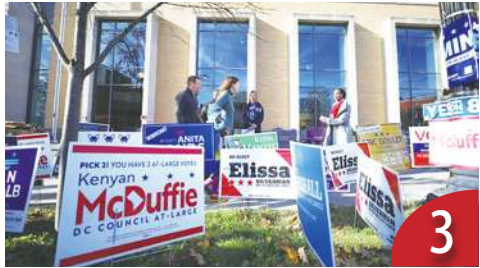


五媒合一
深度報導
極簡閱讀



蔣萬安第一？北市民調各取所需



共和黨拿下眾院 美持續友台抗中



守護毛小孩健康 從飲食做起

《今日靈修》



民調的吊詭

每逢選舉必有民調，因為候選人與選民都想了解大家的投票偏好，做為拉票與投票的參考；理論上，民調需要公正、科學，才能取信於人，但選前卻不乏帶風向、有立場的團體做的民調，民眾要擦亮眼才是。(2版)

▼我國人口雖連續4個月正成長，但自然增加仍為負數。(中央社)



人口連4月正成長 新生兒今年僅11萬

截至10月，台灣人口總數為2321萬2056人，是從7月起，連續4個月人口正成長。但今年新生兒目前僅11萬人。

【本報記者呂翔禾台北報導】人口正成長代表不代表沒有少子化危機！根據內政部最新統計資料，截至10月，台灣人口總數為2321萬2056人，自然增加為負4857人、社會增加1萬8780人，整體較9月增加1萬3923人，是從今年7月起，連續4個月人口正成長。但國發會曾預估我國今年新生兒恐低於15萬人（目前僅11萬人），少子化危機仍未緩解。

出生數大減8.9%

內政部10日公布民國111年10月戶口統計資料。截至今年10月底，我國人口總數為2321萬2056人，與去年同期比較減少20萬1823人，但與9月比較則增加1萬3923人。

10月出生數為1萬2242人，折合年出生率為千分之6.21，較110年10月減少924人，較9月增加25人；死亡數為1萬7099人，折合年死亡率約為千分之8.68，較110年10月增加2684人，較9月增加594人。1至10月累計出生數為114,460人，較上年同期減少11,176人（8.90%）。

10月遷入人口數為7萬5571人，較110年10月增加6024人，較9月減少2萬255人；遷出人口數為5萬6791人，較110年10月減少2萬8576人，較9月減少3萬1168人，淨遷入人口數為1萬8780人。

新生兒恐跌破15萬人

出生人數減死亡人數後，

可計算出「人口自然增加」，台灣10月人口自然增加為負4857人；如果以遷入人數減遷出人數得出的「人口社會增加」，10月則為1萬8780人；整體計算自然增加與社會增加後，總人口增加1萬3923人。

另外，10月結婚對數合計1萬零13對，其中不同性別9827對、相同性別186對，折合年結婚率為千分之5.08；離婚對數為4071對，其中不同性別4019對、相同性別52對，折合年離婚率為千分之2.07。

但我國少子化問題仍嚴重，根據內政部戶政司的統計，在2021年，全台人口自然增加率已經來到千分之負1.27。國發會主委龔明鑫也曾坦言，今年新生兒人數恐跌破15萬。

台積電拚高雄新廠 桃園設廠討論中

台積電設7奈米及28奈米製程的高雄廠，期程沒有改變，但1奈米廠將落腳桃園龍潭，外界質疑是空頭支票。

【本報記者簡嘉佑台北報導】台積電擴大布局，在高雄設廠無虞，但桃園則極力爭取設廠！高雄市長陳其邁10日表示，台積電仍會設立7奈米及28奈米製程的高雄廠，期程沒有改變，但會「尊重台積電整體布局」。外傳台積電1奈米廠將落腳桃園龍潭，桃園市長鄭文燦也成立專案小組全力支持，但遭到外界質疑是選舉開空頭支票。

高雄設廠無疑慮

台積電去年11月宣布將在高雄設廠，預計2024年開始量產，以7奈米及28奈米製程為主。雖然楠梓產業園區8月7日舉行動土典禮，但台積電遲遲未動土，加上國際市場波動，外界擔憂高雄設廠進度生變。

對此，陳其邁10日表示，與台積電有暢通管道，根據了解，兩廠期程沒有改變，其中28奈米廠會先動工。但他也指出，配合國際市場變動，製程上會做些調整，市府會尊重台積電整體布局。

高雄市政府經發局指出，尊重企業布局決策，目前楠梓產



▲高雄市長陳其邁10日表示，台積電仍會設立7奈米及28奈米製程的高雄廠，期程沒有改變，但會「尊重台積電整體布局」。(網路截圖)

業園區兩座晶圓廠設置計畫並無改變，將協助企業共同推動建廠作業，且楠梓園區已經動土。

全力協助桃園廠

此外，行政院長蘇貞昌上週拍板定案啟動位於桃園市的「龍潭科學園區」第三期擴建計畫，外傳台積電1奈米廠也將在科學園區落腳。桃園市長鄭文燦10日宣布，市府已成立「龍科三期專案小組」，幫助台積電等半導體產業先進製程落腳桃園，強化「民主晶片」

實力。

外界也質疑，台積電1奈米廠將在桃園設廠，是為選舉開支票？對此，經濟部長王美花表示，相關議案討論「已經超過一年」，龍潭地區有大潭電廠，用電沒有問題，但電網建設可能還要好幾年，一定要預先作業。

國科會主委吳政忠日前指出，希望台積電可以進駐桃園，而且據理解，「（台積電）應該有意願」。但他也含蓄的說，有些東西因為牽涉私人公司的商業機密，不能直接講。

被質疑是政治支票

國民黨立委萬美玲9日於臉書指出，不希望台積電於桃園設廠只是選舉語言，科學園區擴建有土地徵收、環評、用水、用電等問題，最少可能要6年才能完成。她強調，希望政府可以拿出實際支持方案。

「國科會預計明年八月才會將龍潭園區擴建案等設計畫報行政院審查，因此看起來台積電龍潭設廠恐怕不是短時間能達成的！」萬美玲指出，設廠這樣的重大投資，對企業來說一般都屬於商業機密，但蘇貞昌、鄭文燦等人卻在選前突然將此事曝光，可能對台積電造成各種困擾。

《焦點圖文》

資訊月登場 唐鳳參觀主題館

資訊月10日起在台北世貿一館開展，今年以「數位領航、虛實共融」為主題，數位發展部長唐鳳（左3）出席參觀「數位產業署RISE旭升主題館」，體驗虛擬製作內容拍攝實驗室。(中央社)



▲桃園市長鄭文燦(中)10日宣布，市府已成立「龍科三期專案小組」，幫助台積電等半導體產業先進製程落腳桃園。(中央社)

社論

雞蛋年漲 40% 炒匯狂潮壓垮民生

通貨膨脹持續嚴重，雞蛋年漲 40%，其他民生物質也跟著漲。新台幣年貶 14.03%，炒匯嚴重，衝擊進口物價，前 8 月實質薪資負成長 0.02%，政府應穩定匯率，遏止炒匯、炒物價，維持人民生活安定。

新台幣重貶 衝擊物價

主計總處公布物價統計指出，10 月通貨膨脹率降至 2.72%，但是核心消費者物價指數（CPI）年增率仍達 2.96%，年增率創 14 年單月新高，最重要的原因是新台幣匯

率重貶，推升進口物價大漲，尤其台灣糧食自給率僅 3 成，糧食大多依賴進口，造成輸入型通膨，食物價格大漲。

以美元計價的進口物價，10 月年增率僅 0.23%，但由於新台幣貶幅過大，導致依新台幣計算的進口物價，漲幅高達 14.7%，顯示新台幣重貶，不僅造成投機炒匯，股市重挫，經濟動盪不安，亦衝擊民生物價，影響人民生活，後遺症不可小覷，政府應重視糧價上漲，造成的後作用力。

以當前國際農工原價格持

續走跌情勢觀察，如果 11 月新台幣匯率持穩或回貶，應有助於國內消費者物價指數回跌。民以食為天，10 月 17 項重要民生物質平均年漲 6.9%，創 14 年新高。其中尤以雞蛋、沙拉油、麵包、衛生紙漲幅最大，而雞蛋年漲 40% 最嚴重，刷新近年最高紀錄，影響人民最重要營養來源及消費習慣。

民生物資失控大漲

由於雞蛋上漲和雞飼料有關、麵包上漲和麵粉及奶油有關、衛生紙上漲和紙漿有關，

但是因為美國強力升息，全球需求減少，國際原物料都跌，用美元計價的民生物資，跌勢明顯，台灣民生物質不跌反漲，顯示應是受到新台幣超貶所致。

炒匯助長物價升幅

物價漲勢不止，最重要的原因是受到新台幣貶值影響，以新台幣計價的進口物質，漲幅高達 14.7%，國際原物料走勢趨跌，卻無助於疏緩國內民生物價及通膨，衝擊人民生活，並不合理。

民生物資不論雞蛋、牛、豬、雞肉、牛奶、麵包，都關係人民健康及生活，不容有不合理的通貨膨脹，導致人民生活困難，政府應免除糧食進口關稅或貨物稅，並應透過補助方式，創造農民良好的飼養環境，維持合理糧價，同時對於不合理的進口原物料價格，竟然導因於新台幣匯價不合理重貶，應徹底解決。

新台幣無重貶理由

今年以來，美元指數累計上漲 16.13%，非美貨幣走勢

疲軟，其中日圓兌美元匯率重貶 22.23%，是最弱亞幣，韓元今年累計貶幅達 16.53%，新台幣貶幅 14.03%，人民幣貶幅 14.03%，星元貶幅 4.21%。新台幣貶幅居亞幣中間數，但是今年台灣進出口貿易仍然暢旺，新台幣無重貶理由，炒匯應是重要原因。

雞蛋年漲 40%，嚴重影響人民生活，其他進口糧食或民生物質都大漲，通貨膨脹不可漠視，政府應嚴查炒匯，維持物價穩定，保護人民生活穩定。

蔣萬安穩坐第一？北市民調各取所需

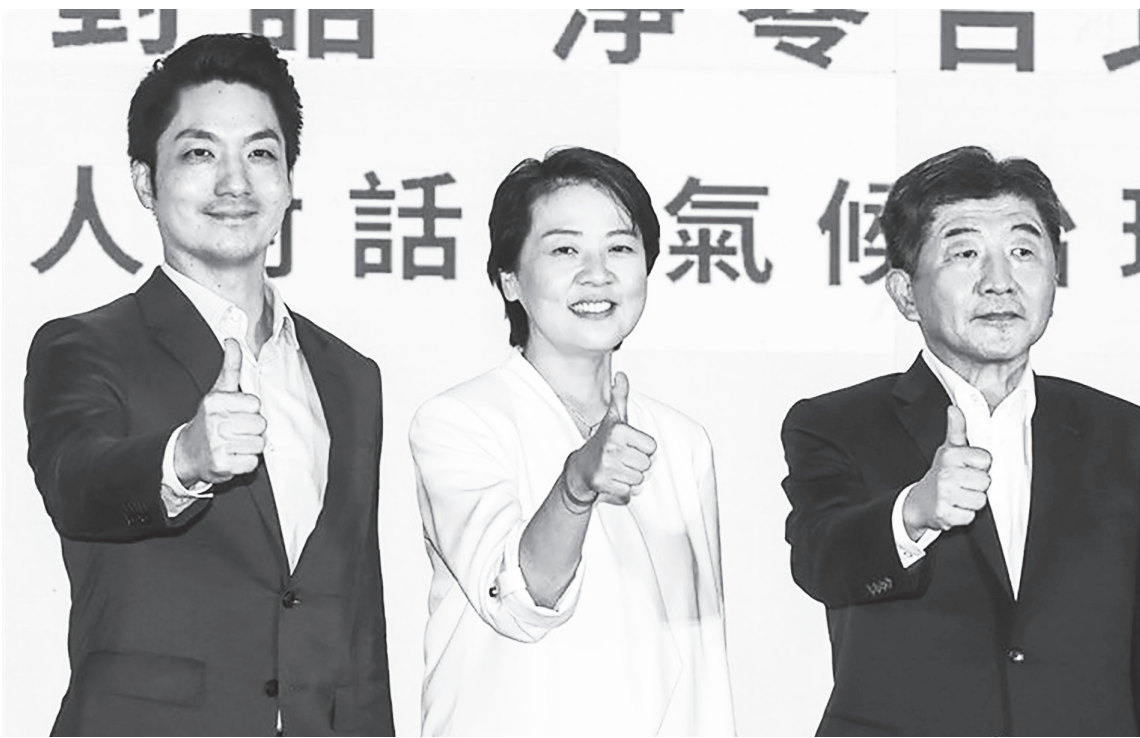
台灣民意基金會 10 日發布北市長選舉民調，國民黨候選人蔣萬安以 29.8%，領先無黨籍黃珊珊的 26.6% 與民進黨陳時中的 21.8%。

【本報記者簡嘉佑台北報導】民調反映蔣萬安將穩當選台北市長？台灣民意基金會 10 日發布北市長選舉民調，國民黨候選人蔣萬安以 29.8%，領先無黨籍黃珊珊的 26.6% 與民進黨陳時中的 21.8%。但同日也有綠營民調指出，陳時中的支持度排第一。對此，師大政研所教授曲兆祥受訪時說，雖然棄保還不確定發生，但第三名被棄保的機會比較高。

阿中苦苦追趕

台灣民意基金會在問卷說：「這次市長候選人在陳時中、蔣萬安、黃珊珊、蘇煥智和童文薰之中，如果明天投票，您會投給誰？」結果是：29.8% 蔣萬安，26.6% 黃珊珊，21.8% 陳時中。蔣萬安暫時領先第二的黃珊珊 3.2 個百分點，陳時中以 21.8% 暫居第三，落後第二名的黃珊珊 4.8 個百分點。

基金會董事長游盈隆分析，



▲蔣萬安（左）目前僅領先黃珊珊（中）3.2 個百分點，仍有被超車的可能，陳時中（右）目前落居第三，仍需苦苦追趕。（中央社）

台北市長選情正進入最後關鍵時刻，誰將贏得市長寶座還充滿變數。畢竟，蔣萬安目前僅領先黃珊珊 3.2 個百分點，仍有被超車的可能，且游離選民的比例還有 42%，以及選民投票率仍未確定，陳時中目前落居第三，仍需苦苦追趕，最後一里路將備極艱辛。

中間選民益顯重要

調查還問：「台灣目前有兩個大黨，民進黨和國民黨、台灣民眾黨、時代力量、親民黨、台灣基進等。在所有政黨中，您個人最支持的是哪一個政黨？」結果發現：21.2% 民主進步黨，20.2% 中國國民黨，19.7% 台灣民眾黨，三黨在伯仲之間，

29.4% 沒特別支持對象。

游盈隆分析指出，民調顯示民進黨、國民黨與民眾黨在台北市已經是三分天下的局面，其中，民進黨支持者略多於國民黨支持者一個百分點，多於民眾黨 1.5 個百分點，彼此算是勢均力敵，中性選民的動向將舉足輕重。

逐桌敬酒將解封？羅一鈞：研擬中

【本報記者簡嘉佑台北報導】本土 10 日新增 22286 例確診個案，較上週同期又下降 27.2%！對於外界關心，接近年底尾牙、春酒能否解禁逐桌敬酒禁令？對此，指揮中心醫療應變組副組長羅一鈞表示，會與口罩禁令一起討論，但為了不讓民眾產生混淆，推測不會同步鬆綁。

有望解封逐桌敬酒

本土疫情持續緩和，專責醫院空床率也逐漸上升，統計全台，專責負壓病房共有 7551 床，其中有 4167 床為空床，空床率 55.2%。對此，羅一鈞指出，會再討論調降專責病床開設率，依照各縣市不同狀況酌減。

外界關心尾牙季是否有可能

鬆綁逐桌敬酒一事，衛福部長薛瑞元 10 日於立法院表示，12 月有望開放婚宴酒席逐桌敬酒，盼尾牙、春酒都能恢復，活絡經濟，但相關事項仍需待指揮中心決定。

對此，羅一鈞表示，有可能會和口罩解禁一起討論，但考量多種禁令同一時間調整，可能會讓民眾混淆，但會評估活動時令。另外，外界關心的年終、尾牙等，都還在討論。

新冠流感化還需努力

針對口罩禁令，指揮官王必勝曾表示，口罩解禁確定 11 月就會上路，並規劃 2 階段鬆綁，先以「除了部分場所之外，外出不需全程佩戴」



▲尾牙季將近，指揮中心醫療應變組副組長羅一鈞 10 日表示，逐桌敬酒禁令會與口罩禁令一起討論。（指揮中心提供）

為主，再改為「建議佩戴」口罩。

但有醫師專家指出，口罩鬆綁不表示疫情結束，新冠疫情若要結束，重症發生率要低於

流感之下。對此，莊人祥表示，目前一般流感死亡率是千分之一以下，而目前新冠肺炎全年致死率來萬分之 17，的確還有差距。

選舉民調遭濫用？

台北市長各家民調也有不同傾向，中華亞太菁英交流協會同日公布的民調指出，陳時中獲 29.1% 支持度排第一，其次則是黃珊珊的 28.8%，蔣萬安則排第 3，為 27.8%。先前 TVBS 民調則是蔣萬安 35%、陳時中 26% 與黃珊珊 20%；《震傳媒》的民調則是陳時中

34.9%、蔣萬安 30.5%，與黃珊珊 14.7%。

曲兆祥受訪時感嘆，民調在台灣選舉已經被濫用，其實做選舉研究的心裡都有數。他分析，若以多家民調加上長期趨勢來看，台北市大概是蔣萬安第一、陳時中第二、黃珊珊第三，他研判，若中間選民投票率高，就有機會發生棄保。

慢性肺阻塞 像「長新冠」的恐怖殺手

【本報記者簡嘉佑台北報導】「慢性阻塞性肺病症狀與『長新冠』類似，容易遭到忽略，意外造成肺部嚴重損害！」台灣胸腔暨重症加護醫學會理事長王鶴健 10 日於記者會表示，民眾須注意「咳、痰、喘」三大症狀。國民健康署吳昭軍署長強調，即刻戒菸及遠離二手菸是最有效的預防措施。

注意咳、痰、喘

慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD) 是一種呼吸道長期發炎，而導致發生無法恢復的阻塞，使得氣體不能通暢地進出呼吸道的疾病，台灣每年有都超過 5 千人因此喪生。

王鶴健表示，COPD 典型症狀為「咳、痰、喘」與「長新冠」症狀頗為相似，常遭到民眾輕忽。他說，有病患因為症狀持續過久或病情變得嚴重才到門診求助，經醫師診斷，才發現為 COPD，此時肺功能通常都已嚴重受損。

推廣肺部保健

台灣胸腔暨重症加護醫學會首次舉辦北、中、南「愛肺功能衛教專車」巡迴活動，鎖定

40 歲以上，有吸菸習慣或常接觸二手菸，且出現咳、痰、喘長達 3 週以上之高風險民眾進行檢測，透過問卷調查及呼吸治療師衛教的協助，提升民眾對於肺部保健的觀念。

台灣胸腔暨重症加護醫學會公共事務組委員蘇茂昌醫師表示，COPD 的早期診斷除了透過醫護端努力推廣衛教外，也需要建立高風險族群定期肺功能檢查的觀念，也盼能借助「肺功能衛教專車」篩檢出 COPD 潛在患者。

戒菸並遠離二手菸

台灣胸腔暨重症加護醫學會自今年起訂定每年 11 月為肺功能檢測月，鼓勵有長達 3 週咳、痰、喘症狀，或是具有吸菸史、長期處於二手菸、家庭油煙、交通廢氣或工作環境的粉塵與煙霧等危險因子的民眾，盡早安排定期肺功能檢查。

吳昭軍強調，「戒菸為遠離 COPD 最有效方法」，還有助於減緩 COPD 惡化。他也指出，政府提供戒菸服務，如國民健康署免付費戒菸專線 0800-636363，及全國近 3500 家戒菸合約醫事機構（醫院、診所及藥局）提供的戒菸服務。



共和黨將拿下眾院 美友台、抗中持續



美國期中選舉友台派勝選議員

參議院 (占比 8%)	眾議院 (占比 10%)
1. (DEM) 魏登 (Ron Wyden)	1. (DEM) 席瑞斯 (Albio Sires)
2. (DEM) 達克沃斯 (Ladda Tammy Duckworth)	2. (DEM) 米克斯 (Gregory Meeks)
3. (DEM) 舒默 (Chuck Schumer)	3. (DEM) 康諾里 (Gerry Connolly)
4. (DEM) 范霍倫 (Chris Van Hollen)	4. (DEM) 薛曼 (Brad Sherman)
5. (Rep.) 盧比歐 (Marco Rubio)	5. (Rep.) 蒂芬尼 (Tom Tiffany)
6. (Rep.) 葛拉斯里 (Chuck Grassley)	6. (Rep.) 裴利 (Scott Perry)
7. (Rep.) 莫蘭 (Jerry Moran)	7. (Rep.) 麥考爾 (Michael McCaul)
8. (Rep.) 藍福特 (James Lankford)	8. (Rep.) 狄亞士巴拉特 (Mario Diaz-Balart)
9. (Rep.) 史考特 (Tim Scott)	9. (Rep.) 蓋拉格 (Mike Gallagher)
	10. (Rep.) 匡希恆 (John Curtis)

▲美國期中選舉開票持續進行，友台派議員幾乎順利連任。(來源：中央社)

▼因民主黨主打「捍衛民主」、「墮胎權」的政策奏效，導致預測都失準。(中央社)



中研院歐美研究所研究員林正義在座談會中指出，共和黨拿下眾議院，未來拜登要通過《通膨法》等法案的困難度大增。

【本報記者簡嘉佑台北報導】美期中選舉之後，美國友台、抗中態度不變！中研院歐美研究所研究員林正義10日在座談會中指出，共和黨拿下眾議院，未來拜登要通過《通膨法》等重大法案的困難度大增。但多位學者都指出，美國友台、抵制中國的態勢不會隨著期中選舉改變。親綠智庫國策研究院10日舉辦「美國期中選舉觀察與影響」座談會，多名政治專家分析美國期中選舉的狀況與影響。

拜登小輸 參院可持平

「期中選舉通常不利於現任總統所屬的政黨，」林正義表示，如前美國總統歐巴馬曾於2010年輸掉69個參、眾議院的席次；前總統川普2018年也輸掉38席。他指出，本屆拜登並沒有輸的很難看，但共和黨拿下眾議院態勢已定，現任議長裴洛西勢必得交出議長的位置。

他接續說，民主黨是否能維持目前掌控參議院50席，與共和黨席次持平的狀況，仍難以斷言，其中，喬治亞州的選舉結果甚至要等到12月才會公布。但林正義認為，如果參議院最終結果是兩黨持平，民主黨副總統賀錦麗可以使用「關鍵投票」的權力來推動法案，不至於讓拜登跛腳。

學界、民調 預測失準

美國CSIS智庫兼任研究員趙怡翔表示，多家民調與媒體曾在期中選舉前預測將有「紅色浪潮」席捲美國，以共和黨大勝的結果告終。然而，因民主黨主打「捍衛民主」、「墮胎權」的政策奏效，導致預測都失準。他也說，這次選舉也出現政治極化的狀況，過去「搖擺州」的狀況不復存在，紅藍翻盤機

率愈來愈低，此次期中選舉將可成為預測2024總統大選的重要依據。

抗中正夯 政策不改變

林正義指出，拜登的重大立法議程將受到重大影響，未來通過類似《降低通貨膨脹法》、《晶片與科學法》等重大法案，變得幾乎不可能。共和黨會運用眾議院議長、各委員會主席的權力，來箝制政府的氣候變遷政策，或對拜登啟動司法調查。東海大學政治系教授邱師儀也表示，有望接任眾議院議長的麥卡錫已經放話，共和黨一旦重掌眾議院，就會針對「拜登撤軍阿富汗」、「拜登兒子的醜聞」、「追究新冠肺炎的責任歸屬」、「檢討援助烏克蘭的方案」與「成立中國專責委員會」等。他指出，共和黨

立場仍然是抗中，整體而言對中態度不會有太大改變。

美持續觀察友台策略

淡江大學中國大陸研究所兼任助理教授洪耀南也認為，「對中政策不會大改變」，美國除了眾議員友台小組主席夏波因為選區重劃落選之外，大多數來訪過台灣或者公開挺台的議員幾乎全勝。此外，澳洲大學政治學博士候選人宋文笛也表示，《台灣政策法案》(Taiwan Policy Act, TPA) 關於援助台灣的主要條款已被納入《2023 年度國防授權法案》(FY23 NDAA) 美國國會預計將在期中選舉過後進行投票，目前需要觀察的是這些重要友台條款是否會遭到修改，影響後續美國政府對台實際援助力度。

紅色漣漪？學者：拜登小輸為贏 美中續競爭 專家籲兩岸多交流

【本報記者呂翔禾台北報導】「拜登期中選舉沒有輸的那麼多，但因內部因素影響，俄烏戰爭應該會進入談判！」前國防部副部長林中斌10日在研討會中指出，民主黨期中選舉小輸，選後的對外政策變化應該有限，隨著美國國內對俄烏戰爭的疲倦，拜登應該也打算妥協。政大國際中心研究員嚴震生則提醒，共和黨並沒有給選民能夠解決問題的感覺，因此沒有預料中的大贏。

拜登會玩兩手策略

「美國期中選舉後的政經情勢發展」研討會由政大國際中心主任寇健文主持。林中斌表示，大家以為拜登會輸很慘，很多原本支持民主黨的西班牙裔選民因經濟、性別等議題轉而支持共和黨，但在拜登努力挽救下，讓民主黨最後並未輸得太慘。但他認為，由於共和黨掌握眾議院，未來拜登恐將面臨強勁與許多內政僵局。「拜登很會玩兩手策略！」林中斌指出，隨著歐洲開始降低對烏克蘭的支持，美國輿情也出現疲乏，未來俄烏戰爭很有機會

談判，像俄羅斯就已經戰術性撤出赫爾松，拜登雖然讓國安顧問蘇利文再向烏克蘭撒錢，但同時也跟總統澤倫斯基提醒要與俄羅斯談判，這就是他外交上高明的地方，「致於死命、鬥而不破」。

美國選民結構改變

政大國際中心兼任研究員嚴震生直言，選前，民眾對民主黨的能力感到質疑，但共和黨也無法在選前無法證明能給出解方，因此只有帶來「紅色漣漪」而非「紅色海嘯」。他說，其實執政黨並不都會在期中選舉輸，而且美國選民的結構變化很大，獨立選民變得更多，因此經濟、墮胎議題都左右民眾投票意向。嚴震生分析，雖然經濟問題影響很大，但民主黨在初選時曾策略性力挺川普的人選，但在選舉過程這些人被打為「極端分子」下，川普背書的候選人幾乎都輸掉選舉，其中墮胎議題的價值就發揮不少作用。嚴震生也說，過往被認為很紅（共和黨）的堪薩斯州也選出了民主黨州長。

美中會有短期妥協

聯合報副總編輯郭崇倫表示，拜登也發現自己的危機，若共和黨選太好，川普恐順勢宣布選總統，因此開始強調美國民主價值的重要，而這次川普推薦的候選人沒選好，加上佛州州長桑提斯與參議員選得很好，有可能2024年川普無法出馬競選，桑提斯可望成為熱門候選人。他也提到，共和黨掌握眾議院後將會做3件事：債務、烏克蘭與抗特拜登，因此拜登的內政將面臨巨大挑戰。而中國在20大以後，國家主席習近平的內部壓力縮小，對外也會有更大協商空間。他認為美國與中國會在氣候變遷、貿易戰上有短期的讓步，「畢竟中國還是認為與民主黨交手較符合中國的利益。」



對中、美關係的田野調查 (Photo by 邱翔禾/台灣醒報)

美中續競爭 專家籲兩岸多交流

【本報記者呂翔禾台北報導】「中國因素已成美國兩黨共識，但背後也有很多國內矛盾，需要多做田野調查！」台大政治系主任張登及10日於研討會表示，美國民主、共和兩黨對抗中國因素都已有共識，美中關係會因為G20見面稍緩，但未來兩國還是高強度競爭；淡江戰略所副教授黃介正指出，我國應該增加對中、美關係的田野調查。

美對中疲勞 影響台海

張登及表示，拜登選舉應輸而未輸，是否代表民主黨的政策有延續空間，仍然不好說，因為兩黨的極化程度上升，未來10年兩黨唯一的共識應該只有中國議題，但他有點擔心兩黨對持續施壓中國下，未來

也會有疲勞的問題，恐帶影響美國對台海議題的專注度。他也認為，中國議題不見得能夠讓在其他議題分裂的兩黨更團結。在美中互動上，美國以民族國家+自由市場+民主制度形成以「規則」為互動基礎的外交政策，將持續面臨中國的嚴重挑戰，未來要觀察美國與盟國結盟的強度能否延續，以及是否會有「和俄制中」的狀況。

G20 降溫 對峙不改變

張登及指出，由於盟國對於川普執政仍有顧慮，因此對拜登小輸鬆了一口氣。美國與中國在未來的G20會面應該會讓雙方先降溫，但大國衝突是結構性因素，因此期中選舉並不會改變兩國對峙的基本形勢，但他提到，美國會非常嚴格的遵守不開戰的紅線，以科技戰等方式與中國競爭。淡江戰略所副教授黃介正則認為，可以觀察的重點是共和黨預期就任議長的麥卡錫是否會訪台，不過根據他自己兵棋推演判斷應該不會，在推演過程內，美中台三方的互動其

實才是最重要的：共和黨想要推動新冠病毒起源調查，並將眾院的中國任務小組擴大為特別委員會，要特別注意推動相關法案下對台灣利益的影響。

田野調查認清新形勢

黃介正表示，這次選舉後很多新議員走馬上任，隨著國境解封，若能對這些新科議員有更多聯絡、互動，也能美國國內的政治氛圍有更多了解，進而理解美國外交政策背後的國內因素。他也認為，我國對於美國、中國政治的認識仍不足，若有機會，要透過田野研究進行調查，才能理解政策產生的脈絡。有記者提問，中國會如何面對美國期中選舉？張登及指出，其實美國對中政策「川規拜隨」下，中國也將美國因素視為影響中國現代化的最重要因素，解決完內部矛盾就要面臨與美國的外部鬥爭，因此無論結果為何，中國都已經有最壞的打算，在美中開戰前，中國盡力爭取更多拖延、發展與爭取更多國家支持自己。



▲科學家愈來愈重視狗狗，並將牠們視為人類老化模板的原因。(網路截圖)



▲你不必完全停餵狗市售寵物食品。可以選擇要拿更新鮮的食物取代市售寵物食品的比重。(網路截圖)

■羅德尼·赫比
(部落客)
凱倫·貝克
(獸醫師)

對許多狗主人來說，我們的寵物會陪我們慢慢散步，讓我們神清氣爽、宛如置身天堂，同時也是家中擁抱和親吻的固定來源。牠們提供堅定不移的慰藉、依偎、無條件的愛，以此轉移我們對壞消息的注意力，指引明日的希望。

養狗助人延年益壽

這波疫情突顯了狗對我們的生活有多重要，也突顯了狗能協助人類向前走，甚至存活下來。牠們最終能幫助我們成為更好的人，不論在身體上、心理上、情緒上，甚至事業上（許多公司現在都將「辦公室犬」列為員工）皆如此，養一隻狗能延年益壽已是不爭事實。愈來愈多證據把狗狗和健康連在一起，而且不只是基於紓解日

一項研究甚至顯示，養狗可以降低24%因任何因素死亡（科學文獻喜歡稱之為「全因死亡率」）的風險。

常壓力和孤寂感等顯而易見的理由。有研究顯示，狗狗也能降低我們的血壓、保持活力、降低心臟病和中風的風險、提振自尊、鼓勵社會參與、強迫我們走出戶

外親近自然、刺激我們體內分泌讓我們覺得安全、有伴、滿足的強力化學物質。

一項研究甚至顯示，養狗可以降低24%因任何因素死亡（科學文獻喜歡稱之為「全因死亡率」）的風險。至於有潛在心血管疾病的人，養狗降低的死亡風險比例更大。2014年，蘇格蘭科學家統計，養狗，特別是在人生下半場養狗的人，可以撥慢老化的時鐘，讓牠們的行動及感覺年輕十歲。我們也知道狗狗可以幫助孩子發展更強健的免疫系統、緩和常充滿自我懷疑、同儕評斷、成人期望、情緒混亂的青春期壓力源。

狗狗多方面協助生活

狗狗在很多方面為我們效勞，從幫助我們實踐更好的時間計畫（畢竟狗狗必須按時餵食和帶出去溜達）到保護我們的家人和感知危險等等。狗狗可以在地震發生的幾分鐘前察覺大難臨頭，也可以嗅出空氣中因暴風雨或海嘯來襲產生的環境變化。

敏感的感官讓狗成為追捕罪犯、探查違法毒品和爆裂物、找出受困民眾的得力助手。狗狗高超的嗅覺能聞出惡性腫瘤、糖尿病患過低的血糖、懷孕，以及現在的新冠肺炎。狗狗也可能出乎

意料地成為思想與靈感的泉源。多名學者提出，達爾文會開始有系統地研究自然，是受到狗狗的啟發，而狗狗也在他的養成時期協助塑造他的科學方法。據說達爾文在書房寫他劃時代的名作《物種起源》時，聰明的獒犬波利常依偎在書桌附近，

動物關係演變的歷史地理學家，是透過觀察英國海德公園的墓碑做出這個結論。墓碑的年代可追溯到1881年，而其中有塊隱蔽的寵物區，從1,169座自1881年到1991年的墓碑蒐集資料後，學者發現1910年以前只有三座墓碑——不到1%——稱寵物為

狗狗可以在地震發生的幾分鐘前察覺大難臨頭，也可以嗅出空氣中因暴風雨或海嘯來襲產生的環境變化。

壁爐旁邊的籃子裡。他們會在窗前交談，每當達爾文開玩笑地提到外面「頑皮的人」，波利就會汪汪叫。後來波利成為達爾文最後一本著作：一八七二年《人類和動物的情感表達》的插圖模特兒。

犬類壽命愈來愈短

但並非所有關於狗狗的消息都那麼美好。光是我們這一生，某種程度上，我們親眼見證犬類的壽命愈來愈短，尤其是純種狗。雖然有很多狗確實活得比較久，但也有很多狗跟人一樣，因為罹患慢性病而過早死亡。癌症是年長狗的首要死因，肥胖、器官退化、自體免疫疾病和糖尿病則緊追在後（較年輕的狗則較可能死於外傷、先天性疾病和傳染病）。我們遇過無數小孩爸媽想想方設法讓狗活得更久愈好。有趣的是，我們要到二次世界大戰過後才真正把寵物視為家中的一分子。2020年，分析人類與

的對待，和我們度過美好的一生。延年益壽的關鍵因素

狗狗高超的嗅覺能聞出惡性腫瘤、糖尿病患過低的血糖、懷孕，以及現在的新冠肺炎。

技術日新月異、關於哺乳動物的知識也迅速累積，許多課題推翻了世人常有的迷思和習慣，特別是飲食和營養。就跟許多人一樣，很多狗都被餵得太多，卻營養不良。每一餐都吃高度加工食品不是什麼好主意，但沒那麼為人熟知的事情是，大部分市售寵物食品都是如此，都是高度加工食品。不過情況也沒有那麼壞，因為就像你自己也愛吃加工食品一樣，你不必完全停餵狗市售寵物食品。你可以自己選擇要拿

家中的一分子。但在二戰之後，有將近20%的碑文把寵物形容成家人，甚至有11%幫寵物冠上姓氏。2016年，紐約法律首開先例，允許寵物與飼主同葬於人類墓地。如果我們的寵物值得擁有天堂裡的一席之地，那牠們也該在塵世得到妥善



▲隨著醫學研究的世界擴大，為犬科動物健康提供的選擇也和人類健康一樣寬廣。(網路截圖)



▲狗狗在很多方面為我們效勞，從幫助我們實踐更好的時間計畫，到保護我們的家人和感知危險等等。(網路截圖)



▲蘇格蘭科學家統計，養狗，特別是在人生下半場養狗的人，可以撥慢老化的時鐘。(網路截圖)

狗狗高超的嗅覺能聞出惡性腫瘤、糖尿病患過低的血糖、懷孕，以及現在的新冠肺炎。

始，但不止於食物。很多狗也被剝奪了適當的運動，同時又承擔環境毒素的衝擊，以及我們自身毒素——持續不斷的壓力——的影響。我們也會討論你可以用哪些方式了解狗狗的遺傳過往和現在，並運用這些資訊主動採取積極性的照護，以緩和和不盡理想的遺傳學可能造成的效應。

育種缺陷提高疾病風險

過去一百年來的育種行為徹底改變了許多狗狗，有些變得更好，但不幸地，很多變得更糟。

蘇格蘭科學家統計，養狗，特別是在人生下半場養狗的人，可以撥慢老化的時鐘。

蘇格蘭科學家統計，養狗，特別是在人生下半場養狗的人，可以撥慢老化的時鐘。

蘇格蘭科學家統計，養狗，特別是在人生下半場養狗的人，可以撥慢老化的時鐘。

守護毛小孩健康 從飲食做起

對許多狗主人來說，寵物會陪我們慢慢散步，讓人神清氣爽、宛如置身天堂。

更新鮮的食物取代市售寵物食品，當然，馴化帶來軟趴趴的耳朵和更容易駕駛的基因，但恣意妄為、欠缺規劃的育種也突顯了隱

每十隻杜賓犬就有七隻，因「冠軍犬症候群」而帶有一組或兩組擴張型心肌症的基因，這是數十年前發生過的事（擴張型心肌症是心臟失去泵送血液能力的病症，起因是主要抽送血液的心室變大而衰弱；這也是人類常見的心臟疾病），但好消息是我們可以採取許多行動來改變這種現象。

狗狗是人類的老化模擬

狗是我們「礦坑裡的金絲雀」，但牠們的老化過程比我們迅速得多，科學家愈來愈重視狗，並將牠們視為人類老化模板的原因。不過，跟我們不一樣的是，我們的寵物無法自己做健康方面的決定，那得仰賴寵物爸媽做出明智的選擇來維持狗狗的活

· 書訊 ·

醒報編輯部／輯

《設計的思考，UX設計核心問答》

作者：周昉

出版社：崧輝文化

設計師的工作通常是以專案的形式展開的，無論你是在一間公司內部的設計團隊任職，還是作為一間外包設計公司的設計師與企業進行合作，設計專案管理的能力是每個設計師的必修課。本書是知名設計師歷經7年所沉澱的設計思路與方法論集合，其中既保留了個人的想法與判斷，也有作者多年來對設計理解的變化。內容包含五大部分：設計專案管理、設計行業認知、設計團隊管理、設計思考方式、

設計的思考，UX設計核心問答

設計方法論，囊括198個設計師在工作生活中需要面對的問題。

為什麼學院外的一般讀者會特別對全球史感到興趣？因為全球史翻轉了過往民族國家史觀的部分缺點，讓我們必須將自身的歷史放在世界史的脈絡下來看待，進而強調人類相互依賴、互動合作以及共同的命運，藉以跳脫狹隘的民族主義意識形態，培養作為世界公民的眼界。

《旅行者的世界史》精選了蔣竹山博覽群書的心得與導讀，主題從城市、海洋、貿易、生活、醫療、戰爭，

力和健康。我們在這本書討論的健康一體概念和相互關係，並未在寵物網路研討會或雜誌廣為傳播，它

狗是我們「礦坑裡的金絲雀」，但牠們的老化過程比我們迅速得多。

們不是多數獸醫師和寵物飼主的話題，也沒有在社群媒體引發熱議……還沒有。我們想要開啟一段迫切需要的對話，進而發起一項運動，讓人類健康（或不健康）的基本原則也適用於狗狗。我們現在就想開啟這樣的對話。

《旅行者的世界史》

作者：蔣竹山（中央大學歷史系副教授）

出版社：時報出版

談到人類的過去與未來。透過作者平易近人的文字與鞭辟入裡的評析，為讀者勾勒出當代史學研究的發展輪廓，成為行旅全球史的選讀指南。

《旅行者的世界史》精選了蔣竹山博覽群書的心得與導讀，主題從城市、海洋、貿易、生活、醫療、戰爭，

我們為狗狗做的選擇，會塑造狗狗的生理和情緒健康，而狗狗的健康也會反過來影響我們。這條道路是雙向的。數百年來，人

相反，許多狗狗受到癌症、肥胖問題、器官退化、自體免疫與糖尿病等慢性病所苦，現代社會的飲食習慣與生活環境的劇烈變化，反而成為扼殺牠們健康的元凶。

狗狗或許只是你生命的一部分，你卻是牠的全世界。唯有打破狗狗照護的錯誤迷思、改變做法，才能為牠做出正確選擇，打造出更適合牠居住的生活空間。

《酥菠蘿》

作者：傅寶玉（家庭烘焙人）

出版社：台灣廣度

「酥菠蘿」在德語中為Streusel，北美區亦稱Crumb，泛指「以搓揉粉糖油而成的碎麵團屑，完成的各式甜點、蛋糕、糕點」。溫潤而醇厚的醇心口感、層次、風味，是家宴、節日與慶典中最受喜愛且不可或缺的美食。

製作酥菠蘿，僅需「麵粉、糖、油脂」三種基礎食材，以酥菠蘿完成的糕點，卻擁有千姿與萬貌。從歷史中走來的酥菠蘿，源自電力與機械都不存在的年代，心手相傳的美味，無需仰賴繁複工法或特殊器具，

《狗狗長壽聖經》簡介

越來越多飼主重視毛小孩的健康，但令人意外的是，狗狗卻沒有因為飲食、醫療的進步而變得更健康。相反的，許多狗狗受到癌症、肥胖問題、器官退化、自體免疫與糖尿病等慢性病所苦，現代社會的飲食習慣與生活環境的劇烈變化，反而成為扼殺牠們健康的元凶。

狗狗或許只是你生命的一部分，你卻是牠的全世界。唯有打破狗狗照護的錯誤迷思、改變做法，才能為牠做出正確選擇，打造出更適合牠居住的生活空間。

從現在起，開始一點一點改變吧！因為，牠值得你的用心對待。

作者：羅德尼·赫比(部落客)、凱倫·貝克(獸醫師)

出版社：平裝本

出版日期：2022/10/11

狗狗長壽聖經

「狗狗長壽聖經」是兩位獸醫、一位部落客、一位飼主，為毛小孩的健康，所寫的「長壽聖經」。

狗狗長壽聖經

「狗狗長壽聖經」是兩位獸醫、一位部落客、一位飼主，為毛小孩的健康，所寫的「長壽聖經」。



▲光是我們這一生，某種程度上，我們親眼見證犬類的壽命愈來愈短，尤其是純種狗。(網路截圖)



▲馴化帶來軟趴趴的耳朵和更容易駕駛的基因，但恣意妄為、欠缺規劃的育種也突顯了隱性基因、形成基因刪除和狹小的基因庫。(網路截圖)



▼目前高虹安助理薪資跟報帳爭議，立法院沒有詳細規範，這個漏洞應該早日補上。(網路截圖)

多雲時晴

助理薪資當公積金 為選舉不顧法制？

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

民主選舉的目的是選賢與能，過程中卻少不了黑函、爆料跟指控。隨著台灣民主選舉的次數越來越多，民眾跟媒體對於爆料跟黑函的區隔，已經漸漸能夠做出判斷。

高虹安陷公積金陋習

高虹安立委這次參選新竹市長，卻被爆出立委辦公室內，長期要求助理費上繳加班費，當成公積金使用的陋習。雖然高虹安有自己的說詞，不過這種異於常人的「公積金」制度，還是讓人感到匪夷所思。

高虹安辦公室助理上繳的金額高達 87 萬元，多位高虹安辦公室公費助理都須繳交「入金」到辦公室帳戶，每次金額從 1 萬元到 7 萬 4169 元不等。從正常人性來說，很難想像，會有人長期把自己的薪水以幾萬元的單位捐出來當作公費使用？

更弔詭的是，高虹安辦公室的助理加班費也報得很多，高虹安

雖然高虹安有自己的說詞，不過這種異於常人的「公積金」制度，還是讓人感到匪夷所思。

辦公室 11 個月內申請的公費助理加班費已接近最高上限 93 萬 3592 元。

亂用公費瓜田李下

那會不會是透過助理的加班費，當作辦公室的另一個小金庫？立委辦公室助理的加班費，只要有立委簽名就可以申報，這也看出了立委助理報帳的漏洞。在高虹安委員辦公室公積金的使用上，公帳跟私帳分不清楚。既是公積金，本來就該避開私人用途。

如今公積金卻出現多筆包含治裝費（立委洗頭及購買產品）、助理禮金、高鐵車票、限量日系玩偶、女性生理用品加黑糖薑母茶、卸妝棉補充包等等細目，像高虹安這種在鴻海大企業裡面工作過的人，會不知道種報帳方法會有瓜田李下之嫌嗎？

只能說要不是選舉爆料，這種怪異的報帳跟公積金模式，恐怕還會是隱而未現的檯面下交易。

助理兼職年薪六百萬

除了帳務問題，其中一位高虹安的李姓助理，還有兼職問題。除了在立院擔任助理，還同時在永齡基金會任職，年薪高達六百萬元。以這樣工作的忙碌程度，還能扮演好全職立院助理的工作嗎？這也突顯出立委助理兼職問題，長期也沒有法規規範。

尤其李姓助理還涉及把立法院的薪水捐給民眾黨，民眾黨主席柯文哲還大方承認，這筆六十萬的數字剛好就是民眾黨規定立委要繳納的募款額度。就算李姓助理認為自己是心甘情願，但是瓜田李下的避嫌，居然連柯文哲都沒有想到，也未免把標準放得太鬆。

資金報帳應明白規範

目前高虹安正在參選新竹市長，藍綠白各方自然各為其主，各種陰謀論、爆料跟辯護也就滿天飛。關鍵還是助理金資跟報帳，立法院也沒有詳細規範，這個漏洞應該早日補上。

比較讓人遺憾的，因為選舉的關係，許多政黨背景的專業人士對此都閉口不談。民眾黨立委賴香伶曾任台北市勞工局局長，以爭取勞權出身，一向都跟勞工團體站在一起，但對於助理必須交出薪水的一部分來當公積金這樣的怪事，居然無法跳出來質疑。難道只因為自己也是民眾黨的市長候選人？

曾經有參選人說過，台灣的選舉會被挖出來的祖宗十八代，就連參選人自己都不知道。但挖出來再多的醜聞，如果推薦候選人的政黨、候選人本身或是政府相關單位，也只想息事寧人，除了口水互罵之外，這些爆料對於制度的完善不但毫無幫助，更會成為台灣法治不健全的最好例證。

每周一到周五，授權《聯合新聞網》同步刊登

王老先生
講故事
之 183

職業倦怠感

■ 王建煊

(前監察院院長、
天使居創辦人)

任何一件美好的工作，如果因天天都要做而成了職業化，那麼再有興趣的事，都會變得無聊難以消受，這就是一種職業倦怠現象。

職業倦怠影響有多大，要看支持這項工作背後的動機因素，是否偉大有力。動機因素強而有力，職業倦怠現象就小，容易克服，反之就容易投降。

為何有職業倦怠感？

有位先生受邀擔任電視節目主持人，節目是帶狀的，每星期一到五都有，主持費每集 1 萬元，1 個月有 20 萬元，而且知名度加快就能打開。所以這位先生受邀時，高興萬分，認為自己真幸運。

可是主持 1 個月後，他就大感受不了，因為節目內容與時事新聞有關，開播前一、兩小時就必須緊張地準備資料，而且每天都要錄影，自己的時間完全被綁住不得動彈。雖然月薪有 20 萬元，仍然有些不值得的感覺，但又捨不得放棄，主持節目變成了雞肋，食之無味，棄之可惜，職業倦怠現象出現了。

誘因降低

這樣熬了半年，最後終

於放棄。為甚麼半年就放棄呢？因為支持他擔任主持人的誘因降低了。當初接受這份工作的誘因是名和利。後來他發現主持節目未能增加多少知名度，而且原本要參選立法委員的打算已然改變，再也不需要甚麼知名度了。

這個時候如果電視公司將主持費加倍，或是他又想選立委了，那麼他可能會留在主持人的位子上，職業倦怠便可以降低，但仍可能隨時會再浮現。

為耶穌服務

1979 年諾貝爾和平獎得主德蕾莎修女 (Mother Teresa)，創辦垂死之家等多種愛心機構，終身服務窮人，從不倦怠，為甚麼？因為支持她獻身窮人工作的動機很強。

德蕾莎修女說，她為生病的人清洗膿瘡，陪垂死的人闔上眼睛，這些被她服務的人，在她眼裡都是耶穌。她說為耶穌服務是她最大的支持力量，所以她的工作從無職業倦怠。

人生大部分時間都是在忙碌的工作中度過，職業倦怠感一次次的浮現。如果想要降低職業倦怠，就必須在工作裡加上一些名利以外的東西，使工作更有使命感，更有內涵，人才不致成為賺取名利的機器，人生也能更豐、盛美麗一些。



▲德蕾莎修女說，她為生病的人清洗膿瘡，陪垂死的人闔上眼睛，這些被她服務的人，在她眼裡都是耶穌。(網路截圖)

財金視窗

■ 黃耀輝

(國立臺北商業大學財政稅務系教授)

新冠疫情爆發快滿 3 年，最近每日確診人數從 10 月中 5 萬多人的高原期，緩緩下降至 10 月底的 4 萬多、3 萬多，再降至 11 月初的 2 萬多，確實呈現緩

和的趨勢。

政府在 2020 年疫情初期因為有鑑於 2003 年的 SARS 曾造成 73 人死亡的衝擊，小心做好境外阻絕，加上民眾的高度配合，做好戴口罩、勤洗手、保持社交距離等公共衛生管理，

因此疫情除了對經濟造成衝擊之外，並未造成生命和健康的重大損失。

防疫第 2 年 掉以輕心

但第二年政府可能因第一年的疫情穩定而掉以輕心，入境防疫政策改為 3 + 11，造成諾富特防疫旅館的破口，疫情在清明假期後大幅擴散，加上疫苗採購沒有做好超前準備，政府一方面護航國產高端疫苗，民間捐贈疫苗又頻頻卡關，以致於 5 月 19 日的全國防疫升至三級，至 5 月 28 日累計

78 死，已超越 SARS 時期 73 例死亡人數的紀錄。

幸好有國外捐贈疫苗 6 月起逐漸到貨，民間捐贈 1500 萬劑的疫苗 9 月起也大量進來，合計高達 2400 萬劑的疫苗，讓施打率大幅提高，才使疫情在 7 月 27 日降為二級，總算度過危機，但 2021 一整年仍造成 855 人死亡的悲劇。

變種疫情再起缺疫苗

今年初星、港、韓再度因 Omicron 疫情大爆發，指揮中心一度冷眼旁觀，以為不會波及台灣，更未準備足夠快篩劑及藥物，未料每日確診數清明節起破百人之後，呈現多點爆發而全國蔓延的失控情勢，不到數日即上千逾萬，政府透露出意「放棄清零」並「與病毒共

存」，結果是 5 月底每日確診數飆至將近 10 萬人，死亡率更是居高不下。

但隨著疫苗施打率提高，確診人數在 8 月降至 2 萬多人時，一度以為疫情將要結束，卻再轉惡化，10 月甚至升高至 5 萬多人。最後因為病毒傳染力高，但中重症、致死機率降低，才慢慢趨緩。

43% 確診 1.3 萬人死

因此，累計至 2022 年 11 月 9 日止，國內累計確診共 795 萬人，約為總人口的 34%；如果加上非常高的黑數，確診人數可能已經超過一千萬人，占人口總數至少達 43%。而累計死亡已超過 1.3 萬人，死亡率高達 0.166%，防疫效果在 WHO 的排名上，目前可說是敬陪末座，同

時這也是台灣傳染病史上，最慘重的疫情，國人的財產、健康、生命都付出了極大的代價。

綜合上述的疫情回顧，再檢討政府的防疫表現，可謂一年不如一年。初期防範得宜尚屬可圈可點，但也使指揮中心志得意滿而輕忽大意，第二年的疫苗嚴重短缺，造成死亡率飆高，至今都受到民眾質疑檢討。今年初，國際疫情大幅改善的同時，我國的防疫卻快速逆轉惡化，以致於在國際排名上敬陪末座，而淪為「晚節不保」，實在可惜。

尤其，政府緊急制訂防疫特別條例，也編列了高達 8400 億元的特別預算，讓指揮中心擁有超級權力，卻得到如此不盡理想的結果，實在是功過參半。如今邊境已經開放，指揮中心已無重大、重要的功能，應考慮儘速退場，讓民眾早日回復到正常生活。



▲今年初，國際疫情大幅改善的同時，我國的防疫卻快速逆轉惡化，以致於在國際排名上敬陪末座，而淪為「晚節不保」。(網路截圖)

▼ 澳洲目前計劃推動改制公投，將君主制改為共和制。圖為英國國王查爾斯。(網路截圖)



不認英王查爾斯？ 澳洲擬發起改制公投

【本報記者簡嘉佑台北報導】不認查爾斯國王，澳洲力返共和制！澳洲目前計劃推動改制公投，將君主制改為共和制。自英國女王伊莉莎白二世逝世後，許多奉英國國王為元首的國家都紛紛響起改制的呼聲。但民調發現，澳洲支持改為共和制的民眾不到5成，力推共和制人士表示，還需要加強宣傳與教育，才能通過改制公投。

欲推翻君主制

《半島電視台》報導，澳洲正計劃推動改君主制為共和制的公投。澳洲官員西斯特沃特說，澳洲政府將「擁有國家自己的元首」為目標之一，



自英國女王伊莉莎白二世逝世後，許多奉英國國王為元首的國家都紛紛響起改制的呼聲。

想方設法來改善澳洲的政府體系，好發揮民主功能。他強調，「澳洲已經是獨立成熟的國家了，我們的經濟關係與亞太地區緊密相連，我們不再是英國人了。」

《華爾街日報》報導，英國國王統治了包括英國在內，共15個大英國協國家，但在英國女王伊莉莎白二世逝世後，許多地區不接受查爾斯領導，並呼籲要脫離君主制。伊莉莎白二世逝世後，由



查爾斯三世接任，許多印有伊莉莎白二世肖像的物品，都要更換為查爾斯的頭像。許多澳洲人對此表示抗議並呼籲，改用澳洲的代表動物或者是澳洲知名人士來以替代。

低於5成支持

然而，儘管脫離君主制的呼聲不斷，但恐怕是雷聲大雨點小，就媒體民調顯示，只有不到半數的澳洲民眾支持共和制，在此狀況下，就算真的舉辦改制公投，恐怕

也難以通過。而且1999年就曾辦理過共和制公投，並沒有得到足夠的關注。

澳洲共和運動成員比亞爾表示，雖然1999年的公投未能成功，但透過政府強烈的宣傳、協商，讓民眾了解狀況的話，「公投將會成功」。他聲稱，共和制還可以為澳洲帶來經濟與政治上的利益，因為一名屬於澳洲元首可以代表「澳洲」參加貿易或外交的集會，而不是代表「英國」。

其中，過去深受殖民迫害的澳洲原住民更是強力支持澳洲轉為共和制，更在伊莉莎白女王二世葬禮當天表達抗議。原住民團體表示，「將繼續與曾經剝削、壓迫我們族群的政權抗爭。」

為尋抗美盟友 俄國安顧問走訪伊朗

【本報記者呂翔禾綜合報導】俄羅斯將與伊朗的結盟！俄羅斯聯邦安全會議秘書帕特魯舍夫9日出訪伊朗，伊朗總統賴西親自接待，雖然賴西對外強調反對戰爭，但伊朗仍要與俄羅斯強化結盟，以對抗美國為首的西方勢力。據傳，俄羅斯將在戰場上繳獲的反坦克飛彈拿給伊朗交換無人機，兩國合作日益緊密。

深化戰略夥伴層級

根據《半島電視台》報導，帕特魯舍夫9日前往伊朗與總統賴西、最高國家安全委員會秘書沙姆哈尼會面。賴西表示，伊朗雖然反對戰爭，但兩國必須要深化同盟關係至「戰略夥伴」的層級，才能面對西方的經濟制裁，與對區域局勢造成的不穩定。兩國分別因核協議與俄烏戰爭，都飽受西方制裁之苦。

不過沙姆哈尼也對帕特魯舍夫說，伊朗還是希望俄羅斯與烏克蘭之間能有對話，若需要的話，伊朗可以居中協調。帕特魯舍夫抱怨，



西方媒體持續對俄烏戰爭的起因、實際狀況帶風向，需要嚴厲譴責。但伊朗近日也坦承曾對俄出售無人機，讓俄軍可以轟炸烏克蘭的關鍵基礎設施，引發烏克蘭總統澤倫斯基不滿。

飛彈換無人機

《國家報》甚至爆料，俄羅斯將在俄烏戰場繳獲的英製反坦克飛彈，與伊朗交換無人機，但英國國防部對外回應僅表示相關消息來源需要查證。但《國家報》也提到，西方國家開始注意伊朗與俄羅斯的結盟關係，未來將會設法對兩大國施壓，使其無法聯手對付西方。

美國智庫專家卡爾分析，過去伊朗倚賴俄羅斯較多，但如今俄羅斯深陷戰爭泥淖，伊朗對俄羅斯的影響力就會增加，伊朗可能還會跟俄羅斯購買先進的第四代戰機。特別是伊朗近來很積極與俄羅斯、中國等「修正主義強權」加強連結，也讓外界很擔心這個反西方同盟逐漸強化。



◀ 俄羅斯國安高層帕特魯舍夫9日前往伊朗，設法與伊朗強化雙邊關係。(Photo by Iranian presidency handout)

海洋療癒人心 藍色空間有益健康

【本報記者簡嘉佑綜合報導】請帶傷心的朋友去看看大海！愈來愈多研究表明，如海洋、河川等「藍色空間」有助於民眾的心理康復，甚至能改變血壓、血流等身體狀況，降低肥胖、心血管疾病的機率。

神奇的藍色空間

《BBC》報導，英國公益團體「海洋庇護」(Sea Sanctuary)表示，將心理治療與海洋活動結合，能有效提升心理健康。該團體強調，在河流、湖泊和大海等「藍色空間」中，可促進情緒恢復平穩。

眾多研究指出，人類的身心健康與自然環境有著高度關聯，人類因為都市化失去與自然的互動，導致了心理健康出現問題。研究指出，僅僅是看著自然風景，就會促進唾液、血壓與大腦活動的改變；在自然環境中，也會接觸到海洋或河流中的益生菌，增強皮膚與呼吸道的功能。

心理健康研究人員坎伯指出，海洋等「藍色空間」，能幫助民眾解脫日常煩惱。他描述，「海浪拍打的聲音、空氣中的淡淡鹹味與沙子



觸碰腳掌的觸感，都有助於人們身體與大腦的放鬆休息」。

公共安全議題浮現

格拉斯哥卡利多尼亞大學的專家們發現，在「藍色空間」休息，還能降低肥胖、心血管疾病與死亡的風險。研究員史密斯說，自然環境的好處，不僅在心理，更能影響到生理。河水湍急流動、海浪拍打岸邊的聲音，都是「粉紅色噪音」，這類噪音在低頻率的時候聲音比較大，是一種「溫和且令人舒適的噪音」，此類聲音有助於睡眠和改善記憶力。

然而，隨著越來越多的人享受藍色空間的時光時，公共安全的問題也浮上檯面。而且在英國，河川汙染也成為日益嚴重的問題，僅14%的水域達成「良好生態」的標準。



▲ 研究表明，如海洋、河川等「藍色空間」有助於改善民眾的心理康復。(Photo by Guido Soraru on Flickr under C.C. License)

東協峰會登場 緬甸和平持續無解

【本報記者呂翔禾綜合報導】緬甸政府仍不願接受國際的調停！東協峰會10日登場，美國總統拜登將親自出席，預計會議聚南中國海議題、台海爭議與氣候變遷；因東協內部仍無法解決緬甸內部的軍事衝突與民主化問題，緬甸至今仍無法參加東協峰會，也讓外界擔心該國人權更惡化。

11月份，世界目光聚焦東南亞，除了東協峰會，還有APEC、G-20等國際盛事，俄烏戰爭、再生能源、食物供給、半島衝突升溫也將會是各國關心的焦點，APEC、G-20將分別在印尼、泰國舉辦。

東協對緬甸已失耐心

根據《美聯社》9日報導，東協元首峰會將於10日在柬埔寨首都金邊展開，預期將聚焦



在南海、台海與氣候變遷等議題。此外，緬甸議題也會是東協關注焦點。緬甸軍方在去年沒收國內選舉後，陷入軍閥割據的混亂場面，讓各國紛呼籲緬甸採納東協的和平方案，但緬甸目前仍不願妥協。

《南華早報》提到，南洋理工大學助理教授羅分析，東協有7個國家對於緬甸的和平進程緩慢感到極度失望，柬埔寨過去雖支持緬甸，

但今年卻也不願邀請緬甸軍政府領導人敏昂來出席峰會，似乎可透露跡象。

拜登出席另有目的

另外，峰會也將會談到南海主權爭議、台海問題、後疫情恢復、區域貿易與氣候變遷等問題。《美聯社》提到，中國國家主席習近平與俄羅斯總統普丁都不會出席，而是派遣國務院



◀ 緬甸問題被東協峰會擺在第一順位討論，顯示東協對緬甸的不耐，而拜登希望在此爭取東協支持。(Photo by @ASEAN via Twitter)

總理李克強、外交部長拉夫洛夫與會，但美國總統拜登將會親自出席。

拜登希望透過參加東協，加強與東南亞國家的盟友關係，讓華盛頓共識重回東南亞。

東協國家也會將美國提升為「全面戰略夥伴」，但很早前東協已經將中國列為戰略夥伴，這也是東協與美中互動平衡的展現。

雲彩的足跡

他們是世界上不配有的人，已經沒有世界上任何的好，可以獎賞他們。

9月02日
■張文亮
(前台大教授)

扶犁的人

「手扶著犁向後看的，不配進上帝的國。」(路加福音九：62)

「犁」是撒種之前，翻土的農具。

在乾硬、多含石頭的土地，翻土、碎塊、挖溝、作田坵，需要用很大的力量。需要用身體的力量，推犁向前；用手扶犁，才能保持方向，與犁的平衡。

因此，手扶著犁，必須向前看。若向後看，犁出來的就彎來彎去。

主耶穌說，我們跟從祂如同扶犁耕地，祂在前方，跟從祂的人在後，要望著主引領。如果扶犁時向後看，結果會很嚴重，將是浪費力量，把土地整的亂七八糟，歪七扭八。

在屬靈的意義，扶犁時向後看，將是我們帶來痛苦、黑暗、迷失，甚至是地獄般，黑暗的結局。

跟隨主，是手扶耕犁向前，力上加力，忍耐到底，終必得救。跟隨主，是要進上帝的國度。跟隨主永遠是看前面的主，而不看過去的。

9月03日
彼此相顧

「彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。」(希伯來書十：24)

主教導我們在危險的日子，最重要的事，不是裹足不前，不是逃避面對，不是退回過去美好的回憶，而是勇敢面對未來。

激發愛心勉勵行善

這勇敢，不是匹夫之勇，而是：第一、來到上帝面前，堅守所信。第二、是「彼此

相顧」(Let us consider one another)，主說這彼此相顧的結果，將會帶來莫大的保守，是激發愛心，勉勵行善。

危險的日子，主特別勸勉我們不要落單，要彼此相顧，否則會離開主，會墮落。

我們要活在弟兄姊妹當中，因為我們絕對沒有那麼剛強。我們要活在主內肢體的關係中，去體會，去明白，去思想，去感覺，去洞察，去互相照顧。不是活在專注自己「我、我、我...」的處境中，才能在危險的日子中，得主保守。

磨損我們的愛

主應許我們，當我們彼此相顧，主在我們當中做一件事，祂會「激發愛心」。「激發」是早期鑄鐵磨刀的技术，將武器上的斷折接上，將鈍掉的刀刃淬利。激發的目的，不為攻擊，而是為了愛。

危險的日子，最關鍵的危險，是在磨損我們的愛，患難使愛褪色，使愛灰沉，使愛冷淡，使愛迷惘。

這時，主要我們彼此相顧，是很大的保守。祂使我們愛主、愛人的心得到醫治，得到激發，而再出發，去行主的托付，做合主心意的好事。

在危險的日子，我們不做任何的好事，也不做世人認為有意義的事，只做主要我們做的事。

9月04日
我是你的一朵雲

「我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔。」(希伯來書十二：1)

主勉勵我們，我們在受苦時，應當知道我們的前面，已經有許多人，為主緣故，在世界受逼迫，受窮乏，受苦難，背重擔，在世上飄流不定，到處奔逃。

世界上不配有的人

他們大都是默默無名的聖徒，不會有人為他們立傳，不會有人為他們寫書，不會有世界來的掌聲。

他們是世界上不配有的人，已經沒有世界上任何的好，可以獎賞他們，因此主接他們走，避開後來的苦難，回到主身旁，這才是真正的上好。

他們已經離開世界，主為他們作見證，主說他們的生命，依然存祂面前，如同雲彩，在主的光照下，更為美麗。

我們不是第一個受苦的人，以前許多默默無名的聖徒，也遭受，他們在有限的一生，跑盡主道路，我們靠主也能。

放下各樣的重擔

他們的見證，鼓舞著我們。他們是對主有信心的人，因著信，在艱難時，他們因著信，完成主託付。

我們在苦難中，要放下懷疑，放下難過，放下悲傷，放下各樣的重擔，放下各樣不重要的問題，再起來，奔跑主道路。

雲彩會圍繞我們，主已將他們擺好，放在我們的周遭，鼓舞著我們。我們不可能去圍繞雲彩，是主叫雲彩來圍繞我們，我們不可能抓住任何的一片雲彩，是主叫雲彩的來接近。

自以為聰明的笨人

為甚麼會這樣？我不明白，太多事，我都不明白，太多苦難，我不知道為甚麼會發生。我一生追逐許多知識，但是真正的知識，攸關於生命，最重要的知識，我知道的太少，而且追逐不上。

主啊，可憐我，我這一個自以為聰明的笨人，可憐我，那些無用的知識，只是重擔；可憐我，那些無益的追逐，

只是使我離開真正的道路，偏離生命真正的重點。

9月05日
起來，讚美主

「我心尊主為大；我靈以上帝我的救主為樂」(路加福音一：46-47)

主教導我們，要「讚美主」。

「讚美主」，是從我們的心發出，對主的感恩；是由我們的靈傳出，對主的禮讚。

我們的心，是個奧秘。我不能區分「我的心」與「我的靈」的異同。

以救主為樂

由這一句聖經作例子，「我心」(my soul)發出的讚美，是完整的句子，我的心是接近理性；「我靈」(my spirit)發出的，帶著靈裡的情緒，我的靈以救主為樂，是帶著感性。

我知道這樣的說明，還是很牽強。我的心與我的靈是一起，揉和著對主的理性，與感性。

讚美主，是尊主為大。我心的空間很有限，當尊主為大，我的難處就變小；當尊主為大，我的掙扎就變小；當尊主為大，我的迷惘就變小；當尊主為大，我的擔心就變小；當尊主為大，我的重擔就變小。

當尊主為大，我就變小。主愈大，我的一切都愈小。

救主給我喜樂

榮耀的主，絕對不會因我的心如何看祂，而變大或變小，而是祂與我們的距離。主與我們愈接近，祂就愈大。

當我們的讚美，是尊主為大，等於我們在地上，已經最接近主的寶座，再發出的禮讚！已經是站在最神聖的位置，發出最榮耀的聲音。不管那地方叫什麼名稱，如病床；不管那是什麼時間，如夜間。

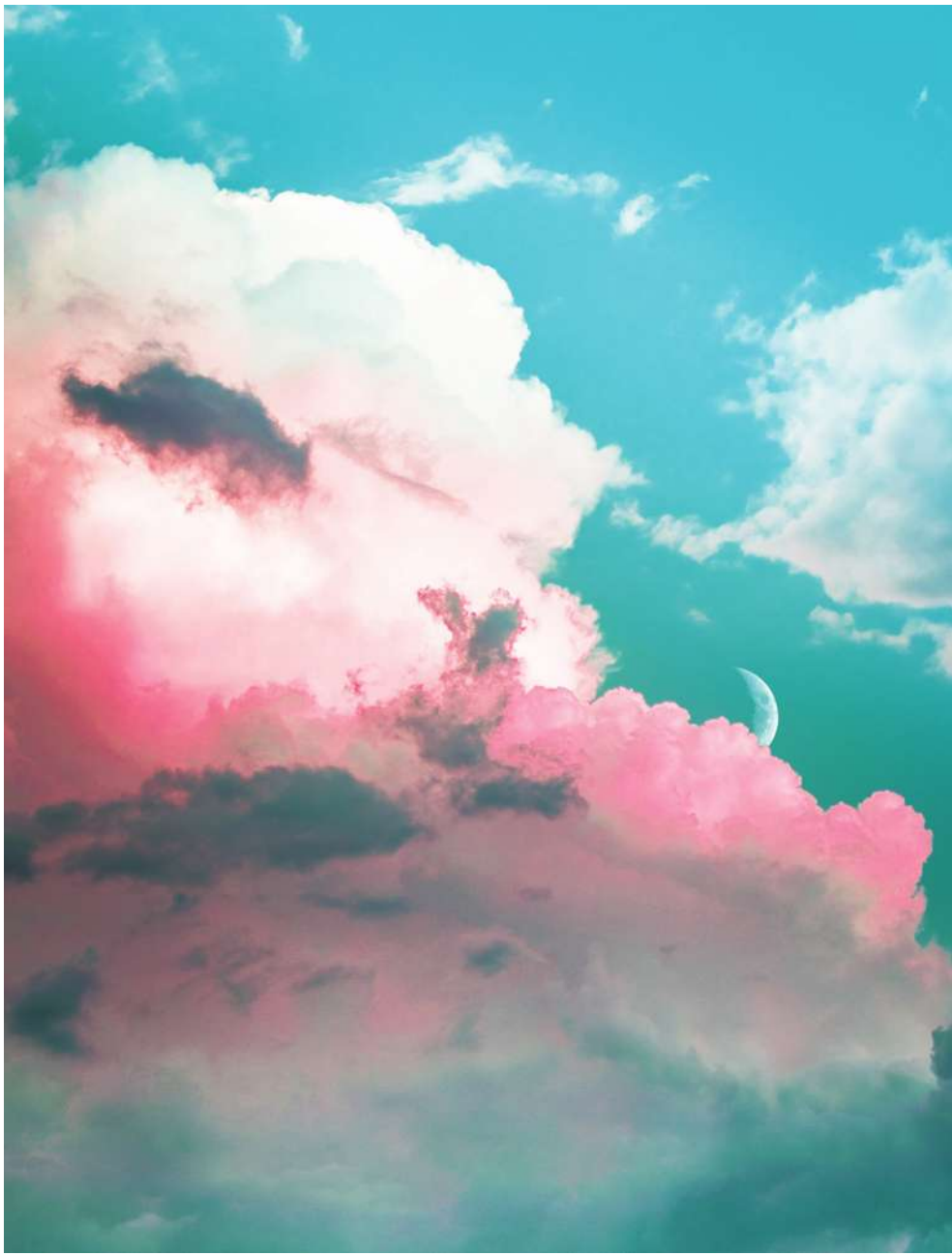
當尊主為大，我的靈就救主為喜樂，救主釋放我所抓緊的，祂承接我不捨的。

在我極度憂傷時，救主給我安慰。在我毫無喜樂的緣由時，救主給我喜樂，在我的心已麻木時，救主給我活潑。在我全然倒下之時，救主給我扶持。在我氣若游絲之際，救主給我力量。

9月06日
基督的平安，在我心裡作主

「又要叫基督的平安在你們心裡作主。」(歌羅西書三：15)

主耶穌教導我們，我們彼



▲雲彩會圍繞我們，主已將他們擺好，放在我們的周遭，鼓舞著我們。(Photo by Szabo Viktor on Unsplash)

此的合一，不是誰比較強，不是誰比較對，不是誰比較年長，不是誰的經驗比較多。而是耶穌基督的平安，在我們的心裡作主。

我願將我的看法，我的經歷，我的恩賜，我的負擔，我的異象，一次又一次的放在主手中，好讓耶穌基督的平安管理我。

基督的平安作我的主，是基督的平安管理我，使我的心平靜，不浮動，不激動，不亂動，不擾動。

真正的平安

基督的平安作我的主，是祂的平安，維繫我的平安；祂的平安，給我真正的平安；祂的平安，保守我的心；祂的平安，成為生命的聯結，與主聯結，與人聯結，與人搭配成為主肢體。

基督是主，與基督的平安在我的心中作主，有很大的不同。

基督是主，是我一生要追求的認識，是我盡心服事的理由，是我熱心事奉的祭壇，是我傳揚的標竿，是我帶著主的光，投入世界工作的底動力。

機械式的服事

基督的平安在我心中作主，是我的服事，要有耶穌基督的平安，否則我會變成機械式的服事，我會服事到無力還在擠，我會分分秒秒都想服事，不知休息。

任何服事的第一步，是要有基督的平安。服事的第二步，也是要有基督的平安。服事的每一步，都要有基督的平安作主。若沒有基督的平安，就要停！就忍耐等候！就要休息！

9月07日
得勝有餘的恩典

「然而，靠著愛我們的

主，在这一切的事上已經得勝有餘了。」(羅馬書八：37)

主耶穌應許我們，在各樣的患難裡，我們會有：

翻轉過來之恩

第一，「然而」(Nay)的恩典。

然而，是翻轉過來的意思。主應許我們經歷各樣重大的打擊之後，會翻轉過來；或是掉落在幽暗的低谷底，還是會翻轉上來；或是在深深難拔的憂傷裡，依定會翻轉上來。

我們一路跟隨主，經歷各樣的風暴，不會一直受壓，不會一直墮落，不會一直失控，不會一直掙扎，會有主「然而」的恩典，成為生命道路的轉折，是苦境裡的翻轉。

第二，是「得勝有餘」(more than conquerors)的恩典。

主不只使我們翻轉，還使我們得勝，更使我們得勝有餘。什麼是得勝有餘？我在重壓中，能夠喘得過氣，已經很不錯了，哪能想到得勝？更不敢企求得勝有餘。

主耶穌卻應許給我們，不是苟延殘喘，是得勝有餘。我在患難處，主耶穌不是要我，以我的角度看患難，這將越看越難，失敗有餘。我在悲哀時，主耶穌不是以我的悲哀，成為我看悲哀的框架，這將愈看愈悲哀。

得勝有餘

主耶穌叫我們，站在祂的得勝，來看患難，我們要與主耶穌的得勝連結，祂的得勝成為我們的得勝，才會得勝有餘。

第三，愛我們的主，成為我們可以依靠的恩典。

這是主給我們的保證，祂愛我們，凡事有祂愛的美意。祂愛我們，不是因我的成功，不是因我的完美，不是因我

的強而有力，不是因我們的如何，而是祂如何。

我們是主所揀選的人，是蒙恩的人，是信祂的人。因著祂的愛，我們成為歌唱「得勝，得勝，哈利路亞」那一邊的人。

9月08日
與主同在

「父啊，我在哪裡，願你所賜給我的人也同我在哪裡，叫他們看見你所賜給我的榮耀；」(約翰福音十七：24)

主耶穌即將被釘十架，祂與門徒即將分離時，祂說了一段話。

主耶穌不是對門徒說再見，不是說你們要節哀，不是說你們要節哀，不是說你們以後要勇敢，不是說你們要多保重。

為門徒的禱告

末了，主耶穌說的是一個禱告。這一句聖經節，是來自主耶穌為門徒的禱告，這禱告對我何等的重要，成為我在妻子安息時，非常的安慰。主耶穌應許我們：

第一，信主的人安息了，是與主同在。主耶穌說祂在那裡，信主的人也在哪裡。安息之後，我們不是沒了，我們不是不存在了，而是與主相聚，在主耶穌那裡。

第二，我們與主同在的地方，是充滿主的榮耀。那裡是喜樂，那裡是明亮，那裡是平安，那裡不再有痛苦，那裡是主掌權的。無法想像的美，處處充滿主榮耀。

「看見」主的榮耀

第三，我們在那裡，是有知覺的，能「看見」主的榮耀；是有感覺的，能知道我們在那裡，是主的愛，祂是愛我們的。愛我們主，讓我們安息後，與祂同在。

▶跟隨主，是手扶耕犁向前，力上加力，忍耐到底，終必得救。(本報資料照片)

