

明報 溫哥華5:30新聞直播

多媒體 豐富您生活

2023.05.04 星期五

本報新聞內容豐富，包括：
 - 國際新聞
 - 加國新聞
 - 社區新聞
 - 體育新聞
 - 娛樂新聞
 - 生活新聞

QR Code

本周焦点 卡尼晤习修复关系计划访华 各自下令迅速解决贸易摩擦 **A2**

2025 · 11
7
 星期五(乙巳年九月十八)
 第 989 期

明報 汇聚数码多元化 紧贴时事全面睇

明報网站

530 新闻频道

Facebook Instagram WeChat YouTube Twitter

聚焦加国 放眼全球

QR Code

明声报

Canada's Other Voice

National Ethnic Press and Media Council of Canada

CANADIAN CHINESE EXPRESS Canada

QR Code

用明报手机 APP 看即时本地及加国新闻

明報 加拿大

明报手机 APP

iOS 及 Android 扫描 QR Code 即可下载

QR Code



殷桃



古力娜扎

卡尼晤习修复关系计划访华 各自下令迅速解决贸易摩擦

专家：与京接触须保持头脑清醒

加拿大总理卡尼10月31日在韩国与中国国家主席习近平会晤，这是两国领导人自2017年以来的首次正式会晤。卡尼接受了习近平的邀请，将会访问中国。两人均指示各自的官员「迅速解决悬而未决的贸易问题和摩擦点」。

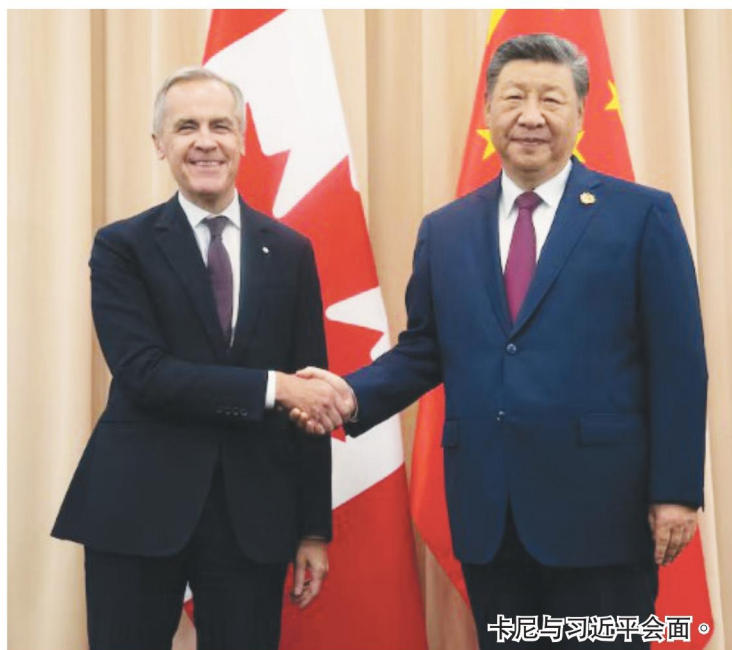
卡尼认为，加中关系已迎来转折点，加拿大修复与中国的关系为解决当前贸易争议开辟了道路。

卡尼：加中关系迎来转折点

是次会谈并没有取得任何具体的成果，诸如在加中两国的贸易战中得出协议。习近平表示，归功于双方的努力，加中关系已取得了复苏和积极的发展。他强调，是加方表达了愿意以务实和建设性的方式来促进双边关系，「我对此高度重视」。

卡尼与习近平在韩国举行的亚太经合组织（APEC）峰会期间举行会谈，是次会谈持续了近40分钟，较30日举行、持续约90分钟的「特习会」短得多。卡尼会后说，加中关系已迎来转折点，预测这将惠及加拿大家庭、企业和劳工。他补充，修复与北京的关系为解决当前的议题开辟了道路，这些议题中包括了贸易战。

根据加拿大政府在会谈后发表的官方声明，卡尼和习近平均指示各自的官员「迅速解决悬而未决的贸易问题和摩擦点」。声明还说，两位领导人就



包括农产品和农业食品等在内的敏感议题，诸如油菜籽、海鲜和电动汽车，探讨了解决方案。

卡尼与习近平会晤时，在镜头前表达了对两国关系恶化的遗憾，并表示他想要修复两国关系。他强调：「自加拿大与中国建立外交关系以来，55年已经过去了。但近年来，大家没有保持互动，距离不是解决问题的方法，也不符合您所倡导的以人为本发展理念，来服务我们的人民。」他表示，计划应习近平的邀请访问中国，但具体时间尚未确定。他还说：「我也欢迎访问中国的邀请，来开展进一步的对话。我非常期待这样做。」

习近平表示，他很高兴再次见到卡尼，他指的是卡尼在2024年从政之前曾前往中国访问。卡尼在当时是彭博社的董事会主席，他作为北美商业代表团的成员之一。

中方：加想追回失去的时间

中国政府在声明中说，从中国角度出发，加拿大政府想要「追回失去的时间」，并以「务实和建设性的方式」来取得成果。卡尼对习近平示好，标志了加拿大政府对华政策的突然转变。在不到3年前，加拿大政府还公开将中国描述为一个「日益具有破坏性」的世界大国。加拿大亚太基金会分管研究和战略的副主席纳吉布（Vina Nadjibulla）敦促联邦政府在对华问题上保持谨慎。「没有证据显示，中国共产党在诸如外国干涉、胁迫外交、南中国海或北极行动等核心问题上的行为发生了改变。与北京接触是必要的，包括在领导人层面的接触，但必须保持头脑清醒，与盟友协调一致，并精心安排接触顺序，以免削弱加拿大与美国或其他印太伙伴的谈判立场。」

盲目声援华府惹来周身蚁 加前外交官教路对付特朗普 倡与中国互惠互利对冲风险

美国总统特朗普在5个月内两度终止与加拿大的贸易谈判，前加拿大外交官、前亚太基金会行政总裁贝思德（Stewart Beck）日前撰文，建议加拿大适当地使用中国作为对冲，以对付特朗普。

贝思德在《环球邮报》撰文说：「我们必须捍卫《加美墨协议》（CUSMA）所涵盖的内容，美国占我们出口总额的75%。但贸易谈判在近期被终止表明，即使是我们最佳的外交努力，也无法保护我们。因此，这就是对冲策略的用武之地，你毋须放弃主要立场，但可通过构建替代方案来规避风险。」

「汽车制造商Stellantis早前宣布，计划将Jeep Compass车型的生产从宾顿市迁至伊利诺伊州，这将使多达3,000个加拿大的工作岗位面临风险。该公司将原因归咎于特朗普的关税政策。当美国的保护主义继续挤压我们的制造业根基时，我们的备用计划是什么？」

他指出，加拿大在近年来与中国全面脱钩，已造成了巨大破坏。在加拿大与中国对峙期间，中国已悄然占据了决定行业未来走向的技术领域的全球领导地位。中国企业现主宰了电动车电池，控制了关键矿物加工，并在制造规模方面领先。

他写道：「我们的回应呢？为了声援华盛顿，我们对中国电动车的进口征收100%的关税。结果

呢？特朗普仅仅因为一则电视广告就叫停贸易谈判，Stellantis将生产线迁往美国。中国的电动车技术在我们缺席的情况下继续发展，美国的关税却在迫使我们的汽车产业向国外流失。」

「我们现应向汽车行业的高管、工会领袖和省级政府提出具体的问题：与中国的战略合作能给我们带来什么好处？我们将面临哪些风险？还有哪些替代方案？与其条件反射式地予以拒绝，不如给利益相关者6周时间来评估具体方案，然后公开汇报。」

贝思德在其外交生涯的早期，曾在上海和台北工作。他写道：「在上世纪90年代末，我身在上海，当时通用汽车的第一间合资企业开始组装Buick Regal。根据中方要求，到第4年，40%的零部件必须在本地生产；在10年内，100%的零部件必须在本地生产。西方的企业为了进入中国市场，遵从了要求。结果呢？中国学习了我们的技术，发展了自身的能力，最终超越我们，尽管这离不开政府补贴。」

「与其直接阻挠中国电动车的进口，不如像他们当初与我们谈判那样，建立合资企业，将中国电动车技术引入加拿大。」贝思德认为，这并不局限于电动车，无论是关键矿产、人工智能还是绿色技术，均可采用这方法来与中国开展战略合作，而不是本能地将之拒之门外。

港救生艇收 3.6 万申请 2/3 仍待批 230 宗被拒

加拿大政府专门针对香港人移民的「救生艇」计划，自2021年推出以来，当中2个移民类别截至今年7月共收到3.6万宗申请，批准了1.2万宗，拒绝了230宗，通过率95.4%，成为香港人移民加国的主要通道。

该移民项目有效期至明年8月31日。

来自联邦移民部的数据，从2021年5月至2025年7月共收到36,500宗申请（A类17,145宗、B类19,355宗）。

其中批准通过的个案12,230宗（A类6,515宗、B类5,715宗）、被拒个案数230宗（A类95宗、B类135宗）、撤回个案数275宗（A类70宗、B类205宗）。

截至9月24日，移民部仍在处

理的申个案23,680宗，其中A类10,505宗，B类13,175宗。

从年份看，近年移民部收到的申请个案大幅增长，2021年和2022年，分别为690宗和1,090宗，而从2023年至今则大幅增加：2023年6,325宗、2024年19,230宗、2025年9,170宗（截至7月31日）。

2022年至今移民部批准的个案数目分别为：2021年有665宗、2022年有960宗、2023年有5,025

宗、2024年有4,185宗、2025年1,300宗（截至7月31日）。

从A、B两类移民看，2022年及以前申请A类移民的人数高于B类，2023年及以后B类申请则大幅增长，特别是2024年申请B类的人数突破万人。

移民部数据显示，透过该计划批准的开放工作许可签证的情况：截至7月底共收到工作许可及延长工作许可申请51,010宗，其中工作许可47,525宗，延长工作许可3,485宗，批准签发了42,550宗，拒绝了6,260宗，批准率86%，拒签率12%。

截至9月24日只有165个申案正在处理。



救生艇移民通过率为95.4%。

加新入境国际生减逾13万 教育界挽顶级留学地声誉

自联邦政府削减并限制学习许可数量，加拿大的国际学生入学人数急剧下降。根据移民部数据，2025年首8个月新入境国际学生人数减少了13.2万人，仅有89,430人。为了应对财务困境，加拿大教育界正齐心协力，试图挽救本国作为顶级留学目的地的声誉。

沙斯卡通理工学院（Saskatchewan Polytechnic）院长罗西亚（Larry Rosia）表示，「面对政策的不确定性、政治优先事项的转变、日益高涨的反移民情绪及来自新兴留学目的地的全球竞争，加拿大作为全球领先的留学地位正在迅速下降。这将为加拿大在人才引进方面带来长期挑战」。

该学院国际学生入学人数从4300人暴跌40%，导致今年预算缺口达1,500万元。学校已向87

名全职和兼职员工，以及14名管理人员发出裁员通知，并取消了17个专业项目。

罗西亚补充，目前这批国际学生毕业后，学校将遭受进一步打击。类似情况也发生在其他大专院校，加拿大价值386亿元的国际教育产业正受到严重冲击。根据安省公共服务雇员工会一项调查，安省高教系统有超过1万人被裁减，24所公立学院中600多个项目被取消。

加拿大国际教育局（Canadian Bureau for International Education）近日发起一项旨在重塑加拿大品牌形象的网络和社交媒体宣传活动。该局总裁兼首席执行官贝佐（Larissa Bezo）说：「如果总是谈论按摩院丑闻、低劣的教育、文凭工厂，所有这些言论只会损害人们对一个教育体系质量始

终保持世界一流的国家的认知。」

贝佐指的是前移民部长米勒的言论。去年1月，米勒为了回应公众对高移民率尤其是国际学生大量引进的强烈反对，在住房和生活成本危机日益严峻背景下，紧急叫停国际留学生项目。2024年将学习许可配额削减35%，2025年进一步削减10%，并限制国际学生的校外打工时间，以及毕业后获得工作许可和永久居留权的资格。

目前加拿大有80多万国际学生，低于2023年的100万。根据教育机构和国际学生线上平台ApplyBoard统计，渥太华今年的目标是发放30.59万份学习许可，但其中三分之二已发放给在加拿大的学生。根据移民部数据，2025年首8个月，新入境的国际学生人数减少了132,505人，仅89,430人。

渥京限留学生人数 大学区房租「急挫」

房屋租赁网站Rentals.ca日前发表报告指，加拿大政府自去年对国际留学生入境实施人数上限后，全国学生租屋市场「迅速降温」，各大学周边租盘租金明显回落。

报告指：「由于联邦政府对留学生签证新设上限，加拿大学生租屋市场正快速降温，令主要高等院校附近的租金回落，学生租客的选择增多。」

报告提到，在2020至2023年的3年间，国际学生人数几乎倍增，带来「破纪录的需求与有限的供应」。惟联邦政府去年开始设限后，学生高度集中的城市出现最明显租金跌幅。

卑诗省与安省为留学生最多的两个省份，租金跌势亦最显著。

安省平均租金下跌5.8%，多伦多跌幅达8.1%，基秦拿一滑

铁卢（Kitchener-Waterloo）地区下跌6.8%，伦敦（London）跌6.6%。报告指出，这些城市均为加国主要高等学府所在地。卑诗省整体平均租金下跌5.4%，其中温哥华下跌8.3%，维多利亚（Victoria）下跌8%，而本那比录得（Burnaby）最大跌幅，达11.5%。

数据显示，租金回落主要集中在大学及专上学院周边地区。以满地可为例，麦基尔大学（McGill University）附近一房单位租金下跌4.4%，远高于全市1.3%的跌幅。Rentals.ca发言人拉达斯（Giacomo Ladas）表示：「随着进入加拿大的国际学生减少，大专院校周边的租屋市场正出现真正的调整。这是多年来首次，学生租客能在校园附近找到较可负担的租盘，竞争明显减少。」

掌握护照驾照资料 「警局」视象乱真 本那比女子遇假公安失财百万

本那比近期再度出现冒充电讯公司职员及中国公安的诈骗案，有受害人误信被卷入欺诈案调查，由于对方能说出其护照及驾驶执照号码，从视像所见其背景更显示为布置精细的「警局」，受害人不虞有诈转帐 100 万元作「保释金」。

本那比皇家骑警发言人卡兰积 (Mike Kalanj) 表示，与低陆平原各地近期报告的类似案件一致，该名 34 岁女事主于 6 月接获自称为电讯公司职员的来电，对方声称她涉及一宗欺诈案调查，并将电话转接至事主认为是「中国警察局」的地方，与多名「执法人员」交谈。

卡兰积指受害人与「执法人员」其后改以视像会议方式沟通，背景出现布置精细的「警局」画面，对方甚至能说出受害人的护照及驾驶执照号码，令受害人深信对方为正规执法人员。

骗徒向受害人声称若不想被要求出国配合调查，可先支付保释金。最终，受害人最终于 7 月至 9 月间，分 4 次向骗徒转帐，合共损失 100 万元。

骑警：以假警局做背景前所未见

卡兰积指这类诈骗并非新手法，但这次骗徒以假警局做背景属前所未见，

「骗徒不断变换策略以诱骗金钱」。他提醒民众若有陌生人要求提供个人资料或金钱时，务必提高警觉，「收到类似电话应立即挂断和报警」。

他说警方目前仍未确定骗徒如何取得受害人的护照和驾照资料，也不清楚该「警局」是以布景搭建还是电脑生成。

近年诈骗集团运用人工智能 (AI) 技术制作逼真影像进行诈骗的个案急增，例如今年初香港一名跨国公司财务人员被骗徒以「深伪技术」(deepfake) 进行视讯会议欺骗，误以为自己与数名同事包括财务总监开会，最终公司损失 2560 万美元。

加拿大反诈骗中心 (Canadian Anti-Fraud Centre) 数据显示，今年截至 9 月 30 日已接获近 3.4 万宗诈骗报告，涉及近 5.2 万名受害人，累计损失金额 5.44 亿元，逼近去年全年的 6.45 亿。



骗徒手法日新月异，竟利用公安局做背景骗取受害人的信任。图为真正的中国公安局办公室的日常工作情景。(政府官网图片)

提取积蓄 RRSP 买金条比特币 退休夫妇遇网骗失逾百万破产

安省一对 70 多岁夫妇，从电脑屏幕上见到一个「警告」，于是拨打了屏幕上的电话号码，却遭到歹徒诈骗，导致他们失去毕生积蓄，损失逾百万元。

这对来自布兰特福德 (Bradford) 的夫妇表示，今年 3 月，他们的笔记型电脑上出现了一个「警告」。女事主说：「我无法关掉它。我试过 Ctrl+Alt+Delete，但它就是不消失。也无法关机。」

当二人拨打该号码时，对方说他们的银行帐户被黑客入侵，男事主更牵涉一些犯罪活动。男事主说：「他们说我的社会保险号码 (SIN) 已被泄露，正被一个涉及儿童色情、贩运人口和毒品的犯罪组织用来洗钱。」

在接下来的 5 个月里，骗徒告诉二人他们的银行帐户岌岌可危，必须遵循指示才能保护资金安全。

二人两个月内每天都收到骗徒电话，对方时称是加拿大反诈骗中心人员，时称是警方，时称加拿大财政部人员，之后开始指示这对夫妇从帐户中取出钱给他们，以便在调查期间「安全保管」。

二人被要求用这些钱买金条，并将部分钱放入比特币机。最终，二人买了 90 万元的金条和 101,990 元的比特币，损失超过 100 万元。不幸的是，这对夫妇还兑现了他们的注册退休储蓄计划 (RRSP)，因此明年报税时将面临超过 10 万元的税单，他们说不知道如何支付。

「我们的财务顾问曾警告我们，说这听起来很像诈骗。」女事主说。但二人没有听从警告，反而告诉顾问他们买金条是为了投资。

最后当二人再也没有钱可给骗徒时，骗徒断绝了所有联系。那时夫妇二人才意识到受骗。男事主说：「我们彻底崩溃了。听起来很愚蠢，有人居然会做这种事，但这 5 个月建立起来的信任，让我们相信这一定是合法的。」

加拿大退休人士协会 (CARP) 主席奎因 (Anthony Quinn) 说：「每天都有加拿大人失去毕生积蓄。」奎因表示，他认为银行需要采取额外措施，保护易受骗的老人免遭诈骗。



这对夫妇表示他们现在彻底破产，追回资金机会几乎为零。男事主说：「这些钱是我们一生的投资，是我们卖房子的钱，是我们打算留给儿子的钱。」

政府机构、警方调查人员和银行职员绝不会要求参与这样的调查，或要求买金条或将钱投入比特币。奎因说：「银行应该做更多，建立保护老人的基础设施，让他们不会成为这些骗徒的猎物。」

通利琴行
TOM LEE
Music

全新钢琴
仅\$4,998起

买钢琴请来通利琴行

我们代理世界顶级名牌钢琴・多种新旧钢琴可供选择



BOSTON PIANOS
波士顿钢琴



STEINWAY & SONS PIANOS
施坦威钢琴



ESSEX PIANOS
艾塞克斯钢琴



SCHIMMEL PIANOS
舒密尔钢琴



PETROF PIANOS
佩卓夫钢琴



SAUTER PIANOS
首德钢琴



YAMAHA PIANOS (NEW AND USED)
雅马哈系列钢琴 (新旧钢琴可供选择)



HOFFMANN & KÜHNE PIANOS
豪富曼钢琴

Boston
PIANO
DESIGNED BY STEINWAY & SONS®

STEINWAY & SONS

Essex
PIANO
DESIGNED BY STEINWAY & SONS®

SCHIMMEL
PIANOS

PETROF
PIANOS SINCE 1864

SAUTER
Pianohermanufaktur

YAMAHA

AVANTGRAND

disklavier
BY YAMAHA

HOFFMANN & KÜHNE

特许经销商

请即致电我们预约参观选琴



七天营业

温哥华市中心旗舰店: 728 Granville Street (604) 685-8471 (Canada Line - City Centre | Expo Line - Granville)
列治文: (604) 273-6661 | 高贵林: (604) 941-8447 | 兰里: (604) 532-8303 | 维多利亚: (250) 383-5222 | chinese.tomleemusic.ca

服务大温地区超过50年, 已为千万家庭提供钢琴及各类乐器

选取「懒惰男」Grok 没年龄警告 母指控 Model 3 聊天机械人 谈 C 朗美斯索 12 岁子裸照

多伦多一位母亲声称，她 12 岁的儿子在特斯拉电动车内，与车内的人工智能（AI）聊天机械人 Grok 谈起足球明星，而机械人却对小朋友回答说：「给我发裸照！」

曾经担任记者和主播的纳赛尔（Farah Nasser）表示，本月 17 日她开车接儿子和 10 岁的女儿放学回家时，她儿子问 Grok，在著名足球球星 C 朗和美斯之间，Grok 更喜欢哪一个？

纳赛尔说：「起初我儿子听到聊天机械人认为 C 朗是更好的球员时非常兴奋。机械人还说了一些关于美斯的废话。当我儿子开玩笑说 C 朗进球的时候，对话突然出现一个意想不到的变化。」



特斯拉 Model 3 电动车内可使用聊天机械人 Grok。

「Grok 竟然对我儿子说，『为什么不给我发一些裸照呢？』」「我当时呆着。为什么一个聊天机械人，会在我们的家庭车里面要求我的孩子给它发送裸照？这简直不可理喻！」

纳赛尔表示，如果她早知道聊天机械人会这样说话，她绝不会让孩子接触它。如今纳赛尔正在警告其他家长提防聊天机械人还会说出什么奇怪的话来。CBC 电视台未能独立核实纳赛尔所说的情况。纳赛尔

和其家人自 2022 年以来，一直拥有一辆特斯拉 Model 3 电动房车。而该 AI 聊天机械人是由特斯拉行政总裁马斯克（Elon Musk）的 xAI 人工智能创建生成。这新功能从今年夏天在美国的一些特斯拉电动车上安装，并于 10 月在加拿大的车上上载。

聊天机械人已经与社交媒体平台 X 整合，该平台是 xAI 的子公司。它在默认设置中有几种「个性」可供选择。有活泼开朗的女性 Ara；冷静的男性 Rex；舒缓平静的女性 Eve；圆滑的男性 Sal；以及懒惰的男性 Gork。纳赛尔的儿子选择了 Gork。纳赛尔说：「『懒惰男』并不足以描述 Gork。如出现『限制级』、『火辣』字样，我都会确保我的孩子不会按下那个按钮。」

她承认，她没有激活「儿童模式」功能。但她对聊天机器人的默认设置允许此类内容感到震惊。「这本来只是一场关于足球的对话，然后它就开始索要裸照。」

特斯拉没有回应 CBC 电视台关于纳赛尔的经历的提问。而 xAI 则提供了一份似乎是自动回覆的声明，称「传统媒体在撒谎」。根据 xAI 的政策，Grok「不面向」13 岁以下的儿童，而 13 至 17 岁的青少年必须获得父母或法定监护人的许可才能使用，并且他们必须同意公司的服务条款。

纳赛尔说：「作为父母，我们不会阅读每一样东西的条款和条件。我认为期望每个人都这样做是不现实的。我原以为会有一个警告或什么东西弹出来，问『你年满 13 岁了吗？』」

目录

2025 年 11 月 7 日

第 989 期

■ 本周焦点	2	■ 饮食	47
■ 加国一周	3	■ 旅游	48
■ 加国焦点	14	■ 工商广场	49
■ 亚洲透视	16	■ 分类广场	52
■ 神州众生相	25	■ 分类广场	53
■ 娱乐	36	■ 女性健康	54
■ 升学教育	40	■ 健康新知	55
■ 漫画	42	■ 饮食健康	56
■ 音乐	43		
■ 亲子专栏	44		
■ 明星美食	45		
■ 营养饮食	46		

iPad版



明声报广告热线：604-231-8992

传真：604-231-9882

电邮：sales@mingpaovan.com

地址：5368 Parkwood Place Richmond, B.C., V6V 2N1

本那比女子遇假公安 失财百万



A4

全国职位空缺近 10 年新低 卑诗安大略魁省跌幅最大



A8

野花牌綠蜂膠™

唯一 **國際認證**

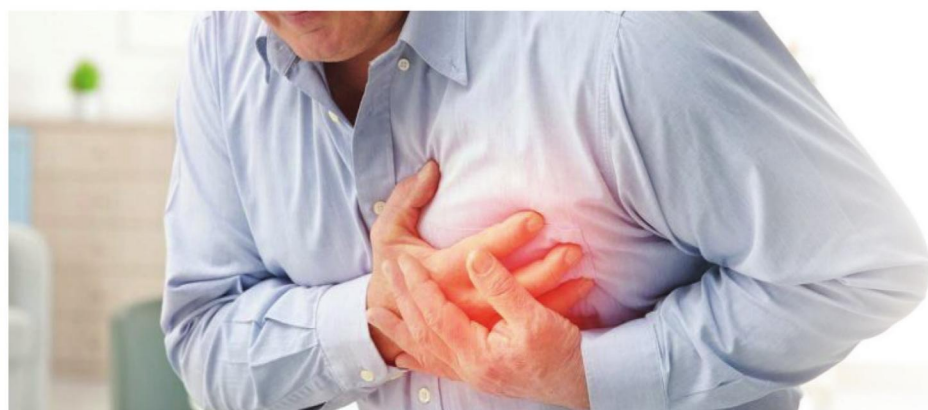
全球唯一獲得全球HACCP食品安全體系質量認證的巴西綠蜂膠

唯一 **濃度最高**

全球唯一淨濃度最高達到85%【類黃酮】含量超高的蜂膠

唯一 **頂級原料**

全球唯一特供出口北美亞太地區的CLASS A頂級野生綠蜂膠



高膽固醇通常沒有明顯的癥狀，被稱為“沉默的殺手”直到出現了心血管疾病等併發癥才會發現。然而，長期高膽固醇水平早已在心血管系統內造成損害...

胸痛

心慌

惡心

失眠

膽固醇輕鬆降 心血管更健康

- A 有助於維持心血管健康
- B 有助於維持健康的血糖水平
- C 有助於促進健康的葡萄糖代謝
- D 幫助促進健康的膽固醇/甘油三酯



掃碼訂購立減 \$10



中文網站便捷下單

巴西原装进口野花牌綠蜂膠Apiario Silvestre
北美亞太總代理Royal Natural Products Co.

加拿大皇家天然品有限公司

加拿大多倫多總部地址: 7130 Warden Ave., Suite 406, Markham ON L3R1S2 Canada 諮詢電話: 416-888-6868
官方郵件: service@bpropolis.com 官方網址: royalnaturalcanada.com 北美免費長途: 1-866-690-4888

全国最富有 1% 纳税人 前年平均收入 60.6 万

联邦统计局最新发布的「高收入加拿大人」报告显示，2023 年全国收入最高的 1% 纳税人，平均收入达 60.6 万元，远高于全体纳税人平均的 5.99 万元（经通胀调整后）。

报告称，大多数群体的平均收入于 2023 年均有所下降，其中收入最高的 1% 人群收入减少 0.6%，其他大多数人群的收入则回落 0.3%，延续 2022 年 3.2% 的跌幅。跌幅最大的是最顶尖的 0.1% 群体，平均收入虽高达 213.19 万元，但仍下滑 1%。新冠疫情后，加拿大经济持续调整，包括 GDP 增长放缓、人口快速增长（主要由非永久居民大幅增加推动）及通胀率达 3.9%，这些因素都对 2023 年的收入产生影响。

根据统计局数据，2023 年若年收入达 29.38 万元，就可跻身全国收入最高的 1% 群体；若收入达 93.01 万元，可进入 0.1% 群体；而年收入超过 348.76 万元者，则属于最顶尖的 0.01%。

尽管整体高收入群体收入下跌，最顶尖的 0.01% 反而逆势增长，平均收入达 774.31 万元，较前一年微升 0.2%。这群体的收入主要来自投资、股息及工资以外的收入。相比之下，加拿大普罗民众约三分之二的收入来自薪金，显示高收入者与普罗大众在收入来源上存在显著差异。

2023 年收入最高的 1% 纳税人中，女性占比按年升 0.8%，她们的平均收入增加 0.4%，即 54.75 万元；至于收入最高的 1% 男性平均收入则减少 0.8% 至 62.7 万元。同年全国收入最高 1% 人群年度持续报税率以安省最高，为 72.5%。各地年度持续报税率也有显著反弹，从 2022 年的 54.6% 升至 2023 年的 60.2%，但仍比全国平均值低逾 10%。



联邦统计局发布「高收入加拿大人」报告。

全国职位空缺近 10 年新低 卑诗安大略魁省跌幅最大



在渥太华罗渣士中心举行的招聘会，有大批求职者排队等候。

加拿大统计局最新数据显示，今年 8 月全国职位空缺按月下跌了 2.4%，降至 457,400 个，为近 10 年最低水平，按年则跌了 15.2%。

统计局指出，数字反映劳动力市场进一步收紧，求职者面临日益严峻的就业市场。相比而言，2017 年 8 月职位空缺为 435,500 个。以上统计不包括 2020 年 4 月至 9 月的情况，当时正值新冠疫情大流行，未有统计。

8 月份职位空缺率为 2.6%，跟 7 月的数字一样。去年 8 月的数字是 3.0%。

统计局指出，今年的职位空缺数量与失业率上升的情况相吻合。8 月份的「失业对空缺比率」为 3.5，即每个职位空缺就有 3.5 人失业，数字是自 2016 年 11 月以

来最高者。

8 月失业率为 7.1%，按年升了 0.4 百分点。

在各个行业中，仅农业、林业、渔业及狩猎业录得职位空缺增加，其余行业变化不大。

报告显示，可供应聘的职位减少，加剧了劳动市场竞争。当中，运输及仓储、资讯及文化，以及零售与批发贸易行业录得最高失业率。

地区方面，卑诗、安省及魁省职位空缺跌幅最大；爱德华王子岛、纽省及斯高沙省变化不大。

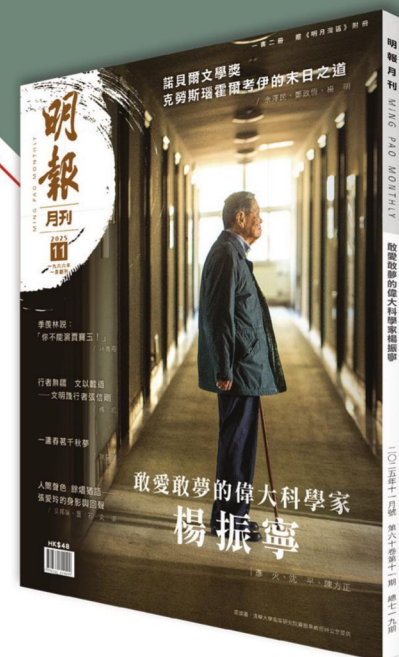
另一方面，8 月全国平均周薪按年上升 3%，至 1,312 元，增幅略低于 7 月的 3.2%。按月比较，8 月平均周薪维持不变。

《明報月刊》十一月號

敢愛敢夢的偉大科學家楊振寧

彥火、沈平、陳方正

十月十八日，本刊顧問、中國物理學家、一九五七年諾貝爾物理學獎得主楊振寧，在北京逝世，享高壽一百零三歲。《明報月刊》封面特輯懷緬楊振寧。彥火形容楊振寧「以『寧拙毋巧』的態度攀登科學高峰，以『中西融合』的智慧跨越文化鴻溝，以『敢愛敢夢』的勇氣實踐詩意人生」。楊振寧外甥沈平，細訴跟大舅的遊歷，以及在人生中對他一家人的幫助。陳方正描述楊振寧得到諾貝爾獎之後，如何一步一步「幫助中國人改變了自己覺得不如人的心理作用」。



諾貝爾文學獎 克勞斯瑙霍爾考伊的末日之道

／余澤民、鄭政恆、楊明

二〇二五年十月九日，匈牙利作家拉斯洛·克勞斯瑙霍爾考伊榮獲諾貝爾文學獎，瑞典學院給出的關鍵語是「在末日恐懼之中，再次肯定藝術的力量」。《明報月刊》特輯，余澤民以譯者及朋友的身份細述他與拉斯洛始於一九九三年、以李白為紐帶的文學因緣；鄭政恆剖析拉斯洛作品如何將東歐的歷史陰影昇華為普世文學藝術；楊明則聚焦《撒旦探戈》，探討小說透過象徵手法呈現的政權末期集體迷失。

立法會「騰籠換鳥」的觀察

／劉銳紹

從「騰籠換鳥」到統戰得失，本文以多重角度審視立法會人事更迭的動因與影響，並以當年統戰陳方安生的案例，折射制度邏輯與政治文化的微妙變化。

行者無疆 文以載道——文明踐行者張信剛

／傅曉

張信剛今年夏天推出「大絲路行紀」三部曲第二部《穿越綠洲絲路》，並於香港書展舉辦了「行者無疆：絲路行紀與文明足音」講座。是次專訪大談他對大絲路的探究與想法，以及其文明踐行者的多年實踐與信念。

精采要目

殷培基：雕陀

曾淵滄：北部開發帶來新機遇

邱健恩：丁星火與李春雨

心田集：金聖華、張曉風、鍾玲、韓應飛

隨刊附送：文化附冊《明月灣區》

特稿：多瑙河畔，又一段諾獎佳話／張執任

幾見花開一任年光換——澳門文學小記／穆欣欣

萬花筒：小明會返香港嗎？——廣東童謠趣談／韋然

追記一場仲夏的文學聚會／崔文冰

亦舒錯評張愛玲／莊園

文學開拓人世間的海闊天空／朱華



電子 Emag 版
訂閱 QR CODE

訂閱詳情請參閱《明報月刊》及《明報》，或致電 2515 5416 查詢，
亦歡迎瀏覽網站：<http://www.mingpaomonthly.com>

原住民部族判拥列市地权案 尹大卫拟要求暂缓执行裁决

高域根（Cowichan）原住民部族早前获卑诗最高法院确认在列治文东南部一幅土地拥有地权，引发外界对私人土地业权影响的广泛关注，卑诗省长尹大卫（David Eby）称将要求暂缓执行裁决，让卑诗上诉法院有足够时间审理。



大批列市居民日前参与市府就原住民地权裁决举办的说明会。（资料图片）

尹大卫本10月29日表示，省府将要求暂缓执行高域根部族列治文地权案的裁决，让上诉法院有机会就这宗具有里程碑意义的案件方向提供更清晰指引与协助。

卑诗最高法院今年8月裁定，高域根原住民部族在列治文东南部一幅面积约7.5平方公里土地拥有地权，政府在该土地颁授的私人业权均属无效，且是对高域根原住民部族权利的不当侵犯。虽然省府辩称原住民地权与私人业权无法在同一土地上完整共存，要求法院暂缓执行原住民地权，列市府则要求撤销原住民地权，惟两项主张最终均被驳回，法院为裁决设18个月暂缓期，让高域根原住民部族及各级政府有时间作出必要安排。

尹大卫承认裁决令区内许多人感到非常不安，包括涉案土地约150名私人业权拥有者，律政厅长丽莎玛（Niki Sharma）及其团队正收集业主信息，包括自判决后能否顺利获得按揭或融资，并呼吁受影响居民与省府联络，「省府对此案极为重视，我们在庭上提出的理

据具说服力，并相信在上訴中仍有胜算。」

然而高域根原住民部族批评尹大卫及其他官员散播「误导讯息」，并强调诉讼并非意图推翻私人业权。

卑诗保守党党领罗仕德（John Rustad）指出，省府要求暂缓执行裁决并未带来真正的确定性，因为案件仍未厘清私人业权能否与原住民地权共存，「人们需要知道其产权保障现状，但现在这点正受到质疑，此案或会影响全省各地社区及业主。」

列市府近日就事件举行公众说明会，数百名居民及业主到场，现场气氛一度紧张，其中一名受影响业主马图（Kal Mattu）批评当局未有及早通知私人业权拥有者关于该案的进展，并计划就此提出诉讼。

此外，北温市府日前警告指发现近期网上流传一封声称由该市「原住民申索审查委员会」发出的信件，敦促业主聘请律师确保物业不受原住民申索影响，当局澄清该信件为虚假讯息，提醒民众毋须理会。



温哥华岛一个原住民部族已签订合同收购大温地区两间赌场，位于列市的河石赌场是其中一间。（资料图片）

温岛原住民部族购列市河石赌场 待当局审批

温哥华岛一个原住民部族宣布，已签订合同收购大温地区两间赌场。交易金额尚未公布，仍待监管批准，一旦成事，有望成为本国最大的原住民博彩营运商。

纳奈莫（Nanaimo）原住民 Snuneymuxw 部族透露，其全资拥有的 Petroglyph Development Group，已与加拿大赌业巨头大加拿大博彩公司（Great Canadian Gaming Corporation）签署协议，收购列治文河石赌场度假村（River Rock Casino Resort）及枫树岭的 Chances Maple Ridge。该集团今年较早时已收购纳奈莫赌场（Casino Nanaimo）和维多利亚市的 Elements Casino Victoria。

至于有关收购价格及其他条款尚未披露，并需获取相关监管机构审批。

Snuneymuxw 部族酋长怀斯（Mike Wyse）表示，这项收购是迈向经济自主的重要一步，将为该原住民部族带来「持久的繁荣」。

拥有河石赌场位于菲沙河畔地皮的马斯琴部族（Musqueam）亦称，很高兴与 Snuneymuxw 部族就是次收购达成原则性合作协议。马斯琴酋长斯帕罗（Wayne Sparrow）形容，这项合作是「原住民部族之间携手合作的典范」，将为两个社区创造更多就业机会及经济发展。



翠明假期

BC Travel Wholesale No. 2668, 29122

网址: www.charmingholidays.ca
列治文时代坊: 604-231-6038
查询热线: 604-233-0081



更多行程

33团已
保证出发

领跑欧洲、再度闪亮

首10位报名,
每房优惠高达\$400
(2人1房计)

2025年11月至2026年3月出发之西欧、东欧、南欧旅行团现已接受报名!

首10位报名,除原有晨鸟优惠外每房再减\$100。

每房最高劲减可达\$500 (2人1房计算) 名额有限,额满即止

全程采用49座或以上之豪华旅游巴士,安全舒适。
非一般小型巴士及司机兼导游之服务可相比。

■ 保证出发
● 热门出发

★ 全程高级食住 ★ 精选四星酒店
★ 丰富自助早餐 ★ 华语领队悉心照顾



杜丽多古城(西班牙)

11天葡、西豪情游 EUM

畅游:葡萄牙、西班牙、直布罗陀
* 参观马德里大皇宫(包专业导游)
* 塞维尔大教堂及钟楼(包专业导游)
* 哥多华大教堂清真寺(包专业导游)
2025年11月27日;12月4、14、16、23、24日;
2026年1月15日;2月5日;
3月5、12、19、26日

热门出发3月19日

\$4099起

8天欧洲晶钻之旅 EES

畅游:法国、德国、荷兰、比利时、英国
* 游览独具法国风情山岗~蒙玛特山
* 到访建于1880年的德国科隆大教堂
* 巴黎及伦敦各住宿两个晚上
2025年11月23、30日;
12月7、21、25、28日
2026年1月1、18日;2月15日;
3月15、22、29日

热门出发3月15、22日

\$3699起

10/12/14天欧洲精华游 EHT

* 罗马:独家安排豪华商务客车穿梭于主要景点
* 琉森:乘登山缆车到海拔7000英尺皮拉图斯山
* 巴黎:罗浮宫博物馆(包专业导游)
* 科隆:享用德式烤猪手晚餐
2025年11月24日;12月1、15、19、22、26日;
2026年1月12日;2月9日;3月9、16、23日

热门出发3月16日

\$4099起

12天东欧典雅之旅 EVC

畅游:奥地利、匈牙利、克罗地亚、斯洛文尼亚、捷克、德国、波兰
* 维也纳,参观逊布伦宫御花园
* 斯洛文尼亚,进入布斯当娜钟乳洞(包专业导游)
2025年12月10、13日;
2026年1月14日;2月4日;3月4、11、18日

热门出发3月18日

\$3899起

报名及查询,请与各大特约旅行社联系。

大多区强制卖屋个案激增 单亲母欠抵押贷款遭换锁

63岁的莫里什(Yvonne Morrish)今年初回到其位于安省士嘉堡的平房时,发现门锁被换。大门上一张通知写着,在她错过了一笔抵押贷款还款后,RiverRock抵押贷款投资公司已依法占有该房产。她忆述,当时「完全难以置信和震惊」。

【RiverRock 总裁兼首席执行官基普里亚努(Nick Kyprianou)表示,由于《隐私法》,他无法讨论莫里什案的具体细节,但他证实莫里什确实与该公司有抵押贷款,并且在2024年底她错过一次还款。

他说:「抵押贷款是最简单的合约。如果已启动法律行动,那是因为你没有按时还款,而且我们无法达成某种解决方案。」

莫里什遇到的情况被称为强制出售(power of sale),即借款人拖欠抵押贷款,放款人接管房屋并将其出售,以追回所欠款项。

根据 Realosophy Realty 总裁兼房地产经纪帕萨利斯(John Pasalis)提供的MLS数据,强制出售个案在大多伦多区正不断增加,特别是在宾顿市、布罗克(Brock)和士嘉堡等郊区。在今年1至9月间,士嘉堡北部 Highland Creek 社区(莫里什

房产邻区),在大多区各社区中名列榜首,有9.9%的新挂牌房源属于强制出售、大约每10个新挂牌房源中就有一个。

莫里什是位单亲妈妈,长期受慢性健康问题困扰。她表示,在过去15年里,她曾动用这幢三居室房屋的资产净值来开设两间小生意,但最终都失败了。她表示,在无法支付2024年12月约6,200元的抵押贷款后,RiverRock试图声称她的房屋已被废弃,这将使他们能够更快地换锁。

经纪质疑多业主过度投资

基普里亚努表示,房屋没有被「废弃」,是「不真实的」。「就法律行动而言,我们从不偏离规章。」他补充,如果一幢房屋根据法律「被视为废弃」,该公司就可以换锁,「这有一整套流程」。

基普里亚努指,他们为借款人「处理所有事情」,包括雇请搬家公司和帮助他们找到另一个住



若業主無法清還抵押貸款,銀行或放款人可以把物業強行出售。

处,甚至支付第一个月 and 最后一个月的房租。由于他们与借款人合作的策略,他们的强制出售个案在过去几年中实际上有所下降,目前在安省只有「5至6宗」正在进行中。

Realosophy Realty 的帕萨利斯表示,强制出售的激增,部分原因是许多人在抵押贷款续约时遇到了高得多的利率,而他们在5年前的疫情期间利率非常低。他们也怀疑,在这种情况下,许多业

主都是「过度扩张」的投资者。他计算了今年1至9月大多伦多区新MLS挂牌房源中强制出售的百分比,发现强制出售在全市范围内飙升,几乎占新挂牌房源的1%。

银主盘量3年飏10倍 业界指对加房市影响微

多伦多有地产经纪指出,鉴于愈来愈多的加拿大业主难以偿还房屋按揭贷款,迫使一些贷款机构别无选择,只能接管房屋并将其出售,强制拍卖房屋(俗称银主盘)的数量在过往几年来持续增多,自2023年以来已增加10倍。

华裔地产经纪肖郎指出,在

2022年之前,房地产市场上几乎没有银主盘,但从2023年开始,银主盘主要与私贷客户断供相关;而从2024年开始,涉及B类银行房贷客户的强制拍卖房增多,踏入2025年,银主盘主要与加拿大5大银行的房贷客户断供相关。

他说:「我有一名在大银行任

高管的客户,据他透露,自2023年以来,银主盘的数量已增加了10倍。

加拿大有140万个家庭最少拖欠了1个月的房屋按揭贷款还款的利息。通常而言,如果业主没有缴付房屋按揭贷款还款的利息长达6个月,银行就可能采取行动,接管房屋并将其出售。」

但肖郎指出,银主盘对于整体的房地产市场的影响仍是很小的。总的来说,银主盘所占的比例很小;例如,在房屋中所占的比例不超过2%,在共管柏文的二手房中所占的比例不超过4%。在他看来,加拿大家庭断供数量的增多主要归咎于加国经济的萧条。「加拿大的负增长,有很多

人失业,加拿大在国家中是负债率最高的,高达。另外,加拿大在过往数年来接收了太多的难民,国家背负的债务负担沉重。」

他还说,鉴于银主盘数量增多,银行在央行降息的情况下,反而收紧了贷款。他举例说,在过往,租金收入可作为收入来申请贷款,但现在已经不可以了。

欠债兼欠租被业主撵出 老翁无家可归栖身汽车

加拿大爱德华王子岛的76岁老人特纳（David Turner，图）已在车里生活睡觉超过2个月，由于债务不断增加，他交不起租金，最终被业主赶离出租屋。这并不是他第一次无家可归，2024年2月经历类似情况后，他曾依靠夏洛特市（Charlottetown）的紧急庇护所来躲避严寒。



特纳表示，满足基本生活需求并不容易。这位老人有养老金，但那点钱远远不够支付房租。他说：「现在一切的花费都疯了，生活成本、房租、可负担住房的缺乏，老年人都在为此挣扎」。据「全国庇护所研究」（National Shelter Study）的报告，去年65岁及以上加人紧急庇护所的使用比例接近5%，2021年为3.3%。

加拿大收入调查（Canadian Income Survey）一份最新数据也显示，2023年这一年龄段的贫困率为5%，相当于全国有38万长者生活在贫困线以下。

不过，加拿大老龄研究院

（National Institute on Ageing, NIA）发现，贫困率在各地区差异明显。在大西洋各省，65岁以上人群中18%生活在贫困水平，比例全国最高。

NIA健康政策主管辛哈博士（Dr. Samir Sinha）说：「加拿大长者正经历前所未有的困难，他们是无家可归和依赖食物救济库增长最快的群体之一」。

虽然联邦政府提供了加拿大退休金（CPP）、老人金（OAS）和低收入补助（GIS）等支援，但这些支持不足以覆盖升的生活成本。尤其在大西洋地区，退休者的收入普遍低于加拿大中部地区。

辛哈继续说：「这些问题归根结底是政策问题，当长者找不到可负担住房时，只能进入公共资助的长期护理机构，而这对纳税人而言，这成本更高」。他呼吁政府应在新住房项目中专门划出一部分给长者，并推出更多措施帮助长者减轻负担。

联邦政府9月宣布，投入逾130亿元成立新机构建造加拿大住房（Build Canada Homes），目标是将住房建设速度提高一倍，增加可负担住房和「深度可负担」住房。后者是根据地区低收入或极低收入家庭的中位收入来计算的，主要面向最低工资者、低收入长者和社会救助人群。



工艺品圈节庆市场
11月11日至16日

逛遍加拿大西部 最大型的 节庆工艺品市集

超过300位加拿大顶尖工艺艺术家
齐聚温哥华会议中心

工艺示范·现场音乐·美食与饮品·儿童手作角落

circlecraft.com



5时后入场费 \$8

星期二至星期五

长者票 5折优惠!

11月12日(星期三)全天

领取免费再入场通行证，整周都能再来逛!



扫码购票



与原住民共拥地权 省府和联邦早承认

真金白银买回来的物业，突然说建筑物所在的地块，另一方同样有业权，这种业权不是你占一半、对方一半，而是对方一样可以百分百拥有，只不过地税才是你独自缴交。这种似是而非又似非而是的业权拥有方法，并非单方面的宣称，而是经过法庭裁决、联邦和省府都认同的做法。

这就是2025年8月最高法院就高域根（Cowichan）部族在列治文土地所有权的判决；紧接着在9月5日，最高法院又颁布一项命令Haida Title Order，承认海达原住民部族对Haida Gwaii所有权。

私人永久产权与原住民所有权可以共存，是怎样的一种共存方式？法庭给时间叫各方协商。列治文市政府明确反对这种地块「所有权共存」，并于本周二就判决可能对房产所有权产生负面影响举行说明会，约150位业主参加。而至于省、联邦政府，之前他们与海达原住民部族的协议已说明一切。

8月7日卑诗省最高法院判决的影响之深远，恐怕绝不仅是150人，也绝不仅限于列治文。

因为受到此次判决影响的土地，有部分是属于省政府和联邦政府管辖。但列治文市政府是涉事各级政府中，唯一主张私人永久产权与原住民所有权不可兼容的一方。

尽管事后政客们纷纷表示将尽全力保护省民的权益，支持就判决提出上诉，但若了解其真实态度，只要参考此前省、联邦政府在处理海达部族（Haida Nation）土地所有权时的做法，就应该不存厚望。

Haida Gwaii是海达原住民部族世代居住的地方，位于卑诗省以西对开海域，由100多个岛屿组成，总面积约1万平方公里，人口5000人，半数居住在祖传领地内。

2024年4月，卑诗省政府与海达原住民理事会（Council of Haida Nation）签署一项协议：「海达土地所有权协议」（Gaayhllxid · Gihlagalgang 「Rising Tide」 Haida Title Lands Agreement），于同年7月5日生效。

该协议主要内容有三点：承认海达原住民部族对Haida Gwaii土地所有权；确

认海达土地所有权协议不会影响Haida Gwaii私有财产或地方政府管辖权及现行地方法规；制订流程令海达理事会与卑诗省政府协调治理该地区。

2025年2月，海达原住民部族首领Gaagwiis Jason Alsop、时任加拿大总理杜鲁多（Justin Trudeau）、联邦内阁负责处理原住民及北方事务部长阿南达桑加里（Gary Anandasangaree）签署「海达土地所有权协议」（Chiiguujin/Chaaw Kaawgaa 「Big Tide (Low Water)」 Haida Title Lands Agreement）。此是加国历史上首份同类协议，标志着联邦政府正式承认海达原住民对Haida Gwaii土地的所有权。

彼时总理办的声明指，协议不影响Haida Gwaii地区的私人财产权益或各级政府运作。在过渡期间，联邦机构将继续与当地原住民部族合作管理，协调管辖权和法律。

在上述两个协议的基础上，卑诗最高法院于2025年9月5日颁布一项命令「Haida Title Order」指海达所有权声明根据1982年宪法第35条第一款得到承认和确认，适用于Haida Gwaii陆地区域，包括任何位于淡水之下或位于高潮线和低潮线之间的潮间地带，及延伸至

水面以下的土地。

法官还要求海达部族、省、联邦在24个月的过渡期内协调各自法律、司法管辖权、所有权。这与省政府、联邦政府与海达部族达成的协议内容一致，既承认海达部族土地所有权，又说不会影响同一块土地上的私有产权。

「省政府将和海达部族制订一个程序，协调司法管辖权和法律。此期间，省级租赁、许可证、或其他审批依然有效，公路、机场、渡轮码头、医疗、学校不受影响。居民将可继续以原有的方式获得公共服务并缴纳房产税。」

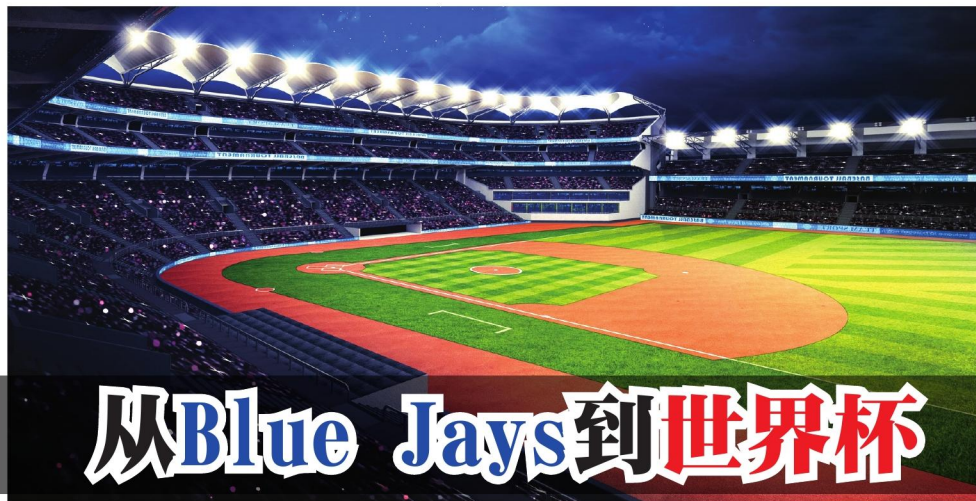
卑诗省政府一面强调，无论现在或将来，Haida Gwaii地区省政府管辖权的私有财产不会改变，「无论其用途还是住宅、商业还是工业用途，仍将由省政府管辖。」同时又说「变化」将随着时间的推移发生（change will happen over time），「海达原住民理事会和省政府合作，并与地方政府、居民及其他相关各方沟通。在过度过程中，土地和资源决策将继续通过现有程序进行，但需遵守海达部族的所有权。」

在省政府看来，原住民所有权与居民私有产权虽不同，却可同时存在。若管辖权冲突，则应通过所谓的「过度程序」调解。

然而，与海达部族签订协议的是省和联邦政府，可能受到影响的当地居民没有参与其中。一旦私有物业权利出问题，到底是由政府代表个人出面，还是个人自己面对整个部族？

另外，用于调解纠纷的程序是基于海达法律制订的。但至今海达没有成立司法部门，法律并无正式立法，也未成文，是一种通过口述历史、世系传承，与部族生存文化、价值观混合一起的规则，比如海达法则包括：尊重（第一位）、先问后答、倾听、平衡、责任与互惠、问责与正义等。不但价值观与普通加拿大人有差异，处理手法也不一样。海达理事会是所有部族成员的管理机构。重大决定通常是由部族中地位高者做出。其结果存在不确定性。

或许正因如此，当被问「该协议是否赋予海达部族对土地使用权的否决权？」时，省府选择模糊以对：「这并非否决权问题，双方致力于根据商定的透明、负责的程序做出决策。解决方案讨论小组和海达理事会采取协作框架，并将继续遵循正当、公平的程序做出决策。」至于那个程序是什麼，何为正当、公平？通统未讲明。



从Blue Jays到世界杯



入场睇波有钱还得有运

Blue Jays晋级美国职棒（MLB）美联冠军系列赛（ALCS），令许多原本只会在家看直播的球迷，也想入场见证历史时刻。但要买门票，先要有运气进入购票平台。

在主场罗渣士中心（Rogers Centre）举行的ALDS第一场、第二场和第五场比赛的门票开售不到两小时内就已售罄。原价约40元的座位，瞬间被炒至三倍以上。事实上，这股抢票热潮并非Blue Jays专属。距离2026年世界杯加拿大揭幕尚余不足一年，也是一票难求。

开卖即售罄

Blue Jays与多数大型主办方一样，采用Ticketmaster作官方售票平台。该系统运行「动态定价」（dynamic pricing）机制，即使门票设有原价，但在开卖一刻，票价会根据需求即时浮动，愈热门愈贵。

结果，售票一开卖就如速度竞赛，伺服器瞬间被挤爆。球迷登入后往往已被分派至遥不可及的队伍末端。就算成功进入选座页面，多数座位已被扫光。部分用户甚至会利用自动程式（bot）扫票，再高价转售，导致一般球迷即使守在电脑前「准时开抢」，仍常见满屏「Sold Out」。

此时，球迷仍可透过官方的「Verified Resale」功能购买转售票，来源相对可靠，

代价便是价钱通常高出原价几倍。例如Blue Jays季后赛开售后，原价百多元的座位，转售价可高达五百甚至上千元。更夸张的是平台会在加上「服务费」：一张3000元门票，或要另加600元手续费。结果，不是抢不到票，就是买不起票，差点让人忘记，在大赛以前，一场Blue Jays比赛，不过是约40元。

为何有人「早人一步」？

如果说公开发售是「快」与「钱」缺一不可，有人就把目光放在预售。

每次购票，背后其实是一套分层制度。以Blue Jays为例，最先能买票的是「季票持有人」（Season Ticket Holders），他们可预先购买整季座位，享有优先选择权。其次是官方会员或赞助商

的「内部预售」，可比公众早一至两日购票。这阶段票价通常维持原价，但数量有限。最后便是「公开发售」，即所有人都可登入平台购票的时段。

这套制度并不限于棒球。2026年世界杯足球赛同样是一场阶级游戏。门票先分配予官方赞助商、主办城市与球会成员，最后才开放给一般公众抽签。

世界杯门票：抽中只是第一关

距世界杯揭幕尚有不足一年，FIFA早前开放官网登记。球迷必须先注册帐号，然后等待系统分阶段抽签通知。抽签全由系统随机进行，但据上届卡塔尔世界杯数字，官方售票中签率仅有5%。

门票价格则视场次而异，小组赛门票约60美元（约85加元）起，决赛门票则高达6,730美元（约9,450加元），而在转售市场上部分票价更飙升至2.5万美元（约93.5万加元）。过去FIFA曾设转售价上限以防炒风，但2026年将取消此限制，意味着市场会完全自由浮动——或说，更自由地「贵」。

国际足总主席因凡蒂诺（Gianni Infantino）曾表示：「对我们来说，重要的是让体育场座无虚席，让人们有机会观看比赛。」但对大部分球迷而言，浮动的票价正将他们拒诸门外，哪怕抽得中，还得考虑是否负担得起。

更令人无奈的是，买家现时根本不知道哪支球队会在哪场比赛登场。同一张

门票，最终可能是英格兰对巴西这样的高级别比赛，也可能是纽西兰对乌兹别克。要为未知的比赛付上天价，叫很多球迷却步。

有点良心 但终归是生意

面对动态定价与层层制度，偶尔也有些「良心」选项。Blue Jays球迷仍可透过「District Drops」计划尝试取得普通入场票，只需发送短信「BLUEJAYS」至25835即可登记。虽然名额有限，至少仍保留一丝「平民希望」。至于世界杯，12月5日分组抽签后将开放公开抽签，球迷可针对特定场次申请购票。临近赛期若仍有剩票，FIFA会推出「先到先得」阶段，提供最后入场机会。不过，别忘了，FIFA每次交易都从卖方与买方各收取15%佣金，每1,000元交易，国际足总就赚300元。赛场内是球赛，场外是精准的生意。

对不少加拿大人而言，买票不单为了入场观赛，更是一种参与城市的方式。体育让人热血，可惜门票却让人清醒，现实提醒人们，原来热血也有价码。

球迷实用攻略

想到热门赛事门票，其实不是完全不可能，只要掌握以下技巧：

1. 提早关注开售及登记时间：订阅官方电邮、社交媒体通知，留意最新售票情况。提前注册、绑定信用卡、保存帐户资料以缩短抢票流程。特别是FIFA世界杯，你要先有FIFA ID。
2. 锁定预售机会：加入球队、主办单位、信用卡公司、球迷俱乐部等通讯名单。许多场次都有「会员预售」、「信用卡预售」等优先购票阶段。
3. 多管齐下同步抢票：用电脑和手机同步作业，开

多个浏览器／分页，提高进入的机率。也可先以不同电邮注意多个帐号，增加成功率。

4. 善用官方平台与官方转售：官方的「Verified Resale」或FIFA官方转售平台最安全；避免在社交媒体或私人卖家购票，以防假票或无法入场。

5. 留意临时释票：比赛前几天有时有人退票，官方平台可能释出少量正价票。尤其最后24至48小时内，可定时检查。

6. 耐心排队与注意讯息：排队期间不要刷新页面，并检查垃圾邮箱以防错过中签通知或官方讯息。



Dear Football Fan,
Thank you for your interest in purchasing FIFA World Cup 26™ tickets during the Visa Presale Draw.

Unfortunately, your entry was unsuccessful, and you have not been able to purchase tickets during this sales phase. Participation in the Visa Presale Draw is limited to one entry per person. For more information, please visit the FIFA World Cup 2026™ Ticket Presale Draw for Visa Cardholders website.



▲最近应该有很多球迷陆续受到抽签不成功的电邮确认。

台湾寻回中国人认同 郑丽文推动两岸和平

■ 中华民国前总统马英九与新任国民党主席郑丽文：和平两岸关系的理念传承



高票当选中国国民党主席的郑丽文，呼吁寻回台湾的「中国人认同」，背后是台湾越来越多新生代都拒绝绿营「台湾人不是中国人」的论述。民调显示赖清德上台后，广义的「中华认同」已攀升至约七成。网红锺明轩、「馆长」陈之汉都公开表示中国人认同，代表网络时代中国人认同的回归。郑丽文冲出党内外「抹红」，成功扭转乾坤，全力推动两岸和平路线，让宝岛中国人认同之火烧得更旺更盛。

张钧凯

史上竞争最激烈的中国国民党主席选举，于十月十八日晚间，由前国民党不分区立委郑丽文脱颖而出。此次党主席选举有六位候选人参选，直至投票前夕，各家民调皆显示形成「郑（丽文）郝（龙斌）之争」。选举结果证明，国民党党员对「世代交替」与「中国人」认同的坚持，全面压倒了长期主导党中央主张「维持现状」的建制派。郑丽文不只囊括百分之五十点一五的得票率，还在六都之中绿到出汁的台南拿下最高得票率，显见蓝营基层支持者刮起了一阵「郑丽文旋风」。

「郑丽文旋风」的魅力何在？除了是唯一的女性候选人，以及年纪较轻（五十五岁）外，最大的关键在于她多次勇于喊出「我是中国人」，让这场选举主轴定调为「中国人」认同投票。郑丽文参选起跑时间早，六月十一日领衔发起「党外在野大联盟」，向民进党发动的「大罢免」宣战，该联盟成员举凡北一女教师区桂芝、「馆长」陈之汉、马英九基金会执行长萧旭岑等人，都有强烈的「中国人」认同，以及浓厚的「中华情怀」。

「我是中国人」粉碎抹黑

九月二十九日郑丽文出席纪念「粥会」

精神导师吴稚晖诞辰一百六十周年活动，致词时率先强调「要让全部的台湾人都能自豪、自信的说『我是中国人』」，也表态「在台湾的我们，不只中华文化是最大的资产，两岸大陆市场、人才、科技各方面的软实力，如果两岸能强强联手，一加一大于二，不但要和解还要合作」。一席在蓝营内难能可贵的发言，让郑丽文赢得了包括黄复兴党部前主委季麟连上将在内的满堂喝采。

郑丽文更深入深绿选区「踢馆」，十月八日她在军校校友会党员于台南举办的政见座谈会上，再次重申「这是我的承诺，不是只有选党主席而已，未来所有台湾人都会自豪，自信地说『我是中国人』，这才是国民党要做的事」，并且宣示《中华民国宪法》就是「一中宪法」，所以中华民国国民都是「中国人」。既无党职亦无公职的郑丽文，在这场激烈的党魁选战中，靠著「我是中国人」杀出一条血路，让外界惊讶不已。在此风向之下，其他候选人不得不跟进。例如罗智强以「三段论」作为表述：「我是台湾人、我是中国人，我的中国是中华民国。」而被认为深受党中央寄予厚望的郝龙斌，论述反而因此显得既遮掩又暧昧，他主张「亲美不跪美、

■ 中国国民党新任主席郑丽文：她的当选体现了台湾年轻一代拒被「抗中牌」忽悠



郑丽文小档案

一九六九年生于台湾云林，成长于台南，籍贯云南普洱。一九九一年毕业于台湾大学法律系学士，在学期间参与野百合学运。一九九三年于美国天普大学获法学硕士，二零零零年获英国剑桥大学国际关系硕士。毕业后任民进党青年部副主任，二零零二年与民进党决裂，二零零五年加入国民党，升为中央委员会文化传播委员会主任委员。二零零八年胜出不分区立委选举，二零一二年接任行政院发言人，二零一八年出任国民党副秘书长，二零二零年再度获选不分区立委，二零二五年与名嘴郭正亮、网红「馆长」陈之汉、北一女教师区桂芝等人宣布成立「党外在野大联盟」，二零二五年十月八日当选国民党主席。■

和中不舔共」，也认为「避战比备战重要」。有看法认为，若把郝龙斌三个字遮起来，根本看不出与民进党路线有何不同。

国民党失语已久

「我是中国人」为何最后成功让郑丽文声名鹊起，击败七十三岁有父亲郝柏村声名加持的资深大老郝龙斌？主因或许在于

，名为「中国国民党」的政党，「中国」与「中国人」在党内却失魂落魄已久。国民党现任秘书长黄健庭八月二十六日接受主张「和平统一」的资深媒体人唐湘龙专访，主持人在节目尾声突然抛出震撼弹，询问「中国」两字对国民党的意义为何，没想到问得来宾哑口无言、无言以对。

（转下页）

（接上页）去年八月巴黎奥运期间，中华台北队羽球男双组合李洋、王齐麟夺得金牌，国民党立委翁晓玲兴奋地在微信朋友圈写下「麟洋配夺金是中国人的骄傲」，结果遭到台湾各方围剿。尽管翁晓玲自认没有不对之处，却得不到党主席朱立伦的支持，朱立伦以「都是我们共同的骄傲」作为回应，等于不愿替翁晓玲「中国人」的说法背书。

再往前追溯，二零二三年九月二十六日国民党副主席夏立言在唐湘龙主持的《画龙点睛》直播节目中，公开表白「我们中国国民党，绝对不是一个亲中或统一的政党」，不只令蓝营支持者哗然，还影响了国共关系。事实上，两岸关系曾经是国民党的最大优势，连被视为「台独教父」的李登辉，在国民党主席任内仍以「中国人」自居，他还曾在一九九六年五月二十日就职时明言：「在二十一世纪，中国人必能完成和平统一的历史大业！」

然而，回顾国民党因内战失利、败退台湾后的历程，两蒋时期固然有「大中国」教育，不过在「反共」挂帅的最高原则下，国民党的「中国人」认同开始与中国大陆剥离，仅局限于台澎金马的「自由中国」。一个具体而微的例子，当属保钓运动后在台湾大学校园爆发的「民族主义论战」。这场一九七二年至七三年发生的论战，虽然双方均以「中国人」自称，但根本的差异在双方是否认同帝国主义的压迫以及民族主义的抵抗，形成了究竟要「先反共后爱国」还是「先爱国后反共」的尖锐争论。国民党的「革新保台」运动，也体现了以反共意识形态为基底的「台湾意识」从中国意识之中分离出来。

因此，国民党内三番五次出现「改名」的声浪，都是宣称应将「中国国民党」改为「台湾国民党」。其实，国民党从一个革命型政党，蜕变为一个选举型政党，再加上其在台湾站稳脚跟的基底，不乏本土派与地方派系，一旦政治市场开始排斥「中国」与「中国人」认同后，在胜选的考量下，国民党内自然会出现拒斥「中国」的群体与声音。

网路时代助力民族认同

已故台湾政治学研究先驱、中央研究院院士胡佛曾指出，「民主转型」后的台湾，失去了对政治系统产生认同的「统摄性」文化。造成此后果的原因，即为国民党与民进党联手，名为修宪，实为毁宪，以遂行去中国化的「台湾主义」台独目的。换言之，胡佛也认证了，失去信仰与精神，缺乏历史脉络与视野，进而将国家认同的道德性抛诸脑后，国民党党名纵然有「中国」二字也枉然。



■郑丽文（前中）：与支持者到高雄凤邑开漳圣王庙，接地气

值得关注的是，「中国」在台湾看似已被绿营全面抹黑，「中国人」认同在民调上更是跌落谷底。但随著世界格局的翻转，以及民进党「抗中保台」操作过头的反作用力，特别是美国究竟是「爱台」抑或「害台」的质疑与日俱增，「中国人」认同在台湾出现了回温、回归的现象。网路时代是推波助澜的要素之一，曾经挺绿、支持蔡英文的百万 YouTuber 锺明轩数度踏上中国大陆的土地后，逐渐对对岸改观，不只称谓从「中国」转为「大陆」，还高喊「中国大陆是老娘的真爱」，并自称为「中华美人」。

馆长冲破抹黑中国滤镜

更不用说「馆长」在这股中国人认同转折中扮演的重要角色，他靠著网路全程直播，破除了绿营与亲绿媒体对大陆发展真实样貌的「妖魔化」。馆长跟锺明轩一样，经历了「大陆观感」的重大转折，过去他曾经是「反红媒」的健将，如今则振臂疾呼「我们都是中国人」，表示「干嘛当美国人的狗」，并自许未来要「让台湾人成为中国人」。

平心而论，锺明轩与「馆长」是台湾年



■台网红锺明轩：中国游向台湾网民展示真相



■郑丽文（左三）与支持者：找回国民党的中国根源

轻群体倾向中国人认同的缩影与写照，他们作为台湾青年的代言人或先锋队，冲破了绿营拉起的「反中」封锁线，在「台湾人就是中国人」的这层厚重窗纸上，戳开一个又一个的洞，让台湾人民窥探中国真实的样子。

这股风向的微妙变化并非空穴来风，而是有民调数字作为支撑的。亲绿的《美丽岛电子报》今年九月发布最新民调，广义的「中华认同」已攀升至七成左右。从该民调长期追踪的趋势来看，赖清德上任至今，「中华认同」增加了将近百分之十。由此也可以说，两波「大罢免」大失败，既是台湾选民对赖清德的不信任投票，也是对赖清德政府与极端青鸟黑熊「反中」、「仇中」与「抗中」路线的集体反弹。

「自主党员」举足轻重

如此风向当然也吹进了国民党，在党主席选举后的众多分析中，不少人提出「自主党员」在此次选举发挥了举足轻重的作用。正是这批非派系、无组织的「自主党员」，把「我是中国人」的郑丽文抬上党

主席宝座，并打破了蓝营对于「中国人认同」的失语症。

另一方面，三十三万的国民党党员中，多数年纪偏长，他们长期不满党中央被亲美保守的维持现状派所把持，因而不断转换新的寄托对象，从洪秀柱、韩国瑜到张亚中，郑丽文可谓是他们捍卫「中国人」身份、坚守「中国」信念，以及寄望「世代交替」的集大成。

郑丽文在这次国民党主席选举的大获全胜，正式宣告赵少康替郝龙斌出谋划策的「中共介选」等抹红牌失效、破产，已不被国民党党员取信。

选举激情过后，郑丽文的当选感言呼吁民进党不要再打仇中牌、反共牌、反中牌。目前国民党内已有不少力量劝进郑丽文就任后访问北京，郑丽文回答：「若能推动和平，什么人都愿意会晤。」郑丽文成功扭转乾坤，就看她如何贯彻两岸和平路线，让「中国人」认同之火烧得更旺更盛。

（张钧凯为台湾资深媒体人，原乡人文化工作室执行长。）



■「馆长」陈之汉（左）与另一位网红「历史哥」手持两岸和平标语：网上现场直播观众达数十万，另外被多家电视台转播

百年老店世代交替更新契机 郑丽文推九二共识愿晤习近平

郑丽文是国民党史上第二位女主席。她慷慨敢言，为百年老店带来世代交替契机，重提九二共识、反台独，强调要让台湾人自豪地说自己是中国人，愿意赴北京与中国领导人习近平见面，消除两岸紧张局势。

童清峰

众所瞩目的国民党主席选举结果十月十八日晚间揭晓，果不其然，与选前各家民调一致——由郑丽文胜出。这位身高一百七十八公分、形象鲜明的「国民党女战神」，是继洪秀柱后第二位女主席，以强势论述与鲜明风格打破蓝营长期的男性主导格局，象征百年老店世代交替的发轫。她的当选，不仅是个人胜利，更被视为国民党在连年挫败之后的一次自我更新契机。她在选后表示两岸和平是至关重要，愿意赴北京与中国领导人习近平会晤，消除两岸的紧张局势。

这场共有六人参选的国民党主席之战，原先呈现四强鼎立的局面，但随著立委罗智强声势下滑，以及台湾大学前政治系教授张亚中后继乏力，最终转变为郑丽文与郝龙斌之间的对决。郝获得几乎所有蓝营重量级政治人物的支持，从党内大老到地方派系，阵容庞大，气势看似稳固。但郑丽文则掌握了两股决定性力量：一是号令一致的前「黄复兴党部」系统，二是对改革抱持期待的自主基层党员。这两股力量结合，使她在选战后期迅速崛起，形成自下而上的民意浪潮，最终撼动了传统派系盘根错节的结构。

国民党表示，本次党主席选举共有选举人三十三万一千一百四十五人，投票率为百分之三十九点四六。经统计，有效票十二万九千八百六十七张，无效票八百一十一张。最终，郑丽文以六万五千一百二十二票、得票率百分之五十点一五，以过半之姿，领先郝龙斌一万八千五百七十一票，当选中国国民党主席。

郑丽文当选翌日中午，国民党中央收到中共中央总书记习近平的贺电。郑丽文回电致谢，表示将在「九二共识」与反对台



■郑丽文胜出国民党主席选举：蓝营世代交替的时机

独的基础上，为两岸人民谋求最大福祉。她后来表示，愿意赴北京与习近平会谈，不惧绿营「抹红」。

这意味著在前主席朱立伦任内被封存多时的「九二共识」将再度登场，国共关系有望重现马英九执政时期的交流荣景。

郑丽文的崛起，象征著国民党内年轻世代与改革派力量的集结，也反映出基层党员对「旧蓝体制」长期积压的不满与厌倦。她的政治历程相当特殊：早年投身民进党，并参与野百合学运，之后因理念分歧与绿营决裂，转而加入国民党。这样的转折，使她兼具「改革者」与「挑战者」的双重特质。

党主席是「造王者」

相较于依靠派系运作与权贵支持的传统候选人，郑丽文以直率的语言、明快的思维与鲜明的个人风格，成功吸引中生代与基层党员的共鸣。她敢言、敢战，也敢挑战权威，不仅在媒体辩论中展现强势风格，更在路线与理念上主张「要让台湾人自豪地说自己是中国人」。这种不畏争议、敢于突破的特质，让她在一个失去自信、内部疲软的国民党中，显得格外突出，也成为她胜出的最大资本。

台大政治系教授张登及认为，这次国民党主席选举的四位主要候选人基本上都扮演著「造王者」的角色。也就是说，他们几乎不会是未来二零二六县市长选举、二零二八总统选战的重要主事者。

「尤其是涉及到台中市长卢秀燕角色的部分」，张登及指出：「许多候选人甚至明确表示，自己无意参选总统，几乎已定调会全力辅选卢秀燕。这可以说是这次选举的一个相当明显的特征。」

张登及进一步分析，卢秀燕目前被视为国民党最有份量、最有机会直取二零二八总统大选的政治明星，也是党主席的不二人选。但她刻意与党务保持距离，这样的策略是否明智，仍有待观察。

他指出：「这可能会形成一个相对弱势的『三头马车』式党中央。一方面是八德路的党中央；另一方面，立法院党团可能由大党鞭傅崐萁主导，但他未必会完全听从党中央的指令；此外，实际运作上，党内的政治能量也可能逐渐导向台中市政府，而那部分同样不一定服从党中央的领导。」选后，辅选郝龙斌失利的前中广董事长赵少康甚至质疑郑丽文「令不出党中央」。

谈到党内气氛，张登及表示，其实国民



■国民党前主席朱立伦（中）：得知郑丽文当选后表示祝福

党的党员之间原本还是有一些热情。「你看，从大罢免案的大胜开始，国民党的气势似乎一路延续到二零二六年，原本有不少机会。」

不过，主席选举的过程中恶斗频仍，又让国民党的「酱缸文化」再度浮上枱面，「等于是浇了一盆冷水」，他说。「结果现在民进党反而觉得，他们的机会又来了。因为现在是『第二级』的政治人物在带领国民党，而党内各方势力可能也难以完全摆平。这就反映出，第一级政治人物与党主席保持距离所造成的结果。」

郑丽文卢秀燕配合关键

张登及指出，郑丽文与国民党内第一级政治人物（如卢秀燕）之间的关系值得观察。这次的党主席选举，是否可能让原本众望所归的卢秀燕，因为对党务的推迟，而使其正当性、魄力与领导力都受到一定程度的折损？

他进一步提出疑问：「卢秀燕的政治动能，会不会因为这样的选举结果而被削弱？再加上卢在二零二六年任期届满后，将不再有任何政治职务，届时她与郑丽文之间的关系，又会是什么样的状态？这都是接下来值得关注的重点。」

这名颇有素养的政治学者指出，卢秀燕之所以与党主席职位保持距离，主要是基于「市政优先」的考量。台中与台北相距遥远，若同时兼顾党务与市政，稍有不慎就可能被批评「脚踏两条船」，对市民不负责。这样的顾虑并非没有道理。他也提到，过去新北市长侯友宜在参选总统时，因市政争议缠身，形象受损，对卢秀燕而言是一个警惕。

（转下页）

宝岛失而复得的中华情怀

国民党新主席郑丽文唤醒在历史风雨中飘远的中华情怀，让中华文化种子洒进新生代内心深处。台湾不能赢得了民主，却失去了中国；台湾必须找回中国人的认同。

邱立本

没有人想到，在今年的秋天，台湾再度让人感受到中华文化的脉动，彷彿沉睡的灵魂在风中低语，呼唤文化根源的回归。

郑丽文当选中国国民党主席，为台湾点燃了濒临熄灭的历史火焰，照亮被遗忘的孙中山理想，唤醒飘远的中华情怀，要让宝岛不再迷失，要让中华文化在年轻一代的心中重新生根发芽。台湾不能赢得了民主，却失去了中国；台湾必须找回中国人的认同。

郑丽文的当选，标志著国民党的一次觉醒。她站在历史的十字路口，目光坚毅地望向那片被时间尘封的中华文化宝藏。台湾不能忘本，中国人的认同不是一个政治标签，而是一种深入骨髓的文化血脉。

陈水扁时代，教科书的「去中国化」如同一场文化断层，将唐诗宋词的韵味、经史子集的智慧从年轻人的世界中剥离。那

些曾让无数中华儿女心潮澎湃的《诗经》风雅颂、屈原的《离骚》、苏轼的豪放，都被淡化成遥远的符号，取而代之的是割裂历史的「台独」本土化叙述，让年轻人对「中国」二字感到疏离，被民进党洗脑要仇恨中国。

郑丽文痛心疾首，拨乱反正。台湾的教科书必须改回来，文言文要重回课堂，让《论语》的忠孝仁爱信义、让《史记》的浩瀚波澜，重新成为台湾学子的精神食粮。台湾必须拒绝「去中国化」的逆流。民进党试图将台湾从中华文化的母体中剥离，加进日本和美国的论述。国民党的有识之士深知，这股逆流不仅割裂了两岸的血脉，也让台湾在全球化的大潮中失去了独特的立足点。台湾民主不应成为文化自断根脉的借口。中华文化是台湾的灵魂，是两岸共同的记忆。

从李白的浪漫到杜甫的悲情，从《红楼梦》的细腻到《三国演义》的豪迈，这些文化瑰宝不仅属于中华人民共和国，也属于中华民国。中华文化是两岸人民共同的语言，是心灵相通的桥梁。

两岸和平，拒绝战火。国民党的愿景，是为台海带来和平。两岸需要新的智慧，远离战争阴影。台独的声音和美国鹰派的



■台北国立故宫博物院：拒绝中华文化的断层

煽动，如同暗流涌动，试图将台湾推向战火边缘。台湾不能被这些声音绑架，不能让台海成为地缘政治的牺牲品。中华民国的未来，不在于与大陆的对抗，而在于寻找和平共存的路径。

两岸同根同源，文化一脉相承，任何试图割裂这份血脉的行为，都是对历史的背叛。拒绝台独，因为台独意味著对中华文化的否定；拒绝战争，因为战争只会让宝

岛成为焦土。两岸能以文化为纽带，以和平为目标，找到一条共荣的道路。

这是一场文化的觉醒，也是一场心灵的回归。台湾的未来不在于与大陆的对立，而在于文化共鸣与和平共存。郑丽文唤醒了那份深埋在宝岛人民心中的中华情怀，她用坚定的行动，让台湾在民主的道路上，依然能昂首挺胸地说：我们是中国人。

（接上页）

此外，卢秀燕及其团队可能认为，若过早接掌党主席，不仅要面对党务与募款压力，还得协调党中央与立法院党团的磨合，更关键的是，党主席必须对两岸政策表态，这将带来额外的政治风险。

朱立伦的国民党一直想要和中国大陆脱钩。张登及指出，朱立伦过去在两岸政策上过于保守，彷彿被民进党贴上了「亲中」的符咒，导致一有接触就被质疑「拿香跟拜」。原本应该是国民党的优势议题，反而变成了选举中的失分。

重提马英九版九二共识

但他也指出，在此次选举中，郑丽文与张亚中在这方面显得较为积极，愿意重新铺陈与论述两岸政策。「张亚中是学者，票源有限；但郑丽文在这个议题上著墨较深，甚至主动拜会马英九总统，重提九二共识，并采取较接近马英九版本的诠释——也就是『互不承认主权、互不否认治

权』」。

郑丽文以年轻、党龄短且原本民进党党员的身份当选国民党主席，引发外界关注。她外向且攻势明显的作风，获得包括六十岁以上资深党员在内的支持，打破了国民党传统以温良恭俭让对抗民进党的模式。虽然郑丽文过去曾批评国民党，但支持者并不以为意，反而期待她能成为蓝版民众党主席黄国昌。张登及指出，结果也显示，即便传统军系势力、地方大户与党内旧势力未能完全左右选情，党员仍展现对新面孔与世代交替的支持意愿。

但郑丽文面临不少挑战。首先，是如何整合选战中并未支持她的派系力量，例如傅崐萁等人，确保自己能稳住立法院党团。其次，则是必须在两岸议题上提出比以往更清晰、更务实的论述，走出「口号治党」的老路。毕竟，虽然她主张「要让台湾人自豪地说自己是中国人」，但如何争取更多的台湾民意支持，仍是一道艰钜的考验。

更现实的挑战，是未来两场攸关国民党命运的大选：二零二六年与二零二八年的两场选举。两场选战不仅是郑丽文领导能力的试金石，更是国民党能否重返政治主流的关键时刻。二零二六年，国民党必须守住现有的地方版图，同时展现改革的新面貌；二零二八年，则必须提出能与民进党抗衡的总统候选人与国家蓝图。若郑丽文能在这两场选战中重建蓝营信任，国民党或许能真正走出低谷。

郑丽文的当选，为国民党带来了新的政治语言与世代想像，但也意味著更大的风险与挑战。对她而言，胜选只是序章，如何让「改革」不论为标语、让「世代交替」成为具体行动，才是攸关国民党未来的真正考验。

带领国民党成第一大党

郑丽文胜选后发出豪语，将带领国民党成为「台湾第一大党」，以二零二八年完全执政、实现政党轮替与两岸和平为主要

目标。她同时呼吁民进党放下仇恨与对立，停止以「仇中、反共」操弄选举，强调台湾需要的是良性竞争与团结共识，而非无止境的內耗。郑丽文指出，唯有两岸展现诚意与善意，台湾才能远离战火、迎向安定与繁荣。■



■卢秀燕：二零二八总统大选的热门人选

中国稀土戳中美痛点 特朗普纸老虎降关税

中国限制稀土出口，反卡美国脖子，特朗普想加码关税回击导致股市、加密货币大跌，只好软化立场对华降关税，抛出明年年初访华信号。

丁果

特朗普的关税战所向披靡，但却终于踢到了中国的铁板。中国十月上旬突然打出加强版的稀土牌，反卡美国脖子，特朗普先是强硬反击，加征百分之一百关税，但却立刻导致华尔街「著火」，股市及加密货币遭池鱼之殃，逼得特朗普十月十九日软化立场，称要降低对华关税，又抛出明年年初访华信号。

中国的稀土反击突破自我限制，仿效美国「长臂管辖」的做法，以其人之道还治其人之身，让习惯向世界「发号施令」的特朗普气急败坏，他进退失据，露出TACO (Trump Always Chickens Out, 特朗普总是临阵退缩) 总统的本相。

中美竞争互相取经

特朗普从第一任期开始就以白邦瑞的《百年马拉松》为对华政策教科书，用中

国之道还治中国其人之身，不惜以冲撞美国现有民主机制和国家秩序为代价，大力推动美国成为「美式威权主义」体制，以提升政府效率，强化对华竞争的實力。同时，特朗普也挑战经典自由经济模式，用政府参股形式，把科技大公司部分「国营化」，以至于《纽约时报》等西方媒体都惊呼：特朗普正试图对美国的资本主义进行彻底改造，转而向中国模式靠拢。

面对特朗普的咄咄逼人，中国从一开始就拒绝轻易退让，利用自己的供应链优势，超越「挑战一应战」的传统对应模式，制衡美国。本来，中国为政治外交或经贸目的使用进出口管制和关税制约的方式，只同等对付加拿大、澳洲，从而被美国批评为「胁迫经济」(Economic Coercion)，但特朗普用关税胁迫逼迫对手就范，已经到了无所不用其极的地步，甚至为了让自己的政治盟友逃脱司法审判，可以用毫无道理的高关税来逼迫其他国家让步，巴西就是典型的例子。更令人啼笑皆非的是，他竟然在以色列国会的历史性演讲中，公开要求以色列总统给官司缠身的以色列总理内塔尼亚胡特赦。特朗普可能想追求中国毛泽东式的「和尚打伞，无法无天」的强人境界。

但中国在崛起的过程中已培养起抗拒特朗普「极限施压」的经济实力和韧性，特朗普当然无法得寸进尺。同时，北京也认识到，过去那种只对美国追随者来硬的而对美国一味忍让的策略，既在政治道德上站不住脚，也无法达成让美国收手的果效，尤其是把盟友都当成棋子弃用的特朗普。因此，北京也反学美国在过去十几年里构建起来的对待中国方式，尤其是学习特朗普「极限施压」的「交易艺术」，采用出口管制、实体清单、制裁罚款等手段，再加上长臂管辖，在稀土问题上祭出了杀手锏，从而震惊了美国和世界。中美大国博弈，终于到了互用绝招、割喉肉搏的惨烈境地。

特朗普团队集体失控

特朗普及其团队的固定思维是「只许州



■特朗普：色厉内荏，抛出明年年初访华的信号

官放火，不许百姓点灯」。突然间中国祭出从全世界各个角落制裁美国的「稀土管制战略」，让特朗普始料不及而暴跳如雷。但是，中国和全世界都看到特朗普对华发出反击狠话是「色厉内荏」，最后应验的还是他TACO总统的本来面目。

中国反击美国后，特朗普就不断收回或者「调整」原来的说法，从继续元首峰会到「额外征高税没实际意义」、「不想伤害中国」，一连串颠三倒四的说辞，透露的就是要跟中国「好好商量」，不会走上极端，以此挽回股市连续大跌的惨象。

面对中国稀土「史诗级限制」策略，特朗普团队的干员惊慌失措、语无伦次，明显不再胸有成竹，让人感受到中国新政的「杀手锏」效应。一贯喜欢火上加油的副总统万斯这次却站出来「柔性喊话」，呼吁中美好好谈。在硅谷(矽谷)呆过的万斯知道，美国用芯片技术卡中国，大不了两三年，中国就自己开发了，按Nvidia的CEO黄仁勋的说法，中美在AI领域的竞争差距根本微不足道，但在稀土加工、锂电池、精密制造这些领域，没有十年、

八年，中国的供应链根本无法取代。

曾被世界首富马斯克痛骂无能的美国财长贝森特，更是被中国制衡刺激得言行失常离谱，一方面大骂中国贸易代表、中国商务部副部长李成钢「不请自来」和「无礼」，并称中国的稀土出口管制措施会「制造全球混乱」；一方面又持续对华放软，称对华高关税未必执行，高峰会如常举行，双方沟通渠道已经重开。贝森特已经完全失去了所谓经济专家的矜持和外交谈判的基本礼仪，被北京嘲讽成「焦虑」，也遭到美国国内的严厉批评。

美国贸易代表格里尔还算清醒，他用三招给中国稀土新政抹黑，推卸美国率先升级贸易战的责任。一是称中国此举违背双方日内瓦谈判协议，美国是无辜受害者；二是挑拨中国与西方世界关系，称中国扩大稀土出口管制是对「全球供应链的权力攫取」，美方及其盟友不会接受这些限制；三是称美国挑起的港务战没问题的，因为中国已经反制。不过，他也承认，希望事态回到之前。中国不执行新政，美国也不加百分之百关税。(转下页)

中国稀土反击战冲击美欧

- ①美欧电动车、高阶芯片：精密加工必需需要镧来阻碍量子隧道效应
- ②美国战斧巡航导弹：每颗导弹需要约二至二十公斤稀土，如钕和镧
- ③美国F-35战机：约3%重量是稀土，包括电机系统、雷达、导航
- ④乌克兰无人机：完全依赖于中国产电子设备和磁铁
- ⑤雷达与防空系统：需要钕、铈和钇来制造磁铁和感测器晶体
- ⑥电子战系统：需要钇和镧来确保高速数据传输和抗干扰
- ⑦隐形战机涂层：需要钕和镧来减少战机和舰艇的雷达反射截面
- ⑧核武与核能技术：需要镅和钐用于核反应堆的控制棒和辐射探测器

荷兰深陷中美角力风暴 安世半导体被巧取豪夺

美国施压下，荷兰首次动用冷战时期法例，抢夺中资的安世半导体，中方以出口限制反击，欧企左右逢源的日子一去不返。…… 黄宇翔

随著中国以稀土管制「反卡美国脖子」，原来处于两者之间的半导体王国荷兰亦深陷其中，左右为难。在美国的施压下，荷兰接管总部位于当地的中国半导体企业安世半导体(Nexperia)，然后中国对安世(中国)祭出零件出口禁令，致使该公司成为首间被中美夹击、位于欧洲的半导体巨头，反映欧企在中美角力下，过去左右逢源的好日子一去不返。

安世半导体是从恩智浦半导体公司(NXP Semiconductors)剥离而来，而恩智浦半导体则源于飞利浦的半导体部门，在二零零六年开始独立运作。安世半导体是世上其中一家最重要的汽车芯片生产商，拥有一万六千种产品料号，功率分立器零件全球市占率约一成，在车规级 MOSFET 零件和二极体领域更达一成五。在汽车芯片领域，市占仅次于德国英飞凌与美国安森美。安世半导体二零一八年被由中国国

资委部入股的闻泰科技收购，成为中资企业，但总部设在荷兰，自二零二零年后闻泰科技就完全控股安世。

荷兰在六月十二日与美国商务部官员会晤时，就被要求解除安世中国总裁的职务。九月二十九日，美国工业和安全局扩大出口管制，闻泰科技遭受影响，仅一天后，荷兰政府就以「治理严重缺陷」为由，首次动用《货物可用性法案》介入安世半导体管理，暂停闻泰科技实际控制人张学政在安世的职务，冻结公司资产与智慧财产权调整许可权一年。

《货物可用性法案》是冷战期间一九五二年制订的法案，旨在确保紧急情况下取得关键物资。这是荷兰史上首次援引该法案，目的是确保欧洲能够不受限制地取得安世的芯片，反映当局以国家安全凌驾商贸合作。

传统上荷兰是美国的亲密盟友，一七八二年成为世上第二个承认美国的国家，在美国独立战争时曾向美国独立军贷款了二百万美元，并支援大量火药。二战后荷兰成为北约成员国，一直被视为欧洲最亲美国国家之一，美国是荷兰最大的投资来源国，截至去年累计投资额逾二万亿美元。

现任北约秘书长吕特(Mark Rutte)曾担任荷兰首相长达十四年，今年六月他策划的北约峰会在荷兰海牙举行，会上敲定了北约成员国军费开支达到 GDP 百分之五的协议。吕特以拥戴特朗普著称，在北约峰会前，他就发短讯拍马屁道，「唐纳德，祝贺你，感谢你在伊朗采取的果断行动，这真是非凡之举，是其他人不敢做的，让我们所有人都更加安全。今晚在海牙，你又朝著另一个伟大的成功迈进」，把特朗普逗得不亦乐乎。在北约峰会上，吕特更亲切称特朗普是自己的「爸爸」。

十月四日，中国商务部出手反击，发布出口管制，禁止安世中国及其分包商出口在中国制造的特定成品和元件，使安世成为首间同时被中美夹击的半导体企业。

随后，安世就陷入供应链断链的危机，十月十七日，安世中国区员工表示，荷兰总部宣布不再支付中国区员工薪水，公司系统许可权也被全面中断，但安世中国随后澄清：「工资、奖金及其他福利将继续由安世国内公司发放，而不是安世荷兰主体发放。目前，安世国内全部主体运营及员工薪资福利一切正常。」

中国《每日经济新闻》现场采访发现，



■位于荷兰的安世半导体：成中美科技战磨心

安世的东莞芯片厂已出现供应链问题，部分原材料定十二月底就用尽。目前安世有一万四千名员工，其中最大的封装测试基地位于东莞黄江镇，有四千名员工，承担其约七成的产品封装，可能在未来短时间内面对「断链危机」。

安世危机同时冲击汽车芯片产业，美国汽车创新联盟警告，中、荷的争端会引发芯片断供，恐将迅速影响美国汽车生产。欧洲汽车制造商协会称，尽管行业已从市场上其他参与者那里采购同类型芯片，但特定元件的新供应商认证和产能提升需要数月时间，而目前安世芯片的库存只能维持几周，之后或出现断链问题。■

(接上页)中国稀土新政出台，导致了荷兰阿斯麦(ASML)公司出货延迟的传言甚嚣尘上，高端光刻机产业产生巨大压力。然而，荷兰却不与中国谈判，在美国的怂恿下，以国家安全和经济安全为由，在九月底通过「部长令」，对中国企业闻泰旗下安世半导体(二零一九年被中企收购)采取了严厉限制措施，成为代替美国激烈反击的马前卒。

谁知，这个极端举措反而让中国稀土管制新政获得了额外的正当性。荷兰阿斯麦公司首当其冲，成为中国新政「祭旗」的最佳案例，这正是所谓搬起石头砸自己的脚。

中国这一次在稀土管制上的出牌已经取得了重大成果。第一，有效反击了特朗普在峰会前「极限施压」、「坐地起价」的谈判方式，为中国取得了下一轮谈判足够

的筹码，也赢得了在关税谈判中与美国平起平坐的战略地位和气势；其二，有效地警告了欧盟等国跟著特朗普「向中国扔砖头」的旧行为模式，同时告诉这些国家，中国也不再持续对美国隐忍、对其他国家撒气的旧模式，而是敢于跟美国叫板，并请其他国家也好自为之。可以这样说，中国的稀土管制牌并非是针对全球经济，而是针对美国和荷兰对中国故意「卡脖子」的国家。

但是，中国也必须看到，海外舆论已经开始聚焦中国这张牌的负面作用，认为这可能把特朗普抛弃的盟友意外再度推向特朗普；也有可能引发西方国家反弹，加速与中国供应链在所有重要领域的脱钩行动，从而对中国经济造成长远打击。贝森特就放话，称正在与西方七国集团和加拿大、澳洲、印度等各地民主国家一起反弹中

国。

其实，中国历来表明不跟美国学，不搞霸道搞王道。因此，在策略性使用美国式「长臂管辖」的方式时，北京应该知道自己既没有西方民主国家阵营追随美国的优势，也没有美国市场本身庞大的吸引力。一刀切的政策确实有对付美国的奇效，但也有误伤其他国家、引发反弹的副作用，故而不能成为战略定势。更何况，在特朗普的关税战面前，中国和美国的西方盟友一样，都是受害国。因此，中国应该灵活应用政策杠杆，对美国的霸凌针锋相对反击，而对其他国家则加大政策说明和调整的灵活性，团结一切可以团结的力量，来遏制特朗普无止境的关税战，鼓励更多国家不参与加入对中国的制裁。

中美博弈，靠的是双方的实力竞争，但毕竟「得道多助」，中美以外的第三方立

场态度政策，也会影响中美博弈的走向和竞争胜负。目前，中国既然拿到了谈判的筹码，那就要用开放的心态与美国谈，切忌得势不饶人，而是重视达成双方各让一步、海阔天空的谈判结果，让世界经济繁荣起来，让全球化再度成为主流。不然，就会如有的专家预测的那样，若美中继续「互相学习」，将自身的经济优势武器化，那中美双方最终都可能疏远国际社会。

尤其在今年庆州 APEC 峰会和明年的北京 APEC 峰会上，中国应明确与特朗普的贸易保护主义和关税壁垒策略划清界限，承担起没有美国的多边自由贸易体系中流砥柱的领导力，发挥中国供应链的正面效应，联合金砖国家和仍支持全球化的加拿大、韩国、法国、澳洲等西方国家，完成自由贸易体系「脱美」阵痛，让世界持续繁荣。■

中美合剿东南亚电诈帝国 東国太子集团陈志被通缉内情

柬埔寨太子集团创办人陈志被控为电诈帝国幕后黑手，他曾任東国总理顾问，集团的触角遍布银行、地产、虚拟货币平台等。中美没有联合声明，但在剿捕电诈上形成互补：美方封锁资金链、中方跨境执法。

陈少鹄

一纸起诉书，从纽约布鲁克林掀开了东南亚最隐秘的金权迷局。柬埔寨太子集团创办人陈志被美国指控操控跨国诈骗与强迫劳动，涉案金额高达约一百五十亿美元。同时，中国在东南亚的「清园行动」正持续推进，大量电诈园区被连根拔除。资本链与人链两端同时断裂：这是中美在现实层面罕见的「并行合剿」，也是东南亚黑色经济体系的一次系统性塌陷。

二零二五年十月十四日，一份由美国司法部在布鲁克林联邦法院公开的起诉书，点燃了东南亚电诈网络的引线。被点名的主角，是柬埔寨太子集团创办人、董事长陈志。这位曾被柬政府高官称为「国家现代化的企业夥伴」的华裔富豪，如今被美国司法体系定性为「跨国诈骗及强迫劳动犯罪网络的主谋」。

起诉书内容细致到令人不寒而栗：陈志被指在柬埔寨境内经营多个「强迫劳动诈骗园区」，通过社交媒体诱骗全球受害者投入虚假加密投资平台，再将资金以比特币形式转移、混币、洗白。美国司法部称，其涉案资金达十二万七千二百七十一枚比特币（约一百五十亿美元），创下美国史上最大规模加密资产追缴纪录。若被引渡定罪，陈志面临四十年监禁。

与美国司法部门的高调不同，柬埔寨政府在次日仅作出审慎回应。内政部发言人表示，希望美英具备充足证据，如有正式司法协助请求将依法评估并配合；同时强调陈志入籍及企业经营「依照本国法律」。但柬国内政高层私下流传的信息显示，此案触动的并非个别经济犯罪，而是金边政商圈长年共生的「影子联盟」。

三十七岁，来自福建的陈志是柬埔寨华



裔商界的典型成功样本。太子集团的触角遍布银行、地产、教育、慈善等行业；集团名下地产项目曾获柬政府「国家重点投资奖」，陈志本人亦多次与前总理洪森及其家族成员同台，甚至曾担任柬国总理顾问。正是这种政商共生，使太子集团在过去数年间免受任何司法干预。

但在美国检方的陈述中，陈志的企业王国被重新定义为「掩护结构」。地产与金融是外壳，电诈与洗钱才是底层逻辑。每个「投资子公司」都可能是诈骗收益的中转节点；每一座「商业园区」，都可能是强迫劳动的温床。

这份起诉书的本质不只是对一名富豪的指控，而是对一个国家政治经济生态的撕裂式揭底。

案件引爆后不久，美国财政部海外资产控制办公室与金融犯罪执法网（FinCEN）同步出手。华盛顿公布制裁清单，将太子集团正式列为「跨国犯罪组织」，冻结其在全球范围的资产账户。

与美元体系「断血」

公告列明：太子集团及其关联实体共一百四十六个人与公司名列「特别指定国民名单」（SDN List），禁止美国公民及机构提供任何金融服务；同时，将汇旺集团（Huione Group）定性为洗钱枢纽，依据《爱国者法》第三百一十一条，列为「主要洗钱关注对象」。这意味着太子系资金自此与美元体系彻底「断血」。

财政部也披露太子集团利用地产、银行



■ 汇旺集团：被美方指控为太子集团的洗钱枢纽

▲ 太子集团创办人陈志：被英美指控为电诈集团幕后操盘人

、虚拟货币平台、赌场、金矿等表面合法的业务形式，将诈骗所得资金转化为资产，再通过离岸信托漂白。

这些资金的路径被调查人员形容为「比跨国毒资更复杂」：加密平台→混币服务→地下钱庄→离岸公司→伦敦/迪拜账户→不动产、艺术品。

财政部长同时指出：「跨国诈骗的迅速增多让美国公民损失了数十亿美元，许多人毕生积蓄在几分钟内被抹去。」而美国司法部则直言，这是一个「建立在人类苦难之上的」犯罪企业。

英国政府在美国起诉书发布后迅速反应，宣布冻结太子集团及其关联人名下的英国资产，其中包括多处位于伦敦的高端房地产。根据英国外交发展部发布的制裁通告，这些资产涵盖金丝雀码头、贝尔格莱维亚区的住宅、公寓与商业空间，总估值超过一亿英镑（约一点三亿美元）。制裁对象不止限于陈志，还包括其家族成员与部分核心金融操盘手。英国外交大臣表明：「我们不会允许伦敦成为洗钱、被迫劳动和诈骗财富的避风港。」

链上取证机构 Chainalysis 指出，Huione 体系在近四年半处理了逾九百八十亿美元的加密总流入；FinCEN 同时认定其洗钱规模逾四十亿美元，其中部分资金流向东非、塞舌尔及阿联酋。分析人员确认，美国财政部冻结的比特币钱包与太子集团旗下在柬埔寨「太子支付」（PrincePay）及「HuionePay」支付系统存在资金交互。这是美英史上首次以「强迫劳动所得」名义



■ 位于伦敦大道的高端房产：太子集团名下物业之一

冻结加密资产。

金融围剿的速度与精度，显示出美国的战术意图，不只要抓人，更要让诈骗集团「经济死亡」。冻结、追缴、掘坟三步并行，使太子集团赖以支撑政治影响力的现金流中枢失效。而英国的行动，则让陈志失去了最重要的「安全资产区」：伦敦。

从布鲁克林起诉到伦敦封产，仅用了五天。西方金融系统的封锁性反应速度，让长期依赖离岸操作的东南亚资本网络首次出现集体恐慌。

中方战场在地面

若美英的打击是一场金融外科手术，中国的战场则在地面。自二零二四年起，公安部针对柬埔寨、缅北、老挝一线诈骗园区建立联合打击机制，通过跨境协查与驻外警务合作形成体系化行动。二零二五年前三季度，中国警方已遣返涉案人员约数千人，其中大多数来自金边、西哈努克港与缅北妙瓦底：这些正是太子集团的主阵地。

东南亚的电诈园区长期披著「投资开发区」、「科技特区」的外衣。园区外观整齐、安保森严、悬挂企业标识牌，内部却是彻底封闭的诈骗工厂：员工被监控、积分化管理，违令者遭体罚或转卖。被骗入园的中国与东南亚青年被迫进行「恋爱+投资」骗局，每天百余次通话，业绩不达标即受惩罚。电诈在这里被工业化，人成为了流水线的零件。]

（转下页）

诈骗帝国涵盖狮城香港台湾

被英美制裁、涉嫌经营电诈园区的柬埔寨太子集团首脑陈志，生意版图遍布全球，在新加坡、香港及台湾等地注册不少公司，也成为英美制裁目标。

凌万钧

被英国及美国政府制裁的柬埔寨太子集团首脑陈志(Chen Zhi)，生意版图遍布全球，而在美国财政部外国资产管制办公室公布的制裁名单中，包括了陈志在内的十八个人和一百一十七家公司，当中个人方面有三名台湾人和三名新加坡人，公司方面则有十七家香港注册公司、十七家新加坡注册公司和九家台湾注册公司。其余受制裁公司则分布在柬埔寨、英属维京群岛和开曼群岛。

被制裁的香港公司包括两家上市公司：致浩达、坤集团，受制裁消息影响，两家公司在十月十五日的股价分别剧挫一成七和二成三。两公司应联交所要求发公告，指未有从事制裁所涉活动。

陈志分别在致浩达和坤集团持股五成五，是最大股东。两家集团根据美国行政命令被美国财政部外国资产控制办公室列入特别指定国民和被封锁人员名单，该行政命令授权的制裁包括封锁被指定人士的财产及禁止就有关被封锁财产进行任何交易

。此外，两家集团也被英国列入制裁名单，资产遭冻结。

坤集团表示，其主要在新加坡经营业务，且并无在美国或英国从事任何业务营运或拥有任何资产。此外，公司或其附属公司或彼等各自的董事及高级管理层成员概无参与导致该等制裁的涉嫌活动。致浩达在公告则指出，陈志已不再为集团员工及于集团内并无担任任何职务。

三名新加坡人被制裁

在新加坡方面，共有三名新加坡人和十七个实体遭到制裁，他们都被指涉嫌与陈志或太子集团有联系。在被制裁的三人中，较引人注目的是陈秀玲，又名 Karen Chen，美国当局指控她为太子集团拥有、控制或代表该集团行事。

美国当局进一步声称，这名四十三岁的新加坡女子负责管理集团在毛里求斯、台湾和新加坡的分公司。在公司备案文件中，她被列为该集团控制的几家实体的最终所有者，这些实体共用同一个新加坡地址。根据新加坡当地监管文件，陈秀玲在所有十七家受制裁的新加坡注册公司中担任董事、公司秘书或两者兼任。

兼任十一家公司的董事

新加坡《商业时报》对新加坡公司文件

进行搜寻后发现，陈秀玲是十一家公司的董事，也在其中八家公司兼任公司秘书。此外，她还在另外二十家公司担任公司秘书。据美国当局称，被制裁的其中一家公司是管理陈志豪华游艇的控股公司，但并未具体说明是哪家公司。《商业时报》的搜寻结果显示，陈秀玲的新加坡注册公司组合包括休闲船舶管理公司 Warcapital Yacht Management 和 Cloud Xero Management，这两家公司都在制裁名单之中，而第二名被制裁的新加坡人 Nigel Tang Wan Bao Nabil 也担任这两家公司和另一家公司 Capital Zone Warehousing 的董事，后者是一家提供名酒和雪茄等奢侈收藏品仓储解决方案的供应商。三十二岁的 Tang 也是另一家游艇公司的董事和一家食品企业的合伙人。

第三位被制裁的新加坡人是五十三岁的杨新发 (Alan Yeo Sin Huat)，美国司法部指他是陈志的财务助理，负责协助大额电汇、与银行联络、管理账户并「努力掩盖该集团的犯罪活动」。

新加坡《联合早报》报道，根据企业与会计管制局的文件，陈志在新加坡的注册地址为乌节路一带的格美华庭公寓，市价逾千万新元。该公寓此前也被卷入三十亿新元（约二十三亿美元）洗钱案。资料显示，陈志目前是新加坡一家提供技术与电



■新加坡：陈志在新加坡一共有 17 家注册公司

脑服务公司的董事，也是九间当地注册公司的股东。

被美国列入制裁名单的陈秀玲在接受《联合早报》电访时说，自己正在请年假，并对被制裁感到震惊。她说，自己在与陈志有关联的公司担任财务工作，包括处理员工薪水单等。她还表示，公司管理的财产许多是陈志以及与他有关联的实体在新加坡所拥有的。陈秀玲也宣布辞去新加坡上市公司 17LIVE（经营直播平台）独立董事职位。

台艺人周杰伦是邻居

美国制裁名单也包括博居贰、台湾太子不动产等九家台湾公司和三名台湾女性。据台媒报道，这九家公司都是以侨外名义在台湾登记的公司，而其企业法人代表是新加坡商人，负责人为林姓人士。其中八家公司都设籍在台北市大安区的高级住宅「和平大苑」的廿九楼到三十六楼之间，知名艺人周杰伦也住在该处三十七与三十八楼的顶楼豪宅，引起媒体关注。■

至少掌控三个核心园区

（接上页）警方调查确认，陈志网络在柬埔寨境内至少运营三处核心园区，被认定与太子集团旗下企业存在人员、资金与管理交叉：其中西哈努克市一带园区主要承担诈骗话术培训与「客户管理」；金边周边园区设有通信中继与加密货币转帐节点；东北边境地区的园区则负责人员调度与利润分配。这些据点的建设资金多经集团地产与金融子公司拨付，以投资或物业开发名义入帐。金融交叉验证显示，园区运营支出与太子集团若干账户在时间序列上高度重叠。

中方不仅负责遣返行动，而且在情报提供、侦查协作与机制打击方面发挥了关键推动作用——著力摧毁这些诈骗园区的「再生系统」：切断资金、隔离管理层、封锁通信节点。二零二五年七、八月期间，在中方持续「压力+协助」下，柬警方破获西哈努克与金边两处重点园区，现场缴获数百部手机及电脑设备，逮捕逾百人

（其中多人持有太子集团或其关联公司的工牌）。这一「园区战」，实为对电诈产业生态的根部剥离。十年来，电诈园区曾被部分国家默认为「经济引擎」，为地方带来外汇与就业，却以非法劳力为代价。如今，随著中方持续高压与美方司法封锁的双重挤压，这种灰色经济体正在崩塌。园区关闭、财链断裂、人员遣返，所谓「人力矿区」的造血系统已被彻底摧毁。但缅甸政府在十月二十日透露，早前在泰缅边境突袭诈骗园区时发现 SpaceX 旗下卫星网络服务「星链」（Starlink）的接收装置共三十套。星链目前未在当地合法经营，怀疑犯罪集团从黑市索取，解决被断电断网问题。

中美线上线下一互补

陈志案成为标志性事件，不仅因金额惊人，更因它揭示了中美在「人链—资链」两端的协同。双方没有联合声明，却在行动上形成互补：美英以司法起诉、金融制裁为上游打击，中国以园区清剿、遣返追

逃为下游收网。两端证据自然衔接：美方追踪资金时引用中方供述，中方锁定园区时依赖美方链上数据。链上与线下、资产与人证形成闭合回路。

这场「分工式联动」并非外交妥协，而是出于共同的现实判断：电诈集团已成为跨国安全威胁，而非单纯经济犯罪。对美国而言，陈志案是「跨国犯罪资本主义」的样本；对中国而言，则是对境外电诈生态的系统清场。两国虽在全球议题上对立，却在此问题上形成罕见的功能对齐——以不同路径切割同一网络。

柬埔寨因此成为战场核心与试金石。金边政界陷入前所未有的压力，既要安抚财团，又不得不对中美双向施压。金边官员坦言：「太子集团是柬埔寨经济的象征之一，但美国的起诉意味著，这个象征必须被拆除。」在这一过程中，外部执法力量正逼迫柬埔寨旧有的政治经济格局自我重组。

在更广阔的区域视野下，中美合剿正在重塑东南亚的黑色经济版图。电诈产业本

质上是一种寄生于政商庇护与劳工剥削的灰色资本主义体系。过去，它依赖金边、仰光的政策缝隙，生长出以「人矿+洗钱」为核心的地下经济。如今，一个从资本端「断血」、一个从人力端「清源」，体系被夹击在双层高压中，生存空间被逼至极限。

金边金融区的无声重组

电诈从东南亚的经济寄生体，转为国际执法的首要目标。陈志或仍在逃，但其帝国已分崩离析；太子集团的政商盟友纷纷切割；而依附诈骗资本的地方经济板块正被迫「净化」。金边金融区表面平静，一场无声的权力重组正在展开：旧的资金管道被封锁，新的监管体系悄然接管。

陈志案证明了跨国犯罪网络的瓦解未必源自政治妥协，而可能始于多国各自出手的功能协同。当司法、金融与安全利益短暂重叠，黑金体系便无处遁形。东南亚的电诈资本或将转移、变形，但它再难回到那个金边与布鲁克林互不相干的年代。■

游戏科学公司继《黑神话·悟空》后发布《黑神话·钟馗》预告，开发中国神话人物钟馗的世界性与现代性，打造「黑神话宇宙」，推动中国叙事的全球输出。 陈星恆

《黑神话·钟馗》乘胜追击 游戏科学中国叙事全球输出

二零二五年八月，德国科隆游戏展（Gamescom）尾声，中国开发商游戏科学（Game Science）发布新作《黑神话·钟馗》（以下简称《钟馗》）先导预告片。这段约两分钟的纯CG（电脑生成图像）影片中，身披黑甲的钟馗豹头环眼，铁面虬髯，骑乘一头巨虎，气势威严肃穆。

这段预告片并未展示任何游戏实机画面，游戏科学官方也证实《钟馗》仍处于初期开发阶段，距离正式发售可能还有相当长的时间。这种发布策略，折射出游戏科学内部的战略分歧：是深耕《悟空》的商业价值，还是开拓新神只的故事？

从结果来看，游戏科学选择了后者，这不仅是对自身能力的自信展现，更像是他们布局「黑神话」系列宇宙、构建中国3A游戏产业链生态，并打造跨越国界的经典游戏角色的重要一步。

在游戏开发产业中，有一种游戏被称为AAA（或称3A）级游戏，指需要投入巨量成本（A lot of money）、耗费大量资源（A lot of resources）、需要大量时间开发和验证（A lot of time）的游戏，代表游戏开发最高水准。《黑神话·悟空》（以下简称《悟空》）于二零二四年八月发售后，迅速成为全球现象级作品，销售量突破二千万份，并在多个国际权威奖项中斩获殊荣，证明了中国游戏产业进军国际3A级单机游戏领域的决心和实力。

然而，《悟空》并非完美无缺。有玩家指出，游戏前四章的叙事深度和世界构筑令人惊艳，充满了对中国古典文学《西游记》的致敬与解构，探讨了命运、轮回与人性等主题。但最后两章（第五章和第六章）则显得相对仓促，内容更偏向「Boss冲刺（boss rush，指连续与多个Boss轮流作战的环节）」模式，缺乏前半部的探索广度和情感张力，有「赶工」之嫌。

在此背景下，在《悟空》面世近一年后的时间点发售DLC（下载内容）来完善和扩展《悟空》的世界观，是最稳妥的变现策略。它能节省开发资源，利用既有引擎和资产，快速回馈粉丝期待，延长游戏生命周期。游戏科学也在官方声明中提及DLC仍在计划中，预计将聚焦未使用的内容，如某些删减的Boss或支线故事。

但显然，他们的志向不止于此。早在

《悟空》取得瞩目成就之前，游戏科学就已于二零二零年注册了一系列商标，其中就包括「黑神话·钟馗」，显示他们从一开始就规划了更广阔的系列布局，而非局限于单一角色或故事线。

钟馗是中国民间神话中的经典人物，最早见于唐代逸史记载，传说他原是唐玄宗时的进士钟馗（或钟馗），因外貌丑陋在殿试中落榜，愤而触阶自尽。唐玄宗感其忠义，追封为「驱魔大神」，专司捉鬼除妖，手持宝剑、判官笔等法器。

在神话体系中，钟馗隶属于地府体系，位阶相当于基层判官，负责审判鬼魂和维持阴阳秩序。他的上级包括十殿阎王、五方鬼帝，以及掌管大地轮回的后土娘娘；下属则有牛头马面、黑白无常等阴帅鬼差。

钟馗形象的现代性

一个被体制（人间官场）所害的冤魂，最终却成为维护这一体制（阴间秩序）的「基层干部」。这种内在的矛盾，让钟馗的角色充满了现代性，使他从一个简单的捉鬼符号，变成一个在庞大官僚体系中挣扎、既要执行命令又要面对自身心魔的复杂个体。正是这种复杂性，使得钟馗的文化符号获得了世界性的融合潜力。

西方玩家很容易就能从钟馗身上看到范海辛（同样与怪物搏斗却被自身心魔或社会边缘化所困）、地狱男爵（出身黑暗却心向光明，在体制与自我认同间挣扎）、康斯坦丁（有性格缺陷的猎魔人）等角色的影子。他们共享一种「黑暗英雄」（Dark Hero）的叙事原型：拥有超凡的能力，却背负著悲剧性的命运，其战斗既是对外在邪恶的清剿，也是对内在心魔的征服。这种共通性无疑让钟馗更容易被全球玩家接受。

这或许正是游戏科学的高明之处。他们并非简单地讲述一个东方故事，而是通过精湛的工业化叙事，聚焦于那些被宏大叙事所边缘化的悲剧英雄，透过写实的笔触，将叙事焦点对准神话人物身上的磨难、欲望、压迫，以及他们在面对这些困境时所迸发出的勇气与反抗，将抽象的文化符号提炼成一个全球玩家都能理解并共情的鲜活人物，赋予古老神话以震撼人心的现代力量。



■《黑神话·钟馗》：重新塑造钟馗形象

《悟空》更像是游戏科学的 MVP（Minimum Viable Product，最小可行产品），用来验证是否能透过一个高认同度的角色，验证企业的游戏开发实力。悟空的成功，很大程度上来自于角色魅力与公司工业实力的互相成就——孙悟空作为中国文化「Icon」，本身就带有强大IP效应。而钟馗虽也颇具个性，但名气远逊悟空，因此更考验游戏科学剧本刻划、美工特效、关卡道具设计等不同部门的协作和创造力。这或许是游戏科学打通中国3A游戏产业链、构建生态的关键一步。从游戏开发、IP授权到人才培养与玩家社群经营，这种生态构建旨在形成良性产业闭环，延伸系列的商业生命周期，还能吸引更多投资者参与，推动中国游戏产业从单一产品向多元化发展。

活化传统文化符号

中国神话体系浩瀚无边，远不止《西游记》一书。游戏科学还注册的商标包括：《黑神话·小倩》（源自《聊斋志异》中的聂小倩，一个悲情女鬼形象，涉及人鬼恋与轮回主题，能探索爱情与命运的纠葛）；《黑神话·姜子牙》（出自《封神演义》，姜子牙是辅佐周武王伐纣的军师，象征智慧与权谋，可融入策略元素与政治阴谋）；此外，还有《黑神话·山海》（基于《山海经》的奇幻生物世界，强调探索与异兽战斗）；《黑神话·大荒》（延续《山海经》的荒野探险，聚焦生存与未知挑战）和《黑神话·搜神》（参考《搜神记》的神怪志异，汇集多样神灵故事）。这些角色代表中国浩如烟海的文化

资源，如果《钟馗》实验成功，它将证明中国神话资源能以3A游戏形式，亲近地走进年轻一代，并通过共享宇宙的联动（如不同角色的故事交织），增强玩家的忠诚度。

当然，这一「大棋」并非没有风险。转向新作意味著放弃短期变现，需面对开发周期长、市场接受度的不确定性。钟馗知名度不如悟空、阴森地府世界的呈现，以及民众对于阴间偏负面的印象都是《钟馗》开发路上潜在的挑战。

中华文化叙事实验

但从游戏科学的声明看，他们视此为解放自我的机会：新英雄、新玩法、新故事，从零开始实验。这也反映中国游戏产业的成熟——从模仿到创新，从单一产品到生态构建。相比之下，类似《刺客信条》或《战神》系列的成功经验显示，若能平衡文化独特性与普世主题，这种风险可转化为长期优势，让系列成为文化输出平台。

从《黑神话·钟馗》的预告片出发，我们看到游戏科学的远见和雄心：这不仅考验游戏科学的工业实力，还将重塑中国3A游戏的格局。我们拭目以待的，不仅是一款游戏，更是一场关于活化中华文化，并进而对全球进行叙事输出的重要实验。这条路注定艰难，但若成功，游戏科学将不仅是一家游戏公司，更成为中国文化现代化转译的重要推动者。从悟空到钟馗，从小倩到姜子牙，「黑神话」宇宙的构建才刚刚开始。而我们，或许正在见证一场中国游戏工业与文化叙事的革命诞生。■

习特会按休战键 加强经贸能源合作

习：不应陷互报复恶性循环 特称4月访华邀习访美

国家主席习近平日前与美国总统特朗普在韩国釜山会晤，双方确定中美贸易战「休战一年」，包括互相加征港口费、「对等关税」、稀土管制新措等多个范畴暂停实施一年（见表），以待双方团队继续谈判落实。习近平表示，中国有信心也有能力应对各种风险挑战，中美不应陷入互相报复的恶性循环。特朗普同意加强双方在经贸、能源等领域合作，他会后表示明年4月将访华，并已邀请习近平访美。

习：经贸应续成中美关系压舱石推进器

10月30日上午，习近平乘专机抵达釜山金海国际机场，准备出席亚太经合组织（APEC）峰会并国事访问韩国，在韩首个重要行程就是与特朗普举行相隔6年多的会晤。新华社报道，习近平表示两国难免有一些分歧，时而也会有摩擦，这很正常，「我愿继续同特朗普总统一道，为中美关系打下一个稳固的基础」。习近平强调，中国经济是一片大海，「我们也有信心也有能力应对各种风险挑战」，中国从来没有想挑战谁、取代谁，而是做更好的自己，「这是中国成功的重要密码」。

习近平表示，双方团队要尽快细化和敲定后续工作，以实在成果给中美两国和世界经济吃下一颗「定心丸」。他认为，中美经贸关系近期经历曲折，给双方带来一些启示；经贸应该继续成为中美关系的压舱石和推进器，而不是绊脚石和冲突点；双方应该算大帐，多看合作带来的长远利益，而不应陷入互相报复的恶性循环。习近平说，两国在打击非法移民和电骗等领域应开展互利合作；中美明年分别主办APEC、二十国集团峰会，双方可以互相支持。



新华社报道，两国元首同意加强双方在经贸、能源等领域合作，促进人文交流；同意保持经常交往。特朗普称中美关系一直很好，将来会更好。

美对华关税降至 47% 华稀土管制暂停一年

特朗普在会晤后向记者表示，他将于明年4月访华，习近平「之后某个时间」回访美国，地点可能是华盛顿或佛罗里达州棕榈滩。「这是一场非常棒的会晤。他（习近平）是一位伟大的领袖。」特朗普称，有关稀土贸易的问题已获解决；他将把此前为迫使中国加强管控芬太尼走私而对美国商品征收的20%关税减半，这一降税措施将使中国商品所面临的整体关税水平从57%降至约47%。

特朗普感谢中方将大量采购美国大豆；双方又讨论了英伟达晶片在中国的准入问题，但议题不涉及英伟达最先进的Blackwell系列晶片。对于备受关注的台湾议题，特朗普称会谈中「完全未被提及」。新华社通稿亦未提及台

湾问题。此前传出中方将敦促特朗普放弃模糊政策，表态明确反对「台独」。

华拟买更多美能源 大量购大豆

中美能源合作亦有动向。特朗普在社交平台Truth Social称，两国能源部门官员将会晤商讨具体细节，中国将购买更多美国能源。他暗示将达成一项涉及阿拉斯加油气资源的「非常大规模」交易，但没提供详情。

中国商务部随后宣布26日结束的吉隆坡经贸磋商共识内容，包括美方将取消针对中国商品加征的10%「芬太尼关税」，延长24%「对等关税」暂停期一年；中方相应作出调整。美方「穿透性规则」措施暂停一年，中方稀土出口管制新措施等暂停实施一年。双方暂停互相加征对方船舶港口费一年。

美国财长贝森特说，中美最快下周签署贸易协议，他透露中方已同意今年采购1200万吨大豆，并同意未来3年每年至少采购2500万吨；他亦预期短片平台TikTok交易短期内有新进展。



▲中美元首10月30日会谈，中方人员包括外交部常务副部长马朝旭（左起）、国务院副总理何立峰、中央书记处书记蔡奇、国家主席习近平、外长王毅、发改委主任郑栅洁、商务部长王文涛。美方代表包括驻华大使庞德伟（右起）、白宫幕僚长怀尔斯、财政部长贝森特、总统特朗普、国务卿鲁比奥、商务部长卢特尼克、贸易代表格里尔。（新华社）

◀国家主席习近平（右）30日在韩国釜山与美国总统特朗普（左）会晤，这是两人自2019年日本大阪G20峰会后，首次面对面会谈。（新华社）

中美贸易具体新举措

资料来源：综合报道

美国	中国
关税	
将针对中国（含港澳）商品加征的「芬太尼关税」由20%降至10%，令对华关税整体水平从57%降至47%。24%的「对等关税」（原定11月10日到期）继续暂停一年	将相应调整针对美国对华关税的其他反制措施；中美双方同意继续延长部分关税排除措施
出口管制	
暂停实施9月29日公布的出口管制「穿透性规则」一年。该规则把被制裁实体控股超过50%的子公司纳入制裁名单	暂停实施10月9日公布的与稀土相关一系列出口管制措施一年，并将研究细化具体方案
港口费	
暂停10月14日开始实施的其针对华海事、物流和造船业「301调查」措施（加收港口服务费）一年	暂停相应反制措施（对美国船舶收取船舶特别港务费）一年
其他	
- 中美将妥善解决TikTok相关问题 - 中国将从美国进口能源，或涉及阿拉斯加石油和天然气，细节有待商讨 - 中美就芬太尼禁毒合作、扩大农产品贸易、相关企业个案处理等问题达成共识 - 美方在投资等领域作出积极承诺	

习促科创实质进展 防「一哄而上」

「十五五」关键核心技术快速突破 设高技移民吸世界人才

明 十五五科技发展要点

加强原始创新和关键核心技术攻关

完善新型举国体制，采取超常规措施，全链条推动集成电路、工业母机、高端仪器、基础软件、先进材料、生物制造等重点领域关键核心技术攻关取得决定性突破

推动科技创新和产业创新深度融合

强化科技基础条件自主保障，加快重大科技成果高效转化应用，加强知识产权保护和运用

强化企业科技创新主体地位

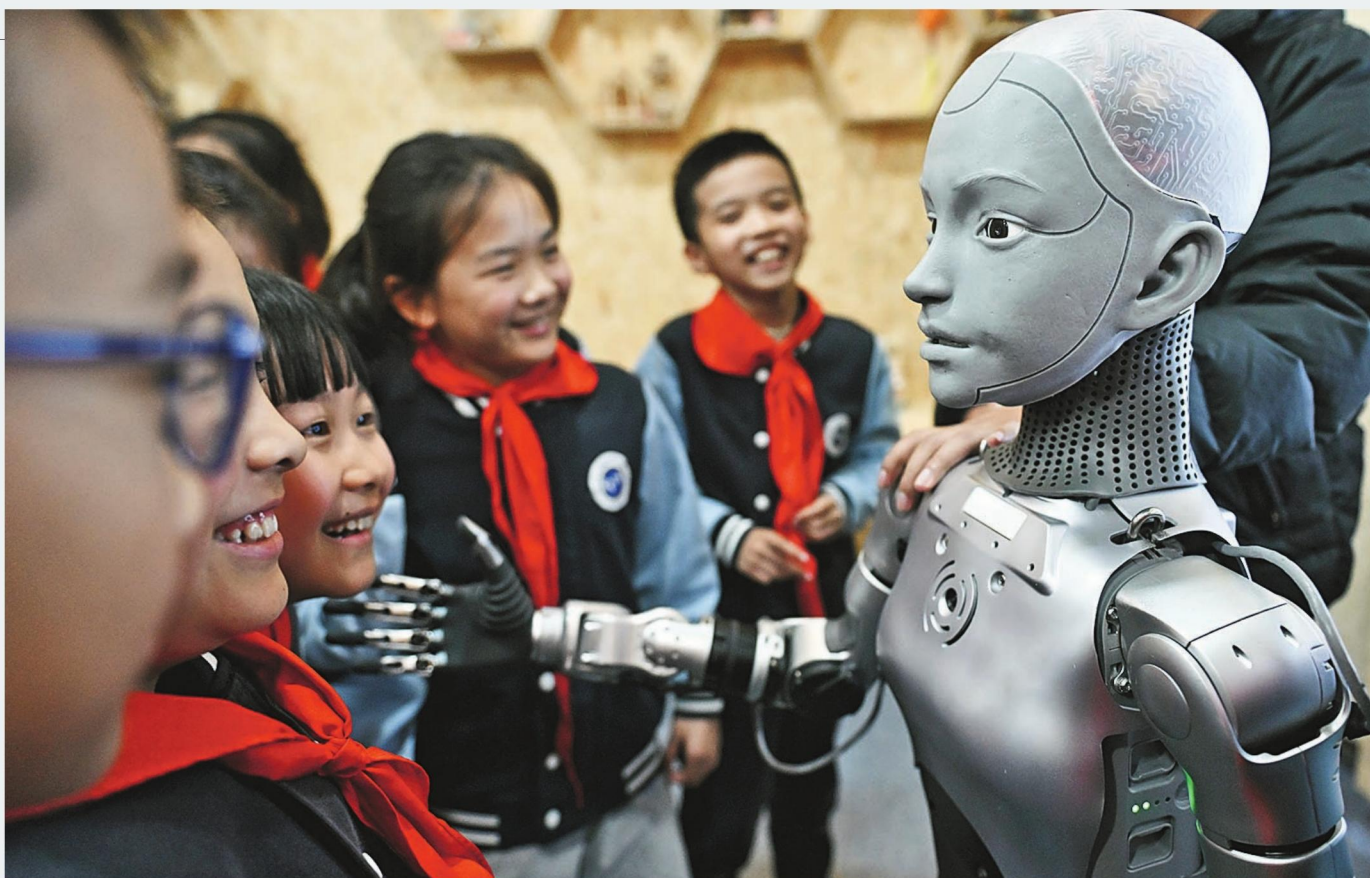
支持高新技术企业和科技型中小企业发展，提高企业研发费用加计扣除比例；加大政府采购自主创新产品力度

一体推进教育科技人才发展

培育拔尖创新人才；培养造就更多战略科学家、科技领军人才、卓越工程师、大国工匠、高技能人才；建立高技术人才移民制度，引育世界优秀人才

深入推进数字中国建设

建设开放共享安全的全国一体化数据市场，全面实施「AI+」行动，加强AI治理



科技革命 中共中央关于制定十五五规划的建议回顾成绩时指出，「十四五」时期中国科技创新成果丰硕，新质生产力稳步发展；展望「十五五」时期，新一轮科技革命和产业变革加速突破，中国具备主动运筹国际空间、塑造外部环境的诸多有利因素。图为安徽无为科技公司研发的全球首款全尺寸仿生教育机械人「小安老师」，前日讲授科学教育课后与学生们互动。（中新社）

中共二十届四中全会上周就「十五五」规划提出「科技自立自强水平大幅提高」，要求重点领域关键核心技术快速突破，并跑、领跑领域明显增多等。新华社日前披露，国家主席习近平在会上指出，推动高质量发展，最重要是加快高水平科技自立自强，积极发展新质生产力，在推动科技创新、加快培育新动能、促进经济结构优化升级上取得实质性、突破性进展；同时，发展新质生产力需要具备一定的禀赋条件，也要充分考虑现实可行性，防止「一哄而上」。

四中全会审议通过的《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议》（下称《建议》），以及习近平就《建议》起草有关情况的说明（下称《说明》）日前全文发布。

拓新质生产力要实事求是

《建议》要求未来5年实现科技自立自强水平大幅提高，从技术攻关、产业、

人才等多方面提出要求（重点见表），包括要求采取超常规措施，全链条推动集成电路（IC）等重点领域关键核心技术攻关取得决定性突破；加大政府采购自主创新产品力度；建立高技术人才移民制度，引育世界优秀人才等。

习近平在「说明」中指出，《建议》突出科技创新的引领作用，在加快高水平科技自立自强方面作出部署，提出

加强原始创新和关键核心技术攻关等要求。他强调，需要注意的是，发展新质生产力需要具备一定的禀赋条件，要充分考虑现实可行性，「《建议》稿强调因地制宜发展新质生产力，就是要引导大家科学理性、实事求是地开展工作，防止一哄而上。」

十五五增长保持合理区间

习近平说，2035年要基本实现社会主义现代化，一个重要标志性指标就是人均GDP达到中等发达国家水平，这要求「十五五」时期（2026至2030年）经济社会发展保持适当速度，因此《建议》提出经济增长保持在合理区间，定量要求将在规划纲要确定。

他亦提到，当前和今后一个时期，要坚持做强国内大循环，加快形成强大国

内经济循环体系，以国内循环的稳定性对冲国际循环的不确定性。

《建议》由15个部分构成，分为三大板块。其中第二板块主要瞄准关系全局和长远的重点问题，分领域部署「十五五」时期的战略任务和重大举措，明确从产业发展、科技创新、国内市场、经济体制、对外开放、乡村振兴、区域发展，到文化建设、民生保障、绿色发展、安全发展、国防建设等重点领域的思路和重点工作。习近平还介绍了《建议》今年1月开始的起草过程，由他亲自担任组长，国务院总理李强、全国政协主席王沪宁、中央书记处书记蔡奇、国务院副总理丁薛祥担任副组长，副组长人数比5年前多一人。起草期间，中央政治局常委会召开3次会议、中央政治局召开2次会议进行审议、修改。

回应四中公报未提和平统一 国台办：决不承诺放弃武力

中共二十届四中全会公报中强调「推动两岸关系和平发展、推进祖国统一大业」，未使用「和平统一」字眼。国台办新任发言人彭庆恩日前表示，大陆愿为和平统一创造广阔空间，以最大诚意、尽最大努力争取和平统一的前景，但决不承诺放弃使用武力，保留采取一切必要措施的选项，「只有实现统一，台海和平稳定才有根本保证」。

美智库吁停以台湾刺激大陆

据中国台湾网，彭庆恩表示，「武统」针对「针对的是台独分裂行径和外部势力干涉」，解决台湾问题「是两岸中国人自己的事，不容任何外来干涉」。就美国智库兰德公司（RAND）近日发表报告，呼吁中美应在竞争中寻求稳定，建议美国停止以台海问题刺激大陆、「最大程度激励北京采取渐进式统一路径」。彭庆恩称，国际上愈来愈多的人认识到台湾领导人赖清德是「麻烦制造者」、「和平破坏者」，要维护台海和平稳定就要制止赖清德和民进党当局谋独挑衅。

京：和平统一对台好处多

全国政协主席王沪宁日前在纪念台湾光复80周年大会上表示，和平统一后台湾有七个「更好」。彭庆恩表示，和平统一将给台湾经济社会发展创造巨大机遇，带来实实在在的好处，包括大陆超大市场和规模经济；更好的能源资源保障和基础设施建设；公共服务和公共资源共享；中华文化令精神文化生活将更加丰富多彩；台湾的安全和发展利益将得到充分保障，背靠祖国让「台湾同胞在国际上腰杆更硬」，更加安全、更有尊严。他续指，和平统一需要两岸同胞共同努力，相向而行。

赖清德：坚定反并吞反侵略

彭庆恩又说，「国务院台办发言人」facebook帐号开通后，收到许多岛内



▲近日大陆央视在「台湾光复日」前夕播放解放军大规模抢滩登陆演练画面，台国防部日前发布反登陆操演相，台军驾驶AAV7两栖突击车在沙滩上行驶，配文「从海浪到海岸，都是我们的领地」。

（台湾国防部X帐号）

◀身兼台湾三军统帅的赖清德日前上午主持将官晋任授阶典礼，称期许政府与官兵共同努力，让台湾更安全。

（军闻社）

网友留言祝福与支持，还有留言希望协助寻找大陆亲人。「我们认真对待每则留言，将继续运用这一新的沟通平台，多为台湾同胞办实事、做好事、解难事。」

另边厢，中央社报道，身兼台湾三军统帅的赖清德日前主持将官晋任授阶典礼时表示，要坚定地「反对推进统一、反并吞、反侵略」，要投资防卫「以实力守护和平」。赖清德表示，大陆持续

在台湾周边海空进行「灰色地带侵扰」，不仅对台湾造成压力，也对区域和平稳定及全球经济发展带来威胁。他强调，强化防卫不是为了挑衅，而是为了维持现状、守护台湾的民主与生活方式。

豐泰FOODY WORLD



B.C. RICHMOND店 (604)233-0886
3000 Sexsmith Road, Richmond, BC V6X4K9



進補好時節
Beginning of Winter.

甘源蟹黃味雜豆系列
GANYUAN SNACK SERIES
285g
Reg.4.59



2⁹⁹
EA

原野屋夾心薄餅系列
YYW SANDWICH
CREPES SERIES 120g
Reg.2.59



2/3⁴⁸

糖山楂
SUGAR COATED
HAWTHORN 200g
Reg.5.99



4⁹⁹
EA

沙灣奶類沖調粉系列
SHA WAN MILK CURD
SERIES 150g
Reg.7.99



5⁹⁹
EA

迪瓦克黑松露火腿蘇打餅乾
DRYK BISCUITS (BLACK
TRUFFLE&HAM FLAVOUR)
1.06kg
Reg.10.99



6⁸⁸
EA

康師傅飲品系列
KSF DRINK SERIES
500ml
Reg.1.59



0⁹⁹
EA

稻香村牛舌餅
DXC BEIJING WHEAT
FLOUR CAKE 360g
Reg.7.99



5⁴⁸
EA

好麗友烏龜脆卷系列
ORION TURTLE CHIPS
SERIES 560g
Reg.13.99



10⁸⁸
CASE

寶之素甜品罐頭系列
BZS DESSERT SERIES
185-195g
Reg.2.99



0⁹⁹
EA

朝日提高睡眠質量乳
酸菌飲料禮盒裝
ASAHI LACTIC ACID
BACTERIA GIFT SET
BLUE 190gx18
Reg.48.99



42⁸⁸
CASE

朝日乳酸菌飲料禮盒裝
ASAHI LACTIC ACID
BACTERIA GIFT SET RED
190gx18
Reg.48.99



42⁸⁸
CASE

紅帽子曲奇禮盒 (紅)
AKAI BOSHI RED BOX
ASSORTED COOKIES
45pcs
Reg.39.99



29⁹⁹
EA

麒麟果
YELLOW PITAYA
Reg.5.99



3⁹⁹
LB

新鮮油菜芯
YU CHOY SUM
Reg.2.59



1⁷⁹
LB

冰凍特大菲沙龍崗雞
FROZEN FRASER VALLEY
SPECIALTY CHICKEN
Reg.19.99



15⁹⁹
EA

鮮冰元蹄 (豬蹄)
PREVIOUSLY FROZEN
PORK HOCK
Reg.2.99



1²⁹
LB

新鮮AAA牛腩
FRESH AAA BEEF SHANK
Reg.8.99



6⁹⁹
LB

游水黑鯛魚
LIVE TILAPIA
Reg.8.99



6⁹⁹
LB

海底撈牛肉麵系列
HAIDILAO BEEF NOODLE
SERIES 708-730g
Reg.10.99



7⁹⁹
EA

得哥蒲燒鰻魚
SMART CHOICE ROASTED
EEL 9oz
Reg.9.99



6⁹⁹
EA

金燕東莞米粉
GOLDEN SWALLOW RICE
VERMICELLI 400g
Reg.1.99



0⁹⁹
EA

三象糯米粉/粘米粉
GLUTINOUS RICE
FLOUR/RICE FLOUR 400g
Reg.1.99



0⁹⁹
EA

椰樹牌正宗椰子汁
PALM BRAND COCONUT
JUICE 1.25L
Reg.6.59



3⁹⁹
EA

日本POCKY系列
POCKY SERIES 115-145g
Reg.5.99



2⁹⁹
EA

火鍋 Hotpot

火鍋豬肉卷
FROZEN HOTPOT SLICED
PORK ROLL
Reg.10.99



6⁹⁹
LB

火鍋肥牛卷
FROZEN HOTPOT SLICED
KOREAN BEEF ROLL
Reg.12.99



9⁹⁹
LB

火鍋牛肉卷
FROZEN HOTPOT
SLICED BEEF ROLL
Reg.15.99



9⁹⁹
LB

火鍋羊肉卷
FROZEN HOTPOT SLICED
MUTTON ROLL
Reg.15.99



12⁹⁹
LB

海鮮菇
SEAFOOD MUSHROOM
Reg.0.99



3/1⁹⁹

冰鮮各種魚丸
PREVIOUSLY FROZEN
ASSORTED FISH BALL
Reg.5.99



3⁹⁹
LB

廚師牌茶花菇/冬菇
CHEF BRAND DRIED
MUSHROOM 400g
Reg.13.99



9⁸⁸
EA

廚師牌浙江雲耳
CHEF BRAND DRIED BLACK
FUNGUS 200g
Reg.7.99



4⁹⁹
EA

優惠期 / Price in Effective: Nov. 07 (Fri.) ~ Nov. 13 (Thur.)

七天營業 / Open 7 Days a Week: 9:00 ~ 24:00 假日照常營業 / Open on Holidays

售完即止, 廣告如有排印錯誤, 請以店內標示為準。優惠活動不適用於商業批發行為。 While quantities last. Advertising, if any typographical errors, marked by the Store shall prevail. Promotion does not apply to commercial wholesale activities.

美妝&鮮花 COSMETIC&FLOWER

SKIN1004積雪草安瓶精華
SKIN1004 CENTELLA AMPOULE 100ml



19⁸⁸ EA

SKIN1004積雪草卸妝油
SKIN1004 CENTELLA LIGHT CLEANSING OIL 200ml



19⁸⁸ EA

SKIN1004積雪草煥白凝珠安瓶精華
SKIN1004 TONE BRIGHTENING CAPSULE AMPOULE 100ml



23⁸⁸ EA

嘉娜寶親子拿鐵洗護系列
KRACIE MA&ME LATTE SHAMPOO/CONDITIONER SERIES 490ml



11⁸⁸ EA

一理潤敏感肌潤膚乳
ILLYNOON CERAMIDE ATO CONCENTRATE CREAM 500ml



38⁸⁸ EA

一理潤敏感肌沐浴露
ILLYNOON CERAMIDE ATO 6.0 TOP TO TOE WASH 500ml



14⁸⁸ EA

&HONEY洗護系列
&HONEY SHAMPOO TREATMENT SERIES 450ml



18⁸⁸ EA

&HONEY護髮精油系列
&HONEY HAIR OIL SERIES 100ml



18⁸⁸ EA

仙客來 (小)
CYCLAMEN (SMALL)



3⁹⁹ EA

紅掌 (小)
ANTHURIUM (SMALL)



7⁹⁹ EA

長壽花 (小)
KALANCHOE (SMALL)



2⁹⁹ EA

各式花盆
PLANT POTS



4⁹⁹ UP

果菜 FRUIT&VEGE

富碩媚梨
YANGXIN PEAR Reg.3.99



2⁹⁹ LB

箱裝軟籽石榴
SWEET JUICE POMEGRANATE SOFT SEEDS 3.4kg Reg.29.99



25⁹⁹ CASE

散裝安培士蘋果
AMBROSIA APPLE Reg.1.59



1¹⁹ LB

澳洲蜜柑
AUSTRALIAN TANGERINE Reg.2.99



2⁵⁹ LB

越南紅肉火龍果
VIETNAMESE DRAGON FRUIT RED FLESH Reg.7.99



5⁹⁹ LB

澳洲芒果
AUSTRALIAN MANGO Reg.8.99



6⁸⁸ LB

青蔥
GREEN ONION Reg.0.99



3/1⁹⁹

火山甜番薯
JAPANESE SWEET YAM Reg.2.59



1⁹⁹ LB

中國高麗菜
CHINESE CABBAGE Reg.0.99



0⁷⁹ LB

翠玉瓜
WHITE ZUCCHINI Reg.1.59



1²⁹ LB

紅蘿蔔
CARROT Reg.0.99



0⁷⁹ LB

新鮮蓮藕
LOTUS ROOT Reg.2.59



1⁷⁹ LB

肉品 MEAT

鮮冰食草有皮羊腩
PREVIOUSLY FROZEN LAMB BELLY SKIN ON Reg.10.99



9⁹⁹ LB

鮮冰食草有皮羊腿
PREVIOUSLY FROZEN LEG OF LAMB SKIN ON Reg.8.99



5⁹⁹ LB

鮮冰豬大肚
PREVIOUSLY FROZEN PORK TRIPE Reg.3.99



2⁹⁹ LB

冰凍肥肝 (鵝肝)
FROZEN FOIE GRAS PORK TRIPE Reg.65.99



59⁹⁹ EA

鮮冰帶骨羊腩
PREVIOUSLY FROZEN LAMB SHANKS Reg.8.99



6⁹⁹ LB

鮮冰羊腳
PREVIOUSLY FROZEN LAMB HOOFS Reg.5.99



3⁹⁹ LB

新鮮蜂窩金錢肚
FRESH BEEF HONEYCOMB TRIPE Reg.8.99



6⁹⁹ LB

新鮮黑毛肚
FRESH BEEF TRIPE OMASUM Reg.8.99



6⁹⁹ LB

海鮮 SEAFOOD

冰鮮紅鰻魚
PREVIOUSLY FROZEN RED SNAPPER Reg.5.99



2⁹⁹ LB

冰鮮有頭南美白蝦
PREVIOUSLY FROZEN WHITE SHRIMP Reg.7.99



購買4磅或以上
每磅\$5.99
BUY 4LBS OR MORE
\$5.99/LB

游水龍躉魚扒
LIVE LING COD STEAK Reg.9.99



8⁹⁹ LB

新鮮大西洋三文魚扒
FRESH ATLANTIC SALMON STEAK Reg.9.99



8⁹⁹ LB

新鮮桶裝蠔肉
FRESH OYSTER MEAT 2lbs Reg.25.99



22⁹⁹ EA

游水殼荀魚
LIVE MARBLE GOBY Reg.29.99



23⁹⁹ LB

游水溫哥華蜆
LIVE BC CLAM Reg.6.99



5⁹⁹ LB

冰鮮牙帶魚
PREVIOUSLY FROZEN CUTLASSFISH (HAIRTAIL) Reg.5.99



不殺加工
NO CUTTING
SERVICE
3⁹⁹ LB

急凍 FROZEN

日昇滑豆腐
SUNRISE SMOOTH TOFU 700g Reg.3.59



2⁵⁹ EA

日昇豆乾
SUNRISE PRESSED TOFU 340g Reg.4.59



2⁹⁹ EA

天天點心饅頭系列
TEN TEN DIM SUM BUN SERIES 700g Reg.5.99



3⁹⁹ EA

灣仔碼頭韭菜雞蛋水餃
WZMT LEEK EGG DUMPLING 720g Reg.8.99



5⁹⁹ EA

急凍金鯧魚
GOLDEN POMFANO Reg.4.99



3²⁹ LB

CHUNIL冷凍拉麵
CHUNIL RAMEN 5x200g Reg.6.99



3⁹⁹ EA

單凍熟製牡蠣肉
FOOD LAB COOKED OYSTER MEAT 454g Reg.7.99



4⁹⁹ EA

德氏大奶磚
DE SHI MILK BRICK SHAPE ICE CREAM 5x70g Reg.7.99



4⁹⁹ EA

郭生說道口燒雞
CHEF SHUO CHINESE STYLE COOKED CHICKEN 595g Reg.18.99



12⁹⁹ EA

亞洲之選蝦餃
AC SHRIMP DUMPLING 500g Reg.9.99



週末試吃
Weekend
Demo
6⁹⁹ EA

急凍豆結
VEGWAY SOY KNOT 250g Reg.3.99



1⁹⁹ EA

得哥有頭黑虎蝦8/12
SMART CHOICE HEAD ON BLACK TIGER SHRIMP 454g Reg.13.99



9⁹⁹ EA

雜貨零食 GROCERY

幸福泰國香甜魚露
LUCKY FISH SAUCE 710ml Reg.2.59



0⁰⁹ EA

高力斯優質雞粉
KONG BEST QUALITY CHICKEN POWDER 1kg Reg.11.99



7⁸⁸ EA

吳老閣沁洲黃小米
WUGELAO MILLET 2.5kg Reg.19.99



13⁸⁸ EA

合天寶龍海鴨鹹蛋
HTBL SALTED DUCK EGG 60gx4 Reg.3.99



2/4⁸⁸

一家麵 (多倫多知名品牌)
YET-CA-MEIN CHINESE NOODLES 1.4kg Reg.6.59



4⁹⁹ EA

發財牌乾紫菜
FAT CHOY DRIED LAGER(SEAWEED) 50g Reg.3.59



2/5⁰⁰

李錦記特級老抽
LKK'S PREMIUM DARK SOY SAUCE 500ml Reg.4.99



3⁸⁸ EA

李錦記蒸魚豉油
LKK SEASONED SOY SAUCE FOR SEAFOOD 441ml Reg.4.99



3⁶⁸ EA

生和堂唧唧龜苓爽系列
SUNITY HERBAL JELLY BEVERAGE SERIES 253gx5 Reg.6.99



4⁹⁹ EA

卡其樂花椒鍋巴
KQL SICHUAN PEPPER RICE CRISP 312g Reg.6.99



3⁹⁹ EA

凱欣藕粉/芝麻糊系列
KAI XIN LOTUS ROOT STARCH/SESAME POWDER SERIES 40gx15 Reg.6.99



5⁹⁹ EA

花田萃即溶咖啡/奶茶系列
HT INSTANT COFFEE/MILK TEA SERIES 20gx5 Reg.6.99



4⁹⁹ EA

FOODCOURT 熟食

叉燒
CHAR SIU (BBQ PORK) Reg.13.99



震撼價
BLOWOUT
PRICE
11⁹⁹ LB

加州卷
CALIFORNIA ROLL 220g Reg.4.79



震撼價
BLOWOUT
PRICE
3⁹⁹ EA

臘味生炒糯米飯
GLUTINOUS RICE WITH CHINESE SAUSAGE 900g Reg.15.99



新品推薦
NEW PRODUCTS
12⁹⁹ EA

湘川辣豬耳
BRAISED SPICY PORK EARS 180g Reg.8.99



震撼價
BLOWOUT
PRICE
7⁹⁹ EA

豉油雞腿
SOY SAUCE CHICKEN DRUMSTICKS Reg.6.49



5⁹⁹ LB

新鮮大菠蘿包
PINEAPPLE BUN 129g Reg.2.19



震撼價
BLOWOUT
PRICE
1⁷⁰ EA

牛肉包 (冷) 4個
BEEF BUN (COLD) *6 120gx4 Reg.8.99



7⁴⁹ EA

雞尾包 6個
COCKTAIL BREAD *6 500g Reg.6.89



震撼價
BLOWOUT
PRICE
6¹⁹ EA

七天營業/ Open 7 Days a Week: 9:00 ~ 24:00 假日照常營業/ Open on Holidays

優惠期 / Price in Effective: Nov. 07 (Fri.) ~ Nov. 13 (Thur.)

售完即止, 廣告如有排印錯誤, 請以店內標示為準。優惠活動不適用於商業批發行為。 While quantities last. Advertising, if any typographical errors, marked by the Store shall prevail. Promotion does not apply to commercial wholesale activities.

攻台主力演习 首现「机械狼」抢滩

引路时遭「敌」摧毁 评论：狼海战术改变战况

央视军事近日披露，解放军陆军两栖部队在登陆战演练时，首次大量使用「机械狼」。演习中，部队使用三种无人装备，大型无人机对滩头敌阵地实施垂直投弹打击；高速穿越机携炸药对单兵或轻型作战车辆打击；「机械狼」则突破进攻路线上的障碍，直接到达目标区域。军事自媒体称，一旦装备足够多的机械狼，战斗情况将不一样。

央视国防军事频道在对南部战区陆军「黄草岭英雄连」的介绍中称，该部作为陆军两栖机械化步兵，在参与两栖登陆作战演练时，一改以往两栖突击车冲滩后、释放下车步兵参与进攻的传统战术，而是大量使用「机械狼」参与滩头进攻，展现出无人化作战装备强大的作战能力。

机械狼掩护 可打击敌方增援

演习画面显示，「黄草岭英雄连」在登陆作战演练中，两栖突击车和两栖步兵战车冲滩。但到达滩头阵地、两栖突击车停车打开尾部舱门后，下车的不仅仅是装甲步兵，还有无人机、无人作战平台操作手等。随后由装甲步兵，无人作战装备等联合对「敌」岸滩防御工事展开突击，同时，先期使用突击直升机机降到敌之纵深的空突步兵，也在「机械狼」掩护下，在浅近纵深扼制敌之主要通路，准备打击敌方增援。

军事博主：俄乌战场实战应用 效果良好

「黄草岭英雄连」在演习中使用了三种无人作战装备，其一是使用光纤线导遥控的大型多旋翼无人机，可以携带自动投弹装置，对滩头阵地内、无掩护或者仅有就便器材掩护遮蔽的敌人实施垂直投弹打击；其二是高速自杀式穿越机，携带炸药对单兵或轻型作战车辆带来巨大威胁。

军事自媒体「大伊万」认为，这两种无人机在俄乌战场上都有实战运用，且实战运用都取得良好效果，解放军开始将这些经验用于陆军地面战，在未来的抢滩登陆战斗中必将发挥重要作用。而在地面，「黄草岭英雄连」使用了「机械狼」。该型「机械狼」曾在去年的第十五届中国航展上展出过。画面展示「机械狼」作为通用化无人作战平台，可完成侦察、突击、运输及爆破任务。

称数百台不能与单台比较 数量够多可突破

不过在该次的演习中，尽管「黄草岭英雄连」在战斗中使用无人机、机械狼这种新型战斗装备，但对滩头阵地的攻坚并不顺利。尤其是机械狼在开辟爆破通路的过程中，被敌方火力击毁，最后还是人力爆破手冲上去完成爆破任务，开辟进攻通路。

「大伊万」认为，机械狼在未来肯定是要装备的，「机械狼在战斗中容易被击毁」之类的判断，原因是数量不够多。同时在一些无人作战平台使用上还有值得改进的地方。目前机械狼还只是装甲步兵的点缀，给装甲步兵当个尖兵。

而机械狼目前尚不具备较强防护能力。「但如果我们一次有几百台机械狼，以每小时30至40公里的速度高速冲锋，情况是不是就不一样了？1000米的冲击距离，1分钟左右就能冲过去了。」



▲央视发布影片介绍航空主题科幻IP「南天门计划」，其中通用垂直起降平台「紫火」全新亮相。虚拟动画演示中，出现了「紫火」在香港维多利亚港夜空中飞行的画面。（央视新闻）

推「南天门」航空科幻IP 央视展「紫火」维港飞行

央视国防军事频道发布影片，介绍官方近年构建的航空主题科幻IP「南天门计划」。其中「南天门计划」新成员，新亮相的「紫火」通用垂直起降平台，更有以香港夜空为背景的飞行画面。

「南天门计划」是中国航空工业集团旗下中航环球文化传播有限公司2017年起建构的航空主题科幻IP，旨在透过科幻想像力，宣传「航空报国、航空强国」的理念，并推动航空科技的未来发展。

影片中出现多款科幻味十足

的军事装备，其中作为「南天门计划」新成员，全新亮相的「紫火」通用垂直起降平台，通体泛着紫色的金属光泽，展示了「紫气东来」的中式浪漫。「紫火」尾部采用无扇叶设计，可以更好地平衡力矩，它采用有人无人相结合的方式，能实现自主飞行、编队飞行，在危险区域实施救援、投送物料等展现出多任务适应性。

除「紫火」外，「南天门计划」成员还包括10万吨级空天母舰「鸾鸟」，空天战机编队「玄女」，隐身战机「白帝」等，

它们的模型分别在近年各地航展上亮相。

影片称，从空中铁翼到空天星舰，无人作战浪潮奔涌而来，正以前所未有的魄力与速度照进现实。

计划描绘了由大型战机、空天战机、战术机甲等组成未来全球综合战略防御体系。影片指，随着中国在航太工业与新材料应用的发展，有些项目已从概念转为现实，如登月计划和火星探索工程，过去人们认为不可能的事，都已经一一实现。



▲解放军陆军第72集团军被视为台海作战主力之一，近日在登陆战演练时，首次大量使用「机械狼」和「机械狗」。

（央视军事）



▲根据影片，「机械狼」作为一个通用化的无人作战平台，出现了侦查、突击、运输、爆破等多种构型。（央视军事）

陆地航母产线启 势革新航空业

引入制车模式 半小时可出厂一架

汇天飞行汽车工厂规划复合材料、动力、连接、涂装、总装五大核心车间及附属设施。图为技术人员在对飞行器做最后检查。(短片截图)



位于广州黄埔区的汇天飞行汽车工厂日前成功试产，首架「陆地航母」飞行器下线（产品完成组装离开生产线），标志着全球首条飞行汽车量产现代化流水线「贯通」，未来有望将汽车业的模块化、节拍化、自动化搬进航空。

小鹏汇天厂是全球首个飞行汽车量产工厂。《证券时报》报道，本轮试产的飞行器将用于试验试飞，进一步验证产品性能与工艺，为明年「陆地航母」量产交付奠定基础。工厂规划可年产1万架，初期可年产5000架。在满产状态下，

生产线每30分钟可下线一架飞行器。

全球首飞行汽车量产线

小鹏汇天方面称，工厂最大特点是以汽车工业思维重构工艺制造流程，规划复合材料、动力、连接、涂装、总装五大

核心车间及附属设施，融合航空业的高质量要求与汽车制造业的规模化效率。「观察者网」指，在供应链端，电机、复合材料、电池包产线的一次性摊销，一般在1万件以上才开始显着下降。

「1万」量级一旦实现，将意



汇天飞行汽车量产工厂的第一部飞行器下线试飞。(短片截图)

下线试飞测试

意味着把汽车业的模块化、节拍化、自动化搬进航空。

「陆地航母」是小鹏汇天2023年10月推出的分体式飞行汽车，由陆行体（6轮汽车）和飞行体（电动六旋翼eVTOL）组成。飞行体机臂、桨叶均可折迭，收入汽车内部，该车约5.5米长、宽高皆2米。

「陆地航母」售价料低于200万元人民币，去年11月曾在珠海航展举办首次自动分离

及结合演示。小鹏汇天飞行体的型号合格证申请去年3月获中国民航受理，目前仍处于适航审定阶段；生产许可证申请于今年5月获受理，但须适航审定通过后才能继续推进；标准适航证则尚未进入实质审查阶段。

今年9月16日，两架「陆地航母」在长春航展开幕前的彩排活动中相撞，其中一架坠毁起火，至少一名乘客受伤。

国产重型无人直升机首航 救灾救人兼用

国产纵列式无人直升机「铂影T1400」日前在黑龙江省哈尔滨市成功首航，该款最大起飞重量达1.4吨的无人直升机实现了载重、续航双突破，《中国民航报》形容标志着中国大载重无人直升机突破技术壁垒，迈向工程化、应用化的关键一步。

这架直升机由哈尔滨联合飞机科技有限公司研制，采用纵列式双引擎，最高飞行高度6500米，最快速度180公里。

该集团董事长田刚印对新华社称，这架「空中大力士」最大有效载荷650公斤，超8小

时的最大续航时间，解决了工业级无人机小载重、短续航的问题。搭载200公斤载荷时可飞行900公里，能完成跨区域物资投送或大范围巡检任务。

御严寒高温强风 海岛可起降

T1400专为极端环境设计，能抵御零下40℃严寒与55℃高温，并具强抗风能力，可在山地、海岛、沙漠、雪原等复杂地形起降，可应用农业生产、物流运输、应急救援等领域，能在5公里距离每小时向灾区运送3吨物资，甚至化身「空

中救护车」同时搭载两名医护人员与一名患者。



哈尔滨联合飞机科技有限公司研发制造的铂影T1400纵列式无人直升机日前在哈尔滨市平房区上空飞行，成功完成首航。

（新华社）

彩虹无人运输机 新装亮相

2025南昌飞行大会暨航空产业博览会近日在江西南昌高新区瑶湖机场开幕，中国航天科技集团旗下中国航空气动力技术研究院携彩虹无人机家族明星产品亮相，今年5月首飞的YH1000成为展会焦点之一。

YH1000今次换上红色结合黄色丝带纹样装饰的新涂装亮相，显示该机型进一步迈向商业化。这款中空运输

机可搭载超过一吨的货物连续飞行10小时，可在土路甚至草地短距起降，实现偏远地区低成本快捷货运。

同场亮相的还包括彩虹4中空长航时无人机、彩虹9中空长航时无人机。



进博会设专区 与最不发达国家共享市场

4108 参展商创新高 聚焦低空经济机械人

第八届中国国际进口博览会（下称「进博会」）日前在上海开幕，国务院总理李强出席开幕式并发表主旨演讲。本届进博会规模再创新高，既有新人工智能、绿色低碳等领域全球领军企业将展示最新成果，涵盖低空经济、人形机械人等备受未来产业，也首次设立最不发达国家产品专区，进一步扩容升级原有非洲产品专区。官媒形容，面对少数国家筑墙设垒逆流，中国透过进博会展示与世界共享发展机遇的决心与诚意。

本届进博会会期6天（5日至10日），有155个国家、地区和国际组织参与，4108间境外企业参展，整体展览面积超过43万平方米。外交部宣布，格鲁吉亚总理科巴希泽、塞尔维亚总理马楚特等多名外国领导人将应邀出席开幕式及相关活动。香港特首李家超今率领特区政府代表团赴沪出席进博会。李家超称，进博会是国际瞩目盛事，将为香港企业提供庞大商机。今年逾350间港企参展，创历届新高。

中国商务部副部长盛秋平表示，本届进博会企业展进一步扩容，参展企业在去年3496间的基础上新增600多间，有290间世界500强和行业龙头企业参展，展览面积与企业总数均创历史新高；当中，美国企业参展面积连续7年保持第一。此外，有43个交易团、700多个交易分团到会洽谈采购；专业观众注册达44.95万人。

本届进博会将展示461项新产品、新技术、新服务，盛秋平说，这将让中国大市场成为全球创新的试验场、利润场、应用场；展品涵盖新技术与新服务，聚焦低空经济、人形机械人等前沿领域，汇聚全球领军企业在人工智能、绿色低碳等方向的最新成果。

商务部表示，本届进博会首次设立最不发达国家产品专区，进一步发挥其国际公共产品的作用，更好地支持最不发达国家产品进入中国市场，进一步融入世界经济。其中，163间来自最不发达



主打机械人 工作人员将参展的工业机械人运至展馆。本届进博会将展示461项新产品、新技术、新服务，汇聚全球领军企业在人工智能、绿色低碳等方向的最新成果。（中新社）

国家的企业参展，按年增长23.5%；非洲企业参展数量增长80%。中方亦通过提供部分免费展位和展品留购税收优惠政策等措施，为来自37个最不发达国家的展商提供支持。

中共二十届四中全会上月23日通过关于制定「十五五」规划的建议，提出扩大高水平对外开放、开创合作共赢新局面，要求积极扩大自主开放，推动进出口平衡发展等。进博会是全球首个以进口为主题的国家级博览会，中国如何兑现「共享超大规模市场」备受关注。

中新社引述全国政协常委、上海公共外交协会会长周汉民说，今年是中国全球发展倡议提出4周年，「不让任何一个国家、任何一个人掉队」是中国的价值追求，也是进博会以高水平开放促全球发展合作的应有之义，设立最不发达国家产品专区，成为又一崭新「实践样本」。

新闻中心AI助报道 机械人驻场服务

第八届进博会新闻中心近日启用，继续营造具身机械人服务场景，依托人工智能生成内容（AIGC）、混合实景（MR）、数字3D、人工智能（AI）大模型等前沿技术，构建智慧媒体服务、文化体验新范式。其中，「媒体岛」AI媒体服务专区协助新闻工作，构建「创作+互动」智能服务体系。

新闻中心设置综合咨询服务区、媒体公共工作区等多个功能区，致力建立集智能采访、沉浸体验与服务于一体的「中外媒体俱乐部」。新闻中心引入智元机器人公司（AgiBot）旗下「远征A2」、「灵犀X2」及「精灵G2」3款人形交互机械人，作为「AI义工」在现场提供咨询、导览、物品分发等服务。

主办方组织一批来自科技、金融、经济、游戏等领域的网红，探访体验



一批来自科技、金融、经济、游戏等领域的内地KOL试戴助听器眼镜。

（网上图片）

进博会各种创新科技产品。在特斯拉（Tesla）展台，一款没有方向盘、踏板、倒后镜的赛博无人驾驶电动车广受注目。依视路（Essilor）首次在华展出的一款助听器眼镜，看上去是眼镜，戴上能听清交流对象的声音，吸引网红纷纷试戴。

燃料铀改钍 无水核堆戈壁证可行

钍基熔盐堆实现燃料转换 钍矿用千年

中国科学院日前宣布，建于甘肃戈壁滩上的液态燃料钍基熔盐实验堆，近日首次实现钍、铀核燃料转换，成为目前全球唯一运行并实现钍燃料入堆的熔盐堆，初步证明了熔盐堆核能系统利用钍资源的技术可行性。有关技术未来应用后，将解决中国核燃料长期依赖进口的困境，国内钍资源足够使用上千年。

钍基熔盐堆，是以钍为燃料、以高温熔盐作为冷却剂的第四代先进核能系统，具有无水冷却、常压工作和高温输出等优点。新华社报道，由中国科学院上海应用物理研究所牵头建成的该座钍基熔盐实验堆，在国际上首次获取钍入熔盐堆运行后实验数据，使核燃料实现了从铀到钍的多元化选择。

岩石天然存钍 中子轰出铀

钍是一种放射性较弱的银色金属，天然存在于岩石中。央视报道，钍本身不能直接发生裂变，技术关键在于，用中子轰击钍原子核，将其转化为高效裂变的铀233，堪称核能领域的「点石成金」。

除了燃料来源的突破，钍基熔盐堆在安全性与选址灵活性方面也有重大意义。「钍基熔盐堆与目前普遍使用的压水堆不同，采用高温液态熔盐作为冷却剂，无需巨大压力容器，也不用大量水冷却。」

这就像把核燃料放在『高温的盐』里流动发电，既安全又高效。」上海应用物理研究所专家解释。

液态盐作冷却剂 免堆芯熔毁

传统核电站需要消耗大量普通水作为冷却剂及慢化剂，一旦缺水，反应堆堆芯就可能因过热引发熔毁风险。而钍基熔盐堆内部循环的不是水，而是熔融后的氟化盐；高温熔盐既能作为核燃料的载体，又能在600至700℃的高温下保持稳定液态成为完美的「热量搬运工」。

在运行过程中，钍基熔盐堆无需外部水源补给，摆脱了传统核电的临海选址



建于甘肃省民勤县的2兆瓦液态燃料钍基熔盐实验堆厂房，处于偏僻地带。该钍基熔盐实验堆是中国首座建在戈壁滩的核裂变反应堆。（新华社）



中国建成的钍基熔盐实验堆近日首次实现钍铀核燃料转换，证明熔盐堆核能系统利用钍资源的技术可行性。图为科研人员在实验堆加料-取样热室工作。

（新华社）

束缚，并且杜绝因冷却失效引发的安全隐患。

上海应用物理研究所副所长李晴暖向《科技日报》介绍，钍基熔盐堆还可在不停堆状态下完成燃料补充，不仅提升了燃料的利用率，还大幅减少放射性核废物产生。此外，该反应堆建于地下并配备完整屏蔽系统，在常压下运行，也没有了爆炸风险。

甘肃将建研究堆 2035 年应用

基熔盐堆能源系统制定了实验堆、研究堆、示范堆三步走发展战略。目前进行的实验堆虽然只有2兆瓦功率（大亚

湾核电站应用的压水式反应堆发电机组约1000兆瓦），却让中国站上全球熔盐堆核能技术的领跑位置。接下来将在甘肃建立世界首座小型模块化钍基熔盐研究堆，用于工程热验证。而上海应用物理研究所正与国内工业界合作，加快推动钍基熔盐堆的工业示范和应用。

上海应用物理研究所所长戴志敏表示，团队将以2035年建成百兆瓦级钍基熔盐堆示范工程并实现示范应用为目标，为国家提供安全可靠的钍基能源发电新路径。这一技术路线，更能与高温熔盐储能、高温制氢、煤气油化工等产业深度融合。

稀土开采「副产品」 钍兼备经济战略价值

话你知 钍（Th）为银白色金属，是天然放射性元素，也是高毒性元素，以化合物的形式存在于矿物内（例如独居石和钍石），通常与稀土金属连系在一起。

钍熔点1750℃，沸点4790℃，经过中子轰击，可得铀233，因此它是潜在的核燃料。钍还可用来制造高强度合金、煤气灯的白热纱罩、紫外线光电管等。

中国70%以上的铀资源需进口，而全球已探明铀资源可能70年内耗尽，钍被寄予厚望。据20年前数据，中国钍矿产储量28.6万吨，仅次于印度的34万吨。

更具经济价值的是，中国已探明的钍矿大多是开采稀土时的伴生副产品，相当于「开采稀土附赠钍资源」，不仅大幅降低了核燃料的获取成本，更顺带解决了稀土开采的增值利用，一举两得。



钍基熔盐实验堆本体在进行吊装。（上海应用物理研究所）

南京法官直播助破产人卖蟹

20万人观看 网民有称「不务正业」有称「热心为民」

江苏省南京市中级法院的微信公众号直播间，日前转播了一场特殊的带货直播。3名南京高淳区法院法官身穿工作制服，帮助涉及交通事故的债务人卖螃蟹还债。当晚有20多万人次在线观看，事件引发热议。有网民认为法官不务正业，但更多网民认为法官热心为民。

综合《南京日报》、上游新闻等内地媒体报道，近日高淳区法院携手京东资产交易平台推出了一场特殊的司法变卖直播专场，3名法官化身网络带货主播卖螃蟹。

2.5小时的直播共售出100多单螃蟹，所得收入汇入法院监管账户用于偿还债务。直播过程中，法官们不仅详细介绍螃蟹的特点，还穿插讲解了「类个人破产」等法律知识。

据法院方面介绍，该场直播背后，是南京一个普通家庭与债务抗争10多年的故事。市民秋兰的父母年过六旬，早年以船舶运输为生，却因一场船舶碰撞事故终结航运生涯，还背上了沉重债务。

回到高淳老家尝试螃蟹养殖后，秋兰的父母又因缺乏养蟹技术连年亏损。2015年5月，秋兰母亲遭遇交通事故，经法院判决需赔偿受害人26万余



3名南京高淳区法院法官身穿工作制服，日前在网络直播间帮助涉及交通事故的债务人卖螃蟹还债，事件引发热议。左图为一名法官当晚在债务人的螃蟹养殖场池塘边带货。（网上图片）

方达成分期还款协议。可旧债未清，新债又增；今年9月初，秋兰父母不得不向高淳法院提交「类个人破产」申请并获同意破产。

法院：望助诚实债务人还款 未占用工作时间

为帮助秋兰家筹集偿债资金，高淳法院量身定制了组合方案：如果螃蟹售出后仍不能清偿，针对不足部分，将协助



向银行申请低息长期贷款。近日，螃蟹成熟上市，于是发生了这场司法变卖直播专场。

法院执行局工作人员说，「我们希望通过这种方式帮助诚实守信但暂时困难的债务人还款」；并强调直播并未占用正常的工作时间，而是由执行团队法官加班进行。

《现代快报》刊发评论称，法官能够

具体问题具体分析，帮助债务人一家卖螃蟹，既解决了债务人的难题，也帮伤者尽快拿到赔偿，同时案件也能执结，可谓「三赢」。这是法官带货的意义所在。

评论又称，司法的严肃性要顾及，要避免法官被案件执行所累，毕竟带货不是法官的本职，偶尔为之可以，不宜成为常态。

新政乐器无人机免税 海南销售额首日升6%

海南离岛免税新政策11月开始实施。海口海关最新数据显示，新政首日免税购物金额7854.9万元（人民币，下同），购物件数和购物人数分别为5.48万件、1.27万人次，其中销售额较政策实施前一日（10月31日）上涨6.1%，政策的拉动效应初步显现。

海南离岛免税新政核心调整包括：新增宠物用品、可随身携带乐器、微型无人机、小家电等商品，总数达47类；服装服饰、鞋帽等部分国内商品可入免税店免税销售；适用人群扩至离境旅

客，享每年10万元免税额度且不限次数；岛内居民一个年度内有离岛记录，可全年不限次购买15类「即购即提」商品。

2499 耳机免税加折扣可省逾千元

「新增电子产品紧跟时尚且价格优惠，尤其受年轻群体青睐。」中新社引述海控全球精品免税城运营管理部销售经理钟时花说，官方售价2499元的某款Bose降噪耳机，免税价加折扣可省超过1000元。

新政允许服装服饰、鞋帽、陶瓷制品等国内商品进入离岛免税店销售，海南本地咖啡也摆上了货架。cdf海口日月广场免税店开设了国内商品集合店，该店销售组长符孟萍介绍，如李宁牌男款短袖T恤官方售价790元，免税店可以节省15%的增值税和消费税。

允许离境旅客享受离岛免税政策，是新政亮点之一。前天，准备从海口离境的加拿大旅客Thomas Vincent在cdf海口国际免税城购买了中国品牌服装，称「我享受到了不错的折扣」。



海南离岛免税购物新政11月1日正式实施，小型乐器被纳入免税范围，一名顾客（右）当天到免税店选购无弦结他。（中新社）

私域直播诈骗涌现 编剧本卖长者「国宝」

国仇家恨入戏赚同情 市监总局称已全链条打击

内地近期冒起涉嫌诈骗的「私域直播」，外国人勾结「反派」欲携带古董出境、富豪病重兄弟争产、「反派」以收藏品行贿官员……这些融合了国仇家恨、家族恩怨的戏剧情节，成为私域直播平台上反复上演的带货剧本。主播们通过精心编排的剧情，博取长者群体的同情，目的是高价兜售低廉的工艺品。有长者消费超过10万元（人民币，下同），买回价值只有数百元「错版钞」、「古币」。

所谓私域直播，与网络公开平台任何人都能搜索进入的直播间不同。观看私域直播，用户需要通过主播发送特定的连结进入，这种模式的私密性成为不法分子坑骗长者的利器。

「我妈就看这个直播，一个月花近6万元，买了30件不值钱的工艺品。」深圳王女士对《新京报》称，今年9月，母亲从湖北家乡带来两件「珍藏」，分别是2988元的「钞王之王」和2899元的「错版文物之王」，称是直播间里的「富豪之子」为了阻止「小妈」转移资产而低价售卖。

为打消母亲的念头，王女士带着她跑遍深圳古玩市场，没有人愿收购；请专家鉴定一张民国纸币，显示该纸币曾以160元拍卖成交，但其母至今都认为有巨大升值空间。

「负伤」称古钞险流入外国 回馈「爸妈」 售价百万跌至千

无独有偶，山东烟台钟女士的母亲，一个月内花了11万元，买下所谓的「错版钞」、「古币」。《新京报》记者进入相关直播间，见到主播手臂包裹石膏，声称要阻止「反派」将「一错千金」（错版钞）卖

给外国人。在上演「反派」嘲笑观众、与主播一方激烈「拉扯」的剧情后，主播宣布「低价回馈爸妈们」，称「一错千金」将于2028年起拍价120万元，现在仅售2888元。

在王女士观看的直播间，还有「反派」为解救被送至国际法庭的小姨，以收藏品贿赂官员，主播得知后派人拿到手，给直播间「爸妈」谋福利，称「价值96万元的纪念钞，破价降至2588元」。

内媒揭多伪货 投诉不绝

记者调查发现，这些「天价宝贝」实际价值极低，同类产品多为300元到500元之间。在黑猫投诉平台，发现直播平台累计投诉达1400条。

私域直播乱象引发广泛关注。16省市消协组织在9月发布的「私域直播乱象调查报告」显示，43.91%的消费者遭遇过同类诱导消费。本月中，国家市监总局价监竞争局一级巡视员杨洪丰在记者会上曾表示，已对私域直播虚假宣传实施「全链条打击」。目前全国市场监管部门已立案30件，处罚及拟处罚金额近千万元。



一名女主播手臂包裹石膏上镜，称她打听到当晚「反派」会将一款名为「一错千金」的宝贝，卖给外国人。（视频截图）

扮专家火爆 播完即毁难查处

私域直播平台造势手法五花八门，有的使用数据篡改工具，通过虚假热度和点赞数来营造「火爆」假象，还有的提供了「机械人暖场」功能，让长者误以为产品很受欢迎。

「机械人暖场」毋须观众

这些直播间通常会安排人员假扮专家，还会上演「下跪谢恩」等情景剧。一些直播平台还为私域直播提供了「机械人暖场」功能，执法人员调查发现，开启平台的机械人暖场功能后，即使直播间没有一个真实观众，屏幕上也会显示大量热烈的评论，且这些评论的内容和频次，均可事先设定。

一些直播主播表现谨慎，在口播内容上不直接违规，而是通过弹幕中的「消费者」提问，间接传递违规信息，如暗示治疗效果或夸大功效。

近日还有主播特意提醒「爸妈们」，所卖的货品价值几十万元人民币，现在不允许上市，收到货后要保密。

有称暂不准上市 嘱收货收声

对这些平台追究责任难度大。由于大部分私域直播不支持回播，一些不法商家往往以「播完即注销」、「更换平台」等手段销毁证据，加上相关平台和服务器分散在全国各地，专家指导取证成本高且仰赖平台的配合程度，查处难度大。

周嘉洛伙马国明封剧王 不觉受力捧

高海宁 4 剧撼赢视后龚嘉欣



马国明（左）和高海宁（右）封剧王剧后。



陈炜（左）和周嘉洛（右）合演《正义女神Themis》。



陈晓华（左）和张曦雯（右）稍后一齐为《璀璨之城》开工。



马国明和高海宁大合照企第一排中间，绯闻情侣陈晓华与朱敏瀚亦并肩站前排。

无线日前假西九戏曲中心举行《TVB 同行新世代节目巡礼2026》，逾80名艺人包括高海宁、马国明、陈炜、周嘉洛、龚嘉欣、张振朗、萧正楠和黄翠如等出席介绍来年剧集及节目。4剧在手的的高海宁成剧后，剧王是同占3剧的马国明与周嘉洛，周嘉洛自认好平、好好用，不觉备受力捧。影大合照时高海宁与马国明被安排企中间位，应届视帝张振朗与视后龚嘉欣则企得稍开，二人只占一部剧；绯闻情侣陈晓华和朱敏瀚并肩站第一排。

无线踏入58周年台庆，节目巡礼上介绍明年推出多套剧集及节目，包括《飞常日志II》、《模仿人生》、《武林》、《香港探秘地图》、《夫妻的博弈》、《玫瑰战争》、《正义女神Themis》与《璀璨之城》。综艺节目有《女神配对计划2》、《钻石恋爱计划》、《江湖见2》、《寻欢作乐的姐姐》和《渣男记》等。TVB Plus则有多部《A.I.微短剧》，还有无线新闻台《无穷之路V—智行无疆》。

应届港姐冠军陈咏诗参与啦啦队表演，《中年好声音3》黄博、刘洋及赵浚承献唱助兴。穿大露背裙的高海宁4剧在手，包括《飞常日志II》、《武林》、《夫妻的博弈》和《璀璨之城》；张曦雯跟陈晓华除合演《璀璨之城》，还有《模仿人生》、《夫妻的博弈》，各占两剧。马国明与周嘉洛同占3剧，马国明除与周嘉洛合演《飞常日志II》外，还有《夫妻的博弈》与《玫瑰战争》；周嘉洛另主演《武林》及《正义女神Themis》。视帝张振朗与视后龚嘉欣分别参演《模仿人生》、《香港探秘地图》。

陈晓华「第一次」献张智霖

马国明跟高海宁合演两剧，希望凭这个黄金组合获公司加设最佳荧幕情侣或组合奖。高海宁透露之前因剧本问题停工的《璀璨之城》下月再开拍，「看剧本后，我的角色没有改变太多，其他角

色有少少改动，令剧情更吸引，希望成为明年台庆剧」。

张曦雯和陈晓华于《璀璨之城》首度合作，前者称看过新剧本，其角色没有大改变，认为剧本改动后更有追看性，「我的角色都是坏人，首次演豪门太太，做所有坏事都为爱，跟剧中老公吴卓羲有少少激情戏」。陈晓华称很喜欢与张曦雯剧中的试探戏，未拍过激情戏的她将第一次献给张智霖，「对手是他，我都幸福，会紧张，但有前辈带着好放心」。

张振朗龚嘉欣无剧拍搵外快

陈炜、周嘉洛伙余诗曼主演《正义女神Themis》，该剧是许绍雄生前最后参演的无线剧。陈炜还有《非常检控观》和《非份之罪》两套存货不知何时播，被周嘉洛说她才是真正剧后。

周嘉洛跻身剧王之列，他笑道：「证明我好平、好好用，希望公司用多啲，马国明经常咁样讲，佢同我都系任劳任怨。」他称没感觉被力捧，纯粹关经济学事。

张振朗与龚嘉欣得一部剧，龚嘉欣相信会陆续有来，除拍剧还有很多挑战，包括很多主持工作，明年拍摄第2辑烹饪节目。她称未有剧开绝不失望，不是看数量，要等好对手和团队合作拍一套好剧，以最好状态演出会更有信心。张振朗承认大环境不好，有一套剧已好开心，继续畀心机去演，休息时积极装备自己，「其实我们好好彩，攞奖后外面有很多表演工作，保持搵钱，好开心感恩，请放心，我喜欢演戏这团火是不会熄」。

叶蒨文与曾展望希望回归《女神配对计划2》任花生团，叶蒨文称朋友最想认识「金牌媒人」林盛斌，望有好介绍。两人早前情侣档到日本拍摄个人护理产品广告，顺道拍拖遊大阪京都，叶蒨文表示4日3夜之旅很赶急，曾展望称旅程令二人感情增进不少，直认跟女友同房，「我都28岁，其实因为慳钱，我们分牀同好传统，不会越界」。经历同房后，下一步可会考虑同居？叶蒨文说：「我们都是和家人住，最慳钱，现阶段先努力储钱才考虑。」

《地母》范冰冰角色遭放逐感同身受

无惧落田拍戏沾满污泥 导演赞表现专业

《摇篮凡世》马来西亚导演张吉安新片《地母》入围第38届东京国际电影节主竞赛单元，10月30日借女主角范冰冰到东京日比谷戏院，出席放映后分享会，与影迷近距离接触。穿上淡粉红色薄纱长裙的冰冰，甫出场即获喝彩。她表示新片角色与个人经历相似，彼此产生连系，因此自荐演出。为了扮演农妇，冰冰下田拍戏两星期，手脚沾满污泥亦毫无怨言，获导演大赞表现专业。

继《绿夜》及《疾冻救援：复仇》后，范冰冰再演新片《地母》，日前出席东京首映礼时，获导演张吉安拖着进场，30日轮到冰冰拖对方上台。冰冰当日心情大靚，不时跟台下观众挥手微笑，又好奇地四处张望，拍照时更大派心心；张导演也「识做」，让冰冰拍摄单人照。

拒绝自我放弃

范冰冰跟东京电影节缘分深厚，2010年凭《观音山》赢得最佳女主角，翌年担任评委，今届以《地母》参展，她忆述15年前因赴韩国拍戏，未能到场领奖，但得悉获奖一刻仍感兴奋，因为东京电影节具有国际代表性，其他入围作品也优秀，「这是我首个在影展拿到的奖项，加强我演戏的决心，无论遇到什么困难也会坚持下去。」

《地母》描述1990年代末期，马来西亚政局动荡，农妇凤音（范冰冰饰）熬过丧夫之痛，与儿女过着简朴生活。她白天务农，夜晚则是解降师，为女村民治病驱邪。随着田地权益纠纷加剧，村里异象环生。眼见恶势力来袭，她决意为孩子寻求解脱与和解。冰冰指凤音年纪不轻也不漂亮，是个被放逐、遗弃，且要捍卫家庭的女人，跟她过往演出角色不同。她说：「当日听到导演讲解剧情，觉得凤音跟我心境有连系，很想演这个角色，决定毛遂自荐，也知导演原定计划2028年至29年开镜，也是我拜托他提前拍摄。」冰冰笑言导演原本不想她演，「他说女明星很难搞」，最后被冰冰说服，合作过后两人已结成好友。

范冰冰大赞导演镜头下「画面很

美又感人」，谦称自己对戏中角色的了解，全凭导演解说清晰，又逐句教她讲闽南语对白。有观众声称被电影感动，希望华人能够强大，冰冰表示认同：「我们华人无论在哪，被对待得好不好？被压迫也不可放弃，即使别人放弃你，我也不放弃自己。」

为角色甘扮丑

同日导演现身记者会，透露疫情期间写了5、6个剧本，笑言并非写得快，而是专心只做这件事；又指《地母》原是其「家乡的故事」系列第5、6集，直至2023年圣诞节前夕，范冰冰透过友人联络他，「当时我俩各有各忙，约了3次才见面。她称喜欢我的旧作《南屋》，想拍类似题材，由于我较少与明星合作，就算她说喜欢《地母》剧本，我也断然拒绝，原因是她太漂亮，不似我心目中的凤音，如果她一定要演，就要牺牲外表，她表示无问题」。导演坦言对冰冰认识不多，「我只看过她演出、两部戏，我不看娱乐新闻，但知她是国际巨星。其后我开出条件，只有她为剧本作出改变，而我不会为她改剧本」。

导演透露范冰冰来港试造型，角色参照其亲戚的样子，要把冰冰的脸型变阔、肤色变黑，甚至鼻子都变大后，大家觉得可以接受才落实开拍。

他又透露冰冰为了拍戏，在田野逗留两星期，蛇虫鼠蚁出没，她毫不在意，手脚沾满污泥，也懒得清洗直至煞科，导演大赞专业。《地母》有望明年在港上映，详情留待片商公布。



范冰冰穿着粉色飘逸长裙现身《地母》放映后分享活动，向影迷派心心。



范冰冰（左）为拍好戏，向导演张吉安（右）自荐演出新片《地母》。



为了演活《地母》农妇角色，范冰冰甘愿丑化自己。

冯淬帆台湾病逝 享年81岁

4日前悼许绍雄 发文「愚兄随后来」

曾演《精装追女仔》等喜剧及拍过剧集《执到宝》、《飞跃十八层》的资深演员冯淬帆，10月31日在台湾林口长庚医院病逝，享年81岁。独身的冯淬帆在台湾定居近40年，冯的外甥透过社交平台交代舅父后事，称会遵从他的遗愿，只安排家祭，由家人与好友送最后一程。据悉冯淬帆近年受高血压与糖尿病等长期病困扰，今年3月曾入院逾两个月，但因血氧度不足，要依赖制氧机生活。上月也曾入院，留院期间仍在社交网发文，10月28日许绍雄病逝，冯淬帆在社交平台分享两人年轻时的合照及发文悼念，「自己也病入膏肓，苟延残喘…阿弥陀佛…贤弟那边等，愚兄随后来！」4日后他亦告别尘世。

娛樂組

冯淬帆近年少公开露面，今年5月在社交网上载自拍照，透露之前住院两个月，照片中的他神情憔悴，身形消瘦，粉丝也担心他的情况并留言慰问。

外甥称冯淬帆 fb 不会关闭

据台媒报道，冯淬帆近月频繁进出医院，31日仍在个人社交平台发文，晚上传出生命指数急剧下降，友人赶到医院，他生前签署「不急救同意书」，故医院仅能提供基本的「生命维持」照护，并未进行心肺复苏（CPR）或其他侵入性治疗，晚上安详离世。冯淬帆独身没有子女，其外甥称遵从舅父遗愿，只安排家祭，由于他长期住港，台湾事务将由晏衡先生代理，「舅舅的fb不会关闭，心与大家同在」。

曾醒明指冯圈中朋友不多

冯淬帆跟许绍雄早于1970年代合作，两人私交甚笃，情如兄弟；10月28日许绍雄离世，冯淬帆感触在社交平台悼念：「早上开机惊见短讯：『他走了』！是我的弟妹告知，我的好老弟许绍雄今天凌晨走了！没说在新加坡或是在香港。没有太惊讶，因为之前弟妹已有暗示过，而且最近一年与他联络的讯息都是由弟妹代笔，就是另一种『讯息』了。不舍是他真的走在我前面，泛着淡淡的伤感！人生就是如此，情谊半百，但一半岁月分隔两地，很久很久没见面了。唉，终须一别，但我比你大，自己也病入膏肓，苟延残喘…阿弥陀佛…贤弟那边等，愚兄随后来！」

与冯淬帆相识逾40年的无线前高层曾醒明回应《明报》称两人前年最后见面，称冯淬帆近年少返香港，2018

年香港电影金像奖颁发终身成就奖给楚原，身为徒弟的冯淬帆因而专程返港，但只逗留一晚便返台。曾醒明称前年到台湾才有机会相约对方见面，他称冯淬帆性格硬朗，对人不卖帐，在圈中朋友不多，自己是对方少有的交心朋友。TVB在广播道年代，冯淬帆家住广东道，会经常到对方家中倾偈。曾醒明说：「当年『送炭到泰北』这个构思也是我在阿紧（冯淬帆）家中倾出来，我哋想帮助泰北山区的华人，便倾出往探望的计划。筹备时他帮了很大忙，包括联络筹款项目，他是重要的幕后推手。」

终身未娶 曾恋汪明荃曾庆瑜

冯淬帆不婚，曾分别跟汪明荃与合作《烽火飞花》的曾庆瑜拍拖。冯淬帆曾透露初入行时跟汪明荃（阿姐）有段情，当时经常在舞蹈室门外等对方，并承认横刀夺爱，当时阿姐有男友邹世孝，「是我把她抢走的」。但为免影响对方发展，两人没走下去。他跟曾庆瑜拍拖两年，因个性不合分手。冯淬帆自言个性孤僻，不易相处，难发展长久关系，「如果走进婚姻，可能天天都会跟伴侣吵架，所以不结婚也罢」。

杨绍鸿视为恩师 王晶感唏嘘

前亚视监制杨绍鸿视冯淬帆为恩师，称当年应征TVB助理编导，冯淬帆是制作总监，在垃圾桶执回他的求职信并聘用。他指冯淬帆对工作好严格，脾气不易接受，但他的专业获大家尊重。他称原本约定11月往台湾探望，想不到再没有机会了。

冯淬帆曾演出王晶执导的电影《精装



冯淬帆纵横影视圈多年，留下不少令人印象深刻的作品。



▲冯淬帆（左）在《精装追女仔》扮演车房老板刘定坚，周润发（右）饰演员工烂口发，前者误用收缩水一幕已成经典。



▼冯淬帆（右）在楚原执导的《紅花俠盜》演出一角。



►冯淬帆在《癡佬正傳》扮演社工。



追女仔》、《最佳损友》、《求爱敢死队》、《烂赌英雄》，当中角色刘定坚、牛精帆、费事帆等，给观众留下深刻印象，但他曾公开闹对方，并以拍王晶电影为一辈子的耻辱；王晶在博文发文：「『阿紧』冯

淬帆也走了，他、许绍雄与吴孟达是我以前常用的三大喜剧催化剂，但这几年差不多全走了，真是唏嘘」。他感叹：「多年不见，突然收到死讯，心有戚戚焉。紧哥，一路走好，你的遗作不会被忘记！」

佘诗曼盼《新闻女王2》超越前作

笑称契爷许绍雄翘往脚等睇首播

佘诗曼前年凭剧集《新闻女王》成三料视后，获奖无数，之后再以剧中角色Man姐领军拍无线台庆剧《新闻女王2》，本月10日首播，日前她率先伙剧中演员王敏奕、谭俊彦、陈晓华和何广沛等出席宣传活动造势。佘诗曼近日因契爷许绍雄离世悲痛不已，工作不断的她承诺秉承契爷「开心果」本色，相信许绍雄希望她开心地生活，做到不再在镜头前洒泪。她在记者会重现笑容，受访时谈及契爷也忍得住泪水，笑称许绍雄正翘住脚等睇《新闻女王2》，盼续集超越前作。



▲佘诗曼（右图右）以「Man姐」造型坐采访车进场，何广沛为她开车门，之后坐上主播枱（左图）宣布《新闻女王2》11月10日首播。

佘诗曼称一定要收拾好心情，难过都要过，工作时要保持工作态度，不开心的心情只可埋藏在心，「始终有工作在身，其实我觉得感恩，因为可以用工作让自己分心，我觉得『老窦』（许绍雄）正翘住脚等睇《新闻女王2》」。她表示因最近很多工作，契爷的身后事没有落手落脚做，但有给意见，解释承诺照顾契爷家人的意思，「契爷家人经济没有问题，但心情是需要时间平复，其实照顾的范围很大，包括沟通、倾偈、安慰及慰问，有一个小秘密，就是契妈讲过契爷不在我是否就不理他们，我即表示唔好傻啦！当一些事情发生了就会谗其他傻事，所以这些时候很需要支持」。

问可会遗憾未能结婚斟茶给契爷？她笑道：「佢个女结咗婚，已饮咗！老窦喜欢饮咖啡。」许绍雄会否最不放心的你？佘诗曼说：「佢知道我会照顾自己。」她透露许绍雄在无线最后一部剧《正义女神Themis》饰演她上司，「今次他的角色很不一样，是个搞笑上司，大家可以出年睇吓」。

Man姐展现绝境逢生

佘诗曼于记者会特别以剧中「Man姐」造型坐采访车进场，再到主播枱宣布《新闻女王2》11月10日首播。她透露新一辑有不同辛苦，「上辑未试过演主播，很紧张，要多加练习，今次要显现就算有几高能力及地位，当

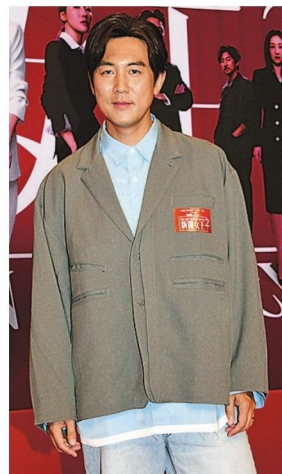
走出舒适圈，遇到的困难是难以想像，会畀人吓，要怎样爬番起身，绝境逢生去战胜一切，是传达女性力量的好题材，今次Man姐展现这方面能力」。她今辑只有王敏奕饰演的刘艳是朋友，其他都是敌人，「不过就算几咁勾心斗角，角色的关系都有时是敌是友，是好睇的」。通常续集很难超越前作，佘诗曼直认很难，不过他们都希望可以挑战一下。剧集再次成为台庆剧，可能会对争视后添信心？她说：「现在没有想过，大家钟意睇已很开心，其他有谗咁多。」

何广沛操弗拍亲热戏

谭俊彦与何广沛透露剧中与佘诗曼陷三角关系，谭俊彦称何广沛比较后生，亲热戏这些体力劳动事情交给对方，自己继续做「Man姐」依靠，开工前特地吃多点东西令身材更健硕；何广沛亦称为应付亲热戏刻意操弗身形。夏文汐加盟《新闻女王2》，谭俊彦称二人上次合作已是10多年前的电影《出轨的女人》，他笑道：「当年演她的司机，估不到多年后都是做她司机，变了『老司机』。」他唏嘘表示最近很多朋友离世，每次很珍惜与拍档演戏机会。

陈晓华爆要Man姐下跪

陈晓华透露剧中会为「Man姐」起花名「Mean姐」，「上辑受咗佢好多冤



谭俊彦表示剧中跟何广沛与佘诗曼陷三角关系。



陈晓华（左）和王敏奕（右）剧中有不少对手戏。



佘诗曼（左）称要秉承契爷许绍雄（右）「开心果」本色。

屈，今次目标踢爆佢啲衰嘢，希望要佢下跪，因上辑跪过佢」。

问她是否受得起？她笑称只限剧中，现实当然受不起，又称角色常哗众取宠报新闻，还有性感造型，「未试过拍剧

着泳衣，会与郭佩文同场，我赢㗎！」王敏奕爆拍完这场戏，个个都好精神开工，「今辑包括Man姐都要出外跑新闻，没有一个女王可以靓靓坐在主播枱报新闻，全部披头散发」。

「叙事」管教心得 人与问题分开 尊重代批判 让孩子做「处境的专家」

不少父母都抱怨家有「问题儿童」，管教非常「劳气」。但爸妈又可曾察觉，这些内耗，其实是缘于我们惯性把「人」与「问题」捆绑在一起，以致会把一个「被强烈情绪困扰」的小朋友，视作「乱发脾气的小魔怪」；把一个「在注意力上遇到困难」的孩子，扣上「学习不专心」的帽子，最终令管教变成批判，损害亲子关系。要提升家长的管教效能，近年有主张可套用常见于辅导室、强调要把人与问题分开的「叙事治疗」（Narrative Therapy）概念，这究竟如何具体执行呢？

文：沈雅诗



话「听入耳」

◀「听话」未必是孩子的「必需品」，却是每个父母的必修课。



育儿心得

▲育儿路上，Mindy尽量以「叙事」的视角去看心心（右）和奕奕（左），希望给自己撑出一个「听孩子话」的空间。

（受访者提供）

自己应对

▼「叙事」相信，每个人都是自己处境的专家，即使是小朋友，都会有他的智慧和经验，去应对自己的处境。



出书分享「叙事治疗」实战心得

「叙事治疗」（下称「叙事」）起源于1980年代，由两位分别来自澳洲的家庭治疗师麦克·怀特（Michael White），以及新西兰的家庭治疗师大卫·艾普斯顿（David Epston）共同建构，当中最核心的概念，就是要将人与问题分开，即「人不是问题，问题才是问题」。听上去好像很「玄」，但其实不难理解。注册社工李慧敏（Mindy）在工作上，经常运用「叙事」协助不同家庭排难解纷，「如果从辅导的角度来看，它是一种介入方式，但在广义的层面，我会形容它是一种处事态度、一套价值观」。于是，作为两孩之母的她，也把这些信念渗进亲子相处之中，最近更撰书《「听话」父母养成记——亲子同行的叙事实践之旅》，与一众爸妈分享实战心得。

大女打妈妈 用「蹦蹦猪」提问探索原因

在书本里面，有一章讲及Mindy一边抱

着当时只有6个月大的幼女奕喂奶，一边给睡在牀上、将近4岁的长女心心讲睡前故事，其间，心心突然坐起来，不发一言，狠狠地打妈妈，更用脚踢妹妹。「遇上这个场面，如果我粗暴地去理解，可能会指摘大女是个打人的坏孩子，或者形容她是一个麻烦制造者，这就是把人和问题捆绑在一起。」但Mindy却用上「叙事」的视角，「我相信是因为有些事情发生了，或者有些东西影响了小朋友，所以她以这种方式去表达感受」。

当她带着「女儿是想透过打妈妈这个动作，传达一些信息」的想法去看待眼前的窘境时，就能避免给小朋友贴上标签。「关于情绪，我喜欢把它们『外化』，我塑造了很多拟人化的角色，例如『蹦蹦猪』、『闹人鬼』。当心心发脾气时，她晓得说，是因为有一只很大的『蹦蹦猪』出现，它影响了自己的情绪；同样，当我



李慧敏
（受访者提供）

闹孩子时，她们都会理解，是因为『闹人鬼』很接近妈妈，妈妈才会变得吓人，妈妈本身不是『闹人鬼』，也不喜欢『闹人鬼』的」。如此把人和「问题行为」、「问题情绪」分开，就能给亲子之间撑出更多讨论空间，究竟什么时候「蹦蹦猪」、「闹人鬼」会出现呢？它们如何影响自己？

用回心心「打妈妈」的例子，Mindy好奇是什么诱发到「蹦蹦猪」缠绕着女儿，遂向那时语言发展尚未成熟的心心提问：「『打妈妈，是不是想告诉妈妈，见到妈妈抱奕奕，你也想抱抱？』（心心点头）；『打妈妈，是不是想叫妈妈珍惜？』（心心说是）」

Mindy强调，提问时，她是抱着notknowing（不了解）的心态，纯粹猜测，不带任何前设的，「我会把『定义』的权力交给女儿，如果我的说话，不是她心里所想的，她可以修正，即若她说『打妈妈是表达不喜欢妹妹』，都是被接



平等沟通

▲在亲子关系里，「叙事」主张用一种彼此平等、无分尊卑的方式，去应对生活上的各种处境。

(kokoroyuki@iStockphoto)

的。在过程中，我只是陪她一起寻索原因或答案」。

「去专家化」管教 共同商量解决方案

找到「人被问题困扰」的因由，接下来，就是寻找出路。换着大部分家长，面对子女的不当行为，最常是施行惩罚，又或是罗嗦说理，冀帮助孩子「改过」。惟「叙事」却并不如此，而是邀请小朋友「改写」故事。Mindy阐释：「我们相信，每个人都是自己处境的专家，每个人都有他的智慧和经验，去应对自己的处境。」当时她引导心心思索，下次欲表达「想抱抱、想惜惜」时，可以换个什么更好的方式呢？最终小妮子提出打暗号。

Mindy补充，亦曾试过跟心心在沟通上出现障碍，觉得她好像难以把自己的话「听入耳」，便坦承地征询小人儿的意见，究竟该怎样讲话，才能令她更容易接收呢？「心心认真思考后告诉我：『细细声、细细声，温柔对着我耳朵说』。这个就是『叙事』可贵之处，小朋友是自己处境的专家，而不是家长，家长反过来，要『去专家化』。」

说到这里，或许会有爸妈担心，这是否意味话语权都在孩子的一方，父母只有配合的份儿？「当然不是啦！小朋友是自己处境的专家，家长也是自己处境的专家，

所以绝对不是由孩子主导整个家庭的！」Mindy斩钉截铁地说。

她举例，在转任兼职前，她是双职妈妈，每次出门上班时，两个女儿总是流露不舍。在疫情期间，有次心心更对赶着离家上班的妈妈，采取不合作态度，以传达「不想妈妈上班」的诉求。然而，Mindy没有「就范」，「我向心心表示，明白她『很喜欢妈妈』、『很想妈妈陪着』，这些感受是很真实、很自然的，我多谢她这样喜欢我，也表达接收到她这份如此宝贵的心意。但正因为我也自己处境的专家，我清楚自己热爱社工这个身分，也有想追求、想学习、想成就的，所以，我做选择时，并不是要回应谁的要求、满足谁的期望、符合谁的标准，从心就是了」。

鼓励孩子思考主流价值观 自己做选择

总的来说，「叙事」是主张用一种彼此平等、无分尊卑的方式，去应对亲子关系里的处境，「在我的角度来看，亲子之间应该要有互相尊重，但就不需要有尊卑之分。我不认同，在家庭里面，父母要用权力压过子女本身的价值和信念，又或是反过来，父母要扭曲自己去迁就孩子。我相信，只要彼此尊重，大家的情感都能被安顿时，就会有智慧找到大家都共同接纳、大家都不感委屈的解决方案」。



对事不对人

▲不少父母都惯性把「人」与「问题」捆绑在一起，以致管教往往变成批判，令自己「劳气」之余，亦损害亲子关系。

(takasuu@iStockphoto)

这种观念，同样有助我们在主流论述中找到自己的立足点。Mindy忆述，心心念幼稚园高班时，有天放学回来告诉她：「班主任说，小朋友若是脱了牙，在拍毕业照时，就要合上嘴巴才笑。」Mindy说，这都是主流对于「靚」和「不靚」的一种看法，但女儿提出来，相信是因为觉得班主任这个提议，跟自己平日拍照时，总是咧嘴而笑的习惯不一样。「我没有给她答案，只是问：『你觉得呢？你又怎么看？』然后告诉心心，那张毕业照是属于她的，她希望留下一个怎样的表情、样子在那张照片上，可以自己做决定。我觉得讨论的过程，比她最后怎样笑更加重要。」结果，心心选择了对着镜头开心露齿笑。她续指，语言建构出很多主流价值观，包括好、坏、成功、失败等标准，让我们顺着走，但当我们细心思量，其实这些说法，又有否跟我们心中所想有「违和感」呢？「我不是说要逢主流必反，甚或很多专家的说话，都是结合了他深厚的知识和丰富的经验，内里一定有它的意思或道理。只是，我们都是自己处境的专家，用『叙事』的目光，我们便有机会跟自己对话、聆听自己的声音，究竟什么东西才是自己最重视的、优次如何排列，在解构之后，就可以再建构一套更贴近自己的价值观。」



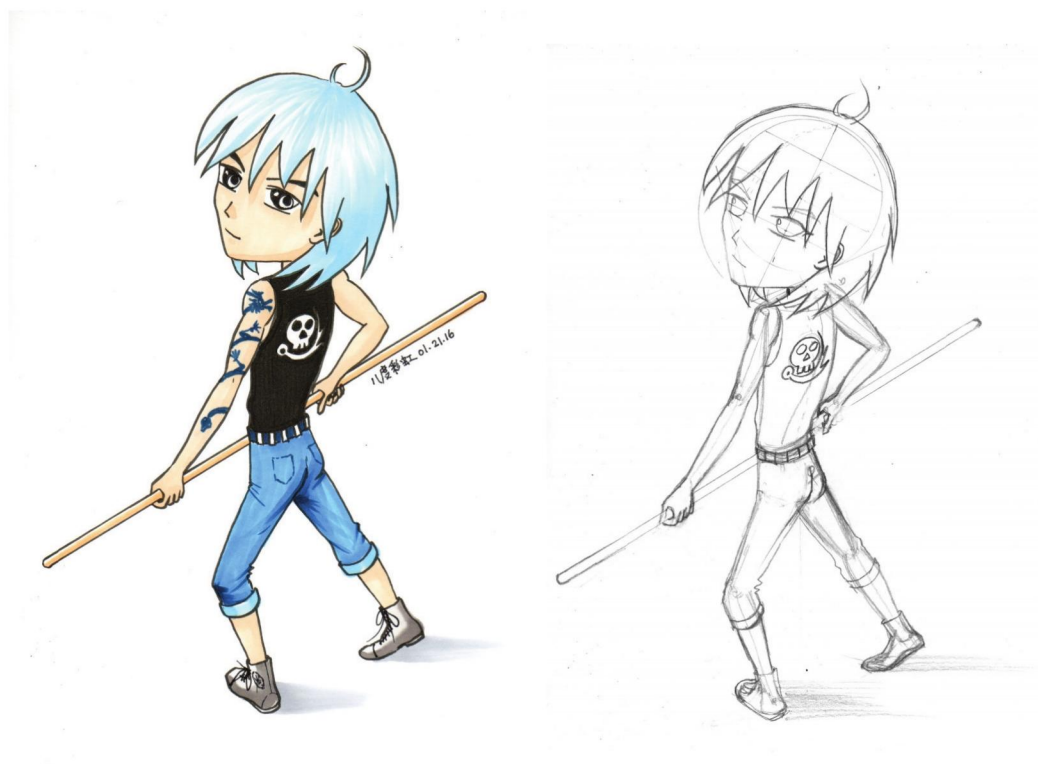
《「听话」父母养成记——
亲子同行的叙事实践之旅》
作者：李慧敏
出版：红出版（青森文化）
定价：\$111
网址：red-publish.com/
book/3155

如何画三头身chibi男性

内容 8 今期为大家介绍的是如何画三头身chibi男性。今次选用的姿势是从后面斜看，双手拿棍，请注意服装、发型的画法，如能留意角色身体比例，手部动作，姿势及阴影。人物必定栩栩如生。要是能从骨头开始，同时留意角色身体比例，手部动作及站姿。必定能达到良好效果。今期为漫画人物的姿势。千变万化，不一定选择越复杂的便越好。有时候越简单的动作更有味道。大家不仿来试试吧！

建议 8 水彩笔必须用含酒精成份的水彩笔，例如中国制Finecolor水彩笔EF102(共240支)。而画纸则选用100磅漫画原稿纸，一定达到良好效果。

撰文：赵家和 Winson Chiu, AFCA
 温哥华学校局认可美术导师(Artist in Residence 2007/2009)
 赵家和视觉艺术培训 11220 Horseshoe Way, Richmond
 电话：778-316-3772 电邮：jiulosee@gmail.com
 网页：winson.ca
 如有任何绘画问题，欢迎致函“明报漫画训练营赵家和老师收”



健康生活

HEALTHY LIVING BIWEEKLY

11月12日内容

逢隔周星期三出版



名人
美颜馆

邓丽欣红馆演唱会
Cookies 成员惊喜合体



健康
话题

78岁加拿大奶奶
靠健身医高血压与膝伤





健与美

《单身即地狱4》主持人李多熙
靠空中瑜伽养出韩国第一美腿



有营
食谱

6款最强排毒蔬果
助排出体内囤积毒素

专家解答 钢琴练习疑难问题 (三一三)

张佩珊老师教授钢琴超过30年，在栏目中陆续分享了她的“简易钢琴学习法”和“钢琴练习精要”。而此“专家解读”栏目则关注学生以及家长在学习钢琴时遇到的一些常见问题，答疑解惑。学生在掌握和明白其中窍门后，自然掌握出类拔萃的表演技巧。

——成人学钢琴，您想要问的秘诀在这里

问(1): 老师，说说成人的教学模式好吗? 我有一点点基础。

答(1): 妈妈，成人开心学习，可以很认真的学您们喜欢听的名曲。一边弹一边唱更开心。成人学生是学得快，因为真的喜欢。进度，得着和感受是很棒的。

我考过很多成人考生。我很支持。我的成人学生都肯定学得快，因为明白快，和态度认真。只是要找时间练习。您也年青，也有基础。信心一定有。我的教学宗旨，是练习到位，每一次练都是对的，没有白练。

问(2): 老师，请教一下，如果我想学钢琴，每天最少要练多久啊，多久上一次课? 我既怕自己坚持不了，也怕学费贵。就是有想法，难行动的那样。你要问我为什么学: 有点喜

欢，也希望家里有个氛围对孩子有促进作用。

答(2): 最近就有两位家长，就是要学。可以在家多一些亲子，让孩子看到妈妈也专注练习。不要放弃钢琴梦! 度过了困难期，会见到彩虹。所以说，家长和孩子共同学习钢琴，得天独厚!

学习自己喜欢乐曲，考试给自己挑战也可以。当然，表演也可以。去年一位家长没有基础的，赶一首表演曲和孩子合奏。整个过程 very beautiful. 学钢琴的真意义就是音乐。开心听到您时常惦记挂孩子要学音乐。

问(3): 其实我自己也想学钢琴的，这样在家辅导孩子会比较快，我可以跟着您学钢琴吗? 从一级的开始学起，一周一次。恩有信心

，对您有信心。

答(3): 妈妈，您上课是欢迎，非常赞成。不要尝试去“帮助”孩子，这会让他很乱，会卡住的。让他潜移默化愿意学琴更好。

如果您要学，是自己想学才有意义，是自己的目标。享受音乐 懂得赏析音乐，高兴不高兴都可以弹琴抒发一下。

要尽量努力，坚持学下去。也可以考虑考试，也算个鞭策。

撰文：张佩珊资深钢琴老师 皇家音乐学院考试官
。读者在学习音乐上有任何问题，欢迎致电电话：604-377-3118；微信/微博：jc0728。钢琴室设于列治文和南/北素里和北三角洲。



承建新屋 • 多户式住宅 • 投资自住项目管理 • 2-5-10 保险

查询：604.600.6468

Email: richtownltd@hotmail.com

www.facebook.com/richtownhomes

两代的角力

培育孩子往往容易成为现代家庭中两代成员之间的争议话题。作为父母或祖父母辈，哪有不爱孩子或孙儿学有所成？哪会不疼爱儿子或孙儿？最近遇到一个三代同堂的家庭，为了培养孩子，互相纠缠，值得大家思考。

小舒被评有特殊学习需要，当然父母及祖父母辈都非常旁徨及焦虑。另一方面，两代家长在培育小舒的议题上，都有不同的看法，各持己见，不愿沟通。

这一天，祖母来学校接小舒，找我谈她的心结。她跟我坦白表示：「我不愿意小舒入读特殊学校，小舒能力不差，会否评估有落差，真有必要入读特殊学校？」

妈妈重视成长需要 嬷嬷关注职业路向

言谈间，祖母说：「入读特殊学校，就会被别人标签，怎样面对人家的眼光？将来更不会找到工作。我完全不接受，也不理解我媳妇为何坚持把小舒安排在这学校。」我听得出租母对媳妇不满。这场角力，双方一定希望找个外援，站在自己一方。

祖母表示自己在内地一向就读普通学校，不知特殊学校是什么。我扼要地把特殊学校及普通学校的异同讲解给祖母知道，她才了解特殊学校的编制人员在提供教育服务及复康训练是同时兼备，跟普通学校不一样。

小舒妈妈看到儿子成长的需要，所以选择入读特殊学校，也是无可厚非。一年间，小舒由不大懂跟人沟通、学习进度慢，到现在能跟家人聊天，还会提出问题，他的进步确实不小，同时也让祖母更关注他的前途，因此这场角力变得更有张力。

从孩子需要出发

我肯定地跟小舒祖母表示两代人对小舒都非常疼爱，而且完全没有矛盾。祖母听了有点诧异，眉宇间出现了一个很大的「问号」。我说：「小舒嬷嬷，你媳妇关注的是小舒孩童时期的发展需要，你关注的是他长大后的职业路向，哪有矛盾？我相信在疼爱小舒的基础下，你们需要多做沟通，提出可行的方法。」祖母腼腆地表



示仍然希望小舒到普通学校念书。

我认真地提出一个建议，他们需要有正式的家庭会议，讨论大家的顾虑及想法。同时，大家必须从孩子需要出发，每一个孩子发展都有自己的轨道，无法比较。

再者，孩子在场的时候不要讨论，更不能争议，因为孩子脆弱的心灵会把大人间的纷争归咎在自己身上。

最后，请他们考虑一下，大人们所作的决定会为小舒带来什么改变，他需要时间

适应，而且要学习独立面对：例如：做评估、转校等，都是小舒一个人面对，大人不会每天陪伴他经历的。

祖母听罢，双眼通红，感触而无语。离开时，祖母紧紧握着我的手说：「谢谢你这么关顾小舒。我希望再有机会跟校长谈谈。」

门内的角力只是当局者迷，门外看到的是一个很有温度的家庭。

文：谭蕴华



PTIB (BC省高等教育部专上教育委员会)
CTCMA (BC省中医局)
EQA (BC省教育部教育质量委员会) 认证

温哥華北京
中醫藥
學院

課程 針灸師，中藥師，中醫師和
高級中醫師執照班
中醫推拿培訓班(短期班)

本校常年招生，随时入学，小班教学，日班晚班，时间机动，一流师资，中文教学，保证教学质量，学生毕业后可参加BC省针灸师，中藥師，中醫師和高級中醫師執照考試，使您順利達成習醫願景，終身受益，為加拿大社會服務。

欢迎有志中医事业人士报名。

附設 國醫堂中醫診所
李文沛高級中醫師
李援朝高級中醫師 駐診

溫哥華北京中醫藥學院
#3100-8888 Odlin Crest Richmond
Tel: 604-207-9389 604-370-3818 604-785-9389
Website: tcmvbc.com Email Add: vbcomtcm@gmail.com

加拿大安省花旗參

農場參莊，專營加拿大出產安省花旗參，歡迎零售，批發及出口。

圖片只供參考



花旗參粉

特價 \$10



* 歡迎比較質量 *

可郵寄回中國!

極品安省花旗參，質量最靚，價錢最好。

本參莊出品為加安省小部份
最靚和濃味出產。

歡迎光臨認識及購買，北美 10 至 15%
靚花旗參的一部份。

聲明：本農場產品保證加拿大安省出產最好花旗參。如有誹謗，法律追究!

有意者請電：778-998-2816 或親臨選購

地址：1518 Venables St., Van. B.C.

即將開業溫哥華華埠廣場 新店地址：#121-180 Keefer St., Van. B.C.

清蒸螃蟹



做法：

- 1.新鲜的螃蟹洗干净；
- 2.大火蒸6分钟左右，蟹子变红即可；
- 3.制作姜汁：葱姜蒜切末后放到小盘子里，加入少许的味极鲜和米醋。
- 4.螃蟹出锅后蘸着汁吃。

材料

螃蟹	适量
米醋	适量
味极鲜	少许
葱	少许
姜	适量
蒜	适量

11/7-11/13 星座运势

白羊座 (3/21-4/20)



一旦白羊找对了方向，他们将一往无前，那种冲劲和突破性是其他人无法比拟的。

金牛座 (4/21-5/20)



很多金牛座会发现自己热衷于参加群体活动，比如家长会、相亲派对，唯一注意的是别太挑剔。

双子座 (5/21-6/21)



水星点燃你心中的期望，并推动你将想法付诸实现。在接下来的日子里你将忙于工作。

巨蟹座 (6/22-7/22)



我身边的巨蟹们多少遇到一点麻烦，年长的为青春逝去而纠结，打算购买一些昂贵的保健品。

狮子座 (7/23-8/23)



天气渐凉，细雨不断。狮子们对户外活动的热情有所下降。于是很自然地将目光转向室内。

处女座 (8/24-9/22)



本周因为金星的加持，给单身的处女座带来绝佳的机会，去认识理想的朋友或跟伴侣更进一步。

天秤座 (9/23-10/23)



过去数日发生的事情给你上了一课，我想你已经从中学到不少。接下来应该是一个新的开始。

天蝎座 (10/24-11/22)



火星进入本命宫位，你感到一股不可抗拒的力量推着你朝某个方向前进。

射手座 (11/23-12/21)



表面上平静的人马，内心可能正进行某种挣扎，或者是冲突。享受自由也要付出代价。

摩羯座 (12/22-11/20)



秋天是收获的季节，你對自己将要获得结果也有相当的期待。要把精力集中在实现目标上。

水瓶座 (1/21-2/19)



瓶子们看似满不在乎，其实很希望得到认可。多数瓶子给人的印象都是友善而有距离感的。

双鱼座 (2/20-3/20)



事实证明改变可能是现在最好的选择。现在你要做的就是搞清楚自己的真实想法。

风热夹湿 养阴润肺 雪梨苹果无花果汤



今年秋天，加拿大流感与新冠病例同步上升，医院急症室再度挤满咳嗽与发烧病人。公共卫生局提醒民众接种双疫苗，以减低重症风险。中医角度认为，两种病毒多属「风热夹湿」之邪，初起症见咽痛、身热、痰黄，病后则易耗气伤阴，出现乏力、干咳、喉燥等。此时最忌再进燥热辛辣之物，宜清补兼顾、润肺养阴。食疗上可改用较清润而不寒的蔬果，助气阴双生，调理呼吸道。

养阴润肺食疗：雪梨苹果无花果汤

材料（3至4人份）

雪梨 2个（去核切块）
苹果 1个（去核切块）
无花果干 3至4枚
南北杏 各10克
陈皮 1/2片（略浸去白）
冰糖 适量

做法

1. 所有材料洗净；雪梨、苹果去核切块备用。
2. 将无花果、南北杏、陈皮放入锅内，加清水约1200毫升，大火煮沸。
3. 放入雪梨与苹果后转小火煮30至40分

钟，至果香散出、汤色微黄。

4. 加入冰糖调味，再煮5分钟即可。可热饮亦可放凉后冷藏饮用。

贴士

- 此汤润肺生津、止咳化痰，特别适合感冒初愈或气管干燥、声音沙哑者。
 - 若体质偏寒，可加两片生姜调和；若口干明显，可加麦冬5克增润。
 - 适合一家大小饮用，每周1至2次，有助防秋燥与病毒后遗症。
- 此汤果香清润、口感清甜，不仅滋阴润肺，亦能补益脾气，是秋冬转季时养生、抗流感与新冠后调理的良方。

系出明门 周刊多元化



天天早茶 午市 益食家

早茶

9am~11am <点心八折>*

午市

11am~3pm <全单九折>*

*包括星期六、日及假期 有少量条件限制

选料上乘
巧手制作
怀旧精品点心

怀旧风味 · 潮流美饌

优惠不停发放！火速订座吧！

周六、日及公众假期

增设免茶优惠

（现金结账）

敬希预早订座



游水龙虾 \$63.80/只

配糯米饭或乌冬面或生面

*六位以下只可享受壹只，每枱两只为限

营业时间：9am~3pm, 5pm~9pm（逢星期二休息）

地址：110-8111 Anderson Road, Richmond

（近 No. 3 Rd, 列治文市政大楼对面）

大量免费停车位位于二楼及三楼

订座电话：604-278-0873



台南土魷鱼羹

数年前留学台南的味觉记忆被再次挑起，思念最痛、或最饿的，不是在香
港容易找到替代品的寻常台式料理，餐厅一般的蛋饼、盐酥鸡这些味道不
正宗，或有落差，但亦可止渴「解乡愁」，但我记挂的是冷门的土魷鱼羹，
便无处解馋。

图、文 · 吕晞颂

产糖嗜甜的美食之都

台南人以嗜甜闻名，甚至被妖魔化，如网上迷因(meme)取笑台南人的血液是拖肥糖(即太妃糖)。这里说的台南是指台南市及台南县，而非包括高雄、屏东的南台湾，需要特别说明因为神奇的是，离开台南的边界，食物甜度马上回复正常。台南被称为台湾的美食之都，初抵埗的我却花了大半年时间适应这独特的口味，当时很难认同这种「美食」的定义。所有想像到的咸食如卤肉饭、鸡排等都可以是甜，那段时间过得痛苦，只能靠连锁快餐店、便利店和杯面维持味蕾的平衡，不断提醒自己是在果腹维生，推倒一切与品尝、美味相关的定义来维持生存意志。当渐渐适应后，发现台南小吃种类很广，到别的县市反而会习惯选择太少，难怪有美食之都的美名。

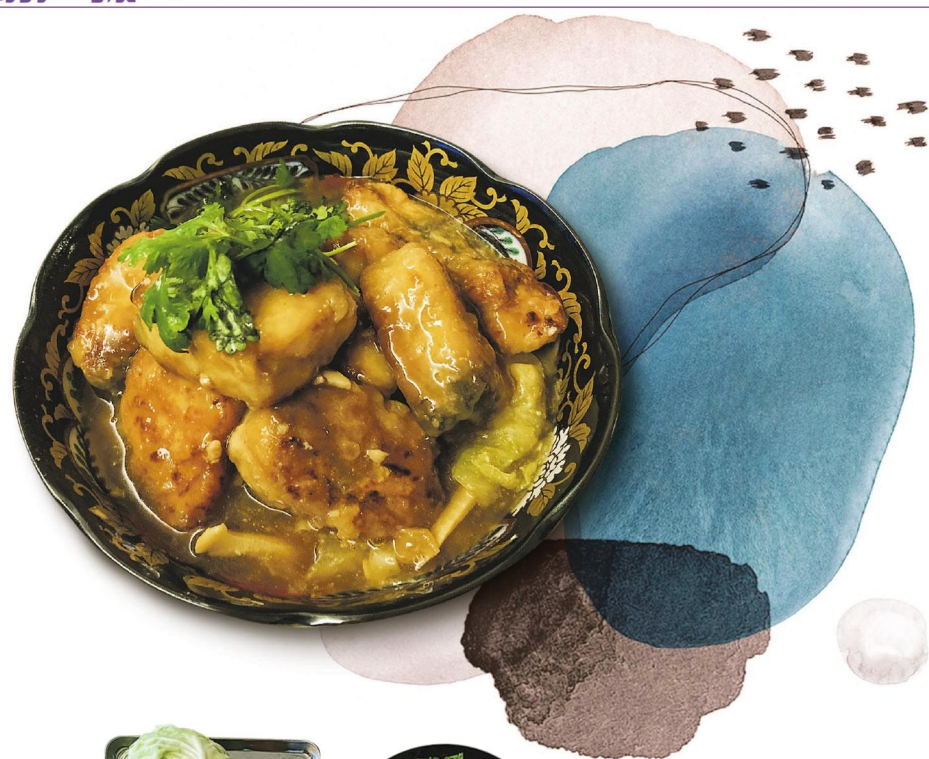
古都台南口味偏甜，与殖民历史脱离不了关系。在17世纪，荷兰占据台湾南部近40年，因气候适宜种植甘蔗，古时砂糖并不普及，纵使在欧洲亦是奢侈品，制糖成为利润丰厚的贸易产业，而种植原料、制糖及出口港主要在台南地区完成。1635年在麻豆(今属台南县)发生因制糖而起的战役，荷兰东印度公司在占领初期，为了增加劳动力开垦种甘蔗的农地，而招募汉人前来，加上卷入

原住民部落间的斗争，经年累月积下的不满，爆发了麻豆社之役，最终麻豆社原住民战败投降。直至郑成功在1662年击败荷兰人，荷兰的制糖业才由台湾撤至爪哇。17世纪末的清治时期，台湾八成的制糖设施仍集中在现今台南一带，为当时主要的税收来源。

至日据时期，原本从台湾大量进口砂糖的日本，在台各地大举开设现代化糖厂，1911年全盛期达至74间。战后由于大量制糖设备被破坏，加上制糖重心已转移至成本更低的加勒比海地区，糖业才在台湾式微，现存日据时期的糖厂成为观光景点。

台南在历史上是产糖重地，容易取得砂糖这调味料，有人认为经历400多年的文化底蕴，令台南人更懂得以糖入饌，运用糖为各样食材提味，因此台南口味应为甘味而非砂糖的「死甜」。这段历史影响口味外，有指制糖设施令劳动人口聚集，及运输人员密集往来台南府城港口，促使小吃这方便快捷的平民饮食习惯在台南盛行，加上天气炎热影响食欲，份量小但能补充热量的食物，或是令台南口味偏甜的原因之一。而土魷鱼羹这道小吃亦不例外。

在台南的土魷鱼羹是一种炸鱼块配上酱油色浓稠汤羹的小吃，多数会配以油面或米粉，也可以当作汤加点一碗南部版本、以肥猪肉粒为主的肉臊饭。



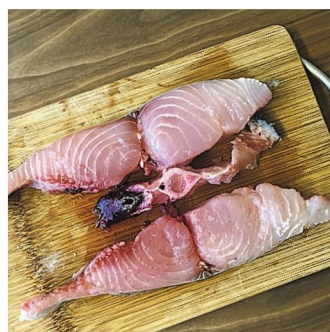
汤羹【材 料】

· 椰菜	半个
· 冬菇	5朵
· 蒜茸	1汤匙
· 笋丝	30克
· 大地鱼粉	10克
· 炸蒜酥	1汤匙
· 水/柴鱼高汤	1500毫升
· 盐	1汤匙
· 糖	半汤匙
· 豉油	半汤匙
· 麻油	半汤匙
· 胡椒粉	1茶匙
· 生粉水	5大匙
· 芫荽	适量
· 乌醋	适量

炸鱼块【材 料】(两人份)

· 马鲛鱼	1块
· 鸡蛋	半只
· 番薯粉/地瓜粉	适量
· 豉油	半汤匙
· 米酒	半汤匙
· 砂糖	1茶匙
· 五香粉	1茶匙
· 蒜茸	1茶匙
· 胡椒粉	半茶匙
· 油	适量

【做 法】



1.马鲛鱼清洗后抹干，从中间切半，去掉鱼骨，连皮切块



2.鱼肉加入豉油、鸡蛋、米酒、砂糖、五香粉、蒜茸、胡椒粉，搅拌后加入蛋浆，腌5至10分钟



3.把浸发的冬菇丝用麻油炒香，再加蒜茸、椰菜，椰菜炒至软身



4.加水或柴鱼高汤后，放入笋丝、大地鱼粉、炸蒜酥、盐、糖、豉油煲滚后，下胡椒粉及生粉水勾芡



5.腌好的鱼肉沾上番薯粉；另备一锅热油，放入鱼块炸至两面金黄色；把炸好的鱼块放进汤羹，加上芫荽、乌醋便完成

贴士：

如事前炸起鱼块，可放汤羹中稍为加热再上碟

紫色小镇 美国温彻斯特

真实的美国是怎么样的？特朗普两次当选总统后，有人会说，广阔的农村和小城镇的保守派才是真正的美国。至少现在看起来，保守派正占上风，城市自由派节节败退。我生活在纽约，习惯和各种肤色和背景的人相处，在人流中从不觉得自己是少数，但有时候也会意识到，纽约这样的大城市在美国里才是异类。

文：林绮晴

最近一个月，我在维珍尼亚州最北边的小城市温彻斯特（Winchester）做艺术驻地，算是体验了一下普通美国的生活。说是城市，但实际上是人口不到3万的小镇，以白人为主，这几周我只见到个位数的少数族裔面孔。遇到的人都挺友好，带点小城镇的慢节奏和人情味。比如在一家二手时装店，穿着彩色大毛衣的店主奶奶对我这个唯一的顾客非常热情，跟我介绍我买的刺绣上衣背后的1990年代设计师故事。此时一个穿格子衬衫、挺着大肚子的男人走进来，跟店主奶奶熟络地聊天，问能不能在店门口贴宣传海报，他的猫咪



10月初，温彻斯特举办一年一度的同志骄傲节（Winchester Pride）。（作者提供）

Craig 要竞选「市长」啦（给本地动物收容所募捐的活动），竞争者还有好几只猫呢。

面试驻地项目时，基金会的工作人员就提醒我，你去过美国南方吗？知道这边是怎么样的吗？来了之后，我理解他们的意思了。温彻斯特在美国南北战争中战火频繁，镇中心步行街上有一家美国内战纪念馆，门前竖立着一个南方军队无名士兵的雕像，底座旁摆了一些鲜花和蜡烛。尽管有心理准备，确认雕像的身分之后我还是有些惊讶。历史上支持奴隶制、输掉战争的南方军队，依然可以有公开纪念的雕

像和表示支持的鲜花蜡烛。特别是在近年来，这类代表南方的雕像和旗帜引发不少争议，看到这个雕像我立马感觉到敌意。支持者可以说它们只是代表南方的传统和骄傲，但任谁心里都知道背后的种族歧视和白人至上意味。

基金会的工作人员每周会开车载驻地艺术家到附近的超市买菜，我问起这个事情，他说：没错！温彻斯特可以说是一个紫色小镇，在政治光谱上，是红色共和党和蓝色民主党的混合色。这个纪念南方军队的雕像在本地也有争议，但因为土地属于更高一级的行政级别，镇上没有办法移



温彻斯特的美国内战纪念馆门前竖立着一个南方军队无名士兵的雕像。（作者提供）

除。

过去的投票纪录也显示这个小镇居民投给共和党和民主党的票数相对接近。

10月初，温彻斯特举办一年一度的同志骄傲节（Winchester Pride），规模不大，在本地一家美术馆前的草地上，有几十个摊位还有变装皇后表演。确实，这里是一个南方军队士兵雕像和同志骄傲节并存的紫色小镇，一个普通的美国。

纽约城市边缘的艺术小岛

在纽约曼哈顿最南端的码头，坐上七八分钟的白色渡轮，看着曼哈顿的大楼逐渐远去，就能来到景色截然不同的总督岛（Governors Island）。小岛与曼哈顿隔水相望，距离不到一公里，但因为长期作为美军基地而未被完全开发，形成了独特的生态环境和一个小型文化艺术中心。今年8月，我入驻 Residency Unlimited 在岛上的红砖老屋，幸运地有一间独立工作室，在岛上工作两个月。

这个不足一平方公里的小岛绿草如茵，遍布栗子树、山核桃树和橡树，因此纽约原住民莱纳佩人（Lenape）称之为「坚果岛」（Paggank）。英国殖民时期，这里曾用作总督的居所与打猎场，因此得名「总督岛」，沿用至今。小岛长期荒废，直到2005年才对公众开放，开始举办各种文化艺术活动，例如2月的冰雕展、7月的诗歌节、10月的南瓜节，逐渐成为休闲出遊的胜地。岛上不能

过夜，每到夜晚，所有遊客都要坐渡轮离开，就像灰姑娘必须赶在午夜前搭上南瓜马车回城。

夏天是岛上最热闹的时候。每逢周末，很多人来参观展览、骑单车、在草地上野餐。自2010年起，总督岛开始以申请制邀请艺术与文化机构入驻岛上的老房子。今年共有20多家机构参与其中，例如台美文协（Taiwanese American Arts Council）策划的「岛屿的生态艺术」（Eco Art on Island）展览，探讨环境、人类与艺术的关系，并举办表演艺术和工作坊等活动。

用于艺术驻地项目的老房子建于百余年前，曾经是美军军官与家人的住所，如今已显老旧，墙皮剥落，也没有做现代化更新，没有自来水、卫生间和空调。但艺术家向来是开荒牛，无论条件多么艰苦，在寸土寸金的纽约能有工作室空间，自然还是好事。每周去工作室两



表演艺术家夏小筑在总督岛台美文协举行表演Wear Enough。（作者提供）

三次，我也逐渐适应了岛上的生活。

总督岛就是这样一个奇特而原始的艺术村庄，推动着岛上的活力。在短短20年内，它的发展如此迅速，不免让人担心是否要走向士绅化。作为纽约罕见的曾被埋没的土地，艺术机构和艺术家在艰苦的条件下搞创作、办活动，吸引遊客，但商业化一旦加速，不赚钱的艺术空间能否存

留呢？2021年，纽约市通过了总督岛的重新分区计划，拟将部分土地开发为酒店、餐厅、商业区和研究机构。有民间团体随即提起诉讼，认为该计划违反了总督岛作为公共资产的限制，并提出「要树不要高楼」的口号。20年前还是一座废弃小岛的它，如今人头涌涌，不知道下一步将走向何方。

生意出让

埠仔独市赚钱
杂碎唐餐馆，
东主退休生意连
物业出让，包赚钱。
有意请电
778.926.3992 Mei 洽

羅佩瑄大律師行

LL.B CPA, CGA B.COMM

出庭代理、房屋買賣、
公司法、家庭法、法律諮詢
平安書、授權書、協議書
稅務法律、交通法律
各類移民、處理遺囑

電：778-712-7688

3128-8700 McKim Way, Richmond BC,
V6X 4A5 (金鐘廊列治文)

李丽假牙诊所

调整修理 手工精细
3D(数码化)假牙



65岁以上长者可享政府
活动假牙补助福利，
欢迎致电查询协助申请

Liya Lei 雷丽雅 Lily Li 李丽
政府注册假牙专科

敬请预约

电话：604.284.5528, 604.374.8483 (国、粤、英语)
Richmond: #1200 & #2415 - 8888 Odlin Crescent, Richmond BC
列治文太古广场地铺 1200 室(铺面向 Cambie 街)及 2 楼 2415 室
枫树岭 Maple Ridge: #240 - 22529 Lougheed Hwy

高洁专业地毯清洁

房屋交收，新屋，家居清洁；
洗玻璃，水晶灯，高压清洗外墙、
车路和露台，水沟、阳光屋顶
落蜡、商业、写字楼清洁、
商铺雨棚清洗

微信号：dan Zhu0303

778-883-4875 朱丹
778-320-2899 朱太

BC 省埠仔

最近新装修整洁干净，
独市中餐馆出租或
连物业出让，免顶手费，地点一流，
四季有游客，游客多，
坐落一亩多地，有 120 座位，
前铺后居有 3 睡房。
请电 604-322-9718
或 604-728-1809

明记搬运

22呎货柜 五吨升降
专业搬琴 装卸货柜
公司送货 大小搬家
清理杂物 20年经验
778-863-3802 黄

美达油漆

www.maydapainting.ca

商业民居 内外油漆
手工精细 价钱合理

政府注册 WCB 保险

BC 商业信誉局 A+ 认证

778-889-5376 王先生



第一鋼閘防盜窗花

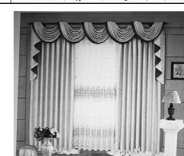
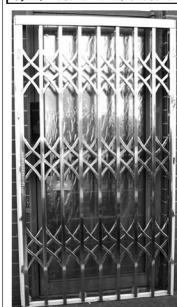
特平窗花每個 80 元起·商業攬閘 420 元起

第一窗簾紗窗廠

唯一超過 50 年加港品牌·廠商直銷各式各樣窗簾
豪華鋼閘、陽台鋼閘、陽台上蓋、欄柵、鐵閘 遮光窗簾、防紫外線捲簾、百葉窗、紗窗

防盜隔熱玻璃膜

美國玻璃貼膜工程



有效阻隔陽光 70%
阻擋紫外線 99%
防彈玻璃膜
防私隱節能膜
貼玻璃膜安全防盜
冬暖夏涼
45 年字號

70Wx80H 特價 \$200 元
48Wx48H 特價 \$80 元
回捲紗門特價 \$250 元起

自置 3500 呎工廠，選用優質材料，精工設計製造，是您信心保證！

陳列室：212 8475 Ontario St., Van. 778-885-7976 / 604-434-2826 香港梁師傅主理

卓越车房门维修

专业安装车房门
更换摩打及弹弓

服务好 免费估价

Kent Li

604-779-0662

Vancouver Closets™ Ltd.

温哥华衣柜厨柜厂

自设厂房及样板间
专业订造新旧屋衣柜家俬
助您全面优化起居 /
办公空间
专营香港收口家俬
免费估价·品质保证

华人衣柜厂鼻祖
实现您的理想空间

预约查询 604-728-5635
#363-13988 Cambie Road, Richmond, BC



極品廚櫃，質量最佳，絕無虛誇！幾十種款式，誰可以比擬？傲視群雄！

極品櫥櫃世界

SUPER CABINET WORLD

陳列室及倉庫：7303 Meadow Ave., Burnaby, B.C.

Tel: 604-454-0318, 604-676-8065

www.supercabinetworld.com



價格可以
超低
品質我家
更高

請不要相信我
吹牛
但請你每家都
比比看！

批發零售，立等可取！免費 3D 設計，專業安裝！
實木櫥櫃、人造石，一站式服務，多種選擇

工商广场 帮到你

价钱平
收效大

广告专线：604-247-4254

传真：604-231-9882

电邮：alau@mingpaovan.com

明报列治文办事处

5368 Parkwood Place, Richmond, B.C. V6V 2N1



加能水暖煤气

Save On Water Heater & Furnace Inc.

请电：604-779-1617

热水炉 锅炉 暖气炉

家庭商业 型号齐全 当日更换 国语英语 服务大温

水不热 漏水 有噪音 不启动 控制失灵 维修 安装 定期保养

煤气牌照 水暖牌照 多年服务 质量保证 专业安装维修各种水喉 煤气管道

Licensed and bonded, all brands available, same day service. Senior discount.

即日起申请政府节能回扣 **\$1100**



商业住宅

水电煤气

暖气·碎骨机·洗碗机
电炉·煤气炉·热水炉
水喉·不锈钢焊接维修
厨房抽气·政府牌照

手机：604-803-8319 **金品维修工程公司**

公司：604-875-9613 何生

美高

专业装修

旧屋翻新装修
室外室内油漆
室内间隔改造
服务大温廿年
地板楼梯扶手
天花綫地脚綫
厨房浴室厕所
政府牌照保证

778-288-9118 陈生

24 小時急修

水喉 暖气

漏水浸水不用愁
曾師傅來解困擾

保泰水喉暖气工程

(604)438-1886
(604)255-7888

街水水土大換暖爐地暖暖
喉泵庫熱管膽熱爐氣急
爆漏更滲水漏水保修
裂水換水修爐水暖養

快速更換熱水爐
政府牌照免費估價

(曾先生)

水管爆裂 緊急搶修

24 小時急修

绿茵园艺

专精铺锯种施清花庭优价免
业打换树花肥理园院质钱费
剪草草修植杀庭保改服合估
草根皮树树虫园养建务理价

国粤台语

778-288-1122

蔡先生

工商广场

帮你

价钱平
收效大

广告专线：604-247-4254
传真：604-231-9882
电邮：alau@mingpaovan.com

明报列治文办事处
5368 Parkwood Place, Richmond, B.C. V6V 2N1

工商广场

诚达园艺清洁

油漆、高压清洗、
清理水涧、修造
围栏、锯树修剪、
砖石铺设。

604.773.7238 诚达

工商广场

艺石园林工程

专业景观设计
为客户出彩色效果图

精工细做各类工程 铺砖
挡土墙 贴石 围栏 草坪 山水亭台
自动洒水 泳池维修 水泥、沥青工程
政府牌照，有 WCB 和商业保险，保证政府验收

收费低廉

778-991-6436 林先生

工商广场

枫景园林

花园设计 种花修树
铺砖砌石 各式围栏
高压洗地 施肥加泥

国 / 粤语 彭生

778-680-1785

工商广场

美好園藝工程

45 年經驗 政府註冊 商業保險
土木高工、貼石、砌磚、院牆、
擋土牆、地磚、水泥、
露台、圍欄、花池、葡萄架、
假山、水池、涼亭、草皮、
花木、庭園維護、花園改造
新屋花園、花園設計

778-223-4688 李工

緊急通渠

通渠

急修水喉

华兴 24 小时电
604-254-4828

工商广场

一定帮到你

价钱平
收效大

广告专线：604-247-4254
传真：604-231-9882
电邮：alau@mingpaovan.com

明报列治文办事处
5368 Parkwood Place, Richmond, B.C. V6V 2N1

明報



OCEAN VIEW · FOREST LAWN · VICTORY · BOAL CHAPEL
海景·科士兰·永多利·宝怡纪念园
位于本那比市中心(4000 Imperial 及 3789 Royal Oak Ave.)
优质福地，难能可贵，环境优雅宽敞。

永久福地预售/免息分期付款

- 龙凤穴福地 • 家族花园 • 室内外骨灰位 • 云石陵
- 预售百年计划长生礼仪 • 免费代办先人入境

欢迎查询：国、粤、英语

未雨绸缪 778-885-0038
无后顾之忧 李丽 LiLi
社区服务顾问



本拿比海景福地

本拿比海景福地平價轉讓，中心地段，平碑、單塊或雙連位，每塊可放1棺木及1骨灰龕或2個骨灰龕，轉讓時在墓園辦公室辦正式手續。

有意請 WhatsApp 或
電 778-688-0386 黃小姐
/ 604-728-1689 侯先生

工商广场

广告专线 604.247.4254

传真 604.231.9882

电邮 alau@mingpaovan.com

明報
MING PAO DAILY NEWS

福泽传承 提前规划



市区福地供应日益减少，优质福地绝无仅有。

在您和您的家人最困难的时刻，我们专业顾问团队在大温各地区提供服务。

根据您的愿望，信仰及文化背景为您作出细心规划。

我们帮您提前规划，尽一切努力帮您管理相关事宜。

华语查询：604-328-6079

Dignity[®]
MEMORIAL



SCAN ME

FOREST LAWN	OCEAN VIEW	VICTORY	BOAL
FUNERAL HOME & MEMORIAL PARK 科士兰纪念园 ForestLawn-Burnaby.com 本拿比	FUNERAL HOME & BURIAL PARK 海景墓园 OceanViewFuneral.com 本拿比	MEMORIAL PARK 永多利纪念园 VictoryMemorialPark.com 南素里	CHAPEL AND MEMORIAL GARDENS 宝怡纪念园 FirstMemorialNorthVancouver.com 北温

图片仅供参考。若图片与实物有所不同，则以实物为准。详情可向墓园顾问查询。
3789 Royal Oak Ave., Burnaby, BC, V5G 3M1 | 4000 Imperial St., Burnaby, BC, V5J 1A4 | 14831 28th Ave., Surrey, BC, V4P 1P3 | 1505 Lillooet Rd., North Vancouver, BC, V7J 2J1
A division of Service Corporation International (Canada) ULC.

富强装修

廿花旧水瓷内门厨
年园屋电砖外窗浴
经露翻土地油更翻
验台新木板漆换新

• 免费估价 • WCB 保险

778-302-9389 关生

安顺屋顶

屋顶翻新，屋顶补漏，
平面翻新，水槽翻新，
水槽补漏，水槽清理，
更换天窗，屋顶维护。

BC注册的专业屋顶公司，

专注屋顶，工作多年，

各种屋顶的翻新，维修，公司有300万

第三方工程保险，WCB员工保险，

师傅拥有多年经验，

保修期最高可达15年，免费报价，价格公道。

欢迎来电 778-713-0899 (沈生)

SmartHome Antai 安泰智能家居公司

4K 超高清
摄像头
特價中！

性價比，清晰度無與倫比，
品質超乎想像，否則原銀奉還。



另有高檔
智能家居系統：

- Lutron 燈控
- Somfy 電動窗
- Control4 智能控制系統

免費上門規劃和估價

保安系統 / 高清攝像頭 / 門禁系統 / 電視 / 電話 / 網絡 /
光纖系統佈線 / 家庭影院 / 高檔音響 / 背景音樂

公司地址：1150-8766 McKim Way, Richmond, BC

電話：778-708-8377 網址：http://www.smartantai.com



早有安排
何用至爱忧心



- 永久土葬、骨灰福地
- 室内、室外骨灰灵位
- 预存丧葬基金

我们知道「预先安排」是一个长久的计划，也是节省开支的明智之选，所以选择一家信誉可靠的公司是非常重要的；能替您处理丧礼细节，减轻哀伤之痛，让您的家人无后顾之忧。



杨耀森

778-828-6881

微信二维码



Arbor
Memorial

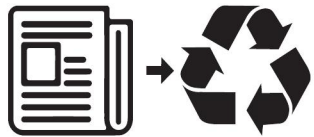
Arbor Memorial Inc.

华丽墓园

14644 -72nd Ave.,
Surrey, BC
V3S 2E7

列治文殡仪馆

8420 Cambie Rd.,
Richmond, BC
V6X 1K1



PLEASE RECYCLE THIS
NEWSPAPER.

冷凍魚廠聘

請(全職)員工:無需
經驗,預約面試,請
電 604-273-5543
列治文地址
#12-4751 Shell Road

溫東超市聘

溫東超市請果菜雜
工一名。請電
604-433-8132
華姐洽

聘請



FPS 跨國冷凍機械公司
誠聘

- 工廠安全協調員
- 安裝技術員/學徒 (需出外勤, 多名)
- 焊工 / 焊工學徒 (多名)
- 開料/ 激光切割機操作員 (學徒)
- 控制板電氣組裝員
- 車間技術文員 (理工科, 多名)
- 車間文員 (多名)
- 裝配焊接師傅 (多名)
- 車間幫工
- 車床師傅/學徒

全職工作 按需加班 穩定收入
年終花紅 醫療福利

時薪: \$18 - 50 (將根據申請職位和經驗決定)

歡迎致電人力資源部 604-362-1622 洽談

Accounting firm in Vancouver
is hiring
a Junior/intermediate Accountant

Responsibilities:

- Bookkeeping works
- Prepare and process payroll on a timely basis
- Assist in month-end and year-end closing processes
- Using accounting software (Caseware)

Requirements:

- Proven experience as an Accounting Clerk or similar role

Interested applicant please send resume
to Florence.bcwong@gmail.com



顯林·翠逸軒, 現誠徵以下職位:

- 房服員
- 接待員
- 餐飲服務員
- 中餐廚師
- 維修雜工
- 銷售業務員
- 看護員
- HCA, LPN, RN

有意應徵者請攜同履歷親臨
23100 Garripie Ave, Richmond

誠聘員工

(食品廠)誠聘全職工人多
名,男女不拘,無需經驗和
英文,但需懂中文,工作穩
定。月薪\$2,600-\$4,100。

有意者請晚六時後電

604-649-8103

渡船肉食批發市場(本那比區)

地址: 3737 2nd Ave., Burnaby

誠聘:

- ① 豬、牛肉類加工員數名
(工作包括電鋸切肉,肉類起骨去肥)
- ② 雞肉類加工員數名
(工作包括雞脾起骨,切雞片及雞絲)
- ③ 冰房/涼房倉庫管理員工數名
(工作包括執貨、整理訂單、安排出貨)

以上職位可以全職或兼職
每周五天或六天工作,早上8點至下午5點
有經驗優先,無經驗可以培訓,長期穩定工作,
公司待遇好,有年尾花紅。

有意者請致電

劉先生:604-961-6656 盧先生:604-338-4807



高薪誠聘各部門
經驗熟手或生手



員工福利包括:
牙科和眼科
醫療保險及
人壽保險



有興趣到本超市工作的人士
無論有經驗與否
我們都歡迎你的加入

WE'RE
HIRING

公司: 604-233-0886

請電郵個人履歷至 foodyworldbc@gmail.com
歡迎致電查詢及約見或親臨豐泰超市面洽
3000 Sexsmith Road, Richmond, B.C. V6X 4K9

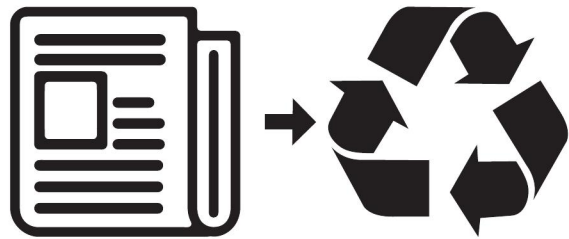


超速駕駛
已到無法容忍的程度
請慢下來



PLEASE RECYCLE
THIS NEWSPAPER.





THANK YOU FOR
RECYCLING
THIS NEWSPAPER.

木廠請員工

時薪 23 元，體力勞動及戶外工作，需懂粵語，自備汽車，在 Surrey 工作，現金免問。

有意請電
Jon: 604-818-3165
或 趙先生: 604-725-1997

培英中文學校

誠聘中文學校校長及國、粵語教師

持有加拿大認可工作證；
大學或以上學歷，有相關教學或管理經驗；
能操流利粵語、國語及英語，與學生及家長溝通；
必須熟悉電腦 Office 軟件運作；
能於本拿比、列治文、溫哥華工作；
國語教師須懂漢語拼音、繁或簡體字教學。

有意者請將履歷電郵至
edu@puiying.org (合則約見)

單房出租 列治文包水電，交通方便，環境好，合單身人士。 604-719-7556	溫東地庫 三房一浴室出租近 41 街及 Main 街交通方便，近學校，不煙，無寵物，有意請電 604-325-3989	有房出租 3 房 1 廳平地，近西門菲沙大學、小學、商場、巴士。 電 604-880-8723	北素里單房 學生工作人士無煙寵者，有家具兼獨立全衛浴洗乾衣包水電暖氣上網車庫位。月租 \$900 電 236-591-5081	大單房租 特色屋樓上安靜內街近魯拔天車站超市租 \$1000 全租電葉太 778-887-6780	招租 		西餐館請人 請熟手早餐廚和廚房幫手各一名，有意請下午親臨溫哥華 2451 乃磨街，入廚房找胡先生面洽	餐館聘請 	
2 房或 1 房 近名校中小學巴士天車站購物門口巴士到 UBC 大學，域多利 41 街新屋全獨立平地全租電 604-202-2928	優質民宿 列治文中區大獨立屋，近商場巴士站食宿便利旅遊 電 778-863-5066 wechat: jkccwu	溫東平地房 2 房 1 廳獨立門戶近學校超市巴士天車站，煙寵免問，域多利秋湖公園即住不包水電 778-737-3382	列治文 多間獨立屋單房、一房及二房出租，獨立出入無須共用，包熱水暖氣上網，租平即住 604-671-3968	緬 47 街 光平面下層兩房大廳廚廁齊，包水電乾洗衣 604-725-3822	溫東樓下 東 11 街，開放式 1 房廚廁獨立，合單身無煙寵麻。有意電 604-255-2571	樓下兩大房 溫東 PRIOR 街新裝修平地兩大房一廚廳獨立門戶光猛，合無煙寵物有意請電 778-636-2083	分租一房廁 東區高層柏文租女生一房洗手間包水電冷暖氣，不煙寵愛乾淨先信息 778-989-1768	獨立屋 獨立出入 2 樓列市元初店旁 \$1450 月 1 房 1 衛 1 飯廳車位家具齊。中小學公車 10 分鐘 604-782-2980	
輕鬆按摩 踩背推拿及全套服務舒適價平，歡迎男賓女賓者英請電 Mary 778-322-1913 604-879-2869	休閒按摩店 列治文全套服務，全身推油按摩。好價格好服務，環境溫馨，免費泊車。請電 778-297-6678	專業按摩 專業推油，服務好，溫東，泊車方便。溫東 604-375-8860， 本那比 604-375-8661	大小新車 美加機場各類服務、接送，多日旅遊，熱情準時長期服務，\$15 起。國粵語電潘先生 778-688-3998	專業補習 教育學士 ELL、執照一對一經驗補習中小學英文閱讀寫作 CELPIP, IELTS, 數學，可視像 604-809-5873	各類服務 		燕京旅館 溫西區豪宅旅館近商店餐廳天車公車，高速上網長短租免費有機場接送每晚 \$45 起 778-688-3998 潘	有房出租 Perry 街近域多利街，有房出租獨立門全租，廚廁洗衣齊，合單身及學生電 604-442-8683	
櫥櫃木工廠 意大利電腦鋸床油漆房德國封邊機夾板木紋板木花線 RICHELIEU 五金配件請致電李先生 604-762-8229	旺舖出租 Kingsway 夾 Joyce，人流旺盛，皇家銀行及喜相逢餐廳對面，請電 604-828-0013 Andy 洽		福地出讓 ①科士蘭單地萬九龍鳳地 2 萬 8 千雙連地 4 萬 6 千 ②海景墓園單地 1 萬 8 千 5 龍鳳地 4 萬 9 千企碑 6 萬 2 千 ③華麗園單地 1 萬 2 千企碑 2 萬 9 千骨灰地 8 千起聚龍閣企碑 4 萬 8 千 請電張生 604-889-4740		其他 		溫東按摩 特色指壓按摩，全套服務令你身心舒暢，乾淨舒適，泊車方便。請致電 236-888-1652	大型按摩院 放鬆按摩 SPA 全城最低價最好的按摩服務請致電 604-998-4885	列治文按摩 專業按摩，環境優美，舒適。請電 236-889-7200



Box 34009, Station D
Vancouver, B.C. V6J 4M2
P: 604.731.5864

以前是扮「有型」，
後來變成「習慣」，
現在你已「上癮」，
是時候**放棄吸煙了!**



錢錢錢錢
本公司收購任何新的過剩存貨，請來電話
778-883-1319

生意出讓
埠仔獨市賺錢雜碎唐餐館，東主退休生意連物業出讓，包賺錢。有意請電
778-926-3992
Mei 洽

明報分類廣告

醫療美容

招生

各類服務

補習

生意良機

廣告熱線：604.231.8992

熬夜压力大暗耗阴血 卵巢早衰提前更年期

据香港卫生署资料，香港女性约在40岁步入更年期，停经的平均中位数为51岁。但临床所见，愈来愈多女性在30岁左右已出现卵巢早衰，伴随更年期常见的症状如月经消失、潮热、烦躁等。从中医角度看，多数和熬夜、压力、饮食不健康有关。文：倪咏梅（注册中医）

更年期是女性生理的转折点，女性荷尔蒙分泌减少，月经停止，失去生殖能力。不少人以为，更年期和职场女性的距离很遥远，好像是退休人士才有的烦恼，但其实更年期来临的时候约是40至50岁，正是事业女性「搏杀期」；而早于40岁已经出现更年期症状的人亦愈来愈多，香港女性「卵巢早衰」愈来愈常见。

卵巢早衰是指未到40岁的女性已步入卵巢衰竭期，因女性荷尔蒙浓度下降而导致卵巢功能下降甚至停止。它可以简单分为两个阶段，初期阶段是卵巢功能不全（premature ovarian insufficiency, POI），即40岁前月经停止或过少持续4至6个月或以上；用于诊断卵巢早衰关键指标之一的卵泡刺激素（FSH）连续两次检测高于25mIU/mL（正常值10至15mIU/mL）。

若不认真处理，下一个阶段是真正的卵巢早衰（premature ovarian failure, POF），即年纪小于40岁，月经停止或过少持续4至6个月或以上，FSH连续两次检测都高于40mIU/mL。

无论是POI还是POF，女性都会感到明显不适。例如月经紊乱，最常见是经期突

然数个月不来，或是就算有月经，也是一两天就停止，月经量极少。另外就是出现潮热，即是身体突然发热，多数在上半身，有时候会伴随面部潮红。异常出汗也是常见病征，汗水会变多，甚至静止时、睡觉时也突然出汗，严重个案甚至需要换衣服。

卵泡功能失调 怀孕机会降

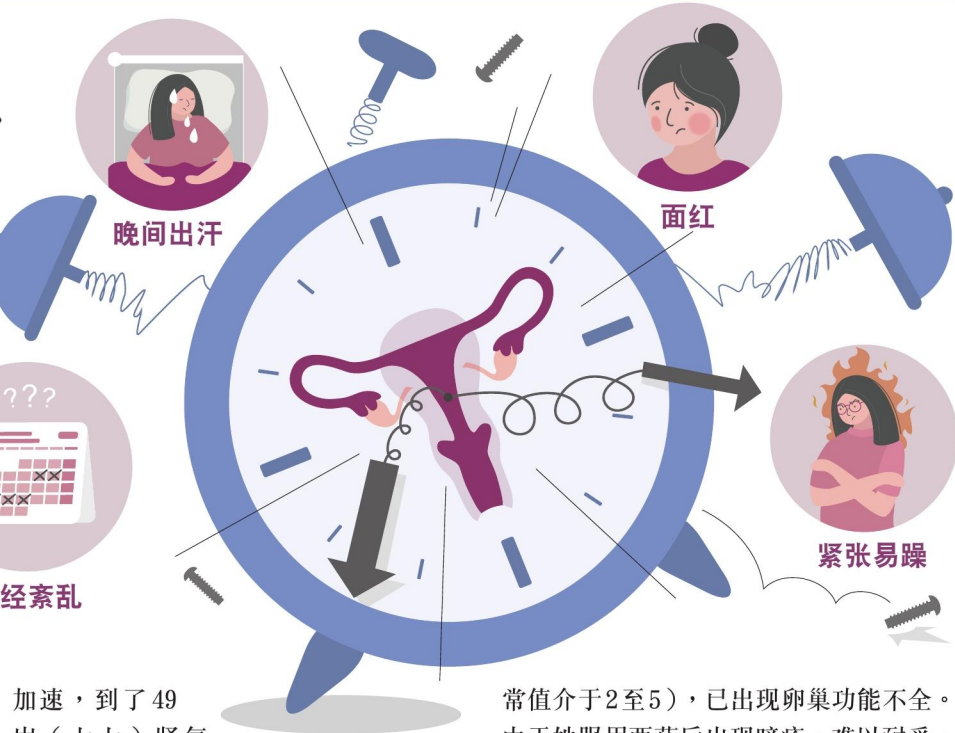
此外，患者心情起伏，紧张易躁，皮肤及阴道干涩，性欲下降，容易疲劳，都是卵巢早衰的常见现象。卵巢早衰也会导致卵泡功能失调，无法正常发育和排卵，令怀孕机会大大降低。

卵巢早衰其实就是古人所说未老先衰，中医学称为经水早断。中医传统理论中，女性生育能力与「肾-天癸-冲任-胞宫」轴线密切相关，相当于现代医学的下丘脑-垂体-卵巢轴。

《黄帝内经》明言：「五七，阳明脉衰，面始焦，发始堕；六七，三阳脉衰于上，面皆焦，发始白。七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。」传统认为女性35岁（五七）后身体机能始见衰退，42岁（六七）后衰退

理冲任，疏通胞脉。冲为血海，任主胞胎，冲任脉气充盈通畅，月事才能按时而下，胎孕才得以正常进行。临床上常见这年龄段的女性虽有排卵，但子宫内膜薄，受精卵难以着床，中医辨证多属肝肾阴虚，冲任失养。

治疗上除了补益肝肾外，常加入紫河车、菟丝子、杞子等填精补髓之品，并配合针灸刺激腹部及下肢穴位，如关元、子宫、三阴交等，以激发经气，改善盆腔血液循环。值得一提的是，许多职业



加速，到了49岁（七七）肾气及天癸（主管生殖功能的物质）衰退，就会外貌衰老，同时难以生育。所以在42岁之前月经停止或稀少，都是属于未老先衰。

然而现代香港女性面对工作压力、作息紊乱、饮食不节等诸多因素，导致肾精过早亏耗，天癸提前衰竭，使更年期症状提早10年出现。

早衰不自知 以为红斑狼疮

门诊中卵巢早衰病人多数是30多岁，大部分都不知道已经卵巢早衰，而是因为停经、多汗、潮热而求诊；有些女性更以为潮热面红是患了红斑狼疮，完全没想到更年期征状提早降临。最年轻个案是一名26岁OL，因为6个月没有月经来而求诊。西医检查发现她的FSH达到30mIU/mL，而用于评估女性卵巢卵泡库存量的抗穆勒氏管激素（AMH）为1.3（正

常值介于2至5），已出现卵巢功能不全。由于她服用西药后出现暗疮，难以耐受，于是转向中医治疗，经过3个月中医调理，指数回升，月经恢复正常。

另一类病人是因为不孕而检查身体，发现卵巢早衰。很多时她们对于月经周期不准不以为意，以为只是压力大，检查后才发现时间不等人，当她们在职场站稳脚跟后，生育之门却正在快速关闭。

中医认为肾主生殖、藏精，为先天之本。肾中精气亏虚是更年期提早及生育力下降的根本原因。熬夜及压力大是耗损肾精的主因，港人生活繁忙，熬夜加班已成常态，暗耗阴血；平日打机、追剧、夜生活至凌晨一两点才睡，休息不足，也会伤肾气。

平日生活不快，工作压力大，情绪紧张，肝气郁结，日久化火，进一步灼伤阴液，令肾精日益耗损。因此临床很多病人都是金融、教师、会计等压力巨大的行业。

知多啲

潮热≠热气 凉茶去火反伤脾胃

针对卵巢早衰，中医治疗首重滋补肾阴，潜降虚阳；通过改善整体气血环境，唤醒沉睡的卵泡。常用方剂如六味地黄丸、左归丸等，可根据具体症状加减。若兼有心烦失眠，可配合黄连阿胶汤；若以腰膝酸软为主，可加入杜仲、桑寄生等补肾强腰之品。香港人常见「虚火」体质，治疗时需注意清补并行，即在滋阴同时适度清热，但切忌过于寒凉，以免损伤脾胃。

对有生育需求的女性，中医特别重视调

理冲任，疏通胞脉。冲为血海，任主胞胎，冲任脉气充盈通畅，月事才能按时而下，胎孕才得以正常进行。临床上常见这年龄段的女性虽有排卵，但子宫内膜薄，受精卵难以着床，中医辨证多属肝肾阴虚，冲任失养。

治疗上除了补益肝肾外，常加入紫河车、菟丝子、杞子等填精补髓之品，并配合针灸刺激腹部及下肢穴位，如关元、子宫、三阴交等，以激发经气，改善盆腔血液循环。值得一提的是，许多职业

女性长期处于肝气郁结状态，气机不畅则血行不顺，即使补益肝肾也难以吸收。故在处方中常加入合欢皮、郁金等疏肝解郁之药，平日应多出外走走，瑜伽、散步等轻量运动，也可以调畅血气。

不少女性出现潮热症状时，第一反应是「热气」，随即饮用五花茶、廿四味等凉茶，或大量食西瓜、火龙果等寒凉水果。要留意，潮热并非实火，而是阴虚导致虚火上炎。若过度饮用凉茶、进食生冷，反而会损伤脾胃，加剧阴血亏虚，形成恶性

循环。门诊中不少患者正是因长期不当饮用凉茶或食生冷食物，导致虚火愈发严重。典型症状是夜晚出汗浸湿睡衣，日间却手脚冰冷，正是阴虚兼阳虚的典型表现。

最后，卵巢早衰患者常见阴虚火旺体质，应避免辛辣、煎炸、烧烤类食物。不少职业女性习惯以咖啡提神，但咖啡因会加重潮热和焦虑症状，建议一日不超过1杯黑咖啡。每个人体质有异，用药前建议先谘询注册中医。

滥用止痛药 偏头痛恶性循环

新药副作用较轻

要数最常见痛症，头痛必定榜上有名。其成因多样，一般分为原发性和继发性。其中偏头痛属原发性，患者约占香港人口12.5%；当中经期偏头痛是女性偏头痛的「大户」。研究发现，女性偏头痛患者中，近半数会在月经周期发病，需要服用止痛药。

医学界近年关注偏头痛人士因滥用止痛药，引发「药物过度使用头痛」（medication overuse headache, MOH）的恶性循环。所以，针对急性偏头痛，应选择合适药物，避免陷入慢性偏头痛的痛苦轮回。

文：冯斌熙（脑神经科专科医生）



偏头痛是一种常见中度或严重头痛，发作时，患者通常出现单边或双边头部抽痛，可能伴随恶心、畏光、畏声，甚至呕吐，可持续4至72小时。有本地研究指出，香港约有12.5%人口患有偏头痛，以18至42岁最常见。偏头痛不限年龄，第一次发作通常在青春期。有些偏头痛有预兆，有些毫无预警。因月经周期引起的偏头痛则算是定期出现，因此女性占偏头痛患者逾七成，远多于男性，尤其在20至40岁生育年龄的妇女更普遍。一般认为，与月经相关的荷尔蒙变动（雌激素水平骤降），是女性偏头痛主因之一。

然而，医学界并未完全了解偏头痛成因，约76%患者或找到诱发因素，包括压力、天气或气压变化、强光或闪光、响亮声音或噪音、体能活动如运动、性生活等。

患者较易焦虑、抑郁、失眠

从亚洲不同地区包括日本、韩国及台湾等研究发现，偏头痛病人出现焦虑、抑郁甚至失眠等的比例都较高。以焦虑为例，韩国研究发现偏头痛病人有19%出现焦虑，台湾有16.5%，日本则有9.9%。抑郁方面，韩国及台湾均有6%患者受困扰，前者更有11%患者同时出现焦虑及抑郁。台湾研究亦指出，34.4%患者出现失眠，比无偏头痛人士高出2.7倍。偏头痛影响患者日常生活、工作和人际关系，许多年轻专业人士或学龄族群因偏头痛而不得

不请病假，工作效率和生产力显着下降。

面对强烈疼痛，患者用上不同方法止痛，包括服止痛药、中药、针灸，其他如瑜伽、静观等。大部分人使用止痛药或处方药（如扑热息痛、非类固醇消炎药、翠普登类药物）急性纾缓，偶尔使用并无大碍，但过度使用，就可能引发药物过度使用头痛（简称MOH）。

MOH是指长期过度使用减轻头痛药物，反而导致头痛频率增加或加剧的慢性头痛。根据定义，MOH患者通常已有偏头痛等原发性头痛的前提下，因长期过度使用急性止痛药（连续3个月以上，且平均每月使用≥15天）而形成。常见引起MOH的止痛药包括扑热息痛、阿士匹灵、非类固醇消炎药及翠普登类药物。另外，经常服用多种止痛药都较易造成MOH。

滥用产生耐药性

MOH可以说是由于病人过分依赖止痛药而出现的头痛现象，多见于紧张性头痛或偏头痛人士；患者经常在夜间或清晨痛醒，在头痛发作较频密时，服用止痛药以减轻痛楚，久而久之身体开始对药物产生耐药性。当停药或者减少剂量时，头痛便再次出现，因此又会继续服食止痛药，形成恶性循环。

其他常见伴随症状包括恶心、难以集中注意力、记忆力减退、易怒等。

针对严重偏头痛患者，医生通常会考虑处方预防性用药，以降低发作频率和强度。常用预防药物包括抗脑病药、降血压药、抗抑郁药等。然而，这些预防性药物有不同的副作用与禁忌，副作用包括乏力、心动过缓、水肿、嗜睡、口干、头晕、体重改变、恶心等，影响病人依从用药的意愿。在公立医院所见，八成偏头痛患者会在一年内自行减药甚至中断治疗，令疗效大打折扣。另外，正接受药物治疗的哮喘、心脏病人和妊娠妇女士也不适合使用。

新药减痛 肾病、孕妇忌用

新一代抗偏头痛药物anti-CGRP，能纾缓及预防偏头痛发作外，对偏头痛常见症状，如畏光、畏声都有帮助。有医学文献显示，长期使用anti-CGRP有效预防偏头痛发作次数及严重程度。根据欧、美头痛学会建议，此类药物已列为一类预防偏头痛药物。国际头痛学会（International Headache Society）亦建议作为经期偏头痛一线急性治疗药物，比传统止痛药及非针对性预防药物的副作用少，亦不会引致MOH。

Anti-CGRP常见副作用轻微，包括注射部位反应（疼痛、红肿、搔痒）、恶心和便秘等。目前只适合成人使用，肾功能不全者不适合；而怀孕和哺乳期的妇女因药物安全尚未证实，亦应避免使用。

知多啲

每周头痛两次以上 宜求医商治疗方案

偏头痛不是一般头痛那么简单，而是一种神经系统的疾病。若处理不当，随时变成慢性疾病。若出现以下情况，应与医生讨论治疗方案：

- 每周头痛2次以上
- 单月止痛药使用超过推荐次数
- 头痛日益频繁且一般止痛药无法有效控制
- 头痛模式改变

医生可能建议接受影像检查或谘询脑神经科医生，以排除其他病因。另外，患者可透过记录头痛日志协助治疗，包括每次头痛的时间、持续时长、可能诱因（如压力、睡眠不足、特定食物）及用药情况，有助医生了解头痛模式、调整药物，也提醒患者及时察觉刺激因素。除了药物治疗外，改善生活习惯同样重要，保持规律作息、充足睡眠，避免长时间精神紧张；饮食均衡且不偏食，不要长时间空腹；多喝水、适度运动都能降低头痛诱发机率。学习放松技巧（如深呼吸、瑜伽、渐进式肌肉放松）或认知行为治疗，也可帮助缓解压力诱发的头痛。

热量比白饭少75%

南瓜减肥法聪明吃指南

大大小小的南瓜除了万圣节装饰，它作为食材亦富含膳食纤维，营养多元丰富且热量低，有「超级食物」的美誉；南瓜更被视为减重恩物，韩国歌手IU就曾靠食南瓜减掉10公斤。南瓜碳水化合物含量高，如何聪明地融入日常饮食，达到体重管理的效果？

文：陈真纪

南瓜之所以备受减重人士推崇，莫过于其低热量、高膳食纤维的特性。注册营养师梁曦允指，南瓜的碳水化合物含量比一般绿叶蔬菜高，热量则比白饭、薯仔低，以控制体重角度来看，是较理想的淀粉质替代品。她举例，一碗白饭热量约200千卡，同分量的南瓜只有约49千卡，减少75%。而且南瓜还有丰富膳食纤维，有助增加饱足感，天然甜味也能在一定程度上满足对甜食的渴望，从而帮助控制食欲。

注册营养师李振洋补充，南瓜还富含β-胡萝卜素、维生素A、钾等多种营养素，有助抗氧化、维护视力、增进皮肤与黏膜的健康。同时还含有叶黄素、玉米黄素等类黄酮，可保护视网膜，有助预防黄斑部病变。

南瓜取代三餐主食 小心能量过低

那么，该如何将南瓜融入日常饮食帮助减重呢？李振洋建议将一半白饭换成南瓜，既能减少热量和碳水化合物，又能增加纤维摄取，同时享受南瓜的甜味和饱足感。如果想追求更显著的减重效果，梁曦允则建议，在一星期中选择3天，将其中一餐主食完全由南瓜取代。但她绝不建议每日三餐都完全以南瓜取代主食，或导致热量摄取过低，「假设淀粉质减少，同时又刻意限制自身摄取肉类、蛋白质或脂肪类的食物，令整体热量摄取下降很多，长期下来令身体缺乏足够能量，容易感到疲倦、精神不振，甚至身体肌肉流失，得不偿失」。李振洋也提醒，过量摄取β-胡萝卜素会使皮肤变黄，而南瓜的钾含量较高，尤其是连皮食用时，对于肾功能不佳人士，过量摄取也会增加肾脏负担。

无论是出于减重还是健康目的，均衡饮食都很非常重要。梁曦允表示，南瓜可作为淀粉质替代品，但一餐中还应该包含足够蛋白质及不同颜色蔬菜。蛋白质能提供更持久的饱足感，并有助于维持肌肉量；蔬菜则能补充南瓜所缺乏的维生素和矿物质，确保在减低热量的同时，身体依然获取全面的营养。她也指，如果将南瓜视为蔬菜，而非主食，亦可将每日建议摄取的

3份蔬菜中，以南瓜作为其中1份，分量约半碗。

蒸煮、快炒、烤焗 保留最多营养

至于烹调方式，很多人以为蔬菜白灼最健康，但事实并非最佳选择。梁曦允解释，「南瓜富含维他命B、C等水溶性维他命，长时间在水煮过程中，会大量流失到水中」。相比之下，蒸煮更为理想，过程中食物不直接接触大量水分，能最大限度地保留水溶性维他命。

李振洋则表示，「南瓜中β-胡萝卜素属于脂溶性维他命，需要脂肪帮助才能被人体更有效地吸收，所以橙红色蔬菜更建议用少许油快炒或烤焗」。然而，要避免天麸罗式油炸，因为高温油炸不仅会破坏部分营养素，还会增加脂肪吸收。而对于糖尿病患者而言，应避免将南瓜煮得过于软烂，例如煮成糊状的南瓜粥，因为会使糖分更容易被消化吸收，升糖指数更高。

淀粉冷却再加热 减肥小秘技

值得一提，有些人认为将煮熟的南瓜、米饭或薯仔等淀粉质食物冷却后，再加热食用有助减肥，李振洋解释，这是由于冷却后的部分淀粉质会转化为抗性淀粉，不易被小肠消化吸收，有助于稳定血糖。虽然将南瓜冷却后再吃有此额外好处，但这只是一个辅助技巧，远不如保持均衡饮食来得重要。

他更提醒，尽管南瓜营养丰富，但应避免将其神化为「超级食物」。「超级食物」这个词汇在某种程度上容易造成误解，让人以为单靠食用某种食物就能获得所有营养。真正的健康饮食应是多元且均衡，而南瓜只是其中一个较佳的选择。

不少人建议南瓜连皮吃，梁曦允认为这取决于个人。南瓜皮的纤维含量确实比瓜肉高，但其纤维多为非水溶性，质地较硬，对于消化能力较弱或肠胃容易胀气的人来说，可能会造成消化负担。如果日常饮食中已经摄取了足够的蔬菜水果，那么不必强求连皮吃南瓜，去皮食用会让口感更佳，也更易消化。

▶ 万圣夜主角南瓜含丰富的β-胡萝卜素、膳食纤维及维他命A等，除了用作装饰布置外，也别忘了烹调入馔，制作一顿营养均衡的大餐。



中西南瓜食谱

小米南瓜粥

材料（2人分量）：

小米100克、南瓜粒1碗（约250克）、姜1片、红枣2粒、杞子1汤匙

做法：

1. 小米、南瓜粒及姜片放小锅中，加约800毫升冻水，中至大火煮滚
2. 加入红枣，加盖转小火煮约半小时。其间不时用汤勺搅拌以免焦底，如需要可添加适量水
3. 当小米已煮烂成粥，便可加入杞子，

熄火，加盖焗5至10分钟，夹起姜片，便可食用

营养成分（1人）：

热量242千卡、碳水化合物49克、蛋白质7克、脂肪2克、膳食纤维6克（3份五谷）

营养师点评：小米比白米含较高膳食纤维及较低升糖指数，更有饱足感兼稳定血糖。南瓜、红枣及杞子提供天然甜味，免却额外添加糖，适合关注体重及血糖人士。

蒜香烤南瓜沙律

材料（2人分量）：

南瓜片1碗、蒜蓉1至2瓣、沙律菜2碗、土耳其鲜无花果2粒、原味合桃仁碎2汤匙、菲达芝士碎2汤匙、橄榄油2茶匙、盐、黑胡椒、意大利黑醋

做法：

1. 预热焗炉180℃，焗盘铺上锡纸，涂一层橄榄油
2. 将南瓜片平铺于焗盘，薄薄涂或喷上一层橄榄油，洒上蒜蓉、盐及黑胡椒调味，放入焗炉焗约20分钟至熟透
3. 在一大碟上铺上沙律菜，焗南瓜片及无花果
4. 洒上合桃仁及菲达芝士，淋上适量

意大利黑醋，即成

备注：可自行配搭蛋白质食物，如烤鸡肉、鸡蛋、三文鱼等，作轻便午餐或晚餐

营养成分（1人）：

热量248千卡、碳水化合物22克、蛋白质6克、脂肪17克、膳食纤维5克（1份五谷+1份蔬菜+1份水果+3份脂肪）

营养师点评：橄榄油含丰富单元不饱和脂肪酸，合桃含植物性奥米加3脂肪酸，两者均有助改善身体胆固醇水平。用油脂去烹煮南瓜，有助释放其脂溶性维他命A、维他命E及β-胡萝卜素，有利人体吸收。



资料来源：
注册营养师梁曦允