

今日天氣



北部 26°-35° 多雲陣雨

中部 25°-33° 多雲陰陣雨

南部 26°-33° 多雲陣雨

東部 25°-35° 晴時多雲

深度報導・極簡閱讀・五媒合一

Awakening News Networks



共商國是釋善意 應聚焦討論範圍



川普過壽全美抗爭 反濫用公帑



升學主義的誠信風暴 (張瑞雄)



朝野共商國是？

總統賴清德在18日早上9點要邀請兩黨主席朱立倫、黃國昌共商國是，民眾都樂見其成。只是為何「國是」？討論什麼？議題並未曝光；另外，總統是否出席與來賓討論，亦或只是讓在野黨主席來被動聽取部門報告？但願這是一場誠意十足的會面才好！

▼各界好奇國民黨團對廢除監察院的看法，藍委羅智強受訪時強調，如今連數已達法定門檻，至少應先成立修憲委員會討論，以凝結後續定案。(羅智強臉書)



國民黨支持廢監院？藍白意見多難整合

藍委羅智強說，國民黨立委的態度仍相對分裂，若民進黨能加入，加上已連署的立委，就有機會通過表決門檻。

【本報記者呂翔禾台北報導】「既然國民黨中央開放立委針對廢考監各自提案，應儘速成立修憲委員會，討論怎麼改革監察院！」藍委羅智強15日針對廢監察院議題，國民黨立委態度仍相對分裂的現象受訪時也喊話說，若民進黨也能加入，加上已經連署的立委，就有機會通過表決門檻，「盼民進黨起義來歸」。然而，綠委吳思瑤強調，不需現階段就隨之起舞。

綠批白報復式修憲

民眾黨立法院黨團13日宣布提出廢除監察院修憲提案，民眾黨團總召黃國昌14日表示，將於20日提案成立修憲委員會，希望民進黨不要阻撓。黃國昌強調，希望民進黨對過去的承諾說到做到，針對成立修憲委員會不要打假球，若修憲委員會成立，是按照政黨比例組成，也盼民進黨不要繼續用「還要研議、社會沒有共識」拖延。

但民進黨立法院黨團幹事長吳思瑤反駁說，修憲攸關憲政體制改革，何其崇高重大，不應作為政治報復的操作工具，黃國昌的廢監察院就是「報復式

修憲」。此外，廢監察院是否藍白合還待觀察，要黃國昌先整合藍白再說，而民進黨目前沒有討論，也不需現階段就隨之起舞。

監院不受制是重點

國民黨立法院黨團對廢監院提案雖採開放態度，不過身兼組發會主委的國民黨立委許宇甄本有連署提案，後來撤簽。也讓外界好奇國民黨團對於廢除監察院的態度。

對此，支持改革監察院的國民黨立委羅智強15日在臉書上發文表示，廢不廢除監察院，並不是改革的核心，恢復監察權的民意機關地位，不再受制於總統，才是改革的重點。他強調，恢復監察權的民意機關地位有二種路徑：第一，就是黃國昌邀請他加入共同提案的修憲版本，廢除監察院，把監察權移給民選的立法院。

至少要先有討論

羅智強指出，立法委員是民選的，比現在總統酬庸的監察委員，更有底氣監察行政權。另外一種則是不廢院，但修憲恢復監察權的民意機關地位，

把監察委員改為民選，斬斷被總統操控的那隻黑手。他強調，並沒有特別偏好哪種路徑，只是目前並沒有第二種路徑的修憲版本，因此目前先支持黃國昌的修憲版本。

針對國民黨團的狀況，羅智強受訪時指出，他加入連署有跟黨中央報備，黨中央目前也態度開放，目前讓個別立委可以自行提案。羅智強還說，最重要的是先成立修憲委員會進行討論，他對於各種版本不預設立場，但如今已經符合4分之1立委連署的門檻，他也感謝其他參與連署的在野立委，促成重要的憲政時刻。

盼民進黨起義來歸

「關鍵還是在過去曾表態支持廢考監的民進黨，這次是否會支持！」羅智強說，如果民進黨全部同意，就會超過立法院4分之3的表決門檻，且一旦修憲啟動，大家就可以集思廣益，要廢除監察院還是改成民選，以改革監察權，既符合台灣人民的需要，也才符合國父孫中山先生當初制定《憲法》的設計初衷。

(相關新聞見2版)

要修路也要重安全 民眾黨辦交通講座

黃國昌表示，台灣曾被封為行人地獄，至今交通意外每百萬人死亡人數仍高於日韓，將持續推動交通改革。

【本報記者呂翔禾台北報導】「希望透過交通網紅Cheap的演講與討論，作為民眾黨未來交通政策的參考依據！」民眾黨主席黃國昌15日出席智庫講座時表示，台灣過去曾被封為行人地獄，至今交通意外每百萬人死亡人數仍遠高於日、韓等國，將持續推動交通改革。

加速改善道路標線

民眾黨主席黃國昌15日出席黨內智庫舉辦的「台灣怎麼脫離交通地獄？」主題講座，會前受訪時，被媒體問到聽完獎座的下一步具體行動時表示，台灣之前曾被外媒封為行人地獄，每百萬人的交通事故死亡、受傷人數仍遠高於日本、韓國等其他國家，未來會修法，強化交通標線等措施的改善。

「台灣的交通部太重視造橋鋪路，缺乏對安全的考慮！」Cheap在講座中分享說，而且



▲民眾黨主席黃國昌(右)15日上午在集思交通部國際會議中心出席「台灣怎麼脫離交通地獄？」主題講座，與網紅Cheap(前左)握手致意。(中央社)

台灣交通過去很重視執法，但近來警方太忙、很難全部抓住，原本有檢舉制度然後又取消，導致交通安全難改善。他舉例說，楊梅休息站的交流道應該家常緩衝區，讓駕駛可以早點警覺要下去，其實就能降低不少傷亡。

一切按照程序走

由於黃國昌近日與多位國民黨立委提案，盼廢除監察院，但多位藍委也出現撤簽、未簽

名的狀況，對此，黃國昌強調，個別立委有沒有簽名不應該被放大，但如今好不容易出現廢除監察院的關鍵憲改時刻，如何回應多數台灣人民的心聲，立法院責無旁貸。

黃國昌透露，民眾黨團下周將正式提議修憲委員會，「按照制度往前走」，至於修憲是否會過，則要看人民公投的狀況，將決定的權利還給人民，才符合立法院作為代議機關，面對重要法案的態度。



賴總統出席基督長老教會宣教160週年禮拜

▲總統賴清德(前中，西裝者)15日上午出席「台灣基督長老教會宣教160週年紀念感恩禮拜」，離場時揮手向民眾致意。

社論

美民主亂象衝突頻生 台應借鏡防對立擴大

民主是幫我們解決社會問題，還是製造更多的社會衝突？這個大哉問的提出，居然是被稱為民主模範生的美國，當台灣強調對美國的一切都馬首是瞻時，就必須面對美國國內部衝突在台灣同步生根長大的風險。

川普開了民主倒車

我們正在見證，美國領導人的風格如何強勢地改變美國內部三權分立的傳統。就在美國陸軍成立紀念日同一天，美國總統川普舉行了盛大的閱兵儀式，打破了美國長年不閱兵的慣例，許多人批評川普好大喜功，只是為了自己的慾望就耗費四千萬美金，甚至不惜讓重型坦克壓壞華盛頓的柏油路

面，但這一切的批評，完全改變不了川普的任性。同時，全美各地上萬抗議者走上街頭，舉行「無王日」示威，訴求的就是抗議川普「獨裁者」行徑。

民主社會聲音多元原本是常態，但現在的美國社會，多元的狀況已經越加激烈，甚至演變成對不同意見者的殺戮。一名民主黨的前支持者，居然對明尼蘇達州州眾議會前議長霍特曼（Melissa Hortman）與其丈夫，以及該州參議員霍夫曼（John Hoffman）與其妻子開槍攻擊，造成兩死兩重傷的慘劇。目前推斷原因可能是因為美國政治對立激烈，支持者對於倒向支持共和黨的民主黨議員展開報復。

民主偏頗孳生暴力

民主不是希望用數人頭來取代砍人頭嗎？但是為什麼會造成這樣的仇恨與報復，因為已經有人發現，民主不能讓不同政見者輪流上台，而是會變成多數永遠執政，少數永遠被欺壓。造成這些少數者在看不見希望的前提下，鋌而走險行兇殺人。這樣的政治極端主義，已經不再相信民主，甚至轉而對抗民主制度，深層的原因都是對於自己的主張永遠不會實現的失望，進而轉化的憤怒。

美國的民主亂象不是孤例，而是已經在世界蔓延。原先以為川普靠著多數選票上台後，會以自己的選票作為後盾，來整合團結美國，但是沒想到川普是利用自己的權力，極力擴

大自己族群的利益。甚至促使支持川普的勢力在美國行政、立法跟司法三權中互相串連，讓原先三權制衡的理念變成三權統一。讓敵對勢力咬牙切齒之餘，少數激進分子甚至走上極端，企圖以暗殺來達成阻止對方的手段。

台灣內部對立嚴重

德國希特勒的崛起也是靠著一連串的民主選舉而來，從1932年德國總統大選，因為國會得票率最高而被任命為總理。1933年德國國會選舉，納粹黨發動提案，讓納粹黨不受國會限制。1934年8月，希特勒發動全民公投，讓讓總統、總理職務合併，成為「元首」，等於讓自己權力無限擴

大。所以民主如果缺乏領導者的自制，就存在著權力無限擴大的可能。甚至這樣的個人慾望經過民主的不斷加持擴大，足以讓德國發動世界大戰禍及全球，還屠殺了六百萬的猶太人。

台灣內部的對立也在不斷加深，大罷免成案之後，不出所料台灣再度進入選戰模式，贊成罷免跟反對罷免的戰成一團。互相揭對方的瘡疤，口水戰滿天飛，各種動員充斥社會各個角落，對於不同族群彼此懷疑、偷拍、抹黑、猜忌跟對立成為各大媒體的標題。若是以為台灣民主化後就不會演變出流血衝突，那就是證明我們對世界民主衝突的現象，彷彿井底之蛙般地無知。

台灣的確面臨各種內憂外患，但是如果一味以為擴大自身的支持者，就能解決所有的問題，卻無視跟自己不同的族群正在累積越來越大的民怨，那樣就是見樹不見林，永遠不可能從根本解決問題。

民主的活路

美國曾經是個黑白對立、彼此不能共存的社會，美國從根本上推動修法，讓黑白人種能走在一起，徹底解決了南北戰爭後的對立。很難想像當初如果繼續讓南北對立，黑白互打，美國就只會一分為二，永遠不會看到現在的團結。

學習美國打破對立，融合黑白，而不是取法現在無限擴大己方利益，打壓對方的權力黑洞。如果美國真的是台灣的老師，希望台灣知道甚麼該學，甚麼不該學，而不是國囤吞囊、拿到手裡都是菜。

學者：賴共商國是釋善意 應先聚焦討論範圍

陳俐甫強調，賴釋出善意值得肯定，但擔心在野會洩密；曲兆祥指出，開會前應召開幕僚工作會議，討論議題。

【本報記者呂翔台北報導】針對總統賴清德邀請藍白兩黨共商國是，學者陳俐甫受訪時強調，賴為了推動施政而釋出善意值得肯定，但擔心在野會

洩密；學者曲兆祥受訪時指出，開會前應召開幕僚工作會議，討論議題、如何公開兼顧機密等。他認為以目前狀況來說，18日可能太倉促，建議可考慮

延期，「求快不如求周延」。

總統府秘書長潘孟安12日致電國民黨祕書長黃健庭與民眾黨祕書長周榆修，表示總統賴清德希望在18日早上9點邀請

兩黨主席朱立倫、黃國昌共商國是。對於是否參加，黃國昌表示尚未接到具體規劃；黃健庭則說，國安不只是國防，還牽涉到經貿、科技、能源、社會安全等重要議題，希望議題範圍更廣，讓朝野政黨領袖真的有好溝通的機會。

學者擔心洩密問題

對此，台灣教授協會會長陳俐甫受訪時表示，他沒有很支持國安簡報，因擔心在野黨恐有洩密疑慮，立法院在審查法案時，針對機密法案也要寫切結書，但都會出現洩密的問題了，若在共商國是完也出現類似問題，要由告知機密的單位負責，還是洩密的在野黨？但他認為，賴總統這樣作，也是展現一定的善意。

陳俐甫分析說，賴清德想要

追求施政，但國會朝小野大下，若要通過法案一定要國會的配合，可如今在政治對峙下，賴的施政已經卡了1年多，且包括軍購、公務體系運作與國安法制問題也有溝通的必要，因此希望能與在野黨對話。他強調，這其中還有另一層意義：如果府方該講的都講了，例如美方態度等，藍白還不理性的反對，就要自行承擔政治後果。

協商細節缺乏討論

「說國安簡報是『聽訓』，就是不想要化解朝野僵局！」陳俐甫提醒說，若是民進黨主席賴清德邀請兩黨到民進黨部談，由於是政黨競爭，當然可以做政治操作，但如今是到總統府，攸關國家發展的話，各方就不應該政治操作，他批評說，現在很多操作的可能就是配合中共，「因為中共最不希望朝野的僵局能化解。」師大政研所教授曲兆祥受訪時則說，國民黨希望在共商國是中討論很多議題，民眾黨則希望機密以外直播，但小

到公司、大到國際談判，這類的會談或協商都應該有會前的幕僚工作小組，研擬當天要聚焦的主題、會談形式，包括是否直播、若要直播哪些環節不能公開等，例如國民黨一定會想談大罷免，民眾黨可能就很關注司法改革。

延期並召開工作會議

「但目前看來各方似乎都缺乏相關共識與討論！」曲兆祥指出，總統府可能會希望談國安、關稅等議題下，各方應該先召開幕僚會議，甚至一次可能還無法開完，要很多次下，如今總統府規劃18日要共商國是，似乎頗為倉促，若整場會談急匆匆地舉行，就容易出現「聽訓」的狀況，就無法達成召集會談的目的。

因此，曲兆祥建議此次會談最好延期到1個月以後，而這段時間總統府、國民黨與民眾黨應積極召開幕僚工作會議，討論會談的範圍、形式等細節，等確定好後再敲定時間進行會談，共商國是才有機會發揮更多功效。

傳府指定4機構國安簡報 黃國昌：尚未告知

【本報記者余柏青綜合報導】討論什麼議題還不清楚？總統府規劃18日邀請在野黨領袖進行國安簡報，媒體報導將由4機構簡報後進行綜合討論。民眾黨主席黃國昌15日表示，他是受邀的人，但現在都不知道任何具體規劃內容，總統府竟草率透過特定綠色媒體事先放話，「這樣子對嗎？」據報導，總統府規劃18日上午9時邀請在野黨領袖進行國安簡報。《自由時報》報導，在總統府秘書長潘孟安親自迎接後，由國防、兩岸、外交、國安局等4機構進行國安簡報，結束後進行綜合討論。

受邀人不知討論什麼

黃國昌說，他覺得非常納悶，



▲民眾黨立法院黨團總召黃國昌（中）等人13日在立法院議場外舉行「要修憲廢監院、DPP別再騙」記者會，說明提出廢監院修憲連署，連署完成將向院會提出修憲案。（中央社）

「我是受邀的人，我都不知道，自由時報怎會知道？」完全沒辦法理解，總統要跟在野黨領袖見面，竟透過草率方式、特定綠色媒體放話，他沒有接到任何具體規劃內容。

媒體詢問，民眾黨團13日拋出廢除監察院的修憲提案後，國民黨團雖開放「個人連署」，但因廢監院不符合五權憲法和國民黨章，已連署的國民黨立委許宇甄最後決定撤簽。黃國

昌說，個別委員有沒有簽，沒必要刻意放大，這是多數民眾都支持的政策，現在難得出現憲改時刻，立法院責無旁貸，民眾黨團會正式提議成立修憲委員會，就按照制度往前走，立法院不該再擋修憲案，最後要交由修憲公投，把權力還給人民，公投決定監察院去留。

廢監院爭取更多支持

黃國昌指示，已越來越多國民黨立委支持這項提案，會盡量爭取不同黨派支持，希望民進黨不要忘了過去許諾，而不是發現監察院又肥又香，不願努力推動廢監察院，反而這時冷言冷語、見縫插針，這不是負責任的執政黨該有作為。

圖文選粹

賴總統赴高醫探視陳菊
府：病情恢復穩定並持續進步

▲監察院長陳菊因病住院，總統府發言人郭雅慧15日表示，總統賴清德15日赴高雄出席活動，行程後順道前往醫院探視關心陳菊健康狀況。陳菊恢復穩定並持續進步中，總統祝福陳菊早日康復。

▼根據央行統計顯示，新台幣今年以來累計升值 10.49%，雖次於歐元的 10.8%，穩坐最強亞幣，高於日圓同期的 8.64% 與韓元的 7.63%。（網路截圖）



估利率連5凍 通膨與匯率受矚目

中央銀行第2季理監事會預計19日舉行，外界預估利率「連5凍」。
專家分析，這次會議將聚焦通膨、匯率與房市等議題。

【本報記者余柏青台北報導】利率連5凍成定局？中央銀行第2季理監事會預計19日舉行，外界預估利率「連5凍」。專家分析，這次會議將聚焦通膨、匯率與房市等議題，近期以色列與伊朗衝突，是否可能讓通膨死灰復燃值得關注。此外，台灣今年出口亮眼，新台幣本就有升值壓力，匯率也將是焦點。

貨幣調整看3指標

央行理監事會議在3月時考量美國貿易政策不確定性，決議政策利率不變。不過，美國總統川普4月宣布對等關稅掀起各界議論，資本市場劇烈震盪，川普在4月9日宣布90天暫緩期，這段期間僅實施10%對等關稅，各國也加快貿

易談判腳步，希望爭取較低的關稅稅率。

央行總裁楊金龍近期曾多次強調，央行貨幣政策調整主要看3指標，包括國際主要經濟體貨幣政策走向、台灣經濟情勢與物價水準。

台新金首席經濟學家李鎮宇表示，可以透過美國跟英國、中國的談判狀況，慢慢掌握關稅稅率的範圍，美國關稅議題的影響性正慢慢降低。不過，對央行來說，第2季理監事會議考量面向相當複雜，預計聚焦通膨、匯率與房市等3大重點。

通膨恐再度升溫

通膨方面，主計總處5日公布的5月消費者物價指數（CPI）年增率為1.55%，創下

逾4年新低，也預期下半年通膨有望低於2%，為何仍需擔心通膨。李鎮宇指出，近期以色列再度攻擊伊朗，油價已先行大漲，後續是否可能推升通膨，不僅美國該擔心，台灣倚賴能源進口，也可能因為國際油價，導致通膨再度升溫。

匯率方面，根據央行統計顯示，新台幣今年以來累計升值10.49%，雖次於歐元的10.8%，穩坐最強亞幣，高於日圓同期的8.64%與韓元的7.63%。

李鎮宇指出，新台幣5月強勢升值，近期台灣出口表現亮眼，台灣5月出口517.4億美元、創歷年單月新高，出口商滿手美元，後續換匯時，新台幣本身就有升值壓力。新台幣升值太快可能影響市場穩定性，也讓壽險遭逢匯損，美元

最近相對走弱，預料新台幣匯率勢必再度成為焦點。

預防性降息難判斷

房市方面，李鎮宇認為，央行去年9月祭出第7波信用管制，房市已有降溫，但建商也頻頻喊話希望放寬信用管制，如果持續打炒房，業者可能出現壞帳，但如何適度鬆綁管制，對央行來說確實面臨兩難。

至於央行是否可能因應美國關稅暫緩期在7月初到期，先祭出預防性降息措施。李鎮宇指出，美國聯準會（Fed）下週利率應該是按兵不動、可能9月才會降息，楊金龍過去曾提到除非通膨率降至1.5%以下，才有降息機會，判斷預防性降息機率很低。

財經短波

芒果、番石榴叩關歐盟 冷鏈技術助攻海運

【本報記者余柏青綜合報導】水果外銷新突破！台灣芒果與番石榴獲准輸入歐盟，海運業者表示，台灣水果外銷各國行之有年，採空運抑或海運，關鍵在水果身價與市場需求，而海運因運送時間長，更仰賴農業專業知識和冷鏈物流技術。

農業部表示，台灣芒果與番石榴獲准輸入歐盟。近幾年，台灣農漁產品陸續拓展外銷市場，除了檢疫獲肯定，逐步建置的冷鏈物流系統，也是協助

外銷的利基。

農業部指出，台灣屬於東方果實蠅及瓜實蠅等檢疫有害生物疫區，以往芒果及番石榴等果實蠅寄主無法直接輸銷歐盟；不過，動植物防疫檢疫署開發的蒸熱處理技術，芒果已可長期輸銷日本、韓國、澳洲及紐西蘭，番石榴則透過冷藏檢疫處理已輸銷美國、加拿大，確認相關檢疫處理確實可以有效殺滅歐盟國家關切的果實蠅類病蟲害。

家事移工強制納保？ 勞部：修法需深入討論

【本報記者余柏青綜合報導】移工也要納保？移工團體15日呼籲勞動部將家事移工納入勞保納保對象。勞動部表示，現行家事移工和雇主合意後，可以自願參加勞工保險，至於強制納保則需要社會各界進行深入討論才能推動修法。

桃園市家庭看護工職業工會與移工團體15日至勞動部前陳情，提出2項呼籲，希望政府機關必須協力，真正承認家事移工是勞工、並納入勞保強制納保的對象；另外提高政府

的保費分攤比例，以減輕長照家庭的經濟負擔。

桃園市家庭看護工職業工會秘書長黃姿華指出，台灣邁向超高齡化社會，長期依賴家事移工支撐長照需求，然而，家事移工平均工資約新台幣2.4萬元，且被排除在勞動基準法以外，在協助會員的過程中，發現沒有勞保的家事移工更容易因為面臨生育、傷病、失能、退休、或是往生等事件陷入經濟困境。

人事總處刪補班規定 未來不用連6天上班

【本報記者余柏青綜合報導】未來不用補班了！今年下半年及明年度行事曆已出爐，行政院人事總處表示，基於國人已習慣週休二日作息，因此在「政府機關配合紀念日與節日補假及調整放假處理要點」中，已刪除調整上班日為放假日並補行上班的規定。換句話說，未來不會為了湊連假彈性放假而補班。

民國112年因彈性調整放假及補行上班次數達6次，引發議論，行政院人事總處最後調整彈性放假範圍，從「應放假之紀念日及節日」調整為「除夕前一日」及「兒童節及民族掃墓節」；補行上班原則由「提前於前一週星期六」，調整為「當週或次一週星期六」，整體縮小可能彈性放假的範圍。

經濟論衡

林建甫

（中信金融管理學院講座教授、台大經濟系名譽教授）

新台幣上週突破前波盤整區間，單週升值2.63角（0.89%），不可謂不大。上週五美元兌台幣，見到29.502，台幣創逾三年新高。但最後台幣由升轉貶，盤中上下震盪逾1.7角，匯市波動劇烈。

不設目標免遭套利

原因是美國近期通膨出現緩和跡象，市場因此對聯準會降息期待加深，甚至認為聯準會可能提早降息，所以美元指數一度跳水跌至97，創逾三年新

低，也激勵新台幣與主要亞幣走升。

匯率可被視為一種金融資產價格，價格如股價呈現隨機漫步，既無法由歷史走勢準確預測，也無法被套利，這是對的。否則被套利，損失的就是國庫。央行長年實施「有管理的浮動匯率制度」，並非完全放任市場決定匯價，也不設定固定匯率目標，避免被套利。

自1985年廣場協議促成日圓升值，美元走弱以來，新台幣當時也歷經大幅升值、震盪與政策干預的多次週期。新台幣在1990年代初升至24元兌1美元後，央行進入積極管理

階段，維持匯率在29至34元之間，歷經亞洲金融風暴與金融海嘯皆未出現失控波動。

匯率升貶難預測

近年則因出口順差與科技業蓬勃，升值壓力再現。2022年美國急速升息後，美元強勢造成台幣短期貶破32元，2023年隨升息循環緩和，新台幣反彈回穩。今年5月的突然升值看似異常，實則是政策邏輯的延續與調整。但基本上縱然央行干預，匯率還是要隨機游走，升貶難測。

因此，在現實中匯率受到心理預期與資本流動與政策干預

影響。尤其對台灣這樣的中型開放經濟體而言，匯率政策與出口、物價、就業息息相關，長年來早已成為政策調控工具，而非僅僅是市場供需平衡的反映。

央行干預成本不同

然而升值時，為防止出口競爭力受損與熱錢套利，央行常大量買進美元壓抑升勢；貶值時則容忍程度較高，只在匯率過度波動時，央行才進場穩定市場信心。這種升貶「非對稱性」策略，背後還有其成本與效益考量，台幣升值時外資可無限制匯入套利，干預成本巨

大；貶值時則較易控制。

5月初，市場預測新台幣將有大升值。當時央行選擇讓匯率「一次升值到位」，因此單日暴升近2元，從33元迅速升至30以內，打破過去緩慢升值的模式，也很多人怪罪央行為何不選擇干預。然而，若任由升值緩慢進行，外資可進場布局，建立部位，再於高點就可回匯套利，損失的是全民利益。

管理須有技巧與定力

雖然央行長期以務實操作維穩匯率與金融市場，企業與個人理財方面，仍要面對不確定

性。過去有許多對匯率預測存有幻想者，期待藉由押注升貶獲利。然而歷史無數案例皆告訴我們，匯率變動難以掌握，錯誤判斷將導致重大財務損失。

從1997年亞洲金融風暴、2008年金融危機到2022年美元升勢後的回落，企業與民眾應要有避險思維，運用遠期契約與分散幣別配置，代替對賭行為。

未來面對美元動盪、地緣風險與全球利率趨勢轉折，央行的匯率管理更需技巧與定力。不論是平常升貶干預或緊急時一次升值到位，其最終目的應是建立一個具國際信任的貨幣制度，讓新台幣在風雨飄搖的世界金融秩序中繼續站穩腳步。

▼ 美國總統川普在華盛頓閱兵紀念美軍建軍 250 周年，但因為高額花費、且逢自己生日，引發全美抗議。（中央社）



川普過壽全美抗爭 批川威權、反濫用公帑

【本報記者呂翔禾綜合報導】美國總統川普過生日還要閱兵，國內許多民眾將其類比為威權領袖，抗議不中斷！全美除了首都華盛頓以外，都出現「沒有國王」的抗議浪潮，在紐約大約有 5 萬人、費城則有 8 萬人。民主黨眾議員克勞更直言，川普削減美軍開支的同時，還拿 5 千萬美元為自己生日閱兵，相當矛盾。外媒則擔心川普愈來愈愛用軍隊解決問題。

全美約有 2 千場抗議，僅華盛頓因為管制所以沒有抗議。川普閱兵與他的生日同時舉行，且花費 4500 萬美元，讓民眾認為這是川普為自己造勢而辦。

憂川普愛用軍隊

《華盛頓郵報》擔心，抗議與軍演並行的場面，顯示美國愈來愈分裂的場景，且未來只會更擴大彼此的對立。尤其川普近日鎮壓加州洛杉磯



的反移民抗議時，除了部分美國人擔心出現專制手段，也有不少美國人欣賞這樣的強力鎮壓，可以讓混亂儘早落幕。

《紐約客雜誌》則提到，川普的多場軍事活動都有「威權者角色扮演」的現象，與加州州長紐森在近日洛杉磯挺移民抗爭的衝突，同時突顯聯邦與地方的權力拉鋸。川普不只派遣國民兵鎮壓，同時上腔實彈，還進一步派出海軍陸戰隊，讓外界擔心越來越傾向違憲使用軍隊處理紛爭。



厭惡法西斯式閱兵

《每日野獸》提到，全美約有 2 千場抗議，紐約大約有 5 萬人、費城則有 8 萬人，僅有華盛頓因為管制所以



沒有抗議。川普閱兵雖然聲稱是為了美軍 250 周年紀念，但與他的生日同時舉行，且花費 4500 萬美元，讓民眾都認為這是為了川普自己造勢而辦。

《美聯社》提到，川普此次閱兵共有超過 6 千名士兵參加，還有大量的坦克、加入空降師的跳傘環節，還有超過 60 架次的空軍軍機伴飛，規模相當大。有 62 歲的抗議民眾直言，自己的父親曾是海軍、共和黨人，若看到現在川普如法西斯方式的閱兵應該會相當憤怒。



華盛頓閱兵很荒謬

抗議群眾中許多從軍過的民眾都表達相當大的不滿，曾於伊拉克、阿富汗服役的前軍人、民主黨眾議員克勞也指出，川普大砍退休軍人健保，這些人過去因為美國反恐需求長期在外流浪，但現在看到川普花大錢閱兵，讓坦克在華盛頓的大道上行走，此情此景相當荒謬。



▲ 美國華府 14 日舉辦閱兵儀式，盛大慶祝陸軍建軍 250 週年，參與的武器裝備包括 M1A2 艾布蘭戰車。（中央社）



▲ 川普閱兵雖然聲稱是為了美軍 250 周年紀念，但與他的生日同時舉行，因此引來不少批評。（中央社）

威爾斯小鎮大復興 男性信主人數激增

【本報記者莊瑞萌綜合報導】英國威爾斯的「聖殿浸信會」(Noddfa Baptist Church) 原本瀕臨關閉命運，如今因大量年輕男性歸信基督而強勢復興！牧師約翰 范內爾表示，目前教會每週聚會人數逾 300 人，還開辦了食物銀行、神學院、青少年團契等社區服務。

范內爾指出，「聖殿浸信會」最特別之處在於會友的增加大多是年輕男性。他表示，「我們的門訓小組營造了一個讓男性能彼此坦誠、建立真誠關係的環境。我們一起活出信仰，分享自己的軟弱並彼此體驗基督的恩典。」

從無神論到成為牧師

據《威爾斯線上》報導，范內爾曾是某家極為成功的國際企業的董事，已婚但這位育有 4 個孩子的父親認為，他的生命中缺少了某些重要的東西。因為由於童年困苦，儘管日後在企業界取得成功，卻感到自己是個「破碎的人」。范內爾表示，「那時我曾經是無神論者，在商業世界的虛榮環境中，我知道人生一定不只如此。我一開始不想成為基督徒，但研究過其他世界觀後，我拿起聖經並開始閱讀。」



會友從 6 人增加到破百人

據《Premier Christianity 雜誌》報導，美國、英國、斯堪地那維亞與澳洲的調查都顯示，越來越多年輕男性正開始尋求跟隨耶穌。范內爾表示，一般教會給人印象是男性不會想去的地方，但「聖殿浸信會」會眾卻來了許多男性。由於教會所在地是煤礦村莊，居民對社會大多感到失望與冷漠，甚至排斥信仰。在 2014 年范內爾來到教會時，當時會友只有幾位年長者，幾乎面臨關閉命運。



不過，范內爾表示，目前教會每個主日都有超過 150 人參加聚會，教會還開辦學校收容被排擠的學生、推動哀傷輔導及組織合唱團，現在教堂幾乎每天開放，儼然是一處社區中心。

日後他辭去大城市的工作，開始研讀神學，不久，當時「聖殿浸信會」的長老彼得·史威廷邀請他講道，那時教會聚會人數僅有 6 人，如今教會每週固定會眾已超過 150 人，去年的聖誕節禮拜在 Facebook 更吸引 15,500 人觀看。



▲ 「聖殿浸信會」湧入大量青少年男性想要認識耶穌。(Photo by Noddfa Baptist Church on Facebook used under Creative Commons license)

以色列持續轟炸伊朗 還想暗殺胡塞叛軍

【本報記者呂翔禾綜合報導】以伊緊張！以色列近日在中東四處引戰，炸完伊朗還想暗殺葉門胡塞叛軍的指揮官。以色列近日因擔心伊朗發展核武，對伊朗進行大規模轟炸，但伊朗也以發射飛彈與無人機回擊，甚至退出與美國重新協商的《全面核協議》談判。俄羅斯總統普丁與美國川普雖因中東局勢通話，但雙方對如何緩解衝突並無共識。

以色列多方轟炸

根據《英國廣播公司》報導，伊朗近來多位高階官員與軍官都遭到以色列暗殺，讓伊朗以大量無人機與飛彈對以色列進行反轟炸以色列行政首都特拉



維夫，而以色列國防軍表示，對於伊朗核計畫相關的基礎設施進行轟炸，還有伊朗國防部與其智庫，還有可能疑似隱藏核武或關鍵技術的要塞。

《衛報》提到，以色列孩童時轟炸葉門胡塞叛軍的據點，試圖刺殺叛軍的高層將領。背後有伊朗撐腰的胡塞叛軍，因以色列攻擊哈瑪斯，便以紅海商船要脅，揚言若以色列不停止攻擊加薩走廊，就會持續攻擊紅海商船。但以色列也不甘示弱轟炸回應，美國、法國也有不少護衛商船的行為。



西方盼衝突降溫

《半島電視台》提到，針對

以色列轟炸伊朗，土耳其總統艾爾段表示反對，並呼籲以色列停止轟炸；中國外交部長王毅則支持伊朗自衛，批評以色列的行為相當危險；英國外交部長拉米則呼籲局勢要儘速降溫，德國外長瓦德普也提醒，伊朗核計畫攸關中東局勢，盼衝突儘速降溫。



對於此事，親伊朗的國家主要都指控以色列違反國際法，要求以色列停止轟炸，西方國家雖反對伊朗擁有核武器，但他們更擔憂以色列的軍事行動可能引發大規模區域衝突，導致局勢失控。因此，他們普遍呼籲各方保持克制，避免衝突升級。

中東衝突都難解

《Politico》指出，俄羅斯總統普丁與美國總統川普因應近日中東局勢的緊張進行 50 分鐘的通話，川普雖因為俄烏停火持續卡關很不爽普丁，但還是與普丁進行通話。雙方雖然都很希望中東衝突結束，還有伊朗可以重回核協議談判，但對於如何緩解並沒有共識，僅表示未來會繼續保持聯絡。

川普還透露，普丁主要聚焦在中東衝突，對俄烏的部分談得很少。《路透社》提到，普丁的盟友烏沙科夫則指出，普丁譴責以色列對伊朗的轟炸，至於俄烏談判上，希望可以在 22 日以後找時間進行。俄烏衝突的無解與以伊衝突的升溫都讓各界相當關注。



▼ 高中生學習歷程失真，甄選會：錄取資格遭撤未分發。(中央社)



我們應停止以公開羞辱來懲罰失誤的學生，而是以更清晰的指引與智慧化制度，讓年輕人在錯誤中獲得重生的機會。

■ 張瑞雄
(台北商業大學前校長)

當一名高中生因學習歷程檔案中將「優秀辯士」寫成「最佳辯士」，而遭四所大學撤銷錄取資格，引爆全台輿論震撼的同時，也迫使我們重新正視教育誠信與升學制度的裂痕。這場風波不只是一次個人行為的道德爭議，更深層地揭示出台灣當前教育體制中關於真實、誠信、階級再製與權力運作的深層結構問題。

誠信無可置疑？

在眾聲喧嘩中，最常被提及的是「誠信」二字。支持撤銷者主張既然資料有誤，無論動機如何，都應嚴懲以儆效尤；反對者則質疑這是否是過度懲罰？學生真的是蓄意造假，還是語意誤解？誠信若不考量動機與語境，只憑一句話就定罪，是否過於簡化了道德的複雜性？

誇飾與欺騙的界線，本身就是一面社會照妖鏡。成年人在自我包裝時，是否也總以「唯一首創」、「全球領先」等語句行銷？當學校宣傳充滿浮誇話術時，又有什麼立場去嚴懲一名學生的語言不當？

教育不是懲罰與排除，而應是修復與成長的歷程。誠信固然重要，但是否犯錯一次，就應該一棒打死，徹底剝奪年輕人的未來？台大校長陳文章呼籲：「每個人都有跌倒的時候，應給學生反省的空間。」他指出，若學生未來通過其他管道入學，台大不會拒絕，因為學習的價值不該止於一次錯誤。



▲ 未來的教育制度，必須正面迎戰 AI 時代下的新型學術誠信問題，建立學生、老師、學校三者共構的誠信防線。(網路截圖)

承擔錯誤、勇於修正
這並非放縱謊言，而是教育對錯誤的態度。真正的誠信教育，不是製造羞辱與恐懼，而是讓學生理解何為真實，學會承擔錯誤、勇於修正。

從這起事件我們可見，學習歷程制度本意良善，卻在實施上漏洞百出。依據教育部統計，學習歷程在申請入學中平均占比高達 35% 以上，醫學系甚至可達 50%。當一份主觀性極高、審查標準不一的檔案，卻攸關學生命運，查證制度便成為破口。

事件更深層地揭露「學習歷程檔案」所掩蓋的階級問題。根據國教院報告，高收入家庭子女透過個人申請與繁星推薦錄取率高出中低收入家庭達 20% 以上。有錢人可早早安排比賽、營隊、顧問包裝歷程，無形中形塑「制度上的優勢」，反讓所謂的「多元」成了菁英資源再分配的舞台。

學術誠信的挑戰

「膨風」成為許多學生突破這個舞台的試探之舉，他們不是真的要造假，而是在有限語彙與經驗中，試圖讓自己看起來「值得被錄取」。若沒有一

個公平可驗證的機制，那誠信教育就只是特權者懲罰平民的工具。

此事件發生的同時，AI 生成工具如 ChatGPT 在教育界迅速普及，也對「學術誠信」提出新的挑戰。學生用 AI 寫報告、老師用 AI 設計教材，誰來界定「學術原創性」？又如何防止新一輪技術造假？AI 工具雖能帶來學習便利，但也可能削弱原創性、誤導學生理解，乃至破壞評量標準。

未來的教育制度，必須正面迎戰 AI 時代下的新型學術誠信問題，建立學生、老師、學校三者共構的誠信防線，才能避免今日的爭議，變成明日的常態。

培養怎樣的學生？

「最佳辯士」事件不只是一起簡單的誇大風波，更是對台灣升學制度的一次制度壓力測試。它逼迫我們思考我們究竟希望培養什麼樣的學生？是熟悉包裝術、懂得權力語言的投機者，還是懂得面對錯誤、從跌倒中學習的誠實者？

誠信，不該是道德高牆，而應是制度設計中被引導、被實踐的行為準則。我們應停止以公開羞辱來懲罰失誤的學生，而是以更清晰的指引與智慧化制度，讓每一位年輕人都能在真實中成長，在錯誤中獲得重生的機會。

只有當教育制度願意與人性對話，社會才會擁有真正值得信賴的誠信文化。這是對學生最基本的示範，也是教育最終的責任。

▼ 剛抽完脂，確實有感覺「立即瘦下來了」，工作後一樣應酬熬夜，不僅全都胖回去了，甚至比抽脂前還多增加了 2 公斤。(網路截圖)



■ 劉伯恩 (減肥名醫)

夏天減肥的旺季又到了。為了要維持完美的身材比例，所以有不少想尋求「快速」減重的民眾，會想透過抽脂來達到雕塑身材的目的。但是抽脂真的能減重嗎？

不到半年又胖回去

有一位孫小姐(化名)，是位 35 歲的熟女上班族，原本是 65 公斤的體重，來診所進行減重控制之後，減了 15 公斤。50 公斤的體重，加上 160 公分的身高，體型幾近黃金比例般的完美。就在減重成功之後，她剛好有一個外派到中國工作的機會，於是兩年前開始長駐中國大陸。

就在中國大陸期間，因為工作應酬熬夜，加上對岸的食物又油又鹹，才半年的時間，孫小姐胖了 5-6 公斤，看著原來的衣服都快穿不下了，她很想像趕快回到原來的身材比例，加上各種整形抽脂廣告的推波助瀾，她遂利用休假回台灣期間，到整形診所進行抽脂手術，第一次抽了 3000c.c.，抽脂的部位包括肚子、大腿和臀部，花了她二十幾萬元。

剛抽完脂，孫小姐確實有感覺「立即瘦下來了」，本以為可以一勞永逸了，她繼續回大陸工作，一樣應酬，一樣熬夜，沒想到，不到半年的時間，不僅全都胖回去了，甚至比抽脂前還多增加了 2 公斤。

三次抽脂「曇花一現」

東方女性的黃金比例

身高 (cm)	150-155cm	155-160cm	160-165cm	165cm 以上	病態性比例
臉部	深 10.5-10.8cm	深 10.8-11.2cm	深 11.2-11.5cm	深 11.5cm	臉部
深 7%	寬 12-12.4cm	寬 12.4-12.8cm	寬 12.8-13.2cm	寬 13.2cm	寬 >12%
寬 8%	長 18-18.6cm	長 18.6-19.2cm	長 19.2-19.8cm	長 19.8cm	長 >15%
長 12%	胸圍 53%	80-82cm	82-85cm	85-87cm	87cm
胸圍 53%	80-82cm	82-85cm	85-87cm	87cm	胸圍 >65%
乳下圍 43%	65-67cm	67-69cm	69-71cm	71cm	乳下圍 >50%
腰圍 42%	63-65cm	65-67cm	67-69cm	69cm	腰圍 >60%
臀圍 57%	86-88cm	88-91cm	91-94cm	94cm	腰圍 >67%
大腿肚圍 32%	48-50cm	50-51cm	51-53cm	53cm	大腿肚圍 >40%
小腿肚圍 21%	32-33cm	33-34cm	34-35c	35cm	小腿肚圍 25%

抽脂也會成癮，無助減重

抽脂並非萬靈丹，減肥也很難速成，還是要回歸到老生常談的少吃多運動，尋求醫師的專業治療。

急著想要瘦下來的她，回台灣時，再找了另一家整形診所進行抽脂手術，這次又花了快二十萬，抽了肚子、馬鞍等部份共 3000c.c.，結果也是沒多久，又都胖回去了。孫小姐不甘心，又再找了另一家診所抽脂，這次抽了肚子和腰部，也是抽 3000c.c.，又花了她十幾萬。結果還是一樣，沒多久又都胖回去了。只好再回頭來門診求助減重專業醫師。

統計孫小姐兩年來，總共進行了三次抽脂手術，花費了五十幾萬，減重成果只是曇花一現，復胖比例相當高。

內臟型肥胖

一般而言，在抽脂手術之前，多會先注入一種由生理食鹽水、血管收縮藥物、局部麻醉藥的混合液體，目的在減少失血情形和止痛效果，而探針所深入的位置，也多在皮下脂肪層，因此所抽出來的脂肪，也不會全部是脂肪，而是夾雜著水、血和脂肪的混合物，且抽脂也有上限，一次不能抽太多，否則會因血液流失，而有休克的風險。

當孫小姐再度回到門診時，經過超音波檢查發現，孫小姐的肥胖是屬於內臟型肥胖，即肌肉型肥胖，脂肪都躲在肌肉裡面，而不是皮下組織，所以即使她進行了抽脂手術，也只是皮下脂肪少了一點，真正造成她肥胖因素的內臟脂肪並沒有減少，加上抽脂過程中所流失的水份，多喝一些水就都回去了，這都是造成她快速復胖的原因。

尋求專業治療

很多民眾常常會被「抽脂」這個名詞吸引，誤以為可以將脂肪完全抽掉，其實不然，孫小姐的狀況就是明顯的例子，抽出來的不完全是脂肪，也有相當多的水份，腹部的水份一旦被抽離出來，受地心引力影響，反而更容易填充脂肪和水份，這也是為何有些抽脂後的患者，體重反而會增加的原因。

因此奉勸急著想要減重的胖哥胖姊們，抽脂並非萬靈丹，減肥也很難速成，還是要回歸到老生常談的少吃多運動，或是尋求減重醫師的專業治療，才能達到事半功倍的效果。



▲ 減肥老生常談，多運動。(中央社) 建議您少吃

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。

請儘量於周日至周四上班時間寄稿，周五、六休假來稿將無人處理。

擺脫職業倦怠 新工作的新規則

我們的職場壞掉了，當倦怠不再是個案，而是影響巨大的結構性問題，我們是否擁有修復它的對策？

■ 莎拉·韋柏

（記者、作家及數位策略專家）

我著手寫作這本書的時候，危機正接踵而來：二〇二二年，新冠肺炎尚未消失，歐洲發生戰爭，氣候危機越來越明顯——即使我們「才不過」面對全球暖化一點二度。

乾旱及洪水氾濫交替發生，整片土地被沖蝕。通貨膨脹、猴痘、核子戰？二〇年代至今有如難以下嚥的危機三明治。我們其實必須盡一切努力化解危機，但我們卻只是如往常繼續工作。

工作與生活平衡？

我初次下意識真正感覺到這種荒謬是在我們因新冠肺炎首度封城時，二〇二〇年五月，全球疫情的一切都是前所

這是工作世界的一面，另一面突然間叫做「系統相關」（System relevant），在其中工作的人們冒著健康和生命危險，為了讓所有的人繼續採買食物和製造垃圾，在醫院裡接受治療和拿藥，為了讓生活繼續。

筋疲力竭地工作

起初，我們還從陽台對醫療人員鼓掌致敬，乖乖戴上自己縫製的口罩，但不知何時起掌聲漸漸稀微。許多人受夠了在家上課，還有所有那些視訊會議，以及第十二回討論施打疫苗。我們再也不說起自己的事，因為沒人有任何體驗——除了工作。

正當我們感到希望，這一切也許即將過去的時候，戰爭爆發了。我還記得我在二〇二二年二月二十四日早上是怎麼醒



◀ 只要你們開始閱讀本書，就是改變的開始，
◀ 所有人都能夠幸福工作的世界，絕非夢想。
（網路截圖）

工作中的倦怠期

我們感到疲勞、壓力沉重和筋疲力竭，這一切都不是新鮮事。新冠肺炎不是唯一導致目前景況的理由，但是這場全球疫情就像是種催化劑，讓一切變本加厲。突然間我們察覺，從前我們不那麼想確實認知的事情：我們的工作世界有大問題，但是我們那樣疲憊，無法思考改變之道。

我們深陷疲累的泥淖當中無法擺脫，因為我們被左右我們生活的全球疫情、氣候危機、戰爭及其他災難混在一起困住了。

根據世界衛生組織的官方定義，倦怠被描述為「未有效管理的工作場所慢性壓力所導致的症候群」，聽起來就像我們過去幾年生活的正式描述。倦怠的人覺得筋疲力竭，沒有活力。職業的效應降低：我們不斷工作，但幾乎創造不出什麼。和工作的精神距離擴大，負面情緒同樣加重，結果之一可能是犬儒主義。

自我照料非救贖

長久以來我們都被勸說要為自己的疲憊負責，只要更努力鍛鍊身體就好。我們在氣候危機下看著一切都被歸咎於自我責任：問題不在於能源企業集團和他們的遊說行為，不在政治和經濟，不，你才是問題，

因為你用紙杯喝咖啡。要是你帶著可以重複使用的環保杯，問題就解決了。

工作世界也是這樣：你賺得太少？你要是不當護理人員就好了！雖然公司在週五不安排會議，還提供韌性工作坊，但你還是壓力大？一定是有問題。泡個澡，然後你就能重新感到放鬆了。

但是自我照料不是我們的救贖，我們需要就像在氣候危機下一起盡最大努力，以及系統性的改變，唯有如此才能治癒我們的集體倦怠，唯有如此，我們才有機會創造一個以人性和公平正義為核心的工作世界。唯有如此，長久以來伴隨著我

新冠肺炎期間我們看到改變的可能性——甚至相當快速而且全面。同時我們觀察到，今日的勞動者比較有力量，這得歸功於專業人力缺乏。

們的那種感覺才會消失。

世界進入新常態

這不是一本談論「新工作」（New Work）的書，也不討論經常脫口而出的靈活性或者機會管理，而是談論比較大的一些問題：什麼讓我們疲憊至此？我們如何才能重新修復工作世界？美國這幾年發生「大離職潮」，這樣的現象後面隱藏著

《世界要完蛋了，我卻還要工作？》簡介

大多數在職場上打滾的人，應該都有過身心俱疲、提不起勁的經驗。傳統的方法越來越難以解決這些問題，有些人已經得出結論，他們的解決之道不在職場中，而是「離開」，這也促成了歐美盛行的「大離職潮」。

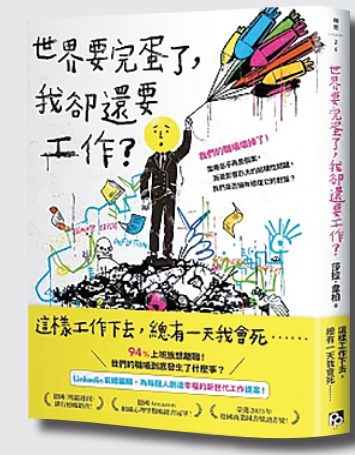
但在走到最後一步離職換工作之前，我們其實還有許多方法，本書針對現今職場的現狀，揭開許多傷口，卻

作者：莎拉·韋柏
（記者、作家及數位策略專家）

出版社：平安文化

出版日期：2025/03/17

也同時掏出絆創貼，提出許多得以讓工作維持高效運作，並讓所有人都盡可能地擺脫職業倦怠的有效策略，只要你開始閱讀本書，就是改變的開始，所有人都能夠幸福工作的世界，絕非夢想。



什麼？我們要如何才能以不同方式工作？我們所有的人，做為一個社會，在其中扮演何種角色？

我們一再聽說現在進入新常態（The New Normal）。但是舊常態對我們早就無效，憑什麼新常態就會比較好，而非只是數位化的舊常態？而且也不是我們彈彈手指，一切就會突然

們可以改變框架條件，讓事情轉向對我們有利的變化。因此，重新思考工作世界的時機再好不過，我們不該讓它從手中溜走。

「大離職潮」現象

本書討論的，正是我們可以如何創造一個對大家都比較好的工作世界。

但是我們首先必須一探究竟，看看我們怎麼會走到今日所處的境地。確實，全球新冠肺炎疫情貢獻一部分推力，但是它不是我們大家都這麼疲憊的原因。我們的疲勞是集體的、系統性的，正如我在接下來的章節將說明的。

疲勞是 Z 世代仔細思考自己還想工作多少的原因之一。直到今日還可以看到對懶惰年輕世代的指責，但是千禧世代和 Z 世代對工作有不同看法的原因有其道理，部分來自我們在過去幾個月可觀察到的廣泛現象：「大離職潮」。

麼可抱怨的，至少我們是這麼聽說的，但是這真的正確嗎？

（字欽／輯）

對我和其他許多人而言，生活退縮到自己的公寓裡面，在筆電前面，工作和生活融為一體。工作與生活平衡？忘了這回事吧！

未見，我們不知道我們將面臨什麼。我們周遭一切都封閉起來，我也只在採購日常用品和散步的時候才出門。

本該是放下一切的時刻，對吧？但是我卻工作得比從前都多，整天都在開會，我根本沒有時間停下來，看清發生什麼事。就連我的休閒時間也被工作吃掉了，即使終於有一點休息時間，看起來卻嚇人地和工作時間相似：視訊開會討論目前的工作企劃之後，是和朋友們視訊的歡樂時光。

對我和其他許多人而言，生活退縮到自己的公寓裡面，在筆電前面，工作和生活融為一體。工作與生活平衡？忘了這回事吧。

來的，這時我真正意識到一切崩壞到什麼程度。我望著手機，那天晚上俄國攻擊了烏克蘭，這場我們都希望能有轉圜餘地的歐洲戰爭，它發生了，電視上看得到坦克和爆炸，絕望的人們躲在地下鐵隧道裡，試著逃出烏克蘭。

我大受震撼，感到悲傷和憤怒，我想提供協助卻感到無力。然後我反射性地坐到書桌邊，好準備一場工作坊，一邊想著：我究竟在這裡幹什麼？周遭的一切似乎都要分崩離析，我們卻只是繼續工作，工作到筋疲力竭。對我們而言，工作以其如今的樣貌再也無法繼續發揮作用，它讓我們疲累，消耗殆盡。

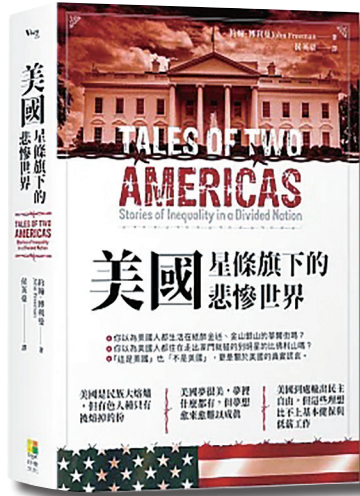
《美國：星條旗下的悲慘世界》

作者：約翰·傅利曼

出版社：好優文化

本書由眾多知名作家、詩人與記者共同創作，透過文學的視角，描繪了美國社會中深刻的不平等問題，展現出一個在經濟、種族與社會階層上分裂的國家。36 位作家極具震撼力的故事、散文與詩歌，展現了美國最深層的謊言。

是的，美國正處於分裂之中。不需要統計數據來證明，只需走訪任何一座城市，就能清楚看到美國支離破碎社會的證據。從阿巴拉契亞山區到鐵鏽地帶，再到德州的鄉村地區，富有者與貧窮者



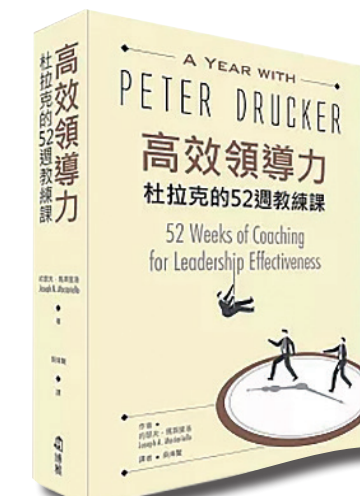
《高效領導力：杜拉克的 52 週教練課》

作者：約瑟夫·馬齊里洛

出版社：博雅

本書由杜拉克的長期工作夥伴約瑟夫·馬齊里洛（Joseph A. Maciariello）精心編撰，結合杜拉克未曾發表的作品、經典著作的精選內容，以及日常軼事，濃縮成一年 52 週的教練課程，深入闡釋杜拉克對領導力、個人效能及使命導向策略的關鍵見解，啟發讀者將智慧轉化為行動。

本書是一部為期一年的領導力發展課程，集結了管理學大師彼得·杜拉克的智慧，由其長期合作夥伴約瑟夫·馬齊里洛編纂而成。本書以



《哈佛大學 300 年的秘密》

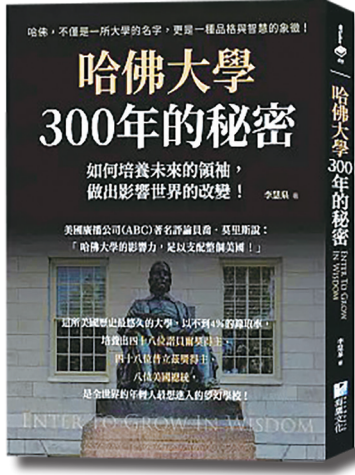
作者：李慧泉

出版社：海鷹文化

哈佛大學，這座有三百多年歷史的著名學府，是世界各國莘莘學子神往的聖殿和夢想的天堂，哈佛大學在人們的心中已經成為一個符號。人們渴望走進哈佛大學，不僅是因為哈佛大學的名氣，更重要的是哈佛人的思想魅力和文化精髓，正如哈佛大學著名教授威廉·詹姆斯所言：「真正的哈佛是——無形的、內在的、精神的哈佛。」可以說，哈佛是一種品格與精神的傳承。

德克斯特拱門於門楣上的銘文意思分別是「進入哈佛

是為了增長知識」，以及「離開哈佛是為了給國家和人民提供更好的服務」，就可以體會到哈佛大學要傳達的理念與精神。





蕭氏命運抗爭 小提琴家詮釋激情

聽蕭斯塔科維契演奏《A小調第一號小提琴協奏曲，作品77》的感覺是什麼？答案是：像寒夜中孤涼的獨白。

簡秀枝

(典藏藝術家庭雜誌社社長)

聽蕭斯塔科維契(Dmitri Shostakovich)《A小調第一號小提琴協奏曲，作品77》的感覺是什麼？寒夜中孤涼的獨白。尤其透過金獎小提琴家阿倫娜·芭耶娃(Alena Baeva, 1985-)詮釋下，令人寒徹心骨，動容不已。

露左肩的條紋長禮服，彭鬆捲髮，加上肩頭的1738年製的「前克羅爾」(ex-William Kroll)名琴，阿倫娜·芭耶娃一上場就有巨星的架勢，令人心生滿滿的期待。

史達林死後才問世

根據音樂學者邱秀穎的導聆與樂曲解說分析，蕭斯塔

科維契一生共創作了兩首小提琴協奏曲，都是題獻給小提琴家歐伊斯特拉赫(David Oistrakh, 1908-1974)。

日昨由坎布雷林(Sylvain Cambreling, 1948-)率領TSO(北市交)演奏的蕭斯塔科維契《A小調第一號小提琴協奏曲》，創作於1947年夏天到1948年春天之間，正值二戰結束後，美、蘇邁入冷戰的政治敏感時期。該曲完成前一個月，蘇聯當局對一批音樂家進行整肅，蕭斯塔科維契、普羅科菲夫(Sergey Sergeyevich Prokofiev, 1891-1953)、哈察督量(Aram Il'yich Khachaturian, 1903-1978)等作曲家，被扣以「形式主義」與「人民敵人」的帽子，並禁止演出他們的作品。

那是蕭斯塔科維契二度被史達林政府整肅，他失去了音樂院的教職以及蘇聯作曲家協會主席的位置，也間接導致《第一號小提琴協奏曲》被「雪藏」7年，直至史達林過世，才敢放心讓它「問世」。該首協奏曲，不論在內容，還是創作手法上都獨樹一幟。

浪漫晚期自由交響曲

邱秀穎說，該曲與一般熟知的3樂章協奏曲(快—慢—快)不同，它有4個樂章，分別是夜曲、詠諧曲、帕薩卡雅舞曲、滑稽曲。那樣的内容組合，與其說它是一首協奏曲，不如說它更像浪漫晚期形式自由的交響曲。

蕭斯塔科維契在該首作品中，使用了「DSCH動機」(即蕭斯塔科維契姓名首字母的音名動機)。邱秀穎認為，該種手法，雖自巴赫開始就有前例可循，但此處卻是作曲家在那個如履薄冰的時代，一種刻意隱藏在曲中的「自我表述」。

邱秀穎引用《蕭斯塔科維契》傳記作者佛西特納爾，形容第一樂章：宛如「在深黑的夜中譜寫的孤獨之歌」，並不是一般詩情畫意的浪漫夜曲，而是在樂團所鋪陳的晦暗壓抑氛圍中，自流淌的小提琴獨白。



▲該曲與一般熟知的3樂章協奏曲(快—慢—快)不同，它有4個樂章，分別是夜曲、詠諧曲、帕薩卡雅舞曲、滑稽曲。與其說它是一首協奏曲，不如說更像浪漫晚期形式自由的交響曲。(作者提供)

簡而言之，正是寒夜中孤涼的獨白。

第二樂章活潑戲謔

相形之下，第二樂章詠諧曲則顯得活潑戲謔，同時也相當考驗獨奏家的技巧。小提琴獨奏持續的不規則重音，和樂團之間彼此形成一種長時間的錯位。

略帶調皮的木管，以及偶爾加入且滑稽聲效十足的法國號與打擊，與獨奏小提琴形成一種趣味的競鳴。那個樂章，被認為「寓意深遠」。它的重要旋律主題讓人聯想到歌劇《波里斯·郭都諾夫》以及《馬克白夫人》中描繪暴君與暴力的片段，再加上樂章中段開始，

反覆出現的「DSCH動機」，都被認為是在影射蕭斯塔科維契當年的心境。

第三樂章帕薩卡雅舞曲，顧名思義，是以帕薩卡雅舞特有的「頑固低音」為基底建構而成，那是全曲最莊嚴的一段。樂章的最後是裝飾奏(cadenza)，讓獨奏小提琴炫技的同時，亦巧妙地再次帶出前三樂章的重要音樂素材。緊接在裝飾奏後面的第四樂章滑稽曲，是一個漸趨熱鬧到近乎失控的怪誕舞曲，邱秀穎在導聆前預示了該曲的跌宕起伏。

尋覓自身和諧與寧靜

邱秀穎再次延用音樂學者尼芙的總結，該樂章是一個音

樂上的隱喻，藉由一個看似懷舊的民間慶典舞曲，蕭斯塔科維契重新詮釋了其內在，讓該舞蹈成為一種「抵抗世界的形式」，嘗試重新回到以自我為中心去旋轉，並藉此尋覓到自身的和諧與寧靜。一如蕭斯塔科維契的其他作品，所有能說與不能說的，都寫在了音樂裡……。

演奏完蕭斯塔科維契的激情告白，一般的演奏家，都有虛脫疲憊的感覺，然而，阿倫娜·芭耶娃非常具誠意，她依舊賣命加碼，以巴采維琪(Grażyna Bacewicz, 1909-1969)《波蘭隨想曲》(Polish Caprice)作為安可曲，一流技巧，滿滿誠意，圓滿作結。



從認識我就想得到他

《世界上最爛的人》金獎團隊全新力作

榮獲 卡羅維瓦利國際影展5項大獎

最佳女主角 評審團特別獎 人道精神大獎 最佳歐洲電影獎 影評人費比西獎

關於愛的練習

5.29 回到初相遇

3座影后得主 海爾嘉·古倫 挪威魅力男星 歐德蓋爾·圖納 挪威新銳導演 莉莉亞·英格斯多蒂爾

NORDISK FILM PRODUCTION PRESENTS IN ASSOCIATION WITH OSLO FILMFOND & AMARCOR A FILM BY LIJIA INGOLFSDOTTIR "LOVEABLE" HELGA GUREN ODDGEIR THUNE HEIDI GJERMUNDSEN BROCH MARTE MAGNUSDOTTIR SOLEM ELSABETH SAND SOUND DESIGN BROR KRISTIANSEN COSTUME DESIGN LIJIA INGOLFSDOTTIR PRODUCTION DESIGN LIJIA INGOLFSDOTTIR DIRECTOR OF PHOTOGRAPHY GÖRAN MÄNNEN LINE PRODUCER TORI GJENDAL EXECUTIVE PRODUCERS SVEINUNG GÖLMIO AND LINDA NETLAND PRODUCED BY THOMAS ROBSAHL WRITTEN, EDITED AND DIRECTED BY LIJIA INGOLFSDOTTIR