看中國 VISION TIMES

電子報 E-paper:kanzhongguo.com 波士頓電話Boston Office Tel./Fax:1(800)896-1326 2026年10月9日—10月15日 丙午年八月廿九至九月初六 第1076期

聲明 20年來，《看中國》堅持為全球讀者免費發放報紙，提供真實資訊。但是一些地區出現偷報現象，也有人將報紙用於包裝、鋪墊等情況。特此聲明，本報只供取閱，請大家珍惜，如發現偷報等現象，請向本地報社舉報，電話：1-800-896-1326。即日起，大波士頓地區《看中國》報紙每週每人免費取閱限三份，超過三份者每份報紙本報社將收取一美元費用。 Free pickup of this newspaper is limited to 3 copies per person per week. If you take 4 or more, each additional copy will be charged $1.

張婉瑩在洛杉磯出庭

涉嫌充當中共代理人 監視賴清德之子 美國不再容忍

◆記者路克、肖然採訪報導

10月4日，FBI在洛杉磯機場逮捕涉嫌監視中華民國總統賴清德之子的加州地產經紀張婉瑩。民運領袖盛雪表示，此案標誌美國已將中共滲透定義為侵犯美國主權，不再容忍華人「兩頭通吃」，並把打擊延伸至中共的外包型代理人。

埃薩利
聯邦檢察官

FBI在洛杉磯機場逮捕了試圖離境的張婉瑩。



張婉瑩
中共未註冊代理人

涉嫌監視賴清德總統之子而被捕。





▲張婉瑩10月4日在洛杉磯國際機場被FBI探員拘捕，她被控充當中共未註冊代理人。

據CBS News報導，當地時間10月5日，張婉瑩在洛杉磯聯邦法院出庭，手腕和腳踝戴著鐐銬。她的丈夫Edric Ding也旁聽庭審。

據聯邦刑事申訴書，張婉瑩2025年6月在長沙一包間會見了一名中共政府官員，並在那裡接到監視任務。FBI指控，她於2025年9月與同夥前往西雅圖，拍攝並錄下賴清德之子賴廷羽及其家人，還把車輛和行蹤信息發給中方聯絡人。

賴廷羽在西雅圖工作，鄰居的監控畫面據稱拍到張婉瑩與同夥在車內拍攝賴廷羽的住宅和近親。聯邦檢察官埃薩利（Bill Essayli）在社交平臺X上說，FBI在洛杉磯機場逮捕了一名試圖離境的中共政府代理人。他還指出，張婉瑩使用了規避偵查的手法，也沒有向美國政府申報。

臺灣方面反應強烈。據《南華早報》報導，賴清德辦公室譴責此舉為「野蠻行徑」，稱文明世界不應容忍。該報還指出，此案發生在中共總書記習近平訪問華府的幾天之後。

張婉瑩案非孤例

《加州郵報》指出，張婉瑩案非孤例。

今年早些時候，居住在南加州奇諾崗的孫耀寧（Yaoning「Mike」Sun），因非法充當中共政府代理人，被判處4年聯邦監禁。

聯邦檢方稱，孫耀寧曾擔任一名南加州地方議會候選人的競選顧問，並與中共政府官員保持聯繫，試圖擴大北京在美國地方政治和華人社區中的影響力。

更令人警惕的是，2023年時任中華民國總統蔡英文（Tsai Ing-wen）訪問南加州期間，孫耀寧曾密切追蹤她的活動，並把相關信息和照片發送給中共方面。

《華爾街日報》在報導張婉瑩案時也提到孫耀寧案，指出他此前因監視蔡英文在美國的活動而被判刑。

與孫耀寧案相關的另一起間諜案的嫌犯是前阿卡迪亞市長艾琳・王（Eileen Wang），她此前已經承認非法充當中共政府代理人。

《加州郵報》指出，王和孫耀寧曾共同經營一家面向華人社區的所謂新聞機構，並按照中共政府官員指示刊發親北京內容，其中包括為新疆政策辯護、否認有關種族滅絕和強迫勞動的指控。

在其中一次行動中，王向中方官員報告，一篇按北京要求發布的文章已經獲得超過1.5萬次瀏覽。

對方回覆：「很好！」

王隨後回答：「謝謝領導。」

《加州郵報》強調，更令人不安的是，她之後居然成為了美國一座城市的市長。

美聯社在張婉瑩案報導中同樣提到王的案件，並指出她作為前阿卡迪亞市長，已經承認非法為中共政府充當代理人。

盛雪：美方戰略轉向

加拿大著名獲獎作家、民運領袖盛雪接受《看中國》採訪時表示，被捕本身並不稀奇，關鍵是美方的高調姿態，這反映了戰略層面的轉向。

盛雪指出，幾十年來中共始終視美國為主要對手，並在美國深度滲透、布下系統的情報網絡。川普當局把中共視為主要敵對勢力，美中博弈已進入全面對抗，美國戰略界也徹底放棄了通過經濟融入促成中國政治演變的幻想。在國家安全視角下，中共的滲透與情報戰被重新定義為對美國主權的直接侵犯，即「跨國鎮壓」（Transnational Repression）。美國司法部與FBI此次高調發聲，正是這一轉向的體現。

盛雪分析，近年美國抓獲了不少中共代理人、間諜和線人，執法重點也不再局限於受過嚴格訓練、被派到美國的傳統間諜，而是延伸到「外包型代理人」。這些人的身分可能是地產經紀、移民中介、旅遊業者或華人社團頭目，他們有正當職業作掩護，同時充當中共的耳目和打手。對這類人，美方不再妥協和容忍。

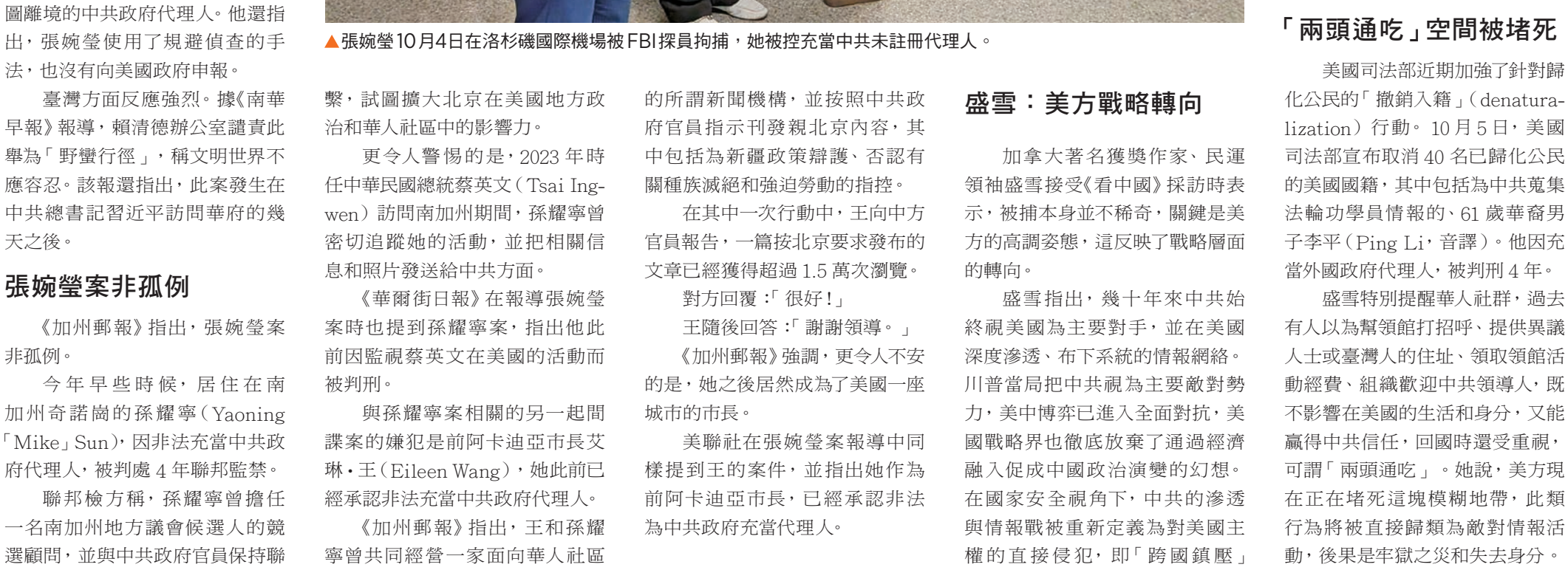
至於監視賴清德家屬，盛雪認為這直接觸碰了美方在臺海問題上的紅線，因為此類行動可能為「政治威脅或人質要挾」做準備，美方必須予以嚴厲打擊，以示懲戒。她說，美方正通過司法手段，逐步清除幾十年來積累在社區中的國家安全隱患。

「兩頭通吃」空間被堵死

美國司法部近期加強了針對歸化公民的「撤銷入籍」（denaturalization）行動。10月5日，美國司法部宣布取消40名已歸化公民的美國國籍，其中包括為中共蒐集法輪功學員情報的、61歲華裔男子李平（Ping Li，音譯）。他因充當外國政府代理人，被判刑4年。

盛雪特別提醒華人社群，過去有人以為幫領館打招呼、提供異議人士或臺灣人的住址、領取領館活動經費、組織歡迎中共領導人，既不影響在美國的生活和身分，又能贏得中共信任，回國時還受重視，可謂「兩頭通吃」。她說，美方現在正在堵死這塊模糊地帶，此類行為將被直接歸類為敵對情報活動，後果是牢獄之災和失去身分。

圖片來源 | 張婉瑩機場被捕：美國聯邦調查局洛杉磯分局X賬號；埃薩利：ALLEN J. SCHABEN / LOS ANGELES TIMES VIA GETTY IMAGES; 張婉瑩：美國洛杉磯聯邦檢察官辦公室X賬號



美參院法案 從譴責走向制裁

【看中國記者尹華綜合報導】9月28日，美國聯邦參議院一致通過編號爲S.4009的《法輪功與活摘器官受害者保護法案》，旨在制裁參與或協助中共強摘法輪功學員等良心犯器官的人員。有評論認爲，此次法案通過具有歷史性意義，標誌著美國政府對人權迫害的責任人，從道義譴責轉爲實質性制裁。

據介紹，法案要求美國政府調查中共系統性強摘法輪功學員等良心犯器官的指控，並譴責非法、脅迫性、非自願或不透明的器官獲取與移植做法，包括強摘良心犯器官的行爲。

法案規定，生效後180天內，美國總統須向國會提交一份參與或協助此類行爲的人員名單，並每年更新。名單上的人員將面臨凍結在美資產、禁止與美國個人和實體交易、禁止入境美國、取消簽證或假釋資格、取消移民福利資格等制裁。時事評論員唐靖遠稱，違反制裁者最高可被判處20年有期徒刑和100萬美元罰款。

該法案由眾議院此前通過的兩項法案合併而成：一是《法輪功保護法》，二是制止強摘器官的法案。中國問題專家橫河表示，合併後受害者群體範圍擴大，除法輪功學員外，還涵蓋維吾爾人等其他良心犯。此外，法案對「強摘器官」做出更明確的界定，凡未經本人眞實同意，無論是欺騙還是強迫獲取器官，均在範圍之內，「範圍其實相當寬」。

ANNA MONEYMAKER/GETTY IMAGES



▲ 位於華盛頓特區的美國國會大廈

兩黨共識明顯達成了統一

共和黨籍參議員克魯茲在法案通過後發表聲明說，中共繼續通過國家支持的器官摘取產業針對法輪功學員，這些暴行是對宗教自由和基本人權的攻擊。他表示，很自豪能與民主黨籍參議員默克利合作推動這一兩黨法案，並敦促眾議院同僚盡快通過，送交總統簽署。據自媒體大V、時評人周子定介紹，該法案在參議院已有10名共同提案人，共和黨與民主黨各5人，此類人權法案在參議院只要排上議程幾乎不會遭到反對。

眾議院能否趕在年內通過

對於法案在眾議院的前景，幾位評論人士均持樂觀態度。橫河認爲，法案原本就是眾議院已通過的兩項法案的合併，參議院又是一致通過，回到眾議院後通過的可能性「非常大」。

周子定提醒，時間是變數。美國國會實行會期制，一個會期內未完成全部立法程序的法案會作廢，須重新提出。目前中期選舉臨近，不少議員週四、週五便返回選區拉票，眾議院能否在年底前排入議程尚不確定。他說，即便今年來不及，明年通過也應「問題不大」。

眾議院此前在2024年和2025年已通過相關法案，其中賓州議員斯科特·佩里提出的法案，曾因參議院未及審議而擱置。

法案通過之際，中共黨魁習近平剛剛結束對美國的訪問。唐靖遠認爲，國會可能等習近平訪問結束後才安排表決，這一時間點折射出美國政界對中共的看法已發生深刻變化。周子定則稱，2019年至2020年香港反送中事件和新冠疫情之後，美國社會對中共的觀感發生了很大轉變，民主、共和兩黨在這一問題上已形成共識。

從決議案走向實質性法律

多位評論人士強調，這項法案與以往不同。橫河指出，美國國會此前至少四次通過與保護法輪功有關的決議案，但決議案不具執行力，而法案一旦生效便是有約束力的法律。他說，強摘器官的指控最早於2006年2月由目擊證人安妮發布證詞，至今整整20年，其間美國國會及行政當局中國委員會的報告已多次涉及此事。

時評人唐靖遠稱，《法輪功與活摘器官受害者保護法案》具有里程碑意義：查明強摘器官的規模及涉案醫院、醫生和官員，並判定是否構成群體滅絕罪和危害人類罪；法案禁止美國醫療、科研、金融機構與相關醫院、企業發生資金、學術或技術往來；制裁對象涵蓋政法委、「610」系統、看守所和監獄的具體執行者，「執行上級命令」將不再成爲藉口。他還預計法案將在加拿大、歐盟、澳大利亞等地引發多米諾效應，並稱這一罪行與每個人相關。

加州21子案 夫婦涉虐童重罪

【看中國記者田淨心綜合報導】加州阿凱迪亞市（Arcadia）一對華裔夫婦通過代孕獲得21名子女，因涉嫌指使保姆虐待其中14名嬰幼兒，於10月6日被洛杉磯縣檢方以共謀虐童等罪名起訴。兩人當天在帕薩迪納法院出庭，面對指控均表示不認罪。法院裁定兩人各以2000萬美元交保候審。

67歲的加州親共僑領宣國軍（Guojun Xuan）被控共謀虐童、虐童、事後從犯各一項，以及5項妨礙證人罪；39歲的張思薇（Silvia Zhang音譯）被控共謀虐童、事後從犯各一項，以及4項妨礙證人罪。

第三名被告、58歲的保姆李春梅（Chunmei Li 音譯）被控一項重罪虐童（情節可能造成重大身體傷害或死亡），目前在逃，檢方懸賞10.5萬美元緝拿，據稱其已逃往中國。

檢方掌握的關鍵證據之一，是豪宅內安裝的32部閉路監控。訴狀稱，監控拍下保姆毆打、體罰兒童的畫面，宣國軍本人也被指曾直接對兒童施暴。檢方指控，夫婦倆明知保姆施暴，仍授權其繼續照顧孩子。

案件始於2025年5月。當時一名2個月大的男嬰因頭部重傷、顱內出血被送醫，醫護人員通報後引發警方調查。檢方稱，保姆於2025年5月4日擊打嬰兒頭部，夫婦數日後才將其送醫，嬰兒此後康復。

警方搜查住所時發現15名年齡2個月至13歲的兒童同住，另有6名子女在別處被找到，多數年齡在1至3歲之間。

調查發現，夫婦倆在住家經營代孕機構，在全美招募代理孕母。檢方稱，夫婦向代理孕母隱瞞實情：有孕母被告知張思薇是「難以受孕的單身母親」，單次代孕報酬最高達7.5萬美元；部分代理孕母不知道夫婦是機構幕後出資人，也不知道兩人已擁有其他子女。

夫婦的子女共21名（一家媒體稱超過22名），多數經代孕出生，張思薇本人據信生育一至兩名。洛杉磯縣檢察長霍克曼（Nathan Hochman）稱此案爲「前所未有的虐童案件」。

宣國軍的辯護律師克雷姆斯（Mitchell Krems）否認指控，稱其「完全不實」，指施暴的是已潛逃的保姆，並表示宣國軍目前坐輪椅、正在接受罕見白血病骨髓移植後的康復，受到不公平對待。

張思薇此前受訪時稱，自己在中國一胎化政策下長大，希望建立一個大家庭；其律師未立即回應。

檢方以夫婦在洛杉磯經營「裕道管理」（Yudao Management）房地產公司、資產雄厚、與中國商人有業務往來、具有潛逃風險爲由，請求每人1億美元保釋金。

主審法官懷特（Kerry L.White）認爲該金額「等同於不准保釋」，裁定每人2000萬美元，並定於10月12日舉行保釋覆核聽證。

若獲釋，兩人須上交護照、接受電子監控和居家拘留。

美國聯邦調查局（Federal Bureau of Investigation，FBI）曾對該豪宅執行搜查令，相關調查仍在進行。

至於夫婦爲何通過代孕生育如此多名子女，以及部分子女的生父母身分，檢方仍在調查中。

中國參與世衛總幹事競選

ROBERT HRADIL/GETTY IMAGES



【看中國記者田淨心綜合報導】據路透社10月6日報導，知情人士透露，中國計畫加入下一任世界衛生組織（WHO）總幹事競選，中共屬意的人選可能是資深公共衛生官員宋莉（Song Li）。

根據世衛組織官方公布的選舉程序，現任秘書長譚德塞的第二個任期將於2027年8月15日結束，依規定不得再連任。選舉已於2026年4月啓動，會員國提名截止日期爲9月24日。

執行委員會將在2027年1月舉行的第160屆會議上提名最多3名候選人，最終由2027年5月第80屆世界衛生大會任命下一任總幹事。

目前已有6名候選人公開身分，分別來自沙特阿拉伯、比利時、卡塔爾、博茨瓦納、印度尼西亞和西班牙。完整候選人名單預計將在11月初、各區域委員會會議結束後公布。中國目前已進入這一選舉的重要環節。自2026年5月起，中國加入世衛組織執行委員會，接替澳大利亞代表西太平洋區域，將參與候選人的篩選程序。

美國退出WHO成爲此次換屆的重要背景。川普（Donald Trump）政府在2025年1月宣布啓動退出程序，白宮列出的理由包括WHO處理新冠疫情不當、未能實施美方認爲迫切需要的改革、受到成員國不當政治影響，以及美國承擔的財務負擔與其他國家相比不成比例。

白宮同時要求停止美國參與WHO《大流行病協定》和《國際衛生條例》修正案相關談判。

美國此前每年向世衛組織支付約1.11億美元 的攤款（固定會費），以及平均約5.7億美元 的自願捐款，是該組織全球最大的資金來源。WHO數據顯示，2022至2023年度美國貢獻約12.84億美元。美國退出及資金減少後，WHO面臨明顯的資金壓力。

蔡康永出席沈伯洋競選總部被中國大陸商業切割

【看中國記者立明綜合報導】臺灣民進黨臺北市長參選人沈伯洋4日下午在臺北市北平東路舉行競選總部成立大會，現場包括多名政治人物及各界人士到場，其中知名主持人蔡康永也被拍到現身，引發中國大陸網絡輿論高度關注。

蔡康永當天戴著淺色紳士帽、黑色口罩，身穿橘色襯衫，低調坐在前排貴賓區。直播畫面也捕捉到他手持印有「臺北順起來」字樣的應援氣球，隨著現場支持者揮舞加油棒。

相關畫面曝光後，「蔡康永現身臺獨分子競選現場」迅速登上中國微博熱搜，相關討論延燒。微博「智搜回答」並整理蔡康永現身活動的相關信息，引發大量網友留言。

面對媒體詢問到場原因，蔡康永僅表示「就是來見識一下」，也希望「聽聽看各方的意見」。他透露，未來不排除前往其他候選人的競選場合，如果能夠訪問每一位候選人，將會是很好的機會。

蔡康永經紀人則進一步說明，蔡康永目前正在考慮專訪臺北市長兩名候選人，因此先到競選活動現場瞭解情況，希望從不同角度認識候選人的經歷及想法。

不過，相關說法並未平息中國大陸網絡上的質疑。部分網友認爲，蔡康永坐在貴賓席，並拿著競選活動相關物品，已不只是單純旁觀或採訪準備，而被解讀爲具有政治立場的公開現身。

蔡康永在中國大陸擁有龐大的社群影響力，微博粉絲數達數千萬。早在2022年12月8日，蔡康永的微博首頁就已一片空白。當時他的帳號擁有超過3600萬粉絲，而原本關注的上千個帳號也全數取消關注。

當時正逢大S與汪小菲風波延燒，蔡康永因與大小S交情深厚，一度被網友猜測清空微博是在替好友表態。但當時蔡康永的經紀人就已否認，表示取消關注是因爲原先追蹤的帳號變動很多，希望重新整理，與該事件完全沒有關係。蔡康永之後公開受訪時也特地說明，自己整理微博已經長達一年多，並不是外界以爲的突然動作。如今相隔近4年，蔡康永當年的「清空微博」再次成爲話題焦點。

零跑汽車火速切割

除了網絡輿論外，商業合作也受到波及。中國大陸電動車品牌零跑汽車9月才宣布與蔡康永合作，並以「品牌摯友」身分爲旗下D99車款推出「蔡康永遇見蔡康永」企劃，透過與「另一個自己」對話的形式，談論成長、選擇及人生經歷。

然而，蔡康永現身沈伯洋競選總部的消息延燒後，零跑汽車4日晚間11時24分發布聲明重複中共官媒論點，同時強調蔡康永只是過往合作內容的參與藝人，並非品牌代言人，已將與蔡康永相關的全部內容下線，並保留追究相關方法律責任的權利。

除零跑汽車外，大陸媒體也報導，包括「時尚芭莎」等合作方陸續清理蔡康永相關宣傳物料，使事件進一步從政治爭議延燒至商業合作層面。

對於蔡康永因現身競選活動而遭中國大陸網友抵制，沈伯洋5日受訪表示，這「眞的是很可惜的一件事」。他說，自己知道蔡康永到場，而蔡康永本人也已說明，此行主要是希望聆聽各式各樣不同的聲音。

沈伯洋表示，蔡康永是否要前往其他候選人的活動，以及未來如何進行採訪，是蔡康永自己的規劃，外界不需要過度解讀。

王婉諭聲援蔡康永 批中共容不下臺灣民主

對此，時代力量黨主席王婉諭也公開聲援蔡康永。她表示，在臺灣參加一場選舉活動，是再正常不過的民主日常，蔡康永只是出現在選舉場合，卻遭中國大陸網友出征，甚至面臨商業合作遭品牌切割的情況。

王婉諭以「我要聲援蔡康永」爲開頭表示，蔡康永並沒有做錯任何事，「他就跟獨立自主、參與民主生活的你我一樣」。她認爲，眞正值得被檢視的，是容不下臺灣人參與民主的中共，以及面對北京就無法挺直腰桿的臺灣最大在野黨。

王婉諭尤其點名中國國民黨主席鄭麗文，指出鄭麗文稍早接受媒體訪問時，沒有替蔡康永發聲，反而對蔡康永爲何做出這項決定感到不解，並反問：「中國這麼龐大的商業利益，你難道眞的不要了嗎？」

王婉諭批鄭麗文 利益比民主自由重要？

王婉諭認爲，鄭麗文的說法反而「無意間說出了心裡的大白話」，也就是大陸市場利益的重要性，被放在臺灣民主自由之前。

她強調，蔡康永選擇參與臺灣的民主活動，本身並沒有任何錯誤；反而是因爲參與一場競選活動，就遭到中國大陸輿論施壓、品牌急於切割，才突顯兩岸不同政治環境的差異。

王婉諭最後再次強調，臺灣人參與選舉、支持候選人，或到場瞭解政治議題，都是民主社會中的正常行爲，不應因爲大陸市場的壓力而被迫噤聲。

習近平訪美罕見要求引猜疑

【看中國訊】據《華爾街日報》10月2日報導，習近平9月下旬訪美期間，中方提出多項罕見要求，以配合其休息需要。消息傳出後，這位73歲領導人的健康狀況再度引發關注，多位學者和時評人就其權力繼承，以及彭麗媛的角色展開討論，認為習近平的身體狀況已成為影響中共政局的重要變數。

BRENDAN SMIALOWSKI / AFP VIA GETTY IMAGES



2026年9月23日，習近平和彭麗媛抵達美國，走下飛機。

《華爾街日報》報導稱，中方要求在白宮西翼設一間私人休息室，只准彭麗媛陪同進入，連中辦主任蔡奇也不得使用。中方還婉拒了美方9月24日安排的工作午餐，當天是峰會唯一的全天行程，希望習近平有更多休息時間，結果為期約兩天的訪問出現約五小時空白。報導同時指出，約14小時飛行和時差可能解釋部分調整，但中方團隊真正盤算的，是他能站多久、走多遠。曾在小布什政府國安會負責中國事務的偉德寧對該報說，這種休息室安排「前所未有」，美方接待胡錦濤時也從未有過。

海外媒體播出的未經剪輯影像顯示，習近平走下專機舷梯時一手扶欄桿、一手牽著彭麗媛，兩天後登上國家檔案館臺階時，兩人再次全程牽手，中國官方媒體在黃金時段新聞中剪去了這些畫面。外界對他健康的疑問由來已久，2019年歐洲之行後曾有視頻顯示他走路略有跛行，今年9月初在印度舉行的金磚國家峰會上，他也因身體不適缺席有普京等人出席的晚宴。

美國克萊蒙特麥肯納學院教授裴敏欣對《華爾街日報》表示，因嚴重中風而無法履職的領導人，與身體受損但心智正常的領導人「有非常大的差別」。該報引述分析稱，尚未從習近平公開露面中看到認知能力衰退的跡象。報導也指出，習近平身兼黨政軍最高職務卻未指定接班人，中共也沒有在領導人無法履職時迅速產生繼任者的制度化程序。

時評人傑森認為，報導「坐實」了習近平身體出現問題。他指出，專機條件優越，隨行有醫護團隊，疲勞和時差不足以解釋如此異常的安排。他說，胡錦濤身體欠佳早已是公開的祕密，但訪美時也沒有類似安排。他認為，休息室只准彭麗媛進入，說明在習近平最脆弱的時刻，信任已退縮到夫妻和家庭層面，彭麗媛在軍隊清洗的背景下，可能是習近平最核心的軍中信息來源。

時評人石山認為，沒有明確接班人，一旦領導人身體不行，下面的人都會提前布局，「這個提前準備就是一種政治」。他把習近平比作晚年的毛澤東，認為李強、蔡奇、丁薛祥等人可能各有盤算，這篇報導傳入黨內高層後，也會對習近平形成衝擊。他還說，川普在習近平步履不穩時不時停下指點，等於替對方遮掩。時評人秦鵬則指出，川普訪華時也有休息，但會利用「行政時間」接受採訪，習近平卻連中辦主任都不讓進休息室，說明他不願被人看到自己的狀態；他身體欠佳仍堅持訪美，一方面是借川普向黨內顯示「外面有人認我」，另一方面也出於對內部不穩的擔心。

時評人矢板明夫對比彭麗媛過去出訪時常手提包隨行，如今騰出雙手攙扶丈夫的照片，並稱在沒有明確接班人時，獨裁者的健康就是最重要的政治問題。對於消息來源，傑森認為大概率是川普政府內部人士有意透露，秦鵬也持類似看法，另有評論認為消息來自中國的反習力量。

在中共體制中，領導人健康歷來是最嚴密的國家機密之一，而一個權力高度集中、接班安排不明的大國，其領導人的身體狀況，本身就是影響國內政局，乃至國際局勢的重要變數。

任志強被指仍在世 但病情惡化

【看中國訊】日本資深媒體人矢板明夫10月5日在X平臺發文稱，經可信管道確認，此前網傳已去世的中共紅二代、地產商任志強仍然在世，但身體狀況非常差，急需醫療救治。他呼籲中共立即為任志強安排治療或批准保外就醫，並呼籲國際社會關注。另有旅澳自媒體人稱，任志強父子目前處於軟禁狀態，並不在監獄。任志強2020年撰文批評中共應對疫情後被捕，同年被判刑18年。

9月27日，X平臺有博主轉發消息稱「內部消息傳任志強去世」，引發網絡對他是否已在獄中去世的猜測。

矢板明夫在貼文中表示，現年75歲的任志強仍在北京的監獄服刑。他引述知情人士說，任志強幾年前被檢查出疑似患有前列腺癌，曾多次要求進一步檢查及手術治療，但一直未獲適當處置。如今病情惡化，他每晚要起床上廁所十幾次，身體十分虛弱，而監獄只提供一些基本藥物，已無法有效控制病情。

矢板明夫提到，美國總統川普幾天前證實，他在華盛頓與習近平會談時曾談及中國政治犯問題。他指出，中國政治犯在獄中罹患重病而失去生命並非沒有先例，諾貝爾和平獎得主劉曉波，在服刑期間被發現罹患晚期肝癌，最終病逝，年僅61歲。矢板明夫呼籲中共為任志強安排完整的癌症檢查及必要治療，如監獄醫療條件不足，應立即送醫或批准保外就醫。他也呼籲各國政府和國際人權組織要求中共公開他的醫療資訊。他說：「據我確認，消息來源真實可靠。我認為，國際社會不應該再沉默了。」

自媒體人蔣罔正則在X平臺發帖稱：「假消息，任志強先生和其兒子餘威先生目前是軟禁狀態。北京市司法局沒有任何一間監獄收押一名叫任志強的犯人。」

任志強的父親任泉生曾任中共商業部副部長。他曾任國企華遠集團董事長，在微博上擁有3700萬粉絲，因敢於公開發表不同意見，被稱為「任大炮」。他與王岐山相識於中學時代，兩人長期保持往來。2016年，他因在微博批評「媒體姓黨」被留黨察看一年。

2020年3月疫情初期，任志強撰文批評中共掩蓋疫情真相，指疫情驗證了「媒體都姓黨」，並不點名地把「親自指揮、親自部署」抗疫的領導人形容為「剝光了衣服也要堅持當皇帝的小丑」。文章流出後不久，他即告失聯，其友人證實他已被當局帶走。同年9月22日，北京市第二中級法院以貪汙、受賄等罪名判處他有期徒刑18年，外界普遍認為他是「因言獲罪」。

9月27日，X平臺流傳一段地產商、SOHO中國創辦人潘石屹在飯局上談話的視頻，該視頻隨後在中國網絡遭全面刪除。潘石屹在視頻中說，一位與他關係很好的朋友寫了一封信，「這封信他發給了11個人，第一個人就是我，其他的幾個人都被抓起來了，我是在美國」。他隨即補了一句：「哎，這個千萬不要錄。」據報導，他指的正是任志強2020年批評中共抗疫的那封信。任志強當時只把信發給11名好友，信件隨後卻被公開。

胡海峰仕途走向引關注

【看中國訊】中共二十一大人事布局已經展開，胡錦濤之子、民政部副部長胡海峰，近期在國新辦發布會上發言，獲陸媒單獨報導，他能否進入新一屆中央「兩委」受到關注。與此同時，習近平訪美返京後要求建設「更安全」的中國，被時評人解讀為對政權不穩的擔憂。

香港《信報》10月1日刊登魯栩的文章指出，二十一屆「兩委」（中央委員會和中央紀委）人選考察組，今夏起已赴各地考察。53歲的胡海峰目前並非「兩委」成員，2024年1月才由浙江麗水市委書記升任民政部副部長。文章認為，他缺乏主政大市的經驗，而中管幹部多達3000人，要在約500個「兩委」席位中占得一席難度不小，但仍有機會。文章還提到，胡海峰的前秘書李世超近來仕途順遂，今年先後出任麗水雲和縣縣長和縣委書記。

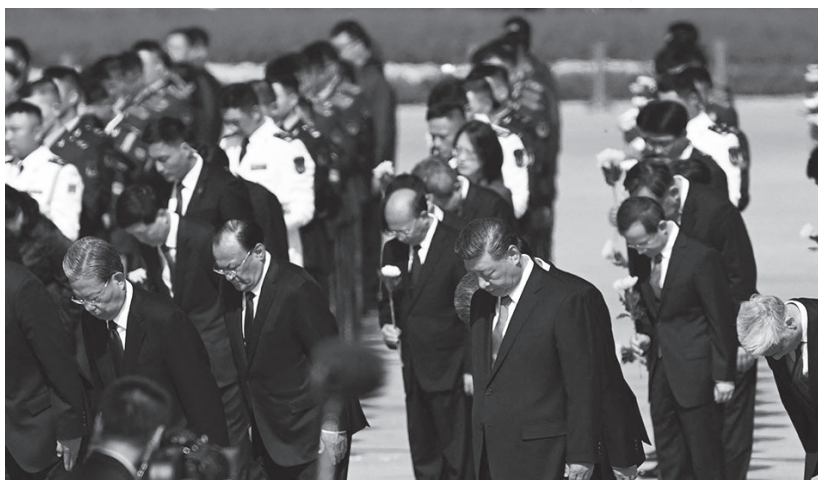
9月23日，國新辦就民政工作舉行發布會，部長李常官與胡海峰等人出席。鳳凰網和「政知見」等單獨報導了胡海峰介紹兒童福利工作的發言，中新網、央廣網報導部長發言時，標題則以「民政部」代替其姓名。今年8月李常官升任部長後，胡海峰在副部長中排名第一，但未見明顯升遷跡象。

胡錦濤2013年卸任後，胡海峰轉入政界，先後任嘉興市長和麗水市委書記，在麗水任職六年半，其間多次升遷傳聞均未成真。2022年10月中共二十大閉幕式上，胡錦濤被帶離會場，此後新浪微博封殺了相關討論。

另據新華社報導，9月28日召開的平安中國建設工作會議傳達習近平指示，要求建設「更安全」的中國，「堅定不移貫徹總體國家安全觀」。官方解讀將政權安全和制度安全置於首位。香港《南華早報》稱，該運動由習近平2013年發起，此次背景是中共即將進行高層改組。時評人婉靜認為，中共向來缺甚麼喊甚麼，這是習近平訪美回國後的首個「重大」指令，反映出他在二十一大前對政權和自身權力不穩的擔憂。

五中全會前三省換書記 習福建大本營易主

GREG BAKER/AFP VIA GETTY IMAGES



2025年9月30日，習近平在北京天安門廣場。

【看中國訊】中共五中全會召開前，安徽、河南、福建三省同時更換省委書記。在習近平曾任職17年的福建，與溫家寶、李克強舊部有工作交集的省長趙龍接任書記，原書記周祖翼調任河南。福建官場高層近來亦接連換血。原河南、安徽省委書記劉寧、梁言順卸任後，官方均未提及另有任用。

據新華社9月23日報導，工信部部長李樂成出任安徽省委書記，接替梁言順；周祖翼由福建轉任河南省委書記，接替劉寧；趙龍出任福建省委書記。X平臺博主「中國人事觀察」認為，61歲的李樂成，由此回到二十一屆政治局梯隊。

63歲的梁言順2024年6月起任安徽省委書記。旅美獨立時評人蔡慎坤在X平臺稱，梁言順今年兩會期間曾醉酒住院急救，據說習近平念其忠誠，最終放他一馬。64歲的劉寧2024年12月由廣西調任河南。他主政廣西期間，當地曾喊出「永遠擁戴領袖、捍衛領袖、追隨領袖」的口號，河北退休作家田奇莊為此實名舉報他「搞個人崇拜」，反被以「尋釁滋事罪」判刑兩年。

61歲的周祖翼出身同濟大學，曾任中組部副部長、人社部部長，2022年11月出任福建省委書記。蔡慎坤稱，周祖翼在福建口碑不佳，主要精力放在整理習近平在廈門、寧德、福州的講話上，又與陳希多有交集，仕途或受其牽連。「中國人事觀察」則認為，河南是大省，周祖翼仍在政治局梯隊，「如果真的想要貶周祖翼，他現在就不在鄭州了」。

59歲的趙龍是遼寧盤錦人，長期在國土系統任職。2007年至2013年，溫家寶的舊部、曾任其秘書的徐紹史任國土資源部部長，2009年派趙龍出任國家土地督察濟南局局長。趙龍在山東與時任省長姜大明有四年交集，2016年又成為國土資源部部長姜大明的副手，姜大明早年與李克強在團中央共事。2018年至2020年，趙龍任自然資源部副部長，部長陸昊與李克強同為北京大學經濟學家厲以寧的學生。2020年起，趙龍先後任福建常務副省長、廈門市委書記和省長。

福建是蔡奇、黃坤明、何立峰、王小洪、陳希等習近平親信的發跡地，今年以來卻有多名官員落馬。4月和9月，國務院副秘書長林濤、教育部副部長徐青森、國臺辦副主任趙世通先後空降福建，分任廈門市委書記、省委組織部長和統戰部長。

此外，福建省副省長魏曉奎6月升任省委常委、紀委書記；55歲的崔永輝4月被免去廈門市委書記，至今未有新職；省委組織部長苗延紅9月也疑似卸任。

美國會擬禁止中國汽車銷美

【看中國記者路克綜合報導】中國汽車近年加速向海外擴張，福特CEO法利警告，美國必須非常謹慎地決定是否以及如何允許中國汽車製造商進入美國市場，並以歐洲汽車業面臨的競爭壓力為例稱，對一些歐洲國家來說「已經太遲了」。

BILL PUGLIANO/GETTY IMAGES



9月29日，福特汽車公司總裁兼執行長吉姆· 法利（Jim Farley）在《汽車新聞》世界大會發表演說。

美國汽車業對中國車企的戒心正在進一步升高。與此同時，美國國會正推動進一步限制中國汽車進入美國市場的立法，但相關規定也意外波及梅賽德斯－奔馳（Mercedes-Benz）和沃爾沃（Volvo）等擁有中國資本的歐洲品牌，引發新的爭議。

汽車網站Jalopnik 9月30日報導，福特汽車首席執行官吉姆· 法利（Jim Farley）在底特律舉行的《汽車新聞》（Automotive News）會議上表示，美國必須對中國汽車製造商如何進入美國保持極其謹慎的態度。

據路透社報導，法利認為，中國汽車品牌正在歐洲迅速擴大市場份額，對當地傳統汽車製造商形成明顯壓力。他談到歐洲目前的局面時直言：「對歐洲國家來說，已經太遲了。」

不過，法利並不主張福特與中國汽車產業完全切斷聯繫。他表示，在資本效率更高，且福特本身缺乏相關技術的領域，公司仍會與中國企業合作。

福特目前就與中國電池巨頭寧德時代（CATL）合作，在密歇根州生產成本較低的電池。法利同時強調，福特也將與中國企業「直接競爭」。

中國汽車近年加快向海外擴張。路透社援引的數據稱，中國今年汽車出口量預計達到約1200萬輛，而2022年約為300萬輛，短短數年間增長數倍。歐洲已經成為中國新能源車企爭奪的重要海外市場。

彭博社此前也報導，包括比亞迪（BYD）、吉利（Geely）等中國汽車製造商正迅速擴大海外份額。9月初，美國主要汽車製造商組成的汽車創新聯盟（Alliance for Automotive Innovation）更直接敦促國會，在本屆會期結束前永久禁止中國聯網汽車以及相關軟件和硬件進入美國市場。

圍堵中國汽車的立法如今也出現一個棘手問題：如果單純按照中國資本持股比例設限，一些歐洲知名汽車品牌同樣可能遭到封殺。

據路透社報導，美國參議院商務委員會今年7月通過的一項法案規定，中國實體持股超過15%的汽車企業可能被禁止在美國銷售汽車。

但梅賽德斯－奔馳接近20%的股份，由中國投資者被動持有，這意味著按照目前文字執行，奔馳理論上也可能落入禁令範圍。該法案發起人之一、共和黨籍聯邦參議員伯尼· 莫雷諾（Bernie Moreno）9月29日表示，國會議員正在討論如何避免這種結果。

莫雷諾明確表示：「我們顯然不會禁止梅賽德斯－奔馳汽車在美國銷售。」更複雜的是沃爾沃汽車。沃爾沃的大股東是中國浙江吉利控股集團，國會議員也在討論如何讓沃爾沃繼續在美國市場銷售。

這也讓相關立法必須回答一個關鍵問題：美國希望阻止的究竟是「中國品牌汽車」，還是所有擁有較高比例中國資本的汽車企業。

事實上，中國汽車目前已經受到美國高關稅和聯網汽車技術限制，很難大規模進入美國。彭博社報導，美國汽車業希望國會進一步把這些行政限制寫入法律，形成更長期的制度性壁壘。汽車創新聯盟認為，中國受到補貼的汽車及聯網技術在全球擴張，已經構成經濟和國家安全風險。

中美汽車競爭也已延伸至重型卡車電動化領域。據彭博社報導，中國電動重卡銷量今年上半年同比增長近80%，今年電動重卡占中國新售重卡的比例有望接近1/3。中國還計畫進一步擴大這一市場，提出到2030年將新能源重型卡車市場滲透率提高到40%，保有量超過160萬輛；在重點地區固定短途運輸線路中，新能源重卡比例計畫達到80%以上。相比之下，美國電動重卡普及速度仍然較慢，公路貨運市場依然主要由柴油重卡主導。

G7釋放億桶儲備 平抑油價

【看中國記者高芸綜合報導】七國集團同意在四個月內釋放1億桶能源儲備，首批將優先供應柴油，以壓低飆升的柴油及其他燃料價格。此次行動將與國際能源署協調進行，G7並承諾不限制夥伴國家之間的能源和石油產品流通。

10月2日，七國集團（G7）同意在未來四個月內釋放1億桶能源儲備，以降低柴油和其他燃料價格。首批釋放將優先供應柴油，並立即啟動，預計在20天內完成。

據《華爾街日報》和《紐約郵報》報導，這1億桶儲備包括原油和燃料。法國總統馬克龍表示，歐洲可能在未來四個月內釋放多達1億桶柴油。

此次行動是在馬克龍主持的G7緊急會議後宣布的。白宮官員表示，美國總統川普與馬克龍及其他G7領導人進行了通話。G7表示，將與國際能源署（IEA）協調此次儲備釋放，並承諾不限制夥伴國家之間的能源和石油產品流通。

伊朗戰爭和烏克蘭戰爭壓縮了兩個主要柴油生產地區的出口。歐洲禁止俄羅斯燃料後，更加依賴美國供應，而持續七個多月的美伊戰爭又進一步加劇全球柴油供應緊張。

川普政府此前曾考慮限制，甚至禁止美國柴油出口，希望降低國內價格。但政府隨後擔心，出口禁令可能反而推高汽油價格。埃克森美孚、雪佛龍、殼牌，及Phillips 66等大型石油企業也曾游說政府不要實施出口限制。石油企業高管警告，限制柴油出口可能適得其反，因為美國煉油廠同時生產汽油和柴油，若為避免產生過剩柴油而降低煉油量，汽油供應也可能隨之下降，從而推高價格。據路透社報導，川普可能簽署一項降低柴油價格的行政命令，措施可能涉及紅色染料柴油及相關稅收調整。

今年3月，國際能源署成員國已同意釋放4億桶石油儲備，為有史以來最大規模的協調釋放行動，但歐洲實際釋放量相對有限。德國承諾釋放1950萬桶，截至8月底僅釋放約500萬桶，目前仍持有約1.47億桶儲備。

美國自3月以來已釋放約1.3億桶石油，目前戰略石油儲備約為2.84億桶，降至1982年以來最低水平。美國財政部長貝森特（Scott Bessent）表示，歐洲應履行現有承諾，並立即提供額外供應，不應讓美國農民和企業獨自承擔全球柴油短缺的重擔。

根據美國汽車協會（AAA）數據，美國普通汽油平均價格約為每加侖4.40美元，較一週前下降逾9美分；柴油約為每加侖6.37美元，較9月22日創下的紀錄高位下降15美分。歐洲柴油價格折算後仍接近每加侖8美元。

G7表示，未來幾天還將與其他國際能源署成員國會面，討論釋放更多柴油儲備的可能性。

中國小型銀行加速整併

【看中國訊】中國正加快整併經營脆弱的小型銀行。中國國家金融監督管理總局數據顯示，2025年逾670家銀行關閉，數量創下新高，涉及的機構大多為農村地區銀行。惠譽（Fitch）根據監管數據指出，中國銀行數量已降至3139家。

這輪調整主要集中在村鎮銀行等小型金融機構。惠譽認為，這類銀行仍是中國金融體系較為薄弱的一環，在部分欠發達地區尤其面臨資產質量不佳、資本不足，及治理薄弱等問題。

房地產市場持續低迷，加上低利率和通貨緊縮，進一步壓縮銀行盈利空間。今年上半年，農村銀行資產收益率降至0.45%，低於2021年的0.56%；不良貸款率則升至2.8%，明顯高於銀行業1.5%的平均水平。這些銀行對小型企業、房地產開發商，以及地方政府融資平臺的風險敞口也相對較大。

惠譽表示，整併和解散農村銀行有助於加強監管、提高透明度，並可能重塑小型銀行的競爭格局，但其結構性問題短期內仍將持續。評級機構指出，這類銀行在經濟欠發達地區面臨的壓力尤其明顯，除了資產品質和資本實力較弱，治理能力也相對不足。在房地產市場低迷及地方財政承壓的背景下，其對小型企業、房地產開發商，和地方政府融資平臺的風險敞口，更容易轉化為資產質量壓力。

榮鼎集團（Rhodium Group）一名專家指出，中國經歷大規模信貸擴張後，金融體系本身的問題正對經濟增長形成制約。另有專家認為，加快整併小型銀行，也有助於降低突發流動性風險。相關整併也被視為降低區域金融風險，透過合併、吸收或退出市場，減少薄弱機構累積風險。

中國經濟目前仍面臨壓力。今年第二季度GDP同比增長4.3%，為2022年以來最低增速；8月工業企業利潤同比增長4.2%，為今年以來最低增幅。

美光在臺投資逾1.6兆元擴建四基地

【看中國記者李淨瑤綜合報導】全球前三大的半導體內存製造商美光科技（Micron Technology, Inc.）擴大在臺布局。臺灣美光董事長盧東暉表示，截至今年6月，在臺累計投資已超過新臺幣1.6兆元，目前同步擴建桃園、苗栗銅鑼、臺中及臺南四大基地，其中臺中先進封裝二廠預計10月啟用。

10月1日，美光舉行媒體茶會，說明在臺營運與投資進展。盧東暉表示，完善的產業生態系及供應鏈，成為美光持續在臺擴大布局的重要基礎。

KNOWLESGALLERY/ADOBE STOCK



美光半導體業務大樓正面

桃園方面，美光既有廠區增建Fab 11E已於7月30日動土，目標2028年上線，主要支援極紫外光（EUV）微影設備，並在建築承重及空間設計上預留下一代High-NA EUV需求，以保留未來導入先進製程的彈性。由於桃園廠區擴建空間有限，現有廠房導入EUV設備面臨空間及營運限制，所以增建專用廠房。

銅鑼方面，美光今年2月接收力積電P5廠後，兩週內就搬入第一台設備，目前持續加速裝機。今年夏季，銅鑼第二座廠房也已展開營建，計畫明年下半年搬入首批設備。

目前臺中是美光在臺灣的最大製造基地。公司將持續改造既有建物，以因應HBM擴產，先進封裝二廠預計今年10月竣工啟用，交由生產團隊投入HBM製造。臺南基地除改造原有廠房，也陸續取得周邊土地，並已於9月搬入首台設備。

美光指出，四地同步擴建也讓供應鏈承受巨大壓力，電工、焊工、管線施工，及機台安裝與調校人才均面臨缺口；無塵室所需的高純度特殊管線，也曾供應吃緊。

美光強調，HBM必須與英偉達運算平臺、台積電CoWoS先進封裝同步到位，因此擴產不能只看單一公司。公司除了深化臺灣合作，也帶領在地夥伴參與美國、日本與新加坡建廠，讓臺灣供應鏈向海外拓展。

財經簡訊

俄黃金大量湧入香港

【看中國訊】西方制裁正改變俄羅斯黃金的全球流向。BullionVault根據香港政府統計處數據分析，今年前7個月香港進口俄羅斯黃金112.7噸，已超過2025年全年的92.1噸，並遠高於2021年的3.3噸。俄羅斯黃金占香港非貨幣黃金進口比重，也由2021年的0.6%升至14.7%。

2022年俄烏戰爭爆發後，倫敦金銀市場協會取消6家俄羅斯精煉廠的合格交割資格，美英等國亦陸續限制俄羅斯黃金。分析認為，香港正成為俄羅斯黃金轉向亞洲的重要樞紐，並可連接中國這一全球主要黃金消費市場，同時具有黃金儲存、清算及交易優勢。

美債收益率創新高

【看中國訊】美國國債持續遭到拋售，長期國債收益率升至24年來新高。5日，10年期和30年期美債收益率均上漲至少7個基點，分別達5.34%和5.7%，創2002年以來最高水平。

市場對通脹及美聯儲進一步加息的擔憂，持續對債市形成壓力。9月ISM服務業PMI為54.9，價格指數則升至74，創2022年7月以來最高。交易員目前預計，美聯儲10月加息的概率約25%，並預計12月會議將加息25個基點。10月6日580億美元3年期國債拍賣已完成，中標收益率約4.932%，為2006年以來最高。市場接下來將關注7日10年期及8日30年期國債拍賣。

法國校園危機擴大 政治風暴發酵

【看中國記者萬厚德綜合報導】法國正遭逢近年來最嚴重的社會騷亂。今年9月中旬自巴黎貧困郊區高中引爆的學生抗議，在短短數週內蔓延至全法各大城市。這場原本針對教育資源分配不均的校園抗爭，已在實力強大的法國總工會（CGT）的強力介入，以及在野政黨的借題發揮下，徹底演變為一場全國性的政治與社會風暴。

PHOTO BY LOU BENOIST / AFP VIA GETTY IMAGES



▲10月1日，一群高中生於法國北部一座高中校園門口與鎮暴警察爆發衝突對峙。

在法國歷史中，年輕世代的怒火，一旦與基層勞工的罷工浪潮結合，便具備了動搖國本的驚人威力。在距離 2027 年春季，法國總統大選僅剩約半年時間的敏感時刻，現任總統馬克龍政府及內閣支持度持續低迷。誠如德國之聲（DW）的大選政治分析所指出，這場被法媒與示威者稱爲「第三幕」的全國大規模動員，已然被各方政治陣營轉化爲，大選前夕重新洗牌社會支持度、爭奪國家治理話語權的實兵演練場。

735校受影響 數百高中停課

根據法國教育部與內政部於 10 月上旬發布的最新官方統計，全法 3700 多所高中內，已有超過 735 所學校受到嚴重的暴力示威影響，其中至少有 24 所學校遭到縱火、洗劫或嚴重的財物破壞。

由於多數校園周邊的安全條件已完全無法達到法定標準，法新社（AFP）報導指出，全國有高達 400 至 500 所高中目前處於全面或部分停課狀態。這讓數十萬名學生的受教權陷入停擺，更引發了家長群體的極度恐慌。衝突的對抗強度在警方實施強力鎮壓後全面失控，導致約 170 名學生、78 名教育人員，及高達 715 名警察與憲兵在街頭衝突中受傷。

爲了壓制街頭騷亂，內政部動用了大量防暴警察與國家憲兵。官方報告指出，累計拘捕人數已突破 5000 人大關，在這些被捕的示威者中，高達 85% 至 87% 均爲未成年人。

面對邊緣失控的局勢，法國現任總理勒科爾尼採取了「胡蘿蔔與棒子」並行的雙軌策略。根據法國「電視五臺」的內政採訪報導，勒科爾尼政府公開承諾，將在 10 月底前研議出一套具體的校園環境與教育資源改善措施，試圖藉此安撫溫和派學生，分化示威陣營。與此同時，內閣正以極快速度推動一項極具爭議的「破壞者付費」法案。該法案規定，若未成年人參與街頭破壞、縱火或襲警，國家將直接扣除該未成年家庭的社會津貼與福利補助，並強制其家長爲所有的公共財物損失「全面買單」。

冰凍三尺的結構性財政與教育危機

引爆此次事件的第一大導火線，是法國教育前線長期面臨的「結構性資源匱乏」。根據《世界報》（Le Monde）的教育專題分析，參與示威的高中生與教師公會指出，近年來因爲新進教師待遇過低，法國出現了嚴重的教師短缺危機，這導致大量基礎課程因爲找不到老師而被迫取消，學生面臨「有校無師」的窘境。同時，法國現行的大學申請網站（Parcoursup）系統其篩選機制高度不透明，演算法設計複雜且存在階級偏見，給予高中畢業生極大的升學與心理壓力。

第二大導火線是校舍基礎設施的破敗，這與近年來的極端氣候產生了劇烈碰撞。根據「維基百科」的背景記載，在 2026 年夏季與初秋席捲歐洲的極端熱浪期間，法國許多低收入社區的高中校舍，因爲年久失修，缺乏現代隔熱材料與降溫設備，導致多地教室內的溫度經常突破攝氏 35 度。學生在缺乏冷氣與通風設備的「烤箱教室」中上課，引發了強烈的生理不適與對全球暖化的「氣候焦慮」。

然而，將上述所有不滿引爆的終極導火線，是法國政府爲了解決嚴重的國家財政赤字問題，在最新公布的中央預算案中計畫實施高達 540 億歐元的財政大撙節。根據法新社（AFP）對財政預算案的解讀報導，在這份預算案中，教育經費的預期增幅遠遠落後於當前的通貨膨脹率，等於變相縮減了教育投資。更令教育界群情激憤的是，政府爲了省錢，計畫連續第四年凍結所有公務員與教師的基本薪資，並在下一個財政年度中直接裁減 4000 名教師職位。

學生抗議延燒 工會罷工加壓

當這場學運僅限於高中生時，政府仍能將其冷處理爲「青少年的過激行爲」；然而，當勢力龐大、具備癱瘓國家經濟能力的法國總工會（CGT），正式宣布介入後，這場運動的性質便發生了根本性的轉變，徹底升級爲國家級的政治危機。

根據《世界報》（Le Monde）的獨家報導，法國總工會（CGT）秘書長比內（Sophie Binet）公開發表聲明，宣布工會正式加入行動，並承諾工會成員會親自前往示威與遊行前線，「保護高中生」免受警方的殘暴鎮壓。透過將工會的勞工運動與學生的教育抗爭相結合，CGT 得以將一場單純的「校園危機」，放大爲一場反對馬克龍政府經濟路線的「全民大亂鬥」。

事實上，誠如法新社（AFP）披露的工會聯合聲明，早在 9 月底，CGT 便已聯合 FSU（教育第二大工會）、FO（工人力量）、CFDT（法國民主工工會），以及 Unsa 等全法八大主要工會，因不滿預算案中的凍薪計畫，發動了一場全法公共部門的大罷工。據統計，當時有至少 20 萬人走上街頭。工會的策略是利用學生在街頭創造的政治壓力，透過全法公共交通、能源與教育系統的癱瘓，全面拉高其在議會與談判桌上逼迫政府修改預算案的談判籌碼。

目前，據英國《衛報》（The Guardian）報導指出，CGT 已向總理府發出了 48 小時的最後通牒，強烈要求勒科爾尼內閣必須立即撤回裁減 4000 名教師職位以及凍結薪資的預算刪減計畫。若政府在期限內拒絕妥協，工會已威脅將號召旗下所有核心產業（包含：國家鐵路 SNCF、巴黎地鐵 RATP，以及各煉油廠）的工人加入全面行動，將這場運動升級爲「無限期全國勞工總罷工」。

朝野攻防 政黨較勁

在法國，沒有任何一場大規模街頭運動能夠脫離政黨政治。這場學運之所以越演越烈，核心原因在於它已經成爲距離 2027 年春季總統大選僅剩大約半年時，各大政治陣營彼此攻訐、搶占大選話語權的超級政治前哨戰。

根據英國《衛報》（The Guardian）報導，總理勒科爾尼與教育部長傑弗雷，在接受媒體連線採訪時多次強調，雖然理解年輕學生對於部分教育資源的合法關切，但目前的運動早已被極左翼政黨「不屈法國（LFI）」及其代理人刻意組織、滲透並劫持。執政黨的政治算計非常明顯：透過將學生運動與「極左翼暴力陰謀」掛鉤，政府可以將大砍 540 億歐元預算所引發的公憤，轉移爲社會大眾對「街頭暴民」的恐懼。

反之，以梅朗雄爲首的極左翼政黨「不屈法國（LFI）」則採取了全面迎戰、高調聲援的策略。據法國「電視五臺」的政治專訪紀錄，LFI 全國協調員曼紐爾 · 邦帕德強烈反駁政府的「滲透論」，痛批內閣完全是陷入了政治陰謀論。梅朗雄更公開在社交媒體與群眾集會上呼籲，全法國的所有支持者與學生家長，應當戴上「白臂章」前往各高中的示威現場進行人肉盾牌式的護航，以此阻擋防暴警察對學生的催淚瓦斯與閃光彈襲擊。

法國《費加洛報》的最新政治評論指出，由瑪麗娜 · 勒龐實質領導的極右翼國民聯盟（RN），則採取了極具侵略性的「法律與秩序」策略。國民聯盟迅速將這場學運定性爲「極左翼暴民與流氓對法蘭西國家體制的恐怖襲擊」，其黨主席巴爾代拉公開力挺第一線警察，要求政府必須動用一切國家暴力手段，絕對不能對未成年示威者有任何妥協。勒龐藉此向全國選民宣傳一個核心信息：「不論是無能的中間派政府，還是暴力的極左翼，都無法治理國家；唯有讓極右翼在 2027 年執政，才能恢復法蘭西的尊嚴與法律秩序。」

朝野工具化未成年高中生

法國最具權威性的《世界報》在其發表的社論中，對整個法國政治圈進行了痛心疾首的批判。社論指出，這場危機背後最大的社會悲劇，就在於朝野政黨與勢力工會此時此刻，正在「集體且無情地工具化這群未成年的高中生」。

《世界報》分析，左翼陣營與總工會並非眞心關切每一間教室的通風與升學網站的演算法，而是想利用高中生的熱血與重傷慘劇，來引爆一場能推翻現行緊縮預算案的「反馬克龍街頭革命」；執政黨、右翼與極右翼政黨，也非眞心想解決師資短缺與校舍破敗問題，而是想利用社會大眾對於校園縱火與暴力的集體恐懼，來鞏固自身在 2027 大選中的治安選票。這代表著法國二戰以來引以爲傲的，且建基於機會平等與公共服務之上的「社會契約」，正經歷著一場集體的斷裂。

這場由法國高中生發起，並已演變爲嚴重社會騷亂的學運，在法國總工會（CGT）的 48 小時罷工最後通牒進入倒數之際，其戰火已正式從街頭轉移至法國權力的核心——國民議會。

根據英國《衛報》最新報導，左翼在野黨聯盟（新人民陣線）已公開宣布，正著手凝聚跨黨派力量，準備在國民議會對總理勒科爾尼內閣提出「不信任案」，試圖藉由街頭的怒火在議會內一舉罷免內閣、迫使馬克龍提前解散國會，或修改那份大砍 540 億歐元的預算案。與此同時，右翼執政聯盟與極右翼國民聯盟則在國會內部密謀聯手，試圖強行加速通過「破壞者付費」治安法案，以法律手段對街頭進行全面清洗。這場歷史性的校園危機，已然蛻變爲一場決定法蘭西第五共和國未來政治走向的命運之戰。

寰宇新聞

俄羅斯西伯利亞伊爾庫茨克一家反鼠疫研究機構，日前傳出實驗室女研究員 9 月 25 日在採集樣本時，不愼打破裝有肺鼠疫病原體的試管，於 10 月 2 日死亡，並引發醫院隔離、近 200 人接受醫學觀察後，事件正受到國際社會關注。美國麻省理工學院（MIT）生物學家凱文 · 埃斯維爾特（Kevin Esvelt）認爲，俄方採取的應對措施，似乎與一起普通實驗室鼠疫感染「不相稱」。他進一步認爲，俄羅斯方面應該已經能夠對病原體進行基因測序，但至今沒有公布具體結果。他警告稱，如果防疫部門認爲傳統藥物無法可靠控制感染，就可能意味著面對的是一種更危險的病原體，而非普通鼠疫。截至目前，俄羅斯官方仍未確認死者感染鼠疫，也沒有公開證據顯示事件涉及人工改造病原體或生物武器。儘管俄方頻頻保證，但該地區的多國表示正密切監控，並已採取預防性措施。哈薩克斯坦、吉爾吉斯斯坦、烏茲別克斯坦、塔吉克斯坦，已在國家邊境通關口岸實施檢疫管制。烏茲別克斯坦當局更表示，已提升對高致命性傳染病的應對準備。不過，過去與俄羅斯有傳染病防制合作歷史的中國，目前似乎未採取額外的邊境措施。

阿聯酋檢方 10 月 3 日首次公布載有大批以色乘客的迪拜航空（Flydubai）FZ1073 航班駕駛艙襲擊事件的更多細節，並將此案定性爲一起「企圖實施的恐怖行爲」。襲擊導致飛機一度急速下降，最終在機組人員和乘客共同制服襲擊者後，安全迫降沙特阿拉伯塔布克。事件發生後，以色列方面迅速把調查重點轉向襲擊者是否受到極端主義影響，以及是否存在幕後組織。以色列總理內塔尼亞胡 2 日表示，以方掌握的信息顯示，襲擊者曾經歷「伊斯蘭主義激進化」，其目的可能是讓飛機墜毀。兩名瞭解調查情況的以色列官員稱，這名副駕駛並非在飛行途中突然起意，而是此前主動尋找執飛特拉維夫航線的航空公司，隨後申請加入迪拜航空。另一名聽取過阿聯酋調查簡報的消息人士稱，他最終目標是劫持飛機，並將客機撞向本古里昂國際機場。川普 1 日被記者問及此事時表示，如果調查證明伊朗參與襲擊，美國可能再次對伊朗採取軍事行動。

巴西 10 月 4 日開啓第一輪總統大選。根據 10 月 6 日最終的選票統計，45 歲的右翼參議員博索納羅以 47.03% 領先年逾 80 歲左翼現任總統盧拉的 45.16%。由於未能過半，已進入第二輪決選。博索納羅如能獲勝，無疑將延續親川普的候選人在拉美取得的連勝勢頭；盧拉若是成功連任，則可能給華盛頓帶來新的挑戰。盧拉於 2023 年重掌大權，曾因推出龐大的社會福利計畫著稱，這些計畫在 2000 年代幫助數百萬民眾擺脫了貧困。然而選民現在對生活成本推高和犯罪率飆升嚴重不滿。他的對手則承諾將採取強硬手段打擊犯罪，並推行財政緊縮政策。博索納羅競選時承諾將加強與美以的聯繫，並對川普政府將巴西主要犯罪團伙定性爲「恐怖組織」的決定表示讚賞，這一舉措曾遭到盧拉的反對。無論誰當總統，巴西當務之急是如何解決嚴重的經濟問題。高盛拉美首席經濟學家指出：「盧拉預計將維持以國家主導、適度財政緊縮的模式；而博索納羅則可能推行更傾向市場的政策，重點在於削減開支、私有化、特許經營，及更穩健的財政基礎。」

沙特阿拉伯支持的也門政府軍於 5 日對胡塞武裝發動代號爲「也門黎明」（Dawn of Yemen）的閃電反攻，在沙特聯軍的空襲與當地部落武裝支援下，成功收復曼德海峽沿岸及重要港口城市穆哈等失地。聯軍發言人表示，此次攻勢出動了 100 架戰鬥機，摧毀了 324 個高價值目標。胡塞武裝隨後向沙特阿拉伯境內機場與煉油廠，發動報復性無人機與彈道導彈攻擊，同時在第三大城塔伊茲（Taiz）附近對政府軍發動包圍攻勢，雙方戰事仍處於激烈交火中。隨著衝突不斷升溫，促使沙特阿拉伯、土耳其和巴基斯坦 5 日在利雅德舉行緊急會議，並發布聯合聲明，同意根據《麥加共同防禦協定》，迅速在沙特阿拉伯境內部署軍力。

神蹟 客機躲過「9·11」與戰火

文｜陳靜

如果把好萊塢所有空難大片的劇本疊加在一起，恐怕也沒有任何一位編劇敢寫出這樣的橋段。

一架滿載174名乘客與機組人員的波音737客機，巡航在3萬5千英尺的死寂高空；副駕駛暗藏凶刃，突襲割向機長的頸動脈，鮮血噴濺駕駛艙；飛機在短短30餘秒內以近乎垂直的角度瘋狂俯衝1萬7千英尺（4千2百餘公尺），整架客機正瀕臨空中解體的極限邊緣時刻。

駕駛艙外，一位6歲的小女孩去衛生間的時候，媽媽在門外聽見駕駛艙裡的打鬥聲音；一名平日以扛沉重水管為生，癡迷於觀看《空中浩劫》紀錄片的水管工徒手衝破艙門，施展裸絞鎖喉生擒歹徒，憑著純粹蠻力向後拽回操縱桿，將失控的機頭硬生生從地獄拉回人間；沒有手銬，乘客扯斷隨身耳機線充當綁繩；乘客席上剛好坐著兩名回程調度的同航空公司飛行員接管儀表；機長命懸一線，坐席中恰好有一名牙醫實施戰地止血；最後，174人平安降落。

這不是虛構的情節，而是真實發生在杜拜飛往特拉維夫的Flydubai FZ1073航班上的驚魂故事。

事發之後，就連閱盡風浪的美國總統唐納德·川普（Donald Trump）在與以色列總理內塔尼亞胡通話時，都按捺不住內心的激動，向記者足足花了3分鐘重述這段不可思異的細節。國際輿論無不將其與20多年前慘烈的「9·11」事件相比。

這絕非誇大其詞。因為只要這條命運鏈條上的任何一個環節發生哪怕半秒鐘的偏差、哪怕一次遲疑、哪怕少了一名關鍵人物，這架重達數十噸的客機，將在半個小時後化作刺向特拉維夫市中心摩天大樓與密集人群的燃燒長矛。

事後，哈馬米遭審訊時供稱，入職前已開始策劃，原定在飛機獲准降落或正常飛行時，解決機長並撞擊以色列機場的建築物或其他飛機。

古人云：「天不言而品物亨，神不怒而幽明定。」當我們撥開高空亂流的迷霧，逐一審視這場空難逆轉的每一個細節，你不得不對冥冥之中的造化天意肅然起敬。

防暴鐵門被機長拼死一觸

這場陰謀的策劃者，那名行凶的阿聯酋航空副駕駛哈馬米，可謂機關算盡。

自「9·11」事件後，全球民用航空對駕駛艙進行了最嚴苛的安全改造：厚重如防彈裝甲的防暴門、多重電子互鎖系統。為了防備外人入侵，只能從駕駛艙內部手動解鎖，從客艙外部哪怕用衝鋒槍掃射、用消防斧狂劈，也休想撼動分毫。

副駕駛的算盤是只要刺死機長，門從內部反鎖，外面的170多人就是一群待宰的羔羊，誰也別想進來。他選擇在距特拉維夫僅剩半小時航程時暴起行凶，就是料定外界根本沒有任何反應與制止的時間。

但他千算萬算，唯獨算漏了印度籍機長斯密特·馬赫查爾（Captain Smit Machchhar）在昏迷前打開了艙門。

咽喉中刀、動脈破裂，任何人在遭受如此致命的劇痛與失血時，生物本能必然是摀住傷口蜷縮掙扎。但在視線模糊、神經即將遁入無知覺黑暗的最後零點幾秒，這位機長用血肉模糊的右手，本能地摸向了操縱臺邊緣的駕駛艙門緊急解鎖開關！

咔嗒一聲輕響，機長癱倒在血泊中的同時，也悄然鬆開了搭扣。

6歲女孩去洗手間聽見的

第二個奇蹟，發生在最尋常的人間煙火裡。

飛機在3萬多英尺平流層巡航，兩具CFM56發動機發出持續高亢的轟鳴，客艙內大多乘客戴著抗噪耳機昏昏欲睡。一位6歲的女孩去衛生間，以色列籍母親靜靜佇立在艙前走道。在雜亂的引擎氣流聲中，這位母親捕捉到了駕駛艙內一閃即逝的悶響與異樣搏鬥聲。母性的直覺讓她警醒，她沒有將其忽視為尋常顛簸，而是立刻拉住鄰近的乘客示警：「快！裡面不對勁！」

幾乎在同一秒，48歲的以色列乘客亞尼夫·哈尤恩（Yaniv Hayoun）從座位上彈起。

這位水管工衝向駕駛艙猛推開門，眼前的一幕令人膽寒：機長躺在血泊中生死未卜，副駕駛正瘋狂推死操縱桿，飛機以駭人的角度俯衝，天旋地轉！

亞尼夫沒有半秒鐘猶豫，他迎著揮舞的刀刃猛撲上去，以近身搏擊中最為致命的姿勢，鐵箍般死死鎖住了暴徒的喉管！硬生生將這名滿手鮮血的歹徒從駕駛席上拖倒在地毯上！

30秒暴跌後的生死扳機

將暴徒拽出駕駛艙只是第一步。在狂暴顛簸的客艙走廊上，客機根本沒有防暴紮帶與手銬，幾名以色列乘客一擁而上，一名企業主乘客當機立斷，扯下自己隨身佩戴的厚重音響耳機線，三下五除二將暴徒雙手雙腳五花大綁，牢牢固定在座椅底座上。

然而，更致命的危機正在駕駛艙內尖嘯！

飛機此時已經陷入了可怕的「螺旋俯衝」失控狀態。根據飛行數據紀錄，在短短30餘秒內，客機高度從3萬5千英尺狂跌1萬7千英尺，座艙內警報狂鳴，整架波音客機正以每秒數百公尺的速度砸向地面！

這一刻，制服歹徒後的亞尼夫再次折返駕駛艙。他看著完全顛倒的儀表盤，腦海裡一片空白，卻突然浮現出平日在電視上反覆觀看的國家地理《空中浩劫》（Air Crash Investigation）紀錄片！

事後，內塔尼亞胡總理震驚地問他「你怎麼知道去動操縱桿」時，亞尼夫坦言，他根本不會開飛機，他只是紀錄片的忠實觀眾，那一刻肌肉記憶與求生本能完全接管了大腦。

他死死扣住副駕駛座前的操縱盤，青筋暴起，憑著常人難以企及的粗壯臂力，頂著高速俯衝產生的巨大氣動阻力，拚死向後拉拽！

嘎吱作響的座艙內，飛機發出沉重的呻吟，機頭竟然真的被他硬生生拉了起來！下墜之勢被強行遏止！

千載難逢 「乘客飛行員」

但是，把機頭拉起來，並不等於脫離險境。一個對航電、推力平衡、失速警告一無所知的水管工，隨時可能因為拉桿過度導致飛機陷入更致命的失速尾旋。

就在這絕命的時刻，客艙乘客中，竟然端坐著兩名身穿便裝的Flydubai本公司飛行員出現了！

他們不是這趟航班的備用機組，而是因為勤務排班，剛好搭乘這架飛機從杜拜調度（Deadheading）前往特拉維夫。

沒有任何多餘的廢話，這兩名熟稔波音737性能的專業機師立刻衝入駕駛艙，一人坐上機長座，一人握緊副駕盤，迅速切斷混亂狀態，重置自動駕駛與推力配平，接管了搖搖欲墜的飛機！

而在艙後，印度籍機長失血嚴重，生命垂危。如果在幾分鐘內失血休克死亡，即便飛機保住，也將留下不可挽回的沉痛。

然而機上乘客裡，居然還坐著一名以色列牙醫！他迅速利用機載醫療包，以專業手法實施頸部動脈加壓止血與抗休克處置，在氣流劇烈擾動的客艙裡，硬是將機長的這口氣給吊住了！

ISRAEL FOREIGN MINISTRY, VIA X



▲印度籍機長斯密特·馬赫查爾

一場超級空難被勇士阻止

這架載著一百多名以色列乘客，由調度機師緊急接管的客機，已無可能強撐飛越剩餘航線。最近的降落地點，是沙特阿拉伯西北部重鎮——塔布克（Tabuk）。

在長期地緣政治的刻板印象中，許多人會擔憂：沙特領空、以色列公民、嚴重涉恐劫機事件……會不會遭遇繁文縟節的阻撓？

然而，在災難面前，人性與公義戰勝了一切藩籬。沙特民航管制第一時間亮起全綠信號，開放跑道，地勤、消防、救護直升機呼嘯集結。客機平穩降落塔布克機場，沙特醫療團隊飛奔登機接力搶救機長，安保部隊迅速收押行凶狂徒。

直到飛機輪胎親吻跑道的那一刻，人們才驚覺：他們剛剛與一場毀滅生命的超級空難擦肩而過！

試想，如果凶手成功劫持了飛機，在距離特拉維夫僅半小時的地方，這架737真的由狂徒駕駛撞向特拉維夫，後果將何其慘烈？

那裡有繁華的阿茲列里中心摩天樓，有川流不息的阿亞隆公路，有手無寸鐵的平民婦孺。如果一架滿載燃油的重型客機以「9·11」的方式狠狠砸下，整個以色列社會的創痛將徹底撕裂中東原本就脆弱不堪的安全紅線。隨之而來的，可能將是報復與打擊、全面升級的跨國戰爭，甚至可能將多個大國瞬間捲入戰爭邊緣！

但這一切，被一位水管工的胳膊、一位瀕死機長的按鍵、一位母親的耳朵、幾根耳機線、兩名調度機師、一名牙醫，以及整機乘客絕不屈服的勇毅，給徹底掐滅在萬米雲端之上。

人們常問 世間真有神蹟嗎

若無神蹟，你無法用任何統計學與概率論去解釋這架飛機上的重重巧合。每一環的生還概率若是1/10，9個環節同時發生的概率就是10億分之1。這在數學上，叫做「不可能事件」。

但這場神蹟最動人心魄的地方，在於它並不是天降了神兵，而是神意藉由每一位普通人的凡人之軀，淋漓盡致地展現出來：是乘客們守望相助；是專業人員在危難降臨時毫不推諉的挺身而出。這裡的每一個環節，都流淌著善意和責任，而不是自我保護和懦夫般的退卻。

正如川普在電話裡反覆感嘆的那樣，好萊塢永遠寫不出這樣的神作。因為好萊塢需要劇本，而人間的神蹟，只眷顧那些在深淵面前依然永不言棄的勇敢靈魂！



「十一」期間北京草木皆兵

【看中國記者李木子綜合報導】「十一」期間中共如臨大敵。據X博主「昨天」發布視頻消息，10月2日晚，北京天安門廣場一對年輕夫婦停下來拍照，一個簡單的擺拍姿勢，竟觸動了當局敏感的維穩神經，引來多名便衣警察，將兩人團團圍住。

KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES



▲ 2026年5月14日，北京武警部隊隊員在巡邏。

據視頻顯示，一對年輕夫婦正在天安門城樓前留影拍照，兩人拉手舉高擺拍引起了警察的注意。之後男子用手打出V型，然後又將右手變成巴掌高舉，從畫面上可見，其後面的多名警察和便衣迅速圍了上來。

在評論區，有中國網友留言詢問：「你倆幹啥了這都被包圍了？」

疑似涉事年輕人回答：「讓人幫忙拍照，警察以為咱倆犯事了！」有人還問：「你看到視頻時不慌嗎？你倆都被包圍啦！」涉事網友回說：「怎麼不慌，我餘光看身邊全是人！」

X網民評論：「這種生活真讓人壓抑到窒息！」「缺德事幹多了，每天提心吊膽的不行。」「防民眾跟防暴徒一樣，是做了多少喪盡天良的事啊。」還有人斷言：「中共滅亡就在1～2年內……」

10月1日，有網友上傳截圖顯示，北京市區路況反常不擁堵，疑似遊人稀少。該網友表示：以往「十一」前三天北京路況顯示都是紅的，「我想騎摩托車出去玩都要堵著！今年這麼綠，不敢相信自己的眼睛！」

「十一」期間，北京嚴格安保。據媒體報導，今年「十一假期」，北京公交警方「緊盯」各重點火車站、安檢通道、旅客集散區等關鍵點位。在高峰期，北京警方落實「一站一方案、一點一舉措」，確保突發情況快速響應、高效處置。

北京天安門東站、天安門西站、前門站等核心站點，部分時段採取列車通過不停車或局部封閉、單向通行的措施。天安門廣場、故宮等熱門區域採取更為嚴格的預約制度，加強現場行李與人身安檢。核心區（二環內）禁止非京牌汽車全天駛入。

每到長假，中共防民如防敵人，有分析認為，中共動輒「滿街皆兵」的緊張氛圍，壓抑了市民與遊客的出行興趣。中共的這種高度戒備的背後，核心在於對政權絕對安全的追求與對潛在失控的恐懼，因為哪怕一個極其微小的偶發燃點，都可能在特殊節點被突然放大，從而衝擊中共的「穩定」大局。

中國多地發生地震

【看中國記者李木子綜合報導】「十一」長假首日，中國大陸多地先後突發地震，內蒙古包頭3.3級、四川宜賓3.9級、青海都蘭縣3.2級。而長假前一天，四川、雲南、貴州、青海也接連發生3級以上地震。

中國地震臺網正式測定，10月1日13時38分，在四川宜賓市高縣發生3.9級地震，震源深度7公里，震中位於北緯28.54度，東經104.70度。

據中國地震臺網速報目錄，震中周邊200公里內近5年來發生3級以上地震共275次，最大地震是今年6月29日在四川宜賓市高縣發生的5.5級地震，距離本次震中5公里。

10月1日，內蒙古和青海也發生了3級以上地震。據國家地震科學數據中心記錄，10月1日16時15分，青海海西州都蘭縣發生3.2級地震，震源深度10公里；1日9時26分，內蒙古達爾罕茂明安聯合旗發生3.3級地震，震源深度20公里。

9月30日，四川、雲南、貴州、青海接連發生地震。據報，9月30日19時21分，在青海海西州直轄區發生3.1級地震，震源深度10公里。

9月30日18時31分，在雲南昆明市盤龍區發生4.3級地震，震源深度10公里。9月30日21時03分，在貴州畢節市威寧縣發生3.6級地震，震源深度15公里。

最新消息：據中國地震臺網正式測定，10月3日15時11分，青海海南州興海縣發生3.1級地震，震源深度10公里。

「十一」前後，中國不止是地震頻繁，多省也遭強降雨、大風天氣襲擊。據中共中央氣象臺消息，「十一」前一日，浙江、湖北等7個省分的部分地區出現暴雨或大暴雨。京津冀、河南等7省的部分地區有7～9級陣風，局地10～11級。10月3日至4日，貴州、雲南等14省的部分地區出現中到大雨。

萊維特離白宮加盟福克斯

【看中國記者路克編譯/綜合報導】《獨立報》10月5日報導，前白宮新聞秘書卡羅琳·萊維特（Karoline Leavitt）離開川普政府一個多月後，下一步職業去向正式揭曉。福克斯新聞宣布，這位29歲的前白宮發言人將從11月1日起正式加入福克斯新聞媒體（Fox News Media），擔任電視評論員，未來將在該臺多個新聞和評論節目中亮相。

這一安排意味著，儘管萊維特已經離開白宮，但她仍將繼續活躍在共和黨和保守派媒體核心圈層。此前川普已宣布，她將繼續擔任自己的高級外部顧問，並在共和黨內部扮演重要角色。福克斯新聞媒體首席執行官蘇珊娜·斯科特（Suzanne Scott）在聲明中表示，萊維特在白宮以及總統競選期間積累的第一手經驗，使她對當前美國政治格局擁有「獨特理解」，公司期待她在福克斯旗下各個平臺提供觀點和分析。

萊維特則表示，很高興能夠以正式成員身分繼續出現在福克斯新聞頻道。她稱，自己將把擔任白宮新聞秘書期間獲得的經驗，以及過去在政治傳播中一貫的活力和直率風格帶給福克斯觀眾。

據《人物》雜誌報導，萊維特預計不僅出現在政治評論節目中，也會參與福克斯新聞旗下新聞類節目，評論白宮、國會、中期選舉，以及共和黨相關議題。萊維特今年8月宣布離開白宮，當時距離她結束產假返回崗位僅數週。她今年5月生下第二個孩子，是美國歷史上首位在擔任白宮新聞秘書期間生育的女性。她與丈夫尼古拉斯·里喬（Nicholas Riccio）育有一子一女。

擔任白宮新聞秘書期間，萊維特以語速快、立場鮮明，以及頻繁與記者交鋒而受到關注。萊維特在宣布辭職時坦言，白宮新聞秘書職位需要投入幾乎全天候的時間、精力和注意力。她將這次離任稱為一個「苦樂參半」的決定。

2026城市榜 紐約倫敦巴黎居前三

【看中國記者路克編譯/綜合報導】雅虎新聞報導，牛津經濟研究院（Oxford Economics）最新發布的〈2026全球城市指數〉（Global Cities Index）顯示，紐約、倫敦和巴黎再次占據全球城市前三名。西雅圖、舊金山、都柏林、波士頓、聖何塞、東京和蘇黎世緊隨其後，進入全球前十。

這份榜單並非單純比較城市經濟規模，而是對全球1000座主要城市從經濟、人才資本、生活質量、環境和治理五個方面進行綜合衡量。

牛津經濟研究院指出，紐約和倫敦穩居榜首，主要得益於龐大的經濟規模、就業市場，以及吸引全球高端人才的能力；巴黎則憑藉較高生活質量繼續位居第三。

頂尖城市一個共同特點，是能夠持續從全球吸引受教育程度較高的人口，並將人才進一步轉化為商業、文化和創新優勢。

倫敦在今年指數的「人才資本」項目中獲得100分，排名全球第一；紐約為89.5分，東京則達到92.9分。牛津經濟研究院認為，倫敦長期擁有國際化程度極高的人才市場，是其全球城市地位的重要支柱。

波士頓排名全球第七，其優勢同樣與教育密切相關。哈佛大學、麻省理工學院等高校，以及當地龐大的生命科學、醫藥和金融產業，為這座城市形成了高度密集的知識經濟。

擁有錢和人才，並不意味著一座城市一定適合生活。在2026指數中，巴黎總體排名第三，但其最突出的項目之一是生活質量，得分達到88.1。雅虎指出，巴黎約有130座博物館，龐大的公共文化設施網絡，成為當地居民日常生活的一部分。

巴黎市立博物館體系目前包括14座博物館及文化遺址，其中絕大多數永久收藏對公眾免費開放，包括巴黎現代藝術博物館、小皇宮和卡納瓦雷博物館等。

今年榜單另一明顯趨勢，是科技產業持續改變全球城市格局。聖何塞排名全球第8，經濟項目達90.7分。蘋果、Alphabet和英偉達（Nvidia）等大型科技企業聚集在聖何塞及周邊，使這個人口遠少於紐約、倫敦和東京的城市，也能躋身全球前十。

柳州男爬高鐵車頂遭電擊

【看中國記者蔡思雲綜合報導】10月1日，一名男子擅自從停靠柳州站的D1884次列車車廂連接處攀爬至車頂，期間疑遭電擊後墜落至站臺。有網民爆料稱，該男子已身亡。

1日下午，多名中國網民發帖稱，鐵路柳州站內一名男子在D1884次列車車頂觸電。鐵路12306官方客戶端顯示，D1884次列車始發站為柳州站。

現場視頻顯示，這名男子躺在列車車頂，身上冒出火光，身體輕微震動，背景傳來一陣電擊聲，場面駭人。隨後，他整個人墜落到站臺上。

極目新聞報導，據鐵路柳州火車站官方消息，1日12時40分許，一名男旅客突然擅自從停靠柳州站的D1884次列車車廂連接處攀爬至車頂部，遭電擊擊暈，墜落至站臺。12時56分，120醫護人員趕到現場，對該男子進行緊急救治，隨即送往醫院搶救。

官方稱該男子經救治沒有生命危險，但網上有人爆料他已身亡。長期關注中國突發事件的海外X平臺博主「羅翔——破幕推牆」發帖稱，該訪民攀登列車頂遭電擊身亡。

該博主表示：「國慶當天，一名訪民以攀登高鐵車頂的方式表達訴求，最終付出生命代價。人已經沒了，但一個人為甚麼會走到這一步，不能隨著生命消失而被一筆帶過。訪民為何攀登車頂？此前究竟經歷了甚麼？他的訴求有沒有得到回應？這些問題都應有交代。」

高雄市青年局提供



▲ 高雄「2026城市嶼浪市集嘉年華」10月3日至4日登場。

高雄嶼浪市集吸引人潮

【看中國訊】由臺灣高雄市青年局主辦的「2026城市嶼浪市集嘉年華」，10月3日至4日於駁二大港橋旁登場。除了有美食市集，現場也設置「輔導品牌翻身故事牆」，記錄青年攤車輔導品牌的真實創業心路歷程。

青年局新聞稿表示，「2026城市嶼浪市集嘉年華」今年以「牽絲」為主題，象徵青年創業與高雄緊密相繫。3日的活動集結80家青創品牌，推出「牽絲美食與創意選品」吸引人潮。此外，日本熊本縣議會議員溝口幸治、熊本縣球磨地域振興局次長畑中利德也跨海參加活動，換上藍色花襯衫漫遊市集，並挑戰親手製作「牽絲章魚燒」。

青年局長林楷軒表示，今年6月青年局率團回訪熊本展開青年創業交流，此次力邀熊本縣好友實地回訪「城市嶼浪」，見證高雄在地青創的蓬勃樣貌。

除了美食市集，現場也設置「輔導品牌翻身故事牆」，記錄青年攤車輔導品牌的真實創業心路歷程。民眾紛紛將象徵支持的黃色起司貼紙貼上故事牆裝置，以互動方式為青年創業者加油打氣。

她在Costco打工時薪驚人

【看中國訊】Joce在Costco打工，一幹就是7年。當初她時薪只有14美元，如今漲到了37.90美元。她在網上晒出自己的工資變化，視頻迅速走紅，吸引近1100萬人觀看。

Costco員工Joce2018年進入Costco工作，當時時薪14美元。隨著工資逐年上漲，到2025年，她的時薪已經達到37.90美元。如果按全職計算，一年收入接近8萬美元，而且這還沒算Costco每年兩次的獎金和其他福利。

不過，Joce能拿到37.90美元時薪，還有一個重要原因。她後來從普通崗位轉到Costco的眼鏡部門，並成為一名持證配鏡師。她的基本時薪是31.90美元，再加上專業崗位的額外工資，最終達到37.90美元。

麻州冬季能源危機升溫

州府推1.5億美元紓困

【看中國訊】面對冬季能源價格持續上漲，麻薩諸塞州州長莫拉．希利（Maura Healey）10月5日宣布全州進入「能源緊急狀態」（State of Energy Emergency），並推出一系列降低家庭取暖及電費的措施。州府表示，新計畫預計可爲麻州家庭提供近1.5億美元的能源費用減免，並使約85%的電力用戶受益。

此次行動的背景是取暖油價格大幅上漲。根據州政府數據，截至9月28日，麻州家庭取暖油平均價格達到每加侖6.08美元，相比去年同期的3.52美元上漲約73%。麻州約每五戶家庭中就有一戶依靠取暖油過冬，尤其是在較老舊住宅和鄉村地區，油價上漲對家庭預算影響明顯。

希利當天在埃弗里特（Everett）宣布相關措施時表示，一些家庭僅一次加滿取暖油罐，就可能比去年多支付約700美元。州府認爲，國際石油價格上漲是今年能源成本急升的重要原因之一。

根據新措施，麻州將額外投入1,500萬美元，增加「家庭能源援助計畫」（Home Energy Assistance Program，HEAP）的冬季取暖補助，預計約15.6萬個低收入家庭可以獲得更多幫助。使用取暖油的合資格家庭，援助金額將在原有基礎上提高20%；使用



麻薩諸塞州州長莫拉．希利（Maura Healey）

天然氣或電力取暖的家庭則提高15%。

州府同時擴大補助範圍，讓部分過去收入過高、無法獲得傳統低收入取暖補助的中產家庭首次獲得援助。根據州政府公布的標準，一個四口之家年收入最高約17.17萬美元，仍有機會通過新的取暖援助項目獲得最高約680美元的補助。對於符合原有HEAP收入標準的四口之家，使用取暖油或丙烷供暖者今年冬季可獲得約870至1,450美元援助。

除了取暖油補助，州府還計畫直接降低居民電費。2027年1月至3月期間，麻州將使用約8,000萬美元州政府資金代替用戶支付太陽能項目SMART計畫的相關費用，因此居民和商業用戶的電費賬單中將暫時取消這一收費項目。州府還將把今年冬季「替代能源組合標準」（Alternative Portfolio Standard）相關收費降低50%。

宣布「能源緊急狀態」還意味著麻州將啓動針對石油產品哄抬價格的法律保護機制。州政府要求相關機構加強監督，對汽油、取暖油等石油產品可能出現的不合理定價、誤導性收費或價格操縱進行調查和執法。

與此同時，麻州還將與非營利機構Citizens Energy Corporation合作成立新的「緊急冬季溫暖基金」（Emergency Winter Warmth Fund），幫助難以負擔冬季取暖費用的家庭。該機構將首先向基金投入10萬美元，之後募集的資金將通過現有地方能源援助機構發放。

希利還致函美國國會領導人，要求聯邦政府爲低收入家庭能源援助計畫（LIHEAP）額外撥款30億美元，將全國該項目資金提高至70億美元。她在信中指出，2025至2026取暖季，麻州超過15.7萬個家庭曾獲得相關援助，其中許多是依靠固定收入生活的老年家庭。

能源價格一直是麻州居民關注的生活成本問題之一。除了取暖油上漲外，麻州長期以來的電力和天然氣費用也相對較高。州議會目前仍在討論不同版本的能源法案，試圖從電網投資、能源效率項目和天然氣基礎設施等方面降低長期成本。

隨著新英格蘭冬季臨近，今年能源價格的不確定性仍然較高。對於大量依賴取暖油的麻州家庭而言，州政府此次宣布能源緊急狀態及擴大補助，雖然可以減輕部分負擔，但如果國際油價繼續維持高位，冬季家庭能源賬單仍可能成爲未來數月居民生活開支中的一大壓力。

波士頓市中心治安再引關注

多數居民稱不如去年安心

【看中國訊】波士頓市中心的公共安全問題再次引發居民關注。最新調查顯示，超過一半的受訪居民認爲，自己如今在市中心活動時的安全感比一年前有所下降。

波士頓市中心社區協會（Downtown Boston Neighborhood Association）近日公布的一項調查顯示，56%的受訪者表示，與此前相比，他們現在在市中心及波士頓公園（Boston Common）一帶感到更加不安全。去年持類似看法的受訪者比例爲34%，顯示居民對治安狀況的擔憂明顯增加。

此次調查共收集近400名市中心居民的意見。約九成受訪者將公共安全列爲較爲緊迫的問題。在改善措施方面，不少居民希望警方增加街面巡邏，特別是在行人較多的商業區、公園和地鐵站附近加強警力部署。

從調查結果來看，毒品活動、無家可歸者聚集以及街頭治安仍是居民最關注的問題之一。與此同時，居民對暴力犯罪的擔憂也明顯升高。將暴力犯罪列爲主要治安問題的受訪者比例，由去年的7%上升至今年的20%。

波士頓公園、Park Street地鐵站以及Downtown Crossing一帶，是不少居民認爲治安問題較爲突出的區域。今年以來，市中心曾發生多起槍擊、襲擊及持刀傷人事件。雖然這些個案未必代表全市犯罪整體趨勢，但由於案件發生在人流密集地區，對居民和遊客的心理影響較大。

不過，警方公布的整體數據也顯示出另一面。截至9月中旬，波士頓全市暴力犯罪案件與去年同期相比僅小幅增加。部分嚴重犯罪類別甚至有所下降，其中槍擊事件數量低於去年同期。

這說明，居民的安全感與警方統計的犯罪數字之間並不總是完全一致。即使整體犯罪率沒有大幅上升，發生在市中心、地鐵站、公園等公共場所的暴力事件，也可能迅速加深公衆的不安。

社區人士表示，改善市中心治安除了需要增加警方巡邏，也需要市政府、商家、社區組織以及社會服務機構共同參與，包括改善街道環境、加強照明、處理毒品問題，並爲無家可歸者和有成癮問題的人提供更多服務。

隨著年底節日季臨近，波士頓市中心將迎來更多購物、觀光和參加活動的人群。如何提高公衆安全感，並在維護城市活力與改善治安之間取得平衡，預計仍將是波士頓市政府和居民持續關注的問題。

祝賀Lotus Academy！

Lotus Academy的兩名五年級學生在2025年AMC 8（全美8年級數學競賽）中取得19分和20分的優異成績！

要知道，全美初中生8年級學生排名前5%的平均分爲18分，這一成績充分展現了Lotus Academy卓越的學術培養和學生的卓越潛力。

另外，4名5年級學生獲得全美Math Kangaroo 5年級團體第二名。

Lotus Academy的特色：

混齡式教學——基於學生的接受能力，量身定製學習進度

雙語課程——上午英語教學，下午數學 & 中文

全人教育——豐富的體育、藝術、音樂、廚藝、科學及舞蹈課程

Lotus同時重視中文的學習。通過對中外節日的學習，唱歌，讀詩等各種活動學習中文。

下面是一篇學生關於感恩節的中文作文：

感恩節

感恩節是一個美好的節日。
感恩節的時候我會感恩誰？
我感謝老師教我們學習。
感謝媽媽和爸爸把我養大。
感謝動物給我們食物。
感謝朋友讓我不無聊。

感恩節吃火雞，
吃的肚子就是飽。
感恩節烤南瓜派，
給我吃，也很好。

在這個美好的節日，我們要以感恩的心跟家人一起好好團聚，享受這豐盛的大餐。

-- 張夢音

官網：LotusAcademyMa.org
Text：781-999-2784
Email：Contact @LotusAcademyMa.org

加入Lotus Academy，讓孩子的未來更精彩！








王薇
資深專業地產顧問
詢問熱線：781-507-6222
郵箱：wei.wang@nemoves.com
網址：weiwang.cbintouch.com
買房賣房，請讓我來幫忙，用能力和誠信為您服務。
專精民用，商用地產買賣，服務于
Arlington, Boston, Belmont, Burlington,Bedford, Cambridge, Medford, Lexington, Malden, Newton, Wellesley, Weston... 等大波士頓地區
COLDWELL BANKER

SMART CONSTRUCTION
房屋裝修
Fully Insured, Licensed
高質量 高水準
價格實惠
外牆包膠
屋頂維修翻新
門窗換新
水槽換新維修
業務聯繫請洽：6178182687

馬斯克的時間管理

一天是288個小方塊？

◎文：念遠

在職場久了，很多人都會有一種說不出口的疲憊：每天從早忙到晚，信息回不完、會議開不停、郵件一封接一封，臨時任務永遠插隊，日程表看起來滿滿噹噹，心裡卻很困惑，一天下來重要項目沒推進多少。

大家是否有那種「明明很努力，卻始終沒有往前」的無力感，最讓人焦慮？

馬斯克的時間管理

馬斯克同時管理多家公司，還要照顧家庭，卻能做出常人難以想像的成果，他強在哪裡？外界長期流傳，他把一天拆成五分鐘一格，像切豆腐一樣，把所有任務塞進 288 個時間方塊裡。也就是說，他把時間切割成高密度方塊，並嚴格守護不被打斷。

這個說法聽起來很酷，也因此成了許多人對高效工作的刻板印象。但如果我們只記住「五分鐘切割」這個表面印象，其實很容易誤解重點。因爲馬斯克本人曾公開表示，他並不是照著這種方式機械化地切換任務。眞正的創造與思考，需要長時間、不被打斷的完整專注。

換句話說，馬斯克的時間管理不是說把自己逼成一個分秒不差的排程機器，而是更本質的處理一件事：你的時間，必須由你主動分配，而不能交給外界隨機切割。這看似簡單，卻正是許多人在職場裡最容易失守的地方。

我們總以爲自己輸在能力、資源或機會，實際上很多時候眞正被消耗掉的，是注意力、認知能量，也是那些原本足以改變工作成果的完整時段。

你想想看是不是這樣？大多數職場人的一天都被「忙碌幻覺」占據了。比如，信息一來就回、電話一響就接，會議邀請一進信箱就接受，主管一交代、同事一打斷後，整個人立刻從手上的任務抽離。你覺得這是一種反應迅速、配合度高的表現嗎？但馬斯克認爲，每一次中斷都在悄悄吞掉你的專注力。一天下來，工作時間看似被用滿了，眞正能沉下來思考、推進、產出的時間，卻被稀釋得所剩無幾。

時間管理的核心就是辨認哪些時間絕不能被打碎。從公開資料來看，馬斯克對效率的要求近乎苛刻，他不是看個人的工時長短，他對組織內部「低效率消耗」高度敏感。例如他在 Tesla 內部一封廣爲流傳，後來獲媒體確認的信中提到：

公有領域



▲ 2024年 11月16日，眾議院議長邁克·強生與馬斯克和川普的合影。

大型會議通常是大公司的禍害，頻繁會議也應盡量取消；如果一個人明顯無法在會議中創造價值，就應該離開；溝通應該走最短路徑，而不是層層上報、迂迴傳遞。這些強硬要求實際上反映的是同一個管理邏輯：不要讓形式上的流程吃掉眞正做事的時間。

時間區塊化

對一般職場人而言，要理解馬斯克背後的思維。你不一定有權決定公司要不要開會，也未必能完全避免他人的打擾，但你可以開始練習一件事：把最重要的工作，從零碎回應裡抽離、保護出來。因爲我們需要一段完整的專注時間來完成眞正有價值的事。

我們寫一份有說服力的提案、整理出清楚的報告結構、想通一個卡住已久的問題、做出一個更成熟的決策，這些不可能在信息跳動之間完成，而是在你終於安靜下來、思路完整展開的時候，才能處理。

因此比起迷信「288 個五分鐘方塊」，更實用的做法其實是時間區塊化。你並不需要把日程排到密不透風，只要主動替重要任務劃出明確時段，讓自己在那段時間裡只做那一件事。

很多人管理工作的方式是寫 To Do 待辦清單，但待辦清單最大的問題在於，它只告訴你要做甚麼，卻沒有告訴你甚麼時候做。於是工作很容易被拖延，也很容易被更吵、更急、更碎的事情取代。可是一旦你把任務具體放進時間裡，例如「上午 9:00 到 9:45 完成報告初稿」，事情就不再只是抽象的待辦，而變成了一個被正式安排的承諾。

DRAZEN/ADOBE STOCK



▶ 電話一響就接，也許會打斷手上的工作。

JUSTLIFE/ADOBE STOCK



▶ 如果無法在會議中創造價值，應該走最短路徑溝通。

FRANK MERFORT/ADOBE STOCK



▶ 工作時間過長，人會疲勞，應該集中精力在重要工作上。

讓事情往前走

這種方法之所以有效，還有另一個原因：它能讓截止時間眞正開始發揮作用。馬斯克一直被外界視爲極度強調節奏與速度的人，這背後其實對應到一個很多職場人都經歷過的現象：任務常常會膨脹到你給它的時間那麼大！

當你告訴自己「這週找時間把提案弄完」，這件事通常就會在心裡拖延整整一週；但若你把目標改成「明天下午 3 點前先交出初版」，大腦就會開始自動聚焦，把不必要的鋪陳、猶豫與修飾往後放，先把核心完成。時間一旦有了清楚邊界，行動就比較容易開始，效率也會明顯提升。

很多時候，我們眞的沒必要給任務安排太寬鬆、太模糊的期限，於是使拖延披上了「我還在思考」的外衣。成熟的職場表現不是永遠把事情磨到最完美才交，而是能在有限時間裡，先交出一個可推進、可討論、可迭代的版本。這是一種更務實的專業，也是一種更高階的效率。

職場不是學校，不是比誰的作業最晚交卻最精緻，而是比誰能更穩定地推進結果，讓事情眞的往前走。

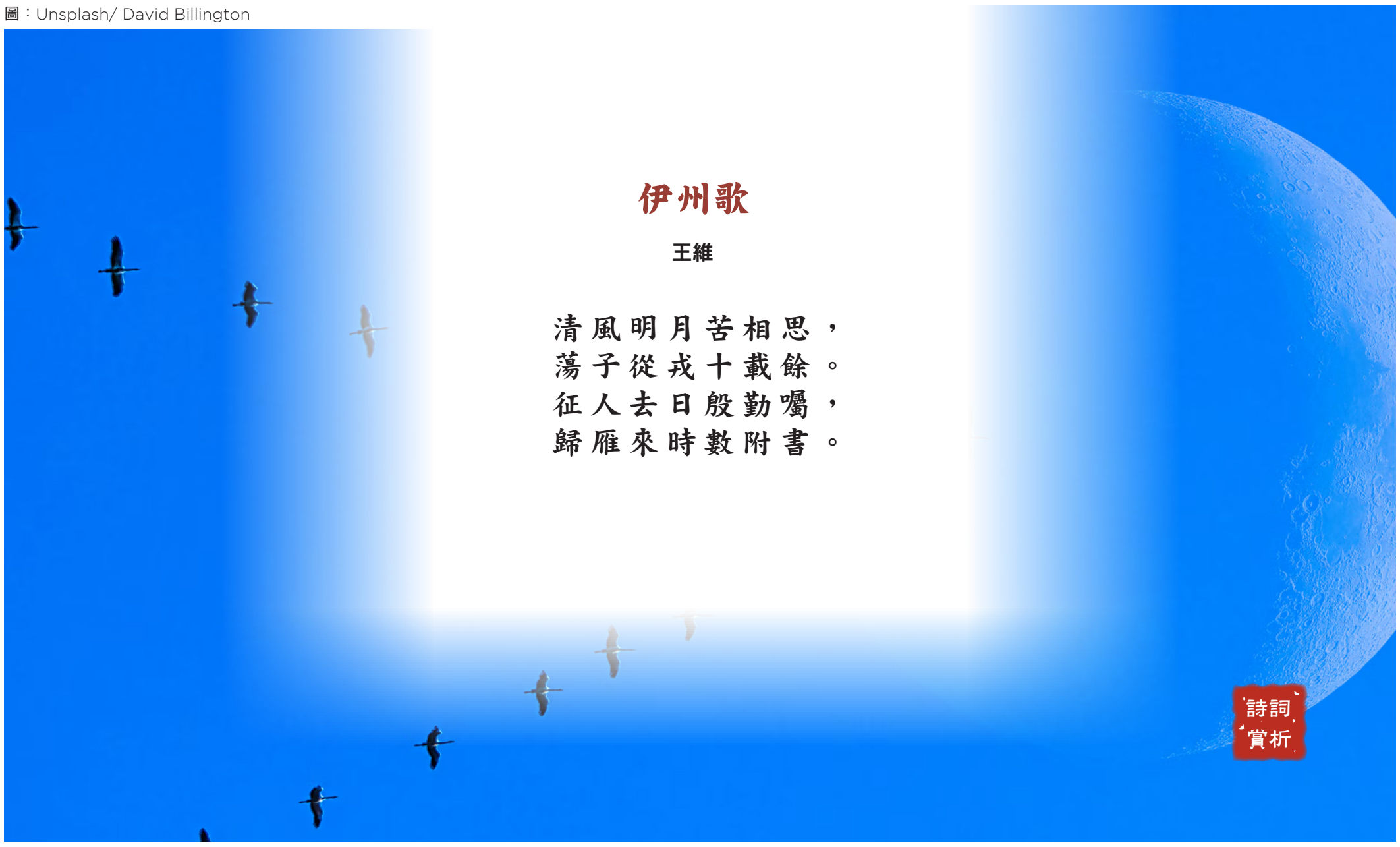
高品質的專注　槓桿效益

當然談到馬斯克，很多人也會被另一個印象吸引：超長工時。外界曾多次報導，他長期處在高工時狀態，曾工作到每週超過一百小時，後來則表示自己調整到相對「可持續」的 80 到 90 小時。但值得注意的是，馬斯克本人也坦言，工時一旦超過 80 個小時，痛苦程度會急遽升高，甚至明確說過，沒有人應該把工作做到這種程度，這並不值得推薦。換句話說，連他自己都承認，極端工時並不是理想狀態，而更像是特殊情境下的高壓應對。

這一點對職場人尤其重要。因爲我們太容易把「高效」誤解成「更長時間地工作」，卻忽略了眞正可持續的競爭力，來自高品質的專注，而不是無止境的消耗。時間管理如果最後變成一種自我壓榨，那它終究只會把人推向疲乏與失衡。眞正成熟的管理方式，不是延長工作時間，而是提升有效時間的比例；不是讓自己每分每秒都在忙，而是讓有限的精力，盡可能集中在最有槓桿的事情上。



圖：Unsplash/ David Billington



詩詞賞析

伊州歌

王維

清風明月苦相思，
蕩子從戎十載餘。
征人去日殷勤囑，
歸雁來時數附書。

作者介紹

王維（公元701年—761年，一說公元699年生），字摩詰，河東蒲州人，盛唐著名詩人、畫家。開元九年（公元721年）中進士，曾任太樂丞、右拾遺、監察御史、河西節度使判官等職，晚年官至尚書右丞，世稱「王右丞」。

王維精通音樂、書法與繪畫，詩歌尤以山水田園題材著稱，與孟浩然並稱「王孟」。其作品語言凝練，意境清幽，常將畫面、聲音與情感自然融合。除山水詩外，他的邊塞詩、送別詩和閨情詩也各具特色，代表作有〈山居秋暝〉、〈使至塞上〉、〈送元二使安西〉等。

創作背景

〈伊州歌〉的具體創作時間已不可考。「伊州」原為唐代西域地名，大致位於今新疆哈密一帶，後來成為由西域傳入中原的樂曲名稱。王維這首七言絕句曾被配樂演唱，是當時梨園中廣為流傳的歌曲，詩題也一作〈失題〉。

作品並非直接描寫伊州風光，而是借女子口吻，抒寫丈夫長期從軍、久無音信所帶來的相思。唐代邊疆戰事頻繁，征人常年在外，閨中親人只能依靠書信寄託牽掛。這種漫長的等待，使一首語言清淺的歌辭具有了廣泛而真切的生活基礎。

詩詞今譯

清風徐來，明月皎潔，我卻因思念遠方的你而倍感痛苦。你離開家鄉投身軍旅，至今已經十多年了。

還記得你出征的那一天，我曾再三叮囑：每當南歸的大雁飛來時，一定要多多托人捎回書信，讓我知道你的消息。

詩詞解讀

這是一首以女子口吻寫成的閨怨詩，也是一首反映征人久戍、親人苦等的樂府歌辭。全詩只有四句，沒有描寫戰場，也沒有直接控訴戰爭，而是抓住月夜相思與臨別囑託兩個片段，寫出一位女子等待遠征丈夫十餘年的漫長痛苦。語言看似平淡，情感卻深沉而含蓄。

首句「清風明月苦相思」，從眼前的秋夜落筆。清風徐徐，明月皎潔，本來是令人愉悅的良辰美景；然而對獨自生活、思念遠人的女子而言，景色越美，越能反襯出身邊無人相伴的孤寂。

「苦相思」三字直白地點出人物的感情。「苦」在這裡有極其、深深之意，也包含相思帶來的折磨。清風與明月原本無情，卻因人的處境而染上哀愁。女子多年來反覆面對同樣的風月，每一次月圓，都可能使她重新想起家庭無法團圓的現實。

第二句「蕩子從戎十載餘」，交代相思的原因。「蕩子」並非責罵丈夫行為放蕩，而是古代詩歌中對久遊在外之人的稱呼，這裡指離家從軍的丈夫。「從戎」即參軍，「十載餘」說明分別已超過十年。

十多年時間被壓縮在短短三字之中，語氣看似平靜，背後卻包含無數個獨自度過的日夜。詩人不去逐一描寫女子如何等待，只說丈夫從軍已久，便讓讀者自然想到她多年來的牽掛、盼望與失望。「十載餘」既寫時間之長，也暗示戰爭對普通家庭生活造成的持久影響。

後兩句「征人去日殷勤囑，歸雁來時數附書」，由眼前的月夜轉入十多年前的回憶。丈夫出征的那一天，女子曾再三叮囑，希望他在歸雁飛來的季節多寄家書。「殷勤」不是一般的客氣周到，而是情意深厚、叮嚀反覆；一聲聲囑咐之中，既有不捨，也有對未來分離生活的擔憂。

這裡的「歸雁」具有雙重意味。大雁隨季節南來北往，在古代詩歌中常被視為傳遞書信的使者。雁尚且能夠按時歸來，遠行的征人卻十多年未歸，兩者形成含蓄的對照。女子只能把無法實現的團圓願望，寄託在往來有信的大雁身上。

「數附書」中的「數」是屢次、多次之意。女子要求丈夫經常寄信，可是詩中並沒有寫她是否真正收到書信。這一處有意留下空白：如果書信不斷，她為何仍然如此苦苦相思；如果音信稀少，當年的叮囑便更顯得令人心酸。無論如何理解，今日的等待都與十多年前的送別緊密相連。

全詩在結構上採用了倒敘。前兩句先寫女子當下的處境：她在清風明月之夜思念從軍十餘年的丈夫；後兩句再回到離別當日，重現她反覆叮嚀的場面。過去的囑託與今日的相思前後照應，使十多年的時間在回憶中突然連接起來。

這首詩最動人的地方，在於語言平易而感情深厚。王維沒有使用華麗辭藻，也沒有安排激烈的哭訴，只寫清風、明月、征人和歸雁，便展現出一位女子漫長而無望的等待。良夜依舊，大雁年年歸來，唯獨遠征之人遲遲未返。詩人將戰亂帶來的離別之苦融入日常的叮囑與思念之中，因而顯得格外真切動人。

孩子日常「不愛動」？這些雷區不要踩！

【文 / 盧乙欣】放學回到家，就趴在沙發上看平板、玩遊戲；到了週末，也寧願待在家裡盯著屏幕，不願出門活動。這樣的情景，想必不少家長都不陌生。孩子坐著、躺著的時間越來越多，跑跑跳跳的時間卻越來越少，如何讓家中「不愛動」的孩子「動起來」，也成了許多父母正在設法解決的問題。

然而，許多父母未曾意識到，運動其實能給孩子帶來相當大的積極影響，例如：改善睡眠質量、促進骨骼生長和身體發育、增強身體機能、減少負面情緒，讓情緒更穩定，以及提高學習效率等等。

不過，孩子到底要運動多久才算足夠呢？對於學齡兒童與青少年，每天安排一小時左右的運動，是家長可以關注的目標。話雖如此，不少家長卻面臨家中孩子「不愛動」的狀況。這時，大家可先別急著給孩子貼上「不愛動」的標籤，因為其「不愛動」的背後，可能藏著許多原因，需要逐一了解和解決。

觀察一至三歲的幼兒，往往能看到他們喜歡四處探索、活動。因此，孩子從愛動轉變為不愛動，未必是「天生如此」，也可能受到後天環境的影響。家長不妨先了解其中的原因，再想辦法改變孩子不愛動的狀況。

至於孩子不愛動的原因，包括：父母過度保護、模仿父母不愛動的習慣、有過受挫經歷，例如肌肉耐力不足、曾被強迫運動、有過運動損傷等，以及運動經驗不足、手機和平板成了「電子保姆」，擠佔了活動時間等等。也有可能，孩子只是尚未遇到自己喜歡的運動。

所以，先弄清楚孩子到底是「不喜歡動」，還是「沒有機會動」。在下判斷之前，應先觀察孩子每個星期「動起來」的時間、玩耍時的狀態，以及對活動的反應，之後再進一步為孩子創造活動的機會，用恰當的方式引導孩子「動起來」，進而讓孩子逐漸變得主動想要運動。

注意！切勿採取錯誤的負面方法，例如：貼上「不愛動」的標籤、責罵或懲罰「不愛動」的孩子、強迫孩子運動、跟其他「愛動」的孩子做比較等等，以免讓孩子越來越排斥活動。其實，若家長採取積極的引導方式，找到適合的運動與環境，就有機會讓「不愛動」的孩子真正喜歡上「動」。

那麼，家長如何引導所謂「不愛動」的孩子開始動一動呢？其實，多數孩子都喜歡遊戲，因此家長不必太正式、一板一眼地帶領孩子運動，而是可以採取「遊戲方式」，引導孩子動一動。如此一來，既能讓孩子樂於參與，甚至還可能讓他們沒有察覺到自己正在運動。

家長還可以幫孩子記錄每一次活動的狀態，適當設立「自我突破目標」，並給予鼓勵。當孩子看見自己的進步，從中獲得成就感後，想要「動」的意願自然會逐漸增強。

要想引導孩子喜歡「動」，家長自己的態度也是關鍵。孩子會模仿家長的行為舉止，也會受到家長生活習慣的影響。因此，若家長一天到晚都坐著不動，卻硬是要求孩子多多活動，可是容易適得其反。所以，要想讓「不愛動」的孩子變得「愛動」，不妨先由家長做示範，例如：邀請孩子一起散步、徒步、爬山、騎自行車等。當家長帶領孩子一起「動」起來後，原先需要大人提醒的孩子，也有機會逐漸習慣在生活中保持活動，進而喜歡上運動，主動參與其中。

家長陪同孩子一起動起來，既有助於促進體能發展、保持健康體重，也有助於改善情緒、提升注意力。在增加活動量的同時，還能讓親子之間多一些交流與陪伴。

針對兒童運動，以下三大妙招可以幫助孩子增加活動量，同時增進親子關係：

一、有氧運動不可少

有氧運動，也就是鍛鍊心肺耐力的運動，主要調動大肌群參與，可以通過多樣化的方式進行。例如：玩皮球、快走、輪滑、騎自行車等等，都是適合親子一起參與的活動。這類運動也可以跟日常生活結合，例如：在路程和交通安全允許的情況下，將坐車上學改為一起走路上學，或在週末到河邊的公園騎自行車。在積累運動量的同時，還可以增加親子互動、增進感情。

對於平時活動較少的孩子，家長不必一開始就要求他們堅持很長時間，而是可以先從每天一小段時間開始，等孩子逐漸適應後，再慢慢延長。例如，晚飯後一起出門走一走，或在公園裡玩一會兒傳接球，都是容易融入生活的方式。

若孩子覺得單純走路沒有意思，家長還可以加入一些小遊戲，例如尋找沿途不同顏色的花朵、觀察樹木，或請孩子選擇想去的地方。如此一來，活動就不只是需要完成的任務，而是孩子願意參與的親子時光，也更容易逐漸堅持下來。

二、慢慢增加運動強度

當孩子逐漸養成運動習慣後，可循序漸進地增加運動強度，例如：游泳、玩滑板、踢足球、玩追逐遊戲等，讓心跳和呼吸適度加快。週末不妨帶孩子跑步，或進行親子籃球比賽。在運用比賽或遊戲增加親子互動的同時，也可以培養喜歡運動的好習慣。

不過，增加強度並不代表一下子提高要求，更不是看到孩子沒有大量出汗，就認為運動不夠。家長應根據孩子的體能和反應逐步調整，例如：從走路過渡到走跑交替，或在原本的傳接球遊戲中加入小範圍跑動，讓孩子慢慢適應新的挑戰。

進行比賽時，也不必過於強調輸贏。家長可以適當縮短跑步距離、調整投籃位置，或改為親子合作完成目標，讓孩子有機會體驗成功。若孩子明顯疲勞，就安排休息，切勿為了完成事先設定的目標而勉強繼續。當孩子覺得自己能做到，又能從中獲得樂趣，才更願意在下一次活動時繼續嘗試。

三、強健骨骼助成長

適度的快跑或彈跳運動，有助於強健骨骼，促進身體發育。這類活動包括：單腳跳、快跑、跳繩，以及籃球、排球等包含跳躍動作的球類運動。

對於年齡較小或運動經驗不足的孩子，家長可以先從跳房子、雙腳輕跳等簡單遊戲開始，等孩子逐漸掌握動作，再嘗試跳繩或其他跑跳活動。不必一開始就要求跳得高、跳得多，而是先讓孩子熟悉動作，學會保持平衡、平穩落地。

活動時，應選擇平坦、防滑且有足夠空間的場地，並留意孩子是否出現疼痛或不適，避免勉強練習。需要注意的是，運動有助於骨骼健康和正常發育，並不意味著多跑多跳就一定能長得更高。家長仍應重視均衡飲食和充足睡眠，讓孩子在良好的生活習慣中健康成長。

美國房貸利率兩年多來首破7% 買家轉向ARM

【看中國記者田淨心編譯/綜合報導】美國房貸利率9月下旬重新升至7%左右，購房成本增加，房貸申請量下降，可調整利率抵押貸款（ARM）的申請比例則有所上升。

房地美（Freddie Mac）9月24日公布的數據顯示，美國30年期固定房貸平均利率為7.03%，高於一週前的6.95%，去年同期為6.30%。15年期固定房貸平均利率為6.42%。

美國抵押貸款銀行協會（MBA）的數據顯示，截至9月18日的一週，30年期固定房貸平均合約利率升至7.12%，高於前一週的6.97%，創2024年5月以來新高。

兩家機構統計口徑不同，但均顯示美國30年期固定房貸利率已回到7%左右。


Adobe Stock

利率上升 月供增加

以40萬美元、30年期固定貸款為例，只計本金和利息，利率6.09%時月供約2420美元；如果升至7.12%，月供約2690美元，每月增加約270美元，一年多支出超過3000美元。

實際住房成本還包括：房產稅、房屋保險、HOA及可能涉及的貸款保險。利率越高，在相同月供預算下，購房者能借到的金額也越少，首次購房者受到的影響尤其明顯。

房貸申請下降 ARM比例上升

MBA數據顯示，截至9月18日的一週，美國整體房貸申請量下降1.5%，其中購房貸款申請下降1%，再融資下降3%。再融資申請量同比下降62%。

與此同時，ARM占全部房貸申請的比例由8.4%升至9.8%。5/1 ARM平均合約利率為6.10%，低於同期30年固定房貸。

5/1 ARM通常前5年利率固定，之後按合同調整。初始利率雖較低，但未來月供可能上升，借款人需要注意調整週期和利率上限。

FHA、VA和USDA 提供不同選擇

MBA數據顯示，FHA貸款佔全部房貸申請的16.7%，其30年固定貸款平均合約利率為6.78%。FHA貸款通常允許較低首付，但需要支付貸款保險等費用。

VA住房貸款主要面向符合條件的退伍軍人、現役軍人及部分軍人遺屬，部分借款人可零首付；同期VA貸款占申請量12%。

USDA住房貸款則主要面向符合收入和地區要求的家庭，部分符合條件者也可零首付，同期占比0.6%。

三類貸款針對的借款人和房屋條件不同，是否符合資格需要分別審核。

再融資市場降溫

不少房主此前鎖定了較低的固定房貸利率，如今重新貸款可能面臨更高利率，因此再融資吸引力下降。

換房也面臨類似問題。房主出售舊房再買新房後，新貸款通常需要按當前市場利率重新定價，即使房價變化不大，月供也可能明顯增加。

美聯儲降息 不代表房貸同步下降

美聯儲9月16日將聯邦基金利率目標區間調整至3.75%至4%，但30年期固定房貸利率還受到長期美國國債收益率、通脹、市場預期和貸款機構融資成本等因素影響，因此不一定與美聯儲政策同步變化。

購房者如果等待利率下降，也需要同時考慮房價、房源和自身融資條件。

買房不能只看房價

在目前利率水平下，購房預算不能只看掛牌價格和首付。每月住房成本還包括：房貸本金和利息、房產稅、保險、HOA，以及可能存在的貸款保險。

房屋維修同樣需要預留預算。暖氣、空調、屋頂、熱水器和管道等出現問題，都可能帶來較大支出。

比較貸款時，也不能只看最低利率，貸款點數、手續費、首付比例、保險和實際年利率（APR）都會影響最終成本。

目前美國30年期固定房貸利率重新回到7%左右，購房和再融資申請均有所下降，而ARM申請比例上升。

對準備買房的人來說，房貸利率只是住房成本的一部分，更重要的是計算自己每月能承擔多少總住房支出，以及整個貸款期限內需要支付的總成本。

免責聲明：本文信息僅供參考，不構成購房、貸款或投資建議，實際貸款利率和貸款條件，以貸款機構最新報價及個人資質為準。



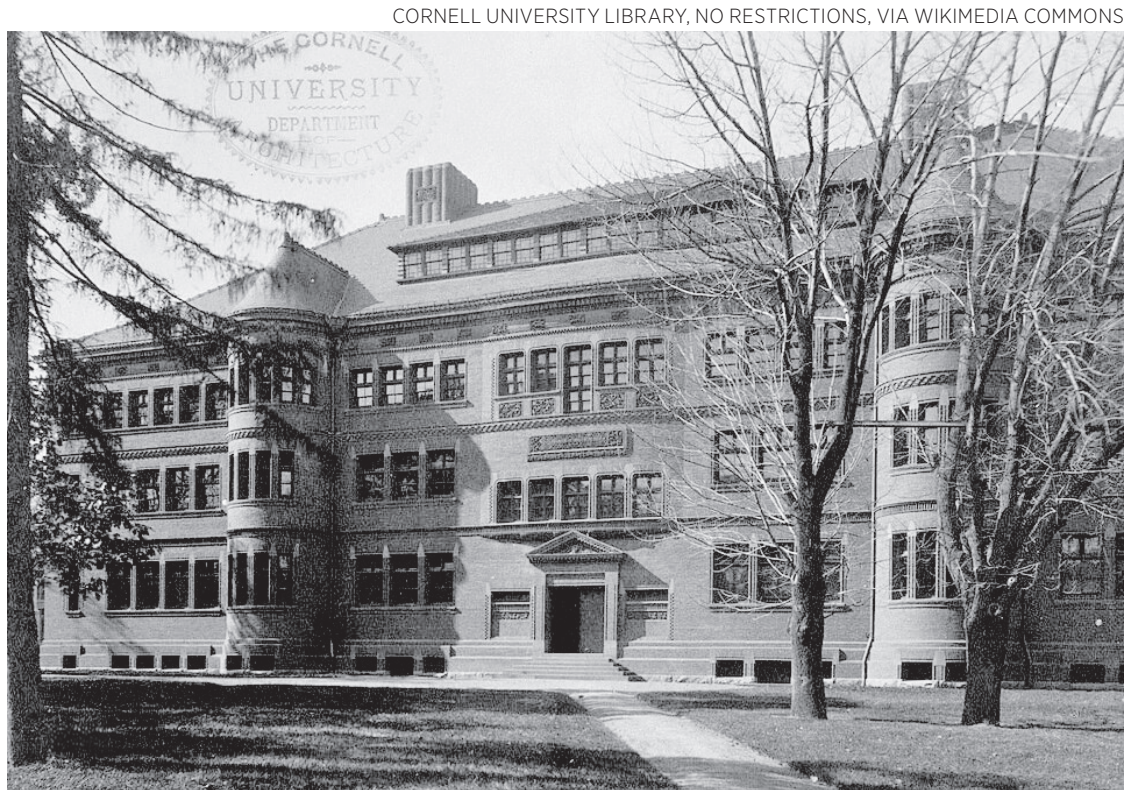


中國官員執教哈佛第一人

文｜宗家秀

清朝官員戈鯤化是登上哈佛講堂的第一位中國人，頂戴花翎，足蹬皂靴，是那個時代美國家喻戶曉的人物，但他的名字幾乎不為今天的世人所知。

CORNELL UNIVERSITY LIBRARY, NO RESTRICTIONS, VIA WIKIMEDIA COMMONS



▲ 1980年，哈佛學院塞弗爾樓。

早年湘軍幕僚 官至五品

戈鯤化，道光十八年（1838年）出生，安徽省休寧縣人。一個半世紀以前，他將漢語與中國儒家文化傳入遠隔萬里重洋的英語世界。

戈鯤化天資聰穎勤勉好學，尤工詩詞與古典文學，後來通過鄉試成為秀才，父母去世後，他跟隨湘軍將領黃開榜，做了幕僚。太平天國平定後，湘軍裁撤，戈鯤化在美國駐上海領事館、英國駐寧波領事館任祕書兼中文教師，長達17年之久。其間，戈鯤化官至寧波候選同知，藍頂戴，五品官。

戈鯤化是正統的知識分子，家國情懷甚濃。他曾有詩曰，「錯認風流夙世緣」、「況破家資業未精」、「誰信煙魔勝病魔」等，對晚清社會黃賭毒流深表擔憂。戈鯤化著有《人壽堂詩鈔》和《人壽集》。

他參與民間修宇建廟，曾為晉豫災荒捐款。寧波有座西人造的新江橋，戈鯤化倡議募集資金買下此橋，造福當地百姓。寧波聞人徐時棟詩讚道：「欲以蓮花比詩品，恰同人品兩相宜。」

哈佛尋找中文老師赴美執教

1877年2月，美國領事官鼐德，致信哈佛大學校長查爾斯·W·埃利奧特，建議聘請一位中文教員到哈佛講授漢語及中國文化，為美國與中國的政商往來奠定文化基礎。

請中國人到美國當哈佛人的中文老師，在當時是一個頗具挑戰性的想法。哈佛大學有著足夠的開放精神和創新意識，校長埃利奧特遠見卓識，他非常爽快地同意了鼐德的建議。鼐德於是委託英國人赫德幫忙，後來把物色中文教員一事託付給寧波稅務司的美國人杜德維，杜德維發現自己的中文教師戈鯤化是最合適的人選。

公有領域



◀ 1880年，戈鯤化在哈佛大學身著傳統清朝官服與朝珠、頂戴花翎的肖像照。

1879年5月，鼐德給哈佛校長寫信說：「我已物色到一位有官銜、在學術上很有造詣的中國紳士，他願去哈佛擔任為期三年的中文教師。他是一位作家，曾在英國駐華領事館任翻譯生多年。」

大洋那邊，美國商人們早已向哈佛校董會捐贈了8750美元，用於中國老師在美三年的生活開銷。

1879年5月，哈佛委託鼐德與戈鯤化簽訂了任教合同，期限從1879年9月至1882年8月。任教期間，每月薪酬200美元，這相當於當時本土美國人薪酬的雙倍。1879年7月，戈鯤化從上海搭乘英國「格侖菲納斯」號輪船啟程；經過50多天的海上旅程，來到了美國。

身體力行傳播中國文化

一到哈佛，戈鯤化很快就能流暢地用英語交談，甚至可以翻譯自己的詩文。在處理東西方文化差異時，他巧妙機智，不失風度。

任教期間，他一直堅持身著清朝官服上講臺，要求學生尊師重道。他的學生並不侷限於本校人士，任何希望瞭解中國的學者、從事外交、海關、商業及傳教事業者，只要繳費就可選修他的課程。他教學內容豐富，準備充分，深受好評。

清眉睿眼的戈鯤化，身著清朝官服，頂戴花翎，足蹬皂靴，舉止像紳士般的高貴文雅，出現在演講會、酒會、聯歡會等公開場合。他的服飾與體態，是中國文化的一張最鮮亮名片。他常常先用流利的英語自我介紹，然後吟誦自己的詩或唐宋詩詞，最後他會優雅地鞠躬致謝。他的從容不迫與安詳自如，深深打動了金髮碧眼的美國人。

哈佛神學院院長埃里福特評價道：「當他拜訪別人時，他具有紳士的老練機智，會尊重我們社會的習俗；而他款待客人時，卻總是以中國的禮儀相待。」

戈鯤化為美國人專門編纂了中文教材《華質英文》，書中收集了他自創的15首中文詩，附有英文譯文與註解，甚至標出了平仄發音。這是有史以來最早的介紹中國詩詞的教材，由中國人用中英文對照編寫。

美國各大媒體爭相報導

1879年9月25日，哈佛校報上刊載的〈採訪中文教授〉一文，給予戈鯤化很高的禮遇，報導中描述戈鯤化「聲調及態度均頗顯熱情誠懇」，顯然，戈鯤化對於西方及媒體的適應超越了西人的想像。

1880年1月9日，戈鯤化教授贈送圖書館《人壽堂詩鈔》的消息在校報登出，顯示出哈佛大學對此事的關注與重視。

不幸的是三年合約尚未到期，1882年2月14日，戈鯤化因肺炎客死他鄉，享年48歲。

《波士頓每日廣告報》評價他：「不僅給我們的街道帶來了東方的色彩，甚或東方式的壯觀，而且帶來了東方式的安寧、沉靜與諧和……我們在向他展示文明的同時，也應該向他學習……」

《波士頓週日晨報》、《每日圖畫報》等媒體連續刊發了戈鯤化教授逝世的消息，還有回憶及紀念文章

哈佛募款撫卹戈家後人

2月15日當天，哈佛大學以隆重的西化葬禮儀式送別了這位向美國傳播中國文化的先驅者。悼詞中說：「他一生仁愛，富於思想。」「我們在中國大聖人孔子身上可以發現類似的品質。」

在戈鯤化病逝之後，哈佛大學募捐了5000美元，撫恤戈夫人以及他們的孩子。1883年，戈鯤化的兒子戈朋雲留學哈佛，後來，他成為上海著名的演說家。

朱鎔基談香港 一語成讖

文｜者行孫

朱鎔基於2026年8月12日逝世。他在當總理期間相當關心香港，曾經說：「香港回歸祖國，在我們手裡搞壞，我們豈不成了民族罪人？」如今看來恐是一語成讖。

朱：「我愛香港。」

1997年香港主權移交兩個月後，朱鎔基即以副總理身分赴港考察。1998年朱鎔基接任總理後，亞洲金融風暴爆發。他在首場中外記者會上承諾，只要特區政府提出要求，中央將不惜一切代價維護香港的繁榮穩定、保護聯繫匯率制度。

2002年，香港經濟陷入谷底，時任特首董建華向朱鎔基求救。朱鎔基在香港特區政府舉行的歡迎晚宴上，針對當時的香港局勢發表了近半個小時的演講。

當時，朱鎔基以脫稿方式坦誠地指出，他自己對香港的認識僅限於每天看2～3份報紙，這樣的情況下讓他對香港經濟提好的意見顯然不太可能可靠。

但朱鎔基表示，香港的優勢並沒有喪失，競爭力和經濟實力沒有降低，他相信香港完全可以憑藉自己的力量克服當前的困難。朱鎔基表示要寄希望於香港600多萬人民，寄希望於香港的年輕一代……作為中國一顆璀璨的明珠，香港是大有希望的，大有前途的。

朱鎔基說：「我就不相信香港會搞不好，如果香港搞不好，不但港府官員有責任，北京中央政府也有責任，香港回歸祖國，在我們手裡搞壞，我們豈不成了民族罪人？不會的！」他結束講話走下臺之時，高呼四個字真心話：「我愛香港。」

對大躍進說實話被劃右派

朱鎔基於1991年出任中共國務院副總理，1992年中共十四大上破格躋身政治局常委，翌年兼任中國人民銀行行長，主導宏觀調控，從此成為中國經濟的主導者，他1998年接替李鵬出任總理，但因年齡關係僅做了一屆就退休，交棒給溫家寶。

當初1957年，時年29歲的朱鎔基，雖然已在國家機關歷練了7年，卻依然保持性格中的率直。當時，朱鎔基因說實話，對不切實際的大躍進高指標提出意見，被認為「清高」、「目無領導」，劃成右派。

朱鎔基的同事，中國某協會領導的一位老人回憶說，「他是被錯劃的，本來是不應該有他的。但那時劃右派有任務，定指標，找不到那麼多人，就把他拉上了。」「他所受的教育又要求人獨立思考、不搞陰謀詭計。」

經典名句

禍莫大於不知足

文｜林婉如

「禍莫大於不知足」出自春秋時期思想家老子的《道德經 · 第四十六章》，意思是人的罪過沒有比不適切的欲望更大的，人的過錯往往源於你想得到你不該得到的東西。

禍莫大於不知足 咎莫大於欲得

道德經說：「罪莫大於可欲，禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。故知足之足常足矣。」老子以這句話來勸誡王侯等統治者，因為他們常剝削廣大的勞動百姓，所以希望他們不要貪得無厭。

老子對於飢寒交迫的百姓非常同情，因此將「民各甘其食，美其服，安其居，樂其俗」作為其治國的理想目標。窮困之人該自力更生，因為他需要考慮的並不是「知足」，而是如何「生存」。但當衣、食、住、行都達到基本的生活所需時，我們仍可努力不懈，不過該感到滿足，並且心懷感恩、樂於分享。

公有領域



當今世界物欲滾滾。許多禍患痛苦的來源都是因為不知足，災難險惡的來源都是因為過分貪婪。很多時候我們迷茫、焦躁，並不是因為命途多舛，而是因為不知足，導致迷失了方向，從而失去了感知幸福的能力。

哲學家伊壁鳩魯曾經說過：「誰不知足，誰就不會幸福。」不必把有限的時間、精力放在追逐身外之物上面，清心才能從容，寡欲才能多壽。

知足常樂 幸福自來

一個人快樂與否，不在於他擁有多少，而在於他是否知足。孔子曾讚顏回：「一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。」面對貧困生活環境，顏回依舊保持內心的豐足與愉悅，是知足最高境界的歷史典範。

蘇軾經歷多次貶官與烏臺詩案等政治低谷，卻沒有怨天尤人，反而在黃州品嘗竹杖、芒鞋的樂趣，寫下「一蓑烟雨任平生」的瀟灑詩句，隨遇而安。

明代學者胡九韶，家境貧困，他一面教書，一面耕作，僅僅能夠勉強衣食溫飽，但是他卻每天晚上燒香，拜謝神明賜給他福氣。妻子笑他說：「我們一天三餐都是菜粥，怎麼談得上是清福？」胡九韶說：「我首先很慶幸生在太平盛世，沒有戰爭兵禍。又慶幸我們全家人都能有飯吃，有衣穿，不至於挨餓受凍。第三慶幸的是家裡床上沒有病人，監獄中沒有囚犯，這不是清福是甚麼？」

知足的人最幸福。他們不做非分之想，不好高騖遠，不利欲熏心，不巧取豪奪，他們的內心沒有憂慮，而是平靜與快樂。所以，人生沒有不幸福，只有不知足。



▲ 晚明時期畫家丁雲鵬繪〈三教圖〉，畫中展現孔子、老子、釋迦摩尼正相談論道。

廣告洽詢專線：1-800-896-1326 投稿與反饋：info@KZGBoston.com


ELENATHEWISE/ADOBE STOCK

療養保健

洗腎年輕化

醫揭年輕族群「傷腎」五大元凶

文｜余筱琪整理

洪永祥醫師語重心長地提醒，腎臟是一個極度「沉默」的器官，在壞掉70%之前，可能都不會有任何疼痛或症狀。

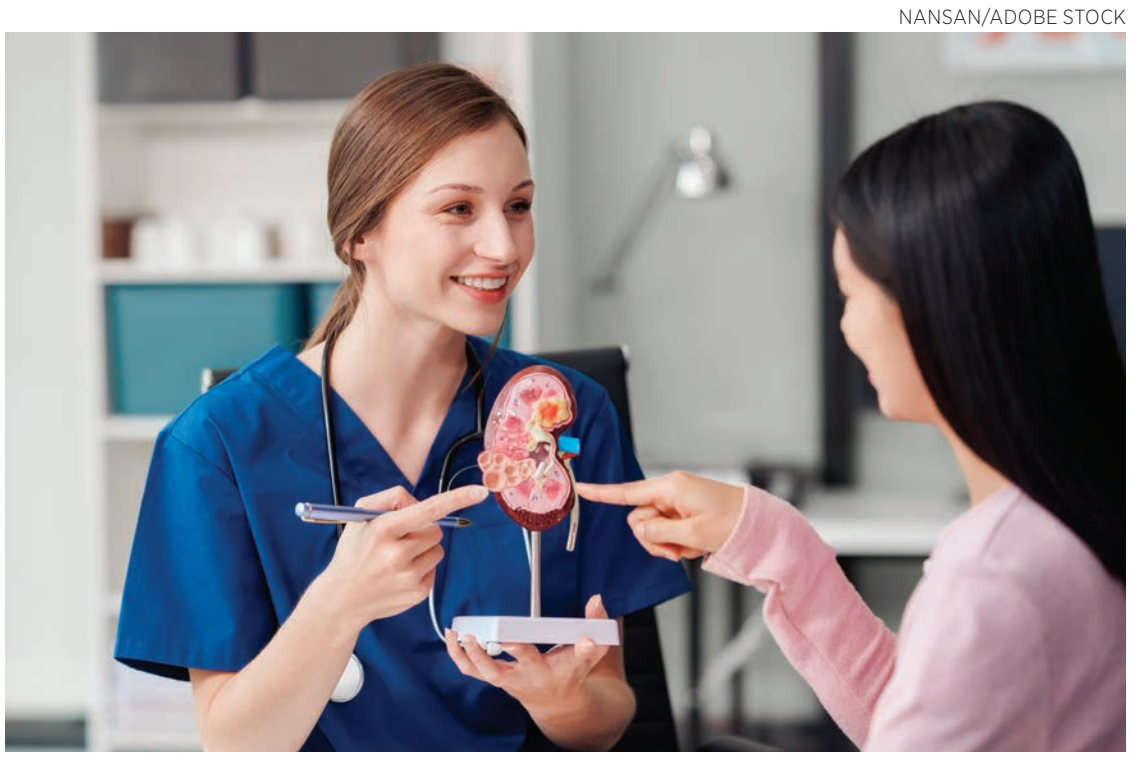
想像一下，三十歲的你，理應是在職場衝刺、與伴侶規劃未來，或是正沉浸在為人父母的喜悅中。然而，在洗腎室裡，卻有一群年輕面孔，他們的一週三次、每次四小時，都必須與冰冷的洗腎機鎖在一起。

這種「人生被迫按下暫停鍵」的窒息感，並非遠在天邊。腎臟專科醫師洪永祥在其社群平台發表文章指出，年輕人洗腎往往來得又快又急，許多人在接到診斷書的那一刻，滿臉寫著懊悔與不可置信。他們大多沒有長期的慢性病史，甚至自認身體壯如牛，直到水腫、喘不過氣才就醫，卻被告知腎臟已經「登出」了。為了找出摧毀年輕腎臟的隱形殺手，洪醫師翻閱了數十篇國際權威醫學論文，整理出四十歲以下族群洗腎的「五大疾病」與「五大壞習慣」，這是一份給所有現代人的健康提醒。

【真實案例】二十六歲的她面臨洗腎

小涵是一名二十六歲的上班族，為了業績每天早出晚歸。她的生活紓壓方式很簡單：一天2杯手搖飲。這半年她常覺得臉部浮腫，總以為是熬夜水腫，直到某天深夜加班，她突然感到肺部像溺水般喘不過氣，被緊急送往急診。

NANSAN/ADOBE STOCK



▲ 腎臟在壞掉70%之前，可能不會有任何症狀，因此要警惕傷腎的隱形殺手。

當時負責治療的洪醫師看著驚人的抽血數據，沉重地告訴家屬，小涵的尿毒素指數破表，導致肺水腫，必須立刻插管緊急洗腎，否則生命垂危。小涵在病床上顫抖著問：「我只是愛喝飲料、愛熬夜，我還這麼年輕，為甚麼腎臟就這樣沒了？」後來住院查發現，小涵好幾年前已經有蛋白尿，應該是慢性腎絲球炎卻不自知，加上長年傷腎的生活習慣，最終釀成不可挽回的悲劇。

揭祕年輕洗腎的「五大疾病」排行榜

腎臟就像一個精密的濾水器，有些傷害是「天災」，有些則是「人禍」：

第五名：不明原因的慢性腎傷（環境與熱傷害）

這常發生在需要高溫作業或戶外勞動的年輕人身上。長期處於高溫環境卻沒補充足夠水分，腎臟就像在缺水的情況下運作的機器，會快速老化。若再加上亂吃成分不明的中草藥或消炎止痛藥，更會讓腎臟發炎。

第四名：早發性高血壓

別以為血壓高是老年人的專利。年輕人血管彈性好，往往「完全無症狀」，等感覺頭暈時，腎臟微血管早已被高壓破壞。這通常與肥胖、睡眠呼吸中止症息息相關。

第三名：早發性糖尿病腎病變

這是近二十年名次上升最快的原因。高血糖會讓腎臟濾網「焦糖化」，變脆、變硬，最後直接破裂喪失功能。

第二名：腎絲球腎炎（免疫系統的反擊）

這在亞洲年輕人中非常常見。當你感冒或喉嚨痛時，身體的保全系統（免疫系統）本來要抓強盜，卻不小心把自家的濾網也當成敵人炸掉了。如果你發現感冒後尿液變成「洗肉水色」，一定要立刻就醫。

第一名：先天性或遺傳性腎臟病

這是全球年輕洗腎者的首要原因，如「多囊腎」（腎臟長滿水泡）。雖然這是基因注定的「硬傷」，但若能早期診斷，並透過飲食保護，洗腎的時間可以延後十年，甚至二十年。

隱形謀殺：摧毀腎臟的五大「生活壞習慣」

如果說遺傳疾病是火種，那麼這五個壞習慣就是往火堆裡澆油：

含糖飲料當水喝（高果糖漿）：這是傷腎的第一元凶！果糖代謝產生的尿酸會像碎玻璃一樣摩擦腎小管，引發慢性發炎。

重鹹與超加工食品：鈉離子超標會引發高血壓與血管硬化，夜市的美食雖然誘人，卻是腎臟的沉重負擔。

止痛藥與成藥濫用：長期服用強效消炎止痛藥，會讓腎臟血流驟降。對於腎臟已有潛在問題的人來說，這簡直是一場海嘯。

極端高蛋白飲食：健身風氣盛行，但若在腎功能不全的情況下攝取過量蛋白質，會造成腎臟過度操勞，就像開著老爺車在高速公路上飆車。

長期熬夜與睡眠不足：夜間是腎臟排毒與調控血壓的關鍵時刻，睡眠不足會直接加速腎功能下降。

「放下手中的那杯飲料吧！」這不是恐嚇，而是救命的呼籲。從今天起，多喝一杯白開水、不亂吃止痛藥、定期做腎功能檢查。請記住，你的腎臟需要陪你走完這輩子，它沒有備份檔。希望二十年後的你，會感謝現在願意為了健康做出改變的自己。

中醫保健

腳氣重 可能是特發性水腫

文｜葉慧昌
（葉慧昌中醫診所院長）

腳有水腫是很容易發現的。手指壓一壓腳背，凹陷而無法彈起來，或者覺得鞋子變緊了，襪子的壓痕也變深了，這就是所謂的下肢水腫，亦即俗稱的腳氣。

在排除心臟、肝臟、腎臟、內分泌等疾病或營養不良引發的水腫，找不到原因時，就稱為特發性水腫。

壓力與荷爾蒙：水腫的隱形元凶

特發性水腫的患者多是容易緊張的體質，工作及生活上比較有壓力、容易失眠。因為神經質的體質，會造成荷爾蒙分泌紊亂，分泌過多的血管升壓素，導致腎臟吸住較多的水分和鹽分，因此容易產生水腫。

患者多以中年女性居多，檢查時卻看不出有任何器官的毛病，通常在早上睡醒時眼皮水腫，站了一天以後，變成腳部明顯水腫。這是因長時間站立、步行或久坐，下肢一直處於較低位置，重力作用使下肢靜脈血液回流困難，血液在靜脈內淤積，血管內壓力增加，造成水分滲透到血管外皮下組織，因而產生水腫。

有些患者是月經來時會腫得厲害，有些是受到天氣的影響，有些人下肢循環不佳，甚至會造成小腿、腳踝的皮膚炎。患者平時常有怕冷、疲倦乏力、四肢困重、胸悶腹脹，活動即感心悸、氣短氣急、頭昏。

特發性水腫的特點

特發性水腫的特點有：長期而反覆；上午輕，下午重；睡覺後輕，活動後重；四肢明顯，而軀幹不明顯；月經前後加重；與氣溫、情緒、疲勞有關；消得快，腫得也快；腫胖難分，體重增加。

中醫看水腫：利尿與發汗

中醫古籍《金匱要略》記載：「諸有水者，腰以下腫，當利小便；腰以上腫，當發汗乃癒。」《內經》則提到「開鬼門，潔淨腑，去菀陳莝」，即指出發汗、利尿、攻下逐瘀，是治療水腫的大法。

水腫患者宜限制飲食中的水分及鹽分，正如《世醫得效方》所言：「凡水腫唯忌鹽，雖毫末許，不得入口……不能忌鹽勿服藥，果欲去病，切須忌鹽。」

生活習慣的調整與預防

此外，平時需要久坐或久站的人，最好每隔半小時就動一動腳，或起來走動，以改善腿部循環。女性朋友可以穿著彈性絲襪，而且最好不要穿高跟鞋。晚上平躺時，腳可適度抬高。用力將腳板往下踩，停十秒鐘，繼而放鬆，再用力往上抬，停十秒鐘，再放鬆，十分鐘內重覆五到十次。

此外，調整生活步調、減輕壓力，並且要多跑步，以增加腿部肌肉彈性。飲食方面，除了不要吃太鹹，也不要吃太多米飯、麵食及蛋糕。有的人怕胖，一下節食不吃，一下又大吃大喝，也很容易導致體內荷爾蒙失調，而引發水腫。

（本文經作者授權刊載，轉載本文請取得作者同意）

保健常識

十五個關於乳腺癌的誤解（一）

編譯｜高新宇

世界衛生組織（WHO）的資料顯示，全球每年有68.5萬人死於乳腺癌，另有230萬人被確診，是全球最常見的癌症。

乳腺癌的普遍存在或許可以解釋，為甚麼圍繞它存在著各種各樣的誤解。在這裡，我們將探討其中十五個最常見的誤解。

1. 乳房損傷會導致乳腺癌

紐約市西奈山伊坎醫學院乳腺外科助理教授澤德曼博士說：「乳房損傷不會導致乳腺癌，但它會導致乳房發生變化，這些變化在影像學上可能與乳腺癌相似。這個過程被稱為『脂肪壞死』。在乳房X光片上，它看起來像一個邊緣不規則的腫塊，很像新生乳腺癌的影像。區分癌症和脂肪壞死的最佳方法是進行針吸活檢。」

2. 鋼圈文胸會增加患乳腺癌的風險

雖然鋼圈文胸不會增加患乳腺癌的風險，但澤德曼醫生始終建議選擇無鋼圈文胸。他解釋說：「鋼圈會刺激乳房下方的皮膚，導致皮膚破損。這種破損可能使細菌進入乳房，引起感染、膿腫，或兩者兼有。」

3. 試管嬰兒會增加患乳腺癌的風險

在體外受精（IVF）過程中，醫生通常會開具刺激卵巢產生卵子的藥物。這些藥物會模擬雌激素的活性。因此，一些專家懷疑這些藥物是否會促進雌激素受體陽性乳腺癌的生長。顧名思義，這些癌細胞的細胞膜上含有雌激素受體。

澤德曼醫生解釋說：「雖然目前還沒有隨機對照試驗來解答這個問題，但最近一項對過去30年所有觀察性研究進行的綜述分析，得出結論：接受卵巢刺激藥物治療的女性患乳腺癌的風險，並不比普通人群高。」

4. 所有乳房腫塊都是乳腺癌的徵兆

這是一個誤區。並非所有乳房腫塊都是癌症。澤德曼醫生解釋說：「大多數新出現的乳房腫塊都是良性的。而且，如果您最近做過乳房X光檢查，結果正常，那麼良性腫塊的比例可能更高。任何新出現的腫塊都應該由醫療專業人員進行評估。」（未完待續）

資料來源：www.medicalnewstoday.com

乳腺癌的發病率較高，不少人卻對它存在著各種誤解。▼

NANSAN/ADOBE STOCK



清代浙東神算「史瞎子」下

◎文：青蓮

中國有句老話：「萬般皆是命，半點不由人。」是說人的命數是上天注定的，從出生起，人就按照既定的劇本在走。該來的總會來，該走的留不住。常人不信，只因無法看到其中隱密。

示意圖：TANG90246/ADOBE STOCK



而史瞎子對出身官宦世家的舒赫德，也給出了令人驚歎的預言：這個安靜站在長輩身邊的孩子，日後將成爲清廷重臣。事實上，多年後的舒赫德的確在官場大展身手，歷任軍機大臣、大學士、太傅等職，深受乾隆帝倚重。

不久之後，史瞎子的名聲傳到京城，被人推薦給了雍正皇帝。雍正帝不僅篤信佛學，對天文、曆算、祥異、術數與各種神秘之學亦有瞭解，史瞎子既以推命聞名，自然會被召入宮中。

入宮給皇帝斷命，並沒有讓史瞎子一步登天。相反，他很快就遭遇了自己預言裡的劫難，被貶出皇宮，處以流放之刑。誰也不知道史瞎子因爲甚麼原因惹惱了皇帝，有人猜測，他或許斷出了皇帝最不願聽到的事，也有人說，他言辭觸犯禁忌，或使帝王擔心天機外洩。總之，史瞎子觸怒了龍顏，被發配到了山海關外。

公有領域



史瞎子入宮給雍正帝斷命，因不明原因被皇帝貶出宮，流放關外。

離開江南故土，一個雙目失明之人，獨自在風雪漫長，語言、飲食、氣候與生活環境皆大不相同的山海關外度日，會經受怎樣的困苦磨難可想而知。而史瞎子，就在這樣的煎熬中，日復一日、年復一年，度過了整整二十年。

而就在這二十年裡，汪由敦的人生，果然是沿著史瞎子當初的預言一步步邁近。

雍正二年，即 1724 年，汪由敦考中進士二甲第一名，授翰林院編修。此後仕途一路上升，逐漸成爲清廷重要大臣，歷任吏部尚書、協辦大學士等職，並參與《明史》、《大清一統志》、《盛京通志》等大型典籍的纂修。當年那個靠教導富貴人家子弟爲生的清寒書生，終於走到了人生高光時刻的頂峰。

乾隆帝在位十年後，朝廷曾頒下恩詔，對部分罪在流放、充軍以下的犯人減輕刑罰、酌情發落。那時汪由敦已任刑部尚書，掌管刑名案件與獄訟檔案。一天，他翻閱積案時，看到一個熟悉的名字：史廣義。

汪由敦立刻想起當年的一切。那個多年前在書塾燈下，鄭重托付自己「異日相救」的盲相士，竟然眞的出現在刑部檔案中。

徐府中摸骨時那句「二人皆貴」，深夜造訪書塾時那句「官職名聲皆在主人之上」，以及史瞎子預言自己會遭受多年劫難、求他將來相救的懇切言辭一一浮現在汪由敦的眼前。

二十年過去，當初史瞎子的話全應驗了，無一落空。史瞎子是奉皇帝特旨發配的，檔案中又沒有清楚記載具體罪由，照一般規矩，這類案件未必能因恩詔輕易釋放。

同僚們見此案，都感到棘手。若輕率處置，恐怕觸及舊案。若不理會，又未免有違恩詔寬刑之意。

汪由敦沉思良久，認爲史瞎子所受處分，仍屬於流放充軍範圍，應屬恩詔可減免的範疇。於是，他上奏朝廷，請求將史瞎子釋回京師。奏請獲准了，在關外風雪中流徙多年的盲眼相士終於回到了京城。當年預言的另一半也已得到驗證：汪由敦果然是救他之人。

史瞎子回京後，暫居在汪由敦府中。經歷了邊塞流放、命途翻覆之後，他似乎比從前沉默許多。

昔日那個以斷人貴賤、預言禍福聞名浙東的神算，開始收斂鋒芒，不再輕易替人推演未來。也許經歷了這場劫難，他比誰都明白，天機若眞可窺見，未必是一件令人歡喜的事。因爲任何說出口的一句話，都可能給自己招來難以承受的禍端。

儘管他不想再給人推命，但恩人的情他卻不能不報。

沒過多久，汪由敦的長子承沆將要參加科舉，汪夫人望子成名之心極切，還是想請史瞎子爲兒子推命。

史瞎子沉吟良久，只說了一句：「可至六品。」清代六品官，在一般人看來已屬體面仕途，但汪由敦此時身居高位，又在內廷供職，若承沆考中進士，照理前程不止於此。尤其翰林院修撰正是從六品官，若在殿試中高中狀元，便會授爲翰林院修撰。

於是汪夫人聽完後，心中暗自揣測：史瞎子所謂「六品」，莫非是在暗示承沆將來會中狀元、入翰林院？一時間，府中人都覺得這句斷語含著大富貴。不料，就在科考臨近之際，朝廷任命汪由敦爲這一科考試的主考官。

按照科場規矩，主考官的子弟必須迴避，承沆因此不能參加本次考試。

消息傳來，所有人都愣住了。連考場都不能進，何談中進士、入翰林？又何來的「可至六品」？難道史瞎子這一次竟然算錯了？

誰知到了這一年冬天，皇帝特別賜予汪由敦蔭子恩典。所謂「蔭子」，即因父輩功勞、官爵或恩典，使子弟得以授官。承沆雖未參加科舉，卻獲得了主事之職，而主事正是正六品官。史瞎子又說對了。史瞎子一生對自己及他人命運的預測，正驗證了中國的那句老話：「萬般皆是命，半點不由人。」冥冥之中，似乎早有定數，令人感嘆！（完）

古老岩畫中的冥界之旅

◎文：藍月

在墨西哥伊達爾戈州的山野之間，有一些古老的岩畫，似乎表達了一場神秘旅程的反覆上演。

在那些岩畫中，刻畫了一至兩名如同戰士般的人物，在犬科動物的引領下，走向與死亡、月亮、葬禮以及地下世界有關的冒險。

考古學家阿方索·托雷斯·羅德里格斯研究這些岩畫後發現，類似的「與冥界之主相遇」的圖像至少出現 55 次，分布於 25 個遺址。其中大部分可追溯至公元 350 年至 750 年間。他將這類畫面稱爲一種「圖像句法」，也就是不同人物與符號按照特定順序組合，形成具有意義的完整場景，而非彼此毫無關聯的單獨圖案。研究者進一步辨認出這些岩畫有三組主要人物形象。其中一組人物帶有戰士特徵，身披蛇皮，雙手格外寬大；另一組以坐姿人物爲核心，被認爲與高地奧托米社群的神聖傳統有關；第三組由成對的祖先形象構成，呈現逝者與生者之間持續存在的聯繫。

托雷斯·羅德里格斯認爲，這些雙生形象並非完全相同，可能代表彼此互補的力量。其中一人與男性、戰鬥、太陽及軍事有關，另一人與女性、祭祀、月亮及農業相連。兩種力量並存，形成一種彼此對立又互相補充的關係。

而這其中引人注意的一點，是犬科動物反覆出現，牠們可能是狗、狼或狐狸一類的形象，牠們似乎承擔著「引路者」的角色，帶領人物走向另一個世界。

托雷斯·羅德里格斯表示，他在瓦帕爾卡爾科、希維因戈、達涅、聖米格爾德拉斯彼德拉斯等地，都能看到類似構圖。有時是一名訪客面對一名神靈，有時則是兩名訪客遇上一名神靈，也有兩名訪客與兩名神靈彼此對立的場景。

示意圖：DANTE/ADOBE STOCK



那些古老的石壁，讓人們窺見古人對死亡與超自然力量存在的聯繫。

那些古老的石壁數千年來在山野間沉默無聲，也沒有留下文字，卻一次又一次描繪著相似的情節，讓後人得以窺見古代人類對死亡的印象，以及生者與逝者、超自然力量之間可能存在的聯繫。

網上辦理安全可靠・服務體系專業權威 ・請認準官網：TUIDANG.ORG

辦理 退黨證明 要盡快

訪問官方網站 tuidang.org 自助式辦理

全球退黨服務中心成立於2005年，是美國紐約501(C)(3)非營利組織。自成立以來一直致力於幫助中國大陸以及國際社會的民眾認清中共的邪惡本質。至今，已有超過四億中國人退出中共黨團隊組織。全球退黨服務中心頒發的【退黨證明】是您脫離中共的有效見證，普遍被國際社會認可，是您出國、移民必備的證明材料。

脫離中共
擁抱自由
出國移民
暢通無阻

20年來堅持不懈
幫助中国人擺脫中共

全球退黨服務中心
GLOBAL SERVICE CENTER FOR QUITTING THE CHINESE COMMUNIST PARTY

成吉思汗為何重用耶律楚材？

文｜禾子

公元1218年，蒙古大軍的漠北行營裡，28歲的耶律楚材初次走進成吉思汗的大帳。成吉思汗一眼看過去，進來的是一個身材魁梧、儀容俊美、鬍鬚一路垂到胸口的契丹人。

成吉思汗當場賜給他一個稱呼——「吾圖撒合理」，意思是長鬍人。這個稱呼後來幾乎取代了他的本名，成了蒙古汗廷上下對他的稱謂。

一百年前，金朝女真人滅掉了契丹的遼朝，如今金朝眼看也要亡在蒙古人手裡，成吉思汗有意試探這位遼國宗室後裔的心思，問道：耶律氏與金朝，算不算世仇？耶律楚材回答：父祖兩代都曾北面事金，既然做過金朝的臣子，又怎麼能因金朝快要亡了就心生痛快？成吉思汗見他不討好新主，反而覺得這樣的人用起來放心。

其實，在這之前，耶律楚材已經替金朝守了整整一年的城。公元1214年，金宣宗南遷汴京，留下丞相完顏承暉鎮守中都，25歲的耶律楚材被舉薦為左右司員外郎，協助留守政務。蒙古軍圍城，中都斷糧六十天，他依舊照常履職，城裡竟沒人看出他其實也在挨餓。次年中都陷落，燕京落入蒙古之手，耶律楚材被成吉思汗召見。（《元史》裡只留了一句「太祖定燕，聞其名，召見之」。）

成吉思汗麾下不乏猛將，他們各有各的來歷，也各有各被收服的方式。例如：哲別原名只兒豁阿歹，本來是敵方陣營裡的神射手，一場混戰中一箭射死了成吉思汗胯下的戰馬，差一點就要了他的命。後來他主動前來投降，成吉思汗問起這件事，他也沒有掩飾，說願意用一千匹白嘴的良馬，償還當年射殺的那匹馬。成吉思汗看重的，不是這一千匹馬，而是哲別敢把這件事原原本本說出來的那份坦蕩，成吉思汗沒有殺他，反倒收他做了前鋒，替他改名「哲別」——箭鏃的意思，算是把那一箭，變成了兩人之間的一段淵源。哲別後來領兵滅了西遼，又追著花剌子模國王摩訶末一路殺到裏海，成吉思汗晚年評點麾下大將時，還特地提起這段舊事。

者勒蔑是另一種淵源。成吉思汗剛出生時，者勒蔑的父親札兒赤兀歹就獻上一件貂鼠皮的襁褓，而者勒蔑自己那時還在襁褓裡，父親已經替他許下了將來服侍元太祖的承諾。等他長大，果然應了這個約定，跟隨成吉思汗左右。後來蔑兒乞人夜襲，成吉思汗一家倉皇出逃，正是者勒蔑與博爾術兩人拚死護持，才保住了這家人的性命。

成吉思汗自己也講過一段話，把手下這批人分得很清楚：忽必來、者勒蔑、哲別、速不台四人，他稱作「如我之猛犬」，凡是剛硬不服的部族，都交給這四人去征服，打仗時衝在最前面；博爾術、木華黎、博爾忽、赤老溫四人，則留在身邊，讓他「心安」。這番話後來被記進了《新元史》，也成了「蒙古四傑」與「蒙古四猛」這兩個稱號的由來——就好比一組是貼身的柱石，一組是放出去的利刃，成吉思汗心裡分得清清楚楚。

公有領域



公有領域



▲ 成吉思汗臨終前，指著耶律楚材對繼承者交代說：此人是上天賜給我家的。

網絡圖片



▲ 耶律楚材雖是契丹人，但他沒有仇恨金朝，還幫助元朝建立制度，治理好漢地。

木華黎後來就被單獨委以對金作戰的全權，封為太師國王，河北、山西、山東大片土地，是他一路打下來的；速不台出身兀良哈部，最早以質子身分跟在成吉思汗身邊當百夫長，後來在攻打桓州城時率先登城，立下首功。

而耶律楚材，後來成為在這樣一群豪傑裡面站穩腳跟的文臣。

他之所以接受成吉思汗的徵召，一方面是看清了天下大勢，金國滅亡，蒙古取天下只是時間問題；另一方面，也是對金國君臣不顧百姓死活而感到失望，心裡還存著天下蒼生。初見蒙古軍容那一刻，他在《西遊錄》裡記下了眼前的景象：山川草色與天光交相輝映，成群的車帳散布在草原上像一片片白雲，將士多得如同雨點，馬牛遍野，兵甲反射的光芒映亮天空——他說這是千古未有的盛況。還沒見到成吉思汗本人，他心裡已經先佩服了。就這樣，兩人深談之後，成吉思汗說：「此人可用，留在身邊以備諮詢。」

耶律楚材這個名字本身，早有來歷。他出生那一年，父親耶律履已經六十歲，是精通占卜之術的契丹貴族。父親替兒子相過命之後，說了一句話：「吾年六十而得此子，吾家千里駒也，他日必成偉器，且當為異國用。」又借《左傳》中「雖楚有材，晉實用之」的典故，為兒子取名楚材。耶律履的預言很準，他的兒子確實成了大器，重用他的那個「異國」，卻不是中原的哪個政權，而是一個剛從草原崛起、正要吞併整個中國的遊牧帝國。

耶律楚材是遼太祖耶律阿保機的九世孫、東丹王耶律倍的八世孫，父親在金朝官至尚書右丞，算得上真正的皇族貴胄。他兩歲喪父，由母親撫養長大，十二歲進書院讀儒家詩書禮義。耶律家世代仕於金朝，常居燕京；遼國自太祖起就推崇漢文化，金國到第三代皇帝金熙宗，也開始重用漢人、崇尚儒學。燕京作為都城，漢文化底子本就深厚，耶律家幾代人在這種氛圍裡養成了讀書知禮的家風。少年耶律楚材博覽群書，旁通天文、地理、律曆、術數，也涉獵釋老醫卜之說，下筆為文幾乎不用打草稿。公元1206年，他沒有靠父蔭直接授官，而是去考科舉，在應試的人裡，是唯一被評為優等的一個。

追隨成吉思汗後，耶律楚材在汗廷彰顯了他的占卜能力。公元1219年，成吉思汗西征花剌子模，耶律楚材隨行，一路占卜吉凶，成吉思汗信「長生天」，對這件事極為看重，每逢出征必讓他先卜一卦，有時還用蒙古傳統燒羊髀骨的辦法互相驗證。公元1220年，蒙古軍攻下布哈拉、撒馬爾罕之後，冬天忽然打雷，成吉思汗問這是甚麼徵兆，耶律楚材答，花剌子模國王摩訶末將死於荒野之中。這一年年末，摩訶末果然死在裏海的一座小島上。公元1222年，他又根據「長星見於西方」的天象，預言遠在千里之外的金宣宗將死，第二年應驗。

公元1224年，成吉思汗大軍駐紮鐵門關時，侍衛發現一頭形似鹿身馬尾、渾身碧綠、頭上生獨角，還能開口說人話的怪獸，牠告訴侍衛，君主應該早日班師。侍衛們驚恐不已，把這件事報告給了成吉思汗，成吉思汗半信半疑，去問耶律楚材。耶律楚材說，這種獸叫角端，一日能行萬里，通曉各族語言，牠的出現是殺伐過多、上天示警的意思，希望大汗順天意及早回師，如此才有福澤，成吉思汗聽從了，很快下詔班師。這件事在《元史》和耶律楚材本人的墓誌銘裡都有記載，傳為佳話。

當然，耶律楚材的才學不止於占卜。他兼當成吉思汗的漢文書記，汗廷所有漢文文書都經他手。公元1222年，全真教的道士丘處機，應邀來到大雪山行營，耶律楚材全程擔任翻譯，還主筆寫下《玄風慶會錄》，把丘處機與成吉思汗論道的內容記錄下來。

公元1220年，撒馬爾罕陷落後，耶律楚材受命駐守當地兩年，負責屯田事務，閒暇時考察城池、園林、氣候、農商物產，也記下了當地女子學漢人舞蹈、官妓彈奏胡琴這類東西方文化交流的場景，寫了不少描寫當地風光與生活的詩。

西征結束後，成吉思汗轉而出征西夏，耶律楚材再次隨行，屢次上諫，勸止州郡官吏擅自征伐、殺戮，貪暴之風因此稍有收斂；他也盡力保存書籍與醫藥，救下很多人的性命。

成吉思汗臨終前，指著耶律楚材對繼承者交代：此人是上天賜給我家的，往後軍國政務，都可以託付給他。窩闊台即位後，果然重用他，立他為中書令，這一做就是十四年。

當時，耶律楚材上任後面對的第一個難題，是蒙古貴族裡一種想法：中原的漢人會種地、不會打仗，留著也沒甚麼用，不如把人都遷走，將土地改成牧場，多養些馬、牛、羊。大臣別迭就是這麼主張的。但耶律楚材反對，他向窩闊台提議，設十路徵收課稅使，先試行一年，再看結果。一年下來，稅糧、絲帛與白銀所得，遠遠超過了把土地改作牧場所能得到的收益。窩闊台這才相信，眼前這片土地上定居的農民，他們種的地、他們每年要繳的稅，本身就是一項可以長久經營的資源，比把人清空、改牧馬更划算。這場爭論的結果，某種程度上決定了蒙古人後來怎麼對待中原。

除了稅制，耶律楚材還把戶籍、司法和用人的規矩重新立了起來：清查戶口，分清軍政與民政，規定不許帶兵的官員插手地方政務；又設科舉、辦學校，替這個新政權挑選、培養能讀書識字辦事的官吏。他推行的這一整套東西，其實都幫助一個靠馬背打下天下的政權，穩穩地坐住這片土地。

* * *

回頭看，哲別坦白認下自己射殺的戰馬，耶律楚材在新主子面前也不掩飾對舊主子的舊情，成吉思汗信得過的，都是這種心地誠實的人。他麾下的猛將謀臣，來歷五花八門，有的是敵營裡差點要了他命的神射手，有的是契丹貴族出身的讀書人，論出身沒有一個天生可靠，但成吉思汗判斷一個人能不能用，靠的始終是一個標準——即在關鍵時刻，這個人肯不肯講大實話。

成語故事

約法三章

文｜心怡

「約法三章」這則成語出自《史記·卷八·高祖本紀》，意思是指漢高祖劉邦初入咸陽，臨時制定三條法律，與民共守。後用「約法三章」泛指事先約好或規定的事。

【典故說明】

《史記．卷八．高祖本紀》：漢元年十月，沛公兵遂先諸侯至霸上。秦王子嬰素車白馬，係頸以組，封皇帝璽符節，降軹道旁。諸將或言誅秦王。沛公曰：「始懷王遣我，固以能寬容；且人已服降，又殺之，不祥。」乃以秦王屬吏，遂西入咸陽。欲止宮休舍，樊噲、張良諫，乃封秦重寶財物府庫，還軍霸上。召諸縣父老豪桀曰：「父老苦秦苛法久矣，誹謗者族，偶語者棄市。吾與諸侯約，先入關者王之，吾當王關中。與父老約，法三章耳：殺人者死，傷人及盜抵罪。餘悉除去秦法。諸吏人皆案堵如故。凡吾所以來，為父老除害，非有所侵暴，無恐！且吾所以還軍霸上，待諸侯至而定約束耳。」乃使人與秦吏行縣鄉邑，告諭之。秦人大喜，爭持牛羊酒食獻饗軍士。沛公又讓不受，曰：「倉粟多，非乏，不欲費人。」人又益喜，唯恐沛公不為秦王。

注釋

❶法三章：即殺人者死，傷人及盜抵罪三事。
❷抵：相當、對等。

秦朝末年，天下大亂，群雄紛紛起兵抗暴，其中以劉邦和項羽的勢力最為強大。劉邦認為想要得到天下，必先得到民心，因此他很重視民心的向背，軍紀也相當嚴謹。當劉邦的軍隊前進至霸上時，秦王子嬰前來投降，有些將領建議把秦王殺了，但劉邦認為秦王既然已經投降，就不當殺掉他，否則會失去民心。

後來劉邦進入秦朝首都咸陽之後，不久又還軍霸上，召集各地的父老豪傑，向他們宣布：「父老們長久苦於秦朝的苛法，今日我既然最先進入關中，理當為關中的王，所以我要和父老們重新約定法律，新的法律只有三條，就是：殺人者要處死，傷人者要受處罰，搶劫者要判刑。其餘秦朝的苛法全部廢除。」百姓們知道了這個消息，都非常高興，更加愛戴劉邦，為日後漢朝的建立奠定了基礎。「約法三章」就是直接摘自典源的一個成語，用於泛指事先約好或規定的事。

【書證】

1.《漢書．卷二三．刑法志》：「漢興之初，雖有約法三章，網漏吞舟之魚，然其大辟，尚有夷三族之令。」
2.南朝宋．劉義慶《世說新語．排調》：「與卿約法三章：談者死，文筆者刑，商略抵罪。」
3.宋．劉克莊〈沁園春．老子衰頹〉詞：「老子衰頹，晚與親朋，約法三章。有談除目者，勒回車馬，談時事者，麾出門牆。」
4.《兒女英雄傳》第二二回：「安老爺、安太太，又因姑娘當日在青雲山莊有一路不見外人的約法三章，早吩附過公子：沿路無事，不必到姑娘船上去。」

【用法說明】

泛指事先約好或規定的事，用在「制定規約」的表述上。

例句

1.他們還未結婚，就已經約法三章，婚後家事一律平均分擔。
2.媽媽說：「我早就和你們約法三章了，功課沒作完不准看電視。」
3.既然我們已約法三章，理應一切依約行事，你怎可如此輕率反悔呢？

資料來源：教育部《成語典》進階版

公有領域



風味漫談

哪種醋最好？

☞ 挑對好醋 美味更加分



WASANAJAI/ADOBE STOCK

文｜雅磬

一盤剛出鍋的餃子端上桌，熱氣還在往上冒。沾上一口酸香帶勁的好醋，瞬間引爆味蕾的鮮甜。想要完美提味，選對那一滴醇厚是關鍵所在。

SASAZAWA/ADOBE STOCK



▲ 用鎮江香醋沾餃子，酸中帶甜，適合襯托餃子的味道。

旁邊擺了三瓶醋：一瓶鎮江香醋，一瓶山西陳醋，還有一瓶透明的白醋。有人舀起陳醋，說這才夠勁；有人堅持香醋，覺得酸裡帶甜才對；也有人覺得白醋太衝，寧願不蘸。更有人最近開始在沙拉上淋一點蘋果醋，說味道清爽。

同樣是醋，為甚麼入口之後，感覺完全不一樣？

這大概是很多人走進超市時的真實困惑。貨架上醋的種類越來越多，米醋、白醋、陳醋、香醋、黑醋、果醋、蘋果醋、巴薩米克醋……名字聽起來都差不多，酸味卻各有性格。

先從一盤餃子說起

北方人吃餃子，桌上一瓶陳醋幾乎是標配。山西陳醋用高粱、大麥、豌豆等糧食發酵，顏色深，酸味厚實，帶著一股沉穩的陳香。那種酸不是一下子衝上來的尖銳，而是慢慢鋪開，能把餃子皮的韌和餡的鮮一起托起來。蘸一點，再配上蒜泥，整口味道就立住了。

江南一帶更常見的是香醋。鎮江香醋用糯米釀造，色澤紅褐，酸中帶一點甜，香氣也更柔和。它不會搶餃子本身的味道，而是像在旁邊輕輕襯托。同樣是蘸餃子，北方的陳醋更直白，江南的香醋更細膩，這不是誰對誰錯，只是口味習慣不同。

米醋則更日常。很多家庭炒菜、燒湯、做涼拌菜，順手就倒一點米醋。它用大米或糯米發酵，酸味相對溫和，沒有特別強烈的個性，卻能悄悄把菜裡的油膩感壓下去，也讓顏色更亮一些。它不太搶戲，卻幾乎甚麼場合都能用。

白醋的直接與黑醋的濃郁

白醋的酸味最乾脆。它有的是糧食釀造，有的是用食用酒精勾兌，顏色透明，幾乎沒有多餘的香氣。做泡菜、醃蘿蔔、調涼粉，或者需要快速提酸的時候，白醋很乾脆。它不拐彎，酸就是酸。有人覺得它刺激，也有人喜歡這種乾淨的感覺。

黑醋的概念稍微寬一點。有些地方把陳醋、香醋都歸在黑醋裡，有些則特指顏色更深，經過更長時間陳釀的品種。它們共同的特點是酸味濃郁，帶有明顯的焦香或陳香，適合需要厚重風味的菜餚。紅燒肉最後點一點，或者做醬汁時用上，整道菜的層次會明顯不一樣。

果醋與蘋果醋

不知道從甚麼時候開始，超市裡的醋不再只有傳統糧食醋。果醋越來越多，蘋果醋尤其常見。

蘋果醋用蘋果汁發酵而成，帶著淡淡的果香，酸味比糧食醋更柔和一些，入口不那麼尖銳。很多人喜歡把它淋在沙拉上，或者用在需要清新酸味的西式料理裡。它和傳統米醋、陳醋最大的不同，在於風味的來源：一個是糧食的醇厚，一個是水果的清亮。

這裡需要說清楚一點。近年來蘋果醋常被賦予各種健康光環，但醋本身只是酸性調味品。適量使用沒問題，但把它當成每天必喝的養生飲或者指望它解決體重、血糖、血管問題，並不靠譜。醋有酸性，飲用時最好稀釋，也不宜空腹大量喝。它的價值，主要還是在調味上。



HANOI .S/ ADOBE STOCK



JIRI HERA/ ADOBE STOCK

巴薩米克醋更適合做沙拉或西式料理，帶有天然果香，酸味柔和。▼

其他果醋，比如葡萄醋、檸檬醋，大致也是用水果本身的香氣來豐富酸味，適合喜歡變化的人。

巴薩米克醋

西餐裡常出現的巴薩米克醋，和中國傳統醋又是另一回事。它源自意大利，用白葡萄汁經過長時間陳釀而成，顏色深，質地偏稠，酸裡帶明顯的甜，香氣複雜。淋在沙拉、烤蔬菜，甚至配一點起司，味道會變得很不一樣。它不太適合直接蘸餃子，卻在西式搭配裡幾乎無可替代。

這也說明一件事：醋的好壞，很大程度上取決於它出現的場合。

到底怎麼選？

走進超市，面對一排醋的時候，可以先問自己幾個簡單的問題。

吃餃子、包子、麵食，喜歡酸味厚實、有陳香的，陳醋通常更對味；喜歡酸裡帶甜、口感柔和的，香醋更合適。

做涼拌菜、調涼粉、需要清爽提酸的，米醋或白醋都很實用。白醋乾脆，米醋溫和。

炒菜、燒菜，需要一點酸來去腥或提鮮的，米醋最省事，陳醋和香醋也能用，看你想要的風味輕重。

醃製蔬菜或做泡菜，白醋因為酸味直接、雜味少，常常更方便。

做沙拉或西式料理，巴薩米克醋或蘋果醋會更自然；喜歡果香的人，蘋果醋也是現成的選擇。

喜歡酸味柔和的，可以多留意米醋、香醋或蘋果醋；喜歡酸味明顯、香味濃郁的，陳醋和部分黑醋會更對胃口。沒有哪一種醋能包打天下。適合自己的才是最合適的。

買醋時看配料

選醋時，不必糾結價格高低。貴的不一定更適合你，便宜的也不代表不好。可以留意幾件事：

配料表裡，主要原料是甚麼，是糧食還是水果，有沒有額外加糖、鹽或其他調味。

標注的釀造方式，是固態發酵還是液態發酵，或者是否為勾兌。固態發酵的傳統醋通常風味更複雜，但液態發酵或勾兌的白醋，在某些用途上同樣好用。

酸度一般在 3.5% 到 6% 之間，數字高不代表更好，只是酸得更明顯。產品說明如寫了「烹調專用」或「直接食用」，也可以作為參考。

保存方面，未開封的醋大多放陰涼處即可，開封後最好蓋緊，避免串味。

回到那盤餃子

文章寫到這裡，或許可以再回到開頭那盤熱氣騰騰的餃子。

如果桌上只有一種醋，大家可能都會覺得「還行」。可是當幾種醋並排出現時，你會發現，原來不同的人、不同的菜、不同的心情，對酸的期待並不一樣。

陳醋在餃子面前很出色，卻不一定是沙拉的最佳搭檔。蘋果醋清新，卻很難完全替代一碗麵裡的那點陳香。巴薩米克醋有自己的舞臺，米醋則默默撐起很多日常的鍋。所以，「哪一種醋最好」這個問題，相信各位已經有了答案。

山西老醋花生米酸香濃郁，酥脆爽口，是開胃解膩的北方經典涼菜。▼

▼歡迎關注
看中國
美食與廚藝

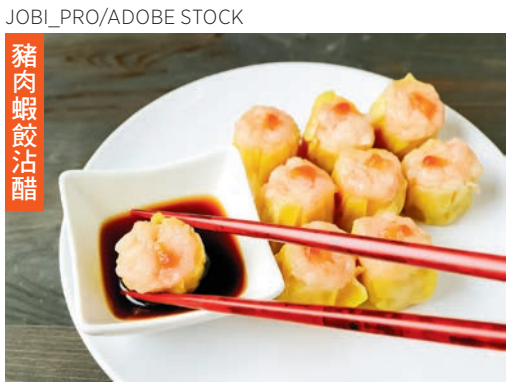
ZHANNAZ/ADOBE STOCK



DELPHINE/ADOBE STOCK



JOBI_PRO/ADOBE STOCK



FENGCHEN/ADOBE STOCK



文誠中華文化學校 WINCHESTER SCHOOL OF CHINESE CULTURE

文誠中華文化學校誠聘Belmont, Arlington課後班老師

有教學經驗，熱愛教育、
對學生有愛心的老師優先。

有意者請聯繫我們。
聯繫電話：978-223-5051
Email：wscc.info@gmail.com
網站：wscc-ma.org



“我兒子Benjamin在中文學校課後班已經學習一年了，在老師和同學的影響下，激發了他對中文的極大興趣和熱情。每次上中文學校都是在第一時間完成作業，並且在說中文的環境下，和同學老師積極用中文交流，中文的口語也有了顯著的提高，增加了他對中文的自信心，主動要求參加演講比賽。除此之外，中文學校開設了許多關於中國文化的課外活動，比如包餃子，製作中國傳統手工藝和演唱中國歌曲等等，潛移默化使他對中國文化產生濃厚的興趣，加上他交了一幫課後班好朋友，增強了對自身的文化和族裔認同感。”
- Jianfeng Qin

地點: Site 1: 582 Pleasant St, Belmont, MA 02478
Site 2: 180 Mountain Ave, Arlington, MA 02474
時間:週一至週五公立學校放學後
註冊:https://tinyurl.com/WSCC-NASP18