

2008 年 9 月 1 日 創辦網路原生媒體  
2012 年 9 月 1 日 創辦實體報

深度報導  
極簡閱讀  
五媒合一



銀藥爭端難平 藍綠都缺道歉



從低潮脫困 揮別暗黑壓力



英雄遲暮 影星自強不息？

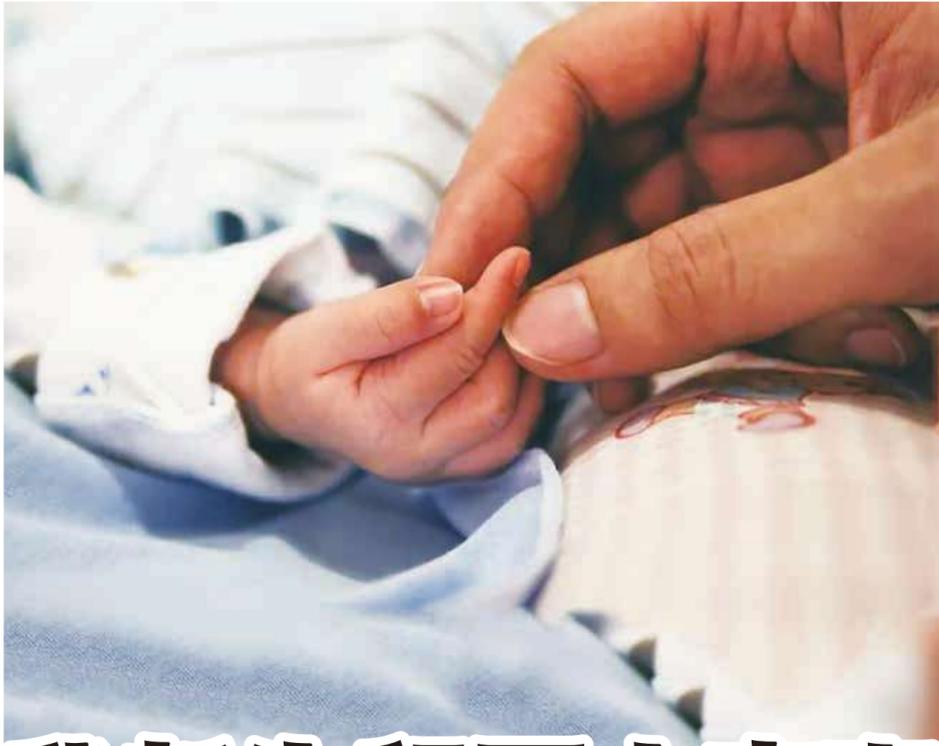
《今日靈修》



互推責任？

新北市銀藥的烏龍案誰該負責？藍營提告賴副總統等人，綠營認為侯友宜與藍營民代才該道歉。其實兩方都有把事件政治化的潑潑水言行，破壞家長對幼保單位的信任，看誰能不推責任、誠實道歉？(2版)

▼台灣每千個新生兒，就有 2.8 個活不到滿月。(網路截圖)



## 我新生兒死亡率高 醫師：應追究死因

兒科醫師呼籲，政府應成立專責單位，進行新生兒死因分析回溯、加強產婦的社會支持。

【本報記者簡嘉佑台北報導】台灣每千個新生兒，就有 2.8 個活不到滿月！衛福部長薛瑞元 2 日於研討會指出，新生兒死亡的主因包括染色體異常、早產與意外事故，政府正積極資源處理後兩者。

兒科醫師呼籲，政府應成立專責單位，進行死因分析回溯、加強產婦的社會支持，並關注兒科醫師的人力斷層。

根據資料顯示，台灣每一千個新生兒就有 2.8 個無法活到滿月，更高於日韓，尤其在少子化浪潮席捲台灣時，保障每個嬰兒的健康，顯得更加重要。多個醫療民團 2 日舉辦「降低臺灣新生兒死亡率研討會」，邀集政府部門、立法委員邱泰源、吳玉琴與兒科醫師共同探討台灣新生兒死亡的議題。

### 早產、意外成主因

薛瑞元指出，目前新生兒死亡的狀況主要有三個：「染色體或基因異常」，然而，該狀況目前仍缺乏有效的預防方式；「早產」，這是政府與醫界目前努力的方向，或者提供即時

的醫療協助，來避免新生兒死亡；「意外死亡」，其中還有一部分屬於可避免的意外，如趴睡導致的窒息，政府會積極宣導衛教知識，減少新生爸媽的錯誤觀念。

他說，面對新生兒死亡率沒有下降的狀況，相關計畫已經探討到最後的階段，討論資金的來源，未來盼能透過計畫建立起兒科醫師的訓練機制；建置更多新生兒的醫療資源，如早期篩檢或聯合評估的量能。

### 應成立專責單位

立法委員吳玉琴說，隨著台灣醫療的進步，台灣新生兒死亡率卻沒有下降的趨勢，其中有許多問題需要解決。

她表示，過去曾有醫師用藥困難的狀況，特殊用藥都要進行專案申請，目前已成立新生兒困難取得藥材調度中心，接下來就再優化兒童醫療照護的量能，並注意兒科醫師的人力斷層。

「台灣生育率不斷降低，甚至直逼國際最後一名，新生兒死亡率仍居高不下，成為國安

的危機，」兒科健康聯盟理事長林志嘉表示，但目前卻沒有一個政府部門或單位負起責任，這是錯誤的狀況，他向衛福部喊話表示，應針對新生兒死亡的狀況，成立專責單位，進行長期評估與處理措施。

### 進行死因回溯分析

臺大醫學院附設兒童醫院主治醫師周弘傑則以數據表示，政府近期為了鼓勵生育，祭出許多獎勵措施，但成效似乎有效。然而，不僅生育率，台灣新生兒死亡率近期出現反增的狀況，死亡率更是日本的 2.7 倍、韓國的 1.6 倍，成為政府需要積極面對的問題。

他指出，新生兒死亡率的主因之一是「源於周產期的呼吸性疾患」，應透過死因回溯分析，建立新生兒死亡的資料庫，才能對症下藥。

另外，他表示，國健署分析新生兒死亡率增加的原因，與平均產齡提高有關，但「高齡產婦也是寶」，對產婦的關懷與社會支持也很重要。

## 高齡生產風險大 專家：應強化分級照護

國衛院在基層醫院能透過「開放醫院」模式，提供孕婦更完善的治療，未來將持續於各地進行佈建。

【本報記者簡嘉佑台北報導】高齡產婦生產風險高，偏鄉急救量能要提升！馬偕兒童醫院新生兒加護病房主任詹偉添 2 日於研討會表示，政府應透過健保資源的分配與給付，就生產風險等因素，建立分級的醫療照護機制。國衛院醫師陳美惠則指出，目前基層醫院能透過「開放醫院」模式，提供孕婦更完善的治療，未來也應持續於各地進行相關佈建。

### 加劇少子化危機

詹偉添則以「以母嬰健康為前提尋求健保資源之再分配」為題表示，育齡婦女不斷提高，但如果產婦超過 35 歲，不僅生產風險比較高，能生產的胎數也減少，都加劇台灣少子化的危機。他進一步指出，不少高齡產婦也依賴人工生殖進行生產，但數據顯示，有近 3 成透過人工生殖的新生兒體重

都低於 2500 公克。他表示，大多數高風險妊娠都會於醫療中心提供產婦全程照護，一旦新生兒健康出現狀況，也能即時提供相關醫療協助。但也有狀況是社會弱勢的產婦於偏鄉進行生產，新生兒出現健康問題時，須進行轉診，反倒錯過黃金治療期。

### 連續照護勿漏接

國家衛生研究院群體健康科學研究所醫師陳美惠也認同表示，以母嬰照護為核心的周產期醫療，能夠有效降低新生兒的死亡風險。她指出，衛福部於 110 年起就開始統籌規劃該區域內的周產期照護網絡，並建立新生兒外隊團隊，強化高危險妊娠轉診與處置能力及新生兒加護照護。

她指出，透過「開放醫院」模式，基層診所也能結合醫院設施，使孕婦獲得連續完整

的醫療照護。陳美惠說，後續也逐步佈建各區域的周產期照護網絡，落實自母親孕期、新生兒從緊急醫療到重症加護之連續性醫療服務。

### 健保給付應分級

詹偉添指出，按照 2022 年台灣活產數估計，約有 1 萬 4 千名新生兒（約 10%）需要幫助，更有半數是呼吸功能的協助，如能即時提供甦醒球或胸外按摩等急救措施，就能有效挽救嬰兒的性命。他說，出生時新生兒存活最黃金的時刻就是「剛出生的一分鐘」，所以培育地區醫療體系急救量能，也不可或缺。他呼籲，除了增加各地區醫療院所的急救量能之外，如高風險產婦等弱勢群體也應就生產風險、產婦年齡等因素，進行更合理的健保分配與給付，落實母胎與新生兒的分級醫療照護機制。



《焦點圖文》

### 賞鯨船遊客直擊 龜山島龜首崩塌塵土飛揚

宜蘭龜山島 2 日午間再度發生崩塌，不少落石順著山坡滾下，塵土飛揚。有賞鯨業者 2 日上午搭載遊客從宜蘭縣頭城鎮烏石港出航，赴龜山島海域觀賞鯨豚，意外直擊龜山島「龜首」土石崩塌瞬間，現場塵土飛揚。由於近期宜蘭地區並沒有顯著的地震，因此研判應該是自然風化的現象。解說員也說，龜山島的龜首大部分是火山碎屑岩，長期風化後就容易發生崩塌現象。(賞鯨業者提供)

社論

# 計利應計天下利 蔡總統卸任前的思考

蔡英文總統最近表示：「打擊錯假訊息是民主國家的共同挑戰。」她的感慨應該有很多人認同，尤其最近全國幼教老師承受政客無情的打擊，藍、綠都應該為錯假訊息向全民道歉。然而，如何建立優質的媒體環境，更應該是蔡總統需要思考的問題。

## 幼兒園事件的荒謬

蔡英文的總統任期已不到一年，她在6月28日出席「2023世界新聞媒體年會開幕式」時，特別針對錯假訊息，做了深入闡述，平情而論，錯假訊

息確實撕裂台灣，造成社會傷害，已是不爭的事實，然而追根究底，政客應該負起最大的責任，不論藍、綠、白都一樣。新北市幼兒園餵藥風波初始，市長侯友宜荒唐指控「幼稚園老師居心叵測，竟對幼兒做出令人痛心的事」，並要對幼兒園廢照。另外，未明真相，不當發言以及行政裁決，綠營政治人物包括賴清德、羅致政、戴瑋姍撿到槍，立即輪番炮轟，傷口灑鹽，全然不顧事實真相，以及已進入司法程序「無罪推定原則」的基本法律觀念，亦需檢討。

## 為散佈假訊息道歉？

錯假訊息造成幼兒園教師、家長、幼兒沈重的傷害，藍、綠政客都有責任，如今沒有任何幼兒頭髮檢出毒物，真相大白，卻未見散佈假訊息的綠營政客深自檢討，並向老師家長道歉，看來蔡英文的「打擊錯假訊息」期待，並未在同僚之間得到認同。

嚴格說來「打擊錯假訊息」固然重要，但是如何建立健康的媒體環境，同樣是全民的期待，最近國家傳播委員會(NCC)趁立法院休會時，規避監督，強行通過鏡電視上架

32個有線電視系統86頻道案，引起社會大譁。

## NCC還有公信力？

鏡電視前董事長陳建平發表聲明，用詞之重，相當罕見，他強調鏡電視新聞台本是一件臭不可聞的政治弊案，特別是牽涉執政黨黑手的不當干預，掌權者及其附庸卻硬將違法弊案扭曲為股東經營權之爭，一再試圖模糊焦點、遮掩真相。他還告發創辦人裴偉涉嫌違反公司法、刑法背信罪，仍在檢方偵辦中。

不止鏡電視案引起輿論譁

然，NCC對中天新聞台不予換照開台案，今年5月10日，台北高等行政法院宣判：撤銷NCC對中天新聞台的不予換照決議，要求重啟換照決議，這是繼NCC與中天訴訟「十連敗」之後，司法對NCC的專業及獨立公信力，再一次重擊。中天案未了，再惹來鏡電視上架是非，人民還能相信「黨政軍退出媒體」嗎？

## 計利應計天下利

作為廣播電視媒體監督者，NCC不能得到人民的信任，如何奢談言論自由、媒體自由？

建立健康的媒體環境是政府的責任。蔡英文期待的「打擊錯假訊息是民主國家的共同挑戰」沒有健康的媒體環境，怎麼可能實現？新北市幼兒園餵藥案只是再一次突顯，錯假訊息的散佈，作為政府一環的NCC，以及執政者，尤須檢討自省。

蔡英文的總統任期已不到一年，「計利應計天下利，求名當求萬世名」，如何為台灣樹立良好的憲政典範，應該是她努力的目標，不論黨派顏色，都不應散佈假訊息，製造國家社會紊亂，撕裂人民的互信及團結，更重要的是，如何建立優質的媒體環境，讓自由民主的火焰生生不息，永不熄滅，恐怕才是她更需思考的問題。

# 新北餵藥爭端兩造難平 藍綠都缺道歉

當藍綠忙於相互控訴應對新北市的餵藥烏龍案負責時，卻都缺了對該案的幼保師生、家長們一聲道歉。

【本報記者簡嘉佑分析報導】新北餵藥案已經檢調追查證明是「烏龍案」，對此，侯友宜辦公室發言人呂家愷已按鈴控告賴清德與賴清德競選辦公室發言人加重誹謗罪；民進黨立委蘇巧慧則列表點名侯友宜等國民黨9位政治人物，才是餵藥案抹黑的源頭。然而，當藍綠忙於相互控訴時，其實都缺了對該案的師生、家長們的一聲道歉。

## 藍控告民進黨造謠

新北板橋、汐止某幼兒園近期遭綠營指控餵藥，經過士林、新北地檢署公布檢驗結果，結果幼童毛髮未檢出「巴比妥類」及「苯二氮平類」等47種藥物，證明所謂新北「餵毒案」是一場烏龍。

此結果一出，藍營砲轟，民進黨為了選舉不惜抹黑造謠，如台北市議員侯漢廷就不滿指出，民進黨公職人員在本案一再散佈假訊息，造成新北家長恐慌、更影響侯友宜選情，已經違反《總統副總統選舉罷免法》、《社會秩序維護法》，要控告包括副總統賴清德、立委張宏陸、羅致政等10人。呂家愷也在律師陪同下，前往北檢按鈴控告

## 綠：案情仍待調查

民進黨發言人張志豪則表示，侯友宜早於6月8日表示，「幼稚園老師居心叵測，竟對幼兒做出令人痛心的事」，並勒令幼兒園停業。新北市議員戴瑋珊則說，新北地檢也明確表示「針對告訴之事實尚有諸多待比對確認之處」，行政調查和醫療團隊都應持續進行，侯友宜切勿急著定調是烏龍事件。

民進黨立委蘇巧慧更整理9位藍營政治人物對幼兒園案相關發言，包括國民黨政策會執



▲示意圖。新北餵藥案已經檢調追查證明是「烏龍案」。(網路截圖)



▲新北市長侯友宜(中)主持板橋私幼疑餵藥案記者會表示，過程中中心急如焚，對教保人員的發言有失禮之處，並非本意與惡意，表示歉意與虛心檢討。(中央社)



▲新北某幼兒園疑發生幼童遭餵藥案，民進黨立委蘇巧慧(右)、羅致政(左)舉行記者會，批評新北市政府行政怠惰。(中央社)

行長柯志恩、台北市前議員羅智強、國民黨發言人白喬茵與立委洪孟楷等人。她批評，現在案件尚在偵查中，就忙著喊告誹謗者，卻忘了整個國民黨一開始是怎麼批評幼兒園與老師，意圖轉移市府責任。

## 藍綠都欠一個道歉

但新北市幼兒園餵藥風波肇始，民進黨多人就彷彿撿到槍，不斷砲轟新北市政府管理不當，甚至在檢驗結果出爐前，就拍板要細數侯友宜的罪狀，如今檢驗結果一出，不僅沒有反躬

自省，反而還指責藍營才是抹黑的始作俑者，未見悔改過錯的意願。

反觀國民黨，不僅多名民意代表在輿論壓力下口不擇言，定調事件為「餵毒案」，連侯友宜也說，「幼稚園老師居心叵測，竟對幼兒做出令人痛心的事」，並對幼兒園廢照。幼兒院的清白蒙受不白之冤，在檢驗結果出爐之前，更是啞巴吃黃蓮。

## 坦承錯誤更是英雄

然而，更加荒謬的事情是，

在新北檢調的努力調查下，新北幼兒園師長終於得沉冤昭雪。但兩大黨的反應，卻仍是不斷抹黑對方，窮於追究「誰才是開出抹黑第一槍的人？」遲遲沒有向名譽、精神都受到重創的師生與家長致歉。

追根究柢，選舉將近，打擊敵對陣營選舉士氣已經成為各政黨的要務，一場社會烏龍案件只是揭示了伏流於選舉的真相。在這樣滿目瘡痍的社會事件中，沒有政黨應置身事外，誰能勇於承認錯誤，誰才能在民眾心中，留下一個敢作敢當的印象。

## 新北餵藥烏龍案，兩黨互控一次看

政黨	人物	相關發言
民進黨	副總統賴清德	新北市政府應說明，孩子的戒斷狀，並調查幼兒園餵食彩虹藥水
	民進黨立委張宏陸	家長4月就已通報1999，但未獲重視
	民進黨議員顏蔚慈	新北市傳出幼兒園餵毒，時間恐長達2年
	民進黨發言人張志豪	攻擊指控幼教老師的抹黑元凶是侯友宜
國民黨	國民黨副總統候選人侯友宜	老師居然對幼兒做出令人痛心的事情
	國民黨政策會執行長柯志恩	一個幼稚園那麼可惡，還有彩虹藥
	國民黨發言人李明璇	虐童者該重判吧！幼兒園負責人要重罰
	新北市議員林國春、劉美芳	稱此案件為「餵毒案」

製表：記者簡嘉佑 / 臺灣醒報

## 圖文選粹

圖文 / 中央社

## 賴清德出席新動力信賴台灣後援會



▲民進黨總統參選人賴清德(左)2日上午在台北市大同區建成公園出席新動力信賴台灣後援會成立大會，與民眾擊掌致意。

▼ 國民黨總統候選人侯友宜(中)1日中午參加黃復興餐會與前高雄市長韓國瑜(左)同框。(侯友宜臉書)



## 郭、韓心結仍難解 侯友宜選情有危機

【本報記者陳奕劭台北報導】國民黨難以化解郭台銘和韓國瑜的心結！雖然侯友宜周六中午參加黃復興餐會與韓國瑜同框，隨後並在臉書上傳「做不夠多、不夠好」的表白。但學者受訪時認為，侯友宜、朱立倫的身段仍須放得更軟，才能化解韓與韓粉之間的心結，至於要整合郭台銘更困難百倍，郭跟柯文哲合作機會反而更大。

### 韓、郭心結難解

由於侯友宜在多次民調排名第三，落後柯文哲、賴清德等人，一般認為是未能凝聚藍營內部支持之故，其中郭台銘、韓國瑜兩人尚未歸隊支持，讓不少藍營選民支持柯文哲。

郭台銘、韓國瑜都是實力派政治人物，他們在藍營內部有許多忠實粉絲力挺。但因韓國瑜4年

雖然侯友宜在臉書有「做不夠多、不夠好」的表白。但學者認為，侯友宜、朱立倫的身段仍須放得更軟，才能化解韓粉的心結。

前選總統，侯友宜忙於市政而未力挺，導致兩方存有不少心結，即使韓國瑜現在釋懷，但底下粉絲不一定會原諒。雖然侯友宜1日參加侯韓餐會後在臉書文說「過去做得不夠多、不夠好，讓大家反省與檢討」，但學者認為，他必須展現更大的誠意，才有望化解與韓陣營之間的心結。

### 韓侯會面聊勝於無

臺灣師範大學政治學研究所教授曲兆祥分析，韓侯「會面效果聊勝於無」，雖然效果有限，有總比沒有好。相比郭台銘，韓國瑜有來參加餐會，代表他對黨釋出善意，未來整合他難度較低，但曲兆祥提醒，韓國瑜與韓粉不

同，整合他成功不代表能讓韓粉滿意，所以未來有友宜須釋出更多面子與裡子給韓國瑜才是。

曲兆祥說，相比表面歸隊的韓國瑜，郭台銘問題更為棘手。近日有傳言指出，郭台銘擬參選總統，引發藍營內部震動。雖然郭台銘初選期間承諾他失敗會支持侯友宜，但是等到國民黨宣布侯友宜勝出後，郭陣營疑似不滿國民黨主席朱立倫初選制度不公，後來沒有明確歸隊願支持侯。曲兆祥表示，郭台銘當初來國民黨只想選總統，對國民黨感情較不深，因此整合他難度更大。

曲兆祥分析，郭台銘今年已72歲，而柯文哲年紀較輕，還有再度參選可能，未來應有機會促成

「郭柯配」，主要是郭的財力使不少郭粉支持他選2024，假如未來郭台銘與民眾黨合作參選，將會帶來更大震撼。

### 朱立倫不夠積極

國民黨方面，朱立倫沒有積極面對初選提名後郭台銘與粉絲對朱立倫、侯友宜之間的不爽。侯友宜也低估過去選舉期間對韓國瑜的傷害，導致局面至今難以收拾。曲兆祥建議，藍應先整合韓、再整合郭，才有一線生機。

因此除了負責選舉的侯友宜、朱立倫等人須表現更多誠意外，郭台銘、韓國瑜與藍營之間必須展現更多智慧，才能讓深處選舉危機的國民黨陣營有絕處逢生的機會。曲兆祥指出，侯、朱、郭、韓、柯等人矛盾很深，整合不易。他警告，若2024年國民黨再敗，恐將要亡黨的準備。

## 高溫促成極端天氣 午後注意電擊、暴雨

【本報記者簡嘉佑台北報導】3日午後平地恐遇雷擊、強風等劇烈天氣！天氣風險預報員方俊元表示，未來一週高溫狀況持續不斷，還會常有午後雷陣雨的狀況。學者吳德榮則指出，3日天氣不穩定，近山區午後強對流發展，恐影響到平地區域，民眾應注意局部性的強烈降雨或雷擊等狀況。



▲ 民眾應注意局部性的強烈降雨。(本報資料庫)

### 慎防劇烈天氣

方俊元表示，台灣周圍環境為西南風為主，高溫的情況將持續，極端高溫的情形可能會變得比較多

一些，而天氣方面各地，大致是多雲到晴。根據中央氣象局資料顯示，未來各地高溫落於32到35度，但部分地區恐出現超過36度的高溫，民眾記得多加補充水分，以免中暑。

他指出，各地午後也容易出现局部短暫雷陣雨，較容易發展的區域仍是以山區或近山區為主。另外在清晨時段容易受海陸風環流影響，中南部偶有局部短暫降雨，會早起出門要多加小心天氣變化。

中央大學大氣科學系兼任副教授吳德榮表示，台

灣近期偏轉為西南風，低層水氣多、大氣不穩定。他提醒，迎風面南台灣偶有局部短暫陣雨，近山區午後強對流發展，擴及部分平地，應注意局部性大雷雨及劇烈天氣如雷擊、強風、瞬間強降雨，並留意氣象局的相關特報。

### 東北部注意焚風

吳德榮表示，4日開始水氣漸減，近山區午後仍有局部短暫陣雨或雷雨的機率，各地持續高溫炎熱、紫外線強，需注意防曬、防中暑。他強調，背風面北部與東部因背風沉降或焚風效應，局部地區將出現38度以上的極端高溫，應特別注意。

中央氣象局也提醒說，雖然4日開始各地天氣大多為多雲到晴，但東南部地區的民眾要特別注意焚風發生的機率。

## 12把大提琴改編台民謠 展現全新《雨夜花》

【本報記者簡嘉佑台北報導】柏林愛樂12把大提琴重磅來台，舉辦3場音樂會，結果甫開賣就被秒殺，2日於兩廳院進行最後一場音樂會。首席鄺特表示，此次表演很有年輕的台灣樂迷，備感驚喜。此次樂團還改編台灣民謠「雨夜花」，透過不同大提琴搭配組合，展現出與原曲截然不同的特色。

「柏林愛樂12把大提琴亞洲巡迴首站音樂會已於30日高雄衛武營舉行，因為睽違五年再度訪台，現場觀眾用德文歡迎音樂家。2日下午在台北國家音樂廳演出，音樂會門票甫開賣就被秒殺，顯見樂團受歡迎的程度。

樂團首席鄺特於行前記者會表示，台灣這幾場很多都是年輕樂迷，讓樂團深感驚喜，希望在德國也能有年輕樂迷走進音樂廳聆賞音樂。他說，柏林12把大提琴追求的就是好音樂，「我們希望我們是一個橋樑，能夠帶著更多樂迷進入古典與跨界音樂」。

柏林愛樂12把大提琴亞洲巡迴首站音樂會已於30日高雄衛武營舉行，因為睽違五年再度訪台，現場觀眾用德文歡迎音樂家。2日下午在台北國家音樂廳演出，音樂會門票甫開賣就被秒殺，顯見樂團受歡迎的程度。



▲ 12把大提琴不僅實現了室內樂編制的夢幻組合，也運用多種運弓法、各種音樂體裁展現音樂本身。(中央社)

## 與異性相處不出事 專家：應先徵求同意

【本報記者陳奕劭台北報導】藝人黃子佼、NONO、炎亞綸、黑人陳建州等人先後涉案。雖然大家支持受害者討公道，許多人擔心以後不知道如何與異性相處，才能不致於涉入性騷擾而身敗名裂。台師大心諮商所心理師樊雪春教授受訪時表示，性騷擾只要主觀認定便成立，她建議異性相處時的動作最好先徵求對方同意，不清楚對方就別行動。

### 權勢性騷擾

根據衛福部定義，只要一切不受到歡迎的、與性或性別有關，會讓人感到不舒服不自在、覺得被冒犯、被侮辱的言行舉止，就可能構成性騷擾。衛福部也指出，任何人都有可能被性騷擾，嚴重性騷擾行為可能演變成性侵害或強制猥褻。

樊雪春分析，這次風波以權勢性騷擾為主，因為兩造地位不對等，使受害者更難發聲，這起事件才鬧這麼大。她指出，女性受性騷擾多半要先等待一段時間才會爆出來，在美國很有名的案例是新聞主播宗毓華，她年輕時遭到家庭

醫師性騷擾，事件直到該醫師死掉後才爆出來，這起事件在之後才能被理解接受，樊雪春教授覺得這次MeToo事件人們在意的是利用權勢的性騷擾，因此人們愈居高位，行為必須慎重。想要避免身敗名裂，樊雪春建議，想碰觸女性，要先徵求女性同意，要有意識去做，不是男生都不能碰觸女性，而是碰觸之前要先問，因為這就是對他人的尊重，可以避免人們不知道該怎麼做。

台南市政府婦幼警察隊將性騷擾行為界定為言語、非言語及身體等三類，言語包括猥褻言論、開黃腔等，非言語包含毛手毛腳、故意貼近、糾纏不清等行為，身體則有傳送色情影片、暴露性器官等行為。

面對性騷擾行為，受害人與女性要保護自己，必須做好防護，為了避免受害，衛福部建議：一、明白向對方抗議或拒絕。二、向旁人求助或喝止。三、報警或是打113保護專線尋求協助。四、保全人事物相關證據。

樊雪春則提醒，為了保護自己，建議任何男女千萬別進入密閉空



間，否則發生什麼事情都不知道，而進去房間門要打開，更要有第三人陪同。

此外建議女性千萬不要喝來路不明的飲料、不明來意的飯局不要吃、上車邀請都要避免，因為車子是密閉空間。她提醒大家要有危機意識，面對任何能入口的東西，全部都要小心，即使來自熟人、朋友也要防範。

### 拿捏界線是課題

MeToo風波頻傳，眾人該拿捏與異性相處界線，切忌不能過度隨意。衛福部建議，未經同意勿隨

▼ MeToo風波頻傳，眾人該拿捏與異性相處界線，切忌不能過度隨意。(網路截圖)

意碰觸他人、勿傳播情色資訊、確定他人意願前，寧可不說或不做、觸及私密議題應事先向對方說明取得同意。

另外，從業人員若因醫療、健身指導所需碰觸身體，須說明清楚並取得同意，另外也可請對方自行動作或以模特兒、道具示範，並宜有家屬或第三人在場見證。若有必要，也可全程開啟錄影、錄音設備並取得同意。

樊雪春建議，希望大家能意識自己以後很有名，現在最好要有性別意識，不是不能碰，但事前要先徵求同意，這代表尊重他人。



▲ 下定決心戒酒並開始付諸行動，學習消愁祕方，除了喝酒，還可以想其他方法解愁。(網路截圖)



▲ 廚房收納小撇步讓你擁有乾淨漂亮的廚房。(網路截圖)

■ KC · 戴維斯

道德與你性格的好壞以及是否做出正確抉擇有關。許多決定都是道德決定，但定期清潔汽車並不包含其中。

你可以是一個能正常生活、非常成功、快樂、善良、慷慨的大人，但卻不太懂得及時清洗碗盤或擁有一個井井有條的家。你與日常照顧的關係——無論你是愛乾淨、骯髒、凌亂、懶惰、會整理或不會整理——與你夠不夠好完全沒有關係。

不帶道德評判

當你將日常照顧工作視為具有道德意識時，促使你完成它們的動機往往是羞愧。當一切就緒時，你不會覺得自己很失敗；但當環境凌亂或不整潔時，你就會這麼覺得。

如果你是在羞恥感的驅使下完成日常照顧工作，那麼，你可能也會在羞恥感中放鬆——因為日常照顧工作永無止境，你會將休息視為給好男孩和好女孩的獎勵。所以，如果你真的讓自己坐下來休息，你會想的是，「我不應該這麼放鬆。還有更多事情要做。」

這是一種非常痛苦的生活方式，它影響你的整個生活：你的心理健康、你的人際關係、你的友誼、你的工作或學校生活、你的身體健康。當你在想「如果早知道……」，你就不可能讓他人的善意和肯定進入你心裡。但事情不一定要這樣。事實上，我要告訴你一個好消息。

日常照顧工作在道德上是中立的。你做得好或壞，與你不是

對自己好一點

下次當你試圖說服自己去完成一項日常照顧工作時，用「如果我在起床做\_\_\_\_\_，將是

更值得提。任何需要高度意志力的任務或習慣，都會隨著時間推移，耗盡你運用這種能量的能力。事實上，人類只能在短時間內付出高度的努力。作為一

日常照顧工作在道德上是中立的。你做得好或壞，與你不是一個人、好父母、好男人、好女人、好配偶、好朋友無關，真的無關。

者——洗衣服在道德上是中立的。

善待未來的你

我丈夫邁克爾和我會在週末輪流早起帶孩子，這樣另一方就可以多睡一會。清潔廚房是我們合作的任務之一，而身邊的人都知道我每隔幾天才會清理一次。然而，在輪到邁克爾早起的前一天晚上，我發現自己會花時間清理廚房流理台、洗碗和倒垃圾，這樣他就可以輕鬆地為女孩們準備早餐，並在早上照顧她們。邁克爾從沒要求過或期待過我這樣做；這只是我為了讓他的生活更輕鬆而做的事情。

我通常不會為自己想得那麼遠，所以常常在早上七點還得手洗放了一整天的奶瓶，而我的孩子們在一旁因為口渴而嚎啕大哭。

這樣開始新的一天壓力很大，我想我不希望他經歷這些。有一天，我腦袋突然靈光一現：「我應該得到同樣的善意。在我照顧孩子的那些早晨，我也應該擁有一個實用的空間。」我可以將夜間準備視為對早晨的一種善意，這改變了我與日常照顧工作的整個關係。

成功不取決意志

我已經談到了羞恥感在最初激勵我們、但最終使我們失去動力所起的作用。但關於這點還有

個處於成癮狀態並努力康復的人來說，我經常想到當有人試圖透過純粹的意志力來保持清醒時，我們會用「白指節清醒」(white-knuckling sobriety) 這個詞來形容。因為它讓人聯想到一個人克制自己不喝酒的唯一方法，就是緊緊抓住椅子的邊緣，以至於指關節都變白了。

我們當中持續一段時間是這種狀態的人都知道，沒有人能以這種方式維持長久的清醒狀態。在成癮的戒斷過程中，就像在生活中的大部分時間一樣，成功不取決於擁有強大的意志力，而是發展心理和情感的不同工具，來幫助你以不同的方式體驗世界。

給所有拒絕自助的人

近藤麻理惠說，要把你的內衣疊成三折；海軍上將信譽旦旦地宣稱，整理床鋪將會改變你的人生；瑞秋·霍利斯(Rachel Hollis)認為成功的關鍵是洗臉和相信自己。膠囊衣櫥！彩虹色的收納法！子彈筆記！我們試過多少辦法？我們又堅持住多少？如果你和我一樣，答案可能是「沒有」。

克服某個障礙

不同的人以不同的方式在掙扎——特權並不是唯一的差異。有人可能會找到一種方法來制定飲食計畫，健身或整理儲藏室，從而徹底改變他們的生活。但對他們有效的解決方案，不僅高度取決於他們特殊的困難，還取決於他們的優勢、個性和興趣。

以我的家為例，我從來沒辦法「隨手清潔」。當我嘗試這樣做時，我發現自己很緊張、壓

力很大，無法好好地陪伴家人。相反地，我靠著自己創建的數十個系統來幫助我維持家的功能性(而通常我廚房的水槽裡仍然會有未洗的碗盤，地板上也還有四處散落的雜物)。然而，當我坐下來寫作或工作時，一切都自然而然地進行著。

有時我必須稍微推自己一把才能克服某個障礙，但我總是感覺自己可以克服障礙。事實上，我必須設定一個計時器來提醒我看時鐘，因為我常會恍神到忘記時間。在一天結束時，我感到自己有創造力、精力充沛並具有成就感。

能力與好壞無關

我的一位學友經營著與我類似的工作，我們經常傾聽彼此，互相支持。她常會打電話來說她感覺自己卡住了，因為她知道她自己需要什麼來發展事業，但卻總是難以落實。「看來你能為你的社群媒體製作七支短片在兩週內，我卻只能做出一個。我需要花很長的時間才能構思出想點綴的內容，並克服不自在的感覺。」

尋找富有同情心的人

當你有可能障礙時，事情堆積的速度會變得很快。你突然發現自己一團糟的情況並不少見。你越是看著混亂，便越覺得挫敗、沒有動力，而你越躲避，事情就越是堆積。當前流行的清潔方法並不適用於每個人的原因之一是，它們經常無法解決圍繞著清潔工作所產生的情緒。當我們發現自己無法完成日常照顧工作時，通常可以在其中識別出兩種聲音：1. 內在霸凌

者：當我們陷入這種循環時，常常會遭受「內在霸凌者」的不斷攻擊。「你看看這有多髒啊；你太懶惰了。」「你怎麼能讓它變成這樣？」「你不該洗澡；看看你對你的房間做了什麼。」2. 卑微的自我：反過來，我們卑微的自我(被欺負的那個)容易自艾自憐。「為什麼這對其他人來說就這麼容易？」「我怎麼了？」「我很失敗。」

這是一種虐待關係，需要有人介入制止。那個人就是你。等等，你就是霸凌自己的人，你要插手制止？是的，這裡面有第三種聲音。回想一下，你最後為他人或動物所做的一件好事。還記得你感受到的同情，還有你幫助他們時的溫柔嗎？就是那個人。這是你富有同情心的自我。這個

自我對他人感到同情，因為他們值得被愛，而這個自我想把這份感受傳達給他們。你還記得上次觀察「美」是什麼時候嗎？也許是你女兒的頭髮在脖子後面捲曲的樣子，或是你的伴侶笑的樣子，抑或是讓你感到平靜的落日、花朵和雨天。這之中也有那個人——那是你細心的自我。他們從外在看事物，能看到什麼是有意義的；這個人是你富有同情心的觀察者，而他即將介入。

這不是道德的失敗

下次「內在的霸凌者」開始說話且「卑微的自我」開始退縮時，你可以呼喚「富有同情心的觀察者」。他們可以對「內在的霸凌者」說：「你這樣是幫倒忙，我需要你停止。」他們可以轉向「卑微的自我」說：「我真的很痛苦，我知道你覺得自己失敗了。但你不是。不整潔並不是道德上的失敗。身體不適和有困難，並不表示你不值得被善待。你會沒事的。我在這兒陪你。」想想你會對一個正在掙扎的朋友說什麼，然後把這些訊息轉向內心。我們現在知道，日常照顧工作在道德上是中立的，與做一個好人或壞人無關。我們也正在學習，無論我們做得如何，我們都值得被善待。現在讓我們透過「富有同情心的觀察者」來控制「內在的霸凌者」，並對「卑微的自我」表現善意，來練習內化這樣的訊息。

有時你會對自己產生憤怒的想

從低潮情緒脫困 揮別暗黑壓力

不整潔並不是道德上的失敗。身體不適和有困難，並不表示你不值得被善待。



▲ 如何釋放負面情緒？要努力走過低潮時刻、獲得內在和諧。(網路截圖)



▲ 學會處理自己的負面情緒是你變成熟的第一步。(網路截圖)



▲ 每個人都有情緒低潮、感覺快被淹沒的心理困境。(網路截圖)



▲ 嬰兒在睡前喜歡大哭不會對他們的情緒健康造成危害。(網路截圖)

《低潮整理術》簡介

境讓人從喘不過氣的日常慣例和待辦事項中解脫，擁抱令人安心的善意、愛和歸屬感。



作者：KC · 戴維斯  
出版社：大好書屋  
出版日期：2022/06/02

每個人都有情緒低潮、感覺快被淹沒的心理困境。情緒低落時，你一邊苛責自己不夠好、愛拖延、沒效率，一邊放環環境雜亂不堪，怎樣都提不起勁來整理一番？

當你心情起伏或罹患心理疾病時，你會因為生活中那些沒能完成的事務，或提不起勁去做些什麼的癱軟心情而自責，這些暗黑情緒會在心中盤旋，反過來造成內心更大的壓力。

誰需要這本書？解救自己從低潮中脫困！需要這本書來拯救你脫離「自我批評，然後更加低潮」的惡性循環！直擊心靈創傷 x 清理生活環

《一級火葬士的工作日常》

作者：下坂華緒  
出版社：台灣東販  
不僅遺體要層層包起來，連火化技術師操作也要全身包緊緊。



死亡之前人人平等。不管是家財萬貫風光一世的鳳子龍孫，還是陰溝裡求生的底層鼠輩，最後的去處都在這裡——經大火焚燒後，再回歸土地。帶著熱忱與抱負成為火葬場員工，在這裡所度過的每一天皆驚奇連連——曾被火化中破散的遺體碎骨與肉塊所傷，銳利到非常恐怖，甚至能割破手指的頸骨，在暴雨中被送來、含有大量水分的遺體，火化時，遺體不但會噴血還會移動！新冠疫情最嚴重時，

書訊

醒報編輯部 / 輯

《過好這一生》

作者：蔡潮  
出版社：高寶  
犀利卻充滿溫度的故事，分享80多年來的人生哲學。無論好日子壞日子，都要讓自己快活！豁達態度。



讓香港四大才子、老頑童蔡潮告訴你，如何把每一天都過得盡興又有趣！盡情發掘新事，盡情充實自己；盡量跳出框架、盡量活在當下。本書收錄蔡潮過去三年所創作全新散文70篇，總是以真性情過生活的他，透過輕鬆坦率、鮮活有趣、

《你真的可以選擇不原諒》

作者：金泰京  
出版社：遠流  
本書率先從受害者與家屬的角度，解析為什麼我們可以坦然接受「不原諒」這個選項，以及如何用正確的視角與態度來與受害者相處，陪伴他們重回寧靜的生活。



書中提出具體的方法，幫助讀者理解被害者與家屬的經驗，也說明我們可以做些什麼，幫助被害者盡快恢復。書中也結合了受害者/受害者家屬親自口述、心理與社工親眼見證、作者20多年的實務經歷以及多項研究調查

▼黃仁勳曾說，AI的時代大家必須「跑步而別散步」(Run, Don't Walk)，但是，沒有一個正確的策略方向，跑得再快也是無頭蒼蠅。(網路截圖)



## 倡議政府數位轉型不夠 還需要先打底

■ 陳敦源

(政大公共行政系教授)

大約七、八年前，數位轉型這個概念才剛剛在臺灣熱起來，臺灣數位治理研究中心看見這個理論與實務上的需求，就在2019年結合了三十多位領域專家，在2020年合編並出版了一本《政府數位轉型：一本必讀的入門書》。

書一出，第一版馬上售完，2021年編輯團隊立刻新增五個章節，編修成該書第二版在2022年9月上市，目前已到了第二刷的需求點，顯然臺灣在政府數位治理上有很大的知識需求。

### 理論與個案各半

不過，就在編修第二版的過程中，中心編輯們聆聽了諸多外部的回饋意見，並且看見政府數位轉型推動不能只是專有名詞的「跟風」，還要有長期

ChatGPT的公開引起風潮，很多頭臉人物都聲稱要導入組織，但AI如石油，開採基礎不良，買了藍博基尼跑車都沒用！

與踏實作為的焦點。

有鑒於所有的數位轉型效果都來自於政府資料治理(data governance)的品質，我們於2021年決定要籌編一本續階的共著專書《政府資料治理》，經過多次討論與邀約，我們決定將內容定位在理論與個案各半的論述模式。

這本書的編得更辛苦一些，因為數位轉型的概念較廣，內容豐富，取材容易，資料的管理問題，過去都是被置於資料科技的專業中，是因近年數位轉型的浪潮下，管理的職能必須加入並且整合進入各類組織之功能體系當中，用「治理」這個字就是要引起大家注意，資料處理不單是技術的問題，也是治理品質良窳的關鍵所在。

### 導入AI要先有基礎

曾因交易成本概念而獲諾貝爾經濟學獎的寇斯教授(R. Coase)，曾經說過：「如果你凌虐資料到一個程度，它一定會招出所有的事！」這個努力與樂觀的基礎，就是資料治理的基本功夫，去年底ChatGPT的公開引起風潮，很多頭臉人物都聲稱要導入組織，但我們認為，AI如石油，開採基礎不良，買了藍博基尼的跑車都沒用！

因此，我們要這樣說，政府資料治理是數位轉型的「心臟」，特別是AI的快速發展下，組織要能夠釋放人工智能的轉型魔力，其基礎都在於一個組織資料治理的基本功打得如何，因此，本書除了要直面告訴大

家資料治理是什麼之外，最重要的功能就是提醒有識之士，除了科技樂觀論下的追新之外，也要設法作些打底的實事了。

### 資料治理為要

最後，有人說：「要發展，先開路」，政府數位轉型如果是政府未來十年自我改革與發展的主要目標，我們也應該跟隨這樣的思維：「要數位轉型，先資料治理」，希望可以讓臺灣政府的治理變革，在AI劃時代全面降臨的時刻，可以在數位科技飛速發展的迷霧中，為政府數位轉型找到一個最踏實與最關鍵的成功之路。

黃仁勳曾說，AI的時代大家必須「跑步而別散步」(Run, Don't Walk)，但是，沒有一個正確的策略方向，跑得再快也是無頭蒼蠅，這本書想要作的就是為政府數位轉型指出快跑追上的方向，請大家細細品味！

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 322

## 相鬥何時了？

■ 王建煊

(前監察院院長、  
天使居創辦人)

到泰國旅遊，有時導遊會安排我們去看鬥雞。雞從主人手中一放，兩隻雞就互用嘴爪相咬相搏，頭部及胸部的毛都豎立起來，偶而雞會停下來片刻，主人及觀看的人，就會用各種催促的動作，要牠們繼續鬥。雞鬥的受傷累累，觀光客則既覺殘忍又覺興奮。

### 鬥雞與鬥牛

但泰國的鬥雞，比起西班牙的鬥牛就變成小玩意了。有次到西班牙觀光，節目之一是看鬥牛。導遊說因為時間不巧，只能看到小場的，雖然是小場的，仍然成千上萬的人在在、在吶喊。當牛追逐鬥牛士手中紅布時，一次次落空，到被一劍刺入時，有人大喊大叫，有人屏息著氣，不敢看又想看，有人心中不時湧著不道德的譴責，但卻認為不虛此行。

古時羅馬人，要奴隸互鬥，能殺死對方的，就能獲得自由，奴隸奮勇搏鬥，看的人興高彩烈，這是當時羅馬人的重要娛樂。

### 與生俱來的鬥性



▲動物中尤其是雄性，為了爭地盤、爭交配權、爭捕食權，都會打鬥。(Photo by 2 Bull Photography on Unsplash)

動物中尤其是雄性，為了爭地盤、爭交配權、爭捕食權，都會打鬥。人為動物之一，當然也免不了這種與生俱來的鬥性。只是人類的鬥爭比一些動物要高明些，有武鬥還有文鬥，有明鬥也有暗鬥。

人類鬥爭的目的，不外乎是爭權奪利，但問題是權和利爭到手後又能怎樣呢？成者為王，敗者為寇，那為王的以後又怎樣呢？最後還是白骨一堆。

有位國王臨終的時候，流淚滿面的說：「我現在才知道，這些我冒著無數次生命危險，爭戰得來的財寶，原來我一件也帶不走。」

### 多存惻隱之心

我們不難想像，這位國王，在多次爭戰中，除了自身的危險外，一定殺敵無數，自己的士兵也是死傷累累。目的不就是为了征服別人的土地及財富嗎？這又有什麼意義呢？

人類的鬥爭固不能免，但總要導之於善，避免成為兇惡之源。要達此境界，人類還是要多存惻隱之心，唯有愛才能化解爭端，和平才能多於戰爭。若失去同情、博愛、民胞物與的高尚情操，人間怎會有太平？



王院長跟你談天說地 119

■ 王建煊

(前監察院院長、天使居創辦人)

有位朋友買了一輛高貴的賓士汽車，珍惜的不得了。甚至關車門不敢太用力，以免碰壞；交通擁擠的地方不開，以免萬一有擦撞；車子髒了不好看，但又不願意洗，怕洗多了顏色不再光亮；車子停在巷道，怕被摩托車刮傷或被心存妒嫉的人劃傷，而且又怕人偷；真是處處小心呵護，時時不敢輕用，簡直成了車子的奴隸！

由於他的賓士車很少使用，只得另外買了輛便宜的小車子

## 愛人惜物不能過頭

代步，既然這樣又何必必要買賓士車呢？

有個人娶了個年輕漂亮的老婆，但他從來不帶老婆參加外面的宴會，因為怕人看了說他太太配不上自己的太太。也不要太太出去工作，以免在工作場所被別人佔了便宜。又不要太太做家事，以免手弄粗了。總之，他對太太有許多呵護式的禁忌，這樣娶太太幹嘛呢？做這種男人的太太，也真是活受罪。

有位父親，有個漂亮女兒，自從女兒大學畢業起，這位父親就東拜託西拜託的求人替他

女兒介紹朋友。可是介紹來介紹去，沒有一個合乎他的標準，弄到女兒四十歲還沒嫁出去。父親關心女兒的婚姻嗎？關心，但關心過了頭反而阻礙了女兒的終身大事。有這樣的爸爸，不知道是倒楣還是福氣？

有位先生花了五萬多元，買了件外國名牌純毛料西裝，但是他總是捨不得穿，將西裝掛在那裡，供自己欣賞，平時仍穿他那件舊得可憐的破西裝，偶而穿一次新西裝，行動都不自在，因為他不隨便坐，怕把西裝褲前面那條線弄不見了。

西裝上衣多數拿在手上，即

使如此仍然怕把西裝弄皺了。過了一、兩年，人變胖了，那件名牌西裝相對變小，穿不上身了，這真是何苦呢？惜物原是不錯的心態，但不能走過頭，否則惜物就變成物的奴隸，一天到晚在侍奉物，物變主，人變從，這就失去了物為人用的目的了。

愛人走過了頭，同樣也會發生問題，非但不會讓被愛的人享受到愛的溫暖，反而成為羈絆，終至害人而不自知。孟子說：「過猶不及」真是有道理，凡事總要弄清楚輕重先後，合情合理處置，才不會出毛病。

(本文由本報授權同步刊登於《中時電子報》、《風傳媒》、《優傳媒》與《遠見華人菁英論壇》等網站。)



▲有人買了豪華的賓士轎車卻捨不得使用。(網路截圖)

▼ 示意圖。仰賴傭兵的非洲國家正瑟瑟發抖，擔憂瓦格納部隊在叛變失敗後，被迫中斷國際業務。(網路截圖)



# 瓦格納兵變後 非洲各國挫咧等

【本報記者簡嘉佑綜合報導】許多仰賴瓦格納傭兵平息叛亂的非洲國家最近提心吊膽，擔憂瓦格納的業務會因為叛亂失敗而中斷！中非共和國就曾仰賴瓦格納部隊鎮壓國內叛亂，並將俄語視為官方語言。分析指出，非洲國家首領要開始思考軍事外包的風險，否則在失去瓦格納庇護的狀況下，恐怕引發非洲大陸的叛亂浪潮。

### 非洲國家擔憂瓦格納的業務會因為叛亂失敗而中斷！中非共和國就曾仰賴瓦格納部隊鎮壓國內叛亂。

地區，起到相互制衡的作用。如瓦格納部隊曾於2018年時協助中非共和國總統圖瓦德拉壓制反叛軍，甚至俄語還成為該國的官方語言，顯見瓦格納的影響力。

然而，在瓦格納部隊於上週叛變俄羅斯當局後，該集團的對外武裝活動受到不小影響。《路透社》報導，自從叛變失敗後，俄羅斯官方媒體開始淡化該組織的重

要性，如不斷宣稱瓦格納負責圍攻的都市「巴赫穆特」，並非「戰爭前線重要的都市」，試圖淡化該集團的影響力。瓦格納叛變失敗的結果，不僅影響了該武裝組織對內、對外的影響力，甚至還波及到俄羅斯與許多非洲國家的關係。俄羅斯外交部長拉夫羅夫就對外喊話表示，數百名俄羅斯軍人，應中非共和國政府要求下，繼續於該國擔任教官。

### 俄國政府縱放瓦格納

西非智庫創始人吉爾斯表示，拉夫羅夫的聲明表示了一件事情，瓦格納組織是受俄羅斯政府容忍的企業，甚至涉及到該國外交的利益，所以對中非共和國等國家而言，在瓦格納叛亂失敗後，確保與俄羅斯能繼續保持合作，成為首要任務。

分析師指出，隨著瓦格納叛變失敗，其相關業務也可能在俄羅斯當局的干預下逐漸縮小，進而影響到非洲的軍事版圖。許多仰賴傭兵的非洲國家現在非常謹慎，擔憂失去瓦格納的庇護下，國內可能掀起叛亂，「非洲國家首領已經開始考量到軍事外包的危險性」。

### 兵變的蝴蝶效應

《半島電視台》報導，瓦格納提供的傭兵部隊，在地方衝突不斷的非洲



# 忠犬八公百歲冥誕 社會不忘忠誠精神

【本報記者簡嘉佑綜合報導】日本忠犬八公冥誕100歲，社會舉辦一系列活動紀念它的忠誠！忠犬八公因為對主人的忠誠感動社會，不僅在戰亂時期的日本募集到大量資金設立雕像，後續更有不少電影作品改編自該事件。學者分析，八公的故事呈現日本對公民的理想：「忠誠、可靠、奉獻，並服從於主人」。

秋田犬的數量也銳減。後續在民間不斷倡議的過程中，日本著手保護純種的秋田犬，並將秋田犬訂為國家的象徵。

曾製作關於秋田犬的兒童英文讀物的櫻庭表示，秋田犬的性格冷靜、聰明，並且相當忠誠，但相對而言，它對主人以外的任何人都相當有戒心，甚至會有頑固、難馴服的一面。

### 八公忠誠感動社會

八公為1923年出生的秋田犬，每天都到澀谷車站迎接飼主上野英三郎回家，但上野英三郎1925年因為腦溢血於工作場所逝世，但八公仍每天到車站等到主人，直到1935年3月逝世，並得到「忠犬八公」的美稱。後續，社會受到忠誠心的感動，募集資金興建八公的銅像於車站前，每年也都舉辦追悼會。

### 精神亙古流傳

今年民間團體為了慶祝小八的百歲誕辰，舉辦了一系列的活動，並於8月舉辦百歲週年祭，現場會有週邊商品與食品販售，其他活動還有天文觀星、歌唱表演等各式各樣的活動。

夏威夷大學學者矢野表示，無論過了多久，人們還是會持續紀念忠犬八公，因為八公的忠誠不會隨著時代而改變，是能夠亙古流傳的。作家櫻庭則說，八公這種無條件、忠誠的愛，即使在100年後依舊為人動容，它的故事將永遠流傳下去。



▲八公為1923年出生的秋田犬，因為守候主人的忠誠故事，而為大眾所知，社會不僅為它建立雕像，影視作品也改編自八公的故事。(Photo by Wiki Commons)

# 植物對人類有益 綠色空間增壽2.5年

【本報記者陳奕劭綜合報導】未來人類想要更長壽，多接觸綠色植物也是好方法！期刊《科學進展》研究指出，長期接觸更多綠色植物，能減緩生理年齡衰老速度，有望使人們的平均壽命增加2.5年。



▲《科學進展》研究指出，長期接觸更多綠色植物，有望使平均壽命增加2.5年。(Photo by James Wheeler on Pexels under C.C. License)

### 住大自然變長壽

根據《The Washington Post》報導，除了飲食、運動、睡眠外，接觸綠色空間更能有效減緩居民衰老速度，使人們變得更長壽。西北大學醫學華裔教授侯麗芳(Lifang Hou)分析，從血液偵測發現，靠近綠色空間可使生理產生變化。

色空間卻僅增加1年，無法解釋為何不同種族接觸綠色空間，卻有不同情況。

### 綠色空間好處多

根據《Medical News》報導，綠色空間可緩解城市居民的精神壓力。《環境研究雜誌》研究也指出，更多接觸綠色空間有助於緩解抑鬱症與焦慮症患者的相關症狀。

報導指出，綠色空間不僅減輕氧化壓力、空氣汙染、噪音汙染。另外綠色空間也鼓勵社交與體育活動，使人們緩解壓力，更能降低肥胖風險，人們因此獲得更大的幸福感，情緒不再低落。

科羅拉多州立大學教授魯埃達表示，他知道綠色空間有望降低過早死亡率，這項研究顯示居住綠色空間有助於基因表現。環境流行病學家彼得·詹姆斯補充，這項研究證明居住綠色環境能深入皮膚，並導致這些衰老生物標記產生變化。

但詹姆斯也說，目前不清楚大自然中足以影響人體健康的活性成分是什麼。另外相比其他人種可增加2.5年壽命，黑人接觸綠

# 家暴是幽靈疫情 疫後不減反增

【本報記者陳奕劭綜合報導】人類教育程度提升，但全世界家庭暴力次數卻不減反增！根據《美國急診醫學》統計，疫情爆發導致全球家庭暴力案件激增25%~33%，而疫情一過，家暴案件仍不減，導致聯合國將疫情期間發生的家暴問題稱為「幽靈疫情」。專家分析，因為疫情開放遠距工作，許多員工與施予暴力的另一半同時在家，導致受害者撥打專線求救頻率增加。



▲全球反家暴聯盟數據指出，在美國每1分鐘便有20人遭受親密伴侶身體虐待。(Photo by Foundry on Pixabay under C.C. License)

女的母親說，她女兒被殺之前，曾2次致電警察局求救，卻都遭到擱置。紐奧良警察則回應，本案2次求救都有派出警員，但到門口卻未收到回音。

而時下中國女子也流行一句話「不生不育保平安」。由於性別不平等加上繁重的家庭開支，使中國有愈來愈多年輕人選擇推遲婚姻或乾脆不結婚。

《CNN》報導，中國在2016年施行《中華人民共和國反家庭暴力法》，但受限於父權文化與司法效率低下，導致執行效果不佳。女權工作者馮媛表示，許多地方的警察、法院視家暴案件為「家庭事務」，導致很多原本可以預防的家暴案未獲及時阻止。

在中國社會難離婚，也是年輕人畏懼婚姻的原因。印第安納大學教授麥宜生研究指出，在中國法庭，受害者很難以家暴為由順利離婚，雖然不少婦女拿出有力證據支持家暴指控，卻被法官忽視。

麥宜生認為，受少子化影響，法官拒絕家暴受害者離婚申請，是因為有調節家庭和諧的壓力。但麥宜生認為，此舉恐會對促進生育帶來負作用。麥宜生指出「讓婦女再嫁給真正善待她們的人，更能有效促進家庭生育」。

### 家暴問題嚴重

三年後的現在，家暴狀況依舊令人擔憂。根據《Fox News》報導，全球反家暴聯盟數據指出，在美國每1分鐘便有20人遭受親密伴侶身體虐待。



在美國由於警察數量短缺，加上部分城市對家暴反應較慢，導致問題更嚴重。美國紐奧良市一名婦女5月發現被殺，兇嫌竟是她前男友。該婦

### 家暴使人畏懼婚姻

家暴問題不只存在歐美國家，在亞洲也屢見不鮮。近日中國發生幾起怵目驚心的家庭凶殺案引發網路熱議。「難怪現在大家都害怕婚姻」這條評論在微博獲得4000多人按讚，





梁良談影

# 英雄遲暮 影星還是自強不息？

■ 梁良  
(資深影評人)

最近，高齡 60 過外的好萊塢大明星紛紛推出其英雄形象的新作，借助電腦特效的幫助，觀眾會很意外的看到，這些年輕時的動作偶像依然自強不息，在大銀幕上奮力對抗年齡加在他們身上的「魔咒」，演出一些令人驚訝的高危動作。

## 抗老英雄

但與此同時，他們也依然無法違反大自然的鐵律，在臉上流露出英雄遲暮的神色。總之，不輕易向生理年齡低頭，在心

《水晶骷髏王國》於 2008 年上映時，哈里遜福特已經 66 歲，沒想到在 14 年後，他還可以在《命運輪盤》中再翻身。

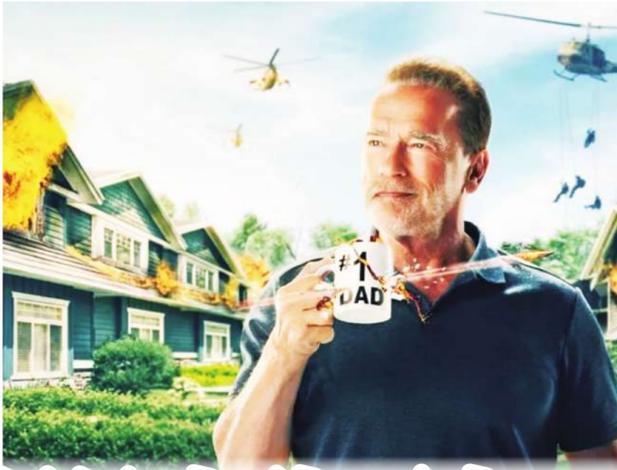
理上保持年輕，應是這些具有堅強意志和超凡體能的英雄們的共同生活目標。

首先說一說在《印第安納瓊斯：命運輪盤》中第 5 度以考古學博士印第安納瓊斯的形象重返觀眾眼前的哈里遜福特。不說不知道，他已經是一個 80 歲的老翁！

1975 年喬治·盧卡斯挑選福特出演《星際大戰》韓·索羅的駕駛員角色時，他 33 歲，扮

▲ 在《印第安納瓊斯：命運輪盤》中第 5 度以考古學博士印第安納瓊斯的形象重返觀眾眼前的哈里遜福特，不說不知道，他已經是一個 80 歲的老翁！（《印第安納瓊斯：命運輪盤》電影劇照）

▼ 阿諾以高齡 75 首次主演的 8 集電視劇《FUBAR》· 他的年齡變成瀕臨退休的中情局特務。（《FUBAR》劇照）



候了。沒想到在 14 年後，哈里遜福特還可以在《命運輪盤》中再翻身。只要認為有利可圖，在好萊塢真的沒有不可能的事！

## 影壇頭號英雄

再來說說生平第一次演出電視劇的阿諾史瓦辛格，他比哈里遜福特小 5 歲。阿諾最著名的成名電影是 1984 年的《魔鬼終結者》（The Terminator），自從他在詹姆斯·卡麥隆執導的這部科幻動作片中以打不死的機器人亮相之後，便成為影壇頭號動作英雄。在八、九十年代主演賣座的動作電影無



▲ 《媽的多重宇宙》的動作片女英雄楊紫瓊，積其畢生女俠形像登上奧斯卡影后這一年，也正好邁入 60 大壽！（《媽的多重宇宙》電影劇照）

數。

阿諾與卡麥隆再度合作的《魔鬼大帝：真實謊言》（True Lies, 1994），改編自法國電影《La Totale!》，是當年最賣座的代表作之一。阿諾在片中是一名超級特工哈里，正調查一個恐怖組織策劃的私運核彈頭並於美國發動襲擊的案件。他基於國家安全，一直向妻子海倫以一名普通業務員的身份作隱瞞，沒想到海倫後來也誤打誤撞成了特工，夫妻倆一起出任務。

## 好故事不易得

阿諾以高齡 75 首次主演的 8 集電視劇《FUBAR》就是以本片的故事為藍本，他的年齡變成瀕臨退休的中情局特務，跟他一直互相欺騙的妻子角色則變成了女兒。有趣的好故事不易得，好萊塢只能夠把它吃乾抹淨。

在《魔鬼大帝：真實謊言》中扮演妻子海倫的潔美·李·寇蒂斯，當年是風華正茂的 36

歲，如今以「香腸手」的古怪形像在《媽的多重宇宙》中意外沾上了女性動作英雄的邊，還幸運地贏得了一座奧斯卡最佳女配角獎，此時的她已經 64 歲。

而貨真價實的動作片女英雄楊紫瓊，積其畢生女俠形像登上奧斯卡影后這一年，也正好邁入 60 大壽！

## 阿湯哥年過 60

最後說說體態狀態保養的湯姆·克魯斯，他去年其實也已經 60 大壽，但依舊在銀幕上出生入死，親自演出高危動作。阿湯哥監製主演的招牌作品《不可能的任務》系列電影轉瞬進入了 27 年。

最新的故事《不可能的任務：致命清算》（Mission Impossible - Dead Reckoning Part One & Part Two）將分成兩集在今年和明年的暑假公映，到時候讓影迷看看最勇猛的老牌動作英雄伊森·韓特會有什麼驚人之舉吧！



▲ 法櫃奇兵又稱印第安納瓊斯，是美國的跨媒體製作。（《法櫃奇兵》電影劇照）



▲ 阿湯哥監製主演的招牌作品《不可能的任務》系列電影轉瞬進入了 27 年。圖為《不可能的任務》系列 2 劇照。（網路截圖）



▲ 阿湯哥已經 60 歲，還在銀幕上出生入死。圖為《不可能的任務：致命清算 第一章》最近將提前在台上映。（圖/UIP 提供）

人生中，  
有些山  
是回不去的...

VISION DISTRIBUTION, WILDSIDE, EFUS, MENUETTO, PYRAMIDE PRODUCTIONS PRESENT

榮獲坎城影展評審團獎 獲選 美國日舞影展 觀摩影片 橫掃義大利金像獎 最佳影片 14 項大獎提名

暢銷全球百萬小說【八座山】改編

《馬丁伊登》威尼斯影帝 路卡馬林內利  
《真實超能力》義大利影帝 亞歷山卓柏爾吉

# 回不去的那座山

THE EIGHT MOUNTAINS

《愛的餘燼》導演  
菲利克斯范葛羅尼根·夏洛特馮黛梅爾許 共同執導

7.28  
登高訪友