

深度報導  
極簡閱讀  
五媒合一

https://anntw.com/



2 高端合約爭論 問題卡在公平度



4-5 網球盛世三巨頭 (書摘)



8 臺灣觀眾的電影口味改變了

《今日靈修》



寒流的思考

霸王級寒流將來襲，全台拉警報。年輕人紛去賞雪，老年人則須注意保暖。其實寒流來襲未嘗不是叫人頭腦冷靜的機會，人們可以藉此反思人情冷暖，誰是生命中最大的溫暖？

# 精準醫療納健保 將採定額給付

健保將納入精準醫療 (NGS) 給付，單一癌別終身僅能給付一次，且預計採定額給付，民眾可自費擴增篩檢。

【本報記者簡嘉佑台北報導】能精準檢測癌症的 NGS 技術若納入健保，估預算為 6 到 10 億元！台安醫院院長黃暉庭 21 日於研討會表示，隨精準醫療持續發展，精準檢測也愈發重要。健保署長石崇良指出，健保納入 NGS，規定單一癌別終身僅能給付一次，且預計採定額給付，民眾可自費擴增篩檢的範圍。

格的癌友可獲得健保補助。「沒有精準的檢測，就沒有精準的治療，」石崇良強調，精準醫療是國際趨勢，更包括基因定序、分子鑑定或代謝等體學檢測，台灣也制定《生技醫藥產業發展條例》，提供業界相關的補助與抵稅機制，盼眾人都能投入精準醫療，發揮台灣優勢，結合學術到產業發展精準檢測領域。

群、癌別等，是相當複雜且困難的工作。他說，用於癌症的健保預算中，標靶藥物的花費就佔了 6 成多，使用標靶藥物都需要伴隨式的檢測，其中就包括單基因位點的檢測、分子檢測等方式，但目前仍不包含 NGS，健保會進一步納入 NGS 檢測，初步估計預算為 6 到 10 億。

## 健保難一次涵蓋

隨著分子生物學技術突飛猛進，基因體的解序出現突破性的發展，出現所謂「次世代定序」(NGS)，該技術利用高通量和大規模平行測序，在維持高準確度外，還能大幅提升整體測序的效率和降低所需成本。健保署預計今年第二季將 NGS 納保，符合資

## 預算增 6 到 10 億元

石崇良表示，一年新診斷出來的癌症病患約有 12 萬到 13 萬左右，如果補助 2 萬給每人進行 NGS，每年就要花上億元的預算，要是把已有的 80 萬癌友也算進來，那就是上百億的預算，但健保資源有限，難以負擔如此龐大的花費，所以評估優先使用疾

## 單一癌別限給付一次

「NGS 今年一定會納入健保，健保署成立專家小組已取得共識。」石崇良說，給付癌別優先納入「有應對健保給付治療藥物且效果明確之癌別」、「(相關藥物) 取得食品藥物管理署 (TFDA) 許可證適用範圍的癌別」。他說，至於「(相關藥物) 取得美國或其他藥物許可證、或臨床實驗中藥物中適用範圍的癌別」則會納入民眾自費的範圍，可自行選擇是否擴增檢測。

至於癌友能夠使用 NGS 健保給付的時機，石崇良說，檢測時機預計會在民眾初次罹患癌症或在第二、三線癌症治療失敗時，經與醫師充分溝通後決定。他強調，NGS 納保將採「單一癌症終身給付一次為限」，且不會採統一價全額給付，而是採用定額給付，保留民眾自費擴充檢測範圍的空間。



石崇良強調，精準醫療是國際趨勢，更包括基因定序、分子鑑定或代謝等體學檢測。(網路截圖)

## 霸王寒流可放假？出現災害才能放

【本報記者簡嘉佑台北報導】霸王寒流來襲，23、24 日氣溫最低，全台溫度都不到 10 度，冷成凍番薯！針對民眾關心是否有「寒流假」可放，勞動部表示，現行法規其實沒有明定低溫或寒流放假的標準，只有地方首長以「天然災害裁量」後，才能宣布全縣市停班停課，例如發生交通困難、水電中斷等狀況。



霸王寒流來襲，23、24 日氣溫最低。(示意圖。photo by 烏來嬉遊趣臉書)

▶ 健保署長石崇良 21 日指出，健保納入 NGS，規定單一癌別終身僅能給付一次，且預計採定額給付。(中央社)



《焦點圖文》

## 刑事局創建臉書社團 邀「全民反詐」

▼ 刑事局指出，詐騙手法千奇百怪，為防止民眾受害並提升對詐騙手法認識，特別創立臉書社團「全民反詐一起說出來」，分享識詐資訊並提供民眾匿名分享自身遭詐經歷及手法，也邀請金控、銀行等各產業人士加入。(刑事局提供)



## 週二、週三最冷時刻

天氣風險預報員柯聿寧指出，週二到週三為本次寒流影響最顯著的時間，週二華南雲雨區影響明顯濕冷，週三平地水氣普遍有減少趨勢中南部轉乾冷，預估北部最低溫可降至 8 度左右，中南部 9 到 10 度。柯聿寧指出，週四白天到週五寒流減弱，但北部回溫幅度較小，約逐日回升 2-3 度；反觀中南部白天溫度逐日回升，要注意日夜溫差擴大的狀況。

## 沒有低溫假的標準

雖然現行法規沒有明定低溫或寒流而放假的具體標準，勞動部表示，放假唯一機會就是「縣市首長依其他天然災害裁量」，包括因為寒冷造成交通、水電中斷或供應困難，影響通

行、上班課安全，或有致災疑慮，必須撤離或疏散等，市長才能宣布停止上班及上課。

勞動部也強調，職安署已訂定「寒冷天氣期間戶外作業安全健康指引」，要求在寒流來襲前，雇主應提前為勞工確實做好禦寒保暖措施，若低溫環境工作恐造成勞工引發心臟及腦血管疾病等職業災害，最高可罰 15 萬元。

至於停班停課的部分，《天然災害停止上班及上課作業辦法》指出，「學校首長視實際情形自行決定停止上班及上課」。台北市長蔣萬安日前指出，如果有狀況，校長可依據現在既有法規的作業辦法，向教育局報備後，就會停止上班、上課。

## 國外多因積雪才停課

日本北海道去年 12 月「留萌市」降雪創下有紀錄以來最多，不僅市區交通癱瘓，公車停駛，連許多中小學也宣布停課。日本氣象局當時更提醒，北海道持續會有暴雪和暴風雪，呼籲民眾注意降雪和強風造成的交通影響。

在美國，因為寒流放假的規定不同，但大多數都是因為暴風雪的緣故而放假，如近期華盛頓特區、馬里蘭州與維吉尼亞州因為出現大規模積雪，許多學校都宣布停課，絕大多數州分都沒有設立放假的「低溫」標準。

英國也沒有設定需要讓員工放假的低溫標準，僅要求業者必須確保工作場所所有暖氣供應，並建議雇主實行彈性的工作時間或輪班制，以減少寒流的影響。

社論

# 綠電、碳權能源價昂，慎防漲電價刺激通膨

台灣綠能發展是未來必走的路，但是地窄人稠，缺乏天然資源，生產成本高昂。去（2023）年國際能源燃料價格高漲，台電虧損高達1985億元，電價據估計至少要調整5至6成才夠成本。加上碳權交易實施，綠電成本高，通膨壓力沈重，經濟挑戰才剛開始。

## 碳交所功能待發揮

全球已有90個國家規劃在2025年綠能將佔總發電量5成，50國預定2050年達到100%綠電。我政府的目標是

2025年綠電提高至20%，燃煤30%，天然氣50%。如今，綠電自由交易迫在眉睫，台灣碳權交易隨著「氣候變遷因應法」去年2月15日實施後，已跨出第一步，正式啓動交易，挑戰日益嚴峻。

然而，目前碳權只能買，不能賣，碳交所的碳權不能抵碳費，無形中限制碳交易的流動性與價格發現，都是未來亟需改進的問題。以全台灣管電前500大企業計算，總排放量約1.8億至2億噸CO<sub>2</sub>e，如果有3成使用5%的碳權抵減，

將有270萬至300萬噸的抵換需求，市場規模約為12.6億至15億元。正考驗碳交所如何發揮功能？

## 碳費、電價導致通膨

今年起，環保署擬對287家直接碳排每年超過2.5萬噸大戶，與250家高用電量的間接碳排大戶課徵碳費。需要注意的是，碳費將可能造成通貨膨脹，再加上當前台電虧損嚴重，將電價壓力轉嫁消費者又勢在必行，雙重壓力可能造成通貨膨脹疑慮，恐怕是政府

無法迴避的挑戰。

## 企業經營與物價

依據倫敦政經學院評估，我國課徵碳費如以每噸新台幣300元計算，推估會減損一年GDP達0.32%，並推升物價上漲0.62%。台灣以出口為導向，必須重視美、歐碳關稅，美國自今（2024）年起，每噸將課徵55美元（約新台幣1690元），歐盟碳權平均價格每噸85歐元（約新台幣2865元），促使台灣GDP折損3.06%，物價上漲5.92%。

## 企業碳排成本大

因碳排綠電需求，以及碳權價格因素，可能影響的產業包括：水泥、鋼鐵、塑化、光電、造紙，都將面臨成本增加的沈重壓力，加上電價上漲蠢蠢欲動，政府應積極協助企業，因應全球淨零碳排，所導致的通貨膨脹難題，防止重創經濟發展，造成嚴重的社會問題。

全台用電量前2萬多家企業，占用電量約60%，如何改善生產流程，節約用電，政府應積極推動節能服務產業

（ESCO），協助企業分析可行的節能改造措施，再運用節省下來的成本，支付費用，讓企業減少更多的碳權費用。台達電是很好的範例，該公司透過全面規劃ESCO，節約用電高達5成，值得推廣到各企業實施。

台電公司嚴重虧損，加上綠電成本高昂，碳權交易實施，電價上漲壓力沈重，如何防止通貨膨脹惡魔蠢蠢欲動，衝擊經濟發展，影響人民生活，政府應提早規劃因應策略。

# 蔣、王爭論高端合約 問題卡在公平度

專家認為，高端最大的問題是不公平，不僅未完成第三期臨床試驗就獲得緊急授權使用（EUA），也未追加試驗結果。

【本報記者簡嘉佑台北報導】儘管高端合約在選後終於公布，但被認為疑雲重重，引起各方圍剿，如台北市長蔣萬安就質疑合約「公布時機」、「審查時間」等，衛福部次長王必勝則隔空回擊是蔣萬安造謠高端合約封存30年，應先道歉。專家認為，高端最大的問題是不公平，不僅未完成第三期臨床試驗就獲得緊急授權使用（EUA），也未追加試驗結果。

## 合約如潘朵拉盒子

高端新冠疫苗合約16日公開多達58頁的文件，台北市長蔣萬安就說，公開合約並沒有完成「拆彈」，反而是打開了另外一個「潘朵拉的盒子」。他更提出「為什麼不在選前公開而是選後才公開？」以及「沒有公開審查的高端疫苗，為何急著定價、簽約及採購？」等疑點。

針對大選後才解除合約保密期限的質問，高端發言人李思賢曾回應說，是因為接獲疾管署1月8日來函要求，而依據法令及行政程序，公司召開董事會需7天的通知，所以才會於16日公開合約。

「蔣市長在評論高端合約前，是否要為造謠封存30年道個歉？」王必勝反擊指出，蔣萬安在擔任立院召委時已調閱過高端合約，保密5年的條款沒有遮蔽。

## 新國會持續監督

蔣萬安回應，他任立委時看到的資料，重要內容全部塗黑，當時感覺「白色巨塔上怎麼一片漆黑」，批評民進黨將當時監督政府的立委當賊看。希望未來新國會能在完整配套下，強化職權調查，能夠對國人關心的議題，做全面性揭露。

王必勝說，立委監督絕不是

賊，合約送立院「保密5年」沒有遮蔽，蔣看了竟還造謠封存30年，現在竟又繼續混淆視聽，那才是賊。

蔣萬安回應表示，事實很清楚，就是衛福部沒辦法對外解釋的地方，只好交給新國會持續監督，他相信這一屆立委年輕戰力強，一定會監督到底。

## 最大問題是不平等

前疾管局局長蘇益仁則認為，高端疫苗決策有所缺失，在於未如期執行三期保護功效臨床試驗，而以免疫橋接資料當三期臨床，這是高端疫苗在專業上的最大錯誤。但主要因素在於高端資金不足，以及台灣疫情無法執行臨床三期試驗，必須到國外執行三期臨床試驗。

也有台大名譽教授季瑋珠、劉仁沛曾投書媒體表示，高端合約是一個對納稅義務人不平等且資料不公開透明的合約。



合約的根本問題在於沒有第三期隨機分派對照臨床試驗，就通過「緊急授權」，之後也沒有「追加三期試驗」結果。

▲ 高端新冠疫苗合約16日開誠佈公，公開多達58頁的文件，但其中不少問題仍遭到質疑。（示意圖。Photo by 總統府）

## 高端疫苗合約疑雲不斷 蔣王爭甚麼？

爭議	在野質疑	執政黨回應
公布時間點	蔣萬安：為什麼不在選前公開？	王必勝：應先為造謠封存30年道歉
高端疫苗價格	羅智強：加上冷鏈成本也只是710.6元，結果衛福部給出了每劑881元	陳建仁：盡量地調低相關的價格，已是合理價格
EUA倉促通過	黃國昌：國產疫苗療效評估標準根本尚未定案，就簽訂採購合約	羅一鈞：按照慣例審查，沒有事先規劃時間表。國際也有類似做法
疫苗效期展延	徐巧芯：未取得EUA，就採購契約訂定疫苗效期展延規定	羅一鈞：必須依食藥署規定延長疫苗效期，各廠牌新冠疫苗均適用
衛福部包庇高端	賴士葆：高端多次延遲交貨，衛福部刻意包庇	疾管署：高端公司因逾期交貨，已被罰款約1.97億元，並無包庇

製表：記者簡嘉佑 / 臺灣醒報

# 柯文哲向小草謝票

【本報記者呂翔禾台北報導】「未來4年繼續支持柯文哲！」民眾黨21日在台北展開謝票行程，雖然選舉完已一周，但現場仍擠滿上千名支持者，搖著民眾黨的競選旗幟、高喊「阿北加油！」柯文哲與黨公職也到場向支持者表達感謝，並表示不會放棄，未來會繼續以認真、誠信的態度為民眾爭取權益。

## 小草會繼續茁壯

榮星花園的表演空間擠滿熱情的支持者搖旗吶喊，首先由民眾黨的雙北市議員陳宥丞、黃濤瑩、陳世軒與林珍羽登場謝票。陳宥丞說，大家過去藍綠都投過，但如今為了超越藍綠而支持民眾黨，讓兩大黨都見識了第三勢力的力量，希望

「小草」們繼續努力。

接著區域立委候選人李有宜、李慕妍也分享自己的選戰經驗，李有宜說，她參選的五股蘆洲三重選區原本不會看好，但她最後拿到該選區立委林淑芬的對手最高票。8位不分區立委候選人也都到場相挺，其中黃國昌與黃珊珊獲得最大的掌聲，黃珊珊笑說，小草們2026與2028年要繼續支持柯文哲，獲得全場的歡呼。

## 柯盼太太別再發文

柯文哲隨後與太太陳佩琪的陪同下登場，全場高喊「阿北加油」，柯文哲也接受現場4位議員的提問，台北市議員陳宥丞問柯，民眾黨是否會泡沫化？獲得柯文哲堅定回應「不會」，因此被處罰喝「酸」的

# 立委高喊再戰 2028



▲ 台灣民眾黨主席柯文哲（中）21日赴台北榮星花園出席選後首場謝票活動「阿北森友會」，與妻子陳佩琪（右）在台上互動熱絡。（中央社）

飲料；接著黃濤瑩、林珍羽分別問「甜」與「苦」的問題，但柯文哲都有回答出來。

輪到新北市議員陳世軒問時，直球對決問柯文哲「民進黨的幕僚有比我們強嗎？」柯文哲笑回「你們比較物超所值！」

讓全場歡呼。不過最後壓軸換陳佩琪靈魂拷問柯文哲時，陳佩琪笑說「未來會在臉書發文分享」，讓柯文哲表情驟變，直驚呼「你不要再發文了」，驚慌失措的樣子讓全場都哄堂大笑。

▼台電 21 日說，希望爭取政府財務支持，但目前並無調漲方案。(Photo by cktzeng on Flickr under C.C. License)



# 台電虧損達 3820 億 澄清無漲價計畫

【本報記者簡嘉佑台北報導】「目前並無調漲方案！」面對高達 3820 億的巨額累計虧損，台電 21 日仍強調，俄烏戰爭造成燃料價格高漲，台電、中油持續穩定物價，未來盼能爭取政府財務支持。但台電也語帶保留說，未來電價是否調整、如何調整，由電價費率審議會決定。

## 千億補助難止虧損

面對台電持續虧損，行政院不僅於疫後特別預算補貼台電 500 億元，去年總預算案也拍板編列 1000 億元增資台電，以確保去年的電價不會調漲。

面對高達 3820 億的巨額累計虧損，台電 21 日澄清，台電、中油不漲價以穩定物價，盼能爭取政府財務支持。

儘管有政府挹注，但台電去年整體虧損還是達到 2485 億元，累計虧損更高達 3820 億元。對此，台電表示，於 2 月 23 日召開股東臨時會預討論「變更部分不動產、廠房及設備之耐用年限及殘值報告」與「辦理私募普通股案」，盼能改善財務狀況。

## 台電：尚無調漲方案

外界預測，台電今年以不

虧損為目標，預計讓電價調漲 25%，或向政府爭取新台幣 1500 億元財務補助，進而將電價漲幅壓低到個位數。

對此，台電 21 日聲明表示，台電實際上目前內部正進行財務檢視，後續會向經濟部報告，因身負抗通膨重任，「希望爭取政府財務支持，但目前並無調漲方案」。

## 電價調整語帶保留

台電指出，俄烏戰爭造成全球燃料價格飆漲，許多國家直接以市場機制反映價格，導致電力價格大幅上漲，並引發嚴重通膨；相較之下，台灣由台電及中油在穩定物價上扮演「消波塊」，抵擋輸入性通膨。

台電也強調，電業的財務永續經營同樣關乎民眾用電權益和國家經濟發展，電價是否調整、如何調整，由電價費率審議會決定。

台電後續將針對未來燃料成本和電業營運成本充分說明，以利審議會綜合考量社會經濟狀況、物價穩定情形、國際燃料走勢等因素後做出決定。

## 財經短波 用水大戶有新規 至少用 5 成再生水

【本報記者呂翔禾台北報導】為強化枯水期供水韌性，經濟部水利署針對用水大戶訂定強制使用再生水新規，要求每日計畫用水量達 2 萬噸以上開發單位的工業用水，須使用至少 5 成系統再生水，2 月 1 日將正式上路。

根據經濟部訂定子法，開發單位計畫用水量達每日 2 萬立

方公尺（噸）以上者，屬於工業用水部分應使用至少 50% 系統再生水，適用範圍包含新設廠與擴廠案。子法通過後，經濟部給予廠商半年緩衝期，水利署副署長王藝峰提醒，水利署未來會在用水計畫書進行審查，若適用新規的業者未符合新制規定將無法開發。



▲經濟部規定 2 月起，每日用水 2 萬噸以上者，需有 50% 用水為再生水。(中央社)

## 避免雙重課稅 台美科技有望受惠

【本報記者呂翔禾台北報導】台美避免雙重課稅的法案，有望加速排審；美國新一屆國會開議，將攸關台美避免雙重課稅協定的法案，打包在其國內大型法案中一起審查，由於大型法案相對具有執行上的時間壓力，因此有望加速排審。財政部官員指出，這一最新進展可說是釋出正面訊號。

目前美國針對外國居住者

的美國來源股利，課 30% 扣繳稅率，根據先前釋出的草案內容，扣繳稅率擬降低至 15%，若是持有美國公司 10% 以上股權者，扣繳稅率可望降低至 10%。由於協定是雙向同等互惠，因此赴美投資的台積電、環球晶等台灣龍頭大廠，及來台投資的美國 Google、Facebook 及美光等都將受惠。



▲美國國會開議，將攸關台美避免雙重課稅協定的法案，打包在其國內大型法案中一起審查。(中央社)

## 第 2 季待售屋逾 9 萬 六都新北最多

【本報記者呂翔禾台北報導】打房使待售新成屋數量創歷史新高！內政部近日公布最新統計數據指出，全國 112 年第 2 季待售新成屋逾 9 萬宅，再創新高，推測除因過去推案逐漸完工，也可能與政府管制炒房，導致交易量減少有關。

觀察 6 都，以新北市 1 萬 8241 宅最多、台北市 3715 宅最少；新北市主要集中板橋區、

新莊區、淡水區及三重區；台北市依序為中正區、大同區、內湖區、中山區與大安區，皆超過 400 宅；桃園市主要集中龜山區、中壢區與桃園區；台中市待售新成屋集中於北屯區、南屯區、烏日區與西屯區；台南市多落在安南區、永康區與善化區；高雄市集中於鳳山區、楠梓區與三民區。



▲內政部推測，待售新成屋創新高，除過去推案逐漸完工，跨部會管制炒房作為也可能造成交易量減少，使待售新成屋增加。(中央社)

## 國綜偏易英適中 國寫題目：「標籤」

【本報記者簡嘉佑台北報導】113 學年度第二天學測 21 日舉行，考科為英文、國綜與國寫。教團與高中教師評論團體指出，英文考科出題靈活多元，AI 趨勢更入題英文寫作，估 5 標成績有機會比去年提升 1 級分；國綜則「中間偏易」，8 成閱讀文章考題是課外題；國寫題目圍繞「標籤」，考驗考生對「貼標籤行為」的看法。

## 英文提高 1 級分

針對學測英文科，全國教師工會總聯合會指出，此次試題靈活多元，難易度與去年相符，英文寫作則結合教育現場的 AI 廣泛運用及學生情緒問題的處理，更強調人機合作在 AI 時代的重要性，具鑑別度，估計頂標 13 級分，前標 11 級分，均標 9 級分，預估比去年增加 1 分。

教育部邀請台北市高中英文科教師群協助分析試題，成功高中教師陳國泰表示，今年英文試題平易近人，單字難易適中，著重搭配詞和一字多義的應用；綜合測驗主題為「評鑑店家服務」或「商品的神秘



客」、「英國 19 世紀的人力鬧鐘」，只要根據文意連貫判斷，應不難作答。

## 國文閱讀多課外題

至於學測國文科的綜合能力測驗，全國高級中等學校教育產業工會試題評論教師團隊表示，整體中間偏易，閱讀材料範圍廣闊，級分應與去年相仿，涵蓋翻譯文學、科普文章、電影迷因與女書歷史都入題。

中山女高教師李明慈指出，今年學測國綜以「文學」為特色，串聯整份考題，包含地方文學、紅樓夢等經典小說、西方諾貝爾獎得主的作品等，混合題和非選擇題則以回憶文學為主軸。

補教老師陳怡樺表示，今年考題的文言文和白話文是 1 比 1，80% 都是閱讀文章考課外，全卷共有 10 題題組，最多一個題組有 5 題，用了 4 篇文章，

甚至文本中再引一個新文本，「學生要有耐性和細心才能勝出」。

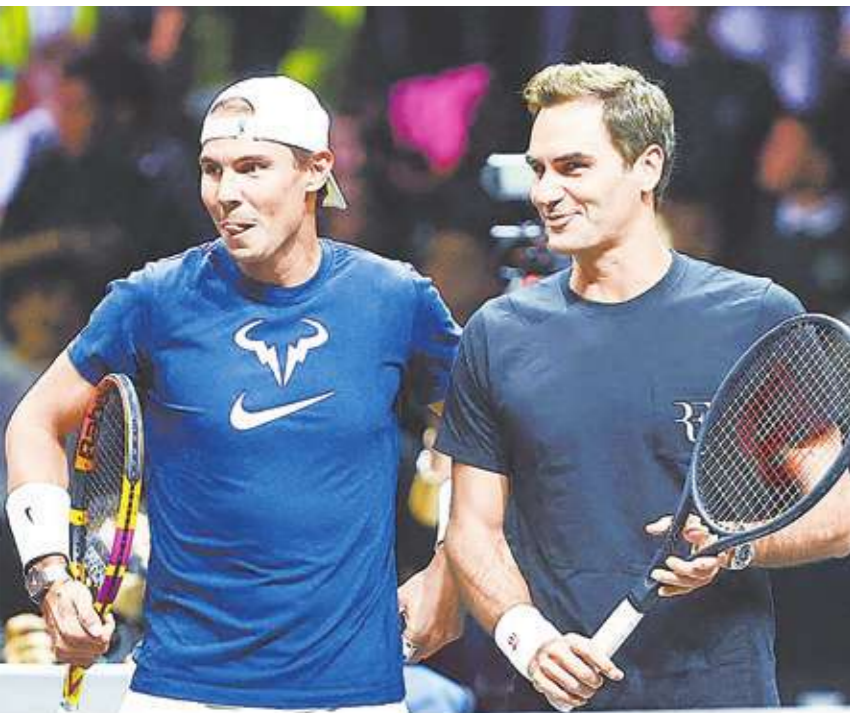
## 國寫題目談「標籤」

國寫題目出爐，主題圍繞在「標籤」，要考生閱讀相關文章，分析「標籤」概念使用於人身上的正面與負面作用，更要舉例說明「對貼標籤的看法」。

▲113 學年度學測 20 到 22 日舉行。(中央社)



▲新喬科維奇擔任 ASICS 品牌代言人，專屬鞋款 GEL-RESOLUTION N-NOVAK 將在澳網正式亮相。(圖/ASICS 提供)



▲「瑞士特快車」費德勒在賴佛孟第 4 點雙打賽，上演網球生涯的「最後一舞」，而他的搭檔是「西班牙蠻牛」納達爾，兩人將代表歐洲隊對決世界隊的美國組合薩克/提亞佛，台灣地區由博斯網球台、博斯運動 1 台轉播此役。(Photo by 路透社)

■卡洛斯·拜德茲 (擁有資訊新聞學學位)

費德勒、納達爾和喬科維奇之間的競爭，是二十一世紀體壇最重要的宿敵關係。三人在二十一世紀的前二十年完全制霸網壇，彼此的球風和個性截然不同，將網球這項競技運動推向嶄新的境界。雖然把不同時代的網球選手拿來做比較並不公平，但如果我們把冠軍頭銜數、球技實力以及職業生涯的長壽納入考量，我們討論的無疑是史上最強的三位網球選手。

史上最強的網球選手

二〇〇四年，費德勒和納達爾在邁阿密大師賽開啟了精采絕倫的競爭關係。短短幾年後，喬科維奇也加入戰局，闖入費德勒和納達爾的宿敵關係中，對他倆的霸權造成嚴重威脅，同時也意味著鞭策他倆，繼續在每場比賽全力以赴。三人組成了令人讚歎的「網壇三巨頭」(Big 3)。三人激烈的競爭已近二十年，帶給球迷許多史上最經典的比賽，或是二〇〇八年及二〇〇九年的溫網決賽、二〇一二年澳網決賽，或是二〇一〇年的美網決賽都極富戲劇性，在我們的腦海留下烙印。然而，這些年網壇三雄獻給世人值得追憶的對決何其多。當然，有些網球迷大概不會認可這個觀點，他們懷念的是馬克安諾(John McEnroe)和柏格(Bjorn Borg)的截擊網球；籃球迷則偏好大鳥博德(Larry Bird)和魔術強森(Magic Johnson)的對決，以及塞爾提

# 網球盛世三巨頭 費德勒、納達爾、喬科維奇

分析三位天王迥異的個性和球風，深入回顧三位傳奇的宿敵對峙和惺惺相惜，帶領我們重溫三人最輝煌的時刻和最沉重的失敗。



▲「草地之王」費德勒、「紅土之王」納達爾、「硬地之王」喬科維奇，對決 20 年，球風迥異，各擅勝場，是宿敵，是競爭對手，卻也惺惺相惜，是球員和球迷心中的神級人物和殿堂般存在，更是網壇同時擁有三位史上最偉大球員的絕頂盛世。(網路截圖)



▲「草地之王」費德勒、「紅土之王」納達爾、「硬地之王」喬科維奇，對決 20 年，球風迥異，各擅勝場，是宿敵，是競爭對手，卻也惺惺相惜，是球員和球迷心中的神級人物和殿堂般存在，更是網壇同時擁有三位史上最偉大球員的絕頂盛世。(網路截圖)



▲「草地之王」費德勒、「紅土之王」納達爾、「硬地之王」喬科維奇，對決 20 年，球風迥異，各擅勝場，是宿敵，是競爭對手，卻也惺惺相惜，是球員和球迷心中的神級人物和殿堂般存在，更是網壇同時擁有三位史上最偉大球員的絕頂盛世。(網路截圖)

長青樹，也促使了交手次數如此之多。一反所有預測和先例，費德勒、納達爾和喬科維奇年過三十好幾，仍維持頂尖的球技水準和成績，費德勒甚至已經四十出頭。結果就是，這三位前無古人的天才仍活躍於網壇，許多世代的網球選手只能眼睜睜看著自己的夢想被擴張截斷。

三巨頭的宿敵關係

鮮少有機會見到史上最強的三位選手共存於同一個時代，同台較勁。這也許是史無前例。就冠軍頭銜的數量和價值來看——這是最客觀的評比方式——費德勒、納達爾和喬科維奇著實是史上最強。

無法超越的運動素質

若要比較網壇這三位大宿敵，就得強調三人無法被超越的運動素質，更得強調在同一項運動競技中，鮮少有機會見到史上最強的三位選手共存於同一個時代，同台較勁。這也許是史無前例。就冠軍頭銜的數量和價值來看——這是最客觀的評比方式——費德勒、納達爾和喬科維奇著實是史上最強。當然，把拉沃(Rod Laver)和柏格等網壇傳奇排除在外，也並不公平，他們的天然也許不亞於本書的三位主人公。然而，在運動世界看的不只是天賦，網壇的普遍共識認為大滿貫奪冠數才是關鍵要素，才決定了誰是最強王者。而「最強王者」的這條路上，只剩本書的三位主人公在競爭：費德勒、納達爾和喬科維奇，三人分別拿下二十座、二十二座、二十一座大滿貫冠軍。山普拉斯(Pete Sampras)曾拿下

打遍天下無敵手

四十四座大滿貫，在當時是無人能企及的紀錄，但仍被遠遠甩在後頭。三巨頭的宿敵關係(除了前述組合，還有女網的娜拉提洛娃(Martina Navratilova)與艾芙特(Chris Evert)和西洋棋的卡爾波夫(Anatoly Karpov)和卡斯帕洛夫(Garry Kasparov)、足球的C羅(Cristiano Ronaldo)與梅西(Lionel Messi)等)，三巨頭的宿敵關係之所以新奇且獨特，正是因為牽涉到三位選手。此外，網壇賽程緊湊，無時無刻不求著選手，令三人的對決次數在過去十五年內翻了一倍，彼此的競爭關係以此為養分，不斷成長，三人放眼的目標越來越困難，許多時候堪稱幻想。二〇二一年於法網對決後，費德勒、納達爾和喬科維奇三人間合計已交手過一百四十八場，這個數字非比尋常，更何況其中幾乎一半(七十二場)是在決賽遭遇，其中許多次交手可以說是網球史上最具備傳奇色彩的對決。

三巨頭也是前所未聞的網壇長青樹，也促使了交手次數如此之多。一反所有預測和先例，費德勒、納達爾和喬科維奇年過三十好幾，仍維持頂尖的球技水準和成績。

爾維亞民族大學習力和適應力的完美典範。網球是單人競技運動，正因為如此，費德勒、納達爾和喬科維奇之間的競爭關係也拉高至另外的層次。唯一的重點在於選手自身，和宿敵在球場上正面对決，沒有人可以伸出援手，就連教練也禁止指點迷津。若比賽當天諸事不順，選手也沒辦法躲到同伴身邊避難或者抱怨，這點使得在網球這項體育競技中，心智強度成為左右勝負的首要因素，其重要程度不亞於天賦，甚至更為重要，因為世界最強選手之間的素質差異甚微。

風格和個性上對比

三巨頭共處個個時代，攻略冠軍頭銜可說是最為困難，但沒有人可以奪走他們打下的輝煌戰果。從二〇〇四年起，除了三巨頭以外，唯一曾登上世界第一的選手就只有莫瑞(Andy Murray)，而過去十五年來，唯獨瓦林卡(Stanislas Wawrinka)曾從他們手上搶下澳網和法網冠軍。此外，羅迪克、高迪歐(Gaston Gaudio)、薩芬(Marat Safin)、戴波特羅、契利奇(Marin ili)、蒂姆和梅德維夫也可以自詡曾在三巨頭霸權時代捧過大滿貫金盃。一段宿敵關係要達到風靡全球的程度，光是競爭者擁有高超的球技還不夠，還需要他們在風格和個性上有所對比，突顯彼

阿格西：與自己對話

阿格西(Andre Agassi)曾針對這點給出完美解釋：「網球是與自己對話的運動。站上呼嘯的賽場時，選手就像在公共廣場上大爆口水的瘋子。怎麼說呢？嗯，因為網球是非常孤獨的運動，唯有拳擊手可以理解網球選手所面臨的孤獨為何物。話雖如此，但拳擊手還有對手坐在角落待命。」重大的宿敵關係中——無論是體壇或其他領域，如藝術或戰爭——「他我」或者死敵的存在，會將主人翁的自我要求和技藝推向前所未見的水準。這點也有助於選手大大延長其職業生涯，延長到超乎預期的地步，三巨頭還沒發表退役宣言呢？即使年紀不再青春，加上身體極為許多傷痛困擾，三人心中競技的熱火仍舊燒得旺盛。這份熱情驅動他們打破網壇的所有紀錄，在每個賽季迎接全新的艱難挑戰。我們無從得知三巨頭同時還能持續多久，但肯定明白一件事：我們很難再碰上相似的時代。

展現偉大人品 最後，還有一件小細節，突

費德勒已經永遠不再孤身統治網壇了。再者，二〇〇七年新

納達爾的二〇〇八年是他生涯最完整的賽季之一，因為他不僅在法網和溫網封王，還拿下三座大師賽冠軍、北京奧運男單金牌以及台維斯盃總冠軍。世界排名第一的寶座怎麼會從他手中溜走呢？

露頭角後，喬科維奇證明他已準備好與兩位最強王者平等戰鬥。二〇〇八年賽季初，他首次在澳網封王，賽季末更加冕為 ATP 大師。他仍得等到二〇一一年，才可以達到他的兩位對手水準，但也證明他有能力辦到。最後，二〇〇八年對三巨頭的宿敵關係具有象徵意義：三人首次包辦四大滿貫冠軍，隨著時間經過，我們對這早已司空見慣。納達爾的二〇〇八年是他生涯最完整的賽季之一，因為他不僅在法網和溫網封王，還拿下三座大師賽冠軍、北京奧運男單金牌以及台維斯盃總冠軍。世界排名第一的寶座怎麼會從他手中溜走呢。至於費德勒，他的一貫的冠軍豐收大幅縮水；他在二〇〇四和二〇〇五年皆收穫十一座冠軍，二〇〇六年更驟減為三分之一(四座冠軍)，與喬科維奇的奪冠數一樣。世代交替已經找上門來了，而且新生代選手已準備好破門而入。來到澳網，喬科維奇驗證了他在美網留下的巨大迴響，征服了他的首座大滿貫金盃。未來，他將拿下二十二座大滿貫冠軍。年僅二十歲的他整場賽事的表

職業生涯的地盤

松加在四強賽淘汰納達爾(六比二、六比三和六比二)，而納達爾在這之前則手刃對方的三位法國同胞。喬科維奇在四強賽對決費德勒時，他甚至不算碰上什麼真正的危險，報了之前在墨爾本和紐約被他淘汰的仇(七比五、六比三和七比六)。這個炙熱的一月二十七日，高舉諾曼·布魯克斯盃時，無比年輕的喬科維奇尚不曉得澳網將成為他職業生涯的地盤。松加將比賽最後一顆球打出界外時，喬科維奇後仰倒地，同年輕選手(二十歲)。封王的喬科維奇做的第一件事是感謝家人一生都在背後支持他。他的爸媽弟弟依照年齡大小依次排排坐，每個人都身穿白球衣，上頭分別印有黑色的大字母「N-O-L-E」，流露出無比感謝的表情，不想自這場美夢中醒來。若羅德·拉沃競技場的頒獎典禮已經夠特別了，那麼在貝爾格勒舉辦的接待會只能用瘋狂來形容，成千上萬人等待著他，準備慶祝這項塞爾維亞體育史上的巨大成就；塞爾維亞體壇渴望這股激情已久。前一年結束與東尼·羅契的合作關係後，費德勒雇用專攻紅土的知名教練，仰賴他的服

時迪亞娜緊緊擁抱瑟強，瑟強正嘗試喘過氣來，做出憤怒的手勢。為了見到兒子的美夢成真，他們受盡多少痛苦，只有他們自己知道。馬可和喬發了瘋似地跳上跳下，慶祝他們崇拜的大哥創下的壯舉。一切在這一時刻都有意義了：喬科維奇坐著，一臉狐疑地望著他們，無法相信自己剛剛達成何等成就。頒獎典禮上，主辦單位介紹喬科維奇為首位在大滿貫封王的塞爾維亞人，以及繼庫瑞爾之後、在墨爾本公國奪冠的最

務。這人是來自西班牙的荷西·伊格拉斯，從前曾在法網戰勝庫瑞爾和張德培等好手，唯一目標是與他的新老闆一起再現輝煌。儘管這個全新雙人組合有個好的開始，順利拿下愛斯多尼網賽，但費德勒在蒙地卡羅、漢堡，特別是法網，都成為納達爾的手下敗將，導致他與來自格拉納達的伊格拉斯短暫合作關係走向盡頭。

形成了一股自卑情節

火槍手孟是費德勒二〇〇八年的最主要目標。他渴望加入有本事湊齊四大滿貫的菁英俱樂部，年復一年，這機會都被納達爾在巴黎奪去。然而，費德勒的自信心不足，球場最不适合他的球風，偏偏又是他的死敵最擅長的場地類型，在在都形成了一股自卑情節，又拖累了他。雖然他在法網的表現令人懷疑，面對排名非常低的選手丢失了好幾盤，但仍成功連續第三年闖進非利普·沙特里耶球場的決賽。納達爾連續第二年在巴黎淘汰喬科維奇(六比四、六比二和七比六)，這年法網他的表現最好，一盤未失，一場比賽只輸了三局。面對費德勒，他占盡上風而且他也證明了這點。納達爾以海嘯般的強攻姿勢摧殘費德勒，僅以一小時又四十八分鐘便把他打得一敗塗地，比數六比一、六比三和六比〇，載入史冊。就這樣，納達爾打出他史上最佳表現，追平比格格的紀錄，成為唯一在法網連續四年封王的選手。此外，自二〇〇五年首次來到布洛涅森林以來，他未曾一敗。事到如今，費德勒開始懷疑自己是否到底有能力達成他的雙重目標，因為要納達爾在法網失手，看似非常困難。(章文/輯)

網壇巔峰的候選人

《Big 3 網壇三巨頭：費德勒、納達爾、喬科維奇競逐史上最佳 GOAT 的網球盛世》簡介 網球三巨頭費德勒、納達爾、喬科維奇頂尖對決制霸網壇專書！是草地之王，紅土之王，硬地之王，更是 Greatest Of All Time。「草地之王」費德勒、「紅土之王」納達爾、「硬地之王」喬科維奇，對決 20 年，球風迥異，各擅勝場，是宿敵，是競爭對手，卻也惺惺相惜，是球員和球迷心中的神級人物和殿堂般存在，更是網壇同時擁有三位史上最偉大球員的絕頂盛世。作者精采分析三位天王迥異的個性和球風，深入回顧三位傳奇的宿敵對峙和惺惺相惜，帶領我們重溫三人最輝煌的時刻和最沉重的失敗，揭露不為人知的球王軼事和人性一面，自三人的童年開始，一路詳述至當今史上最偉大 GOAT 之爭。書中特別收錄 20 幅珍貴彩照。費納喬對戰，勝場數據及個人冠軍獎項紀錄，精采呈現三巨頭場內外的最重要時刻，是鐵粉球迷值得收藏不可錯過的好書。



作者：卡洛斯·拜德茲 (擁有資訊新聞學學位) 出版社：奇光出版 出版日期：2023/03/08

▼「攝食產熱效應」(Diet Induced Thermogenesis·DIT)·指的是民眾從進食、消化、分解到吸收的過程當中，身體也要花能量來處理。(中央社)



劉伯恩跟你談減重

# 減肥不能只看熱量 應善用食物的熱效應

進食大原則是「儘量吃原型食物」，古代人吃原型食物，所以肌肉多、脂肪少，但現代人常吃熱量高、好吸收的加工食品。

## 劉伯恩 (減肥名醫)

有病患抱怨，平時都吃很少，但身材卻宛如吹氣球一樣，反而是同事每天大魚大肉，但仍吃不胖。檢查兩人平時的飲食習慣後發現，該病患總是吃流質食物、精緻澱粉等好消化的食物，他的同事都是吃蛋白質，其背後的原理就是：腸胃消化吸收，貯藏及代謝蛋白質所消耗的能量，比其他食物來得多，也更不容易增胖。

## 攝食過程也會耗能

這又被稱為「攝食產熱效應」(Diet Induced Thermogenesis·DIT)，指的是民眾從進食、消化、分解到吸收的過程當中，身體也要花能量來處理，所以儘管食物在名目熱量相同，但身體得到的淨熱量卻是截然不同。

根據數據指出，消化每100大卡的蛋白質，體內需要花費30大卡的热量來處理；反觀，身體處理每100大卡的碳水化合物，只需要用到6到8大卡的能量、

處理100大卡的脂肪更僅需消耗3大卡，所以該名病患在食物選擇就已經輸在起跑點。

## 調高蛋白質比例

進食的大原則就是「儘量吃原型食物」，像是以前古代人都吃原型食物，所以肌肉比較多、脂肪比較少，但現代人卻常吃一些熱量高、好吸收的加工食品，諸如蛋糕、麵包、魚丸或水餃等加工食品，所以更容易發胖。

正常人一天從「脂肪：蛋白質：碳水化合物」獲得的熱量比最好是「2：2：6」，但根據統計，大多數國人從碳水化合物獲得的熱量都超過6成，所以建議民眾，尤其是體重過重的民眾可以減少碳水化合物、多吃一點蛋白質，將熱量比調整為「2：3：5」。同時，脂肪也不能亂吃，要選擇健康的飽和脂肪

酸，像是常見的橄欖油、葡萄籽油等，加上在魚肉或雞肉中的多元不飽和脂肪酸，也比紅肉來得多，是更好的選擇，所以俗話也總說：「沒有腳比兩隻腳好；兩隻腳比四隻腳好」。

## 腎臟病患不宜嘗試

像兒茶素、咖啡因或辣椒素等物質也可以適量攝取，可以增加體內的攝食產熱效應，另外像是「放慢進食速度」、「定時定量的飲食習慣」、「先吃膳食纖維、再吃碳水化合物」等方式，都有助於增加攝食產熱效應。

最後要提醒，雖然建議提高進食蛋白質的比例，但過去也曾出現只吃蛋白質減肥的風潮，最後卻造成數百位民眾急性腎衰竭，尤其是那些有腎臟病、高血壓或糖尿病的病患，更不建議吃過量的蛋白質。

## 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。請盡量於週日至週四上班時間寄稿，週五、六休假期來稿將無人處理。



(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。)

# 夫妻不宜分開

## 王建煊

(前監察院院長、天使居創辦人)

多年前，有位上市公司的董事長帶著隨員到美國開會，約好八點用早餐，隨員不到八點就在旅館房門外恭候。到了八點半，董事長還沒出來，大家十分著急，但又不敢催促；直到九點，打電話到房間卻無人接聽，只好找服務生開門，發現董事長倒在浴缸裡，已死亡多時，送醫院急救無效。

消息傳回台灣，是轟動一時的大新聞。這位董事長因患有痔瘡毛病，睡覺前習慣沖洗屁股；他通常是坐在浴缸邊，用蓮蓬頭沖洗肛門。那天晚上不小不心滑倒，人向後仰，頭撞在浴缸內側的牆上而昏倒，造成流血過多死亡。

## 董事長不測

這件事發生後，有些年長的先生出國，就因此常帶著太太一同前往，因為太太同行，或可以聽到異聲，或發現先生不在床上，容易及早發現問題，爭取時間搶救，減少不幸。

有位男士獨自到國外視察公司業務，晚上在旅館心臟病發不治身亡。如果妻子在，應當可有呼救的機會。另外有位年屆七十的老人家，有心血管疾病；太太則常居加拿大。這位先生名氣很大，常在大陸及台灣各地演講；我們告訴他，在外住旅館，房間要有人，避免前述意外發生。他大笑說：「太太在加拿大，要我房間有人，是什麼意思啊？」

## 夫妻分隔兩地

《聖經》上說得很清楚：「人要離開父母與妻子連合，二人成為一體，不再分開。」(創世紀第二章 24 節)夫妻常常分開，不管是長或是短，都不符合《聖經》的教導。不合《聖經》教導的事，偏要去做，容易發生不好的後果。

有位朋友因罹患癌症過世，原因固然很多，但主要的近因則是他匆忙赴美國看生病的太太，因為太太在美國陪孩子讀書。匆忙中他忘記帶控制腫瘤的藥，以為暫不吃藥大概沒什麼關係，導致拖了幾個月，病情重了才返台，但已回天乏術。

我感到很奇怪，為什麼一定要將孩子送到美國去受教育？美國教育有那麼好嗎？台灣教育有那麼差嗎？值得犧牲家庭生活嗎？丈夫在台灣賺錢，太太在美



▲ 王建煊夫妻愛相隨。(受訪者提供)

國陪孩子讀書，夫妻分居兩地，聚少離多，這樣的夫妻生活，對孩子好嗎？一定不好，因為孩子少了一半親情關愛，加上異國生活不適應，容易養成奇怪的性格或壞習慣。

## 對孩子也不好

最後滿腦子異國文化，不像自己本國人了，父母反在家裡養了個外國人。為了孩子教育，以犧牲家庭為成本，實在是划不來的。有人可能辯論說划得來，但是違反《聖經》所述「夫妻結為一體，永不分開」這個原則，都必嚐到苦果。

另有一位朋友，太太也在美國陪兩個孩子讀書，先生則留在台灣打拚賺錢，相安無事。台灣 921 大地震，太太打電話回台灣卻打不通，不放心，由美國返台。回到家時，一位年輕女性來開門。太太正奇怪此人是誰時，先生出來了，忙說她是位朋友。正當先生要圓謊時，房裡跑出了一個小男孩，抱著先生的腿，叫爸爸。這個太太幾乎要昏倒，原來先生早有外遇，還生了孩子，自己卻傻傻的在美國陪孩子讀書。這下子該如何處理呢？

## 夫妻不要常常分開

據婚姻專家說，先生有外遇，仍有機會破鏡重圓，但是一旦外遇有了孩子，那就無法可解。因為孩子是无辜的，怎麼做，都沒辦法處理得完滿。

良好婚姻關係是健康家庭的基礎。而維繫良好婚姻關係，起碼是夫妻不要常常分開。不管日子好過或難過，夫妻一定要守在一起，這是上帝的旨意。

詩人白居易在《長恨歌》裡說：「在天願作比翼鳥，在地願為連理枝」。願普天下夫妻，都像比翼鳥及連理枝一樣，寸步不離的生活在一起。

榮獲 捷克卡羅維瓦利國際影展  
最佳影片 最佳女主角等3項大獎

# 我不是教你詐

## BLAGA'S LESSONS

1.19 誰敢犯我，加倍奉還

她從一名受害者，逐步變成了共犯...

HERETIC PRESENTS BLAGA'S LESSONS AN ANNTW FILM BY STEPHAN KUMARABAYEY. CASTING BY ELLI SHKREKOVIC. COSTUME DESIGNER: GERASIM BERENDEY. EDITOR: BOZILIA ARSADAN. EXECUTIVE PRODUCERS: STEPHAN KUMARABAYEY, BOZILIA ARSADAN, STEPHAN KUMARABAYEY, BOZILIA ARSADAN, BOZILIA ARSADAN. PRODUCED BY BOZILIA ARSADAN. WRITTEN BY BOZILIA ARSADAN. DIRECTED BY STEPHAN KUMARABAYEY. CASTING BY ELLI SHKREKOVIC. COSTUME DESIGNER: GERASIM BERENDEY. EXECUTIVE PRODUCERS: STEPHAN KUMARABAYEY, BOZILIA ARSADAN, STEPHAN KUMARABAYEY, BOZILIA ARSADAN, BOZILIA ARSADAN. PRODUCED BY BOZILIA ARSADAN. WRITTEN BY BOZILIA ARSADAN. DIRECTED BY STEPHAN KUMARABAYEY.

▼ 伊朗近日又指控以色列轟炸敘利亞，揚言報復也讓外界擔心中東衝突擴大。(photo by SyriaCivilDef on facebook)



# 以色列空襲敘利亞 伊朗醞釀報復

【本報記者呂翔禾綜合報導】以色列空襲敘利亞，關伊朗什麼事？主要是伊朗有部隊在敘利亞駐守，因以色列空襲將伊朗5位資深軍官炸死，引發伊朗總統賴西不滿，揚言報復。伊朗與以色列是中東世仇，以色列先前曾透過轟炸與暗殺等方式，讓伊朗革命衛隊多位高級軍官身亡，但兩國衝突若升溫，外界擔心以哈衝突恐波及鄰國。

伊朗與以色列是中東世仇，以色列先前曾透過轟炸與暗殺等方式，讓伊朗革命衛隊多位高級軍官身亡，兩國衝突升溫恐使以哈衝突波及鄰國。

## 伊朗多次揚言報復

根據《英國廣播公司》報導，伊朗總統賴西近日宣稱，以色列對敘利亞的空襲讓伊朗的5位革命衛隊的資深軍官被炸死，賴西揚言將會對以色列

採取嚴厲的報復守端，還對以色列軍隊扣上「恐怖主義」、「犯罪」等標籤；伊朗外交部也批評以色列的轟炸是挑釁行為，呼籲國際社會對此嚴厲譴責。

《以色列時報》提到，以色列軍方並沒有相關回應，且以色列政府向來很少對轟炸敘利亞的事情發表回應或承認。

## 伊朗策動鄰國攻擊

《NPR》提到，由於伊朗長期與敘利亞交好，自敘利亞內戰2011年開始爆發以來，伊朗就有派遣軍隊協助阿薩德政府維持政權穩定，此後便長期駐紮於敘利亞。

由於以色列去年10月發動對哈瑪斯襲擊，讓周圍國家有受到伊朗暗中協助的武裝團體紛紛對以色列發動攻擊，包括黎巴嫩的真主黨、敘利亞政府軍與基地組織。

且除了這次空襲外，伊朗軍隊去年底也有高階指揮官薩維在敘利亞被以色列的空襲擊斃，加上先前以色列將伊朗革命衛隊最高階指揮官蘇雷曼尼擊斃，伊朗軍隊也正蠢蠢欲動。目前已經有將近2.5萬名巴勒斯坦人在以哈衝突中身亡，西方國家與波灣國家都相當擔心以哈衝突擴大。

而中東目前各地都有零星騷亂，包括葉門胡賽叛軍（背後也受伊朗資助）在紅海以飛彈與無人機騷擾西方國家船隻，目前正由美國與英國軍隊應付；而伊朗前幾天也有飛彈轟炸巴基斯坦，雖然伊朗宣稱是境內的恐怖組織所為，但巴基斯坦不久後也發射飛彈反擊，兩國關係相當緊張。

# 日、韓強權皆爆冷 亞洲盃各隊都進步

【本報記者宋秉謙綜合報導】正如日本主帥森保一所說，亞洲盃場場不可小覷、次輪強權皆遭爆冷！亞洲盃次輪賽事，最被看好的日、韓竟都未能取勝，先是日本大爆冷門，以1:2敗給伊拉克，在分組落居第2；隨後出賽的南韓也一路落後給約旦，最終驚險靠著對手烏龍球才扳平，但也屈居分組第2。其餘強權如澳洲、卡達、伊朗都取勝，仍不約而同是1:0小勝，足見亞洲各隊逐漸進步。

同時，日本高機率會落到淘汰賽籤表另一側，首戰將可能遇上E組頭名，而E組正是亞洲盃第二被看好的南韓所在分組，20日晚間南韓也隨之爆冷門。

南韓迎戰約旦的比賽，雖靠著隊長孫興慜點球首開紀錄，但隨後因為烏龍球、失誤，慘遭約旦逆轉，幸虧尾聲讀秒階段，靠著旅歐好手黃仁范製造約旦球員烏龍球扳平，南韓才勉強拿到平局、1個積分，暫居E組第二。眾所矚目的日韓交手，提前在淘汰賽16強就上演，機會並不小。

## 日韓雙雄遭爆冷！

亞洲盃次輪賽事戰罷，出線局勢相當詭譎，賽事最被看好的前二強日本與南韓，竟都未能取勝，若強權最終未如預期以小組第一出線，將會攪亂淘汰賽的對陣表！先爆冷門的是日本隊，他們次輪面對伊拉克，上半場就因為門將防守瑕疵，慘遭伊拉克旅外選手侯賽因連進2球，雖然藍武士下半場靠著旅歐隊長遠藤航破門，但終場仍以1:2不敵對手，意外落居分組第2。

日本意外的落敗，也確定同組的伊拉克提前以小組第一出線，

## 場場都不可小覷

根據《日本時報》報導，南韓主帥克林斯曼賽後提到，本就預期這是場艱難的比賽，末輪必須全力對馬來西亞搶勝、確保出線資格。

除了日韓之外，其餘強權雖有取勝，但也都是1:0小勝，卡達1:0擊敗塔吉克、確保小組頭名出線，澳洲1:0戰勝敘利亞，伊朗1:0擊敗香港，說明亞洲各國足球實力都在進步當中、逐漸與世界接軌，正如日本主帥森保一所說「場場都不可小覷」。



▲亞洲盃最被看好的日韓雙雄賽前碰頭？(圖為日本隊) (photo from AFC Facebook Official)

# 提高氣候韌性 企業再生成關鍵詞

【本報記者簡嘉佑綜合報導】面對氣候變遷，僅減少碳排放已經不夠，商業環境也需要全方面改革，「再生」已成為重要出路！專家指出，隨著各國政府法規加嚴、消費者偏好改變，企業不能需要革新商業模式，透過回收再利用、選擇有機材料等「再生」模式來經營，除了因應變遷，還能進一步增加經濟成長。

新的經濟、商業模式」。

## 再生商業模式當道

不少專家認為，企業不該只是依循現有的商業模式進行些微調整，更應將「再生」(regeneration)納入商業模式與供應鏈進行重新思考。科爾尼公司永續發展全球主管福雷斯特表示，「再生」能產生正面的效應，例如有紡織廠商透過回收大量減少棉花使用量，並要求使用有機種植的棉花。

福雷斯特強調，消費產品企業比其他產業更適合應用「再生」的商業模式，主要原因之一就是消費者對永續產品的興趣愈來愈濃厚。此外，政府法規不斷加嚴，如歐盟就要求企業要進行「永續發展盡職調查指令」(CSDDD)。

該指令要求公司辨識、預防，並減輕商業活動對環境或人權的實際侵害，業者不僅要對自身進行盡職調查，還要對其子公司及供應鏈中有業務關係的其他企業活動，進行盡職調查，並制定「預防行動計畫」。

## 減碳、利潤難兩全

《BBC》報導，隨著熱浪、洪患在世界各地頻傳，氣候變遷成為各界不可忽視的議題。2023年的民調指出，美國超過半數的民眾認為「大型企業能做非常多來減少氣候變遷的影響」。專家也認為，面對氣候變遷，企業應該要，面對氣候變遷，企業應該要，面對氣候變遷，企業應該要，以增加更多氣候韌性。

一名世界經濟論壇常務董事就指出，過度消費地球有限的資源，進一步加劇了氣候問題，但真正的問題是當企業開始減少碳排放、停止開採自然資源時，它們能否持續營利？她強調，「面對上述狀況，我們需要建立一套

# 多明尼加要周休三日 能減少工作負擔？

【本報記者呂翔禾綜合報導】少工作一天，壓力會比較低嗎？多明尼加近日宣布將實驗「周休三日」的工作方案，成為拉丁美洲第一個試行相關方案的國家。過去英國曾有大規模試驗過，61家參與企業有56家在實驗期結束後，仍繼續採用新方案。新冠疫情讓周休三日在國際的呼聲增加，但各國也都還在實驗階段。



▲多明尼加加入英國、比利時等國行列，試驗周休三天的工作方案。(photo by Link Hoang on Unsplash)

## 不強迫企業參加

根據《半島電視台》20日報導，多明尼加將於2月起試行周休3日的工作方案，此方案不採強迫，並只有為期6個月，在這段期間，周工時將會從44小時下降至36小時，原則上周一到周四上班，但領與之前相同的薪水。

目前包括政府的健保局、能源公司EGE海娜、拉美電信公司克拉羅與重工業IMCA都將參與，並將由多明尼加當地的大學協助蒐集數據，包括接

受周休三日方案的員工健康狀況，還有工作與個人生活之間關係的轉變。目前認為，工時縮短下，一些比較冗長的會議有望取消，提升工作效率。

## 減少負擔、促進平權

多明尼加勞動部長坎普斯表示，希望改成周休三日，不要讓公司將過去同樣的工作量一口氣塞到4天的工作日，反而

會增加員工壓力。受到疫情影響，各國都陸續開始試行更具彈性的工作規劃。日本2022年有超過3千人因過勞死，日本微軟也曾試行周休三日方案，測試結果不錯。

《衛報》提到，英國在2023年推動了相關試行方案，結果61家參與的企業在試行期結束後，仍有56家維持周休三日甚至有18家企業固定

以後就永遠改成周休三日，且接受周休三日的2900位員工大多數的身心狀況都有所改善，包括壓力能更好釋放，還有讓男性增加家務負擔，促進性別平等。

但各國試驗周休三日的狀況不同，比利時與阿聯的實驗方案雖然減少工作天數，週總工時仍不變，等於每天從工作8小時變成10小時，阿聯甚至更多。



◀「魔改」的真人版《小美人魚》則在爭議聲中以 2.98 億美元票房排在第 6 名。(網路截圖)

▼《星際異攻隊 3》亮點：片頭曲為火箭浣熊悲慘過往埋下伏筆。(網路截圖)



▲ 量子衛星不小心把蟻人保羅路德、黃蜂女伊凡潔琳莉莉、初代蟻人麥克道格拉斯、初代黃蜂女蜜雪兒菲佛與第三代蟻人凱瑟琳紐頓，都傳送到另一個神秘宇宙，展開一場瘋狂探險。(網路截圖)

# 臺灣觀眾的電影口味改變了

■ 梁良 (資深影評人)

近日，多個地區的 2023 年度賣座電影排行榜陸續公佈，若將這些名單互相參照，可以看到全球主流電影觀眾的觀影趨勢，也可以看出個別地區的觀影偏好。限於篇幅，本文想集中探討臺灣觀眾的電影偏好，而以北美及香港票房排行狀況作對比說明。

## 台灣觀眾的口味

整體而言，去年是以漫威為首的「超級英雄+動作鉅片」和迪士尼為首的「動畫+動畫真人版」集體退潮的一年，大

臺灣現在的「日本動畫鐵粉」已逐漸攻佔臺灣最賣座電影市場的半壁江山。

部份影片的北美票房成績都很不理想。鉅片續集在內容上的「換湯不換藥」，和迪士尼製作路線的過度「政治正確」，令美國觀眾逐漸不再買單。

漫威電影中賣座最好(也是評價最高)的《星際異攻隊3》，僅以 3.58 億美元收入排在第 4 名，餘下是《蟻人與黃蜂女：量子狂熱》以 2.14 億美元票房排第 7 名，被批「魔改」的真人版《小美人魚》則在爭議聲中以 2.98 億美元票房排在第 6

名。

## 不愛超級英雄電影

以上 3 部影片都沒有出現在臺灣的前十大票房排行榜中，因為臺灣觀眾另有所好：好萊塢巨星主演的豪華動作鉅片+具知名漫畫基礎的日本動畫。在北美票房「仆街」的阿湯哥《不可能的任務：致命清算 第一章》以 4.36 億新臺幣成為年度電影賣座第 3 名(北美排 13 名)；已經拍到第十集馳車經

典《玩命關頭 X》則以 3.55 億新臺幣高居第 5 名(北美排 18 名)。香港對這兩部動作鉅片也同樣買單，分居當地賣座排行榜的第 3 名和第 9 名。

過去在臺灣市場戰無不克的超級英雄電影，明顯已被拋棄。賣座最好的一批影片，密集地以總票房 1.5 億新臺幣左右的體量擠在 13-18 名的區間，依序是：13 名《水行俠：失落王國》、14 名《變形金剛：萬獸崛起》、15 名《星際異攻隊 3》、16 名《閃電俠》、18 名《蟻人與黃蜂女：量子狂熱》。中間卡了一部臺灣電視劇的劇場版：17 名的《想見你》。反



▲ 第十集馳車經典《玩命關頭 X》則以 3.55 億新臺幣高居第 5 名。(影集劇照)



▲ 由溫子仁執導、傑森摩莫亞主演，敘述水行俠必須建立盟友，以保護亞特蘭提斯及世界受到不可逆的破壞。(影集劇照)

映出「漫威鐵粉」目前在臺灣就剩下這個數量。

## 日本動畫鐵粉增多

相對之下，臺灣現在的「日本動畫鐵粉」卻越來越多，已逐漸攻佔臺灣最賣座電影市場的半壁江山。若將在 2022 年 12 月中已開始在臺灣上映的《阿凡達：水之道》排除不計，總票房 4.58 億新臺幣的日本動畫《灌籃高手》是 2023 年度臺灣賣座冠軍，接下來《鈴芽之旅》以 2.52 億新臺幣高居排行榜的第 7 名，壓倒了 3 部在美國大賣座的好萊塢電影：《捍衛任務 4》(第 8 名)、《奧本海默》(第 9 名)、《Barbie 芭比》(第 10 名)。

另外 3 部 11 日本日本動畫《名偵探柯南 黑鐵的魚影》、《蒼鷺與少年》、《「鬼滅之刃」

上弦集結，前進刀匠村》分佔 11、12 和 28 名，票房實力驚人，打到韓國電影沒有一部能夠擠進臺灣最賣座電影的前 30 名。

## 韓片未受青睞

事實上，在 Netflix 投下重金拉攏韓國影視精英拍攝電視劇供應串流平臺之後，電影水準的確有點下降，在海外的市場競爭力不足。公認拍得最好看並成為韓國片年度賣冠軍的《12.12：首爾之春》，很可惜沒有得到臺灣觀眾的賞識。

倒是馬來西亞文藝小品《富都青年》在金馬獎的加持之下成為大黑馬，在去年底以 9,327 萬新臺幣暫居第 24 名，目前仍在上映中，近日在宣傳上賣力衝刺，作《富都青年》演唱特別場破億倒數！



▲《變形金剛：萬獸崛起》將引領觀眾踏上 90 年代的全球冒險之旅，並新加入強大金剛、掠奪金剛和恐懼金剛，參與博派變形金剛和狂派變形金剛在地球上的戰爭。(網路截圖)

01/22

讀經：馬太福音六章 5-15 節  
題目：基督徒禱告的要與不要

一月二十二日

讀經：馬太福音六章 5-15 節  
題目：基督徒禱告的要與不要

- 一、內容重點 (馬可福音 11:25-26)
- 1、禱告的教導、內容、詞句。(主禱文路加福音 11:2-4)
- 2、先求神的國、不惹自己的需要。
- 3、我們先饒恕，才得主饒恕。

- 一、禱告需知一不要
- 1、不要故意叫人看見一因為禱告傾訴對象是主。
- 2、不要用重複的話、也不要話多嘮叨一上帝無所不知。

馬太福音第六章提到向外邦人用許多重複的話語，可能反映了當時一些異教文化的禱告習慣。

在古代的一些文化中，人們認為透過反覆的禱告和冗長的言辭，可以引起神的垂聽和注意。這種觀念在當時的一些宗教實踐中相當常見。

01/23

讀經：馬太福音六章 16-24 節  
題目：基督徒的金錢觀

然而，耶穌在這一段教導中強調了真誠和謙卑的禱告，與那些空洞而重複的言辭形成對比。

他鼓勵信徒在禱告中表現真誠、單純，而不是僅僅依賴言辭的多寡。這也強調了心靈上的真實與與神的關係的重要性。

「你在神面前不可冒失開口，也不可心急發言；因為神在天上，你在地下，所以你的言語要寡少。」(傳道書 5 章 2 節)

- 二、禱告需知一要
- 1、要進你的內室、關上門一與主單獨在一起。
- 2、你的需用主早已預備。
- 3、先求神的國一以主的心為心。
- 4、他賜日用飲食、求免我們的罪債、求免我們遇見試探與凶惡。

- 三、如何可以先饒恕別人？
- 1、我也有錯。
- 2、我渴望天父的饒恕。

臺灣醒報 每日甘泉 官網



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。



劃撥捐款

每週一至周五上午七點首播 歡迎收看 10 分鐘的

# 每日甘泉

2024 年開始 一起讀新約

觀看連結：



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)