

耶魯授「快樂之道」 成最受歡迎課程



■ 桑托斯(下)與學生合照。網上圖片

耶魯大學並非人人能讀，其學費之高也令很多家庭卻步，但該校最近卻推出一個人人皆可報讀的網上免費課程，專門教授人們如何可以在日常生活中變得更快樂。開辦這門課程的耶魯大學心理學教授桑托斯表示，她多年來看見無數學生被壓力壓得喘不過氣，度日如年，絲毫沒有她當年讀書時的快樂感覺，為了讓學生不會在畢業後才發現錯過了大學生活的美好，於是決定開課教授「快樂之道」。

全球10萬人網上聽課

這門名為「心理學與好生活」的課程於剛結束的學期首次開辦，多達1,200名學生，相當於全校1/4本科生報讀，是耶魯大學

學創校317年以來最多學生報讀的課程。校方上月將5小時課程和講課片段上載互聯網後，來自全球160個國家超過10萬人先後聽課，成為耶魯歷來最熱門的網上課程。

課程大綱包括「對快樂的錯誤認識」、「為何我們的預期總是這麼差」或「什麼東西真的可以提高快樂度」等，當中提出諸如樂於助人和充足睡眠等「快樂秘訣」，看似老生常談，但桑托斯卻認為「知易行難」。她指出，腦袋總是會引領我們作出壞決定，即使我們知道這是個壞決定，但習慣難改。

多做運動 寫信感謝母親

桑托斯在課程中不斷教授學生改變自

己，例如多做運動、寫信感謝母親、減少關注成績，多重視內心想法。她曾經在課堂上說笑要給所有學生「D」級，以教導「成績不代表一切」，結果接到大批學生和家長投訴，但慢慢地不少學生開始「開竅」。學期中其中一堂課，她突然宣佈讓學生自由活動，條件是不得溫書，必須享受這個多小時，結果部分學生開心地抱著她，一名4年級生利用機會首次參觀耶魯美術館，另一批學生則借機作了一首新歌。最後一堂課上，桑托斯呼籲學生要懂得學以致用，「如果你真的感恩上過這門課，請實踐給我看看，去改變文化。」

■《華盛頓郵報》/哥倫比亞廣播公司

巴人難領美「好意」 特朗普競選承諾淪空談

美聖城使館今啓用 以巴和平遙無期

美國總統特朗普去年12月宣佈承認耶路撒冷為以色列首都，並下令美國駐以色列大使館由特拉維夫遷往耶路撒冷，經過多個月籌備，由美國駐耶路撒冷總領事館改裝而成的新美國大使館，今日終於在一片爭議聲中正式啟用。特朗普不會出席新使館揭幕禮，僅派女兒伊萬卡、女婿庫什納和副國務卿沙利文作為代表出席，但會發表視像講話。雖然華府至今仍然宣稱搬遷使館無礙以巴和平進程，認為巴勒斯坦人終有一日會明白美國的「好意」。不過分析認為新使館開幕後，特朗普達成以巴和平的競選承諾，已經變得幾乎不可能實現。

美國駐以色列大使弗里德曼在新使館開幕前接受訪問，他承認巴勒斯坦人對於美國搬遷大使館的決定「反應不佳」，但認為隨着時間過去，巴人的態度終會轉變，「因為他們將會明白美國一直伸出和平之手，他們也需要將焦點放在重要的事上，例如生活質素，更多基建、更安全、更多醫院。」本身是猶太人、一直支持以色列在西岸地區殖民的弗里德曼更宣稱，美國是來幫助巴勒斯坦人，否認使館搬遷會破壞和平。

伊萬卡庫什納代父揭幕

新使館的揭幕禮故意選在今日以色列70周年國慶舉行，明日則是巴勒斯坦人紀念數十萬同胞因以色列立國而流離失所的「災難日」。雖然華府派出伊萬卡和庫什納等較次一級官員出席揭幕禮，被視為避免進一步刺激巴人，但似乎未能修補與巴人的關係，到當地的美方官員將不會與巴人官員會面。

千人駐守新使館周邊

耶路撒冷昨日有數千名以色列人遊行，慶祝1967年六日戰爭以色列收復耶城的「耶路撒冷日」，其間一度與巴人衝突。以色列總理內塔尼亞胡昨日召開特別內閣會議，再次讚揚美國遷館決定，他說：「《聖經》提及耶路撒冷多達650次，原因很簡單，3,000多年來這裡都是我們的首都，也是只屬於我們的首都。」以色列警方今日會在新使館周邊安排近千人駐守，軍方更會在加沙和西岸地區部署近2,000人，監視巴人反對新使館和紀念「災難日」的示威。

美遷館決定如「自殺」

特朗普在競選期間，分別承諾會將駐以色列大使館遷往耶路撒冷，並推動以巴簽署和平協議。特朗普去年12月宣佈遷館前，外界原本預期他會在今年初公佈以巴和平計劃。主張「兩國方案」的美國組織J Street總監阿米表示，遷館決定如同「自殺行為」，現屆政府已失去公信力，即使今後再提出任何和平方案，巴人都不會接受。

■《華盛頓郵報》/法新社/美國有線新聞網絡

挑機3大宗教 撥火中東局勢

耶路撒冷在猶太教、基督教與伊斯蘭教的地位均非常崇高，故美國的行動引起重大爭議，新使館揭幕勢必進一步激發巴勒斯坦人與以色列的衝突，為以巴以至中東局勢火上加油。

耶路撒冷擁有大量宗教和歷史遺跡，舊城區的聖殿山和哭牆均是猶太教聖地；聖殿山上卻同時建有伊斯蘭教聖地阿克薩清真寺和圓頂清真寺，地位僅次麥加和麥地那；耶路撒冷在基督教文化中，也被視為耶穌死亡和復活的地點，相傳市內的聖墓教堂正是耶穌當年的墓穴。由於耶路撒冷宗教意義濃厚，其主權一直存在爭議。

第二次世界大戰後，聯合國1947年決議把英屬巴勒斯坦一分为二，讓阿拉伯人和猶太人分別建國，耶路撒冷因地位特殊，由國際共管。然而英國1948年撤出巴勒斯坦後，約旦隨即出兵東耶路撒冷，1967年第三次中東戰爭後，聖城完全落入以色列控制，聯合國至今仍視東耶路撒冷為「被佔領土地」。

美國不少政界人物與以色列關係良好，國會早於1995年已通過法案，要求把美國駐以色列大使館遷至耶路撒冷，但此後3任總統克林頓、布什、奧巴馬均透過行政命令暫緩執行法案。美國總統特朗普去年底終宣佈，承認耶路撒冷為以色列首都。

■路透社



■ 特朗普將發表視像講話。

捷匈羅撈遷館 反對歐盟譴責

美國政府沒有邀請任何其他國家使節出席新使館揭幕式，不過以色列外交部昨日舉行的另一場慶祝美國遷館活動中，86名獲選駐以色列外國使節中，僅40人承諾出席，大部分歐盟成員國使節均杯葛活動，僅奧地利、捷克、羅馬尼亞和匈牙利等傳統親以色列東歐國家參與。歐盟據報近日曾經草擬聲明，計劃譴責美國總統特朗普的遷館決定，但因捷匈羅三國反對告吹。

捷克總統澤曼的發言人與夫恰克表示，捷克反對歐盟的譴責聲明，感謝匈牙利和羅馬尼亞與捷克持相同立場，稱以色列和美國是捷克重要盟友。澤曼以反穆斯林見稱，正考慮把駐以大館遷往耶路

撒冷，羅馬尼亞亦據報計劃跟隨。以色列副外長奧倫讚揚捷匈羅三國否決歐盟聲明，稱歐盟應感到羞恥。

歐盟駐以色列代表團前日表示，歐盟及其成員國會繼續尊重聯合國安理會478號決議內有關耶路撒冷地位的國際共識，包括耶路撒冷最終地位問題未解決前，不會在耶路撒冷設置外交使團。

■《以色列時報》/《國土報》/法新社



■ 耶路撒冷氣氛緊張。路透社

美提棄核條件 准私企投資朝

美國總統特朗普和朝鮮領導人金正恩將於下月12日在新加坡會面，韓聯社昨日報道，在美朝官員事前協商中，美方要求朝鮮盡快將部分核武運出，包括核彈頭、核材料和洲際彈道導彈(ICBM)，以換取美方放寬經濟制裁，提早就半島無核化取得具體成果，朝鮮據報正「慎重探討」美方建議。美國國務卿蓬佩奧昨日表示，如果朝鮮同意完全棄核，美國將容許私人企業投資朝鮮，包括協助朝鮮建設電網等基建。

美國國家安全顧問博爾頓主張朝鮮應採用「利比亞模式」棄核，即先棄核後補償。金正恩則提出「分階段、同步無核化」，即朝鮮分階段棄核的同時，同步獲美國解除制裁以及得到相應援助和補償。

拆核試場或直播

另外，朝鮮宣佈將於本月23日至25日，按照天氣情況擇日拆卸豐溪里核試場，將邀請中國、美國、韓國、俄羅斯及英國5國記者到場採訪，傳

媒關注能否進行現場直播，而不是在核試場坑道爆破數小時後才能向外界報道。青瓦台昨日歡迎朝鮮準備拆除核試場，反映朝鮮願意履行在朝韓峰會中作出的承諾。

外界亦關注5國哪些媒體會獲邀採訪，韓國MBC電視台、美國有線新聞網絡(CNN)、日本TBS、中國央視等在2008年曾獲邀到寧邊核設施採訪。

■韓聯社/美聯社/路透社/日本《朝日新聞》

以女贏歐歌賽 歌曲撈#MeToo

第63屆歐洲歌唱大賽前日結束，代表以色列的女歌手巴爾齊萊憑着一曲《Toy》為「#MeToo」運動發聲，成功擊敗其餘25名參賽者奪得冠軍，



■ 巴爾齊萊

成為歷來第4位奪冠的以色列歌手，並為以色列取得明年大賽的主辦權。不過頒獎禮後不久便發生小插曲，巴爾齊萊不小心摔爛了玻璃獎盃，幸好大會立即補頒一個後備獎盃給她。

「我不是你的玩具」

今年25歲的巴爾齊萊曾任以色列海軍樂團歌手，她以一身日式服裝及藝妓髮型打扮上台，招牌「公雞舞」、「公雞叫」配以動感十足的混音舞曲，《Toy》其中一句歌詞是「我不是你的玩具，你這樣蠢男孩」，被視為呼應#MeToo運動。比賽正值美國大使館遷往耶路撒冷前，巴爾齊萊奪冠後便立即向全場高呼「耶路撒冷見」。

■路透社/法新社