

今日天氣

北部 10°-16° 陰時多雲

中部 10°-18° 多雲短暫雨

南部 14°-21° 陰短暫雨

東部 11°-18° 陰短暫雨

深度報導 · 極簡閱讀 · 五媒合一



烏克蘭願撤兵 川普將與普丁通話



小心感冒使人急胖驟胖 (劉伯恩)



與溫暖相遇 (張文亮)

《今日求禱》/ 社長

國家講座主持人



教育部表揚國家講座主持人跟傑出研究學者，真是值得大書特書的事，畢竟這些學者皓首窮經做學術研究，對人類社會影響極大，只是這類新聞不容易得到媒體的青睞。醒報為這些學者鼓掌，也希望社會一起肯定這些默默做研究、貢獻社會的人。(2版)

▼ 尊嚴勞動修法聯盟 1 月 2 日、3 月 13 日曾分別在立法院與行政院抗議，呼籲立法院推動恢復國定 7 天假。(中央社)



立委盼恢復 7 天假 內政部：並無共識

內政部長劉世芳受訪時說，要不要恢復所謂 7 天假，立法院曾辦公聽會，立委、學者完全沒共識，不宜倉促立法。

【本報記者呂翔禾台北報導】勞工今年無法增加更多假日？立法院內政委員會 17 日審查《紀念日及節日實施條例草案》，內政部長劉世芳會前受訪時說，要不要恢復所謂 7 天假，她認為不是真正的議題，且立法院曾辦公聽會，立委、學者完全沒共識，不宜倉促立法。目前各黨都有立委提版本，傳統節日外，也有立委建議新增全國客家日等節日。



立法院內政委員會 17 日審查「紀念日及節日實施條例草案」，內政部長劉世芳會前受訪表示，「不要恢復所謂 7 天假，她認為不是一個真正議題，且立法院曾辦公聽會，立委、學者完全沒共識，不宜倉促立法。」(中央社)

立委提案差異大

現行《紀念日及節日實施辦法》僅屬行政命令層級，民眾黨立法院黨團、國民黨立委牛煦庭、民進黨立委陳瑩與無黨籍立委高金素等朝野立委，都提案將實施辦法提升為法律位階(條例)。但劉世芳 17 日受訪時表示，不希望辦法變成法律的原因，是之前的公聽會各方並沒有共識，若倉促立法恐造成很多疑慮。

劉世芳在口頭報告時表示，現行「紀念日及節日實施辦法」規定辦理，訂有 12 個紀念日、6 個民俗節日、9 個特定節日；經統計，目前各立委提案版本，計有紀念日 33 種、節日則多達 38 種，差異甚大。除傳統節日外，有些委員也盼加碼跨族群，

新增全國客家日、國際移民日、原住民民族相關節日等。

盼 4 月整合版本

民眾黨團表示，根據黨團草案，開國紀念日(元旦)、國慶日及和平紀念日放假一日，至於民俗節日、紀念日等節日放假，除春節放假 4 日以外，包括勞動節及教師節均放假一日；原住民民族歲時祭儀，則由原民會參酌各原住民民族習俗公告。

內政委員會召集委員牛煦庭則表示，官員答詢及宣讀條文後，將盡速整合各委員不同版本，主要就是釐清放幾天、放哪天，盼 4 月就能整合完成並實質審

查。但民進黨立法院黨團幹事長吳思瑤表示，執政黨傾向透過行政命令來執行，避免修法欠缺彈性，若要增加放假節日，必須保有全國一致，避免只有特定對象放假。

勞團盼政府快修法

尊嚴勞動修法聯盟 1 月 2 日、3 月 13 日曾分別在立法院與行政院抗議，呼籲立法院推動恢復國定 7 天假，還有行政院儘速提出「實質增加國定假日天數」與「提高勞退新制法定雇主提撥率」的具體草案；但對此，行政院發言人李慧芝僅表示，相關修法牽涉廣泛，還需要再研議。

推反戒嚴反廢死公投 國民黨要還權於民

國民黨主席朱立倫宣布由立委推動「反戒嚴」、「反廢死」公投，藍委吳宗憲說，反廢死才能為被害人聲張正義。

【本報記者呂翔禾台北報導】「總統賴清德最近推出 17 項反統戰措施形同『準戒嚴』，國民黨要推公投反制！」國民黨主席朱立倫 17 日親赴立法院，與國民黨立法院黨團宣布由立委推動「反戒嚴」、「反廢死」公投。藍委羅智強痛批，賴清德稱中國為「境外敵對勢力」，恐將兩岸陷入戰爭陷阱；藍委吳宗憲則說，反廢死才能為被害人聲張正義。



▲ 國民黨主席朱立倫(前中)17日上午與黨籍立委在立法院議場前舉行記者會，宣示推動「反戒嚴」、「反廢死」公投，盼守護台灣、守護民主。(中央社)

反統戰限縮人權

朱立倫 17 日前往立法院，與國民黨團所有立委召開記者會，宣布推動公投反制民進黨的大罷免。朱立倫表示，國民黨要守護台灣，不能讓賴清德胡作非為，從大法官憲判 8、要求死刑要一致決審判、形同實質廢死開始，到賴清德宣布中國為「境外敵對勢力」，透過執法全面限縮人民權利、思想、行動與言論自由，必須要用更大的民主保護台灣民眾。

「要透過公投守護台灣民主！」朱立倫說，國民黨要推動反戒嚴、反廢死兩大公投，還權於民、還利於民，創造全民安全。國民黨立法院黨團首席副書記長羅智強則說，台灣不

要步上烏克蘭的後塵，但賴清德宣布「境外敵對勢力」、17 點反統戰措施，將台海推向兵凶戰危的險境，這麼想學前韓國總統尹錫悅發動戒嚴？那就讓人民來決定是否支持賴清德。羅智強批評說，之前以多數民意通過的法案，只要民進黨不喜歡，就說是「毀憲亂政」，賴清德召開記者會宣布的作為，形同讓兩岸開啟戰爭的年代，相關作為應該交由人民公決。

反廢死保護被害人

國民黨立委、司法法制委員會召集委員吳宗憲強調，他擔任檢

察官多年，死刑存廢不應該是建立在教科書或是論文的高談闊論中，而是一件件過去發生的血淋淋社會案件，如今死刑經過憲判 8 決議，要一致決才能判死，這在過去前所未見，大法官並沒有造法的權利，不應該配合執政黨，且如今已經有國民法官制度，就是要讓法官與民意的距離更近。

「面對綠色威權，拒絕被同化！」吳宗憲強調，民進黨政府只想要保護加害人，卻長期忽略被害人的權益，無法保護無辜的人民，因此決定推動反廢死公投，讓人民可以回歸安居樂業的生活。



首架金門包機飛抵台東 航空站噴水禮歡迎

▲ 台東縣政府推動與金門縣雙向包機互訪，首架「東金包機」17日搭載 173 名金門旅客到台東，台東航空站特別在機坪以噴水禮歡迎。(台東縣政府提供)

社論

陸籍配偶因言獲罪 我言論自由有否底線？

中國籍配偶亞亞因為在抖音上發表武統台灣的言論，遭到移民署直接費廢止在台灣的依親居留，必須限期離境，而且時間非常緊迫，只有短短十天的時間準備。

言論自由爭議

這則處分的影響其實很大，台灣過去一向崇尚言論自由，對國外來台者發言也不太管束，像是日籍記者矢板明夫，當初在產經新聞擔任駐台特派，就時常發表各種政治言論。後來辭去記者職務，還在電視專門主持政論節目，這象徵台灣不管出身身分，都願意最大程度的保留言論的空間。

亞亞這次被驅逐的依據是，

「大陸地區人民在台灣地區依親居留長期居留或定居許可辦法」第14條第1項第4款規定，大陸地區人民申請依親居留，有危害國家安全或社會安定之虞，依親已許可者，撤銷或廢止其許可，並自不予許可、撤銷或廢止許可之翌日起算一年以上、五年以下之一定期間，不許可其再申請。

亞亞是直接被要求五年不得申請，等於是至今最嚴厲的處分！

裁罰標準惹議

亞亞被控訴的罪名是危害國家安全或社會安定，這本來就是一個很主觀的控訴。根據媒體報導，她因為鼓吹中國以武

力統一台灣等言論才被檢舉。首先亞亞的身分應該是一介平民，沒有特殊社會職務，媒體沒有寫說她的工作是甚麼，她的抖音雖然有48萬人的追蹤。

但是如果看點讚數，會發現在她被約談後，點讚才顯著提升，所以不能排除是名人效應，才造成她影響力陡升。

以一個平凡的婦女來說，說其武統的言論會造成危害國家安全或是社會安定。恐怕都很難說服人，台灣有不少政治人物倒向對岸，甚至頻繁觸及統一台灣這樣的紅線，有過之而無不及。比較起來，到底誰的言論比較危害國家安全，政府的標準又是甚麼？

當然或許我們可以說，因為

她大陸籍的人，因此規範上要更嚴格，問題是我們條文在明文上，並沒有說對於國家安全的觸及程度，對於陸籍應該要更嚴格。那一切就完全是主觀來判斷，那就是對言論更加嚴格的審查，變相當然是影響言論自由。

移民署是否瀆職

如果一個陸籍配偶不應該涉及到武統的言論，立即剝奪她依親居留的權利是否合理？這位陸籍配偶的小孩是否成年？還需不需要母親的陪伴？如果看她的抖音內容，她的小孩看起來才國小程度，讓其母親立即離境？是否有考量到人道問題？

而且如果武統問題真的如此嚴重，是否有事前對其進行任何警告或行政處分？如果都沒有，直接跳到剝奪依親居留是否過當？

前期移民署沒有任何行為，那是否涉及瀆職？還是某種政治壓力下，移民署才決定匆匆抓人祭旗？

麥卡錫主義

不可諱言，民主國家也會有戕害民主的自由行為。像是1950年代，美國曾經爆發麥卡錫主義，參議員麥卡錫認為共產黨滲透了美國政府許多部門，他為了阻止國家被共產黨顛覆，製造了一系列的調查和聽證去曝光這些被指控的人。

當時被懷疑的主要對象是政府雇員、好萊塢娛樂界從業人士、教育界、工會成員，結果後來證實一堆冤案。依照現在川普總統的很多行徑，民主是在被壓制當中，一切對人權的傷害，都被用國家安全或是打銷成本的名義掩護。台灣只能說是被美國這條主流帶動影響的支流，手段懲處都應該更嚴謹。

台灣價值怎麼保持

控人入罪應該慎重，法條量刑應該具體。雖然陸籍配偶不是台灣人，但是台灣應該給予的標準應該一致。對於言論入罪更要小心再小心，因為今日可以拿來打擊敵人，明天敵人就能拿來反施彼身。今天在台灣已經可以看到很多這樣的案例，可惜歷史唯一會重演的，就是讓錯誤不斷重複。

表揚國家講座教授 學者籲延攬海外人才

李怡庭、賴明治、楊志新與陳文章等4位學者是第二次獲獎，為終生榮譽之國家講座主持人。

教育部舉行第28屆國家講座主持人、第7屆國家產學大師獎暨第68屆學術獎頒獎典禮，總統賴清德（左）示意得獎人將獎座舉起，分享榮耀。右為國立陽明交通大學賴明治教授。（中央社）



【本報記者呂翔禾台北報導】「盼以預算促進學術研究、促進人才培育，延攬海外優秀人才！」總統賴清德、行政院長卓榮泰17日聯袂出席教育部學術頒獎典禮，表揚27位國內優秀學者。賴清德強調，將以970億預算持續促進學術發展；卓榮泰則說，盼百億海外圓夢基金協助更多青年投入學術研究。獲獎學者邱煌仁則呼籲政府延攬海外人才。

教育部17日舉辦國家講座主持人、國家產學大師與學術獎頒獎典禮，今年共有27位獲獎者，其中講座主持人8位、產學大師2位與學術獎17位。國家講座有台大李怡庭教授、台大陳聖賢教授、台大林麗瓊教授、陽交大賴明治教授、台大楊志新教授、

成大蔡明祺教授、台大陳文章教授、陽交大黃金維教授等人獲獎，其中李怡庭、賴明治、楊志新與陳文章等4人是第二次獲獎，為終生榮譽之國家講座主持人。

圓夢基金投入研究

教育部長鄭英耀表示，台灣天然資源有限，如何讓世界上看到台灣人才的貢獻，學術與技術發展將成為在國際競爭優勢，學術研究對於未來台灣產業加速全球布局很重要。

「看到台灣教育巨擘很開心！」行政院長卓榮泰笑說，他擔任公職30多年，與很多專業領域研究者，感受到學術研究對於社會、產業與人民有無比大的能量。他也希望相關研究能配合「百億海外圓夢計畫」，讓更多青年學子追尋夢想。他透露說，計畫目前已經超過2600人申請，非常踴躍。

更多女性加入 STEM

「致力於社會更美好的人都是英雄，」總統賴清德盛讚說，尤其這些學者在研究領域長期投入取得非凡成就，努力與付出令人欽佩。講座主持人還跨校開設課程，吸引更多學

子投入學術研究，產學大師獎則在產學合作上努力甚深，而學術獎獲獎者在各自領域的鑽研，讓他很感動，政府會持續投入強化學術研究量能的政策。

賴清德表示，政府已經推動「高教深耕計畫」，2023到2027年將投入970億元，推動研究發展、產學合作等計畫，提升台灣學術研究能力，並投資技職教育發展。國家講座主持人得獎者、研究半導體與奈米材料的台大物理系講座教授林麗瓊則說，希望未來能有更多女性投入STEM（科學）領域，讓學術研究環境更加包容與具有啟發性。

國外人才要留台灣

台科大電子工程系教授邱煌仁因為高功率密度電能轉換技術、太陽能換流器等領域的研究，獲得產學大師獎。他表示，學術研究是底氣，產學合作是方案，最重要的目的始終是人才培育，他期待未來能有更多產學合作，協助企業進行前瞻性產業布局，另外也要強化引入優秀國際人才，不只讓他們獲得學位，更重要的是留在台灣的產業。

57.9% 反對 32.6% 支持 二階成案機率仍大

【本報記者呂翔禾台北報導】57.9%民眾不支持大罷免，但仍有32.6%支持，讓很多藍委恐仍會面臨罷免投票！台灣民意基金會17日公布大罷免民調，雖然57.9%民眾不支持大罷免，但仍有32.6%支持。基金會董事長游盈隆直言，反對者雖多，但贊成「大罷免」的人數不算少，大大提高二階罷免成案的可能性。另外，六都之中，桃園有40%民眾支持大罷免，未來恐成為罷免熱區。

支持者夠二階連署

台灣民意基金會公布有關民進黨立院總召柯建銘號召的大罷免民調，結果顯示，19.6%非常贊成，13%還算贊成，23.3%不太贊成，34.6%一點也不贊成，總計贊成者約32.6%、不贊成者57.9%。

游盈隆分析，台灣主流民意不贊成「大罷免」，但贊成「大

罷免」的人數也不少，由於二階罷免連署門檻為選區10%民眾，不用多數民眾連署，因此大大提高二階罷免成案的可能性。

民進黨 71% 贊成

從年齡層分析，65歲及以上民眾，50%贊成，39%不贊成大罷免，相關訴求比較容易獲得老人的共鳴。在年輕人部分，20到24歲36%贊成、52%反對；25到34歲僅19%贊成、67%反對；從教育背景看，除了初中/國中及以下教育程度者外，其他中高教育程度者皆一面倒不贊成大罷免。

另外，從政黨支持傾向看，民進黨支持者有71%贊成，24%不贊成；國民黨支持者有0.4%贊成，97%不贊成；民眾黨支持者有10%贊成，85%不贊成；中性選民有12%贊成，63%不贊成。若以各地狀況來看，每一個地區都呈現過半數或一面倒不贊成



▲台灣民意基金會17日民調顯示，雖僅有32.6%民眾支持大罷免，但這會讓很多地區的二階罷免有望成案。（中央社）

「大罷免」，但桃園有40%支持大罷免，箇中原因為何？值得推敲。

老柯爆藍白想倒閣

雖然多數民意不挺大罷免，但民進黨立院團總召柯建銘仍召開記者會，預告最晚會在8月

中進行罷免第三階段投票，柯建銘選在記者會透露，國民黨團總召傅崐萇、民眾黨團總召黃國昌兩人正盤算倒閣解散國會。但國民黨主席朱立倫12日時就曾回應說，國民黨從來沒跟民眾黨討論此事。



▲總統賴清德（前中）17日出席教育部學術頒獎典禮，與行政院長卓榮泰（前左3）、教育部長鄭英耀（前右3）、行政院發言人李慧芝（前左2）、教育部次長葉丙成（前左）、民進黨立委許智傑（前右2）、郭昱晴（前右）共同表揚27位優秀學者。（中央社）

數發部數位產業署 17 日舉行「推動台灣資安產業」記者會，說明相關規劃。(網路截圖、Photo by 呂翔禾/台灣醒報)



促進資安產業 將發展後量子密碼技術

【本報記者呂翔禾台北報導】「推動半導體產業資安、接軌國際資安標準、投資量子電腦密碼技術，發展台灣資安產業！」數位產業署長林俊秀 17 日介紹如何發展台灣資安產業，包括利用台灣建立的 SEMI E187 半導體資安標準推廣到全世界，還有訓練美國 CMMC 資安標準的人才，輔導更多產業能與美國政府做生意，還有推動後量子密碼技術，抵禦量子電腦破解密碼的威脅。

接軌美國國防標準

林俊秀表示，希望以「半導體產業資安」、「國防供應鏈資安」、「後量子密碼技術應用」及「資安產業國際輸出」4 大面向，強化台灣資安產業

數位產業署將利用台灣建立的 SEMI E187 半導體資安標準推廣到全世界，還有訓練美國 CMMC 資安標準的人才。

發展。半導體產業部分，之前由於台積電 2018 年的資安事件，數產署與台積電、國際半導體協會合作，推出 SEMI E187 資安標準，全球其他半導體廠商也可運用。

國防供應鏈部分，林俊秀指出，美國國防部推動「網路安全成熟度模型驗證」(CMMC)，數產署也請美方培育 CMMC 人才，還有讓更多廠商，包括漢翔等通過 CMMC 驗證，未來可以發展 CMMC 的第三方驗證機制，輔導更多廠商符合美國標準，進而與美方有更多合作與

發展機會。

預防量子電腦研發

後量子密碼技術應用方面，數產署官員表示，未來將積極投入相關技術，避免政府、關鍵基礎設施等密碼遭到量子電腦破解。數發部次長林宜敬強調，美、中都在發展量子電腦技術，且不見得會公布最新研究進度，因此要先投資「後量子密碼技術」，避免未來相關設備的密碼等防護機制遭到量子電腦破解。

「希望能在明年達成千億台幣產值！」林俊秀表示，近來也透過台灣資安大會與國際駭客年會等方式，推廣台灣資安產業，今年國內總產值已經達到 817 億台幣，希望明年可以突破 1 千億。

台灣標準推廣全球

被問到發展半導體資安的緣由，林宜敬回應說，若採用美國與歐洲的標準，必除了申請驗證的費用以外，還要邀請相關產業的人來台、付顧問費等，如今台積電有設立資安標準驗證，國內也有許多廠商了解相關機制，隨著台積電在全世界大幅擴廠，也可推動本土資安產業國際化，採用與台積電規格相符的標準。

財經短波

財劃法三讀後廢印花稅？ 財政部：地方盼維持現制

【本報記者游清淵綜合報導】立法院三讀通過修正財劃法，立委認為中央將額外釋出新台幣 3753 億元給地方政府，因此可重新思考廢除印花稅、娛樂稅等地方財源。根據財政部徵詢結果，地方認為藝文、競技比賽的娛樂稅可配合檢討廢除或停徵，但印花稅仍維持現制。



▲地方認為藝文、競技比賽的娛樂稅可配合檢討廢除或停徵，但印花稅仍維持現制。(網路截圖)

立法院財委會先前通過民進黨立委郭國文臨時提案，針對立法院通過修正財政收支劃分法，要求中央釋出 3753 億元給地方政府，恐將衝擊台灣中央預算。

臨時提案指出，面對過時且不合時宜的印花稅與娛樂稅，過去財政部皆以相關稅則為地方政府的重要財源，且替代財

源的籌措仍有困難，還不宜廢止，作為反對廢止理由，但現今地方政府獲得 3753 億元收入，因此先前主張反對理由已不存在，請財政部重新研議廢除印花稅與娛樂稅，並向財委會提出書面報告。

台灣海纜被破壞 與 Kuiper 等合作促通訊韌性

【本報記者游清淵綜合報導】國科會主委吳誠文 17 日指出，台灣海纜被刻意破壞的情況益發嚴重，若預算沒有受影響，第 1 顆 B5G 低軌通訊衛星會如期在民國 116 年發射，國際合作方面，除目前的 OneWeb，明年也可能會由亞馬遜 (Amazon) 的 Kuiper 提供額外服務，以強化通訊韌性。

吳誠文 17 日赴立法院教育及文化委員會進行業務報告並備質詢，民進黨立委郭昱晴質詢時指出，台灣海底電纜斷裂

引發社會矚目，而低軌通訊衛星在國防層面居重要地位，關心政府強化台灣通訊韌性方針為何。

吳誠文回應，如果預算沒有影響的話，台灣會如期在 116 年發射第 1 顆 B5G 低軌通訊衛星；同時，台灣目前與國際衛星業者 Eutelsat OneWeb 合作，但 OneWeb 服務頻寬較小，所以也正在與其他廠商洽談，「很有可能明年會由美國 Amazon Kuiper 提供額外服務」。



▲台灣目前與國際衛星業者 Eutelsat OneWeb 合作，但 OneWeb 服務頻寬較小，所以正在與其他廠商洽談。(Peetra X 生成圖片)

宏碁施振榮獲聘為帛琉高級經濟顧問

【本報記者游清淵綜合報導】西太平洋島國帛琉總統惠恕仁 (Surangel Whipps Jr.) 17 日在帛琉頒發高級經濟顧問聘書給宏碁集團創辦人施振榮，同時雙方簽署合作備忘錄，將以台灣產業發展的成功經驗，協助推動帛琉經濟，並展開多項創新商業模式的合作。



▲帛琉總統惠恕仁 (右) 頒發高級經濟顧問聘書給宏碁集團創辦人施振榮 (左)，同時雙方簽署合作備忘錄。(中央社)

施振榮創辦的智榮基金會 17 日發布新聞稿指出，包含施振榮在內的台灣投資考察團 15 日前往帛琉，16 日惠恕仁親自陪同投資考察團體驗帛琉海上觀光，17 日惠恕仁正式頒發證書給施振榮，希望施振榮以過去創業的成功經驗協助帛琉經濟發展。施振榮則回贈由妻子葉紫華準備的故宮「王圖柄荷陵」黃金畫。

施振榮表示，帛琉是台灣

的友邦，外交部正積極推動榮邦計畫，民間業者也可以一同參與。尤其台灣已成為「科技島」，同時也是世界的「創新矽島」，可藉由台灣建立高科技產業及經營生態圈的經驗，協助友邦推動在地產業發展。



陸、港股已成資金避風港

李沃牆

(淡江大學財金系教授)

受川普關稅戰，美國經濟恐陷衰退陰霾，美股持續下跌，面臨墜入熊市風險。這一幕場景，彷彿上演「城門失火，殃及池魚」戲碼。然而，陸港股在大陸兩會利多政策激勵下，反倒成了資金避風港。恒生指數在 3 月 6 日大漲，收在 24,369 點，為時隔 3 年多後再度站上 24,000 點大關；上證指數則在 3 月 14 日一舉突破 3,400 點關卡，寫下今年以來新高。

統計顯示，A 股今年逾 4,000 檔股票上漲，其中近 60 檔股價翻倍，其中又以科技股最為耀眼。

美股籠罩經濟衰退陰霾

川普政府已宣布對中國大陸 (下稱大陸)、墨西哥、加拿大等主要貿易夥伴加徵關稅，另對等關稅最快將在

4 月全面實施。關稅迫使企業調整供應鏈，轉向其他國家或美國本土生產，推升企業營運成本，可能導致商品價格進一步上漲，進而影響物價水準。再者，企業會將關稅成本轉嫁給消費者，造成物價普遍上漲，迫使整體通膨壓力加劇。

近期美國經濟數據顯示，製造業活動放緩、消費信心下降，市場開始預期美國可能陷入經濟衰退。此外，美聯儲的貨幣政策雖然不再激進升息，但市場仍擔心當前的高利率環境將進一步抑制經濟增長，削弱企業盈利能力。川普日前接受電視台訪問時月脫日而出，美國經濟有陷入衰退的可能性，此語一出，美股聞聲重挫，反應投資者的擔憂。

不僅道瓊工業平均指數近來遭大幅修正，連前 2 年股價表現亮眼的「美股七雄」科技股，包括蘋果 (AAPL)、

輝達 (NVDA)、微軟 (MSFT)、Alphabet (GOOGL)、亞馬遜 (AMZN)、Meta (META)、特斯拉 (TSLA)，今年股價進入大修正，市值已減少逾 1.5 兆美元。而包括台積電 ADR、超微、博通、英飛凌、英特爾等成分股的費城半導體指數更是跌跌不休。

陸港股大漲的關鍵

近年來，陸港股受多重因素影響，表現低迷，導致估值相對偏低。去 (2024) 年 9 月 24 日啟動一系列的救市措施後，行情始回暖，但受到川普上任後發動貿易戰，市場信心開始動搖。然而，Deep Seek 於今年農曆年崛起後，順勢帶動相關概念股上揚，意外成了救世主。阿里巴巴、騰訊、小米、比亞迪、中芯國際、京東和網易等七家大陸科技巨頭，年內已上漲超過四成。

在今年 3 月初的「兩會」

期間，大陸當局除了訂定經濟成長目標維持 5% 外，中央四大財經部會更是釋放利多政策支持。包括提振消費、擴大財政支出、加強基礎設施投資、放寬科技產業監管、鼓勵資本市場發展，並強調將繼續推動供應鏈穩定和新質生產力。這些政策有助於提振投資者對經濟的信心，進一步推升股價上揚。

除此，相較於美元指數近期的動盪趨弱，人民幣匯率則相對穩定，也因而逐漸吸引國際資金流入陸港股。總結來說，在川普發動關稅大戰，全球市場不確定性加劇的背景下，陸港股因政策支持、低基期優勢及資金流入等利多因素加持下，反而氣勢如虹。至於是否會呼應毛澤東的名言：「天下大亂，形勢大好」，美陸股彼此長為「高岸為谷，深谷為陵」，後續仍有待大陸經濟基本面與政策動向變化。

▶川普將與普丁通話，由於烏克蘭已經答應停火30天、還撤出庫斯克，各界關注美、俄溝通發展。(Wikimedia Commons)



烏克蘭願撤出庫斯克 川普將與普丁通話

【本報記者呂翔禾綜合報導】俄烏戰爭快要停戰了？烏克蘭近日宣布，將撤離佔領俄羅斯的庫斯克區域，而前往莫斯科與俄羅斯總統普丁談判的美國中東特使威特克夫也說，美國總統川普近日將與普丁通話，討論俄烏如何停火，各界關注美、俄領袖直接會談結果。

美國總統川普近日將與普丁通話，討論俄烏如何停火，各界關注美、俄領袖直接會談的結果。

美、俄官員不斷訊

根據《半島電視台》報導，美國中東特使威特克夫 16 日



宣布，川普將與普丁進行會談。

莫斯科方面也說，美國國務卿盧比歐也與俄羅斯外交部長拉夫洛夫進行通話，討論如何具體實施雙方在 2 月第一次於沙烏地談判時，所達成的協議，雙方表示願意繼續保持聯絡。

美國在與俄羅斯會談後，雖然川普與烏克蘭總統澤倫斯基於 2 月 28 日鬧翻，未簽成礦產協議，但隨後雙方又在沙烏地達成共識，烏克蘭願意停火 30 天，《基輔獨立報》提到，烏克蘭還宣布退出佔領俄羅斯的庫斯克地區，不過俄軍目前仍打算攻擊頓巴斯的蘇尼區。



英國則提出 1 萬人的維和部隊計畫，盼確保俄烏雙方能確實停火 30 天。

普丁拋停火條件

雖然烏克蘭答應停火，而普丁雖表面上支持停火，但設下許多前提條件，包括領土、軍隊部署、監管停火的第三方等，讓澤倫斯基多次批評普丁實際上根本不想要停火，且持續對烏克蘭施壓。

普丁還說，希望能與川普在電話中討論他所關心的面向，因此隨後在經過多番交涉後，普丁與川普將於本周內進行通話。

而川普之前曾表示，現在就要看俄羅斯對於停火的態度，似乎是對普丁施壓。他在與澤倫斯基吵完架後，還罕見批評普丁，各界也密切關注俄烏停火的後續發展。



▲美國在與俄羅斯會談後，雖然川普與烏克蘭總統澤倫斯基於 2 月 28 日鬧翻，未簽成礦產協議。(網路截圖)

美政府不顧法官禁止 要驅逐國內黑幫

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國將國內 2 百位委內瑞拉的黑幫關到薩爾瓦多！薩爾瓦多總統伯克利 16 日表示，美國將 238 位委內瑞拉黑幫成員以《戰爭法》為由，轉移到薩爾瓦多的超級監獄，雖然美國國內有法官要求聯邦政府不要這樣做，但為時已晚。川普上任後對非法移民採取更激進的態度，尤其此次移監行動也引發人權團體批評。



▲美國近日將 238 位委內瑞拉幫派分子送到薩爾瓦多監獄，引發不少爭議。(中央社示意圖)

雖然美國有法官認定政府這樣做不對，但宣布判決時飛機已經離開美國。薩爾瓦多總統伯克利還發文諷刺該法官說：「來不及囉！」

對此，白宮新聞秘書李薇特回應，該法官的命令沒有法源依據，但政府的出境令有，因此依法將這些對美國本土造成

威脅者送出國。美國政府指控這些「幫派分子」打算滲透、嘗試佔領美國，且威脅美國人民生命財產安全。但人權團體「美國公民自由工會」認為，川普的行為恐有不小法律爭議。

加強驅離非法移民

送到薩爾瓦多關

根據《英國廣播公司》與《衛報》報導，美國政府近日以 1798



年制訂的戰爭法《境外敵人法》，將 238 位遭政府認定為幫派分子的委內瑞拉人解離出境，並轉移到薩爾瓦多的超級監

病榻上的教宗：我持續經歷試煉中

【本報記者莊瑞萌綜合報導】「我的肉體軟弱，面臨試驗。」今年 2 月中旬因肺炎住院治療的教宗方濟各稍早向信徒報告最新病況。他表示，因為自己生病，心情與其他生病中的人一樣，面臨著人生的試驗，但他仍相信即便如此仍要相愛以及持續向上帝禱告。

據《路透社》報導，梵蒂岡也在上週日公布方濟各住院治療雙側肺炎以來的第一張公開照片，教宗看起來已能自主呼吸。教宗因嚴重呼吸道感染住進醫院後，期間治療計畫不斷調整，而且自住院以來便未公開露面。



坦承身體軟弱

據《以色列時報》報導，88 歲的教宗自從今年 2 月 14 日住院至今，再度因病情因素無法親自主持三鐘經祈禱活動，不過，他則透過梵蒂岡發表個人感想。



教宗在信中寫道，「我在面臨考驗時，想與你們分享這些想法，我與許多生病的弟兄姊妹們同在。此刻的我如他們一般，脆弱不堪。」接著他表示，「沒有什麼能阻止我們去愛、禱告、奉獻自我以及彼此扶持成為一股希望。」

梵蒂岡在上週指出，經歷數次呼吸困難危機後，教宗的病情已脫離險境。上週也是方濟各因健康因素第五次無法親自主持三鐘經。

梵蒂岡公開教宗住院後照片

照片中的方濟各背對鏡頭，坐在醫院小教堂的祭壇前，側臉清晰可見，右手放在膝上，而且似乎未使用住院期間一直配戴的氧氣輔助設備。

教宗最近在醫院接受呼吸物理治療以改善呼吸狀況，同時也進行復健治療，以增進行動能力。近年來，他因為膝蓋與背部疼痛已使用輪椅代步。

上週四是方濟各當選教宗 12 週年，根據一位並未參與教宗治療的醫師觀察，從他的年齡及其他健康問題來看，方濟各未來的康復之路漫長且艱辛。不過，即使教宗健康面臨挑戰，梵蒂岡在上週六仍表示方濟各已批准推動全球天主教會改革的 3 年新計劃，從中顯示方濟各仍有意繼續履行教宗職務。



▲梵蒂岡公布方濟各在醫院教堂禱告的圖片。(Photo by vaticannews used under Creative Commons license)

圖文選粹

圖文 / 中央社

菲民團 5 月底赴南海 辦演唱會宣示主權



▲菲律賓民間團體「這是我們的」聯盟，17 日宣布將於 5 月底在南海菲律賓控制的島嶼舉辦演唱會及文化活動，透過音樂以和平方式宣示菲律賓的主權。

咖啡豆價格創新高 印尼業者喊漲、農民盼從中獲利



▲種植有機咖啡豆數十年的印尼農民伊丁指出，許多印尼咖啡主因全球咖啡豆價格上漲而受惠，主因是咖啡銷售過程對農民不公平，大多時候中盤商才是主要的獲利者，而非農民。(中央社)

◀◀◀ 吃了4天感冒藥後，體重竟連飆了2公斤，這種「增胖」速度，讓很在乎身材的廖小姐大呼受不了。(網路截圖)



劉伯恩跟你談減重

小心感冒使人急胖、驟胖

■ 劉伯恩 (減肥名醫)

沒想到吃了4天感冒藥之後，體重竟然連飆了2公斤，這種「增胖」的速度，讓很在乎身材的廖小姐大呼受不了。

從過年開始，突然爆發了大型急性流行性感冒，在症狀緩解後，診所來了另一波要求減重的病患，其主要訴求就是：不知道為什麼感冒後體重急速增加！而且是急胖、驟胖！而分析其原因，這些因為罹患感冒而導致肥胖的案例，主要原因就在於體內「CRP」(C-反應蛋白:c-reactive protein)的濃度上升。

感冒藥會增胖

氣候多變化，感冒的人變多了，沒想到感冒不舒服，吃了感冒藥，其副作用竟然是體重快速上升。有一位廖

小姐，平時就很注意自己的身材，162公分，49公斤，身材還算標準，但最近敵不過日夜溫差大的考驗，稍微少加件衣服，就咳嗽連連、鼻涕不斷，只好吃些感冒藥，減緩不舒服的感覺；沒想到吃了4天之後，體重竟然連飆了2公斤，這種「增胖」的速度，讓很在乎身材的廖小姐大呼受不了。

還有一位薛小姐也有類似的困擾，她平時的作息都很正常，也有做規律的運動，感冒期間也沒有吃過多的高熱量食物，但才幾天的時間，莫名其妙就胖了2.5公斤，嚇得她還以為是否罹患了什麼怪病。

與瘦體素受體結合

最近的門診中，確實出現不少在短時間內急胖、驟胖的案例，他們的日常生活都很正常，飲食熱量也沒有增加很多，平常也有規律的運動，唯一的共同點就是，在最近一、二週內都有重感冒的病史，感冒的症狀大多都和發

炎(inflammation)有關，如支氣管炎、咽喉炎、鼻竇炎、腸胃炎等等……。

處方要控制

人體一旦有發炎的症狀後，體內「CRP」(C-反應蛋白:c-reactive protein)的濃度就會上升，這種物質出現後，就會和瘦體素(leptin-receptor)受體結合，而導致產生瘦體素抗耐性(leptin resistance)，進而會使食慾增加及體重上升。這種現象特別容易發生在感冒症狀出現後的3-5天，許多患者抱怨感冒後的體重增加了，正是這個因素。

而另一個也導致感冒後體重增加的原因，就是受到藥物的影響。許多止痛消炎的抗生素，會導致暫時性的水腫及末梢型胃口增加，進而使體重急劇上升；處理這類因感冒所引起的肥胖，可以使用Anti-inflammatory類處方，或使用Anti-prostaglandin成分的處方，有效控制「CRP」上升，防止發炎反應，避免急胖、驟胖。

除了藥物控制之外，最重要的還是飲食和運動。建議大家多吃一些抗氧化的食物，多攝取維他命E、維他命C，同時也可以多從事有氧呼吸運動，清除體內的自由基，達到體重控制和身體健康的目的。



為各城禱告、求平安

■ 蕭家興

(都市計畫技師)

霸道的軍事及經濟大國肆虐邊境弱國，造成國際社會動盪不安，手段令人瞠目結舌，簡直喪盡天良沒有天理。

寡頭強權的國際現實

俄羅斯及美國在聯合國否決普丁是戰爭侵略者的譴責案；川普靠攏普丁贊同俄羅斯所提停火協議，要烏克蘭割捨被佔領的國土，而且不能加入北約。

反悔軍事援助烏克蘭，要烏克蘭簽署同意美國取得50%稀土礦產協議；想以武力奪回位於巴拉馬的運河港口經營權；要求墨西哥灣改為美國灣。

另外，向丹麥重提購買格陵蘭島；覬覦台灣晶片技術，以關稅要脅台積電到美國投資設廠；中國以一帶、一路掌控全球151國經濟通道；以軍機船艦及飛彈威嚇武統台灣...等等，簡直為所欲為，也曝露弱國無外交的窘境。

為所處受難的環境求平安

總是烏鴉嘴，戳破假先知謊言的耶利米先知，傳達神的信息呼召以色列人要為「那城」禱告：「我所使你們被擄到的那城，你們要為那城求平

安，為那城禱告耶和華；因為那城得平安，你們也隨著得平安。」(聖經耶利米書 29:7)，似乎有點令以色列人或今人不解。

按常理，為諸如烏克蘭、台灣等受欺壓、被擄掠的城邦及人民禱告求平安，是行公義、好憐憫、存謙卑的心與神同行者責無旁貸的事，但神所曉諭的卻似乎是要為諸如美國、俄羅斯及中國等霸道、侵略及強權的所謂「那城」禱告。

等待回歸並分享盼望

這裡面誠然有神既定的救贖計畫：弱勢者求生存並有盼望；當朝強權領袖終有下台且必然老死的定律。因為耶和華應允以色列人「末後有指望」：「我必使你們被擄的人歸回...又將你們帶回我使你們被擄離開的地方。」(聖經耶利米書 29:11、14)面對國際強權惡霸，神的審判未到之前，受欺壓、被擄的要在平安的那城(巴比倫)生(人口)聚(物力)教(教育)訓(訓練)，以便等待回歸(耶路撒冷)之時的到來。

在心存盼望台積電在美國承接美系產業鏈更形壯大之餘，我們似乎也要為生活所在的「這城」或「這鄉」禱告求平安；面對式微的城鄉傳統產業，要透過地方創生找回台灣的在地經濟。



◀◀ 我們似乎也要為生活所在的「這城」或「這鄉」禱告求平安。(網路截圖)

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。

醒報 PDF 客服專線：
訂戶收報若不正常，請來電
02-23581806
有專人為您服務



醒報專欄作家陣容

《經濟論衡》

林建甫 (中信金控首席經濟學家、中信金融管理學院講座教授、台大經濟系名譽教授)
曾任台大經濟系主任暨研究所所長、台灣經濟研究院院長、總統府經濟諮詢小組委員。



《經研隨筆》

戴肇洋 (台灣省商業會顧問、台灣省商業會顧問、中華民國工業總會中小企業發展委員會召集人。曾任日本關西大學經濟政治研究中心研究員、台灣經濟研究院組長、台灣綜合研究院所長。



《財金視窗》

黃耀輝 (國立臺北商業大學財政稅務系教授)
美國印地安納大學經濟學博士，曾任國立台北商業技術學院財稅系副教授、中華經濟研究院研究顧問、行政院賦稅改革委員會委員。



《財經鳥瞰》

李沃權 (淡江大學財務金融學系專任教授)
政治大學經濟學系博士，曾任淡江大學兩學金融研究中心副主任，曾在各財經報章雜誌擔任研究員、專欄主筆及編輯委員，研究專長為風險管理、財務工程、財務計量等。



《書林打獵》

魏國彥 (台灣大學地質系教授)
曾任第11任行政院環境保護署署長、行政院研究發展考核委員會副主任委員及台北市研究發展考核委員會主任委員。卸任環保署長後，仍積極關心台灣環境與空汙問題，為台灣環境永續提供建言。



《醫者心》

施壽全 (前馬偕紀念醫院院長)
馬偕紀念醫院胃腸肝膽科資深主治醫師，曾任馬偕紀念醫院院長、老人急重症醫學會理事長，專長是胃腸肝膽胰臟疾病診治，超音波檢查。



《劉伯恩跟你談減重》

劉伯恩 (減肥名醫)
曾任馬偕醫院董事長、長春新世紀醫院院長。創辦復胖防治特別門診及一般性肥胖、局部性肥胖、產後肥胖專門診。



《多雲時晴》

蔡又晴 (資深媒體人)
曾在中天新聞台、東森新聞台擔任文字記者，曾任澳門亞洲衛視擔任台北站副站長。現任壹電視 Next TV 新聞部擔任採訪中心主任。



《教育停看聽》

張瑞雄 (國立臺北商業大學講座教授)
國立清華大學計算機與管理決策研究所博士。曾任國立臺灣科技大學教授、國立東華大學副校長、國立臺北商業大學校長。



《地球氣候》

汪中和 (中央研究院研究員)
美國夏威夷州立大學地質及地球物理系博士。曾任中央研究院環境變遷研究中心合聘研究員、中央研究院地球科學研究所研究員兼副所長。



《土地的故事》

韓乾 (逢甲大學退休教授)
美國密西根州立大學資源經濟學博士。曾任逢甲大學土地管理系教授、系主任、管理學院院長；臺灣政治大學地政系兼任教授、東海大學景觀系兼任教授；中國人民大學、南京農業大學、南京大學、浙江大學等校土地相關專業訪問教授。



《王院長跟你談天說地》

王建煊 (前監察院院長)
台灣新黨創始人之一，基督徒。出生於中華民國安徽合肥，1949年國共內戰後移居臺灣定居。曾任監察院院長、財政部部長、立法委員。



《有鳳來影》

胡幼鳳 (資深媒體人)
政治大學 EMBA 文化創意科技資源創新碩士。曾任台北電影節總監、金馬影展執委會秘書長、聯合報影視中心主任。



《散文詩之窗》

劉洪彬 (旅英華裔流亡詩人)
劉洪彬，1989年流亡英國，除文學寫作外，他還曾任倫敦大學的高級研究院英語文學研究所客座教授。



《遇見美麗》

溫小平 (作家)
曾任《新女性》雜誌總編輯。現任佳音電臺主持人。曾獲中華日報文學獎、聯合報極短篇小說獎、中國文藝協會文藝獎章、五四文藝獎章等獎項。



腫瘤名醫的失落與覺悟

唯有拋開年輕成長焦慮和應付他人期待的束縛，才能超越中年危機，追求真正令自己心動的目標生活。

■ 清水研

(日本知名精神科醫師、醫學博士)

對應中年危機，必須仔細分析問題所在，而非牢牢抓住過往的信念。因此，我們要先認識讓心情煩躁的起因，正是年輕時所抱持的幻想，而解決問題的第一步，就是做好放下幻想的覺悟。

為了避免誤會，我要補充說明：我的意思並不是指，人生後半段沒有光明的未來。我可以肯定地說，每個人的後半生都可以擁有豐富的人生。坦白說，我也曾陷入中年危機，好一陣子徘徊在差點就要得憂鬱症的低谷，但我現在已經跨越了危機。

你需要重新面對自己，用心挑選「想要」的生活方式，這樣，人生後半段才能迸射出嶄新的光輝。不管是心理學知識還是文學作品中，各種描寫都能夠應證：跨越中年期危機所帶來的改變，會讓你的人生更加多姿。

然而，在我的經驗中，能為我指引明路、並幫助我在人生後半段變得充實的，竟然是那些面對癌症的個案。「罹患癌症」這件事，不僅能一口氣打破「我可以不斷成長進步」的

「某天突然被告知罹癌」這種事，可說是一種最強烈的「喪失體驗」。尤其罹患了已經擴散的癌症，更會失去原本生活中以為理所當然存在的多數事物。

最強烈的「喪失體驗」

除了面對死亡，有些情境也會出現強烈的「喪失體驗」。

比方說，對於一個愛美、對外貌有自信的女性，因為罹患了乳癌而必須切除乳房，就是一種重大的喪失體驗。一名廚師罹患了舌癌而失去味覺，也會瓦解身為廚師的自我認同，讓心靈受到莫大打擊。

另外，癌症患者的家屬也會承受巨大的失去，因為重要親人的離世，原本的生活被迫改變，失親者往往會經歷無法估量的失落感。可以存活的天數、健康時能從事的活動、身體的一部分等，每一樣東西都是無可取代；失去這些東西所產生的失落感，是難以想像的強烈。

中年失落感的打擊

有的人並不是年紀輕輕就罹患癌症，很快就終結了生命，而是在生命中有更多的機會體驗到各種失去，包括中年身材



▲ 你需要重新面對自己，用心挑選「想要」的生活方式，這樣，人生後半段才能迸射出嶄新的光輝。(網路截圖)

意指心理承受巨大壓力時，能夠伸縮自如跨越的能力，以及，即使一時低潮也能重新振作的人心柔軟度。

舉例來說，假設一棵樹看起來很粗壯，就算人類使盡全力試圖推倒它，也無法撼動半分。然而，只要發生一場驚人的暴風雨，看似強悍的大樹往往會應聲倒下。至於看似弱不禁風的柳枝，即使一陣微風都會令其搖曳變形，但只消風一停，柳樹就能恢復原本的模樣。

強壯東西很脆弱

多數人在生病、失去重要的人或遭受打擊之後，都會承受巨大的痛苦，不過時間一久，就會像柳樹一樣恢復原狀。這個過程當然存在著各式各樣的情緒糾葛和創傷，不能一概而論，不過人類心靈具備了足以恢復原狀的心理韌性。

截至目前為止，我面對過數千名癌症病患，親眼見證過心理韌性的能耐。隨著深入心理韌性的相關理論，我更加堅信「看似強壯的東西，其實很脆弱」。因此，面對失去時，最重要的不是急著扼殺痛苦的情緒，而是好好面對它，進行哀傷復原工作。

如果一味假裝失去沒什麼大不了，騙自己「即使發生這種事，我也不會受到影響」、「那種事情無所謂啦」，像這樣逃

避面對現實，只是把問題延緩，增加痛苦的時間，也錯失重新振作的機會。

那個人已經不在了

失去重要親人的遺族，往往會有這樣的情況；有些人故意將行程排得滿滿當當，每天維

多數人在生病、失去重要的人或遭受打擊之後，都會承受巨大的痛苦，不過時間一久，就會像柳樹一樣恢復原狀。

持忙碌的步調，不給自己一點悲傷的時間，有些人遲遲無法動手整理會讓人想起逝者的遺物；也有不少無法再去舉行婚禮的地點，或離世者的工作場所等充滿回憶的地方。

這些人不想面對「重要的人死了，再也無法相見」的事實，所以產生了這種心理反應。事實上，有些時候即使想面對，也會因為太痛苦而無法面對。所以，面對傷痛對多數人來說，其實並不容易。不過，逃避「承認現實」，就難以繼續「面對失去」，也是個不爭的事實。

因此，我在對這類型的遺族進行治療時，會建議他們做好心理準備之後，積極動手整理遺物，或者不時到充滿回憶的地方走走。另外，我會引導他們再次回想逝者過世那天的情

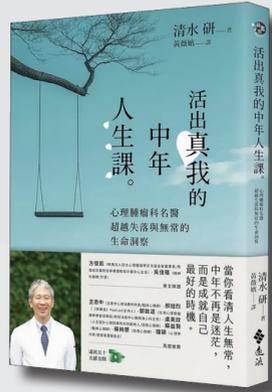
《活出真我的中年人生課：心理腫瘤科名醫超越失落與無常的生命洞察》簡介

人到中年，常面臨身心失衡、工作瓶頸、關係疏離與情感挫折等多重困境。作者身為心理腫瘤科醫師，以二十年安寧療護工作為背景，分享了與超過 4000 名癌症患者的心靈對話，深入剖析他們在生命終結時對過往的回顧與反思。

本書融合心理諮商、個人經歷、生命觀和豐富個案的分享，從心理腫瘤科醫師的

作者：清水研
(日本知名精神科醫師、醫學博士)
出版社：遠流
出版日期：2024/12/27

獨特視角見證生命無常所帶來的啟發，不僅可作為因應中年失落的處方箋，更為每個渴望活得自在的人提供心靈滋養與方向。



況，實際感受「那個人已經不在了」，盡情地悲傷一次。

式。希望各位記住，在面對各種危機時，憤怒、悲傷這類負面情緒都扮演著重要的角色。在我的門診，我不會強迫個案一定要滔滔不絕地跟我分享心事，我會採取各種方法讓個案更容易主動地傾訴內心的痛苦，因為我認為，悲傷時就要好好表現出悲傷的情緒，才能靠自己的力量重新振作起來。

患者該何去何從？

陷入悲傷風暴，才會出現「已經發生的事情無法改變」的念頭，這個想法有一種放棄執著（也就是「斷念」）的意思在，也是你內心想要接受現實所產生的反應。有了這種反應，你會開始一連串的思考：「在這個現實前提下，我要怎樣活下去？」

患者該何去何從？答案就在患者的心中，我無法代為回答。我會敦促患者用自身的力量去面對，找出答案。在我的門診，主角始終都是患者自身，因為我相信人類即使經歷殘酷的體驗，也有能力跨越傷痛。

(宇欽 / 輯)

為什麼進入人生後半段，情緒容易變得
不安定？最大的原因，就是因為你發現，
自己對未來的期待與實際情況有落差。

幻想，同時讓人強烈意識到死亡的存在，並將「人生有限」的現實灌輸給人們。

有限人生怎麼活？

無可諱言，我們總是盡可能避免提及死亡，然而，光是意識到死亡的存在，就會讓人產生許多體悟。每個人在得知罹患癌症的第一時間都感覺晴天霹靂，但過了一陣子，他們會開始問自己：「在這有限的人生裡，我要怎麼活？」並且尋求我的諮商。

我自然會盡全力幫助這些患者，然而，我發現每個與我面對面談的個案所展現的生活方式，都具有強大的感染力與說服力。我從他們身上學到，哪些東西是生命中最重要、屬於本質性的事物，結果就是，我的人生也變得視野寬闊。

最後我想說，你或許對中年危機的到來感到痛苦，但唯有遠離年輕時奠基於「幻想」的夢想，才能獲得真正幸福的人生。這本書的內容，若能成為各位進入後半輩子人生方向的參考，我將甚感欣慰。

走樣、生病頻率愈來愈高；一心只想出人頭地的中年主管在公司犯了錯，從此斷了升遷之路；聽聞友人衰老生病，也開始意識到「自己哪天也可能生病」。

此外，有愈來愈多人遭遇到一直守護著自己的雙親逐漸年老、死去的經驗，自己也同樣受到失落感的打擊。

像這樣，多數人都會面臨的中年階段，讓人逐漸喪失了某些東西，失落感一點一滴緩慢的累積，最終導致年輕時建立的信念崩塌。另外，中年危機所帶來的絕望感，也與這些「失落」在自己沒有留神的時刻，竟然逐漸一步步擴大了有關。

「培養心理韌性」門診

我的工作為專門為癌症病患、家屬，以及失親的遺族提供諮商對談。與一般心理門診不同，我的門診主要訴求「培養心理韌性」，為這些面臨失去的人提供積極的心理支持。

「韌性」(Resilience)一詞原為物理學術語，是指彈簧恢復原狀的復原力，後來沿用到心理學，「心理韌性」成為

· 醒報書訊 ·

醒報編輯部 / 輯

《全情境適用！東大必勝說話術》

作者：高橋浩一

出版社：平安文化

我們之所以會溝通不良，口才的好壞並非重點，而是說的話與對方的思考產生「分歧」。就算是東大高材生，也有人

不擅長說話，但他們還是能完成交涉，讓事情順利進行，這是為什麼呢？關鍵就是：掌握結構！

本書作者以東大人的思考模式為基礎，開發出任何人都能學會的「3·6·4」說話法則，只要掌握這套



獨一無二的說話結構，就算嘴笨也能知己知彼、百戰百勝，順利說服對方，溝通不再碰壁，人生從此無往不利！

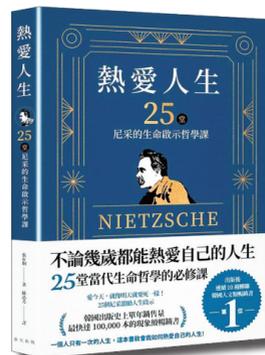
《熱愛人生，25 堂尼采的生命啟示哲學課》

作者：張在炯

出版社：春天出版社

尼采被稱為「質疑的哲學家」。面對人們從未懷疑過的真理、價值與生命，他不斷提出質疑。他一再反問自己，何謂真正的人生？為了領悟何謂人生，我們必須先了解自己。為了了解自己是怎樣的存在，我們不僅需要知道自己過著怎樣的人生，更要了解自己以什麼樣的態度看待人生。

尼采的哲學非常貼近我們的人生。作者從尼采的哲學中，挑選對人生特別重要的 25 個關鍵字，並且拆解龐大的《尼采全集》，將必要的部分整理出來，依照關



鍵字分別串聯在一起。因此只要讀這一本書，就能夠對理解尼采帶來大大的幫助，更能幫助你過上健康的人生。

與溫暖相遇

■ 張文亮
(河馬教授)

【骸骨戰士】

「他使我從骸骨的四圍經過」(以西結書三十七:2)

骸骨是以前的戰士，戰敗、倒下所留的。戰士的骸骨，代表他們曾是軍隊。

站起來最強

被打敗的戰士，最知道敵人的力量；倒地的戰士，最知道自己的實力；骸骨的戰士，最知道敵人給的羞辱。如果上帝再給一次機會，骸骨的戰士站起來，會成為最強的軍隊。

再給一次機會，是上帝給的，也只有上帝能給。這是我們的盼望與信心。骸骨戰士，站起來。骸骨戰士，站起來。



【智慧的心】

上帝提醒我們，我們對未來的年日，不要隨意分配，對未來的安排，不要任意規劃，對未來的付出，不要胡亂揮霍。

需要主給的智慧

第一，我們要禱告。我們生命的長短，不在我們手中，身體的健康，不是我們可掌控，時代的變局，不是我們能明白。

第二，求主「指教」(teach) 我們。愈到老年，我們會有很多的不確定，何等需要上帝的「指教」。

「指教」是「確定」的意思，沒有人可以確定，我還有多少的日子，願主教導我，祢的確定。

第三，我們需要「數算」(number) 的智慧。數算，是對未來的打算，是對未來的期待，是在時間、體力、財物等調配。喔，這何等需要主給的智慧。



【怎樣數算自己的日子】

「求你指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。」(詩篇 90:12)

我們對未來的年日，不會數，也不會算。自己經常隨意分配，任意規劃，不知珍惜，胡亂揮霍。上帝提醒我們：

第一，要禱告。求上帝讓我們不要任意，生命的長短不在我們手中，身體的健康也不是我們可以掌控，環境的改變，也不是我們能明白。

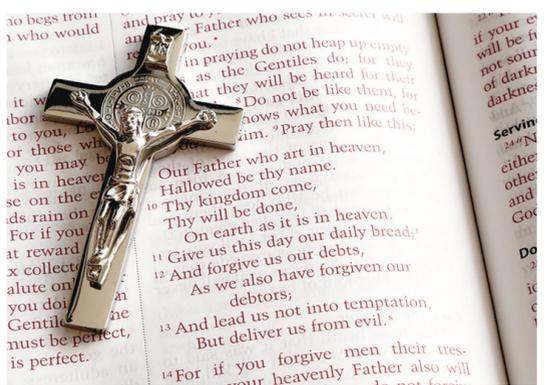
求主教「正確」

第二，求主「指教」(teach)。愈到老年，我們會愈不確定，甚至交給世界幫我們確定。何等需要主的「指教」，否則我不明白。

「指教」是「確定」的意思，主啊，世界上實在沒有人可以確定，我還有多少的日子，願主教導我，正確的確定。

第三，「數算」(number) 的智慧。數算，是對未來的打算，是對未來的期待，是在時間、體力、財物等調配。喔，何等需要主給的智慧。

主，我將未來的日子，放在你手中，請給我智慧，跟隨主腳步。



【我想對妳說，又說不出來的話】

粉紅的花朵，給人「甜美」，「可愛」的感覺，例如洋娃娃，是粉紅色。

站在粉紅的繡球花旁，許多人會可愛起來，露出可愛的笑容，顯出可愛的動作，這是粉紅色的花朵，給人的呼喚，願你可愛，因你本來就可愛。

溫暖的心照顧妳

粉紅色的花朵，也給人「細膩」的嬌柔。例如嬌柔的女孩，顯示「照顧」得好。這也是許多住家的花台或是窗前，有擺設常栽粉紅色的花朵，有家庭的溫暖。

當我與粉紅的繡球花相遇，我是與溫暖相遇。當我邀妳一起來看粉紅的繡球花，是默

默的告訴你，我有顆溫暖的心，可以照顧妳好好。

有花朵不孤單

帶著妳來看粉紅的繡球花，是期待妳的眼目，可以轉向大自然的景致，轉眼看繡球花的細膩之美。當妳懂得欣賞花朵之美，到世界各地，我們都不會孤單，因為有花朵在等著。

願妳將來會想起，曾有一天，我帶妳來看粉紅的繡球花，無論時間如何流逝，我們依然「甜美」與「可愛」。

這是在粉紅的繡球花旁，想對妳說，又說不出來的話。



【年老時，有喜樂】

「他們年老的時候仍要結果子」(詩篇九十二:14)

上帝祝福人的老年，是老年時，我們仍要「結果子」(forth fruit)。

「果子」代表的意義很多，尤其有「喜樂」的意思。上帝祝福我們老年，持續有力，有結果，有喜悅，有歡笑，有愉快。

見證主的同在

老年的喜樂是新的，是過去未曾體會，未曾瞭解，如同新的果子長出來。

老年的喜樂，是我們「栽於耶和華的殿中」(詩篇九十二:13)，即我們年老時，依然有上帝的恩典，不是我們去努力，而是主栽種我們在殿中。

老年不是寂寞，不恐懼，不嘆息，不無聊，不等死。結果子是生命的自然，不是用力撐，不是拚命。

因此，老年的喜樂，是見證主的同在。

【復活】

「約翰的門徒來，把屍首領去埋葬了，就去告訴耶穌。」(馬太福音十四:12)

這是非常感傷的一段記述，卻引人深深的共鳴。

施洗約翰下監，他的門徒一定不斷的為他禱告。下監多久，門徒禱告就多久。沒想到情勢急轉直下，施洗約翰死了，那是何等讓人失望的結局。

退到野地去

接著施洗約翰的門徒還要去收屍、埋葬，又是何等悲哀的過程，末了施洗約翰的門徒「去

告訴耶穌」。

耶穌知道，但是沒做什麼，而是「退到野地裡去」(馬太福音十四:13)。整個過程，主都沒有作為，沒有保護施洗約翰，沒有責備希律王，沒有降罰希羅底。

罪惡之事進行時，公義的主不只沒作為，還退到野地去，這是怎麼一回事？

主耶穌說，祂自己也將遇到如此，「並且被殺，第三日復活。」(路加福音九:22)，主以「復活」為答覆。聖徒雖死，也必復活。

