

東航空難 謎團重重



Translated by
Vision Times Staff

On March 21, a Boeing 737, which carried 132 people (123 passengers and 9 crew members), crashed in Guangxi, a shock to both the Chinese government and the Chinese people. There are many uncommon aspects about the crash. The list of victims has not yet been released, and the cause of the accident is still under investigation.

A Vertical Crash

The aircraft, which had a good safety record, was delivered on June 22, 2015, at an age of 6.8 years. It was a Boeing 737-800NG, number B1791, of China Eastern Airlines Yunnan Company. On March 21, the plane was flying from Kunming to Guangzhou, and its flight code was MU5735. At 13:15 Beijing time, the aircraft took off from Kunming Changshui International Airport and was expected to land at Guangzhou Airport at 14:57. At 14:20, the aircraft had an abnormality, the altitude suddenly fell below cruising altitude. At 14:23, the aircraft crashed in Mo Pai Village, Luangnan Town, Wuzhou City, Guangxi Province.

The plane fell vertically, and no international distress call was made before the crash. The accident site is a mountain pass surrounded by mountains on three sides, with only a path to the accident site.

Chinese authorities announced on March 23 that a black box of the crashed aircraft has been found. No survivors have been found among the 132 people on board. To date, the passenger list of MU5735 has not been officially released, nor has the crew list.

Aviation professionals: this is strange

Many in the aviation industry say that the Eastern Airlines crash is highly unusual. Jeff Guzzetti, former head of the FAA's accident investigation, told Bloomberg that it is rare for an aircraft with an outstanding safety record like the Boeing 737-800 to crash. He considered it very strange.

(To Page A3)

Mysteries around the China Eastern Airlines crash

◆ 記者邢亞男綜合報導

3月21日，中國東航一架搭載132人（旅客123人、機組9人）的波音737客機在廣西墜毀，習近平和李克強均表震驚，劉鶴當晚趕赴現場。此次空難有許多罕見之處。目前，遇難人員名單尚未公布，事故原因也還在調查中。

失事飛機垂直衝向地面 黑匣子已尋獲

失事飛機是東方航空公司雲南公司的波音737-800NG型客機，編號B1791，當天是執飛昆明到廣州航線，航班代號MU5735。北京時間13:15，飛機從昆明長水國際機場起飛，預計14:57降落在廣州機場。14:20時左右，飛機出現異常，高度突然從巡航高度8869.68米急速下降，瞬間下降2萬多英尺（6000多米），期間，飛機有一次短暫的拉升過程。14:23分，飛機墜毀於廣西省梧州市藤縣琅南鎮莫垌村，事故地點是三面環山的山坳，有一條小路可進入事故現場。

出事客機交付於2015年6月

22日，機齡6.8年，該機型擁有良好的安全記錄。從航線數據看，飛機是垂直掉下來的，失事前沒有發出國際求救代號「MAYDAY」的呼叫。《航空雜誌》原主編表示，波音737系列飛機通常可載客150至200人。「出事飛機坐130多人，載客量大概在90%左右，並不是很滿的一個狀態。」

3月24日，中共官方稱墜毀客機的一隻黑匣子已尋獲，機上132人中尚未發現倖存者。該被尋獲的黑匣子是駕駛艙話音記錄器（CVR），初步檢查記錄器，存儲單元有一定程度的損壞但相對完整，已連夜送北京譯碼，但數據記錄器（FDR）還未找到。據中國國家應急處置指揮部透露，失事客機共裝有2部記錄器。

隨後，一段空管和附近機組接力呼喚東航MU5735的語音對話曝光，內容顯示，在事故發生前，不論空管或附近機組怎樣呼叫東航MU5735，MU5735航班機組都沒有回應。

根據衛星對比圖顯示，東航MU5735最終墜毀於梧州市藤縣山區，原本青翠的山林被班機強大的衝擊力撞出坑洞，且北側的山林也被燒得焦黑。對於外界揣測客機失事原因，民航局在23日記者會指出，從通聯記錄和雷達數據來看，東航客機直到失聯前一刻，都沒有飛行經過危險天氣地區，初步排除惡劣天氣導致失事的可能。

到目前，MU5735的乘客名單和機組人員名單也尚未正式公布。據海外推特披露的一段大陸微信顯示，某單位有7位領導在機上。據鳳凰網報導，失事航班的機長為楊鴻達，是個「飛二代」，父親從前是東航的機長；副駕駛員張正平，飛行40年，累計安全飛行時間超3萬小時，是業內「祖師爺」級的飛行員；安全員盧凱，近40歲，是「老安全員」。

目前東航已經全面停飛旗下737機隊，而法國也下令取消東航3月30日、4月3日飛往法國的航班。

墜機原因分析文章被刪 空難家屬遭控制

事發後，一些以專業觀點分析事故原因的文章被官方封殺。如《財經》雜誌採訪了民航業內人士李瀚明。李瀚明說，這種情形的事務一般有三個原因：「其一，是飛行員有意自殺；其二，是被導彈等外物打了下來；其三，是飛機設計或者維修保養的問題。」這篇文章隨後被刪除。

又如《一點財聞》報導，這兩年因為疫情造成的巨大虧損，東航通過多種手段壓降成本，包括嚴控維修費用。這篇文章隨後也在大陸被刪除。此外，微博已開始針對涉東航墜機話題，清理「違規」賬號和內容，採取禁言30天至永久禁言處置。

3月22日，一些空難失聯者

的家屬，來到廣州白雲機場焦急地等待消息。不過，他們被以防疫為名，被封鎖起來，遠離公眾視線。他們被限制在機場的一個區域，周圍設置了障礙物，由穿著全套防護裝備的人員把守。

在墜機地點附近，當局設立了警察檢查站，對進出車輛進行管控，能看到醫療和多功能車輛進出現場。

東航墜機慘案發生後，新浪微博開始禁止搜索機長楊鴻達的信息，副機長張正平也僅有幾條官方新聞，未見普通網民評論，推測都有在控制關鍵詞。第二副駕駛是江蘇鹽城人倪洪濤，26歲，能搜到他朋友發的一些內容。

據大陸媒體報導，3月22日稍早武警於事故現場發現疑似機上乘客遺落的錢包及證件。對此，一位莫姓村民透露，現場幾乎是看不到飛機的本體，僅剩下大小不一的飛機碎片，同時也見到許多樹上掛著碎衣，場面相當震憾。

現居日本的中國調查記者，曾任央視記者、《新京報》首席調查記者王志安（自稱王局志安）發推文指出：「中國的空難調查太不透明，大量人為造成的災難都被所謂的行業信息管制遮蔽了。比如十年前的宜春空難，還有包頭東航空難，大連五七空難，全都是人為災難。可公眾大多毫不知情。」

(下轉A3)



MJM 家具城

臥室家具 · 餐飲家具 · 床墊 · 客廳家具 · 公寓家具

春季大優惠



• 由北美樺木製造而成 • 在加拿大魁北克製造
• 超過170種不同的裝飾面可供選擇
• 300多種面料或皮革可供選擇

大溫二家分店 歡迎您的光臨

◆ 高貴林店 1315 United Blvd 超過23,000英尺 604-522-1388
◆ 素里店 13570 77 Ave. King George Hwy 超過35,000英尺 604-596-9901



美對中共官員實施簽證制裁

【看中國記者董林杉綜合報導】美中元首在3月18日通話討論烏克蘭局勢後，3月21日，美國國務卿安東尼·布林肯（Antony J. Blinken）發表聲明說，美國正在限制部分中共官員的簽證，因為他們參與了對少數民族、宗教團體及精神信仰人士的「壓迫行為」。

據美國之音報導，3月21日，美國國務卿布林肯發聲明警告中共，將對參與跨境迫害的中共官員實施制裁。

布林肯稱，美國將對那些在美國境內實施中共鎮壓政策的中共官員採取行動。那些被認為參與了鎮壓宗教和精神修行者、少數民族成員、持不同政見者、人權捍衛者、記者，以及中國和其他地區和平抗議者的中共官員，將遭受美國簽證的限制。但國務院沒有進一步公布受到制裁的官員名單。

布林肯在聲明中稱，敦促中共停止跨境鎮壓行為，同時呼籲其停止在新疆種族滅絕的罪行，結束對西藏和香港的鎮壓政策，以及對中國各地民眾的人權侵犯，包括對宗教自由的侵犯。美國將繼續與國際社會合作，對參與暴行的中共官員進行追責。

聲明還強調，美國將針對實施暴行、侵犯和踐踏人權行為負有責任的中共官員進行問責，不管事發地點是在中國大陸、美國或在世界上的任何地方。

在俄烏問題上，美國再次對中共提出警告。美國總統拜登與中共領導人習近平3月18日就烏克蘭危機舉行了視頻峰會，白宮隨即表示，拜登總統已向習近平清楚說明：「在俄羅斯持續對烏克蘭城市進行攻擊之際，假如北京當局對俄羅斯提供實質支持，將會帶來的影響和嚴重後果。」



美國國務卿布林肯 (CARLOS BARRIA/POOL/AFP VIA GETTY IMAGES)

據中央社報導，僅僅3天，美國政府隨後就頒布了制裁中共官員的措施，這個時間點相當「耐人尋味」。

今年2月，美國眾議院共和黨軍事委員會首席共和黨成員羅傑斯（Mike Rogers），和多位委員的共同提案〈制裁中國共產黨內專制壓

迫人民之官員法〉，簡稱〈制裁中共法〉（STOP CCP Act）。

時事評論員章天亮分析，這個法案制裁的對象，包括中共全國代表大會所有成員，當然中共政治局委員、政治局常委、中央委員這一批人，基本都是人大代表，所以這些人本人包括他們的家屬，全都在制裁之列。

他分析，這是一項史無前例的制裁措施，具體制裁方式包括阻止和禁止制裁對象在美國境內的財產交易，他們想在美國買房子就沒法買了，無法取得赴美的簽證，禁止入境美國。這個法案一旦在國會正式確立，2000多名中共全國人大代表和他成年的直系親屬，都將無法再來到美國。

事實上，早在川普政府時期，美國也因新疆和香港問題而對中共的一些官員採取了制裁，也包括有簽證限制，通過多項涉及新疆、香港和西藏問題的法案。

加國提高對北極主權安全警覺

【看中國訊】俄烏戰爭令加拿大對北極主權的安全性提高了警覺。加拿大國防部和高級軍事將領向參議院表示，中國和俄羅斯是威脅北極安全最大的國家，需要盡快提升軍事研發能力和監控反應設備，做好防堵中俄搶奪北極資源的準備。

6名加拿大國防部官員和高級軍事將領出席了參議院國家安全會議，並說明當前北極地區面臨的挑戰。

全球事務部負責國際安全政策的總監Kevin Hamilton一開場就提到，這場俄烏戰爭是個警鐘，代表一直存在的緊張威脅隨時可能變成

實際衝突，俄羅斯和中國對北極的持續威脅需高度關注。

加拿大軍方國防情報局局長Michael Wright提到，俄中兩國正在北極高地建造許多新基礎設施。「俄羅斯和中國是對加拿大和其他西方盟國在北極地區最大威脅的國家，隨著海冰的融化，進出北極更容易，它們都在北極進行軍事、科技和貿易部署，將對北極的安全局勢產生重大影響。」

多位參議員憂慮目前加拿大的科技軍事防禦能力不足以有效保護北極安全。軍方將領們也呼籲，強化北極的防禦能力乃當務之急，特別是中國和俄羅斯對北極的投資力

度非常大，因此加拿大需要跟上腳步，增加軍事科技設備，已擁有更好的監控、分析和反應能力，才能處於更優勢的地位。

國防部大陸政策部總監Jonathan Quinn表示，去年8月加美兩國已簽訂北美空防司令部（NORAD）的合作計畫，進一步強化北美航空航天和北極的防禦系統。「拜登總統和特魯多總理已承諾會加強NORAD的現代化設備，包括針對北極的預警系統。加拿大國防部長Anita Anand預計最近會宣布新的資金計畫細節。」

據瞭解，其中一個投資項目是更換80年代起使用的北方預警系

統，也就是提高雷達收集探測能力，以偵測任何威脅者在北極有不尋常的活動。

國防部參謀長Wayne Eyre將軍上星期在渥太華國防會議上提

到，俄羅斯近年一直對北方進行軍事化，包括重新佔領廢棄的冷戰基地。中國於2013年以觀察員身份加入北極理事會，並積極爭取北極航權。



Getty Images

加國住房開工率增長超過預期

【看中國訊】2月份加拿大的住房開工率上升，住房供應短缺得到一些緩解。

根據加拿大抵押和住房公司（CMHC）的數據，2月份獨立住房開工量為247,256套，比1月份的229,185套增長8%，超過了分析師的預期。

上個月城市住房開工量增加了10%，達到222,563套，其中多戶型住房開工率增長了13%，達到161,912套。

然而，2月份的6個月移動平均數為251,579套，比1月份的253,864套下降了近1%。

CMHC首席經濟學家Bob Dugan指出，多倫多是加拿大三大城市中唯一出現房屋開工增長的市場，主要由公寓和多

戶型住宅開工推動。在建築項目積壓和勞動力短缺導致一些開發項目停滯之後，多倫多的房產開工總量增長了195%，達到65,763套。

Dugan告訴《金融郵報》，雖然住房開工率很高，但在人均住房存量的方面，加拿大仍然落後於其他G7國家。「我認為我們看到的強勁的住房開工水平還不夠強勁，如果我們要消除我們的住房存量與其他一些國家之間存在的差距，開工率必須繼續增長，」Dugan說，「年輕人組建新家庭和移民進入加拿大將帶來新的需求。我們需要奮起直追，以恢復住房的可負擔性。」

Dugan指出，住房建設的一些不利因素包括住房材料供應鏈的堵塞，在經濟停滯期間變得更糟，以及在疫情爆發之前就存在的勞動力短缺。

他預計，隨著經濟的重新開放，全球供應鏈可能開始有所緩解。Dugan還表示，雖然最近的就業數字看起來不錯，但在建築業不景氣和高通脹環境下，住房可負擔性讓他感到擔憂。

他說：「所有這些不利因素使我更加擔心，需要真正積極地開展住房供應工作，並將其落到實處。」

加國建築投資增長被通脹抵消

【看中國訊】加拿大統計局最新發布的數據顯示，1月份建築施工投資達到191億元，環比增長3.4%，同比增長12.0%。

大部分的建築投資是用於住宅房地產。這個領域1月份的投資達到141億元，比前一個月增長4.1%，比前年同月高出約12.3%，增長顯著。這是連續第四個月增長。非住宅，又稱商業建築，在去年基本被忽視之後，一直平穩保持著。1月份的商業建築投資達到28億元，比前一個月增長了1.5%。該值比去年同月高出11.2%，是一個很大的攀升。

按實際價值計算，該價值比前一個月高1.8%，比去年低1.6%。與住宅通脹不同的是，去除通脹因素後，並未顯示出兩位數的下降，但也有很大一塊增長被削掉。

您的支持 是希望的曙光

時局風雲變幻，社會萬象紛呈。《看中國》始終如一，為您傳遞真相，守護正義。

多年來《看中國》由客戶商家的支持及海外志工的奉獻，使《看中國》堅持新聞的真實報導，秉持人類的普世價值，為讀者提供免費報紙，服務社區大眾。

在當今疫情蔓延時期，全球經濟活動幾近停頓，支持本報的客戶商家也同樣面臨營運壓力，連帶本報的運作因經費短缺而更加艱難，然而《看中國》願意秉持服務大眾的初衷，在社交疏離之際，繼續為讀者提供精神食糧。

值此，《看中國》急需您的援手，幫助我們渡過艱難時刻，您的支持，讓公理正義得以繼續傳遞；您的支持，讓大眾在逆境中看見曙光！

捐款聯繫電話：604.288.0298

網上捐款：<http://vtvan.com/donation>
接受 Paypal 或信用卡捐款

支票捐款 支票抬頭：KZG Times Media Inc. 郵寄地址：2242 Kingsway, PMB #181, Vancouver, BC V5N 5X6

Integra Tire Auto Centre 各種車型輪胎

專業汽車維修保養換油

- 代理各廠輪胎買賣
- 全面機械維修
- 安全檢查及保養
- 空氣過濾器更換
- 電池啟動器更換
- 波箱修理及更換剎車器
- 24小時車隊服務

免費估價

www.integratire.com

Burnaby店: 604-430-6666
5622 Imperial ST, Burnaby

東航空難 謎團重重



3月22日，官方封鎖了前往墜機地點的小路，一些媒體在遠距離拍攝。(Getty Image)

Mysteries around the China Eastern Airlines crash

(From Page A1)

Alex Macheras, an independent aviation analyst, told CNBC that a dramatic descent was simply unprecedented, especially at cruise altitude.

The former editor-in-chief of Air Transport World, Thomas Jefferies, an internationally renowned aviation safety expert, said that the accident was extremely rare. Based on his comment, there were two strange details: one was that there was no distress signal or smoke in the air, and the second was the vertical fall, which is extremely rare.

According to an international agreement, the U.S. may join the crash investigation because the aircraft was built in the U.S. The National Transportation Safety Board (NTSB) said it has appointed a senior aviation safety investigator as an authorized U.S. representative, and representatives from Boeing, General Electric, and the Federal Aviation Administration (FAA) will serve as technical advisers to assist in the investigation. Investigators will work to recover the "black box" containing cockpit voice recordings and flight data, and they may also examine the airplane's previous flight, maintenance history, weather data, and the health of the pilot.

Family members of the crash are under control

In the aftermath of the accident, some articles that analyzed the cause of the crash from a professional point of view were officially shut down. For example, Chinese journal Caijing interviewed civil aviation industry insider Hanming Li, who said that there are generally three causes of such accidents: "First, the pilot intended to commit suicide; second, he was hit by a missile or other foreign object; and third, there was a problem with the design or maintenance of the

aircraft." This article was subsequently deleted.

Another article in the journal stated that, due to the huge losses caused by the pandemic in the past two years, China Eastern Airlines has been reducing costs through various means, including strict control of maintenance costs. This article was also subsequently deleted in China. In addition, Weibo has started to clean up "non-compliant" accounts and content on topics related to the China Eastern Airlines crash, and has adopted a 30-day to permanent ban on comments.

On March 22, families who lost their loved ones in the crash arrived at Baiyun Airport in Guangzhou to await news, but the authorities isolated them away in the name of pandemic prevention, and they were guarded by personnel in full protective gear.

Unusual reaction from Zhongnanhai

On March 21, the day of the accident, Xi Jinping and Li Keqiang immediately requested a thorough investigation into the cause of the accident, and Liu He, China's Vice-Premier, rushed to the scene that night. AFP reported that the Chinese Communist Party's top brass had an unusual and quick response this time.

China Eastern Airlines Group, the airline involved in the crash, is headquartered in Shanghai. One of the many public roles of Jiang Zemin's son, Jiang Mianheng, is member of the board of directors of the Shanghai Airport Group Corporation. The company's first-ever "bribery" scandal was reported last year, a case where 12 senior executives of China Eastern Airlines fell from the company's corruption scandal throughout 2006 to 2013. The analysis suggests that it is worth observing whether the crash is related to the officials' power struggle within the Communist Party.

是在中國這種情況。」「這種急劇下降簡直是史無前例的，尤其是在巡航高度，那是飛行中最安全的階段。」他補充說，這種飛機習慣於在非常困難的條件下工作。

航空安全顧問和前737飛行員考克斯(John Cox)說，雖然此前發生過客機從巡航高度墜落的事，但幾乎沒有像東航這架飛機一樣急劇衝向地面的情況「這是一個奇怪的現象，很難讓飛機做到這一點。」

國際知名航空安全專家、《Air Transport World》前總編輯托馬斯·傑弗里表示，這起事故有2個現象極為罕見，就是事故發生前「沒有求救信號，在空中沒有煙霧、以垂直姿態墜落，這是極其極其罕見的情況。」

2018年印尼獅子航空(Lion Air)與2019年衣索比亞航空(Ethiopian Airlines)接連發生波音737 Max空難，共奪走346人命，超過40個國家禁止737 MAX飛機進入空域，直到2020年12月美國聯邦航空總署(FAA)重新認證放行。

根據國際知名民航追蹤平台flightradar24的資料顯示，東方航空MU5735航班失事前「突然快速降落」。

曾在美國國家運輸安全委員會(National Transportation Safety Board)實習的布瑞克豪

斯指出，若一架飛機在不到3分鐘的時間，從3萬英尺驟降到9000英尺，並非典型飛機下降的速率；建議外界不要直接把2018年和2019年的空難和這次東航的意外事件直接連結。

另一位航空專家佛戴(Josh Verde)表示，飛機瞬間直線俯衝，通常是系統問題、或某種類型的故障，顯示機組人員可能失去對飛機的控制，而造成影響「巨大」的空難，可能連黑盒子也保不住。

中南海反應不尋常

21日事發當天，習近平、李克強立即要求徹查事故原因，劉鶴於當晚趕赴現場。法新社報導說，中共高層這次罕見地做出了非同尋常的快速反應。

發生空難的中國東方航空集團公司總部位於上海，江澤民長子江綿恆所掌控的上海聯和投資有限公司，是東航股東之一。東航主要樞紐包括上海浦東國際機場和上海虹橋國際機場，江澤民之子江綿恆的諸多公開身份中，其中之一就是上海機場集團公司等單位的董事會成員。從2006年中航腐敗窩案爆發，至2013年，東航有12名高官落馬；去年，東航又爆出性賄賂醜聞。因此有分析認為，此次東航墜機事件是否與中共官場權鬥有關，值得後續觀察。

(上接A1)

美國將協助調查事故

根據一項國際協議，由於這架飛機是在美國製造，因此美國可以成為墜機調查的代表一方。美國國家運輸安全委員會(NTSB)表示，已任命一名高級航空安全調查員作為美國授權代表，波音、通用電氣和聯邦航空管理局(FAA)的代表將擔任技術顧問，協助調查墜機事件。調查人員將努力恢復包含駕駛艙語音記錄和飛行數據的「黑匣子」，他們還可能檢查飛機之前的飛行過程、維護歷史、天氣數據和飛行員的健康狀況。

東航「3·21」墜機後，剛開始海內外有種輿論導向質疑波音機的安全性。美國航空學者和專家對此表示，失事的東航飛機波音737-800與2018、2019年發生兩起空難的波音737 Max機型不同，建議不要直接連結這些空難事件。

許多航空業人士表示，此次東航墜機事件極不尋常。美國聯邦航空管理局前事故調查負責人古澤蒂(Jeff Guzzetti)告訴彭博社，像波音737-800這樣有出色安全記錄的飛機墜毀，是非常罕見的，「這很奇怪」。

獨立航空分析師亞歷克斯(Alex Macheras)對CNBC表示，「如果確實發生事故，也不

中國取消城市落戶限制 戶籍制度仍堅持不放

【看中國記者李靜波採訪報導】據媒體報導，近日中共國家發改委對外發布了〈2022年新型城鎮化和城鄉融合發展重點任務〉的通知，要求城區常住人口300萬以下的城市要落實全面取消落戶限制政策。有網友發帖問，中共既然在很多城市中取消落戶限制，為甚麼就不敢取消戶籍制度呢？《看中國》記者採訪了美國南卡羅萊納大學艾肯商學院講席教授謝田博士。

通過戶籍制度控制民眾

據媒體報導，中共國家發改委在通知中明確提到取消戶籍限制是持續深化戶籍制度改革的一部分。謝田對此表示：「這個並不是取消戶口制度。而這個戶口制度是一個萬惡的戶籍制度，這實際上是中共牢牢控制中國人民，限制中國人民，等於把中國人民囚在牢籠裡，這樣一個社會管制的工具，非常殘忍、暴力。」

其實在當今世界，只有柬埔寨、越南可能用過類似的，還有北朝鮮，其他的現代國家根本就沒有這樣的東西。這個戶籍制度基本上把農村村民局限在農村，城市人也不能去購買農村土地，嚴格的限制了人口的流動、限制了人們的遷徙自由。

我們知道以前中國，每到了

災荒年的時候，農民還可以逃荒。逃荒就是他沒吃的，活不下去了，就只好拋棄家園，全家出逃。你逃荒的時候，至少還可以有條求生路，混過這段時間以後，你再回家。但這個戶口是把人牢牢的限制住，連逃荒都做不到。因為中共把所有逃荒，或者沒有戶籍的人稱為氓流。氓流是個非常有侮辱性的字眼，就是流氓這個兩個字給倒過來，等於是流動的流氓，汙穢中國人。」

取消城市限制落戶目的

謝田進一步指出：「現在中共為甚麼搞這個東西呢？它說得很清楚，只是取消落戶的限制，而且還排斥在三十個城市之外，比如你不能去北京、上海、深圳等這些大城市去。只是對其他三百萬人口以下那些城市，取消落戶限制。」

人們可能會問，你都做到這一步了，為甚麼不乾脆直接取消戶口呢？為甚麼還要留個戶口，又要取消一些限制？這個正好說明了中共實際上不是要真正的給人們自由的權利，而是為了它自己的目的。我想一個是中共城市化的一部分，希望把這些農村、鄉鎮城市化。還有中國人口問題，讓這些人可以城鎮落戶、成家立業、生孩子、增加中國人

口。中共它現在知道中國人口數字已經非常的危險了。」

推銷房產緩解房產過剩

謝田還特別強調一點，為甚麼發改委的這個通知明確指300萬人口以下的城市落戶取消限制呢？「我們知道中共在二、三線、四線城市房產嚴重過剩，這些人在這些城市落戶的話，就可以去購買房子。所以對中共來說，總體來說協助把人口向西部轉移，這樣一個目標，也把鄉鎮城市化補充起來，還可以帶來一些就業和房產的購買，刺激樓市。」

我們知道中國很多三線、四線的城市有很多鬼城，建的房子賣不掉的。當地政府把這些房子炸掉、再重建，再炸掉，折騰來折騰去，把中國GDP給整上去了，讓貪官在這個過程中貪了錢。但這實際上是對國家資源是一個巨大浪費。這種現在中共頒布這個通知，不管有多少人能夠意願去那兒落戶的話，確實會對地方的樓市購買有一些補充。

但是我想補充的力度可能也不會特別大，因為真正有錢的人，他已經想辦法把錢也投資在房地產上。而這些人即使他有落戶在城市的可能，但是工作是更關鍵的問題，你可以進城，但是

你如果工作得不到保障，那還是沒有收入來買房子。」

會起反效果嗎？

謝田分析指出，這個可能還起到另外一個相反的作用。「中共可能希望那些農民工可以進到城市裡，或者吸引一些人到西部城市，但是會不會有可能也因此引起了一個更西部、更偏遠地區的人往東部走，像甘肅、寧夏那邊、西藏這些地區的人，也許會吸引那些人離開更邊遠的地區，向這些相對東部一點，或相對繁榮一點的地方，去成都、西安等這些地方，它可能也會有這個效應。這樣的話，中共它其實起不到把人口向西部疏散的作用，反而是讓這些中間的一些城市，可能也開始在增加人口，正好可能起到一個相反的作用。」

農民工待遇會改善嗎？

調，這些政策的目標是2022年將聚焦在提高農業轉移人口市民化質量。謝田對此指出，它現在提出來這些辦法，實際上是發改委提出來的，說甚麼擴大義務教育和辦學機構的供給，還說要甚麼增加優化事業編制、增加教師數量，還有甚麼社保轉移的程序、養老保險的全國統籌信息系統建設、門診費用跨省結算，這

些聽起來似乎是對這些農民工遷入城鎮，是有一些幫助的。但是最終能不能夠真正執行下去？或者真正使這些人能夠收益？能享受到與這些戶籍城市人口相同的待遇？這個恐怕還是一個巨大的問號。因為我們知道中共很多政策，實際上是很難真正貫徹下去的。因為中國不是一個真正自由的、法治社會，也不通過市場的機制去調節的時候，就會出現這樣的問題。」

中共不可能取消戶籍制度

謝田最後表示，如果中國也實行類似美國西方國家遷徙自由的話，這就很難讓中共來控制這些人。「我們知道中共在實施、維護它的統治時，它打壓這些異議人士或者是維權人士的時候，就是用戶籍這些手段，它實際上是在全中國布下了一個密密麻麻的網，把每個人都牢牢罩在這。它要抓誰、要判誰，要去追查誰，找誰，都非常容易。現在尤其中共又加上了攝像頭這些監控，還有數位錢包、數位ID這些東西，都更利於它隨時隨地、隨時可以抓到人。」

所以中共如果放鬆了這個，那就意味失去了一個打壓的手段，對中共政權的維護和統治，對它的維穩絕對是不利的。所以中共各級政府官員，從上到下都會反對這件事情。雖然取消戶籍確實是有益的，但是中共是不會這麼做的。

中共面臨抉擇 是否切割普京

【看中國記者苗薇綜合報導】日前美中舉行了新一輪的拜習會，雙方針對烏克蘭危機進行了關鍵性的討論，拜習會吸引了全世界的關注。有分析認為，中共與俄羅斯關係究竟要捆綁到何種程度，以及如何在西方和俄羅斯之間尋找安全的外交縫隙，對習近平是一個重大的政治考驗，挺俄失策或危及中共政權。



2019年11月，習近平與普京在巴西出席金磚國家領導人會晤。(Getty Images)

3月18日，美中兩國元首拜登和習近平會談近兩個小時。拜登明確警告，如果中共向俄羅斯提供物質支持，將會面臨影響和後果。新華社的通稿裡則提到，習近平說，「烏克蘭局勢發展到這個地步，是中方不願看到的」，「國家關係不能走到兵戎相向這一步」，但並沒有承諾不支援俄羅斯，也沒有承諾參加外交斡旋的內容，顯示出中共始終逃避是否援俄的問題，左顧而言他。

總部設在北京的，被外界稱為大外宣的多維網，引用微信公眾號文章，指出拜習通話主要目的還是借俄烏局勢繼續給中共製

造壓力，主要體現在四個方面：持續將壓力和國際注意力轉向中國；服務於美國對華的博弈戰略；營造美國領導人強勢的姿態；離間中俄。外界認為，大外宣的觀點倒是把中共內心真實顧慮給露出來了。

拜習會後，外界關注習近平是否會跟俄羅斯做切割，避免被俄羅斯的制裁拖累？

德國《每日鏡報》以「中國站在俄羅斯一邊-暫且」為題，刊文指出，美國正在對北京施壓，而中共其實也擔心支持俄羅斯會損害與西方國家的關係。

文章說，戰爭持續得越久，習近平就越有可能背離普京。就在習近平與拜登會談的前一天晚上，中共官方電視新聞裡，首次報導了排隊買麵包的烏克蘭民眾

遭到俄軍攻擊、10人喪生的信息，這點就很引人注意。即便是一個善於冷靜算計的權術政客，在面對一個日復一日犯下罪行的侵略者時，也難以保持中立。文章認為，中共也許很快就會加入西方譴責俄羅斯的隊伍。

但是，美國外交政策委員會印太事務研究員索博利克對美國之音表示，這恰恰「是華盛頓目前最大的誤判之一。」他認為，「從拜登總統到他的高級顧問都有這樣心態，認為中國是可以被說服的。」

「幾十年來，美國一直堅信，如果我們與中國接觸，我們就能改變中國。我認為事實恰恰相反。中共對我們的改變比我們對他們的改變更大。我只是不知道總統是否完全意識到這一現實。」

法廣引述評論指出，習近平在外交政策方面採取愈來愈民族主義的基調，說明他不會屈服於美國的壓力，但也力圖保持其選擇的開放性，避免超出其自身利益領域。

德國之聲引述分析認為，在

俄羅斯入侵前夕與普京結盟，可以說是習近平在外交政策上的最大敗筆。而今天的「路線修正」，極有可能讓習近平本人蒙羞。如果普京在烏克蘭取得太狼狽，習的權威更會受影響。

時事評論員郝平撰文說，2022年是中共政治局換屆年和習近平謀求連任年，其政治意義對習近平來說是其他任何事情都不可能相比的。目前，習近平的連任似乎不成問題，但反習派的攻擊一直沒有停止過。近期，江派反習勢力，將中共前外交官吳建民一篇舊文拋出，文中寫道江澤民在911事件後選邊美國，換來中美關係撥雲見日，為中共贏得二十年發展機會。吳建民舊文的流傳，無疑是隱射習近平在俄烏戰爭中發生了重大誤判。

郝平表示，與俄羅斯關係究竟要捆綁到何種程度，以及如何在西方和俄羅斯之間尋找安全的外交縫隙，對習近平是一個重大的政治考驗。如果因支持俄羅斯導致與美國撕破臉，招致制裁，這將成為二十大前的一隻巨大「黑天鵝」，甚至危及中共政權。

前最高法正部級「老虎」落馬

【看中國記者董林杉綜合報導】曾「空降」出任上海紀委書記查辦上海社保案，兩度任職最高法長達18年，中共最高法院前黨組副書記、常務副院長沈德咏日前被官宣調查，他今年首個落馬的正部級「老虎」，曾是最高法院院長周強的第一副手。

據中紀委網站3月21日通報，中共全國政協常委、社會和法制委員會主任沈德咏，涉嫌嚴重違紀違法，接受調查。

公開資料顯示，沈德咏出生於1954年3月，今年68歲，江西修水人，1998年任最高法院副院長、黨組成員、審判委員會委員。

2006年11月，沈德咏「空降」上海任市委常委、市紀委書記，並兼任上海社保專案工作小組領導小組長，查辦上海社保案。在陳良宇案判決生效後，在上海任職17個月後，沈德咏於2008年4月重回最高法，出任最高法黨組副書記（正部長級）、常務副院長、審判委員會委員，

並晉升為一級大法官。

2018年6月22日，沈德咏距離退休還有一年，被免去副院長、審判委員會委員、審判員職務，出任十三屆全國政協社會和法制委員會主任，表明他已提前退居二線。

沈德咏是十六屆中央紀委常委、十七屆中央紀委委員和十八、十九屆中央委員，他還是1995年《法官法》通過以來，曾任一級大法官中首個落馬者。

另外，作為中共最高法院常務副院長，沈德咏一直被視為是最高法院院長周強的第一副手。

周強從2013年3月出任最高法院院長至今，長達9年。他曾捲入最高法卷宗丟失案件，一度被認為仕途高危。

2018年末，前中國中央電視臺節目主持人崔永元，在新浪微博發文稱，「陝西千億礦權案」卷宗在最高法離奇失蹤，揭露最高法院有「內鬼」，並指此案未審先判，是來自最高法院院長周強的指示。法官王林清實名舉報周強干預該案審理，他3次發視頻，講述該案二審卷宗消失的前後經

過，並詳細講述了周強干預案件的整個經過。

不過，事件在曝光一個月後，突然發生大逆轉。2019年2月22日，聯合調查組公布結論，認定王林清「監守自盜」，偷盜卷宗是為了發洩對單位的不滿。隨後王林清上央視認罪，承認卷宗是他本人偷的，引發外界巨大質疑。而崔永元也被噤聲。

《北京之春》榮譽主編胡平曾撰文指出，崔永元能在長時間裏，用自媒體爆料劍指副國級高官，當然有後臺。習近平派系原本想通過崔永元爆料千億礦權案「剪裙邊」，揪出周強背後大老虎，結果引起高層官員人人自危，招致他們共同抵抗，迫使習派不得不做出讓步。

自去年以來，習近平當局對江派掌控多年的政法系強力清洗，政法高官頻繁落馬。加拿大維多利亞大學政治系教授吳國光分析，今年二十大前可能還有高官落馬，當局狠狠敲打原公安部副部長孫力軍「團團伙伙」問題，重點很可能不在「往下」而是「往上挖」。

中共海軍反潛機南海失事

【看中國記者苗薇綜合報導】3月21日，中國東航空難墜機事故的當天，中共軍機在南海墜毀的信息被媒體曝光，至少10名中共海軍將士因實戰化訓練、試飛新機失事而罹難。其中包括海軍少校、中校，以及海軍特級飛行員。中共官方至今沒有證實有關事件。

香港《星島日報》3月23日報導稱，大陸微博從3月15日開始陸續有信息，指有殉職軍人遺體分別送回河南、山東、湖北等地家鄉。其中署名「河南共青團」博主3月21日發布由警車開道、罹難飛行員遺體運返家鄉安葬的影音。顯示有兩輛巴士的車頭，分別安放了海軍軍官的黑白照，外側的車身懸掛黑底白字布條，以及「張帝與邱明典魂歸故里」字樣。由照片可以看到，這兩人分別具海軍少校及中校軍銜。

也有網友轉發罹難飛行員黃高明墓碑的圖像，以及警車開道送回鄭福浩遺體的視頻。

據網友披露，已可以證實至少有10名海軍軍人在3月1日同

日遇難，他們姓名分別為徐文、鄭福浩、周興玉、黃高明、張帝、邱明典、彭博、操禮豪、孫紅林、王忠暉，其中有軍官也有士兵，年齡由二十多歲至三十多歲，全部屬92697部隊，是海軍航空兵部隊，該部隊配置運-8反潛機。

據自由亞洲電臺信息說，中共海軍局2月25日曾發布軍事訓練禁航警告；緊接着3月4日又發布另則軍事訓練禁航警告，第2次演習的發布顯得倉促，訓練禁行的位置在海南三亞與越南順化間的海域。

中國南海海軍局曾發布聲明，自3月4日18時到15日18時，中共海軍在劃定的水域範圍內進行軍事訓練，禁止船隻進入。

臺灣中時新聞網曾於3月8日報導稱，長期關注南海動態的越南軍事記者Duan Dang據所獲得的信息推測，此次南海軍演與軍機事故有關。他表示，中共海軍運-8反潛機疑似在3月1日下午失聯，並墜入海南三亞西南方的南海區域。

俄密件傳中共圖謀臺灣 逼出太子黨結反習聯盟

【看中國訊】曾經精準爆料俄羅斯要裁撤烏克蘭有大規模毀滅性武器等信息的俄羅斯聯邦安全局(FSB)分析師，近日再度驚爆，為在二十大謀求三連任，習近平曾考慮今秋攻臺。著名旅澳法學家袁紅冰披露，為避免像俄羅斯富豪一樣招致國際制裁，中共太子黨權貴家族幾乎是聯合起來要阻止習近平攻打臺灣。

3月15日，俄羅斯反貪腐網站Gulagu.net負責人、人權運動人士奧塞奇金(Vladimir Osechkin)，公布一份由俄羅斯聯邦安全局(FSB)分析師所寫的內部情報，揭露習近平曾考慮今年秋天「全面接管臺灣」。

這份俄方內部報告指出，習近平之所以曾考慮過今年秋天全面攻臺，因為他需要取得小勝利讓自己三度連任，不過在他看到俄羅斯侵略烏克蘭而陷入戰爭泥潭後，習近平意識到攻臺的機會已經不復存在，更讓美國可藉此

威脅北京，並且讓習近平政敵取得有利條件。

曾獲歐洲調查新聞獎的情資記者葛羅西夫(Christo Grozev)，在推特上發文提到，他把這份報告內容拿給2名前前任現任FSB內部工作人員檢視，他們皆表示「這毫無疑問是同事寫的」。

臺灣淡江大學外交系系主任鄭欽模表示，姑且不論情報真偽，這個邏輯推理尚屬合理。習近平在內政、外交皆無重大成就的條件下，親自部署的疫情管控也逐漸失守，在政敵環伺的壓力，確實可能需要一場「特別軍事行動」來提高他的聲望。

鄭欽模認為，習近平從普京口中得知的信息很可能是兩天拿下基輔，扶植親俄政權取代澤連斯基政府，讓烏克蘭重回俄羅斯附庸國地位。讓美國及北約無法也來不及干預。這樣的計畫很可能讓習近平心動而想效法。

不過，鄭欽模指出，普京所謂的「特別軍事行動」可能被習近平視為是測試美國決心的試金石。如果拜登政府和歐洲無法協同一致抵禦俄羅斯的侵略行為，無疑就是對習近平軍事冒進的莫大鼓勵。

旅澳法學家袁紅冰3月15日爆料說，對俄羅斯的國際制裁行動在持續，這在中共內部引發很多恐慌。他說：「現在中共內部的關鍵點是最怕習近平打臺灣，那美國一制裁，把海外的這些太子黨家族所有的錢財都給沒收了，怎麼辦？」袁紅冰談到，在中國的多個太子黨家族之間，原本是矛盾重重，但這次，他們「幾乎都要聯合起來了」，「現在太子黨家族都快瘋了，不僅是太子黨，包括一些新權貴家族。」

袁紅冰認為，美國之所以針對俄羅斯富豪進行制裁，其目的之一就是要震懾這些中共太子黨，希望他們從內部能夠阻止習近平發動臺海戰爭。

前福建副省長獲刑14年

【看中國訊】3月22日，福建省政府原常務副省長張志南案一審宣判，他因受賄罪、濫用職權罪被判處有期徒刑14年。

大陸官媒3月22日通報，中共福建省委前常委、福建省前副省長張志南因受賄罪被判處有期徒刑12年，因濫用職權罪被判處有期徒刑5年，決定執行有期徒刑14年，罰款300萬元人民幣。

張志南被指控，1996年至2019年間，先後利用擔任福建省發展和改革委員會主任、福建省副省長和中共福建省委常委、福建省常務副省長等職務便利，為他人謀私利，非法收受他人財物摺合人民幣3432萬餘元，涉嫌收賄罪；2007年至2017年間，其在負責審批的相關項目中徇私舞弊，濫用職權，導致財政資金損失共計1.48億餘元，涉嫌濫用職權罪。

現年61歲的張志南，福建龍岩人，曾任福建三明市副市長、省政府副秘書長、省發改委主任；2008年1月任福建省副省

長，2010年起還兼任省委政法委副書記，2011年11月起躋身省委常委，2013年2月，任福建省常務副省長、黨組副書記。張志南也是中共十八大以來福建省落馬的「第三虎」。另外兩人為2015年3月落馬的福建省副省長徐鋼、2015年10月落馬的福建省省長蘇樹林。

2020年4月12日，中共中央紀委國家監委突然通報張志南被查的消息，被查前一天他還在參加會議。福建坊間有消息指，張志南落馬或和他的兒子涉非法放貸有關。

2020年9月張志南被雙開，10月被逮捕，12月被起訴。2021年5月，張志南受審。

張志南曾是2018年被判16年的前福建省長蘇樹林的副手。他在2008年就已擔任福建省副省長，是在蘇樹林任內躋身省委常委，並於2013年2月升任常務副省長，成為其第一副手。而蘇樹林被指為周永康「石油幫」成員，曾任中石油副總經理、中石化總經理等職。

美議員提案撤中國最惠國待遇

【看中國記者文龍綜合報導】美國國會眾院兩黨議員，呼籲將貿易與人權重新掛鉤，推出取消中國永久最惠國待遇法案。這將導致中美兩國貿易關係恢復到20年以前。

美國會議員推出取消中國永久最惠國待遇法案

美國國會共和黨眾議員史密斯(Chris Smith)宣布，他聯袂兩黨議員近日推出了一項，旨在取消中國永久貿易最惠國待遇的法案。

這部法案要求把中國的貿易地位重新與其人權狀況掛鉤。法案還要求，美國總統每年都必須證實北京政府在改善人權方面付出了認真與持續的努力之後，才能給予中國正常貿易關係地位。

3月23日，根據美國之音報導，史密斯說，這部法案要「取消中國共產黨的永久性正常貿易關係地位，以懲罰其令人髮指的人權暴行——特別包括該政權對維吾爾人和其他中亞少數族裔持續進行的種族滅絕和強迫勞動」。

當年反對把中國人權與貿易脫鉤的史密斯，批評歷屆行政當局給了北京踐踏人權的「免費通行證」。

「如果不是多數也是許多的商界和政界領袖長期以來都落入了那種『中國幻想』，一方面忽視踐踏人權，一方面聲稱增加貿易將使中國更像我們。」史密斯在一項聲明中說。「無論當時和現在，這都不符合事實。」

史密斯說：「俄羅斯有可能因為普京侵略烏克蘭而失去永久性正



取消中國永久最惠國待遇，這將導致中美兩國貿易關係恢復到20年以前。(Getty Images)

常貿易關係地位，中國對俄羅斯的支持，使得對中國貿易優惠待遇進行重新評估變得尤為及時。」

最惠國待遇，在國際貿易學中指，締約國一方現在和將來給予任何第三國在貿易、關稅、航運、公民法律地位等優惠和豁免，也都給予締約國對方國家。享有最惠國待遇的國家稱為受惠國，依據多是一項雙邊或多邊條約的規定。需要注意的是，優惠是相對於一般關稅稅率而言的，因此最惠國待遇往往不是最優惠稅率，在最惠國待遇之外，還有更低的稅率。

根據WTO下的最惠國待遇

條款，WTO成員在與其他成員貿易時應一視同仁，實施同樣的關稅減讓、特權、優惠或豁免。而某成員如果被取消最惠國待遇，意味著其向其他經濟體出口的商品將被徵收更高的關稅。

中國最惠國待遇是貿易與人權之爭

美國參議院2000年9月19日投票給予中國永久性正常貿易關係地位，為中國在2001年加入WTO鋪平了道路。永久性正常貿易關係地位也被稱為永久性貿易最惠國待遇。

法》，中國等非市場經濟國家不能自動享有貿易最惠國待遇，需要一年一審，由總統向國會提出延長的請求。1989年之前，中國的最惠國待遇審查基本都順利通過。

1989年天安門事件之後，中國的人權狀況引發美國擔憂，一些人權組織和國會議員提議取消中國的最惠國待遇，以懲罰北京踐踏人權的行為。儘管美國最終仍然決定延長中國的最惠國貿易資格，但是行政當局和國會都會在年度審查中表達對中國的人權關切。

1993年，克林頓正式宣布在最惠國待遇問題上附加人權條件。他頒布一項行政命令說，如果北京沒有在人權方面有全面、重大的進展，中國將失去1994到1995年度的貿易最惠國資格。

克林頓政府希望北京政府在人權上做出讓步，以延續最惠國待遇。然而，人們很快意識到，美方所希望的那種進展是不可能實現的。

1994年5月，克林頓宣布繼續給予中國最惠國待遇，並將貿易與人權脫鉤。他表示，美國將採取新的人權戰略，將中國人權問題納入國際多邊議程，以及支持中國的非政府組織。

2000年10月，時任美國總統的克林頓(Bill Clinton)在White House舉行了一場隆重的法案簽署儀式。這項法案規定，一旦中國加入世貿組織，將給予中國永久正常貿易關係(即永久最惠國待遇)。美中兩國已就中國加入WTO達成協議，為中國入世掃清了障礙。2001年，中國正式成為世貿組織一員。

有關貿易最惠國待遇和中國入世問題，在1990年代一直是美國對華政策中引發辯論的話題。在中國享有與美國的永久正常貿易關係之前，根據美國《1974年貿易

1994年5月，克林頓宣布繼續給予中國最惠國待遇，並將貿易與人權脫鉤。他表示，美國將採取新的人權戰略，將中國人權問題納入國際多邊議程，以及支持中國的非政府組織。

2018年10月，美國副總統彭斯，在回顧美中關係歷史時說：「蘇聯垮臺之後，我們認為中國將不可避免地成為自由國家。帶著這份樂觀，美國在21世紀前夕向中國敞開大門，將中國納入世界貿易組織。」

彭斯說，然而，中國走上自由的「這個希望落空了」。

恆大物業134億存款被強制執行

【看中國記者文龍綜合報導】網傳恆大集團創辦人許家印「被請去喝茶」，3月22日，在香港上市的中國恆大、恆大物業和恆大汽車等三家恆大系上市公司連發多條公告。恆大集團債務危機未解，又有134億元存款被強制執行。



(Getty Images)

中國恆大在公告中稱，恆大物業在審核截至2021年12月31日止年度的財務報告過程中，發現恆大物業有約人民幣134億元存款，為第三方提供的質押保證金，已被相關銀行強制執行。恆大物業將成立獨立調查委員會，及安排委聘專家對該質押保證進行調查。由於本公司認為這是一件重大事件，且恆大物業為本公司的重要子公司，本公司將成立獨立調查委員會跟進該事件對本公司的影響。

恆大物業公告表示，由於自去年下半年起本公司關聯方中國恆大集團的經營情況發生重大變化，核數師於本年度增加了大量額外的審計程序，再加上疫情的相關影響，根據本公司目前掌握的資料，本公司無法按期完成審計程序。

由於審計工作尚未完成，本公司預期無法根據上市規則第13.49(1)條，於2022年3月31日或之前刊發截至2021年12月31日止年度之經審核業績。

中國恆大、恆大汽車也將延

期發布2021年度的年報，原因與恆大物業近似。

3月22日，據《每日經濟新聞》報導，21日晚間，市場傳恆大董事局主席許家印「被請去喝茶」，上述公告相當於宣告有關傳聞屬臆測。

在今年初的2022年保交樓新年開工動員大會上，恆大提出今年要交樓約7000萬平方米、60萬套，這相當於恆大所有保交樓項目中有近50%要在年內完成交付。

去年恆大集團債務危機爆發，佳兆業和花樣年等多個房企，也陸續出險。

彭博社認為，中國房地產開發商今年必須找到近1000億美元來償還債務，即使該行業的收入來源正在萎縮。中國房地產市場債務緊縮引發開發商違約浪潮，一年來仍為生存而戰，情況不斷惡化，目前已經看不到盡頭。

美聯儲：必要時將激進加息

【看中國記者文龍綜合報導】3月22日，國際投行高盛預計，美聯儲(Fed)將在5月和6月的會議上加息50個基點。美聯儲主席鮑威爾鷹派表態，令投資者不安，美債進一步遭拋售，收益率攀升至2019年以來最高。

之前在3月21日，美聯儲主席鮑威爾表示，美聯儲必須迅速採取行動，遏制過高的通貨膨脹。並且如有必要，美聯儲的加息幅度會大於通常水平。他提高了今年一次加息50個基點的可能性，而非近日美聯儲計畫的今年再加息6次，每次25個基點。

美國公債3月22日進一步遭拋售，但一項暗示經濟衰退的重要市場指標有所回落，顯示投資者和交易商們在權衡未來幾個月利率上升的速度，因為鮑威爾的講話令債市投資者感到不安。10年期美債收益率跳漲5.1

個基點，至2.368%，但與2年期公債收益率差擴大至20.8個基點。該利差釋放一個信號：經濟增長或停滯。

據路透社3月22日報導，Action Economics全球固定收益分析董事總經理Kim Rupert表示：「債券市場現在相信美聯儲將採取激進的政策立場，並將看到利率逐漸走高。」

不過，法國的外貿銀行(Natixis)首席美洲經濟學家Joseph LaVorgna在一份報告中表示，央行加息的速度和幅度不太可能像投資者和經濟學家預測的那樣快。他指出，市場的預期有些過高，導致兩年期公債拋售過度。

3月22日，美國2年期、5年期、10年期和30年期公債收益率，皆攀升至2019年以來的最高水平。

北京令部分中概股做準備避免被摘牌

【看中國記者李正鑫綜合報導】3月22日，消息人士指北京當局令部分在美上市公司做好披露更多審計信息的準備，以避免被交易所摘牌。美國證券交易委員會(SEC)已經公布5家中概股退市風險名單，未來中概股的去留被市場關注。



(Adobe Stock)

3月22日，據路透社報導，4名消息人士表示，北京當局已要求部分在美國上市公司做好披露更多審計信息的準備，其中包括阿里巴巴、百度和京東在內的大型互聯網公司。目前北京正努力確保這些公司繼續在紐約上市。

其中兩名消息人士稱，中共監管機構正在考慮對於一些不蒐集敏感數據的中企，允許美國監管機構檢查這些企業的審計文件。作為這一舉措的一部分，中

共證監會召集了包括搜索引擎龍頭公司百度，和電子商務巨頭京東等互聯網公司。

這些公司被要求準備2021財年的審計文件，以應對美國監管機構提出更多的信息披露要求。如果這些公司在整個過程中對任何事情不確定，應該徵求中共監管機構的建議，包括與美國監管機構溝通等。

路透社評論認為，中共監管

機構的最新舉措表明，北京當局願意做出一些讓步，以解決中美之間長期以來就審計問題上的僵局，這已使美國對在美上市中企的數千億美元投資面臨風險。

美國監管機構正在採取行動，如果在美上市中企連續3年無法提供審計紀錄給美方檢查，這些中資企業將被美國證券交易所摘牌。

SEC在3月10日公布了一份名單，認定包括百勝中國在內的5家在美國上市的中企為有退市風險的「相關發行人」，這引發了大批投資者對中概股的拋售。

其他4家被SEC認定的中企分別是：生物製藥公司百濟神州、製藥公司再鼎醫藥、生物製藥公司和黃醫藥、半導體清洗設備生產商盛美半導體。

財經簡訊

繼騰訊與阿里巴巴後 傳京東也啟動大裁員

【看中國訊】據《自由時報》報導，繼騰訊、阿里巴巴集團之後，京東集團也啟動大裁員，旗下京喜事業群淪為重災區。

京喜將裁撤一些區域部門，具體裁撤比例為10%~15%，主要集中在京喜拼拼業務，而不是將京喜全部關掉。京喜事業群現有的員工人數大約為4000人，按照上述裁撤比例計算，京喜事業群的裁減人數大約為400~600人。

此前據《華爾街日報》報導，由於經濟放緩及北京監管壓力，騰訊、阿里巴巴與滴滴出行今年將大幅裁員。部分部門裁員20%，數以千計的員工將失業。

全球供應鏈新困境 中歐鐵路恐遭戰火波及

【看中國訊】據彭博社報導，俄烏衝突下，穿越俄羅斯、連結西歐和中國東部的鐵路「中歐班列」恐受波及，超過100萬個貨櫃目前將不得不尋找新的海上航運，這不僅將增加運輸成本，並可能加劇全球供應鏈混亂。

隨著莫斯科在烏克蘭的戰爭愈演愈烈，運輸汽車、零組件、筆記本電腦和智能手機的出口商及物流公司，現在正尋求避開經過俄羅斯或戰區的陸路。

俄烏衝突加劇了一些大型港口的壅塞，為全球供應鏈帶來進一步的壓力，供應鏈目前仍因疫情大流行引發的人力短缺問題而陷入困境。

馬里烏波爾被圍攻 俄烏僵峙

俄對馬里烏波爾的封鎖圍攻 雙方戰事膠著 俄羅斯G20成員國地位被討論

【看中國記者李佳琪綜合報導】俄烏戰事膠著，烏克蘭港口城市馬里烏波爾（Mariupol）至今已被俄軍圍困逾2週，俄羅斯開出條件，只要當地軍民棄械投降，俄方就會停火開放人道走廊，但遭烏克蘭方面拒絕。同時對俄制裁還在繼續，俄國G20成員國地位也被提出討論。

俄：棄械投降就停火 烏：拒不投降

烏俄戰爭即將邁入第27天，烏克蘭多地不斷被俄軍轟炸，其中戰略位置最重要的東部港口城市馬里烏波爾仍持續遭俄軍轟炸。烏克蘭當地政府表示，馬里烏波爾目前的情況是食物、水和能源供應短缺，民眾生活困難。

俄羅斯國防部3月20日呼籲馬里烏波爾的烏軍繳械投降，並會開放人道走廊。烏克蘭副總理韋列舒克（Iryna Vereshchuk）21日凌晨則回應，拒絕放下武器投降，並要求俄羅斯立即開放人道走廊。

路透社報導，俄羅斯國防部管理中心主任米茲股塞夫20日在這份聲明中向馬里烏波爾市的烏國守軍喊話：「一場可怕的人道災難已經出現。我保證，願意放下武器的所有人都可以安全離開馬里烏波爾。」

米茲股塞夫宣稱，俄軍沒有在馬里烏波爾使用重型武器，俄羅斯已將5萬9304人撤離。他並表示，只要基輔在莫斯科當地時間的21日清晨5時前積極回應繳械投降的要求，馬里烏波爾的人道走廊將於莫斯科時間的週一（21日）上午10時開放，所有放下武器的人都可以離開馬里烏波爾。

對此，烏克蘭副總理韋列舒克（Iryna Vereshchuk）21日回應表示，烏克蘭不會交出、放棄馬里烏波爾，更不會去討論投降與放下武器的問題，烏方早已向俄方告知此事。另外，烏克蘭當局已要求俄羅斯立刻開啟人道走廊。

馬里烏波爾市長博伊琴科透露，該市超過8成住宅受損，其中3成在俄軍砲火不斷的轟炸下已無法修復。一間藏有1300人避難的劇院亦遭俄軍轟炸，目前僅知有130人生還，烏軍的救援行動仍在進行中。

兵家必爭四原因

烏俄雙方對馬里烏波爾勢在必得的局勢引起了外界關注。英國BBC報導分析，馬里烏波爾之所以成為烏俄必爭之地有四個原因：

1、能確保克里米亞和頓巴斯地區之間的陸路暢通；從戰況地



俄羅斯的軍民無差別式的大規模狂轟濫炸，已造成烏克蘭嚴重的人道災難。（Getty Images）

圖來看，位於克里米亞的俄軍，若希望能與頓巴斯地區的友軍會合，馬里烏波爾就是一顆「塞子」，將這條路線死死堵住。

2、扼殺烏克蘭經濟：馬里烏波爾是港口重鎮，有大型鋼鐵廠，也是煤炭和玉米的主要出口樞紐，一旦被占領，俄羅斯將能控制烏克蘭8成以上的海岸線，徹底切斷其海上貿易，甚至讓烏克蘭「與世隔絕」。

3、宣傳機會：馬里烏波爾是烏克蘭民兵部隊「亞速營」的所在地，莫斯科方面指其是「納粹」勢力。

4、增加俄軍士氣：一旦馬里烏波爾淪陷，恐會對現在齊心抗敵的烏克蘭軍民造成沉重打擊，甚至產生威懾，也能讓士氣低落的俄羅斯軍隊增加信心，讓雙方士氣發生重大轉變。

談判前景 霧裡看花

目前烏俄雙方的談判仍持續進行中，據參與會談的三位人士稱，烏克蘭和俄羅斯在一項暫定的15點和平計畫上取得了重大進展，包括停火和俄羅斯撤軍，如果基輔宣布中立並接受對其武裝部隊的限制。

據英國《金融時報》報導，這三位人士表示，烏克蘭和俄羅斯的談判代表14日首次全面討論了擬議的協議，其中包括基輔放棄加入北約的野心，並承諾不接納外國軍事基地或武器裝備，以換取美國、英國和土耳其等盟友的保護。

儘管莫斯科和基輔都在16日表示，他們在協議條款上取得了進展。但烏克蘭官員仍然懷疑俄羅斯總統普京是否完全致力於和平，並擔心莫斯科可能在爭取時

間來重新集結部隊並恢復進攻。雙方的互信基礎十分薄弱。

俄羅斯克里姆林宮發言人佩斯科夫（Dmitry Peskov）22日表示，希望旨在結束俄軍在烏克蘭軍事行動的談判，能有更多實質內容。但烏克蘭總統澤連斯基則表示，與俄羅斯達成結束戰爭的任何協議，都需要經由烏克蘭人民公投決定。

佩斯科夫表示：「俄烏兩國現在正進行某種（談判）程序，俄方希望能進行更積極、實質性的談判。烏克蘭非常清楚俄方的立場，因為莫斯科很多天以前就已將書面要求交給烏方，我們希望快速聽到更有實質意義的回覆。」他23日同時也針對俄羅斯可能動用核武的傳言辯稱，俄羅斯只有在「生存受威脅」時才會使用核武器。

在烏克蘭方面，烏國總統澤連斯基21日接受當地媒體Suspilne訪問時說：「烏克蘭與俄羅斯的和平談判若達成協議，都需要經由烏克蘭人民公投決定。」他強調：「烏克蘭不會屈服於俄方發出的最後通牒，而基輔、馬里烏波爾和哈爾科夫等城市也不會同意俄軍占領。」

不過澤連斯基表示，與俄羅斯的和平談判雖艱難和具對抗性，但「我們正一步步向前邁進」。澤連斯基重申，他要求以「任何形式」與俄羅斯總統普京會面，商討如何終止這場戰爭。

目前，俄烏雙方代表團在白俄羅斯和烏克蘭邊境正繼續進行遠端協商，但談判幾乎沒有實際進展，俄烏元首也尚未直接對談。試圖調停的土耳其指出，俄烏兩國在關鍵問題上接近達成協議。英國則警告，莫斯科可能會利用和平談判作為幌子，重新集

結俄國軍隊。

四難題橫互待突破

路透社分析指出，俄烏兩國和談面臨4項難題。

一、領土問題：俄羅斯2014年併吞克里米亞，並於今年2月21日承認烏克蘭東部兩個俄國支持的分離地區為獨立國家。目前俄軍已掌控克里米亞以北的烏克蘭南部大片領土及烏東分離主義地區的周邊領土，還有首都基輔東西方領土。

烏克蘭官員表示，他們不會接受俄國併吞自家領土，或承認俄國支持的盧甘斯克和頓內茨克分離地區為獨立國家。

二、中立議題：俄國希望烏克蘭成為中立國家。俄羅斯首席談判代表梅丁斯基（Vladimir Medinsky）表示，烏克蘭可以像奧地利或瑞典一樣保持中立，但仍保有自己的軍隊。基輔當局則對俄方的說法表示質疑。

報導稱，目前尚不清楚這種中立地位會是如何。蘇聯解體時，烏克蘭國會在1990年國家主權宣言中，宣布烏克蘭打算成為永久中立國家。今年2月普京曾表示，他希望得到烏克蘭絕不加入北大西洋公約組織（NATO）的書面保證。

不過烏克蘭總統澤連斯基21日表示，準備商討烏克蘭不尋求加入北約，以換取停火、俄羅斯撤軍、對烏克蘭的安全保障。

三、俄羅斯裔民眾的權利：俄語和在烏克蘭說俄語民眾的地位，是莫斯科當局重視的一項主要議題。烏克蘭2019年曾通過一項法律，賦予烏克蘭語特殊地位，並要求公部門人員說烏克蘭語。這項法律規定所有公民都必

須懂烏克蘭語，並作為公務員、軍人、醫師和教師的法定資格要求。

四、去納粹化：俄羅斯指控烏克蘭允許類似納粹的團體對國內講俄語的群體實施「種族滅絕」。極右派團體「亞速營」是烏克蘭國民警衛隊的其中之一，被莫斯科當局指控是納粹組織，不僅恐嚇俄羅斯裔平民並犯下戰爭罪。烏克蘭方面則駁斥上述對俄語民眾進行種族滅絕的說法。

烏克蘭衛生部長利亞申科（Viktor Lyashko）指出，自從俄羅斯2月24日入侵烏克蘭以來，已有10間醫院被完全摧毀，其他醫院則面臨藥品與物資補給中斷的困境。聯合國難民署（UNHCR）數據，已經超過355萬烏克蘭人流亡海外，其中逾200萬人逃亡到波蘭。

俄羅斯經濟遭重創

美國和盟國已經聯合對俄羅斯實施了多項懲罰性制裁，包括對俄羅斯銀行和寡頭的制裁，以及將一些俄羅斯銀行從SWIFT國際銀行系統中剔除。美國還單獨行動禁止了對俄羅斯石油和天然氣的進口。

《國會山》3月22日的一篇報導概括了美國制裁在經濟方面對俄羅斯造成的5大重傷：

俄羅斯的GDP正在萎縮；制裁對俄羅斯金融業造成嚴重破壞；俄羅斯的工業和貿易已經動搖；制裁讓西方企業外流；制裁也在影響普通人的生活對未來不確定。

俄G20地位被討論

消息人士22日透露，美國及西方盟友正在評估是否將俄羅斯排除出二十大工業國（G20）。而俄羅斯駐厄尼大使伏洛比耶瓦23日則表示，俄羅斯總統普京有意參加今年的G20峰會。

根據路透社報導，歐洲聯盟（EU）一名消息人士證實，已針對俄羅斯在20國集團即將登場會議上的地位進行討論。目前G20的輪值主席國為印尼。

消息人士表示，討論主軸為俄羅斯是否適合成為G20的一分子，如果俄羅斯仍是成員國之一，可能會對G20的聲譽帶來影響。

參與討論的另一位消息人士表示，美國及西方盟友正評估俄羅斯是否該繼續留在G20，但若提議將俄羅斯踢出該組織，很有可能被中共、印度、沙特阿拉伯等成員國否決，還會增加這些國家缺席今年G20會議的可能性。

而俄羅斯方面，則無意要退出G20。

寰宇新聞

◆日本接連實施數項針對俄羅斯的制裁措施，作為報復，俄羅斯21日退出與日本的和平條約談判，並凍結雙方存在領土爭議的千島群島（Kuril islands，日本稱北方四島，俄羅斯稱庫里爾群島）上的聯合經濟計畫，以及取消日本公民的免簽入境待遇。日本與俄羅斯皆宣稱擁有太平洋西北部的千島群島向南延伸部分島嶼的主權，雙邊爭議長期懸而未決，日俄兩國亦因此仍未簽署二戰後和平條約，意即雙方數十年來始終未結束敵對狀態。

◆俄羅斯黑海艦隊副司令51歲的艦長安德烈帕利（Andrey Paliy）「在馬里烏波爾附近被擊斃」。烏克蘭軍方表示，這是對入侵部隊的最新打擊。51歲的一

級艦長據稱是截至目前被擊斃的唯一高級海軍軍官，此前另有五名陸軍將領遭擊斃。此消息也得到了俄方的證實。帕利出生於烏克蘭首都基輔，但他在1993年拒絕宣誓參與烏克蘭軍隊，反而選擇在俄羅斯北部的艦隊服役。

◆美國正在向烏克蘭提供100枚「Switchblade」彈簧刀導彈，此外，數千枚標槍反坦克導彈和毒刺防空導彈也已經進入烏克蘭或正在運輸途中。與上述兩種武器相比，被稱為「神風」無人機的彈簧刀導彈殺傷力不容小覷。與傳統的導彈不同，僅6磅重的彈簧刀導彈在發射時可以瞄準一個可見的目標，它在戰場上巡航時間長達15分鐘，具體工作是向操作員發送視頻，以檢測、定位和識別6英里以外的目標，可充分保障操作人員。一旦確認並在操作員鎖定之後，彈簧刀導彈就可以潛入，用一個小但強大的碎片衝鋒摧毀

目標，它的攻擊力可以幹掉一組或一屋子的人或一輛皮卡車。它還可以環繞防禦系統，或垂直俯衝，以擊敗戰壕或散兵坑中的目標，進階版甚至可以摧毀裝甲車輛，使大多數形式的掩護無效。從某種意義上說，它可以被視為微型巡航導彈。實踐證明，該導彈在戰鬥中非常成功，但仍然是美國軍方最保守的秘密之一，僅英國同步擁有。

◆韓國候任總統尹錫悅選前承諾將總統府遷離青瓦臺，在他當選總統後一個多星期的3月20日正式宣布，搬遷方案正式敲定，國防大樓成為總統府新址。尹錫悅競選期間承諾搬遷總統府，選址候選位置包括外交部所在的中央政府首爾辦公大樓副樓，及位於龍山的國防部大樓。他最後選擇遷往國防部大樓，以降低附近居民的不便性。計畫5月10日上任當天將正式入駐新辦

公室，並對外開放青瓦臺。近25年來6位入住青瓦臺的韓國總統裡有4位不是遭遇政變、遇刺、輕生，便是卸任後鐐鑼入獄，有關青瓦臺的傳聞不絕而走，甚至有「青瓦臺魔咒」一說。朴正熙和朴槿惠這對父女先後入主青瓦臺，然而兩人都沒有落得好下場。

◆斯里蘭卡正面臨自1948年獨立建國以來最嚴重的經濟危機，迫使該國向中印求援，烏俄戰爭爆發更讓當地通膨率上升，外加疫情本就造成觀光業受創，目前該國外匯存底只剩23.1億美元，整體經濟狀況非常惡劣。斯里蘭卡教育部門19日表示，由於該國資金不足，導致印刷用紙短缺，原定21日舉行的學期考試將無限期延期。西部省（Western Province）教育廳表示，印刷業者難以透過外匯進口紙張及墨水，導致學校校長無法舉行學期考試。

◆維基解密（WikiLeaks）創辦人朱利安·阿桑奇，3月23日與未婚妻莫里斯在倫敦東南一座戒備森嚴的監獄內完婚。知名時尚設計師魏斯伍德（Vivienne Westwood）親自為2人設計、製作了結婚禮服。據路透社3月23日報導，維基解密創辦人阿桑奇自去（2021）年11月獲英國法院同意後，在2名公派見證人、2名監獄管理人員見證下，於英國監獄中完婚，但官方拒絕了讓攝影師和親友觀禮的申請。

◆朝鮮領導人金正恩為了嚴格控制人民的思想與行為，竟在2020年底修訂「反動思想、排擊文化法」，並加強掃毒和掃黃的力度，並已經處決私下偷看韓劇、聽韓國音樂的百姓。日前傳出某名媛因為迷上韓流，且做起相關秘密販賣，最後這位名媛不只被抓，還將她在300人的面前被公然凌辱處死。

英國前首相開貨車援烏

【看中國記者成容編譯】英國體育明星、建築商、公務員、獸醫，甚至是前首相，都在為烏克蘭運送援助物資。

前首相卡梅倫 (David Cameron) 3月18日說，他已經駕駛一輛貨車，踏上了1000多英里的旅程，向波蘭的烏克蘭難民運送物資。

卡梅倫在推特上說，他在牛津郡西部一個名為 Chippy Larder 的食品項目中做了兩年的志願者。他說，通過這個項目，已經為來自烏克蘭的難民接收了捐款，現在有足夠的資金「裝滿一輛小貨車，從尿布到衛生用品、保暖衣物到急救包，應有盡有」。

卡梅倫不是唯一開貨車送援助物資的人。當俄羅斯入侵烏克蘭時，米克 (Stuart Meaker) 已經從職業板球運動中退役五個月了。3月8日，他把來自倫敦烏克蘭研究所 (Ukrainian Institute) 的醫療用品和其它在他以前球場的捐贈品裝上奔馳 Sprinter，並驅車22小時前往波蘭盧布林的一個分發中心。

演員兼前足球運動員瓊斯 (Vinnie Jones) 幫助裝載了一個由13輛貨車組成的車隊，於週一 (14日) 從西蘇塞克斯 (West Sussex) 的米德赫斯特



英國前首相卡梅倫加入車隊，駕駛運送物資前往烏克蘭的貨車。



人道物資運抵波蘭，將通過當地紅十字會轉交烏克蘭。(David Cameron, Facebook)

(Midhurst) 前往波蘭東南部的烏斯特日基 多爾內 (Ustrzyki Dolne)。

39歲的公眾人物弗諾 (Digby Furneaux) 組織了這次旅行，籌集了6萬多英鎊，並動員了一支

由150名志願者組成的大軍，包括一名水管工、建築工人、一名音樂家和一名咖啡館老闆。在一位曾經為他工作的波蘭女服務員與他和當地政府聯繫後，司機們將從帳篷到嬰兒配方奶粉等物品送到了一所

學校。英國獸醫也幫助提供了援助。來自拉特蘭省奧克姆的霍爾曼 (Till Hoermann) 乘坐一輛裝滿捐贈物資的麵包車前往邊境，包括注射器、導管、移動掃描器和X射線機，往返行程2500英里。



美國國會 (Adobe Stock)

美參院決定永久使用夏令時

【看中國訊】美國參議院日前通過了〈陽光保護法案〉(Sunshine Protection Act)，決定在美國永久使用夏令時。這項立法是參議員馬爾科·盧比奧 (Marco Rubio) 提出的。

據媒體報導，《陽光保護法案》獲得參議院一致通過。但該法案還需獲眾議院通過，並由總統簽署成為法律，才能實現永久使用夏令時。盧比奧表示，參議院通過了該法案，不過他不知道眾議院能否通過這項立法，但「這是一個適時的想法」。

美國大多數州使用夏令時，每年3月和11月都會調整時間，讓很多人感覺不習慣。美聯社2021年的一項民意調查結果顯示，有43%的美國人表示，希望全年使用標準時間 (冬季時間)，32%的人則希望全年採用夏令時。

俄國富豪 迪拜避風

【看中國訊】迪拜已成為俄國有錢人最愛的避風港，近來越來越多的俄國人湧入迪拜。臺灣中央廣播電臺報導，自俄烏開戰以來，俄國權貴受到制裁。不過，《紐約時報》報導，在阿拉伯聯合酋長國 (UAE) 中的國際度假勝地和金融中心迪拜 (Dubai)，數個在制裁名單上的俄國寡頭們，在當地的財產安然無恙。

《紐約時報》報導，阿聯是華府在中東安全事務上的親密夥伴，不過近年來，這個石油資源豐富的君主制國家也成為俄羅斯富豪的「熱門遊樂場」，部分原因是它很少過問外國資金的來源。然而，阿聯持續對俄國寡頭敞開大門，可能會削弱部分對俄國的制裁。《金融時報》報導，長期以來，阿聯是想要逃離不穩定局勢的人的金融天堂，也是俄羅斯人的熱門旅遊和投資目的地；阿聯目前已有約4萬名俄羅斯人。

向來就吸引俄國人移居和投資的迪拜，現在正看到來自俄羅斯個人與家庭對租屋的需求增強。在迪拜的俄羅斯人告訴《紐約時報》，他們很感激迪拜的熱情好客。

「老壇酸菜」上熱搜

【看中國訊】中國大陸的老壇酸菜竟然是土坑醃製，由大叔大媽光著腳踩，極不衛生。日前相關話題衝上熱搜。

自由亞洲電臺報導，央視「老壇酸菜」的視頻曝光了包括湖南插旗菜業、錦瑞食品 and 君山區雅園醬菜、海霞醬菜、壇壇俏食品等五家企業，為肯德基、康師傅、統一、麥當勞等多家知名企業代加工酸菜製品的實況，其中包括「老壇酸菜」。這些酸菜是土坑醃製，工人們有的穿著拖鞋，有的光腳踩，有的甚至一邊抽煙一邊幹活，抽完的煙頭竟然直接扔到酸菜裡。

在國內微博及海外的推特等社交平臺上，網民們發表了相關的跟帖：「以前覺得老壇酸菜泡麵加個雙匯火腿腸就算高配了，以後再也不敢吃了」；「想想就反胃了！」

根據一位美國華人網友 (jamesmeng120062) 說，海外華人超市也有老壇酸菜麵，且價格不菲。「這些黑心商人，不把消費者的利益放在眼裡啊。既然

是這種假冒偽劣產品就不要拿出國去丟人現眼了！」有網友指出，老壇酸菜事件，體現中共相關法律是一紙空文。

近年來，中國食品安全事件屢屢發生。眾多食品安全問題不斷曝光，但大多是首先經由消費者透過微博等社交平臺網絡爆料，隨後才引起當局監管部門的所謂重視和行政處理，其中原因何在？時事評論員唐靖遠認為，這其中的過程體現出當局在食品監管方面完全缺位。

他說：「這種缺位的背後並不是相關監管機構的工作失誤、偶爾疏漏，不是這樣的。事實上，很多出現食品安全問題的這些企業，它在當地都是屬於明星企業，還是利稅大戶。他們與當地的監管部門、政府形成了一種不同程度的利益共同體。」

「各地政府都把自己的GDP視為是唯一的政績衡量指標，也就是把這個經濟利益放在了第一位。」唐靖遠認為，中共治下各地方政府這種只重經濟利益而漠視人權，是造成食品安全問題的根源所在。

為甚麼加州汽油全美最貴？

【看中國記者程雯綜合報導】美國的汽油價格一直在飆升，到3月18日為止，全美的汽油平均價格已經創下每加侖4.173美元的記錄，而加利福尼亞州的平均價格更是達到每加侖5.44美元，成為全美最高。為甚麼加州會有全美最昂貴的汽油呢？

石油價格最近有所下降，這表明未來幾週內對美國消費者來說，加油站的價格會出現緩解。但是在加州，特別是南加州，汽油價格仍然在繼續上升。

根據美國汽車協會 (AAA) 的數據，加州洛杉磯郡的汽油價格在3月16日至17日期間從每加侖5.876美元繼續上漲到每加侖5.890美元，這標誌著洛杉磯郡的燃料成本連續第23天上漲。這種上漲趨勢在整個加州也繼續存在。

是甚麼因素導致加州的汽油價格上漲呢？《國會山》報導說，專家認為，加州的高汽油價格是其排放法規、高稅和該州作為「燃料島」的地位的獨特結合。加州州立大學薩克拉門托

分校的金融學教授桑傑·瓦什尼 (Sanjay Varshney) 告訴《國會山》說：「首先，加利福尼亞州的稅普遍較高，因此汽油稅本身也較高。第二，加利福尼亞的環境和排放法更加嚴格，因此這些混合因素讓汽油趨於更昂貴。」

「西部州石油協會」(Western States Petroleum Association) 的戰略傳播副總裁凱文·斯拉格 (Kevin Slagle) 表示，另一個關鍵因素是加州是一個「燃料島」(fuel island)，也就是說加州是一個不通過州際管道接收任何燃料的地方。加州的燃料供應要不然是州內生產的，不然就是通過船舶或卡車從外面運輸來的，這些高成本的運輸方法也把成本轉嫁給了消費者。

斯拉格說，加州州內生產的燃料只滿足該州約30%的需求，「另外70%左右是從世界各地進口的，有一些來自阿拉斯加，但實際上大多來自中東、厄瓜多等國家。」

「小粉紅」為何為鐵鍊女發聲？

【看中國記者盧乙欣綜合報導】自今年1月曝光以來迄今仍身分成謎的「徐州鐵鍊女」，讓向來支持北京政權的小粉紅也深感不安。

儘管北京當局針對「徐州鐵鍊女」的新聞和話題全力採取了全方位的封殺，但「鐵鍊女」的話題仍屢禁不止。國內外不少觀察家認為，這種局面形成的原因之一，是向來支持北京政權的所謂「小粉紅」群體因「鐵鍊女」案，選擇站在當局的對立面，「小粉紅」堅持不懈地為「鐵鍊女」發聲，讓當局難以應付。

美國之音報導，「小粉紅」群體是源自於當今中國網絡的特殊群體。據悉，這原始的由來指的是某些年輕女性，該群體通常在國內外的網絡上發表民族主義或

愛國主義，以及力挺北京當局的言論。「小粉紅」群體為何會因「徐州鐵鍊女」一案而選擇站到北京當局的對立面了呢？一名不願透露姓名、在中國從事社會科學研究的學者說，這個問題的一個最簡單的答案就是，「小粉紅」以往在大多數的議題上發表言論是擁護北京立場的，但如果涉及到她們的切身利益、自身人身安全的時候，她們就難以超脫。

這名學者說，「小粉紅」知道綁架與拐賣女性的犯罪分子綁架自己的時候，不會管自己是否支持中共，因此「小粉紅」對於當局截至目前的不作為，以及當局掩蓋綁架與拐賣女性的犯罪行為、禁止進行獨立調查以弄清事實真相的做法感到震驚，並感到自己

的人身安全也遭受了威脅，因此她們拚死也要為「鐵鍊女」發聲，因為她們想，如果自己也像被綁架拐賣了，我也會是這樣的下場，太可怕了。3月2日，《紐約時報》中文網發表了一篇題為〈「我們僅是倖存者」：為何中國人堅持追問「鐵鍊女」真相〉的文章。該文表示，這是北京當局近年來面臨的最大公信力挑戰之一。「鐵鍊女」成了不公正的象徵，將自由主義者、民族主義數字戰士，以及不問政治的溫和派聚攏一起。他們中的許多人擔心鐵鍊女脖子上的鏈子，都有可能落在自己或他們所愛之人的身上。有不少人相繼出來說出母親、女兒、姐妹，或同學被綁架或被完全消失的故事。

快樂排名 臺灣居東亞之首

【看中國訊】聯合國日前公布《世界快樂報告》。在全球146個國家和地區中，芬蘭連5年蟬聯最快樂國家。臺灣排第26，超越新加坡、日本、韓國等國，蟬聯東亞之首。

中央社報導，報告將阿富汗列為最不快樂國家，黎巴嫩倒數第二。在146個國家和地區排名中，芬蘭、丹麥及冰島名列前三名；正面臨經濟崩潰的黎巴嫩跌到倒數第二，津巴布韋則是倒數第三。飽受戰亂的阿富汗墊底，自2021年8月塔利班再次掌權以來，阿富汗境內人道危機更加惡化。聯合國兒童基金會 (UNICEF) 估計，如果未獲援助，今年冬天可能會有100萬5歲以下的兒童餓死。

臺灣排名第26，在東亞區



臺灣自由廣場 (Adobe Stock)

域中最佳，優於新加坡 (27)、日本 (54)、韓國 (59)、菲律賓 (60)、泰國 (61) 及中國大陸 (72)。在亞洲地區僅次於巴林 (21)、阿拉伯聯合酋長國 (24) 和沙特阿拉伯 (25)。

聯合國資助的《世界快樂報告》(World Happiness Report) 已邁入第10年，評估根據的是人們對自己快樂的評價以及經濟和社會數據等。

香港防疫放寬 暫停全民檢測

【看中國記者李懷橘綜合報導】近日，香港特首林鄭月娥表示，將檢討防疫措施並做出中期評估。21日的抗疫發布會上，林鄭宣布系列放寬措施，包括4月1日起取消「禁飛令」，4月21日分三步放寬社交距離措施，重新開放「表列處所」，恢復餐廳、堂食等。至於備受爭議的全民檢測，她亦宣布暫緩。

林鄭表示目前疫情變化速度十分「犀利」，早在2月22日，政府收緊防疫措施時，香港累計陽性個案為5萬3943宗，死亡個案145宗，當時經評估已預見新一波疫情將呈急速惡化的趨勢，未來兩三個月是關鍵，因此將防疫措施一直延續至4月20日。

在過去4週，香港疫情持續嚴峻。截至3月20日，已錄得累計陽性個案超過百萬宗，高達103萬5059宗，死亡個案5683宗。林鄭以「驚濤駭浪」來形容香港疫情。近日，香港陽性個案從高峰期的每日3萬宗跌至1萬餘宗，林鄭也表示，目前疫情上揚勢頭已經被壓制，並引述專家指疫情高峰已過，呈回落趨勢。

在社會經濟發展需要方面，林鄭指香港是經濟發達社會，因此需要社會繼續運轉，經濟方可以穩步發展，這也是政府重新審



3月21日，特首林鄭（中）協同財政司司長陳茂波（右）、政務司司長李家超召開記者會。（香港政府新聞處）

視放寬防疫措施的原因之一。

四月一日起取消禁飛令

先前跟隨大陸「外防輸入」的疫情政策下，政府實施「地區性航班斷熔機制」，禁止英美加澳等9個國家的民航飛抵香港。林鄭在記者會上表示，該措施已經「不合時宜」，繼續禁飛將會導致大量滯留在該9個國家的港人無法返港。林鄭指，社會普遍認為現時

政府對入境人士所採取的檢疫要求過於嚴苛，影響香港營商環境，尤其是周邊、歐美等地方已逐漸放寬防疫政策，因此將於4月1日起取消9個國家的「禁飛令」。

至於詳細安排，林鄭表示海外抵港人士（目前主要針對香港居民）必須已完成接種兩劑獲認可的疫苗，並持有在預定起飛前48小時內進行的核酸檢測陰性結

果證明才可登機，也須在檢疫酒店預訂至少七晚住宿。

放寬社交距離 重開處所

此前港府關閉「表列處所」，如：健身房、美容院、酒吧等，要求餐廳每枱人數上限為2人，六點後禁入食堂等等，導致很多商戶生意難以為繼，引發結業潮和裁員潮。林鄭表示政府將於4月21日起分三階段共三個月

間解除大部分社交距離措施。

此前收緊的措施將在4月20日屆滿後不再延長，換言之，體育處所、博物館、表演場地和圖書館都會在第一階段重新開放。餐廳每枱人數放寬至4人；夜市食堂恢復；但酒吧、酒館須繼續關閉，直至第二個階段。

林鄭續解釋，到第二階段，「表列處所」名單上的餘下處所將會重新開放。康文署轄下的泳灘、泳池都會重新開放；在郊野公園或在戶外跑步、做劇烈運動的市民，無需佩戴口罩；餐廳食堂時間將由晚上10時延長至午夜12時，每枱的人數上限增至8人；屆時酒吧、酒館也將重新開放。

第三階段將繼續放寬人數限制，不過市民仍需佩戴口罩、使用「安心出行」及出示「疫苗通行證」，處所聚集人數仍有上限。

暫停全民檢測

香港市民普遍關心何時實施全民檢測，事關禁足令等措施。林鄭稱將暫緩全民檢測，指全民強檢規模巨大、史無前例，須有禁足令配套執行。大陸和香港專家都認為全民檢測應在疫情爆發初期或尾段進行；初期進行可遏止疫情擴散，尾段進行可識別剩餘感染人士，加速疫情完結。因此目前香港情況不適合實施全民檢測。但特區政府強調未來不排除實施全民檢測。

共軍「實戰化」 臺嚴峻挑戰

【看中國記者劉世民綜合報導】21日臺灣國防部表示，中共軍隊逐漸加大對臺灣「實戰化」針對性演訓規模、頻次和強度，更用派派航機侵擾馬祖等灰色地帶的行動，增加空防壓力、測試國軍的應對能力，對國安形成嚴峻挑戰。國民黨國際事務部主任黃介正直言，「臺灣沒那麼弱」，最應該緊張是中共的中央軍委。

據中央社報導，臺灣國防部長邱國正於23日前往立法院外交及國防委員會做業務報告且備質詢，書面報告並送抵立委辦公室。

報告書中指，俄羅斯跟烏克蘭的戰爭已衝擊歐亞的戰略態勢，且連動印太區域的安全環境，軍隊將繼續密切注意情勢發展，並落實戰備整備各項作為。

中共的全面擴張已對國際上安全形成了威脅與挑戰，且由於其軍事現代化獲取階段性成果，突破第一島鏈而欲向東延伸，增加戰略縱深。因為臺灣位居島鏈的關鍵要

衝，國際高度關注臺海和平情勢。美國及盟國對此則藉聯合軍演與巡弋臺海、南海等作為，試圖遏制中共掌握區域性主導權。

此外，臺灣國防部也提到，中共軍隊逐漸加大對臺「實戰化」的針對性演訓規模、頻次和強度；近期更派派航機侵擾馬祖等灰色地帶的行動，並以認知戰的輔助作為，增加空防壓力且試探國軍應對能力，對國安形成了嚴峻挑戰。針對中共的先進戰機、戰艦等各式新一代的武器已持續列裝成軍，臺作戰能力已大幅提升，臺灣國防部並表示，臺軍在不軍備競賽原則之下，採不對稱作戰的思維，發展精準、遠距、機動的武器系統，建立整體防衛作戰的能力，能嚇阻敵軍冒進。

臺灣國防部還指，「承平日久、忘戰必危」，為確保軍人的財產生命安全，將藉著民安演習時候，模擬發生戰時的戰災景況，強化整體搶救機制能量，並當成各部會、地方政府修訂執行動員計畫的參照依據。

臺灣國防部最後強調，為建構可

特堅實戰力，將持續強化各項戰備整備，並嚴密海、空兵力偵巡警戒及應處，維護海空域安全；此外，地面部隊自去年下半年起，執行實兵戰備偵巡訓練，除了讓官兵熟悉戰場環境，也讓民眾看見國軍守護家園承諾，兼具提升民心士氣正面效應，以鞏固臺軍對軍隊的信任，建立良好互信與互動關係。

據報導，臺灣國策院舉行「烏克蘭對臺灣安全之影響與啟示」朝野對話，由院長田弘茂主持。

黃介正於會上表示，臺灣夾在美中之間，可為民主價值「守門員（gatekeeper）」，亦可為中共走向政治自由的「進出關道」，兩岸是制度和生活方式的競爭；臺灣在美中對峙下，要想辦法「延伸賽局」，畢竟「追求自由民主是人類本性」，但眼前要顧好安全，不要此時把自己推入「終局」，須厚植實力，維持長遠耐力。

至於中共20大以前武統臺灣的可能性？黃介正分析，最該緊張反而是中共的中央軍委，並非臺灣；「臺灣沒那麼弱」，目前沒看見對岸攻臺預警徵兆。

李明哲刑期將滿 仍無音訊

【看中國記者鍾珺綜合報導】臺灣非政府組織（NGO）工作者李明哲，因網絡言論被中共以「顛覆國家政權罪」逮捕判刑，但家屬至今仍未收到相關判決書；刑期將滿卻無音信，臺陸委會呼籲北京當局盡快公開有關李明哲的資訊。

迄今未公開李明哲資訊

據中央社，2017年非政府組織（NGO）工作者李明哲，遭到北京當局以「顛覆國家政權罪」判5年監禁，及「剝奪政治權利」2年，其家屬至今依然沒有收到相關判決書。即便在李明哲刑期將滿之際，其相關資訊仍未被公開。

3月18日，國際特赦組織臺灣分會、民間司法改革基金會和臺灣人權促進會等8個民間團體，在立法院群賢樓召開新聞媒體記者會，要求北京當局在刑滿後立即釋放李明哲。

國際特赦組織臺灣分會秘書長邱伊翎稱，李明哲遭北京當局非法關押時間超過1825天，迄今為止她的妻子李淨瑜完全沒有收

到包括判決書在內的任何相關資訊，也無法確認中共判決李明哲的確切刑罰時間。

邱伊翎表示，民間團體預估4月14日是李明哲在大陸「刑滿日期」，並呼籲北京當局立即公開釋放日期等相關資訊。疫情爆發之後，家屬曾經16次向北京當局提出探視李明哲的請求，均遭拒絕，也拒絕以電話形式進行通話，因此基本是杳無音信。

民進黨立委洪申翰表示，中共指控李明哲犯有「顛覆國家政權罪」，這是非常荒謬的指控，「李明哲根本無罪」。

3月18日，臺灣陸委會聲明稱，「臺灣社會關心李明哲的健康、安全狀況，呼籲陸方盡速公開李明哲釋放的資訊，並盡快讓李明哲平安返臺。」自2017年3月19日通過正常程序進入大陸之後，李明哲已經遭到北京當局逮捕關押滿5年，臺灣至今都沒有收到北京當局遵循兩岸協議管道的通報。

這也是首樁被聯合國人權機制受理的臺灣個案。

港染疫死者 87%施打科興疫苗

【看中國記者何佳慧綜合報導】香港第五波新冠病毒疫情，至今有103萬人確診染疫，5600多人死亡。港媒統計死亡個案注射疫苗數據，發現當中七成人沒有施打疫苗，但在已經施打疫苗的死者當中，有87%人接種的是中國製科興疫苗，只有12%打德國BioNTech的復必泰疫苗。港府事後批評報導對染疫死者打疫苗做「誤導報導」，但有專家引述醫學實證，強烈建議所有長者選打復必泰。

3月20日，香港新增1萬4149宗新冠病毒確診，連續第二日維持一萬多宗水平，第五波疫情累計有103萬人染疫。當天再多246名陽性患者死亡，第五波疫情至今共錄得5683宗死亡。

據《明報》報導，根據香港醫

管局的5167宗感染新冠病毒死亡個案作分析，顯示逾七成人沒有施打疫苗。而已施打的1486名死者中，有1292人施打科興，共占87%；184宗打復必泰，僅占12%。報導指，該數據未就較多長者打科興，以及長者死亡風險較高等做年齡因素調整。

報導續指，無打針或疫苗保護不足者占染疫死亡總數91.5%，當中3681人沒有打針；已打針的1486人中，有1049人沒足夠保護，包括只打了一針或打第二針超過180日等。

《明報》指，香港大學感染及傳染病中心總監何栢良，曾引述《刺針呼吸醫學》及《刺針地區健康（美洲）》的研究指，美國現實世界數據顯示70至80歲或以上人群，

接種兩針復必泰首150天的預防重症成效高；但巴西研究則顯示70歲以上長者接種科興，預防重症及死亡的成效低。何栢良受訪時重申，基於上述實證，他強烈建議所有長者，三針都應選復必泰。港衛生署衛生防護中心轄下的聯合科學委員會此前也曾強烈建議市民第三針打復必泰，以提供更好保護。

據報導，臺立法院長游錫堃發文表示，「臺灣幸好走自己的路，沒有接受打科興的建議，天佑臺灣」。

但不久後，香港衛生防護中心傳染病處主任張竹君又澄清指，死亡個案中有3800多宗都是80歲以上長者，當中74%人沒有打針，強調都能降低死亡率，「打了一針科興的死亡率是5.83%，打了一針復必泰是3.44%。」

臺逾7成同意兵役延至一年

【看中國記者劉世民綜合報導】俄烏戰爭令臺灣社會開始反思現行四個月兵役制度是否太短。

臺灣民意基金會於22日發布「俄烏戰爭、兩岸危機與臺灣民主」民調結果，20歲以上民眾中，認為不合理占76.8%，認為合理占14.8%。

據《自由時報》報導，民調顯示，臺灣民眾高達76.8%認為現行軍事訓練並不合理，認為合理僅14.8%、沒意見6.6%、不知道則1.8%；至於役期延長到1年，臺灣民眾同意75.9%、不同意17.8%。

前立委林濁水說，臺灣民眾危機感比起前幾年增加很多，越來越多人認為北京會武力犯臺。而臺北市立大學的副教授丁庭宇

也表示，當兵4個月就是笑話，臺灣該將役期延長到2年；4個月實在很少了，以前光上成功嶺訓練就得2個月，建議國防部可把役期延長至2年，並給義務役跟職業軍人同樣軍餉。

對於總統蔡英文，贊同其處理國家大事方式約占52%，不贊同約33%，贊同者較不贊同者多出19%；此外，滿意蘇內閣施政整體表現約占47%，不滿意約43%，滿意比起不滿意多出4.4%。

關於政黨支持傾向部分，民進黨占36.1%繼續領先各黨，居次是國民黨14%，位居第三則是民眾黨13.5%，至於時代力量占2.8%、臺灣基進占2.5%，沒有支持任何政黨的「中性選民」是29.1%。

使用信用卡3禁忌 與7個負責的好習慣

【看中國訊】信用卡很方便，不用帶很多錢出門，可以積分，又能透支消費。可是常有人用信用卡，一不小心就買了太多東西，害自己還卡債很辛苦。日本理財專家指出，避免用信用卡購物發生債務危機，應該留意三個禁忌。

禁忌1：只為積分而買

信用卡可以積分，看著很有成就感。還有一些信用卡公司會搞活動，在一定期間內消費多少額度，就可以贈送額外點數，看起來相當誘人。

不過專家指出，如果你本來沒想買東西，但為了積攢到那個額度去購物，就本末倒置了。

事實上，有許多還卡債還得很辛苦的人，都是因為想要積分，才開始「買要刺手」的。

如果你也有因為想要點數而準備買東西，不妨在買之前仔細考慮一次，就會發現多數購物都是不必要的。

如果即使這樣還是忍不住，乾脆就每月只用信用卡來支付房租、水電費等固定費用，其他時候用現金，反而會更省錢。

禁忌2：

不知道自己刷了多少钱

常有人出去旅行一趟，下個

月忽然發現「卡債怎麼這麼多」。旅行中看到甚麼都忍不住去體驗一下，結果不小心就花掉了許多錢。因為用信用卡花出去的錢沒甚麼實感，又有「反正也是以後才要還」的心理，就更加沒辦法掌握金額了。

有些人雖然勉強還了卡債，但下個月過得超辛苦；也有的人根本還不上卡債。如果還不上卡債，很可能在信用信上留下黑歷史，導致將來要申請房貸的時候沒辦法通過審查。

因此，在旅遊等要比平時多花錢的時候，一定要做好計畫，花錢時掌握自己到底花了多少，並且通過手機網絡定時查看自己的帳戶餘額和卡債，避免餘額不夠還卡債的情況出現。

禁忌3：有逾期還款或借貸現金的習慣

消費歷史會構成你信用分數的35%，這可是一個大項。意思就是，你只要錯過一次透支還款就可以狠狠的削弱你的信用。

你可以採取一些做法來避免這樣的情況。一個選擇是連結你的借記卡和信用卡，設置自動還款。或者你也可以設置短信電郵等提醒方式，當還款日到來的時候提示你。專家表示，如果你沒辦法控制自己花錢，信用卡最好



Getty Images

選一次性付清的支付方式，既不需要手續費，也不會讓你過度依賴「將來」，自然就節約有望了。

此外，許多信用卡都有可以借現金的服務，但專家說，這個最好也別用。雖然現金很少，但同樣會讓你養成借貸的習慣，甚至會越借越多。

另外，美國 wisebread 網站曾報導說，對信用卡負責任的用戶通常更快樂、財務壓力更小。報導介紹了一些負責任信用卡用戶的習慣，以下是其中一部分：

1. 註冊自動付款功能

這可以確認自己是否有足夠金額來支付信用卡餘額，避免延遲支付，使自己不會造成財務損

失，也不至於損害自己的信用評級。大部分公司會提供自動註冊網站，如果沒有，可以致電公司，您會收到一份表格，填寫提交即可。

2. 註冊網上銀行

這會使你即時瞭解信用卡餘額、獎勵項目和用戶服務。當外出旅行時，不必因為費用問題致電銀行，只需登錄網站即可。還可以註冊網上銀行的郵件或短信提醒功能，比如：自動提醒你的付費期限。

3. 每月查看信用卡狀況

即使註冊了自動付款和提醒功能，也需要固定每個月查看一

次自己的信用卡狀況，確保沒有錯誤。

4. 瞭解和使用您的額外權益

查看「信用卡額外權益」一覽表，您會發現自己有很多不瞭解的權益可用，然後致電公司，索取一份會員權益列表。瞭解後就可以充分享用，比如：渡假時的租車保險、新買的物品丟失後獲得退款等。

5. 聰明使用你的獎勵

如果你獲得獎勵，用這些積分換取物品或旅行機會，要比換取現金更划算。

6. 選擇自己支付信用卡餘額的日期

這是個很好的習慣，有人會把時間設定在發薪水之後幾天，這樣會確保有足夠金額支付。

7. 不要隨意取消信用卡

即使你不常用信用卡，也不要取消它，否則會影響你的信用評級。但是如果你長期不用，信用卡公司可能會因管理成本的原因，將您的信用卡取消，所以建議即使不常用，也設定每月或每年用一次，這樣可以避免因取消信用卡而降低信用評級。

退休儲蓄太少？及早規劃避免4個誤區

【看中國訊】有統計顯示，在65歲退休的人，預計以後還會生活17~20年的時間，如果幸運，我們有健康的身體，以及正確的退休規劃，在退休以後就可以好好享受生活，環遊世界，跟家人和朋友好好相處，在自己還有餘力的時候，從事自己喜歡的活動。

事實上，很多人卻因為自己錯誤的退休規劃，而導致悲慘的退休生活。退休後的生活如何愜意度過？現在就得做好準備。

很多人都會在退休規劃中犯或多或少的錯誤，有些錯誤我們是可以避免和補救的，以下是在退休規劃當中常見的錯誤：

1. 只追求回報率

對每一位投資者來說，都希望獲得最大的回報率。但是我們也必須要清楚認識，回報率不在我們的控制範圍，特別是沒有金融投資經驗的退休人士，做正確的投資相對來說也比較艱難。

對這種情況，我們可以選擇



Getty Images

多方面的投資方式，不要把所有的資金都放在一個投資項目上面，而且越是沒有投資經驗的退休人士，越應該選擇風險較低的投資項目。

2. 忽略稅務的問題

很多人在退休規劃中忽略稅務的問題，在退休以後我們可能面臨

會有收入的稅務問題、房產的物業稅、投資的增值稅等等。很多人都簡單的以為，退休以後我的收入減少，稅務也應該會減少，但是事實上很多人即使收入減少，而稅金卻增加了。

因為退休以後，我們可以用來抵稅的項目可能會減少，從而導致我們的稅率可能會變得更高。在做

退休規劃的時候，我們應該有一些專門為了應對稅務問題而進行的投資規劃；或者直接投資一些免入息稅的投資項目，例如：RothIRA。

而且從稅前退休帳戶中提取退休收入的時候，盡量避免一次性提取，應該根據當年的收入和稅率長期提取。

3. 只有一次性的規劃

越來越多的人有退休規劃的意識，但是很多人都以為只要在退休之前有做規劃，以後就不用管理。我們應該每年對我們的退休計畫進行一個總結，這樣可以更好的防止退休經費過早的花光。因為醫療費用、物價上漲，這些因素是我們不能控制的，我們只能通過適時調整我們的投資規劃，來應對通貨膨脹。

4. 儲蓄太少開始得太晚

有研究統計顯示，在美國55歲到64歲間的人士中，中等的退休儲蓄資金只有11萬多美元，也

就是說每個月從退休資金中所獲得的收入只有400元，而這個數額是要持續17年到20年之久。

退休儲蓄是一個漫長的過程，一個好的退休規劃需要20年以上的時間。我們應該從開始工作的時候就要有一個固定的退休儲蓄習慣，而且投入的金額也應該逐年遞增；而且一旦是為了退休而儲蓄的金額，不要輕易的去動用。

很多人的退休規劃都會被各種家庭理財計畫所打亂，例如：房屋儲蓄計畫、教育儲蓄計畫等等。我們必須為自己設定一個強制性的退休儲蓄計畫，例如：公司提供的401(k)，直接從工資扣除的方法會比較直接和可靠，即使沒有公司提供的退休帳戶，個人也可以用同樣的方法開設強制性的儲蓄計畫。

退休規劃永遠不會太晚，在任何情況下我們都可以為自己設定更好的退休方案，給自己一個安享晚年的生活，規劃應該從現在開始。

糖妹果子

JOJO'S CANDIES



各式亞洲風味零食小點
日產零食 韓國零食
獨家涼果蜜餞
品種超多 超大選擇

Henderson Place 高貴林恆基廣場

Unit 1130-1163 Pinetree Way Coquitlam, BC

Email: jojoscandy1130@gmail.com 604.474.4618

RBC皇家銀行房屋貸款 請貸款顧問老蔡幫忙！

無論您是高資產的當地人或新移民、公司老闆或股東，還是收入不高的當地人，購房需要貸款的話，請致電找老蔡幫忙，皇家銀行可以幫到大部分的客戶

Max Cai

Mortgage Specialist

Cell: +1 778 829 9868

max.cai@rbc.com

專做更新
露台、樓梯
778.882.7099
隨潤生

本拿比 麗晶廣場一層
增設投放報點
慧緣 信息服務中心

廣大的《看中國》讀者，本報社在本拿比 麗晶廣場(1009舖)

28靚曬店 28靚曬店

增設投放報點 歡迎您的惠顧

專業油漆、裝修
室內外油漆
安裝各種地板
室內翻新
多年經驗
手工一流
價格公道
778-836-6568
黃先生



帝堯寶露賜群臣

文 | 紫君

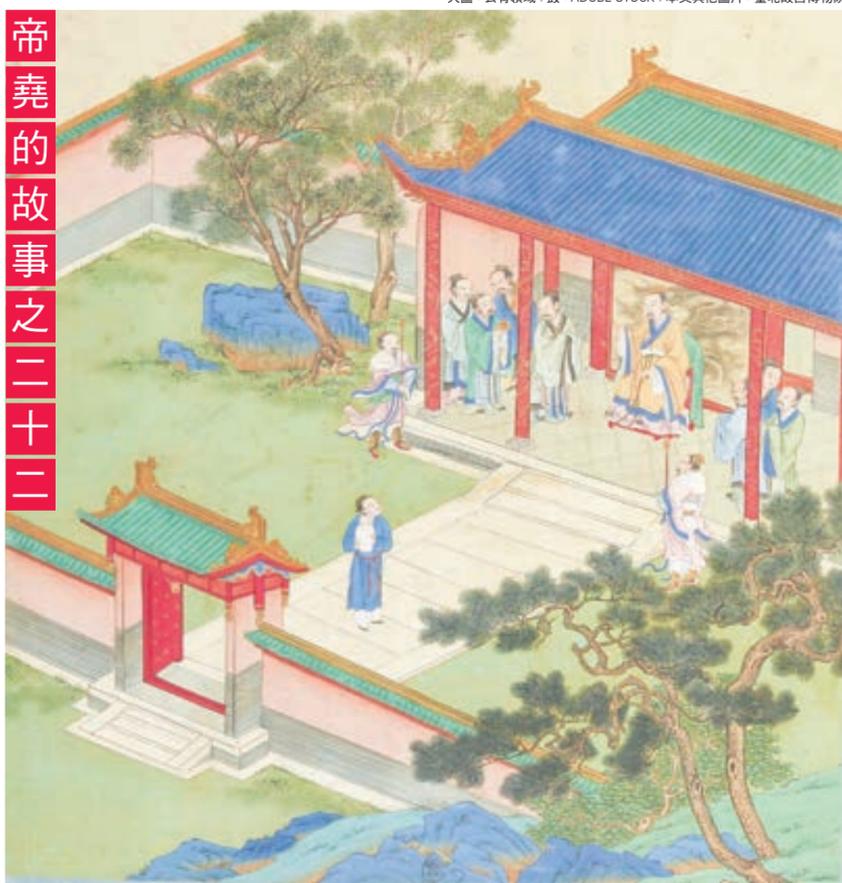
話說帝堯率領群臣到了亳邑。亳邑侯玄元，就是禪位給堯的長兄帝摯的兒子，帶著自己的群臣和百姓出來迎接。帝堯先到父親帝摯的廟謹敬跪拜，又至帝摯廟中參拜，然後就來到玄元所預備的行宮中休歇。

(接前期)

原來這座行宮，就是帝堯從前所住過的那棟房屋，十年不見，舊地重來，不勝今昔之感慨。又想起昔日皇考和母后，都曾經在此居住，如今物是人非，更不免引起終天之恨，只覺得人生苦短。

次日，帝堯又到帝摯住過的那個合宮裡去遊覽，但見房屋依然，不過層層門戶都是嚴關緊鎖，除了平日有守護的僕役隨時清潔外，一片寂靜無聲，遊人絕跡。向外面一望，山色黯淡，千萬株喬木，凌寒競冷，一望無際，就是那鳳凰、天翟（長尾的野雞）等，也不知到何處去了。據守護的人說，自從帝摯下世之後，那些鳥兒即便飛去，也不知是甚麼原故，也沒人知道何年何月能否再來，帝堯一聽，更是慨嘆不止。在合宮之中，到處走了一遍，看那樂器等，按類擱置在架上，幸喜得保管妥善，雖則多年不用，還不至於塵封放絕。帝堯看到此處，心中暗想：「朕能有一日，治道告成，如皇考一樣的作起樂來，這些樂器，當然都好用的，但恐怕沒有這個盛德吧！」

一路走，一路想，忽然看見一處，放著一口大櫛，櫛外壁上，圖畫著一個人的容貌。帝堯看了，不能認識，便問：「這畫的是何人？」孔壬在旁，原來那孔壬自從帝摯死後，他就一直在玄元的身旁，這時陪同帝堯遊覽，回答道：「這是先朝大臣咸黑，此地所有樂器，都是他一手製造的。樂成之後不久，他便身死，先帝念其助勞，特叫良工畫他的容貌於此，以表彰，並紀念他的。」帝堯聽了，又朝著畫像細看了一會，不勝景仰。回頭再看那口大櫛，櫛門封著，外面還加著大鎖，不知裡面藏著甚麼東西，想來總是很貴重的。正在揣摩，孔壬又說道：「這裡面是先帝盛寶露的瑪瑙甕。當初先帝在時，丹丘國來獻這甕的時候，適值帝德動天，甘



帝堯叫人取了杯杓來，每人一杯，與群臣分享甘露。

合宮中的樂器按類擱置在案架上，雖多年不用，但保管妥善。

露大降，先帝就拿了這個甕來盛甘露，據說是盛得滿滿的，藏在宮中。後來到先帝摯的時候，因帝躬病危，醫生說能夠取得一點甘露為飲，可以補虛去羸，回生延命。陪臣等想起這個甕的甘露，就在宮中，尋了出來，哪知打開蓋一看，已空空洞洞，一無所有了，不知道是年久乾涸的原故呢？還是被宮人盜飲了？無從查究，只得罷了。後來先帝摯崩逝，陪臣恐怕這甕放在宮中，玄元年幼，照顧不到，將來連這個寶甕都要遺失，非珍重先帝遺物及國家重器的意思，所以派人送到此地，與先帝樂器，一同派人保管，現在已有好多年了。」說著，便叫人去取鑰匙來。

那時司衡舜在旁，聽了孔壬這番話，心裡十分氣忿。原來他天性剛直、嫉惡如仇，平日對於三凶，深惡痛絕。這次見帝堯仍舊是寬宏大度的對待他們，心中不由得憤憤不平，所以連日雖與驩兜、孔壬同在一起，但總是板起面孔，從沒有用正眼兒去看他們一看，更不肯和他們交談了。這會兒聽了孔壬的話，覺得他是信口雌黃，更疑心這寶露就是他們偷的，忍不住詰問他道：「孔壬，這話恐怕錯了。當日丹丘國進貢來的時候，老夫身列朝班，躬逢其盛，知道這甕內的甘露，亦是丹丘國一起進貢的，並不是先帝所收。當日丹丘國進貢之後，先帝立刻將此露頒賜群臣，老夫亦曾叨恩，嘗過一杓，後來就扛到太廟中，謹敬收藏，當然有人看守，怎麼可能被人偷竊？又怎麼會移在宮中？你這話不知從何處說起？現在露沒了，甕也挪了地方，恐怕藏在這櫛內的瑪瑙甕，也不是當年之物了。」

孔壬聽了這話，知道舜有心駁斥

他，甚至疑心他，卻不慌不忙，笑嘻嘻的回答道：「老將所說，當然是不錯的，晚輩少年新進，於先朝之事，不是親身經歷，究竟甘露從何而來，不過是聽說，不免不實。至於那在宮中，露已乾涸，這是事實。老將不信，可以調查，打開櫛櫃一看，就會明白，現在說也無用。」

老將拜聽了這番辯駁，心中更是生氣，然而也奈何他不得。那赤將子輿在旁邊，哈哈大笑道：「甘露的滋味，野人在軒轅氏的時候，嘗過不止一次，不但滋味好，香氣濃，還聽得道高人說，它還是個靈物，盛在器皿之中，貯存起來，可以占驗時世治亂。時世大治，它就大滿；時世衰亂，它就乾涸；時世再治起來，它又會大滿。帝摯之世，不能說它是治世，或者因此而乾涸了，亦未可知。現在聖天子在上，四海升平，如果真的是那個寶甕，甕內甘露，一定仍舊會滿的，且待開了之後，再看如何吧！」

眾人聽了這話，都有點不甚相信，孔壬尤其著急，那時鑰匙已取到了，將鎖一開，打開櫛門，眾人一看，只見這甕足有八尺高，舉手去搬它，卻是很重，費了三人之力，才將它搬到地上，揭開蓋之後，但覺得清香撲鼻，原來竟是滿滿一甕的甘露。眾人至此，都覺詫異，又都很是歡喜。孔壬更是滿臉得意之色，對著赤將子輿說道：「幸得你老神仙說明在前，不然我孔壬偷盜的名聲，跳在海水裡也洗不清了。」

眾人聽了他這樣說，恐怕舜要慚愧，正想拿話來岔開，只聽見帝堯說道：「剛才亦將先生說，甘露這東西，世治則滿，世亂則涸，現在居然又滿起來，朕自問薄德鮮仁，哪裡敢當治世這兩字，想來還是先皇考的遺澤罷了。當初皇考既然與諸大臣同嘗，今日朕亦當和你們分享。」說罷，便叫人取了杯杓來，每人一杯，帝堯自己也飲了一杯，覺得味甘氣芳，竟有說不出的美處，真正是天界神物了。

眾人嘗過甘露，無不歡欣快意，向帝堯致謝。帝堯道：「可惜，還有許多大臣留在平陽，沒能嘗到。」孔壬道：「帝堯何不派人將這甕運到平陽去呢？」帝堯道：「這甕是先帝遺物，非朕一人所敢私有，況且朕向來不留意奇珍異寶，這次出巡，帶了這異寶歸去，於心不安。」

孔壬道：「陪臣的意思，帝現在承紹大統，先帝之物，當然應該歸帝所有。況且據赤將子輿老先生說，這個甘露的盈涸，可以占驗世道的治亂，那麼尤其應該置在京都之中，令後世子孫在位的，可以時常考察，以為修省之助，豈不是好嗎？」當下眾人聽孔壬這番措辭，甚為巧妙合理，無不竭力慫恿，帝堯也就答應了。這時忽然有報，說平陽留守大司徒契有奏章傳到，帝堯忙叫人取來看。

(未完待續)

主要參考文獻：鍾毓龍《上古神話演義》

瑪瑙甕是個靈物。其中的甘露時世大治，它就大滿；時世衰亂，它就乾涸。



他的畫竟能治癒頑疾

公有領域

文 | 戴東尼

有這麼一個記載，一幅〈溪山紅樹圖〉畫得甚好，清初「四王」畫家之首王時敏，觀後大加讚賞，並欲留下。怎奈畫家不肯割愛，王時敏只好在畫上題詞作罷：「石谷此圖雖仿山樵，而用筆措思全以右丞為宗。故風骨高奇，迥出山樵規格之外。春晚過婁，攜以見視，余被欲留之，知其意頗自珍，不忍遽奪，每為悵悵然。余時方苦嗽，得此飽累日，霍然失病所在，始知者昔人檄愈頭風，良不虛也。庚戌穀雨後一日西廬老人王時敏題。」由此得知，王時敏欣賞這幅〈溪山

紅樹圖〉後，困擾難治的咳嗽竟消失了，因此有感而發，題了上面一段話。〈溪山紅樹圖〉的作者就是清初「四王」之一的王翬。

一幅好畫，不只給人帶來美的享受，更因為好畫的背後帶有很正的能量，觀者自然會積極向上，以及得到更多意想不到的收益。反之，許多帶有魔性的當代作品，沒有任何章法和內涵，亂塗一氣，帶給人的就是頹廢、墮落、陰暗和邪惡。正如近代海派唐雲自稱「藥翁」，因為他認為好的畫就像藥一樣是能治癒人。

王翬（公元1632年～1717年），清初「四王」之一，字石谷，號耕煙散人、烏目山人、清

暉主人等。他出身於繪畫世家，祖上五代擅畫，曾祖王伯臣善畫花鳥，祖父王載仕擅長山水、人物、花卉，生父王雲客善畫山水。王翬少時先拜同里張珂為師，專摹元代黃公望的山水畫。21歲時，王翬以小景扇面見賞於王鑒，被收為弟子，後又師事王時敏。王時敏拿出家藏珍品讓他臨摹，王翬畫藝大進，最終成為清代著名畫家，時人吳梅村稱其為「畫聖」。

王翬筆參古今，貌含南北，畫技之精熟為清代第一。清代張庚的《國朝畫徵錄》評其為「畫有南北宗，至石谷而合焉」。王翬對傳統古畫的鑑賞、臨摹，功力極深，宋以來許多失傳的古畫，借王翬的臨摹得以傳世。王翬用筆多細秀繁密，墨色濃潤蒼勁，境深遠，而且含蓄。偶畫花卉，秀雋有致。

臺北故宮博物院



▲清王翬臨摹的許道寧山水



▲王翬畫作意境深遠含蓄。

MAR 25, 2022
- MAR 31, 2022

VISION **看** TIMES

看中國 報點恢復

1街大統華傍邊
增設投放報點

QQ Bubble Tea Fresh Juice & Snacks

體驗沒有共產主義的傳統中國

神韻晚會 2022 SHEN YUN



神韻無法在中國上演，
卻贏得全球無數觀眾的稱讚，
所到之處場場爆滿，一票難求。

中國古典舞融合原創中西合璧現場交響樂團，
演繹愛、勇敢、信仰的經典故事。

全新節目 | 現場樂團伴奏

神韻涵蓋了傳統文化的精華，
展現出古老智慧非同反響的深度和廣度，
使五千年的輝煌再現人間。

神韻的美好無法用語言述盡，
您還是親身來體驗一下吧！

正在上演 訂票從速

3月22日-27日 | 溫哥華伊麗莎白女王劇院 | 中英文熱線: 604-757-0355 | 網站: zh-tw.ShenYun.com/Van

神韻
售票點

• 溫哥華市中心
Granville街夾Robson街, BestBuy樓上

• 列治文Lansdowne購物中心, 近Food Court
• 本拿比 Metrotown Winners - 週六/週日

春季大促銷

可私人訂製: 木材 面料 色彩

純正實木材質 加拿大製造 可私人訂製



prestige
SOLID WOOD FURNITURE

604-522-7344
79 Clipper Street Coquitlam, BC
prestigesolidwood.ca

HOME ENVY
FURNISHINGS

604-466-8822
21768 Lougheed Highway, Maple Ridge
www.HomeEnvyFurnishings.com



MJM 家具城

高貴品質 滿足您多樣的選擇

春季大優惠

臥室家具 · 餐飲家具 · 床墊 · 客廳家具 · 公寓家具



Bermex • 定制餐飲家居
• 由北美樺木製造而成 • 加拿大製造
• 多種面料或皮革可供選擇

高貴林: 超過23,000英尺
1315 United Blvd
604-522-1388

素里: 超過35,000英尺
13570 77 Ave / King George Hwy
604-596-9901

歡迎您
在線購物
www.mjmfurniture.com

春季新優惠 素里分店搬遷優惠 70% OFF

Direct Furniture 大特賣!



Queen 床臥室組合
原價: \$2999
現價: \$1499



Queen / King 床臥室組合
原價: \$5999
現價: \$3999



沙發 3 件套
原價: \$4999
現價: \$2499



餐桌椅 5 件套
原價: \$699
現價: \$349



3 件套電動躺椅沙發
原價: \$4999
現價: \$2499



咖啡桌 3 件套
原價: \$699
現價: \$449

www.directfurnituresurrey.ca 很多特價歡迎來店內了解詳情

📍 地址: 13557-77Ave, Surrey BC ☎ 電話: 604.572.5553



高質汽車服務中心

Superstar Auto Repair Center



全面汽車維修·服務一流

有經驗專人代辦 ICBC 手續及有免費車借用

香港式經營

- 最新車架較正
- 專修各國名車
- 一流技師處理
- 車身修理噴油
- 採用原廠漆油
- 保證工作妥當

(604)278-9198

地址: 100-11451 Bridgeport Rd, Richmond 傳真: 604-278-1108

一鳴燒臘肉食店



超級好滋味!
列治文公眾市場 一鳴燒臘肉食店
604-231-8987
8260 Westminster hwy, 列治文
9:30AM-7:00PM 週四休息

爱尔牙醫診所

張開泓 牙醫畢業於 UBC 及華西醫科大學, 具有 30 多年加中臨床經驗。曾從事口腔修復專科多年, 擅長牙齒美容。

Dr. Edward Zhang 全職 UBC 畢業經驗牙醫, 以最先進的設備技術, 提供牙醫美容、植牙、牙齒矯正、根管治療、智齒拔除、補牙洗牙等全科服務。
Dr. Gary Wong
Dr. Wendy Ching
Dr. Ann Lu

國/粵/英語 微信: Kathy5858
604-304-1088, 604-304-1073
135-8191 Saba Rd, Richmond 列治文公眾市場旁高層一樓
www.drzhangedental.com

Ukraine Is Unveiling Digital Currency and a Social Credit System

By Victor Westerkamp & Neil Campbell
Vision Times

Ukraine has been stealthily working hard on fulfilling all boxes of the World Economic Forum's (WEF) Great Reset checklist: digital identity, vaccination passports, universal basic income (UBI), and a social credit system in one.

President Volodymyr Zelensky recently announced that he had legalized all cryptocurrency exchanges, national and international.

The move came after millions of US dollars in funds started flowing into the country after it began pandering for donations in early March. The country has already absorbed more than \$63 million in crypto donations, according to CNBC.

The transition to state-regulated cryptocurrency is yet another critical step Ukraine has taken in becoming the vanguard for the Great Reset, the socio-economic new world order inspired by the Chinese communist social credit model.

Other features

The introduction of cryptocurrency into the state financial system goes hand in hand with digital identity, vaccination passports, social credit scores, UBI, and many other applications, which are all combined in the already operational Diia app.

The Diia app allows Ukrainians to manage all of their nearly 50 government-related "paperwork" services, such as paying taxes or



Ukraine President Volodymyr Zelensky (R) at the World Economic Forum (WEF) 2020 meeting in Davos following behind WEF Chairman Klaus Schwab's footsteps, not only physically but also ideologically. Zelensky announced Ukraine would be the first nation to implement virtually all the Great Reset's key hallmarks, including its own nationwide version of the infamous social credit model paired with a universal basic income-style helicopter money system. (Image: FABRICE COFFRINI/AFP via Getty Images)

The transition to state-regulated cryptocurrency is another critical step Ukraine has taken in becoming the vanguard for the Great Reset.

finances, renewal or replacement of ID documents, and redeeming their social benefits.

Credits for jobs

According to the Government of Ukraine's website on Feb. 14, just days before Russian began its "special military operation" to "denazify" Ukraine, the ePidtrymka program launched on December 19, 2021 and is scheduled to last for a total of one year, expiring December 18, 2022.

The program's stated goal was to "aimed at encouraging people to get vaccinated against COVID-19 and supporting those sectors of the economy that have suffered the most from quaran-

tine restrictions."

Ukrainian citizens aged 14+ were eligible to credit 1,000 hryvnias (\$34 USD approx.) to their account if they could prove to have been double injected, and were offered another 500 hryvnias for having accepted a booster.

The ePidtrymka program will be implemented in several stages, the governmental website stated. "In the first stage, the funds will be received through the Diia application. In the second stage (II-III quarter of 2022) there will be offered [sic] an alternative offline mechanism, which is currently being elaborated. People who do not have smartphones will be able to apply for help offline."



(Image: Adobe Stock/Vision Times)

President Volodymyr Zelensky had legalized all cryptocurrency exchanges, national and international.

According to authorities, about 3.5 million people over 60 have a valid vaccination certificate, the website said. Meanwhile, 8.6 billion hryvnias have been wired to Ukrainians' accounts through the program's regulation, of which already 3 billion has been converted into payment for housing and communal services, authorities said.

Relying on quotes from Deputy Minister of Finance Oleksandr Hryban, more than a billion hryvnias have been spent on books and more than 300 million hryvnias were traded for medicine.

Hryban called it a "significant support for the publishing business."

Announced on March 8 and also available through the ePidtrymka portal, authorities will distribute 6,500 hryvnias for victims of the war with Russia. The funds are earmarked under the pretext of "supporting the population in those areas where the most active hostilities occur."

TikToker Arrested for Disclosing Location of Ukrainian Military Units Online Resulting in Deadly Attack

By Todd Crawford
Vision Times

A Ukrainian TikToker was arrested after posting a video depicting the location of a Ukrainian military unit parked near the Retroville shopping mall in the Ukrainian capital of Kyiv that the Russian military then attacked and destroyed.

On Sunday, Russian forces attacked the shopping mall on the northwestern outskirts of Kyiv that resulted in the deaths of at least eight people, Reuters reported.

The Security Service of Ukraine said, "A TikToker recently posted on the internet about the location of the Ukrainian military in Kyiv. Later the shopping center, where our defenders were, was subjected

to a powerful missile strike by the Russian occupiers."

"Knowingly or unknowingly, this man worked as a corrector for the enemy — an investigation will be established," The Ukrainian Security Service said.

Following the attack, the Security Service posted a video to Facebook of the TikToker apologizing for disclosing the location of the military unit.

Under the video the post in part reads, "The video shows a tiktokker, who for days has been posting on the Internet materials about the deployment of Ukrainian soldiers in Kyiv ... It is better to work in reverse: give us information about the location of the warrior [Russians], and the Ukrainian troops will ensure its reduction!"

In the video the man identified himself as Artemev Pavel Alexandrevich and said he was a citizen of Kyiv while urging people to "not put stuff on TikTok."

It remains unclear when exactly Alexandrevich posted the video however Russian news outlet Pra-

vada reported that he had posted it on February 24, the first day of Russia's invasion.

Ukrainian officials have been telling citizens not to post footage or pictures online of Ukrainian military movements in case it assists the Russian forces with identifying targets.

Russia's defense ministry justified the attack saying on Monday that it had targeted the "non-functioning" shopping mall because they believed it was a "store of ammunition" and rockets by Ukrainian forces, Sky News reported.

It remains to be confirmed whether or not the shopping mall was indeed being used to store military equipment.

However, Kyiv citizens told The Guardian that Ukrainian forces were using the entire area as a base because it was located a short distance from Russian occupied Irpin.

Retroville shopping center attack

The attack destroyed large parts

of the newly constructed Retroville shopping centre in Kyiv and was most probably a missile strike. It destroyed the southern section of the vast mall at around 10:45pm. Locals said the attack shook the entire city.

The mall, which opened in early 2020, just prior to the beginning of the pandemic, contained 250 shops sporting western brands and also had a multiplex cinema and 3,000 parking stalls.

A local man, who identified himself only as Vladimir, told The Guardian, "I was just minding my business at home. My apartment shook with the force of the blast. I thought the building would collapse."

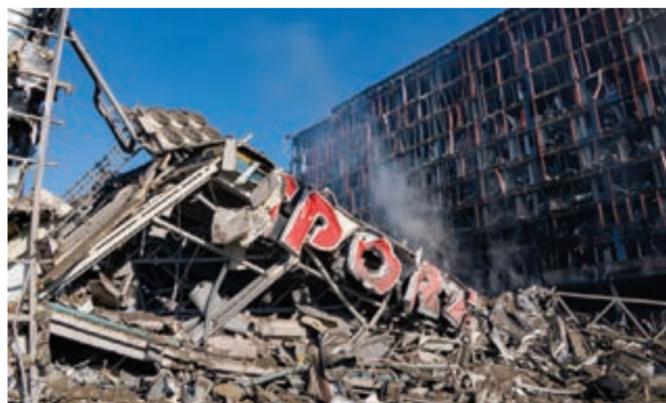
"Around the shattered shopping centre, hardly a single window has survived the blast. Shards of broken glass litter the paving stones at the foot of the 20-storey tenement blocks," The Guardian reported.

One local said while pointing to the devastation, "That was where the shopping centre offices were. Luckily there was no one in there at the time."

Another local, identified only as Constantin, said he was there when the attack occurred.

"It blew everything sky high. I don't know if it was a missile or a massive rocket. It landed right on the gym club," he said.

Six bodies that were recovered from the scene were dressed in military fatigues.



A view of the aftermath of the Retroville shopping mall following a Russian shelling attack which killed eight people on March 21, 2022 in Kyiv, Ukraine. The destruction of the mall and the subsequent loss of lives is being blamed on a TikToker who posted a video online depicting Ukrainian military units near the mall. (Image: Andriy Dubchak / dia images via Getty Images)

10 Ways to Keep Your Nails Beautiful Naturally

By Raven Montmorency

The first impression often is the strongest and while a smile does matter, nails also play a vital role in creating a strong and positive impact. Whether you go to a nail salon for a manicure and pedicure or simply stay satisfied with thoroughly scrubbing your hands and nails with a loofah, caring for your nails is a part of a self-care routine that you need to incorporate into your daily cleaning routine.

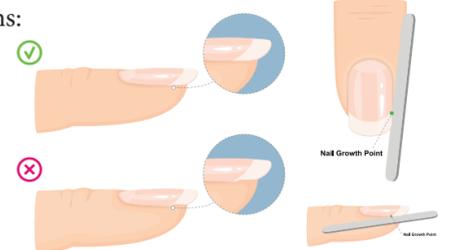
Many people have the habit of biting their nails when stressed or it has become an action deeply rooted in their subconscious, but it is not always true that chewing on nails will make them rot. The main reason you should not chew on them is that chewing often destroys the shape of the nails making them grow in a mangled and uneven way.



What are the signs of healthy nails?

Another thing that you should consider is whether your nails are healthy or not. You may not chew them, but your nails might still be brittle and break easily. In fact, many studies have revealed that your nails often show signs and symptoms of other underlying health concerns, like very pale nails, which can often be indicative of anemia. That said, the nails too have their own indicators of if they are feeling well or not. If you want to know whether your nails are healthy or not, look for these signs:

- ▲ Pinkish white nail plates
- ▲ Existence of cuticles
- ▲ White tips of the nails and the elongated parts are of equal length in all the nails
- ▲ The half-moon at the base is prominent



Ways to naturally care for your nails

Often, time plays a constraint in making appointments with nail salons, but when you are at home, you can always follow some age-old tips that not only will ensure that your nails are beautiful but also positively affect your overall health.

1. Healthy diet

The first thing that often solves many of the problems is finding and maintaining a proper and balanced diet. Ensure that your diet is rich in vitamins and if required do consult a doctor to add required vitamin supplements to your daily diet. This will work wonders not only on your nails, but also on your hair and skin.

2. Trimmed nails

Long nails might seem fashionable, but if you have a really hard-working schedule, you should consider keeping your nails trimmed. Some people are blessed with fast-growing nails, but whatever be the rate of growth of the nails, keeping them trimmed not only helps maintain the shape but also will save you from the heartache of broken nails.

3. Keep cuticles moisturized

Nails are dead skin, but the base of the nails and the cuticles are not. These need moisturization and the cuticles often suffer the most, especially if you have dry skin. Moisturizing the cuticles prevents chapped and tearing of the skin, especially since cuticles are harder and more prone to drying. Try an aloe vera or cocoa butter moisturizer for these are rich in vitamin E.

4. Baking soda is your friend

Baking soda is known to work wonders as a gentle exfoliator, but did you know that this wonder scrubber also helps you get at the deeply ingrained dirt that seems to never be apart from your nails.

5. Know the right way to file nails

Contrary to what you see on TV, filing nails is not taking the rough nail filer and going zig and zag on the nails. Filing is always done in one direction and always uses a softer nail filer.

6. Keep nails away from harmful chemicals

When you do dishes or wash clothes with your hands, you are subjecting your nails to chemicals that are harsher on them. To keep your nails free from contact with such chemicals, wear gloves while doing household chores.

7. Try lemon scrubbing

Another great way to keep your nails clean and strong is to use lemon. Take a lemon slice and rub it on the nails thoroughly. Keep it on till the juice dries and wash off with lukewarm water.

8. Keep nails dry

Whenever you get your hands wet make sure that you dry them using a proper towel rather than letting the water cool off from the skin. Wet nails are often more prone to breaking.

9. Avoid acrylics and gels

While this looks great, acrylics and gels are often known to cause damage to your nails. While acrylics have harmful chemicals, gels use a quick-dry technique that causes cracking of the cuticle.

10. Opt for natural nail polishes

Parabens and sulfates are bad not only for your hair but also for your nails. Avoid polishes that contain these ingredients.

Healthy nails not only make you feel good, but they also brush up your confidence. Try going natural as much as you can. One of the best ways to ensure moisture and clean nails is using olive oil as a moisturizer. Not only is it natural, but it's also rich in vitamin E, which cares for the nail from deep down. Whether this will help your nails grow or not is a matter of debate, but moisturizing definitely helps keep the cuticles stay strong. With these natural ways, you can always flaunt the best aspects of yourself whenever you step out of the house.

The Commoner Who Became a Legendary Chinese Emperor

Have you heard of Qin Shi Huang, the emperor who united China? How about Kublai Khan, the mighty Mongolian warrior who invaded China and established the Yuan Dynasty? Or perhaps the Qing emperor Kang Xi, the great patron of the arts?

By Tea with Erping

Each of these powerful men advanced Chinese civilization in a different period of history, and each came from a ruling family of noble clans, as per China's dynastic tradition which lasted for thousands of years until the early 20th century.

The great emperor I want to introduce today is a man who lived many centuries earlier, between 2334 and 2234 B.C. He was born with the name Shun (舜). Shun would become known as one of China's five legendary sage kings. The great historian, Sima Qian, wrote about him in *Shiji*, or Records of the Grand Historian, so his story is one that future Chinese emperors, like Qin Shi Huang of the Qin Dynasty, Kublai Khan of the Yuan Dynasty, and Kangxi of the Qing Dynasty would all have known.

But Shun began life as a poor peasant. How did this very ordinary person come to rule all of China?

As a child, Shun lived on a farm with his father, stepmother, and half-brother. In fact, his whole family couldn't stand their eldest son. They even tried to kill him unsuccessfully on multiple occasions. But despite his abusive family, Shun never stopped being filial to both his parents and was always caring towards his younger half-brother. He would happily do anything they asked of him. It was said that the family couldn't kill Shun when they wanted to, yet when they needed him, he was always around.

Shun was an extraordinary person even from a young age. When he was 17, he was driven out of the house and became homeless, so he made a living as a laborer. In fact, wherever he traveled, he proved diligent and resourceful. People liked and respected him. Shun first became an apprentice in a village by the Yellow River that produced pottery. Within a year, he helped improve the standard of pottery for the whole village, and won the admiration of his competitors. The village grew into a thriving city within a few years.

Shun then traveled to a mountain village to farm. Other farms wanted to offer him land. He decided to share the land with others so the whole community could grow crops. At lake Zhe, Shun became a skilled fisher and he quickly learned where the best fishing parts of the river were. But he would always leave those to others, and never took the best spot for himself.

After Shun joined them, the intense infighting among the fishermen stopped. Miles away, in the capital Pingyang, which would become modern-day Shanxi Province, Emperor Yao, a wise and benevolent ruler, was looking for a successor. He had nine sons, but realized that none of them had the virtue to inherit his throne. So he sent out his ministers to find a worthy candidate who had what it would take to become the next ruler.

Yao's ministers recommended Shun. After Shun was brought to court, Emperor Yao decided to test him. He let Shun marry his two daughters. Along with a house and dowry, he gave him a district to govern.



Shun (舜)

A Qing-dynasty depiction of E Huang and Nü Ying, daughters of Emperor Yao who married Shun. Some legends identify them as goddesses of the Xiang River in today's Hunan Province, which may have played some role in their testing of Shun's ability.



Emperor Yao, a wise and benevolent ruler, was looking for a successor. So he sent out his ministers to find a worthy candidate who had what it would take to become the next ruler.

This may sound strange today, but polygamy was normal practice at that time. At 30 years old, you might think Shun had hit the jackpot, but instead of riding off into the sunset to live the good life, he continued to work in the field every day and even convinced the two princesses to join him in living a humble life in the countryside.

Shun's own family saw his success and became enraged. His half-brother lured him into a barn and tried to burn him alive. On another occasion, Shun's stepmother asked him to dig a new well for the family, and tried to use it as a trap to bury him alive. But Shun survived, and yet never tried to blame or punish them. Not surprisingly, among the 24 most celebrated Chinese in terms of filial piety, Shun ranks number one.

Towards the end of Emperor Yao's reign, Sun assumed the role of acting emperor at 50 years old. After three years, he quietly left for home so that Danzhu, Emperor Yao's son, could govern the country.

But the public demanded Shun to continue taking care of the state affairs. So at 61, he officially became emperor, and arranged compassionately for 39 years.

Do you know why I find the story so interesting? Some ancient rulers in the West also began their lives as peasants. there was Diocletian of Rome, who rose through the ranks of the military and Basil I, the Byzantine emperor who took power through a violent coup.

But Shun's story is different. It makes me wonder, what makes a good emperor? Shun's life shows us the five fundamental relationships in Confucian philosophy: those between ruler and subject, father and son, elder brother and younger brother, husband and wife, friend and friend.

The Chinese philosopher Mencius said: **"The great Shun had a still greater delight in what was good. He regarded virtue as the common property of the people."**

In imperial China, people believed the right to rule was granted by Heaven, and that Heaven selected the ruler for his virtue. Mencius commented on Shun's reign: **"The sovereign can present a man to Heaven, but he cannot make Heaven give that man the throne. Yao presented Shun to Heaven, and Heaven accepted him. He presented him to the people, and the people accepted him. Therefore, I say heaven doesn't speak. It simply indicated its will by his personal con-**

duct and the conduct of affairs."

Sima Qian wrote in Records of the Grand Historian that "civilization and kindness in the world started with Shun."

Before Shun's death, instead of having his own children take over the seat of power, he passed his throne to Yu, who was famed for controlling the notorious floods of the Yellow River. He later founded the Xia Dynasty.

Shun was a great man and a great emperor, but actually he wasn't the only Chinese emperor who came from a humble background. There was also Liu Bang, who founded the Han Dynasty, and Zhu Yuanzhang, who founded the Ming Dynasty — both through armed rebellion against the previous dynasties. But neither of them matched Shun in terms of virtue or filial piety.

At the end of the day, Shun is known for his rule of virtue. In the words of Confucius, Shun was a sage of virtue, and thereby an esteemed Son of Heaven. For centuries, the rule of virtue that started with Shun was a timeless golden standard for all emperors and rulers in China, until 1949 when the foreign communist ideology took over the Middle Kingdom.

Historians know that some 80 million innocent lives were lost under the past 70 years of communist rule — more than the victims from both World War I and World War II put together. According to Freedom House, an independent human rights NGO, China ranks among the worst most closed societies in its 2021 "Freedom in the World" report.

In this digital age Chinese people sadly don't have access to international media outlets and social media platforms. In Western media, we have learned about horrific abuses such as the genocide in Xinjiang, forced organ harvesting from Falun Gong practitioners, demolitions of Christian churches, imprisonment of human rights lawyers, and outspoken reporters.

As Confucius said, **"Study the past if you would divine the future."** Many Chinese hope that the time for returning to the rule of virtue and to our cultural heritage is long overdue.

It's widely believed that the open society in Taiwan where traditional culture flourished along with a vibrant democracy should be a successful model for mainland China. Speaking of Taiwan, it's time for tea break and now I'm going to enjoy my high mountain tea from the treasured island.

香蘭美味吃法

◆ 香蘭椰汁糕 ◆

東南亞地區有許多香蘭風味糕點。這道香蘭椰汁糕，是將香蘭葉當作容器，藉以融合香蘭與椰汁，兼具實用與美味。

【食材】

A材料：西谷米100g、白細砂糖5大匙、水600c.c.、玉米粒3大匙、水600c.c.。

B材料：椰奶粉50g、白細砂糖2大匙、鹽微量、水150c.c.。

C材料：在來米粉2大匙、50c.c.水。

【作法】

- ①香蘭摺成盒狀，摺法可參考網絡。
- ②A材料小火煮融合。倒入香蘭盒子約1/3滿。
- ③B材料用小火煮到糖融化；C材料拌勻後加入，再拌勻，填滿香蘭盒。
- ④成品冷藏定型，撕開葉子即食用。

這道料理呈現東南亞女性運用香蘭葉的巧手。



2

◆ 泰式香蘭雞 ◆

香蘭葉的葉面結構穩固，很適合用來把食材包在裡面，如此可讓香蘭葉的香氣和裡面的食材交互作用，融為一體。

【食材】

去骨雞腿肉300g、香蘭葉8片。
醃料：蒜泥2小匙、香茅粉1小匙、黑胡椒1/2小匙、魚露2小匙、糖1小匙。

【作法】

- ①雞肉切適口大小，均勻混合醃料，蓋保鮮膜冷藏3小時以上醃入味。
- ②用香蘭葉將雞肉包起來，綑綁纏住雞肉，再用牙籤固定。
- ③準備炸油鍋，油溫加熱到160°C，下作法②，炸到香蘭葉變焦黃色，開大火逼出油，約30秒，起鍋瀝乾後擺盤上菜。
- ④去除香蘭葉後，雞肉沾酸辣醬食用，風味更佳。

東南亞萬用香草

香蘭 Pandan

文 | 米娜

就像在西方飲食文化中，香草有著舉足輕重的地位；在東南亞人的飲食中，香蘭也是扮演著不可或缺的角色。

整版圖片：AODBE STOCK

家有香蘭方便烹調取用

整版圖片：AODBE STOCK



香蘭喜歡潮濕環境

煮飯、做甜點都可以放香蘭葉。在家自己種香蘭，方便廚房運用。香蘭喜歡潮濕的環境；種植香蘭想成功，就是要種在陰涼處，提供充足的水分，一定要常澆水。



剪好香蘭葉有秘訣

香蘭是由葉子散發香氣。採摘香蘭葉，先採植株外圍、最下面的葉片，先用剪刀剪下老葉的部分，因為老葉的香氣濃郁。將老葉部分剪除，並不會影響植株生長。



1

獨特清香適合鹹甜料理



葉子直接入菜添香氣

香蘭為熱帶植物，具有獨特清香。在東南亞，人們叫它pandan（中文：斑蘭葉），煮飯做菜、做糕點，幾乎都會用到。例如，煮綠豆湯放1片香蘭葉，就會很香。



萃取香甜的綠色汁液

香蘭葉的綠色，是東南亞料理中常見的色彩；直接將新鮮香蘭葉煮水，淡綠色的香蘭湯會散發淡淡清香，或是將香蘭葉搗碎過濾以原汁入菜，化身多種鹹甜料理。



如用布丁杯當容器，就在杯底放一片香蘭葉。

麵包配上美味的沾醬，就是簡單卻滿足的早餐。

3

◆ 麵包佐香蘭卡士達醬 ◆

溫潤滑順的卡士達醬加上香蘭的清香，味道更加香甜；搭配烤熱的麵包食用，口感滋味很豐富，其美味令人回味無窮。

【食材】

麵包適量。
卡士達醬材料：香蘭葉8片、雞蛋1個、黃糖30g、低筋麵粉20g、玉米粉10g、椰奶250ml。

【作法】

- ①將香蘭葉切小段，加水放入調理機打成泥，用濾網過濾汁液備用。
- ②準備攪拌碗，放蛋和糖，攪拌成均勻蛋糊。續篩入乾粉，攪拌均勻；加入椰奶，攪拌均勻。
- ③預熱一鍋沸水，將作法②隔水加熱，不停攪拌，直到醬汁變濃稠。
- ④續放香蘭汁，繼續不停攪拌，直到醬汁變濃稠，麵包烤熱後沾醬吃。



香蘭小常識

東南亞飲食文化中，香蘭葉有食品「香料之王」的地位。其葉片的特殊香氣，有點像芋頭香，也點像蓮花香，可以煮茶、煮飯、燉雞湯等。加入甜湯燉煮可增添風味，如西米露；也常見於東南亞的茶點中。新加坡著名的綠色蛋糕，就是香蘭蛋糕。

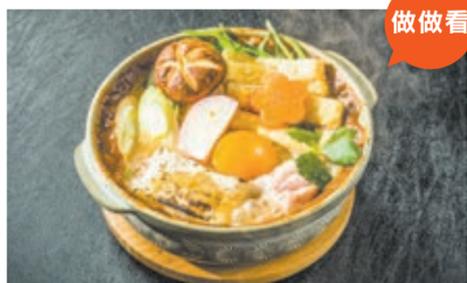


麵麵俱到 鍋燒烏龍麵美味秘訣

文 | 山平

鍋燒烏龍麵最吸引人的，就是喝下暖呼呼的湯頭瞬間，一股鮮美的愉悅感油然而生。麵條吸飽湯汁，美味又順口。

鍋中熱湯還能將生蛋煮至半熟。



做做看

鍋燒烏龍麵

【食材】烏龍麵1人份、雞蛋1個、炸蝦1條。高湯：昆布10g、小魚乾25g、柴魚片40g。

【調料】淡味醬油、鹽微量。
【配料】紅蘿蔔片、香菇、豆皮、甜不辣、青菜適量。

- ①昆布和小魚乾泡水半天，煮沸，取出昆布；加入1/2柴魚片煮滾；續煮20分鐘，熄火加1/2柴魚片備用。高湯加調料，煮融合。
- ②烏龍麵放砂鍋，依序放配料，加500c.c.的高湯，燜煮5分鐘。續放炸蝦、生雞蛋放中間，加蓋續煮一分鐘即可。

使用鮮味食材煮湯頭

日本鍋燒烏龍麵，最早出現在江戶時代晚期的大阪。當時日本農家使用暖房器具，稱為「圍爐裡」，就是將客廳的地板下挖一個四角型空間，鋪上灰放上新和炭，起火取暖。當時的鍋，就在「圍爐裡」上吊著，用下面的火源直接烹調。看似簡單，其實一點都不簡單，要做得好吃，必須先煮出鮮美湯頭，而美味關鍵就是熬湯的鮮味食材：香菇、柴魚片、蝦皮、昆布、雞骨架、丁香魚乾、櫻花蝦等。



有大量鮮味成分。

健康鮮味低鈉很養生

鍋燒烏龍麵的鮮美湯頭，可用來做健康餐。對銀髮族長輩或病人，因為味覺和嗅覺退化或病因影響，造成食慾不振，可運用鍋燒烏龍麵的湯頭煮法，以鮮味提振胃口。此外，鍋燒烏龍麵有豐富的食材，營養也符合均衡。善用鮮味食材，煮出鮮美的滋味，相對而言，就可以降低鈉的使用量。利用簡單的食材，就能煮出美味動人的料理，關鍵原因是用心，多樣食材一一備料，陸續下鍋，小小一鍋麵真不簡單。



烏龍麵有鬆軟的，也有筋道的。

育兒寶典

轉骨期不要錯失良機 「轉大人」的關鍵季節

文/葉慧昌

人的一生，成長有兩個關鍵點，一是出生的嬰兒期，一是「轉大人」前的青春期。所謂「轉骨期」就是從兒童期至成年期的過渡階段。

初經可說是象徵女性成熟的標的。由於現代人愈來愈早熟，初經的平均年齡，已提早為大約十二歲，乳房則在九點五歲就開始發育。在月經初潮的前一年，身高會快速成長，平均一年長高約七點六公分，但月經來後的二、三年，長高速度明顯趨緩，頂多年成長五、六公分。有些少女在初經來潮之後，月經不是很規律，這是由於性器官尚未發育成熟，或受營養、睡眠、情緒壓力等影響，不必過於擔心。女性脂肪過多、過少也都會影響月經正常來潮的時間，所以太胖、太瘦都不行。

男孩子的青春期的較女生晚兩年，亦即到了十至十四歲時，應有變聲、喉結變大等現象。

當孩子又瘦又矮時，有可能是營養不良、有慢性病、荷爾蒙失調，或長期受虐、缺乏照顧，不過也有可能只是發育較慢，屬於「大器晚成」。轉骨困難的問題癥結，通常要透過抽血檢查，瞭解性腺激素、女性激素、雄性激素等內分泌是否正常，甚至需要超音波檢查卵巢、腎上腺，並要瞭解家族史，課業、訓練的壓力是否過大，逐步抽絲剝繭找出病因，才能對症治療。



依據中醫觀點，春天是萬物生長的季節，所以調理的時間以立春至清明前效果最好。臨床上，呼吸道的過敏疾患、腸胃毛病都是普遍的問題，必得先克服，才能進一步談轉骨。至於轉骨的調養，主要是根據個別體質及健康現況做治療。

中醫認為，使用富含膠質的中藥，可以強化骨髓細胞的分裂，如：肉蓯蓉、石斛、山藥、當歸、黃精、菟絲子、枸杞、大棗等。含有豐富動物性膠質的食物有豬皮、豬耳朵、豬筋、豬蹄、海蜇皮、海參、雞爪、青蛙腿；植物性膠質較高的則有白木

耳、黑木耳、蓮藕、紅鳳梨、川七葉、海帶、昆布、海菜、髮菜等。

現代青少年由於承受沉重的升學壓力，平日飲食又未能合乎營養要求，在睡眠不足的情況下，多半來不及吃早餐，就睡眼惺忪地趕上學；午餐則多以高熱量、少營養的外食便當填飽肚子；放學後為了補習，晚餐也是草草解決。長此以往，不是發育不良，就是變成小胖子。

因此，為人父母的，對於小孩的營養要特別講究。由於蛋白質是形成與修補肌肉、血液、骨髓及身體各器官組織的基本物

質，並且可形成抗體，增加身體抵抗力，對於正值發育階段的青少年不可或缺；鈣質則是製造骨骼的主要原料，在轉骨時期，更是不容忽視。所以不妨多食用牛奶、小魚乾、豆腐等富含鈣質、蛋白質的食物。

總而言之，十至十五歲是發育最旺盛的階段，也是內分泌發生重大變化的時期，把握這個機會，建立正確的飲食、生活習慣及調理體質，就有機會脫胎換骨。

(作者為中國醫藥大學副教授、葉慧昌中醫診所院長。本文經作者授權刊載)

整版圖片：ADOBE STOCK

春季養生

1 杯養肝茶 春天保持好心情

文/李南哲

春天是萬物開始萌芽、充滿生機的季節。關於春天的養生方法，中醫又是怎麼看待的呢？

中醫有「五行」的概念，五行就是金、木、水、火、土，五種自然現象，可以對應到許多事物上，比如：春、夏、秋、冬四個季節。

《黃帝內經》中記載：「春三月，此為發陳。天地俱生，萬物以榮。」春天是萬物恢復生機，植物開始快速生長的時節，因此，「木」的特性，與春天是互相對應的。此外，古代中醫又認為，「木」在人體五臟功能對應「肝」，所以談到春天養生方法，首先應該注重養肝。

如何養肝呢？首先，我們可以從生活中做起。《黃帝內經》告訴我們，春天的作息應該「夜臥早起」，並且「廣步於庭」，換句話說，春天的作息應該要晚睡早起，然後，到廣闊的場所，像是公園、操場等地方散步，也可以做些舒緩的運動，比如：打太極拳、做體操等。

在精神方面，《黃帝內經》記載：「生而勿殺，予而勿奪，賞而勿罰。」也就是說，在心情上要保持愉悅，對待生命要有慈悲心，因此在春天也應該多吃蔬菜、少吃肉。在待人方面也要多一點寬容，多施捨，並且處事以鼓勵的心態，代替責罵。

中醫認為肝是調整身體氣機的重要臟器，因此，把肝養好，全身的氣機暢通，人就不容易生氣、煩躁，也可以增強免疫力。此外，腸胃的消化功能也與肝有密切的關係，因此，肝的功能正常，也比較不會消化不良、便秘或拉肚子。

日常保健中，也可以飲用一些養肝茶。

「養肝茶」的作法：菊花9克、桑葉6克、枸杞6克、紅棗5顆、甘草2克等材料，以及1500毫升的水，全部倒入不鏽鋼鍋中，以大火煮滾，再轉小火煮15分鐘至半小時即可。

每天喝大約500毫升，也可達到很好的養肝效果。

泄瀉中醫調理



醫師講堂

文/鄧正梁

(濟德中醫診所院長)

便薄而勢緩者稱為泄，大便清稀如水而勢急者稱為瀉，統稱為泄瀉。

《內經》中有驚瀉、飧瀉、注下等病名，其中提到：「寒氣客於小腸，小腸不得成聚，故後泄腹痛矣。」《內經》中還提到：「暴注下迫，皆屬於熱。」表示急性腹瀉都是熱的。《內經》有「溼盛則濡泄」、「春傷於風，夏生飧泄」，指出風、寒、溼、熱皆可致瀉，並有夏季多發的特點，同時指出病變部位。

《難經·五十七難》謂：「泄凡有五，其名不同：有胃泄，有脾泄，有大腸泄，有小腸泄，大瘕泄。」從臟腑辯證角度提出了五泄的病名。

張仲景在《金匱要略·嘔吐下利病脈證治》中，將泄瀉與痢疾統稱為下利。至隋代《諸病源候論》將泄瀉與痢疾分述之，以後才統稱為泄瀉。陳無擇在《三因極一病源方論》中提到：「喜則散，怒則激，憂則聚，驚則動，臟氣隔絕，精神奪散，以致瀉泄。」表示情志失調也可引起泄瀉。

泄瀉的病因

1. 感受外邪，寒溼暑熱邪均可引起泄瀉，其中以溼邪為多見。溼邪易困脾土，寒邪和暑熱之邪，亦能使脾胃失司，亦能夾溼邪為患，直接損傷脾胃，導致運化失常，清濁不分，引起泄瀉。2. 飲食所傷，不潔之物，或飲食過量，或食肥甘

辛辣，或恣生冷，寒氣傷中，均能使脾運失職，清濁不分，發生泄瀉。3. 情志失調，憂鬱、惱怒、精神緊張，易致肝氣鬱結，木鬱不達，橫犯脾胃，憂思傷脾，均可使脾失健運，氣機升降失常，遂致瀉泄。4. 病後體虛，久病失治，脾胃受損，日久傷腎，脾失溫煦，運化失職，水穀不化，溼滯內生，遂成泄瀉。5. 稟賦不足，素體脾胃虛弱，不能受納運化某些食物，易致泄瀉。

在治療方面，寒溼者可用藿香正氣散；溼熱者用葛根芩連湯；食滯者用保和丸；脾胃虛弱者用參苓白朮散；腎陽虛衰者用四神丸；肝氣乘脾者用痛瀉藥方等。最常用藥物有人參、白朮、乾薑、茯苓等。

保健常識

每天半杯核桃 降低心臟病風險和壞膽固醇

綜合編譯/陳韻欣

近期的一項研究揭示，每天吃半杯核桃的族群，兩年後壞膽固醇降低8.5%左右，並降低患心臟病的風險。

吃核桃降低「壞膽固醇」

巴塞羅那診所的研究人員在《循環》(Circulation)醫學雜誌上報告，研究小組招募了628名健康、無重大疾病的成年人，年齡在63~79歲之間，其中一半的參與者每天食用核桃，而另一組

則不吃任何堅果。

兩年後，該團隊檢查了每位參與者的膽固醇數據，同時分析了他們脂蛋白的濃度和大小。研究團隊發現，每天吃半杯核桃的參與者，其血液中的低密度脂蛋白(LDL)膽固醇水平略為下降，平均降低了4.3毫克/分升，同時，他們的總膽固醇平均降低了8.5毫克/分升。

此外，研究小組發現，核桃組的中密度脂蛋白或「IDL」膽固醇(低密度脂蛋白的前體)也有所降低。

LDL由於與心臟病和中風的風險增加有關，常常被稱為「壞

膽固醇」，而LDL顆粒有各種大小，其中小而密的LDL顆粒與動脈粥樣硬化、動脈中的斑塊或脂肪沉積有關。

核桃富含Omega-3

每天吃一把核桃是促進心血管健康的一種簡單方法。核桃富含Omega-3脂肪酸，是一種有益心臟健康的脂肪，可減少血栓形成、降低血中三酸甘油酯、減緩動脈粥樣斑塊的生成、輕微降低血壓，並抑制發炎反應，能降低心血管病危險性。

過去西班牙政府也曾進行一項長達五年的研究，發現地中海

式的飲食，每天攝取多種堅果，特別是核桃，對健康特別有益，平均可以降低三成的心血管疾病，以及五成中風的機率。

何謂低密度脂蛋白

膽固醇是人體一種必需的物質，能夠製造膽汁、賀爾蒙與維持細胞的機能，而我們在體檢報告上看到的膽固醇，其實不是膽固醇，而是被稱為「脂蛋白」的物質，如：高密度脂蛋白(HDL)、低密度脂蛋白(LDL)與極低密度脂蛋白(VLDL)。其中低密度脂蛋白(LDL)是主要運送膽固醇的脂蛋白，低密度脂蛋白因為在血

液中容易被自由基攻擊，進一步容易黏附在血管壁上，因此長期低密度脂蛋白的濃度過高時，就容易導致心血管疾病的發生。

(資料來源：《循環》、HPA)



基因操縱 將毀滅人類

◎文：藍月

印度神童阿南德在最新的視頻中，除了講到糧食安全的問題，還提出了對植物、動物以及人類本身基因的改變，將帶來毀滅性的後果。

阿南德說，人類現在面臨的問題，一個是飢荒，另一個是缺乏優質的食品，高達99%的食物都不是純淨的食物。

在印度古老的經文中說，食物的獲取和安全是至關重要的，

超過了包括鑽石在內的所有其他收藏品的重要性。阿南德說，現在人從超市可以買到食物。但是在這背後，有著一個很長的供應鏈，有著不同的陰謀、破壞和操縱，從根本上改變著食物的基因，這是人類進程中必須解決的一個大問題。

阿南德表示，在接下來的幾年時間裡，如果有甚麼東西可以徹底改變人類、摧毀人類和其他



動物基礎的，那將是對植物和其他動物基因的操縱，其中之一當然是轉基因作物。他說，當我們有一種叫做生物和數字融合的東西，這實際上是將人類以及其他形式的生命轉變為受控的東西的最初步驟之一。社會資本正在控制著這個世界，人們需要阻止這個情況發生。

人離世前後30秒回憶一生？

◎文：紫雲

根據一組科學家的研究，發現一個人類在瀕臨離世時的特殊腦電波現象。

該組科學家在研究一名87歲的癲癇症患者測量，並記錄他的腦電波期間，患者突發致命心臟病，讓科學家意外記錄到一個瀕臨死亡時的大腦反應，在患者心臟停止跳動後還持續了30秒。

這個研究結果顯示，在死

亡時間點前後的30秒內，該名男子的腦電波模式與人在做夢或者在回憶事物時是相同的。也就是說，一個人在生命的最後時刻可能處於一種回憶一生生活的狀態中。研究人員說，這可能是人們在生命所能經歷的最後一次回憶，這些記憶在人們離世前的最後幾分鐘通過大腦重播。那麼，人們能否在那個關鍵時刻重溫與親人相處的時光與其他種種美好的回憶呢？

慧星撞地球會再現嗎？

◎文：青蓮

6500萬年前，一場大劫降臨人間，大量的物種消失，包括恐龍的滅絕。科學家認為，造成這場劫難的原因，是地球遭遇了小行星的撞擊，隨後多個地方燃起大火，燒毀了一切。

亞利桑那大學 (University of Arizona) 的戴維·克雷 (David A. Kring) 和西南研究所 (Southwest Research Institute) 的丹尼爾·德達 (Daniel D. Durda)，在《地球物理學研究》期刊上 (Journal of Geophysical Research) 發表的一篇研究論文，他們認為，在6500萬年前，一個高速運動的小行星或彗星撞擊地球，從而引起了全球災難性的大火，遍及北美洲南部和整個赤道區域。亞利桑那大學科學家的研究認為，可能是小行星撞擊產生的巨大碎片被反彈到大氣層中，又像「隕石雨」一樣降落下來。隨著地球的轉動，這些數量極多的巨大碎片飛向地球的多個地方，並與地表密集撞擊，產生的高溫導致地表的植物點燃，引發全球性的火災，導致了大量的物種消失，包括恐龍的滅絕。

他們的計算模型表明，這場神秘大火是在這次撞擊後的幾天內出現的，由此而導致了災難性的後果，全球至少有75%的動植物物種滅絕。

這次撞擊的能量，比第二次世界大戰時把廣島 (Hiroshima) 和長崎 (Nagasaki) 夷為平地的原子彈還要大100億倍。根據計算，有12%的碎片甚至脫離地球的束縛，衝進太陽系的其他行星



軌道中去。

有科學家認為，這次撞擊導致了地球文明的湮滅。隨後，地球上出現了大量新的物種，地球又開啓了新的文明歷程。

上一次文明毀於大火，並非是科學家首次發現。在中國古代，兩千多年前的漢朝，就有西域高僧說過，上一個地球曾遭遇「天地大劫」。

據《搜神記·第十三卷》記載：西漢時，漢武帝挖掘昆明池 (在今西安附近)，挖到很深的地方時，發現全是灰墨，不再是泥土。整個朝廷的人都解釋不了這種現象，漢武帝來詢問東方朔。東方朔說：「我笨，憑我的見識還不能夠知道它是怎麼回事。皇上可以去問問西域來的人。」東方朔是漢武帝身邊的大臣，關於他的奇聞異事流傳十分廣泛。《太平廣記》中說，東方朔是天上的木星

下凡，天地人間之事無所不知。漢武帝認為連東方朔都不知道，別人也就很難知道了。到了東漢明帝時期，有西域的僧人來到洛陽。有人想起東方朔的話，就去問漢武帝時出現灰墨的事。僧人說：「佛經上說：『天地在大劫將要結束的時候，就會有毀滅世界的大火燃燒。』這灰墨是那大火燒下來的餘燼。」

東方朔並非是不知道灰墨從何而來，他只是以這樣的方式讓人們相信，天地之劫令世界毀滅是真實存在的事。穿越兩千多年的時空，我們看到，古代高僧所解釋的灰墨來源與現代科學所驗證的結果高度一致。但也許更多人想到的是，小行星撞擊地球毀滅地這樣的大劫，還會再發生嗎？2022年1月6日，亞利桑那州萊蒙山天文臺的天文學家發現了一顆直徑約70米 (230英尺)

的小行星。根據他們最初的觀察，這顆名為「2022 AE1」的天體可能會在2023年7月4日的下一次經過時撞擊地球。

小行星2022號軌道測定 (AstOD) 將小行星2022 AE1 號標記為未來潛在的影響，這是一個世界各地的天文學家用來評估小行星風險的自動化系統。在巴勒莫量表上，這顆小行星被評為最高等級之一，這是天文學家用來對撞擊風險進行分類和優先排序的一種排名。神奇的是，這顆小行星在後來的觀測中，似乎改變了路徑。

目前已經證實，在可預見的未來，2022 AE1 將不會撞擊地球。人類不知道是甚麼力量將危險化解，但可以確定的是，地球不是每一次都這麼幸運，6500萬年前的一幕是否會再現，誰又能預知？



三指木乃伊是外星人？

◎文：天羽

據英國《每日郵報》報道，在南美的秘魯發現了一些奇怪的「木乃伊生物」，它們只有三根手指，而且頭顱細長。科學家稱，它們是外星人。

科學家們通過放射性碳定年法測得發現，這些木乃伊可以追溯到距今1700年前。俄羅斯科學家、聖彼得堡大學計算機科學和生物學教授康斯坦丁 (Konstantin Korotkov) 表示，通過對木乃伊做的DNA測試，以及骨骼專家利用X光照射木乃伊頭顱，證明它們並非人類，而且它們的肋骨結構和一般人類不一樣，認為這是某種生物的骨骼，是外星人。三根手指的木乃伊，是一群UFO研究者在秘魯納斯卡附近的一座古墓裡發現。其中一具木乃伊被稱為瑪利亞 (Maria)，它和人類長得差不多高，身長有168cm。

另一具木乃伊在附近被發現，隨後該UFO研究團隊聲稱他們發現了至少5具類似的木乃伊。

研究這些木乃伊的教授表示，這些木乃伊可能是要比人類更早進化在地球上的類人生物，而且這種生物很可能在彗星或者洪水的襲擊下滅亡了。

圖片來源：ADOBE STOCK

千年前糧倉 穀物未腐爛

◎文：秀秀

一座千年前的地下糧倉，裡面堆滿了穀物，歷經千年而不腐，令今人也自歎不如。



考古人員發現存放一千多年前的穀物，不但不腐敗且能結出穗粒來。

2004年，河南省洛陽的一家公司在搬遷過程中意外發現了一個倉庫，該倉庫看起來像是古代用來儲存貨物的。考古人員勘察後判斷，下面有一個大規模的古代遺址，隨即展開挖掘，一座規

模巨大的糧倉遺址重見天日。經過專家多方面的考察，認為這座糧倉距今已經有一千多年了，極有可能是隋朝著名的回洛倉遺址。

在糧倉裡面，發現了287個倉窖，經過估算能存上億斤糧食，面積更是相當於五十個足球場那麼大。在其中的160號倉窖中，發現了一整窖的穀物，約有五、六十萬斤，而這些存放一千多年的穀物顆粒竟然還沒有腐爛。更神奇的是，專家將這些穀物送到當地農業部門進行種植，結果這些千年前的穀物就像普通穀物一樣結出了穗粒。專家發現糧倉不會腐爛的原因，除了結構獨特之外，糧倉被分為多層，每一層都被草木灰保護著，這可以有效防止糧食腐爛。

這麼大規模的糧倉，考古人員還是第一次見到。其建造技術和技巧讓在場的眾人都很驚訝，

甚至連專家也認為現代技術都難以超越。

隋朝 (581年~618年) 只存在了38年，稱得上是中國歷史上一個相當短命的王朝，雖然歷史不長，但是意義重大。

隋文帝和隋煬帝父子二人，他們為華夏民族的振興做出了貢獻，為後來大唐的興盛奠定了堅實基礎。隋文帝在位期間，成功地統一了自東西晉之後百餘年的嚴重分裂與混亂的中國，也結束了中國三、四百年的戰亂時代。開創先進的選官制度，發展文化經濟，進行了一系列的改革，使得中國成為盛世之國。

隋文帝在位期間，隋朝開皇年間疆域遼闊，人口達到6000餘萬，是人類歷史上農耕文明的巔峰時期，開創了「開皇盛世」局面。

隋煬帝，開鑿了貫穿南北的

隋唐大運河，使得南北水路運輸成本大大降低，帶動了大運河沿岸地區的經濟發展。後來，隋煬帝又下令在洛陽修建糧倉。

在隋朝，各地政府都修建了許多糧倉，其中著名的有：興洛倉、回洛倉、常平倉、黎陽倉、廣通倉等。存儲糧食皆在百萬石以上。據史料記載，貞觀11年 (西元637年)，監察御史馬周對唐太宗李世民說：「隋家儲洛口，而李密因之；西京府庫，亦為國家之用，至今未盡。」此時隋朝已滅亡了20年，隋文帝已經死了33年，可那時的糧食、布帛還未用完。

1969年在洛陽發現的一座隋朝糧倉——含嘉倉遺址，面積達45萬多平方米，內探出259個糧窖。其中還有一個糧窖還留有已經炭化的穀子50萬斤。由此可見隋朝的富裕與強盛。

如夢令·昨夜雨疏風驟

作者：李清照

昨夜雨疏風驟，濃睡不消殘酒。
試問捲簾人，卻道海棠依舊。
知否，知否？應是綠肥紅瘦。

詩詞
賞析

（圖：左圖Unsplash/Darshan Jain
右圖Unsplash/Irina Grotkjaer）

作者介紹

李清照(1084年3月13日—1155年5月12日)，北宋齊州(今山東省濟南市)人，為中國歷史上最著名的女詞人。自號易安居士，與辛棄疾並稱「濟南二安」；又因其詞有「新來瘦，非干病酒，不是悲秋」(《鳳凰臺上憶吹簫》)、「知否？知否？應是綠肥紅瘦」(《如夢令》)、「莫道不銷魂。簾卷西風，人比黃花瘦」(《醉花陰》)三句，故人稱「李三瘦」。

李清照被稱為史上最著名的女詞人。她的詞看上去簡單明快，可是仔細品味，卻有很深的寓意，絕非僅僅是一種美可以涵蓋。

詩詞解讀

李清照寥寥幾句，就點出了事情的緣由：「昨夜雨疏風驟，濃睡不消殘酒。」昨天晚上下著小雨，風卻很大，和朋友一起喝酒吟詩到很晚，早上很晚才起來，頭還有些沉，酒勁還沒有下去。你瞧，筆者

我說了那麼多，李清照八個字就寫出來了。

「試問捲簾人，卻道海棠依舊。」一個「試」字，在這裡其實是李清照已有答案，是在考「捲簾人」，看她的洞察力。而「捲簾人」一般是貼身丫鬟，因為是內室，別人是進不來的。而貼身丫鬟卻說海棠花沒有發生變化。

在很多文章中，提到說是海棠花有被打落，或許不是這樣的。李清照的貼身丫鬟自然是懂得一些筆

墨的，觀察力也是不錯的，如果有海棠花被吹落，自然是看得出的。也就是說海棠花其實沒有被吹落。

「知否，知否？應是綠肥紅瘦。」這裡的「知否」有提醒和教導之意，最重要的就是這句「應是綠肥紅瘦。」李清照的表面意思是：海棠花似乎是有生命的，遇到風雨後會自然的閉合，保護自己，因為沒有施展開，而是收縮，也就顯得「瘦」了；在風雨中的葉子卻被風雨浸泡的更豐滿，這個豐滿就

是「肥」。李清照在這裡也是有所隱喻的。李清照的父親和丈夫趙明誠都在朝廷為官，她自己也因為詩詞聞名於世，有人在遇到動盪時會像花一樣收縮起來，而有人則在風雨中如葉子，變得更加強大。也許李清照並不想影射誰，或許只是對此的一種感慨吧！

李清照的詞，讀起來別有深意，大概這就是她被稱為從古到今最有成就的詞人的原因吧。

中共統治以前的民國小學生作文

【看中國訊】網絡流傳過一組中共統治大陸前，民國小學生的模範作文，引讚歎聲一片，被指當代大學生也要自愧不如。下面我們就來讀一讀這九篇作文，看看當時的小學生是如何寫作的。

一、夏雨

聽不見簷下的滴聲了，只殘留著片片的白雲，浮泛於天空之中，來往自如。我疲倦了，出去散步，走到高的石，低的窪，積著穢水的街道裡，更加了我的煩悶。

街的盡頭，就是鄉村的一角。瞧呀！彎彎的溪流，裊裊的楊柳，叢綠深陰之中，列著幾座茅舍。旁邊的池塘，承受著溪之流水。這地方，我彷彿前日來過吧，但是沒有這樣清幽。

溪流添了潺潺的汨汨之聲，池塘的水，更深澈而澄清了。濱水的楊柳，也柔媚青蔥了許多。地上的花兒，在這番新雨之後，莫不嬌嫩活潑，生意盎然，愈形可愛，因為它們都受了雨的沐浴。所以綠楊叢中的鳥兒，忙得穿梭也似的飛來飛去，整理他們的被雨之巢。

瞧呀！這是多麼美麗的景致呵！幸福的人兒，都來賞玩吧！

《小學模範作文》上海國光書店 1947年再版

二、靈岩遊記

江耐涵（五年級）

當這秋高氣爽，丹桂飄香的良辰，我與同學們遠足，我們能欣賞大自然的美景。

二十一日的清晨，我們齊集綠茵場，由汪先生指揮出發，到胥門上船，不久便啟碇。我們在船上並不感到寂寞，時而唱歌，時而談笑，整個的船上充滿了快樂的歌聲。

沿途的美景決不是筆墨所能

描寫盡的。兩岸金黃色的稻佈滿了大地，遠遠的山峰迷離地好像是沉浸在濃霧中；悠悠的河水靜得如一面鏡子。因船身的震動而激起了無數的銀紋。呵！這是一幅自然的美畫，使我的身心怡然，快樂逍遙。

船行三時，已停泊在木瀆鎮，我們便乘船登陸，慢慢地步行著。不久，那巍峨的靈岩山已屹立在我們眼前。於是我們便振作了精神，和疲勞與障礙奮鬥，努力地向上奔。爬到半山，我們已氣喘汗流，疲倦不堪，又是口渴，但我們回首後顧，覺得自己的身體立在雲中。於是又振作起了精神，仍努力向上奔。結果，我們終究是戰勝了一切障礙，達到了我們的目的——最高峰。這時我們心中充滿了愉快，大家休息著，吃著所帶的乾糧，休息了一會，恢復原有的精神，向各地去遊賞。

當我站在山巔俯視山麓，只見那一塊塊黃金色的稻田小得竟和硯臺一般，一座座的房屋和我們的玩具一般。湊合起來，真好像一張圖案畫。再遠望太湖，在萬山之中，顯露著一半，很像一面半月形的鏡子。我們在山巔上，玩賞了一會，便回到靈岩寺，去看二口大井，只因它含的礦質很多，所以我們把銅元擲下去的時候，會在水中旋轉著，慢慢地落到水底。後來我們又去玩了琴臺等許多的名勝。

這樣遊了許久，我們仍舊照著原路下山。在山下我們整了隊，回到船上。進城時已是群鴉歸巢，日落西山，暮色蒼茫，萬家燈火的時候了。

《小學作文讀本》，上海三民圖書公司 1935年出版

三、養蟋蟀

今年熱得那麼久長的日子，直



圖片來源: Adobe Stock

到現在方秋風送涼，清爽的秋意飄到人間，這秋天的當兒，有一件玩意兒也許是小朋友們不少是喜歡的，就是養蟋蟀。

記得我在幼年的時候，到了秋天，便很起勁地捉蟋蟀，毒蟲也不怕了。那時我捉蟋蟀的本領，自知並不高明，因為：一則要聽清所要捉的那只蟋蟀，在哪堆瓦礫裡鳴叫；二則要以敏捷的手段，耐心而又細心，不能碰傷它，輕輕地捉住。我時常捉到的，是一隻斷了鬚，或折了腿的蟋蟀，因此我常求別人代捉，我在一旁幫忙。捉了回來，當然便舉行蟋蟀的決鬥了，看哪個凶，哪個弱，怪有味的。

年紀漸長，我覺得讓蟋蟀去自相殘殺，弄得斷頭折腿，未免不忍。因此捉來了，便養在天井中的水缸底下，到晚間聽它清越的鳴聲。

《小學模範作文》上海國光書店 1947年再版

四、鵝

陳家麟（三年級）

鵝是最清潔最好玩的一種動物，它的形狀像一隻鴨，可比鴨大得多。頭上有一塊高高的紅紅的冠，身上有一塊高高的紅紅的冠，身上的羽毛，潔白鮮明，非常美麗。

我們校裡前天買了一隻鵝，聽說是雄的，它叫起來，聲音非常宏大，有時我們給它東西吃，它把頭頸伸得很長，十分有趣。晉朝時有一個書法大家，叫王右軍，他很喜歡鵝，因為他的字寫得很好，人家請他寫字，先要送鵝給他，否則就不高興寫了。這故事可說是與鵝有關的趣味故事，我知道這些趣味故事，都是從兒童故事書《鵝媽媽》上讀得的。鵝倒是一種清高的動物哩！

《小學模範作文》上海大方書局 1947年4月再版

五、為學校拍賣展覽品擬廣告

廣東梅縣丙鎮公學學生謝進雲諸君，日前丙鎮各學校，在丙鎮公學校裡，開成績展覽會，你們曾去看過嗎？那成績品的種類很多，製造又很精良，並且五光十色，式樣新奇，圖畫呀，手工呀，無美不備，羅列在一校裡頭，真是好看極了。其中本校的成績更為出色，那天看的人，見了這些成績品，都十分欣賞。我曾看見很多人要想向他購買的，但是沒有機會購得，我看了都代他可惜呢。

本部體各方歡迎的熱誠，應社會要求的需要，特向本校教職員及各校的校長，籌商妥當辦法，現在已經就緒，將那又美麗又精好的成績品，通通都交給本部代為拍賣了，不但物品精美，並且價格從廉，真是從來沒有過的好機會呢。諸君要買的，快來快罷。現在所存無多，就要賣完了，若是慢點子，就買不到了，請諸君不要失了這個好機會啊。

《全國小學國文成績文海》上海崇新書局 1926年再版

六、假如我生了兩隻翅膀

錢理群（九歲）

假如我生了兩隻翅膀，一定要飛到喜馬拉雅山的最高峰上，去眺望全中國的美景！那帶子般的河流，世界上最長的長城，北平各種的古蹟，和古代的建築，繁華的上海，風景幽雅的青島，那時我是多麼快樂啊！

假如我生了兩隻翅膀，一定要飛到空中去和小鳥、蝴蝶舞蹈，和白雲賽跑，數一數天空中亮晶晶的星兒，去拜訪月宮中寂寞的嫦娥，和白雲般的玉兔玩耍。可惜我沒有翅膀，假如有了翅膀，是多麼有趣啊！

刊於1948年9月25日《中央日報》「兒童副刊」

七、中秋賞月記

廣東番禺三區南田小學黃自強銀河瀉影，丹桂流香。此何時乎？蓋秋時也。晚膳後，入小園中，作散步之舉。既至，舉頭四顧，但見萬家燈火，輝映天空，如星羅棋布。余愕然曰：「今夕何夕，胡慶鬧若是也？」友曰：「此中秋之節也，汝不知乎？」仰視天空，則雲浮天半，隱隱生光，紅日藏於西山，倦鳥息於平林，將屆夜矣。既而月上梢頭，園林漸朗，俄頃團圓從東山起矣，余等乃鼓掌歡呼，狂歌而迎之。斯時也，清風陣陣，丹桂吐香，樹影參橫，山色光亮，誠大觀也！且碧天如海，一望無垠，點點疏星，亦爭相朝賀，花隨風舞，有似伏首而賀之者，余等樂而尤甚，登山而望，則見處處燈火輝煌，家家笙歌響亮，岡陵起伏，樓閣橫斜。余乃有感焉。

《中學生文選》1946年再版

八、觀飛機記

廣東東莞女子高小學生楊覺明癸亥之春（1923年春），三月既望，珊洲演放飛機。余欲往觀，深以獨行踽踽為慮。既而二三知己，過訪余家，遂結伴往觀。

見夫遊人如鯽，不絕於道。遙見一物，似舟非舟，似車非車，浮於水中，不知者，以為汽船焉。友人告余曰：此所謂飛機也。

姊亦知其構造乎，飛機內分四部，一為螺旋推進機，二為平帆，三為前後帆，四為輪。其所以能操縱自如者，非此四部不能也。少焉，推進螺旋，干青雲而直上憑虛御風，或往或來，如蜻蜓之點水，如鷹隼之摩空，如風箏之入耳。見所未見，喜可知也。彼演畢而余亦觀止矣。與友同歸，遂濡筆而為之記。

《全國小學國文成績文海》上海崇新書局 1926年再版

九、初夏新晴（詩）

廣東蕉嶺高小學生丘佩珠一雨經三月，困人無限情。不圖初入夏，乍喜得新晴。殘滴千紅落，浮煙翠綠生。濕雲遮樹淡，烘日照窗明。階砌苔痕重，田疇麥浪平。風光正佳絕，芳野樂聞行。

《全國小學國文成績文海》上海崇新書局 1926年再版



圖片來源: Unsplash/Tong Nguyen van

右派血淚：我家六口全是中共奴工

文/郭軍
前《青年體育報》主任編輯

前段時間的北京冬季奧運會遭到國際抵制，是因為中國共產黨侵犯人權，實行種族滅絕政策，包括讓新疆維吾爾族和哈薩克族人當奴工。其實，中國共產黨成立101年，實施統治70多年，一直在大規模實行奴工政策，至少殺死10億中國人，迫害了20多億人，把他們當奴隸使喚、剝削。

這件事是我的親身經歷，因為我家就是一個典型的案例，全家6口人都是中國共產黨的奴隸，都當了多年的奴工！

國畫家打成右派 不如黑奴

我父親，著名國畫家郭篤民，1958年之前是河北省通縣女子師範學校美術教師，工資90多元；肅反的時候給降了一級，降到87元。但是打成了右派，送走勞動改造，工資就一分錢沒有了。教師是月初開支，他是月中被抓走的。

學校派了兩個老師押著他回家拿行李被褥。那時候老百姓跟銀行借不到錢，各單位實行儲金會制度，每個人交一定數量的錢，比如每月5元，家裡結婚、辦喪事可以到儲金會支錢。把他打成右派，就取消了工資，月初發的要扣回去，他儲金會有50多元存款，就扣了這筆錢。還剩下幾塊錢。

我父親跟我母親說：「儲金會的錢扣了，選了以前發的工資，還剩下幾元錢，我帶走了。」



▲2017年，新疆警察對普通民眾進行安全教育。



▲作者的父親郭篤民



▲作者的母親

文革前一年作者全家福。因警察不許父親到照相館照相，全家在家門口照的相。



我母親抱著7個月大的、還在吃奶的我，心如亂麻，因為他一走，家裡的頂梁柱就沒有了，天就塌了，4個孩子，最大的10歲，其次8歲、6歲、7個月，自己沒有工作，還要帶孩子，以後怎麼生活？但是丈夫這一去也不知道要遇見甚麼情況，父親說了帶上那幾元錢，母親也不能說不讓帶啊。就這樣父親被押走了。

到了勞改營之後，父親還總是來信要衣服。因為共產黨不管工作服，只管飯，父親幹的是重體力勞動，特別費衣服。他信中讓母親把衣服先補上、納上、加固，再寄去。一般是一、二個月就來一封信要衣服和其他物品。家裡他過去穿的舊衣服都沒有了，都寄去了，連包袱皮都沒有了。最後母親只能買新布當包袱皮寄包裹，要花很多郵費。

但是父親從來不問家裡的幾口人怎麼活著，寄包裹都是哪裡來的錢。母親是沒白天、沒黑夜地幹家庭副業，大姐、二姐、三姐（這就是童工啊）也都盡量幹，這才能吃上飯。

歷史上，非洲黑人當了美國農場主的奴隸，但是美國奴隸主也沒有讓非洲的家人給奴隸郵寄勞動服啊！希特勒也沒有讓猶太人寄工作服啊。只有共產黨這樣缺德，這樣殘暴！

母親養四孩 染職業肺病亡

1979年，我父親被改正了右派，回到北京市通縣，安排了工作。因為他當過國民黨政府警察局的中尉文書，文革中共產黨怕蘇聯打過來，他的檔案給藏到了大山裡，平時找不到檔案，所以他平反較晚。本來胡耀邦解決右派問題說是補發20年全部工資的，但是後來說沒錢了，補

發了父親13個月的工資。那20年就純粹是奴隸待遇，白給共產黨賣命了。

母親王碧波從1958年父親走後一直到文革，都是辛苦勞動，掙錢養活我們，還紡過石棉。六、七十年代，北京有一個石棉廠，把很多石棉下發到街道辦事處，讓家庭婦女們，上不起學的女孩子們把石棉紡成線，給加工費。工廠再把它織成布，做防火的工作服。

石棉是非常細小的纖維，鑽進人的肺部就不再出來了，將來就讓肺部發炎，不製造氧氣，人慢慢地就死了。北京市石棉廠下發石棉的地區，死了很多人，都是屬於職業病，但是國家沒有這方面的法律，沒有賠償一分錢。

我母親算輕的，但是1989年也爆發了，1990年病危，因為沒錢治病，不願意拖累兒女，我們也確實承受不起鉅額的醫療費，她就自殺了。她是一個得了職業病但是沒有一分錢公費醫療的奴隸！

全家靠大姐的體力工資

1964年，我大姐郭朝初中畢業了。那時候初中畢業共產黨負責分配工作。但是三年大飢荒剛剛過去，沒有地方招人，工廠不需要人。北京市政府就綠化郊區的沙漠，成立了林場。我大姐就去了潮白河林場。去了之後才知道，在林場工作的也主要是家裡有政治問題的，父母離婚的，那時候離婚的很少。

大姐從小吃不飽，吃不好，沒時間鍛鍊身體，才70多斤的體重，但是卻要幹很重的體力活，抬土。因為都是沙子，種樹也不活，要摻土。抬著上百斤的大土筐要跑，不然速度慢，就會

挨批評。沒有洗澡的條件，出汗卻很多，頭髮都黏到了一起。

這樣的工作每個月是20元工資，後來定為一級工，31元。每天有兩毛錢鞋襪費。但是文革中，有人提議，這是資產階級的，不應該要這筆錢，捐了。以後就沒有了。大姐的肩膀都是一個肩膀寬，一個窄。因為她只會使用一個肩膀抬土。

文革中，再次返回城裡後，母親連家庭副業也不讓幹了，全家幾口人就指著大姐的30元工資。她的林場在順義，每個月回來一次，還要花掉1元多錢的車費。為了省錢養家，吃食堂她都是只買半個素菜，缺乏營養，導致牙齒壞了不少。直到1975年結婚後，才想辦法調到大姐夫的單位北京花絲鑲嵌廠，回到了通縣，離開了林場的繁重體力勞動。

二姐被逼到精神狀況出問題

二姐郭紅，1966年初中畢業，就趕上了文化大革命，不再安排工作，而且我們全家被轟到了河北省涿縣西河村的老家。後來返城，但是不給恢復城市戶口。1968年二姐是拿著糧食關係而不是戶口本去插隊的，到了農村，因為原來沒有戶口，就沒有從城裡供應的食用油，就占了便宜，同學就更欺負她。

村裡的團支部書記願意吸收她入團，但是一起去的同學是組織委員，堅決不同意，二姐特別想入團，就使勁哭，最後就她精神狀況就出了問題。

後來回到城裡也幾次自殺。我在1974年救過她一次。她在家裡上吊，夜裡，我被驚醒，救了她。因為她精神有問題，找的二姐夫文化很低，小學也沒有畢業。90年代，她出了車禍，在解放軍的醫院做的手術，輸的血液有肝病病毒，後來她轉化為肝癌，2015年不到70歲就去世了。

文章來源：《看中國會員專刊》第38期

看中國榮譽會員

文章選自《看中國會員專刊》。欲了解更多精彩內容，歡迎加入看中國榮譽會員，每個月將獲贈兩期《看中國會員專刊》。



趣說「敢」字

文/梅媛

從古至今，無論東、西方社會，「勇敢」一直都是人們所推崇的崇高品德。也因為被賦予了這個價值標籤，所以我們終其一生都在努力做到「勇敢」這件事。

那麼，到底甚麼是「勇敢」呢？時下許多年輕人認為，敢做別人不敢做的事，就是勇敢的人，真的是如此嗎？或許從甲骨文的「敢」字中，我們可以找到一些解答。

「敢」字的含義

「敢」字的甲骨文，最上面是一隻野豬，野豬的下面是獵叉，最

下面是手，也就是說，手持獵叉抓野豬就是「敢」。因為野豬非常凶猛，遇到攻擊時，不但不會像其他動物那樣害怕逃跑，反而會衝向敵人。甲骨文上的豬就是面對獵叉，而不是背對著的。

到了金文的「敢」就更厲害了，獵人只用手抓，連獵叉都省了，底下是甘，表示讀音，可是之後的演變把野豬簡化得太厲害了，幾乎跟爪差不多，旁邊的手變大、變長，甘也錯變成了古。小篆的「敢」則已經看不出抓野豬的樣子了，所以最後又從金文演變，把野豬，還有手的字形變得方正硬直，讀音的甘也省略了。

那麼，甚麼才是真正的「敢」呢？是不是只要膽子大、不怕死就行了呢？其實，除了像甲骨文中的野豬一般，面對威脅毫不畏懼之外，如果還能用智慧去解決問題，那就可稱得起是真正的「敢」了。

孫堅智退海盜

東漢末年，朝廷腐敗，天下大亂。亂世中，江南出了一位名叫孫堅的英雄，他勇敢機智，而他智退海盜的故事正是「敢」這個字的最佳詮釋。

孫堅17歲那年，和父親一起乘船去錢塘。不料，船到錢塘江口，忽然遇上了一夥海盜。他們氣勢洶洶地跳上客船，不由分說，就搶走了乘客的財物。洗劫一空後，又在岸邊吵吵嚷嚷地分贓。

船上的乘客大都是商人，一個個嚇得膽顫心驚，躲在艙裡不

敢露面。來往的船隻都停在原地，不敢前進。

孫堅向來對這些惡人十分厭惡，便對父親說：「我能趕跑這些強盜，讓我去制伏他們。」

父親說：「你一個小孩子怎麼做得到？」

父親的話還沒說完，孫堅已經跳下船，提著刀上岸了。快要接近強盜們的時候，孫堅用手比

畫著東西指揮，做出好像要兵分幾路包抄強盜的樣子。強盜見了，以為官兵追捕他們來了，立刻扔下搶來的財物四散逃走。孫堅追上前去，砍下一個強盜的腦袋，並提了回來，父親見狀，大吃一驚。

從此，少年孫堅智退海盜的事蹟就傳揚開來，官府還因此召他做專門管理治安的校尉。

CHRISO/WIKI/CC BY-SA



希臘神話中的眾英雄獵野豬