

五媒合一  
深度報導  
極簡閱讀



疫苗混打張上淳：須實證資料



畢業即失業？籲正視青年就業



小國抗強權 立陶宛親台挺民主

《今日靈修》



哀鄭州

大陸河南地區短短 3 天就灌入一整年份的雨量，災情最慘的鄭州是一小時降下一個月的雨量，任誰也承受不了。氣候變遷的威力令人畏懼，人類即將毀滅自己的地球，上帝豈能不救！（1 版）

# 總統慰問鄭州雨災

## 汪中和教授說，是氣候變遷讓大氣的水氣量增加，致地表增溫釀成。

【本報記者呂翔禾綜合報導】中國河南省從 18 日以來，突遭強烈暴雨侵襲，短短 3 天就灌入一整年份的雨量。災情最為慘烈的鄭州，在 1 小時降下 1 個月的雨量。中研院地科所研究員汪中和受訪時分析，氣候變遷讓大氣的水氣量增加，加上地表增溫，此類悲劇恐會持續上演。對此，總統府也表達慰問之意，期盼受災的地區早日脫離洪害。

財產損失，防汛形勢十分嚴峻。中國國家主席習近平要求各級領導幹部要迅速組織力量防汛救災，妥善安置受災群眾。

中共鄭州市委宣傳部則在官方微博「鄭州發布」21 日凌晨發布消息證實，20 日晚 6 時左右，連日暴雨積水沖破擋水牆，進入線路區間，令 5 號線列車在海灘寺街站及沙口路站隧道停運。地鐵水浸事件最少 12 人死亡，5 人受傷送院。

降雨主要集中在河南的中部、西部與北部地區，因為暴雨來得又急又快，包含鄭州在內的河南各地，諸如洛陽、嵩山、南陽、許昌等皆傳出暴雨釀成的淹水與洪災，目前已知有 32 座水庫超過防洪限制水位，如果降雨持續

不斷，恐怕還會再造成難以設想的災情。

### 暖化讓強降雨更強

綜合河南當地與中國中央氣象局的說法，此次暴雨的原因是因為近日形成的颱風烟花，與副熱帶高壓的交互作用下，大量的水氣從海面引入陸地，加上周圍山脈阻擋氣流、形成降雨。此外，降雨的量、時段又集中，讓黃河流域和當地水庫的水位都迅速高漲，造成排水不及而大淹水。

對此，汪中和感嘆，無論是西歐、日本與河南，短時間的強降雨現象因氣候變遷的關係，頻率愈來愈高。他分析，大氣中的水氣量因氣候變遷增加，相當於 2 萬座三峽大壩的水量，一旦碰到低氣壓或是颱風就容易傾洩而下，加上地表溫度愈來愈高，未來 1 天半年、3 天 1 年雨量的強降雨恐成常態，全世界都必須正視這樣的氣候危機。

### 蔡總統釋出善意

而總統府發言人張惇涵也轉達蔡總統的慰問與關切。他表示，對於中國河南鄭州等地近日遭暴雨侵襲，造成災損及人員傷亡，除了向不幸過世的人員及家屬表示哀悼，總統也期盼受災的地區早日脫離洪害，回復正常生活。

### 災情一發不可收拾

根據《新華社》報導，河南省近日遭遇千年一遇的強降雨，鄭州等城市發生嚴重內澇，河流出現超警水位，導致個別水庫潰壩，部分鐵路停運、航班取消，造成重大人員傷亡和

與關切。中國河南省從 18 日以來，突遭強烈暴雨侵襲，總統府發言人張惇涵轉達蔡總統的慰問



河南鄭州近日暴雨連連，古城鄭州更是遭逢瞬間降雨，多處被淹、基礎設施停擺且多區停電，災情慘重。(Photo by Chris on Flickr under CC 2.0)

## 烟花 22 日接近台灣 海陸警將發布

【本報記者臧品安台北報導】中度颱風烟花路徑呈現擺盪，但預計 22 日起北台灣雨勢增強！氣象局預計，颱風烟花 22 日逐漸接近台灣北部及東部海面。氣象專家吳德榮指出，22 日至 24 日受其外圍環流影響，北台灣雨勢大，中部次之，南部影響最小。台灣整合防災工程公司總監賈新興則提醒，海警、陸警可能先後於 21 日晚上、22 日下午發布。

### 週四至六距離最近

氣象局表示，中度颱風烟花，21 日上午 8 時颱風中心位於台北東方 650 公里的海面上，持續往西緩慢前進，預計 22 日逐漸接近台灣北部及東部海面，23 日、24 日影響台灣，之後朝福建、浙江一帶登陸，由於其位在季風低壓環流內，受太平洋高壓強弱、低壓環流或是低壓環流內未來發展的熱帶系統影響，路徑仍有不確定性，請民眾留意氣象局所發布的最新天氣資訊。

中央大學大氣科學系兼任副教授吳德榮指出，最新歐洲模式模擬顯示，22 日至 24 日颱風烟花距離最近，受其外圍環流影響，



氣象專家吳德榮指出 22 日至 24 日颱風烟花距離最近，受其外圍環流影響，北台灣雨勢大，中部次之，南部影響最小。圖為北台灣 20 日傍晚民眾走訪台北內湖碧山巖。(中央社)

北台灣雨勢大，中部次之，南部影響最小。但有不確定性，仍應依據最新動態來調整。25 日起颱風烟花遠離，並引進西南氣流，其中還挾帶著颱風查帕卡或其殘餘系統，持續至 29 日，迎風面西南部有累積的大量降雨潛勢，不可小覷。

### 路徑仍有變數

賈新興指出，因為季風低壓環流較明顯，使颱風烟花的路徑呈現擺盪的現象，而太平洋高壓相對較弱，無法主導颱風烟花的移

動。從氣象預報看來，颱風烟花再次出現偏北轉的趨勢，根據目前的路徑，從台灣北部外海通過的機率較高，暴風圈也會掠過北部陸地，海警、陸警應該先後於 21 日晚上、22 日下午發布。

「未來關鍵時間點應該是在 23 日。」賈新興說，22 日、23 日颱風烟花似乎會在宮古島附近滯留，環境場可能會有較大變化，要是北方的太平洋高壓偏強，讓它往南邊移動，或是太平洋高壓減弱，讓它偏北移動，應持續關注它的動態。

### 《焦點圖文》

## 颱風烟花逐漸接近 菜價先喊漲



中度颱風「烟花」及外圍環流逐漸接近台灣，傳統市場出現預期漲價心理，菜價開始上漲，21 日一早有不少民眾前往傳統市場採買蔬菜。

社論

# 高端疫苗應公開面對科學檢視

高端疫苗無疑是高科技研發的產品，但是對民間的解釋卻是遠遠不夠。高端疫苗兩個最主要的爭議，一個是並沒有經過第三期試驗，第二是緊急授權的審查過程純為內部作業，只有食藥署單方面的宣布，難以取信人民。

## 理應經得起考驗

高端疫苗已經不只是單純的科學疫苗問題，因為涉及到龐大的商機，同時也代表了執政黨抗疫的重要成績。既然牽涉到這麼大的政商關係，難免就

會遇到不同政治立場民眾的質疑，站在指揮中心的立場，應該要盡可能地化解疑慮，如果高端疫苗經得起考驗，就該讓它盡速施打道需要的人身上，越是遮遮掩掩，反而讓高端疫苗顯得欲蓋彌彰，對廠商或是民眾都是雙輸。

對於取得緊急授權，審查的人員跟程序特別重要。是不是具備足夠的專業背景？有沒有讓人信服的權威與道德？程序的進行能否讓相關人等暢所欲言？最後的決定是否能夠反映科學審查的嚴謹？這些就是審

查過程必須公開的理由。指揮官陳時中說會議記錄未來會以「去識別化」的方式公開，還強調說美國全程公開的方式未必適合台灣。

## 軍人先打國產疫苗？

關鍵問題是，去識別化或是有別於美國全程公開的方式，就是不會讓台灣更團結，只會讓台灣更撕裂。唯一慶幸的，是台灣目前的疫苗數量的確慢慢在增加，加上三個企業跟慈善團體所購買的疫苗，傳出九月都能順利進口。如果疫苗還

是跟之前一樣的不足，國產疫苗在沒有受到人民信任前推出，那只會讓更多的反彈出現。

可以想見的，如果政府要推動國產疫苗，軍人大概是第一批施打的對象，幾乎每次滯銷的食物，甚至是美國牛肉，都是讓軍人吸收跟消化。就算政府說沒有強迫，但是在政府的權威下，這不用強迫，因為軍人只能服從。

但是軍人有家人、親戚跟朋友，這些人眼見這些軍人施打疫苗，如果沒有可信服的證據跟科學驗證，難道他們不會擔

心、焦慮甚至憤怒嗎？為了保住審查委員的隱私，卻讓更多民眾身陷困惑跟焦慮，政府應該捫心自問，是否合算？

## 經過檢視才有公信力

陳時中部長在抗疫過程中，不是沒有犯過錯誤，過去的錯誤有機會修正，但是疫苗一旦推出，不知道有多少人有機會去施打，如果以為指揮官個人的權威就能為疫苗背書，或者指定審查公開是否公開，那都是高估了指揮官的權限，也誤解了民眾對政府的付託。

時至今日，高端疫苗推出勢在必行，政府必須盡快公布中間過程的所有資訊與影片，讓各方陣營的專業人士都能進行專業檢視。經過這番檢視，不可能排除所有的異見，但是卻能獲得最大的公信力。台灣理性的選民還是多數，希望政府要相信專業，也要相信台灣人民的智慧。信任都是互相的，如果政府因為不信任人民，而去掩蓋這些資訊，最後政府也會落得人民的懷疑。

國產疫苗的施打並非一朝一夕，短則數年，長則數十年，現在怕麻煩，省去了面對各方質疑的機會，未來要想重新獲得信任就難上加難了。

# AZ 與 BNT 混打 張上淳：須實證資料

指揮中心專家諮詢小組召集人張上淳指出，疫苗混打還需以實證資料為依據，可行性仍有待討論。

【本報記者林志怡台北報導】國外已有 AZ 與 BNT 混打的研究結果，但台灣仍需討論進一步實證資料，方可確定可行性。指揮中心專家諮詢小組召集人張上淳指出，傳染病防治諮詢會預防接種組 (ACIP) 仍會以實證資料為依據，目前國外研究分析的案例數較少，可行性仍有待討論。

此外，21 日共新增 25 例新冠肺炎確診病例，分別為 16 例本土及 9 例境外移入，確診個案中新增 5 例死亡。

## 混打需有實證資料

目前台大與長庚都有在做混打試驗，但對於未來 BNT、國產疫苗是否也能混打、是否需要經過試驗，張上淳指出，目前國際上 AZ 與 BNT 混打已有相關資料，不見得需要本土再做，只是這些研究採用的案例數只有數百例，仍有待疫苗諮詢小組進行討論。



▲張上淳強調，疫苗混打與否，須參考實證資料進行判斷。(直播截圖)

## 高端紀錄部分公開

國產疫苗部分，高端緊急授權會議紀錄將於兩週後公布，然而部分內容可能涉及中研院的分析結果、影響到尚在審查中的聯

亞。對此，指揮中心指揮官陳時中表示，部分可能影響聯亞審查的資料，會等到審查完畢後再發公告。

## 單日再增 5 死

新增之 16 例本土病例中，其中 6 例為居家隔離期間或期滿檢驗陽性者，共 11 例男性、5 例女性，年齡介於 20 多歲至 70 多歲，發病日介於年 7 月 12 日至 7 月 19 日。個案分布以臺北市 9

例為最多，其次為桃園市 5 例、新北市 2 例；其中 9 例為已知感染源，4 例關聯不明、3 例疫調中。

指揮中心說明，今日新增 5 例死亡個案，為 2 名女性、3 名

男性，年齡介於 50 多歲至 90 多歲，發病日介於 5 月 25 日至 6 月 29 日，確診日介於 5 月 29 日至 7 月 7 日，死亡日介於 7 月 15 日至 7 月 19 日。

# 光電開發案破壞林地 颱風季恐為害

【本報記者林志怡台北報導】違法露營地就地合法、光電場開發破壞山坡地，恐在颱風季埋下環境隱憂。環團指出，通過開發申請的光電場商大舉砍伐林木、造成大面積土壤裸露。台灣生態學會理事王豫煌因此強調，主管單位應將相關潛在災害風險等資料掛網公開，讓民眾共同監督。時代力量立委陳椒華也呼籲，能源局應將公開水保計畫列為開發申請必要項目。

## 光電、露營地傷坡地

捍衛石頭營聯盟召集人林炫耀指出，位於屏東石頭營的山坡地進行光電開發後，山頭、坡地的樹木遭到大量移除，且山體內部的二戰日軍陸軍軍事要塞坑道，也因為缺乏山坡植被保護、水土保持條件惡化而出現嚴重崩塌，未來面對颱風或強降雨，很可能會發生土石流，嚴重威脅附近居民的生命安全。

露營地設置的部分，台灣水資源保育聯盟主任粘麗玉則指出，交通部規定一公頃以下農牧林地

全面開放露營使用，而違規者竟可申請輔導合法，質疑此一作法是「你違法，我輔導」，讓業者先破壞土地，再讓有環境疑慮的場地就地合法，將造成更嚴重的環境破壞。

## 公開資料讓大眾檢視

因此，台灣生態學會理事王豫煌認為，主管露營法規的交通部應公開全國露營區的相關資料，包含土地使用分區及編訂類型、環境敏感區、潛在災害風險等空間資料等；光電開發部分則應由主管單位公布 2000 年之後坡地防災、野溪治理、河川及區域排水環境改善、環境營造等計畫的工程位置及內容明細空間資料。

王豫煌強調，水土保持局和林務局應與水利署密切合作，進行更積極的水土保持與山林保護計畫，而非像過去的前瞻水環境設計畫預算，在遇到私人不當的土地超限利用、地方民間設施壓迫時，才消極進行硬體建設，以公共稅收彌補私人利用造成的傷害，更製造了潛在的人為災害。



▲光電開發山頭與坡地，導致土地裸露，產生潛在土石流風險。(Photo by 捍衛石頭營聯盟召集人林炫耀)

# 歐盟訂新碳排標準 綠委籲修法趕上

【本報記者呂翔禾台北報導】「歐盟制定新碳排標準，各國將很快因應，台灣也必須儘速修法！」綠委洪申翰、蘇巧慧、蔡其昌等人 21 日召開記者會，呼籲政府儘速推動《溫室氣體管理法》修法，並制定碳價法規，以跟上歐盟最新減碳標準。蔡其昌說，台灣經濟以中小企業出口導向為主，更需要政府協助減碳，跟上各國標準。

## 減碳潮流無法回頭

洪申翰表示，歐盟近日制定了「碳邊境調整機制 (CBAM)」法案，預計 2026 年起正式對出口至歐盟的高碳排產品課徵關稅。美國、日本也都有跟進 CBAM 的意向，這顯示新一波全球產業鏈供應戰已經開打，貿易出口導向的台灣，必須積極拿出策略因應，例如政府應立法要求耗能產業揭露排碳資訊。

他希望環保署能儘速推出新



▲雖然歐盟第一波收碳稅名單中，只有水泥、鋼鐵、鋁業、肥料與發電業，看似對台灣影響不大，但若美國與日本都要跟進，台灣也必須做好準備。(本報資料照)

的《氣候變遷行動法》，而經濟部、財政部等部會也不能置身事外，需要與立法院討論有關碳定價、碳稅徵收的機制。洪申翰指出，根據 CBAM 法案規定，若出口商可以證明產品在原產地國已有負擔碳價，則可獲得責任抵減，減碳標準若優於歐盟甚至可免徵，政府應儘速行動。

蘇巧慧也提到，受到新冠病毒威脅是非常即時的感受，相較之下，氣候變遷看起來是溫水煮青蛙，但目前體感溫度愈來愈高的情況下，氣候變遷已經嚴重影響到人類生存，而國際目前普遍的共識認為，收取碳稅是減碳最有效的方式，台灣法規也必須要跟上，制定產業排碳標準，以驅

動產業提早汰換製程。

## 產業、碳稅要跟上

「台灣不是低度發展國家，無法從世界的減碳浪潮中豁免！」台灣環境規劃協會理事長趙家緯分析，雖然歐盟第一波收碳稅名單中，只有水泥、鋼鐵、鋁業、肥料與發電業，看似對台灣影響不大，但若美國與日本都要跟進，加上減碳已勢在必行下，台灣高度出口的產業導向也必須做好準備。

「減碳是跨部會的共業！」KPMG 安侯永績發展顧問董事總經理黃正忠指出，減碳是環保署做的事，但如果要從減碳中獲得收益、減少損失是經濟部、財政部、農委會等部會共同該做的事，各部會不能將責任都給環保署扛；趙家緯也呼籲綠委，監督財政部履行轉型白皮書的承諾，設立能源稅、碳稅。

# 畢業即失業？立委籲正視青年就業

7月有共28萬名新鮮人將投入職場，恐使下半年的失業率再上升，民眾黨立委邱臣遠呼籲政府，應針對「產業」與「勞動」政策超前部署。



▲ 勞動部建置「Youth 職涯就業諮詢平台」花費約 990 萬元，從今年 4 月設置至今，卻只有 519 人次使用平台完成預約。(中央社)

【本報記者臧品安台北報導】「28萬畢業生恐面臨畢業即失業的窘境！」民眾黨立委邱臣遠指出，保守估計，7月有共28萬名新鮮人將投入職場，恐使下半年的失業率再上升，呼籲微解封後，政府應針對「產業」與「勞動」政策超前部署。另外，原訂9月30日結束的「青年就業獎勵計畫」也應延長辦理，才能幫助到畢業新鮮人。

## 兵役影響找正職

根據主計處統計，5月的失業人數高達48.9萬人，足足比三級警戒前的4月多12%，邱臣遠表示，若加上7月畢業季，保守估計有約28萬名新鮮人將投入職場，恐使下半年的失業率再上升。他指出，勞動部建置「Youth

職涯就業諮詢平台」花費約990萬元，從今年4月設置至今，卻只有519人次使用平台完成預約，呼籲勞動部即時作出檢討。邱臣遠表示，多數男性畢業後都必須先入伍服役，但疫情期間，役男入伍的時間難以確定，且企業主多不願意僱用尚未服役的男性作為全職員工，對於正在求職的男性來說尤其困擾，他呼籲相關部會，針對此問題研擬相關計畫，解決待役青年的求職問題。

淡江大學電機系陳同學舉個人經驗為例，若要找一份科技業正職，除了受疫情影響，兵役也是原因之一，他在去年畢業後一路等到今年3月才入伍，他身邊類似情況的朋友也因此無法找到正職工作。他認為，現在的紓困沒有管道幫助到等待兵役的青年，希望政府能提供更完善的

紓困幫助。

## 擔憂隱藏性失業

勞動與發展協會研究員辛炳隆表示，他比較擔心的是畢業生直接退出勞動市場，變成隱藏性失業的狀況。他進一步指出，去年疫情剛爆發時，台灣的勞動參與率便大幅下降，直到今年3月才慢慢回升。這樣的現象，代表許多年輕人自覺此段期間會找不到工作，或是找不到理想的工作，便決定退出勞動市場。

辛炳隆鼓勵應屆畢業生，雖然現在就業市場不景氣，仍應繼續向外求職，否則政府所建構的所有方案措施，都無法真正幫助到畢業生。他也指出，現在製造業很缺工，在餐飲等內需產業工作限縮的情況下，新鮮人可以嘗試接觸較有成長性的製造業工作。

# 爸媽的福音！安親班幼兒園 7/27 開放

【本報記者呂翔禾台北報導】台北市的幼兒園與安親班將部分解封！北市21日新增9例確診，其中4例居隔。北市也公布了安親班的解封標準與萬華的紓困方案。有邊境防疫人員向指揮中心抱怨疫苗施打率低落，柯文哲也認為這些工作人員應比照第1線醫護，儘速接種第2劑疫苗。

## 五類家庭優先

台北市教育局宣布，幼兒園、安親班、操場將從27日起逐步開放，相關辦法會試辦到8月9日，會因疫情狀況滾動調整。幼兒園與安親班會優先開放給醫療人員子女、警消子女、低收入戶子女、雙薪家庭無親屬照顧與專案，全程需勤洗手、戴口罩、梅花座，用餐須以套餐並使用隔板。

中小學操場將於31日接續開放，需要採取實聯制、動線管制、人流控管，有症狀者不能



▲ 台北市 21 日公布安親班、幼兒園的解封指引。(中央社)

進入，並降載為75%人數限制。如果球場適合單打才開放，籃球場目前仍不打算開放。另外，支援疫苗、節檢的學校可以暫緩開放。北市產業局則加碼萬華地區商圈1成補助，5、6月新開店家員工每人1萬元補助。

## 為邊境防疫請命

近日有邊境防疫人員向指揮

中心抱怨負擔加重，且前線工作人員連第1劑疫苗施打的普及率都很低落。對此柯文哲也嚴正表示，目前國外疫情仍嚴重，邊境控管還是最有效的防疫措施，因此相關人員的辛勞不下於接觸確診的第一線醫護，因此他也呼籲中央儘速將這些工作人員施打疫苗與後續的第2劑。

近日桃園市長鄭文燦打完兩劑

AZ疫苗後表示，第3劑願意接種國產疫苗；而台南市長黃偉哲也說第2劑就願意打疫苗。被問到相關看法時，柯文哲感嘆，這雖然是科學問題，但在政治人物上就容易政治化，但全世界次蛋白疫苗中，只有高端通過EUA，但沒有臨床試驗，他對疫苗混打不願輕易下判斷。

# 7/26 將降級？室內外人數放寬

【本報記者林志怡台北報導】最快這兩天就會宣布7月26日的解封指引！指揮中心指揮官陳時中表示，近兩天若沒有太大的疫情變動，全台很可能會降級，屆時將會放寬室內、室外的聚會人數規定。此外，若依據二級警戒放寬人數限制，目前室內5人、室外10人的集會限制，將放寬至室內100人、室外500人。

## 三級將降二級

民眾關心7月26日是否能夠順利調降全台疫情警戒，以及相關指引究竟為何，陳時中表示，相關細節都還在與地方政府研議中，有進一步的消

息就會來對外公佈，且就目前的疫情狀況來看，「確實有可能降級」。

對於降為二級疫情警戒後的相關規定，陳時中提到，屆時室內5人、室外10人的聚會限制也勢必會放寬。

## 二級不用隨時戴口罩

若依據指揮中心公佈的疫情警戒標準及因應措施降為二級警戒，民眾外出時，將無需全程配戴口罩，除無法落實防疫措施的場所外，均可正常營業，集會活動限制也將放寬到室外500人以上、室內100人，但集會期間須配戴口罩，並使用隔板或維持社交距離，



▲ 降為二級後，將放寬集會人數限制。(Photo by 林志怡/台灣醒報)

且要施行人流管制。

然而，日前陳時中曾提到，戴口罩、保持社交距離、勤洗手這三件事還要維持很久，且會採行穩健、循序漸進的「緩坡式降級」，逐步進行放寬，

在降為二級後，地方仍可依照轄區內需要，適時調整縣市內的防疫規定，但不可繼續硬性延用三級警戒的規定，若有特殊情況，則須與指揮中心研議。



▲ 7月有約28萬名新鮮人將投入職場，恐使下半年的失業率再上升。(photo by pixnio)

# 7/26 新北降級？侯：階梯式鬆綁

【本報記者臧品安台北報導】針對7月26日是否降級，新北市長侯友宜嘆道，新北疫情上升只花4天，下降回來卻花了4週，從最近南韓、荷蘭的例子就可以知道，全世界各大都市解封後稍有不慎，就又要封城。他認為，未來新北降級應分梯次、分階段往下降，逐步開放對經濟影響較大且可落實防疫的產業。

侯友宜說，經由台大公衛學院教授陳秀熙針對新北市NPI(非藥物公衛防疫措施，如戴口罩、社交距離等)效益評估，19日新北市R0值(基本傳染數)5.8、RT值(有效再生數)0.35、NPI+檢測94%，NPI效益評估已經超過一個月RT值小於1，從6月8日至7月19日，NPI都達到90%

幾，顯示有效地把疫情控制住。

對於外界關注7月26日是否降級，侯友宜提醒，新北疫情上升只花4天，下降回來卻花了4週，確診人數才從百位數降至個位數，因此是否要從三級降至二級，應要分梯次、分階段逐漸下降，不一定馬上從警戒三級降至二級，而是檢討哪些部分對經濟影響較大，且可落實防疫，逐漸「階梯式」下降。

針對林口三井Outlet員工染疫，將快篩3000多人，侯友宜表示，目前已篩檢1228人，全數都是陰性，市府也已要求發局對三井Outlet快篩結果進行確認，確定員工篩檢完畢且都是陰性，才可以復業，員工也須持陰性證明，才可以入場。



▲ 新北市市長侯友宜表示，未來新北降級應分梯次、分階段往下降，逐步開放對經濟影響較大且可落實防疫的產業。(直播截圖)

# 防制洗錢、暴力 歐盟修法監管比特幣

歐盟 20 日宣布，將展開為期 2 年的修法歷程，讓比特幣交易更加透明、可追蹤，避免其成為洗錢工具。

【本報記者呂翔禾綜合報導】終於有政府要出手管控數位貨幣了！歐盟 20 日宣布，將展開為期 2 年的修法歷程，讓比特幣的交易更加透明、可追蹤，避免高價的比特幣成為洗錢工具，與恐怖主義的資金溫床。比特幣目前價位為 1 枚 2.9 萬美元，但 4 月曾到近 6.5 萬美元，在法規尚未完備下，成為操作性極高的投資新標的。

**立法管制數位貨幣**  
根據《英國廣播公司》報導，歐盟此次修法內容很嚴格，包括禁止提供匿名的比特幣錢包，數位貨幣轉帳需符合現有反洗錢標準，此後販售比特幣的公司也需要向政府提交客戶姓名、地址、生日與帳號密碼等，歐盟執

委會法案將送交會員國與歐洲議會討論。  
知名財經作家傑拉德受訪時表示，歐盟立法的意義重大，對於數位貨幣的影響會更深遠，因為是國家（或政府）強制要求，如果想要賺「真錢」，就必須要遵守過去金融界投資的相關規定。

**各國想加強監控**  
《衛報》提到，由於比特幣難追蹤的特性，使其容易成為洗錢工具與恐怖主義的資金來源，據傳美國的殖民油管遭駭入後，政府支付了駭客比特幣 500 萬美元才化解危機，因此不止歐盟，美國與一些亞洲國家都希望對比特幣祭出更嚴格的管制措施。  
美國財長葉倫 19 日曾警

告，政府必須儘速建立可穩定管控數位/加密貨幣的機制，甚至推動官方可掌握的數位貨幣；中國也在 5、6 月限制境內比特幣交易與挖礦，讓比特幣的價格從 6 萬一路下跌到 3.8 萬。英格蘭央行總裁貝利警告投資人，加密貨幣風險非常高，容易泡沫化。  
比特幣由身分神秘的中本聰所創立，使用比特幣是透過私鑰作為數位簽章，允許個人直接支付給他人，與現金相同，不需經過如銀行、清算中心、證券商、電子支付平台等第三方機構，從而避免高手續費、繁瑣流程以及受監管性的問題，也因此目前世界上僅有中美洲的薩爾瓦多，允許比特幣做境內交易。



◀ 歐盟近日制定新規範，希望能將比特幣的交易透明化，減少洗錢與恐怖組織的利用。(Photo on Pixabay)

## 全球 各大週刊頭條新聞

### 《科學人》Scientific American 透過遊戲學習社交 可緩解家庭關係

「遊戲」可以比休閒、娛樂、殺時間更富有教育意義。行為生態學家奧康奈爾觀察動物的遊戲行為解釋，動物可以學習社交與其他生存技能，甚至進行風險嘗試、信任測試，建議一般人也可以透過「遊戲」式的輕鬆互動，以化解與家中長輩、親戚間的隔閡。



奧康奈爾指出，人類與動物的高度適應性與創新能力都源自於遊戲的過程，而遊戲行為可說是人類內建的本能，並不會受到年齡的影響相關能力，透過玩耍的過程，可以讓參與者放下戒心，並積極投入，有助於緩和家庭氣氛，並激發合作與創意。  
透過觀察動物行為，奧康奈爾發現，「遊戲」其實提供了參與者一種「在安全條件下嘗試風險」的機會，好比幼獅在與其他幼崽玩耍的過程中，可能會故意放棄抵抗、任由同儕撲倒自己，試著了解「被攻擊之後會發生什麼事」。  
以人類來說，在玩各種手機遊戲或是桌上遊戲時，參與者也在不斷測試自己的反應力與思考極限，在撲克牌局中精打細算、在線上 RPG 遊戲中測試自己的戰略與反應能力等。這一類過程也能讓人類走出舒適圈、在不同條件下即時重劃策略，提高參與者的創造力。  
另一方面，動物遊戲中，常被關注的「社交」意義也同樣適用於人類。；奧地利維也納大學的研究者發現烏鴉會透過「假裝藏匿物品」的方式，測試哪些同伴值得信任，並從過程中區分競爭對手與可能可靠的合作者。  
此類行為也同樣適用於人類的遊戲，一般常說的「牌品反應人品」就是這麼一回事。在具有策略性以及思考性的遊戲中，參與者可以更積極的觀察其他同伴的行為，藉以了解對方的習慣或是思考模式，對於修復家庭關係也會有相當不錯的效果。  
奧康奈爾認為，民眾平時也可以思考，在自己的成長過程中，老一輩的在遊戲陪伴過程中，是否壓抑了自己的不滿或好勝心、保留空間讓下一代學習，並考慮自己在遊戲陪伴中的角色。

## 美與德將達協議 不再阻攔北溪油管

【本報記者呂翔禾綜合報導】為了鞏固與德國的友誼，美國政府 20 日與德國政府達成協議，讓德國可以將連結俄國的北溪 2 號油管加速完工，但前提是一旦俄國在切斷能源威脅歐洲時，德國必須表態制裁俄國。北溪 2 號油管對俄國來說是重大的戰略需要，讓俄國運輸能源時不需要通過與其交惡的烏克蘭，但因美國支持烏克蘭，因此才產生了這場談判。

提早準備應對措施。由於拜登 1 月上台後，德、俄北溪 2 號油管的施工進度已達 90%，要阻止其全面完工已不可能，但美國曾透過制裁製造商拖延完工時間，讓德國政府非常不滿。  
為了要緩和與德關係，加上修復自川普時期以來被破壞殆盡的

盟友連結，拜登最終還是決定放棄以北溪 2 號油管制衡俄國的打算。不過美國國務卿布林肯 6 月接受德國《明鏡》專訪時仍強調，北溪油管不是個好主意，會讓歐洲對俄國的能源依賴上升，並使烏克蘭重要性降低，增加俄國入

侵烏克蘭的機率。  
**提防俄能源政治化**

《華爾街日報》提到，近日烏克蘭總統澤倫斯基將訪問美國，外界預判拜登為了安撫烏克蘭，會與德國在「綠色基金」中合資 10 億美元，協助烏克蘭進行能源轉型，德國另外還會再加碼 1.75 億美元，並與烏克蘭簽訂新的雙邊能源協議。



▲ 美國近日與德國達成協議，放行北溪 2 號油管完工，換取德國在關鍵時刻的制裁行動權。(Photo by Gerd Fahrenhorst on Wikimedia under CC 4.0)

德國為了降低燃煤發電，分散能源風險等考量與俄國合作建造北溪油管，即使總理梅克爾堅持這只有商業用途，但美國仍擔心俄國總統普丁將其過度政治化，因此對北溪油管總有微詞；拜登雖與普丁曾在 6 月進行高峰會，但美、俄關係仍不佳，美國不滿俄國侵占克里米亞，俄國則希望美國不要干涉內政。

每人介紹 / 代訂一份報紙給朋友，讓善傳送。  
本報廣告、訂報專線：  
**0800-011961**  
看醒報，轉贈鄰居信箱

## 加國野火燒不盡 英屬哥倫比亞災情重

【本報記者臧品安綜合報導】加拿大英屬哥倫比亞省（卑詩省）野火燒不盡，宣布進入緊急狀態！卑詩省有近 300 場野火正在燃燒，且據天氣預報顯示，未來幾天的天氣恐加劇野火態勢，因此宣布

全省進入緊急狀態。目前已發布多項疏散令和警報，影響逾數萬人。  
**野火蔓延 299 處**  
根據《半島電視台》報導，卑

詩省因野火不斷蔓延，迫使數百人撤離家園，已宣布進入緊急狀態。  
根據卑詩省野火管理局的數據，截至 20 日下午，該省已有 299 處發生野火，其中 18 處是在過去兩天引發。該省公共安全部長範和富表示，全省有超過 3180 位消防員及其他工作人員正在滅火。

被告知隨時要準備撤離家園，影響超過 3 萬 2000 人。  
**美國西部也受野火肆虐**

卑詩省是加拿大前一個月創下高溫新紀錄的省份之一，剛打破該國歷史最高溫紀錄後，在當時極端乾燥的條件下，與多起雷擊中引發幾場野火，火勢迅速蔓延，導致該省利頓村因此被燒毀。

除了卑詩省之外，美國西部俄勒岡州等都遭受到野火肆虐，《美聯社》報導，俄勒岡州的可怕野火已經增長到美國羅德島州面積的三分之一，且每天持續蔓延數英里。在野火延燒期間，已至少有 2000 戶家庭被迫疏散。



▲ 加拿大卑詩省近日發生多起野火。(photo by Twitter@DylanGaleas)

▼立陶宛基於歷史因素與對中國依賴低，選擇撐民主挺台，將與我互設代表處。(photo by @Adomenas via Twitter, used under CC License)



# 同為小國抗強權 立陶宛親台挺民主

【本報記者王慶宇綜合報導】歐洲小國立陶宛日前傳出將與我互設代表處，且允許使用「台灣」二字，與反極權欺凌觀念有很大關係！

立陶宛歷史上飽受前蘇聯欺凌，甚至曾遭無情併吞，再加上中國近年來的強勢外交與經濟策略踢到鐵板，因此選擇疏遠中共，並於近期與我增加互動，從捐贈疫苗到互設代表處，用實質行動成為歐盟挺台先鋒。

## 實際行動挺台

根據《德國之聲》報導，立陶宛與我國於20日宣布將互設代表處，立陶宛更破天荒允許我國使用「台灣代表處」作為名稱，這將是台灣在中國邦交國設立的第一個以台灣為名的代表處。

在此重大外交突破之前，立陶宛在6月就宣布，要在9月底前捐贈2萬劑AZ疫苗給台灣，讓

立陶宛與我國於20日宣布將互設代表處，立陶宛更破天荒允許我國使用「台灣代表處」作為名稱。

許多未施打新冠肺炎疫苗的台灣民眾大呼有感，也對這個只會出現在歷史課本中的「波羅的海三小國」，有了新的認識。

## 歷史因素撐民主

《南華早報》分析指出，立陶宛之所以甘冒受中國懲罰的風險挺台，與過去的歷史因素大有關聯。立陶宛過去曾被帝俄併吞，一戰後獨立建國，但二戰時因國弱小，先後被納粹德國與蘇聯再度併吞，直至1990年才終於二度復國成功，因此對於極權欺凌小國特別敏感，爭取民主的意識深植人民心中。

為求獨立，曾於1989年發起「自由之鏈」，民眾手牽手組成一個長度超過675公里的人鏈且

穿過波羅的海三小國，成為當時反蘇聯的經典象徵。他們也在2019年復刻此一活動，改支持香港的改革遊行，貫徹支持自由民主的信念。立陶宛更因為不滿中國的作風，於5月宣布退出中國主導的中東歐17+1合作論壇，誓言降低對中國的依賴。

## 中共雷聲大、雨點小

丹麥國際研究所(DIIS)外交政策研究員拉森指出，立陶宛本來就不十分依賴中國的進出口貿易，再加上被鄰居蘇聯欺凌的經驗，立陶宛自然認為支持民主與自由才是要務。羅馬尼亞亞太研究中心副主任布琳莎也認為，北京缺乏經濟制裁立陶宛的手段，因此「立陶宛政府沒什麼好損失的」。

澳洲國立大學講師宋文笛也表示，儘管中國官方老調重彈，嚴詞警告立陶宛，但中共應不會下重手報復立陶宛。他指出，立陶宛並未在台灣開設大使館，且也向烏克蘭、喬治亞等國捐贈更多劑量的AZ疫苗，並非完全獨厚台灣。中共若對立陶宛採取激烈手段，不但會毀了習近平的溫情外交，還有可能激怒歐盟。

王慶宇／製表

### 立陶宛共和國小檔案

（網路截圖）

|       |            |
|-------|------------|
| 國名    | 立陶宛共和國     |
| 首都    | 維爾紐斯       |
| 國土面積  | 65,300平方公里 |
| 官方語言  | 立陶宛語       |
| 人口    | 約279萬      |
| 人均GDP | 20,355美元   |
| 貨幣    | 歐元         |

# 東奧尚未開幕頻喊停 實則比賽早開打

【本報記者宋秉謙綜合報導】東京奧運還沒正式開幕，就已傳出確診數增，但比賽已經開始，賽程較長的團體競賽通常會早於開幕式，今年女壘與女足將最先點燃戰火，21日早上地主日本女壘也將亮相、開踢小組賽。由於防疫規範，大多數賽事將不會有觀眾，而下午的中國與巴西女足之戰，將成為首場少數有觀眾的比賽。

## 東奧喊停？

雖然日前新聞指出，東奧確診病例激增，過去24小時有至少10件新例，公衛專家也表示選手村的「泡泡」很可能已經破碎，至少1.1萬名人員所在的選手村恐成感染溫床。針對東奧會不會臨時喊卡，日本奧委會秘書長武藤敏郎一直未把話說死，只是回答會與其他主辦單位保持聯繫、關注疫情更新情況。

考慮到奧運辦理的合約，武藤所言並非單純是官方說詞，日本奧委會並未擁有強硬的喊停自主權（得自行承擔取消的虧損），終究得看國際奧會臉色，而巴赫此前就強勢提過：

「取消東奧一直都不在我們的選擇之中」，臨時喊停奧運的機會不大。

## 實質已開打

而東奧目前也是「實質意義上」開幕了！據(NHK)報導，東奧21日迎來了揭幕的女壘與女足比賽，依循往例，團體競賽的場次較多，通常都會早於開幕式提前舉行，而今年特別的是不同於往年由足球開場，本屆由日本女壘的賽事打頭陣，這也是繼1996年以來，夏季奧運首度不是由足球先開打。

## 中國V.S巴西有觀眾

在21日一早的這場女壘開幕戰中，日本推出王牌投手上野由岐子主投，最終以懸殊的8:1取得好彩頭，而另一戰是強權美國完封義大利，下午主戰場則轉到女足，首戰由英國女足對上智利女足，稍晚的中國出戰巴西則是東奧首場有觀眾的比賽（大多數仍以防疫為由閉館比賽），同日12支女足國家隊都將亮相比賽。在這些提前開跑的比賽中，我國都沒有參與，我女壘雖積分高居世界第6，但並未拿到門票。



▲東京奧運還沒正式開幕，但比賽已經開始，賽程較長的團體競賽早於開幕式點燃戰火。圖為東奧主場館國立競技場。(中央社)

## 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 越南河內 台犯罪分子天堂？



▲電影中的東南亞常被形塑為犯罪分子的藏匿天堂。據統計，越南每年平均會遣返10餘名台灣通緝犯，其中包括因為盤纏用盡而主動回台投案者。圖為越南首都河內市夜景。

### 泰國單日確診再創紀錄



▲泰國21日新增1萬3002人確診，再度創下單日新增紀錄。曼谷一處檢測站排滿民眾。圖為

# 美國分成兩個世界 未接種疫苗者頑抗

【本報記者林志怡綜合報導】美國未接種新冠疫苗者造成新一波疫情，最終恐將導致多數未接種疫苗者染疫。美國總統拜登為此呼籲，美國人應立刻、馬上接種疫苗。然而，疫情在低疫苗覆蓋率地區爆發，已嚴重影響經濟復甦，導致美國道瓊斯工業平均指數暴跌700多點，創下今年以來的最大跌幅，但抗拒打疫苗者仍不信任疫苗的安全性及效用，負隅頑抗。

## 美國分成兩個世界

《CNN》指出，在可預見的未來，「混合版美國生活」將成為常態，其中已接種疫苗的民眾有絕大多數會存活下來，並將逐漸回復以往的生活型態，但拒絕接種的民眾也將有很大一部分染疫，甚至死亡。

目前美國爆發疫情的地區中，民眾與醫療人員深為疫情失控所

苦；反觀近日先後有兩位億萬富翁飛往太空，成為世界關注焦點，疫區外的美國人也為此歡欣鼓舞，似乎已不受疫情威脅。面對此種「新現實」，美國總統首席醫療顧問弗契無奈表示，這樣的情況「真的很不幸」。

## 美國存在疫情隱憂

弗契對CNN直言，如果政府無法促使不願接種疫苗的民眾改變心意、接種疫苗，在未來相當長的一段時間內，美國都將無法擺脫疫情不斷爆發的陰霾。

美國疾病控制與預防中心前代理主任貝塞爾也認為，Delta變種病毒的強感染力再加上疫苗反對者有多的群聚、共同生活動機，未來美國將會持續出現未接種疫苗者大量感染的情況。

## 未接種疫苗者成破口

據統計，目前已有48.6%的



▲已接種疫苗的美國人將恢復生活常態。(網路截圖)

美國人完整接種兩劑新冠疫苗，其中老年人的接種比例尤高，但仍有許多保守派的民眾及前美國總統川普的「信徒」，受到部分媒體與政治人物煽動，對疫苗的安全性及其預防新冠肺炎的效用極度不信任，並抱持著強烈敵意、拒絕接種，使得部分地區的疫苗覆蓋率停滯不前，成為本次

疫情的重大破口。《衛報》指出，過去30天內，因新冠肺炎住院的平均人數從16,000人增加到19,000多人，死亡人數比前7天增加了25%，平均每天有250人死亡。拜登更提到，疫苗接種率低的四個州佔所有確診者中的40%。



# 官僚退出 體育界才有未來

改革體育產業最重要的第一步，就是自認為萬事通的官僚退出體育界，由民間企業優秀人才接手規劃，吸引全民參與。

▶ 年齡稍長，體力衰退，運動員想要退休，連教練或老師的工作都不容易找到，生活困苦可以想見。(中央社)



## ■ 朱愛民

(退休公務員)

東奧選手搭包機前往東京，官員們坐寬敞舒適商務艙，選手們卻坐經濟艙；蔡總統道歉，拐彎抹角推到疫情，想澄清又解釋不清，追根究底還是體育官僚化作祟，恐改革淪為空談。

## 第一餐只有便當

長久以來體育界被少數人士把持，不論體委會、奧委會、各單項運動協會，面孔始終就是固定那些人，有些是運動員出身，也有商人，或機靈活躍、與上層關係良好的社會人士，藉此謀得一官半職，每年領取教育部補貼，或企業贊助經費。反觀運動員如果不懂得「做人處事」，再大的

本事也難出頭。

台灣選手們抵達日本的第一餐，由駐日代表處準備大便當，反觀韓國選手隨團有 24 位營養師及廚師，為選手精心調配料理專業營養的運動員飲食；兩相比較，國人還能期待什麼呢？蔡總統的道歉，又有什麼意義？

## 選手退休淪為保鏢

「官僚化」是阻礙體育界進步最大的麻煩，外行領導內行，盤根錯節，複雜的人際關係，互相抵消進步的動能。運動員要想發揮潛能，出人頭地，除了本身的努力及天份之外，贊助商的發掘及幫忙是必要的條件，否則連生活都過不去。而「長官們」進入體育界官僚體系，就是終身職，從沒有什麼不稱職淘汰的問題。

年齡稍長，體力衰退，運動員想要退休，連教練或老師的工作都不容易找到，不少運動選手淪為保鏢、打手，替人圍事，生活困苦，可以想見。

先進國家有計劃將體育賽事產業化，是非常值得政府思考的方向。以台灣科技事業現在的財力，要想養活球隊，提供

運動員合理薪資待遇，保障退休生活，其實並不困難，關鍵問題是如何打破體育界官僚文化，才是最大問題。

## 官僚應退出體育界

政府不宜再當八爪章魚，什麼都想控制，連體育界都不放過，官僚化的結果，只會使體育界暮氣沈沈，更甯提讓運動員有什麼人生希望及目標了。

如果想建立體育產業，最重要的第一步，就是自認為萬事通的官僚退出體育界，由民間企業優秀人才規劃如何推動賽事活動，吸引全民參與，再由大企業出資認養球隊、球星，甚至成立獨立營運部門，吸引廣告商贊助，或門票收入創造利潤，回饋企業、運動員及社會。

選手坐經濟艙，飲食沒有專業營養師調配等，只是體育界官僚文化的冰山一角。蘇揆說奧運後究責，只不過證明他是政壇危機處理高手，而且體育界果真已被官僚把持，奢言改革。體育界未來希望在那裡？唯有官僚退出，建立體育產業，才能再造生機。



# 官司勝負三原則

## ■ 張冀明

(律師)

政治裡的「話術」因無法獲得真相而不易判斷對錯，但訴訟中的「主張」就不是如此。

## 話術讓人無所適從

台灣近日因疫情擴散，「疫苗」成為目前最夯的議題，不同政治人物攻擊對方，提出各種話術，讓人民無所適從，也難分別是非對錯。

不過，訴訟雙方雖提出不同的主張，但訴訟由法官決定勝負，哪一方能說服法官，自然取得訴訟勝利。

以我歷來的經驗，官司勝負不外乎由下列三種因素決定：

## 主張須符合常情

### 一、官司糾紛的角度：

以目前最夯的疫苗議題為例，疫苗的種類、疫苗的製程、疫苗的購買、疫苗的進口、疫苗的期限、疫苗的施打...，不同的疫苗議題都可作為打擊對方的重點項目。

訴訟中的原告固然是官司的始作俑者，理應掌握官司的話語權，但被告可另闢戰場，轉移原告選定的議題。訴訟一方若能引起法官較多的關注，就有較高的獲勝機會。

### 二、符合常情的主張：

一旦選定糾紛的角度，就須慎重主張的內容是否符合

合常情。

以疫情指揮官為例，他企圖將機組人員「3+11」的隔離政策推給副指揮官，立即遭人打臉，足以說明糾紛事實的描述須符合人之常情，也就是法律所定的「經驗法則」或「論理法則」。訴訟雙方不論有無掌握官司主導權，所提出的主張須符合常情，才能獲得法官的認同。

## 三、適當的證據支持：訴訟雙方的主張若有強而有力的證據支持，必能獲得法官青睞。

不過，證據是否具有堅強的證明力，須冷靜客觀的檢視證據內容，尤其須從對方角度思考可能的攻擊，不能流於一廂情願。常有法官轉任的律師提及他們過去擔任法官時，可就同一案件寫出正好相反的二種判決，交由上司決定哪一版本而由哪一方獲勝！

## 提出證據服民心

疫情擴散使得社會充滿虛假消息，如果這些具有法律背景的政治人物願意秉持上述打贏官司的原則，提出強而有力的證據資料，來說明目前疫苗的政策內容，或許能減少百姓的恐慌，也能增加百姓的信賴，乃是政府與人民雙贏的結果啊！



▲「疫苗」成為目前最夯的議題，不同政治人物攻擊對方，提出各種話術，讓人民無所適從，也難分別是非對錯。(中央社)



▲運動員要想發揮潛能，出人頭地，除了本身的努力及天份之外，贊助商的發掘及幫忙是必要的條件。圖右為台灣羽球好手周天成。(中央社)

## 我見我思稿約

我要投稿

歡迎來稿增光篇幅，只要言之有物、動人心弦的創作，均有稿酬。來稿請寄：anntw.ad@gmail.com；來稿本報有刪改權。

# 懷念的旅行 · 長期徵文

在三級警戒下，您是否懷念四處旅遊的時光？看到親友在社群媒體上分享旅行經歷時，非常心動，如今，想去的景點停業了，您是否後悔沒能早些時候安排出遊？或許您就是那親友，去日本京都賞櫻、去韓國首爾血拼、或到美國加州的迪士尼樂園玩翻天，甚至是到馬爾地夫度蜜月，都讓人無法忘懷。

本報舉行有獎徵文，題目有 2 個，歡迎擇一來稿，增光篇幅：

1. 解封後最想去的地方 / 國家
2. 最難忘的旅行回憶

文長 800-1000 字，請附上照片 3-5 張 (須為自己拍攝，建議本人勿入鏡)，只要言之有物、動人心弦的創作，刊登均有稿酬。

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，請勿一稿多投，查獲者永不刊用。(若曾刊登臉書等處，請註明，將不另付酬)

# 理財不為賺大錢 是讓自己活得好

沒有人能夠肯定自己完全正確，但是如果建立了自己的思考方式，至少不會對其他人完全盲從。

## 吳淡如

如果不是因為疫情，我可能也沒有辦法好念這個歷史學博士。嶽麓書院的博士不好考，更難念，它是全日制的正規學程，並不打算培育「業餘人才」。

## 錄取線上課程

我三十年前那個遙遠的學位是中國文學，不是歷史學，因為疫情，我得以在台灣參加線上考試。如果不看我沒因為疫情而打

自己別要廢，出去跑步，到處報名世界各地的線上馬拉松，從十公里到全馬，只要天氣還可以，就出去跑一個。竟然也跑了上千公里，收集了五六十個獎牌在家裡。

## 跑步視為樂趣

我也越來越喜歡我們家附近的河濱公園步道，這是我的生活之道、健身之道和哲學之道。跑步時聽著演講，有時寫作靈感如音樂隨著腳步，節拍越來越分明，

## 年歲增長也要進化

我完全沒納悶。真心知道不管怎麼訓練，年紀騙不了上帝。當你的年齡大於平均值，你再怎麼努力的鍛鍊自己，再努力都沒及格也是正常。你只能讓自己老得不那麼難看，老得不那麼衰弱，只不過希望自已不要摧枯拉朽迅速垮，千萬別幻想返老還童。

我們都希望明天會更好。但你真的相信隨著年歲增長，真有全面性優化的可能嗎？身體在壯年之後就開始退化，中年之後，那種人力不能回天運的感覺越來越強。我們唯一可能進化的，其實只有精神面。

這個時代的平台革命更迭太快……你的技能、經驗、知識甚至智慧，過去有用，現在未必有用！我們沒有資格教訓年輕人說：「我走過的橋比你走過的路多，吃過的鹽比你吃過的飯還多。」多，未必用得上！那些橋那些鹽，只是沉沒成本！

## 沒有發展的增長

大部分中年人都以為：只要我錢夠，我就可以退休了！這個想法只把工作當成謀生的必須手段，忽略了工作的樂趣，也把退休跟等死畫了等號！過去的人在退休後，可能沒太多歲可以活，現在的醫學卻可能會讓我們在退休後活得比工作的時間久！絕大多數的人，如果沒有持續性收入，肯定不夠活，會感覺自己努力賺來的錢不知被誰偷走了？

這幾年來，社會學名詞「內卷化」(involution)，成為年輕世代日常生活困境的高頻詞。「內卷化」概念最初由美國人類學家吉爾茨所提出，也有歷史學家將這一概念運用於經濟史研究，用來指稱一種「沒有發展的增長」。更可以用來形容社會生活中高內耗、低創新的競爭局面。

## 別再找藉口

我想把這個詞用在只想著退休的個人身上。你是不是已經內



因為能線上上課，我上課和報告都特別認真，所以成績也理想，就這樣快要把所有學分修完了，對我的理財也大有助益。(網路截圖)

卷化了？我的確看過不少中年男女一直在過著高內耗、低創新的生命。我們責怪家庭或兒女的重擔，讓我們沒有過得那麼幸福，把力氣花在內耗上，並沒有問自己：你有多久沒有從事任何自我創新？給自己新的生命力和新的角度去看人生問題。

閃躲、找藉口、責怪命運，最後聳聳肩嘆口氣說：「哎呀！就這樣也沒辦法。」真的沒辦法？有時候與其找人訴苦抱怨，或者把時間用在自己「沒做過的新鮮事」上。

## 繼續學習不退化

我們不妨問自己這個問題：有多少年，你沒有嘗試過新的挑

一年，我其實還是很忙碌，不過因為不能出國，就「省」去了在世界各國飛來飛去的時間。對我這種不安於室的人，一剛開始感覺失去了飛行的自由是有一點落寞的，很快的我就開始為自己找事做。

2020年我考上了我想要念的千年學府嶽麓書院的歷史博士班，如果旅行還是很自由的話，我的時間其實是會變得很零碎，因為每個月都要飛到長沙去上課。今年，飛不成了，都在線上上課。雖然失去了親身體驗的感動，不過大量節約了時間，像我這樣閒不下來的人，開始問自己：多出來的時間我到底有什麼事可以做？

資的概念並沒有體系化，太過感性、隨意、隨便聽內線，在金錢的投資上常常跟獲利做反向的判斷……甚至害怕理財，害怕思考，一而再，再而三踩到金錢陷阱的人所在多有！

賺了一輩子的錢，卻存不到養老金。錢怎麼賺，知道；怎麼流失，不知道！也許我可以介紹一些基本的商業概念，還有只需要用到小學生數學的某些數據算法，讓大家更了解金錢心理學以及商業管理學。(興韻/輯)

## 《人生實用商學院》簡介

理財實在不難，最基礎的定義就是掌握你現有的錢財並且做分配，很多人把它想得很難，那是因為他們一想到理財就認為一定要神乎其技的賺錢，這種錯誤的觀念反而讓他們每一次投入金錢時都像在賭博，結果也就慘不忍睹。

不管你過去有多少理財的陰影，相信透過這本書，大家好歹會有一點點正確概念。對每個人而言，創新都很重要！改革自己是為了讓自己活得好，做一個自己越來越喜歡的人！

出版社/時報出版



大家的理財和對生意投資的概念並沒有體系化，太過感性，在金錢的投資上常常跟獲利做反向的判斷。

## 分享商業概念

我念了兩岸的兩個商學院，當然學到了很多東西，不過也花了很多錢，那不如好好的把學到的知識分享給大家，原因之一是：大家不太可能花那麼貴的學費和那麼多時間去念EMBA。

第二，我在過往的演講中，也常常發現大家的理財和對生意投

戰或新的學習？做新鮮事，才能夠讓你感覺到自己是一個新鮮的人。離開舒適圈，不必冒險去跳懸崖，最安全的手法是承認自己不足，願意繼續學習。

與其想退休，不如想如何不退化！人生實用商學院的Podcast，也是無心插柳，在疫情期間開始的小小創新嘗試。這

大部分中年人都以為：只要我錢夠，我就可以退休了！這個想法只把工作當成謀生的必須手段，忽略了工作的樂趣。

退堂鼓，通過複雜的報名和審核課程，線上面試也製造了距離的美感，考官們恐怕不會輕易錄取年紀比同學大一倍的我吧！

錄取了才知道，學校希望所有全日制博士生全部留校念書，課程從星期一到星期五，如果不是去不了，按照我原來的計畫，每週飛一次，沒課就飛回來兼顧孩子和工作，不多久一定會把自己搞崩潰的。因為線上上課，必須勤於刷存在感，我上課和報告都特別認真，所以成績也理想，就這樣快要把所有學分修完了。

## 報名線上馬拉松

本來，我每年都出國跑兩個全馬。這年全都取消或延遲了，但因禍得福，一年間我竟然拿了六大馬的獎牌(其中只有柏林馬是到柏林跑完的)。這當然是偷吃步，線上要求寬鬆很多。

不然，我跑得這麼慢，恐怕只能期待下輩子早點開始，才能跑進波士頓或紐約馬的要求時速。像我這種曾經是體育小白、本質上四體不勤的人，為了激勵

線上馬成績要求寬鬆，我總有足夠時間幫路邊的野花拍照，到菜市場買一碗豆花，再安安靜靜的上路。

常有人問我這個年紀這麼苦讀勤跑，不辛苦嗎？當然不，因為我沒把它當責任或義務，也不是不得不。我其實把它定義為樂趣、休閒與夢想。自找的嘛！改變定義，它就會變得非常有吸引力……你也會非常有動力。

## 改變定義就能享受

這或許是我發現的某個小奧祕，改變定義，就是改變心裡密碼，別人認知的痛苦或辛苦也許會變成你的快樂……一天又一天，當你更熟悉更擅長，就會更能享受。

因為疫情，有空做許多事情，包括身體檢查。開始跑步七年了，這些年來，我一直是個運動健將，連半馬都可以輕鬆的跑完。不過去做身體檢查，卻發現自己已經有骨質疏鬆的警訊，新陳代謝其實也沒到標準值，而體脂率竟然是個胖子……

## 書訊

醒報編輯部/輯

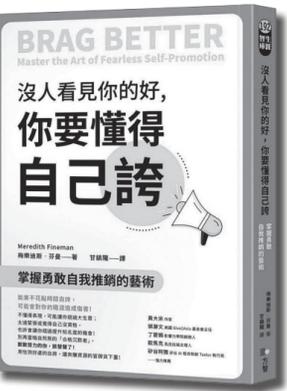
### 《沒人看見你的好，你要懂得自己誇》

作者：梅樂迪斯·芬曼

出版社：方智

有實力≠吸睛的能力  
自誇是人生基本功，也是現代人生存必備的武器！請記住，自誇其實就是陳述事實，而本書提供的系統性方法，讓你把事實陳述得更巧妙、更容易接受且印象深刻！

本書作者透過教「專業能力合格的沉默者」自誇，建立了蓬勃發展的職業。這些人明明是稱職的專業人士，卻對傳達自我價值給他人這件事相當掙扎。如果你準備好迎接更多工作機會、更好



### 《主廚的百味人生》

作者：顏怡今、邱俊智、葉盛耀

出版社：出色文化

26位主廚/餐廳經營人，經歷過許多人生考驗，無論是從基層廚師做起，歷經高壓、工時長的環境；誤打誤撞地從一位補教名師變成創意甜點師；又或者是背上單親媽媽、外籍新娘的標籤；背負集團光環，但卻關掉一間餐廳……

本書由三位資深美食記者，精選26間台灣道地餐廳，其中包含7間西式餐廳、7間中式餐廳、7間特色餐廳及5間甜點店，帶你品嚐台灣別具特色的專屬好味。  
本書透過作者的深度訪談，



### 《哈佛醫師教你喚醒自癒力》

作者：傑佛瑞·雷迪格

出版社：平安文化

克萊兒被醫生宣判了死刑，她被診斷出罹患胰臟癌，即使接受手術，五年存活率也只有百分之五。克萊兒最終決定不動手術，而是順其自然地度過生命剩下的每一天。沒想到五年後她不但還活著，體內的腫瘤更神奇地完全消失了！

哈佛醫院權威名醫雷迪格醫師，歷經十七年時間深入研究從美國頂尖醫院到全球治療中心的案例，終於發現自癒的關鍵在於我們必須在自己體內創造一種合適的環境，為康復做好準備，而想要打造這種環境





◀ 影評人石琪在其專欄中稱《黑寡婦》武打動作出色，加強女性感受。(電影截圖)

▼ 「專業影迷」把看電影變成職業需要，譬如影評人和影展策展人，那麼其觀片總量自然更加驚人。(中央社)



# 看電影是影迷的志業

在電影運動場中跑馬拉松的影迷們，著重的是「堅持」，好電影很多，窮盡一生也看不完。

## 梁良

(資深影評人)

對真正的「影迷」來說，從他喜歡上看電影那一刻開始，這個活動會逐漸從「消遣」變成「嗜好」，再從嗜好變成一種「生活習慣」，彷彿每天看個一、兩部電影已成為再自然不過的事，若是那天沒有看就會覺得那裡不對勁，其症狀跟「書迷」一天不看書，或是「樂迷」一天不聽音樂應該是類似的，差別在「病情」輕重而已。

## 看電影當志業？

上周我們介紹過一些特別的「影迷」，能在短時間內密集地重複看同一部電影好幾百次，或是在一年內進戲院看七百多部電影，這都是刻意為之的特例，並非把持續看電影作為「畢生志業」的影迷所追求的。

這些在電影運動場中跑馬拉松的影迷們，著重的是「堅持」，就算是抱著平常心看電影，只要日子有功，也會累積出可觀的看片量。若是「專業影迷」，把看電影變成職業需要，譬如影評人和影展策展

人，那麼其觀片總量自然更加驚人，看在普通人眼中是足以令人瞠目結舌的，好電影很多，窮盡一生也看不完。

## 史上看電影最多的人

到底史上看電影最多的人是誰？似乎迄今沒有過正式的統計和報導。我在中國大陸著名的文青網站「豆瓣」上有人問出過這個問題：「豆瓣上已看電影最多的人是誰？」也有該網站網友標記他看過的電影近5萬部，閱片量標註超過3萬、2萬的也有。

這些數字信得過嗎？雖然的電影盜版碟資源的確豐富，也真的存在一些整天看電影可以不眠不休的「奇人異士」，但在邏輯上要達到「觀片量兩萬部」這個標準最起碼也得花上25年（以最寬泛的平均一年看800部電影來計算），而豆瓣上這些「瘋狂影迷」絕大多數只有二、三十歲，他們何來的時間看那麼多電影呢？因此這些過度膨風的說法並不可信。

不過，我要在下文介紹的這兩位東西方超級影迷的觀片量就十分靠譜，他們在電影文化

界建立的「豐功偉業」也有目共睹，值得愛看電影的同好尊為楷模。先介紹西方的代表，他是IMDb的創辦人科爾·尼達姆(Colin Needham)，1967年出生於英國。

## 第一個電影資料庫

凡是自許為真正的電影愛好者的人，應該沒有人不知道IMDb(網絡電影資料庫)這個網站的大名。當時在HP當電腦工程師的科爾，於1990年10月17日將他的私人電影資料庫上傳到自己創建的留言板rec.arts.movies，史上第一個電影資料庫於焉產生。初時科爾經營這個網站全為興趣，根本沒有營利。

直至1996年夏天，IMDb才有了第一個電影廣告(ID4星際終結者)，科爾得以辭掉HP的工作，專心做IMDb的全職僱員。1998年，亞馬遜(Amazon)因為賣DVD的需要收購了IMDb，科爾一直擔任這個網站的總經理。截至2020年6月，該網站共收錄了6,534,894部影視作品，以及130,735,536個人物的資料，是全球影迷和業界經常使用來

搜尋影視相關資料的寶庫。

## 超級影迷5歲養成

科爾本人就是一個超級影迷，在2016年趕在IMDb慶祝成立26周年之前，他達成了看片一萬部的小目標，如今的看片量當然就更不止了。根據他的自述：5歲時已愛上電影，第一部看的電影是動畫長片《白雪公主》，年僅8歲已在媽媽的帶領下到電影院看《大白鯊》，整個童年記憶都在電影院裡成形。

1981年，當家裡有了錄影帶設備後，科爾的觀影狂更一發不可收拾，曾拿著一部《異形2》(Aliens, 1986)足足兩周，反覆觀看了不下60次。

## 一年看電影200多部

科爾·尼達姆從5歲開始看第一部電影，到50歲看滿了第一萬部，平均一年看電影200多部，對超級影迷來說其實數量並不算多。另外，在科爾出生三年前就開始在香港的《中國學生周報》電影版投稿寫影評的石琪，也於1971開始在《明報晚報》影視版撰

寫影評專欄「電影茶座」，1988年《明報晚報》停刊，轉往《明報》日報繼續每日一篇的影評專欄，以迄於今。2016年4月他開始並在「立場新聞」網站撰寫第一篇博客文章，如今依然站在影評界的第一線筆耕不斷。

## 現存最資深的影評人

石琪是1946年於澳門出生的黃志強的筆名，他也是華文圈現存最資深的影評人，光是寫每日刊登的影評專欄的時間就長達半個世紀，觀影歷史更達60多年。

單以他當專欄影評人每日看片一部的平均數字計算，50年的總看片量就達到18000部左右，而他寫的影評總字數起碼在一千萬字以上。

## 出版《石琪影話集》

這些數字，已足以說明石琪可能是當前世上看電影最多、寫影評最多的冠軍選手！其影評著作曾由香港次文化堂於1999年出版《石琪影話集》全套八冊，是研究二十世紀香港電影極重要的一家之言。



◀ 科爾將其私人電影資料庫上傳到網路，史上第一個電影資料庫IMDb於焉產生。(網路截圖)



▼ 石琪是1946年於澳門出生的黃志強的筆名，他也是華文圈現存最資深的影評人。(臉書《石琪影藝談》)

# 醒報法律公益服務站

(免費諮詢，自由奉獻)

諮詢時間：每周二、四上午10.00-12.00 (採預約登記制)

## 受理諮詢議題：

家事糾紛、一般民刑法、智慧財產權、財稅諮詢、教會財團法人登記、訴願與行政訴訟、不動產登記

## 顧問律師：

陳業鑫律師(業鑫法律事務所)  
陳業鑫律師是台灣唯一同時具有法官、勞動局長、訴願審議委員會主委、金控公司董事、公司治理委員會委員的律師。2017年至2020年間並擔任台北律師公會勞動法委員會主委。



陳業鑫律師  
(曾任法官、勞工局長)



站長：陳榮新弟兄  
(東吳大學法律系畢業、專業地政士、台灣醒報法律顧問)

法律諮詢預約電話：02-23581961

如有奉獻請匯至中華基督徒新媒體協會，以便開具抵稅收據