



情到深處 胡宗南家國大愛



阿富汗和談 雙方難達共識



重溫《教父三部曲》(梁良)



顧爾德外無郭德堡變奏曲



《今日靈修》

烽火癡兒女
戰火無情的故事，似乎離這一代非常久遠了，然而當人們知道北伐、國共戰爭之時，還是有如此忠貞的將領、癡情等待的女子，能不感動主思？(2版)

兵推營模擬決策 蔡英文籲關心國安

兵推營讓年輕朋友體會到國安幕僚的日常，總統蔡英文也呼籲，國安幕僚人才養成關乎國家安全，鼓勵青年多參與學習。



▲圖為台灣 F16 戰機監控伴飛在台灣南部巴士海峽上空飛行的中國空軍 H-6K 轟炸機。(網路截圖)

►總統蔡英文出席表示，這次的兵推營中，有 48 名對國安領域充滿熱忱的年輕面孔，積極討論、激盪思想的火花。(中央社)

【本報記者祝潤霖台北報導】「兵推營體驗應該讓年輕朋友深刻體悟到，國安領域事務是極具挑戰性的。」總統蔡英文 13 日出席兩岸及國際事務兵推營結業式致詞說，兵推營就是要讓大家體驗到，國安幕僚如何在資訊龐雜的國際局勢下，幫助總統做出正確決策，由於人才養成關乎國家安全，她鼓勵青年多參與相關領域學習。

培養國際議題敏感度

「下面講的話不要睡著了(台下鼓掌)，剛開始聲音是小了點，看來你們是需要 warm up

的！」(眾笑)」蔡英文說，這是為年輕朋友量身打造的民主必修課，很高興看到大家參加並完成訓練，讓她對台灣的未來充滿信心。這次有 48 位對國安領域充滿熱情，平均年齡 25 歲的年輕面孔，大家都積極投入討論，激盪出思想的火花。

蔡英文指出，對各國來說，2020 年是充滿挑戰的 1 年，新冠病毒在全球造成公共衛生危機，在疫情跟美中關係緊張的衝擊下，各國的經濟安全正面臨高度的不確定性，不但失業率升高，全球貿易及產業鏈也面臨重組，東海跟南海的主權問題也是一

觸即發的衝突點，涉入的國家眾多，涵蓋區域安全、外交關係及周邊國家利益。

超前部署國安危機

「中國強行實施港版《國安法》，不但衝擊香港高度自治及民主發展，也對普世民主價值造成威脅。」蔡英文強調，總統必須在資訊龐雜、甚至資訊短缺下，做出不偏離國家走向的決定。

蔡英文說，這段期間大家都常聽到「超前部署」這個名詞，「我們不僅在疫情超前部署，在承平時也做好萬全準備，預先制

定各項應對計畫，預擬可能的結果，才能保護國民安全。這一切都仰賴國安幕僚、團隊事前周延的規劃，事發時積極應變，「所以國安幕僚的養成非常重要，民

進黨也要培養國安領域的年輕尖兵。」
「兵推營就是要讓大家體驗到，國安幕僚如何想像各種情境，尋求解決方案。」蔡英文強

調，期待大家持續接觸兩岸及國家事務，「不論有沒有加入民進黨，只要對國家未來關心，對社稷責任有所認知，都可以一起為台灣的未來打拚。」

15 日有鋒面接近 各地防午後大雨

15 日至 18 日，台灣附近風向轉偏南風，各地天氣晴朗、中午微熱，但午後須嚴防局部陣雨或雷雨，將有較大雨勢。



【本報記者臧品安台北報導】14 日起各地逐漸恢復成夏季天氣，下週將有鋒面來襲。氣象專家吳德榮指出，15 日至 18 日台灣附近風向轉偏南風，午後有局部陣雨或雷雨的機率，將有較大雨勢。天氣風險公司總經理彭啟明表示，下週末可能受另一鋒面接近並通過的影響，北部、東北部及東部的天氣可能會再出現變化。

午後各地防大雨

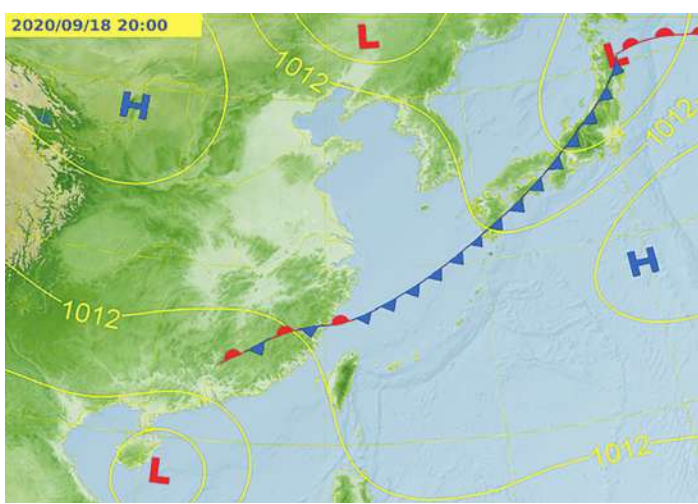
中央氣象局表示，14 日基隆北海岸及東半部地區有局部短暫陣雨，其他地區則為多雲到晴，午後有局部短暫雷陣雨，山區有局部大雨發生的機率，清晨至上午南部地區有零星降雨。15 日至 18 日東南部地區及恆春半島有局部短暫陣雨，其他地區大多為多雲時晴、午後有局部短暫雷陣雨的天氣。

中央大氣系兼任教授吳德榮指

出，13、14 日盛行東北風，北海岸及宜蘭地區易有局部陣雨，北部偶有局部短暫陣雨；午後各地發生局部陣雨或雷雨的機率高，應注意較大雨勢。15 日至 18 日，台灣附近風向轉偏南風，各地天氣晴朗、中午微熱，但午後仍有局部陣雨或雷雨的機率，將有較大雨勢。

下週末鋒面襲來

天氣風險公司總經理彭啟明表示，14 日起逐漸恢復成夏季型的



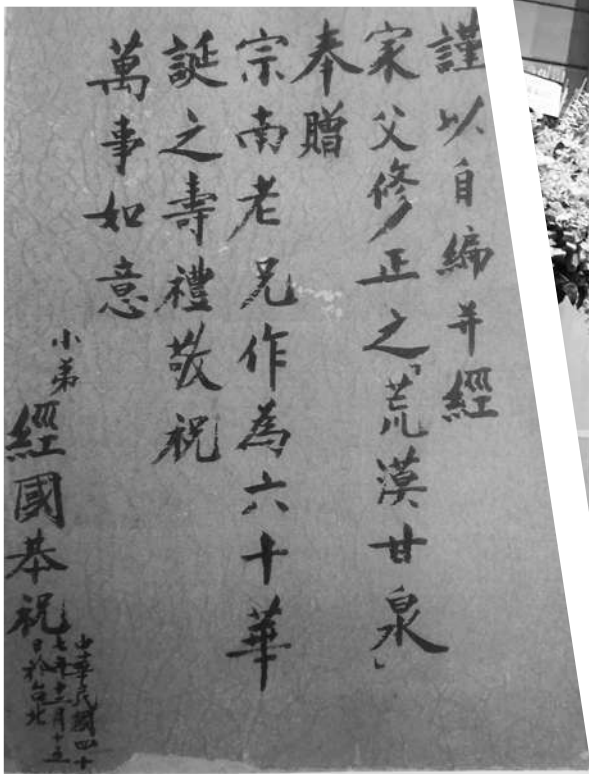
▲本月 15 日至 18 日，台灣附近風向轉偏南風，各地天氣晴朗、中午微熱，但午後仍有局部陣雨或雷雨的機率。(中央社氣象局提供)

《焦點圖文》

表揚金婚夫妻 柯文哲籲年輕人結婚

台北市長柯文哲(前右一)表揚 68 對牽手超過半世紀的金婚夫妻，柯文哲表示，希望透過表揚活動，鼓勵年輕人走入婚姻。(中央社)

▼ 胡宗南上將過 60 歲生日時，蔣經國送他親校的「荒漠甘泉」。（胡為真提供）



情到深處出新書 胡宗南伉儷的家國大愛

胡宗南將軍與妻子葉霞翟女士的愛情故事歷經波折與艱辛，全都收錄在「情到深處」一書中，大時代下的戀情，令與會者都為之動容。

【本報記者林意玲台北報導】刻劃抗日名將胡宗南與台北師專校長葉霞翟烽火戀情的「情到深處」新書，台灣商務印書館於 12 日舉行發表會，國家圖書館國際會議廳座無虛席，都是來見證歷史戀情的軍事界與教育界人士。胡宗南將軍長子胡為真、長女胡為美與本書另一位作者汪士淳都上台致詞，敘說本書背景故事，令與會者無不動容。

胡宗南被父親逼婚

胡為真說，父親離開家鄉進入廣州黃埔軍校讀書，從軍後一路東征、北伐、平亂、剿共，無役不與，到民國 26 年他已經是軍長，卻誤了婚事，祖父責怪他：「已經 42 歲還不結婚？對不起列祖列宗。」

父親便拜託他的好友、軍統局長戴笠，為他說一門婚事。戴笠立刻想到杭州警校第三期畢業的高材生、我的母親葉霞翟女士。母親收到電報不知何事，趕緊前往杭州戴老師家，一見到父親，兩人很快墜入了愛河並訂了婚約。無奈戰事又起，婚期一延就是 10 年。

後來母親大學畢業後到美國深造，民國 33 年在威斯康辛大學

拿到政治學博士學位，她也是第一位在美國拿到主要大學的政治博士華人性。

民國 36 年，攻陷延安之後，父母才結婚。可惜後來內戰失敗，一家來到台灣，那時台大校長傅斯年請母親到台大教書，但父親是傳統觀念，不希望太太拋頭露面，期間父親還曾到西昌負隅抵抗共軍，也曾在大陳率領反共救國軍偷襲大陸 39 次。

直到父親因病去世，民國 51 年，母親開始教書，到她去世前共有 19 年的教書生涯。父親去世時我 14 歲，弟弟 11 歲，兩個妹妹 9 歲與 7 歲。我們是非常清苦，典型的單親家庭。

葉霞翟貢獻基層教育

父親剛過世時，蔣夫人曾跟媽媽說：「胡太太，我知道你心情不好，如果你想換個環境，我可以為你們一家安排去美國。」媽媽正色說：「謝謝夫人好意，我要讓我的孩子能在台灣受完整的中華文化教育。」後來我們家的孩子都是念完大學才出國深造。

母親在這 19 年間，不但把四個孩子拉扯大，也幫助張其昀先生成立中國文化學院，還擔任訓導長兼家政研究所的所長，以後

成為副院長。

民國 57 年，她受到省政府教育廳長的邀請，擔任台北師專校長，13 年任期培育了無數國小師資，並成立了特殊教育師資班，培養教育天才兒童與學習障礙兒童的老師。

日本首相佐藤榮作曾經特別接見母親，並致贈 Yamaha 大鋼琴給台北師專，代表日本人對我父親的敬意，大鋼琴現在還在學校校史館內。母親也曾寫了 11 種家政學與教育理念的教科書，我童年的印象，總是母親清晨振筆疾書的背影。她也寫了 6 本散文集，其中一本寫與父親感情故事的「天地悠悠」在台灣已經發行 10 版。

還原歷史紀錄

我父母親都是六十多歲過世的，他們的情到深處，到底深在哪裡，那就是他們有共同所愛，就是為了中華民國、為了台灣人民，毫不保留的奉獻了他們的青春年歲，甚至耽誤了婚姻。

他們所遺憾的是國民政府不能光復大陸，在中華民國歷史不斷扭曲的時代，盼望父母親的故事能成為許多人的鼓勵。也希望大

家能把所知道的中華民國歷史寫下來，好教育後代。

作者之一、資深記者汪士淳上台分享寫書的心路歷程表示，這本書的主人翁是三位，一位是胡宗南將軍、一位是他的夫人葉霞翟女士，一位是胡為真先生。他們作為夫婦、親子間關係，情感非常真摯。由於他們經歷大時代，故事結構非常多重。「我寫的時候，一條線是國史，一條線是胡上將夫婦的歷史，一條線是 70 年後我們走了七個城市追蹤歷史腳蹤，除了胡為真先生緬懷新人，也把故事拉到現在，讓讀者能有臨近感。」

寫情也寫大時代故事

汪士淳說，書名「情到深處」，顯示要寫的是情，而胡上將夫人的愛情非常動人，胡上將則流露出國家民族的大愛。主要的資料來自胡夫人的許多書信，她的文筆非常好，文字表達能力非常強，又是用真誠的感情寫給她的未婚夫。

傳記除了寫歷史，也要展現出戰火時代對胡上將夫婦生命的衝撞。深度還原我們的國家中華民國是怎麼走過那段艱難的歲月。歷史學者研究中華民國史多半

只研究到 38 年遷台以前，但是如果查考胡將軍的故事，他主要的經歷多了國軍在大陸淪陷最後一刻，在蔣總裁的期待之下，他率領核心幕僚飛往西昌，其實是不切實際的，雖然蔣總裁不肯承認失敗，想戰到最後一兵一卒，但當時的總長顧祝同、羅列等將軍都期期以為不可，書中以三章的篇幅，完整記錄前後的過程。重點有三，一是胡夫人也知道胡上將去西昌根本是去犧牲的，她在民國 39 年一月三日的信上寫出她的悲切；力勸丈夫留一條命報效國家，不要自裁。

兩蔣與胡宗南的愛恨

第二是蔣總裁請經國先生親自去一趟西昌，當面下達希望胡上將與西昌共存亡的指示。這個指令，從正面來看是要激發戰士以精神克敵的鬥志，但實際上是希望胡上將求仁得仁，死得其所。但胡上將的部屬則力勸胡上將，活著比死更可以貢獻國家，加上敵軍欲除胡上將而後快。後來胡上將還是從西昌回來了。

第三個重點是，兩蔣對於胡上將沒有在西昌犧牲，非常不以為然，回台灣後不見他，還把他派到花蓮。胡上將在最後的十年裡不斷期待戰事，他也一直很遺憾，自己為什麼沒有死在戰場（成多或是西昌）？他這種心思一直到他死前最後一刻。

胡上將一生不為自己積財，也不購屋，把他的薪水都分給部屬，全心盡忠國家。好在兩蔣後來慢慢肯定了胡上將的人格、作為，老蔣除了民國 40 年到 42 年讓胡上將去大陳指揮反共救國軍，以及民國 44 到 48 年接任澎湖防衛司令，也曾任 49 年 50 年兩度讓經國先生告訴胡上將，打算任命他為總統府參軍長及其

他，卻被胡以心臟病為由婉謝。在胡上將過 60 歲生日時，蔣經國送他親校的「荒漠甘泉」，在胡上將過世後，蔣總統也把他安葬在陽明書屋上方，並親自走入墳墓勘查。

從父母的婚姻學習

作家胡為美是胡上將夫婦的長女，她一襲白色繡紅花洋裝，上台致詞時輕聲細語指出，「母親在一九三七年認識我的父親，那是一個美麗的人間四月天。她少女的情懷馬上就被我父親吸引住了，父親也展開熱烈的攻勢，一天來看她 3 次，所以在六月的時候，他們就宣布訂婚了。」

胡為美說，可是七七事變，父親必須要到前線去打仗，他們的婚期必須延期，一延期就到了 1947 年，那年他們終於結婚了。到了 1950 年春天，大家來到台灣，父親在 1962 年過世，這麼長的一段時間裡，「我親眼看到父母親的相處，讓我無形中學會對待自己的家庭。」

父親當年跟母親求婚、重逢，他寫給母親的信說：「唯有天涯奇女子，相逢依舊未嫁時，我亦思君情不勝，為君居處尚無家。」

在他們的婚姻生活裡，胡為美很小的年紀看到的就是父母親互敬、互愛。父親晚上回家很晚，母親都會親自給他打一盆洗腳水，然後他們倆就把房門虛掩，因為母親要親自幫父親洗腳；父親對母親的尊重，是他講話永遠是溫柔體貼，從來沒有大聲說話、紅過臉。

參加新書發表會的來賓多半是七八十歲的長者，會後互動懷想過去，購書合影，場面非常溫馨，這些人曾一起寫下中華民國歷史重要的一頁。（編按：本書篇章曾在本報連載。）

世界兒童畫展頒獎 呈現多元文化風貌

【本報記者臧品安台北報導】今年第 51 屆中華民國世界兒童畫展選出許多優異且具有特色的作品，《忍者大盜》描繪忍者大盜們合作在建築外進行不可能的任務；《夢想中的樹屋》將客庄風情融入作品中；《原住民娶親》繪出一男一女相互背對展現側面姿態，將原住民文化特有的族服圖紋裝飾清楚展示出來，每一幅作品都能看出孩子們的獨特性。

中華民國世界兒童畫展 13 日於國立台灣藝術教館南海劇場舉辦國內特優獎頒獎典禮，與會嘉賓包含教育部次長蔡清華、中華民國兒童美術教育學會榮譽理事長吳隆榮、尼加拉瓜駐台公使 Mirna M. Rivera、日本美育文化協會台灣分會董事長佐佐木祐輔、國立台灣藝術教育館館長吳津津與教育部司長鄭淵全等人。

本屆世界兒童畫展將「文化記憶」題材納入創作主題，讓國內外的孩子能互相了解彼此的文化特色，從中選出許多優秀且具有特色的作品。這次有國內 5 萬多件作品、國外 25 個國家 4000 多件作品參與評審，共選出國內特



▲ 沈有羽同學的作品《夢想中的樹屋》將客庄風情融入其中。（photo by 臧品安／台灣醒報）

優獎 82 件、優選獎 259 件、國外金牌獎 20 件、銀牌獎 30 件、銅牌獎 57 件。

教育部次長蔡清華表示，獲獎作品將在國立台灣藝術教育館第一、二展廳展出至 9 月 23 日；從作品中不只能看出創作的年齡層，也可以看出不同國家、不同區域小朋友的創作風格有所區別，可以看到各自的文化在裡面，呈現多元的文化風貌。

聯合報文學獎出爐

【本報記者呂翔禾台北報導】「張貴興的《野豬渡河》充滿著真實的歷史，卻又以魔幻的手法呈現，非常精采！」聯合報文學大獎 13 日將大獎頒給過去以《群象》、《猴杯》聞名的張貴興。評審向陽說，張貴興的作品具有歷史感、卻又以非常魔幻、寫實的手法寫出過去被遮掩的歷史，雖然真實到會讓讀者有點害怕，「但又從書中反思歷史。」

書寫被遺忘的歷史

「這 17 年來都忙於教書，所以沒時間寫作，非常抱歉。」張貴興笑說，從教師職位退休後，

才能心平氣和的寫作。這 17 年來雖然沒有都在想怎麼寫《野豬渡河》，不過也透過每天寫日記，對生活做紀錄。後來他看到許多日本作家對二戰歷史的揭露，讓他決定要將這段被遮掩的歷史寫出來。

張貴興也感嘆，父親雖然平常沉默寡言，但卻跟他們講了很多他家鄉（馬來西亞砂拉越）在二戰發生的故事，包括英國軍隊拆除日軍、聯軍未爆彈，當地婦女被日軍抓去當軍妓、澳洲軍人在砂拉越行軍的回憶等，都變成他在《野豬渡河》中很重要的寫作素材。

張貴興以歷史服人

魔幻與寫實兼具

「張貴興的作品非常的寫實，卻又充滿了魔幻！」作家向陽說，張貴興 19 歲就離開砂拉越，但是他的作品卻充滿了寫實感，感覺像親身經歷過的樣子，代表他的歷史感非常好。向陽也說，張貴興的作品還帶到當地的民俗文化，但卻又以非常魔幻手法呈現，讓閱讀更有深度。

評審團之一的作家駱以軍說，張貴興寫的《群象》與《猴杯》，是他讀過最好的作品，也體現當初台灣文壇長篇小說的創作力，而且他沉寂 17 年寫出的這本書，

AI 輔助醫療診斷 聯合學習更精確

AI 輔助診療能在不同醫院中進行，再透過不同醫院所得出的資料進行彙整，完善 AI 醫療診斷的精確性。



▲台灣 AI 實驗室創辦人杜奕瑾表示，加上醫院及國家數據，以及國際的開放資料，就是精準健康最重要的資料來源。（photo by 網路截圖）

【本報記者祝潤霖台北報導】「AI 人工智慧可以在 A、B、C 醫院個別學習，透過『聯合學習』讓機制快速成長完善。」台灣 AI 實驗室創辦人杜奕瑾 13 日在「AI 在心血管疾病最新發展」研討會上說，AI 影像辨識不用把所有資料放在同個地方，可透過不同醫院所得出的資料進行彙整，完善 AI 醫療診斷的精確性。

AI 做精準健康醫療

「為什麼精準健康跟 ICT 產業要緊密結合？因為智慧設備隨時都在收集個人健康資訊。」杜奕瑾表示，加上醫院及國家數據，以及國際的開放資料，就是精準健康最重要的資料來源。只要醫生認為在哪一塊花費很多人力、資源，都可利用 AI 輔助，「如新冠肺炎 X 光片，人類肉眼無法做判斷，AI 可做出清楚區分。」

杜奕瑾指出，其實 AI 可以個別學習，不需要把資料通通放在同個地方，這就是「聯合學習框架」，也是健保署所使用的 AI 模型，讓 AI 在台大、北醫、北榮先個別學習，然後多家醫院一起把 AI 完善到最好。

「台灣未來要用精準健康取代精準醫療，醫院本身透過維持病人健康的生活，就能得到整體健康的回報。」杜奕瑾強調，讓 AI 醫院解決方案成為國家精準醫療的指標，需要整體大數據平台的建置，也需要臨床設施的導入，不管科技部或智慧城鄉產業，都在推展 5G 城鄉精準健康，希望能順利啟動台灣數位健康經濟。

AI 診斷心血管疾病

「心臟血管、癌症、感染性疾病是 AI 醫學 3 大研究領域。」台北榮總副院長陳適安表示，心律不整相較以前得花費 2 個星期才能得出結果，現在可以快速把

分析結果輸出，上百頁心電圖用人力或 AI 判釋，所耗費的成本及效率相差很大。

「早期偵測疾病對心臟血管疾病非常重要，所謂預防勝於治療。」陳適安說，心臟血管、新陳代謝科及癌症都可早期偵測，Apple 手錶可以偵測心房顫動，但有些判讀還需要精進；台灣對穿戴式裝置也有很多研發，如何減少雜訊、更快速判讀，如何跟各醫院遠距中心做結合，是全國心臟血管中心可以互相努力的地方。

陳適安指出，精準醫療必須要先做分類，再投以不同的藥物，可以看出哪些藥物效果比較明顯（或不明顯）；用 AI 也可以開發藥物，國衛院透過基因蛋白質篩選，找出適合治療的藥物。2020 年醫療數據 73 天就倍數成長，與過去 50 年才倍增有天壤之別；當 78% 醫護人員覺得過著血汗生活，透過 AI 輔助將可望大幅改善。

台開工業帳目不清 中市府解除合作

【本報特派員劉東皋台中報導】台中市藍議員羅廷璋、黃健豪，近日召開記者會指控台灣土地開發公司疑藉多項工業區開發案，掏空市府 34 億餘元；要求追回款項、嚴懲失職公務員，並終止台開繼續開發台中其他工業區。台開則發聲明否認指控。台中經發局長張峯源指出，為避免台中豐州工業區二期開發案有類似糾紛，市府將取消與台開的合約，收回自行辦理開發。

台開積欠、擅領公款

兩位藍議員日前針對經發局提出的一份工業區開發管理基金預算超支報告中發現，市府曾多次要求台開返還 17 億、13 億、3 億多，合計 34 億餘元的金額；且報告中有多筆法律訴訟費用。後向經發局追查結果，才發現台開公司過去承辦台中精密園區一期、二期及護坡地開發案，有積

欠或擅自領取公款紀錄。

黃健豪指出，精密園區一期，市府已經要辦理結算，但台開做為承辦單位，卻以各種理由拒絕結算，所拖欠的結餘款 17 億多元未上繳。另外工業區歷年護坡地出售的餘款，經發局結算結果，也尚有 4 億 2 千多萬元；但台開公司竟以電腦檔案損毀為由，拖延結算時程並拒絕回餘款。

更離譜的是，羅廷璋與黃健豪質疑，在林佳龍時期，有關精密二期開發案，經發局一位科長竟然自己決定，以公文回覆兆豐銀行「無意見」後，任由台開解除與市府的信託帳戶；使台開輕易將帳戶內 13 億多元分三次轉走，嚴重損害市府及市民權益。他們要求市府應嚴懲經手的公務人員及幕後黑手。

解除後續合作開發

台開聲明指出，精密園區一期、二期，與台中工業區護坡地出售案，土地還未售完，都依約依法合作開發中；且開發資金皆由台開自行籌措，並無「搬走市民 34 億元」等情事；與市府的相關爭議也在仲裁或訴訟中。而有關豐洲二期工業園區，今年 2 月已完成報編程序，本應由市府於 8 月底前完成會計師查帳。

局長張峯源表示，前工業科長鄭錫禧（現調公用科）自己決行將市府與台開的信託帳戶解除，致台開領走 13 億多元；內部調查時，鄭錫禧卻回答，他當初可能身體不適、頭腦不清楚才決行

發出公文。但這麼大金額，照程序經發局長都還須往上呈報；更需要照會主計、政風等單位；這名科長的說法令人存疑。

對於後續的豐洲二期園區開發案，張峯源將依合約規定解除與台開的合作，並由市府自行開發，以符合台商回流、及眾多中小企業之需求。



▲兩名藍黨議員羅廷璋（左）、黃健豪（右）指控台開公司疑涉掏空工業區開發餘款，經發局內部調查確有疑點。（photo by 劉東皋/台灣醒報）

台新金彰銀案 政府毀約失信於民

白丁

（退休教師）

台新金、彰化銀經營權之爭，歹勢拖棚已經歷時 15 年，財政部即使更一審再次敗訴，還是拒絕履行契約，行政院長蘇貞昌甚至公開宣稱：「絕對不會把彰銀落到台新的手上」，罔顧法院判決結果，已創下政府失信於民最惡劣的示範，今後誰還敢信任政府？

台新得標政府毀約

官股經營的彰化銀行在 2003 年底，因為資產品質低劣，逾放比達 10.2%，逾期放款餘額高達 860 億元，當時淨值約僅

743 億元，如排除商譽、據點價值及其他可得加值項目，彰銀實際上已經陷入負債大於資產的困境，公股銀行經營不具效益，可見一斑。

財政部此時參照新加坡主權基金淡馬錫的建議，於 2005 年 6 月，採公開邀請競標方式，募集現金 資特別股，7 月 21 日致函彰銀，承諾十四億股特別股的得標投資人即可取得過半數董事席次及經營權。財政部並敘明將股份完全釋出給得標人，俾確保得標人能夠取得主導之經營權。

台新金此時評估財政部之要約合理，決定以新台幣 366 億元投標，成為佔股 22.6% 的大

股東，契約白紙 字寫得清清楚楚，但是馬英九時代財政部長張盛和卻毀諾背信，揚言要保護國家財產，動員國營事業力量，全面加碼彰化銀行股份，並蒐購委託書，堅拒履行契約承諾。

罔顧法院判決

政黨輪替後，蔡英文政府延續張盛和做法，今年股東會財政部動員全體官股金融機構力量，大肆蒐購彰銀股份達到 39.76%，並將彰銀股價炒到 24 元，台新金面對財政部國家力量爭奪董事席次及經營權，連續 4 次訴訟，控告財政部毀諾

背信，判決結果出爐，都是台新金勝訴。

既然法院已經第 4 次判決台新金勝訴，財政部理應依約支持台新金取得彰銀董事席次及經營權，毋庸置疑，不料此時又殺出程咬金，行政院長蘇貞昌公開宣稱，全案唯一原則是：「不會把彰銀交到台新金手上。」

至此台新金終於了解「民不與官鬥」的道理，即使有契約白紙黑字，而且法院連續 4 次判決勝訴，行政院長一句話，就可以毀諾背信，罔顧法院判決效力。行政權力顯然凌駕法律之上，漠視法紀，莫此為甚。

串流產業打破框架 女性工作機會增

【本報記者陳是新綜合報導】串流產業興起，帶動女性工作機會大增。研究發現，在檢視各大節目的製作人員性別比後，發現串流平台上的節目，女性工作人員比例達到 35%，比起傳統電視台的 30% 還要高，且女性主角的比例則幾乎跟男性主角的比例一樣多。

《富比世》報導，串流產業由於是新興的領域，較不會被傳統的規則框架束縛，包括性別比例，女性也較有出頭的機會。

《聖地牙哥州立大學》分析 4100 個電視節目角色與 4200 個幕

後職位後，發現串流平台上的節目，女性主角比例機會跟男性主角一樣多。

雖然幕後工作整體來說，還是男性佔多數，但比起傳統電視幕後工作人員僅 31% 為女性，無限電視台節目則僅有 30%，串流節目的工作人員比例有 35% 是女性，仍是相當大的進步。同時研究團隊發現，若是製片由女性擔任，則該片讓女性擔任主角的機會更多，幕後人員的女性比例也越高。

研究結論認為，女性擔任幕後高階職位，是角色或幕後人員女性比例能提高的關鍵，一位女性被聘僱往往讓更多女性受惠。



▲串流比起傳統電視台，女性主角跟女性工作人員比例都更高。圖為 Amazon 推出的熱門劇集《了不起的麥瑟爾夫人》，就是以女性為主角的故事。（Photo from Amazon Prime）

阿富汗內戰和談 雙方細節難達共識

阿富汗內戰已長達 19 年之際，雖然美國力促塔利班和喀布爾政權和談，但雙方對談中未涉及太多細節，且語帶保留，外界不抱太大希望。

【本報記者宋秉謙綜合報導】針對阿富汗與塔利班 12 日於杜哈首度正面會談，為了牽成這樁長達快 20 年的內戰和談，「中間橋樑」美國也作出許多讓步（全面撤軍），但對於會談能否如各界預期一樣成功，美國特別顧問哈利札德與外媒話語間都透露著「不肯定」，哈利札德感嘆，內戰已經打太久，導致雙方都互不信任，而外媒也指出，雙方代表討論的議題都未包含細節，估計很難談妥。

美國促成直接會談

自美國遭到 911 恐攻而涉入阿富汗內戰也屆滿 19 年，國內大多數聲浪與準備選戰的總統川普都盼能儘速敲定阿國內戰和談，美國早在 2 月就幫這次的和談鋪好路，華盛頓當局與塔利班協議，在明年 5 月前全面撤軍離開阿富汗，換取塔利班與喀布

爾政權直接會談的機會，雙方代表團 12 日在杜哈會面，預期將討論全面的和平協議與終止內戰。

據《新亞洲頻道》報導，從 12 日的會談開幕雙方的致詞，就能看出本次預期解決的都偏向行政性的的大範圍問題，諸如喀布爾政權領袖阿布拉杜拉提到，即便暫時無法達成細節上的共識，但要是塔利班能建立伊斯蘭原則的政治制度，維護所有人民的權利，就稱得上是和平英雄。而塔利班代表、二把手巴拉達也表示，他的設想就是建立涵蓋所有阿富汗人的伊斯蘭體系國家。

距離全面談和仍遠

透過外媒引述阿布拉杜拉的話也能發現，雙方的細節問題可能得等到次輪談判才有達成共識的可能，雙方致詞時僅提到政治體系與行政上

的大範圍議題，但更細節的，諸如塔利班就是不承認喀布爾政權的合法性；塔利班雖把大餅畫得很好，但他們統治下的弱勢族群權利卻總是被忽視，婦女與少數民族的權利低下，這些問題怎麼解決都深受外媒質疑。

至於中間人怎麼看，據《NPR》報導，美國會談特別顧問哈利札德就感嘆說，雖然塔利班和喀布爾政權都正承受著阿富汗人民的壓力，但人民希望談和的期盼很難改變雙方的關係。

綜觀長達 19 年的內戰，雙方早已失去互信，否則也不會需要美國讓步、積極促成直接會談，再說，已不互信的雙方承諾的協議究竟有沒有效還很難說，畢竟現在來看，雙方一面在杜哈和談，但阿富汗國內還是充斥著暴力行動。



▲ 塔利班代表團由首席談判代表巴拉達(中)領銜，與阿富汗數名資深官員所組代表團，在莫斯科展開和平協商。(網路截圖)

馬利軍方終妥協 組過渡政府備大選

【本報記者呂翔禾綜合報導】馬利新上任的軍政府終於答應西非各國的要求，將成立 18 個月的過渡政府。推翻馬利前總統凱塔的軍事政府近日宣布，將會指派官員組成為期 18 個月的過渡政府，並籌備總統大選。剛政變時，軍政府領導人戈伊塔上校曾向國際拋出以 3 年時間轉型的提議，但遭到西非各國以關閉邊界、停止貿易的抵制。

將組政府籌備大選

根據《英國廣播公司》報導，在經過與馬利反對派、公民團體的對話後，推翻馬利舊政府的「致敬人民全國委員會」於 12 日由發言人卡瑪拉宣布，將會由部分軍人與平民組成為期 18 個月的過渡政府，為接下來的總統大選進行籌備。委員會希望藉此獲得國際社會，尤其是周遭國家的支持。

雖說是政變，但《BBC》分析，馬利國內民眾對於舊政府早有不滿，近幾個月來持續上街抗議，



▲ 馬利軍政府近日終於同意成立過渡政府。(Photo by Maghreb on Mali begins Touareg dialogue via Wikimedia Commons under the Creative Commons Attribution 2.0 Generic license)

表達對政府無能、貪汙，無法確保民眾安全的不滿，在軍政府接管馬利首都巴馬科後，許多民眾還非常開心迎接軍隊的到來。不過西非各國對於軍事政變都很敏感，在政變後不久都紛紛以制裁手段抵制馬利新政府。

避免成恐怖主義溫床

加拿大《環球新聞》提到，軍

政府領導人戈伊塔上校也知道剛上任要爭取國際支持，因此他也曾提出 3 年的轉型方案，但是遭到西非共同體 (ECOWAS) 各國的反對，有些國家甚至希望馬利前總統凱塔繼續執政，不過他遭到軍政府逮捕，過幾天後被釋放，正前往阿聯酋接受醫療照護。

非洲安全研究所的研究員達柯

諾分析，由於軍方掌權，過渡政府雖然會由文人掌權，但基本上態度還是比較傾向軍方，而在軍事政變前便持續帶領民眾上街的反對黨 M5-RFP 可能有機會在過渡政府中獲得一定的地位。

國際社會希望此事能儘速塵埃落定，避免馬利出現權力真空，成為恐怖組織滋長的溫床。

全球各大週刊頭條新聞

呂翔禾／輯

《經濟學人》The Economist 在家工作恐成常態 規範應超前部署

人類過往習慣在辦公室工作，但是新冠疫情使得在家工作的需求增加。但各國在家工作的比例不盡相同，法國有 84% 的員工在疫情間仍重回辦公室，但英國卻只有不到 40% 回辦公室。企業對於在家工作的看法也有分歧，推特的執行長多西宣布員工可以永遠在家工作，但網飛創辦人哈斯廷斯卻完全否定在家工作的價值。

會產生這些不安是因為不確定疫苗什麼時候可以量產，但是疫苗以外的，則是人類工作型態的再次轉變，疫情的延續也讓人類將會面臨一場長期的科技與社會實驗，雖然新科技得以發展，但舊的公司文化、政府與法律正受到挑戰，白領工作者可能不再坐回傳統的辦公桌。

過去的工業革命，人類因為要一起學習新機器如何使用，因此需要設立辦公室，而城市為了讓人們更方便上班，建立了大眾運輸，但這套系統並不完美，許多人抱怨通勤浪費時間、太累，也有人認為辦公室太吵，難以專心工作。如果是雙薪家庭，夫妻要上班，照顧小孩的負擔將更加嚴峻。

在新冠疫情前，彈性工時的公司收益僅佔世界 5%、美國僅有 3% 勞動人口在家工作，但在疫情影響下，Zoom、Google Meet、Cisco Webex 等遠距軟體目前已累積 3 億使用者，在家不只可以工作，



連銀行開戶都可進行，無須臨櫃確認身分。

但這樣的工作模式會在疫苗出現後持續嗎？以疫情受控的德國為例，74% 的人口回到辦公室上班，但只剩 1 半的人每天要到公司，這恐導致哈斯廷斯擔心的，公司階級模糊、團隊精神消失等問題，但其實利用視訊軟體以遊戲化的方式讓員工更自發互動，或是規定員工仍要抽出時間見面，還是可以培養團隊合作的能力。

在家工作的比例不斷上升下，政府應做的 2 件事是：重新盤點勞動法規、進行城市再規劃。

在家工作的薪水要怎麼算？資方可以遠端監控員工在家工作嗎？如果勞工在家工作受傷的責任歸誰？

最後，在家工作會將都市許多空間釋出，這些空間應該增加有更多元的應用，如社會住宅或休閒中心。

白俄婦女帶鍋具抗議 要求盧卡申科下台

【本報記者臧品安綜合報導】白俄選舉動亂持續延燒，萬名婦女上街要求總統盧卡申科下台。白俄反政府示威遊行已經超過 1 個月，示威者指控盧卡申科操弄選舉結果，要求重新舉行總統選舉，日前又有萬名白俄婦女在首都明斯克街頭抗議，要求盧卡申科下台。

根據《美聯社》報導，白俄羅斯反政府示威遊行已持續 35 天，12 日又有約 1 萬名白俄婦女在首都明斯克街頭遊行，部分示威者敲打著鍋具抗議，也有許多人高舉著反對派領袖科列斯尼科娃的照片，

要求獨裁總統盧卡申科下台。

科列斯尼科娃目前遭白俄政府拘留，警方曾試圖將她驅逐出境。科列斯尼科娃的律師說，科列斯尼科娃被遣送至烏克蘭的邊境，但她撕毀了護照，拒絕離開白俄。科列斯尼科娃所屬的協調委員會正積極爭取重新舉行總統選舉，但盧卡申科拒絕與協調委員會進行會晤，該組織目前大部分領袖都已被捕或是逃到境外。

根據《CBC》報導，盧卡申科 14 日將與俄羅斯總統普丁會面，是自反政府示威爆發以來，兩人首度見面。普丁表示，若抗議活動變成



暴力，將派遣俄羅斯警察至白俄，莫斯科當局可能併吞白俄的擔憂。協助恢復秩序，這引發了人們對

▲ 萬名白俄婦女 12 日在首都明斯克街頭抗議，要求總統盧卡申科下台。(photo by twitter)

▼ 歐盟委員會預計全面修訂碳排放交易體系，以達成《綠色政綱》下的氣候目標。(photo by Wikimedia)



歐盟展減碳決心 修訂碳交易市場

為達到 2050 年零碳排的目標，歐盟決定改革碳排放交易體系，將更多產業納入規範，更嚴格控制排放量的限制。

【本報記者王安棟綜合報導】歐盟決心加速減少碳排放，全球最大的碳交易市場將全面修訂！歐盟在 2019 年底公布的《綠色政綱（Green Deal）》中，設下 2050 年碳中和、2030 年減碳 50 至 55% 等目標，為了達成比以往更嚴格的標準，歐盟預計從改革碳排放交易體系（ETS）著手，加速減少總排放限制量，重新審核免費碳權的規範，以及擴大產業的範圍。

目標 2030 年減碳 55%
根據《路透社》的報導，以

1990 年碳排放量為基準，歐盟原先在 2030 年設下的減碳 40% 目標，還不夠促成 2050 年達成碳中和，日前一份外流到外媒的草案顯示，歐盟委員會下週將提出在 2030 年前「減碳至少 55%」的目標，並列出為了達標可以做出的改變，將提出在 2021 年 6 月全面修訂碳排放交易體系的法案。歐盟委員會目前尚未對外流文件作出評論。

《彭博》的報導指出，歐盟委員會預計擴張碳排放交易體系，



從目前規範的 1 萬 2 千逾個工業設施，「至少再增加歐洲內部海洋運輸業，」以及營建與道路運輸等產業。此外，歐盟也將更嚴格控制排放量的限制、對航空業採取更嚴格的排放標準、以及首次規範船運產業。

排放量規範趨嚴

碳排放交易體系的運作方式為，歐盟為各成員國訂下減碳目標，各國再將排放量分配給各企業，排放量多的產業需向其他企業購買排放權。該體系目前涵蓋歐盟超過 40% 的碳排放量，在

新的草案下，預計將增加市場的總排放限制量的折減因數，每年減少比例將多於過去規範的 2.2%。

資料分析顯示，「在更嚴格的總排放限制量下，還是會有大量免費配額碳權存在，」歐盟也將評估減少免費配額碳權限制量的影響。免費配額碳權是由歐盟核發給航空業等企業，以換取企業不要搬遷至氣候政策較寬鬆的地區，此外，歐盟也考慮以增加化石燃料稅的方式，促使航空業減碳。

圖文選粹

圖文 / 中央社

反對派領袖遭下毒 俄地方選舉蒙陰影



▲俄羅斯舉行地方選舉，在主要反對派領袖納瓦尼遭人下毒、疫情加劇經濟危機，以及部分地區爆發大型抗爭下，讓選舉蒙上一層陰影。

美西野火不斷 川普擬前往視察



▲美國西岸地區野火延燒，今天大氣層中濃煙密布。總統川普計劃 14 日往加州視察。

黃背心運動 重返法國街頭



▲法國「黃背心」運動抗議民眾今天在巴黎與警方發生衝突，不過其他地方多數示威活動都和平落幕。

《花木蘭》新疆爭議 美議員致信迪士尼

【本報記者陳是祈綜合報導】美國跨黨派議員連署，要求迪士尼解釋《花木蘭》在新疆拍攝的細節。連署致信的議員表示，中

國新疆吐魯番公安局因踐踏人權被視為違反美國外交政策的對象，迪士尼卻在片尾感謝其官方機構，要求交代拍片細節，是否

使用少數民族勞工、或與當地兵團合作。對此，迪士尼財務長表示，拍片把政府窗口列入片尾感謝名單是業界通則。

《路透社》報導，美國國會及行政當局中國委員會共同主席、共和黨參議員馬克·盧比奧聯合 18 位跨黨派參眾議員，致信迪士尼，要求迪士尼執行長查佩克向大眾說明，關於在《花木蘭》在新疆拍攝的相關細節。

公開信直指爭議核心在於，《花木蘭》片尾所感謝的吐魯番公安局，早因踐踏新疆維族人權，被美國政府列為違反「美國外交政策利益」的對象，也質疑拍攝過程是否使用維族或少數民族勞工、是否和當地建設兵團合作。《Deadline》報導，迪士尼還未有正式的對外回應，不過其財務長在日前出席活動時，解釋該片大部分還是在紐西蘭拍攝，只有極少數場景為了忠實還原，才移往新疆拍攝。

財務長表示，要在當地拍攝，跟政府當局申請許可是全世界的慣例，無一例外，且將政府窗口列入片尾感謝名單，也是業界通則。



▲ 美國跨黨派議員要求迪士尼解釋《花木蘭》的爭議。(Photo from 迪士尼)

淺水灣 秋日饗宴

109/ 9.19

活動時間 | 16:30~20:30
活動地點 | 淺水灣海濱公園
活動內容 | 音樂會、踩街活動

指導單位：交通部觀光局
主辦單位：交通部觀光局北海岸及離島山國家風景區管理處
協辦單位：三芝海水浴場協會、POWER電力學校

日吃五色蔬果 提高免疫、遠離病菌

輪流選用不同的蔬果、豆類、全穀雜糧等植物性食材，攝取不同的營養素與植化素，以啟動健康正循環，打造不生病的生活。



▲綠色花椰菜算是蔬菜中的防癌戰士，它所含的蘿蔔硫素可以有效地將一些致癌物或有害物質排除於身體之外。（網路截圖）
▼藜麥種子含有碳水化合物、優質蛋白質、均衡的胺基酸和甲硫胺酸，以及高量的膳食纖維，且富含鉀、鈣、鎂、磷及鐵等礦物質。（網路截圖）



■吳映蓉、翁德志、李芷薇

許多蔬菜、水果、豆類、堅果與全穀雜糧等植物性食材，除了富含維生素、礦物質及膳食纖維外，還有數千種不同的天然化合物，稱為「植化素」。鑑於大



▲每人每天需均衡攝取五色食材，才能獲得不同保健功能的植化素，全方位地攝取越多，人體的防護力就越厚實，病菌便難以入侵。（網路截圖）



▲許多蔬菜、水果、豆類、堅果與全穀雜糧等植物性食材，除了富含維生素、礦物質及膳食纖維外，還有數千種不同的天然化合物，稱為「植化素」。（網路截圖）



▲蘋果含有大量的果膠，這種水溶性膳食纖維可以降低總膽固醇及壞膽固醇的含量，對健康有益。（網路截圖）



▲藜麥含有高量的鉀與磷，是人體必需之營養素，但健康人食用後可透過腎臟代謝排出多餘的量，但腎臟功能不全的患者應少量攝取。（網路截圖）

色花椰菜中含有抗凝血的成分，本身凝血功能有問題的人，如血友病患，不要大量攝取綠色花椰菜。

甲狀腺功能失調者應少吃，因為綠色花椰菜含有一種天然甲狀腺腫大劑，會干擾甲狀腺的正常功能，正常人每天吃1份綠色花椰菜沒問題，但是甲狀腺功能失調者應少吃。

腎功能不佳者應留意，綠色花椰菜的含鉀量相當高，腎功能不好需要限鉀的人，應避免攝食太多。

藜麥營養豐富

近年來科學研究顯示，藜麥種子含有碳水化合物、優質蛋白質、均衡的胺基酸和甲硫胺酸，以及高量的膳食纖維，且富含鉀、鈣、鎂、磷及鐵等礦物質，讓藜麥備受歐美演藝圈關注，更成為美國太空總署指定的太空人食物。

對於麩質過敏者

麩質存在於小麥、黑麥和大麥中，對身體機能正常者不會造成過敏反應。然而對於麩質過敏症（celiac disease）患者而言，麩質會引發人體的免疫系統產生抗體，而攻擊腸壁並破壞小腸黏膜上皮的絨毛，造成腸道無法正常吸收營養素，而發生營養不良及腸道不適的現象。

為了讓麩質過敏症患者能安心享受點心，目前已有許多學者嘗試將藜麥做為無麩質餅乾、早餐脆片與穀物棒料的配方，以替代含有麩質的小麥麵粉。

哪些人要多吃藜麥？

想要抗發炎、抗氧化的人，長期發炎可能導致體內生成大量自由基，形成高氧化壓力，而誘發

體內免疫系統失衡，增加過敏、肥胖、心血管疾病與癌症的風險。此時，食用富含植化素、多酚體的植物性食物，以提升體內抗氧化、抗發炎能力是相當重要的。

藜麥含有甜菜色素、槲皮素、香草酸等植化素，皆被證實具有抗發炎、抗氧化之特性；雖然尚未有動物或人體實驗證實相關功效，然而細胞實驗已證實藜麥萃可以發揮調節免疫的功效，以及降低化學物質誘發的發炎現象。

想要維持腸道健康的人，越來越多研究證實，腸道菌相不僅影響腸道健康，對於腦部功能、免疫系統都有相當深遠的影響。富含膳食纖維及植化素的藜麥做為益生質（prebiotics），可以協助腸道中的好菌生長。

細胞實驗中發現藜麥的皂素，亦具有促進人類大腸癌細胞凋亡的特性；動物研究中則發現，藜

麥可以促進好菌生長，提升短鏈脂肪酸含量，還能改善化學誘發物所造成的腸道損傷及減少發炎現象，顯示藜麥具有促進人體腸道健康的潛力。

食藜麥小叮嚀

腎功能不全者應少吃，藜麥含有高量的鉀與磷，是人體必需之營養素，健康人食用後可透過腎臟代謝排出多餘的量，但腎臟功能不全的患者，食用前應先詢問醫師或營養師。

紅藜？藜麥？傻傻分不清！紅藜是台灣的原生作物，而藜麥則是南美洲的原生作物，兩者雖然名字相似，但是在植物分類學上卻是不同種的植物。紅藜與藜麥比較像親戚關係。

吃蘋果預防疾病

蘋果含有大量的果膠，這種水溶性膳食纖維可以降低總膽固醇及壞膽固醇的含量，對健康有

益。不只蘋果肉，蘋果皮也是許多植化素的寶庫。

想要預防乳癌及大腸癌的人，蘋果可說是一個富含植化素的防癌寶庫，有豐富的槲皮素，以及其他的類黃酮素、類胡蘿蔔素及酚酸類等，每個都是優秀的防癌物質。從預防乳癌及大腸癌的研究中得知，平常多吃帶皮的蘋果可以增加防線的戰鬥力。

想要維護攝護腺健康的人，蘋果中所含的槲皮素及楊梅素都能保護攝護腺，抑制攝護腺腫瘤細胞的生長，不只女性要多吃，男性多吃蘋果也是好處多多。

想要血糖穩定的人，楊梅素、綠原酸及阿魏酸都是調整身體血糖的重要植化素，剛好蘋果含有這幾種寶藏；此外，蘋果中的果膠能夠延緩飯後血糖上升的速度，因此，血糖高的人或是第2型糖尿病患者，可以試著在飯後吃一些蘋果，以延緩飯後血糖波動的現象。

吃富含膳食纖維的黑木耳會增加飽足感，且其低熱量的特性，讓你吃得飽飽同時兼顧熱量攝取，達到體重控制的效果。

降低膽固醇

想要擁有健康心血管的人，蘋果中的阿魏酸及果膠，都能各自運用其特殊方式來降低膽固醇，而且，蘋果所含的類黃酮素及酚酸類都是超級抗氧化劑，能預防壞的膽固醇被氧化而卡在血管壁上。

此外，芸香素能抑制血小板的凝集，有助於保持血管的暢通。蘋果中所含的保護血管的物質這麼豐富，怪不得備受大家推崇。

想要預防腎結石的人，有研究發現，如果每天喝 500 cc的蘋果汁，可以改變泌尿道的酸鹼度，

降低草酸鈣形成的機會，可以預防腎結石的發生。

想要減低過敏症狀的人，蘋果中的槲皮素能降低身體產生過敏反應的組織胺分泌，可抑制一些如流鼻水、打噴嚏、眼睛癢等過敏症狀。所以，有過敏症狀的人可以多吃蘋果來減緩症狀。

想要預防停經後骨質疏鬆的人，有一種只存在蘋果中的類黃酮素根皮甘，它能有效地抑制更年期骨質流失的狀況，更有研究發現，根皮甘不但能防止骨質流失，還能增加骨質密度。建議更年期期的婦女平常不妨多吃蘋果。

連皮一起吃最營養

蘋果的好東西有一半都在蘋果皮中，含皮的蘋果功效比沒皮的多1倍，所以吃蘋果時應把皮洗乾淨，連皮一起吃下去。有些人會擔心蘋果皮上的臘，只要食用前用手多搓幾下，就可以洗去大部分的臘。其實那些臘是食品級的，就算吃下去一些，也不需要太擔心。

拉肚子不可不吃皮，便秘時需要吃皮，蘋果皮纖維素豐富，可刺激排便，解除便秘。拉肚子時，要削去果皮再食用，果肉中的果膠會抓住水分，改善腹瀉。

身體清道夫

近年來養生風氣盛行，有「身體清道夫」之稱的黑木耳，因含膳食纖維與多種醣體等活性成分，一躍成為人氣食材。又其蛋白質、維生素和鐵的含量皆比白木

耳多，對素食者而言，是補充營養的不錯選擇。

想要控制體重的人，膳食纖維的熱量低，進入腸道後會吸收水分迅速膨脹，對於想要控制體重的人而言，吃富含膳食纖維的黑木耳會增加飽足感，且其低熱量的特性，讓你吃得飽飽同時兼顧熱量攝取，達到體重控制的效果。

保護心血管的好幫手

運動過程中人體內會生成大量自由基，導致肌肉細胞發生過氧化損傷，而出現運動後的疲勞感。這不僅降低很多人從事運動的意願，對於長期訓練的運動員而言，更會造成對身體的傷害。

研究發現，來自黑木耳的多醣體可增強運動耐力，並保護小鼠肌肉遠離運動所造成的氧化傷害。

《天然植物營養素，營養專家教你提高免疫力》簡介

許多人知道維持生命的「維生素」，卻不太認識能救命的「植化素」。科學家研究證實，這個宛如防護罩、能保護植物的天然化合物，是良好的抗氧化劑，可以激發體內解毒酶的活性、調整免疫系統與荷爾蒙、抵抗細菌及病毒，在預防醫學領域中扮演重要角色。

目前已發現的植化素達上千種，生理功能類似的植化素，會以類似的顏色，呈現在綠、黃、白、紅、黑色的蔬果穀物中，每人每天需均衡攝取五色食材，才能獲得不同保健功能的植化素，全方位地攝取越多，人體的防護力就越厚實，病菌便難以入侵。



作者：吳映蓉、翁德志、李芷薇

出版社：臉譜

出版日期：2019/10/09

・T.H. 書訊・

醒報編輯部／輯

《魔法手帳》

作者：三條堯花

出版社：出色文化

書中介紹了作者在經過無數次失敗嘗試後，最終歸納完成的究極版家事筆記術。先掌握家事的總量，再訂定家事的「日程表」，按表操課，就能避免出現「忘了做」的家事。

因為做不好家事而煩惱時，可以按照「整理收納」的順序試著整理頭腦。如此一來，你將會發現有個妨礙你提起勁來做家事的原因，那就是「搞不清楚」。一旦沒了筆記本，「不確定」的事情實在太多了。

《化解孩子的「對立反抗」》

作者：王意中

出版社：寶瓶文化

合理的方式，與人溝通，說服別人，並與生命中的重要他人維繫良好的關係。

想要化解孩子的對立反抗問題，不能單純只是期待孩子做改變。父母和老師是否有想要改變與孩子關係的優先動機，才是最為關鍵的一點，也是非常必要的。與對立反抗孩子間的關係要達成和解，少了你這一票，一切都無解。

陪伴對立反抗孩子，最終目的，不在於僅是讓孩子順從與配合大人的要求。而是要讓孩子學習一種符合社會規範、符合人與人間應該有的基本尊重，覺察自己的言行舉止，擁有內省的能力。讓孩子能夠用

《瑪瑪的最後擁抱》

作者：法蘭斯·德瓦爾

出版社：馬可李羅

瑪瑪是荷蘭伯格動物園黑猩猩群中的雌性首領，她和生物學家范霍夫非常親近。瑪瑪將死之前，范霍夫做了一件不尋常之事：黑猩猩力大無窮，若人類直接接觸黑猩猩，可能會受傷，但他前往瑪瑪晚上休息的籠子，給她人生最後一次擁抱。

人類一直以來都認為只有自己會用豐富的表情與肢體語言表達完整的情緒；事實上，所有靈長類動物也是。除了常見的地位競爭，靈長類也會記恨、也在意公平性、更會顧慮團體



重溫柯波拉的《教父三部曲》

《教父三部曲》中，艾爾帕西諾的演技貫串全集，把角色麥可柯里昂詮釋得十分動人，成了影史中最有深度的黑幫頭目角色。



■ 梁良
(資深影評人)

近日有一條令人興奮的電影消息傳出：今年正逢《教父第三集》(The Godfather: Part III) 上映 30 週年，出品《教父》三部曲的派拉蒙影業宣布，導演法蘭西斯柯波拉將為其著手全面大修復，除了畫質、聲音方面外，更將在內容上重新剪輯，創造了

一個全新的開頭與結尾，重新排列了一些場景、鏡頭與下音樂的點。

柯波拉說：「有了這些改變以及經修復過的畫面與聲音，對我而言，這是《教父》系列電影更加合適的結局。為了反映小說原作者兼聯合編劇馬里歐普佐最初的展望，也將賦予此片全新的片名：《馬里歐普佐之教父完結篇：麥可柯里昂之死》(Mario Puzo's The Godfather, Coda: The Death of Michael Corleone)。」這部從裡到外全面大修復的《教父 3》，在今年 12 月會安排院線上映，屆時也會有家庭影音等數位版本一同問世。

三部曲各有特色

筆者正好在兩個月前，按順序分三天重溫了《教父三部曲》，對《教父 3》的印象改觀很多。當年看本片的首輪上映之後，曾認為在 16 年後才重啟的《教父 3》根本是狗尾續貂，不但在藝術上跟《教父》和《教父續集》的經典地位很不匹配，我更很小人地認為本片就是柯波拉因為弄自己的「西洋鏡公司」幾乎破產，而不得不吃老本硬著皮開拍的搶錢之作。

然而，這次重看了三部曲，發現每一部影片各有它的情節重點和藝術特色，而三片結合之後又形成了一個完整的故事——以麥可柯里昂為核心和主幹的柯里昂黑幫家族故事。

黑手黨家族興衰史

第一集《教父》由柯里昂第一代的維多奠定該家族在黑手黨的至尊地位，他的霸業受到其他家族的挑戰，本應繼承家業的長子桑尼被殺，次子弗雷多懦弱無能，一直抗拒不想走黑幫路的幼子麥可反倒成了自己痛恨的新一代教父，真是命運弄人。

第二集《教父續集》全片格局更宏大，編導的技藝也更超群。本片劇情採雙線鋪陳，一方面交代由麥可主導的黑手黨透過收買美國政客擴張他們的商業版

圖；另一方面分段回溯年輕時的維多如何從西西里家鄉被迫流亡赴美，又如何勇闖黑幫路，兩條情節線以精準的剪接點和配樂連接，在當年驚為天人。

艾爾帕西諾演技精湛

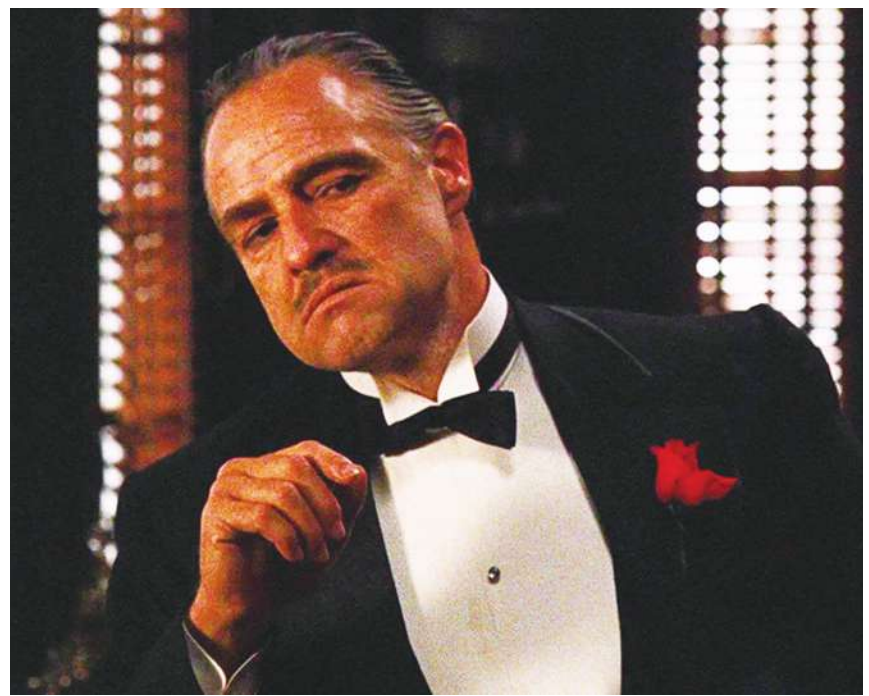
到了《教父 3》，在格局上仍沿著前兩集的大型家族聚會開場，一脈相承的儀式感強烈，並借此帶入柯里昂第三代的子女，準備接班的號角吹起。此時，正步入老年的麥可急於在自己仍掌握權力時全力漂白，企圖藉羅馬教廷支持的老牌商業集團股東身分，把整個柯里昂家族從此變身為上流社會的名門巨賈，那種「從良」的迫切心理相當有戲劇張力的。

而作為貫串整個故事的真正主角，艾爾帕西諾在《教父 3》也展現了自前兩集一以貫之的精彩演出，把麥可柯里昂這一位在影史上被塑造得最完整、最有深度的黑幫頭目角色，在晚年的風中殘燭階段的落寞淒清詮釋得十分動人。

若將麥可在《教父 3》結局時孤獨的死亡場面，和他父親維多在《教父》中有孫子的歡笑聲陪伴的去世鏡頭相對照，自可感受到導演柯波拉對兩代教父個人成敗的褒貶態度。



▲ 第一集《教父》由柯里昂第一代的維多奠定該家族在黑手黨的至尊地位，他的霸業受到其他家族的挑戰。(網路截圖)



▲ 艾爾帕西諾在《教父 3》的精彩演出，把麥可柯里昂這一位在影史上被塑造得最完整、最有深度的黑幫頭目角色。(網路截圖)

民歌 45 演繹懷舊風 合唱「明天會更好」



▲ 施孝榮 (右) 與久違的陳艾湄 (左) 帶來俏皮版《誰說我不在乎》。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

【本報記者祝潤霖台北報導】「讓我們的笑容充滿著青春的驕傲，讓我們期待明天會更好！」《民歌 45 巨蛋高峰會》13 日在台北小巨蛋舉行，全體大合唱《明天會更好》，彷彿時光倒流；施孝榮一開場便帶來氣勢磅礴的《歸人沙城》，喚起歌迷昔日的關山豪情，並與久違的陳艾湄帶來俏皮版《誰說我不在乎》。

王夢麟連唱《木棉道》、《廟會》兩首膾炙人口的民歌，全場觀眾齊聲唱和；李明德帶來《陽

光和小雨》、《風中的早晨》；周子寒也演唱《吻和淚》，許景淳唱《玫瑰人生》，殷正洋唱《橄欖樹》，潘越雲則帶來《我的思念》和《守著陽光守著你》；羅吉鎮與于台煙合唱《神話》，並開玩笑說「這是新一代的金童玉女！」

此次加場歌手從 8 組增至 14 組，包括王瑞瑜、葉佳修、邵肇玫、王海玲等，其中陳艾湄、周子寒是首次加入。為了帶給歌迷新意，施孝榮重新編寫合聲譜，

讓歌手們反覆練習到背都濕了。于台煙直呼，「好像上了堂音樂課！」王瑞瑜、王海玲、于台煙用美妙和聲演繹《想你》、《外婆的澎湖灣》，帶入整場高潮。

潘越雲、許景淳、殷正洋合唱《被遺忘的時光》，全體歌手帶來壓軸曲《明天會更好》，用老歌幫新疫情打氣，並大合唱壓軸曲《閃亮的日子》，象徵跟在場聽眾合辦一場同學會，用「回憶錄」的方式貫穿整場演唱會。



▲ 王夢麟連唱《木棉道》、《廟會》兩首膾炙人口的民歌，全場觀眾齊聲唱和。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



▲ 周子寒演唱《吻和淚》、《心疼自己》，彷彿時光倒流。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

▼德國鋼琴大師肯普夫的版本，仿管風琴式強化圓滑奏，帶著詩意與穩定性，就是與顧爾德截然不同的演奏方式。（網路截圖）

▼加拿大鋼琴大師顧爾德奇特的彈琴姿態，演奏時明顯到已經干擾錄音的哼聲等，都是人們津津樂道的話題。（網路截圖）



顧爾德之外 無郭德堡變奏曲

■蕭旭岑
（前總統府副秘書長、資深愛樂者）

最近，中國鋼琴家郎朗推出巴哈的《郭德堡變奏曲》錄音，包括在德國萊比錫聖多默教堂演奏現場。我立即在 Spotify 線上先「聽」為快，不過，聽了幾段變奏後，我就悄悄地按下暫停鍵，然後，還是去找顧爾德的版本出來聽。

加拿大鋼琴大師顧爾德（Glenn Gould）這一生已經與《郭德堡變奏曲》畫上等號。他的傳奇

很少有演奏家在特定曲目上，達到如同顧爾德與巴哈《郭德堡變奏曲》的成就，顧爾德這一生已經與《郭德堡變奏曲》畫上等號。

與軼事，在樂迷間已經傳頌太多次，坊間專書與電影汗牛充棟，包含他很年輕就毅然決然告別演奏舞台，投入廣播與錄音，以及奇特的彈琴姿態，演奏時明顯到已經干擾錄音的哼聲等，都是人們津津樂道的話題。

音樂渲染力驚人

對於顧爾德，我有特殊的個人情感。在很年輕聽古典音樂時，我就被他最後一次的《郭德堡變奏曲》（1981年）「電」到，自此成為他的樂迷。早年，我收集他的錄音，無論是早期 CBS 版或者後來被 Sony 收購後再版的唱片，都是鉅細靡遺的收藏，而且

有很長一陣子，顧爾德的演奏給了我許多啟發。

了許多啟發。

顧爾德的演奏特色，我的好友羅源彰醫師有最精彩的歸納：「極佳的節奏感、清晰的分部與優異技巧之外，還有他那怪異、不按牌理的斷音。」我個人認為這幾項精準地將顧爾德的特色表述出來。我也認同羅醫師的觀點，儘管褒貶不一，歷史似乎是站在顧爾德這邊，被他音樂的渲染力感動的人，遠多於質疑的人。

奇特斷音吸引目光

對我而言，顧爾德的演奏能超凡脫俗，在於他對複音音樂有深

厚研究，能夠直視樂譜對位結構的驚人洞見，佐以他清晰的分部與左右手超絕的均衡技巧，是他能將巴哈（以及以對位型式譜寫的樂曲）演奏得如此卓越的根本原因。就如他灌錄了其宣稱「二流」的作曲家莫札特所有鋼琴奏鳴曲，其中複音對位的段落都演奏得神采飛揚，絕對不僅是「搞怪」而已。

有這些特色支撐，對許多愛樂者來說，相對於其他多數鋼琴家，顧爾德的巴哈演奏是立體的。尤其是生涯數次的《郭德堡變奏曲》錄音，那生氣盎然的指法，鮮明奇突的斷句，「左右互搏」的超技，都能在一瞬間擄獲愛樂者的心。或者我們可以這樣說，顧爾德的演奏神奇地穿越時代，將現今新媒體時代「最短時間內吸引多數人目光」的時代精神發揮到淋漓盡致。

「顧爾德之外」的演奏

當然，有這樣鮮明的例子，難免對其他大演奏家有所不公

平。例如德國鋼琴大師肯普夫（Wilhelm Kempff）的版本，仿管風琴式強化圓滑奏，帶著詩意與穩定性，就是與顧爾德截然不同的演奏方式。我年輕時不懂得欣賞這樣的演奏，但隨著年歲漸長，閱歷日增，也逐漸能理解並喜愛「顧爾德之外」的演奏。

然而，肯普夫的例子是極少數。就如同我聽郎朗的《郭德堡變奏曲》，儘管他花了許多心思在裝飾奏上做變化，樂句的連貫也融入了他獨有的戲謔感，但我總認為，他就是走不出「顧爾德的牢籠」。（郎朗也曾說十歲時聽顧爾德的《郭德堡變奏曲》後，深受影響至今：「當時我就決定，總有一天也要能這麼彈。」）

很少有演奏家在特定曲目上，達到如同顧爾德與巴哈《郭德堡變奏曲》的成就。就《郭德堡變奏曲》來說，「顧爾德之外」的典範，已然是近乎絕跡的存在了。



▲郎朗的《郭德堡變奏曲》，儘管花了許多小心思在裝飾奏上做變化，但我總認為，他就是走不出「顧爾德的牢籠」。（網路截圖）

湖人闖入西決 坐等快艇、金塊出線

NBA 西區由湖人率先搶下西決的第一張門票，將等待快艇、金塊其中一隊出線，而東區前 2 種子雙雙中箭落馬，由熱火對上綠衫軍。

【本報記者宋秉謙綜合報導】湖人睽違 9 年再次闖入 NBA 分區決賽，13 日在詹皇領軍下大比分碾壓火箭隊，將以逸待勞，等待對手出線。NBA 季後賽次輪幾

乎全數告終，東區由賽爾提克對陣熱火，寫下史上首度沒有前 2 種子的東決；西區是剛晉級的湖人隊，最後一個組合是快艇 3：2 聽牌金塊，若快艇無法在 14 日

擊敗金塊，雙方拖進生死第 7 戰，無論哪隊是勝者都是慘勝，只能休一天就得與湖人打西決。

東區前 2 種子翻車

NBA 季後賽次輪最先脫穎而出的就是東區超級黑馬熱火隊，他們 9 日就淘汰東區龍頭公鹿晉級，整體來算，可以說是第一支拿下 NBA 四強席次的隊伍，12 日則是「綠衫軍」賽爾提克與第 2 種子暴龍大戰 7 場，驚險淘汰對手。老三綠衫軍會師第 5 種子熱火，也是東決史上首度不見前 2 種子，東決賽程預計在 15 日開打。

而西區次輪第一個組合也在 13 日分出勝負，根據《網路媒體》報導，湖人隊在詹皇率領之下，整場沒有落後過火箭，

有別於詹皇的強勢演出，火箭雙槍打得荒腔走板，最終湖人輕鬆以 23 分之差勝出，以 4 勝 1 負淘汰火箭，湖人也是繼隊史最久的 9 年以來，再度能「碰到」西區決賽的地板。

快艇、金塊恐迎慘勝

湖人整個季後賽都處於以逸待勞的位置，從首輪開始就在迎戰疲憊的對手，等待老 8 拓荒者與第 9 種子的灰熊打完外卡賽，到次輪依舊是等待與雷霆苦戰 7 場的火箭，現在湖人再度率先淘汰對手，另一個組合快艇與金塊還在激戰當中，是本次季後賽第 3 度「以逸待勞」。

暫時領先的快艇自然希望儘速解決金塊，避免夜長夢多，但要是 14 日的 G6 被金塊將士用命拿下，對於這組 2、3 種子來說，拿下 G7 的勝者都稱得上是慘勝，由於賽制時間限制，無論生死第 7 戰打得多慘烈，勝者一定得在 18 日迎戰湖人隊，代表勝隊在整個 7 場大戰中僅能休兵一日，再來就得面對休息超過 4 天、兵強馬壯的湖人。

圖文選粹

圖文／中央社

PGA 喜互惠公開賽 潘政琮繳 71 桿



▲台灣高球好手潘政琮今天在美國職業高爾夫巡迴賽（PGA）喜互惠公開賽第三輪，繳出 71 桿，3 輪合計低於標準 6 桿的 210 桿，暫時並列 58 名。

大坂直美強化身心 美網 2 度封后



▲日本網球好手大坂直美 2 度在美國網球公開賽封后，她直言今年狀況不佳，自己花很多時間思考，做好比賽心理建設，才走過低潮。

▲NBA 西區率先由湖人搶下西決的第一張門票，在整個季後賽第 3 度以逸待勞，等著快艇和金塊血戰後的勝隊。（photo from NBA Facebook Fanpage）



▼到二手書店找書成了習性，像是釣魚客，看到任何一個溪流水塘，都要估量一下有什麼魚？藏在那個角落？怎麼釣？（網路截圖）



書林打獵

十步之內 必有芳草

現代人在畢業後，再也沒看過書，而我卻愛書成癡，二手書店、早餐店書架上常有驚喜，「十步之內 必有芳草」。



魏國彥，台灣地質科學學者，於美國羅德島大學海洋學取得博士，曾擔任耶魯大學地質與地球物理學系助理教授，也曾任行政院研考會副主任委員、行政院環保署長，現為台灣大學地質系教授，中央研究院地球科學研究所兼任研究員。

■魏國彥
（台灣大學地質系教授）

古代中國人靠讀書尋個出身，先要參加地方考試，優選為秀才、舉人才能參加皇帝舉辦的殿試，成為中央的官吏，讀書變

成窮人家孩子「階級翻轉」的途徑，所謂「青雲有路書為梯」。書本何止是梯子，其實成了金字塔，難怪胡適說：「為學要如金字塔，要能博大要能高」。

讀書 CP 值高

讀書帶著光宗耀祖的目的性、工具性，就不見得那麼有趣了，古文八大家之一的韓愈有這麼一幅名聯：「書山有路勤作岸，書海無涯苦作舟」，怎麼看，讀書都是苦差事，苦海無涯，及早登岸了事，以致於不少現代人一畢業就把所有的教科書扔了，此生和書本說掰掰。

我自小也算「學霸」，到了高中貪玩，不專心讀教科書，常到牯嶺街舊書攤挖寶。挖寶的範圍很廣，少年衝動，青春叛逆，禁書就成了最有趣的探寶標的，找到當時稱為「小本」的黃色書

刊、美軍顧問團流出的「花花公子」，以及三零年代「附匪文人」的殘餘孤本，常在路燈下完成閱讀與探索，也算是聯考桎梏下的救贖。

二手書店釣魚客

現在退休了，得以脫離原來為了學術研究與論文寫作的閱讀範圍，卻又把四十年來學術研究爬梳的功力瀟灑地用在找書與閱讀上面，老妻禁止我再買新書，我的尋寶處就又回到了二手書店，重溫高中生的青澀探索，春韭滿園隨意剪，蛋頭列隊任我挑。

找書成了習性，像是釣魚客，看到任何一個溪流水塘，都要估量一下有什麼魚？藏在那個角落？怎麼釣？也像獵人踏入森林，耳朵豎起，鼻孔張開，眼睛搜索，最棒最有趣的地方竟然是早餐店的書架、牙醫診所的小櫃

子，上頭的書四五十本，等待的時間十五、二十分鐘，我快速瀏覽，隨意翻閱，會看到平常不在自己雷達掃描範圍的書，常有驚喜，所謂「十步之內必有芳草」。

過盡千帆

退休前後，必須做、經常做的事就是整理舊書，左右看看，也算藏書萬卷了，一邊丟又一邊買，過盡千帆，弱水三千，常有一瓢之飲，或甜美、或甘冽、或醍醐灌頂，或「食之乏味，棄之可惜」，丟棄之前、應該寫個墓誌銘，也不枉它災梨禍棗，澤留人間。

於是，想和讀者們分享一下書林打獵的樂趣，分享若干書中滋味。因此，有了這個專欄。

讀著諸君，闔興呼來？元朝張養浩「沈醉東風」詞這麼說：「俺這裡，花發的疾，溪流的慢。」，我森林裡的花一發一大片，且讓我們細水長流。

下一期，我要說一本在「美而廉」早餐店看到的書。

〈編按：本專欄每周一見報〉

童年時的回憶（上）

潮汐間的樂極生悲

■謝如菁

半世紀前，紅毛城下淡水河邊住著不少打漁人家。妹妹和我從坡上下來，穿過馬路在河邊觀看許多大人和孩子們在河中沙洲的嬉戲，羨慕的心跳動著，但是身高未及 140 公分不知如何如願？在漁船尚未配備馬達的年代，未上岸的漁人好心搖槳過來，回應了我們渴望游嬉沙洲的眼神。

觀音山在前，淡水在後，河口海天相連，從腳落入濕涼沙地，心曠神怡的那一刻，我們竟忘了時間，跑跳追逐河蟹，手挖腳扒的搜尋蛤蜊，快樂逍遙了好一會，直到太陽漸弱，海水帶來涼意，一抬頭，發覺所踩的沙洲變小了，人影少了大半，才意識到漲潮催人回頭是岸，可是原來眼前幾艘接駁的船影早已消失。

涉水是回家唯一的路，我和



妹妹以為快快走回離岸近一些的沙灘，就可以像其他小孩子踩過泥濘上岸，殊不知，走進水中除了感受到潮漲水高，前行後，遭遇另一股岸邊水流向外水勢的推拉，兩個小人正在水深及頸，感覺要被浪潮吞滅時候，有隻手過來攙扶我們，

（新媒體宣教學院・新媒體寫作班，林意玲老師指導）

半變拾
。小頭直到
了發覺太陽
。影所踩漸
少的人影弱
了沙洲一

領我們終於上岸。

他是同學的哥哥，想對他再次道謝，卻一直未曾再見。記憶中，那天傍晚在渡船頭的岸邊來回多趟，等到衣服乾了才敢回家。

這場幾乎喪命的貪玩，長大後想起，真感謝上帝的保守。



▲平時有些嚴肅的爸爸，竟有這麼細心的一面。（網路截圖）

錯的時候 對的人

醒小說

■溫小平

（小說作家）

這片沙灘美麗得令人心動，奶白的色澤沒有汙染，腳踩下去，漏進涼鞋裡的沙，柔細如情人的手，輕輕撫過腳面，若不是氣溫過高，她真想張開雙臂，躺臥在沙灘上。

海島的陽光的確整人，針刺一般遍布裸露的肌膚上，她不由頭暈目眩，原以為只是隨意走走，未料同伴卻想騎駱駝，興致高昂地等著前一個遊客繞完沙灘回來。

她躲在小樹蔭下，愈發覺得口乾舌燥。遠處有對新郎新娘正在拍攝婚紗照，共騎駱駝，新娘回眸一笑，攝影師按下快門，新郎卻微微皺起眉頭，面龐的深情款款似乎是勉強擠出來的。

回憶過去

她的腦袋裡哩哩啦啦爆竹響，遙遠卻熟悉的記憶狠狠竄進心裡，她把新郎的皺眉捕捉進她的數位相機裡，彷彿收藏那轉瞬即逝的過去。

已過過婚年齡的她，曾經有人求婚過，她渴望浪漫婚禮，提出了婚紗、婚紗照、喜宴、蜜月旅行的願望，兩人幾度討論溝通，她堅持去海島拍婚紗是最後的讓步，她的理由是「婚禮一生只有一次，不能馬虎。」他卻認為，「一輩子比較重要，能省則省。」

之後的約會，沒了甜蜜，只有爭執，最大的一次爭吵，她對他怒吼，「你根本就不愛我，我不嫁了。」

最後的背影

他深深望了她一眼，她能感受到他的熱情在眼眸裡一點點降溫，她卻依然不讓步，眼睜睜望著他轉身而去。她以為他會像過去許多次，冷卻幾天，就會回頭哄她、寵她，最後還是答應她的要求。

哪想到，他的背影成了彼此分手的最後鏡頭，手機裡再也沒有他每天噓寒問暖的簡訊，出門上下班再也沒有他的專車接送。是回憶太沉重，還是陽光太殘忍，她幾乎站不住，只好跟同伴說，「我真的要暈了，又沒帶水來，我先回房間了。」

經過旅館的咖啡座，大片玻璃外的椰子樹和階梯狀的白色房屋，以及遠處蔚藍海，猛的撞

進她的視野裡，她突然不想回那孤單的房間。挑了臨窗座位，點了卡布奇諾和一片藍莓蛋糕，渾身的暑氣很快地就被冷氣驅逐。她抿了一口咖啡，享受專屬自己的浪漫氛圍。

重逢舊愛

但好心情維持不了多久，就被玻璃外走道掠過的親密男女攪渾了，男的手摟著女的腰，笑容如此的熟悉，時隔多年，依然令她怦然心動，只是他卻是對著另一個女子笑。她又暈了，大理石地磚似在旋轉，她扶額，想遮去自己的面容，男人彷彿心電感應，回首望見她，微愣片刻，跟她揮揮手後，繞過玻璃牆，略微興奮地問她，「好久不見，你都好嗎？」

她撇撇嘴，卻擠不出一絲開心的笑，淡淡問他，「她是…？」他緊摟一下女子的腰，幸福的說，「我老婆，我們來度蜜月。」她心跳掉了一拍，呼吸幾乎停滯，海島蜜月當初是被他否決的提案，他竟然在另一個女子身上實現。

那女子跟他甜甜一笑，嬌滴滴說，「我去一下洗手間。」很大度的把時間留給他們敘舊。客套的問候幾句近況，她沒忍住心裡的疑惑問他，「原來，你不是不能接受浪漫婚禮，而是，你愛我不夠深吧？」

曾經太過年輕

他卻搖搖頭，「不，你錯了，那時我是愛你的，只是那時太年輕，不瞭解愛一個人也要懂得妥協。」

「你是安慰我吧！」她無奈的說，錯過就是錯過了，當時即使選擇妥協的是她，他倆或許還是不會有一輩子的。

她將手裡的咖啡一飲而盡，無論是悲傷、惆悵或失落，就像這杯咖啡，香氣畢竟比不過苦澀，只能全部吞了吧！

站起身，她盡力維持風度地跟他說，「祝福你們了。」

她剛走離兩步，他忍不住說，「我不想你誤會我薄情，其實，當初，我否決海島婚紗照，是因為我用分期買了一輛車，給你代步，想在結婚時讓你驚喜。」

她頓了一下，背著他揮揮手，之後頭也不回的往房間走去，屋外陽光映照著她臉龐的點點淚光。



▲曾經有人向她求婚過，她渴望浪漫婚禮，堅持去海島拍婚紗，雙方一言不和，成了感情的致命傷。（網路截圖）

爸爸，你醒醒！

■王華

小時候，父親在外縣市工作，每週只六，日才回來。我們對不苟言笑的爸爸一向是敬而遠之，鮮少互動。

有一次我得腸胃炎，拉肚

子很厲害。媽媽雖然是護士，但那幾天剛好要在醫院值大夜班，是爸爸留下來照顧我。

那天晚上，每隔 5-10 我就得叫醒他說：「爸爸，我肚子又痛了。」爸爸就起來抱我去廁所，爸爸幾乎一整晚都沒

睡，可是他卻完全沒有不耐煩，一叫就立刻起來，餵我喝水，給我量體溫，看我有沒有發燒，溫柔地叫我好好休息，有不舒服再叫他。

平時不太管家事，有些嚴肅，重大事情才說話的爸爸，竟也這麼細心有耐心的一面，讓我記憶非常深刻。

夜間漫步河堤

圖 / 文 陳芳明
(政大台灣文學研究所教授)



【溪邊一片草地】

每天晚上漫步的盡頭，就是恆光橋底下的那一片草地。從這裡又走回頭，走到河堤出發原點，大約是五公里。走路時一切放空，讓節奏一直維持穩定。

今天晚上抵達那裡，看見一隻柴犬在芒草間奔跑，神情帶著微笑狀。漫步就是一種沉澱的過程，從放下到放空，走完五公里後，一天便告結束，明天重新開始。

【發現一個方向座標】

昨天晚上再次走到溪邊草原，靠近溪邊右岸處，發現地面有一個鐵鑄座標，讓我分清楚東西南北的方向。南邊是烏來，北邊是陽明山。每天來回五公里，整個身體都徹底得到解放。晚上回家沖涼沐浴後，倒在床上立刻入眠，再也沒有輾轉難側的問題了。



【夜雨中的河堤】

昨天晚上大雨滂沱，準備放棄夜間散步。八點左右雨勢稍歇，又決定出門繼續夜行。果然整條河堤毫無人跡，從這頭到盡頭，只有燈光與落葉。

跟著涼鞋漫步時，覺得有些秋意。好涼的空氣，從腳底傳到背脊。景美溪水勢滔滔，未嘗稍止，那是時間的聲音。全程來回走完四公里後，站在河堤遠眺之際，夜雨又急急下降。



【月與月暈】

昨天晚上雨勢稍歇，決定再去走河堤。那是陰曆七月十四日的夜空，整個月亮特別飽滿。周邊還散發著微微光暈，遠望時似乎有一種迷茫。人的身體似乎與天體遙遙呼應，隨著陰晴圓缺，情緒也跟著升降起伏。飽滿的月照著山影，走完五公里之後，竟毫不疲倦。

【葉落滿地】

秋氣漸濃，校園後山的楓香步道落滿了葉子。山上的植物最誠實，總是與季節的變化呼應調整。黃昏時，遠方雷聲低沉咆哮，最後終於還是沒有下雨。在這步道上來回走過千百次，仍然著迷於植物的季節變化。暑假已經到了末端，九月開學時，秋天也將適時降臨。



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

Federico IELAPI Rocco PAPALEO Massimo CECCHERINI Marine VACTH UGO GIÒ PROIETTI

9.18
謊然大悟

70th Internationale Filmfestspiele Berlin
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
羅貝托貝尼尼
坎城名導 馬提歐賈洛尼
真人奇幻新作

澎湖海灣燈光節 化身科技海島樂園

2020 澎湖海灣燈光節以海島樂園為主軸，運用了現代科技打造大型互動燈飾讓人彷彿徜徉在海底世界中。

【澎湖訊】「2020 澎湖國際海灣燈光節」訂於9月12日至11月14日於澎湖金龍頭盛大登場。邁入第三年的2020澎湖國際海灣燈光節，今年將以澎湖海洋意象，以「海島樂園」為策展主軸，打造澎湖大型燈光展演活動。

在主題燈區部份有高達八公尺的美人魚主燈「海島之歌」，搭配「蓬勃之海」海上燈光水舞秀，打造海陸燈光展演秀！另外在藝術燈區作品中則運用了現代科技打造大型互動燈飾讓人彷彿徜徉在海底世界中，充分展現設計力巧思，捲動澎湖秋天旅遊熱潮。

今年活動以「海島樂園」為策展主題，並由國內外藝術家打造多達20幾種燈飾。在主題燈區有全台唯一結合港灣水舞的燈光秀，浪漫唯美且高達8公尺的主燈結合氣勢磅礴的水舞為最大亮點。

除此之外，在藝術燈區則有多樣結合科技的互動燈飾，其中像是外觀很復古，實際走進卻很科技的蒸汽帆船「菊島奇幻探險」、會隨著打擊聲而律動的石章魚



▲1. 忘憂花園運用多元色彩融合創新立體編織技法，編織出珊瑚、海星、海葵等生物，呈現海底花園景象。（網路截圖）

燈飾「搖滾章魚」，和澎湖當地特有的乞龜民俗慶典活動為核心打造的「龜來運轉」祈福燈飾等，都相當適合親子家庭前來體驗遊玩，到澎湖體驗璀璨燈光節，探索最好玩的「海島樂園」。

主燈展演搭配了海上燈光水舞秀「蓬勃之海」，運用了位於

金龍頭港口絕佳海景與水域的優勢，策展團隊克服了海潮起伏，將水舞的呈現拉高至海平面上三至四公尺，能獲得更廣闊的水舞視覺。

在燈光展演時美人魚會搭配著水舞燈光秀轉動一圈，隨風飄揚的髮與閃耀繽紛色彩的魚尾

身驅，襯托出碧海藍天的海島風情，躍起於雙心石滬上，訴說著海島樂園最浪漫的故事，將海洋元素發揮到淋漓盡致，前所未有的水舞與主燈展現方式，將在夜間燈光秀演出時段締造出一場震撼五官的大型海洋燈光展演秀。



▲海島樂園將藝術作品融合海洋生物元素，運用現代科技創造豐富的燈光型態。（網路截圖）



▲大型海龜在主舞台入場處迎賓，充滿濃厚澎湖風。（網路截圖）

礁溪熱氣球嘉年華



【宜蘭訊】礁溪不只有溫泉，熱氣球抵達礁溪！想要看到熱氣球的朋友們，不必再透過電視或是網路了，也不用到台東或土耳其，礁溪就有囉！2020礁溪龍潭湖第一屆熱氣球嘉年華，就在9月19日及9月20日，貨真價實的熱氣球即將在礁溪龍潭湖升空，為期兩天的一系列活動，包括草地音樂會、社區舞蹈表演、國中小寫生等豐富精彩的表演。

礁溪鄉公所今年首次舉辦熱氣球嘉年華，現場將規劃草地音樂會與社區小朋友寫生比賽，其中

最大亮點就是每天下午4點30分至6點30分的熱氣球繫留體驗，每次體驗時間為7-10分鐘。熱氣球繫留體驗於活動期間每天下午3點30分現場售票，每人每次500元，沒有網路預購，想要搭乘只能現場排隊。

而在體驗玩熱氣球後，也能順便在礁溪旁邊輕旅行。溫泉是礁溪得天獨厚的天然資源，早在吳沙開墾蘭陽時就被先民挖掘發現，築圍沐浴，稱為湯圍。礁溪榮獲臺灣十大觀光小城，躍升國際。

龍潭湖的美麗盛宴

而宜蘭龍潭湖畔悠活園區，白色貨櫃建築是美學休閒／草本養生的最佳去處。園區設計邀請世界知名建築師設計，擁有全台最大的貨櫃建築，結合76個貨櫃，以循環經濟的概念，賦予貨櫃新生命，並於湖畔綠帶打造媲美歐洲的湖畔悠活園區，漫步其中享受自然與現代設計的完美結合。

晚上也能到於礁溪龍潭湖風景

區，以宜蘭在地傳說「噶瑪蘭公主」為主軸發想，結合牛郎與織女的故事，將龍潭湖畔打造成浪漫之地，不僅有夢幻的翅膀標誌、銀河環繞的大型七彩城堡、閃動的珍珠貝殼及燈條愛之船，今年更首度打造一座70公尺長的雙橋，還有240公尺長的光芒鵲橋，想要在夜晚來點浪漫約會，這裡超適合。



▲礁溪鄉公所今年首次舉辦熱氣球嘉年華，現場將規劃草地音樂會與社區小朋友寫生比賽。（網路截圖）



旅遊看板

■張庭維／輯

桃園

龍岡米干節 感受滇緬風情

【桃園訊】具異國風情的「龍岡米干節」自2011年首度舉辦，至今正式邁入十周年！今（2020）年活動將於9月18、19、20和25、26、27日共6日（雙週五、六、日）於龍岡大操場及孤軍紀念廣場擴大舉辦，邀大眾一起來體驗當地特有的滇緬美食及文化風情！

十周年主題以「十族・十美・十週年」在平鎮忠貞商圈的孤軍紀念廣場揭開序幕，由鄭市長帶領十族雲南少數民族姑娘，展現十道經典的滇緬泰美食，邀請民眾於下周起來到龍岡地區體驗米干節十週年的慶典，感受在地熱情，還能藉由活動感受偽出國之樂！



◀龍岡米干節在龍岡大操場及孤軍紀念廣場擴大舉辦，邀大眾一起來體驗當地特有的滇緬美食及文化風情。（網路截圖）

新北

林家花園浪漫點燈 劇場光雕秀

【新北訊】國定古蹟林本源園邸繼去年「蝶舞光綴」光雕播映吸引上萬市民觀賞和口碑讚嘆，今年9月全面煥新光雕內容，以「花月圓夜未眠」為主題推出光雕2.0版。

不同於去年四季變換的主題，今年來青閣的互動光雕以宇宙浩瀚銀河星系的綻

放為啟發，隨著代表來青閣意象的紅藍雙鵲穿過恆星隧道，來青閣建築幻化出七彩光影帶出窗外月亮及銀河系，象徵從古到今的千里婁娟及花好月圓。除有全新設計的內容播出之外，更首次推出結合傳統戲曲的版本，與興傳奇青年劇場合作，上演與光雕結合的精彩演出。



▲林家花園光雕秀首次推出結合傳統戲曲的版本，與興傳奇青年劇場合作，上演與光雕結合的精彩演出。（網路截圖）

高雄

夏浪黑潮崛起 旗津黑沙玩藝節

【高雄訊】旗津向來是旅遊的熱點，尤其是獨特的黑色沙灘水域成為沙雕創作的素材，每年都會在旗津舉辦的「黑沙玩藝節」，今年第一次在仲秋9月登場，每年均吸引近百萬人次參加，是高雄旗津在地特色活動之一，今年期盼沙雕、音樂演唱、水域活動、彩繪以及海鮮饗宴等，讓旅客把中秋以及國慶連假留宿高雄，愛上旗津。

主辦單位力邀日前當紅燒腦劇《想見你》的片尾曲主唱八三樂團及眾多時下流行樂團，用最「潮」音浪接力演出外，另於近期旗津開放的水域，也安排立式划槳、衝浪等多樣水域活動，邀請遊客一同感受旗津黑沙、碧海、藍天的獨特魅力，周邊也還有假日市集、親子活動，首次舉辦旗津潮水宴接受民眾自費報名大啖海鮮，讓您海陸雙拼玩不完。