



今日天氣

北部 26°-34° 多雲陰陣雨

中部 26°-33° 多雲短陣雨

南部 26°-30° 陰陣雨

東部 26°-33° 多雲



2 韓移出名單 沒戴口罩開罰



4 以阿建交 美高官見證歷史



5 颶風勞拉侵襲 美油井關閉



7 疫情爆發 北美猶太人回歸



《今日靈修》

拖延心理學
拖延不是時間管理出了問題，而是內心的恐懼在搗蛋。拖延的情緒根源和內心的感受。聖經提醒我們趁著白日做工，黑夜將到就無法做工了。(11 版)

彰化萬人篩檢報告 27 日三方共同公布

針對外界對於彰化血清檢測遲不發表的質疑，台大公衛學院發布聲明宣布，將於 27 日與彰化縣、指揮中心共同發布報告。



▲ 台大公衛發布聲明宣布，血清檢測結果將於 27 日與彰化縣、指揮中心共同發布報告。(網路截圖)

【本報記者呂翔禾台北報導】「希望學術界能盡快取得共識，不要因為程序的小理由不公開報告！」台大公衛學系教授陳秀熙 26 日表示，彰化萬人篩檢報告是卡在同僚審查，希望可以透過較快的方式通過審查，甚至是「服務性質」可先公開。不過台大公衛學院隨後發布聲明宣布，將於 27 日與彰化縣、指揮中心共同發布報告。

27 日的彰化萬人抗原篩檢計畫的發布記者會將由計畫主持人、台大公衛學系教授詹長權、陳秀熙教授以及彰化縣衛生局局長葉彥伯，在台灣大學校友會館說明報告。發表會也邀請中央疫情指揮中心莊人祥發言人與台灣大學公共衛生學院鄭守夏院長到場。

基於公益儘速公開

台大公衛學院原訂 25 日公布彰化萬人篩檢報告但臨時喊卡。陳秀熙 26 日稍早接受聯訪時說，外界都很關心這次篩檢的結果，因此他與計畫主持人詹長權教授會儘速讓報告通過審查。他也向媒體透露，目前就是卡在同僚審查，他也希望學術界能對此報告儘早取得共識，不要過度拘泥於審查的形式。

「我也贊成指揮中心的表態。」陳秀熙說，在全球爆發疫情時，指揮中心就是台灣面對病毒最高的指揮機關，因此指揮中心的表態非常重要，而且這次的篩檢結果也能說明台灣為何至今沒有大規模社區感染。被媒體問到是否受到許多壓力？陳秀熙笑

說沒有，從 2 月開始抗疫的這段時間學習到很多經驗。

風險名單須定時調整

因此他希望這份報告可以基於「服務性質」儘速公開。隨後他在記者會上，分析目前的全球疫情指出，印度目前的疫情仍持續失控，而在經濟顧慮上，封鎖措施也很難有效，「可能只有疫苗可以拯救印度」。

另外他提醒民眾，歐洲因為旅遊重啟的關係又有群聚感染，因此旅遊時防疫措施也要持續做好。

「美國的疫情開始減緩，不過東歐的疫情有擴大的趨勢。」陳秀熙說，東歐民眾普遍防疫觀念較淡薄，即使做好防疫措施，但是因為沒有戴口罩、維持社交距

離，因此還是爆發疫情。而非洲國家雖然有做風險分級，但是許多在低風險的國家卻疫情嚴重，因此他也提醒政府，風險名單定期更新很重要。

另外他也強調疫苗的重要性，美國、英國與中國的發展速度是目前最快的。

不過他提醒，新冠病毒演化速度很快，從香港做的研究中發

現，病毒有許多不同的類型，甚至可能有流感化的病毒。陳秀熙說，病毒演化速度很快會是疫苗研發的挑戰。

育兒津貼不實際 提升托育品質為要

針對蔡英文總統育兒政策，托育政策催生聯盟召集人劉毓秀指出津貼治標不治本，改善托育品質才是正解。



▲ 台中市托育服務管理委員會王建雄委員認為，政策應著重在保障托育品質，讓家長能安心就職、以薪水支持家庭，同時促進社會就業率。(網路截圖)

【本報記者陳曉慈、呂翔禾台北聯合報導】望「育兒津貼治標不治本，改善托育品質才是主要。」立法院 26 日上午針對蔡英文總統「0-6 歲國家一起養」政策舉辦公聽會。托育政策催生聯盟召集人劉毓秀指出，津貼沒有達成催生效果。台中市托育服務管理委員會王建雄委員則表示，應將心力放在改善托育品質。衛福部次長李麗芬回應，會逐步調整準公共化的定價與管理。

育兒政策漏洞多

為鼓勵生育，蔡總統計劃將育兒津貼從每月 2500 提升至 5000 元，托育補助由 6000 提升至 7000 元。托育政策催生聯盟召集人劉毓秀表示，此舉拉平兩種補助差距，將使保母退出政府統一管理的準公制度。制度參與率低，政府就不能有效控制收費與

品質，而這樣與蔡總統「提升家外送托比率」的政策衝突。

此外，劉毓秀提到，社會及家庭署並未確實管制保母收費規範，導致補多少漲多少。雖然托育補助有 6000 元，家長實得卻只有 3000 元，金額根本不足以養 2 個小孩。劉毓秀認為，須讓家長實領 6000 元，才能有效幫助家長度過 0-2 歲育兒費用昂貴的關卡，進而解決低生育率的問題。

強化托育品質為要

「第 1 胎不用鼓勵，重點是鼓勵第 2 胎！」王建雄指出，家庭若有計畫生第 1 胎，生育計畫並不會因津貼補助而改變。政府應將重點放在鼓勵第 2 胎。而目前的金錢補貼，對家庭育兒幫助微薄，並沒有構成有效誘因。他認為，政策應著重在保障托育品質，讓家長能安心就職、以薪

水支持家庭，同時促進社會就業率。

中正大學社會福利系教授王舒芸分析，若要讓家長願意生養第 2 胎，國家需要保障女性就業。她指出，國家發給家長育兒津貼，不代表家長擁有自由選擇權，對低所得家庭來說不夠，高所得家庭也不需要，不如把經費用來補助公托，讓雙薪家庭有更多公托享受。

與會的李麗芬表示，會將「育兒津貼」與「托育補助」2 者競合可能產生的負面效果納入未來研議。

準公共化可規範托育品質，因此會調整其定價與管理功能。至於私托和保母是否會因差額縮減而退出，李麗芬認為，舊的留下來機會很高，反而要留意新進的服務單位，衛福會再研議是否需增加獎勵。



醒報請訂戶看電影！

《退休大贏家》

電影特映場

2020 年 09 月 01 日 (二)

晚上 09:00 真善美戲院

醒報訂戶寄 anntw.ad@gmail.com 註明手機、訂報地址即贈 2 張

社論

會計師、律師怠忽職守 多起弊案待追查

國內上市櫃公司最近狀況連連，從華映、大同到康友-KY、恩得利、東貝等公司，不是因為股東會亂鑽巧門，就是財務出現重大危機，公司重要負責人及高階主管失蹤，而被司法機關追究法律責任。

違背職業倫理道德

這些發生問題的公司會計師、律師，都未能善盡專業職責把關，怠忽職守，如此發展對台灣企業的信用及法制，乃至國家的形象，都將遭到懷疑，政府必須速謀對策，重建會計師及律師的專業倫理，以贏得

社會的信任。

台灣上市櫃公司屢次發生會計師查核簽證不實，欺騙投資人，律師並違背「律師倫理規範」，不當指導公司負責人鑽法律漏洞，侵害股東法益情事，充分顯示律師、會計師的專業及道德，都必須重新檢討，而且需要嚴格要求，以重新贏得社會的信任及尊重。

會計財務報表造假

康友-KY設籍在開曼群島，工廠及業務、公司管理都在中國，台灣只有一個簡單的辦公室，簽證會計師事務所是勤業

眾信，屬於台灣4大會計師事務所之一，長期以來，深受證券市場的信任，其會計師查核簽證的財務報告，在公開發行公司申請上市櫃時，確實比較容易得到主管機關的信任而過關，而一般投資人也較容易信任接受其會計報表。

現在康友-KY出事，連董事長、總經理、財務長都失蹤，財務報表被發現根本是假的，如果以第一季財報分析，康友帳上現金有25.058億元，成本衡量的可流動資產34.04億元，總負債才23.79億元，且每年每股稅後盈餘都在10元以上，結果竟然全部都是假帳，令人

不解的會計師怎麼會查核簽證認同這種財務報表？

律師帶頭知法犯法

其專業能力及職業道德當然受到質疑，而且因此造成國內外投資人22億元的損失，這樣的信任傷害，不止對證券市場不利，也同樣傷害國家形象。不止康友-KY的財報不實，華映、東貝、恩得利，都受質疑，企業負責人因此規避社會責任，甚至違法營私舞弊，當然不當。

至於大同公司股東會公司負責人任意侵奪股東合法的表決

權及提案權，引起軒然大波，據了解是出自公司律師的建議，全案受到投資人保護中心的質疑，甚至建議移送懲戒大同公司的律師，這也開創投保中心對嗆律師違背職業道德首例，律師亂出「奧步」破壞法紀及社會秩序，過去在股東會中屢見不鮮，可是從來沒有到如此無法無天的地步，難怪連律師後來都會被投資人提告。

專業形象打折扣

台灣如果連會計師及律師等專業人士，都會因為割捨不下審計費用或律師費，犧牲職業

倫理，將是國家社會嚴重的危機，因為從此會計師查核簽證的財務報表投資人、債權人、稅務機關或其他利害關係人不再信任，那國家的信用體系必將崩潰，不僅無法立足國際社會，也將嚴重影響國家經濟發展。

長久以來，律師、會計師都代表專業、正直的形象，深受社會的信任及尊重，如今墮壞至此，令人感慨，不容主管機關管會及法務部漠視，應從速徹底整頓其風紀及倫理秩序，絕對不容許傷害國家及人民。

韓國移出商務泡泡 8大場所需戴口罩

疫情中心指揮官陳時中宣佈，將韓國移出中低風險國家，恢復所有管制。另外，已授權各地方政府可自行對沒戴口罩進入8大場所的人開罰。



▲疫情中心指揮官陳時中26日表示，醫院等8大場所要戴口罩，已授權地方政府開罰。(photo by 施凱文/台灣醒報)

【本報記者施凱文台北報導】入台商務泡泡將移除韓國，未來進入賣場、醫院等8大場所務必戴口罩！疫情中心指揮官陳時中26日宣佈，因為韓國疫情日漸嚴重，將其移出中低風險國家，恢復所有管制。低風險國家則新增斯里蘭卡、諾魯、東帝汶與模里西斯。他也表示，已授權地方政府，即日起可對民眾沒戴口罩進入8大場所開罰。

沒戴口罩可開罰

中央疫情指揮中心26日舉辦例行記者會，指揮官陳時中表示：「首先跟大家宣佈，韓國近來確診病例不斷增加，疫情有上升的跡象，因此將從中低風險國家移除。」而8月24日從台灣到上海與26日入境菲律賓的女性都被檢出確診，陳時中表示，相關疫調及接觸者都已經開始調查。

他也說明，檢討整體防疫相

關方法後，認為居家檢疫及隔離的標準要更嚴謹。即日起，居家檢疫與居家隔離者有相關症狀外出就醫時，必須搭乘防疫計程車或救護車，他說：「需要外出就醫都需要透過衛生局安排到醫院就醫，相關作為已通知各地方政府。」

「出入8大場所必須戴口罩。」陳時中表示，已授權各地方政府可自行對沒戴口罩進入8大場所的人開罰。需戴口罩的8大場所為賣場市集、娛樂場所、大型活動、教育場所、宗教禮拜場所、醫療院所及競賽表演場所。

減縮檢疫旅館量能

對於捷克代表團來台參訪，陳時中表示，指揮中心跟外交部都對相關路徑及廁所規定都先規劃過，防疫醫師也進行相關訓練。而拜訪民間的行程中有2家公司場地比較小，目前正在場勘，如

果不適合就會取消。

陳時中也表示，已請消費者相關單位去了解檢疫旅館的漲價問題，先前是經過跟地方政府討論，才決定緊縮旅館開放數量，

以分區獨層、獨棟為主，「也會請地方盡量媒合一般旅館成為防疫旅館，如果不夠的話會開放集中檢疫所。」

安心旅遊再加碼？ 蘇揆：未給肯定答覆

【本報記者呂翔禾台北報導】安心旅遊補助將結束，行政院長蘇貞昌將請主計總處評估是否要延續政策。蘇貞昌26日參加活動受訪時表示，目前振興券、國旅補助都出現效果，但可能還有產業未能走出險境，因此會請主計總處評量相關政策是否能延續。

預算須依輕重撥給

被問到安心旅遊補助將用完，是否還會再加碼？蘇貞昌回說，政府當初管制考照、推行振興券與補助都被罵，可是現在效果都已陸續浮現，而這些恢復比較多的產業，在預算用完後是否還要再加碼需要以輕重緩急評估，他會請主計總處、相關部會進行討論。原本立法院要針對紓困3.0進行2次臨時會但取消，被問到相關規劃，蘇貞昌也希望立法院在接下來的會期儘速通過預算審查。他提到，目前振興經濟發揮

功效，零售業、百貨業比起去年同期反而逆勢成長，但還有些產業仍因外國疫情延續，尚未走出困境，希望能將紓困預算進行最有效的運用。

對外須展現決心

「中央與地方需要一起合作，完成重大建設。」面對桃園機場第3跑道預計將於2025年完工，被外界質疑替自己或桃園市長鄭文燦的政治生涯鋪路，蘇貞昌澄清，以桃機第3航廈為例，政府排除萬難找到國際廠商投標，跑道也是一樣的情況，感謝鄭文燦與中央一起解決難題，並沒有多做考量。

面對外界期待已久的政府組織改造，蘇貞昌僅表示，政府組織會與時俱進，所有的政府組織應該怎樣做比較好，都一直在盤點，未來如果過各方面研擬，大家有一致意見後，自然會送請立法院同意。

台美建構 5G 合作 鄺英傑肯定台灣資安

【本報記者呂翔禾台北報導】

「透過台美5G合作架構，加入美國『乾淨5G』倡議，讓國人享有更安全的5G軟硬體！」外交部長吳釗燮、AIT主席鄺英傑26日共同簽訂「台美5G共同宣言」，鄺英傑說，台灣在資安保護上做得很好，無論軟硬體都排除如華為、中興等具有風險的公司。吳釗燮表示，此次的合作也是向國際展現台灣是可信賴的5G好夥伴。

加入美國資安體系

鄺英傑說，很高興能夠與台灣一起在5G、資安進行合作。無論是智慧醫療、科技研發、智慧城市與運輸、資通訊產業，都需要5G科技的應用，人類的生活已逐漸無法與5G分開，因此歐盟、北約等國也在去年制定《布拉格規範》，希望確保使用5G的安全。



▲外交部長吳釗燮(左起)26日與AIT處長鄺英傑、NCC主委陳耀祥簽訂「台美5G共同宣言」，宣示台灣與美國在資安、5G科技上更深入的合作。(Photo by 呂翔禾/台灣醒報)

「台美關係是『真朋友、真進展』！」他提到，美國國務卿龐培歐近來也拋出「乾淨5G使用」的倡議，意即在發展5G科技時，

不可以使用會有資安風險、技術剽竊風險高的產品，例如華為、中興等。台灣也確實做到這些要求，這讓台灣與美國公司可以有

更好的合作與交流。

留意非傳統威脅

鄺英傑也提醒，雖然先前台美之間有許多軍購交流，不過同樣重要的還有非傳統威脅，如天然災害、資安危機等，希望透過合作有更進一步的發展。吳釗燮也說，蔡總統就職演說提到6大戰略產業中，確保5G與資安是非常重要的事，台灣也將響應《布拉格規範》，確保5G供應鏈安全，讓國際信賴台灣的5G。

吳釗燮指出，未來5G合作架構簽訂後，台美之間的5G交流將會制度化，希望與美國共同推動資安上的合作。NCC主委陳耀祥則表示，5G軟硬體是非常重要的國家基礎建設，NCC在釋出5G頻譜與執照時，也要求業者管理時需納速資安管理，確保電信安全與消費者權益。



▲安心旅遊補助經費是否加碼，行政院長蘇貞昌(右)表示，這都是人民血汗錢，應該花在刀口上，會請相關部會好好評量。(中央社)

自駕巴士組國家隊 林佳龍：首重安全

自駕巴士將成為長者及偏鄉服務利器，以整合應用進軍世界為目標，交通部長林佳龍強調，安全是研發的大前提。



▲ 凱勝嘉義新廠啟用 電動車國家隊成形。(圖凱勝綠能提供)

△交通部長林佳龍表示，自駕巴士將成為長者及偏鄉服務利器，以整合應用進軍世界為目標，並強調安全是研發的大前提。(photo by 祝潤霖／台灣醒報)

【本報記者祝潤霖台北報導】「自駕車有國家隊，自駕巴士也要促成『AB Team』，進軍世界！」交通部長林佳龍 26 日出席「自駕巴士策略發展國際論壇」表示，隨著人口高齡化及都市化，自駕巴士（自駕車公共汽車）將成為長者及偏鄉服務利器，以整合應用進軍世界為目標，並強調「安全」、讓民眾放心是研發的大前提。

無人載具跨部合作

「無人載具的創新實驗要發展成運輸產業，需要行政院指導跨部會合作。」林佳龍指出，自駕車是未來世代運輸系統新典範，結合軟硬體、5G 與 AIOT(人工智慧物聯網)，也涉及到台灣 ICT 資通訊產業的供應。台灣目前算是練兵場域，但由於半導體在國際表現亮眼，有機會在世界立

足；科技防疫國家隊也致力於資通訊設備與大數據，同樣能成為自駕車研發基礎。

林佳龍強調，沒有數據、光有設備也沒辦法做到智慧運輸，當前人口密集都市化愈來愈嚴重，正走向全球化的 M 型社會，交通牽涉到行的正義，絕對不能只看大都會，偏鄉的交通人權保障也非常重要，全球人口趨勢第一就是高齡化，台灣每 5 人就有 1 位是高齡者；第二是都市化，非都市化地區交通將面臨很大考驗。

打造創新實驗基地

「自駕車的範圍很廣，我們不能太撈過界（眾笑），但自駕巴士交通部責無旁貸。」林佳龍說，交通部認為自駕車對興利、造福社會都很重要，將陸續展開自駕巴士實驗場域，台北市信義路預計 9 月開放一般民眾試乘，《無人載具創新實驗條例》前年已經公布，109 年起也開始發放

實驗牌照，讓自駕試乘能落地上路。

林佳龍說，政府選擇新北市淡海新市鎮打造創新實驗基地，也歡迎 5G、AI 等跨領域加入，打造智慧移動生態系，創新體系要從中央到地方，從政策面到具體產業。其中安全當然得擺在第一順位，對自駕車營運可能衍生的問題，都將超前部署深入探討，包括保險等配套，除了加速自駕車應用，更要創造讓民眾安全無虞的上路環境。

「要促成 AB Team 自駕巴士國家隊，大家來競合，政府要創造研發環境。」林佳龍指出，他 2019 年參加科技產業會報，挑選了 10 項交通相關的列入交通科技白皮書，深感受把產業當作重要業務，建立 KPI，政府角色在於創造創新投資環境，產學研都有可以打世界盃的國家隊，目的是為了進軍世界，不是在國內左手打右手。

自駕巴士商轉接地氣 重視民眾參與回饋

【本報記者祝潤霖台北報導】「AV 自動駕駛、EV 電動車及車聯網概念成形後，接下來就要思考共享經濟與商業營運模式！」中華智慧運輸協會理事長張永昌 26 日在自駕巴士策略發展國際論壇指出，自駕巴士要切入接地氣的服務來開發生態系；副理事長張學孔則強調，必須不斷透過公眾參與，自駕巴士服務才會成長更快。

用商轉升級自駕巴士

「交通服務化的時代，要推動個人化的行動服務，再來就是

產業化！」張永昌指出，當進入共享服務的時代後，未來可能會創造出新的產業，除了興利、興國，還會對國外輸出產業，從而達到國家級的數位轉型，國家隊要集結各方面的能量，找出營運的需求與痛點，「RD 已經不是重點，未來要透過 BD 商轉來升級！」

「當我昨天在信義路試乘自駕巴士時，感覺想像已經落地了。」KPMG 安侯企管主席于紀隆認為，自駕車有許多共同元件必須整合，包括雷達、高清地圖等，才能確保運送過程的安全舒

適，代表產官學研共同投入才能完整生態系，台灣政策法規上的評價較高，所以能擠身世界研發的前段班，未來仍須注意風險控管。

重視民眾接受程度

「全球每年 130 萬人車禍死亡、5,000 萬人受傷，台灣每年 2,800 人車禍死亡、42 萬人受傷，這是國安問題。」台大土木工程教授張學孔說，自駕車不只帶來交通安全，還可以降低噪音、廢氣排放等汙染；但如果自駕車沒有共享，也許會帶來 160% 的負

面影響。此外像美國也曾發生自駕車緊急剎車，造成婦人受傷送醫，要了解意外發生原因才能繼續測試。

「民眾的接受程度非常重要，在推動過程中需要更多互動及意見回饋。」張學孔強調，未來發展方向首先是示範場域，不只智慧城市、還要以智慧國家為目標，希望成立「ACE_S」平台，整合自駕、連線、電動車等概念，達成共享運輸服務。電動車政策與自駕巴士政策應該整合，如何把資源放在自駕巴士的推動，值得思考。

台中勞工薪資偏低 幸福職場有缺憾

【本報特派員劉東泉台中報導】台中市勞工局將舉辦 109 年度幸福職場評選，但台中市勞工在六都中的平均薪資偏低，勞工只能苦中作樂，不易有太高幸福感。對此，勞工局長吳威志表示，來年會朝推動提高勞工平均薪資努力。今年因為遇到新冠肺炎疫情攪局，他雖曾提出建議案，但受疫情影響，暫難以實施。

勞工局 26 日舉辦「幸福職場」評選活動說明記者會，針對和諧勞資關係、健康職場環境、友善勞動制度、共融無礙環境、永續職涯發展等指標進行評選。吳威志表示，除了歡迎一般企業報名，也歡迎企業集團一起參與。獲獎企業區分三級，分別為五星、四星及三星獎。9 月 25 日截止報名，11 月公布評選結果。對勞工而言，偏低的薪資待遇恐難有較高幸福感。醫院與半公務（軍方）的法人研究機構通常

是薪資較高的行業，但就一般民間企業的勞工而言，台中市勞工薪資常年居六都之末。依勞動部勞工保險局統計，至 109 年 6 月，台中平均提繳的工資水準約 3 萬 4 千餘元，今年仍居六都之末。

吳威志表示，勞工局曾於今年度，在勞動部勞動力發展署中彰投分署舉辦的中彰投勞動力發展策進諮詢會議中提案，針對如何提升中彰投地區勞工薪資，提升研究與建議事項，希望以具體可行方案提升中部地區勞工薪資。不過會中因有委員提出「今年疫情不宜啟動調高或過度補助薪資」，只能先行立案研究。不過，吳威志期望，待疫情趨緩、經濟復甦後，明年或後年能推動提升中部勞工薪資的具體方案；如請勞動部考慮，能以各項投資金額為指標，依投資愈多的地區，對勞工薪資補貼或獎勵應有一定比例的加碼。如此才能有效提升台中勞工薪資。



▲ 勞工局長吳威志極力推動幸福職場，但台中勞工薪資偏低，職場幸福感尚缺一角。(photo by 劉東泉／台灣醒報)

鴻儒集

從螞蟥金服上市 看台灣新創產業悲歌

白丁
(退休教師)

中國阿里巴巴集團下的獨角獸公司螞蟥金服將於今年十一長假前後，在上海及香港兩地，申請 A + H 股上市，預估市值高達 2250 億美元，成為全球最大的首次公開募股 (IPO) 企業，反觀台灣除了半導體產業之外，並無新創產業成功的案例，令人遺憾。

台灣沒有獨角獸

據統計，全球有 586 家獨角獸，分佈在 29 個國家，145 個城市，這些公司平均成立 9 年，80% 提供軟體服務業，60% 服務消費者，只有 5% 屬於傳統行業。北京有 93 家居首，舊金山 68 家居次，上海 47 家第三。全球 10 大獨角獸 6 隻來自中國，3 隻在美國，倫敦 1 隻。台灣連一隻都獨角獸都

沒有，政府高喊的改革創新，根本淪為口號，拿不出具體成績。

金融科技是獨角獸最大的亮點，問題是台灣政府不做金融改革，也不積極發展資訊軟體產業，更沒有創新思考，以資訊軟體上市櫃公司為例，總市值不過 1200 億元，如何撐起新創產業發展的需要？

近年在台灣新上市櫃公司，資本額大多連 50 億元新台幣都不到，遑論指望達到獨角獸最低門檻 10 億美元（約 300 億元新台幣）。

中國金融科技龍頭

螞蟥金服是以金融科技起家，今年 3 月宣布轉型，但是強調科技是公司的核心，如今螞蟥集團旗下的業務包括支付寶、支付寶錢包、餘額寶、招財寶、螞蟥小貸、網商銀行等，

第三季利潤達 13 億美元。中國大陸最近力倡大型科技公司留在國內上市，不要到海外掛牌，螞蟥金服現在是互聯網科技金融的龍頭，當然響應政府的號召。

其最大核心的資產是支付寶，擁有全球超過 10 億用戶，主要獲利來源是結算、天弘基金、花唄、借唄等金融業務。螞蟥金服挑戰傳統銀行，馬雲曾說：「如果銀行不改，那我就改變銀行」。

螞蟥金服絕對搶食了銀行口中的乳酪，形成傳統金融界不敢忽視的勁敵。

數位貨幣研發

不止如此，今年 8 月 5 日，中國數位四大銀行透露，目前正在深圳等地大規模測試數字貨幣 APP，部分大行內部員工已經開始使用，可以轉帳、繳

費，為數字貨幣開創新局，也是金融科技重大發展，目的是因應螞蟥金服的挑戰。

中國央行一直在研發數位貨幣，以區塊鏈有效規範人民幣結算業務，動機當然含有與美元分庭抗禮的準備，除了安全性更高，增加存款收益，同時提供未來金融業發展的需要。而台灣的央行，卻連新台幣數位化、區塊鏈發展，完全不做突破性思考及研究，固步自封。

台灣缺乏改革創新

看螞蟥金服準備上市，值得政府思考，為什麼對岸改革創新的能力，遠遠超過台灣，不僅金融科技、資訊軟體、證券市場、支付結算、央行數位貨幣區塊鏈、新創產業、金融業，台灣都瞠乎其後，真令人擔憂。

▼ 美國總統川普宣布以色列與阿拉伯聯合酋長國之間達成和平協議，將派女婿庫許納去阿聯酋見證以色列、阿國建交。（白宮新聞照片）



以、阿歷史性建交 美高官前往見證

以色列、阿聯酋即將建交，而白宮資深顧問、川普女婿庫許納與美國國安顧問歐布萊恩等人也將陪同前往，見證歷史性的一刻。

【本報記者呂翔禾台北報導】以色列、阿聯酋將在川普女婿庫許納的見證下正式建交！以色列總理納坦雅胡26日宣布，以國外交使節在與美國中東特使庫許納將於下周共同前往阿聯酋，完成以、阿建交的正式流程。以、阿雙方在美國的中東和平計畫運作下，破天荒外交關係正常化，開啟阿拉伯國家與以色列和解的歷史性進程。

美國見證雙方和解

根據《半島電視台》報導，納坦雅胡25日宣布，以國將由國安顧問本-沙巴下週

率隊前往阿聯酋簽約，這次的簽約班機也將會是兩國近來第一次的商業航班首飛，而白宮資深顧問、川普女婿庫許納與美國國安顧問歐布萊恩等人也將陪同前往，見證中東歷史性的一刻。美國在中東推動和平計畫，這項計畫中容許以色列在約旦河西岸、加薩走廊等地進行屯墾，引發巴勒斯坦不滿，認為這項計畫是對阿拉伯國家的背叛，近日以、阿建交也讓巴勒斯坦從政府到基地組織表達不滿，讓以、



巴近日也在加薩走廊交火，以國海軍更封鎖了加薩走廊海岸、並對該區斷電。

國防計畫仍敏感

《以色列時報》提到，美國外交團隊將先飛抵以色列首都特拉維夫後，再與以國官員飛往阿布達比。以、阿的正常化除了外交之外，也會在觀光、貿易、財政與健保、能源等方面逐漸解禁交流。以國總理納坦雅胡說，這是歷史性的一刻，將會讓以色列的經濟有更多成長的動能。

雙方的國防部長也在近日進行首次官方通話，不過阿聯酋是目前除了約旦與埃及以外，中東唯3願意與以國交往的阿拉伯國家。

另外根據《CNBC》報導，看似情勢大好的中東和平計畫還有變數，川普總統上周宣布，需要再審查美國對阿聯酋軍售先進戰機F-35的軍購案，據傳是因為以國反對美國對阿拉伯國家軍售太多，美國前大使雪曼也分析，美國國會的挺猶力量會對此非常有意見。



希、土資源糾紛升溫 德外長籲冷靜

【本報記者呂翔禾綜合報導】德國外長馬斯警告，若希臘與土耳其在愛琴海的衝突無法解決，恐爆發全面性戰爭！希臘、土耳其近來因為天然氣探採問題造成對峙，雙方堅持衝突海域為各自的經濟海域，甚至派出軍艦相互對峙，局勢一觸即發。馬斯公開呼籲，雙方仍有對話的可能性，不要意氣用事，屆時擦槍走火，恐爆發全面性的戰爭。

德國外長沉重警告

根據《半島電視台》報導，德國外長馬斯近日前往2國，希望能為雙方的衝突進行斡旋，但是經過多天努力後，仍無法獲得任何一方給出具體的承諾，因此他於25日表示，希望雙方可以好好坐下來談，不要用軍事手段解決爭端，他說在跟雙方溝通時，還是有看到對話的可能性。《德國之聲》提到，希臘、

土耳其近日因為2國重疊海域的油氣鑽探引發衝突。希臘堅持土耳其的探勘井已經進入希臘的大陸棚，只有希臘可以在此開採石油與天然氣。除了希臘以外，土耳其的探勘船也進入地中海島國賽普勒斯的專屬經濟海域，也讓塞國不滿。

開戰結果無法想像

「現在地中海的緊張局勢就像是在玩火！」馬斯受訪時說，任何一點的擦槍走火都有可能引發大規模戰爭，希臘、土耳其都是北約國家，他不希望共同防禦體系的夥伴之間發生衝突，這對雙方都沒有好處。雖然德國與歐盟夥伴都願意支持希臘，不過希、土雙方一定要進行對話。不過土耳其外長恰武什奧盧25日也表態說，希望希臘可以放棄對土耳其「極限施壓」的策略，讓雙方不設任何前提的對話基礎，土耳其



▲ 德國外長馬斯呼籲希、土雙方在海域資源探勘的紛爭上冷靜，不要輕易開戰。（Photo by on Flickr under C.C License）

政府也希望歐盟可以扮演「誠實、客觀」的調解者。但希臘外長丹迪亞斯指控土耳其是想在愛琴海實施「新奧圖曼主義」，持續對希臘侵門踏戶。福坦莫大學法學院國際海洋法教授貝南認為，雙方開

戰的可能性逐漸上升，如果因此造成大規模衝突，對於周遭國家與2國的經濟都會造成倒退。他用以色列、阿聯酋外交正常化的例子提醒雙方，即使過去恩怨再多，也還是有和解的可能。

白俄總統打壓異己 反對派已判監禁

【本報記者許雅筑綜合報導】白俄羅斯選舉動亂延燒，兩名反對派重要人士遭政府逮捕監禁。面對大選後連日的抗議暴動，白俄羅斯總統盧卡申科申明，將會嚴厲打擊反對派人士，隨即在24日逮捕反對派人士成立的協調委員會（Coordination Council）中2名重要人物，並於25日判處監禁。

重要人物遭監禁

根據《英國廣播公司》與《路透社》報導，白俄羅斯9日的選舉中，官方宣布盧卡申科獲得近8成的選票當選連任。不過人民卻強烈懷疑盧卡申科作票，在首都明斯克進行一波接著一波的抗議行動。反對派人士成立協調委員會，希望監督政權和平轉移。

不過協調委員會兩名重要人物瓦爾柯娃（Olga Kovaleva）與迪列夫斯基（Sergei Dylevsky）卻於24日被捕，並在25日遭判監禁10日。瓦爾柯娃是反對黨候選人季哈諾夫斯卡婭（Svetlana Tikhonovskaya）在白俄羅斯的代表，而迪列夫斯基則是在明斯克輪式曳引機工廠（Minsk Wheel Tractor Plant）把盧卡申科嘔下台那場抗議的領袖。

除了上述兩位人物以外，同樣也是協調委員會成員的前藝術部長與外交



官拉圖什科（Pavel Latushko）被審問了超過3小時，另一位成員諾貝爾得主亞歷塞維奇（Svetlana Alexievich）則於26日被找去問話。另外還有20名Grodno Azot化學工廠員工遭到扣留。

多名反對派受害者

兩名反對派重要人物被判坐牢後，抗議者回到明斯克獨立廣場對這樣的判決表達抗議。至於遠在立陶宛的反對黨候選人季哈諾夫斯卡婭，則發布影片向歐洲議會表示，抗議者被「非法扣留、監禁、毆打」，且至少有6人在抗議過程中死亡、幾十人失蹤，即便官方數據只顯示3人死亡。

許雅筑／製表

白俄羅斯小檔案



位置圖 (photo by TUBS, CC BY-SA 3.0, from Wikimedia)

國土面積	207,600平方公里
人口	約950萬人(2019年)
立國日期	1991年8月25日從蘇聯獨立 同年9月19日改稱「白俄羅斯共和國」。
政府體制	總統制

波赫戰爭罪犯上訴 不認種族清洗罪名

【本報記者宋秉謙綜合報導】被稱為「波赫戰爭大屠夫」的塞族將軍穆拉迪奇不認種族清洗罪名，將出席海牙國際法庭發言替自己辯護。曾任塞族共和國將軍的穆拉迪奇是1990年代波赫戰爭的參與者，1995年他為了復仇，對波士尼亞族人進行種族清洗，至少屠殺7000多名波族男人，是二戰後歐洲最可怕的暴行。穆拉迪奇隨後於2017年被國際法庭裁定終身監禁，這是他最後一次替自己上訴的機會。

惡名昭彰塞族將軍

根據《英國廣播公司》報導，現年78歲的前塞族共和國將軍穆拉迪奇於17年被前南斯拉夫國際戰爭法庭定罪，判處終身監禁，而他始終不認自己的種族屠殺罪名，打算在荷蘭時間26日出席海牙國際法庭發言10分鐘，這次發言是他最後一次為自己終身監禁上訴的機會。

穆拉迪奇是1990年代波赫戰爭中，最為惡名昭彰的將軍。回顧波赫戰爭之初，是因克羅埃西亞戰爭為開頭，由於克羅埃西亞人尋求獨立的心引發波士尼亞人共鳴，在1992年波族人通過獨立公投，但受到多數塞爾維亞人抵制，在波赫獨立後，塞爾維亞人議會宣布塞族共和國獨立，隨後加入內戰，當時波士尼亞人處境相當艱難，而穆拉迪奇就是當時擔任塞族共和國的高級將軍，前往參戰，他也相當痛恨波族人。

1995年戰爭尾端，由於波族人攻擊部分塞族居民，當地又獲得聯合國維和部隊的安全庇護，讓穆拉迪奇相當不

滿，出自於報復心理，他下令屠殺斯雷布雷尼查地區，最終殺害7千多名波族男人，凌辱女性，這也被稱之為二戰之後歐洲最惡劣的暴行，下令的穆拉迪奇也被稱為波赫戰爭的屠夫。

波、塞之間的隔閡

隨後，穆拉迪奇在波赫戰爭結束後努力躲避，終於在2011年落網，12年被送上前南斯拉夫國際刑事法庭，17年被定罪終身監禁，罪名包含種族清洗、戰爭罪，及危害人類罪。而穆拉迪奇的大屠殺也造成波士尼亞人與塞爾維亞人之間，無法撫平的隔閡。

波族人視他為窮凶極惡的分子，部分塞族人視他為英雄，即便時至今日，歐洲足壇上仍有塞國球隊（貝爾格勒紅星等）支持者會替他唱讚歌，而受到歐洲足總以種族主義問題調查，穆拉迪奇對波赫地區影響深遠。



▲ 波赫戰爭屠夫、塞族凶狠的將軍穆拉迪奇仍要持續，不服國際刑事法庭對他判處的終身監禁一案。（photo from Wikimedia）

▼ 熱帶颶風勞拉破壞力十足，沿途在加勒比海島國與美國墨西哥灣沿岸造成經濟、民生的綜合損失（圖示為德州南岸當前狀態）。(photo from Youtube 影片截圖)



颶風勞拉威力驚人 美油井緊急關閉

【本報記者宋秉謙綜合報導】熱帶颶風「勞拉」橫掃北美洲與加勒比海，在經濟、民生上造成巨大破壞。颶風勞拉繼日前侵襲加勒比海，造成海地、多明尼加等國人民死亡、古巴為此撤離超過31萬人，26日登陸美國墨西哥灣後，威力更升級，近乎逼近15年前颶風卡崔娜的等級，導致美國原油生產商趕緊關閉油井，沿岸減產量達84%，當日油價指標也創下今年3月初疫情以來的最高收盤價。

侵襲加勒比、美國南岸

根據《路透社》報導，熱帶颶風勞拉日前通過加勒比

熱帶颶風勞拉破壞力十足，先後侵襲加勒比海島國與美國墨西哥灣地區，威力驚人，導致美國原油生產商趕緊關閉油井，沿岸減產量達84%。

海地區，造成大量破壞，海地、多明尼加等國都有傳出人民喪命，據海地民防部門25日更新的數據，該國約有450房子遭毀，南部主要幹道處於中斷，目前發現20多人的遺體，而古巴則是連夜撤離31.6萬人民，該國相當仰賴的香蕉種植場和農場都被毀。

一路造成加勒比海地區的民生損失後，颶風勞拉隨後向美國前去，26日登陸美國

墨西哥灣沿岸，《CBS新聞網》報導，預計勞拉會升級成3級颶風，將在美國時間26日晚間襲擊路易斯安那州和德州，目前該州已撤離50多萬名住戶，NHC報告認為最強風速或達每小時115英里（與之對比，2005年卡崔娜颶風最高是時速175英里）。

迅速關閉油井

但在尚未登陸美國本土時，勞拉就已讓美國經濟「嚇

破膽」。據另一篇《路透社》報導，美國原油生產商26日就提前關閉310座沿岸鑽油井設施，打算停掉每天156萬桶的原油產量，這已達到墨西哥灣的84%產量，幾乎接近當年卡崔娜颶風的等級（90%停產）。

而颶風即將襲擊的德州、路易斯安那州又是煉油主要地區，直接影響到國際油價的行情，布蘭特原油期貨上漲1.6%、美國原油(WTI)上漲1.7%，2項原油指標都刷新3月初疫情以來的最高收盤價，說明國際原油市場也對勞拉的破壞力感到擔憂，怕生產鏈出現產量不足的情況。

對抗疫情不出門 南韓自發性宅家

【本報記者臧品安綜合報導】對抗疫情不出門，在家看劇、栽種花草，南韓民眾發起宅在家運動。南韓新冠疫情再度升溫，導致愈來愈多人選擇待在家裡打發時光，並在網路上發起鼓勵民眾待在室內的「居家挑戰」(stayhomechallenge)，韓流明星IU也響應了這項活動。

根據《韓聯社》報導，韓國自23日起，全國進入社交距離限制措施第二階段。面對新冠疫情造成的大規模恐慌，愈來愈多人選擇待在家中，及尋找屬於自己在室內打發時間的方式，並在網路上發起居家挑戰，鼓勵民眾儘可能待在室內。

部分民眾及名人們透過社群媒體上傳他們室內活動的照片，來宣傳居家挑戰的理念，也透過貼文來鼓勵其他人待在家中，並分享有創意、聰明的方式打發時間，其中包含在影視串流上看他們喜愛的戲劇和在家種植花花草草，甚至還有人上傳取消出遊的貼文。

根據《allkpop》報導，韓流明星、創作歌手IU也在8月22日於個人Instagram限時動態上詢問粉絲：「誰想要在今天、明天、週末進行居家挑戰？」IU自社交隔離措施實施以來，一直在YouTube上經營個人頻道「IU的宅家Signal」，提供粉絲在線觀看內容。網友們猜測，她是想鼓勵粉絲保持社交距離。



韓流明星、創作歌手IU自社交隔離措施以來，一直在YouTube上經營個人頻道「IU的宅家Signal」。(photo by Youtube 影片截圖)

戴口罩可減少確診 疫情不擴散救經濟

【本報記者陳是祈綜合報導】戴口罩不只能防疫，還可以省錢。歷經約6個月的居家禁足令，全球經濟損失慘重，對已開發國家傷害尤其大，GDP總計下降了10%。而高盛銀行分析，若民眾能更有意識的戴口罩，將可減少確診病例發生，減緩疫情擴散，需要封城的地區及隔離的人口減少，經濟活動才能夠正常運轉，避免經濟損失。

人們近期戴口罩的自覺和意識，因此傳染速度可以減緩，若大部分人都乖乖戴口罩，或許可以「省錢」，避免因封城帶來的經濟損失。

《經濟學人》分析，2020上半年各國為了防疫，祭出封城、居家隔離令，導致商家無法營業，經濟大受創，尤其是富裕的已開發國家更是損失慘重。然而，民眾陸續開始戴口罩，知道如何防疫，或許可以減緩病毒傳播，同時讓經濟活動能夠正常運轉。

高盛銀行統計，只要15%的人戴口罩，就可以使每天的確診病例少1%，

當然需要封城或居家令等激烈措施的機會，也會少5%。再進一步分析，以美國為例，一個人戴口罩，將可以幫美國「省下」56.14美金的GDP損失，因此越多人戴口罩，累積起來可以避免龐大的經濟損失。

Power Technology分析，越多人戴口罩，雖然不會奇蹟似地讓病毒消失，卻是與病毒生存同時讓經濟活動能正常運轉的最好辦法，因此也呼籲各國政府和公衛單位，應該要加強宣導戴口罩以及勤洗手、勤消毒等措施。

《經濟學人》也建議，除了柔性勸導，應該要將戴口罩與否嚴肅看待，甚至使用罰則，就像對待超速駕駛一樣，例如在英國，若顧客進入超市消費不戴口罩，最多可以罰到3200英鎊（約4200美金）。另外，政府也可以善加管理口罩庫存，讓民眾有足夠的量可以使用，不必搶破頭或大排長龍，如台灣和土耳其，都有針對口罩的分配管理制度。



數據顯示，好好戴口罩，是最能避免經濟損失的好方法。(Photo by Zach Vesselson Unsplash)

英雞隻染病遭撲殺 素食主義時興

【本報記者施凱文綜合報導】英國6000萬雞隻因染病遭撲殺，民眾漸不吃肉，發起素食主義運動！世界農業組織政策顧問史蒂文森說，「英國的家禽正活在非常惡劣的環境中，且已成為常態。」歐盟則提出警告，以氣清洗的雞肉會對兒童造成健康危害，種種情況也讓英國許多意見領袖開始推廣素食主義運動。

6100萬雞隻不合格

據《衛報》報導，英格蘭與威爾斯近3年有超過6100萬隻家禽遭到撲殺，原因為無法通過食品安全局的衛生標準。

其中肉雞被撲殺最多，有5900萬，超過3900萬隻更因染病，在第一時間就遭到衛生局警告。「這數字顯示了英國的家禽正活在非常惡劣的環境中，且已成為常態。」世界農業組織政策顧問史蒂文森說，英國多數屠宰場的



肉雞、火雞和鴨都擠在同一個地方，在生活壓力大及衛生條件差的環境下，使牠們容易染病。

2018年歐盟也曾針對市面上販售的雞隻進行調查，發現多數雞隻都不合格。英國先前與美國進行貿易磋商，其中一樣即為雞肉貿易。歐盟則警告，英國的雞肉大部份以氣清洗，會有健康風險，尤其對兒童非常不利。上述

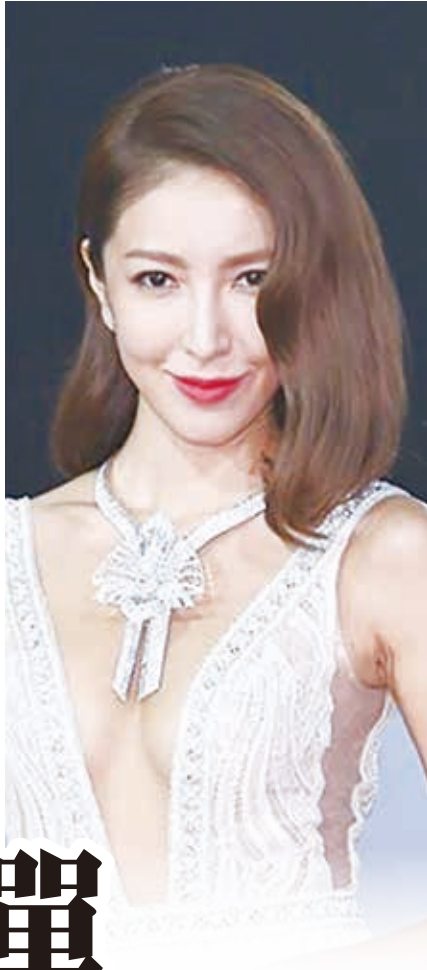
種種情況，讓英國許多意見領袖決定不吃肉，發起素食主義運動。

根據《歐洲新聞台》報導，「如果你成為素食主義者，請慢慢地改變飲食習慣。」營養師詹娜表示，民眾如果踏入素食領域，「不但能享受新的生活方式，而且對的身體也有極大的好處。」

素食主義不但提倡攝取天然食材，包括以保養品補充素食易缺乏的維生素B12，也反對人類因自身利益而殘忍對待動物，包括服裝、化妝品、家具到配飾最好都使用自然材料，詹娜說：「純素食主義會改變你的生活觀。」幸運的是，隨著人們對素食主義興趣提升，動物友好產品的品牌數量也不斷增加。

英國因為大量雞隻因安全問題遭到撲殺，正掀起一股素食主義熱潮。(photo by Youtube)

▼ 金鐘獎 2 公布入圍名單，演員張孝全（左）、許光漢（左 2）角逐戲劇節目男主角獎；演員柯佳嬿（右 2）、楊謹華（右）角逐戲劇節目女主角獎。（中央社）



金鐘公布入圍名單 《想見你》囊括男女主角

【本報記者施凱文台北報導】第 55 屆金鐘獎入圍名單，帥氣新星許光漢及柯家嬿不負眾望以《想見你》入圍男、女主角，與入圍 7 項大獎的《用九柑仔店》同為最多獎項！描繪歷經戰火後重建的基隆港，台灣時代劇《苦力》則緊追在後，包括入圍女主角、男配角及導演獎項等。

第 55 屆金鐘獎入圍名單公布，其中帥氣新星許光漢及柯佳嬿不負眾望以《想見你》入圍男、女主角。

以《青春愛讀書》入圍兒童少年節目獎的謝哲青也在臉書上表示，他一直都相信閱讀的動能與大眾媒體的力量。他也感性

說：「這次入圍睽違已久的電視金鐘獎，沒有幕後的工作人員與收看的民眾是不可能達成的。」

推廣台語歌曲為主軸，翻轉本土語言在大眾心目中刻板印象的《台灣金頌》也入圍。浩子與亂彈阿翔在節目上真實的互動，亂彈阿翔還曾不小心指來賓萬芳的裝扮好醜，當場被眾人大虧沒禮貌，饒舌歌手大支則在一旁大笑。談諧輕鬆的對話及富有質感的節目內容，十分符合節目的主軸「你知道台語歌其實很潮嗎？」

吳宗憲、陳漢典及 LULU 合力主持的《綜藝大熱門》已邁入 7 年，也再次入圍綜藝節目獎項。從日本來台發展的藝人夢多則以《地球的慶典》入圍生活風

格節目主持人獎，近期參加健身比賽，克難節食的他有感而發寫下，「一開始沒有人相信我，也被笑過，但這次終於入圍了，謝謝大家。」

楊謹華則以《鏡子森林》再度入圍，尚未拿下金鐘獎的她，這次靠著飾演新聞記者的身份再度入圍。編劇鄭心媚以自身擔任過十幾年的記者經歷寫成，她曾表示，戲劇的影響力比記者更大，以前是用客觀的角度在陳述，寫劇本則要不斷地把情感投入。

其他戲劇節目男主角獎入圍的有《鏡子森林》的姚淳耀、《誰是被害者》張孝全、《噬罪者》莊凱勳、《想見你》許光漢及《苦力》蔡昌憲。女主角則是《最佳利益》的天心、《苦力》林玟誼、《想見你》柯佳嬿、《用九柑仔店》莫允雯及《鏡子森林》的楊謹華等。其中《想見你》及《用九柑仔店》入圍最多項大獎。



▲ 第 55 屆電視金鐘獎 26 日公布入圍名單，藝人黃子佼（左）、溫昇豪（右）擔任嘉賓揭曉入圍名單。（中央社）



▲《鏡子森林》是一部以記者角度描繪的劇集。（photo by《鏡子森林》劇照）



▲入圍多項大獎的《用九柑仔店》的女主角莫允雯的演技也受到評審青睞。（photo by《用九柑仔店》劇照）

推廣小鎮觀光 6 大藝團相挺

【本報記者臧品安台北報導】紙風車劇團成員分別身穿紅、粉、白及灰色的華麗服裝，以活潑動感的舞蹈揭開「2020 小鎮遊戲趣 2.0」記者會的序幕。交通部長林佳龍表示，小鎮遊戲趣 2.0 將邀請紙風車劇團、唐美雲歌仔戲團等 6 大藝術團體，在全台 16 處小鎮表演，期盼國人走進台灣小鎮，在體驗小鎮深度旅遊之餘，帶動觀光產業復甦。



▲ 小鎮遊戲趣 2.0 將邀請紙風車劇團、唐美雲歌仔戲團等 6 大藝術團體，在全台 16 處小鎮表演。圖為唐美雲歌仔戲團與藝術總監唐美雲（前）。（中央社）

盼旅遊業復甦

交通部 26 日舉辦「2020 小鎮遊戲趣 2.0」啟動記者會，交通部長林佳龍說：「愛台灣，就出來旅遊！」繼 2019「小鎮漫遊年」帶動旅遊風潮，今年選出 30 個經典（含 20 個山城）小鎮，包括飽覽最美山線、貓空茶園之美的台北市文山區、能體驗山城部落的台中市和平區等，來推動小鎮及台灣特有山脈旅遊，期盼國人走進台灣小鎮，在體驗小鎮深度旅遊之餘，帶動觀光產業從疫情中復甦。

林佳龍表示，這次特別邀請紙風車劇團、唐美雲歌仔戲團、台灣特技團等 6 大藝術團體，自 9 月 5 日起陸續在全台 16 處小鎮表演；為引導國民進行環台旅遊，規劃出「環島趣看戲 集章送好禮」電子集章活動，民眾只要到演出場地觀賞藝術團體表演，以

行動裝置掃描活動的 QRcode，集北中南東 2 區及 4 區的電子戳章，就有機會獲得多項精美好禮。

6 大藝團相挺

包括紙風車文教基金會董事李遠、唐美雲歌仔戲團藝術總監唐美雲等皆相挺觀光宣傳。紙風車劇團以活潑動感的舞蹈開場，即將成真火舞團則利用螢光棒，帶來絢爛的擬火舞秀，令在場眾人驚呼連連，還有台灣特技團挑戰高難度特技伸展動作，九天民俗技藝團、打狗亂歌團及唐美雲歌仔戲團等也帶來精采的表演。

唐美雲歌仔戲團藝術總監唐美雲更以歌仔戲腔唱道：「媽媽揪爸爸，樓上揪樓下，一起支持交通部推動的活動。」讓現場觀眾拍手表示支持。林佳龍則表示，會努力把安心旅遊持續辦下去，並打算在明年結合自行車旅遊，推出騎自行車漫遊小鎮。

兩廳院推共融平權 聽障觀眾有照應

【本報記者祝潤霖台北報導】「兩廳院將推出翻譯手語及逐字稿字幕服務聽障觀眾，還有不怕打擾別人的『輕鬆自在場』！」兩廳院藝術總監劉怡汝 26 日宣布，兩廳院下半場節目包括雲門舞集、唐美雲歌仔戲團、國光劇團皆推出口述影像場次，NSO 等也推出無聲響、離場拘束的「輕鬆自在場」，持續打造多元、平等、包容的共融劇場。

營造共融歸屬感

「劇場是為所有人開放的，希望每個觀眾都能在這裡找到讓自己放鬆，或沉浸其中的存在。」劉怡汝強調，疫情讓突顯劇場場人與人緊密相聚的可貴，「共融這條道路並不容易，感謝創作者、團隊和企業夥伴的陪伴與支持，讓我們覺得這件事做的沒有錯，接下來要歡迎更多朋友加入，一



▲ 將推出《人聲 FUN 輕鬆》表演節目的「神秘失控人聲樂團」為兩廳院「共融平權」記者會唱開場。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

起享受劇場的迷人世界。」

劉怡汝說，去年起兩廳院引進國外行之有年的「輕鬆自在場」，這是近幾年國際間展現文化平權的表演型態，欣賞表演

時不必介意不自主發出的聲響、無法久坐進出觀眾席也不需要擔心影響他人，「每個人，無論你擁有怎樣不同的狀態，都可以在『輕鬆自在場』裡身心放鬆、舒

服的狀態欣賞演出！」

共融平權表演場次

兩廳院輕鬆自在場包括舞蹈空間舞團史派德奇遇記之《飛飛飛》、神秘失控人聲樂團《人聲 FUN 輕鬆》、玩弦四度《古典 born 爵士》、管風琴音樂家陳韵芬策劃的《一鍵鍾琴貝多芬》，以及 NSO 帶來的《現在您懂國家音樂廳了！》。

口述影像場次則有雲門舞集《定光》、無垢舞蹈劇場 20 年經典《花神祭》、唐美雲歌仔戲團《光華之君》，以及國光劇團《閻羅夢—天地一秀才》。《虛擬親密》及《十二碗菜歌》也挑戰情境字幕，服務聽障或需要無音條件的觀眾觀賞節目。演前導聆的 AI 語音辨識系統「雅婷逐字稿」也讓不同需求的觀眾都能透過即時字幕獲得完整的導賞體驗。

▼ 猶太事務局動員了許多年輕人去機場歡迎新移民。

以色列風雲（十之四）



圖／文 郭淑鳳

疫情引發猶太人回歸潮

疫情衝擊，引發大量猶太人申請回歸以色列，其中又以北美最多，數十萬的猶太人回歸，也考驗以色列政府和民間的應變能力。

疫情影響北美猶太人，詢問或申請回歸以色列的人數遽增！從建國以來，以色列就持續收納各國回歸的猶太人，讓這個只比台灣的一半大一點的國家，猶太人口數從 60 萬增長到今天大約 660 萬。

不過，全球還有約 810 萬猶太人散居世界各地，其中光是美國就有 570 萬人《參考資料》，主要集中在紐約都會區、邁阿密和大洛杉磯地區等。



推動回歸需經濟吸引力

多數猶太人考慮是否回歸以色列，多是基於宗教信仰的呼喚，但也有許多現實的考慮。許多人放不下熟悉的工作和生活圈，往

往在環境出現變動後才有回歸的動力，著名的前例像是烏克蘭猶太人面對俄羅斯入侵的動亂，法國猶太人遭遇恐怖攻擊，都讓當地猶太回歸人數激增。

在希伯來文中，用一個特別的字 aliyah（阿利亞）來指稱回歸以色列的外來移民，這個字的本意是向上攀升，表示回到以色列的人在靈性上有所提昇，因為耶路撒冷是上帝的寶座，住在以色列的人理論上比較靠近上帝。當然，這種觀念使得耶路撒冷的房價始終居高不下。

為了協助回歸的猶太人順利適應新家園，以色列政府給予新移民許多賦稅優惠，和經濟支持，讓他們可以有段時間專心學語言，以融入社會、貢獻所長。民

間機構也提供海外猶太青年免費回國旅遊 10 天的機會，年滿 18 歲到 32 歲的人都可以申請，稱為「出生權」以色列教育之旅，藉此提高海外猶太人的民族認同和對以色列的家國意識。

舊約聖經早預言

事實上，以色列人被趕散到列國，之後又會回到以色列來，這些事舊約聖經中早有預言，像是以賽亞書記載：「他必向列國豎立大旗，招回以色列被趕散的人，又從地的四方聚集分散的猶大人。」（以賽亞書 11：12）耶利米書也說：「耶和華說：『我要領他們再入我從前賜給他們列祖之地。』（耶利米書 16：15）」

只是，這預言隔了近 2000 年才應驗。為了讓更多猶太人回歸，一些基督徒機構會號召捐款，提供新移民回歸時的機票和其他開銷，或是在以色列為他們提供食物籃或房屋修繕等服務。

北美回歸申請增加

根據《線上耶路撒冷》，猶太事務局的數據顯示，自新冠病毒大流行爆發以來，各地回歸移民的申請數量增加了 157%。推動英美加三國猶太人回歸的機構「猶太靈魂聯合會」執行副總裁格辛斯基說，「新冠病毒大流行創造了一個可能是以色列建國以來前所未有的機會，讓我們吸納大規模來自北美的新



▲以色列媒體關注西方國家的新移民回歸。

移民。我們收到了整個社區的許多探問，對如何早日回歸以色列產生興趣。

《耶路撒冷郵報》更指出，如果不考慮政府吸納能力，未來 5 年內可能會有 25 萬人回歸以色列。以色列曾經在前蘇聯解體後吸納了上百萬的猶太人回歸，如今願意移民回歸者眾，凡此都考驗著以色列政府和民間的應變能力。

► 前猶太事務局主席夏蘭斯基（右一）出席機場歡迎會，他曾為了回歸以色列在前蘇聯遭到囚禁。



► 疫情引發回歸潮 北美猶太人詢問者眾。

唯有逃離家人，
才有暢快人生...

稱霸法國票房大贏 3 億台幣退休金

【列日國際喜劇影展 參展影片】
【耶路撒冷國際影展 參展影片】
《找藉口有限公司》喜劇天后 蜜雪兒拉侯克
《外交達人出任務》喜劇影帝 提西勒米特

退休大贏家

JUST RETIRED!

《為你創造全世界》導演 法布里斯布拉奎 億鳴驚人喜劇

NICOLE FERRONI
OMAR MEBROUK
JUDITH MAGRE

9.04 以退為進

▼巴塞隆那與球王梅西的離隊問題可能要吵到法庭上，對巴塞球迷與梅西球迷來說，一代忠誠的球王末年竟然很難和平收場，情感面上肯定不好接受。(photo from 梅西臉書粉專截圖)



梅西、巴塞難分手 合約爭議對簿公堂

【本報記者宋秉謙綜合報導】足壇球王梅西就離隊問題，恐與效力幾乎整個生涯的老東家巴塞隆那對簿公堂！自巴塞在歐冠賽場敗走後，屢傳重建消息，高層對外稱梅西是非賣品，但梅西本人去意已決。巴塞堅稱梅西合約中的免費提前解約時間點已過，媒體則認為，梅西團隊會咬定本季因疫延後結束賽季，提出解約的時間點要以實際賽季為準，一代球王與老東家最終走向法庭做

球王梅西盼與老東家巴塞隆那解約、合平分手，但巴塞球團堅稱合約提前解約時間點已過，雙方各執一詞，恐走向法庭做裁決。

為結局，引人唏噓。

梅西盼離隊

今年賽季是球王梅西效力於西甲豪門巴塞隆那的第16年，但

室茶壺風暴。隨後場外消息也影響到球隊戰績，巴塞不只在聯賽丟冠，上週歐冠賽場還慘遭拜仁血洗8球落敗，種種原因都導致梅西心灰意冷，選擇離隊。

而《歐洲體育網》引用阿根廷媒體TYC26日就獨家爆出，手握梅西親自寫給高層的離隊信證據，信上指出，梅西希望巴塞能念在他多年付出，同意他的離隊，雙方和平分手。

但高層在球隊陷入動盪期間，必然不敢隨意放掉陣中招牌梅西，據《富比世》報導，高層多次重申梅西是非賣品，他們希望梅西能履行合約到21年季末，未來選擇在巴塞掛靴，而非轉投其他球隊。

合約離隊時間爭議

巴塞話頭一轉也提到，合約書上有白紙黑字附帶和平離隊與解約條件，前者是梅西在6月10

日賽季結束時，可以自行提出離隊，但如今已超過時限，要是球員單方面解約也可以付7億歐元的解約金了事。

針對合約問題，《西媒AS報》則引述記者說法，梅西團隊堅稱合約日期有爭議，往年賽季確實會在約定時間前結束，但本季因疫情延後賽季，該以實際賽季末為基準、而非日期，RAC1的記者聲稱，梅西團隊看來態度強硬，雙方可能對簿公堂，尋求法律解決合約問題。

圖文選粹

圖文 / 中央社

兄弟簽約新秀 余謙尚未達成共識



▲中職中信兄弟今天宣布，與7名新秀完成簽約，其中第2指名的宋晟睿簽約金新台幣380萬元。但兄弟與第1指名余謙尚未達成共識。

快艇大勝獨行俠 創多項隊史之最



▲NBA洛杉磯快艇今天火力噴發，終場154比111大勝達拉斯獨行俠，在季後賽取得3比2聽牌優勢，單場另締造多項季後賽隊史之最、NBA新猷。

本季首場無安比賽 MLB白襪擒海盜



▲MLB芝加哥白襪主場迎戰匹茲堡海盜，先發右投吉歐里托獨攬9局，飆出13次三振，投出本季第一場無安打比賽，完封海盜。

EA 體育封面人物 奧維琴第2度獲選

【本報記者宋秉謙綜合報導】EA體育公佈最新版本的冰球NHL遊戲封面人物，由NHL華盛頓首都隊隊長奧維琴第2度榮獲！美商藝電旗下的EA體育是各大體育聯盟授權的遊戲開發商，每年都會出最新版的遊戲，封面人物也是當年度最受歡迎的球員，而奧維琴繼07年後再度獲選，本季他以34歲高齡轟進誇張的48球，雖然在季後賽出局，但高齡不衰的表現仍獲青睞。



EA 體育封面人物

根據《路透社》報導，EA體育依循歷年傳統，季末準備推出最新版本的體育遊戲，而最新公

佈的《NHL21年》遊戲封面人物是華盛頓首都隊的隊長、左邊鋒的奧維琴，這也是奧維琴生涯第2度獲得封面人物的青睞，前一次是07年。

美商藝電旗下的EA體育是各大體育聯盟授權的遊戲開發商，手上握有棒球、籃球、足球、冰球等聯盟官方授權，每年推出的遊戲也都深受競技遊戲迷的推崇，雖然棒球、籃球都面臨2K體育的競爭，但在冰球部分，EA體育是無庸置疑的霸主，每年NHL最新版本的封面人物也由該公司欽點當年度最吸引人的球員。由奧維琴當封面人物的2021年最新版，預計將在10月16日發佈。

老而彌堅進球王

獲選此次封面人物認可的奧維琴表示，這是對自己本賽季表現的肯定，34歲的老將奧維琴回想首次榮膺時是07年，經過13年仍舊能靠著場上的好表現而被EA體育看中，無疑是給自己漫長的生涯注入一大強心針。奧維琴今年獲選確實不令人意外，06年的他以04年狀元身份進入聯盟，第一年表現就相當出色，入選年度新秀第一隊，隔年奧維琴轟進46球外帶46助攻，以「超級二年級生」的明日之星身份獲得封面人物殊榮，他

至此卡住在隊內的主力攻擊手身份，職業生涯共拿下9次最多進球獎（NHL稱之火箭獎），是火箭獎歷史保持人。



▲華盛頓首都隊王牌進攻手、身兼隊長左邊鋒奧維琴生涯第2次獲得EA體育肯定，成為新一版的NHL21年遊戲封面人物。(photo from EA體育官方臉書截圖)



耗資五億華麗打造！全球引頸期盼！
原著銷量媲美【聖經】【魔戒】首度奇幻呈現

超越240種版本的終極呈現

皮諾丘的奇幻旅程

9.18 謊然大悟

橫掃義大利奧斯卡最佳影片 15項大獎提名

《美麗人生》奧斯卡影帝 羅貝托尼尼

坎城名導 馬提歐賈洛尼 真人奇幻新作

Federico IELAPI, Rocco PAPALEO, Massimo CECCHERINI, Marina VACCH, Luca PROIETTI

AI 治療帕金森氏症 腦晶片無線充電

科技部發表醫療 AI 結合新作，單一晶片植入腦內，可治療帕金森氏症，體積小、無線充電，還能避免傳統手術後的副作用。



▲ 交大電子研究所教授柯道明 (左) 說明「智慧可適性深腦刺激系統」的原理。(photo by 施凱文/台灣醒報)

【本報記者施凱文台北報導】治療帕金森氏症竟靠人體無線充電！科技部 26 日「智慧可適性深腦刺激系統」研究成果發表記者會，由交大教授柯明道帶領的研究團隊研發出一單晶片系統，可植入患者體內 24 小時運作，不但體積小省電，還能無線充電，也避免傳統腦刺激手術造成口齒不清、行動異常等副作用。

帕金森氏症有解

科技部 26 日舉辦「生醫聯手半導體精準治療帕金森氏症」記者會，生科司司長陳鴻震表示，精準醫療已是世界趨勢，台灣的醫療優勢與發達的 AI 產業結合，可以提供民眾更全面的治療。此次交大研發的「智慧可適性深腦刺激系統」，可有效治療帕金森氏症的顫抖及行動緩慢等症狀。帕金森氏症是神經退化症狀。

交大電子研究所教授柯明道帶領的團隊與牛津大學教授布朗、法國帕金森氏症權威班納比教授

及杜克大學教授黃浩樅等人合作，研發出體積極小的醫療晶片。26 日舉辦的記者會上，柯明道指著人體大腦模型解釋，新技術可在人體內放置神經刺激器，連結大腦端的智慧晶片，「觀察到有異狀就放電，沒有就保持監控狀態。」

無線充電機器

「機器可以無線充電、24 小時運作。」柯明道補充，實驗過程中也應用無線充電的新技術，並蒐集帕金森氏症病人不同的「深腦訊號」，讓醫生進行專業的調控，不但能增強療效，也降低副作用。林口長庚醫院陳瓊珠醫生舉例，就像一直吹的傳統冷氣升級成智慧型冷氣，偵測週遭氣溫再去調配

一樣。

新技術有別於副作用多的傳統腦部手術，陳瓊珠表示，帕金森氏症的早期治療通常是服用藥物，經過 5 年的蜜月期後藥效會遞減。她說：「這時候會以傳統深腦刺激手術治療，但病人容易出現持續放電造成的肢體不受控與口齒不清等情況。」她表示，研發過程中也觀察到行動緩慢、顫抖、步態不穩有不同生物標記。

至於價錢如何，陳瓊珠表示，傳統的深腦手術大約要花費 100 萬，健保可給付 9 成。柯明道則說：「實際上新技術成本相對便宜，有賴於台積電成熟的工業技術，但不是成本便宜，訂價就便宜，背後的知識也很有價值。」並表示技術將進入動物實驗，訂價還在研擬階段。

4 年無新增案例 非洲根除小兒麻痺

【本報記者陳曉慈綜合報導】小兒麻痺正式在非洲絕跡！非洲上次傳出小兒麻痺案例已是 4 年前於奈及利亞北部。「非洲地區小兒麻痺革除認證委員會」25 日宣布小兒麻痺野生株病毒正式從非洲消失，主要歸功於口服疫苗與各界醫療人員投入。

小兒麻痺防疫行動

根據《英國廣播公司》報導，小兒麻痺病毒主要透過水源傳染，透過攻擊神經系統導致肌肉癱瘓，若影響到呼吸道肌群則可能致死。現存的小兒麻痺疫苗能防止死亡，但並不能夠醫治癱瘓。

WHO 非洲地區執行長莫提表示，非洲因衛生環境落後，加上



▲ 非洲小兒麻痺野生株病毒已經根除，但仍有疫苗衍生株病毒案例。(Photo by BSIP/Universal Images Group via Getty)

國內武力動盪，醫療團隊難以到達，因此直至 25 日才宣布根除小兒麻痺病毒。這次的根除能夠

成功，除了仰賴口服疫苗價錢便宜且便於攜帶的特性，也要歸功來自國際扶輪社、蓋茲基金會、

全球疫苗免疫聯盟等組織的醫療人員。

奈及利亞是最後一個仍有小兒麻痺病毒的非洲國家，如今已經四年未傳出任何感染案例，非洲 95% 的人口現都已經對小兒麻痺病毒免疫。

非洲防疫歷史

薩克博士於 1952 年研發出小兒麻痺疫苗，開始了非洲的防疫行動。1961 年，沙賓成功製造出口服小兒麻痺疫苗，大幅加快了防疫推廣速度。1996 年，小兒麻痺病毒在非洲大肆爆發，感染了超過 75000 個孩童，無一國家倖免，曼德拉因此推動「革除小兒麻痺」政策，動員上百萬醫療工作者前往各個村莊，加速疫苗傳遞各地區。

圖文選粹

圖文 / 中央社

開學 2 週內需量體溫 不硬性戴口罩



▲ 教育部長潘文忠 26 日表示，開學 2 週內師生入校需量測體溫，教室內保持通風，儘可能維持社交距離，不硬性配戴口罩。

東京染疫近 2 萬 大阪死亡創新高



▲ 日本境內疫情持續延燒，東京都病例數累計至今已達 1 萬 9800 例，逼近 2 萬大關；大阪死亡病例有 1 例，創下單月新高紀錄。

我拒菸 我驕傲

紙菸、水菸、嚼菸、含菸、雪茄菸、電子煙、加熱菸...

所有菸品都 **Get Out!**



Yes, Get Out~
No smoking, no vaping,
no drugs, no harm.
Get your right choice.
Say no to all tobacco products!

臺灣新世代 - 拒絕新癮害



財團法人董氏基金會

華文戒菸網

醒醒吧,台灣!

台灣醒報,以深度的報導,正向的思維,
嚴謹的態度,國際觀的角度,用真相喚醒台灣。

12 周年慶生邀約

日期：8月29日（六）14：30 入場、15：00 開始
地點：台大校友會館（台北市濟南路一段2號）四樓
14：30 貴賓入場
15：00 董事長與社長致詞
15：10 台灣醒報12年回顧影片
15：20 同仁短劇（特別的一天）
15：30 《台東好男聲》演唱
成員：前台東縣長黃健庭、前金峰鄉長宋賢一、
台東基督教醫院執行長呂信雄、台東縣政府交通暨
觀光發展處長余明勳、博愛浸信會邱德福牧師、文化
部文化交流司陳炳杰。
曲目：1. 如鹿切慕溪水 2. 恩典的記號
3. 山之歌/Kum Ba Yah 4. You Raise Me Up
16：00 貴賓致詞
16：30 貴賓切蛋糕
16：40 茶點聯誼
17：00 散會



臺灣醒報
用真相喚醒台灣

思想巨人行動侏儒？拖延理由一籬筐

拖延，不是時間管理出了問題，而是內心的恐懼在搗蛋。關於拖延症全面的心理解析，戒除拖延的壞習慣。

■ 珍·博克、萊諾拉·袁

我們對拖延心理的確有深刻的體悟：我倆都知道彼此做過哪些不方便公開的糗事，熬過無數個夜晚，為了博士論文痛苦掙扎了好幾年，繳了多次稅款的滯納金，為我們的拖延編造過種種的藉口（最極端的一次藉口是家人過世）。

課程學員全體遲到

除了親身的拖延經歷外，我們在工作上也和拖延者有多年的接觸經歷。一九七九年，我們在加

這些經驗讓我們更加肯定我們的想法：拖延主要不是時間管理的問題或品格缺失，而是一種心理症候群。根本來說，拖延其實是個人自處的問題，反映出個人自尊的脆弱。

我們在本書初版中提到，這是一種自我價值的認定問題。現在我們強調，自我價值的認定，源自於自我接納的能力，包括對我們的生理、歷史、環境、許多人類極限的接受度。

這些年來逃避任務的現象愈來愈多，網路的興起是罪魁禍首。如今資訊不僅無窮無盡，還可以

自己拖延的原因，除非你付諸行動，克服拖延的心理，否則你還是不會進步。閱讀那些克服拖延的技巧或許有趣，但閱讀和行動是兩碼事。所以找出付諸行動的新方法非常重要。

我們希望本書可以讓你從自我接納中學會取舍，希望讀者因為對人性更樂觀，接納自己的優缺點，更懂得自處，從而減少拖延的習慣。我們不是要建議你放棄雄心壯志，不再追求卓越，或不接受新的挑戰，但是採取行動時，我們應該要排除伴隨內心衝突而產生的恐懼、羞愧、擔心和自我憎恨感。

拖延根深蒂固

我們在柏克萊開辦第一個拖延治療團體，上了四週的課程後，一位學生驚訝地說：「拖延就像蒲公英一樣，你拔掉它，以為從此永除後患，結果發現它是如此的根深柢固，很快又長出來了。」對有些人來說，拖延就像花朵一樣，很容易摘除。

但是對很多人來說，拖延就像一片蒲公英園，根深柢固，盤根錯節。我們只能一一講解這些根源，刻意把它們分開來看。但是在現實生活中，這些根源是一起生長的，它們相互糾葛，彼此影響。人的體驗就像雜草一樣錯綜複雜。

拖延的情緒根源和內心的感受、恐懼、希望、記憶、夢想、懷疑和壓力有關，但是很多拖延者並未發現這些表面下的動態，因為他們以拖延來迴避不安。在雜亂無章和拖拖拉拉的背後，多數拖延者都怕自己無法取得大家的諒解。

儘管評斷自己的拖延行徑相當痛苦，但是相較於盡力去做卻陷入恐懼而衍生的脆弱感，自我批判或許還比較容易承受。我們都知道拖延的感覺肯定不舒服，但是當你避而不談時，內心會持續處於失衡狀態，猶如在布滿情緒地雷的路上戰戰兢兢地行進，擔心不知何時會再次誤踩地雷。



▲ 如果你的「主觀時間」和「鐘錶時間」互相矛盾，就很難給最後期限一個合理的預期，無法朝著目標穩定地前進。（網路截圖）

所以，我們邀你一起來探索這個領域，探究自己對失敗的恐懼、對成功的恐懼、對失控的恐懼，以及對親近和疏離的恐懼，因為我們認為，當你知道自己的感受，了解自己為什麼會有這種感受時，可能會更有自信，更踏實，更自在，如此一來就能擺脫拖延，順利運作了。

擺脫與時間糾葛

拖延的另一個根源是拖延者與時間的糾葛。拖延者常以「一廂情願」的方式來看待時間，或是把時間看成需要靠智慧、計策或能耐來取勝的對手。這種看待時間的態度容易讓人一拖再拖。

要擺脫拖延對生活所造成的影響，需要先了解導致你拖延的原因，想辦法對症下藥，找出付諸行動的方法。

如果你的「主觀時間」和「鐘錶時間」互相矛盾，就很難給最後期限一個合理的預期，無法朝著目標穩定地前進，難以預估你需要多少時間才能完成任務。

此外，由於你的時間感和別人不同，你和那些主觀時間比較貼

近鐘錶時間的人，在人際關係上可能也會出問題。當你和別人的時間感相互衝突時，會導致你的拖延習性變本加厲。

天生與後天因素

拖延的生理根源包括身體、大腦和遺傳基因，這些都是導致拖延的因素。近來神經科學領域突飛猛進，有許多令人興奮的發現，可幫我們以新的方式了解拖延習性。

大腦運作會影響你迴避的東西，你迴避（或不迴避）的東西也會影響大腦的結構和功能。這種「神經可塑性」讓大腦始終在變化，所以生理傾向不見得會永

向，了解它們對你的自我觀感和人際關係的影響，是個重要的課題。

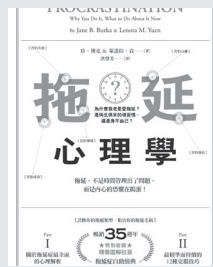
《拖延心理學》簡介

拖延，就像是個不離不棄的麻煩精，但如果你不曉得自己為什麼會拖延，世上任何的實用方法都幫不了你。

從學生到科學家，從祕書到總裁，從家庭主婦到業務員，拖延問題幾乎影響了每個人。

兩位傑出心理學家以他們備受好評與創新的拖延治療課程為基礎，擷取他們豐富的諮詢經驗，以詳盡且幽默的方式，深入檢視與探索拖延的心理，並找出讓我們攔著事情不做的真正原因。

克服拖延的痼疾，自我接納、付諸行動。



出版社 / 漫遊者文化

拖延來自心理問題

三十年來，我們在臨床心理治療和心理分析中接觸過許多拖延的個案，長期深入探索拖延的心理。患者對我們敞開心扉，吐露心聲，他們的勇氣讓我們從研究中受惠良多。

克服拖延需要行動

要擺脫拖延對生活所造成的影響，需要先了解導致你拖延的原因，想辦法對症下藥。你可能知道拖延對你有哪些不利，但我們覺得你可能還不太清楚拖延對你的作用。在你了解拖延對你的影響以前，你可能會一直攔著我們教你的技巧，就像你攔著其他事情不做一樣。

如果你不曉得自己為什麼會拖延，世上任何的實用方法都幫不了你。然而，即使你充分了解

· 下頁書訊 ·

醒報編輯部 / 輯

《酵素打造腸免疫力》

作者：鶴見隆史

出版社：天下雜誌

本書從各種角度分析眼前環繞日本、不斷惡化與劣質化的飲食環境和生活環境。針對這些問題，首先應該改善飲食習慣，促進腸胃健康。如果腸胃乾淨，血液也就變乾淨，並且能暢流到末梢的微血管。

富含氧與營養素的血液如果能流遍全身細胞，不只腸胃這一器官系統，健康與全身的免疫力自然都會提升，也就是作者所強調的「腸、血液、細胞三位一體」。

攝取各種能夠增加腸胃道

酵素以及抗氧化壓力的各種食物，提高我們本身的免疫力。



《超級導覽員趣說博物館》

作者：河森堡

出版社：時報出版

站在博物館的展廳裡，等於是站在一條時光縱軸上，博物館是現實生活中的「時空隧道」，往前可以回顧人類從何處來，向後可以洞察我們將去向何方。存在於幾千年前的社會和生活、歷經時間的考驗留存至今的藝術瑰寶，都可以用最短的時間體驗一遍。

帶大家一起走遍世界上幾十座具有代表性且備受矚目的博物館，破解這些博物館裡不可錯過的鎮館之寶的祕密，介紹與博物館有關的故事和趣聞。

帶領大家進行一場全球性的

博物館漫遊，從中體會和感悟「博物館」這三個字對人類文明的價值和意義。



《從親密關係中得到自由》

作者：史蒂芬妮·史塔爾

出版社：遠流

如今幾乎人人都以「愛無能的世代」自居；由於害怕親密，年輕族群一再搞砸自己的伴侶關係。「沒有能力經營伴侶關係」難道真的標誌出了這個時代及我們的社會發展無可避免的後果嗎？

作者以十分貼近生活的方式說明了，我們如何才能改善自己的結合能力與自主能力，進而鞏固我們的自我價值透過內在小孩的模型，指引我們該如何去發現我們個人的印記、信條與情感。

我們該如何對症下藥地進行

相應的改變，這一切無非旨在創造一個雙方都感到對等、也都能平等對待彼此的伴侶關係。



▼「金春發牛肉麵」湯頭只做清新不膩的清燉口味，牛肉湯加入中藥材，喝起來相當甘甜清鮮，口齒留香。（網路截圖）

▼「台北永康牛肉麵」是川味牛肉麵經典，蟬聯三年米其林必比登，麵條雖細，卻紮實有勁，濃郁的湯底鹹辣帶勁，味道濃重。（網路截圖）



文 / 陳玲玲
(資深廣告人)

台灣國民美食——牛肉麵

濃郁的湯頭搭配上 Q 彈有勁的麵條，還有燉煮到軟爛入味的牛肉塊，搭配起來一口吃下去，好滋味令人無法忘懷。

每個人心中都有一碗牛肉麵，各有所好...

牛肉麵我喜歡兩個山東，劉山東、老山東！藏身巷弄的美食，劉山東牛肉麵是個很特別的個性老店！老店毫無裝潢，卻蟬聯兩年米其林必比登，牆上掛著年代久遠的書法，是家訓、也是經營之道！牛味濃郁，充滿香氣的牛肉，搭配煮了一天一夜的牛骨湯頭，實在美味...

兩個山東

麵上鋪滿了搶眼的白蒜苗，桌上酸菜、蒜頭、蔞豉任取，小菜一盤 20 元清新可口，很有誠意。堅持用粗大又方正要費時 15 分在沸水狂煮的筷子麵（筷子麵是山東麵的代表），這家保留山東特色的六十多年老店，我欣賞！

老山東牛肉麵民國 38 年開始營業，遵照古法，新鮮、手工製作：從桿麵、揉麵開始，只有加鹽和水，慢慢桿薄，再切成寬兩公分的長麵條，入口也有嚼勁，更容易吸飽湯汁。至於湯頭，是每天以牛骨加上蔥、薑、蒜慢慢熬煮，標榜絕不加入人工香料。小菜也是日日早上現做，不冰隔夜，老老實實的老店！

一大盆辣牛油隨便你加，牛

肉給的滿多塊而且也都滿大的，吃起來軟嫩不柴還有帶

一點筋！老店連獲三年米其林必比登的老山東，我欣賞它幾十年不變的味道...

桃源街老王棒

來桃源街「老王記牛肉麵」是吃回憶，唸書時公車需要剪票，車上還有車掌小姐的年代，來西門町桃源街只能點個牛肉湯麵，可能是補償作用，現在點上面有牛肉的「牛肉麵」，很是快樂！老王記能上桌的牛肉早已入味的爛透，味道單純帶了椒油香氣，口味重卻又不鹹膩，湯頭雖有些嗆辣也是辣的剛好！泡菜好但招牌粉蒸排骨不賣了！我想念它的「粉蒸排骨」。

老王記的清燉比紅燒爽口，不論湯、麵條、牛肉都有講究，只可惜人手難找，老成凋零，目前的營業時間很短，在大街上沒招牌。

「台北永康牛肉麵」是川味牛肉麵經典，蟬聯三年米其林必比登，麵條雖細，卻紮實有勁，濃郁的湯底鹹辣帶勁，味道濃重。招牌紅燒牛肉麵選用半筋半肉的澳洲牛腱，熬煮超過四小時，肉味濃，軟嫩中帶嚼勁，算是教父級的牛肉麵店，算一

算從麵攤到麵店也有五十多年歷史！

十大好麵乾濕兩便

「穆記」的牛肉麵湯頭醇厚濃郁，只用當天現宰的台灣黃牛肩胛肉，湯頭以中藥、蘋果、牛肉與牛大骨熬煮，不加入一滴醬油，飽滿濃厚，號稱是清朝宮廷御廚傳授而得的秘方，穆記牛肉麵有別於一般的牛肉麵，店家不用傳統「酸菜」來醒味，約一公分寬厚度也有刀削麵的口，相當有嚼勁，另一個鎮店寶招牌是「斤餅」也值得一試！

「牛店精燉牛肉麵」，2010 年台北牛肉麵節拿下十大好麵，又連續三年獲得台北米其林推薦殊榮，牛店的湯頭有清燉原味以及川味，另外還有乾式的椒麻拌麵系列，牛骨髓製作的辣牛油，聞起來有著濃濃的牛香。招牌是「滿漢牛肉麵」，內有牛肉、牛筋和牛肚！極品紅燒滿漢牛肉麵為每日限量，雖然單價有點高，不過卻能吃到紅、白兩種湯頭的牛肉湯麵，且可乾、可濕的吃法富有變化，不同傳統牛肉麵一碗吃到底！

「林東芳牛肉麵」我從破舊鐵皮屋時代吃到現在，30 年前林爸爸把八德路的店交給兒子林東芳，自己在吳興街開麵店，林東芳的牛肉麵經過改良，中

藥味比較淡，用的是帶筋的牛腱肉，而林爸爸在吳興街賣的是原始的中藥湯頭，味道重，林東芳牛肉麵麵條的部分是統一用圓粗壯的家常麵條，湯頭清醇回甘，若再加牛髓辣油更加鹹濃突出。

林東芳與史記

林東芳不限加湯次數，辣牛油每桌都有，已是基本配備，滷花干撒著蔥花，底下浸著牛滷汁水，林東芳是南韓男子天團 BIGBANG 來台指定要吃的美食，也是 CNN 列出台北 8 大牛肉麵名店其中一家！

裝潢清雅的「史記牛肉麵」的清燉牛肉麵，嚴選台灣帶肉牛大骨耐心熬煮 4 天，成就豚骨般清燉乳白湯頭，不論紅燒或是清燉，都是用台灣最頂級黃牛肉。

「麵上幾片花花肉，取自牛肋排下方的瘦肉，油花分布均勻，肉質腴潤。」店中採用的是細麵，口感偏軟但還是有帶點 Q 度，吸飽了香濃湯頭的麵條，吃起來味道更豐富！寬口白瓷碗麵，筷有筷架、裝潢素淨、桌椅沈實，可以很舒服的吃麵也是史記的特色。

要辨別一間牛肉麵店功力如何，其實只要看它的清燉牛肉麵味道如何就知道！「金春發

牛肉麵」一碗麵賣了一百多年！已經熱賣超過一百年了，從外面就可以看到那一大鍋燉牛肉與牛肉湯，湯頭只做清新不膩的清燉口味，牛肉湯加入中藥材，喝起來相當甘甜清鮮卻口齒留香自成一格，難怪是郭台銘的最愛。

好滋味難忘懷

延平北路「汕頭牛肉麵」，湯頭清鮮，有椒香氣、有薑蔥氣，有淺淺沙茶藥香氣，不是

常見豆瓣醬風味，小碗紅燒牛肉麵九十普通的家常麵，搭上清爽的湯頭完全對味，小麵攤一開也五十多年！（麵攤最近休息，九月才開）

饒河夜市塔悠路口的「紅燒牛肉麵牛雜湯」是個毫不起眼的小麵攤，有 6 個位子，招牌的牛雜湯和乾拌麵，被米其林評為「好滋味都令人無法忘懷」，去年及今年兩年獲米其林「必比登推介」！不能小看它...

簡單生活，一碗好麵，足矣！



▲ 老王記能上桌的牛肉早已入味的爛透，味道單純帶了椒油香氣，口味重卻又不鹹膩，湯頭雖有些嗆辣也是辣的剛好。（網路截圖）

店家資訊：

老山東牛肉麵
地址：台北市萬華區西寧南路 70 號 B1 之 15 室
電話：0223891216
汕頭牛肉麵
地址：台北市大同區延平北路三段 60 號
老王記牛肉麵
地址：台北市中正區桃源街 15 號
電話：0223616496
台北永康牛肉麵
地址：台北市大安區金山南路二段 31 巷 17 號
電話：0223511051
金春發牛肉麵
地址：台北市大同區天水路 20 號
電話：02 2558 9835
史記牛肉麵
地址：台北市中山區民生東路二段 60 號
電話：0225633836
林東芳牛肉麵
地址：台北市中山區八德路二段 322 號
電話：0227522556



▲ 林東芳牛肉麵麵條的部分是統一用圓粗壯的家常麵條，湯頭清醇回甘，若再加牛髓辣油更加鹹濃突出。（網路截圖）



▲ 「穆記」的牛肉麵湯頭醇厚濃郁，只用當天現宰的台灣黃牛肩胛肉，湯頭以中藥、蘋果、牛肉與牛大骨熬煮，不加入一滴醬油，飽滿濃厚。（網路截圖）