

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。



4 畢典分種族 哥大挨轟



5 半年夏天 氣候改四季



6-7 注意培養情緒競爭力



8 《蕭邦琴談音樂》古典與爵士消融



《今日靈修》

又見墜機！
天啊，又見墜機。空軍志航基地 2 架 F-5E 戰機 22 日在屏東外海疑似擦撞墜海，2 名飛行員跳傘失蹤，國防部暗示是訓練疏失。讓我們為空軍掉螺絲切切禱告吧。(2 版)

35 醫院院長開打 陳時中：無不良反應

疫情指揮官陳時中 22 日上午接種 AZ 疫苗，目前也有 35 間醫院的院長已接種，他也表示，並無不良反應。



▲ 台大醫院院長吳明賢（右）22 日在台大醫院率先接種首批牛津 AZ 疫苗。（中央社）

【本報記者林志怡台北報導】新冠肺炎 AZ 疫苗於全台第一線醫護全面開打！中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中 22 日上午接種 AZ 疫苗，目前沒有特殊不良反應，他並於指揮中心記者會指出，目前已有 35 間醫院的院長接種 AZ 疫苗，詳細的接種情形、不良反應紀錄將比照流感疫苗，而第二批新冠肺炎疫苗將於週三配送。

不良反應監測

陳時中表示。截至 3 月 22 日下午，已有 35 間醫院的院長接種 AZ 疫苗，未來的施打情況也會以類似流感疫苗的方式，每週由食藥署 ADR 中心對疫苗的不良反應進行統計，而疾管署將取得相同的資料，至於上

▲ 行至院長蘇貞昌與中央流行疫情指揮中心指揮官陳時中上午到臺大醫院施打 AZ 疫苗，目前沒有不良反應。（指揮中心）

午接種疫苗後是否有不良反應，陳時中笑說，「背酸酸的」，但應該是心理反應。

此外，陳時中提到，疾管署的疾管家平台已設置「Taiwan V-Watch」系統，接種後的民眾可透過該系統回報接種新冠疫苗後的情況，也有提醒民眾接種第二劑時間的功能，指揮中心專家小組召集人張上淳則補充，V-Watch 的相關回報不具強制性，但目前期待能夠取得 3 萬份以上的追蹤資料，以進行後續的分析和評估。

若接種者出現嚴重不良反應，指揮中心發言人莊人祥說，接種者可回到原本施打的院所或撥打 1922，後續也會持續追蹤相關情況，需要時召開緊急會議處理，

張上淳補充，醫院都具有相關不良反應通報系統，一般屬於藥劑部門，出現疫苗接種不良反應的民眾可以被動回報。

下批疫苗週三配送

至於目前疫苗配送狀況，莊人祥指出，目前各大醫院已收到第一批 AZ 疫苗，而第二批也將於週三配送，會再增加原先 57 間醫院外的 15 間醫療院所，共 7,600 劑疫苗，加上第一批，總共配送 52,100 劑。

而先前由於霧季導致疫苗配送遭到延宕的連江縣，莊人祥表示，運送疫苗的班機已於 22 日

起飛前往連江縣。

國產疫苗採購將簽約

有媒體詢問，政院是否將於本月底與台灣國產疫苗廠商簽訂採購合約，對此陳時中回應，目前已經確定會簽採購合約，但詳細時程還未確定，但應該不會是在這個月底。

此外，若仍無法從國外取得疫苗，陳時中表示，對疫苗的基本調控是必要的，如果未來國產疫苗成功，總統、副總統帶頭施打會很有意義，但仍需要由總統的醫療團隊評估，並強調此僅為個人意見。（相關新聞請見 2 版）

水費倒數第二 立委籲開徵耗水費

時代力量立委陳椒華呼籲政府立刻開徵耗水費、不要等到明年，透過水價調節台灣水資源利用，並可促使企業積極節水。

【本報記者林志怡台北報導】耗水費應即刻開徵！時代力量立委陳椒華呼籲政府立刻開徵耗水費、不要等到明年，透過水價調節台灣水資源利用，並可促使企業積極節水。時力也進一步呼籲政府應積極協助高污、高用水產業轉型，同時劃設水源保護區、保護農業灌溉用水。

水價過低節水無效

陳椒華表示，台灣的全球水費負擔率排名倒數第二，而目前全台眾多水庫的蓄水量已不到兩成，因此政府應儘速開徵耗水費，並提早公告期程，並痛批耗水費的開徵從 2015 開始討論至今，仍無進展，日前的裁示又將開徵對象用水量從原先的 1,000 度放寬至 10,000 度，開徵戶數僅剩 1817 戶。

因此陳椒華指出，只有開徵耗水費才能促使民間共同節水，她也不反對針對產業別進行徵收。至於竹科、南科、中科等科學園區大量用水，陳椒華表示，透過從耗水費中徵收，可使相關產業評估自身的企業競爭力，並對水



▲ 台灣的全球水費負擔率排名倒數第二，而目前全台眾多水庫的蓄水量已不到兩成。（中央社）

價與獲利進行平衡，但若因此有產業無法繼續經營，政府也應負起責任進行輔導轉型。

農用水質需保護

反坤輿廢棄物掩埋場自救會會長陳清鑫指出，保護農業用水應是環保局與環保署的第一要務，部分公司卻於灌溉水源保護區域建立廢棄物掩埋場，導致農業專用灌溉水源遭到污染，超過 5 萬

人遭到影響。

台灣農業陣線前理事長洪箱則強調，農生村水源遭到污染將嚴重影響食安，並對政府長期關注經濟、忽視國民健康感到痛心，呼籲政府單位不應繼續逃避節水問題，應正面處理缺水問題，並考慮下半年旱情持續的可能因應措施，並強調補助不是長久之計，應回頭檢討工業用水價格過低的問題。（相關新聞請見 2 版）

《焦點圖文》 F-5E 戰機疑擦撞墜海 二飛官跳傘失蹤



空軍志航基地 2 架 F-5E 戰機 22 日在屏東外海疑似擦撞墜海，2 名飛行員跳傘失蹤，國防部暗示是訓練疏失。讓我們為空軍掉螺絲切切禱告吧。(2 版)

社論

台灣稅收超徵之美麗與哀愁

即使疫情嚴重，台灣去年稅收創史上第二高。(2020)年稅收創史上第二高。其中成長最快的是證交稅1506億元。但是勞資爭議事件創金融海嘯以來新高，顯示經濟不景氣不容忽視，政府要促進經濟發展，保障勞工權益並重。

政府是股市最大贏家

去年成長最快的證交稅，比2019年增加594億元，達65.2%。營利事業所得稅減少1709億元，達26.4%，顯示企業不景氣嚴重。

財政部公布去年全國稅收數據，有喜也有憂，總數是2兆3987億元，史上第二高。史上最高稅收年是2019年，稅收達2兆4705億元，當年度因為提高營所稅率到20%，使營所稅登上6000億元新高。

去年新冠肺炎疫情嚴重，原本一致看壞的稅收，意外創下史上第二高。除了證交稅爆增，政府成為股市繁榮最大贏家之外，遺產稅收入296億元，比前一年度增加53億元，達22%；贈與稅127億元，增加20億元，達19.1%；土增稅1129億元，增加119億元，達11.7%；營業稅4372億元，增加163億元，達3.9%。

經濟發展嚴重失衡

其他如菸酒稅、牌照稅、綜所稅都是小幅增加。稅收減少的包括地價稅、房屋稅、關稅、貨物稅，其中減幅最大的就是營所稅，究其原因上市櫃公司2019年獲利衰退，未分配盈餘稅率由10%，調降為5%，加上疫情因素，企業申請延期或分期，以及免辦暫繳所致。

在此同時，台灣2020年出口廠商只有電子零組件年增20.7%，資通與視聽產品年增15.5%，光學器材年增4.8%，其他如機械、塑橡膠、基本金屬、化學品、礦產品、紡織品等，全部衰退。台灣經濟發展，顯然失衡，只有少數產業亮眼，整體而言，營所稅衰退數據相當嚴重，顯示不景氣問題值得重視。

勞資爭議不容忽視

政府稅收居史上第二高，但是去年全台勞資爭議事件達2萬7690件，爭議人數5萬6063人，創金融海嘯以來新高，比2019年增加4%，其中「給付資遣費」爭議最多，創下11年來新高。司法院一審新收勞動事件共有1萬703件，比2019年7643件，大增4成，勞資糾紛嚴重。

勞動市場不穩定，經濟景氣依靠少數半導體產業，或資通訊產業維持亮麗數據，並不正常，政府必須重視內需消費不振，服務業及多數進出口廠商都面臨嚴重衰退問題。

稅收創有史以來第二高，當然會讓政府在執行預算時，更加寬裕，有充分經費推動各項政務，但是，衡量各項稅收科目，顯示經濟不景氣仍然嚴重，勞工生活辛苦，政府必須體悟，所有稅收都是民脂民膏，執行預算務必要以福國利民為最重要考量，不可以浪費虛擲，或營私舞弊，辜負人民託付。

至於如何振興經濟，提升人民實質所得，讓人民安居樂業，免於失業恐慌，並妥善協調處理勞資爭議事件，保護失業勞工，更是政府當務之急。

橋樑機車道事故易堵 立委籲改善分流

台灣眾多橋樑的汽、機車實體分隔設計造成機車遇到事故就容易發生回堵，使得駕駛人的行車風險增加，立委呼籲改善分流。

【本報記者林志怡台北報導】不安全的道路設計成為機車殺手！國民黨立委洪孟楷指出，分隔島的設計使全台有1,400萬機車族面對極高的行車風險。國民黨立委葉毓蘭進一步指出，交通部目前僅編列0.4%預算在交通安全上，呼籲交通部重新檢討道路安全設計，並增加相關安全預算及補助。

缺陷設計造成回堵

葉毓蘭指出，台灣眾多橋樑的汽、機車實體分隔設計造成機車遇到事故就容易發生回堵，如日前華江橋發生交通事故時，就因實體分隔導致造成機車道阻塞無法有效疏通，此類設計使得駕駛人的行車風險增加。

「台北市、新北市的機車通勤人數分別超過90萬與200萬，因此機車安全格外重要。」國民黨

黨立委羅明才指出，機車族是交通弱勢，交通事故受傷者更高達六成，而多數機車道又沒有設置緊急出口，使機車族在行車安全上又多了一分危險，呼籲應儘速成立跨北北基、桃園附近大生活圈的交通安全準國是會議，交通問題需要共同改善。

分隔島加設開口

關於華江橋發生機車道末端交通事故時，葉毓蘭進一步解釋，機車道嚴重回堵，但汽車道卻相對順暢，由此可見橋樑在交通分隔島設計、車禍處理、車流疏導上有所疏失，而機車道尤其缺乏緊急應變的管道或空間。

因此，葉毓蘭與新北市議員林國春共同對市府進行說明，使得新北市政府重新檢討分隔島的必要性，並考慮於分隔島預留缺口供事故發生時使用，去年陸續

提出橋樑交通改善計畫，而華江橋、忠孝橋、重陽橋及北山大橋等4座橋梁的改善工程將於4月陸續完工，未來也會持續對雙北地區的道路進行改善。

全面檢討分流設計

葉毓蘭表示，分隔島加開缺口可有效改善目前機車族的行車環境，但未來更應該檢討不當的車種分流、拆除實體分隔島、改善不當標線號誌以及道路設計等，國民黨立委洪孟楷進一步解釋，機車道缺少緊急出口，除了在發生交通意外時造成回堵外，很有可能造成後方車輛追撞、造成二度傷害。

國民黨立委林德福則強調，除了雙北地區外，全台都有快慢車道、機車分流的橋樑設計，但是面對機車道堵塞時，都對機車族產生極大的不便，如果面對緊急



▲國民黨團指出，台灣機車族因道路設計不良，每天面臨著極高的事故風險。(國民黨團)

救難問題，更會有極大的危害，因此也呼籲交通部應全面檢討各地道路設計。

水價低沒錢修漏 籲對大戶開漲

【本報記者臧品安台北報導】「台灣水情嚴峻，政府今年就該開徵耗水費，以及合理調整水價！」民眾黨立委蔡壁如21日召開記者會指出，台灣水價全世界第2低，造成台水虧損，無法累積盈餘全面汰換漏水管線，而水資源使用和定價的不合理，也造成變相補貼用水大戶，呼籲政府今年就應該開徵耗水費及大戶水價合理化。

很難像以色列、新加坡那樣的發展。

「台灣水情嚴峻，已經影響到生活及產業經濟。」民眾黨立委賴香伶也表示，現在水價已經到該調整的時刻，「國民黨和民進黨都很清楚這個問題的癥結所在，但誰甘願冒被罵的風險調整水價？除了環團以外，民眾黨願意開第一槍！」

儘速開徵耗水費

台灣乾淨水行動聯盟秘書長南光遠舉新竹水情為例，大新竹地區每日需水量約56萬噸，近期經濟部抗旱計畫，包含「北水南送」桃竹幹管20萬噸、17口防災備援水井3.2萬噸、南寮緊急海水淡化設施1.3萬噸，總計24.5噸已占每日需水量43.75%，其中科學園區就占12到14萬噸。

南光遠進一步指出，2024年寶山二期開發案，後將使竹科需水量幾乎倍增，達到每日24萬噸以上，雖然園區截水率已達到11%，仍將與民生用水產生競爭，呼籲政府應儘速依《水利法》第84條之1，對用水大戶開徵耗水費。

調整用水大戶水價

「台灣水價全世界第2低，27年來沒有合理調整，造成台水虧損，無法累積盈餘做水管的全面汰換！」蔡壁如指出，全台還有一半水管使用老舊的PVC塑膠管，每年漏掉2.5座石門水庫。而日本東京漏水率曾經高達23%，近20年平均每年花300億元汰換管線，漏水率降到世界第一的3%，台灣每年卻只花70、80億元在汰換管線。

蔡壁如認為，「保障民生用水，落實用水正義」，50度以下的民生基本生活用水、洗車業、小吃業等不調漲，50度以上大戶水價應該合理調整、分級開徵，否則業者不會願意使用每度20元的再生水，節水產業也

若有不良反應？張上淳：第二劑別打

【本報記者林志怡台北報導】由於醫護正開放施打AZ疫苗，關於AZ疫苗的安全性，中央流行疫情指揮中心專家小組召集人張上淳指出，若接種者接種第一劑時出現不良反應，將不建議接種第二劑AZ疫苗，至於是否與其他新冠肺炎疫苗混打？他表示，目前相關證據不足，所以暫時不會混打。

AZ 疫苗利大於弊

張上淳指出，接種疫苗本來就會有不良事件，且大多是非常輕微的，且AZ疫苗的不良事件比例也在可以接受的範圍內，因此相信對事件的不良反應很快就能過去。

此外，指揮中心指揮官陳時中進一步以H1N1時期為例，當時大家也把希望放在疫苗上，而法國當初採購8,000萬劑左右，但早期有醫師出現不良反應，接

種率僅有7.8%，後來法國大量人口死亡，而我國進行接種後，死亡人數則控制在2人，因此陳時中認為「沒有打的風險還是比較高，對人、對社會的傷害比較大。」

不良反應勿打第二劑

然而，若接種者不幸出現不良反應，張上淳表示，雖然目前發生嚴重過敏反應機率很低，但第一劑接種出現問題，就不會讓接種者打第二劑。至於只使用一劑能有多少保護力？張上淳說，目前不確定能有多少保護力，但若未來能夠證實新冠肺炎疫苗可以混打，也會考慮讓接種者施打非AZ的第二劑。

此外，張上淳也提醒，歐盟專家小組還不能完全排除部分個案中，罕見血栓合併血小板低下個案的出血狀況是否與疫苗本身相關，因此目前還需要收集更多證



▲指揮中心專家小組召集人張上淳強調施打AZ疫苗「利大於弊」。(photo by 指揮中心提供)

據，但上週起歐盟已經施打超過2000萬劑疫苗，只有18劑、不能排除一定與疫苗相關的狀況，需要再進一步討論，但目前歐盟與WHO均認為AZ疫苗可以於各國進行施打。

接種前自我評估

指揮中心發言人莊人祥則提醒接種者，應於接種前注意是否對疫苗成份過敏，若本次施打後出現嚴重過敏反應，則不建議施打第二劑，也不建議有急性重度疾病者、使用賀爾蒙治療者接種。

▼總統蔡英文（前中）、行政院長蘇貞昌（前右2）22日在台北出席「第24屆國家講座主持人、第3屆國家產學大師獎暨第64屆學術獎頒獎典禮」，表揚傑出學術人才。（中央社）



蔡、蘇出席產學獎 不談疫苗聊人才

【本報記者臧品安台北報導】「期望學術與產業界可以建立長期的合作關係，穩定培育國家所需人才！」總統蔡英文在第24屆國家講座、第3屆國家產學大師獎及第64屆學術獎頒獎典禮致詞時表示，透過適度鬆綁相關法規，期望學術與產業界可以合作培育國家所需人才，引領及帶動產業創新發展。

行政院長蘇貞昌在22日上午施打完疫苗後，於當日下午與蔡總統一同出席第24屆國家講座、第3屆國家產學大師獎及第64屆學術獎頒獎典禮。面對媒體提問「蘇院長施打完疫苗後，現在感覺如何」、「蔡總統打算帶頭施打疫苗嗎」，兩人僅揮手致意，就快步踏入頒獎典禮場內。

盼學術帶動產業創新

蔡總統致詞時提到，行政院於109年12月已通過教育部提出「國家重點領域產學合作及人才培育創新條例」草案，適度鬆綁高等教育相關法規，期望學術

總統蔡英文、行政院長蘇貞昌一同出席典禮，頒獎肯定人才，致詞提到國家會用一切力量培養人才，望產學建立長期合作。

與產業界可以建立長期的合作關係，穩定培育國家重點需要的人才，讓學術研究更能帶動產業發展，政府也會持續給予研究者更多的支持。

「江山代有人才出，各領風騷數百年。」蘇貞昌致詞時也表示，人才是國家的根本，國家會用一切力量培養人才，同時也會鬆綁相關法律，讓產學實務研究成果與產業相結合，而頒發各種獎項也是希望能讓傑出的人才獲得肯定，期望他們能引領及帶動產業發展。

獎者共20位

第24屆國家講座主持人共計7名，分別為社會科學類：中央大學教授陳德懷；數學及自然科學：清大教授張敬民、陽交大教授許千樹；生物及醫農科學類

科：清大教授江安世、台大教授楊志新；工程及應用科學類科：台大教授陳文章、台科大教授黃炳照。

第3屆國家產學大師獎得獎人共計3名，分別為工程領域：北科大教授芮祥鵬、虎尾科大教授

覺文郁；電資領域：高雄科大張簡嘉壬教授。

第64屆學術獎得獎人共計10名，分別為人文及藝術類科：台大教授黃基堂；社會科學類科：台師大教授宋曜廷、台大教授陳聰富；數學及自然科學類科：台大教授吳逸民、劉如熹；生物及醫農科學類科：中研院研究員袁小玲、清大教授孫玉珠；工程及應用科學類科：元智大學教授林志民、台大教授吳宗霖及中研院研究員廖弘源。



◀總統蔡英文出席第24屆國家講座、第3屆國家產學大師獎及第64屆學術獎頒獎典禮。（中央社）

KY公司頻出包 黃天牧：會加強監管

【本報記者臧品安台北報導】針對KY股問題頻傳，金管會主委黃天牧22日至立法院報告KY股的監理措施，表示會加強監管措施，未來進行會計師事務所檢查時，將提高對KY公司查核個案的抽查比例。藍委曾銘宗問，KY來台掛牌政策是否會因這些地雷股案而暫停？黃天牧明確表示不會。

KY對資本市場有貢獻

黃天牧會前接受媒體聯訪時表示，目前國內總計有109家KY公司，整體分配股利達新台幣2000多億元，顯示過去多年來對資本市場有一定程度的貢獻。

曾銘宗問，近期有一家KY公司（淘帝）出現營運問題，主要原因為何？黃天牧表示，近期出現問題的KY公司，一家是掏空，



▲KY公司接連引發爭議，金管會主委黃天牧22日在立法院表示，會從個案中歸納通則，精進對會計師、券商等各方面監理，KY公司今年第2季財報就須經過會計師查核簽證。（中央社）

其餘是營運出現狀況。曾銘宗進一步追問，是否代表面臨經濟轉型困難？黃天牧回應，疫情是否

對KY公司營運造成影響，會再觀察。

不暫停來台掛牌

對於金管會提出的強化監理措施，曾銘宗問，其中一項為KY公司若發生不法情事，將會追究專家學者包括律師、會計師等人的責任，是哪些責任？是否含民事及刑事責任？黃天牧表示，都包含在內。但曾銘宗質疑，KY公司負責人若不在國內，即使最後官司勝訴，也難以依法執行。金管會也坦承執行上的確有困難。

曾銘宗指出，從報告來看，現階段KY公司對資本市場的發展是正面大於負面，「這樣理解對嗎？」黃天牧表示，目前仍認為少數幾家公司必須改進，但整體上對資本市場有貢獻。曾銘宗問：「過段時間情況繼續惡化，會不會暫停或檢討KY公司在台上市上櫃的政策？」黃天牧則回應，會依照委員指導的方向改進，但目前沒有暫停的政策。

失業率小增 主計處：3月盼回降

【本報記者林志怡台北報導】新冠肺炎持續影響失業率！行政院主計總處於22日公布2月失業率為3.70%，較上月上升0.04%，失業人數為44萬3,000人，較上月增加5,000人，主要是受到春節後轉職及臨時性工作結束影響，主計總處國勢普查處副處長陳惠欣進一步指出，過去5年同時期的失業人數約增加7,000至9,000人，今年相對偏少，且預估3月還會有一波轉職潮。

主計處調查指出，2月就業人數為1,151萬4,000人，較1月減少1萬3,000人（0.11%）；1至2月就業人數平均1152.1萬人，較去年同期減少了9,000人（0.08%），且服務業、工業及農業部門就業人口較上月均有減

少。若與去年同時期比較，工業部門及農業部門較上年同月，分別減少1萬2,000人（0.29%）及9,000人（1.61%），服務業部門則增加1萬2,000人（0.17%）。

此外，2月失業人數為44萬3,000人，較上月增加5,000人（1.09%），其中因不滿意員工作而離職失業者增加3,000人，與去年同月比較，失業人數持平。1至2月失業人數平均44萬1千人，較上年同期增加2,000人。

陳惠欣進一步解釋，經調整季節因素後，2月就業人數較上月增加3,000人、2月失業率為3.73%，為近1年最低，較1月略降0.02個百分點，因此目前勞動市場仍屬穩定，預料3至5月失業率可望回降。



◀主計總處國勢普查處專委陳惠欣表示，受疫情影響的失業人口數字波動，在接下來2個月會更加明顯。（photo by 祝潤霖／台灣醒報）

圖文選粹

圖文 / 中央社

金門親子嘉年華 推體驗式遊程



▲金門縣政府將辦理「金門親子嘉年華」活動，只要業者有意願，縣府會協助業者將遊程內容設計的更精緻，歡迎業者踴躍報名。

阿里山森林火災 光禿禿畫面曝光



▲嘉義林管處大埔事業區林班森林火災22日搶救進入第5天，仍有2處火點，阿里山公路邊坡被燒得光禿禿的。

▼ 衣索比亞的阿姆哈拉人村莊遭到屠殺。(Photo from 網路截圖)



衣國平民遭屠殺 矛頭指向種族清洗

衣索比亞阿姆哈拉人村莊受到兩次嚴重襲擊，至少有 42 人喪生，受害者譴責政府沒有運用公權力阻止極端主義，人權組織更直指有當地官員包庇屠殺行動。

【本報記者陳是祈綜合報導】衣索比亞種族清洗，婦女孩童也難逃影響。根據外媒報導，3 月初，在衣索比亞的阿姆哈拉人村莊受到兩次嚴重襲擊，至少有 42 人喪生，包括婦女和孩童。受害者歸咎於提倡分裂主義的奧羅莫（衣索比亞第一大族群）解放軍，譴責政府沒有運用公權力阻止極端主義，人權組織更直指有當地官員包庇屠殺行動。

平民難逃死劫

《半島電視台》報導，已經有多起針對阿姆哈拉人村



莊的攻擊，尤其在霍洛－古杜魯－沃萊加地區分佈的阿姆哈拉人村莊，3 月至今已造成 42 人喪生，大部分為平民，包含婦女和孩童。

當地居民表示，兇手不只肆意殺人，還洗劫了錢、牲畜和衣物，目前有數百名倖存者躲在當地學校的大禮堂避難，等待政府和國際人道組織援救。

受害者表示，針對阿姆哈拉人的種族清洗，應歸咎於提倡分裂主義的奧羅莫解放軍（OLA）。該種族為衣索比亞第一大族，阿姆哈拉人則為第二大族。該組織成立於 1970 年代，旨在爭取奧羅莫族的自決權，而身為第二大

族群的阿姆哈拉人時常成為武裝攻擊目標。

政府單位疑包庇

《CNN》報導，2018 年，時任總統的阿比·艾哈邁德進行政治改革時，曾希望能藉由和平談判，說服 OLA 放棄武裝，加入黨派政治體系，然而最終談判破裂，OLA 依然以暴力武裝行動為主。

對於該屠殺事件，衣索比亞當局也公開指責奧羅莫族，然而 OLA 否認屠殺平民的罪行，聲稱是叛逃的官兵所為，並非組織授意。屠殺當下的

影像也被傳到社群媒體上，受害居民也譴責當地行政單位保護不力，「他們眼睜睜看著屠殺發生。」

非營利組織「阿姆哈拉人倡議議會」的主席表示，政府單位的軟弱是加劇種族衝突問題的原因之一，甚至直指有官員默許屠殺行為，「有跡象顯示，當安全部隊和政府官員離開村莊後沒多久，OLA 就襲擊了村莊，這明顯是有人洩漏訊息。」

除了指責 OLA，政府也認為提格雷人民解放陣線脫不了關係。該組織去年年底發起軍事行動，在全國範圍內發起對平民的攻擊，目前還尚未結案。



舉行畢典區分種族 哥倫比亞大學挨轟



▲ 外界批評依種族辦畢業典禮，等於深化各自的不同。(Photo by RMIT University Aviation Photography on Flickr under Creative Commons license)

【本報記者莊瑞萌綜合報導】包容淪為口號，反而更加隔離不同文化！美國哥倫比亞大學日前公布，今年畢業典禮將新增線上畢業典禮模式並區分成不同種族與收入等 6 種多元典禮，希望藉此表達尊重多元的精神。但對此，當地研究機構學者認為學校作法是在走回頭路，反而更加深不同文化的隔閡。

據《基督教廣播網》報導，哥倫比亞大學在官網上指出，為了推崇多元文化主義，該校今年度畢業典禮除了全校共同參與形式之外，還另外舉辦具備區別性的畢業典禮，包括拉丁裔、亞洲裔、低收入戶家庭學生、原住民以及支持同志的畢業典禮。對此，社會正義中心研究人員穆羅基坪擊學校作法，並認為這是在走回頭路。

2019 年，美國全國學者協會調查過 173 所學校，發現有 76 間學校曾依膚色舉辦畢業典禮，其中還包括哈佛大學、史丹佛大學與加州大學洛杉磯分校等多所名校。該機構代表皮爾表示，「學校以黑人、拉丁裔或亞洲人來對待學生，如此將深化不會休止的不平等與種族之間的衝突。」

《I Love The Upper West Side 網站》報導，今年該校區別性典禮預計在 4 月中旬後舉行，不過，消息一出立即遭到批評，認為此舉只會隔離學生。

對此，哥倫比亞大學則在推特上澄清指出，「上述多元文化畢業典禮只是提供多餘選擇，並非取代全校性的畢業典禮，而且多數典禮都是由學生及校友發起。」



波蘭女子無法墮胎 轉求精神科協助

【本報記者林志怡綜合報導】已知嬰兒出生即死亡卻無法墮胎！波蘭女子只能轉求精神科，盼以胎兒影響心理健康為由墮胎。去年底波蘭最高法院裁定「因胎兒缺陷而墮胎違憲」後，波蘭女性只能嘗試透過妊娠影響心理健康為由進行墮胎，但只有約 10 名女性成功，而政府官員及保守團體仍對此是否能作為墮胎理由抱持懷疑態度。

僅 3 狀況可墮胎

據《英國廣播公司》報導，英國最高法院於 2020 年 10 月 22 日通過裁定，禁止因胎兒缺陷而墮胎，並藉此保護唐氏症嬰兒後，波蘭各地爆發嚴重的抗議活動，且《The Tablet》日前仍有報導婦女團體人持續為此項裁定進行遊行與示威。

胎兒缺陷或畸形原先是波蘭女性墮胎的主要原因，但目前只有在強姦、亂倫或保護母親生命的情況下，女性才能終止妊娠，該裁定的支持者認為，此一判決可以避免唐氏症嬰兒遭到墮胎，而反對者認為，此一裁定已嚴重侵犯女性的基本墮胎權利，歐洲委員會人權事務專員鄧賈·米夏托維奇更以「婦女權利的悲傷日」形容這項裁定通過的日子。

以影響心理為由墮胎

據《英國廣播公司》報導，一位 29 歲波蘭女性於妊娠期間被告知嬰兒天生沒有腎臟，因此會在出生時立刻死亡，卻因為去年通過的裁決而無法墮胎，該名女子表示，生一個死去的孩子，比生下健康的孩子還要痛苦千倍不止。

墮胎支持組織告訴路透社，目前波蘭婦女只能靠懷孕影響心理健康為由，嘗試取得墮胎的機會，而該名女子也在得知胎兒狀況後兩週得到協助，目前透過此一理由墮胎的女性不到 20 人。

女性墮胎，醫生挨罰

此外，目前在波蘭願意協助女性墮胎的醫生更是少之又少，據《英國廣播公司》報導指出，墮胎的女性並不會因為墮胎而挨罰，但執行墮胎手術的醫生卻可能因此面臨長達 3 年的刑期，而波蘭東南部較為保守的醫生則常以宗教（天主教）為由，拒絕協助女性墮胎。



▲ 波蘭民眾於裁決通過當日發起遊行。(Photo by on LukaszKatlewa wikimedia under CC4.0)

三月過新年？16 國甫慶波斯新年

【本報記者宋秉謙綜合報導】三月也有國家在慶祝「新年」？諾魯孜節（Nowruz）被稱為「波斯春節」，用來慶祝春分的到來，過往常被認為是伊斯蘭教或是伊朗獨有的節慶，但其實全球有 16 個受波斯文化影響的國家、共 3 億人在 20 日晚間過諾魯孜節，傳統上全家團圓吃魚肉與米飯，時至今日，各國慶祝方法稍有不同，有大掃除、體育運動、或遊街慶祝，也因為文化性與歷史性，於 16 年被列入聯合國教科文人類非物質文化遺產。

波斯新年多國在過

根據《英國廣播公司》報導，台灣時間上週末的 3 月 20 日晚間，多個國家人民慶祝新年：諾魯孜節（Nowruz）。諾魯孜節是伊朗曆的第一天，用來慶祝春分的到來，因為歷史性也被稱為是波斯春節或是波斯新年，在一些突厥族的語言也會直

譯為「新的一天」。

諾魯孜節每年多數集中在 3 月 20 或 21 日，雖然較為著名是因伊朗人傳統節慶，但這不是伊朗人又或是伊斯蘭教的專屬節慶，其實全球受到波斯文化影響的民族，包含庫德族生活地區的敘利亞、伊拉克與土耳其，甚至是阿富汗、哈薩克、亞塞拜然等總計 16 國，約有 3 億人都在過這個節日。

據《國家地理》補充，最早傳統都是家族團圓，一同享用大魚大肉和米飯，長輩也會送禮給年紀小一輩的成員，而伊朗文化內諾魯孜桌會擺著以 S 開頭的 7 種食物（7 是幸運數字），通常有發芽的小麥或扁豆（象徵重生）、大蒜（象徵身體健康）、醋（象徵耐力、堅持）等。新年後也會點燃篝火，跳過它象徵著新生，也會進行大掃除象徵萬



▲ 諾魯孜節也被稱為波斯新年。(photo from Wikimedia)

物更新。

慶祝文化多元

不過，隨著政權更迭與民族差異，這項節慶的慶祝文化也有所不同。像是在亞塞拜然，家族也會團圓、擺放 7 種慶祝食物，但改為製作該國傳統糕點，慶祝活動也變成上街表演傳統歌舞、掃墓等。而阿富汗還會舉行傳統體育活動布茲卡茲（Buzkashi）來慶祝，選手將

會在馬背上爭奪羔羊的屍體，勝者獎賞即直接煮來吃，被認為獲得幸運。

由於各地慶祝諾魯孜節文化有所不同，聯合國教科文委員會也在 16 年將其列入人類文化非物質的遺產。

然而，今年較可惜因為疫情干擾，像是德黑蘭地區就只能在疫情醫院中，由醫護人員搬來傳統的諾魯孜節食物桌，與患者象徵意義上慶祝。



▼ 氣候變遷可能會導致將來夏天長達 6 個月。(Photo from 網路截圖)



夏季長達 6 個月 氣候變遷改寫四季

【本報記者陳是祈綜合報導】氣候變遷將導致夏季長達 6 個月！根據科學報告指出，氣候變遷將改變四季時序，若不加緊行動抑制全球暖化，預測到 2100 年，北半球的夏季恐長達 6 個月，壓縮其他三個季節。一旦季節時常發生變化，將會嚴重影響農業發展和人類健康。

夏季增長壓縮他季

《NBC》報導，科學研究指出，氣候暖化使得夏季更長更熱，其他三個季節則嚴重被壓縮。當四季被打亂，會嚴重改變原本的生態平衡，也會衍生出更多傳染病。



根據《地球物理快報》，中國科學院的海洋學家關玉萍表示，季節改變會影響到所有生物的生物時鐘，包含人類。研究團隊搜集了 1952 年到 2011 年的每日氣候數據，以觀察北半球每個季節的開始和結束日期，最後發現，在 60 年間，夏季平均延長了 78 天到 95 天。

相對夏季延長，其他三個季節平均而言，冬季從 76 天縮短到

氣候變遷加劇，夏季增長將壓縮其他季節，冬季則可能不到 2 個月。一旦季節時常發生變化，將會嚴重影響農業發展和人類健康。

73 天，春季則從 124 天縮短到 115 天，秋季從 87 天縮短到 82 天。根據數據，研究團隊建立了模型已預測未來季節的變化，發現若氣候變遷持續惡化，到 2100 年北半球的夏季可能長達 6 個月，冬季則可能不到 2 個月。

影響生態時鐘

關玉萍表示，團隊首先計算了 2050 年，再往後推測到 2100 年的變化，發現了讓人不敢置信的結果，「我們都希望這是假的，

但事實證明氣候暖化一直在變嚴重。」她指出，夏天更熱更長，意外蚊子等攜帶疾病的害蟲會擴大活動範圍。

俄亥俄州肯特州立大學氣候科學家斯科特表示，季節改變可能會導致某些物種被迫改變生態時鐘，且現在已經開始有跡象。例如在美國，今年 3 月出現異常溫暖的「假春季」，誘發植被提早進入休眠狀態。在密西根州，因為反常的溫暖季節，使得大量櫻桃作物長不出來。

哥倫比亞大學的研究員表示，近代氣候變遷對人類最直接的影響，除了疾病擴散（不排除新冠肺炎有受到氣候變遷影響），對於糧食的減損也十分嚴重。

訓練犬偵測費洛蒙 助袋獾人工復育

【本報記者陳是祈綜合報導】澳洲研究機構引入犬隻，協助復育瀕臨絕種的袋獾。研究團隊表示，運用狗的靈敏嗅覺，可以探測人工圈養復育的雌性袋獾何時出現發情的費洛蒙，讓團隊能夠協助雌性和雄性交配，以順利傳宗接代。研究團隊表示，計畫初步執行結果樂觀，未來有望協助其他瀕危物種的復育計畫。

犬隻協助人工復育

《BBC》報導，澳洲復育袋獾的研究團隊是世界上首度嘗試運用犬隻，協助復育。團隊表示，瀕危物種過去即使被研究團隊圈養起來，以執行人工復育，但對於發情行為不明顯的物種（例如散發人類無法偵測的費洛蒙），很難協助交配，復育工作自然也困難重重。

為了解決此一問題，研究團隊引入犬隻，希望能藉著犬隻的嗅覺，來協助辨別雌性袋獾的發情期。在訓練過程中，研究團隊搭建起環形裝置，上面佈滿不同的味道，並訓練犬隻分辨雌性袋獾

的交配信號。一旦犬隻嗅聞到正確信號，就會通知研究人員，讓研究人員可以協助袋獾進行交配和繁殖。

研究團隊表示，雖然目前還在實驗階段，但結果都十分順利，並認為有了犬隻的助力，有望提升人工復育的成功率。若實行順利，未來有望應用在其他發情時會散發費洛蒙的瀕危物種。

袋獾復育不易

根據《澳洲產業、科學、能源和資源部》，野生袋獾目前僅存在澳洲塔斯馬尼亞，俗稱「塔斯馬尼亞惡魔」，瀕危原因除了獵捕，還有不明傳染病的影響，自 1990 年代以來，野生數量從 15 萬銳減到 2 萬 5000 隻。

2020 年，由保育團體「澳洲方舟」開始執行人工復育計畫，目的在於讓袋獾數量恢復穩定，當時有 26 隻袋獾送至澳洲巴靈頓山國家公園附近的一處庇護所，而引入犬隻協助袋獾交配，便是復育計畫的一環。



▲ 研究團隊引入犬隻協助袋獾復育。(Photo from 網路截圖)

疫情增加睡眠時間 每天約多 10 分鐘

【本報記者臧品安綜合報導】研究顯示，去年 14 個國家的每天睡眠時間增加近 10 分鐘。一項最新研究顯示，2020 年日本、中國等 14 個國家每天的睡眠時間，平均比前一年增加 9 分 50 秒，報告認為受新冠疫情影响，世界各地強制實施宵禁等防疫限制，使夜生活急劇減少，反而讓民眾有更充足及規律的睡眠。

增近 10 分鐘睡眠時間

根據《每日新聞》報導，法國健康監測設備製造商 Withings 最新的一項研究顯示，2020 年日本、中國等 14 個國家每天的睡眠時間，平均比前一年增加 9 分 50 秒，且研究的國家中，沒有一個國家的睡眠時間減少。報告稱「夜間活動急劇減少」，是因為世界各地強制實施宵禁等活動限制，推論可能是導致睡眠量增加的原因。

14 個國家中，義大利的睡眠時間增加最多，每天增加 12 分 52 秒，英國每天增加 12 分 27



秒排第 2，比利時則以每天增加 11 分 5 秒位列第 3。同時，睡眠量漲幅最小的是中國，為 3 分 38 秒，其次是日本的 6 分 13 秒，以及瑞典的 6 分 30 秒。Withings 推測，2020 年中國比歐洲國家早實施封城措施，而日本的防疫限制相對寬鬆，放棄全面封城，可能是造成這項結果的原因。

睡眠時間更規律

《日本時報》報導，報告指出，許多企業鼓勵遠距辦公，讓員工節省通勤時間，獲得更長的睡眠時間。此外，報告補充說，根據該公司的數位監測設備計算的就寢時間規律性，和睡眠深度等的數據，增加睡眠時



間可能會改善睡眠品質。

去年認為有高睡眠品質的受調查用戶有 62.27%，比 2019 年增加約 4%。對此，Withings 公司表示，城市周圍夜生活的噪音減少，也有助於改善睡眠情況。

沒有舉行家庭聚會或是其他聚會，代表「人們可以在整週的時間內，保持更規律的睡眠時間表。」

研究顯示，去年 14 個國家的每天睡眠時間增加近 10 分鐘。(photo by Lars Plougmann on flickr underCC2.0)

圖文選粹

圖文 / 中央社

澳洲東南洪患 1.8 萬人接撤離令



▲ 澳洲東南部 22 日遭遇另一波密集降雨，造成澳洲人口最多的新南威爾斯州沿海地區大範圍淹水。

東奧借重專業 擬特例外國志工



舉辦東京奧運暨帕運為借重具有運動競技與經驗的大型賽事經驗的專業人士，目前正在研擬以特例開放 500 名外國籍志工人境。

● CEO 對談

高壓職場不崩潰 培養「情緒競爭力」

與其東挑西選挑工作，不如提昇自己的職場 EQ，讓自己能在各種不同的職場生存，培養上班族最高修養。

主持人（以下簡稱「問」）：今天要來談上班族的情緒控管問題，其實在職場工作的時候，是非常需要穩定的情緒，才能夠達成任務，但事實上人吃五穀雜糧，沒有人能在工作時長期保持愉悅的情緒，每一次當情緒失調或是暴衝時，可能會造成後續不

必要的傷害，甚至只好離職。究竟上班族如何以平和的心情工作？因為每天都有許多的事情影響情緒，光從家裡到辦公室，就會經歷許多心情上的轉折，導致進公司時不見得是很開心的。可能起床後跟老公吵架、或是為孩子的問題鬧不愉快等

等。先請玉芬分析。

預先做好前置作業

陳玉芬：工作在我們的日常生活中占了非常大的部分，每天8個小時，甚至有的10幾個小時，所以在這樣的長時間下，要如何維持自己的情緒，非常重要。每天要去上班前，大家都會期望到公司的時候，不要有太多突發狀況，導致自己心情很焦慮。

那要如何避免這種困境？首先一起床後，可以大致理一下今天的工作有哪些？是不是可以先作好前置作業，然後保持一個好的心情，才不會到公司後面對突發的事件感到負擔，可以很從容的去解決，也不會因為自己的惡劣心情造成辦公室的氣氛僵化。

問：也請玲玲分享。

養成良好作息

陳玲玲：我認為，個人情緒的問題，跟生理有很大的關係。如果你是一個有運動習慣，且睡眠很充足的人，當碰到工作不順心的事情時，比較容易調整，這跟一個都不運動，且睡眠品質很差的人的反應一定不同，還有沒有吃早餐，飢餓也會造成情緒不穩定。

所以我覺得，養成好的習慣對於平日上班的情緒很重要，讓自己有充足的睡眠，早上起床到外面運動，或是散步買份早餐，活絡一下筋骨，在一天的開始充滿正面的能量和思考，對工作上的事情也會更包容，忍耐力也會比較提高。我主張把這些基本面做好，非常重要。現在很多年輕人睡眠時間不足，三餐也不定時，導致自己在工作上的情緒不穩定，這些都是原因所在，需要重視。

問：沒錯，很實用的意見。請玉芬分享，像是新鮮人剛開始做事，可能對於職場的認知較少，想法還停留在學生時代，只要一不順心就鬧脾氣，把個人情緒帶



▲ 試著找尋自己的紓壓方式很重要。天在高壓的環境下工作，要懂得排解壓力。（網路截圖）

到辦公室去，這要怎麼辦？

管好情緒別失控

陳玉芬：新鮮人剛開始就業，上班多少都有壓力，會擔心工作的狀況，到底是自己沒有做好？還是同事故意製造麻煩？對年輕人來說，我認為最重要的，還是先把自己該做的東西先準備好，以預防職場上突來的挫折。

新鮮人對於職場上無論是工作環境，乃至於同事間的溝通都還在摸索，如果可以先把自己的工作進行規劃，哪些事情需要先做好，哪些可以晚一點交，若能先安排好，也能避免多頭馬車，讓自己處於更焦慮的狀態。

再來是面對同事的問題，因為新鮮人畢竟是公司裡面最年輕的，很多苦差事會落在自己身上，所以在平常就要懂得跟同事打好關係。如果真的情緒不好也

要避免把自己的壞心情帶給辦公室的同事，可以先去化妝室洗把臉整理一下情緒，千萬不要很快的把自己情緒爆發出去，以免帶來負面效果。

問：玲玲在你的職場生涯中，你有碰過辦公室的緊張氣氛嗎？主管跟員工、員工跟同事之間，有沒有發生過不愉快？

EQ 不好走不遠

陳玲玲：我們廣告業是高壓力族群，截稿的時間，永遠在前面等著你；但創意靈感這種東西又不像水龍頭，一開水就會流出來的，加上我們要處理及接觸的，又是那種最不守規矩、思考想法自由開放，然後最有創意的一群，我們稱他們為「匪類」。

要跟「匪類」溝通，得花比一般人更多時間，且我們的溝通要很有技巧，因為他們很容易

受傷，創意不被客戶喜歡、被挑剔，他就會受傷，說不定就此神隱了，所以這個行業的溝通非常重要，而且「匪類」的情緒是異於常人的。

在我們這行業有一個很重要的現象，就是EQ不好的人絕對走不長，沒有人要跟你做朋友，在同行轉職的時候，聽到風評說這人EQ脾氣有問題，別家也不敢雇用你，所以情緒控管很差的人，在我們廣告業，後來我都不到他們了。

所以我要試著找尋自己的紓壓方式很重要，畢竟身處分秒必爭的廣告業中，每天在高壓的環境下工作，要懂得排解壓力，你如果常常爆發，就沒有人願意再跟你合作，也成了公司跟客戶之間的一個大麻煩。

問：請問玉芬，你們在面試的時候，有沒有一些方法，可以測出來職者平常對於壓力與情緒的控管？

面試測壓小技巧

陳玉芬：人資主管常會用的方法，就是透過各式各樣的測試，有性格的測試、壓力的測試，有些則是透過面談的方式，給求職者出考題，在面試的同時，設計一些不同的橋段。以業務的工作來說，會面對各式各樣的人，所以EQ一定要好，那面試官就會隨機給予壓力試驗。

比如說面試者一來，面試官就會扮黑臉，將面試者履歷的東西全都否決，然後用很嚴厲的語言去挑戰應試者，在這樣的情形下，去看受試者要如何反應？然

後怎麼解決問題。也可以透過集體面試的方法，在面試時刻意製造衝突，然後去觀察所有求職者在團體面談中，所表現出來的行為跟思考。

這些都是比較通用的方法，在面試時可以大致了解和觀察這位求職者，對於自我情緒的掌握，以及面對壓力時他的臨場反應怎麼樣。

問：我有一個真實案例，以前公司裡面有一位記者，他大學畢業沒多久就進了大報社工作，對一個大學畢業生來講當然很高興，可是因為主管一次對他的稿件不滿意，他就對主管狂飆，然後憤而拂袖而去。這位記者後悔了30年，覺得自己當初為什麼那麼衝動？後來他的職涯也比較顛簸，再也沒有機會到大公司去。

所以許多人就為了一次的賭氣、不高興，就造成一生的悔恨，兩位有碰過這樣的事嗎？

別把自己的路走窄

陳玲玲：其實這些事情是常發生的。比如說，有一個員工開會，他跟他老闆拍桌子，一個外國老闆怎麼會容許員工拍桌子？這一定是被炒魷魚的。一時的衝動造成個人未來在職場的損失，這是很不值得的。

所以我剛才說，EQ不好的人，最終將被淘汰。這種人很難相處，脾氣怪怪的就沒有人願意與他合作，那未來的路勢必是越走越窄。

而且情緒控管不好的人，說真的，大家就會避免跟他相處，不

要跟他一組，否則本來自己心情很好，就因為他的古怪脾氣，把整個 team 的氣氛搞僵，且對公司是一個很負面的存在。

主持人：林意玲（台灣醒報社長）

與談人：陳玲玲（晶晶品廣告公司總經理）

陳玉芬（藝珂人事顧問公司台灣韓國總經理）

整 理：張庭維



▲ 在職場上大部分態度不好的人面對任何事情，總會認為都是別人的錯，有時是自己不好的習慣累積造成。（網路截圖）



▲ 情緒是影響人的一生，不僅是在自己的生活或是工作上，要懂得適當紓壓。（網路截圖）



▲ 企業找人的時候，通常會喜歡找EQ好的人，因為EQ好也代表比較會尊重別人，這是很重要的部分。（網路截圖）



陳玉芬女士

■ 藝珂人事顧問股份有限公司韓國區、台灣區總經理。



陳玲玲女士

■ 晶晶品廣告公司總經理



林意玲女士

■ 台灣醒報社長兼總編輯



古典與爵士界線的消融

德國萊比錫的爵士鋼琴手 Joachim Kühn 將爵士樂的精神融合進古典樂，重新完美詮釋音樂作品。

■蕭旭岑
(前總統府副秘書長、資深愛樂者)

上次我們談到「古典與爵士界線的消融」，分享偉大的古典音樂演奏家如何將古典作品演奏出爵士精神。這周我們反其道而行，來談另一個面向：爵士樂演奏家如何用爵士樂手法與風格，來重新完美詮釋古典音樂作品。

爵士手法詮釋古典

我要談的是來自德國萊比錫的爵士鋼琴手 Joachim Kühn，2003 年在德國廠牌 ACT 灌錄的鋼琴獨奏作品《活潑的快板 (Allegro Vivace)》。這是我的私人愛盤，裡頭他演奏了庫普蘭的鍵盤作品，巴哈的「夏康」，以及以莫札特豎笛協奏曲為本即興的三樂章。

我很喜歡聽優秀的爵士樂手演奏古典音樂作品，無論是像 Keith Jarrett 正經八百地演奏巴哈、蕭斯塔高維奇的前奏與賦格，或者是如 Jacque Loussier 乾脆改編了許多古典音樂作曲家的爵士版。爵士鋼琴家 Steve Kuhn 近年在日本維納斯唱片也玩過古典音樂爵士改編，不過有些沙龍化，不是很合我口味。

但 Joachim Kühn 給了我另外



▲彷彿吃下了莫札特的音樂般，Joachim Kühn 吞吐出來的不是噁心的變形，而是全新、充滿自信的東西。(網路截圖)

►Joachim Kühn 將爵士樂的精神完整融合進去，一大半時間他就是在演奏古典音樂，只是彈著彈著，與自由爵士的東西不自覺地融合。(網路截圖)

的東西，那是非常純粹、非常傑出的，「另一種完美的消融」。他展示了古典音樂訓練基礎深厚的鋼琴家，在自由、前衛爵士領域悠遊四十年後，回來演奏古典音樂作品，會呈現什麼樣的融合 (fusion)。

5 歲開啟音樂之旅

Joachim Kühn 從小學習古典音樂，五歲就開了首場公開演奏會，演奏舒曼的作品，後來轉到爵士樂，是受到也是爵士樂手的

哥哥影響。我第一次聽他的東西，是二十幾年前還在唸研究所時，當時魔岩唱片代理部分爵士廠牌，引進一些前衛爵士樂的東西，後來魔岩結束代理，在宇宙城清倉特賣，我帶回了兩張 Joachim Kühn 的東西。

對我來說，前衛爵士樂非常耐聽，是很有意思的音樂，Joachim Kühn 一夫當關，以繁複結構、驚人指法的獨奏，讓我印象相當深刻。也因此隔了十多年後 (2003 年)，再聽當時六十歲的他獨奏，那種感覺格外欣喜。



音樂無界線

然而，欣喜是念舊的情緒，很快就被驚訝取代。我訝異地聽著 Joachim Kühn 演奏巴哈的「夏康」，如何在複音結構中，注入源源不絕的前衛能量。巴哈的音樂被認為最容易改成爵士樂，因為先天結構的自由度所致；Joachim Kühn 從植基於布索尼改編巴哈「夏康」的樂段上，進一步延伸到靈魂亂竄的境界。

莫札特的三段樂章更讓人驚訝。簡單、美好的旋律，融入前

衛篇章，進出自如，竟是如此自然，彷彿草莓甜點進入黑森林旅行，Joachim Kühn 真正演奏出了「音樂無界線」的境界。

獨樹一格的演奏風格

不是刻意把古典音樂妝點成爵士風，也沒有勉強地就古典樂句去拉長即興變化，相反地，Joachim Kühn 彷彿吃下了莫札特的音樂，吞吐出來的不是噁心的變形，而是全新、充滿自信的東西。

這是 Joachim Kühn 很了不起

的地方，他沒有落入古爾達 (F. Gulda) 在古典與爵士間試驗「偉大的失敗」，他演奏生涯終其志，就是演奏前衛、自由的爵士樂，毫不妥協的爵士樂，然而在人生一甲子的時刻，他回頭演奏古典音樂，將爵士樂的精神完整融合進去——一大半時間他就是在演奏古典音樂，只是彈著彈著，自由爵士的東西不自覺地進去了。

我認為，在 Joachim Kühn 心中，古典與爵士的界線，從來不是一個命題，那對他而言是不存在的，尤其是他在演奏的時候。

圖文選粹

圖文 / 中央社

蔡依林 7 度攻蛋 未賣先轟動



▲歌手蔡依林的 Ugly Beauty 巡迴演唱會剛宣布 4 月 23 日到 25 日安可重返台北小巨蛋。主辦單位在 21、22 日加開 2 場，共計演出 5 場。

想要在還來得及的時候跟您分享...

盡孝的滋味

The Wandering Chef

4.01 百膳孝為先

Cast: Jiho Lim Soongyu Kim Directed by Hyeryoung Park Produced by Jeonghwa Eom Editor Hyungnam Kim Music Director Younggyu Jang

Production Company Hayanso Entertainment Distribution 海鵬電影 處處真情 Swallow Wings

韓國 首爾國際美食電影節 開幕片

加拿大 HOT DOC 國際紀錄片影展

澳洲 雪梨國際影展

西班牙 聖賽巴斯提昂國際影展

豐盛感動！流浪名廚親情人生搬上大銀幕

養生主廚林祉鎬真實人生 & 導演朴惠鈴費時十年拍攝

Poster Original Designed by Design Suk

▼ 為了看中華商場才來看《天橋上的魔術師》電視劇，沒想到看了以後，記憶中的中華商場，又被楊雅喆拆了第二次。（網路截圖）



《中華商場》失真的八十年代顯影

■ 沈政男

（時事作家）

真的，我是為了看中華商場才來看《天橋上的魔術師》電視劇，因為那幾棟建築已被拆光光，連一點遺跡也不留存了。沒想到看了以後，記憶中的中華商場，還有整個八十年代上半葉，又被楊雅喆拆了第二次。楊雅喆的問題在《女朋友．男朋友》就已顯現，也就是過度關注政治與性別，於是好多地方拍得太用力，簡直是把自己的想法與看法，塞進了劇中主角，以及那個不能為自己說話的時代，他們的身體裡。

把故事塞進 80 年代

看完《天橋上的魔術師》，記憶中的中華商場好像被拆了第二次，那美好的八十年代，連天橋上的魔術師，也變不回來了。

試問，在中華商場幾十年歷史裡，可曾發生性別霸凌凶殺案？不要說中華商場，整個八十年代台灣社會，可曾發生？事實上那樣的議題是兩千年以後的事了，卻被楊雅喆塞進了八十年代的中華商場。不是說那年代沒有性別霸凌，反而是因為壓迫太厲害，根本不可能以任何蛛絲馬跡浮現在檯面上，更不可能有當眾變裝遊街而引發旁人反彈這樣的事了。八十年代初期，政治高壓已

經逐漸鬆綁了，黨外雜誌才會在各大書局文具店湧現，也才會有情治單位的查禁，但，注意了，被查到就只是搜走，頂多浪費了一筆成本，不至於惹來什麼政治麻煩。什麼，喔，「你就是從讀書會學來那樣的想法」，拜託，那年代賣黨外雜誌的地方也有賣治豔的時報周刊，兩者銷路都不錯，老闆們就只是賺錢做生意，不是想要碰觸什麼政治禁忌。

失真的顯影

證據：我就曾被書局老闆娘，因為穿著卡其制服，當成是來查禁的警總人員，我永遠記得她很不屑地對我說：你做這樣的事，能賺多少錢啊？不屑。

凡此種種失真的八十年代顯影，在《天橋上的魔術師》電視劇，實在太多了。比如 Kuso 蔣公，這完全是諂媚當代年輕人的演法，事實上在八十年代初期，蔣公的影響力已經淡去了，兒童根本不會刻意去凸槽。買防癆郵票是真的，但，因為沒買而被老師甩藤條，卻是誇大，把那時的老師演得太壞了。檢查頭蝨也是真的，但，因為孩子長了頭蝨，爸媽就大

多雲時晴

■ 蔡又晴

（資深媒體人）

從數字經濟上來說當然是划算的，改名字花 160 元就可以吃鮭魚，吃完就改回來。吃一桌 5、6000 元，如果善於揪團，目前最高的紀錄吃了 5 萬 6000 元。所以可以發現幾乎都是年輕人去改名吃壽司，5 萬多元等同於一個月的薪水，甚至高出更多，改名字換得一個月薪水，對年輕人來說，其實不吃虧，甚至有賺。

年輕人生存辛苦

過去許多長輩習慣稱年輕人是「草莓族」，對於年輕人的許多想法都看不慣，其實年輕人在現在的社會體制下，生存格外辛苦。這個社會，對年輕人其實未必友善，當年輕人尋找自己的生存之道時，太多的苛責其實沒有意義。

新鮮人薪資偏低

以一個年輕人進入社會作為分野，我們用最低薪資的標準來做比較，韓國的 2021 年最低時薪是新台幣 215 元，最低月薪資是 1893 美元，大約是台幣

改名「鮭魚」划算嗎？



5 萬 4000 元。日本最低月薪是 1488 美元，換算成台幣約 4 萬 2000 元，台灣的月最低薪資則只有 2 萬 4000 元。許多大學生出社會後第一份工作 2 萬 8000 元，以台灣的經濟發展水平，對比日韓鄰國，給予年輕人的壓力其實不輕。

比較台灣跟韓國的實質薪資年平均增長率，台灣在 1990 年代還有百分之三，但進入本世紀後幾乎沒有增加，因此從 1990 年代以來平均增長百分之 1.4，而南韓仍有 3.37，差距可說非常明顯。

不偷不搶不需苛責

猶太人的經商是世界有名的，到處都充斥著猶太人怎麼要求小孩自己買賣或義的故事，大家也傳為美談，這次的鮭魚事件，壽司店的損失大概在 500 萬左右，也就是說，台灣有數百人分食這 500 萬元。不偷不搶，光明磊落，似乎也沒有那麼大逆不道。

生命會找到出口

電影侏儸紀公園當中，有句經典台詞：「生命會自己找到

出路」，台灣過去的社會，一個人拿著一個行李箱，走遍世界去談生意，像是郭台銘，他說自己住最便宜的旅店，吃最簡單的食物，只希望能在客戶面前推銷產品，我相信當時的他，看來或許有些狼狽，但卻充滿了熱情。

到了現在的網路時代，只能期待下一代走出自己的路，改名只是個例子，不見得為所有人所喜，但多給年輕人機會跟寬容，他總會有機會開出屬於自己的花朵。

▲多給年輕人機會跟寬容，他總會有機會開出屬於自己的花朵。（網路截圖）

發雷霆，甚至弄到孩子離家出走，實在太扯了。拜託，那年代的人沒有那麼愛面子啦，因為賺錢維生都來不及了。

用語不合時代

河合奈保子的〈飛向你飛向我〉原曲，在台灣根本沒有紅過，只有金瑞瑤的翻譯版。歹勢，我是第一代哈日族。還有諸多劇中人物的口頭禪與習慣用語，都不是那年代的人會講的話。

《天橋上的魔術師》小說原著並沒有那麼大的企圖心，想要顯影整個八十年代初期的時代氛圍，就只是個人成長故事的回憶錄，卻被電視劇大幅膨脹，又因為技巧與用心都不夠好，於是演成了一齣不曉得是屬於誰的中華商場與八十年代。



■ 朱全斌

（大學教授）

春分一過，清明就不遠了。每接近清明時分，我就會想念起外婆做的艾米粿來。

記得小時候，外婆住在當時還是鄉下的木柵司法新村，每逢三、四月之交，她都會採了新鮮的艾草，做成美味的艾米粿，託外公的同事坐交通車從木柵帶給在法院上班的母親，母親下班後再帶回家給我們吃。它的色澤翠綠，表面光滑，口感耐嚼有彈性，清甜中有股艾草的芳香，是我小時候最愛吃的一道甜食。

江西小吃

艾米粿是父母親家鄉江西贛南的特色小吃，因為它的主要材料艾草只長於清明時節，所以平常不容易吃到。它跟市場上常看到的草仔粿很像，都是翠綠色的，閩南人用鼠麴草做草仔粿，而客家人用的則是艾草，不過兩者裡面都包了餡，而外婆的艾米粿並沒有。

鼠麴草屬於菊科植物，又叫清明草，它的嫩葉磨成汁液跟艾草的很相似。草仔粿以前是清明掃墓時攜帶的點心，現在則為平民點心，祭祖功能反而淡化了。

草仔粿有甜、鹹

草仔粿分為鹹、甜兩種，鹹的多以菜埔、蘿蔔絲、竹筍、絞肉為餡料，甜的則會包裹泥或豆沙，不過兩種我都吃不慣，我習慣了外婆做的無餡的版本。

艾米粿的做法不難，但處理艾草葉要有耐心，要經過曬乾、加鹼水煮軟、瀝乾、磨碎或剁碎成泥狀等步驟。接著是製作米漿，外婆會先

過度政治性

事實證明，把中華商場的外觀蓋回來，花八千萬就可辦到，但，此劇總共花了一、兩億，最終卻只能刻板、誇大地呈現時代氛圍。

事實上八十年代初期的中華商場，乃台灣社會的縮影，那裡聚集了各個族群，歷經七十年代經濟起飛，財富開始累積，隨之而來的呼聲逼迫政治高壓鬆綁，整個地方呈現一幅熱鬧有趣、充滿活力的庶民生活景象。

那是台灣最富衝勁與創造力的年代，我們都曾見證，人們的生命力大到可以集體把駛進台北的火車，在中華商場旁攔了下來。

美好的八十年代，連天橋上的魔術師，也變不回來了。



外婆做的艾米粿

用她的小石磨將白米磨成米粉，再將三分之二比例的糯米粉跟三分之一的白米粉混合，米粉跟水的比例是五比一，如果要稠一些，就多加些米粉。接著再把艾葉泥跟米漿混合，攪拌均勻，並不添加糖或鹽，一直到有彈性為止，然後搓揉成約兩指寬的長條，放進蒸籠大約蒸四十分鐘就可以了。

懷念的滋味

外婆做的艾米粿形狀不一，會像做麵疙瘩一般很隨性地捏成螺旋狀，剛蒸熟食特別清香，吃不完放在冰箱裡儲存，冷了也很好吃。通常可放個四、五天。

在我上大學之後，外婆因為年事已高，就不再有精神做了，從此我經常都會懷念它的味道。人上了年紀更是想念童年的滋味，便到處尋找，卻始終無法重溫。

終於有次去日本的旅行，在奈良縣櫻井的吉祥寺附近看到了近似的版本，不過外觀呈小球型，像只大元宵，青綠有彈性的表皮上有著指紋般的紋路，並用日本漢字標示著「蓬團子」。我迫不急待地買下咬了一口，雖然口味偏甜，但是無內餡且柔中有韌性的口感頓時令我懷念多年的鄉愁得到了緩解。

日本人吃法不同

日本人的吃法不一樣。他們喜歡沾上黃豆粉或蜂蜜來進食。後來查資料發現中國是自宋朝開始出現「團子」這道點心的，或許是那時傳到日本的吧。

現在在江南一帶在清明時節都可以買到「青糰」，但為了加速生產，許多已經改用艾草粉製作了，口感差很多。記憶中外婆的艾米粿，看來只有靠自己努力去複刻了。

我見我思稿約

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、六休假來稿將無人處理。

雙刀流同日投打 大谷替開季預演

MLB 日籍好手大谷翔平 22 日的春訓熱身賽首度同場邊投邊打，以先發投手兼任開路先鋒的身份出賽，

期待本季能破繭而出，讓球迷欣賞雙刀流。

【本報記者宋秉謙綜合報導】雙刀流球星大谷翔平又投又打兩不誤！MLB 日籍好手大谷翔平 22 日的春訓熱身賽首度同場邊投邊打，以先發投手兼任開路先鋒的身份出賽，整場速球都保持在 152 公里以上。同時投打登板被預期是新賽季的計畫，天使主帥梅登提到，過往國聯也常見投手打擊，只不過大谷打擊更火燙，成為領銜打線的那位。

時就因雙刀流備受關注，但往往是在非主投的比賽才扮演打者上場，登場日子錯開也被網友戲稱為「打者大谷」與「投手大谷」，而 22 日這「兩位合體」了！

根據《美職官網》報導，天使隊 22 日作客教士隊的熱身賽，大谷以先發投手身份對決賽場強投史奈爾，同時也以打者身份擔任球隊第一棒開路先鋒。

由於作客，大谷在首局上就以打者身份拎起球棒對決史奈爾，他也成功擊出安打，整場 3 個打席通通上壘，包含 2 支安打、一

次選到保送。在繁忙打擊任務後，大谷還得匆匆登板投球，有別於此前狀態，本役特別是面對幾乎全主力的強打部隊教士隊，大谷 4 局只挨 2 安，送出 5 次三振，極速更飆到 101.9 英哩（164 公里），速球都落在 95 英哩到 101 之間，顯示春訓調整漸入佳境。

投打兩不誤

棒球如今發展更加完善，能投又打的狀態相當罕見，前一次在

例行賽同時擔任先發投手與開路先鋒的選手要追溯到 1901 年的 9 月底，當時瓊斯在雙重戰扛起次役先發，最終完投敗，此後僅有 2 人辦到過，但那 2 人都不是專任的投手，只是客串投手而已，這也顯示出大谷同場雙刀流的罕見程度，若能在今年例行賽照樣演出，相信會改寫多個紀錄。

針對很多人擔心「同時打擊又投球」會不會影響體能，大谷賽後表示，儘管 2 次揮棒、積極跑壘，但卻不特別勞累，他很想在今年例行賽中這麼做，而這也是他在

日本職棒就常做的事，最著名的一戰是 16 年 7 月 3 日，大谷先發主投面對軟銀，繳出 8 局 10K 無失分，同時以開路先鋒登場，首局首打席就幫自己打下分數，打者大谷以陽春砲先馳得點，堪稱以一己之力搶勝。

春訓調整漸入佳境

大谷也表示，當初 18 年會選擇赴美就是為了展現自己的才華，期待本季能破繭而出，讓球迷欣賞雙刀流。球隊主帥梅登不打算給子弟兵太多壓力，他認為

大谷的表現是大家都很期待的，整個春訓甚至之前的訓練都是為了展現最好的大谷。目前來看投打都逐步調整到位，但也無需過度放大檢視，以前國聯投手都會負責打擊，只不過大谷打擊表現好，擺到第一棒罷了。

目前春訓成績，「打者翔平」球棒火燙，高達 6 成 36 的打擊率，攻擊指數是冠絕全隊的 1.836，得一肩扛起天使攻城掠地的重任；投手大谷雖然帳面成績不好看，三場先發防禦率是 7.88，但看得出調整漸佳。



▲ 日籍雙刀流球星大谷翔平同場邊投邊打，可能開季成為一大賣點（打者大谷）。(photo from LA Angels Facebook Fanpage)

► 日籍雙刀流球星大谷翔平同場邊投邊打，可能開季成為一大賣點（圖為投手大谷）。(photo from LA Angels Facebook Fanpage)



圖文選粹

圖文 / 中央社

菁英賽並列第 3 潘政琮本季最佳



▲ 台灣旅美高球好手潘政琮今天在美國職業高爾夫巡迴賽（PGA）本田菁英賽最終輪繳 70 桿，並列第 3。



假如您在星巴克拍到有人閱讀台灣醒報，請來領獎！

（拍到當天醒報+讀報的側影+星巴克店照片，寄 anntw.ad@gmail.com，主旨「星巴克裡的醒報」，可贈送您三個月醒報實體報或電子報，價值 1000 元）



臺灣醒報
Awakening News Networks

孤獨，另一種蔓延全球的疫情

對抗孤獨世紀的解藥，最終只可能是許多個「我」願意站在彼此身邊，成為「我們」，無論對方是誰。

■ 諾瑞娜·赫茲

我蜷著身子貼住他，胸膛抵著他的背，我們的呼吸同步，四足交纏。我們已經用這樣的姿勢同床共枕超過五千個夜晚。可是現在我們在不同的房間睡覺。白天，我們隔著兩公尺跳雙人舞。擁抱、撫摸、親吻，我們日常表達感情的簡要動作，現在都遭到禁止。「離我遠一點。」這是我新的溫情叮嚀。我一直在咳嗽，感覺渾身痠痛不舒服，我深怕如果離我丈夫太近會傳染他，

害怕孤獨，更甚於染疫。」然而，孤獨世紀的起點並不在二〇二〇年的第一季。COVID-19來襲前，早就有許多人感覺孤獨、疏離、破碎已久。我們怎麼會變得如此孤獨？又必須做些什麼才能重新與他人連結？這正是本書要談的主題。

你穿粉紅色很好看。二〇一九年九月二十四日。我坐在窗邊，背靠著漂亮的粉紅色牆面，等待著。我的手機叮了一聲，是波特妮——她會遲到幾分鐘。

租來的朋友

不過在這個前所未見的孤獨世紀——二十一世紀，並不是只有僱用波特妮的那些過勞的專業人士在受苦：孤獨的觸手伸得遠遠更長。

所以我保持距離。

這天是二〇二〇年三月三十一日，我家就和全世界三分之一人口—二十五億人一樣，處於封鎖狀態。有這麼多人困在家中，被迫遠端工作（前提是你還有工作），遭禁止探訪朋友或所愛的人，一天頂多只能出門一次，「保持社交距離」「隔離」「居家檢疫」，孤獨感和疏離感直線飆升也是無可避免的結果。

何為疏離感的源頭

封鎖令頒布僅僅兩天後，我最好的朋友就傳訊息給我：「隔離快把我逼瘋了。」到了第四天，我那高齡八十二歲的父親用WhatsApp表示：「我像一片孤雲隨風飄盪。」放眼全球，才強制施行保持社交距離短短幾天，負責情緒健康救助專線的人員便回報來電數量大幅飆升，甚至有顯著的比例是來自感覺孤獨的人。

「媽咪不抱我，也不靠近我。」一個孩子向英國求助號碼「兒童專線」的志工傾訴煩惱。在德國，到了三月中時，救助專線的來電數量比原本多了百分之五十，其中一位接聽電話的心理學家注意到：「大部分的來電者

「沒關係，」我回傳訊息，「妳選的這家店很棒。」我說的是真心話。光看那些美得毫不費力、如澄粉般優雅、手臂下夾著時尚模特兒個人作品集的顧客，就知道位在曼哈頓諾荷區名為「恰恰抹茶」的這間餐廳有多麼時髦。不久後，她到了。四肢修長，運動員般健美，她掃視店內，看到我時漾開笑容。「嘿，我超喜歡妳的洋裝。」她說。

以四十美元的時薪而言，此番讚美在我意料之內。是這樣的：波特妮是我向名為好友出租的公司租來陪我一下午的「朋友」。這間公司的創始人是來自紐澤西的創業家史考特·羅森包姆（Scott Rosenbaum）。他看到這個概念在日本竄紅起來，而今他的業務範圍遍及全球數十個國家，公司網站上有超過六十二萬個柏拉圖式的朋友可供僱用。

來自佛羅里達小鎮的二十三歲姑娘波特妮考上布朗大學時，並沒有想過要走上這樣的職涯道路。然而，由於她找不到環境科學（她在大學的主修科目）方面的工作，又擔心付不出就學貸款，她便說服自己，把自己的陪伴租出去是務實的做法，情感勞

動只是她的另一項生財技能。

她沒把自己租出去時（平均來說她每星期會出租個兩、三次），她會幫新創公司在社交媒體上貼文，以及透過零工平台TaskRabbit接下跑腿服務。見面之前，我還滿緊張的，我不確定「朋友」是不是暗指性伴侶，甚至擔心只看過檔案照片會認不出她。不過見面幾分鐘後我就放心來，確定這裡說的朋友不帶任何性暗示。

孤獨的專業人士

接下來兩、三個小時，我們在曼哈頓市中心漫步，聊聊MeToo現象以及她的偶像露絲·貝德·金斯伯格（Ruth Bader Ginsberg）大法官，並在麥克納利·傑克森書店聊我們最愛的書，有時候我甚至會忘記自己是付了錢請波特妮來作陪。雖然她不像是個老朋友，不過確實是個有趣、可望成為朋友的人。

就在兩人融洽相處的指數開始下滑時，我們來到百老匯大道的連鎖服飾店Urban Outfitters，這時她才真正大展魅力。她臉上一直掛著笑容，跟我打打鬧鬧地翻揀一大疊T恤，然後勇敢地加入我的行列，開始試戴各種像兒童蠟筆顏色的漁夫帽。顯然這些帽子真的很適合我，雖然我猜不論真相如何，她都會這麼說。

我向波特妮打聽其他僱用她的人，也就是跟我一樣的友誼消費者。她告訴我，有一個講話輕柔的女人不想一個人去參加宴會；有個從德里來的科技業人士，剛搬到曼哈頓工作，由於不認識任何本地人，想要找人一起吃晚餐；有個在銀行工作的人，在她生病時主動說要帶雞湯來給她喝。

「如果請你為你典型的顧客總結出一項特質，你覺得是什麼？」我問她。她的回答是：「三十到四十歲感到孤獨的專業人士。這類人工作時間很長，似乎沒有時間交很多朋友。」這正是我們這個時代的指標，

而且我稱之為「孤獨經濟」的模式已經誕生，它能支持感覺孤單的人——如今我可以像點一個漢堡般，拿手機點幾下就訂購陪伴——但有時候也會利用他們。不過在這個前所未見的孤獨世紀——二十一世紀，並不是只有僱用波特妮的那些過勞的專業人士在受苦：孤獨的觸手伸得遠遠更長。

各國的「孤獨」情勢

早在新冠病毒挾著面對面接觸的殺傷力，引發一波「社交衰退」之前，美國成人中每五人就有三人自認為很孤獨了。歐洲的情況與此類似。在德國，三分之二的人口認為孤獨是個嚴重問題。

荷蘭國民幾乎有三分之一承認自己覺得孤獨，其中十分之一認為程度嚴重。在瑞典，多達四分之一的人口說他們經常感到孤獨。在瑞士，每五個人中有兩人反映他們有時候、經常或總是感到孤獨。

在英國，這個問題變得非常重要，以至於二〇一八年，首相甚至任命「寂寞部部長」（Minister for Loneliness）。每八個英國人中有一個人，連一個可以依靠的親近朋友都沒有，這跟區區五年前的十分之一相比上升了不少。四分之三的公民不知道鄰居的名字，英國有百分之六十的受僱者表示在職場感到孤獨。亞洲、澳洲、南美洲和非洲的相關

孤獨世紀的起點並不在二〇二〇年的第一季。新冠肺炎來襲前，早就有許多人感覺孤獨、疏離、破碎已久。我們怎麼會變得如此孤獨？

資料也同樣令人憂心。

長達數月的封鎖、自我隔離和保持社交距離更無可避免地使問題惡化。不分男女老幼、單身已婚、貧富貴賤，無一倖免。全世界的人都感到孤獨、失去連結、感到疏離，我們身在一場全球性



◀有這麼多人困在家中，遭禁止探訪朋友或所愛的人，一天頂多只能出門一次。（網路截圖）

的孤獨危機中，不管躲到哪裡，沒有人可以免疫。

離曼哈頓諾荷區約一萬公里外，齊藤太太剛剛甦醒。她的臉頰圓潤，身材嬌小，亮晶晶的眼神很親切，身為寡婦，又是兩個孩子的母親，她對孤獨感再熟悉不過了。

用坐牢驅走孤獨感

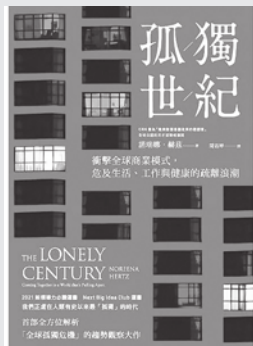
她為財務問題深深發愁，因為她的退休金不足以供應生活所需，沒有先生可以依靠，兩個孩子又忙到不管她，她經常覺得一切都只能靠自己。應該說，她原本是這麼認為的，直到她採取激烈但並非沒有前例可循的行動。齊藤太太現在被關入栃木縣的女子監獄裡，除了她以外，還有許多日本老年人刻意選擇牢獄生活。在日本，近二十年來超過六十五歲以上的犯罪者增加了三倍。這個年齡分組中有百分之

立感。這類受刑人經常因輕罪入獄，例如在商店順手牽羊（如果你的目標是坐牢，這是最簡單的犯罪行為之一），而其中百分之四十的人表示她們極少和家人交談，或甚至沒有家人；近年因為順手牽羊入獄的高齡者中，有半數在服刑之前是獨居者。

（詩慧／輯）

《孤獨世紀》簡介

我們正處在人類有史以來最「孤獨」的時代。正面對決衝擊全球的「疏離浪潮」。這股疏離浪潮正劇烈影響著你我，不只衝擊身心健康，更重創了全球的經濟、政治、商業……接下來怎麼辦？作者親身走訪全球趨勢現場，提供全方位深度考察，積極為這個迫切的危機尋找答案。她分析市場興起的陪伴、群體體驗與服務等「孤獨商機」，以及教育界、學界、政商、醫療界的專業見解，提出我們能夠強化人際連結的具體方案。



・Y!!! 書訊・

醒報編輯部／輯

《上游思維》

作者：丹·希思

出版社：究竟

上游思維帶你解決遠慮、終結近憂，了解真正的問題所在，採取精確有效的行動！

不論職場或生活中，我們經常陷入「反應」的循環：客服中心處理顧客投訴、教師幫進度落後的學生進行課後輔導、醫師幫氣喘病人開立處方、警方追查闖空門的竊賊……很正常，沒什麼不對，卻永遠治標不治本，周而復始，沒完沒了。事實上，不論是客訴、課輔、慢性病或治安，都是可以預防的，



《你說的不應該，是我用盡全力的想望》

作者：達達令

出版社：時報出版

他們不以為然的一切，就是我視如珍寶的一切。

每個人的路都不一樣，你一方面希望用大眾標準衡量自己，可是另一方面又覺得自己太過庸俗。其實，這是一個假議題。這世界根本沒有什麼絕對真理和標準，人們只會用自己的主觀經驗，去靠近自以為是的客觀真相。

你沒有想像中那麼厲害，但是你也沒有想像中那麼糟糕。每個人擁有選擇自己生活方式的權利，無論這種選擇來自於你的喜歡還是迫不得已，任何



《吃不胖的免疫力飲食法》

作者：石黑成治

出版社：時報出版

現代人因為生活或工作壓力大，加上飲食時間不正常，不僅體重不斷增加，體態發福外，甚至每天都覺得無比疲累，睡也睡不飽。由於身材完全走樣，因此許多人會嘗試訪問盛行的最新減肥法，但大部分的方法只能短時間維持，往往不久後又會復胖，身體狀況反而越變越差，到頭來真是白忙一場。

肥胖是體內慢性發炎的微兆，特別是進入中年後，腰圍越來越寬，有消不下去的大肚子，這便會提高未來罹患癌症與罹患失智症的機率。想要變瘦變



汽車咖啡坊



兩輪機車續戰 油與電勢將並存

台灣電動機車充電早就不是問題，到處可以更換，家充也不是太大困擾，如今大廠光陽陸續推出電車商品，勢必也將掀起一波兩輪比拼。

■ 邱文福

(資深汽車人)

電動機車能不能買？最值得推薦購買的理由是，在馬路行駛時不會有惱人的排氣聲，問題是，車型夠不夠多？跟燃油機車的性價比，如果沒有政府補助仍值得考慮。至於充電早就不是問題，到處可以更換，家充也不是太大困擾。

環保非僅能源

可惜台灣政府對發展電車從沒有一定的策略，兩輪世界的gogoro就像美國特斯拉一般孤軍奮鬥，打出江山。傳統車廠欲拒還迎，直到光陽車廠今年開春推出多款新車，證明充電相關的問題已不復存在，全台絕大多數加油站都可以提供換電，至於政府是否補助？補助多少？已經不再是最代的購買障礙。兩輪世界畢竟完全不同於四輪的複雜，真正重點是在機車大廠中的老大光陽的動作，掀動的是整個通路商的翻轉。

民眾至今購買燃油機車的意願會高過電動機車的，除了多樣性選擇之外，不排除若干是刻意要求高排氣聲浪的族群，至於黃牌、紅牌不在此限。因為電動機車目前可選擇性相對少很多，在通路商手上更多的是傳統機車，他們當然順著產品庫存去推動銷售。此外，電動機車的性能，除了若干山寨版以外，多數都不是問題，對於飆車需求者來說則是例外，因為他們還可以選擇黃牌、紅牌的大型機車。對官府來說，是不是真正在意「烏賊車」如何消滅或降低？

電車的台灣委屈

台灣機車光是2020年就賣出



1,035,823輛，是25年新高，主因表面上是環保署的獎勵，實際上是通路商在促銷方面的動作驚人。媒體則說電動機車相對補助減少，又碰上油價下跌，刺激燃油機車繼續看好，所以電機車全年銷量跌成98,986輛，下跌41%。這是政策毒藥所致。

電車總量仍然不高，完全受困總體商品款式太少，即使也有比雅久以及少數中國製造散裝來台組裝產品之外，這一困境，在光陽機車2021年起注入更多的電車商品後，勢必促使三陽、山葉、鈴木、宏佳騰不得不跟進。

電車的困境

已知的台灣機車廠商則有難言的困境。十多年來一如中國推廣電動汽車的困難，就是傳統車廠的核心技術都侷限在引擎周邊，換成電動系列，要的是電池、馬達語馬達連動的變速系統，換電動等於要他們脫胎換骨，放棄自己原有的強項。

事實上，煞車、避震、輪胎、車台設計，這些元素過去甚至是



▲政府如果針對老舊車種的汰換補助夠吸引人，對於換購電動機車當然是有幫助。(網路截圖)

不被組裝廠家看重的，所以便造成轉型上的痛苦煎熬。近年來中國發展出來的數千種兩輪商品，更已經進入價廉「物美」的層次，要台灣商家不去撿便宜則有些不近人情。

電車競爭趨激烈

無論如何，台灣電機車的品牌競爭會越來越激烈。Gogoro因此積極提升換電體驗，改善保養維修後勤，今年宣稱將建置80座超

級換電站，總計將達2,147站，並會更改App地圖介面方便用戶。PGO也預告推出平價款綠牌電機車。

事實上，從去年電機車的9.8萬輛中申請獎勵才2.8萬輛，意味7萬多是新購，新購族群基本上是價格敏感者，看起來不是在乎政府的補助。不過一般相信，政府如果針對老舊車種的汰換補助夠吸引人，對於換購電動機車當然是有幫助。

◀電車總量仍然不高，完全受困總體商品款式太少。(網路截圖)



汽車看板

庭維 / 輯

二戰時 GMC 海陸六輪運兵卡車拍賣



◀保存良好的二戰GMC海陸兩用六輪運兵卡車現身拍賣。(網路截圖)

●第二次世界大戰時，各國對於港口都會嚴加封鎖，因此如何將人員和武器從海岸線送上敵國，就是各國軍事科學家的一大挑戰了，對於此問題，Sparkman & Stephens 與 GM 汽車聯合開發了水陸兩用卡車，能透過水路將部隊和補給送上陸地。

這部 DUKW 353 最早是在1943年6月送交至英國軍方，服務的單位是皇家運輸連(Royal Corps of Transport)的第19兩棲運輸營(19 Amphibious

Squadron)，作為大戰的稀有倖存軍品，卡車後來在1970年代被轉移至皇家運輸軍團博物館(Royal Corps of Transport Museum)，到2003年轉移以前，館員都仔細地維護了車況。

可惜的是，DUKW 353 作為博物館展品的日子也結束了，拍賣時已將燃油抽除乾淨，因此若新買家想要讓車輛重新動起來的話，恐怕得費一番工夫，不過，只要找到熟悉老 GM 引擎的技師，這應該不成問題。

疫情惡化 福斯汽車暫停巴西車廠



◀福斯汽車暫停巴西車廠生產。(網路截圖)

●巴西武漢肺炎(新型冠狀病毒病，COVID-19)疫情持續惡化，避免疫情再擴大，德國福斯汽車(Volkswagen)宣佈將暫停旗下巴西車廠生產12天。綜合外媒報導，為因應巴西疫情惡化，福斯汽車上週五(19日)發出聲明宣佈，該公司將自本月24日起暫時停止旗下4家巴西車廠

生產12天，以保護旗下員工及員工家人的健康。根據美國約翰霍普金斯大學(Johns Hopkins University)的實時數據顯示，巴西目前累積病例數為1195萬459人，29萬2752人病歿，累計確診及死亡人數僅次於美國，全球排名第2多。

車用晶片匱乏 還有下個未爆彈？

●從去年年底開始，由於疫情導致各種產業的原物料備貨處於低水平狀態，但隨著車市的復甦，以及3C電腦等電子產品的強力需求，讓半導體晶片呈現極度缺料的狀況，即使目前所有廠商皆已全力趕工，還是趕不及全球市場的需求。

由於目前汽車的發展已達到高度精密化，許多系統

皆以電腦進行控制，是需要大量晶片元件的重要產業，也因此在這波缺料災情中，受到的影響最深。除了車用晶片以外，根據外媒Auto News的報導，汽車用的座椅內部泡綿最快在這個月就會有原物料不足的狀況出現，許多美國的車用座椅製造商已經紛紛反應此問題。



◀汽車的發展已達到高度精密化，許多系統皆以電腦進行控制。(網路截圖)

提前掃墓優惠 國道車流量增6%

●為鼓勵民眾提早掃墓，以紓解清明連假國道車潮，交通部高速公路局於清明連假前2週週末推優惠，國道通行費採單一費率再打7折收費，昨日是優惠首日，國道上午7點就湧現車潮，較以往週六早1至2小時，車流量約較以往週六增6%，應與提早掃墓有關。

每年國道車流湧現時段、路段最集中的日子莫過於清明節。高公局表示，為鼓勵民眾提前掃墓，以分散清明連假國道壅塞車流，清明假期前兩週末(3月20日、21日、27日、28日)國道通行費將採單一費率再打7折收費。

高公局表示，清明連假前兩週末小型車中長途旅次通行費率為每公里0.63元，台北(圓山)至高雄通行費僅213元，較一般日費率的343元節省130元；

圓山—台中(大雅)通行費94元，較一般日的156元省62元；圓山—新竹通行費44元，較一般日61元省17元；圓山—桃園通行費16元，較一般日7元貴9元。

另外，為紓解清明節連假前2週休國5壅塞車流，高公局於前1、2週的週六(3月20日、27日)凌晨0點至12點，比照連假封閉國5石碇及坪林南向入口，前1、2週的週日(3月21日、28日)下午3點至晚間8點，比照例假日實施國5頭城、宜蘭、羅東及蘇澳北上入口高乘載管制，提醒用路人注意。

排檔桿會消失已經不是什麼大新聞，在現今電子線傳系統如此成熟的情況下，有不少車款已經捨了傳統排檔桿，改為按鈕式或是旋鈕式。



▲每年國道車流湧現時段、路段最集中的日子莫過於清明節。(網路截圖)



◀比照例假日實施國5頭城、宜蘭、羅東及蘇澳北上入口高乘載管制，提醒用路人注意。(網路截圖)