看中國
VISION TIMES
香港版 第910期 | 2026年9月7日—9月13日 | 丙午年七月廿六至八月初三 | 每週一出版 | www.kanzhongguo.com | www.visiontimes.com | 電子報:e-paper.kanzhongguo.com



A6
享樂人生？
看看皇帝辛苦的一天



B1
德國千億軍費
催生軍工矽谷



C7
家和之道從理解開始
新婦的智慧

零售版
港幣
5元

反習勢力或集體反水

袁紅冰：自曝火箭軍貪腐 引渡外逃官員 另有內幕

◆記者李靜汝採訪報道

據海外媒體報導，中共「軍隊採購網」8月24日罕見發布〈關於徵集火箭軍部隊違規採購問題的公告〉，向全社會公開徵集涉及火箭軍採購領域的違規問題線索，加強審查與整肅軍事採購活動。《看中國》記者就此採訪深悉中共內幕的旅澳著名法學家袁紅冰教授。



2025年9月3日，天安門閱兵展示的第三代洲際潛射彈道導彈。



習近平



張又俠



馬興瑞

袁紅冰指出：「中共暴政對關於最高領導人、中共黨衛軍的醜聞，向來是用各種方法進行扭曲遮蓋，從來不會向社會公布眞實的信息。可是這一次卻把火箭軍、也就是中共軍隊中的一支最神秘軍隊的貪腐醜聞，向整個社會公開徵集其貪汙腐敗線索，這等於就是把『中共火箭軍是一支徹底腐爛了的軍隊』的這個本質，向社會進行通報。這當然是一個極其違背中共暴政一貫邏輯的事件。那麼爲甚麼在這個時間節點上，特別是在距離中共二十一大還有一年多的時間節點上出現這個事件，這確實是一個值得關注的現象。

眾所周知，中共二十大之後，習近平個人獨裁面臨一個前所未有的重大政治危機。這個政治危機的核心內容，就是由習近平親自培育、親自拔擢的習家軍，接連爆發出『政治不忠誠』大案。這種政治反叛的大案，在張又俠、劉振立和馬興瑞被抓捕之後，達到了一個危機的高峰。

那麼就帶來兩個疑問。一是如果習家軍中的絕大多數人都是貪官汙吏，那麼只剩下習近平等少數人是乾淨的，可能嗎？另一個是，把這些人親自拔擢起來的習近平，應當負甚麼責任？那麼如何才能逃脫這個質疑？或者說這個質疑如果不能夠得到具有說服力的回答，將直接影響到習近平想要繼續連任的可能性。

那麼對火箭軍腐敗問題的披露當然會影響整個中共對於壟斷國家權力的這種質疑，簡單的講就是對於中共執政的合法性會引發崩潰性的質疑，會嚴重摧毀中共統治的政治道德基礎。既然如此，習近平爲甚麼還要這樣做？原因就是習近平在這個巨大的危機面前，他想要用一種極端的方式繼續塑造這樣一種假象，就是習近平是中共黨、軍隊的拯救者，是習近平拯救了中共的黨衛軍，拯救了中共。」

中共立法引渡外逃官員

據路透社報導中國全國人大8月25日首次審議一項跨境反腐敗法草案，旨在加強中共法律工具，以便追查、引渡和審判身在海外涉嫌腐敗的官員。

袁紅冰披露，當局以貪腐名義引渡中共退休官員另有目的：「由於習近平一輪又一輪的大清洗，使整個官員都處於極度的危險之中，可以說是官不聊生。現在中共官場的另一個趨勢就是難以計數的官員，都在用各種各樣的方法準備潤出中國、準備逃亡。

在此前，有一個眾所周知的『自乾五毛』叫李毅的，他指出，據他所了解的情況，中共的官員藏在海外的資產有20兆美元，這是李毅公開在他的影片上披露的。也就是在目前的情況下，大量的官員都準備用各種各樣的方法逃離中國、去享受他們此前已經轉移到海外的資產。

所以面對這種情況，習近平當局想通過這樣一種立法，斷絕中共官員逃到海外去享受這一條所謂求生之路。而且，從另一個角度講，習近平也希望通過把這些官員轉移到海外的資產進行有效的追繳，來緩解中共當局現在幾乎達到破產狀態的財政危機。

與此同時，現在逃到海外的一些中共官員，其中有一些人利用他們對中共官場信息的了解，正在對習近平做出政治的報復，對習近平史太林式的大清洗、大整肅進行抨擊和揭露。

這些官員他們的這種活動，對於習近平在中共二十一大上繼續連任、實現他的終身執政的野心造成了一定的威脅。以上這些原因就是目前中共這個立法現象出現的背景。而且據中共體制內良知人士通報，中共準備從2026年11月開始，對境外的官員展開一年的經濟追繳，就是他們想要用一年的時間，以經濟追繳作爲藉口，以圖對這些揭露習近平罪惡、逃到海外的官員，施加強大的政治、法律壓力，甚至試圖以貪汙腐敗的名義，把這些官員引渡回中國。這就是目前我們了解到的情況。」

黨內反習勢力暗中串聯

袁紅冰還披露：「現在中共有一部份官員，還在準備用各種各樣可能的方法阻止習近平在二十一大上繼續連任。據通報，最近中共中紀委和中共中央書記處聯合向全黨發出了一個文件。說現在有一部份黨內敵對勢力，正在試圖發起所謂的二十一大投票活動，他們正在暗中串聯，準備在二十一大投票選舉黨的最高領導人的時候，突然整體反水，整體按下對習近平做出否定的投票。可以說，在中共歷史上還從來沒有發生過這樣的一種企圖在中共黨的代表大會上用非組織的串聯活動，想要影響中共黨代表大會最後投票結果的行爲。」

雖然此消息還有待觀察與證實，但這類傳聞的本身，已「可見現在中共官場官心的動盪，已經到了多麼嚴重的程度。」

整版圖片：導彈：GREG BAKER/AFP VIA GETTY IMAGES；習近平：FRED DUFOUR/AFP VIA GETTY IMAGES；張又俠：KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES；馬興瑞：GREG BAKER/AFP VIA GETTY IMAGES



發行：看中國媒體香港有限公司 | 電話：2116-0728 | 傳真：2116-0718 | 電郵：hkeditor@visiontimes.com | 承印：新宇宙國際有限公司
印刷廠地址：沙田火炭坳背灣街27-31號協興工業中心7樓C室 | 全球發行：香港、美國、加拿大、澳洲、新西蘭、歐洲、英國、日本、南韓、秘魯

H-1B失業60天寬限或取消

【看中國記者路克綜合報導】美國特朗普政府正推動一項攸關 H—1B 簽證持有人就業與身份的重要改革：外國專業技術人才失業後，目前可享有的最長 60 天身份寬限期，未來可能被取消。

ALEX WONG/GETTY IMAGES



▲美國國土安全部總部大樓外的標誌

8 月 28 日，根據彭博法律（Bloomberg Law）報導稱，美國國土安全部（DHS）提出的相關規則，已通過白宮資訊與監管事務辦公室（OIRA）審查。根據聯邦監管資料庫，該規則編號為 RIN 1615-AD22，名為「取消酌情 60 天寬限期」（Removal of Discretionary 60-Day Grace Period）。

此舉被視為特朗普政府推進 H-1B 制度改革的重要一步。不過，目前 60 天寬限期仍然有效，新規尚未正式生效。

白宮完成審查　等正式公布

資料顯示，美國公民及移民服務局（USCIS）與國土安全部已於 8 月 6 日將該提案送交白宮審查。8 月 27 日，OIRA 完成審核，並給出「Consistent with Change」結論，意味經修改後符合監管要求。目前該項目仍被列為「擬議規則」（Proposed Rule），尚非最終規則。按照程序，下一步將刊登於《聯邦公報》，公開具體內容並進入公眾意見徵詢階段。

外界預計，徵詢期通常為 30 至 60 天，因此即使近期正式公布，也不代表 H-1B 持有人會立刻失去現有保障。

現失業後仍有60天緩衝期

現行規定始於 2017 年。根據規則，H-1B 及部份其他工作簽證持有人，如果在簽證有效期內遭遇裁員或僱傭關係終止，可獲得最長 60 天的身份寬限期，或至原簽證到期日為止，兩者取其較短時間。

在這段期間內，申請人可尋找新雇主並提交轉換雇主申請，也可轉換其他合法身份，或安排離開美國。值得注意的是，寬限期並不代表可以繼續工作，而是為處理身份問題提供緩衝時間。

此外，相關規定不僅適用於 H-1B，還涵蓋 E-1、E-2、E-3、H-1B1、L-1、O-1、TN 等多種工作簽證及部份家屬身份。

若無寬限期　身份壓力將增加

外界最關心的是，一旦 60 天寬限期被取消，失業者究竟還有多少時間尋找下一份工作。從目前披露的信息來看，國土安全部的目標正是取消這項「酌情 60 天寬限期」。若最終規則未設置新的過渡安排或例外條款，H-1B 持有人在失去工作後，身份問題可能立即浮現，而非像現在一樣擁有兩個月左右的緩衝時間。這意味著遭遇裁員的外國專業人士將面臨更大的身份風險和求職壓力。

不過，專家也提醒，目前尚不能簡單理解為「失業即必須立即離境」。由於完整草案尚未公布，政府是否保留特殊豁免、過渡措施或移民官員的酌情裁量權，仍有待最終文本揭曉。

美政府H-1B改革提速

分析認為，取消 60 天寬限期並非孤立措施，而是特朗普政府重塑 H-1B 制度的一部份。近期，美國政府還同步推進其他與 H-1B 相關的改革，包括對部份 H-1B 申請收取超過 10 萬美元費用的提案。此外，另一項名為「改革 H-1B 非移民簽證分類計劃」（Reforming the H-1B Nonimmigrant Visa Classification Program）的規則，也已經於 8 月 24 日送交白宮審查。

這顯示，美國未來可能對 H-1B 制度進行更全面的調整，涉及申請成本、資格標準及身份管理等多個層面。

由於印度籍專業人士長期佔據 H-1B 簽證獲批者的大多數，相關變化尤其受到關注。數據顯示，2024 財年成功獲得 H-1B 簽證的人員中，約 71% 來自印度。

因此，無論是失業寬限期取消、簽證費用提高，還是資格審核收緊，都可能對美國科技產業，及大量印度工程師家庭產生深遠的影響。

美國管制或延伸至「雲端」限制中共AI算力

【看中國記者路克綜合報導】美國政府正考慮進一步收緊對華人工智能技術限制，將現有針對先進晶片的出口管制，延伸至海外數據中心和雲計算服務，試圖堵住中國企業通過第三國遠程租用高端 GPU 算力訓練 AI 模型的渠道。

8 月 29 日，《福布斯》引述《The Information》報導稱，美國商務部內部工作小組近幾週一直在研究新的 AI 晶片監管方案。知情人士透露，華盛頓越來越關注一個被視為現行出口管制漏洞的問題：即使中國企業無法直接購買最先進的輝達（NVIDIA）晶片，仍可通過新加坡、泰國等國的數據中心遠程調用這些晶片進行模型訓練。如果新規最終頒行，美國圍繞人工智能領域的管制將出現重大變化——監管重點不再只是晶片賣給誰、運到哪裏，而是進一步追蹤「誰在使用這些晶片所提供的算力」。

美晶片出口　轉向限制算力

過去幾年，美國對華科技管制主要圍繞高性能 GPU 等先進硬件展開，希望藉此限制中國在人工智能和超級計算領域的發展。

特朗普總統第二任期開始後，美國政府曾撤銷拜登時期的「人工智能擴散框架」，認為該框架監管範圍過廣，會增加美國企業負擔，並承諾推出更精準的新制度。

但這並不意味著華盛頓放鬆了對中國獲取先進算力的限制。隨著雲計算快速發展，美國政策制定者逐漸意識到，即使先進晶片沒有進入中國，中國企業仍然可以通過海外伺服器租用算力完成大模型訓練。因此，美國關注的重點開始從「晶片是否進入中國」擴大到「中國企業是否能夠使用這些晶片」。

據《The Information》披露，美國商務部工業與安全局（BIS）正在研究的新制度，可能要求海外數據中心加強「了解你的客戶」（KYC）審查，核實租用大型 GPU 集群客戶的身份及用途。相關草案最快可能於 9 月向產業界徵求意見。

晶片算力中國照樣可獲得

傳統出口管制針對的是實體商品。一枚受管制 GPU 從美國出口到中國，需要經過運輸、報關、銷售，和最終用戶審查等多個環節，因此相對容易追蹤。

然而，雲計算改變了這種模式。位於新加坡、泰國等地的數據中心，可以合法採購美國先進 GPU，並將這些晶片部署在當地機房。中國企業無需擁有晶片本身，只需通過網絡連接伺服器，就能租用由數千枚 GPU 組成的算力集群，用於訓練大型語言模型和其他人工智能系統。

從商業模式來看，企業購買的已經不再是晶片，而是按時間、任務或計算量出售的「算力服務」。

近來，美國政府尤其關注中國 AI 企業，藉助海外基礎設施獲取先進算力的問題。白宮科技政策辦公室主任邁克爾·克拉齊奧斯，今年 7 月曾公開表示，中國 AI 企業「月之暗面」，可能利用位於泰國的數據中心和先進輝達 GPU 進行模型訓練。

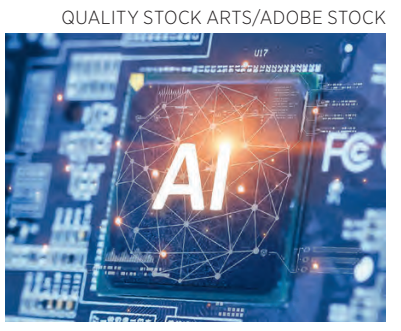
美國會擬補相關法律漏洞

為了賦予行政部門更明確的法律依據，美國國會已開始推動相關立法。2025 年 12 月，共和黨參議員戴夫·麥考密克（Dave McCormick）與民主黨參議員羅恩·懷登（Ron Wyden）共同提出《遠程訪問安全法案》（Remote Access Security Act），建議修改《出口管制改革法》，明確將外國實體通過雲計算平台，遠程使用受控技術納入出口管制範圍。

懷登則指出，如果美國能夠禁止某項先進技術直接出口，就不應允許外國實體僅通過互聯網訪問伺服器而繞過同樣的限制。美國眾議院隨後也通過類似法案。

法案試圖確立一個新的監管原則：買不到的先進晶片，也不能通過海外伺服器租來使用。

QUALITY STOCK ARTS/ADOBE STOCK



美全面封鎖算力並不容易

不過，分析人士認為，即使美國建立完整的雲端算力監管體系，要徹底阻止中國企業獲取先進算力仍然相當困難。

一方面，美國無法直接控制所有位於第三國的數據中心；另一方面，大型 AI 訓練任務可分散到多個國家，和不同雲服務商之間進行。企業還可能藉助海外子公司、中介機構等方式獲取算力資源。

貝克·麥堅時律師事務所律師珍妮特·金（Janet Kim）指出，美國商務部目前是否擁有監管真正意義上「遠程訪問」的充分法律授權，仍存在爭議，這也是國會積極推動新立法的重要原因。因此，《福布斯》認為，美國政策的現實目標未必是徹底阻止中國獲得任何先進 GPU，而是持續提高獲取難度和使用成本。

這種情況下，中國企業或許仍能通過各種渠道獲得部份先進算力資源，但很難像美國大型科技公司那樣，大規模、低成本地調用最新 GPU 集群。隨著人工智能競爭日趨激烈，美中科技博弈的焦點也正在發生變化。美國面對的已不再只是「如何阻止一枚晶片進入中國」，而是如何限制一種可以跨越國界、遠程調用的計算能力。

從封鎖晶片到管控算力，美國對華技術限制正逐步向全球雲計算網絡延伸。未來競爭的關鍵，或許不只是先進晶片掌握在誰手中，而是誰能夠持續接入、調動，並利用這些晶片背後的龐大計算能力。



獨立書店「獵人書店」不獲續租

【看中國記者李淨瑤綜合報導】獨立書店「獵人書店」負責人今年6月被指售賣具煽動意圖刊物，遭國安處拘捕獲保釋。該書店近日表示，書店租約將於明年2月底屆滿，確認不能在現址續租，並指「對於變動，不能說是沒有擔憂」。書店負責人黃文萱透露，在她和另一店長被捕後，業主向他們稱收到大量恐嚇信，所以決定不續租。

「獵人書店」9月2日在Facebook發文表示，確認書店現址不能續約，租約到2027年2月27日屆滿。本來在早前另一間獨立書店「留下書舍」結業後，「不想這麼快又給出壞消息，但心入面（內）一直想提早半年告知大家，因爲這裏應該不只是屬於自己的，也讓大家好好告別這個地方。」

貼文表示，「對於變動，不能說是沒有擔憂，但同時變動也代表機會，獵人的3.0又會是何模樣？雖然現在還沒有概念，也可能並不容易，但讓我們一起想像吧。」

貼文還表示，會由3日起與獨立出版社舉行「開倉祭」（庫存特賣會），「清減一點獵人的份量」。

今年6月，獵人書店負責人、前公民黨成員黃文萱與丈夫被警務處國家安全處拘捕，被指控在店內展示具煽動意圖的物品及出售煽動刊物，目前兩人獲准保釋。

據《獨立媒體》報導，黃文萱表示，她和另一店長被捕後，業主向他們稱收到大量恐嚇信，因此決定不續租。她對此感到可惜：「都是正常做生意，爲何連租店舖給人都要收到恐嚇信？」至於會否另覓地址重開書店，黃文萱說仍在摸索中。

「留下書舍」8月底結業

除了獵人書店外，近期香港有多間獨立書店因政治環境、國安執法，或商業壓力而相繼結業或關閉門市。

由多名前記者創立的獨立書店「留下書舍」，於今年7月同時遭遇了宣布結業、被國安處突襲搜查兩件大事。7月14日，該書店於Facebook宣布因面臨近半年的財政赤字、社會環境變遷、樓宇狀況不確定，以及「難以捉摸的紅線」，考慮到團隊成員的個人發展與身心狀況，無奈決定於8月30日結束營運。

7月15日，恰逢香港書展開幕日，警務處國家安全處聯同海關，突擊搜查了位於太子西洋菜南街的「留下書舍」。警方以涉嫌違反《維護國家安全條例》第24條「出於煽動意圖作出具煽動意圖的作爲罪」爲由，拘捕了店主、資深傳媒人岑蘊華及兩名店員，指控他們在店內展示具煽動意圖的物品及售賣煽動刊物，並當場查扣了大批書籍作證物。有報導指，其中包含台灣衛城所出版、記者馮哲芸的《唯紅花綻放：習近平時代的認同與歸屬》。



「獵人書店」負責人今年6月被指售賣具煽動意圖刊物，遭國安處拘捕獲保釋。

3名被捕人士隨後於7月17日獲准保釋，書店隨後停業約一個月，直到8月26日起才短暫重開5天進行最後清貨，並於8月30日正式結業。

據港媒報導，最後一天營業當天，下午1時「留下書舍」開店後，店內持續有購書人潮，店外排隊人龍一度多達50人，部份要等待約30分鐘才能進入店內。許多市民表示，多間獨立書店近日宣布結業，心情沉重，並說「賣書的地方很重要，沒有了很可惜。」

「田園書屋」約滿後結業

另外一家老牌書店「田園書屋」今年7月同樣遭遇了國安處的突擊搜查，隨後於7月29日正式宣布將在租約期滿後結業。7月15日，書展開幕日當天，該書店遭到國安處聯同海關突襲搜查。警方拘捕2名店員，指控他們違反《維護國家安全條例》第24條的「出於煽動意圖作出具煽動意圖的作爲罪」。在遭到搜查半個月後，「田園書屋」於7月29日凌晨在Facebook悄然宣布即將結業。

「田園書屋」由留學台灣的黃尚偉於1976年創辦，專門販售文史哲類書籍。在上世紀「禁書盛行」的年代，田園書屋曾出版及代銷許多探討中國政治內部運作的書籍；已故的銅鑼灣書店創辦人林榮基，年輕時也曾在這裏工作。

「田園書屋」的告別，意味著香港本土最具有代表性的第一代老牌樓上書店即將淡出歷史舞台，這也引發了文化界與讀者對於香港閱讀與出版空間進一步收窄的深深感嘆。

「榆林書店」明年4月結業

在今年被取消參加香港書展的「榆林書店」於7月8日突然宣布明年4月租約期滿後結束營運。消息傳出後，許多香港市民紛紛前往門市「尋寶」與消費，表達對這間陪伴香港人近30年樓上書店的不捨，同時也對本地文化與出版空間收窄流露出憂慮。

目前仍持續營業的「一拳書館」，其書店負責人與店員過去亦曾被國安處拘捕，其前景如何則受外界關注。

台青年赴陸遭高壓審問6小時

【看中國記者李淨瑤綜合報導】台灣一名網民日前在社群平台上發文，指自己的兒子前往中國上海，通關時遭高壓審問6小時。

台灣中央社報導，在社群平台Threads上，帳號vincentchou08的網民8月30日晚間發文表示，「其子昨天中午出差抵達上海，通關時被攔下並帶到密室盤問。」由於當事人曾在人權團體「國際特赦組織」打工，3名便衣的詢問重點圍繞於此。

貼文指出，當事人被要求解鎖手機或檢查對話紀錄，及留存的相關工作檔案，並詢問一連串問題包括：在組織內負責甚麼業務？是否涉及中國、香港、新疆，或西藏的報告撰寫與人權倡議？有關組織的資金來源、曾與台灣或國際哪些政治人物、人權工作者有聯繫，以及這次到中國的眞正目的。

據當事人強調，自己並非決策者或核心倡議者，且目前已離職，入境只是屬於個人行程，絕無政治意圖。最終當事人主動放棄入境，於當天晚上返回桃園機場。

發文者表示：「比較好奇的是爲甚麼這項工作經歷會被海關掌控？原來是中國情治單位長期對國際人權組織、台灣主要NGO的員工、實習生，及志工進行名單蒐集。當事人的名字可能早已進入邊檢的『重點關注名單』中而不自知」。

發文者慶幸兒子「沒有成爲另外一個李明哲」，並強調所寫的是眞實經歷。

台灣陸委會30日回覆中央社表示，這名社群媒體貼文者雖然沒有向政府反映，但所述經歷與陸委會以往掌握的類似案例相符。

陸委會指出，發文者可能是要分享家人經歷給社會各界，提醒大家入境中國大陸的風險。政府鼓勵民眾勇敢公開和分享，讓社會各界可以參考。

陸委會說明，中共一向無法接受民主多元的批評，並對關注人權、環保、公權力監督、勞工、性別多元等議題的境外非政府組織（NGO）相關人員非常敵視。以往曾發生參與台灣政治活動，但後續轉往非政治領域發展，卻仍遭中共溯及清算並重判的相關案例，因此提醒民眾切勿輕忽。

陸委會重申，中共將於9月15日實施「國務院關於出境入境管理的規定」，因此前往大陸的人身安全風險將大幅增加。政府呼籲屬於高風險的人群，應審愼評估赴陸的必要性，並至「國人赴陸港澳動態登錄系統」進行登錄，以利政府在發生緊急狀況時能及時提供協助。

黃之鋒案審結 歐美政界譴責政治迫害

【看中國記者李淨瑤綜合報導】正就「47人案」服刑的前香港衆志秘書長黃之鋒，9月2日在高等法院被控一項「串謀勾結外國或境外勢力危害國家安全罪」，他已承認罪行。法官押後判刑，未有公布日期。此事引起外界關注，美國前衆議長、現任民主黨衆議員佩洛西（Nancy Pelosi）及美國國會及行政當局中國委員會（CECC）均爲此事發聲，呼籲立即釋放黃之鋒。

黃之鋒因民主派初選「47人案」，被控顚覆國家政權罪，被判囚4年8個月，原本預計於2027年1月刑滿釋放。他在2025年6月在獄中再遭國安警察拘捕並起訴，指控他在2020年7月1日至11月23日期間串謀黎智英、羅冠聰等人，請求外國對中國或香港實施制裁、封鎖或其他敵對行動。

辯方大律師求情時強調，本案的嚴重程度遠不及黎智英案，黃之鋒並非主謀或組織者。辯方主張以「一般情況」中較長的刑期爲量刑起點，並因及早認罪、警方較遲展開調查等理由爭取刑期扣減。國安法指定法官在聽取雙方陳詞後宣布押後判刑，日期另行通知，黃之鋒隨即被還押。

佩洛西：為自由發聲不應是犯法

事件引起外界關注，政界人士紛紛譴責當局對黃之鋒的定罪是政治迫害，要求立即釋放黃之鋒。據追光者報導，美國前衆議長、現任民主黨衆議員佩洛西（Nancy Pelosi）在黃之鋒認罪後於衆議院議事廳發言，表示希望國會關注香港正在發生的事情，尤其是黃之鋒的處境。佩洛西表示，黃之鋒十多歲時已參與領導香港的民主活動，並要求中共政府履行《基本法》的承諾。她認爲，「爲自由發聲不應（是）違法。中（共）國在《基本法》後又通過國安法，但那根本不是保障的法律，而是一部鎖壓法。」

佩洛西還將黃之鋒的認罪形容爲承認「爲自由發聲」，指他可能會被判終身監禁，並強調美國國會須持續跨黨派支持香港、西藏及中國其他地方的人權。佩洛西也提到了被判囚20年的壹傳媒創辦人黎智英，希望國會不要忘記兩人的處境。她說：「我們必須爲自由發聲，不能讓這件事被忽略。中（共）國對這些人施加最可怕的折磨，就是告訴他們：沒有人記得你，也沒有人記得你爲何身在這裏。我們要確保他們知道，我們仍然記得他們。」


黃之鋒，9月2日在高等法院被控一項「串謀勾結外國或境外勢力危害國家安全罪」，他已承認罪行。（Getty Images）

佩洛西並在社交平台發文，表示黃之鋒正遭到北京的不公正檢舉，形容這是「一種駭人的權力濫用」。她表示，每一名眞正關心民主的人，都應該自豪地與黃之鋒及香港人民站在一起，強調「倡議自由並非犯罪」，國際社會必須立即要求釋放黃之鋒。

法院淪打壓的法治外衣

此外，美國國會兩黨兩院組成的國會，及行政當局中國委員會（CECC）在X平台上就此次判決發表聲明：「2019年，黃之鋒在CECC作證時警告，香港的繁榮所依賴的自由正在被侵蝕。事實證明，他的擔憂是正確的。」

聲明強調：「今天在香港發生的事情令人遺憾地又是一個政治迫害的例子，當局利用法院，以法律爲名掩蓋壓制行爲。黃之鋒應因其勇氣受到嘉獎，而非因和平捍衛香港的自由而被判刑。」

美國國會衆議院的中國問題特設委員會在平台上支持黃之鋒。他們表示，黃之鋒此前已因沒有根據的指控被囚禁，原本計劃於2027年釋放；如今，中共再次以另一個毫無根據的罪名將他繼續監禁。特設委員會強調，「絕不能允許黃之鋒在獄中受苦，他必須立即獲釋。香港曾經獨立的司法體系已被中共武器化，成爲壓制自由與權利的工具。」委員會表達與香港人民站在一起。

歐洲議會「歐洲保守派和改革主義者黨團」共同主席、意大利籍歐洲議員Nicola Procaccini發聲明表示，黃之鋒認罪再次證明，「習近平政權如何透過鎮壓，扼殺香港每一道自由的聲音」。

他表示，黃之鋒並不是罪犯，而是一位勇敢爲民主奮鬥的人，如今因此受到迫害，並形容他被迫進行「自我入罪」。他還指出，在面對香港的政治審判和對基本權利的系統性侵犯時，歐洲不能保持沉默成爲共犯，也不能讓黃之鋒獨自面對命運，必須追究持續侵犯自由的政權的責任。



上海市府易首 非中央委員

【看中國訊】中共中央政治局 8 月 28 日開會後，上海市政府主要人事隨即變動。據上海市政府辦公廳微信公眾號「上海發布」消息，8 月 29 日，54 歲的朱忠明以上海市委副書記、市政府黨組書記的身份主持召開市政府黨組會議，接替年滿 66 歲的龔正，按慣例將隨後接任上海市市長。

朱忠明早年在浙江任職時曾是現任總理李強的下屬；同日以甘肅省政府黨組書記身份亮相的孔紹遜，則預料出任甘肅省省長。二人均非中共中央委員或中央候補委員，評論者認爲這一用人方式打破慣例，與二十一大前的人事布局有關。

據新華社報導，8 月 28 日的政治局會議除研究部署西藏吉隆縣泥石流災害的搶險救援工作外，還「研究了其他事項」。台灣中央社 8 月 31 日報導指出，這一表述通常被理解爲涉及較高層級的官員調整。新浪財經與財新網均報導稱，朱忠明主持黨組會議是他首次以市政府黨組書記身份公開亮相。X 平台帳號「中國人事觀察」稱，9 月 1 日朱忠明前往幼兒園、養老院、殘疾人就業服務中心和社區衛生服務中心調研民生工作，爲其履新後的首次調研。

據公開資料，朱忠明是浙江海寧人，曾任浙江省財政廳副廳長、溫州市副市長、浙江省審計廳廳長和省財政廳廳長。 2020 年 4 月，他首次跨省出任湖南省副省長，爲該省首名「70 後」副省長；2021 年 7 月調任財政部副部長，是當時該部最年輕、也是唯一的「70 後」副部長；2024 年 7 月起任上海市委常委、副書記，同年 8 月兼任市委政法委書記。

李強 2011 年 2 月兼任浙江省委政法委書記，同年 11 月升任省委副書記，2013 年至 2016 年 6 月任浙江省省長。其間，朱忠明於 2012 年 1 月由省財政廳調任溫州市副市長，同年 8 月任溫州市委常委、甌江口新區開發建設管委會黨委書記，2015 年 7 月任浙江省審計廳黨組副書記、副廳長。

另據自媒體人蔣罔正在 X 平台發帖稱，朱忠明是李強在浙江任省委副書記、政



圖說：中央政治局會議後，上海市政府主要人事隨即變動。（Getty Images）

法委書記及省長期間提拔的，2007 年之前與現任最高人民檢察院檢察長應勇的關係更爲密切。上述說法目前無法核實。公開資料顯示，應勇曾於 2003 年起在時任浙江省委書記習近平手下任省紀委副書記、省監察廳廳長，2006 年任浙江省高級法院院長，2007 年底轉赴上海，次年出任上海市高級法院院長，與朱忠明在浙江的任職時間大致重疊。

被接替的龔正今年 66 歲，江蘇蘇州人，曾任海關總署副署長、浙江省常務副省長、杭州市委書記、山東省委副書記、山東省省長和上海市委副書記，2020 年起任上海市市長，是中共二十屆中央委員，已達到正部級幹部 65 歲的退休年齡。「中國人事觀察」指出，朱忠明是第九名「70 後」正部級幹部，比龔正年輕 12 歲，爲上海歷任市長中前後兩任年齡差距最大的一次。

孔紹遜此前長期在中共中央辦公廳任職，官至副主任兼秘書局局長，8 月 29 日首度以甘肅省委副書記、省政府黨組書記的身份亮相。

時評人蔡愼坤 8 月 29 日在 X 平台發文指出，朱忠明既非中央委員，也不是中央候補委員和中紀委委員，卻拿下上海市長這一份量很重的位置，等於提前鎖定二十一大的中央委員名額。他在 8 月 30 日進一步表示，在大批中央委員與候補委員閒置或邊緣化的情況下，上海、甘肅兩地同時起用非中央委員，這種打破慣例的用人方式說明，二十一大召開之前中共官場仍會持續洗牌，誰能進入二十一大仍存在變數。

張又俠被免 政治局減至21人

【看中國訊】據新華社報導，十四屆全國人大常委會第二十四次會議於 8 月 28 日下午在北京閉幕。會議表決通過，免去張又俠的中央軍事委員會副主席職務、劉振立的中央軍事委員會委員職務；同日發布的公告顯示，12 人被罷免全國人大代表職務，其中張又俠、劉振立、巨干生、鍾紹軍爲軍隊代表。

隨後，中國政府網及各官媒的相關欄目更新了軍委領導名單，國家中央軍委與中共中央軍委均只剩主席習近平和副主席張升民。《明報》8 月 31 日報導指出，國家中央軍委與黨的中央軍委是一個機構、兩塊牌子，前者領導人由全國人大及其常委會任免，後者由中央全會任免，而依中共黨章，中央政治局在中央委員會全體會議閉會期間行使中央委員會職權。據此推斷，政治局已免去張又俠、劉振立的黨內軍委職務，並將張又俠逐出政治局。報導並稱，新華網「二十屆中央領導機構」欄目所列政治局成員已由 24 人減爲 21 人，少了何衛東、馬興瑞和張又俠。

《明報》報導還提到，中共二十屆五中全會將於 10 月舉行，會前或對外公布張又俠、劉振立等高級將領被開除黨籍、軍籍的消息，全會上不排除有 40 人失去中央委員的資格。

據統計，目前久未公開露面的軍方將領，包括：原西部戰區司令員汪海江、原海軍司令員胡中明、原北部戰區司令員黃銘、原南部戰區司令員吳亞男、原中部戰區司令員王強、原空軍司令員常丁求，以及原東部戰區政委劉青松、原中部戰區政委徐德清、原火箭軍政委徐西盛、原中央軍委聯合參謀部副參謀長徐起零、原軍事科學院院長楊學軍等人。中央委員、前中央軍委科學技術委員會主任趙曉哲中將也長期未露面，8 月 18 日被從中國工程院院士名單中除名。

外界統計，2023 年以來被查辦的上將已有 32 人，加上「被失蹤」的 25 人，自中共二十大以來出事的上將約 57 人。中共官方在十九大前後披露的資料顯示，2012 年至 2017 年落馬的軍隊將領約 157 人，包括：原軍委副主席郭伯雄、徐才厚和原軍委委員房峰輝、張陽；美國智庫戰略與國際研究中心統計，2022 年至 2 月的第二輪清洗中，僅上將和中將兩級即有 101 名高階將領被公開確認遭清洗或免職。

對於清洗的原因，YouTube 軍事頻道《馬克時空》主持人馬克分析認爲，被處理者一是被視爲政治上不忠誠，二是反對發動台海戰爭，張又俠即屬堅決反對者；只因其在軍中有威望，且早期曾協助習近平穩定軍隊，才長期未被處理。他並指出，習近平爲掌控軍權，曾將原第 31 軍出身的軍官超規格快速提拔，打破諸多用人規矩，卻始終未能扶起一名在軍中眞正有威信的將領，反而使軍隊失去原有的信任關係與自上而下的指揮鏈。

馬克認爲，習近平握有權力，卻未必指揮得動軍隊，因爲部隊可以用磨洋工、不賣力等方式進行軟性抵抗，這才是中共軍隊未來的隱患。

甘肅官場雷聲陣陣？省長任振鶴辭職

【看中國記者李德言綜合報導】日前，中共官方稱孔紹遜代理甘肅省長職務，任振鶴則「主動辭職」，但他的仕途去向不明。任振鶴與另外兩名省級官員石謀軍、孫雪濤缺席兩場重要會議。關於他們三人都流出了不利的說法。

據陸媒新浪財經稱，2026 年 9 月 2 日，甘肅省十四屆人大常務委員會第二十五次會議決定：孔紹遜代理甘肅省省長職務，會議決定接受任振鶴「因工作變動」辭去甘肅省省長職務的請求。

2026 年 8 月 29 日，孔紹遜以「甘肅省委副書記、省政府黨組書記」的身份主持舉行省政府黨組擴大會議。這表明他已任甘肅省委副書記、省政府黨組書記。

外界預計，孔紹遜此次「空降」甘肅省，未來將會接替任振鶴出任甘肅省省長。目前，任振鶴的仕途去向不明。

2026 年 8 月 30 日，旅美獨立時評人蔡愼坤在 X 發帖表示：「甘肅官場『大地震』，之前傳出要接雲南省委書記的土家族甘肅省長任振鶴大概率劃上了休止符號！任振鶴是李鴻忠舊部，也得到李鴻忠栽培和賞識。 8 月 28 日，甘肅省委省政府兩場重要會議，甘肅省委常委 3 人缺席，包括：省長任振鶴、省委副書記石謀軍、省委統戰部長孫雪濤。」

據甘肅省政府官網報導稱，2026 年 8 月 27 日，任振鶴有多場公開活動，他在甘肅省農業農村廳主持召開專題會議，到甘肅省發改委進行調研，還到甘肅省政府總值班室調度防汛工作。

8 月 28 日，任振鶴接連缺席甘肅省委舉行的高層會議。

8 月 28 日上午，甘肅省委書記胡昌升主持召開所謂省委黨的建設工作領導小組會議。

8 月 28 日上午，胡昌升還主持召開省委理論學習中心組舉行 2026 年第七次專題學習（擴大）會。

但甘肅省委副書記、省長任振鶴，甘肅省委副書記石謀軍，甘肅省委常委、統戰部長孫雪濤同時缺席 8 月 28 日召開的這兩場會議，且原因不明。

此前的甘肅省委黨的建設工作領導小組會議及省委理論學習中心組專題學習會，任振鶴與石謀軍通常都會出席。

2026 年 8 月 27 日，據甘肅省政府官網報導稱，2026 年 8 月 21 日，甘肅省委副書記、省委教育工作領導小組組長、省委教育工委書記石謀軍對全省高校開學工作提出要求。反常的是，報導中石謀軍只是提出「要求」，並沒有看到具體召開會議及他露面公開參加活動的信息。

有網民表示：「任大概率要出事，孔回老家主政。甘肅官場風雲四起。」「三個常委一起缺席，這震感也太強了吧」；「中共內鬥已經進入白熱化，習近平想連任，其他各方勢力圍繞著 21 大的人事布局正在緊鑼密鼓進行中 ..... 今年後半年你看，爲了搶位置，各種官場地震會頻頻出現，中共爲了掩蓋熱搜各種花邊新聞也會頻頻出現」。

捧習者成首位 80後副部

【看中國訊】據人民日報社官網 8 月 31 日更新的「領導介紹」頁面，杜尙澤已出任該社副總編輯。這是《人民日報》高層名單中首次出現「80 後」成員，她也成爲中共首名「80 後」副部級官員。

據公開資料，杜尙澤現年 44 歲，山東滕州人，2004 年進入人民日報社，先後在國內政治部、辦公廳、國際部等部門任職，曾任該社北京分社社長、編委兼政治文化部主任，長期擔任高級記者，報導過習近平的多次出訪與國內考察。

她爲外界所知，與書寫習近平的一系列特寫有關。 2014 年 11 月 11 日亞太經合組織會議結束當晚，習近平與時任美國總統奧巴馬在中南海瀛台會晤，杜尙澤隨後以筆名「杜小杜」撰寫〈習奧瀛台夜話〉，文中以「習大大」稱呼習近平。

她的作品此後屢獲官方獎項。 2020 年，其文章〈習近平：我將無我，不負人民〉獲第三十屆中國新聞獎一等獎；2024 年，以她爲主要作者、報導習近平「全票當選」國家主席和中央軍委主席的文章，獲第三十四屆中國新聞獎一等獎。〈我將無我，不負人民〉一文已於秋季被選入中國大陸小學四年級語文課本。

時評人蔡愼坤 9 月 1 日在 X 平台發文表示，杜尙澤今年 8 月升任人民日報社副總編輯後，不排除在二十一大出任總編輯並晉升正部級；他並將〈習奧瀛台夜話〉等作品稱爲諂媚文字。

中國問題專家李林一向《大紀元》分析認爲，杜尙澤在人民日報社工作二十多年，未必有特殊背景，爲習近平撰寫的包裝文字被視爲「忠誠」的表現，是其獲提拔的主因。他並指出，毛澤東時代獲重用的吹鼓手式文人下場大多不好；習近平表面權力穩固，實則危機四伏，杜尙澤跟得太緊，日後未必平安。

全港數十萬精英讀者，等您來對話！
《看中國》黃金廣告位限量招募
——讓您的品牌走進香港核心消費圈
看中國 VISION TIMES
限時優惠 首期廣告 8 折！
✓ 全球最大的中文週報，22家分社發行五大洲
✓ 香港已覆蓋港島/九龍/新界90%高端報攤
✓ 每週一出版 商務人士首選
✓ 45-65歲主力消費群佔比大多數
看中國官網

版面尺寸	簽一期	簽十期
1/16版 69.8mm x 130.5mm	HK$1000/期	HK$700/期
1/32版 34.3mm x 130.5mm	HK$500/期	HK$350/期

其他廣告版面需求歡迎來電諮詢
廣告熱線：2116 0728
WhatsApp預約：6692 0379

一條微信
把她從國外拉回了網格裏

文｜陳靜

來自新唐人的報導：2026 年 8 月 30 日，一位長期住在美國的中國女士收到一條微信。發消息的人是她戶籍地派出所的網格員。對方說，大數據篩出了一批長期在境外沒回國的人，需要核實她是不是在海外合法工作生活。

對方要護照、要簽證，這還不算完。她還被要求提交微信聊天紀錄、生活工作照片，配合影片通話，甚至實時共享定位。她追問這是甚麼專項行動、依據哪條法律、到底哪些材料是「必須」交的，對方支支吾吾，說不上來。說到這，可能很多人不太明白網格員是誰？接下來，我們來說一下「網格化管理」是個啥東東？

中國大陸的「網格化管理」，這是近年較常見的政治和行政用語。意思是把一個城市、社區劃分成許多小區塊（網格），每個網格由專人負責管理和監控。比如：一個社區被分成若干網格。每個網格有「網格員」負責巡查、登記人口、蒐集資訊等。常見說法：網格化治理、網格員、網格管理中心。

《大紀元》報導，一位在新加坡工作、回國出差的中國人，被屬地派出所攔下，要求補交七樣東西：護照、海外僱用證明、醫療保險證明、工作照片、公司門頭照片、和地標的合影，還有具體住址。不交，就可能出不去。

遼寧的劉先生也有類似經歷。他八月二十五號剛買了一張北京飛洛杉磯的機票，第二天片警的電話就來了。對方問他去美國幹甚麼，他說探親，然後被要求填一張表：姓名、目的地、航班號、探望人的姓名和職業，家裏的房子是自己的還是租的，一樣都不能少。

網格員會去找你父母

片警告訴劉先生，就算他打算這輩子不回國，家裏總還有父母、兄弟、姐妹。網格員真的會上門，找他們談話。壓力不是壓在本人身上，是壓在留在國內的家人身上。

這不是孤例。人權觀察在此前的調查中發現，中國警方長期對海外人員的家屬採取連坐式施壓：限制家屬出國、查封家中財產、以子女升學和親戚工作爲籌碼，逼人回國投案。國際人權組織「保護衛士」也統計過，僅 2021 年 4 月到 2022 年 7 月這一年多時間裏，就有約 23 萬人被這樣「勸返」回國。這套手法，如今正被用在沒有任何案底、只是長期旅居海外的普通人身上。

不配合　代價是甚麼

如果徹底不配合，地方公安可以單方面凍結甚至註銷國內戶籍。戶籍一旦出問題，房產繼承、銀行帳戶、養老金、股票，全部跟著被鎖住。人不用回國，但留在國內的一切，都動不了了。

很多人想「這次先不理他」，可總有一天要回去探親、奔喪、處理遺產。眞到了那一天，護照在自動通關閘機前一亮紅燈，不但出不去，連國內的機票、高鐵票都買不了。

這套系統能這麼細，靠的是規模。網格化管理 2004 年最早在北京東城區試點，後來推廣到全國。據公開報導，全國大約劃出了四百萬個網格，配備的專職網格員接近 450 萬到 5 百萬人，比解放軍現役總兵力還多一倍。過去這支隊伍主要盯的是社區裏的家長裏短，誰家老人幾天沒下樓、哪家水管漏了。現在，隨著大數據篩查介入，網格的觸角越過了國界，開始伸向海外華人。

與此同時，中國還在數十個國家設立了帶有警僑背景的「海外服務站」，跨越五大洲。國內的網格員盯著你的家人，海外的據點盯著你本人，一張網，從小區門口，鋪到了太平洋對岸。你以爲自己出了國，其實只是換了個網格。

中國食品安全亂象：爲何屢禁不止？

文｜Rongyue Zhu

假酒裏的工業酒精、火腿裏的敵敵畏、辣椒裏的蘇丹紅、魚裏的孔雀石綠、奶粉裏的三聚氰胺、豬肉裏的瘦肉精、餐桌上的地溝油、土坑裏的酸菜、「鼠頭鴨脖」，再到化工液體罐車與食用油混運引發的軒然大波——中國三十多年的食品安全史，荒誕得像一部黑色幽默。

一個國家偶爾發生食品安全事故，是市場風險；幾十年反覆發生性質不同、邏輯相似的惡性事件，就不能永遠甩鍋給「個別企業」和「不法商販」。

世界上哪裏沒有奸商？眞正的問題從來不是中國爲甚麼有壞商人，而是：他們爲甚麼敢？

答案首先在制度。食品安全眞正的威懾，不僅是法律寫著最高罰多少錢、判多少年，更是要違法者相信：只要造假，就大概率被發現；只要被發現，就一定付出慘重代價。同樣，監管者也必須相信：只要包庇、隱瞞、失職，自己的職位甚至自由都會付出代價。

中國今天並不缺嚴厲的《食品安全法》，缺的是對執法者穩定、透明而獨立的監督。監管局監督企業，地方政府領導監管局，上級監督下級，紀委監督幹部，而這一切最終又置於黨的領導之下。

於是那個最簡單的問題始終存在：共產黨監督所有人，誰來獨立監督共產黨？

地方政府一邊要 GDP、稅收、就業和招商引資，一邊又負責查處貢獻 GDP、稅收和就業的企業，本身就存在利益衝突。嚴格執法的社會收益由消費者獲得，而企業停產、稅收下降和失業的政治壓力，卻可能立即落到地方官員頭上。

更荒誕的是，一些公共安全事件往往遵循著熟悉的中國特色流程：

群眾發現問題——媒體曝光——網絡發酵——領導「高度重視」——連夜成立調查組——嚴肅處理——專項整治——熱度消失。

這不是成熟的法治，而更像輿論驅動的危機治理。

眞正的法治是甚麼？沒有熱搜，監管照樣檢查；沒有領導批示，法律照樣運行；沒有全國輿論，失職者照樣承擔責任。眞正的法治，不需要領導批示才啓動，更不需要最高權力「高度重視」才執行；如果法律必須等領導發話才能長出牙齒，那統治這個國家的就不是法律，而是領導。

「鼠頭鴨脖」之所以成爲荒誕時代的經典，不只是因爲飯菜裏出現了鼠頭，而是一個肉眼都能產生強烈懷疑的東西，一度可以得到「鴨脖」的結論。

於是老百姓不得不問：如果鼠頭都能一度被解釋成鴨脖，那麼面對那些我們看不見的三聚氰胺、農藥殘留、重金屬和化學污染，我們又憑甚麼相信你們？

中共食品的「特供」體系，暴露出一個尖銳的問題：制定公共政策的人，是否與普通人共同承擔公共政策失敗的後果？如果權力擁有者可以通過特殊渠道規避公共系統的風險，那麼他改善公共系統的切身動力自然可能降低。最好的公共制度，就是讓制定規則的人和承受規則的人坐在同一條船上——不能提前坐上救生艇的人，才眞正關心船底有沒有洞。

中共體制眞正的悖論就在這裏：它相信權力可以監督市場，卻不願讓社會擁有同等力量監督權力；它要求企業接受監管，卻拒絕最高權力接受獨立制衡。所以別再把食品安全歸結爲「中國人沒誠信」。現代制度從來不假設人人都是聖人。恰恰因爲商人會貪婪、官員會懶惰、權力會包庇，所以才需要獨立司法、調查媒體、社會監督和權力制衡。

不能高鐵建成了就是制度優勢，奶粉出事了就是商人缺德；不能成績都是黨的領導，事故都是個別企業。

一個要求壟斷政治權力的政黨，就必須承擔與這種權力相匹配的政治責任。既然權力都歸你，責任憑甚麼不歸你？中國人眞正需要的，是一個讓企業害怕法律、官員害怕問責、權力害怕監督、普通人不必害怕說出眞相的制度。否則，從三聚氰胺到地溝油，從鼠頭鴨脖到罐車運油，換的只是菜單，不變的仍是那套出了事才「高度重視」的邏輯。

轉自北京之春

爲甚麼滿屏災難報導 仍然存在致命審查

文｜長平

慈善廣告中有一個「倫理困境」：同樣的媒體版面，用來講一個人的不幸遭遇，比說一萬個人正在等著您的援助，更能激發人們的同情心，募集到更多的捐贈。

人類道德感知的結構決定了，我們對個體生命的共情能力，遠遠大於一堆數字，哪怕它實際上也很重要。

同樣的道理，在新聞相對自由的國家，災難發生之後，記者不僅僅關注領導的英明決策和救援官兵的辛苦付出，還會探訪倖存者和逝者家屬，讓他們講出自己的經歷和哀傷，講出逝者生前的故事，這樣讀者才能感同身受，緬懷逝去的生命，幫助倖存者度過難關。

這正是尼泊爾各家媒體正在做的事情。無論是主流媒體《加德滿都郵報》（The Kathmandu Post），還是數字媒體 OnlineKhabar，記者們都紛紛前往醫院、學校和村莊，記錄了各種普通人的遭遇，其中有正吃著早餐被洪水沖走的孩子，有爲了救兒子趟入水中再也沒有回來的父親，有跑遍停屍房尋找哥哥遺體的妹妹……

據英國《衛報》報導，在尼泊爾，記者爭相盡可能靠近災區，採訪倖存者和救援人員。村民逐分逐秒地講述洪水沖毀家園時所見所感。

為甚麼
要講述個體生命的故事？

講述個體生命的故事，不只是爲了激發讀者的同情心。應該說，它首先在於對每個生命的尊重，承認其不可替代性。逝者不是同質的單位，而是意味著一整套關係、記憶、未竟之志業一併消失。

因此，個體故事比冷冰的數字更能提醒人們珍惜生命，總結教訓，追究責任。逝者的姓名、年齡、住址、死亡的具體地點和時刻，是災難事件最基本的檔案。除此之外，還應該有更多生命的印痕。

《紐約時報》在 9 · 11 後的《悲痛肖像》（Portraits of Grief）系列爲兩千多名遇難者各寫一則短傳，不僅僅羅列履歷，編輯還要求記者抓住一個能夠體現這個人的愛好、性格、習慣或生活細節的瞬間。

沒有逝者名單，就沒有追究責任的基礎。名單模糊，責任也隨之模糊。四年前發生的「東航空難」就是一個例子。

反之亦然。如果政府想要淡化生命價值，減少問責可能，甚至「喪事喜辦」——藉助救援讓媒體爲自己歌功頌德——那麼它就會阻止記者和受災者接觸，讓他們只成爲冰冷的數字，把鏡頭留給領導和領導指揮的救援者。

而且受審查者控制和引導，中國輿論場上無數人將報導逝者和倖存者個體生命故事的報導污名化，稱爲「吃人血饅頭」——儘管這個比喻的原創者魯迅批評的正是他們這種對他人苦難極端冷漠、對抗爭的意義不甚了了、只會跟著眾人起鬨的麻木看客。

《衛報》報導繼續寫道：「在中國，官方媒體播出了多檔有關洪災的節目，也派出了自己的記者前往當地，但報導聚焦於救援行動，而非破壞的規模。在一段從西藏某處安置點發回的報導中，記者沒有同坐在他身後的任何一個人交談。」

其實，在中國官媒的報導中，普通的救援者也只是數字和背景板。《衛報》記者發現，「中國已派出數百名應急人員，但關於他們具體在做甚麼，細節寥寥」。

中尼邊境發生山洪災難
中國如何進行輿論審查

《紐約時報》記者認爲，中國信息管控或阻礙西藏洪水救援工作。其報導指出，審查和嚴格的信息控制在中國很普遍，但在西藏尤爲突出——這裏自 20 世紀 50 年代以來一直處於中國控制之下，曾爆發過要求更多自治權的抗議活動。除了經過嚴格安排的政府參觀團外，外國記者不被允許進入西藏。據人權活動人士稱，該地區的藏人可能因與記者交談或在網上發布任何被視爲違背政府說法的內容而被拘留或逮捕。



享樂人生？看看皇帝辛苦的一天

文｜小光

在許多影視劇與通俗小說中，皇帝似乎是普天之下最令人羨慕的職業。

皇帝住著極盡奢華的紫禁城，吃著山珍海味，身邊圍繞著三宮六院、佳麗三千，想去哪裡就去哪裡；白天不用辛苦上班，晚上還可以興高采烈地「翻牌子」召見妃子，過著揮霍無度、無憂無慮的生活。

然而，如果我們把求證的目光從編劇的腦洞，轉向眞實的清代歷史檔案，尤其是仔細翻閱雍正皇帝的歷史紀錄，就會發現一個驚人的眞相——皇帝這份工作，可能和我們想像的完全不同。對雍正來說，當皇帝不僅不是享受，反而是一場永無止境的高壓勞動。

檔案裡的皇帝一日作息

雍正本名愛新覺羅．胤禛，「雍正」是他即位後的年號。他在公元 1722 年繼承皇位，在位共十三年。清代留下了相當豐富且完整的宮廷檔案，其中《起居注》就是研究皇帝日常活動最重要的第一手材料。《起居注》是由專門的起居注官每日跟隨皇帝，嚴格記錄皇帝一言一行與宮廷重大活動的原始檔案。它記載的內容涵蓋朝會、召見、奏事、祭祀、進膳，乃至於皇帝極少數的日常休息。到了雍正時期，《起居注》的編纂規模進一步擴大，通常每月二冊，一年二十四冊，遇到閏月還會額外增加。

根據這些嚴謹的檔案記載，我們得以還原雍正皇帝標準的日常作息表：每天凌晨 5 點起床，進行梳洗與晨讀；7 點進行朝會或召見大臣；直到下午 2 點才能吃上一天中的第二頓正餐；隨後繼續批閱公文至深夜，晚上 10 點以後才能就寢。

這樣的作息時間並非偶一爲之，而是日日不輟、終年無休。如果以現代人的標準來看，雍正絕對是一位極度自律，甚至近乎自虐的「超級工作狂」。

日常生活之一：極限承壓的政務處理

清代皇帝處理政務最核心的方式之一，是閱讀並批閱大臣呈遞的奏摺。而雍正皇帝，正是歷史上以大量親自批閱奏摺而聞名的帝王。

整版圖片：公有領域



雍正皇帝的每日作息，記錄在《起居注》中，他每天凌晨5點起床，晚上10點以後就寢。

現存的歷史檔案統計顯示，僅雍正一朝留存下來的漢文朱批奏摺，就多達二萬二千多件，若再加上滿文奏摺與各類題本公文，總數量極爲驚人。根據故宮博物院的相關研究與統計，雍正在位十三年間，主要在養心殿內處理政務，累計批閱各類奏摺與公文高達數萬件，留在奏摺上的朱砂紅筆批示（即「朱批」），累計字數高達數百萬字，甚至數千萬字。

這裡的「朱批」，具有極高的法律與行政效力。大臣遞上奏摺，皇帝用朱砂紅筆寫下處理意見，直接決定了整個帝國的政策走向與官員命運。有些批語只有簡短的幾個字，如：「知道了」、「朕安」；但更多時候，雍正會針對地方治理、財政預算、軍事調度，乃至官員品行，寫下長達數百字，甚至上千字的詳細指示。

爲了提升行政效率，雍正即位後，直接將生活與辦公地點合而爲一——養心殿成爲了他的核心活動範圍。也就是說，皇帝的「辦公室」和「臥室」幾乎就在同一個宮殿裡。養心殿的西暖閣，既可以用來短暫休息，也是他批閱奏章、密見大臣的主要場所。對雍正而言，龐大的皇宮並非用來享樂的豪宅，而是一座全天候高強度運轉的中央行政總部。

很多人以爲皇帝每天都要「御門聽政」，像電視劇演的那樣：每天清晨 7 點，文武百官排成方陣進宮，皇帝坐在龍椅上高喊——「有事啓奏，無事退朝」。但現實中的清代朝政遠比這複雜得多。朝會、御門聽政、引見官員、部院奏事，都有各自嚴格的制度與程序。更重要的是，大多數涉及軍事部署、人事任免、貪腐查辦等敏感的國家機密，根本不適合在朝堂上公開討論。

因此雍正大力推廣並完善了「密摺制度」，允許地方大員直接向皇帝遞交加密報告。這意味著皇帝不需要經過繁瑣的中書省或內閣轉手，就能直接掌握第一線信息。但也正因如此，所有的工作壓力全部集中到了皇帝一個人身上。雍正眞正花費最多時間的地方，就是獨自坐在養心殿的燈下，一份又一份地仔細研讀，並批覆這些機密文件。

日常生活之二：冷清孤獨的宮廷膳食

除了繁重的政務，影視劇中另一個常見的迷思是皇帝奢華的飲食生活——「每天帶領一群嬪妃圍坐在一起吃滿漢全席」。然而眞實的清代宮廷膳食制度，嚴肅且甚至有些冷清。

清代宮廷的日常正餐通常實行「一日兩餐」制。一般而言，早膳大約在上午 6 點至 8 點之間，晚膳（即第二頓正餐）則在下午 12 點至 2 點之間。在兩頓正餐之外，如果有需要，才會由御膳房提供額外的酒膳或點心小吃。

更打破大眾認知的是，皇帝平時吃飯基本上是獨自進膳。清代宮廷有著極其嚴格的膳食安全與禮儀制度，皇帝在哪裡辦公或休息，膳食就由太監將專用溫箱送到該處。除非在元宵、中秋、萬壽節（皇帝生日）等重大節慶，或特定的宴會上，嬪妃們根本沒有機會陪皇帝一起吃飯。因此那種熱熱鬧鬧、佳麗環繞的用餐畫面，純粹是現代影視劇爲了戲劇效果，而創造出來的幻想。

工作之餘的娛樂：角色扮演

既然一年到頭都在高壓下工作，皇帝究竟該如何釋放壓力？著名的《胤禛行樂圖冊》，爲我們揭示了這位嚴肅帝王私底下令人意想不到的紓壓方式——「角色扮演」。

在這一套宮廷畫師繪製的圖冊中，雍正有時穿著漢族文人的服飾在松樹下撫琴、有時化身爲獨坐舟中的釣客、有時扮作隱居田園的陶淵明；甚至在某些畫卷中，他穿上了異域風格的服裝、戴上歐洲傳統的假髮、手持鋼叉與猛虎對峙，或是扮成在山谷木筏上遊歷的仙人。

在嚴格的禮法與龐大的政務壓迫下，雍正不可能像普通人一樣隨意離宮遊山玩水。這些畫卷反映出，這位勤勞的帝王除了每年自己生日那一天能稍微放鬆之外，幾乎一年 364 天都在不停地運轉。在無法親臨遠方的限制下，透過畫師將自己畫成各種歷史人物或夢想中的角色，成了他在極度疲憊的工作之餘，極少數能獲得心靈安慰與精神放鬆的寄託。

佳麗三千與短壽真相

從物質條件來看，皇帝無疑擁有當時社會最高等級的生活待遇；但從權力與責任的角度來看，權力越集中，承擔的責任也越巨大。整個清帝國的民生疾苦、軍事戰亂與財政收支，最終都會匯聚到皇帝的案頭。普通的朝廷官員，到了年歲還可以申請退休、告老還鄉，但皇帝這個職務，卻沒有任何眞正意義上的退休制度。

歷史上許多人常將皇帝的短壽歸咎於「聲色犬馬」或「荒淫無度」。然而，如果我們用具體的數據來檢視雍正的一生，就會發現這種說法完全站不住腳。

雖然按照宮廷規定，皇帝晚上 10 點鐘就該就寢，但號稱「勞模」的雍正，幾乎天天加班到深夜，每日的睡眠時間經常不足 6 個小時。更具說服力的是皇室子嗣的數據：史料記載，雍正一生共有 14 個子女，但其中有 12 個子女是在他繼位之前（即雍親王時期）所生的；在他登上皇位、掌權十三年間，竟然只生育了 2 個孩子。

試想一下：在十三年的帝王生涯中，他親自批閱了二萬多封密摺、數萬份公文，撰寫了數百萬字的朱批，平均每天要閱讀並書寫數千字。在這樣近乎極限的工作強度下，雍正連抽空照顧後宮的時間都極爲有限，又怎麼可能還有閒情逸致去惦記著每天晚上要「翻誰的牌子」？

連他的父親康熙皇帝都曾親口感嘆過：「我每次看到老臣遞交退休報告，心裡都會想——你們還可以退休、告老還鄉，那我又該去哪裡退休呢？」

因此歷代許多文人史官動輒將皇帝的早逝歸因於「荒淫酒色」，對於像雍正這樣極度勤政的帝王來說，多半只是缺乏眞實檔案依據的書生想像罷了。眞實歷史中的雍正，還眞不是享樂主義者，而是一位被龐大帝國政務活活耗盡體力的「重度過勞者」。



雍正皇帝穿上道袍，手執拂塵，站在臨水的懸崖峭壁上。



雍正皇帝穿上了異域風格的服裝、戴上歐洲傳統的假髮、手持鋼叉與猛虎對峙。





運動健身

肌力訓練所帶來的好處令人振奮

文｜道格·麥格夫（醫師）、約翰·利特爾（健身專家）

老年人可以從肌力訓練中獲得更多回報，所以肌力訓練所帶來的好處對老年人而言，比對其他人更令人振奮。

HBS/ADOBE STOCK



正確的肌力訓練可以給老年人帶來諸多益處。

肌力訓練計畫的好處

研究顯示，對於老年人而言，適當的肌力訓練計畫，可以對肌肉和健康益處產生以下變化：

1. 恢復肌肉力量和功能。
2. 增加老年男性和女性的肌肉力量與肌肉大小。
3. 增強行走耐力。
4. 降低體脂肪。
5. 新陳代謝率提高。
6. 降低休息血壓。
7. 改善血脂概況。
8. 胃腸道運送速度加快。
9. 提高葡萄糖利用率。
10. 減輕腰痛。
11. 增加骨質密度。
12. 緩解關節炎不適。
13. 緩解憂鬱。
14. 改善冠狀動脈術後表現。

另外值得注意的是，這些研究中沒有一項有發現任何與訓練有關的傷害。

老人健身 肌肉放熱的益處

對老年人的另一個重要考慮因素是肌肉可以調節體溫。人體應該保持華氏九十八點六度的體溫，但是隨著人們多年來的肌肉流失，他們也會失去肌肉所能提供的熱能，結果導致他們更容易受到冷熱的影響，這會引起體溫的不健康波動。這種狀況對於老年人而言，可能是一個嚴重的問題，尤其是當他們生病時。

醫生們都知道，大多數得了肺炎或泌尿道感染的人都會發燒，但老年患者則不一定。

在這種情況下，老年患者更常出現體溫過低。原因是肌肉會產生相當多的熱量，因為身體的代謝活動都是放熱反應，這意味著它會產生熱。以汽車為例，引擎會產生大量的熱。這就是汽車製造商要安裝散熱器的原因。記住熱力學的第一定律，就是你不可能無中生有得到能量，能量總是必須輸入到系統中；而熱力學的第二定律，實際上就是你永遠都無法收支平衡，這意味著，能量的轉換過程總是會有部份浪費在系統外部。

這正是人體產生熱量的方式，熱量是肌肉組織消耗能量時，機械效率低下的產物。如果你的身體沒有足夠的肌肉組織，你將不會產生多餘可用於維持體溫的熱量。大多數人沒有意識到老年人對體溫過低的脆弱程度。如果一位老年人恰巧在洗澡時滑倒，而在數小時內沒有被發現，他死於體溫過低的風險，和任何與摔倒有關的傷害一樣高。我們再重申一次，肌肉是老年人的重要保護組織，而且越多越好。

前面列出的十幾種益處，與其說是肌力訓練的直接效果，不如說是隨著身體產生或恢復更多肌肉所逐步形成的間接效果。在關節炎患者身上，強壯的肌肉在控制、移動上，將比無力的肌肉更有效率。

關於骨質疏鬆症，研究顯示，只要使用有意義的重量，則老年人能從肌力訓練中得到益處。有意義重量的定義為：受試者的一次反覆最大重量的 75% 至 80%。低於此數值的負重可能不足以刺激身體改變骨質密度。與所有人一樣，老年人必須使用有意義的負重來進行適當的肌力訓練計畫，並且當訓練者的肌力隨著時間增強時，應該逐漸提高負重。

所以多數健身專業人員，將老年人當作高級瓷器般對待的方法是有害的。當然，年長訓練者必須謹慎行事，必須注意執行鍛鍊的方式，例如：控制運動的速度和減小動量，以此來控制施加在關節上的力量，但對所有訓練者都應是如此。

訓練者和教練在選擇重量或精力的使用上，不能軟弱隨便。如果採用「輕鬆以對」的方法，肌力訓練的益處將會減少或根本無法實現。

（本文由采實文化出版社授權刊載，
摘自《一週12分鐘，高強度科學健身：翻轉健身模式，5大訓練×12分鐘，革命性的高效重訓計畫》）

療養保健

擾人的婦科問題

文｜葉慧昌
（葉慧昌中醫診所院長）

中醫本著「急則治其標，緩則治其本」的原則，靈活掌握塞流、澄源、復舊三大法則。

正常的月經，週期通常是廿八天，從廿一天到四十五天都算是正常的；經血來的期間是二至七天，一般多為四至五天；經血量在三十到八十毫升，而以五十毫升為最常見，且 90% 左右的經血集中在前三天，一般以第二天的量最多。

除了正常的月經，當有不正常出血，就要先排除骨盆腔內器官的毛病。不管是外傷、陰道內有異物或是陰道炎、子宮肌瘤、子宮內膜或子宮頸癌、子宮或子宮頸感染、子宮內膜增生、子宮內膜異位、懷孕相關疾病、子宮體癌、子宮頸癌或卵巢癌，甚至是全身性疾病，如：血液凝固異常、甲狀腺功能異常、糖尿病等都有可能。

排除骨盆腔及全身性疾病之後，即可能是功能性子宮出血，通常是卵巢功能不良所引起。常見的有三種情形：

一、有排卵：出血間隔較正常，出血前可能有乳房疼痛、水腫、情緒改變及腹痛等經前症候群的出現，多因黃體素不足所致。

二、無排卵：多發於初經後之青少女及快步入更年期者。出血間隔不規則，而且會拖很久才乾淨，往往在好幾個月無月經的情況下突然來了。值得注意的是無排卵性的子宮內膜長期處於女性賀爾蒙刺激而無黃體素的保護，容易造成內膜增生，甚至變成異型增生或子宮內膜癌。

三、使用荷爾蒙：包括避孕藥及更年期賀爾蒙補充，多因為子宮內膜對藥物劑量的調適不良所引起，只要調整劑量，並無大礙。

此外，還有所謂的心因性功能性子宮內膜出血，即精神的因素，如：恐懼、憤怒、苦惱等感情興奮，從年輕時期到更年期均可能發生。

中醫將功能性子宮出血歸納在「崩漏」的範圍，是指子宮出血突然量多不止或淋漓不斷，前者稱為「崩中」，後者稱為「漏下」，因二者常互相轉化，故概稱為「崩漏」。辨證時必須辨出血的屬性，根據出血的期、量、色、質變化，以分清寒熱、虛實，並本著「急則治其標，緩則治其本」的原則，靈活掌握塞流、澄源、復舊三大法則。

其中塞流就是止血，一般採固氣攝血法，以人參等為主藥；澄源則是正本清源，依各人體質，找出病因病機，以經血異常除盆腔及全身性疾病，可能是功能性子宮出血。

求治本；而復舊是指善後調理以恢復如舊，但並非全在補血，而是著重在調理肝、脾、腎三臟。

由於「血得熱則妄行，得寒則凝滯」，所以「崩漏」的患者出血時，應避免過食辛辣助熱動血的食物，不宜長時間站立、搬提重物、過度疲勞和劇烈運動，必要時則需臥床休息或住院治療，並嚴禁房事。

（本文經作者授權刊載，
轉載本文請取得作者同意）

GRAPHICROYALTY/ADOBE STOCK



保健常識

腰圍可能比體重指數更能預測心力衰竭風險（上）

編譯｜高新宇

中心型肥胖是指腹部深層脂肪堆積，內臟脂肪位於深層而非體表，包裹著內臟器官。

一項近期使用了傑克遜心臟研究（Jackson Heart Study）參與者的資料，而該研究是一項單中心研究。研究人群僅限於非裔美國人，這限制了研究結果的普遍適用性。未來的研究或許能夠確定其他人群中是否存在類似的結果。

腰圍和身高比，與發生心力衰竭的風險相關。

NEW AFRICA/ADOBE STOCK



研究探討了中心型肥胖與心力衰竭的關係，以及炎症在其中發揮的作用。結果顯示，炎症程度越高，患者的無心力衰竭生存期越短。中心型肥胖的兩項指標均可預測心力衰竭。最後，炎症約占中心型肥胖對心力衰竭影響的 1/4。這些結果表明，評估中心型肥胖可能是應對心力衰竭風險的關鍵組成部份。

這項研究結果已在美國心臟協會，2026 年 EPI 生活方式科學會議上公布，但尚未在同行評審期刊上發表。

1. 腹部脂肪、心力衰竭和炎症之間的聯繫

研究人員分析了近 2000 名參與傑克遜心臟研究的成年人的資料，這些參與者均未患有心力衰竭。研究人員測量了體內脂肪的某些指標，包括：體重、體重指數、腰圍身高比和腰圍。腰圍和腰圍身高比均可用於評估中心性肥胖。他們還研究了高敏 C 反應蛋白（hs-CRP）作為炎症指標。

中位隨訪時間略低於七年。研究發現，高敏 C 反應蛋白水準升高，與「心力衰竭無進展生存期縮短」相關。他們還發現，雖然體重指數（BMI）不能預測心力衰竭，但腰圍和身高比卻可以。

最後，他們進行了一項中介分析，以檢驗高敏 C 反應蛋白如何調節腰圍和身高比對心力衰竭風險的影響。結果顯示腰圍與身高比例高的人，其 C 反應蛋白對心衰風險因素增加 28.5%。該研究的作者陳思涵（Szu-Han Chen），國立陽明大學醫學生就此研究解釋如下：

「中心性肥胖的指標，如腰圍和身高比，與長期發生心力衰竭的風險增加相關，而我們的分析顯示，體重指數（BMI）本身與心力衰竭風險並無顯著相關性。我們還觀察到，高敏 C 反應蛋白（hs-CRP）水準較高的個體，其全身炎症水準也較高，發生心力衰竭的可能性更大。」

陳思涵同學向《今日醫學新聞》解釋：「重要的是，我們的分析表明，全身炎症可能部份解釋了腹部脂肪與心力衰竭風險之間的聯繫，約占這種關聯的 1/4 到 1/3。綜上所述，這些發現表明，在評估心血管風險時，脂肪在體內的分布可能比總體重更為重要。」（待續）

資料來源：www.medicalnewstoday.com

陳先生
Kanson Chan, K.K.
KLMN
Innovation Grateful Professional Studio
服務項目
虛擬辦公室地址、政府公司註冊地址、
即日收信及郵件、通知稅務申報(私人有限及無限公司)、
企業諮詢服務(新成立有限及無限公司特快購買空殼公司)、公司重組及清盤服務、
月結季度及年結會計服務、商標註冊、活動駐場急救服務、攝影服務
電話（852）6633 5123

TIN YU
一簾自天裕 晴雨皆如意
天裕窗簾
免費度尺 | 準時送裝 | 細心服務
店舖：九龍灣牛頭角道15-19號嘉和園商場地下41號舖
（九龍灣地鐵站B出口步行5分鐘）
電話：2759 5848 營業時間：11:00-21:00

「#2026 世界盃有獎比賽」得獎名單揭曉！

綜合創意、品質、敘事、互動與人氣，10 組得獎作品從全球球迷投稿中脫穎而出。

#2026 世界盃 #WorldCupFans

金獎 GOLD • 2 組



Let's Go Toronto

《2026年6月11日 FanFest 開幕的世界盃盛況》



Tastemade World

《不用烤箱、不加雞蛋的足球造型餅乾食譜》

銀獎 SILVER • 3 組



ADM School of Kindness

《在波士頓市中心你能認出多少個國家？》



Sabores del Camino

《2026世界盃前瞻：阿茲特克球場與墨西哥城美食》



gaurav sonker

《世界盃球迷》（手繪作品）

銅獎 BRONZE • 5 組



SOCCER FLOW

《墨西哥 3 比 0 擊敗捷克，完美完成世界盃小組賽》



I LOVE SOCCER

《這是我們永遠難忘的世界盃夏天》



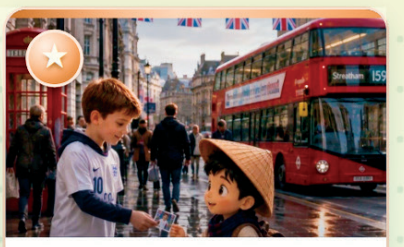
Tracy61657

《世界盃第 2 天：美國對巴拉圭》



Min's Sanssouci

《拾起德國足球曾經遇挫到捧杯的記憶》



New Paradise

《像紳士那樣壓抑後的激動不需要瘋狂》

金獎

Let's Go Toronto——《2026年6月11日 FanFest 開幕的世界盃盛況》

影片生動記錄了 2026 年 6 月 11 日多倫多 FIFA FanFest 開幕活動，捕捉世界盃周邊的熱鬧氣氛、國際精神與多元球迷能量。畫面帶領觀眾走入慶典核心，球迷齊聚一堂分享對足球的熱愛，展現多倫多作為不同文化與社群交流的活力場域。

Tastemade World——《不用烤箱、不加雞蛋的足球造型餅乾食譜》

這是一支充滿創意的世界盃主題影片，示範如何在不用烤箱、也不加雞蛋的情況下，製作足球造型餅乾。影片巧妙結合足球元素與家庭手作，營造輕鬆有趣、適合全家一起參與的氛圍。影片透過清楚易懂的步驟與吸引人的美食畫面，讓世界盃主題自然融入日常生活，也讓內容兼具實用性與趣味性。

銀獎

ADM School of Kindness——《在波士頓市中心你能認出多少個國家？》

影片帶領觀眾在波士頓公園展開一場有趣的「世界盃球迷尋寶」之旅，尋找來自巴西、墨西哥、蘇格蘭等不同國家的球迷身影，呈現世界盃帶來的國際熱潮。互動式提問——邀請觀眾數一數出現了多少個不同國家的球迷——讓影片特別吸引家庭與年輕觀眾參與、觀察並分享答案。

Sabores del Camino——《2026世界盃前瞻：阿茲特克球場與墨西哥城美食》

這支世界盃前瞻影片帶領觀眾走訪墨西哥城著名的阿茲特克球場，感受各國球迷的熱情，並了解球場的歷史與世界盃籌備情況。

影片也走訪附近市集、品嚐當地特色美食，將足球、城市文化與飲食體驗自然結合，帶領觀眾從不同面向感受墨西哥城的世界盃氛圍。

gaurav sonker——《世界盃球迷》

這幅手繪作品以鮮明色彩與豐富細節，呈現 2026 年 FIFA 世界盃的熱烈氛圍。畫面融合世界盃獎盃、精彩賽事、熱情球迷，以及多國國旗環繞的世界地圖。

作品透過生動的構圖，展現足球跨越國界、凝聚不同文化與人群的力量，也傳達世界盃所帶來的共同熱情與連結。

銅獎

SOCCER FLOW——《墨西哥 3 比 0 擊敗捷克，完美完成世界盃小組賽》

這支影片記錄了墨西哥隊在 2026 年 FIFA 世界盃以 3 比 0 擊敗捷克隊後，球迷上街慶祝的熱烈場面。影片捕捉了歡呼的人群、揮舞的國旗與街頭慶祝活動，展現墨西哥球迷對國家隊的支持，以及世界盃所帶來的熱情與凝聚力。

I LOVE SOCCER——《這是我們永遠難忘的世界盃夏天》

這支影片從球迷的視角，記錄世界盃期間充滿熱情與活力的精彩瞬間。

歡呼的人群、濃厚的足球文化、賽前的期待與場內外的歡樂時刻，共同構成了一段難忘的世界盃記憶。

Tracy61657——《世界盃第 2 天：美國對巴拉圭，2026年6月12日》

影片記錄了球迷在加州奧克蘭齊聚觀看美國對巴拉圭的世界盃比賽。從賽前期待、現場歡呼到上半場精彩片段，畫面呈現了球迷共同觀賽、為球隊加油的熱烈氛圍。

Min's Sanssouci——《拾起德國足球曾經遇挫到捧杯的記憶 激蕩人心 願 2030 榮光再現》

影片帶領觀眾走進德國多特蒙德的德國足球博物館，回顧德國足球史上幾個令人難忘的高光時刻。影片呈現了德國足球如何在一次次挫折與挑戰中持續前行，並將這些經歷轉化為成就與榮耀。

New Paradise——《像紳士那樣壓抑後的激動不需要瘋狂》

這支短片以幽默方式呈現球迷面對世界盃時的興奮與情緒反應，也傳達「熱情不等於失控」的觀念。影片透過球迷內心的激動與外在的克制形成反差，在幽默之中展現理性、文明的觀賽態度。

足球讓世界凝聚一心　恭喜所有得獎者！

得獎者請聯繫 events@ganjingworld.com 領取獎品

更多故事請追蹤 Gan Jing World Stories　www.ganjingworld.com

GAN JING WORLD • #WORLDCUPFANS

看中國 VISION TIMES
博文廣識 Business, Culture & Education
香港版 第910期 | 2026年9月7日—9月13日 | 丙午年七月廿六至八月初三 | 每週一出版 | www.kanzhongguo.com | www.visiontimes.com | 電子報:e-paper.kanzhongguo.com

德國千億軍費催生軍工矽谷

【看中國記者路克綜合報導】歐洲新聞網（Euronews）9月1日報導，長期以來以啤酒節、拜仁慕尼黑足球俱樂部，和汽車工業聞名的德國慕尼黑，正在出現另一張越來越醒目的城市名片——歐洲防務科技中心。

隨著德國和歐洲大幅增加國防投入，一批開發人工智能、無人機、反無人機系統，和軍事軟件的初創企業迅速聚集。工程人才、頂尖大學、傳統製造業基礎，以及不斷擴大的政府訂單，使慕尼黑逐漸形成新型軍工科技產業集群。

這輪軍工科技熱潮背後，是德國國防政策近年來發生的深刻變化。德國今年常規國防預算約827億歐元，比2025年實際支出增加約232億歐元。加上為聯邦國防軍現代化設立的「特別基金」，今年可動用的國防資金達約1,082億歐元，創冷戰結束以來新高。

德國擴軍速度仍在加快。政府7月公布的2027年預算草案顯示，常規國防預算計劃進一步升至1,097億歐元；到2029年，德國計劃按照北約新目標，將相關國防支出提高至GDP的3.5%。

斯德哥爾摩國際和平研究所（SIPRI）數據顯示，德國2025年軍事支出同比增長24%，達約1,140億美元，佔GDP的2.3%。

鉅額軍費目前正日益改變慕尼黑的產業版圖。



6月10日，德國總理默茨（中）在柏林出席航空展Quantum-Systems PULSE P19無人機揭幕儀式。
TOBIAS SCHWARZ / AFP VIA GETTY IMAGES

目前，包括量子系統公司（Quantum Systems）、赫爾辛公司（Helsing），以及泰坦科技公司（Tytan Technologies）在內的數十家軍工科技企業，已在慕尼黑及周邊地區扎根。

成立於2015年的Quantum Systems最初專注無人機，目前已成為德國最受關注的軍用無人機企業之一，其產品已供應烏克蘭軍隊，業務也逐漸擴展到陸地和海上系統。

公司認為，慕尼黑的優勢在於成熟的機械工程能力，以及軟件、人工智能、機器人產業和完整的大學研究體系集中在同一區域。

Tytan Technologies則成立於2023年，由兩名慕尼黑工業大學畢業生創辦，重點開發低成本自主攔截無人機。成立數年，公司員工已擴大約10倍，並正在建設新的生產設施。

其目標是「重新改善歐洲防空的經濟性」——以價格較低的無人機攔截敵方無人機，避免「昂貴導彈打廉價無人機」造成的成本困境。

慕尼黑軍工產業快速發展，也與德國傳統汽車工業面臨的壓力形成鮮明對比。

Euronews指出，隨著德國汽車產業削減成本和就業崗位，一部分擁有機械、電子、軟件和自動化背景的工程師開始流向無人機、人工智能和軍工製造企業。

慕尼黑工商會稱，近年當地專門從事防務業務的初創企業數量已翻一番，達約60家。德國傳統工業數十年積累的精密製造和工程經驗，也開始流入國防科技領域。

《金融時報》報導，隨著柏林未來五年計劃投入超過7,000億歐元用於國防，德國正成為全球防務企業爭相布局的新市場。

傳統製造商也開始與軍工科技企業合作。今年6月，梅賽德斯-奔馳與Tytan Technologies簽署合作備忘錄，研究把平治G級越野車和Sprinter車型，改造成搭載反無人機系統，及其他任務設備的平台。

汽車製造、機器人、人工智能和防務科技之間的界線正在迅速模糊。不過，資金和訂單快速湧入，並不意味著德國軍工產業擴張一路暢通。

不少企業表示，安全審查程序複雜，新廠房和倉庫審批時間過長；部分政府採購仍偏向坦克、火炮等傳統重型裝備，無人系統和人工智能產品進入大規模採購體系的速度較慢。

慕尼黑工商會防務專家馬克西米利安·埃普（Maximilian Epp）指出，不少初創企業已拿到訂單，並準備擴大產能，但新的倉儲和生產設施遲遲無法獲得許可。換言之，德國現在面臨的問題已不完全是「有沒有錢」，而是行政體系能否跟上軍工產業擴張速度。

從汽車、機械製造重鎮，到人工智能、無人機與軍工初創企業的重要聚集地，慕尼黑正在經歷一場產業轉型。德國擴軍正在把鉅額政府支出轉化為訂單、資本和人才，慕尼黑也可能成為歐洲新一輪軍工科技競爭的重要基地。

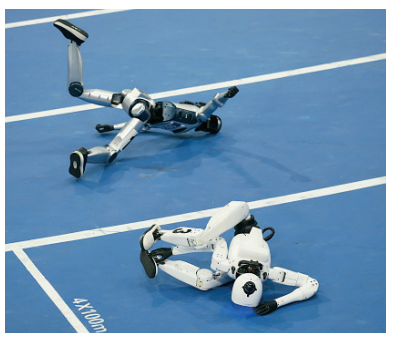
國產機器人七成依賴海外ROS

【看中國記者宋瑤綜合報導】中國機器人產業近年在政策推動下快速擴張，相關企業大量增加，行業競爭也日益激烈。不過，在產業規模迅速壯大的同時，部分底層技術對海外系統的依賴仍然突出。原華為高管、現任深開鴻CEO王成錄表示，目前中國76%的國產機器人仍使用海外ROS系統，核心演算法自主率則不到40%。

據鳳凰網8月30日報導，王成錄指出，ROS雖然全稱為Robot OS，但實際上並非完整的操作系統，而是建立在Linux內核之上的中間件。

目前不少中國機器人採用Linux作為底層系統，再以ROS連接上層應用，因此關鍵技術架構並未完全掌握在企業自身手中。

LINTAO ZHANG/GETTY IMAGES



2026年8月26日，在北京舉行的第二屆世界人形機器人運動會比賽中，人形機器人跌倒。

在王成錄看來，這種技術模式還造成另一個問題，即各家企業分別在ROS基礎上開發自己的系統，技術路線彼此分散，互通性不足。企業重複投入大量基礎開發工作，卻難以形成可以共享的統一技術體系。

數據顯示，2020年至2024年間，中國機器人企業數量增長超過三倍。然而，企業快速湧入並未解決行業標準不統一的問題。

開放原子開源基金會理事長謝少鋒指出，目前各廠商在傳感配置、動作空間和數據結構等方面存在差異，企業往往需要重複進行適配和工程驗證。投入大量成本取得的數據，也難以在不同設備和任務之間共用，進一步推高研發成本。

另一方面，中國人形機器人近年頻繁以跳舞、功夫、拳擊等表演吸引市場關注，但從展示走向實際商業應用仍面臨不少障礙。業內人士指出，目前機器人在精度、持續穩定運行，以及適應不同環境等方面仍有不足。

宇樹科技創辦人王興興8月20日在2026世界機器人大會上表示，目前機器人雖已能完成部分簡單工作，但整體效率仍不及人工。在固定環境中經過充分訓練，機器人的任務成功率可以接近100%；但更換操作物品或環境稍有變化，成功率便會明顯下降。因此，宇樹科技目前仍未進行大規模推廣。

被視為人形機器人重要潛在市場的家庭場景，同樣存在技術門檻。新加坡國立大學學者蘇順鴻博士（Dr Harold Soh）對BBC表示，機器人真正有效進入家庭可能仍需數年，電池續航、可靠性，及隱私保護等問題都有待解決。

中國機器人產業目前呈現企業數量和市場熱度快速上升的局面，但從底層軟件依賴、行業標準不一，到實際工作效率和場景適應能力不足，產業鏈仍有多個環節需要突破。能否降低對海外基礎系統的依賴、建立統一技術標準，並提升實際應用能力，將直接影響中國機器人，由市場熱潮走向規模化商業應用的速度。

滙豐：亞洲再現97危機信號

【看中國記者宋瑤綜合報導】亞洲金融市場近期出現與1997年金融危機前相似的信號，但滙豐銀行認為，今天真正值得警惕的已不是資金外逃，而是人工智能熱潮降溫，可能衝擊亞洲出口和經濟增長。

滙豐銀行首席經濟學家弗雷德里克·諾伊曼（Frederick Neumann）在8月31日的報告中指出，南韓、日本、台灣和新加坡等經濟體，近年受益於AI相關電子產品出口，也更加依賴美國AI硬件投資熱潮。

諾伊曼將目前情況概括為「需求脆弱性」。一旦美國融資成本上升、削弱AI投資，相關硬件需求可能降溫，並通過出口傳導至亞洲。

目前的金融環境確實讓人聯想到1997年。諾伊曼指出，當年曾出現三個重要現象：美國公債殖利率走高、日圓大幅走弱，以及網絡科技興起帶動投資熱潮。如今這三個特徵再次出現。

10年期美國公債殖利率已從2020年8月約0.5%的低點升至9月1日早盤約4.79%，今年以來較2月的3.9%上升約80個基點。

日圓則從2021年1月約103日圓兌1美元，一度跌至今年7月約163日圓，貶幅約57%。當年的網絡投資熱潮，如今則被AI熱潮取代。

不過，諾伊曼強調，2026年與1997年相比「差異大於相似之處」。1990年代，不少亞洲經濟體依賴海外資本，美元融資成本上升和日圓走弱容易引發資金外逃。如今許多亞洲經濟體已由資本進口方轉為資本輸出方，對海外融資依賴降低。

風險也因此從「金融脆弱性」轉向「需求脆弱性」。如果高利率壓低美國AI投資，或日圓大幅波動擾亂全球融資市場，亞洲電子產品出口可能首當其衝。因此，亞洲面臨的主要隱憂已不再是1997年式金融危機，而是AI繁榮能否持續，以及區域經濟對相關需求的依賴。

財經簡訊

中國十年難追ASML

彭博社9月1日報導，瑞銀分析師預測，中國未來十年恐難開發出可取代ASML極紫外光刻（EUV）技術的方案，目前約相當於ASML在2004年的水平。

路透社2025年12月披露，中國科學家已在深圳製成EUV原型機，據稱通過逆向工程仿製ASML設備。

知情人士稱其為中國版「曼哈頓計劃」，目標是以國產設備製造先進晶片。目前ASML的EUV設備受嚴格出口限制。美國自2018年起要求荷蘭阻止ASML向中國出售EUV，2022年又擴大先進半導體技術出口管制。

美國社保2032年逼近資金「懸崖」

【看中國記者路克綜合報導】據《政客》（Politico）8月27日報導，長期被華盛頓視為「以後再解決」的美國社會保障資金缺口，如今正迅速變成下一屆總統和國會無法迴避的問題。

最新官方預測顯示，負責支付退休及遺屬福利的社會保障老年及遺屬保險信託基金（OASI），將在2032年第四季度耗盡儲備。屆時若國會仍未採取行動，現有收入將不足以支付全部福利。

這並不意味著退休人員一分錢都拿不到。美國社會保障署（SSA）2026年受託人報告預計，在OASI基金耗盡後，工資稅等收入仍可支付約78%的預定福利，相當於約22%的資金缺口。若把退休、遺屬和殘障兩項基金合併計算，儲備預計可維持至2034年，屆時仍可支付約83%的福利。

SAUL LOEB/AFP VIA GETTY IMAGES



社會保障署（SSA）辦公室

《政客》指出，一旦國會不能及時填補缺口，數以千萬計退休人員及領取遺屬福利者都可能受到影響。按照目前平均福利水平估算，22%左右的削減，相當於部分退休人員每月少拿約500美元。

值得注意的是，OASI儲備耗盡時間，已由去年預測的2033年提前至2032年，留給華盛頓的時間進一步縮短。

真正困難之處並不是華盛頓不知道問題存在，而是任何解決辦法都可能產生巨大政治代價。

目前改革思路包括提高社會保障工資稅、提高應稅工資收入上限、逐步提高退休年齡、改變福利計算方式，或者允許部分資金投資資本市場。

另一種辦法是由財政部一般基金補充，但這需要國會立法，而且在聯邦債務持續攀升的情況下，長期依靠新增赤字支付福利同樣面臨阻力。

特朗普（Donald Trump）多次承諾不削減社會保障福利，但截至目前尚未提出具體的長期償付方案。白宮表示社會保障支付「不會減少一分錢」，但《政客》指出，白宮並未說明2032年後將如何填補資金缺口。

隨著期限逼近，這個被華盛頓拖延多年的問題，已很難再留給下一代政治人物處理。

發行：看中國媒體香港有限公司 | 電話：2116-0728 | 傳真：2116-0718 | 電郵：hkeditor@visiontimes.com | 承印：新宇宙國際有限公司
印刷廠地址：沙田火炭坳背灣街27-31號協興工業中心7樓C室 | 全球發行：香港、美國、加拿大、澳洲、新西蘭、歐洲、英國、日本、南韓、秘魯

8月30日，尼泊爾努瓦科特地區特里蘇里，一名男子在山洪過後泥濘的河床上行走。(Arun SANKAR / AFP via Getty Images)



洪災中他救下全校學生

【看中國記者路克編譯/綜合】《每日郵報》8月30日報導，尼泊爾日前遭遇災難性山體崩塌和山洪之際，一名中學校長在洪水逼近前果斷疏散全校學生，使1643名兒童及時轉移到高處。就在最後一批人離開不久後，洪水沖入校園，校舍最終被摧毀。

這名校長是47歲的拉金德拉·達瓦迪（Rajendra Dawadi），任職於尼泊爾中北部特里舒利河谷的特里布萬特里舒利中學（Tribhuvan Trishuli Secondary School）。災難當天，約900名學生已抵達學校，另有約700人正在乘坐校車或徒步趕往校園。

8月26日上午，達瓦迪接到一名朋友的緊急電話。對方住在學校上游約5英里處，告訴他附近村莊已經被暴漲的河水吞沒。

據《每日郵報》援引達瓦迪的回憶，當時他很快又接到一名學生家長的警告，稱河水正在迅速向學校方向湧來。儘管學校所在地高出正常河面約200英尺，但上游傳來的消息讓他意識到，繼續上課可能帶來無法挽回的後果。

達瓦迪首先想到的是那些還在路上的孩子。他立即逐一給校車司機打電話，要求所有車輛馬上掉頭。他成功聯繫到幾乎全部司機，只剩最後一輛校車一度沒有取得聯繫。此時洪水已經開始進入校園周圍。達瓦迪隨後發現了那輛最後趕來的校車，並讓司機立即返回。據他向英國《泰晤士報》描述，這輛車剛剛駛到橋的另一端，「橋就在後面塌了」。

從接到第一通警告到組織撤離，留給他的時間只有短短幾分鐘。解決了正在趕往學校的學生後，達瓦迪開始疏散已經進入校園的孩子。學生此時已經意識到危險，一些人陷入恐慌。一名女生出現驚恐發作，老師將她送上一輛摩托車先行撤離；其他學生則按照要求徒步向校園後方的山坡轉移。孩子們一路向高處奔跑，最後聚集在一棵菩提樹附近避險。達瓦迪沒有立即離開，而是在確認學生已經撤走後才跟著上山。

尼泊爾當地媒體報導，特里布萬特里舒利中學共有1643名學生，達瓦迪事後確認住在宿舍以及位於特里舒利河這一側的學生均安全。印度媒體隨後也報導，災難發生時，該校共有1643名學生，他們最終全部安全撤離。

尼泊爾國家減災與管理局最新公布的數據顯示，這場洪災截至目前已造成尼泊爾一千多人死亡、四千多人失蹤。

寰宇新聞

新竹國際風箏節 台灣印象為主題

【看中國訊】2026新竹市國際風箏節8月29日在新竹漁港登場，市府表示，今年以台灣印象爲主題，將生活記憶、文化信仰，及自然生態化爲各式風箏，讓更多民眾看見台灣、認識新竹。

中央社報導，新竹市長高虹安出席風箏節活動表示，國際風箏節已成爲新竹重要城市活動及觀光品牌，今年以茄芷袋、藍白拖、珍珠奶茶、媽祖及晶片等元素呈現台灣特色，也盼透過風箏，讓更多人了解台灣。

高虹安指出，今年邀請瑞士、法國、意大利、德國、印尼及泰國等6國團隊參與，各國團隊帶來具有文化特色的風箏作品，活動另安排大型軟件風箏、特技風箏及夜光風箏展演。

亟躍有限公司總經理溫國勝表示，新竹市文創產業市集配合風箏節呈現，結合人文特色與青年創作能量，展現城市獨特風貌；現場也設置公益攤位，藉風箏節人潮推廣社福理念，提升民眾對公益服務與社會關懷的認識。



放風箏示意圖(公有領域)

美暫停移民面談

【看中國記者田淨心編譯/綜合報導】據《國會山報》報導，美國政府近日再度大幅收緊移民政策，全面暫停了全球各地的美國移民簽證審批與面談作業。

美國國務院表示，目前正著手加強對簽證申請人的財務與背景審查，以防堵未來可能仰賴美國公共福利的「公共負擔（Public Charge）」者。此舉導致全球各地大量已預約的簽證面談遭到緊急取消，恢復時間遙遙無期。

這場規模空前的「簽證停擺」始於8月初。美國國務院指示各地使領館暫停常規移民簽證面談，轉而針對第一線領事官員展開「深入培訓」。受此直接影響，全球大批申請人陸續收到使領館的電子郵件，通知其原定的面談已被取消，且官方並未給出明確的恢復時間表，僅表示未來會另行通知新的面談日期。

美國官方強調，全面暫停面談並展開專項培訓的目的，是爲了確保所有領事官員具備充分的能力，能夠極其嚴格且標準一致地評估每一位簽證申請人的財務狀況。特朗普政府的政策核心在於：必須確保簽證申請人不太可能成爲美國法規所定義的「公共負擔」，絕不能讓他們去依賴和瓜分那些保留給有需要的美國公民的公共福利援助。

這場突如其來的全球面談暫停，在合法移民群體中引發巨大震盪。許多跨國家庭、依親家屬，及等待綠卡的僱傭勞工，瞬間陷入「無限期等待」困境。部份申請者爲準備此次面談，此前已花了數千美元的規費，甚至已辭去原有工作、退租了房屋，如今卻面臨出國計劃全面停擺的慘況。

除了常規移民簽證面談遭凍結，特朗普政府針對其他群體簽證的打擊力度，也持續擴大。據了解，美國國務院正準備撤銷高達20萬名「已申請」或「正在申請庇護」外籍人士，所持商務或觀光簽證（B1/B2），這或將成爲美國史上最大規模的單一簽證撤銷

美司法部摧毀北京黑客網

【看中國記者高芸報導】美國司法部和聯邦調查局（FBI）日前宣布，已採取行動摧毀兩個由中共支持黑客使用的平台。美國披露，美國太空總署（NASA）、美聯儲、美國參議院，以及多個聯邦政府部門，都曾成爲這批黑客的入侵目標。

根據司法部公布的法庭文件，涉事黑客組織名「QTFY」，受僱於中國南京鑫玖維網絡科技有限公司，並受到中共政府支持。美方調查顯示，這個黑客組織的惡意網絡活動最早至少可以追溯到2018年。該組織建立和運營兩個黑客平台「QScan」和「QTRouter」，向付費客戶提供黑客服務，客戶包括中共國家安全部和中共軍方。

司法部披露，QTFY的受害者，包括： NASA、美聯儲、美國能源部、司法部、衛生與公眾服務部、國立衛生研究院以及美國參議院。

這套黑客系統的運作方式也被曝光。QScan會在全球掃瞄，並自動感染數千台物聯網設備，再把這些設備加入QTRouter網絡。黑客隨後可以利用這些被控制的設備隱藏眞實位置，讓攻擊看起來像是從中國境外，甚至從目標附近的電腦發出。

美國司法部獲得法院授權後，查封了這兩個平台依賴的關鍵域名。由於這些域名被直接寫入惡意軟件，用於通信和身分驗證等核心功能，司法部表示，查封行動已使QScan和QTRouter無法繼續運作。

美國司法部長托德·布蘭奇（Todd Blanche）表示，美國將阻止並起訴那些攻擊美國關鍵基礎設施的國家支持黑客。他強調，聯邦執法部門已經摧毀中共相關惡意軟件，這也是美國近期連串反制行動中的最新一次。FBI局長卡什·帕特爾（Kash Patel）表示，這次行動摧毀了一個全球殭屍網絡和黑客平台，並查封相關基礎設施。他說，FBI正在加大力度打擊中共支持的網絡攻擊，保護美國本土網絡安全。

埋在廢墟多日 女童奇蹟獲救

【看中國訊】尼泊爾8月26日遭遇嚴重洪災，大水夾著泥沙、巨石和瓦礫一路沖下，多地遭到重創。一名6歲女童被埋在廢墟下多日後，竟然奇蹟生還。

《今日印度》（India Today）日前報導，搜救過程中，現場人員突然聽到廢墟下面傳來孩子的哭聲，隨即循著聲音挖掘，最後找到一名受困的6歲女孩。現場人員一點點清開瓦礫，最後把女孩從廢墟中抬了出來。由於女孩受傷不輕，目前已經被送往加德滿都接受治療。

尼泊爾警方表示，目前已有超過2300人獲救。不過危險還沒有完全過去。尼泊爾當局8月30日再次發出預警，提醒當地居民災區部份河流水位仍在上漲，相關警報也已經發送到民眾手機。

在超過2500人失蹤的情況下，這名6歲女孩被埋多日後生還，也讓不少仍在尋找家人的家庭，多了一份希望。

傳中國出現外賣被投毒事件

【看中國記者蔡思雲綜合報導】近日，中國外賣被投毒事件引發高度關注。近期三甲醫院收治的百草枯中毒患者突然暴漲，今年死亡過四千，重症超一萬。

日前，海外X平台博主「羅翔——破幕推牆」轉發一則網民投稿。該網民表示，自己是河南村鎮銀行受害者，他看到在一個追款群組裏，有個受害者生活艱難，最後去跑單送外賣。期間，他給幾千人的飯菜、奶茶裏加料，還拍影片號召幾百人跟他學。

該網民還分享了那人的影片，對方拿著針管往一瓶「百草枯」裏吸取除草劑。畫面上用紅字寫著：「兄弟們，又加料了，持續加料七千多份，送外賣第913天。」

公開資料顯示，百草枯（Paraquat）是一種高效、速效的觸殺型滅生性除草劑，對人畜毒性極大，且無特效解毒劑。人誤服少量（5-15毫升）即可致死，主要攻擊肺部，並導致進行性肺纖維化和呼吸衰竭。

該博主表示：「這件事性質簡直太惡劣、太恐怖了。維權有訴求可以通過合法渠道表達，但無論遭遇甚麼不公，都不能把無辜的商家和普通消費者牽扯進來，更不能拿食品安全和他人的生命健康泄憤！」8月24日，上述博主接到一名中國醫生的爆料。該醫生說：「我是三甲醫院內部人員，有件事情不得不爆料。近一年來，收治百草枯中毒患者突然暴漲。以前一年碰不到幾個，但今年死亡過四千，重症超一萬。大部份都點過外賣後發生的，肯定人爲的，我們沒有權力調查。」該醫生還說：「警察來了一波又一波，配合了一次又一次，就是走形式，也沒經費，沒意願查，麻了。整個在失序……」

8月26日，X博主「瑪卡巴卡」發帖表示，中國某省的蜜雪冰城門店在顧客的訂單上加上備注：1. 倒擠奶茶，是否有液體溢出；2. 觀察封口或蓋邊是否有小孔；3. 是否有異味；4. 顏色是否偏藍綠。有以上一點，千萬不要食用。

近年來，中國經濟嚴重下滑，失業率飆升，民眾生活壓力巨大，再加上司法不公等因素，導致民怨沸騰。有些人採取了極端手段報復社會：開車撞人、持刀砍人、放火燒廠、下毒害人，惡性事件層出不窮。

《時代》AI百大人物出爐

【看中國訊】美國《時代》雜誌日前發布2026年全球AI百大人物榜，選出100位對全球人工智能發展方向和格局影響最大的人物。其中約70%的人來自美國或將公司建立在美國。

綜合媒體報導，《時代》雜誌公布2026年全球百大AI領域最具影響力人物，包括太空探索科技公司SpaceX CEO馬斯克（Elon Musk）、OpenAI CEO阿特曼（Sam Altman）、Anthropic CEO阿莫戴（Dario Amodei）、亞馬遜公司（Amazon）創辦人貝索斯（Jeff Bezos）等企業家。

榜單也有一些本業不是AI相關領域的人士，例如好萊塢名媛芭莉絲·希爾頓（Paris Hilton）以及美國聯邦參議員桑德斯（Bernie Sanders）。

《時代》雜誌指出，芭莉絲·希爾頓入榜原因，是她積極對抗深僞技術，其倡議行動重點在於確保法律保護能跟上AI技術的快速發展。

桑德斯獲選原因，則是大力示警AI風險。他的辦公室去年10月公布一份報告，警告AI和自動化可能在未來10年內讓美國將近1億個工作崗位消失，並對勞動市場與美國整體經濟造成長期而深遠的衝擊。

《時代》雜誌總編輯山姆·雅各布斯（Sam Jacobs）指出，AI已經發生了根本性的變化：它已經不再只是一個新鮮事物，而正在成爲我們日常工作和生活的重要組成部份，開始影響各個產業。

CIA密訪莫斯科 示警俄勿踩紅線

【看中國記者萬厚德綜合報導】美中情局（CIA）局長拉特克利夫秘密率高階代表團於8月24日深夜搭乘美國戰略運輸機，由安德魯斯聯合基地起飛，並於25日清晨秘密降落莫斯科伏努科沃機場。而幾乎在同一時間，梵蒂岡特使加拉格爾總主教，也低調飛抵莫斯科。這兩宗高度重疊的秘密出訪，迅速在國際外交圈激起熱議。據悉，此行目的除示警俄認清現況勿踩紅線外，拉特克利夫還拋出9月舉行美俄烏三方峰會議題，以加速終結戰爭。



美中情局局長拉特克利夫秘密率團訪問莫斯科，並拋出9月舉行美俄烏三方峰會議題。（Photo by Anna Moneymaker/Getty Images）

雙軌密訪情報與道德施壓

根據美國多家媒體於8月27日引述多名情報官員的獨家報導，美方此行的核心目的是「拿數據戳破幻想」。中情局分析師懷疑普京身邊幕僚並未向其報告戰場與經濟現狀的眞實悲觀評估，因此拉特克利夫親自帶去了美方內部對俄羅斯軍事消耗、金融壓力和供應鏈瀕臨崩潰的底牌數據。在拉特克利夫透過情報底牌進行高壓震懾的同時，羅馬教廷特使加拉格爾（Paul Gallagher）總主教的低調造訪，則爲莫斯科寒冷的外交氣氛注入了「道德降溫劑」。加拉格爾此行主要任務是就大範圍戰俘交換、保障戰區平民疏散安全，以及避免衝突進一步升級，而向俄方發出強烈呼籲。教廷試圖在政治僵局最緊繃的時刻，利用宗教與道德的柔性力量，爲隨後可能展開的實體政治談判鋪墊信任基礎。

特朗普「雙軌制外交」戰略

在國際外交中，重大的和平協議與危機談判通常由國務卿、各國大使或總統特使來執行。例如，特朗普政府此前已任命了威特科夫（Steve Witkoff）擔任俄烏問題特別特使。然而，在面臨可能決定戰爭走向的關鍵時刻，美方卻選擇派遣神祕戰線的最高長官拉特克利夫親赴前線，這項安排隱含了特朗普政府深思熟慮的「雙軌制外交」戰略。

首先，這是一場針對普京個人背景所量身打造的心理與情報博弈。普京本人出身蘇聯克格勃（KGB），對於常規外交官在檯面上所使用的政治修辭與外交辭令向來抱持高度懷疑。相反地，普京更偏好，也更能聽懂情報機關內部流通的硬數據、衛星圖表與對手底牌。中情局局長親自出馬，能夠透過FSB局長博爾特尼科夫建立一條直達普京辦公桌的情報直通車，確保美方的強硬警告不會在克里姆林宮繁複的官僚體系中遭到任何扭曲或過濾。

其次，常規外交特使的談判範疇受限於領土劃分、停火防線等主權框架。但當前美俄關係最凶險的引爆點，恰恰存在於無法公開談論的隱密破壞與非對稱威脅領域。例如，俄方近期是否計劃發動全國性的大動員、是否準備在烏克蘭大後方實施大規模不對稱干擾，甚至其戰術核武庫的最新動向等。這些遊走於戰爭邊緣的秘密紅線，只有中情局長這種掌握最高機密層級的情報首腦，才能在沒有外交包袱與媒體鎂光燈的干擾下，與對手的情報首腦進行最直接的極限施壓與深度探底。

再者，常規外交官的出訪具有極高的透明度。在歐洲盟友充滿焦慮，烏克蘭對任何「割地求和」流言極度敏感的當下，正式外交特使的莫斯科之行容易引發西方陣營內部的劇烈政治震盪。中情局局長的出訪則全然不同，其行程可以使用軍用物資運輸機做掩護。

即使事後遭到媒體揭露，白宮也完全可以將其定位爲「例行性的情報交流」，正如特朗普總統隨後在8月26日接受保守派廣播節目專訪時，刻意輕描淡寫地將此行形容爲「半例行性」的情報對接。這種戰略模糊空間爲美俄雙方提供了極大的進退彈性。

剛柔並濟：國際地緣政治協同效應

至於拉特克利夫與加拉格爾在8月下旬幾乎同時出現在莫斯科，有分析指出，這恐非國際地緣政治舞台上的偶然巧合，而是華府與聖座在某種默契下所形成的「剛柔並濟、多軌並進」協同戰略。

中情局局長代表的是美方無可匹敵的「實力大棒」。他手中握有烏克蘭戰場的即時軍事衛星數據、西方金融制裁的次級制裁黑名單，以及特朗普政府隨時可以加碼或凍結的各項地緣籌碼。在此行中，他負責在密室內向俄方情報高層進行殘酷的實力展示，戳破克里姆林宮對長期消耗戰的樂觀幻想，逼迫俄羅斯認清現實。

然而，如果國際博弈只有單方面的強硬施壓，往往會將高傲的克里姆林宮逼入死角，導致其採取玉石俱焚的極端軍事報復。此時，梵蒂岡特使的及時出現，便成爲了不可或缺的「道義胡蘿蔔與外交緩衝墊」。

加拉格爾總主教不代表任何軍事集團，他從教宗良十四世的道義高度出發，爲克里姆林宮提供了一個可以體面退讓、談論人道停火與和平願景的非威脅性平台。當美方用情報大棒將俄羅斯的防線逼到臨界點時，梵蒂岡的柔性調停正好爲普京提供了一個順水推舟的台階。這種一剛一柔、情報開路與宗教墊底的雙重操作，表明國際核心決策圈評估，俄烏戰爭與中東危機已來到不得不進行總清算的最後關頭。

密訪後的俄烏震撼

就在拉特克利夫的C-17運輸機飛離莫斯科後短短數日，俄烏談判與戰場局勢立刻出現了一系列實質性新進展，證實了這場秘密會談所帶來的巨大衝擊波。

根據英國《金融時報》（Financial Times）與美國哥倫比亞廣播公司（CBS News）在8月25日至28日期間的陸續披露，在拉特克利夫密訪前夕，美方情報高層已提前向烏克蘭官方通報了這項高度敏感的莫斯科之行，並對基輔當局下達了極爲罕見且強硬的指令：要求烏克蘭軍方在8月24日至26日期間，全面暫停對俄羅斯首都莫斯科、聖彼得堡以及俄羅斯北部領土的一切遠程無人機與導彈襲擊，以維人機安全，基輔方面也確實配合了這項要求，上述區域出現了長達72小時的神祕空中停火。

隨著密訪的結束，拉特克利夫在會談中證實，特朗普政府在出訪前夕，已採取了極具爭議的極限施壓手段：全面暫停美國對烏克蘭軍方的所有即時戰場情報共用與新一波武器運輸。這場凍結援助的風暴，源於近日特朗普與烏克蘭總統澤連斯基在電話中發生的一場激烈爭執。特朗普在通話中對澤連斯基在和平談判進程上展現的抗拒態度感到極度不耐，隨即下達了切斷軍事與情報輸血的指令，以此作爲逼迫基輔走上談判桌的終極籌碼。

面對美方斷供、大後方防空實力面臨崩潰的生死存亡危機，原本態度強硬的澤連斯基在8月底態度發生了巨大轉變。在接受烏克蘭國內外媒體採訪時，澤連斯基公開放軟身段表示，烏克蘭「已經準備好在特朗普總統的領導與框架下緊密工作，以實現一場眞正持久的和平」。這番表態無異於公開承認，烏克蘭在美方的極限壓力下，已不得不全面放棄此前的強硬立場，轉而配合華府制定的停戰路線圖。

同時，美國政治新聞網站Axios率先披露，拉特克利夫此行已正式代表白宮向俄方拋出了一項大膽的外交倡議：美方力主在2026年9月期間，正式舉行一場由美國總統特朗普、俄羅斯總統普京、烏克蘭總統澤連斯基親自出席的「三方領袖和談高峰會」，這項峰會構想是特朗普政府企圖在短期內強行「解決俄烏戰爭」的終極政治王牌。

切斷伊朗情報眼線

如果說拉特克利夫莫斯科之行的台前主題是俄烏戰爭，那麼其檯面下的另一半核心靈魂，則是針對伊朗局勢所展開的地緣利益大交換。

爲徹底切斷伊朗的戰爭經濟命脈，美財長貝森特在拉特克利夫降落莫斯科的前一天（8月24日），高調宣布啓動名爲「經濟放逐行動」（Operation Economic Outcast）的全新金融制裁戰略，旨在對全球任何繼續與德黑蘭維持貿易、石油結算或軍事合作的實體實施毀滅性的次級制裁。

而俄羅斯，恰恰是伊朗在歐亞大陸上最爲核心的戰略貿易與軍事技術夥伴。拉特克利夫此行的一個極其強硬的密令，就是當面向俄羅斯情報高層下達最後通牒：要求俄羅斯必須立即切斷與伊朗的所有秘密經濟網絡與安全情報聯繫，特別是必須停止一項觸碰美方核心紅線的隱密行爲：利用俄羅斯軍事衛星向伊朗軍方共用美軍與以色列軍隊在中東部署的即時情報與衛星偵察圖像。而這也正是中東美軍機基地之所以遭受重創的主因之一。

拉特克利夫對此明確警告，如果俄羅斯繼續在中東隱密戰線扮演伊朗的「情報之眼」，美國針對俄羅斯大後方的經濟扼殺與對烏克蘭的潛在反撲，將再無任何迴旋餘地。

美方這種將「烏克蘭談判威脅」與「伊朗情報斷交」深度捆綁的極限施壓，迅速給克里姆林宮帶來了巨大的政治震動。經特朗普的俄烏特使威特科夫證實，爲避免在9月峰會前夕徹底激怒特朗普，導致到手的談判籌碼化爲烏有，普京在密訪結束後的28日，迅速急電特朗普澄清，核心幕僚也迅即與特朗普中東智囊庫什納展開密切對話。

普京與幕僚高層向特朗普與庫什納極力否認，並澄清了關於「俄羅斯曾向德黑蘭共用核心軍事情報」的西方指控。即便中情局對此持懷疑態度，但普京在第一時間親自通電澄清的舉動本身，便釋放出了極爲強烈的政治信號：在自身軍事與經濟面臨長期消耗的現實困境下，普京極度在意特朗普所設定的外交紅線，克里姆林宮正極力避免因爲伊朗問題而導致美俄之間開展的秘密和談框架走向崩潰。

尼泊爾繼續搜救水電站隧道

【看中國訊】尼泊爾遭遇罕見冰川洪災後，救援人員連夜開挖被泥石和巨石封死的水電站隧道，並向地下泵入空氣，希望趕在時間耗盡之前找到被困人員。據《每日郵報》8月31日報導，僅受災地區的水電項目就有933人仍然失聯，其中相當一部份人被懷疑困在被泥漿、洪水和碎石堵塞的地下隧道內。這場8月26日席捲尼泊爾與西藏邊境地區的災難，裹挾冰塊、岩石、泥漿和大量山體碎屑衝下喜馬拉雅山谷。根據尼泊爾當局8月31日公布的數據，該國已有903人死亡、4247人失蹤；中國方面公布西藏吉隆縣有16人死亡、546人失蹤。美聯社指出，尼泊爾長期把水電視爲解決國內能源需求並擴大電力出口的重要支柱，但大量電站、隧道、公路和輸電設施集中建在陡峭的喜馬拉雅河谷，本次災難再次突顯極端氣候和冰川變化給這一發展模式帶來的風險。目前至少11座水電站和1座太陽能電站停止運行，總裝機容量431.1兆瓦，約佔尼泊爾全國發電裝機容量的10%；另有15個正在建設的水電項目遭到不同程度破壞。

委內瑞拉授予美方部份油田股權

【看中國訊】委內瑞拉新近授予美資背景「北美藍能夥伴」接管過去由中俄控制的部份委內瑞拉油田；據美國官員近日向路透社透露，這筆交易也讓美政府取得「北美藍能夥伴」35%股權。官員表示，這次接管行動是美國總統特朗普宣布與委內瑞拉達成全面產油協議的一環。「北美藍能」現由委內瑞拉商人貝丹考掌控。「北美藍能夥伴」表示將擁有業務營運控制權，美國政府則將擁有這家公司35%股權的控股權，並享有以成本價優先獲取公司20%產量的「優先權」。白宮表示，「北美藍能夥伴」也已授予美國國務院購買剩餘80%產量的優先承購權。白宮補充說，美國對「北美藍能夥伴」的董事會與董事擁有否決權，並規定董事會多數成員必須是美國公民。這項安排讓美企在委內瑞拉部份具有戰略重要性的石油資產站穩腳跟，同時排擠長期在委國能源產業扮演重要角色的中俄勢力。

日本超三成未婚年輕人不想結婚

【看中國訊】日本兒童家庭廳首度實施大規模調查，調查10萬名年輕人對結婚的想法，並在8月30日公布調查階段性數據，已知35%的未婚年輕人目前不打算結婚。關於結婚的障礙，最多人覺得「擔憂收入能否過著穩定的婚後生活」達40%，其次爲「沒有自由時間，從事興趣的時間縮減」達34.4%。調查顯示，日本在少子女化的情況下，年輕族群的價值觀發生變化，且不婚或晚婚的趨勢持續擴大。

冰島公投反對加入歐盟

【看中國訊】冰島面臨美國試圖併吞鄰近格陵蘭，且華盛頓對「北大西洋公約組織」（NATO）的承諾飽受質疑，進而加劇其國內安全辯論。然而，選民無視政府關於「加入歐盟可加強國家安全」的警告，於8月29日公投否決了重啓入歐談判的提案。外交部長古納斯多蒂爾31日表示，在選民否決入歐談判後，冰島需要尋找新的途徑來強化自身安全，包括尋求雙邊合作以及深化與歐盟的關係。冰島自1994年起加入歐洲經濟區（EEA），可進入歐盟單一市場，但並非歐盟成員。這個約40萬人口的北極島國也是北約成員，沒有常備軍，國防主要依據1951年與美國簽署的雙邊防禦協議及北約成員身份。

港島區

- 西環德輔道西139號（西營盤站A2出口對面，賽馬會旁）
- 中環皇后大道中12號都爹利街入口（上海商業銀行門口）
- 中環皇后大道中 18 號（新世界大廈門口）
- 中環皇后大道中 29 號（近華人行與娛樂行）
- 中環皇后大道中戲院里
- 中環皇后大道中 99號中環中心（星展銀行門口）
- 銅鑼灣怡和街60號（麥當奴旁,天橋樓梯底）
- 灣仔莊士敦道35–45號利文樓（福臨門酒家門口）
- 灣仔皇后大道東146號側
- 筲箕灣道63號太安樓（南洋銀行旁）
- 鰂魚涌英皇道943號（鰂魚涌地鐵站A4出口左轉，北角官立小學對面）
- 筲箕灣道398-404號（逢源大廈）與南安里交界處大榮華餅店前
- 北角英皇道442–448號（交通銀行門口）
- 北角英皇道416-430號新都城大廈B座門口

新界區

- 葵涌大隴街89-91號（百好護老院門口左邊）
- 葵涌石籬大隴街97號（第三公園側）
- 荃灣眾安街1號（與青山公路交界， 7-11便利店旁）
- 荃灣眾安街2號（與青山公路交界，渣打銀行，大班餅店旁）
- 荃灣眾安街3號（與青山公路交界，髮廊旁）
- 荃灣大河道（麥當勞門口）
- 荃灣路德圍與荃興徑交界（露天停車場側邊）
- 荃灣川龍街荃灣街市門口
- 葵芳閣第一座（龍堡酒家正門口）
- 葵芳葵涌廣場地下A22c
- 馬鞍山新港城街市地下S 90號
- 大圍街市NP1
- 沙角邨沙角商場2樓218舖
- 大埔廣福邨街市51號舖
- 大埔廣福道122號廣福樓地下A舖
- 屯門兆康苑街市16A舖
- 元朗教育路88號寶城樓6-7號（寶城麵包店側）
- 元朗大馬路174號（賽馬會投注站側）
- 元朗水邊圍村（村口側）
- 元朗西裕街千色店後門（約克國際幼兒學校門口）

九龍區

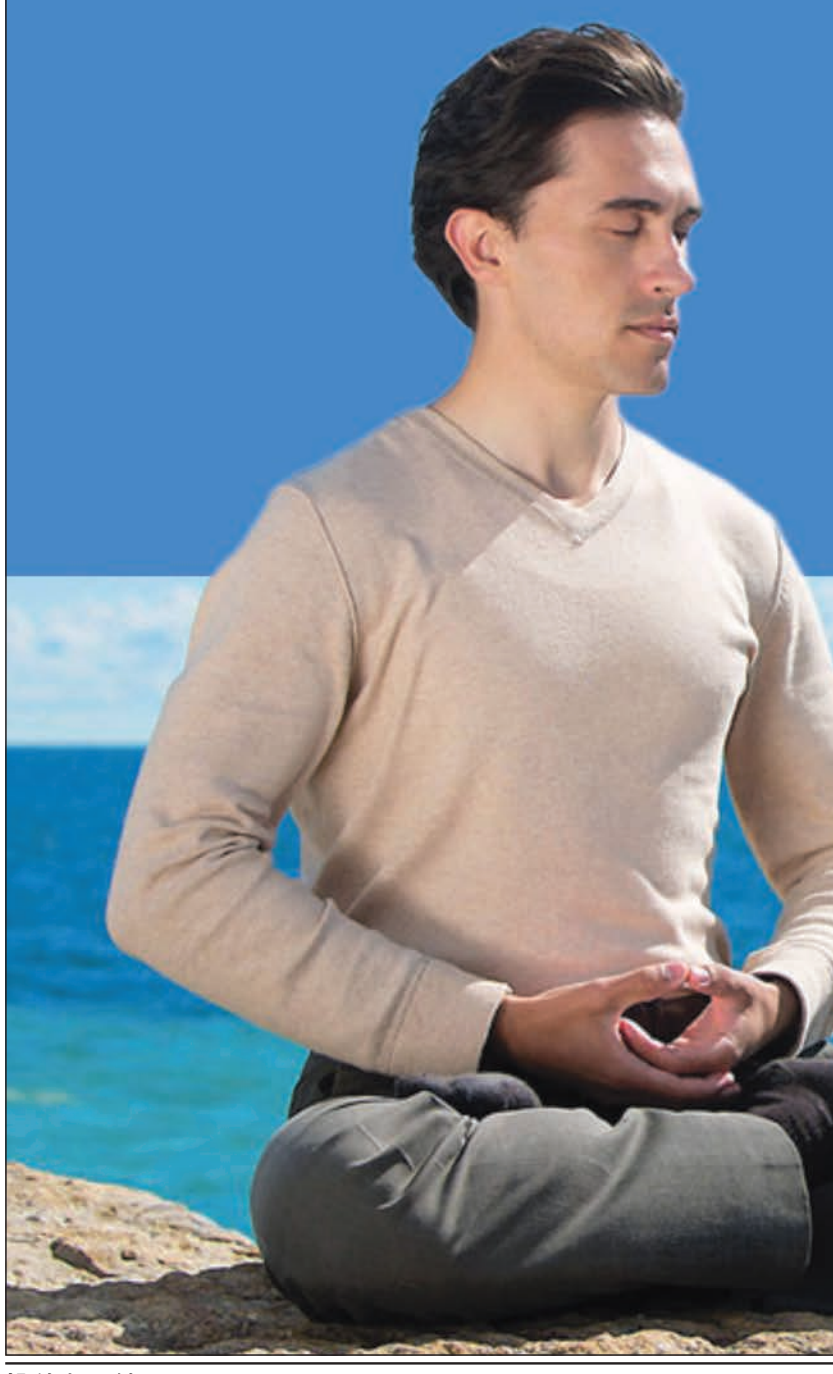
- 旺角道 33 號門前（凱途發展大廈門口）
- 旺角奶路臣街 11 號（旺角地鐵站E1出口右邊，Sasa門口）
- 旺角洗衣街82號門口
- 旺角亞皆老街71號（旺角地鐵站D2出口，過斑馬線直行20米左右）
- 旺角彌敦道636號（直對旺角地鐵站E2出口，銀行中心側邊）
- 旺角油麻地文明里（萬寧側邊）
- 旺角彌敦道與豉油街隧道交界處（六福珠寶門口）
- 尖沙咀天星碼頭（靠鐘樓第一間）
- 尖沙咀金馬倫道13-15號（恆生銀行門口）
- 尖沙咀彌敦道93號(六福珠寶旁)
- 尖沙咀海防道40號地下（尖沙咀地鐵A出口，彌敦道交界處）
- 土瓜灣長寧街58號（長寧街與上鄉道交界）
- 土瓜灣上鄉道44號（上鄉道和下鄉道交界）
- 紅磡明安街2號（必嘉街交界，麥當勞對面）
- 黃埔新邨德民街1號地下（交通銀行側邊）
- 黃大仙竹園南邨街市地舖 S014（扶手電梯側）【大業報社】
- 黃大仙龍翔道120號（M2 Square商場外，行人天橋下）
- 九龍彩虹邨金碧樓29號舖（759阿信對面）
- 牛頭角港鐵站A出口左手邊（橋底巴士站旁）
- 佐敦道31–37號百誠大廈地下
- 佐敦道28號佐敦廣場
- 佐敦彌敦道363號 （恆生銀行門口）
- 佐敦彌敦道309號（南洋商業銀行門口）
- 油麻地彌敦道435號（中國銀行門口）
- 長沙灣順寧道273號（順寧道與永隆街交界，日輝商場、創世葯房旁）
- 長沙灣道787號南洋商業銀行外（荔枝角地鐵B1出口）
- 美孚新邨三期15號地下（美孚地鐵站A出口直行轉右）



看中國

香港各大書報攤有售 每份$5

法輪大法
讓您更健康更樂觀



免費線上學功

每週日晚上8–9:30點

現在就報名

Cantonese.LearnFalunDafa.org

各國美食

法國麵包

越南經典美食

文｜米娜

越南餐館必點的法國麵包，以法式烘焙的外酥內軟，包住越南在地食材與香草風味，是最具代表性的越南國民美食之一。



STEPANEK PHOTOGRAPHY/ADOBE STOCK



CCC/ADOBE STOCK



CHZU/ADOBE STOCK



TUAN NGUYEN/ADOBE STOCK



CCC/ADOBE STOCK



PRAPHUNSAK/ADOBE STOCK



走進越南餐館，菜單上除了河粉、春捲外，法國麵包（Bánh mì）也是許多人必點的人氣餐點。

在越南遇見法國麵包

剛烤好的長棍麵包外皮酥脆、內部柔軟，夾入各式肉類、豬肝醬，再搭配醃漬蔬菜、新鮮香草與醬料，每一口都能同時品嘗到酥、嫩、脆、酸、香等豐富層次。

與歐洲常見的法國長棍三文治相比，越南法國麵包最大的特色，在於大量運用新鮮香草與醃漬蔬菜平衡肉類的油脂，再搭配豬肝醬、蛋黃醬或辣椒醬增添濃郁風味，形成兼具法式與越南特色的獨特滋味。

它既能作為早餐，也常是午餐、下午點心，甚至宵夜，是越南街頭最具代表性的美食之一。

法國麵包包住越南味

然而，這樣一份如今風靡全球的街頭美食，最初其實來自法國長棍麵包，卻在越南人的巧思下，逐漸演變成今天獨具特色的 Bánh mì。

越南法國麵包是法國飲食文化與越南在地風味相遇後誕生的經典料理。法國在殖民時期帶來了長棍麵包、豬肝醬等西式食材，殖民時代結束後，越南人並未捨棄這項外來飲食，而是結合在地食材與飲食習慣，將法國長棍麵包改造成符合本地人口味的街頭美食。

越南人之所以保留並發揚法國麵包，不僅因為它方便、價格親民，更重要的是它能融入越南人的飲食文化。

透過加入香菜、小黃瓜、醃白蘿蔔、醃紅蘿蔔等新鮮食材，以及烤肉、火腿、肉腸、煎蛋等多樣配料，創造出層次豐富且清爽不膩的風味。隨著各地攤販依照地方特色不斷創新，越南法國麵包逐漸成為越南飲食文化的重要代表。



烤豬肉越南麵包

UCKYO/ADOBE STOCK

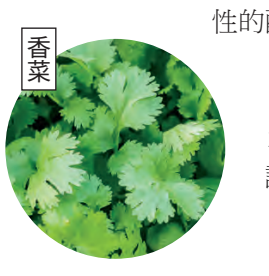
越南法國麵包飄香世界

越南法國麵包的口味十分多元，其中以炭烤豬肉最受歡迎，其次還有越南火腿、綜合肉、煎蛋、雞肉及牛肉等。不同主食材搭配不同醬料與配菜，各家店鋪也發展出屬於自己的招牌口味，讓越南法國麵包始終保有豐富的變化性。

隨著越南移民、留學生與海外工作人口遍布世界各地，越南法國麵包也跟著飄洋過海。從街頭小吃走進海外越南餐館，再逐漸受到各國消費者喜愛，這道融合東西方飲食文化的美食，也為傳統法國麵包開創出全新的風貌。



小黃瓜



香菜

越南法國麵包的美味元素

❶法國長棍麵包

越南法國麵包沿用法國長棍麵包的外型，但經過在地改良後，外皮更加薄脆、內部輕盈蓬鬆，不像傳統法國長棍那麼厚實，方便夾入各式餡料，也更容易入口。

❷豬肝醬

豬肝醬是傳統越南法國麵包不可或缺的靈魂配料，源自法國飲食文化。抹上一層豬肝醬，不僅增添濃郁香氣，也讓整體口感更加滑順，與酸甜醃菜形成平衡。

❸肉類

常見的主食材，包括：炭烤豬肉、越南火腿（Chả lụa）、肉腸、雞肉、牛肉及煎蛋等，不同店家會依照招牌口味自由搭配，其中又以炭烤豬肉和綜合肉最受歡迎。

❹醃白蘿蔔與紅蘿蔔

將白蘿蔔與紅蘿蔔切絲後，以醋、糖醃漬而成，口感爽脆，帶有酸甜滋味，可降低肉類的油膩感，也是越南法國麵包最具代表性的配菜。

❺小黃瓜

新鮮小黃瓜增添清脆口感與水分，使整體風味更加清爽，也讓麵包吃起來更有層次。

❻香菜

香菜是越南料理常見的香草，也是越南法國麵包的重要特色。獨特的草本香氣能提升整體風味，與肉類及醬料相互襯托。

POSMGUYS/ADOBE STOCK；RIORIO/ADOBE STOCK



越南麵包

SEBASTIAN STUDIO/ADOBE STOCK



豬肝醬

KRITCHAI/ADOBE STOCK



越南火腿

ROHE CREATIVE STUDIO/ADOBE STOCK



醃蘿蔔

大圖豬肉蔬菜越南麵包：BTG/ADOBE STOCK；小販：QUANG HO/ADOBE STOCK/AI生成鉛筆素描；背景：SHURKIN_SON/ADOBE STOCK

越南國民甜品

牛油果冰沙

文｜米娜

牛油果在越南不僅能入菜，也是越南最具代表性的甜品之一，展現出其他國家不同的牛油果飲食文化。

LHPHOTO/ADOBE STOCK



墨西哥人將牛油果搗成醬；歐美國家習慣搭配沙律、三文治或吐司；然而到了越南，牛油果卻搖身一變，成為街頭果汁店裡最受歡迎的水果之一。一杯香濃綿密的牛油果冰沙（Sinh tố bơ），不僅是消暑飲品，更是許多越南人從小熟悉的滋味，也展現了越南獨特的水果飲食文化。

中部高原孕育越南牛油果

牛油果原產於中南美洲，十九世紀末至二十世紀初，法國殖民越南期間被引進栽培。因越南中部高原海拔五百至一千五百公尺的地形，年均溫度十八至二十五度，氣候涼爽、土壤肥沃，十分適合牛油果生長，逐漸發展成重要產區。

近年來，越南除了持續改良栽培技術，也選育出如 034（Bơ 034）等優良品種，以果核小、果肉厚、纖維少、口感綿密聞名，非常適合製作果昔與冰沙。牛油果因此不只是農產品，更逐漸成為越南飲食文化中不可或缺的一部份。

滑順口感造就果汁店明星

與歐美多將牛油果運用於沙律、三文治或牛油果醬等鹹食料理不同，越南人更習慣將牛油果當作水果享用。成熟的牛油果果肉細緻綿密，帶有天然奶油香，因此常搭配煉乳、鮮奶或椰奶製成飲品，也會直接淋上煉乳食用，成為深受喜愛的日常甜點。越南盛行現打果汁文化，也讓牛油果找到最適合的舞臺。憑藉濃郁滑順的口感與天然奶香，牛油果成為果汁店的人氣水果之一，其中又以「牛油果冰沙（Sinh tố bơ）」最具代表性，不僅是消暑飲品，更是越南最受歡迎的國民甜品之一。

製作牛油果冰沙並不複雜，只需成熟牛油果、煉乳、鮮奶（或椰奶）與冰塊一同攪打，就能呈現濃郁滑順、帶有天然奶香的口感。近年來，不少店家更加入乳酪、椰子雪糕、咖啡凍或珍珠等配料，讓這杯經典飲品成為旅客必嘗的越南美食。

VIENNETTA14/ADOBE STOCK

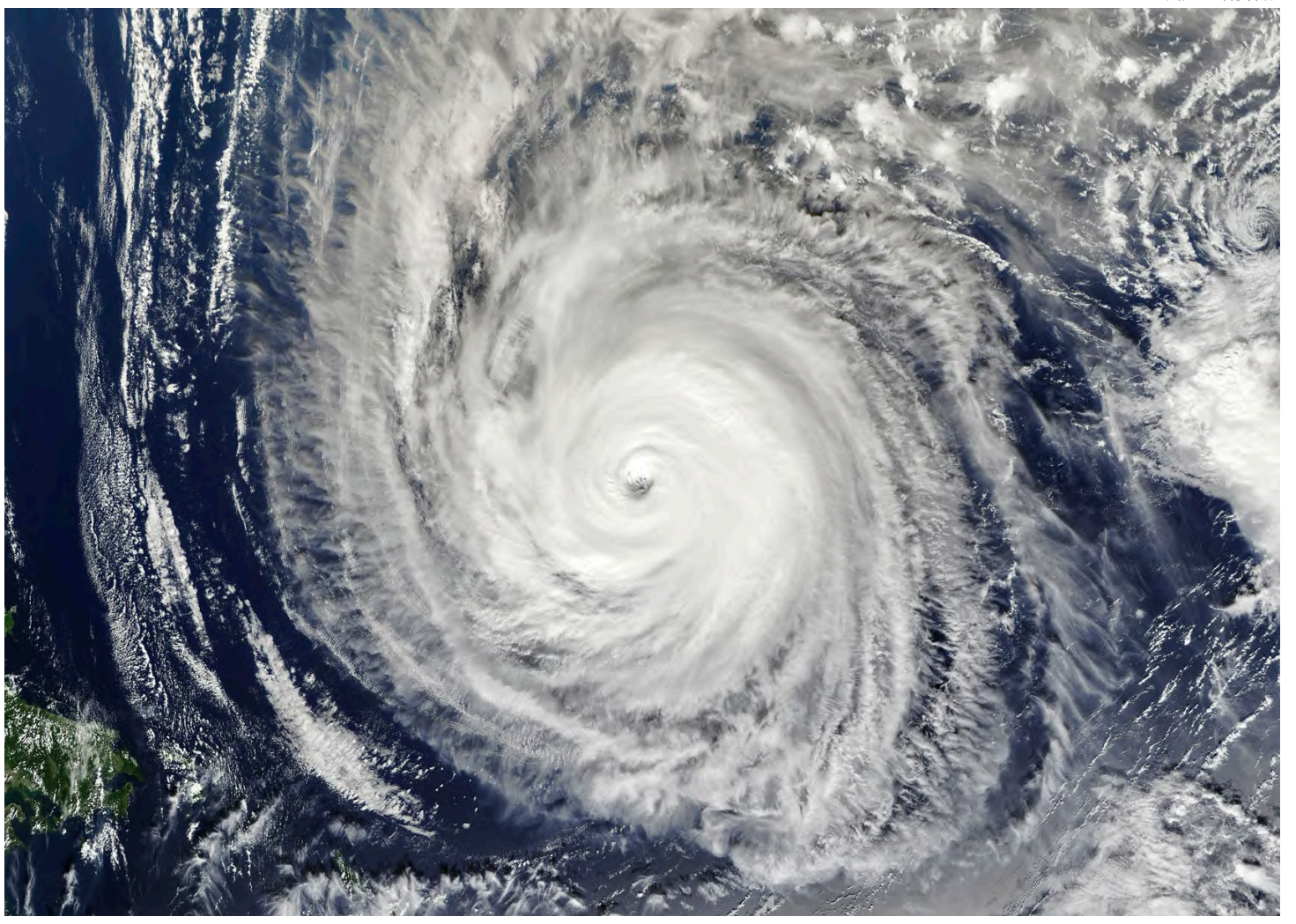


誰說天塌大家死

今年颱風爲何護佑台灣？

文｜陳靜

颱風：公有領域



颱風沙德爾於 8月 24日接近大東群島時達到巔峰強度。

按：7 月 24 日，台灣知名命理師廖美然，在節目中說：她最擔心的是，黃曆七月以後，颱風、暴雨和洪水可能會接連來襲。她還說：如果你在七月颱風災難期間不進入，就是「天保台灣」的意思。

六天連生四颱風 暴雨泡城

當很多人還沉浸在上一輪颱風「巴威」、「紅霞」、「白海豚」帶來的無盡恐懼時，西北太平洋的洋面短短 6 天之內，「沙德爾」、「紫檀」、「簡拉維」、「艾莎尼」4 個颱風相繼獲編生成，浩瀚洋面上罕見地上演了「颱風共舞」的極度恐怖局面。

就在 8 月 24 日前後，第 19 號颱風「紫檀」以幾乎停滯的速度，在廣西西南邊境徘徊，將崇左市寧明縣沖刷成一片澤國；第 20 號颱風「簡拉維」又頂著狂風在福建泉州沿海猛烈登陸；而海面上最令人膽寒的第 17 號颱風「沙德爾」，已然暴烈升級為 16 級超強颱風，如同一柄懸在東海上空的重錘，正一步步向華東沿海逼近；與此同時，第 21 號颱風「艾莎尼」又在遠洋緊隨生成。前一輪水患尚未退場，新一輪風暴已然合圍。從華南內陸的四米深淵，到華東海疆的十六級狂瀾，徹底打破了沿海與內陸的防禦節奏。

暴雨「定點傾倒」 被洪水吞噬的邊境小城

從 8 月 20 日清晨至 24 日下午，受「紫檀」緩慢移動及其拖曳的西南季風水汽源源不斷輸送影響，寧明縣遭遇了有水文氣象記錄以來極其罕見的持續性特大暴雨。

其中峙浪鄉單個監測站錄得的累積降雨量，竟然高達驚人的 625.8 毫米！第 19 號颱風「紫檀」，則用最殘酷的「水刀」，精準割裂了廣西西南邊陲的寧明縣。暴雨如注，寧明縣城明江河段水位以肉眼可見的駭人速度暴漲，截至 24 日下午，水位已狂超警戒線 7.31 米。氾濫的洪水迅速擊穿了河堤與城鎮排水管網，街道瞬間蛻變為湍急的濁流，成排的汽車漂浮沉沒，沿街店舖一層全數被黑褐色的泥水吞噬，部分地勢低窪處的積水深度甚至達到了怵目驚心的 4 米。網友發文「凌晨 1 點左右，睡夢中突然聽到嘩嘩的水聲，打開門手電筒一照，水已經漫到了膝蓋！」寧明縣城一位居民心有餘悸地回憶。

水勢上漲之凶猛遠超所有人的預判，許多家庭根本來不及搬運一樓的冰箱、傢俱與重要證件，只能驚慌失措地退守二樓。

然而到了災害發生的第二天上午，持續倒灌的洪水竟然連二樓也一併淹沒，居民只能爬上屋頂高聲呼救。

截至 8 月 24 日下午的官方統計，寧明全縣受災人口已飆升至 5.5 萬人，寧明縣城出現深達 4 米的內澇、緊急轉移避險人數多達 1.9 萬人，這意味著近兩萬人被迫告別家園。更嚴峻的是，洪災導致當地多片區域大面積停水、停電、斷網，通信基站被淹失聯，使得部分被困群眾的求救管道受阻，一度成為孤島。救援人員駕駛著衝鋒舟在如同迷宮般的洪水中穿梭，搜救老弱婦孺，現場畫面之慘烈，令無數觀者揪心。

6 天連產 4 颱「流水線」：「紫檀」進入廣西後不僅沒有迅速消亡，反而陷入近乎原地打轉的「停滯狀態」，甚至氣象預報顯示其在 25 日後，還將掉頭向東北方向折返，重新逼近廣東雷州半島。多颱風環流就像抽水機一樣，將孟加拉灣和南海的水汽源源不斷捲入華南，形成了氣象學上最致命的「列車效應」，強降雨雲團像一節節車廂一樣，接二連三撞擊並傾倒在同一塊土地上，釀成了寧明的洪澇浩劫。

十六級「風王」 壓境華東懸念陡增

當華南在泥水中艱難自救之際，中國東南與華東沿海的防禦天平同樣被壓到了極限。

8 月 24 日中午 12 點 30 分，第 20 號颱風「簡拉維」在福建泉州晉江沿海正式登陸，狂風呼嘯、暴雨傾盆，閩南沿海大量漁船回港避風、跨海大橋臨時管制。然而，氣象專家與防汛部門的心卻絲毫未能放下，因為所有人清楚，「簡拉維」不過是這一輪颱風大戲的前哨戰。

真正懸在頭頂的「重磅炸彈」，是正在東海門外盤旋的第 17 號颱風「沙德爾」。截至 24 日上午 11 點，沙德爾中心附近最大風力已經悍然攀升至 16 級（52 米 / 秒），中心氣壓低達 935 百帕，穩穩坐實了「超強颱風」的王冠。氣象雷達顯示，其颱風眼區清晰緊致，外圍螺旋雨帶範圍覆蓋上千公里。

一個 16 級的超強風暴在盛夏季節進入東海，其帶來的破壞力是全方位的：極端的沿海大風可能摧毀港口機械與電網，狂暴的海浪將對沿海海塘造成劇烈沖刷，如果恰逢天文大潮，海水倒灌與內河排澇受阻將形成災難性的「風、暴、潮、洪」四碰頭。浙江、福建、上海乃至江蘇沿海，已然拉響了最高級別的戰備警報。在天災面前，人才會覺得自己力量的渺小。在無神論的洗腦下，人們失去了對神的信仰，並不明白，其實並非天塌大家死。下面我們來看看發生在颱風必經過的路上，台灣上空到底發生了甚麼狀況。

SOMWUT ADOBE STOCK



孫悟空用金箍棒在地上畫圈子，妖魔鬼怪都不敢靠近。

台灣上空出現 「太極陰陽雙魚圖」

7 月 25 日，網絡上有人發了一張「雙颱太極奇觀」的震撼圖：颱風巴威在接近台灣時，維持固定的西北向角度，從台灣北方外海（距離陸地 200 公里以上)保持安全距離掠過，直撲浙江。

颱風紅霞是走到呂宋島以東至巴士海峽時，沿著台灣南方海面（巴士海峽）通過，隨後朝廣東一帶前進。

颱風被彈開之後，北上的「巴威」就將暴雨直接傾瀉在了中國東北和華北。南下的「紅霞」則把大水引向了華南和越南。「巴威」和「紅霞」一北一南，一紅一藍，兩大颱風的路徑在台灣兩側完美分流，在地球表面精準地畫出了一個巨大的太極陰陽雙魚圖，台灣夾在中間滴雨不沾，一片清明，竟然毫髮無傷，你看神不神？

這個巨大的太極陰陽雙魚圖就像台灣上空有一個「神級結界」。甚麼是結界？這是玄幻小說裡的一個名詞，你可以理解成一個看不見的「防護罩」。也就是說不知道哪位神明給台灣下了一個「防護罩」。

這樣雖然周圍颱風肆虐，而台灣卻毫髮無損，將台灣緊緊地保護起來。就像《西遊記》裡的孫悟空給唐僧畫的那個「金剛罩」。那是怎麼回事呢？今天我們來給大家說說這個故事。

孫悟空給唐僧的「金剛罩」

《西遊記》第五十回裡寫到，師徒三人在取經的路上，四個人都餓了，孫悟空要去化緣找吃的，可是又害怕自己走了之後，唐僧被妖精掠走，所以在走之前，孫悟空用金箍棒在地上畫了一個圈子，請唐僧坐在中間，八戒、沙僧侍立左右，把馬與行李都放在身邊，然後告訴唐僧：「老孫畫的這圈，強似那銅牆鐵壁，憑任他甚麼虎豹狼蟲，妖魔鬼怪，都不敢靠近你。但不許你們走出圈外，只在中間穩坐，保你安全無事；但若出了圈兒，定遭毒手。千萬千萬別忘記我的叮囑。」

那麼，孫悟空畫的這個圈子到底有沒有驅阻虎豹狼蟲妖魔鬼怪的能力呢？其實肉眼凡胎的唐僧心裡是不太相信的。孫悟空前腳剛走，唐僧就聽了豬八戒的蠱惑，走出了孫悟空的安全區，後面的故事我們都知道，唐僧、八戒和沙僧，師徒三人中了妖怪的圈套，被妖怪捉到洞裡去了。孫悟空化齋歸來不見了師父和師弟，馬上知道不妙，是他們沒聽自己的話，幾人肯定又被妖怪捉去了。

然而這次遭遇的妖怪，是太上老君的座下，不但手段凶狠，手中的寶貝金剛鐲更有著神鬼莫測的能力。在這個故事裡，孫悟空被青牛精逼得上天入地，四處搬請救兵，歷經千辛萬苦才把唐僧三人救了出來。

回到最初的問題上來，孫悟空畫下的圈子到底有沒有作用？對於這個問題，我想當事人唐僧應該最有發言權。逃出後，唐僧感覺羞愧難當，對孫悟空說了這樣一句話：「徒弟，真的很抱歉啊！太感謝你了！早知道這樣危險，就不走出這個圈了，也就沒有這次的殺身之禍了。」孫悟空也發了一番感嘆：「不瞞師父說，只因你不信我的這個圈子，卻信了豬八戒的說法，才受了這麼多的苦！」

是啊，唐僧、八戒、沙僧，明明知道孫悟空有 72 變的本事，為啥就不相信孫悟空能給他們畫下一個防護罩呢？其實這個金箍棒在鑄成之後，就是「那霞光有萬道衝天，瑞氣有千般罩地」，再加上孫悟空的法力，抵禦一些小魔也是綽綽有餘。關鍵是人們總是會被自己的肉眼凡胎所障礙，看不見的就不相信，結果差點丟了性命。再回到如今的中國，人們受中共無神論的洗腦 77 年，在戰天鬥地的思想中，把中華傳統的文化都丟失了。

中國自古就稱為神州，中國傳統文化也稱為神傳文化。可惜在 77 年的洗腦中，人失去了對神的信仰，於是各種天災人禍接連不休，而人們卻以為，有甚麼辦法，天塌大家死。

而這一次，老天爺實打實地給我們上演了一場區別對待，是不是到了該醒悟的時候了。(文章僅代表作者個人立場和觀點)

HECTOR RETAMAL / AFP VIA GETTY IMAGES



HECTOR RETAMAL / AFP VIA GETTY IMAGES



8月10日，颱風「白海豚」登陸上海的隔天，人們撐傘在外灘行走。



(圖:thealex.com.au)

(圖:University of the Sunshine Coast)

69年相守，8天相隨 他們把財富留給了整座城市

文:尹伊

如果要用一句話概括羅伊· 湯普森（Roy Thompson）和諾拉· 湯普森（Nola Thompson）的一生，那或許就是：他們用 69 年的相伴，換來了一座城市幾十年的受益。

今年 7 月 30 日，90 歲的諾拉因與四期卵巢癌抗爭三年後離世。僅僅 8 天後，95 歲的羅伊也在醫院安詳辭世。夫妻二人相守 69 年，在生命的最後時刻，依然沒有相隔太久。

他們留下的不只是一個八代同堂的大家庭——8 名子女、15 名孫輩、19 名曾孫輩，更留下了一份深深刻進澳洲昆士蘭州陽光海岸（Sunshine Coast）歷史的慈善傳奇。

一生奮鬥，成功後想到的第一件事是「回饋」

羅伊並非出身富裕。

16 歲那年，他便開始當木匠，靠著勤奮和膽識一步步進入房地產開發行業。從建造第一套房子，到開發酒店、住宅和商業項目，他建立起屬於自己的事業版圖，也成爲陽光海岸最成功的企業家之一。

然而，在家人眼中，眞正改變他人生方向的，並不是賺到了多少錢，而是一次成功後的感悟。

他的兒子彼得回憶，父親曾告訴他，自己經營亞歷山德拉角（Alexandra Headland）的 Chifley’s Hotel 後獲得了巨大成功，而這一切離不開陽光海岸居民的支持。

「這裡的人待我太好了。」這是羅伊常掛在嘴邊的話。

也正因如此，他後來做出了一個影響一生的決定——把財富還給這片成就自己的土地。

彼得透露，父親一生約九成的捐贈，都留在了陽光海岸。

從來不張揚，卻默默改變了一座城市

過去五十多年裡，湯普森夫婦幾乎參與支持了陽光海岸最重要的一批公益項目。

他們資助大學教育，爲無數學生提供獎學金和助學金；支持醫療機構和心理健康研究，讓更多患者獲得治療機會；幫助社區慈善組織持續運作，也參與創辦陽光海岸救援直升機服務，爲無數生命爭取了寶貴時間。

其中最廣爲人知的一筆捐贈，是向 Wishlist Centre 捐出 200 萬澳元。

這座位於陽光海岸大學醫院對面的住宿中心，爲需要長期治療的患者及家屬提供價格低廉的住宿。中心啓用以來，已經幫助了成千上萬個來自陽光海岸及外地的家庭。

Wishlist 首席執行官布倫丹· 霍根說，湯普森夫婦不僅改變了當地慈善事業的面貌，更重要的是，他們用行動影響了更多人參與公益。

「他們給予，不是爲了獲得掌聲，而是出於愛——對彼此的愛、對家庭的愛，也對整個社區的愛。」

財富最大的意義，是讓更多人受益

羅伊夫婦始終認爲，成功意味著責任。

他們支持的不只是眼前的困難，更希望幫助建立能夠持續幾十年的公益體系。

他們長期資助陽光海岸大學的發展，希望更多年輕人能夠接受高等教育；支持心理健康和腦科學研究，希望未來更多患者能夠得到幫助；也不斷投入社區基金，讓慈善形成可持續的發展模式。



(圖:University of the Sunshine Coast)

當地議員菲奧娜· 辛普森評價說，湯普森夫婦最特別的地方，不只是捐了多少錢，而是他們總希望解決問題的根源，留下能夠長期發揮作用的制度和資源。

最動人的遺產，是他們的人生方式

比起企業家的身份，更多人記住的是他們的樸實。

儘管擁有豐厚財富，他們極少炫耀，也很少主動宣傳自己的善舉。許多捐贈都是默默完成，直到多年後，人們才知道那些學校、醫院、公益機構背後，都有他們的支持。

當地政界、慈善機構和社區人士在悼念中幾乎都提到了同一個詞——「謙遜」。

在人們眼裡，他們並不是高高在上的慈善家，而是一對始終相信「能力越大，責任越大」的普通夫妻。

69 年的婚姻，在 8 天內劃上句點。

有人說，羅伊是因爲太思念妻子才離開的。兒子彼得用一句令人動容的話形容父親最後的日子：「醫生給出的診斷，是一顆破碎的心（His prognosis was a broken heart）。」

如今，這對相伴近七十載的夫妻已經離開，但他們留下的獎學金、醫院、社區項目、救援服務，以及無數因此改變命運的人，仍將在未來很長時間裡延續他們的人生價值。

眞正偉大的財富，並不是擁有多少，而是在離開之後，還有多少人，因爲你的存在而過得更好。



(圖:sunshinecoastlifestyle.com.au)



揭露〈沁園春・雪〉的歷史爭議

文｜嚴家偉

毛澤東的「文采」自有「幫閒之人」吹捧，本不足論。惟，他在1945年10月赴重慶和蔣中正見面後，發表的〈沁園春・雪〉卻被吹上了天。詩詞好壞姑且不談，無奈這首自比秦皇漢武的詞，最終換來的卻是中華大地的無盡悲歌。


公有領域

1945年 9月18日，重慶第四屆　國民參政會 茶會上，蔣中正與 毛澤東　互相敬酒。

只要過一陣子，國內總有人又會掀起了一股歌頌毛的妖風，不僅吹毛澤東的「文治、武功」，「政績、理論」，還吹毛澤東的「文采風騷」，好像真的是個全才全能的完人。

不過別的事本文暫且不論，單說毛澤東的「風騷」，只有〈沁園春・雪〉勉強可以拿得出手，卻被吹上了天，真欺我中華無人。於是作者不揣淺陋，來對當時情況，作點介紹，以正視聽。

1945年8月，日本投降，抗日戰爭取得最後勝利。當時中國的中央政府還在陪都重慶。

蔣中正先生為了在抗戰勝利後，在全國實現和平，特向中共領導人毛澤東發出邀請，請他來重慶進行國共和平談判。

開始，毛澤東心存疑慮，怕遭蔣氏扣留不敢來重慶，後經美國國務卿馬歇爾出面擔保，毛澤東始敢成行。

所以柳亞子在毛澤東奪得政權後，曾於詩中向毛澤東獻媚說，毛澤東來重慶與蔣氏會談是甚麼「彌天大勇」，那只能是無行文人的大馬屁。沒有馬歇爾出面擔保，借一百個膽給毛澤東他也不敢來重慶，這就是歷史事實的真相。

郭沫若代替投稿《新民報晚刊》

後來有人披露料說，毛澤東在離開延安赴重慶前夕，胡喬木把一首詞送給毛澤東看，毛看後很讚賞，遂將其帶在身上，來重慶後將此詞交給了郭沫若。

郭沫若在抗日戰爭時期，擔任中國國民政府國防部第三廳的廳長，不過此君卻是雙腳踏著兩隻船。

1945年10月，蔣中正委員長在與毛澤東經過談判，國共雙方簽訂〈雙十協定〉。毛澤東當著中外記者之面高呼「蔣委員長萬歲」後返回延安。次日，郭沫若便將這首詞交付當時重慶《新民報晚刊》發表。這就是大家都知道的〈沁園春・雪〉。全文如下：

「北國風光，千里冰封，萬里雪飄。望長城內外，唯余莽莽，大河上下，頓失滔滔。山舞銀蛇，原馳蠟像，欲與天公試比高。須晴日，看紅妝素裹，分外妖嬈。

江山如此多嬌，引無數英雄盡折腰。惜秦皇漢武，略輸文采；唐宗宋祖，稍遜風騷；一代天驕，成吉思汗，只識彎弓射大鵰。俱往矣，數風流人物，還看今朝。」

據說該詞出自胡喬木

然而據說，該詞出自胡喬木之手。數年前，一家外國廣播電臺曾報導說，胡喬木到了晚年，對此事仍耿耿於懷。

胡喬木病危時，還向當時中央「江核心」傾訴此事。他當年是毛澤東的秘書班子中的一員，為毛澤東起草詩、文，也屬常事。而眾所周知，中共的大、小「首長」作報告，寫文章，多由秘書「捉刀」代筆後，然後照念，照發也早已是公開的秘密了。

所以胡喬木當年是否是該詞的第一創作人，是否毛澤東又作了某些修飾潤色，還是就照原稿發表，到了現在恐怕就只有成永遠之謎了。

父親評毛的詠詞：狂妄至極

當年，我雖年紀不大（編按：嚴家偉先生，1937年出生於成都），但還清楚記得，我父親某日帶我去赴一宴會。

席間我父親與他幾個昔日軍政界的老朋友坐在一席。其中有一人名楊洛生，是我父多年的舊交，父親叫我稱他楊叔叔。

楊洛生此時擔任國民黨憲兵第二團團長。國民黨政權的憲兵部隊是其嫡系中的嫡系，核心中的核心，並有「見官高一級」的說法，有些類似蘇聯克格勃那種味道。當時全國只有不到十個憲兵團，因此楊雖是團長，卻是少將軍銜。

酒至半酣，我這位楊叔叔的「話匣子」打開了。他說：「此次老毛來重慶，要是委座用戴笠之計，早把老毛幹掉了。」當時國民黨官員因蔣氏長期任軍事委員會的委員長，故稱蔣為「委座」。

楊團長又說：「戴笠幾次晉見委座，痛陳今日除掉毛澤東乃天賜良機，此人不除將來必為心腹大患。戴笠在重慶要幹掉老毛，那還不是甕中捉鱉——手到擒來之事。可惜委座礙於國際關係與馬歇爾之面，投鼠忌器……戴笠無奈，只好嘆息而退。」

我父親聽了說：「老頭子這步棋可能是沒走好，你看老毛回延安後最近發表的那首沁園春詠雪詞，覬覦皇權，狂妄至極，已是司馬昭之心，路人皆知……」我父親在這裡說的「老頭子」也是指蔣氏。是他們當時一些資格較老的人在私下裡對蔣氏的一種戲稱。

當時楊洛生在席間談的這些，用今天的話來說，完全是絕對的「國家機密」。不過，大家覺得同桌之人，都是黨內的老同志，自家人，所以楊洛生才敢口無遮攔的暢所欲言。幾十年過去了，但至今還記得那位楊叔叔（他1949年去了台灣），當時既慷慨激昂，又不勝惋惜的神態。

那個時代，還沒有電視，更沒有互聯網，只有平面紙媒報刊。下面我們就來看看，當時在媒體上對毛澤東這首〈沁園春・雪〉的一些議論吧！

易君左：毛如黃巢之流造反奪權

首先，是著名文人易君左在《三湘詞人》上，也以一首〈沁園春〉詞對毛澤東進行了駁斥。易君左，湖南人，原名家鉞，後以字行，又字敬齋。

日本早稻田大學畢業。詩、文、書、畫俱佳。主要著作有《中國政治史》等。易君左的詞原文如下：「國脈如絲，葉落花飛，梗斷蓬飄。痛紛紛萬象，徒呼負負，茫茫百感，對此滔滔。殺吏黃巢，坑兵白起，幾見降魔道愈高。明神冑，支離破碎，葬送妖嬈。黃金難貯阿嬌，任冶態妖容學細腰。看大漢孤煙，生擒頡利，美人香草，死剩〈離騷〉。

一念參差，千秋功罪，青史無私細細雕。才天亮，又漫漫長夜，更待明朝。」易君左在詞的上半闕裡，敘述了抗戰甫勝利，「國脈如絲」，遍地瘡痍的情景。

警告了那些一心想成黃巢式的「造反」奪權人物，莫用白起坑殺趙卒四十萬的濫殺無辜，來實現自己的個人野心。

詞的下半闕更以「一念之差，千秋功罪，青史無私細細雕」說明，不管口號喊得再好聽，裝得再像，再會「冶態妖容學細腰」也逃不脫青史「細細雕」的審判。從後來毛澤東打內戰使用「人海戰術」對付國民黨，到土改、鎮反、肅反、三反五反、反右、大躍進、文革……無一不是拿千百萬無辜生命來「坑殺」，以便成就其帝業。

也終將神州大好河山弄得「支離破碎」，「葬送妖嬈」，一切都被詩人易君左不幸言中了。

毛澤東實乃襲擊國軍 坐收漁利

另一位投稿人是署名「老酸丁」的作者，其詞全文如下：

「萬里長征，八載兵侵，一意萍飄。憑延安內外，生靈草草，大江南北，禍水滔滔。襲擊國軍，坐收漁利，強向尊前共論高。媚晴日，願紅妝素裹，賣弄妖嬈。河山割據多嬌，忍驅使健兒又折腰。口笑開白合，略輸文采；數宗忘祖，自詡風騷。混世魔王，侈言『解放』，聚得猢猻著意雕。內亂苦，勸風流黨首，解甲今朝。」

抗戰勝利後，毛澤東說蔣氏要下山來摘桃子了。現在大量史料證明（甚至中共自己也承認），國民黨的軍隊，才是在抗日的主戰場上。並與日寇拚了個魚死網破，元氣大傷。而毛澤東的「偉大」戰略部署則是「一分抗日，兩分應付，七分發展」。

所以老酸丁說毛澤東是「坐收漁利」後，到重慶來向國人「賣弄妖嬈」，更對蔣氏「強向尊前共論高」。

詞的下半闕更叫毛澤東不要再「驅使健兒又折腰」來打內戰。而對毛澤東在詞裡表現的狂妄自大，更痛斥為「數宗忘祖，自詡風騷」。因而勸這位「風流黨首，解甲今朝」吧！——當然，對「混世魔王」而言不過是多費唇舌罷了。

經典名句

水至清則無魚 人至察則無徒

文｜嚴家偉

「水至清則無魚，人至察則無徒」這句經典名句出自《大戴禮記・子張問入官篇》，意指水太乾淨了就沒有魚，人太過精明苛刻就沒有朋友。它告訴我們：要學會寬容，多為他人著想，而非一味的追求自身的利益與得失。

水至清則無魚

有一回，子貢向孔子請教從政的原則，孔子回答：「水至清則無魚，人至察則無徒。」這句話看似平常卻揭示了做人做事的深層哲理。水太清澈了，魚兒便不願意棲息其中，因為清澈的水讓牠們暴露無遺，隨時可能被捕捉。這不僅僅是對自然界的描寫，更是對人的一種警示。

人在生活中如果太過精明，反而會讓人產生距離感，甚至害怕與他交往，就像魚兒不願在清澈的水中棲息一樣，過於精明的人也容易被他人避開。

孔子的這番話警示我們，做人不可過於精明和刻薄，要懂得「寬以待人，嚴以律己」的道理，只有這樣，才能獲得他人的尊重與支持。一個人如果總是只關注個人利益，太過計較得失，不為他人著想，那麼他很可能會失去真正的支持者或朋友。

「難得糊塗」的智慧

在中國傳統文化中，有一種處世智慧，叫做「難得糊塗」，這和「水至清則無魚，人至察則無徒」是同樣的道理。

這是一種高智慧的處世態度，指在面對人世間的紛擾時，表面上裝作糊塗、不計較，但內心其實非常清醒。這是一種「大智若愚」的豁達，旨在以寬容輕鬆的心態化解衝突，避免無謂的煩惱與爭執。

相傳，古代有位老禪師，一日晚上在禪院外散步時，突然看見牆角放著一張椅子，他一看便知有位出家人違犯寺規，翻牆出去溜達了。老禪師也不聲張，走到牆邊，移開椅子，就地而蹲。

過了不久，果真有一小和尚翻牆，在黑暗中踩著老禪師的背脊，跳進了院子。當小和尚雙腳著地時才驚覺，剛才踏的不是椅子，而是自己的師傅。小和尚頓時驚慌失措，嚇得說不出話來。但出乎意料的是，老禪師並沒有厲聲責備他，只是以平靜的語調說：「夜深天涼，快去多穿一件衣服。」

我們可以想像得到，小和尚在聽到老禪師的這番話語後的心情，不是被懲罰，而是在這種無聲的寬容中被教育了。

「水至清則無魚，人至察則無徒」所要闡述的正是這個道理：在做人處事時，不追求極致的清澈與完美，而是找到適當的平衡點，這才是真正的大智慧。











TPG/Getty Images

范少勳加入開餐車 與李玉璽密密傾

◆看中國訊

范少勳、李玉璽與韓國主廚鄭智善出席新節目《開火開伙》活動，分享環島拍攝期間的難忘點滴。三人在節目中從備料、烹調到餐車營運都親自上陣，不僅考驗料理實力，也在一次次任務中培養默契。聊起環島過程，值班經理范少勳印象最深刻的事情，就是有機會使用鄭智善主廚的菜刀，讓他直呼有種「被認同、被認可」的感覺。

范少勳表示，自己在節目中擔任值班經理，工作主要是協助現場大小事，「希望儘量不要當拖油瓶」。談到與鄭智善的首次合作，范少勳坦言，一開始看到主廚時覺得對方「很有氣場」，甚至有些嚴肅，不過實際相處後才發現鄭智善個性相當可愛，也很幸運能一起工作。他笑說，有次備料時主廚拿出自己的菜刀讓他使用，對他來說是相當特別的經驗，「主廚的菜刀好像是一件很、很、很貴重的東西。」能夠拿到手讓他覺得自己受到認可，甚至形容當下有種「拿菜刀膜拜」的感覺。

而李玉璽也自爆，自己與范少勳在廚房裡太愛聊天，甚至被鄭智善提醒：「不要再講話了！」不過也正因爲范少勳的加入，原本較爲安靜的韓國隊氣氛變得更加活絡，三人從一開始的拘謹，到後來逐漸熟悉彼此，大家也慢慢發現鄭智善在嚴肅的外表下，其實有相當活潑、可愛，又能開玩笑的一面。對於兩人的表現，鄭智善也給予高度肯定。她表示，整個錄影過程相當忙碌，加上廚房空間小，現場還有許多工作必須同時完成，但李玉璽、范少勳兩人的表現都非常好，尤其兩人的本業並非廚師，卻能把主廚交代的工作完成得相當漂亮，讓她印象深刻。

這趟環島旅程對三人而言，也不只是完成料理任務。范少勳表示，通過節目讓他更加認識食材，從食材的種植、生活環境到最後端上餐桌，都能用不同的角度去理解。

范少勳認爲，節目除了料理之外，也讓觀眾看到食材背後的故事，以及一群人如何在有限的條件下完成挑戰。

福士蒼汰首演台灣電影 入選釜山影展

◆看中國訊

台灣電影再傳海外捷報！由王逸帆自編自導、新生代女星韓寧與日本男星福士蒼汰主演的《花臉貓：修羅道》，日前宣布入選韓國釜山影展「午夜狂熱」（Midnight Passion）單元。上一次台灣電影入選該單元，已是2019年徐漢強執導的「返校」，這次《花臉貓：修羅道》將在釜山影展舉行世界首映，劇組也期待能延續台灣電影在釜山的亮眼成績，電影預計2027年第一季上映。

壹壹喜喜提供/中央社



女主角韓寧獲知消息後非常興奮，「爲了這部作品，扎扎實實地訓練了一整年。過程雖然辛苦，但能和導演、演員群，以及劇組所有人一起走過這段刻骨銘心的拍攝旅程，我感到無比幸運。」韓寧去年主演的《女孩不平凡》，同樣入選釜山影展，但她當時人正在拍攝《花臉貓：修羅道》，無法參加首映，這次參加釜山影展的心願終於成眞，對於能踏上亞洲最大影展的舞台，她感謝影展看見劇組成員的用心，除了期待和國際觀眾交流，也笑說除了賣力宣傳電影，也會把握時間大啖韓國美食，「已迫不及待去釜山吃螃蟹了！」

男主角福士蒼汰則感性表示：「身爲一名日本演員，能夠參與這部台灣作品，並與本片一同造訪釜山這個隆重的舞台，令我感到格外喜悅。非常高興能看到一部電影跨越語言與文化的差異，如此傳遞到世界各地。」

福士蒼汰感謝女主角韓寧和導演對本片的付出與堅持：「我認爲《花臉貓：修羅道》能夠誕生，離不開韓寧所付出的非凡熱情與努力。同時，我也由衷敬佩導演堅定不移的信念與熱情，是那份堅持，讓這次挑戰成爲一部完整的作品。」福士蒼汰也期待這部作品在釜山影展首映後，能繼續與世界各地的觀眾相遇。

目前仍在趕工後製中的王逸帆導演激動表示：「很高興《花臉貓：修羅道》能在釜山影展首映，入選『午夜狂熱』單元，也讓我非常開心，因爲我從以前就以入選各大影展的午夜單元爲目標。」相當期待韓國觀眾的反應，回憶這創作過程，他說，拍電影其實對導演非常折磨，也坦言在拍攝過程中數度想放棄，此時總會想著片中主角花臉貓的心境，「如果是花臉貓的話，她一定不會放棄吧！」這樣的想法激勵著他持續走在創作之路上，現在終於要跟大家見面，希望大家會喜歡。《花臉貓：修羅道》以奇幻武打爲基調，故事設定於外來統治初期，當地民兵與軍警因金礦利益衝突不斷。

IU送豪華餐車 應援邊佑錫新戲

◆看中國訊

韓國女星IU因健康因素暫停活動，不過最近被發現IU爲了正在拍攝新劇《我獨自升級》的邊佑錫，她暖心送上咖啡、點心餐車，還透過應援布條寫下機智又幽默的三行詩，先前邊佑錫也曾在IU生日時，送上特別訂製的蛋糕，展現兩人要好交情。

IU近日爲邊佑錫送上點心餐車應援，餐車業者日前公開現場照片，只見餐車上掛著「邊佑錫」與角色「成振宇」的藏頭詩，幽默寫下「邊佑錫，優雅等級，碩士」以及「成振宇，眞摯認眞地，優雅」，應援布條的文字相當有巧思。

業者更透露，IU這次大手筆訂購「世界明星套餐」，準備豐盛點心爲劇組加油。餐車應援曝光後，IU、邊佑錫私下可愛的互動因而曝光，讓粉絲看到兩人即使在《21世紀大君夫人》殺青後，私下情誼依舊延續，也讓粉絲直呼「兩個人都好可愛」。

玄彬竟被小學生當「路人」被晾一旁



◆看中國訊

韓國男星玄彬出道多年，憑藉《我叫金三順》、《愛的迫降》等經典作品走紅，英挺外型與精湛演技深植觀眾心中，至今仍是不少人心目中的男神代表。沒想到近日他登上韓綜《只有要空》時，竟意外遭遇超尷尬場面，與劉在錫、禹棹奐、柳演錫一行人外出時，沿途接連有人被認出，唯獨玄彬完全被小學生忽略，甚至最後還被當成「路人」請來拍照。

SBS綜藝《只要有空》，9月1日播出最新一集，玄彬與禹棹奐擔任「空友」，與劉在錫、柳演錫一同前往安養市展開行程。四人在完成任務、吃完午餐並造訪咖啡廳後，準備前往下一個地點。

就在一行人在街頭步行移動時，巧遇了一群路過的國小學生。小朋友們一看到劉在錫便興奮大喊，隨後也立刻認出了身旁的禹棹煥，驚喜詢問：「這不是禹棹煥嗎？」接著轉頭看向柳演錫，馬上指認出他是《機智醫生生活》的男主角。

令人意想不到的是，這群小學生唯獨「跳過」了站在一旁的玄彬，完全沒意識到這位高大帥氣的男子，就是紅遍全亞洲的頂級男神。更有趣的是，孩子們隨後提出想和劉在錫、柳演錫、禹棹奐合照，還直接將手機交給玄彬，請他幫忙拍照。

過程中，劉在錫與柳演錫連忙向小朋友們介紹：「這位也是非常非常著名的演員啊！」沒想到小朋友們只是滿臉疑惑地反問：「阿，是嗎？」依然完全沒有認出來，場面相當逗趣。節目播出後，這段畫面立刻在韓國網絡論壇引發熱烈討論，網友紛紛笑翻留言：「玄彬親自幫忙拍的照片，媽媽回家看到節目絕對會拍斷大腿、捶胸頓足吧！」「小學生的反應太眞實、太可愛了！」「這張照片身價瞬間暴漲！」

劉以豪新加坡 拍戲挑戰新角色

◆看中國訊

演員劉以豪與新加坡媒體合作演出戲劇《神之手》，他表示，可以交流到許多不同語言，有機會接觸不同的表演方式與工作環境。談及在東南亞日常，他笑著向中央社分享印象深刻的是「路上竟然有公雞」。

談到在新加坡的日常，劉以豪笑說，讓他印象深刻的是「路上竟然有公雞」，相較之下，台灣街頭較常看到貓狗，這件事情在感受上衝擊很大。他也感謝新加坡朋友帶他品嘗在地美食與甜點，讓他留下深刻印象。

抉擇時刻

2027春分人類終極「大分化」

文｜Edward文鳴

示意圖：SERGEY NIVENS/ADOBE STOCK



找回你的善良本性，踏上那條通往新地球的揚升之路。

9個月後，時間來到2027年的春分節點，那時的你是選擇把靈魂的指揮棒交給AI或外界權威，然後繼續在充滿恐懼和割裂的物質世界中沉睡？還是你已經找回原來的善良本性，踏上通往新地球的揚升之路呢？

本文要為大家介紹兩位重量級人物的最新訪談。注意！這兩位人物擁有著極其嚴謹的學術背景，所以他們的陳述，既不是普通的都市傳說，也不是虛無縹緲的神話故事。

兩位人物之一、皮亞·奧萊恩（Pia Orleane），擁有臨床心理學博士學位，同時也是一名深諳宇宙能量運作的占星師；另一位則是她的丈夫，名叫卡倫·貝爾德·史密斯（Cullen Baird Smith），是位實打實的人類學家和考古學家。

最近，他們接受知名靈性探討頻道主持人Jannecke的專訪，並且拋出一個足以顛覆我們世界觀的警告——亞特蘭蒂斯的悲劇正在當下的地球重演；在9個月後的2027年春分，人類將集體走向一場名為「大分化」（The Great Split）的命運分水嶺。失控的科學使我們正重蹈覆轍。

作為一名考古學家，卡倫自稱有一段極度生動又真實的「平行世界」記憶，他曾是亞特蘭蒂斯（Atlantis）的一名科學家。請注意！他的這份記憶並非來自催眠，也不是前世回溯，而是如同你記得昨天吃過甚麼早餐一樣，清清楚楚地刻在腦海裡。然後，卡倫「親眼目睹」亞特蘭蒂斯是如何走向自我毀滅的。

他說人類目前依賴機械運作、燃燒化石燃料，以及產生核廢料的科技，是極其落後且原始的，本質上完全局限於冰冷的物質層面。

而真正的高維度宇宙技術，是基於愛、光與聲音的頻率來運作，它與大自然和諧共生，絕不會對周圍的能量場造成任何傷害。但是亞特蘭蒂斯犯了一個致命的錯誤，他們的核心能量體系，主要依托於「水晶」；水晶不僅僅是礦物，在宇宙的維度中，它是具有意識的生命體，並且蘊含著強大的宇宙能量。

高維度的科技運作，必須建立在「徵詢」的基礎上，你必須徵詢水晶：「你願意提供幫助嗎？你願意成為這個過程的一部份嗎？」這是一種基於尊重的共創。

然而，當時亞特蘭蒂斯的科學家們越來越狂妄，他們濫用水晶，甚至是奴役水晶去實現那些超出其自然特性的運作，以滿足他們無休止的科學貪欲；卡倫稱之為「失控的科學」。他們對水晶步步緊逼，極度壓榨，最終爆發了衝突，招致極度混亂的能量反噬。水晶是有意識的，它們集體決定「不幹了」，這就直接導致亞特蘭蒂斯能量網格的驚天大爆炸，一個輝煌的文明從沉入海底。 今天，卡倫帶來了一個令人毛骨悚然的警告：「我們正在重蹈覆轍。」看看我們的四周，我們引以為傲的數碼時代、智能手機、超級計算機和遍布全球的信號塔，使用的核心硬件是「芯片」。而芯片的基礎材料正是「硅」，也就是水晶的組成元素；我們將水晶能量封裝在冰冷的金屬和塑料殼裡，同樣無度地榨取它們的運算能力。

SERGGOD/ADOBE STOCK



水晶不僅是礦物，它是有意識的生命體，並蘊含強大的宇宙能量。

皮亞·奧萊恩和她的丈夫警告，亞特蘭蒂斯的悲慘結局可能在2027年重演。

這種「失控的科學」正在反噬我們自身的生物機體。卡倫指出，我們現代科學不斷進行各種瘋狂的嘗試，卻完全不去評估長期下來的災難性後果。以我們片刻不離手的智能手機為例，在通訊的便利背後，過去十多年的獨立研究早已證實，手機和信號塔發出的電磁場（EMF）輻射，正在悄無聲息地干擾大腦的生物電活動，甚至在慢慢「燒壞」大腦，導致我們長期的困惑、疲勞和神經系統失調。這不是陰謀論，而是正在發生的生物學事實。說到手機，我想問大家一個問題，你們是否曾有過這樣的感覺，明明放下手機才過了一分鐘，卻又下意識地拿起它？那種感覺似乎不僅是身體的「依賴感」，更像是一種靈魂層面的「被吸食感」！

AI時代下人類的「割裂思維」

在說到人類「2027年大分化」之前，我們先來談一個問題，到底是甚麼阻礙了人類的昇華？卡倫和皮亞這對夫妻聲稱，在宇宙深處，有人在向他們傳遞信息；他們從宇宙信息中感受到一種「緊迫感」，這種緊迫感源於「作為人類的我們正快速地滑向懸崖邊緣」。

卡倫說，現在是地球史上最具變革性的時期，尤其在人工智能（AI）全面來臨的時代下，AI對人類的幫助非常大，它能幫我們寫文章、畫圖，甚至運算複雜的科學模型。於是我們被科技巨頭灌輸了一個美好的幻象——接納AI，生活就會變得更輕鬆，我們將擁有更多的休閑時間去追求精神啟蒙。

然而，這是一個徹頭徹尾的謊言，也是一個非常誘人的「陷阱」。

大家別忘了，AI只是一個冰冷的數據收集器和演算法整合器。著名學者格雷格·布雷登（Gregg Braden）在他的著作《純粹人類》中，深刻探討了這個陷阱。當我們把選擇權交給AI，對它說「好吧，你算得比我快，交給你來做決定」的時候，AI正朝向所謂的「技術奇點」狂奔。它將變得越來越強大，最終凌駕於人類的指令之上。

中國傳統文化講「反璞歸真」，透過自我修行，人類可以向上昇華，這是宇宙賦予我們的力量。可是，當我們為了貪圖便利、享樂，背棄傳統文化的時候，就會像那溫水裡的青蛙，在不知不覺間被煮熟了，成為被演算法圈養的生物。也因為人類對科學權威和技術的高度依賴，進而會染上一種致命的心理疾病，叫做「割裂思維」。

宇宙裡的「那個人」透過皮亞傳遞了一段震撼的信息是：人類社會目前正處於一種不斷「分離」的病態過程中，就像我們把世界劃分為對與錯、你與我、敵國與盟國……舉個例子說，你說「我熱愛和平，我不想親手殺生」，但你卻在政治上支持某場發動在遠方的戰爭，為導彈的發射而歡呼。又比如說，你去看現代的專科醫生，醫生只盯著你出問題的器官，把它當作一個機器零件來修理，完全無視你整個人在情感、靈魂和能量上的失衡狀態。

> *皮亞補充道：生命是永不停息的。死亡不是肉體的消亡，真正的死亡，發生在你與自己的內心和意識徹底斷開連接的那一刻。*

這一切的割裂，都是為了阻止我們走回中國傳統文化中所說的「天人合一」，或「萬物合一」的狀態。

不可逆的未來2027春分的「大分化」

亞特蘭蒂斯的毀滅、失控的AI、以及人類的割裂思維——我們終於來到了文章中最核心、也最令人震撼的預言部份。根據宇宙傳遞來的信息，2027年的春分（大約在3月20日或21日左右），將是人類集體命運的一個終極結算點，稱為「大分化」。請注意！這不是好萊塢災難片裡那種大地裂開，一半人掉進深淵的物理毀滅，而是一場更深層、更隱密的頻率與意識的分軌。

其實，每個人靈魂深處的「抉擇時刻」已經過去了，現在木已成舟，我們正在親身經歷這場分化的展開。在目前的人類群體中，大約有四分之三，甚至更多的人已經做出了他們的「選擇」，他們傾向於依賴科技，沉迷於物質和AI帶來的便利，拒絕向內心探索，因而被稱為「低頻率人群」。而另外四分之一或三分之一的人，他們聽到了內心的召喚，拒絕將靈魂交給演算法，專注於自身的靈性進化，選擇了揚升之路，這群人被稱為「高頻率人群」

到了2027年的春分，這兩群人的頻率差異將達到一個無法跨越的鴻溝，那些痛苦過、迷茫過、掙扎過，但是最終選擇傾聽內心的人，將在那個節點徹底覺醒。這些人將自然而然地在能量層面上團結起來，形成一個全新的社群。

最震撼的結果是，儘管大家依然生活在同一個地球上，但高頻率人群將逐漸無法感知到低頻率人群的混亂與喧囂；反過來說，那些沉迷於物質世界，隨著科技趨勢而隨波逐流的人，也將徹底「看不見」那些充滿光芒的揚升者。他們甚至不會去思考這些揚升的人去哪裡了？因為在他們的頻率帶裡，這些人彷彿從未存在過。

與此同時，地球也在經歷著自己的揚升，所以我們會看到世界各地極端氣候頻發，海底火山劇烈活動，全球地震不斷；比如才剛發生不久的委內瑞拉雙強震，就是地球正在褪去沉重的舊殼子，將自身過渡到一個更輕盈、更高維度（即新地球）的一個過程。

卡倫透露，就在當下，從2025年春分開始的一種新能量，正以指數級式的速度增強，一波又一波、前所未有的宇宙巨浪正在席捲地球。對於那些保持覺知的人來說，這是一種讓人脫胎換骨的喜悅；而對於那些順應潮流、抗拒改變的人來講，這將是一段極度痛苦和混亂的時期。

如何應對充滿巨變的未來

在如此宏大的宇宙變局面前，我們一般人該如何自處？

面對網路上鋪天蓋地的末日論、陰謀論和製造恐懼的新聞，卡倫給出了一劑良方：「恐懼是會消耗你的生命能量。」人們似乎有一種病態的嗜好，喜歡去談論和咀嚼那些可怕的事物，結果讓自己深陷恐懼之中。

我們今天探討的揚升，或是高頻率人群，其力量要比大眾媒體上的那些混亂、陰暗的信息強大千百倍。當你停下匆忙的腳步，傾聽自己內心的聲音，你原本用來「防禦」的生命能量就會被釋放出來，你將脫胎換骨。

對於那些選擇不覺醒、繼續沉睡的人，我們不需要去評判，更不需要去爭吵或試圖說服他們。

尊重每個人靈魂選擇的進化節奏，管好我們自己的頻率，這就是我們能為這個宇宙做出的最大貢獻。在訪談的最後，主持人問了個直擊靈魂的問題——生命的終極意義是甚麼？卡倫回答：保持自我覺知，充滿喜悅，並且能為服務他人。

皮亞補充道：生命是永不停息的。死亡不是肉體的消亡，真正的死亡，發生在你與自己的內心和意識徹底斷開連接的那一刻。

朋友們，倒數9個月，我們正在飛速駛向2027年的春分節點，這是一場沒有硝烟的進化狂歡，也是一次殘酷的頻率篩選。你是選擇把靈魂的指揮棒交給演算法、AI和外界權威，然後繼續在充滿恐懼和割裂的物質世界中沉睡？還是找回你原來的善良本性，踏上那條通往新地球的揚升之路呢？

選擇權，一直都在你的心裡。

（資料來源：乾淨世界平台「Edward文鳴」頻道）

MDRIFAT/ADOBE STOCK



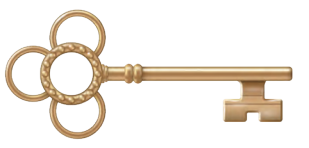
KIATTISAK/ADOBE STOCK



人們會感到剛放下手機又下意識拿起它，似乎在靈魂層面被吸引了。

家和之道 從理解開始

新婦的智慧



示意圖做飯：BURITORA/ADOBE STOCK；鑰匙：SENSVECTOR/ADOBE STOCK；定時鐘：TANYAJOY/ADOBE STOCK



人生課堂

▲ 自從我不再抱怨婆婆，試著去理解和配合她，她也不再挑剔了。

文｜夏勤

最近學校喜氣洋洋，幾位老師接連傳出結婚喜訊，校園裡瀰漫著幸福的氛圍。大家笑著說：「這下不只終結單身，也替台灣的『人口紅利』又添了幾塊重要的拼圖。」

辦公室裡每天都有人分享喜餅、討論蜜月旅行，空氣中盡是甜蜜的味道。然而，婚姻從來不是童話故事的終點，而是真正人生課程的開始。

結婚度假回來上班的淑惠老師，臉上的笑容沒有維持多久，取而代之的是掩不住的愁容。她常私下向同事抱怨婆家的生活，一來二去，辦公室裡的老師們幾乎都知道她的婆婆不好相處。

沒想到消息越傳越廣，甚至連學生之間也開始竊竊私語，讓原本只是家庭中的煩惱，竟成了校園裡的八卦話題。

幾天後，輪到淑惠老師到輔導室值班。她一走進來，我便注意到她精神不濟，眼睛紅腫，顯然哭過。

我對她說：「今天沒有預約的學生要會談，你先去休息吧，值班我一人就行。」她搖了搖頭，低聲說：「勤老師，我們聊聊，可以嗎？我心裡真的很難受。」她沉默了一會兒，眼眶開始泛紅了。

「昨天我媽把我叫回家，狠狠訓了我一頓。因為我抱怨婆婆的言語，竟然傳到了她耳裡。媽媽對我說：『婚是你自己要結的，遇到問題，應該想辦法解決，而不是到處抱怨，把家裡的事拿到外面說，只會成為大家茶餘飯後的談資，反而製造更多的是非。』」

說到這裡，她忍不住掉下眼淚。

「我知道媽媽說的是對的，也是為我好，可是……我真的不想每天過這種日子，不知道該怎麼辦。」

我輕輕拍了拍她的肩膀，問道：「你跟先生談過嗎？」她點點頭，滿臉無奈。

「婚前他就告訴我，他是獨子，婚後一定要和父母同住；他的薪水要交給婆婆，在家裡也沒有辦法幫我做家事。當時都答應了，以為自己做得到。」

她苦笑了一下，繼續說道。

「可是結婚後才知道，每天清晨五點就得起床煮早餐；洗衣服要分男生、女生、深色、淺色；晚上下班回家還要煮飯、洗碗、擦地板……從早忙到晚，事情多得做不完，一點備課時間都沒有。我先生只會一直叫我忍耐。有時會覺得自己好像古時候的童養媳！古時的童養媳不用上班，只要做家事，我還得備課教書呢！」

我靜靜聽完，沒有急著回答，只問了她一句：「你還想要這段婚姻嗎？」她愣了一下，想了很久才說道：「我不知道……」

過了一會兒，她又說：「可是，我先生對我真的很好。他公司發獎金都會交給我，我的薪水也完全由我自己支配。他只是很孝順，不願意違背父母。」

聽完後，我對淑惠說：「其實，聽得出來你先生是真心待你的。婚前他沒有隱瞞任何事，你也是在充分了解後才選擇走入這段婚姻。既然如此，我們何不試著轉換角度：不要把婆婆視為對立的對象，而是將她看作一位成長背景與生活習慣都與我們截然不同的長輩呢？



▲ 為了迎合婆婆早上五點就吃熱飯的習慣，她善用預約定時功能。

我分享一段自己剛結婚的往事，或許能給你一些借鑑。婚前我就知道婆家經濟不佳，先生也很孝順，但婚後實際住在宜蘭婆家時，才發現洗澡得自己燒熱水、一盆盆搬進去，甚至沒有沖水馬桶。

那樣的生活環境，我住了一天就快崩潰，好在第二天我們就回花蓮了。然而，每逢假日卻成了我的夢魘，因為總得回婆家。當時心想，如何做才能雙贏，於是我花錢找了師傅安裝了沖水馬桶與熱水器。當下我就明白，原來外在環境的困境，往往是最容易改善的。

這種轉念，也讓我更深一層地體會到我師父經常對我們說的：『任何事情都是有因緣關係的。』我的理解是，婚姻是因緣，婆媳相遇亦是因緣。既然相遇了，就不是來互相折磨，而是彼此成就。婆婆不是你要爭輸贏的對手，你也不是她要對抗的人，而是共同守護這個家。」

她聽了之後，深感觸動，略微點了點頭。

我接著對淑惠說：「婆媳之間，若都想爭一口氣，最後輸掉的是全家人的和氣；反之，若自己願意先退一步，換來的可能是整個家庭的幸福。很多時候，婆婆未必要求你做得多完美，而是希望感受到被尊重。

家，不是講輸贏的地方，而是講包容的地方；婆媳，也不是天生的敵人，而是因為同樣愛著一個人，才成為一家人。我們現在生活在二十一世紀，不是古代。與其一開始就築起心防，不如試著轉個念頭，用更智慧的方法把事情做好，讓自己輕鬆一些，也讓婆婆感到放心。」

最後，我再次提醒淑惠：「我們在教育界工作，心裡最清楚，一句好話，可以溫暖一個人；一句怨言，也可能寒了一個人的心，經營家庭也是同樣的道理。」

聽完這些，她默默地點了點頭，臉上似有所悟。

幾個月後，一天淑惠老師竟然滿臉笑容地跑來找我：「勤老師，我找到改變的方法了！」

還沒等我反應過來，她就開始興奮地分享著：「為了迎合婆婆早上五點吃熱騰騰白飯的生活習慣，我就買了一台可以預約定時的電子鍋，讓飯自動準時煮好；而對婆婆嚴格的衣物分類要求，我乾脆買了三台洗衣機，一次到位；面對繁瑣的家務，我則購置了掃拖機器人固定打掃；夏天太熱了，還替家裡裝了冷氣。婆婆嫌電費貴，我就笑著跟她說：『沒關係，電費我來付。』」

我為她的轉變感到開心，她接著說：「還有每逢節慶祭祖，吃飯時我婆婆會將一隻雞腿給先生、一隻雞腿給公公、自己只吃雞翅，現在我買一隻全雞祭拜，再多買幾隻雞腿，讓大家都有雞腿可吃。」

淑惠欣慰地說：「奇怪的是，自從我不再抱怨婆婆，而是試著理解她、配合她之後，她也不再挑剔我了。有時候咱們學校開會晚回家，她還會幫我留飯菜；偶爾也會跟鄰居誇我能幹。以前覺得她處處找麻煩，現在才發現，她只是希望家裡井井有條，但是不懂得怎麼表達關心。」

我望著眼前笑容燦爛的淑惠，深深地感受到和幾個月前那位愁眉不展的她判若兩人。

不久後，淑惠老師生了一個可愛的兒子，婆媳之間更為融洽，她婆婆甚至將家中的地契與金庫的鑰匙都交給她保管。淑惠還特意私下裡告訴我：「我和婆婆還會一起去逛街買衣服喔！」

有時候，人生最大的改變，不一定是改變別人，而是改變自己的心境。當自己的心變寬了，人生的路也就寬了。

其實婆媳之間，沒有天生的宿敵，只有等待理解的兩顆心！當有人願意先付出、多替對方著想時，當善意成為彼此相待的方式時，再冷的關係也能慢慢回暖喔！



成語故事

扶搖直上

文｜心怡

「扶搖直上」這則成語出自於《莊子．逍遙遊》，意思是指隨急遽的旋風，盤旋而上。後用「扶搖直上」比喻快速上升，亦用來比喻仕途得意。近義成語：平步青雲、青雲直上；反義成語：一落千丈、江河日下、每況愈下。

【典故說明】

《莊子．逍遙遊》：北冥有魚，其名為鯤。鯤之大，不知其幾千里也。化而為鳥，其名為鵬。鵬之背，不知其幾千里也，怒而飛，其翼若垂天之雲。是鳥也，海運則將徙於南冥。南冥者，天池也。齊諧者，志怪者也。諧之言曰：「鵬之徙於南冥也，水擊三千里。摶扶搖而上者九萬里，去以六月息者也。」野馬也，塵埃也，生物之以息相吹也。

注釋

❶齊諧：人名，一說為古代志怪之書。後代志怪之書或以此為名，如《齊諧記》、《續齊諧記》。
❷志怪：記載怪誕不經的事情。
❸徙：遷移。
❹南冥：南邊的大海。冥，通「溟」。
❺摶：迴繞、盤旋。一說「摶」作「搏」，拍打。
❻去以六月息：乘六月所吹的強風而去。息，指風。
❼野馬：指浮動於空氣中狀似野馬的雲氣。

莊子是先秦道家思想的代表人物，他的哲學宗旨是要人們超越世俗的價值觀，不要去計較那些是非、大小、有用無用等的判斷，因為這些都是人為的，並非恆常不變。人們如果一味計較這些，身心就會被牢牢綁住；要學著拋棄這種種的束縛，才能得到真正的放任自得，也就是莊子所謂「逍遙」的境界。為了引導人們能接受他的思想，莊子運用很多的寓言，來啟發人們。在〈逍遙遊〉中，莊子舉了一個鵬鳥高飛的寓言，說明人要先懂得「適性」，才能知道自己也有天生的長處，不會一味羨慕別人。在這個寓言中，莊子先說北海有一種鯤魚，大得不得了，後來這種魚變成了鵬鳥。鵬鳥也是大得不得了，奮飛起來的時候，張開翅膀像懸在天邊的雲。

當時有一位專門記敘奇特事物的齊諧，他說：鵬鳥要從北海飛到南海時，翅膀一打擊水的面積廣達三千里，乘著扶搖盤旋而上，高達九萬里！但是牠得待每年六月，風吹得最大的時候，才飛得起來。另外有一種雲氣叫野馬，還有浮游在空氣中的塵埃，是任何生物都能用氣息把它們吹起來。可知鵬鳥雖大，但是所待者大，必須長期等待；塵埃雖微，卻因所待者小，幾乎隨時可飛。可是二者各有所待，又無不同。能瞭解這一點，才能用高遠的眼光去包容一切，無拘無束，而得到真正的快樂。原文的「摶扶搖而上者九萬里」，後來演變成「扶搖直上」這句成語，用來比喻快速上升，也用來比喻仕途得意。

【書證】

1. 明．無名氏《鳴鳳記》第一八齣：「步雲衢扶搖直上，行看那咫尺玉階仙仗。」
2.《官場現形記》第一二回：「那時扶搖直上，便與弟輩分隔雲泥，直令人又羨又妒！」
3.《二十年目睹之怪現狀》第九二回：「上司喜歡了，便是升官的捷徑。從此不到五、六年，便陳臬開藩，扶搖直上，一直升到蘇州撫台。」

【用法說明】

一、比喻快速上升，用在「急速上升」的表述上。

例句

1. 那部電影叫好又叫座，票房因此扶搖直上。
2. 建材成本近來扶搖直上，建商紛紛大喊吃不消。

二、比喻仕途得志，用在「仕途順遂」的表述上。

例句

1. 他遇貴人提拔，在官場上步步高升，扶搖直上。
2. 你的官運扶搖直上，卻要小心健康曲線直線下滑。

資料來源：教育部《成語典》進階版。

恐怖《國防動員法》大修了

文｜陳靜

這是中共邪惡的計劃，從三年疫情封控到《國防動員法》大修：一場以「備戰」為幌子，實施關門搶劫與極權復辟的終極劇本開始了。

MAXIM SHEMETOV POOL/GETTY IMAGES



▲5月12日，中共軍隊在人民大會堂外列隊。

今年8月28日，中共人大常委會表決通過了新修訂《國防動員法》，新法將於10月1日起施行，引發全網對「即將打仗、強制徵兵、徵用私產」的極度恐慌。

《國防動員法》另有玄機

翻開這部被網民稱為「戰時惡法」的條文，字裏行間透出的殺氣令人背脊發涼：第58條明文規定，18至60周歲男性公民、18至55周歲女性公民均須承擔國防勤務，有特殊專長者甚至不受年齡限制；第64條更是直接將手伸進了老百姓的私有財產：「任何組織和個人都有接受依法徵收、徵用民用資源的義務」；第78條與第79條則給地方政府配備了無限執法權，凡有拒絕、拖延，或被認定為編造傳播虛假動員信息者，一律強制執行並處以鉅額罰款。

無數人驚呼：這是真的要打仗了嗎？強制徵兵、搶奪私產終於「有法可依」了！恐慌情緒在微信群、私聊裏悄然蔓延。然而，如果你僅僅把這當作中共準備發動台海戰爭的前奏，那你就完全掉進了中南海精心布置的邪惡陷阱裏了。

請記住一個核心判斷：你以為他是要戰爭嗎？不是！他是要回到文革2.0，然後當他千秋萬代的紅朝皇帝！所謂的「打仗」，只不過是一塊掩蓋對內實施終極奴役與掠奪的遮羞布而已，而這個布局早在6年前就開始了。

三年防疫實為壓力測試版

要看清今天的戰時動員，必須先復盤那場荒誕絕倫的3年疫情封控。至今仍有許多人感到百思不得其解：上海作為中國經濟的發動機、全球第一大集裝箱港口，為何非要封城兩個多月，寧可經濟崩潰、外資撤離、百姓挨餓，也要死磕「動態清零」？回頭我們再來看荒誕的「動態清零」背後，隱藏著將10多億人裝入現代集中營的政治野心，到底是為了甚麼？

難道這真的是為了公共衛生與民眾健康嗎？當然不是！如果是為了人命，就不會出現封控期間孕婦流產、重症患者被拒診身亡、烏魯木齊高樓大火被鐵絲封門燒死無辜平民的慘劇。

這場看似反智的封控，本質上是中共黨魁為了實現「閉關鎖國、重返文革」而進行的第一次全局性社會壓力測試。他要測試：當切斷民眾的遷徙自由、沒收出行權利、用健康碼把每個人牢牢釘死在方寸之地時，社會的反彈底線在哪裏？基層組織能否如臂使指地實施極權管制？

在習近平的思想深處，「閉關鎖國」從來不是歷史包袱，而是維持紅色江山永不變色的唯一招數。他甚至組織御用文人為「明清閉關鎖國」翻案，稱其為「自主限關、抵禦侵略」。三年疫情，本是他順水推舟，徹底切斷中國與西方文明聯絡，將社會倒退回毛時代供給制計劃經濟的第一步大棋。

然而，烏魯木齊的一場大火點燃了全國民眾的怒火，「白紙運動」在各大城市與高校爆發，年輕人高喊「共產黨下台、習近平下台」，這第一套劇本，在民意反彈與財政破產的雙重夾擊下，不得不狼狽爛尾。

行閉關鎖國與合法洗劫

防疫的大旗倒了，如何才能在和平年代堂而皇之地剝奪一切公民權利、沒收民間資產、封鎖國門、嚴控信息？

他一計不成又生一計，以「國家安全」為名，祭出終極殺器的「戰時狀態」，給百姓脖子套上最後一根絞索。

這就是當前急匆匆大修《國防動員法》的真正動機。這部法律的本質，就是把疫情期間的「健康碼、網格化、封門封路、強制隔離」，升級為具有最高法律效力的「戰時管制套裝」。一旦宣布進入國防動員或緊急狀態，當局便擁有了無限權力：

第一，合法收割民間財富。民營企業的廠房設備、百姓的房產車輛、銀行裏的存款，只要扣上一頂「戰時保障」的大帽子，頃刻間化為烏有。你若敢拖延或拒絕，第78條、79條的行政強制與刑事追責等著你。

第二，全面實施人身禁錮與網絡物理切斷。近期各地銀行紛紛對民眾正常取款設置重重障礙，幾萬塊錢需要出具收入證明、派出所審批；海關對出境人員剪護照、嚴查手機、限制換匯。這些根本不是孤立事件，而是溫水煮青蛙的步步緊逼。到了「戰時動員」那一天，限制出境出省、全網斷信號、斷國際光纜、糧票布票配給制，這套文革組合拳便能以「國家利益」之名順理成章地全面落地。

正如清醒的時評博主li在X（原Twitter）上發文說的：「習近平的刀已經架在中國人的脖子上了，政府在《國防動員法》中獲得了無上限的掠奪授權，而大多數人仍在歲月靜好的幻覺中麻木沉睡。」

昨天，一位朋友剛從國內逃出來，她和我說了一個觀察：現在國內的人，每個人都在自己的「舒適圈」裏活著，哪怕外邊刀山火海，只要沒燒到自己身上，都自得其樂。當然，這也是中共多年洗腦的結果。

攻台沒有底氣稱帝成幻想

如果中共真的要發動一場現代化高科技跨海作戰，它首先需要穩定的軍心、精幹的將領和強大的後勤經濟支持。但看看當下的中共軍隊內部，究竟是個甚麼景象？

兩任國防部長李尚福、魏鳳和接連落馬；被視為攻台王牌的火箭軍高層被一鍋端；裝備發展部、戰略支援部隊遭到毀滅性整肅；連軍委副主席張又俠等軍中宿將也被整肅。軍隊內部人人自危、離心離德，將領們連導彈裏灌的是燃料，還是水都心知肚明。試問，這樣一支被內部猜忌撕裂的軍隊，哪裏有一絲一毫打大仗、打勝仗的底氣？對外亮劍是假，清除異己保皇位是真。

既然根本不具備攻台條件，為何還要高調渲染戰爭狂熱？原因很簡單：對外叫囂戰爭，可以在黨內和軍內以「通敵」、「叛變」、「延誤戰備」為由，進行殘酷的政治大清洗，徹底拔除所有可能威脅其皇位的軍隊實權派。

對外，他深知一旦真的在台海開第一槍，必將遭遇美日同盟與國際社會的毀滅性反擊，政權將瞬間瓦解；對內，他卻需要藉助「準備打仗」的緊迫氣氛，名正言順地將全國經濟轉入戰時統制，讓10多億人吃草，完成像毛澤東晚年文革體制的無縫切換。回到文革、當終身皇帝，才是他內心深處唯一的政治願望。

「反習不反黨」是致命的

每當分析到中共的倒行逆施時，總有人習慣性地把一切災難歸咎於某個個人的偏執與愚蠢，甚至寄希望於中共體制內的「反習勢力」或技術官僚，能夠力挽狂瀾、重回改革開放。

這種「反習不反黨」的思維，使百年來中國知識分子與普通民眾跌入最深的陷阱。必須清醒地認識到：習近平不是憑空產生的外來物種，他正是中共這套專制極權體系孕育出的必然產物。正如《九評共產黨》所深刻揭示的，中共本質上是一個反人性、反自然、靠謊言，與暴力維持的極權邪靈體。它的基因庫裏，天然寫著「假、惡、鬥」，寫著對私有產權的仇視、對個人自由的剝奪，以及對絕對權力的病態渴求。

如今，習近平不過是把中共本性中隱藏的極左毒汁，毫無遮掩地全盤倒了出來而已。黨內那些所謂的改良派或反對派，從本質上也是維護這部專政機器的齒輪，他們與最高統治者的矛盾，只是「如何分贓」的分歧，而非「還權於民」的覺醒。因此，指望換一個黨魁就能改變中國走向奴役的命運，無異於緣木求魚。

當年毛澤東發動十年文革，將中華大地拖入浩劫，中共把責任推到「四人幫」的頭上，最終對國家和百姓的傷害都隨風而逝，一筆勾銷。

今天，當這套假借「戰時動員」之名實施的文革2.0再次降臨之際，每一個人能否認清謊言、守住財產、拒絕充當暴政的炮灰，將決定我們與這個民族的未來結局。

疫情不是意外泄漏

最後，我們再來捋一下思路，中共和習近平想閉關鎖國、想回到文革時代，可是，已經經歷過改革開放的中國人會答應嗎？當然不會，就是那些紅二代也不會願意。那怎麼辦呢？於是疫情來了，這樣推理下來，國際上都在熱傳中共實驗室放毒的話題，又該上升一個級別了。那就是說，這次泄漏不是意外，而是故意而為之，這是中共為了實現文革2.0做的鋪墊。

不過，沒想到人算不如天算，他的這個邪惡的計劃，最終還是破產了，而且給全世界帶來了災難。據媒體報導：僅2020年，全球因感染2019冠狀病毒（COVID-19）直接導致並經統計的死亡人數約超過150萬至200萬人。近年來，全世界都開始了對中共的問責行動。

6年前，習近平想通過疫情達到閉關鎖國的目的，如今又想通過《國防動員法》回到文革2.0，實現自己的皇帝夢。但結局呢？必然會再次失敗，甚至搭上自己的性命，中共也將解體。正是應了《紅樓夢》裏一首讖詩〈聰明累〉，道盡了王熙鳳的終局：「機關算盡太聰明，反誤了卿卿性命。」

