

2026年1月10日(星期六) 乙巳年十一月廿二

加强全民团结 促进经济繁荣 2000年创刊 第26年7471号 零售价:5,500盾 每月订费:130,000盾

印尼追平东南亚运动会历史最佳战绩 政府为奖牌得主和教练豪掷数千亿盾奖励

【本报讯】这是30年来印尼首次以非东道主身份追平历史最佳战绩——获得东南亚运动会亚军，再现了1995年泰国清迈东南亚运动会的辉煌成就。众所周知，在2025年12月9日至20日于泰国举行的2025年东南亚运动会上，印尼代表团共斩获91枚金牌、111枚银牌和131枚铜牌，总计333枚奖牌，位列最终奖牌榜第二位。

此次2025年泰国东南亚运动会的金牌成绩，也是印尼自1989年马来西亚吉隆坡（102金）和1991年菲律宾马尼拉（92金）两届赛事以来，在海外举办的东南亚运动会中取得的最佳战绩。与2023年柬埔寨东南亚运动会相比，这一成就展现出显著进步，无论是金牌总数还是各运动项目的奖牌分布均有提升。在柬埔寨，印尼获得87金、80银、109铜。

鉴于这一卓越成就，印尼总统普拉博沃对2025年泰国东南亚运动会获奖运动员的拼搏精神给予表彰，并于周四（1月8日）以发放奖金的形式兑现，奖金总额达到4652.5亿盾。总统为金牌运动员颁发10亿盾的奖金，这是政府迄今为止为东南亚运动会金牌得主提供的史上最高金额。

普拉博沃强调，运动员在国际赛场上的表现，往往被视为国家体育综合实力的缩影，其弱势可能折射出更深层的系统性问题。幸好印尼运动员未显现此种状况。“由此可见，代表国家的运动员肩负着何等重任。正因如此，我由衷感谢各位，并深感自豪。”

三位印尼国军士兵在

这笔奖金并非薪资，而是对为国家争光的运动员的表彰。

东南亚运动会马术三项赛中获得银牌。普拉博沃询问在场的国军总司令阿古斯·苏比延托是否已对他们给予表彰。阿古斯表示三人已从士官晋升为军官。

除颁发奖金外，普拉博沃叮嘱获得奖牌的运动员，希望他们为未来储蓄，不要将奖金花在非正途上。他强调，这笔奖金并非薪资，而是对为国家争光的运动员的表彰。

作为政府代表，印尼青年与体育部依据2025年第219号部长令发放奖金。

其中，个人项目运动员奖金为：金牌10亿盾、银牌3.15亿盾、铜牌1.575亿盾；双人项目运动员奖金为：金牌8亿盾、银牌2.52亿盾、铜牌1.26亿盾；团体项目运动员奖金为：金牌5亿盾、银牌2.205亿盾、铜牌1.1025亿盾。

除运动员外，教练员也获得嘉奖：个人或双人项目教练金牌奖励3亿盾、银牌1.26亿盾、铜牌6300万盾；团体项目教练金牌奖



2025年1月8日，印尼总统普拉博沃（左五）在雅加达国家宫向2025年泰国东南亚运动会奖牌得主颁发奖金，青年与体育部长埃里克·托希尔（右五）陪同并与运动员代表合影。

励4亿盾、银牌1.89亿盾、铜牌9450万盾。特别的是，负责获得第二枚及后续奖牌的教练可获得金牌1.5亿盾、银牌6300万盾、铜牌3150万盾的奖金。

青年与体育部长埃里克·托希尔表示，这笔奖金是国家对运动员和教练员在体育赛场上为捍卫民族尊严付出卓越努力的肯定，同时也是激励红白代表团在包括2026年9月亚运会在内的后续综合性赛事

中再创佳绩的动力。

埃里克指出，奖金将由印尼人民银行直接转账至运动员和教练账户。奖金所产生的税款将由青年与体育部根据税收法律法规的规定承担。

埃里克确保该部门已为运动员提供理财指导，帮助他们明智管理所获奖金。

八名奖牌获得者代表全体获奖运动员，包括：铁人三项金牌得主玛蒂娜·

阿玉·普拉蒂维；武术项目金牌得主埃德加·泽维尔·马韦洛；滑板项目金牌得主巴沙尔·盖托；赛艇项目金牌得主亚迪；冰球项目金牌得主里兹基·阿基拉。

此外还有羽毛球团体赛银牌得主蕾切尔·阿莱西亚·罗丝；马术盛装舞步团体赛银牌得主达拉·宁加尔·普拉梅斯瓦里；以及藤球团体赛铜牌得主莱娜。
(cx)

肃贪委宣布Yaquot Cholil和Gus Alex成为朝觐配额案犯罪嫌疑人

【本报讯】肃贪委员会（KPK）宣布前宗教部长雅库特（Yaquot Cholil Qoumas/YCQ）及其特别助理Ishfah Abidal Aziz（IAA）别名Gus Alex为涉嫌与2023–2024年宗教部确定和实施朝觐配额相关的腐败案嫌疑人。

KPK发言人Budi Prasetyo于周五（9/1）在雅加达KPK红白大楼表示，“KPK已确定两人为嫌疑人。第一位，前宗教部长YCQ先生；第二位，IAA先生，作为当时的部长特别助理。”

布迪表示，无论是雅库特还是古斯·亚历克斯（Gus Alex），均被怀疑涉嫌触犯印尼1999年第31号第2条和/或第3条关于根除腐败犯罪的法律，该法律后经2001年第20号法律修订。

此前，2025年8月9日，肃贪委员会宣布开始对涉嫌朝觐配额腐败案展开调查，并表示正与印尼审计署沟通，以计算国家损失。

2025年8月11日，肃贪委宣布该案的初步国家损失计算已超过1万亿盾，并



前宗教部长Yaquot Cholil Qoumas（中）于2025年12月16日（周二）晚在雅加达KPK红白大楼接受问讯后，回避了记者的提问。KPK对雅库特进行了超过八小时的问讯，作为证人，以深入调查2023–2024年度朝觐配额相关涉嫌腐败行为造成的国家财政损失估算。

已对三名人员实施为期六个月的出境旅行禁令。

被阻止出境的是前宗教部长雅库特（Yaquot Cholil Qoumas）、雅库特担任部长时期的前特别工作人员伊斯法赫（Ishfah Abidal Aziz，别名Gus Alex），以及朝觐旅行社Maktour的所有者福阿德·哈桑·马舒尔（Fuad Hasan Masyhur）。

2025年9月18日，KPK怀疑此案涉及13家协会和400家朝觐旅行社。除了KPK调查此案外，我国国会（DPR）朝觐特别调查委员会此前也表示，已发

现2024年朝觐组织工作中存在诸多违规情况。

特别调查委员会重点关注的主要问题是，是沙特阿拉伯政府额外提供的2万个名额中，即50比50的配额分配方式。

当时，宗教部分配了额外的10,000个常规朝觐名额和10,000个特殊朝觐名额。

这与2019年第8号法律第64条关于朝觐和小朝觐组织工作的规定不符，该条规定特殊朝觐名额比例为8%，而92%的名额应分配给常规朝觐。
(fd)

德·阿里夫（Mohamad Al-Arief）在雅加达达南塔拉大厦举办的咖啡晨会上如此表示，“我们优先关注的战略领域，也与国家发展议程的战略重点高度契合。我们对能源转型、粮食安全及高附加值工业发展等议题抱有浓厚兴趣。”

阿里夫确定，达南塔拉未来将专注于投资那些能为印尼本土创造就业机会

Danantara向亚齐灾民支付600套临时安置房

【本报讯】周四（1月8日），印尼国家主权财富基金Danantara正式向亚齐塔米昂县政府移交了600套临时安置房。此次移交标志着该临时居住区已准备就绪，将通过地方政府的管理尽快供受灾民众入住。

Danantara利益相关方管理与传播总经理罗汉·哈法斯表示，临时安置房的建设不仅注重建筑实体，更致力于支持灾后社区社会生活的恢复。罗汉说道：“恢复重建不止于物理空间的建设。”

安置房应成为家庭重返日常生活的安全空间。

他解释说，安置房建设于2025年12月24日启动，并于2026年1月8日顺利完成交付。他认为，这体现了灾后恢复工作中现场施工的加速度。

罗汉补充说，所有安置房均设计得坚固安全，并配备了洁净水、合规卫生设施和电力等基础配套，可供居民直接使用。此



Danantara安置房移交仪式。

外，还准备了医疗服务支持，确保恢复进程与基本生活需求得到同步满足。

亚齐塔米昂县长阿尔米亚·帕米表示，这600套安置房是该地区受灾后接收的首批住房。县政府将分阶段向受灾民众分配这些安置房。阿尔米亚说：“分配将分步进行，首批100套，以便民众更好地适应新环境。”

另一方面，Hutama Karya公司运营二部总监古纳迪强调，灾后住房建设必须始终坚持建筑质量与功能性，以确保入住家庭的安全与舒适。他表示：“这些安置房必须完全适宜居住。我们建造的不是冰冷的单元房，而是受灾家庭的安全家园。”

除亚齐塔米昂外，Hutama Karya公司与其他国企建筑公司还计划在亚齐多个地区建设Danantara安置房。

(cx)

达南塔拉出席世界经济论坛 将提供战略领域投资合作机遇

【本报讯】达南塔拉投资管理机构将于2026年1月10日出版12版

月19日至23日在瑞士达沃斯举行的2026年世界经济论坛期间，向全球投资者提供战略领域投资合作机遇。

达南塔拉（印尼主权财富基金）将提供的战略领域投资合作涉及能源转型、粮食安全及高附加值产业开发等方面。

达南塔拉公司全球关系与治理董事总经理穆罕默

的领域。

“我们当然也希望能够更多地关注在创造就业机会和实现包容性增长方面至关重要的领域。”

阿里夫透露，达南塔拉在2025全年与多个其他国家及主权财富基金（SWF）建立了战略伙伴关系，而世界经济论坛（WEF）的举办将成为增加战略伙伴关系的良机。

“我们（在2025年）已宣布了与一些其他国家合作伙伴的多项战略伙伴关系，包括与其他国家的主权财富基金等同类机构。这是我们借此机会寻找并发展新合作伙伴的良机。”阿里夫说道。

阿里夫阐述，印尼今年参加世界经济论坛将实现政策、战略投资与商业界之间更紧密的一体化联系。

他阐明，达南塔拉将负责推动对印尼的战略投资，而投资与下游化部/投资统筹机构（BKPM）将作为政策协调和投资推广机构，此外，印尼工商会（Kadin）则代表私营部门。

“我们希望这种协同作用能加强印尼在可信生态系统中的地位，成为全球资本的长期合作伙伴。”阿里夫如是说。
(fd)



印尼商报官网

社论

月收入低于一千万盾
政府免除个人所得税

政府计划对月收入低于1000万盾的员工免征个人所得税第21条税款 (PPH21)，这是2026年初的一个好消息。如果未来得以实施，必将有助于员工维持购买力。

这一政策对于政府保持经济增长动力、使其更加充满活力也至关重要。如果民众购买力保持良好水平，工商界，尤其是制造业和零售业企业家，也将感受到其积极影响。

尽管如此，该政策似乎将对今年的税收收入产生影响。目前，政府在实现税收收入目标方面正面临压力。例如，截至2025年12月底，税收收入记录为1,917.6万亿盾，仅完成2025年国家收支预算 (APBN) 2,189.3万亿盾 目标的87.6%。

财政部副部长刷哈希尔·纳扎拉 (Suahasil Nazara) 于周四 (1月8日) 在雅加达中区财政部举行的2026年1月“APBN KiTa”新闻发布会上表示，税收净收入增长率为负0.7%。因此，2025年的税收收入低于2024年。

当然，我们相信政府已对其政策进行了周密测算，才敢于做出免征PPH21的决定。该政策旨在作为经济刺激措施，依据的是2025年第105号财政部长条例 (PMK 105/2025) 关于在2026财年经济刺激计划下，政府承担特定收入的个人所得税第21条税款的规定。

在这项新政策中，政府不仅免征员工的个人所得税PPH21，还对五个主要行业的雇主提供PPH21由中央政府承担的便利措施。这些行业劳动力密集度高，但易受经济波动影响。

这五个行业包括鞋类、纺织品和成衣、家具、皮革及皮革制品，以及旅游业。这些行业涵盖了133个商业领域分类 (KLU) 代码。旅游业则涵盖酒店、别墅、餐厅、旅行社直至MICE (会议、奖励旅游、大型会议及展览) 服务。

为了确保刺激措施精准到位，享受此项福利的标准非常具体。对于正式员工，其条件是在2026年1月纳税期或开始工作的第一个月，拥有固定和规律的月总收入且不超过每月1000万盾。

而对于非正式员工/临时工，其条件是日平均工资最高为50万盾或月工资最高为1000万盾。此外，该员工还必须拥有纳税人登记号 (NPWP) 或已通过税务总局行政系统验证和整合的人口识别号 (NIK)。

政府选择针对这些行业的做法当然可以理解。因为纺织、鞋类和家具行业是劳动密集型行业，面临进口产品竞争、高生产成本，以及需求疲软的巨大压力。

旅游业仍然非常依赖国内消费的稳定性。公共政策观察家拉达·劳菲亚·阿鲁·法德利 (Radha Raufia Aru Fadli) 在其文章中表示，这些激励措施可以解读为国家为遏制就业市场萎缩势头所做的努力。

当这项政策与其更大的目标，即提高民众购买力联系起来时，问题就出现了。如果将购买力作为主要理由，那么将范围限制在五个行业和为期一年的期限就引发了疑问，因为经济压力并无行业壁垒。

许多未提及的行业，例如私立教育、媒体、创意产业、物流乃至专业服务人员，也靠着低于或约1000万盾的月收入生活，并面临着同样的基本生活必需品价格上涨的问题。

正是在这一点上，这项政策不仅可被解读为一项财政决策，也可被视为公共政策沟通的实践。国家设计、限制和传达税收激励措施的方式，实际上传递了关于谁被视为优先群体、谁在政策覆盖范围之外的信息。

在财政部部长普尔巴亚·尤迪·萨德瓦 (Purbaya Yudhi Sadewa) 的领导下，财政政策再次被定位为国家存在的工具。免征个人所得税PPH21显示了国家与工人和商业界分担负担的意愿。然而，国家在公共政策中的存在感，不仅考验其提供激励措施的勇气，更考验其通过透明、一致的沟通建立信任的能力。

2025年第105号财政部长条例体现了一项财政上合理的政策，但仍然留下了公平性和可持续性问题。这项激励措施短期内帮助了部分员工，但其影响有限且不均衡。

我们相信政府已仔细考量了该政策所涉及的方方面面。期望政府继续推行鼓励提高民众购买力的政策，从而对经济产生积极影响。我们也希望政府继续推行其政策，以覆盖更广泛的范围。此外，政府还应构建良好且精准的叙事和沟通机制，以便能够被广大民众理解、领会和感受到每项政策的影响。

在北马诺夸里种植红树苗
纪念全球百万棵树运动日

第三联合区域防卫司令部 (Pangkogabwilhan III) 司令班邦·特里斯诺哈迪 (Bambang Trisnophadi) 中将 (右二) 和第十八/卡苏阿里军事司令部 (Pangdam XVIII/Kasuar) 司令克里斯蒂安·库尼安托 (Christian Kurnianto) 少将 (左二) 于1月9日 (周五) 在西巴布亚省北马诺夸里 (Manokwari Utara) 的绍贝巴 (Saubeba) 海滩种植1500棵红树苗。此次种植是为了纪念每年1月10日举行的全球百万棵树运动日 (Hari Gerakan Sejuta Pohon Sedunia)。 (pi)

巴厘岛地方议会要求塔巴南县政府
对贾蒂卢维旅游村违规餐馆进行整顿

【本报讯】巴厘岛地方议会 (DPRD) 资产空间规划和许可特别委员会 (Pansus TRAP) 建议对贾蒂卢维 (Jatiluwih) 旅游村苏巴克 (Subak) 地区的违规餐厅建筑进行整顿和改造。

资产空间规划和许可特别委员会主席伊·马德·苏帕塔 (I Made Suparta) 说：

“塔巴南 (Tabanan) 县政府有责任以人道和参与的方式进行整改，使其与稻田景观和苏巴克灌溉系统相协调，并执行暂停令。”

苏帕塔周四 (1月8日) 在登巴萨 (Denpasar) 透露，他要求塔巴南县政府整改位于贾蒂卢维旅游村苏巴克地区的13家餐厅。

众所周知，贾蒂卢维旅游村的苏巴克梯田是被列入联合国教科文组织的世界文化遗产之一。

苏帕塔表示，虽然梯田的所有权归个人或社区所有，但其控制权仍然与习俗和宗教义务紧密相连。因此，在功能上与传统的灌溉系统和基于文化的农业管理息息相关。

苏帕塔说，“所有权状态并不改变社区的财产权，但政府有权为了该国际承认的确定，以及为了社区的利益对贾蒂卢维苏巴克地区进行监管。苏巴克地区是一片永久性的梯田，不仅保障粮食安全，



巴厘岛地方议会资产空间规划和许可特别委员会建议塔巴南 (Tabanan) 县政府对贾蒂卢维 (Jatiluwih) 旅游村苏巴克 (Subak) 地区的违规餐厅建筑进行整顿和改造。

也是传统灌溉系统的鲜活文化景观。”

巴厘岛地方议会资产空间规划和许可特别委员会强调，这项建议是一项控制措施，符合加强保护性稻田和可持续粮食农业用地 (LP2B) 的宗旨。该委员会鼓励塔巴南县政府，通过阻止农民将土地用于商业开发来保障农民的福祉。

苏帕塔说，“为加强以苏巴克农民为核心区、以社区为支撑区的人民经济，塔巴南县政府需要促

进可持续的农业社区和公平的文化景观。”

资产空间规划和许可特别委员会建议优化稻田

游活动的潜力，这些活动可以提供实践体验，例如展示农民从播种到收割的整个过程。苏帕塔说，“这意味着游客可以在稻田里体验各种活动，可以和农民一起在泥地里玩耍、捕黄鳝 (belut)，然后参与到他们的农舍活动。”

最后，巴厘岛地方议会要求为维护贾蒂卢维旅游村苏巴克水稻田的农民提供激励措施，包括种子、肥料和保险补贴。 (pi)

劳工部副部长称地方政府 在落实经济稳定扮演重要角色



劳工部副部长Afriansyah Noor与爪哇省省长Dedi Mulyadi于1月8日在雅加达劳工部办公室，讨论了省级最低工资政策、劳动者福利与企业可持续发展议题。

【本报讯】劳工部副部长Afriansyah Noor强调，地方政府和国家政府在落实经济稳定和提升社会福利方面扮演重要角色。

周五 (9/1)，他在雅加达发表声明说，“劳工部致力于维护国家稳定以及

各省和各县的经济稳定，使经济增长能够直接提升社会福利。”

此外，这位昵称为费里 (Ferry) 的男士表示，其部门与地方政府在劳动力领域保持着紧密合作，例如省级最低工资 (UMP) 政策、各类

附加福利发放以及推动地区经济发展等方面。

“我们必须共同拥护、认同并尊重这些成果，因为这是通过三方会议流程，在凝聚共识的基础上，以及国家工资委员会与省级工资委员会共同协商达成的。”费里如是说。

据悉，劳工部近期与爪哇省政府就共同推动经济增长与社会福祉进行了专题研讨。

费里表示全力支持爪哇省政府关于高中/职业高中免费教育以及为工人和教师提供住房信贷设施的政策。

他指出，这些政策是在省级最低工资之外增加福利的形式，其益处能直接惠及民众。

“这是在省级最低工资之外的额外福利，非常了不起。工人和教师的福利要求不能仅从单一维度看待，

因为其他方面的福利也已在落实中，”他说道。

与此同时，西爪哇省长德迪·穆利亚迪 (Dedi Mulyadi) 表示，他意识到在提升民众福祉方面仍面临严峻挑战。

他强调，将全力推动完善最低工资标准之外的各项福利设施，以保障西爪哇民众的基本生活需求。

“西爪哇存在较高的贫困线，尤其是以农业工人和渔民为主的地区。因此，除了推动工业增长之外别无他途。”德迪如斯说。

据了解，西爪哇省政府已将2026年省级最低工资标准定为2,317,601盾，较前一年增长约5.7%。

该标准自2026年1月1日起生效，是政府保障劳动者购买力，同时兼顾企业可持续经营的一项策略。

(fd)

卫生部长布迪透露 超级流感已存在数十年

【本报讯】卫生部长布迪·古纳迪·萨迪金 (Budi Gunadi Sadikin) 强调，超级流感并非新型病毒，而是已存在并被认识数十年的流感类型。

周四 (8/1)，布迪在日惹Dr. Sardjito中央医院表示，“超级流感实际上是甲型流感，已存在数十年，病毒名称为H3N2。它已存在数十年了，只是当前出现了新变种。”

他指出，超级流感与作为新型病毒的新冠肺炎 (COVID-19) 不同。

卫生部长透露，由于流感病毒长期存在，人类对该病毒已形成相应免疫力。

“新冠病毒属于新型病毒，人体免疫系统因从未接触过该病毒而未产生抗体。而这种超级流感病毒，我们的免疫系统早已熟悉。”他表示。

布迪强调，只要保持身体健

康，超级流感通常不会引发严重问题。

虽然如此，他仍呼吁民众通过健康生活方式保持良好身体状态。

“如果我们的身体状况健康良好，饮食充足、睡眠充足、运动充足，应该就不会有问题，”他表示。

布迪称，预防超级流感的方法基本与普通流感相同，包括保持清洁以及在生病时佩戴口罩。

“目前尚无因此类流感

导致死亡的报告，这确实是一种普通流感，”卫生部长说道。

他阐明，流感可能会像普通感冒一样反复发作，在四季分明的国家，病例通常会在冬季增加，而在印尼，其增长幅度往往没有那么高。

尽管如此，民众仍需保持充足休息、规律锻炼并维持良好的免疫力，以保持健康，避免轻易感染。

(fd)

我国空军与空客公司 建立航空领域合作

【本报讯】我国空军参谋长托尼·哈尔约诺 (Mohamad Tonny Harjono) 空军上将于1月8日 (周四) 在雅加达东区芝朗卡普的空军总部参谋长会议室，与空客印尼公司 (PT Airbus Indonesia Nusantara) 总经理雷吉斯·安托马奇 (Regis Antomarchi) 举行会议，探讨航空领域合作事宜。

据安塔拉通讯社周五在雅加达报道的官方新闻稿称，此次会晤的是基于印尼空军已成为空客飞机的用户之一。

印尼空军新闻局局长伊·纽曼·苏阿德尼雅纳 (I Nyoman Suadnyana)

空军少将在雅加达接受采访时说，双方在会议中讨论了若干事项。

伊·纽曼称：“讨论重点聚焦于优化维护支持，以确保飞机的可靠性与适航状态。”

通过与空客公司开展飞机维护合作，印尼空军希望其所有战斗机及运输机均能保持随时待命状态。

因此，可以确定印尼空军的武器装备将随时准备被派遣执行任何任务，以加强国家主权。

此前，印尼空军拥有

多款由空客公司生产的空中武器装备。其中最引人注目的是2025年底抵达的A400M运输机。

我国空军参谋长Mohamad Tonny Harjono空军上将在雅加达芝朗卡普空军总部参谋长办公室会见了PT Airbus Indonesia Nusantara总经理雷吉斯·安托马奇。

首批飞机抵达后，印尼空军立即将其用于非战争军事行动，向苏门答腊和亚齐的灾区运送物资。 (fd)



我国自2026年下半年起停止柴油进口 B50政策与巴厘巴板炼油厂成关键支撑

【本报讯】能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈达利亚 (Bahlil Lahadalia) 表示, 政府计划自2026年下半年起停止柴油进口。此前, 我国在2025年全年仍进口柴油约500万吨。

巴赫利尔指出, 自生物柴油强制掺混比例提高至40% (B40) 以来, 柴油进口规模持续下降。随着生物柴油掺混比例进一步提升至50% (B50), 并在完成道路测试后, 我国有望在2026年下半年实现柴油不再依赖进口。

巴赫利尔1月8日在新闻发布会上表示, 2024年我国柴油进口量仍约为830万吨, 而2025年已下降至约500万吨, 进口规模明显收缩。“这一变化主要得益于生物柴油B40政策的实施,”他说。

他进一步表示, 政府

已启动B50生物柴油测试工作, 相关测试预计将在2026年上半年完成。若测试结果符合预期, 政府将于下半年正式推动B50政策实施。

“在测试顺利完成的前提下, 政府将启动B50生物柴油的全面实施工作,”巴赫利尔表示。

除生物柴油政策外, 巴赫利尔指出, 柴油进口逐步停止亦与巴厘巴板炼油厂升级改造项目 (RDMP) 即将投产密切相关。该项目投运后, 巴厘巴板炼油厂将成为我国产能最大的炼



1月8日, 能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈达利亚在雅加达能源与矿产资源部出席2025年能源与矿产资源领域工作成果新闻发布会。

油设施, 全国柴油供应能力有望实现结构性提升, 并形成一定富余。

“在此背景下, 我国预计将在2026年不再进行柴油常规进口,”巴赫利尔强调。

不过, 他也指出, 我

国仍可能针对部分特定规格柴油维持有限进口安排, 其中, 十六烷值 (CN) 为48的柴油已可由国内稳定供应, 而CN51高品质柴油仍存在阶段性供给不足。

巴赫利尔解释

称, CN48柴油主要用于普通车辆及公共设施领域, 而CN51柴油属于高品质产品, 通常用于高海拔、低温环境下运行的重型设备, 例如矿业作业场景。

他表示, 目前国内尚未具备完全满足工业领域对CN51柴油需求的生产能力, 因此在保障工业体系正常运行的前提下, 仍需保留一定进口渠道。

“如果完全停止CN51柴油进口, 将对部分工业活动产生影响, 因此在现阶段仍需通过进口方式进行补充,”他说。

B40政策成效显现 生物乙醇强制掺混路线图加快制定

在谈及B40政策成效时, 巴赫利尔表示, 2025年全年, B40项目在经济

与环境领域均取得积极成果, 包括节省外汇约130.21万亿盾, 并减少二氧化碳排放约3,888万吨。

他指出, 通过推动棕榈油 (CPO) 向脂肪酸甲酯 (FAME) 及生物柴油转化, 相关产业附加值提升约20.43万亿盾, 有效推动了下游产业发展。

在生物乙醇方面, 巴赫利尔表示, 政府正在加快制定生物乙醇强制掺混政策的实施路线图, 相关规划预计将在近期完成。

他表示, 政府目标最迟于2028年实施生物乙醇强制掺混政策, 具体时间可能提前至2027年至2028年之间。

“生物乙醇强制掺混的路线图正在完善中, 相关工作即将完成,”巴赫利尔说。(er)

政府研究煤炭出口关税机制 税率将根据国际市场价格动态调整

【本报讯】能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈达利亚 (Bahlil Lahadalia) 表示, 政府目前正在研究煤炭出口关税的征收机制, 相关政策将充分考虑国际煤炭价格走势, 仅在煤价达到具备经济合理性并为企业带来适度利润的情况下, 才会启动征收安排。

巴赫利尔1月8日在雅加达能源与矿产资源部举行的新闻发布会上表示, 政府正在测算特定价格区间, 作为是否征收煤炭出

口关税及确定税率水平的重要参考依据。

他表示, 能源与矿产资源部正对相关价格区间进行技术测算, 当煤炭价格达到经济可行水平后, 政府才会考虑实施出口关税政策。

巴赫利尔强调, 煤炭出口关税并非单一部门决策。鉴于该政策涉及财政安排及国家收入, 政府将与财政部进行协调与协商, 确保政策制定过程的完整性和一致性。

他指出, 在政策制定过

程中, 政府将坚持公平原则, 兼顾国家利益与企业经营状况。对于实现合理盈利的企业, 应依法履行纳税义务; 而在企业尚未盈利或面临经营压力的情况下, 政府不会贸然征收相关税费。

巴赫利尔表示, 政府当前正寻求政策平衡点, 以在保障国家财政收入的同时, 维护煤炭产业的可持续发展。他指出, 政府与企业在产业发展中具有相互依存关系, 需要通过合理制度安排实现长期稳

定。

此前, 政府已宣布, 煤炭出口关税将追溯适用于自2026年1月1日起的出口活动。目前, 作为法律依据的技术性实施细则仍在制定过程中。

财政部长普尔巴亚·尤迪·萨德瓦 (Purbaya Yu-dhi Sadewa) 表示, 相关规定将以财政部长条例的形式发布, 预计将在近期正式出台。他表示, 相关条例目前仍处于讨论和完善阶段, 并将尽快对外公布。(er)

政府将于2026年1月启动6个下游产业化项目 覆盖铝土矿、生物燃料、椰子加工及家禽养殖领域

【本报讯】投资与下游产业部长罗山·鲁斯拉尼 (Rosan Roeslani) 表示, 政府计划自2026年1月起分阶段启动6个战略性下游产业化项目, 相关建设工作将于年初陆续展开。

罗山指出, 上述项目涵盖矿产资源深加工、生物能源以及农业和畜牧业下游产业建设, 旨在提升国内资源附加值, 完善产业链布局, 推动经济结构优化。

罗山8日在总统府办公区向媒体表示, 政府已明确6个优先推进的下游产业化项目, 相关建设将按照既定时间表稳步推进。

他表示: “相关项目包括铝土矿及铝工业下游项目、生物航煤和生物乙醇生产设施, 以及农业和畜牧业配套下游设施建设。”

根据官方公布的信息, 6个下游产业化项目



投资与下游产业部长罗山·鲁斯拉尼

具体包括: 在西加里曼丹省孟巴瓦建设由氧化铝延伸至铝冶炼的铝工业项目, 计划投资约24亿美元; 在同一地区建设铝土矿制级氧化铝生产设施, 计划投资约8.9亿美元; 在中爪哇省芝拉扎建设生物航煤生产设施, 计划投资约11亿美元; 在中

苏拉威西省莫罗瓦利推进一体化椰子加工设施建设, 计划投资约1亿美元, 目前项目已进入实施阶段; 建设生物乙醇生产设施, 计划投资约8000万美元; 在12个候选地点中分阶段建设5处家禽养殖设施。

罗山表示, 上述项目

是政府推进资源就地加工和产业链延伸战略的重要组成部分, 将在提升国内产业竞争力方面发挥积极作用。

此前, 政府已宣布, 通过国家投资管理机构达南塔拉 (Danantara) 统筹推进18个新的下游产业化项目, 相关项目涵盖矿产资源、化工产业以及种植业产品深加工等领域。

国务秘书部长普拉塞特约·哈迪 (Prasetyo Hadi) 表示, 其中至少6个下游产业化项目将于近期正式启动建设, 其余项目将于2026年2月至3月期间分批推进, 逐步完成18个项目的启动安排。

他指出, 相关项目还包括垃圾发电厂 (PLT-Sa) 建设, 以及煤炭气化制二甲醚 (DME) 项目, 后者将作为液化石油气 (LPG) 的替代能源加以推进。(er)

圣诞新年假期全国电动汽车充电需求暴增 公共充电站用电量同比跃升479%

【本报讯】国家电力公司 (PT PLN, Persero) 公布数据显示, 在2025年圣诞节和2026年新年 (Nataru) 电力保障期间, 全国公共电动汽车充电站 (SPKLU) 用电量同比增长479%, 反映出假日期间电动汽车出行规模持续扩大。

国家电力公司总裁达尔马万·普拉索佐于1月7日在雅加达表示, 用电需求快速增长主要与节假日期间社会流动性

增强有关。电动汽车应用场景不断拓展, 从城市短途出行延伸至跨区域、长距离行程, 对公共充电设施的依赖度明显提升。

统计数据显示, 2025年12月15日至2026年1月5日, 全国SPKLU用于电动汽车充电的用电总量达5,619兆瓦时 (MWh), 较上一年同期的1,174兆瓦时大幅增加; 同期充电服务累计234,136次, 同比增

长485%, 上一年同期为48,254次。

在基础设施保障方面, 国家电力公司在圣诞新年期间于全国范围内投入运行4,648个SPKLU点位, 并部署5,190名运维人员提供技术支持。

其中, 在苏门答腊一爪哇一巴厘主要交通通道, 投入运行的SPKLU数量达1,515个, 较上一年同期提升约3倍, 有效保障了假日高峰期充电需求。

同时, 国家电力公司持续完善数字化服务体系, 通过PLN Mobile应用程序, 为电动汽车用户提供行程规划与充电排队管理等功能, 提升充电服务效率, 缓解假日期间集中充电压力。

达尔马万表示, 随着国家电动汽车产业和应用规模不断扩大, 将持续加强充电基础设施建设和配套服务能力, 支持绿色出行发展和能源结构转型。(er)

政府拟于2026年削减近200万吨煤炭产量 供给调控稳价成关键

【本报讯】能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈达利亚 (Bahlil Lahadalia) 表示, 相关走势已体现在煤炭基准价格的变化之中。

数据显示, 2026年1月第一期印尼煤炭基准价 (HBA) 为每吨103.30美元, 较2025年2月的每吨124.24美元明显回落。

能源与矿产资源部认为, 鉴于我国在全球煤炭贸易体系中的关键地位, 通过合理下调产量, 有助于改善国际市场供需结构, 并对煤炭价格形成支撑。

巴赫利尔表示, 政府在推进资源开发的同时, 也高度重视资源的可持续利用。“在资源管理方面, 不应仅着眼于短期利益, 而应将矿产资源作为国家重要资产, 为后代保留发展空间,”他说。

与此同时, 镍价亦呈现回落走势。数据显示, 镍价已从2025年1月的每干吨15,660美元, 下降至2026年1月第一期的每干吨14,630美元。

在镍产业方面, 巴赫利尔呼吁大型工业企业加强与本地矿业经营主体的合作, 优先采购国内矿石资源, 推动产业链协同发展。

他表示, 政府反对市场垄断, 希望在吸引大型投资者的同时, 促进地方矿业企业共同成长, 实现产业体系的均衡发展。(er)

LG新能源预计巨额亏损

【本报讯】韩国电池制造商LG新能源 (LG Energy Solution) 预计, 2025年第四季度将录得1.22万亿韩元 (约合1.4万亿盾) 的运营亏损。这一预测比市场预期更为严峻, 主要受全球电动汽车需求疲软影响。

据路透社2026年1月9日报道, 该预测远高于LG新能源SmartEstimate此前预估的770亿韩元 (约合8900亿盾) 的亏损。这家韩企表示, 电动汽车制造商需求减弱是压制公司业绩的主要因素。

LG新能源此前还披露, 因福特汽车调降电动汽车市场前景, 双方价值9.6万亿韩元 (约合110.98万亿盾) 的电池合约已被取消。另与Freudenberg Battery Power Systems价值3.9万亿韩元 (约合45.08万亿盾) 的合约也遭解除。

为提升效率, LG新能源计划将其美国工厂部分资产出售给本田汽车。据NH投资证券记录显示, 公司还正考虑暂停与通用汽车在美合资电池工厂的运营, 此举可能导致额外1万亿韩元 (约合11.56万亿盾) 的损失。

LG新能源定于1月29日发布2025年第四季度最终财报。在全球电动汽车产业走向不明之际, 这份财报将备受投资者关注。(cx)

APBN 2025赤字扩大至2.92% 接近法定上限

【本报讯】财政部长普尔巴亚 尤迪萨德瓦 (Purbaya Yudhi Sadewa) 表示, 截至2025年12月31日, 2025年国家收支预算 (APBN) 暂定执行结果录得赤字 695.1 万亿盾, 相当于国内生产总值 (GDP) 的 2.92%。

该赤字水平高于2025 年APBN最初设定的 2.53%, 也超过半年报预测的 2.78%, 并接近法律规定的 3%赤字上限。

“尽管赤字扩大, 但我们确保仍控制在3%

于全年目标 3,005.1 万亿盾的 91.7%。

其中, 税收收入实现 2,217.9 万亿盾, 占目标的 89%。具体来看, 税务收入为 1,917.6 万亿盾 (完成 87.6%), 关税与消费税收入为 300.3 万亿盾 (完成 99.6%)。

国家非税收收入 (PNBP) 达 534.1 万亿盾, 完成率 104%; 赠款收入为 4.3 万亿盾, 远高于预算目标 6,000 亿盾。

支出方面, 国家支出暂定实现 3,451.4

万亿盾, 占预算目标 3,621.3 万亿盾的 95.3%。其中, 中央政府支出为 2,602.3 万亿盾 (完成 96.3%)。

按结构划分, 部委/机构 (K/L) 支出实现 1,500.4 万亿盾, 达到目标的 129.3%; 非部委/机构支出为 1,102 万亿盾, 完成 71.5%。地方转移支付 (TKD) 实现 849 万亿盾, 完成率 92.3%。

针对赤字扩大, 普尔巴亚解释称, 在经济放缓背景下, 政府并未选择削减支出,

而是通过维持财政刺激来支撑经济持续增长, 同时避免对国家预算造成过重负担。

此外, 2025 年暂定基本财政收支, 录得 180.7 万亿盾赤字, 明显高于最初设定的 63.3 万亿盾目标。基本财政收支是指国家总收入扣除不含利息支出的国家支出后的余额。

在融资方面, 预算融资暂定实现 744 万亿盾, 当年预算融资结余 (SILPA) 为 48.9 万亿盾。 (asp)

印尼外汇储备稳步回升 央行称外部韧性持续增强

【本报讯】印度尼西亚银行 (印尼央行, BI) 数据显示, 截至2025年12月底, 印尼外汇储备达1565亿美元, 较上月的1501亿美元增加64亿美元。

印尼央行通讯部执行主任 Ramdan Denny

Prakoso 于1月8日 (周四) 在雅加达发表声明表示, 外汇储备增长主要得益于税收及服务收入增加、政府发行全球伊斯兰债券 (Sukuk) 以及政府提取的外部贷款。

截至 2025 年 12 月底, 印尼外汇储备规

模相当于 6.4 个月的进口支付, 或可覆盖 6.3 个月的进口及政府外债偿付需求, 明显高于国际通行的约 3 个月进口支付充足性标准。

Ramdan 指出: “印尼央行评估认为, 当前外汇储备水平足以支撑

外部部门韧性, 并有助于维护宏观经济和金融体系稳定。”

展望未来, 印尼央行认为, 在充足外汇储备支撑下, 叠加预计将持续流入的外资, 印尼外部经济韧性有望保持稳健。这一前景与投资者对国家经济增长前景

2026年首场国债拍卖吸引投标达9.096万亿盾

【本报讯】2026年首场印尼国债 (Surat Utang Negara, SUN) 拍卖共吸引投资者投标金额达9.096万亿盾, 高于2025年最后一场拍卖创下的6.421万亿盾纪录。

在2026年1月6日进行的拍卖中, 政府共拍卖9个SUN系列, 最终吸收资金4万亿盾, 高于3.3万亿盾的指示性目标。

据财政部融资与风险管理总司 (DPPR) 1月7日 (周三) 在雅加达发布的声明, 投标金额最

高的是SPN12270107 (新发行), 投标达1.704 万亿盾, 中标金额为 5000 亿盾。

该系列的中标加权平均收益率为 4.82000%, 到期日为 2027 年 1 月 7 日。

投标金额第二高的是FR0106 (续发行), 投标达 1.635 万亿盾, 中标金额 5400 亿盾, 其中标加权平均收益率为 6.35996%, 到期日为 2040 年 8 月 15 日。

随后是FR0108 (续发行), 投标金额 1.495 万

亿盾, 中标 7300 亿盾, 中标加权平均收益率为 6.07999%, 到期日为 2036 年 4 月 15 日。

FR0109 (续发行) 成为最后一个投标金额达到“双位数”的系列, 投标金额 1.078 万亿盾, 中标 6550 亿盾, 中标加权平均收益率为 5.43508%, 到期日为 2031 年 3 月 15 日。

此外, SPN03260408 (新发行) 投标金额 8950 亿盾, 中标 1750 亿盾, 中标加权平均收益

率为 4.70000%, 到期日为 2026 年 4 月 8 日。

FR0107 (续发行) 投标金额 7670 亿盾, 中标 5200 亿盾, 中标加权平均收益率为 6.48858%, 到期日为 2045 年 8 月 15 日。

SPN01260207 (新发行) 投标金额 6800 亿盾, 中标 2400 亿盾, 中标加权平均收益率为 6.74830%, 到期日为 2064 年 7 月 15 日。 (asp)

3050 亿盾, 中标加权平均收益率为 6.69968%, 到期日为 2054 年 7 月 15 日。

最后, FR0105 (续发行) 投标金额 3860 亿盾, 中标 3350 亿盾, 中标加权平均收益率为 6.74830%, 到期日为 2064 年 7 月 15 日。 (asp)

截至1月7日 印尼税务总局已接收4.74万份年度SPT



图为周一 (1月5日), 民众在雅加达使用税务管理应用系统 Coretax Administration System (CTAS, DJP Coretax) 办理税务相关服务。

【本报讯】印尼财政部税务总局 (DJP) 表示, 截至2026年1月7日, 纳税人已提交 47,395 份 2025 税务年度年度税务申报表 (SPT)。

税务总局宣传、服务与公共关系司司长 Rosmauli 介绍, 上述申报中包括 46,198 份零申报、727 份补税申报以及 470 份退税申报。

她提醒, 鉴于今年起年度SPT 通过 Coretax 系统申报, 所有纳税人须在申

报期限前完成账号激活, 个人纳税人截至至 3 月 31 日, 法人纳税人截至至 4 月 30 日。

截至 1 月 7 日 12 时 40 分, 已完成 Coretax 账号激活的纳税人达 11,584,543 人, 其中以个人纳税人为主。

Rosmauli 也承认, 系统初期仍存在技术与适应问题, 税务总局将持续完善系统, 并通过税务服务点、热线及官方渠道协助纳税人完成申报。 (asp)



2026年QRIS交易目标

2026年1月9日 (周五), 在印尼中加里曼丹省帕朗卡拉亚市一家咖啡馆内, 一名顾客使用印尼标准二维码 (QRIS) 进行支付。印尼央行设定目标, 2026 年 QRIS 交易量将达到 170 亿笔, 同时推动 QRIS 跨境应用, 覆盖八个国家, 并计划触达 4500 万家商户及 6000 万名用户。

印尼股市行情

1月9日

最高盈利(Top Gainer)

序号	股代号	开盘	最后	变化	变化 (%)	交易量	交易额 (千)
1	POLU	24575	26950	2375	9.66%	102500	2553258
2	SINI	12000	13200	1200	10.00%	10696200	141189840
3	RLCO	3210	4010	800	24.92%	14921800	59266998
4	SOTS	2070	2580	510	24.64%	263800	680604
5	RISE	9425	9875	450	4.77%	1207800	11721073
6	UANG	4540	4970	430	9.47%	2668200	13044014
7	RAJA	7675	8100	425	5.54%	80679800	657840663
8	GGRM	15350	15750	400	2.61%	3169100	497166533
9	INDY	2500	2880	380	15.20%	95610300	265686540
10	SOHO	1320	1650	330	25.00%	1236200	2023083

最高受损(Top Loser)

序号	股代号	开盘	最后	变化	变化 (%)	交易量	交易额 (千)
1	MLPT	66000	64575	-1425	-2.16%	2300	149620
2	MORA	14000	13000	-1000	-7.14%	2887500	37900633
3	SMMA	13850	13025	-825	-5.96%	43000	571995
4	PANI	11825	11400	-425	-3.59%	20736200	236361045
5	DCII	218500	218100	-400	-0.18%	1400	306453
6	CBDK	7550	7175	-375	-4.97%	16239900	117957288
7	IMPC	3850	3550	-300	-7.79%	100964200	365284701
8	MBSS	3520	3240	-280	-7.95%	11832000	39390677
9	PGUN	10275	10000	-275	-2.68%	24400	245143
10	RDTX	13250	13000	-250	-1.89%	8200	105285

全球股市

亚股				
日经指数	51939.89	涨	822.63	
韩国综合	4586.32	涨	33.95	
香港恒生	26231.79	涨	82.48	
上海综合	4120.43	涨	37.45	
欧股				
英国FTSE	10084.38	涨	39.69	
德国DAX	25143.00	涨	15.54	
法国CAC	8289.75	涨	46.29	
荷兰AEX	978.22	涨	13.19	
Http://tw.stock.yahoo.com 9/1/2026 16:26				
美股				
道琼工业	49266.11	涨	270.03	
那斯达克	23480.02	跌	104.26	
S&P 500	6921.46	涨	0.53	
Http://www.wsj.com *at close source: Dow Jones 8/1/2026				

FOREIGN CURRENCY	外汇	
买进	卖出	

<tbl_r cells="2" ix="1" maxcspan="2" maxrspan="2" usedcols

预计雅加达和泗水办公楼市场温和增长至2028年

【本报讯】Colliers Indonesia公司预测, 雅加达和泗水的办公楼租赁市场将温和增长直至2028年。

日前, 高力国际印尼公司研究主管Ferry Salanto解释说, 雅加达和泗水的办公楼供应量在2025年第四季度之前将非常有限。这被认为有利于调节未来办公楼市场的供需平衡。“与此同时, 这两个城市的需求总体上仍然温和, 但我们确实看到了温和的增长, 虽然增长幅度不大。我们认为这是一个积极的信号。”

Ferry补充说, 在雅加达, 科技行业仍然是办公楼租赁需求的主要驱动力。

Ferry声称, 2025下半年, Colliers Indonesia公司观察到, 随着企业寻求扩张, 搬迁办公室的数量激增。“这是一个重要的信号, 表明商业信心正在复苏, 企业主也开始对2026年持着比去年更为乐观的态度。”

Colliers Indonesia公司观察到的另一个趋势是, 雅加达越来越多的办公室靠近公共交通站点, 例如地铁(MRT)。

Colliers Indonesia公司预测, 2026年雅加达办公楼租赁市场将进入反弹阶段, 需求回升, 供应趋于稳定。

至2028年, 预计雅加达办公楼租赁市场将新增约20万平方米的供应量, 其中约52%位于中央商务区(CBD)之外。

预计2026年至2028年期间, 在中央商务区(CBD)平均入住率将以每年约1%至1.5%的速度增长。该增长与关键行业的复苏相符, 并得益于良好的投资环境。

与此同时, 在中央商务区以外, 至2028年, 预计入住率将保持在70%左右。这反映出非中央商务区区域持续存在结构性供应过剩的问题。

他预测说, 除此之外, 中央商务区办公空间供应充足, 且租赁方案和优惠政策日益灵活, 促使许多潜在租户优先考虑中央商务区的办公地点, 这不

加拉横CATL电池工厂将于2026上半年投产



能源与矿产资源部长巴赫利尔·拉哈达利亚 (Bahlil Lahadalia)

【本报讯】能源与矿产资源部(ESDM)透露, 继2025年6月底由Aneka Tambang(ANTM)-IBC-CBL财团组成的综合电动汽车电池产业生态系统项目举行奠基仪式后, 该电池工厂将于今年上半年正式投产。

日前, Bahlil在其办公室举行的新闻发布会上表示, “具体而言, 对于镍下游产业, 由普拉博沃总统在加拉横(Karawang)奠基的汽车电池生态系统项目, 依计划将于2026年上半年正式投产。”

须知, 该电动汽车电池组装项目是CATL与印尼电池公司(IBC)合作协议的下游部分, 该协议后被称为“龙计划”。

此前, 根据记者报导, 在项目启动仪式上, Bahlil

仅体现在交通便利性、企业形象, 还体现在靠近商业中心和客户的便利性上。“我们预测, 绿色建筑, 即高效利用能源的节能建筑, 将成为最受欢迎的办公空间。”

泗水的情况则有所不同。Colliers Indonesia公司预测, 至2028年之前不会有新增供应。然而, 预计入住率将继续温和增长。

他认为, 竞争并非来自新建办公楼的供应, 而是来自这些办公楼如何适应市场变化, 尤其是在应对来自商铺的激烈竞争方面。

Ferry声称, “因为对于泗水的许多企业来说, 商铺更灵活、更经济。”

截至2025年底, 泗水的办公楼入住率达到65%, 比2024年同期略有增长。

Ferry表示, 金融、教育和物流行业是主要驱动力。

展望未来, 高Colliers Indonesia公司认为, 泗水的办公楼租赁市场不仅会经历快速增长, 还会逐步复苏。

Ferry补充说, “因此, 当市场信心开始恢复时, 那些交通便利、地理位置优越的办公楼将成为赢家。”

印尼房地产协会(REI)副主席Bambang Ekajaya在另一场合表示, 总体而言, 今年印尼办公楼市场仍然面临着诸多挑战。

Bambang对记者解释说, 这受到国内经济状况以及居家办公(WFH)和远程办公(WFA)模式兴起的影响。

“一些初创公司甚至将住宅改造成临时办公室。一旦发展壮大, 他们就会寻找店面。只有在公司发展到一定规模后, 他们才会选择办公楼, 并最终入驻高档写字楼。”

因此, Bambang表示, 对于有意建造办公楼的投资者而言, 战略位置必须是首要考虑因素。

他指出, 一种办公楼模式是混合用途建筑, 这种建筑能够相互补充和整合。“因此, 办公楼业务更多地属于资金雄厚且地处战略要地的大型开发商。”他说道。(sl)

加强2026年企业业务 Optik Melawai携手五家新商业合作伙伴

【本报讯】Optik Melawai于周四(1月8日)在雅加达举办“Optik Melawai与商业合作伙伴签约仪式”, 以此迈出2026年的战略步伐。



图为左至右: 周四(1月8日), 在雅加达, 印尼国电公司高级医疗保健提供者Ruly Iskandar Lubis、楠榜地区发展银行人力资本副总裁Dody Putra、Optik Melawai总裁Eddyanto Hadisurjo、MNC集团员工消费者合作社秘书Andry Wisnu、雅加达特区员工消费者合作社主管H. Sutrasno, S.E., 和Optik Melawai企业销售与保险业务负责人Endung Irmawati共同签署合作协议后合影留念。(商报/Hermawan摄)

在此次活动中, Optik Melawai正式与五家跨行业的新商业合作伙伴建立合作, 这些伙伴被认为规模庞大, 为扩大眼镜供应服务, 从而加强公司的企业业务。

Optik Melawai总裁Eddyanto Hadisurjo在致辞中表示, 此次合作签约是年初的一个重要时刻, 同时也标志着Optik Melawai向保险行业以外的各业务领域扩张。

“这是Optik Melawai与商业合作伙伴的签约仪式。我们邀请五家新的商

业伙伴, 这是2026年初一个相当好的契机, 因为我们与五个不同的业务线建立合作。”

他解释说, 正式加入的五家商业合作伙伴分别是: 印尼国家电力公司(PT Perusahaan Listrik Negara, 简称PLN)、PT Paragon Technology and Innovation(ParagonCorp)、PT Bank Pembangunan Daerah Lampung(楠榜地区发展银行)、MNC集团员工消费者合作社, 以及雅加达特区地方政府公务员消费者合作社。

他说明, 与跨行业伙伴的合作也扩大Optik Melawai的市场覆盖范围。此前, Optik Melawai更多触及保险行业, 目前正将网络扩展到其他各个行业。

他认为, 每家合作伙伴都带来巨大的市场潜力, 无论是从员工数量还是福利方案来看。对于合作社领域, 雅加达特区地方政府公务员消费者合作社和MNC集团合作社被认为潜力巨大, 因为它们提供了吸引人的计划, 即通过合作社进行支付, 并具有灵活的福利方案。

另一方面, Optik Melawai企业销售与保险业务负责人Endung Irmawati称, 从业务前景来看, 她认为与这些大公司的合作将显著推动公司业务的正向增长。她强调, 在专注于已发展成熟的保险和第三方管理人领域之后, 目前Optik Melawai正在更积极地扩大市场。

Optik Melawai合作体系的优势成为吸引新合作伙伴的主要因素。她表示, 商业伙伴们认为Optik Melawai提供完整的合作方案, 包括遍布印尼的450家门店网络、从包含镜架镜片的套餐眼镜到知名高端品牌的各种价格区间, 以及确保无欺诈风险的服务体系。

除了眼镜服务, Optik Melawai还为企业合作伙伴提供持续的健康服务生态系统, 例如涵盖眼睛和听力检查、眼部健康讲座以及定期教育活动的健康计划。截至目前, Optik Melawai已与来自各行业领域的约145家商业伙伴合作。

未来, 她希望新的合作不仅能推动交易增长, 还能加强Optik Melawai作为一家不仅聚焦于零售业务的眼镜公司的形象。(lcm/hr)

支持普拉博沃总统八大愿景计划 WIKA与HK为Dr. Sardjito医院CMU大楼项目举行奠基仪式

【本报讯】Wijaya Karya(WIKA)公司与Hutama Karya(HK)公司通过运营合作(HK-WIKA KSO)模式, 正式启动位于日惹的Dr. Sardjito中央医疗单元(CMU)大楼的建设。

该项目是加强国家转诊医疗服务能力和质量的战略步骤, 符合政府的八大愿景(Asta Cita)计划, 尤其是通过提升公平、优质和有质量的医疗服务来加强人力资源建设。

通过Hutama Karya与WIKA的协同合作, WIKA再次为高标准战略医疗设施的建设做出积极贡献。

建设启动仪式以奠基典礼为标志, 于周四(1月8日)在Dr. Sardjito医院区域, 地址: 日惹特区Slaman县Sekip地区Kesehatan街1号举行。

奠基典礼由印尼卫生部长布迪·古纳迪·萨迪金(Budi Gunadi Sadikin)、日惹特区省长(Sri Sultan Hamengkubuwono X)、印尼卫生部卫生服务总局长dr. Azhar Jaya, S.H., SKM, MARS, Dr. Sardjito医院院长dr. Eniarti, M.Sc., Sp.KJ., M.M.R., QHIA, WIKA总裁Agung Budi Waskito, 以及利益相关者出席。



周四(1月8日), 在特区Slaman县Sekip地区Dr. Sardjito医院区域, 奠基典礼由印尼卫生部长布迪·古纳迪·萨迪金(Budi Gunadi Sadikin)、日惹特区省长(Sri Sultan Hamengkubuwono X)、印尼卫生部卫生服务总局长dr. Azhar Jaya, S.H., SKM, MARS, Dr. Sardjito医院院长dr. Eniarti, M.Sc., Sp.KJ., M.M.R., QHIA, WIKA总裁Agung Budi Waskito, 以及利益相关者出席。

叠概念设计。

WIKA总裁Agung Budi Waskito强调, WIKA通过提供优质卫生基础设施来支持国家建设议程的承诺。“通过Hutama Karya-WIKA的运营合作模式, 我们承诺将Dr. Sardjito医院CMU大楼建设成为一个集成、高标准的重症监护、手术和诊断服务设施。”

该项目是WIKA支持政府八大愿景计划, 尤其是通过可靠医疗服务提升人力资源质量的具体贡献。WIKA确保在建设的每个阶段都应用质量、安全和可持续性标准, 同时确保医院服务活动在施工期间持续运行。我们的目标是在2027年底完成该项目, 以便其效益能够早日惠及民众。(lcm)

SMSM定下指标 2026年实现个位数业绩增长

【本报讯】汽车零部件制造企业Selamat Sempurna(SMSM)公司定下指标, 2026年实现个位数营收和净利润增长率。

日前, SMSM副总裁Ang Andri Pribadi对记者称, 该指标是在考虑全球经济形势后制定的。“我们正在考虑市场状况和全球经济动态, 因地缘政治紧张局势加剧, 这些因素仍存在不确定性。”

根据统计, 截至2025年第三季度, SMSM的销售额同比增长2.65%, 达到3.92万亿盾。

与此并行, 贡献于总公司股东的净利润同比增长13.50%, 达到8200亿盾。

Ang表示, 为提升今年首季度的业绩, SMSM将继续专注于强化其核心业务, 即面向汽车、重型车辆和工业领域的过滤器和散热器产品。

此外, SMSM也将继续开发非发动机产品, 例如

暖通空调系统, 提高运营效率, 优化产能, 并加强国内外市场的分销网络。

Ang续称, 出口市场仍将是公司通过开发现有市场实现增长的主要方向。

然而, 所有这些努力都

将充分考虑市场需求的稳定性、经济状况, 以及产品组合的适用性。

仅供参考, 目前, SMSM

的出口市场已包括美国、

澳大利亚、

马来西亚、

泰国、

日本、

法国、

新加坡、

阿联酋、

比利时和德国。

截至2025年上半年, 对美

国的出口额仍然最高, 达

到2738.5亿盾。

虽然如此, Ang强调,

该公司出口产品不在美国

对等关税清单之列。

相反, SMSM的产品已

被征收总额为27.5%

的232条款关税。

根据美国海关和边境

保护局的官方指南, 已纳

入232条款的商品不受新报复性关税的影响, 因此SMSM的出口不会受到额外关税负担的影响。

Ang声称, 然而, 考虑到历来出口业绩趋势, 以及今年早些时的地缘政治紧张局势, SMSM预计, 今年首季度的出口业绩不会出现显著增长。

“这与地缘政治局势升级背景下全球经济持续

高度不确定的现状相符。”

为应对该挑战, SMSM制定多项关键战略, 例如产品和市场多元化, 俾能降低对特定领域的依赖, 以及成本控制和提高生产效率。

此外, SMSM正在加强与全球客户的长期合作关系, 与此同时持续优化供应链, 并管理原材料价格和汇率波动带来的风险。(sl)



Selamat Sempurna (SMSM)公司

高度不确定的现状相符。”

为应对该挑战, SMSM制定多项关键战略, 例如产品和市场多元化, 俾能降低对特定领域的依赖, 以及成本控制和提高生产效率。

此外, SMSM正在加强与全球客户的长期合作关系, 与此同时持续优化供应链, 并管理原材料价格和汇率波动带来的风险。(sl)

台当局的“抗中保台牌”没得打了

近日，有大陆网民在互联网上发布一张标注被列入“台独”顽固分子清单、台民意代表沈伯洋居住地与工作地点的卫星照片。此举直接令台当局“破防”，台“陆委会”等有关机构负责人甚至亲自下场表达“愤慨”。相较于之前面对“台独”顽固分子清单问题时的“云淡风轻”，台当局的态度变化过于明显，令人玩味。

无独有偶，民进党“立委”林宜瑾近日纠集20名绿营民意代表向台“立法机构”提案，妄图将“两岸人民关系条例”修改为“独味”十足的所谓“台湾与中华人民共和国人民关系条例”，却在两天后偷偷撤案。这比2020年绿营“民代”蔡易余5天后撤回类似提案的时间更短。台媒还爆料，为遮盖程序痕迹，林的助理还有可能涉嫌违法。这种意图冲撞“法理台独”红线、牟取政

治利益的行径，在岛内被批为“又笨又坏”。事实上，自去年“大罢免”惨败后，民进党当局对“要经济民生不要政治恶斗，要两岸和平交流不要对立对抗”的岛内主流民意求置若罔闻，拒绝反思更拒绝调整施政路线，执意猛打“抗中保台牌”，抛出天价对美军购案，企图以这种方式换取华盛顿支持，还在接受媒体采访时妄称“中国实力不够”。但在中国人民解

放军东部战区启动“正义使命-2025”演习后，台“防务部门”应对迟缓、组织混乱，将民进党当局“以武拒统”图谋的虚弱“里子”彻底暴露，解放军公布在演习期间拍摄的台北及其周边空域画面，更是让一众“台独”顽固分子如芒在背，甚至连美国派兵强行控制委内瑞拉总统马杜罗，都让他们产生了八竿子打不着的联想，以为大陆会“效仿”对他们进行“斩首”。

由此也不难理解，为什么台当局会对大陆网民发布与“台独”顽固分子相关的卫星画面如此“破防”，也不难理解为什么深绿“立委”甘愿“被打脸”也要在“法理台独”红线前刹车。虽然赖清德当局依旧嘴硬，依然叫嚣“打造坚韧台湾”，声

称应对“中国持续升高的扩张野心”是2026年的首要目标，但丝毫不能掩盖其色厉内荏的本质。毫无疑问，台湾内外环境的巨大变化，已经让民进党当局屡试不爽的“抗中保台牌”全然失效。一方面，大陆强度不断拉高、实战意味越来越浓的军演，已经将“硬实力”差距摊在两岸民众面前。谁能战、谁不能战已经一目了然，平时不断叫嚣“抗中保台”到底的民进党，先是永远失去了所谓的“海峡中线”，如今面对距离只有4.6海里的解放军部队，也只能重复“一切都在掌握中”“不升高冲突、不挑起争端”的陈词滥调。未来，若“台独”分裂势力继续蹦跶，必然会面临被越勒越紧的反“台独”绞索勒死的命运。

台湾民众已经逐步认识到，大陆军演等“惩独”“遏独”手段打击的是“台独”分裂势力，“台独”分裂分子才是祸乱的根源。

可见，越来越多台湾民众将与“台独”分裂分子划清界限。这种变化表明，大陆方面的“遏独促统”工作有进展、有成效。但我们也要认识到，“遏独促统”工作是一场艰难复杂的长久较量，需要我们有坚定不移的决心与意志，也需要我们有信心、耐心与同理心，更需要我们综合运用硬实力、软实力以及“巧实力”。只要我们能坚持走正确的路、做正确的事，就一定能推动两岸关系克难前行，最终实现祖国完全统一。

（作者是中国社会科学院台湾研究所研究员）

（来源：环球时报）

西班牙在委内瑞拉问题上为何敢对美国说“不”？

近日，美军突袭委内瑞拉首都加拉加斯，强行控制委内瑞拉总统马杜罗夫妇，并将其带至纽约接受刑事审判。这一突发事件轰动全球。然而，西方阵营的不同反应却耐人寻味。除以色列等少数国家明确“站队挺美”之外，美国大多数的盟友在事发后的第一时间，或保持沉默，或谨慎表态。唯有西班牙率先发布政府声明，不仅敦促各方始终按照国际法和《联合国宪章》原则行事，还表示愿为局势缓和提供外交斡旋。

独树一帜：西班牙协调美五国发布联合声明

在欧盟内部对委内瑞拉局势看法不一之际，西班牙成为截至目前唯一明确表态愿意提供斡旋努力的成员国，展现出非凡的对外决断力。西班牙首相桑切斯公开表示，西班牙不会认可“违反国际法、将该地区推向不确定和对抗前景的干预行动”。

随后，西班牙迅速协调哥伦比亚、巴西、智利、墨西哥、乌拉圭等拉美主要国家发布联合声明，共同反对一切违反国际法和《联合国宪章》基本原则的单边军事行动，认为美方此举开创了“极其危险的先例”。各方强调，委内瑞拉局势必须通过和平途径解决，由委内瑞拉人民主导，在不受外部干涉并遵守国际法的前提下推进。各方呼吁联合国和相关多边机制发挥作用，指出任何企图侵占委内瑞拉战略自然资源的外部行为都将威胁拉美地区的政治、经济和社会稳定。

西班牙成功牵头与拉美五国达成联合声明，成为当前国际形势下南北国家协作发声、捍卫国际多边秩序殊为宝贵行动范例，展现了西班牙在“伊比利亚美洲共同体”中不可替代的重要引领作用。

裂痕显现：桑切斯与特朗普的“价值观对垒”

值得关注的是，西班牙与美国的传统盟友关系在2025年迎来重大变化。桑切斯领导的本届西班牙政府在对外政策中展现出独立自主的宏大抱负，频繁于西方阵营中发出“不合群”的声音，备受国际社会瞩目。

虽然西班牙外交部等官方机构依然重申美国是西班牙外交的优先和重点，但西班牙和美国的双边关系却在特朗普再次上台执政后陷入低谷。集体防务方面，桑切斯顶住内外巨大压力，坚持拒绝特朗普关于北约成员国将防务支出提高至各自GDP5%的要求。西班牙成为北约中唯一的例外国家，因此被特朗普点名批评是“搭便车者”。巴以问题方面，西班牙政府不仅承认巴勒斯坦国，还多次严厉批评以色列在加沙的军事行动，并在西方世界中率先宣布对以实施单方面制裁；气候变化和多边主义方面，桑切斯利用西班牙主办联合国第四

次发展筹资问题国际会议等契机，抨击美方退出《巴黎协定》的倒退行径，呼吁国际社会携手共同应对气候变化，实现绿色转型发展。

西班牙和美国之间这些针锋相对的言行互动，不仅反映出双方在国家利益层面的摩擦，更呈现出两种截然不同价值观的碰撞。在关于“世界应如何运行”的基本逻辑上，左翼进步主义的桑切斯和右翼保守主义的特朗普，在现阶段很难达成共识。具体到此次委内瑞拉危机，单边行动既不符合国际社会的共同期待，也对西班牙和欧洲长期坚持的多边主义理念造成实质性损害。因此，曾长期调解委内瑞拉问题的西班牙，希望推动欧盟尽快作出团结一致、坚定有力的对外表态，捍卫欧洲和拉美的共同利益。

发展基石：西班牙提升国际影响力的底气与前景

作为欧盟大国，西班牙在2025年延续经济社会

全面复苏态势，已然成为欧元区保持增长的关键支柱。据欧盟委员会的评估预测，2025年，西班牙将实现2.9%左右的GDP增长，失业率更是降至2008年国际金融危机以来最低水平。

这一亮眼表现，与其他欧洲主要经济体的疲态形成鲜明对比。

究其原因，后疫情时代国际旅游业的强势重启，成为西班牙经济增长的关键引擎。与此同时，西班牙坚定走绿色和数字化转型道路，成效显著。更高附加值的服务出口提速，推动国家向全球价值链高端迈进，国民经济获得更强韧性。展望未来，受益于工资上涨和就业稳定，西班牙国内消费日趋活跃；加之外来移民持续涌入，增添更多发展活力，该国保持经济社会的增长势头料将获得重要支撑。

可以说，实现国家自身的可持续发展，赋予了西班牙独立自主开展外交

“美国孤岛”？好走不送！特朗普又退群了，而且这次一口气退了66个！

为，“孤岛心态”的形成与美国被两大洋“守护”的地理位置、长期“置身事外”的安全感、在世界战争中进进出出的历史、国内经济的波动都有联系。每当国际干预成本过高或国内矛盾激化，美国的孤立主义便卷土重来。且看近些年美国，霸权日渐衰落，深陷多个地区战争泥潭，国内种族主义、贫富差距等问题更是不断极化。在这样的背景下，“美国优先”“美国例外”等政治口号应运而生。

更为关键的是，孤立不再仅是地理因素或战略选择，更成为一种可动员的“民意武器”。在特朗普政府看来，任何国际协议，最终都必须为美国带来切实的巨大利益，支撑美国唯我独尊的霸主地位。但凡回报不足，任何国际责任都会被认为是“不划算的买卖”，不可能再继续。

疯狂“退群”不仅削弱多边机制的稳定性，也向国

际社会释放出一个危险信号：面对全球性挑战，美国正在撂挑子。不仅推卸国际责任，美国还试图将霸权最后那点老本迅速兑现，无论是给全世界加税，还是要求欧洲给钱、加拿大给地、乌克兰给资源、格陵兰送岛，又或是明抢委内瑞拉石油，“卷一笔公路”的嘴脸暴露无遗。

无论从短期看，还是长期看，美国的单边主义行为都会给全球化带来冲击。但

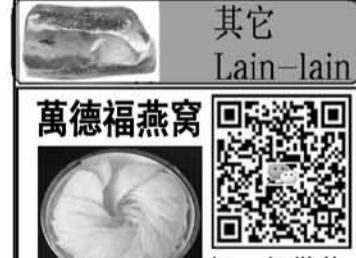
和平发展、合作共赢才是未来人类社会共存的方向。且看当前世界，全球化早已不再等于美国化或西方化，新的多边合作形式正在涌现。世界人民在“鲁班工坊”“丝路驿站”等一个个跟自己息息相关的合作项目中，看到了人类命运共同体的真实温度和美好前景。

人间正道是沧桑。谁要当孤岛，自绝于世界，我们只能说一句：“好走不送”！

（来源：北京日报客户端）

欢迎惠登小广告 / 分类广告

Telp : (021) 3912909 Email : shangbaoadv@gmail.com



专卖燕窝，不含化学成分
已有十几年经验，另售批发
已受国内外客户赞誉和信赖
品质保证，价钱优惠
中文热线：085210692258

世界咖啡之王 - 麻香猫咖啡
精心挑选，专业烘培
印尼特产
扫一扫加我微信
100% 纯正
中文热线：0812 809 1419

出售/租
新三层吉屋
MUARA KARANG BLOK I
价仅售1M 多
永久地址SHM
电视
沙发
冰箱
厨房
三个房,内设冲房,冷热器
冷气, 床, 衣橱
联系WA: 083879197878
看视频,外国人可购买。

Dijual/disewakan tanah
Kavling 靠近雅加达, Insinyur
Sutami 10000m2, RT008/003,
Kel karang anyar, kemiri,
Tangerang地区一萬平方米。
電話 +62812 8091419

印度尼西亚商报
电子报
请看在：
www.shangbaoindonesia.com

沉香-保真！保真！
专业做沉香，只有我们敢教您
辨别市面上的假沉香，我们沉香
分几种品质，开发票，包过关。
手串、佛珠、线香
摆件、香粉、烟片

中文热线: 085213956789

印尼雅加达平安特产
★沉香(手链,烟片,粉,木,佛珠)
★东革阿里(5年或50年都有)
★血龙木,帝王木,菩提根,砗磲
★向天果,辣木子,檀香,黑檀,琥珀
★红/黑珊瑚,蜜蜡,珍珠等
我们提供免费外送服务
欢迎各界旅行社,导游与我们合作
请联系:085210692258 加我微信

办理证件
Biro Jasa
PT PRABU WIRA PRATAMA
★延长签证 ★外国投资许可证
Visa Extension P.M.A
★工作签证 ★申请多次往返签证
KITAS Multiple Visa
料理一切证件像
建筑许可证,工业许可证等等
微信: prabuwirapratama
公司: 021-6267217
手机: 0812 8208 3708
邮箱: pt.prabuwirapratama@yahoo.co.id

华人服务站
延长签证
申请多次往返签证
工作签证
处理各种签证问题
微信:

印尼语补习老师
教印尼语会话
靠近 CBD PLUIT,GAJAHMADA ,
CENTRAL PARK附近地区
(可靠,安全,信任,无中介)
微信:wonderfulindonesia

料理一切印中翻译
矿业文件/商品介绍文件
贸易文件等等
翻译之文件保证保密
邮箱:wonderful0east@gmail.com

征聘
Lowongan
招聘会计(普通话)
优选男, 最大40岁, 会计
学学士学位, 在该领域有
经验(优先). 能主动说普
通话. 工作地点在西雅
加达/西加里曼丹. 将您的
工作申请发送至电子邮件:
hr.borneocoke@gmail.com

产品
Produk
出售 印尼碑碑手镯
扫一扫二维码
中记载碑碑有镇心安神凉血降压的功效
经长期配带对人体有益, 有增强免疫力、
防止老化、稳定心理, 改善失眠等功效
碑碑同时具有极高的药用价值: 降血压、
安神定惊, 特别对腰肌劳损, 碑碑可护身健
体, 延年益寿, 藏传佛教更视之为驱魔避邪
神奇宝物. 联系: +6281219861369

独家出售 金田黄原石
扫一扫二维码
金田黄产自印度尼西亚爪哇岛
的苏加武眉的山上水田下, 由于
这种石头在未经加工时, 看上去
很像是肥皂, 被称为“肥皂石”
金田黄原石及其制品的价格,
也进入了加速上升阶段。
联系: 085213956789

特朗普：取消对委第二波打击 油企将投资至少1000亿美元

【新华社华盛顿1月9日电】美国总统特朗普9日称，已取消此前预计的对委内瑞拉第二波军事打击。

美国东部时间当天凌晨，特朗普在社交媒体上称，第二波打击“看起来不需要”，但出于安全保障目的，所有美国舰船将原地待命。

特朗普称，9日晚些时候，他将与所有大型石油企业高管在白宫会面，这些企业将在委内瑞拉投资至少1000亿美元。

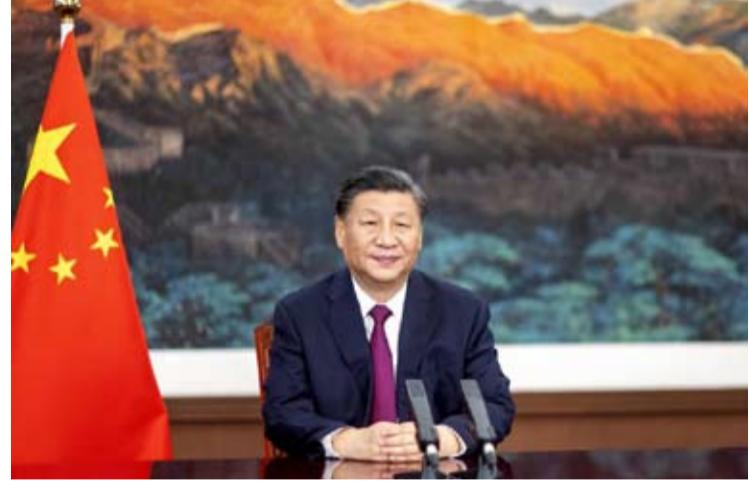
特朗普称，美国与委内瑞拉正开展“良好合作，尤其在以更大、更好、更现代化的形式重建（委内瑞拉）石油和天然气基础设施方面”。

特朗普称，委内瑞拉释放大量政治犯，“是寻求和平的标志，是非常重要且明智的举动”。



2026年1月3日，美国总统唐纳德·特朗普在位于佛罗里达州棕榈滩的特朗普海湖庄园俱乐部举行新闻发布会，就美国对委内瑞拉发动空袭（委内瑞拉总统尼古拉斯·马杜罗及其妻子西莉亚·弗洛雷斯在空袭中被捕）一事发表讲话，美国国务卿马可·卢比奥在旁聆听。（路透社）

习近平向2026年“中非人文交流年”开幕式致贺信



1月8日，中国国家主席习近平向2026年“中非人文交流年”开幕式致贺信。

王毅：开启中非关系和全球南方更加美好的明天

【新华社亚的斯亚贝巴1月8日电】当地时间2026年1月8日，中共中央政治局委员、外交部长王毅出席2026年“中非人文交流年”开幕式。王毅在主旨发言中就促进中非合作提出中方四点倡议：

一是坚持发展优先，做推进现代化的同路人。要以携手推进现代化六大主张为指引，积极落实中非合作论坛北京峰会成果，推动人文交流和务实合作相互融合促进。中方将持续扩大对非单边开放，相信对非洲100%税目产品零关税举措全面实施后，会有力带动非洲的对华出口和产业、技术的发展，让中国大市场成为非洲的大机遇。

二是坚持人民至上，做为人民服务的实干家。要以中非人民对美好生活向往为目标，应对全球挑战，为人类

着力培育一批长效人文交流机制，打造更多人民喜闻乐见的品牌，落实好人文交流伙伴行动各项举措，开展更加丰富多彩的人文交流，进一步充实中非民众交往的内涵，不断拉紧28亿中非人民的情感纽带。

三是坚持互学互鉴，做治国理政交流的行动派。要用好中非治国理政经验交流平台、中非发展知识网络等机制，不断深化治党治国和现代化发展经验交流。中方愿同非洲各国政党和政治组织深化交往，以建立新型政党关系助力构建新型国际关系，为中非合作行稳致远注入更鲜活精神力量。

四是坚持开放包容，做命运与共的好伙伴。要以构建人类命运共同体为引领，以落实四大全球倡议为主线，携手应对全球挑战，为人类



2026年中非人文交流年开幕式在亚的斯亚贝巴非盟总部举行，中共中央政治局委员、外交部长王毅（左二）出席。（新华社）

文明进步做出中非贡献。要加强在国际和地区事务中的协调配合，维护发展中国家的共同利益。中方坚定支持非洲在国际舞台上发挥更大作用，纠正非洲遭受的历史不公，提升非洲在多边治理体系中的代表性和话语权。

王毅强调，当前中国和非洲都处在各自发展振兴的关键阶段，让我们以开启“中非人文交流年”为契机，秉持友好初心，筑牢合作基石，加快建设新时代全人类命运共同体。

外媒观察：中国“十五五”规划将对全球经济格局产生重大影响

【中国网1月9日讯】“十四五”规划圆满收官，“十五五”规划乘势开局。中国正不断为世界经济注入稳定动能，释放的长期发展信号，已然成为全球关注的焦点。美联社在报道中指出，中国经济在过去一年展现出韧性，出口保持强劲，人工智能及其他先进技术领域不断取得突破。

文章指出，虽然涵盖2026年至2030年的中国“十五五”规划纲要细节尚未正式公布，但其产业政策的主要支柱已清晰可见：提升中国在先进技术领域的自给自足能力，推动进出口平衡发展。作为世界第二大经济体，中国正为其未来五年的经济战略定下基调，这一决策对全球经济格局将产生重大影响。



北京丽泽金融商务区。丽泽金融商务区管委会供图

文章还援引柏林智库学者观点指出，中国正吸引着全球越来越多的目光，“如果说我们从过去十年中学到了什么，那就是要认真对待中国的这些规划。下一个五年规划的战略推动，无论以何种方式，都会让世界各国感受到其带来的巨大影响”。

去年以来，尽管美国和欧盟对中国加征关税并设置其他贸易壁垒，但《基督科学箴言报》认为，这些措施对中国整体出口影响相对有限。研究机构龙洲经讯的中国经济首席分析师安德鲁·巴特森指

外交部回应特朗普涉台言论： 解决台湾问题是中国人自己的事

【中新网北京1月9日电】中国外交部发言人毛宁9日主持例行记者会。有记者就美国总统特朗普日前接受采访时关于台湾问题的言论提问。

毛宁：台湾是中国领土不可分割的一部分，台湾问题纯属中国内政，解决台湾问题是中国人自己的事，不容外部干涉。

特朗普星期三接受《纽约时报》采访时说：“他（习近平）认为台湾是中国的一部分，所以他要怎么做，是他的自由。”

特朗普表示：“但我已经向他表达过，如果他那样做，我会非常不高兴，而且我认为他不会那样做。我希望他不要那样做。”

特朗普补充：“他或许会对我们换了总统之



中国外交部发言人毛宁

后这么做，但我认为在我担任总统期间他不会这么做。”

《纽时》这段访问星期四（8日）刊载后，中国外交部发言人毛宁星期五在例行记者会上表示，台湾是中国领土不可分割的一部分，台湾问题纯属中国内政，解决台湾问题是中国人自己的事，不容外部干涉。

外媒称伊朗出现“全国范围”断网 骚乱蔓延至首都

【中新网北京1月9日电】综合消息：卡塔尔半岛电视台、英国《卫报》等多家外媒报道称，当地时间8日晚，伊朗出现“全国范围”互联网服务中断。该国持续多天的骚乱已蔓延至首都德黑兰。

据报道，当地时间8日20时左右，德黑兰出现互联网服务中断。非政府组织“网络区块”（NetBlocks）在社交媒体上发消息称，因多地抗议活动不断升级，伊朗在全国范围内实施了网络管制。

英国《卫报》称，尚不清楚导致此次伊朗大面积互联网服务中断的原因，但伊朗官方曾采取互联网管控措施来应对抗议示威。

卡塔尔半岛电视台报道称，8日晚间，大批示威民众走上德黑兰街头。目击者称，德黑兰数条街道被封锁，抗议者与警察发生冲突。法新社报道称，在伊朗多个城市发生示威者纵火焚烧警察局、警车的事件，多地报告有示威者



庆祝牙律文友俱乐部成立十五周年

十二月二十一日牙律文友俱乐部于当日下午五点半在福龙庙举办了一场联欢会, 庆祝牙律文友俱乐部成立十五周年。袁霓总主席, 印华作协顾问陈美致老师, 来自中国北京的金伟老师, 万隆校友会监委、康乐部副主任林则从老师出席了这场联欢会。

联欢会由文友张嫣英主持, 刘南智负责音响设备, 由刘云香厨师负责晚宴。共七十名文友参加了联欢会。

首先由牙律文友俱乐部主席萧娥致欢迎辞

对即使工作繁忙不顾路途劳累前来参加联欢晚会的以袁霓主席为首的各位来宾表示深深的感谢。

她也提起由于袁霓主席的倡议和鼓励, 终于于二零一零年六月十二日, 牙律文友俱乐部成立了。

香港名作家东瑞、蔡瑞芬伉俪暨新加坡名诗人寒川、范美杏伉俪, 袁霓主席率领的椰嘉达印华作协团队, 以及来自泗水、万隆、苏加巫眉、井里汶、巨港、北加朗岸、展玉多地近四百名文友出席了这场盛会。

二零一五年十月二十四日牙律文友俱乐部也承办了由印华作协主办的三项活动即印华作协第五届理监事就职典礼、牙律文友俱乐部成立五周年以及中秋联欢。约五百位文友参加了这场大型活动。

二零二三年十一月二十二日牙律文友俱乐部也举办了一场联欢晚会欢迎来自香港名作家东瑞、蔡瑞芬伉俪及来自椰嘉达、万隆以及苏加巫眉的文友们。

萧娥对十五年来牙律文友一路的陪伴支持, 牙律文友的团结和睦、互帮互助表示深深的感谢。

她相信牙律文友俱乐部这支团队的团结友爱将一直保持下去。

她说牙律文友俱乐部将紧紧围绕在以袁霓总主席为首的印华作协周围不断努力继续前进!

接着是袁霓总主席致辞, 袁霓表示, 感谢牙律文友俱乐部一向来对总会的支持, 牙律文友俱乐部是印华作协分会中属于最积极活动的一个。在萧娥主席以及张捷胜主席的领导下,

牙律文友非常团结, 会员越来越多, 希望牙律文友俱乐部越来越发展。同时, 她也宣布, 印华作协每年一度的中秋联欢, 2026年将在牙律举行, 她希望牙律文友俱乐部能打破记录, 参加人数超过之前的500名。

福龙庙主席牙律文友俱乐部副主席张捷胜代表福龙庙理事及成员向牙律文友俱乐部成立十五周年表示深深的祝贺, 他也向以袁霓总主席为首的印华作协对牙律文友俱乐部的关心鼓励与支持表示深深



萧娥致词



张捷胜致词



袁霓致词



陈美致词

的感谢。

他也感谢印华作协的信任, 明年的中秋联欢将在牙律举办。他希望文友们能全力以赴, 大家共同努力, 为办好明年中秋联欢会, 贡献自己的力量。

联欢会上陈美致老师在致辞对牙律文友俱乐部成立十五周年的喜庆时刻表示热烈的祝贺!

她说十五年来牙律文友俱乐部在文友们的共同努力下不断成长, 希望文友们继续同心同德、携手并进, 把俱乐部各项工作做得更出色, 更上一层楼, 她也希望大家能加强印尼与中华文化的交流与互鉴, 让彼此的联系更加紧密、更加和谐。

二十一日是中国传统佳节冬至日, 她向文友们表示深深的祝福, 祝福文友们身体安康, 万事如意! 也祝福牙律文友俱乐部越办越好、文脉长青!

林则从老师在联欢会上表示应牙律文友俱乐部的邀请来参加牙律文友俱乐部成立十五周年庆典表示很高兴, 他也感到很荣幸能见到久仰大名的袁霓主席。

他说能在这美丽的钻石城——牙律和文友们共聚共欢乐表示很开心!

他说一踏进福龙庙, 总会让他想起十年前他曾和侨中校友参加在福龙庙举办的大型活动, 那是印华作协在牙律举办的三项活动, 即印华作协第五届理监事就职典礼, 牙律文友俱乐部成立五周年及中秋联欢。那盛大的庆典给他留下了很深刻的印象。

他说两周前他带领侨中第二十八届高中毕业生, 受到牙律文友们的热情接待, 给他的印象是牙律文友都很热情、真挚和好客。

他也说: “作为我们曾经受过华校教育的这一

代, 我们真诚希望把我们的中华文化薪火相传地传承下去, 无奈我们印尼华族要面对并承担一个严重的历史后果的事实, 华校被封, 印华社会面临传承接棒断层现象, 而今随着中国国力的崛起, 中国已成为世界多领域的中心, 中文已成为国际上必不可缺重要语言之一, 而对我们这一辈华族留下最大的遗憾莫过于华族下一代不懂中文。

值得庆幸我们还有诸如印华作协、华文文友俱乐部、三语学校等社会团体, 希望我们能肩负对历史的责任, 团结一致, 继续传承、担当、发扬和繁荣印尼华文文学。希望我们再接再厉, 加班加点、立足本职、守护民族文化共建美好的未来。”

最后他祝福大家冬至快乐, 身体健康, 吉祥如意、阖家欢乐、幸福安康!

晚七时文艺节目开始。

首先是小组合唱“秋蝉”

“掌声响起”

王琳娘、陈美珍对唱“敖包相会”

林则从老师独唱“我爱你中国”“那就是我”

陈友娘独唱印文歌,

陈玉莲独唱“女儿情”

中国金伟老师独唱“再回首”

辛韵吟独唱“bubuy bulan”

刘南智独唱“一剪梅”

“哭过笑过爱过”

何坚龄独唱“永远的牧歌”

李翠凤独唱“天边有一条美丽的河”

独唱的还有黄秀玲,

陈金安、乌南、亚信等文友,

余玉泉、张双珍的口琴独奏,

最后林则从老师带领大家一起唱“我和我的祖国”

约九时联欢会结束, 大家握手言别, 尽兴而归。

(萧娥报道)



金伟献唱



林则从献唱



左起, 金伟, 袁霓, 萧娥, 陈美致, 林则从夫人, 叶孝耀夫人



全体合影

中国科学家领衔国际团队发布报告: 全球变暖趋势十分明确

【中新社北京1月9日电】中国科学家领衔全球31家科研机构共56位科学家组成的国际研究团队, 9日联合发布2025年全球海温变化研究报告。报告指出, 2025年全球海洋上层2000米热含量已连续9年刷新有观测记

录以来的最高值, 全球平均海表温度位居历史第三高位, 全球变暖趋势十分明确。

2025年全球海温变化研究报告由中国、美国、法国、意大利等国科研机构的科学家合作完成。

文章第一作者、中国科学院大气物理研究所(大气所)博士研究生潘玉莹介绍说, 海洋吸收了人类活动引起的地球系统增暖中超过90%的热量, 因此, 海洋热含量被认为是衡量全球变暖最稳定、最可靠的指标之一。2025年

全球海洋上层2000米热含量再度创下历史新高, 延续了近9年来逐年破纪录的特征。

该所数据显示, 来自意大利、美国、欧盟的3套国际数据集, 结果也显示出一致的海洋增暖态势。自20世纪90年代以后, 尤

其是2005年之后, 海洋的增暖速率明显增强。全球海洋变暖还呈现显著的区域差异, 主要集中在南大洋、北印度洋、热带和南大西洋以及地中海等关键海区。

文章通讯作者、中国科学院大气所研究员成里京

表示, 海洋持续变暖已对海洋生态系统和人类社会造成深远影响。

“在持续的地球系统能量不平衡驱动下, 海洋变暖已成为全球极端气候与灾害风险加剧的重要影响因素。”成里京说。

(记者 孙自法)

中国人民大学成立全球青年汉学研究中心

【中新社北京1月9日电】青年汉学家与中外文明互鉴国际研讨会9日在北京举行, 中国人民大学全球青年汉学家中心在会上揭牌成立。

据介绍, 全球青年汉学研究中心依托中国人民大学国际文化交流学院建设, 以世界汉学与中国学研究为主要

研究方向, 包括世界汉学与中国学学术史和方法论、中华文明特质的多维解读、中国式现代化道路的国际叙事等课题研究。

此外, 全球青年汉学家中心计划重点推进世界汉学与中国学学科体系建设工程, 着力构建自主的、具有中国特色的、拥有

全球视野的知识体系、学科体系和学术体系, 打造交叉融合的“汉学与中国学”学科。

作为青年汉学家导师代表, 中国人民大学原副校长、大华讲席教授杨慧林对中新社记者表示, 汉学是连接中外文明的桥梁, 能在多层面推动不同文化

之间的交流互鉴。全球青年汉学家中心的成立, 为青年汉学家提供了一个系统性、制度化、可持续的国际合作平台, 帮助他们更深入地走进中国、理解中国, 并与中国学者开展合作, 这对推动汉学研究的长远发展和深化中外文化交流具有重要意义。

“知识在流动。”德国埃尔朗根-纽伦堡大学副校长、汉学系主任白安雅(Andrea Bréard)借用该校校训形象指出, 青年汉学家正是汉学知识在全球流动的载体, 他们可以将知识装入“后备箱”, 邀请他人坐上“副驾驶”, 在学术道路上结伴同

行, 分享汉学研究之旅。

“然而, 这辆‘知识之车’并没有自动驾驶系统。”白安雅呼吁青年汉学家积极参与其中, “我非常期待全球青年汉学家中心能在这种‘知识流动’中涌现出更多新创意、新合作”。

(记者 曾玥)

福建博物院面向社会公开征集文物

【中新社福州1月9日电】福建博物院9日通报, 为丰富和充实馆藏, 补充完善展品结构, 依据相关法律法规, 结合该院文物藏品征集工作的实际情况, 现向社会公开征集具有地方历史、科学和艺术价值

的相关藏品。

此次征集聚焦福建地域文化核心脉络, 征集范围涵盖海洋文化类、闽南文化类、客家文化类、妈祖文化类、畲族文化类等十四类, 全面覆盖海洋文明与乡土文脉的多元维度。

在地域特色文化藏品方面, 海洋文化类重点征集漳州窑瓷器、德化窑瓷器、宋代建盏等外销文物, 以及反映外来宗教在闽传播的实物与文献; 闽南文化类聚焦红砖古厝建筑构件、茶文化遗存、闽

方言文献等。

福建是知名侨乡与台胞主要祖籍地。记者观察到, 此次文物征集将突出台侨特色, 专门征集闽台文缘类与华侨文脉类藏品。

据福建博物院通报,

闽台文缘类侧重反映不

同历史时期闽台共同开发、文脉传承、共同信仰、交流合作等方面有关文物、文献资料; 华侨文脉类征集不同历史时期闽籍华侨奋斗历程的见证物。

福建博物院位于福州市鼓楼区, 占地约90亩, 建筑面积约3.6万平方米, 展厅面积约1.2万平方米, 拥有馆藏文物和各类标本21万余件, 其中珍贵文物近4万件。

(记者 龙敏)

八华学校2025年岁末感恩之旅 (二)

2025年12月26日晚八华学校教育基金会领导层36人一行来到由留学台湾的校友们一手举行的PAPT2025 (2025年八华留台校友会) 聚餐联欢时,受到近百名八华留台校友们的热烈欢迎。

校友们与昔日培育自己的校长和老师们相遇时显得特别激动,老师们看到自己栽培的苗子在台湾的土地上生根发芽,也感到无限欣慰,像自己久未重逢的孩子,一一寻回过去的记忆,不少已茁壮成长,几乎认不出来,欢乐的情景真的难以形容,纷纷拿起手机拍下这难忘的瞬间。

在这激动人心的夜晚,八华教育基金会执行副主席李丽英首先做开场白。她很高兴能参加留台校友会的聚会。因为目前雅加达已有留台校友会,因此她希望今后还是用PAPT (八华留台校友会) 的名称。

八华留台校友会会长梁巍涛在致辞中感谢八华教育基金会各位领导在百忙中来到台湾看望我们,我们正遵循八华学校“学

以致用”的教导,把学到的知识落实到实际行动上。通过校友会,我们会相互照,相互协助。

前八华校友会主席、八华学校辅导委员会委员徐胜文介绍了八华学校成长的过程,我们是本着“办校不取利”的原则,做到财务透明,我们也成立基金会赞助老八华校友功臣至离世为止。学校本来计划2009年才落成,但是基金会总主席兼辅导主席梁世桢认为不可再拖延,要2008年就成立并招生,结果梦想成真,第一年(2008年)幼儿班255名学员爆棚。

教育基金会执行主席游宏良在致辞中说,看到你们,不禁让我回想起你们身着校服的时光。如今,你们已远赴他乡,追求理想。这并非易事,但我为你们敢于接受这一挑战而感到自豪。

今晚,我有两个主要的信息想要传达:第一,关于诚信与价值观。

请记住,你们代表的不仅仅是个人或家庭的名字,更承载着八华的声誉。无论你们身在何处,



教育基金会执行主席游宏良致辞



辅导委员会委员徐胜文致辞



黄雨淮致辞



台湾八华校友会总主席梁巍涛致辞



教育基金会执行副主席李丽英致辞

身处可能不同的文化环境中,我期望这些价值观始终成为你们为人处世的指南针。在台湾的校园或社会里,要成为诚实、谦恭、正直的人。

第二,关于学习精神。台湾是汲取知识与科技的绝佳之地。请持续勤奋学习,不要轻易放弃。以优异的成绩完成你们的学业。正如我们一直弘扬的校训所示:“学以致用”。

我们都热切期待你们在学业结束后回到祖国。印度尼西亚需要智力聪慧且品格坚强的青年。请将你们在台湾所学的知识,用于推动我们挚爱的祖国——印度尼西亚的进

步。期待在印度尼西亚重逢,届时你们都将成为令民族骄傲的儿女。

教育基金会执行副主席黄雨淮在致词中希望在台校友们要团结一致,协助新来的留学生帮助他们解决所面对的问题。

领导们讲话结束后,老师们与留台学员们共进晚餐并且相互倾诉别后之情。他们之中可以说是勤工俭学,为了减少父母负担,合群租宿舍,并通过YOUTUBE学习印尼菜谱,轮流贩卖印尼食品,解决了不少生活需求,有的也已经半工半读投入旅游业,当晚并与爱友旅行社董事经理梁伟强联系。据我们所知他们中毕业后被

当地企业所吸纳,待遇不菲,其中还做了台湾中华电讯印尼代理人。

大家边品尝台湾美食边观看留台学生表演的节目,晚上近9时,结束了这次难忘的团聚。

简介:

雅加达八华校友会在学校被封闭后,1984年重新创会成立校友会秘书处后,校友会总主席分别是:陈永源(已故)林金将、洪明辉(已故)和徐胜文(2005年至2024年),2007年徐胜文,林金将和梁世桢等人吹响复校号角。2008年复校后,徐胜文总主席就开始寻觅接班人,最后出现了游宏良、苏益民

(梁成柱图文)



八华教育基金会执行副主席李丽英列席签字



八华教育基金会总主席兼辅导主席梁世桢列席签字



留台八华第1届至第9届毕业生与学校领导合影



留台八华第10至11届毕业生与学校领导合影



留台八华第12届毕业生与学校领导合影



留台第13届毕业生与八华领导合影



留台八华第14届毕业生与学校领导合影



他 不想一个人！
他一直都不想，可是他喜欢的那个人却不明白他的心情。

夜里很凉，但是被酒精洗礼过的身体却异常燥热。

窗外的月光静静地照着她的侧脸，看起来就像熟睡中的天使一样。

她为什么会有这么安详的睡颜？他明明记得扬扬走了的时候，她

他烦躁地推开被子，走进了黎安忆的卧房。她已经睡了，一点防备都没有，厚重棉被下似乎只是轻薄的睡衣，她纤细的双肩露了出来，半长的头发散在枕头旁。

是多么伤心悔恨，漂亮的眼睛哭得红肿，甚至好几次哭晕在医院里。可是为什么她现在却能这样安适？都是因为苏云吧？

隐忍许久的妒火在酒精的催化下烧得更旺，终于突破理智，再也不管礼教道德的束缚，他只知道眼前的女子是他渴望已久的，他不想再放手。

他脱去自己的衣服爬上了床，放肆大胆地吻着安睡中的女子，略带粗鲁地扯下那轻薄的睡衣。黎安忆在迷迷糊糊中闻到一股浓重的酒味，她以为是苏云回来了，

「你全身都酒味……先去洗澡……」

可是半推半就间，那个男人并没

有停下来，她开始觉得有异。苏云从来不会强迫她的。而且这个男人似乎比苏云高……黎安忆猛地张开眼！

「学长……呃……」惊愕的话语还来不及吐出，戴翊齐便吻了过去。黎安忆一开始当然不断抗拒着，她万万没想到戴翊齐居然会做出这种事情。

但是当她听见戴翊齐不断喃喃念着自己名字的时候，心却软了。

他为什么一直念着她的名字？

「安忆……安忆……不要走……不要留下我一个人……我不是苏云……可是……」

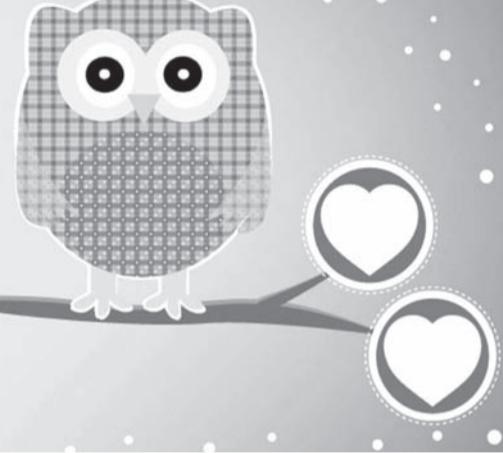
「学长？」

难道他……

略略一迟疑，戴翊齐便占有了她。

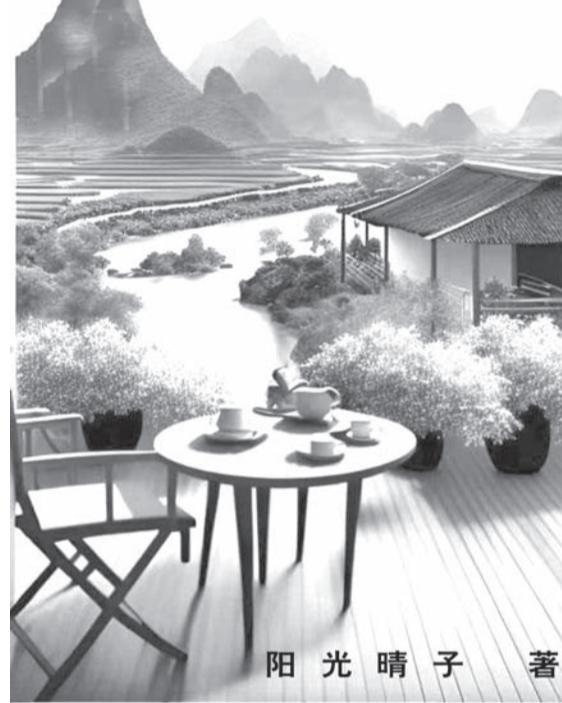
■ (50)

人生感悟



人生应该有所追求。但暂时得不到并不会阻碍日常生活的幸福。因此，拥有一颗平常心是人生必不可少的润滑液剂。宽容是一种美德，俗话说得好：退一步海阔天空，让几分心平气和。这就是说人与人之间需要宽容。

一等女茶师



阳光晴子 著

她 岳阳也记得。当时的她梳着两个团子，一身鹅黄海棠绢花，比阳光还要灿烂。如今她乌黑发亮的发丝半束，插上茉莉发髻，眼如星，唇若樱，一袭粉红色襦裙。窗外阳光洒在她身上，在她身上圈出一道金光，这也是他这些年来放在心坎深处最美丽的一道白月光。

他深吸口气，示意在旁侍候的袁平、晓彤、晓春都出去。

袁平自然是听话，晓春、晓彤这一年见

二少爷行事进退有据，也跟着出去了。莫名的，吕芝莹看着他专注而熠熠生辉的黑眸，心便提了起来，「二哥有什么话要私下交代？」他黝黑的眼眸闪过一丝微乎其微的紧张，声音紧绷带着点沙哑，「一年多前对你告白的情意，至今不曾改变。」室内顿时陷入一片沉寂。她怔愣无语，呆呆看着他。姜岱阳知道自己吓到了，不由得苦笑，「过几日我就要离开了，没个三年不会回来。」想到上一世大哥跟叶瑜修成正果，而她仍小姑独处。他便觉一阵心疼，深吸了一口气，凝睇着她，「我想说的是，如果这两、三年你没有嫁给大哥，那么，

■ (31)



金 骷髅满面笑容不减，走了进来，道：「月华，为何见了二舅父，叫也不叫一声？」

谭月华心中，只感到一阵呕心！金骷髅能在至尊宫中，自由来去，他如今的身分，不问可知！

谭月华实是奇怪，自己怎麽会有这样的一个舅父？

她心中对金骷髅卑视到了极点，只是在鼻子眼中，哼地一声，道：

「你已然投靠了六指琴魔，还来见我作甚？」

金骷髅却并不以为忤，反倒「哈哈」大笑，道：「月华，愚舅要恭喜你了！」

谭月华一听，又是奇怪，又是生气，喝道：「你放什麼屁？」

金骷髅又一笑，道：「端木姑娘，我这外甥女儿，什麼都好，就是脾气太大了些，你切莫见笑！」

端木红冷笑一声，并不理他。

金骷髅又道：「月华，你自己有了大事，还不知道吗？」

谭月华只是冷冷地望着他。

金骷髅一个人，又等了一会，道：「月华，这一下，你可得感激舅父了！」

谭月华面罩寒霜，道：「你有话快说，何必转弯抹角！」

金骷髅踏前两步，道：「月华，六指琴魔，有意要你做儿媳妇！你说这是不是天大的喜事？」

谭月华一听，不由得如同五雷轰顶一样，耳际响起了「轰」地一声，呆住了半晌作声不得！

她直到此际，方始明白，刚才和六

指琴魔说话的另一个人，就是黄心直。

早在数年前，她第一次遇到黄心直，那时黄心直还是鬼奴之际，她便已然觉出，黄心直对她的神态，十分异样。

可是，谭月华却一直以为，那是黄心直为人的原故。

她绝未想到，原来黄心直也在爱着自己，而且爱得如此深切，甚至於在自己已然完全落人对方的掌握之中，他还不敢来见自己！

谭月华发了半晌呆后，突然之间，纵声大笑起来。

金骷髅一见谭月华大笑，心中也十分高兴，忙又踏前半步，道：「月华，你可是心中高兴吗？可别忘了谢我的大媒？」

谭月华倏地止住了笑声，娇声道：

「二舅父，你俯耳过来！」

金骷髅只当谭月华已肯答应，心中更是高兴已极，连忙伸头过去。

却料他头才一伸过去，谭月华玉掌扬起，「拍」地一声，早已在他脸上，重重地掴了一掌！

谭月华虽然武功全失，但是这一掌，却也打得他好生疼痛！

金骷髅绝想不到，谭月华叫他俯耳过去，竟是为了掴他一掌！

他连忙后退一步，心中不禁大怒。可是，他既知六指琴魔，有意娶谭月华为儿媳妇之意，虽是暴怒，却也不敢发作。

只是强笑道：「月华，打得好哇！」

谭月华「哈哈」大笑，道：「自然打得好，你再过来，我还要打！」

金骷髅气呼呼地道：「好！你是不识抬举的了？」

谭月华冷笑道：「放你的狗屁，你以六指琴魔为主人，你这种奴才，有什麼资格来和我讲话，还不快与我滚出去！」

那几句话，骂得金骷髅面色铁青，一个转身，便走了出去。

端木红等他「砰」地一声，将门关上，才道：「谭姐姐，骂得痛快！」

谭月华叹了一口气，道：「我竟会有这样的一个舅舅，真笑死人了！」

端木红道：「谭姐姐，你不答应，只怕六指琴魔，要恼羞成怒？」

谭月华想了一想，道：「不要紧，只要我见到了黄心直，便有办法！」

她一回头，向一个丫环道：「你替我去请黄公子来？」

■ (275)

原形



倪匡 著

正 在这时，病房的门推开，一个警官喘着气，闯了进来，大呼小叫：「卫斯理！卫斯理先生！」

我向他望去，他忙道：「黄主任有电话来，十万火急，请你立刻去

急，不知有甚么事。所以我向何可人指了一下，意思是「你最好能有令我满意的答复」，何可人陡然叫了起来：「你说老人，何伯……是甚么意思？」

听！「我没好气：「甚么事？」那警官道：「黄主任说，半秒也不能延误，请你快去通话，请！」

我虽然等着何可人的回

话，但是黄堂催得如此

急，不知有甚么事。

所以我向何可人指了一下，意思

是「你最好能有令我满意的答复」，何可人陡然叫了起来：「你说老人，何伯……是甚么意思？」

我正想发作，却见他望定了我的神

我道：「你该知道是甚么意思，你出来多久，他就饿了多久。」

那警官见我还在说话，竟急到拉我。我看何可人目瞪口呆，一时之间说不出话来，也没有再等她，就和警官一起走了出去。

出了病房几步，才听得何可人在病房之中，发出了一下怪异之至的叫声。

我跟着警官到了一辆警车旁，只见黄堂自警车之中探出头来，叫我：「卫斯理！」

我一看是黄堂自己来了，并不是他有电话来，就怔了一怔：「你在搞甚么名堂，鬼头鬼脑的！」

黄堂又叫了我一声：「卫斯理！」

他连叫我两声，却又不说别的甚

么，这已经奇怪之至了。

我正想发作，却见他望定了我的神

情，古怪莫名，难以言宣，像是我的脸上有着甚么五色缤纷的图案一样。

我不由自主，伸手在自己脸上抹了一下：「怎么啦？」

黄堂再叫了我一声，这才问：「你……向何可人提到了……那……老人没有？」

他不但神情紧张，而且说到后来，声音竟然在微微发颤，此情此景，真是怪异之至。

我没好气：「才提起，就叫你的手下抓出来了。」

黄堂竟然「」地一声，吞了一口口水：「她……听了之后，反应如何？」

我心中兀自有气，哼了一声：「她竟然反问我甚么老人。」

黄堂第三度叫我：「卫斯理！」

■ (43)

西超杯：皇马2-1马竞晋级决赛

【美都新闻网1月9日】（综合报道）

：雅加达时间1月9日凌晨，西班牙超级杯半决赛，马德里竞技对阵皇家马德里，比赛在沙特吉达阿卜杜拉国王体育场进行。最终皇马2-1马竞晋级决赛将对阵巴萨。

据直播吧消息，第2分钟，贝林厄姆前场推进被犯规，皇马获得前场定位球机会，巴尔韦德主罚选择直接打门，远距离助跑后轰出超级世界波！奥布拉克扑到皮球但没能阻止入网！皇马1-0梦幻开局。

第13分钟，略伦特回传奥布拉克差点失误送礼，维尼修斯险些完成抢断。

第22分钟，小西蒙尼

后场断球前插，马竞推进反击，阿尔瓦雷斯送出直塞，小西蒙尼跌跌撞撞带球倒在禁区内，主裁没有表示。

第35分钟，马竞右路配合后传中，瑟尔洛特也是错失绝佳机会。第40分钟，马竞三连击，库尔图瓦再次扑救救主，最后阿尔瓦雷斯打偏。

第55分钟，前场右侧巴尔韦德送出直塞，罗德



马德里竞技vs皇家马德里。图片：皇马X平台

里戈跟进加速摆脱勒诺尔芒，面对奥布拉克冷静推射入网！皇马2-0领先。

第58分钟，马竞前场右侧连续的配合，西蒙尼前插观察后送出精妙传中，门前瑟尔洛特力压阿森西奥头槌破门！皇马2-1马竞。

第81分钟，维尼修斯被换下时依旧和西蒙尼不断口角险些造成大规模冲突，双方一人一黄。

第90+7分钟，阿尔瓦雷斯最后的机会打偏了。

下半场补时7分钟。最终全场比赛结束，马竞1-2皇马。

U23亚洲杯 杨希王钰栋失良机 中国0比0伊拉克



【网易体育讯】北京时间1月8日22点，U23亚洲杯小组赛D组第一轮，U23国足对阵伊拉克U23。上半场，鲍世蒙伤退，杨希错失良机。下半场，王钰栋失良机，双方仍未改写比分，最终，U23国足0比0战平伊拉克。

本场比赛，中国队方面，王钰栋、拜合拉木·阿卜杜外力先发，蒯纪闻替补待命。第2分钟，鲍世蒙被对方踢到小腿倒地不起。第9分钟，鲍世蒙无法继续坚持被杨希换下。

第21分钟，王钰栋左路传中，王博豪头球攻门顶偏。第25分钟，李镇全底线附近倒三角回传，杨希无人盯防情况下停球抽射将球打飞。第34分钟，U23国足反击中场送出直塞，王钰栋没有能够领好球。第39分钟，U23国足掷出界外球，防守球员解围没有出禁区，王钰栋打门打高。半场战罢，U23国足暂0比0平伊拉克U23。

易边而战，比赛刚开始，王钰栋边路传中至球后点，杨希包抄没能踢上皮球。第54分钟，杨希边路突破后传中，王钰栋没有踢上部位，皮球被伊拉克门将没收。第59分钟，王钰栋任意球打门碰到对方球员后出底线，U23国足获得角球机会。第61分钟，拜合拉木·阿卜杜外力被对方球员放倒，裁判没表示。第65分钟，拜合拉木中场拿球转身被放倒，对方球员吃到黄牌。

第68分钟，U23国足进行换人，杨皓宇和陈泽仕换上，王博豪和李镇全被换下。第71分钟，伊拉克连续给U23国足施压。第74分钟，U23国足反击，王钰栋人球分过后传中，拜合拉木门前抢点，可惜被对方解围出底线。

第87分钟，伊拉克断球后反击头球险些攻破中国队球门，这也是伊拉克全场比赛最好的一次机会。第88分钟，中国队进行换人，向余望换下王钰栋，蒯纪闻换下拜合拉木。第90分钟，伊拉克再度迎来好机会，李昊将球扑出。

下半场补时3分钟，最终U23国足0比0战平伊拉克。（文/夏天）

双方出场阵容：

U23国足出场阵容：16-李昊、2-胡荷韬、3-贺一然、4-吾米提江·玉苏普、15-彭喧、17-鲍世蒙(9' 23-杨希)、6-徐彬、13-王博豪(68' 18-陈泽仕)、20-李镇全(68' 14-杨皓宇)、9-拜合拉木·阿卜杜外力(88' 11-蒯纪闻)、10-王钰栋(88' 7-向余望)

U23国足替补未出场：1-梁毅、12-霍深坪、5-刘浩帆、19-张瑷晖、21-鲍盛鑫、8-木塔力甫·依明卡日、22-毛伟杰。

U23伊拉克出场阵容：1-维萨姆·阿里、3-约瑟夫·拜兹、6-侯赛因·法赫姆、7-穆罕默德·贾米尔、15-阿里·莫哈拉德、17-穆斯利姆·穆萨、5-阿卜杜勒拉扎克·卡西姆、13-阿巴斯·法迪勒、18-阿里·萨迪克(85' 2-哈米德·阿里)、20-阿巴斯·阿德南、23-艾曼·卢艾。

U23伊拉克替补未出场：12-库梅尔·萨迪、4-亚当·塔利布、14-卡齐姆·拉德、19-萨贾德·穆罕默德、10-阿穆里·费萨尔、11-穆斯塔法·纳瓦夫、21-海德尔·阿卜杜勒卡里姆、8-亚西尔·维萨姆。

第10次巡回赛四强！王欣瑜领先收退赛礼，跻身奥克兰站半决赛

1月9日，WTA250奥克兰站1/4决赛进行。中国金花王欣瑜出战，对手是英国选手琼斯。本场比赛王欣瑜在首盘6-4赢下并且第二盘4-3领先的情况下，收下了对



手的退赛大礼，成功锁定了一个四强席位。这是王欣瑜职业生涯第10次在巡回赛跻身四强。

世界排名及交战记录：

王欣瑜排名第57位，琼斯排名第72位。双方在此前从未有过交手记录，此番是两人的首次碰面。

比赛回顾：

首盘比赛王欣瑜一上来就实现破发，随后她顺利保发取得2-0的领先。第7局王欣瑜在第3个破发点兑现，5-2领先琼斯。第8局王欣瑜连丢4分送出发球胜盘局，对

手随后保发追到4-5。第10局王欣瑜没有再次浪费发球胜盘局机会，顺利保发6-4赢下首盘。

第二盘王欣瑜开局破掉琼斯发球局，第2局对手实现回破。第5局王欣瑜再次破发领先，随后她挽救3个破发点保发成功，取得4-2的优势。第8局王欣瑜在30-0领先的情况下，对手选择因伤退赛。

下轮对手：

成功闯入四强的王欣瑜，将在下一轮比赛同4号种子伊埃拉和5号种子里内特之间的胜者隔网相对，争夺一个决赛席位。

24小時
館車免費服務

下雨不用傘

汽車可直開到靈堂面前下車

靈堂寬敞，全部冷氣

第一殯儀館
RUMAH DUKA JELAMBAR

Jl.P.Tubagus Angke No.49(Jelambar) Jakarta

Telp: (021)-5665471-3, 5664436, 5664317-19, 5665555 (Hunting)

WA: 0811 989 4949

VIP-B座
JAP HUAN 女88岁 安葬于富贵山庄之阳

SUITE-1座
SIM SEM KIE 男76岁 01月12日 11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

DELUXE 5座
MUNIR/ NGO GUAN HAN 男47岁 01月11日09:00出殡 安葬于古农加东坟场之阳

金香花座
YAP SUNLING/ SUTRAHIR 男56岁 01月11日 11:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

百合花厅
LILY SUYATNA 女80岁 01月11日 10:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

富贵花座
TJIEW SIAT DJU 女73岁 01月12日 10:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

菊花座
AINA BUANG 女73岁 01月11日出殡 安葬于得卡亚路尔坟场之阳

第14座
SUMIATY 女76岁 01月11日出殡 安葬于INDRAMAYU坟场之阳

第16座
TJEN SIAT KIE 女63岁 01月11日出殡 安葬于JONGGOL坟场之阳

第19座
OEY SOEN NIO 女78岁 01月11日08:00出殡 火化于王宫火葬场

第21-22座
TJIA MARTIN PURWONO 男60岁 01月11日 13:00出殡 火化于JABAR AGUNG火葬场

生命时报

传播健康理念 介绍养生知识

印度尼西亚
商報
INDONESIA SHANG BAO

控糖有道

进餐集中在八小时 血糖降低且减体重 糖友吃饭，限量不如限时

受访专家：北京大学第一医院内分泌科主任医师 袁振芳

生命时报记者 李珍玉

美国科学家在《美国医学学会杂志·开放网络》上发表一篇最新研究显示，相较限制热量，2型糖尿病患者坚持“16+8”的限时进食模式（一天内进餐时间集中在8小时，16小时禁食），更易减轻体重和控制血糖。

美国伊利诺伊大学、明尼苏达大学等机构的研究人员对比了限时进食（“16+8”）和限热量进食（减少总热量的25%）两种模式对减重和控糖的作用。结果显示，6个月内，限时组的受试者平均每天少摄入313~509千卡热量，体重减轻了3.56%；而限热量组平均每天只减少摄入212千卡热量，体重未减轻。此外，两组糖化血红蛋白（HbA1c）的降幅基本相当，分别降低0.91%和

0.94%。

北京大学第一医院内分泌科主任医师袁振芳表示，这项研究提出的“16+8”限时进食的减重控糖原理是基于人体的昼夜节律。人体各种生理活动都有个生物钟节律，各种激素、神经递质的分泌也要受到昼夜节律的影响，特别是与饮食和新陈代谢相关的活动。比如，饥饿激素的分泌高峰出现在上午8点、下午1点和傍晚6点，此时人的食欲会增加；胰岛素从下午2点到6点分泌，这时会增加葡萄糖的利用和代谢，防止脂肪堆积；瘦素从下午4点开始分泌一直到深夜2点，能减少食物摄入量，增加脂肪分解。因此，人要白天进食，夜晚禁食，这样能更好地平衡热量、保持血糖稳态；如果进餐时间与胰岛素分泌不匹配，就容易形成胰岛素抵抗，血糖波动大，也更容易引起肥胖。

为何限时进食对控制血糖和体重的整体效果更好？袁振芳解释，限时进食能更好地控制总热量的摄入和改善血糖反应。糖



这些糖友，直接规定一段时间内不进食，是个更好的办法。

“具体的限时进食方法上，无论进食时间集中在8小时内、10小时内还是12小时内，目前尚无相关研究论证其优劣。糖友可根据生活习惯调整。”袁振芳说，比如早晨七八点吃早餐，中午一二点吃午餐，下午四五点吃晚餐。关键还是要控制好总热量在1500~2200千卡，保证蛋白质、脂肪和碳水化合物分别占能量摄入的10%~20%、20%~30%、50%~65%，同时还要有400克的新鲜果蔬。三餐的热量尽量均衡分配，以更好地保持餐后血糖的稳定。

专家提醒，改变进食时间，要警惕发生低血糖。

有些人较早吃完晚饭，睡前

会觉得饿，可以少吃一点低热量的食物，如黄瓜、西红柿、蛋清等。为避免睡前饥饿感，晚餐可适当增加富含膳食纤维的食物，如绿叶蔬菜、杂豆、薯类、玉米、全麦食物等，更能增加饱腹感。目前，网络上还流传其他轻断食方法，比如一周7天内，5~6天正常进食，1~2天总热量减半。袁振芳指出，这种方法健康人群可以尝试，但不太推荐糖友实践，因为降糖药需根据食物摄入量重新调整。不同降糖药作用时间存在差异，如果热量突然减半，但药物作用仍在，可能导致低血糖。

总之，限时进食只是控糖减重的方法之一，不是唯一的办法。糖友最好先咨询内分泌科医生，量身制定方案，以取得最佳效果。

保护心脑

坏胆固醇低于1.8、血压不超120/80、血糖控制在5.6以内等 防心血管病有“零级策略”

浙江省人民医院心血管内科主任 王利宏



目前，心血管疾病仍是全球最主要的死因。随着人口老龄化加剧，预防心血管疾病的需求将更迫切。当代杰出心脏病学大师尤金·布劳恩瓦尔德教授在《欧洲心脏杂志》发文指出，要想遏制全球心血管疾病大流行，需要尽早启动“零级预防”策略，即预防心血管病危险因素的发生，具体来说应做到七点。如果其中任何一项做不到，应及时采取一级预防措施。

1.“坏胆固醇”控制在1.8毫摩尔/升以下。低密度脂蛋白胆固醇又称为“坏胆固醇”，当它在血液中过多时，容易沉积在动脉壁上，形成粥样硬化斑块，导致动脉狭窄。2023年发布的《中国血脂管理指南》指出，坏胆固醇是血脂干预的首要靶点。

美国心脏学会和欧洲心脏病学会联合发布的冠心病管理指南建议，将坏胆固醇降至1.8毫摩尔/升以下；高风险患者将坏胆固醇降至1.4毫摩尔/升以下；两年内多次发生心血管事件的患者，降至1毫摩尔/升以下。尤金·布劳恩瓦尔德提出的“零级预防”策略中，建议将坏胆固醇控制在1.8毫摩尔/升以内。

生活中，大家应少饱和脂肪、胆固醇含量高的食物，增加富含膳食纤维和健康脂肪的食物，如水果、蔬菜、鱼类等；适度进行有氧运动，保持良好的生活方式。若在此基础上，血脂仍无法达标，可在医生指导下使用降血脂药物。

2. 血压保持在120/80毫米汞柱以内。血压升高会对血管壁产生损伤，增加斑块在血管壁堆积的风险。高血压还会加大心脏负荷，导致心肌肥厚和心脏功能异常，增加心肌缺血风险。冠心病患者的血压，最好控制在140/90毫米汞柱以内，高危人

群控制在130/80毫米汞柱以内。“零级预防”策略建议，血压最好保持在120/80毫米汞柱以内。控制血压应从多方面入手，比如减少钠盐摄入、适度运动、控制体重、戒烟等。在此基础上，若血压仍控制不佳，可在医生指导下服用降压药，并做好血压监测。

3. 空腹血糖低于5.6毫摩尔/升。高血糖会损害内皮细胞功能，使血管内膜发生炎症反应，促进动脉粥样硬化的形成。此外，高血糖会增加血小板聚集，促进血液凝固，增加血栓形成风险，加重动脉狭窄。而且，糖尿病患者往往伴随其他危险因素，如高血压、高血脂等，它们会共同增加心血管疾病风险。“零级预防”策略建议，将空腹血糖控制在5.6毫摩尔/升以内，饮食方面多选择低糖、高膳食纤维的食物，适度运动也有助降血糖。另外，糖尿病患者建议在医生指导下使用降糖药或胰岛素，并做好血糖监测。

4. 坚持健康饮食习惯。“零级预防”策略建议，尽量选择低脂、低盐、低糖、高膳食纤维食物，少吃饮料、罐头等加工食品。

5. 从不吸烟或戒烟。吸烟会损害血管内皮功能，导致血管收缩和舒张功能异常。烟草中的化学物质会引起炎症反应，促进斑块形成，同时会影响血红蛋白的携氧能力，加重心肌缺血。吸烟还会促进血液凝固，增加血栓形成风险。因此，戒烟对预防和管理心血管疾病至关重要。

6. 每周中等强度运动150分钟。适度运动可降低心血管疾病风险，研究表明，每周进行至少150分钟中等强度运动有助降低心血管事件风险。

7. 体重指数控制在25以内。肥胖会增加心脏耗氧量，加重心肌缺血。肥胖者常合并血脂、血糖、血压异常，共同加剧心血管疾病风险。美国心血管疾病预防管理指南指出，体重指数在25及以上的人患心血管疾病的风险大。尤金·布劳恩瓦尔德建议，通过饮食、运动等方式管理体重，将体重指数控制在25以内，必要时可就医干预。

健康大讲堂

中医把咳嗽分两大类

主讲人：北京天坛医院中医科主治医师 周纾



近期，呼吸道疾病高发，加上突如其来的寒潮，身边的咳嗽声仿佛又多了起来。从西医角度看，咳嗽是一种感冒、咽炎、喉炎等呼吸系统疾病的常见症状。而中医把咳嗽当作一个疾病来看待，把以咳嗽为主要症状的一类病证统称为“咳嗽”。

正确认识“咳嗽”

中医认为，肺主气，司呼吸。肺气上逆，宣发肃降功能失常，就会出现咳嗽症状。中医理论中把咳嗽分为外感咳嗽和内伤咳嗽，表现有些不同。

外感咳嗽。一般来说发病时间较短，多数为几天至半个月。外感咳嗽都有受风着凉的因素，共同症状就是咽喉痒，常见表征为咽痒、恶风寒、鼻塞流涕等。一般分为以下三种类型。

风寒咳嗽。表现为鼻塞、流清涕、恶寒，痰是稀白的，舌苔薄白不厚。

风热咳嗽。这类患者会出现咽喉痛、流黄黏涕，痰是黄黏的，口干口渴，舌红，苔薄黄不厚。

风燥咳嗽。主要是干咳、无痰或者痰很少发黏，口鼻干燥，舌苔薄白或薄黄不厚。

内伤咳嗽。多数发病时间长，常为半年甚至多年。部分内伤咳嗽初期由外感诱发，但后期已没有外邪的表现。内伤咳嗽一般没有咽痒的感觉，主要是以下四种类型。

痰湿咳嗽。痰量多，色白偏稀，可见胸闷憋气，不口渴，舌苔白腻或白滑较厚。偏寒者痰多泡沫，有怕冷背凉、遇冷加重的症状；偏脾虚者可见胃胀腹满，大便稀溏。

痰热咳嗽。痰多，色黄质黏稠，可见胸胀满甚至胸痛，面红、燥热、口渴、大便干燥，舌红、苔黄腻较厚。

肝火咳嗽。特点是咳嗽和情绪有关系，生气时加重，痰黏，严重时咳痰带血，多有胸胁胀痛，面红、燥热、口苦，舌红、苔薄黄。

阴虚咳嗽。和风燥咳嗽症状相似，也是干咳无痰，或者痰很少，口干咽燥。不同点是有午后潮热、盗汗、手足心热、舌红少苔等阴虚表现，没有咽喉痒的症状。

两招辨清咳嗽类别

咽部感觉。一般咽痒必有风邪，而且多偏风寒；咽痛并且舌红苔黄，多半是有热；咽干口渴，多偏燥热；久咳咽干则可能是阴虚。

痰的情况。痰黏稠，不易咯出，无论色白还是黄，都属于肺热；痰偏稀，泡沫多，即使颜色偏黄，也是肺寒。如果痰少只是偏燥，那

么要有其他阴液不足的症状，才能确认是阴虚。

咳嗽还有四种比较常见的特殊类型。一是“寒包火”。很多人本身有内热，受凉后，既有内热的症状如口渴烦热、大便干燥；又有怕冷、鼻塞流清涕的风寒表现。

二是胃食管反流导致的咳嗽。表现为咽喉不适，气逆咳嗽不止，需在降气和胃的同时，加用宣肺止咳药。

三是鼻炎伴随咳嗽。鼻炎引起的鼻涕倒流到咽喉，也会出现咽部不舒服而咳嗽。这种咳嗽多半无痰，要以治疗鼻炎为主，稍加宣肺利咽的药。

四是儿童积食咳嗽。儿童咳嗽多为停食着凉，特别是吃了大量蛋糕等甜腻食物后更容易发生，需要在消食化积的基础上，加用宣肺降气的药。

治疗注意四点

咳嗽原因比较复杂，治疗也不能一概而论，需注意以下四点。

咳嗽初起慎用清热解毒药。清热解毒药一定是身体有热毒才能用。如果刚开始只是受风着凉、怕冷、鼻塞、流清涕，没有咽痛口渴等内热的症状，不应该用清热解毒药。

用了不但没有效果，反而损耗正气，使邪气深入不易排出。还要注意体温升高并不等于热毒，体温升高是人体正气对外来邪气的正常抗病反应，如果同时只有恶寒怕冷，没有燥热，治疗应以疏风散寒为主。

慎用抗生素。近年来国家非常重视滥用抗生素输液的问题，但口服抗生素仍然很难严格监管。大部分人还是认为发烧或者咳黄痰就是有炎症，有炎症就要用消炎药。其实很多炎症并不是细菌导致的，盲目使用抗生素，不但没有效果，还会杀死人体正常细菌，扰乱内环境，甚至造成抗生素耐药。

初期忌用润肺止咳药和镇咳药。咳嗽初期，即使有阴液耗伤的口干咽燥症状，也要根据具体情况，选用搭配适合的药物。一味用川贝枇杷露之类的润肺止咳药，或复方甘草片等镇咳药，不利于邪气和痰液的排出。

咳嗽忌寒凉生冷非常重要。《难经》有云：“形寒饮冷则伤肺。”因此，咳嗽初期忌吃川贝蒸梨或者梨水，也建议尽量少吃水果。食物若不对症，会导致邪气和痰湿收缩郁结，不容易消散。如有燥热口渴的表现，应使用药物治疗。如果确实有痰，或者儿童有积食，可以尝试白萝卜煮水喝，有行气消食化痰的效果，但注意不要生吃白萝卜。