢工行动。

3月建筑业就业人数也增加了2万6000个,但劳工部指出,与去年同期相比变化不大。

联邦政府就业人数持续下降,自2024年10月以来下降了11.8%。特朗普政府为削减成本和缩减政府规模,大幅削减了联邦政府部门的就业机会。

最新数据显示,1月和2月的就业人数修正后,这两个月的总就业人数比先前公布的减少了7000人。

美以对伊朗的战争席卷了中东,导致油价飙升,供应链瘫痪,引发了人们对全球经济放缓的担忧。

随著战争的经济影响开始波及美国民众,分析家发出了谨慎的讯号。

Nationwide首席经济学家博斯蒂扬西奇表示,3月份的报告显示劳动力市场“状况良好”,私营部门“普遍增长”。

营收结构东降西升 欧舒丹转移重点深耕北美

(日内瓦讯)1976年在法国成立,但如今营运大本营落在瑞士日内瓦的天然保养品牌——欧舒丹(L'Occitane),今年迎来创立50周年的重要里程碑,并启动一场全球策略“迁徙”,从过去高度依赖中国市场的成长模式,转向以美国为核心的多品牌全球布局。

外媒报道,2024年欧舒丹在完成从香港交易所私有化并除牌后,正考虑最早今年在美国启动首次公开售股(IPO),目前传出已与美国银行巨头摩根大通(JP Morgan Chase)及投行巨头摩根史丹利(Morgan Stanley)展开初步协商。

欧舒丹曾在香港交易所挂牌长达14年,是首批在港上市的法国企业之一。然而,随著全球零售环境剧变,该公司大股东——奥地利亿万富翁盖格(Reinold Geiger)认为,私有化该公司能提供更大的灵活性,以应对长期的品牌重塑与投资,而不受限于公

开市场的短期财报压力。

根据欧舒丹的2025年度报告,其地理营收结构已出现明显重组。美洲地区以46.4%的营收占比跃升为最大市场,而曾长期作为成长引擎的亚太地区则下滑至约29.7%。

在此消彼长之际,欧舒丹旗下品牌Sol de Janeiro更成为关键推手。该品牌目前已成为欧舒丹贡献约31.6%的营收,凭借在北美洲社群媒体上的病毒式传播迅速崛起。此外,欧舒丹也持续优化品牌组合,市场传出正考虑出售英国高端护肤品牌Elemis,并已出售澳洲天然护肤品牌Grown Alchemist,朝向更精简高获利的结构调整。

欧舒丹首席执行官玛托(Laurent Marteau)亦强调,50周年是一个“重新定义”该公司的时刻。从过去在香港上市、深耕中国市场,到如今私有化并转战北美洲,欧舒丹正进入全新发展阶段。



不确定性增加 许多德国人改变旅行计划

(柏林讯) 德国上周六(4日)发布的一项旅游行业最新调查显示, 由于中东战事、能源价格上涨和国际局势不确定性, 许多德国人正在改变未来几个月的旅行计划。

新华社报导, 德国旅游研究所受德国旅游协会委托, 3月25日至30日面向1124人进行的调查显示, 16%的受访者出于对国际局势的担忧改变了今后3个月的旅行计划, 其中46%决定不出行, 1/3取消了原定旅行

计划。

调查显示, 2/3的受访者认为旅行目的地的政治形势“重要”或“很重要”; 79%的人表示会避开政治不稳定或社会动荡的目的地。

德国旅游协会负责人迈尔表示, 当前的国际局势明显影响了人们的旅行计划, 至少短期内是这样。

调查显示, 对依旧选择在4月至6月旅游的德国人来说, 国外热门目的地是意大利和西班牙, 国内热门目的地是巴伐利亚州。



乌克兰袭击 俄罗斯: 输油管受损

(莫斯科讯) 俄罗斯当局周日表示, 乌克兰无人机袭击导致波罗的海港口城市普里莫尔斯克附近的一条输油管道受损。

法新社报导, 列宁格勒州州长德罗兹坚科在Telegram上表示, 俄罗斯防空部队在列宁格勒州击落了19架无人机, 其中一架无人机的残骸“损坏了普里莫尔斯克港附近的一段输油管道, 目前管道正在安全焚毁”。

他表示, 袭击中没有人员伤亡。管道已被关闭, 火势正在安全熄灭。

近几个月来, 乌克兰加大了对俄罗斯基础设施目标的袭击力度。

普里莫尔斯克位于芬兰边境和重要城市圣彼得堡之间, 今年3月也曾遭到袭击, 当时一个油库被纵火焚

烧。

另据乌通社报导, 在下诺夫哥罗德州, 石油设施遭到无人机袭击。州长尼基京表示, 据称有30架无人机在克斯托沃区工业区上空被击落。

由于坠落的碎片, 卢克石油-下哥罗德石油合成公司的两处设施发生火灾。诺沃戈尔斯克火力发电厂以及几栋居民楼也遭到破坏。部分居民家中停电。

此前据路透社报导, 3月份的乌克兰无人机袭击导致普里莫尔斯克港至少40%的储油罐受损。

由于一系列无人机袭击, 波罗的海沿岸的乌斯季卢加和普里莫尔斯克石油出口中心已经两周无法处理货物, 俄罗斯炼油厂已开始寻找替代的燃料出口路线。

借美国载人绕月任务 沙地发射一颗卫星

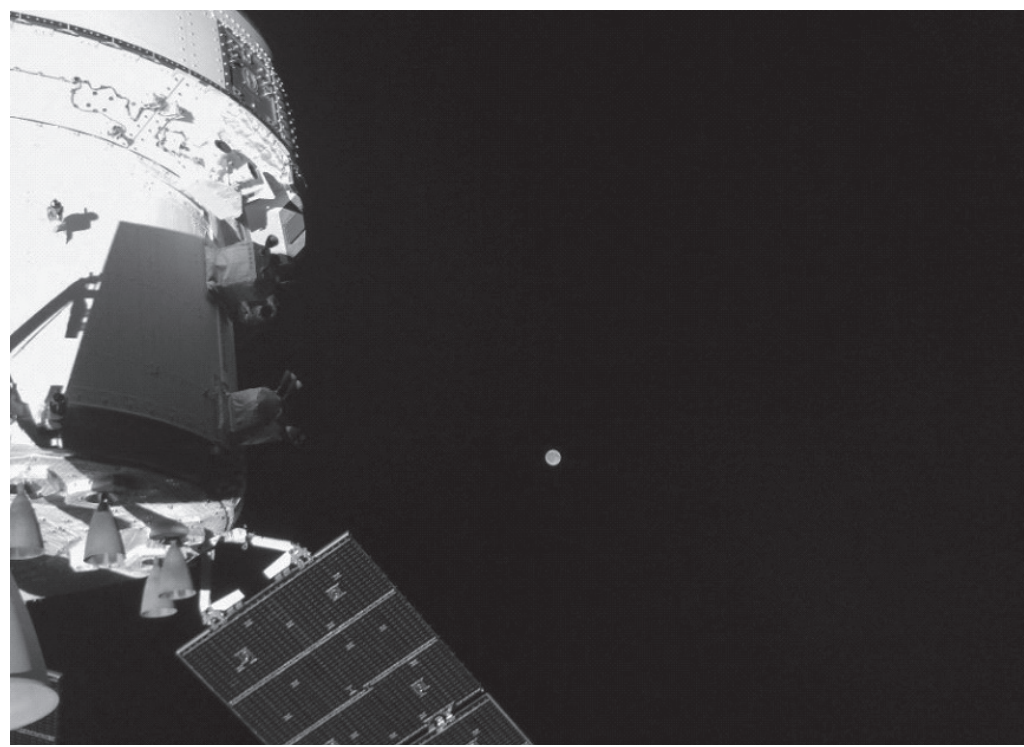
(利雅得讯) 沙地阿拉伯航天局上周六(4日)宣布, 由沙地阿拉伯自主研发的“沙姆斯”卫星已随美国“阿耳忒弥斯2号”(Artemis II)载人绕月飞行任务成功发射, 并建立初始通信。

新华社据沙地通讯社报导, 这颗卫星将在距地面约500公里至7万公里的高椭圆轨道运行, 可用于监测太阳活动与辐射变化, 为太空天气研究及相关应用提供支持。

这也是沙地首个专门用于太空天气监测的国家级任务。

据介绍, 此次任务将围绕太空辐射、太阳X射线、地球磁场和高能太阳粒子4个主要科学领域展开研究, 相关数据有助于提升通信、航空、导航等关键领域的可靠性和可持续性。

美国太空总署(NASA)上周三实施“阿耳忒弥斯2号”载人绕月飞



行任务。该任务是美国“阿耳忒弥斯”登月计划的首次载人任务, 也

是自1972年美国阿波罗17号登月任务结束后美国首次载人飞向月球。

伊朗击落三架美搜救军机 称美军营救飞行员行动“失败”

伊朗军方星期天称, 已击落三架参与搜救行动的美国军机。

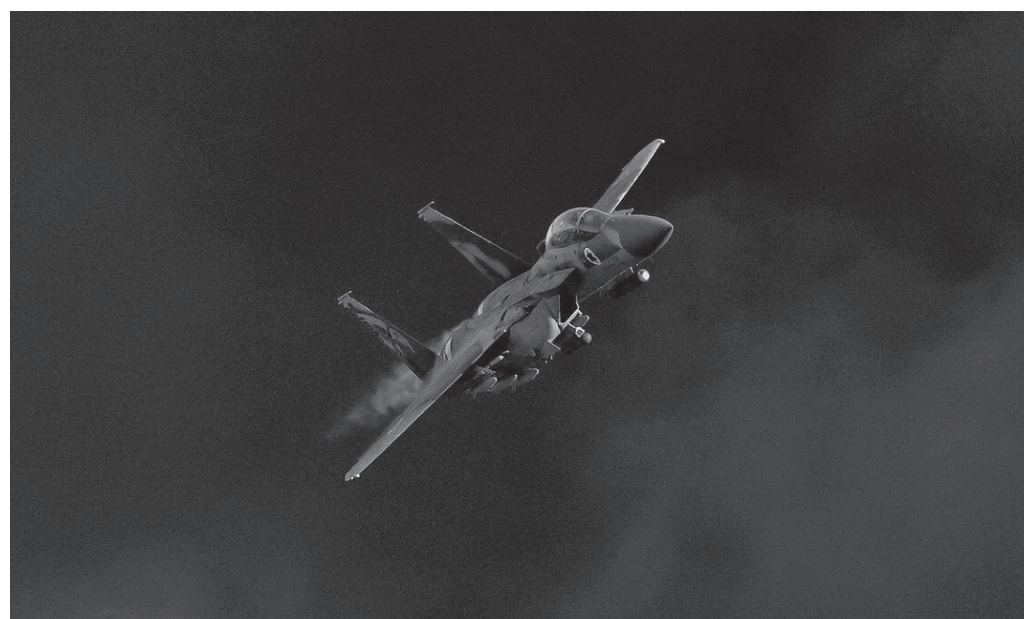
法新社报道, 伊朗武装部队哈塔姆安比亚中央总部发言人星期天(4月5日)说: “敌方入侵伊斯法罕省南部的飞机——包括两架黑鹰直升机和一架C-130运输机——已被击中, 目前正在燃烧。”

这三架军机当时是在搜寻此前坠毁的美国战斗机上的机组人员。

发言人补充称, 这次美军的救援行动“已失败”。

伊朗媒体报道称, 救援行动中的空袭在伊朗西南部造成五人死亡, 但尚不清楚死者是平民还是军方人员。

美军一架F-15E战机和一架A-10攻击机星期五(3日)在伊朗领空被击落。事后, 美军特种部队潜入伊朗境内展开紧急搜救行动。A-10攻



击机的唯一飞行员已证实获救。至于F-15E战机, 美军特种部队救起一名弹射逃生的飞行员, 同机的另一名飞行员迄今下落不明, 成

为美伊双方抢搜的目标。美国总统特朗普星期天则称, 美军已安全救回第二名在伊朗被击落的飞行员。

日本前自卫官: 日本正走向“可实战”军事体系



(东京讯) 日本资深军事记者、前航空自卫官小西诚上周六(4日)在东京举办的演讲会上表示, 当前日本的防卫工作从制度、预算和实际部署方面均出现较大动作, 已逐步偏离“专守防卫”原则, 正走向“可实战”的军事体系。

小西表示, 日本政府还不断增

加防卫开支, 并寻求修订“安保三文件”, 这种综合推进已不再是单纯意义上的“防卫能力提升”, 而是逐步构建一种战争体制。

小西说: “这个过程不仅会加剧民众不安, 也将使日本踏上危险之路。”

针对日本政府长期渲染周边安全威胁以支撑其强军扩武行径的做法, 小西表示, 日本当前政策的本质是配合美国对周边大国实施围堵, 二者的核心目的在于遏制相关国家发展, 必然加剧地区紧张关系。

根据日本共同社上周五报导, 高市计划本月内修改“防卫装备转移三原则”及其运用指南。对此, 小西表示, 这意味着日本将进一步放宽武器出口限制。

“当前日本政府一系列的做法, 不得不让人质疑, 所谓日本《和平宪法》是否依然存在?”

第二名飞行员获救 特朗普: 美国史上最英勇搜救行动之一

美国总统特朗普说, 美军已安全救回第二名在伊朗被击落的飞行员, 并称其为“美国历史上最英勇的搜救行动之一”。

法新社报道, 特朗普星期天(4月5日)在社媒发文说: “我们找到他了! 我的美国同胞们, 在过去的几个小时里, 美国军方成功完成美国历史上最英勇的搜救行动之一, 救出我们一名杰出的机组军官, 他也是一名备受尊敬的上校, 我很高兴地告诉大家, 他现在平安无事!”

他已指示美军派出“数十架配备世界上最致命武器的飞机”去营救这名飞行员。“他受了伤, 但会没事的。”

他也证实, “昨天(3日)成功营救另一名勇敢的飞行员”, 并补充没有公开此事是为了避免影响第二次营救行动。

他写道: “这是美国军方历史上首次在敌占区深处, 分别营救两名美国飞行员。”

美军一架F-15E战斗机和一架A-10攻击机星期五(3日)在伊朗领空被击落。这是战事爆发以来, 美军战斗机首

次在作战中被伊朗击落。

事后, 美军特种部队潜入伊朗境内展开紧急搜救行动。A-10攻击机的唯一飞行员已证实获救。至于F-15E战斗机, 美军特种部队救起一名弹射逃生的飞行员, 同机的另一名飞行员迄今下落不明, 成为美伊双方抢搜的目标。伊朗官方电视台报道, 任何人若能活捉飞行员, 将重重有赏。

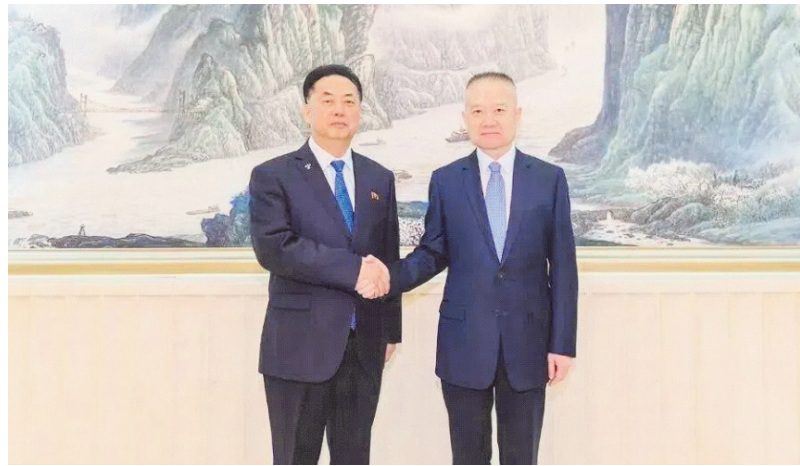
对此, 特朗普星期六曾威胁, 要伊朗在48小时内达成协议或开放霍尔木兹海峡, 否则将面临“地狱般的惩罚”。



不过, 伊朗星期天凌晨加大攻势, 向以色列和科威特发射多枚导弹和无人机。阿联酋的防空系统也拦截德黑兰所说针对该国铝业设施的导弹袭击。与此同时, 巴林官员报告称, 一家炼油厂发生火灾, “是伊朗侵略行为造成的”。

刘海星吁中朝 加强战略沟通和务实合作

中共中央对外联络部部长刘海星本周会见朝鲜驻华大使李龙男，呼吁朝鲜与中国加强战略沟通和务实合作，巩固两国传统友谊，推动两国社会主义事业行稳致远。



刘海星与朝鲜驻华大使李龙男在会前合影。

据中共中央对外联络部官网消息，刘海星上个星期四(4月2日)在北京会见朝鲜驻华大使李龙男，听取朝鲜劳动党九大有关情况的通报。中联部副部长陈洲参加会见。

此前，刘海星去年10月16日在北京分别会见俄罗斯驻华大使莫尔古洛夫和朝鲜驻华大使李龙男，是他9月底履新接掌中联部后首场外事活动。

刘海星上个星期四会见李龙男时表示，中国再次祝贺朝鲜劳动党九大胜利召开，衷心祝愿朝鲜人民在以金正恩为首的朝党中央领导下，顺利实现朝鲜劳动党九

大确定的目标任务。

他指出，近年来中共总书记习近平同金正恩通过多种形式保持战略沟通，为中朝关系发展擘画蓝图。中国愿同朝鲜共同落实好两党两国最高领导人达成的重要共识，加强战略沟通和务实合作，巩固中朝传统友谊，推动两国社会主义事业行稳致远。

中共中央对外联络部官网消息指出，李龙男受朝鲜劳动党中央指派通报了朝鲜劳动党九

大有关情况，表示朝鲜劳动党九大明确了未来五年朝鲜党和国家发展方向和政策目标，选举产生了新一届中央委员会。

李龙男表示，金正恩再次被推举为朝劳动党总书记，对朝社会主义事业发展具有重要里程碑意义。不断巩固和发展朝中传统友谊是朝鲜劳动党的坚定意志，朝中两国愿同中共加强团结合作，推动朝中关系和两国社会主义事业不断发展。

中国网信办拟出台新规 规范数字虚拟人服务

中国国家互联网信息办公室拟出台新规，全流程规范数字虚拟人服务，其中提出禁止诱导未成年人沉迷数字虚拟人服务。



数字虚拟人服务界面展示。

据央广中国之声，网信办起草的《数字虚拟人信息服务管理办法(征求意见稿)》，正在向社会公开征求意见。

数字虚拟人是指存在于非物理世界，利用图形学、数字图像处理或者人工智能等技术，借助真人驱动或者计算驱动，模拟人类外貌，具备声音、行为、交互能力或者性格等特征的虚拟数字形象。

在权益保护方面，征求意见稿要求任何组织和个人使用自然人敏感个人信息用于建模、形象生成、场景构建等活动的，应当遵守法律、行政法规，并且符合规定对“取得自然人的单独同意”“自然人撤回同意后”的操作、“尊重他人合法权益”的具体要求。此外，也明确不得侵害他人

肖像权、名誉权、荣誉权、隐私权和个人信息权益。

征求意见稿明确，不得向未成年人提供虚拟亲属、虚拟伴侣等虚拟亲密关系，诱导过度消费、诱导信教等的数字虚拟人服务。

此外，也不得含有可能引发或者诱导未成年人模仿不安全行为、实施违反社会公德行为、产生极端情绪、养成不良嗜好等可能影响未成年人身心健康信息的数字虚拟人服务。

刘国中：不断提升中国水安全保障能力

中国副总理刘国中本周到浙江、江西两省调研四天，要求加快建设现代化水网，全面推进江河湖库保护治理，不断提升水安全保障能力，为实现“十五五”(2026年至2030年)良好开局提供有力支撑。



据新华社报道，刘国中上个星期一至星期四(3月30日至4月2日)到浙江、江西调研。他强调，要深入学习贯彻习近平总书记习近平“节水优先、空间均衡、系统治理、两手发力”治水思路和关于治水重要论述精神，认真落实去年10月中共二十届四中全会和今年3月全国“两会”(人大、政协年)部署，树立和践行正确政绩观。

据新华社报道，刘国中上个星期一至星期四(3月30日至4月2日)到浙江、江西调研。他强调，要深入学习贯彻习近平总书记习近平“节水优先、空间均衡、系统治理、两手发力”治水思路和关于治水重要论述精神，认真落实去年10月中共二十届四中全会和今年3月全国“两会”(人大、政协年)部署，树立和践行正确政绩观。

据报道，刘国中先后来到

浙江省杭州市、衢州市和江西省上饶市、景德镇市、九江市，了解水库、河道、堤防、灌区、农村供水等水利工程建设管理，以及新安江、鄱阳湖等保护治理情况。

刘国中强调，要落实《国家水网建设规划纲要》，加快构建国家水网主骨架，统筹推进各级水网工程，有效推动衔接连通、互济联调，促进水资源优化配

置。要一以贯之强化河湖长责任，全面推进幸福河湖建设，不断提升河湖保护治理水平。

他要求高质量推进大中型灌区建设和改造，深化农业水价综合改革，大力推动节水灌溉，提高用水效率和效益。要分类提升农村供水保障能力，健全水质监测和工程管护长效机制，持续巩固农村饮水安全成果。

家暴25岁妻致死 河北男被执行死刑

河北沧州孟村县去年8月发生轰动一时的狠夫杀妻案，嫌犯金昊被25岁妻子刘铭瑶发现出轨恼羞成怒，对妻子拳打脚踢，还阻止身患重伤的妻子向外求救，导致她失救死亡。金昊被判故意杀人罪名成立、上诉无效后，近日已被执行死刑。



刘铭瑶在病床上的照片。

《中国新闻周刊》星期五(4月3日)引述代理律师臧梵清透露，狠毒杀妻的金昊已被执行死刑。

据报道，金昊与刘铭瑶是高中和大学校友，两人于2021年5月结婚。据检方指控，2025年8月21日晚上10时许，刘铭瑶发现酒后的金昊向他人发送暧昧信息，二人发生争执。

其后，金昊持玩具刀击打并划伤妻子手臂、臀部，将她拖拽至客厅及卧室，其间以拳打、扇耳光等方式多次击打她头部、胸部及肢体。

刘铭瑶通过微信告知金昊母亲后，金昊父亲电话斥责金昊。金昊随后再次对妻子进行质问、辱骂，并持续以拳击、脚踢等方式殴打她头面部，持续约10分钟，直至状态异常仍未停止。

隔天凌晨零时30

分许，金昊父母赶到现场，金昊谎称妻子“已睡着”并加以阻拦，约15分钟后其父母离开。此后，金昊未及时施救，而是回卧室休息。

河北沧州孟村县去年8月发生轰动一时的狠夫杀妻案，嫌犯金昊被25岁妻子刘铭瑶发现出轨恼羞成怒，对妻子拳打脚踢，还阻止身患重伤的妻子向外求救，导致她失救死亡。金昊被判故意杀人罪名成立、上诉无效后，近日已被执行死刑。

《中国新闻周刊》星期五(4月3日)引述代理律师臧梵清透露，狠毒杀妻的金昊已被执行死刑。

据报道，金昊与刘铭瑶是高中和大学校友，两人于2021年5月结婚。据检方指控，2025年8月21日晚上10时许，刘铭瑶发现酒后的金昊向他人

发送暧昧信息，二人发生争执。

其后，金昊持玩具刀击打并划伤妻子手臂、臀部，将她拖拽至客厅及卧室，其间以拳打、扇耳光等方式多次击打她头部、胸部及肢体。

刘铭瑶通过微信告知金昊母亲后，金昊父亲电话斥责金昊。金昊随后再次对妻子进行质问、辱骂，并持续以拳击、脚踢等方式殴打她头面部，持续约10分钟，直至状态异常仍未止。

隔天凌晨零时30分许，金昊父母赶到现场，金昊谎称妻子“已睡着”并加以阻拦，约15分钟后其父母离开。此后，金昊未及时施救，而是回卧室休息。

早上7时许，金昊发现妻子已无心跳后才拨打120，医护人员到场确认她死亡，警

方随后将金昊拘捕。

经鉴定，刘铭瑶因钝性外力致颅脑损伤死亡。另查明，在送医后，金昊的张姓母亲对现场带血物品进行清洗、藏匿，并冲洗监控设备、销毁相关证据，试图掩盖犯罪行为。

2025年12月9日，沧州市中级法院一审判决，以故意杀人罪判处金昊死刑，剥夺政治权利终身；以帮助毁灭证据罪判处金昊的张姓母亲有期徒刑两年两个月。金昊不服，提起上诉。

案件2026年1月13日在肃宁县法院不公开审理。二审法院认为，原判决认定事实和适用法律正确，量刑适当，驳回上诉，全案维持原判。

受害者的弟弟刘刚曾称，姐姐多次被家暴，也考虑过离婚。但男方不放孩子抚养权，她太爱孩子，怕家人看到伤痕，她夏天穿长袖，眼角伤说是骑车摔的。

刘铭瑶的叔叔称：“这件事不是家暴这么简单，男方因为小三怀孕逼妻子离婚，两人高中大学都是同学，是自由恋爱，我侄女不和他离婚是因为有个三岁的儿子，害怕离婚孩子判给男方，一直不愿离婚。”

尹力和张升民在北京 参加义务植树活动

解放军驻京部队官兵本周到北京市海淀区义务植树。中共政治局委员、北京市委书记尹力和中央军委副主席张升民参加活动。

中仅存的副主席。

据新华社报道，今年的植树点位于开工建设的海淀区屯佃郊野公园内。上个星期四(4月2日)上午9时许，尹力和张升民来到植树点，同军地领导和部队官兵一起挥锹铲土、培土围堰、提水浇灌，经过一个多小时劳动，合力种下白皮松、北京牡丹、小叶黄杨、油松、白蜡等树苗1000余株。据报道，解放军全军区部队深入贯彻习近平生态文

明思想，参加义务植树活动和支援地方重点生态工程建设。全民义务植树运动开展以来，全军累计投入兵力6510万余人次，义务植树7.83亿余株，保护森林和草原资源1300万亩。

解放军驻京部队则先后参加首都200多个重点地区绿化以及60多个大型公园、300多处休闲林地植树造林，为建设花园城市、美丽中国贡献力量。



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

旅游部: 0878 8839 2068

机票部 & 酒店部: 0815 1388 9973

签证部 & 护照部: 0815 1999 9631

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:

Instagram: [ayowisatatours](#) Facebook: [AyoWisata](#)

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



3月中国国内能源价格指数 环比大涨16.5%

中国行业性社会团体最新数据表明，受中东局势持续紧张、国际原油价格大幅上涨等输入性因素影响，国内能源、化工价格指数大幅走高，环比分别上涨16.5%和21.8%。

据中新社报道，中国物流与采购联合会星期天（4月5日）发布数据，显示3月中国大宗商品价格指数（CBPI）为129.9点，环比上涨4%，同比上涨14.5%。

从指数运行情况来看，节后企业生产稳步回升，市场需求较好释放，供需双向均呈现积极变化，大宗商品市场向好基础进一步巩固。

分行业看，受中东局势持续紧张、国际原油价格大幅上涨等输入性因素影响，国内能源、化工价格指数大幅走高，环比分别上涨16.5%和21.8%。

随着节后国内市场需求逐步回升，以及铁矿石进口物流运费上涨，黑色系价格指数环比小幅上涨。受国际化肥价格上涨，生物燃料需求上升带动，国内农产品价格指数环比上涨2.8%。

分商品看，在中国物流与采购联合会重点监测的50种大宗商品中，与上月相比，3月38种（76%）大宗商品价格上涨，12种（24%）大宗商品价格下跌。

3月涨幅前三的大宗商品为柴油、甲醇和乙二醇。跌幅前三的为氧化镨钕、电解锌和焦煤。

中国物流与采购联合会大宗商品交易市场流通分会副会长周旭表示，3月，中国大宗商品价格指数大幅上涨是国内大宗商品市场景气水平回升、政策效应逐步显现，以及中东地缘政治持续紧张等因素共同作用的集中体现。

从国内外大宗商品指数的比较来看，中国大宗商品市场价格波动幅度远小于国际市场。

周旭指出，当前外部不确定性因素交织，部分行业生产成本上涨压力较大。面对新的形势，产业企业需进一步加强外部输入性风险研判与管控，拓宽原材料来源和替代性资源利用，增强市场风险抵御应对能力。



中国国内航线燃油附加费上调

中国国内航线燃油附加费星期天（4月5日）起调整，800公里以上航段收取120元（人民币，下同，约22新元）。

据央视新闻报道，自4月5日（含）起销售的客票，中国国内航线旅客运输燃油附加费收取标准调整为：800公里（含）以下航段，每位旅客收取人民币60元；800公里以上航段，每位旅客收取人民币120元。

按规定享受国内民航成人普通票价10%的婴儿，免收燃油附加费。

按规定购买国内民航成人普通票价50%的儿童（含无成人陪伴儿童）、革命伤残军人和因公致残的人民警察，旅客运输燃油附加费收取标准为：800公里（含）以下航段，每位旅客收取人民币30元；800公里以上航段，每位旅客收取人民币60元。

燃油附加费的起征日期以原出票日期为准，4月5日以前销售的国内客票，如变更至2026年4月5日（含）以后，已收取的燃油附加费不退不补。

清明节将至 “另类”祭品吸客？

（北京讯）“宠物经济”在中国风头正盛，连已逝宠物有关的“宠物祭品”成为新赛道。

外媒报道，清明将至，各类与宠物冥币、祭祀用品相关的线上店铺不胜枚举，有商家推出“狗狗风光大葬”祭祀用品套餐，甚至配有纸扎的仆人及伴宠。还有商家表示能提供代烧服务。

报导称，在某电商平台以“宠物冥币”、“宠物祭祀用品”进行搜索，有众多店铺售卖宠物祭祀用品，品类繁多，从宠物日常的食物、衣物再到住所，应有尽有，与现实生活几乎一一对应。

有店铺显示全网已有2万多人付款。一家店铺的客服人员表示，这些宠物冥币及祭祀用品都是纸制，一般是在宠物祭祀日烧给宠物，或者任何思念它的时候都可以。

此外，在短视频平台上，还有宠物祭祀用品工厂持续更新其生产的宠物冥币，其制作的纸扎

牛肉罐头、牛排十分逼真；还有猫条、化毛膏、鸡肉冻干等宠物祭祀品。

某大陆社交平台也有不少博主表示，可提供代烧宠物祭祀用品服务，代烧服务费用从19.9元至28.8元不等，对方会提供代烧宠物冥币的影片。另有业内人士坦言，这个行业并非做一单生意，更看重的是宠物主“复购”。

有宠物祭祀用品从业者称，目前生产68项宠物祭祀用品的品类，含猫、狗、兔子，甚至还有小仓鼠。

对此类“宠物祭品”现象，报导引述学者认为，为其焚烧冥币，背后反映的是特定人群与动物之间的情感联系。在他看来，一个人选择以何种方式纪念自己的宠物属于私人事务，只要不违法、不违反社会道德，且不因过度奢侈导致浪费社会资源，表达情感可视为个人自由选择。

盘点今年首季香港经济 陈茂波：股市交易活跃实体经济改善

香港财政司司长陈茂波星期天（4月5日）撰文，盘点今年第一季香港经济情况，指股市出现回调但交易活跃，IPO市场延续去年强势，实体经济也有改善。其中出口表现理想，香港消费信心也逐步正面扩展。

陈茂波星期天发表网志，指今年第一季全球局势仍然复杂多变，中东地区冲突持续困扰市场情绪。香港股市受外部因素拖累，恒生指数今年来下跌约2%，但交易活跃，首两月日均成交额超过2600亿港元（426.9亿新元），同比升17%。

他指出，今年3月市场更为活跃，反映出投资者面对不明朗形势下，视香港为资金避风港。另一个原因是中国经济稳定增长，为投资者提供大量投资机会。

陈茂波说，香港上市平台在人工智能（AI）发展的融资方面发挥关键功能，为中国大陆的科技发展与现代产业体系建设做贡献。

截至上月27日，香港今年首季IPO市场，集资额已超过1030亿港元，全球排行第一。陈茂波认为，外部环境越不明朗，越多企业则视香港为融资与“出海”发展的重要窗口。



他表示，香港正以“金融+”策略助力中国大陆发展新质生产力，并未大陆现代化产业体系的建设积极贡献。最近香港再次被确认为全球三大国际金融中心之一，评分紧贴前两位的纽约和伦敦，说明大陆经济持续发展和北京对香港的大力支持，是香港国际金融中心地位的最大底气。

另一方面，香港实体经济今年第一季也出现改善。陈茂波指出，今年首两个月商品出口货值同比上升接近三成，表现理想。

零售市道复苏的基础也相当明显，今年首两个月零售总销货价值同比升11.8%，连续第10个月出现增长，升幅较去年第四季明显加快，显示香港消费信心逐步正面扩展。网上销售首两个月同比也大涨27.5%，为零售生态注入新动力。

劳工市场方面，失业率稍为回落至3.8%。零售及餐饮业就业改善，整体就业收入持续上升，加上股市和住宅楼市气氛改善，都为香港消费提供支持。

官媒驳中国经济见顶论： 增速放缓是为促进转型升级作调整

中国官媒《经济日报》连续四天针对涉及经济等领域的负面论调进行反驳，星期六（4月4日）刊登的文章驳斥中国经济见顶论，强调近几年中国经济增长速度有所放缓，是中国为促进经济转型升级作出的科学调整。

《经济日报》星期六在头版发表该报评论员文章称，多年来中国持续成为世界经济增长的最大贡献者。“随着经济体量变大，5%的经济增速，已对应超过5万亿元（人民币，9348亿元）的经济增量，相当于一个中等国家一年的经济总量。”

中国经济在去年增长5%，与上年持平后，官方将今年全年经济增长目标设定在4.5%到5%。这也是中国30余年来首次下调经济增长目标到5%以下。

文章称：“诚然，经过数十年高速增长，近几年中国经济增长速度有所放缓。但这样的放缓，是我国为推动高质量发展、促进经济转型升级作出的科学调整，符合现代国家经济发展的普遍规律。”该报强调，仅以单一指标的短期变动断言一国经济，只会产生误导。

该报称，针对中国发展成色的质疑不外乎三方面，即认为中国增长动能不足、认为中国人口红利消



失，以及认为中国内需后劲有限。文章指“认为中国增长动能不足”论调只看到一些传统产业在转型升级中面临困难，忽视了不断涌现的新产业、新业态、新模式对经济动能的重塑。

针对“认为中国人口红利消失”，文章指这种论调把中国增长速度放缓归咎于人口老龄化，没有认识到中国的“人口红利”正在向“人才红利”转变。文章称，人口拐点不是经济拐点。

至于“认为中国内需后劲有限”，文章指这种论调声称中国政策力度不够，致使消费提升缓慢，

全然看不到中国消费市场展现的勃勃生机。

文章称，不是“力度不够”，而是没有看懂中国政策制定的逻辑；大水漫灌、超强刺激，不是中国的施策方向。“只需看今年的《政府工作报告》，‘实施城乡居民增收计划’‘清理消费领域不合理限制消费措施’等都是从根本上提振消费的务实举措。”

文章也强调，中国从一穷二白走到今天，历经各种困难挑战，过去没有因“中国崩溃论”而崩溃，现在也不会因“中国见顶论”而见顶。

小米上调红米品牌部分手机售价 称内存涨价“远超预期”

中国手机巨头小米集团总裁卢伟冰称，由于内存晶片价格上涨力度“远超预期”，公司旗下主打性价比的红米品牌部分机型的零售价格，“不得不”将小幅上涨或者恢复原价。

卢伟冰星期五（4月3日）在个人微博发文称，本轮内存涨价的力度“远超预期”，同版本内存价格相比去年第一季飙升近四倍，这对一直以极致性价比定价的红米产生很大影响，公司“不得不”对部分机型的零售价格做出小幅上涨或者恢复原价。

据介绍，红米品牌本次调价涉及K90 Pro Max、Turbo 5、Turbo 5 Max三款机型。其中，系列旗舰机型K90 Pro Max将自4月11日起上调200元（人民币，下同，约合37新元）。这款手机在去年10月发布，起售价为3999元。

路透社报道，虽然小米近年来大力推动智能手机高端化，但中低端机型仍为公司出货主力。分析师们此前指出，相比苹果，小米在内的中国本土安卓阵营厂家，将面临更大的内存成本和竞争压力。

在过去的几周内，包括荣耀、OPPO和vivo在内的中国手机厂商，已经宣布对一些新发布的旗舰机型提价至少11%。

国际数据公司（IDC）等分析机构此前表示，全球智能手机市场将在2026年遭遇有史以来最大跌幅，出货量将跌至10余年来的最低水平。

报道指出，科技公司快速扩建人工智能（AI）基础设施，已占据大部分内存晶片供应，从而推高了价格，因为制造商优先为利润更高的数据中心而非消费类设备提供组件。小米近期发布的第四季财报显示，报告期内，智能手机业务收入443亿元，同比减少13.6%，出货量及平均售价（ASP）均下滑，毛利率也下降至8.3%，受到内存等核心零部件价格上涨和中国大陆竞争加剧拖累。

七球痛宰维尔港终结四连败 切尔西闯足总杯四强



(伦敦路透电)“蓝军”切尔西(Chelsea)在新加坡时间星期天(4月5日)的英格兰足总杯八强战主场7比0横扫英甲垫底球队维尔港(Port Vale),盼能借这场大胜为最近的混乱画上句号。

球队近期表现糟糕,先是在欧冠16强以两回合总比分2比8惨遭巴黎圣日耳曼(PSG)淘汰,随后又在英超先后不敌纽卡斯尔(Newcastle)和埃弗顿(Everton),遭遇各项赛事四连败。

此外,由于副队长兼队史标王恩佐·费尔南德斯(Enzo Fernandez)因公开暗示可能离队,被主帅罗塞尼尔(Rosenior)内部停赛两场,加剧了球队的阴影。

因此,哪怕对手只是很可能

不久后就要跌入英乙的维尔港,这场进球如潮的胜利,至少暂时让蓝军更衣室和看台上的脸重新露出笑容。

罗塞尼尔赛后对说:“当你经历了那样一个艰难的10天,再走出来、重新分析,你会变得更强大,也更清楚自己要修补哪里。”

“我手上这批球员仍然相信——我也一样——我们依然可以拥有一个非常出色的赛季,包括拿下一座足总杯,或者拿到下赛季欧冠资格。”

罗塞尼尔也说,自己和恩佐关系良好,也他在比赛当天进行了一对一交流,强调“事情并不像外界以为的那样”,并称恩佐这场比赛出现在看台上“是件很棒的事”。

在本场之前,切尔西在各项赛事中已超过300分钟颗粒无收,但面对维尔港,他们只用64秒就打破僵局,由后卫哈托(Hato)在角球混战中抽射破门。

剩下六个进球皆由不同球员攻入,分别由若奥·佩德罗(Joao Pedro)、对方后卫劳伦斯-加布里埃尔(Lawrence Gabriel,乌龙球)、阿达拉比奥约(Adarabioyo)、安德烈·桑托斯(Andrey Santos)、埃斯特旺(Estevao)和加纳乔(Garnacho,罚球)贡献。

切尔西将在接下来两周的英超分别在主场对垒曼市(Manchester City)和曼联(Manchester United),能否借着这场大胜扭转状态,有待这两场的考验进一步证明。



(利雅得综合电)葡萄牙球星“帅罗”克·罗纳尔多(Cristiano Ronaldo)在星期五(4月3日)的沙特职业联赛中强势回归。他在伤

愈复出后的首场比赛中梅开二度,助艾纳斯(Al Nassr)以5比2大胜阿尔纳吉马(Al Najma),为来开世界杯开启热身。

曼市4比0羞辱利物浦 连续八赛季晋级英足总杯四强

曼市(Manchester City)和利物浦(Liverpool)新加坡时间星期六(4月4日)晚在曼市的伊蒂哈德球场,上演了一场英格兰足总杯八强的巅峰对决。

两队一开始势均力敌,但没想到利物浦最终却吃下0比4的耻辱性败仗,曼市则创纪录连续八个赛季晋级足总杯四强。

不仅如此,曼市还凭借这场胜利以主场18连胜,创造了足总杯纪录,而这也是他们本赛季第三次打败利物浦。

在本季的英超联赛中,曼市先在主场以3比0轻取利物浦,之后前往对方的安菲尔德球场作战

也以2比1凯旋。

本仗主场再战利物浦,曼市一开始表现平平,反倒是利物浦更具威胁性,但这一切却在第37分钟后发生了翻天覆地的变化。

哈兰德上演帽子戏法

在国际赛周前的英格兰联赛杯决赛中梅开二度,助曼市以2比0击败英超领头羊阿森纳(Arsenal)夺冠的英格兰小将奥赖利(O'Reilly),本仗再扮演关键角色。他在第37分钟带球进入禁区内转身时被红军队长范戴克(Van Dijk)绊倒,裁判毫不犹豫地判罚点球。

曼市的挪威射脚哈兰



德(Haaland)为球队操刀罚球,他成功骗过红军的格鲁吉亚门将马马尔达什维利(Mamardashvili),将球射入龙门的另一端。

上半场补时第二分钟,哈兰德再有斩获,他在门前接获塞门约(Semenyo)的传球后头槌破关,让曼市带着两球的优势进入下半场。

令人震惊的是,上半场开赛

帅罗沙特联赛强势回归 梅开二度助艾纳斯大胜

现年41岁的罗纳尔多此前因腿筋伤势缺阵超过一个月。这场球赛他首发上阵,在第56分钟操刀罚球命中,助球队在两度领先两度被扳平后重夺领先权。随后,他在第73分钟再下一城,助球队将优势扩大至4比2。

凭借这两个进球,帅罗职业生涯的总进球数已达到967球,继续向成为史上首名达成1000球大目标迈进。

前利物浦(Liverpool)前锋马内(Mane)同样表现出色,在上下半场的补时阶段各进一球,同样为球队的大胜扮演关键角色。

帅罗赛后在Instagram上发文庆祝说:“回归的感觉真好。我们一起继续前进!”

小牛状元19岁砍51分创历史 76人擒狼望直通NBA季后赛



(达拉斯综合电)状元弗拉格(Flagg)虽然在新加坡时间星期六(4月4日)创造美国职业篮球赛(NBA)历史,但达拉斯小牛(Dallas Mavericks)依旧在主场以127比138不敌奥兰多魔术(Orlando Magic)。

全场拿到51分的19岁状元弗拉格,不仅成为NBA历史上砍下至少50分的最年轻球员,他也加入“飞人”乔丹(Jordan)的行列,成为第二位能在新秀赛季多次拿到45分以上的新秀。

小牛在进入末节时落后19分,虽然弗拉格单节独得24分,但面对魔术的全面开花,仍独木难支。魔术共有六名球员得分上双,其中卡特(Carter)得到28分,贝恩(Bane)添上27分,助球队继续冲击季后赛席位。

弗拉格谈到自己的神勇状态时说:“这很有趣,进入那种状态总是很有趣的。篮筐感觉很大,队友也在为你创造机会,帮助你。”

“但我喜欢胜利。那是我的主要焦点,当我们在大部分比赛中落后20分、10分、15分时,我很难完全享受比赛。”

在2024年闯入总决赛的小牛已经在过去九场比赛中输掉八场,球队手握24胜53负战绩,排在西部第13,已经彻底无缘季后赛。

东部季后赛席位之争白热化

取胜后的魔术凭借41胜36负的战绩位列东部第九,以一个胜场领先于第10的迈阿密热火(Miami Heat)。而同日以129比108在主场击败印第安纳溜马(Indiana Pacers)的夏洛特黄蜂(Charlotte Hornets),则以一个胜场的优势领先于魔术,位居第八。

亚特兰大鹰队(Atlanta Hawks)在以141比107大胜布鲁克林篮网队(Brooklyn Nets)后,巩固了第五的位置。

费城76人(Philadelphia 76ers)也不甘示弱,以115比103战胜明尼苏达灰狼(Minnesota Timberwolves)后,与在客场以128比96狂胜孟菲斯灰熊(Memphis Grizzlies)的多伦多猛龙(Toronto Raptors)一样,拿到相同的43胜34负战绩,分列第六和第七。

东部前六可以直通季后赛,第七至第十的球队则需进行附加赛争夺最后的两个季后赛席位。

NBA开始调查字母哥伤情事件

希腊球星“字母哥”安特托孔波(Antetokounmpo)一边坚称自己身体健康足以出场比赛,密尔沃基雄鹿(Milwaukee Bucks)则声称这名两届最有价值球员(MVP)受伤不能上场,并已让他缺席了过去10场比赛。

据悉这次争议已引起NBA的关注,联赛正在对此进行调查。

在雄鹿星期六以101比133输给来访的波士顿凯尔特人(Boston Celtics)之前,安特托孔波说:“我能上场比赛,但我不在场上。我今天能打。现在就能打。我能打。我看起来像不能打吗?……我没有看到自己在前12人名单中。我也没有看到自己在首发阵容中。”

“我不知道这里在玩什么游戏,我只是不想参与其中。”安特托孔波最后一次出场是在3月15日,但球队之后坚持认为字母哥仍未准备好复出。

雄鹿主帅里弗斯(Rivers)在赛后说:“所有这一切最艰难的部分是我身处其中,但我与此事无关。教练不会决定任何事情,但我们联赛的问题在于,教练是坐在前面的人。我们必须坐在这里回答这些问题。我想这件事有两面性,我告诉你。但我不想过多介入其中。”

在字母哥缺阵的情况下,雄鹿过去10场比赛输掉八场,本赛季战绩跌至30胜47负,已经无缘季后赛。雄鹿目前在NBA排名倒数第10,这意味着他们有3%的机会获得选秀状元签。

31岁的安特托孔波本赛季出战36场比赛,场均得到27.6分、9.8个篮板和5.4次助攻。在他的13个NBA赛季中,这名10届全明星球员场均能得到24.1分、9.9个篮板和5.0次助攻。

阶段

相当稳固的红军后防,到了下半场竟彻底瓦解。第50分钟,塞门约在接获切尔基(Cherki)的精准传球后,将球挑过马马尔达什维利,后者试图举手阻挡但并未成功。

短短七分钟后,曼市再利用红军疏漏的防守扩大优势。哈兰德在奥赖利的助攻下上演帽子戏法,将比分改写为4比0。

萨拉赫踢失罚球

第64分钟则轮到利物浦获得罚球,但本仗伤愈归队的埃及前锋萨拉赫(Salah)主罚的罚

球却被曼市的年轻门将特拉福德(Trafford)飞身挡出。

萨拉赫不久前刚宣布会在本赛季结束后,终结自己长达九年的利物浦辉煌生涯。本仗他正式开启他的告别之旅,但他非但没能进球,还踢失罚球,以致在第77分钟被提前换下。

红军将在下周中前往法国与巴黎圣日耳曼(PSG)展开欧冠复赛首回合争夺,这场0比4的败仗无疑大大打击了他们的信心。这也是红军在各项赛事中的连续第二场败仗,他们在上一场联赛1比2意外不敌布赖顿(Brighton)。



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

叶素总领事会见布罗莫火山 赛武瀑布景区管理局负责人



中国驻泗水总领事叶素分别于4月1日至2日，拜会布罗莫火山国家公园景区管理局局长鲁迪詹塔，赛武瀑布景区管理局局长阿卜杜，并出席应急救援物资捐赠仪式。

叶总领事宣介中国“十五五”规划，积极评价景区管理局长期致力于保障中国游客人身安全及合法权益，表示当前中印尼关系保持蓬勃发展势头，人员往来日益密切，布罗莫火山国家公园、赛武瀑布作为领区著名景点，深受中国游客青睐。总领馆愿同景区管理局在安全风险预警、事故信息共享等方面加强沟通协调，不断提升服务质量，共同推动双方旅游合作和人文交往再上新台阶。

鲁迪詹塔、阿卜杜感谢叶总领事到访，表示中国是印尼最



重要的客源国之一，中国出境旅游市场潜力巨大，景区管理局高度重视服务保障中国游客安全，愿同总领馆密切配合，努力为中国游客提供更加安全舒适的旅游体验。

驻棉兰总领馆赴郁达夫纪念馆 缅怀先烈



2026年4月4日，驻棉兰总领馆赴郁达夫纪念馆缅怀先烈。苏北华联和亚洲国际友好学院师生代表出席活动。纪念馆馆长林来荣介绍了郁达夫的生平事迹，宋剑

鸣副总领事和苏北华联副主席苏达人向郁达夫铜像敬献了花篮。宋副总领事表示，清明将至，缅怀先烈既是为了慎终追远、表达敬意，也是为了铭记历史，砥砺前行。郁达夫先生在抗战时期以笔为戈，支援抗战，在苏门答腊壮烈牺牲，展现出不屈不挠的民族气节。我们要以先烈为镜，以历史为鉴，自强不息，并与所有爱好和平的国家一道，共同维护亚洲的稳定与繁荣。

郁达夫纪念馆于2025年12月开幕，通过“家园”、“文学创作”、“抗战时期”等板块，呈现了郁达夫先生的生平。



五洲华侨华人相聚广西防城港 共觅边海新机遇

“广西防城港与越南山水相连、商脉相通，是在越桂商心中重要的家乡门户与纽带。”越南中国总商会广西企业联合会副会长唐猛3日在广西防城港东兴市表示，将发挥商会在产业对接、文化交流、侨界联谊等领域优势，做好牵线人，助力桂越合作走深。

当日，2026五洲筑梦——海外华侨华人防城港联谊大会暨“广西三月三·乡音播全球”文艺演出活动在广西东兴市举办，以“侨连山海·共创未来”为主题，汇聚来自海内外的265名侨商侨领及侨界青年代表，共叙乡情、共谋机遇。

防城港市是广西重点侨乡，下辖东兴市与越南芒街仅一河之隔，长期开展中越文化交流与经贸活动。2019年以来，前述联谊大会已举办八届，成为海外侨胞与防城港市情感互联、事业互促的重要

桥梁。发展即食燕窝业务的泰国籍侨胞莫锦策于2021年在越南布局燕屋，逐步搭建起从源头养殖到加工、品牌、销售的一体化产业体系，已在越南胡志明市、芽庄等地设加工厂。他表示，计划在东兴市开设商铺，抢抓越南燕窝输华红利期。

防城港市委常委、统战部副部长黎家迎表示，防城港作为面向东盟开放合作的前沿城市，正加快推进中国东兴—越南芒街智慧口岸建设，诚邀广大侨胞在跨境产业链、国际医学创新、文旅康养等领域共享发展机遇、共拓合作空间。

东兴市委书记彭绍关介绍，2025年东兴口岸进出口货值、出入境客流均居中国沿边口岸前列。眼下，防东铁路通车已形成“1小时经济圈”，当地跨境产业链合作示范区雏形已现，正以最优环境为侨胞创业兴业提供保障。

活动期间，主办方还举办“八桂侨声·话东盟”海外侨领侨青交流活动，通过实地走访中越界河景区，观看文艺演出，产业推介等形式深化交流，让侨领侨青感受防城港厚重的边关历史与独特边海风情。(中新网)



活动现场。



石家庄刘巧儿评剧社社长许丽丽在活动现场表演。

“华人华侨刘巧儿评剧社”授牌仪式3月29日，在泰国清迈举行，标志着该剧社正式成立。

近年来，中国传统评剧在海外传播备受关注。评剧起源于河北，是中国传统戏曲艺术的代表之一，它融合了民间说唱、舞蹈等元素，以其生动的剧情、优美的唱腔和贴近生活的表演形式，展现着独特文化魅力。

当天的授牌仪式上，评剧大师新风霞

泰国清迈成立“华人华侨刘巧儿评剧社”

弟子、国家一级演员刘秀荣与新凤霞女儿、花腔女高音歌唱家吴霜共同为评剧社授牌。

该剧社社长是85岁的牛艳华老师，她是评剧大师新风霞的干女儿，此前，她已担任沈阳九婉刘巧儿评剧社名誉社

长。牛艳华表示，成立海外评剧社是希望让更多海外华侨华人感受到家乡评剧的温暖，让这一古老艺术在异国他乡焕发生机。

授牌仪式后，中国刘巧儿评剧社的艺术家带来经典评剧《刘巧儿》“小桥送

线”等精彩表演。

据了解，海外华侨华人中喜爱评剧的人数逐年递增，评剧在海外传播范围不断扩大。“华人华侨刘巧儿评剧社”为在泰华人提供了传承评剧文化的平台，也为中泰文化交流搭建了新桥梁。(中新网)



授牌仪式现场。



来自中国的艺术家们参加授牌仪式。

中东战乱对印尼的冲击

◎邱偲峰

中东战乱局势的持续动荡已经对印度尼西亚人民的生活，产生了直接且显著的影响。

经作为石油与天然气进口国的印尼，目前受国际油价波动及供应链中断的冲击，颇为严重的。

截至2026年4月，中东战乱对印尼人民生活的主要具体冲击是--能源价格与日常开支压力。

为应对全球油价飙升及国内财政预算压力，印尼政府自2026年4月1日起实施补贴燃油限购的节能措施，私家车每日限购政府定价的补贴燃油不超过50公升。

印尼人民的厨房用火受累了，印尼有逾七千万户家庭是依赖政府补贴的3公斤装液化石油气（LPG俗称“小绿瓶”）煮食。由於印尼约一半的LPG需从中东地区的阿联酋、卡达及沙乌地进口，目前的中东战争导致的供应短缺及成本上涨，正直接威胁到普通百姓家庭的炉灶。

2026年2月印尼通胀率已攀升至4.76%，创近三年新高，超出央行目标区间，推高了食品及生活必需品的价格，而中东战乱加剧了通胀升温。

改变人生的时间与生活管理法

◎林艾萱

我们，尤其是身兼多重角色的职业女性，常常都有类似的感受：每天都很忙，却始终觉得生活一团乱。工作、家务、孩子的事情轮番出现，你是否常常在家的时候都听到孩子“妈咪妈咪妈咪”叫个不停，从早到晚被各种责任追著跑，仿佛还有很多事情来不及开始，一天就已经结束了。久而久之，读书、运动、放空，甚至好好休息，都成了一种奢侈。我也曾长期陷在这样的状态里，那时的我，经常在心里反问自己：这真的是我想要的生活吗？一种被动应付、没有节奏、没有余裕的日子，是否会就这样一路延续下去？我们究竟要如何，才能真正掌控自己的生活，在工作、家事、育儿与身心健康之间，找到一个相对平衡的位置？

直到今天，我可以很笃定地说，我已经从那个阶段走了出来，一方面，孩子确实慢慢长大了，但更重要的原因，是我找到了适合自己的时间与生活管理方式。现在的我，不仅能够相对从容地照顾工作与家

庭，也能为自己保留放空与休息的空间，同时持续输入知识，让身心维持在一个稳定、健康、舒适的状态。我知道，很多职业妈妈都会有和我相似的感受，当了母亲之后，时间似乎不再属于自己。在我看来，时间管理的第一步，是延长一天的可用时间。因此，我觉得大家尝试的第一步，就是比原本的起床时间提早一个小时到一个半小时。

利用清晨的这一到两个小时，先规划并启动一天的节奏，你会发现，很多事情在不慌不忙中就完成了，时间反而显得充裕，也不再那么容易感到焦虑。

接下来，我开始刻意将工作与家事规律化，设好生活日程表，减少每天需要做决定的次数。如果希望一件事可以长期坚持，最有效的方法，就是让它成为习惯。当行为变成习惯之后，很多行动都会在不需要刻意用力的情况下自然完成。

因此，我选择将家事制度化。例如，把家里的饮食菜单固定下来，不再每天为三餐烦恼，只需要每周花十五分钟规划即可。同时，我也把晨间规律化，每天的时间线

聊一聊，转机

◎李桑

很多人都有过“转机”的经验。但你或许不知道——当你踏入国际线转机区的那一刻，其实已经进入了一个没有国籍的空间。

你离开了出发地，却尚未被下一块土地接纳；护照在口袋里，却暂时失效；此刻的你，不是谁的公民，只是一个编号、一个座位号、一个“请在此等候”的旅人。

你看过那部好莱坞电影《幸福终点站·The Terminal》吗？电影里的角色Viktor Navorski（汤姆·汉克斯·Tom Hanks饰），来自一个虚构的东欧小国Krakozhia。他刚抵达纽约JFK机场，祖国却在同一时间发生改变——新政权未被美国承认。他的护照与签证瞬间“作废”：不能入境美国，也无法被遣返回国。于是，他合法地存在，却哪里都去不了。

机场的转机大厅，成了他的“国家”。而机场当局，对此也无可奈何。像他这样长达9个月的“滞留”，并非电影专属。现实世界里，类似情节在全球各大国际机场的转机区反复上演，吉隆坡国际机场也曾被报道过。

当然，多数人的转机并不会如此戏剧化。但现实只有一个结论——转机，从来不是目的地。它只是被允许短暂停留的空白。

为了节约能源消耗，印尼政府重启远端办公工作模式与公共服务运作的改变，规定从2026年4月1日起，中央及地方政府公务人员每周居家办公一天。政府亦鼓励私营部门跟进，以减少交通燃油支出。

中东战乱延续将会对印尼社会福利的政策带来不确定性的因素，如普拉博沃总统伯沃提出的“免费营养餐”等大型福利计划，可能因能源补贴支出的增加而面临预算调整压力，尽管目前政府仍宣称会优先保障该计划。

中东战乱的延续，会导致金融市场与购买力下降，如印尼盾的贬值是受中东地缘政治风险及美元走强影响，印尼盾兑美元汇率近期曾一度跌破16,900盾。印尼盾货币的走弱意味着进口商品，如电子产品和进口食品原料的价格会变得更贵，将进一步削减民众的购买力。

为稳定汇率，印尼央行将加强外汇管制，自2026年4月1日起将收紧外汇交易，个人及机构每月无须凭证的购汇，额度从10万美元减半至5万美元，这可能影响到部分小微企业主或有出国留学或旅游需求的民众。

中东战乱的延续，对印尼工业发展与人民就业产生巨大的影响，如制造业活动趋

大致相同：起床、吃早餐、处理简单家务、检查电邮、缴付账单、准备孩子的便当等。所有琐碎事务，都集中在固定的时间段完成，这样一来，内心的焦虑感会明显降低，也不再觉得事情永远做不完。

同样的原则，我也运用在工作上，我不再让工作时间被零散讯息与临时事务切割，而是刻意把工作节奏规律化。每天会安排几个固定的专注时段，把需要高度思考与产出的工作集中处理，通常以番茄时钟为单位，在一段时间内只做一件事，不同时打开多个窗口，也不来回切换任务。

专注结束后，给自己短暂的休息，再进入下一轮。透过这样的节奏，工作不再是被迫著跑，而是有开始、有结束的过程。当重要的工作在固定时段被完成，其余时间反而更从容，也不再整天处在“好像还有事情没做完”的压力里。

每个人适合的生活管理方式都不一样，但只要愿意花心思，为自己的生活建立一套可执行的管理方式，日子通常不会走得太差，生活未必会立刻变得轻松，但它会慢慢靠近你所期待的样子。2026，希望我们的日子越来越简单规律，也越来越好。（转载自：东方日报）

而最真实的转机，往往发生在凌晨。机场最安静的时刻——商店半掩，咖啡机发出疲惫的声响，清洁人员推着车缓慢经过。你坐在椅子上，身体很累，脑子却异常清醒。那种清醒不是精神好，而是——你突然无处可逃。

于是，一些很久没想起的事开始浮上来：某些人、某些选择、某些“如果当初”。

因为此刻，你没有借口忙碌。

有一次长时间转机，我没进贵宾室，只坐在公共区，看人来人往。那一刻我突然意识到：每个人都在离开某个地方，却没有人真正“在这里”。这是一个只存在于动词里的空间——经过、等待、前往。从来没有“停留”。

后来，我慢慢学会一件事：不要急着逃离转机。现在的我，依然在转机。不只是航班之间，而是人生里某些更大的移动。我不再急着找出口，也不再频繁看表。我坐下来，允许自己短暂地——不属于任何地方。

如果你问我，转机是什么？我会这样回答你：转机，是人生对你说过的一句话——你已经走得够远了，现在，先坐一下。下一段旅程会到来。广播一定会响起。你的名字、你的航班、你的方向，终究会被叫到。在那之前，你只需要做一件事：好好坐在这里。

不是刻意回忆，而是它们自己找上门来。（转载自：南洋商报）

缓，是由于燃料成本增加及进口原料供应链受阻，印尼3月份的制造业采购经理人指数（PMI）显示景气扩张放缓。钢铁、水泥、化肥及纺织等对能源敏感的劳动力密集型产业受创最重，可能影响相关劳工的收入与就业稳定性。

印尼的石油储备够吗？是不够的。因为印尼早已从石油出口国，转型为石油净进口国。目前国内原油产量仅能满足约40%至50%的需求。据了解，2025年印尼石油日产量约60.5万桶，虽超额达成预算目标，但远低于高峰时期的100万桶以上。

在产销缺口上，印尼的石油与天然气进口来源，有逾18%原油来自中东，天然气进口中，更有37%来自海湾国家。

2026年3月，印尼政府财政开始面对强大的压力，因为政府需支付巨额能源补贴，原本预算在2026年编列381兆印尼盾，是来平抑油价的。若国际油价持续维持在每桶100美元以上（之前曾一度飙升至119美元，4月1日的5月期货是71.20美元／6月期货74.49美元），补贴将严重挤压政府预算，可能被迫削减补贴或影响其他民生计画。

在应对措施方面，印尼政府正寻求中东以外的替代来源，例如承诺购买150亿美

年味——烘蛋糕

◎张毅全

记忆里，过新年最热闹的，莫过于充满浓浓人情味的乡村了。迎接新年的准备，似乎早在过年前一个星期就已经开始了。而对于我们这些馋嘴的小孩来说，最令人期待的，莫过于看大人在村里的大树下烘蛋糕、做蛋卷了。

只见大人不知从哪里搬出一个巨大的塑料桶，往里面倒入雪白面粉、从农家收来的新鲜鸡蛋、晶莹的白糖、带着气泡的苏打水。当然，还有那必不可少的、能让蛋糕散发出诱人香味的香精。接下来，便是最考验臂力的时刻——用一个巨大的螺旋弹簧不停地在桶里搅动。

这看似简单有趣的活儿，实际上却辛苦得很。大人们往往累得满头大汗，额头上的汗珠滴下来，头发和衣服上都沾满了星星点点的面糊，气喘吁吁地搅拌得死去活来，才能将那一桶浆料勉强搞定。

烘蛋糕的场地，通常选在村口那棵枝繁叶茂的大树下。大人们会在空地上生起一堆熊熊燃烧的炭火，红色的火苗舔舐着黑色的木炭，发出噼里啪啦的声响，空气中也弥漫着一股淡淡的木炭味。

大人们再在炭火上架起一张锈迹斑斑的铁丝网，一个简易却实用的烘炉就这样搭建完成了。最令人称奇的，是那套烘蛋糕的模具。模具里有各种各样小动物的形状，有活灵活现的小猪，有憨态可掬的小熊，当然也少不了象征吉祥如意的鲤鱼。

这套模具最特别的地方在于，它的盖子也是可以盛放炭火的，这样就能实现上下夹攻，让蛋糕受热更加均匀。大人们小心翼翼地将搅拌好的浆料倒入模具内，然后盖上盖子，静静地等待着美味的诞生。

比看魔术还有趣

相比之下，做蛋卷的过程似乎要简单一些。蛋卷的材料与蛋糕大致相同，只是不需要费力地搅拌。而做蛋卷的烘具，也同样充满了智慧。那是一个长长的夹子，夹子的前端连着两个圆形的铁片。

使用时，只需将夹子打开，将稀薄的浆料轻轻淋在铁片上，“吱”的一声，再将夹子合拢，放在炭火上烘烤。待到蛋卷变成金黄色，散发出诱人的香味时，就可以打开夹子，用筷子小心地将它卷成一筒香脆可口的蛋卷。

元

美国的能源。在各项能源供需方面，印尼政府现在采取的新措施是以“能源自给自足”为核心，加速能源供需转型。具体措施包括：大力投资太阳能、地热等绿色能源；下调能源领域本地成分要求（TKDN）以加速电力基础设施建设；要求煤炭和棕榈油优先供应国内市场；推行节能减油政策以应对国际局势波动；并持续深化镍矿产业的国产化利用。

印尼政府正在加快建设装机容量高达100吉瓦的太阳能设施，并重点开发地热和水电。政府目标在2050年将清洁能源占比提升至31%。印尼作为棕榈油生产大国，现在积极推进利用生物燃料填补能源缺口，试图降低对化石燃料进口的依赖。

为加速基础设施建设，印尼政府放宽了能源领域的“本地成分要求”，允许在光伏和风能等项目上采用更多外国组件，优化能源产业投资环境。

印尼普拉博沃总统要求煤炭和棕榈油生产商，优先满足国内市场，确保国内能源安全再考虑出口。同时延续镍矿的本地加工策略，不出口原矿以提升产业链价值。

针对近期国际局势造成的油价波动，印尼政府在2026年3月杪，采取了一系列节能措施，以减少燃油消耗，增强国内经济韧性。

印尼新政府致力于在提高绿色能源比重重的同时，保持化石能源的平稳供应，特别强调将棕榈油作为保障国内能源自给的重要手段。

刚出炉的蛋卷，口感酥脆，香甜可口，是孩子们最喜欢的零食。

对于我们这些好奇心旺盛的孩子来说，看大人烘蛋糕、做蛋卷，简直比看变魔术还要有趣。

我们总是围在烘炉旁，目不转睛地盯着大人们的一举一动，恨不得自己也能亲手尝试一番。我常常在想，发明这些简单实用的烘焙工具的人，如果能够获得诺贝尔奖，那绝对是实至名归。

当然，无论是烘蛋糕还是做蛋卷，对火候的把控都至关重要，火候太大了，蛋糕和蛋卷容易烤焦，火候太小了，则难以烤熟。而这些宝贵的经验和技巧，都需要我们耐心地向村里的老人家学习。老人们不仅谆谆教诲，将配制的方法倾囊相授，更将蕴含在这些美食之中的传统文化，一代又一代地传承下去。

我最喜欢看盖子被缓缓揭开的那一瞬间，当金黄色的蛋糕呈现在眼前时，空气中顿时弥漫着一股令人陶醉的香甜气息。这时，大人们会用一根细细的铁丝，小心翼翼地将蛋糕一个个从模具中挑出来，然后整齐地存放在一个大大的苏打饼干桶中。

刚出炉的蛋糕，散发着诱人的香气，口感松软，甜而不腻，是孩子们的最爱。

接着，他们又会在烘具上轻轻地抹上一层油，注入新的浆料，重新开始新一轮的烘焙。而我，总是忍不住自己的馋嘴，趁大人们忙碌的时候，悄悄地揭开饼干桶的盖子，想要偷吃一块热乎乎的蛋糕。这时，阵阵香气便会扑鼻而来，那香气不仅仅是蛋糕的香味，更混合着一种难以言喻的味道。

小时候，年幼无知的我并不能明白那是什么，直到长大后才渐渐领悟，那原来就是记忆深处，最令人怀念的——年味。

今日，我又吃了几根香脆可口的蛋卷，一阵阵地涌上心头。那些无忧无虑的童年时光，那些充满年味的新年，总是让人无法忘怀，久久惦念。只是，如今再也难以寻觅到那记忆里，用炭火烘烤出来的，带着浓浓人情味的蛋糕和蛋卷了。

炭火的香味，童年的笑声，都随着时光渐渐远去，只留下那份温暖的记忆，在心中，久久回荡……

（转载自：南洋商报）



亚洲周刊：李晓彤、王可心

当「艺术新星」迪拜深陷伊战烽火之际，香港巴塞爾艺展却人潮涌动，标价1330万美元的作品《Jeune Femme Brune》引发打卡热潮，宣告着香港作为全球艺术交易中枢的不可替代性，也向世界展示，香港艺术品交易市场已超越单纯的资本狂欢派对，成为全球地缘政治板块撞击下的「艺术避风港」，源源不断地吸引着全球艺术热钱，显示艺术市场东升西降的关键时刻。

三月的香港永远属于艺术，回南天的潮湿空气，浇不熄湾仔会展内躁动的艺术狂潮。二零二六年的香港巴塞爾艺展（Art Basel HK 2026）会场内，佩斯画廊（Pace Gallery）带来意大利传奇艺术家Amedeo Modigliani的晚期油画《Jeune Femme Brune》（棕发年轻女子），开出约一千三百三十万美元的天价，引得全场打卡拍照。汹涌人潮，宣告着香港作为全球艺术交易中枢的不可替代性，也向世界展示，香港艺术品交易市场已超越单纯的资本派对，成为全球地缘政治板块撞击下的「艺术避风港」，源源不断地吸引着全球艺术热钱。

放眼全球，烽火未灭。当昔日的「艺术新星」迪拜深陷中东战火，全球艺术热钱正以前所未有的规模，加速向东方涌流。反观欧美，油价飙升、通胀失控与高额税赋，正消解其市场引力。在脱欧後的伦敦与巴黎之间，艺术品跨境面临重税重创——法国画廊赴英参展需预付进口税，未售作品运回仍须面对繁杂课税。这种制度性摩擦与社会治理的败坏，正宣告西方艺术霸权的松动。

这正是艺术市场东升西降的关键时刻。香港凭藉低税率与高效法治的制度基因，成为承接这股全球热钱的「安全岛屿」，在乱世洪流中筑起艺术交易的防波堤，让资金、人才、艺术品都能自由流动。这座城市不仅是资金的避风港，更是文明流离时的收容所——在动荡不居的二零二六年，香港以其不可替代的稳定性，赋予了艺术品在战火之外继续「呼吸」的权利。

本届艺展汇聚全球四十一个国家的二百四十间顶尖艺廊，短短五天共吸引逾九万一千五百人次进场，展现出强韧的文化抗体。

交易市场上，毕加索名作《画家与模特儿》以约四百零五万美元领衔成交；刘野的《雪白公主》与马琳·杜马斯二零零二年的肖像作品《老人》亦分别以三百八十万及三百五十万美元的高价易手。此外，路易丝·布尔乔亚的《致波德莱尔#1》（二百九十五万美元）与赵无极的《无题》（二百八十万美元）价格同样瞩目。

今年首度登陆亚洲的「ZERO 10」展区，更将这股韧性推向数字前沿。这片以一九一五年马列维奇先锋展览命名的「密码空间」，将生成式艺术家如钟慷君（Sougwen Chung）与Refik Anadol的演算巨作带到前沿，透过区块链技术确保了艺术资产的去中心化流动。这不仅是技术迭代，更是价值范式的转移：当现实世界深陷断裂，数字艺术以其跨越国界的属性，守护着全人类的审美绿洲。

场内星光熠熠，邓文迪、霍震霆、郭晶晶霍启刚夫妇、林志玲、杨澜、章泽天、张智霖袁咏仪夫妇、张家辉、关咏荷、袁弘、黎姿、孙宇晨等公众人物低调现身，为这座「安全岛屿」增添了感性的张力。

全球动荡中的“安全港”

在全球动荡加剧的背景下，香港的另

乱世艺术避风港效应

香港巴塞爾艺展吸纳全球热钱



香港巴塞爾艺展总监乐思洋 (Angelle Siyang-Le)。(图: Art Basel)



中国「零五後」女性艺术家陈嫣冉：作品《自然连线》。



《RECURSIONS 递归》：艺术家钟慷君与机械臂共同创作。



沉浸式装置作品《Poison Little Girl》，以超现实主义的手法营造梦幻、诡异的氛围。(图: Art Basel)



《价/值/餐餐》：艺术家江记探讨价值与价格关系。(图: 李晓彤)

一重意义逐渐浮现——作为「安全港」的功能。报告显示，关税与地缘政治已对艺术贸易造成实质影响，而香港相对稳定的法律与税制环境，使其成为资本与艺术品流动的重要节点。在欧美市场面临政策不确定性的情况下，香港的制度优势被重新评估。这种稳定性，并非单纯的经济条件，而是一种制度信任。

与此同时，大湾区的崛起为香港提供了新的支撑结构。从深圳、广州再延伸到整个大湾区，私人美术馆与新兴画廊迅速增长，形成一个日益活跃的艺术网络。维也纳艺廊 Galerie Krinzinger 亚洲代表庄彬指出，博览会对市场的带动作用极为关键，「如果没有一个区域性的、有效的、有质量的博览会，是没有办法带动这个市场的参与者一起繁荣进步的」。在这一意义上，香港巴塞爾不仅服务於全球市场，也在重塑大湾区的文化版图。

香港巴塞爾并不只是关于金钱。在大师、明星与顶级藏家的光环之外，一种新的艺术问题正在浮现——价格与价值之间的张力。入口处，香港艺术家江记（Kongkee）的装置作品《价/值/餐餐》成为本届最具象征性的场景之一。他以霓虹灯构建「Price」（价格）与「Value」（价值）两个概念，并让买家选择其一，最终现场砸毁未被选中的作品。在这场行动中，艺术不再只是被观看，而是被判断。最终，买家的选择指向了「Value」，而非「Price」。这一结果，恰如其分地揭示了当下艺术市场的核心问题：在一个被社交媒体、算法与舆论包围的数位世界中，艺术的价值，究竟由谁决定。

Z世代藏家力捧数字艺术

这个问题，正与数字艺术的兴起交织在一起。

本届展会最值得关注的现象之一是首次出现在香港巴塞爾艺展的数字艺术展区「Zero10」。这个展区为艺术家提供了一处空间，让他们运用新技术来叩问作者身份、创造力以及数字创作环境。Zero10策展人Eli Scheinman表示，香港作为新媒体和数字艺术的重要枢纽，Zero10展区的到来顺理成章，而设立这一空间的目标之一，是「重塑人们对数字艺术的理解」。

与此同时，Z世代（生於一九九五至二零一零年）收藏者的崛起，使数位艺术与科技媒介获得更多关注。《艺术经济》（Arts Economics）创办人Clare McAndrew指出，新一代收藏者「更精通数字科技」，而这一特徵正在改变市场结构。

性别结构的变化亦不容忽视。今年是「零五後」女性艺术家陈嫣冉作品首次参加巴塞爾艺展，她明显感觉到女性艺术家获得了更高的关注，「画廊会给女性艺术家做完整个案」，女性艺术家在作品表现上也更趋多样，「议题不只是传统女性视角，更多身份、自我、社会观察」。

报告数据显示，二零二五年女性艺术家占画廊代理比例已达百分之四十五，同比上升百分之四。瑞银全球财富管理投资总监办公室全球资产配置联席主管苏安淳(Adrian Zuercher)指出：「财富正在转移，而女性将成为更重要的市场力量。」这种转变不仅影响市场需求，也正在改变艺术叙事的内容与方向。

疫情之後，香港巴塞爾的发展策略从早年追求规模扩张转移至强调质量控制与策展深度。二零二六年新设的「艺路回声」

(Echoes) 展区，限制每个展位最多呈现三位艺术家近五年的创作，意在让观众深入了解创作脉络，而非快速浏览作品。而在所有展区之中，最能体现这一转向的，则由全新策展团队主导的「艺聚空间」(Encounters)。

亚洲哲学赋予策展灵感

今年「艺聚空间」迎来全新策展团队，由东京森美术馆馆长片冈真实(Mami Kataoka)领衔，联同香港M+博物馆视觉艺术策展人谭雪凝(Isabelle Tam)、常驻雅加达的独立策展人Alia Swastika及森美术馆策展人德山拓一(Hirokazu Tokuyama)共同策划。这一组合被视为香港巴塞爾策略转型的重要标志——由单一西方策展话语主导转向亚洲内部的多重视角共同建构叙事。

在策展结构上，「艺聚空间」以亚洲哲学理念为构思起点，并沿四条走道划分空间，每条专区分别对应「空、水、火、土」四种元素。策展团队强调，透过元素之间的并置与转换，让作品在不同文化与现实之间产生对话，而非被归入单一主题之中。

在作品层面，「艺聚空间」呈现出明确的跨媒介特徵。包括韩国艺术家康瑞璟的多媒体纺织?置(象徵「空」、印度艺术家Parag Tandel以纱线构建的海洋叙事?置(象徵「水」、日本艺术家安永正臣的釉面陶瓷雕塑(象徵「火」)，以及菲律宾艺术家Geraldine Javier以生熊印花构成的大型织物?置(象徵「土」)，均显示出亚洲当代艺术在材料与叙事上的多重可能。

片冈真实指出，亚洲当代艺术的关键不在於「统一风格」，而在於「差异之间的关系」。她强调，策展团队刻意避免单一主题，而是透过不同文化背景的策展人共同选择作品，使展区呈现出一种「流动的叙事结构」。这种结构，不再是线性历史，而更接近网络式的交织。

这一策展方法，也呼应了近年艺术界对「去中心化」的讨论。Alia Swastika表示：「亚洲并不是一个单一的文化概念，而是一个由不同历史与政治经验构成的场域。」她认为，香港正是这种多重经验的交汇点，使「艺聚空间」能够成为一个展示差异的场所，而非单一叙事的延伸。

香港重建艺术市场秩序

在一个充满裂缝与重组的世界中，二零二六年的香港巴塞爾艺术展以一种更为克制、冷静的方式回归，这种回归更像是一种秩序重建的开端。

根据《Art Basel & UBS艺术市场报告二零二六》显示，上年全球艺术市场总销售额约为五百九十六亿美元，同比增长百分之四，在经历两年收缩後重回正增长，但仍未恢复至二零二二年的高位。Clare McAndrew直言：「市场不是单向成长，而是充满波动与再平衡。」她进一步指出，「我们看到的不是全面复苏，而是明显的分化」，尤其高端市场依然强劲，而中段市场压力仍然存在。

这种分化在香港展会现场得到了具体呈现。二百四十间画廊参展的展会规模看似稳定，但成交节奏却显著变化。多家国际蓝筹画廊在开幕首日即完成数百万美元级别交易，高价位作品依然受到机构与顶级藏家追捧，而中低价位作品的销售则更为审慎。庄彬发现：「二零一六年至二零一九年之间，中国大陆藏家大量进场，当时更多是对西方

画廊体系的信任，但近几年，他们开始主动判断艺术家的价值，而不是单纯依赖画廊品牌。」

与此同时，交易节奏的放缓并不意味着市场疲软，而是一种结构性的成熟。苏安淳指出：「新一代收藏者更由热情驱动，而非纯粹回报。」他同时强调：「艺术不只是资产，而是你愿意长期拥有的价值。」这种从投机转向长期价值的转变，正在重塑整个市场逻辑。

今年香港巴塞爾的城市宣传亦提供了另一层观察艺术语境的入口。本届宣传选用三位艺术家的作品，并分别配以「艺术即……」标语，形成一组具有指向性的视觉与概念组合——毕蓉蓉(Bi Rongrong)以细密而层叠的视觉语言，回应自然与人造之间的生成关系，呼应「艺术即造化」；陈维立(Chan Wai Lap)以游泳池等公共空间为切入点，关注身体经验与情绪记忆之间的连结，对应「艺术即共鸣」；而Tala Madani则透过带有戏剧性与批判意味的绘画语言，探讨权力、性别与人性结构，指向「艺术即升华」。三组标语构成从感知、情感到思想层面的递进关系。

在当前艺术市场结构转变的背景下，这组宣传语亦隐含另一层意义：当艺术不再仅以价格衡量，其价值开始回到生成、感受与转化本身。香港巴塞爾在此所呈现的，不只是市场讯号，更是一种对艺术本质的重新界定。

构建亚太艺术生态系统

过去十馀年，香港被视为中国与国际市场之间的桥梁，而今天，它更像一个正在形成中的「亚太艺术共生圈」的核心节点。巴塞爾艺术展香港展会总监乐思洋(Angelle Siyang-Le)指出：「香港仍然是连接中国与世界的艺术枢纽。」但她同时强调，展会「早已不只是艺术市场的交易平台，而是一个充满活力的生态系统」。这一表述，实际上为香港提供了一个新的定位：不仅是交易中心，更是生产、策展与文化叙事的交汇点。

从参展结构来看，这一转变已有清晰体现。亚太画廊占比过半，其中二十九间在香港设有实体空间，显示出香港不再只是「临时市场」，而逐步成为长期布局的据点。庄彬回忆，二零一三年香港巴塞爾接手Art HK初期，「整个博览会给人的感觉是更加强调欧美西方主导的体系」，亚洲画廊比例极低；但近十年间，「亚洲画廊，包括韩国、日本以及东南亚的新兴画廊，开始真正进入这个国际舞台」。这种转变并非简单的地域扩张，而是权力结构的再分配。

回望香港巴塞爾的十三年发展，可以看到一条清晰的演变轨迹：从西方主导的国际平台，到亚洲力量逐步崛起，再到今天一个多中心、多叙事的生态系统。这一过程并非线性发展，而是在全球经济与政治变局中反覆调整的结果。

Clare McAndrew说：「这不是衰退，而是市场的再平衡。」这句话或许最能概括二零二六年的香港巴塞爾艺展。它不再是单纯的交易场，而是一个观察世界如何变化的窗口。在这个窗口中，可以看到资本的流动、文化的重组，以及价值体系的重新书写。

当全球市场在不确定中寻找方向时，香港提供的并非答案，而是一种可能性：在多重力量交织之中，维持开放、流动与对话的空间。这或许正是艺术在当代最重要的意义，也是香港巴塞爾持续存在的理由。■

远离油头地狱!

4营养素避这些NG行为

大热天不仅脸油、头也油，到底要如何改善油头？好食课营养师Oliver杨哲雄在脸书粉专“好食课”发文分享4种营养素改善油头，要补足维生素B2、B6，及吃足生物素、补充锌，可以吃地瓜、鸡蛋、牛肉、全谷及乾香菇等食材。另外，熬夜、常吃甜食、缺乏或过度洗头，以及习惯抓头发等，都是让头变油的原因之一。

4营养素改善油头

●补足维生素B2

维生素B2参与脂肪的代谢，并促进毛囊的健康，富含食材包含猪肝、瘦肉、全谷及乾香菇。

●补足维生素B6

维生素B6调节皮脂分泌，及促进头发生长，并可帮助锌的吸收利用，使头发更加健康，饮食上可吃海带茸、地瓜、鸡

胸肉补足。

●吃足生物素

充足的生物素可以维护头发及皮肤健康，且生物素参与脂肪代谢，也可帮助改善油头问题，可以吃鸡蛋、地瓜补充。

●补充锌

补充锌可有效控制皮脂过度分泌，有助於改善油头情形，研究发现缺乏锌可能导致头油，可吃牡蛎、南瓜籽、牛肉补足。

NG行为

杨哲雄表示，熬夜、压力大、常吃油炸/甜食，不常洗头或是过度洗头，及习惯去摸头发、抓头发的人，皆可能导致荷尔蒙失衡、头皮受到污染，而使头皮油脂分布不均，产生更多油脂。(健康网)

洗牙牙齿变白牙缝变大 3件事是洗牙真正功效

“洗牙很重要，但也很常被误会”。不晓得大家知不知道，所谓的洗牙到底是洗什麼，它能做到什麼，不能做到什麼呢？

洗牙最主要的目的，就是透过超音波震动的方式，来清除牙菌斑及牙结石，而牙结石多是堆积在牙龈上方的牙齿表面处，所以定期洗牙後都能降低牙龈发炎及口腔异味的机率。

若是洗牙时发现有明显疼痛感和出血状况的话，代表牙龈发炎比较严重；也就是说牙龈健康的话，洗牙是不会痛的！

那洗牙究竟有什麼迷思和误解呢？我这边列出四大点

会让牙齿变白

洗牙仅能将褐黄色的牙结石清除，让牙龈恢复健康，但无法改善茶垢、烟垢等染色问题喔。

会让珐琅质流失、造成牙齿敏感

牙结石堆积会让牙根被挡住，因此将牙结石清除後，原本被覆盖的牙根就会重见天日，才会有暂时的



敏感性症状。

会让牙缝变大

通常牙缝是原本就有的，因为牙结石会导致牙龈发炎红肿，进而遮住牙缝，在洗牙後牙龈消肿才会出现牙缝变大的错觉，其实让牙缝变更大的是牙结石牙及牙周病，并不是洗牙。

能治疗中重度牙周病

洗牙仅能清除牙结石，多是避免牙周病的机率，若是致病菌已经向牙龈下方蔓延的话，就需要透过其余的牙周治疗方式处理喔！

会特别做一篇帮洗牙行程解惑，也是希望大家不要再被误会罗~洗牙对口腔来说是非常好的，定期洗牙也同时定期帮口腔健检呀。(早安健康)

小孩受伤怎麽办

医师谈急救与观察

近日有公开活动发生音响倒下砸伤4岁幼童之意外，所幸孩童就医後已无大碍。幼童行动力旺盛，即使是在室内，也可能跌倒撞伤，遑论在户外有可能从游乐设施上、遭车辆撞上等等意料之外的危害。若受伤了该怎麽做？

医师建议若意识清楚，可先将肿胀部分冰敷後送医。医师会依照“Pecarn”小儿头部断层检查评估流程，根据有没有颅底骨折徵兆(如熊猫眼)、呕吐以及意识状况(昏迷指数)，来决定是否安排电脑断层。若伤者意识清晰，可将肿胀部分冰敷後再就医。

据报导，日前新北某商场举办儿童活动，邀请知名卡通明星到场与小朋友同乐。然因现场拥挤，立式音响不慎倒下，砸伤一名4岁女童。商场立即送幼童就医，所幸无大碍。

辅仁大学附设医院

儿童急诊主任王圣儒表示，若儿童头部外伤後有失去意识、昏迷，则须立即送医做头部电脑断层。这种情况多是受到高能量撞击，包含：被时速60公里以上的车辆撞击、头部被高速物体击中，以及3公尺以上高处掉落。

以本案为例，王圣儒说明，当事人被砸伤後，需依照急救ABC流程，先固定颈椎、检查意识、畅通呼吸道、检查脉搏後送医；医师会依照“Pecarn”小儿头部断层检查评估流程，根据有没有颅底骨折徵兆(如熊猫眼)、呕吐以及意识状况(昏迷指数)，来决定是否安排电脑断层。若伤者意识清晰，可将肿胀部分冰敷後再就医。

另一方面，即使刚发生意外时意识清晰，仍可能因硬脑膜上出血等因素导致“延迟性颅内出血”而急速恶化。因此医师说明，伤者通常会在急诊观察6小时检查意识、瞳孔大小与光反射，并且离院前给予卫教单，提醒家长：在受伤後24小时内，每个小时都要查看孩子的状况；三天内属於需观察的期间，需要在睡眠时陪伴，每隔2小时应叫醒一次，与他交谈，没有异常才能让孩子继续睡。(健康网)



夏季进出冷气房易感冒 消炎清热吃这7宝

炎炎夏日，来回穿梭於冷气房与室外高温间，温差大让身体难以负荷，其实容易感冒。中医师余雅雯指出，在对的时间吃对的食物，可以达到纾缓感冒症状的效果。她分享感冒食疗秘笈，其中提到，若处于感冒“发炎”期，可以多吃雪梨、西瓜、橘子、甘蔗、椰子汁，或服用葱豉汤、四神汤，以达到消炎止痛、解热、缓解头痛鼻塞等效果。

余雅雯在脸书专页“上玺中医 余雅雯 中医师”发文指出，夏天其实也是感冒流行季之一，她表示，从黑糖姜汤、梨子到白萝卜汁和人参等食材，这些民间流传已久的食疗法，确实可以纾缓感冒症状，但若使用不当，反而会让症状加剧。

余雅雯强调，进入感冒发炎期，除了可以多吃雪梨、西瓜等

食材，要注意的是不能乱吃补药，例如人参、当归、黄耆，或冬令进补食材如当归鸭、麻油鸡、姜母鸭、老姜汤等。

若进入感冒初期，余雅雯表示，服用黑糖姜汤或甘蔗姜汤，适合因淋雨吹风受寒引起的感冒症状。也可以食用陈皮、梨子等食物，缓解咳嗽、达到保健作用，不过效果较慢。且有些人吃水果会加重感冒症状，需要视个人情况而定。

最後，余雅雯提醒，日常预防感冒上，可以吃白萝卜消炎杀菌又利尿，生萝卜汁加蜂蜜可缓解喉咙肿痛；每天喝杯红茶或绿茶也能增强免疫系统，她强调，最重要的治疗重点叫“多休息”，食疗只是辅助，无论中医西医都认为，感冒期间最重要的是多休息，让身体细胞恢复作战力。(健康网)



喝冰饮比吃冰更易头痛 营养师1招助改善



夏天到了免不了吃冰、喝冰水，但是不是因为这样所以常头痛呢？李婉萍於脸书粉专“李婉萍营养师”及网站发文表示，吃冰头痛不是病，少吃或慢食有助改善。而喝冰水比起吃冰更容易引发头痛，因颅内动脉平均血流速度变快，使得大量血液通过造成疼痛。若原本就有偏头痛的人，吃冰块为带有压迫感的头痛，喝进冰水後的则是刺戳型的疼痛。

李婉萍指出，有研究论文显示，因为吞咽或吸入外界寒冷刺激，所引起的头痛(HICS)，又

称为“冰淇淋头痛”，确实是导致原发性头痛常见的原因之一，不过这当中的机转和原理还不是很明确。

她说，另一个值得注意的是，喝冰水竟然比起吃冰更容易引发头痛！当受测对象喝了冰水之後，脑部血管的阻力会随之降低，颅内动脉平均血流速度(MFV)显着增高，使得大量血液通过造成疼痛。另有文献指出，和冰块相比，饮用冰水而诱发HICS的潜伏期明显缩短，而且更为频繁，疼痛强度也较高。

李婉萍表示，还有研究发现，本来就患有偏头痛的人，因吃冰而犯头痛的机率会比没有偏头痛者更高。而根据研究对象描述头痛的类型时，疼痛的部位并没有差别，但食入冰块後所产生的不适，为带有压迫感的头痛，喝进冰水後的则是刺戳型的疼痛。

选对冰品不怕胖

李婉萍提到，建议大家购买时多注意营养标示，选择少添加或无添加使用的冰品。以糖和果汁组成的冰棒，热量相对低；一旦加了奶油、炼乳，或全脂奶粉後制成的冰淇淋，热量都会升高不少。

以同一个品牌的两种冰品来比较，成分较单纯的芒果水果冰棒，每一公克热量约0.7大卡；换成黑糖珍珠雪糕口味後，成份多了奶油、炼乳、棕榈油、脂肪酸甘油酯，满满都是油，再加上糖分，结果每一公克热量飙升到，将近芒果冰棒的三倍。

至於一桶桶看起来很美味的香草或巧克力冰淇淋，大多含有很高的鲜奶油成份，不只热量高，大量摄取饱和脂肪的结果，也容易增加胆固醇、心血管疾病的风险。若是吃一般单纯的剉冰加上糖水，热量和果汁冰棒是差不多的。若要添加配料，尽量多选水果类会比较理想，全谷杂粮类，也是不错的配料选项。(健康网)

湿热天气登革热最爱 4招防治你我做起

最近天气炎热，一到午后又开始下雷阵雨，小心这天气是登革热爆发要素！胸腔暨重症专科黄轩表示，登革热是种由白线斑蚊和埃及斑蚊叮咬感染的急性传染病，国外研究发现，持续、反覆的高温，以及降雨增加登革热传播，“这周不就是完全符合登革热大爆发的前奏曲”，因此建议做好巡视环境、倒掉积水、清除多馀容器、刷洗容器等预防4招，守护健康！

3大因素易让登革热爆发

黄轩在脸书专页“黄轩医师Dr. Ooi Hean”发文分享，1项国外研究发现，雨量前提下，降雨天数愈多、愈规律，成蚊的数量也愈多，并分析登革热大爆发的3大原因，可得出导致一个季节内，登革热大爆发的气候条件是：相对较高的气温（夏季）；反覆午後雷雨，易达到高峰的高降

雨量；以及不间断的、规律的雨水和闷热引起。

●气温：平均气温介於25至33度时，登革热传播情况随降雨量增加升高；当气温小於25或大於33度时，传播情况则不受降雨量影响。

●降雨量：在每月降雨量固定情况下，降雨天数越多、越规律，成蚊数量就越多，当降雨量增加时，会导致登革热传播增加，平均滞後时间为10天。

●降雨模式：在亚洲，6月和7月降雨量达到高峰的降雨分布，会产生大量的有效再生数（ERN），有利登革热传播。

防治登革热首要“清除孳生源”

“这周气候，不就是完全符合登革热大爆发的前奏曲”黄轩说，建议巡视住家附近水沟，是否有大量积水、蚊子



滋生，并提供预防登革热4个重点措施，谨记防治登革热的根本之道是“清除孳生源”，预防胜於治疗，一同努力守护健康！

●“巡”视环境：定期巡视周围环境，避免容器积水。清除潜在的孳生源，如花盆、水桶、废弃物等。

●“倒”掉积水：倒掉积水，避免蚊

子孳生，尤其是花瓶、水缸、屋顶排水口等地方。

●“清”除多馀容器：清除不必要的容器，如废弃物、空罐、旧轮胎等，防止蚊子繁殖。

●“刷”洗容器：定期刷洗容器内壁，去除斑蚊虫卵，有助於阻断登革热传播。（健康网）

静脉曲张不只外观困扰 百万网红提5法预防

许多人以为静脉曲张只是外观上的困扰，然而，百万网红卡洛斯·贾拉米洛博士（Carlos Jaramillo）提醒，这是身体血液循环出问题的警讯。一旦忽视可能引发疼痛、溃疡甚至血栓，严重时还会影响整体代谢与健康，它不一定只发生在老人身上，青少年若有坏习惯或基因影响，也可能出现。专家也提供了5项改善做法。

为什麼会有静脉曲张？

根据文献，大约30%-40%的人有不同程度的静脉曲张，而女性的好发率又比男性高得多。卡洛斯·贾拉米洛表示，静脉的主要功能是将血液从四肢与全身送回心脏。当静脉失去正常的功能与结构，就会出现静脉曲张。

他说明，腿部的血液上升，就像搭电梯一层一层往上。静脉内有单向瓣膜，血液往上推时，瓣膜打开让血液通过；血液经过後，瓣膜立即关闭，防止血液倒流。但若瓣膜功能异常，血液就会因重力倒流，让静脉逐渐扩张，最後形成静脉曲张。

静脉曲张不是小事：警示血液循环异常

什麼原因会造成静脉曲张？卡洛斯·贾拉米洛解释，除了基因或种族影响外，以下因素都会增加罹患风险，包括久坐或久站缺乏运动、不良饮食习惯、肥胖、怀孕等。

静脉曲张对健康的影响是，腿部疼痛与肿胀、皮肤溃疡（血液淤积导致血管壁受损，皮肤破裂）、静脉曲张（血液流速减慢，像交通堵塞一样，容易形成血块）、慢性发炎与代谢异常（高三酸甘油酯、荷尔蒙失衡、压力过大、肠道菌丛失衡、营养不足等，都会恶化血管健康）。

预防静脉曲张5大关键

为避免因静脉曲张引发的健康风险，卡洛斯·贾拉米洛提供以下5项建议：

1.调整饮食：多抗氧化食物、少吃加工品

健康饮食是预防的基础。应避免精制糖、人工奶油与工业植物油，改以蛋白质、



纤维、蔬菜与健康脂肪为主。多摄取抗氧化食物，例如，莓果、柑橘、菠菜、西兰花、可可、绿茶等富含类黄酮，能保护血管壁、减少发炎。

2.规律运动

运动能促进血液循环，保护心脏、动脉与静脉。尤其是腿部肌肉，如小腿肌收缩时，就像天然的帮浦，帮助血液回流心脏。

卡洛斯·贾拉米洛建议，每天至少30分钟活动，如步行、游泳、骑脚踏车、重量训练等。

3.补充水分

多喝水可以保持血液流动顺畅，减少血栓风险。有益饮品方面也可以补充，像是绿茶、洛神花茶、黑咖啡，皆富含抗氧化物，有助循环。应该避免的饮品是，含糖饮料、果汁、酒精与人工甜味饮品，这些会造成脱水与发炎。

4.注意姿势

避免长时间交叉双腿，因为会阻碍血液回流。久坐时应不时起身活动，或将双腿抬高，帮助血液循环。

5.改善生活习惯

最好保持理想体重，超重会增加腿部静脉压力。不妨善用医疗弹性袜，中度压力、及膝以上的压力袜，能有效帮助血液回流，特别适合久站、久坐的人。维持良好睡眠，睡眠不足会加重慢性发炎与代谢问题。

卡洛斯·贾拉米洛总结，静脉曲张并没有单一的解决方案，而是来自於日常生活中许多小决定的累积。每天的饮食、运动、补水、姿势与习惯，都会逐渐影响你的血管健康。（健康网）

不只3高会伤心 暴怒也是心脏隐形杀手



生气不只会影响情绪，还可能直接“伤到心”，有研究指出，人在暴怒後的短时间内，急性心脏病发作风险会大幅上升，比平时高出8倍以上。台南市立医院心脏内科医师吴柏青指其实易暴怒也是心脏的隐形杀手。

吴柏青表示，许多人以为心血管疾病主要来自三高、饮食不均、运动不足，但其实情绪也是非常关键的危险因素。当人们愤怒时，身体会释放大量压

力荷尔蒙，例如肾上腺素与皮质醇，使心跳加快、血压升高，还可能造成心律不整、血管收缩、血液黏稠度增加，进一步提升心脏负担，诱发心绞痛或心肌梗血。

吴柏青说，长时间处在易怒、紧张或压抑的状态，会让交感神经长期过度活化，影响睡眠与血糖控制，使心血管系统无法获得充分休息，甚至降低身体修复血管的能力，加速动脉硬化，进而提高心脏病与中风的风险。

有研究显示，长期爱生气不仅会造成血压飙升、心跳加快，还可能引发免疫力下降、自律神经失调，出现胃食道逆流、失眠、心悸等症状，更会大幅提高发生心脏病与中风的风险。

吴柏青提醒民众，若出现胸闷、心悸、呼吸急促等不适情形，应立即就医，并配合心理师协助，避免陷入恶性循环。情绪管理不仅能减少急性心脏病发作的机率，更是维持长期心血管健康的重要方法，建议透过规律运动、深呼吸、冥想、倾诉等方式学习纾压，让身心都能获得放松，守护自己的心脏健康。（健康网）

每天吃杏仁可降有害胆固醇 改善肠道健康



美国俄勒冈州立大学主导的1项临床试验发现，每天吃大约2盎司杏仁，可降低低密度脂蛋白胆固醇（会堵塞动脉的有

害胆固醇）和带来多项健康益处，例如改善肠道健康和营养摄取量。

根据美国线上（AOL）报导，该研究发表於营养研究期刊上。俄勒冈州立大学研究团队追踪77名年龄在35岁至60岁之间患有代谢症候群的成年人。代谢症候群是1种会增加心脏病、第2型糖尿病和中风风险的疾病，影响约三分之一的美国成年人。

研究团队将参与者分成两组，它们在12周内分别食用320卡路里的杏仁和相同卡路里的饼乾。研究主要作者比弗（Laura M. Beaver）博士表示，选择饼乾作为对照零食，是因为它们含有与坚果相似热量，但缺乏坚果中的许多有益化合物。

研究发现，被分配到吃杏仁的人总胆固醇和低密度脂蛋白胆固醇显着降低，维生素E水平、肠道健康和营养摄取量均有所改善。他们腰围也略有下降，但整体体重和血糖没有变化。

值得注意的是，维生素E可以支持各种器官、神经和肌肉的功能，并能减少血液凝结。而患有代谢症候群的人和大部分人通常都缺乏维生素E。

研究也指出，杏仁组成员的肠道发炎、肠道屏障功能以及纤维、镁、健康脂肪和其他营养素的摄取量也有所改善。

虽然这项研究仅针对代谢症候群患者，但比弗仍鼓励健康成年人将吃杏仁变成习惯，并强调每天吃2盎司非常容易实现。她指出，杏仁对没有代谢综合症的健康成年人也能产生有益结果，例如腰围的减少以及低密度脂蛋白和总胆固醇的改善。（健康网）

热身很重要！ 5运动伤害与处置这样做



跑步跑一跑脚踝扭伤、膝盖隐隐作痛，打篮球上篮小腿拉伤，重训时手肘一阵刺痛，竹北东元综合医院骨科主治医师张耀元表示，这些都是常见的运动伤害，并提醒预防胜於治疗，充足热身、循序渐进、强化肌力、优化动作，是避免上述所有伤害的共通关键。

张耀元在脸书专页“重返球场

就看我 骨科医师张耀元 | 肩膝关节镜 人工关节 | 竹北新竹苗栗运动医学推荐”发文指出，对运动的热爱，不该以疼痛收场，盘点在门诊最常见的5大运动伤害，并分享第一时间的处理原则，帮助你安全运动、远离伤害，若疼痛持续不退或已影响到日常生活，请务必寻求专业骨科医师的协助，做出正确诊断，避免小伤变大患。

门诊最常见的大运动伤害

●脚踝扭伤：最常见於跳跃落地不稳或踩到不平地面。

急性期请牢记RICE原则：休息（Rest）、冰敷（Ice）、加压（Compression）、抬高（Elevation）。

●肌肉拉伤：常因热身不足就强力冲刺或发力造成，以大腿後肌（股

二头肌）、小腿肌群最常见。

当下应立即停止运动、充分休息，待急性期後再进行温和伸展。

●跑者膝：长跑或爬梯後膝盖前侧或外侧隐隐作痛，多为过度使用造成。

除了休息与冰敷，强化臀部与大腿肌力以分担膝盖压力，才是治本之道。

●网球肘：不只网球，任何反覆抓握的动作（如重训、攀岩）都可能引发手肘外侧肌腱发炎。

关键在於让手臂多休息，并学习伸展手腕肌群。

●肩关节夹挤症候群：常见於游泳、重训等手臂需反覆“高举过头”的运动。

应暂停会引发疼痛的动作，并着重於旋转肌袖的肌力训练与动作模式优化。（健康网）

陈乔恩夫妇游日 樱花树下庆双喜

(综合讯) 台湾女星陈乔恩与老公马来西亚商人曾伟昌2022年结婚, 今年结婚四周年, 配合陈乔恩47岁的生日, 夫妇俩赴日本展开樱花之旅。

陈乔恩在社媒分享赏樱的美照, 并写道: “第二站长野, 我喜欢慢慢悠悠的节奏, 来到樱花的季节, 就是太冷了, 说好的人间四月天呢!” 她也贴出抱着老公在樱花树下的合照, 十分甜蜜。



马德里街头温馨一幕 张柏芝被二儿子背着走

(综合讯) 张柏芝是娱乐圈出名的二十四孝妈妈, 独自照顾三名宝贝儿子。她日前飞往西班牙马德里, 支持二儿子谢振南(Quintus)出战排球比赛。

在张柏芝分享的影片中, 母子互动犹如朋友, 谢振南在西班牙街头毫不犹豫地将妈妈背着奔跑嬉笑, 张柏芝则像少女般伏在儿子背上, 画面十分温馨。

张柏芝也在影片中透露, 西班牙天气寒冷, 她刚抵达当地便急需购买羽绒外套保暖。她在镜头前略显倦态, 坦言: “我昨天回来, 8时就睡到现在” 看似身体不适。



Brad Pitt与Angelina Jolie女儿 韩国惊喜“出道”



格, 留起长发、换上裙装。她的五官被形容完美融合父母优势, 深邃轮廓与丰润双唇被指神似母亲Jolie, 每次公开露面都引发讨论。

韩团WJSN(宇宙少女)的成员Dayoung近日释出新歌“What's a girl to do”的MV预告, Shiloh在画面中身穿火辣背心, 绑着麻花辫头发, 看起来十分有飒气。

对于这位星二代的加入, Starship Entertainment透露, Shiloh是通过在美国举行的公开试镜参与拍摄, 强调并非刻意安排的宣传。工作人员直到拍摄结束后才得知她的真实身份, 可见她选择不依赖父母光环, 以实力脱颖而出。

Shiloh是Angelina Jolie与前夫Brad Pitt所育的六名子女之一。父母离婚后, Shiloh依法将姓氏从“Jolie-Pitt”改为“Jolie”, 只留下妈妈的姓氏。

周渝民发新歌重返歌坛 自曝靠阿信F4战友鼓励

(综合讯) 周渝民推出新歌《谁给我的勇气》MV, 远赴意大利南部取景, 以孤身旅程探索内心。片中他与路人、孩童互动, 更笑称踢球时有“梅西影子”。

谈及“勇气”, 周渝民直言来自岁月与经历的累积, 从演戏、唱歌到生活点滴中逐渐成长。

此次重拾歌手身份, 他坦言多亏言承旭、吴建豪, 以及五月天阿信的鼓励, 才有信心再度站上舞台。“若没有他们愿意一起, 我应该没勇气轻易回来!”



(综合讯) 好莱坞昔日“银色夫妻档”Brad Pitt(布莱德毕特)与Angelina Jolie(安吉丽娜卓莉)的女儿Shiloh Jolie(希洛), 近期意外在韩国乐坛掀起话题。19岁的她惊喜现身韩国歌手Dayoung最新MV, 精致外貌与舞台魅力立刻引发网民热议。Shiloh从小就备受瞩目, 童年时期常以短发与中性西装造型亮相, 帅气形象一度成为焦点。她近年逐渐转变风

被指禁父弟探视病母

李泳汉: 弟分走60万身家 父遭操控监视

(香港讯) 香港资深女星施明3月21日因肺炎病逝后, 双胞胎儿子李泳汉和李泳豪的不和升级, 长子李泳汉更被爆出强硬下达“禁令”, 不准弟媳Agnes踏入灵堂半步, 李家鼎则透露自己和幼子李泳豪一年来不获准到医院探望施明, 事件在香港备受瞩目。

李泳汉则向港媒《东网》爆料, 称自己只是执行母亲生前的意愿, 守住亡母最后的尊严。他说, 去年曾接到李家鼎致电求救, 惊慌地声称自己被李泳豪夫妇严密监控, 连出门买菜都须要获得批准, 还要每日汇报行踪。

李泳汉说: “鼎爷(李家鼎昵称)当时很惊慌, 说李泳豪要‘分身家’, 最后给了他300万港币(约50万新元)。”他还说李家鼎给



钱后翌日, 便急切地追问施明的住院资料, 想为李泳豪夫妇拍摄施明的照片。李泳汉见到父亲李家鼎的情况感到担心, 不知道会发生什么事, 他为保护妈妈所以拒绝。

他更爆料指李家鼎曾在医院深切治疗部外大吵大闹, 甚至冲上他家里拍门, 坚持要为李泳豪拍到施明的

照片。

李泳汉又说, 一直没有联络的弟弟曾有一次打电话给他, 但对话内容让他感到心寒。他称李泳豪只是不断追问丧礼的日期, 说要通知朋友, 其他事情一概不闻不问。李泳汉说, 当时他已承诺一旦确定日期就会第一时间通知对方, 不明白弟弟为何还要向媒体放话。

遭酸“只见蔡琴真心” 赵咏华被指不再照顾陈文茜



逐渐好转。如今却传出跟好友赵咏华似乎友情生变, 对此, 赵咏华也做出回应。

赵咏华日前在脸书分享在电梯口练唱的视频, 底下却有网民留言: “以前常常看到你照顾陈文茜, 带着她上山下海寻乐, 非常感动。至今却不见往日的佛心, 你是怎么了? 而如今只见蔡琴的真心”, 字句透露出对赵咏华的失望。

眼见与陈文茜的交情遭到质疑, 赵咏华直接反击: “出国前才去唱歌给文茜姐听, 只是不PO文而已”, 她强调朋友只需要真心相待就足以, 不需要四处张扬让其他人知道。对方得知误会赵咏华, 尴尬回应: “你真善良”, 而赵咏华并未再做出回应。

(台北讯) 台湾深媒体人陈文茜罹患第四期黑色素癌, 近年持续接受治疗, 日前晒出脑部核磁共振影像的X光照, 强调已经没有癌细胞存在, 病情

訂閱請聯絡: +62 -81806085711 (Sicilia) Office: +62 21- 63868348, +62 21-6338139, Fax: +62 21-6348232 Email: info@harian-indonesia.com - Website: www.harian-indonesia.com

TRIPLE PLANTING 三株榴蓮苗同个土丘种植技术 +62 812 5222 1135 +62 811 569 803 DESA SUBAH, KEC. TAYAN HILIR, KAB. SANGGAU, KAL-BAR. 3 Kings Farm 三王榴蓮 果园. Ciak Po 林永发 中醫師營養師

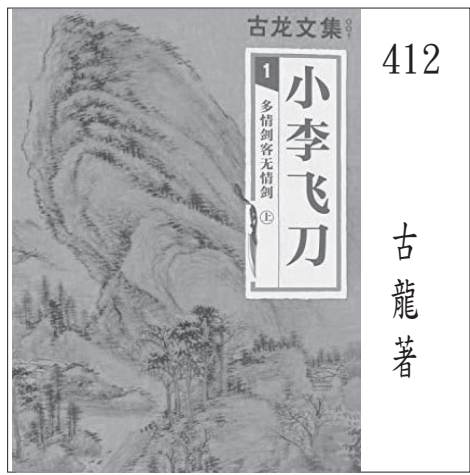
PROMO RAMADHAN MARET 2026. 24.000 / DUS. 30.000 / DUS. KEMERDEKAAN AIR MINERAL SEJUK. (INFO & PEMESANAN) HUB: 081808992792

鴻光針灸中醫診所 行醫35年, 80歲以上長者, 中風患者, 均有特價優惠。電話: 021-6338867-9, 081287762907. 修理沙發 價錢公道 SERVIS SOFA 工作認真 081210003732 / 082123533373

全球視野 本土情懷. 亞洲週刊. 訂閱熱線: 021-63868348

劉氏假牙 AHLI GIGI PALSU JEFFRY LIU 品質保證能到府上服務. SENIN s/d SABTU 09.00 - 17.00 請預約時間. JI. MESJID KEBON JERUK No. 40A . HAYAM WURUK HP/WA : 081-6827062

歡迎各界 惠登廣告



412

古龍著

李寻欢黯然道：“你究竟在隐瞒着什么秘密？你至少该对我说才是，你纵然死而无憾，可是我，我怎么能心安呢？”

金风白忽然大声道：“他隐瞒着的事，也许我知道！”

李寻欢愕然，道：“你……你知道？”

金风白的脸本是黝黑的，现在却苍白得可怕。

他用力咬着牙，一字字道：“翁老大对朋友的义气，天下皆知，你也应该知道。”

李寻欢道：“我听说过。”

金风白道：“只要有朋友找他，他几乎是有求必应。”

所以他的开销一向很大，但他却不像你，他并没有一个做户部尚书的父亲。

李寻欢苦笑。

金风白道：“所以他一直都在闹穷，一个人若是又闹穷，又好朋友，又要面子，就只有在暗中想别的法子来弥补亏空。”

那樵夫耸然道：“你是说……翁老大在暗中做没本钱的生意？”

金风白悚然道：“不错，这件事也是我在无意中发现的，可是我一直不忍说，因为翁老大那样做，的确是情不得已。”

他忽又大声道：“但翁老大下手的对象，却必定是罪有应得的，他做的虽然没有本钱的买卖，可没有愧对自己的良心。”

易明堂的脸色已发青，沉声道：“铁传甲和此事又有什么关系？”

金风白道：“翁老大作的案子多了，自然有人来查案，查案的恰巧是铁传甲的好朋友，他们虽已怀疑翁老大，却还是不敢认定。”

樵夫道：“所以铁传甲就故意去和翁老大结交，等查明了好动手。”

金风白叹道：“想来必定是如此。”

他接着道：“铁传甲一直不肯将这件事说明，为的就是翁老大的确对他不错，他也认为翁老大是个好朋友。”

若是说出这件事，岂非对翁老大死后的英名有损，所以他宁可自己受冤屈——他一直在逃，的确不是为了自己！

易明堂厉声道：“但你为什么不呢？”

金风白惨然道：“我……我怎么能说？翁老大对我一向义重如山，连铁传甲都不忍说，我又怎么忍心说出来？”

易明堂冷笑道：“好，你的确不愧为翁老大的好兄弟，好，好极了。”

他一面冷笑，身子一面发抖。

金风白道：“我也知道我这么做对不起铁传甲，可是我没法子，实在没法子……”

他声音愈说愈低，忽然取起了一柄刀，就是方才杀死铁传甲的那柄刀，反手一刀，向自己胸膛刺下，几乎也就和铁传甲那一刀同样的地方。

他虽也疼得四肢痉挛，嘴角却也露出了和铁传甲同样的微笑，一字字挣扎着道：“我的确欠了他的，可是，现在我的债也已还清了！”

他死得也很平静。

“唉，一个人要死得平静，实在太不容易了。”

易明堂忽然仰面狂笑，道：“好，你有勇气将这件事说出来，有勇气将这债还清，也不愧是我的好兄弟，我们中原人总算没有做丢人现眼的事！”

他的笑声听起来就像是枭之夜啼。

那樵夫忽然跪了下去，向铁传甲叩了个头。

又向易明堂拜了拜道：“二哥，我要先走一步了。”

狂俠天驕魔女

梁羽生

原来笑傲乾坤用了个“卸”字诀，“四两拨千斤”，一举手就把他的力道化解了。

但这人的武功也委实不弱，招数虽给笑傲乾坤破解，铁杖却未“撒手”。就在这时，只听得吆喝脚步声纷至沓来，原来是桑家四老中的老大老二也都来了。

那短小精悍的汉子叫道：“风紧、扯呼。”

蓬莱魔女喝道：“岂有此理，伤了人还想跑么？”

那个蒙面人奋力解了她的一招，笑道：“你们人多，请恕我失陪了。”

桑家四老中的老四桑毅刚才给那短小精悍的汉子打落他手中的大刀，本已退到一旁，看似无事的，此时忽地摇摇晃晃地转了一圈，“卜通”一声，倒于地下。

蓬莱魔女吃了一惊，以为他是受了暗算。四老中的老三桑弘，止了吐血之后，倚着大树喘气，也还未能走动。老大老二的叱喝声虽已传来，但人还未到，蓬莱魔女为了照顾伤者，只能让笑傲乾坤独自去追赴敌人。

桑毅不待蓬莱魔女扶他，自己已经爬了起来，苦笑道：“这厮的杖力好厉害！幸喜我这几根老骨头还算硬朗。”

原来那汉子所使的伏魔杖法，一招之中，藏有三重劲道，桑毅大刀脱手之后，用千斤坠的重身法定住身形，脚步仍然未稳，前面两重劲道他勉强可以抗拒，最后一重劲道却化解不了，以致终于跌倒。不过好在未曾受伤。

笑傲乾坤追上那两个敌人，扇交左手，划了一道圆弧，引开短小精悍的那个汉子的铁杖，右手一伸，五指如钩，使出了分筋错骨手法，使向那身材高大的蒙面人抓去。

蒙面人喝道：“你莫要欺人太甚！”反手一掌，隐隐挟着风雷之声。

笑傲乾坤心中一凛，想道：“这厮的金钢掌力倒是不可小觑！”双掌相交，“蓬”的一声，蒙面人一个“倒踩七星步”，籍籍笑傲乾坤这一掌的震荡之力，倒纵出三丈开外。笑傲乾坤一掌震他不到，自己的虎口反而有点火辣辣的感觉。

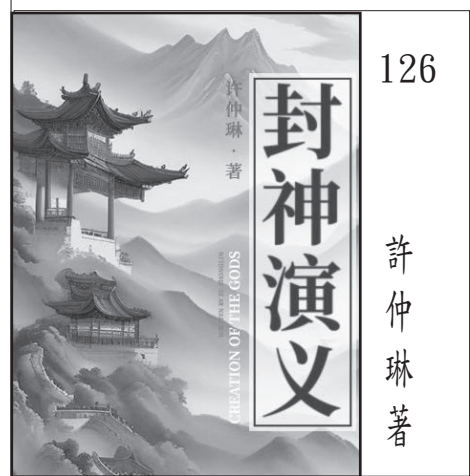
原来笑傲乾坤的功力虽然是高于对方，但因他是掌扇兼施，同时对付两个强敌，故而接那蒙面人的掌力，就感到有点吃力了。那蒙面人对他对了一掌，也知道他的厉害，不敢恋战。

短小精悍的那个汉子追上了他的同伴，两人疾逃下山，远远的同声喝道：“笑傲乾坤，有胆的你到桑家堡来，咱们再较量较量！”

笑傲乾坤自忖单独一个人决计胜不了他们，同时也记挂着桑家二老的伤势，便不去追。笑了一笑，说道：“桑家堡我当然是要去的，你们可以报给公孙奇知晓，这次我是不会放过他的。你们要想给公孙奇陪葬，那也好，就在桑家堡等着吧！”

笑傲乾坤用“传音入密”的上乘内功将声音远远送出，音量不大，却震得那两人的耳鼓嗡嗡作响，那两人暗暗吃惊，扔下了两句门面话，就头也不回地跑了。

此时桑家四老中的老大桑志，老二桑行已经来到。桑志看见桑弘受伤不轻，吃了一惊，问道：“老三，打伤你的那个人是谁？看来不似是公孙奇。”要知桑家四老跟随桑见田数十年，虽然是桑家的仆人身份，但本领之高，在武林中早已挤进了一流好手之列了，倘若是公孙奇伤了桑弘，不足为奇，如今他却是一个不知来历的陌生人所伤，桑老大就不能不感到惊诧了。桑弘内功深厚，得笑傲乾坤替他闭穴止血，又吞服了还丹之后，精神已经稍稍恢复，说道：“今晚来的这两个人是咱们从未会过的，姓名来历不知道，但他们的门派却是瞒不过我的眼睛。”



126

許仲琳著

文王心忙似箭，意忽如云；正是：“仰面告天天不語，低頭訴地地無言。”只得加鞭縱轡數番，恨不得馬足騰云，身生兩翅。遠望臨潼關不過二十餘里之程，後有追師看看至近。

文王正危急，按下不題。且說終南山云中子在玉柱洞中碧游床運元神，守離龍，納坎虎，猛的心血來潮，屈指一算，早知吉凶。

“呀！原來西伯災厄已滿，目下逢危；今日正當他父子重逢，貧道不失燕山之語。”叫：“金霞童子在那裏？你與我後桃園中請你師兄來。”

金霞童子領命往桃園中來，見了師兄道：“師父請。”

雷震子答曰：“師兄先行，我隨即就來。”

雷震子見了云中子下拜：“不知師父有何吩咐？”

云中子曰：“徒弟！汝父有難，你可前去救援。”

雷震子曰：“弟子父是何人？”

云中子曰：“汝父乃西伯侯姬昌，有難在臨潼關；你可往虎兒崖下尋一兵器來，待我授你些兵法，好去救你父親。今日正當父子重逢之日，後期好相見耳。”

雷震子領師父之命，離了洞府，至虎兒崖；東瞧西看，到各處尋不出甚麼東西，又不知何物叫為兵器。

雷震子尋思：“我失打點，常聞兵器乃刀劍戟，鞭斧瓜，師父口言兵器，不知何物，且回洞再問詳細。”

雷震子力欲轉身，只見一陣異香撲鼻，透肝鑽膽，不知在於何所？只見前面一澗，下水聲潺潺，雷鳴隱隱。

雷震子觀看，只見稀奇景致，雅韻幽棲，纏檜柏，竹插巖崖。狐兔往來如梭，鹿鶴嗚鳴前後，見了些靈芝隱綠草，梅子在青枝，看不盡山中異

景。

猛然間見綠葉之下，紅杏二枚；雷震子心歡，顧不得高低險峻，攀捫葛，將比二枚紅杏摘於手中，聞一聞撲鼻馨香，如甘露沁心，愈加甘美。雷震子暗思，此二枚紅杏，我吃一個，留一個帶與師父。

雷震子方吃了一個，怎麼這等香美，津津異味？只是要吃，不覺又將這個咬了一口：“呀！咬殘了，不如都吃了罷。”

方吃了杏子，又尋兵器；不覺左脅下一聲響，長出翅來，拖在地下。雷子嚇得魂飛天外，魄散九霄。

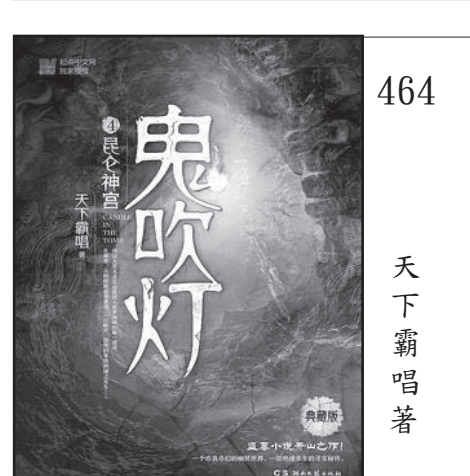
雷震子曰：“不好了！”忙將兩手去拿住翅，只管拔，不防右邊又長出一翅來；雷震子慌得沒主意，嚇得癡呆了。

原來兩邊長出翅來不打緊，連臉都變了，鼻子高了，面如藍靛，發若朱砂，眼睛暴突，牙齒橫生，出於外，身軀長有二丈。

雷震子癡呆不語，只見金霞童子來到雷震子面前叫曰：“師兄！師父叫你。”

雷震子曰：“師弟你看我如何都變了？”

金霞童子曰：“你怎的來？”



464

天下霸唱著

对 Shirley 杨和胖子在上边的不断催促与提醒，充耳不闻。

我估计着时间已经差不多过了一分钟，按我的预计，三分钟之闪拿到“毫尘珠”，乌头肉棺出口处的那个眼穴还不至于被逐渐扩大地尸洞覆盖，一分多钟就拆了棺盖，时间还算来得及，想到这里，心情稍微平缓一些。

Shirley 杨见我即将揭开献王内棺的盖子，便立刻扔下一枚冷烟火：“老胡，这是最后一支了，它灭掉之前，不管能否找到，你都必须上来。”

漆黑黏滑的眼穴中，立刻烟火升腾，亮如白昼，我口中答应一声：“放心吧，时间绝对够了，咱们用绳子把这老粽子拖出去……”

说着话已经将玉盖用力揭开，里面立刻露出一具尸体，冠戴掉落在

脚下，头上只戴镶嵌金嵌玉的“折上巾”簇着，身着黑色蟒纹玉甲敛袍，腰挂紫金带，不是献王更是何人。

但我随即感到不寒而栗，献王的尸体竟然没有脸，也许这么形容不太恰当，洞中空间狭小，我和献王的尸体几乎是脸对脸，只见那尸体的五官都已经变得模糊扭曲，只留下些许痕迹，口鼻双眼，几乎难以分辨，好象是融化在了脸上，显得人头上平滑诡异，如同戴了张玉皮的面具，被冷烟火的光亮一映，显得十分怪诞。

我心中暗自称奇，难道又他娘的着了老贼的道儿了？

这是具假人不成？急忙捉住献王尸身的手臂，录音去那层蟒纹敛袍，但见五指紧握，手中显然是纂着明器，肤色蜡黄的似要滴出水来，好象正在发生着什么不同寻常的变化。

看这尸体的手部的皮肤，倒不是假人，我用手在献王尸体上捏了一把，甚至还有弹性，保存的极为完好，再那尸体脸上捏了捏，却触手坚硬，似乎已经完全玉化了。

真正的“毫尘珠”什么样，我并没有见过，只在那沙海中精绝遗迹里看过个假的，是用罕见的古玉制成，比人头小上那么几圈，形状纹理都与人眼无异，却不知真的大小几何，能不能就这么握在手里。

但此刻根本无暇仔细分辨，立刻取出捆尸索，在献王尸身的脖颈中打了个套，想将他从内棺中扯出，让胖子拖他上去，但是手中扣定“捆尸索”向后扯了两扯，拽了两拽，那尸体竟然纹丝不动。

我心中纳闷，不知哪里有了古怪，只好抬起手，抽了那献王的尸体几个耳光，再向外拽仍然不动分毫。

最后没办法了，也来不及再找原由，只好就地解决问题，从携行袋中摸出一枚桃木钉，直插进了死尸的心窝子，然后双手平伸，从脚到脚在献王尸体上排摸起来，摸到他左手之时，见和右手一样，也是紧紧握成拳头，手中明显是有什么东西。

我立刻又取出两枚桃木钉，钉牢了献王尸体臂弯，用力掰开他的手指，心中暗暗祈祷，但愿那“凤凰胆”就在这里，但是等掰开之后，犹如兜头被泼了一盆冷水。

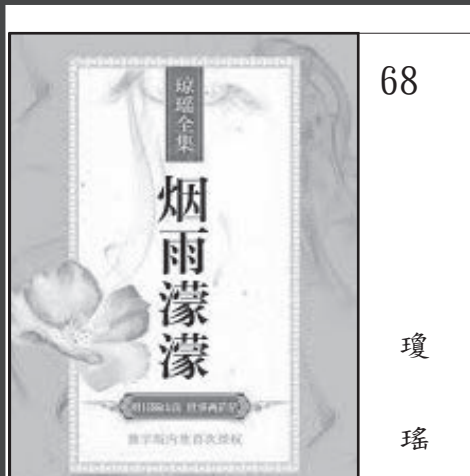
※※※

献王尸体的左手中，握着的是一枚变质的核桃，虽然出乎意料之外，但是这也并不奇怪。

中国人对“桃”有特殊的感情，他们把它看成一种避邪、免灾、增寿的神物，因此古代工艺品中有不少以桃为造型的器物。相传汉武帝是西汉在位时间最长的皇帝，皇帝做的久了又想做神仙。

于是经常兴师动众的去三山五岳祭拜，还派人到各地寻访长生不死之药，这片苦心终于感动了昆仑山的西王母，在元封元年的七夕之夜，乘着紫云辇来未央宫见了汉武帝，欢宴之际。

西王母给汉武帝刘彻吃了四个仙桃，汉武帝觉得味道甘美，芳香异常，与人间人物迥异殊绝，便打算留下桃核在人意栽种，结果得知这种神品在人间难以存活，结果大失所望。



68

瓊瑤

哦，是吗？他说，脸上浮起一阵不豫之色，大概恨他母亲多管闲事吧！

说完这两个字，他就不再开口了，我也无语可说，僵持了一阵，我觉得空气是那样凝滞，何书桓又那样冷冰冰，不禁暗暗懊悔不该来这一趟。

又待了一会儿，我再也忍不住了，站起身来说：“我要回去了！”讲完这句话，我觉得非常委屈，禁不住声音有点发颤，我迅速的转开头，因为眼泪已经冲进我的眼眶里了。

我伸手去开门，可是，何书桓把我伸出一半的手接住了，他轻轻的把我拉回来，低声说：“依萍，坐下！”他的话对我有莫大的支配力量，我又身不由己的坐了下去。

于是，他往地下一跪，把头埋在我的膝上了。

我控制不住，眼泪涌了出来，于是，我断续的，困难的，艰涩的说了大篇话：

“书桓，你不知道——我们刚到台湾的时候，大家住在一起，我有爸爸，也有妈妈。”

后来，雪姨谗言中伤，妈妈怯懦柔顺，我们被赶了出来，在你看到的那两间小房子里，靠每月八百元的生活费度日。我每个月到‘那边’去取钱，要看尽爸爸和雪姨的脸色，听尽冷言冷语。

就在我认识你以前不久，为了向爸爸要房租，雪姨从中阻拦，我挨了爸爸一顿鞭打。

“在我挨打的时候，在我为几百元挣扎的时候，梦萍她们怡然自得的望着我，好像我在演戏，没有人帮我，没有人帮我求爸爸，雪姨看着我笑，尔杰对我做鬼脸——”我咽了一口口水，继续说：“拿不到钱，我和妈妈相对饮泣，妈妈瞒着我，整日不吃饭，但雪姨他们，却过着最舒适最豪华的生活——我每天告诉我自己，我要报复他们，如果他们有一天遭遇了困难，我也要含笑望着他们挣扎毁灭——”

我停住了，何书桓的头仰了起来，望着我的脸，然后，他站起身来，轻轻的把我的头按在他的胸口，用手抚摸我的头发，低声说：“现在都好了，是不是？以后，让我们都不要管雪姨他们的事了！依萍，原谅我脾气不好！”

我含着眼泪笑了，把头紧贴着何书桓胸口，听着他沉重的心跳声，体会着自己对他的爱的深度——那是无法测量的。

夏天来了。

六月里，何书桓毕了业。

一天，何家的小汽车停在我家门口，何伯母正式的拜访了妈妈。在我们那间简陋的房间里，何伯母丝毫没有惊异及轻视的表情，她大大方方的坐在妈妈的床沿上，热心的向妈妈夸赞我，妈妈则不住赞美著书桓。

这两位母亲，都被彼此的话所兴奋，带着满脸的骄傲和愉快，她们谈起了我和书桓的婚事。

书桓预定年底出国，于是，我们的婚礼大致决定在秋天，九月或十月里举行。

雅加达崇棉中小学举办 幼儿园中文小小故事分享会

三月的雅加达，在雨季的尾声中孕育着蓬勃的生机。2026年3月31日清晨八时三十分，雅加达崇棉中小学的礼堂内洋溢着欢声笑语，一场幼儿园中文小小故事分享会在这里温情启幕。这不仅是一场语言的展示，更是一次文化的浸润。当孩子们用稚嫩的童声说出流利的中文时，中华文化的种子正在千岛之国悄然生根。

活动在幼儿园小朋友们稚气十足的开场表演中拉开帷幕。随着音乐的响起，孩子们如同活泼的小燕子，欢快地飞入舞台中央。比赛正式开始后，无论是大班的“大哥哥大姐姐”，还是刚入园不久的小班萌娃，个个毫不怯场。他们身着精美的中华传统服饰——有飘逸的汉服、灵巧的唐装，那一抹抹“中国红”和“青花蓝”在舞台灯光的映照下显得格外耀眼。“大家好，我是……”孩子们用流利且标准的中文自信地介绍自己。令人惊喜的是，他们的演讲

并非枯燥的背诵，而是配合着精心设计的动作。有的孩子在讲到“手和脚”时模样憨态可掬；有的讲到“妈妈”时温情脉脉。接下来是歌唱环节，有的孩子唱中国经典古诗《悯农》等改编的歌曲。这场分享会的评委不仅有来自中国的教师、本地的印尼中文老师，还有一群特殊的“评委”——高中的学生们。

比赛结束后，在热烈的掌声中，崇棉教育基金会教育部统筹、崇棉中小学总校长陈慰宇老师上台致辞。看着台下还沉浸在表演兴奋中的孩子，以及眼中满是喜悦的高中生们，陈校长的话语温暖而深刻。“今天的观众有我们台下坐着的高中哥哥姐姐们。”陈校长深情地说，“当你们看着台上的弟弟妹妹，你们是否也看到了自己小时候的影子？看到了自己当年是如何一个字一个字地学习中文的模样？”看到孩子们如此从容、自信地在舞台上展现中文的魅力，她感到无比欣慰。她强调：

“我们希望未来有更多的孩子会说中文，但不仅仅要会说，更要把中文说好、说准！”陈校长鼓励所有学生，无论是台上的幼儿还是台下观摩的中学学子，都要继续守护这份对中文的热爱。

活动最后，在欢快的音乐声中，来自中国的老师、本地中文评委以及学生代表共同为获奖的小选手们颁发了奖状。孩子们高举奖状，与校长、老师们合影留念，定格下这难忘的一刻。此次小小故事分享会的



成功举办，不仅是崇棉中小学在幼儿华文教育领域的一次成果展示，更是中印尼文



化交流在下一代心中深耕厚植的生动实践。在这片赤道



边上，中华文化正焕发新的生机与活力。（崇棉中小学中国老师：孟圆舒）



（左图）Chef Vicky 在莲香楼演绎经典港式夜宵；（右图）宾客品味怀旧风味。



李锦记赞助的“最佳进步奖”由北京“兰斋”（Lamdre）夺得。图片来源：亚洲“50最佳餐厅”官方。

李锦记庆祝2026“亚洲50最佳餐厅”颁奖典礼 首次登陆香港 表彰亚洲卓越餐饮实力

富的味觉体验派对完美融合传统与创新，不仅探索亚洲饮食文化的未来方向，更体现李锦记作为亚洲饮食文化的全球门户的重要角色。

李锦记企业事务执行副总裁孔君道在活动现场表示：“今晚，李锦记很荣幸与Chef Vicky以及来自世界各地的餐饮同业，一同庆祝香港独特的宵夜文化。从莲香楼深厚的历史传承，到Medora的前瞻及创新，我们很高兴能参与这段创意旅程，协力将亚洲风味的魅力呈现于国际舞台。”

表扬卓越餐饮成就：李锦记赞助“最佳进步奖”

于3月25日举行的颁奖典礼，李锦记于现场设立品牌展位，展示多款经典酱料及创新产品。宾客即场品尝以李锦记酱料精心制作的小食，亲身感受品牌广受家庭及专业厨师信赖的风味特色。

作为当晚表扬卓越餐饮表现的重要环节之一，李锦记赞助的“最佳进步奖”由北京“兰斋”（Lamdre）夺得，并由2025“北美50最佳餐厅”排名第一的 Atomix 主厨 Junghyun Park颁发。Lamdre 凭借其前瞻性的植物性餐饮理念备受肯定，致力推动健康及可持续的生活方式，同时于菜式中展现中华生物多样性的独特魅力。

此外，由Chef Vicky 掌舵的“永”荣膺2026“亚洲50最佳餐厅”第二位，成绩斐然；该餐厅亦曾于2025“世界50最佳餐厅”中排名第11位，持续获得国际肯定。

携手共创未来：深化全球餐饮伙伴关系

随着是次盛事于中国香港圆满举行，李锦记期待与全球餐饮界顶尖人才继续深化合作，透过推动亚洲风味，促进具意义的交流，把亚洲饮食文化的精神带到世界各地的厨房与餐桌。

全球酱料及调味料品牌李锦记酱料（“李锦记”）荣幸担任2026“亚洲50最佳餐厅”颁奖典礼的官方酱料与调味品合作伙伴。是次盛会首度移师中国香港举行，对本地以至整个亚洲餐饮界均别具意义，标志着亚洲餐饮文化发展的重要里程碑。

3月23日至25日，李锦记透过举办一系列活动，汇聚各地的顶尖厨师、多元文化与餐饮业界社群，将正宗亚洲风味带上国际舞台。活动展现李锦记与亚洲深厚连结，并体现品牌对传承饮食文化及推动全球餐饮创新的长远承诺。

“亚洲风味双重奏”：

穿越经典与创新的港式夜宵旅程

为今年的颁奖盛事预热，李锦记于3月24日晚上联同“永”的创办人及总厨郑永麒（Chef Vicky），共创了一场别开生面的“亚洲风味双重奏”港式夜宵派对。活动选址两处香港餐饮地标，分别以“致敬经典”与“创新融合”为主题，引领宾客体验亚洲风味的无限可能。

首站于百年茶楼莲香楼展开序幕。Chef Vicky运用李锦记经典酱料，在这间承载着几代香港人集体回忆的经典食府，重新演绎

多道地道港式夜宵，让宾客于浓厚怀旧氛围中沉浸式享受经典味道。

活动随后移师至Chef Vicky的西式餐厅Medora。Chef Vicky以现代烹饪理念，将李锦记酱料融入现代烹饪技艺，大胆创作多道的特色菜式，当中包括以李锦记酱料调制的特色鸡尾酒及意式冰淇淋，巧妙融合咸香、鲜味、甜味与辛香，展现丰富细腻的味觉层次。这场丰



2026“亚洲50最佳餐厅”颁奖典礼。图片来源：亚洲“50最佳餐厅”官方。



欧华汉语语言学校学生用中文表演小品《盲人摸象》。

《盲人摸象》讲得是什么？中式茶点如何制作？中国古老的投壶游戏有何乐趣？……比利时欧华汉语语言学校28日举办“中国日”活动，邀请300多名师生

比利时中文学校举办“中国日”活动

家长与各界嘉宾体验中华文化的魅力。

当日活动以文艺演出拉开帷幕，学生们带来舞蹈、合唱、小提琴独奏、诗朗诵等精彩节目，还用中文表演小品《盲人摸象》，现场不时响起掌声和笑声。

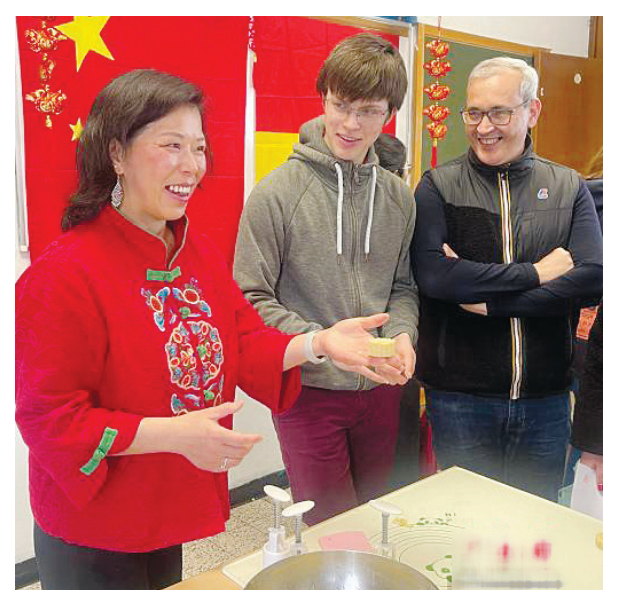
随后十二生肖打卡游园活动登场，欧华汉语语言学校班主任和志愿教师精心装饰12间教室，组织书法、剪纸、猜谜语、绕口令、成语接龙、中式茶点制作乃至投壶、踢毽子、打乒乓球、转呼啦圈等活动，意在加深学生对中华优秀传统文化的了解，增强学习中文的兴趣。

欧华汉语语言学校负责人陈岩表示，4月20日将迎来联合国中文日。学校希望通过举办“中国日”活动，鼓励学生“写方方正正的汉字，读朗朗上口的唐

诗宋词”，汲取中华文化的智慧和精华。

她介绍，经过多年不懈努力，欧华汉语语言学校由初始的19名学生发展到如今的200多名学生，教师团队由4位增至19位，管理水平和教学质量得到广泛认可，成为比利时一所知名度颇高的公益中文学校。

陈岩表示，除举办“中国日”活动，学校本着“快乐学汉语”理念，常年组织学生参加各类中文活动，如“水立方”中国歌曲大赛、“亲情中华”夏令营等。通过这些实践活动培养学生语言运用能力，引导学生深入了解中华文化，搭建中比和中欧交流互动的“桥梁”。（中新网）



欧华汉语语言学校老师演示如何制作中式茶点。