



國民黨聖誕祈福 給人民好日子



台成長 4.21% 明年留意美貿易



韓政局不穩 美防長赴日表支持



聖誕的腳步近了

國民黨在中央黨部前舉行聖誕點燈活動，耳聽聖樂、眼看閃爍的聖誕樹，感覺紀念耶穌降生的日子近了。每年聖誕季都是社會上洋溢喜悅氣氛的時候，即使只是聖誕採買、舞會、佈置，都令人無比感恩。

▼ 勞動部 11 日在台北舉行「北分署案重啟調查報告」記者會，由調查小組召集人、勞動部長洪申翰（左）及台灣職業安全健康連線執行長黃怡翎（中）、職安署長鄧子廉（右）說明重啟調查結果。（中央社）



霸凌輕生調查報告 謝宜容高壓管理導致

前北分署長謝宜容霸凌基層公務員致死的重啟調查報告顯示，謝宜容高壓管理，加上不當指派「AI 專案」，導致吳員輕生。

【本報記者呂翔禾台北報導】「謝宜容高壓管理使吳姓公務員壓力相當大，因此是遭霸凌而輕生！」勞動部長洪申翰 11 日公布前北分署長謝宜容霸凌基層公務員致死的重啟調查報告，報告顯示謝宜容高壓管理，加上不當指派「AI 智能服務專案」，導致吳員輕生。洪申翰表示，同時也將專案督導的資訊小組秘書室主任、人事部門主任都調離現職。洪申翰強調，如此優秀的公務員因為不當指派工作致死，讓大家相當遺憾。

不合理要求跑步

他表示，調查報告主要觀察 3 點：前北分署長謝宜容 2023 年 3 月到職後管理狀況如何、吳姓公務員是否遭受霸凌與工作過勞，還有吳姓公務員生前最後處理的「AI 智能就服專案」是否為最後一根稻草？最後發現，謝宜容就任以來，對北分署同仁提出不合理工作要求，且若修正就會被臭罵，導致工作環境惡化。

「前述的工作環境，也讓大家不敢申訴，擔心被秋後算帳。」洪申翰相當沉痛地說，他上任第一天就到北分署詢問狀況，有許多同仁被問到是否

被謝宜容公開要求在辦公室跑步的時候，眼淚就掉出來了。洪申翰指出，謝宜容還會反覆詢問請假理由，占用工作時間還強迫從事非工作內容。

盡業同仁身心高壓

洪申翰也說，訪談者也對吳姓公務員非常肯定，對於交代任務非常投入，性格幾乎都不抱怨，訪談時同仁都非常心疼。而吳員生前被指派的最後任務「AI 智能服務專案」，不只相關業務單位不清楚需求，經費還被大砍，導致吳員承受莫大心理壓力，他在自盡前 2 個月大多是凌晨 4 到 5 點就上班，還曾表達「就服專案期程快到，若無法交案的話就自我了斷。」

外部委員、台灣職業安全健康連線執行長黃怡翎表示，有大量案例與錄音顯示，只要下屬不合謝宜容心意、或認為表現不佳，謝都會要求員工先承認自己錯誤、貶低自我人格，而且還會頻繁要求署內同仁面談，並要求排隊，不時就拍桌、摔公文，且謝的吼聲在辦公室外都聽到，同仁們壓力都很大。

「這也導致謝上任 1 年 8 個月，就有 81 人退任！」黃怡翎表示，由於「AI 智能服務專案」



▲ 勞動部長洪申翰 11 日公布重啟霸凌案調查報告，坦言謝宜容霸凌相當嚴重，導致北分署高離職率、吳姓公務員遭壓迫致死。（Photo by 呂翔禾/台灣醒報）

在 10 月 28 日到 11 月 4 日又歷經多次修改，且經費頻頻被砍，卻仍無法達成謝的要求，每天 4 到 5 點就上班、晚上 7 到 8 點才下班，最終是吳員工作環境不佳、被指派不可能達成工作，且主管沒有支持下而自殺。

從受壓迫者還原事實

洪申翰在最後也哽咽向吳姓公務員家屬道歉，並表示除了謝宜容 2 大過免職外，在處理專案過程的資訊小組秘書室主任也調離主管職，同時請人事總處將北分署人事室主任調離。

媒體詢問此次調查報告與上次結果大翻盤，是否是因為之前有人包庇？洪申翰僅表示，上一份報告過於同情謝宜容，此次是從受壓迫者的角度還原事實。

體育班霸凌層出不窮 綠委盼運動部要管

綠委陳培瑜說，目前體育班事務是由運動部還是教育部管仍未有定數；綠委張雅琳呼籲運科中心制定訓練指引。

【本報記者呂翔禾台北報導】「體育班仍有許多霸凌現象，且霸凌教練常仍可在他處任教不受罰，運動部都要管！」人本教育基金會 11 日與綠委陳培瑜、張雅琳召開記者會，再公布 3 起霸凌案。陳培瑜歎說，目前體育班事務是由運動部還是教育部管仍未有定數，盼儘速確定；張雅琳則呼籲運科中心制定訓練指引，避免運動員被不當訓練、施虐。

人本教育基金會執行長馮喬蘭 11 日公布 3 起霸凌案，包括 2019 年桃園青溪國中前棒球隊總教練長期體罰學生，放任外聘教練性騷擾、侵害學生長達 2 年，雖被監察院糾正而終身解聘，但因為學校行政疏失僅解聘 2 年。另外，2023 年台南南英工商前女籃隊劉姓教練長期凌虐、體罰學生，造成學生膝蓋韌帶斷裂、聽損與下顎受傷。

重度施虐無人救援

南英工商前隊員也出面指控說，教練一直打罵，而且她有明確跟教練告知自己過去沒有基礎，教練雖說允許一起訓



▲ 民進黨立委陳培瑜、張雅琳（右二、一）11 日與人本基金會與受霸凌學生與家屬召開記者會，要求運動部要納管體育班，避免霸凌案悲劇再現。（Photo by 呂翔禾/台灣醒報）

練，卻又在跟不上進度時破口大罵，若動作不到位就要瘋狂跑步、跳階梯、太空蹲，隊員跳繩只要 5 百下，她被加罰 1500 下，到後來受不了，才打電話給母親求救。

加強體育班管理

球員母親哽咽表示，劉教練還曾恐嚇小孩不能將事情說出去，還藉機因為球員住學校宿舍，收了 2.4 萬元住宿費但卻沒正式收據；孩子回到台北後，身心都受到嚴重壓力影響，只要睡著就會夢到自己被打，其他球員以為這些是正常訓練，直到後來才陸續揭露，雖然事後劉教練已被免職，但其他在場的老師或教官過去卻

不願舉報，形同共犯。

民進黨立委陳培瑜不滿指出，體育班的訓練現場仍有很多不合理的霸凌或「訓練」，不要讓體育班學生成為大人想要拿牌的藉口。她強調，體育班除了運動部要管，若學生的就學權益受到影響，教育部也不能忽略。盼未來來行政院在設立運動部時要注意相關規範。

「要設立指引，避免小孩接受不合理訓練！」同黨立委張雅琳說，如今體育風氣愈來愈盛，盼小孩加入體育班可以追夢，而非在過程中折翼。她指出，體育班長期封閉、權力不對等的狀況明顯，盼未來運科中心制定訓練指引，不要再讓不當訓練的悲劇再發生。

《焦點圖文》

高鐵車票 全新改版

圖文 / 中央社



△台灣高鐵公司11日表示，即日起車票全新改版，以QR Code紙票逐步取代原本的磁條式車票，旅客可以直接掃描通過閘門，更省時、方便。（台灣高鐵提供）

社論

霸凌案檢討主管 也要評估員工壓力承受度

勞動部勞動力發展署北分署署長謝宜容涉及霸凌的案件越燒越大，經過勞動部重啟行政調查後，確認謝宜容的確涉及嚴重霸凌，導致職員不堪受辱自盡，同時長期以高壓行為逼迫公務員。

薪資與勞務要成比例

另外還因她涉貪污案總計涉犯 5 罪，遭新北檢向法院聲押，看來這起案件已經從公務體系內的霸凌案擴大到了刑事貪污，也跟著帶出了台灣各行各業的反霸凌投訴，使台灣社會在霸凌認定跟職場倫理都將面臨重大轉折。

工作怎麼樣能夠讓職員感到受尊重，又能夠讓主管有效領導，這已經變成現在職場的大哉問。真正關鍵還是在於薪資，台灣職場最深層的問題，核心還是在於薪資與勞務的付出不對等。因此業界時常無法找到能力符合的人力，但是又迫於要達成績效，就只好變相用強硬的手段逼迫員工。

這些存在企業跟公務單位當中的謾罵、譏諷跟暴力，不時出現在公眾的目光當中。但是公務機關的薪資已經相對高於私人企業了，尚且會有這麼多讓人無法接受的管理方式，就可以推測民間單位的霸凌，恐怕數量會遠遠多於公家機關。

偏偏私人企業的福利跟薪資在這一波經濟低迷的情況中，也很難短期就提高待遇，所以只能在現階段先找出霸凌的受害者，並且給予保護，才是當務之急。

員工心理應定檢

在這一波的霸凌風潮當中，幾乎所有的霸凌投訴都是長期存在，甚至有的長達一兩年都沒有得到相對應的處理。民間單位或是公務單位應該建立共同的投訴處理準則，不該獨厚公家機關，必須在最短時間內對受霸凌的員工案件進行處理，並且負責的委員會當中，外部專家必須要有半數以上，才能避免官官相護，導致問題拖延不決。

員工的身心狀況也需要長期的評估跟觀察。不得不承認，許多工作所肩負的壓力遠非常人所能負擔，許多工作不只要具備專業，同時還得具備快速的反應，甚至還要應對很多額外狀況。

這些員工在承擔這些工作初期或許還看不出異狀，但是隨著時間跟業績的壓力，很可能在身心上都無法承受。目前在勞基法上，對於這樣的狀況沒有明確規範，業主無法輕易讓員工轉換單位，但是如果可以讓專業評估介入的話，或許就能有更客觀的數據來評估員工的狀態，避免因為業務過重遭到壓垮。

高層主管問責

對於主管來說，在業界實務並不如大家所想的光鮮亮麗，往往加薪有限，卻被賦予了不成比例的重責。這需要業界本身進行檢討，避免主管把壓力轉嫁到基層員工身上。等到出事了，又是把矛頭針對基層主管，好像公司之前的要求都不存在一樣。應該要加重公司負責人跟高階經理人的責任，不

然恐怕最後受害的是基層員工，背鍋的永遠都是基層。

政府單位最重要的不可頭痛醫頭、腳痛醫腳。這次的勞動署風暴，要不是有員工輕生，可想而知，最後不會追究到這麼高層。這涉及合理分配工作、主管的管理手段、缺乏支持環境還有申訴反應等種種問題。這絕對不是單單處分一個謝宜容就能改變的事情。

反省面要擴大

勞動署長洪申翰說，他驚訝謝宜容的行徑居然長達數年，但是要怎麼改變？要付出多少成本改進什麼程序？如果最後只剩下追究謝宜容，那恐怕只是掩耳盜鈴，繼續漠視各地的霸凌罷了！

國民黨為聖誕節祈福 朱立倫：給人民好日子

國民黨 11 日於黨部門口舉行耶誕點燈活動，黨部門口設立了耶誕樹，讓與會者可以將「聖誕感恩祝福卡」掛在樹上並許願。



▲ 國民黨 11 日舉行「耶誕點燈」活動，現場有相當多黨公職人員參與。(Photo by 呂翔禾／台灣醒報)

【本報記者呂翔禾台北報導】「聖誕節是溫馨、祥和的日子，國民黨未來會努力帶給民眾更多好日子！」國民黨 11 日於黨部門口舉行耶誕點燈活動，現場許多人頭戴紅色耶誕帽，還有發放鮮紅蘋果，現場耶誕味相當濃厚。黨主席朱立倫說，很開心愈來愈多縣市也舉辦耶誕活動。

多位政要點燈祝福

國民黨 11 日晚間於黨部門口進行「聖誕點燈」活動，現場有詩班帶領，唱著「一同齊聲宣揚」、「平安夜裡真平安」與「至高之處」等聖歌，秘書長黃健庭也在詩班的行列中，他隨後帶領禱告說：「這一年，國家遭遇許多困難，但謝謝你賜給我們不是膽怯的心，而是剛強仁愛謹守的心，讓我們可

以度過各種難關。在此聖誕節期，我們把國民黨的未來交在你手中，求主引領我們走在公義的道路上，成為國家人民的祝福。」

除了黨主席朱立倫、秘書長黃健庭外，副主席連勝文、基隆市長謝國樑，國民黨立委賴士葆、謝衣鳳、許宇甄、葛如鈞、王育敏與黃仁，台北市議員柳采葳、曾獻瑩、鍾佩君，桃園市議員朱珍瑤與發言人楊智仔等人都與會參加點燈儀式。

帶給人民歡樂與平安

「耶誕節就是充滿歡樂、平安、溫馨的日子！」國民黨主席朱立倫笑說，他 14 年前首創「新北耶誕節」，讓孩子能夠感到歡樂，市民則覺得溫

馨與平安，如今新北仍持續舉辦，而台北、基隆、桃園與台中等縣市也陸續興建耶誕廣場，還有舉行耶誕點燈活動。

朱立倫強調，耶誕節是耶穌降生的好日子，而國民黨就是讓人民過好日子才創的政黨，他們會莫忘初衷、繼續努力。

藍營許願重返執政

黨部門口也設立了耶誕樹，讓與會者可以將「聖誕感恩祝福卡」掛在樹上並許願，被問到許的願望，賴士葆笑說「國民黨重返執政」，讓大家都拍手叫好。

最後與會者一起高唱「普世歡騰」，雖然天氣相當冷，但仍不減過耶誕節的溫暖，現場耶誕氛圍相當濃厚。

內政部推老宅延壽 修復免拆屋為降碳排

【本報記者呂翔禾台北報導】「全國有 5 百萬戶老屋短期內難重建，未來會加速整建維護工作，減少至少 60% 碳排！」內政部政務次長董建宏近日在研討會上說，全台屋齡 30 年以上的老屋約有 500 萬戶，超過總體住宅總量的半數，房屋要在短期全面更新重建恐不切實際，也緩不濟急。未來將由經濟、簡易、快速評估與修復補強技術工法延長壽命。

高齡老宅問題多

董建宏在內政部舉辦的「老宅延壽 老人更安心研討會」時坦言，全台屋齡 30 年以上的老屋超過總體住宅總量的半數，要在短期內全面更新重建緩不濟急，加上都會區土地缺乏，新興住宅建設往都會區外部發展，迫使青年族群人口大量外移，加劇人屋雙老和都市空洞化現象，因此啟動老宅延壽計

畫勢在必行。

「目前高齡老宅主要有耐震、年久龜裂、漏水、外牆磁磚掉落與電線雜亂導致走火等狀況！」董建宏指出，還會遇到電梯、浴廁防摔照護等通用設計問題，若能適當整建維護，不僅可增進高齡者行動便利性、提升居住安全與舒適性，並活化都市機能，有助實踐高齡者在地安養社會理想，有效減輕都更危老重建負擔。

減少 60 至 70% 碳排

因此他宣布，未來將已較簡易、快速的評估與修復補強技術工法，在短期內提升安全性能、改善居住品質，而且無需拆除重建，可減少約 60% 至 70% 碳排，所帶來的建築減碳成效，將可加大台灣淨零建築推動力道。在過程中也會積極與居民協調，並鼓勵不動產與營造業加入，打造新產業鏈與完善服



▲ 內政部近日宣布，將加速推動老屋延壽，減少拆屋產生的碳排，減輕都更為老重建負擔。(中央社)

務機制。

董建宏說，面對人屋雙老困境，內政部將透過政策整合、行政程序簡化、提高資金挹注並結合減碳綠色金融提高誘因，投入專業人力及輔導團隊，加

大力度協助公寓大廈成立管理委員會，完善延壽機制，加速老宅延壽整建維護工作，進而提升高齡者行動能力和居住安全。

圖文選粹

圖文 / 中央社

韓國瑜接見 113 年全國好人好事代表



▲ 立法院長韓國瑜（前右）11 日在立法院接見 113 年度全國好人好事代表，並代表全體委員向現場好人好事代表們致敬。

淡江大橋施工團隊宛如聯合國



▲ 淡江大橋是國內首例以國際競圖方式辦理設計的橋梁工程，施工階段由台灣、新加坡、馬來西亞、日本及德國等專業技術人員組成施工團隊；日本技師平澤純（中）表示，施工團隊有來自各國的專業人員，就像是迷你版聯合國。

▼台灣綜合研究院 11 日發布經濟預測，上修民國 113 年全年經濟成長率為 4.21%，114 年因人工智慧（AI）需求持續，可望支撐出口、帶動投資，全年經濟成長率也有 3.16% 的水準。台綜院指出，未來經濟發展以 AI 為核心，將讓台灣長期保有成長動能。圖為民眾在西門町採買美食。（中央社）



台灣今年成長 4.21% 明年需留意美國貿易

【本報記者呂翔禾台北報導】「台灣明年經濟最大的變數，就是美國總統川普是否會對台灣採取貿易戰！」台灣綜合研究院院長吳再益 11 日宣布經濟預測，台灣由於內需回溫、出口成長，今年將成長 4.21%、明年則可有 3.16%。吳再益提醒，台灣的產業用電也比之前提升 2.05%，明年要注意川普上台後對台灣出口的影響。

明年有望成長 3.16%

吳再益表示，由於全球 AI 熱潮，資通產品需求強勁，外需出口表現優於預期；內需方面，廠商加碼投資擴充產能、民間投資回溫，整體環境比 6 月改善不少，因此上修今年全年經濟成長率 0.64% 為 4.21%；

台綜院表示，受惠進出口成長、內需與投資回溫，因此上調今年經濟成長率，明年要注意美國的貿易政策。

展望 2025 年，內需消費正常、投資動能仍可維持，但面對美國川普的不確定性，預估台灣經濟成長率為 3.16%。

民間消費部分，吳再益表示，由於台灣消費動能回歸基本面，還有員工加薪與股市高點的財富效應，預估 2024 年實質民間消費成長為 2.69%、2025 年有望成長 1.97%；下半年國內資本設備進口成長明顯，因此 2024 年民間投資成長率為 4.5%，2025 年預估為 4.95%。

注意美國貿易指控

「AI 加半導體，讓台灣用電持續成長！」吳再益說，今年 11 月全國產業高壓以上用電成長率約 2.48%，1 到 11 月整體用電量比去年成長 2.05%，電力景氣燈號從 5 月開始連續 7 個月呈現揚升的黃紅燈，也讓台電長期電力吃緊。不過部分傳統產業因國際終端需求回溫步調不均，化學材料、塑膠膠製品與機械設備業生產動能相對疲軟。

針對川普上台可能造成影響，吳再益表示，美國五種常見的貿易指控包括：雙邊貿易順差過多、透過貨幣貶值提

升競爭力，對美國出口產品的市場准入條件有損害、關稅稅率遠超過美國與美國貿易壁壘報告提及次數多，韓國五項都中，巴西、中國與印度等新興市場也有 3 到 4 項，未來都可能面對川普的貿易戰。台灣雖僅最後一項有中，但也要謹慎因應。

中國投資環境不佳

針對中國大陸景氣，吳再益說，中國如今面臨通貨緊縮，恐使工資下降讓陷入困境家庭削減支出，進而影響內需動能，而企業收入也受到影響導致抑制投資，進一步恐裁員減薪。他強調，若通縮愈久，要採取的刺激措施就愈多，中國目前的經濟大環境面臨很大挑戰。

青少年身心問題 國教盟決做調查

【本報記者呂翔禾台北報導】「班班有鮮乳、石斑魚等政策，真的在有意青年的感受嗎？應該要有問卷調查！」國教行動聯盟青年部 11 日召開記者會，宣布將從校園安全與霸凌、心理健康、課綱與學習、公共政策與家庭參與等面向，調查年輕人的關心議題。青年代表楊于萱強調，要制定政策，應該由下而上詢問青年的看法。

青年政策應由下而上

國教行動聯盟理事長王瀚陽表示，過去僅有兒福聯盟於 2015 年針對青年想法進行問卷調查；親子天下雖曾於 2023 年做過調查，但主要是針對心理韌性；政府若要對青少年好，應該要先了解他們需要什麼，否則如班班有鮮乳、石斑魚等政策都讓學生與家長錯愕，應該由下而上形成青年政策。「校園霸凌愈來愈頻繁！」



輔仁大學德語系學生楊于萱指出，去年 12 月的新北國中割頸案彰顯校園安全設施的不足，還有過度性教育的規範與輔導系統是否健全都值得檢討。她在訪談國中生時也常聽到有很多霸凌現象，尤其是關係與網路霸凌，若能從問卷調查了解青年想法，才能更有效解決問題。

社群挑戰前所未見

仁親社區關懷協會陪讀班老

師林韋伶指出，她在陪讀時也有看到青少年容易陷入焦慮、孤單等情緒，因此常有極端行為出現，例如自我傷害與暴力解決衝突等，如今青年面臨課業、壓力、情感、社群軟體與 3C 產品等挑戰，青年有大量時間進入網路以尋求認同，因此青年政策挑戰與以往不同。

連鎖企業資訊部專員劉啟立則說，如今 108 課綱雖然重視素養，但近日也有國小四年級考是因為考素養題太過艱難，沒有人答對，導致班平均僅 70

幾分，素養強調綜合思考下，教育與學習的責任不能完全丟給學校，家長在家也要陪讀，也要透過調查了解學生對新課綱的意見。

國教盟表示，他們將於 12 月 11 日至明年 1 月 10 日進行調查，主要範圍是國小五年級到高中三年級，並就校園安全與霸凌、心理健康、課綱與學習、公共政策與家庭參與 5 大領域提出 25 個問題，盼作為未來的青年政策建議，創造更友善的成長環境。

▲國教盟青年部代表李雨函（中）表示，先透過質性訪談，初步瞭解青年世代關注的各類生活議題，再透過問卷方式，提出具體建議。（中央社）

財經短波

台美貿易倡議協定生效 外交部：續深化關係

【本報記者游清淵綜合報導】台美 21 世紀貿易倡議首批協定即日起生效。外交部 11 日表達歡迎，並表示將持續與美國行政部門及國會密切合作，深化台美夥伴關係。

台美雙方 11 日共同發布新聞稿，宣布「台美 21 世紀貿易倡議」的首批協定於 10 日生效消息。首批協定議題涵蓋關務行政及貿易便捷化、良好法制作業、服務業國內規章、反貪腐、中小企業等 5 項。

外交部晚間回應中央社提問表示，對於此項台美經貿夥伴關係里程碑已形成具體成果，



▲行政院宣布，歷經兩年半，台美 21 世紀貿易倡議首批協定 110 起正式生效。（本報資料照片）

外交部表達歡迎，未來政府將持續與美國行政部門及國會密切合作，進一步深化台美互利互惠的經貿夥伴關係。

估 2070 台灣老年人口近 5 成 AI 將成改善契機

【本報記者游清淵綜合報導】台灣人口拉警報，國發會副主委高仙桂 11 日指出，台灣明年將步入超高齡社會，在少子化影響下，高齡化趨勢快速上升，估計 2070 年台灣老年人口占總人口比率將達 46.5%，主要國家中僅次於韓國，工作年齡人口占比也將低於 50%，對台灣勞動力及產業發展是一大警訊，但 AI 發展將成為轉變契機。

中央研究院 11 日舉行「2024 總體經濟計量模型研討會」，今年主題為「超高齡社會的總體經濟挑戰與機會」。

高仙桂受邀出席中研院研討會，並以「化高齡挑戰為轉型契機」進行演講。她表示，許多高所得國家包含台灣，都面臨人口減少、高齡化的人口結構轉變與衝擊，這是一場「人口的寧靜危機」，沒有人能夠置身事外；國發會已於 10 月



▲高齡化趨勢快速上升，估計 2070 年台灣老年人口占總人口比率將達 46.5%。圖為看護與受照顧長者一同外出。（中央社檔案照片）

發布最新人口報告，政府正在進行跨部會討論，預計明年 2 月提出因應對策。

高仙桂說，人口結構老化在社會面、經濟面、環境面都會帶來影響，社會面將有大學轉型壓力、長照醫療負擔增加，以及獨居社會漸成常態；經濟面有國內缺工、國際競才、財政短絀等問題；環境面則因區域發展不均，衍生區域均衡、地方再生課題。

台大助攻淨零 開發薄膜碳捕捉與碳轉化技術

【本報記者游清淵綜合報導】淨零成顯學，台大團隊開發 2 項前瞻技術，其中薄膜碳捕捉技術，與傳統方法比較，有望將捕碳效益從 60% 提高至約 90%；同時，電化學碳轉化技術已打造出試量產機台，可將二氧化碳轉化為甲酸等，每日可達 50 公斤二氧化碳處理量，目標未來與石化廠等業者合作，實現每年百萬公噸處理量。

國科會 2023 年成立台灣淨零科技方案推動小組，邀集國內學者專家，共同開發 2050 台灣淨零減碳所需的前瞻科技。在國科會計畫支持下，國立台灣大學化工系教授康敦彥、郭修伯、吳嘉文、余柏毅及化學系教授陳浩銘，共同組成 NTU ZERO 研發團隊。國科會 11 日舉辦學術成果系列記者會，公布團隊開發出的薄膜碳



▲台大團隊自主開發「薄膜碳捕捉」、「電化學碳轉化」技術。（台大官網）

捕捉、電化學碳轉化 2 項前瞻技術。

團隊表示，台灣二氧化碳的溫室氣體年淨排放量為 264 百萬公噸二氧化碳當量（MtCO₂e），其中，約 64.3% 來自能源與製造部門；火力發電、產業界碳排，皆可透過碳捕捉技術，將煙道氣中的二氧化碳捕捉下來，進行再利用或封存。

▼美國國防部長奧斯汀(左)近日與日本首相石破茂見面，盼在川普上任前加強美日聯盟。(@SecDef via X)



南韓政局不穩 美防長赴日表堅定支持

【本報記者呂翔禾綜合報導】即使南韓親美總統恐提前下台，美日仍宣示堅定守護東北亞安全！美國國防部長奧斯汀10日訪問日本，盼藉此彰顯美日同盟的堅實。雖然韓國親美的尹錫悅因政治因素遭拔權、美國軍機有問題，加上川普上任，都會影響美日聯盟，但日本也以加強預算、與他國研發戰機來避險。

確保東北亞聯盟穩定

根據《美聯社》報導，美國國防部長奧斯汀10日前往日本與首相石破茂見

面，由於近日南韓因為總統尹錫悅戒嚴而政治局勢不穩，且近來中國與北韓擴張的威脅增加，美國希望透過部長出訪穩固局勢。奧斯汀強調，仍會持續與日韓進行三方合作，確保東北亞局勢穩定。

不過近日由於美國的魚鷹號軍機有安全疑慮，日本自衛隊也讓國內17台同型號軍機停飛，讓此次見面有點小尷尬。奧斯汀與石破茂會面期間也強調，有鑑於敘利亞政府垮台快速，美日之間要持續強化連結，因應瞬息萬變的國際安全局勢。他與日本防衛大臣中谷元會面時則說，中國、北韓與俄羅斯都是正崛起的挑戰。

日本盼分散川普風險

美日韓三方的合作在拜登時期提升非常顯著，不過如今親美的尹錫悅權力被大幅削弱、還可能提前下台，奧斯汀也取消了原定訪韓的行程，加上川普將上任，也讓

三國的連結變得更多不確定性。

但《法蘭西24》提到，美國目前在沖繩仍有5.4萬名駐軍，且在日本也有部署航母停泊，都有在監控區域局勢發展。

面對美國的不確定性，日本也有與義大利、英國合力研發新戰機，希望2035年能夠啟用，面對川普呼籲盟國提升防衛預算，日本近年來也逐步要將國防預算翻倍至北約國家的2%。

《法蘭西24》分析，日本希望能更加強與美國的連結，讓川普沒有出爾反爾的空間。

基督徒看待阿薩德垮台 幸未有流血衝突

【本報記者莊瑞萌綜合報導】在阿薩德統治下沒有發展、經濟也停頓，針對敘利亞前領導人阿薩德於上週日遭到反抗勢力推翻並逃往俄羅斯，當地基督教領袖都樂看待新的政府對弱勢宗教團體會較友善，並認為阿薩德統治之下，敘利亞各方面並未成長。

人民曾過苦日子

據《梵蒂岡通訊社》報導，上週日，敘利亞反抗軍攻占首都大馬士革後，宣告前總統阿薩德53年家族統治正式劃下句點。對此，在阿勒坡服事的卡拉卡奇神父表示，許多基督徒對政權的垮台感到慶幸。他表示，「和所有敘利亞人一樣」，基督徒在政權統治下已經筋疲力盡，沒有發展，沒有經濟成長。」

他並指出，在過去幾年，

反抗軍對基督徒越來越寬容，包括歸還被沒收的財產，他也呼籲國際社會應該盡責穩定這個國家。

另外，大馬士革魯菲神父則對未來局勢抱持更樂觀的看法，認為經過獨裁與嗜血政府統治53年之後，新敘利亞將就此誕生。

反抗勢力允諾尊重各個信仰

魯菲神父強調，阿薩德造成超過五十萬人死亡以及破敗的經濟，但當前時刻是慶祝敘利亞重生的時刻。

據《教會時報》報導，敘利亞樞機主教澤納里表示，「感謝上帝，這次政權轉換未帶來流血事件，也沒有發生所擔憂的大屠殺。現在前方的道路陡峭，已掌權



▲信仰人士樂觀看待阿薩德家族結束53年統治後，敘利亞將得以重生。(Photo by EU Civil Protection and Humanitarian Aid on Flickr used under Creative Commons license)

的人承諾尊重每一個人，並建設一個新的敘利亞。我們希望他們能夠履行這些承諾。」他補充說，「反抗軍在勝利後立即與阿勒坡的主教會面並向他們保證將尊重各宗派和基督徒。我們希望他們能信守承諾並邁向

和解。」2011年敘利亞內戰爆發前，敘利亞基督徒約有150萬人，約佔總人口10%，但現今僅剩約30萬人。多數基督徒是屬於敘利亞東正教或天主教徒以及少數的新教徒。

保守派大會聚首阿根廷 總統麥利成右派焦點

【本報記者呂翔禾綜合報導】上任後大砍30%預算、裁撤9個部門、開除上萬名公務員，卻仍獲得民眾支持，阿根廷總統麥利讓全球右派都羨慕！全球保守派大會今年首度在阿根廷舉行，地主國總統麥利上任後，就自喻「阿根廷川普」，雖然他的財政措施讓阿根廷貧窮率上升，但很多民眾仍認為這是必要的痛，許多拉美、歐洲的右派國家都想要效仿。

具有全球領袖高度

根據《半島電視台》報導，保守派政治行動委員會(CPAC)今年首度在阿根廷舉行，過往此活動主要是美國右派領袖聚會的場合，如今改在阿根廷舉辦，可見右派總統麥利造成多大轟動。包括西班牙民聲黨(Vox)黨魁阿巴斯卡、巴西前總統之子小波索納洛都與會參加。

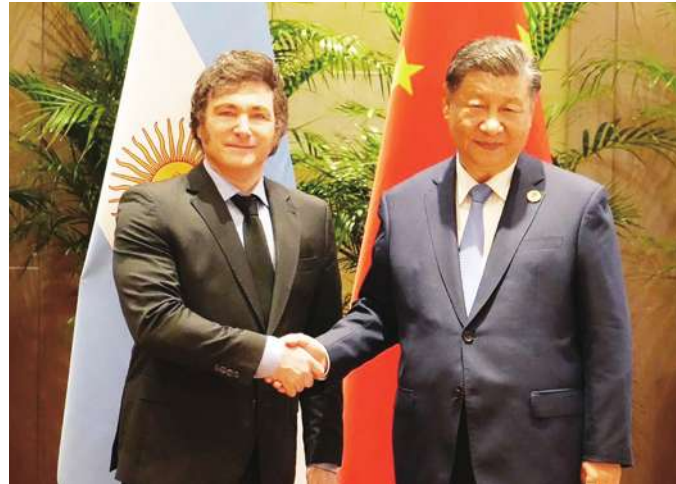
當地記者詢問說，麥利是否正成為全球等級的右派領袖？小波索納洛回

應說，否則今年大會不會有這麼多人參加。麥利剛上任時雖被視為狂人，但他也是首位在川普勝選後與其見面的國家領導人，而他訪問西班牙時，與左派政府見面不舉行正式講話發表，卻公開參加極右派民聲黨的活動，現場民眾都將他視為英雄。

麥利在保守派大會上致詞說，右派必須團結起來成為「國際右翼」，讓自由的思想可以傳播到更多地方，許多右派領袖，包括川普、薩爾瓦多總理布克利與匈牙利總理奧班，還有拉美的右派國家議員都相當響應他的論述，包括祕魯、墨西哥、烏拉圭、智利等國家。

阿根廷在轉型陣痛期

《CNN》提到，阿根廷的經濟在麥利的帶領下，正處於改革的陣痛期。他希望將阿根廷的月通膨率下降到3%以內，因此透過裁撤部門、削減預算來進行，不過這也讓阿根廷的貧窮率從2023年的42%提升到今年上半年的53%，即使很多學生與公務員抗議，但他還是有一定的支持基礎，認為這是必要的改革。



◀阿根廷總統麥利(左)近來成為全球右派政治人物崇拜的對象。(J.Milei via X)

研究：每天運動半小時 增加記憶力降失智

【本報記者莊宇欽綜合報導】每天運動半小時，可避免罹患認知障礙、失智症！一項調查指出，每天30分鐘的中強度運動並在晚上擁有至少6小時睡眠，將有助於改善認知能力，反之，久坐行為將有損大腦記憶。專家呼籲，認知能力下降會是衰老的正常現象，規律運動才能帶來正面影響。

提升認知能力

《獨立報》報導，一項倫敦大學學院研究指出，進行30分鐘的中強度運動並在晚上擁有至少6小時睡眠，將有助於改善隔天的認知能力。

事實上，身體活動有助於增加大腦血流量和刺激神經傳導物質，其持續時間也似乎比過往研究所預期的更長。實驗中，76名年齡在50-83歲的成年人(無認知障礙或失智症)佩戴測量儀器，研究人員以八天的時間追蹤睡眠狀況，並讓受試者進行簡單的線上認知測試，以紀錄他們的注意力、

記憶力和處理速度等能力。結果顯示，每增加30分鐘運動會使記憶能力分數增加2-5%。

此外，每晚睡眠至少6小時的人，隔天的記憶力、注意力和反應速度有更高分數。然而，久坐行為每增加30分鐘，隔天的記憶分數便呈現小幅下降。不過，這項研究也有局限性，包括參與者受教育程度高、健康狀況良好以及日常體育活動水平高。

規律運動很重要

《衛報》報導，研究人員尚未清楚運動對隔天記憶力的影響因素，而神經傳導物質的好處也只能持續數個小時。該研究第一作者布隆伯格指出，運動對大腦的長期益處將有不同的潛在機制，而良好的睡眠也會有所幫助。

「認知能力下降會是衰老的正常現象。」布隆伯格認為，隨著年齡的增長，中老年人應開始思考：哪些小事可以改善自己的認知功能、獨立性和社會參與。



◀每天30分鐘的中強度運動並在晚上擁有至少6小時睡眠，將有助於改善認知能力。(Photo by bruce mars on Unsplash under C.C license)



國土計畫 需要良好的區域規畫

■ 韓乾
(逢甲大學退休教授)

臺灣的區域計畫是自 1979 年，經建會（現國發會）制定「臺灣地區綜合開發計畫」，把臺灣的 22 個縣市依照地理方位劃分為四個區域，至 2018 年國土法實施。四個區域分別是：北區：北、新北、基、桃、竹、宜；中區：苗、中、彰、投、雲；南區：嘉、南、高、屏、澎；東區：花、東。

大城市兼併小市鎮好嗎？

再者，由於各相鄰行政區域之間會產生許多共同問題，需要彼此協調合作以求解決，因此便以大城市兼併周邊鄉鎮成為都會區。

希望擴大行政範圍，納入統一管理系統後，便能解決共同的交通、供水、垃圾處理等問題。於是便造成臺北、新北、桃園、臺中、臺南、高雄等六個中央直轄的都會區。

但是，從六都形成至今，所產生的問題似乎更多、解決問題更為棘手，是有目共睹的。

最為常見的定義「區域計畫」的方法，就是以河流的流域或「集水區」為範圍的「區域計畫」。

可見區域的劃分能與行政區劃互相吻合固然很好，但是多半未必如此。

城鄉發展不平均

而且這種大城市兼併周邊小城鎮，擴大城市成為大都會區的作法，正與現代遏止城市蔓延，提倡緊湊城市，重視居民生活環境品質、提高文化素質為優先考量的思維大相徑庭。英國在 1947 年的《城鄉計畫法》中，即明定其土地使用政策要抑制城市膨脹式發展，保護郊區與自然資源。

再如日本在其 1962 年的「全國綜合開發計畫」中揭示的政策，為防止城市過度擴大，縮小區域差距，謀求人與自然的調和，自然資源的永久保護，提供國民安全又高品質的居住環境。如果我們仍然以擁有世界級的大都會為能事，豈不違反現代的土地規劃思維，以及

區域城鄉均衡發展的國土計畫目標？

流域是標準的區域計畫單位

臺灣以行政區劃、地理方位來定義「區域」的情形實屬世間少見。通常，如果為了解決交通問題，可以劃設交通規劃區域；為了自然資源保育問題，可以劃設國家公園或國家森林區、海岸保育區等。所以所謂「區域」，並沒有一定的疆界與大小。最為常見的定義「區域計畫」的方法，就是以河流的流域或「集水區」為範圍的「區域計畫」。世界知名的「區域計畫」就是美國的「田納西流域水利工程計畫」(Tennessee Vally Authority) 簡稱 TVA。它是一項多目標的水利工程計畫，提供防洪、灌溉、發電、航運、遊憩等功能。

TVA 其實是 1930 年代，美

國為了因應經濟大蕭條，老羅斯福總統採用凱因斯 (John M. Keynes) 經濟學的乘數理論，用公共投資產生乘數效果，以振興區域經濟發展的計畫。

TVA 的區域是跨越州、市、鄉鎮的。美國人的作法是在遇到市鄉際、甚至州際的問題時，即組成「區域計畫委員會」或「州際盟約」，由相關單位共同參與規劃工作。

從 TVA 到 YVA 再到石門水庫

規劃 TVA 的是世界知名的土木水利工程專家薩凡奇 (John Lucian Savage, 1879—1967) 博士。他設計了世界各國六十多座大壩，其中尤以橫跨科羅拉多河的胡佛大壩聞名。

他在 1947—48 年應國民政府之邀設計長江三峽大壩，是為 YVA (楊子江流域計畫)。現在大陸已經完成的長江三峽大壩工程並且開始營運，相信其建設是以當年薩氏的設計為基礎的。他在 1950 年曾受邀來臺灣，為石門水庫大壩探勘選址。

◀TVA 的是世界知名的土木水利工程專家薩凡奇，博士。他設計了世界各國六十多座大壩，其中尤以橫跨科羅拉多河的胡佛大壩聞名。(網路截圖)



▲▼ 浮洲合宜住宅基地留設大面積綠地，緩坡型水岸兼具生態功能與社區居民親水安全性。(網路截圖)



醫者心

王牌與無王的橋局

■ 施壽全
(前馬偕紀念醫院院長)

上大學後，每逢課餘，常在學生餐廳餐桌上，看到好幾撮四人一組的學長聚集打橋牌。一開始只是旁觀，漸漸就喜歡橋牌了。

橋牌湊咖

不過，打橋牌最重要就是需要找個搭檔，我卻一直在這個地方卡關。學長或同學喜歡橋牌的，早就變成對了，不喜歡的，找來也沒有用，我常成為同學臨時湊合時參與遊戲的「咖」，不上不下。

學生時代比較有空，開始上班後，雖然有時也打，但機會很少。我買了許多橋藝書，無法正式打牌時，就看看書過過癮。後來電腦上也有橋牌程式可以加入，但打著打著，漸漸就出現瓶頸了。

記住牌型、花色

橋藝分為叫牌與打牌，沒有搭檔，無從培養叫牌默契，但最重要是打牌基本功夫，我一直沒有很好的訓練。一場牌局，通常都會叫一門花色當王牌，莊家打牌一開始就是「洗王」，普通玩家，一定都能掌握該門花色，但高段的打手，就有辦法記住其他花色，那張在哪家墊了，那張還沒出，配合叫牌，判斷哪張強牌在哪方。

防家手中，唯有記住所有牌張出牌情形，才能有效「偷牌」，並在必要時，打出「擠牌」這類巧妙的手法。

在電腦上打橋牌，我曾嘗試去記所有花色出牌情形，但總是記不住，或許多加訓練是有可能，但其實也沒很多時間耗在遊戲上，也可能記不住就是我腦筋的極限，過不了極限，有些出牌就是純猜測，少了益智的樂趣。

美國隊當莊家

叫一門花色當王較常見，但若是滿手好牌，或高花（黑桃與紅心）有擋張，而低花（方塊與梅花）有長牌組，則以「無王」（各花色比大小）狀態打牌，也是常見現象。

無王比有花色當王牌，只需較少贏墩就能成「局」（叫牌結束就是形成合約，有些合約是「部分合約」，有些則是「成局合約」，分數高很多）。

很巧的是，美國總統川普 (Trump)，Trump 就是王牌。世界「橋藝」大賽，經常由美國隊當莊家。

今年比賽美國隊再度由隊長 Trump 領軍，Trump 拿到什麼牌，對手從叫牌略知大概，但 Trump 叫了門花色當 Trump，似乎勢在必得，但此番四家牌張分配極端異常，對手若以 No Trump 蓋過他的 Trump，奪走他的莊家權，並且成局完勝，也非不可能的事。

■ 蕭家興
(都市計畫技師)

從國際棒球賽事開戰到最後打贏日本獲得冠軍，還是令台灣人雀躍不已，說一吐在台灣四強晉級賽輸日本的怨氣及鬱卒也不為過。與有榮焉之餘，各地紛紛辦起英雄會，炙手可熱的選手經歷、家庭生活被鉅細靡遺地歌功頌德，周邊預售商品也水漲船高賣到缺貨。

正確看待球技的展現

在螢幕上看到日本女主播有働，由美子在球賽結束時起身鞠躬播報：「日本代表隊…各位選手們真的都辛苦了。還有台灣的各位，恭喜各位了」。不偏不倚的報導，令人印象深刻。

對照台灣媒體報導中國大陸來台學生一句「中國台北」，被汲汲累積政治資本的台大學生還找到藉口一陣撻伐。隊名之爭、國名之爭，也令人感慨萬千。中國有中國的民族情緒，台灣有台灣的民族情緒，皆美其名為「愛國」。

輸不起是暴亂的幽靈

2022 年卡達世界盃足球，準決賽法國贏摩洛哥，球迷走上街頭慶祝，各地爆發暴力衝突；冠亞軍賽法國敗給阿根廷，情緒低落的球迷在街頭失控鬧事。2024 年幾內亞足球賽，球迷不甘輸球也爆發衝突造成百人死傷。更遑論國際籃球賽衝突了。誠然都是球員或球迷非贏不可、輸不起的民族情緒作祟。

肇因於民族情緒的球賽暴



亂如此，民族情緒激發的政治及宗教衝突更是血腥，造成戰爭、滅族、難民流離失所等禍端。誠然就是「民要攻打民，國要攻打國，…這是災難的起頭」（馬太 24:7）的前哨戰。

高超的球技不分敵我

爭勝得冠只是短暫的虛浮榮耀，但好爭競卻是人性的墮落。爭競比高下的心，常結合利益糾葛、排斥異族或異教的民族情緒或宗教狂熱等煽惑爭端、製造衝突。「在何處有嫉

妒、紛爭，在何處就有擾亂和各樣的壞事」（雅各書 3：16），「紛爭的起頭，如水放開；所以在爭鬧之先，必當止息爭競。」（箴言 17：14）。好爭競的人不可不慎思而行。

除非涉有詐賭或運氣，球賽輸贏要靠高超球技，球員爭勝之先也非要勤練不輟不可。觀看球賽欣賞高超球技的群眾，既不是球員，豈能壁壘分明分敵我，又越俎代庖非贏不可。這些看人吃米粉喝燒（台語）的人，實在不可不知節制。

◀台灣在本屆 WBC 強賽奪冠，盤點未來 3 年內的重大國際棒球賽事，台灣英雄們將面臨哪些挑戰？（中華棒協提供）

騎著單車追夢 經典山路輕旅行

歷經 3 年，一本朝聖歐洲經典名山的騎行指南，也是挑戰極限、勇敢追夢的巔峰之旅！

■ 田裕華

（自由時報攝影記者）

屏息凝神輕聲細步，終於我緩緩的走入教堂，一股神聖祥和莊嚴的氣息，瞬間感染了我身體與每一吋肌膚，讓我全身不由自主的起了雞皮疙瘩，但此刻我內心卻感受到一股踏實平靜的歸屬感！

忽然覺得騎車累積的疲憊痛苦，頓時也煙消雲散神清氣爽。雖然我並不是教徒與信眾，但我仍雙手合十、誠心的走向聖母瑪利亞畫像前祈禱！感謝她庇佑了每一個熱愛單車騎士的靈魂，也保佑我一路旅途平安！

精神抖擻車友們

「O sole mio」，我可愛的太陽你終於露臉了。一早牽車步出旅館，看著天空灑落的和煦陽光，讓我想起了這首陽光般燦爛的義大利傳統民謠！趁著出發前再回味一下風情萬種的科莫湖畔美景，特別是晨曦落映在拂曉靜謐湖畔的唯美時刻。

輕鬆踩踏騎在拉裡奧特倫托湖畔大道上，就見三五成群團



▲「單車旅行不求強、不求快，我們因為多了一些出發的勇氣，一圈一圈的踏下去，在路上便成為了自己的英雄。」(Photo by Dmitrii Vaccinium on Unsplash)

（Viale Lombardia）續行 7 公里後，就左轉進入 SP-41 線道，進入較為辛苦的爬坡山路。

我將拜訪一座在環義賽與環倫巴底古典賽（Il Lombardia）中，標高 754 公尺的知名單車聖地與熱門登山路線——吉薩洛聖母瑪利亞單車教堂（Madonna del Ghisallo）。而後下滑至 SP-41 線道終點，再續接 SP-583 線道進入貝拉焦小鎮的市區。

牽車漫步在公園環湖步道上，看著青山綠水碧波蕩漾的湖畔景緻，與碼頭岸邊隨波逐動的遊艇泊光倒影，心中突然有股揚帆啟航的衝動。

練晨騎的義大利車友們，瞧他們隊形整齊精神抖擻的飆速前進，難怪義大利會成為世界上自行車運動的頂尖強國。

牽車漫步在公園環湖步道上，看著青山綠水碧波蕩漾的湖畔景緻，與碼頭岸邊隨波逐動的遊艇泊光倒影，心中突然有股揚帆啟航的衝動，還真想一個人徜徉在這一望無際的壯闊江湖之中，與大自然貼近對話。牽車駐足湖畔，眼前邂逅了一對逆光剪影下的背包客，瞧他們背上沉重的行李，感覺自己原來並不孤單。

大家都是來自異鄉的浮雲遊子，只是藉由不同旅遊方式，來體驗開拓人生的視野。隨手拍完碼頭的留影紀念照後，今天的單車旅程就此出發吧！

觀光小鎮貝拉焦

今天準備前往科莫湖畔的另一個著名觀光小鎮貝拉焦（Bellagio）。它距離科莫東北方有 24 公里的直線長度，剛好就位在人字形狀、科莫湖大腿中間的胯下位置。

而我將沿著萊科大道（Via Provinciale per Lecco）騎行出市區後，接上 SP-342 線道直行 12 公里，再換接倫巴底大道

算算此行全程總長度將近 47 公里，總爬升高度達 750 公尺。由於從 SP-41 線道上的爾巴（Erba）小鎮算起，爬至教堂的最高點會有一段長度 17 公里，爬升高度接近 500 公尺，最大坡度 8.4% 的山路。我中午打算在單車教堂附近停留參訪與用餐，所以事不宜遲趕緊出發！

腳力大考驗

就在輕鬆踩踏沒多久，拐了幾個彎出城後，路況瞬間卻變了調。只見一路連續 5% 蜿蜒直上的緩陡坡，讓我背負著行李踩踏，氣喘吁吁的一點都不輕鬆，好在路幅只持續兩公里，到了郊外的利波莫鎮（Lipomo）後就稍微減緩。低頭看了一下碼錶，這段突襲的腳力隨堂考，陡升 100 多公尺的高度測驗，算是有驚無險的通過了。

遠離爾巴小鎮七公里多的距離，來到標高 400 公尺的坎佐（Canzo）小鎮。騎經人潮聚集廣場旁，就見民眾開心的坐在餐廳外，愉悅享受著假日艷陽下，怡然悠閒的早餐與咖啡。自己也好想來杯咖啡醒醒腦，但就怕屁股一坐因貪杯而耽擱旅途，還是趕路上山、先苦後

甘，品嚐山頂的咖啡比較保險與美味！

歷史悠久的教堂

騎出坎佐小鎮後，路幅更有了山路的味道，連續一公里的 6% 長坡，騎得我是汗流浹背，倒是這 SP-41 線道上，沿路蒼翠茂密的山林美景，與擦身而過、熱情加油打氣的車友們，讓我沉浸在這愜意的旅行氛圍中。

此時高度來到 500 多公尺，只見左前方山坡上，頓時出現一棟高聳尖塔鐘樓的古老教堂。好奇的查看地圖，原來我已經騎到拉斯尼戈（Lasnigo）村莊附近了。而這棟外表有著羅馬式風格造型的建物，正是歷史悠久的聖亞歷山德羅拉斯尼戈教堂（Chiesa Sant' Alessandro Lasnigo）。

這座教堂的歷史，可追溯至中世紀的羅馬時代，該地區當時就有墓葬遺骸及石磚的建築遺跡。到了十七世紀聖殿供奉聖母，便成為居民信仰與心靈寄託的教堂。它的外觀高聳尖挺，加上羅馬式拱門鐘樓的豎框窗戶，與鋸齒點綴飾條圖案的窗邊設計，是拉斯尼戈教堂最引以為傲的建築工藝。騎到此處，距離山頂的單車教堂只剩下不到五公里的距離了。

龐然的黑影怪物

踩踏續行，忽然一股尿意湧上心頭，正巧路過 SP-41 線道 22 公里指標處的茂密樹林。於是順手把車靠在路標桿邊，就鑽進樹叢準備快意解放之時，草叢內忽然一陣騷動，瞬間竄出一個龐然黑影怪物，嚇得我屁滾尿流夾槍快逃。

可能是我電影看太多與潛意識作祟，以為這黑影是隻熊！還好有驚無險原來只是小鹿斑比，否則我小命就不保了。這一驚我的車鞋全濕，這泡尿還真是我眾多單車旅行經驗中，所撒的一泡最難忘的尿！

體重減輕了好幾克，步伐到也輕快了許多。看著眼前突然陡峭的路幅，我心底有數，旅

途來到了此行的最陡路段——標高 650 公尺，坡度 8.4% 的巴爾尼（Barni）路段了。心底正打量該如何克服這連續一公里長的 8 度陡坡，索性乾脆幻想背後那隻張牙舞爪的熊在狂奔追我吧！

發現這招還挺管用的，頓時腎上腺素爆發，而我就這樣一拐一拐的使出吃奶的力氣抽車，終於騎上標高 700 多公尺的馬格雷廖（Magreglio）小鎮了！

單車教堂的路牌

看著小鎮路旁旗竿頂上的義大利國旗，與標示著單車教堂（Madonna del Ghisallo）的路牌，真讓我興奮之情溢於言表。低頭加快踩踏步伐，就見輪前嶄露壯闊山巒的天際線下，佇立了一棟白牆紅瓦，造型簡約典雅的美麗小教堂，而它伴隨左側高聳的石壁鐘樓，在藍天白雲的襯托下，顯得氣宇非凡莊嚴聖潔。

趕緊牽車走近教堂門前，只

騎出坎佐小鎮後，路幅更有了山路的味道，沿路蒼翠茂密的山林美景，與擦身而過、熱情加油打氣的車友們，讓我沉浸在這愜意的旅行氛圍中。

見數尊單車名人紀念雕像及綠意盎然的教堂造景花園。我帶著一顆虔誠的心，一步一趨的跟隨著前人輪跡，終於來到這座單車教堂聖地。企盼多年的朝聖心願如今終於達成，內心激動的頻頻感謝主與上蒼這一路保佑平安！

美景當前拿出相機，腦筋突然一片空白，猶豫地不知該從何處拍起？深怕錯過任何一個美麗的視角。

單車教堂的歷史

吉薩洛聖母瑪利亞單車教堂的歷史可以追溯到 1623 年，當時有位名叫吉薩洛的伯爵，來到馬格雷廖村莊附近旅行時，遭遇到土匪襲擊，所幸聖母瑪

《環義、環法、環西 3 大賽經典山路單車輕旅行》簡介

田裕華從事單車運動多年，對歐洲三大自行車賽（環義、環法、環西）的知名經典山路著迷與嚮往。2014~2018 年單槍匹馬前往法、西、義三國單車旅行，並先後造訪了環法賽的「風禿山」與「阿爾杜維茲」，環西賽的「安格利路山」與「科瓦東加湖」，環義賽的「斯泰爾維奧山」、「加維亞山」、「福斯卡格諾山」及「單車教堂」。

「單車旅行不求強、不求

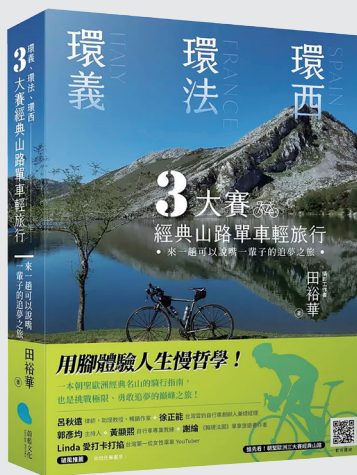
作者：田裕華

（自由時報攝影記者）

出版社：蔚藍文化

出版日期：2024/11/27

快，我們因為多了一些出發的勇氣，一圈一圈的踏下去，在路上便成為了自己的英雄。願此書能成為那臨門一腳，讓更多人進入單車旅行的世界。」——謝綸，《輪現法國》單車旅遊書作者



利亞顯靈並救了他一命。於是吉薩洛伯爵虔願，要成為旅行者的贊助人，而他臨終的願望，就是為聖母瑪利亞建造一座教堂，並庇佑行經此地旅人的平安。

到了 1949 年，馬格雷廖當地的牧師唐·埃爾梅林多·維加內（Don Ermelindo Viganò），向當時的教皇庇護十二世（Pope Pius XII）懇求，希望他能為自行車騎士祈福與庇護。教皇同意了她的請求，並欽點吉薩洛聖母瑪利亞單車教堂，成為自行車騎士的守護神，並授予一尊青銅火炬，象徵點燃騎士生命之火的藝術雕塑給教堂。

火炬從羅馬出發，沿途由自行車手們接力傳送，最終由兩位義大利知名車手吉諾·巴塔利（Gino Bartali）和馮斯托·科皮（Fausto Coppi）將聖火傳

庇佑了每一個熱愛單車騎士的靈魂，也保佑我一路旅途平安，此行能順利騎上斯泰爾維奧山（Passo dello Stelvio）的環義賽最高峰。

一股想飛的念頭

教堂正中央佇立著青銅火炬，兩側牆上掛滿各式古典與現代造型，選手在各大賽中創造紀錄的座騎，以及紀念簽名車衣與獎盃錦旗。這些由汗水與淚水交織而成的豐功偉業，與一張張刻畫在牆上的車手肖像，見證著每一段單車歷史的榮光。

享受完一頓愉快的午餐，這教堂戶外的山林美景，還正等待著我繼續探索與領略。牽車遠眺著蔚藍晴空，發現山頭上漂浮著一團團造型奇特的雲朵。哇塞！今天的雲也太有戲了，天空竟蹦出了一對烏龜與兔子在賽跑？

心中突然有股想飛的念頭，索性就升起空拍機與牠們一同翱翔天際，鳥瞰這片壯闊的山巒美景。發現這凌霄騰雲的高空視角，不僅能一窺單車教堂的地域全貌，還能欣賞科莫湖一隅的壯闊山林，及湖光山色的湖畔美景，真是過癮至極。

上帝創造了自行車

這座興建於 1973 年的單車紀念雕像，車手舉手振臂歡呼與倒地失落沮喪的兩極反差神情，真實的刻劃出殘酷的自行車競賽中，職業單車運動員非贏即輸的人生寫照。

碑前刻上的一段發人省思銘文詩篇：

上帝創造了自行車，使人可以在艱苦的生活中，將其作為努力提升的工具。在這座小山上，它已成為我們人民運動史詩的豐碑，車手一向以苛刻為榮耀，為犧牲而甘之如飴。

（字欽／輯）



每日甘泉

48

—跟你一起讀新約

觀看連結：



十二月 9 日（一）

讀經：路加福音 9 章 57 節到 62 節

主題：跟隨主的條件與困難

經文：

57 他們走路的時候，有一人對耶穌說：「你無論往那裡去，我要跟從你。」

58 耶穌說：「狐狸有洞，天空的飛鳥有窩，只是人子沒有枕頭的地方。」

59 又對一個人說：「跟從我來！」那人說：「主，容我先回去埋葬我的父親。」

60 耶穌說：「任憑死人埋葬他們的死人，你只管去傳揚神國的道。」

61 又有一人說：「主，我要跟從你，但容我先去辭別我家裡的人。」

62 耶穌說：「手扶著犁向後看的，不配進神的國。」

內容重點：耶穌提醒跟隨者應有的態度 - 不要找藉口。

大綱：

一、跟隨主不是匹夫之勇

「我要跟從你」：他可能是因見到主耶穌會醫病趕鬼，想要從祂得些神奇的能力，期在宗教界中出人頭地。

二、人子沒有枕頭的地方

連動物在地上都有棲息的地方，但主耶穌為了遵行神的旨意，卻要犧牲家庭生活的溫暖和安息。主說這話，是要指給我們看見，跟從主不是一件輕鬆愉快的事，反而會受到相當的苦。

三、不要拖延找理由

「容我先回去埋葬我的父親」：這是當時的諺語，意即養老送終。那個門徒的意思是說，他想要先對家人盡自己為人子的義務，然後才來跟從主。

對臨死或已死的父親表示愛心和敬意，是絕對合理且正確的；但是任何合理且正確的人事物，都不能作為拒絕主呼召的理由。

四、辭別家人當藉口

主的意思乃是說，我們不該等到屬地的事務都辦妥了，然後才來跟從主。凡是認識了生命的真諦的人，都是把遵循主的命令放在首要的地位，而不讓次要的事務妨礙對主的事奉。

啟示：我們遵行主的道，藉口真不少。



十二月 10 日（二）

讀經：路加福音 10 章 1 節到 7 節

主題：耶穌差遣 70 個人

經文：

1 這事以後，主又設立七十個人，差遣他們兩個兩個的在他前面，往自己所要到的各城各地方去，

2 就對他們說：「要收的莊稼多，作工的人少。所以，你們當求莊稼的主打發工人出去收他的莊稼。」

3 你們去吧！我差你們出去，如同羊羔進入狼群。

4 不要帶錢囊，不要帶口袋，不要帶鞋；在路上也不要問人的安。

5 無論進哪一家，先要說：『願這一家平安。』

6 那裡若有當得平安的人（當得平安的人：原文作平安之子），你們所求的平安就必臨到那家；不然，就歸與你們了。

7 你們要住在那家，吃喝他們所供給的，因為工人得工價是應當的；不要從這家搬到那家。

內容重點：做主工的人外出宣教的叮囑。

大綱：

一、70 個人、兩兩出發（在主前面預備）

差遣他們兩個兩個的出去」：兩個兩個出去的用意，不僅因為兩個人作見證更具可信性（參申十七 6），也為了在這段訓練期間，讓他們可以彼此扶助。「往自己所要到的各城各地方去」：他們乃是在耶穌以前去宣揚，有如開路先鋒。

二、對莊稼多，工人卻少的體悟

主的莊稼雖多，但經得起勞苦的工人不多。而主工作的需求，總是比祂所能差遣的工人為多。主雖有意要打發工人，但仍須我們為此禱告，祂才差遣。禱告就是為神的旨意鋪軌道，叫神的旨意可以往前行駛。

三、羊進狼群、勿帶用品、給人平安

羊在狼群中，凶險萬分；基督徒在不信的世人中間，絕不可能佔到一點便宜，反而有被害的可能。不要帶錢囊，不要帶口袋」：『錢囊』指金錢的儲備，『口袋』指食物的儲備；主命定叫傳福音的靠著福音養生（林前九 14）。主的工人奉差遣到神的子民中間作工，不必為日常生活作多餘的豫備。

四、工人應得工價

主工人不需要為自己豫備甚麼、打算甚麼或考慮甚麼，而要在自己身上證明神能養活我們，祂負我們一切的責任。主的工人要對神有信心，不倚靠無定的錢財，只倚靠那厚賜百物給我們享受的神（提前六 17）。

五、祝福一家平安

如果問安得到善意的回應，就表示這家人是『平安之子』，具有平安的特質，願意領受平安的信息；否則的話，平安仍舊回歸原點，留待合適的人領受。

啟示：上帝讓傳福音者可以靠福音養生。



十二月 11 日（三）

讀經：路加福音 10 章 8 節到 16 節

主題：不悔改的城

經文：

8 無論進哪一城，人若接待你們，給你們擺上什麼，你們就吃什麼。

9 要醫治那城裡的病人，對他們說：『神的國臨近你們了。』

10 無論進哪一城，人若不接待你們，你們就到街上去，

11 說：『就是你們城裡的塵土黏在我們的腳上，我們也當著你們擦去。雖然如此，你們該知道神的國臨近了。』

12 我告訴你們，當審判的日子，所多瑪所受的，比那城還容易受呢！」

13 「哥拉汛哪，你有禍了！伯賽大啊，你有禍了！因為在你們中間所行的異能若行在推羅、西頓，他們早已披麻蒙灰，坐在地上悔改了。

14 當審判的日子，推羅、西頓所受的，比你們還容易受呢！」

15 迦百農啊，你已經升到天上（或作：你將要升到天上嗎），將來必推下陰間。」

16 又對門徒說：「聽從你們的就是聽從我；棄絕你們的就是棄絕我；棄絕我的就是棄絕那差我來的。」

內容重點：耶穌感嘆不悔改的城末後的結局。

大綱：

一、擺上什麼、就吃什麼

「給你們擺上甚麼，你們就喫甚麼」：意即不可講究飲食，不挑剔食物。事奉主的人所該顧念的，乃是如何將生命供應給別人，而不是為自己的肉身尋求享受。主的工人只要有衣有食，就當知足（提前六 8），不可貪圖口腹之慾。

二、宣教主題：醫治、傳神的國

三、不接待者的做法：無份、不勉強

當法利賽人離開一個外邦地區時，通常要擦去（或除去）粘在他們腳上的塵土，以表示與外邦人的『不潔』無分無關。意即對拒絕基督的人或地方，表示他們自作自受，將來的結局與自己無分無關（徒十三 50-51）。

四、有一些城終不悔改

在恩典時代，聽見救恩的福音卻仍頑固拒絕的人，他們將來所要受的刑罰，恐怕會比無知的罪人更嚴重。由本節可知，將來所受的審判並不是一律的，刑罰有大小、輕重之分。「你已經升到天上，將來必推下陰間」：『陰間』位於地底（參太十二 40），是人死後靈魂暫時所歸之處（參徒二 27 路十六 22-23）；全句表示從至高的尊榮地位，被降到最低的受罰境地（參賽十四 13，15）。

啟示：傳神國的福音一定會遇到固執不信的人。



2024 年起，每日甘泉靈修時間從馬太福音開始，慢慢讀完整本新約。歡迎您一路跟上，與我們同行。我們分享的內容力求淺顯，不全是解經，目標是應用，特別針對不熟悉聖經的慕道友。您可每天抽出 10 分鐘，享受與上帝相遇、讓神的話為你的今天打氣。本節目由中華基督徒新媒體協會企劃、台灣醒報製作、林意玲社長主持。



十二月 12 日（四）

讀經：路加福音 10 章 17 節到 20 節

主題：門徒慶功

經文：

17 那七十個人歡歡喜喜的回來，說：「主啊！因你的名，就是鬼也服了我們。」

18 耶穌對他們說：「我曾看見撒但從天上墜落，像閃電一樣。

19 我已經給你們權柄可以踐踏蛇和蠍子，又勝過仇敵一切的能力，斷沒有什麼能害你們。

20 然而，不要因鬼服了你們就歡喜，要因你們的名記錄在天上歡喜。」

內容重點：門徒勝過撒旦的權勢，耶穌欣慰並勉勵。

大綱：

一、因主的名制服魔鬼

只要我們活在復活的主裏面，我們就得與祂同升高天，將撒但摔到地上（參啟十二 9）。門徒因鬼服了他們就歡喜（參 17 節），這是看外表的現象。

二、耶穌勝過撒旦的權柄

主看見「撒但從天上墜落」，這是看見背後根本的原因。先捆住壯士，才可以搶奪他的家財（太十二 29）。

三、應為自己的名記錄在天上歡喜

「要因你們的名記錄在天上歡喜」：人的得救有記錄存在天上（參詩六十九 28；但十二 1；腓四 3；來十二 23；啟三 5）。人得救恩，遠比得著能力勝過魔鬼或免受其害更為重要。

啟示：願主喜悅我們的事奉。



十二月 13 日（五）

讀經：路加福音 10 章 21 節到 24 節

主題：難得看見耶穌的歡樂

經文：

21 正當那時，耶穌被聖靈感動就歡樂，說：「父啊，天地的主，我感謝你！因為你將這些事向聰明通達人就藏起來，向嬰孩就顯出來。父啊！是的，因為你的美意本是如此。

22 一切所有的都是我父交付我的；除了父，沒有人知道子是誰；除了子和子所願意指示的，沒有人知道父是誰。」

23 耶穌轉身暗暗的對門徒說：「看見你們所看見的，那眼睛就有福了。

24 我告訴你們，從前有許多先知和君王要看你們所看的，卻沒有看見，要聽你們所聽的，卻沒有聽見。」

內容重點：耶穌向天父禱告感恩，看出父與子的美好關係。

「被聖靈感動就歡樂」：原文是『在靈裏充滿喜樂』，而這個喜樂在原文含有『大喜或狂喜』的意思，是在爭戰得勝時所流露的一種喜樂。

大綱：

一、看見三位一體神的配搭之美

二、神的作為向嬰孩才顯明

神雖然樂意向人啟示（參加一 16），但人若自以為聰明通達，想憑理智來領會屬靈的事物時，反而得不著啟示；惟有像嬰孩般敞開心，單純向著祂，就會得著豐滿的啟示。

我們若能從神作事的法則，來看我們日常所遭遇的人事物，就會有超脫的心境，而在諸多困擾中，仍能得著安息。基督徒的遭遇、環境、事情的安排，都是神的旨意；我們對於每一件事，若能當作是從神手裏接過來的，就不會有埋怨了。

神在我們身上的作為，與我們的存心和態度有密切的關係；我們的存心越像小孩，就會越多得著神的恩待。

三、天父與聖子的秘密

人可以不瞭解我，人可以誤會我，但我只要天父知道我，這就夠了，這就可以叫我喜樂了。

四、門徒因何有福？

一個人所以「有福」，不是因為他比別人好，乃是因為神樂意將天國的奧秘啟示給他（參加一 16）。

啟示：感謝主讓我們與祂合一、與祂親密。

