

深度報導
極簡閱讀
五媒合一



蔣萬安 228 致意 民眾險爆衝突



中俄外交過甚 協議難取信西方



請 ChatGPT 寫小說? (張瑞雄)

《今日靈修》



悲情 228

228 事件歷經 76 年來不停地教人緬懷、追究、研究，但是基督的教訓是饒恕，聖經上說：「你們若饒恕人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯。」誰能沒有錯失呢？願我們能哀矜勿喜。

砍藥價恐廠商不滿 公會：應調漲健保

藥師透露，醫師掌控處方權，又自己採購藥品，透過自家的藥師賣給病人，再由健保買單，並從處方藥中獲取利潤。

【本報記者簡嘉佑台北報導】藥價提低健保引入新藥！藥師李懿軒受訪時表示，砍藥價能增加健保預算，並有利於引進新的醫療服務，且部分藥物也應退出健保，回歸自由市場。醫師公會全聯會則指出，如果藥價砍得太低，藥廠無利可圖，就會退出市場，政府應把「餅」做大，合理增加健保總額給付。

健保署長石崇良 27 日表示，依法規定，每年都會調查售價與健保核價之間的價差進行調整，今年主要涉及 6009 項藥品、金額高達 81.8 億元，但支付價低於基本價與近期短缺的藥品，先不予調整。

藥價調整 各方有利

「藥價調整其實對大家都有利，因為健保資源是有限的，砍藥價能讓健保有更多預算，讓台灣引新興的藥品或醫療服務，」李懿軒分析說，不只該調降藥價，如藥師公會曾呼籲，像「乙醯胺酚」等安全性高的用藥可以退出健保，回歸自由市場，讓民眾自費購買，學會

自己照顧自己，而不是都靠著健保給付。

衛福部曾指出，藥商賣給醫療院所的藥品價格，可能會因為醫療院所的議價而低於健保訂定的支付價，因此產生「藥價差」（支付價－實際採購價＝藥價差）。換言之，藥價差就像一般商品買賣討價還價之後，藥商給醫療院所的折扣金額。

李懿軒說，健保制度會調查目前市面上的藥品價格，再加上 15% 的合理利潤進行定價。但因為「藥廠間的惡性競爭」，會砍價爭取醫院的合約，但健保制度看到如此低的藥價，自然也不想當「盤子」，就會再把健保藥價砍下去，形成惡性循環的體制問題。

被玩壞的藥價制度

李懿軒解釋說，因為「處方藥品並不是自由市場」，民眾無法自行取得處方藥，而是經過醫師處方後才能取得。他透露，站在藥商的角度，自家的產品要有多大的市場，就掌握在醫院與醫師的手上，如果醫

院大量處方特定藥品，那這個藥就會在市場上炙手可熱。

他說，台灣不是「醫藥分業」的國家，導致台灣醫院的生態掌控了醫師的處方權，又再自己採購藥品，透過自家的藥師賣給病人（再由健保買單），並從處方藥中獲取利潤，這就是過去常被提到的「以藥養醫」。

廠商恐退出台灣

醫師公會全聯會在 27 日發布的新聞稿表示，藥費若不以合理管控，勢必排擠到其它醫療支出，恐怕對台灣整體醫療環境和經濟成長都會有重大傷害。最理想的做法，就是把「餅」做大，合理增加總額給付包括藥費、檢驗費、診察費、處置費和手術費等，就可以解決所有的問題。

醫師公會全聯會則指出，短期希望可以和醫界洽商，但如台灣老化非常嚴重，有許多三高慢性病的藥物，在十年的調整後，幾乎到底價，若再往下調整，國外廠商將撤出台灣，絕非消費者病友所樂見。



▲面對缺藥浪潮、健保將砍藥價的議題，醫師公會全聯會呼籲，政府應把「餅」做大，合理增加健保的總額給付。(網路截圖)

3 月 1 日轉冷涼 3 天 東北部迎風有雨

【本報記者簡嘉佑台北報導】連假結束好天氣退散！民眾 3 月起要注意氣溫下降與日夜溫差。氣象達人彭啟明表示，東北季風 3 月 1 日晚間開始增強，北部東部氣溫下降，且日夜溫差大，民眾穿著上需要多加留意。中央氣象局提醒，3 月 1 日西半部地區及馬祖易有局部霧或低雲影響能見度，民眾行車要注意狀況。

1 日開始變冷涼

彭啟明表示，3 月 1 日白天起臺灣北邊有微弱低壓鋒面發展，並且逐漸向東移動，鋒面尾端將會掠過臺灣北部，但是預估影響不大。到了晚上東北季風將逐漸增強，這波東北季風挾帶的水氣較少，就連迎風面的降雨都不是很明顯，天氣上東半部雲量較多，西半部基本上仍維持晴到多雲的天氣。

中央氣象局也提醒，28 日到 3 月 1 日期間，西半部地區及馬祖易有局部霧或低雲影響能見度；東半部（含綠島、蘭嶼）沿海及恆春半島有長浪發生的



▲氣象達人彭啟明表示，東北季風 3 月 1 日晚間開始增強，北部東部氣溫下降，且日夜溫差大，民眾穿著上需要多加留意。(中央社)

機率，民眾需注意天氣狀況。

彭啟明說，北部、東北部從 1 日到 5 日全天較涼，氣溫都不到 20 度；中南部、花東白天高溫可達 21 到 24 度，相對溫暖一些，但是夜晚清晨由於大氣偏乾，各地都會轉涼，甚至局部還是有極端低溫出現的機會，短期內日夜溫差大的情形可能還要持續下去，對身體多少會有些負擔，尤其心血管疾病患者要再多加留意了。

日夜溫差大

中央大學大氣科學系兼任副教授吳德榮於專欄中表示，1 日東北季風略增強到 3 日，迎風面雲量稍增，大台北東側、東半部有局部短暫降雨的機率，北台灣轉涼，其他地區影響小。

他表示，後續水氣逐日減少，4 日呈現「西晴、東半部偶有局部短暫雨」的天氣型態；5 日各地轉為晴朗穩定，但要注意白天氣溫升，清晨氣溫低，日夜溫差很大。

《焦點圖文》

杜鵑花季將至 到大安森林公園賞花

台北市大安森林公園杜鵑花季即將登場，28 日下午吸引許多民眾把握 228 連假最後一天前往賞花遊憩。(中央社)



社論

台灣處處缺 旱情成下一個新挑戰

台灣，號稱福爾摩沙，曾經是歐洲人心目中的美麗之島。但是現在缺蛋、缺藥、缺電、缺才、缺工、缺地、缺新生兒。最近南台灣又缺水，很難令人理解，長期平均雨量是全球一倍多的台灣，怎會淪落至此。究竟要如何解決那麼多「缺」，人民期待政府給答案。

台灣雨量應是全球最多

2021年甫經歷56年最嚴重乾旱，2023年南部又要開始面對號稱30年來最酷旱，且擔心中北部蔓延。前瞻基礎建設1807億元水資源經費，成果未見，除了「解釋」之外，如何徹底「解決」，才是重點。

台灣是全球雨量最豐沛的地方，長期年降雨量高達2429公釐，比起全球平均雨量1155公釐，多一倍以上，美國只有715公釐、中國大陸645公釐、加拿大537公釐、俄羅斯406公釐、日本1688公釐、菲律賓2348公釐、英國1220公釐、沙烏地阿拉伯59公釐、印度1083公釐、俄羅斯406公釐、以色列391公釐。

每年漏水10億噸

監察院早在民國100年、105年兩次糾正行政院的水資源管理政策指出，全台漏水率高達16%，日本僅3%。自來水公司管線已有80%以上，使用逾年限，每年漏水10億噸，

等同2.5座石門水庫蓄水量。

自來水公司每年汰換自來水管線僅1%，照這速度全部更新要100年，農業用水輸送過程，每年漏失50億噸，以農委會改善灌溉渠道速度，要200年才能全面改善完畢。低水價政策，29年凍漲，每度平均水費僅11元，也就是說10元硬幣就能買到約1噸自來水，約1000公升，1600多罐瓶裝的自來水量，全球第二廉價，價格只有日本三分之一。

自來水公司每年虧損17億元，長期虧損已近800億元，近10年每年平均給水投資報酬率為-0.33%，水賣的越多，賠的越慘，又要如何改善管線設備。政府管理政策不當，全民一起浪費水資源，監察院的

糾正，猶如狗吠火車，完全無效。

南台灣又開始缺水

目前南台灣缺水，政府的解釋是已1272天無颱風登陸，南部地區距離前一場大於200毫米的豪雨已558天，中央氣象局預報未來1季降雨機率偏低，春雨不及至，梅雨不可靠的機會極大，中央總想如何渡過缺水危機挑戰大，並應積極防止中部、北部接連缺水，卻從來不提水資源管理不當，嚴重浪費水資源的問題。

水利署公布當前全國各水庫蓄水率，其中，嘉義曾文水庫23.6%，台南烏山頭水庫44%，這代表南部水情嚴峻，

尤以台南市最嚴重，此次更被形容為30年來乾旱最嚴重，已經出現必須減量供水的橘燈，經濟部決定在3月1日啟動抗旱措施，南部居民及企業界必須面對缺水的危機。

嚴防中台灣也缺水

更麻煩的是3月份核二廠二號機如果依計劃除役，水力發電將挑起供電重擔，拿水補核，面對全球暖化，氣候變遷難料，影響降雨，如果中、北部也跟著乾旱，問題將更複雜難解。灣是水力發電重心，以大甲溪為重鎮，設有德基、青山、谷關、天輪、馬鞍5座水力發電水庫，耗水量大，如果接續乾旱，缺水、缺電風險的

風險，政府有必要預作準備，嚴防淪落到更危險的境地。

治水經費打水漂？

2021年台灣甫經歷號稱為56年來，最嚴重的乾旱，許多水庫的蓄水量不到20%，甚至低於10%，號稱台灣半導體產業最重要的水源寶山水庫，水位有史以來最低，只剩7%的蓄水量，要供應全球80%的晶片，以及台灣經濟命脈，不得不停止7.4萬公頃的農田灌溉。並實施嚴格的民生用水限制，人民受苦。

缺蛋、缺藥、缺工、缺電、缺才、缺地、缺新生兒，現在缺水挑戰又從南部開始，「物阜民豐」已成為人民遙不可及的夢想，福爾摩沙淪落至此，究竟是天災還是人禍，人民想知道答案，如何解決，政府有責任告訴全民。

蔣萬安 228 致意 民眾衝入險爆衝突

蔣萬安尚未致詞完，就有民眾衝上講台，高舉布條、高喊「殺人兇手、蔣萬安下台」口號，迫使致詞中斷五分鐘。

【本報記者呂翔禾台北報導】台北市長蔣萬安在參加228紀念活動致詞時，有民眾從講台後方闖入，高喊「蔣萬安下台、下跪道歉」等口號，差點就打到蔣萬安，現場活動一度中斷，但抗議民眾隨後被警衛送出。活動恢復後，蔣萬安致詞時對228表達歉意，並承諾有補償不足之處會繼續協助受難者家屬。

民眾不滿抗議

28日的紀念會現場坐滿了許多228事件受害人的家屬，活動開始，身穿全白襯衫與黑色西裝褲的光復愛樂合唱團帶來「奇異恩典」與「阮若打開心內的門窗」兩首歌曲，接著在2點28分，全體與會人員在228紀念碑下默哀2分鐘，表達對228事件的哀悼。

蔣萬安尚未致詞完，就有民眾衝上講台，高舉布條、高喊



▲北市228事件紀念會蔣萬安致詞遇群眾抗議。(中央社)

「殺人兇手、蔣萬安下台」、「拆除銅像，下跪道歉」等口號，迫使致詞中斷五分鐘，抗議民眾隨後被現場護衛帶走。蔣萬安隨後繼續說，他一定會責成市府團隊，對台北市228事件的歷史材料盡可能的繼續挖掘搜尋；對台北市228家屬在生活上的需要，也會盡全力照顧幫忙。

莫忘 228 史實

蔣萬安說，身為台北市長，他要為76年前發生在台北市大稻埕天馬茶房附近的緝菸事件，進而導致全台二二八事件的歷史傷痛，致上誠摯的歉意。他說，會努力讓台北市民更坦然的面對彼此，擁抱彼此。他在

獻花的時候也落淚，並與獻花家屬攀談許久。

面對民眾闖入，蔣萬安在活動後聯訪時表示，台灣是民主的社會，本來就需要接納多元的聲音。有媒體問蔣家是否該為228負責？蔣萬安僅表示坦然面對。馬英九在致詞時則說，他面對歷史是就事論事，228家

缺藥議題續延燒 王必勝：已催促生產

【本報記者簡嘉佑台北報導】缺藥議題持續延燒，衛福部出手協助廠商調度！衛福部政務次長王必勝27日於記者會說，藥物種類與缺藥因素複雜，短期會協調廠商調度生產，未來會成立常設的缺藥中心，持續注意藥物供應的狀況。健保署署長石崇良表示，健保藥價調整預計4月1日上路，將不會調整處方藥或短缺藥品的價格。

缺工缺料導致缺藥

針對近期缺藥議題，王必勝指出，健保藥品總共有1萬4000多項，因為種類繁多、缺藥原因複雜，無法一概辦理。

他指出，缺藥因素包括，全球原物料短缺、國際藥品需求增加、缺工等，加上國內市場較小，國際競爭力低，進口藥品相對困難，導致藥品供應不足。他說，如藥廠優先提供藥品給大型醫院，導致診所藥局不易取得；醫師給藥與民眾用藥都有習慣，導致即使有「同成分、同劑型、同含量」的替代性藥品，也無法彌補缺藥狀況。

儘速協調廠商生產

對此，王必勝說，未來會啟動擬定短中長期策略，以期解決缺藥問題。短期而言，會針對近期臨床需求較高品項進行

因應處理，包括調度生產線、徵求新廠商加入生產，尤其會加速處訴沒有替代品的藥物。

中期將建立「常設防缺藥處理中心」，將採專人專責及跨部門合作，研擬防缺藥政策以提前預防藥品短缺，強化跨部門資料整合及主動監測。

長期才會全面性檢討現行健保藥價政策規劃，包括建立風險管控機制、全國統一採購試辦計畫，並對於必要性藥品給予適當價格保護機制。針對屆專利期的藥品，鼓勵輔導國產業者生產，以確保原廠藥品短缺時，有國產學名藥（藥物的專利權過期後，其他合格藥廠

跨黨派女力搞笑 全民挑戰網軍議題

【本報記者簡嘉佑台北報導】民進黨青年發展部副主任謝子涵、國民黨市議員徐巧芯、民眾黨發言人徐千晴與高雄市議員黃捷跨黨派民代粉墨登場，擺出俏麗姿勢將演出喜劇《丞相，起風了》。全民大劇團編導謝念祖27日表示，這齣劇的主題是「網軍」，邀請容易受到網路霸凌的政治人物客串，盼能讓民眾意識到惡意留言的嚴重性。

拍照時，徐千晴擺出雙手比讚的姿勢，被底下媒體虧說，這個有點像競選的姿勢，她才連忙慌張擺出其他姿勢。換謝子涵拍照時，就直接比讚表

示，「就來個競選的姿勢吧」，引發現場陣陣笑聲。

許巧芯說，聽到劇本是關於網軍時，二話不說就答應出演，因為她主打的議題就是「斬側翼、抓網軍」，而且平常面對網軍攻擊的方式就是「狂罵他們，筆戰到底」。她更透露，為了保持體態出演，花了長時間健身、改善飲食，還被同事取笑說，「現在開始吃草了嗎？」

黃捷說，當聽到網軍戲劇時，第一個想法就是「心有戚戚焉，你們找對人了啦」，因為政治人物容易受到網軍的霸凌與惡意留言。她表示，常常遇到網軍對女性的色情攻擊，一律都是提告，不要放過他們。

謝念祖表示，該劇劇名取自PTT流行用語，希望能觀眾知道「這社會真的有網軍」，更盼增加民眾的網路識讀的能力。他透露，此次剛好有演員不能參加，就想說找找看最容易被霸凌的政治人物，大膽邀請她們出演，沒想到能一舉成功。



▲民眾黨發言人徐千晴（左起）、民進黨青年發展部副主任謝子涵、高雄市議員黃捷與國民黨市議員徐巧芯於喜劇《丞相，起風了》記者會亮相。（簡嘉佑／台灣醒報）

台灣出口衰退警訊 學者：政府應提振內需

台大財金系兼任教授劉憶如 24 日於北威論壇表示，台灣出口持續衰退，內需今年將扮演重要角色。

【本報記者簡嘉佑台北報導】台灣內需動能為成長關鍵！台大財金系兼任教授劉憶如 24 日於北威論壇表示，台灣出口持續衰退，內需今年將扮演重要角色。政府應努力提振民生消費，並拓展出口地區。淡江大學兩岸關係研究中心主任張五岳則表示，除了爭取美日資源，台灣也需要對中國釋出善意。

提振內需救經濟

劉憶如表示，中國出口持續下跌，去年 12 月較前年同期下降近 10%，為連續第三個月下降，也是自 2020 年疫情開始以來的最大降幅。她說，目前這趨勢還會持續，短期內不易回到過往水準，因為歐美國家開始降低購買中國產品，因此中國對台灣的訂單也會相應出現下滑。

「面對出口衰退的狀況，中國一再強調加強內需，台灣政策也應該如此，」劉憶如說，台灣整體太依賴出口，且仰賴單一的中國市場，導致今年表現不佳，如去年第四季出口衰退 8.6% 來看，今年第一季出口市場預測也會是負數。

她說，今年國際經濟情勢不佳，台灣經濟結構也出現轉變，我國政府應提高警覺，在拓展出口地區來分散風險之外，也應該提振內需市場，緩衝出口衰退的衝擊。

和統仍是中國主調

張五岳則樂觀看待中國今年



▲台大財金系兼任教授劉憶如說，我國應提振內需市場。圖為民眾在高雄市前鎮區一處大賣場內採購民生用品。（中央社）

的經濟表現，「今年中國經濟表現會比去年好」。他指出，目前中國經濟相對重視三個顏色的議題，包括「綠色」的環保問題、「藍色」的勞動權益與「紅色」的政治議題，

他指出，台海如果發生衝突，

美國勢必會如俄烏戰爭支援烏克蘭一樣，支援台灣，中國貿然武統恐會付出重大代價。張五岳認為，中國目前和統才是主要論調，除非台灣觸碰到中共的紅線，推動台獨，否則 2027 年以前不會武統台灣。

中國解封經濟走強 學者看法兩極

【本報記者簡嘉佑台北報導】中國經濟復甦面臨強勁逆風！東華大學新經濟政策研究中心主任陳松興 24 日於北威論壇指出，包括全球商品需求銳減、低通膨環境消退等，中國內部又面對房地產泡沫危機。國票金控前總經理丁予嘉則認為，美國不會再暴力升息，中國也正擴大國內消費力，樂觀預計中國 GDP 能成長 5%，成為全球經濟的主要動力。

傾向俄羅斯，意味著中、俄等國將形成「新冷戰」軸心，反對美國為主的北約、印太聯盟。

在新冷戰趨勢逐漸形成的狀況下，地緣政治風險據增，加上疫情、極端氣候的因素，各國也意識到供應鏈的「安全性」比「效率」重要，全球化經濟轉向「地緣經濟」，且因為設廠是長期規劃，意味著供應鏈短時間不會恢復為過去「東方生產、西方消費」的模樣。

房地產成金融末爆彈

陳松興進一步說，上述狀況帶來的挑戰就是「全球低通膨」的環境將一去不回。他分析說，過去能維持低通膨原因包括「廉價移民導致服務業工資停滯」、「中國的廉價產品」與「俄羅斯廉價天然氣供應歐盟動力」，但這些基礎都

已經丕變，加上各國央行為了通膨，而收斂寬鬆貨幣政策，未來廉價資金環境將會消退。

中國經濟的「三駕馬車」（消費、投資、淨出口）都出現警訊，包括一、「淨出口」、中國去年年底淨出口與外人投資都大幅減少，出現警訊；二、「房地產」，中國前百大房地產業者的表現都很差，無力帶動經濟成長；三、「內需消費」，民營企業信心持續下滑，資本支出隨著減少，且消費者去年有減少負債、增加儲蓄的狀況，減少內需消費動能。

「不動產對中國經濟太重要了，如果不動產不好，該國經濟沒辦法動，」陳松興表示，如果中國政府沒有妥善處理房地產泡沫，就會形成金融機構的大量呆帳，也延伸地方財政危機，造成金融風暴的危機。

此外，中國同時還面臨四大長期挑戰，包括「人口結構改變」、「中等收入陷阱」、「資本流動管制」與「債務泡沫與金融穩定」。

中國 GDP 成長 5% 起跳

丁予嘉則相對樂觀表示，美國不會再暴力式的升息，且中國解封 GDP 成長至少 5%，「全球經濟不會衰退」。他指出，中國兩年疫情消費支出大幅減少，但儲蓄大幅增加，且城市地鐵人流開始回溫，都成為消費力回溫的基礎。

他認為，「恢復與擴大消費力」是中國政府的優先任務，研判中國未來將進一步走向貨幣寬鬆的政策，緩解房地產的壓力，丁予嘉說，中國仍然是 2023 年全球經濟增長的主力，預計該國 GDP 將成長 5% 以上。

「兩岸不會終止《兩岸經濟合作架構協議》（ECFA），」張五岳說，目前兩岸商品交流的限制只在石斑魚與柑橘類食物，且是透過檢驗檢疫的方式

來阻礙，不會影響到 ECFA。他指出，北京也不希望與台灣脫鉤，希望維持經貿聯繫，預計疫後兩岸會逐步恢復正常交流、航點也會增加。

脫口罩浮現外貌焦慮 諮商師：坦然與人互動

【本報記者簡嘉佑台北報導】口罩室內禁令 21 日解封，但民眾口罩仍戴緊緊，甚至擔憂脫下口罩後，外貌被評頭論足。對此，諮商師鄧善庭提醒，民眾於疫後時代更應注重與人相處、產生友誼的過程。長庚大學新興病毒感染研究中心主任施信如則表示，民眾與細菌病毒接觸，也能養成免疫力，民眾可慢慢習慣脫口罩的正常化生活。

體外表看不出的缺陷或僅是輕微缺陷，但患者卻將輕微的缺陷誇大，並因此產生憂鬱、焦慮等情緒。

也有許多民眾、青少年卻對摘下口罩感到焦慮，深怕自己的外貌遭到他人評論。對此，鄧善庭表示，口罩下的容貌焦慮就如同美顏相機、濾鏡一樣，隨著社群媒體的興盛，「美」的定義越來越嚴苛，似乎只有如社群媒體中的網紅、網帥一般，才叫做好看。

「可是我們逐漸遺忘每個人的外型都是特殊的，沒有人的臉一模一樣，」她表示，外表雖會成為第一印象，但卻不是全部的自己，個性、喜好、專長等特質也是形成「自己」的重要關鍵，與人相處、產生友誼等，這些反而是更重要的一環。

各國放鬆口罩禁令

國際疫情趨緩，各國口罩已陸續解封，韓國、新加坡分別於 1 月 30 日、2 月 13 日取消室內口罩禁令，日本將於 3 月 13 日全面放寬口罩禁令，未來包括大眾交通運具與醫療場所都可以脫下口罩。澳門也於 27 日放寬室外口罩禁令。

但《紐約時報》指出，儘管東亞多國放寬了防疫規定，但民眾還是沒有脫下口罩。不少民眾表示，已經習慣佩戴口罩的習慣，日本還將口罩形容為「面褲」，摘下口罩就像在公共場合脫下褲子一樣令人尷尬。

外貌焦慮難處理

南韓的文化研究學者表示，韓國有強大的社會壓力要求民眾保持姣好的容貌，而口罩讓很多韓國人擺脫了這樣的壓力，不要再擔心裸露出臉部的不適感。「容貌焦慮」是指身

脫口罩養免疫力

針對室內口罩解封令頒布近一週，許多民眾仍戴上口罩的狀況。施信如說，短暫而言，可能可以達到防疫的效果，「但並非是長久之計，遲早要把口罩拿下來」，應慢慢的回歸正常生活，不見得戴口罩就是對的、不戴就是錯的。

施信如表示，預防疾病不只有口罩這個管道，有時疾病傳播反而是因為手部沾染病菌，又去觸碰鼻子或嘴巴，才造成疾病，所以在疫情過後，洗手的好習慣反而更加重要。

財金視窗

黃耀輝

（國立臺北商業大學財政稅務系教授）

行政院目前通過規模 3800 億元的疫後特別預算，包括普發現金 6000 元部分，共編列 1417 億；撥補勞保 300 億元；撥補健保、國保 303 億；撥補台電虧損 500 億；通勤通學公共運輸票證方案則編列 200 億。

特別預算可挹注活水

此特別預算案，是「疫後特別條例」的數字化呈現。該條例所需經費上限，是以估計全年稅收超徵 4500 億，扣除地

疫後特別預算撥補

方政府應分配之 700 億後之餘額編列。但財政部 2 月初修正去年稅收統計，全年稅收超徵數高達 5237 億，創下史上最高的超徵紀錄，比原先預估的多了 750 億。

基於「還稅於民」的道理，疫後特別條例及特別預算，在扣除地方政府應分配的部分之後，其實可以再增編至少 650 億，也就是上限應可達 4421 億才對。

尤其，主計總處預估若特別預算順利通過，有助刺激消費，至少可以額外增加經濟成長率 0.3 個百分點，顯然特別預算編列支出越多，越能為今

年的經濟注入活水。

普發現金不應錯過春節

此外，特別預算越早動支，越能刺激經濟，但卻分年編列，2023 年支出 2,769 億元、2024 年 640 億、2025 年 391 億，而普發現金部分，因特別條例夾帶太多項目，以致審議和執行上拖過了農曆春節，無法及時刺激消費，也是令人不解。

其次，112 年度中央總預算已經撥補台電 1500 億，勞保 450 億，108 年至 111 年也已撥補勞保 720 億，此次蔡政府搭「普發現金」的便車，以特

違反財政紀律

別預算夾帶台電 500 億、勞、健保及國保共 603 億的撥補，其實是違反預算法、特種基金管理準則、社會保險精神和財政紀律法的作為。

撥補違背財政紀律

因為台電是國營事業，屬於中央政府總預算案附屬單位預算營業及非營業部分。營業基金應依企業化經營原則，提升營運績效，除負有政策性任務者外，應以追求最佳盈餘為目標。每一特種基金為一獨立計算債權、債務、損益或餘絀之會計個體。

台電這兩年的鉅額虧損，

來自於政府能源政策的嚴重錯誤，電費收入不敷成本支出，政府卻凍漲電費而造成資本嚴重侵蝕。合理調高電費才是正辦，而非以納稅人的稅款撥補資本 2 千億，違反使用者付費原則。

勞保不應靠撥補

勞保的虧損也不應由納稅人承擔。因為作業基金應本財務自給自足原則，提升業務績效，以達成最佳效益為目標。非營業特種基金應具備長期穩定財源，以因應施政需要；其業務範圍應與公務預算明確劃分。

但自 106 年起勞保保費收入即不敷給付支出，且實收保費費率遠低於平衡費率，已經累積潛藏債務（未來應給付的支出）超過 12 兆，基金餘額可能在 116 年轉為負值而破產，因此絕對不能只依靠稅款撥補，把勞保的財務問題變成國家的財政危機；應該在社會保險體制內透過保費、給付和退休年齡的改革來實現財務自給自足，才是有擔當的作為。

何況，今年 1 月的稅收實徵淨額較上年同月減少 265 億，少了 13%，已經反映去年經濟成長率降至 2.43%對財政的衝擊，今年的稅收應當會負成長，明年的稅收也難以樂觀，勢必無法讓政府無止境的撥補台電和勞健保，令人憂心。

▼ 中俄關係在近半年來多次官員會面討論下，有日趨緊密之勢，2月22日中國外長王毅（右）才剛承諾與俄國加強夥伴關係。（網路截圖）



中俄外交過從甚密 歐盟質疑和平協議

【本報記者杜聿鎧綜合報導】中國所擬俄烏和平協議，僅為替人作嫁？中國24日提出俄烏和平協議，希望解決俄烏戰爭，但歐盟主席與北約秘書長認為，中國與俄國走得很近，在和平談判上沒有多少可信度。美國也釋出資料，抨擊中國將大量提供俄國攻擊用的無人機，中國發言人回應美國應該尊重領土完整；澤倫斯基表示，和平協議必須建立在俄軍撤出烏克蘭領土。

西方不信和平協議

《英國衛報》報導，西方部分領導人認為，北京在俄烏戰爭中並未積極作為，直到俄烏戰爭一周年的時間點提出「和平協議」，且中國的國際聲望並不能讓眾人服氣。

中國24日提出俄烏和平協議，但歐盟主席與北約秘書長認為，中俄在和平談判上沒有多少可信度。

另一方面，中俄關係在近半年來多次官員會面討論下，有日趨緊密之勢，2月22日中國外長王毅才剛承諾與俄國加強夥伴關係。歐盟主席與北約秘書長都認為，中國與俄國走得很近，所以在和平談判上沒有多少可信度，因為中國早已經「選邊站」了，動用國際法含著地為俄國辯護，《模

美中隔空較勁

儘管中國在聲明中反對雙重標準，但美國近期公布資料表示，中國將大量提供俄

國攻擊用的無人機，至今更四次在聯合國要求俄羅斯從烏克蘭撤軍的投票棄權；中國外交發言人則反批，要求美國尊重國家主權和領土完整，認為這些指控都是無的放矢。

烏克蘭駐中國代辦萊辛斯卡說，和平計畫是好的開始，但她不認為中國正在努力協助烏克蘭。《根據澤倫斯基對和平協議的回應》，烏克蘭的底線是普丁從烏克蘭領土撤軍。

協議別有用意？

《中國簡報雜誌》報導，在中國提出的俄烏和平協議中，在糧食安全上，俄國、土耳其與烏克蘭需要糧食安全得協議，保證因戰爭短缺得糧食除了流向歐洲，更能流向需要的國家。經濟方面，中國指出應該停止單邊制裁，但西方不樂見俄國有更多資源能投入戰場，因而陷於制衡俄國發展與全球經濟穩定的兩難（預計俄國仍有2.2%的經濟成長率）；對中國的好處是一帶一路的供應鏈會恢復正常。

戰後重建與監管機構是俄烏戰爭該思考的問題，也是國際政治上，爭議最多、最困難的一點。但和平協議並未提供具體作法，除了「和平」以外，也無從得知中國的對俄烏戰爭後的想像。

秘魯、墨西哥互嗆 中南美獨裁再起

【本報記者呂翔禾綜合報導】墨西哥總統歐布拉多居然公開嗆秘魯總統博魯阿爾特是「魁儡」？由於歐布拉多不滿同為左派的秘魯前總統卡斯提歐遭國會罷免並下獄，因此27日才出此言，秘魯政府也將駐墨西哥大使撤回，並痛批歐布拉多干涉內政。歐布拉多雖批評秘魯政府專制，但他在國內刪減選舉機關預算，也被外界批評專制。

墨指控秘魯菁英專政

根據《半島電視台》報導，歐布拉多27日批評秘魯政府將前總統卡斯提歐罷免，並關進監獄的行為完全是「鬧劇」且「不公正」，他直言新上台的女總統博魯阿爾特是秘魯政治寡頭幕前的「魁儡」，將卡斯提歐推翻就是為了讓菁英更方便壓榨該國的自然資源。但秘魯總統博魯阿爾特也將秘魯駐墨西哥大使驅逐出境，並表示兩國目前的互動關係僅剩商業，官方交流暫時全面停止。博魯阿爾特也指控同為左派的歐布拉多干涉秘魯內政，在前總統卡斯提歐被罷免時，還曾打算讓他躲在墨西哥大使館，尋求政治庇護。

左派的秘魯前總統卡斯提歐去年曾打算解散國會，但反而遭到國會罷免並逮捕下獄，並由時任副總統博魯阿爾特接任，同時也成為秘魯首位女總統。卡斯提歐被指控叛國與貪污等罪名，在正式定罪前還面臨18個月的審前監禁，也讓秘魯國內爆發嚴重抗議，在警方鎮壓下造成至少60人死亡。

墨國總統恐也擴權

由於卡斯提歐擔任總統前是小學老師，平民出身的他至今在秘魯仍有不少支持者，尤其是農民與原住民，因此秘魯境內持續有政治動盪；但墨西哥也好不到哪裡去，《時代雜誌》提到，由於近日歐布拉多政府打算將選舉機關的預算裁減，遭質疑要干涉選舉、破壞民主，因此也面臨上萬民眾抗議，要求墨西哥最高法院推翻這項決議。墨西哥明年將舉行總統大選，歐布拉多雖然受限於墨西哥憲法總統1任6年、不得連任的限制，理論上將不會參與選舉，但人權團體擔心歐布拉多修改憲法只是設法讓自己連選連任的第一步，雖然修法引發上萬人上街，但他在國內的支持度仍超過60%。



▲墨西哥總統歐布拉多雖批評秘魯專政，但在自己國內也有類似的專政行為。（示意圖 on Wikimedia Commons）

難民船在地中海翻覆 移民接運受關注

【本報記者簡嘉佑綜合報導】難民悲歌頻傳，義大利南部海岸船隻翻覆，至少59名難民死亡！根據國際資料指出，2020年歐洲政府接受難民的數字為40萬，但許多非法移民無法顯示於數據上，意味著實際狀況可能更加慘烈。搜救人士呼籲，各國政府應積極合作協調，除了加緊搜救進度之外，也要研議更多合法的移民路線。

至少59難民身亡

《BBC》報導，一艘載著難民的船隻於義大利南方海岸翻覆，目前至少有59人死亡，其中包含12名兒童。目前船隻上的總人數不明，研判還有數十年失蹤。倖存者驚魂未定的說，「難民船上至少有150人」。《NPR》該船隻是從土耳其啟航，乘客大多來自阿富汗、巴基斯坦或索馬利亞等國，因為天氣狀況不佳，導致船隻撞擊到礁石而沉沒。根據聯合國難民署（UNHCR）的統計，2020年歐洲地區收到的難民申請人數約為40萬人，但有許多難民選擇非法管道進入歐洲，所以該數字

並不能反映真實狀況。對此，義大利經濟部長卡倫達表示，無論如何，政府都會幫助在海上遇難的人，但「還是要拒絕非法移民的管道」。歐盟執委會主席馮德萊恩指出，無辜移民喪生是一場悲劇，歐盟在庇護規定、移民議題的挑戰艱鉅。教皇方濟各說，會持續為死者、失蹤者與倖存者禱告。

新增合法移民路線

2010年爆發阿拉伯之春後，政治或經濟難民的數字就持續增加，再加上地緣政治衝突或中東地區的戰爭，都導致大量難民鋌而走險，尋求歐洲國家的庇護。但因為難民人數過多，導致多數歐洲國家的移民政策變得更加嚴格，甚至出現反移民的聲浪。根據國際組織的資料，自2014年以來，已經有2萬多名難民在地中海失蹤或死亡。致力於在該海域進行難民援助的負責人卡特蘭伯恩說，歐洲應該齊力協助這些需要幫助的人，非洲與中東較近的國家更有責任帶頭去解決問題，改善搜救工作並新增合法的移民路線。

北韓身陷糧食危機 金正恩罕見開會討論

【本報記者呂翔禾台北報導】北韓今年恐缺1百萬噸糧食，領導人金正恩27日罕見召開只討論農業的全體會議。外媒分析，這應該是金正恩2011年上任以來最嚴重的糧食短缺，但尚未達到1990年代上萬人死亡的大飢荒，也因為疫情導致中國的非官方援助減少，與俄烏戰爭使得糧價大漲，以致金正恩不得不想辦法解決，至於是否會影響北韓外交政策值得觀察。

會議只專注農業

根據《美聯社》報導，北韓勞動黨27日召開全體會議，以往談及國防、經濟等面向的會議這次卻只有討論農業問題，引發外界關注。會議中，高級官員檢視北韓去年實施「農業新時

代革命」的進度，並確定農業發展為今年的優先項目，官員表示，農業生產是國家現階段經濟發展的重要任務。

北韓官媒並未提及金正恩在會中的裁示，而這也是北韓勞動黨首次在全體會議中只討論農業議題。北韓勞動黨政治局曾在之前表示，目前是該國農業政策發展的關鍵時機，似乎都在暗示著北韓的糧食危機很嚴峻。但專家判斷，情況應該沒有惡化到1990年代上萬人死亡那麼慘，不過已經是金正恩上台以來最嚴重的糧食危機。

金正恩任內最嚴重危機

《日經新聞》提到，據估計，北韓一年的糧食需求量約550萬噸，北韓的自產量是



▲由於疫情、俄烏戰爭與經濟制裁，讓北韓領導人金正恩面臨上任以來最大糧食危機。（Photo from 網路截圖）

450萬噸，因此今年預計會短缺1百萬噸，由於受到疫情影響，中國的非官方援助減少，加上持續面對美國的經濟制裁，還有俄烏戰爭導致國際糧價上漲，讓北韓的糧食壓力愈來愈大。

另外，北韓由於國內多數民眾並未接種新冠肺炎疫

苗，雖然對中國與俄羅斯的貨運列車解封，但隔離等措施還是會延續，北韓政府即使號稱在3個月內就控制住國內疫情爆發，短期內還是會維持嚴格的防疫政策，這同時也會限制到跨國交流，且北韓國內公衛系統已經崩潰，也讓外界相當擔心。

日本、加拿大禁抖音 美國將研擬民間禁用

加拿大政府強調，抖音存在難以接受的資安風險，所以政府機構將全面禁用。

【本報記者簡嘉佑台北報導】
抖音（TikTok）資安惹疑慮，隨著美國、澳洲與台灣禁止所有政府機構使用抖音後，加拿大、日本政府機構也開始禁用！加拿大政府強調，抖音存在難以接受的資安風險，所以政府機構將全面禁用。美國國會更研擬將抖音禁令擴及到民間，引發民間團體抗議。

多國跟進禁抖音

《BBC》報導，加拿大政府進行審查後認定，抖音在安全、隱私部分存在「難以接受的風險」，所以自3月1日起，政府核發的電子裝置將全面移除抖音。

對此，抖音加拿大發言人摩根表示，政府沒有提出抖音具體的安全問題，更指責「此舉是阻止政府官員在數百萬加拿大人喜愛的平台上與民眾接觸」。

《日本經濟新聞》報導，日本內閣官房長官

松野博一宣布，有鑑於歐盟下令職員禁用TikTok，政府也要求部分官方的公務通訊設備全面禁止安裝TikTok。

歐盟執委會於23日就宣布，歐盟職員所有會連接到公務網路的設備都不能安裝抖音，已安裝者須於3月15日前卸載。此外，台灣、美國與澳洲政府也都禁止政府設備使用抖音。

美國研擬民間禁用

美國除了公家機關禁止抖音之外，國會也研擬將抖音禁令擴張至民間的所有電子設備。美國官員指出，所有使用TikTok的民眾都為中國大開後門，提供給中國個人資訊，「就像你手裡也有間諜氣球一樣」。

但美國民間團體公民自由聯盟（ACLU）堅決反對將抖音禁令落實到民間，更指控此舉違反了憲法第一修正案的權利，有數百萬名美國人每日都會透過該軟體來表達意見，不該剝奪他們的權利。



▲隨著美國、澳洲與歐盟禁止所有政府機構使用抖音後，加拿大、日本政府機構也開始禁用。(Photo by Nordskov Media on Flickr under C.C. License)

氣候與戰爭攪局 英國超市缺蔬菜

【本報記者莊瑞萌綜合報導】英國超市買不到蔬菜。受到氣候惡劣影響收成以及能源價格上漲影響農場溫室運轉，稍早進口至英國的蔬菜到貨量大幅降低，迫使各大超市祭出

限購令。當地管理蔬果供應組織認為，在戰爭與氣候等因素衝擊下，英國應思考如何才能更掌握蔬果的生產。

英國倚賴蔬果進口



▲ 蔬菜供應量不足，英國超市只好祭出限購令。(Photo: Fruitnet.com on Flickr used under Creative Commons license)

據《衛報》報導，英國全國農民聯盟指出，番茄和黃瓜等新鮮水果和蔬菜短缺只是冰山一角，稍早因為氣候惡劣衝擊歐洲與北非農作物收成、英國脫歐規定及英國與荷蘭農場因為幫溫室加溫的能源價格上漲衝擊而造成供應量減少，於是讓英國超市的部分產品奇缺無比。該聯盟副會長布拉德蕭表示，「倚賴進口的結果就是讓英國特別容易受到氣候事件的影響。」他也認為，因為歐洲戰爭和氣候危機造成全球動盪，英國更必須掌控生產的糧食。

超市限購蔬菜

上週，特易購超市也決定跟進其他超市推出個別生鮮蔬果限購令，包括限制顧客只能購

買3份番茄、辣椒和黃瓜。

據《雅虎新聞》報導，英國蔬果廠商警告，蔬果短缺情況恐將持續到5月，原因包括英國農民因為高能源成本而延後播種讓情況更糟糕。英國政府與產業界認為，西班牙與北非氣候惡劣是造成蔬果短缺的原因。

應投資永續蔬果生產

英國前農業部長尤斯蒂斯認為，蔬果短缺是源自於天氣事件的複雜因素，食物價格一直與能源價格密切相關，因烏克蘭戰爭而讓能源價格飆升。英國名廚湯瑪西娜認為，食物體制早已崩壞，她表示，外界應該對再生農業進行更多投資並利用技術支持農民轉往更永續的糧食生產方法。

全球各大週刊頭條新聞

簡嘉佑 / 輯

《經濟學人》The Economist 俄烏戰爭恐長期化 西方應做長遠準備

俄烏戰爭逾一年，俄羅斯總統普丁咬定西方終將放棄對烏克蘭的援助，加上中國支持，戰事拖延成為俄國的最佳策略。西方國家應對此祭出長期計畫，包括核定長期援助的財政預算、協助烏克蘭加入歐盟。

戰爭長期化對俄有利

自從俄烏戰爭爆發以來，烏克蘭與西方盟友愈來愈團結，從美國總統拜登上週無預警訪烏就可見一斑。西方盟友與烏克蘭也逐漸出現兩個共識「烏克蘭必須要在戰爭中勝利」、「勝利的條件必須符合烏克蘭的利益」。

然而，俄羅斯總統普丁深知，「沒有永遠的盟友」，西方總有一天會撒手，尤其隨著中國支持俄羅斯的態度愈來愈明顯、美國2025年可能出現新總統等狀況來看，戰事延遲對俄羅斯相當有利。

對此，西方領導人應儘速擺脫「支持烏克蘭」的泛泛之談，並為俄烏戰爭長期化做好準備。

春季戰事成關鍵

第一、俄羅斯不僅只是向烏克蘭發動戰爭，更是向整個西方文化宣戰。西方世界認為，烏克蘭應該成為一個自由的民主國家；但普丁否認烏克蘭存在，認為該國應當是俄羅斯麾下的領土，戰爭除了短兵相接之外，更成為意識形態的戰爭。

第二、俄烏雙方都揚言春季會



發動進一步的攻勢，而烏克蘭的勝利至關重要，因為目前戰爭的熱區就是烏克蘭的工業中心、也是銜接黑海的交通要道，如果烏克蘭被迫退守西方，殘存的領土將是貧瘠且難以防守的。

長期的預算支持

軍援對烏克蘭來說，仍然是不可或缺的支持。但除此之外，西方大國也可以通過訂定長期的財政預算，來表明他們支持該國的承諾。因為如果烏克蘭經濟不繁榮，那麼民主也不會繁榮。同時該國的國防也將逐漸削弱。

此外，歐盟國家應該認真對待烏克蘭加入歐盟的可能性，最好能承諾讓烏克蘭加入歐盟，向俄羅斯與世界宣示「歐盟將烏克蘭視為一個成員國」。

烏克蘭的勝利將為民主世界帶來炬光，顯示民主國家無須向獨裁國家卑躬屈膝。

代糖恐增血栓風險 反對者稱合法安全

【本報記者簡嘉佑綜合報導】代糖幾乎不含熱量，已成為許多民眾減肥的首選。然而，研究指出，常添加進食物當中作為甜味劑的赤藻糖醇（erythritol），有導致血栓、中風與心臟病的風險。但有反對聲音指出，過往許多研究都表明，代糖是安全、且在大多數國家都可以合法使用於食品當中。

赤藻糖醇增血栓

代糖又被稱為甜味劑，有具甜味與低熱量的特性，且減少對血糖的影響，被許多減肥民眾當作糖的替代品。常見的代糖包括木糖醇、赤藻糖醇、甜菊糖等，天然就存在於水果蔬菜當中，人工合成的代糖則有糖精、阿巴斯甜等。

然而，《NewScientist》報

導，最新研究指出，如果民眾血液中的赤藻糖醇含量提高，血栓、中風或心臟病等風險也會提高一倍。心血管疾病與預防中心主任赫茲表示，赤藻糖醇會導致血液更容易凝結，血塊到心臟或大腦就會造成疾病風險，且「風險程度並不低」。

丹佛醫院心血管預防與健康中心主任佛爾曼表示，「此研究成為一大警訊」，儘管赤藻糖醇與心血管疾病的關係，還需要更多研究，但如果民眾出於謹慎的考量，可以限制赤藻糖醇的攝取量。

代糖很安全？

《CNN》報導，卡路里控制委員會執行董事蘭金說，「該



▲ 研究指出，常添加進食物當中作為甜味劑的赤藻糖醇（erythritol），有導致血栓、中風與心臟病的風險。(Photo by Jo Zimny Photos on Flickr under C.C. License)

研究與數十年來的研究結果相反」，過去研究已表明，包括赤藻糖醇等代糖是安全的，且各國食物監管機構都允許代糖可以合理使用於食品當中。

代糖有許多優點，但目前

代糖的長期影響並不明確，部分代糖可能會對人體的免疫系統產生負面影響，並增加患病的風險，加上代糖對某些人來說難以消化，可能導致腹部脹氣、腹瀉、腸胃不適等消化問題。

▼ 現在 AI 可以自動生成更大的散文片段，如果套上固定的格式，AI 很可能會寫出一部有情節的小說。(網路截圖)



請 ChatGPT 寫長篇小說？

■ 張瑞雄
(台北商大榮譽講座教授)

交談式人工智慧機器人 ChatGPT 是最近最熱門的話題，它了解問題和回答問題的能力令人驚豔，全世界都在測試它的能力和它的不能。

ChatGPT 可以幫助產生各方面的想法、提供寫作提示或協助編輯過程。所以才會有人擔心在目前的考試升學制度，都需要撰寫自傳和學習履歷，如果 ChatGPT 寫得比考生的還好，那麼未來是否會有很多 AI 代工的產品，造成升學制度的不公平。

能否寫長篇大論

幫學生寫短的作業沒問題，ChatGPT 也可以寫成一篇好的短篇故事，但如果長篇大論呢？我們是否可以預期它未來可以寫出一本小說呢？如果它可以寫小說，幫學生寫論文也不成問題了。

作為一個 AI 語言模型，

ChatGPT 雖是能夠生成文字文本，但寫小說不僅僅是將連貫的句子串起來，它需要創造力。

ChatGPT 能夠生成文字文本，小說雖是文字，然而寫小說不僅僅是將連貫的句子串起來，它需要創造力、對故事結構、角色發展、節奏和其他講故事元素的深刻理解。所以 ChatGPT 目前沒有能力創造一個真正原創的故事，至少不能像人類作者那樣思考。此外，寫小說是一個耗時的過程，需要持續的專注和奉獻，AI 很耗資源，可能無法長期專注。

AI 已可串聯句子

在文字方面，人工智慧非常擅長在不理解文字意義的情況下操縱語言。說到小說，有些類型是固定化的，例如某些類型的科幻小說，它們具有非常可預測的敘事路線，以及場景構建和角色構建的特定組成

部分，以及非常容易理解的各種張力。ChatGPT 可以將數百個連貫的句子串在一起，這是一個很大的進步，因為以前 AI 只能寫幾個句子，當 AI 寫到第 100 句時，第 100 句可能與第一句無關。

現在 AI 可以自動生成更大的散文片段，因此如果套上固定的格式，AI 很可能會寫出一部讓人感覺它就像一部有情節的真實小說。

當談到更複雜的小說作品時，AI 就有所不能了。閱讀小說讓我們暫時忘了我是誰，進入小說的世界，換位思考不同觀點的人的想法，並真正對這種觀點持開放態度。我們能夠想像小說角色的生活，我們能夠想像與他人互動的其他方式，我們能夠以一種真正開放

的想法來考慮它們。

不能轉換心情與身份

重要的是要注意，現實生活中每個人會有不同的角色，例如當我談論電腦科學時，我有我的專家觀點，而當我談論作為讀者的經歷時，我依賴我的個人生活經驗的觀點，但 AI 是否可以像人類一樣轉換心情與身分或者具有同理心則尚未可知。

一步扣人心弦的小說，吸引人的不僅僅是書的內容，不僅僅是情節，不僅僅是問題，這也是作者希望讀者與想像世界的人打交道的過程。AI 可以操縱語言，但因其不了解意義，就無法產生共鳴。

ChatGPT 只是一個操縱語言的工具，不是一個可以理解人類透過語言所表達的各種感覺和情緒的機器，如果不清楚了解，就非常危險，因為當社會上的其他人相信科技可以做到它實際上做不到的事情，悲劇就可能發生。

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 253

要善待自己

■ 王建煊
(前監察院院長、
天使居創辦人)

節儉一向是國人尊為美德的事，尤其是老一輩的人，苦日子過多了，變成甚麼東西都是珍貴的，捨不得丟。蘋果爛了一半，還要切下來吃；一張衛生紙，擦擦桌子，又再擦擦鼻子；一床棉被蓋了十幾年，沒破就捨不得換。

是節省？還是浪費？

節儉固然好，但不能因小失大，很多節儉的動作與衛生原則是相抵觸的。違反衛生原則，引發疾病，要花更多的錢醫治，並傷害身體，總計結果是節省？還是浪費呢？

例如有種微生物叫塵蟎，是重要的過敏原，放大了看，有頭有腳，狀甚恐怖。塵蟎及其排泄物，都會引起過敏。床墊、棉被、地毯、枕頭、填充式家具，窗簾及類似織品，都是塵蟎最喜歡生長的地方。

一隻母塵蟎可產二十五至五十個卵，卵在三週內就變成塵蟎，繁殖得非常快。人一天有三分之一時間在臥室裡，與塵蟎為伍，每天可能抱了一大堆塵蟎睡覺，想起來就有些恐怖不安。因此棉被、枕頭除了要經常曬與洗外，久了

只有丟掉一途，地毯也要定期換新，否則經常引起過敏，那就大大的得不償失。

省小錢，傷身體

有的人電視一用十幾年，只要看得到畫面就是好電視；雖然畫面經常跳動，也捨不得換。節儉是美德嘛！事實上畫面經常跳動，對視力，尤其是孩子們的視力，會有相當的傷害。十年前買一台電視，就算是二萬元吧！一年成本二千元，一個月才一百多元，看這麼久應該夠本了吧。省小錢，傷害了靈魂之窗，值得嗎？

節儉慣了的人，對於食物更是捨不得丟，捨不得丟就往肚子裡塞。有些人總認為食物放在冰箱就安全。其實冰箱的安全期也只有三、五天，視食物性質而定。有些食物已變質，但肉眼不易分辨，都吃下去，不生病又到何時？我們的肚子又不是餓水桶！

有人一條西裝褲穿了十幾年，褲子太小，兜著屁股，樣子甚為不雅，身體跟著受罪。有人皮鞋垮垮的，鞋跟磨損傾斜一邊，走起路來都有點歪歪的；並非買不起褲子鞋子，只是為了節省。

其實這些也都有礙健康的，況且人辛苦了一輩子，在最基本的生活上，難道不能對自己好一點嗎？



◀ 有人一條西裝褲穿了十幾年，褲子太小，兜著屁股，為何不幫自己買一件新的呢。(網路截圖)

王院長跟你談天說地 101

■ 王建煊
(前監察院院長、
天使居創辦人)

常言道：遠親不如近鄰，遠水救不了近火，近鄰不如對門。真是千古名言，太有道理了！可是我們究竟做到了多少呢？我住在新北市林口的一個小社區，約有七十幾戶。大家經常見面，卻不知對方住幾樓？姓



▲ 我們為何弄到多年的老鄰居，卻如陌生路人呢？要檢討的地方真是太多太多了！（網路截圖）

甚麼，幹甚麼的，做甚麼的，更是莫衷一是。

不認識鄰居

有次在電梯裡，碰到鄰居夫婦，我說，你們住幾樓？他們說在你們家樓上，他們住八樓，我住七樓，我開玩笑說，那你們是長官耶！敬禮！住在這裡已十幾年，居然對樓上的鄰居，

完全陌生，走在街上，我也不會曉得，他們是住樓上的鄰居。

比我低一層六樓鄰居，我也是甚麼都不知道，跟陌生人一樣。這還談甚麼遠親不如近鄰？近鄰不如對門呢？真是糟糕透了！

醫院清晨通知，我的妹夫在醫院病逝，大家急如星火要趕往醫院，但叫不到車，還好一位鄰居開車送我們去了醫院。這位鄰居，我們非但不認識，而且根本不知道他是鄰居。我們心存感激，想到遠親不如近鄰，真是有道理呀！但是我們又為何弄到十幾年的老鄰居，卻如陌生路人呢？要檢討的地方真是太多太多了！

本想敦親睦鄰

我有一度曾想在我們小區裡，發動敦親睦鄰活動，由我自己開始。我住的這一棟，共有 16 戶人家，我打算去每

家訪問聊聊，有孩子人家，帶個小禮物給小朋友，增加一點喜樂氣氛。然後逐漸推廣到整個小區七十幾戶人家，並呼籲鼓勵大家都這麼做。久之，我們這七十幾戶近鄰都將成為親戚一樣，那真是太好了。可是說了好幾年了，也沒有動作，可惜多多！

我們一生，幾十年打滾下來，認識的朋友，雖不敢說滿天下，但確實不少。但有幾人是真正知心，肯為你計代價付出的好朋友呢？好像找不到幾位，說起來真有點悲哀。但這種悲哀，是怪朋友還是怪我們自己呢？檢討想來，多數時間恐怕是要怪我們自己。

知心有幾人？

我有一個好朋友，知道我的妻子蘇老師罹患失智症，夫妻倆經常來看蘇老師，陪她聊天。但最近不太來了，不再是好朋

友了嗎？不，是因為他們的父、母皆病重，照顧看護工作做不完，身心疲憊，那裏還有時間及精力來陪蘇老師聊天呢？

有個公司裡，兩個同事，友愛如親兄弟，公司裡人人皆知。可是有段日子，其中一位朋友情緒大變，經常對其好友大呼小叫，朋友實在受不了，心中準備，要與其朋友翻臉。正當要如此時，公司有位同事，對

他說，你知不知道你的好友某某，父親得了癌症，聽說日子不多了。準備要去翻臉的這位先生，恍然大悟。內心頗為愧疚。

人生相識滿天下，知心有幾人？我們必須時時以朋友為念，知心的朋友才會出現。我們必須時時成為別人的知心朋友，別人才會成為我們的知心朋友，你說不是嗎？

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、六休假如來稿將無人處理。

居家整理得宜 可以改變人生

學著識別日常生活中哪些活動為你帶來快樂，哪些卻浪費了寶貴的精力，你就能整理日常生活，並享受改變人生的成果。

■近藤麻理惠

（全球知名的整理諮詢顧問）

「如果夢想能成真，你希望過什麼樣的生活？」

鼓勵每個夢想

探索這個問題的答案，有助於為激發喜悅的生活奠定基礎。我首先請每一位客戶做的，是分享各自的希望和夢想。他們在描述一棟擁有大地色調可愛家具的華麗房子時，或有個可以烤蛋糕的大廚房時，眼睛都會閃閃發光。

《學會整理，就會喜歡自己》簡介

「整理」不僅讓家裡變得井然有序，更能改變你的人生！引發全球「怦然心動」整理風潮的麻理惠認為，在整理帶來的所有效果中，最神奇的就是「學會喜歡自己」。透過選擇能帶給你喜悅、放下不會帶來喜悅的事物，你會發展出做決定和採取行動的能力，培養出自信心，並且知道自己真正想要的是什麼。

本書不僅提供可操作的居家整理術，更透過直面內心的提問，來梳理個人的心理狀態。從室內空間規畫、早晨／日間／晚間的時間及活動安排、食譜，到與家人的相處，麻理惠分享的不只是由外到內的人生整理術，更是一套生活哲學。在外在環境特別紛亂的後疫情時代，這是你不可或缺的一本書。

出版社 / 方智

出版日期：2023/01/01



但不久後，他們會開始想到現實，眼中的光芒就此消失。「我住在小公寓裡。」他們會這麼說：「我怎麼可能把一個只有二十四坪大的房子建造成一座宮殿？我該現實點。」

雖然我有自己的小房間—這在日本的大城市可是極大的奢侈品，但我總是充滿更大的理想與抱負。我夢想擁有更大的房間、更可愛的廚房、陽臺上的小花園、更好的窗簾等。但是，

凡是出現特定「堵塞」點的人，在人際關係、工作或其他生活領域中，一定也會遇到「遲滯不通」的難關。

從表面上來看，這似乎是完全合乎邏輯的結論，而且說實話，我有很長一段時間都不太確定該如何回應。我怎能要求我的客戶在他們的夢想上妥協？我怎能告訴喜歡印象派畫家雷諾瓦的人，用「更合適」的東西——例如日本雕版印刷——來裝飾單人公寓，並只專注於保持空間的整潔？這麼做永遠無法激勵他們去整理。光這麼想，就會熄滅最微小的喜悅之火。

理想的消磨時間方式

在日語中，「生活方式」（lifestyle）的對應詞是「暮らし」（kurashi）。我在思索這個詞彙時，意識到我其實並不知道這到底是什麼意思。我查了《大辭泉》辭典，發現一個有趣的事實。

根據辭典解釋，「暮らし」的意思是「生活的行為；度過每一天；日常生活；謀生」。動詞型態「暮らす」的意思是「消磨時間直到日落；度過一天」。換句話說，「理想的暮らし」的意思是「理想的消磨時間的方式」，也因此跟「理想的家」的意思截然不同。

我們做了什麼改變

這樣的認知讓我想起大學時與父母一同住在東京的家，

廚房是我媽媽的領土，不容我任意侵犯。而且我的房間別說是陽臺了，連窗戶都沒有。

但是我對夢想和現實之間的差距完全不在意。我以前常常炫耀我多喜歡自己的房間。我喜歡是因為這是我自己的空間，可以享受理想生活方式的地方，無論是睡前用薰香放鬆，聽最喜歡的古典音樂，還是在床頭櫃上放個插著一朵花的小花瓶。

換句話說，理想的生活方式是指我們做了什麼，而不是我們住在哪裡。

整理的意義

我的客戶一旦整理好家裡後，其實很少考慮搬家或徹底重新裝修。他們表示最大的變化之一是如何運用時間。透過這些變化，他們開始愛上居住空間，無論是否符合他們的理想。

你沒辦法搬去新房子或公寓，你還是可以改變生活方式。你只需要生活得好像，你的空間就是你理想的家。這其實才是整理的意義。所以，在想像理想的生活方式時，請具體想想你想做什麼，以及想如何在家裡度過時間。

想像心中理想的生活

你真正想整理的是什麼？請



◀ 了解自己為什麼捨不得丟東西，察覺自己的執著心，就能讓整理進入更深的層次。（網路截圖）

告訴我。你為什麼決定整理？問到這個問題時，一般人會專注於「整理眼前空間」的欲望。他們會說「我想把家裡整理乾淨」，或是「我想要減少找東西的時間」。這類想法當然沒有錯，畢竟整理家裡這件事本來就是物理性作業的身體勞動。但你既然要施展「怦然心動的整理魔法」，整理前不妨花點時間好好思考幾件事。

我每次上整理課時，都會問客戶這些問題：你是否從小就善於整理？你現在做什麼工作？為什麼選擇現在的工作？休假時你都做些什麼事？你從何時開始從事自己喜歡的興趣？做什麼事情時最能令你感到開心？

有些問題乍看之下與整理毫無關係，我會視實際情形，花一個小時好好與客戶談心。我問這些問題不是想滿足自己的好奇心，而是為了讓整理過程更加順利。

整理的「堵塞」點

客戶在整理某類物品的過程中，例如衣服或書籍，經常會碰到「整理得很緩慢，遲遲沒有進展」的情形。有些客戶就是無法丟衣服，有的人就是喜歡囤積大量清潔劑。而就像肌肉之中的氣結，這些地方就是整理的「堵塞」點。

凡是出現特定「堵塞」點的人，在人際關係、工作或其他生活領域中，一定也會遇到「遲

滯不通」的難關。對一些人而言，癥結點可能是「覺得現在的工作枯燥乏味」，對另一些人而言，問題可能是「無法與母親和解」，或是需要跟配偶或伴侶討論某件事，但一直拿不出勇氣。

為了讓一天充滿喜悅，請想想你運用時間的所有方式，從你出門跑腿到與之互動的人們。學著識別日常生活中哪些活動為你帶來快樂，哪些卻浪費了寶貴的精力，你就能整理日常生活，並享受改變人生的成果。

把所有事情都寫下來，或找個人諮詢我們使用時間的方式，這能幫助自己更加意識到浪費了多少時間。

不論當事者是否意識到這一點，一定要先「疏通」生活中的「堵塞」點，才能從根本解決問題，這就是我在整理前問客戶問題的原因。不過，我並不會當場給予任何意見或思考解決之道。我做的，只有問問題而已。

識別生活中的浪費

在整理之前，先提醒客戶留意自己內在「尚未整理好的部分」，就能迅速提升後續的整理進度。了解自己為什麼捨不得丟東西，察覺自己的執著心，就能讓整理進入更深的層次。

對待物品的方法其實與人際關係、工作、生活型態息息相關。從「物品」和「自己」兩方面雙管齊下，舒緩「僵硬」點，才是真正有效率的做法。

慎選活動和行程

你有沒有發現，你的日常生活比自己希望的更忙？你是否感到筋疲力盡，或是有太多事要做？

我有時候也會這樣。當這種情況發生的時候，我會盤點一下自己如何利用時間。我會翻開萬用手冊，列出平時會做的所有事情。然後評估我是不是在無關緊要的事情上浪費時間，以及是否有任何可以剔除的項目。

列出我們所有的日常活動，包括工作、會議、家務、雜項任務、愛好、娛樂、課程、健身以及與親友共度的時間，這麼做能幫我們確定哪些運用時間的方式能帶來喜悅。

（昀恬／輯）

· 下月書訊 ·

醒報編輯部／輯

《非洲如何影響世界》

作者：椿進

出版社：遠流

本書適合所有關注世界局勢、擁有全球化視野的大眾及投資人閱讀。只要讀過本書，一定能徹底刷新你對非洲的舊有印象。非洲現在正以飛快的速度，走在過去日本、中國以及印度走過的道路，他們的社會已經實踐了最先進的科技商業模式，而現在，正要改寫不久將來的全球商業版圖。

亞非投資顧問公司 AAIC 總監椿進，是亞洲暨非洲的專家。從事經營策略、M&A 策略、新事業創立、全球化等



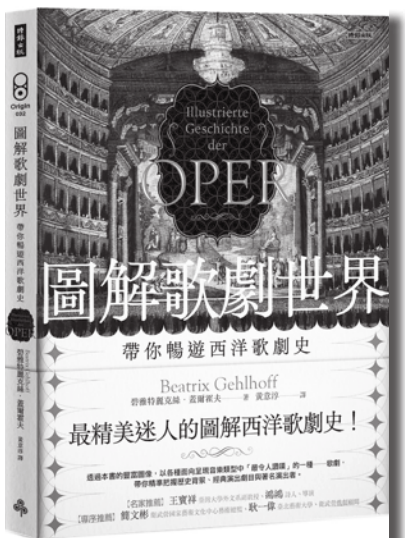
《圖解歌劇世界》

作者：碧雅特麗克絲·蓋爾霍夫

出版社：時報出版

歌劇自四百多年前誕生以來，作為所有藝術形式中最精緻的一種，始終吸引著人們，並為社會帶來感動。這本圖解豐富的書展示了包含韓德爾、莫扎特、威爾第、華格納、史特勞斯、普契尼等許多傑出音樂人才在內的歌劇歷史，以及對歌劇這一行業的獨到見解。

透過章節附錄的小知識欄，介紹劇作家、舞台設計師、導演、藝術總監、音樂家等，詳細描述了不同世紀歌劇的多樣性風格。碧雅特



《明天也來份三明治吧！》

作者：進藤由美子

出版社：瑞昇

本書不僅從經典款到特色款廣納了多樣化的品項，也透過作者進藤由美子女士在餐飲規劃師、餐桌規劃師兩種身分的雙重視野，為熱愛三明治的朋友，以及才剛對製作或品味三明治萌生興趣的朋友打造出全方位的類型規劃與實作。

餐飲規劃師、餐桌規劃師進藤由美子經歷料理攝影棚的事業營運後，於 2002 年主持料理教室「Cooking Studio Y」。長年研究海內外的飲食相關





溫暖如玉，燦爛如星的葛利格

■ 蕭旭岑

（前總統府副秘書長、資深愛樂者）

我先前曾談及了鋼琴大師李希特演奏挪威大作曲家葛利格的鋼琴短曲集《抒情小品》。這套曲目有一個永恆不朽的珍貴版本，那就是李希特師兄吉利爾斯 1974 年的選曲錄音。

以心境命名

《抒情小品》是葛利格的代表作之一，橫跨近四十年，一系列的鋼琴作品短曲集。他共寫成了十套、66 首曲子，當中包含了不少挪威的民歌、當地

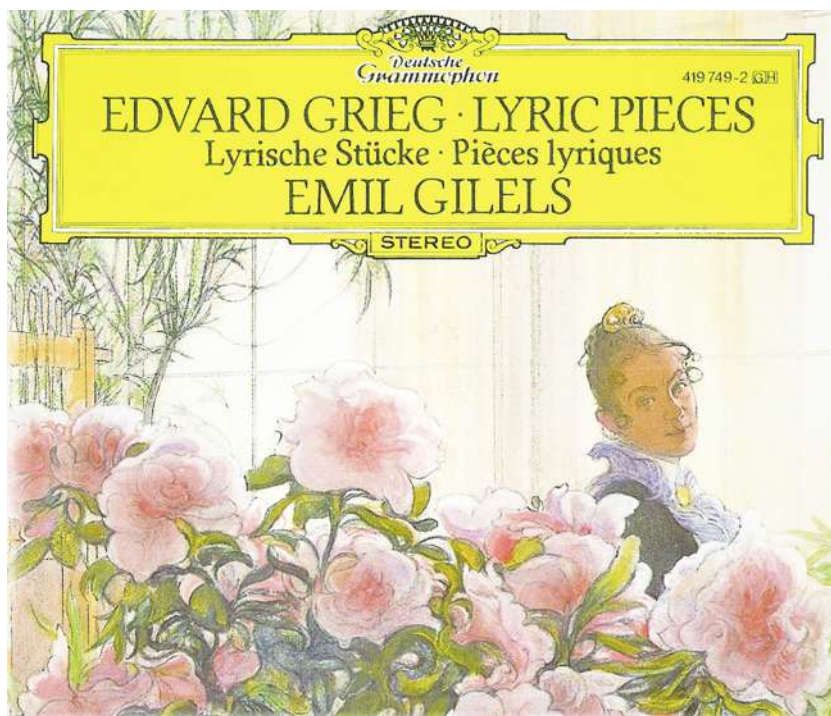
《抒情小品》特色之處，在葛利格刻意譜寫北歐人特有的純樸簡潔、單純真摯的情感。

鄉村民間音樂等，最早一首〈小抒情曲〉寫於 1867 年，最後一首〈回憶〉完成於 1901 年。特別的是，最後一首竟然是第一首的圓舞曲改編，首尾相連，靈慧無限。

先前葛利格的鋼琴作品都沒有標題，從《抒情小品》開始以標題來表達曲子內涵，同時創造演奏者表達個性與詮釋的空間。這些標題有的是以樂曲特性命名，例如〈搖籃曲〉、

◀ 出生於 1841 年的葛利格，是挪威最具有代表性的音樂家，也是國民樂派中最傑出的作曲家之一。（網路截圖）

▼ 聆聽這近五十年前的錄音，這是上帝的祝福與恩賜。（作者提供）



情小品》的清新、簡潔，是一位藝術家最美的擁有與珍藏。」

質樸動人《抒情小品》

西方古典音樂偉大的鋼琴作品很多，有古典精巧絕妙如莫札特與海頓，有表達出時代變遷史詩如普羅高菲夫，有創造出嶄新色彩空間如德布西，也有達致人類文明最深處的貝多芬，但是《抒情小品》卻以最簡樸溫暖的筆觸刻印在人世間，葛利格就算只留下這套曲目，也已然不朽。

對我來說，清新雋永，質樸動人的《抒情小品》，猶如珍珠般珍貴，它如空谷幽蘭，獨



◀ 吉利爾斯將一生的絕學，完全注入了《抒情小品》演奏，溫暖、晶瑩如玉，燦爛、明亮如星。（作者提供）

自芬芳，在時間洪流下，很多作品黯淡後，它卻顯得更加耀眼。

千金與四兩間平衡

我曾說過吉利爾斯演奏的貝多芬《華德斯坦》鋼琴奏鳴曲，是古往今來最偉大的貝多芬鋼琴演奏，是鋼琴演奏史上「核心中的核心」。然而他的「鋼鐵」觸鍵、厚實又晶亮的琴音，轉而演奏葛利格，卻呈現不可思議的轉化與絕美：「何意百鍊剛，化為繞指柔？」以「鐵漢柔情」形容也不為過。

樂評人焦元溥說，吉利爾斯演奏葛利格，「在沈重與輕鬆，千金與四兩間尋求微妙的平衡」，這一份平衡使得他的《抒情小品》演奏「蘊含寧靜致遠，溫馨感人的情思，還多了高妙的哲思與人生歷練的刻畫。能有這樣的經典出現，冥冥之中大概亦自有安排。」信哉斯言！

上帝的祝福與恩賜

從〈小抒情曲〉到〈回憶〉，吉利爾斯的演奏已臻化境，音色晶瑩剔透，舉重若輕，返璞歸真，回首向來蕭瑟處，也無風雨也無晴，人世間再多的放不下，最終也化為雲淡風輕。

遺憾的是，大師只錄下二十曲，我更痛惜他沒有錄下〈特羅豪根的婚禮〉，幸好李希特有現場演奏版本，稍稍彌補了我心中之憾。

吉利爾斯將一生的絕學，完全注入了《抒情小品》演奏，溫暖、晶瑩如玉，燦爛、明亮如星。就像他演奏貝多芬的《華德斯坦》一樣，《抒情小品》也蘊藏了鋼琴演奏最深邃的秘密。

聆聽這近五十年前的錄音，後世的樂迷必須要有感恩之情，這是上帝的祝福與恩賜，透過吉利爾斯的演奏，為我們留下了如斯美好的琴音。

78
MOSTRA INTERNAZIONALE
D'ARTE CINEMATOGRAFICA
LA BIENNALE DI VENEZIA 2021
Piazzale della Biennale

50年世界電影史 500部電影音符流動．一趟音樂與人生的感動旅程

“屬於我們這時代的古典樂”
— 漢斯季默

“我最喜歡的作曲家，
比美莫扎特、貝多芬與舒伯特...”
— 昆汀塔倫提諾

配樂大師

ENNIO: THE MAESTRO

顏尼歐

《新天堂樂園》導演 朱賽佩托納多雷 動人新作

3/17 難忘傳奇