

深度報導
極簡閱讀
五媒合一



出版人憶余英時 翹楚的另一面



陳揆邀六都茶敘 彌合分裂契機



<醒小說>公園裡的男人 (溫小平)

《今日靈修》



閣揆與六都市長

欣見新內閣與六都市長昨天有建設性的互動，打下好的基礎。其實不拘黨派，只要官員團結合作、為國為民，都是民眾所樂見。我們祈禱，執政掌權者都能放下成見與私心，為民服務。(126 版)

六都列席院會紓感 盧秀燕：溝通氣氛佳

行政院長陳建仁舉行上任後第一次院會，會後還與六都市長舉行「會後會」，敲定由副院長鄭文燦擔任六都聯絡窗口。

【本報記者呂翔禾台北報導】睽違三年，六都市長再度列席院會，滿意到聊不完！行政院長陳建仁 2 日舉行上任後第一次院會，會後還與六都市長舉行「會後會」，最後敲定由副院長鄭文燦擔任六都聯絡窗口。台中市長盧秀燕笑說，陳建仁、鄭文燦比想像中有誠意；新北市長侯友宜也有向中央提《國土計畫法》修法，微笑表示有獲得很好回應。

盧秀燕：溝通氣氛佳

陳建仁上任的第一次院會，原本議程內只有國發會簡報「2023 年經濟局勢」，與海洋委員會制定的「海洋產業發展條例」草案要送立法院，但因為六都市長都有列席行政院會，會後陳建仁也與市長們茶敘，使得通常 11 點前結束的院會等到快 12 點才結束，場外高達 20 幾家媒體都在守候。

會後由鄭文燦偕六都市長在行政院門口受訪，盧秀燕表示，

她個人認為陳建仁的態度比想像中有誠意，很高興在疫情平穩後，行政院再度邀請六都市長列席，都有表達不同需求，陳院長也耐心傾聽，希望未來能持盈保泰，維持這樣良好的溝通模式。

鄭文燦擔任窗口

侯友宜笑說，睽違三年終於能再列席院會，因此跟陳院長聊了很多，包括《國土計畫法》修法、環境保育、交通的問題。另外，他也反應說，希望不要只有正式院會做為溝通管道，在其他時間也能快速反應問題，因此陳建仁也允諾，由鄭文燦擔任六都聯絡窗口，隨時安排各部會，針對問題進行溝通。

感受誠意滿滿

蔣萬安則說，陳院長與鄭副院長都非常親切，他也提出「北北基桃」交通月票的訴求，希望中央儘速兌現政見，另外也

有針對地方財政收支、經濟等問題進行交流，「感受到滿滿誠意。」；台南市長黃偉哲也笑說，之前受疫情影響溝通比較難，很高興能由鄭文燦做為窗口，希望一起面對各項問題。

陳其邁則笑稱他「座位愈坐愈遠（副院長到高雄市長）」，但他也指出，2023 年還有通膨、戰爭等不確定性，如果無法及時解決民眾的負擔，台灣將面臨很大挑戰，他還說，陳建仁有特別強調「施政不分藍綠」，能夠建立制度性管道，快速反應問題，是個好的開始。

張善政回娘家

「今天有回娘家的感覺！」曾擔任行政院長的張善政也滿意的說，陳建仁與鄭文燦的誠意更加強了回娘家的溫馨感，其實六都反應的問題大同小異，有些也是需要跨縣市面對的，希望未來陳建仁的施政能超乎期待。(相關新聞見 2、6 版)



▲ 盧秀燕(中)表示，她個人認為陳建仁的態度比想像中有誠意，很高興在疫情平穩後，行政院再度邀請六都市長列席。(中央社)

疫情升溫、量能緊繃 口罩解封再延後

【本報記者簡嘉佑台北報導】疫情升溫與醫療量能緊繃卡關，口罩解封令再延宕！指揮中心指揮官王必勝 2 日表示，口罩解封令牽涉各部會，還需要溝通討論，具體的口罩解封令會延後公佈。指揮中心發言人莊人祥表示，2 日本土新增 26793 例確診個案，較上週同期上升 41.5%，另增 74 例死亡。

口罩解封令再延後

現場記者提問，原本預計本週公佈的口罩解封令，為何

還沒有相關說明？王必勝解釋說，解封令目前還在研議當中，主要因為「加護病房比較滿，醫療量能緊繃」、「口罩解封牽涉到所有國人，各部會需要時間溝通安排」與「春節後確診數反彈升溫」，所以還需要一段時間，才會公佈口罩解封的細節。

現場記者說，新冠肺炎預計可能於 5 月降級為第四類法定傳染病？王必勝表示，「答案是有可能」，因為新冠肺炎一直朝流感化、輕症化的方向前進，日本與美國也都拍板 5 月

降級。記者追問說，如果新冠肺炎流感化的話，指揮中心是否也會撤除？王必勝說，未來參考國際上的趨勢，預計 5 月會有比較重大的改變，如果法定傳染病改類降級的話，意味著疾病已經流感化，指揮中心也有可能會在 6 月降級或撤除。

專責病房人數創新高

指揮中心醫療應變組副組長羅一鈞指出，本日新增 74 例病例死亡個案，年齡都在 60 歲以上，沒有特殊死亡個案。他指出，死亡個案中，71 例具如癌症等重大疾病或慢性病史、有 55 例未接種滿 3 劑新冠疫苗。

他說，春節過後，專責病房收治人數來到 2624 位，是今年最高峰。但春節後其他病症發生率也上升，對病床的需求也提高。對此，羅一鈞表示，全台整體空床率為 51.9%，其中針對中、北區等空床率較高的地區，調降專責病房的比例，釋放更多醫療量能給非新冠肺炎的病患。



▲ 指揮中心指揮官王必勝 2 日表示，因為醫療量能緊繃、各部會仍需要溝通與確診數增加等狀況，口罩解封的時程會延後公佈。(指揮中心提供)

《焦點圖文》

平溪天燈節 20 呎雙主燈亮相

2023 新北市平溪天燈節 5 日元宵節當天將在十分廣場舉辦首場活動，2 日揭曉超大型 20 呎兔年「好運萌兔」及葫蘿蔔造型主燈。(中央社)



社論

兩岸復航有望打破僵局 應考慮民意

大陸國台辦1日表示，基於目前兩岸疫情都已逐漸走向平穩，因此希望恢復兩岸航線正常運作；國台辦並且表示，大陸航空主管部門已通過《海峽兩岸空運協議》聯繫相關管道，表達上述態度；民航局也證實收到相關消息，目前「正在討論中」。

另一方面，總統蔡英文2日出席海基會所舉辦的春節台商聯誼活動會，也被認為是對兩岸關係的正面關注。

國台辦釋善意

過去多年，蔡政府經常強調，與大陸聯繫總是遭到「已讀不回」，但這次國台辦就恢復兩岸航點，主動與台灣的民航局聯絡，時間又是在蔡英文剛與捷克總統當選人帕維爾通話、被認為是踩到北京紅線之後，國台辦如此釋放出善意的舉動，並不尋常。

對陳建仁來說，這是個難得的機遇，當然也是考驗。該不該接這個球、如何接這個球，都須仔細思量。

兩岸斷航羅生門

兩岸航線自2003年以包機形式運作至2009年後改為定期航線，並快速成長。因新冠疫情擴散，蔡政府自2020年2月10日起限縮兩岸航空客運直航大陸航點，目前僅剩北京、上海、成都和廈門4個城市航點，同時也暫停小三通客運船舶往來，及全面禁止大陸人士入境。

中央流行疫情指揮中心在去年10月13日對航班全面解封，但兩岸仍限縮以上4個航點，班次極有限。2022年12月22日，蔡政府宣布「分階段恢復小三通」，但是對象只

限金馬民眾和陸配，台商、台幹和台生，仍然無法透過小三通往返兩岸。

過去台商不斷要求蔡政府全面恢復兩岸直航航點及小三通，但蔡政府表示，跟大陸聯繫多次都未獲回應，言下之意，既然大陸不理不睬，那就沒辦法商量，也就不能恢復。國台辦則再三表明，限縮及暫停是台灣單方面的決定，因此只要蔡政府自行宣布相關措施就可以恢復，無須協商。總之，兩岸官方互動中斷，許多政策都難以執行。

疫後觀光商機

如今國台辦主動聯繫台灣民航局，希望恢復航點及航班，陳內閣何不趁勢作出擴大航點及全面恢復小三通的決定，讓往返兩岸更為方便。

接下來，蔡政府也可規畫恢復開放大陸觀光客來台。畢竟各國都在積極布局爭取疫後觀光商機，而陸客正是重要客源。

回應台灣的民意

大陸國家主席習近平在2022年12月31日發表的新年

賀詞中，談及台灣問題時的用詞是「海峽兩岸一家親」，沒有談到所謂的武統，蔡英文表示「有注意到大陸方面的語氣較為和緩」，且副總統賴清德日前也提出了「和平保台」，另一方面，蔡英文在新年談話中表示，願意協助大陸抗疫，都讓人感受到暖意。

許多國際和軍事專家不斷警告台海危機風雲崛起，讓人感到極為不安，然而，兩岸人民是否可以免於兵凶戰危，就在高層的一念之間。蔡英文既期許新的內閣要「溫暖堅韌」，就請以溫暖、開放的態度，儘速恢復兩岸航點小三通，這不只是回應國台辦的訴求，更是回應台灣的民意。

陳建仁送書顯誠意 首長談笑甚歡

行政院2日舉行院長陳建仁上任後首次院會，會中陳建仁感謝六都市長列席，會後還與市長們舉行茶敘，並送他們兩本自己寫的書。

【本報記者呂翔禾台北報導】陳建仁與六都市長相談甚歡，甚至還送他們自己寫的《因果螺旋》與《小大人的公衛素養課》二書！行政院2日舉行院長陳建仁上任後首次院會，會中陳建仁感謝六都市長列席，會後還與市長們舉行茶敘，並送他們兩本自己寫的書。首次院會通過的法案是《海洋產業發展條例》。

與地方良好溝通

行政院發言人陳宗彥表示，院長陳建仁在院會開始時，首先歡迎六都市長列席，並期待他們能以高執行力解決市政難題，陳建仁也強調建設不分藍綠，過去在中低收入戶補助、班班有冷氣等政策都顯現中央、地方合作的良好範例，未來行



▲行政院2日院會上，行政院長陳建仁與六都市長相談甚歡，並裁定《海洋產業發展條例》草案送交立院。圖為發言人陳宗彥拿陳建仁的書。（行政院提供）

政院也會展現最大誠意，全力支持地方的需求。

針對國發會簡報「2023年總體經濟局勢」，陳建仁也特別交代各部會首長要發揮同理與關懷心，全力以赴制定實質政

策。另外，陳建仁說，等立法院通過特別條例，就會以最快的速度送出特別預算。

院會中也通過《海洋產業發展條例》草案，陳建仁希望促進海洋產業發展，並兼具生態

保育，期待新主委管碧玲發揮影響力。

與市長保持聯繫

被媒體問到之後副院長鄭文燦的溝通平台會以什麼形式進行？陳宗彥說，會積極配合六都市長行程，不見得一定要在每周四行政院會後進行，隨時保持聯繫。

有媒體詢問，特別預算會如何協助中小企業？國發會副主委高仙桂表示，相關方案由經濟部負責，初步規劃是以補貼與貸款的方式，協助中小企業智慧化、低碳化轉型，包括重新設計產線，並協助企業以「合法、永續、有效率」的方式調整體質，等特別條例通過後，會儘速提出預算與具體方案。

主委管媽初登板

被問到《海洋產業發展條例》如何發揮效力，管碧玲表

示，會透過3大面向加強海洋發展，包括建立海洋資料庫、寬列預算推動海洋產業發展與各部會撥補海洋發展基金。

新閣揆倍受期望 施政應有輕重緩急

【本報記者呂翔禾特稿】國民黨要行政院長陳建仁速做勞保改革、民眾黨要他制定還款計畫、時代力量呼籲他通過《礦業法》；六都市長想要交通月票、NGO希望他管制中資…。各界對於陳建仁的期待殷切，但他僅有475天任期，真的能率領百官處理這麼多事嗎？院長似提出讓人民有感的政策，才是有方向感的做法。

有整治電商平台蝦皮的金流狀況。國民黨、民眾黨也在記者會中多次強調要儘速提出普發現金的《特別預算》，補助中小企業、撥補台電的預算2400億預算不能「空白授權」，並提出新的「能源政策」、「氣候變遷因應法」的碳費配套措施、兵役改革等，陳建仁要處理的事情簡直是多如牛毛。

政黨六都紛提訴求

陳建仁上任後，首先拜會立法院各黨團，在野黨磨刀霍霍，如國民黨呼籲普發1萬元現金、提出勞保改革方案；民眾黨則希望他大破大立，提出結構性改革方案，解決低薪、高房價等問題；時代力量關心《平均地權條例》修正、《礦業法》與《水土保持法》等議題，各黨都對陳建仁展現高度期待。

在2日的行政院會上，六都首長還表達希望改善溝通機制、財政收支劃分等訴求，台北市長蔣萬安也敦促中央儘速兌現「北北基桃」交通月票，陳建仁允諾會儘速評估。

政務多如牛毛

此外，NGO希望政府儘速修正《用電大戶條款》，還

這幾天下來，輿論對於甫上任的陳建仁充滿期待，希望他能夠發揮聖騎士「捨我其誰」、「犧牲奉獻」的精神，陳建仁也在發言中多次強調「願作地上的鹽」、「為人民服務是共同信仰」，但這份滿滿誠意還是必須有具體的行動綱領，但陳建仁任期僅475天，不免令人擔心：這麼多事情有辦法在這麼短的時間完成嗎？

應訂定優先次序

其實，在公司治理上，處理事情需區分出優先順序才有效率，而行政院橫跨12部9會3委員會，要做的事情那麼多，陳建仁應該邀集眾部會討論處理政策的短中長期目標，並取得民意共識，否則在多頭馬車拉動下，陳內閣即使想做事也很難讓民眾滿意，淪為「樣樣都想做，但卻都做不到」的窘境。

捷克對台展善意 專家：歐洲外交大突破

【本報記者呂翔禾台北報導】「捷克與台灣交好的互動模式，有望讓歐洲其他國家參考！」針對近日捷克總統與台灣總統蔡英文通話，台大政治系副教授陳世民受訪時強調，歐洲許多國家近年都陸續開始調整「一中政策」，這有助於台灣與歐洲國家關係更深化，獲得更多支持。但政大國關中心研究員湯紹成則不以為然說，捷克的影響力很有限。

彈性一中政策

繼捷克總統帕維爾與蔡總統通話，眾議院議長艾達莫娃也將率團訪台，整體對台相當態度友好。對此，陳世民受訪時說，捷克參議院議長韋德齊2020年訪問台灣，回國後說：「每個國家都有自己解釋一中政策的權利。」且目前捷克總統與總理都是對台灣友善的執政黨，過去也經歷民主化革命，

因此對台灣處境感同身受。

陳世民認為，捷克將「一中政策」彈性調整的作法，是未來台灣外交可以著墨的重點，近來有許多國家對於中國的不滿程度逐漸上升，因此有意與台灣加強關係，且台灣半導體也是國際產業鏈中重要籌碼，藉此可提升與世界其他自由民主國家的互動。

強化對歐關係

「但捷克還是反對台灣獨立！」陳世民強調，這樣的彈性調整可以讓其他國與中國仍維持邦交，但同時提升與台灣的關係，可以成為許多歐洲國家的新模式。他反駁「沒有邦交就沒有實質效應」的說法，並表示國際社會雖然有其現實面，但外交關係的變化本來就是漸進的過程，無法一蹴可幾。

他說，未來中國對台威脅漸增，這樣提升政治關係的模式

有助於中國武力攻台時，歐洲國家對台灣能有更多的幫助與聲援，尤其是共享自由民主價值的國家，會更願意堅定表達對台灣的支持。陳世民舉例，芬蘭2011年中國政策報告說「台灣是中國不可分割的一部份」，但2021年卻改成「支持台灣參與國際社會，對於台灣的地位，芬蘭不表意見」，就是很好的例子。

政策轉彎很難說

但政大國關中心研究員湯紹



維爾。有專家認為，捷克總統帕維爾的訪台，有助於促進與歐洲國家的互動。圖為捷克總統帕維爾在訪問台灣期間，與台灣官員會面。（Photo from @general_javei via Twitter）

▼2023 台北國際書展，邀請聯經出版發行人林載爵（左）、雅言文化發行人顏擇雅（右2）、允晨文化發行人廖志峰（右）等出席，談已故史學家余英時作品的當代意義。（中央社）



台北書展之余英時論壇

出版人憶余英時 國學翹楚的另一面

允晨文化發行人廖志峰回憶說，往昔曾與余英時共乘，他看到汽車旁有腳踏車騎士時，竟俏皮說「超過他去」。

【本報記者簡嘉佑台北報導】「走的只是肉身，精神一直留在作品裡！」雅言文化發行人顏擇雅2日在論壇表示，余英時有著無處不自得的瀟灑個性，希望大家能從作品認識他。允晨文化發行人廖志峰回憶說，往昔曾與余英時共乘，他看到汽車旁有腳踏車騎士時，竟俏皮說「超過他去」。聯經出版發行人林載爵透露，余英時在自學時，「非常喜歡閱讀日記」，造就他能綿密不絕講故事的功力。

香港時代是基礎

余英時為全球最具影響力的國學大師之一，曾任中研院院士、美國哲學會院士與普林斯頓大學講座教授，更獲得唐獎等國際大獎的殊榮。本次余英時論壇於台北國際書展主題廣場舉辦，擺放

了余英時的著作，領域橫跨歷史、思想與文學等。

出版人林載爵回憶說，余英時過世之前，只有幾家出版社出版相關著作，還有大量作品還沒集結成書，所以聯經公司決定把缺乏的部分補足，以了解他的思想與人格。他指出，聯經出版的《余英時文集》有9890頁、700多萬字，如果加上其他出版社的著作，一生的著作估計有1200萬字左右，相當驚人。

林載爵表示，在文集中有收錄余英時青年時期的文章，也就是他在香港的時代，但該時期著作其實在台灣沒有非常流通，非常可惜。他指出，余英時當時就是情感充沛的青年，曾寫一篇文章要送給1950年代，還說道，「痛苦的舊世界隨著舊年過去吧」，更疾呼「方生的快生，未死的快死」。

林載爵也說，除了學術研究之外，余英時最重視的議題就是：自由、平等、民主與革命，但當時香港的情勢相當複雜，共產黨、國民黨與美國的勢力交雜其中。在那種情況下，余英時以西方世界做為參考的樣板，並親手翻譯國外學者自由平等的論著，顯見香港時期奠定了他的基礎，也養成他一生閱讀的習慣。

愛讀日記成關鍵

林載爵指出，余英時晚年開始回顧自己的學術經歷與治學態度，主要關注三大重點「中國文化在軸心突破後的特色」、「漢末、唐宋與明代三個中國思想文化的轉變過程」與「中國價值系統如何與現代文明做緊密的結合」。

他回憶說，余英時在談論人

▼中央研究院院士余英時享耆壽91歲，留下豐富的論著。（唐獎教育基金會提供）



物時，都能宛如漣漪般連綿不絕講，學識相當淵博。林載爵也透露，余英時在自學時，「非常喜歡閱讀日記」，飽覽政治文化到思想學者的日記，也讓他成為說故事能手。

此外，林載爵指出，本次也有整理余英時的政論與時論，內容包括共產黨、台灣香港與文化歷史，總共70萬字，是了解他現實關懷的重要依據。他表示，余英時晚年接受天下雜誌專訪曾指出，台灣究竟要「民主化」還是「台灣化」的問題，該問題直至今日都值得繼續思考。

此外，林載爵指出，本次也有整理余英時的政論與時論，內容包括共產黨、台灣香港與文化歷史，總共70萬字，是了解他現實關懷的重要依據。他表示，余英時晚年接受天下雜誌專訪曾指出，台灣究竟要「民主化」還是「台灣化」的問題，該問題直至今日都值得繼續思考。

論著等身 散布各處

顏擇雅說，在2001年第一次見到余英時後，與余英時夫妻都持續保持聯絡。她語帶感性的說，無論是創業、出版或行銷都

好，余英時都幫自己很多忙，可以說「人生第一桶金是余英時給的」，如出版社熱銷書籍《正義：一場思辨之旅》也是余英時推薦的。

她有點懊惱的說，當他過世之後，才發覺自己一直接受他的幫助，卻好像沒有幫過他的忙，於是決定幫他編集政論。顏擇雅說，余英時雖然卷帙浩繁，但如果不是重要的學術著作，他都沒有保留或整理的習慣，散落在各個刊物、社論中。

無處不自得的個性

顏擇雅指出，余英時之所以沒有做蒐集彙整的工作的原因，就是因為他無處而不自得的個性，一般人很在意的事情，出版、有人罵他等等的事情，余先生一般不太經心。她說，余英時許多文章在發表當下都曾引來中共官媒重砲抨擊，如今不見於網路，圖書館也收藏不齊。

她表示，如果光看余英時回憶錄，可能只會得到「比較快樂的留美學者」的形象，但實際認識他發現他是「不是會工作到最後，該放下就該放下」的人。顏擇雅說，當時有人問他在特定學校受到什麼委屈時，他卻僅僅是以《木蘭辭》中的「朔氣傳金柝，寒光照鐵衣。將軍百戰死，壯士十年歸」回應，一片坦蕩。

顏擇雅說，「認識余英時對我影響甚鉅」，但不認識他也沒關係，大家可以去讀他的作品。余英時也沒見過陳寅恪、胡適，但他們之間的關係不言而喻。她引用《余英時評政治現實》裡的一句話：「走的也只是肉身，精神一直留在作品裡。」歡迎大家透過作品，認識余先生。

余英時：快超車！

廖志峰回憶到美國拜訪余英時的經驗，意外發現余英時不為人知、活潑的一面。他說，如果人的一生中有一個天堂時刻，那會是2018年他踏入余先生家的那個下午：「我至今還記得他家柔軟的地毯，他還叫我不脫鞋。他家是不脫鞋的。」

他透露，當時跟余英時相處，他就請我坐在沙發，還問了很多問題，但無論回答的如何，余英時都讓自己能暢所欲言。廖志峰說，後續在餐桌上吃飯，還抽了幸運餅乾，記得當時抽到「不可說的回憶」、「這個旅行是必要的」，至今仍歷歷在目。

廖志峰略帶微笑說，余英時有相當生活化的一面，也展現出他的個性。如當時師母（余英時妻子）開車，有一群騎腳踏車的人經過，師母自然放慢速度，但這時候余英時竟然突然說，「超過去」，讓自己始料未及。

普發現金難達偏鄉 可造冊在定點發錢

【本報記者簡嘉佑台北報導】全民普發現金，卻獨漏偏鄉弱勢？民進黨立委鍾佳濱2日召開記者會表示，目前規劃普發現金有銀行匯款、ATM提領與郵局辦理等服務，但不擅金融服務、郵局服務不及地區的民眾，卻難以及時領到6千元。同黨立委伍麗華呼籲，可結合地方戶政單位，以造冊的方式來定點發放給不方便的群眾。

偏鄉金融未普惠

鍾佳濱說，保守推估發放現金的時間約落在4月中旬，目前政府各部會有兩個多月的時間來規劃發放的方式。目前財政部規劃三種領取方式，分別為：銀行匯款入帳、ATM操作提領、郵局臨櫃辦理。

他指出，但就去年五倍券經驗來看，最終有高達5萬人未領取五倍券，其中很大一部分屬高齡族群，可能因不善操作網路、機器而未領取。鍾佳濱強調，但對無銀行帳號、不會用網路，及ATM，或部分郵局服務不及地區的民眾而言，將難以領到六千元。

造冊定點發現金

伍麗華指出，像花蓮縣萬

榮鄉境內僅有一台ATM，屏東縣獅子鄉、臺東縣金峰鄉雖設有郵政代辦所卻沒辦理金融業務等，她建議政府，針對缺乏金融服務機構及提款設備的原鄉，協調中央部會及地方縣市政府，結合鄉公所、村里長及當地派出所，於造冊後在村（里）內擇定點發放，再將現金交給民眾手上。

盤點弱勢民衆

數發部數位政府司副司長楊耿瑜說，此次現金發放擴及全台2千3百萬人，研議包括老農年金、身障等族群以直撥入帳的方式發現金，目前行政院都還在盤點對象，盼能讓特定族群不需要奔波，就能領取6千元。

他也說，針對缺乏金融服務的偏鄉地區，也會研擬透過「造冊領現」的方式，如今還在與行政院與各部會協商中。

針對如何協助原住民偏鄉地區民眾領取現金，原民會綜合規劃處專委曾興中指出，除了原有的戶政系統之外，會透過社區關懷、教會等團體，掌握不便的民眾，有帳戶就協助入帳；如果沒有帳戶的話，透過民政系統來盤點造冊。



詐欺案激增 台灣低薪才是根源

何 策

（資深媒體人）

台灣已成「詐欺之島」？近5年來詐欺案迭創新高，2022年全年發生2萬6632件，金額高達60億元，手法之多，兇殘程度駭人聽聞，且連亞洲、歐美各國同受害，成為國恥。產業失衡，年輕人長期低薪，生活困難，應是主因，政府應徹底解決社會問題。

台灣近年來經濟成長穩定，但是產業發展嚴重失衡，少數科技產業或掌握生產資源的資本家，分配大多數經濟成長利益，大部分弱勢勞工每月薪資連房租、伙食費都付不起，飢寒起盜心，鋌而走險，走向詐欺犯罪之途，令人遺憾。

產業失衡貧富差距大

台灣因為半導體、ICT等科技產業發達，外銷暢旺，經濟成長數據亮眼，員工待遇福利傲視其他行業。然而，產業

發展失衡，服務業待遇普遍偏低，就業人口高達648.7萬人，佔6成之多，2021年平均薪資中位數為50.6萬元，初入職場平均薪資為41萬元，計時人員平均年薪35.9萬元，薪資普遍偏低。

其實許多賺錢的上市櫃公司，獲利良好，每年配發的股利亮眼，價格相對高檔，但是員工平均年薪竟然也不到50萬元，形成資本案剝削勞工畸型現象，而且台灣工會組織無力對抗資方剝削，政府多年來束手無策，任由不合理現象長期存在，低薪環境無解，許多年輕人被逼另尋可能發展機會，卻誤入歧途。

年輕人低薪嚴重

以台北市、新北市為例，勞工平均年薪53.6萬元，與鄰近國家相比，相差太遠，如韓國平均86.6萬元，日本平均124萬元，新加坡平均157.5

萬元，香港平均168.9萬元，澳洲平均180萬元。台灣睜乎其後，貧富差距懸殊，如非科技、金融服務等產業，待遇普遍偏低。

一位留美得到動畫設計碩士學位的年輕人，最近返台應徵工作，月薪竟然只有3萬2千元，其他從事幼兒教育或餐飲服務、觀光旅遊業年輕人處境都相同，竟然月領26400元基本工資，要想突破3萬元都難，在6都生活費昂貴，連租屋、吃飯都困難，奢談結婚生子，成立家庭。被生活所逼，誤入歧途，不難理解。

年輕人竟赴海外詐欺

2022年柬埔寨西港區爆發大規模詐欺凌虐案，竟有台灣大量年輕人遭詐騙凌虐致死，甚至還有不少人成為主謀，更離譜的是11月中壢、淡水分別爆發大規模遭詐欺凌虐案，有58人遭集體囚禁凌虐，且有3

人致死，震驚社會。令人遺憾的是政府官員迄今不重視台灣詐欺案嚴重的根本原因，且已到駭人聽聞的地步。

台灣詐欺案手法千奇百怪，從過去網路詐欺，冒名公務機關，法院、警察局、稅捐處，或子女被綁，恐嚇父母付贖都有，也有赴海外設立專業詐欺網站，行騙中國大陸，或其他各國，詐欺犯被捕，大量涉案台灣年輕人被送往被害當地國受審，令人痛心，政府應徹底解決貧富不均，服務業低薪，產業發展失衡現象。

最近網路冒充股市名嘴，虛設帳號，偽稱代客操作賺取暴利，詐騙投資人興起，許多投資人受騙失金。也有利用網路感情或求職詐騙，千奇百怪，衍生嚴重社會問題。台灣果真成為「詐騙之島」？嚴刑峻罰並不能解決社會問題，如何平均社會財富，創造年輕人合理待遇及生存機會，才是解決之道。

▼美國國防部長奧斯汀（右）2日會見菲律賓總統小馬可仕（左）。（Photo by U.S. Pacific Fleet on Flickr under C.C. License）



從韓到澳圍堵中國 菲同意擴大美軍權限

【本報記者簡嘉佑綜合報導】菲律賓成美國圍堵中國的最後一塊拼圖！為了從島鏈圍堵中國，美國已與日、韓與澳洲形成聯盟關係，但獨缺位居其中的菲律賓。然而，美國與菲律賓2日也達成協議，擴大美軍進入菲律賓基地權限，更成為監視南海議題的前哨。

東亞島鏈圍堵中國

《The Diplomat》報導，美國總統拜登先前在東亞峰會時，就與澳洲總理艾班尼斯展開雙邊會談，也與日本首相岸田文雄及韓國總統尹錫悅舉行美日韓三邊領袖會談，當時四國均重申維護台海



美國與菲律賓2日也達成協議，擴大美軍進入菲律賓基地權限，更成為監視南海議題的前哨。

和平穩定的重要性。

儘管美、日、韓都肯認台海穩定的重要性，但是三國對中國的態度就不盡相同。美國將戰勝中國作為國家安全戰略的核心主軸，更祭出各式各樣的抵制措施。日本對中國的態度也漸轉強硬，承諾「在危急狀況防衛台灣」。然而，南韓卻一直強調「穩定和平」，卻避免做出任何公開承諾。

美訪菲談軍協

《BBC》指出，美國聯盟雖

然已經從韓國、日本延伸到位於南半球的澳洲，但中間卻缺乏一個重要國家，即鄰近台灣與南海的菲律賓。當美國試圖打造圍堵中國的網路時，該國的重要性也日漸浮現。



美國和菲律賓2日也宣布達成協議，擴大美軍進入該國4座軍事基地的權限成立長期盟邦尋求對抗中國軍事崛起。

殖民歷史引反美情緒

菲律賓大學教授柯拉夫特指出，中國對東南亞的野心日漸顯露，更出現將南海基地軍事化的跡象，菲律賓幾乎無力應對中國軍事威脅，最後可能不得不倚靠美國協助。但他也強調，菲律賓希望與雙方都維持良好關係，交夾於中、美之間，獲取更大的經濟優勢。

此外，美國曾經殖民菲律賓，當時血腥暴力的歷史仍歷歷在目，導致許多菲律賓民眾相當反對菲律賓與美國更深入的軍事合作。菲律賓新愛國聯盟秘書長蕾耶斯說，「美國與菲律賓長期處於不平等的關係，美軍虐童、強暴與拋棄有毒廢棄物的歷史，仍在該國留下深深的傷痕」。

海地動盪難平息 牙買加願派兵維和

【本報記者呂翔禾台北報導】海地內亂升溫，各國開始關注，甚至打算派兵！牙買加總理霍尼斯1日表示，願意派遣軍隊到海地境內維持治安。海地近日局勢動盪，爆發大規模動亂，且國內沒有國會議員在任下，政府形同停擺，目前區域組織雖有表態要解決問題，但少有實際行動。

牙買加派兵穩定海地

根據《半島電視台》報導，霍尼斯在眾議院發表演說表示，他希望能幫助海地重回和平、穩定的秩序，以利後續進行民主改革與選舉。由於國內百廢待舉，海地總理亨利去年10月就曾對外求援，希望外國軍隊協助海地政府恢復秩序，牙買加是首個表態願意出兵的國家。



聯合國駐海地特使勒莉梅上週表示，希望聯合國安理會能重視海地政府的請求，但安理會若要派遣維和部隊，需要安理會成員同意，目前美國與加拿大對此提案「不感興趣」。但海地前警察總長查理斯在美洲組織會議上直言，海地正面臨史上最大危機，國內民眾面臨國家無能、黑幫橫行的慘況，急需國際支援。

國會停擺 治安敗壞

海地由於先前選舉未順利舉行，加上前任參議員屆期任滿離職，導致國會完全沒有議員就任，總理亨利在一年就說要重新選舉，但選委會相關人選都尚未決定，遭到國內輿論批評獨裁專政。政府無能施政下，國內去年有1359人遭到綁架，比前年暴增一倍，另外有2183人遭到謀殺，比去年暴增33%。

牙買加表示，除了軍隊以外，也可以援助物資；對於海地動亂，聯合國安理會表示，目前尚未收到派兵維和的提案，但如果有國家願意申請，可以直接跟海地提案。中美洲區域組織「加勒比海共同體」先前才表示要積極解決海地的政治問題，但目前仍少有國家表達具體作為；聯合國報告指出，海地境內僅有9千名警察，很難維持境內1100萬人口的秩序。

國際實質作為少

《加勒比海週報》提到，海地近來還爆發暴動，導致多位員警遭殺害，加勒比海共同體發表聲明譴責暴力，並呼籲海地警方儘速控制秩序。海地局勢的動盪雖引發國際關注，但國際組織大多發表聲明，而海地仍持續陷入國家混亂的困境。



▲海地近來還爆發暴動，導致多位員警遭殺害，加勒比海共同體發表聲明譴責暴力。（Photo from Wikimedia Commons）

瑞典入北約路崎嶇 匈牙利也表反對

【本報記者呂翔禾台北報導】芬蘭與瑞典加入北約又多了阻礙！匈牙利外交部長西雅爾多1日表示，瑞典應該改變現有的態度，匈牙利才能同意其加入北約。瑞典與芬蘭在俄烏戰爭後申請加入北約，但北約採共識決，其中土耳其不同意加入，因此瑞典境內爆發抗議，還出現焚燒可蘭經的行為，如今匈牙利也加入反對行列，瑞典就更難加入北約了。

焚可蘭經惹議

根據《[美聯社]》報導，西雅爾多1日與土耳其外交部長恰武什奧盧會面後發表聲明，呼籲瑞典需要改變針對境內有抗議民眾焚燒可蘭經的官方說法，才願意讓瑞典加入北約。西雅爾多說，作為天主教徒，對於宗教的經典遭到焚燒的行為「絕對無法接受」。恰武什奧盧則表示，歡迎北約擴大，但焚燒可蘭經對土耳其來說是



「嚴重挑釁」。

由於土耳其不願同意瑞典加入北約，導致瑞典國內爆發反土耳其示威，有民眾到土耳其大使館前焚燒可蘭經，引發土耳其總統艾爾段不滿，但瑞典政府發表聲明回應說，會捍衛民眾的言論自由，讓西雅爾多直言這「非常愚蠢」，並表示如果要土耳其支持，瑞典政府必須改變態度。

恐牽連芬蘭入會

受俄烏戰爭影響，瑞典與芬蘭同時遞交加入北約的申請，但土耳其希望瑞典能引渡境內庫德族恐怖分子回國受審，瑞典雖然修改境內反恐法律，並解除對土耳其的販售軍火禁令，但不願將叛亂分子引渡到土耳其，讓艾爾段甚至揚言若瑞典不從，恐會連帶影響芬蘭的入會申請。

由於加入北約需要全體會員國同意，目前除了土耳其外，



▲匈牙利外交部長西雅爾多1日呼籲，瑞典要對焚燒可蘭經事件「改變態度」，才有機會加入北約。（Photo from Wikimedia Commons）

就剩下匈牙利尚未批准兩國入會申請，但西雅爾多也補充說，匈牙利國會將會在2月開議時討論兩國加入北約的問題，到時候就看瑞典的態度。

匈牙利絆腳西方

《美國之音》提到，



匈牙利去年貪污程度排名歐洲第一，是歐盟最不廉政的國家。雖然身為歐盟、北約會員國，但匈牙利總理奧班與俄羅斯關係匪淺，先前也曾多次因為干涉司法、侵害人權與歐盟對槓，也是少數沒有配合歐盟制裁俄羅斯的國家。

圖文選粹

圖文 / 中央社

緬甸軍政府延長國家緊急狀態 美國譴責非法統治



▲緬甸軍政府1日宣布延長國家緊急狀態。圖為前年3月緬甸民眾上街示威。



▽中國在部分太陽能面板技術上具備領先優勢。(Photo: UNIDO on Flickr, used under Creative Commons license)

中國防印度超越 禁太陽能板技術出口

【本報記者莊瑞萌綜合報導】先發制人，中國將禁止太陽能板關鍵技術出口。中國政府日前公布，研議禁止太陽能板矽片及電池等關鍵技術出口。對此，專家認為，中國此舉是為了維持在太陽能產業的全球領先地位，同時避免印度趁勢崛起。

中國太陽能板產能高

據《亞洲時報》報導，根據中國商務部與科學技術部最新修訂的出口規定，中國廠商將被禁止在海外使用中國的矽片與黑矽及電池等技術。中國廠商生產全球太陽能面板及模組超過 80%。專家認為，中國此舉是為了避免印度成為太



陽能面板的供應國之一。

為了避免中國廠商將核心矽技術移往海外，中國商務部上個月就提議將上述技術納入進出口規定內，除此之外，基因組編輯與農業雜交育種技術也將納入禁止出口之列。目前中國有意禁止出口技術還包括矽片、黑矽與射極鈍化及背電極 (Passivated Emitter and Rear Cell; PERC) 技術。

對此，保利協鑫能源副總裁宋昊表示，「中國禁止最先進的太陽能板技術出口作法可以理解，因為過去許多先進國家也對中國做過類似的事。」

專家認為，中國此舉是為了維持在太陽能產業的全球領先地位，同時避免印度趁勢崛起。

有意防堵印度崛起

Oilchem.net 分析師於多則認為，印度過去已推出許多新措施支持其太陽能設備廠商，就是希望降低對中國產品的倚賴。他也認為，中國背後目的是希望阻止印度取得其技術。

據《P V Magazine》報導，一旦上述 3 項技術被納入名單，日後廠商必須取得出口證才能出口。中國光伏產業協會指出，2021 年中國佔全球太陽能產業晶圓生產高達 98%，雖然該禁令仍屬公開



徵求意見階段，但從中可發現中國有意保護其最先進太陽能技術以及維持在太陽能產業的競爭力。

中國將維持領先地位

再生能源顧問公司 Apricum 分析師法蘭克表示，「這種技術相關出口限制已不是新聞。上述清單最後版本早在 2020 年 8 月就已公布，結果公開徵詢流程結束之後 2 年才正式生效。」

但他也認為，中國其實有意維持在價值鏈的領先地位。他指出，「一方面它影響製造廠，也可能影響考慮在其他地區建立晶圓生產的廠商。換句話說，這樣的技術要對外轉移將會受到限制。」

空污不只傷身 更影響精神狀況

【本報記者簡嘉佑綜合報導】空氣污染不僅戕害身體，還會導致精神疾病！研究指出，隨著空氣污染增加，民眾罹患憂鬱症、癡呆症的比例也會上升。對此，學者呼籲，該研究提出證據表示，空汙會影響到民眾的大腦，意味著政府單位應祭出更嚴謹的法規，來管制空氣污染的狀況。

制空氣污染的標準將更加嚴謹。研究人員呼籲，政府應該注意到他們最新的研究，尤其許多國家的空氣品質仍遠不及世界衛生組織的標準，各政府應該擔任領頭羊的角色，訂定更加嚴謹的法規，降低空氣污染對民眾的影響。

減碳、電動救空氣

《外媒》報導，根據世界衛生組織與經濟合作暨發展組織 (OECD) 的說法，空氣污染導致全球每年 4 到 9 百萬人提早死亡，更造成 1.5 億美金的經濟損害，包括懸浮微粒、二氧化氮等有害氣體，都會增加慢性疾病的發病率。

面對全球空氣污染的議題，綠色和平組織表示，只要從三大面向下手，就能改善空氣品質，包括「淘汰燃煤，減少二氧化碳與懸浮微粒」、「改善交通方式，減少燃油車、多用大眾交通」與「透過社會民眾凝聚共識」。

空汙戕害身心

《衛報》報導，研究發現，空氣污染除了傷害身體健康，導致各類型的呼吸系統疾病之外，也會對精神健康造成負面影響。研究人員發現，隨著空氣污染增加，抑鬱症與憂鬱症的病例數也會增加。

對此，萊斯特大學環境流行病學教授翰瑟爾說，這項研究顯示，空汙會對大腦產生潛在影響的證據，更與認知能力下降、癡呆症等疾病有關係，也意味著政府管



◀研究指出，隨著空氣污染增加，民眾罹患憂鬱症、癡呆症的比例也會上升。(Photo by Khiasul Anar on Flickr under C.C. License)



ATMO PRESENTS
THE OSCARS 獲選奧斯卡最佳國際電影15強
勇奪坎城影展最佳劇本大獎

開羅 謀殺案

CAIRO CONSPIRACY

《抹大拉的馬利亞》塔菲克伯罕 《懸案密碼》法瑞斯法瑞斯
《尼羅河的希爾頓事件》導演 塔利克薩勒赫 上乘之作

學校是最危險的地方

2.10 招募新鮮人

MOHAMMAD BAKRI MAKRAM J. KHOURY MEHDI DEHBI MOE AYOUB SHERWAN HAJI AHMED LAISSALI JALAL ALTAHIL RAMZI CHOUKAIR
CINTECH PRODUCTION PRESENTS A FILM BY TALIK SALEH CAIRO CONSPIRACY CASTING BY AMY HARRIS COSTUME DESIGNER JESSICA HARRIS MUSIC BY JESSICA HARRIS EDITOR JESSICA HARRIS PRODUCTION DESIGNER JESSICA HARRIS EXECUTIVE PRODUCERS JESSICA HARRIS PRODUCED BY JESSICA HARRIS WRITTEN BY JESSICA HARRIS BASED UPON THE NOVEL BY JESSICA HARRIS
DISTRIBUTED BY JESSICA HARRIS
www.cairoconspiracy.com

▼ 國台辦主動聯繫台灣民航局，希望恢復航點及航班，陳內閣何不趁勢作出擴大航點及全面恢復小三通的决定。(網路截圖)



陳揆邀六都茶敘 是彌合內部分裂契機

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

九合一選舉的結果，看出台灣內部分歧正不斷的擴大。許多議題對於藍綠白來說，不但沒有三贏，就連雙贏都做不到，都是零和。就連民進黨內部都有許多重大議題的分歧，包括了新竹林智堅的論文、台南的治安，甚至是黨內路線都有許多衝突。

因此新閣揆陳建仁跟新民進黨主席賴清德上任，不只是為民進黨止血，更希望能夠為台灣帶來更多和解。

邀請六都市長一同前往開會之所以難得，是因為這已是睽違三年來，六都首長再度在行政院一同開會。

誠意備受肯定

陳建仁的第一次行政院會，的確表現了極高的誠意，讓人驚喜。他不只邀請六都市長一同前往開會，之所以難得，是因為這已是睽違三年來，六都首長再度在行政院一同開會。

更貼心的，陳建仁還在會後邀請六都首長進行茶敘，甚至讓副院長鄭文燦陪同六都首長一起接受媒體採訪。就連與會

的國民黨台中市長盧秀燕，都稱讚陳建仁的誠意跟身段都表現很好。其實執政黨跟在野黨的確存在著監督的關係，但是如果從頭到尾都只有對抗沒有合作，這樣的台灣的政治環境只會爭吵不休。

讓藍綠有聚焦的機會

過去在新年度的開始或是立法院新會期開議前，藍綠政黨都會各自舉行共識營，來匯集

黨內意見。陳建仁等於開了一個好範例，讓藍綠有聚焦共識的機會。原先大家都在質疑，為何新內閣的工作都聚焦在怎麼發六千元，而不是規劃國內大政？現在我們就了解，新內閣是願意從六個直轄市的需求，來規劃國家方針。

想想過去幾年，光是幾條捷運路線，中央跟地方就鬧得不可開交，甚至跨縣市的輕軌或是捷運，也是爭議不斷，甚至演變成口水戰。或許從這些原先就存在已久的交通問題著手，更可以讓中央跟地方的心結化解。

攪動一灘死水

台灣正面臨一個關鍵時刻，除了中美對抗跟烏克蘭戰爭的大環境外，中國經濟復甦跟台灣內部經濟轉型都是大哉問。但就因為這些問題都涉及到不同的意識形態，過去往往是先以忠誠度或是愛台灣與否來斷定，而不是就事論事。

其實除了積極加強軍備，努力儲備國防戰力之外。在外交、內政跟經濟規劃上，還是需要以務實謀利為主。陳建仁能夠率先拋出橄欖枝，打破藍綠中央地方的隔閡。下一步就希望，能夠就過去停滯不前的議題進行溝通。

尤其是烏克蘭戰爭，導致中美關係更加緊張，台灣花大錢買軍武，卻又因為烏克蘭戰爭遲遲拿不到。如何幫台灣爭取到最佳利益，執政黨更需要野黨的支持，在野黨也需要更積極參與對台灣的擘畫。

盼陳揆能證明自己

執政新官上任，往往都有三個月的蜜月期。現在看來已經有了好的開始，不過短短三個月轉瞬即逝。民進黨內院黨團也應該要列出各種議案的重要排序，不只是讓行政院掌握跟參考，更是要讓全民感受到執政黨的上下齊心。

不可諱言的，在這幾年的藍綠對抗中，民眾對政府的發言或多或少都有疑慮。而且一旦民進黨團或是行政院能拋磚引玉，丟出議案的順序。更可以刺激在野黨也丟出自己的方案，來競爭民眾的認同，這也可以讓民眾做出判斷藍綠白各黨的認真程度。

陳建仁的身段的確值得稱讚，但是如果沒有自己的立案進度，或者缺乏執行的方針順序，就很可能變成毫無主見的魁儡內閣。希望陳建仁能夠證明自己，不只是好人，更能是好官。

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 237

香蕉皮撿不撿？

■ 王建煊

(前監察院院長、
天使居創辦人)

有個人在等公車時，看到路上有香蕉皮，怕別人踩到會滑跤，就撿起來丟到垃圾箱裡，回來時公車已開走，只好等下班車。

撿香蕉皮撿回一命

不到一會兒，他在半路發現有警車、救護車及大隊人馬在救難，原來剛才他未趕上的那班車，出了車禍跌落山溝，很多人受傷。他很慶幸自己是因為撿香蕉皮，未趕上那班死亡列車。後來有一天，另外一位乘客也是因為撿香蕉皮而未趕上車，但所搭的那班車，卻因司機失誤而掉落山溝，他因而躲過一劫。

各朋友，將來看到香蕉皮，你們撿還是不撿呢？



▲ 他很慶幸自己是因為撿香蕉皮，未趕上那班死亡列車。(網路截圖)

拋錨延誤班機

有位先生搭計程車去國際機場，路上車子拋錨，修了半天才好，趕到機場，飛機已飛了。他很生氣地改搭下午班機，在上飛機前，電視新聞報導上午他未趕上的那班機失事了，機上二百二十七人全部罹難。

他一時愣在那裡，那個拋錨的計程車司機成了他的救命恩人。當然因為車子拋錨延誤班機，而搭上死亡班機的也是大有人在的。

不必過分強求

各位朋友，將來搭車去機場，你希望車子拋錨或是不拋錨呢？這兩個例子告訴我們，人生很多事的禍與福，常不是我們人能掌握的，世事常是禍中有福，福中有禍。

因此很多事就不必過分強求，強求達到的事，可能剛好是另外一件事的禍源。相反地，看似不好的事，也不要氣餒，跟隨它的可能會是一件喜事亦未可定。

浮生歲月

談善心與回報

■ 朱全斌
(大學教授)

人生而不平等，有人出身富貴，有人天生貧賤，命運各有不同。然而一個人是否快樂，或者對生活的滿意程度，則是由後天的修為決定，這點倒是公平的。因為幸福快樂是一種精神層面的主觀感受，與擁有金錢、物質的多寡無關。

行善不是為了回饋

從小我們就經常聽到「善有善報，惡有惡報」的道理，但是在成長的過程中，卻經常看到行善之人遭遇到許多磨難，而作惡之人卻佔盡好處，也對接下來「不是不報，時候未到」的這兩句感到懷疑。

然而，我覺得人是否會行善，乃取決於是否有善心，而不是為了有好報的功利目的。而在行善時，看到對方因為你的幫助獲得改善，心中由然而生的欣慰感，也已足夠回饋，並不需要更多的回報。

仁慈的繼母

自小母親就跟我說，人有能力就要做好事，尤其看到處境不如我們的人，能幫忙就要幫忙，因為人都會有困難的時候，

幫別人就是幫自己，這是善的循環。前不久跟老同事曲老師聚會，聽她談起發生在她身上的經歷，正可以當作是一個例子。

二十年前，曲老師辭職遠嫁紐約，跟她結婚的對象因前一段婚姻留下了一個四歲的男孩，因此曲老師一過去就成了一個繼母。男孩的父親將照顧及教養孩子的責任完全都交給曲老師，而孩子的生母也從來沒出現過，秉性仁慈的曲老師將這個孩子如同自己親生的一般對待，完全不像刻板印象中的「後媽」。

然而三年後，因為先生的花心與不負責任，曲老師決定結束短暫的婚姻返回台灣，離別前怕還在發育中的孩子沒人照顧，特地將不同尺寸的衣服跟鞋子預先買好，讓他在未來幾年中不致因為身體長大而沒有衣鞋可穿。返回台灣後，更每年固定會寄聖誕禮物給孩子，一直到他進大學為止。

十五年一見如故



▲ 孩子聽見她到了美國，立刻就搭飛機來見她，一開始就十分親熱，跟她有說不完的話。(網路截圖)

孩子上大學之後，便開始寫信給曲老師，跟她報告自己的近況，而到了畢業這一天，家境小康的曲老師更寄了五千美金給他，請他給自己買一件畢業禮物。後來才知道，這個孩子自進了大學就靠獎學金跟助學貸款來維持生活，這筆錢正好讓他用來償還一部分貸款。

在一次訪美的旅行中，孩子聽見她到了美國，立刻就搭飛機來看她，生性內向的她本還有些忐忑，不知要如何跟已經成人的孩子對話，沒想到十五年沒見，這孩子一見她就十分親熱，跟她有說不完的話，好像想一下子就將十五年的空白填滿一樣。而自那次見面後，兩人就一直保持著聯絡。

唯一認定的母親

曲老師告訴我，在最近一次的電話聊天中，孩子跟她說，有句話一直想跟她講卻總找不到機會，他說：「我父親這一生不知帶給我多少母親候選人，但是在我心目中，只有妳才是我真真正認定唯一的母親。」

曲老師一直沒有再婚，也沒有自己的兒女。在退休之後，一直過著簡單的獨居生活，朋友都關心她的晚年會不會太寂寞了。她當年不計較對方是不是自己親生的骨肉而自發的善心對待，被老天爺看到，並回賜了她一個兒子，這真誠的感情，才是人間最珍貴的禮物啊。

醒報稿約



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。

不同季節、年齡 各有睡眠法

人類從出生到死亡，都需要「人生的舒眠技巧」來幫助入睡、成就人生。

■ 角谷 Ryo (睡眠教練)

今後的工作講求的不是「Do」，而是「Be」絕大多數的工作者，都很重視工作的時間管理（Time Management）。「什麼時間、做什麼事」的觀點，從很久以前就是工作上很重要的因素。然而，儘管大家都很有意「什麼時候做什麼（Do）」，卻鮮少有人在乎「以什麼狀態來做（Be）」。

如何保持最佳狀態

這幾年來，即使條件不夠完善也能做到的簡單工作，以及不斷重複相同流程的業務，已經開始漸漸被電腦取代了。今後需要由人親手處理的工作，似乎只剩下講求必須在「頭腦清楚的狀態」「精神百倍、能夠專心的狀態」「不疾不徐的穩定狀態」下完成的工作了。

《快眠地圖》簡介

睡不好、很難入睡、睡再多還是感覺累、早上無法神清氣爽地醒來、睡眠淺，半夜都要起床好幾次……許多人都有這一類的煩惱。為什麼會睡不好、睡不飽？是因為很多人都不知道，1天、1週、每個季節和年齡，各有不同的正確睡眠法。掌握「快眠地圖」解決所有睡眠問題，獲得一生受用的舒眠技術。

睡眠教練角谷 Ryo 曾為 NTT DOCOMO、CyberAgent、SOMPO JAPAN 等大型企業、總共 120 家公司，累計 6 萬 5000 人做過睡眠改善輔導的高級睡眠健康技師。現任 LIFREE 有限公司共同創辦人。

出版社 / 如何出版
出版日期：2023/01/01



舉例來說，以前廣告傳單業者的工作量十分繁重，如今只要從眾多設計模板中選出一個，再加上兩、三張照片和文案，就能做出高品質的傳單了。這

即使工作內容和隸屬部門相同，只要改善睡眠失調，「心理健康指數」和「幸福度」就會連帶等比例地改善。

即使工作內容和隸屬部門相同，只要改善睡眠失調，「心理健康指數」和「幸福度」就會連帶等比例地改善。

時的重點只有三個：「選出最佳模板」「選出最佳照片」「選出最佳文案」而已。如此一來，對從業員來說最重要的，就是如何保持最佳狀態來處理工作了。

這裡只是舉一個比較簡單好懂的例子，但今後所有工作的重點已逐漸從「做什麼（Do）」變成「以什麼狀態（Be）工作」了。

「Be」大於「Do」

如果能夠藉由舒眠，讓自己一早就用絕佳狀態開始工作的話，一整天大部分的時間都能以良好的狀態工作。今後，從建立良好的狀態（Be）開始，以這個狀態學習（Know）、實行（Do）正確的知識和資訊，將會成為所有商業領域的基本要求。

睡眠失調與心理健康

我的服務對象從老闆到新進員工、公司裡所有階層的商務人士，並幫他們做舒眠輔導，基本上是要指導有睡眠失調問題的人，所以我會事先對全體人員做睡眠評量和心理健康測驗。

根據各個論文和研究，可以得知「睡眠失調」和「心理健康失調」有密切關係，實際上，我們對超過五千名客戶所做的評量結果，也確定睡眠失調（失眠程度）和心理健康（憂鬱程度）有「很高的正相關」。

睡眠影響心理健康

當今時代，沒有哪一份職業是可以保障未來安穩無虞的鐵飯碗，不論哪個行業、哪間公司，都會有令人焦慮、壓力山大的環境，所以承受壓力的人才會越來越多。

即便是在同一個職場環境下，有人可以安睡，也有人會失眠；一邊是「睡得好，精神佳」，另一邊是「睡不著，狀況差」，現實就是會有這種不平等遭遇。而睡眠的差異又會直接影響到「心理健康」和「幸福度」，所以這種不平等並不是薪資的差別而已。

睡一覺起來什麼都好

不過，只要學會基本的技巧，不必花一毛錢就能彌補這種「睡眠落差」。如果是「飲食」的落差，就必須花費金錢和工夫才能彌補，倘若到了必須運動的程度，還會更加辛苦。但是，調理睡眠並不需要花費金錢和工夫。

我這麼說或許有點粗暴，但不論未來再怎麼茫然、承受多大的壓力，只要晚上能夠好好切換狀態、舒服睡一覺的話，今後的日子肯定會過得更輕鬆。如果能在早晨消除所有疲勞、神清氣爽地起床，不管什麼困難都可以更輕易地克服。

「舒眠技巧」對所有商務人士來說，是必備的技能。

睡眠教育

我們這一生，有三分之一的時間都在睡覺。但是，具備「正確的睡眠知識」的人，又有多少呢？有些國家會在學校開設教育睡眠重要性和技巧的課程，有些公司也會讓員工學習睡眠相關知識與接受睡眠輔導。

但相較之下，絕大多數的人都沒有機會學習「睡眠」。根據日本文部科學省的調查結果，高中生有六〇％以上、大學生有八〇％以上「在課堂中想睡得不得了」，而這個比例是美國的三倍以上。

長大成人以後，這種情況就更加嚴重，某項調查結果指出，成人有六〇％以上符合國際標準中的「有強烈失眠疑慮」或「有輕微失眠疑慮」。這件事可以讓人感受到，日本在睡眠教育方面有待加強。

人生有「快眠地圖」

然而實際上，雖說是「教育」，但只要讓孩子學過一次「睡眠的基本原則」後，接下來只要在每個年齡層、每個人人生階段補充必要知識就可以了。因此，要得到「香甜舒適的睡眠」並不是那麼困難的事。不過，人類的舒眠技巧，需要隨著生活的場景做變化。為了因應這個變化而生的，就是本書的主旨「快眠地圖」。

快眠地圖大致可以分為①早晨（DAY）、②夜晚（DAY）、③一週（WEEK）、④季節（SEASON）、⑤年齡（AGE）這五個，而且各個地圖都有因應的舒眠技巧。早晨的舒眠對策、睡前的舒眠對策、以週為單位的舒眠技巧、各個季節和年齡層的舒眠技巧……全都不盡相同。

身心疲勞在週四

你覺得自己在一整個星期內，星期幾是最疲勞的日子呢？疲勞的指標有很多種，以其中與心理上的疲勞關係最密切的



▲ 為什麼會睡不好？因為很多人都不知道，每個季節和年齡，各有不同的正確睡眠法。（網路來源）

「自律神經」為例，週四是自律神經最混亂的時候。

順便一提，大家平均最有精神的日子是週六。或許是因為很多人即使在週一覺得很累，到了週間就已經進入工作狀態，變得不易感到疲勞，但實際上，週四會非常累。站在「疲勞會累積」的觀點來看，週五看起來是累積最多疲勞的日子，然而實際上並非如此。當人們一知道隔天就能放假，安心感和期待可以幫助自律神經恢復精力。

雖然很多商務人士都沒有發

週三的夜晚好好睡一覺。

不過實際上，商務人士的應酬聚會最多是安排在週三和週四。週三疲勞會達到高峰，是平日最不該喝酒的日子；不過週四的應酬疲勞可以靠週五來克服，所以週四是最適合安排應酬聚會的日子。週三不要安排應酬聚會，而是設定成照顧身體、好好睡覺的日子，肯定能讓你感覺到一整週的疲勞累積程度和以往大不相同。

當你實際體會到這個效果以後，請一定要向工作上的同伴與職場同事宣傳這個「週四疲

快眠地圖大致可以分為①早晨（DAY）、②夜晚（DAY）、③一週（WEEK）、④季節（SEASON）、⑤年齡（AGE）這五個，而且各個地圖都有因應的舒眠技巧。

覺，不過因為在週間疲勞會累積，導致工作上的表現變得低落，所以只要做好因應措施，就可以更接近理想的狀態，不僅平日能一直發揮高水準的表現，週末也不會累積疲勞、可盡情享受私人時光。

週三好好睡覺

而這個解決的措施，就是在

勞高峰論」。只要一起共事的成員都能理解這個概念，應酬聚會就漸漸不會再安排在週三晚上了。但是，應酬聚會往往無法依自己的情況來決定日期，所以建議大家至少可以在週三需要應酬喝酒時，盡量少喝一點，並且早點回家。

（昀恬／輯）

· 下週書訊 ·

《歷史「勢」件簿，你該學習的權謀之術》

作者：李人豪、肖勝平

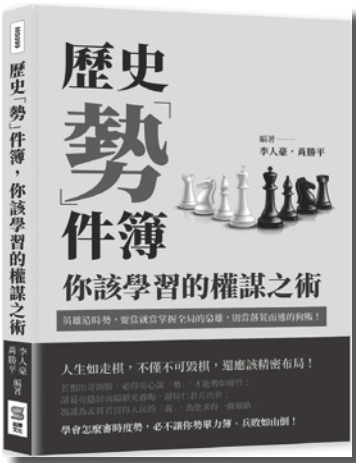
人在面對困難或規劃未來時，不可能單靠一股向前衝的熱血，有勇無謀只會淪為「愚勇」！

之所以需要藉時勢、靠謀劃，便是因為此乃成功不可或缺的要素！本書透過眾多成功人士與歷史事件，剖析何謂「勢」、想成事又該如何造「勢」、想成功的你不可不知！

李人豪曾任外商公司高級主管，後投身金融業，積極關注股市與外幣匯率，目標

出版社：崧岸文化

是每年出國玩兩次。天蠍座，不喜歡跟人說話，卻喜歡在臉書上發文分享瑣事順便晒貓。肖勝平專職編者。



《超實用中學數學概念筆記》

作者：難波博之

為什麼負責得正？為什麼「a×b」會寫成「ab」？3大主題重新認識數學！全書以國中程度的數學為主軸，並初步介紹高中也會學到的數學！

難波博之東京大學學院情報理工學系研究科碩士畢業。自懂事起便喜歡數字和圖形，國中一年級時，幾乎全憑自學而學會高中數學。高中時曾獲在墨西哥舉辦的國際物理奧林匹亞競賽銀牌。大學時代，用「Masuo」的名義開設以「深入淺出教

出版社：台灣東販

導深奧的數學定理」為宗旨的網站「高中數學的美麗物語」。在大學生、考生及數學愛好者間迅速引起話題，成為單月 400 萬點閱數的超人氣網站。



《痛苦的上帝》

作者：楊腓力

「痛苦的問題」一直是基督信仰深奧難解之謎。面對苦難的基督徒，就像走在一條鋼索上，就連那些聰穎或曾自認虔敬忠心的人，也不乏仆倒其上。因為這從來不只是信仰知識、神學議題，更是一位信靠上帝之人，期望自己未曾被上帝背叛的椎心之痛。

楊腓力初次寫成此書雖年僅二十來歲，但本於追尋苦難意義的初衷，日後仍舊筆耕不輟，走進受苦者的世界。他整理、書寫這些尋獲

出版社：校園書房

的線索，歷經前後多次增修、改版，成為我們今日看到的這本著作。



▼老人瞋著眼，望著草地上跳躍的麻雀，「我年輕時也是像你這樣，趕趕趕、衝衝衝，在外頭的日子遠比在家多，第一個老婆受不了，離婚了。」（網路截圖）



醒小說

公園裡的男人

■ 溫小平
（作家）

每次穿越公園，只要有陽光，他都會看到幾位老人，佝僂的、白髮的、皺縮的、衣衫褪色的，坐在公園椅或是輪椅上，臉上的表情就像掀不起波浪的海洋，每個線條都沉寂安靜。這些老人曾經年輕，腳步也曾走過世界各地，而如今，只能從家裡走到公園，從公園走回家裡，等待著人生終點的到來。

戴紫色毛線帽的老人

趕著上班的他，不想讓這些黯淡面孔影響心情，腳步幾乎都是匆忙掠過。唯有一位戴著紫色毛線帽的老人，總會抬起垂墜的眼皮跟他溫和說，「小

年假結束不久，公園裡的老人又隨著陽光一一現身，卻唯獨不見紫帽老人，不免擔心著，老人去了哪兒？

夥子，早啊！」讓他不由慢下腳步，老人彷彿走在他前面的時光，提醒他放慢腳步，看看兩邊的風景。但他卻依然照著自己的節奏行進。春節那幾天長假，天冷居多，老人多半跟家人團聚，公園裡不見人影，只有乾枯的落葉，隨風飄舞著。而他照舊在公園穿梭來去，不曾停歇。

忙不完的工作

年假結束不久，公園裡的老人又隨著陽光一一現身，卻唯獨不見紫帽老人，不免擔心著，

老人去了哪兒？已經到了終點站嗎？他都還沒機會跟他說話呢！踏上公車，他努力揮走負面的意念，慶幸自己離終點還有很大一段距離，許多的輝煌還等著他去創造。他有兩個案子要執行，要見客戶，還要修改企劃案…。

去年的業績不理想，年終獎金也是少得可憐，買的股票、基金更是不死不活。他握緊拳頭捶著自己的掌心，再拚一下吧！

媽媽不停催婚

當他忙碌一天回到租屋剛踏入玄關，「媽媽」兩個字在他的手機螢幕上閃動，他嘆了口氣，按下接聽鍵，「什麼事？」「就是問問你哪天回家？春節那麼多天假，你都沒回來，說是要值班。隔壁那個春媚，你還嫌人家暴牙、沒身材，不久前矯正牙齒，又跑了一趟韓國，現在美的呢！一堆人上門說媒，聽說被一個科技公司的經理看上了…。」

他邊換上拖鞋，脫下外套，邊不帶感情的淡淡「嗯」了聲。媽媽不管他有無熱烈反應，就怕他掛掉手機，加快語速說，「你那個高中同學錦荷，等了

催她去相親，我還挺喜歡她的，就怕再過幾年，卵子都老了，唉！你動作也該快一點了。」

青春值多少錢

他抬起頭望了望牆上的月曆，2023 幾個數字，減去他和錦荷相同的出生年 1990，對他來說正是盛年，而她，卻快要過了卵子的巔峰。她的確比他著急，選市長時她有意無意暗示他說，「哪個候選人肯補助凍卵，我就投他一票。」他當時卻未繼續那個話題。他明明是喜歡她的，否則也不會多年來身邊只有她一個女友。可是，卻似乎少了一股熱勁，讓他裹足不前。他到底應該跟她說別等了，還是繼續用同樣的託辭「等我存夠買房的錢再說」？

夜裡做了個夢，夢到錦荷，跟他一起做數學習題，計算她耗在他身上的青春值多少錢，算著算著兩人吵起來，錦荷嚎啕大哭，哭得整張課桌上都是淚水…。

他驚醒過來，卻怎麼也睡不著了。

久不曾仰望天空

經過公園，幾天不見的紫帽老人又現身了，卻不曾跟他說早安，只是用滿是皺褶的眼睛瞄了瞄他，似乎有話要說。他不覺停下腳步，坐在老人身旁，主動打招呼，「老先生，你早！」。他抬起頭來打量四周，公園裡高矮參差的樹，雖被外圍的

高樓壓迫著，卻努力地朝向藍天。而他，背負著紛至沓來的工作壓力，幾乎喘不過氣來，很久不曾仰望天空了。

紫帽老人終於說話了，「你不趕公車嗎？」似乎在他穿越公園的腳步中，早已熟知他的行蹤。他略抬起屁股，卻又坐下，心累的感覺源源冒出。

賺錢有賺到什麼？

「我看你氣色不太好，那麼多天年假，你沒有休息嗎？」他搖搖頭。為了避開爸媽的逼婚，他只好把假期用來代同事值班，讓同事享受天倫樂。

老人瞋著眼，望著草地上跳躍的麻雀，「我年輕時也是像你這樣，趕趕趕、衝衝衝，在外頭的日子遠比在家多，第一個老婆受不了，離婚了，我娶了一個比我小二十多歲的嬌妻，她拿著我的退休金和存款，每天過得多采多姿、有滋有味，而我呢？唉！」言下之意，老人只能在公園曬太陽。

似乎，人總要在走過以後才明白，賺那麼多錢到底賺到了甚麼？他不由想到冰箱裡連吃了好幾天的年菜，佛跳牆煮成了一鍋糊里糊塗，跟他的生活倒有幾分相似。

站起身，整了整衣衫，他扣緊外套的領口扣子，跟紫帽老人說了再見。往候車亭走去，邊掏出手機，找到錦荷的 line 留言，「我請妳吃妳最愛的雲南菜，慶祝我們認識 16 年如何。」

醒報專欄作家陣容

《經濟論衡》

林建甫

（中信金融管理學院講座教授暨台大經濟系名譽教授）曾任加州大學聖地牙哥分校經濟系助教、台灣大學經濟學系副教授、台灣大學經濟學系主任暨研究所所長。



《經研隨筆》

戴肇洋

（台灣省商業會顧問）台灣省商業會顧問、中華民國工業總會中小企業發展委員會副召集人。曾任日本關西大學經濟政治研究中心研究員、台灣經濟研究院組長、台灣綜合研究院所所長。



《財金視窗》

黃耀輝

（國立臺北商業大學財政稅務系教授）美國印地安納大學經濟所博士，曾任國立台北商業技術學院財稅系副教授、中華經濟研究院 研究顧問、行政院賦稅改革委員會委員。



《財經鳥瞰》

李沃牆

（淡江大學財務金融學系專任教授）政治大學經濟學系博士，曾任淡江大學兩岸金融研究中心副主任，曾在各財經報章雜誌擔任研究員、專欄主筆及編輯委員，研究專長為風險管理、財務工程、財務計量等。



《管理教育叢談》

周逸衡（華文商管教育認證組織執行長）

曾任中原大學企業管理系系主任、中山企管教授、國立嘉義大學管理學院院長、國立中山大學副校長。現任華文商管教育認證組織執行長。對台灣工作倫理、組織氣候需要很多建言，現投入商業教育的行列。



《土地的故事》

韓乾（逢甲大學退休教授）

美國密西根州立大學資源經濟學博士。曾任逢甲大學土地管理系教授、系主任、管理學院院長；臺灣政治大學地政系兼任教授、東海大學景觀系兼任教授；中國人民大學、南京農業大學、南京大學、浙江大學等校土地相關專業訪問教授。



《王院長跟你談天說地系列》+《王老先生講故事》

王建煊（前監察院院長）

台灣新黨創始人之一，基督徒。出生於中華民國安徽合肥，1949 年國共內戰後移居臺灣定居。曾任監察院院長、財政部部長、立法委員。



《地球氣候》

汪中和

（中央研究院研究員）美國夏威夷州立大學地質及地球物理系博士。曾任中央研究院環境變遷研究中心 合聘研究員、中央研究院地球科學研究所研究員兼副所長。



《蕭旭岑談音樂》

蕭旭岑

（前總統府副秘書長、資深愛樂者）國立政治大學新聞研究所碩士。前任中華民國總統府副秘書長兼總統府資訊安全委員會資訊安全長。定期為專業古典音樂雜誌《Muzik》撰寫樂評。



《經濟漫談》

于國欽（東吳大學經濟系兼任講師）

曾任經濟部統計處研究員、東吳大學經濟系兼任講師，自由時報記者，現任工商時報財經組副主任兼社論主筆。



《梁良談影》

梁良

（影評人）國立台灣藝術專科學校影劇科畢業，曾任年代公司電影部經理。著作：《奧斯卡最佳影片欣賞》、《條條大路通電影》。曾擔任第三十一屆金馬獎華語影片競賽評審委員。



《有鳳來影》

胡幼鳳

（資深媒體人）政治大學 EMBA 文化創意科技資通創新碩士。曾任台北電影節總監、金馬影展執委會秘書長、聯合報影視中心主任。



《浮生歲月》

朱全斌

（退休教授）英國倫敦大學高史密斯學院媒體與傳播博士，曾任國立台灣藝術大學應用媒體藝術研究所專任教授。著有《人生需要酒肉朋友》等書。



《醒小說》

溫小平（作家）

曾任《新女性》雜誌總編輯。現任佳音電臺主持人。曾獲中華日報文學獎、聯合報極短篇小說獎、中國文藝協會文藝獎章、五四文藝獎章等獎項。

