

据新华社东京3月22日电

日本政府内阁会议22日决定自本月29日起正式实施新安保法。届时,被历代日本政府禁止的行使集体自卫权将成为可能,日本自卫队可在全球范围内展开行动,任务内容也将扩大。

新安保法包括1个新立法和10个修正法。新立法是《国际和平支援法》,根据该法,日本可随时根据需要向海外派兵并向他国军队提供支援。10个修正法统一打包为《和平安全法制整备法》,内容大多涉及行使集体自卫权、扩大自卫队海外军事行动任务和范围等。

去年7月和9月,日本执政联盟控制的国会参众两院不顾在野党和日本民众强烈反对,强行表决通过了新安保法。同年9月30日,日本政府正式公布新安保法,法案将在公布后6个月内实施。新安保法标志着日本战后“专守防卫”的安保政策发生重大转变,日本放弃战后坚持多年的和平国家路线,积极投身全球军事活动。新安保法生效后,从法律上讲,只要美军提出要求,即可由日本防卫大臣判断是否出动自卫队对美军给予防护。

此间分析认为,由于担心对7月国会参议院选举造成影响,安倍政权不会在选举前安排自卫队扩大任务范围,营救海外被绑架人质训练和赴南苏丹维和新任务的时间安排已被推迟到选举之后。此外,在平时护卫美国军舰一事目前也暂时搁置。由于行使集体自卫权涉嫌违反日本宪法,新安保法遭到在野党、宪法学者、普通民众等日本社会各界的强烈反对。本月19日,在新安保法被强行通过半年之际,日本多地民众举行了反安保法游行。

所谓集体自卫权,是指与本国关系密切的国家遭受其他国家攻击时,无论自身是否受到攻击,都有使用武力进行干预和阻止的权利。日本在二战战败后,通过了被称为“和平宪法”的《日本国宪法》。该宪法禁止日本行使集体自卫权,只允许行使个别自卫权,即在本国受到攻击时使用武力。它还禁止日本拥有军队和享有交战权。

自卫队要脱缰

日本新安保法本月29日起正式实施



19日,日本新安保法被强行通过半年之际,东京上千名民众在日比谷公园举行集会,反对安倍内阁月底即将实施这一法案。新华社发

以历史镜鉴看日本新安保法之危险

日本新安保法的主要动机和直接效应之一就是强化了日美军事同盟。二战后,美国长期扮演日本保护国的角色,迄今美日同盟的实质是美国以协防日本的“义务”换取美军在日本的近乎永久性驻扎。但新安保法施行后,美对日的单向协防转化成美日间实质的军事互助,这将使美日同盟更接近近现代意义上的军事同盟。

而从近现代史看,日本与各个时期主要大国缔结的军事同盟,无一例外鼓舞了日本的武力扩张欲望,结果都使日本和亚洲深陷战争灾难。1902年,日英结成军事同盟。两

年后,日本发动争夺东北亚殖民地的日俄战争,并在接踵而至的一战中加入英国主导的协约国一方抢夺帝国主义战争果实。1940年,日德意缔结三国同盟,妄图瓜分世界,将二战战火引向更深、更广范围。

日美军事同盟会例外吗?看看近期日本扶美国霸权之威在亚太地区上蹿下跳,煽风点火,拉帮结伙的劲头,不能不让爱好和平的人们忧心忡忡。日美军事同盟的积极鼓吹者、前美国国家安全委员会亚洲事务高级部长格林近日通过日媒毫不隐晦地指出,包括新安保法在内,安倍政府的“安保改革”就

是要把美国拉入亚太地区的纷争。

同样,美国和其他一些被日本“安保改革”所惑的人们也该照照历史的镜子。希特勒这个怪物不是凭空产生的。当年,英法美等一战胜利国不断纵容希特勒挑战凡尔赛和约为代表的战后秩序,还从意识形态出发希望能将纳粹德国的祸水引向苏联。最终,西方自食其果。安倍政府上台后,一方面加紧挑战二战战后秩序,另一方面利用一些国家的冷战思维,为日本重新军事化和扩张势力创造空间,让人仿佛觉得一战战后历史正在东亚重演。据新华社

“世界睡眠日”关注睡眠

失眠需要针对不同原因进行治疗

3月21日是第十六个世界睡眠日,今年的主题是“美好睡眠,放飞梦想”。为提高人们对睡眠问题的关注与认识,让大众获得科学的睡眠知识,18日下午,山东省精神卫生中心专家唐茂芹教授进行了睡眠专题讲座,详细讲述了“失眠与健康”的话题,并现场解答了睡眠障碍相关问题。

问题一:自己经常做梦,有没有办法让人不做梦?

唐茂芹:梦并非可有可无,对于恢复人脑的机能具有重要作用。

门诊上经常有人抱怨晚上总是做梦,询问是否有办法让人不做梦。其实梦是个体意识的重要组成部分,睡眠中有五分之一的时间在做梦,对于增强记忆特别是长期记忆具有重要的作用。梦的内容与快波睡眠强度例如眼运动等有关科学证明,一个人在做梦期间其大脑皮层的血流量显著增加有利于解除人的大脑

疲劳使人情绪高涨精神焕发。同时,梦可以有效调节人的情感比如一个人受了委屈经意外的悲痛或某种欲望得不到满足时,常常可以在梦中让情感得到宣泄。

问题二:失眠会让人抑郁、焦虑吗?

唐茂芹:失眠是抑郁焦虑常见的临床表现,睡眠改善往往也是抑郁焦虑好转的征象。

失眠可以让人产生抑郁、焦虑的情绪,而值得注意的是,抑郁症、焦虑症等疾病的常见临床表现也是失眠。前者先有失眠最常见的就是入睡困难,数日后无改善继而变得抑郁焦虑。80%-90%的抑郁症、焦虑症患者有睡眠障碍,多表现为入睡困难、睡眠维持困难或早醒。而失眠也加重了患者的抑郁焦虑情绪,严重影响了患者的生活质量和日常工作。对这些患者来说,一旦睡眠改善,也往往意味着疾病的好转因

此,应十分注意患者的睡眠问题。

问题三:经常失眠要怎么治疗?

唐茂芹:首先要针对失眠的不同原因进行治疗,药物治疗和心理治疗相结合效果更佳。

引起失眠的原因很多,学生会因为面临考试而紧张失眠,老年人的失眠则多与疾病有关,如焦虑、抑郁、心脑血管病、糖尿病等。因此,治疗失眠首先应该针对引起失眠的不同原因进行治疗,其次是依据失眠发生在早段睡眠、中段睡眠、末段睡眠的哪个阶段,不同睡眠阶段的失眠,其治疗方法也不相同。失眠患者还可以接受适当的心理疏导,了解睡眠机制,消除对失眠的恐惧心理,改善人际关系,特别是夫妻关系、婆媳关系等。

要想改善失眠,必须讲究睡眠卫生,调整作息,改善卧室环境,减少或停用烟酒、茶及咖啡,适



当增加运动。需要提醒的是,失眠患者最好在有了睡意之后再上床睡觉,睡前看看不感兴趣的电视等,可以诱导病人出现睡意。培养良好的睡眠规律,无论睡眠如何,每天都应尽量在同一时间起床。

催眠药物一定要在医生指导下使用,同时遵循以下原则:根据失眠

类型使用不同的药物使用最小的有效剂量,短期使用并逐渐停药。

●专家名片 唐茂芹教授是山东省精神病与精神卫生学科带头人,从事精神医学临床30余年,擅长诊断治疗睡眠障碍、抑郁症、精神分裂症等各类精神障碍。

(文/佟霞)



老包说茶

甜茶,顾名思义,以甜著称,是红茶中的百年传奇——普洱晒红的一种。太和是振太乡的旧称。太和甜茶产于普洱市镇沅县振太乡,历史悠久,风味独特,是当地居民婚嫁嫁娶、盛大节日等必备的吉祥之物。

太和甜茶茶汤像红茶,但又不似普通红茶那般浓艳;有点像熟普,却又轻盈灵透,入口顺滑软糯。此茶的工艺复杂,现在已被列入普洱市第二批非物质文化遗产保护项目。

相传元朝时期,蒙古人南下征战,中原人成边来到无量山。本地茶叶苦涩难以入口,于是他们把中原地区与居住民的制茶技术结合

太和甜茶:探秘云南百年“普洱晒红”传奇

起来。其中,段氏制作太和甜茶的技艺最为精湛。他们制成的茶叶叶张完整,黑白分明,银毫满布,鲜甜顺滑,口味甚佳。

太和人,世代以茶为生。但随着政治的动荡,这茶的手艺人越来越少。民国时期慢慢沉寂,集体化经济时代茶叶由国家统购统销,基本只收晒青毛茶,甜茶工艺也就更加落寞。

太和甜茶是段苹儿时的记忆。她与丈夫李琨下岗后决心重振甜茶工艺。夫妻二人走茶山,访老人,寻制茶古法。但会这种制茶工艺的老一辈人悉数不在了,这让二人一筹莫展。而一副在当地家家户户都

挂着的对联,让她和丈夫豁然开朗。

上联“请仙子认亲人日月同辉”,下联“迎红夜财入室情定终身”。“请仙子认亲人”,说的就是采茶的过程;“日月同辉”,是让茶叶自然萎凋;“迎红夜”,其实说的是茶叶萎凋好了,叶子变红;“财入室”就是把茶叶放到瓦罐或者石缸里面发酵;“情定终身”说的是茶叶日晒风干再存放到瓦罐的过程。正是这一幅对联,让二人领悟到了老辈茶人的制茶智慧。

从此,他们的“太和甜茶”走出云南,深受各地茶叶消费人群的喜爱。2013年,普洱晒红制作技艺列入

普洱市第二批非物质文化遗产项目,段苹成为该项目的代表传承人。

人们不断传承、总结,改进茶叶制作工艺,才成就了中国博大精深茶文化。或许,段苹和李琨于你而言是一对普通的茶人夫妻,可是他们执着于梦想,坚持不懈恢复一方名茶——“普洱晒红”的精神不得不让人佩服。

春茶陆续采摘上市,普洱新茶口感性烈涩味大,不宜过多饮用。而普洱晒红醇和温润,不上火,共有红茶的汤色、叶底,又像普洱茶一样可长期保存,具有后发酵的特征,是干燥春季的至佳饮品。欢迎

到店品尝普洱晒红!

天下普洱茶国山东营销中心是专注于普洱茶定制与品鉴的茶叶机构,现面向全国诚招渠道、代理商。

济南旗舰店:济南市经十路17513号(学府大酒店往东100米路北) 订购咨询热线:0531-81758658 13065076666

