

五媒合一
深度報導
極簡閱讀



抗癮鬥士 陳苡寧與癌奮戰



節目一直罵 顏寬恒反擊了



回顧 2021 不能忘的事件



陳冠禱的欲言又止 (蕭旭岑)



聖誕鈴聲近了
一年一度的聖誕節快到了，全台灣教會都熱烈慶祝耶穌降生，並且廣邀慕道朋友來領受救恩。「因有一嬰孩為我們而生；有一子賜給我們。…他名稱為奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君。」

國民黨與秋鬥合體 雨中遊行場面大

秋鬥呼籲「反萊豬、護藻礁」，國民黨則希望投下四個同意票，現場參與人數號稱達六萬餘人。

【本報記者林志怡台北報導】「萊豬進口了，最後都是勞工在吃，所以堅決反對萊豬進口，也不同意對活了七千六百年的藻礁生態說再見！」秋鬥團體與國民黨同時於 12 日舉辦遊行，並在凱道前與秋鬥行腳團隊「大會師」。秋鬥呼籲民眾一起「反萊豬、護藻礁」，國民黨則希望民眾更進一步、投下四個同意票，現場參與人數號稱達六萬餘人，雖陣雨不斷，但抗議民眾的情緒仍相當激動。

公投宣講同步開跑

國民黨於中正紀念堂自由廣場前進行宣講活動，立委費鴻泰、江啓臣、李貴敏、蔣萬安、吳斯懷、孔文吉等盡數出席參與，萊豬公投領銜人黨主席朱立倫、前總統馬英九也呼籲民眾投下四個同意票。

秋鬥團隊則在凱道前同步進行演說，長期反對萊克多巴胺使用的醫師蘇偉碩、藻礁領銜人潘忠政等出席進行宣講，重申「反萊

豬、護藻礁」的秋鬥立場，並高唱「秋鬥 2021」、「Sorry 藻礁別哭泣」等原創歌曲。

勞團堅決反萊豬

林為洲在國民黨宣講活動細數政府在萊豬公投犯下的「三大錯」，強調全球 197 國中，有 160 餘國禁止萊劑使用，因此開放萊劑使用不是國際標準，而台美關係是靠國防合作等管道維繫，至於民進黨說沒有吃來豬就不能加入 CPTPP，「如果不開萊劑就不能進 CPTPP，那澳洲、紐西蘭、馬來西亞等國怎麼會成為會員國？」

勞工代表也在秋鬥會場指控，萊豬進口後，有錢人會有資本選擇吃高級豬，便宜的萊豬最終都是勞工在吃，因此勞工堅決反萊豬，也批評政府開放萊豬進口「其實是怕美國生氣！」也對政府犧牲人民健康、換取與美國的「秘密協定」感到憤怒，更擔憂本次若開了先例，日本核食等爭議性食物進口也依樣畫葫蘆、陸

續開放進口，強調「勞工絕對不接受！」

堅持藻礁永存

此外，秋鬥團體也指出，民進黨在野時說「藻礁永存」，如今卻要台灣「跟藻礁告別」，說詞變調、讓勞工無法接受，也重申「反萊豬、護藻礁；反獨裁、護民主」的訴求。

藻礁公投領銜人潘忠政則以「雞蛋」形容現場的示威民眾，引用 2009 村上春樹獲得耶路撒冷文學獎時，「以卵擊石，在高大堅硬的牆和雞蛋之間，我永遠站在雞蛋那方」的發言，強調要聚集「雞蛋」的力量，在 1218 公投讓藻礁永存。

土盟理事長長陳致曉則指出，如今大潭藻礁面臨的危機就和過去土地不正義的困境一樣，且台灣反核運動從未說過要拿生態當犧牲品，但如今多數環團選擇倒戈、令人心痛。

民眾黨立委蔡壁如、邱臣遠等也到場支持秋鬥。蔡壁如也重申，7600 年的藻礁資源相當珍貴，萊豬進口更攸關食安，希望民眾在 12 月 18 日投下同意票。

嘉年華氛圍

秋鬥宣講現場現場也由工場團體、日日春協會、長期反對萊克多巴胺使用的醫師蘇偉碩等領唱多首改編歌曲，現場抗議民眾跟唱並喊話問，「蔡英文，你的良心在哪裡」、「為什麼要把藻礁蓋在藻礁上」現場氣氛一度如嘉年華。（相關新聞見 2 版）



▲ 公投前最後黃金週末，國民黨 12 日在自由廣場舉辦「我同意！YES 大遊行！」公投大型造勢，並遊行前往凱道與秋鬥團體會合。（中央社）

► 秋鬥遊行 12 日登場，遊行訴求「反獨裁、護民主、拚公投」，遊行民眾在凱達格蘭大道揮旗表達公投訴求。（中央社）

強風豪雨來襲 12 月颱風波及台灣

【本報記者鄧玉瑩台北報導】冬季強風豪雨特報來了！第一波從 12 日起發威 3 天，中央氣象局在 12 日上午發布大雨、陸上強風特報，大雨集中北部地區，陸上強風特報則在台南以北、東部及金馬澎出現 10 級強陣風；氣象專家賈新興指出受到 12 月颱風雷伊影響，17 日到 19 日全台有雨。氣象達人彭啟明則提醒，中南部會起濃霧，民眾開車要小心。

第一波強風豪雨

中央氣象局氣象預報員林定宜表示，受到東北季風影響，12 日起北部、東北部地區雨勢增強，特別是迎風面的山區氣溫轉涼，白天溫度都在 20 度以下，到了夜晚，下降到 15 到 17 度之間。此外，台南以北、東南部（含蘭嶼、綠島）、恆春半島沿海空曠地區將有 9 至 10 級強陣風，鄰近海域並有較大風浪，要特別注意。

15 日強風豪雨趨緩，除局部山區降小雨外，北部、東北部地區維持晴時多雲，氣溫回升，可望到 25 度。氣象達人彭啟明表示，中南部地區雖然降雨機率小，但因有水氣的影響，清晨會有大濃霧發生，開車出門的朋



▲ 17 日起全台受到水氣北上的影響，中南部也會轉為陰雨天氣，冬季少降雨的中南部也會出現難得大雨，雨勢強度要看東北季風下來的強度和走向而定。（中央社）

友，要小心注意。

12 月颱風全天下雨

氣象專家賈新興表示，目前在關島南方有一個熱帶擾動氣流在發展，從其發展旺盛氣流來看，已形成熱帶性低氣壓，13 日有機會增強為今年第 22 號颱風雷伊 (Rai)，預估於 17 日通過菲律賓南方。他說颱風雖很明顯往西，來台機會低，但可預期後勢增強，水氣仍將波及台灣，夾雜新一波東北季風南下，會帶來一波降溫。

賈新興表示，大家對 12 月颱風不用太緊張，南海一代氣流旺盛對流，生成颱風也是常有的。只是雖這個颱風不會影響台灣，不過其旺盛的水氣會北漂到台灣中南部上空，帶來不小的雨勢，中南部的溫度，也會因此下降，濕冷的天氣會再度來臨。

氣象達人彭啟明也指出，由於颱風中層水氣可能往北擴展，17 日起全台受到水氣北上的影響，中南部也會轉為陰雨天氣，冬季少降雨的中南部也會出現難得大雨，雨勢強度要看東北季風下來的強度和走向而定。



▲ 民眾黨立委蔡壁如、邱臣遠、秘書長謝立功等都出席秋鬥現場支持。（Photo by 林志怡/台灣醒報）



▲ 秋鬥行腳團隊、國民黨大會師後，宣講現場，群情激憤。（Photo by 林志怡/台灣醒報）

社論

用公投檢驗政治人物的雙重思考

政治人物選前說一套，選後做另一套；政黨在野時說一套，執政後大髮夾彎。幸好，凡走過必留下痕跡，凡講過都留下影音，數位時代，我們隨手估狗，就能前後對照：八年前蔡英文主席在桃園海邊睜著明亮雙眼盯著手中的藻礁小生物，留下「藻礁永存」的字條；現在的她領頭要把天然氣第三接收站蓋在藻礁上面。

雙重思考

往事不堪回首月明中，只是

朱顏改！對於政治人物這種反覆，1948年歐威爾寫的《一九八四》諷刺小說中創造出一個先知型的詞彙：「雙重思考」(doublethink)，其特徵為：「知道又不知道 意識到赤裸裸的真相，卻又說出仔細構築的謊言 用邏輯對抗邏輯 忘記必須忘記的事，必要時將記憶找回來，接著又迅速忘記」

政治人物操弄到極致，喊出一連串口號：「戰爭即和平、自由即奴役、無知即力量」，所

有的矛盾都換位調和而統一。

時空改變？

今天的台灣，像一個平行宇宙上演著「一九八四」，面對即將到來的1218公投，執政黨動用行政資源，全國巡迴宣講「四個不同意」，而細看公投案內容，肉品是民進黨當年要求「萊劑零檢出」的，藻礁是蔡總統要求永存的，公投是民進黨「蔡公投」力推的。民進黨正在演出典型的「雙重思考」！

面對質疑，民進黨的說詞是

「時空環境變了」；至於「誠信」，在「換黨執政」的戰略中本身就是「謊言」。因此，口號還可以加一條：「誠信即謊言！」。

憲法規定人民有「選舉、罷免、創制、複決」之權，公投是人民對於代議政治不滿而自發連署成案，以直接民主方式救濟錯誤政策的最後途徑，是「對事不對人」的逐案表決。

考驗道德抉擇

近日朝野政治人物不斷將公投升高為政黨對決，用包裹式

口號造勢來壓縮公民的理性思考空間，其實是對民主的損害與褻瀆，而某些政治人物前言不對後語的「雙重思考」更考驗著選民的道德抉擇。

不少西方政治學者的實證研究指出「理性選民」的假設根本就是個神話，因為民眾不斷選出笨蛋與騙子，人民自求多「禍」，民主變成笑話。有個實例：美國群眾大會上一位支持者大喊：「州長，我們有思想的群眾都支持你！」，爭取連任的州長回答：「這樣不夠，我們

需要多數人的支持。」

三項公投難度高

面對即將到來的1218公投，我們期望多數民眾是理性選民，而非童話裡那一群跟著一隻鴨子遊行的跟屁蟲。

不過，這次公投有三個高度牽涉科學與技術的議題（萊豬、核四、藻礁），要求為生活奔波的民眾坐下來弄清楚來龍去脈確實也難；童話故事裡另外有個小男孩教過我們：「國王說他穿了新衣服，可是，他沒有穿衣服啊！」

投票前，我們只要看清楚政治人物在誠實的鏡子前有沒有穿衣服就可以了。

十大抗癌鬥士 陳苡寧與肝癌奮戰

台灣癌症基金會於12日邀請十大抗癌鬥士，分享自身的抗癌經驗，並頒獎鼓勵這些成功戰勝癌症的勇者。

【本報記者簡嘉佑台北報導】現年29歲、仍在對抗肝癌的女孩陳苡寧於12日在頒獎典禮中表示，經歷了哭求護理師增量嗎啡、全身抽筋、連起身都痛得尖叫的療程；23歲的少年陳紹軒則是於大二確診淋巴瘤，而長期化療與心理壓力都讓他總處於崩潰邊緣。他們都鼓勵所有人都能勇敢面對噩運，成為理想中自己、「更喜歡自己」。

減少癌症死亡

根據衛福部統計，癌症39年以來都是台灣人死因第一名，奪去無數國民的生命。台灣癌症基金會於12日邀請十大抗癌鬥士，分享自身的抗癌經驗，並頒獎鼓勵這些成功戰勝癌症的勇者。陳時中致詞時表示，盼抗癌鬥士的經驗能鼓勵沒有受到疾病威脅的大家，活得更精彩、對社會更有貢獻。

陳時中說，癌症一直威脅國民健康，每年健保雖補助1000億，但隨著科技進步，新藥、新療法陸續出現，都因為專利、成本等問題，相對較難納入給付，目前仍存有一些醫療不平等的狀況需要克服，並將每年因為癌症死亡的人數降到100萬以下視為下一個目標。

感受活著的自己

「我不抽菸，不喝酒，而且定期運動，早睡早起，為什麼癌症還會落在我身上？」當時正要出國工作的林子閔則得知鼻咽癌時，心裡不禁冒出這個疑問。

經歷了痛苦的醫療過程的生活，但他仍表示，「自己能夠與癌共存，還能去到各國工作，還能在忙碌後喝杯咖啡，感受活著的自己。」

仍在對抗肝癌的陳苡寧致詞時說，「說真的，我到現在還是不知道癌症要教我什麼」，但癌症給了一個機會去擁抱自己的脆弱與不堪，更加懂得要珍惜、把握當下。

她表示，癌症不是讓我停下來或放棄什麼，而是讓我學會用自己的步調來前進，來更喜歡自己。她最後扭頭看了看四周後，微笑著說，「盼大家能更喜歡自己一點。」

陳紹軒則是於大二被告知確診淋巴瘤時，心中想著「為什麼是我？」在瀕臨崩潰邊緣時，經歷了許多醫護人員、親友的幫助後，他希望每個人都能在谷底展翅，成為理想中的自己。

其他抗癌鬥士還有21歲的學

生李欣恬、護理師李宜璇、工人陳永安、彩妝師黃素春、72歲的蔡賢祥與罹患舌癌的謝榮光。

罹患肺腺癌的教師蔡勝進、55



▲ 抗癌鬥士林子閔與自己的主治醫生合照，並不斷說：「這是我的救命恩人」。(Photo by 簡嘉佑/台灣醒報)

食在心安！ 蔣萬安襁褓兒子搶鏡頭

【本報記者鄧玉瑩台北報導】我知道這是玉米、這是稻米！一名男學童認真地在立委講萬安12日主辦的「食在安心」親子嘉年華活動中玩起「吃貨九宮格」闖關活動。蔣萬安也抱著5個月大的小兒子參與活動，搶盡風頭，他說，台灣民眾都知道食安的重要性，希望透過親子教育活動，更深植人心。

立委蔣萬安12日下午將小兒子抱在胸前，參加主辦的「食在安心」親子嘉年華活動，由於一早大雨不停，現場到處潮濕，不過因逢假日，前來人潮有上百人。民眾看到蔣萬安胸前可愛的小兒子，紛紛衝上前搶拍照，蔣萬安也很親民地與每個人拍照，尖叫、

歡樂聲音此起彼落。

蔣萬安對媒體表示，「捍衛食安、保護藻礁、能源永續和維護民主運作，一直是我堅定的立場。」他希望趁此機會，帶兒子出門走走，參與地方上親子活動，也感受一下公投議題的魅力和熱力。

現場活動除了有消基會猜謎遊戲、彈珠遊戲、復古釣鴨子，還有小紅帽與大野狼兒童劇，熱鬧有趣。



▲ 立委蔣萬安抱著5個月大的小兒子參與活動，搶盡風頭。(Photo by 鄧玉瑩/台灣醒報)

國民黨、民團遊行 疫情中少見規模

【本報記者林志怡台北報導】國民黨與秋鬥團隊在雨天進行遊行，仍聚集了台灣自疫情以來，最大規模的示威遊行！遊行過程

中鳴笛聲不斷，民眾的情緒相當激動，勞工為自己的外食安全發出怒吼，也強烈拒絕告別藻礁生態，國民黨的遊行團隊一路帶領

民眾踴躍前往凱道，民眾黨則在活動後段抵達秋鬥現場。

風雨無阻

此次遊行的特色，第一是在風雨中進行，國民黨於自由廣場前的公投宣講開始前，就已經出現多處積水。

但現場的民眾仍穿著輕便雨衣參與活動，除少數年輕參與者與直播主外，也有大量從中南部整車帶上台北的阿公阿嬤團，在第一階段就有約2.5萬的人潮。

第二，遊行成員很多元。宣講結束後，國民黨遊行團隊開始踩街、往凱道進發，一路上也有許



▲ 秋鬥遊行中。環保團體排出「藻礁永存」大字。(中央社)

政論節目從早罵到晚？顏寬恒反擊了

媒體指控的都是顏家旗下公司、企業涉及特權、搶標等案件，說到顏寬恒本人，則說他是「爸寶」、「躲在家族背後」的人。



▲ 顏寬恒 12 日繼續四處拜票。(顏競選總部提供)

【本報記者鄧玉瑩分析報導】台中市前立委顏寬恒自從參加中二選區補選後，電視曝光率大增，其中三立電視台政論節目從早到晚都以顏寬恒當主角，包括《新台灣加油》、《台灣最前線》、《鄭知道了》與《辣新聞》等政論節目名嘴，輪番批評顏寬恒及其全家。這些評論多少影響

節目名稱	主題	內容	顏家回應
13：55 《新台灣加油》	顏清標欠錢不還	顏清標欠債 6 千多萬，因名下無財產，法院無法執行。債權人是前沙鹿鎮長陳孟森。	顏家不回應
22：00 《辣新聞》	選舉要穿防彈衣	中二選區選舉要穿防彈衣	顏清標：「不用穿防彈衣啦，是別人扭曲、抹黑。」
19：55 《台灣最前線》	台中港 BOT 煤炭倉儲案	台中市議員陳世凱指控顏家聯手搶下台中港 BOT 煤炭倉儲案。	依法提告
21：55 《鄭知道了》	台中港 105 號碼頭標案	顏寬恒當立委時施壓港務公司，標下台中港 105 號碼頭。蔡不排除對顏提告。	發言人張禹宣指控 105 號碼頭曾因利益問題，讓另一家公司幕後大老蔡其昌，立法院凍結超過 10 億元預算
21：55 《鄭知道了》	817 公保地上的違建	顏家族在南屯兒童遊戲場公保地上興建招待所，經中市都發局現場勘查，證實違建	顏寬恒主動開記者會，上怪手當第一個拆除的人，表示配合政府，在期限之內改善
13：55 《新台灣加油》	土地租給電子遊戲場	顏寬恒把名下土地長期租借 2 家電子遊戲場	顏寬恒：「取得土地時已經有地上物，出租的是合法申請的電子遊戲場。」
21：55 《鄭知道了》	顏家收 10% 電廠工程費	立委蘇治芬爆台中電廠工程 10% 給顏家	顏寬恒：「沒有爆料者，只靠著立法委員的言論免責權，無從回應。」台電否認

製表：鄧玉瑩 / 台灣醒報

到選情，顏寬恒從默不回應，逐漸開始主動回應，盼正視聽。

台中市第二選區立委補選候選人顏寬恒 11 日成立沙鹿後援會，鎮瀾宮董事長顏清標為兒子站台時激動表示，「這場選舉非常不公平，電視台整天都在罵我們父子，是全世界民主政治最大笑話！」「我們五代人生死都在這裡，絕對不會離開，不是選舉才來，選完看不到人的人！」

不全然有根據

據地方人士表示，這些政論節目中批評的議題，3 成有根據，7 成穿鑿附會。例如「顏清標欠錢不還」議題，確實真有債權人及債務糾紛，顏家因此對此低調不回應，也沒有反駁；指控顏家在南屯兒童遊戲場公保地上興建招待所，經台中市府都發局前往勘驗確認違建後，顏寬恒第一時間也承認，同時主動上怪手當第一個拆除的人，表示配合政府，在期限之內改善。

另外，不論是「台中港 BOT 煤炭倉儲案」、「台中港 105 號碼頭標案」或是「土地租電子遊戲場」，所指控的都是顏家旗下公司、企業涉及特權、搶標等案件，說到顏寬恒本人，則說他是「爸寶」、「躲在家族背後」、「顏清標脫產的人」等，被稱「萬惡不赦」的還是顏家勢力。

批評顏家多於顏寬恒

顏父、鎮瀾宮董事長顏清標是原台中縣地方勢力黑派代表，歷任第十三屆台中縣議員、第十四屆議長、省議員、第五屆到第八屆立委，在台中海線有舉足輕

重的分量；顏寬恒是家中長子，曾任第四屆國大代表、第八、九屆立委，為多明尼肯大學企業碩士；妹妹顏莉敏是台中市第二屆議員、第三屆議會副議長，以顏清標為中心的顏家在中部政治勢力不可小覷。

顏清標過去在大甲、沙鹿一帶，曾因扯入砂石、強制、恐嚇等案被視為黑道，地方上更盛傳要跟顏寬恒搶立委，「要穿防彈衣」。對此，顏清標並不認同，他說：「穿防彈衣，是別人扭曲、抹黑。」但顏清標承認自己曾年少輕狂，但從政後個性改很多，且擔任如同義工團長的鎮瀾宮董事長，為宗教服務、口不出惡言等。

顏寬恒回應了



▲三立電視台在各節政論節目踢爆顏家是是非非，顏寬恒開始反擊。(網路截圖)

陳定川、林長勳、林敏雄獲北商大名譽博士

【本報記者章文台北報導】臺灣永光集團陳定川榮譽董事長、將捷集團林長勳總裁、全聯實業暨元利建設林敏雄董事長等三位傑出的台北商業大學校友，因分別在化工、建築以及零售領域上成就非凡，11 日在北商大的校慶中獲頒名譽商學博士，由校長張瑞雄主持頒發。

國立臺北商業大學慶祝創校 104 周年，於 12 月 11 日於活動中心舉辦「絢麗北商，榮耀綻放」校慶活動，此次特別頒發第二屆「臺北商業大學名譽商學博士學位」的獎項給三位在社會上表現傑出的校友，包含臺灣永光集團陳定川榮譽董事長、將捷集團林長勳總裁、全聯實業暨元利建設林敏雄董事長，三位傑出校友都對臺灣社會有長足貢獻。

陳定川榮章致詞時感謝學校與政府的栽培，才能讓他從一位工

人出身，在接受過教育後成功翻身；林長勳總裁也表示，在北商所學習的商業知識，讓他可以在建築界站穩一席之地；林敏雄董事長則說，母校給予的榮耀，讓他十分開心，他們都說，將抱著感恩的心情，為社會、母校提供更多服務與回饋。

總統府資政顏志發提到，北商大具有 104 年悠久的歷史，不斷隨著時代求新求變並升格改制，成為現在最知名的商業大學，相信未來會繼續培養最優秀的人才為國家社會所用。

知名藝人蔡旻佑、吳思賢、李芷婷、艾薇、鄭心慈都來到校園中熱力開唱，學生社團則帶來精彩的表演，包含熱門音樂社、熱舞社、烏克蘭麗麗社、雅韻吉他社、嘻哈文化研習社、管樂社、漾舞社、嵐軒國樂社，展現學生們的青春活力。



▲ 臺灣永光集團陳定川榮譽董事長（左二）與將捷集團林長勳（左一）、全聯實業暨元利建設林敏雄（右一）分別獲頒榮譽商學博士，右二為台北商大校長張瑞雄。(photo by 林意玲 / 台灣醒報)

英特爾拜訪台積電 劍指三奈米製程？

■ 何其台（資深媒體人）

彭博社報導，英特爾執行長季辛格下週將訪問台灣，將拜訪台積電。

由於美國商務部長雷蒙多已掌握各晶圓廠極機密商業資料，並與經濟部長王美花視訊討論「合作事宜」。季辛格對台灣一向不友善，此行果如傳言「攔胡」先進製程技術？大家必定關心。

美國重建半導體產業

美國希冀取得半導體先進製程技術及產能，企圖心明確，早已不是祕密。雷蒙多最近在紐約經濟俱樂部、底特律經濟俱樂部，並和多位密西根民主黨議員，舉行半導體議題圓桌會議時，一再提到台灣及中國大陸，都在獎勵晶片生產。美國有 70% 最精密晶片，來自台灣，全世界最頂尖的半導體美國產出是 0%。

經濟部對於季辛格來訪，一

概以「事涉商業機密，不評論個案」為由，不願多談。不過以季辛格過去傲慢批評台灣，反對補助台積電赴美建廠，且批評台灣是個不穩定地方，從諸多不友善言論來看，他此時負有之任務，應該不會是幫助台灣深化發展半導體產業。

季辛格令張忠謀不悅

季辛格對台灣的不友善，連一向敦厚、謙謙君子的張忠謀都罕見說了重話，他回批加州也不見得安全，有大地震，加上如果發生戰爭，飛彈照樣可以打到美國，言談之間顯示他的不悅。

季辛格坦承，英特爾最新一代的處理器和六奈米製程，將採用台積電七奈米及六奈米製程，為其代工部分晶片，如今加入三奈米「合作」，將使英特爾快速深化先進製程技術，建立半導體王國。

但是所謂「合作」，究係何指？引起業界揣測。不得不擔

心數十年來，好不容易建立的半導體技術及市場，是否將因此拱手讓人？

應保護「護國神山」

官方經濟部的態度諱莫如深，當然有不得已的苦衷，然而，從全球半導體產業競爭態勢觀察，英特爾透過政治壓力，以龍頭台積電為目標，並不單純，台灣要慎重考慮，「合作」不能傷害「台灣利益」，否則國人難以接受。

長期以來，台灣一直是美國忠實盟友，在半導體領域，雙方如果以合則兩蒙其利方式相處，應是最佳發展方向，但是如果只是希望快速取得台積電先進製程技術，建立自己半導體王國，恐怕對台灣未來科技及經濟發展，相當不利。

這是政府及半導體產業必須考慮的問題，畢竟再造一座護國神山，正如張忠謀所言「難」。

阿富汗飢餓危機 國際解凍資金救援

在塔利班接管阿富汗後，國際中斷了資金援助；但目前嚴重的乾旱加劇，糧價飆漲，過量的飢餓人口加劇醫療負擔。



▲ 國際資金斷鍊與嚴重乾旱都使得阿富汗深陷危機，民眾被迫上街販售家庭用品。(Photo by Ninara on Flickr under C.C. License)

【本報記者簡嘉佑台北報導】國際上對阿富汗援助資金解凍，各國將提供 2.8 億美元到聯合國，支援阿富汗的食品和衛生服務！在塔利班接管阿富汗後，為了抵制塔利班勢力，國際中斷 100 億美金的資金援助。同時國內嚴重的乾旱加劇，糧價飆漲。該國首都街頭出現被迫出售家用器具的攤販；過量的飢餓人口形成醫療量能負擔，導致已有超過 2 千間的醫療院所倒閉。

重新投資資金

《BBC》報導，在塔利班 8 月奪取政權後，西方各國為了抵制該政權，決定凍結 100 億美元的資產與貸款渠道，同時世界銀行與

國際貨幣基金組織也停止了該國獲得資金的機會。

而近期嚴重乾旱毀壞了阿富汗大部分的小麥作物，使得糧食價格飆漲。世界糧食計劃署(WFP)警告說，阿富汗超過一半的人口正面臨嚴重飢餓的威脅，包括 300 萬名兒童面臨營養不良的危機。

阿富汗重建信託基金將重新提供資金到世界糧食計畫與聯合國兒童基金會兩個組織。世界銀行表示，這兩個組織都有「具備當地設施與後動能力」，可以直接向阿富汗人提供服務。聯合國兒童基金會將獲得 1 億美元用於基本衛生服務，世界糧食計劃署將獲得 1.8 億美元，致力解決糧食危機。

街頭販售家庭用品

《半島電視台》報導，在塔利班接管阿富汗之後，美國國會於 10 月決定中斷對阿富汗的援助，國際報告指出，美國 20 年來已花費 1460 億美元在援助阿富汗。

長期仰賴國際資金援助的阿富

汗受到嚴重打擊，當地大多數銀行都已關門大吉，曾經富裕的中產階級家庭也陷入貧困。首都的街頭開始出現出售家庭用品的小販，當地商販說，「現在每天都在飢餓中度日，家中沒有人有足夠的經濟收入」。

醫療量能崩潰

《BBC》報導，根據聯合國的 12 月數據，阿富汗正面臨嚴重的飢餓危機，預計今年冬天將有約 1400 萬兒童嚴重營養不良。而飢餓人口增加造成醫療量能壓力，援助衛生體系的資金斷鏈，都使得該國的醫療體系瀕臨崩潰邊緣。

目前該國已有超過 2 千家的醫療機構倒閉。偏遠地區的醫生說，「許多重病患者長途跋涉 12 個小時尋求治療，但目前甚至連退燒、止痛這些基本藥物都無法提供給他們。」首都大型兒童醫院也難以倖免，該院院長西蒂奇表示，醫院極度短缺食品與藥物，連替病人保暖也做不到，因為中央供暖系統已經沒有燃料了。

蘇丹民眾反軍政府 籲國際勿予援助

【本報記者簡嘉佑綜合報導】「國際絕不能以任何形式支持軍政府！」蘇丹民眾近日向國際喊聲，恢復援助恐棄蘇丹的民主運動不顧，並正當化了軍事政變。因蘇丹軍政府於 11 月時讓原總理哈姆杜克復職，國際認為軍政府態度放軟，並開始討論恢復對蘇丹的援助，引發該國抗議人士不滿。專家呼籲，以人道救援的方式提供資金給民間機構，而非以國際援助的方式援助蘇丹政權。

抗議者呼籲停止援助

《半島電視台》報導蘇丹抗議者近日開始敦促世界各國不要

恢復對該國政府的援助，因為這相當於承認軍政府的合法性。蘇丹軍方於 10 月 25 日發動政變，推翻了當時的過渡政府，引發國際上的撻伐與抵制聲浪，如美當即停止對蘇丹高達 7 億美元的援助計畫。

國內的民眾在政變後持續上街示威抗議，與軍政府發生衝突，導致平民身亡。《美聯社》報導，為了安撫國內外的輿情，軍政府讓原本的總理哈姆杜克復職，並釋放在政變期間遭軟禁的達官政要。

國際上樂見蘇丹軍政府態度放軟，並開始討論放寬抵制，恢復援助等措施。

大西洋理事會非洲中心的研究員哈德森表示，美國當局在恢復援助陷入兩難，因為以拒絕提供援助的方式來回應軍事政變才是常態，但這卻也可能引發當地經濟崩潰。

他補充，「美國主要是支持哈姆杜克，如果現在他不是總理，美國就不會忍受或承認這個政府。」

恢復補助陷兩難

但蘇丹專業人士協會成員穆巴拉克憤怒地說，「美國將蘇丹的民主運動置於一旁，就只為了支持哈姆杜克。」蘇丹抗議者協會代表達利也說，「為了人民和抗議民眾的利益，國際社會絕不能

以任何方式來支持該政府。」

聯合國秘書長安古特雷斯於 1 日表態支持哈姆杜克，表示蘇丹民主運動的抗議人士應該支持哈姆杜克。他說，「蘇丹目前情況並不成熟，但這正是往民主過渡的進程。」而古特雷斯的言論激怒了活動人士，許多人開始指責聯合國支持政變。

給民間的人道救援

研究蘇丹問題的國際危機組織專家霍納表示，提供用於民間團體或民主運動的人道主義援助，或許是解決之道。他說，「國際援助不應該被軍方收入囊中或收歸私用。」

人類若不干預雨林 研究：20 年內復甦 8 成

【本報記者林志怡綜合報導】研究指出，如果人類不出手干預熱帶雨林，「次生演替」過程將使被破壞的雨林在 20 年內，自然恢復近八成的原始林貌！該篇發表於《科學》雜誌的研究第一作者指出，讓森林自然恢復，會比人為植樹的效果更好，而 20 年是政策能夠掌握的短期時間，對於未來的氣候行動規劃至關重要。

次生演替超強恢復力

《科學》雜誌近期的研究指出，雖然森林遭到過度砍伐，但經破壞的低度利用土地仍有極強的再生能力，可以藉由「次生演替」的自然再生過程產生「次生林」，並在成長過程中吸收大量的溫室氣體、有效減緩全球暖化。次生演替過程一般發生在火災、洪水以及人為活動後，原植

被雖遭到破壞，但殘存的根系與種子會重新生長，並復原當地的生態景象。《衛報》報導，研究第一作者普爾特說，人類應該放手讓大自然自我修復，且這麼做的效果會比刻意地進行植木更好。

該研究進一步估算發現，不同條件下森林需要的復甦時間不同，平均來說，土壤約需要 10 年恢復到開發前的狀態，植物群落與生物多樣性的完整復甦則需要 120 年，若只估算林貌復原所需的時間，普爾特說，熱帶森林可以在短短 20 年內恢復就恢復約 78% 的原始生長狀態，「這是非常快的速度，且相當驚人。」

自然恢復救地球

未參與該研究的中央州立大學地理空間科學研究員薩拉斯也認同此篇研究的重要性，並指出，



▲ 研究發現，恢復雨林生態的最佳解是放任其自然復甦。(網路截圖)

熱帶環境下的森林結構相當複雜，且帶有種類繁多的動植物生態，因此了解次生林如何在廢棄的農田上自然恢復，對於確保生物多樣性保護至關重要。

此外，普爾特強調，次生林就像「成長中的青少年」，會不斷地吸收空氣中的二氧化碳、作為

成長的養分，相較於既有的、成長緩慢的老林，對減緩暖化有更大的效果，因此「請珍惜那些次生林，可以的話，請讓這些森林再次自然再生」，他也強調，以人工植木的存活率只有 50% 至 70%，且難以複製原始的生物多樣性環境。

英禁狩獵戰利品進口 動團批進展太慢

【本報記者呂宜臻綜合報導】動物保護立法太慢，危及物種生存！英國在上周五 12/10 宣布禁止英國人將海外狩獵戰利品帶回國，包含瀕危、受威脅和瀕臨滅絕的物種。但該國政府早已在兩年前承諾要頒布禁令，而且如今也只口頭宣示，反引起英國國內動保人士的不滿。

頒進口禁令

根據《衛報》報導，這項法案若通過，將會限制英國人將獅子、犀牛、大象和北極熊等 7000 種動物的身體部位帶回國，且無論是野生動物或是為了供人狩獵而專門圈養的動物都包含在內。違者將會面臨最多五年的刑期。

英國環境食品與鄉村事務大臣喬治·尤斯蒂斯表示，「此舉有望成為世界上最嚴厲的措施之一」，而且限制範圍可能會超越政府原先所述，還包括其他 1000

多個物種，例如斑馬和馴鹿。根據英國政府的說辭，該法案可能會在明年春夏提交議會。

法案一再拖延

據《BBC》報導，在 2015 至 2019 年間，英國共進口了共 335 件瀕臨絕種野生動植物國際貿易公約所涵蓋的狩獵戰利品。而根據《國家地理雜誌》，國際人道協會歐洲公共事務高級主管喬安娜·斯瓦比指出，歐盟是僅次於美國的狩獵戰利品進口國。

雖然此項禁令在英國向公眾諮詢後獲得正面的回應，並在下議院獲得跨黨派的支持，不過也有反對聲音表示，狩獵資金可以用以保護瀕危動物及其棲息地，而英國政府將如何回應仍有待觀察。但「時間越久，被射殺並作為戰利品帶回國的動物就越多」禁止狩獵戰利品運動的創始者愛德華多·瓦卡維爾斯說。



▲ 法案還包括其他 1000 多個物種，例如斑馬和馴鹿。(Photo from publicdomainpictures)

雜誌回顧 2021 不能遺忘的大事件

2021 仍受到 2020 年的疫情餘波影響，變種病毒接二連三地出現，國際衝突、氣候變遷災害也導致人們流離失所。



▲年底出現的 Omicron 變種打臉了富國自掃門前雪心態，而專家也預測，未來新冠肺炎病毒會持續存在、漸漸流感化。(網路截圖)



▲致力於拍攝中東等衝突地區影像的女性攝影師阿達里奧說，她在這段時間目睹了許多因為性暴力而帶來的家庭悲劇。圖為其作品。(網路截圖)



▲美軍撤離阿富汗帶來的後續影響，至今仍未結束。(美國國防部網頁 defense.gov)



▲2021 仍受到 2020 年的疫情餘波影響，變種病毒接二連三地出現，尤其是具有高度傳染力的 Delta 變種，一度引發世界對疫情倒退的恐慌。(網路截圖)



▶在環境方面，2021 年發生了嚴重蝗害（東非）等，人類開始意識到極端天氣帶來的威脅與採取應對措施的急迫性。(網路截圖)

【本報記者林志怡綜合報導】

根據《國家地理雜誌》的報導，2021 年充滿了公衛、政治與氣候危機，新冠肺炎疫情讓全球局勢有如坐上雲霄飛車，但也逐漸恢復到了常態。

各地在一年間面臨 Alpha、Delta 乃至於 Omicron 變種病毒的疫情挑戰，北美地區等遭遇了前所未有的熱浪與大火，至於阿富汗地區與東歐則在不斷地衝突與軍事爭議中度過了一年。

2021 仍受到 2020 年的疫情餘波影響，變種病毒接二連三地出現，尤其是具有高度傳染力的 Delta 變種，一度引發世界對疫情倒退的恐慌，雖目前事態略微趨緩，但因為部分國家自私的囤積疫苗、接種進度停滯不前的情況下，人類錯失了獲得群體免疫的機會，導致

數百萬的民眾因此死亡。

在年底出現的 Omicron 變種打臉了富國自掃門前雪心態，而專家也預測，未來新冠肺炎病毒會持續存在、漸漸流感化，但長期新冠症狀，如腦霧、記憶力衰退、疲勞等也成為後疫情時代的隱憂。

然而，2021 年的國際衝突也是接二連三地登場。從 4 月的美軍撤離阿富汗，到下半年的東歐邊境衝突、緬甸軍政府掌權、東亞核能危機等，聯合國秘書長古特雷斯在疫情之初呼籲全球立即停火的請求遭到徹底無視，在各種危機中，幾乎都能看到暴力、飢荒與女性危機的身影。

曾獲得普利森獎、致力於拍攝中東、南亞和非洲的衝突地區影像的女性攝影師阿達里奧說，她在這段時間目睹了許多

因為性暴力而帶來的家庭悲劇，但也看到衝突下、避難所中短暫的和平時刻，女性展現出超乎想像的韌性與堅強。

在環境方面，2021 年發生了嚴重的熱浪（北美）、蝗害（東非）、洪水（印尼）等，人類開始意識到極端天氣帶來的威脅與採取應對措施的急迫性。世界一度把希望寄託在 11 月由英國主辦的 COP26 氣候峰會上，但外界對於這場會議的評價只說是差強人意。

不過專家樂觀認為，人類對於氣候威脅的「大覺醒」時刻已經來到，2021 年的災害讓越來越多人開始問，「我能做什麼？」、「我該如何改善這一

切？」且各國在這一年間積極推動再生能源改革，可見人類正在往正確的方向走，「只是我們需要更多的手來推動這一切。」



▲環保運動者批評，COP26 會議有太多化石燃料產業人士參與。(網路截圖)



▲2021 年的國際衝突也是接二連三地登場，包括緬甸軍政府掌權鎮壓民眾等。(中央社)



▲北美地區等遭遇了前所未有的熱浪與大火。(網路截圖)



錢留子孫 智者喪志、愚者益愚

孩子如果很聰明，留很多錢給他，會使他喪失掉志氣；如果孩子很笨，留很多錢給他，他會變得更笨。



會►號稱中國第一慈善家的余彭年先生，生前立遺囑，財產100億港幣，全數撥入「余彭年慈善基金會」作公益慈善之用，不留給兒孫。（網路截圖）

■王建煊

（前監察院院長）

號稱中國第一慈善家的余彭年先生，湖南漣源市人，2015年5月2日在香港逝世，享年93歲。1958年36歲由澳門偷渡香港，當清潔工，後投資房地產發財。生前立遺囑，財產100億港幣，全數撥入「余彭年慈善基金會」作公益慈善之用，不留給兒孫。

第一慈善家—余彭年

在他經營的「余彭年酒店」大廳，掛有他生前的題字，十分醒目，勸人財產不可留給子孫。這與一般有錢人，一輩為孩子做牛做馬，賺錢供子孫享用的作法，大不相同。

我奉勸那些手握大權有勢的政治家和有億萬身家的企業家，千萬不要多留錢給子孫後代。歷史證明「兒子強於我，留錢做什麼，兒子弱於我，留錢做什麼」兒子有能力，創出比父更輝煌的事業，兒子沒有用，留錢反而害了他。這樣看來，於其將錢留兒孫，花天酒地，不如自己享受，做好事的好。

余先生題字用語，未必有中國文句之美，但句句實在，他掛在酒店大廳上，當然是希望住店人都能看見，而有所感。我把它錄在本文裡，也是希望名人之言，能給人少許警醒。

遺產稅影響投資意願？

我在擔任財政部長時，有位經營企業的富有商人，我在這裡不稱他為企業家，因為我覺得他不夠格。他對我說：「部長，遺產稅稅率太高了，影響投資意願！」我說：課遺產稅時，你已登天了，沒有痛苦感，何來影響投資意願？他說：「部長，你難道



廈門大學創辦人陳嘉庚先生，是一位成功的華僑企業家，他有九男八女，但他的財產全部不留給子孫。（網路截圖）

不知道我們辛苦投資賺錢，不就是想多留點錢給孩子嗎？」碰到這樣觀念的人，夫復何言！

結果他真的留了很多要命的錢給了孩子，因為他掏空公司好幾十億潛逃國外。他掏空公司錢的手法，涉及子女帳戶，六、七個孩子，除了一位平安無事外，其餘的均被判入獄坐牢。

偉大的爸爸，你生育了我們，相信你是愛我們的，但是為何愛如此糟蹋我們的人生呢？其實無他，這位父親絕無要陷子女牢獄之災的本意，但由於他對金錢價值觀極不正確，即使不送子女入獄，子女的人生也好不到哪裡去，充其量只是有幾個臭錢的商人。

智者喪志，愚者益愚

廈門大學創辦人陳嘉庚先生，是位成功的華僑企業家，他有九男八女，但他的財產全部不留給子孫。他的名言是：「錢留子孫，會使智者喪志，愚者亦愚。」

意思是說，孩子如果很聰明，留很多錢給他，會使他喪失掉志氣；如果孩子很笨，留很多錢給他，他會變得更笨。

陳嘉庚先生除了創辦著名的廈門大學外，還建立了集美學

村，在廈門集美鎮，幾乎全是他創辦的學校，有集美大學、學院、中學、小學、幼兒園。

2016年4月我應邀去廈門大學嘉庚管理學院愛心演講。接待我的教授說，他是土生土長的集美人，他由幼兒園一直讀到集美大學，全是陳嘉庚辦的。

集美村並不大，但土地幾乎全捐或賣給陳嘉庚辦學了，真是全村有志一同，努力興學。

發揚嘉庚精神

在集美學村看到的都是學校，另有宏偉的陳嘉庚紀念館、墓園、圖書館。辦活動時，也常以「發揚嘉庚精神」為激勵標語。

陳嘉庚逝世出殯時，冠蓋雲集，周恩來、朱德等黨國大老為其執紼，備極哀榮。個人備極哀榮，高官執紼，有紀念館，立銅像，對一個有貢獻的人，事有應得。

但最重要的不是這些，而是每年有多少學子由陳嘉庚辦的學校畢業走入社會，他們自己成家立業，造福人群。

教育是最偉大的慈善事業，教育是讓窮人改變命運的工具，教育是國家富強的不二法門。陳嘉庚先生，您真偉大！

懷念老明星——一代玉女憶尤敏

■朱全斌

（大學教授）

明星分為兩種，一是隨著潮起潮落，總是戀棧著鎂光燈，到不走紅了才黯然離開；另一種則是自己決定自己的命運，將眼前風光視為短暫的繁華，在事業高峰之際毅然隱退，而且從此消聲匿跡，讓影迷永遠留存著他（她）最美好的形象。

玉女明星懷尤敏

在巨星之中，以前者佔多數，但其中能屹立影壇成為長青樹者，寥寥可數。肯在當紅之時選擇急流勇退需要強烈的決心與智慧，而在六〇年代中又以尤敏為其中的代表人物。

尤敏出身粵劇世家，是名伶白玉堂的女兒。她十六歲出道，在邵氏待了六年，以溫柔婉約，清新脫俗的氣質走穩玉女路線後跳槽電懣，受到新東家力捧，連續兩年以《玉女私情》及《家有喜事》贏得兩屆亞洲影后，聲勢直追更早出道的林黛。

民國五十年開辦的金馬獎，尤敏也是第一屆影后，在得獎影片《星星月亮太陽》中她的戲份並不多過另外兩位女主角葛蘭與葉楓，卻脫穎而出，可見聲勢之強。

尤敏還是華人影星中第一位邁向國際的，早在歐陽菲菲跟鄧麗君之前，她的聲名就已經響遍



尤敏是華人影星中第一位邁向國際的，早在歐陽菲菲跟鄧麗君之前，她的聲名就已經響遍東瀛。（網路截圖）

東瀛，日本的東寶與電懣合作，拍攝了《香港之星》等四部電影，在日本締造了賣座冠軍的紀錄，並受邀主演由東寶獨立出品的《社長洋行記》。她跟那時日本當紅的寶田明一起塑造的異國情侶形象大受歡迎，兩人氣質貼近，被影迷認為「本該如此」。

日語、英語流利

此外，她跟三船敏郎、加三雄三等一線男星也都有合作。電影的日語及英語版她都親自配音，不假他人，那時候的港星怎麼外語能力都這麼強？

在玉女的形象下，尤敏其實是個很有自我主張的人。本名畢玉儀的她，藝名是自己取的，而且在踏入影壇不久，就宣稱只會拍到她結婚那天。她將自己在影壇的成就看得很淡，在得了許多獎之後還很低調地表示，得獎並不代表藝術前途從此就可綿遠流

長。

因為這麼想，在拍完膾炙人口的《深宮怨》後，她就跟片中飾演的董小宛一樣，在由歡場從良後就「卻管弦，洗盡鉛華」。董小宛28歲去世，巧合的是尤敏則是在28歲嫁入豪門，結束了影藝生命。

零緋聞紀錄

有人說，豪門不喜歡媳婦在外拋頭露面，所以自娛樂圈退出或有不得已的苦衷，例如當年鄧麗君就因此沒結成婚。

不過在影壇十二年，零緋聞紀錄的尤敏可能並不這麼熱愛演戲，她曾經因為錢的事被母親告上法庭，這則新聞讓我們聯想到晚她一個世代的梅艷芳，不過她比較幸運，雖然才活了六十歲就病故，但究竟擁有過美滿的婚姻，壽命雖不長，卻已經是影壇被許多人稱羨的典範了。



精神疾病不可怕 讓我現身說法

我得憂鬱症了嗎？看作者從不知所措到坦然面對，與憂鬱、焦慮、輕微強迫症共處的真實故事。

■ 李荷妮

我對第一次踏進精神科診所的記憶猶新，畢竟任何事的初體驗總是印象深刻。診所位於一棟充滿醫療院所的建築物四樓，電梯裡擠滿了人，樓層按鍵旁寫著各家醫院的名稱，四樓除了我要去的精神科診所之外，還有另一家專科診所。

精神科診所難找

沒有人按四樓，我正遲疑要不

識外，我還有個實際生活中能諮詢的朋友。他推薦了一家評價很高的醫院，雖然他沒去過，但聽說醫生很實在，不會過度治療，所以我就決定去那家了。初診必須預約，可預約的時段只有平日上午，因此我向公司請了半天假，幾天後去看診。

走廊很安靜，但沒想到門一推開裡頭擠滿了人。我好久沒見過私人診所像這樣大排長龍了，記得上次看到這樣的情況，是在急性出血結膜炎大流行時的眼科診

醫的地步？真正的憂鬱症怎麼還會有心思化妝打扮呢？其他人看我這樣，心裡會怎麼想？醫生看我穿成這樣，會不會對我有先入為主的想法？萬一我講了我的症狀，醫生卻認為是我大驚小怪怎麼辦？那不就丟臉丟大了？每個人日子都不好過，是不是用不著去看精神科？要不要趁現在離開呢？護理師應該不會把我叫住，問我要去哪吧？

就在我快被無數個念頭淹沒時，護理師叫了我的名字。進入診間後坐下，醫生問我：「有哪裡不舒服嗎？」我說：「嗯，最近吃不好，也睡不好……」才講到一半眼淚就奪眶而出。我哭得不成人形，啜泣到難以呼吸。

「幾天前，我突然在辦公室哭了……對不起，我也不知道我是怎麼了。」

不需大事也可能罹患

感謝桌上正好擺了一盒抽取式面紙，可以讓我肆無忌憚地抽。我心想幸好哭了，眼淚像是證明了什麼。醫生問我最近發生了什麼事，我想不到什麼特別的事，他要我儘管說，小事也無妨。

我回想，三月左右跟死黨鬧翻，四月祖母生病，這兩件事雖然都令人難過，但我不認為有嚴重到成為罹患憂鬱症的關鍵原因。醫生說，憂鬱症即使沒有重大事件引發也有可能發病，並且要我透過諮商來找出原因。我才知道，原來不需要特別的大事也有可能得憂鬱症。

問診結束後，我還做了自律神經功能檢測，為的是了解交感神經和副交感神經的平衡狀態。護理師在我的胸部、手、腳綁了帶子，並叮嚀我不能動。

測出自律神經異常

這時候我還在擔心，萬一檢查結果發現不是憂鬱症怎麼辦？我這麼痛苦，要是身體卻是正常的，醫生會不會認為我的眼淚是騙人的？如果我這時候移動身體，會不會測出來的結果更接近

憂鬱症呢？要不要試試看呢……（但我沒做）。

經過幾項檢測後，我的身體果真出現了生病的訊號。醫生指著我的報告，說我的圖表跟沒有憂鬱症的人不一樣，正常狀態下興奮時，自律神經系統的交感神經會變得亢奮，休息時則是副交感神經亢奮，兩者互補，但我的自律神經系統卻沒有發揮正常的作用。

除了這點之外，我已不記得醫生當時還說了什麼，一方面是內容太難，一方面是我哭得不成人形。醫生還說我目前是從急性憂鬱症過渡到慢性的階段，光是罹患憂鬱症就叫我難以接受了，沒想到才剛開始要治療，卻已經要轉成慢性……。

延誤就醫轉慢性

醫生開給我三天的藥，要我三天後再回診。我說我太忙沒時間過來，醫生頓時露出無奈的表情看著我，解釋說只開三天的藥是因為要試看看藥的種類和劑量，之後就會慢慢拉長時間，且萬一服藥出現副作用，有可能會有嚴重嗜睡或心跳加速的症狀。我問這兩種副作用彼此有什麼關聯，醫生解釋說嗜睡是由鎮定劑引



◀ 正常狀態下興奮時，自律神經系統的交感神經會變得亢奮，休息時則是副交感神經亢奮，兩者互補，但我的自律神經系統卻沒有發揮正常的作用。（網路截圖）

了，只是沒有顯現出來才察覺不到，症狀會顯現出來表示狀況已經不太樂觀了，他還問我怎麼一個月瘦了五公斤才來就醫。醫生說的都沒錯，我只能啞立點頭。

從來不曾吃藥這麼久

我居然得憂鬱症了。我想這下完了，但好在已經知道病名，就有辦法治療，也有可能痊癒吧？我問醫生通常要多久才會「根治」，醫生說短則三到六個月，長則一年。也就是說我必須天天服藥持續至少三個月，我從來不曾吃這麼久的藥。

以前常常跟朋友開玩笑說「妳得憂鬱症了嗎？」沒想到憂鬱症這麼可怕，好擔心現在的狀態會一直持續到痊癒為止，那我還能

精神健康醫學科」，○代表院裡兩位醫生的姓。我把藥袋折起來塞入包包，離開了診所，腦袋開始計算著：現在是二〇一六年五月，大概夏天的時候我就痊癒了吧？但是寫這本書的現在已經是二〇一九年九月了。

（興韻／輯）

《我的疾病代碼是 F》簡介

四年前，作者第一次被診斷出來的是 F41.2「混合性焦慮與憂鬱疾患」，之後又有 F32「輕度憂鬱症」發作、F42「強迫性疾患」，最近則是 F31.3「雙極性情感疾患」，以憂鬱期為主。

根據調查，在台灣約有 200 萬人有憂鬱症，但就醫人數卻遠低於這個數字。本書不僅談論作者自身的憂鬱症和躁鬱症，還有她如何經歷並對抗社會對精神疾病的成見。

在這條辛苦的道路上，本書為才剛要踏上這條荊棘之路而徬徨失措的朋友，提供溫暖又實用的建議。如果你或你的家人正面臨憂鬱之苦，希望這本書能成為支持你的力量。

出版社／**聯經出版公司**



・Y!!! 書訊・

醒報編輯部／輯

《大國改革》

作者：張軍

改革開放四十年，中國經濟所經歷的巨變包含了太多引人入勝的故事。本書以一位經濟學家的視角，回顧了農業改革、價格改革論戰、通貨膨脹辯論、深圳特區建立始末、浦東開發開放等諸多影響深遠的事件，帶領讀者重返精彩紛呈的改革現場，細述不為公眾所知的改革歷程。

同時，本書罕見地從參與改革的經濟學家內部的視角出發，刻畫了一群積極推動改革的經濟學家的活躍身

出版社：香港中和出版

影。讓讀者用最短時間了解中國改革的核心、理解中國改革的未來。



《歲月凝視》

出版社：蔚藍文化

園裡，建造了全臺首屈一指的奇美博物館。



作者：潘元石

潘元石在南師嚴格的規律生活中，接受藝術技能的培育。任教臺南盲啞學校時，為了讓特殊障礙生將來能和一般人過著正常幸福的生活，他努力培育其自信心，且加強特殊才能的提昇。

其後開創臺南市文化基金會的新天地。其間應南美會陳英傑會長的禮聘，接任會長，繼續推動南美會會務。最後，受奇美實業許文龍創辦人託，花費三十年之精力，策劃完成許創辦人的美夢，在臺南市仁德區都會公

《減糖消脂瘦身湯》

作者：Atsushi

作者曾為日本時尚品牌公關，喜歡一切與美、健康有關的東西。和很多人一樣，覺得年紀越大、代謝變差，脂肪越積越厚，或是一忙碌就會暴食亂吃。他親身實踐後發現，只要一餐改喝一碗湯，利用天然食材取得豐富營養，身體自然而然就會變輕盈。

除了青菜、菇類等常見入湯食材，想要瘦得健康又美麗，蛋白質絕對不可缺少，加入雞胸肉、干貝、蝦子等低卡食材，享受無負擔美味；只要將一餐正餐換成瘦身湯，其他兩餐正

出版社：采實文化

常吃，不勉強、不挨餓，兩週就會看到明顯效果。



▼這已經不曉得第幾回了，他聽到她提起某些書，就會滿懷喜悅到圖書館，到書店把它們找回家。(網路截圖)



陳冠蒨的「欲言又止」

男孩時常想起當年女孩帶他去的

「南方安逸」，台北有名的爵士樂 pub，
有一次他們遇到女歌手陳冠蒨。

■蕭旭岑

(前總統府副秘書長、資深愛樂者)

男孩是喜歡女孩的，在他們都二十幾歲的年紀。

他們常常一起吃飯，一起散步，一起看電影，甚至一起出遊。但她總是保持一種溫和的淡

然，而他總是欲言又止。

他們之間的話題，最多的就是音樂、電影，乃至於一起修的課，以及關於這個世界無窮盡的浩瀚題材。有一次女孩談了西西

跟陳黎，男孩馬上到圖書館借了「耳目書」、「詠嘆調」，雖然借不到「晴天書」、「時間的對話」，他還是歡欣鼓舞地回到宿舍。

呢？

但是絕大多數兩個人的相處時光仍然是靜默的，欲言又止。

欲言又止，裹足不前

男孩之所以遲遲不敢表白，是因為女孩永遠顯得自由自在，相形之下，自己是如此笨拙窘迫，因而裹足不前。他很想相信兩個人相處的美好感覺，但有時候也會懷疑，這是不是只是自己的想像？

終於，1997年的四月某日，男孩女孩一起去了宜蘭，那天女孩剪短頭髮，格外清爽。晚上在回程火車上，不記得是不是最後一班，車廂只剩他們兩個，忽然男孩想起一件事。

女孩曾說，希望在自己生日前，在一列不知駛向何方的火車上，靜靜讓自己迎接生日的來臨，這樣她將不會知道在十二點的那一刻，她會在那個地方、那個點上。

陳冠蒨的爵士名曲

在那個當下，男孩想到女孩曾經介紹給自己的村上春樹「遇見100%的女孩」，最後一句是「我當時真應該開口向她表白的啊！」是在暗中鼓勵他嗎？男孩搞不懂，於是他笨拙地開了口，



▲他們之間的話題，最多的就是音樂、電影，乃至於一起修的課，以及關於這個世界無窮盡的浩瀚題材。(網路截圖)

期期艾艾，也沒有說太明白，仍然欲言又止。女孩笑了笑，說了些什麼，也什麼都沒說。

等到他們已經斷了聯繫的幾年後，男孩時常想起當年女孩帶他去的「南方安逸」，台北有名的爵士樂 pub，有一次他們遇到女歌手陳冠蒨。

陳冠蒨寫過「娃娃」金智娟耐聽雋永的情歌經典〈大雨〉。那一晚，陳冠蒨在「南方安逸」的鋼琴坐下，隨性演奏了很棒的爵士名曲〈Girl from Ipanema (伊帕內瑪的女孩)〉。

2002年陳冠蒨發行《欲言又止》專輯，這是一張在華語樂迷間讚頌不已的逸品，深沉動人的爵士風格，讓人百聽不厭。〈如何解釋愛〉、〈月球〉、〈夜幕〉等，都是猶如深夜低語的溫柔回音，不過最棒的還是專輯同名標題曲〈欲言又止〉，一開頭

改變了生命樣貌

「歲月的美留給初相識的日子
曾經為愛那麼堅持
該說的話
就在最多情的時候

卻欲言又止」

剎那間，這歌詞讓男孩想起過去的一切。他是深深感激女孩的，她在完全沒有刻意，甚至也可能不見得有意願下，悄然地改變了男孩生命的某些樣貌，增添了許多原本沒有的體驗與情感，無論悲喜，都見其深刻。

在那個欲言又止的年紀，在陳冠蒨低沉迴盪的嗓音裡，他深深祝福那女孩。

又止》專輯，這是一張在華語樂迷間讚頌不已的逸品，深沉動人的爵士風格，讓人百聽不厭。(網路截圖)



追隨她的氣息

這已經不曉得第幾回了，他聽到她提起某些書，就會滿懷喜悅到圖書館，到書店把它們找回家。書架上的村上春樹「世界末日與冷酷異境」、卡爾維諾的「如果在冬夜，一個旅人」等，莫不如此。他覺得閱讀它們，彷彿追尋著她的氣息，她的影子。

大學好友M勸男孩：「你的愛情，是追求嗜好，以物為出發的愛情，那不一定是真的愛情！」男孩不以為然。由人致物，或由物而人，原是殊途，怎好要求每個人的愛情都走同樣的道路

圖文選粹

圖文 / 中央社

融古也開今
施春茂八十書藝創作展登場



▲「融古開今—施春茂八十書藝創作展」11日起在台北國父紀念館開展，展出書法家施春茂81件作品，其中尺幅合計12公尺的草書「鄭板橋道情五首」尤為壯觀。

即將消失的宇宙

重新點亮的星光

法國新銳雙導演
芬妮莉雅塔德&傑瑞米托魯伊
感人作品

充滿雄心壯志！壯觀的魔幻寫實！美麗得驚人！

—銀幕雜誌

—美國金融時報

—電影雜誌



坎城影展正式競賽片

榮獲 賽維亞歐洲影展
最佳男主角

入圍歐洲電影獎
歐洲新發現獎

榮獲比利時國家廣播
RTBF大獎

仰望星空的少年

G A G A R I N E

ALSENI BATHILY LYNA KHOUDRI JAMIL MCCRAVEN FINNEGAN OLDFIELD FARIDA RAHOUDJ DENIS LAVANT

1 2 3

遨遊天際

改編巴黎真實感人故事 榮獲美國爛番茄100%超高評價