



## 社論

## 氣候暖化影響糖消費 衛福部應有積極作為

本月 8 日發表在《自然氣候變遷》期刊上的一項關於氣候暖化與食品消費模式研究，揭示了一個令人意外且值得重視的現象，也就是氣溫的升高不僅影響農作物產量、加快疾病傳播與中暑風險，還會悄悄改變人類的飲食行為，特別是增加糖份的攝取量。

## 糖的消費與氣溫正相關

這項涵蓋美國超過 4 萬戶家庭在 2004-2019 年購物行為的研究發現，當每日的平均氣溫從 12°C 逐漸向上抬升時，每升高 1°C，平均每人糖份的攝取量就會增加 0.7 公克，氣溫

越高額外攝取的糖份就越多；當氣溫升至 30°C 時，攝取量的增幅達 7.5 倍，也就是會額外攝取 15 公克的糖。

這些額外攝取的糖份主要來自於清涼的飲品，如碳酸汽水、運動飲料與含糖的茶飲，因為高溫環境下人體對液體的需求提升，而市售含糖飲品有廉價、容易取得、且口感清爽的特質，成為許多人消暑解渴的首選。

值得注意的是，這種行為模式有明顯的族群差異性。低收入家庭、戶外工作者，以及缺乏冷氣設備的人群，在高溫天氣中攝取糖份的量，遠高於富

裕或教育程度較高的群體（因有較高的健康意識與較多的低糖選擇）；這個現象反映了弱勢族群消費選擇的限制性，也成為不同收入群體在氣候暖化下結構性不平等的根源。

## 攝糖的健康風險

世界衛生組織建議成人每日添加糖的攝取量應該不超過總熱量的 10%，最好控制在 5% 以下。這項研究卻清楚指出在氣溫持續上升的情況下，含糖飲料的大幅揚升，凸顯了糖份的攝入問題。短期來看，額外的糖份攝取只是多喝了幾杯飲料，但長期累積的健康

影響不容忽視，因為高溫天氣下的額外糖份攝取，足以讓許多人輕易地突破這個健康的上限。

眾所周知，攝取過量的糖份與肥胖、第二型糖尿病、心血管疾病、齲齒等健康問題高度相關，氣候暖化所提升的糖份攝取，形成了公共衛生的嚴重警訊；對弱勢族群而言，這些疾病的治療成本與生活影響更為沉重，形成「高溫 - 營養失衡 - 慢性病」的疊加風險。

## 因應甜蜜陷阱的措施

這份以美國人為樣本的研究，其實適用於普世各國；隨

著暖化持續，每個人的糖份攝取量恐會不斷飆升，放大了健康的風險。這一議題的挑戰就是「隱形性」，多數人不會意識到自己在高溫天氣中攝取了更多糖份，更不會與氣候暖化聯繫起來。

要因應這一個挑戰，責任不應全部落在個人身上，需要跨越氣候、公共衛生、社會政策、與市場監管的多部門合作。政府首先要改善安全飲用水可及性，確保民眾在高溫天氣中有健康的補水選擇；第二是限制高糖飲料的行銷與促銷，鼓勵健康飲品的推廣。第三是強化「高溫健康飲食」的

教育宣導，幫助消費者做出更明智的選擇。

第四是對含糖飲料徵收額外的稅收，以提高其價格，從而降低消費的意願，同時稅收用於貧困社區飲水設施建設，形成「健康回饋循環」。第五是制定營養與公共衛生政策時，考慮氣候暖化對飲食行為的影響，並針對高溫頻發地區制定特別的策略。最後，要建立監測系統，定期評估高糖飲品的消費趨勢及對健康的影響，並根據數據調整政策。

氣候暖化對國家的影響遠不止於熱浪與傳染病，已經滲透到日常生活的每個層面，包括飲料的選擇，這是公共衛生的新戰場，更是社會公平與氣候正義的迫切議題。

## 綠排先過特別預算 藍催年改、自推公投

民進黨希望先處理特別條例，國民黨打算開議就要通過年改，民眾黨則最在意《公投法》。

【本報記者呂翔禾台北報導】民進黨這個會期安排優先推動性特別預算，還有海纜七法！民進黨立委吳思瑤 18 日透露，本會期優先法案還有《企業併購法》、《青年基本法》與《AI 基本法》等。國民黨

與民眾黨雖未經過黨團大會討論，但國民黨已拋出要修《財劃法》與年改，民眾黨則是《公投法》與代孕法案。

## 綠喊話要藍白少爭議

吳思瑤表示，黨團與行政部

門協力的 2 大方向，分別是國家大進步、國家更安全的優先法案。國家大進步方面，包括《企業併購法》、《虛擬資產服務法》以及針對創新類別的新產業、促進資料創新等，行政部門加緊催生中。另外，《青年基本法》、《AI 基本法》等，都是執政團隊跟黨團希望在新會期加送通過的議案。

至於國家更安全類別，吳思瑤說，包括行政院會通過的海纜 7 法，要強化海纜保護、確保民生服務、提升國家安全，另外也要落實賴總統所提國安 17 項策略，當中包括 10 多項國安法案的修法等。她也強調，優先法案中包括韧性特別預算案，盼加緊通過讓支持產業、安定社會的經費能夠到位。

「希望在野黨放下政治，讓生活好一點、政策多一點！」

吳思瑤最後說，上述都是執政黨團為新會期所做的優先法案

準備，使民生法案、福國利民的法案成為優先，而非提出高度政治爭議的法案，例如公投綁大選、要讓年改走回頭路等修法。

由於藍白各自尚未展開優先法案的討論，兩黨也還要溝通此會期的攻防，民進黨所提案子藍白是否會接受，要等到黨團開會後再做決定。

## 開議就處理新年改

國民黨優先法案尚未完全定案，黨團在 18 日、開議前一天，循例召開立法實務研討會，由黨中央、智庫與黨團立委共同與會，討論新會期的優先法案。在此之前，藍黨團內曾被點到的優先法案包括《地方制度法》修法、軍公教年改、公投併大選，跟一般性補助款立法。另外，各界高度關注公式有瑕疵的《財劃法》，黨團也表示會

儘速提案。

黨團總召集傅崐萁強調，開議日第一個優先法案就是停砍公教人員年金，且國民黨一定會全力支持公教人員，當時第一會期國民黨票數不夠且民眾黨反對，但溝通到現在，民眾黨應該不會投下反對票，所以國民黨可能以多一票險勝。

## 藍白都要推公投法

民眾黨的部分，黨主席黃國

昌日前宣示，將在立法院推動《公民投票法》修正，推動公投綁大選、打破鳥籠公投。黨團幹事長陳昭姿也透露，新會期將全力推動代孕法案，黨團也將其列為優先法案之一。而隸屬教文委員會的民眾黨立委劉書彬則表示將聚焦在《高級中等以下學校及幼兒園午餐供餐法草案》、《AI 基本法》與《青年基本法》等法案。

## 郝龍斌領表選藍主席 不參加 20 日四強辯論

【本報記者呂翔禾台北報導】「我當選黨主席，絕對會做好『造王者』或『造後者』！」前台北市長郝龍斌 18 日在媒體人趙少康陪同下進行黨主席選舉領表。郝龍斌以前主席吳伯雄為例說，他希望也能扮演同樣角色，讓國民黨 2026、2028 年勝選。另外他也宣布不會參加 20 日由中天舉辦的四強辯論，趙少康一旁表示「是我要他別參加的」。

## 鄭、羅登記很熱鬧

郝龍斌僅由趙少康陪同下領表。另外 2 位熱門黨主席人選則在同日登記參選：前國民黨立委鄭麗文是在基層軍公教團體簇擁下登記，國民黨團書記長羅智強則是在牛煦庭、邱鎮軍、王鴻薇、羅庭璋、葉元之與廖偉翔等多位青年藍委陪伴下登記參選。

「希望能進行君子之爭！」郝龍斌強調，這次選舉有很多黨內優秀菁英參與，希望能展現跨世代國民黨戰鬥力。他也正式宣布，不會參選 2028 年總統，要做造王或造後者，

將以過去在政府與政黨的經驗團結黨內，目標不僅是要贏得 2026，更要下架總統賴清德、重返執政。

## 穩定大局促藍白合

因此，他認為這次黨主席的定位就是「穩定大局、邁向勝選」，且藍白合不只是民意趨勢，更是一定要做到的首要任務，他也會以最大誠意與民眾黨溝通。郝龍斌也說，未來會協助因為罷免連署被起訴 1 百多位黨工。

媒體詢問趙少康，兩人比民調的結果如何？趙少康澄清說，是郝龍斌說要先做民調，看看在現有人選有沒有勝選的機率，不是要跟他比民調。外界質疑郝龍斌出來是現任黨主席朱立倫的操作，趙少康反駁說，朱是要讓更多人有參選的機會，不要再用過去宮廷政治文化的角度看國民黨。

## 中廣股份不好脫手

趙少康也透露，如果自己要選，就要脫出中廣股份，但黨產會還稱中廣欠政府 77 億，龐大股份加上債務糾紛，他若脫手也沒人敢接，因此後來決定不選；被問到是會參加 20 日由中天主辦的辯論，郝表示不會，但畢竟黨主席選舉要繳 3 百多萬給黨中央，黨應該會辦活動，屆時會參加，這段時間盼減少黨內互打、全力拉票。

## 國民黨選舉白熱化 多組人選各自選邊站

【本報記者呂翔禾特稿】國民黨主席選舉，隨著前台北市長郝龍斌確定參選而白熱化。雖然前立委鄭麗文、藍委羅智強均宣布參選，象徵部分黨員期待世代交替的心聲，但從台中市長盧秀燕宣布不選黨主席後，郝龍斌、立院黨團總召集傅崐萁與資深媒體人趙少康等多位政要對參選蠢蠢欲動，顯示現任黨主席朱立倫雖宣示接棒，但對仍企圖左右接任人選。

## 黨內派系多挺郝

在郝龍斌與趙少康整合完成後，17 日確定參選國民黨主席，雲林縣長張麗善也表態力挺，在黨內有不少票源的前雲林縣長張榮味、新北市議長蔣根煌亦將支持郝龍斌，

若加上郝龍斌的軍系背景，國民黨內 3 股重要的勢力，包括本土派、戰鬥藍與軍系都將支持郝龍斌，使他有很高的機會當選下一任黨主席。

雖然近日多項民調指出，前立委鄭麗文因長期主持節目、過去曾擔任黨團書記長一直領先，鄭麗文也有國民黨內軍系基層、婦女團體支持，但郝龍斌獲得大量軍系高階將領力挺；另羅智強雖有馬英九背書，但馬前總統早已遠離黨務頗久，且過去也未能完全獲得本土派支持，影響力也相對有限。

## 選舉調整引人遐想

即使鄭麗文、羅智強參選獲得高民調支持，甚至有多位藍委相挺羅智強，但國民

黨主席畢竟是黨內選舉，能當選還是要看誰獲得的黨員票比較多（而非社會民調支持度），各自的聲勢不見得能完全轉換為選票。至於黨員的投票意向，現任黨主席朱立倫雖已明確表態交棒，但從近日多項操作來看，他對這場選舉仍在檯面下發揮一定的影響力。

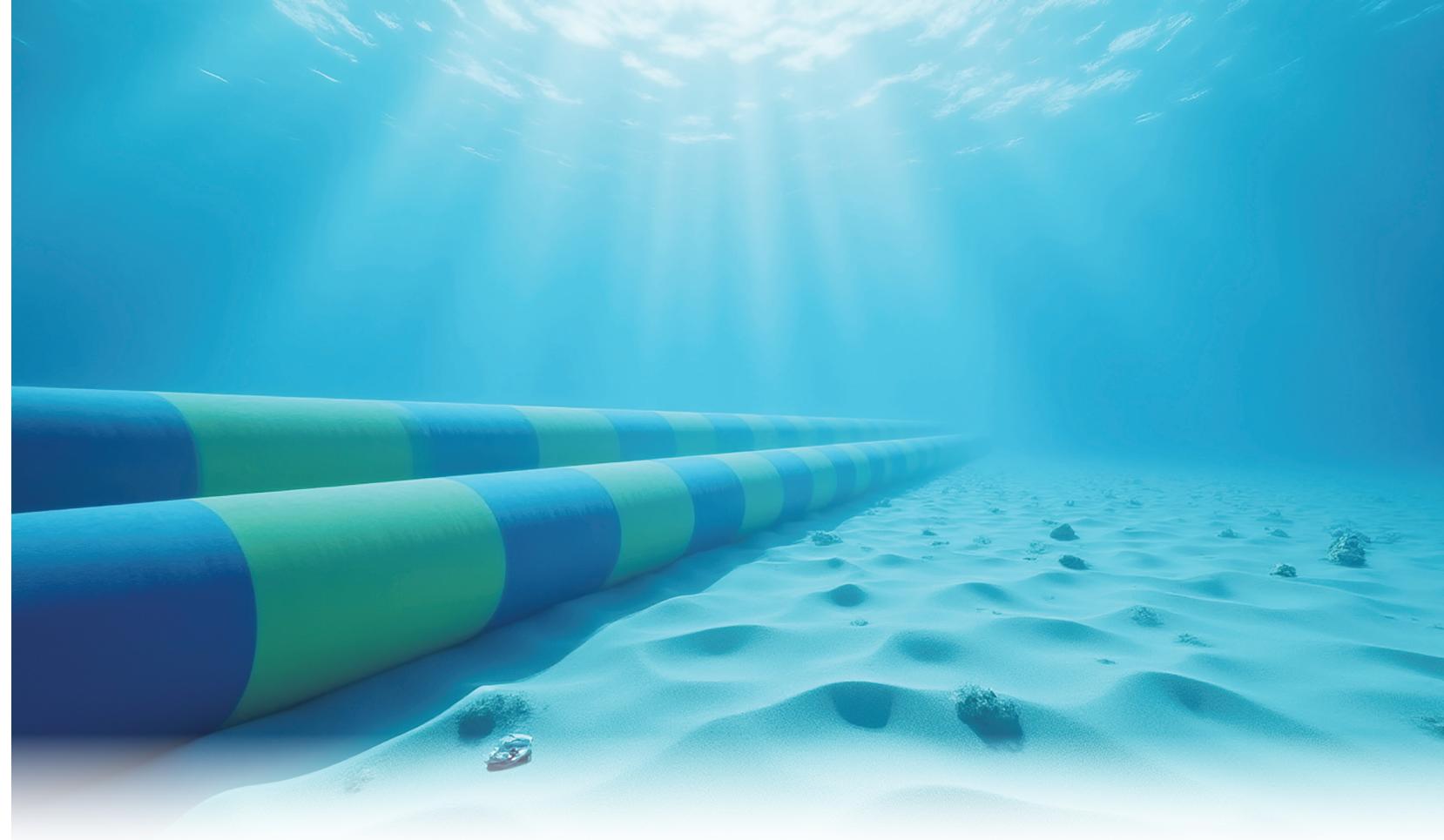
例如朱立倫曾前往拜訪趙少康與管中閔，並授予可參選黨主席的中評委職位。此外，原定 9 月 1 日到 4 日的領表時間也在中常會通過延後到 9 月 15 日至 19 日，同時還將黨員黨費繳納期限延至 9 月 10 日，隨著盧秀燕表態不選黨主席、郝龍斌 17 日才決定參選，這些安排不免讓外界懷疑，是擔心「非主流」人選擔任黨主席才有的操作。

## 宮廷政治屢遭詬病

加上近來黨內重要勢力與郝龍斌陸續表態，足見比起世代交替，國民黨仍希望由「德高望重」者掌舵。只是，過去國民黨屢屢遭詬病的就是這種宮廷政治文化，加上年輕人仍相對缺乏一展長才的機會，如此狀況下產生的黨主席，能否贏得民心、形象與大選，令人懷疑。加上郝龍斌雖願意參加國民黨主辦的辯論，卻不願出席中天 20 日舉行的四強辯論，外界其更對郝龍斌的戰鬥力起疑。

雖然國民黨在立委方面已有許多新血加入，但若黨務也能一併更新，黨員以外的民眾可能才會對國民黨有更多的期待，也才能完成下架賴清德、換黨執政的夢想。

▼行政院 18 日公布海纜 7 法修正案，盼強化預防我國海纜遭不明船隻破壞的狀況。（網路截圖）



## 避免海纜遭破壞 政院修 7 法提高刑責

【本報記者呂翔禾台北報導】政院盼透過修法，強化我國海纜維護與防禦！行政院 18 日通過海纜 7 法修正草案，針對破壞自來水、天然氣等管線的刑責，比照破壞海底電纜辦理，最高恐判 7 年有期徒刑，並增訂規範沒入犯案船隻，以杜絕相同船隻侵擾；另將修法強制來往的船舶開啟自動辨識系統，若經提醒仍不打開將受罰。

### 破壞海纜最高判 7 年

海纜 7 法是「5+2 法」，其中 5 法針對破壞海纜的刑責與配套措施，包括《電信管理法》第 72 條、《電業法》第 71 條

破壞海纜最高將罰 7 年，且有加重處罰類型及未遂犯類型，並增訂犯罪工具沒收的規定。

之 1、《天然氣事業法》第 55 條之 1、《自來水法》第 97 條之 1、《氣象法》第 21 條之 1；另 2 法則為控制有問題的船舶，包括《商港法》第 15 條、第 65 條之 4，以及《船舶法》部分條文修正草案，共牽涉經濟部、交通部、數發部等部門。

行政院國土辦代理主任謝俊隆表示，修法將各類海纜（管線）皆納入保護，若破壞將處 1 年以上 7 年以下有期徒刑，得併科新臺幣 1 千萬元以下罰

金，並有加重處罰類型及未遂犯類型，同時增訂過失犯罰則（6 月以下有期徒刑、拘役或科新臺幣 200 萬元以下罰金），還有犯罪之工具、船舶或其他機械設備沒收的規定。

### 執法量能很充足

另外，針對違規船舶，修法將避免船舶滯留商港，影響船舶作業安全與效率，並打擊偽冒身分船舶，防範其威脅港口安全、航行秩序。同時強化機

關監控船舶動態與即時有效處置違規船舶。

海委會則提醒，外籍船舶非屬無害通過，滯留於海纜周遭（損壞案例多發生於我國領海內），海巡署會依《海岸巡防法》驅離。

媒體詢問，新法上路後執法量能是否會不足？沒收的船隻是否會多到拆解成本大增？海委會主委管碧玲回應說，海巡與航港局過去有建立共同協處機制，相關機制運作良好，而沒收船隻會根據開罰法源不同而有不同處理方式，若以拍賣處理，拆解成本是由拍賣贏得競標者自行處理，不會由政府支出。

## 國慶小物有水壺、白帽 主持人邀議員主

【本報記者呂翔禾台北報導】典雅素白保溫壺、白帽上，有著藍紅相間雙十國慶標誌，114 年國慶大會禮賓紀念品 18 日首度開箱！除了棒球帽與保溫杯外，還有素色毛氈布手提袋、白色方巾、徽章、口罩與紋身貼紙等周邊。此外，今年的國慶大典主持人將邀請到中天新聞主播林嘉源與國民黨高雄市議員白喬茵擔任。

慶籌會說明，今年的國慶貴賓帽，白色背景結合國旗顏色以蒼勁有力的筆觸呈現，中央象徵雙十節的熱血與奮鬥精神；國慶保溫瓶部分，除了是台灣廠商自製，在強調功能訴求外，最特別的就是瓶蓋採取「極速開蓋設計」，不需要旋轉，只要單手就能快速開啟，在通勤或是運動的時候都很方便使用。

### 臉書抽限量紀念品

「今年也會抽 100 份限量紀念品！」慶籌會官員說明，只



▲國慶籌備委員會 18 日展示 114 年國慶禮賓紀念品，除了棒球帽外，首創以禮盒將徽章、保溫瓶、方巾及口罩搭配呈現，還特別將毛巾摺成玫瑰花。（中央社）

要到「中華民國讚國慶」臉書追蹤粉專、回答問題、公開分享活動再標註 2 位朋友，大會將抽出限量版紀念品贈送。

另外，今年國慶禮品還有毛氈布手提袋，結合傳統工藝與現代設計，加上今年國慶的主視覺，象徵團結與共融，就像一幅力透紙背的書法作品；毛

巾則是純棉製作，柔軟親膚又吸水力強、厚薄度適中且輕巧好攜帶；國慶徽章除了呈現主視覺以外，上面還搭配金蔥色彩點綴。

### 財經短波

## 3 部發電機同時故障 林口 1 號機下週復電

【本報記者呂翔禾台北報導】台電儘速處理電廠狀況，盼緩解備載容量低於 6% 的困境！近日興達電廠、林口電廠共 3 部發電機組陸續受損，影響供電。經濟部次長賴建信 18 日表示，台電針對興達電廠火警一事已經完成檢討報告，將提交高雄市政府，至於林口 1 號機經緊急搶修，下週就能重返供電產線。



針對林口電廠故障、興達電廠火警等意外，經濟部表示會儘快恢復供電。（中央社）

## 連 5 個月成長 證券商 8 月獲利 150 億元

【本報記者呂翔禾台北報導】台股表現好，證券商也跟著受惠！證交所 18 日表示，8 月全體證券商稅後淨利新台幣 150.33 億元，月增 16.77%，為連續 5 個月成長。惟今年市場起伏較大，累計今年前 8 個月全體證券商稅後淨利 618.45 億元，相較去年同期獲利 738.69 億元，衰退 16.28%。



元，較 7 月增加 18.73%，也讓 8 月淨獲利高達 150 億元。（中央社）

## 輸信用卡資料普發現金？ 財政部：是詐騙

【本報記者呂翔禾台北報導】網路出現「中央存款保險公司」網頁輸入信用卡等資訊，即可申請全民普發現金 1 萬元，是騙人的！財政部 18 日提醒，目前發放現金 1 萬元尚未啟動，網傳輸入信用卡及帳戶等重要資訊，即可申請全民普發現金 1 萬元均為詐騙網站，呼籲民眾提高警覺，來路不明訊息勿點擊、勿轉傳。

財政部表示，發放現金將在特別預算公布後 1 個月內開始執行，相關細節會再另外公布，請民眾務必確認資訊是從政府來的。各界關注普發現金時機，財政部預估若特別預算案經三讀後在 10 月上旬公布生效，最快 10 月下旬就能發放。



財政部 18 日提醒民眾，網傳輸入信用卡資料就能申請普發現金的訊息是錯的。（財政部）

▼ 美國聯準會因關稅、就業疲軟的因素，17日宣布降息1碼。（中央社）



## 美國勞動市場轉弱 聯準會首次降息1碼

【本報記者呂翔禾台北報導】聯準會9個月以來首次降息！聯準會17日決議調降基準利率1碼至4.25%之間，並預料今年還會再降兩次。聯準會主席鮑爾指出，勞動市場出現更多轉弱跡象，是這次決策降息的主因。另外，美國經濟的不確定性也讓聯準會持續觀望，尤其是要觀察川普的對等關稅會對美國造成什麼影響。

### 升息救美就業疲軟

根據《半島電視台》報導，鮑爾表

由於關稅不確定，加上美國就業市場

疲弱，聯準會睽違9個月首次降息，未來可能還會再降2次。

示，經濟不確定讓聯準會持續審慎關注，且維持利率有助政策決定者保持彈性。另外，近來的經濟指標顯示，經濟成長活動在上半年趨緩、新增就業下降、失業率些微上升，都讓聯準會決議降息。

「勞動市場正在冷卻！」鮑爾坦言，工人的供需都有出現下降並不正常而造成近日異常的原因可能與關稅和移民政策有關。聯準會新聞稿也強調，

未來不排除繼續降息，以落實就業最大化與通膨率低於2%的目標。聯準會依法超脫政治決策，但近月來美國總統川普一直抱怨鮑爾降息的速度太慢。

### 股市反應冷淡

川普還阻擋前總統拜登任命的聯準會理事庫克上任，但美國法院近日判決川普不能這樣做，但白宮不排除繼續上訴，並堅持總統是依法撤換庫克；

由川普另外任命的聯準會理事米蘭甚至在會議中還要求聯準會一口氣降息2碼，被民主黨參議院少數領袖舒默批評，米蘭根本是川普在聯準會的內應。

《奇摩財經》提到，對此美股的反應兩極，道瓊指數雖上漲0.57%，但標普500小跌0.1%、那斯達克也小跌0.3%，市場對於關稅與就業仍有極高不確定性，且輝達近日傳出遭中國封殺、拒買其晶片，讓輝達的股價下跌3%。輝達執行長黃仁勳對此表示相當失望，但仍會盡力爭取。

## Z世代信仰復興 美紀錄片說校園故事

【本報記者莊宇欽綜合報導】

美國Z世代信仰復興拍成紀錄片！近日，華盛頓特區甘迺迪中心舉辦「復興世代：Z世代轉向耶穌」紅毯首映會，該片講述美國各地校園的信仰復興活動，並描繪Z世代年輕人的屬靈轉變。如今，基督信仰給了Z世代穩定的力量，並

成為他們長期堅實的支柱。

### Z世代紛紛轉向耶穌

《宗教通訊社》報導，華盛頓特區甘迺迪中心近日舉辦「復興世代：Z世代轉向耶穌」紅毯首映會，現場超過一千名觀眾敬拜歡呼，並觀看Z世代年

輕人充滿熱情、渴望和真正的喜悅。隨著美國總統川普積極於該中心推廣信仰電影創作，該片講述美國各地校園的信仰復興活動。

會中，美國電視佈道家羅伯遜孫女兼電影製片人登台致謝，並為世界各地正在發生的信仰復興讚美神。羅伯遜禱告說道，「願這場首映會成為甘

迺迪中心信仰活動的開端。願您大力使用這裡，繼續榮耀您的聖名，耶穌。」

非營利組織「團結美國」(UniteUS)致力在大學校園裡推廣敬拜、聚會和洗禮，根據紀錄片內容，該組織長期在傳福音的努力，已引領13000名大學生決定接受基督。對此，校園復興在片中描繪成Z世代年輕人屬靈轉變的重要證據。

### 基督信仰的力量

《基督郵報》報導，Z世代為出生於1997年至2012年之間的年輕人，他們遭受前所未有的憂鬱症、認同問題和精神疾病的困擾，但也希望在生活中找到一些穩定。如今，基督信仰給予Z世代穩定的力量，並成為他們長期堅實的支柱。

團結美國創辦人普雷維特表示，Z世代中普遍存在的比較、孤立、孤獨和上癮，都為他們帶來極大的痛苦，也因而促使他們相信基督，在耶穌身上找到真實的意義。



▲ 華盛頓特區甘迺迪中心舉辦「復興世代：Z世代轉向耶穌」紅毯首映會，該片講述美國各地校園的信仰復興活動。（Photo by NATHAN MULLET on Unsplash under C.C. License）

## 狀元奪最佳新人

### 康大出品男、女籃最佳新秀

【本報記者宋秉謙綜合報導】同年NBA與WNBA的最佳新秀兩人竟是校友！WNBA17日宣布今年最佳新秀獲獎者，毫不意外由狀元、達拉斯羽翼後衛比克絲所拿下，她首年就繳出場均19.1分、5.3助攻佳績，橫掃72張選票的70張；而早前NBA最佳新秀則頒給馬刺後衛卡索。比克絲與卡索都來自康乃狄克大學，這也是歷史上第2度，前一次包辦最佳新秀的也是康大組合。

### 最佳新秀比克絲

根據《今日美國報》報導，WNBA17日宣布，今年最佳新秀是狀元、達拉斯羽翼後衛比克絲，首年來到職業賽事，比克絲毫不怯場，拿出大學時期宰制的成熟度，場均狂砍19.1分、5.3助攻、3.8籃板，得分與助攻都能排進歷史新秀前十，橫掃72張選票中的70張，最狂新人實至名歸。

比克絲在8月21日還打破新秀單場最高得分紀錄，面對火花隊狂轟44分，但誇張的是球隊竟以1分落敗，雖然她整賽季都打出誇張的新秀成績，也帶領康乃狄克女籃拿到今年

NCAA冠軍，仍救不起達拉斯羽翼。羽翼隊已經連兩年打出淒慘成績，去年只有9勝，而今年在比克絲領軍下也僅多1勝，重建之路漫漫。

更有趣的是，今年NBA的最佳新秀竟是比克絲的校友、學弟！效力於馬刺的4號秀、控衛卡索靠著場均14.7分、3.7籃板和4.1助攻，拿到全票入選新秀年度一陣，也在100張選票中拿到92張第一，壓倒式擊敗狀元郎里薩謝，拿到最佳新秀，而卡索也是來自康乃狄克大學。

### 學長姐是第一例

據《雅虎體育網》報導，其實過往也有一個同年包辦最佳新秀的組合，恰好便是學長學姊組合、也來自康乃狄克大學，2004年由狀元陶樂西拿到WNBA最佳新秀、04/05賽季NBA最佳新人是榜眼奧卡弗。

康乃狄克大學一直出最佳新人，也跟他們本就不俗的籃球實力有關，康大女籃在2000年以來橫掃11座冠軍、男籃則有5座，兩組最佳新人都是先拿到NCAA冠軍、再進入聯盟打出最狂新人的成績。



▲WNBA與NBA今年的最佳新秀，都由康乃狄克大學出品的好手包辦！（圖為WNBA最佳新人比克絲）。（photo from Dallas Wings Facebook Officials）

### 圖文選粹

圖文 / 中央社

### 倫敦反川遊行 川普充氣人偶再現



▲在美國總統川普對英國進行國是訪問期間，倫敦17日有數以千計民眾參加「反川」遊行集會，現場可見迷你版、在2019年反川遊行聲名大噪的橘色「川普嬰兒」充氣人偶。

▼ 犯罪預防只需營造良好社區文化與集體意識，就能讓犯罪不進入社區、減少員警績效之苦。（中央社）



## 犯罪預防 需促警民合作

居民才是真正 24 小時生活在社區的人，社區內的風吹草動肯定比警察更為清楚。

■ 王翔正  
(文字工作者)

犯罪型態急遽轉變、警政工作日益繁重下，若適當增加民力協助，可填補社區治安死角。

現今科技發展迅速，犯罪型態急遽轉變，警政工作日益繁重，特別是詐欺犯罪頻傳，警力經常投注於防止車手 ATM 提領的守望勤務，但警力有限，基本上無法 24 小時針對某處治安要點全天候查察守望，此時若能有民力挹注，如全民斬車手拿獎金、守望相助隊巡邏查察等，實可協助警方掃除社區治安死角，強化自我防衛力量。

雜、半夜噪音擾鄰及空氣味道刺鼻等，尤其歸納眾多犯罪學研究發現可知，社區解組現象、鄰里關係良窳為犯罪被害的重要因素，住家附近之社會解組現象越低、社區內鄰里關係越高，侵入住宅竊盜、詐欺受騙等被害情形則越低。

另從集體效能理論可知，居

民互動良好且具有高集體凝聚力之社區，可產生較多的社會信任，形成社區生活規範與排他性，對於進入社區的陌生人亦會多加關注，不會擁有豐厚的內聚式社會資本。

### 守望相助效用強

爰此，若能有效發揮社區的集體效能，不但能遏止犯罪動機，又讓犯罪者轉而對其他對象或地點實施犯罪，產生「犯罪轉移」，例如曾有守望相助隊發現社區內有針對獨居老人家實施檢測瓦斯桶收費的詐騙集團，透過警政通報使渠等落荒而逃。

### 居民比警察清楚

不可諱言的是，居民才是真正 24 小時生活在社區的人，社區內的風吹草動肯定比警察更為清楚，諸如以往警方查獲毒品工廠、詐欺水房、職業賭場等，全都仰賴熱心民眾提供相關犯罪徵候，諸如人口出入複

### 犯罪預防無限賽局

若我們選擇無限思維，將犯罪預防工作視為一個「無限賽局」，我們只須營造一個良好的社區文化，營造集體社區意識，讓犯罪不進入社區，圖謀不軌之人當然無法靠近，如以此推廣，每個社區都合力共好、公私協力，甚至跨域整合組成異業聯盟，不但讓員警免於績效之苦，又能提升鄰里感情，使生活環境更好、整體犯罪率降低，不啻變成一件自然簡單的事情。

▼ 無論是做人或做事，「差異化」都是存活乃至於成長茁壯的關鍵因素。（中央社）



## 差異化與無差異之間

人與人之間必然有供需關係，若能做到「差異化」發展，是存活乃至於成長茁壯的關鍵因素。

### ■ 施壽全

(前馬偕紀念醫院院長)

在人類社會中，雖然工作與行業有千百種，但總歸來說，人與人之間必然恆存的關係，就是「供應與需求」。任何人在某些方面擔任供應角色，但在其他層次上，就變會成需求者。

### 供需要平衡

無論是何種生活用品或服務，最佳狀態當然是「供需平衡」，但因為政府體制、文化價值與人心善惡等因素影響，實際上無法處於平衡狀態的也不少，或者需過於供，需求者就只好等，但等也要看狀況，等不到就會出大亂子的並非罕見。

或者供過於需，則供應方就會陷入競爭中。理性的競爭可能形成良幣驅逐劣幣的理想狀態，但競爭也可能是非理性、惡性的，就會出現好的被淘汰、壞的卻留下來的可悲結果。

### 差異化建立特色

競爭有各式各樣的模式，但能在性質相似或相同的群體中，先立於不敗之地的不二法門，在管理學上有個名稱為「做出差異化」(make difference)。雖然性質很接近，但就是需要具有巧思者發想出「那麼一點不一樣」，讓需求者喜歡或不得不選擇你，才能在一片紅海中殺出活路，或者另創一片藍海。

無論是做人或做事，「差異化」都是存活乃至於成長茁壯的關鍵因素。但差異化有時不只一端，某個項目不如人，另個角色卻比別人強，如此也能維持穩定。從宏觀的角度看，人一生可以奮發圖強的時期，就算平均五十年吧，五十年就在有差異與無差異的狀態中浮

沉，但曾經有人說過，一般人逝去之後，過了五十年，就會被人徹底遺忘，也就是你曾經如何努力的 make difference，最終還是 make no difference.

### 無差異化的體制

雖然政治體制有民主與獨裁之分，但也一些現象卻沒有差異。獨裁專制的區域，有人持械無差異攻擊，民主自由的地带，也有人拿槍無差異掃射。如果當政者沒有謙卑自省，檢討改進，則不論什麼政府體制都無差異。

生了病，情況緊急，分秒必爭，是生是死，有差異。但纏綿病床，多年與外界斷訊，是存是亡，已無差異。如果未能把握當下，一切就都無差異。

箴言 27:19 「水中照臉，彼此相符；人與人，心也相對。」

### 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。

3名記者受邀去採訪柬埔寨獨裁者...



Catherine Dussart & Dufac Distribution  
PRESENTED

《雙面薇若妮卡》坎城影后  
伊蓮雅各

盧卡諾男星  
葛雷哥瓦柯林

法國性格男星  
希里爾蓋伊

# 約見波布

Meeting with Pol Pot

法國／柬埔寨名導 潘禮德 摘世新作

THE OSCARS 獲選2025奧斯卡最佳國際電影  
柬埔寨代表

坎城影展首映單元觀摩影片

榮獲里斯本影展評審團特別獎

9.26  
尋找真相

# 不要被工作消耗 找適合你的地方

心理學家寫給求職者的最強攻略！幫你看懂職能優勢，準確分析內在需求，活出想要的樣子。

## ■ 泰莎·韋斯特

(紐約大學心理學教授)

多數人在一生中的某個時機，會開始懷疑所選的職涯是否適合自己。對某些人而言，在抱持些許無奈去上班數月甚至數年後，就會產生這樣的懷疑。

工作上沒什麼特別的事發生；也不會因為從事如公司法或餐廳老闆等高壓職業，而面臨早上起床時驚出一身冷汗，發現自己犯下彌天大罪的窘境。但有一天，你卻發現自己

**我們對職涯的感受，正如親密關係帶給我們的感覺一樣豐富多樣。時而覺得嫉妒或不滿，有時又感到矛盾與期待。**

已經不認識你現在的樣子了。你的工作雖然改變了你，卻沒讓你變得更好。

對另外一些人來說，日常工作就像坐雲霄飛車一樣刺激；一下覺得壓力大到不堪重負，下一刻卻又能馬上恢復冷靜。感覺就像站在流沙上，連老闆的嘲諷挖苦都能讓你懷疑自己對工作的貢獻。但這份工作很穩定，你費盡心力才成功入職，所以你只會消極地隨便看看徵才廣告，實際上卻不會真的去應徵其他工作。

## 豐富多樣的職涯

我們對職涯的感受，正如親密關係帶給我們的感覺一樣豐富多樣。時而覺得嫉妒或不滿，有時又感到矛盾與期待。但若要做出可能會改變人生走向的職涯選擇，我們通常不會根據感受來做決定。

情況恰恰相反，我們或職場專家在討論換工作時，重心通常會圍繞在結構面的實際決定。比如：我想要遠距工作還

是到公司上班？我要去信任的新創公司求職，還是選擇一份穩定完善（但無聊透頂）的工作？

與職場負面情緒或轉職有關的多數傳統職涯建議，往往都會聚焦於實際面向。但在職業治療時，我決定採用不同方法，並注重人們的感受和他們與職涯間的心理關係。

身為紐約大學的心理學教授，我是人際關係與溝通的行家。同時，我也是社會科學家，研究人們在不同社會情境下使

用的語言，不論是工作協商或醫病間的互動都在研究範圍之內。

## 内心深層掙扎

和我聊天的對象一開始提出的問題，表面上看來都能解決，或者他們也會談到自己身陷某種特定狀況或關係之中；但話題很快就會擴展到更大的整體層面，以及他們與職涯相關的深層內心掙扎。

他們面臨的不僅僅是慣老闆與尖酸刻薄的同事，而是更深的困境，我可以從他們使用的語言中察覺到這些。他們談論的不單只是職場關係，更是在講述自己與整個職涯之間的關係。

## 陷入兩難境地

我很好奇其他職場專家是否也觀察到了這點，所以我拜訪了麥肯錫健康中心的共同負責人賈桂琳·布拉西 (Jacqui Brassey)，同時也是研究員兼《刻意冷靜》 (Deliberate Calm) 的作者。



▲如同心理治療對於人際關係十分有幫助一樣，針對職業的心理治療方法，也將讓你徹底改觀，了解為何工作時會不快樂，也能更了解什麼對自己更有價值。（網路截圖）

她在職場變化這方面的消息十分靈通，不僅掌握了我們目前已知的結構問題，也十分了解背後的心理因素。她告訴我，她不僅注意到許多人對工作和職涯感到不快樂，同時也發現這些人迫切想找到背後原因。

她也覺得這一切充滿矛盾：人們陷入兩難境地，一方面渴望掌握未來走向，導致他們傾向選擇更傳統的職涯之路；另一方面卻又想打破傳統框架。

## 語言細微精妙

在我們的對話過程中，她使用了「大覺醒 (big awakening)」這個詞彙，並頻繁運用「對新經驗的開放心態」來描述這些趨勢。有趣的是，我們的談話內容幾乎完全與人們的感受和心理狀態有關，很少討論到混合辦公方式的變化等結構問題，而這類問題現在是專家學者的討論重心。

我所發現的另一個趨勢是，人們用來描述工作與職涯問題的語言，聽起來和描述親密關係問題的語言非常相似。語言非常細微精妙，但同時也蘊含許多線索，暗示了人們心中的真正困擾。

## 職業的心理治療

借助心理治療，我們能處理所有類別的人際關係，那為何不套用到你與職業的關係上呢？心理治療能帶來奇妙的作

# 找適合你的地方

## 《有問題的不是你，而是你的工作》

### 簡介

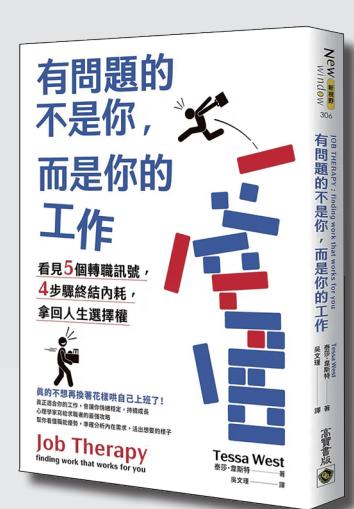
工作讓人覺得沮喪的原因有很多，像是糟糕的主管、長時間加班或有毒的同事。但為什麼有時情況好像沒有那麼糟，我們卻還是感到挫折。心理學家泰莎·韋斯特認為，我們對工作的不滿是因為某種深層心理需求沒有被滿足。這5個轉職訊號，能幫你找出工作不快樂的真正原因，鎖定適合你的職涯方向。

真正適合你的工作，會讓你情緒穩定，持續成長。認識自己與職涯之間的心理關係，能幫助我們理解行為和

作者：泰莎·韋斯特

出版社：高寶

出版日期：2025/06/25



少人想徹底轉職。

## 兼顧自己與職業

過去幾年，職場變化很大，專家也快速記錄了人們的調適方法。但正如我曾提到的，這個研究無法真正找到工作不快樂感背後的源頭，最多僅觸碰到表層，如過度勞累與工作和生活間的平衡問題。

而我疑惑的層面更廣，也更與心理因素有關：是什麼原因，讓我們不再認同自己花費了數

**她也覺得這一切充滿矛盾：人們陷入兩難境地，一方面渴望掌握未來走向，導致他們傾向選擇更傳統的職涯之路；另一方面卻又想打破傳統框架。**

探討現代人對職業的追求轉變（這些人對工作時的快樂感抱持懷疑態度，開始分析新機會），比如想從工作中得到什麼、可以接受什麼，以及有多

十年所追求的事物？我們有多常、又是因為何種緣故破壞工作進度，反而自願去做沒空或沒心力做的事？我們無法升遷的根本原因，有多少是因為本

身錯誤（如誤判工作職責），又有多少是因為周遭人事物的缺失呢（如上司沒有足夠能力影響升遷決策）？

為了找到這些問題的答案，首先需要回頭思考，是什麼原因讓人開始懷疑自己與職業間的關係。

## 治療介入的機會

在親密關係的研究中，有很多探討離婚風險因子的研究，其中包含了一些催化事件，會刺激雙方產生想離開彼此的念頭。而結構性的事件（如收入突然改變或有了孩子），以及心理考量（如不對等的家務分工）都會讓人感到不受認可，甚至覺得自己是隱形人。

而上述情況都是治療過程中介入的關鍵機會。如果你可以察覺到對方正處於這種情況，就有機會協助他們理解這段關係中發生了什麼，萬一真的走到分手這一步，也能帶領他們脫離窘境。

（宇欽／輯）

## • 丫山書訊 •

醒報編輯部／輯

### 《追一條溪：濁水溪河畔記事》

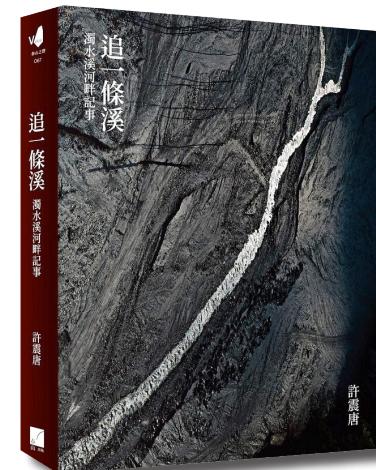
作者：許震唐

濁水溪全長一八六·六公里，是臺灣最長的河川，餵養人民不知凡幾，其多重支流更彷彿深入島嶼核心脈。長時間追一條溪，為的不是捕捉精采一瞬，而是與溪流共度日常，在攝影的時間性之中召喚日常性。而對許震唐來說，攝影的日常性就是「別無所求」，靜靜等待濁水溪的時間與空間，凝鍊在屬於土地的一瞬間。

許震唐記錄了出海口捕烏魚與鰻苗的人，平原上如珍珠散落的西瓜、消逝的菸葉、潮溼的菇寮；穿越峽谷，

出版社：春山出版

有環流丘的開闊，攀往高山，壯麗的山景與荒廢的溫泉鄉並行，三千二百公尺合歡山上的紅屋頂公廁，成了濁水溪源頭的象徵。



### 《早晨1小時，留給最重要的事》

作者：池田千惠

「早起怎麼這麼難！」想必是許多人的心聲，總想著一定要改變作息、好好生活，卻往往事與願違。

然而早起這件事，其實不應強迫自己，而是相信自己值得更好的生活！當你試著一步一步跟隨書中引導，也許就會發現，改變人生，原來真的很簡單。

本書即是為了重新梳理這樣的人生而出現。透過生活×時間管理，有效利用短暫的早晨1小時，不必付出過多時間代價，也不必將原有步調大風吹，

出版社：楓書坊

就能走上與過去截然不同的人生。一日之計在於晨，掌握早晨1小時，就能掌握整個人生！



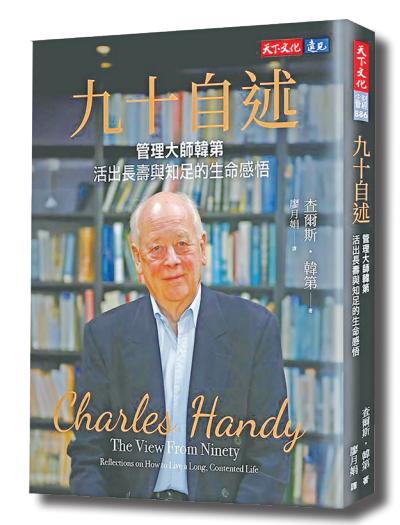
### 《九十自述》

作者：查爾斯·韓第

韓第在長達七十年的歲月中，曾經是經理人、作家、慈善家與哲學家。即使在接近九十歲時中風，也無法削弱他對知識的渴望與對生命的熱情。在九十二年的人生歲月當中，他緩步走過世界的塵囂，以睿智又銳利的眼光提出一句句充滿哲思的幽默話語，帶領我們省思自己的內在人生。

本書是韓第人生中最後一部作品，書中韓第細數自身經歷，娓娓道來他如何過上充實的一生，並溫和的指引我們走向通往幸

福的人生道路。直到最後一刻，仍思緒敏捷，求知若渴，本書也是韓第留給世界的深深祝福。





# 每日甘泉

71

—每天線上 10 分鐘 · 一起讀新約

九月 15 日 (一)

讀經：約翰福音五章 19 節到 24 節

主題：親密的父子關係

經文：

19. 耶穌對他們說：我實實在在的告訴你們，子憑著自己不能做什麼，惟有看見父所做的，子才能做；父所做的事，子也照樣做。  
 20. 父愛子，將自己所做的一切事指給他看，還要將比這更大的事指給他看，叫你們希奇。  
 21. 父怎樣叫死人起來，使他們活著，子也照樣隨自己的意思使人活著。  
 22. 父不審判什麼人，乃將審判的事全交與子，  
 23. 叫人都尊敬子如同尊敬父一樣。不尊敬子的，就是不尊敬差子來的父。  
 24. 我實實在在的告訴你們，那聽我話、又信差我來者的，就有永生；不至於定罪，是已經出死入生了。

內容重點：耶穌提醒永生之道——聽主話、信上帝。

大綱：

一、父子的關係，只照父去做，父指給子看

基督是先有所「不能作」，然後才能有所「照樣作」；祂的「不能作」，何其美麗！祂的「照樣作」，何其榮耀！

「父愛子，將自己所做的一切事指給祂看；還要將比這更大的事指給祂看，叫你們希奇。」

「還要將比這更大的事指給祂看」：『更大的事』就是子使死人復活和審判人的作為（參 21~30 節）。本節闡明三件事：(1) 父和子有分別；(2) 父比子大；(3) 子完全曉得父所行的事。

二、聽主話、信上帝有永生

「信差我來者的，就有永生」：『有』是現在就可以擁有的，不必等到將來。「永生」不僅是指一個可以持續到永遠的生命，且是指一個具有神聖性質的生命。

「不至於定罪」：較好繙為『不會受審判』，指人在末世所將要受的審判；對於那些相信基督之話的人，基督已經在十字架付上罪的代價，所以不會再記念他們的罪愆（參來十 17）。

「是已經出死入生了」：意即遷出死的範疇，而進入生的範疇。

信主的人不再是死在過犯罪惡之中，而是與基督一同活過來了（第二 1, 5）。

(一)「信差我來者的，就有永生」：信心與生命是相連的（參廿 31）。

(二)「是已經出死入生了」：信徒進入永生，是從地上開始。

(三)「出死入生」：在信和不信的人中間，有生死的隔別。

啟示：願主赦免我罪、賜我永生。



觀看連結：



2024 年起，每日甘泉靈修時間從馬太福音開始，已經讀到約翰福音，可以回看。您可每天抽出 10 分鐘上 YouTube，讓神的話為你的今天打氣，也可以邀約朋友組成賴群組、約定時間一起觀賞分享。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。請支持！



九月 16 日 (二)

讀經：約翰福音五章 25 節到 32 節

主題：主是生命的主

經文：

25. 我實實在在的告訴你們，時候將到，現在就是了，死人要聽見神兒子的聲音，聽見的人就要活了。  
 26. 因為父怎樣在自己有生命，就賜給他兒子也照樣在自己有生命，  
 27. 並且因為他是人子，就賜給他行審判的權柄。  
 28. 你們不要把這事看作希奇。時候要到，凡在墳墓裡的，都要聽見他的聲音，就出來；  
 29. 行善的，復活得生；作惡的，復定死。  
 30. 我憑著自己不能做什麼，我怎麼聽見就怎麼審判。我的審判也是公平的；因為我不求自己的意思，只求那差我來者的意思。  
 31. 我若為自己作見證，我的見證就不真。  
 32. 另有一位給我作見證，我也知道他給我作的見證是真的。

內容重點：我們都要復活得生命。

大綱：

一、死人要聽見神兒子的聲音

「死人要聽見神兒子的聲音」：本節的『死人』是指靈性的死，就是死在過犯罪惡之中的人（弗二 1）；而不是指肉身已經死了的人（參 28~29 節）。  
 「聽見的人就要活了」：『活了』是指靈性的活過來（弗二 5）。

二、父賜子生命與審判之權柄

三、行善的復活得生，作惡的定罪

「行善的復活得生」：這不是說得生是靠行善；人得永生是靠著信耶穌基督（參三 16, 36）。但神賞賜我們永生的目的，乃為要叫我們行善（參弗二 10）。信徒外面的善行，乃是裏面生命的流露。

「作惡的復定罪」：『作惡的』指不肯悔改、不相信主耶穌、拒絕主救恩的；他們將來要復活『定罪』，受審判，結果是被扔在火湖裏（參啟廿 13, 15）。

「行善」並不是救恩的根源，而是救恩的結果；凡得救後行為仍舊敗壞的人，若不是尚未得著「行善」的生命（即有名無實的信徒），就是沒有照這生命而活。

啟示：我們要信耶穌，並流露出美好的生命。



九月 17 日 (三)

讀經：約翰福音五章 33 節到 38 節

主題：上帝差遣耶穌來世界

經文：

33. 你們曾差人到約翰那裡，他為真理作過見證。  
 34. 實際，我所受的見證不是從人來的；然而，我說這些話，為要叫你們得救。  
 35. 約翰是點著的明燈，你們情願暫時喜歡他的光。  
 36. 但我有比約翰更大的見證；因為父交給我要我成就的事，就是我所做的事，這便見證我是父所差來的。  
 37. 差我來的父也為我作過見證。你們從來沒有聽見他的聲音，也沒有看見他的形像。  
 38. 你們並沒有他的道存在心裡；因為他所差來的，你們不信。

內容重點：上帝為耶穌做見證。

大綱：

一、約翰作見證不錯，父是更大的見證者

他為真理作過見證」：這裏的『真理』是指基督（參十四 6）；祂是神聖實際的具體表現、啟示和彰顯。  
 v.37：「差我來的父，也為我作過見證。你們從來沒有聽見祂的聲音，也沒有看見祂的形像。」  
 父神為主耶穌所作過的見證有二：  
 (1) 藉著舊約的豫言；  
 (2) 藉著從天上發聲（參太三 17）。

「為要叫你們得救」：主耶穌盼望聽到這些話的人，能接納施洗約翰的見證，以致得救。

二、可惜人們不信

人為何不信？  
 驕傲、不知道神有多好、沒遇到大困境、時候還沒到…

啟示：我們沒有看見就信了！真是有福。



九月 18 日 (四)

讀經：約翰福音五章 39 節到 47 節

主題：耶穌感嘆不受接待

經文：

39. 你們查考聖經（或作：應當查考聖經），因你們以為內中有永生；給我作見證的就是這經。  
 40. 然而，你們不肯到我這裡來得生命。  
 41. 「我不受從人來的榮耀。  
 42. 但我知道，你們心裡沒有神的愛。  
 43. 我奉我父的名來，你們並不接待我；若有別人奉自己的名來，你們倒要接待他。  
 44. 你們互相受榮耀，卻不求從獨一之神來的榮耀，怎能信我呢？  
 45. 不要想我在父面前要告你們；有一位告你們的，就是你們所仰賴的摩西。  
 46. 你們如果信摩西，也必信我，因為他書上有指著我寫的話。  
 47. 你們若不信他的書，怎能信我的話呢？」

內容重點：聖經為主作見證，我們當信主。

大綱：

一、要查經、也要到主面前得生命

舊約的主旨就是基督的降臨。任何人研讀舊約聖經，若錯失了這個主旨，便是錯過了最重要的部分。

聖經既是為基督作見證，所以我們千萬不要把聖經和基督分開對待；我們每一次翻開聖經，要存著來朝見基督的態度和心情。

二、主不受人的榮耀，只求神來的榮耀

主因為不曾盼望「從人來的榮耀」，所以祂從來不會失望；今天許多信徒在教會中常常失望，其原因恐怕乃在他們的潛意識裏，仍舊盼望得著『人的榮耀』。如果我們的心裏存有神的愛，便會愛神多於愛自己。

三、摩西指著主

摩西的律法是引人歸向基督的，而他們卻違背了這個基本的意義。

「他書上有指著我寫的話」：包括摩西五經在內的舊約，正是神為祂兒子耶穌基督所作的見證（參創十二 3；廿二 18；民廿一 9；申十八 15~19）。

啟示：人的愚昧，不到耶穌面前得生命，不接待主。



九月 19 日 (五)

讀經：約翰福音六章 1 節到 15 節

主題：五餅二魚奇妙的餵養

經文：

1. 這事以後，耶穌渡過加利利海，就是提比哩亞海。  
 2. 有許多人因為看見他在病人身上所行的神蹟，就跟隨他。  
 3. 耶穌上了山，和門徒一同坐在那裡。  
 4. 那時猶太人的逾越節近了。  
 5. 耶穌舉目看見許多人來，就對腓力說：「我們從哪裡買餅叫這些人吃呢？」  
 6. 他說這話是要試驗腓力，他自己原知道要怎樣行。  
 7. 腓力回答說：「就是二十兩銀子的餅，叫他們各人吃一點也是不夠的。」  
 8. 有一個門徒，就是西門彼得的兄弟安得烈，對耶穌說：  
 9. 「在這裡有一個孩童，帶著五個大麥餅、兩條魚，只是分給這許多人還算什麼呢？」  
 10. 耶穌說：「你們叫眾人坐下。」原來那地方的草多。眾人就坐下，數目約有五千。  
 11. 耶穌拿起餅來，祝謝了，就分給那坐著的人，分魚也是這樣，都隨著他們所要的。  
 12. 他們吃飽了，耶穌對門徒說：「把剩下的零碎收拾起來，免得有糟蹋的。」  
 13. 他們便將那五個大麥餅的零碎，就是眾人吃了剩下的，收拾起來，裝滿了十二個籃子。  
 14. 羣眾看見耶穌所行的神蹟，就說：「這真是那要到世間來的先知！」  
 15. 耶穌既知道羣眾要來強逼他做王，就獨自又退到山上去了。

內容重點：耶穌用孩童的奉獻成就大神蹟。

大綱：

一、許多人跟隨耶穌，主想到大家的需要

二、安得烈帶來孩童有五餅二魚

我們手中所有的東西，在給別人之前，必須先讓主「拿起…來」——奉獻給主，才有屬靈的價值。

我們僅有的一點點東西，若保留在自己手中，就甚麼也不是；但若奉獻到主的手中，就要成為多人的祝福。

三、耶穌發令坐下，祝謝、分給、吃飽

「他們喫飽了，耶穌對門徒說：『把剩下的零碎，收拾起來，免得有糟蹋的。』」

五、祂不是先知就退避了

「眾人要來強逼祂作王」：我們的主是應當被人順服，而不該被人強逼的。即使是「強逼祂作王」，也只不過證明把主當作一個工具而已。

「就獨自又退到山上去了」：當神的僕人受到多人擁戴的時候，『退去』乃是一個最好的態度，能保守人免受被人高舉的害。

啟示：願我們都肯奉獻所有的，讓神成就大事。

