



#### 選手失眠服藥 睡前勿訓練

運動員若服用安眠藥，長期下來會造成上癮、精神耗弱等副作用，而且選手及教練睡前 3 小時就應停止訓練。



#### 無法繞國會 川普石油計劃難

眾議院呼籲川普要遵守《巴黎氣候協議》減碳排的承諾，這讓積極開採石油的川普政府發展政策上遇到許多挑戰。



#### NBA 路易斯訪台 尬球享美食

在記者會上路易斯與球迷和 GINO 尬球，隨後品嚐法國「必比登」推薦的烤排骨、珍珠奶茶和紅油手。



#### 韓國瑜沒說的話（蔡孟峰）

韓還沒說的是，他不能「吃碗內看碗外」，棄高雄於不顧，這是政治人物的道義責任。



#### 今天天氣

|    |         |       |
|----|---------|-------|
| 北部 | 14°-21° | 陰短暫陣雨 |
| 中部 | 17°-25° | 多雲短陣雨 |
| 南部 | 18°-27° | 多雲時陰  |
| 東部 | 15°-23° | 陰短暫陣雨 |

# 韓國瑜不選總統 各方仍不肯死心

縱使韓國瑜表態不參選，但拱韓聲量依然很高，推測他最後參選的機率還是很大，除非韓國瑜打算把機會讓給郭台銘。



▲ 縱然韓國瑜表態堅持不選 2020，支持者們要他出來參選的壓力也絲毫未減。（網路截圖）

【本報記者張朝瑋綜合報導】高雄市長韓國瑜是否參加總統大選，一直是輿論主要話題。韓國瑜於 30 日晚間在臉書明確表態不會參選 2020，但學者及藍營立委認為，即使韓國瑜堅持不選，仍須面對黨中央強硬徵召的可能，以及支持者們堅持要他參選的壓力。綠營方面則語帶保留，認為韓參選與否，仍有待觀察。

#### 韓是否參選受關注

自韓國瑜挾「韓流」之威一舉當上高雄市長後，各界就開始揣測韓國瑜是否會轉戰 2020 參選總統，不只是國民黨內部不斷有要徵召他參選的聲音，連同黨表態參選的王金平、朱立倫，甚至是民進黨都把韓國瑜視作假想敵。加上坊間多數民調皆指出韓國瑜支持度大於其他參選人，因此韓國瑜不斷被媒體追問相關情事，但韓國瑜對此總是語帶保留。

直至韓國瑜 30 日下午出席一場愛心演唱會，離去時媒體再度追問有關總統大選一事，韓國瑜突唱出一句：「我堅持不考慮 2020」後便匆匆離去，留下在場媒體一陣錯愕。同日晚間，韓國瑜更於臉書、Line 上貼文，表示會把高雄市長 4 年任期做滿，期間不會考慮其他事。此文引來王金平留言支持，卻馬上被網友調侃說，縱使韓國瑜不選，也不會轉投他們這些老藍男。

#### 支持者仍堅持要韓選

東華大學教授施正峰指出，縱然韓國瑜表示堅持不選，仍未解決黨中央堅持徵召他參選的可能，縱然國民黨不徵召他參選，支持者們要他出來參選的壓力也絲毫未減，到時可能會再發生如 2008 年，前總統馬英九本來堅持不選，後來臨時參選的情況。而韓國瑜表示會把高雄市長 4 年任期做滿，也

有可能是要引郭台銘等人出來表態參選。

國民黨立委費鴻泰表示，就媒體報導來看，他認為韓國瑜未把話說死，而且韓國瑜的支持者們仍堅持要他參選，這點韓國瑜無法迴避，人民的心聲韓國瑜必定都聽到，因此後續發展仍須再觀察。至於如果韓國瑜不參選，國民黨其他三顆太陽間的情勢會有怎樣的變化？對此他不願評論。

#### 機會讓郭台銘？

台灣民意基金董事長游盈隆則語帶保留，認為韓國瑜是否參選仍有諸多考量，而他不參選是否會對國民黨在 2020 情勢產生變化，仍有待觀察。民進黨立委林俊憲則表示，縱使韓國瑜表態不參選，但拱韓聲量依然很高，推測他最後參選的機率還是很大，除非韓國瑜打算把機會讓給郭台銘。

# 學測新制引抗爭 家長：別苦了孩子

本來預計繁星只錄取 1 名，最後卻因同分增額為 7 名，但指考名額卻從 20 名減為 13 名，明顯對於 7 月參加指考的考生不利。



▲ 國教盟 31 日偕同學測考生家長，再教育部前抗議甄試入學機制不公。（photo by 施養正 / 台灣醒報）

【本報記者施養正台北報導】「招聯會和大考中心這樣胡搞，只會苦了努力奮鬥三年的孩子。」國教行動聯盟 31 日集合眾多學測考生家長，在教育部前抗議學測制度不公。有家長指出，繁星計畫增額錄取現象嚴重，影響的卻是 7 月指考的錄取名額，且今年為首屆「採計 4 科」制度，根本無舊例可循，讓考生和家長都無所適從。

#### 超額增取 高分低就

有家長質疑，今年有多所大學繁星甄試都嚴重增額錄取，以台大牙醫系為例，本來預計繁星只錄取 1 名，最後卻因同分增額為 7 名，但指考名額卻從 20 名減為 13 名，明顯對於 7 月參加指考的考生不利。

家長也指出，學測沒有鑑別度，造成高分群太多，使得申請志願的不確定性增加，且申

請入學最遲 5 月中才能確定錄取結果，期間還必須準備審資料，搞得父母和孩子都焦頭爛額，若到最後仍未錄取，再來準備指考恐怕太晚，且在各大學逐漸提升繁星及申請入學的比例下，今年指考入學名額僅剩 23%。家長強調，高分群太多，學生為了錄取，只能填寫「往下一階」的校系。

#### 應比潛力不是家世

「菁英高中都快崩潰了，何況是社區高中！」任職北一女中國文科的蔡永強也表示，今年國文科頂標和高標分數相同，意即有多達 25% 的考生都位居高分群，「這種鑑別度對考生意義何在？」他更說，申請入學要看備審資料，但對於社區高中的學生而言，苦讀三年，最終還是得看面試技巧、個人經歷、活動參與等「履歷」。

他認為，這些學生家長在外辛苦工作，根本沒人、沒心力，也沒資源教導他們準備所謂的「面試」，且隨著各大學的面試人數增加，審查機制必會日漸迅速，蔡永強痛批，「這樣根本是比在家世，不是比潛力！」

#### 應回歸公平

國教盟理事長王立昇表示，考生爭取教育資源的入學制度首重公平，要讓考生「得應其所得」，彰顯「努力才有收穫」的普世價值。因此他建議，學測應從 15 級分改為 30 級分，增加分數級距，或者回歸以前高中基測的「PR 值」，才能有效避免過多同分的亂象。此外，現今教育政策期望學生不要「分分必較」，但若考試制度太過模糊，最終犧牲的只會是孩子的權益及價值觀。



▼ 新光醫院睡眠中心主任林嘉謨指出，運動員應避免服用安眠藥，且在睡前 3-4 小時停止訓練。（中華奧會提供）



# 運動選手失眠服藥 專家：睡前勿訓練

【本報記者施養正台北報導】「運動員不要依賴藥物，且睡前 3 小時應停止訓練。」針對舉重好手許淑淨說她因失眠服藥，新光醫院睡眠中心主任林嘉謨 31 日受訪時指出，運動員若服用安眠藥，長期下來會造成上癮、精神耗弱等副作用，反而更容易影響場上表現。他強調，選手及教練都應有生理時鐘的概念，睡前 3 小時就應停止訓練。

## 睡前應停止訓練

日前有媒體指出，我國舉重好手許淑淨因為傷勢造成失眠，之後服用安眠藥及膳食補充藥物，造成 2017 年藥檢呈陽

性反應，日前與中華隊多位好手都名列禁藥名單，現階段已被追回 2017 年世界舉重錦標賽的銀牌，且未來一年內若再有台灣的舉重選手使用禁藥，可能會讓郭婞淳失去參加東京奧運的資格。

對此，林嘉謨建議，選手與教練應注意「生理時鐘」的概念，他舉例，之前曾有遇過籃球員被教練操倒掛，直到晚上 10 時才結束練習，卻要求

11 時就上床就寢，選手根本睡不著。因此他提醒，運動員應在睡前 3-4 小時結束練習，最好不要依賴藥物，容易造成上癮，隔天甚至會精神不濟，適得其反。

## 常用藥物內含禁藥

高雄市藥師公會常務理事藍慈惠則強調，運動員的藥物管理都經過醫師把關，尤其安眠藥為管制藥物，即便是開立處

方，醫師也必須向主管機關定期回報。她也說，安眠藥確實有讓神經放鬆的效果，但也隱含成癮的風險，若未經過醫師同意使用，同樣會被以服用毒品看待。

「除了安眠藥外，感冒藥也可能內含禁藥成分。」現為長庚醫院運動醫療召集人的林瀛洲表示，麻黃素是感冒藥的常見成分，它能让鼻子的血管收縮，讓病人不會流鼻水，但麻黃素裡面內含的「興奮劑」屬於運動禁藥。而一般為減緩咳嗽，外面診所大多會開「β 致效劑」讓支氣管擴張，但由於會刺激腎上腺素分泌，同樣也屬禁藥。

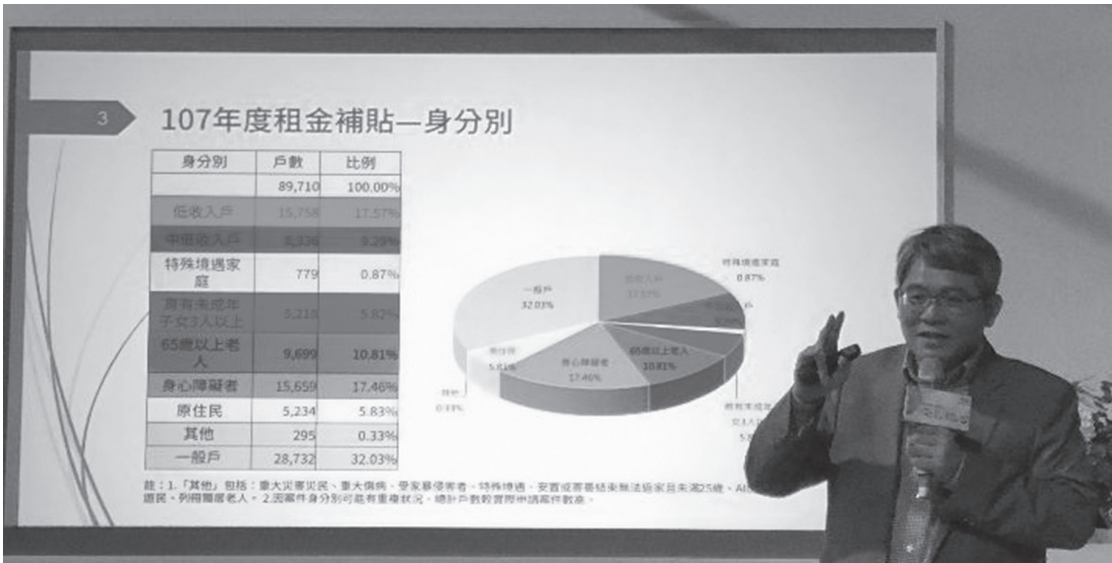
# 住宅開銷 4 成以內 台灣建商加把勁

【本報特派員劉東泉台中報導】世界不動產聯盟前任會長 Danielle Grossenbacher 於 31 日演講指出，國際認定可負擔住宅的意義在於，民眾用花在居住花費最高不能超過四成，且品質要好；這需要公、私部門共同努力。內政部次長花敬群則表示，如果他一下子要求台灣的建商要像紐約一樣，每一開發案提供 20% 的社會可負擔住宅，一定會被罵是「要消滅建商」。

## 房住花費不能逾 4 成

龍寶建設公司 30 周年慶，以系列座談探討房地產發展趨勢；31 日舉辦首場「可負擔住宅在台灣的重定義」。董事長張麗莉指出，10 年前她就想推出更多人可負擔得起的龍寶「好宅」，但尚未能落實。龍寶除請到 Grossenbacher 女士，另邀請內政部次長花敬群、台中市都發局長黃文彬等人參與座談。

Grossenbacher 女士以英文演講指出，可負擔住宅有其定義，在所得上，住宅只能占總



支出 30-40%，其他食物、健康及休閒等，至少要有六成至七成。聯合國估計，到 2050 年，全球人口的 70%、約 67 億人是住在都市中；而且，增加的居住需求主要集中在亞洲與非洲。

## 紐約政策要求品質

她說，全球都有土地取得不易、成本居高、房價偏高的現象。以紐約為例，政府規定開發商興建的住宅中，要有兩成提供作為民眾可負擔住宅（affordable housing），而且所規劃的內容與品質，可負

擔住宅與其他八成是一樣的，沒有差異。透過政府政策，周邊公共設施完善、採模組化營造、並提供金融租稅優惠，可與民間共同來解決可負擔住宅的需求。

花敬群表示，類似紐約這樣的政策，在台灣卻不容易落實。這牽涉到社會背景差異與心態問題。過去在推社會住宅時，建設公司會擔心，社區內又是豪宅、又有社會住宅住戶，擔心「互不相容」，但這也是心態觀念問題；而且，可能還涉及到歧視心理。

事實上，政府目前推的社

會住宅環境優美，住戶都珍惜能有這種美好的居住環境，為了可以長期符合居住條件，多半很守規矩；加上透過社區環境及互動的營造，居民對社區生活品質的維護，都有高度共識。

## 歧視須去除

他認為，那種「不相容」的心態，都只是一種自我的猜想而已。台灣會先從政府推動的社會住宅開始，慢慢與建設產業、人民形成共識，才能走到如同紐約住宅政策那樣的要求。

# 黃健庭透過信仰相扶持 夫妻情深同打拚

【本報記者呂翔禾台北報導】「我們兩個理念、價值觀很接近，只是做事的方法跟角度不一樣，能彼此互補。」前台東縣長夫人陳伶燕說，在一次留美同學會的偶遇後，與黃健庭走進了彼此的人生，雖然黃健庭從金融業跨到政治界，一路歷經許多風雨，夫妻間偶爾也會有小摩擦，但過程中透過找到信仰與彼此互相扶持，讓他們的感情更加堅實。

## 因從政走入基層

黃健庭在國外留學時認識陳伶燕，他在陳伶燕心中留下暖心學長的印象，後來陳伶燕有許多困難都會找黃健庭，而黃健庭給人放心的感覺，讓他們從好朋友變成夫妻。後來，黃健庭返國，又離開企業界參選國大代表，他說：當時很單純，只是想的人生中做出一些改變，不過後來夫妻倆都離開原來的工作，走入台東的基層。

國大代表的工作繁重，到了選舉，很多跑基層的行程跟以往西裝筆挺的工作大相逕庭，對夫妻倆都是一個重新學習的機會，但已經一腳踏入，只好繼續走下去。不過黃健庭也在從政中，了解到需要好好改變台東，讓地方可以獲得更多資源，為自己的家鄉做出貢獻。

## 台東要與國際接軌

黃健庭說，回想一路走來都是經過上帝安排好的。從讀金融開始，在國外有歷練、國際觀、企業管理

背景；當到縣長的時候，過去的這些學習、歷練，全部用上了。「因為台東真正需要的，就是改善它的經濟，到第二任的時候，我也讓台東成功與國際接軌。」

陳伶燕提到，黃健庭當縣長時，每當遇到困難，她都會迫切為他禱告。而他們之間也習慣輪流互報每天的代辦事項，連以前黃健庭當立委時，都要先跟陳伶燕先模擬一次質詢的狀況，兩個人會互交換意見，除了夫妻之外，更是互相扶持的好夥伴。

## 信仰使夫妻更恩愛

黃健庭表示，當初接手的台東縣政，可謂家徒四壁，根本沒有希望。「改變最重要的是創新：怎麼替台東走出一條新的路？」黃健庭說，在當縣長的過程不斷的學習，在辦理熱氣球競賽時，原本縣府都不會主動爭取承辦活動，不過在他的要求下，終於有了揚名世界的熱氣球嘉年華。

「我覺得小燕是這一生當中，上帝賜給我最好的禮物，這一路來如果沒有她，很難想像是什麼樣的光景。所以，非常感謝她，非常愛她。」黃健庭最後說。陳伶燕也認為，上帝會讓黃健庭在不同的位置繼續貢獻自己，她含情脈脈的對黃健庭說，「但無論做什麼，你都是上帝最榮耀的孩子。」，令人動容。（相關報導全文，請詳見 6、7 版）



◀ 黃健庭在主持縣政 9 年期間，陳伶燕扮演重要的角色。（本報資料照片）

# 未來一週仍偏冷 週一高溫僅 18 度

【本報記者張朝瑋台北報導】未來一週都是冷天氣！中央氣象局表示，1 日東北季風影響，北部及東北部高溫僅 17 至 18 度，而 2、3 日氣溫雖略微回升，但 4、5 日北部及東半部地區又有短暫陣雨。氣象專家彭啟明指出，這波冷天氣最冷的時間點是在 31 日晚間到 4 月 1 日清晨，清明連假期間 4 日至 5 日受到鋒面影響而全台有雨，週末才能好轉。

氣象局表示，1 日起東北季風仍持續影響，北部及東北部高溫僅 17 至 18 度，而東半部、北部地區及中南部山區有局部短暫陣雨。2、3 日東北季風稍減弱，各地氣溫逐漸回升；4、5 日起水氣又會略增，北部及東半部地區有短暫陣雨，其他地

區亦有局部短暫陣雨。彭啟明指出，這波冷天氣最冷的時間點是在 31 日晚間到 4 月 1 日清晨，而清明連假期間因天氣變動快速，4 日至 5 日受到鋒面影響而全台有雨，6 日受到北方冷空氣影響而有短暫雨停溫降情形，但 7 日又有另一波鋒面通過，屆時全台又要轉為有雨天氣。

天氣風險公司預測，31 日因東北風增強，同時有華南水氣會移到台灣上空，因此全台雲量將會變多，降雨機會也會提高，全天溫度約在 17-19 度之間，這波溫降有雨的過程會持續到 1 日，北部、東北部低溫約在 15 度左右，中南部低溫約 18-19 度，東半部低溫 16-19 度，請民眾注意保暖。



# 抗議週年遇土地日 加薩問題受注目

今年的土地日剛好遇上加薩邊境抗議事件一週年，此事件造成4死300傷，示威活動也引起更多國際關注。

【本報記者許雅筑綜合報導】以巴再度在加薩走廊爆發衝突。1976年3月30日在對以色列強行占領巴勒斯坦土地的抗爭活動中，6名巴勒斯坦人遭槍殺。為紀念此次土地守衛的慘案，巴勒斯坦在每年的3月30日針對政治的不滿進行罷工與示威活動，稱之為土地日。今年的土地日剛好遇上加薩邊境抗議事件一週年，此事件造成4死300傷，示威活動也引起更多國際關注。

## 問題新轉折

根據《半島電視台》報導，加薩走廊的鄰國為以色列與埃及，人口約200萬人，但有7成左右的人口為難民。加薩走廊的住

民除特殊醫療與商業需求之外，被禁止出入其他巴勒斯坦領地。以色列甚至控制當地進口並禁止一切出口，讓加薩走廊經濟陷入困境。另外，加薩走廊缺乏可飲用水及食物，人民一天用電時間也只有4小時。

根據《半島電視台》報導，在加薩走廊衝突滿一年之際，以色列雖已與哈馬斯（是一個擁有自己武裝力量，集政治性、宗教性為一體的組織）對加薩問題達成協議。在過去一年，埃及已花費數月時間調停，試圖使雙方達成停戰協議。但加薩邊境仍爆發了許多激烈衝突，超過260位巴勒斯坦人遭以色列狙擊手射殺，約有7000人受傷。

據《Illawarra Mercury》報導，

自29日晚上以來，有300名巴勒斯坦人受傷，4名巴勒斯坦

人身亡。以色列軍方聲稱，抗議者朝他們丟石頭、放火燒輪胎，並且朝邊境頭放手榴彈等爆炸物。但目擊者指稱以色列軍隊向反抗者發射催淚瓦斯及砲火。以色列軍方警告加薩居民，需與邊境圍牆保持300公尺的距離。

## 軍方民衆各說各話

加薩邊境抗議希望讓巴勒斯坦難民及他們的後代回到現今以色列占有的領地，並解除長達12年的封鎖政策。巴勒斯坦總統馬哈茂德·阿巴斯則表示：「我們的人民這100年間的受的折磨以及這些偉大的人們所做出的龐大犧牲都不會白費的。」



▲ 加薩走廊的難民村。（維基百科）

## 全球各大週刊頭條新聞

邱慕天／輯

## 《天主教石版週刊》The Tablet 基督教與全球危機的世俗化根源

近來有兩件大事佔據了西方世界的媒體版面：紐西蘭基督城的恐怖攻擊，以及英國脫歐。在本期《天主教石版週刊》，英語世界的公共神學泰斗米爾班撰文指出，這是同一個時代趨勢的兩個面向：自1945年以來一直主導全球的自由主義世俗秩序的崩潰，以反移民、反多元文化入侵的形式展現。



宣言：神學家馬里旦參與了它的起草。

「民主」制度選出獨裁者（如希特勒）的教訓，則漸漸地導致民主的意義往「社會福利」的方向變形：強調所有公民平等（選擇）的權利，漸大過於相信一人一票就能選賢與能。在此趨勢下，我們見證了聯合國、歐盟，以及戰後歐洲「福利國家」的形成。

## 由聖而公的燈塔

米爾班認為，這一切機制在21世紀崩潰的原因，在於其中基督教神學的道德影響被淘空。嬰兒潮下一代的孩子只被教導自由和民主，卻拋棄了基督教社會思想的視野。文化自由主義與經濟新自由主義合謀，養成資本主義下自私自利和為富不仁的個體；教會、媒體、大學…等社會黏著劑的衰退，讓市場（經濟）或政府（政治）的粗糙直接得以傷害人性中的溫柔。

因此當前這個撕裂人類社會共同願景和人性團結的危機，應當要被視為一個復振基督教公共神學的契機。基督教的世界議程，不應當是在「狹隘的本土主義」與「講漂亮話的世界主義」中二選一。想像一個跨國的、「聖」而「公」之教會代表的意義：它不應該繼續處在世界的邊緣，而應成為世界中心的燈塔。

## 人格主義 抗世俗思想

米爾班指出，不少傳統基督徒在一旁看笑話，認為世俗主義正自食惡果；但他表示，被侵蝕的並不只是「世俗自由秩序」，更是歐洲基督教文明為這個自由秩序提供支撐的精神遺產。

上一個西方秩序的重大危機時代是在1930年代。那時歐美的思想界剛經歷一次世界大戰的幻滅，隨後又有美式自由主義、法西斯主義和共產主義的追兵進逼，要取基督教神學思想的系統而代之。幸而在此時，基督教思想家也人傑輩出，以「人格主義」（personalism）對抗那些壓縮和取消人性的世俗思想。

諸如別爾達耶夫（Nikolai Berdyaev）、穆尼耶（Emmanuel Mounier）、馬里旦（Jacques Maritain）等思想家指出，扮演有意義的社會角色，是人生最重要的實踐。然而無論是高壓監控的政權（共產主義或法西斯），或是無政府般的自由市場（經濟自由主義），都有可能損害我們日常人際間彼此互惠的社會倫理關係，用法律或金錢麻痺人的靈性。

## 人權輔以自然法

法西斯在二戰失敗後，接續而來的是震懾世界的共產主義，讓有識的基督知識份子堅信，「人權」本身的概念太過空泛，必須輔以自然法，以鞏固不可剝奪的人性尊嚴，而於此同時，也必須要求個人為自己負責。這化作聯合國世界人權

# 斯洛伐克首位女總統 誓言打擊貪腐

【本報記者林綺薇綜合報導】自由律師卡普托娃於30日以高達58.3%得票率當選斯洛伐克首位女總統。漂亮的得票數顯示，人民對反貪腐的決心與執政聯盟的不滿，同時也抵禦了席捲歐陸地區的民粹主義與反歐盟浪潮。

## 正面力量贏得大選

根據《路透社》報

導，卡普托娃特別用不同語言向各族群選民表達感謝之意：「讓人高興的不只是結果，更是我們不用屈服於民粹主義，亦不需使用激進的言語，就成功地喚起大眾的意識。」選舉期間，卡普托娃堅決反對用言語攻擊對手



與執行幕後政治操作，她力求乾淨、公正的選舉，獲得年輕與改革派選民青睞。

雖然斯洛伐克總統實質權力少，但可任命總理，亦對高級檢察官與法官的任命有否決權，對於打擊貪腐與法制改革仍具有重大影響力。

## 天時地利

據《美國新聞網》報導，45歲的卡布托娃是單親媽媽，同時也是律師，並活躍於社會運動，但在政治方面經歷卻是一片空白。

卡普托娃就任斯洛伐克首位女總統。（photo by facebook.com/zcaputova）



## 誠實地表達自我

在眾人的擁戴下即將成為斯洛伐克首位女總統，卡普托娃對支持表達她的參選信念：「一個人不需要放棄自己的價值觀，可以非常真實地表達自我，也不必選擇特定詞彙－如民粹主義，來解決選民問題。」

# 土耳其經濟下滑 地方選舉是風向球



▲31日市政選舉，將反應土耳其人民是否信任總統能再次帶領他們脫離不景氣，圖為土耳其總統艾爾段。（中央社）

【本報記者許雅筑綜合報導】土耳其經濟出問題，總統撐得住嗎？土耳其里拉大貶5%，而其在股票市場價值也在一個多禮拜之內掉了10%。經濟不景氣與通貨膨脹不只影響人民生活，也間接影響著土耳其近期的內政。許多人認為31日的地方選舉結果，將反映土耳其人民對總統的信任程度。

## 經濟由盛轉衰

根據《BBC》報導，自2003起在艾爾段總統多年的掌政下，除了2009年環球金融危機期間，土耳其經濟一直處於成長的狀態。這15年間土耳其經濟以每年平均5.6%的成長率成長，整體經濟成長了兩倍以上。但是去年經濟在第三季與第四季都縮減了，由此可見經濟的不景氣。

土耳其也有嚴重的通貨膨脹問題，而中央銀行一般的作法為提高利率，提高讓公司與民眾借錢的難度，降低他們消費金額，以抑制物價。但艾爾段總統不支持這樣的作法。

## 經濟影響內政

根據《路透社》

報導，艾爾段總統在2018年的總統大選中強勢連任，可見他在土耳其的政治地位。但有些人認為31日市政大選的結果，很可能影響艾爾段總統的地位，而在首都安卡拉，他所屬的正義與發展黨正面臨危險的情勢。

對多數的土耳其人來說，投票的關鍵只在艾爾段總統是否能持續將人們生活水平維持在一定水準。土耳其政治分析家說：「絕大多數人認為『經濟』議題，是土耳其當前最重要的問題。」





▼ 川普政府開採石油的計劃於 30 日遭到否決。（網路截圖）



# 川普無法繞過國會 北極石油計劃碰壁

【本報記者呂翔禾綜合報導】  
川普想開採北極石油的計畫最近遭到否決！30 日美國聯邦法院阿拉斯加州法官否決了川普打算於北極楚科奇海開採石油的計畫，另外民主黨主導的眾議院也呼籲川普要遵守《巴黎氣候協議》減碳排的承諾，這讓積極開採石油的川普政府發展政策上遇到許多挑戰。

根據《美國新聞網》報導，美國總統川普開採石油計劃遭到阿拉斯加聯邦法官葛利森否決，原因是違反美國的《大陸礁層法》，法律規定總統可以撤除



眾議院也呼籲川普要遵守《巴黎氣候協議》減碳排的承諾，這讓積極開採石油的川普政府發展政策上遇到許多挑戰。

開發計劃，但是要增加開發需要透過國會允許，因此川普政府繞過國會的行為是違法的。

《美國新聞網》指出，楚科奇海在歐巴馬執政時期，由歐巴馬於 2015 年宣布此區為保護區禁止開採，當川普上台後，由於奉行「能源優先」政策，因此從 2017 年開始，積極在各地與石油公司合作開挖石油。

川普政府原來宣布了為期 5 年的開採計畫，希望每年可以在北極區展開至少 1 個石油開採計畫，以及在大西洋海域展開每年至少 2 個開採計劃。除此之外，川普政府也希望可以開採較南端，也據有很高石油潛藏量的白令海區域。

不相信氣候變遷

根據《Vox》報導，川普總統向來與石油企業關係不錯，前任國務卿提勒森就曾任埃克森美孚石油公司 CEO，川普總統也對氣候變遷持懷疑態度，2017 年便退出要求各國減碳的《巴黎氣候協議》，並積極增加海外石油探勘與國內頁岩氣發展。

《Vox》也指出，27 日民主黨曾在綠能法案上要求川普正視氣候變遷帶給美國的災害，希望共和黨在之後的表決給川普壓力，顯示川普的能源政策受到許多挑戰。



# 畫面太殘忍！臉書將限制直播內容

【本報記者呂翔禾綜合報導】  
紐西蘭大屠殺血腥直播散佈恐懼，臉書決心防範悲劇再發生！臉書公司於 30 日發布聲明，將從下個禮拜開始，禁止平台出現有關白人國族主義與種族主義的影音，也會刪除有關仇恨散佈的社團與貼文，並減少它們被搜尋的機率。紐國屠殺案讓臉書不得不重新檢視他們毫無限制的直播政策。

與紐西蘭同在

根據《The Verge》報導，紐西蘭《先驅報》於 30 日公佈臉書營運長桑德柏格寫給紐西蘭的信，裡面提到直播屠殺的行為「非常邪惡」，信中並表示「臉書與受害者、穆斯林社群，及所有紐西蘭人同在。」

臉書團隊在直播後也迅速刪除 150 萬筆有關此次大屠殺的影片。她也在信中表示，面對直播犯罪，除了刪除影片與停用該嫌犯帳戶，臉書會執行更多政策，



▲ 臉書決定日後將會對直播內容進行管制，避免擴大恐懼，危害用戶身心靈。（網路截圖）

確實防止類似悲劇發生。

積極配合官方調查

桑德柏格說，臉書會投入更多資源讓系統可以辨認含有暴力的內容，並使用更強硬的手段將有關「白人至上」與種族主義等相

關仇恨內容下架。臉書也將積極配合紐西蘭官方調查，並提供當地社福、心理輔導機構幫助受影響者早日走出陰霾。

不過《BBC》則指出，桑德柏格並沒有在信中提及更多臉書政策的改



變。在紐西蘭大屠殺發生後，臉書因公開危機處理遲鈍遭受許多批評，當地《先驅報》甚至有投書對臉書表示，「你們對這次事件的沉默，讓我們的悲傷相形下更加屈辱。」

# 金屬樂使人暴力？ 研究顯示不會

【本報記者黃聖堯綜合報導】  
死亡金屬的音樂會讓人有暴力傾向嗎？近日研究指出，反而更能感受歡樂與和平！澳洲大學研究團隊近日針對死亡金屬音樂的粉絲進行一項研究，他們假設：喜歡聽暴力音樂的人，在看到類似的圖片會較不敏感。然而，結果顯示假設並未成功。

「死亡金屬」是重金屬音樂中最極端的類型，歌詞常含有虐待、暴力、血腥等字眼。一般認為，喜愛這類音樂的人對暴力較不敏感，也就是易習慣暴力、激進等事物。但根據《COSMOS》報導，近日澳洲大學針對死亡金屬音樂的粉絲與非金屬音樂的粉絲進行分組，他們向兩個組別投射相同的圖像，包含中性與令人討厭的類型，檢視兩個組別的反應進行觀察。

結果顯示，兩組都對於中性的圖像感到普遍的消極性（general negativity），對血腥的圖像同樣有更負面的感覺。研究團隊的教



授說，「因此，我們並未觀察到任何證據顯示，重金屬音樂的粉絲對暴力行為不敏感。」

而根據《德國之聲》採訪該研究的其中一名教授比爾·湯普森受訪時表示，許多喜愛死亡金屬音樂的粉絲都談到，他們可以通過聽音樂來獲得幸福感。「遭遇低潮時，如果聽到憤怒、或其他困難情緒的音樂時，會感覺不那麼孤單。」

他也提到，人們使用音樂來分散注意力、消除負面情緒，甚至改變自己的情緒轉為正面。「而這項研究更顯示了，死亡金屬粉絲的人能把暴力主題轉變為真正積極的東西，並且產生幸福，這真的非常有趣。」

去年《德國之聲》更報導，重金屬音樂還能降低血壓，與古典音樂同樣擁有治療人體的功能。



▲ 重金屬音樂風格強烈，卻反而能對人們造成更舒壓的效果（photo by pixabay）

圖文選粹

圖文 / 中央社

貪圖拆遷款 西安農村小道裝千盞路燈



▲ 陸媒報導，日前有網民爆料，中國大陸西安市國際港務區陶家村不到 3 公里長的產業道路，竟安裝了 1000 多盞路燈（圖）。當地村民透露，路燈是村委會召集人裝的，目的是為了爭取更多拆遷補償費。



▼▼▼NBA 冠軍退役球員拉夏·路易斯為「國泰 NBA3X 3 對 3 籃球賽」站台，並在記者會上尬球啖美食。（photo by 施養正 / 台灣醒報）



# NBA 路易斯旋風訪台 與網紅尬球、享美食

【本報記者施養正台北報導】「這是你的球衣，快（輸球）幫我簽名吧！」知名 Youtuber GINO 對路易斯噙聲。NBA 冠軍退役球員拉夏·路易斯 31 日受邀為「國泰 NBA3X 3 對 3 籃球賽」站台，並在記者會上抄與球迷和 GINO 尬球，隨後品嚐法國「必

比登」推薦的烤排骨、珍珠奶茶和紅油手。

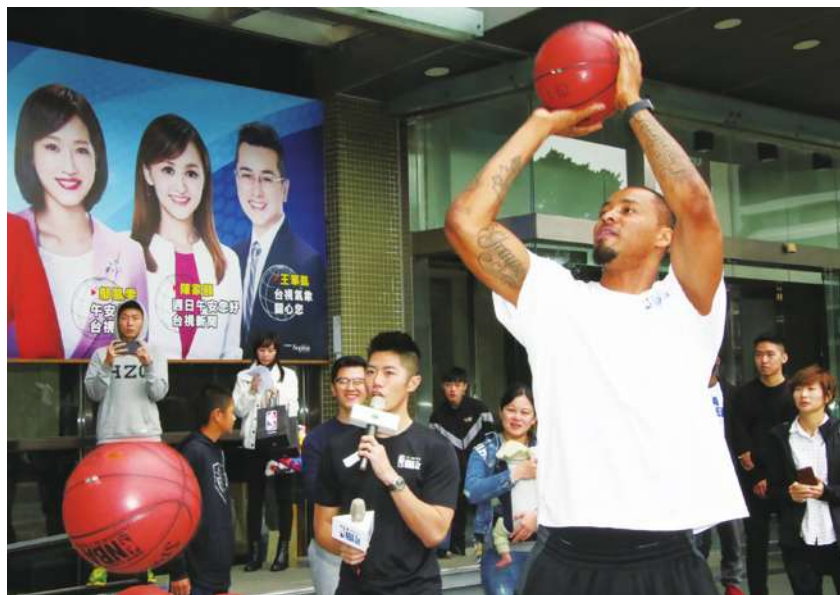
比登」推薦的烤排骨、珍珠奶茶和紅油手，並將於直播節目與觀眾互動。做客直播節目，

與觀眾一同猜題拿獎金。

路易斯生涯也在 2004-05 及 2008-09 球季入選 NBA 明星賽，

每場平均能貢獻 14.9 分。不過效力熱火後期也因表現與身價不符，被球迷戲稱為「兩千萬」先生。

而他今年也將在由 NBA 退役球星組成的「BIG3」聯盟亮相，其總教練更是昔日超音速隊的球星「手套」蓋瑞·佩頓。



# 體育發展有成 密爾瓦基有望迎雙 MVP

【本報記者施養正綜合報導】美國威斯康辛州的密爾瓦基有望在一年內收下棒球與籃球兩座運動賽事 MVP 殊榮，繼去年季末大聯盟釀酒人隊的耶律奇奪下國家聯盟 MVP 後，NBA 公鹿隊的「字母哥」安德托昆波也名列本季聯盟最有價值的競爭球員，對此耶律奇表示，「當然希望字母哥奪下獎項，公鹿隊在賽季表現傑出，理應有精彩的收尾。」

## 陌生兩人漸生連結

美國《ESPN》記者杜立德指出，其實耶律奇與字母哥素昧平生，但他有次去釀酒人休息室採訪時，看到耶律奇穿著印有字母哥背號的公鹿隊球襪，耶律奇說，「有人給我這些（襪子），希望吉阿尼斯（字母哥名）能拿下 MVP，他和他的球隊



有個傑出的賽季，期望能從一而終。」

杜立德說，他也曾訪問在希臘出生，對棒球也陌生的字母哥是

否對耶律奇有印象，當時字母哥說，「耶律奇有來看過比賽，雖然不認識他，但我知道他坐在那裡，仔細一查才發現他

是 MVP，而我也開始對釀酒人對有些認識。」杜立德認為即便去年休士頓也達成此項成就，但此紀錄仍屬不易，期待密城的棒籃雙傑能持續為母隊創造榮耀。

## 做最強後盾

《大聯盟官網》日前也報導，耶律奇即便在受訪時想針對未來的球季表示看法，但仍不免提到同城公鹿隊表現，加上他有雙字母哥的球襪。

報導也指出，耶律奇目前正積極為字母哥拉票，他所屬公鹿隊目前擁有全 NBA 最佳的戰績，雖然不確定字母哥是否還需要外界提供有關 MVP 獎項的聲援，但耶律奇表示，他絕對會做最堅強的後盾，也希望球評和專家們能在今年的 MVP 票選中採納他的意見。



票選中扮演最佳後盾。（網路截圖）

## 體育短波

## 英超爛隊平紀錄 本季頂級聯賽首降級

【本報記者宋秉謙綜合報導】英超大爛隊哈鎮成為足壇五大聯賽首支、且提前六輪降級的隊伍。英超爐主哈鎮本季僅拿下 3 勝、5 平、24 敗，積分僅有 14 分，他們在 31 日輸給水晶宮，而第 17 名的伯恩利恰好贏球，讓哈鎮在數學上免於排名倒數前三被降級的機率歸零，確定後 6 輪全贏也追不上，這也是五大聯賽最早確定降級的球隊，追平英超史上提前 6 輪就降級的紀錄。

根據《英國廣播公司》報導，哈鎮 31 日凌晨對陣水晶宮，水晶宮靠著前鋒「米神」打進點球首開紀錄後，進攻疲軟的哈鎮再無拿積分的機會，終場慘以 0:2 落敗。

同時，第 16 名的南安普敦與第 17 名的伯恩利雙雙贏球，這 2 隊積分將上升至 33 分，意指哈鎮（目前僅 14 分）要逃離倒數三名所需要的積分為 19 分，但最後剩下 6 輪

就算全贏也僅得 18 分，確定在五大聯賽的墊底球隊中最先降級，提前 6 輪的速度也追平英超史上紀錄，與德比郡、伊普斯維奇並列三大當季最慘球隊。

據《英國衛報》報導，準備降級的哈鎮也結束了在頂級聯賽 2 年的旅程，攤開本賽季慘淡狀態，與進攻線疲軟密不可分，哈鎮打了 32 場僅進 18 球，場均接近 0.5 球的誇張數據想贏球根本是天方夜譚。

對哈鎮來說，明年回到英冠聯賽不是壞事。這支球隊陣容算年輕，雖然進攻整體表現差，但前場球員穆涅和德波特都算堪用。

另外，哈鎮的新任經理希沃特有一套換血計劃，他們在年初簽下 21 歲的前鋒格蘭特，並打算在明年召回出租給布拉德福的新秀攻擊手奧布萊恩，若他們都能成長順利，來季殺回英超聯賽仍值得期待。



▲ 英超墊底大爛隊哈鎮在輸球後，確定提前 6 輪降級。進攻線不夠力是戰績淒慘的主因。（網路截圖）

## 邁網女單成績出爐 黑馬女將奪冠

【本報記者宋秉謙綜合報導】邁阿密網球公開賽冠軍出人意料，澳洲小將巴蒂以小剋大、勝普娃！該賽事第 12 種子巴蒂 31 日於邁網冠軍賽面



▲ 澳洲年輕女將巴蒂以直落二淘汰氣勢高漲，但體能耗盡的普娃，成功抱走個人職業生涯重要的一冠。（網路截圖）

對第 5 種子普娃，普娃在四強賽擊敗前球后哈蕾普，士氣大漲，但最後仍以 6:7、3:6 直落二落敗。邁網冠軍也是巴蒂職業生涯拿過重量級的一冠，幫助她積分狂飆到世界第 9 名，這也是網壇自 2013 以來，再有澳洲女將能殺進世界前十。

根據《紐約時報》報導，邁網冠軍戰持續由黑馬勝出，排名較低的澳洲 20 歲女將巴蒂以直落二，單場繳出 15 顆 ACE 球，拍落體能跟不上的普娃，雖然普娃未能延

續氣勢奪冠，但也獲得第二名的高額積分，目前上升至世界第 4，而奪冠的巴蒂更是繼前輩絲托蘇以來，首位殺進世界前十的澳洲女將，她目前排第 9 名，亦是個人到目前的生涯高峰。

巴蒂捧冠也讓本季的 14 個大大小小女網賽事都呈現冠軍不同人的有趣情況，導致女單世界前十的積分相距不如男單大，大坂直美、哈蕾普等人的領先看來都不穩固，恐在下次公開賽排名就風雲變色。





## 人物專訪

主持人：林意玲

（台灣醒報社長）

與談人：黃健庭

（前台東縣長）

陳伶燕

（黃健庭夫人）

記錄整理：黃聖堯

# 黃健庭與陳伶燕 是愛侶也是夥伴（上）

我們兩個理念價值觀很接近，只是做的方法跟角度不一樣，彼此互補，也很能接受對方的意見。



▲左為黃健庭縣長，中為黃健庭夫人陳伶燕，右為台灣醒報社長林意玲。（本報資料照）

主持人（以下簡稱「問」）：目前的台灣社會離婚率很高，夫妻兩人感情好、能相輔相成的並不多。黃縣長在主持縣政期間，或更早一點，在國外就讀、就業，在經營理財、企管公司擔任主管的時候，和妻子陳伶燕兩人就已經同心協力。今天想談兩位夫妻生活、工作各方面的故事。

### 學長追學妹 成就良緣

一個健全的家庭對工作有很大的幫助，先請問縣長，聽聞兩位是學長跟學妹的關係，而且當時已經畢業了，還跑去新生的迎新會看美女，是嗎？

黃健庭：那是同學會辦的台灣同學會，小燕（陳伶燕）是新生，被派在門口收門票。我平常不太參加活動，但是那次很奇怪，同學邀請我，我就去參加了。我在門口被收走 5 塊金山的門票，後來為了「報仇」，就把她娶回家了。

問：第一眼見到她有來電嗎？

黃健庭：當然有！才有會後續的行動，後續的事情小燕比較了解。

陳伶燕：那是一個迎新派對，很多男生靠近我都是為了邀我跳舞。但我那天不想跳舞，就自告奮勇當收門票的工作人員。然後，他（黃健庭）很特別，我印象很深刻，他遞名片給我，跟我說，我是妳 MBA 的學長，妳有任何課業上的問題都可以問我。不知為何我就記住了，後來有問題真的就打電話問他。

我本身是路癡，美國的高速公路長得都一樣，很容易迷路。第一次迷路，心想認識的人當中誰有車子啊？我就想起有這個學長，就直接打電話給他。他很厲害，每次都跟我講，妳不要緊張，妳告訴我妳現在在哪裡。我不知道我自己在講什麼，可是他總是可以找到我。就從這樣開始，迷路的時候救我，幫助我寫 paper，後來變成好朋友、夫妻。

問：當時妳應該萬萬沒有想到，有一天他會變成立委、縣長等政治人物，大概也沒人跟妳說，這位學長將來是人中龍鳳。

黃健庭：不只她不知道，我自己也沒有想到，因為這些都不在我的人生安排之中。她念完書，我已經在工作了，從小職員做起，在那間公司待了 8 年，一切都很好。薪水每年漲，職務不斷提升，結婚、生小孩、工作，一切都很好。環境很好，很安定，自己也沒想過會有回國參選的念頭。

### 沒料到嫁入政治世家

問：小燕妳應該知道，健庭縣

長有一個爸爸是台東的老縣長？

陳伶燕：我認識他的時候，只知道他爸爸是建設廳廳長，知道他是公務員，反而是台東縣長這個角色，沒有在我的印象中。而且他爸爸從來沒有刻意要他從政，後來的發展完全不在我們的想像當中。

黃健庭：我離開公司搬回台灣後，也是在金融業上班。小燕當時本來不願意回來，因為她覺得美國的環境比較適合養育小孩，回來之後她也回到自己的本業（金融業）上班。

陳伶燕：前面 2、3 年還可以，後面突然從政，真的是出乎我意料之外。

黃健庭：很多人都誤會，尤其是台東人，但真的不是。我在台北當投資顧問公司的總經理 2 年之後，突然覺得，自己這一輩子好像就是在幫有錢人賺錢。每天就是看國際股市漲跌、開拓客戶，跟客戶做簡報。這些數字，比起落落的股市指數，似乎不是我一輩子想做的事情。

問：什麼樣的因緣讓妳決定競選國大代表？因為您父親似乎也沒有這個意思？

黃健庭：很多人都誤會，尤其是台東人，但真的不是。我在台北當投資顧問公司的總經理 2 年之後，突然覺得，自己這一輩子好像就是在幫有錢人賺錢。每天就是看國際股市漲跌、開拓客戶，跟客戶做簡報。這些數字，比起落落的股市指數，似乎不是我一輩子想做的事情。

### 放棄一切 毅然回鄉

陳伶燕：那時候我根本搞不清楚狀況，也不知道國大代表是什麼。他說，是一個兼職的工作，我心想，如果是兼職的工作，那就像他在金融業也會兼一些董事會的成員一樣，應該無所謂。我根本不知道他要把工作辭掉，結果連我的工作也沒了，一起回台東競選，完全意料之外。

黃健庭：當時我想得很單純，

現在回頭再看，如果當時不是那麼單純，想得多一點，也許就不會走上這條路了。上帝很奇妙，祂的安排讓我們一步一步踏入，踏入之後才知道說，如果你認真要走這條路，那你就是開始要去經營基層（擦落去）。

因為很多台東人都不認識我，從國、高中開始我就離開台東，到美國住了很多年，回台後又住台北。突然要回台東，3 個月的時間進行選舉；接下來，除非你把這個任期做滿就不做了，不然你得很認真的重新認識台東、走基層，讓選民認識你，了解地方的問題，我們就是這樣一步一步做。

所以那 4 年本來是兼職，結果變成是我的本業。反而在金融業，只是去做人家的顧問，變成兼職，她也很慘，經營基層，人家會期待你的太太也出來一起分擔工作，她得跟著我回到台東去，結果就完全進入不同的生活型態。

### 選真累 家庭的掙扎

問：剛剛聽了你們的分享後，我有以下疑問：政治圈是歹路不可行、大染缸，像你們這麼素淨的人，怎麼樣去碰這個東西，而且一下去就不可收拾？因為表面上看，縣民是很熱情，實際上政治圈是非常複雜跟黑暗的；第二個，這一件事情對你們的家庭衝擊多大？那個時候有兒女了吧？

陳伶燕：選舉時真的很累，我把我的孩子託給我朋友照顧，尤其最後一個月的選戰，第一次知道什麼叫做掃街拜票。公公跟我說，妳趕快請假，要一起掃街，我當時還很狐疑，以為是拿掃把掃地，我公公說，你趕快請假就對了。

我匆匆忙忙跟老闆請假，到台東被拖著忙，到處拜票，那是我對選舉的初體驗。但是很意外的是，我有水份似的受到大家的喜愛，他們蠻接納、蠻喜歡我的；



▲黃縣長在國外就讀、就業，在經營理財、企管公司擔任主管的時候，和妻子陳伶燕兩人就已經同心協力。（本報資料照片）

後來我本以為選上了可以回到我原來的工作，結果不是這樣。

計畫趕不上變化，我們真的很單純，不了解，但是我很順服。因為，基督是個人的頭，丈夫是妻子的頭，即使說不甘心不願，始終順服丈夫。我立刻去看小學，當時兒子剛好上小學一年級，看了一所新的小學東海國小，非常喜歡，我就說可以，好，搬回台東。孩子安頓好，就重新開始新的生活。

黃健庭：那時我跟地方的文化有點格格不入，因為過去十年每天都西裝筆挺的去見客戶，報告金融市場、分析股市等等。突然間，現在要跟基層搏感情，一開始大家連我握手的肢體語言都覺得跟他們不合。應該人家過於給你你也不抽，要你吃檳榔你也拒絕，有的還噁我，應該是你不要過於跟檳榔給人家。

對我來說，這些都是重新學習，回到家又有一個很不高興的太太，生活搞成這樣，我自己也很難過，我以前也給孩子講床邊故事（bed time story），我會讀故事書給他們聽，那些時間也完全消失。整個人生重新來過、適應。我也有閃過這樣的念頭，你到底搞什麼，把自己的生活搞成這樣？

但是，我覺得既然決定已經做了，路已經選擇了，只能繼續往前走。老實講，國大代表解決不了什麼問題，因為它真正的功能在修憲，還不是立法委員、省議員，真的就是個兼職的工作。可是那段時間就是去了解民眾的需要、地方發展的困難，這都為我後來走上立法委員、縣長是一個很好的預備工作。

問：這裡有一個非常有趣的問題，我在讀您的書時發現，上帝先讓您當立法委員，後來立法委

子，他會無法理解、覺得不對。我才覺醒，選民對政治人物的期待原來是這樣。

問：縣長的感受可能不一樣，因為他是男生，所以一開始從政，應該是充滿了挑戰，機會、問題，解決問題應該是一件讓縣長很興奮的事情？

### 國代、立委到縣長

黃健庭：那時我跟地方的文化有點格格不入，因為過去十年每天都西裝筆挺的去見客戶，報告金融市場、分析股市等等。突然間，現在要跟基層搏感情，一開始大家連我握手的肢體語言都覺得跟他們不合。應該人家過於給你你也不抽，要你吃檳榔你也拒絕，有的還噁我，應該是你不要過於跟檳榔給人家。

對我來說，這些都是重新學習，回到家又有一個很不高興的太太，生活搞成這樣，我自己也很難過，我以前也給孩子講床邊故事（bed time story），我會讀故事書給他們聽，那些時間也完全消失。整個人生重新來過、適應。我也有閃過這樣的念頭，你到底搞什麼，把自己的生活搞成這樣？

但是，我覺得既然決定已經做了，路已經選擇了，只能繼續往前走。老實講，國大代表解決不了什麼問題，因為它真正的功能在修憲，還不是立法委員、省議員，真的就是個兼職的工作。可是那段時間就是去了解民眾的需要、地方發展的困難，這都為我後來走上立法委員、縣長是一個很好的預備工作。

問：這裡有一個非常有趣的問題，我在讀您的書時發現，上帝先讓您當立法委員，後來立法委

子，他會無法理解、覺得不對。我才覺醒，選民對政治人物的期待原來是這樣。

員所累積的人脈，對建設台東就有很大的幫助是嗎？

黃健庭：是的，一路走來我發現上帝始終是有安排的，祂讓我從讀金融，在國外有歷練、國際觀、企業管理的背景；當到縣長，接手這個工作的時候，過去的這些學習、歷練，全部用上了。因為台東真正需要的，就是改善它的經濟，到第二任的時候，我讓台東與國際接軌。

我辦的熱氣球活動是國際級的；衝浪比賽是世界總冠軍賽。我辦理的好多活動，讓過去的歷練都運用上。

尤其，管理台東的財政更是。在這麼艱困的地方，自有財源不到 15%，政府窮，民間也窮，又沒有企業願意到台東來。我剛上任時，台東人沒有電影院可以看影片（後來好不容易設立威秀戲院），你很難想像台灣有這樣的地方。

真正又老又窮的不是高雄，是台東，需要政府社福照顧的比例將近一半。但是，因為我們願意付出，上帝不斷的幫助我們，為我們開路，讓台東可以在 9 年當中成就這些，讓大家非常驚豔的成績。

問：看到縣長從政的整個過程，相信夫人也有很多煩惱，包含焚化爐、官司、挫折，當時他也還沒信耶穌，妳一定很掙扎，請分享您的心路歷程？

### 常純赤心 真誠禱告

陳伶燕：上帝把我擺在黃健庭旁邊，就是為他禱告。我沒有像他厲害，他是一個很能解決問題

的專業經理人，但我有一顆很單純信靠上帝的心。只要有任何困難，我就禱告。自己沒有辦法，祂一定有辦法。又因為我們是學長、學妹、同家公司，我們之間有一個習慣，兩個人每天都要報流水帳。以前在立法院，質詢之前他也要試著質詢一次給我。

我會給他意見，跟其他太太不太一樣，我們兩人變成是一種夥伴關係。每次他跟我講完他公司的煩惱，都是又大、又難的事情；當縣長之後，甚至難到我不知道怎麼辦。焚化爐的仲裁下來，常常都是他講完話之後開始打呼，接著睡著，換我睡不著了。

這時我就會跪在十字架前面一直禱告，一直禱告。我真的很感謝上帝，我知道祂有聽到我的禱告，不但在曠野上開道路，沙漠裡開江河，不斷利用「黃健庭」提升台東。

### 禱告經歷神蹟

問：黃縣長當初不是基督徒，聽到夫人一直禱告，大概也不會有感覺吧？

黃健庭：憑良心講，從政之前到從政初期，都很順利。從小功課沒有問題，考大學、留學都沒問題，在美國找一份工作也可以從小職員做到副總經理，都很順啊！回台東選舉第一次就當選，靠自己我什麼都能解決。我是從小跟著父母拜拜的那種，家庭信仰如此，沒有認識上帝。

當縣長後，開始接觸這個信仰，這是因為小燕執意，希望每周有牧師到縣長公館陪著我，去讀經、查經，是從這樣開始的。我一開始沒有抗拒的原因是，這個老婆為我付出那麼多，一個禮拜給她一個小時的假期讓她去安排，也是我應該做的，就從這樣開始。完全是被動的。也很奇妙，就這樣慢慢的認識上帝，進一步倚靠祂，靠著祂成就了一切。

問：分享一件您覺得最震撼的事，過去靠自己都能成功，後來真的不得不靠上帝的案例如何？

黃健庭：我上任不到半年，發現台東的財政非常困難，前一任縣長在競選連任的那一年，把所有國中、小學學生的營養午餐全部改成免費。家長不用再出錢，全部吃政府。當然，家長們很开心，認為這是德政。

可是我上任之後發現，這些學校的校長反應的是，廁所門破爛沒錢修、籃球場腳架壞了用木頭綁著、飲水機沒有錢換，我們的教育經費呢？吃掉了，被排擠掉了。反正免費，大家都很开心。大家沒有去想，這錢從哪裡來？舉債來吃，不然就是要排擠正常預算來吃。

我說這不對，我們要來改，但是從副縣長到所有的局處全部反對。他們說，縣長，這不能改啊！這收回來，您的滿意度至少掉 5%，您要不要考慮等您連任以後再來做這個事情？

我覺得這明明不符合公平正義，這不是一個台東可以承擔的福利政策，這不對。我回到家跟她說這件事情，她說，你應該要去做，因為你在意的是上帝的想法，不是人的想法。

你倚靠上帝，祂會幫你，困難祂會幫你解決。隔天我去辦公室，就決定做了。一開始被罵得很慘，可是執行這個政策兩、三年後，我們再去做民調，大部分的民眾、家長都贊成這樣做。他們知道，這樣做，每年我們省下的那一億，都還是放在學校，用來改善校園的環境、更好的教學內容，真正受益的是孩子。

問：那時妳感覺如何？

陳伶燕：我很開心他堅持下來，我跟他說，你不要在意人的看法，要在意上帝的看法，我們最後是要跟上帝交帳的。所以其實很多都是上帝給他開路（焚化廠）。

### 執意拆廟 走對的路

黃健庭：我在卸任的前一年，總算完成台東一個知名的景點，八仙洞。那是一個國定遺址，有 3 萬年歷史的人類遺址，幾十年來卻被廟宇占據，用來做靈骨塔、神主牌的生意，根本不像一個國定古蹟的地方。可是大家束手無策，廟宇佔有誰敢動？

我花了 6 年的時間，上任之後我開始去清理，勸導、最後不得已用訴訟強制去拆除，我們盡

量把整個拆除過程處理好。該安置、神像該移走的、廟公該好好處理的，全部都用心辦妥。可是這件事情對很多人來說，非常大膽。

當時我認為，這出自於我對於信仰有穩定根基的影響，我才能夠知道我堅持做對的事情，上帝會給你倚靠。

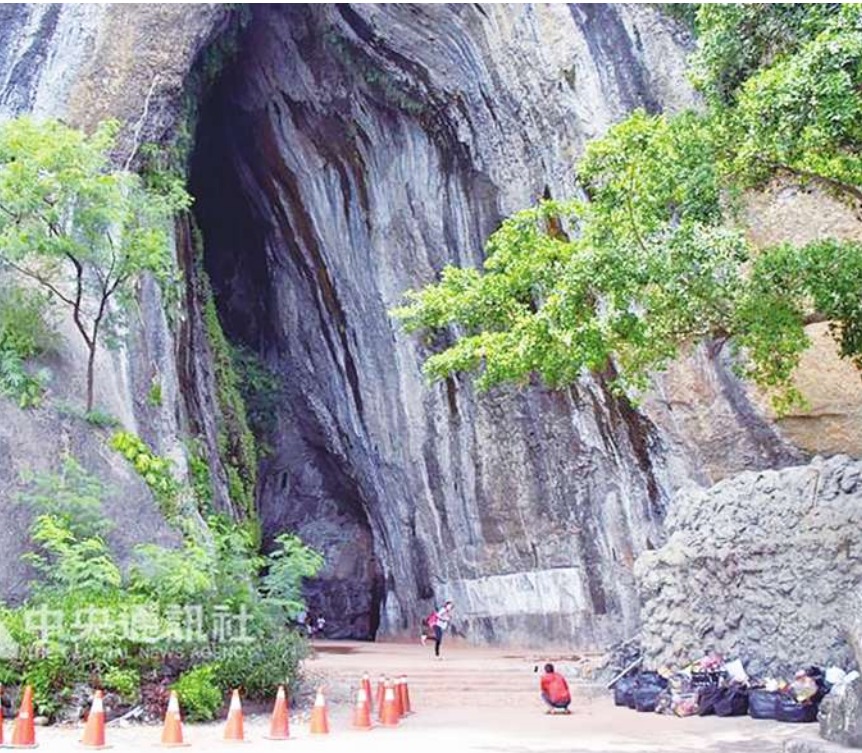
### 熱氣球名揚國際

問：回頭來想的時候，會不會覺得一個人也不能太自信靠自己，有一位上帝與你同在，是更好的事情？

黃健庭：那是一定的，真的是當縣長之後，才懂得，單單人是

不夠的，有很多的事情其實要靠上帝的恩典。（未完待續）

訪談音檔請見《醒報人物現場》：



▲台東縣政府收回八仙洞第一洞靈岩洞後，委託中研院士戴振華開挖，挖出新石器時代陶器和動物骨骸。圖為 2016 年拆除洞內巨大佛像。（中央社）

▼黃健庭夫妻和樂融融，羨煞旁人。（取自黃健庭臉書）

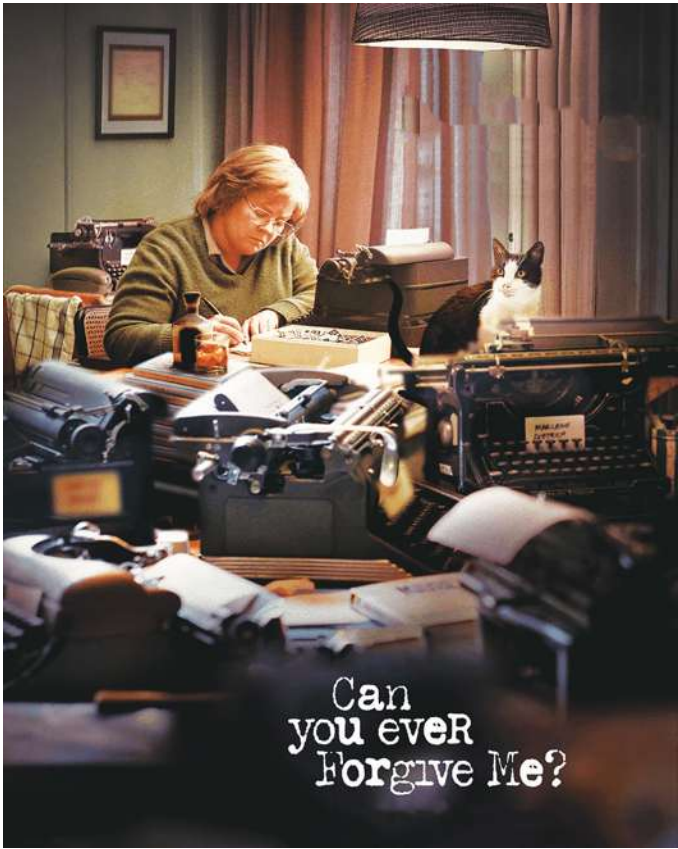


▲今年熱氣球嘉年華活動將自 6 月 9 日起登場，一連 45 天絕不縮水，且不僅邀請吸晴造型球，更將與最美星空及 8 場光影聲音樂會結合，讓遊客從早到晚都能體驗台東之美。（中央社）



# 創作者不能出賣靈魂

■ 施玲羽  
(旅美作家)



《你能原諒我嗎》是一部根據七八零年代傳記作家的回憶錄改編而成的電影。片中窮極潦倒的同性戀作家李伊斯瑞爾(由瑪莉莎麥卡錫飾演)曾經為凱薩琳赫本、太魯拉班克希德及雅詩蘭黛等名人寫傳記，但是個性孤僻，不願配合也不善行銷自己的她，在默默無聞中被出版商打入冷宮，不但欠下一身的房租，連心愛的貓生病了，都籌不出醫藥費為牠治病。

## 邪惡，慢慢的發生

「就像大多數邪惡的事情一樣，這一切都是慢慢發生的，」作者本人李·依斯瑞爾一次在電台接受採訪時這樣回答。她說當時急需 40 塊錢美金為老貓咪朵瑞斯治病，從圖書館偷了幾封當時正計劃寫書的名人 Fanny Brice 的書信，轉手賣給紐約市東區的一家名人真跡店舖。交易商透露，如果書信的內容勁爆一些，他們願意付更高的價錢收購。

伊斯瑞爾靈機一動，買了一台舊打字機，在書信空白部分用 PS 的俏皮口吻添加了幾行幽默逗趣的句

子，使得這封原本平淡無奇的信，在她的另類創作之下賣了好價錢。「我利用自己的寫作天份，加上獨特的聲音，開始模仿一些名人的聲音(說話的口吻)，偽造書信。」

片中的伊斯瑞爾是一個愛貓勝過愛人的怪胎，在一副自傲又自卑的面具下，外人極難與他親近。唯一能接受她的朋友是同樣寂寞孤獨、淪落天涯的男同志傑克(理查葛蘭特飾演)。

相對於伊斯瑞爾刁鑽帶刺的個性，吊兒啞當的傑克雖然不負責任，但是對伊斯瑞爾也算是真心付出。兩人後來聯手詐騙紐約文藝界，成為患難之交，最後受到法律的制裁。兩人之間直來直往的調侃與對話，讓人會心一笑之餘，也不由得對兩個角色心生憐憫。

## 創作家為誰而寫

《你能原諒我嗎》探討失意的作家面對事業瓶頸的內心掙扎，對寫作者提供了許多反思的角度。一個創作者為什麼要寫？為誰而寫？寫作的身份與自我之間又存什麼樣的關



係？

電影中伊斯瑞爾原本是一名暢銷的傳記作者，乏人問津之後，終日以酒精麻醉自己。個性上的缺失使她在職場與人際關係上處處碰壁，在一副自以為是的態度下，似乎全世界都欠了她，我懷疑她自己是否也成為一個厭惡自己的人？如果在生活中，一位創作者無法面對與接受真實的自己，如何期待筆下的文字能夠忠實地反映人生呢？

失去了自我的伊斯瑞爾，在現實壓迫下，出賣自己的靈魂，用模仿死名人口吻的方式，持續她的創作生涯。雖然作品中沒有出現李·伊斯瑞爾的

名字，但她替名人發聲的一封信，封偽造信件，受到人們的接納與讚賞時，滿足了內心長久以來的渴望。而這種虛榮心逐漸形成導致她無法走出的牢籠。

## 勇於面對錯誤

直到聯邦當局盯上她的「作品」，她才恍然從夢中驚醒，看清自身的困境。影片最後有一個溫馨的結局，雖然一時之錯毀了伊斯瑞爾文壇上曾經的盛名，但是人生裡的這趟繞道而行讓她重新思考創作的動機，終於願意放下驕

傲及自尊，面對真實的自己，勇敢將過去犯下的錯誤，忠實地記錄下來並公諸於世。

創作者必須忠實於筆下的文字，在創作的路上，工人必須先於工作，作者重於作品本身，真誠勝於一切。創作過程中最大的充實，應該來自生命的充實。人若賺得全世界，卻賠上自己的靈魂，有什麼益處呢？李·伊斯瑞爾的故事發人深省，尤其在現今這個充斥假新聞的自媒體時代，文字工作者實在要隨時惕勵自己，創作的初衷是為何而寫？



**你能原諒我嗎**  
Can You Ever Forgive Me?

導演 瑪麗艾海勒  
演員 傑夫惠帝、瑪莉莎麥卡錫  
上映 2019-02-01

喜淚交織！「從西藏人心中看見西藏」的電影

一個4000公尺高度1000公里遙遠的心願

導演松太加最情感噴發傑作

# 阿拉姜色

འཕྲིན་ལྷན་པ་

4.03 一諾千里

藏族男星 容中爾甲 藏族影后 尼瑪頌宋 天才童星 賽卻加

出品人/容中爾甲 聯合出品人/梁宗豪 松太加 製片人/廖希 羅爾基 桑杰 編劇/松太加 扎西達娃 監製/杜慶春  
主演/容中爾甲 尼瑪頌宋 賽卻加 攝影指導/王維華 聲音指導/李濤 剪輯/才讓項秀 桑斗杰 美術/才讓東主 斗澤東主

出品: 點·古·程 小金斯古拉旅遊文化投資有限公司 聯合出品: 威利千代影視 北京誠利千代影業有限公司 發行: 點·古·程 威利千代影視 寧波影視文化傳媒有限公司 海關電影 寧波影視文化傳媒有限公司



▼ 美國藥價問題再度躍上檯面，但學者對川普的醫改法案特別稱讚。(photo by Wikimedia)



# 解決美國高藥價 川普平價法案獲讚

【本報記者宋秉謙綜合報導】針對川普日前提出平價醫療法案，美國藥價風波又躍上政策焦點。美國藥價因未有全國統一的健保、藥商可對新藥獨立定價等緣故，導致藥價居高不下。而川普拋棄前朝的歐巴馬醫保後，力推平價醫療法案，主要是透過增加藥商競爭來降低藥價，專家也替川普的醫改背書，認為增加學名藥（相似藥）的競爭，讓藥價回歸市場競爭機制是正確做法。

## 缺乏聯合協商壓力

根據《AP 新聞網》報導，美國總統川普近期又再度重申他的平價醫療法案，讓美國藥價風波備受矚目，由於共和黨在兩院都握有多數時，就捨棄前朝醫改做法（Obamacare），取而代之的則是



川普拋棄前朝的歐巴馬醫保後，力推平價醫療法案，主要是透過增加藥商競爭來降低藥價，專家也替川普的醫改背書。

川普的醫改政策，眾議院的少數黨領袖麥卡錫則保證，對此他已與川普討論多次，能確定這項新醫改保留了歐巴馬醫改中對人民有利的所有條件。

美國藥價與醫改風波之所以這麼受關注，與該國藥價高居不下有密切關係。不同於台灣，美國沒有統一的國家健保系統，自然也沒有與藥商企業的議價系統，讓各家保險公司獨立擔負起藥價協商的工作，缺乏聯合協商壓力，藥商收高價的機率較高。

此外，美國聯邦醫保 Medicare（主要是針對 65 歲以上老年人）

雖然是該國最大的保險系統，足足涵蓋了五千萬人以上，但只能被動的買入、卻不被賦予和藥商議價的權責，因此，一有新藥問世，並通過 FDA（食品藥品監督管理局）認證，Medicare 就必須買進，導致藥商對於新藥的開價總是高居不下。

## 增加同種學名藥競爭

據權威白宮新聞網《Axios》報導，川普所提的平價醫療法案就是為了降低藥價，他打算增加學名藥與



生物相似藥，促使藥商持續發展低價、但功能雷同的藥種，否則將因高價而被其他藥商擊敗，並允許 Medicare 接受更多同學名藥的引入（意指更便宜的藥會被拿來搶攻單一來源學名藥市場），屆時，在各家藥種的功能都差不多，誰最便宜就能吸引到消費者。

由於高藥價議題已是該國多年的議題，不少州都已「放棄」中央政府的作為，如內華達州、奧勒岡州及加州都已經自立州法，盡力降低藥價；但本次學者特別對川普的做法給予肯定，川普的醫改至少不是把藥商全部砍死，他仍不賦予 Medicare 一言就定價的權力，僅是把競爭交給市場機制，醫改仍算是維持一雙看不見的手。

# 研究：小孩患精神病 直升機父母害的

【本報記者宋秉謙綜合報導】「小孩患有精神疾病機率飆升，與家庭給的壓力有極大關聯。」愛倫坡獎得主、英國著名小說家黑格日前針對研究結果表示，英國男孩有 10 分之 1 患有精神疾病，而中產家庭的兒童患病人數更是窮苦人家的 2 倍，說明精神疾病與物質滿足關係與否並不大，黑格認為，過度保護與控制孩子的「直升機父母」才是壓垮兒童的主因。

## 精神滿足與家境無關

根據《英國電訊報》報導，英國公衛局上週最新報告顯示，該國 10 分之 1 的小學男生被認為患有精神疾病，其中，5 到 10 歲區間段的男孩患病比是女孩的 2 倍，若以家庭背景來區分，來自中等收入家庭的兒童患病

例子反而是來自貧窮人家的 2 倍。

英國愛倫坡獎得主（最佳小說獎）黑格日前透過強調精神疾病危險性的新書發表會，特別解釋這項研究的原因，

他指出，來自中產收入（所謂小康）家庭的孩子是患病的大多數，反而比原本認知中，物質精神生活無法滿足的窮苦小孩更易患病，根本原因與他們的父母「望子成龍」，透過情緒勒索給的壓力太



▲圖說：英國研究發現，該國來自小康家庭的小學男孩罹患精神疾病比很高，與直升機父母過度施壓有關。(photo by Flickr)

# 友善身障者 童書讓孩子學尊重

【本報記者張朝瑋台北報導】幾位小朋友手上拿著貼紙，輪流在遊戲板上對各種身障者會遇到的情況，貼上不同的表情，這是身心障礙聯盟所推出的童書《無障礙城市大探索》的部分內容。身障盟秘書長滕西華表示，台灣社會對於身障者處境及需求有諸多不了解，造成許多誤解及不友善行為，因此推出童書，盼孩子從小學會尊重。

滕西華指出，台灣約有 5 萬 2000 多名 18 歲以下的身心障礙者，其中大部分都是後天導致，但小朋友在與這些身障孩童相處時，因缺乏觀念而不知從何協助，家長也因歧視或是怕麻煩等原因，讓自己的孩子遠離他們。但身心障礙者不是一群人的專有名詞，任何人都可能因為任何原因成為身心障礙者，因此有必要讓孩子從小學習。了解並接納身心障礙者。身障盟此次推出兩本童書《無

障礙城市大探索遊戲書》、《公雞不見了》，其中《無障礙城市大探索》透過貼紙、著色、連連看等遊戲方式，讓孩子了解並學習有觀身心障礙者的不便，並知道生活中哪些是對身障者便利或不便的；《公雞不見了》則是描述動物村中，裝有義肢的公雞突然消失一事，引發其他動物揣測，也引導小朋友思考身障者的處境。

歐巴桑聯盟成員高芸婷分享說，小兒子剛出生沒多久就因為疫苗副作用而成為腦性麻痺患者，不只右半身偏癱，且口語表達能力虛弱，多靠表情或肢體動作表達情緒。不只其他小孩會對他的怪異東問西問，連大兒子也覺得這個弟弟老是不聽話，讓高芸婷意識到過去孩子接觸的書籍、玩具十分缺乏認識障礙者的元素，因此能有這樣的童書出現，讓她感到很欣慰。

# 改善飲食習慣 專家：可不懼食安

【本報記者呂翔禾台北報導】從毒奶粉、塑化劑到最近的芬普尼雞蛋，台灣食安意外頻傳讓消費者難安心。

31 日的「生活中的化學」研討

會中，成大環境衛生研究所特聘教授李俊璋在演講中指出，過往媒體報導有毒物質危害食安，使人心惶惶，但民眾不知道如何面對，因此最重要的，是讓民眾了

解自己每天會在哪些地方遇到毒物，進而防止自己暴露在毒物風險。

## 避開生活毒物風險

李俊璋說，一般人都知道物質有害，但不知道怎麼避險。化學物質會用於食品添加或是生活用具，都是因為它可以讓人類生活更便利，而化學物質會變成有毒，是因為它用在不對的地方，以及過量使用。因此，民眾需要在生活中了解會在哪裡碰到會接觸毒物的地方，針對這些地方改變生活習慣，就可以有健康的生活。

他舉例，在吃泡麵食不要吃碗裝泡麵，即使要吃也不用原來的紙碗裝，因為上面的塗料、塑膠都會溶解出來；手搖杯的杯子也含有很多塑化劑會在喝飲料時溶出；另外，也要減少塑膠吸管的使用；而如果一個月內吃太多次大型掠食魚類（如鮪魚、鮭魚

等），也要注意可能會有戴奧辛含量過高的風險。

## 小心求證 勿過度緊張

李俊璋分享以前在台灣食安界的經驗時說，當初彰化 2005 年爆發毒鴨蛋事件時，他們的團隊早就已經將問題解決了，當媒體新聞出來時，市面上已經沒有毒鴨蛋流通，可是新聞出來後，端午節大家不用鴨蛋包粽子，當年中秋節很多月餅也不用鹹鴨蛋，對鴨農造成很大的傷害。

## 改變生活習慣

因此，他希望大家可以不用聽到食安問題就聞之色變，多花時間到衛福部網站查詢資料，並從生活中作起改變生活習慣。曾經有他的學生質疑老師是否真的有改變生活習慣，他就把他早上的尿拿去給學生化驗，結果毒物指數真的遠低於平均，「所以只是要不要作的問題。」李俊璋說。



►李俊璋教授希望民眾在食安問題發生時不要緊張，並致力改變生活習慣，減少碰到毒物的機會。(Photo by 呂翔禾／台灣醒報)



▼韓國瑜。(photo by 中央社)



# 韓國瑜沒說出的話

■蔡孟峰  
(資深媒體人)

國民黨中央為了要在 2020 奪回政權，有意投入黨內初選的對象都已經同意原先公布民調和黨員投票並陳的機制，但是又為了久久不退的「韓流」現象，想方設法要把高雄市長韓國瑜設定為「主觀」對象，韓市長終於在臉書公開撰文中，表達了他的拒絕態度，他還沒說的是，他不能「吃碗內看碗外」，棄高雄於不顧，這是政治人物的道義責任。

## 非「韓」不可的迷思

已登記民進黨初選的前行政院長賴清德，公開稱讚韓國瑜是百年難得一見的政治奇才，但回首韓國瑜的政治生涯並非

他還沒說的是，他不能「吃碗內看碗外」，棄高雄於不顧，這是政治人物的道義責任。

一帆風順，就如他在臉書上說「在政治人生中摔過跤」。如非韓國瑜所說，台北市長柯文哲對他有知遇之恩，找上他接任台北果菜運銷公司總經理，他門前冷落車馬稀就不只 17 年而已，所以他的發文中也自省「眼前這些包裹著蜜糖的毒藥，名利、掌聲、網路聲量、韓流現象，卻是如鏡花水月、如夢幻泡影」，這也似乎暗喻國民黨中央為什麼非「韓」不可的迷思。

國民黨自去年九合一選舉中大勝，企圖趁勝追擊，在兩次立委的補選中都推出在議員原選區第一高票的兩位議員，但

在國民黨的艱困選區不僅無法取得既有的優勢，在韓國瑜多次助攻之下，仍然以些微差距落敗，補選過程中甚至出現批評兩位甫當選的議員「吃碗內看碗外」，造成社會觀感不佳。即使過去民進黨亦曾有先例，但國、民兩黨並不是比誰爛，尤其能將綠營鐵票倉拉近距離的因素，也歸功「韓流」襲捲全台，此並非國民黨之福。

## 視眼前如浮雲

韓國瑜發文提到「眼前這些東西一段時間後都會消退」，以 2014 年柯文哲參選台北市

長到當選為例，如果 2018 沒有韓流出現，柯 P 的光芒還在持續，記者每日追著柯 P 跑，凡事不關台北市政也要問柯 P。

如今韓流正盛，與柯 P 現象有異曲同工之妙，但韓國瑜較有自知之明，連補選多次站台仍然闖關失敗的國民黨台南市黨部主委謝龍介上政論節目都說，2020 年國民黨如果只想靠韓國瑜一人的光芒，他斷言絕對會輸。

韓國瑜的發文不僅是檢討自己，也在提醒國民黨，不要沉浸在去年九合一勝的喜悦，仍為意外掀起的韓流現象自滿，如果看不清大勢之所趨，民心向背，回歸黨內機制運作，不待 2020，黨內分裂危機就已悄然浮現。

# 農漁業貢獻幸福感 中央地方該協力

■李武忠  
(農漁經學者)

高雄市長韓國瑜上任後，為兌現選舉承諾，馬不停蹄出訪星馬、港澳深廈等地區幫農漁民搶訂單，成果相當豐碩(總額超過 52 億元)，也讓農漁民希當振奮，卻引來綠營人士的大加撻伐。

## 訂單與備忘錄不同

理由不外質疑這些訂單背後的顏色，以及批評轉簽回來的許多是 MOU (約 13.2 億元) 不是訂單，還以過去中國大陸官員來台宣布要採購國內水果，最終數量與先前承諾有很大落差，來質疑韓市長簽回來的 MOU 可能也是幌子，欺騙台灣民眾。其實這樣的說法與事實不符也有失公允。

的確「訂單」與「合作備忘錄 MOU」或「意向書 LOI」不同，後者不算是正式的合約類型，在法律上不具效力，意即簽備忘錄或意向書，可能只是意願的表達並無強制約束力，最後很可能不了了



▲韓市長取得大量農產品訂單，受到許多人的稱讚，不過內銷也很重要。(photo by pixabay)

之，與訂單明顯不同，要如何落實還需要買賣雙方做進一步的確認。

只是政治人物將兩者混在一起來彰顯成績，韓國瑜不是首例，日前農委會陳主委於日本幫農漁民簽下的也包括訂單、合作備忘錄或意向書，難道也是在欺騙大眾？

## 變成選舉政治較量？

過去雲林縣政府為創造雲林縣多元高價值之清淨養豬產業，曾大張旗鼓與丹麥商務辦事處簽署「綠能養豬產業合作備忘錄」，還找來當時任小英教育基金會董事長的蔡英文當見證人，強調會

為農民帶來更多的利益，事隔多年，雲林縣養豬的整體風貌未見改變。

過去國內農漁產品外銷並不順暢，導致國內農漁產品經常發生產銷失衡，價格暴跌，農漁民收入並不穩定。如今在短期內中央及地方政府皆交出漂亮成績單，讓農漁民相當驚喜，難道也要以此去質疑蔡政府主管部門過去推動外銷不夠努力？台日是否有暗盤？

農漁民當然期待這不是選舉政治較量下的產物，而是政府長期努力的成果，千萬別選舉完後又船過水無痕，農漁民又如同灰姑娘般變回

原形。

## 內銷同樣重要

近來國內農漁民能受到中央及地方政府空前關注，頻頻釋出利多讓他們受寵若驚，也深刻體會自己的農漁業要自己救，不能傻傻等待官員關愛眼神。只是除了外銷，內銷問題更為棘手，畢竟外銷只占農業總產值兩成多，許多農漁產品沒有外銷能力，還要面臨國外廉價農產品競爭，相當辛苦。

而農漁業或許不是國內 GDP 主要貢獻者，但沒了農漁業，沒有甜美滋味的國產農漁產品，試問國人會有幸福感嗎？

# 政府凍漲 全民恐成輸家

■趙世平

根據中油、台電和台水三家寡占或壟斷屬性的公營事業收支狀況統計數字顯示，因政府先前為避免漲價重傷自己地方選情，價格未反映市場交易成本，採取凍漲措施，強令三家公營公司自行吸收交易經營成本，導致嚴重虧損。

## 水價過低全國都成輸家

光是今年二月間中油虧損就超過新台幣 3 億元，台電去年總虧損新台幣 81 億元，台水更已將近 4 分之 1 世紀未曾調整過水價，水價不敷單位成本，工業用水單價更是舉世最低廉，對早已成為缺水地區的台灣來說已屬不可思議，諸如此類變相補貼措施，更嚴重干擾台灣社會的民生與經濟市場正常運行。

蔡政府為拉抬不利的地方選舉選情，長期凍結油、電、自來水價格，筆者以為，選票掛帥前提下長期凍漲油價、電價和水價便宜行事之舉，諸如此類補貼政策積非成是，長此以往民眾與政府、企業都是輸家。

前述公營企業對油價、電價和水價早已研擬出一套成本計算公式，其出發點就是為使價格波動能適度反映公營企業經營成本，減少非預期性外在人為因素（特別是執政者私利考量）介入干預。

於今，執政者卻每逢選舉就把成本價格計算機制拋到九霄雲外，實屬破壞體制人為干擾。若光憑經濟部就可決定凍漲，那何必大費周章建立這套

價格與成本計算機制？

## 凍漲出現三大問題

政府長期凍漲油價、電價和水價，是拿全體納稅人血汗錢補貼這些公營企業虧損，出現三大問題：首先，油電水三者是付費公共財，若油價、電價和水價過於低廉，無法適度反映交易成本，將使以價制量的節約能源與環保政策措施難以推行。

其次，若政府難以承受因長期實施變相補貼措施衍生虧損，一旦選舉過後凍漲措施正當性不復存在，油電水單價容易暴漲，連帶牽動其他民生物資價格和各行各業經營成本如脫韁之馬遽升，反而使民眾深受物價飆漲之害。

第三，政府長期維持低廉的油價、電價和水價權宜之計便宜行事，形同拿全體納稅人的錢變相補貼財團與大企業，形成另類稅賦不公，錦上添花劫貧濟富，有違分配正義。

建立尊重制度、按照計算公式調整油電水價格的政治文化，無論哪個黨執政作法都一致，讓油電水價格波動具備可預期性，使政府決策者、企業經營者和升斗小民都能理性做出對自己最有利的抉擇，這也是正本清源之道。



▲油電凍漲。(photo by pixabay)

# 酒駕可判處死刑規定 合理嗎？



▲酒駕擬處死刑。(網路截圖)

■陳鈴郁  
(退休公務員)

行政院會於 3 月 28 日通過刑法第 185 條之 3 修正草案，針對酒駕新增 2 項規定：「1. 酒駕 5 年內再犯，若導致重傷，處 5 年以上、12 年以下有期徒刑，若致死，可處無期徒刑或 7 年以上有期徒刑。」

酒駕致死或致重傷若是故意造成，可比照《刑法》的「殺人罪」或「傷害罪」，意即酒駕故意殺人，最重可比照「殺人罪」判死刑。」，這條文像是論文敘述，立法院司法及法制委員會立法委員當天就針對該條提出臨時動議。

針對立法委員沈智慧質詢，這條文規定何必繞了一大圈子規定呢？法務

部次長蔡碧仲的答覆是「因法官判刑不重，而有該條」，這是那門子學問呢？難道透過該條文，就是強要法官引用該條文嗎？法官如不引用，又當如何？

更何況，3 月 26 日已三讀通過道路交通管理處罰條例，嚴懲酒駕，加重罰鍰，並有沒入車輛規定，強制酒駕者重新考照需加裝酒精鎖，若未依照規定，可處 6000 元以上 1 萬 2 千元以下罰鍰。

行政罰已提高還不夠嗎？以法律人立場，均不樂見以刑罰替代行政罰，何況現行刑法條文已足資使用，現在為了強要法官使用「酒駕致死或致重傷若是故意造成，可比照《刑法》的「殺人罪」或「傷害罪」，及對再犯者即加重刑罰，合理嗎？



# 爸媽也要轉大人 學習覺察孩子情緒

又臭罵小孩一頓，使得親子關係不好嗎？覺察情緒，讓你讀懂育兒經。

## ■ 瓊華

從「我想要」被「我們想要」代替時，個體的言行舉止便不單純是滿足自己，而是意圖透過取悅「關係」而間接滿足自我

從愛以及從恐懼來的力量與情緒很不一樣，但母父在教養時，不易分辨這些限制與規矩是來自愛還是恐懼。

從西方如來到東方智者再到臉書部落客，甚至連這本小書都強調覺察的重要性，但覺察究竟是什麼？其實沒有任何深奧之處，只是因為我們經常被「自以為」困住，因此需要停下來、看看自己發生什麼事。事情真如我們所想像的嗎？覺察就是這個「看看自己」的起點。



▲ 父母教育小孩始終是人生一大難題。(photo by pixbay)

## 可能的覺察點

下個問題來了，「那怎麼知道什麼時候要覺察？」最簡單的提醒就是「情緒來臨時」。更精確地說，是「憤怒、傷心、恐懼，這些被標籤為負面的情緒來臨時」。

一天，聽見老大跟老三有言語爭執，抬頭恰巧瞥見老大拿著小本子打妹妹一下。老大雖然偶爾捉弄弟妹，但不愛衝突，我猜妹妹也激怒了她。我走過去，問道：「發生什麼事了？」姊姊氣沖沖說了一堆妹妹的不是。聽完後，我問：「OK，所以妳很生氣就拿本子打她？」

「我沒有打她！」此時我的心情已受到影響，畢竟我一直

都帶著好奇心、不責備任何人的態度趨前詢問，但姊姊一股腦兒地把烏氣都往我身上倒（這裡是第一個覺察點！但明顯我錯過了）。「姊姊，妳有沒有發現我從剛剛到現在都是好好講話？」姊姊不置可否，瞪我一眼。

「我看到妳拿本子打她才走過來，妳又說沒有」高分貝打斷、抗辯：「我只是嚇她而已，沒有打到她！」「那妳為什麼要嚇她，是妳拿了她的本子耶？」「我不想說！」不想說？！是的，這時老父結結實實被激怒了，也乾淨俐落地直接跳過第二次覺察機會，把她叫到房間，老套地訓話＋說教＋和解了一頓。

就當時情況而言，爸爸前去

我的努力、感謝我的好意關心。這是為何一開始我可以承受她強大的情緒，接著卻不容許自己的努力被無視。如果我能在那時好好感受自己的委屈，看見大女兒的怒氣跟我對自己的期待其實不相干，女兒不應為我的內心八點檔負責。允許自己如果不能hold住，就別淌這手足渾水。

## 期待感帶給小孩

好吧，現實是我沒把握第一次覺察機會，不但救火失敗，自己的憤怒指數還節節上升。當姊姊大叫「我不想說」時，我內心的好爸爸小劇場戛然而止，「我想當個好爸爸」的期待破滅、付出關心沒得到回報，霎時我感受到憤怒、失望、挫折，甚至丟臉。什麼幫助孩子釐清事實、公平對待每個孩子早已拋到九霄雲外！

有看過電影《腦筋急轉彎》（Inside Out）嗎？住在主角大腦內的五個角色，代表了五種情緒（喜樂、憂傷、害怕、反感、憤怒），平常運作得非常順暢，但遇到重大壓力事件時，每個情緒都亂了手腳，不知如何是好。這時最後出來收拾殘局的，是憤怒。一怒解千愁，大家就來比輸贏，別再管什麼情緒適不適當了。

## 覺察 5 步驟

當時的我下意識只想逃離腦袋裡亂成一團的負面情緒，貼心的「憤怒」立即跳出來掌控全局。如果能在那時好好感受自己的失望與挫折，允許自己可以是沒有效能的，提醒自己孩子在當下需要的是情緒上的接納、理解，而非一連串的偵查詢問，我的應對將會有所不同。一直問只是為了滿足我的好爸爸需求，消除我「妳們怎麼會打來打去」的焦慮，但這些都不是孩子們當下的需求。

先自在感受自己，我們才能真摯體貼他人可以把上述例子整理成五步驟：

1. 生氣時（或其他負面情緒，例如悲傷），無論如何都告訴自己「等一下，嘴巴拉鍊關緊！」
2. 感覺看看，當下真實的感受是什麼？生氣底下是傷心、害怕、還是挫折得要命？
3. 這些感受是誰造成的？先把孩子的行為套進「因為你000，所以我覺得很生氣」的句型。例如，「因為妳用本子打妹妹，所以我覺得很生氣。」再來，把生氣替換成你在步驟2察覺到的更深層感受。

例如，「因為妳用本子打妹妹，所以我覺得很挫折。」這就讓人好奇了，為什麼手足爭吵會讓我感到挫折啊？應該還有其他原因吧？是不是我對孩子有什麼期待呢？

4. 找出讓自己感受到00的真正原因。從上述例子中，真正關鍵的感受是挫折；讓我感到受挫、勃然大怒的原因，是想要孩子看見我好棒棒，也期待自己可以完美詮釋父親的角色。
5. 可以不要讓孩子為這些感受負責嗎？孩子不是惹怒我的兇手，無法、也不需要為我的挫折負責。孩子要面對的，是自己的感受，對手足的期待，找到解決問題的方法，及下一次遇到類似衝突時，該怎麼做。

五步驟從覺察開始、問題解決結束，當中的關鍵便是「感受」。當我們愈貼近自己的感受，愈有能力看見自己究竟是被什麼困住了。如果每次都是逃避面對自己，總是大吼「你想氣死我啊」，不但遠離自己，也是跟孩子斷線。線斷了，問題更不容易處理。

## 把握覺察機會

過一陣子，老大心情好多了，我也沉靜下來，便問她：「現在可以跟我說不說也OK，但我真的好奇，妳剛剛發生什麼事了？」「我覺得你要來處罰我。」「處罰？我很久沒處罰妳了，頂多是罵人吧！」（謎之音：這位歐爸，罵人也是種

處罰好嗎）她不說話。我可以接受她的不說話嗎？可以的。我清楚看見自己又想要說服。

拒絕說話的妳，是忠實於自己的感受，不想再跟我白費唇舌；拒絕說話的妳，並非無視我的愛和關心，也不否定我的付出、更不影響我的價值。妳就是妳，我真誠美麗的孩子。最後一次覺察的機會，我把握住了。謝謝不說話的妳。

## 科技進步的困擾

在直播、4G還沒普遍前，父母帶著孩子出門在外，最擔心遇到「正義阿桑」：「小朋友在哭什麼？長這麼大跌倒還哭，羞羞臉！」「這位馬麻，小孩子穿這樣會冷到啦，妳沒有幫她帶外套嗎？！」「小男生怎麼留長頭髮？人家以為是女生怎麼辦？？」

這些善意的管閒事叮嚀，經常造成母父們很大的壓力，甚至不舒服。到了直播、4G橫行的年代，正義阿桑已經不夯，「偷拍姊」才是社會正義的象徵……舉凡捷運上有小孩吵鬧父母不制止、餐廳裡父母縱容小孩橫衝直撞、冬天騎機車媽媽羽絨外套小孩穿吊嘎……甚至，有人還明著拍，威脅父母要交給媒體或PO臉書爆料社團，大家一起肉搜公審。

這些「關心」與「正義」之所以如此惱人，是因為他們觸動了為人父母最不想被看見的情緒：恐懼。讓我們試著與恐懼共處，果說「愛」是我們給予孩子一切的原動力，「恐懼」也是。

## 愛與恐懼並存

例如：為孩子找最好的家教（愛），為了給孩子最好的教育；（恐懼），害怕孩子跟我們一樣不能從小獲得最好的教育。嚴格限制孩子的電視時間（愛），保護孩子明亮的雙眼；（恐懼），擔心孩子跟我們一樣成為高度近視

透過上面的比較可以發現，從愛以及從恐懼來的力量與情

緒很不一樣，但母父在教養時，不易分辨這些限制與規矩是來自愛還是恐懼？如果來自恐懼，難道要去除掉這些恐懼才能好好愛孩子？當然不是，恐懼是人類最原始的情緒之一，幫助我們生存至今，得以面對各種危險、難以預料的情境。

我們要做的，是覺察及承認、並嘗試與恐懼共處，才不會在恐懼襲來的當下，不自覺地以憤怒、焦慮等情緒偽裝、壓抑自己。

## 《父母的第二次轉大人》簡介

面對育兒挑戰，你可曾「一試再試」卻越「心灰意冷」？親子關係緊張，你是否既憤怒又愧疚，想示好又拉不下臉？

接收外在壓力，你八成面帶微笑，心裡卻想著「全都給我閉嘴！」挑出育兒坎途上的諸多挫折、焦慮與無奈，帶領你一一轉化擊破，陪孩子飛之前，你要先不怕高！

讓你開始理解，面對親子關係的脆弱，我們可以先放下「努力」，承認自己和孩子的無能為力。因為你知道，我們不會變糟、也不是沒救，而是這回合結束，都需要放手休息。而當我們想要休息、改變計畫、喊個暫停來照顧自己時，可以適時做出選擇，不再感到罪惡。



出版社 / 麥田

## · 書訊快報 ·

醒報編輯部 / 輯

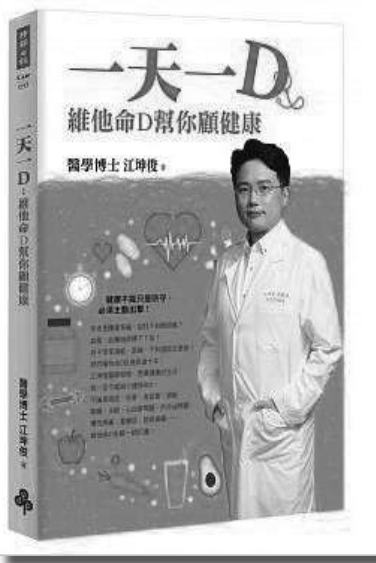
### 《一天一D：維他命D幫你顧健康》

作者：江坤俊

出版社：時報出版

江坤俊醫師經過長期研究，深知維他命D對人體有重要影響，在長庚醫院擔任主治醫師的他，透過本書——破解大家常見的誤解與迷思，深入淺出，提供兼具理論基礎與實際效用的建議，讓讀者學會善用維他命D，為身體增加戰勝病魔的戰鬥力。

維他命D的功能其實像荷爾蒙，而非維他命，兩者的不同在於，維他命會參與體內的生物學反應，協助身體運作；荷爾蒙更積極，它可



### 《越跑越勇敢：聖母峰馬拉松全紀錄》

作者：陸承蔚

出版社：大田

一個18歲後沒有再踏進操場的人；一個對跑步幾乎零概念，對極限運動，核心肌群這些名詞完全陌生的人，有一天因為朋友的慫恿，刺激，詐騙？糊弄？

本來只是租車跟騎河濱，沒想到當第一台公路車入手後，第一次參加路跑後，她的人生，越跑越勇敢！

翻開她的記錄，開始運動的四年期間，她挑戰一項比一項更困難的目標：從單車環島，一日北高，戈壁超級馬拉松，二十一天喜馬拉雅環道，攀登



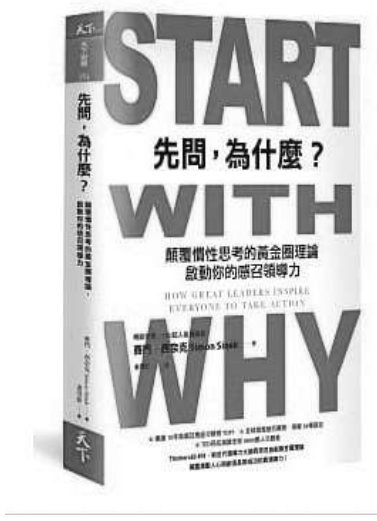
### 《先問，為什麼？》

作者：賽門·西奈克

出版社：天下雜誌

大家都說帶人帶心，但是自己的想法似乎總難說清楚，團隊總是難形成共識？雖然不斷加速增加產品特色，總是很快被對手模仿。怎麼養出忠誠的顧客？為什麼許多人獲得初步成功後，很快就跌落谷底？許多團隊擴張的時候特別容易失敗？

新生代領導力大師西奈克十年前首度在TED演講中發表黃金圈，揭開生涯、團隊、產品。長期成功的秘密，至今累積近四千萬人次觀看，是史上第三受歡迎TED演講。本書完整深入探索黃金圈概念，解開為什麼我們會失





# 竹子湖海芋季 地景花藝設計吸睛

■ 余柏青 / 輯

【台北訊】陽明山「竹子湖海芋季」開鑼，今年主題訂為「數數海芋」，以「數一朵海芋，許一個有你的願望」營造浪漫意象，於春天美麗季節時，將最暖心的願望許給身旁的伴侶和親友們。

今年竹子湖海芋季，北市府產業局與北投農會特別規劃「海芋地景花藝設計」，讓遊客都能在每季拍下最有特色照片，分享給所有親朋好友，共享幸福浪漫的時刻。

台北陽明山竹子湖海拔約 670 公尺，位居大屯山、七星山與小觀音山間的谷地，雲霧繚繞，如置身於仙境。今年海芋季特別規劃十個海芋地景花藝設計，提供上山採海芋、拍照打卡的民眾留下深刻印象，同時鼓勵民眾將照片上傳至個人社群網站。將竹子湖海芋美景分享给親朋好友。

今年竹子湖海芋季打卡點包括竹子湖頂湖入口、親水公園、發現生活園藝等 3 個免費拍照參觀點，以及位在花谷海芋園、財福海芋田、綠山谷、名陽休閒農莊、苗榜花園、花與樹園藝、小瀑布海芋園等私人收費農園。

財福海芋田：陽明山上微風徐徐，一片海芋花海隨風起舞，今年以「數數海芋」的主題，誠摯邀請大家與另一半或親朋好友到



▲▼▶▶ 今年海芋季特別規劃十個海芋地景花藝設計，提供上山採海芋、拍照打卡的民眾留下深刻印象，也分享给親朋好友。（主辦單位提供）

竹子湖一起許下願望，留下珍貴難忘的回憶。北市府產業發展局特別提醒大家，山上氣溫較平地低，到竹子湖拍照賞海芋別忘了注意保暖，攜帶雨具。

小瀑布海芋園：「2019 竹子湖海芋季」即日起至 4 月 28 日登場，除了「海芋地景花藝設計」外，還提供遊客豐富多樣的小旅行遊程，讓您在海芋的浪漫氛圍中，進一步認識竹子湖。

其實，竹子湖不只打卡採海芋，陽明山竹子湖於今年 2 月核



定為休閒農業區後，由湖田社區發展協會首次舉辦「花田裡的餐桌」，由「花與樹園藝」、「發現生活園藝」及「財福海芋園」



三家農園與花藝師合作，營造歐風花園餐桌，讓民眾一邊品嚐下午茶，一邊欣賞海芋美景，也為海芋季開發另類財源。



## 雲端上的花園 梅峰農場春之饗宴

【南投訊】位於南投縣仁愛鄉梅峰的台大梅峰山地實驗農場，每一年都會有一場「春之饗宴」盛會，尤其春季農場園區內鬱金香、白頭翁、魯冰花、一葉蘭、桃花、李花都爭相開豔，吸引很多民眾來一趟知性的溫帶花卉之旅。

「春之饗宴」活動包括農場中的「溫帶花卉區」及「菜田尋寶趣」，每 20 分鐘就會提供一場定時解說，讓民眾更能深度認識展覽主題與特色，「台灣一葉蘭與早春山野草」。另外，亦有提供不定時解說服務。其實，「春之饗宴」活動結束後，梅峰依然百花盛開，遊人如織。

台大梅峰山地農場位於南投縣仁愛鄉在台 14 甲線 14.5 公里處，



▲▼▼ 梅峰農場。園內鬱金香、白頭翁、魯冰花、一葉蘭、桃花、李花正絕美盛開中，歡迎民眾來趟溫帶花卉之旅。（主辦單位提供）

海拔 2,100 公尺，有「雲端上的花園」之稱，台大梅峰農場每年春天桃花盛開形成一道道美麗的桃花長廊時，相當引人喜歡，而且其他栽種的桃樹品種種類也高

達 80 種左右。

而且園區內有許多平地難得一見的溫帶花卉，今年更配合豬年規劃了相關展出，有豬吃會遭殃的植物「豬殃殃」，還有不用種

在水裡的「海芋」、不是白色的「白頭翁」等，民眾從活動中就能「花」現其中的樂趣。

「春之饗宴」期間農場還特別舉辦「集章送盆栽」活動，平日進場於服務台領取集章卡，聽導覽集滿三個戳章，可於服務台換取小盆栽，每人限領一個，數量有限送完為止。

主辦單位表示，為維護場內遊憩品質，除住宿來賓外，僅提供有預約的身障車輛（免停車費）及小客車（停車費 200 元）進場內停車；遊覽車請事先預約梅峰門口下客，最遲於到場的前一天中午前預約，可打預約專線，欲假日及非上班時間申請，可至官網「表格下載」區下載「停車預約表」，填寫後傳真至農場。



### 報馬仔

## 勝興街區特色景觀 擁在地文化

【苗栗訊】為提昇舊山線沿線服務品質，妝點勝興車站周邊及修建遊客中心，苗栗縣政府文化觀光局於去年爭取擴建公廁，獲交通部觀光局爭取補助經費 2 千萬元辦理「舊山線跨域亮點計畫——勝興街區特色景觀工程」，改善內容包含遊客中心、公廁、勝興車站前鋪面、平臺、雨遮棚架及景觀高燈等工程，工程已正式完工。

勝興車站為苗栗縣內重要的文化資產，並為台灣海拔最高之車站。

勝興車站建築主體為縣定古蹟，使用特殊之木造建築

工法為一日式虎牙式木造建築，虎牙式設計據說有避邪祈福的作用，而整個勝興站區亦位於縣定勝興車站鐵道景觀區內，深具歷史文化之價值。

而目前勝興車站旁既有之「舊山線旅遊服務中心」因部分建築結構毀損有安全使用上之疑慮，為遊客安全之考量，藉由改善工程將進行建築屋頂、結構、外觀修繕，並且配合作為「勝興遊客服務中心」及「舊山線鐵道自行車勝興站」多功能使用，以提供遊客更舒適之休憩場域。



▲勝興車站建築主體為縣定古蹟，使用特殊之木造建築工法為一日式虎牙式木造建築。（苗栗縣政府提供）



## 嬉遊竹埔放鴿苓 新鮮有趣體驗

【台南訊】台南市政府「英語友善標章計畫」將觸角伸向溪北地區，邀在地人士蒐羅「英語友善農村輕旅行路線」，為國際旅客打開深度體驗台南文化的一扇窗。

南市府第二官方語言辦公室推出「嬉遊竹埔」行程，以雙語介紹台南特有農村鴿苓活動及竹埔社區、柳營酪農區，邀外籍生及接待家庭

查啟營文史協會請來鴿苓達人竹埔社區前里長魏明傑

為外籍學生簡介鴿苓文化，示範綁鴿苓、介紹鴿苓結構。鹽水、柳營、後壁三區社區則保留三合院聚落和農村文化，希望透過政府與民間整合社區歷史文化、在地產業、農村旅遊，發展社區經濟。

教育部「友善台灣：境外學生接待家庭計畫」帶領外籍學生觸及台灣各鄉鎮，南市放鴿苓部落全台第一，在二官辦邀請下首次加入「放鴿苓」民俗，是新鮮有趣體驗。



▲查啟營文史協會請來鴿苓達人竹埔社區前里長魏明傑為外籍學生簡介鴿苓文化。（台南市政府提供）