English Reports and Articles B1 B3 B4 B5

看中國 VISION TIMES

加西版 第977期 | 2026年1月16日-2026年1月22日 | 乙巳年十一月廿八至乙巳年十二月初四 | 每週五出版 | www.kanzhongguo.com | www.visiontimes.com

美或對伊 軍事打擊

伊朗鎮壓升級 死亡人數飆升 白宮討論打擊方案

◆記者簡易、高芸綜合報導

伊朗當局對抗議者的鎮壓，近期升級為令人震驚的屠殺。就在全世界屏息以待，密切關注伊朗局勢的同時，有消息顯示，川普政府或考慮將伊朗安全部隊的領導層列為打擊目標。

美國或對伊實施軍事打擊

兩名匿名歐洲官員告訴《華盛頓郵報》，川普政府已要求歐洲國家與美國共享有關伊朗境內潛在打擊目標的情報。據其中一名消息人士透露，目前沒有跡象表明川普正考慮打擊伊朗的核設施。消息人士補充稱，美國更有可能考慮將伊朗安全部隊的領導層列爲打擊目標。

該消息未得到美方證實，但另一則CNN消息顯示美國確有軍事行動的可能。一位美國官員1月14日告訴CNN，由於川普政府正在考慮對伊朗採取軍事行動，美國在中東最大的軍事基地——烏代德空軍基地（Al-Udeid Air Base）的部分人員，已被敦促撤離。

烏代德空軍基地位於卡塔爾首都多哈。這位美國官員說，鑒於該地區目前的緊張局勢，要求部分人員撤離該基地是「預防措施」。

美聯社也從美國官員那裡獲得上述消息。美國官員表示，烏代德空軍基地的部分人員，已被告知在14日晚間前撤離。該官員拒絕透露更多細節。

白宮開會討論打擊方案

白宮週二（1月13日）下午召集高級官員舉行會議，權衡對伊朗的軍事選項。美國總統川普當晚結束密歇根州行程後表示，他將返回白宮聽取有關伊朗局勢的最新簡報，屆時預計會掌握伊朗抗議活動死亡人數的準確數據，並據此決定下一步回應。

參加白宮會議的官員包括國務卿馬可·盧比奧（Marco Rubio）、戰爭部長皮特·赫格塞思（Pete Hegseth）、中央情報局局長約翰·拉特克利夫（John Ratcliffe）、參謀長聯席會議主席丹·凱恩（Dan Caine），以及國家情報總監圖爾西·加巴德（Tulsi Gabbard）。副總統萬斯也出席會議。

一名知情人士稱，國家安全委員會當天在沒有川普出席的情況下先行召開會議，爲總統準備應對選項。

川普發出終極警告

13日，CBS新聞在密歇根州迪爾伯恩對川普總統進行採訪。川普向伊朗當局發出嚴重警告，他說如果伊朗當局本週開始絞刑處決反政府抗議者，美國將「採取非常強硬的行動」。

川普在回答《CBS晚間新聞》主播托尼·多庫皮爾採訪時再次表示，「如果他們（伊朗當局）執行絞刑，……如果他們做出這種事，我們將採取非常強硬的行動。」

在採訪中，川普重申有「大量援助正在運往」伊朗公民手中，並稱援助將以「不同形式」提供，包括經濟援助。他提到了去年美軍針對伊朗三個核設施的空襲。

川普：與伊朗有貿易往來的國家將面臨25%關稅

關稅亦是一項重要武器。川普宣布對與伊朗有業務往來的國家徵收25%的關稅。1月12日下午川普在「眞相社交」平臺上寫道：「即日起，任何與伊朗伊斯蘭共和國開展商業往來的國家，在其與美利堅合衆國進行的任何及所有商業活動中，都將被徵收25%的關稅。本命令爲最終決定，具有不可更改的效力。」

伊朗當局鎮壓升級為屠殺

伊朗全國性反政府示威的血腥程度，遠超外界此前估計。

《時代雜誌》（TIME）1月12日報導揭露，截至1月10日，這場鎮壓行動的死亡總數恐怕已達6000人，這一數字是人權組織早期統計的500人死亡數據的12倍。此外，亦有消息人士告訴哥倫比亞廣播公司（CBS），目前伊朗至少有1.2萬人在抗議中死亡，甚至可能高達2萬人。

1月11日，一段突破網絡封鎖流傳至社群媒體的影片震驚了國際社會。自由歐洲電臺/自由電臺報導的這段影片顯示，卡里札克法醫中心外大量屍體堆疊的駭人景象。這些影像不僅爲「6000死」的推測提供了視覺佐證，更直觀地展示了當局鎮壓手段已完全超越「維持秩序」的範疇，演變爲無差別的大屠殺。

這場始於經濟不滿的和平抗議，已演變成伊朗伊斯蘭共和國成立以來最嚴重的人道災難之一。從裝載機關槍的卡車掃射街道，到醫院急診室遺體成堆，再到法醫中心停車場變成臨時停屍間，種種跡象表明，伊朗當局已將鎮壓升級爲一場針對本國公民的「內部戰爭」。

星鏈與數字鐵幕

爲了掩蓋這場屠殺，伊朗當局實施了近乎完全的信息封鎖，他們的「數字鐵幕」包括：切斷互聯網連接、干擾移動電話和固定電話通訊、封禁所有社交媒體平臺、威脅醫院不得透露眞實傷亡、控制新聞媒體報導內容，以及逮捕試圖向外界傳遞信息的人士。

然而，美國科技力量的介入打破了「數字鐵幕」的封鎖。美國科技富豪馬斯克（Elon Musk）旗下的 SpaceX 公司，在伊朗上空啓動了「星鏈（Starlink）」衛星網絡服務。

這項技術支援讓部分伊朗民衆得以繞過政府的防火牆，將街頭的慘狀傳送至全世界，並維持抗爭者之間的聯繫。這被伊朗當局視爲美國煽動動亂的直接證據，但也確實成爲了伊朗民衆在黑暗中唯一的對外窗口。





《看中國》溫哥華分社：電話：604-288-0298 | 投稿：van-editor@kzgtimes.com
廣告部：778-861-6856 ad@kzgtimes.com | 郵址：PMB #181 - 2242 Kingsway, Vancouver, BC V5N 5X6
ISSN 2562-7961
售價：$5.98



『賦予生命更深刻的意義……大幕落下後你仍久久不能忘懷。』
——《Stage Whispers》表演藝術雜誌

「我真得感謝蒼天，讓我能有機會看到神韻，這真的是上天給我的一份禮物。因為神韻演出是人類文明藝術的巔峰。」
——胡先生，哲學博士

「這是我人生中第一次看到中國這麼美麗。我會終生記住，這樣美好、善良、我看到了希望。」
——郭先生，中國經貿官員

「對沒看過神韻的人而言，他們錯過了世上第八大奇蹟。神韻是我看到世上最棒的奇蹟。」
——喬・黑爾德，前美國總統攝影師

「神韻演出絕對美麗，那麼鼓人心。我覺得我為下集 《 阿凡達 》 找到了一些新的思路。」
——羅伯特・斯壯伯格，電影製片人

中西樂器完美結合的交響樂團現場伴奏
一份讓您的親友畢生難忘的禮物

4月8 - 12日，2026 溫哥華伊麗莎白女王劇院
中英文熱線: 604-757-0355 網站: zh-tw.ShenYun.com/Van

神韻售票點
• 西溫 Park Royal South Mall, 近 H&M
• 本拿比 Metrotown Winners – 週六至週日

高質 SuperStar Auto Repair Centre
高質汽車服務中心
Superstar Auto Repair Center
ICBC car shop VALET Accredited Collision Repairs & Valet Service
全面汽車維修•服務一流
有經驗專人代辦 ICBC 手續及有免費車借用

香港式經營
• 最新車架較正 • 車身修理噴油
• 專修各國名車 • 采用原廠漆油
• 一流技師處理 • 保證工作妥當
(604)278-9198
地址：100-11451 Bridgeport Rd, Richmond 傳真：604-278-1108

一鳴燒臘肉食店
超 級 好 滋 味！

列治文公眾市場
一鳴燒臘肉食店
604-231-8987
8260 Westminster hwy, 列治文
9:30AM-7:00PM 週四休息


爱尔牙医诊所
张开泓牙医毕业于 UBC 及华西医科大学，具有30多年加中临床经验。曾从事口腔修复专科多年，擅长牙齿美容。
Dr.Edward Zhang
张开泓主诊牙医
Dr. Gary Wong
全班 UBC 毕业经验牙医，以最先进的设备技术，提供牙医美容、植牙种骨、牙齿矫正、根管治疗、智齿拔除、补牙洗牙等全科服务。
国 / 粵 / 英语 微信：Kathy5858
604-304-1088，604-304-1073
135-8191 Saba Rd, Richmond 列治文公众市场旁高层一楼
www.drzhangdental.com

SUNSHINE ATELIER
陽光畫室
繪畫教學
免費試課
學生作品

• 美術學院畢業
• 多年繪畫及教育經驗
• 因材施教，小班教學
・素描・水彩・
・油畫・彩鉛・
・兒童繪畫基礎・
本拿比 麗晶廣場附近 電話：778.318.5528 王老師



溫哥華獨家代理 諮詢電話：778.858.5550

人人都愛看中國
世界都在看中國
廣告聯繫電話：778.861.6856



訪問下面網址或掃描下方二維碼，立即觀賞精彩內容。
https://t.ly/4Pc_
古道春風頻道透過精心製作的影片，向觀眾呈現古今中外的經典故事、傳奇故事、神話故事、名人軼事、歷史文化和道德傳統。以純淨的內容，回顧歷史，重塑經典，給您帶來娛樂和愉悅。同時，給您傳遞正能量並增添古今寶典中的知識。通過豐富的視覺效果和生動的敘述，為您展現不同時期的人文精華和歷史文化的魅力，讓您深入了解中國和世界文化的博大精深。

卡尼訪華擬調整兩國關係

【看中國訊】加拿大總理卡尼已抵達北京，展開一次時間不長的訪問。加中雙方都希望這次訪問能成為兩國關係的一個轉折點。卡尼在社交媒體上發文表示：我們已准備好建立一種新的夥伴關係——在汲取過往經驗中最積極一面的同時，也能夠回應當下所面臨的挑戰。

MARCO LONGARI / POOL / AFP VIA GETTY IMAGES



加拿大總理卡尼

自由黨議員、總理的國會祕書布洛伊斯（Kody Blois）表示，卡尼在訪華期間，將尋求重新調整兩國關係。加中雙方都希望這次訪問，能成為兩國關係的一個轉折點。

卡尼政府的目標，是在未來10年內，將向美國以外的出口額翻一番，旨在減少對美國市場的依賴。

加拿大多個行業正密切關注此行可能對雙邊貿易關係帶來的影響。農產品、汽車製造以及整體出口領域普遍認為，這次訪問或將對長期僵持的關稅爭端產生關鍵影響，或是正面、或是負面。總體而言，卡尼此次訪華被視為一次高風險的外交與經貿嘗試。

魁人黨團（BlocQuébécois）質疑總理訪華

該黨公共安全事務發言人德貝爾費耶（Claude DeBellefeuille）批評，政府未能兌現任命外國干預事務負責人及建立外國代理人登記制的承諾。中國是干預加拿大事務最活躍的國家之一。在這個背景下宣布訪華，表明卡尼並未將應對外國乾預視為優先事項。

對於在渥太華試圖修復外交之際，執行反外國干預承諾或會把北京激怒的說法，德貝爾費耶反駁稱，政府必須捍衛自己的信仰，例如保護民主制度和在加的外國僑民。她強調，加拿大政府不應為了做生意而卑躬屈膝。

聯邦公共安全部長的辦公室拒絕解釋為何未能如期履行承諾，部門更未有提及履行承諾的最新限期。

盛雪：經濟短期利益不能替代國家安全

民運領袖、作家盛雪在《看中國》專訪時對訪華提出尖銳批評。她認為，目前全球民主國家正重新評估與威權政權關係，美國作為加拿大最親密盟友，正主動應對威權主義在西半球的滲透，而加拿大此行試圖走近北京，可能削弱與盟友的協調，並影響在民主陣營內的可信度。加拿大應從過去對中共接觸中吸取教訓，包括兩個 Michael（指康明凱與斯帕弗）被拘押、選舉乾預、對華裔社區恐嚇、知識產權盜竊及經濟脅迫等。盛雪警告：「忽視這些歷史事實，僅著眼於短期經濟希望，並非明智國策。」

曾遭拘留的康明凱最近也發出警告，提醒政府不要為了獲取短期經濟利益而擴大與中共的關係。他在 1 月 11 日於社交媒體 X 平臺發文表示，中共對待其統治、拘留或不喜歡的人的方式，意味著它可能以同樣的方式對待其所控制的其他公民和國家。

民間團體呼籲總理提人權問題

民主團體香港觀察加拿大分部（Hong Kong Watch Canada）倡議及傳訊主任蘭森・陳（Landson Chan）表示，總理應利用此機會，呼籲立即釋放香港民主活動人士黎智英，以及所有因行使基本權利和自由而被拘留的香港政治犯。他強調，沉默或含糊其辭只會助長鎮壓，並破壞加拿大對人權的承諾。國家安全和保護加拿大公民，比增加投資和貿易更為重要。

2026加國房市危局面臨多重變量

【看中國記者李亭綜合報導】2025 年大多倫多地區房屋成交量創 25 年來新低，房地產行業人士指出，樓市低迷並非單一因素所致，而是多重壓力疊加的結果。進入 2026 年，加拿大出現一個罕見的危險組合現象，即大型銀行主動收縮房貸規模，同時抵押貸款違約率卻持續上升。這可能導致流動性進一步枯竭和房價下行壓力加大，被視為銀行對未來風險的提前預警。

多倫多樓市明顯下行

據多倫多地產局（TRREB）發布的最新年度數據，大多倫多地區全年住宅成交量僅為 6 萬 2433 宗，跌至 25 年以來最低水平。儘管 2025 年掛牌房源數量同比增加了約 10%，但成交量卻下降了 11%。

在價格方面，市場同樣呈現回落趨勢。TRREB 的數據顯示，2025 年全年平均成交價為 106 萬元，較 2024 年的 112 萬加元下降了 4.7%。自 2022 年 2 月的市場高點以來，各類物業的平均成交價累計下跌 24.5%。部分經濟學家指出，如果價格跌幅擴大至 30%，就可能被視為一次「住房市場崩盤」。

TRREB 首席信息官門瑟（Jason Mercer）指出，全球貿易關係的不可預測性以及地緣政治格局的重塑，正在持續影響消費者信心，直到經濟環境更加明朗。

展望未來，門瑟認為，真正推動買家重返市場的關鍵，並不只在於利率或房價本身。「更穩定、被重新確認的貿易關係，以及大型國內經濟發展項目，將是改善樓市成交的核心因素。」

房價下跌根源：銀行收縮房貸

加拿大房地產觀察人士特別指出，當前市場出現第四種罕見週期狀態：房貸規模整體收縮，但違約率卻同步上升。

通常房地產週期分為繁榮期（貸款擴張＋違約低）、泡沫末期（貸款擴張＋違約升）、危機後恢復期（貸款收縮＋違約降），但如今五大銀行的房屋貸款余額連續下降，這是自 2021 年繁榮頂峰以來首次整體縮表。這種收縮並非需求不足，而是銀行風控部門主動「踩剎車」。

銀行內部模型已判斷房地產風險加大，不願繼續大量投放資金。即使有新房交接和移民需求。銀行收緊資金被視為房價下跌的根本原因，而非人口或成本因素。

違約率方面，該觀察人士警告，2026 年將是高峰期：約 115 萬筆固定利率低於 1.5% 的貸款將在上半年到期，續約時月供可能增加 20% ～ 60%。銀行不再「借新還舊」稀釋風險，而是嚴格評估現金流和首付，投資房產尤其受限，導致現金流斷裂、違約螺旋上升，形成「負反饋循環」。

2026年趨勢預測

展望 2026 年，加拿大房市面臨多重變量。加拿大房地產觀察人士強調，銀行收縮和違約率上升可能導致房價整體下跌 5%-10%，尤其是在多倫多和溫哥華。流動性惡化、續約高峰等因素使得下跌幅度難以預測。

對於普通買家和賣家，因房地產市場的不確定性，建議要避免盲目跟風，密切跟蹤銀行風控變化。現階段，銀行的前瞻性或許是最佳參考。

持續多元化　移民成唯一增長引擎

【看中國訊】加拿大統計局人口普查發布，目前加拿大人口約 4158 萬，女性略多於男性，平均年齡 41.7 歲，平均每個家庭有 2.4 人。

人口結構持續多元化

人口普查顯示，5% 的人口，即 180 萬人自認為是原住民。移民佔全國人口近 1/4，達到 840 萬人。超過 60% 新移民出生於亞洲（包括中東地區），其中印度成為最大來源國。歐洲移民比例在過去半個世紀中，從 61.6% 降至 10.1%。

近 70% 的加拿大人自稱是白人，總數超過 2500 萬人，在加拿大佔多數。

超過 95% 的少數族裔（非白人和非原住民），居住在加拿大 41 個大型城市中。

多倫多是南亞裔、華裔、黑人、菲律賓裔、西亞裔、拉丁美洲裔、東南亞裔和韓裔人口最多的城市。

加拿大阿拉伯裔人口比例最高的城市（佔該群體 35.5%）是蒙特利爾。

在人口增長結構上，移民幾乎成為加拿大唯一的增長引擎。目前，約 23% 的加拿大人口為移民或曾是永久居民，這一比例在 G7 國家中最高。

宗教版圖快速重塑

加拿大的宗教信仰正在經歷歷史性轉變。34.6% 的加拿大人自認無任何宗教信仰，該比例在 20 年內幾乎翻倍。

基督徒佔多數（53.3%），但比例持續下降。與此同時，穆斯林、印度教徒與錫克教徒的比例在 20 年內均翻倍。

人口老化加速　生育率創新低

加拿大正面臨嚴峻的人口老化挑戰。65 歲以上人口達 810 萬，首次超過 14 歲以下兒童人數。2024 年全國生育率降至 1.25，創歷史新低。

42.3% 的新生兒母親，為加拿大境外出生人口。統計局指出，若無移民，加拿大自 2022 年起將出現人口負增長。

預計到 2032 年，新移民將為加拿大貢獻 100% 的人口增長。

加國簡訊

報告：2026年再關4000家餐飲店

【看中國訊】根據達爾豪斯大學（Dalhousie University）發布的最新報告，加拿大餐飲業正面臨前所未有的生存危機。去年全國已有約 7000 家餐廳倒閉，而 2026 年恐再有 4000 家關門，其中安省因餐廳密度最高，受到的衝擊也最大。

除了食品價格上漲和通脹壓力，加拿大餐飲協會（Restaurants Canada）指出，房租、保險費和人工成本的持續上升，也在不斷擠壓餐廳的生存空間。

該機構表示，41% 的餐廳虧錢經營或勉強打平。絕大多數餐廳不敢大幅漲價，因為顧客現在對錢包看得特別緊。

報告：加人酗酒嚴重

【看中國訊】成癮與心理健康中心（CAMH）1 月 12 日，公布最新《2025 年監測電子報告》。研究發現，疫情期間形成的生活與應對壓力的方式，並未隨著社會恢復正常而消失，反而長期留存，對公眾健康產生持續影響。

報告基於 1977 ～ 2025 年間，在安省對 18 歲以上成年人開展的 39 次重複橫斷面調查。結果顯示，2019 年至 2025 年間，幾乎所有「高風險飲酒」指標都在上升。

數據顯示，飲酒者中每日飲酒的比例上升了 3%，每週暴飲（一次飲用五杯或以上）上升了 3.6%；反映早期酒精依賴風險的危險或有害飲酒上升了 3.3%，而酒精依賴症狀則增加了 4.7%。

報告顯示，心理健康指標出現「斷崖式」下滑。中度至重度心理困擾的人群比例，從 2019 年的 17.7% 躍升至 2025 年的 36.7%；自評心理健康一般或較差的人，從 12.9% 上升至 29%，接近人口的三分之一。自殺意念的報告比例也從 3.9% 升至 6.4%。

報告還揭示了明顯的性別與年齡差異：男性更容易出現頻繁飲酒、暴飲、酒後駕駛及酒精依賴症狀；女性則更常報告嚴重心理困擾，並更多使用抗抑鬱和抗焦慮藥物。19 至 29 歲的年輕成年人在暴飲、危險性飲酒及電子煙和大麻使用方面風險更高；而 65 歲以上人群則更常出現每日飲酒和整體健康不佳的問題。

加拿大實施新的食品健康警示標籤

【看中國訊】自 1 月 1 日起，加拿大衛生部的規定，只要食品中飽和脂肪、鈉或糖的含量達到或超過既定標準，包裝正面就必須印上醒目的黑白警示標識，以更直觀的方式提醒消費者注意飲食風險。專家表示，這套新的標籤系統在全球範圍內已被證明「極其有效」。

按照加拿大衛生部的標準，超過每日建議攝入量 15% 的營養素被視為「含量高」，而低於 5% 則屬於「含量低」。推出新標籤制度，是因為加拿大乃至全球日益嚴峻的肥胖問題。富含飽和脂肪、糖和鹽的加工食品，是推動肥胖率上升的重要因素。

《明報》加拿大版停刊

【看中國訊】1 月 31 日，《明報》北美業務全面停止營運。加拿大《明報》於 12 日下午約 4 時，以電郵或親遞方式向多倫多員工發出遣散通知，《明報》多倫多和溫哥華印刷版和網頁版將同步於 1 月 16 日（星期五）停刊，僱用合約將於 1 月 31 日終止。

根據明報官網資料，明報集團於 1993 年 5 月在加拿大多倫多開設《明報》加東版，同年 10 月在溫哥華開設《明報》加西版；1997 年創辦《明報》美東版，並於 2007 年推出《明報》（紐約）免費報。紐約版早於 2018 年 12 月 1 日已經全面停止運營。

格陵蘭歸屬熱議 美歐博弈加劇

【看中國記者楊天資綜合報導】美國總統川普近期多次公開聲稱要控制格陵蘭島，德國外交部長瓦德富爾明確表示，格陵蘭島的未來應該完全由格陵蘭島民和丹麥共同決定，北約盟國必須攜手合作維護北大西洋地區安全，而非通過改變領土歸屬來解決安全關切。瓦德富爾同時還提出「北極哨兵」計畫，以強化的格陵蘭防務軍事布建，降低美方疑慮。

這場會談被外界視為歐洲向美國傳遞明確信息的重要外交行動，標誌著跨大西洋聯盟在面對內部分歧時的關鍵時刻。隨著北極地緣政治重要性日益突顯，格陵蘭已從世界邊緣躍升為大國博弈的焦點。

德：島民與丹麥共同決定

根據路透社報導，瓦德富爾（Johann Wadephul）與盧比奧的會談被描述為「友好且深入」，雙方討論了廣泛的跨大西洋議題。

當話題轉向格陵蘭問題時，雙方的分歧變得明顯。面對川普聲稱美國必須擁有格陵蘭以阻止俄羅斯，或中共占領這片戰略要地的言論，瓦德富爾表達了堅決反對。

川普多次聲稱，美國必須擁有這片「戰略位置極其重要、礦產資源豐富」的領土，甚至未排除使用武力的可能性。

格陵蘭作為世界最大島嶼，雖然大部分陸地被冰雪覆蓋，但其地理位置橫跨重要的北極航道，且蘊藏豐富的稀土、石油和天然氣資源。隨著全球氣候變暖加速北極冰層融化，新航道和資源變得觸手可及，該地區的戰略價值急劇上升。美軍早在冷戰時期就在格陵蘭建立了圖勒空軍基地，用於監測北極方向的潛在威脅。

歐洲承認中俄北極圈擴張或啟動「北極哨兵」計畫

北約秘書長呂特（Mark Rutte）公開承認，隨著航道開放，中俄勢力確實有機會在北極圈日益擴張。但他強調，解決之道在於加強現有的多邊防務合作，而非改變領土歸屬。

丹麥外相拉斯穆森和格陵蘭自治政府外長莫茨費爾特，也於14日前往華盛頓，與國務卿盧比奧進行關鍵會談。格島自治政府領袖尼爾森（Fred-erik Nielsen）表示，他們將選擇留在丹麥。

北約盟國在面對此一日益複雜的北極局勢，也展現出積極的回應態度。據彭博社引述知情人士報導，德國已草擬在北約框架下的一項名為「北極哨兵」的具體軍事倡議，並於外交部長瓦德富爾與財政部長克林拜爾12日訪問華府向美方，提出這項「北約聯合特派團」的軍事提案。

「北極哨兵」計畫，將以北約去年啟動的「波羅的海哨兵」特派團為藍本。當時，「波羅的海哨兵」的成立，旨在保護波羅的海的關鍵基礎設施免受破壞，包括：海底電纜、能源管線等重要設施。如今，德國希望將這一模式複製到北極，建立一支專門負責維護北極區域安全的聯合部隊，任務將包括：監控區域動態、保護關鍵航道與設施，以及應對潛在的安全威脅。

針對美國對俄羅斯或中共船艦在北極活動的關切，德外長瓦德富爾在與美卿盧比奧會面時強調，雙方應在「北約聯盟框架下」尋找共同解決方案。除了德國的提案，英國也展現出高度積極性。據英國《每日電訊報》報導，英國官員已與德國、法國及其他歐洲盟邦就相關計畫展開初步磋商。討論內容可能包括：在格陵蘭周邊部署英國部隊、軍艦以及軍機，戰略目標是保護格陵蘭免於受到俄羅斯和北京行動的影響。英國交通大臣海蒂・亞歷山大將這些討論，定調為應對地緣政治變局的「例行公事」。她指出：「考量俄羅斯和北京的行動，北極地區正成為競爭日趨激烈的地緣政治區域。我們和北約所有盟國，討論如何嚇阻俄羅斯在北極圈的侵略行為，合情合理。」這番言論顯示，英國視北極防禦為北約集體防禦體系中不可或缺的一環。

美國兩黨議員將訪丹麥

川普的格陵蘭政策在美國國內也造成了巨大的政治裂痕，國會山正上演一場關於如何對待盟友主權的立法角力。一方面，共和黨內的激進派支持川普的擴張主義。另一方面，民主黨則試圖通過立法阻止這一行動。為了修復受損的美丹關係，一個由美國兩黨國會議員組成的代表團，將於1月16至17日訪問丹麥。該代表團由民主黨參議員庫恩斯（Chris Coons）率領，成員包括：共和黨參議員蒂利斯（Thom Tillis）等多位資深議員。這次訪問被廣泛解讀為美國立法機構試圖繞過白宮，直接向歐洲盟友保證美國承諾穩定性的努力。

地緣政治的深層邏輯

圍繞格陵蘭與北極的爭端，實際反映了三個層面的戰略競爭：

資源爭奪層面：格陵蘭擁有豐富的稀土礦藏、石油、天然氣以及漁業資源。在全球能源轉型與科技競爭的背景下，稀土等關鍵礦產的戰略價值不言而喻。中共作為全球稀土供應鏈的主導者，對格陵蘭的資源開發展現出濃厚興趣；而西方國家則試圖通過掌控格陵蘭，減少對中國供應鏈的依賴。

航道控制層面：隨著北極冰蓋消融，北極航道的商業價值日益突顯，能大幅縮短亞歐之間的航運距離。俄羅斯視北極航道為重要的經濟命脈與戰略通道，並在沿岸部署大量軍事設施。中共則自詡為「近北極國家」，積極參與北極航道的開發利用。對美歐而言，確保北極航道的「自由航行」與安全，防止其被戰略對手壟斷，是維護自身利益的關鍵。

軍事安全層面：北極是美俄導彈預警與攔截的最短路徑，具有極高的軍事戰略價值。格陵蘭地理位置特殊，扼守北大西洋與北冰洋的咽喉，是監控俄羅斯潛艇進入大西洋的關鍵節點。美國在格陵蘭設有圖勒空軍基地，這是其全球導彈防禦系統的重要組成部分。隨著北極航道逐漸開放，該地區的經濟和軍事價值大幅提升。中共和俄羅斯近年來都在加強在北極地區的存在，此一擴張趨勢，將直接威脅美國本土安全，以及北約在北大西洋的制海權。這引發了美國的戰略焦慮。

歐洲的平衡外交

值得注意的是，儘管歐洲願意在安全議題上與美國合作，但在格陵蘭主權問題上，他們的立場相當明確且不容妥協。德、英等國都強調格陵蘭的未來應由格陵蘭人民自主決定。這種立場反映了歐洲國家面臨的複雜處境：既要維護跨大西洋聯盟，回應美國的安全關切，又要堅持主權原則和國際法。

「北極哨兵」計畫的提出，標誌著北約戰略重心的又一次重大調整。在北極部署軍事力量面臨諸多挑戰，包括：惡劣的自然環境、巨大的後勤成本，以及可能引發軍備競賽的風險。

從川普的強硬喊話，到北約擬議中的「北極哨兵」計畫，再到中俄的積極布局，格陵蘭與北極地區已然成為大國博弈的新前線。未來的格陵蘭恐將在很長一段時間內，處於這場全球戰略風暴的中心。

隨著丹麥和格陵蘭代表團即將訪美，以及美國國會兩黨代表團訪問丹麥，未來幾週將是觀察此一發展的關鍵時期。國際社會普遍希望通過外交途徑和平解決這一爭議，避免對跨大西洋關係造成長期損害。格陵蘭問題的最終解決，將在很大程度上決定跨大西洋聯盟的未來走向。

卑詩省的小企業主因供應鏈衝擊而調整營運方式

【記者柯瑞斯編譯報導】加拿大獨立企業聯合會（CFIB）25年來每月都會調查企業主對未來12個月營運改善的信心。根據CFIB的調查，卑詩省企業主的信心指數在去年3月跌至歷史新低的29.1%，6月回升至50%以上，但8月又回落至39.7%。供應鏈衝擊迫使卑詩省企業轉型從運輸延誤到成本上升，業者重新思考如何生存與成長。

卑詩省的小企業主正因成本上升與供應鏈中斷而調整營運方式，問題包括運輸延誤與投入成本增加。爲了應對挑戰，許多業者重新檢視供應鏈、庫存水準與產品組合，同時也力求跟上科技發展。

CFIB卑詩省立法事務總監Ryan Mitton ）表示，從歷史低點走出來的過程非常動盪，這反映了關稅情勢的不確定性。美國總統唐納・川普不僅對加拿大鋼鐵與鋁產品徵收25%關稅，對於不符合《加美墨協定》（CUSMA）的加拿大商品，也加徵35% 關稅。

米頓表示，這些措施都削弱了企業信心。在8月的調查中，42%的卑詩省小企業主表示他們正經歷供應變化與中斷。約30%的受訪者表示，他們已在某種程度上將客戶或供應來源從美國轉移。另據CIBC 8月的調查，在轉離美國供應商或客戶的業者中，71%正尋找加拿大本地的替代方案。米頓說，在成本上升的情況下，小企業主確實面臨很大挑戰，尤其是卑詩省本來就是高稅負環境，企業在成長時還要面對繁瑣的法規。

卑詩省商會臨時執行長 Alex McMillan ）表示，負擔能力危機不僅影響居民，也影響企業。他們必須採取各種策略來降低成本。能成功的企業主，就是那些不放過任何一個細節的人。他也向政府遊說，希望能爲創業者減輕負擔。其中一項訴求是要求卑詩省政府敦促聯邦政府，豁免餐飲等行業雇主必須提供聯邦核准的勞動市場影響評估（LMIA），才能參加臨時外籍勞工（TFW）計畫的規定。

企業簡化供應鏈，轉離美國市場。溫哥華品牌Brunette The Label執行長Miriam Alden表示，2023年的運輸成本瘋狂上漲，她的整個秋冬服裝貨運都卡在全球港口。這導致隔年庫存嚴重積壓。她的應對方式是改用空運，不僅更快更划算，同時尋找新的製造商。奧爾登也透過降低庫存來節省成本，並能更快更新產品款式。她過去仰賴一家溫哥華公司，負責在中國與印度的採購事宜。由於價格太高了，她因此取消中間商，親自前往中國與工廠代表會面，直接簽約並選擇布料與材質。奧爾登表示，她多年前因爲一些不愉快的經驗，便逐漸將業務重心移出美國市場。

對於高度依賴美國直銷的小企業而言，川普的措施可能帶來致命衝擊。奧爾登表示，她的公司目前只有約3%的銷售額直接來自美國消費者，另有7%來自美國轉售商，而約90%的數百萬收入來自加拿大市場。

供應鏈中的成本上漲也是小企業面臨的重大壓力。加拿大通膨率在2022年中達到8.1%高峰後，今年5月已降到接近央行設定的2%目標以下。Peak Hospitality Ltd.董事總經理Leigh Angman 表示，該公司擁有 Vancouver Fish Co.餐廳與酒吧。自2020年疫情前夕以來，幾乎所有投入成本都大幅上升。他舉例，包括大比目魚、鮭魚與龍蝦價格，非海鮮食材的成本也同步上漲，馬鈴薯價格也顯著提高。像是奶油、馬鈴薯或鮭魚這些基本食材，幾乎沒有替代品，否則會影響菜單的完整性。

他的應對策略包括「有策略的菜單設計」，也就是持續調整菜餚，優先選用價格較穩定、品質可靠的食材，同時維持餐廳的核心特色。他也加強與供應商的合作關係，並提升員工的工作效率，例如讓廚房人員更有效率地備料以減少浪費。他說，有了正確的工具與架構，即使是免費軟件，也能讓小企業清楚掌握財務狀況。例如，他每8到14天就能精準掌握「每一分錢的獲利情況」。這讓他能迅速做出投資、調價與支援員工的決策。

世界盃住宿供應可能有缺口 卑詩省府不更改短期出租政策

【記者柯瑞斯編譯報導】儘管外界擔心在2026年夏季舉行的FIFA 世界盃期間，住宿可能出現短缺、令數以千計球迷感到沮喪，卑詩省政府表示，並不打算更改現行的短期出租（STR）政策。

卑詩省住房廳長克里斯汀·博伊爾（Christine Boyle）在12月的一次訪談中表示，政府沒有計劃改變政策，因爲我們知道民眾可以出租自己的主要居所，這是一個不錯的選項；同時，我們也不希望看到長期租戶被迫搬離住處，只是爲了讓房屋能夠掛牌短期出租。即使一份經濟分析在推算國際與國內球迷人數後，指出飯店與短期出租住宿容量可能嚴重不足，省政府仍堅持原有立場。

由 Airbnb 委託德勤會計公司（Deloitte LLP）於去年發布的報告顯示，在溫哥華賽事最關鍵的九天期間，預測將短缺70,000個住宿夜數。「夜數」指所有旅客的住宿總夜數，計算方式爲入住人數乘以住宿晚數。這意味著在這段時間內，平均每天約有7,700名球迷無法獲得住宿，高峰需求日更可能達到 14,700 人。

博伊爾表示她已看過該報告，但她相信選擇前來觀賽的旅客仍能找到住宿選項。她說：「省府掌握的數據顯示，我們有足夠空間迎接我們期待到來的訪客。」

溫哥華是全國飯店供應最緊張的市場之一，Airbnb長期以來一直呼籲放寬短期出租的相關規定。目前，短期出租通常僅限於屋主的主要居所，且必須登記註冊，各平台也必須驗證每個房源的註冊號碼。

呼籲改變政策的不只Airbnb。Expedia集團（短期出租平台 Vrbo 的母公司）也強烈建議在世界盃期間提高溫哥華的住宿容量和多樣性，包括暫時擴大短期出租的可用性。

Airbnb要求降低目前溫哥華市每年 1,108 加幣的房東註冊費，並簡化執照申請流程。溫哥華市政府則表示，其工作人員「目前並未考慮在賽事期間調整短期出租的相關規定，市政府無法凌駕省級短期出租法規，因此能放寬政策的空間相當有限。」溫哥華市政府表示，申請執照相當簡單，可在線完成，而年度費用則用於支付計劃的管理與執法成本。

溫哥華旅遊局（Destination Vancouver）總裁兼執行長 Royce Chwin）表示，他熟悉德勤的報告，但認爲該報告未將所有住宿選項納入考慮，包括住在親友家中，或選擇較遠地區（如溫哥華島）的旅客。他說該報告的評估範圍並未全面涵蓋所有可用房間。他並提到納奈莫（Nanaimo）、惠斯勒（Whistler）和阿伯茨福德（Abbotsford）都是可能的選擇。實際情況沒有某些報導形容得那麼令人擔憂。

德勤的報告則表示，其分析範圍聚焦於大溫哥華地區，涵蓋開車一小時內可抵達賽場BC Place，或搭乘大眾運輸1.5小時內可抵達的區域。奇溫表示，更大的問題其實是交通運輸，可能會受到施工工程與其他瓶頸影響。

丹佛數據供應商AirDNA LLC的經濟與預測總監Bram Gallagher ）表示，自 2024 年以來，溫哥華的短期出租數量已下降，且具有季節性。2025年的可用出租房源比2024年更少，可能與法規執行有關。以目前的規定來看，不會有大量的新供應湧入溫哥華來彌補短缺。

加拉格爾認爲，溫哥華約有5,000間短期出租房源、13,000間飯店客房，體育場約54,000個座位。即使許多當地居民會進場觀賽，仍可能存在「相當明顯的缺口」。根據AirDNA數據，部分比賽日的短期出租需求年增率高達245%。而某些比賽日的短期出租入住率目前約爲41%，但隨著一般訂房提前期約爲30至40天，且預期取消率不高，入住率只會持續上升。

加拉格爾表示：「我們已經接近短期出租市場的接待極限，特別是在夏季這個一年中最繁忙的時段，而世界杯比賽也正好在那時舉行。等到今年夏天眞正到來時，我們可能會遇到住宿短缺的問題。」

川普警告古巴盡快達成協議

【看中國記者高蕓綜合報導】美國總統川普週日（1月11日）表示，他已切斷委內瑞拉向古巴提供的資金和石油，並要求古巴「在為時已晚前」與美國達成協議。

川普在「真相社交」平臺發文說：「將不會再有任何石油或資金流向古巴——零！我強烈建議他們在為時已晚之前達成協議。」

川普稱，古巴多年來依賴委內瑞拉提供大量石油和資金，作為交換，古巴為過去兩名委內瑞拉獨裁者提供安全服務，但現在不再如此。

他還表示，委內瑞拉「不再需要那些多年來把他們當作人質的暴徒和敲詐者來保護」，因為委內瑞拉現在有美國來保護。

不過，川普並未說明他希望古巴具體達成何種協議。

ANDREW CABALLERO-REYNOLDS / AFP VIA GETTY IMAGES



2026年1月11日，美國總統川普表示已切斷委內瑞拉向古巴提供的資金和石油，他要求古巴盡早與美國達成協議。

據路透社報導，美國官員近幾週對古巴的措辭明顯趨於強硬。自前領導人菲德爾・卡斯特羅（Fidel Castro）1959年革命以來，古巴與美國之間一直處於對立狀態。

《紐約郵報》報導稱，關於委內瑞拉局勢，包括國務卿盧比奧在內的美國政府高級官員表示，在1月3日突襲行動中，當美國三角洲部隊（U.S. Delta Forces）強行突破時，古巴安全部隊當時正在保護委內瑞拉獨裁者馬杜羅（Nicolas Maduro）。

面對川普的警告，古巴總統米格爾・迪亞斯-卡內爾（Miguel D az-Canel）在X平臺回應說，古巴是一個「自由、獨立和擁有主權的國家」，並表示其他國家無權對古巴事務發號施令。

他在帖文中還聲稱，古巴「不會主動發動攻擊」，並指古巴在過去66年中「持續遭到美國的攻擊」。他同時表示，古巴不會對外發出威脅，但將保持防禦準備，稱將「為保衛國家做好一切準備」。

古巴依賴進口原油和燃料，主要由委內瑞拉供應，另有少量來自墨西哥，這些燃料通過公開市場採購，用以維持發電機和車輛的運轉。但川普通過對進出委內瑞拉的大部分石油實施封鎖，切斷了這一供應。

與此同時，美委雙方正考慮一項20億美元協議，委內瑞拉將向美國輸送最多5000萬桶石油，相關資金將存入受監管帳戶。川普日前公布了該協議。

委內瑞拉擁有全球已探明的最大石油儲量，但由於缺乏先進開採基礎設施，開採能力受限。近日，川普與石油行業高管會面，討論提高委內瑞拉石油產量的方案。政府高層也暗示川普對古巴「另有打算」。

河南中學生猝死爆發大規模抗議 大批特警集結

【看中國記者蔡思雲綜合報導】近日，河南新蔡縣一名中學生突然死亡，校方慌忙轉移屍體，與家屬爆發搶屍事件。事後，該縣政府害怕民眾抗議，迅速關閉了高速路，還調來了大批特警。

1月8日，河南新蔡縣一名男學生在校內突然死亡。在家長尚未到校前，校方就急於將該學生遺體拉走，所幸被死者舅舅開車攔住。

事後，家長在社交媒體上控訴校方阻撓他們見孩子遺體。他們還披露，孩子嘴角出血，心臟部位有明顯的釘子大小的洞。相關視頻在網上熱傳，隨後遭各平臺下架。

關於該男生的死因，網上流傳各種說法，包括器官買賣、被抽血等。當地民眾向媒體表示，校方不讓家屬見孩子：「他們只能在學校門口等著。現在學校門口都是特警。家屬應該會找法醫來鑒定。這個事情太痛心了！」

學校附近的一名居民說：「大家都看不過去，都在幫忙轉發，很多人都到現場去聲援。我上午在那邊，下午學校周圍都封了，不讓經過，現場全是特警，到處都是。」另一人說：「現在路已經封了，進不去了，上午有千八百號人。」

海外X平臺博主「新聞調查」發布視頻表示：「一個自稱『為人民服務』的政權，卻最害怕人民走上街頭。維穩成了本能，恐懼寫在行動裡：不解決問題，只解決提出問題的人。這正是中共統治的真實寫照，中共才是問題的真正根源。」

網友紛紛留言表示：「（中共）公檢法司就是給活摘器官站崗，保駕護航的。」「中共活摘器官靠強大的軍警維穩，這說明中共有多邪惡！」「退出中共，遠離這個邪惡的組織。」「要再來一次白紙革命。」

1月9日，新蔡縣教育局發通告稱，1月8日，新蔡縣「今是清華園」學校發生一名學生意外死亡事件引發網民關注。事發後，公安機關第一時間介入調查，經初步調查，已排除刑事案件。目前，正在全力做好善後事宜。

對此，網絡大V宋祖德表示：「縣教育局發布情況通報，沒有法律效果，只是一面之詞。」他進一步說明：「就是公安機關發布的報告，要拿出法醫鑒定報告，也要檢察院的監督，法律流程不能少。你一個教育局有甚麼資格說『已經排除刑事案件』，你是偵查部門嗎？」

宋祖德指出：「教育局是幫學校說話，它是不會幫家長說話的。家長很可憐，在現場控訴。學校不說孩子是甚麼原因死亡的，也不讓家長見，後來好不容易見了，也不讓靠近，發現孩子嘴角流血，心臟部位有洞。」

有人爆料，出事後準備拉走學生的車，不是當地的120，而是另外一個縣的救護車。他還透露，距離學校四百米有一家醫院。

對此，宋祖德質疑：「那孩子的心臟是否還在跳動？孩子是否已經死亡，還是暫時休克？這些事情都要搞清楚，我們有理由質疑，是不是有壞人想把孩子的零件（器官）弄走。」

知名時政博主李沐陽引述醫學專業人士分析指出，該學生遺體的傷痕疑為醫療級針管穿刺心臟採血所致，死狀極不尋常。這起事件被各界視為2026年的第一起胡鑫宇案。

胡鑫宇案是指2022年發生在江西的一起15歲少年失蹤案。當時，胡鑫宇在校內離奇消失106天後才被發現縊死在樹林裡，官方將此案定性為自殺，但諸多證據表明其死因涉及活摘器官。如今類似的悲劇疑似在河南省新蔡縣重演。

河南新蔡縣死亡學生的父親表示，1月7日孩子表現一切正常，但8日早晨5、6點，卻接到學校的通知稱孩子「不行了」。孩子在學校裡補課，卻突然不明不白的沒了，校方卻沒人出來給個說法。

當家屬前往宿舍查看時，發現孩子的私人物品已全部消失，宿舍被收拾得乾乾淨淨。校方聲稱監控損壞，拒絕讓家屬查看錄像，也不做任何解釋。

拖延數小時之後，家長才在警方的看守之下，在醫院太平間見到孩子被冷凍的遺體。照片顯示孩子嘴角帶有血跡，胸口有一個像釘子紮的的洞，腰部有一塊紫黑色的瘀青。

李沐陽表示，針對遺體異狀，據專業人士分析，胸口的圓洞不像是外力撞擊或尖銳物紮入後的傷口，更像是使用粗大針管直接穿刺心臟吸取血液的痕跡。專業人士解釋，若抽血速度過快，會導致心臟血液瞬間抽空，並引發壓力差，導致血液回流。這就能解釋為何死者口中會溢出紅色液體。

另一位熟悉臨床醫學與器捐流程的專業人士發帖提到，這種在心臟位置的心頭血穿刺，常出現在需要快速獲取高活性樣本的實驗中。此外，心臟停止跳動後，若要維持離體狀態的活性以供後續移植，通常會從針孔持續灌注保存液。它能在低溫環境下將心臟的保存時間延長4至6小時，以滿足移植轉運的需求。

有網友指出：「這個洞孔是拍胸針，可以瞬間導致死亡的。」有人透露，家長說自己的孩子是稀有血型，這令人細思極恐，難怪傳言滿天飛。

還有網友發出學生之間的對話截圖，其中一人說，學校前段時間組織體檢，這個學生的血型被匹配上了，所以學校才偷偷把他弄死。

目前，這一事件還在持續發酵，大量網友在幫忙轉發，但中國大陸各大平臺卻忙著刪帖。

川觀新聞報導，1月11日，河南省駐馬店新蔡縣聯合調查組發布通報：2026年1月8日6時許，新蔡縣今是清華園學校七年級學生朱某（男，13歲）被發現在宿舍內死亡。經調查，朱某在校期間未與他人發生過衝突，死亡前一天未發現異常情況。經檢查，朱某全身無外傷，排除生前受到外力傷害；毒化檢驗後，排除中毒死亡。經檢驗會診，朱某是心源性疾病導致死亡。左胸部針孔是法醫抽取毒化檢驗所需血液時形成，嘴角紅色液體則是法醫翻動死者時體液流出。

針對上述通報，網友普遍認為，這是當地政府搪塞輿論的說法，不足採信。許多人仍然懷疑該學生的死因不單純。

鮑威爾調查風波下的美聯儲：通脹趨穩，貨幣政策面臨考驗

【看中國記者路克綜合報導】據ABC新聞報導，美國12月通脹率維持穩定。美國勞工統計局（BLS）數據顯示，12月消費者價格指數（CPI）同比上漲2.7%，符合經濟學家此前預期，也創下自7月以來的最低水平。

不過，該水平仍比美聯儲設定的2%通脹目標高出近一個百分點，顯示價格壓力尚未完全消退。

從具體項目看，部分食品價格依然居高不下：咖啡價格同比上漲近20%，牛肉價格上漲約16%；與此同時，雞蛋價格同比大幅回落約20%，對整體通脹形成一定對沖。

在通脹尚未完全回歸目標區間、就業增長近月趨緩的背景下，美聯儲政策環境本身已較為複雜。

利率工具有限，政策空間需謹慎權衡

報導指出，美聯儲肩負「控制通脹」和「促進就業」的雙重使命，而現實中可調節的核心工具主要仍是利率。



2025年12月10日，聯準會主席鮑威爾在華盛頓特區聯準會舉行的聯邦公開市場委員會會議後的記者會上發表演說。聯準會宣布，將利率調降0.25個百分點，至3.5%至3.75%的區間，這是今年的第三次降息。(Chip Somodevilla/Getty Images)

去年底，美聯儲在連續三次會議上選擇降息，以應對勞動力市場降溫。但分析人士也指出，降息在提振需求的同時，可能重新推高通脹，對政策路徑提出更高要求。

長期以來，美聯儲在利率決策上的制度獨立性，被視為穩定通脹預期和金融市場的重要基礎。分析人士普遍認為，一旦央行在政策制定中受到過多短期干擾，可能加大長期通脹反覆的風險。

圍繞鮑威爾的調查引發制度層面討論

路透社報導稱，美國司法部近期對美聯儲主席傑羅姆・鮑威爾（Jerome Powell）展開的刑事調查，引發政界、經濟界和市場的廣泛關注。

調查焦點集中在鮑威爾去年就美聯儲總部歷史建築翻修項目成本問題向國會作證時的相關表述。鮑威爾表示，自己尊重法治和問責原則，但強調相關行動應放在更廣泛的制度背景下理解。

司法部門方面則表示，調查的出發點在於核查公共資金使用情況。司法部長帕姆・邦迪（Pam Bondi）的發言人稱，優先調查任何可能涉及納稅人資金濫用的行為，是司法部一貫立場。

該調查由華盛頓聯邦檢察官珍妮・皮羅（Jeanine Pirro）批准啟動。她強調，執法決定基於案件本身事實，不涉及政策考量。

市場反應克制，制度穩定性仍受關注

調查消息披露後，長期美債收益率出現上行，反映部分投資者對未來通脹和貨幣政策獨立性的敏感反應。不過，整體市場表現相對克制：美股主要指數收高，金價刷新記錄，美元走弱。

多位前美聯儲主席，包括珍妮特・耶倫（Janet Yellen）、本・伯南克（Ben Bernanke）和艾倫・格林斯潘（Alan Greenspan），聯合兩黨經濟政策人士發表聲明，強調央行在利率制定上的制度獨立性對於經濟穩定的重要意義。

部分共和黨參議員也表示，相關法律程序應審慎推進，避免對市場信心和長期政策框架產生不必要衝擊。

財政部長斯科特・貝森特（Scott Bessent）據報也向總統川普表達過擔憂，認為事件可能在短期內擾動金融市場。

分析人士指出，當前市場的相對冷靜，更多源於國會與經濟界對制度穩定性的支持信號，而非對通脹風險的忽視。

當前美國經濟討論的核心，仍集中在通脹回落是否可持續以及貨幣政策能否在複雜環境中保持穩定執行。

圍繞美聯儲運作的法律與制度討論，短期內增加了政策環境的複雜性，但市場更關注的，仍是通脹路徑、利率前景以及政策連續性本身。

河北農民寒冬沒錢取暖

【看中國記者李木子綜合報導】河北省當局禁止農村燒煤取暖，統一改為天然氣取暖。進入冬季，農民普遍貧窮沒錢買天然氣，只能硬扛。網傳河北「不少老人硬扛、凍死」，張家口市赤城縣爺孫3人凍死，最小的孩子才4歲，引發關注。

FREDERIC J. BROWN/AFP VIA GETTY IMAGES



▲ 2009年2月25日，河北滄州一位農民在田間綑紮乾麥稈。

綜合社媒近日多則消息，河北赤城縣凍死3人，一家爺孫3人被凍死，兩個孩子，一個7歲、一個4歲。目前，當局全面封鎖消息。

據三則近日網傳視頻內容，第一個視頻中，一名河北當地男子說：無人機在上空監視，「只要煙筒冒煙，那些傢伙聞著味就過來了」。一旦被查到了，罰款500-2000元，燒火的東西還會被沒收。

他說：「我之前發過視頻，說很多歲數大的留守老人，扛不住凍，都走了！結果發上去沒10分鐘，電話就打來讓我刪視頻，真的！說實話，根本就發不出去，你們不信的，自己來河北農村感受一下，晚上有多冷！」

第二個視頻中，一名老家是河北的女子說：「現在溫度多低呀！前兩天又凍死了一個！村裡老人凍得直哆嗦，都在硬扛。我們花了幾千、上萬的安裝費，有些家庭連安裝費都出不起，又不准人家燒煤，你們是要幹甚麼？把人逼死嗎？」

第三個視頻中，一名男子說：「沒有一家開暖氣的，家家戶戶都在硬扛，當初騙我們安裝天然氣，結果根本就燒不起！現在是煤不准燒、柴不准燒，農村一年才掙幾千、萬把塊錢，（當局）有點狠招，全用在老百姓身上了，這附近村裡都凍死多少個老人了！你們管過嗎？」

有人指出，中國農民都很窮，老年人養老金超低眾所周知。據公開資料，河北省農村養老金，2025年省級最低標準調整至每月158元，地區不同養老金金額不同。

河南廣播電視臺新媒體大象新聞發評論指，過去燒煤，河北農村家庭一冬取暖僅需2000元至3000元。改用天然氣後，費用從5000元起步，成本是燒煤的2至3倍，占農戶年收入的30%至50%。2024年河北農村居民人均年可支配收入為2.2萬元，取暖費壓力巨大。而政府補貼卻有所減少，每立方米補貼從最初的1元減至0.2元。

公開資料顯示，2017年開始，為改善空氣品質，京津冀及周邊地區大力推進「煤改氣」和「煤改電」工程。河北省將與北京市接壤的保定市、廊坊市下轄的十八個縣級行政區定為禁煤區。

北京禁飛無人機

【看中國記者蔡思雲綜合報導】近日，有網友發現，北京禁飛無人機，中南海也從地圖上消失了。網友紛紛嘲諷，中共被美軍嚇著了。

1月3日凌晨，美軍突襲委內瑞拉總統馬杜羅的府邸，迅速活捉馬杜羅夫婦，空運回美國受審。對習近平來說，馬杜羅被逮捕無疑是極大的羞辱和警告。

4日，來自上海的企業家胡力任在X平臺發文稱，馬杜羅被抓事件讓習近平進入極度恐懼期。「今天北京有消息傳出，習近平開始進一步加強個人防衛系統，北京周邊的軍事基地今天有軍隊高頻率異動出現，估計北京周邊的很多地下掩體系統也開始啟動運作。」

近日，有一名中國博主發布視頻稱，他在北京街頭被警察攔截查身分證。對方輸入其身分證號碼後，直接顯示他擁有無人機，於是便告誡他，無人機只可關機攜帶，不能在北京市放飛。該視頻迅速在網上引發熱議，不少網友調侃北京禁飛無人機的舉措：「怕三角洲部隊來抓。」「嚇死了，就怕從被窩裡帶走。」還有博主發視頻稱，自己買了一架大疆無人機，不久就收到有關政府部門的電話，要求他去登記並簽訂協議，無奈之下他只好把無人機賣掉。他表示：「這個東西只要我還在北京生活，我絕對不會再買它了。」

前美國國防部官員胡振東，在接受《鏡新聞》訪問時指出，此次美軍進入委內瑞拉，迅速摧毀了馬杜羅的安保體系，將其活捉。他說，實際上擊殺行動比活捉更容易。他直言，美軍具備「直接斬首中共領導層」的能力，「問題只是美國有沒有必要做」。

習近平可能也知道這一點，因此立即採取掩護措施。7日，中國大陸網友發現中南海在地圖上消失了。大量截圖顯示，在中國地圖App搜索「中南海」已無法定位，而是被強行指向北京通州。X平臺網友表示，國際版谷歌仍可正常搜索，唯獨中文版被屏蔽，「掩耳盜鈴，更顯心虛」。

中國菸民發起戒菸運動

公有領域



【看中國記者蔡思雲綜合報導】中國民眾近來發起5000萬人戒菸運動。

綜合媒體報導，去年底，中共官方宣布從2026起菸草漲價兩成，同時停止銷售10元以下的低價菸。老菸民本來就深陷普遍失業的痛苦之中，結果現在還要被割韭菜，於是大家紛紛相互鼓勵戒菸抵制。

與此同時，一篇中國菸草系統退休官員每月可領高達1.9萬元退休金的文章，也引起菸民們的不滿。另有一名年僅18歲、全身名牌的年輕人，自稱每月生活費20萬元。他透露，父母在菸草國企任職，家裡有七、八套房子。此短片一出，更激起了中國網友的怒火。

於是，一些網友就在網絡上號召，從今年元旦起「5000萬人戒菸」的運動，瞬間獲得眾多網友的共鳴。許多人紛紛在視頻中表示：「中國菸草，今天起你賺不到老子一分錢，老子戒菸了！」「我兜裡緊巴巴的，還抽菸供你揮霍？沒門！」

公開數據顯示，截至2025年底，中國菸民數量約3億多，占全球菸民總數近1/3。香菸中的重稅，是中共財政支柱之一。中國菸草行業作為國家壟斷產業，每年貢獻鉅額利稅，近年常超萬億人民幣，占全國財政收入約6-7%。

北京人民大學法律教授羅祥曾表示：「一盒普通的香菸要繳45%的消費稅，要繳17%的增值稅，還有其他流轉稅，10塊錢的菸可能連成本一塊錢都到不了。」一位博主說：「我再說一遍，菸草要完了，2026年就是菸草落幕的元年。菸草注定衰落。我現在發這一條視頻，收集戒菸兄弟們的戒菸宣言、戒菸成果和戒菸技巧。把戒菸當成2026年第一個人生目標。」

美國擬將打擊毒梟戰推進至陸地

【看中國記者路克綜合報導】福克斯新聞報導，美國總統川普，日前在接受福克斯新聞節目《Hannity》主持人肖恩・漢尼蒂（Sean Hannity）專訪時表示，美國將進一步擴大針對毒品集團的軍事與執法行動，在幾乎切斷海上毒品通道後，下一步將重點打擊陸路走私網絡。

這是川普自委內瑞拉前總統尼古拉斯・馬杜羅（Nicol s Maduro）被捕以來，首次接受正式電視專訪。

川普稱，美國已「切斷了約97%通過海路進入美國的毒品」，並明確表示，「現在要開始在陸地上打擊毒梟」。他直言，毒品集團實際上已在「操控墨西哥」，並形容這一局面「令人非常痛心」。

川普此前曾表示，已向墨西哥總統克勞迪婭・辛鮑姆（Claudia Sheinbaum）提出協助「清除毒梟」，但遭到拒絕，川普稱對方「非常害怕毒品集團」。

川普還強調，毒品氾濫每年在美國造成高達25萬至30萬人死亡，這是其政府持續升級行動的重要理由。在談及其外交理念時，川普回應了外界稱之為「Donroe Doctrine（川普主義）」的說法。他表示，這一理念的核心就是確保西半球安全，「不讓毒品、不讓危險人物湧入美國」。

他同時猛烈抨擊前總統拜登時期的邊境政策，稱其導致數百萬非法移民湧入美國，而目前政府已基本實現「只允許合法入境」。

《時代》雜誌指出，川普在福克斯新聞中的表態，等同於暗示即將對毒品集團發動陸地打擊行動，這將標誌著其在拉美地區「反毒戰爭」的又一次重大升級。

報導回顧稱，自去年9月以來，美方已在加勒比海和太平洋對涉嫌運毒船隻發動30多次打擊。

儘管美國參議院已通過一項象徵性戰爭權力決議，試圖限制總統在未經國會批准情況下繼續對委內瑞拉動武，但在眾議院通過及總統簽署的可能性極低。

川普的言論同樣引發墨西哥方面高度警惕。辛鮑姆明確否認美軍單方面進入墨西哥的可能性，並強調，有組織犯罪問題不能通過外國軍事干預解決。她重申：「主權與自決權對墨西哥而言不是可選項，而是不可談判的底線。」

中國網民分享自製「武器」

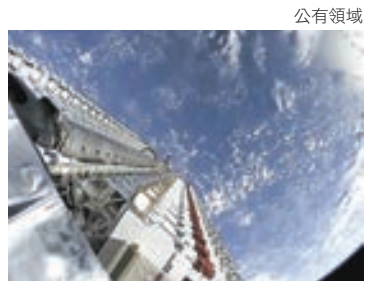
【看中國記者李木子綜合報導】伊朗全國反抗暴政的示威抗議，不僅令北京膽寒，也讓中國民眾從中看到了希望。中國大陸網民幾乎一邊倒的在網絡上支持伊朗民眾，與此同時，網傳中國社交媒體平臺上，還掀起了自製「武器」互相分享的風潮，引發關注。

自2025年底至今，伊朗出現全國性抗議活動。針對伊朗民眾的勇敢抗爭，中國大陸網民幾乎是一邊倒地支持伊朗民眾，為他們加油。

日前，自媒體人「老北京茶館 時政相聲」推出視頻消息指，伊朗發生全國抗議之後，中國大陸抖音平臺上掀起自製某種工具的風潮。民眾紛紛表示，既然買不到，就只能自己造。據視頻顯示，有人提供四款自製武器，包括：橡皮筋配彈簧，能一擊斃命；連發魚叉弓弩，3連發秒入木板；大拉力滑輪彈弓，用力拉動後弓箭直接射爆氣球；木製牛角弩，瞬間射爆目標。對此，有網民評論：「複合弓就是冷兵器裡面遠程武器的頂點了，省力、威力大、穩定，只要材料沒問題，中近距離下比手槍穿透性強，而且上手也簡單，不需要太長時間的訓練。」

1月12日，在中國大陸抖音平臺搜索，疑似當局已刪除近日自製武器的視頻，搜索欄裡還可見一些詞條，比如「自製武器」、「自造武器視頻」、「自製武器推薦」等等。但剛剛過去的2025年12月，甚至以前，還有一些推薦自製武器的視頻。

公有領域



▲ SpaceX星鏈衛星

伊朗封鎖網絡 星鏈助民眾突圍

【看中國訊】儘管伊朗境內通訊中斷，部分民眾仍繼續使用馬斯克的「星鏈」（Starlink）網絡服務。這是星鏈在地緣政治衝突地區，被用於突破網絡封鎖的最新例證。

中央社引述路透社報導，「星鏈」是馬斯克（Elon Musk）太空探索科技公司（SpaceX）所擁有的衛星網絡服務。近日，伊朗當局對全境抗議進行鎮壓，幾乎完全切斷透過光纖與基地臺所提供的網絡服務。但據3名使用星鏈的人士表示，儘管當局禁止，星鏈在伊朗部分地區仍可使用。這項服務透過數千顆低軌衛星直接傳輸信號。其中1名來自伊朗西部的人士表示，他認識數十名星鏈用戶，邊境城鎮基本上不受影響。民間網絡監控組織NetBlocks創辦人托克（Alp Toker）表示，當地一些民眾指出，伊朗境內仍可存取部分星鏈，不過服務水準下降。星鏈並未獲得在伊朗營運的許可，但馬斯克先前表示服務已經開通。2024年6月，針對X上呼籲開放伊朗星鏈服務的發文，馬斯克回覆：「電波已開啟。」

伊朗媒體曾報導，伊朗禁止使用星鏈。

新北莊敬高職 邀千人弱勢圍爐

【看中國訊】臺灣新北市私立莊敬高職響應「愛心大平臺」，10日晚舉辦愛心圍爐，全校師生分工合作，邀請上千名弱勢家庭席開126桌，提前團圓過年。

莊敬高職今年是第13年舉辦歲末圍爐活動。新北市副市長劉和然出席致詞表示，長期付出公益相當不易，這段時間足以陪伴孩子從國小成長到大學。莊敬高職長期穩定地給予陪伴與支持，令人感動。莊敬高職董事長王傳亮表示，學校每年由全體師生分工完成圍爐，學生學以致用並投入公益服務。包括美容科提供義剪與彩繪，農業科規劃互動體驗，餐飲科在教師帶領下提前備料、準備年夜飯；表演藝術科與影視科輪番演出，讓公益成為最佳學習場域。

美召G7磋商擺脫中礦產依賴

【看中國記者路克編譯/綜合報導】路透社報導，美國財政部長斯科特·貝森特（Scott Bessent）於12日在華盛頓主持一場高級別會議，敦促七國集團（G7）及其他主要經濟體加快行動，降低對北京關鍵礦產供應的依賴。一名不具名的美國高級官員表示，「緊迫性」成為此次會議的核心主題。

ALEX WONG/GETTY IMAGES



2025年12月11日，美國財政部長斯科特·貝森特在白宮橢圓形辦公室發表講話。

會議於11日以工作晚宴拉開序幕，參會者包括G7國家的財政部長或內閣級官員，以及來自歐盟、澳大利亞、印度、韓國和墨西哥的代表。該官員強調，這一國家組合合計占全球關鍵礦產需求的約60%。

貝森特對G7「行動遲緩」表達不滿

貝森特此前在接受路透社採訪時表示，自去年6月在加拿大舉行的G7領導人峰會以來，他一直推動單獨召開關鍵礦產問題會議。在那次峰會上，他曾向包括美國、英國、日本、加拿大、德國、法國、意大利及歐盟在內的國家領導人作過一場有關稀土與關鍵礦產的專題陳述。

儘管各國當時同意了一項旨在保障供應鏈、提振經濟的行動計畫。但美方官員透露，貝森特對與會國家後續表現出的「缺乏緊迫感」愈發感到失望。

除日本外，多數G7國家仍高度依賴來自中國的關鍵礦產供應。中國曾在2010年突然切斷對日本的稀土出口，促使東京採取戰略調整。此後，中國多次暗示可能實施更嚴格的出口管制。

根據國際能源署（IEA）數據，中國在銅、鋰、鈷、石墨和稀土等關鍵礦產的精煉環節中，占比介於47%至87%。這些材料廣泛用於國防技術、半導體、可再生能源設備、電池及高端製造業。

美方尋求「志同道合者先行」，但暫難形成聯合行動

美方官員表示，美國將在會議結束後發表聲明，但不太可能公告具體的聯合行動方案。「美國正在召集各方，展示領導力，並分享我們未來的思路。我們願意與同樣感到緊迫的國家率先行動，其他國家可以在意識到問題嚴重性後再加入。」

川普政府正通過推動本土生產，並與澳大利亞、烏克蘭等資源國達成協議，以減少對中國的依賴。美澳去年10月簽署的一項協議，包含85億美元的關鍵礦產項目管線，並依托澳大利亞擬建的戰略儲備，重點保障稀土和鋰等易受干擾的金屬供應。歐盟、日本、韓國和新加坡已表達興趣。

此次會議召開之際，正值有報導稱中國已開始限制向日本企業出口稀土及含稀土的高性能磁體，並禁止向日本軍方出口部分軍民兩用物項。財務大臣相片山皋月表示會積極推動短中長期的政策替代方案。中方則否認「將稀土武器化」的指控。

彭博社報導，美國近日主持G7部長級會議，突顯西方國家在中國主導的稀土產業中，尋找替代供應的共同意圖。加拿大財政部長商鵬飛（Francois-Philippe Champagne）將赴華盛頓參會；日本財務大臣片山皋月（Satsuki Katayama）也計畫與盟友討論軍工和科技產業所需的關鍵礦產。

德國副總理兼財長拉爾斯·克林拜爾（Lars Klingbeil）表示，德國願與國際夥伴採取「聯合行動」，以強化供應鏈，並確保製造業關鍵原材料的可獲得性。

白宮貿易顧問彼得·納瓦羅（Peter Navarro）則預測，美國的產業突破將推動本土產能增長，最終削弱中國的市場主導地位。

會議還討論了一些實質性的合作框架，包括：

1.設定「價格下限」（Price Floor）：這是本次會議的一個亮點。為了防止中國通過產能過剩打壓價格，讓西方的採礦項目無利可圖，G7 探討了設定價格補貼或下限，以保護新興的本土礦產項目；2.建立戰略儲備：澳洲在會上分享了其正在開發的「戰略礦產儲備庫」經驗；3.強化回收技術：韓國與歐盟代表強調了關鍵礦產「再利用與回收」，在減輕依賴中的關鍵作用。

AI領航亞洲科技股 漲勢未完

【看中國訊】彭博社報導，今年開年以來，亞洲科技股在人工智能（AI）相關需求強勁的利多消息帶領下一路狂飆，包括高盛、花旗等投行都紛紛押注，亞洲科技股強勁動能和超越美國同業的表現將持續一整年。

高盛策略師對亞洲科技股持「加碼」立場，並預期在AI相關需求激增和估值合理等因素的推動下，亞洲科技股將進一步上漲。花旗表示，鑑於亞洲科技股在半導體供應鏈中的重要性和獲利成長潛力，全球長期投資人正在增持亞洲科技股。

今年迄今，一個主要的亞洲科技股指數已飆漲約6%，勝過那斯達克100指數的2%漲幅。投資人正將目光轉向全球半導體供應鏈核心的亞洲地區，這個轉變反映出在經歷了多年的超高速成長之後，外界越來越懷疑美國科技股能否繼續保持AI驅動的漲勢。

強勁的基本面正在支撐這個趨勢。韓國三星電子近日公布的初步營業利潤成長超過3倍，創歷史新高，台積電的營收也超乎預期，中國AI公司在股市的亮眼登板也提振了市場樂觀情緒。

澳洲金融服務公司激石集團（Pepperstone Group）研究策略師吳迪琳表示：「這實際上反映了投資人目前對最佳風險回報的認知發生了轉變。美國科技股就像1座成熟的金礦，價值已經非常豐厚。而亞洲科技股則像1座尚未充分開發的礦山，目前仍被低估，但基本面強勁，能夠為那些具慧眼的投資人帶來豐厚回報。」

MSCI亞太資訊科技股指數的預估本益比為16.3倍，那斯達克100指數為和費城半導體指數約為25倍。儘管自2024年底以來，亞洲科技股指數的漲幅已比那斯達克100指數高出33個百分點，比費城半導體指數高出約2個百分點。

眾多基金經理人在調整2026年的投資組合之際，紛紛將資金投入亞洲科技股。坦伯頓全球投資公司交易部門主管莫里納（George Monila）表示，避險基金、多頭基金和被動式基金等多種投資人都對亞洲科技股表現出濃厚的興趣，尤其是在韓國和香港；在日本，他看到一些投資人在去年年底前減持AI領域的投資，現在又重新增持。

資金流入推高了股價。台積電、三星電子及其韓國同業SK海力士等亞洲3大科技股，今年股價已上漲8%至16%。在香港，芯片製造商華虹半導體的股價上漲超過20%。

推動市場看漲的另一個主要原因是更高的獲利成長潛力。彭博社彙編的數據顯示，未來12個月，MSCI亞太資訊科技股指數裡的韓國和臺灣（亞洲二大科技重鎮）成分股，每股盈餘預計將分別成長79%和36%，而那斯達克100指數成分股的每股盈餘預計成長28%。

中低價入侵 歐車業裁員十萬

【看中國訊】《金融時報》報導，在需求降低與中國對手激烈的競爭下，歐洲汽車零件供應商協會（CLEPA）數據顯示，2025年汽車零件供應商裁員5萬人，2024年5.4萬人。CLEPA秘書長克里格（Benjamin Krieger）說：「過去兩年宣布裁員超過10萬人，實屬空前狀況，而我們尚未止血。」

在2020與2021年疫情期間，歐洲汽車零件供應商裁員5.37萬人，但歐洲汽車需求一直遠低於疫情前水準，新電動車需求有限，導致許多車企削減歐洲產量，衝擊零件製造業者。

該產業也面臨中國企業激烈的競爭，這些公司逐步擴大歐洲市占率。克里格說：「真正的挑戰是中國，他們以極低的價格銷售製造精良的汽車。」

全球最大汽車零件供應商博世（Bosch）去年9月宣布，在面臨每年25億歐元的成本缺口後，將在2030年前裁員1.3萬人，此舉去年12月引發員工抗爭。

在法雷奧（Valeo）、佛吉亞（Forvia）與舍弗勒（Schaeffler）汽車零件大廠2024年宣布裁員數千人後，去年大陸集團（Continental）旗下汽車零件部門也宣布進一步裁員計畫，此後該部門分拆為Aumovio品牌。

總部位於斯圖加特的馬勒公司（Mahle）執行長弗朗茨（Arnd Franz）說，該產業是否觸底「還很難說」。這家供應商去年11月裁員1000人，多數為歐洲與北美廠員工。

他指出：「我們原本對2025年抱持樂觀展望，但在川普總統實施全面關稅，導致汽車零件需求低於預期。」他補充，產業承受的壓力意謂「未來兩年，或甚至3年，將看到一波合併與產能調整的浪潮」。

法雷奧執行長佩里拉特（Christophe Périllat）說法更直白。他去年11月警告，該產業面臨「達爾文式轉變」，除非布魯塞爾保護該產業免於中國的競爭，否則歐洲將流失工作機會。

臺灣26年來對美出口首超對中出口

【看中國記者李澤旭綜合報導】全球供應鏈重組臺灣外貿版圖改寫，中華民國財政部統計，2025年對五大市場出口同步上揚，其中對美出口1982.7億美元，同時對美出口比重增至30.9%，高於對中國與香港的26.6%，刷新26年來歷史紀錄。

中華民國財政部日前公布最新海關進出口貿易統計概況，2025年出口6407.5億美元、進口4836.1億美元，分別刷新歷年最高紀錄，年增率各達34.9%及22.6%，出超1571.4億美元亦刷新紀錄。

I-HWA CHENG/AFP VIA GETTY IMAGES



基隆港集裝箱

財政部統計處長蔡美娜說明，2025年對美國出口1982.7億美元、年增78.0%，出口值與增幅雙創新高；對中國與香港出口1704.8億美元、年增13.2%，終止連續3年跌勢，回穩態勢逐漸明朗；對東協出口1189.8億美元、年增35.6%，增幅為近15年最優秀表現；對歐洲出口412.9億美元、年增6.9%；對日本出口300.1億美元、年增16.2%。

蔡美娜指出，當前外銷版圖受全球供應鏈重組、去中化趨勢影響，美國占臺灣總出口比重上升到30.9%，中國與香港下降到26.6%，為過去26年來首度看到美國超越中國。

蔡美娜表示，觀察臺灣主要出口貨類與市場，以電子信息產品、電子零組件，以及對美國、東協出口值為主，全年皆攀升到新頂峰，並列「4強」，且資通與視聽產品出口年增率89.5%，對美出口年增率78%，增幅也雙雙創下空前紀錄。

另外，臺灣機械工業同業公會12日下午公布2025年12月機械出口值29.9億美元，較2024年12月出口26.15億美元，成長14.3%。去年度持續受惠於人工智能（AI）、高效能運算（HPC）及雲端資料服務等終端需求，半導體產業表現亮眼，連帶電子設備產品需求增加，電子設備與檢量測設備出口表現卓越。在歷經美國對等關稅影響後，全球經濟不確定性逐步降低，臺灣機械產業正穩定成長。

財經簡訊

增數千顆星鏈計畫獲批

【看中國訊】路透社報導，美國聯邦通訊委員會（FCC）1月5日宣布已批准馬斯克（Elon Musk）旗下的太空探索科技公司（SpaceX），增設7500顆第二代星鏈（Starlink）衛星的申請，並允許其在5個不同頻段運作，取消了對衛星覆蓋重疊及增強容量的限制。隨著此次核准，SpaceX全球星鏈衛星總數將增至1.5萬顆。

但FCC要求SpaceX必須在2028年12月1日前完成至少50%核准的第二代衛星發射、部署與運作，其餘衛星須於2031年12月前完成發射。此外，7500顆第一代星鏈衛星必須在2027年11月底前完成部署。

美對伊「第一輪打擊」

【看中國訊】1月13日，美國總統川普宣布了針對伊朗的「第一輪打擊」，制裁範圍擴大到國家主權層面：「即日起，任何與伊朗伊斯蘭共和國開展商業往來的國家，在其與美利堅合眾國進行的任何及所有商業活動中，都將被徵收25%的關稅。本命令為最終決定，具有不可更改的效力。」

此次政策的打擊面極廣，被視為對現有全球貿易體系的一次「休克療法」。

首當其衝的包括：中國、印度、阿聯酋、土耳其、俄羅斯等國。標誌著美國對伊朗極限施壓戰略進入了最殘酷的「全面封鎖」階段。

界立建講述中領館襲擊事件

【看中國記者孟浩採訪報導】1月4日，在美國洛杉磯中國駐洛杉磯總領事館外，一場原本和平的抗議活動，演變為震驚全球的暴力事件。中共領事館保安涉嫌使用化學武器，無差別襲擊民主人士，導致多名受害者受傷，面臨嚴重後遺症。這一事件被視為中共政府跨國鎮壓的典型案例，迅速引發美國國務院和多位國會議員的強烈譴責。《看中國》為此採訪了中國民主黨國際聯盟主席界立建。

界力建提供



▲1月4日，洛杉磯中領館保安涉嫌使用化學武器，無差別攻擊民主人士，造成多人受傷。

和平抗議遭暴力鎮壓

事件發生在1月4日下午1時30分至3時30分，中國民主黨國際聯盟主辦主題為「聲援委內瑞拉人民取得民主勝利，感謝美國逮捕馬杜羅，呼籲全中國人民起義結束中共暴政」的抗議活動。地點選在中共駐洛杉磯總領事館外，旨在表達對委內瑞拉前總統馬杜羅被捕的慶祝，並藉此激勵中國民眾反抗專制統治。

然而，在活動接近尾聲的3時20分左右，領事館保安突然發起挑釁。保安負責人吳憲多次言語威脅抗議者，稱「你有三條命嗎？你能死三回啊」，並做出槍指爆頭手勢，甚至打開槍套意圖使用武器。這些行為被視為直接的死亡威脅。

隨後，吳憲在領事館正門口對多名抗議者噴射化學液體，疑似自製生化武器。噴射持續多次，每側噴射3～4次，導致兩人當場倒地。吳憲隨後跑出馬路，對路邊人群進行無差別攻擊，甚至在受害者逃跑時繼續噴射。八名受害者受傷，包括眼睛灼傷、呼吸困難、胸悶、咳嗽和心理創傷。受害者高喊「救命」，吳憲卻嘲諷道「讓上帝來救你吧，爽不爽」。

這一暴力襲擊並非孤立事件。早在2025年12月14日，吳憲首次執勤時就與抗議者發生衝突，試圖使用致命武器，當時已報警並轉交美國國務院和聯邦部門。1月4日活動開始前，吳憲多次挑釁，幸有記者在場，才未進一步升級。

受害者界立建在接受《看中國》採訪時，詳細回憶了事件過程：「我們擺放講臺和旗幟時，他就開始挑釁，說：『你過來，你敢靠近我嗎？』意圖製造肢體衝突，我們沒有上當。活動末尾，他威脅：『你有三條命嗎？』然後開始向我們噴射辣椒水。噴到眼睛裡火辣辣的灼傷感，刺痛難忍，喘不過氣，像窒息一樣。味道刺激性極強，不是普通辣椒水，可能添加了化學成分。我現在嗓子還疼，眼睛老流淚。」

界力建強調，該保安所在的保安公司註冊僅一年，卻擁有上百輛警車，裝備與警察相似，易造成執法權錯覺。這反映了中共通過代理人在海外實施鎮壓的策略。洛杉磯警方在事件後迅速介入，逮捕了吳憲，目前他面臨重罪指控並獲得保釋，等待開庭。但界立建擔憂：「旁邊有警察和特勤局，他還這麼囂張，無視美國法律。」

受傷者為中國民主黨成員和無黨派人士，他們均是為表達對馬杜羅被捕的喜悅而來。界立建說：「馬杜羅被捕給我們很大振奮，像委內瑞拉結束獨裁一樣，我們希望中國也能如此。這事件有歡笑也有淚水，中共奴役我們多年，何時是個頭？」

受害者證言：身心創傷與跨國鎮壓陰影

界立建在受訪中透露，當天陳寧是第一個受害者，「惹怒保安的最後的話是，我們的活動義工告訴他，你這樣是對美國威脅、美國主權挑釁。吳憲回覆別再廢話，再廢話我就不客氣了，然後直接噴活動義工陳寧，並不停爆粗口。」

另一位活動義工沒有任何話語，保安也對著她單獨被噴，「義工反問保安，我沒有和你任何接觸和言語，你為甚麼要噴我，保安回覆這都是你的人。」

八名受害者中，最嚴重者眼睛刺痛、流淚不止，有的無法開車，胸悶、喘息費勁，並伴隨嚴重心理恐慌。「我們看過醫生，診斷包括結膜炎、咽喉腫痛、刺激性發炎，做了心電圖，心跳加快，照片和記錄都有。」

他描述噴射液體：「瓶子很大，味道濃郁刺激，不是市場常見品，可能是自製的。」吳憲獲保釋後，受害者心理陰影加重。「不排除這種危險會增加，我們呼籲美國警方提供保護。」

界立建本人是多次跨國鎮壓受害者。他回憶習近平訪美時，也遭中共僱用的保安暴力襲擊：「我親身經歷過，這次眼睛被噴，灼傷刺痛，喘不過氣。」他分析中共動機：「國內迫害更恐怖，海外抗議讓他們丟臉。我們的直播有五、六萬甚至十萬觀看量，許多來自國內（翻牆），給民眾希望。就像阿拉伯之春，一個小事件就蔓延，中共怕海外抗爭激發國內起義。」

他舉例鐵鏈女和小洛熙事件：「這些刺痛老百姓敏感神經，海外支持給國內希望。中共輸出迫害到海外，是因害怕全球民主浪潮。」

美國官方譴責跨國鎮壓

事件發生後，美國國務院發言人聲明：「《美國憲法》第一修正案保障和平集會權。在美國，任何壓抑這項基本自由的行為都不可容忍。」這直接針對中共的跨國鎮壓。

國會多位議員也發聲。眾議院中國問題特設委員會主席、密西根州共和黨議員約翰·穆勒納爾（John Moolenaar）強烈譴責：「中共為壓制海外批評者而實施跨國鎮壓與脅迫手段。」委員會承諾「持續揭露並反擊中共破壞人權、恐嚇批評者的行徑」。

佛羅里達州共和黨議員拜倫·唐納茲（Byron Donalds）也發聲支持。眾議院外交事務委員會副主席、加州共和黨議員達雷爾·伊薩（Darrell Issa），援引1989年「六四」天安門事件：「自天安門（事件）以來，我們知道中共會用見不得光手段，我不意外他們在美境內這麼做。」

界立建表示：「這些關注，是我們最大安全保護。國務院和議員發聲，證明美國重視，但希望加大力度。中共越來越瘋狂，這次事件羞辱美國法律。希望FBI、司法部抓更多代理人，震懾他們。」

近年來，美國已逮捕、審判多名中共代理人。

跨國鎮壓的全球模式

從神韻到網絡威脅這一事件是中共跨國鎮壓的冰山一角。界立建提到，神韻藝術團近年也遭到跨國迫害，他本人是受害者：「中共向全球劇院發（假）炸彈威脅、掃射警告，冒充各種人試圖阻止演出。2025年12月，我的名字和盛雪的郵件被冒用，向臺灣單位發恐嚇信，說要在神韻劇場爆炸、掃射。去年為阻止電影《國有器官》在臺灣放映，還冒充我威脅臺灣101大樓、雙十慶典。」

2025年，法輪大法信息中心和龍泉寺收到以他名義的槍枝威脅信，已報國會和白宮。「這是低劣陷害，明顯假的，但目的是製造恐慌。中共代理人立功心切，無計可施，絕望無奈。」他告訴《看中國》。

1月11日，中國民主黨國際聯盟，將在領事館外舉行新聞發布會，多位受害者將講述過程、身心傷害，還原血案，並討論國會議員講話和案件走向。全球民主團體將同步聲援，抗議中共跨國鎮壓。

界立建表示，受害者呼籲國家安全局介入徹查，追究領事館、保安公司和吳憲責任。「我們呼籲美國政府採取更強硬的行動。事件是醒鐘，國際社會需主動應對中共全球鎮壓。」

界立建四次遭致襲擊

界立建，旅美民運人士，目前為中國民主黨國際聯盟主席。母親上訪失蹤、父親維權致殘後，他多次申冤，卻遭中共關押，並被送進精神病院。2019年，他輾轉非洲與南美，最後逃至美國。截至2025年，他已舉辦逾百場反共抗議，因此，成為中共重點打壓對象。雖然身在海外，仍然長期受到中共威脅。

2021年11月8日，在羅蘭崗騎自行車時遭車輛擦撞，自行車損毀，手機摔碎，身體多處擦傷，對方辱罵其為「狗漢奸」，並警告他「以後做事小心點」。僅兩天後，Telegram帳號「莊sir」傳來大量恐嚇信息，包括語音檔辱罵其為「賣國賊」，並威脅「你和你全家不得好死」，還提及日前的擦撞事件，稱「前兩天開車就應該撞廢你狗腿」，同時發送匕首圖片與恐嚇語句，並威脅在中國大陸父親的安全。

2022年1月，在前往沃爾瑪的途中，被壯漢持長刀猛刺五至六刀，他的下顎遭尖刀刺穿、大量出血，命懸一線。

2022年2月，再次騎車遭撞擊，所幸僅受輕傷。

2023年8月22日，於洛杉磯郊區散步時，遭不明人士從背後棍擊頭部，當場昏迷，網絡隨後出現大量中英文假訃告、靈堂合成圖、假追悼會視頻。

生活長期處於戒備狀態

面對多次生死邊緣的考驗，界立建慶幸每次都能倖存，深信背後有神的庇佑。然而，他也坦言，自己的生活長期處於極大壓力與警覺之中。他出門前習慣檢查車底、門縫記號，以防竊聽或監控，晚上回家也不敢鬆懈。

「這樣的生活真的很累，有時候真的想休息一下，甚至想何必冒著生命危險堅持下去？」他坦承。但他也說：「他們就是要讓你怕，讓你閉嘴。即使今天你怕了，他們肯定也不會放過你。」他表示，已將生死置之度外，「只求活著一天，就奮戰一天」，堅信這場對抗中共暴政的戰爭終將勝利。

2026美國簽證、入境、公民身分齊收緊

【看中國記者路克綜合報導】川普政府近日正式啓動H-1B簽證制度改革。該簽證項目長期以來是美國科技產業的重要支柱，使企業能夠從海外招聘軟件工程師、數據科學家等高技能人才。

國土安全部（DHS）2025年9月提出改革方案，並在〈聯邦公報〉正式發布相關規則。新規旨在引導雇主提供更高薪資，或將H-1B名額優先留給眞正需要高端技能的崗位。此前，川普已簽署公告，對H-1B簽證申請引入10萬美元費用。

國土安全部表示，新規將於2月生效，目標是「更好地保護美國工人的工資、工作條件和就業機會」。

美國公民及移民服務局（USCIS）發言人馬修·特拉格瑟（Matthew Tragesser）指出，原本的隨機抽籤制度被部分雇主濫用，用於以低於美國工人薪資的成本引入外籍勞工。新引入的「加權篩選機制」將優先考慮高薪崗位，以增強美國競爭力，並減少對本土勞工的衝擊。

在邊境與出入境管理方面，國土安全部於2025年12月26日實施新規，擴大對非美國公民的面部識別採集範圍。

根據DHS官網說明，美國海關與邊境保護局（CBP）將被授權在機場、陸路口岸、港口等所有合法出入境點，對所有非公民採集面部生物識別信息。該規定適用於持綠卡者及其他合法居留的非美國公民。

國土安全部強調，美國公民不受該規則約束，但可自願參與面部識別流程。

國土安全部同時推進對外國旅客社交媒體紀錄的審查。在12月提交至〈聯邦公報〉的公告中，CBP表示，爲執行2025年1月頒布的第14161號行政令（「防範外國恐怖分子及其他國家安全威脅」），ESTA（電子旅行授權系統）申請，將新增社交媒體信息作爲強制項目。

申請人需提交過去5年的社交媒體帳號信息。DHS稱，ESTA是用於評估免簽旅客是否構成執法或安全風險的自動化系統。

川普政府還於2025年12月推出備受關注的「川普金卡」（Trump Gold Card）移民計畫，爲高淨值人群提供一條全新的、加速獲得美國永久居留身分的途徑。

該卡起價100萬美元，卡面印有川普肖像、自由女神像及美國國旗。川普在Truth Social上表示，該項目有望迅速帶來超過1000億美元收入，用於減稅、促進增長和償還國債。

申請者可通過官方網站提交材料並支付不可退還的手續費，隨後將接受USCIS的快速審查。獲批者將以EB-1或EB-2類別身分獲得合法永久居民資格，並可在全美50州和領地使用該身分。

與此同時，美國公民入籍考試也迎來改革。新版2025年入籍公民測試改爲口試形式，題庫增至128題，考生須回答20題，答對12題（60%）方可通過。新測試取消地理題目，並要求考生完整說出政府三大分支機構。

特拉格瑟表示，美國公民身分「神聖而珍貴」，新標準旨在確保入籍者能夠理解美國制度、語言與價值觀。

在旅行政策方面，ABC新聞報導稱，自1月1日起，來自布基納法索、老撾、馬里、尼日爾、塞拉利昂、南蘇丹和敘利亞的人員，將被禁止入境美國，涵蓋移民與非移民簽證。此前針對阿富汗、伊朗、索馬里、也門等國的限制仍然有效，委內瑞拉和古巴則實施部分限制。

白宮稱，這些措施出於國家安全與公共安全考量，而移民權益組織則批評其針對非洲和穆斯林國家。

這些旅行限制與H-1B新規同步實施，標誌著川普政府正在全面收緊移民與簽證政策。移民律師羅莎娜·貝拉迪（Rosanna Berardi）警告，新制度將大幅減少合格申請者數量，使國際學生畢業後留美更加困難，並可能加劇「人才外流」。根據USCIS數據，美國每年H-1B簽證名額總數爲8.5萬個。

傳胡春華內定進入接班序列

【看中國記者李淨瑤綜合報導】中共於2025年年底成立了「中央決策議事協調機構」。此機構背後是由誰在運作至今仍是個謎。近日有爆料說，中共以該機構為首進行每日運作，其主要成員有溫家寶、汪洋和劉源。

LINTAO ZHANG/GETTY IMAGES



2023年3月11日，胡春華（左）出席中共兩會。

官媒曾報導，2025年6月30日，中共政治局召開會議，審議《黨中央決策議事協調機構工作條例》。會議聲稱該機構是健全中共中央「對重大工作」集中統一領導、推動「重大任務」落實的重要制度安排。會議還稱，該機構要「堅持謀大事、議大事、抓大事」，對「重大工作」實施統領和協調，等等。

至今，「中央決策議事協調機構」已運作超過半年，但其成員有誰至今仍是個機密，外界不得而知。

有分析認為，這機構的成立是習近平被架空的表現。據權威人士透露，實際上習近平自2024年4月就已開始失勢，他幾次反撲都以失敗告終。消息稱，習近平雖然表面仍在臺上，實則大勢已去。

時評人「牆內普通人」近日在自媒體透露了四個重大信息：第一個信息是有關「中央決策議事協調機構」的運作。

消息說，現在中共當局是透過凌駕於七常委的「中央決策議事協調機構」來進行每日運作，溫家寶是老大，汪洋則輔佐年事已高的溫家寶，他的辦公地點在中南海總書記辦公室。現在劉源是受胡、溫、張又俠等人的委託，代理中央軍委主席日常工作。

第二個信息，據「牆內普通人」透露：「去年四中全會過後，習近平就徹底退出了中央決策議事協調機構。」他指出，從習近平2025和2026連續兩年的新年講話中就能看出，習近平已經不在總書記辦公室辦公了。以往總書記辦公室的陳設都有書架、電話等一貫物品，但最近兩年習近平致辭的環境只有灰濛濛的長城圖，房間內空無一物。

第三個信息，「胡春華已經被內定進入接班序列。」汪洋在給他接班鋪路，想保他順利上位成中共第六代領導人，而這隻靴子落地可能要等到中共二十一大。

第四個信息，倒習派對如何處理李克強案還有分歧。

據爆料說，李克強夫人和女兒不停拜訪溫家寶和汪洋，希望盡快對李克強突然死亡的案子重啟調查。據說這得到了一些人的支持，但有一位「知名大佬」卻反對，他希望給習近平保住「體面」，等到習死後才調查。

外界無法確認這些信息的真偽。但另一個爆料渠道《觀 View》近日透露，溫家寶是「中央決策議事協調機構」的負責人。該機構是由黨內退休元老與現任高層妥協產生的特殊監察機制，旨在極端情況下糾正最高權力的偏航。該渠道還透露，溫家寶介入了2025年12月25日至26日的中央政治局民主生活，結果民主生活會議發生戲劇性逆轉，習近平遭到政治局委員們的批評。

時評人唐靖遠早前分析，四中全會確立的權力架構依然是「決策議事協調機構」為中心。他認為，這個機構實際上已取代並架空原有的常委會。而過去有其他渠道透露溫家寶是決策議事機構的組長，汪洋是常務副組長，如今這些都從不同的渠道得到了驗證。

資深媒體人郭君在《精英論壇》節目中分析，四中全會之後，習下胡春華上已經是北京高層政治圈的一個不太保密的祕密。這一套權力機構就像當年華國鋒被架空一樣，名還在實權卻沒有了。

郭君表示：「習近平名義還在，但實際權力已轉移給包括胡錦濤、溫家寶、張又俠、曾慶紅、汪洋和劉源等人，他們各自代表不同的派系和利益圈。」

中紀委全會再有10名將軍出事

【看中國訊】第二十屆中共中央紀律檢查委員會第五次全體會議12日在北京開幕。從會議的缺席率可以看出近年來中共官場人事洗牌的激烈程度。而這一次的全會，共有十多人缺席，其中10人來自軍方，10人中的9人還未官宣落馬。分析認為，這些將領很大概率已經出局。

在去年的中共四中全會上，中央委員會的205名委員裡，只有169人出席。而此次的中央紀律檢查委員會第五次全體會議亦有十多人缺席，缺席率創新高，而且大部分是來自軍方。

二十屆中紀委有133名委員，軍方的將領有22人，占16%，他們來自各軍兵種和級別。據時評人「中規中矩」表示，10名缺席的軍方委員是陳國強中將、冷少傑中將、程東方中將、李軍中將、陳劍飛中將、楊笑祥中將、繆文江中將、孫斌少將、劉軍少將、婁純泗少將。

這10人當中，只有負責經濟監督的中共軍委審計長孫斌少將已經被官宣落馬。另外9個人還未官宣落馬，截至目前也沒有任何消息。「中規中矩」推測，他們的缺席意味著已經離開了領導崗位。「最引人注目的是從中紀委主席臺上消失的陳國強中將，因為他是中紀委常委，原本應該坐在中紀委全會的主席臺上。」但這次臺上穿軍裝的只剩下軍委紀委書記張升民。

「中規中矩」指出，在這兩年的軍隊大洗牌裡，軍委紀委是一個核心的操盤機構，負責查辦各種案件，已查辦了上百名將軍。但在這關鍵時機，陳國強在2024年9月被調離軍委紀委，轉任國防科技大學政委。這個職位無論在級別和權力含金量，與軍委紀委副書記相比都是大打折扣。他調職的時間點基本上和苗華落馬是同步的，這說明他在那時已失去了高層的信任。到了2025年底，陳國強又被免職了，而這一次他缺席中紀委五次全會證明他已經徹底出局。

此外，這10名將領還有幾位在軍隊大洗牌中得到了重用，但他們在大起之後又迎來了大落，比如冷少傑中將。他是一位陸軍將領，跨界調任海軍副政委、代理政委，填補原海軍政委袁華智落馬後的空缺。2025年11月5日，福建號航空母艦入列服役，冷少傑還緊跟在習近平和張升民的後面參加儀式。現在冷少傑缺席會議，他已經凶多吉少。

2025年1月，列席中紀委四次全會的軍方將領可說是上將雲集。視頻中顯示，三排坐著的是上將和中將。但現在，這些上將全軍覆沒，都被調查或被免職。中將也幾乎全軍覆沒。

列席區的第一排9名將領當中，有5名是空軍、2名海軍和2名陸軍。最右邊的是剛晉升上將的中部戰區司令員韓勝延，他是長期被苗華、何衛東打壓的人馬。

前排還包括中部戰區副政委梁平。梁平曾長期在紀檢系統工作，也是張升民的老部下。「現在各大軍種的司令員全部被解職，因而清一色都是參謀長當家，這是從未出現過的新情況。」

「全軍開訓」不提習近平

【看中國訊】4日，中共軍方展開「全軍開訓」。此次，官方對開訓的報導隻字不提習近平和習的強軍口號。分析認為，這讓人懷疑習在軍中的地位已經稀釋。

從2018年開始，中共軍方在新年的第一個工作日，都會啟動「全軍開訓」。據官媒報導，今年全軍開訓聚焦實戰化練兵，強調「開訓即開戰、起步即衝鋒」。亮相的裝備包括殲-20編隊、東風-17導彈、無人機和「機器狼」等。

報導附上了圖片和視頻，篇幅僅千字且隻字不提習近平，習的「強軍思想」、治軍口號也消失了。

回顧此前歷年報導，2018年1月3日，中共中央軍委首度舉行全軍開訓，習近平首次向全軍發布訓令，並和中央軍委領導在主會場校閱部隊。

2019年至2022年，習近平每年簽署中央軍委年度1號命令向全軍發布開訓動員令，官媒大肆宣傳和吹捧習的強軍思想。

到了2023年，全軍開訓開始降為低調，只有軍方發布視頻，習近平沒有發布訓令，軍隊也沒有向習近平表忠。

2024年、2025年及今年，官方對開訓的報導隻字不提習近平和習的強軍口號。

臺灣國防安全研究院研究員沈明室對媒體表示，「習近平在軍改後每年都發布軍訓動員令，現在卻沒有這方面的消息，其軍中權力疑似遭到削弱，或者他不再重視軍訓。」但由於軍方的信息不透明，所以很難得到印證。

沈明室指出，習近平原本將軍訓視為頭等大事，召集部隊聆聽他訓話，主要還是要部隊表忠。也有可能習近平已將權力交付張又俠，但張又俠不喜歡這種形式主義。

臺灣國防安全研究院戰略與資源所所長蘇紫雲表示：「全軍開訓不提習近平，也不提其口號，難免讓人聯想到其地位問題。」軍隊大清洗的過程中，軍報於前年還強調「集體領導」和「黨指揮槍」，如今習或處在被軟性架空的情況。

命理師推測：2026年習近平身體將出大問題

GREG BAKER/AFP VIA GETTY IMAGES



2024年3月10日，代表們離場後的兩會現場。

【看中國訊】中共黨魁習近平的健康問題一直被當局重重封鎖，但終究是「紙包不住火」。日前，東西方都不約而同的出現有能力的人士（命理師、預言家），預測習近平在2026年身體將會出現嚴重問題。

最近，臺灣著名命理專家、塔羅牌占卜師呂孟宗在臺灣《新聞挖挖哇》節目中披露說，習近平屬蛇，是雙子座，他的健康會在2026年出問題，而這個健康問題主要是指內臟的功能方面，比如胰臟或是心血管，而且是很嚴重的問題。

在中共激烈的內鬥中，習近平所面臨的壓力巨大，而且他害怕失去權力，也害怕被暗殺。呂孟宗說，他們這些占卜師多少能算出處在權力高位的這類人，指出「他們都很害怕、很恐懼」。

早在2018年，據香港《蘋果日報》報導，香港命理學家丘智偉說，中共黨魁習近平在73歲後會轉衰運，他的身體也會逐漸變差，尤其是心臟、血管和眼睛都容易出現問題。

習近平生於1953年，在2026年正好是73歲。而命理師丘智偉提前5年多，已經講出預言習近平身體將轉壞的時間點，和近日臺灣命理專家呂孟宗所講的情況基本上一致。從中可以看出，這似乎是冥冥之中上天對習近平早已安排好的劇本。

其實，不光是東方命理師能預測到習近平身體將要出現狀況，就連西方的預言家們，也預測說，習近平的健康將在2026年出問題，值得注意的是，他們還把習近平的身體狀況和中共內鬥聯繫到一起。

美國預言家朱迪預測說，中共內政在2026年將不會穩定，而習近平將會因為中共黨內的權力鬥爭及自身健康因素，而逐漸減少公開露面的次數，他會把具體事務交給其最信任的親信來處理，而中共的重要決策則更多的通過書面方式來完成，中共的會議也會明顯減少。

英國預言家帕克表示：「習近平的身體健康狀況堪憂，中共當局對此心知肚明，而幕後勢力也正在伺機而動。那些他在2025年閱兵時和普京討論的心臟移植、器官移植之類的談話究竟是甚麼意圖？這確實是個重大轉折點。」

2025年8月20日，習近平赴西藏出席自治區成立60週年慶祝大會，8月21日，據新聞聯播畫面顯示，習近平在接見西藏官員和喇嘛時，整個人出現步履蹣跚的情況，他左腿拖拽，身體傾斜，一肩高一肩低，而且每邁出一步都顯得沉重吃力。從中可以看出，習近平的身體已無法完全聽從其大腦的指揮，而這正是腦血栓後遺症的典型症狀。

巴菲特給年輕人的十條忠告

◎文：雅清

2025 年 11 月 10 日，95 歲的沃倫· 巴菲特在伯克希爾· 哈撒韋公司官網宣布年底退休。在 2025 年 5 月 3 日舉行的年度股東大會上，巴菲特最後一次以 CEO 身分長時間與股東 Q&A 並發表談話。

在該次會議上，他討論現金部位、投資哲學、AI 與保險業的關係等議題，成爲他在股東大會舞臺上的「謝幕時刻」。有人從長達 5 萬字的問答實錄中，提煉出了 10 條關於工作、投資和人生的深刻洞見，彌足珍貴，我們不妨參考一下。

YURI GRIPAS/AFP VIA GETTY IMAGES



2016年6月14日，巴菲特在華盛頓會議中心發表演說。

1.選對職業

熱愛是堅持的動力，選對方向比高薪更重要。巴菲特在談到職業選擇時說：「年輕人不必急於追求高薪崗位。」他用自己的經歷舉例：當年他放棄了華爾街的高薪 offer，選擇回到奧馬哈跟隨導師格雷厄姆學習價值投資。這個看似「不理智」的決定，卻爲他日後的成功奠定了基礎。

如何衡量你現在的工作呢？你需要考慮的是：這份工作能否讓你每天早上醒來時充滿期待？你的老闆是否值得追隨和學習？工作內容是否能激發你的熱情？當你找到答案後，即便薪水暫時不高，長遠來看你獲得的回報會遠超金錢本身。因爲只有熱愛，才能支撐你在這個領域「深耕」十年、二十年，最終成爲專家，因爲「深耕」這個機會千金萬金難買。

2.和優秀的人共事

與比你優秀的人同行，你會成爲他們的樣子。巴菲特反覆強調，他人生最大的幸運不是出身於富貴家庭，而是遇到了查理· 芒格這樣的終生搭檔，以及格雷厄姆這樣的精神導師。他建議年輕人主動靠近那些你尊敬的人，觀察他們如何思考問題、如何做決策、如何對待他人。這種影響是潛移默化的。你會發現自己的思維方式、價值判斷，甚至說話習慣，都在不知不覺中向他們靠攏。所以要慎重選擇你的圈子：如果你身邊都是抱怨者，你也會變得消極；如果你身邊都是行動派，你也會充滿幹勁。環境塑造人，這是客觀規律。

3.盲目還是耐心

耐心才是眞金。在這次股東大會上，有人質疑伯克希爾持有高達 1890 億美元現金是否浪費。巴菲特回應說：「機會不會每天都出現，寧可少賺也不能亂投。」他回顧了 2008 年金融危機時，正是因爲手握大量現金，才能在市場恐慌時大舉買入優質資產。

這個原則對普通人同樣適用。不要因爲看到別人賺錢就盲目跟風，不要因爲手裡有閒錢就覺得不投資就是虧。留足現金儲備，等待眞正值得的時機——可能是投資機會，也可能是人生轉折點。耐心本身就是競爭力，因爲大多數人都缺乏耐心。

4.逆境與機會

世界不會適應你，你必須適應世界。當被問及如何看待市場波動時，巴菲特說市場波動是常態，而非異常。與其抱怨通貨膨脹、利率變化、政策調整，不如調整自己的心態和策略。他舉例說：「伯克希爾經歷過無數次市場暴跌，但從未因此改變長期投資的原則。」

這背後的智慧是，眞正的強者能在逆境中看到機會。別人恐慌拋售時，你能冷靜分析；別人盲目樂觀時，你保持警惕。世界運行有其規律，你能做的不是改變規律，而是理解規律並順應它。抱怨，是最無用的情緒消耗。

5.心態的訓練

挫折是生活的一部分，學會應對而非抱怨。巴菲特引用了一句話：「人生 10% 取決於你遭遇了甚麼，90% 取決於你如何應對。」他自己也經歷過投資失敗：如早年買入紡織廠、投資航空股等決策。但他從不沉溺於懊悔，而是分析錯誤原因，調整策略後繼續前進。

他建議年輕人訓練自己的注意力：專注於生活中美好的部分，而非糟糕的部分。這不是逃避現實，而是一種心理調節能力。遭遇挫折時，問自己「我能從中學到甚麼」比「爲甚麼是我」更有建設性。受害者心態會讓你停滯不前，而成長型思維會讓你越挫越勇。

6.明確能力圈 專注才能爆發

巴菲特坦承，他對科技領域瞭解有限，所以錯過了亞馬遜、谷歌等科技巨頭的早期投資機會。但他並不後悔，因爲知道自己不知道甚麼，比知道甚麼更重要。他只在自己理解的領域出手，如消費品、保險、金融等傳統行業。

這個原則對普通人尤其重要。不要試圖在所有領域都成爲專家，那只會讓你樣樣都懂一點、樣樣都不精。找到你眞正擅長的那一、兩個領域，深耕下去，與其成爲十項全能的業餘選手，不如成爲某個領域的頂尖高手，專注產生的復利效應，遠超你的想像。

7.看不懂的東西 再熱鬧也不碰

面對 AI、元宇宙、加密貨幣等近年來的投資風口，有股東問巴菲特爲何不參與？他回答：「我堅持能力圈原則。」他承認這些領域可能有前景，但如果自己無法準確評估其內在價值，就不會僅因爲別人都在買而跟風。

這對普通投資者是個警示。每次市場熱潮中，總有人因爲 FOMO（害怕錯過）心理而盲目跟進，最終成爲接盤俠。巴菲特的忠告是：看不懂的東西，再熱鬧也不碰；只投資「你能理解的」領域，這不是保守而是理性。巴菲特用一生證明：錯過一些機會不可怕，可怕的是把錢投到你不理解的地方。

8.慢慢變富比一夜暴富更聰明

巴菲特最著名的一句話是：「人生就像滾雪球，最重要的是找到很濕的雪和很長的坡。」他的 99% 財富都是在 50 歲之後積累的，靠的不是某次驚天豪賭，而是幾十年如一日的穩健投資和復利增長。

這對現代人是個提醒。財富積累是場馬拉松，不是百米衝刺，那些追求一夜暴富的人，往往會因爲冒進而萬劫不復。眞正的財富自由，來自於時間加復利的力量，即便每年只有 15% 的穩定回報，堅持 30 年也會產生驚人的結果。慢即是快！這是被無數人驗證過的眞理。

9.別停止思考 好奇心是大腦的保鮮

94 歲高齡的巴菲特，仍然每天閱讀 5 ～ 6 小時，保持著對世界的強烈好奇心。他在會上引用了芒格生前的話：「我這輩子認識的聰明人，沒有一個不是每天閱讀的——一個都沒有。」

他建議年輕人對世界保持好奇、多問爲甚麼：爲甚麼這家公司能成功？爲甚麼這個政策會公布？爲甚麼人們會這樣行爲？獨立思考才能突破認知邊界。不要滿足於二手信息和碎片化知識，要主動去尋找第一手資料，建立自己的思考框架。大腦就像肌肉，不用就會萎縮；而持續學習，能讓你在任何年齡都保持敏銳。

10.潮起潮落皆是風景 活得久比跑得快重要

在回答成功秘訣時，巴菲特說：「我的成功秘訣很簡單——活得夠久。」他半開玩笑地表示，如果他 30 歲就去世，不會有人記得他；正是因爲活到 94 歲，才讓復利有足夠時間發揮作用。但活得久不僅指生理壽命，更指保持長期主義的心態。不要被短期波動影響情緒，不要因爲一時得失就改變方向。人生是長跑，笑到最後的往往不是跑得最快的，而是跑得最穩的。幸福感、對工作的熱愛、與喜歡的人同行，這些才是支撐你跑完全程的關鍵。當你回頭看時會發現，潮起潮落都是風景，重要的是你一直在路上。

這 10 條忠告沒有華麗的辭藻，卻句句紮實。巴菲特用近一個世紀的人生經驗告訴我們：智慧往往樸素而深刻。我們或許應該停下匆忙的腳步來想一想：甚麼才是眞正重要的？是追逐每一個熱點，還是找到自己的節奏？是急於求成，還是相信時間的力量？建議把這篇文章收藏下來，在迷茫時翻出來讀一讀。願你基於理性的清醒，敢於行動，懂得耐心的力量。









七客座車接送
信譽第一，好口碑
7人座，機場接送
長短旅行，購物
服務耐心周到
604-729-4386 忠

專業油漆、裝修
室內外油漆
安裝各種地板
室內翻新
多年經驗
手工一流
價格公道
778-836-6568
黃先生

Orbit Furniture
招銷售員
要會流利中英文。
工作地點:
列治文
電話:778-386-5451

廣大的《看中國》讀者，
本報社在 本拿比 麗晶廣場 (1009鋪)
28靚曬店 28 靚晒店 MIN. PHOTO
有入籍照、護照照
增設投放報點 歡迎您的惠顧
(604) 454-1288

房屋出租
本拿比Metrotown附近安靜公園區，獨立出入二房（都有廳廚、廁所）包水電洗衣。走路可達中小學。月租：$1500。另一大房帶衛生間$1000。有意請電話或簡訊：604.781.9868

全球都在《看中國》
人人都愛《看中國》
www.kanzhongguo.com
www.secretchina.com

JAN 16, 2026
–JAN 22, 2026

VISION TIMES

Iran Engulfed in Nationwide Protests

Thousands dead as clerical leadership cracks down on demonstrators, sparking international condemnation

By Leo Timm and
Vision Times Staff



Iran abruptly closed its airspace on Jan. 14 without prior notice. (Image: FlightRadar24)

Now in their third week, sweeping demonstrations across cities in all 31 of Iran's provinces have seen thousands killed as the Islamic Republic resorts to deadly force to quell the unrest.

The protests began on Dec. 28, 2025, as throngs of Iranians took to the streets over severe inflation, a collapsing currency and deepening economic hardship. What was initially driven by bread-and-butter concerns quickly became one of the most sustained challenges to the Iranian leadership in decades, with demonstrators demanding fundamental political change and an end to the clerical establishment's rule.

By Jan. 14, the U.S.-based Human Rights Activists News Agency (HRANA) reported that at least 2,571 people had been killed in the nationwide unrest, including protesters, civilians and government-affiliated individuals, and that security forces had detained more than 18,000 people. HRANA's figures are drawn from activist contacts on the ground and represent the highest verified death toll as communication blackouts and internet shutdowns hamper independent verification.

Mass protests meet with regime backlash

The protests represent pent-up popular anger against the Islamic clerical authorities that have been in power since deposing Iran's monarchy in 1979, and are the largest since unrest of similar scale in 2019, which also resulted in hundreds or thousands dead.

From Tehran's sprawling boulevards to the bazaar districts of Shiraz and the industrial hubs of Isfahan, demonstrations have persisted despite heavy repression. Videos verified by international news outlets show security forces firing live ammunition into crowds in at least six cities, pushing the death toll ever higher. Hospitals and morgues have been overwhelmed, with footage and witness testimony showing bodies piled in alleys and corridors.

The Iranian government itself acknowledged on Jan. 11 that roughly 2,000 people had died in the unrest, although officials attributed the fatalities not to their security forces but to what they described as "terrorist operatives" and violent agitators from Israel, the CIA, or even ISIS. An Iranian official speaking to Reuters said authorities believed the unrest was driven by groups carrying out "extreme atrocities" that were "unrelated to genuine public protests."



Pro-government supporters gather at Tehran's Enghelab Square on Jan. 12, as Iran's authorities mobilize counter-rallies amid nationwide anti-regime protests. (Images: Fatemeh Bahrami/ Getty Images)

Iranian state media has spotlighted funerals for security personnel killed during the clashes, and Iran's judiciary has signaled a hard line against thousands of detainees, with some officials suggesting rapid trials and harsh sentences, including for people charged under broad provisions of Islamic law.

International backlash

Despite its waning legitimacy, the regime is seen as being able to stay in power due to its well-armed and motivated security forces, such as the Islamic Revolutionary Guards Corps. In total, such formations boast about 1 million personnel.

Multiple countries have condemned Iran's leaders for resorting to bloodshed to quell the protests, while regime authorities have cut internet access nationwide in an effort to stifle communication and reporting.



Protesters gather in Tehran as nationwide unrest over economic conditions continues. (Images:Getty Images)



Government backers convene at Tehran's Enghelab Square. (Images:Getty Images)

In response, many demonstrators and families have turned to Elon Musk's Starlink satellite internet service, which is reportedly being used inside Iran to bypass some of the blackout's constraints. However, connectivity remains limited and authorities are attempting to jam or confiscate satellite terminals.

The protests and the brutal crackdown have drawn sharp international attention. On Jan. 13, U.S. President Donald Trump used his Truth Social platform to condemn the bloodshed and express support for protesters. "Iranian patriots, KEEP PROTESTING — TAKE OVER YOUR INSTITUTIONS!!! … Help is on the way," Trump wrote, urging demonstrators to "save the names of the killers and abusers… because they'll pay a very big price."

Trump also announced the cancellation of meetings with Iranian officials until the violence ceases, but at the time of writing has not elaborated on whether the United States was considering a military intervention, as it did when it sent stealth bombers to attack Iran's nuclear research facilities during the 12-day war between Iran and Israel last June

The U.S. president also threatened punitive measures against nations that maintain commercial relations with Tehran. He said the U.S. would impose 25-percent tariffs on imports from countries doing business with Iran, a move intended to isolate the Iranian government economically and deter external support.

Observers have suggested the tariff threat could re-inflame trade tensions with Communist China, a long-term backer of the Iranian regime.

看中國
VISION TIMES

您的支持 是希望的曙光

時局風雲變幻，社會萬象紛呈。《看中國》始終如一，為您傳遞真相，守護正義。

多年來《看中國》由客戶商家的支持及海外志工的奉獻，使《看中國》堅持新聞的真實報導，秉持人類的普世價值，為讀者提供免費報紙，服務社區大眾。

在當今疫情蔓延時期，全球經濟活動幾近停頓，支持本報的客戶商家也同樣面臨營運壓力，連帶本報的運作因經費短缺而更加艱難，然而《看中國》願意秉持服務大眾的初衷，在社交疏離之際，繼續為讀者提供精神食糧。

值此，《看中國》急需您的援手，幫助我們渡過艱難時刻，您的支持，讓公理正義得以繼續傳遞；您的支持，讓大眾在逆境中看見曙光！

捐款聯係電話： 604.288.0298

網上捐款： http://vtvan.com/donation
接受 Paypal 或信用卡捐款

支票捐款 支票抬頭: KZG Times Media Inc. 郵寄地址 : 2242 Kingsway, PMB #181, Vancouver, BC V5N 5X6

傳統美食







❶栗子是秋季食材，可以搭配菇類和雞肉一起煮食。❷栗子也可以和小番茄一起烤雞翅。❸煮紅燒肉也可以配栗子。

美食文化



醬香栗子雞

☞秋日的溫度與美味

文｜雅清

在我的家鄉，每到秋天，街頭便飄起糖炒栗子的香氣，那股甜香混著熱氣與焦糖味，成為記憶中的溫暖。

北方人，秋天的飯桌上總會出現一鍋醬香栗子雞。家裡老人也常說：「秋天吃栗子，補氣又暖胃，整個人才有勁兒過冬。」

武王伐紂的軍糧

栗子是中國最古老的樹種和果實之一。《禮記》有言：「以栗易黍，以表敬心。」說明栗子在古代不僅是食物，也常用於祭祀。早在周朝以前，栗樹就已被廣泛栽培，《說文解字》亦記：「栗，木實也。」在北方，栗子更是重要的糧食來源之一。它堅實、耐貯，可蒸可煮，既充飢又慰心。

相傳周武王伐紂途中，軍糧告急，姜太公便以栗磨粉蒸餅，以充軍食。美味溫暖的栗子蒸餅幫助士卒渡過困境。

後人因此有了典故——「戰慄」。這個典故的本意並非「恐懼」，而是紀念那場「以栗為糧」的堅韌與智慧。



為解決軍糧問題，姜太公便以栗磨粉蒸餅，以充軍食。

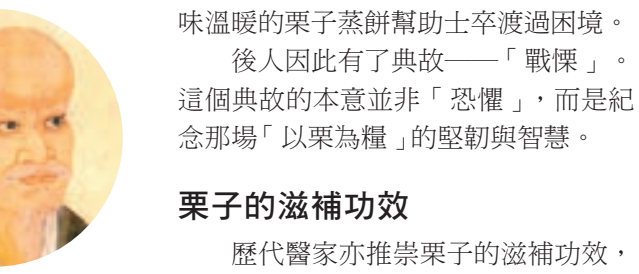
栗子的滋補功效

歷代醫家亦推崇栗子的滋補功效，稱之為「腎之果」。《本草綱目》載曰：「栗，味甘性溫，入脾、胃、腎三經，補腎氣，健脾胃，強筋骨。」自古民間常以烹栗養身，謂能暖腹益氣，為秋冬補食之佳品。古人深諳時令之道，秋冬之交，常以栗煮羹、燉雞、入粥。

栗子味甘性溫，既能暖中益氣，又安補而不燥。《隨園食單》中亦記載，栗與禽肉同燉，「和而不膩，健而有味」。它在寒涼時節成為居家養生與節氣食補的重要食材。

現代營養學的研究也印證了古人的經驗。栗子富含澱粉、優質蛋白質、不飽和脂肪酸及維生素C，並含鈣、磷、鐵等多種礦物質，具有補腎、強筋、養胃、健脾與改善血管彈性的功效。對於氣候轉涼時，容易感到疲倦或手腳冰冷的人群而言，栗子是一種天然且溫和的能量來源。

當秋夜漸涼，鍋中咕嘟作響，香氣一層層升騰，雞肉酥爛、栗子糯甜，那一刻，總讓人心安，也想起母親當年守著爐灶，提醒準備圍桌吃飯的家人——慢一點，好好吃飯，才能好好生活。



雲南高山地區的金釉板栗是一種傳統甜點。

家常醬香栗子雞

食材

雞腿肉500克、熟栗子200克、生薑片5片、香菇3朵、醬油2杓、黃酒1杓、冰糖少許、味噌(或蠔油)半匙、清水適量。

作法

❶雞腿切塊焯水，去腥備用。
❷鍋中少油，小火炒冰糖成淺琥珀色，倒入雞塊快速翻炒上色。
❸加黃酒、醬油、薑片、香菇、水，蓋蓋燜20分鐘。
❹再放栗子與味噌，繼續燜10分鐘，讓醬香滲入栗子。
❺最後開大火收汁，直至醬汁濃稠包裹每塊雞肉。

祕訣

❶栗子最好用熟栗子，可以蒸熟後去皮，多一道手續，但口感更綿軟。
❷醬油可用生抽、老抽各一杓，讓色澤更亮。
❸味噌(其實南方人用蠔油也不錯)是點睛之筆，使醬香更厚重。



栗子肉可以與雞肉、菇類和蔬菜一起煮食。



❹秋季可食栗子鱔魚煲，兩者都是溫熱性食材。



❺栗子、雞肉和菇類搭配米飯食用特別香甜。





POWER PLAY IN GREENLAND



By Ethan Lee
Vision Times

US President Donald Trump's renewed call for the United States to "own" Greenland has reopened a debate that extends far beyond one Arctic island. At its core, the controversy exposes shifting power dynamics in the Arctic, unresolved questions of sovereignty and self-determination, and growing strains within the transatlantic alliance.

Trump said on Jan. 9 that US control of Greenland is necessary to safeguard national security and prevent Russia or China from expanding their influence in the region. His remarks came amid warnings from NATO's top military commander that Chinese and Russian vessels are increasingly active in Arctic waters as melting sea ice opens new routes.

While Trump's comments do not explicitly mirror language in recent US national security documents, they align with his long-held belief that China—and to a lesser extent Russia—poses the most significant long-term strategic challenge to the United States.

Strategic logic behind Trump's rhetoric

Greenland's strategic value is not in dispute. With a population of roughly 57,000, the autonomous territory within the Kingdom of Denmark sits between North America and the Arctic Circle and has played a critical role in US defense planning since World War II. The Pituffik Space Base, formerly Thule Air Base, remains central to US early warning and space surveillance systems.

NATO Supreme Allied Commander Europe Gen. Alexus Grynkewich recently said there is no immediate threat to NATO territory, but stressed that the Arctic's strategic importance is rising rapidly. Joint patrols by Russian and Chinese vessels near Russia's northern coast and in waters close to Alaska and Canada underscore a broader trend: as climate change reshapes geography, competition is following.

From this perspective, Trump's insistence that existing lease arrangements are insufficient reflects a desire for permanence and control in a region where access, logistics, and surveillance are becoming more contested.

China as the primary concern

Analysts in Asia argue that China, rather than Russia, lies at the center of Trump's thinking. Su Tzu-yun, director of the Institute for Strategy and Resources at Taiwan's Institute for National Defense and Security Research, notes that Greenland could become pivotal to future Arctic shipping routes linking Asia, Europe, and North America.

Trump has long emphasized control over critical maritime chokepoints—from the Panama Canal to the Taiwan Strait and the Suez Canal—viewing sea lanes as instruments of global power. Greenland fits neatly into this worldview.

Europe's dilemma and Denmark's predicament

Trump's remarks have triggered strong European backing for Denmark, but that solidarity masks an uncomfortable reality. Denmark is mobilizing diplomatic capital to defend a territory whose population wants independence—and whose political leadership is increasingly willing to look beyond Copenhagen.

"All Greenlandic parties want independence," said Mikkel Vedby Rasmussen, a professor at the University of Copenhagen. "Denmark risks exhausting its foreign policy capital to secure Greenland, only to watch it walk away afterwards."

Greenland gained home rule in 1979, and a 2009 agreement explicitly recognized its right to independence. While leaders of Greenland's five major parties recently rejected US control, they also reiterated that Greenland's future must be decided by its own people—not Denmark, and not Washington.

This places Copenhagen in a paradoxical position: defending sovereignty on behalf of a population that increasingly questions the relationship itself.

The 'Greenland card' and its fading value

During the Cold War, Greenland's strategic importance gave Denmark disproportionate influence in Washington, allowing it to maintain relatively low defense spending. This informal leverage became known as the "Greenland card."

That card, however, is losing value. Denmark now provides Greenland with an annual block grant of about 4.3 billion Danish crowns ($610 million) and covers policing, justice, and defense. With Greenland's economy near stagnation and public finances strained, Copenhagen has also announced a multibillion-dollar Arctic defense package—partly in response to US criticism.

Some in Denmark question the cost-benefit balance. "How much should we fight for someone who doesn't really care about us?" asked Joachim B. Olsen, a former Danish lawmaker.

Others caution against reducing the issue to transactions. "This is about history, culture, and shared responsibility," said Marc Jacobsen of the Royal Danish Defence College. "It's not just defense and economics."

A dangerous precedent

European support for Denmark is not only about Greenland. Allowing a powerful country to pressure a smaller state over territory risks setting a precedent that could undermine the post–World War II international order.

Danish Prime Minister Mette Frederiksen has been explicit: sovereignty and borders are grounded in international law. "You cannot annex another country," she said. "Greenland belongs to the Greenlanders."

Between realism and restraint

Trump's suggestion that "all options are on the table," including force, may be more a negotiating posture than a policy blueprint. Analysts such as Su argue it could be intended to pressure NATO allies to increase their military presence in Greenland and shoulder more responsibility for Arctic defense.

Still, rhetoric matters. By accelerating an already delicate debate over sovereignty, Trump has forced Denmark, Greenland, and Europe into a faster, more exposed reckoning over the Arctic's future.

Greenland now sits at the intersection of three forces: US strategic anxiety, European legal principles, and Greenlandic aspirations for self-determination. How those forces are balanced will shape not only Arctic security, but also the credibility of international norms in an era of renewed great-power competition.

In that sense, the Greenland debate is less about ownership than about limits—on power, on alliances, and on how far security concerns can stretch before they collide with law, identity, and consent.



Greenlanders demonstrate against U.S. annexation, March 2025. (Image via X @jurgen_nauditt)

本報社聲明

溫哥華《看中國》感謝義工和讀者的大力支持。《看中國》溫哥華報社已經給大溫哥華地區讀者提供了將近20年的免費報紙。由於近來物價上漲，費用飆升，我們只能提供有限量的免費。現在的收費也是很低的，請讀者給予諒解。支持我們，也是支持本報社給讀者提供的閱讀機會。然而，我們發現，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，本報只供閱讀，請大家珍惜。如發現偷報等現象，請向本報社舉報。

Top Students' Secret: The Ultimate Study Guide

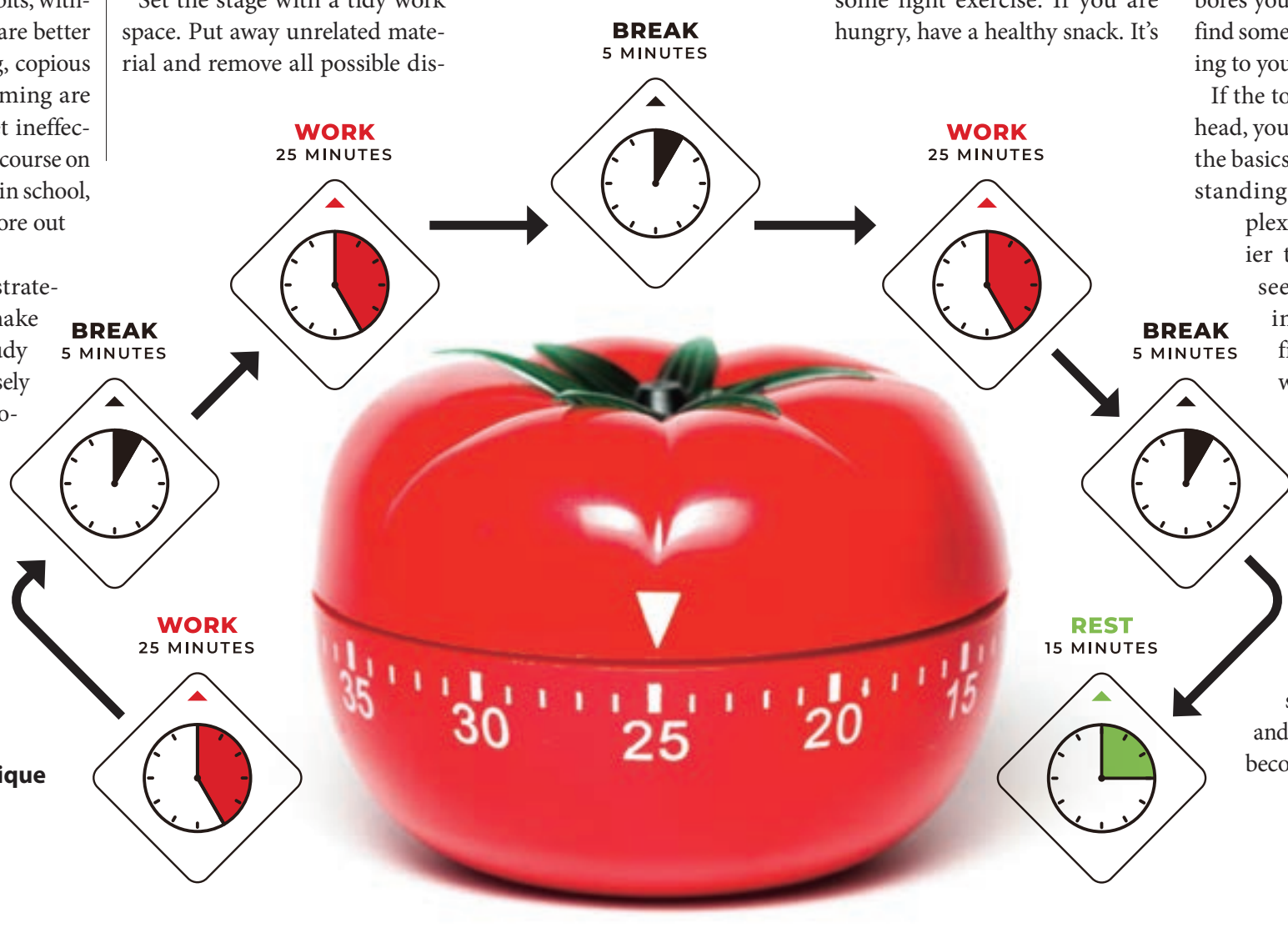
SCIENCE-BACKED STRATEGIES TO BUILD ELITE LEARNING POWER

By Vision Times Staff

Whether you're a student in high school, college, or already settled on a career path, it's never too late — or too early — to improve your study skills. Learning to learn efficiently and effectively can make a huge difference in self-confidence, satisfaction, and success; and it's not just for "smart" people.

Most students manage to get by with inefficient study habits, without realizing that there are better options. Passive reading, copious note-taking, and cramming are incredibly common, yet ineffective, study strategies. If a course on study skills were offered in school, we might all get a lot more out of our education.

There are dozens of strategies that can help us make the most out of our study time, but they can be loosely packaged into four categories: focus, time management, comprehension and retention. If you're adept at one or two, but floundering with the others, your study skills could use a tune-up.



Graphic illustration of the Pomodoro technique

Sofa Study = Sleepy Study? Unmask 3 Focus Killers!

When it comes time to study, you need to set your mind to it. For many of us, that's easier said than done. Visual distractions, digital distractions, stress, discomfort and lack of interest can all be major pitfalls in attending to the task at hand.

Environment:

Set the stage with a tidy work space. Put away unrelated material and remove all possible distractions — especially your phone! Select an environment that is not-too-comfortable, and wear real clothes. Believe it or not, sitting on a sofa in sweats is more conducive to sleep than study. Instead, choose a clutter-free desk or table, and sit up straight in a chair.

Oftentimes, escaping to the library or a quiet cafe can help eliminate many common household distractions.

Mental preparation:

Our best studying happens when we are fresh and alert. If you are over-tired, get some rest. If you are just feeling groggy, refresh with some light exercise. If you are hungry, have a healthy snack. It's important to take care of yourself first, so that you don't have excuses to slip away from your studies.

In the long run, you'll want to develop regular sleep habits and healthy eating patterns to keep your brain ready and willing to learn. Give yourself regular breaks and rewards to keep up your stamina.

Lack of interest

There's nothing more tedious than trudging through a topic that bores you to tears. The trick is to find some way to make it interesting to you.

If the topic is simply over your head, you may need to go back to the basics. Gain a general understanding, and the more complex material will be easier to digest. If a subject seems pointless to you, invest some effort to find an application that will make it worth your while.

Doodling through a boring lecture helps keep a restless mind focused — enough to boost retention by 29 percent, according to a 2009 study! Add some scribbles to your notes and see if they don't suddenly become fascinating.

Reading Isn't Enough: Unlock True Understanding!

Being able to spit things out for an exam does not necessarily mean you understand it; and if you don't understand the material, then it will not serve you in the future. Unfortunately, many common study methods do not stress comprehension. Passive reading, for instance, is now considered one of the least efficient ways to study. Even note-taking can be useless if it is not combined with active learning. Comprehension requires more effort, but the product is infinitely more useful.

Feynman technique:

One of the best ways to develop a thorough understanding of a subject is to study with the aim of teaching, or passing on a simplified version of what you've learned. This requires learning the meaning of unfamiliar terms, breaking down a complex topic into simpler concepts, and making useful connections.

When you think you've got it, generate a simple, straight-forward explanation, and test it out on a friend. If you can enable someone with no prior knowledge of the subject to understand it, you're good. If not, go back and see where you can improve.

Mind mapping:

Mind mapping is a visual branching technique for organizing information. By providing a full picture with key points, supporting ideas, highlights and important connections, mind mapping helps you understand things in depth.

Reading comprehension:

Reading for comprehension requires active thinking. You can look at every single word, but if your mind is wandering, you still won't get much out of the reading. Approach large texts in a strategic manner to ensure you're taking in all the key points. PQ4R and SQ3R are the acronyms for two systems that enhance comprehension.

Before you even begin reading, preview (P), or survey (S) the material by skimming headings and highlighted words. This should be sufficient to generate some questions (Q) and potential connections.

> Memorization is short-term, understanding lasts a lifetime.

Then, keeping your questions in mind, read (R) one section. Reflect (R) on how the passage informed you. Did it generate further questions? Review (R) to enhance your understanding, then move on to the next section.

For your notes, generate a brief summary of your understanding after (not during) your reading. Actively recalling the information from memory requires thinking and understanding. Review the points you've forgotten, and with practice you can train your brain to retain more.

3 Active Recall Hacks to Ace Any Exam!

Rather than passively absorbing information, active recall forces you to retrieve it. It can work with any subject, and the idea is to come up with ways to test yourself.

Concise questions are an excellent challenge. These can come from past exams or be inspired by your own thirst for knowledge. Paired with spaced repetition, this can cement your understanding of any topic. Highlighting the questions you got wrong in red will help you remember which areas need more work.

Blurting is a fun activity where you quickly jot down everything you remember about a topic. Don't worry about the sequence or accuracy; just put everything you can think of on paper, then check it against your notes. Focus the rest of your study on whatever information that was missing or incorrect. If you prefer a more staid approach, call it a summary and record all the key points from memory.

Flashcards are a time-honored tradition in active recall. First introduced in 1746 by Swiss educator Johann Heinrich Pestalozzi, flash cards have reinforced learning for generations of students. Today, online apps like Anki, Brainscape, and Tinycards save you the work of creating the flashcards yourself (although this can be a valuable part of learning) and incorporate other techniques such as spaced repetition to cement your knowledge.

One Pomodoro at a Time — Beat Procrastination for Good

So many of us struggle with procrastination — to the point that we feel helpless against our inner escape artist; yet there are tried-and-true tools to help even the worst of us overcome procrastination.

> Study less, remember more: spacing your review sessions trains your brain to retain.

Pomodoro technique

Sometimes a little pressure is the very thing we need to motivate us. The Pomodoro timer provides just that — short spurts of intense study that are both easy to engage in, and easy to complete. Developed in the 1980s, this technique is named after the tomato (pomodoro)-shaped timer that Italian university student Francesco Cirillo used to regulate manageable chunks of focused study time.

Today, this proven study method is so popular that one can find timers (both physical and virtual) that provide soothing ambient sounds during the study period, along with a built-in break. Increments of 25 minutes are typical for the study time, with a five minute break before it's back to the books. After two hours, a longer break is recommended.

Spaced repetition

When it comes to preparing for important exams, it pays to be farsighted. Study scientists have discovered that reviewing material multiple times over an extended period is much more effective than cramming the night before, plus it saves time!

Studying for an hour at a time, with increasingly long intervals in between, (i.e. two days, four days, a week) strengthens neural pathways and significantly boosts retention.

Why Do You Keep Forgetting What You Read?

Time and again, research has shown that reading and reviewing notes is an inefficient and ineffective study method — it takes a long time, and not much of the material stays in your brain. So why do we do it? It's easy, and it feels productive (since it is time consuming). Actually learning something well enough to retain it is more work — it requires exercising the brain through active recall.

Remember, learning doesn't stop once you leave the classroom. Start using a variety of these techniques to hone your study skills today, and you will have an asset that shapes a positive future for the rest of your life.

THINK YOU GOT A STEAL? YOU FELL FOR A TRAP!

Uncover Retailers' Mind Games and Stop Overspending for Good



By Vision Times Staff

Do you find yourself collecting more stuff than you need because you feel compelled to take advantage of a bargain? Ironically, bargain hunting can be an expensive habit — one that consumes time, energy, and more money than you'd like to admit — but you can learn to keep your cool when you come across a crazy deal.

Now, don't pretend you don't love a bargain. We humans are hardwired to seek a deal. Even when we can afford to pay more, we'd rather pay less — but why? It has a psychological explanation, and retailers use it to push our buying buttons all the time.



That Shopping High? It's All by Design!

"Loss aversion" is a term coined by Nobel laureate Daniel Kahneman to describe the universal psychological phenomenon of loss being felt much more keenly than gain. If you win $100, for instance, on a happiness scale you might feel four out of ten; but if you lose the same amount, your unhappiness would rank eight. Because we perceive loss to be so negative, we'll often go out of our way to avoid it.

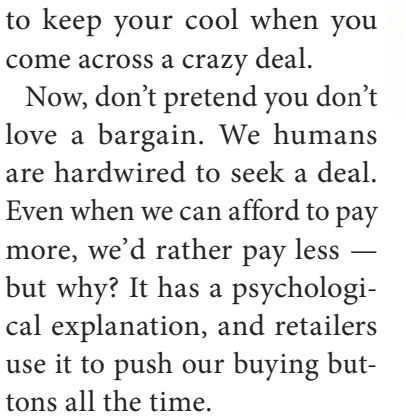
A bargain minimizes the sense of loss while still providing the happiness of gain — which can also be explained psychologically.

According to Money Mindset Coach Kel Galavan, "Finding a bargain activates the reward centre in our brains. The release of dopamine, a neurotransmitter associated with pleasure and reward, gives us a sense of accomplishment and satisfaction. This satisfaction can be further exaggerated if we feel like we've outsmarted the seller or if the bargain was hard to find or involved some effort on our part."

In fact, the effort required is part of the thrill of the hunt. Since primitive times, we have always responded with urgency in pursuing any necessities that we perceived to be limited. To nab something before it gets away is a real ego-boosting achievement that we can brag about later. Marketing strategies rely precisely on that instinct.

BOGO a Good Deal? Don't Be Fooled, It's Decoy Pricing!

Retailers manipulate our competitive buying urges in a variety of ways. Becoming aware of tricky marketing tactics can help you keep a cool head when you encounter them.



Scarcity

Whether it is scarcity of time or scarcity of a product, the principle of limitation moves people to act. Limited-time offers, dwindling supplies and exclusive privileges can all be used to present something as extra-special. This persuades consumers to buy quickly, before they miss the chance. Black Friday and Cyber Monday are classic examples of limited-time offers that create an effective sense of urgency.

> Limited-time offers and dwindling supplies create urgency and push us to buy fast. Black Friday and Cyber Monday are classic examples.

Contrast effect

A savvy bargain hunter always considers quality, and we often rely on the original price to be an indicator of value. Price anchoring, however, can be used to give an inflated illusion of value so that the marked down price seems like a real steal. An item at 50% off an outrageous price can feel like a treasure, but remember — the retailer never expected to sell the item at the inflated "anchor" price in the first place.



Decoy pricing

Another approach, often used with online subscriptions, is to give the consumer options where one is obviously the best deal. While you were only looking for the minimal option, when you're offered a lot more value for a little more money, it's hard to resist — especially when the next higher option gives only a little more value for a lot more money. You can feel smug about choosing the best deal even though you're spending more than you intended.

These and other tactics can be very convincing; and the illusion of savings is apt to addle our brains into buying big bargains which, added up, amount to a small fortune.



Hunt Smart — Don't Let Sales Hunt You

The bargain-hunting mindset can serve us well when times are tight, but if you are easily swayed by promotions, you're liable to accumulate a lot of unnecessary stuff just for the sake of getting a deal. Here are a few suggestions for smart bargain hunting:

Beware of scams

Aside from sly marketing techniques, there are actual scams to watch out for. Online sellers, especially, may not make good on their pie-in-the-sky promises, so be sure to read reviews and stick with reputable merchants.

Delay your purchase

Counter impulse buying with good self-discipline. Wait until you've researched and evaluated the item to make more mindful purchases. For online shopping, especially, let it sit in your cart for a couple weeks. Often our enthusiasm for something dies down after we walk away, sparing us a regrettable investment. If it doesn't, waiting may actually bring along a better price.

Prioritize value

Let's face it. A lot of things are cheap just because they are cheaply made. Look for quality materials, reputable manufacturers, and good reviews before snagging something on sale. Buying one item that lasts is more cost-efficient and satisfying than buying several that don't. If it's out of your budget, watch for it to go on sale.

Research

These days, it is a simple process to find out everything you need to know about a product before purchasing. Online reviews, ongoing sales, price comparisons and similar options should all be considered before you break out the wallet.

Shop intentionally

Keep a clear concept of what you're after, and avoid browsing assorted items that you are not in the market for. You can always find heaps of stuff that you didn't know you needed, so go in for the hunt knowing what you want and stay focused on your target.

Stay within your budget

Based on need, value, and budget, decide how much you are willing to spend on an item and stick with your decision. This may mean shopping around or waiting patiently for a sale, but it will save you from the regret of spending more than you can afford.

To be sure, there are real bargains out there; but very few of them are actually needed by you. Shop wisely, let up on the competitive mentality, and enjoy the freedom of being less tied down with, you know… stuff.



療養保健

半夜常抽筋？醫師提醒 恐是腎臟警訊

文｜余筱琪整理

夜間抽筋是不少人睡眠中常遇到的困擾，不僅會影響睡眠質量，嚴重時還可能反映潛在的健康隱患。



▲ 夜間抽筋可能藏著值得注意的健康危機。

醫學上稱為夜間腿部痙攣（Nocturnal Leg Cramps，簡稱 NLCs），多半發生在小腿後側的肌肉。腎臟專科醫師洪永祥在其社群平臺發表文章指出，夜間抽筋並不只是「睡姿不對」或「運動過度」那麼單純，有時背後可能藏著值得注意的健康危機，甚至與腎臟病功能惡化有關。

抽筋的潛在危機

根據《臨床睡眠醫學雜誌》（Journal of Clinical Sleep Medicine）的研究，約 1/3 成年人在一年內曾發生過夜間小腿抽筋，而且隨著年齡增加，發生率會更高。這不僅會影響睡眠質量，還可能引發跌倒、骨折等意外，更可能是某些慢性疾病的前兆。洪醫師提醒，嚴重的情況甚至會讓人走上洗腎這條路。

為甚麼不能忽視抽筋

長期或頻繁的夜間抽筋，看似小毛病，卻可能帶來一連串的麻煩。反覆的抽筋會嚴重干擾睡眠，一晚驚醒好幾次，不僅讓人隔天精神不濟，免疫力、代謝功能與神經肌肉的反應力也會下降。對老年人而言，半夜被痛醒起身時，如果動作過急，很容易失去平衡，增加跌倒或骨折的風險。

抽筋本身也可能對肌肉造成傷害。強烈的痙攣可能導致肌纖維拉傷、缺氧，甚至在極端情況下造成阿基里斯腱斷裂。更糟的是，長期抽筋會讓人對運動產生恐懼感，活動量減少，生活質量也跟著下降。

洪醫師特別提醒，如果一個原本不太會抽筋的人，近期突然頻繁發作，就要警惕是否與糖尿病、心臟病、甲狀腺功能減退、周邊神經病變或慢性腎臟病有關。

洪醫師分享一個案例，有位 55 歲的先生，平時沒做定期健康檢查，近期卻每晚都出現夜尿加抽筋的情況。檢查後才發現，他已進入尿毒症階段，須要立刻洗腎。令人驚訝的是，開始透析半個月後，困擾他許久的抽筋症狀完全消失。

造成小腿抽筋的常見原因

抽筋並非單一原因造成，洪醫師指出常見的 10 個因素：

1. **電解質不平衡：**缺鉀、鎂或鈣，會讓神經與肌肉過度興奮。
2. **脫水：**運動、大量流汗或發燒導致水分流失。
3. **久坐或久站：**血液循環變差，代謝廢物堆積。
4. **運動過度或缺乏伸展：**乳酸堆積、肌肉疲勞。
5. **睡姿不良：**腳尖長時間朝下，肌肉縮短易痙攣。
6. **神經或血管疾病：**糖尿病神經病變、靜脈曲張等。
7. **藥物副作用：**利尿劑、降血脂藥、類固醇等因素。
8. **懷孕後期：**子宮壓迫下肢靜脈與神經。
9. **高齡與肌肉流失：**肌肉質量下降、神經控制力減弱。
10. **慢性腎臟病或肝病：**影響電解質代謝與排出。

哪些食物能幫助預防抽筋

洪醫師強調，對腎功能正常的人來說，透過飲食補充電解質能有效降低抽筋機率，若有腎臟病患者須先詢問醫師。

富含鉀：香蕉、酪梨、菠菜、地瓜、土豆。

富含鎂：南瓜子、腰果、杏仁、燕麥、黑巧克力、豆腐、豆漿。

富含鈣：芝麻、小魚乾、羽衣甘藍、莧菜、乳製品（腎友須注意磷）。

酸櫻桃汁、果醋：能減少神經反射引起的痙攣。

適量鹽分與運動電解質飲品：運動、大量流汗後補充。

左旋肉鹼：存在於紅肉，洗腎患者容易缺乏。

日常預防抽筋的小技巧

日常生活中，睡前拉伸小腿肌肉，例如：腳尖勾起靠牆站立，或坐姿拉筋，研究發現持續三週以上，可以明顯減少抽筋的發作頻率；保持足夠水分攝取，但睡前避免一次喝太多水；規律運動，避免長時間久坐；睡覺時注意被子不要壓住腳尖。平時也要檢查手邊正在服用的藥物與自身健康狀況，必要時抽血檢查電解質水平。適度補充維生素 B 群、鈣片、鎂片，或在睡前泡腳、熱敷小腿，都能促進血液循環。

洪永祥醫師強調，小腿抽筋雖然常見，但有時是身體在對你發出「求救信號」。日常要記得均衡飲食、適度拉伸、保持水分，同時也要留意是否與慢性腎臟病有關。如果抽筋頻繁、症狀嚴重或伴隨其他不適，就必須及早就醫，才能根本解決問題。

整版圖片：ADOBE STOCK

飲食健康

氧化壓力對健康危害多 抗氧化食物有哪些？

文｜藍俊緯

活性氧是自由基的一種，在人體內有雙面性，既是免疫系統抵禦病原體的武器，也可能因過量產生而導致細胞損傷。

藍莓、黑莓等深色水果含豐富花青素，具強抗氧化特性。



當身體代謝過程中，少許的氧氣轉化為活性氧時，若未能被有效中和，將會形成「氧化壓力」，加速細胞老化，並引發癌症、生活習慣病、過敏症狀等疾病。

抗氧化物質正是抵抗這種氧化現象的關鍵，人們可以藉由食物攝取，來補充身體內抗氧化酵素的缺口，從而維持細胞的健康。

抗氧化物 細胞守護者

抗氧化物質的功能可比喻為「細胞守護者」。維生素 A、C、E 與多酚類物質等，透過不同機制中和活性氧。例如：維生素 A 與 E 保護細胞膜與細胞核免受氧化破壞；維生素 C 則在細胞外側的體液中快速清除活性氧，防止氧化連鎖反應。這些物質不僅能減少氧化壓力，也能預防動脈硬化、神經退化，甚至延緩皮膚老化。

抗氧化物質對免疫系統也有重要影響。維生素 C 能強化黏膜屏障，抵禦病原體入侵；多酚類物質則具有抗炎特性，減少發炎反應對細胞的損傷。研究顯示，長期攝取抗氧化物質豐富的食物，能降低癌症風險，並延緩阿爾茨海默病等神經退化疾病的進程。

抗氧化物質食物的主要來源

富含維生素 A、C、E 食物

維生素 A 主要存在於黃綠色蔬菜，如：胡蘿蔔、南瓜等。這些食物中的 β-胡蘿蔔素會轉化為維生素 A，保護細胞膜完整性，維持呼吸道黏膜健康，抵禦細菌入侵。維生素 E 則多存在深綠色蔬菜、堅果類及油類中，能防止脂質氧化，減少動脈硬化風險。檸檬、草莓、奇異果及甜椒等水果維生素 C 含量高，這些食物不僅提供維生素 C，還富含多酚類物質，強化抗氧化效果。

富含多酚類食物

多酚類物質廣泛存在於植物的苦味或色素成分中，例如：藍莓、黑莓等深色水果富含花青素，具有強抗氧化特性；蘋果、洋蔥中的黃酮類物質能減少發炎反應；而綠茶、黑巧克力（70% 以上可可含量）中的兒茶素，則能保護心血管健康。

其他關鍵營養素

硒雖是微量元素，是產生抗氧化物質不可或缺的元素，大蒜、海鮮、全穀類等食物富含硒，能協助維持身體機能健康。鋅則是抗氧化酵素生成的關鍵礦物質，可從南瓜子、牡蠣或肝臟等食物攝取。

雖然多攝取抗氧化物質食物能中和活性氧，但減少其產生更為重要。暴飲暴食、吸菸和壓力等，都會產生大量活性氧。因此透過均衡飲食與健康生活習慣、適當舒壓，才能有效抵抗氧化壓力。

中醫療法

癌症不只氣血問題？ 中醫點名四大根源

文｜葉慧昌
（葉慧昌中醫診所院長）

癌症一直是現代人最畏懼的疾病之一，但在傳統醫學的角度裡，癌瘤的形成並非單一因素造成。

中醫治療癌瘤，宜重用健脾益氣、和胃消食的藥物。



中醫認為，癌症往往與氣滯血瘀、痰濕阻滯、邪毒內蘊、臟腑功能失調四大根源密切相關。這些因素日積月累，導致氣血運行不暢、痰濁凝結，最終使腫瘤逐漸生成。

癌瘤的發病機理

一、氣滯血瘀

氣血是人體生理功能的一種表現，如果某種因素引起氣的功能失調，出現氣鬱、氣滯、氣聚等，日久必然導致血瘀，積久則成塊。故古書《三因方》說：「氣血凝滯，結癭瘤。」《醫林改錯》則說：「肚腹結塊必有形之血。」

二、痰結濕聚

如古代名醫朱丹溪所說：「凡人身上中下有塊者，多是痰。」高錦庭則說：「癌瘤者，非陰陽正氣所結腫，乃五臟瘀血、濁氣痰滯而成。」蓋津液不化，與邪火熬灼，凝結為痰，痰之為物，隨氣升降，無處不到。

三、邪毒內蘊

不論毒邪入侵或情志抑鬱，日久皆能化熱、化火，此邪熱火毒蘊於體內，積久必發，形成癌瘤。

四、臟腑功能失調 氣血虧虛

如張景岳所言：「脾腎不足及虛弱失調之人，多有積聚之病。」在癌瘤病程中，因病邪日久，耗精傷血，損及元氣，面削形瘦者占多數。

中醫治療癌瘤的臨床要點

中醫藥治療癌瘤患者，一般應配合手術及放射治療，在臨床上有下列幾項特點必須掌握：

一、重在健脾

古人認為「腎為先天之本，脾為後天之本」。補腎雖為固本之舉，惟須緩圖，難收近功；健脾則為當務之急。唯有脾胃健運，水穀精微方得以化生不竭，充養周身。

因此，時時顧及患者的胃氣，重用健脾益氣、和胃消食的藥物，往往能增進食慾，改善症狀，控制病灶發展，從而得到康復的效果。

我們曾看到一些患者，即使正氣不虛，但若一味服用抗癌草藥，則常會戕害胃氣，而難以堅持長期服藥，所以必須加入健脾和胃、寬中理氣之品，方使藥物得以受納，藥效得以發揮。

二、重在滋陰

癌症患者手術、放療後，常致陰虛津虧，容易口乾舌燥，面部麻木，身體覺有虛熱，兩耳似有堵塞感，大便祕結，小便少而黃，甚或皮膚、口腔潰爛，吞嚥困難。

治療上宜用大劑滋陰生津之品，並與健脾方法配合使用。

三、除邪務盡

如果餘邪未清，常會死灰復燃，難以收拾。因此在整個治療過程中都需重視抗癌方藥的運用，以求防病治病。臨床上常見有些患者，經過較長時間的治療，病情穩定、好轉後，就自行減少藥物劑量或中止治療，導致癌症復發或轉移，不得不慎。

（本文經作者授權刊載，轉載本文請取得作者同意）

民國三高僧 | 塵世煙火中的傳奇 上

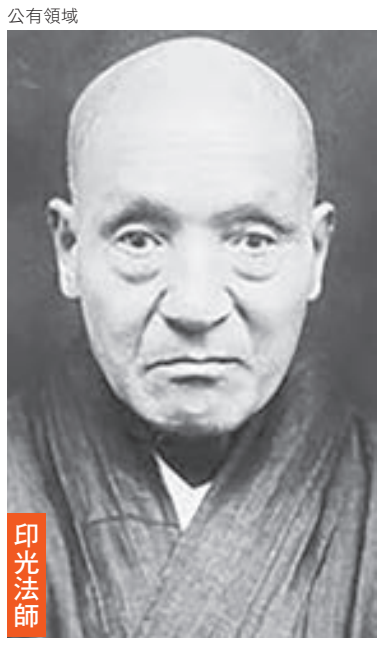
文｜肖然

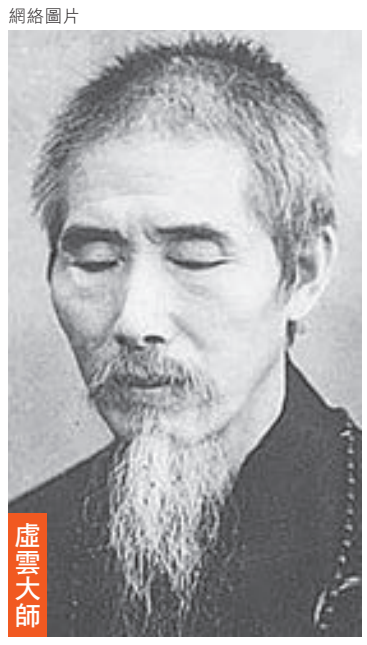
在民國那風雲變幻的亂世中，中國如一葉孤舟，在戰火與革新的巨浪中搖曳。舊時代的輝煌已成殞地，新思潮如狂潮席捲，人心在迷霧中尋覓歸途。此時，3位高僧悄然現世。

弘一法師棄才子風流，遁入空門；印光法師隱於普陀，以惜福點亮幽冥；虛雲大師穿越百年滄桑，慈悲化干戈。他們的故事如星辰閃耀，交織藝術的絢爛、佛法的深邃與神通的玄妙。他們為何捨棄榮華，選擇清苦？他們的智慧如何在亂世中照亮人心？這些傳奇背後，究竟隱藏著怎樣的祕密？

公有領域

弘一法師

公有領域

印光法師

網絡圖片

虛雲大師

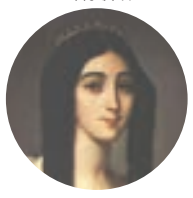
▲在民國那風雲變幻的亂世之中，3位高僧悄然現世。

才子出塵——弘一法師的轉身

「長亭外，古道邊，芳草碧連天。晚風拂柳笛聲殘，夕陽山外山。天之涯，地之角，知交半零落。一壺濁酒盡餘歡，今宵別夢寒。」

這首國人熟悉的〈送別〉歌詞，如同一幅淡雅的水墨畫卷，勾勒出離別的淡淡憂傷與人生的無常況味。它出自李叔同之手，那個才華橫溢、名動一時的民國才子，卻在人生最為輝煌的時刻，選擇放下塵世的榮華富貴，步入空門，成為弘一法師。他的轉身，宛如歌詞中的「夕陽山外山」，既是告別，也是新生，留下了無盡的遐想與啟迪。

1907年，東京密所禮堂內燈火通明，座無虛席。舞臺上，李叔同化裝為《茶花女》中的瑪格麗特，眼神如秋水般深邃，舉手投足間散發著令人傾倒的魅力。臺下的日本少女春山淑子凝視著他，眼中滿是驚歎與傾慕，難以相信這位光彩照人的演員，竟是一位來自中國的留學生。他身著和服，睡榻榻米，品嘗生魚片，彷彿已完全融入異鄉的文化。然而，誰能想到，這位在藝術與才情中熠熠生輝的青年，即將迎來人生中最震撼的轉變。

公有領域


▲李叔同曾在東京化妝出演《茶花女》中的瑪格麗特，眼神深邃如秋水。

李叔同，1880年出生於天津一個儒商世家。父親李世珍，曾是進士出身的吏部主事，與晚清重臣李鴻章私交甚篤，後辭官經商，成為一方巨富。他信佛虔誠，樂善好施，被鄉人尊稱為「李善人」。李叔同6歲喪父，母親作為側室，在大家庭中地位卑微，備受冷落。這種早年的苦楚，讓年幼的他過早體味到世情的炎涼與無常。15歲時，他寫下「人生猶似西山日，富貴終如草上霜」，字裡行間透露出對名利浮華的深刻洞察。

18歲，他奉兄命娶妻，卻鍾情於青樓女子楊翠喜，過著喝花酒、聽小曲的放蕩生活。然而，他內心深處卻始終燃燒著救國救民的熱忱。戊戌變法時，他心潮澎湃，刻下「南海康梁弒武詩」的印章，公開支持維新派。然而，變法失敗，天津街頭謠傳他是康梁同黨，為避風頭，他攜母親與妻子遷往上海。在上海，他迅速融入文藝圈，加入城南文社，每次徵文必拔頭籌。他與許幻園等才子結為金蘭兄弟，創辦中國近代第一份書畫報，與畫壇巨匠任伯年成立上海書畫工會，還登臺唱戲，從小生到老生，無不精通。那時的李叔同，風流倜儻，揮金如土，在十里洋場的燈紅酒綠中盡顯才華。

1905年，日俄戰爭在中國東北爆發，李叔同憂國憂民，自編曲填詞，創作〈祖國歌〉。這首歌大氣磅礴，振奮人心，很快唱遍大江南北，他也因此名揚全國。他曾說，20歲到26歲，是他「平生最幸福的時候」。然而，幸福如朝露，母親45歲病逝，他悲痛欲絕，在葬禮上自彈鋼琴，演唱自填詞的輓歌〈夢〉，轟動天津。從此，他看破一層世相，將妻子與兩個兒子託付給兄長，隻身東渡日本，潛心學習西方文化。

在日本，李叔同過著極其自律的生活，惜時如金。他的油畫入選日本白馬會展，媒體讚其筆觸瀟灑，意境非凡。他創辦春柳社，上演《茶花女》，震動東京劇壇。春山淑子為他的才情傾倒，兩人結為伴侶。他將春柳社收入全部捐助中國淮北水災，愛國之心從未稍減。1911年，辛亥革命成功，他攜春山淑子回國，卻發現家道中落，萬貫家財蕩然無存。他淡然面對，轉而投身教育。

在浙江第一師範學校任教的7年裡，他系統地將西方繪畫技法引入中國，被後人尊為「中國油畫鼻祖」。學生豐子愷、潘天壽等，皆受其深遠影響。他還開創學堂樂歌。1914年，因好友許幻園破產，他創作〈送別〉，旋律哀而不傷，傳唱至今。同事夏丏尊回憶：「李先生教學，無人不敬。他的人格如佛光，學生打心底裡敬畏，自會用功。」

1916年，李叔同因神經衰弱，偶讀日本雜誌介紹斷食療法，遂赴杭州虎跑寺斷食17天。寺中清淨的氛圍與佛法的啟迪，讓他深刻領悟名利的虛妄。1918年，他處理掉珍藏的書籍、字畫、印章等，決意與過去的自己徹底決裂。同年，他在虎跑寺剃度出家，法號弘一，時年39歲。出家前，他將3個月薪水分3份：一份寄給原配妻子俞氏，一份給貧寒學生劉志平，一份連同玉珮、紅鬚轉交春山淑子，並附信一封：「我放下了，你也放下。世間財富如過眼雲煙，西天極樂再相逢。」

出家消息震動海內外。春山淑子痛不欲生，追問：「愛是甚麼？」弘一平靜答道：「愛是慈悲。」她又問：「法師慈悲世人，為何獨傷我？」弘一立於小舟，沉默良久，無言離去。同事江謙叔質問他拋家棄子，弘一淡然回應：「若抱病而亡，不想拋棄，又能如何？」他解釋，佛法並非消極，所謂「空」是止滅貪欲，得清涼光明。

出家後，弘一過上清苦生活。在泉州承天寺，他從垃圾堆撿布條，洗淨以補僧袍。房門貼「雖存若歿」，意為雖活著，如已死，以謝絕訪客。起初，他偶寄信給天津妻子，卻被退回，信封上陌生字跡寫著：「該人已往生，原封退還。」他誓非佛書不書，非佛語不語，但為弘法繼續寫書法。對俗人，他寫「但願眾生得離苦，不為自己求安樂」；對僧人，他寫「以戒為師」。

弘一初修淨土宗，後轉律宗，復興南山律宗，被尊為第十一代祖師。律宗戒律嚴苛，一舉一動皆有規。他投身其中，樂在其中。夏丏尊在寧波見他住破舊旅館，臭蟲僅兩三隻，他笑說：「很好」；毛巾破爛不堪，他說：「如新」；飯菜僅蘿蔔，他吃得如品珍饈。夏嘆：「世間無不好，此乃生活的藝術化。」

弘一反省年輕時的放蕩，用「不堪回首」總結罪孽。他創立南山律學院、佛教養正院，致力於戒律復興。病中，他深刻自省，甚至取消法師稱號。1938年，他在漳州弘法，皈依者數十人，後至晉江、泉州，信眾達六、七百。15歲少年李芳遠來信責其「應酬和尚」，弘一深感慚愧，自此謝絕宴請。抗戰期間，他雲遊四方，宣講「救國必須念佛」，以因果教化人心。

1942年10月13日，弘一在泉州圓寂，留下絕筆「悲欣交集」。火化出千餘舍利子，其百納衣上縫補兩百餘處。世人對他的出家爭論不休，有人嘆惜才子隕落，有人讚歎人格高潔。他用修行回答：懂者自懂，不懂者終將懂。

淨土燈塔——印光法師的隱世光芒

1923年阿彌陀佛誕辰，弘一法師跪於佛前，臂上焚香，一動不動，肌膚焦味瀰漫。他以至誠之心，祈求拜印光法師為師。這位隱於普陀山的「常慚愧僧」，何以贏得弘一如此虔敬？

印光法師1861年生於陝西郃陽，幼年浸潤儒家，受程朱理學影響，初不信佛。15歲病中偶讀佛經，豁然開朗，宛如撥雲見日。20歲，他欲投大慈恩寺出家，遭兄長強行拽回。次年，他終剃度，法號聖量，後改印光。在普陀山法雨寺，他隱修20餘年，過著清苦簡樸的生活，自稱「常慚愧僧」，以示自省。

50歲前，印光默默修行，不喜交際，鮮為人知。1912年，居士高鶴年將其文稿發表於《佛學叢報》，署名「常慚」。北京官員徐蔚如讀後深受觸動，專程上山求教，收集其信稿，編為《印光法師文鈔》。剛出家的弘一法師為其作序，盛讚：「如日月麗天，樸拙群品，照亮幽冥。」

弘一視印光為修行榜樣，頻頻書信請教。問閉關修行，印光勸其專一念佛，莫急求感應，以免成為障礙。問血寫經，印光告誡耗心力過甚，反妨精進念佛。弘一欲拜師，印光因誓不收徒而婉拒。弘一鍥而不捨，焚臂祈求，終感動印光，破誓收其為唯一出家弟子。弘一赴普陀法雨寺，7天朝夕相隨，細觀師父一舉一動：印光親掃房間、洗衣，每餐留一口飯擦碗，喝下洗碗水。弘一有樣學樣。印光語重心長：「要惜福。」此二字如電光火石，點醒弘一：惜福方能留福，享福則福盡。從此，弘一將惜福融入修行。

《印光文鈔》深入淺出，梁啟超讀後讚歎：「群盲之眼，為黑暗中人帶來光明。」他的皈依弟子達20餘萬，多為受過高等教育或留洋之人。印光法師從不與他們談玄論哲，只勸專心念佛。1922年，地方官為頌其教化功績，請總統徐世昌賜匾「徹悟圓明」。印光嚴辭拒絕：「圓明離我遠甚，瞎造謠言，徒增慚愧。」1935年，陝西大旱，他捐稿費千元，存摺僅剩百元，卻說：「救災即護法。」

印光80歲在念佛聲中圓寂，火化出千餘舍利子、五色舍利花。弘一悼念：「三百年來一人而已。」他弘揚淨土，密護諸宗，對近代佛教與傳統文化傳承貢獻卓著。（未完待續）

節選自《看中國會員專刊》第131期

▼歡迎關注
看中國
會員專刊

示意圖：ADOBE STOCK

▲印光法師教導弘一惜福方能留福。

成語故事

甚囂塵上

文｜心怡

「甚囂塵上」這則成語出自於《左傳．成公十六年》，意思是喧譁嘈雜，塵沙飛揚，原指軍隊作戰前的準備情況。後用「甚囂塵上」形容傳聞四起，議論紛紛；或指極為猖狂、囂張。

【典故說明】

《左傳．成公十六年》：

甲午晦，楚晨壓晉軍而陳。軍吏患之。

范匄趨進，曰：「塞井夷灶，陳於軍中而疏行首。晉、楚唯天所授，何患焉？」文子執戈逐之，曰：「國之存亡，天也，童子何知焉？」欒書曰：「楚師輕窕，固壘而待之，三日必退。退而擊之，必獲勝焉。」

郤至曰：「楚有六間，不可失也。其二卿相惡，王卒以舊，鄭陳而不整，蠻軍而不陳，陳不違晦，在陳而囂，合而加囂。各顧其後，莫有鬥心，舊不必良，以犯天忌，我必克之。」

楚子登巢車以望晉軍，子重使大宰伯州犁侍于王後。王曰：「騁而左右何也？」曰：「召軍吏也。」「皆聚於中軍矣。」曰：「合謀也。」「張幕矣。」曰：「虔卜於先君也。」「徹幕矣。」曰：「將發命也。」「甚囂且塵上矣。」曰：「將塞井夷灶而為行也。」「皆乘矣，左右執兵而下矣。」曰：「聽誓也。」「戰乎？」曰：「未可知也。」「乘而左右皆下矣。」曰：「戰禱也。」伯州犁以公卒告王。

注釋

❶楚子：此指楚共王。楚共王（西元前？～西元前560年），春秋時楚國國君。楚救鄭，與晉戰於鄢陵，為晉所敗，被晉將養由基射傷一目。

❷巢車：一種古代的兵車。車上有轆轤升降的瞭望臺，人在臺內，如鳥在巢中，故稱為「巢車」。可用來瞭望敵軍。

❸子重：西元前？～西元前570年，春秋時楚令尹。與子反等領軍和晉國戰於鄢陵。

❹大宰伯州犁：伯州犁（西元前?～西元前541年），春秋時晉國人。後因父親伯宗被譖殺奔楚。任職太宰，曾參與鄢陵之戰。大宰，即太宰，職官名，周制，統理百官之長。

❺騁：直馳、奔跑。

❻虔：恭敬有誠意的。

❼囂：嘈雜、喧嘩。

❽塞井夷灶：填滿水井，鏟平爐灶。

❾戰禱：作戰前的祈禱。

據《左傳．成公十六年》記載，春秋時魯成公十六年，楚出兵援救鄭，和晉軍在鄢陵遭遇。楚軍趁著清晨開拔到晉軍營前，並且部署好陣勢。楚共王登上巢車察看晉軍的情況，太宰伯州犁陪在身後負責解說各種徵候。其中，楚共王說：「晉軍甚囂且塵上矣。」也就是說晉軍營裡喧譁嘈雜，塵沙飛揚。伯州犁解釋說：「這是晉軍正在填滿水井，鏟平爐灶的徵候，代表他們即將行動。」所以「甚囂塵上」原來是指晉軍作戰前的準備情況。後來「甚囂塵上」被用來形容傳聞四起，議論紛紛。

【書證】

1. 清．王韜《淞隱漫錄．卷六．徐仲瑛》：「自此功名之心頓淡，顧以逆旅甚囂塵上，非養痾所宜，適相識之友有別墅在城南，精舍數椽，頗有泉石花木之勝，堪以養靜，遂移居焉。」

【用法說明】

一、形容傳聞四起、議論紛紛，用在「眾人談論」的表述上。

例句

1. 近日官商勾結的消息甚囂塵上。
2. 許多網絡傳言常傳得甚囂塵上，但事後都證實只是謠言。

二、指極為猖狂、囂張，用在「熱烈興盛」的表述上。

例句

1. 當前社會關說之風甚囂塵上。
2. 這個減肥方法曾一度甚囂塵上，但在熱潮過後即灰飛煙滅。

資料來源：教育部《成語典》進階版

示意圖：公有領域

▲晉軍營裡喧譁嘈雜，塵沙飛揚。

八萬年前的宇宙真相（上）

◎文：青蓮

地球是宇宙中的一座孤島，是8萬年前造物主給被流放的高層生命改正錯誤、淨化靈魂而創造的特殊場所。人類是來自高層空間的生命，只有經歷提升和淨化，才能返回原本的家園。



▲ 美國牙醫出版奇書《奧斯佩》，記載地球跨越8萬年的歷史，及人類的來源。

1882年，一位美國的牙科醫生出版了一本奇書《奧斯佩》，它描述了造物主如何創造宇宙、地球和人類和創造這一切的目的。書中還記載了地球跨越8萬年的歷史，以及地球人類的來源。

《奧斯佩》，意思是「天空、大地與精神」。作者約翰·紐布勒說，它既不是宗教書籍，也不是科學書籍，它是一部講述宇宙、地球和人類歷史的書。對人類來說，它也是一部預言書，預示了人類的未來。紐伯勒說這本書眞正的作者並不是他，而是創世主，他只是代筆的書寫者。

1880年，52歲的約翰·紐布勒（John Newbrough）是紐約一位功成名就的牙醫。但從某一天的早晨開始，他似乎被一股神秘的力量附身，開始瘋狂地書寫，寫的甚麼他一無所知。他描述說，自己完全受制於這股神秘力量，就像一個提線木偶被人操縱著在寫字。這種狀況持續了一年多的時間，他竟然完成了一本超過200萬字的巨著《奧斯佩》。他說他不需構思，每次被神靈指示書寫時就開始寫，指示完成時即放下，等待新的指示。當全部完成後，神靈告訴他可以閱讀了。此時，紐伯勒才知道自己代筆寫下的《奧斯佩》內容有多麼震撼，它不但涉及了宇宙的起源、結構和運作規律，還揭示了造物主創造地球、人類的目的，以及人類靈魂的淨化和昇華。

《奧斯佩》中描述，造物主通過漩渦的巨大力量，將周圍的物質凝結在一起，形成了地球。期間強烈的摩擦產生了大量的熱量，然後物質逐漸融化，形成了一個火球。隨著一種神秘物質的覆蓋，火球開始冷卻，植物和動物得以誕生。這一理論與如今科學對地球形成過程的解釋不謀而合，但卻早了幾十年。

關於太陽系和星系，《奧斯佩》中是這樣說的，宇宙軌道上的小漩渦慢慢形成了行星，而星系中的所有星體都在一個更大的漩渦——太陽的影響下規律運轉。

書中還描述，太陽系圍繞銀河系中心的高速運轉，銀河系之外還有更大的漩渦中心在運動。

而現代科學業已證實，銀河系和已觀測到的星系，多數呈漩渦狀，這一點在書籍誕生之前尚未被人類認知。

其實《奧斯佩》中創世主用旋風之力創造宇宙，以及宇宙中星系的漩渦狀運動，與道家的太極圖、佛家的萬字符所表述的宇宙也十分相似。

更令人驚訝的，是《奧斯佩》對暗物質和暗能量的描述：可見的物質只占宇宙的一小部分，而眞正占據主導地位的是肉眼無法觀測到的物質和能量。

這些當年石破天驚的理論，在今天都已經被科學證實或與現代科學對暗物質和暗能量的理解不謀而合。

《奧斯佩》提到，宇宙分爲可見和不可見兩部分，而不可見的世界是強大和永恆的。

創世主在造人之後，又爲人類創造了一個宇宙結構，由三個部分組成，人將這三個境界分別稱爲物質界、氛圍界和以太界。物質界是人類生活的可見環境，包括大地和地上的一切生物。而氛圍界和以太界則是肉眼看不見的。

創世主要讓這兩個看不見的境界管理看得見的物質界，人們所稱的天使或靈界生命，就生活在氛圍界和以太界之中。這兩個境界在書中常被合稱爲ES，因此《奧斯佩》所揭示的宇宙結構也被稱爲「三界」。

物質界相當於佛教的欲界，氛圍界則相當於欲界天或者色界，以太界則對應無色界。創世主又用旋風之力，在氛圍界中分出了三個境界，從下往上分別稱爲內布拉、吉艾和阿吉，這些名稱是人類未曾使用過的語言，只能音譯。

而人類的靈魂，是造物主的一部分，只有通過在物質世界中的體驗和成長，才能得以淨化。因此造物主創造了多個星球，每個星球都是生命的載體，而靈魂則在這些星球之間投胎轉世，體驗不同的生活。每個人的行爲都會影響靈魂的純淨度。

善良的行爲會使靈魂變得純淨，而惡劣的行爲則會使靈魂變得渾濁。這種靈魂密度的變化，決定了靈魂在離開可見世界後去往的靈界層次。

書中說，造物主讓靈魂在多個空間流轉的最終目的，是通過不斷的體驗和成長，使靈魂達到最高的純淨度。

《奧斯佩》說，人們認爲的天堂其實位於氛圍界和以太界，管理人類和物質界的神靈們多居於以太界；人們所稱的地獄，則存在於氛圍界的特定範圍內。人類在物質身體死亡後，不朽的靈會離開軀體，與天使無異。這些靈會根據生前的所思、所想、所做、所言，決定未來的去向：可能立刻回歸物質界再做人，也可能升入氛圍界成爲天使，或者進入氛圍界中的地獄與惡靈爲伍，極少數則可直接進入以太界，成爲高階天使。

（未完待續）



▶ 善行會使靈魂變得純淨，決定其離世去往的靈界層次。

墜毀軍機44年後現身

◎文：藍月

1949年1月，一架美國軍機在英國伯頓伍德機場附近墜毀。44年後，有人竟然看到了墜機前的一刻。



44年後，有人竟然看到了 44年前墜機前的一刻。

1993年，蘭開夏郡維根的一個居民，在一個風雨交加的早晨，看見空中有一架巨大的四引擎飛機，正掙扎著在低雲與強風中向北飛行。

那是一架C-54，道格拉斯製的「空中霸王」。那震耳欲聾的引擎聲表明，那不是這個時代的飛機。這位居民是個航天愛好者，長年參加航展，熟悉各類軍機特徵，能夠清楚辨認出這機型。他很奇怪，一架古董飛機爲何會出現在90年代的英國天空，而且是在如此惡劣的天氣裡。

後來，當他在網絡上看見一條44年前的墜機事件報導時，震驚不已。因爲墜毀的那架C-54A 45-543戰機，正是那個早晨出現在風雨中的飛機。

1949年1月7日，一架道格拉斯C-54A 45-543型飛機，從德國法蘭克福附近的萊茵-美因空軍基地出發，前往英國沃靈頓附近的伯頓伍德空軍基地進行定期維護。這是一架隸屬於美國空軍的第61戰術戰鬥機大隊第14戰術戰鬥機中隊的戰機。

飛機在下午1點12分起飛離開，預計2點45分到達目的地。但下午4點多的時候，機組人員向肖伯里皇家空軍基地尋求幫助，最終在接近4點半時飛越肖伯里，接著被指引飛往利物浦。原定要與斯皮克機場進行通訊，卻以失敗告終，機組人員只好與伯頓伍德聯繫。當時他們的飛機已經下降到430米左右的高度，位置是機場以南2分鐘。伯頓伍德的管制員在4點42分時允許他們以目視飛行規則（VFR）進場，不料這架飛機在4點50分時，飛進加斯唐附近的博蘭森林一處名叫Stake House Fell的地方墜毀，機上6名人員無一生還。

這位居民相信，自己應該是短暫經歷了某種時間縫隙，看見了這架飛機在命運終點前的最後一刻。

整版圖片來源：ADOBE STOCK

歡迎訂閱 看中國

《看中國》時報自2007年溫哥華開版以來，承蒙廣大讀者十幾年來的愛護與支持，本報同仁以巨大的努力，節儉自己，奉獻大家，為大眾提供免費服務。近期遭逢疫情爆發，為了廣大讀者的健康與方便，《看中國》特別推出報紙訂閱，讓讀者在此非常時期也能安心在家享受閱讀樂趣。



• 訂閱半年:$189 • 訂閱一年:$289

起訂日期	訂閱半年 □ 訂閱一年 □	電郵
姓名		電話
地址		

訂報郵寄地址: KZG Times Media Inc., PMB #181, 2242 Kingsway, Vancouver, BC V5N 5X6

聯繫電話: 604-288-0298 • 778-861-6856 電郵: od@kzgtimes.com

蔣中正在臺灣推動文化復興

文｜雲中悅

蔣中正與中華傳統文化有著不解之緣。雖然中年後皈依基督教，但他的思想主要以中國道統為根源。終其一生，他對中華傳統文化的倡導甚力，自詡以服膺和承繼儒家道統為己任。

AUTHENTICATED NEWS/ARCHIVE PHOTOS/GETTY IMAGES



▲ 1968年10月10日，蔣介石攜夫人宋美齡在臺北總統府出席國慶慶典。

蔣中正推崇陽明學

臺北北面有座草山，蔣介石退守臺灣後選擇這裡做官邸，並改稱「陽明山」，這裡的公園也改稱「陽明山公園」。

蔣中正對王陽明一直是十分推崇，他自言：「王陽明『知行合一』的哲學，我是自18歲從讀顧葆性先生時候起就開始研究的；以後50年來更曾經讀了再讀，研究了再研究，他的《傳習錄》與《大學問》這兩個小冊子，真是使得我百讀不倦，心向神馳，不知其樂之所止。」

蔣中正在臺灣推動傳統文化，臺北市區幾條東西向的主幹道被他重新命名，從北往南依次是忠孝、仁愛、信義、和平，此外還有四維、八德之類典自四書五經的路名。

由此可知，蔣中正與中華傳統文化有著不解之緣。雖然他中年後皈依基督教，但其思想主要以中國道統為根源。

終其一生，蔣中正對中華傳統文化的倡導甚力，自詡以服膺和承繼儒家道統為己任。他時常以儒家道統的衛道者自居，為此不惜殫精思慮。

公有領域



◀ 1950年，蔣介石退守臺灣後在臺北留影。

MEN-HUAN CHAO /WIKI/ CC BY-SA 4.0



◀ 臺灣的國民小學皆有懸掛蔣中正親書「禮義廉恥」匾。

中共文化革命 臺灣文化復興

1966年，毛澤東在中國大陸發起「文化大革命」、「破四舊運動」，對中華傳統文化蓄意嚴重破壞。幾乎與此同時，蔣中正在臺灣發起復興中華文化運動

為了保護中華文化，並與中共的文革運動分庭抗禮，1966年11月由孫科、王雲五、陳立夫、陳啟天、孔德成等一千五百人聯名發起，訴求以每年11月12日（即國父孫中山誕辰日）為「中華文化復興節」。次年（1967年）7月臺灣各界舉行「中華文化復興運動推行委員會」（文復會）發起大會，蔣中正親自任會長，運動即在臺灣和海外推行。

1966年10月10日，中華民國55週年國慶暨辛亥革命紀念日，蔣中正發表了〈告全國同胞書〉。他說：

「今年元旦中正曾經鄭重警告，奸匪正以其『毛澤東思想』的突出政治，及其義和團拳匪式的人民戰爭，橫暴恣睢，以造成恐怖之時代！大家都知道，凡是一個民族之存亡消長，全視其傳統文化之優劣文野而定。如其優秀文化，一旦毀滅，則民族精神，隨之喪失，而整個民族，亦等於名存實亡！我中華民族之所以可大可久，歷五千年而不墜者，就是其文化能綿延不絕，永恆保持，並隨其時代而進步，所以他能發揚光大，歷久彌新……」

文復會草創之初，蔣中正事必躬親。在他的督導下文復會，創建了眾多專門機構和委員會，比如：國民生活輔導委員會、文藝研究促進委員會、中國科學與文明編譯委員會、中國科學技術與發明獎助委員會、國劇推行委員會等。這些委員會各司其職，執行文化復興的具體工作。

如學術出版促進委員會負責整理出版古代思想典籍，向年輕一代普及學術精華，前後出版了大量中國古籍書目，像《周易今注今譯》、《老子今注今譯》、《詩經今注今譯》、《孟子今注今譯》等，還有《白話史記》、《白話資治通鑒》等。

負責倫理道德發揚工作的國民生活輔導委員會，則發起了「復興中華文化青年實踐運動」，制定出「國民生活須知」，對人們的衣食住行諸多生活方面提出基本範例，以期弘揚禮儀之邦的文明。經過修訂的「國民禮儀範例」1970年正式頒行，把對青年的培養目標擴展為全社會的生活理想。

提高全民素質文化生根

蔣中正非常重視國文和歷史教育，為了增強民族認同和民族自信，學校堅持以「民族教育」和「道德教育」並重政策。蔣中正指示：「國文是一國文化的根基，無論學習文科和理科的學生，都要特別注意。」

臺灣中小學校國文、歷史與中國文化相關的課程至少占了一半，各級學校都必須開設《生活與倫理》、《中國文化基本教材》等，重視學生的古文訓練和傳統文化的熏陶。蔣中正給各個學校共同校訓幾乎都是「禮義廉恥」，冀使傳統文化生根發芽。

蔣中正還督使教育實行經費保證和法律保證。自1969年始，臺灣義務教育從6年延長至9年，這不僅提高了全民素質，有助於經濟騰飛，也為傳統文化在社會生根埋下種子。而與此同時，蔣中正還通過中華民族傳統節日弘揚民族文化，進行民族精神教育。

在60年代推行「中華文化復興運動」的政策下，臺灣在當時從小學教育到大學的入學考試，以及政府的公務人員的考試，都大量強化了學習古典中華文化的相關科目。尤其是以孔子為主的儒家學說，受到特別的推崇。

原因也是因為，中共當時為了政治上的鬥爭，進行所謂「批林批孔」的運動，把孔子的儒家學說，打成「反動派的文化」。蔣中正為了反抗中共對孔子學說的打壓，在臺灣成立以維護孔子學說為使命的「孔孟學會」；也以復興中華文化為教育的目的，成立了「中國文化大學」，用以進行中華文化的發展和研究的任務。

蔣中正也發表一系列有關中華文化的學術著作，由堯、舜、禹、湯、文、武、周公、孔子一脈相承，並在學校裡進行忠孝教育，編用《文化基本教材》，讓學者推行孔孟學說，並在中小學實施公民倫理課程。

臺灣推動文化復興成果豐碩

中華文化復興運動對一整代的臺灣學者與青年產生了深遠的積極影響。由於政治上鼓勵文化尋根精神，臺灣的學術、文學與藝術等領域中，出現了不少洋溢著民族熱情的佳作。

此時學者徐復觀、牟宗三等人鼓吹新儒學，認為中華民族的文化逐漸式微，應靈根再植，他們發表了〈中華文化宣言〉，強調中華文化不但不應放棄，而是應該再造，以提供全人類新的精神指引；顏元叔教授出版了《民族主義文學》；來臺留學的馬來西亞華僑溫瑞安，創辦了「神州詩社」，充滿活力的文化人高信疆推動《龍族詩刊》等等。

可以說，在中國大陸文化大革命十年期間，在臺灣出現了一個復興中華文化的高潮。

值得一提的是：國民政府退守臺灣時把北京故宮博物院的重要文物，都搬運到臺灣來。也許是蔣先生有先見之明，如果當初沒有帶走這批文物，它們在文革中恐將被毀掉極難倖存。這在人類文明史上的大遷移中，可算是一件不可輕忽之事！因為這批搬運來臺灣的故宮文物，可以算是中華文明的一種精神象徵，並提供研究的寶貴材料，這也使得後來隨同國民政府遷移臺灣的這批知識分子，能夠依此護衛中華文明的精神。

1975年4月5日蔣中正逝世，其遺囑寫道：「實踐三民主義，光復大陸國土，復興民族文化，堅守民主陣容，為余畢生之志事。」

臺灣成為承繼傳統文化的希望

蔣中正先生以「復興中華文化，光復大陸國土」為口號，推行「中華文化復興運動」。中華文化復興運動，全面恢復了中華傳統文化，使得臺灣成為今日全球華人居住地區，最能承繼中華傳統文化的地區。

中華文化復興運動為臺灣幾代人打下了良好的國學基礎，在島上培植出豐富的文化土壤。在臺灣不但每逢孔子誕辰，島內孔廟要舉行慶典。在其他一些節日，社會名流均要舉辦詩歌雅集。

〈南枝春早圖〉傲骨嶙峋 格調清逸

文｜韓雨薇

梅花是「四君子」之首，象徵堅韌不拔、奮勇當先的精神。它以高潔和強韌的生命力，贏得了眾人的喜愛，自古以來，就是文人畫家寄託情懷、展現氣節的理想題材。

元代畫家王冕畫的〈南枝春早圖〉，堪稱墨梅畫作的典範。畫面上的梅花迎春怒放，清雅脫俗而又桀驁不馴，被視為他高潔品格及不與世俗同流合汙精神的體現，具有極高的藝術價值。

傲骨嶙峋 豪放不羈

此畫從畫面下方朝左畫一主幹，枝幹勁健，用濃墨填塗，顯得氣勢雄勁。下垂的枝幹上向上勃發數枝梅花，昂揚向上的枝幹，顯得豪放不羈、傲骨嶙峋。這些橫直交錯的枝條，蒼勁古奇，宛如在逆境中不願為命運屈服的勇者；也如修行者，在世俗中承受無盡的磨難，但仍不屈不饒，展現堅忍、剛毅的生命力。

繁花綴枝 生機盎然

宋人畫梅大多疏枝淺蕊，孤芳自賞。到了元代，王冕筆下的墨梅擺脫了枯燥的外形與彎曲枝蔓的束縛，創造出千絲萬簇、密枝繁花的欣欣向榮景象。清人朱方靄就曾在〈畫梅題記〉中說：「宋人畫梅，大都疏枝淺蕊，至元煮石山農（王冕的號）始易以繁花，千叢萬簇，倍覺豐神綽約，珠胎隱現，為此花別開生面。」

〈南枝春早圖〉之梅花採用兩筆圈花畫法，遠觀時繁花點點，且皎潔如玉，蔚成王冕「萬蕊千花」式的獨創風格。雖然枝繁花茂，但繁而不亂，圈花點蕊，別出新意，優雅且極具筆力的曲線，把梅花的美感發揮到極致。

不僅王冕的梅花圖採用這種畫法，後人畫梅也紛紛仿效，這也是後世尊他為畫梅聖手的主要原因。

王冕借梅自喻 一生只作墨梅香

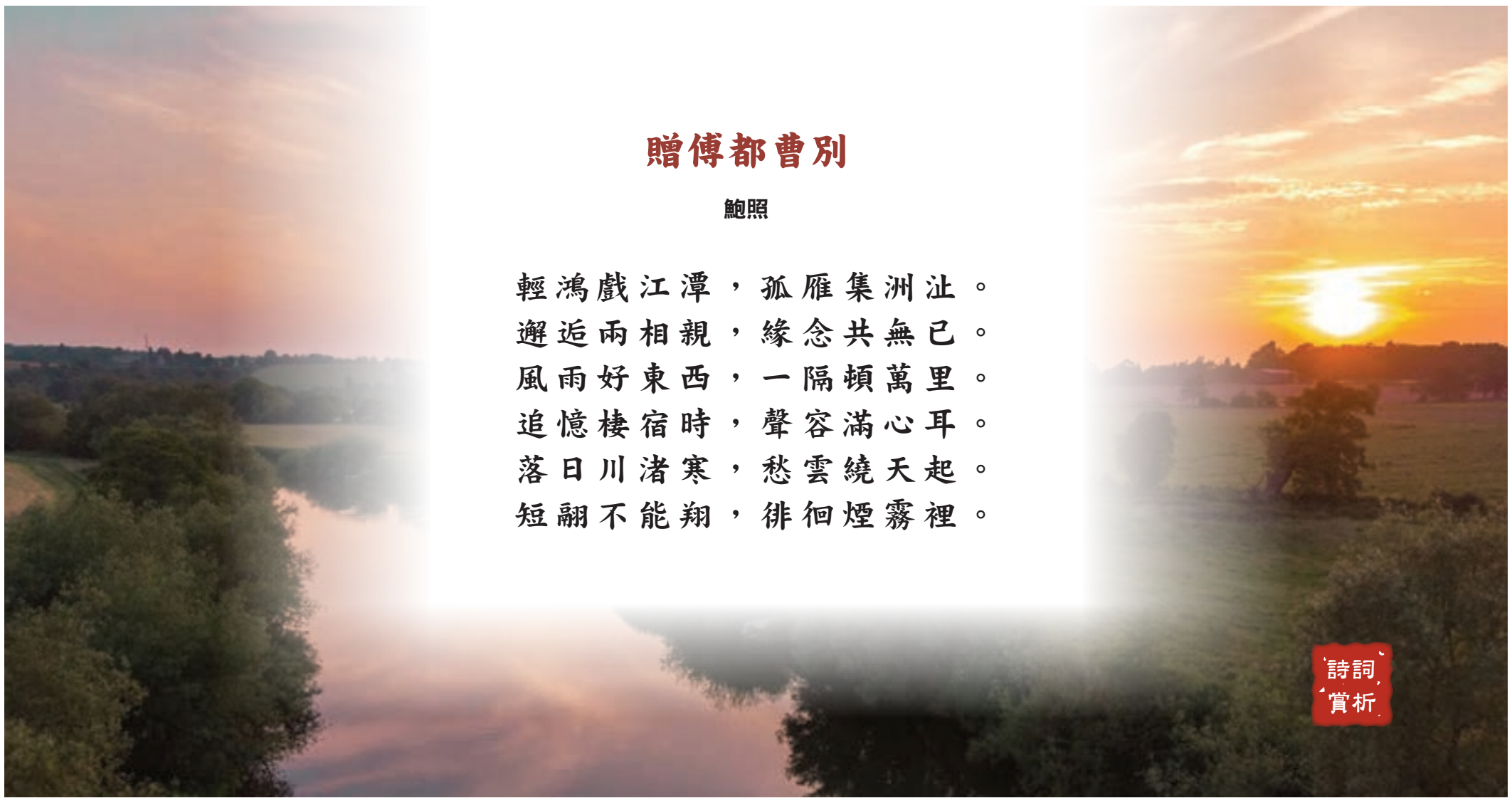
梅是古代文人喜愛的花卉之一，主要的原因在於它凌霜傲雪、冰清玉潔，是高潔堅貞的精神象徵。宋代以後，畫梅成為花鳥畫的一個專科。自釋仲仁、楊補之以來，出現了不少畫梅的大家，元朝著名畫家王冕就是其中的佼佼者。

王冕出身貧寒，靠自學成才。其性格孤傲輕功名利祿，一生愛好梅花。他種梅、詠梅也畫梅，並藉梅自喻。其所畫梅花生意盎然，勁健有力，對後世影響很大。存世畫跡有〈南枝早春圖〉、〈墨梅圖〉、〈三君子圖〉等。清朱方靄在〈畫梅題記〉中讚譽說：「畫梅須高人，非人梅則俗。會稽王煮石，妙筆繪寒玉。」



▶ 元代畫家王冕的墨梅畫作〈南枝春早圖〉。

圖：Unsplash/ Oslo Knappett



詩詞賞析

贈傅都曹別

鮑照

輕鴻戲江潭，孤雁集洲沚。
邂逅兩相親，緣念共無已。
風雨好東西，一隔頓萬里。
追憶棲宿時，聲容滿心耳。
落日川渚寒，愁雲繞天起。
短翮不能翔，徘徊煙霧裡。

作者介紹

鮑照（公元約415年～466年），南朝宋文學家，與顏延之、謝靈運合稱「元嘉三大家」。字明遠，祖籍東海（治所在今山東郯城西南，轄區包括今江蘇連水），久居建康（今南京）。家世貧賤，臨海王劉子頊鎮荊州時，任前軍參軍，故又稱他為鮑參軍。劉子頊作亂，鮑照為亂兵所害，年五十餘歲。他長於樂府詩，其七言詩對唐代詩歌的發展起了很重要的作用。與謝靈運、顏延之同創「元嘉體」，合稱「元嘉三大家」。有《鮑參軍集》。

創作背景

從詩意看來，作者和傅都曹是在他鄉作客中偶然相識，一見如故又匆匆而別的。這首詩就是作者贈別友人傅都曹時所作。

詩詞今譯

輕快的飛鴻戲耍在水邊，離群的孤雁棲息在小渚。

不期而遇竟能相愛相親，情意深長彼此永無終止。

遭風遇雨只得東西分飛，頃刻之間便已相隔萬里。

回想那雙宿雙棲的情景，你的音容充滿我的心耳。

落日使小洲的寒意轉濃，愁雲更繞天際瀰漫而起。

短小的翅膀哪能高飛遠翔，孤獨徘徊在寒煙濃霧裡。

詩詞解讀

這首詩是鮑照贈朋友詩中的代表作。由於通篇用「比」體，雖是一般古詩，卻有著濃郁的樂府民歌氣息。自漢魏以來，在文人作家所寫的古詩中，這一首還是很有創造性的。

全詩十二句，每四句一節，共三節。「輕鴻」四句寫與傅都曹志趣相投，親切訂交。「風雨」四句，寫兩人分手惜別時情景。「落日」四句，設想別後離愁，並寫自己看不到出路的苦悶。從結構看，並無什麼大的起伏波瀾，只是閒閒說起，悵悵結束。然而感情深摯，思緒萬千，體現了詩人一腔孤憤。

全詩以「鴻」喻傅都曹，以「雁」自喻。古人往往以鴻鵠並稱而以鳧雁對舉，鴻鵠象徵清高，鳧雁則跡近微賤，可見此詩一開頭便有揚傅而抑己的傾向，顯得傅尊而己卑。而在「鴻」字上，詩人更著一「輕」字，「輕」自然有可能軒翥於高空；而在「雁」上卻用了一個「孤」字，「孤」者，離群索居，寂寥無侶之謂。而「戲江潭」與「集洲沚」，一則高翔遨戲，一則獨自幽棲，不僅動靜不同，抑且有得意與失志之分。這兩句看似客觀描述，實已兩相對照，說明彼此命運若雲泥之懸殊。不過當二人無心邂逅，卻又過從甚密，兩兩相親。「邂逅」句表面上似平鋪直敘，實際上已隱含一層轉折；而第四句「緣念共無已」則又深入一層。「緣」者緣分，「念」者思念，「無已」，無終盡之謂。夫緣分無終盡，思念亦無終盡，非但作者對傅「緣念無已」，即傅對作者亦復如是，此正所謂「共無已」。這兩句本寫雙方交誼篤厚，情深意愜，卻以極平淡之筆出之，彷彿毫不著力。這就叫舉重若輕，好整以暇。

第二節第一句「風雨好東西」，頗費解。錢仲聯先生《鮑參軍集注增補》引張玉谷《古詩賞析》云：「言遭風雨而東西分飛也。」則「好」字無著落。錢增補云：「按，『風雨』句『好』字去聲。語本於《尚書·洪範》：『星有好風，星有好雨。』《偽孔傳》：『箕星好風，畢星好雨。』孔穎達〈正義〉：『箕，東方木宿。畢，西方金宿。』」按：錢所引證皆是。「好」與「善」無論為形容詞、名詞或動詞，皆屬同義。如言「好謀善斷」，即善謀善斷也。《洪範》之意，蓋言東方箕星善於引起颸風，西方畢星善於招來下雨。鮑照此句則近於倒裝，言東方之星善風，西方之星善雨，風雨方向不一，則鴻與雁亦隨之不得不分飛兩地，故下文緊接「一隔頓萬里」，「頓」者頓時、立即之謂。語近誇張，故情彌激切。且人在相聚時每當境不覺，及別後追思，則有不可驟得之感。所以作者此處乃把筆鋒掉轉，「追憶」二句蓋設想別後回憶當初同在一處「棲宿」之時（聞人倓《古詩箋》引〈禽經〉：「凡禽，林曰棲，水曰宿），則『心耳』之間充滿了彼此的『聲容』」。這裡流露別後互相思念之情已溢於言表，卻全從側面虛寫，文勢雖小有跌宕，仍不顯得著力。如果反覆詠嘆，自會覺得一往情深。謝靈運寫情，多從內心矛盾曲折處進行峭硬的刻畫，不深思冥索不易體會；而鮑照則多以自然平淡出之，彷彿古人說的「有若無，實若虛」。但鮑詩寫情多發自肺腑，稍加咀嚼，便回味無窮。

最後四句，乍看全是景語，實則句句抒情。「落日」本身就是孤寂的象徵，因日落而川渚生寒，則孤寂中帶出了淒涼蕭瑟的苦味。「愁雲」句明點「愁」字，而「愁雲」竟多得「繞天起」，則愁之不得解脫可想而知。「短翮」句以雁之不能高翔遠引喻己之窘迫跼促，說明詩人的處境是多麼使他苦惱。「徘徊」句乃找不到出路的最形象的描寫。試想萬里晴空，鴻雁高飛，該是多壯觀的景象；而今卻徘徊於煙霧迷茫之中，會感到透不過氣來，這真是悲劇性的場面了。好友遠別，滿腹心事再也無人可以傾訴，因贈別而自傷身世，從詩人構思的邏輯性來看，也是很自然的。全詩在戛然而止之中有著情韻不匱的餘味，令人歎服。

孩子長大後「不孝」的4個信號

【看中國訊】俗話說：「三歲看大，七歲看老」、「百善孝為先」。然而，現在的父母很多時候只想著怎樣讓孩子變優秀，卻常常忽略了要教孩子孝順。其實，一個從小能做到孝順父母的孩子，他的運氣也一定不會差。

一個孝順的孩子，跟父母的言行有很大的關係，父母的某些行為會直接導致孩子的不孝順。

現在很多父母的口頭禪是：

「孩子，家中好吃的都是你的！」

「寶貝，為了你我們可以犧牲一切！」

「你就只負責好好學習吧，其他事情都讓媽媽來！」……

或許，他們以為這是為了孩子好，但卻不知道一直這樣做，孩子就會越來越隨心所欲，一點也不會體諒父母。他們用錯誤的方式讓孩子成才了，卻忽略了教導他們要孝順。

如果發現孩子有下面這 4 種行為，父母就需要及時引導了！

一、隨意頂撞父母 惹父母生氣

頂撞父母，惹父母生氣，是孩子不孝順最常見的表現。

由於現在很多孩子是獨生子女的緣故，所以家長們會對他們百依百順，爺爺奶奶也很寵他們。偶爾一次沒有滿足他們的要求，他們就會頂撞父母，隨心所欲。

那些不懂事的孩子，在言語上沒有對父母起碼的尊重和客氣，甚至完全故意和父母反著來。父母說東，他們就說西，表現出明顯的自私和任性，難免讓父母傷心、生氣。

當然，並不是說孝順就是要對父母百依百順。



孝順最起碼要做到尊重和客氣（圖片來源：Unsplash/Vitaly Gariev）

當孩子開始頂撞自己，父母們就應該反思一下自己，是不是自己真的有些地方做得不好。如果真的是孩子開始耍小性子了，父母就要開始引導孩子，心平氣和地和孩子談一談。多問問他們為什麼不開心，為什麼唱反調，耐心地指導他們，擺正心態。

二、不懂得感恩

我們經常看到這樣的畫面：孩子飯後推開飯碗就去看電視或去玩了，父母則忙碌著收拾碗筷；家裡有好吃的東西，父母總是留給孩子品嚐，孩子卻很少請父母先吃；孩子生病，父母便細緻入微地關照，而父母身體不適，孩子卻很少問候甚至視而不見……

在這種氛圍中成長起來的孩子，習慣了接受家人給予的關懷與愛護，會認為家人對自己的愛是天經地義的，卻不知道如何去愛家人和身邊的人。

作為父母，我們應該教育孩子懂得感恩，可以從這幾點著手：

1. 不要對孩子付出太多、干預太多，不要為孩子打理一切事務。

2. 不要讓孩子吃「獨食」。

3. 不要「有求必應」，更不要「無求先應」，不要讓孩子擁有的東西來得太容易。

4. 可以經常給孩子講一講自己工作的艱辛。



積極了解孩子為什麼不開心（圖片來源：Unsplash/Evgeniy Alyoshin）

5. 父母要給孩子做出榜樣，給孩子「回報」的空間。

三、霸佔東西

很多孩子覺得自己是家裡的「小公主」、「小王子」，好吃的、好玩的當然應該全部歸自己才對。所以凡是家裡出現的自己喜歡的，不管是什麼，就一定要獨佔。其實這也是不孝順的一種表現。

父母是出於他們對孩子無私的愛，才甘願把一切好的東西都給孩子。

反過來，如果孩子能像父母愛孩子那樣去愛父母的話，是不是會很美好呢？

事實上，孩子驕縱慣了，非但不會把家裡最好的東西給父母，反而毫不謙讓地霸佔那些東西。

很多人只要餐桌上出現了自己愛吃的菜，就不願意讓任何人動一下筷子。

有了自己想看的電視節目，就不准任何人動一下遙控器。

有了自己喜歡的玩具，連父母碰一下也不允許。

眼裡只有自己，沒有他人，包括自己的父母，這哪裡算得上是一個孝順的人呢？

四、習慣把錯推給別人

現在有很多孩子盛氣凌人，一點都說不得。

很多事情，明明知道是自己做錯了，當你說他一句，他愣把責任推得一乾二淨，還把錯怪在家長身上。家長多說兩句，他會在地上撒潑打滾讓人拿他沒有辦法。

這類孩子，習慣了以自我為中心，而這一切都是父母的溺愛慣出來的。如果不及時改正，長大後他們肯定也好不到哪裡去。