



今日天氣

北部 25°-35° 多雲短陣雨

中部 25°-34° 多雲短陣雨

南部 25°-33° 多雲短陣雨

東部 26°-33° 多雲短陣雨

3 職場性騷擾頻 立委提修法

4 美大選 川普拜登競爭激烈

5 非洲疫情輕 跌破專家眼鏡

7 以色列住棚節 旅客聚歡慶

《今日靈修》

選舉帶來仇恨？
民主政治本來是數人頭而
不是打破人頭，投票行為
何等文明？然而選戰是贏
者全拿的賽事，選戰雙方
殺紅眼常帶出仇恨，讓我
們多為選戰禱告。(4版)

美豬標示強制規範 百億助豬農轉型

針對美豬進口後的疑慮，農委會副主委黃金城表示，將全面在散裝、有容器與直接供應的豬肉食品上標示產地，保障消費者權益。



▲農委會副主委黃金城表示，國內販售散裝和包裝的豬肉食品，從零售市場、夜市、商圈到餐廳等，都要加以標示。(網路截圖)
▶農委會副主委黃金城3日表示，豬肉都會在明年開放前，完成強制標示的配套措施。(行政院提供)

【本報記者呂翔禾台北報導】「無論是香腸、豬排等肉製品都將標示產地，不會讓消費者權益受損！」3日的院會記者會上，農委會副主委黃金城表示，將全面在散裝、有容器與直接供應的豬肉食品上標示產地，保障消費者權益。針對豬肉其他可食用部位(如內臟)是否需要規範萊克多巴胺檢出量？衛福部次長薛瑞元表示，目前沒有規定的都要零檢出。

協助豬農外銷轉型

行政院發言人丁怡銘轉述院長裁示說，美國是台灣非常重要的

經貿伙伴，但長久以來，因為美豬、美牛議題，成為彼此進一步合作的重大障礙，因此在蔡總統宣布下，決定開放美豬、美牛，以爭取對國家最大利益。不過在放寬美豬、美牛進口的同時，政府也會保障台灣豬農權益，協助豬農轉型升級。

蘇貞昌院長要求財政部、農委會強化邊境進口肉品的檢疫及查驗，國內販售散裝和包裝食品，從零售市場、夜市、商圈到餐廳等，都要加以標示。農委會副主委黃金城也說，行政院所編的百億養豬基金將會協助豬農廠房現代化，並鼓勵豬農已永續農業方式經營養豬產業，增加台灣

養豬業競爭力，甚至可以擴張外銷。

針對台灣豬肉是否有外銷優勢？黃金城說台灣是亞洲唯一可出口豬肉的國家，無須擔心沒有競爭力。有媒體問到，如果大量進口豬肉，經過加工廠加工後，是否能讓消費者知道產地？薛瑞元回應，豬肉進口都會登錄在食品雲，所有最終產物都會進行標示，消費者都能辨識豬肉來源。

產品來源強制標示

農委會防檢局局長杜文珍說，在開放美豬前，農委會會持續與豬農溝通，透過舉辦公聽會、

座談會與記者會，了解豬農的訴求。針對藍營記者會批評蔡英文開放美豬沒有利益交換，卻還犧牲國人健康。丁怡銘說，政府現在要符合國際標準，經過國際評

估的肉每天吃也不會超標，也會在明年開放前完成強制標示。目前只有腎、肌肉、脂肪、肝受到10ppb的規範，有媒體質疑如果其他部位進口的話要怎麼

處理？薛瑞元表示，如果是其它沒有規範在這4類肉品的器官進入，都必須要零檢出，至於其它器官會不會設立標準都還在討論。

豬隻屠宰太殘忍 動保籲禁瘦肉精

動保團體指出，台灣豬隻屠宰過程殘忍，呼籲改革活體拍賣制度，建立屠體評級，並且堅決反對瘦肉精肉品進口。

【本報記者祝潤霖台北報導】「餵瘦肉精美豬、台豬活體拍賣、溫體內都不利於動物福利，談什麼疫情防治、食品安全，政府麥擱騙啊！」台灣動物社會研究會3日指出，政府至今無法解決台豬活體拍賣制度對豬隻造成的不必要的折磨，呼籲建立屠體評級、冷鏈販售運銷系統，政府不應搬弄「溫體內」來欺騙社會大眾，也不該開放含有瘦肉精的肉品進口。

反對進口瘦肉精豬

研究會副執行長陳玉敏表示，萊克多巴胺(俗稱瘦肉精)是一種乙型腎上腺促動劑，會刺激全身交感神經，畜牧業用在飼料添加上，目的就是要促進動物生長、增加瘦肉率。萊克多巴胺幻影響中樞神經、心血管疾病等健康風險，全世界有160多個國家禁用，估計全世界飼養的豬隻約有70%禁用萊克多巴胺。

「餵食瘦肉精的肉豬，大腦化學作用會產生變化，攻擊性增加，更容易咬、追逐同伴。」陳玉敏強調，研究顯示豬隻食用萊克多巴胺後，心跳會加快，活

動力也會增加，這使得驅趕更困難，動物也更容易受傷。美國FDA在2006年就已經警告：萊克多巴胺可能增加豬隻在驅趕過程中受傷及肌肉無力的數量。

陳玉敏也說，政策與產業落伍不長進，台灣現行豬肉生產仍維持十分糟糕的「豬隻活體拍賣」制度。當先進國家都採取「在地屠宰、屠體評級」制度時，台灣卻還有高達8成5的豬隻是以殘忍落後的「活體拍賣」生產交易。

豬隻遭不人道對待

「豬在離開牧場後，會先運送到各縣市肉品市場，經歷一連串折磨。」陳玉敏指出，豬要被

運輸前，為避免車程導致牠們嘔吐，會先被禁食。運豬車通常只有欄杆區隔，沒有其他遮蔽。運輸過程中豬隻可能遭遇中暑、骨折、嘔吐、緊迫等問題，甚至暴斃死亡；運輸時來自不同群體的豬隻混攪，也會造成豬隻打鬥受傷。

所謂「活體拍賣」，就是每隻豬都必須像走秀般進入拍賣走道，但為加速拍賣流程，工作人員會拿起電擊棒或有尖刺的棒子電擊豬隻，逼迫牠們向前。豬由於受驚嚇不願再往前走，工作人員便再度施以電擊或戳刺「加強驅趕」，這使得豬隻遍體鱗傷。許多豬因此緊迫、受傷或骨折，重者休克或死亡。



▲陳玉敏說，政策與產業落伍不長進，台灣現行豬肉生產仍維持十分糟糕的「豬隻活體拍賣」制度。(圖：動保會祝潤霖/台灣醒報)



▲陳玉敏指出，運輸過程中豬隻可能遭遇中暑、骨折、嘔吐、緊迫等問題，甚至暴斃死亡。(網路截圖)

《焦點圖文》



蔡總統主持
秋祭忠烈殉職典禮

總統蔡英文(左)副總統賴清德(左2)與立法院、考試院、監察院、司法院4院院長，到台北市忠烈祠出席中華民國109年秋祭忠烈殉職人員典禮，全體向為國殉職人員鞠躬致敬。(圖文：中央社)

社論

從愛奇藝條款看粗暴的政府

被稱為是「愛奇藝條款」的《在台灣地區從事商業行為禁止事項項目表》（簡稱《項目表》），3日正式生效。愛奇藝的台灣代理公司歐銻銻娛樂，除宣佈放棄愛奇藝品牌代理服務、停止愛奇藝會員的經銷業務外，也表明須裁員數十位員工。

禁止中資衝擊大

經濟部根據《兩岸人民關係條例》第35條第2款公告《項目表》，該項目表上唯一的一項就是禁止台灣任何單位代理

或經銷中國大陸OTT TV（Over The Top 影音串流平台）服務，因此外界認為經濟部這項新的禁止事項，就是針對愛奇藝而來。

由於觀眾是透過網路收看愛奇藝，因此，即使未來沒有正式的代理商，台灣觀眾還是可以從網路上收看愛奇藝的節目，但有合法的代理商，則1，收視戶可以得到完整的服務，權益有合法的保障；2，代理商須繳稅給台灣的政府，日後台灣觀眾透過網路收看，政府就收不到稅了。

3，愛奇藝已投入超過10億

元採購台灣的影視內容，歐銻銻也投資了3.5億元製作了5部網劇，被認為對台灣的影視產業注入活水，未來這個台灣內容產業的「大金主」，還會投資台灣嗎？4，因應愛奇藝業務停止，台灣代理商的百餘名員工中，大部份都將面臨失業。

政府因為擔心國內民眾被陸劇洗腦，所以禁止愛奇藝落地，然而在網路時代，這樣的禁止其實意義不大，反而會讓台灣蒙受上述損失。

政策頒布倉促

蔡英文總統在8月28日、週休二日前的禮拜五下午宣佈開放含萊克多巴胺（簡稱萊劑）的美豬進口，農委會旋即當天修正公告，核准含萊劑的飼料添加物可進口及陳售。一紙簡單的公告，宣告了台灣食品管理的重大改變，如此便宜行事的決策過程，合情合理乎？

經濟部公告《項目表》，14天後即正式生效實施。陸委會、經濟部、文化部、NCC和各縣市政府的消保單位，近日將舉行跨部會的協調會，商討因此可能出現的消費爭議並研擬對策，包括如何處理愛奇藝訂戶

的權益問題。

愛奇藝在台灣活躍用戶有200萬戶左右，9月3日之後就不可再透過正式管道收看愛奇藝的節目。政府在根本還不知道要如何處理訂戶之前，就急著喊卡，這樣粗糙的決策品質，合情合理乎？

忽視民意規避監督

蔡政府動輒以「行政命令」方式做出重大決策，這些決策往往是行政部門說了算，不必經過國會或其他民意機構的審查，甚至連「事後核備」的程

序都不需要。而這些決策對國人和相關業者的權益造成重大影響，但民意機構卻毫無置喙餘地、也完全無法監督，很容易造成行政權過度擴張的問題。

而且，從宣佈政策到公告實施，時間通常非常短促，用「迅雷不及掩耳」來形容，毫不誇張，這讓相關人等根本沒有足夠的反應時間；政府的政策給人一種偷襲的不良觀感。

行政體系越來越專斷跋扈，根本不把民意放在眼裡。台灣的民主會如何發展，實令人憂心。

放美豬沒換到利益 藍認失敗的談判

針對蔡英文急著開放美豬美牛，卻沒有跟美國換得實質利益，國民黨痛批，是非常失敗的經貿談判。

【本報記者呂翔禾綜合報導】「開放美豬卻沒跟美國換到任何利益，這樣只會讓美方得寸進尺。」國民黨立委葉毓蘭3日召開記者會，痛批蔡總統在尚未進入TIFA、BTA談判就急著開放美豬，之後只會讓美國要求更多。倫敦大學博士施威全也說，美國都尚未答應給台灣實質利益，我方就急著開放美豬，這樣的經貿談判非常失敗。

失敗的經貿談判

葉毓蘭說，陳時中說開放美豬美牛可以換得國際利益，但隨即遭到蔡總統打臉說，沒有交換利益，這根本違反常識。如果蔡總統可以藉此獲得更多國家利益，還沒話說，但是現在不僅沒換到實質利益，還企圖以行政命令繞過國會、規避監督，許多民眾非常擔心後續影響。

「沒有坐上談判桌就把籌碼擺出來，這樣的談判非常失敗。」

沒有跟美國換得實質利益，卻犧牲國民健康。左起吳崇涵教授、施威全博士、立委鄭正鈐、葉毓蘭與徐巧芯議員。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）



施威全說，美國賣給俄國、中國、歐盟的豬肉都沒有含萊克多巴胺，這些開放的事項是應該在TIFA、甚至是台美自由貿易的談判桌上才能談的議題，而且現在看來，我國宣布開放後，美方也沒有積極表態說要談FTA，那開

放有意義嗎？

施威全說，衛福部、農委會的官員說國人都吃溫體豬、國產豬市場占比90%，開放美豬進口不會有太大影響，可是以雞肉市場為例，開放美國冷凍雞肉前，台灣雞農的市場占比是73%，可是

開放至今市占率只剩下40%，不能用現況預測未來的發展。

應以民意監督

政大外交系副教授吳崇涵也不滿的說，台灣現在在外交上一面倒向美國，這樣在國際關係上叫

犧牲國人健康。

「美豬恐怕無法清楚標示在學校菜單裡面，相關部會要儘速提出配套措施！」台北市議員徐巧芯不滿的說，雖然教育部網站可以查到國中小營養午餐的菜單，可是網站中並沒有強制要求標示產地，法規現在也沒有規定強制採用國產豬，只說要開放卻沒看到任何配套，她要求要儘速制定標示產地的配套，讓民眾安心。

韋德齊堅決挺台灣 不畏中共施壓威嚇

【本報記者祝潤霖台北報導】「捷克應保有解讀『一個中國』政策的權利，也有義務跟民主台灣合作！」捷克議長韋德齊3日在外交部回應媒體提問說，捷克樂意跟民主自由的台灣合作，但也希望跟中國保持平等互惠。外交部長吳釗燮則強調，台灣無疑是實質存在的國家。

要跟民主台灣合作

韋德齊回應「是否提案重視台北辦事處位階？」的提問時說，台灣與中國之間也有貿易商務關係，捷克自然希望能與中國保持平等互利關係；但外交關係並不是參議院的職權範圍，參議院沒有權力指揮外交方針。

有記者提問：「面對中國外交部長王毅對您訪台嚴厲批評，並威脅說將付出沉重代價，在此處境下，你要如何表達對台灣的支持？」

「我不太喜歡他的表達方式，因為我並沒有做錯事！」韋德齊回應強調，訪台並未違反與中國的協定，每個國家對於「一個中國」都有自己的解讀方式，但國際協定交流則另當別論，台灣是自由民主國家，捷克有權利也有義務與台灣互相合作。

台灣是實存國家

捷克媒體代表提問外交部長吳釗燮：「台灣先前公布新的護照封面，搭配捷克訪團高規格接待，是否顯示台灣的獨立性？」吳釗燮表示，新護照反映了台灣人民希望更多地呈現台灣意象，這是台灣跟其他國家關係發展良好的象徵，也顯示台灣並不屬於中國。台灣總統是民選，國會也是民選的，外交部也能發行護照、簽證，說明台灣是一個實質存在的國家，我們會努力捍衛現狀。



▲吳釗燮（右）向韋德齊（左）表示，新護照反映了台灣人民希望更多地呈現台灣意象。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

馬英九追思王曉波 吳敦義悲傷痛哭

【本報記者祝潤霖台北報導】「王曉波學長啟蒙我參與保釣運動，他一生致力於研究台灣史，為台灣民族主義發聲！」前總統馬英九3日出席學者王曉波追思會表示，王曉波曾在台大領導保釣學運，對他日後堅持保釣影響甚深；王曉波也致力編纂蔣渭水全集，反殖民主義並發揚台灣民族主義。前副總統吳敦義致詞時提到王曉波因為幫農民發聲、歷經苦難，更難掩悲傷，失聲痛哭。

王曉波的生平

王曉波曾任教台大哲學系、文化大學哲學系，主攻中國哲學與台灣史。他1970年代在台北校園鼓吹自由主義、介紹保釣運動，捲入「台大哲學系事件」，以「為匪宣傳」的罪名遭警備總部拘留訊問，直到1997年，哲學系事件獲平反後，復職重返台



大授課。他在1991年創立《海峽評論》，為台灣少數的左派雜誌。

在追思影片中，王曉波自述一生的經歷，「我願終生做真理的僕人，永遠當中國苦難的良心！」王曉波從歷史分析兩岸分合，「如果中國強大，台灣是中國的；如果中國衰弱的話，台灣應離開中國。」他強調，台灣遲

早會隨著中國的崛起而崛起，兩岸的和平統一並不是沒有機會，誠如作家鍾理和的名句：「原鄉人的血，必須流回原鄉，才能停止沸騰。」

發揚台灣民族主義

「曉波兄他的人格高尚、學問淵博、思想進步，是一位堅定的民族主義者。」馬英九表示，

▲前總統馬英九（右）、前副總統吳敦義（左）兩人共同出席王曉波追思會。（網路截圖）

他跟王曉波相知相惜49年，王曉波比自己大7歲、當年在哲學系當講師，常常準備花生米、高粱酒，一群人暢論時事。當年美國要把釣魚台列嶼連同沖繩交給日本，他一大早就跟王曉波準備標語到松山機場去，「這還是我這輩子第一次丟人雞蛋。」也因此跟王曉波建立了深厚的革命情感。

吳敦義致詞時提到，我是曉波兄在台大的學弟，夫人宋元是我當年大學新聞社重要的台柱，在台大就知道這位學長非常有學問，也約略了解他的家庭在二二八事件中遭遇很大的苦難，只是因為幫農民發聲而受難，所幸2年9個月後打官司恢復了清白。我今天早上要來這裡，就想起一句話：「曉來誰染霜林醉，總是離人淚。」語罷失聲痛哭；最後他祝福王曉波的家人健康平安。

▼ 民進黨立委范雲（中）呼籲，大眾一同在日常中以行動反性騷擾。左起民進黨立委吳思瑤、范雲、賴品妤。（photo by 臧品安／台灣醒報）



職場性騷擾頻傳 立委提修法保障

【本報記者臧品安台北報導】「現有法律對職場性騷擾受害者的保障不足，必須修法！」民進黨立委范雲3日在記者會上表示，在自己也遭到同為立委的同仁騷擾後，辦公室收到許多的職場性騷擾陳情，對此，她將提出「性別工作平等法」修法草案，針對職場性騷擾，雇主不得對申訴或協助作證的勞工做任何報復或不利待遇，並應立即改善申訴之問題。

提出性平法修法草案

民進黨立委范雲3日召開「跨界集結大早反性騷擾防線 #WeAreOne」記者會。范雲

職場上的性騷擾案件層出不窮，且被害人恐屈於權威之下而隱忍，因此立委范雲表示，將提出「性別工作平等法」修法草案。

表示，從今年7月中受國民黨立委陳雪生性騷擾至今，她的辦公室也陸續收到各界大量的性騷擾陳情，而長期關心建築領域的立委吳思瑤也打算舉辦一場建築界的性騷擾座談會，因此他們決定就政治、體育、建築等領域舉行系列沙龍。

各界人士呼籲

「在醫生、律師、檢察官、

建築師這樣的專業領域，職場人際關係是非常緊密的。」台灣女建築家學會理事長許麗玉舉例，職場上司可能是老師，同事可能是學長姐，因此一旦發生性騷擾事件，當事人很難說出口。她強調，防止性騷擾必須超前部署，不僅要立法防治，也要讓性平變成日常。

台北市醫師職業工會會員代表郭仔婷則表示，調查報

告指出，在醫療空間受過性騷擾的女醫師比例達80%，男醫師也高達63%，顯示男女醫師在職場受性騷擾的比例都非常高，她呼籲，醫療院所應建立匿名申訴機制，保護通報者免於被職場報復的恐懼，得以勇敢發聲。

范雲等人呼籲，各界代表站出來只是第一步，「反性騷防線」#WeAreOne行動接下來也將就體育、建築、Cosplay、醫療、政治、社運等領域舉辦沙龍座談會，從生活中推動改革，並期盼大眾一同在日常中以行動反性騷擾。

期交所鑽石獎頒獎 金管會肯定貢獻

【本報記者游清淵台北報導】「期貨市場在我國資本市場中扮演非常重要的角色，有300多項商品在進行交易，在國際間也表現非常優秀。」金管會主委黃天牧31日肯定期交所近年來在推動夜盤交易、建置店頭衍生性商品集中結算、動態價格穩定措施與推出臺灣永續期貨等創新商品，已使臺灣期貨市場穩定成長，今年交易量可望再創新猷。

期貨業盛會

臺灣期貨交易所8月31日舉辦「第6屆期貨鑽石獎頒獎典禮」，金管會主委黃天牧、證期局副局長蔡麗玲、期交所董事長吳自心及期貨、證券、投信投顧、票券、壽險等公會理事長蒞臨頒獎典禮，現場共150位貴賓參與一年一度期貨業盛會。

第6屆期貨鑽石獎頒獎典禮共有36家期貨商、證券商、銀行、保險、投信、政府基金及法人機構獲頒期貨鑽石獎，共頒發44個獎座。由黃主委、期交所董事長吳自心，及期貨鑽石獎評審委員的期貨公會理事長糜以雍、證券公會理事長賀鳴珩、投信投顧公會理事長張錫、壽險公會理事長黃調貴及票券公會理事長廖美祝等，擔任頒獎人。

金管會肯定期交所

黃天牧致詞時表示，期交所近年來在推動夜盤交易、建置店頭衍生性商品集中結算、動態價格穩定措施、推出臺灣永續期貨等創新商品及多面向努力下，使臺灣期貨市場穩定成長，今年交易量可望再創新猷。



▲金管會主委黃天牧致詞時表示，「期貨鑽石獎」借用廣告詞「鑽石恆久遠，一顆永流傳」，盼期貨市場生氣蓬勃、永遠往前發展。（期交所提供）

另黃主委也表示，「期貨鑽石獎」的意義，借用大家熟悉的廣告詞「鑽石恆久遠，一顆永流傳」，代表期貨市場一直都是生氣蓬勃、永遠往前發展。

推動商品多元化

期交所董事長吳自心致詞時表示，感謝主管機關大力支持期交所，期貨鑽石獎自104年首次舉辦以來，今年已邁入第6屆，本屆期貨鑽石獎針對期貨經紀商、期貨交易輔助人、期貨自營商、期貨經理事業、證券投資信託事業、銀行業、保險業及證券業，設置交易量鑽石獎及交易量成長鑽石獎。

期交所表示，盼能持續善用國內期貨及選擇權商品穩定投資組合績效。期交所未來將戮力推動商品多元及制度改革、擴大市場規模並增加法人參與，以打造更優質期貨交易環境，推動臺灣期貨市長穩健成長。

文旦甜點五花八門 柚香禮券5日開跑

【本報記者呂翔禾台北報導】「鴨賞柚子鹹塔、香柚可麗露，台灣文旦不只單吃美味，還可以做成各種甜點！」隨著中秋節將至，農委會與農會3日召開記者會，推銷全台10大產地文旦，5日起到指定農會消費文旦滿額600即可兌換250元的「柚香禮券」，限量3萬張，可用來購買農產品。

記者會上，除了一顆顆鮮綠飽滿的文旦以外，還有許多利用文旦做出的點心、飲料，如鴨賞柚子鹹塔、香柚可麗露、薑花蜜桃柚子茶、柚子瑪德蓮等。農委會整合台南麻豆、宜蘭冬山、花蓮瑞穗、嘉義竹崎等全台文旦10大產區為「文旦大聯盟」，讓台灣文旦受到高

品質管控，讓國人吃得安心。不同產地的文旦，會因為氣候、土壤的差異，而有不同的風味！」農委會主委陳吉仲開心的說，感謝老天爺讓今年的氣候不錯，因此文旦的品質很好。他也感謝大聯盟為全台文旦進行產銷管理，外銷的同時維持價格穩定。他說，台灣文旦的果肉鮮甜好吃、富含維他命C等營養，歡迎民眾多多享用。農委會也宣布，字5日起只要到指定農會超市單筆消費購買600元文旦即可登記1張「柚香禮券」，滿1000元即可登記2張，每1個身分證或居留證號現登記1次，限量3萬張，民眾4日中午起就可上網查詢活動相關資訊。



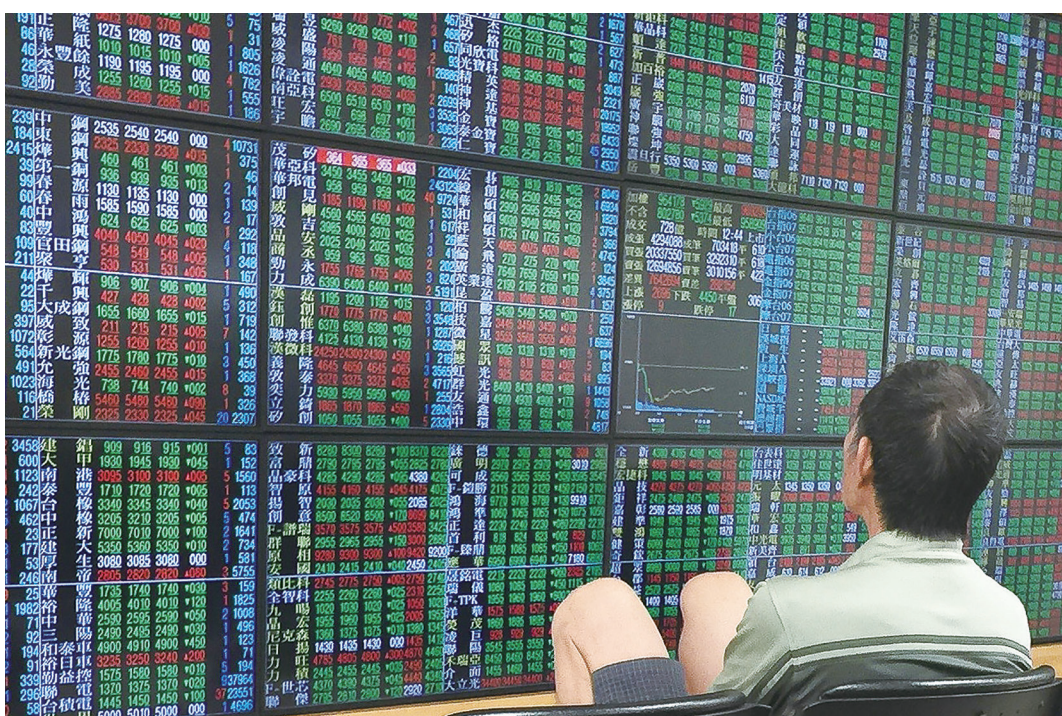
▲農會展示好吃的文旦點心（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

盤中零股交易在即 投資人躍躍欲試

【本報記者游清淵台北報導】為便利投資人參與台股，滿足盤中買賣零股需求，投資人今年10月26日起便可在一般交易時段買賣零股，既有的盤後零股交易仍依現行機制維持運作。臺灣證券交易所提醒，投資人應先確認下單券商有無開辦盤中交易業務，也應留意各券商的手續費及計費門檻可能不同。證交所也強調，下單前務必了解盤中零股交易手續費的費率及計費門檻，每筆委託皆有一定交易成本，請洽往來券商了解手續費的計收方式。

投資人在進行下單操作時，也要謹慎區別普通交易及盤中零股交易的下單委託界面，注意買賣委託申報數量，否則如將要下在零股交易的數字，下在普通交易的介面，便有可能會發生違約交割問題，不可不慎。

盤中零股交易預計在10月26日上路，但現今已有盤後



零股交易制度，小額投資人都期盼進出零股，湊出整股的效益，台股近期交投熱絡，也帶動零股交易市場升溫。

一般而言，大型權值股或高價股常成為零股交易的熱門標的，台積電零股成交一天的金額可逾新台幣15億元、大立光則可成交8億多元。如果要利用同一檔股票上午9時至下午1時30分正常交易時段，與盤後零股交

易時段的價差，大量交易零股套利，因盤後零股交易只撮合一次，專家提醒應留意風險。

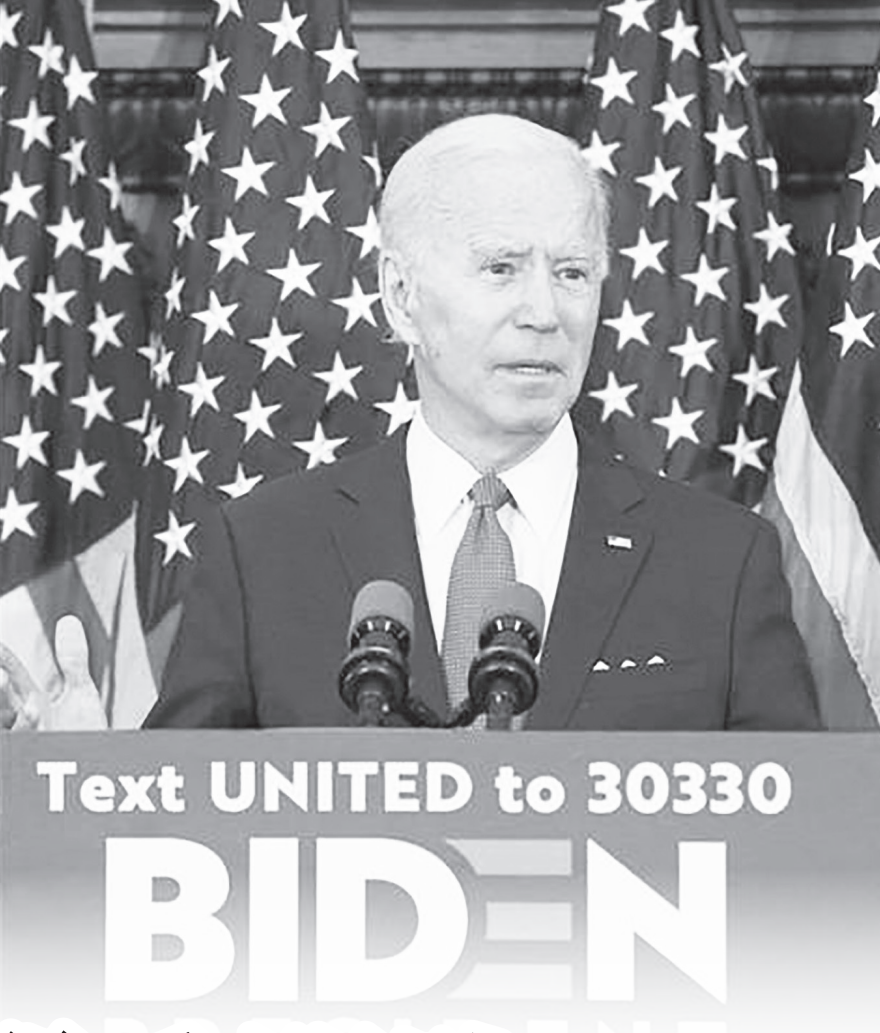
台灣證券交易所表示，不論現在已實施的盤後零股交易，還是將來實施的盤中零股交易新制，平盤價位都是前一個交易日大盤的收盤價，做為漲跌停的基準。零股交易收盤時的成交價不會特別視為「收盤價」，自然不會

當成次一營業日的「平盤價」。

雖然現制盤後零股交易市場只撮合一次，但同一檔股票成交價不必與整股市場相同，仍讓許多小資族投資人躍躍欲試，期盼交易到一個比整股還好的價位，但也有投資人大量交易零股，想獲得與整股市場套利的空間。

▲盤中零股交易預計在10月26日上路，但現今已有盤後零股交易制度，小額投資人都期盼進出零股，湊出整股的效益。（網路截圖）

▼ 川普 (左) 與拜登 (右) 正式就選戰位置，在選舉行程開跑前就已散發出濃濃的火藥味。(本報資料照片)



美國大選季開跑 川普、拜登競爭激烈

美國兩黨總統大選正式開跑，拜登狂轟川普防疫不力，而川普則猛烈抨擊拜登為煽動暴力的推手，選戰火藥味濃厚。

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國兩黨總統大選正式開跑，這也可能是史上最激烈、拉鋸的一場選戰！民主黨與共和黨都已推出各自的候選人，外界預測拜登將會強打川普抗疫不力，讓美國陷入混亂。而川普將會主打自己在法制面向的成就，並猛烈抨擊拜登為激進左派與煽動暴力的推手，這將會是美國有史以來最激烈的一場選戰。

拜登攻擊川普抗疫差

根據《半島電視台》報導，由於7日起是美國勞動節假日，因



《福斯新聞》提到，川普也不甘示弱，持續以「激進左



派」和「支持暴力」等字眼批評拜登，對於境內因種族衝突產生的暴力三緘其口，不敢譴責。川普在威斯康辛州從肯諾沙市開始，就持續以「維持法治」為宣傳，痛批暴動讓美國民

此雙方更需要儘快展開選舉活動。繼川普到布雷克槍擊案發生的肯諾沙市視察後，拜登也將前往，他在行前就已經表態，涉案的警方必須被正法、不得寬恕。拜登也批評川普無力處理國內新冠疫情，讓美國人民深陷不安情緒中。

眾的財產損失，警方或國民兵必須要鎮壓才能保衛國民安全。

川普誓言捍衛美國

距離美國大選倒數約60天，而美國911恐攻也迎來19周年，雙方在3日公佈對於911恐攻的哀悼活動，都將前往賓州的尚克斯維爾區，那裡是911其中1架失事班機墜落的地方。川普也在近日出席二戰紀念活動時提到，美國絕對不允許恐怖主義在美國本土再次危害家庭安全。

川普在威斯康辛、明尼蘇達投放的廣告中提到，總統將指揮國民兵進入城市維持秩序。最後

便以「要社區、不要犯罪，要工作、不要搶劫，美國需要強大的領導」作為總結。

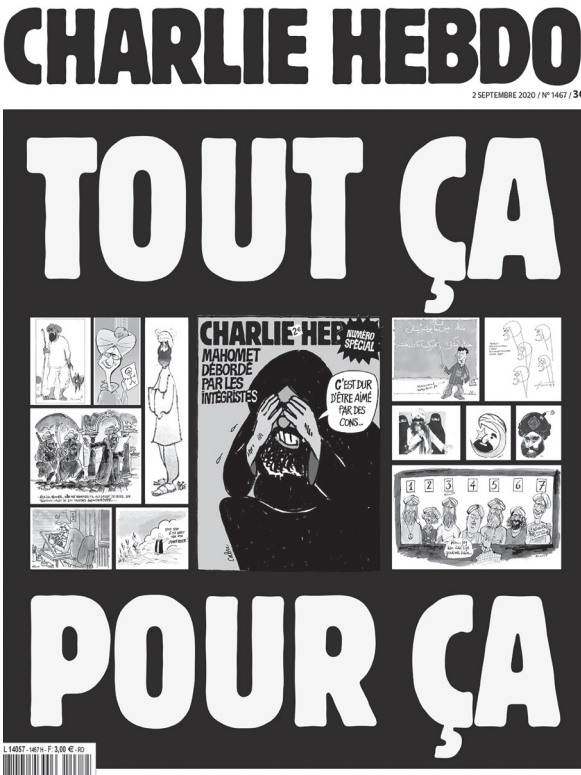
川普也痛批拜登過於軟弱，不過面對川普逼迫表態，拜登近日也在電視上數度重申他拒絕暴力。

在幾個關鍵搖擺州上，川普總統逐漸拉近與拜登的差距。拜登在明尼蘇達領先川普5.3%，賓州領先達4.7%，不過他在威斯康辛州與川普的差距剩2.7%、密西根州也僅領先2.6%，都在誤差範圍之內，外界預料這次美國大選將會是有史以來最激烈的一場大選。

法國恐攻終開庭 傳喚 150 名專家證人

【本報記者王安棟綜合報導】2015年1月法國接連發生「查理週刊」以及猶太超市的恐攻案

Numéro spécial procès des attentats des 7, 8 et 9 janvier 2015



件，造成17人喪命。5年後，案件在本月3日首次開庭，大規模傳喚150逾名專家和證人，審判預計進行至11月10日。在當年的恐攻案後，查理週刊仍不時收到恐嚇訊息，而受害者及外界對於犯人的犯罪心態，也仍未得到解釋。

《半島電視台》的報導指出，在14名被傳喚的被告中，僅有11名3日出席法國的法庭，其餘三位已在2015年恐攻年就逃至聖戰組織伊斯蘭國(ISIS)在敘利

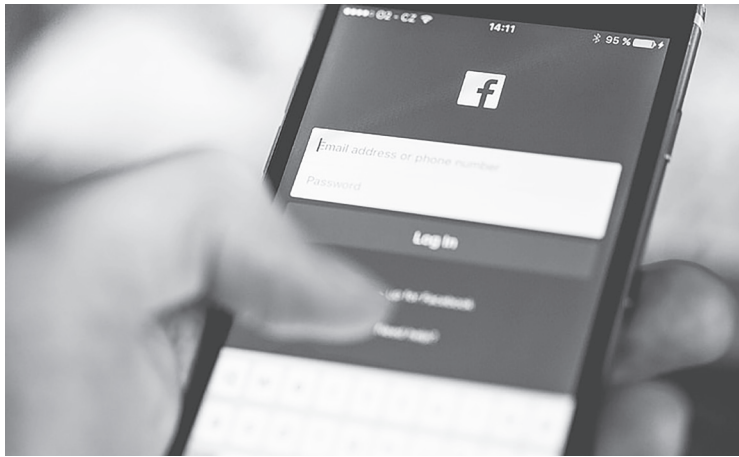
亞和伊拉克掌控的領地，而三名兇手則早已在犯案後。被警方追捕時遭擊斃。涉嫌為兇手提供汽車與武器等物資的被告，將面臨資助恐怖主義、恐怖組織成員、以及提供武器給兇手等控訴。

被告涉嫌資助恐攻

根據《德國之聲》的報導，這次審判的原告之一、也是當年恐攻案被害人遭孀瑪麗絲表示，「我需要知道兇手內心在想什麼，幫助我更貼近我先先生遇害時的經歷。」14名被告正面臨10年到無期徒刑的刑責，這次為時兩個多月的審判，也破例會被公開紀錄。



◀「查理週刊」於恐攻案開庭審判前夕，在新一期封面刊登了當年招來攻擊的先知穆罕默德漫畫。(photo by Charlie Hebdo 推特)



◀ 臉書因為仇恨言論管制鬆散，在印度陷入政黨鬥爭。(Photo from Plickly)

仇恨言論瀰漫 臉書捲入印度政爭

【本報記者呂翔禾綜合報導】臉書並未管控印度在其平台上的仇恨言論，成了印度兩大黨政爭的犧牲品！華郵近日報導揭露印度臉書縱容人民黨的支持者在平台散播仇恨言論，因此反對黨國大黨將召開聽證會，質詢印度臉書總經理墨漢。不過人民黨隨即反擊，聲稱總理莫迪曾要求臉書管制但臉書不予理會，這讓臉書公司陷入印度兩黨政治鬥爭中。

篩選言論偏頗

根據《半島電視台》報導，雖然臉書一向堅持在他們的平台上不允許有任何仇恨言論散佈，不過華爾街日報先前有文章爆料，臉書對於印度境內，尤其是執政黨人民黨支持者的仇恨性言論並未嚴格管控，這也讓印度反對黨國大黨藉此，要求印度臉書總經理墨漢出席國會委員會的聽證會。

雖然委員會由印度各黨共計30名議員組成，不過委員會的主席是國大黨的，駁斥反對黨借題發揮，將會針對臉書如何捍衛人權、預防網路錯誤使用等方面進行質問。不過執政黨的人民隨即發表聲明澄清，他們也不允許仇恨言論在網路上散播，而且臉書



並沒有遵守總理莫迪打擊仇恨言論的要求。

社群無政治中立

《華爾街日報》揭露臉書對莫迪政權相當支持，而且讓網路上反穆斯林的言論消極管制，迎合主打民族主義的莫迪，即使有用戶檢舉相關言論違反臉書的社群守則，臉書卻還是置之不理。甚至還爆料，印度臉書公關經理達斯恐嚇員工，如果對莫迪支持者進行仇恨言論管制，將會傷害臉輪在印度的商業信譽。

臉書否認一切指控並表示，公司營運沒有偏袒任何政黨。臉書在印度高達3億用戶，臉書旗下的通訊軟體WhatsApp更高達4億人使用，印度許多政黨都利用臉書或是WhatsApp進行動員、彙集群眾意見與帶風向，是政治人物最愛使用的平台。

不過臉書在美國、印度都傳出無視仇恨言論的管理方向，而在印度政治界中，臉書還被執政黨的資訊部長沙卡指控，在2019年大選時臉書透過演算法調整，試圖降低民眾對於人民黨的觸擊率，違反中立原則。臉書在印度正陷入政治鬥爭中。



圖文選粹

圖文 / 中央社

保加利亞民衆示威 要求總理下台



▲保加利亞近兩個月來，街頭反政府遊行連續不斷，今天有數以千計民眾聚集國會大樓前，與警察發生衝突，造成超過45人受傷。

拒施壓接受中國 索羅門最大省公投



◀索羅門最大省馬萊塔省不滿政府與台灣斷交後施壓要求接受中國，計劃10月舉行公投，決定是否脫離索國獨立。

▼ 非洲大陸的確診數和死亡率都不高，對學界來說還是一大謎團。(photo from 網路截圖)



非洲疫情比預期輕 跌破專家眼鏡

【本報記者宋秉謙綜合報導】人口過度密集、醫療設備落後，但非洲大陸的死亡率與確診病例卻不高，違背疫情傳染病的科學理論！當疫情在歐美爆發後，非洲學者都因社會現況看衰非洲防疫，但依照 2 日最新的數據，非洲較嚴重的幾個國家確診數持續下滑，連最嚴重的南非，死亡率都比英國低 7 倍。對此，學界至今未有定論，僅猜測應與老年人口較少、非洲各國提前封鎖有關。

確診、死亡比預期低

按照一般流行傳染病的理論，人口密集、社會公衛系統糟糕、醫療設備相對落後，種種跡象來看都是疫情傳播的溫床，所以在

人口密集、醫療設備相對落後，但非洲大陸的死亡率與確診數卻不高，連最嚴重的南非，死亡率都比英國低 7 倍，跌破專家眼鏡。

歐美爆發新冠疫情時，非洲學者全都不看好非洲大陸的防疫政策，認為非洲醫療會徹底崩潰。但據 2 日的《英國廣播公司》報導，非洲大陸的疫情卻相對不嚴重，過去一個月內，每週的新病例數平均下降 17%，非洲區的 WHO 發言人莫提表示，非洲首波高峰危險期似乎已過，人口較多的國家如南非、埃及、奈及利亞的新例增長率都已放慢。

若單看死亡率，南非總確診數超過 63 萬，排非洲第一、全球第 7，但死亡數僅 1.4 萬，死亡率還比英國低了 7 倍，這在醫療設備和社會發展層面來看，幾乎是難以理解的謎團。據《BBC》3 日的報導，非洲學者卡里姆就承認，對於非洲的死亡率和確診數出乎意料，至今學界仍沒有找到合理解釋。

學界未有定論

一開始有學者猜測，非洲大陸死亡率會低可能與平均年齡有關，平均年齡幾乎是歐洲的一半，由於新冠對老年人更加致命，非洲超過 80 歲的老年人很稀少。但這個說法也沒有相關科學能佐證，現在學者更傾向於因為非洲沒有像歐、亞、美洲等接觸頻繁，且提早封鎖所以疫情並未擴大。甚至還有說法是非洲大陸因為流行病頻傳，可能有類似於新冠的免疫力。

此外，據《最新數據》顯示，非洲大陸人口多的國家疫情增長率都放慢，但東非和北非漸增，WHO 也建議非洲，先別放鬆警惕。

亞馬遜大火颶高 環團批總統是幫兇

【本報記者莊瑞萌綜合報導】巴西政府護林成效不彰，亞馬遜森林大火創新高。巴西多個環保團體指出，距離亞馬遜雨林驚天大火時間已過 1 年，但總統波索納洛事後的作為消極，8 月整個大亞馬遜地區共發生 29,307 起大火，是十年來新高，甚至威脅到原住民生活。

據《衛報》報導，今年 5 月，巴西佈署軍隊至亞馬遜負責減少環境犯罪，但許多人認為成效不彰，7 月巴西政府再度宣布實施 4 個月禁燒令，不過，從巴西國家太空研究院取得的衛星照片可發現，8 月在亞馬遜州仍可發現超過 7,600 起大火，不只是 1998 年以來最高，也比去年增加近千起。

在 8 月，整個大亞馬遜地區共發現 29,307 起大火，創十年來新高。對此，綠色和平指出，儘管有動員軍隊與禁燒令，但相較去年同期，今年 7 月中與 8 月中森林大火仍不減反增。該單位代表巴蒂斯塔表示，「我們正在目睹去年的悲劇再度重演。」



德國國際前瞻永續研究院代表力帝爾表示，「這無疑是 30 多年來巴西面臨最糟糕的時刻，但這些其實早可以預料，因為現任總統就是持反環境保護態度才當選的。在波索納洛帶領下，巴西正成為環境最大的敵人。」據《Mongabay》報導，隨著亞馬遜雨林人為燒林季開始後，總計有 50 萬公頃土地被燒毀，

也對巴西原住民居住區產生極大的威脅，因為根據安第斯亞馬遜計畫監測 (MAAP) 指出，今年在原住民區發現的 86% 大火都在近兩週發生。對此，巴西原住民族協會主管瓜亞哈拉指出，「每個人都感到恐懼與擔憂。去年全世界都看到野火吞噬了亞馬遜，今年情況看

起來更糟糕。」且即使大火發生在原住民區域外，但是大火帶來的濃煙，對於當地民族的健康也有不利的影響，甚至大火會讓食物來源消失，而迫使與世隔絕的原始部落原住民被迫與現代世界接觸，增加暴露疾病的風險中。

未經黨代表大會提名 歌手參選總統受挫

【本報記者呂翔禾綜合報導】雖然人人都可參選總統，不過亞利桑納州近日有民眾克雷頓要求當地行政法官，不要讓總統大選的選票上出現獨立參選饒舌歌手肯伊·威斯特特（Kanye West）的名字！因威斯特特已經登記為共和黨員，沒有經過黨代表大會提名參選總統。不過獨立參選的威斯特特已經在阿拉斯加、田納西等州都取得參選資格。

根據《赫芬頓郵報》報導，亞利桑納州的總統大選選票將於 9 日印出，但在死線之前確有民眾向當地法院提起訴訟，要求州政府不要印上獨立參選的知名饒舌歌手威斯特特的選項。他的律師在近日聲稱，如果是無黨籍的獨立參選，就不需要經過政黨提名的程序，但是眾所皆知威

斯特是名共和黨員。「沒有經過黨代表提名的程序，他就不可以參選美國總統。」克雷頓的律師說，即使威斯特特在該州登記為參選人，他贏得總統大選的機會非常小，因此希望威斯特特不要扮演兩大黨之間的攪局者。不過代表威斯特特出席的律師拉索塔直批，這樣的訴訟只會讓該州的選民失去多一個選擇的機會。

不過克雷頓的律師向外界保證，訴訟會在選票印出來以前結束。而拉索塔不滿的說，威斯特特只是想選個總統，說他是攪局者實在太誇張。《CNN》提到，威斯特特已經在阿拉斯加、科羅拉多、佛蒙特等 11 個州獲得參選資格，不過這些州總計只有 83 張選舉人團票，距離當選的 270 票還有一段距離。

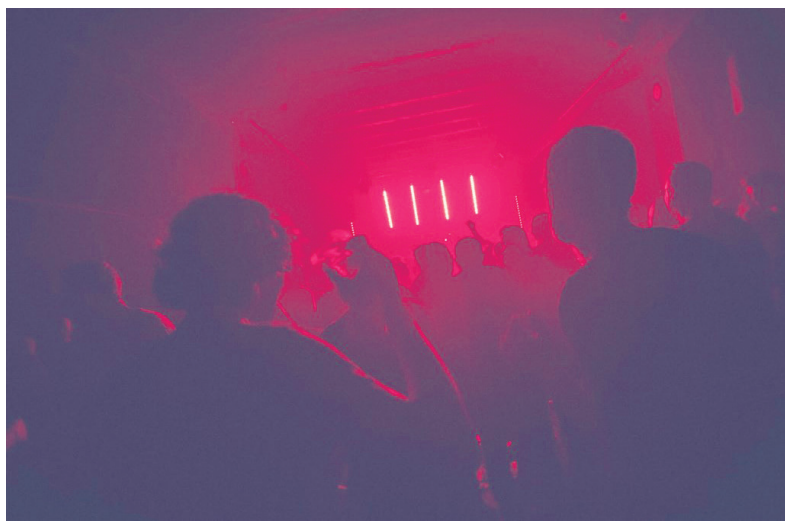


▲ 亞利桑納州有民眾不希望饒舌歌手威斯特特（圖）參加美國大選。(Photo by rodrigo ferrari on Wikimedia Commons under Creative Commons Attribution-Share Alike 2.0 Generic license)

圖文選粹

圖文 / 中央社

美國南卡大學開趴 確診學生破千位



▲ 美國南卡羅來納大學通報超過千名學生確診新型冠狀病毒，該校數個學生社團近來舉辦許多派對和大型聚會。

美國開學網課 跨時區日夜顛倒



▲ 儘管美國大學今年秋天多以網課形式開學，仍有家住台灣的留學生返回美國，在同一時區上課，避免跨時區晨昏顛倒。

都市的晚霞

圖 / 文 陳芳明

(政大台灣文學研究所教授)



【文學院的夕照】

每天黃昏結束一天的工作，在後山坡道校園漫步一圈。這是一次暖身，晚餐後，又繼續在河堤走路。昨天黃昏的陽光非常亮麗，文學院的紅牆與廣場也乾淨地發光。回憶中的二十年校園生活，大約也是如此。我的黃昏歲月都在這裡燃燒，明年退休後，也要繼續燃燒下去。

【不太友善的夜雨】

黃昏時，從窗口望向政大校園，濃厚的雲霧正緩緩包圍著整個山頭。那些建築都是我黃昏慢行時經過的地點，似乎預告了颱風即將過境。晚餐之後，河堤上的雨勢似乎還可以，便換上涼鞋出去走路。沒有想到雨開始越來越大，只好放棄今晚的河堤之行。那山，那雲，那霧，今天有點不太友善。明天再來完成吧。



【夜騎者的燈光】

每天晚上在河堤上漫步四公里，不只可以清理思緒，也可以讓四肢百骸再次獲得整頓。河堤燈光特別明亮，夜騎者總是一起出發，他們也在整頓自己的生活節奏。這是個健康的城市，從堤上俯望那排車隊，可以感覺他們青春的快樂。他們的車前燈，也閃爍著無邊喜悅。

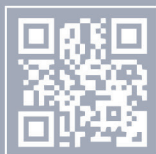


【最完好的落日】

在校園走路時，不期遇見一輪落日坐在人家的屋頂上。謠傳中的遠方颱風，終於沒有過境。換取這麼一顆火紅的落日，穩定而無瑕。盛夏已經到了剩下的階段，跨過八月，初秋大約也要降臨。站在後山校園的高處，可以如此與落日對望，這是一次不可思議的神啟。

【恆光橋下】

今天晚上沒有走河堤上，而是走河堤下的溪邊道路。蜿蜒的人行道，似乎比河堤還要長一點，超過四公里。沿著河岸草地旁的腳踏車道，從寶橋下一直走到恆光橋下，沿路風景完全不一樣。第一次看到恆光橋的橋墩，上面就是通往政治大學校園的後門。晚上點起燈光，似乎多了一些姿色。昂首仰望，卻覺得有些陌生。換一個角度看世界，視野完全刷新。



線上訂閱

振興三倍券怎麼用？加入紓困台灣醒報如何？

三倍券訂閱醒報、捐贈醒報！

-- 讓醒報同仁感動一下吧...))

方法一：振興三倍券 3000 元可訂醒報一年，原價 3600 元，其實你總共只支付 1000 元訂報一年。

方法二：續訂 3 年或 3 份醒報，原價 10,800 元，您用振興三倍券 3000 元可以抵用 5000 元，您只要再付 5,800 元現金（或刷卡），換算您總共只花 6800 就訂了 3 年或三份醒報。

方法三：捐贈振興三倍券 3000 元給中華基督徒新媒體協會，我們會開給您 3000 元（其實您只花了一千元換振興三倍券）的抵稅收據，等於積財寶在天上。

三倍券愛心專線：02-23581961 專人服務)))

以色列風雲 (十之六)

圖 / 文 郭淑鳳

以色列住棚節—各國旅客群聚歡慶

住棚節也是觀光旺季，因為聖經撒迦利亞書曾經預言，未來外國人要來耶路撒冷住棚節，吸引各國基督徒參加，旅館也都滿載。

當華人在戶外過中秋，吃月餅烤肉的時節，猶太人也會在露天搭的棚子裡用餐，過 7 天的住棚節。

住棚節由來

住棚節是猶太人三大節日之一，在猶太曆 7 月 14 日黃昏後開始，連續 7 天。因為是根據月亮亮的曆法，通常出現在 9 月底或 10 月初。這是猶太人收藏出產的季節，各地猶太人要在住棚節期間來到耶路撒冷朝拜，獻上祭物，也要住在棚子裡，以紀念以色列人出埃及時住在棚子裡的歷史。

由於聖經的要求是 7 天都要住在棚子裡，所以敬虔傳統的猶太教家庭通常會搭建木板棚子，有窗戶、電燈、甚至床鋪。也要預備香果、棕樹枝、柳枝和另一種樹枝等四樣東西，供猶太教徒禱告時使用。

傳統上，這是個適合邀請賓客的節日，以色列總統府也會開放時段讓民眾進到總統的棚子裡作客。住棚節的第一晚要守安息日，此時商店歇業、公車停駛，走在搭滿了棚子的社區裡，充斥著此起彼落的唱詩禱告聲，或之後宴飲暢談的歡笑聲。

耶路撒冷大遊行

在這 7 天中，耶路撒冷市政府還會選定一個午後舉辦封街大遊行，讓國內團體和列國的觀光客組成數十個遊行隊伍，走上街頭，向兩旁夾道歡迎的本地人分發本國國旗或小禮物。大遊行每年都吸引各地的以色列人全家出動，接受來自國際友人的祝福。

住棚節也是觀光旺季，因為聖經撒迦利亞書曾經預言，未來外國人要來耶路撒冷守住棚節，所以耶路撒冷國際基督徒使館 (ICEJ) 每年都在住棚節期間舉辦上千人的聚會，吸引各國基督徒參加，旅館也都滿載。

因為疫情，今年住棚節的國際聚會改為線上舉行。以往每年都率團赴以色列的台灣 ICEJ 理事長周效遠表示，基督徒上耶路撒冷守住棚節是上帝在聖經裡的呼召，特別是能與猶太人一同守節，表明外邦基督徒對上帝選民的支持。

人潮不斷，因為聖經要求猶太人在這個節日要「在耶和華—你們的神面前歡樂七日。」(利未記 23:40)，許多教徒會在廣場上跳舞歌唱。

猶太人在秋天的月圓時坐在頂部透光的棚子裡吃飯，與華人的中秋節賞月很雷同，唯一的差異是安息日不能生火，所以住棚節很少人在戶外烤肉。以色列的疫情仍然嚴峻，今年的住棚節估計難有往年的熱鬧景象。



猶太人會在陽台上搭棚子過住棚節。(photo by 郭淑鳳)

歡慶是一項命令

住棚節期間，西牆廣場總是



▲耶路撒冷大遊行時等待遊行隊伍的民眾。(影片截圖)
▲住棚節期間餐廳的露天雅座會用棕樹枝裝飾。(photo by 郭淑鳳)

70th
Berlinale Special
Gala

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
羅貝托貝尼

坎城名導 馬提歐賈洛尼
真人奇幻新作

皮諾丘的奇幻旅程

PINOCCHIO

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

9.18 謊然大悟

Federico IELAPI

Rocco PAPALEO

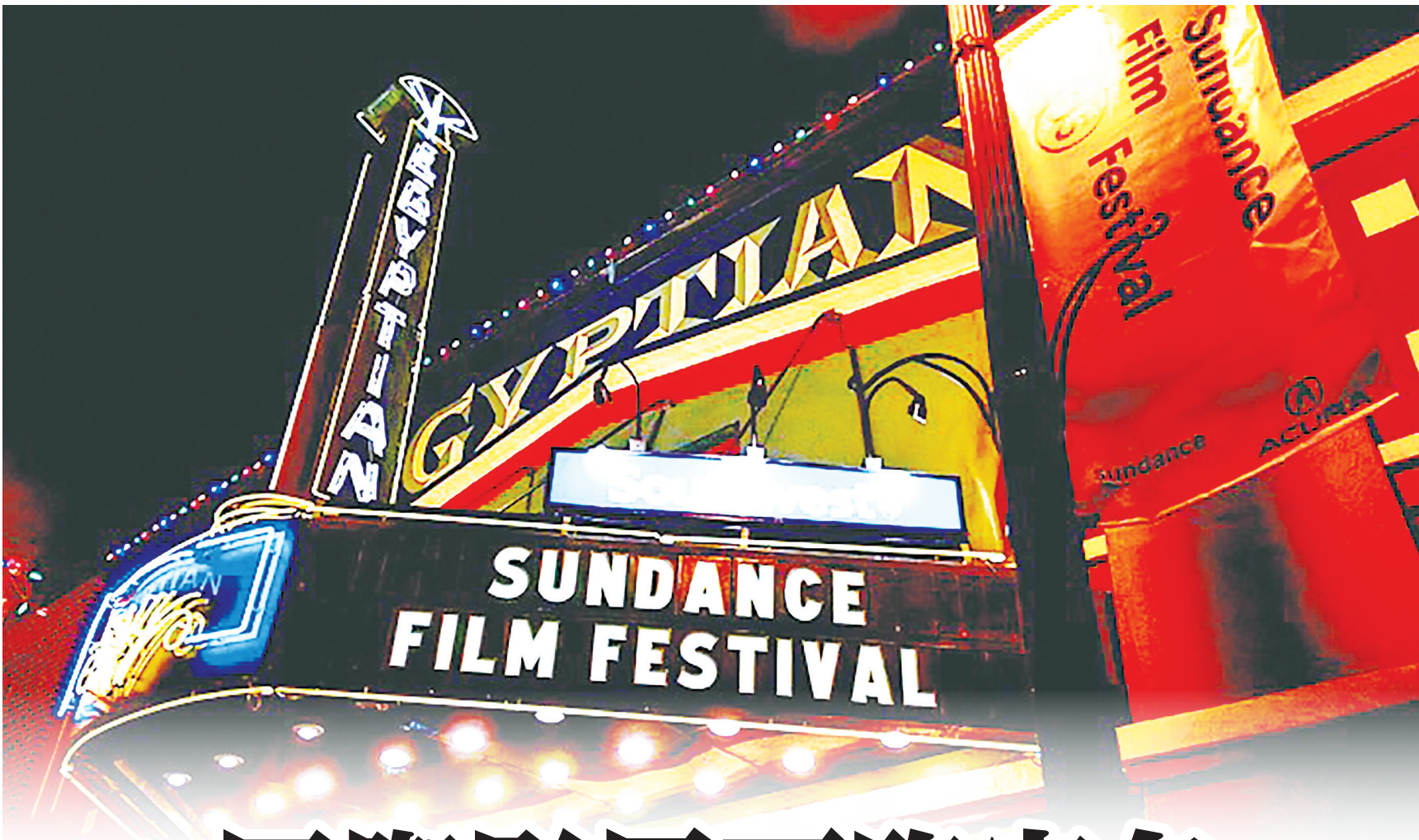
Massimo CECCHERINI

Marine VACTH

ICON Ciri PROIETTI

2012 年 9 月 1 日創刊 深度報導·極簡樂讀 發行人 / 林意玲 電視、廣播、報紙、手機、網路 五媒合一 網站: www.anntw.com 發行所 / 台灣醒報股份有限公司 中華郵政台北開字第 38 號執照登記為新聞紙交寄 定價 10 元
訂閱專線 / 02-23581961 訂戶服務專線 / 02-23581806 郵政劃撥帳戶: 50216232 投稿與新聞信箱 / anntw.ad@gmail.com 歡迎加入台灣醒報臉書粉絲團 社址 / (10049) 台北市中正區北平東路 20 號 9 樓之 1

▼影展產業受創，因此各大策展組織聯名上書政府，請求紓困。圖為日舞影展。(Photo from From Wikimedia Commons, the free media repository)



國際影展面臨寒冬 聯名請求政府紓困

【本報記者陳是祈綜合報導】威尼斯、多倫多、柏林、坎城等超過 40 家國際影展策展單位以及多個電影從業組織，聯名致信到各國政府，希望能重視策展產業的需求與危機。連署信中表示，一場成功的影展不但有助於文化與藝術交流，更可以帶動當地經濟，但礙於疫情影響，多數展覽取消或延期，讓策展人與組織難以負擔損失，亟需政府出手紓困。

《Indie Wire》報導，國際電影從業協



疫情衝擊影產業，威尼斯、多倫多、柏林、坎城等超過 40 家國際影展策展單位聯名致信各國政府，希望能重視產業的需求與危機。

會 (FIAPF) 在公開信中特別呼籲政府重視策展產業，「影展對於文化、經濟和社會發展都有無可取代的貢獻。」這些加入聯署公開信的影展單位包含威尼斯、多倫多、柏林、坎城等知名影展。

「全球電影產業從未遭受如

此的重創。」威尼斯影展的總監 Alberto Barbera 在信中表示，「即使電影院逐步開放、劇組復工，影展產業仍然需要強大的後援。影展對於整個電影產業來說，是不可抹滅的存在。」不只是文化藝術，他在信中強調，一場成功的影展可以為當地帶來觀

光等經濟發展。

《綜藝》報導，多倫多影展負責人 Cameron Bailey 表示，影展是串連全世界的影業工作者的最佳時機，且可以吸引各地的旅客，振興當地的商家，因此在這種危急時刻，政府必須重視此一產業，並出手紓困。

自疫情以來，各大影展如坎城、威尼斯、多倫多等，無不往後推延或輕量舉辦，如採取線上和現場混合模式，典禮也大幅度精簡，避免讓疫情更嚴重。



國美館跨界賣月餅 李錫奇詩畫同入味

【本報特派員劉東皋台中報導】國美館今年首度與飯店業者合作，和台中大毅老爺行旅聯合推出「月光下」等三款秋節禮盒。「月光下」是採前輩版畫家李錫奇的作品「月之祭」為創意發想，並結合李錫奇的妻子古月的新詩，成為商品特色。國美館長林志明說，此次的合作是想將藝術與創意做結合，推廣到民眾的生活中。

林志明表示，老爺酒店長期將藝術展示與旅館空間結合，讓他印象深刻。此次的合作，也是由大毅老爺行旅發想。他自己是台

中人，感到台中是一個特別有創意的城市。有些城市投入不少經費資源想建立起創意城市的形象與內涵，但台中本身就充滿創意能量。

此次結合李錫奇老師的作品與古月的詩作，詩畫相映以體現月亮做為東方文化中的情韻對象，推出三款不同口味的月餅禮盒；國美館另取材典藏青年藝術家溫孟瑜的作品，推出「日常解芳」作為常設茶禮品。國美館期透過將藝術帶入日常生活，以提升美感素養。



▲國美館跨界與商旅結合，將李錫奇的畫作元素與古月的新詩，融入商品設計中。(photo by 劉東皋／台灣醒報)

三棲教頭陳定雄 新書記錄傳奇經歷

【本報記者祝潤霖台北報導】紀政贊助、何長發撰寫的傳教頭陳定雄傳記出爐，書中名言妙語如珠！中華足球、田徑、跆拳道三棲傳奇教練陳定雄 3 日據行《悲壯美人生》新書發表會，由長年伴隨左右的資深足球記者何長發執筆，何長發笑說，學生都對陳老師的課堂名言倒背如流，這本書每個篇章都可見他的名言：「沒錯！老師在說，有沒有在聽？」

「我跟陳老師睡在一起很多年，是最有把握寫好這本書的人。」何長發說，陳老師對體育教育具備很深的理論基礎外，還親自執教國家代表隊，除了足球還跨足跆拳道跟田徑，是第一個把運動科學帶進足球隊的教頭，他強調絕對不能偏廢體能訓練，身為第一批出國留學的體育人，

常鼓勵運動員也要往體育學術發展。

前體委會主委陳全壽笑說，他年輕時跟陳定雄住在一起，半工半讀為參加奧運跟亞運打拚，「書裡寫陳全壽常常向他借錢，這是真的！（眾笑）」常常看到他從早到晚讀書，而且不太吃飯，還好後來交往了他太太，時常端飯給他吃。「他沒拿的博士跟校長，我替他完成；我一直想當的國家隊教練，他幫我完成了！（現場鼓掌）」

希望基金會董事長紀政引述陳定雄的名言說：「在盲人的國界裡，獨眼龍就是國王！」前台灣體育大學教授陳定雄反誇紀政說，「我們寫歷史（history），都在說『他』的『故事』，下次我應該寫一本書，來講『她的故事』！」



▲何長發（右起）、田徑協會王景成、前體委會主委陳全壽、紀政、體育署長陳少熙、陳定雄、木蘭女黃映雪、張子濱、前跆拳道總教練陳峰儒合影。(photo by 祝潤霖／台灣醒報)

橫跨傳統與現代 台北藝術節新面向

【本報記者臧品安台北報導】台灣獨立編舞家及舞者葉名樺穿著白色貼身衣物，繫上大紅色和服腰帶，輕搖摺扇緩緩舞動身姿，詮釋摺扇學習日本舞蹈的過程。她結合舞蹈、文件、聲音及影像等不同媒介，以講演式展演呈現女性舞蹈家及女性形象。

3 日台北藝術節「共享吧」記者會上，帶來了兩場精采的演出，第一場表演是葉名樺帶來的《SHE》，第二場表演則是台灣編舞家林宜瑾帶來的《工尺鼓詩》。她從阿公的亂彈戲手抄本「工尺譜」出發，以講座式展演的形式演出，結合北管、古箏、鋼琴及影像等，展現對自我身體與自我生命的探尋，精采的演出令現場觀眾都屏氣凝神。

葉名樺、林宜瑾及「鬼丘鬼鐘」主創李奧森分別介紹各自作品的創作理念。葉名樺表示，《SHE》的演出分成三段，運用不同身體語彙呈現多位女性舞蹈家及女性形象；林宜瑾表示，《工尺鼓詩》是在探索人與生長土地的連結及自我生命對身體的挖掘；李奧森說，她透過《圖書



室錄音》，希望引導觀眾思考暴力在集體意識中的位置。

《SHE》將於 9 月 5 日至 9 月 6 日在臺北試演場演出，共計 2 場；《工尺鼓詩》也預計於 9 月 5 日至 9 月 6 日在臺北試演場演出，共計 2 場；《圖書室錄音》則將於 9 月 12 日至 9 月 13 日在空總臺灣當代文化實驗場聲響實驗室呈現，共計 6 場。



▲3 日台北藝術節「共享吧」記者會上，帶來了兩場精采的演出。葉名樺表演其作品《SHE》第二段，詮釋日本妓女橫濱瑪莉（西岡雪子）(photo by 壞鞋子舞蹈劇場 FACEBOOK)

▲台灣獨立編舞家及舞者葉名樺詮釋日本妓女橫濱瑪莉（西岡雪子）。(photo by 台灣醒報／臧品安)

► 高球聯盟宣佈新賽季賽事，總計一年安排 50 個賽事，刷新 1975 年來的最多場數紀錄。(photo from Wikimedia)



高球新賽季超進補 6 大滿貫加奧運

【本報記者宋秉謙綜合報導】高爾夫球迷未來一年有福了！高球 3 日公布新賽季賽程，20/21 年將把今年因疫取消的 14 個賽事通通補回來，其中包含 2 個四大滿貫賽（美國公開賽與名人賽），代表明年賽季將有 50 個賽事、包含 6 個大滿貫賽事，這將是 1975 年以來最多賽事的一年，高球聯盟專員莫納漢更補充，新賽季賽程還未包含延後的東京奧運高球賽，這賽季將會很充實、特別。

根據《今日美國報》報導，PGA 高球聯盟 3 日公布新賽季 20/21 的賽程表，



高球公布新賽季賽程，將把今年因疫取消的 14 個賽事通通補回來，將有 50 場賽事、包含 6 個大滿貫賽事，還有東奧高球賽。

由於本賽季遭疫情打擊，從 3 月中到 6 月中，一共取消高達 14 場比賽，聯盟決定在新賽季將補辦被取消的賽事，總計高達 50 場賽事，讓高球迷在一年內能無縫接軌收看各個巡迴賽。

《專業高球網》報導，擁有 50 個賽事的新賽季是 1975 年以來最多的一次（該年 51 個），新賽季將從本月 10 日在加州納帕市的



Safeway 公開賽開始，要一直打到明年 9 月 4 日在亞特蘭大的巡迴賽做結尾。

新賽季不只場數多，連大滿貫賽數量都不同於以往，過往賽季都是四大滿貫賽每年一次，但今年 6 月改期的美國公開賽將直接改到本月稍後舉行，而本該於 4 月舉行的名人賽也會延到 11 月，等於這兩個 2020 年的大滿貫賽都將算在新賽季的積分，新賽季還是照常在 4 月、

6 月打名人賽、美國公開賽，總計新賽季會包含 6 次大滿貫賽。

專員莫納漢形容，新賽季將會是歷史上最特別的一季，除了上述提到的賽事，明年 7 月底到 8 月 1 日更是東京奧運的高球賽（並未算在 50 個賽事數內），奧運會夾在英國公開賽和世錦賽之間，然後傳統的歐美對抗賽（萊德盃）也會延後登場。此外，聯盟也會積極討論何時能開放球迷進場看球，莫納漢暗示，9 月底的多明尼加巡迴賽將會有簡易篩檢，可能會嘗試「程度上的開放」。

美網女單又爆冷 頭號種子普娃落馬

【本報記者宋秉謙綜合報導】美網女單賽事難預測，經常出現頂級種子選手落馬的爆冷劇本，而今年也不例外。美網 3 日迎來第 3 日的次輪賽程，女單第 1 種子普利科娃以 1：6、6：7 直落二輪給世界排名僅 50 的加西亞，這也是自 2014 年球星小威廉絲以後，美網女單就再也沒有頭號種子能封后的紀錄，在普利科娃敗走之後，奪冠機會來到 2、3、4 種子柯寧、小威、大坂直美手上。



美網女單爆冷門

美網女單一直以來都不易預測，一來是生態不像男網，有費納喬三巨頭（費爸、蠻牛、喬帥）宰制特定的大滿貫賽，女網基本上沒有人長年宰制單項賽事（除了幾年前的球星小威廉絲），二來是美網女單常有頂級好手退賽。好比今年，世界第一的巴蒂、前球后哈蕾普、連去年的美網冠軍碧安卡都退賽，普利科娃才會成為今年美網的頭號種子。

而美網的爆冷戲碼持續上演，根據《ABC 體育網》報導，普利科娃 3 日在次輪就遭遇最大冷門，她第一盤早就放棄，雖然第二盤一度拚到搶七，但最終仍以 1：6、6：7（2：7），慘遭世界第 50 的加西亞直落二淘汰。普娃出局也代表美網從 14 年的小威之後，頭號種子連續第 6 年無緣封后。

▲ 美網女單今年的頭號種子普利科娃如同過去 5 年的頭號種子，不幸早早落馬，無緣爭后。(photo from 網路截圖)

據《BBC 體育》報導，普娃賽後受訪時讚美對手，認為加西亞從開賽就積極搶攻，打法相當有侵略性，讓自己在尚未喘口氣時就先放掉首盤，而普娃也提到，自己並非機器人，有時候就是不在最佳狀態，輸球輸得心服口服。

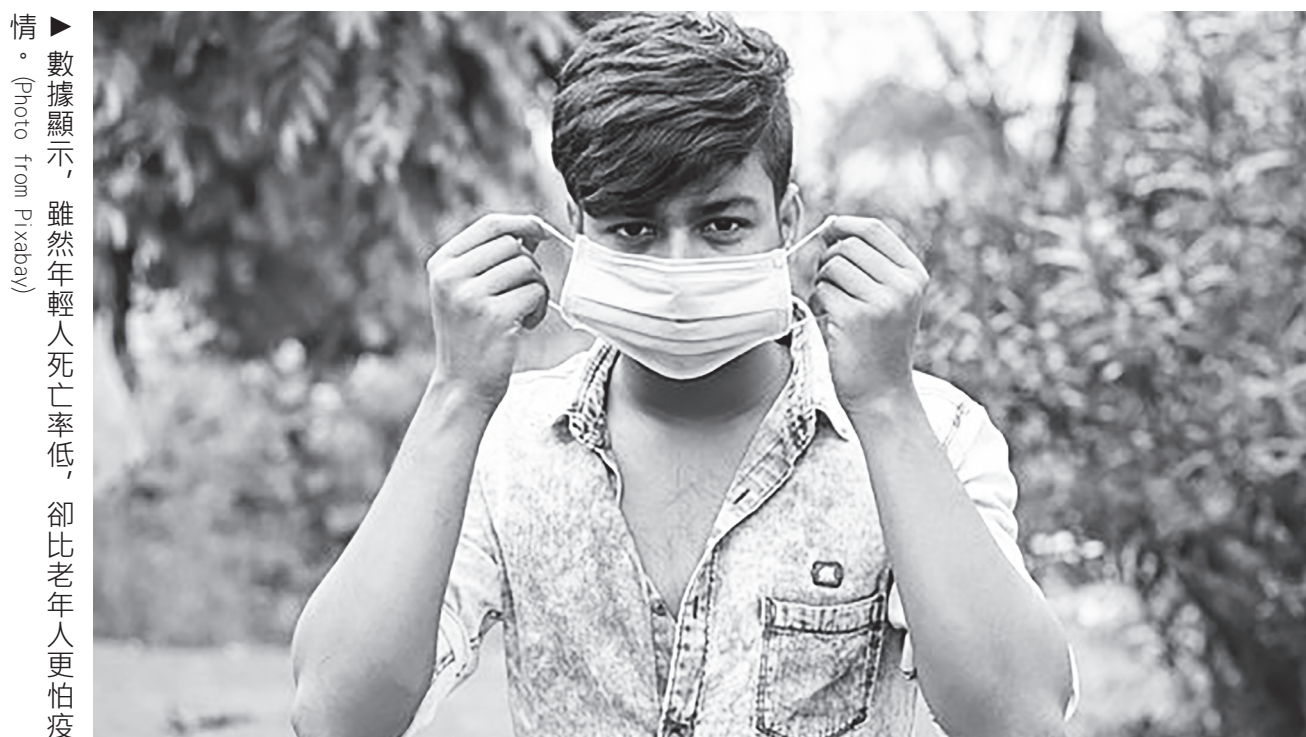
在普娃敗走之後，奪冠的熱門人選變成後 3 大種子，包含第 2 種子、疫情前於澳網封后的柯寧，第 3 種子、6 度拿下美網冠軍的傳奇球星小威廉絲，以及第 4 種子、前球后大坂直美。其中，大坂也在 3 日出賽，但不同於爆冷落馬的普娃，她以 6：1、6：2 輕鬆擊敗對手，率先闖進第 3 輪，柯寧和小威將在 4 日出賽第 2 輪。



小威、大坂奪冠熱門

政治傾向影響 美青年更怕疫情

雖然年輕人染新冠死亡率低，但美國年輕人因為政治傾向、擔心失去工作和學業，因此比老年人更害怕疫情。



情。► 數據顯示，雖然年輕人死亡率低，卻比老年人更怕疫情。(Photo from Pixabay)

【本報記者陳是祈綜合報導】美國年輕人比年長者更害怕疫情！據各國資料顯示，年輕人感染新冠肺炎的機率比年長者低很多，但經濟學人分析指出，美國年輕人比老年人更緊張疫情的擴散，原因在於川普政府低估疫情，對手民主黨則相當重視疫情，而美國大部分年輕人較為傾

向民主黨，因此對疫情更加擔心，且年輕人更擔心因為疫情失去工作和學業。

《經濟學人》分析，五分之二 18 到 29 歲的年輕人對於疫情「非常擔心」，這比例高過了 65 歲以上的年長者。讓研究者好奇的是，根據 CDC



的數據，年長者的死亡率是年輕人的 270 倍，為何年輕人卻更擔心疫情呢？

第一個原因是年輕人高估了年輕人的死亡率，且低估了年長者的死亡率，因此產生恐懼感。根據蓋洛普調查 1 萬名美國人，讓他們猜測年輕人和老年人的新



冠肺炎死亡率，大部分人認為老年人死亡率約為 40%，25 歲以下年輕人則為 8%，然而實際數據是老年人死亡率為 79.3%，年輕人為 0.2%。

第二個原因則是政治環境影響。由於川普政府防疫不力，加上一直低估疫情，而美國年輕人大多為傾向對疫情較為謹慎的民主黨，因此對於防疫和疫情知識會更加熱衷且謹慎。

第三個，媒體曾在 5 月針對 34 歲以下的美國人調查，大部分認為自己常和朋友聚會等因素，所以受感染（不一定發病）的機率是年長者的 3 倍。

最後，年輕人更害怕因為疫情失去工作、學業、玩樂等機會，且若是感染，雖然死亡率低，但造成的後遺症可能會使他們痛苦數十年，更可怕的是目前沒有具體研究可以表明，新冠肺炎的後遺症到底會有多嚴重。



圖文選粹

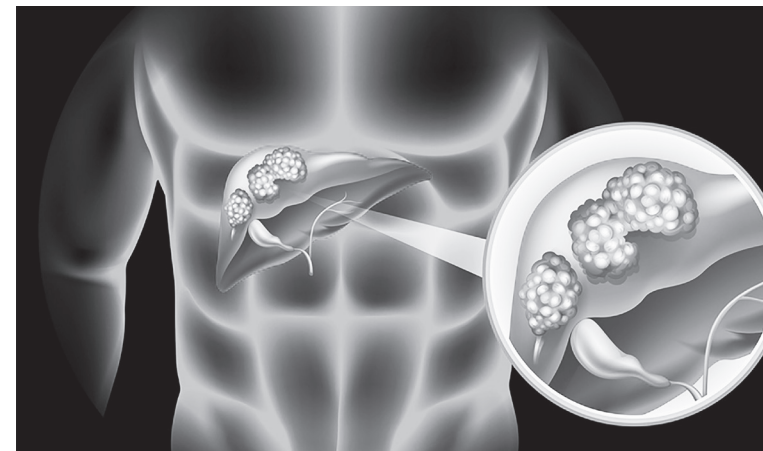
圖文 / 中央社

新北實名制口罩 驚見中國製品



▲ 新北藥局收到郵局配送的實名制口罩中，有一包帶有中國標籤的口罩。圖為藥局販賣的實名制口罩。

肝腫瘤像手球 免疫療法挽救生機



▲ 近年研究發現免疫治療併用抗血管新生標靶治療，有助突破晚期肝癌治療困境。

▼ 川普在退出 WHO、恐嚇對歐洲課徵汽車邊境稅等諸多議題，都令梅克爾失望，所以她拒絕參加今年 6 月，美國召開的 G7 會議。(網路截圖)



鴻儒集

梅克爾對美國不假辭色

■ 白丁
(退休教師)

女性擔任國家元首已經不是什麼新聞，然而德國總理梅克爾及中華民國總統蔡英文，兩人與美國總統川普相處態度卻南轅北轍，也將帶領國家走向不同命運，值得關切。

德國是歐盟領袖，梅克爾三連任總理，是繼柴契爾夫人之後，歐洲最有影響力的女性領導人。也是兩德統一後，首位東德地區出身的國家元首。她是量子化學博士，頭腦清晰，備受歐洲國家的推崇。

倚賴美國的時代已過

紐約時報專欄作家托馬斯·弗里曼最近為文指出，

面對美國不斷的施壓，德國女總理梅克爾不畏懼，更以強烈的措辭回應川普的伎倆，而蔡英文總統卻顯得太全盤接受。

美中新冷戰的戰場是歐洲，尤其是德國。一語道破歐洲及德國的重要性，足以影響川普政策的成敗。但是川普言談處處都在破壞兩國長期建立的友誼。

川普的目標是「使美國再度偉大」，並不是全球共同建立和平、開放、安全的新秩序，起心動念只有美國，怎麼可能得到梅克爾的支持？川普惹怒梅克爾的遠因是七大工業國(G7)峰會，在美國拒絕承諾支持 2015 年巴黎氣候協定情況下落幕，梅

克爾罕見態度強硬地說：「倚賴美國的時代已結束」，用字遣詞之重，完全打破她嚴謹的習慣。

原因是川普不顧德國的努力，多次對梅克爾失禮，例如故意不和她握手、批評德國移民政策、揶揄她的電話被美國竊聽好幾年，並說歐盟要在「為美國創造更多就業機會」議題上，利誘他對環保重視，唯利是圖，完全不想盡世界公民的責任。

梅克爾退 G7 會議

梅克爾也對川普失去耐心，冰凍三尺非一日之寒，川普在退出 WHO、恐嚇對歐洲課徵汽車邊境稅、伊朗核子協議、德國購買俄羅斯瓦斯、英國脫歐、對中國態度等諸多議題，都令梅克爾失望，她強調歐盟需要獨立決策，所以拒絕參加今年 6 月，美國針對中國召開的 G7 會議，兩人甚至在電話中吵架，成為新聞話題。

德國媒體「德國之聲」最近撰文支持梅克爾，題目是

「德國要在 2020 年繼續容忍川普？」未來幾個月德國只能從華盛頓特區聽到唯一的聲音，那就是來自一個情緒失控的總統。

川普姪女瑪莉(Mary Trump)接受媒體訪問時直言，德國總理梅克爾遠比叔叔川普總統聰明，川普深知這一點，並且對此抓狂。瑪莉是臨床心理學家，最近她著書「太多，永遠不夠多：我的家庭如何創造全世界最危險的人」，引起重視。

對美，蔡全盤接受

歐盟最近在梅克爾的支持下，通過劃時代的紓困振興方案，規模達 7500 億歐元(約新台幣 25 兆元)，13 年來她在歐洲建立如日中天的聲望，但是現在卻常對川普「NO」。

相對梅克爾，中華民國總統蔡英文恐怕是最給川普溫暖的女性領導人。除了在美國推動的印太戰略上，甘冒中國戰機、軍艦繞台挑釁，可能擦槍走火的風險，卻仍全力支持川普。最近又犧牲國人世代健康，輕易同意美國的瘦肉精牛、豬肉進口，這些應該都不是梅克爾會做的。

《杜蘭朵》舊瓶裝新酒 台灣亞洲熱情首演

■ 簡秀枝

(典藏藝術家庭雜誌社長)

南下高雄，欣賞義大利作曲家普契尼歌劇《杜蘭朵 Turandot》，不但古劇新導、西方異國風情，碰到東方當代才子，以化繁為簡姿態大翻轉，現代白紗女孩的夢境般，貫串劇情，穿越在故事的中國元朝與現代之間；捲軸潑墨下，乍見禪意與極簡。

《杜蘭朵》傳唱百年

《杜蘭朵》是普契尼(Giacomo Puccini, 1858-1924)作曲的三幕歌劇，也是普契尼唯一描寫幸福結局的歌劇，但作曲家罹癌，沒有來得及完成全劇就過世，《杜蘭朵》成為未完成的遺作。在普契尼去世後，弗蘭科·阿爾法諾，根據普契尼的草稿，補上劇中最撩人的杜蘭朵和卡拉富的最後二重唱部分，將全劇完成。

該劇於 1926 年 4 月 25 日在米蘭斯卡拉歌劇院首演，由托斯卡尼尼擔任指揮。劇中，普契尼部分採用了中國民歌《茉莉花》的曲調，廣為世人喜歡。《杜蘭朵》自 1926 年問世迄今，已近百年，是國際各大歌劇院的必備劇碼。

各大劇院必備戲碼

普契尼歌劇《杜蘭朵》，講述的是古老傳說中東方中國杜蘭朵公主，開出三道謎題，作為徵婚條件。但她心性殘酷，屢屢刁難求婚者，因此造成坑殺無數、血流成河，幾乎砍盡天下王子頭顱。

直到帖木兒王子卡拉富出現，以希望、熱血、愛...破解了謎底，但鴨霸



▲這是全球劇院規模最大的「全席次」公開室內演出，倍讓國人感到驕傲與感動。(作者提供)



▲台德新修正版的《杜蘭朵》，注入了更多具當代觀點的設計。(作者提供)

成性的杜蘭朵，卻事後反悔，不願嫁給答對的王子。機智自信的王子，再次以自己生命作賭注，反問她問題，導致公主徹夜未眠...。這齣如普契尼生前遺願，圓滿作結。這樣的宮廷愛情故事，自 1926 年問世至今將近百年，不斷傳唱。

台灣亞洲首演

這回在台灣演出的普契尼歌劇《杜蘭朵》，係由台灣衛武營國家藝術文化中心與德國萊茵歌劇院跨國共同製作，於 2015 年間，於德國杜伊斯堡市立劇院，發起的「台德跨國」共製版本。由導演黎煥雄、服裝設計賴宣吾、舞台設計梁若珊、新媒體影像設計王俊傑...等台灣創意團隊共同打造。

2015 年於歐洲首演後，連續進行 26 場接續演出，評價不俗。2019 年回到台灣高雄衛武營，舉行亞洲首演。這個由導演黎煥雄率領台灣藝術創作團隊，動員超過 350 名演出及工作人員，獲得觀眾與評論界，熱烈迴響。今年疫情下，全球藝術展演，幾乎悉數禁聲、閉門謝客。台灣拜了疫情控制得宜，成為唯一可以演出歌劇的聖地。

直播吸引萬人關注

2 場演出共可容納 3722 個席位，結果造成秒殺，一位難求。這是全球劇院規模最大的「全席次」公開室內演出，倍讓國人感到驕傲與感動。

台德新修正版的《杜蘭朵》，注入了更多具當代觀點的設計，呈現出比德國更為完整細節修整的版本，現場的 3722 席位外，為了讓更多人可以欣賞到，28 日晚衛武營開放衛武營 YouTube 頻道的線上直播，吸引瑞典、韓國、日本等全國共 5 萬人觀看。

我見我思稿約

我要投稿

歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：anntw.ad@gmail.com，並提供身分證、電話與戶籍資料；來稿本報有刪改權，如不願被刪改，務請註明。

請勿一稿多投，查獲者永不刊用。

請儘量於周日至周四上班時間寄稿，周五、六休假如稿將無人處理。

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

整理雜亂桌面 專注工作靠環境

工作空間整理需要大智慧，擺脫辦公室雜亂、提升工作效率、達成工作目標，享受乾淨的辦公桌所帶來的幸福感受。

■ 近藤麻理惠

大學畢業之後，我進入一家人力仲介公司的業務部門工作。然而，加入職場的興奮喜悅很快就消失。新職員剛進公司遇到困難雖然很正常，但我的業績一直沒有起色。那一年錄取的十五個新人當中，我永遠是倒數前三名。

整理工作空間

我一大早就到公司，花一個又一個鐘頭打電話跟潛在客戶約時間碰面，趕去赴這些我好不容易

些年來磨練的看家本領和累積的知識，一個小時內就整理完成。我的工作空間立刻告別雜亂，變得乾淨清爽。桌上只剩下電話和我的電腦。

我雖然很想說我的業績從此一飛沖天，但改變不會來得這麼快。然而，我在桌上工作的時候確實開心多了。需要的文件馬上就能找到，趕去開會前不會再找東西找得手忙腳亂，回到座位也能立刻投入下一件工作。漸漸的，我開始在工作中感受到更多樂趣。

來，維持這種狀態的渴望自然會變得強烈，幫助我們保持動機。

想像理想的職場生活對整理非實體雜物也很必要。例如，當你在整理電子信箱時，想像自己希望如何處理來信，然後想想收件匣裡有多少信件對你來說最剛好。整理時間時，想像每種工作需要的時間，還有你做這些工作時的感受。從不同角度重新審視這些理想狀態，例如生產力、效率，還有你跟團隊成員的關係。唯有根據明確的理想工作模式來設定整理目標，你才會以正確的心態展開整理工作。

放掉過去享受未來

我們常用自己心裡最大的恐懼、焦慮、過去的失敗經驗，還有他人的批評，塞滿自己的心。雖然大多數人的正面經歷都比負面經歷多，我們記住的卻都是負面經歷，而且這些經歷對我們的心理健康有巨大的影響。當我們開始自我批評時，自信心就會降低。

執著於真正的或想像的失敗，未來就會真的走向失敗，因為我們滿腦子想的都是自己的「缺陷」。這樣也更難追求理想的工作—生活或是任何目標，因為老是想著過去的錯誤，還有害怕未來又再度犯錯。別再浪費腦力思考過去、拿自己擁有的或做的事跟別人比較，或是一直想著上週犯的錯。想要拋掉負面想法時，把它寫在紙上。藉由想著那件事，表達你對它的重視，並從中學到教訓。

問自己如果把這看成學習的機會，它能如何幫助你成長？然後把紙丟掉（撕掉、燒了、埋了都可以），想法就會隨著紙張消失。你從中學到教訓，留住了經驗，丟掉了自我批評。

善用電腦桌面

電腦桌面應該是個特別的地方，但對很多人來說卻是垃圾場。桌面常常一堆只用過一次的下載檔案、以前的照片或遺忘的



▲清爽的工作空間，不僅讓人工作效率提升，也讓人保持愉悅的心情工作。（網路截圖）

文件。我的桌面曾經滿到連檔名都看不清楚！每次登入電腦，迎面而來的就是一團混亂，而且桌面上的東西幾乎都很久沒用了。

電腦桌面上可以放你得盡快處理的文件，例如要讀的報告、今天要做的簡報，或是未付帳單。我還會在電腦桌面上放一個「心動」資料夾。對我來說，裡頭可能放了我引以為傲的論文、最近的教學評鑑，或是我受邀演講的影片。每次我發表新論文、教新課程或到新場合演講，我就會更新裡頭的檔案。另外，我也還會放一張最近的全家福照。最後，選一張對你有鼓舞效果的電腦桌布，營造令你心動的背景。

歸納整理資料

整理時想像每種工作需要的時間，還有你做這些工作時的感受。從不同角度重新審視這些理想狀態。

我的電腦桌面上只有一個名為「存檔」的資料夾，還有當天要用的資料，例如照片。我把電腦桌面視為一個工作空間，就跟辦公桌一樣，所以只放我馬上要用的東西。「存檔」資料夾則是像我的檔案櫃，裡頭有兩個目錄，一個是「文件」，一個是「照片」，此外還有一份我得盡快看

過的資料，以及往後幾天要用的照片。「照片」目錄下則是我不久後的案子想放的照片。

「文件」下有電子檔案、PowerPoint 簡報和 PDF 檔。我熱愛整理和收納，所以兩個類別都各有自己的子資料夾，不過其實沒必要分那麼細，只要搜尋關鍵字，就能輕易找到你要的檔案。

將檔案分門別類

不過，「照片」下的分類就非常重要。下載照片時，檔名通常都很難辨識，搜尋起來也更加困難。不過，我也不建議——更改檔名。所以最好的方式就是：根據用途把照片存進不同的資料夾。以我來說，我的照片就分成「整理的照片」「書封」「IG

當時我的電腦螢幕亂到我覺得很不好意思，從此以後我都會維持電腦桌面的乾淨整齊。

按照最適合你的行業的方法來為電子資料夾分類。以上的想法只是供你參考的小訣竅。

《怦然心動的 工作整理魔法》簡介

工作空間是吸引雜亂的大磁鐵——誰沒有過被浪費時間的會議、凌亂的文件、回不完的電子郵件，以及不必要的工作榨乾的經驗！這些現代職場的陷阱，不僅會慢慢磨光工作的樂趣、限制我們的職涯發展，也有害身心健康。然而，你其實可以避免這一切。

結合聞名全球的怦然心動整理魔法和最新的組織行為學研究成果，本書將助你擺脫辦公室雜亂、提升工作效率、達成工作目標，享受乾淨的辦公桌和清澈的心靈所帶來的幸福感受。



整理的
第一步，就是詳細確實地想像你工作的情形，同時問自己對什麼樣的職場生活感到心動。

敲定的約會，然後趁空檔列出更多潛在客戶。晚上就在辦公大樓的商店匆匆吃碗麵，吃完再回辦公室讀資料。我好像整天都在工作，卻又覺得一事無成。

有一天，打完另一輪令人沮喪的業務電話之後，我長嘆一口氣放下話筒，低下頭，灰心地看著我的桌面，發現桌子一團亂，我猛然一驚。電腦鍵盤周圍堆滿過期的銷售單、寫了一半的合約、茶還沒喝完的紙杯、皺巴巴的茶包、放了一個禮拜的瓶裝水、潦草記下同事銷售秘訣的紙條、某人推薦但我還沒讀的商業書、少了筆蓋的原子筆、本來要用來釘紙卻忘在一邊的釘書機……

我不敢相信自己的眼睛。怎麼會發生這種事？我從大學時代就開始擔任整理顧問，對自己的整理技巧充滿自信。如今，我的時間都被新工作占據，不但根本沒時間接整理顧問的工作，連打掃家裡的習慣都開始鬆懈。不知不覺中，我跟內在的「整理達人」漸行漸遠。難怪我會工作不順。

告別雜亂提升效率

我大受打擊，隔天早上我七點就到辦公室整理桌子。我使出這

想像理想的職場生活

整理的
第一步，就是詳細確實地想像你工作的情形，同時問自己對什麼樣的職場生活感到心動，還有你重視工作上的哪些價值。這些都是成功的關鍵。

畫面中應該包含三個要素：外在環境、你的行為，還有你的感受。想像你的辦公空間是什麼樣子，例如桌子乾乾淨淨，東西都收納整齊；你在那裡做什麼事，比方享受香醇的咖啡或聞到提神醒腦的香氣；你做這些事時的感受，或許是興奮、充實或滿足。

描繪理想職場生活的鮮明畫面時，要把這三個元素視為一個整體。不過，最重要的是，想像你在理想的工作環境下的感受。閉上眼睛，想像早上你走進辦公室的畫面。如果你腦中沒出現任何畫面，就想像美智子說她走到桌前的情景，然後觀察自己的感受。你的心跳有加速嗎？有感覺到一股開心的暖流在胸口蔓延開來嗎？

當我們想像每個細節，甚至連情緒引起的生理反應都不放過時，不只會形成理性的認知，理想目標也不再遙不可及。這麼一

・Y!!! 書訊・

醒報編輯部／輯

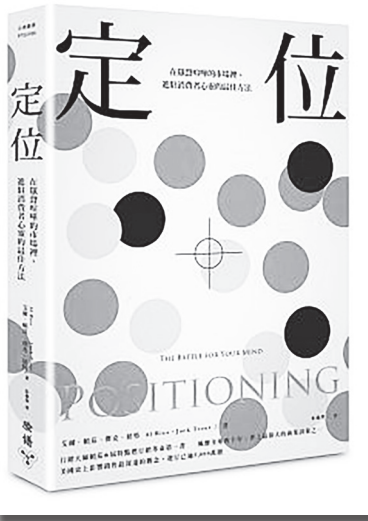
《定位》

出版社：臉譜

作者：艾爾·賴茲、傑克·屈特

在這樣一個資訊過度氾濫的時代，商品行銷與品牌建立應該透過什麼方式突圍，才能讓自己的產品價值「被看見」？透過溝通？你也許會這麼說。但打開消費者的心談何容易

人們每天花很多的時間溝通想法、觀念，可是得到的效益卻是微乎其微。在排山倒海的資訊中，我們該如何選擇自己需要的，或者是讓別人注意到自己所有的，變成一項艱鉅的任務。



《帕華洛帝自傳：我的世界》

作者：魯奇亞諾·帕華洛帝、威廉·萊特 出版社：足智文化

每一代頂尖的歌劇演唱者都會獲得電影明星或流行歌手所有的公眾崇拜和喜愛。帕華洛帝達到了這樣的水平；他是有史以來最著名的男高音，他的音樂會有數千人參加，他的唱片銷量達數百萬冊。

2005 年正式揮別舞台，他最後一站選擇到台中，向台灣的聽眾及世界展現他最後演唱會最美的風采和歌聲，當時帕華洛帝也道出自己最大的願望就是和平，他不希望有戰爭在世界上發生，而希望寧靜及和平永存世上。而這位男高音也



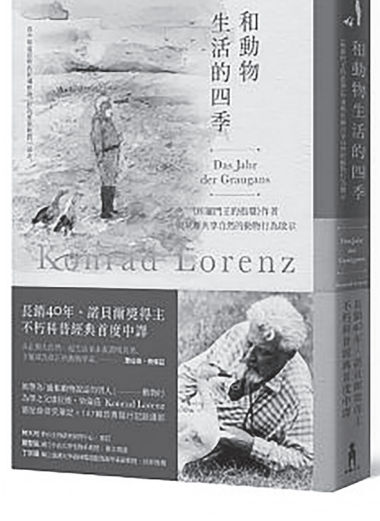
《和動物生活的四季》

作者：康拉德·勞倫茲

出版社：木馬文化

當代動物行為學世界權威、諾貝爾獎得主康拉德·勞倫茲從青年研究者時期就對灰雁特別感興趣。他之所以選擇灰雁展開如此漫長的動物行為研究，是因為「灰雁從家庭到群體生活都和人類有著極為相似之處」。

本書以勞倫茲一貫溫暖生動的文字，以及兩名隨行研究者攝下 147 幀獨一無二的珍貴照片，呈現動物在大自然中躍動的生命力。讓人類彷彿超越語言，得以和如恩賜般的美麗自然進行一場真正的對話。



人生在愛裡往前走

丹麥的神學家、哲學家 and 作家齊克果說過：「只有回頭看才能了解人生，但人生只能往前走。」

■ 連加恩

（醫師）

記得三年前剛從南非搬到美國，參加第一個家長座談，老師要家長從桌上的作文猜哪一件是自己孩子的作品，我一眼就認出老大的文章，因為上面寫道：I dreamed of playing soccer with my friends again.（我又夢到跟同學在踢足球）。為了自己進修，把小孩從熟悉的環境連根拔起，心中有很多的罪咎感。

離開哪裏較辛苦？

最近我們搬回台灣，我問老大，離開美國比起離開南非哪一個比較辛苦？他不假思索說：南非。

記得過去在南非代表處服務的時候，一位服務二十多年的資深外交官同事告訴我，根據他個人經驗，全世界諸多的駐外館處，只有兩個駐點是沒有來過的拼命避免被派來，來過的拼命想辦法不要被調回去：就是菲律賓和南

非。

每天都是好日子

在南非待過的台灣同胞大致都會同意，發治安事件那天以外的每一天，都是好日子，極度好的日子。這是根據陽光、氣候、交通、空氣、有幫手、有景點、住屋品質等等加起來綜合評比。有一位僑胞賺了大錢，從台灣的職場退休，為了選擇要在哪裡享受餘生，實地走訪了紐澳、北美、歐洲和南非，最後決定落腳南非，這大概只有我們待過南非的台人才理解為什麼。

我記得在南非時，好幾次在一位朋友家作客，泡著台灣茶，享受他美麗的自家花園和微風，他總是讚嘆：南非生活真好、活得真爽！記得聽他反覆讚嘆二、三十次後，不懂事的我忍不住回他：「人生不是只有追求好日子，還有使命、信念和貢獻。」現在的我回想起來，這樣噲我的朋友大可不必，這些年來，看了許多旅居

海外打拚的華人，大家要經歷多少眼淚吞下肚後，才能體會一點點生命的回甘，也許這位朋友感受到生活的美好，是辛苦移民第一代該得的安慰。

新的地方更好

這三年，當小孩在想念南非學校同學、懷念生活種種的美好時，我怎麼跟小孩溝通呢？我們用了自己也覺得不高明的說詞：你看，至少在這邊我們的家不用裝電網、警報器和鐵窗；你們至少學會了打籃球；這裡的圖書館資源比較好；你們至少可以在全球腦力資源最密集的地方耳濡目染等等。

這種挑出下一個國家有，前一個國家沒有的條列式比較，等到我們搬回台灣，若小孩想念美國的生活之時，難道同一招要再拿出來用？是不是到時候可以說：你看，這裡疫情控制得好，你們可以去上學；你們可以享用美食、夜市和無限次享用你們最愛去的 7-11？

連加恩醫師簡歷：

2001 年前往中華民國的邦交國布吉納法索（現已斷交）服役，為第一屆外交替代役。並以「垃圾換舊衣」及蓋孤兒院等義舉，獲得中華民國外交部頒發睦誼外交獎章，從此揚名。

2003 年 6 月退伍返台，2004 年與同為陽明大學護理系的高麗婷結婚，2004 年 3 月攜眷重返非洲。2005 年返臺在臺北榮總家醫部家醫科服務，2008 年後拿到專科醫師執照，轉而投入公共衛生領域，2009 年在衛生署疾病管制局擔任防疫醫師，並於海地大地震期間，前往當地醫療救援。

2010 年 12 月，他再度被外交部派往南非擔任衛生署駐非洲專員，從事醫療外交工作。2013 年底進入屏東基督教醫院擔任家醫科主治醫師，兼挪威國際路加組織派駐南非代表。除了行醫之外，他以在西非三年行醫生活為背景而出版的《愛采西非連加恩》被改編成電視劇「45 度 C 天空下」。

2018 年他前往美國哈佛大學攻讀公共衛生博士學位。2020 年八月全家返台，目前在一家學術及產業合作的公司，投入新冠肺炎疫苗的工作。

愛你的天父預備

這陣子我想了想，特別是對於已經是青春期的老大，要用更昇華一點的思考來討論，用睡前的老爸深談時間，我對他說：就像你到美國，經歷一些在南非沒有的，到了台灣，我保證

你也會體會一些美國沒有的。當然同時你也會失去一些。

這整個過程只是讓你知道，有一位愛我們的良善天父，祂為你預備、一生中可以體會的美好事物之種類，超過你的年日可以乘載。

千錘百煉 擊重磅出擊

我只是改變地址

葛理翰



如果是由你，你會怎麼做？

面對記者刁鑽犀利的提問
公然挑釁、存心要你出糗難堪、下不了台
素質和無腦隨時等著被畫上等號……

舉世聞名、魅力爆表的葛理翰
機智、幽默，沉著冷靜的應對
令人擊節稱賞、拍案叫絕！

以平凡淬煉不凡的生命演說家

18開・硬皮精裝 威廉・馬丁著 NT\$ 990

全球矚目・預見葛理翰

立足時代巨輪 定錨磐石之上

在他所成就的事上，無人能出其右。然而更重要的是，他為自己所定的目標，永遠全力以赴、用心努力地去完成，堅持不懈！一場場演講所散發的正能量和影響力，鼓舞了無數的人們對生命的追求與渴望。所到之處總是鎂光燈所追逐的焦點，但他始終保有單純的氣質、謙卑的性情，身為眾所矚目的人物，從不迴避他人的批評、從不掩飾自我的軟弱、光明磊落，在所堅信的事上從不退縮！

成功並非出於未知的機遇，如孩子般坦率、不加修飾的善良，對於純真、清潔、良善、正直的事物懷抱驚人的熱情和堅持，不論在公開和個人生活上都展現絕佳的榜樣。愛人、忠誠、真心、喜歡稱讚別人、與下屬互動交流……的領袖魅力，不僅贏得無數人的尊敬和支持；更贏得億萬靈魂的信任與跟隨。做任何事都會預備自己、追求卓越；任何時刻，手不釋書、吸收新知，對自己忠實、對家庭忠貞、對工作熱誠，一生堅定活出自己所相信的！



道聲出版社

