



# 臺灣醒報

重慶市何懷碩

Awakening News Networks

今日出報 7 大版

中華民國 114 年 01 月 15 日 (三) 農曆臘月十六

讀醒報一篇文章受到啟發，就已物超所值



總預算浮編 在野黨要刪 2 千億

手機影響青少年 巴西校園禁用

肥貓佔據法人高位 藍綠都有責

30 歲以上免費健檢

為什麼年紀輕輕，許多人就已經是高血糖、高血壓、高血脂？可見我們的下一代的身體沒有訓練好健康的飲食與足夠的運動。如今，衛福部為了預防，為三十歲以上的年輕人補助體檢費用，實在是不得已的措施，真是令人慨歎！

▼「成人預防保健升級 30 歲開啟健康檢查新里程」記者會 14 日在衛生福利部舉行，邀請中華職棒樂天桃猿隊投手陳冠宇（圖）出席分享自身經驗，呼籲年滿 30 歲的民眾踴躍利用健檢資源。（中央社）



## 30 歲以上可免費健檢 盼藉此降低三高

衛福部長邱泰源 14 日宣布，30 到 39 歲民眾今年將開放每 5 年免費健檢 1 次，盼讓民眾提早發現是否有三高。

【本報記者呂翔禾台北報導】「台灣民眾的三高有年輕化趨勢，高血脂甚至高達 18.7%，決定開放 30 到 39 歲每 5 年可免費健檢 1 次！」衛福部長邱泰源 14 日宣布，30 到 39 歲民眾今年將開放每 5 年免費健檢 1 次，盼讓民眾提早發現是否有三高，以及時調整飲食、運動與生活習慣。棒球 12 強國手陳冠宇也說，只要拿健保卡去家附近診所就可健檢，相當方便。

### 三高趨勢年輕化

邱泰源笑說，小時候體力不好還可以一次拉 10 幾次單槓，但現代小孩吃太好，即使有控制飲食，體力反而不如過去的小孩，可見預防醫學比生病治療還更重要，有時候看到很多年輕人抽血發現膽固醇很高，其實給予生活上飲食或是運動的建議，持之以恆後很多紅字就會消失，因此希望透過降低健檢年齡，增加台灣民眾健康餘命。

國健署官員指出，114 年 1 月 1 日開始，成人健檢 880 方案將上路，包括給付從 520 元



▲衛福部長邱泰源 14 日宣布，30 到 39 歲民眾今年將開放每 5 年免費健檢 1 次，盼讓民眾提早發現是否有三高，以及時調整飲食、運動與生活習慣。（中央社）

增加到 880 元，新增 30 到 39 歲每 5 年 1 次免費健檢，並新增尿酸檢測服務，還有強化級介入健康生活衛教。官員強調，台灣 30 到 39 歲民眾高血壓、血糖與血脂的盛行率有 9.7%、2.5% 與 18.7%，因此決定將健檢的年紀從 40 歲下降到 30 歲，提早預防慢性病。

### 新增尿酸檢測

另外，由於高尿酸是糖尿病、高血壓、腎臟病、代謝症候群與心血管疾病的高風險分子，且台灣高尿酸盛行率有逐年增

加趨勢，因此也會增加尿酸檢測，盼透過生活衛教、而非以藥物治療改善身體健康。

現場還邀請台灣隊 12 強國手陳冠宇響應。他笑說，自己是運動員，從生活、運動與飲食習慣都是高度控制，而自己身旁朋友大多比較少健檢，若能及早檢驗、了解身體狀況，就能依據結果調整飲食、運動與生活習慣，例如睡眠充足、戒菸、戒檳榔等，只要拿著健保卡到家附近診所就能健檢，他鼓勵民眾多加利用。

## 失聯移工破 9 萬人 藍委盼強化管理

目前失聯移工已超過 9 萬人，且發現移工在機場換裝、熟門熟路地走出去，隨後便搭車離開，變成失聯移工。



▲國民黨立委王育敏（左起）、王鴻薇與萬美玲 14 日召開記者會，呼籲政府強化管理移工。（Photo by 呂翔禾／台灣醒報）

【本報記者呂翔禾台北報導】「移工進入機場竟還能變裝後逃逸，背後是否有不法集團接應？」國民黨立委王育敏 14 日召開記者會，透露目前失聯移工已超過 9 萬人，且還發現移工在機場換裝逃逸、成為失聯移工。同黨立委萬美玲呼籲政府應強化移工管理、改善移工職場待遇，不要移工一失聯就只會懲罰雇主。

### 禁區逃脫恐受指使

王育敏表示，移工失聯人數從 109 年 4.8 萬人，成長到

113 年 11 月的 90269 人，短短 5 年時間人數就翻倍，且目前黨團還接獲陳情，雇主將來台工作期屆滿的移工親自送出境後，移工居然可以在管制區換裝、熟門熟路地走出去，隨後便搭車離開，變成失聯移工。她質疑背後恐有不法集團指點，政府應加強管制。

同黨立委萬美玲直言，不法集團得以煽動移工離開原雇主，非法留在台灣從事工作，政府要從改善移工職場環境，還有加強管理才行，不要移工失聯後就只會對雇主開罰，且

還限制要 3 個月後才能找新移工。

她表示，隨著缺工問題愈來愈嚴重，加上開放 80 歲以上長者免評巴氏量表，減少失聯移工已刻不容緩。

### 強化管理刻不容緩

「登記失聯已有 9 萬，黑數可能更多！」國民黨團首席副書記長王鴻薇強調，失聯移工有半數都是從事營造業，若持續放任不管，恐出現更多社會嚴重治安問題。但她批評說，藍白修法放寬看護移工聘用後，民進黨政府不好好思考如何改善失聯移工問題，卻表示擔心雇主爭搶聘用，怎可將責任丟給老百姓？

因此黨團呼籲，要加強機場管理、揪出可能協助移工逃逸的內鬼，政府也要積極改善移工的職場待遇，取締非法聘用移工的集團，移民署也要增加人力，不要讓基層累壞。萬美玲強調，隨著印度移工將開放，移工將成為台灣許多產業的勞動力主力，政府的管理不得掉以輕心。

（相關新聞見 2 版）

### 《焦點圖文》



澎湖花海登場  
新年走春好去處

▲占地近 2 公頃的「2025 蛇來運轉過好年」花海 14 日起在澎湖休憩園區展出，種植多達 20 萬株矮牽牛，涵蓋 10 種色彩繽紛的花朵，景致迷人又壯觀，是新年走春好去處。



## 解政治僵局 不靠口號要拿出治績

在台灣當前的政治環境中，朝野對立已成為主流和日常，而這種對立的結果不僅損及了政府的執行力，也導致了民眾對政治的不信任感。

透過回顧近期的憲政爭議、大罷免潮以及行政效能的困境，可以清楚看到各方對政治格局的影響，而這些問題的核心在於治理理念的失衡，與溝通的缺失。

### 為對抗忽略民生

首先，從《憲法訴訟法》的覆議案可以看出，行政院與立法院的對抗已經不僅是權力制衡的正常現象，更顯示出執政當局對於政治現實的忽視。

在朝小野大的情勢下，覆議案結果早可預期，執政當局仍執意推動，無異於浪費行政資源與時間。這種情況凸顯了一個問題，當前執政黨的決策機制是否真正以國家利益為依歸？與其沉溺於象徵性對抗，是否更應該集中力量於實際政策的落實與民生問題的解決？

其次，大罷免潮的興起再次揭露了政治生態中的深層矛盾。柯建銘提出的「雙罷」計劃，無論在正當性還是合理性上，都受到廣泛質疑。民調顯示，支持罷免行動的民眾比例明顯低於反對者，這反映了多數民意對於政治對立升級的厭惡。

但執政黨對此並未明確表態，更甚者以「尊重公民團體」為由默許行動持續進行。這種態度無助於緩和局勢，只會進一步深化社會的對立情緒。

### 內閣應拿出治績

另一方面，卓榮泰內閣的施政表現亦廣受批評。以「行動創新，AI 內閣」為口號的行政團隊，在上任八個月後未能展現出令人信服的成果。例如號稱重大政策的經發會建議至今未見實質進展，打假成效不彰，高鐵南延案則問題重重，這些情況反映了執政當局在施政重心上的迷失，與缺乏效率

的問題。

面對上述困境，總統賴清德在任內多次強調朝野和解的重要性，但事實卻與宣言背道而馳。在朝野爭執不休的背景下，他邀請立法院長韓國瑜喝所謂的「和解咖啡」，但這樣的象徵性姿勢難以掩蓋實際行動上的缺乏。更有甚者，柯建銘的罷免計劃與賴的和解主張形成強烈反差，令民眾質疑執政黨是否在玩弄雙重標準。

### 靠口號不靠行動？

當前台灣的政治問題並非僅靠口號與象徵性的措施即可解決，執政當局若真心追求朝野和解，應該採取更積極且

務實的步驟。例如學習過去領袖如蔣經國的施政精神，專注於解決實際問題、推動民生福祉。蔣經國的成功在於他以民為本，秉持親民的態度，實現了經濟與社會的多方面發展，而非以對立為手段。

此外針對當前的憲政爭議，行政院應該展現更高的格局與智慧，而非一味尋求釋憲或覆議等程序性手段來對抗國會多數。政策的制定與執行應該回歸理性溝通與協商的軌道，只有在政治對話中尋求共識，才能真正推動台灣的政治進步與社會和諧。

### 重建人民的政治信任

最後，民進黨應深刻反思其執政方式與內部文化。正如游盈隆所言，應以「大溝通、大和解、大改革」的方式回應社會期待。這不僅是化解朝野矛盾的必要手段，更是重建人民對政治信任的重要契機。在實現這一目標的過程中，領導人應該放下仇恨，摒棄鬥爭心態，真正以國家與人民的福祉為施政核心。

台灣的政治現況需要一場深刻的自我檢視與轉型，無論是憲政紛爭、大罷免潮，還是施政效率的低落，背後都指向同一個核心問題：政治領導力的失靈與治理理念的偏離。唯有重新拾起務實與溝通的精神，才能帶領台灣走出對立與僵局，邁向更光明的未來。

# 總預算浮編誇張 在野黨要刪 2 千億

民眾黨指出，此次總預算 3.1 兆史上最高，包括台電追加預算、數發部、監察院、文化部、中央社等都有刪除的必要。

**【本報記者呂翔禾台北報導】**  
「發言人室、台電追加預算、數發部等預算都浮編太多，都要刪除！」白委黃國昌 14 日於記者會表示，監察院、文化部中央社等預算也有刪除必要；同黨立委林國成痛批，數發部編列高達 42 億要發展韌性數位，但計畫內容寫不清楚必須刪。同黨立委張啓楷強調，民進黨錯誤能源政策讓台電虧損，追加預算 1 千億要砍。

預算不合理之處，並表示要刪除 2 千億預算。  
(Photo by 吕翔禾／台灣醒報)



翼？」黃國昌質疑，民眾黨支持民防，但內政部相關預算 4 億中，包括 3 億的場地維運業務費、2400 萬的親子園遊會預算都說不清楚，因此決定凍結 4 千萬；文化部補助 Taiwan+、中央社大量費用，但不只觀看數不多，駐外記者發稿量也減少，也要刪除與凍結。

### 數發部預算多重疊

「數發部不要以為預算項目加上『民主』兩個字，立委就不敢刪！」民眾黨立委林國成痛批，數發部「民主網絡之連結與創新」計畫 9.5 億與補助 6 億都說不清楚過往成效，卻又大

幅增加，因此分別要凍結 2 億與刪除 4 億；數位產業署 42.6 億「促進數位創新動能轉型升級」，計畫疊床架屋，因此要刪 20 億、凍結 10 億。

針對勞動部預算，同黨立委陳昭姿也批評說，就安基金過去遭到濫用，如辦公室裝修與部長個人演唱會，因此今年基金業務 1253 億要刪 50%、凍結 20%；內政部 25 億的業務費，因為遲遲不願修正《集會遊行法》保障人民集會結社自由，因此要刪 2.5 億、凍結 10%，另行政院長卓榮泰施政激化社會對立，450 萬業務費要全刪。

### 台電追加預算全刪

「台電追加 1 千億預算要刪！」同黨立委張啓楷痛批，政府已經補助台電 3 千億，但政府不帶頭節能、調整能源政策，水電費支出反而還增加 25%，因此提案刪除；農業部也沒有達成去年答應的公糧收購每公斤調整 5 元的承諾，形同藐視國會，因此特別費 117 萬全部刪除。

黃國昌總結表示，黨團將總預算通刪 2061 億、凍結 974 億，約占總預算 10%，這是非常理性的提案，不允許行政院與民進黨政府濫用預算。

### 國民黨也磨刀霍霍

至於國民黨團的部分，首席

副書記長王鴻薇表示，潛艦國造的預算擬先凍結 18 億元，等到潛艦完成測試後才能動支，另外會刪除許多媒體預算費，還有民防預算竟指定給壯闢台灣、黑熊學院等 NGO 團體，也將刪除，還有文化部補助《零日攻擊》、Taiwan Plus 等爭議預算，都將嚴格

監督，替納稅人把關。王鴻薇說，民眾黨提出 600 個提案。國民黨這邊，委員加上黨團的提案共 2400 多案，在野黨加起來應該有 3 千個案子。15 日將開始做協商，這次主要是在媒體宣傳的部分非常浮濫，甚至故意給特定綠媒，這部分一定會處理。

## 移工失聯增加易落跑 勞動部、移民署允諾改善

**【本報記者呂翔禾台北報導】**跨部會將從移工招募、語言溝通、薪資待遇、勞動保護等事項，減少移工逃跑誘因！國民黨立委王育敏、萬美玲等人 14 日召開記者會，批評失聯移工人數破 9 萬人。勞動部回應說，會設法暢通移工申訴管道、加強講習來預防。移民署則表示，會與經濟部、農業部與衛福部等機關合作，減少移工失聯誘因。

### 可申請航警介護登機

國民黨立委王育敏 14 日在記者會上表示，接獲陳情發現移工出境後換裝逃逸、隨即失聯，懷疑國內有不肖業者接應。另外，失聯移工人數從 109 年的 4.8 萬人增加到破 9 萬人，國民黨團呼籲主管移工的勞動部、移民署等單位要加強查緝，協助改善移工工作處境等措施。

勞動部對此回應說，仲介受雇主委任安排移工出境，應送移工至機場出境管制門並確認移工進入管制門。對於無勞資爭議中途解約或工作期滿之移工，如果擔心有機場失聯之疑慮，可向航警局申請介護登機服務。另外，疫情後整體移工失聯情況已連 2 年下降，移工失聯發生率自 111 年 5.96%、112 年 4.20%、至 113 年 11 月底下降至 2.91%。

回應稿也說，為改善移工失聯，持續配合移民署查處並推動各項改善措施，如暢通移工申訴管道、透過入國講習及家事移工一站式講習宣導失聯風險、改善移工薪資待遇、加強仲介管理建立外國仲介引進移工失聯過高停權機制、輔導新開放移工行業之雇主落實法遵等，將持續跨部會合作改善移工發生失聯情形。

移民署亦回應表示，考量失聯移工人數增加，主要涉及國內勞動力市場需求、勞動條件及雇主與仲介管理等面向問題，事涉勞動部、農業部等相關目的事業主管機關的政策擬定，以及各地方政府實施勞檢、檢視移工居住處所安全與福利等權責。

### 加強查緝難降人數

移民署強調，中央、地方須共同強化源頭管理，始能克竟全功，無法單憑各國安機關戮力查處，降低失聯移工人數。他們將持續以查處實務經驗，提供政策建議給勞動部，俾由其會同經濟部、衛福部及農業部等目的事業主管機關，就移工之招募方式、語言溝通、薪資待遇、勞動環境保護及工作轉換等事項，研擬改善措施，以減少移工失聯的誘因。

# 謝立功支持黃國昌

**【本報記者呂翔禾台北報導】**「支持民眾黨立委黃國昌選黨主席，未來會持續蒐集各地支持者意見，壯大民眾黨勢力！」

民眾黨前秘書長謝立功 14 日舉行座談會，以蒐集各地支持者意見、改善民眾黨運作。他會前接受聯訪時表示，黃國昌經歷相當完整，但他也希望民眾黨高層能多聽聽台北以外的民眾，包括非都會區、鄉村等地的民眾心聲。

### 地方選舉前要有主席

謝立功 14 日舉行閉門座談會，盼聽取關心民眾黨、第三勢力未來發展的意見，陸續至

# 開座談會集思廣益

與黃國昌進行溝通？謝立功笑說，他很樂意找黃國昌，不過現在立法院還在審預算與重要法案，不一定急著碰面。有媒體詢問他對於 2028 年是否要「藍白合」以競選總統時，謝立功說，做為台灣重要的第三勢力，與國民黨的合作可因地制宜，但不見得都要反對執政黨的政策。

### 蒐集全台各地意見

「為反對而反對不是第三勢力的態度。」謝立功表示，若未來黃國昌擔任主席，而 2026 與 2028 年的選舉都要爭取全國選票，他希望能先幫未來的主

席蒐集各地意見。被問到黃國昌過去曾讓時代力量勢力崩盤，謝立功回應說，民眾黨從立委、市議員到里長，大小約有 50 位黨公職民代，都會積極與主席溝通，相信民眾黨不會重蹈時代力量的覆轍。

有記者詢問謝立功召開座談會的目的，他表示，很多支持者跟他反映，許多意見似乎不得其門而入，但包括司法改革、許多重大法案，民眾都有不同的想法，因此要好好蒐集一番。謝立功也提醒，民眾黨此次改選主席、中央委員等幹部，對民眾黨未來發展相當重要。

▼立法院會7日三讀修正通過，警消海巡等退休所得替代率最高可達80%。全國教師工會總聯合會14日在台北舉行記者會，理事長侯俊良（中）呼籲停止公教差別待遇、導正年金改革缺失。民眾黨立委張啓楷（左）及國民黨立委柯志恩（右2）、洪孟楷（右）等人出席相挺。（中央社）



## 警消替代率提高 全教總籲撥補退撫人員

【本報記者呂翔禾台北報導】「警消退休金所得替代率提高不公平，應該同時確保公教退休金不會破產！」全教總理事長侯俊良14日於記者會表示，提升警消替代率，退撫基金將出現財務缺口，呼籲政府儘速撥補。公教補償金自救會理事長施文平則說，政府年改時還取消「公教年資補償金」，盼國會朝野黨團修法返還。

現場包括國民黨立委柯志

公教團體指出，警消退休率提高後，更應確保退撫基金獲得撥補，還要返還年資補償金。

恩、洪孟楷與民眾黨立委張楷都到場響應相關主張。

### 撥補退撫 確保權益

侯俊良說，立法院日前三讀通過《警察人員人事條例》第35條等條文的修正案，提高警

消人員退休所得替代率。警消人員工作雖有其特殊性，但退休給予仍應考量基本公平性，此一修法打破退撫給予之基本公平原則，廣大公教人員有很強相對剝奪感，政府應該依法增加撥補退撫基金，以確保全體公教人員權益。

「總預算審議時應補充主決議文字，以確保公教人員權益！」侯俊良列舉包括：

1. 政府超徵稅額應優先補足114年總預算編列數額與依「撥補計劃」分10年應撥補數額之差距。
2. 115年政府總預算應依113年銓敘部「撥補計劃」分10年撥補退撫基金新缺口，每年撥補公務人員194億元與教育人員123億元之數額。

## 台東為愛發光圍爐 國軍展戰技台電送暖

【本報記者游清淵綜合報導】國軍弟兄搏擊、短棍、短刀等近戰格鬥戰技操演，剛猛勁道令台下百餘位長輩們連聲叫好。由台灣電力公司、一粒麥子基金會、台東基督教醫院三方攜手的「為愛發光」獨居老人春節寒冬溫馨送禮圍爐活動，於13日熱烈展開。

### 長輩笑盈盈

13日的圍爐宴，表演陣容中首度有國軍展演；幼兒園學童也在表演後送給長輩事前精心繪製的祝福小卡片；台電則貼心準備「溫馨關懷禮」羊毛絨保暖被及八樣年貨好禮，種種安排令長輩們備感溫馨。

「為愛發光」歲末獨居老人關懷活動從2005年起就未曾中斷，今年邁入第二十一年，關懷的長輩累計超過六千三百七十人次。除了會將溫馨關懷禮及實用年貨送至接受東基、一粒麥子送餐、居家照顧、日間照顧服務的獨居及貧困長輩，以及為長輩義剪、屋內線路檢測等社區服務之外，圍爐活動是關懷活動的重頭戲。

### 台電送暖被



▲陸軍台東地區指揮部「鎮東戰技隊」剛猛勁道的「近戰格鬥」戰技展演。（主辦單位提供）

宣導，鎮東戰技隊陸續在縣內各級學校、鄉鎮社區進行戰技操演。為來自各鄉鎮市弱勢高齡長輩義務展演是該隊的第一次，盼帶給長輩難忘回憶，返家後有機會鼓勵周邊孫子、曾孫輩的青年加入國軍行列。

緊接著陸軍台東地區指揮部「鎮東戰技隊」上場，從最基礎的拳腿組合到一對二、一對三的格鬥演練，過程逼真，頓時勾起不少男性長輩年輕時的軍旅回憶。

### 「近戰格鬥」戰技吸睛

隊長杜大衛表示，為展現國軍實力，將戰技操演結合國軍人才召募暨全民國防教育

### 一粒麥子向各方致謝

一粒麥子基金會董事長呂信雄則對各方支持表達深深感謝，尤其台電公司二十一年來大力支持關懷獨老的為愛發光活動，還有支持清寒大專學子的「希望種子」計畫、弱勢家庭兒童課業輔導班的「火金姑計畫」，是真心關心這塊土地最直接的表現。

因為這份愛與光，才能讓大家在這麼溫暖的環境中用餐，今年總共關懷三百三十六位長輩，出席圍爐的有一百五十位長輩，無法前來的會由服務人員將溫馨關懷禮及實用年貨送至家裡。

### 應返還年資補償金

公教補償金自救會理事長施文平批，政府在上次年改取消公教的「年資補償金」唯獨軍職保留，形成明顯不公，是對盡忠職守選擇相對延後退休的公教員工深刻的打擊，呼籲行政院不要再扮演惡雇主，修法返還年資補償金。另外，立院未來有望修法停止下降公教人員退休所得替代率是好事，但同時也要編列財源挹注退撫基金。

全教總另指出，112新制人員未來退休可以領到「公保年金」，但年改卻以得替代率限制領取年金的上限，可是公保與退撫是各自獨立的基金，財務收支、管理

運營與給付均互不隸屬，退休人員本應同時領取「基礎年金」與「職業年金」兩筆年金，呼籲立法院研議修法讓公保與退撫所得脫鉤分計，讓退休公教可領雙年金。

### 調薪盼更改標準

最後，現行在職軍公教調薪、退休軍公教年金的調整，僅參考「消費者物價指數（CPI）」作為調整的依據，惟通貨膨脹日趨嚴峻，CPI已與實際生活嚴重脫節，甚至僅為「重要民生物價指數」漲幅的一半，全教總要求通盤檢討、優化機制，調薪與調整退休所得均應以「重要民生物價指數」為準。

### 財經短波

## 矽谷新創基地啟動 讓世界看見台灣優質企業

【本報記者游清淵綜合報導】國發會14日在矽谷新創公司密集地帕羅奧圖（Palo Alto）為第二座新創基地舉辦揭幕，邀請美國業界、新創圈人士出席。

劉鏡清致詞表示，去年全球新創市場資本投資下滑40%，台灣則逆勢成長10%；相較於全球新創市場往下走、台灣新創市場在往上走，產生一個獨到的現象，今年目標希望翻倍成長至20%到30%。

繼首座海外新創基地於去年9月在東京啟動後，國發會14

式谷啟動國發會第2座海外新創基地13日於矽谷舉行揭幕儀式，表示企業被世界看見，希望透過基地讓台灣優質新創企業被世界看見。



## 年終獎金航空業新高 虎航12.8個月還調薪4%

【本報記者游清淵綜合報導】

疫情後出國旅遊潮爆發，航空業者受惠，台灣虎航14日召開董事會，拍板通過年終獎金與調薪案，每個員工平均可領12.8個月年終獎金，創下航空業發放最高年終獎金的紀錄。

台灣虎航另宣布，2025年調薪政策比照2024年，維持每個員工薪資平均調幅達4%加固定額3000元，也創下同業



▲台灣虎航14日召開董事會，拍板通過年終獎金與調薪案，每個員工平均可領12.8個月年終獎金，創下航空業發放最高年終獎金的紀錄。圖為台灣虎航客機。（中央社）

▼ 巴西成為最新立法禁止青少年在國中小禁用手機的國家。（中央社）



## 憂手機影響青少年身心 巴西校園決禁用

巴西總統魯拉 13 日簽署相關法案，將從 2 月開始禁止國中小學生在學校使用手機，除非是緊急或危險狀況。

孩太早接觸網路世界，恐讓家長更難掌握小孩到底做了什麼，他認為，限制智慧型手機使用可以幫助家長管教小孩，此法案罕見獲得巴西左右派跨黨的支持。

許多家長也相當支持此法案，巴西去年 10 月有調查指出，3 分之 2 的家長支持國中小學生在校園禁用手機，4 分之 3 家長認為，手機帶給孩子的傷害遠比益處多。43 歲、有 2 個女兒的父親拉莫斯就說，限制手機的政策很嚴格，但有其必要，雖然手機讓小孩子搜尋新知很方便，但恐讓小孩減

**禁令獲跨黨派支持**

根據《美聯社》報導，魯拉表示，人類不能讓演算法取代人性，希望相關修法可以讓兒少獲得更多教育與照顧；教育部長山塔那則說，現代小

少實體社交機會，「孩子需要多點實體互動。」

### 孩子使用手機問題多

拉莫斯 13 歲的女兒伊莎貝拉也說，很多同學因為手機導致無法專心學習，她支持禁令，不過認為這無法完全改善學習受影響的問題，例如霸凌與社交壓力等。巴西 2023 年已有 3 分之 2 的學校不同程度禁止學生在學校使用手機，28% 則是完全禁止。

近年來，各國許多研究或觀察指出，小孩使用手機後，霸凌、自殘傾向、焦慮。注意

力不集中等現象都有上升的趨勢。《土耳其通訊社》提到，包括奈及利亞、柬埔寨、南韓與紐西蘭等國家都禁止學校使用智慧型手機。

### 台灣尚未全禁手機

《歐洲新聞網》提到，法國、英國、荷蘭、義大利、匈牙利、西班牙、愛爾蘭與瑞典等國家紛紛都禁止國中小學生在學校使用智慧型手機，除非有緊急需求。台灣方面，教育部目前有公布「校園攜帶行動電話使用規範原則」，尚未強制禁止學生在學校使用手機，但已有許多家長與老師團體紛呼籲校園禁用。

## 救災無力、風變大 加州野火恐更延燒

【本報記者呂翔禾綜合報導】加州野火可能還要燒好一陣子！洛杉磯市長貝斯 13 日憂心表示，接下來將會有許多天都有強風，野火範圍恐更加擴大。目前加州野火主要延燒 3 個區域，其中兩個區域只有 14% 與 33% 火勢受到控制，已造成至少 24 人死亡、3 百家庭流離失所。加州與聯邦政府雖全力救災，但救災的 SOP 與政策也飽受批評。

### 聯邦政府投入救災

根據《英國廣播公司》與《洛杉磯 NBC》報導，目前加州野火在 3 個主要區域燃燒，其中，斷崖區只有 14% 獲得控制、伊頓區則僅有 33%，加上赫斯特地區的野火，共有 3.86 萬畝的土地受到波及。洛杉磯市長貝斯擔心，未來幾天將有「颶風級」大風，火勢恐更加

擴大。

美國總統拜登表示，目前野火共造成 24 人死亡，使他感到相當心痛，目前斷崖區與伊頓區還有 23 人失蹤。拜登說他已經要求聯邦政府盡一切可能幫助加州，感謝洛杉磯市民在火

災期間協助彼此度過難關；老家在加州的副總統賀錦麗也提醒民眾未來幾天也要注意火勢的擴大與相關預警。

加州從 7 日開始多處爆發森林野火，許多民眾因此失去家園，因此包括洛杉磯自然歷史

博物館、美術博物館等場館到 17 日前都提供免費入場，作為暫時收容災民的區域；洛杉磯的 NBA 球隊湖人隊也啟動捐款計畫，在球賽中場休息期間，民眾可以到特定區域捐款或是食物、水與盥洗用品等物資。

### 火災處理不當遭批

《福斯新聞》提到，此次野火天災中也出現不少人禍，讓貝斯與加州州長紐森受到許多批評。洛杉磯時報的老闆黃馨祥表示，由於這次野火洛杉磯市政府處理不當，他很後悔 2022 年市長選舉支持了貝斯。

黃馨祥痛批，貝斯在火災發生時還在非洲的迦納參加該國總統就職典禮，不馬上回國就算了，返國後危機處理也相當不佳，且過去的政策對森林野火缺乏管理，才會導致悲劇發生。



▲ 未來幾天將有強風，延燒多日的加州野火可能會再擴大。（中央社）

## 每日喝一杯牛奶 可降低腸癌風險

【本報記者莊宇欽綜合報導】每天喝一杯牛奶，有助降低腸癌風險！一項研究指出，每天攝取 300 毫克鈣有助於降低約 2 成的腸癌風險，而攝取酒精、紅肉和加工肉類則會增加罹癌機率。

專家呼籲，研究證實，乳製品可有效預防腸癌，但飲食控制、規律運動和減少菸酒也相當重要。

### 「鈣」可預防腸癌

《BBC》報導，牛津大學研究團隊利用近 17 年來超過 54 萬名女性的飲食數據，針對 97 種食物、飲料和營養素如何影響腸癌風險進行調查。結果顯示，酒精、紅肉和加工肉類會增加罹患腸癌的風險，而每天攝取 300 毫克鈣（約 250 毫升牛奶中的鈣含量）有助於降低 17% 罹患腸癌的風險。

牛津大學營養流行病學家帕皮爾表示，針對乳製品如何有效預防腸癌，該研究提供強而有力的證據，並表明「鈣」是降低風險的主要因素。此外，

豆奶、燕麥奶等非乳製品的鈣含量也有相似的保護作用。

儘管該研究主要實驗對象為停經後女性，但鈣的保護作用也適用於男性和年輕人。帕皮爾解釋，鈣透過附著在結腸中的膽汁酸和遊離脂肪酸來預防腸癌，這有助於減少癌細胞的致癌潛力。

### 腸癌為第三大常見癌症

《衛報》指出，據統計，腸癌是世界上第三大常見癌症，每年造成近 200 萬病例及 100 萬人死亡。如今，世界各地年輕人的腸癌發生率急劇上升，預計 2040 年新增確診人數將達到 320 萬，死亡人數將上升至 160 萬，尤其富裕國家中更加明顯。

然而，大多數的腸癌可以透過改變飲食和生活方式預防，包括維持健康體重、多吃纖維、少喝酒、積極運動和不吸煙都有助於降低風險。

其中，飲食控制特別重要，將近五分之一的腸癌病例與攝取過多紅肉或加工肉類有關。



▲ 一項研究指出，每天攝取 300 毫克鈣有助於降低約 2 成的腸癌風險。（Photo by Brian Suman on Unsplash under C.C License）

### 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 德媒專文介紹台灣



▲ 曾旅行全球的德國資深編輯阿爾邦於「南德日報」週末數位專題，以美食、交通、秩序、國家認同、視覺美學、宗教信仰等與日常生活息息相關的六個面向介紹台灣。圖為南德日報慕尼黑總部大樓。

▼ 曾幾何時卻因許多財團法人機構董事長成為執政黨酬庸的工具，外界每以肥貓稱之，讓肥貓成為負面的代名詞！（Synthesys AI 生成圖片）



# 肥貓佔據法人高位 藍綠都有責！

■ 李武忠  
(農漁經學者)

可愛呆萌的加菲貓一向是「肥貓」的最佳代言人，曾幾何時卻因許多財團法人機構董事長成為執政黨酬庸的工具，淪為退職高官養老和失意（選舉失利）政客棲身的去處，讓他們繼續坐領高薪，出門還有專車專屬司機接送，外界每以肥貓稱之，讓肥貓成為負面的代名詞！

## 肥貓位子何其多

凡走過必留下痕跡，民進黨尚屬在野時，該籍立委曾多次針對農委會轄下 24 家財團法人，有許多定位不明確、財務狀況存疑、與營運績效不彰的主管，卻坐領高薪的不當現象提出質詢，希望能做全面檢討，該廢則廢，以免浪費民脂民膏；該黨亦曾大力批評這些機構人事多屬酬庸，浪費民脂民膏沒有存在之必要。

然而在贏得政權後並沒有將這些為外界詬病的肥貓機構，予以檢討縮編或關閉，而是改派自己人去當肥貓，繼續坐領高薪，連減薪都捨不得（過去畜產會董事長是由農委會副主委兼任的無給職，直到上一任

事實上，許多財團法人的業務，隨著國內外局勢及產業結構轉變，早可功成身退關門大吉了。

## 是專業，還是酬庸？

儘管歷經政權更迭，同樣的情節仍在持續上演，近日處於多事之秋，問題一大堆的畜產會，經官方宣布將由競選立委失利後的前縣長蘇治芬，接任畜產會董事長（農業部是畜產會最主要的金主），繼其前部屬呂政璋處長接掌台灣金聯董事長，遭外界強烈批評為政治酬庸，致上任 48 小時閃辭後，再度引發媒體的抨擊。

有媒體人質疑蘇不符合畜產會的組織章程所規定的董事資格，如何進一步出任董事長？也有農民於臉書發文直言「如果你覺得蘇治芬比杜文珍專業，那這就是專業任命，不然就是政治任命！」；亦有輿論批評是為地方大選先行酬庸。

## 財團法人業務有待清理

面對這麼多爭議，農業部有必要作出說明，以平外界批評聲浪。相信很多民進黨支持者

尤其青鳥們，一定不樂見政府公器一如過去國民黨執政般淪為政治酬庸與分贓的工具，也不願看到黨內派系為搶位子頻頻對外放話攻擊自己同志的醜態。

事實上，許多財團法人的業務，隨著國內外局勢及產業結構轉變，早可功成身退關門大吉；有些則屬農業部本身應該要執行的業務，無須委由這些冗員機構辦理；有些則始終未能發揮原先設立之功能；是否還需要保留這些機構，確有全面檢討的必要，為求公平公正起見，應委請具專業、非御用、風評佳、客觀公平之學者專家及相關人士，組成專案組進行考評並將結果公開接受公評。

國民黨執政之時，為方便掌控這些財團法人機構的人事及經費，透過調降政府捐贈比率（當政府補助金額超過年度預算 50% 以上的財團法人，須提報其預算書送立法院審議）來規避國會監督（如臺農發、臺農投（公股占比 31.6%）等），才加劇今日的亂象，應該重新

檢討修正提高贈與比率，以落實對財團法人機構的有效管理。

## 用人應先考核

事實上要評估一個機構有沒有存在的必要，是有許多客觀的評估指標可以來衡量，包括：成立宗旨達成率，具體績效，財務運作及透明度，自我管考機制、實地考核等等。至於是適當人選，除須符合規定外，可以檢驗其過去擔任縣長時所大力宣傳口號如：將雲林縣有機農業面積擴大到 800 公頃，推動植物工廠，台塑四十億元回饋金使用，平地造林，畜牧豬糞變綠金「沼氣發電」，「呷安全、找雲林」，提高農民所得及提高農業業產值等政見之實際成果，來評論其是否有能力勝任會更具客觀性。

自古「得人才者得天下，失人才者失天下」。人才就是競爭力，台灣歷經政黨輪替而肥貓依舊在，甚至更為浮濫，赤裸裸的告訴國人，無論哪個政黨一旦完全執政，可以完全不在乎你我感受，等到下次選舉時，再透過統獨、畫大餅、激情言論、投青年所好等作為，自然又會一一歸隊，繼續供養肥貓嗎？

醫者心

# 是誰的功勞？

認定道德高尚的行為，但也非總是如此。

## 顧慮被施捨者的尊嚴

聖經上有兩段關於「功勞」的訓示，分別是，馬太福音 5:15：「人點燈，不放在斗底下，是放在燈臺上，就照亮一家的人」。馬太福音 6:3：「你施捨的時候，不要叫左手知道右手所做的」。一段話要人彰顯自己，另一段話則要人隱藏自己，是否相互矛盾呢？

公共事務上，有一件很麻煩的問題被解決了，或一件頗重要的事工被完成了，在公開或私下的場合，頗常會聽到以上的那些話語，用來自謂有「功」。

## 所見略同

然而，「功勞」該如何認定呢？一種狀況是，問題的解決或事工的完成，確實是處理當事人的功勞，但也可能是別的因素造成，也就是說，當事人若非我，換成別人，也一樣可以成就，只是當時沒換，就自認自己是最重要的關鍵。

另一種狀況是，個人的意見在公開場合表達了，正好政府執行也往該方向前進，但原因並非聽了誰的意見，所以曾有意見者，頂多就是「英雄所見略同」，但有人卻會自認是立了大功。

不是或不確定是自己的功勞，卻猛往自己臉上貼金而志得意滿，是一種偏差，

但另一種「偏差」則是，雖然確實是自己功勞，卻不願意讓人曉得。大多數時候，為善不欲人知，是眾人

功勞要隱藏或彰顯，有依據可循，可以減少爭議，但如今社會上常見的問題是，沒沾到邊卻要吹噓，或只是沾點邊就要大肆放送，把功勞都攬到自己身上，讓人遺憾又啼笑皆非。

聖經上還有一段訓示值得深思。哥林多前書 3:8 「栽種的和澆灌的都是一樣，但將來各人要照自己的工夫，得自己的賞賜。」



▲ 聖經上有兩段關於「功勞」的訓示，一段話要人彰顯自己，另一段話則要人隱藏自己，是否相互矛盾呢？當然不是如此。要彰顯或隱藏，必須看情況而定。（網路截圖）

# 萬眾一心 快樂戒菸

## 戒菸四招

- 1 深呼吸 15 次  
連續將氣深深吸入  
再慢慢吐出
- 2 喝一杯冷水  
滋潤喉嚨又可抑制  
吸菸慾望
- 3 用力伸懶腰  
擴胸挺胸或原地跳躍  
都可以
- 4 刷牙或洗臉  
神清氣爽 精神好！

## 戒菸就贏 APP 立即下載

- A. 找出最方便的「戒菸門診特約醫療院所」戒菸去…  
B. 設定戒菸日：讓系統連續四周天天送戒菸小叮嚀！  
C. 撥打衛生福利部國民健康署免費戒菸專線 0800-636363



多數吸菸者都有過戒菸的念頭，  
但擔心失敗就就不敢嘗試！  
其實吸菸不只是個「壞習慣」，  
更是成癮、的問題；  
戒菸需要支持鼓勵及事業的協助！  
立即嘗試戒菸，擺脫菸癮的奴役，  
讓自己更健康、更快樂、更自由！

導讀

華文戒菸網  
-快樂戒菸指引



菸害偵探社  
-揭露菸商十大  
真面目



董氏基金會成立於民國 73 年，從倡導「人人有權拒吸二手菸」開始，一步一腳印推動台灣菸害防制工作。今面對跨國菸草公司力推新興菸品、吸引年輕人陷入尼古丁成癮的困境，我們特別需要您的支持與捐助，幫助我們對抗菸商各種行銷。請將電子發票設定捐贈愛心碼「531」，並進一步捐款支持董氏基金會——



# 葡萄牙之旅 城市光影的行走速寫

無論是夕陽下的金色海岸，還是古老街頭裡傳來的法朵音樂，每一頁速寫都在述說著這個國度的故事。

■ 郭正宏，淳魚（韓佳燕）

（郭正宏的旅行速寫書 FB 經營人，Barev 淳魚韓佳燕 FB 經營人）

帶有歷史教堂的緩坡、來來去去的黃色電車、對著路過的人們微笑招手，這大概都是旅人們對於里斯本的印象。破敗而又美好，是我對他的一種矛盾形容；走在里斯本街頭，時光彷彿在 18、19 世紀緩慢的前進。

座落在特茹河口的里斯本因為城市建立於七座山丘之間，故又稱「七丘之城」。里斯本這個名字有一說來自西元前 1200 年前腓尼基人所取的古老名稱 Olisipo (Ulyssipo)，意指令人愉快的港口，但也有一說是向古希臘史詩英雄尤里西斯 (Ulysses) 致敬。

無論是哪一種，里斯本本就是一個文化交匯處，除了腓尼基人，希臘人、迦太基、羅馬人前仆後繼地來到此地，再往後更有哥特人、日耳曼人與摩爾人交替統治這塊土地。

## 今日的里斯本

今日的里斯本主要建設於 18 世紀，在一場災難性的地震後，當時的首相——龐巴爾

感地震，第二次地震的晃動又比第一次更大，導致許多建築物因此坍塌，據記載，這一次的地震長達三分半，十五呎的裂縫出現在了里斯本市中心。

隨之而來的第三次地震強度沒有前兩次強大，卻連帶影響到了西班牙，甚至北非。包括阿爾及利亞和摩洛哥城鎮皆造成了重大傷亡。阿爾及爾與丹吉爾完全遭受摧毀。

在歐洲，里斯本地震在西班牙同樣造成了相當大的破壞，特別是在馬德里和塞維利亞。法國、瑞士和義大利北部也感受到了搖晃。今日地震學家估計，里斯本地震的震度在瞬間震級尺度上為 8.5-9.0，震央位於大西洋。

## 大地震嚴重災害

地震發生時，里斯本民眾大多數都在大教堂裡禮拜，隨著地震發生，燃燒的燭台因倒塌而燃起了熊熊大火，幸運的人躲過地震，逃到了停泊在特茹河上的船隻。未能逃生的民眾，有的被困在倒塌的磚瓦碎片中，因街道狹窄而未能獲救。在地震幾分鐘後，火勢蔓延，整座里斯本陷入火海，成為了一場人間煉獄。更不幸的事，大地震所引起的海嘯，在



▲ 走在里斯本街頭，時光彷彿在 18、19 世紀緩慢的前進。（網路截圖）

屋頂已經因地震而消失，但透過仍然存在的拱肋依然可以勾畫出主廳原先是採用巴西利卡式 (Basilica)，內部分隔為一座中殿及兩側的兩個側廊，後方則為一個大的突出半圓作為主祭壇，兩側再加上四個小的突出半圓則為小教堂之用。

在地震後的隔一年，1756 年，葡萄牙王國原想將其修復，卻由於宗教與政治的不穩定，導致修復到了 1834 年終於停頓至今。如今這座教堂院內除了展示教堂僅存部分，更設立了考古博物館在內。做為考古博物館，館內收藏著中世紀的棺木、紋章、雕像，甚至是秘魯帶回的一尊木乃伊。

## 里斯本與舊金山

對舊金山若是有些微的了解，就會發現里斯本與舊金山的相似之處，事實上，也有許多外國旅人經常稱里斯本為歐洲舊金山。那麼這兩座城市在哪些地方如此接近呢？

### 1. 懸索橋

相信，即使沒去過舊金山，但一定的概率都聽過金門大橋，這幾乎就是舊金山的地標之一。而造訪里斯本也很難錯過特茹河上的 4 月 25 日大橋，將兩座大橋以同一視角拍攝並放在一起比較，就能發現兩者有多麼相似。加以調查更可發現，它們是由同一位建築公司設計、

建造，兩座橋身使用了相同顏色——國際橘。另外，金門大橋擁有最高的懸掛塔，以及美洲第二長跨度的紀錄；而 4 月 25 日大橋則擁有歐洲大陸最長的懸掛跨度。

### 2. 地形

舊金山與里斯本一樣都是丘陵地形，兩座城市不約而同的也都是建立在七座山丘之上！因此在不經意的一個小拐彎，就能發現這兩座城有著許多的相似街景。此外，兩座城市同樣是個海灣城，在港口邊同樣有著迷人的酒吧、餐廳，都是當地人和遊客散步、放鬆的好去處。

### 3. 電車與纜車系統

**對舊金山若是有些微的了解，就會發現里斯本與舊金山的相似之處，事實上，也有許多外國旅人經常稱里斯本為歐洲舊金山。**

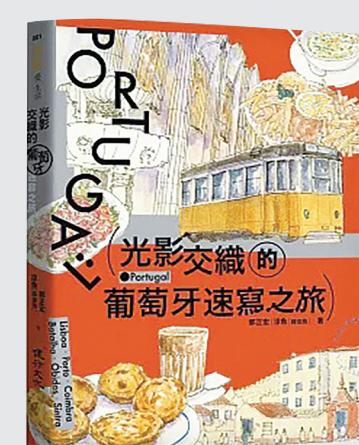
事實上，里斯本的電車與纜車系統最早是來自於美國。兩者的電車與系統都在 19 世紀初便設置，今日在里斯本，這些黃色電車仍然作為主要公共交通系統，但舊金山現在只運營兩條纜車線路（其中一條是目前世界上最古老的自動操作纜車系統）。兩座城市的標誌性象徵都是這古老的電車，並成

## 《光影交織的葡萄牙速寫之旅》簡介

本書可說是一趟視覺與文化的交融之旅，在兩位作者帶領之下漫步在葡萄牙豐富多彩的歷史場景中。書中以精緻的速寫和細膩的文字，生動描繪了里斯本起伏的街巷、古老的電車和纜車在紅瓦白牆間穿梭而過的悠閒場景；在波爾圖，河岸邊瀰漫著的酒香，交織著隨風搖曳的葡萄牙傳統藍瓷，讓人深深著迷。

透過本書，讀者將體會到葡萄牙人熱情的待客之道、悠然自得的生活態度，與藏

於市井間的藝術與美學。無論是夕陽下的金色海岸，還是古老街頭裡傳來的法朵音樂，每一頁速寫都在述說著這個國度的故事，帶來一段深刻而溫暖的心靈旅程。



作者：郭正宏，淳魚（韓佳燕）

（郭正宏的旅行速寫書 FB 經營人，Barev 淳魚韓佳燕 FB 經營人）

出版社：健行 出版日期：2025/01/01

為造訪城市必做的一項旅遊活動。

### 4. 大地震

里斯本在 1755 年發生了毀滅性的大地震，85% 的里斯本都被摧毀，而舊金山在 1906 年也發

## 里斯本電車與纜車

里斯本著名游標——28 號電車，自阿爾法瑪 (Alfama) 老城區的馬丁莫尼茲廣場發車，行經位於山頂的 Graça 社區，再往前一站便是聖文生修道院 (Mosteiro de São Vicente de Fora)。原址早在 12 世紀中時就已建造了一座教堂獻給聖文森，起因在於葡萄牙國王阿方索一世當年在圍城里斯本時曾向上帝許諾，若是成功從穆斯林手中奪回里斯本，那麼將建造一座教堂來感念聖文森的守護。

爾後當阿方索一世戰事告捷，不僅兌現諾言建造了教堂，更派人將聖文森的遺骸從薩拉干薩 (Zaragoza) 運回里斯本，並放置在里斯本主教座堂內。

傳說，在運送過程中，烏鵲全程陪同，而這段故事後來也作為里斯本徽章的圖像。

（宇欽 / 輯）

生了致命性的大地震，造成 40 多萬人無家可歸。

雖然兩座城市都面臨了毀滅性的天災，但在經過重建之後，這兩座相似之城依然散發出屬於自己的那完美的新舊結合，被吸引而來的旅人能夠享受更經典與永恆的生活方式，同時沉浸在舊時代的魅力中。

## • 丫丫書訊 •

### 《五眼聯盟：國際情報組織五十年實錄》

作者：安東尼·R·威爾斯

無論是監控恐怖組織、預警地緣衝突，抑或偵測網路攻擊，歷經時代更迭，五眼聯盟始終在維護國際安全中扮演關鍵角色。然而隨著公民意識抬頭，這個由美、英、加、澳、紐五國組成的全球最強情報共享網絡，其龐大的監控機制也引發了隱私、道德與政治層面的爭議。

本書作者是唯一一位曾在英美情報體系均擔任要職的在世情報員。他以五十年親身經歷，細數五眼聯盟成立至今所面對的嚴峻挑戰與運作秘辛。從冷戰時期對抗蘇聯、波灣戰

醒報編輯部 / 輯

出版社：本事出版社

爭中的情報角力、九一一事件後的全球反恐、以巴衝突中的英美矛盾，到當前中國崛起帶來的地緣政治危機，威爾斯以豐富的第一手經驗。



### 《山人不上山：一位戶外公民的山林行腳》

作者：董威言

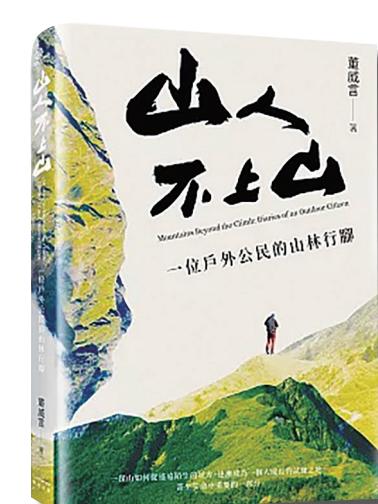
出版社：奇光出版

台灣

有不少登山相關的書籍，但主要集中在來自西方的登山技能工具書、登山與步道文學等，台灣本土亦有人書寫來自 8,000 公尺巨峰的攀登故事、步道與路線介紹、抒情與紀實夾雜的登山報導／紀錄、山林工作者的職業經歷、山林主題的散文集與小說、區域性的環境史專書等。

但是著眼台灣整體登山環境，以及作為一位台灣公民該如何看待自家山林的書籍卻極為稀罕。

本書從作者的親身登山



侯爵 (Marquês de Pombal) 作為建設市鎮的領導人物，加寬了道路，更創新的為里斯本帶來防震設計建築，利用活動式木製部件組合而成，建築物會隨地震的幅度晃動而排掉衝擊力，讓主體結構不會倒塌，又利用建築之間隔間防止火災擴散。

今日里斯本市中心依舊保持著當年龐巴爾侯爵所設計的市鎮模樣，特別是在 Baixa 區。龐巴爾式設計多數為四層建築，同時限制建築高度，標榜實用為主。地面層是為商店，樓上則為民居並設有露台。新式房屋立面以簡潔設計為主，主張減少不必要的裝飾和陳設。

## 里斯本大地震

1755 年 11 月 1 日，天主教的諸聖節，虔誠的葡萄牙人們紛紛前往教堂為這重要的節日做準備。在教堂裡頭每一支蠟燭都被點燃，教堂裡還裝飾著新鮮花朵及各種易燃的裝飾品。

上午九點三十分到九點四十分，這十分鐘內發生了三次有

雖然今日的卡爾莫教堂主廳

# 遠離陷阱，成為祝福

■ 張文亮（前台大教授）



## 【痛苦孤單時，我不願成為偷窺狂】

「向婦人起淫念，在鄰舍的門外蹲伏」（約伯記三十一：9）

約伯陳述痛苦時，他會愛看兩種女人，「處女」（約伯記三十一：1）與鄰居的妻子。約伯對前者是戀戀瞻望，對後者是躲在門外偷看。

偷偷垂涎別人妻子的方式，是門外「蹲伏」（laid wait）。「蹲伏」是非常獨特的用字，是獵人在打獵物時的動作，包括在樹林（或草叢）埋伏，潛行接近獵物，與接近時的欺哄。

### 像在追求獵物

埋伏、潛行與欺哄，都是先在自己的淫念裡，一次又一次的演練，再對實體產生行動。無論是演練和行動，都沒有愛，只有淫慾，追求對象，像在追求獵物。

妻子安息之後，我有沒有對鄰舍的婦人，社區的美女，朋友的妻子，女性的同工等，產生蹲伏的念頭和行為？我不能說，需要主憐憫，免得社區主委的我，成為怪叔叔，主知道就可以了。

我願蹲跪在床前禱告，而非蹲在別人家的門口，我願早一點睡覺，而非伏在婦人行過的路旁。



## 【避開同居的陷阱】

「因他的威嚴，我不能妄為。」（約伯記三十一：23）這是約伯記裡，我最喜愛的經文之一。

因為我在難過時，分不清許多事情，以致可能固執地往一個牛角尖鑽，沒有鑽下去，是怕自己的「妄為」（endure）。

### 可怕的「妄為」

「妄為」的範圍很廣，例如在污濁中，得好處；在不當的期待中，希望速成。自己誇大的心思意念，自以為確定。

「妄為」是給自己的慾望，鋪上美麗的紅毯；給自己犯罪的意念，可怕的合理化。

上帝的「威嚴」（highness），是祂在高處看得清楚，不受我們妄為的哄騙。上帝的榮光，自高處照亮我的黑暗。上帝的公義與聖潔之前，不是用人的理由來遮蓋，而是要接受更高的審判。

### 不願委身「婚約」

許多人的說法是模棱兩可，使人迷惑。妻子安息後，我才知道許多人，只想要彼此慰藉的關係，而非婚約的委身。

這是現今世界，年紀大的男女，配偶離開後，同居很流行。同居減少法律的糾紛，同居減少財產分配的問題，同居雙方合得來就來，合不來就分開，同居多久，看雙方的情願，同居的關係知道的人少。

### 同居的妄為

同居的關係有許多美麗的包裝，是終老的照顧，避免太久的孤單，是安全的性，是替你的妻子照顧你，是婚姻之外的另一個可能。

同居、單身與再婚，是非常困難的選項，但是同居比照上帝的「威嚴」，世界的流行是感情的試探，人的妄為。

## 【情緒之海浮沉時，求主讓我不抓到水母】

「我若在城門口見有幫助我的，舉手攻擊孤兒；…我的膀臂從羊矢骨折斷。」（約伯記三十一：21、22）

「羊矢骨」（arm，或 radius of arm）是古老的字，是在手臂的前端，手肘上的骨頭，可以幫助手部左旋與右旋，現今稱為「撓骨」。羊與人都有撓骨，故稱為「羊矢骨」。

膀臂使手施力有力，撓骨使手施力準確。撓骨配合膀臂，有力又準確。不配合，就會有力卻不準確的危險，難怪約伯提出那用力打人的，願膀臂從羊矢骨折斷。

### 旁人的意見

妻子安息後，我的感情處於空窗期，偏偏又有些人愛說：「某某男人，妻子安息之後，短短幾個月就結婚，過著幸福的生活。」有些人講：「某個諾貝爾獎的科學家，年紀很大，在中國娶了個很年輕的女子，也很幸福。」

其實，現象不等於真理。特例，不適用於每一個人。

我的感情，是重新學習。有時膀臂用力，羊矢骨的方向卻不對；有時是方向可能對，但是膀臂軟綿綿，使不上力。



### 勿被海草纏繞

在感情之海浮沉，情緒起伏，我想抓個救生圈，卻抓到鐵錨沉下去，或抓到海草，自己被纏繞；更可怕的是抓到水母，自己被刺痛。

難過添難過，失望加失望。怎麼辦？約伯提醒我，要去幫助孩子，相信主保守孩子，也保守我。主知道，這是我卑微的渴望。



## 【難過的人啊，不要抓錢作止痛劑】

「我若以黃金為指望，對精金說：你是我的倚靠；…又是我背棄在上帝。」（約伯記三十一：24、28）

我何等的感謝約伯，在他難過時，提到他有個可怕的試探，以黃金為「指望」（hope），以精金（更好的黃金）為「依靠」（confidence）。

### 錢抓在手中

人在痛苦時，沒有什麼可抓，會抓錢。因為錢抓在手中，是種把握。計算自己有多少錢，是苦難時，面對未知未來的安全感，手上擁有的錢愈多，是種肯定，是眾人公認的能力，代表自己可以東山再起。

有錢的危機，錢是我們的僕人，也容易變成我們的主人。有錢可以更多暴露在鎂光燈下，但是暴露在

鎂光燈下，也是為了錢  
文字的敘述容易，實際遇到很大的賺錢機會，就不易輕易的擺脫。

### 基督裡的自由

妻子安息後的兩個月，有個企業給我某個職務，薪水很高。我忽然想要這筆錢，這也許是沮喪的我，有個東山再起的機會，抓錢作止痛劑。

我與女兒討論，她堅決反對，女兒說：「如果媽媽在，媽媽絕對不會答應爸爸去接這工作。」我說：「但是媽媽已經安息了，你怎麼知道媽媽的想法？」女兒說：「我是媽媽的女兒，所以我知道。」

我聽從女兒的話，放棄那工作。

一年後，我體會那是正確的決定，基督裡的自由更可貴。

## 【別人怎麼論斷，我們都只能承受】

「我若在城門口見有幫助我的，舉手攻擊孤兒」（約伯記三十一：21、22）

有權勢的人在「城門口」（gate）修理人，是世界上常見有的事。

城門口是出入必經之處，在那裡等候，一定可以等到。城門口狹小，在那裡被遇到，一定逃不了。城門口出入的人多，在那裡修理人，最容易達到公開羞辱人的果效。

### 容易受攻擊的弱點

每一種行業，都有容易受攻擊的弱點；每一個人，都有容易羞辱的地方。特別是「孤兒」，孤兒是缺乏保護的孩子，在城門口羞辱孤兒，是以強欺弱，不公平、不公義的事。

苦難，是我們容易被抓住的狹窄地，軟弱，是別人容易以最少的力量，讓我們達到最大傷害的時候。別人怎麼罵，我



們都無力防衛；別人怎麼論斷，我們都只能承受。

### 在野地流浪

妻子安息後，我真的不知道怎麼辦？我讀約伯記，寫下一些的分享，聖靈藉著約伯，在教導我，苦難時，我避開經常進出的城門口，但是城門之外，還有遇見主的門。軟弱時，我只好在野地流浪，野地還有跟隨主的路。

非經典、非正派、非傳統的人，主還是有拯救，這是約伯記。



### 約伯歷經滄桑

約伯在痛苦時，依然認為自己是孤兒的支持者，外人不得欺侮他們。約伯歷經滄桑，還是願在餘生，成為無助孩子的支持，這也是他對上帝的心願。

約伯的能力有限，幫助孤兒，其他的人與事，就難幫助。與肩胛骨相連的肌肉也是有限，不是無限的連接。

妻子安息之後，我高度的沮喪，退出政府與企業的一些職務，我深深的難過，中斷一些過去的服事，我擔心試探，網路的聯絡大都不回應。主啊，我在難過時，力量剩下一點點，與外界的連結，只能很有限。

### 起來幫助孩子

約伯的陳述，幫我看清楚鯨夫不是躲在家裡哭，不是世界已虛空，不是沒事幹，不是讓自己的感情已成灰，而是起來幫助孩子。我不當檯面上領袖，而是退居台下，擔任「背後連接」，像「肩胛骨」的功能。

我期待有個兒童與塗鴉的平台，開播讓兒童認識太自然科學的視訊，也參與與國外合作，讓台灣有座自閉症孩子的公園，願主幫助我，帶領我，使傷痕的路，成為孩子的祝福。