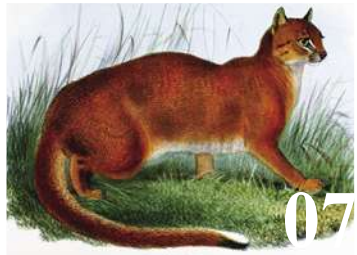




國防部長嚴明 4 日證實國軍採購的最新型阿帕契直升機 (AH-64E) 已抵高雄港。陸軍表示，吊掛順利，正進行組裝、地面測試。(photo by 國防部陸軍司令部)



卡繆百年誕辰專輯



07



09



08



07



02

# 阿帕契直升機 斬新英姿亮相

### 國防部陸軍司令部召開記者會，公開展示阿帕契 5 日於高雄港運抵後的組裝過程與飛行畫面。



【本報記者杜鳳廣台南報導】阿帕契直升機抵台，首度對外公開亮相！台灣成為美國之外，第二個擁有 AH-64E 型阿帕契直升機的國家。國防部陸軍司令部 6 日於台南長榮酒店召開記者會，公開展示阿帕契 5 日於高雄港運抵後的組裝過程與飛行畫面。

5 日，台灣向美國購買的 AH-64E 阿帕契攻擊直升機，首批有 6 架運抵高雄港完成組裝程序，6 日於台南長榮酒店召開記者會，說明其作戰能力。陸軍政戰主任曾有福表示，這批首度抵台組裝的阿帕契直升機，下個月將成立航空特戰旅，

並作為訓練用途。7 日首批阿帕契將在 AH-1W 超級眼鏡蛇和 OH-58D 凱歐瓦戰搜直升機的伴飛下完成交機典禮。

阿帕契直升機軍購案是 2008 年由美國前總統小布希任內宣布，台灣向美國購買了 30 架，總金額高達 593 億多元台幣，分五批海運返台，另四批預計於明年中以前抵達。預計明年 7 月，30 架全數回台後，就可加入台澎金馬防衛的作戰序列。

AH-64E 阿帕契直升機是美國陸軍現役機型，最高時速可達 293 公里，可續航 1900 公里；並配備 30 公釐機砲，可掛載 8 到 16 枚地獄

火反戰車飛彈或火箭彈，或選掛 BAIM-9 響尾蛇、AIM-92 刺針、BGM-71 拖式等型飛彈，空對地作戰能力甚佳。

曾有福主任表示，為因應兵力調整，將朝向精簡兵力的發展，希望透過增強火力，使戰力保持不墜，且阿帕契直升機上的長弓雷達可對陸、海實施多目標偵搜，再藉由快速機動力及打擊火力，能有效摧毀地面目標，國軍會將它的作戰效能發揮到極致，兼具我國原本的 AH-1W 超級眼鏡蛇和 OH-58D 凱歐瓦戰搜直升機的作戰能力，甚至比兩者更強大。



AH-64E 阿帕契直升機於 5 日海運抵台，6 日舉行記者會公開展示飛行照。(photo by 國防部陸軍司令部)

# 摻偽假冒竟輕罰 消基會籲修法

【本報記者方家敏台北報導】「米酒沒有米、橄欖油只要一滴，這不是摻偽，那什麼才叫做摻偽？」消基會名譽董事謝天仁在 6 日的記者會上怒斥，政府判定違法食品是屬標示不實還是摻偽假冒時，均以「是否有害人體為標準」，讓純油只有 1% 的橄欖油也不算摻偽，與民眾認知相去甚遠。

消基會秘書長雷立芬指出，近日油品問題連環爆，包括大統、富味鄉、頂新等廠牌，政府所開出的裁罰都是以「標示不實」判定。雖然《食品衛生管理法》中並沒有明列判定標準，但摻偽假冒的罰鍰高達 1500 萬元，和標示不實的 20 萬元相去甚遠，不禁令消基會質疑政府是否有縱放之嫌？

消基會列出政府機關近日抽檢油品的處分過輕之處說，以 1 日抽檢的「淡水永吉麻油行」，該廠商所製麻油被驗出添加大豆油，新北市衛生局以標示不實開罰 4 萬到 20 萬元不等的罰鍰；惠家香實業的「純

胡麻油」、「葵花油」、「苦茶油」等也都有添加其他油品，卻也僅裁罰標示不實，共計 100 萬元；富味鄉坦承 24 項產品添加棉籽油，彰化縣衛生局以標示不實每項開罰 20 萬元。

「基本上只要沒有安全疑慮的，政府單位就會以標示不實辦理，而內容有害健康的則會說是摻偽假冒。」雷立芬受訪時進一步透露，因為標示不實的商品只要修改標示後，重新包裝就能再上架，而之前「山水米」的混充事件，也是以「越南米不使用食品添加物，對人體健康危害低」的理由開脫。

消基會建議，衛生單位應針對《食品衛生管理法》、《糧食管理法》與《菸酒管理法》等相關食品規範，加註「只要標示品名低於一定百分比以下，及失去品名之特性，應視為摻偽假冒。」

依《食管法》現有條文，目前只有果汁有相關規定，且要等到後年才正式上路。若果汁原汁含量在 10% 以上則須標明比

例，原汁成份不到 10% 的則應標示「果汁成份未達 10%」；不含果汁原汁的檸檬紅茶、葡萄汽水等則應加上「風味」或「口味」二字，以免有誤導消費者之嫌。但蘋果牛奶、木瓜牛奶等乳製品，以及芒果啤酒、米酒等酒類不在此限。



▲消基會秘書長雷立芬指出，摻偽假冒與標示不實的罰鍰相去甚遠，令人懷疑政府故意輕判廠商。(Photo by 方家敏/台灣醒報)

## 《社長的話》| 林意玲 勇敢的藝人

歌手張懸與藝人郭采潔最近不約而同的為個人認同的信念勇敢發言，張懸是為在演唱會現場舉國旗之事，橫上來自中國的歌迷；郭采潔則是為性別議題勇敢表達看法。

兩件事分別引起兩岸網民、性平網民的爭論，爭論過程中，兩位藝人難免傷痕累累，甚至連演唱會都幾乎無法順利舉行。

為了主張自己的想法而勇敢的付出代價，這樣的精神是值得欽佩的，不論是否同意她們的看法，仍然要為她們喊聲讚！

台灣是一個多元開放的民主社會，勇於堅持自己的人應受尊重，我們期待更多的名人站出來，引導社會思潮，不但讓百花齊放，也考驗社會的包容精神。(二位藝人的堅持故事，詳見昨日日本報 4 版)

## OECD：英國最適居住與就業

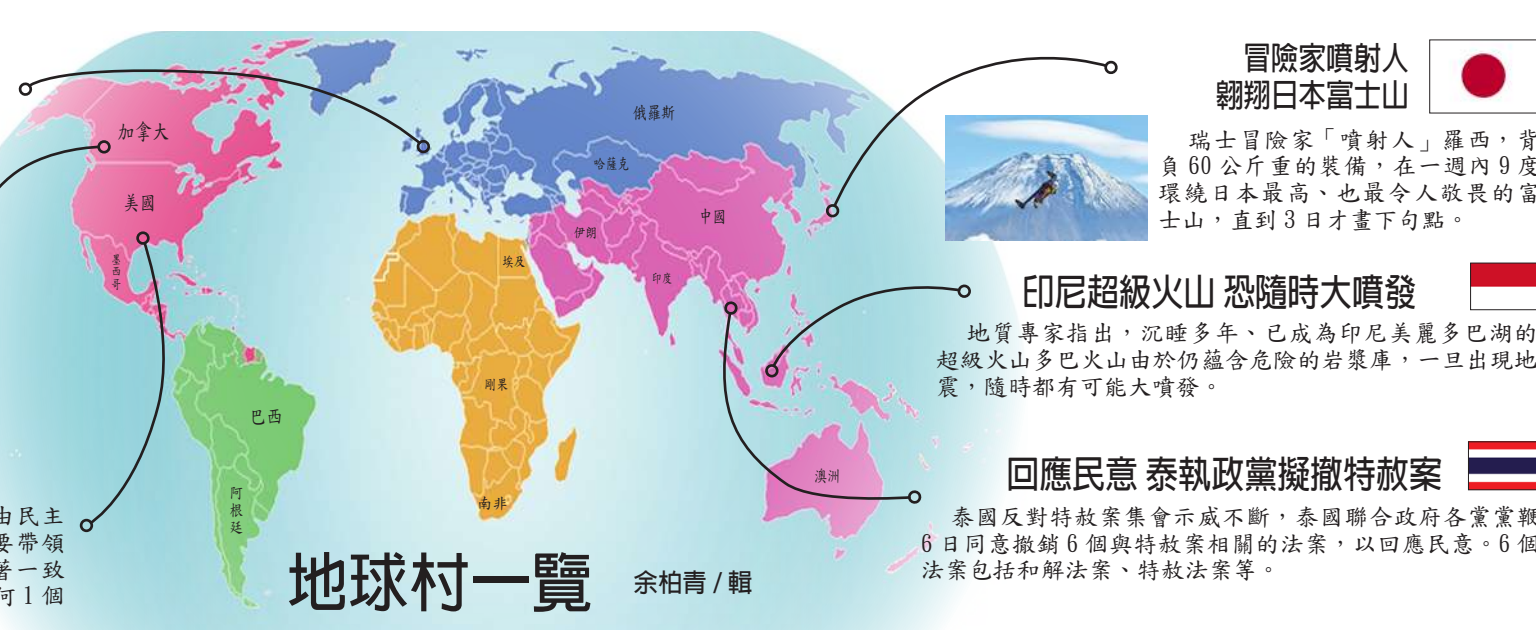
經濟合作暨發展組織 (OECD) 評比 34 個工業化國家的薪資、教育、住房和安全等條件，最新報告指出，英國是最適合居住與工作的國家，優於德國、美國和日本。

## 加參議院開關 3 議員被停職

加拿大參議院 5 日開關，將 3 名保舉開支的保守黨籍參議員停職停薪，他們的任期還剩 2 年。被停職的 3 名保守黨參議員分別為達菲、華林及布拉卓。他們都因違反參院規定，浮報開支，涉嫌指納稅人油而遭停職。

## 當選紐約市長 白思豪要走新方向

紐約市長選舉結果 5 日出爐，由民主黨籍候選人白思豪當選，他表示要帶領市民步上新方向。他說：我們有著一致的信念，就是紐約市絕不拋下任何 1 個紐約人。」



## 冒險家噴射人 翱翔日本富士山

瑞士冒險家「噴射人」羅西，背負 60 公斤重的裝備，在一週內 9 度環繞日本最高、也最令人敬畏的富士山，直到 3 日才畫下句點。

## 印尼超級火山 恐隨時大噴發

地質專家指出，沉睡多年、已成為印尼美爾多巴湖的超級火山多巴火山由於仍蘊含危險的岩漿庫，一旦出現地震，隨時都有可能大噴發。

## 回應民意 泰執政黨擬撤特赦案

泰國反對特赦案集會示威不斷，泰國聯合政府各黨黨鞭 6 日同意撤銷 6 個與特赦案相關的法案，以回應民意。6 個法案包括和解法案、特赦法案等。

地球村一覽 余柏青/輯

# 網路18禁氾濫 亟需媒體識讀

民間團體6日召開記者會，指出媒體、網路充斥18禁的訊息，如何教導閱聽人正確解讀媒體資訊已成當務之急。

【本報記者羅佳叻台北報導】「某日新聞雖說18禁限制文，但青少年會欺騙自己已滿18而點進去。」台北市府兒少諮詢代表成瑋盛說。台灣少年權益與福利促進聯盟、勵馨基金會、台灣媒體觀察教育基金會等民間團體6日召開記者會，指出媒體、網路充斥18禁的訊息，如何教導閱聽人正確解讀媒體資訊已成當務之急。

台灣少年權益與福利促進聯盟(台少盟)6日發布國人認為不宜給兒童、青少年觀看的18禁媒體訊息前三名，分別是「以圖片或動畫描述暴力行為」、「以圖片或動畫描述性行為過程」、「有褻瀆、粗鄙字眼或對白有不良隱喻者」。

台少盟秘書長葉大華表示，兒童、青少年接收資訊後，造成的後續影響很大，如第三名的語言霸凌，在國外已發現造成青少年自殺率增加。

台少盟、勵馨基金會及台灣媒體觀察

基金會皆提出，如何讓閱聽人懂得分辨媒體傳來的訊息，不照單全收，落實媒體識讀教育是當務之急，台灣媒體觀察基金會李子瑋表示，國外很早就在做媒體識讀教育，例如英國在幼稚園時，就會透過圖畫告訴小孩媒體製作流程。

李子瑋也指出，學校內的媒體識讀教育只重書面的教導，用於應付考試，但無法融入生活，老師若無媒體教育素養，也無法帶領學生正確解讀與分辨媒體訊息。他指出，今年已和國教院合作，將媒體識讀教育納入校長及主任的培訓，也計畫明年能擴及到老師的培訓，但遺憾的是教育部無法提供經費，目前基金會仍在尋找願意合作的單位。

儘管教育部已將媒體識讀教育納入12年國教課綱，但明年並無編列任何預算在培養媒體識讀教育，勵馨福爾摩沙女兒獎得主林思華表示，網路很容易取得各樣的腥膻資訊，男同學間會相互詢

問，「你今天有看好看東西嗎？」，學校在教學生識讀媒體時，甚至有教官拿動新聞來教學，她認為這有礙孩童心靈成長。

勵馨基金會執行長紀惠容指出，過去對媒體的管制是他律占多數，例如新聞局等，但隨著媒體倡導新聞自由，他律逐漸減少，剩下的就是媒體的自律和公民的識讀教育。但媒體的自律性差，例如網路上任何18禁的新聞，只要閱聽人自己「滿18」就能看，等於是將自律權交給他人。

紀惠容也表示，「如何培養青少年有辨識能力，教他們解讀資訊，」有待全民識讀教育的用心培養。

▶台灣少年權益與福利促進聯盟(台少盟)6日發布國人認為不宜給兒童、青少年觀看的18禁媒體訊息前三名。(Photo by 羅佳叻/台灣醒報)



## 大統勞退金不足 勞委會：待法院處置



▲勞委會主委潘世偉說，大統長基願意將扣押財產啟封，補足勞退金，但最後結果還待法院裁量。(Photo by 本報資料照片)

【本報記者方家敏台北報導】大統長基公司日前被立委揭發未依規定提撥舊制勞退準備金，國民黨立委蘇清泉6日再度在立法院社福及衛環委員會上提及，要求勞委會給大統員工一個交代。勞委會主委潘世偉回應道，大統長基願意將扣押財產啟封以補足勞退金，但結果仍待法院裁量。

彰化縣政府勞工處日前指出，大統公司的勞退準備金只剩34001元，且近幾個月都未提撥。勞工處為保障勞工權益，向大統長基公司下最後通牒，若近日仍未提撥勞退準備金，將裁罰2萬到10萬元不等的罰鍰。潘世偉6日在立法院接受蘇清泉質詢時也表示，已向彰化地檢署協調，盼大統長基遭扣押的財產能用來補貼勞退金。

潘世偉受訪時也進一步解釋，大統長基有200多名員工，其中有30多人符合勞退舊制，並有6人達退休條件，必須準備約600萬元的退休金，但大統準備的舊制退休金卻只剩3萬多元，嚴重不足，罔顧勞工權益。

「我們已經請同仁去找大統長基老闆高振利的律師商量，他表示願意將部分扣押財產提撥做為勞退準備金，檢調單位也願意考慮這件事。」潘世偉說，現在高振利的財產是被凍結扣押的狀態，要向檢察官申請「啟封」才能動用，因此尚待檢調單位和法院的處置。

為了避免各界都向彰化縣檢調單位要求財產啟封，針對各種補償事宜，勞委會勞資關係處表示，希望彰化縣政府負責與通路商、消費者和公司員工們協調，提出建議方案給法院。而勞委會也要求彰化縣勞工局，「一定要優先處理大統員工的退休金與資遣費。」

## 世大運經費浮編 立委紛砲轟

【本報記者彭書穎綜合報導】「你們這是偷雞摸狗，把預算案強度關山！」立委李桐豪怒斥。立法院教育文化委員會6日進行教育部體育署長何卓飛備詢，多位立委對台北2017年世大運的198億規劃經費提出質疑，認為體育署先斬後奏，不尊重立法院，並花大筆經費去興建可能成為「蚊子場館」的場地。李桐豪更三度怒拍桌子，直斥體育署這種作法是「偷雞摸狗」、「違法亂紀」。

在高雄市及台北市連續4次申辦失敗之後，台北市終於在民國100年獲得國際大學運動總會(FISU)投票通過，成為2017年世界大學運動會主辦城市。然而，原本應該是提昇國際形象的體育活動，卻因預算浮編、濫用問題一再為各界詬病，興建及整建各種場館總計需要198億元。日前台北市議員就提出包括行銷經費浮編、出國考察經費遠高於選手培訓經費在內的五大質疑。

「為何世大運大筆經費當中有9個場館是和聽障奧運重複受補助的？所謂

『國際等級』的網球場就要38億？」立委陳亭妃擔心，花費這麼多人民的錢建新場館，會不會又重蹈50多億興建花博館養蚊子的覆轍。立委許智傑則懷疑，政府是否對體育的重視有南北差異。他也要求官員們多在兩天到鄉下學校看看，很多學生要不是使用漏水的體育館，就是根本沒有可以運動的地方。

最早到場的立委李桐豪一上台就砲火猛烈，連連質問為何體育署在世大運的籌劃過程中都沒有與立法院溝通，甚至連繳付預備金時都沒有交付立法院審查，「你們這是偷雞摸狗的行為，利用拆解預算的方式偷渡。」

「體育署身為政府單位，怎麼可以違法亂紀，若不儘快處理改正，別想立法院讓審查通過！」李桐豪憤怒地說。運動本身是好事，不要因一些政治因素而成為政治議題，反而成了壞事。李桐豪並要求何卓飛在答覆委員時「不要笑笑的」，不夠尊重。

對於多位立委的連番砲轟，何卓飛回

應，目前「世大運籌辦計畫」9月才剛由經建會決議通過，每個項目都會逐項審查，198億元的預算只是上限，不會浪費國人的錢，而且當初取得籌辦權後，需要在限定的時間內支付權利金，只好在來不及通過預算程序的情況下，先動用第二預備金。

對於場館重複補助的問題，何卓飛則解釋，聽障奧運和世大運賽事的主辦單位要求的標準不一樣，整修是必須的。



▲李桐豪怒斥體育署籌畫世大運未與與立法院溝通，將預備金送審，作法「偷雞摸狗」。(Photo by 世大運官網)



▲林書豪獲得12分、4助攻的表現，助火箭擊敗拓荒者。(photo by nba.com)

## 林書豪「豪」穩 助隊擊敗拓荒者

【本報記者彭書穎綜合報導】林書豪「豪」穩，又一場投籃命中率達到五成，帶領球隊拿到一勝！雖然火箭開季的先發控衛貝佛利在休息幾場後提前復出，但沒有影響到「豪小子」的表現，兩人平分秋色，一起幫助球隊擊敗拓荒者隊。

在拓荒者主場作戰的火箭隊是連續第二天出戰，前一天在快艇主場踢到鐵板的霍華大發神威，一開賽就連續單打造成拓荒者中鋒洛佩茲的犯規麻煩，迫使拓荒者整場只能以小個陣容應戰。擁有身材優勢的火箭隊靠哈登的33分和霍華的29分、13籃板助陣等強大攻勢下，以116-101輕鬆拿到一勝，4勝1負戰績暫居西區第一。

本季表現不錯的「豪小子」林書豪前幾場因貝佛利受傷而場場先發，本場雖然貝佛利提前復出，林書豪仍然以五成命中率攻下12分、4助攻的穩定表現。不過，雖然林書豪仍然先發，但兩人不僅上場時間類似(林29分7秒，貝28分37秒)，得分也同樣是12分，不分軒輊。

加上一場輸給快艇的比賽當中，林書豪雖在進攻端攻下14分、8助攻，但卻守不住保羅，被攻下23分、17助攻。因此外界估計，兩人的先發之爭將持續下去，有待教練慢慢評估。

不過，火箭隊記者費根表示，林書豪應該得到先發控衛的位置，因為他在組織分球和控制球隊節奏上明顯優於貝佛利不少，再加上休賽季苦練外線，本季已多次投籃命中率超過五成。加上本季林書豪切入次數為聯盟最多、切入得分則是聯盟第2，表示林書豪已經成為NBA出色的攻擊型後衛，教練應該多給林書豪機會。

台灣醒報

故事：2007年暑假，台灣醒報起源於位於台北小公館的客廳，一位資深新聞系老師帶領一群年輕新聞人，在部落格上發起這份懷抱使命感的媒體。

2008年9月1日，台灣醒報正式創刊，成為國內原創新聞供稿平台，以網路報、電子報、電視、廣播等數位匯流型態，固定供稿、出刊。

2012年9月1日，台灣醒報印行實體日報，在全台超商上架，邁入報紙、廣播、電視、網路、手機等「五合一」的媒體群。

股東：一群關懷社會、重視媒體價值的基督徒。

社長兼總編輯：林意玲

主筆：林建山、嚴震生、王道維、張瑞雄、溫小平、施以諾等

法律顧問：蘇宏宏律師

國際特派員：柳天時(美國)、陳玗明(香港)

副總編輯：邱慕天

編輯顧問：余立龍

記者：方家敏、陳正健、李昀晞、彭書穎、劉運、蔡惠玲、張潔文、羅佳叻、杜胤廣、張苑庭、游清淵、莊瑞萌、章文

主編：易璇 編輯：譚凱聰

美編：聶婉如、方皓軒

業務經理：張舜行

行政/會計：任沛淪

訂戶服務：鞠敬章

發行：台灣醒報股份有限公司

地址：10054 台北市杭州南路一段27號3樓

電話：02-23581961

傳真：02-23582155

訂報專線：0800-011-961

網址：www.anntw.com

印刷：華城印刷有限公司

歡迎指教 ◆ 敬請支持

# 奈國總統率 3 千使團 赴以朝聖

奈及利亞總統喬納森帶領多達 3 千人的參訪團拜訪以色列，兩國簽署了打擊恐怖主義的合約。喬納森並參觀耶路撒冷等城市，前往大屠殺紀念館向罹難者致意。



▲奈及利亞總統喬納森（左）首度拜訪以色列，兩國並簽署空中航運合約，以增強打擊恐怖主義的合作。（photo by 奈及利亞總統府網站）

## 全球各大報頭條新聞

(邱慕天/輯)

THE WALL STREET JOURNAL. 華爾街日報

### "Turmoil Roils HTC as Sales Shrivels" HTC 的危機



第三季無前例的「全季度」淨虧損近 30 億台幣，兩年前還在美國手機市場獨占鰲頭的 HTC 如今面臨存亡關頭，如今只怕步上諾基亞或黑莓機の後塵。HTC 本週二預告了第四季度的營收將會進一步下滑，且正在透過減支和出售部分公司資產來力挽頹勢。HTC 如今的股價距離 2011 年巔峰時期時只剩下一成出頭，市佔率也跌到了全球十名開外。

HTC 不像諾基亞和黑莓機，在 Android 系統以及觸控介面的開發都緊跟主流趨勢；真正的問題反而是在於內部管理鬆散，導致製造鏈上連連出包（如旗艦機 HTC One 因相機元件供應不及而延遲銷售，形成競爭對手的利多），品牌形象與業務也薄弱；高層頻頻走馬換將更是一大警訊。HTC 的體質翻轉將會需要時間，問題在於投資者可能不會這麼有耐心。

## DMorgen 比利時晨報

### "Euthanasie voor kinderen. Nu."

### 通過兒童安樂死，現在！



比利時參議院 6 日對安樂死的修法進行討論，此時民間有 16 位小兒科醫師發表了一封聯名公開信，希望將 2002 年所定下的安樂死法條擴及到未成年人。「每一個安樂死案例，都是基於人道行為，是最後的手段，」醫師們強調他們在執業過程中面對太多臨終孩童的掙扎後，已經產生了餘悸：「孩童臨終時與成人一樣承受著無法忍受的苦楚」，只因法律不認可未成年人的自主決定權而不開放安樂死，這項政策應該變通。

目前比利時包括社會黨在內的多數黨傾向認同此法案，並且以家長同意和醫師專業評估作為配套，以免此法案遭到濫用。天主教背景的政策則反對修法，意見搖擺的新弗拉芒聯盟也有可能加入反對派，扭轉正反雙方的局勢。

## RZECZPOSPOLITA 波蘭共和報

### "Europa na mieliznie" 歐盟擱淺



歐債危機遲遲未除，德國成為眾矢之的。根據歐盟統計局的最新數據，歐洲每九個人處於失業狀態，希臘與西班牙的失業率更是高達 27%，意味每不到四個人就有一人沒有工作。

此外，經濟復甦的態勢仍然緩慢，顯然低於所有人的預期。布魯塞爾方面在 5 日再度將 2013 年歐元區的經濟成長預測調降。同時，景氣復甦若不能與就業機會連動，所謂的「勝利」也只是技術官僚們所搭建的空中樓閣。

更為令人憂心的是，由於不滿德國，歐盟內一些後段班國家已經開始利用歐洲央行的超低利措施來填平公債缺口；並且由於減息降低了國際間持有歐元的需求動機，促成了歐元貶值和歐盟出口強勢，這些國家藉此藉著出口而不肯擴張內需市場，進一步延宕歐洲共同市場的復甦。

【本報記者方家敏綜合報導】荷蘭一個兒童人權組織「地球社」(Terres Hommes) 近日開發了虛擬的網路女童，化身名為「Sweetie」(小甜甜) 的菲律賓 10 歲少女，在電腦鏡頭前做出性表演來引狼上鉤。透過這種方法，地球社揪出 1000 多位戀童癖者，並將名單交由警方處理。地球社執行

長表示，東南亞國家的兒童性交易最近轉攻網路市場，且情況一發不可收拾，亟需遏止。

地球社透過電腦動畫，打造的虛擬菲律賓女童，與真人相似度極高令人難辨真假。僅僅 10 週的實驗過程，就有約 2 萬多人在網路上主動聯繫小甜甜，以及吸引來自 71 個國家、約 1000 多名戀童

癖者願意付費觀賞性表演。

研究團隊潛入戀童癖者專用的聊天室，只要 po 上年齡、國籍，就會瞬間湧入成千上萬的聊天邀請，很多比較大膽的人甚至直接開啟視訊、並願意出價看小甜甜性表演。聊天室中的成人以為自己在與菲律賓女童聊天，但其實他們的所作所為都被

阿姆斯特丹的研究中心記錄下來，並透過「人肉搜索」來確認他們的身分。

根據《美聯社》報導，一名男性研究人員將自己的檔案設定為 10 歲的菲律賓女童，並化名為小甜甜進入聊天室。不到數秒就有許多聊天視窗跳出，研究人員與其中一名使用者進行對話。小甜甜：「你想看什麼？」使用者：「看

你。」小甜甜：「你願意付錢嗎？」使用者：「你把衣服脫掉我就付，15 分鐘 20 美元。」

「在短短的 10 周內我們就已追蹤到來自世界各地，約 1000 名男性願意付費觀賞小甜甜的性表演。」地球社的執行長珊布林克表示，有許多來自富裕國家的戀童癖者會到貧窮的東南亞國家，花大

錢買雞奴；但也有人不敢鋌而走險，轉而透過情色視訊獲得滿足。許多東南亞國家的黑道組織透過這種新方法，販賣女童的青春，獲利高達數十億。

根據地球社的研究，為因應市場需求，原本兒童性交易氾濫的菲律賓宿霧市，將主要市場轉攻情色視訊，觸角伸遍全球。對經營者來說，這是更容易管理，經濟效益也高的方式；但對孩童而言，雖然透性表演所得能補貼家用，但不論是實際上的性交易或是網路性表演，都對孩童的身心發展有害，特別是會造成自尊心低落與憂鬱的傾向，未來也不容易構築正常的親密關係。

近年來網路犯罪氾濫，據聯合國與 FBI 調查顯示，每時每刻全球平均都有 75 萬人透過情色視訊觀看兒童性表演，但僅有 6 個人被定罪。英國《每日郵報》報導，此次地球社所揪出的 1000 名付費觀賞者，有 254 名來自美國，110 名來自英國，其他多來自經濟富裕的西方國家。目前地球社已將蒐集的名單交由警方追蹤處理。

# 上海自貿區 中國引入國際法

【本報記者劉運綜合報導】香港官員表示，為加速經貿自由化、促進人民幣在國際貿易中的使用，中國當局正在考慮於「上海自由貿易區」套用國際公法，未來有機會取代香港，成為主要的離岸人民幣樞紐。然而該官員也指出，這只是政策方向，未來法條規章細節的制定還需要時間。

國際公法是國家之間的法律，具體來說就是指處理各個國家及政府組織之間各種關係的規則和各項基本原則的總和。一名參加自由貿易區討論的香港官員表示：「政府當局了解，提供強而有力的法律架構和基礎設施有助吸引全球的企業。」該名官員指出，這將讓中國的自由化向前邁進一大

步，因此政府內部有很多不同的聲音。該名香港官員指出：「藉由讓國際公法進入自由貿易區，中國基本上是放棄其在該區域的控制權。」

中國第 18 屆三中全會即將在本週召開，依據歷史經驗，三中全會通常會啟動重要的經濟變革。分析師預估，該會議也將啟動一系列在中國各地的自由貿易區。香港官員指出，儘管三中全會可能提供一個啟動經改政策的平台，但法條規章細節的制定則需要時間。

金融業者表示，套用國際公法將使自由貿易區更具競爭性。星展銀行及花旗集團是最先在上海自由貿易區設立辦公室的銀行業者。其它金融業者私下透露，如果中國提供如在

台北、新加坡或杜拜的法律環境，他們就有進駐自貿區的意願；否則，入駐自貿區的銀行業者可能有限。

香港長期以來一直是人民幣的主要離岸中心。然而，套用國際公法讓上海自貿區有機會取代香港，成為主要的離岸人民幣樞紐。對於未來的發展，財經事務及庫務局局長陳家強在受訪時表示：「我們將協助中央政府的政策執行，更有效地發揮先行者的作用，在內地發展多元化的金融市場、加快人民幣的國際化。」

德意志銀行分析師指出，自由貿易區會是中國政府測試放寬利率管制、中國資本賬戶開放的地方。分析師進一步說，儘管

中國境內已有一些自由貿易區成立，包括廣東的前

海、天津和廈門，但模糊的規則讓企業無法確定可

以進行哪些商業活動，限制了它們的發展。



▲上海市有可能規劃自貿區為下一個主要的離岸人民幣樞紐。(Photo by 邱慕天/台灣醒報)

# 中日兩國的弱雞賽局

■ 陳清泉 (國立高雄第一科技大學兼任助理教授)

弱雞賽局的重點在於，如何讓對手相信自己有「直衝」的能力，因而轉向閃開，這就是目前中日兩國不斷在國際社會對彼此施力的寫照。

中日之間正在東亞海域進行一場蓄積能量的政治角力。從 2012 年九月，日本將釣魚台國有化以來，中日之間就從友好交往的夥伴變成劍拔弩張的對手。釣魚台主權爭議糾結歷史與民族主義因素，單一的、不可分割的絕對主權觀念，沒

有妥協和讓步的空間，導致釣魚島爭端無解。

為此，每隔一段時間，就會出現不同的爭執點，從外交喊話、船艦對峙到軍機空巡，雙方就在釣魚台海、空域不斷挑戰彼此的底線，隨時可能擦槍走火，

進入武裝衝突的死胡同，對東北亞，甚至是全球安全，絕對是一場災難。

近日日本防衛大臣小野寺五典在記者會上指出，中國人侵釣魚台周邊領海行為已落入和平時期和緊急狀態間的灰色地帶，中共黨報環球時報則回應「中日

已沒什麼可談的了，正在備戰。」；日本首相安倍晉三分別利用接受美國《華爾街日報》專訪，以及自衛隊閱兵談話機會表示，日本將聯合亞洲國家抗衡中國，並隨時準備反擊中國。

在此同時，無論是中國領導人或軍方，也在外交場合或軍事演習行動上，持續施壓日本。

中日在釣魚台島爭的現狀，就好比各自駕駛紅旗與豐田汽車，發動引擎在筆直的道路上蓄勢待發，準備來一場兩車對撞的「弱雞賽局」(chicken game)。

弱雞賽局的重點在於，如何讓對手相信自己有「直衝」的能力，因而轉向閃

開，這就是目前中日兩國以外交、軍事為槓桿，不斷在國際社會對彼此施力的寫照。

社會學家 Robert K. Merton 曾提出「自我實現的預言」(Self-fulfilling Prophecy) 一旦成真，原本不存在的戰爭，卻因雙方互懷敵意，都想展示實力證明自己不是弱雞，而兩國也都選擇相信唯有「以戰止戰」，在恐懼感的趨動下，最後的結果就是東北亞奪島戰的登場。屆時，美國將陷入協防與否的兩難，處於風暴漩渦的台灣也無法免於受到戰火的波及。

# 紀念存在主義哲學家卡繆 (1913.11.07~1960.01.04) 誕生 100 年紀念專輯

## 卡繆生平年表

李慕義 / 輯

1913年11月7日	出生於阿爾及利亞東部的蒙多維 (Mondovi) 小鎮。
1933年	開始於阿爾及爾大學攻讀哲學。
1936年	取得畢業資格，論文題為《新柏拉圖主義和基督教思想》，但因肺病而未能參加大學任教資格考試。
第二次世界大戰期間	參加反對德國法西斯的地下抵抗運動。大戰爆發時他任《共和晚報》主編，後在巴黎任《巴黎晚報》編輯部秘書。德軍佔法後參加地下抗德組織，負責《戰鬥報》的出版工作。
1942年	發表《異鄉人》(又譯《局外人》)而成名，藉此作表達人是存在於孤立疏離之間以及生活的荒謬性。同年亦發表隨筆《薛西弗斯神話》。
1944年	發表劇本《卡里古拉》。
1947年	發表小說《鼠疫》。表達自己的生命已經不再重要，群體的生命才有意義，以及個人的利益已經不具意義，群體的利益才具意義的人生觀。
1951年	發表《反抗者》。由於其在作品中宣揚「純粹的反抗」，即反對革命暴力，而導致了他和沙特等左派知識分子的決裂。
1956年	發表小說《墜落》。
1957年	發表短篇小說集《放逐和王國》。同年並獲諾貝爾文學獎，成為法國當時第九位也是最年輕的獲獎者。
1960年	與加利馬 (Michel Gallimard) 同死於車禍。
1994年	由家人整理文稿發表遺作《第一人》，是卡繆的自傳式小說，由卡繆親自描述他的出生、成長，一直到進大學的過程。

## 卡繆主要哲學思想

### 1. 人道主義思想

卡繆思想的核心是人道主義。人的尊嚴問題，一直圍繞著他的創作、生活和政治鬥爭。《薛西弗斯神話》和《異鄉人》構成了卡繆文學創作的主軸，包含著卡繆未來作品的核心問題。

### 2. 二元對立

卡繆的創作存在大量的二元對立的主題，其中有一些亦直接作為書名，如《反與正》、《放逐和王國》等。卡繆強調的其他還有「荒誕和理性」、「生與死」、「墜落和拯救」、「陽光和陰影」、「有罪和無辜」等等，這些二元對立的主題經常成對出現，而且互不抵銷，甚至有相輔相成的意思。

### 3. 存在主義

卡繆一貫反對別人給他加上的存在主義的標籤，但在他接受諾貝爾文學獎的時候，頒獎詞中依然稱他為存在主義者。卡繆雖然否認自己是存在主義的哲學家，但其許多著作清楚指出存在主義的最重要概念，就是以「人道關懷」為本質活出自我價值。

## 卡繆主要著作

### ◎小說

- 《異鄉人》，或《局外人》("L'Étranger") (1942)
- 《鼠疫》("La Peste") (1947)
- 《墜落》("La Chute") (1956)
- 《第一人》，或《最初之人》("Le premier homme") (未完成，逝世後於 1995 年出版)

### ◎短篇故事

- 《放逐和王國》("L'exil et le Royaume") (1957)
- 《成熟的女人》("La Femme adultère")
- 《沉默之人》("Les Muets")

### ◎劇作

- 《卡里古拉》("Caligula") (1938)
- 《誤會》("Le Malentendu") (1944)
- 《義人》("Les Justes") (1949)

### ◎論文集

- 《存在 - 反抗與死亡》(1961)

### ◎散文集、札記

- 《反與正》("L'Envers et l'endroit") (1937)
- 《薛西弗斯神話》("Le Mythe de Sisyphe") (1942)
- 《反抗者》("L'Homme révolté") (1951)

## 訪吳錫德教授談卡繆的人道精神

# 存在、負責與自由

從《異鄉人》寫到《鼠疫》、《第一人》，卡繆文筆優美且具特殊風格，影響了後世文學創作者。在哲學方面，他的《薛西弗斯神話》以及劇本方面都有許多哲學性思考。

問：卡繆出生於阿爾及利亞，他的出身背景對他的作品影響為何？

吳錫德：阿爾及利亞早期是法國的屬地，法國當時有計畫地「派遣法國社會階層低下人士」圍剿阿爾及利亞，當時的阿爾及利亞只是塊不毛之地，第一批的法國殖民者就在當地開墾闢地。

### 在貧困中展現人道思想

卡繆是殖民者第二代，他的父親在第一次世界大戰時回法國打仗，不幸陣亡，所以他可以說是一個孤兒，因此他雖然是一個殖民者第二代，可是他並未享受到殖民者的優勢。又因為卡繆本身比較貧困之故，他跟當地的法裔殖民者或是阿拉伯人都相處得不錯，是他人道主義思想的展現。

卡繆的哲學思想是屬於地中海式。整個西方文化可分為兩塊，一塊是地中海文化，即接近希臘羅馬式的人文或哲學思考，北方的日耳曼思維較強調理性，地中海式思考比較強調自然與和諧，「和諧」這個觀念在卡繆的作品裡一直都是重要的主軸。

問：我們一想到卡繆就想到其代表作《異鄉人》，有人認為《異鄉人》好像是其自傳，請問有些部份是其人生的一部分，有些是其開創性的思想？

### 刻畫「異鄉人」感受

吳錫德：《異鄉人》又可以翻作「局外人」，翻譯成異鄉人並不是非常貼切，並非描寫從外地而來陌生的陌生人，而是和自己所屬的社會、生活空間格格不入的人。這樣的情緒與基調是一個很具現代性的概念，因為人總是會遷徙，總是會到一個陌生的地方去。

卡繆自己也曾有過旅行的經驗，他在布拉格旅行時經歷過「局外人」的感受，覺得自己這個人跟整個社會價值觀、社會體制完全格格不入，所以成為了「局外人」。

《異鄉人》於 1942 年出版，當時德軍佔領法國，卡繆出版此書需要得到德國同意，卡繆寫出德軍佔領下法國年輕人共同的心聲。《異鄉人》的簡潔和開放的對話，是優秀的寫作風格，中間許多對話具有

## 吳錫德教授簡介

淡江大學法文系主任兼外語學院院長、法國巴黎第七大學遠東研究博士、臺灣法語譯者協會理事長



強烈的戲劇感，因卡繆是學戲劇出身，他也把許多對話的張力放在小說中，讀起來非常具空間感。他也受到海明威文風的影響，文筆具新聞體的感覺。

在探討「存在」的觀念上，他也跟存在主義之父沙特有些互動，對應於戰後法國社會思想的真空，則反映了時代精神中存在主義「面對自我」、「真實活出自我」的檢討，而不是受到國家集體意識型態的灌輸。

50 年代後進者所謂新小說、後現代文學等，多少都受到卡繆風格的影響，相當具有代表性。

問：相對於當代「人要認同團體」的概念，卡繆是否呈現出一種反動的思想，感到與社會格格不入的人是會與之共鳴？

吳錫德：卡繆寫這本書的特色並不是教條式地要你做這個、做那個，而是告訴讀者，做這種事情會有什麼結果。他事實上是正在進行一種辯證，如《異鄉人》男主角莫梭 (Meursault) 本身是個殖民者，意外殺害了一個阿拉伯人，雖罪不致死，可是莫梭卻不在乎地求死。

男主角在求死的過程中，卡繆已經在暗示讀者死刑實在是太可怕了，卡繆非常反對死刑，藉由筆下人物接受死刑來思考死刑、體驗死刑，告訴讀者死刑的意義為何。

問：卡繆的作品涵蓋小說、論文、劇本與散文，您最欣賞卡繆的哪一種文體？

吳錫德：卡繆的小說寫得很好，從《異鄉人》寫到《鼠疫》、《第一人》，文筆優美且具特殊風格，卡繆的風格也影響了後世文學創作者。

在哲學方面，他的《薛西弗斯神話》以及劇本方面都有許多哲學性思考。

### 反對虛名 低調度日

卡繆善於把哲學思辨或對一件事的中心思考，用文學或劇本的方式表達出來，因此他某種程度上來說，是把文學與哲學合在一起。

問：卡繆逝世 50 週年時，其兒子曾反對去盛大紀念，原因是卡繆一生反對虛名，也不接受別人膜拜，我們應如何紀念他才好？

吳錫德：前法國總統薩科奇本有意將卡繆之墓遷至忠烈祠，後來並未通過。卡繆是一個很低調的人，雖然活著的時候已經頗負盛名，是法國諾貝爾獎得主第二年齡的，成就巨大，但他自己本身仍然低調生活。

卡繆身體並不好，罹患了肺結核，在當時是一種隨時會死亡的病，很多當時的法國作家因為空氣的緣故罹患肺結核，長期臥病或經常性發作，他不要虛名與此也有些關係。他最關注的還是整個社會的進步與人道精神的呈現，而不是個人的聲望。

6、7 年前，文壇也在紀念沙特的聲音反而較強。卡繆 100 年時，可以發現大眾是比較懷念卡繆的，因他帶給我們的想法是更值得我們深深思考的。沙特在當時受歡迎，可是其作品的質感與內容比卡繆還來得單薄，卡繆的影響力是較

問：卡繆其他作品在存在主義上也有很多表現，是否請您分析一下其他的作品？

吳錫德：卡繆的《薛西弗斯神話》、《反抗者》都具有某種程度存在主義的思考，如要與整個社會

溝通、要對自己負責，存在主義對於卡繆來說是要對自己負責，對自己負責某種程度上來說就是對社會負責，而並非是倒回來說個人要效忠國家、效忠政府。

問：有人認為卡繆的婚姻算是很不幸福的，他的家庭狀況如何？

吳錫德：他的第一任妻子相貌美麗，但個性較為浮華，最後婚姻草草結束。他的第二任妻子協助他很多，在戰爭期間兩人分隔兩地，還打零工支持卡繆在巴黎的發展，兩人感情很深。卡繆在生病過程中碰到了一些紅粉知己，但其妻子也沒有特別提出抗議，這些女子也並未破壞卡繆的婚姻，他對每一位交往過的女性都很負責任。

問：有人認為女性在卡繆的作品裡是很邊緣化角色，很少見到卡繆刻畫女性個性？

吳錫德：確實如此，例如《鼠疫》中並沒有女性角色，《異鄉人》女性皆為配角，我也無法替卡繆發言解釋為何如此安排，但我認為以此

二元對立的部分我比較不認同，因為卡繆本身傾向和諧的觀點，和諧是沒有對立的。他有反抗、荒謬等主題，第三個主題就是在探討和諧，他認為強調反抗、突顯社會的荒謬，背後的目的就是尋求和諧，可是和諧這一塊在他死前並未能完成。

問：卡繆的作品涵蓋小說、論文、劇本與散文，您最欣賞卡繆的哪一種文體？

吳錫德：卡繆的小說寫得很好，從《異鄉人》寫到《鼠疫》、《第一人》，文筆優美且具特殊風格，卡繆的風格也影響了後世文學創作者。

在哲學方面，他的《薛西弗斯神話》以及劇本方面都有許多哲學性思考。

### 反對虛名 低調度日

卡繆善於把哲學思辨或對一件事的中心思考，用文學或劇本的方式表達出來，因此他某種程度上來說，是把文學與哲學合在一起。

問：卡繆逝世 50 週年時，其兒子曾反對去盛大紀念，原因是卡繆一生反對虛名，也不接受別人膜拜，我們應如何紀念他才好？

吳錫德：前法國總統薩科奇本有意將卡繆之墓遷至忠烈祠，後來並未通過。卡繆是一個很低調的人，雖然活著的時候已經頗負盛名，是法國諾貝爾獎得主第二年齡的，成就巨大，但他自己本身仍然低調生活。

卡繆身體並不好，罹患了肺結核，在當時是一種隨時會死亡的病，很多當時的法國作家因為空氣的緣故罹患肺結核，長期臥病或經常性發作，他不要虛名與此也有些關係。他最關注的還是整個社會的進步與人道精神的呈現，而不是個人的聲望。

6、7 年前，文壇也在紀念沙特的聲音反而較強。卡繆 100 年時，可以發現大眾是比較懷念卡繆的，因他帶給我們的想法是更值得我們深深思考的。沙特在當時受歡迎，可是其作品的質感與內容比卡繆還來得單薄，卡繆的影響力是較

問：卡繆其他作品在存在主義上也有很多表現，是否請您分析一下其他的作品？

吳錫德：卡繆的《薛西弗斯神話》、《反抗者》都具有某種程度存在主義的思考，如要與整個社會

大的。

問：有人認為卡繆的婚姻算是很不幸福的，他的家庭狀況如何？

吳錫德：他的第一任妻子相貌美麗，但個性較為浮華，最後婚姻草草結束。他的第二任妻子協助他很多，在戰爭期間兩人分隔兩地，還打零工支持卡繆在巴黎的發展，兩人感情很深。卡繆在生病過程中碰到了一些紅粉知己，但其妻子也沒有特別提出抗議，這些女子也並未破壞卡繆的婚姻，他對每一位交往過的女性都很負責任。

問：有人認為女性在卡繆的作品裡是很邊緣化角色，很少見到卡繆刻畫女性個性？

吳錫德：確實如此，例如《鼠疫》中並沒有女性角色，《異鄉人》女性皆為配角，我也無法替卡繆發言解釋為何如此安排，但我認為以此

二元對立的部分我比較不認同，因為卡繆本身傾向和諧的觀點，和諧是沒有對立的。他有反抗、荒謬等主題，第三個主題就是在探討和諧，他認為強調反抗、突顯社會的荒謬，背後的目的就是尋求和諧，可是和諧這一塊在他死前並未能完成。

問：卡繆的作品涵蓋小說、論文、劇本與散文，您最欣賞卡繆的哪一種文體？

吳錫德：卡繆的小說寫得很好，從《異鄉人》寫到《鼠疫》、《第一人》，文筆優美且具特殊風格，卡繆的風格也影響了後世文學創作者。

在哲學方面，他的《薛西弗斯神話》以及劇本方面都有許多哲學性思考。

### 荒謬與歸屬

我建議對卡繆有興趣的讀者，應該從《異鄉人》這部卡繆年輕時期的作品繼續往下讀。有時讀者讀完這本書後留下很多迷惘與困惑，這只是因為《異鄉人》在卡繆的思想中只是個開端。

這本書的特色，在於它留下很大的空間跟讀者思考，因為卡繆只是藉著異鄉人告訴我們，《荒謬》是人活在世界上一個可以避免的事實和前提，而我們應該帶著這樣的認知繼續活出我們的人生。

卡繆的作品每一部的風格都不一樣，不過都能大致運用卡繆早期設定的三個主題大階段來串連：「荒謬」、「反抗」、「節制」



訪問：章文、邱慕天  
整理：李慕義

把卡繆貼上大男人主義的標籤，也未必正確，因為他在描寫的過程當中，並沒有跡象顯示他刻意的去排除什麼，都是很自然的去描述他的想法。

問：人們主要是懷念卡繆的什麼部分？

吳錫德：懷念他的人生道主義精神、人世的態度，他不像沙特強調人一定要對事務表態，卡繆說我們是被捲進去的，我們只要對自己負責就行了，因存在主義者在當時強調表態，所以他反對自己被貼上存在主義者的標籤。卡繆可被貼上的地方，在於他真的用自己的生命、自己的生活體驗，用其優美的文筆呈現現在作品當中，他的文筆沒有人會質疑。

## 訪徐佳華教授談卡繆的感情世界

# 自我與他者如何共生？

徐佳華口述  
邱慕天整理

「在荒謬世界中尋覓歸屬」是串連卡繆各期作品中的一個主題。如何和其他人共生、在自己與他們之間求得平衡，可以說是卡繆作品中的一個重要骨幹。

### 荒謬與歸屬

我建議對卡繆有興趣的讀者，應該從《異鄉人》這部卡繆年輕時期的作品繼續往下讀。有時讀者讀完這本書後留下很多迷惘與困惑，這只是因為《異鄉人》在卡繆的思想中只是個開端。

### 創作的意外與跳躍

再加上，在第二個階段到第三個階段之間發生了很多事情，例如阿爾及利亞戰爭 (1954-1962 年) 以及與沙特的論戰 (1951 年之後)，也影響了第二到第三階段之間的轉折，因而在卡繆整體的創作和學思過程形成一些「意外」和「跳躍」，反映了卡繆當時創

作的需要。雖然不算是超出卡繆原先設定的框架很多，不過對於這些「意外」出生的作品，卡繆的詮釋學界也會質疑究竟該如何歸類。

這次卡繆誕辰一百週年，是一個很好的機會讓大家認識這樣一個作家。讓我們用今天的眼光來看到這一個作家。由於我們今天的時代，距離卡繆的時代，我們跟他人的關係、跟世界的關係已經不一樣了。

### 反抗與限制

此外，由於近年在西方受到恐



▲卡繆對革命與反抗的理解有別於 19、20 世紀的一元與極端思維，強調在「反抗」與「節制」之間要有平衡點。(photo by Mitmensch08121 on Flickr - used under Creative Commons license)

**在荒謬世界中尋覓歸屬：從卡繆的《異鄉人》談起**  
時間：2013/11/09 (六) 2:00 PM -5:00 PM  
場地：Rebirth Caf & Restaurant 餐廳/咖啡廳 (台北市新生南路三段 86 巷 19 號 B1)  
費用：免費  
主持人：許文堂 / 中央研究院近史所副研究員  
主講人：徐佳華 / 中央大學法文系助理教授  
主辦：台灣教授協會

## 徐佳華老師簡介

徐佳華老師是法國新索邦巴黎第三大學法語語言、文學及文化博士，現任國立中央大學法語文學系助理教授。研究領域為二十世紀法國/法語文學，尤以卡繆為中心。



子說的就是卡繆。

### 卡繆的心靈原鄉

成為作家的路上，卡繆一方面也覺得矛盾。隨著他逐漸成為舉世成名的作家，他卻覺得這在某個程度上背離了自己的家庭和出身——一個默默無聞的文盲家庭。卡繆一方面很驕傲地成為一個可以影響許多人的知識份子，現在我卻活在一個完全相反的世界。我卻不知道該怎麼回到那個我出生的世界，我自己所認同與歸屬的世界。」

因此女人在他的作品中間很重要的形象就是安靜 (silence)、寧靜、沒有聲音，反映了他成長的世界。而現在在作家卡繆卻處在一個喧囂吵鬧的環境，卡繆所感受到的放逐就在這裡：「我真正的天堂是那時候的世界，可是現在我卻活在一個完全相反的世界。我卻不知道該怎麼回到那個我出生的世界，我自己所認同與歸屬的世界。」

卡繆與母親之間幾乎從來沒有互相說「我愛你」。卡繆自己又不敢講，於是在卡繆的成長過程中，就是靜靜地看著母親溫暖的形象，辛苦地為家庭付出，在外面工作，想交男朋友卻必須壓抑自己的感情。

卡繆的母親每天工作回家後，會安靜地坐在家裡的陽台中，看著外面的街道，不發一語。幼年卡繆在旁邊窺視著他，其實是很想跟媽媽說「我愛你」，或是用一些溫柔的舉動親近他的母親，卻不敢付出行動。在卡繆的作品《第一人》中有一幕，描述著主角老是感覺媽媽很愛他，就感動得不得了。那個孩

### 推薦《第一人》一書

最終卡繆作品的主题，帶我們回到那個自己母親出身的、貧窮的街區。這安靜的世界，就是卡繆想要回到的天堂，這也是他忠於自己出身的表現，和卡繆的「創作之母」。

我特別推薦卡繆晚年創作的《第一人》，這本書尚未完成的書稿。正是因為書中保留許多卡繆在創作階段中所醞釀的思考脈絡。很多親密的筆觸，可能是卡繆在後來會刪除的，與卡繆其他作品中的嚴肅和刻意的乾燥截然不同。

雖然這本小說仍然不能當作自傳，但卡繆在書中的感情表露非常真誠，反映了他童年以來的心路歷程，非常感人，我個人認為是卡繆創作的高峰。

# 農產品是未爆彈？ 農委會：加強抽檢

目前除了油品問題以外，包裝米用廉價米混充，蔬果產品也殘留過量農藥，已快成為食安的未爆彈。

【本報記者杜胤廣台北報導】  
油品檢驗連環出包，農產品也令人不安。立委許忠信6日召開記者會表示，目前除了油品問題以外，包裝米用廉價米混充，蔬果產品也殘留過量農藥，已快成為食安的未爆彈，每年支出大筆預算，農委會的食品把關問題實在令人憂心。農糧署表示，未來會針對包裝米的碾米、加工、進口等生產配銷面進行抽查，而農產品的農藥檢驗也會加強複檢。

有關包裝米的抽檢調查，許忠信表示，農糧署在8月抽驗市面上的包裝米，不良廠商用廉價米混充台灣米的比率高達18.9%，對於業者最高僅處20萬元的罰鍰。雖然糧食管理法正在上修罰鍰至300萬元，但需長時間的審理，且相較廠商的不法所得，其罰鍰也只是九牛一毛，呼籲農糧署應加強市售包裝米的檢驗，並對包裝米的生產源頭、分裝加工至通路管理都應加強

管制。  
再者，蔬果農產品也被調查出農藥使用過量情形，根據農業統計年報顯示，101年的農藥使用量，較100年增加了13.84%，每年花費在農藥的平均費用更高達67億多。  
「農糧署針對農藥檢測上應更積極，除了鼓勵農民少用農藥外，更應該加強農產品的檢測，不然民眾永遠被食品把關所蒙蔽，吃下多少農藥都不知道。」許忠信表示，農糧署於95至101年間持續針對農作物進行農藥檢測，7年間蔬菜殘留農藥不合格率達4.53%，水果部合格率高達10.4%，且後續追蹤採樣之下，不合格比例仍偏高，台灣民眾可能永遠都活在毒害之下，不得安心。

農糧署副署長陳健斌回應表示，包裝米每年都會抽查，今年分別以「品質」與「標示」作抽查，共抽查了4000多件，875件不合格，佔總抽查數15%，在比例上算處於正

常範圍，未來也將持續進行複檢，今年就開出了20多張罰款，檢驗執行上，未來將針對包裝米的生產過程進行抽查，從碾米廠、加工廠、進口商等生產配銷面進行追蹤。  
蔬果農產品農藥檢驗問題，農委會農業資材組長翁震圻則指出，國內蔬果農產品一年都會抽查2000多件，100年有7、8件違規，裁罰了278萬，且違規就馬上開罰勒令下架，並公告於農糧署網站上，目前階段僅能以罰則來進行控管，未來也會增加複檢方式來執行農產品的檢驗。

▲立委許忠信召開記者會，呼籲農產品勿成為食安未爆彈。(photo by 杜胤廣/台灣醒報)



## YY基因吳郭魚 降低養殖成本

【本報記者張苑庭台北報導】  
超雄性(Y Y)基因的尼羅吳郭魚誕生了！研發養殖後的魚苗生長至一公斤體型，只需要8到9個月，縮短了半年生長期，取肉率也從31%提高至39%，生產雄性吳郭魚比率高達97%。水產試驗所副所長劉富光在記者會中表示，超雄性(Y Y)基因的尼羅吳郭魚若推廣到民間養

殖，可以降低生產成本，增加生產量。

目前台灣養殖的吳郭魚是尼羅吳郭魚與歐利亞吳郭魚雜交後的子代，尼羅吳郭魚是品種中成長速度最快且體型最大的品種，而歐利亞吳郭魚的成長速度相對較慢，雜交後品質不易控制，而雌的吳郭魚生長速度慢，體型也較小，不利行銷。

淡水繁養殖研究中心助理研究員陳榮華說，培育出超雄性(Y Y)的種魚再與雌性(X X)交配，生產雄性吳郭魚比率高達97%。

根據聯合國國際糧農組織(FAO)統計，全世界有120個以上國家養殖吳郭魚，中國為最大生產國，2011年產量約144萬噸；台灣位居世界十大養殖國之一，近年產量維持在7至8萬噸。研究員陳榮華表示，台灣的吳郭魚生產中60%以外銷為主，另外40%提供內需。

水產試驗所副所長劉富光說，這次研發超雄性品種，是以遺傳育種的原理培育，不是基因改造也不是雄性激素誘導生產單性魚苗，因此不會有致癌的疑慮，符合食品安全考量。

▲尼羅吳郭魚品種體型大，生長速度快，世界上多數國家以養殖單性尼羅吳郭魚為主。(photo 水產試驗所提供)



## 當數學島主 小學生平板玩數學

【本報記者鄒峻弘台北報導】讓小學生在「數學島」裡當島主，並藉由解決「數學任務」來得到獎勵，一步步建立起自己的島嶼。這項教學創舉，是由中央大學網路與學習研究所和桃園縣中平國小合作，迄今已進行3年的實驗教學，並於6日舉行成果發表，現場找來3位國小二年級的學生展示他們如何利用平板電腦「玩」數學。

中央大學副校長李光華在發表會中表示，傳統的教學過程，老師是主角，常在課堂上講得天花亂墜，但學生卻一副事不關己，透過「明日數學」教學計畫，課堂上每位學生利用平板電腦進行數學遊戲，除提高學生的課堂參與度，老師也可以藉由平台後端的系統，掌握每一位學生的學習狀況。配合教學的老師林良社表示，她現在能掌握進度落後的學生，並給予輔導教學。

目前教材科目包含1到4年級的數學(明日數學)及國文(明日閱讀)，現階段正在規劃5、6年級的部分，未來也將新增英文科目。中央大學也表示，透過這個平台，

學生可不受教科書限制，依照自己的能力在家自主學習，他們也發現，半數以上小學二年級學生在數學科有「跳級」表現。  
這項教育創舉，也得到家長的全力配合。與會的學生家長林美雲表示，學生所用的平板電腦約一萬

六千元，家長必須自掏腰包，但看到小孩對於學習產生極大興趣，認為非常值得。而中平國小也會出借平板電腦給弱勢家庭的學生帶回家使用，讓學生有平等的學習機會。



## 新竹動物嘉年華 千人上街同樂

【本報記者廖政賢台北報導】由國際珍古德協會和新竹市立動物園共同舉辦的「2013新竹動物嘉年華」。預計在11月9日下午在新竹市的228和平紀念公園舉辦遊行活動，邀請民眾帶著自行製作的動物道具同樂。

「2013新竹動物嘉年華」活動，主要是由20個新竹中小學班級為主軸，並廣邀民眾一起參與。活動預計號召千人，民眾可以穿著自己一手打造的動物道具上街遊行。這場以「動物」為主題的歡樂派對，讓大小朋友將自己打扮成動物，提醒大眾應多關懷動物與對生命的尊重。

活動最值得一提的是，在環保概念的考量下，所有遊行道具盡量

取材自可再生資源等素材，包括牛皮紙和厚紙板。這些再平凡不過的東西，在同學們的手中，變成別出心裁又充滿創意的遊行道具。

珍古德協會理事長金恆鑑受訪時表示，希望透過這場大遊行，能夠拉近親子間的距離。孩子們在製作喜歡的動物道具時，可能就會對動物產生好奇，因此和家人討論。製作大遊行面具的過程，以及真正上街時的感動會一直留在孩子的心中。他們會從小就對保護環境和動物開始產生概念。

本次遊行路線預計由228和平紀念公園(親水公園)開始，沿路經過文化街、東門圓環、中正路、中央路，最後回到228和平紀念公園。



▲「2013新竹動物嘉年華」歡迎全民製作動物道具，一起上街同樂。(Photo by 廖政賢/台灣醒報)

## 實體長毛象首展 零距離觸摸

【本報記者廖政賢台北報導】「你有摸過長毛象的毛髮和牙齒嗎？」由科學工藝博物館和自然科學博物館等單位主辦的〈長毛象 YUKA 特展〉，本月16日將於中正紀念堂的中正藝廊開展。不僅是全球首展實體長毛象和披毛犀牛，更可以讓民眾親自摸到長毛象的毛髮和化石。

前台北市立動物園園長葉傑生出席時表示，人們透過此次展覽，能思考人類與環境保護的深刻議題。此次來台展出的是年約10歲的長毛雌象，於2010年夏天在薩哈共和國海岸線上出土，冰封超過3萬9千年。特別的是，YUKA的後腿部有遭猛獸咬過的痕跡，顯示YUKA曾經被猛獸襲擊。另外右側身體有被刀劃過的痕跡，顯示可能人類肢解過。

策展活動專案企劃姚慧菁指出，此次共展出超過200項以上的展品。民眾可以透過玻璃窗近距離觀賞實體長毛象，還有在俄國從未公開展示過的披毛犀牛。不同於以往的展出只有以化石標本的呈現，民眾本

次可以實際觸摸長毛象的毛髮和牙齒，機會十分難得。

展出的另一重點為距今約3萬9千年前，約20歲的雌性披毛犀牛完整實體。在2007年於科雷馬河下游的永凍土被發現，主軀幹的弧度與活體的狀態相似，甚至體內還留有脊椎骨及肋骨，十分珍貴。

前台北市立動物園園長葉傑生說，地球暖化使深埋在永凍土內的

長毛象和犀牛得以挖掘出來。這不僅讓民眾能夠更了解遠古時期的生態面貌和環境情況。同時也象徵著溫室效應的問題越來越嚴重。民眾應該在日常生活中力行環保並且注重環境教育，讓地球的環境減少持續惡化。

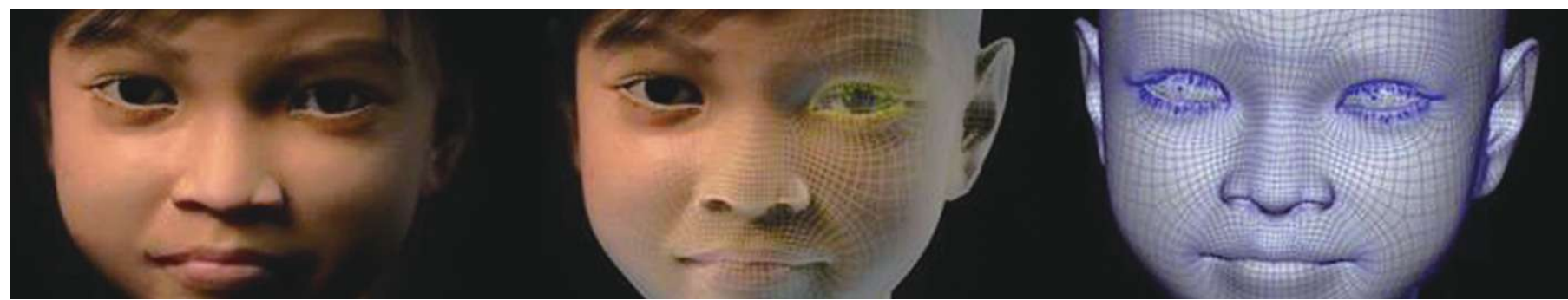
本活動將從11月16日開展，預計展出至明年3月2日。



▲全球首展實體長毛象，民眾可實際觸摸毛髮和牙齒。(Photo by 廖政賢/台灣醒報)

# 研發虛擬女童 揪千餘戀童癖者

據聯合國與 FBI 調查顯示，每時每刻全球平均都有 75 萬人透過情色視訊觀看兒童性表演，但僅有 6 個人被定罪。



【本報記者方家敏綜合報導】荷蘭一個兒童人權組織「地球社」(Terre des Hommes)近日開發了虛擬的網路女童，化身為「Sweetie」(小甜甜)的菲律賓 10 歲少女，在電腦鏡頭前做出性表演吸引上鉤。透過這種方法，地球社揪出 1000 多位戀童癖者，並將名單交由警方處理。地球社執行長表示，東南亞國家的兒童性交易最近轉攻網路市場，且情況一發不可收拾，亟需遏止。

地球社透過電腦動畫，打造的虛擬菲律賓女童，與真人相似度極高令人難辨真假。僅僅 10 週的實驗過程，就有約 2 萬多人在網路上主動聯繫小甜甜，以及吸引來自 71 個國家、約 1000 多名戀童癖者願意付費觀賞性表演。

研究團隊潛入戀童癖者專用的聊天室，只要 po 上年齡、國籍，就會瞬間湧入成千上萬的聊天邀請，很多比較大膽的人甚至直接開啟視訊，並願意出價看小甜甜的性表演。聊天室中的成人以為自己在與菲律賓女童聊天，但其實他們所作所為都被阿姆斯特丹的研究中心記錄下來，並透過「人肉搜索」來確認他們的身分。

根據《美聯社》報導，一名男性研究人員將自己的檔案設定為 10 歲的菲律賓女童，並化名為小甜甜進入聊天室。不到數秒就有許多聊天視窗跳出，研究人員與其中一名使用者進行對話。小甜甜：「你想看什麼？」使用者：「看你。」小甜甜：「你願意付錢嗎？」使用者：

「你把衣服脫掉我就付，15 分鐘 20 美元。」

「在短短的 10 周內我們就已追蹤到來自世界各地，約 1000 名男性願意付費觀賞小甜甜的性表演。」地球社的執行長珊布林克表示，有許多來自富裕國家的戀童癖者會到貧窮的東南亞國家，花大錢買雞姦；但也有人不敢鉅而走險，轉而透過情色視訊獲得滿足。許多東南亞國家的黑道組織透過這種新方法，販賣女童的青春胴體，獲利高達數十億。

根據地球社的研究，為因應市場需求，原本兒童性交易氾濫的菲律賓宿霧市，將主要市場轉攻情色視訊，觸角伸遍全球。對經營者來說，這是更容易管理，經濟效益也高的方式；但對孩童而言，雖然透視表

演所得能補貼家用，但不論是實際上的性交易或是網路性表演，都對孩童的身心發展有害，特別是會造成自尊心低落與憂鬱的傾向，未來也不容易構築正常的親密關係。

近年來網路犯罪氾濫，據聯合國與 FBI 調查顯示，每時每刻全球平均都有 75 萬人透過情色視訊觀看兒童性表演，但僅有 6 個人被定罪。英國《每日郵報》報導，此次地球社所揪出的 1000 名付費觀賞者，有 254 名來自美國，110 名來自英國，其他多來自經濟富裕的西方國家。目前地球社已將蒐集的名單交由警方追蹤處理。



◀▼東南亞國家兒童性交易問題嚴重，荷蘭的兒童人權團體打造虛擬影像引狼上鉤，揪出戀童癖者。(Photo by Terre des Hommes 臉書專頁)

延伸閱讀  
引狼入室的實驗過程



## 罕見婆羅洲金貓 叢林中現身



【本報記者莊瑞萌綜合報導】辛苦等候沒有白費，英國科學家終於在東南亞叢林中，發現了相當罕見的婆羅洲金貓蹤跡。由於科學家是透過野外攝影機捕捉到嬌客身影，而且發現的地點是在當地砍伐森林相當嚴重的地區，因此科學家除了感到意外之外，也認為這些瀕臨絕種的動物生存能力超乎人類想像。

「婆羅洲金貓」(Pardofelis badia)屬於罕見的野貓，過去只有在 2003 年於砂勞越南部被拍到活動身影，尾巴較長，而且大小約等於大型家貓，在 2009 年後一度被斷言已經絕種。不過，英國倫敦動物學會與倫敦帝國學院科學家則帶來好消息，稍早在馬來西亞婆羅洲森林裡，終於透過戶外攝影

機拍攝到婆羅洲金貓及其他 4 種罕見野貓的身影。

由於婆羅洲金貓被發現出沒的地點，伐林相當嚴重，科學家對於能夠在這種環境下發現罕見物種的存在，感到相當訝異，研究者厄沃斯表示，「在這之前，保育人員認為婆羅洲金貓絕對無法在這種樹木被砍伐嚴重的森林裡生存，但我們卻發現這裡還有其他瀕絕動物存在。」

東南亞地區的森林消失速度，已經超越其他熱帶地區，僅剩的森林資源也岌岌可危，因此，科學家也建議現在應該確切地評估森林濫伐對於野生動物帶來的衝擊。

婆羅洲是全球第三大島嶼，分別由汶萊、馬來西亞與印尼管轄，當地除了婆羅洲金

▲「婆羅洲金貓」屬於罕見的野貓，尾巴較長且大小約等於大型家貓，在 2009 年後一度被斷言已經絕種。(photo by 維基百科)

貓外，也是其他 4 種珍稀物種的棲息地，包括巽他雲豹、石虎、扁頭豹貓與雲豹，目前更被國際自然保護聯盟「瀕危物種紅色名錄」收錄於絕種威脅名單內。科學家認為，這些動物對於森林生態系統相當重要，因為牠們主要都以獵食其他動物為主。

研究者偉恩(Oliver Wearn)也表示，近年來，野外攝影機已幫助人類陸續發現了許多珍稀動物，他過去經由田野調查在 2 年內只發現 2 次巽他雲豹

延伸閱讀  
罕見婆羅洲金貓被鏡頭捕捉的影片



## 谷歌推 Helpouts 真人線上教與學

【本報記者杜胤廣綜合報導】學習一技之長，專家上網教！4 日谷歌正式推出線上教學服務平台《Helpouts》，邀請 1 千多位專家與業者進駐，提供美容、健康諮詢、電腦、烹飪、婚姻諮詢等項目的真人視訊諮詢與教學服務，計費方式可以分鐘到小時來計算，價碼則由每位諮詢師自行決定，使用者可在家線上學習，也可使用智慧型手機進行行動學習。

為了解決線上教學的技術困難、專家取得平台也不易，以及網路教學環境的無法普及等問題，Google Helpouts 定位為提供真人真實的線上視訊協助，除了幫助使用者解決學習上的地理限制，也協助專家從網路找

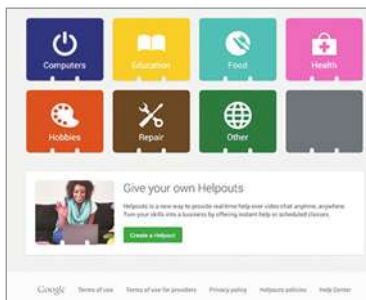
到商機。同時，未來也歡迎各種知識平台與專家進駐，每筆交易谷歌將抽取兩成佣金，但若消費者對內容不滿意，谷歌也承諾將提供退費機制。

谷歌工程副總烏迪曼伯表示，全世界大部分有用資訊還是人類腦袋裡的知識，希望 Helpouts 能夠為人類腦內的知識開啟另一扇窗，今後將開放人人都能使用，只要經過谷歌認證過的專家，都可以為自己設立教學平台。

由於使用者必須付錢給陌生人做諮詢與教學服務，交易安全性與公平性也需要一套認證機制，谷歌對此表示，使用者可隨時退出視訊服務，並回報廠商或諮詢者有不當行為；而專家認證的

部分，也會要求使用教學平台的專家提供證照文件，例如醫療諮詢，會事先調查專家是否擁有合格證照，該平台也會盡力保障使用者的消費安全。

▲谷歌推出線上教學平台，提供上千位專家與教學業者進駐，提供線上學習，未來也將開放具有知識專長或技能的使用者提供教學服務。(photo by 谷歌官網)



# 2013

## 北臺灣文學 第16輯

- 121·小說《放鳥的日子》  
段彩華 著
- 122·小說《驛夢之城》  
郭桂玲 著
- 123·新詩《我書—田運良詩札》  
田運良 著
- 124·劇本《鹿窟的春天》  
陳去非 著
- 125·散文《長尾山娘的山林》  
沈秋蘭 著
- 126·小說《俠骨猶香》  
姚璽 著
- 127·新詩《人間模樣—蘇善臺語詩》  
蘇善 著
- 128·劇本《平行線》  
劉勇辰 著

北臺灣文學第16輯  
將於102年11月11日隆重出版  
全套定價1500元

新北市政府文化局  
九折優惠訂購專線  
(02)2960-3456 分機4579黃小姐

# 下載音樂節 聯合公園重演經典

音樂節以「下載」為名，諷刺意味濃厚，但也讓該音樂節自2003年推出以來，便大受「搖滾客」歡迎。

【本報記者李昀瀚綜合報導】明年英國的「下載音樂節」大有看頭！搖滾樂年度盛會下載音樂節主辦人安迪寇平日前證實，美國天團「聯合公園」將於明年6月14日晚間，擔綱主舞台的演出重任；13日的主角則是另一支流行大團「七級煉獄」，以及身兼恐怖片導演、插畫家、工業金屬歌手的另類藝人「羅伯殭屍」。寇平更表示，他正努力促成「齊柏林飛船」、「范海倫」，及「槍與玫瑰」等老團登台。

下載音樂節脫胎自80、90年代的「搖滾怪獸」音樂節，大多於每年6月第2個週末，在英國中部萊斯特郡的多寧頓公園舉行。音樂節以「下載」為名，諷刺意味濃厚，但也讓該音樂節自2003年推出以來，便大受「搖滾客」歡迎，2013年共有9萬人參與。

聯合公園算是下載音樂節的常客，2004、07、11年時，都擔綱主

舞台的重頭戲，而明年將是該團第4度登台，據傳將有「令人驚訝」的演出。

聯合公園主唱查斯特班寧頓接受音樂雜誌《金屬重鎚》專訪時表示，樂團將在現場重新演繹首張錄音室專輯《混合理論》，「我們一直有重唱第一張專輯的想法，而下載音樂節正是千載難逢的好機會。」班寧頓說，「要知道，在場的可都是最棒的搖滾樂迷耶！」

《混合理論》專輯於2000年發行，被譽為「新金屬」的革命之作，上架1年內便締造1500萬張的銷量，至2009年時已累積至2900萬張；其中單曲〈Crawling〉為聯合公園贏得一座葛萊美「最佳硬式搖滾團體」獎，另一首單曲〈In The End〉則衝上現代搖滾榜冠軍；聯合公園決定現場重唱《混合理論》，預計將成為下載音樂節的經典演出片段之一。

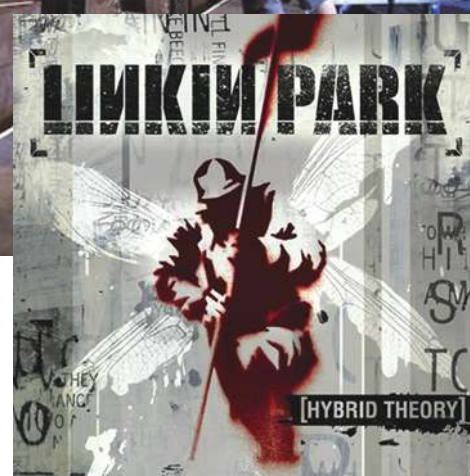
除了聯合公園，寇平也找來羅伯殭屍與七級煉獄共襄盛舉；羅伯殭屍曾在2011年出席，曾於去年來台的七級煉獄則在2006、11時兩度參與演出。但音樂節最受矚目的消息，仍是寇平今年6月受訪時所提及的，邀請經典老團再度「出山」的計畫。

「雖然我無法告訴你們何時成真，但我真的超想看齊柏林飛船與范海倫表演啊！」寇平說，「還有槍與玫瑰的原始陣容，天曉得他們會不會哪天又重組了呢？」儘管槍與玫瑰重組最大的「絆腳石」、主唱艾索羅斯總是回答「不可能」，但前吉他手史萊許的口氣倒是有些鬆動，「目前還沒計畫，但未來的事誰也說不準。」而寇平也不是光說不練，范海倫主唱大衛李羅斯便證實，寇平曾向他洽詢演出意願。



▲「聯合公園」的演唱會總是帶來萬人空巷的盛況。(photo by 聯合公園官方臉書)

▶搖滾天團「聯合公園」將於明年「下載音樂節」上，重新演唱首張錄音室專輯《混合理論》。(photo by www.amazon.com)



## 孫燕姿亮麗復出 群星獻祝福

【本報記者彭書穎綜合報導】「感謝許多歌迷們一路來的支持，希望和你們一起回憶過去美好的感動。」久未露面的天后孫燕姿6日在記者會中宣布，將在明年2月14、15日於台北小巨蛋舉辦「孫燕姿2014克卜勒世界巡迴演唱會。」現場除了有眾多明星錄製祝福VCR給孫燕姿外，唱片公司也推出一整台「大腸包小腸」攤車，讓喜愛大腸包小腸的孫燕姿開心得不攏嘴。

孫燕姿因結婚生子暫離歌壇，此次為了演唱會復出，以一襲白色低胸禮服出席記者會，驚艷全場。提到演唱會十分特別的名稱「克卜勒」，孫燕姿表示，「克卜勒」是天文物理學之父，也是太空中最明亮的星星。把演唱會巡迴取名為「克卜勒」，就是要藉由歌聲、詩、哲學與情感，來展現她帶給大家的音樂天文景觀。

天后孫燕姿不僅歌唱實力出名，也在歌壇中擁有極佳的人緣。現場特別播放了在她歌壇生涯中的一些好友獻上的祝福VCR，包含周杰倫、Jolin、張惠妹、蔡健雅、陶晶瑩、SHE，還有名模林志玲等，都回憶與孫燕姿第一次見面的時刻，其中幾位還開口唱出孫燕姿著名的歌曲，展現她的人氣。

孫燕姿最喜愛的台灣小吃是大腸包小腸，因此唱片公司特別在記者會中給孫燕姿一個驚喜，把逢甲夜市中的「大腸包小腸」攤車帶到現場，讓孫

燕姿開心得合不攏嘴。主持人黃子佼直誇孫燕姿內行，不像其他國外藝人只知道吃小籠包，笑稱孫燕姿應該做台灣大腸包小腸的代言人。

當被問到本次演唱會將會帶給觀眾什麼樣的驚喜，孫燕姿感性地說，能舉辦演唱會是每一位歌手的夢想，她也曾經舉辦過很多次的演唱會，好多歌迷也陪她一起成長。這次的世界巡迴演唱會，是和老歌迷、老朋友們一起複習「過去的感動」，並且和歌迷們一起尋找未來能建立什麼樣的感情，因此希望在演唱會以最好的狀態，把最好的感動分享给大家。



▲看到唱片公司推著大腸包小腸攤車入場，孫燕姿笑得合不攏嘴。(彭書穎/台灣醒報)



▲久未露面的孫燕姿和來賓分享小孩喜悅的心情。(彭書穎/台灣醒報)

## 《BJ單身日記》再出第3集？

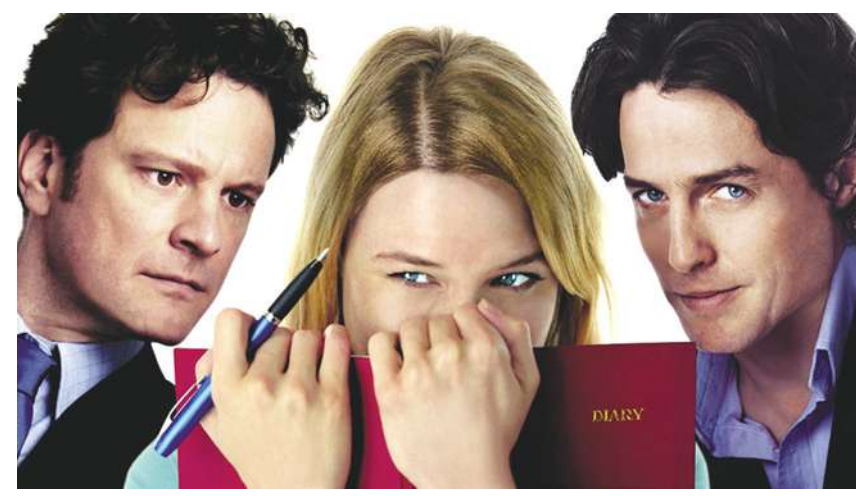
【本報記者李昀瀚綜合報導】根據娛樂雜誌《好萊塢報導》指出，經典愛情喜劇《BJ單身日記》原著小說作者海倫費爾汀表示，樂見10月出版的第3集小說再度翻拍成電影。「我還沒開始計畫有關電影的事情，畢竟小說也才剛剛出版。」身兼《BJ單身日記》電影共同編劇的費爾汀說，「我希望第3集也能拍成電影。」

在最新出爐的故事當中，主人翁布莉琪瓊斯已年過半百，每天除了面對身為單親媽媽的生活壓力，更是快要被越來越緊的牛仔褲、社群網站「推特」上的交友困境，以及操作複雜的電視遙控器給徹底逼瘋。

《BJ單身日記》最初是英國報紙《每日電訊》的連載專欄，描述略顯神經質的30歲單身熟女布莉琪瓊斯，在工作、生活、愛情中所遭遇的趣事。因該專欄大獲好評，於1996年集結成書，並在2001年首度搬上大銀幕，由芮妮齊薇格、休葛蘭、柯林佛斯等人擔綱

演出。

儘管續作《BJ單身日記：男人禍水》大幅更動原著劇情，引起部分死忠書迷不滿，但兩部《BJ單身日記》系列電影仍創下全球5億4千萬美元的票房。飾演「達西先生」的柯林佛斯於4月受訪時曾表示，他相當期待能演出全新的《BJ單身日記》電影，但達西先生在第3集原著中被「賜死」，因此柯林佛斯的戲份恐怕相當有限。



▲經典愛情喜劇《BJ單身日記》隨著第3集小說問世，可望再度推出續集電影。(photo by 《BJ單身日記：男人禍水》官方臉書)

延伸閱讀  
首集《BJ單身日記》是愛情電影經典之作。



## eBay 上賣唱片行 老闆：出售夢想

【本報記者李昀瀚綜合報導】倫敦一家獨立唱片行「節拍上」(暫譯)老闆提姆德比夏爾，日前在知名拍賣網站「eBay」上，喊出30萬歐元的價碼，打算出售這家歷史悠久的唱片行。「來段搖滾人生，讓你的美夢成真。」德比夏爾在網頁上寫道，「經營一家唱片行的機會來啦！」

德比夏爾在1979年時成立節拍上唱片行，店裡蒐羅了包括迷幻搖滾、放客、靈魂、爵士、民謠、鄉村等各種曲風的黑膠唱片，有些甚至是1960年代就發行的「絕版品」。

「這家唱片行是我的心血結晶，但該是時候將它傳承給下一位『樂癡』了。」德比夏爾表示，他希望能有不愁吃穿、想要過夢幻生活的音樂愛好者，出資頂下節拍上

唱片行，「這座黑膠寶庫裡，可是收藏了近代音樂史，像脈搏一般地跳動啊！」

如果在11月25日結標前，節拍上唱片行仍然乏人問津，德比夏爾就會選擇關門大吉，「你也喜愛黑

膠唱片的話，就讓這個夢想繼續延續下去吧！」

延伸閱讀  
「節拍上」唱片行拍賣頁面。



▲倫敦老牌獨立唱片行「節拍上」老闆，打算以30萬歐元，在拍賣網站「eBay」上兜售這間唱片行。(photo by ebay uk)

# 開創自有品牌 醫療器材前景看好

台灣醫材產業 2012 年營業額達新台幣 1092 億元，如何突破目前產值，關鍵在於結合電子業優勢，積極開創自有品牌。

【本報記者李昀瀚台北報導】「台灣醫療器材產業的未來，在於積極開創自有品牌。」經濟部次長卓士昭 6 日出席醫療電子與器材國際論壇時表示，台灣醫療器材產業必須由品牌及行銷突破，才能掌握全球市場成長契機。醫材論壇邀請飛利浦、奇異公司、國際資誠會計師事務所、東芝醫療系統等各國專家參與，就台灣醫材產業如何打入美國、東南亞、中國市場等議題提出策略，並安排國際大廠與國內廠商進行媒合會議。

卓士昭指出，2012 年全球醫療器材產值達到 3046 億美元，預計 2017 年會成長至 4297 億美元，目前仍具有每年 7.1% 的市場成長空間，而台灣醫材產業 2012 年的營業額比前一年成長 10%，達到新台幣 1092 億元，如何保持、甚至突破目前的產值及成長率，關鍵就在於結合電子業優勢，並積極開創自有品牌。

工研院生醫所所長邵耀華表示，台灣醫材業由為國際大廠代工起家，因無自有品牌，利潤相對受限；卓士昭認為，台灣醫療技術的進步、服務品質，以及無線通訊的實力有目共睹，若能借重過去電子產業的成功經驗，結合醫療體

系、研究單位及製造業的優勢，將研發成果快速商品化，再搭配品牌行銷，發展潛力無窮，「這也是工研院生醫所、藥技中心、金屬中心等單位，目前最重要的努力方向。」

事實上，人口老化是全球問題，隨著藥品及醫材需求增加，整體醫療產業的產值只會越來越高；資誠聯合會計師事務所健康照護策略長布萊恩威廉斯特別指出，醫療照護需求無限制地提高，但經濟資源及專業醫療人員卻終究有限，因此傳統的健康照護模式，勢必面臨全面革新。飛利浦醫療保健事業部大中華地區總裁張文明，就從飛利浦的成功經驗，具體分析醫材市場的創新模式。

「整合病人需求、現行療法，以及政府法規等 3 方面的考量，就能開發出新的醫材與裝置。」張文明以飛利浦近年的技術突破為例，包括將加護病房監控系統全面電子化，不但減少醫護人力，也有效降低病人死亡率；而能夠捕捉動態器官，例如心臟跳動的快速電腦斷層掃描技術「iDose」、睡眠呼吸治療系統「C-Flex」、號稱心血管衛星導航的「PercuNav」，都是飛利浦依據醫療現



▲「2013 醫療電子與器材國際高峰論壇」邀集各國專家，分析台灣醫療器材產業未來突破的策略。(photo by 工研院)

況所研發。

邵耀華表示，除了製造與品牌，拓展國際市場也是醫材產業亟待突破的一環。曾任嬌生台灣區銷售經理，以及羅氏大中國區總裁的創心醫電董事長王文雄指出，台灣在光電、通訊等產業實力雄厚，另一方面在塑膠、金屬元件、

機械等傳統產業規模也已臻完善，若能有效結合，將是台廠進軍中國市場的優勢。美國醫療行銷顧問專家「Suc Rowinski」集團總裁蘇羅溫斯基則認為，台灣應利用美國健保改革的契機，勇於搶佔美國市場。

## 沃巴赫氏菌 幫蚊子對抗登革熱

【本報記者李昀瀚綜合報導】「我們不再把蚊子打死了，我們讓牠們叮！」一名越南漁民接受《美聯社》訪問時開心地表示，「沃巴赫氏菌簡直像醫生一樣，為我們抵擋登革熱。」在越南一個約有 3500 人居住的小島上，來自澳洲昆士蘭大學的研究團隊，挨家挨戶地釋放了一種體內帶有沃巴赫氏菌的埃及斑蚊，希望能遏止影響當地居民健康甚劇的登革熱。

登革熱是熱帶及亞熱帶地區常見的流行病，全球每年有 3 億 9 千萬人感染；免疫力較弱者受到帶有登革熱病毒的埃及斑蚊叮咬，可能產生四肢關節劇痛、發燒頭疼等症狀；登革熱目前缺乏有效疫苗，藥物也僅能緩解症狀，病人只能靠休息、喝水自然痊癒。過去登革熱多在亞洲肆虐，但根據世界衛生組織統計，近年來部分歐洲地區也開始流行登革熱。

以沃巴赫氏菌對抗登革熱病毒的概念，源自澳洲昆士蘭大學教授史考特歐尼爾。歐尼爾研究沃巴赫氏菌多年，這種細菌對人類無害，自然界中存在于昆蟲體內，約有 70% 的野生昆蟲都帶有沃巴赫氏菌，埃及斑蚊則是少數沒有沃巴赫氏菌的蚊子之一。

歐尼爾在 2008 年時發現，體內帶有沃巴赫氏菌的埃及斑蚊，居然對登革熱病毒「免疫」；研究人員將沃巴赫氏菌注入埃及斑蚊的卵中，產下帶有沃巴赫氏菌的幼蚊，這些「變種蚊」繁殖時，會將沃巴赫氏菌繼續傳給下一代，「登革熱病毒無法在帶有沃巴赫氏菌的埃及斑蚊體內繁殖。」歐尼爾日前接受美國《時代》雜誌專訪時指出，一旦蚊子體內沒有病毒，就算叮咬人類，也不會散播登革熱。

更有甚者，研究人員在培養變種蚊的過程中，發現其壽命較野生埃及斑蚊來得短，因而由此萌生防治登革熱的靈感。歐尼爾團隊於 2011 年初，開始在昆士蘭郊區釋放帶有沃巴赫氏菌的變種蚊，2 個月內放出超過 7 萬隻蚊子，而時至今日，研究人員「放生」變種蚊的區域，有將近 95% 的埃及斑蚊體內都有沃巴赫氏菌，顯示變種蚊與野生蚊交配後，將沃巴赫氏菌帶進了當地埃及斑蚊的族群。

歐尼爾團隊最新的計畫，就是與越南國家衛生及流行病中心合作，在登革熱疫情最嚴重的地區之一，施行他們的變種埃及斑蚊征服計畫。如果最後發現那座越南小島上的埃及斑蚊族群，也被帶有沃巴赫氏菌、當地居民暱稱為「德古拉醫師」的變種蚊「種族同化」成功，那人類克服登革熱的日子，或許就不遠了。

## 女性壓力大 名模紓壓有妙方

【本報記者方家敏台北報導】「當你煩悶、憂鬱時，不妨試著在生活中做些小改變。」名模蔡淑臻 6 日出席董氏基金會與屈臣氏合辦的「LOVE in HER 美麗新女力」計畫，分享她的紓壓小撇步。另外，她也鼓勵大家透過各式各樣的運動，來舒緩憂鬱情緒，也給自己一些新鮮感。

蔡淑臻身穿短褲、T-shirt，以一襲輕鬆裝束騎單車進場。此次受邀擔任美麗新女力的活動大使，她說自己因為工作需求，平時就有保持運動的習慣，但憂鬱情緒來時還是不免「失控」，「心情不好時總會覺得全世界都对不起我，所以我都會不顧一切地大吃大喝。」蔡淑臻也補充道，吃完

東西後，休息一下她就會再開始運動，透過大量流汗得到身心的釋放。

根據世界衛生組織報告指出，全球女性憂鬱症患者人數相當於男性的兩倍；且董氏基金會在今年 6 月的《全國女性憂鬱情緒紓壓方式調查》中發現，台灣有高達 12.4% 的女性都有明顯的憂鬱情緒，將近 119 萬名女性深受情緒、壓力的困擾。

董氏基金會心理衛生組主任葉雅馨表示，根據統計，女性情緒困擾的前三大原因分別為工作、家庭與經濟，且有 36% 的人都將「做家事、打掃」當做紓壓的方式。她說，董氏基金會致力於憂鬱症防治工作已超過 20 年，此次與屈臣氏

合作的「LOVE in HER 美麗新女力」計畫，將於 10 日舉行《2013 屈臣氏全球志工日》，邀請大家沿著大直河濱公園騎單車運動，倡導女性透過運動紓解情緒壓力。

除了跑步、騎單車外，蔡淑臻說，因為自己很容易對一件事失去新鮮感，所以什麼樣的運動都試過，包括 TRX、NTC、Insanity 等健身器材，還有瑜珈、游泳等，不斷給自己挑戰，才能一直堅持下去。「負面情緒來臨時不要抗拒。」

她建議大家，如果時常感到煩悶、憂鬱的話，不妨試著在生活中做些小改變，例如換個從來沒用過的洗髮精或彩妝用品，轉換一下心情。

▲蔡淑臻受邀擔任「美麗新女力」的活動大使，她說壓力太大時會藉由大吃大喝來舒緩情緒。(Photo by 方家敏/台灣醒報)



## 五成英國人壓力大 影響孩童發展

【本報記者莊瑞萌綜合報導】壓力好大！英國一家醫療保險公司公布最新調查發現，近半的英國人都坦承最近壓力相當大，其中有近 3 成的人表示，壓力帶來的壓迫感已經到達臨界點。造成英國人生活壓力的來源主要為財務、工作與家庭。另一項研究則指出，家長有壓力可能會因此忽略孩子的需要，進而影響孩子的發展。

英國保柏 (Bupa) 公司針對 1 萬名英國人進行調查，有 44% 的人認為目前生活有壓力，其中有 28% 的人，表示這種感覺已經持續 1 年以上，長期處於壓力的人中有 27% 認為這種壓力已經逼近臨界點；45 歲至 54 歲是最容易有壓力的族群，其中，女性感到壓力比例也比男性來得高，壓力主要來源為金錢，其

次為工作與家庭生活。

根據調查發現，在 45 歲至 54 歲族群中，一半的人表示生活有壓力，55 歲以上者如此表示的比例則降至 39%。若從地域區分，住在英國英格蘭中部地區民眾是生活最有壓力的族群，來自威爾斯的居民則是相對壓力較少的地區；至於排解壓力的方式，男性藉酒紓解比例比女性高，女性則傾向參加紓壓課程排解壓力。

不過，調查中仍有 3 分之 2 的人表示，會等到自己無法應付壓力時，才尋求外界援助。

另一項由英國一家舒壓公司 Kalms 針對 2 千位民眾的調查結果也發現，10% 的人覺得轉換工作會帶來壓力，另外，都柏林三一學院從 1 萬名家長中進行的調查報

告也指出，研究者分別在這些家長的小孩出生 9 個月大以及 5 歲後進行訪問，結果發現家長對於孩子的需要，如果能及時回應，有助孩子成長。但當壓力出現時，則會影響大人判斷孩子是否正有所需求的能力，換句話說，生活有壓力，容易讓焦頭爛額的父母親無法分身照顧小孩，使親子互動減少，不利於孩童發展。

▼近半英國人表示生活有壓力，首要原因為金錢，其次則來自工作與家庭。(photo by UrbaneWomenMag on Flickr - used under Creative Commons license)



延伸閱讀



▲澳洲昆士蘭大學團隊在越南開啓「消滅登革熱」的研究計畫。(photo by USDAGov on Flickr - used under Creative Commons license)





### 壓力讓人想吃甜點的

下午3點，一隻手還在Key資料，另一隻手不自覺地伸向右邊抽屜，摸出了一包巧克力泡芙。周圍同事開始鼓譟，喧鬧著說要叫飲料外送，你也順勢點了杯珍珠奶茶……晚餐時，想到剛剛那包泡芙及奶茶，你開始感到罪惡，覺得自己似乎又胖了一點，心想：「都是工作壓力害的！」

的確，壓力大會讓人想吃東西，尤其是高油高糖的食物。這不是你的胃能決定，一切都是因為你的大腦。

腦科學的研究發現，當我們大腦處在壓力環境下，前額葉皮質區的活動低落，容易衝動，影響下視丘調控飲食習慣，杏仁核、海馬迴、基底核及邊緣系統等過於活躍，缺乏正向、積極的心理狀態，便會做出不理性、較不健康的決定。

而且壓力會導致俗稱「壓力荷爾蒙」的可體松(Cortisol)濃度上升，刺激食欲，可體松還會抑制俗稱「快樂荷爾蒙」的血清素分泌，當血清素下降，我們就會想吃甜的，因而對高糖、高鹽、高油的碳水化合物沒有招架能力，因此容易囤積脂肪。

可體松也會抑制睪固酮( testosterone)，減少肌肉的質量，因此新陳代謝率下降，少燃燒脂肪。特別是女人會用吃來舒緩脂肪。歷新醫院運動醫學中心副主任林頌凱在減重班中觀察到，女性認為她們唯一能擁有主導權的行為就是吃，只是在狼吞虎嚥過後又會有罪惡感，察覺到自己因此發胖，食物便成了另一個壓力源，惡性循環。

### 壓力大 長出游泳圈

嚇人的還在後面。壓力除了會增加食欲外，壓力本身就是脂肪堆積的元兇，尤其是腹部的內臟脂肪。當脂肪覆蓋著重要器官時，會釋放脂肪酸進入血液，提高膽固醇和胰島素的含量，增加心臟病和糖尿病罹病風險。

喬治城大學醫學中心的 研究人員以冷水或攻擊讓老鼠暴露在高壓環境下，發現牠們在短短兩週內增胖了50%；3個月後，老鼠外觀改變不只是腹部隆起，選出 現代謝症候群的典型症狀，包括高血壓、發炎、高膽固醇、乳糖不耐等。

研究人員發現，這與一種稱為神經肽Y(NPY, neuropeptide Y)的神經傳導物質有關。在人體的反應也是如

此。

NPY會釋放脂肪細胞中的特定受體，造成脂肪細胞的質與量俱增。台北馬偕醫院家醫科醫師鄧孟婷提示，NPY最主要的接受器就在腹部，才會增加腹部內臟脂肪，造成中廣身材。

美國臨床神經科學家、腦部造影權威亞曼(Daniel G. Amen, M.D.)醫師因此下了個驚人的註解：「光是攝取高脂高糖的飲食，累積腹部脂肪的程度與速度，還不及慢性壓力。」

### 壓力來自工作，也來自娛樂

別以為只有工作壓力會造成肥胖，就連你的休閒娛樂也會導致慢性壓力。

你或許常常這樣想：都已經窩在辦公室加班一整天了，好不容易工作做完了，一定要好好放鬆一下，跟同事去KTV唱個歌、或是去夜店搖擺一下。「很多人的娛樂是求一種回饋，他覺得要享受人生，所以工作一整天之後，即使8、9點才下班，他還要泡夜店泡到半夜2、3點才回家。」中醫師趙奇智觀察到，這樣的族群不甘心人生都在工作，寧可犧牲睡眠，認為唯有享樂才能真正放鬆、遠離壓力源。不管是因為工作到太晚而晚睡，還是因為想放鬆而晚睡，在中醫看來，熬夜就會傷肝，肝的調節功能變差，更易導致肝鬱而下半身肥胖。

西醫的研究也證

實，睡眠不足會降低大腦整體的運作功能，刺激可體松分泌，讓控制食欲的荷爾蒙失衡，而且還會攝取較多的簡單碳水化合物，例如糖果、餅乾、蛋糕，因而容易發胖。

鄧孟婷比對了國健局統計國人的BMI與睡眠時數間的關聯，發現每天睡7~9小時是最佳狀態，睡太少或太多都有致胖風險。「再低也不要低於6小時，」台灣肥胖醫學會常務理事蕭啟仁補充，從國內職場的研究看來，睡眠少於6小時，比多於6小時，肥胖風險高兩成。即使是下班回家躺在沙發上看電視，或是掛網跟朋友聊天、打電動、玩線上遊戲，也不建議。

醫師們表示，看電視、上網、打電動等娛樂活動是很多人選擇紓壓的方式，但你的腦袋仍舊不得休息，眼睛持續疲勞，還是可能導致「娛樂勞」。

亞曼醫師從腦科學來解釋，當我們被這些科技轟炸的同時，大腦的愉悅中樞則逐漸趨於疲乏，當愉悅中樞失衡，我們可能會變得更容易焦慮、急躁、心情變差、提不起勁。此外，這些活動也會剝奪人們從事運動的時間，使人更容易發胖，影響整體健康。

### 用食物吃出好睡眠

一隻羊、兩隻羊、三隻羊……已經數了100隻羊，半圈都快塞不下了，

不過台灣營養基金會執行長吳映蓉也提到，不同於讓心情穩定愉快的飲食技巧，睡前吃的高碳水化合物求的

### 蜂蜜起司蛋糕

(8人份) 154kcal/份

#### 材料

鮮奶 120cc、吉利丁 5克、脫水優格 140克、蛋白 1個、細糖 15克、蜂蜜 3大匙

#### 做法

1. 模型底部鋪保鮮膜，模型直徑 17 公分。
2. 材料 A 混合均勻，鋪在模型底部，表面放葡萄乾。
3. 材料 B 用攪拌器打到顏色變淡、糖融化的細滑狀態，加入鮮奶，再倒入鍋中以小火邊加熱邊攪拌，直到濃稠狀態，關火。
4. 吉利丁泡冷水軟化，取出攪乾，放入尚溫的鍋中攪拌至融化。
5. 加入脫水優格攪拌均勻，拌勻後的麵糊放入冷藏備用。
6. 蛋白放入另一個乾淨的盆中，用網狀攪拌器快速打至粗粒泡沫狀，加入細糖 15 克，打到完全鬆發。
7. 把蛋白分次加入麵糊混合拌勻，倒入模型，放入冷凍凝結。
8. 食用前取出切片，淋上蜂蜜。



還是睡不著覺，甚至愈數愈亢奮。對於晚上翻來覆去睡不好覺的人，這樣的場景就像夢魘般「陰魂不散」。或許你該檢視一下你的飲食習慣。

研究發現，睡前幾小時攝取富含色胺酸(tryptophan)的食物能有助安眠。林口長庚醫院營養師曹雅姿解釋，影響睡眠的主要因素之一就是「血清素」，因為血清素能幫助身體鎮靜、放鬆；一旦血清素不足，便容易躁鬱而睡不好。而色胺酸是人體必需的胺基酸，能幫助製造血清素。

另外，也可多補充碳水化合物。研究指出，碳水化合物對色胺酸有鋪上添花的效果，能提高人體的必需胺基酸中色胺酸的比例，使更多色胺酸能進入大腦，進而轉換成血清素，達到安眠的功效。

碳水化合物對色胺酸有加分作用，但是蛋白質攝取太多卻有扣分的效果。當蛋白質攝取過量，其中所含的酪胺酸(tyrosine)會擠壓色胺酸的比例，大腦便不是製造血清素，而是製造多巴胺、腎上腺素(epinephrine)及正腎上腺素(norepinephrine)，這些神經傳導物質會使你變得警醒且精神亢奮，與安眠作用恰相反。

還有一點提醒：睡前最好不要吃太多東西，特別是高油脂的食物，除了會發胖，也會影響腸胃蠕動、消化機能。因為身體得先處理該消化的食物，之後才能慢慢放鬆，進入睡眠休息模式。可想而知，入睡的時間便會往後延。

### 幫助安眠的食物

1. 全麥麵包  
全麥麵包加蜂蜜有助釋放胰島素，讓色胺酸順利進入大腦，助你輕鬆入夢鄉。「這個方法對多數人都有效，它既有像安眠藥的效果，又沒有安眠藥的副作用，不會讓人上癮，」美國麻省理工學院臨床研究中心婦女健康計劃負責人萊蒂·威特曼博士認為。

不過台灣營養基金會執行長吳映蓉也提到，不同於讓心情穩定愉快的飲食技巧，睡前吃的高碳水化合物求的

是快速入眠，所以並不一定侷限於「多醣類」的形式，有時用簡單的「糖」效果會更好。

### 2. 腰果

腰果是個紓壓、助眠的好食物。它含有色胺酸、麩醯胺酸、維生素B6、鎂等營養素，可幫助合成血清素及褪黑激素。其他像杏仁、胡桃等堅果也都是可替換的選擇。

含色胺酸，除此之外，還有助褪黑激素的製造，而且含鎂，可讓身體肌肉放鬆。

### 6. 馬鈴薯

睡前吃一點馬鈴薯泥或烤馬鈴薯，可以幫助去除體內的酸性物質，減少對色胺酸的干擾。

芹菜、玉米等，大多可以降低血脂，並防止各種形式的性功能不良，有個簡單的定律：對心臟好的，對「小弟弟」也好。

番茄富含茄紅素，茄紅素屬於維生素A家族，也能維護視網膜健康。

別忘了放蘆筍，不只是因為蘆筍形狀惹人遐想，蘆筍還有豐富的維生素E，可以刺激女性荷爾

### ■ 王安琪、楊心怡

# 來份健康的紓壓點心

對於晚上翻來覆去睡不好覺的人，這樣的場景就像夢魘般「陰魂不散」，或許你該檢視一下你的飲食習慣。



### 材料

中型香蕉 1/3 根 (約 35 克)  
薄片全麥吐司 3 片  
西生菜 1 片  
即食燕麥片 15 克  
雞蛋 1 個  
低脂鮮奶 50cc  
橄欖油 1/2 大匙

### 燕麥法式三明治

(4人份) 138kcal/份

### 做法

1. 材料 A 在攪拌盆中混合拌勻，即成蛋液。
2. 切掉吐司邊，把吐司充分浸泡在蛋液裡，吸收蛋汁。
3. 不沾鍋加熱，表面薄塗一層油脂，放入吐司用小火慢慢烘成金黃色，取出麵包放在盤中。
4. 香蕉切片放入鍋中兩面略烘，取出鋪在吐司片上，西生菜鋪在另一片吐司上面，三片吐司疊起，切半後再切半一次即可。

# 戒菸就對了!



# 遠離 COPD

- 您是「慢性阻塞性肺病」COPD的高危族群嗎?
- 您曾慢性咳嗽、多痰、呼吸困難嗎?

## 慢性阻塞性肺病(COPD) - 好發在冬季，預防靠平時

我可能是COPD患者嗎?

- 1.我現在(或以前)是個吸菸者。
  - 2.我現在(或以前)常處於二手菸環境中。
  - 3.我有咳嗽、痰多的症狀。
  - 4.我容易喘，有時覺得呼吸困難。
- 只要有上述任何一種情形，快上「華文戒菸網」COPD專區，填寫「呼吸健康篩檢表」並前往門診諮詢。

冬季是COPD的好發期!

冬季氣溫低且溫差大，COPD患者易發病。患者應依照醫生指示服藥及做肺部復健運動。老菸槍應及早戒菸，避免COPD及其共病一個個接連找上門!

遠離COPD，請您這樣做!

- ▶ 立即終止吸菸、停止惡化。
- ▶ 不要開始吸菸，以免上癮。
- ▶ 遠離二手菸及三手菸害。
- ▶ 維持良好作息、均衡飲食、持續且適度的運動。
- ▶ 至醫療院所接受專業的門診戒菸治療、撥打0800-63-63-63免費戒菸專線、隨時可上「華文戒菸網」，獲得更多菸害防制資訊。

不可不知的菸害!

1. 九成COPD病人都是「吸菸」及「二手菸」引起!
2. 全球有2.1億人罹患COPD，排名死因的第四位。

前菜：沙拉

沙拉很難和火熱的性慾連結，但事實上這些花花綠綠的蔬菜，如蘆筍、番茄、胡蘿蔔、萵苣、

### 無花果托塔

(8人份) 257kcal/份

#### 材料

乾燥無花果 7 顆  
迷迭香葉少許  
雞蛋 4 個  
細糖 40 克  
低筋麵粉 120 克  
橄欖油 35cc  
脫水優格 75 克

#### 做法

1. 烤箱預熱 180 度。
2. 無花果切片。
3. 蛋打入盆中，加細糖，用電動打蛋器快速打至起泡，轉中速繼續打至完全鬆發。
4. 麵粉過篩，加入盆中輕輕拌勻，再加橄欖油和脫水優格，拌勻即成麵糊。
5. 麵糊倒入模型，整平後擺放無花果片，撒上迷迭香葉放入烤箱以 180 度烘烤 20 分鐘。



基酸，可幫助提振性趣。

飲料：咖啡

美國密西根大學一項研究調查了 744 對夫婦，發現經常飲用咖啡較不喝咖啡的人，性生活比較活躍，可能是由於咖啡能刺激神經系統、加速心跳及改善血液循環。但容易失眠、精神容易緊張的人，就省略這項建議。

為什麼這些食物那麼普通？沒錯。《偉大的食物、偉大的性(Great Food, Great Sex)》作者艾登奈茲(Lynn Edlen-Nezin)說，「這些科學研究讓我們知道催情食物並非虛構，但只要我們多吃基本、健康、多采多姿的食物，就能擁有生氣勃勃的性生活。」

(摘自天下雜誌出版《輕甜食：零罪惡感的手作點心》)



# 戒菸及早 | 生命美好



電影簡介

片名原文 たそがれ清兵衛  
出品年代 2002  
導演 山田洋次  
主要角色 真田廣之  
宮澤理惠

# 劍者心

**何英傑**  

## 《黃昏清兵衛》2003



好的武俠片，重在詮釋「武」，不在渲染「鬥」。  
好的古裝片，題材是「故步」，人物卻不「自封」，  
同樣能拿來探討現代人心靈的課題與反省。



一部知古通今的好作品。  
如果把這部電影視為列傳文章，其文勢起伏，層疊之間有三起三落。  
清兵衛被譏為「黃昏」宅男，身上臭味難聞，這是一落。好友的妹妹原為青梅竹馬，但婚姻不幸，飽受驚擾，他於是出手相助，這是一起。妹妹感激，舊情又生，便請哥哥提親。清兵衛苦窮，不肯拖累所愛而婉拒。  
不久，藩主風聞他刀法卓絕，逼他去斬殺某個厲害的對頭。勝負難卜，清兵衛於行前吐露真情，豈知情人已復有婚約，這是二落。接下來的決鬥，本應是「高手對

高手」的喋血鏡頭。導演卻急中偷閒，險中出奇，岔出了「英雄惜英雄」的寧靜場面，從敵人之口補述了清兵衛「重親情、輕事功」的全盤苦衷與人生抉擇。隨後兩命相搏，他僥倖取勝，而歷經訣別的情人也決心守寡，這成了二起。  
時代推移，自德川幕府而明治維新。清兵衛才得了三年安心日子，便戰死沙場。諷刺的是，當年比之他毫不足道的武士們，在大政奉還後各各平步青雲，都感慨清兵衛是個不幸的男人。這個頓挫，乃是三落。最後，導演藉清兵衛女兒墳前思慕之語，輕輕巧巧，卻又不疑不惑的點明人

生的真正價值，故事至此而轟然三起，劇終。  
這樣的情節安排，如飄風之雨，陣陣有致。並且從藩主、同僚、好友、情人、敵手、大舅、女兒等多重角度，合成清兵衛一個完整的人格形象，導演真是善於描繪人物。  
此外不能不提的是：好的武俠片，重在詮釋「武」，不在渲染「鬥」。好的古裝片，題材是「故步」，人物卻不「自封」，同樣能拿來探討現代人心靈的課題與反省。本片就是成功之例。

作者介紹

何英傑，台北人。現旅居紐西蘭，寫作消遣自娛。作品種類有散文、小說及劇本。  
散文內容以旅行見聞為主，充滿年輕人的活力與生命的撞擊。小說則以細膩的抒情手法，描繪人類原始生活的氣息，文字精練，於作品中傳達了作者獨特的思想見解，以及對文明的看法。  
《嚮往之旅》是作者1993年一整年的海外遊歷。《丹大札記》、《後山地圖》則是關於雲海上壯闊的台灣、台灣事。《電影素描》、《鏡頭之外的人生》則是關於作者在高中、大學時代的電影記憶。  
何英傑非常喜歡電影，是個影迷，除了迷演員，迷電影手法，更多的，是迷螢幕裡藏著的人生秘密。  
他常和喜愛他的讀者說：「許多老電影，是我把學生時代在『建國中學國學社』聽辛意雲老師講課的話，轉述給你聽。其餘，算是我一點人生感觸，算不上影評，是拿來思索生命的。這是電影在人生的投影，也是感動我的藝術原點。」



### 迦南美地不動產

Canaan Real Estate Ltd.

迦南美地 - 是上帝應許給他百姓的豐富之地；是有山有谷、雨水滋潤之地；  
從歲首到年終，上帝的眼目時常眷顧這地。  
(記載於《聖經》申命記十一章8-12節)

迦南美地不動產是一個實體公司，也是一種經營理念。  
由一群願意遵行聖經真理與公義原則的基督徒所組成的不動產公司，希望聯合在不同地區從事房仲業的主內弟兄姊妹，在激烈競爭的房屋仲介市場，得地為業。提供買賣雙方專業、公正、誠信的服務；榮耀上帝，使人受益。

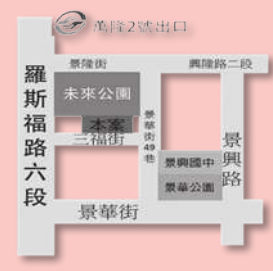
## 是時候了...

### 典藏屬於您與家人的美地宅第

#### 靜巷中的萬隆庭院

是坐北朝南 69 坪，挑高 4.2 米的大空間  
舒適化的 4 房 2 廳 3 衛，整體採光納風皆一流水準  
大庭院玉晶石基座與綠樹草地相輝映  
便捷的生活機能，緊鄰文山區文教區  
隨時可享受養生健身綠地公園  
住在萬隆庭院讓您動靜皆宜

美地好宅推薦：萬隆庭院  
座北朝南 /  
一樓 /  
挑高 4.2 米  
/ 69 坪  
4 房 2 廳 3 衛  
大庭院 + 雙車位



更多好房資訊請上 <http://0316.com.tw> 專案經理：陳碧帆 0937-883-849 或 [chenbifan@yahoo.com.tw](mailto:chenbifan@yahoo.com.tw) 為您服務