现出新面貌:人们不再满足于 常规、普通的健身方式, 而是 变着花样追求多样、好玩的新

去年6月,英国某健身公司 研发了一辆针对上班族的"健 身巴士"。这款"健身巴士"不 同于普通大巴,车辆内部取消 了固定车座,取而代之的是一 排健身自行车。巴士不仅提供 冷饮,还专门设置了洗浴区。 在正式投入运行之后, 巴士将 会扩大行车范围, 在伦敦市区 常用的通勤路线上增设停靠 点。创始人詹姆斯·巴尔弗说: "我们希望可以通过改变人们的 通勤习惯来提高他们的生活效 率。对于那些既想参加健身又 没有时间的人来说,健身巴士 提供了完美的解决方案,他们 可以效率最大化地利用通勤时

交网络上刷屏的"马甲线", 健 身早已成为一种时尚的生活方 式。风靡朋友圈的健身潮也呈

式健身。

没有健身设备的健身房, 你能想象吗? 今年4

阿

洞

月,美国纽约开设了一家依靠视觉刺激主导训练内 容的健身房。在这间健身房里,没有杠铃,没有跑 步机,没有任何大型器械,房间的墙面和地板上只 有会发光的圆圈和数字。可别小看这些图案,它们 是由特殊感压材料制成的, 可以记录健身者每次的 发力情况,并通过电脑程序算法将训练动作体现到 地面灯光上,从而指导训练者做动作,帮助他们建 立肌肉发力感。

健身从室内搬到室外,不仅仅是地点的变换, 更是理念的创新。在健身圈大火的"桨板瑜伽",就 把刺激的冲浪与古老的瑜伽结合在一起。去年8月, 欧美地区掀起一股"桨板瑜伽"的热潮。练习者们 站在漂浮的桨板上,学习瑜伽体式。水上"桨板瑜 伽"采用的健身设备,是一块混合了冲浪板、滑板 的平衡板。练习者站在上面,可以调节桨板左右翘 动,或是360度旋转。在浮动的桨板上做动作尤其挑 战练习者的平衡感,只要稍用错力,桨板就会左右 晃动。相应地,为了保持平衡,练习者的核心肌群 需要立即做出调整,健身效果也比在平地上好很多。

健身不仅是锻炼身体的途径, 更体现着积极的 生活态度。理念的更新加上科技的进步,"健身潮" 会迎来更大的发展空间,健身方式也会更加丰富多



图为"健身巴士"概念图

资料图片

玛拉拉·尤萨夫扎伊

4月10日,联合国秘书长古特雷斯 新华社/路透

美国航母逼近朝鲜半岛

特氏"亚太战略"3.0版呼之欲出

本报记者 严瑜

环球热点

朝鲜半岛上的火药味越来越浓。针对美国近日调派"卡 尔·文森"号航母战斗群前往朝鲜半岛附近水域这一举动,朝 中社11日引述朝鲜外务省发言人的警告称,朝鲜将采取最严 厉的行动,用强有力的武器捍卫自己,回应华盛顿的挑衅。

9日,美国国务卿蒂勒森在接受媒体采访时曾一度松口, 称如果朝鲜停止核试验与导弹试射,美国可以考虑对话。但 朝鲜这一最新表态无疑将再次推动半岛紧张指数走高。美国 《国家利益》杂志称,特朗普政府目前传递出的信号是:是时候 打破朝鲜问题的现状,寻找其他的解决方式。而这背后,外界 揣测已久的特氏"亚太再平衡"战略呼之欲出。



一次"以强对强"的碰撞

美媒曾有报道,特朗普在竞选总统时说过,为了化 解朝鲜核武器计划的威胁, 他愿意和金正恩面对面边吃 汉堡边谈判。不过,从这几天的事来看,上任后的特朗 普选择了一种更加咄咄逼人的对朝态度。

美国海军8日宣布,原计划从新加坡驶向澳大利亚 的"卡尔·文森"号航母战斗群已改变航向,驶向朝鲜 半岛。据悉,该航母战斗群刚刚参加过3月举行的美韩 联合军演,预计本周末抵达朝鲜半岛临近海域。

对于这次闪电般的突然转向,美国太平洋司令部发 言人贝纳姆称,这是一种审慎的措施,目的是为了维持 美军在西太平洋的戒备和存在状态。

"这是美国近年来在东北亚动作很大的一次威慑。" 中国政法大学国际政治系主任李群英向本报记者指出, 除了"卡尔·文森"号调转方向之外,还值得注意的 是,原本驻扎在日本横须贺的美军第七舰队"里根"号 航母估计将于本月完成维修,回到战备位置,这意味着 未来美国将在东北亚部署两大航母战斗群。而在此之 前,如果不是做战前准备,美国一般在一个地区只部署

这一强大威慑,目标清晰,直指朝鲜。今年3月,美 国国务卿蒂勒森在参观局势紧张的朝韩边境后就曾威 胁,倘若朝鲜继续发展核武器计划,美国会对朝鲜采取军

对此,朝鲜一如既往地选择"以硬碰硬"。朝鲜外 务省11日称,华盛顿的军事威胁证明了朝鲜发展核计 划和导弹计划的正当性, 现实证明只有朝鲜加强核武装 的选择,才能增加军事自卫能力和先发制人的能力。

"迄今为止,还没有一个拥核的国家遭受军事打击 的先例。因此,朝鲜想当然地认为,凭借自己拥有的核 武器,别国不敢对其动武。"中国社科院亚太与全球战 略研究院研究员董向荣在接受本报记者采访时指出,基 于这种认识, 朝鲜此次更有可能采取强硬方式回应来自 美国的"敲打"。

战略威慑背后的亚太谋划

这并不是美国航母第一次出现在朝鲜半岛附近。但 如分析所言,在美国借轰炸叙利亚释放了"不害怕采取 军事行动"的信号之后,美国航母此次驶向朝鲜半岛所 展现的威慑力度与以往不可同日而语。

"朝鲜刚刚进行了一次导弹试射。更重要的是,目 前美国方面认为朝鲜很有可能要进行第六次核试验。" 中国社科院美国研究所外交研究室主任袁征在接受本报 记者采访时指出,美国此举意在加大对朝鲜的战略威 慑,以压力促对话,要求朝鲜暂停核试验和导弹试射。

近来,美韩方面关于朝鲜可能发射洲际弹道导弹或 者进行第六次核试验的预判不断增强。美国总统国家安 全事务助理麦克马斯特9日向福克斯新闻频道直言,特 朗普认为朝鲜的"挑衅性行为"模式不可接受,美国需要 作出相应动作,派遣航母打击群正是一种"谨慎"的回应。

事实上,特朗普此番在朝鲜半岛附近大动干戈,进 一步表明亚太依然是美国新任政府最为在意的区域。

"虽然为了和奥巴马政府拉开距离,特朗普不会继 续沿用'亚太再平衡'这一说法。但事实上,自2011 年推出以来,美国的'亚太再平衡'战略已经基本确 立,未来美国将继续在亚太加强军事部署、同盟关系和 资源投入。"袁征指出,对美国来说,无论是从经济利 益层面,还是从地缘政治角度,亚太都是最重要的区 域,美国新任政府的外交重心依然在此。

董向荣也认为,随着亚太局势的变动,美国将在这 ·地区部署更多的军事力量。"特朗普政府对亚太地区 的重视不会改变,尤其是在这一地区的军事准备状态, 要能够随时打击任何可能对美产生威胁的目标, 确保美 国及其盟友的安全。"

在亚太,对美国而言,目前最为棘手的对手就是朝 鲜。此前,美国外交学会列出了2017年美国决策者需要 "高度优先预防"的7个紧急事件,朝核危机赫然位于榜首。

"从国家行为体来说,古巴与美国的关系已经缓 和, 伊朗核问题则已得到基本解决, 在叙利亚, 美国已 经采取了军事打击行动。目前在美国看来,最大的威胁 正是来自朝鲜。"董向荣说。

这样看来,特朗普此次强势剑指朝鲜半岛 是继奥巴马"亚太再平衡"战略2.0版之后,打算推出 特氏3.0版的一次有力彰显,而其根本目的正是控制东 北亚,进一步捍卫美国的经济利益与全球霸权。

朝鲜会是下一个叙利亚?

接下来,美国在东北亚是否还会有更大动作?

日前,在谈到美国对叙利亚采取的最新一次轰炸时, 蒂勒森将之形容为是向其他国家传达一种信息,即"如果 违反国际规范、违反国际协议,不遵守承诺并对他国构成 威胁,那么在某个时间点可能要承受某种回应"

这里的"其他国家"自然包括朝鲜。"不要以为美国 的警告只是说说而已。当前, 朝鲜半岛爆发军事冲突的 可能性凸显。"董向荣认为,美国此次兵临城下不只是 "秀肌肉",还是一次非常强硬的立场宣誓。特朗普政府 成员近期的多次表态,释放出清晰而严肃的信号——如 果没有和平解决朝核问题的方式, 那就只能武力解决。

时下的局势让这种可能性不容忽视。 "一方面,朝鲜无视联合国决议,不断进行核试验 与导弹试验,美国认为朝鲜是在频频挑战其底线,引发 美国对自身及盟友安全的极大担忧。另一方面,特朗普 不按常理出牌的行事风格及其想在国际国内树立威信的 需求等因素,大大增加了美国对朝采取军事行动的几 率。此外,美韩对朝采取军事行动已有多种预案,并不 断进行联合演练,这使他们对朝动武的自信比以往更 强。与十年前坚决阻止美国对朝采取军事行动不同,当 前韩国国内主张采取军事行动'快刀斩乱麻'式地解决 朝核问题的声音越来越大。"董向荣说。

据报道, 韩国峨山政策研究院去年年底的一项调查 显示,43.2%的受访者认为危机情况下进攻朝鲜是"必 要的",反对武力进攻者则比之前下降9%。"相对而 言,在最近30年间,军事行动的可能性达到了最大时 期。"日本学者高桥洋说。

不过,也有分析指出,对朝动武可能带来的后果将让 美国非常谨慎地决定是否放出下一步大招。"与叙利亚不 同,外界普遍认为朝鲜事实上已经拥有核武器,因此美国 必须考虑朝鲜采取反击造成的后果。"李群英指出,美国 还将面临来自朝鲜半岛周边国家对其对朝动武的反对。

袁征也认为,美国此次派出航母驶向朝鲜半岛,心 理博弈的意味胜于军事打击的可能。"朝鲜向来比较强 硬,一旦采取军事行动,半岛局势是否可能失控?特朗 普要考虑这个问题。"

无论如何,一个已经显现的态势是,伴随朝鲜半岛局 势不断升级,朝核问题到了一个变轨的关键时刻。"像之 前那种朝鲜进行核试验——联合国安理会制裁——朝鲜 再核试——联合国再制裁的循环模式不太可能再继续下 去。当前的朝鲜半岛已经到了大变局的关节点上,要么 倒向军事冲突,要么通过对话解决问题。"董向荣说。

获任联合国和平使者

(右)任命巴基斯坦的玛拉拉·尤萨夫扎伊 为推动女性教育的联合国和平使者,19岁 的玛拉拉成为联合国最年轻的和平使者。

路透社报道,根据欧盟新的反恐法规定,自4月7日起,欧 盟申根国将全面重新启动边境安检,加强边境管控。该法旨在防 范恐怖袭击活动的再度发生、控制难民偷渡。这意味着欧盟申根 国家间出入境无边检的历史就此中断。

边境安检重启动

路透社报道,从4月7日开始,欧盟申根国陆海空所有出入 境口岸将重新启动安检机构,所有过往旅客必须经过边检人员的 检查方可过境。这项新规定是3月通过的,边境官员将检查所有 旅客的文件, 查询申根信息系统、国际刑警组织及通缉名单等数 据库,以保障申根国家与非申根国家之间的边境安全。

欧盟申根国全面重启边检其实酝酿已久。2015年9月13日,

境大门。据法新社报道,欧洲刑警组织认为,虽然没有具体的证 据表明恐怖分子"系统地利用难民的流动进入欧洲",但确需警 惕新移民矛盾的激化对恐怖分子招募成员带来的"便利"。据美 联社报道,捷克总统米洛什·泽曼曾表示:"今天几乎没有人不怀 疑移民潮与恐怖活动之间有关联。安置穆斯林和难以相互融合的 移民意味着埋下了滋生恐怖活动的种子。"可见成员国确实有此 担忧。

欧盟一体化背后的深层矛盾,是重设边检的根本原因。中国 人民大学国际关系学院教授、欧洲问题研究中心主任王义桅认为: "有三大矛盾一直拷问着欧盟。首先,公民的流动自由与国家安全 形成矛盾。其次,欧盟有统一的边界却没有统一的边界政策。第 三,很难平衡各国的权利与义务,这也使欧盟的决策效率极低。'



恐袭令欧盟头疼 申根国重启安检

安全自由难平衡

在欧盟的新反恐法出台之前,不少成员国就已在安全与自由之间 左右摇摆。俄罗斯卫星网报道,出于安全考虑,有些申根国曾建议修 改申根条款。修改申根条款,重设边境检查,虽然会在一定程度上维 护各成员国的国家安全,但同时,公民的自由流动将会受到局限。因 此这项提议遭到欧盟高管的强烈反对,欧盟各国难以达成一致。

迫于愈发复杂的安全形势,新反恐法规定重设边境检查,自 由后退了一步,这意味着欧盟一体化进程再次受挫。尽管自由向 安全做出了让步,但王义桅认为:"此次重设边检的措施虽然能在 一定程度上控制恐怖袭击的问题,却治标不治本。若想要从根源 上解决欧盟面临的矛盾,还需建立真正的命运共同体。"

目前,如何平衡好安全与自由之间的关系,成为欧盟迫切且 棘手的问题, 欧盟一体化目标的实现道路漫长。



俄罗斯国家反恐委员会主席、俄联邦安 全局局长博尔特尼科夫近日表示,2016年俄 安全部门在全国9个城市成功挫败16起恐怖 袭击图谋,捣毁国际恐怖组织的46个窝点。

据俄罗斯国家反恐委员会网站发布的 公告,博尔特尼科夫日前称,2016年,俄安全 部门在莫斯科、圣彼得堡、索契等9个城市成 功挫败16起恐怖袭击图谋。然而,近日发生 的圣彼得堡地铁恐袭案表明,俄反恐工作仍 不能完全应对国际恐怖组织带来的威胁。



1亿

日本厚生劳动省日前公布50年后日本 人口数量的预测结果。根据国立社会保障 与人口问题研究所估算,日本人口将在2053

日本少子化、老龄化现象严重。2016年 日本老龄社会白皮书显示,65岁及以上人口 占总人口比例为26.7%。根据厚生劳动省 的人口动态统计,2016年日本国内新生儿约 98.1万,是日本自有相关统计以来年出生人 口首次跌破100万。 (均据新华社电)

2016年5月中旬。但据俄罗斯卫星网报道,上述国家一再向欧盟 申请延长边境管制,并且获得欧盟批准。 恐袭促新规出台

德国鉴于难民危机启动了临时边检,成为采取该措施的首个申根

国家。随后奥地利、法国、比利时、丹麦等多个国家纷纷启动临

时边检。根据欧盟的有关规定,这样的临时边检最多只能实行至

防范恐怖袭击成为这项规定出台的直接原因。

近期欧洲恐袭频发,3月22日,伦敦国会大厦附近发生恐怖袭 击;4月7日,瑞典斯德哥尔摩某购物街发生卡车冲撞人群的恐怖 袭击事件;4月8日夜,挪威奥斯陆市警方逮捕了一名在市中心桥 下放置小威力自制炸弹的嫌疑人。频繁发生的恐袭事件,不断加

另外, 难民危机加剧了欧洲的不稳定形势, 促使各国关上边