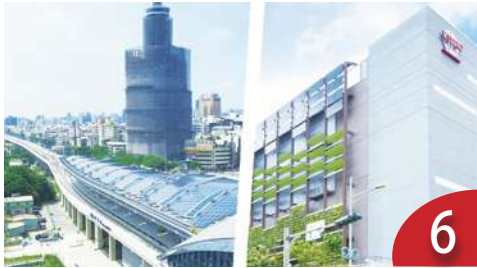


深度報導
極簡閱讀
五媒合一



柯盼擺藍綠 稱適合組聯合政府



工程豈可兒戲 談北捷與台積電



電影《交響狂花》啟示 (陳相喻)



台灣之恥 -- 詐騙

台灣詐欺犯罪年年激增，還遍及祕魯與馬來西亞等地，已成為「台灣之恥」，更毀滅年輕人的未來，重創國家發展，政府的「打詐國家隊」或「行動網領 1.5 版」，只是頭痛醫腳，效果有限，令人憂心。(2 版)

黃仁勳：未來企業都該有 AI 工廠

輝達黃仁勳演講時舉電動車為例說，若車輛用 AI 與駕駛互動，可產出大量資料並回傳給 AI 工廠。

【本報記者簡嘉佑台北報導】輸入「資料」(Data)，即可產出「智慧」(intelligence)，AI 工廠已然成形，未來每個行業與企業都該有 AI 工廠！輝達董事長黃仁勳與鴻海董事長劉揚偉於 18 日搭著鴻海電動車 MODEL B 於鴻海科技日亮相。黃仁勳舉電動車為例說，若車輛使用 AI 與駕駛互動，將可產出大量「資料」並再度回傳給 AI 工廠。

黃、劉兩人互動融洽

劉揚偉表示，今天來了許多嘉賓，但其中有個最重要的，但他還需要我介紹嗎？黃仁勳開玩笑說，「我是希望有介紹」。劉揚偉接著，黃仁勳是輝達的共同創辦人與執行長，最近是在台灣最

受歡迎的執行長，這是他首次參與鴻海科技日。

劉揚偉示意身後的電動車，並問黃仁勳的搭乘的感覺，黃仁勳回應表示：「這是一台漂亮的車，很適合年輕的情侶，就像是劉揚偉夫妻檔」，劉揚偉聽到不禁鼓掌，且露出大大的笑容。

學習、資料與半導體

黃仁勳後續表示，世界自從「IBM System/360」大型電腦以來，電腦運算幾乎 60 年幾乎沒有變動，但現今正經歷「加速運算」(accelerated computing)的先端技術，更讓「生成式 AI」成為可能，且這兩者背後都無法脫離「半導體技術」。

他更在大螢幕秀出手繪圖，圖

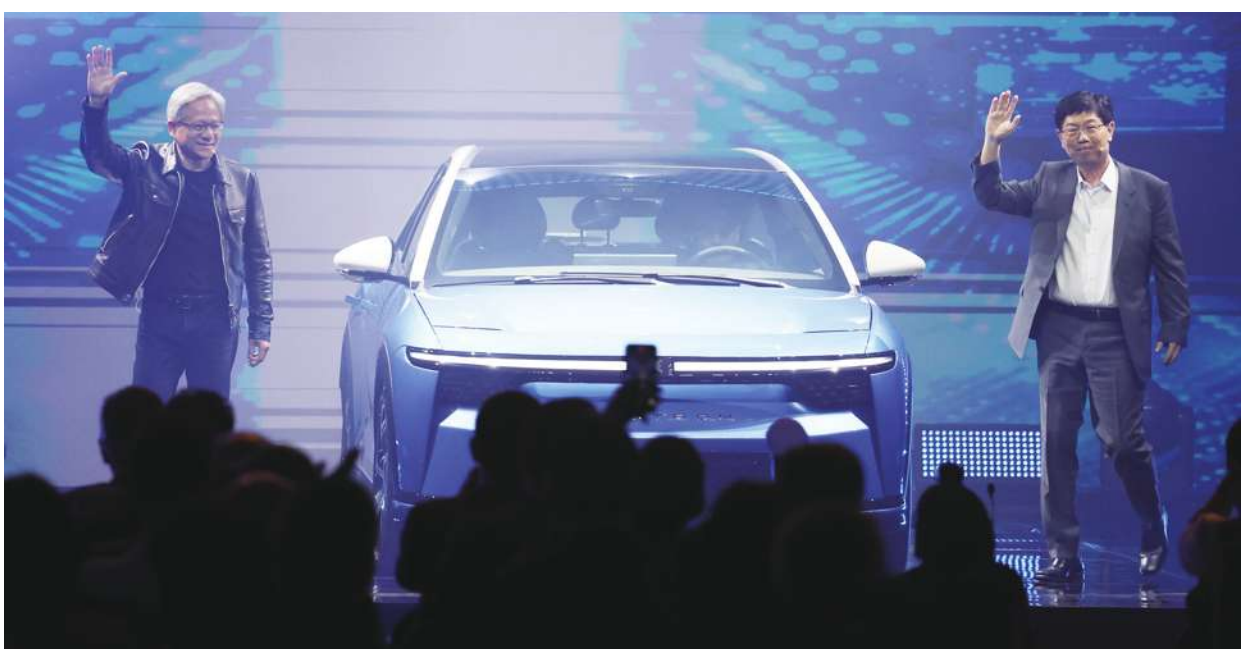
片上面寫著 AI 工廠、數據、輝達等文字，還有電動車的圖案。黃仁勳解釋說，生成式 AI 革命有三大元素，第一是讓電腦學習經驗的「神經網路」技術，讓電腦能從大量「資料」(Data)中進行學習，但這還需要一台強大的「電腦」，其中更不能缺乏先進的半導體。

AI 已成新工廠

黃仁勳說，AI 已成為工廠，向其中輸入「資料」(Data)，就能生產出「智慧」(intelligence)，未來所有產業與公司都應該擁有「AI 工廠」。他舉電動車為例，鴻海一方面在建造先進的電動車，另一方面在車輛中搭載 AI 系統，並與各個駕駛進行互動，這些經驗再度成為「資料」(Data)，成為 AI 工廠的養分。

接續「AI 工廠」的話題，劉揚偉說，未來鴻海會注重於「智慧城市」、「智慧製造」與「智慧電動車」三大平台，其中 AI 就是讓智慧化成為可能的重要關鍵。

黃仁勳表示，每個「AI 工廠」都會需要「大腦」，而大腦就是輝達的超級晶片。他後續更秀出影片展現，輝達 Grace Hopper 超級晶片透過堆疊、排列等方式，加速運算效率。



▲ 鴻海科技日 18 日在南港展覽館登場，由鴻海董事長劉揚偉（右）親自主持，輝達（NVIDIA）執行長黃仁勳（左）擔綱開場嘉賓。（中央社）

蘇起：美國已分身乏術 台灣仍押注美國？

【本報記者章文台北報導】「不管是俄烏戰爭，還是現在的以巴戰爭，都凸顯美國分身乏術的困境，」台北論壇基金會董事長蘇起指出，東亞各國都不想變成美中互動的危機點，而選擇與美中同時交往的「避險」招數，只有蔡英文執政的台灣例外的獨押寶美國。他分析，未來五年不僅是美國與台灣的脆弱期，也是中共的機會期。

台灣面臨生死存亡

蘇起 18 日在「2023 遠見高峰會」以當前美台關係的特色為題演講說，世界正面臨了百年未見的巨變！不管是戰爭、美中對抗，還是疫情，而台灣也面臨了生死存亡的危機。「由於台灣的重要戰略位置，我們的命運是由大國來決定的，」蘇起認為，明年的總統大選對台灣來說是一個很大的關鍵點。

蘇起將美中關係比喻為「大姑娘上轎」，雙方互看為彼此最大的威脅，也不知道如何競爭與共處，都還在慢慢地摸索。他分析，直到 1969 年的美蘇限核談判才確認雙方是平起平坐的強權，但目前美中還沒有走到這個地步，一切都還存在許多變數。



▲ 天下文化事業群發行人王力行（右起）主持，香港恒隆地產董事長陳啟宗、台北論壇基金會董事長蘇起與談。（中央社）

東亞各國也都不想變成美中互相調適、探索與共處過程中的危機點，所以都選擇「避險」，也就是與美中同時交往，「但只有蔡英文執政的台灣是例外！」蘇起指出，蔡英文總統號稱「維持現狀」，但實際卻是「改變現狀」，拋棄了前總統馬英九的「不統、不獨、不武」，改以「漸進式台獨」分化兩岸關係，將台灣帶到危險的境界。

各國避險 我押寶美國

蘇起表示，蔡英文總統百分之百押寶美國，卻沒有與中國大陸有良好的溝通管道，台灣將首當其衝，沒有迴避的餘地。

他也引用美國的智庫報告認為，「不管是俄烏戰爭，還是現在的以巴戰爭，都凸顯美國分身乏術的困境，」台海雙方軍力已經傾斜到美國「心有餘而力不足」的地步，北京想在極短時間內造成「既成事實」

是各方擔憂的劇本。

國人願付出獨立代價？

「現在台灣內部分裂，而中國大陸內部卻已經團結起來了，以前南北還會有鴿派和鷹派，但現在已經很難找到鴿派了，」蘇起指出，「台灣的地緣政治角色就像兩條狗搶一個骨頭」，如果沒有蔡英文總統的因素，美中仍將競爭，但不會像現在如此緊張，更沒有動武的可能。

蘇起說，台灣人傾向獨立的人愈來愈多，但天下沒有白吃的午餐，改變現狀是要付出代價的。現在的俄烏戰爭和以巴戰爭，他質疑蔡英文總統的「改變現狀」與賴清德副總統的「務實台獨」會將台灣帶入危險的境界，「但台灣人願意付出代價嗎？」

2023 遠見高峰會也頒發「終身成就獎」給曾是「九二共識」名詞提出者的蘇起，表彰其政治成就與兩岸政策創見。

《焦點圖文》

碳交所與 BSI 簽署合作備忘錄

▼ 台灣碳權交易所與英國標準協會 (BSI) 18 日在台北 101 大樓舉行合作簽約典禮，由台灣碳權交易所董事長林修銘 (左 2)、BSI 東北亞區總經理蒲樹盛 (右 2) 代表簽署合作備忘錄，英國在台辦事處副代表嚴濤暮 (右) 與行政院政務委員張子敬 (左) 出席見證。(中央社)



社論

詐欺犯名揚世界 已成台灣之恥

最近祕魯警方，破獲一個台灣犯罪組織，在南美敲詐勒索，並解救出44名被害人。馬來西亞也破獲台灣跨國詐騙洗錢集團。維基百科並詳列台灣詐欺犯罪國際化手法及案例，每年詐騙金額數百億甚至千億元。可見詐騙已成台灣之恥，也是國安問題，必須解決。

詐騙國際化

祕魯破獲的台灣犯罪組織，共有6名台灣人和2名祕魯人，誘騙44人，其中43人來自馬來西亞，1人來自台灣，他們被囚禁在利馬狹窄的房間裏，被騙收走護照後，即被迫冒充警察或司法官員，向台灣和馬來西亞公司打電話騙錢，每天

只吃一餐，若有不從即遭毆打凌虐，幸虧2名被害人藉機脫逃，向警方報案，方能破獲全案。

馬來西亞吉隆坡也破獲12名台灣詐欺犯，夥同3名中國大陸嫌犯，共組詐欺集團，利用網路詐欺，手法是先取得被害人帳戶，由詐騙成員透過通訊軟體，欺騙被害人，再以假投資獲利等名目，騙取金錢後，轉換成虛擬貨幣泰達幣（USDT），或通知車手臨櫃提取贓款，藉此洗錢，製造金流斷點，犯罪手法相當熟練。

10萬人行騙全球

據警方統計，台灣有將近10萬人在全球行騙，手法不斷翻

新，從健保卡違規使用、假綁票、假受傷、銀行帳戶洗錢、裝熟、公文、電話通知檢驗、交友、網路行銷…，花樣之多，令人防不勝防，犯罪地點包括中國大陸、日本、南韓、柬埔寨、印尼、馬來西亞、越南、泰國、新加坡、寮國…，遍及全球，成為多國警察圍剿的對象。

去（2022）年台灣共有2.97萬件詐欺案，犯罪所得高達7百多億元，創10年新高，令人咋舌。而且犯罪手法相當殘暴，誘騙被害人到東南亞國家，如柬埔寨、泰國、緬甸、寮國，囚禁以後強迫跨國詐欺，稍微有不從，毆打、電擊、殘殺。被害人高達千人以上，

行徑殘暴，令人不忍聞問，成為嚴重犯罪問題。

打詐國家隊無路用？

2022年8月，前行政院長蘇貞昌宣佈耗資14億元，成立「打詐國家隊」，原因是詐欺已高居犯罪之首，其他各類刑事案件瞠乎其後。「打詐國家隊」成立後，詐欺案卻越打越多，績效不彰。2023年5月4日，新任行政院長陳建仁另出新招，通過「新世代打擊詐欺策略行動綱領1.5版」。

「行動綱領」誕生後，檢察官望著兩張圖卡，內容強調「減少接觸、減少誤信、減少損害」，再看看桌面上堆積如山的詐騙案，即使增加100名

檢察官助理，今年前8月破獲詐欺案還是達到1209個，比去年同期增加11.7%，被告人數高達1萬1017人，增加10.7%，羈押被告增加69.4%，不法所得亦增加44.4%，檢察官們搖頭嘆息無奈。

打詐越打越多

數位發展部成立一年多，每年預算2百多億元，國人期待能消弭網路詐騙，末料今年1至5月詐騙案件，比去年同期再增加21%，達到13363件，數位部、NCC兩個單位職責劃分不清，互踢皮球，成為立法院質詢的重點，兩個打詐重點單位，不能協調一致，解決「台灣之恥」，令人失望。

令人不解的是，台灣百萬大缺工，各行各業都因缺人，深感痛苦，為什麼還有10萬名台灣青年寧可捨棄正當職業，流落海外，或在國內當詐欺犯，究竟是因為經濟發展失衡，貧富差距太大，通貨膨脹，物價飆漲，年輕人找不到待遇合理的工作，還是道德淪喪，價值觀發生嚴重偏差，寧可鋌而走險，淪為罪犯？

詐欺已成台灣之恥

詐欺犯罪年年激增，遍及海內外，已成為「台灣之恥」，也毀滅年輕人的未來，重創國家長期發展，不論「打詐國家隊」或「新世代打擊詐欺策略行動綱領1.5版」，都只是治標不治本，頭痛醫腳，無法根本解決詐欺犯罪所造成的傷害。此一國安問題，誰能關心？

柯盼擺脫藍綠 自稱最適合組聯合政府

民眾黨總統候選人柯文哲表示，他擔任台北市長時，就已啟用跨黨派官員，是最適合組聯合政府的人選。



民眾黨總統參選人柯文哲18日參加高峰會，對於藍白合僅表示要侯友宜放輕鬆。（中央社）

【本報記者呂翔禾台北報導】「我擔任台北市長時，官員中藍、綠與親民黨都有，未來由我來組聯合政府最適合！」民眾黨總統候選人柯文哲18日出席遠見高峰會時直言，台灣已經被藍綠惡鬥搞垮，民眾其實最關心的是生活上的問題，未來他若能當選，將會廣邀各黨人才組聯合政府。被問到藍白合時，柯文哲僅回一句：「Take it easy!」

最有能力兩邊溝通

國民黨總統候選人侯友宜18日發表完演講後隨即離去，並

未與接續場次的柯文哲碰到面。當被主持人問到與其它三位總統候選人的差別，柯文哲強調，自己是最有能力與美、中溝通的候選人，民進黨太獨，國民黨又有親中疑慮，只有他最沒有包袱。

柯文哲認為，政治是要解決問題，他舉過去拆除忠孝橋與中正橋引道，與北門相關拆遷等政績，都是過去拖很久沒有解決的問題，他有能力讓同一批公務員有不同的表現，包括社會住宅與市場改建等，除了執行力以外，意志力也很重要，這就是他過去擔任外科醫生所得的歷練。

外造成，也不能太大意。

被問到高齡化的如何解決？柯文哲指出此一問題複雜，要透過階段性作法逐步緩解，包括引入移工並總量管制，鼓勵高齡者工作與消費，強化家庭觀教育；另外，各界普遍質疑民眾黨人才不足，柯文哲笑說，過去擔任北市長時，局長從國民黨、民進黨與親民黨都有，動物園園長甚至是綠委劉世芳的姐姐，「只要向天下徵才，就不會有人才不夠的問題。」

建立憲政慣例

被問到藍白合，柯文哲一開始僅回答雙方可在不同議題進行合作，但主持人持續追問下，他僅表示「Take it easy!」，要侯友宜放輕鬆，讓全場笑聲不斷。

柯文哲強調，希望大家不要一直看著總統的位置，由於台灣總統形同民選皇帝制，未來若能上任除了組聯合政府外，還要建立憲政慣例（避開修憲），如任命行政院長需經國會同意等。

侯強調實務經驗 籲柯要利中華民國

【本報記者呂翔禾台北報導】「我有警界經驗、對貪汙深痛欲絕，能讓政府更有效率與清廉！」國民黨總統參選人侯友宜18日出席遠見高峰會時說，他警界出身、歷任副市長與新北市長，過去實務經驗很豐富，他才是最能帶領台灣的總統候選人。被問到藍白合議題，侯友宜對民眾黨總統參選人柯文哲喊話說：「要利中華民國，才能利己。」

稱人格特質最好

侯友宜18日出席高峰會，被主持人、遠見雜誌社長楊瑪利問到，他與其它三位總統參選人有何不同時說，他歷任43年公職，養成務實穩健性格，以誠信為基礎，且說到做到，過去從警政署長到新北市長，也有領導團隊的經驗，且非常厭惡貪汙，這樣的人格特質加能力，是民眾可以信任他的原因。被問到台灣目前有哪些三大問



國民黨總統參選人侯友宜18日出席高峰會時，向民眾黨總統參選人柯文哲喊話要利他再利己。（中央社）

題？侯友宜回應說，台海穩定、貪汙與經濟成長，他也提出嚇阻、對話與管理的3D戰略，要提升國防讓對岸不敢發動戰爭的同時，也要開啟對話機制，防止雙方誤判。他舉過去與中國合作打擊犯罪的例子，認為民間可從專家學者開始建立對話機制，再逐漸擴張到官方互動。

實務經驗多 尊重專業

「我最擅長處理弊案！」他說，警察都是經過嚴格考核才能升遷，且過去經歷過許多槍戰，查過很多弊案，未來上任一定要追查弊案；他也提到，台灣有很多隱形冠軍，下一個護國神山就是中小企業的產業轉型，都要加入人工智慧的元素，而氫能、生技醫療等產業都是台灣未來的機會。

楊瑪利問說，過去外界普遍質疑他沒有國際觀，侯友宜笑

回說，他這幾次去日本與美國，與很多參眾議員與智庫學者對話，這都是國民黨團隊背後的努力，而且過去也擔任過警大校長，許多情報、海巡等單位的警察也是警大培養，過去也參加過很多學術研討會，自己的實務經驗加專家意見，可以讓大家放心。

要柯先「利他」

針對各界都相當關注藍白合問題，侯友宜說，他與柯文哲過去有雙北合作過，有一定交情，有事就直接講電話就好，不過目前雙方在合作的方式還有許多不同意見，希望外界能給他們一點時間溝通。

被問到要對柯文哲說什麼話？侯友宜指出，他出身養豬人家，父親曾說過「切豬肉不要只切剛好，要多一點給客人。」因此希望柯文哲也能多利他、「利中華民國」，才能利己，且為台灣保平安。

圖文選粹

圖文／中央社

陳菊加拿大演講 談「從威權走向民主」



陳菊在加拿大演講，渥太華大學（左）人權研究中心主任渥太華大學原住民族圖案的馬克杯留念。（駐加拿大代表處提）

▼時代力量黨團 18 日於議會前召開記者會，控訴囤房稅 2.0 修法修半套。(Photo by 簡嘉佑 / 台灣醒報)



朝野猛攻囤房稅 時力籲徵空屋稅

【本報記者簡嘉佑台北報導】台灣每八間房屋就有一間是空屋！時代力量立委邱顯智 18 日於立法院指出，囤房稅的差別稅率不應由地方政府自行訂立，呼籲由中央訂定「空屋稅」。民進黨立委高嘉瑜亦說，地方評定房價的委員會被民意代表把持，導致稅基被低估，呼籲委員會應納入過半比例的專家學者。

行政院院會 9 月底通過財政部的《房屋稅條例》修正案，俗稱囤房稅 2.0，修法重點包含非自住房屋採全國總歸戶，稅率從 1.5 到 3.6% 提高為 2 到 4.8%，地方政府可訂立差別稅率。財政委員會 18 日也

時代力量立委邱顯智強調，囤房稅的差別稅率不應由地方政府自行制定，呼籲由中央訂定「空屋稅」。

審查該草案，引起各黨立委關注。

囤房稅被地方把持

時代力量黨團於議會前召開記者會，邱顯智強調，過去要推動囤房稅時，政府一直以「轉嫁」等理由搪塞，不願推行囤房稅，至今終於推動囤房稅 2.0，但卻僅改稅率數字，這無助於解決長期的問題，更無法改善現在民眾「買不起、

租不起」的狀況。

他舉例說，囤房稅 2.0 將稅率級距提高，但仍給予地方政府很大的裁量空間，但地方政府與建商關係良好，一旦地方政府怠惰，僅用規定中的最低稅率，中央也毫無辦法。

時代力量立委王婉諭則說，為了有效逼出空屋到市場，改善持續囤房的狀況，應由中央訂定「房屋空置稅」，並落實「多屋重稅、出租免徵」的配

套措施。她更強調，如此可以增加政府的稅收，並將款項用於住宅基金，加速社宅興建，改善全國性的房價問題。

8 間房屋就 1 空屋

高嘉瑜於立法院進行報告時指出，地方政府是透過委員會來評議地價與房價，但其中卻發現很多民意代表的影響，他們有各自的立場。她指出，稅基才是稅制改革的根本，更應反映房屋實價與建築成本，才能提高稅收，呼籲「評議委員會的成員中，學者或專家的比例應過半。」

我國資訊人才流失 IT 獎項鼓勵友善雇主

【本報記者簡嘉佑台北報導】低薪環境導致台灣 IT 產業（資訊科技）人才外流，唐鳳頒獎鼓勵各產業，打造 IT 人才友善環境！

首屆「IT Matters Awards」18 日結果出爐，包括信義房屋、雄獅旅遊或 Dcard 等都獲最佳 IT 雇主獎，其中不少企業提供「線上大學」、「企業內部 IT 競賽」鼓勵員工學習，甚至有企業推動「週休三日」。

本次也頒發「IT Matters 教師獎」包括成大資工系教授蘇文鈺、東吳資管系特聘教授朱蕙君與政大傳播學院特聘教授林日璇獲得。此外還有「IT Matters 經理人獎」、「IT Matters 人才獎」與「IT Matters 產品專案獎」等獎項。

資訊人才淨流出

IMA 資訊經理人協會理事長蔡祈岩指出，隨著科技發展，



▲首屆「IT Matters Awards」18 日結果出爐，IMA 資訊經理人協會理事長蔡祈岩（左二）盼獎項能留住 IT 人才。(Photo by 簡嘉佑 / 台灣醒報)

IT 能力與人才是珍貴的戰略資源。

他說，過去台灣太過偏重硬體，軟體人才的薪酬都偏低，導致 IT 人才長期流出到國外，盼透過本次的獎項將產業善待 IT 人才的方式分享出去，讓其他產業學習，並將台灣打造成

最適合 IT 人才的环境。

獲獎企業除了薪酬福利之外，有許多企業採用線上面試、程式擂台賽等徵才，以新穎方式吸引科技人才加入；如鴻海與雄獅旅遊都有設立「企業大學」，提供員工進行 IT 培訓，或辦理企業內部的「黑

客松」競賽；資安公司戴夫寇爾則提供「週休三日」的彈性工時。

資安讓工作有彈性

數位部長唐鳳則分享政府在資安技術上的進步，她強調，目前透過「零信任」、「免密碼」或「生物認證」等資安技術，讓工作地點變得更加彈性，不再限於政府部門內工作，這也符合其他國家資安技術的整體趨勢。

唐鳳說，透過公部門推廣技術的好處在於，讓各部會或民間都能看到，更先進的資安技術不僅不會造成負擔，還能讓工作地點更加彈性，本次也看到許多民間產業善待 IT 人才，政府也抱持著「實驗沙盒」的態度，一起與民間合作探索方法，留住更多資訊人才。

財經短波

國會也要監督交通 王國材允諾討論

【本報記者呂翔禾台北報導】專家呼籲《交通基本法》應納入國會監督及各團體參與、保險法規需配合修正、駕駛回訓制度等建議。交通部長王國材說，都會納入參考，回訓制度也會請公路局討論。警大警監教官陳家福在公聽會中表示，這部法律台灣已經等了 20 年，他認為應納入國會報告的監督機制，讓人民可以參與。

立法院交通委員會 18 日舉行《道路交通安全基本法》草案公聽會。汽車駕駛教育學會常務理事沈育丞建議，考過駕駛照後，所有駕駛都要定期回訓，以瞭解最新交安法規。王國材回應說，國會報告、開放民間參與等都可納入參考，回訓制度目前只針對違規者，是否需要更新也會請公路局討論。



▲18 日的《道路交通安全基本法》草案公聽會上，專家建議新法應加入國會監督機制與回訓制度。(中央社)

囤房族租金所得查核 補稅近 1.4 億元

【本報記者呂翔禾台北報導】遏止包租公、包租婆逃漏稅，財政部啟動「個人房屋租賃所得專案查核作業計畫」，財政部官員表示，截至今年 9 月底，專案已完成近 78%，查核 5918 件中有 3053 件須補稅，合計金額約新台幣 1.37 億元，平均每件補稅金額約 45000 元。

財政部去年 1 月起繼續鎖定 5 戶以上囤房大戶，進行租金所得調查，有立委 18 日在財委會關切相關進度，查核了 5918 件中，有 3053 件需補稅。對此，財政部賦稅署長宋秀玲表示，各地區國稅局歷年均將租賃所得列入重點查核項目，並將個人持有多屋者納入重點查核對象。



▲財政部 18 日宣布查稅結果，5 戶以上囤房族需補繳 1.37 億的所得稅。(中央社)

開放旅宿業移工？勞動部：尚未決定

【本報記者呂翔禾台北報導】旅宿業還沒有要開放外籍移工！勞動部長許銘春 18 日受訪時表示，勞動部對移工開放的一向立場是以本國勞工就業為優先。她說，目前服務業別是沒有開放，是否要開放需經過政策小組討論，「目前沒有時間表」，交通部如果提案，政策小組就會排會及討論。

許銘春表示，政策小組上

週有開會，行政院也認為應優先媒合國人就業，如果媒合沒有成果再來考慮開放，交通部都會納入參考，還是以本國勞工就業為優先。她說，目前服務業別是沒有開放，是否要開放需經過政策小組討論，「目前沒有時間表」，交通部如果提案，政策小組就會排會及討論。



▲勞動部長許銘春 18 日表示，目前尚未打算開放旅宿業引進外籍移工。(中央社)

▼ 中國個人商業貸款的壞帳率已超過 50%，中國銀行營運風險加劇。（網路截圖）



中國藏呆帳危機 恐搞垮銀行體質

【本報記者簡嘉佑綜合報導】中國個人貸款的呆帳率已超過五成！儘管個人貸款僅占銀行業務的一小部分，但金融專家警告，個人貸款與小型企業貸款相當類似，只是中國的小型企業貸款仍有新冠肺炎的補助措施，所以還有支應能力，尚未變成呆帳，但恐怕對銀行財務造成潛在的壓力。

中國隱藏呆債危機

《經濟學人》報導，根據中國上半年的數據顯示，超過半數的個人貸款已經變成不良貸



金融專家警告，中國的小型企業貸款有補助措施，尚未變成呆帳，但恐怕對銀行財務造成潛在的壓力。

款，雖然此類款項僅占銀行總體業務的 1%，不至於動搖銀行體質。但銀行分析師貝德佛德指出，個人貸款與小型企業貸款的性質其實相當相似，呆帳的狀況可能也會出現在小型企業貸款上。

然而，在新冠疫情期間，中國政府祭出許多補助措施，讓許多小型企業如獲續命丹，也使得銀行不至於將這些貸款項

目視為呆帳，導致目前中國銀行呆帳的狀況被低估。

有分析師也指出，中國政府當時為了協助中小企業度過疫情難關，所以提供了利率相當低的貸款，這其實不符合資產評估的常理，因為中小企業向來被視為風險最大的產業之一，風險高的產業自然應負擔更高的利率，現在狀況卻截然相反。

國營應吸收小銀行

除了上述隱形的債務之外，《金融時報》也指出，中國最大的房地產面臨債券違約的狀況，不僅導致許多房屋成為「爛尾樓」，建商的股票與債券無法兌現，也衝擊銀行產業。且房地產風暴恐怕還會外溢到其他產業，如鐵礦、鋼材等建材市場也受到衝擊。



面對中國房地產的未爆彈，《金融時報》認為，中國地方的國營銀行應迅速吸收任何小規模的銀行，避免體質不佳的銀行破產，產生骨牌效應。

委內瑞拉內亂將歇？ 政府與反對派達共識

【本報記者呂翔禾綜合報導】為期 4 年多的委內瑞拉內亂有望結束？該國馬杜羅政府與美國支持的反對派 17 日簽訂初步合作協定，約定在 2024 年底舉行全國大選，馬杜羅政府盼藉此爭取美國取消對其經濟制裁。反對派 2019 年曾指控馬杜羅大選舞弊，讓委內瑞拉分裂成 2 個政府，背後分別由中、俄與西方撐腰。

明年下半年大選

根據《美聯社》報導，委內瑞拉馬杜羅政府與反對派在挪威與美國的協調下，簽訂要在 2024 年下半年舉行大選的協議，並附帶允許反對派候選人可上國家電視台宣傳等子決議，若違反相關約定，美國將繼續維持委內瑞拉的出口制裁與馬杜羅政府官員的海外帳戶凍結。



不過《ABC 新聞網》提到，在一些細節上雙方仍有爭議，馬杜羅政府堅持有犯罪前科者不能參選，但反對派認為許多前科都是分裂時期馬杜羅

政府單方面安插的罪名，顯見雙方仍有不少分歧。另外，為確保選舉公平、公正，委內瑞拉各黨決議邀請歐盟、聯合國與美國智庫卡特中心等組織派出觀察員觀選。

關注民主化進度

美國、歐盟、加拿大與英國則表示，雙方協議對於委內瑞拉恢復民主秩序很重要，並呼籲未來選舉要釋放政治犯、確保選舉與司法機關獨立，還有尊重言論自由與人權。這些國家去年 11 月還同意成立由聯合國主管的公衛基金，美國還開放雪佛蘭石油公司可至委內瑞拉開採原油，但公衛基金至今仍未有下文。

委內瑞拉自 2019 年，反對派由議長瓜伊多不滿馬杜羅涉嫌選舉舞弊後，就分裂成兩個政府，不過瓜伊多於今年遭到罷免，反對派改由「統一平台」掌權。統一平台自 2021 年起就有跟馬杜羅協商統一與重新選舉，但因選舉等條件未談攏而作罷，如今協議簽成，也讓各界關注未來的民主化進度。



▲ 委內瑞拉馬杜羅政府與反對派近日達成協議，將於 2024 年下半年舉行選舉。（示意圖 from @jorgerpsuv via Twitter）

火星上最大地震 4.7 板塊比想像活躍

【本報記者呂翔禾綜合報導】看似一片死寂的火星，居然有地震？近日由牛津大學帶領的研究團隊分析火星在去年 5 月的地震，發現該次地震是火星有紀錄以來最大的地震，芮氏規模達 4.7，是板塊移動所造成。由於火星上沒有水與火山噴發，外界認為火星的地殼應早已停止循環，此一發現讓科學家對火星有進一步了解。

非隕石撞擊地表

根據《物理網》報導，由牛津大學、紐約大學阿布達比分校、中國科學院、印度太空總署與歐洲太空總署等機構合作的大型跨國研究計畫，18 日發布對火星地震的研究成果，他們利用去年 5 月 4 日，NASA 洞察號火星探測器蒐集到的地震訊號進行分析，發現此次地震是因為火星板塊移動造成的，而非隕石撞擊造成。這是人類首次如此大規模的跨國火星研究合作計畫，他們對火星進行地毯式的偵測，發現火星地震是深層的板塊造



▲ 科學家近日發現由板塊引發的火星地震，這有助人類太空探索科技更進步。（Photo by Ralph on Free AI Art Image）

成，火星地殼內部的活躍度比過去想像的還要高。本文刊登在美國頂尖地科期刊《地球物理研究》。



有助啟發火星研究

由於岩漿與板塊的形成與移動都需要水，地球的海洋板塊與大陸板塊也是因為岩漿遇到

水冷卻的速度不同所造成，因此火星上的發現也讓學界相當興奮。主導研究的牛津科學家費南多表示，雖然沒有那麼清楚地震發生的機制，但這對未來火星研究與探勘會有很大啟發。

《WION》提到，參與研究的中科院國家天文台研究員劉建軍



則說，相關資料有助學界更了解火星，而中國 2020 年發射的「天問一號」探測車也有蒐集到不少資料，對此研究有一定的幫助。而目前距離地球最近，人類較有機會登陸的星球有月亮、土星的衛星泰坦星，相關發現也會應用在未來的太空探索。

圖文選粹

圖文 / 中央社

中國一帶一路 10 週年 高峰論壇開幕式



▲ 俄羅斯總統普丁（Vladimir Putin）18 日上午在第三屆「一帶一路」國際合作高峰論壇發表致詞。



▲ 第三屆「一帶一路」國際合作高峰論壇 18 日上午舉行開幕式。在開幕式前，中國國家主席習近平（左 4）與前來的外國領導人一同拍照留影，俄羅斯總統普丁（Vladimir Putin）站在習近平右手邊。



▽示意圖。成人罹患注意力不足及過動症(ADHD)常出現酗酒、注意力不集中等症狀。(Photo by Zafer ErdoĖan on pexels)

成人也有過動症 且與失智息息相關

【本報記者簡嘉佑綜合報導】不僅小孩會有過動症(ADHD)，成人也有罹患過動症的，病況更與失智症息息相關！最新的研究調閱了730名成人過動症患者的醫療紀錄後發現，超過1成出現失智症，風險是一般民眾的2.77倍。專家表示，目前仍無法判斷之間的因果關係，需要再做更多研究。

《Healthline》指出，注意力不足及過動症(ADHD)是常出現在小兒科診間的病症，但其實成人也會罹患ADHD，出現注意力不足或衝動等狀況，常見問題包括：健忘、

研究顯示，過動症成人患者出現失智的機率是一般人的2.77倍，但專家指出，尚未確定其中關連。

藥物濫用、社交障礙與求職困難等。

成人過動與失智有關

《衛報》報導，最新研究核對超過10萬人醫療紀錄，發現成年後被診斷出過動症的民眾，在老年生活中罹患失智症的機率，約為一般民眾的3倍。

然而，研究也發現，只要

成年過動症患者經過診斷與治療，尤其是使用過藥物的患者，晚年出現失智症的風險就不會有明顯升高。

以色列海法大學研究人員萊文推測，成人過動症可能涉及到神經退化或腦部血液流動的狀況，導致老年罹患失智症的機會提高。

但他也說，目前無法確定該研究結果是否適用於兒童過動症，也需要更多研究才能推斷過動症與失智症兩者的關係。

應研究神經傳導物質

對此研究成果，南安普敦大學教授卡洛兒建議，未來研究方向可以試著探討成人過動症患者腦中神經物質傳導，是否出現了紊亂的過程。

英國過動症慈善機構執行長謝爾福德也說，這項研究的關鍵結論：「需要更多研究來了解過動症及其副作用」。

諾丁漢大學教授霍利斯表示，重要的是，過動症患者不應因為該研究就驚慌失措。他說，就算未來研究發現失智症與過動症的關聯，還是可以繼續探討過動症治療能否減輕失智的潛在風險。

2026 世足亞洲預選賽 我國闖進次輪！

【本報記者宋秉謙綜合報導】2026年世界盃其實已點燃戰火，預選賽如火如荼備戰中！足球世界從未有休戰之時，2026世足賽的預選賽在本次國際賽週於多洲開打，包含南美洲、亞洲。我國男足因為種子序較低，故先征戰首輪，18日晚間成功完封東帝汶，兩回合7：0屠殺，下一次國際賽週(11月中旬)將開打預選賽第二輪，我國與阿曼、吉爾吉斯、馬來西亞分在同組，前2名可以晉級第三輪。



▲世界盃亞洲區預選賽第二輪，我們來了！(photo from CTFA Official Facebook)
盃外圍賽能努力，差別只在提前告別2026世界盃資格。

列強積極備戰第二輪

其他亞洲前三檔次的球隊不用踢首輪，但國際賽週同樣為了第二輪賽事積極備戰，例如亞洲強權日本就約了加拿大與突尼西亞踢友誼賽，南韓則約了突尼西亞與越南，實力已經脫亞入歐的兩強兵不血刃，保留部分旅歐戰力的日本分別以4：1、2：0輕取上述2支世界盃等級的強隊，而南韓為了適應新教練，以全主力出戰，旅歐球星孫興慜、金玟哉、李剛仁、黃喜燦全數上陣，分別以4：0、6：0屠殺對手。

總結來說，球迷朋友可以關注亞洲區預選賽第二輪賽事，首週將在11月16日與21日開踢，本次不僅是看亞洲強隊，像是2022年卡達世足的參賽勁旅日韓沙伊澳卡自然都不缺席，而我國男足也會亮相，將在16日出征客場面對本組第一檔次的阿曼，21日在台北主場面對來訪的三檔次對手馬來西亞。

台灣男足不缺席

足球世界的比賽從未停息，世界盃甫結束，就開始備戰下一屆世足，亞足聯將旗下最大賽事亞洲盃與世界盃資格綁在一起，世界盃亞洲區預選賽的前二輪與2027年亞洲盃有關，而世界盃資格會分別在第三輪、第四輪、第五輪發出，共計亞洲有8.5席(2026世界盃擴軍)。

我國由於種子序低，得先踢首輪，18日晚間又靠著「新台灣人」安以恩大發神威，成功以3：0擊敗實力不佳的東帝汶，兩回合總計7：0大勝，昂首闊步踢進預選賽第二輪。第二輪我們與阿曼、吉爾吉斯、馬來西亞分在同一組(我們位列第四檔次)，前2名得以挺進2027年亞洲盃正賽(同時獲得世界盃亞洲區第三輪的資格)，但分組3、4名也還有亞洲

藝術是最美麗的療癒

歐洲電影獎
最佳紀錄片提名

釜山國際影展
觀摩影片

米什科爾茨國際影展
觀摩影片

塞納河上的船屋

On the Adamant

10.6 粼粼波光

《山村猶有讀書聲》導演 尼可拉斯菲力柏特 感人新作

WITH THE PATIENTS AND CARERS OF THE ADAMANT DAY CENTRE. CAMERA NICOLAS PHILIBERT, ASSISTED BY RÉMI JENNEQUIN, PAULINE PÉNICHOUT. SOUND ÉRIK MÉNARD, FRANÇOIS ABDELNOUR. EDITING NICOLAS PHILIBERT, ASSISTED BY JANUSZ BARANEK, MERYLL CHANDRU. SOUND EDITOR AND MIXING NATHALIE VIDAL. A FILM PRODUCED BY MILENA POYLO & GILLES SACUTO, CÉLINE LOISEAU. COPRODUCED BY NORIO HATANO. DIRECTED WITH THE COMPLICITY OF LINDA DE ZITTER. A COPRODUCTION TS PRODUCTIONS, FRANCE 3 CINÉMA, LONGRIDE. WITH THE PARTICIPATION OF CINÉ+, FRANCE TÉLÉVISIONS, CENTRE NATIONAL DU CINÉMA ET DE L'IMAGE ANIMÉE, LES FILMS DU LOSANGE, UNIVERSCINÉ. WITH THE SUPPORT OF LA RÉGION ÎLE-DE-FRANCE. INTERNATIONAL SALES LES FILMS DU LOSANGE

LITTLE RED PAPA 海圖電影 臺灣發行

榮獲柏林影展最高榮譽金熊獎
狂奪美國爛番茄影評100%好評

▼▼ 不論是台積電建廠，或者是中捷藍線，其實都因為重大建設帶來的龐大商機，讓許多人虎視眈眈。如果要指控有弊案，更需要提出可靠的證據，而不是拿來當作對罵的本錢。不然台灣的重大建設永遠看不到開花結果的一天。(中央社、網路截圖合成)



重大工程豈可兒戲 ——談北捷與台積電

■ 蔡又晴
(資深媒體人)

台灣的重大工程規劃有多隨便？或者是說也多麼容易被拿來當政治籌碼？從台積電龍潭廠宣布放棄，另外就是台中捷運藍線規劃了三十三年了，近來又被藍線拿來互噴口水，問題是這麼長的規劃時間，不論是藍線理論上都脫不了關係，居然都可以理所當然地痛批對方，看在一般老百姓眼中，想必完全不能理解雙方政治人物在搞甚麼？

可惜這樣荒謬的戲碼，在選舉前應該會不斷上演。

看國外的台積電廠

不論是台積電建廠，或者是中捷藍線，其實都因為重大建設帶來的龐大商機，讓許多人虎視眈眈，反而讓專業考量難以立足。

台積電是世界級的知名企業，不要說是在台灣建廠，就連外國政府爭相邀請，台積電對於蓋廠都相當謹慎。例如說在美國的建廠，就算是美國總統拜登親自站台邀請，其實建廠過程都長達好幾年，並不是說蓋就蓋。

台積電的日本熊本廠，熊本縣政府處處配合，還幫忙調整鐵路路線延伸道路，日本的都市規劃法是禁止農作土地變更作他用的，為了幫助台積電，日本中央政府跟熊本縣政府聯

手，協助取得土地。

招商空口說白話

台灣作為台積電的故鄉，卻反顯得短視近利。當初 2022 年九合一大選，行政院突然喊出要在龍潭設台積電工廠，龍潭附近的土地立刻大漲，但是等到實際圈地才發現將近九成土地是私人土地，當地住戶立即反彈過程中完全沒有受到尊重。中央政府跟桃園政府也各吹各的調，現在匆匆結束，恐怕讓各地各國想要爭取台積電的政

府，都看得瞠目結舌。

在台積電宣布放棄龍潭後，高雄、台中、嘉義跟台南立刻表態招手，但是台積電建廠的特性就是高耗電跟費水。台南近幾年都在缺水，要不是這這子颱風多，水庫才解除缺水危機，現在又說可以讓台積電設廠，嘉義跟高雄也是常常水資源危險的縣市，請問水電真的沒問題嗎？

從這些就可以看出，台灣政府對重大公共建設有多麼隨便！

賴副總統說夢話？

台中捷運也是讓人嘖嘖稱奇，居然是由位居高位的副總統賴

重大建設需要專業

不論是台積電建廠，或者是中捷藍線，其實都因為重大建設帶來的龐大商機，讓許多人虎視眈眈。也因為牽涉的利益大，反而讓專業考量難以立足。身為高位的政治人物，在政界那麼多年，或多或少都了解重大建設牽涉的利益龐大，如果要指控有弊案，更需要提出可靠的證據，而不是拿來當作對罵的本錢。不然台灣的重大建設永遠只能停在只聞樓梯響，永遠看不到開花結果的一天。

王老先生
講故事
之 382

每周一到周五，授權《聯合新聞網》同步刊登

給孩子作榜樣

■ 王建煊

(前監察院院長、
天使居創辦人)

有一天一大早，打電話給一個老朋友，講了半天，對方說：「哦！你找我爸爸呀？他已上班去了。」原來是同事的孩子接了電話，父子聲音像極了。

有位媽媽，早上聽到先生在洗手間咳嗽、吐痰的聲音，她大聲問「老公，你怎麼還沒去上班？」結果，兒子從洗手間出來說「爸爸不是早就出門了嗎？」原來兒子與父親不但說話的聲音不易分辨，連咳嗽、吐痰的聲音也像極了。

高度的模仿力

小孩子大概三、四歲就能講很多話，好像有點無師自通的樣子，而且口音與父母相似，但是並沒有像學英文一樣，一句一句的跟著爸媽學，還要努力的背單字、練發音。為什麼會這樣？我想這應該與孩子高度的模仿力有關。孩子處處向父母學，正因為如此，我們每個做父母的都要謹慎小心，處處以身作則，在孩子面前做好榜樣。

可是當父母的常常忽視這一點，這種忽視有時是不自覺的，有時則是明知故犯。例如，有位老菸槍父親，學校通知他，念國中的兒子在學校廁所偷吸菸，要被記過。這位老菸槍把兒子叫來，訓了一頓，他說「抽菸不但嚴重傷害身體健康，而且所費不貲，爸爸抽得太久了，戒不掉，你還小，千萬不要學爸爸，絕對不要養成抽菸的壞習慣。」

以身作則

這位父親的勸導，似乎很誠懇，但有用嗎？如果這位父親換個方式教孩子「抽菸壞處太多，你這麼年輕就抽菸，將來怎麼得了？爸爸雖抽了幾十年的菸，但為了給你做好榜樣，從現在起，爸爸絕對不再抽菸。你看，我身上還有半包菸，現在就全部丟掉。」

這位父親的果斷決心，在孩子面前立下極佳的榜樣，孩子會欽佩你，非但不會再抽菸，在其他方面也會看重你的教導，而有好的表現。有位小學校長，在操場上舉行週會時，為學生講品德教育，講到不可隨地吐痰，但可能一時喉嚨不舒服，轉過頭在升旗台旁邊吐了一口痰，學生都笑了，弄得校長尷尬不已。這位校長不但在「不可隨地吐痰」的教育上失敗了，在講其他方面的品德教育時，恐怕也沒有人會聽他的。

做好榜樣

影響別人的最好方法是以身作則，立下好榜樣。我希望你這樣做，我就自己先做給你看看，這是以身體力行，讓別人信服，別人信服後，才會照你的話去做。所以我們做父母的，當老師的，處處都要以身作則，做子女及學生的好榜樣，我們的教導才能成功。

此外，就我們基督徒來說，更要在各行各業中做榜樣，才能榮耀我們的神，福音也才能因我們的好榜樣而傳出去。保羅在帖撒羅尼迦傳道時教導信徒他以身作則，親自辛苦做工，不讓信徒受累。帖撒羅尼迦後書第三章 9 節說：「這並不是因我們沒有權柄，乃是要給你們作榜樣，叫你們效法我們」。

保羅在寫信給年輕的同工提多時，也曾要提多凡事要為人榜樣。提多書第二章 7 節說：「你自己凡事要顯出善行的榜樣，在教訓上要正直、端莊」。在寫信給提摩太時，也要他做信徒的榜樣。提摩太前書第四章 12 節說：「總要在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣」。

耶穌在世時更是處處做我們的榜樣，例如，他在為門徒洗腳時說：「我是你們的主，你們的夫子，尚且洗你們的腳，你們也當彼此洗腳，我給你們作了榜樣，叫你們照著我向你們所做的去做。」(約翰福音 13：14-15)。



暖化危機中 減少食物浪費才能減碳

■ 汪中和

(中研院地球科學研究所
兼任研究員)

今年是氣候沸騰年，入夏以來的創紀錄高溫一舉把 2023 年推升到有氣象紀錄以來的最高溫年，並有可能全年的均溫會突破「巴黎氣候協定」的 1.5℃ 門檻。地表快速的升溫趨勢，不但震驚各國的氣象單位，也凸顯「巴黎氣候協定」的減碳目標必須加速推動。

世界減碳壓力大增

預定十一月 30 日於阿拉伯聯合大公國杜拜舉行的聯合國氣候變化綱要公約第 28 次締約方會議，已經呼籲各國務要提高「國家自定貢獻」的減碳目標，避免氣候暖化的情勢繼續失控。我國是排碳大戶之一，當然無法迴避這個重要的議題與要求。

我國的《氣候變遷因應法》已經明訂「2050 淨零排放」，執行減碳政策的環境部也於八月掛牌，加上《臺灣碳權交易所》的成立，組織架構已經完



▲ 台灣平均每人每年損耗 170 公斤的食物，等於每人每天都浪費了一個 450 克便當的食物量。(網路截圖)

備，減碳工作可以全力向前邁進。

然而，國家的減碳工作除了工業、能源、交通部門必須依照政府規劃的期程切實達標外，一般民眾的全力配合更是重要。在這方面，攸關民生的「吃飯」大事，就扮演了極重要的角色。

食物浪費增加碳排放

根據聯合國今年七月舉行糧食峰會的數據，每年全球大約

三分之一的食物在生產與消費過程中被浪費掉，這一部分所產生的溫室氣體排放量約佔總排放量的 8-10%，與全球旅遊業的排放量大致相同，非常可觀。另一方面，全世界卻有多達 8 億人因吃不飽而受到飢餓的折磨。

如果能夠減少食物的浪費，不但可以改善糧食安全，養活更多的人，提升環境的保護，還可以大幅減少整個供應鏈的溫室氣體排放，可說是一舉數得。從氣候暖化的角度來看，建立一個更公平和有彈性的糧食系統，是解決食物浪費的正確解方。因此，致力減少食物浪費應該成為各國政府減少碳排放的一個重要方向。

食安與減碳同步推動

實際上，世界各國在提交給聯合國的國家自主貢獻報告裡，已經有 9 個國家明確承諾減少糧食浪費，14 個國家承諾減少糧食損失。顯然，減少糧食損失和浪費，可以作為國家自主

分析喪親的傷痛 展開復原之道

關於悲傷，復原力心理學能教我們的事，有什麼方法，可以幫助人們更快走出喪親之痛？什麼樣的人，可以比別人復原得更快？

■露西·霍恩

我們第一次聽到那起事故時，人正在紐西蘭南島的奧豪湖（Lake Ohau）。我應該說，我們聽說了一場意外，當時知道的就只有這些。我們很天真，誤以為事情就是這樣，我們女兒和她的朋友才遲遲未到（有可能假日交通堵塞或道路封閉、也許她們改道繞遠路走）。然而，一名警察打電話來，說他要趕來見我們，我們一聽，前面的假想立即被破除。

我們所知道的世界末日

等警察說完話以後，我們的世界就停止了。從那時起，我的記憶就變得模糊不清。我清楚記得的是，從警察確認我們女兒艾比、我們的朋友艾拉·薩默菲爾德（Ella Summerfield）和她的母親莎莉·隆布爾（Sally Rumble）死亡的那一刻起，我就料想到以後的事：這場悲劇將籠罩我們的餘

《悲傷復原力：一位心理學專家，也是位失去愛女的母親，透過「復原力心理學」，走過分離崩解的悲傷》簡介

露西博士是研究「復原力心理學」的專家，2010 年時幫助紐西蘭基督城地震的居民走出傷痛。但當她經歷了 12 歲愛女車禍身亡時，她不確定過往的復原力研究能否幫助自己走出喪親之痛。

關於悲傷，復原力心理學能教我們的事，有什麼方法，可以幫助人們更快走出喪親之痛？什麼樣的人，可以比別人復原得更快？哪些行為和思維，可以幫助我們熬過痛苦？

讓你在痛苦無助時，可以採取正面積極的行動，重拾「正常的」生活。

這本書不是關於你可能會經歷什麼，而是關於你可以做些什麼，帶你以不悲傷的方式，走過悲傷的過程。露西博士希望透過她的文字力量，讓每一顆破碎的心，得以修復。

於是，在她展開自我的復原之路。



出版社 / 采實文化
出版日期：2023/09/26

生。我們會永遠懷念和哀悼她們，尤其會懷念我們的小女兒。我心想，事情就這樣開始了。路已經分岔，未來將面對全新的生活。

我當下就知道我要為生存而奮鬥：為了保持理智、為了維繫婚姻，以及為了女兒過世後家裡僅剩的東西而努力。

少了我們心愛的艾比，我和丈夫特雷弗（Trevor）以及兒子艾德（Ed，15 歲）和培迪（Paddy，14 歲）組成的家庭

psychology）。我曾在美國賓州大學攻讀碩士學位，而當我的家鄉基督城（Christchurch）在二〇一〇年至二〇一二年期間遭受多次大地震和數千次餘震之際，我便運用碩士班的訓練，為自己的實踐提供科學和理論基礎。坎特伯立（Canterbury）發生多次地震，讓人驚恐，日子無以為繼，一次又一次的巨烈震動在毫無預警的情況下襲擊我們，摧毀了我們的家園、奪走了寶貴生命，以及讓我們

出來，然後把它轉化為易於理解和易於採用的策略是我感興趣的事情。這就是我最初要進入學術界的原因。

我憑藉對復原力研究的學術知識和創傷後恢復的經驗，應該比一般人更能承受艾比的死亡。例如，我知道人們面對逆境時的反應方式差異很大，有些人會設法比別人更快調適過來；我也知道多數人遇到創傷後都能恢復，並且無需專業人士幫助也能恢復創傷前的身體和情感機能；我還知道某些「保護因素」已被證明可以鼓勵人積極面對創傷，並且兒童承受巨大壓力後的養育方式也會深切影響他們的機能。

一種普通魔法

我還知道，雖然復原力研究會牽涉新穎的科學方法和統計分析，但各項研究一再證明，復原力的成分其實只是這項領域的主要研究者安·馬斯頓（Ann Masten）經常所說的，它們只是「普通魔法」（ordinary magic）。安·馬斯頓說道：「復原力研究之所以讓人驚喜，乃是這些現象非常平凡。復原力似乎很普遍，通常由人類的基本適應系統運作後所產生。」

作為研究人員和作家，寫日記去追蹤我的喪親經歷似乎很合乎邏輯，所以我決定研究一下我在企業復原力研討會中使用的哪些策略可以有效對抗悲傷帶來的壓力。

年的時間裡經常精神緊繃，不知道什麼時候地震才會趨緩。

坎特伯立的地震讓我首次真正體驗到恐懼和焦慮，也讓我第一次體驗到高度的心理激起／喚起，而這就是表示我受到創傷後壓力，以及我必須經歷創傷後恢復所需的過程。我曾在災後進行各項工作，替各個政府部門（教育部、保育部、紐西蘭陸地搜救部）、公司（弗萊徹地震恢復（Fletcher Earthquake Recovery））、社區團體和非營利組織（心臟基金會和心理健康教育資源中心）提供諮詢，因此有機會建立最有效的方法來轉化復原力科學的研究結果，從中幫助在現實生活中受到創傷的老百姓，學術界將它稱為「將證據轉化為實踐」。

簡而言之，我是教導當地居民和企業即時復原的策略，讓他們能在這個被地震肆虐的城市下保持身心健康。將科學研究成果從學術界的象牙塔中拿



▲作者希望在人生最黑暗的時日，出版書籍支持自己的策略，可以幫助這些人逐漸化解喪親之痛。（網路截圖）

應，包括：困惑、憤怒、麻木、沮喪、恐懼、焦慮、寬慰、緊張、悲傷和無助，但反應其實不少，這裡只舉幾個例子說明。在艾比死後的最初幾天和幾週之內，這類情緒混雜在一起，我很難確定自己的感受。我想主要的感覺是震驚和麻木。當然，我也不知所措和感到無助。然而，同樣重要的是，我們必須要知道，有些人很快就會渴望要運用工具來幫助自己化解悲傷。渴望採取行動並沒有錯，這也就是所謂的主動參與悲傷的過程。

由此看來，本書不是討論人在喪親之痛時可能經歷的事情，而是探討你可以做些什麼讓自己熬過悲傷過程，最後重拾身心健康。痛苦和空虛是難免的，絕對無法逃避，但你可以做點事，讓自己度過悲傷的日子。本書介紹的工具可幫助各位在遭受毀滅性打擊時汲取力量，讓大家或多或少重新掌控自己的命運和恢復機能，而這就是復原過程的核心部分。本書旨在做到下面這一點：讓你在無助時獲得一些掌控感，同時能夠採取某些行動。

我父母過世以後，我花了五年才復原，一想到這種事，就讓我感到恐懼。如果說我從艾比的死學會了什麼，就是我發現人生無常，生命寶貴。

後續的章節會提供一系列有益健康的應對策略，而這些策略取自復原力研究和正向心理學。

希望它們能幫助各位化解喪親之痛，然後重拾「正常的」機能並過上積極充實的生活。現在的生活一定會有所改變，你會失去某些東西，面臨嶄新的世界，要接納新的個人身分，因此生活總是會有所不同。

再度恢復正常的機能

即便如此，你還是能夠再度恢復正常的機能，享受充實的

人生，你也可能完全擁抱充滿愛和歡笑的生活，以及對曾經陪伴你的親人懷抱滿滿的甜蜜回憶。本書要幫助各位重新認識你們的世界，它提供各種建議工具組成的拼圖遊戲，要幫助大家熬過悲傷的日子，不會要求你去隱藏自己的感受，甚至否認失去親人的事實，或者假裝離世的親人根本不重要。

我父母過世以後，我花了五年才復原，一想到這種事，就讓我感到恐懼。如果說我從艾比的死學會了什麼，就是我發現人生無常，生命寶貴。兩個兒子都才十幾歲，還需要我照顧，我不能蹉跎五年。

我還讀過某些研究，這些研究指出多數兒童能夠展現復原力（即使遭受最嚴重的創傷和面對長期逆境，也能適應環境並恢復全部的機能），但對這些孩子來說，最大的威脅是失去家庭的安全感以及家庭關係破裂。我清楚記得當時我站在烤箱旁邊，內心突然響起一個尖厲的聲音，敦促我「要擁抱生命，不要追憶死亡」。別礙於你所失去的而喪失你所擁有的。

因此，我展開了自己的復原之旅，刻意採用已知的促進健康和復原力的策略，想知道是否能讓我更快恢復正常的機能。

我放下昔日對生活的所有夢想和希望，將目光投向「以機能為主」的新目標。我思考在研究所學到的知識以及地震諮詢中累積的實踐經驗，看看哪些對我可能有所用處。當我面對如此殘酷的現實時，我不能有所控制、能不能積極化解悲傷，或者我真的是無能為力？（章文／輯）



◀ 根據真人實事改編的音樂電影《交響狂花》描述 17 歲的法國女指揮家札希雅齊奧尼 (Zahia Ziouani) 創建並領導嬉戲交響樂團 (Divertimento) 的故事，在美法上映時獲觀眾迴響。(海鵬電影提供)

▼ 電影《交響狂花》改編自法國知名阿爾及利亞裔女指揮家札希雅齊奧尼 (Zahia Ziouani) 真人真事勵志故事。(海鵬電影提供)



◀ 歐萊雅阿瑪拉在音樂勵志新片《交響狂花》飾演法國知名阿爾及利亞裔女指揮家，獲法媒「日安巴黎」讚許出色表演令人「耳目一新」。(海鵬電影提供)



▲ 雙胞胎妹妹費圖瑪則渴望成為大提琴家。有著父親和嚴厲導師的支持，加上不懈的努力與堅持，終於以 17 歲之姿創建「嬉戲交響樂團」。(海鵬提供)

電影《交響狂花》啟示錄

■ 陳相瑜
(管風琴家)

音樂即力量！《交響狂花》雖說是年輕版的《TAR 塔爾》，卻沒有《塔爾》的陰暗面，是一部青春勵志片，非常值得推薦。音樂即力量！《交響狂花》雖說是年輕版的《TAR 塔爾》，卻沒有《塔爾》的陰暗面，是一部青春勵志片，非常值得推薦。

阿籍雙胞胎姊妹

根據真人真事改編的法國音樂電影《交響狂花》10 月 20 日起盛大上映，此部片自 2022 年拍攝完成後即好評不斷，2023

一對 17 歲的阿爾及利亞裔雙胞胎姊妹札希雅與費圖瑪，在熱愛音樂的雙親的鼓勵之下，展開音樂學習之路。

年獲紐約石溪電影節特別獎。

影片改編自法國女指揮家札希雅·齊瓦尼 (Zahia Ziouani, 1978-) 勵志奮鬥的故事，內容描述一對 17 歲的阿爾及利亞裔雙胞胎姊妹札希雅與費圖瑪，在熱愛音樂的雙親的鼓勵之下，展開音樂學習之路，她們希望成為指揮家與大提琴家，但由於出身低層，加上女性身分，讓札希雅在指揮學習之路上備受歧視與嘲諷，但靠著毅力與勇氣，加上父母親的支持、指揮大師傑利畢達

克 (Sergiu Celibidache, 1912-1996) 的指導，於 1998 年以海頓的《嬉遊曲》為名，自組「嬉戲交響樂團」，之後也成為職業指揮家，於 2007 年被任命為阿爾及利亞國家交響樂團客座指揮。

對抗性別歧視

這部電影的女性導演瑪西卡絲·蒙松夏爾特別突顯古典樂壇女指揮家僅占 6% 的現實，致力於對抗因性別帶來的職業歧視。

影片透過拉威爾《波麗露》及聖桑斯《狂歡之舞》、普羅高菲夫《羅密歐與茱麗葉》中的《騎士之舞》、德佛扎克《新世界交響曲》等著名的交響樂，鋪陳札希雅的指揮養成之路，其中最難得的是邀請了 70 位真正的音樂家參與演出，影片不僅是一位指揮家的故事，更是一場華麗盛大的音樂饗宴。

華麗盛大的音樂饗宴

電影中札希雅為了爭取「嬉戲交響樂團」的演出經費，她說：「音樂能不能改變世界我不知道，但演奏音樂、音樂本身可以改變人們，音樂能將每個人內心最精華的部分激發出來。」

指揮大師傑利畢達克更是句句金玉良言，他說：「一個樂團或許不一定需要指揮，但一位好的指揮可以將大家的能量集中在一起」；「只有對音樂的自發性是不夠的，音樂最重要的是時間與節奏」；「音樂就是生活；生活就是音樂，要多體會生活」；「作曲家將所有的全都寫進樂譜裡，但最重要的卻不在其中」；「當你與樂團融為一體時，指揮時就不再感到孤單」。

魔鬼訓練

劇中札希雅指揮雙鋼琴演奏普羅高菲夫《羅密歐與茱麗葉》的《騎士之舞》時，不禁讓我回想起 30 年前在美國唸書擔任指揮研究所鋼琴助教的情景，常在未被事先告知的情況下要視奏高難度的交響樂曲，邊看譜還必須邊看指揮，真的是壓力很大，但這些魔鬼訓練也成為日後職業生涯的養分。

年輕人有夢最美，但要築夢踏實，必須用熱情與努力去澆灌，才能讓美夢成真。

每周一至周五上午七點首播 歡迎收看 10 分鐘的

每日甘泉

每天上午給上帝 10 分鐘，祂給你全世界

醒報同仁每天九點上班前 10 分鐘靈修，使用「荒漠甘泉」勵志短文，許多人風聞陸續加入群組一起聆聽，醒報就在臉書上開闢「每日甘泉 - 與你心靈相遇」，**每周一到週五在粉絲團直播，盼能給大家打氣，面對每一個今天。**

自今年一月起，節目邀請攝影師與剪接師錄製，以更精緻的進化為 YouTube 版的「每日甘泉 - 與你心靈相遇」，並把時間提早到每周一至週五清早 7.00 即推出，當天都可以回看。

本節目由「中華基督徒新媒體協會」贊助，歡迎奉獻支持。也請大家一傳十、十傳百，分送心靈祝福與生命甘泉。

歡迎批評指教

贊助節目：(004) 045001007947 台銀城中 中華基督徒新媒體協會 劃撥帳號：50406584 中華基督徒新媒體協會（將開給抵稅收據）

一、先死後生才有香氣
二、十字架上釘死了甚麼？
三、獻上最美的祭

一、祂與我們同在急難中
1. 神是我們的避難所
2. 是我們的力量
3. 是我們在患難中隨時的幫助
二、我們被試驗也試驗神

一、十字架帶出改變
二、上帝加添力量
三、走在對的路上

一、忍受與接受各種試驗
二、做忍耐的等候者

一、清晨的供應——為何是清晨？
二、主耶穌的榜樣
三、習慣成美德

一、靠山靠海不如靠神
二、撐住我們，喔，主！

臺灣醒報 每日甘泉 官網

觀看連結：
YouTube
FACEBOOK
SoundOn

劃撥捐款