

2008 年 9 月 1 日 創辦網路原生媒體
2012 年 9 月 1 日 創辦實體報

五媒合一 · 深度報導 · 極簡閱讀

讀醒報一篇文章受到啟發，就已物超所值。



防極端氣候 先佈署建水庫



美俄歐介入 雙亞短暫停火



渣男退散 打開雷達別昏頭



好萊塢政治爆料電影 (梁良)

《今日靈修》



老人的榮耀
老人節快到了，各地紛紛慶祝。邁向高齡化的台灣，多開發老人工作力才不會成為晚輩的負擔。勿忘聖經說：「白髮是老人的榮耀。」(3版)

地震雖多 能量未釋放 憂大地震風險高

專家表示，由於有感地震次數與長期平均值相比偏低，板塊擠壓能量長期未能好好釋放，未來全台發生大地震風險高。



▲台南最近多次發生4級以上的有感地震。(台南市政府網站)

▶專家表示，有感地震次數與長期平均值相比偏低，代表板塊擠壓能量長期未能好好釋放，未來全台發生大地震風險高。(本報資料照片)



台發生大地震風險高。

須留意六甲斷層

台南從8月以來，已發生多起最大震度超過4以上的地震，且地震震央集中在六甲區和東山區，汪中表示，目前台南發生的地震都是小地震，主要為釋放板塊擠壓的能量，不用太過擔心，但需要留意是否為大地震

的前兆；由於六甲區和東山區附近斷層數量多，需要經過詳細觀測，才能判斷地震是否受到六甲斷層的板塊運動影響。

汪中指出，從氣象局發布的資料來看，這次震央位於六甲斷層西邊的斷層上，因地殼持續受到擠壓，未來是否會影響到六甲斷層還需要觀察，附近的新化斷層也需要注意；若六甲斷層活動，恐造成6至7級的大地震。

「除了1964年的白河大地震，過去台灣西南部還發生過多起強烈地震，包括新化地震、中埔地震等。」汪中指出，台灣位於板塊擠壓的地質活動帶，因此地震發生頻繁，加上台南位於板塊擠壓應力最強軸線的南側，未來還是有可能持續出現地震。

發生大地震風險高

汪中表示，從2009年1月迄今，全台一個月平均發生約57次有感地震，但據觀測結果，從2018年9月以後至今年9月的有感地震次數平均值為30.8，與長期平均值相比偏低，代表板

塊擠壓能量長期未能好好釋放，未來全台發生大地震風險高，「其中以位於擠壓軸線兩側的風險最高。」

「先天地質條件讓台灣地震發生頻繁。」汪中和說，在大地震發生前，可能會出現小地震作為

前兆，加上台灣近2年板塊擠壓能量未能好好釋放，未來台灣發生大地震風險很高，尤其以位於板塊擠壓應力最強軸線兩側的台灣中南部機率最高，而台北都會區因為人口最密集，加上位於活動斷層，且過去也曾發生過大地

震，這兩地方須特別留意。汪中和提醒，民眾應提高警覺，做好防震相關準備，例如準備好緊急避難包。他建議，民眾可以從網路上下載防災手冊進行查閱，也可以上台灣抗震網，查詢地震相關資料。

公費流感疫苗搶打潮 衛福部未料及挨批

精神科醫師沈政男直言，陳時中猜錯疫苗數量是因為他的防疫知識有限。台北市議員游淑慧則怒批大家已習慣聽「神」的話。

【本報記者游清淵台北報導】疫情指揮中心16日緊急宣布暫緩50至64歲健康成年人接種公費流感疫苗，衛福部長陳時中坦言，過去50-64歲公費對象接種率不高，今年突然增多未在意料中。對此，精神科醫師沈政男直言，陳時中猜錯疫苗數量是因為他的防疫知識有限。台北市議員游淑慧則怒批民進黨造神(指陳時中)，以致大家都習慣聽「神」的話。

但根據疾病管制署公布最新數據顯示，暫緩後首日接種人數已經驟降到七萬人。指揮中心發言人、疾管署副署長莊人祥說，「緩打」首日適逢周六，人數下滑應與開診院所較少有關，但以假日而言，單日七萬人不算是很低。

每天 20-30 萬人搶打

莊人祥表示，今年施打速度比去年快了十幾萬人。疾管署資料顯示，去年公費疫苗開打第一周，每天大都有20幾萬人接種，第二周則下降到每天十幾萬人接種。今年第一周除了國慶連假掉到單日八萬人以下，其他天都有單日30萬人左右的接種量，第二周也維持每天20幾萬人的接種量。

針對覆蓋率要提升到多少才能恢復50到64歲的健康人的接種，莊人祥說，還在研訂中。

陳時中：確實沒料到

50歲至64歲健康成人暫停打公費流感疫苗，民怨四起！陳時中坦言，過去50歲至64歲民眾



▲高雄市政府祭出配發疫苗措施，盼讓高風險族群優先接種。鳳山區誠義里長劉啓芳(前左2)等多名里長不滿社區注射站遭取消到市議會陳情。(中央社)

接種率沒有今年這麼高，「確實沒有料到會出現這種狀況。」

精神科醫師沈政男直言，陳時中為什麼猜錯疫苗數量？因為他的防疫知識本來就是有限，都是做中學，加上台灣人比別人怕死，才能有今天的防疫成果。

沈政男在臉書撰文指出，陳時中為什麼猜錯疫苗數量？因為，他的防疫知識本來就是有限，都是做中學，加上台灣人比別人怕死，才能有今天的防疫成果。沈政男說，新冠疫苗什麼時候來到台灣，會有多少數量，以及該怎麼分配施打數量，從流感疫苗此次的分配疏漏來說，都可能再度出現混亂。

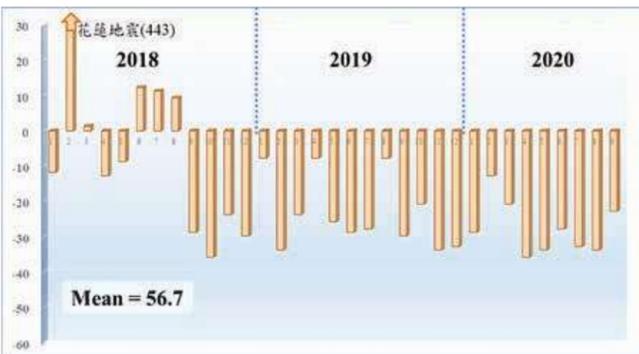
沈政男直言，陳時中不懂防疫心理學，民眾反疫苗是大眾對新興醫藥的不信任，這是一種「寧願相信直覺、不願相信專家」的自我防衛，該處理的是背後的不信任，而不是禁止人家講。

聽「神」的話無所適從

但國民黨台北市議員游淑慧怒批為什麼民眾會搶打，因為就是聽神(陳時中)的話呀！結果陳時中一個沒料到，反造成老人恐慌搶打，結果就是數十萬人就跟著倒大楣。「部長唱歌只是舒壓，民眾排隊只是剛好」？

游淑慧在臉書發文痛批陳時中坦承沒料到50歲至64歲民眾會搶打，陳部長想過為什麼會搶打嗎？因為都是因為聽神的話啊！10月5日，陳時中自己呼籲施打，告訴民眾要避免流感、新冠兩症齊發，而且他還率先施打，所以民眾聽話搶打。誰知10月15日，陳時中又突然宣布恐疫苗不足，暫停50到64歲施打，結果呢？長輩聽了後更加恐懼缺乏，所以再次搶打。

游淑慧指出，本來基層以為暫緩50到64歲的施打後，人潮會稍微舒緩，誰知衛福部的緊急措施，反而誘發更多長輩因為恐懼不足而出來搶打。



自2009年一月迄今，有感地震的月均值为56.7次。由2018年一月至2020年九月的有感地震次數與長期平均值比較，可以看出2018年九月以後有感地震的次數都偏低。

▲從2009年1月迄今，全台一個月平均發生約57次，但從2018年9月以後至今年9月的有感地震次數與長期平均值相比偏低。(汪中和提供)

社論

防範極端氣候 建新水庫超前部屬

今年六、七月間，中國大陸長江、黃河沿線雨下不停，水量暴漲，洪流橫行，長江三峽大壩持續放水，幾乎有潰壩危險，半個中國淪為水鄉澤國。天上的水好像有個定額，降在中國，就早了台灣，今年台灣少了颱風過境，汛期也不像汛期，據統計，翡翠水庫今年6月至9月的雨量僅達歷年同期的46%，上個月只有30%。

水庫供水負成長

目前桃竹苗已有1.9萬公頃稻田因缺水而停灌，立法委員呼籲要留水給竹科用，上演農工搶水的戲碼；南部曾文水庫

的蓄水率也跌至三成二，休耕地乾旱龜裂，觸目驚心，整個台灣陷入缺水危機，農民開始擔憂明年一期稻作能否順利進行。

台灣地區年平均降雨量為2500毫米，總降雨量將近900公噸，而每年用水量約185億公噸，水量似乎綽綽有餘，實則不然，因為台灣山高河短，降雨又相對集中（例如颱風時期），河水很快就奔流入海，需要依靠人工建造的水庫攔截蓄積。

目前我國公告水庫有95座，有效容水量約19億噸，佔全年用水量的10%，好在管理營運

得宜，有儲有放，周轉率頗高，每年的水庫供水量能達到43億公噸，大約是台灣總用水量的25%。問題是，台灣地質脆弱，泥沙沖積，各水庫的庫容量逐年下降，新的水庫地點難覓，整個台灣水庫調解供水量能每況愈下，已呈現負成長。

超抽地下水地層下陷

台灣另一個供水來源是地下水，台北曾因超抽而地層下陷，已經全面禁用地下水多年，幸好有翡翠水庫，充沛的儲量供應大台北98%的水源。雲林嘉義等地曾因地下水含有砷而導致罹患烏腳病，而少用了。但

是，其餘沿海地區以往超抽地下水，導致地層下陷、海水入侵，地下水鹽鹼化。

尤其可怖者，雲林高鐵橋墩因抽地下水而沈陷，目前是靠封閉附近抽水井與嚴格稽查來維持，遇到枯水期，或杯水難求，業者會不會又鋌而走險，開井取水呢？

清淤耗時效果有限

過去十年，水利署及相關單位用很多力氣將荒地或草地改建埤塘，也加強山麓地帶的地下水注入量，把礫石層的伏流當成「地下水庫」。執行中的前瞻基礎建設計畫，投入約540

億元改善曾文、南化及烏山頭水庫集水區的水土保持，力圖延長水庫壽命。

而南投的霧社水庫淤積嚴重，庫容僅剩3.5%，無水可放，無電可發，若要把泥沙清除，要花一千多年的時間，這水庫形同壽終正寢！另一方面，中央與地方環保單位也加強汙染防治，在有限的水量供應中保障水質；工業單位則加強工廠的節水省水措施，致力廢水回收。

應考慮建新水庫

然而上述種種方法，所費不貲，效果有限，邊際效用也逐

年下滑。就大格局而言，近十年的努力，謹小慎微，表演多過實質，一年又一年，得過且過。就未來三十年來說，我們面對的是坐吃「水」空的窘境，終將入不敷出。

今年中國水患與台灣乾旱強烈對比，表明全球氣候變遷已經發威，澇者越澇，旱者越旱，洪旱兩極，正是極端氣候越演越烈的警訊。為了因應未來全球氣候變遷的不確定性，增強台灣的應變能力，我們未雨綢繆，要培育水資源的韌度，有水之時當思無水之苦，應該認真考慮新建水庫的必要性與可行性了。

iPhone 12 利弊引熱議 搶買、觀望都有之

有人擔憂 iPhone 12 電量不夠用，攜帶行動電源反而更重；甚至也有人認為目前 5G 基地台還不普及，決定等 iPhone 13。

【本報記者祝潤霖台北報導】「iPhone 12 該買嗎？會不會等 5G 基地台普及買 iPhone 13 比較好？」蘋果新款 5G 手機 iPhone 12 未發售先引熱議，有網友覺得 iPhone 12 mini 小巧輕便，但也有網友擔憂電量不夠用，攜帶行動電源反而更重；甚至有網友認為目前 5G 基地台還不普及，決定直接等 iPhone 13 出再買。

顏色與大小都引熱議

iPhone 12 雖已在 16 日開放預購，一般認為主要亮點在於機身材質與相機功能，iPhone 12 Pro 不僅多了望遠鏡頭與 LiDAR、變焦範圍更大，更加入專業攝錄所需要的 Apple ProRAW，也提供儲存容量最高 512GB 的版本，售價則比 iPhone 12 貴上台幣 7,000 元，藉此供消費者參考，做出適合自己的購機選擇。

有網友看準 iPhone 12 mini 小巧，不少 iPhone SE、6s 的用戶



▲ iPhone 12 系列未入手先轟動，光是官網釋出兩種藍色已經引發熱議；有網友認為買 Pro 的比較耐看。（網路截圖）

都附議，也鎖定要換 iPhone 12 mini；但卻有網友勸退表示，機身越小電力表現不佳，常常需要帶行動電源外出，重量反而更重，「出門喜歡輕便不帶包，

不想為了放手機還多揹一個包包」、「重點是電池小循環就快，壽命大概一兩年就差不多要換新的」。

不少網友過目實體機外型後，

對 iPhone 12 新色感到失望，「跟我想像差好多，不買藍色了啦」、「看來還是要等實體能看再決定比較好」；也有網友欣賞「怎麼辦？我覺得 12 藍比

較好看欸，是我審美觀有問題嗎？」、「什麼顏色都沒差，反正都要用殼，明年又有新的。」

等 iPhone 13 用 5G

手機達人指出，僅 499 元的低價 4G 吃到飽方案已養成消費者網路使用習慣，

今年 7 月 5G 開台後，即使電信業者積極擴建 5G 基地台，但目前 5G 屬於非獨立網，仍與 4G 綁定，在部分地區還是無法完全使用 5G 連線速度，尤其在室內訊號可能更差，即使飆出 1Gbps 的理論值網速，仍沒有太強力

的申辦理由。

「目前仍未看到真的屬於 5G 的殺手級應用，鮮少有 5G 能做但 4G 不能做的事情。」專家認為，現行 4G 有 50~100Mbps 的網速，在直播、看影片或打遊戲等都還是很順暢，等之後殺手級應用普及化，4G 網速真的不夠用時再辦還不遲。

「這次發表會真的沒有亮點！」更有 3C 部落客直言，如果不急著換手機，最好先忍一下，「等明年 5G 更普及之後，再考慮入手 iPhone 13 吧！」理由首先是 5G 基地台不普及，為了購買 iPhone 12 還要辦 1,399 元的費率，實在不划算。「等明年 5G 基地台多一點時，花的 1399 資費才有價值，買 iPhone 13 不嫌晚！」

創意木竹材成果展 盼國產材永續經營

【本報記者戚品安台北報導】具備桌子功能的收納櫃、用木皮複合材料製成的皮鞋及以蜂為意象創作的長桌等，創作者們運用巧思設計出美感與實用兼具的國產木竹材作品。林務局與屏東科技大學木材科學與設計系合作舉辦國產木竹材成果展，希望開發出有商品化潛力的作品，從市場端刺激國產材產業，穩固地產地消觀念，以達到森林產業永續發展。

人很容易忽略台灣其實也擁有許多優良的林業資源。為了將台灣森林的惠益分享給民眾，自 2016 年起，林務局與屏東科技大學木材科學與設計系合作舉辦國產木竹材成果展，希望開發出有商品化潛力的作品，從市場端刺激國產材產業，穩固地產地消觀念，以達到森林產業永續發展。

現場展出許多令人印象深刻的作品，例如在「國產木竹材設計工作營」獲得金木獎的作品「貴桌」，由設計師林和宗與余泓銓將收納櫃重新詮釋，將櫃門轉化成桌腳，當放下櫃門時即成為桌面使用，不但使用方便省力，還可節省空間；「國產木竹材設計工作營」獲得銅木獎的作品「就架子啊」，由陳泓翰與林芸萱創作，將連身鏡與穿衣架結合，讓人在選擇衣物、配件時，可以檢視穿搭。

成果展自 10 月 18 日起展至 10 月 23 日，每日上午 9 點至下午 6 點於剝皮寮歷史街區 173-39 號展間展出。

第 3 屆國產木竹材成果展 18 日於剝皮寮歷史街區舉行頒獎典禮，現場展出約 50 件木創作品，分成「國產木竹材設計競賽」及「國產木竹材設計工作營」兩部分。「國產木竹材設計競賽」為大專院校學生參加，競賽主題細分成生活用品類及家具類；「國產木竹材設計工作營」有學生，也有來自設計界、木工界的職人，此次主題為「穿戴式家具」，以能夠量產、輕易組裝為設計目標。

林務局主秘邱立文表示，台灣的實木家具大多是國外木材製作，國產材自給率不達 1%，讓

北東天氣漸偏涼 21 日起留意大雨

【本報記者戚品安台北報導】本週三至週五台灣迎風面水氣增加，北部山區、東半部雨勢大。中央氣象局表示，19 日至 25 日受東北風影響，北部及東北部天氣稍涼，其他地區早晚亦涼。氣象專家吳德榮指出，21 日至 23 日熱帶擾動通過呂宋島，將與東北風產生「共伴效應」，挾帶更多的水氣、降雨範圍擴大，有機會在迎風面帶來大量降水。



▲中央氣象局表示，19 日至 25 日受東北風影響，北部及東北部天氣稍涼，其他地區早晚亦涼。氣象專家吳德榮指出，21 日至 23 日熱帶擾動通過呂宋島，將與東北風產生「共伴效應」，挾帶更多的水氣、降雨範圍擴大，有機會在迎風面帶來大量降水。（本報資料照片）

北東天氣偏涼

中央氣象局表示，19 日至 25 日受東北風影響，北部及東北部天氣稍涼，其他地區早晚亦涼，19 日基隆北海岸、東北部及大台北地區有雨，東部地區也有短暫雨，桃園以北及東南部有局部

短暫雨，其他地區則為多雲到晴，午後南部及中部山區有局部短暫陣雨。

20 日至 24 日基隆北海岸及東北部地區仍為有雨的天氣，桃園以北、東部及東南部有局部短暫雨，其他地區則為多雲到晴。21 日、22 日基隆北海岸及東北部

地區有局部大雨發生的機率。

21 日起注意共伴效應

中央氣象局兼任教授吳德榮指出，未來一週非律賓東西方海面海溫仍高，有利熱帶擾動發展，東亞大陸的冷氣團未及積聚，即向東移，所以台灣仍為「迎

風雨、背風晴」盛行東北風的型態。

18 日至 19 日白天東北風的水氣多，桃園以北及東半部有局部短暫雨，東北部、北部山區慎防「東北季風異常降水」，北台偏涼，新竹以南為多雲時晴的天氣，中南部白天微熱早晚涼。

19 日晚間、20 日東北風水氣略減，大台北及東半部仍有局部短暫雨，桃園多雲、新竹以南則是晴朗穩定的天氣。21 日至 23 日熱帶擾動通過呂宋島往南海移動，「共伴效應」致使東北風水氣增多；新竹以北及東半部有局部雨，北部山區、東半部雨勢大，中南部雲量增多，北台氣溫漸降。

▼吳敦義(左)出席模範老人及敬老楷模頒獎典禮，跟在場許多模範老人都是舊識。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)



落實老人服務與照護 吳敦義頒模範老人

【本報記者祝潤霖台北報導】「敬老要落實在地服務並提升照護技巧，才能抵抗高齡化社會！」前副總統吳敦義18日出席模範老人及敬老楷模頒獎典禮，社會不分鄰里黨派都要敬老，才能讓社會不被高齡化所衝擊；吳敦義親自頒獎給23位模範老人，由於許多受獎者都見過多次，在台上寒暄的時間比頒獎更多。

敬愛長輩禮運大同

「禮記《禮運大同篇》有說，『使老有所終，壯有所用』，我們社會自古就重視敬老。」吳敦義說，每個縣市鄉鎮村里都知道要敬老尊賢，不但要孝順自家長輩，也敬愛鄰居尊長，長輩們自然更會照顧年輕人，這是不

分朝野都要全力以赴去做的。老人福利協會理事長高火生指出，根據WHO對世界人口的指標，65歲以上佔全國總人數7%以上就算高齡化社會，14%以上就是高齡社會，高過20%就算超高齡社會。台灣已經達到14%的高齡社會標準；國家人口委員會評估，114年將達到超高齡社會；希望電視台能多籌拍有關老年家庭相處的題材，並提倡健康養生關懷。

敬老就是照顧自己

「模範老人與敬老楷模都值得學習，他們的榜樣能潛移默化年輕人的性格命運。」

高火生說，希望政府能獎勵各鄉鎮村里居民服務在地老人，讓陪伴照顧失能人士的技巧提升；敬老要有好的態度，陪伴要有真誠的愛心，孝親要付諸行動，不是只有一張提款卡，「做好今天的老人服務，也就是關注明日變老後的自己！」

模範老人當選名單包括(依年齡序)：郭林却女士、張謝桂蘭女士、林耀川先生、蔡源泉先生、林阿櫻枝女士、顏福先生、徐阿秋女士、葉貞妹女士、吳美津女士、黃秋金女士、袁明貴先生、王天來先生、蔡長發先生、陳



►吳敦義(左)出席模範老人及敬老楷模頒獎典禮，跟在場許多模範老人都是多年舊識，在台上寒暄的時間比頒獎更多。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

玉春女士、施櫻滿女士、陳葉梅珍女士、何黃金葉女士、曾寶城先生、張坤恭先生、林成丹先生、郭明輝先生、詹素梅女士、鄭昭君女士等。與敬老楷模同樣受到各縣市鄰里老人會推薦。

照片微電影說故事 學童生活拍出創作

【本報記者祝潤霖台北報導】「藉由『拍照片說故事』的活動，我對拍照產生了更多興趣！」國家教育研究院愛學網18日舉辦「拍照片說故事」及「校園微電影」頒獎，其中《告別事·告別式》一語道盡治喪的意義，透過照片表達對外婆的無盡思念；微電影《防疫新生活》裡的可愛示範萌樣，也逗得現場師生樂開懷。

生活的小小觀察家

「在評審看片的過程大家都哈哈笑，因為影片不僅有趣也發人深省。」電影創作聯盟導演王耿瑜說，能發掘出一些原本陌生的人物，還有很多老師在旁邊協助完成，這個過程真的非常有意義。

政大廣電教授侯志欽說，創作有很多思索、選擇與決策過程，創造了最後呈現出的感動，包括平常沒注意到的周遭的人，「例如誰為我們把馬路鋪平

悲傷中學習正能量

「第一次經歷摯愛家人的告別式，除了悲傷，也學習了如何面對傷痛。」板橋海山國小趙冠棋分享，家裡有著外婆留下的好人緣及美好回憶，在哀傷中冷靜面對每一件事，也學習外婆的正能量。創作理念獲得評審團一致好評。

國教院教育資源及出版中心主任林于郁表示，本次參賽照片有278件、微電影有81件，包括1-3年級組《阿公的開心菜園》，4-6年級組《告別事·告別式》，7-9年級組《伴著傷口成長》等，都是令人印象深刻的優秀作品。



◀國教院教育資源及出版中心主任林于郁(左)頒獎給《阿公的開心菜園》創作者台中教育大學實驗小學賴科縉(右)。(photo by 祝潤霖/台灣醒報)

圖文選粹

圖文 / 中央社

銀髮族重陽節 柯文哲與長者切蛋糕



▲台北市銀髮族重陽節老人關懷據點成果發表會暨趣味益智活動18日在台北市議會舉行，台北市長柯文哲(中)與現場長者一起切蛋糕。

新北勞工好聲音 侯友宜現身高歌

【本報記者楊澍台北報導】第15屆勞工之星歌唱冠軍爭霸戰於今日展開，20位入圍總決賽的參賽者們均盛裝打扮出席，為觀眾帶來視覺與聽覺的饗宴，台下更有親友團與啦啦隊，手拿看板高聲為參賽者熱情應援，新北市長侯友宜也現身高歌，炒熱現場氣氛！

今年的勞工之星歌唱大賽共有529位選手報名參加，經過多場初賽及複賽的激烈競爭，成功晉級決賽的魅力之星、活力之星各10位，今天將角逐冠軍歌王、歌后。新北市長侯友宜與去年的兩位冠軍巫鴻裕、余秀琴，在活動代言人「孔鏘老師」的伴奏下，一同高歌「愛拼才會贏」，祝福大家可以開心享受比賽，並對20位入圍的



▲新北市長侯友宜與去年的兩位冠軍巫鴻裕(左2)、余秀琴(右1)，一同高歌。(photo by 楊澍 台灣醒報)

參賽者表示佩服之意。

20位參賽者中，其中有不少是熟面孔；去年決賽季軍張瑞玲、二度入圍的黃禾楓以及首次參賽就晉級的蔡采捷來勢洶洶，表示不只要用歌聲征服現場觀眾的心，更希望能獲得評審們的青睞，

奪得冠軍。

其中蔡采捷，林子耘分別擁有太魯閣族、阿美族血統，在先前的關卡就展現了天生的好歌喉，首次參加就晉級決賽。他們表示，自己台語不流利，為了比賽挑戰自我，每日勤奮練歌數小時，融入

在歌曲意境中，希望決賽時可以感動評審及觀眾們的心。

另外，第13屆亞軍得主鄭雅馨也表示，今年捲土重來，勢在必得，若今年獲得冠軍，願意捐款1萬元做慈善，讓勞工之星歌唱大賽成為充滿愛心的賽事。

全球各大週刊頭條新聞

祝潤霖 / 輯

The Spectator 《旁觀者》

拜登若勝選 真能領導美國重返榮耀？

美國總統民主黨候選人喬·拜登本週在俄亥俄州的一次集會上說，他將是 80 或 90 年代以來，第一位沒有上過常春藤盟校的學校的候選人。事實上，雷根也沒有去過常春藤，此外，卡特、尼克森、艾森豪、杜魯門和胡佛也都沒去過。30 年前拜登失言時，人們會很在意，但現在只能睜一隻閉一隻眼，因為拜登似乎也不知道自己在說什麼了。

拜登這幾年的失言愈加頻繁，12 日他忘記了 2012 年共和黨總統候選人米特·羅姆尼的名字；後來他今年第二次宣布自己是「驕傲的民主黨人，為參議院競選。」但他所要選的職位是總統。拜登在競選活動中，幾乎每天都會犯下類似或更糟的失言，但也沒關係，除非那些民調出差錯，否則他仍將當選美國第 46 任總統。

很多人聲稱，美國人這次將投票支持拜登，因為在川普總統執政 4 年後，大家都渴望「回歸常態」。但是，把地球上權力最大的工作交給一個已經 77 歲有些癡呆的老人，這算理智嗎？領導自由世界不該是退休老人的工作，期望拜登連任的聲音好像不多，更有可能最終他會把更艱鉅的任務交給他的副手賀錦麗。

基於「在拜登領導下，美國可能恢復為「常態」（弔詭的形容詞）」的想法去支持拜登，而不是基於對他的領導能力寄予深厚信任，這本身就怪。在治理方面，更多人假設是拜登領導的美國將回歸「沒有川普之前」的狀態，並想像一切都會平穩下來，「將恢復到往常，不論是好是壞。」一位民主黨人士這麼



說。

拜登在 2020 年的主打政見在許多方面都是歐巴馬方針的重現，歐巴馬時代的政治人物很可能在未來的內閣中佔據主導地位：包括前聯合國駐聯合國大使蘇珊·萊斯被任命為國務卿；曾擔任歐巴馬國務卿的約翰·柯里也將擔任重要的顧問角色；前國防部副部長米歇爾·弗勞諾則可望晉昇為國防部長。

但總統選舉並不只是對入主白宮者進行公民投票，成功的挑戰者應該對美國有自己的願景。最近 3 位 1 屆任期的總統都是被操弄大膽議題者取代：胡佛輸給了小羅斯福；卡特輸給了雷根；和老布希輸給了柯林頓。

拜登除了復刻歐巴馬政府方針外，幾乎沒有記憶點，也沒有發表過漂亮的演說，這些都是不需要常春藤聯盟學位就能知道的失敗之道。

The Economist 《經濟學人》

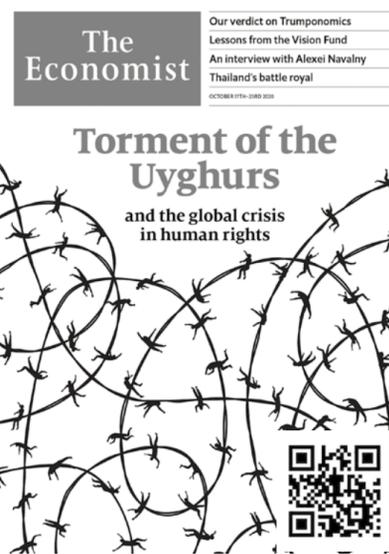
新疆維吾爾族的人權危機

陳是祈 / 輯

2018 年，中國政府稱在新疆維吾爾族的集中營為「職業教育和培訓中心」，是一種有益的機構，旨在幫助落後地區的人民獲得營生能力。然而在中國之外，全世界的關注點卻是這些遭到中國強權灌輸的維吾爾族受害者。被迫害的人民表示，他們被強迫放棄原有的信仰。

「有人問我們是否相信有上帝，警衛會毆打那些認為有上帝存在的人。」維吾爾族被迫將他們的思想從古蘭經轉向「習近平思想」，而難民營不過是中國龐大的社會控制（洗腦）系統的一部分。然而比照 13 億人民，1200 萬名的維吾爾族只是小到無力反抗的少數民族。他們慣用的突厥語和中文截然不同，且大多數是穆斯林，而極少數的極端份子曾進行恐怖攻擊，包括在 2014 年的一場爆炸案造成 43 人死亡，但自從 2017 年以來，並未再發生過類似的案件，然而政府卻表示，要用嚴格的反極端主義教育才能使新疆再次安全。

而且政府並不是只抓捕少數的極端份子，而是將所有維吾爾族人都放進了露天監獄，粉碎他們的民族精神和信仰。即使沒有被抓進營地，一般人民也得接受「洗腦」，家庭之間彼此監視舉報，最新數據表明，有成千上萬的維吾爾族兒童被迫與自己的父母拆散，而父母都是因為思想被拘捕，這些兒童會被安置



在寄宿學校，且說自己的母語還會被懲罰。

在生育方面，維吾爾族婦女被嚴格監控子女生育的數量，甚至被強制節育。官方數據顯示，從 2015 年到 2018 年，兩個地區的維吾爾族出生率下降了 60%，且官方不斷鼓勵維吾爾族女性和漢族男性通婚，甚至祭出獎勵機制。

這一切都是嚴重的違反人權罪行，人們被迫放棄自己的信仰和家鄉，被無故監禁，親友無故失蹤，而政府系統強加於人民，乃是當今世界最大宗且大膽妄為違反人權的集體行為。

▼ 亞美尼亞與亞塞拜然近日終於暫時達成停火協議，但隨即又破滅，讓戰爭持續。(Photo by BoNDex on Wikimedia Commons under the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International license)



雙亞停火協議虛設 亞美控對方開火砲擊

亞美尼亞與亞塞拜然雙方開戰已達三週，在美、俄、歐的極力調解下，近日終於暫時達成停火協議。

【本報記者呂翔禾綜合報導】延燒多日的雙亞衝突近日雖決議停火，但隨即卻撕破協議，繼續開戰！位於高加索地區的亞塞拜然與亞美尼亞 17 日終於達成人道停火協議，雙方在美國、俄國與法國都積極介入斡旋下，好不容易完成這次的人道停火協議，但亞美尼亞隨即又指控亞塞拜然開火、違反協議，讓高加索的硝煙仍持續瀰漫。

法、俄介入調停

根據《半島電視台》報導，雙方經過 3 個禮拜的交火，由法國、俄國進行調停後於近日宣布停火，俄國外交部長拉夫洛夫呼籲雙方要自制，法國也要求雙

方要跟隨法國與明斯克組織（由美國與俄羅斯主導）的步調，必須嚴格執行停戰，法國並宣示自己對此區的區域和平強烈的關注，並持續在此為雙方調停。

不過，亞美尼亞在 18 日指控亞塞拜然違反新的人道停火協議，對他們發射大砲與火箭。9 月 27 日，亞塞拜然突然向納卡地區展開攻擊，亞美尼亞軍方也不甘示弱反擊，並號召全國動員前往前線，戰事逐漸擴大，先前雙方經由明斯克組織與俄國、歐洲安全組織多次調停並未成功，衝突持續延燒至今。

《英國廣播公司》提到，這次的停火協議是在亞塞拜然指控亞美尼亞攻擊亞塞國境內第 2 大城占賈，並造成當地至少 13 位平民死亡、40 幾人受傷。但亞美尼亞否認，並指控亞塞拜然以火箭砲攻擊納卡地區，造成 3 名平民身亡，亞塞拜然還擊落了亞美尼亞 1 架 Su-25 軍機。

100 萬人流離失所

本次主要發生區域衝突的地方為納卡地區（多數人口為信仰基督教的亞美尼亞裔與信奉穆斯林的土耳其裔居

民，一塊方圓約 4400 平方公里的地區），當地為亞塞拜然所佔有，但境內大多數人口為信仰基督教的亞美尼亞裔與信奉穆斯林的土耳其裔居民，當地在 1988 年至 1994 年因為領土衝突爆發嚴重戰爭，估計至少有 100 萬人流離失所、3 萬人被殺，雙方於 1994 年簽訂停火協議。

而此區也有淪為代理人戰爭的趨勢。土耳其政府公開支持亞塞拜然，俄羅斯在亞美尼亞有軍事基地，雙方雖然暫時達成停火，不過《聯合國兒童基金會》發表聲明，呼籲雙方必須在人權公約與國際法的條件下，保護老弱婦孺勉於戰火的摧殘。

紐國總理選舉大勝 執政多數反成隱憂

【本報記者呂翔禾綜合報導】選舉贏太多反而更需要與反對黨協商？紐西蘭總理阿爾登近日在紐西蘭大選中獲得壓倒性勝利，無須與小黨組成聯合內閣，不過因為紐國新冠疫情控制得當，因此反對黨也更積極攻擊阿爾登過去無法達成政府轉型、增加社會福利的政見，如果新總理沒有將這些問題處理好，政權反而會更快衰弱。

聯立制靠政黨協商

根據《英國廣播公司》與《商業內幕》報導，代表中左派工黨連任總理的阿爾登在這次選舉中獲得 64 席，這次紐西蘭自 1993 年以來首次有單一政黨可以組閣，最大反對黨國家黨僅獲得 35 席。2017 年工黨還需要與



▲ 紐西蘭總理阿爾登（前）雖然可單獨組閣，但未來支持者將更期待她解決社會正義的問題。(Photo by Wikimedia)

綠黨、民粹政黨「紐西蘭優先」組成聯合內閣，這次大選無疑是民眾對阿爾登抗疫的高度肯定。

但因為阿爾登的決策模式還是比較偏向協商，她可能

還是會繼續與綠黨合作，因此這也對政府的組成又多了點變數。另外，阿爾登並未向選民詳細說明她這個任期要達成什麼施政目標，且因為紐西蘭選制採取聯立

制，如果沒有獲得足夠選票無法進入政府獲得席次，工黨也因此順利接收不少席次。

連任挑戰更大

因此這次大選，阿爾登並沒有外界想像的大勝，她在 2017 年上任時雖然承諾要對政府進行轉型，但後來失敗，紐西蘭在她任內兒童貧困與失親的問題反而更嚴重，而且面對紐西蘭境內的種族問題，她也沒有想像中的開明，在種族議題偏保守反而讓她獲得更多選票。

而因為紐西蘭本次新冠疫情中，政府的表現相對很好，雖然她因此獲得很多人支持，但在全球疫情尚未平息下，疫情處理對工黨政府來說仍是挑戰，她還將面對紐西蘭失業率上升、居住正義等問題，因為疫情不再是主要議題，支持者更期待她更促進社會正義。

小小的 QR 碼，卻成了疫情中的小兵立大功。(Photo From Wikimedia Commons, the free media repository)



Accepted Here



疫情時減少接觸 QR 碼技術在各國翻紅

【本報記者陳是祈綜合報導】看起來不起眼的 QR 碼，卻是疫情中的大救星。由於疫情肆虐，提倡無接觸購物付款，發展已逾十年的小小 QR 碼成為熱門話題，從付錢到查詢資料，只要一個方形的圖案就能完成，不需要與人共用紙筆或接觸。使原本單純工業用的科技，後來開始逐漸普及，直到大流行期間，QR 碼成為每個人生活中不可或缺的科技。

疫情期間提倡無接觸購物付款，各大支付平台與商店都在加強推廣 QR 碼，成為每個人生活中不可或缺的科技。

用紙筆或者接觸到陌生人，甚至有製藥公司在研發程式，只要掃 QR 碼就可以知道用戶的身體健康狀況，以研判這人是否適合回到工作崗位。

對於行動支付發達的中國，QR 碼並不是什麼新鮮事，甚至早已有三分之二的中國人都在使用，就連疫情期間政府推出的、爭議不斷的「健康碼」，也是 QR 碼的概念延伸，不過 QR 碼在其他國家地區還尚未普及。

[Yahoo 財經] 報導，QR 碼原

意為「快速回應」，是 1994 年由豐田汽車的子公司 Denso Wave

於日本的實驗室中使用，主要是為了要用簡便的方法，追蹤配裝線上的汽車零件，而 QR 碼明顯比傳統的直條紋條碼更快速方便，由於傳統的長條形條碼將信息儲存在一系列一維的行線中，可以儲存多達 80 個字符的數據，所以可以應用在顯示價格等簡單數據。

然而將二維信息儲存在正方形

的 QR 碼中，已可以容納比長條形條碼多 100 倍的數據資料，不過該項技術一直到 2010 年才能由一般的智慧型手機讀取網頁連結，然而早期必須下載特定的手機應用程式，才能讀取 QR 碼，而在智慧型手機不普及的 2010 年左右（當時美國只有 20% 人口有智慧型手機），QR 碼自然使用率也不高。

但這項技術竟在中國蓬勃發展，短影片平台 Snapchat 的執行長 Evan Spiegel 在 2014 年訪問中國時，對此深感驚艷，因此回美國後大力推行這項技術，包含運用 QR 碼來互相加好友等。

到冰島拍電影？ 減稅、補助吸引劇組

【本報記者陳是祈綜合報導】因應冰島越來越受影視界的歡迎，冰島政府發布計畫，以吸引更多的影視劇組入駐。從《權力遊戲》開始，冰島因其特殊的地理環境成為好萊塢影視界熱愛的拍攝地點，加上疫情期間，地廣人稀的冰島更成了理想的拍攝地。

為了持續推動影視產業，冰島政府羅列針對下個十年的一系列計畫，例如在冰島當地拍攝的外國團隊，可以得到補助和退稅的優惠等。

《綜藝》報導，冰島的地理景觀一直受到影視界的青睞，從《權力遊戲》、《超感八人組》等熱門電視劇，到小眾藝文電影，冰島的美景越來越頻繁出現，尤其疫情肆虐下，冰島地廣人稀更是適合安全的拍攝。

冰島政府當然也注意到影視產業的潛力無窮，因此制定出一系列的政策和計畫，希望在下個十年繼續吸引大量影視團隊入駐拍攝。

在政策方面，冰島教育與文化部長 Lilja D. Alfreðsdóttir 在計畫書中表示，計畫書的內容是綜合許多業內人士意見而成，其中包括四個目標，分別為「創造

電影文化環境」、「提供更多樣化的電影教育」、「增強競爭力」以及「加深冰島作為高水準影劇品牌的形象」。

不只是針對國內的電影教育，計畫書中包括如何吸引外國的團隊進駐，因為來的電影團隊越多，不但振興經濟，也有助於人才交流，最直接的就是稅收優惠和補助制度，目前在冰島拍攝，最多可以拿到 25% 的退稅優惠，未來政府也將加強與企業的合作，如政府成立的「冰島電影中心」將監督新成立的頻道投資基金，並且為冰島影視作品開始串流服務。

在這一系列計畫之前，其實好萊塢與當地居民面對日益成長的影視產業是又愛又恨。

[Iceland Review] 曾報導，好萊塢雖然熱愛冰島獨特的景緻，但也因為冰島大部分地區地廣人稀，因此在搬運器材上十分不便，成本也相當高昂，因此樂見冰島政府出手提供補助和回饋。

另一方面，冰島居民面對好萊塢影劇前來，雖然帶動經濟，但同時也擔憂產業所帶來的環境破壞，加上電影往往伴隨著觀光產業蓬勃發展，也讓部分居民相當困擾。

《Quartz》報導，由於疫情，各大支付平台與商店都在加強推廣 QR 碼，從讀菜單、登記資料等，掃描 QR 碼就可以在自己手機上完成，完全不用與他人共



公益



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!**



拒菸 Jolin-網路專區

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



衛生福利部國民健康署

健康九九



教育部國民及學前教育署

教育部



財團法人董氏基金會

華文戒菸網

三角談愛

主持人：林意玲（台灣醒報社長） 與談人：溫小平（資深作家）、蘇家宏（恩典法律事務所律師）、樊雪春（台師大心理諮商教授）

文字整理：張庭維

睜大眼睛叫渣男退散 打開雷達別昏頭

談戀愛不怕分手，就怕遇到渣男！有些女孩猶如身上自帶「渣男磁鐵」，每談一次戀愛就受一次傷。



▲《三角談愛》單元林意玲社長（右一）、蘇家宏律師（左一）、樊雪春教授（右二）與作家溫小平（左二）。（本報資料照片）



蘇家宏律師



溫小平女士



樊雪春教授



▲不要留任何一點可以在再接觸的機會，甚至有的人乾脆直接出國，離開原先的環境出去散心，找到別的興趣愛好。（網路截圖）

主持人（以下簡稱「問」）：最近社會上常出現所謂的「渣男」，泛指對感情不專一的男生，一次劈腿好幾位女生，讓很多女生為他傷心欲絕。到底渣男會有哪些特質跟行為？先請樊雪春老師分析，渣男是怎麼產生的？

渣男自私、只顧自己

樊雪春：在心理學上看，渣男的人格特質就是只顧自己、比較自私，心裡沒有別人，只想著自己的需求，自己的慾望、自己要什麼？所以剛開始的時候，渣男會花很多時間去討好女生，因為他只想得到女生的身體，等到手後，他的需求就會改變，去找其他目標。
有時候渣男是為了錢，因為他跟這女生在一起的時候，都不需要付錢就能吃喝玩樂，所以渣男都會有一個特定的目標想得到，不單單只是想要談感情，所以在感情轉淡後，女生才會看清他的真面目，發現一直以來自己都只是可有可無的存在。

暖男、渣男天壤之別

問：除了渣男外，現在也很流行所謂的「暖男」，這兩者是不是正好相反？
樊雪春：對，暖男他也會有要的東西，但他要的也不是性、錢等，他要的是一段穩定的關係，會想把時間跟精力花在你身上。所以你去看護暖男做的事情，他的第一順位一定是你，把你這個人的需求擺在心裡。而渣男則是把他自己的需求為優先。
所以跟暖男在一起的時候，女生就不會覺得自己像工具，而是真的會被關心跟愛護，而渣男得到你的身體後，就會開始變得冷淡甚至消失，會讓女生覺得有點失落，說不好聽一點就像妓女一樣。

問：歸納雪春老師所說的，渣男就是屬於比較自私自利的人，而暖男就是將女生放在心上，把跟她的關係看得很寶貴，小心翼翼的去經營著，不會把別人當工具。
請小平老師分享，你覺得現在社會上這些渣男有哪些特質？女生可以盡早察覺避開？

「顏、錢、權」三條件

溫小平：先不講敬而遠之，因為渣男本身一定有吸引人的條件，總是要先吸引到以後，你才會知道他到底渣不渣吧？我們常可以看見，明明這個男生很渣，但就是很多女生前仆後繼像飛蛾撲火般上鉤。我想他們吸引人的特質不外乎「顏、錢、權」三項條件，有顏值、有鈔票、有權勢。

不講談感情，在社會上長的帥的人犯了錯，通常都比較容易被原諒或遺忘，就因為他的臉蛋吸引人，或是有權有勢的人，就算長得再醜還是有人愛啊，有錢反正什麼都買得起，在金錢攻勢下，女生很難不暈船。

這三項中只要擁有其中一項，就很容易去吸引人，而忘了他的缺點，就會不由自主的陷入。所以我常提醒女生，男生真的是比較下半身思考的動物，但女生不一樣，要先有心動才会有進一步的互動，但現代的女孩子談感情常忽略掉心動的過程，就被男生騙走了。

苦肉計使女生心軟

我真的覺得有時候父母親管教太過嚴厲也不太好，甚至有些家庭不讓孩子在學生時代交男朋友，我個人覺得越早談感情越好，因為你越早了解異性，在未來的感情路上就會懂得男生到底在想什麼？提早有免疫力。像我從小跟男孩子玩在一塊，所以男孩子有什麼把戲我都瞭如指掌。
然後除了我剛剛提到的「顏、錢、權」之外，女生最然容易陷入的就是「甜言蜜語」，這真的是無往不利，我看過身邊有太多的例子，男生就是不斷的灌迷湯，如果甜言蜜語還不夠，還有一招是苦肉計。

我有一個朋友就是這樣子，明明知道這男的很渣，甚至暴力相向，但每次提分手後，那男的就用苦肉計，去她教課的學校大門，跪在那邊求我朋友原諒，女生這時候一方面會覺得很丟臉，一方面又會覺得說，男生都為自己己不顧尊嚴在大庭廣眾下跪，就會心軟原諒了。
問：在我們會談的中間，有一位男士，他也是顏、有權、又有錢，就是蘇家宏，蘇律師你剛



▲之所以被稱為渣男是因為，他不坦承自己同時跟好幾個女生在一起，女方都覺得她是他的唯一。（網路截圖）

剛聽到這麼多渣男的招數，你有什麼想法？

懂得討女生歡心

蘇家宏：我們常會看到有一些長的其貌不揚，也沒有錢，沒有權時，為什麼身邊的女朋友可以一直換？因為他們懂得怎麼樣討女生歡心。
我記得在高中時的時候碰到一個女生，她長得很像林青霞，結果她的男朋友外型卻不是大家想像中那樣王子配公主的類型。後來那個長得其貌不揚的男生居然一直換女朋友，所有的美女都為之傾倒，就是因為他有招數，懂得擷獲女人心。
如果你想考上建中，北一女，你會做什麼？當然是努力讀書，那你想和那女生在一起，當然就是要想辦法討她歡心，有錢就用金錢攻勢，千方百計的去達到目的，但渣男的目的永遠只有一個，那就是女生的肉體。

別被甜言蜜語所騙

所以渣男的嘴都是非常甜的，他們知道女生喜歡聽好聽的話、喜歡山盟海誓，喜歡那種深情的眼神，喜歡穿著、打扮舉止紳士的男人。女人一旦被沖昏了頭，只需要言語的保證，行為沒有做到沒關係，因為沖昏頭的女人會幫自己找藉口，不需要費半點力氣。渣男為了可以上床，說點鬼話對他們來說根本無傷大雅。
女生真的要張開你的雷達，永遠要相信你的直覺，如果今天渣男嘴巴跟你講甜言蜜語，他就算

再有錢，但那個錢也絕對不是花在你身上。所以絕對不要被他的話所蠱惑了。
女生在確定一段感情之前，務必睜大雙眼，知道自己要的是什麼樣的感情，如果你只是想一夜情，那你的取向跟渣男出發點是一致的，那就沒差，若你要的是一段穩定的感情，那請打開你的雷達，才能挑選到適合的伴侶。
問：所以很重要的就是，女生要懂得睜大雙眼，不要被花言巧語、甜言蜜語所蒙蔽，而且要看清楚，他也許有顏值、有權有錢，但不是為了你而存在，也不會花在你身上，也不會為你服務。通常渣男都很有控制慾，他雖然對你的感情只是玩玩，但又不希望你離開，等到你真的離開了，他又想把把你勾回來，是這樣嗎？

渣男是天性？

樊雪春：沒錯！渣男把自己的需求擺第一，就生理學、心理學來講，男性其實是很渴望有不同的伴侶，所以在古代的時候會有三妻四妾，他是有一個心理的基礎跟生理的根據在的。
所以渣男想要5個女朋友或3個女朋友，但問題是，誰會想當那三分之一或五分之一？在心理學上，所有人都想成為別人的唯一，所以在這個時候就會有期待上不同。就像剛剛還蘇律師說的，如果女生自己願意當他的三分之一，那完全沒有問題。
所以社會上也常看到，富商有10個老婆，但只要那些女生只願

意是那十分之一，那就會有問題，這個也不會說他是渣男，因為他很坦白的表示自己只能提供十分之一的愛，那女方也願意只要那十分之一，大家各取所需。
渣男之所以渣是因為，他不坦承自己同時跟好幾個女生在一起，可能他跟3個女生在一起，女方都覺得她是他的唯一，但其實只是三分之一，那這樣才被罵渣男。
問：剛樊老師講到，很多渣男是會用隱瞞的方式，有一些不可侵犯的雷池，比如說他不帶妳去認識他的朋友團，不希望你介入他的生活太多，因為要保有自己的一些空間，那種人大部分也是渣男的行徑？

隱藏自我生活圈

樊雪春：對！因為女生一進到他的生活空間，就會發現其實自己只是他的三分之一，所以渣男才會不讓你接觸他的生活太多。反過來說，渣男為什麼控制慾很強，因為這樣才能掌握你，他劈腿的真相才不會被揭穿。
我自己在做諮商工作時的時候，碰到渣男事跡敗露，女方反而團結起來對付渣男，所以為避免這樣的情形發生，就得掌控好女方，不然他會死得很慘。
問：請教小平老師，渣男和暖男到底要如何去分辨？

女生也有責任

溫小平：其實我覺得還是要回到女生的身上，我真的覺得渣男跟暖男的養成，其實女生也要

負很大的責任，因為他第一次成功，他就會食髓知味，漸漸受害的人就越來越多。那到底要怎麼去分辨？我認為每個人認知不同，有的人會覺得這男的很糟，可是對那個女生來講，卻覺得他很暖。所以我倒想說一下，女人到底要負什麼樣的責任？
我剛剛講的「顏、錢、權」這三種會吸引女人，有些女人她也只求跟這種男人，擁有所謂的短暫關係或者是一夜情。所以久而久之，這男生就會覺得只要付出錢或是甜言蜜語就能擷獲女人心，衍生出不良的風氣。

別輕易挑戰渣男

所以女生自己要清楚，如果你追求的只是短暫的關係，你就不需要怪別人是渣男。那同樣的，如果你追求的是一個一個長久穩定的關係，當然這種人自然就要淘汰在外。
另外，剛剛樊老師有提到，人都會想成為別人的唯一，有些人為什麼會常常掉入渣男的陷阱當中？她明明知道那個男生的情史很亂，但她還是希望我可能是唯一能夠讓她認定我是他的唯一，自己會是那最幸運的那一個，就此自願墮入了渣男的魔爪之中。所以真的不要企圖挑戰渣男，真的太難了。

戀情進展要謹慎

蘇家宏：我想舉個例子來講，一般來說，大家上小學不用考試就可以就讀，國中義務教育也是不用經過考核，就能順利進入地

區的學校，但接下來要上高中，就必須要經過考試，接下來要讀大學也要認真念才行考上。
一個女孩子如何找到一個好的對象？就要從你跟他之間的競爭關係去說明，我把小學當作牽手、國中當作親吻，高中就能愛撫，最後上大學時代表可以再以進展到更親密的關係。今天女生遇見一位男生，妳要跟他交往，肯定也需要觀察、考試。當然牽個手，妳可以覺得沒什麼，不用考試。
但如果要跟牠進展到親吻等更親密的舉動時，我建議，真的需要好好評估，他真的是你要的那個男生嗎？他的個性、行為你都了解嗎？追求一段穩定的關係的女生真的要仔細，不要輕易心動。
問：請教樊老師，如果真不幸愛上渣男，要怎麼樣擺脫？

花3年才醒悟

樊雪春：我在做諮商的過程，常常是在幫助個案擺脫渣男，我最長紀錄是花3年，才幫助我的個案擺脫渣男，因為她真的陷入很深，渣男的手段又很厲害，他會說很多的好話，他還會幫我的個案洗內衣褲、做菜，但他同時也跟好幾位女性交往。
我的當事人得知他的時候非常痛苦，但是每次渣男在做那些美好的事情之後，她又心軟原諒了渣男，就這樣反覆不斷輪迴，最後才在第3年的時候醒悟。
問：怎麼幫助她走出來呢？

為某項條件執迷

樊雪春：最重要的就是幫助這個女生，讓她知道她還有其他的可能性，女孩子會陷這麼深，是因為她覺得如果離開了渣男後，可能沒有人會喜歡她了。而且渣男身上通常都有一個讓女孩子非常著迷的點，比如說他的樣子，女生會認為我就是要找這樣子的男朋友。
但可能整個特質都不是她要的，但是為了他的樣貌，女孩願意犧牲其他的條件就是要跟他在一起，因此我們的角色就是要轉變女生對她想要的東西的執念。
問：這個例子比較像女生自己單方面無法擺脫渣男，小平老師你覺得要擺脫這些渣男要怎麼做？

友人從旁協助

溫小平：我看過太多這樣的例子，而且通常雙方就是分分合合，一直反覆。所以在這當中，除非當事人自己清醒，在身邊的人除了陪伴之外，也要幫她做一些整理。就像剛樊雪春老師提到



▲渣男本身一定有吸引人的條件，不外乎「顏、錢、權」三項條件。圖中為前總統府發言人丁允恭遭爆料劈腿多女，黯然下台。（網路截圖）



▲閨蜜不只是陪妳逛街、討論時尚美妝而已，她們還能幫妳鑑定到底這個男人值不值得交往。（網路截圖）



訪談音檔請見《醒報人物現場》：



好萊塢幾部政治爆料電影

政治觸覺敏銳的好萊塢電影界，一向對大眾感興趣的爆料興趣十足，在這幾年也頻繁拍攝相關題材，屢屢引起話題。

■ 梁良
(資深影評人)

美國是政治大國，也是爆料大國。針對即將到來的美國總統大選，各式各樣的爆料層出不窮。正上演的大戲，就有上一屆民主黨總統候選人希拉蕊的「電郵門」，牽扯出三萬多封電郵，內情十分複雜。

另一邊也有前 CIA 特工站出來爆料，原來賓拉登的本尊並沒有死，在巴基斯坦被擊斃的是替身，負責執行獵殺任務的海豹六隊隊員，在不久之後都離奇被殺。

此事又牽涉到兩部好萊塢電影：描述獵殺賓拉登行動的《00:30 凌晨密令》，和描述美國駐利比亞領事館遭激進伊斯蘭恐怖份子襲擊的電影《13 小時：班加西的秘密士兵》，有興趣深入了解者可互相印證。

水門事件電影版

回頭看看，政治觸覺敏銳的好萊塢電影界，一向對大眾感興趣的爆料興趣十足，也的確拍過很多眾所矚目的爆料電影，本文就來做一個粗略回顧，給大家助興。

核彈級的爆料電影，首先要數描述水門事件內幕的《大陰謀》。

圖 ▶ 《郵報：密戰》再次表彰華盛頓郵報發行人凱瑟琳葛蘭姆，開啟了美國媒體不畏政壓力勇於爆料的先河。(網路截圖)



▲「維基解密」這個爆料網站的故事在 2013 年拍成了《危機解密》一片。(網路截圖)

《華盛頓郵報》的兩位記者伍德沃德及伯恩斯透過「深喉」的秘密協助，揭發了非法監聽競選對手陣營的「水門事件」，直接導致尼克遜總統辭職下台的經過。由艾倫帕庫拉執導，達斯汀霍夫曼及勞勃瑞福主演的這部政治驚悚片，為日後同類型的政治爆料電影立下了典範。

郵報揭露政府弊端

40 年後，由史蒂芬史匹柏執導，梅莉·史翠普與湯姆漢克斯主演的《郵報：密戰》(The Post)，再次表彰華盛頓郵報發行人凱瑟琳葛蘭姆，其實在更

早之前的越戰時期已堅守立場，獨家刊登國防部流出的機密「五角大樓文件」一案，開啟了美國媒體不畏政壓力勇於爆料的先河。

而在《大陰謀》中以神秘人身份出現的「深喉」，多年後終被露出真正身份，原來是當時的 FBI 前副局長馬克費爾特，他本人的故事在 2017 年拍成了傳記電影《推倒白宮的男人》，找來連恩尼遜演出男主角。負責本片編導的彼德藍德斯曼表現平平，但片中爆出馬克費爾特利用副局長權力指揮手下暗中追查加入反政府地下組織的失蹤女兒的

下落，頗動人的刻畫了這個孤高父親的柔軟一面。

維基解密興起

在紙媒逐漸沒落，爆料的平台開始轉向網路。由朱利安·保羅·阿桑奇創立於 2006 年的「維基解密」(WikiLeaks) 一度是全球最知名的政治揭密網站「維基解密」創辦人，專門公開來自匿名來源和網路洩露的機密文件，令多國政府深感頭痛，要將他逮捕。

這個爆料網站的故事在 2013 年拍成了《危機解密》一片，但劇情重點是阿桑奇與他最得力的

工作夥伴伯格從一開始惺惺相惜到後來分道揚鑣的故事，班奈狄克康柏拜區飾演了一頭白髮的阿桑奇。

繼阿桑奇之後最著名的爆料人是愛德華·約瑟夫·史諾登。史諾登是美國國家安全局外包的技術員，他在 2013 年 6 月於香港將美國「稜鏡計劃監聽專案」的秘密文件披露給英國《衛報》和美國《華盛頓郵報》，隨即遭到美國以「叛國罪」通緝。

爆料電影獲奧斯卡

他經過一番躲藏後離開香港前往莫斯科，至今仍以難民身分

居住在俄羅斯。史諾登的爆料故事首先被拍成紀錄片《第四公民》，在 2015 年第 87 屆奧斯卡金像獎以大熱門姿態捧走了最佳紀錄片。

不久，本人也喜歡爆料的導演奧利佛史東決定開拍《第四公民》的劇情片版，由喬瑟夫高登李維飾演史諾登。可惜這部以《神鬼駭客：史諾登》在 2016 年公映時並未受到太多重視，雖然只是短短三年，但人們似乎覺得那已是過眼雲煙。

也就是在同一年，川普競選獲勝，從此進入了總統推特每天一爆的新時代。

▼ 比起巴哈的莊容，韓德爾的巍峨，或者貝多芬的大格局，舒伯特的彌撒曲宛若涓涓細流。(網路截圖)



▼ 說到舒伯特的彌撒曲，當然首要推薦幾年前去世的德國指揮家沙瓦利許，他留下幾份精彩錄音。(網路截圖)



▲ 比較少為人知的是，舒伯特也創作過六首彌撒曲等聖樂，充分表現出舒伯特的樂觀及積極信仰。(網路截圖)

等，無不膾炙人口。

舒伯特 D950 的傑作

比較少為人知的是，除了藝術歌曲之外，舒伯特也創作過六首彌撒曲等聖樂，六首都是以大調寫成，充分表現出舒伯特的樂觀及積極信仰。在古往今來浩瀚如海的聖樂作品中，舒伯特這六首彌撒曲都有他如天使音符般的獨特印記，如同眾多璀璨寶石旁的六小顆珠玉，即便不是光彩奪目，但清新脫俗，內蘊神光，在聖樂界中仍然占有一席重要位置，尤其是最後一首 D950，堪稱是絕美之作。

我當年在初試淺嚐合唱音樂時，舒伯特的彌撒曲就很讓我喜愛。比起巴哈的莊容，韓德爾的巍峨，或者貝多芬的大格局，舒伯特的彌撒曲宛若涓涓細流，很適合入門聆聽。無獨有偶，政大校友合唱團那天也選了舒伯特第

三號降 B 大調彌撒曲，四位獨唱、四聲部混聲合唱，以及小型弦樂、管樂伴奏的編制，都表現得相當精彩。

沙瓦利許版本

說到舒伯特的彌撒曲，當然首要推薦幾年前去世的德國指揮家沙瓦利許，他留下幾份精彩錄音。我曾經提過，舒伯特的交響作品，對指揮家是嚴苛考驗，再加上人聲合唱，能夠將音樂性徹底表現出來，自然練達的版本，絕對是鳳毛麟角，沙瓦利許能夠讓樂團發出柔韌堅實之聲，又能給人聲極佳的空間，當真是稀世珍品。

生命很長，合唱很美，這場政大校友合唱團音樂會，滿載著祝福與感恩的音樂，各種美好的情感交織，讓人會想要一直聽著合唱音樂下去。

生命很長，合唱很美

生命很長，合唱很美，這場政大校友合唱團音樂會，滿載著祝福與感恩的音樂，各種美好的情感交織。

■ 蕭旭岑
(前總統府副秘書長、資深愛樂者)

日前在鋼琴家好友陳育志邀請下，參加了政大校友合唱團 2020 音樂會，沒想到看到台上兩位舊識尤子彥與葉慶元，實在是意外的驚喜。好友慶元兄隔天在臉書上分享喜悅，一句「生命很長，合唱很美！」說出我多年心底的感觸。

神采非凡

今年因為疫情的關係，隔了大半年才回到國家音樂廳，真有

「恍如隔世」之感。而且坐在台下，自己也有政大校友身分，除了看到老友們在台上賣力演出，還有年輕的學弟學妹、政大「振聲合唱團」，歲月的痕跡與青春生命力的混搭，激發出非凡神采，更是格外令人感動。

也是因為這場被疫情耽誤許久的現場音樂會，讓我重新溫對合唱音樂的美好感受。尤其是現場聆聽到眾聲和鳴，無論是男女

高音、低音，每個人專注虔敬地，卯足勁兒唱出心中最完美的音符，各聲部調和無間，相互激盪，在音樂廳空間中久久不散的聲響，是人生中最美好的片刻。

交響樂 VS 合唱曲

剛聽古典音樂那幾年，我對人聲比較無感。因此在選擇聆聽的素材上，下意識會避開人聲，包括藝術歌曲、歌劇、神劇，各

種獨唱與合唱作品。那個年輕歲月，一頭鑽進大部頭交響曲的世界，貝多芬、布拉姆斯乃至馬勒、布魯克納，交響曲長度一首比一首長，幾個樂友勤於版本比較，樂此不疲。

後來，觸動我心弦的，引領我踏入「人聲」世界的，還是舒伯特。曾經創作過六百首以上的藝術歌曲，被譽為「藝術歌曲之王」的奧地利作曲家舒伯特，天生有讓鋼琴與人聲完美融合的超能力，以及純淨優美的旋律，總能深植人心，例如他寫給次女高唱唱的《聖母頌》、《野玫瑰》

MLB 2 聯盟冠軍賽超刺激 生死 G7 定勝負

美聯冠軍系列賽打到 G7 生死戰才分勝負，由光芒老將莫頓強投、搭配小將阿羅薩雷納豪打，不讓太空人逆轉劇本。

【本報記者宋秉謙綜合報導】本賽季 MLB 雖然賽程縮水，但季後賽精彩度肯定不輸以往，2 聯盟冠軍賽都確定得打 G7 生死戰！18 日首先登場的是美聯冠軍賽生死 G7，在太空人從 0 勝 3 敗絕境追平後，僅差一勝就能成為史上第 2 支讓三追四成功的隊伍，然而光芒靠著季後賽打擊火燙的菜鳥阿羅薩雷納再開轟，光芒在生死戰勝出。而國聯 18 日由道奇隊逆襲拿下 G6，扳平戰局，代表週一也要迎來生死 G7。

太空人無緣史詩逆轉

根據《ESPN》報導，本季 2 聯盟冠軍系列賽劇本相當延宕刺激，美聯冠軍賽先是光芒連拿 3 勝，眼看就要橫掃背負作孽醜聞的太空人，但光芒卻連續 3 戰都無法「關門成功」，太空人距離史詩級大逆轉就差一步，只要能在 18 日的 G7 勝出，就能成為繼紅襪隊之後，再有隊伍上演讓三追四的大逆轉。

光芒在生死局推出「生死戰專家」、同時也是前太空人好手莫頓掛帥主投，莫頓強投 5.2 局，完全封鎖老東家打線，季後賽一分未失，儼然成為光芒一大殺器，據統計數據，莫頓在生死戰



▲美聯冠軍系列賽打到 G7 生死戰才分勝負，由光芒老將莫頓強投、搭配小將阿羅薩雷納豪打，不讓太空人寫下讓三追四的史詩逆轉劇本。(photo from MLB Facebook Fanpage)

的表現驚人，包含此役共拿到 4 勝 0 敗，防禦率低至僅 0.46。

光芒少年強打

除了莫頓強投，飽受「貧打」之苦的光芒還有棒子超燙的菜鳥阿羅薩雷納，這位古巴 25 歲小將堪稱橫空出世，在季末被光芒叫上大聯盟後，23 戰繳出高達 1.023 的攻擊指數，季後賽狀態再漲，13 戰繳出近 4 成打擊率，攻擊指數飆到 1.290，還繳出 7

轟，成為史上第 4 位在世界大賽前就累計 7 轟的選手，其中一轟就是此役首局奠定勝基的 2 分砲，強投豪打率領光芒睽違 12 年再進世界大賽。

《坦帕灣新聞網》報導，阿羅薩雷納的好表現也折服對手，落敗的太空人主帥貝克表示，阿羅薩雷納是很全面、危險的打者，更有著大心臟，在關鍵的季後賽表現更上一層樓，不明白當年紅雀為何會

放棄這位打擊天才。事實上，阿羅薩雷納小時候更喜歡踢足球，也崇拜球王 C 羅，弟弟更是墨西哥職業球隊的守門員，所幸他接觸棒球後展現驚人天賦，獲得培養，才能成長為光芒球迷相當期待的核心主砲。

國聯冠軍賽也到生死戰

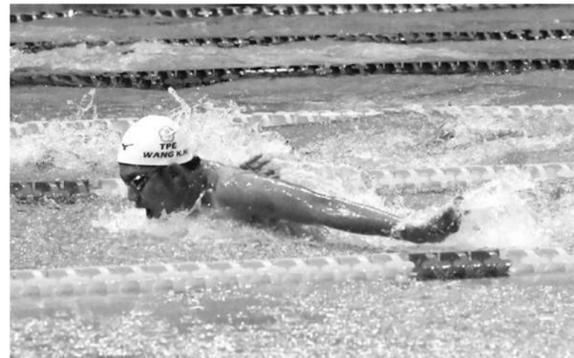
光芒辛苦苦戰 7 戰挺進世界大賽後，另一邊的國聯冠軍賽也緊跟在後，將迎來生死 G7。道奇隊在 18 日 G6 推出「少主」布勒，布勒不負教練團期許，強投 6 局無失分，率領道奇扳平戰局，至於團隊打線最火燙的西格首局也開轟，寫下系列賽 5 轟、11 分打點的誇張成績，只要生死戰再轟，就能追平史上聯盟冠軍系列賽最多轟紀錄。

而另一邊勇士隊錯失晉級大好機會（3 勝 1 敗）後，G7 將推出另一名少年王牌安德森，勇士本系列前 2 勝就是靠今天吞敗的弗萊德與安德森旗開得勝，他們希望安德森能複製 G2 封鎖道奇打線的成績。而道奇尚未公佈先發投手人選，按照正常輪值將是小將剛索林，但也不排除短局數先發，後續由梅伊、烏利亞斯等投手進行車輪戰。面對生死 G7，雙方都會將土用命、精銳全出。

圖文選粹

圖文 / 中央社

台灣蝶王征戰 ISL 王冠闖破紀錄



▲「台灣蝶王」王冠閣今天凌晨在國際游泳聯盟 (ISL) 200 公尺蝶式，鏟出 1 分 50 秒 79，再度改寫個人紀錄。

備戰總冠軍賽 兄弟打擊待加強



▲中職中信兄弟隊備戰總冠軍賽，總教練丘昌榮直言，打擊還要再加油，不能總是靠周思齊（中），希望年輕球員可以再成長。

陳孝萱穿旗袍做公益 關心弱勢團體

藝人陳孝萱 18 日穿著綠花色旗袍裝，與導演葉天倫一同出席「大稻埕國際藝術節」慈善快閃音樂會。

【本報記者祝潤霖台北報導】「我都已經 50 了，沒人想知道年過半百的人的感情生活啦！」藝人陳孝萱 18 日穿著綠花色旗袍裝，與導演葉天倫一同出席「大稻埕國際藝術節」慈善快閃音樂會，身兼社會永續發展推廣協會副理事長身分的她，與在場的「大孩子」們手舞足蹈演音樂劇，呼籲大家多關心弱勢團體。

「原本想跟葉天倫借戲服，但葉天倫直接打槍我！」陳孝萱睽違 20 年再穿旗袍，因為上圍太豐滿差點找不到衣服，「他說演員都是量身定做比較，可能穿不下，只好另找改良式旗袍。」陳孝萱被問到是否恢復單身？她大笑說，「這不是重點！約會不重要，現在做的事（公益）比較重要。」

受邀當慈善快閃音樂會主持人的陳孝萱透露，擔任「社會永續發展推廣協會」副理事長近 1 年，致力於推動同理心教育的差異共學計畫。有慈善音樂會邀請她服務的單位設計音樂節目，剛好兒子鐵弟也有空，「就帶他到樂山教養院帶院生去練打鼓。」

「2 月中去英國看鐵弟說要跑半馬，鐵弟還對我說，『你拿女生第 1 名，我拿男生第 2 名！』」



陳孝萱笑說，但當她早起叫他一起練跑時，鐵弟卻回她說「跑步太累了」，「但我還是很享受沿途泰晤士河慢跑的時光！」每天大概跑 5 公里，飽覽當地風光，「這是我第一次感受到跑步樂趣，跑到一半若下雨也還滿舒服的。」

陳孝萱也和葉天倫一同推動「藝起守護家」公益影片計畫，以「家」為主題邀請藝人投入公益，為小型非營利機構打造專屬於自己的募款影片。



▲導演葉天倫（後左）、藝人陳孝萱（前左）18 日出席「大稻埕國際藝術節」慈善快閃音樂會，陳孝萱並向與會啟智院生親切問候。(中央社)

圖文選粹

圖文 / 中央社

中央書局回來了 成中部文化基地



▲近百年前中部地區的文人匯聚在中央書局，致力開啟民智、接軌國際，空氣中也瀰漫著文人的浪漫情懷，18 日以全新面貌再度重新開幕。

蔡明亮作品登雄影 挑戰 VR 片男主角



▲導演蔡明亮（左）執導電影「日子」17 日下午在 2020 高雄電影節獻映，蔡明亮與演員李康生（右）合體接受媒體聯訪。

▼在撤銷中天新聞台執照之前，行政院應該先撤銷「言論自由日」，用不著再假鄭南榕先生，浪得保障言論自由虛名。(網路截圖)



行政院應撤銷 言論自由日

鴻儒集

白丁
(退休教師)

中天新聞台應不應該開台？萊豬牛肉應不應該開放進口？農田水利會應不應該改制公營？最近一連串爭議事件，在社會激盪。看似「尊重主管機關」、「尊重民意」，其實早有答案，只待執政黨掀開底牌而已。

萊豬進口罔顧民意

今年8月8日蔡英文總統公開宣佈，明年元旦開放美國萊豬牛

當今政府挾全面執政優勢，先有結論，再走過程，屢次驗證不爽。中天新聞台面臨撤照，執政黨早有答案，不令人意外。

最近執政黨決定，自10月1日開始，將台灣民間17個農田水利會，全部收歸國有，由農田水利署管轄。農田水利會已經存在300多年，現有155萬位會員，總資產超過數億元，現金700多億元，是全國農民代代傳承遺留的資產，一夕之間全部收歸國有，

侵奪人民財產，在現今國際社會，只有中國共產黨辦得到，現在民進黨也辦到了，令人側目。

陳水扁反對中天撤照

自此之後，執政黨今後參加選舉，挾155萬張鐵票，加上700多億元現金優勢，必然所向無敵，邁向萬年執政黨。

當今政府挾全面執政優勢，先有結論，再走過程，屢次驗證不爽。中天新聞台面臨撤照，執政黨早有答案，不令人意外。國家傳播委員會(NCC)將於10月底

舉辦聽證會，討論是否換發中天電視新聞台事業執照，只是在走流程而已，應非流言而已。原因是中天常有不利執政黨的「假新聞」。

然而撤照之事引起前總統陳水扁公開反對，他強調，在他總統任內沒有關掉任何一家電視台。保護言論自由，是民主國家政府之天職。

消滅異聲媒體？

當今政府利用政府標案及國營事業預算收買特定媒體，操控言論自由，早已是公開之秘密，如今竟然連不同立場之電視媒體，都要消滅，較之過去戒嚴時期管制媒體，有過之而無不及。

如果政府認為中天新聞台常有不利執政黨的「假新聞」，所以應該關台，那麼民視、壹電視、三立...，諸多電視台，常有不利在野黨的「假新聞」，是否應該比照辦理關台？

執政黨愧對鄭南榕

回憶1987年4月7日，鄭南榕不惜自焚爭取台灣言論自由，贏得全民尊敬，行政院於2016年，正式核定4月7日為「言論自由日」，誓言保護台灣民主自由最可貴的「言論自由」。如今政府打算撤銷中天新聞台執照，原因應該也是「情勢變遷」，既然已經執政，言論自由當然就不重要了。

不過，在撤銷中天新聞台執照之前，行政院應該先撤銷「言論自由日」，用不著再假鄭南榕先生，浪得保障言論自由虛名。

范仲淹在「靈烏賦」中說：「寧鳴而死，不默而生」，美國獨立戰爭時名言「不自由，毋寧死」。鄭南榕以生命代價，爭取言論自由，令人尊敬。政府現在打算關掉中天新聞台，日後必有更多「鄭南榕先生們」出現，政客們還有什麼資格聲稱台灣是自由民主國家？



星空下的約會

吳方芳

(台東家立基金會執行長)

一、一閃一閃亮晶晶

月華無聲的子夜，我從床榻醒來。按照慣例；睜開雙眼之前，先跟自己玩一回「猜猜看」遊戲，猜一猜今晚的小星星是跟我玩捉迷藏躲了起來，還是一閃一閃的在穹蒼裡迴盪綻亮？

如我所料；星斗滿天的夜空，像襯墊著水鑽的黑色絲綢，美極了！

倚著窗櫺屏息凝望的我；盯著細碎的、清亮的、剔透的、深不可測的、綿延天際的星空，心中的平安和愉悅無法言喻。

聖經詩篇記載了詩人對造物主的感戴：「我觀看你指頭所造的天，並你所陳設的月亮星宿，便說人算什麼，你竟顧念他？」(詩8:3.4)

星空點亮了我的眼眸，也點亮我心底的純真。我低頭感恩：「主啊！我算什麼，你竟顧念我。」綴滿星斗的夜幕下，夜風送來晚香玉和野薑的香氣，不遠處傳來嘩啦啦浪拍岸的樂章，夜鶯和貓頭鷹也忙不迭的跟著唱和...。啊！我與星空的約會，是都蘭山下最醉人的時光。

二、重病者等候天亮

無數個啜飲星夜，等候黎明的夜晚，詩人的禱詞在我心中迴

響：「耶和華啊！我從深處向你求告...我的心等候主，勝於守夜的等候天亮。」(詩篇幅130:5.6.)

去年此時，罹患卵巢癌的我，正要面對手術後的第三次化療。在疾病面前，我像守夜的等候天明，殷切企盼陰霾過去，黎明到來。

不期然的走到了人生的至深處，我更明瞭了沒有人知道自已的明天，生命的主權並非操之在我。

信仰，不是用來解釋生命，而是用來承載人生的。行經情感和理智都走不下去的幽深黑夜，對造物主的信靠，恰似暗夜裡紛紛亮起的星之素芒，照亮我、撫慰我和醫治我。

晨光初透的黎明，我為了曾經罹癌由衷歡喜與感恩。罹癌和蒙醫治的奇妙旅程，是我今生最美的祝福。

望著晨曦裡逐一隱沒的小星星，我知道千萬顆星斗仍然懸在白晝的天空，我也知道越深的黑夜，星光越是閃亮。

而歷經的困頓、凶險、眼淚、不僅化我生命裡的養份，更是鑲嵌在我身上的一顆顆璀璨星光。

我向星空向歲月宣告：「有主掌管明天！不管夜有多深，天一定會亮。」



▲望著晨曦裡逐一隱沒的小星星，我知道千萬顆星斗仍然懸在白晝的天空，我也知道越深的黑夜，星光越是閃亮。(網路截圖)

「天氣改變了歷史」看神秘力量



魏國彥

(台灣大學地質系兼任教授)

這幾年熱帶太平洋和中國南海生成颱風數目並沒有減少，台灣受到的侵襲卻少，因為好多颱風過門不入，據說是因為全球暖化的關係，大氣環流系統改變，讓熱帶氣旋的數目增多，威力增強，颱風不再徘徊於台灣寶島上空，帶著滿滿洪荒之力，直接北上強攻日韓。

幸或不幸？這樣看你處於什麼時代、什麼國家。

「天氣改變歷史」一書談到古今中外知名的故事。

「神風」2度救日

公元1273年，統御歐亞大陸的元朝皇帝忽必烈汗寫信給日本天皇龜山，要日本選擇，是立即歸順？或是在一場毀滅性的大戰後臣服？讓忽必烈吃驚的是，日



▲蒙古艦隊載著2萬5000名騎兵與馬匹，加上1萬5000名高麗人，浩浩蕩蕩殺向日本博多灣。卻遇上強烈颱風來襲，大敗而歸。(網路截圖)

本天皇竟不識好歹，直接拒絕了。

經過一年整軍經武，擴建戰船，第二年秋天，蒙古艦隊載著2萬5000名騎兵與馬匹，加上1萬5000名高麗人，浩浩蕩蕩殺向日本博多灣。蒙古人不知道的是，正有一個強烈颱風從太平洋來襲。那些年，蒙古人南征西

討，戰無不勝，這次被海上來的風暴摧枯拉朽，大敗而歸。

1279年，蒙古滅了南宋；1282年忽必烈把原南宋的海軍徵調到高麗，結合該地重建的海軍，成為一個更大的艦隊，捲土重來，攻向日本。剛巧又來了個超級颱風，船隻互相撞擊，破船散落在航道上，阻礙其他船艦，走不開，也無法撤退，坐任日本兵在風暴之後燒殺擄掠。

日本兩次迫在眉睫的亡國危機都靠颱風解救，為了紀念救難解圍的神明，日本人把這樣的風暴稱為「神風」(kamikazi)，正是二次大戰末期「神風特攻隊」名稱的來源。

「新教徒的風」

1588年，西班牙無敵艦隊駛向英國，要弭平伊麗莎白一世治下信奉新教的英國，地中海和

大西洋的幾場颶風打亂了一切部署，沈沒了許多戰艦，暴風雨又讓其它的戰艦在北海的大霧中迷航、失蹤。

事後，英國女王伊莉莎白大肆紀念，製作了「新教徒的風」紀念章分送眾人。如果沒有「新教徒的風」，就沒有後來基督教的興盛，也沒有不列顛大英帝國，沒有往美洲移民的清教徒，也就沒有後來的美國。

極端氣候扭轉戰局

拿破崙在1812年揮軍俄國之前是一位不敗戰神。但是，他沒有如願，60萬人進攻俄國，只有3萬人活著離開，大部分死於惡劣天氣，有五萬匹馬在24小時內凍死光的紀錄。事後，俄皇尼古拉將軍說：「俄國有兩位可以信賴的將軍——一月將軍及二月將軍。」

天氣，尤其是極端天氣，看來是個偶然性因素，卻決定了許多戰役的勝敗，也因而改變了歷史。本書作者蘿拉·李原是一位美國的廣播員、默劇演員，經過收集，寫了55個「天氣改變歷史」的案例，故事從「諾亞方舟」開始，一直到本世紀初的「沙漠風暴」結束。

這本書當然不是一本嚴謹的歷史著作，也沒有野心當「環境決定論」的旗手，一則又一則的小故事讀來十分有趣，可當茶餘飯後的談助，感覺到冥冥中的神秘力量。

我見我思稿約

歡迎來稿增篇幅，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。請儘量於週日至週四上班時間寄稿，週五、六休假來稿將無人處理。

用寫作翻轉困境 醫師的人生指引

面對無法快轉或倒退的人生時鐘，該如何吸取前人的智慧與經驗，轉化成解決之道？把最佳版本的自己給活出來！

■ 楊斯楷

時局的改變

執筆之際，新冠肺炎正盛，舉世人自危，觀察到某些人的做法，竟然想要借錢買股，聲稱「別人恐懼時，他貪婪」，想要大賺一筆。瘟疫除了讓我們失望、失眠，甚至墮落在失業隱憂之下，還讓人失了心。

過去我們聽慣了「人潮，就是錢潮」，但疫情如火如荼，群聚視同犯罪時，人潮兩字此時聽來，反倒像警語。

無論你的職業為何，及早寫出你的影響力，就能享受一篇篇文章所帶來的複利。

此刻的街景，迥異於我們熟悉的任何一個時節，百貨、商店、餐廳、診所空蕩了不少，除了排隊買口罩，很多人因為生意慘淡或放無薪假，其實都無奈的多了大把的時間。

身處大動盪時代，已退休便罷，若仍值壯年，想活下去，甚至活得比其他人好一點，我們就要比同行擁有更高的知名度跟指名度。我不談下廣告，我不談買假粉絲充數，而是談一個低成本且平常就能躡點的好方法：「寫」出你的影響力。

最好的投資

港人陳立飛的著作《寫作，是最好的自我投資》，把如何寫出影響力鉅細靡遺的拆解，其中有篇文章的標題叫：〈混得不好，因為知道你的人太少〉，這篇文章凸顯了知名度的問題。你到一個陌生鄉鎮，經營身心科診所，當地人諱疾忌醫，有不舒服也不知道什麼症狀適合找你看診，那業績怎麼會好？作者說，以前是「酒香不怕巷子深」的時代，現在是「酒香也怕巷子深」的時代。

無論你的職業為何，及早寫出你的影響力，就能享受一篇篇文章所帶來的複利。你不寫，沒人知道你在做什麼；你不寫出真功夫，就沒人知道你的厲害。

你好，得說出好在哪裡，真切的審視自己，說得恰到好處。

這是一個人人該有臉書、部落格、專業為何，都可一點一滴展現實力，把你自己當作一間一人公司來運作，把你的名字打造成一個品牌來經營。

以真名示人

台灣人很愛用臉書，活躍用戶數超過一千九百萬。如果我們一生在網路上書寫的總能量是一百，我建議你把這一百份的發文能量，都留在你名下，不要浪費時間匿名去任何網路空間留言。

這一百份的能量，你留在臉書或部落格都好，至少都是集中書寫能量在你名下。有些人把書寫和抒發畫上等號，他雖經營臉書，但發文都不是一段認真的書寫，只是衝動的抒發負面情緒。轉個新聞，留個科科或呵呵，看起來很像思考短路或宿醉者，然後吸引一堆頻率相同的人互相呵氣。

我插播一個有關餐廳訂位的故事。如果你夠細心的話，應該會發現有些餐廳在你訂位時會要你留下姓氏，有些則要求得留下全名，這有什麼差別呢？經過統計，用全名訂位的顧客，九成以上不會失約，就算不能赴約，也會在約定時間前致電取消；但如果只留下姓氏，失約的比率就會大增，我們隱隱可以嗅出一個關鍵原因是：反正你（餐廳）也不知道我是誰。

因此，延伸這個微妙的道理，

我建議臉書要用本名，或者是護照拼音的完整名字；有些朋友若長年在外商工作，選用上常用的英文名也無妨。這三者之外的任何名字，我覺得都有點奇怪。你知道別人是誰，卻不讓別人知道你是誰，這並不是朋友的往來之道。

取得共鳴

彼此以真名示人，就像是都穿著泳裝下水或都穿西服赴宴，若只願意用假名走跳，那就應該去人盡假面的化裝舞會。

以真名示人還有一個長遠的好處，每當我們分享專業上的點滴或某個價值觀，都一再的跟我們的名字共振，這會讓我們的名字在別人心目中，分量愈來愈重。一開始每個名字在別人心中都是一棵樹苗，但它不會自然茁壯，你必須有所作為，無論是分享專業或生活點滴都好，它才會慢慢成長。

舉「筆」維艱，如何動筆？

阿基是一位水電師傅，他經常在臉書上分享施工的小故事（徵得屋主同意，在保護屋主隱私的前提下為文），多跟解決水電問題有關，半桶師仔會搞半天，他只要撥弄一個開關，一下就施工完成，難怪台諺說：「江湖一點訣，妻子不可說。」

他甫發文，在我心中就從一棵樹苗開始成長，隨著我讀過愈來愈多他工作的小故事時，這棵樹就逐漸茁壯，而其他水電師傅在我心中並沒有對等的分量。當我有水電需求時，我找誰？我一定找他，他在我心中已經是一棵參天大樹了。

教數學的家庭教師、牛肉麵的私廚老闆、生前契約的銷售人員、大醫院的小醫師，通通都適用這個道理。

水電師傅一天若忙八個小時，總有一件值得書寫的小故事，這絕對不難。如果你是水電師傅，就想想你都跟好朋友怎麼聊天

作，不就是從中抽出一個小故事而已。如果嫌打字麻煩，那可以錄音，然後把聲音轉檔成文字，稍作修改，就可快速產出文章。

善用工具

《窮鬼翻身》一書作者、五洲製藥的董事長吳先旺就是一個經常用聲音轉檔文字的高手。他不識字，可是點子很多；如果半夜想到什麼點子，他就用錄音機先錄下來，天亮交給祕書打字，整理成冊。現在有很多聲音轉文字的軟體，都可以幫助不擅長或不喜歡打字的人產出文章。

舉醫師而言，在保護病人隱私的前提下，一天當中也總有一則治療心得或一段對人性的觀察體悟。分享治療心得，讓人感受你的專業；描繪人性觀察，讓人感受你的溫度。

養成書寫習慣

我倡導的臉書寫作內容，不必標新立異，不必詞藻堆砌，就像作者陳立飛說的：「誠實，比新意更重要。」困難的是一開始養成每日書寫的習慣，不過一旦養成習慣，你就至少有三件事可以做。

一、迴響特別多的臉書文，尤其是展現專業技術的發文，可以

用良好的心態整理、準備自己，即使遇到嚴冬，我們也能安然度過。瑞雪過後，我們將能奔馳前行。

順勢整理成一篇網誌。

二、當有人提出富有建設性的質疑，我們不跟對方抬槓，試著就在網誌文中的適當段落回答。

三、隨著專業技術文章數量的累加，你可以再寫一篇文章，統合你這座城牆。文章寫得誠實不浮誇，靠一個個技術文磚塊，堆



▼ 臉書的寫作內容，不必標新立異，不必詞藻堆砌。「誠實，比新意更重要。」(網路截圖)。

疊出你這個人，到時你的形象自然如銅牆鐵壁。

強化寫作技巧

如果你已經有以上的認知跟行動，想再把這件事做得更好，想寫得更有人氣，更接地氣，還可以在以下幾個面向努力：

一、顛覆認知。譬如我詢問幾位內分泌科醫師得知，在台灣規則服藥、配合治療的糖尿病患約莫三成五。很多民眾口耳相傳一些錯誤觀念而拒絕吃藥，他們會說：「不能吃，吃下去就要吃一輩子了。」這個領域的醫師就可以針對這點去寫文章，顛覆他們的錯誤認知，才有機會把他們拉回規則服藥的軌道上。

二、用戶思維。很多醫師寫文章給民眾看時，還是沒有換位思考。如果說想服更多病患，就要懂得用講故事的形式去改寫，洗掉那股說教味。

讓病患能不自覺的把自己套入主人翁的角色，覺得原來不規則服藥有這些壞處，會走上那樣的

人生，那我還是規則服藥比較不會有併發症。

《人生路引：從閱讀中練就的28個基本功》簡介

「當時間繞著父母兩顆圓心團團轉而支離破碎，幸好，閱讀是我的救贖。透過閱讀，我無一刻感到無聊；偶爾覺得無助時，總還有那麼一本書，能為我引光指路。」

楊斯楷一路走來的身分眾多：自費演講 222 場的節能倡議者、講師、顧問、讀書會發起者、上百本書的推薦人……不過始終沒變的是，他持續藉由閱讀精進自己，也深信終身閱讀可以改變一個人，進而改變整個台灣。



作者 楊斯楷 出版社/先覺

· 書訊 ·

醒報編輯部 / 輯

《婚姻是愛情的圍城：當夫妻形同陌路，如何突圍才能回到當初？》

多人認為，如果伴侶愛我，他的反應和表現都應該和自己處處「合拍」，而不是與自己所期待的背道而馳。你以怎樣的方式愛著他，他就要以同樣的方式回報你。你覺得伴侶應該有怎樣的生活習慣，他就應該擁有那樣的生活習慣。

但事實上，就跟世界上不會有兩片完全相同的樹葉一樣，生活中也沒有兩個習性完全相同的人。沒有人會時時注意著去迎合別人，也沒

有人能輕易改變生活習慣，即使是再親近的人。



當夫妻形同陌路，如何突圍才能回到當初？



關於父親，我想說的事

《棄貓 關於父親，我想說的事》

作者：村上春樹

以貓起興，以貓作結，村上春樹最直接面對自身將老與家族死亡的情感紀實之作。有些事情會隨著時間淡忘，有些事情會因為時間喚起。

在某個夏日，我和父親一起去海邊遺棄了一隻貓。歷史並未過去。在我思索了很長時間後，我決定寫下我與我的父親。

《棄貓：關於父親，我想說的事》當然不只是關於貓，主要是村上寫下了他與他的父親之間的點點滴滴，關於父子，

出版社：時報出版

也關乎於村上文學的根源。



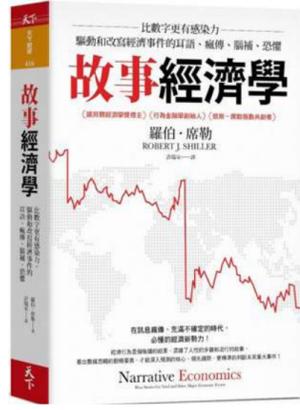
《故事經濟學：比數字更有感染力》

作者：羅伯·席勒

出版社：天下雜誌

經濟行為是個複雜的結果，混雜了人性的多變和流行的故事，看出數據忽略的動機要素，才能深入預測的核心、領先趨勢，更精準的判斷未來重大事件！

諾貝爾經濟學獎得主羅伯·席勒兩度成功預測網路和房地產泡沫，他深信「人性」的情感起伏遠比股票更有影響力！研究病毒式故事，才能認清流行背後的真相，避開蓄意操縱和欺騙，大幅提高預測金融危機、經濟衰退，以及其他重大經濟事件的能力，減輕損失。



2020 太平洋觀彩節 一同漫步星空下

人們對星空總有著無限想像，而美麗的夜空也是許多藝術家的靈感來源。將太平洋濱打造成為兼具美感及科技感的夢想空間。

【花蓮訊】趁著涼爽秋意，到花蓮來趟視覺及味覺的饗宴！今年花蓮秋季強檔活動如同派對般精彩可期，為推廣花蓮秋季旅遊，將於10月17日至11月15日舉辦「2020太平洋觀彩節」。

打造具花蓮特色的夜間遊逛景點，以「星空花蓮」為主軸的活動，運用光影結合太平洋公園原有自然地景之美，創作出各式浪漫又具特色的夜間光影裝置藝術，將太平洋濱打造成兼具美感及科技感的夢想空間。

以「城市花園」為主題，舉辦首屆「太平洋花彩節」（諧音發財），今年為展現活動全新面貌，將場地移師至太平洋公園南濱段舉行，以「太平洋觀彩節」（諧音精彩、進財）命名，並以「星空花蓮」為主題，於每晚6點至10點，透過夜間光影變換展現太平洋濱特色，打造花蓮成為越夜越精彩的城市，創造秋季旅遊新契機。

10/17(六)-11/15(六)晚上6點至10點，在太平洋公園南濱段，有全台最大的望遠鏡及七大星空主題展區，多樣裝置藝術透



▲以梵谷《星夜》為發想主題，運用現代科技屏幕，展現作品真實、簡樸、強烈的色彩，在太平洋濱的夜色下，鋪陳出一幅美麗的畫布。(網路截圖)

過夜間光影變幻展現太平洋濱特色，打造花蓮成為越夜越精彩的城市。每週五六日還有小朋友最愛的親子活動，逛完東大門夜市可以搭乘免費接駁車入園，快來一起漫步在花蓮的星空下。

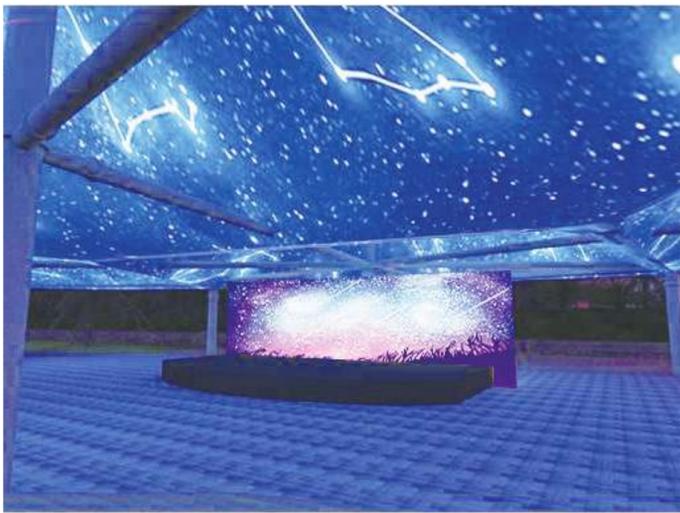
活動主秀以「星空下的夢想

家」為主題，將打造全台最大長度約15公尺、直徑約5公尺的巨型天文望遠鏡裝置藝術，透過LED屏幕的視覺呈現，讓同處於這片星空下的旅客，除了藉由望遠鏡一窺廣大又充滿神秘的宇宙，還能看到多元面貌的花蓮。

此外，主秀周邊搭配有「星空下的畫布」、「星空下的音樂」、「星空下的婚禮」、「星空下的咖啡座」、「星空下的詩人」、「星空下的流浪者」、「星空下的飛行」等7處主題展區，都是很棒的拍照打卡景點。



▲巨大恆星於生命盡頭時，以關地開天的力道，綻放出光芒，經過百萬年的流浪後，來到你我面前，爆破聲音猶如隕石撞擊地球般的震撼！(網路截圖)



▲在地藝文團體在天幕星空的搭配下，展現花蓮獨有的風貌，帶領大家進入幻彩銀河世界。(網路截圖)

日月潭音樂會 湖泊搭配璀璨煙花

【南投訊】為帶動後疫情時期觀光旅遊發展，交通部觀光局日月潭國家風景區管理處宣布，為期7週的「2020日月潭Come!BikeDay花火音樂嘉年華」將自10月8日起展開，今年的活動以「音樂溫馨」、「花火熱情」及「希望療癒」為主軸，期望能為大家點一盞燈，讓我們即使處在最黑暗的時刻，也能找到

幸福與希望。「日月潭Come!BikeDay花火音樂嘉年華」是日月潭每年的秋季盛會，今年自10月8日開始，多場療癒系活動包括2場自行車賽事、4場花火音樂會、1場馬拉松，以及婚禮、紅茶文化季等活動，讓民眾不妨可轉化心境，來一場充滿正向能量的健康身心之旅。

日管處表示，在花火音樂會方面，作為首發的「台灣大哥大日月潭花火音樂會《Open Possible 能所不能》」，邀請樂興之時管絃樂團以交響音樂結合閩奕格、卓義峯等實力歌手及男高音王典共同演出。

11月份的「星夜饗宴花火音樂會」邀請雲火INFERNO雲火樂團、親愛愛樂弦樂團、虹谷樂團、力麗微風樂團等展現台灣流行、技藝及原住民表演藝術。另外還有「十鼓交鋒映明潭」邀請十鼓擊樂團以擊樂方式展現台灣的歷史、風景及人文，及「NTSO台灣管樂團花火音樂會」。

一連二天的「日月潭Come!BikeDay」將於10月31日舉辦，除了可飽覽日月潭風光的「30K環潭挑戰遊」、漫遊日月潭自行車道的「10K單車逍遙遊」、可愛逗趣的「兒童滑步車趣味賽」等經典路線，今年更



▲每年10-11月的日月潭花火音樂嘉年華活動已成為秋遊日月潭不可錯過的年度重大盛會。(網路截圖)

結合脊梁山脈旅遊年主題，新增「99.8K日月潭塔加阿里山挑戰賽」高難度路線。

10月25日「日月潭環湖馬拉松」秉持著「在台灣最美麗的地方辦一場賽事」的初衷，持續回饋地方與弱勢，不僅是國際馬拉松暨長跑協會(AIMS)國際認證賽事，同時為亞培世界馬拉松大滿貫(AbbottWMM)分齡賽台灣站唯一賽事。

此次的嘉年華還有「小小小朋友滑步車競賽」適合2-6歲年齡前的孩童參與，增加運動樂趣與親子關係。(網路截圖)



旅遊看板

張庭維 / 輯

新北 眷村文化節 濃濃眷村味

【新北訊】空軍三重一村舉辦眷村文化節以「眷味召集令」為主題，從10月1日至10月31日舉辦多項活動，用眷村的氣味、滋味、趣味，三面向呈現眷村歷史與特色，園區也是拍照取景打卡點，不妨趁假日去走走。

重現眷村防砲陣地氣味的

「飛行派對」外，當晚還有「懷舊民歌演唱會」，邀請各期民歌手共襄盛舉，回溫青春歲月，還有可以品嚐眷村美食滋味的「眷味野餐」。另外連假3天都有以眷村懷舊飲食為主題的「小眷市集」，包含涼拌豌豆粉、涼水舖、道地眷村冰瀟味、蔥油餅、手工大水餃等。



▲空軍三重一村舉辦眷村文化節以「眷味召集令」為主題，從10月1日至10月31日舉辦多項活動。(網路截圖)

高雄 高流中心點亮愛河 光輝10月美景

【高雄訊】高雄流行音樂中心座落於愛河灣，近日建築物外觀的特殊燈光逐步測試放亮，看過的民眾無不驚艷。由西班牙建築團隊結合台灣團隊施作，設計團隊運用海洋元素，勾勒出不同特殊造型的建物外觀，成為國際級音樂文化地標。

高流設計來自海浪、珊瑚、海豚等概念，夜間景觀照明為呼應這些海洋元素，以粉紅色系變化對應珊瑚與海底生物意象，以藍色系變化象徵海洋與海底藍色生物，運用不同的顏色變化，在港灣中優雅呈現。



▲高流設計來自海浪、珊瑚、海豚等概念，夜間景觀照明為呼應這些海洋元素。(網路截圖)

台北 關渡 x 鳥 x 藝術 提倡自然保育味

【台北訊】「臺北國際賞鳥博覽會」、「鬧熱關渡節」、「關渡國際自然藝術季」是由社團法人台北市野鳥學會、關渡文化藝術基金會、關渡自然公園管理處分別辦理三個大型活動，今年整合而成「2020關渡x鳥x藝術」關渡三節。

活動將於10月17日至12月31日在關渡地區熱鬧登場！今年特別以「來去關渡共生活」為主題，運用藝術結合自然保育，倡導天、地、人和諧共生的理念，希望民眾共同參與，注入活力與生命力，讓關渡變得熱鬧，一同共享美好新生活。



▲今年特別以「來去關渡共生活」為主題，運用藝術結合自然保育，倡導天、地、人和諧共生的理念。(網路截圖)