



口罩價格過高？藍委提 4 大質疑
行政院管制口罩，統一售價為 6 元，國民黨質疑價格過高，呼籲政府公開口罩的成本與數量等資訊。



民眾搶口罩 專家：口罩難防感染
實驗顯示，各類型的外科口罩都無法完全阻隔空氣傳染。專家建議勤洗手才是當務之急。



東西文化迥異 口罩配戴大不同
在東方，戴口罩除了對抗空汙和養生的功能之外，更成為流行文化。西方人則將戴口罩視為對個人自由的限制。



我要的幸福 -- 遇見爵士大師
Bix、Jack Teagarden 與 Frank Trumbauer 這三位搖擺時代高手群聚，簡直就是聽音樂最大所能獲致的幸福。

4 7 1 0 9 6 1 1 3 8 7 3 1 2

今天天氣

北部 12°-23° 多雲

中部 11°-26° 晴時多雲

南部 15°-27° 晴時多雲

東部 13°-23° 多雲短暫雨

延長寒假縮暑假 家長可請照顧假

中央流行疫情指揮中心決定全國高中職以下學校，延至 2 月 25 日開學，若家長有親自照顧之需求得請防疫照顧假。

【本報記者簡碧卿台北報導】「高中職以下延長寒假、縮短暑假。」教育部長潘文忠 2 日表示，為了學生健康，並將傳播風險降到最低，中央流行疫情指揮中心決定全國高中職（含）以下學校，延至 2 月 25 日開學，且基於 12 歲以下之學童乏人照顧，若家長有親自照顧之需求，受雇之家長其中 1 人得請防疫照顧假，雇主應予以准假。

高中職延後開學

潘文忠表示，為維護師生健康，決定將高級中等以下學校 108 學年度第 2 學期開學日延後至 2 月 25 日開學，而該學期休業式則延後至 7 月 14 日辦理，

另原訂 2 月 15 日配合 1 月 23 日（小年夜）彈性放假調整上課之機制，考量該日期已包含於延長假期間內，因此，相關措施予以取消。

「基於 12 歲以下之學童乏人照顧，受雇之家長其中 1 人得請防疫照顧假」。潘文忠說，若家長有親自照顧之需求，基於防疫的必要措施，2 月 11 日至 2 月 24 日期間，受雇之家長得以請假，雇主應予准假。

幼兒園維持現狀

潘文忠強調，原來即將開學、已經開學的私立幼兒園，及原來已經上課的安親班與補習班等，皆維持現狀，但需加強檢測與管理。至於國中會考、技

專統測、大學指考，各項入學考試日程維持不變，命題範圍將配合縮減調整，不影響學生考試權益。

至於大專院校方面，中山大學原定 2 月 17 日延至 2 月 24 日開學、成功大學原訂 2 月 17 日延至 3 月 2 日開學、高雄師範大學 2 月 17 日開學，港澳陸生延後至 3 月 30 日註冊入學、嘉義大學 2 月 17 日開學，若因防疫無法返校，至多延後 3 月 30 日專案處理。

逢甲大學原訂 2 月 10 日延至 3 月 2 日、中信金融管理學院原訂 2 月 17 日延至 3 月 2 日開學、明道大學原訂 2 月 10 日延至 2 月 24 日開學。（相關新聞見 2、3 版）



▲ 武漢肺炎疫情持續延燒，中央流行疫情指揮中心 2 日召開記者會，決定高中職以下學校延後 2 週開學。（中央社）

武漢疫情當地慌 台人直擊提建言

剛從湖南長沙探親回來的石先生提醒，中國政府疏於防範，已付出極大的代價，台灣一定要設置專屬醫院，以免院內交叉感染。

【本報記者施凱文專訪】「要把患者區隔開來，不能讓他們去一般醫院。」武漢疫情延燒，剛與大陸妻子從湖南長沙過節回來的石先生接受專訪時表示，中國每個省都已進入緊急狀況，一切經濟活動都已停擺，要特別注意的是武漢肺炎發病前沒有症狀也會感染，當地已設置特別醫院隔離患者，他建議台灣政府也要效法，以免「交叉感染」。

一級戰備大停擺

提起在大陸已經自我隔離 2 週以上，無法出門訪友，回台灣又被疾管署規定必須自我隔離不得工作 2 週，石先生無奈嘆道：「買菜、吃飯的問題不知道怎麼解決！」他說，2 日回來搭南方航空公司，機上一半台灣人、一半中國人，下機後全部被疾管署要求寫個人資料等防疫追蹤資訊。

「他們說是來玩，但其實是逃離。」剛從武漢疫情不遠處的湖南返台的石先生 2 日表示，機上來台灣旅遊的中國人短時間都不會再回去，因為目前中國各省都已發佈緊急狀態，害怕二次感染，武漢城內的親戚也正在想辦法逃離。他建議，台灣政府應該要另設武漢肺炎確診的專屬醫院，避免交叉感染及醫療院所院內感染。

因為太太是中國人而回湖南過年節的石先生說，目前中國所有的公共運輸，如高鐵、火車、公車等都已停擺，他大呼：「我們是請太太的弟弟載我們趕快到機場，才得以趕上飛機逃回來。」他也提醒，武漢肺炎發病前沒有症狀也會傳染，建議政府要確切的隔離患者。

石先生表示，目前中國除了武



漢封城以外，民眾出入全中國城市的哨口及關口也都要量體溫，他也嘆道自己在中國過節等於是自主隔離 14 天以上，他說：「除了除夕夜可以跟家人團聚，其他時間都自己在家裡，回台灣後也再次被要求自主隔離 14 天。」

他感慨最初是中國隱匿不報的情況下才導致疫情大爆發，石先生表示，「地方政府隱匿疫情導致醫護人員死亡還沒反應，現在只能做救濟的動作。」他表示，中國政府現在已意識到疫情嚴重

恐尚有隱匿疫情

性，都指派特定醫院讓患者就醫，以避免引起大規模院內感染及交叉感染。

回台灣下飛機後石先生立即被要求填寫防疫通知單，包括填寫住址及身份等詳細資料，也表示自己會遵守隔離通知，但他認為，目前針對疫情還沒有特效藥，僅僅隔離是不夠的，政府必須專設醫院收容疫情患者。

他最後提醒，政府面對疫情應該要謙卑，中國政府沒有做好防範，已付出極大的代價，對中國也是很大的啟發。（相關新聞見 2、3 版）

▲ 中國政府製作各種順口溜，在各地提醒民眾。（網路截圖）

社論

兩岸可就疫情進行多元研究合作

2019 新型冠狀病毒疫情在春節假期升高，引起兩岸民眾憂心。準副總統賴清德提出「兩岸應共同合作抗疫」的觀點，儘管遭致不少獨派網友的批評，但不可諱言的是，他的這番言論，不但具有政治人物應有的高度，對台灣而言也是很務實的態度。

賴提 2 個理由

針對這次已正式命名為「2019 新型冠狀病毒」（2019-nCoV）所引發的呼吸道感染相關疾病，台灣應該與中國合作抗疫，賴清德提出了 2 個層面的理由，首先是疫情本身，兩岸只有一

水之隔且民間交流頻繁，如果中國中國的疫情嚴重，台灣肯定會受到波及。

其次是經濟問題，一旦疫情對中國的經濟造成較大的衝擊，國際社會的經濟發展也會受到影響，以貿易出口為主的台灣經濟，當然不可能不受到牽連；尤其台灣外貿順差完全仰賴中國。

台灣貿易仰賴中國

根據經濟部統計資料，108 年度台灣對中國順差為 738 億美元，遠超過台灣全年的貿易順差 435 億美元，換言之，如果沒有對中國的大量順差，去年

台灣的貿易將可能會出現近兆元台幣的逆差。

簡單講，面對疫情，台灣不可能獨善其身，甚至可以說利人就是利己、救人就是救己。中國不好，台灣肯定會受到拖累，這就是賴清德認為台灣應該加入國際社會共同幫助中國防治疫情的理由。

染病者華人居多

除了在疫情爆發後共同抗疫之外，從人類學與文化社會學的角度來說，同文同種、飲食和生活習慣類似的兩岸，應該還有更深層的合作空間。例如，從 2003 年的 SARS 到這次新型

冠狀病毒所引發的肺炎，染病者都以華人為主。

一開始的病源是中國食客食用野味，野生動物身上的病毒透過中間宿主傳染給了人類，但食用野味並非中國人的專利，尤其接下來人傳人的傳播途徑大都仍是透過華人，其間是否與基因有關，值得探究。

抗原 HLA-B46

有「台灣血液之母」之稱的馬偕醫院醫學研究部輸血醫學中心榮譽主治醫師林媽利，就從基因的角度來看傳染疾病，進行對 SARS 的研究，並曾發表「SARS 病毒的感染與組織抗原

的關係」研究結果。

林媽利指出，根據在 SARS 病人身上做的基因分析顯示，嚴重 SARS 病人身上都帶有組織抗原 HLA-B46，因此林媽利推論 HLA-B46 可能是容易感染 SARS 的基因，而這種特殊基因只在南方亞洲族群發現；帶有此一基因的「南方漢人」較易染 SARS，在閩南、客家族群中有 11.4% 的人帶此基因，高於其他族群。

涉基因歧視

這項研究曾在國外引起很大的重視，論文也已被引用達 4、50 次以上。不過，當時林媽利

研究的樣本數有限，預測結果的效力無法確定，再加上可能涉及所謂的「基因歧視」（族群歧視）的倫理課題，因此林媽利基於研究結果所做的一些醫療建議，並未得到政府採用。

17 年後，中國中國再度爆發了新型冠狀病毒傳染病，並且在華人社群快速傳播。兩岸是否要啟動相關醫學的深度研究合作計畫，從醫療人類學的角度對疫情有更多的了解，應該是個可以思考的課題，而台灣在這方面也可望可以做出有意義的貢獻。

口罩價格過高？藍委提出 4 大質疑

行政院自 2 月 1 日起管制口罩，統一售價為 6 元，國民黨質疑價格過高，呼籲政府公開口罩的成本與數量等資訊。

【本報記者林祐任台北報導】台灣近來出現口罩之亂！針對行政院自 2 月 1 日起管制口罩，統一售價為 6 元，國民黨質疑價格過高，呼籲政府公開口罩的成本與數量等資訊。民進黨則解釋價格之所以訂在 6 元，因為國內的需求暫時得完全依靠台灣製造，並指出 2009 年馬英九政府因應 H1N1 疫情，也是將口罩價格定為 6 元。

藍營質疑口罩價格

行政院於春節期間將口罩統一售價為 8 元，自 2 月 1 日起調降至 6 元，然而仍有不少人抱怨買不到口罩，從而引發各政黨互相攻訐。

國民黨台北市議員王鴻薇 2 日在臉書上表示，在政府出手統籌徵收口罩之前，好市多平均一個口罩 1.425 元，質問 1.425 元和 6 元間的距離，到底怎麼回事？國民黨台北市議員游淑慧也在 1 月 31 日呼籲，衛福部應公開說明口罩的「取得成本」以及釋出

給通路的「釋出價格」，避免有心人士藉機發大財。

4 個問題待釋疑

立委曾銘宗受訪時強調，政府應對 4 個問題開誠布公，一是口罩的存量，二為口罩銷售的通路，三是各縣市如何分配，最後是有無囤積口罩的現象。針對各縣市分配口罩的方法，台北市長柯文哲 1 日也建議，政府應對此公開透明，否則以台灣的官場文化，各縣市都會浮報需求量，恐怕會演變成政治風暴。

前立委陳宜民受訪時表示，由於台灣不織布的工廠規模小，自製口罩的能力薄弱，2019 年台灣對中國出口 185 萬張口罩，卻從中國進口了近 4 億張口罩，因此政府禁止口罩出口的政策，實則對口罩量的幫助不大。

至於囤積口罩，陳宜民指出，《公平交易法》雖最高可罰至 1 億，但如何界定是否為囤積是一大問題，事實上自從 SARS 過後，許多醫療院所都會存放口罩以備



不時之需，或許其他私人單位較有囤積的嫌疑。

綠：6 元不貴

民進黨立委王定宇 2 日於臉書上澄清，口罩價格並非過高，2009 年 H1N1 期間，馬政府也曾徵用釋出口罩，而 2009 年就是 6 元，12 年後的現在，物價、勞動成本都已經大幅增加，民進黨政府一樣可以壓低在 6 元，「國民黨公職還在喊價格貴、暴

利的，要不要先去問一下馬英九？」

蔡總統則於 1 月 31 日在臉書上解釋，之所以有人認為口罩賣 6 元還是有點貴，因為目前國際市場口罩需求暴增，國內的需求暫時需靠「台灣製造」，再加上物流、販售通路，以及緊急增加產量製造的成本。蔡總統也承諾，未來供需穩定後，口罩價格將回到市場機制。

義國禁航不當 外交部嚴正抗議

【本報記者呂翔禾台北報導】「台灣不該跟中國劃在同一疫區！」針對義大利因應武漢肺炎，對中國的禁飛措施中包含台灣，外交部 2 日發表嚴正抗議。部長吳釗燮指出，疾管署面對疫情都有透過機制申報到 WHO，但 WHO 都沒有分享相關資訊給台灣，台灣無論防疫、飛航都跟中國獨立，他呼籲義大利取消禁航措施。

台防疫與中分離

吳釗燮表示，義大利跟越南在世衛發布防疫報告後，都接連宣布對台灣禁飛，但越南在台灣外交部門的斡旋之下，4 個小時後隨即取消禁航措施。對於義大利，我國也持續在跟該國衛生部、民航局及友台國會議員溝通，希望儘速將台灣從禁飛政策中取消。



▲ 外交部長吳釗燮（左 2）2 日召開記者會，呼籲義大利取消禁飛措施，並敦促世衛將台灣在疫區劃定上，與中國分離。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

針對 WHO 官員萊恩先前表示台灣對防疫聊若指掌，以及 WHO 幹事長譚德塞對中國讚美的言論，吳釗燮也嚴正譴責 WHO 官員似乎活在平行時空，「是在哈囉？」。他提到，台灣的民航、防疫管理都跟中國分開，呼籲世衛承認台灣不是中國的一部分，不能讓其他國家有錯誤認知。

WHO 對我國疫情消極

外交部國際組織司司長陳龍錦也提到，疾管署面對疫情都有透過機制申報到 WHO，但 WHO 都沒有分享相關資訊給台灣，讓疾管署防疫工作難上加難。吳釗燮也表示，目前希望透過美國、日本、加拿大各國表態，讓台灣可

以儘速加入 WHO，跟各國共享最新防疫資訊。

陳龍錦也提到，過去台灣都有努力爭取參加世衛的會議，但自 2009 到 2019 年，我國共向 WHO 申請參加 187 場技術性會議，卻只能實際參加 57 場，他也表示，透過這次的防疫規劃，外交部有爭取到友邦會員國能為台灣在接下來的世界衛生大會、WHO 執委會持續發聲，讓台灣進入 WHO 的防疫體系。

被問到除了義大利之外，外交部有否在 WHO 進行爭取，吳釗燮提到，除了跟義大利持續爭取，目前有爭取到一星期 3 班華航從羅馬飛回的班機與人道協助外，也有跟 WHO 秘書處持續溝通，我國駐日內瓦使館也積極向 WHO 進行協調，希望將台灣在世衛報告中與中國分開，並實質參與 WHO 防疫規劃。

家長防疫照顧假 雇主可不給薪

【本報記者祝潤霖台北報導】「雖然可能讓雇主在人力運用上有所不便，但仍希望雇主能共體時艱。」勞動部長許銘春 2 日在防疫中心表示，防疫照顧假是特別措施，不可歸責於勞工，雇主一定要准假，不可視勞工為曠職，也不可強迫勞工將事假或其他假挪用。至於請假期間是否給薪？許銘春含蓄回應，要看各公司規定。

雇主須准防疫照顧假

按照性別工作平等法中規定，台灣已經有家庭照顧假，受雇者因家庭成員有重大事項等需親自照顧，得請家庭照顧假，併入事假計算，全年以 7 日為限，家庭照顧假薪資計算，則按照事假規定辦理，事假期間不給工資，但雇主不得因受雇者請家庭照顧假而視為缺勤，影響全勤及考績，這是事假跟家庭照顧假的差別。根據企業人資主管分析，防疫照顧假比家庭照顧假多了「防疫」兩個字，關鍵在雇主不能不准假，且時間上限是 2 週，相較於家庭照顧假較為放寬，但勞動部也說不一定要給薪，看各企業自行決定，因此企業應該會比照事假辦理，不予給薪。

過去很少有勞工會動用到家庭照顧假，多數都以特休假來因應家庭照顧需求。策略上，建議家長可以互相協調，先以「特休假」因應，其次也可先請單日「病假」（3 天以上才需要醫生證明，並可領半薪），真的不夠用再請「防疫照顧假」。

國人自陸回台全程隔離

「今天沒有新的確診，病患的情況也都非常穩定。」衛福部長陳時中表示，將對雙陰性個案進行專家會診。鑑於社區群聚感染必須防止。另外，針對稍早台北市長柯文哲說溜嘴，表示隔離處所可能在陽明山宿舍，陳時中強調，「任何人發布相關訊息卻沒有經過指揮中心同意，都會有相關的規定來處置。」

「外在環境這麼險峻，台灣這條線一定要守住！」陳時中表示，除湖北外，浙江、廣東、湖南疫情也在攀升中，短暫停留在對岸的台灣同胞，社會資源相對短缺，將盡全力予以支援，結果則尚待與對岸的溝通。回來後也將全程隔離，並提供方便的生活環境，保護國人同時也達成防疫目標。



▲ 衛福部長陳時中（中）強調，任何人發布相關訊息卻沒有經過指揮中心同意，都會有相關的規定來處置。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

疫情造成口罩荒 專家：口罩難阻病菌

實驗顯示，各類型的外科口罩都無法完全阻隔空氣傳染。專家建議勤洗手才是當務之急，已生病的民眾，才需要戴口罩。

【本報記者林祐任綜合報導】正當許多國家的民眾瘋狂搶購口罩時，國外不少專家卻對口罩隔絕病毒的效果存疑。病毒的傳播路徑可分為飛沫傳染和空氣傳染，而英國的實驗顯示，各類型的外科口罩都無法完全阻隔空氣傳染。在美國與日本，專家建議勤洗手才是當務之急，只有已生病的民眾，才有戴口罩的必要。

外科口罩仍難防病菌

根據《衛報》報導，新南威爾斯大學研究全球生物安全的教授麥金太爾表示，病毒可透過兩種路徑傳播，第一種為「飛沫傳染」，由咳嗽或打噴嚏飛濺出的唾液快速的散播病毒，過去認為飛沫傳染的距離為1到2公尺，但麥金太爾指出，那是1940年代的研究結果，近期許多研究都顯示大於2公尺，還有研究得出至多6公尺。

第二種為「空氣傳染」，麥金太爾表示，病毒也有可能透過病



▲病毒的傳播路徑可分為飛沫傳染和空氣傳染，而英國的實驗顯示，各類型的外科口罩都無法完全阻隔空氣傳染，圖為民眾到超商搶購口罩。（中央社）

人肺部深處的「氣懸膠體」（微小塵埃粒子）傳播，病人無須咳嗽或打噴嚏，即使是呼吸就有機會散播病毒，且病毒在空氣中殘存的時間甚久，根據研究，流感病毒在病人離去後的3小時仍留存於空氣中。

「外科口罩只能被期待用來防止飛沫傳染！」麥金太爾更指

出，飛沫夾帶的病毒也有可能附著在氣懸膠體上，增加空氣傳染的機會。英國健康與安全實驗室的微生物學家凱瑟琳表示，實驗結果顯示，各類型外科口罩都無法完全阻擋空氣中的病毒，但可以減少6倍以下。

勤洗手與咳嗽摀嘴

《時代雜誌》指出，美國疾病管制與預防中心建議，民眾與其戴口罩，不如勤洗手以及在咳嗽時摀嘴。一方面美國的確診病例未超過兩位數，風險極低；另一方面，無法緊密貼合的外科口罩難防空氣傳染，而N95雖然可過濾95%以上的氣懸

膠體，但華盛頓大學的拉比諾維茲博士指出，N95必須正確配戴才有效果，且長時間戴N95對一般民眾來說很不舒服。

針對生病的民眾，埃默里大學醫學院的塞克斯頓博士建議應戴口罩，即便不是萬無一失。對於健康的人，流行病學家波佩斯庫認為，除非處於人多的密閉

空間中，例如火車上，若在其他場所並無戴口罩的必要。

《每日新聞》報導，日本醫師久住英治也認為，由於口罩的防護效果有限，不如勤洗手，他建議民眾回到家務必先花30秒的時間洗手，並徹底清潔指縫。



教會主日崇拜戒備 聚會人數受影響

【本報記者呂翔禾綜合報導】信仰不需因武漢肺炎而停擺！2日是收假以後全台教會第二個主日崇拜，聚會仍照常舉行，不過進場前都公告須要戴口罩、酒精消毒。有教會婉拒有發燒或去過中、港、澳的會友在家自主管理；也有少數教會改為直播上聚會，或將愛宴等活動取消。但上教會的人數明顯因疫情、連假未歸的影響而較少了。

活動需自備口罩

林森南路禮拜堂在門外貼出告示，宣導教友需配合防疫措施：一、保持手部清潔，進教會需要用酒精消毒，並請勿再碰觸個人物品。二、患有慢性病需配戴口罩，兩週內有進入中、港、澳者需返家自主管理。三、聖餐採發送制，會友並須配合領取酒精棉片協助會後消毒工作。

台北懷恩堂在聲明中提到，2日至16日，教友或民眾進入教堂前需以正確方式佩戴口罩，教會同工則會在門口測量出席者的體溫。如戴上口罩會感到不習慣的人士，或有喉嚨痛、咳嗽、流鼻水、發燒（攝氏37.5度或以上），勸導務必留在家中休息，避免到教會的感染風險。

台北靈糧堂在官網提醒會友，靈糧堂在宣教、山莊及福音中心等地方皆會在明顯處設置告示牌宣導「嚴重特殊傳染性肺炎（武漢



▲各教會要求信徒戴上口罩、消毒，若有病狀、去過疫區者，請先在家自主管理。（Photo by 章文／台灣醒報）

肺炎）」、「手部衛生」及「呼吸道衛生與咳嗽禮節」等衛教資訊，請會友參閱。另外，聚會地點的公共區域，清潔人員也會定期消毒。

鼓勵在家看直播

台北真理堂與基督之家的聲明都提到，若有感冒或發燒症狀請自行居家隔離，收看聚會直播。另外，如近日曾到疫區的民眾或教友也需先在家自主管理14天後，確定沒有大礙，再來參加活動。

大部分的活動都有進行，不過有基隆教會的愛宴活動，為避免過多人群接觸而取消，請各教友留意教會相關資訊。

健康的人不用戴口罩 洗手可保健康

【本報記者簡碧卿台北報導】健康的民眾不需要戴口罩，且一般外科口罩便有足夠的防護力。對此，台大醫院醫師張上淳說，預防武漢肺炎，最有效的方式就是「勤洗手」。董氏基金會食品營養中心主任許惠玉特別教導，民眾洗手是避免雙手沾染的分泌物和病菌傳播，並放入口中，特別是有新生兒的家庭。

戴口罩正確時機

張上淳在影片中表示，民眾在以下幾個狀況下須戴口罩，一、看病、陪病、探病時；二、有呼吸道症狀時；三、慢性患者外出時。最後，他提醒，健康的民眾不需要戴口罩，且一般外科口罩便有足夠的防護力。台大醫院醫



▲張上淳提到，預防武漢肺炎，最有效的方式就是「勤洗手」。（photo by Pexels）

師張上淳提到，預防武漢肺炎，最有效的方式就是「勤洗手」。洗手的方式不僅可以用肥皂濕洗手，也可以使用乾手液。張上淳表示，正確乾洗手使用量只要2-5cc即可，不需要過多，因此不需要準備太多的量。

許惠玉則提醒以下狀況，應確實洗手，以減低病菌、病毒和環境賀爾蒙危害，防疫期間尤為重要。

第一、民眾吃東西前，避免手上的病菌碰到餐具和食物而帶入口中；第二、如廁後，洗去尿

液或糞便，及掀馬桶蓋、沖水、開關門時沾染到的病菌；第三、咳嗽摀口或用衛生紙擤鼻涕後，避免雙手沾染的分泌物和病菌傳播；第四、進出醫院前、後都需洗手，避免將病菌帶入醫院或帶回家中，保護病患和家人。

第五，接觸嬰幼兒前，保護免疫系統尚未發展成熟的嬰幼兒易受感染；最後，外出返家時，特別是有新生兒的家庭應洗手、換衣物以隔絕由外帶回的病菌。許惠玉強調，生病的人務必戴口罩，並優先提供口罩給醫護人員、服務許多民眾的第一線人員，才能有效隔絕病毒飛沫散布，大幅降低傳播風險。

口罩搶破頭 民意代表走後門

為什麼到人民手上是6元？中間的價差、利潤如何分配？難道不該讓人民知道嗎？政府不可以打混帳，一語帶過。

白丁

（退休教師）

武漢肺炎席捲全球，口罩之亂卻在台灣爆發。政府為顯示效率，決定徵調全國口罩，統一配發，立意甚佳，但是官僚做事，積習立現。

口罩價格暴漲

首先是價格問題，平時一個口罩絕不可能超過4元，政府徵用之後，暴漲到8元，漲價一倍。經過媒體強烈反彈後，決定調降到6元。一個口罩價格可以立降2元，當初的價格

是怎麼決定的？價差達3成以上，是不是太荒唐離譜了？

現在6元合理嗎？外界質疑聲浪還是不斷，政府的解釋是配銷、零售的作業成本，一語帶過。但是，並不能解決大家心中的疑惑，為什麼平時4元一個，現在6元？價格暴漲5成，難道平時就不需要配銷、零售作業成本嗎？

官僚的效率果真如此不堪？政府有必要告訴人民，是以多少錢向廠商徵購的？為什麼到人民手上是6元？中間的價差、利潤如何分配？難道不該讓人

民知道嗎？政府不可以打混帳一語帶過，那不是負責任的做法。

政府全過走後門

再說到分配公平性問題，由政府徵購分配，就有人預料，必開特權後門，如今立法院開議，果然爆出特權，立法院向行政院「協商」，拿到2千個口罩分配立委諸公及工作人員，立委的生命當然重要，但是，小老百姓的命，就抵不上立委生命的價值嗎？

不止立法院如此，台北市議

員人人都拿到一包50個口罩，這些又是從何而來？政府如何解釋？至於其他達官顯要，不用懷疑，一定不會缺少口罩的。但是小老百姓呢？還是繼續踏遍大街小巷買不到。

官僚做事積習難改

如果政府分配能夠做到小民都人人有價廉物美口罩用了，而達官顯要、立委諸公、議員大人卻還要大街小巷找口罩，這個政府一定會得到全民的擁戴。

口罩之亂，其實政府只要掌



▲武漢肺炎席捲全球，口罩之亂卻在台灣爆發。政府為顯示效率，決定徵調全國口罩，統一配發，立意甚佳，但是官僚做事，積習立現。（網路截圖）

握價格合理，分配公平兩大原則，就可以得到人民的掌聲。如今卻偏偏暴露官僚的顛預，

難怪引發人民的不滿。口罩之亂何時平息，人民都在看。

銜國防機密入中國 美華裔工程師被捕

美國武器承包商「雷神公司」美籍中國裔工程師孫偉帶美國國防武器資料出訪中國未申報，以洩漏機密罪遭起訴，逮捕入獄。

【本報記者施凱文綜合報導】帶美國國防武器資料出訪中國未申報，美國工程師被捕！美國武器承包商「雷神公司」美籍中國裔工程師孫偉因將工作筆電帶出國，並謊稱未入境中國，引發美國國安人員關注，將其以洩漏機密罪起訴，逮捕入獄。首席檢察官麥基指出：「國防相關人員若隨意攜出機密資料，都可能被他國輕易竊取。」

謊稱未入境中國

根據《石英財經網》報導，美國國防武器承包商雷神公司一名 48 歲的工程師孫偉，涉嫌將飛彈機密洩漏給中國，已遭到 FBI 美國聯邦調查局逮捕。

孫偉出生於中國，擁有美國公民身份，已經在雷神工作逾 10 年，目前工作職務是研發美軍的高機密導彈程序。由於他的筆記型電腦裡含有大量機密數據，雷神公司曾提醒他，將工作用筆電帶至國外不僅違反公司政

策，也嚴重違反美國聯邦法律。

將其起訴的檢察官表示，孫偉曾於出國期間連結公司網路瀏覽資料，並對入境中國一事隱匿未報，謊稱自己僅去過新加坡及菲律賓，且無故宣佈辭職以便留在國外工作及進修，諸多疑點也因此啟人疑竇。法院文件則指出，孫偉握有雷神公司為美國軍方設計的多種防空系統相關機密文件。

中覬覦美實戰經驗

據《KOLD》報導，「美國傳統基金會」中國軍事力量研究員陳安迪表示，孫偉帶出的資料幾乎都與美國最先進的武器系統相關，例如 F-16 和 F-22 等戰鬥機的導彈武器系統資訊。儘管中國已經擁有為數不少與美國同等級的武器系統，但美國的實戰經驗數據，恐怕才是中國所瞄準的目標。



▲美國武器承包商工程師涉嫌洩漏武器機密資料給中國遭到逮捕。圖為美飛彈系統示意圖。(photo by Twitter)

前俄羅斯聯邦安全局反情報員諾伊曼表示：「我大膽的預設，中國政府正在頻繁地接觸曾在雷神等大型公司工作過的員工。」

起訴孫偉的首席檢察官麥基則指出，擁有軍事身份背景的人無需與任何人合作也可能對國家安全造成嚴重損害，他說：「國防相

關人員若隨意攜出機密資料，都可能被他國輕易竊取。」

全球各大週刊頭條新聞

祝潤霖 / 輯

《經濟學人》The Economist 印度公布預算 投資者大失所望

「只有與巴基斯坦比賽板球能引起同樣關注。」印度 1 日上午 11 點，每位金融家、投資者和交易員都停下手邊工作，觀看財政部長尼爾馬拉·西塔拉曼公佈預算。結果令人失望，在西塔拉曼做了 2 小時 40 分鐘的紀錄後，股市竟暴跌 3%，被《經濟時報》評論為「大屠殺」。

印度政府預計，截至 3 月 31 日的 1 年內 GDP 增長 5%，為金融危機以來最弱的 1 年。納倫德拉·莫迪連任總理後，夏季臨時預算已宣告失敗，政府試圖通過大幅降低公司稅率來「找到生命出口」，但財政赤字已瀰漫增加大筆支出的空間變得很小。在預算公布之前的幾週內，股市一直陷於低迷，這歸因於全球市場的疲軟。

西塔拉曼宣布的措施旨在簡化稅收制度。納稅人可以從較高的稅率和扣除額的複雜系統，轉換為較低的稅率而無需扣除。過去的帳單被允許以原始金額結算，而沒有利息或罰款，納稅人將免受官員的敲詐勒索等騷擾。

政府希望出售國有公司部分股份來籌措資金。為了保護印度工業，鞋類和家具等消費



品的進口關稅將提高，而製造商的進口關稅將下降。但實施措施也不太可能使經濟復甦，許多人對細部查驗表達不滿，因基礎設施計劃將依賴不確定的官商掛勾。過去的撤資嘗試都失敗，一些稅收措施變得更加複雜性，而非期望的簡化。

印度許多公股銀行、合作社和非銀行金融公司都陷入了嚴重麻煩，這次公布預算使人們對解決方案的希望幻滅。西塔拉曼宣布增加存款保險，以緩解儲戶對失去儲蓄的恐懼。繁瑣的預算規定意味著，企業和投資公司只能一步步殺出血路，不論其計算結果合乎預期或出乎意料，待 3 日（週一）開盤後就可看出更多市場反應。

【本報記者呂翔禾綜合報導】美、俄冷戰延燒？美國國務卿蓬佩奧近日首度訪問白俄羅斯，這是美國自 1994 年以後，第一次有國務卿訪問該國。先前美國跟白俄關係不佳，但隨著近年白俄跟俄國關係不佳，使美國看見轉機。先前報導也有指出，白俄總統有逐漸往北約體系靠攏的情況，恐使此區地緣政治的競爭更加複雜化。

白俄政策轉向

根據《英國廣播公司》報導，由於白俄羅斯總統盧卡申科自 1994 年上台以來跟美國關係並不佳，因此美國國務卿這次訪問白俄羅斯也實屬罕見。不過由於白俄羅斯跟俄國近年來關係越來越緊張，因此白俄羅斯也開始



▲盧卡申科雖然過往在石油經濟上依賴美國，但該國也開始擺脫對俄國依賴，對美國、中國伸出橄欖枝。(photo by 克里姆林宮)

有向西方靠攏的現象。

目前白俄羅斯的石油主要仍從俄羅斯進口，但是最近兩國卻沒有辦法簽成今年的石油協定，因此蓬佩奧在跟白俄外交部長碰面時也表示，美國是世界上最大的能源生產者，可以用不錯的價格提供白俄石油，「只要跟我們講一聲就好。」

蓬佩奧雖然希望白俄可以擺脫俄羅斯束縛，但基於白俄過去常受東西方鄰國侵略的歷史，他也希望白俄羅斯不必在美、俄之間選邊站。白俄外交部長曼凱受訪時也提到，他們並沒有要跟俄國交惡，但基於一些主權問題，他們想強化白俄的自主性，減少對俄國依賴。

反對伊拉克新首相 動亂持續延燒

【本報記者呂翔禾綜合報導】伊拉克動亂難止息！伊拉克先前由於國內反政府示威導致首相下台。總統薩里近日雖提名阿拉威為總理新人選，但遭抗議民眾批評阿拉威仍為政治菁英階級，無法改善伊拉克充滿犯罪、貪腐的官僚體系。從去年 10 月開始該國便爆發長期的反政府示威，導致前總理邁赫迪雖已於去年 11 月下台，動亂仍持續至今。

新首相舊官僚

根據《半島電視台》報導，伊拉克總統先前已警告，如果在 1 日無法選新首相，他需要提名新首相以維持伊拉克國會的秩序。提名阿拉威為



▲伊拉克總統任命阿拉威（圖）為新任首相，但仍遭該國民眾反對而持續陷入混亂。(photo by Iraq's Prime Minister media office)

新任總理的新聞一出，在首都巴格達與南部城市都爆發抗議，拒絕阿拉威成為新的伊拉克總理。

阿拉威於 2006、2010 年都曾任伊拉克前首相馬里奇內閣的通訊

部長，但 2012 年他辭職，控訴馬里奇對他業務太多政治干涉。在人事命令宣布後，阿拉威隨即在他推特上傳影片，希望爭取抗議民眾的支持、安撫民心。

中國也有參與競爭

《自由歐洲電台》也曾提到，盧卡申科先前在跟俄國協議失敗時，就面對他執政以來少見的抗議潮，民眾希望該國的經濟可以減少對俄國依賴。抗議對盧卡申科自 1994 年上台的專制政權造成挑戰，也讓他開始加強跟美國與北約的接觸。

知名期刊《外交政策》指出，除了美國，中國也是白俄羅斯想拉攏的對象。但中國並不想過度拉攏白俄羅斯，而是希望自己的「一帶一路」等大型對外投資計畫可以順利進行。俄國雖然對中國在當地的投資有點反感，但在本身經濟疲乏的情況下，也想跟中國有更多經濟上的互動。



醒報客服專線：

訂戶收報若不正常・與派報生對話

02-23581806

有專人為您服務



看完醒報，轉贈鄰居信箱

▼ 近來戴口罩也成為東方流行文化的一部分，各式花樣的口罩紛紛問世，「戴口罩就是酷」。(影片截圖)



口罩文化迥異 東方流行、西方重自由

【本報記者林祐任綜合報導】武漢肺炎疫情擴散嚴重，東方人大多戴起了口罩，相較之下西方人卻鮮少配戴。《外交家》分析，在東方，戴口罩除了對抗空汙和養生的功能之外，更逐漸成為流行文化的一部分。西方人則將戴口罩視為對個人自由的限制。

東方漸成流行文化

根據《外交家》報導，口罩在亞洲文化中除了避免傳染疾病之外，更扮演多重的角色，特別是在中國。第一項功能是對抗空氣汙染，中國是全世界空汙最嚴重的國家之一，在 2008 至



在東方，戴口罩除了對抗空汙和養生的功能之外，更逐漸成為流行文化的一部分。西方人則將戴口罩視為對個人自由的限制。

2017 年間全球 50 大空氣最糟糕的城市中，中國城市就佔了 23 席，在東北和華北地區的民眾時常處於霧霾之中，對他們來說口罩早已是生活必備。

第二項功能則是養生，根據中醫和道家理論，身體健康必須要達到「氣」的平衡，「氣」的平衡和吐納乾淨空氣息息相關，而配戴口罩有助於呼吸潔淨空氣。

除了健康的理由之外，近來戴口罩也成為流行文化的一部分，各式花樣的口罩紛

紛問世，譬如迷彩、Hello Kitty，《衛報》指出，南韓的偶像團體防彈少年團更推出自創品牌的口罩，促成更多粉絲戴起口罩，「戴口罩就是酷」。此外，許多名人也出於隱私的理由，選擇在公共場合戴口罩。

西方重視個人自由

日本秀明大學教授堀井光俊曾在 2014 年發表一篇社會學論文，分析為何日本人樂

於戴口罩，西方人卻對戴口罩避之唯恐不及，他認為西方人將「自由主義」奉為圭臬，把戴口罩視為對個人自由的限制。在日本，配戴口罩被視為表達「禮貌」的行為，為了不把病菌傳染給他人，所以將自己的口鼻遮住。

即便空氣汙染嚴重，也只有少部分的西方人願意戴口罩，其中城市的單車族屬於對口罩的接受度最高的族群。不過某些口罩雖然可以阻隔懸浮微粒，卻仍難防諸如二氧化氮的有毒氣體。

《外交家》則指出，從西方人的角度來看，配戴口罩的人都是病菌的帶原者，若是不了解東方戴口罩的文化，容易發生不必要的排外和種族歧視。



英要建最大發電站 遭環團上訴阻止

【本報記者王慶宇綜合報導】英國政府日前批准歐洲最大天然氣發電站的興建計畫，但旋即遭環團上訴，因此被迫暫時停工。非政府組織“ClientEarth”為了阻止德拉克斯集團將其現有的德拉克斯發電站擴建成全歐洲最大的燃氣發電站，日前向英國最高法院申請司法審查，而高院已同意審理此案，預計在 2-3 個月後開庭審理。

擴建後碳排無法達標

根據英國《獨立報》報導，能源公司德拉克斯集團原本計劃要在現有的德拉克斯發電站新增天然氣發電機組。若增建完成並全面運轉後，將提供 3.6 京瓦的電力，成為歐洲最大的天然氣發電站。

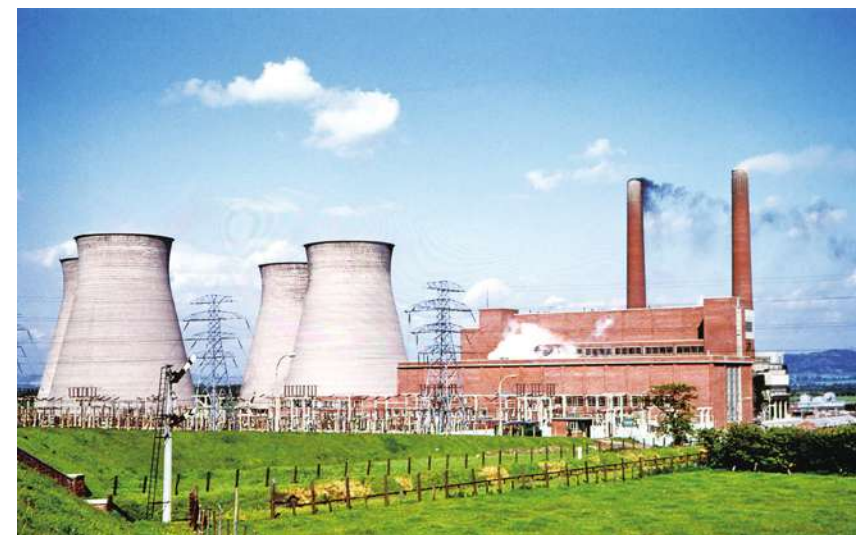
德拉克斯的增建計畫則在去年 10 月獲得商業、能源和產業戰略部大臣李德森的批准。相關訊息顯示，環評專家當時認為此一發電站很有可能會讓英國

政府無法在自身的碳排放規劃上達標，也很容易因為未來的減排趨勢而不得不停工，並不符合效益成本，因此建議政府不要批准。

上訴成功機會高

英國《衛報》指出，此事最終受到非政府組織“ClientEarth”的關切。“ClientEarth”主要透過法律訴訟來迫使政府或大型企業努力正視氣候變遷的問題。“ClientEarth”因此向英國最高法院提出司法審查。

“ClientEarth”的要求目前已經被高院接受，高院預計將在兩個月後開庭審理，德拉克斯的擴建計畫也因此暫時喊停。由於“ClientEarth”過去也曾因為空汙問題三度成功控訴英國政府，且德拉克斯發電站計畫明顯與英國政府的氣候變遷政策相違背，因此這次的上訴也很有可能獲得成功。



◀ 英國政府通過過燃煤機組的擴建計畫，環團因此喊告，高院已同意審理。(圖為示意圖，非該發電站) (photo by Wikimedi a)

巴國權益受損 阿盟拒中東和平計畫

【本報記者王安棟綜合報導】「和平計畫藐視了巴勒斯坦最低的權益和願望！」在巴勒斯坦自治政府主席阿巴斯的提倡下，阿拉伯國家聯盟 1 日召開緊急會議，針對近日美國總統川普提出的「中東和平計畫」表達立場，並在會後聲明表示，拒絕川普和以色列的「世紀協議」，稱該計畫忽略了巴勒斯坦的權益，無法導向一個公正和平的協定。

巴方重申「兩國方案」

根據《半島電視台》報導，阿盟在聲明中提到，決議不會與美國合作這個計畫，也呼籲以色列不要以武力強行實施。巴勒斯坦方主張，以巴應擬定一個「兩國方案」，讓巴勒斯坦擁有 1967 年中東戰爭發生前的領地，並以東耶路撒冷作為首都，以色列當年在戰爭中佔據了約旦河西岸、加薩走廊、以及東耶路撒冷等地區。

川普在上週提出的「中東和平計畫」中，允許以色列併吞約旦河西岸原由巴勒斯坦佔領的大片領地，包括約旦河西岸，以及當前非法的以色列屯墾區，只留下部分東耶路撒冷的土地給巴勒斯坦，作為象徵性國都。



▲ 巴勒斯坦主席阿巴斯在 1 日的阿拉伯國家聯盟會議中，拿起地圖展示巴勒斯坦領土數十年來的縮減。(網路截圖)

以色列的《國土報》報導指出，巴勒斯坦主席阿巴斯在會議中揚言，將斷絕與以色列及美國的所有關係，包括安全層面。阿巴斯表示，自從美國介入以巴協商以後，巴勒斯坦的議題就「沒有任何實質的進展」，巴勒斯坦也自 2017 年美國承認耶路撒冷為以色列首都後退出協商。

伊朗成分歧主因

根據《金融時報》的報導，雖然巴勒斯坦在會議中重申支持「兩國方案」，部分阿拉伯國家並沒有以強硬的立場附和。評論家認為，造成阿拉伯國家意見分歧的原因是，部分波斯灣周邊國家將伊朗視為中東地區當前最大的威脅。這些國家在「敵人的敵人就是朋友」的策略下依附美國和以色列，因此盡量避免在以巴議題上與川普爭鋒相對。



日外籍勞工新高 疑放任企業壓榨學生

【本報記者施凱文綜合報導】日本外籍勞工人口創新高，外籍學生卻遭壓榨？根據厚生勞動省報告顯示，去年日本的外籍勞工人數為 165 萬 8804 人創下新高，安倍政府的鬆綁移工限制是主因。然而其中放寬外籍學生的工作限制讓許多批評者認為，政府只是利用勞動力短缺為藉口，趁機放任企業壓榨學生。

外籍勞工創新高

根據《今日日本》報導，日本厚生勞動省日前公佈報告，去年日本的外籍勞工人數達到創紀錄的 165 萬 8804 人，較前年大幅增長 13.6%，原因是在日本人口迅速老齡化導致的勞動力短缺情況下，日本公司僱用的外籍勞工數量有所增加。

移民局數據顯示，2019 年有 18 萬 9000 名學生持技術實習簽證進入日本，因企業雇用學生的限制鬆綁，有更



多的外國學生趁機進入日本打工，約有 37 萬外籍學生非持工作簽證即從事兼職工作。日本於 2019 年 4 月建立新版簽證制度，安倍政府提出鬆綁移工限制，以引進更多具高階技術的外國勞工，並放寬企業僱用學生從事兼職工作的限制，也意味著日本一向嚴格的移民政策大轉彎。

外籍學生盛行打工

據《朝日新聞》報導，儘管安倍大肆宣傳新版簽證系統能吸引許多外國技術人士湧入日本工作，但去年僅有 520 名外國人適用「高階技能簽證」身份入境。

東京一所語言學校的老師



即指出，許多外國學生順利得到就學簽證入境日本後，便立刻輟學找工作，而不是以讀書為主，首相安倍也因此遭受抨擊。批評者更表示，大多數的外籍學生正面臨著嚴峻的工作條件，安倍鬆綁企業雇用學生的政策，僅僅是利用勞動力短缺為藉口，放任企業壓榨外籍學生。

◀ 安倍鬆綁外籍勞工的限制讓日本外籍勞工人口創新高，卻也有更多外國學生趁機進入日本打工，約有 37 萬外籍學生非持工作簽證即從事兼職工作。(photo by Wikimedi a)

▼東奧因武漢疫情打不打？國際奧會與日本都砲轟是假消息。(photo by Wikimedia)



東京奧運未取消 中國資格賽轉移陣地

【本報記者宋秉謙綜合報導】武漢肺炎疫情全球關注，在推特上也盛傳日本與國際奧會商討取消東奧，對此，日本日前出面澄清，取消東奧是假消息，但辦在中國的東奧資格賽還真的得延遲並改地點，東京都知事小池2日出面安撫民眾，要民眾做到勤洗手、配戴口罩自我保護，市府當局也研議採取措施應對，讓奧運能安全舉辦、順利落幕。

根據《衛報》報導，隨著武漢疫情傳到全球多國，位於東亞鄰近的日本也相繼爆出確診案例，



推特上盛傳日本與國際奧會商討為因應疫情將取消東奧，對此，日本日前出面澄清，假消息，但將在中國的舉辦的東奧資格賽將轉移陣地。

這讓社群網路上傳出「日本商討取消東奧」傳言。對此，日本日前表示，推特上的推文都是假新聞，當局與國際奧會只有討論怎麼與世衛組織合作、如何監控疫情。

國際奧會以過往案例表示，前一屆的2016里約奧運也遇上寨卡病毒，但最終照樣舉行，真正

取消的是原訂位於中國舉辦的奧運資格賽，包含女足將轉移到澳洲進行、女籃轉到塞維利亞，原定在武漢舉行的亞太地區拳擊資格賽則改到約旦打。

其中可惜的是，同樣能取得奧運積分的室內田徑世界盃只能延後一年（原本在南京舉行，目前預計沒改地點，僅順延一年），

影響部分選手的佈局；而羽球屆1日也傳出中國陵水大師賽延期，由於東奧積分只統計到4月，該大師賽積分恐怕會失效。

另據《路透社》報導，對於近期疫情讓日本居民擔憂，東京都知事小池2日則出面回應說，市府當局正與中央研議應對措施，確保東奧期間，眾多各國旅客與選手前來時，能夠隨時監管疫情。小池也談到目前市民防疫問題，她說：「只要勤洗手、戴口罩，做好個人保護，無須過度恐慌。」



超級盃未打先轟動 廣告哄搶創天價

【本報記者宋秉謙綜合報導】全球收益最高、關注度最高的美式足球超級盃決賽3日早上開打，除了賽事本身吸睛外，本屆場外話題性十足。據外媒統整，本屆球賽強調環保，當天的飲料杯將選用可回收的鋁製杯、取代塑膠；而眾所皆知超級盃轉播廣告本來就所費不貲，本屆在川普總統和民主黨強將彭博的撒錢大戰後，更創下每30秒廣告就要560萬美元的天價，同時也是超級盃廣告最「政治化」的一次。

環保鋁杯減塑上路

每年一度的超級盃決賽本屆尚未開打，場外話題就一堆，首先，這是首度大打環保牌，根據《英國廣播公司》報導，本屆決賽場館、邁阿密硬石球場宣布，將致力於減少塑膠用料消耗，當天飲料杯將全面換



▲超級盃即將開打，場外相關新聞一籬筐。(photo by NFL Facebook 截圖)

成更易回收的鋁製杯，也鼓勵球迷使用鋁杯裝水，以取代過往直接購買塑膠瓶裝礦泉水。

這項環保計畫預計從本屆開始，往後將成為每年超級盃的慣例，而球場官方指出，本次預期能淘汰99.4%的塑膠使用，大概是50萬個塑膠杯。本次與超級

政治人物砸錢買廣告

除此之外，本來就很貴的超級盃廣告費，本次因美國選舉將臨再飆天價，由於逼近選戰，力拚連任的川普和民主黨富豪候選人彭博狂砸大錢，讓本屆廣告的價位創下30秒廣告直逼560萬美元，《半島電視台》報導，而川普和彭博並非特例，其他候選人如拜登、



桑德斯等人也砸不少錢在超級盃廣告上。

外媒認為，政治人物將球賽廣告視為新的宣傳工具，而這種趨勢會持續下去，原因與超級盃的收看人數和其他電視節目的收視萎縮有關，《洛杉磯時報》分析，近年來觀眾越來越不愛看電視轉播，在其他節目收視萎縮時，超級盃的收視依舊強勁，去年總計電視收看約是1億人，今年預計能更加成長，所以轉播公司特別增加2.5分鐘的廣告配額，早在去年11月就被搶購一空，說明超級盃的廣告再貴、都還是炙手可熱。

本屆超級盃將於台灣時間3日早上七點半開打，由堪薩斯酋長對決舊金山49人，外媒認為，這個對戰組合比起去年沈悶的防守大戰，會更加刺激好看，收視率預期上升5.5%。



19歲新秀哈蘭德 驚創德甲紀錄

【本報記者祝潤霖綜合報導】19歲挪威足球新秀踢出不可思議的得分紀錄！厄林·布朗特·哈蘭德1月19日德甲替補首秀，演出帽子戲法為多特蒙德以5比3大逆轉奧格斯堡。25日對柯隆踢進2球。1日主場5比0輕取柏林聯盟，哈蘭德首度先發踢進2球，打破德甲個人前3場進球紀錄，平均每19分鐘就踢進1球！

哈蘭德成為隊史最年輕在德甲演出帽子戲法的球員，綜觀整個德甲，只有1965年的法蘭克福球星沃爾特·貝克托德上演帽子戲法時比哈蘭德更年輕。本賽季哈蘭德踢的4項賽事，包括奧超、德甲、歐冠和奧地利盃，都演出過帽子戲法。

吸引頂級俱樂部目光

根據《CNN》報導，哈蘭德上個月才從奧超薩爾茨堡紅牛轉會到新東家總共踢了136分鐘，平均每19分鐘就破門1次。紅牛隊友朱利安·布蘭特表示：「厄林

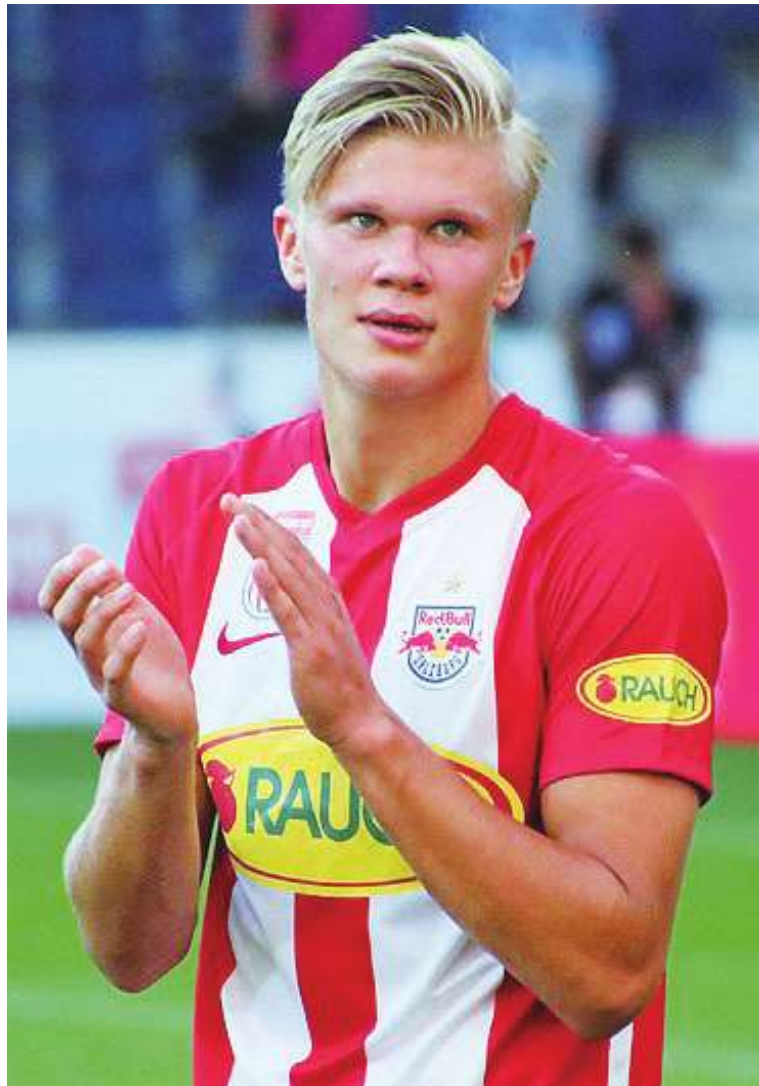
確切地知道他該去哪裡，我感覺我可以在任何地方踢球，而他就會在另一端接應，我很高興與我們倆都表現得很好。」

布蘭特的背書吸引了多支歐洲頂級俱樂部的關注，尤其是在哈蘭德為薩爾茨堡出賽18場踢進22球之後，其中還包括在奧超和歐冠上演的4次帽子戲法。多特蒙德簽下哈蘭德有價值，目前以39分在德甲排名第3，僅次於領頭羊拜仁慕尼黑3分。

20歲前刷新紀錄？

根據《BBC》報導，3場比賽136分鐘踢進7球，已經讓哈蘭德成為德甲聯盟排名前10的最佳射手。哈蘭德表示：「我還可以適應得更好，我還沒達到100%的狀態。」

20歲前的德甲聯賽史上最佳射手是霍斯特·科佩爾（他於1960年代為斯圖加特效力），以及目前的拜耳勒沃庫森中場球員凱·哈費爾茨，各有24顆進球。



▲哈蘭德成為隊史最年輕在德甲演出帽子戲法的球員，也打破德甲個人前3場進球紀錄。(photo by Wikipedia)

圖文選粹

圖文 / 中央社

張奕春訓牛棚練投43球 投球節奏是課題



▲旅日歐力士隊投手張奕，春訓首度牛棚練投約43球。張奕表示，特別注意直球的品質，投手教練高山郁夫也提醒，投球節奏的問題。



我要的幸福——遇見爵士大師

Bix、Jack Teagarden 與 Frank Trumbauer 這三位搖擺時代的大高手群聚在一起，簡直就是聽音樂能獲致的最大幸福。

■ 蕭旭岑
(前總統府副秘書長、愛樂者)

有些話，不能模仿，只能引用。
村上春樹曾說，他年輕時在一家專門放傳統爵士樂的爵士喫茶店打工，從中他認識了許多搖擺時期大師，領略了許多古老爵士樂的樂趣，「但對我而言，再怎麼說都是以遇到 Bix Beiderbecke 的音樂為最大的幸福。」

爵士樂真的是人世間最幸福的幾件事之一。當然，村上提的 Bix Beiderbecke，實在是一種特別的存在，他就如同彗星，劃過天際的瞬間，你會永遠記得。我跟村上感受一樣，能遇到 Bix 的音樂，確實是人生的一種幸福。
(話說回來，村上真正是貨真價實的爵士愛樂家，也是最了

不起的爵士評論者，他真正懂爵士樂，他對 Bix Beiderbecke 與 Thelonious Monk 形容，完完全全說中我內心對他們音樂的感受，那我幾乎是種奇蹟，有一種知己般的感動。)

為短號而生

Bix 只活了 28 歲，他似乎是為了短號 (cornet) 而生，短短的人生裡，就像一閃即逝的流星煙火，照亮了整個天際，他不到而立之年的歲月，整個奉獻給爵士樂 (與酒精) 了，聆聽他吹出的樂音，儘管音質老舊殘破，但絲毫掩蓋不住那遠遠超乎整個時代的耀眼光芒。

當你仔細聆聽 Bix 時，即使不聽爵士樂的你，也會知道「這是好音樂」、「原來這就是爵士樂呀」；聽了許多爵士樂卻還沒聽過 Bix 的你，更可能會坐直身子，驚訝地專注聽著這「不打一絲折扣」的純正爵士樂。Bix 吹起短號，會讓你昂揚，讓你飛翔，讓你穿

越時空，讓你理解且深信，所謂音樂的幸福是怎麼回事。

另一種幸福

除了 Bix 之外，Jack Teagarden 也是另外一種幸福。他與 Bix 不同，他活了 Bix 兩倍的歲數，沒有像流星一樣劃過天際，但卻如安靜而持續發熱的行星，不斷地牽引著整個宇宙。他吹起伸縮喇叭，那種舒緩而適意的氣氛，不可思議地會在整個房間擴散，包圍住了脆弱的人心，我沒有聽過有任何他的後輩有這樣的功力。

20 幾年前，我第一次聽到 Jack Teagarden 與短號手 Bobby Hackett 的合演，是專門限量出版珍貴爵士音樂的傳奇爵士唱片公司「馬賽克唱片」，所發行的「The Complete Capitol Fifties Jack Teagarden Sessions」，還記得那時非常非常喜歡這套唱片的心情，不但 CD 和黑膠各買了一套，一有空也是沒日沒夜地放這套唱片。

一瞬間掌握核心

怎麼說呢，Jack Teagarden 吹出的音樂，是那麼有著莫名的神奇能量，能夠在一瞬間就掌握住音樂的核心，然後以他漫不在乎、隨性歌唱的方式，流洩出

完全讓人無法抗拒的音樂，灌注到聆聽的人身上。我不知道 Jack Teagarden 是怎麼辦到的，也許那是時代的縮影，那個還沒有高度科技化、機械化的人文年代。

與 Bix、Jack Teagarden 都有合作的薩克斯風手 Frank Trumbauer，同樣是搖擺年代相當超卓的好手；馬賽克唱片前些年整理了這三位超級大師早期在小唱片公司的一些罕見錄音，發行了一套「The Complete Okeh / Brunswick Bix, Trumbauer & Teagarden」，轉錄也以嚴謹細緻的態度，呈現雖然古老，但仍鮮活發燙的聲音，這是我的爵士樂荒島唱片，那整個年代，只帶這一套，我會說已經足夠。

高手相聚的幸福

我曾經說過，早年的搖擺樂與前衛爵士樂，是我最愛的爵士樂類型，而 Bix、Jack Teagarden 與 Frank Trumbauer 這三位搖擺時代的大高手群聚在一起，簡直是將這個爵士樂類型都吃下來了，那就是聽音樂能獲致的最大幸福，是我要的幸福。聽了他們三人，你就算沒有去聽 Sidney Bechet、Pee Wee Russell、Buck Clayton，甚至路易斯·阿姆斯壯，我都不覺得是多麼遺憾的事了。



李宓推 2 款策略桌遊 武林森林代入感佳

谷》。 (photo by 祝潤霖／台灣醒報)



【本報記者祝潤霖台北報導】「比起網路上的虛擬關係，面對面玩桌遊來得熱絡多了。」電影《台北物語》女主角李宓受訪說，以前曾得憂鬱症心情很差，就是靠玩桌遊讓自己重拾快樂，也發現這是交朋友很好的管道。李宓特別推薦武林系的《老師敬服》跟森林系的《仙境幽谷》2 款中度策略桌遊。

「玩家扮演武林中的厲害師傅，就像少林、峨眉派的感覺。」李宓介紹《老師敬服》說，在 5 個回合裡會經過 4 場比武大賽，前 3 名都會得到獎勵，可獲得弟子來學習新武功。最特別的就是「敬-服」標誌，可以複製別人的行動或武功，但對方也能把得到的敬變成服 (0.5 分)，邊模仿、邊取得分數的平衡就很考驗技術。李宓也推薦畫風漂亮的

《仙境幽谷》，華麗的樹跟小動物、紅莓、琥珀等配件都很可愛，很模仿森林中生活的動物情境。可以選擇要養哪些動物，還可以派 token 去採集資源，算是工人擺放加手牌管理遊戲。

「我本來就很喜歡數學、推理邏輯這些東西。」重度策略的《神秘大地》、《蓋亞計畫》是李宓最愛，都可以玩整天、每天玩都不會膩。陣營遊戲很喜歡《古董局中局》。小朋友則推薦《鐵鐵入扣》、《引蛇出洞》這些玩具類型的，還有《動物疊疊樂》或《諾亞方舟》等。

「第 2 集也是搞笑路線，但技術性已經比第 1 集好很多。」李宓談到《台北物語》續集說，延續第 1 集的主要是演員，續集有 4、5 個演員都是出現過的，但劇情內容是全新的故事。

中市特區藝術熱 晶美術館展齊白石

【本報記者劉東泉台中報導】台中市政特區愈來愈有藝術味。台中市議會日前舉辦了台中市議會公共藝術設置方案成果發表會，這些公共藝術將擺置在市議會廣場及不同層樓的公共空間；在議會周邊，不但散布有 106 件公共藝術作品；位於市府旁剛開幕的晶美術館，首展即展出齊白石大師的珍品畫作，鎮館之寶是齊白石一幅近一人高的三鷹圖。

台中戶外公共藝術

剛過完春節，仍感春寒料峭，加上武漢肺炎引起的騷動，許多人玩興大減。不過，到元宵節這段時間，許多人仍懷著過年輕鬆安適的心情，

如遇星期假日，前往觀賞台灣燈會時，也可轉到台中市政特區廣場，在戶外看看各個公共藝術品。

獲選為議會公共藝術作品者者包括藝術大師與新秀的作品，如倪朝龍的「閃亮臺中港」、游守中的「金鳴豐年 慶安康」、黃秋月的「時光印記」、賴仁輝「希望的方量」等 200 號大型油畫作品；另有陳明輝與劉素幸的「花現台中」、「共生共榮—林中鹿」大型戶外公共藝術作品等。

晶美術館齊白石展

另外，剛開幕 1 個月餘的晶美術館，自議會或市府步行皆不用 3 分鐘即可到達，第一檔大展即為畢卡索在世

時最為推崇的中國繪畫大師齊白石畫作，以「重現齊白石一生風華」為主題，展出各項齊白石真跡。館長林光輝指出，若沒有比故宮更好的齊白石作品，晶美術館也不敢展出。

鎮館之寶是齊白石的一幅三英圖，即三鷹圖。林光輝舉例說，齊白石曾畫了一幅「英雄高立」單鷹圖，後來從宋家流出在拍賣市場，拍賣價達人民幣 4 億元；齊白石另有一幅「松鷹圖」送毛澤東，也是單鷹，收藏於北京。而這幅蓋有齊白石「梅鳥堂」之印的三鷹圖，實無法估價。一般蓋有「梅鳥堂」之印，皆為齊白石視為精品之作。



▲ 晶美術館刻正展出齊白石真跡展，為台中市政中心特區增添藝術味。圖為鎮館之寶三英圖。(photo by 劉東泉／台灣醒報)

▼ 面對 SARS 或武漢肺炎，社會出現搶購口罩的情況，就是例子。罪性的醜陋，在瘟疫爆發時就顯得非常清楚。(網路截圖)



從瘟疫看人性與防疫

這次疫情之所以會造成恐慌，來自於一般民眾對傳染病沒有太多認識，而在這種時候，人的罪性就暴露出來了。

■ 郭英調 (醫師)

編按：郭英調醫師是美國德州大學公共衛生博士。碩博士論文都是研究「院內感染」，可以說是感染學的專家。在榮民總醫院任職 28 年退休後，目前在台灣嘉義基督教醫院任職。

當 2003 年出現 SARS 時，病人都收治在感染科的隔離病房。後來病人愈來愈多，需要其他醫師支援時，我是第一個進到隔離病房支援的醫師。因此有完整的第一線的工作經驗。

病毒多，才會傳染

一個人接觸到的病毒量多，就容易感染；量少，就不易感染。所以，在疫病流行時，強調洗手、戴口罩，其實不是要完全阻絕感染，而是藉減少接觸「量」來降低疫情。如今醫學把瘟疫或傳染病細分為很多類，但是仍然無法控制；只是在防疫作得好時，能

降低感染率而已。譬如，流感雖有疫苗，但接受過注射的人，仍不能百分百免於得病，只是機率比較低。

危險之前見人性

武漢肺炎所以會造成恐慌，主要是因為病毒是新的。其實，這也不是很大的問題，因為每年流感病毒都會有點變異。武漢的病毒只是已知病毒的一種變異，病毒變異並不是太特別的事。我們也預期，以後還會有新的病毒出來。

在 SARS 之前，一般民眾對傳染病沒有太多認識，所以造成恐慌。而在這種時候，人的罪性就暴露出來了。每個人都是自私的，但平常我們會有所收斂，甚至表現出熱心公益的樣子。然而危險當前，人的自私就會暴露了，常常只顧自己，不管別人的死活。面對 SARS 或武漢肺炎，社會馬上就出現搶購口罩的情況，就是例子。罪性的醜陋，在瘟疫爆發時就顯得非常清楚。

互相不信賴

當然，先照顧好自己的健康，是應該的。但對自己的保護不應無限上綱。譬如，你若已經有十個口罩備用，家中還有囤積，就不應該在這時再去搶購，反而應該分一些給無力或無處購買的人。我們若只想著自己，擔心萬一以後要用，不夠怎麼辦，而心硬起來不分給人，而人人都如此自私，就很可怕了。

疫情的恐慌，也暴露出人人與人互相不信賴的問題。以戴口罩為例，戴的原因有二，第一是自己有病，怕傳給別人，這叫「病源隔離」，第二是怕別人傳給自己，這叫「保護隔離」。我們之所以在公共場所或密閉空間要戴口罩，其實就是不相信周圍的人。這樣的懼怕是合理的。因為流感所以難處理，就是流感病人在還沒有症狀的時候，就可以傳染病毒。武漢肺炎的病毒也是這樣。

封城更需關懷

武漢封城的作法，所依據的觀念其實與台灣 SARS 時期將和平醫院封院如出一轍。

SARS 時期，我們理解到：被封的人心理上必定非常不舒服，覺得自己是被遺棄的。因此，我們用很多人力去作電話關懷。每天固定的電話關懷，與他們聊天，非常重要。

從降低疫情傳播的角度看，無可否認封城是一種有效的方式，因為不讓人口流動，傳染必定會降低。如今中國採用類似的方式，就疫情的控制而言或許無可厚非，但是這道命令發佈之後，其他地方的百姓出現對武漢人或湖北人排擠、甚至仇視或攻擊的情形，這就大大反映出人性自私的一面。

資訊透明可免恐慌

這次疫情在中國所以會造成恐慌，最大的原因是資訊不清楚，不透明。百姓對官方所公佈的數據或資料不信任，對於情況的發展心裡沒有底，所以發慌。然而美國的疾病管治中

心 (CDC) 多年來隨時公佈狀況，大家都相信它的可靠性。資訊愈清楚，大家就愈不會懼怕，因為知道可以如何反應。

從醫療的角度而言，所有的防疫措施一定要做得「過度」。台灣前幾天雖然有醫師出面說，現在還沒有出現社區感染的情況，所以不用戴口罩，但是在所有公共場所，大多數人都自發地戴上口罩。這是否是「過度」？的確是。

戴口罩讓人安心

然而「過度」沒有壞處——除了造成口罩的缺乏以外。從疫病的防治而言，在「過」與「不及」之間寧可選

擇前者，但絕對不能是後者，因為那就會造成不可收拾的疫情傳播。

這就很難講。前面提到，SARS 所以造成社會問題，癥結不在醫療本身，而在民眾的恐慌。現在也是一樣，為了避免造成恐慌，寧可任人隨處戴口罩；若大家對人群聚集會產生恐慌，那就暫時停辦活動，延緩開學、開工——除非不得已。因為人多的地方，的確傳播的可能性就會增加。

譬如，目前我們教會就鼓勵大家到教會時戴口罩；事奉人員必戴口罩，讓弟兄姊妹安心；身體不適者就請他們留在家裡，透過網路資源來參與敬拜或小組活動。這就是讓人安心的考量。

言論短波

搶口罩、戴口罩的心理意義

■ 施壽全

(前馬偕醫院院長)

雖然專家說目前並沒有新冠狀病毒「社區傳染」的跡象，不需要人人都戴口罩。但一眼望去，大多數人還是都戴著口罩。

台灣目前確診的幾個案例，都沒有傳出惡化的消息，部分原因應該與所感染的病毒量不是很多有關（另外的因素則是個人的免疫反應）。沒有惡化，也沒有擴

散出去，只要努力守住，不要再有感染較大量病毒的人闖進來，的確不需要人人都戴口罩。

但大多數人還是戴著口罩，似乎只能說是，不怕一萬，只怕萬一。嚴格來說，目前戴口罩這件事，心理作用顯然強過實證醫學。但心理作用影響深遠，也絕不能輕忽。

而且，戴著口罩，也可以防杜其他季節性傳染病，例如流感與腸病毒等等，可能是這波心理作用意外帶來的正向功效。

中國的過與不及

■ 劉鑄銘

(文教服務)

以今日世界醫學和醫藥的進步，一個地區的武漢肺炎，居然超快速的擴散到全球極廣大的地區，防疫和醫療顯然跟不上傳染的速度，各地搶購口罩為了保護自己，做到最基本的防護，雖然口罩工廠全力加班，卻仍供不應求，路上民眾不像往昔噓寒問暖充滿人情味，而是行色匆忙，幾乎到了人人自危、互不信任的地步。

俗話說「天下事有其利必有其弊」，例如現代人類生活富足方便，但也帶來太多的垃圾造成空氣、水源和土壤等汙染，醫學和

醫藥日新月異，可是細菌和病毒的抵抗力也愈強，非時時刻刻警惕、並專注研求防治之道不可。

近代中國崛起，以科技及貿易大國與美國戶相抗衡和競賽，所謂「一帶一路」，企圖進軍全世界，引領風騷，卻沒想到一個武漢肺炎，在短時間之內舉世驚醒而防堵，令人不得不沉思過猶不及的邏輯觀念，人算之外，尚有天算。

今年 2020 年恰為庚子年，是中國 1900 年庚子義和團拳亂後兩個甲子（六十年），不無巧合，盼望全世界通力合作，讓武漢肺炎的可怕風暴早日化險為夷，重新步入康莊大道，台灣平安、中國平安、全球平安！

從聖經看防疫

■ 徐新生

關於防疫問題，世界上最古老的文獻，應是寫於 3500 年前的聖經「利未記」。舊約聖經中的這一卷書，是古代以色列人的法規彙編。我從前看聖經，看到這裡，覺得枯燥，常跳過去。從此武漢肺炎發生後，非常驚訝那麼遠古的規則，竟仍適用於今天：

一、勿接觸野獸屍體

凡四足的走獸，用掌行走的，對你們是不潔淨的；凡觸著它們屍體的，必不潔淨到晚上。(利未記 11:27)

二、不吃不該吃的動物

飛鳥中你們當看為可憎之物，不可吃的乃是這些：雕、狗頭雕、紅頭雕、鳶、隼與其類，烏鴉與其類，鴛鳥、夜鷹、海鷗、鷹與其類，鴟鵂、鷂 鷂、貓頭鷹、

叫鴉、鵂鶵、禿雕、鸛、鷺鷥與其類，戴勝與蝙蝠。(利未記 11:13~19)

三、隔離疑似病患 14 天

第七天，祭司要察看牠，若見災病止住了，沒有在皮上發散，就要將牠再隔離七天。(利未記 13:5)

四、銷毀感染物品

那染了災病的衣服，無論是經上或緯上，羊毛上或麻布上，或是皮子作的什麼物件，他都要焚燒；因為這是惡性的麻風，必在火中焚燒。(利未記 13:52)

五、不可吃血

相關的經文很多，不一列出。它的意義主要不在防疫，但若遵行不吃血，即使吃各種野生動物，亦無不可。(保護稀有動物是另外的課題。)



■ 白丁

(退休教師)

武漢肺炎嚴重衝擊全球經濟，美國道瓊指數 1 月 31 日重 603.41 點，跌幅 2.09%，收 28256.03 點，顯示出市場對武漢肺炎的憂心。

台美發言不同調

不只美股作出如此反應，美國聯邦準備理事會主席鮑爾最近也公開表示，武漢肺炎恐嚴重衝擊全球經濟，充分顯示他的憂慮。美國股市重挫後，沒有任何政府官員發表談話，再看 爾的言論，句句真實，沒有人敢質疑。

但台灣政府官員的表現，卻大不相同。以財政部長蘇建榮為例，他在 1 月 31 日股市開盤前，公開表示，此次武漢疫情和 2003 年 SARS 不同，都在掌握之中，1 月 30 日台股大跌，是補跌而已，投資人不必過度恐慌。財政部次長殷清華前一天也公開表示，台灣基本比其他國家良好，必要時國安基金



將進場護盤。

中國工廠復工無期

事情真相如何？且看最近武漢肺炎的發展。根據最新消息指出，中國方面要求工廠開工延後到 2 月 9 日，，至於何時復工，靜待指示，也就是說，復工日尚未可知。在此期間即使備工、備料也不行，運輸交通中斷，生產全面暫停。

這一消息充分顯示中國政府已經開始不計代價，全面嚴格控制武漢肺炎疫情擴散，估不論對其自身經濟影響有多大，對於台商而言，影響卻相當嚴重。

台商首當其衝

台商在中國大陸投資，共有 5 萬多家廠商，勢必全面受到衝擊。上市櫃公司都是規模較大的企業，只要在中國設廠，今年 1 月因受農曆春節影響，工作天數少，營收大減，2 月復工無期，營收一定更慘，3 月疫情又不可能立即解決，應該還是一個慘字形容。

預料今年第一季，財報數字一定很難看，投資人必須要有心理準備。台灣政府官員，對此情勢發展，難道懵懂無知嗎？

至於武漢肺炎疫情什麼時候可以控制住呢？香港大學醫學院院長梁卓偉的看法可以當作參考，他說，疫情應該在今年 4、5 月達到高峰期，但還不

◀ 武漢肺炎規模是 SARS 的 4 倍，傷害一直在擴大，商業活動幾乎都停擺，對經濟的衝擊根本無法預料。(中央社)

是結束，要結束最少還要再三個月，也就是說，甚至在第三季以前，企業的產銷無法正常運作。

科技廠房聚集地

湖北是海、陸、空交通樞紐，也是高科技廠商集中的工業重心，台商有 2800 家在此設廠，上市公司包括台光電、健鼎、光寶、藍天、欣興、欣勤、康舒、聯茂、環泥、奇鋹、鴻海、楠梓電、統一、華成、廣華、榮成、宏全、定穎等各大企業，都有投資。

武漢又是半導體晶片之城，與合肥、南京齊名，影響台灣半導體事業更大，政府官員了解嗎？如果不求甚解，率爾發言，誤導投資人入市，責任誰負？

武漢肺炎規模是 SARS 的 4 倍，傷害一直在擴大，商業活動幾乎都停擺，對經濟的衝擊根本無法預料，台灣政府官員不趕快努力了解狀況，準備紓困，還在粉飾太平，這是負責任的做法嗎？

計劃不流空話 後悔可轉化成動力

別再誤以為後悔會阻礙成長和進步的機會，它反而為我們指出了通往成長和進步的道路。

■麥可・海亞特

根據民調結果，人們後悔刺青的最主要理由就是刺壞了。我看過一個網站，收錄了超過九百個失敗的刺青圖案案例。難怪消除刺青會變成現在全世界成長最快速的醫美手術，也難怪失敗的刺青圖案會變成最適合用來代表「後悔」的象徵物。不過，後悔的意義當然不僅於此。

專門研究後悔這個議題的暢銷作者布芮尼・布朗，在她的著作《勇氣的力量》中曾提到，有位

好處，也不想與這種感覺共存稍久一些。這真的大錯特錯！

後悔的功能

在進一步討論後悔的好處之前，讓我們先來探討後悔最常見的一個功能：自責。布朗說過：「『我是個失敗者』和『我這次失敗了』之間的區別看來可能很小，但事實上差別非常大。」當我們把焦點放在「自己本身」而不是「自己的表現」上時，就會使得自我改進變困難，理由很簡單，因為改進並非重點所在。

子關係、自我提昇和休閒活動有關。

仔細看會發現，這些最大憾事和本書開頭列出的十大生活領域，有著相當密切的關聯。如果你有任何一個領域的生活評分特別低，那麼歡迎來到人間劇場，你不是孤單一個人。

羅斯和沙莫維爾根據研究結果歸納出一個三階段的過程，分別是行動、結果和回想。首先，我們朝目標循序前進，接著體驗到努力付出換得的成果；如果不成功，就會引發後悔的感覺。最有趣的是第三階段，研究人員發現「一旦重新改正的機會清楚浮現時，我們心中不滿意和失望的感覺會變得最為強烈。」

採取積極行動

換句話說，後悔並不只是讓過去的糟糕經驗滲漏出來，還會指出新的可能性。研究人員將這個發現稱為「機會準則」，這和我們傳統上對後悔的認知可說是完全相反。

嘗試練習感激不只是一種心情，以祈禱作為一天的開始和結束、對自身擁有的天賦表示感激、紀錄感恩日記。

沒有人能在背負著悔恨的重擔下，還有好表現，所幸我們的心靈自有應對方法，像是用不同的景框來重新看待錯誤，以卸除重擔，尤其是在獲得補救的機會微乎其微的時候。這種能力是我們與生具備的，傳統智慧「時間治療所有傷痛」就是由此而來。

但有一種狀況是我們未必會意識到的。有時，後悔的感覺會揮之不去，不斷提醒我們有改善現況的機會出現，比如回去攻讀學位、轉換工作跑道或修補人際關係等等。

羅斯和沙莫維爾表示：「在仍有很高機會採取積極行動的情況中，後悔的感覺會持續存在。」

這個觀點正符合了朗德曼《論後悔》這本書的副標題「可能性的持續力」，後悔是對未來潛在機會的有力指標。

路標，非路障

「機會準則」是扭轉局勢的關鍵角色。回想一下你的生活評分，你在哪一個領域的得分最低呢？是社交生活、興趣嗜好、宗教信仰，還是職場發展或財務狀況？無論是何者，都該好好重新思考一下你遺憾後悔的點了。不要將後悔視為阻礙進步的路障，而是要當成指向更好未來的路標。

有關後悔的這些正面特質，也成為神經生物學的研究範疇。根據大腦掃描發現，當眼眶額葉皮質這個區塊受損時，患者不只缺乏後悔的感覺，也不想去修正那些引起悔恨的行為。換句話說，

能感到後悔，證明了我們有能力改善眼前的困境，只有不抱希望的人，才不會感到後悔。

挫敗也帶來機會

如果你過去這一年來最大的挫敗，實際上是暗示了未來最可能成功的機會呢？如果後悔並非要提醒我們什麼不可能，而是要指出什麼是有可能的呢？別再誤以為後悔會阻礙成長和進步的機會了，它反而為我們指出了通往成長和進步的道路。將你的限制性信念換成解放性真相吧！

在繼續這趟邁向最棒的一年之旅，準備進入下個步驟之際，我要鼓勵你讓自己保持在充滿機會



◀好好重新思考一下你遺憾後悔的點，不要將後悔視為阻礙進步的路障，而是要當成指向更好未來的路標。(photo by pixabay)

的景框裡，而接下來的建議，就是要教你如何做到這一點。

3 大概念 7 小步驟

一、進行一次行動後反思遵循四個步驟，進行行動後反思：第一，陳述你原本希望發生的狀況；第二，承認實際發生的狀況；第三，由經驗學習；第四，調整你的行為。回答以下七個問題，可以幫助你有效地完成這個步驟：

1. 你是怎麼看待過去這一年的？
2. 你當初的計畫、夢想和具體目標是什麼？
3. 過去這一年來，你經歷過什麼失望和後悔的事？
4. 有什麼是你覺得自己應該獲得肯定卻沒有的？
5. 過去這一年來，你最自豪的成就是什麼呢？
6. 有沒有哪兩個特定的課題，是一直重複出現的？
7. 你從過去這一年中，學到什麼重要的人生教訓？

二、從後悔中找出隱藏的機會回到上面的第三個問題，「過去這一年來，你經歷過什麼失望和後悔的事？」當最佳的改善機會出現時，後悔的感覺也會最強烈。所以不妨問問自己，你的悔恨是否揭露了新的機會？

三、嘗試練習感激感激不只是一種心情，也可以經由練習來獲得。下面這三種練習能幫助你

上手：以祈禱作為一天的開始和結束，對自身擁有的天賦表示感激、紀錄感恩日記。

《5 個步驟，讓計畫不再是空話》簡介

真實的人生本來就是多面向的。我們的生活絕不僅止於工作，還包括財富、情感、健康、興趣等十大領域。每一個領域都很重要，因為彼此會相互影響。如果你決心改善生活中的某些事情，表示都是至關緊要的事，那為何要留下那麼多願望不去實現？

你或許會想，我連一個目標都會半途放棄，怎麼可能設立好幾個計畫、完全達標呢？放心，這就是本書的目的。我們需要的不是縮減目標，而是一套適合的運作方法。

本書依據幾十年的實務經驗，讓你付出的心力發揮最大的效果。



出版社 / 遠流

▼ 露露的後臺化粧室，每晚收到一位不知名人士送來七十七朵豔麗的玫瑰花束。（網路截圖）



長篇連載之七十七

《寶枝》第十五章 — 亂世俗緣

■ 張祖詒

問世間，情為何物？有說：「直叫人生死相許」，也有說：「情到深處無怨尤」，另有說：「情欲縛人，猶似羅網」。不論怎樣的說法，情是感性的昇華，情的發生或消失，常非理性思維所能規範。

露露的名字，響遍上海，報紙和無線電臺佳評如潮，「七重天」劇場爆滿，座無虛席，歐陽經理當然視她為財神，奉若君后。揚子大飯店每日不速之客、記者、訪賓絡繹不絕，經理部門為安全著想，堅請露露搬到頂樓特大套房，免生保安意外。

露露的生活型態，隨之有了很大變化。富商巨賈、達官顯要不斷邀宴，盼能一親芳澤。新聞記者更是紛紛要求獨家專訪，讓她應接不

暇，難作取舍。於是決定聘請羅福成為經紀人，一切對外公共關係事務，概由羅福或負責處理，甚至上海灘上一些惡習陋規，也由這位永安小開應付，羅福或義不容辭，也樂意為之。因之，露露少了許多困擾，得以專注練唱。

可是二、三個月來，有一件事，雖對露露生活上並無干擾，卻讓她十分困惑，因為她的後臺化粧室，每晚收到一位不知名人士送來七十七朵豔麗的玫瑰花束，而且每天花朵，顏色有鮮紅、有粉紅、有嫩黃、有純白的，從未具名，問後臺管事人員，他們只知花店送來，不知贈花者是誰。因之露露非常好奇，這贈花者是何許人？七十七朵有何意義？每天不同顏色又是代表什麼？為何至今不曾具名？百思不解。跟羅福或討論，也只說上海灘

無奇不有。

終於有個夜晚，露露卸粧之後，正要起身回到揚子，卻在門口出現一位紳士，衣冠楚楚，迎面而來，極有禮貌地開口說道：

「露露小姐，能否賞光同去吃個宵夜？」

露露愕然看著對方，似曾相識，問道：

「你是……？」

對方立即回答：

「我姓魏，在露露小姐的慶功宴上有過一面之緣。由於對露露小姐的才藝出眾，萬分欽佩，所以每天送花表示敬意，請原諒我的唐突。現在露露小姐如果有空，很想和你談談聊聊。」

一邊看著手錶又說：

「午夜之前，一定送露露小姐回到揚子飯店。」

露露看他樣子誠誠懇懇，說話斯斯文文，心想既然曾經相識，必定是歐陽經理的朋友，情不可卻，只好答道：

「好吧，那就叨擾魏先生啦。」

兩人同乘電梯下到大樓門口，露露吩咐她的包車伏自行回去。魏的司機打開座車車門，請兩位入座後，主人交代司機開往靜安寺路「梅龍鎮」。座車啟動後，魏先生打開金色煙盒，取出 555 牌香菸，先遞給露露一枝說：

「請問露露小姐抽菸嗎？」

「謝謝，我不會抽菸。」露露答道。

「那我可以抽菸嗎？」魏先生又問。

「這我不便說。」露露為難地答道。

（待續）

12 公尺高法國機械巨龍 桃園燈會吸睛

燈會以「光之桃花源」為主題，由桃園特色地景埤塘發想，融合生肖主題，並以鼠年為首，象徵一元復始萬象更新。

■余柏青／輯

【桃園訊】「光之巨龍秀」高達 12 公尺！「2020 桃園燈會」將於 1/31（農曆一月初七）登場，活動一連 13 天，沿著中壢老街溪畔串連平鎮「新勢公園」及中壢「光明公園」，打造近 2 公里長的水岸燈廊。

燈會將分為平鎮區新勢公園「飛天曙（鼠）光燈區」、中壢區老街溪與河岸公園「銀河曙（鼠）光燈區」與中壢光明公園「大地曙（鼠）光燈區」等三大燈。

燈會中最受矚目的，莫過於全台獨家，首度來台，高 12 公尺法國機械巨龍馬戲雜耍團隊將「光之巨龍秀」，燈會的活動期間，在中壢老街溪天天演出，表演時間為每天晚間時刻 7 點、8 點、9 點等三場，每場演出 30 分鐘。

「2020 桃園燈會」以「光之桃花源」為主題，活動主視覺邀請國內百大工業設計師張漢寧來策展人，策展人由桃園特色地景

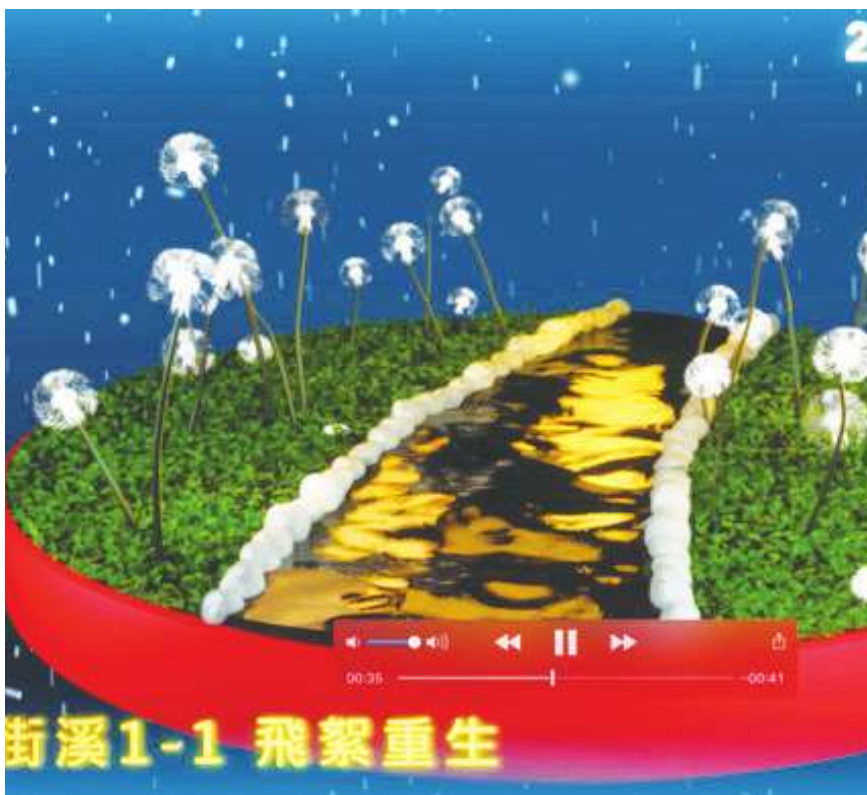


▲▼高 12 公尺法國機械巨龍馬戲雜耍團隊將「光之巨龍秀」，燈會的活動期間，在中壢老街溪天天演出。（桃園市政府提供）

「埤塘」發想，融合生肖主題，而主視覺圖像以鼠年為生肖之首，象徵一元復始萬象更新。

加上一年最初的曙光拉開序幕，透光曙光乍現落於桃園千塘之城閃耀的塘面，由成千上萬個埤塘折射出幻化繽紛的桃花林，建構出的桃花源象徵人們心中的淨土匯集夢想之地，每個埤塘都代表著來到桃園耕耘夢想的人們，在這座全台最年輕的桃園青春之都，都能在這裡循著光找到屬於自己的桃花源。

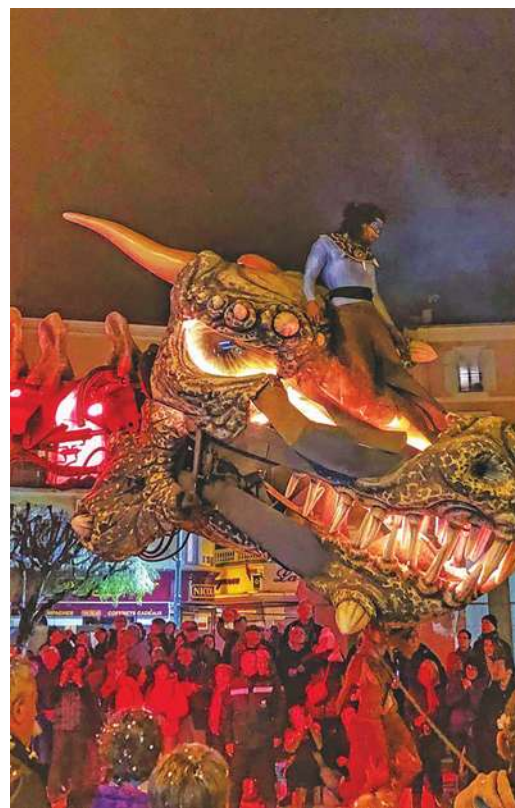
桃園燈會除將延續往年展示傳統紮燈技藝外，更將結合現代科技，以變化莫測的光影藝術新增燈會亮點及民眾互動，包括：光之天幕、光之森林、光之迷宮、光之飛航秀、光環境、光之雲彩、光之城



堡、光之花毯秀、光之鼠樂園、光之天使之翼與受矚目的光之巨龍。

另外活動期間，現場還有多場精采演出，包括：MANJAGO GROUP 非洲鼓舞團、法國紅磨坊賭城歌舞秀舞團、MRG 魔力奇幻馬戲家族、Ocean 海洋拉美騷莎樂團等國際級演出。

小朋友最矚目的小提燈是由國內傑出紙雕藝術家－洪新富老師，結合「桃園特色」及「吉祥祝福」意涵量身打造專屬小提燈，呼應今年「鼠」年生肖之首，首創 2 款造型——「錢鼠遊桃園」及「鼠來運轉」，讓民眾過年賞燈有雙份樂趣。



山林走春 種下屬於自己的櫻花樹超嗨

【宜蘭訊】春節賞櫻花，綻美報春來。今年櫻花有提早綻放之勢，包括宜蘭棲蘭山莊櫻花同樣開得早，而全台唯一擁有亞洲最大神木群聚落的度假勝地的馬告生態園區、棲蘭神木園、棲蘭山莊及明池山莊，都是春節好去處。

馬告生態園區位於大同鄉蘭陽溪上游，係中央山脈與雪山山脈的支會點，周圍山巒青翠，森林浴步道散步享受芬多精洗禮，到棲蘭山莊的「溫泉教育體驗館」還可體驗碳酸氫鈉泉美人湯的溫泉浸潤。

正值春節期間，業者推出多種入住及用餐方案，要讓旅客們住宿、泡湯、森林浴，此外為了響應生態保護，特別準備限量 1600 株櫻花樹苗給入住的房客，讓遊客享受守護大自然之感，並親自種下屬於自己的櫻花樹。

民眾喜愛在春節時刻走春，不妨走入亞洲最大檜木林場，欣賞如詩仙境般的生態美景以及亞洲



最大聚落的「馬告神木園」，進行一趟宜蘭深度生態旅遊，此地擁有近百棵千年以上的紅檜與台灣扁柏矗立，加上宜蘭氣候降雨頻繁、時常起霧，雲霧縹緲宛如奇幻仙境，令人讚嘆。

每棵神木根據樹齡巧妙的結合歷史以古代古聖先賢之名命名，如以孔子、唐太宗、陶淵明、歐陽修取名之神木，充滿巧思創

意，由專業的生態講師為您進行精彩的導覽，享受迷霧森林中芬多精。

旅人可入住棲蘭山莊或明池山莊再搭飯店提供的接駁車至馬告神木園區。

鮮少為人所知的是，棲蘭山莊的「溫泉教育體驗館」，溫泉水質屬於清澈透明，無色無味的碳酸氫鈉泉，俗稱美人湯。館內設

有男、女裸湯的大眾溫泉池，並有冷卻池、烤箱及梳妝區與休息區等相關設施，在這裡可以享受泡湯舒緩壓力與放鬆。

即將進入櫻花季了，瀾漫山間的雲霧襯托出山櫻花的艷麗，遠近呼應。即將落淨的楓葉，與雪白的梅花仍妝點著山林，民眾不妨至力麗馬告生態園區來場深度的生態旅遊。

▲即將進入櫻花季，棲蘭山莊瀾漫山間的雲霧襯托出山櫻花的艷麗，遠近呼應。（業者提供）

走春看板

台北 迎春節 搭雙層觀光巴士送大禮



【台北訊】為慶祝台北雙巴三週年慶，以及迎慶金鼠春節，即日起至 1 月 31 日，凡購買雙層觀光巴士 24 小時票券，就送圓山密道參觀券一張（藍線 M4 發車時間 09:40、10:30、11:20 有中英日韓導覽解說）或雙層觀光巴士迷你合金車一輛。

如果民眾購買 4 小時票券，送雙層觀光巴士紙模型一張。（見圖，台北市政府提供）

春節期間，歡迎各地民眾搭乘雙層觀光巴士，用不一樣的行式暢遊台北，可用另一種角度，來俯瞰台北市風光。

新北 搭乘淡海輕軌 行動支付暫免費

【新北訊】新北捷運公司表示，新的一年，淡海輕軌將朝智慧運輸的方向邁進，淡海輕軌行動支付正式上线。為推廣行動支付使用，即日起至 2 月 14 日前，民眾可使用 Line Pay Money 跟 MasterCard 信用卡（包含綁定 Apple Pay、Google Pay 與 Samsung Pay 等）免費搭乘淡海輕軌，使用行動支付搭輕

軌到家樂福、美麗新商城還享有折扣優惠，歡迎民眾在春節期間多加使用。（見圖，新北捷運公司提供）

新北捷運公司表示，淡海輕軌是雙北地區第一個在大眾運輸軌道系統導入行動支付的場域，更以公共運輸結合週邊商圈不斷點智慧生活圈為藍圖，規劃成為台灣第一個無現金場域。



澎湖 花海走春 竹編裝置藝術喜迎賓

【澎湖訊】新春歡喜迎賓，澎湖最美的花海強強滾，今年加入竹編裝置藝術更增添新氣象；縣府擬定新年新計畫，大面積復育「澎湖縣花」天人菊及闢建林蔭大道，打造繽紛綠油油的新澎湖之美。（見圖，澎湖縣政府提供）

2020 年是澎湖縣「文旅客年」，縣府再推綠美化升級版花園綠蔭，大面積復育栽

種天人菊景點、規畫 1 市 3 鄉林蔭大道、春節休憩園區賞花活動等，營造城市花園及市容景觀多樣化。

迎接新春新年到，澎湖花海率先打頭陣，今年澎湖休憩園區主打「幸福島嶼」新意象。

遠比台北大安森林公園大了 2.5 倍的 70 多公頃花海園區閃亮開幕登場，將再創參觀人數的新高潮。

