

DAAI Monthly

2017/1 NO/133



www.daii.tv

大愛之友



大愛全球新聞
黑田現形記

大愛劇場

幸福之約

剎那真心 永恆常新



焦點節目

同學好同協



播出日期

2月13日至3月14日

播出時間

週一至週日 20:00 ~ 20:48

領銜主演

高山峰、曾安琪、蘇炳憲、游耀光、楊凱琪、朱永德、
劉美玲、耿慧珠

YAHOO!

You Tube

晚間 8:00 同步播出

歡迎加入

慈濟道侶檀施會

您也許知道慈濟人文志業中心負責慈濟四大志業的「人文」志業

您也許知道人文志業中心發行「慈濟道侶叢書」和《慈濟月刊》

更出版了很多有益世道人心的好書贈與社會各界人士

但您也許不知道 支持這淨化人心志業的法輪推動者

卻是一個小小的組織——慈濟道侶檀施會

長久以來，慈濟道侶檀施會承擔弘揚佛法、廣結善緣的功能，為的是淨化人心、祥和社會

而這項淨化社會的心靈工程，檀施會會員涓滴護持之功實不可沒

普願更多有心、有願的人士共襄善舉



我珍惜每一段短暫的相遇
那照見了人們最純真的展現

他們的故事

蕭耀華作品集

精裝版 定價新臺幣 450 元

加入檀施會員每年 1200 元 + 《他們的故事》 = 新臺幣 1500 元

參加「慈濟道侶檀施會」，歡迎利用郵政劃撥，註明「參加檀施會」字樣

郵政劃撥帳號：19905781 戶名：慈濟傳播人文基金會

你在學習上很吃力、不快樂嗎？其實，不同的學習方式，的確可能大地影響學習效果！透過網路〈人文講堂〉蔡淇華老師「給臺灣一條路，給自己一條路」的演講，可以讓更多的人對於「學習」有不同的瞭解。

臺灣的教室學習多偏向教導式：大部分是老師臺上說、學生底下聽的方式；而蔡老師透過演講，讓聽眾瞭解到，情境操作式的學習真的很重要！為什麼？因為抽象觀念不易理解，也很難以進入大腦；但透過操作，可加深印象，加快理解。怪不得我喜歡實作課程，大過於理論課程。

透過演講中的例子，包含講者本身，不難發現，不擅於讀書的人，仔細觀察自己，應該都會有一項能慢慢形成專長的興趣；這樣的興趣就是，不管遇到什麼困難、挫折都不會退縮。我鼓勵和我一樣的 Z 世代、滑世代，多去嘗試體驗不同事物，珍惜實作課程，找到自己的興

趣。就像蔡淇華老師說的：有的人適合讀書，有的人適合解決問題，何不放手選擇一個自己擅長、且可以發光發熱的領域呢！

臺中吳孟誼

看了大愛劇場〈蘇足〉，覺得人生沒有什麼好比較的，把握當下最重要了！雖然蘇足媽一路走來很辛苦，但後期開始成為醫療志工的人生，讓蘇足媽有了斬新的自己。看完蘇足媽的故事，也藉此告訴自己不能輕易放棄自己的人生，未來的人生還有更多好事等著我們去做。真的很感動！蘇足師姊的故事，讓我感觸很深。從小我就在一個環境很好的家庭長大，也懂得將心比心；人的心念轉，心開了，福就到了。蘇足媽總把快樂帶給別人，給人溫暖，真令人感恩蘇足師姊，也祝福您！

黃金福

喜愛大愛臺八點檔電視劇〈蘇

足〉，演員把蘇足媽的人生演得絲絲入扣、觸動人心，片尾曲也唱得非常扣人心弦。戲如人生，人生如戲；每一個人都應該盡力寫好自己人生的劇本，並扮演好劇中的角色；不論生、旦、淨、末、丑，都是人生的一部分。儘管長夜漫漫，只要堅心等候，也會有天光黎明的到來，因為人生本來就有無限的可能。

左小乘

大愛劇場〈純美時光〉實在超感人，洪老師與駱老師兩位都是為師表的典範！這部戲頗為符合現代社會的品格教育需求，相信只要看過的人都能受益，激發正面能量。總而言之，〈純美時光〉給末學獲益滿滿；見賢思齊，末學也會肯定自己，好好把握當下！

唯一遺憾的就是，竟然這麼快就完結，太可惜了！期盼再續，純美時光……

徐凱媛

歡迎觀眾與讀者分享您的心情

凡是大愛臺戲劇、節目、新聞、廣播節目，以及書籍出版、音樂專輯以及《大愛之友》月刊，不論讚賞或建議，歡迎化成文字與大家分享。來稿經採用刊登，將贈送出版部出版品一種。

手寫稿請寄：11259臺北市北投區立德路2號12樓

收件者：《大愛之友》月刊 編輯部

電子稿請Email：leo_lai@tzuchi.org.tw

字數限500字以內

感恩您的分享，並同意本刊刪修文字。

2017年 新春發好願

歡迎加入大愛之友 大愛讓世界亮起來

財團法人慈濟傳播人文志業基金會

【大愛之友】捐款單

慈濟傳播人文志業基金會（下稱本會）於台端填寫「確認單」提供個資前，依個人資料保護法之規定，告知以下事項：

1. 本會為提供台端訂閱或續訂雜誌、電子書或其他出版品、助印或續印禮施文庫、捐款予大愛之友之相關資訊，提供慈濟活動訊息及辦理其他相關業務活動等目的（法定特定項目編號為040行銷、049宗教、非營利組織業務、058社會服務或社會工作、069契約或類似契約或其他法律關係事務、090消費者、客戶管理與服務、127募款、181其他經營合於營業登記項目或組織章程所定之業務），而需蒐集、處理及利用台端所提供之識別類、特徵類之個資，其類別以「確認單」實際所載個資類別為準。
2. 本會自即日起至您與本會終止服務關係後2年止，於海內外提供慈濟慈善基金會或合作夥伴之相關服務及資訊，以自動化機器、或其他非自動化之方式處理、利用。

個人資料

姓名：_____ 生日：_____ 年 月 日 身分證字號：_____

聯絡電話：_____ E-mail：_____

聯絡地址：□□□_____

收據資料

收據抬頭：□同上 □其他：_____

收據開立郵寄方式：□按月(次)寄出 □按年度一次寄出 □不寄

郵寄收據地址：□同聯絡地址 □另寄地址 □□□_____

捐款方式

捐款金額：_____ 捐款期限：□單次 □永續 □自 _____ 年 月 至 _____ 年 月

捐款方式：□現金 □信用卡

信用卡資料

信用卡別：□VISA □MASTER □銀聯卡 □AE □JCB

信用卡號：_____ - _____ - _____

有效期限：_____ 月 (M) / 20 _____ 年 (Y)

持卡人簽名：_____ (需與信用卡背面簽名一致)

感恩您，贊助人文志業的方式：

1. 郵局劃撥帳號：19905781 戶名：慈濟傳播人文志業基金會 2. 請上大愛網站：www.daai.tv，從網路線上捐款或下載捐款單

3. 銀行自動扣款：透過銀行或郵局，每月由帳戶自動扣款捐助，敬請來電索取或網路下載相關表格。

◎說明：資料填寫完整後，可利用傳真02-28989966 或 郵寄至 11259台北市北投區立德路2號11樓【人文推廣部】



財團法人慈濟傳播人文志業基金會
Tzu Chi Culture and Communication Foundation



大愛之友

2017年1月20日 第一三三期

中華郵政臺北字號第4103號執照登記為雜誌文寄

創辦者 / 釋證嚴
 發行者 / 王端正
 廣電總監 / 葉樹嫻

特約主編 / 尤美玉
 編輯 / 賴志銘
 行政編輯 / 高琦懿

特約記者 / 何采秦·吳立萍·
 吳秋瓊·范毓雯·洪玉美

美術設計 / 林家琪
 特約攝影 / 金成財

人文推廣部

經理 / 于東玫
 副理 / 張美娟

業務行銷 / 王文茜·張天富·王淳眉

活動企劃 / 張欣怡·林家慧

讀者服務 / 洪麗娟·賴采秀·張靜君

總務室

物流服務 / 林婉琪·林育正·何鎰炎·
 汪佳瑩·丁凡幃

平面媒體發行組

經理 / 陳元輝
 業務行政 / 陳鏗元

出版者 / 慈濟傳播人文志業基金會

11259臺北市北投區立德路2號

電話：02-2898-9000

傳真：02-2898-9994

郵政劃撥 / 19905781

財團法人慈濟傳播人文志業基金會

客戶服務：02-2898-9898

Email：books@tzuchi.org.tw

製版 / 禹利電子分色有限公司

印刷 / 中華彩色印刷股份有限公司

Printed in Taiwan

24 菩提禪心
 23 呼叫妙博士
 22 大愛全紀錄
 節目預告

16 幸福之約
 大愛劇場

14 鮮菌焗土豆絲、
 筍咖哩香菇附水波蛋
 現代心素派

12 水水蘭陽
 發現

9 黑田現形記
 大愛全球新聞

大愛一臺
 1

6 黑色奇菜的震撼禮物
 幕後搜奇
 白袍醫者捐贈之旅

4 同學好同協
 焦點節目

40 人文素養教育——尋寶，可夢？
 靜思書軒·心靈講座
 嚴長壽·林騰蛟·蔡炳坤

38 36 過動兒也可以好棒棒！
 世界藍圖 臺灣願景
 新書推薦

36 生日快樂
 人文特寫
 大愛電視臺十九歲

34 33 32 小人物大英雄
 在臺灣站起
 人文講堂
 節目預告

29 28 心和萬事興
 好戲推薦
 地球證詞
 大地國家的高雅藝術系列

大愛二臺
 HD
 頻道





同學好同協



我們一起追尋的故事



節目主持人
呂如中



採訪撰文／范毓雯 圖／節目二部提供

「二十歲的我們，青春奔放；三十歲的我們，各自努力；四十歲的我們，衝刺事業；五十歲的我們，愛家顧本……人生一場，有同學、有好友，在生命不同階段，一起「同」心「協」力，共同經歷生命喜怒哀樂。」

大愛臺〈同學好同協〉節目，運用同學相聚的形式發想，帶您看見：什麼樣的情誼可以從年輕延續到老？突談當年、追憶過往，找回初衷，一起同學、同協。

根據美國精神病學家 Robert Waldinger 一項長達七十年的科學研究顯示，良好的人際關係可以讓我們保持健康與快樂。如何維持良好的社交關係以促進健康，成為忙碌的現代人必須關注的話題。

世界第一大的社群網路臉書 (FB) 曾做過實驗，發現社群有同質相吸 (homophily) 現象。社群，已經成為未來人際互動的重要方式；如能善用社群力量，將能為社會帶起強大的正向能量，從虛擬的網路世界尋找真實。

「『同學』，就是很一個重要的社群；它可以是狹義解釋的同班同學，也可以是廣義解釋為一群有共同生命經驗與生命記憶的人。節目中邀請來自不同年齡層、不同領域的同學們，分享他們自己的生命歷程。透過故事分享，看到人與人如何

「同」心「協」力，如何發揮社群間互助互愛的影響力。」大愛臺節目製作人徐永樹表示。

在節目中，我們可以看到師大附中最調皮、最難搞的五〇九班，誰會願意來擔任班級導師呢？只有一位，她是「祖媽媽」。節目邀請臺大社會系教授林國明、建築公司老闆黃朝雲、網路公司董事長何鴻榮、實踐大學企管系副教授張安佐、室內裝修公司負責人林作福，暢談那一段曾經荒唐的學生時代，以及最敬愛的「祖媽媽」如何春風化雨的故事。

除了學校同學的素材之外，有著共同經驗、同心協力為著一個目標或使命而集聚的一群人，也是節目所邀請的對象。二〇〇九年莫拉克颱風來襲，一場無情的風雨，摧毀了小林村的家園，更帶走了無數的生命。面對這場突如其來的災難，原本絕望的小林村民們，卻決定用舞蹈和歌唱化解悲傷。節目邀請「大滿舞團」的王民亮、徐大林、劉銀好、周金源來分享，如何同心協力重建家園和尋找文化認同的故事。

節目中還有APP視訊連線，讓不克前來的同學參與錄影現場。即使遠在美國達拉斯，日夜時差不同，也可以透過視訊和臺灣的同學、校友直接聊天，唱起校歌或有共鳴的歌曲，大家彷彿回到當年，歲月不曾更迭。



「我們看到一種情誼，不會因為距離而切斷，不會因為時間而疏遠；只要連上線、見了面，親切的感覺就會回來。原來，那情感是一直留在心中；曾同班的同學，或有共同經驗的『同協』，不會遠離，而是在一起成長。」徐永樹表示。

這樣一場場感人真情的同學會，由入圍第五十屆金鐘獎主持人的呂如中主持；藉由他親切而深入的互動，帶領觀眾認識這一群「同學好同協」的故事。

「有一些特別來賓，身體狀況不好，有可能是重病或失智，來到現場根本是個難題；在等待錄影的時間中，來賓的身體狀況可能不舒服，但他們還是耐心地等，好不容易終於出場了。這樣的場面，讓我看都感動到哭。」節目主持人呂如中表示，「原來，一群小時候結識的緣分，幾十年後能再相見是很難得的；因為，有些時候，或許想見的人已經死了、病了或者不願意前來。」

「同學，在我心目中，代表一種很溫柔的力量，能夠在事業和志業上，無限的提攜、提升。」「同學，是一個天生的緣分 and 情分；緣深不怕緣來得遲，情深不怕異地相處。」參與節目的來賓如此表示。在「緣起、不滅」的人情味中，同學不只是同學，還是生命中的好同協，讓我們一同憶起那分初衷、及相識的那一刻。

幕後
奇搜

黑色奇萊的震撼禮物 白袍醫者揹艙之旅

採訪撰文／涂心怡
圖／〈小人物大英雄〉節目提供

螢

光幕前，電視臺的節目與戲劇都牽動著人心；有的讓人開懷大笑，有的讓人不禁流下眼淚，有些則讓人替故事中的主人翁捏一把冷汗。

不過，你可知道，要拍攝出這些畫面，需要多少人的付出與努力？從企畫、製作，一直到後製剪輯，每一個小細節都是幕後工作人員精雕細琢出來的心血結晶。螢光幕後，其實也埋藏著許多小故事，有時候甚至

比幕前來得精采呢！

黑色奇萊所給的禮物

二〇一六年十二月底，〈小人物大英雄〉製作團隊中的企畫楊雅穎、導演陳宇範以及攝影助理許哲誠，就在高山拍攝中歷經了生平第一次的高山症！他們那一次是為了拍攝「白袍醫者揹艙

之旅」——王世豪醫師為了讓愛山的人不再因為高山症而逝去，決定親身揹著一個個救命加壓艙，送至臺灣各高山上，以便山友及時救命使用。

「出發前我們想，只要在六小時內下山，一切都沒問題的。」楊雅穎笑說，他們一如往常準備拍攝器材，登山所該有的基本配備卻一項都沒有，頂多就是一雙好走的布鞋吧！



小人物大英雄

傾聽臺灣最微小的聲音，呈現不同的社會樣貌，關心社會上默默付出的小螺絲釘，期待藉此讓社會大眾看見各行各業中辛苦耕耘的努力身影。



王世豪醫師為了讓愛山的人不再因高山症而逝去，決定親身揹著一個個的救命加壓艙，送至臺灣各高山上，以便山友及時救命使用。



王士豪醫師（圖中）與山友陳彥華（圖左）及志工張世昌（圖右）攜帶加壓艙，將抵達奇萊山的成功山屋放置。



登山？有什麼難？採訪團隊的體力可是不輸人的！

沒有受過任何登山訓練的製作團隊，就這麼單純地以為平時上山下海所訓練出來的體力可以應付這一場拍攝，就跟著醫師與他的友人一同前往奇萊山的成功山屋放置加壓艙。

然而，有「黑色奇萊」之稱的奇萊山豈是他們可以小覷的？由於地形險峻、氣候錯綜複雜，加上拍攝團隊求好心切，為了呈現最好的畫面，來來回回地拍攝、訪談，當他們抵達成功山屋時，早已過了午後。

時間延宕還只是前菜而已。黑色奇萊不

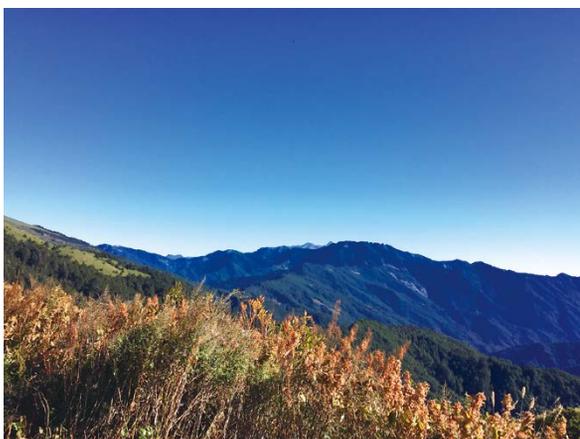
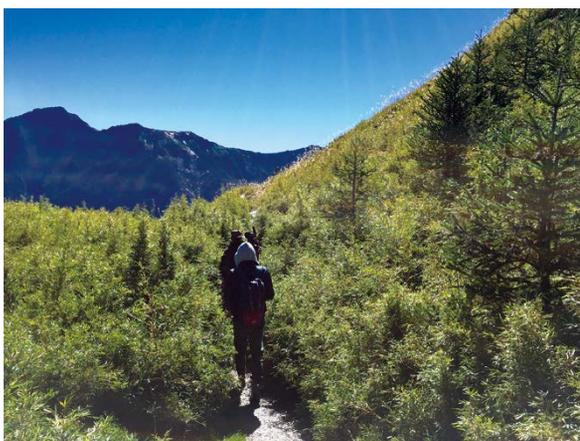
負虛名，大方送給初來乍到的他們一個精心準備的禮物，這可是高山上才有的珍貴經驗呢！在二千八百公尺的成功山屋，導演與攝影助理接收到山神這份無形的禮物——導演陳宇範開始覺得頭昏眼花，攝影助理許哲誠則開始發冷，這份禮物的名稱就叫做「高山症」。

企畫楊雅穎則開始進行訪談，殊不知身旁的兩個夥伴已經開始全身無力、頭昏眼花。迢迢登山至此，一趟拍攝多麼不容易，怎能因自身的狀況而輕易放棄？為了不讓受

訪者擔心，也為了不延宕拍攝的時間，他們努力不讓病態顯現，努力撐著不適的身體，穩住手腳，盡量讓腦袋保持清晰……

終於拍攝完成，他們開始準備下山；下山原本應該是比上山較為輕鬆，但對於高山症發作的兩人來說，踏出的每一步都煎熬。對導演而言，攝影機猶如第二生命；但走到半途，他卻累得直說：「第一次那麽想把攝影機丟掉！」

聽到長年合作的搭檔這麼說，楊雅穎天真地以為只是山路太難走、拍攝又太疲倦而已。沿途綺麗風光深深吸引著她，初次登



為了拍攝「白袍醫者揹鎗之旅」，節目製作團隊前進地形險峻、氣候錯綜複雜、有「黑色奇萊」之稱的奇萊山。



〈小人物大英雄〉工作人員歷經了生平第一次的高山症！雖是一次難忘的拍攝經驗，卻希望千萬別再有下一次了！圖為節目企畫楊雅穎（左）、編導陳宇範（中）及助理許哲誠（右）。

山，對周遭的一切都覺得有趣；她拉著攝影助理許哲誠，驚呼著她所看到的一切，許哲誠卻一句話都不想說。

一直到山下，他們才坦白身體不適，許哲誠很抱歉地說：「雅穎姊，其實剛剛妳在說什麼，我都沒有在聽。」高山症的症狀實在讓他太不舒服了，能夠安然地走到山下，他非常敬佩自己。

奮戰到最後一刻

同行的王世豪醫師長年研究高山症；依統計，平均每三人就有一人會罹患。原本若

依照預計時間，在六個鐘頭內下山，高山症是不會發作的；豈料，他們從清晨七點自登山口出發前往成功山屋，再度折返登山口時，已足足過了十一個鐘頭。天，黑得透徹，早已是滿天星斗了。

抵達登山口，海拔仍高，並不足以緩解登山症；王世豪醫師顧不得天已經黑，堅持下山：「只有下山，你們的症狀才有可能緩解。」

於是，王世豪醫師開著自己的車，而他的友人則接手大愛節目團隊的車，一路下山。稍做休息之後，為了趕緊製作出節目，高山症才舒緩些的導演與攝影助理，

兩人輪流開車，一路回到臺北，此時已經凌晨。

從晨起到返家，超過二十個鐘頭的工作時數，不僅是體力的對抗賽，還要面對高山症的侵擾；但事後回想起來，他們彼此笑談：「這真是一次難忘的經驗啊！不過，如果可以的話，千萬別再有下一次了！」

為了呈現給觀眾最真實的故事以及最精雕細琢的畫面，幕後工作人員冒著危險與身體不適，克盡職責到最後一刻。他們拍攝的主角個個都是「小人物大英雄」；然而，藏在螢光幕後的他們，不也是名副其實的「小人物大英雄」嗎？

從高空俯瞰，北彰化地區到處是違章工廠，造成農地破碎化，也帶來嚴重的汙染問題。



黑田 現形記

臺灣農田被重金屬汙染的情況，以臺中、彰化、桃園三個縣市最為嚴重；之所以選定彰化縣，是因為臺灣的被汙染農地有七成在彰化。

簡單來說，這是一個有關農地汙染、以及把工廠蓋在農地上的故事。採訪這個議題的過程，讓人心情沉重；而我們採訪的第一站，就從彰化頂番婆開始。

水五金生產王國，農田汙染最嚴重之區

臺灣農田被重金屬汙染的情況，以臺中、彰化、桃園三個縣市最為嚴重；之所以選定彰化縣，是因為臺灣的被汙染農地有七成在彰化。二〇一六年年底，環保署土基會又在當地驗出四十一點六公頃汙染農地，位置就在頂番婆周邊。

頂番婆，是全球的水五金生產王國，也是臺灣農田汙染最嚴重的地區；這裡正在推動一項重要政策，要把工廠違規使用的農地，改成合法的工業用地。所謂的水五金，就是我們每天用的水龍頭和相關五金設備；頂番婆的業者分工之細密、以及研發轉型的能力，令人訝異。

大愛新聞去年追蹤這個議題，時任彰化水五金協會理事長的吳侑達先生就說：「我們以前的水龍頭都是銅鑄的；後來因為經濟發展，大家生活水準愈來愈高，才開始發展出電鍍產業，然後汙

染愈來愈多。」頂番婆大多數廠商，都是從農地上起家。

另一位開始深耕品牌的業者王俊欽，也買了工業用地，價格是農地的六倍；他說，要永續經營，就要符合國際要求，也要符合政府規範合法經營。

不過，他們都坦言，很多工廠用地還是在農地上；現在，正等待這一波的合法化。

對於工業可能汙染，吳俊達說得很實在：當時政府對工業區沒有規畫，大家也顧不了那麼多。即使臺灣多次推動合法化，原本的家庭工廠很多都變成工業用的丁種建築用地。只是，還是有許多人在農地蓋工廠；尤其是電鍍產業，帶來的汙染所造成的損失難以估計。

可耕地流失，難以回復

大愛新聞從二〇一三年開始追蹤彰化的農地汙染；因為，環保署土基會從那年開始在彰化採用全新的汙染調查方式，沿著被汙染的農田，從水路進行監測。調查



環保署二〇一三年開始針對彰化農田汙染高潛勢區，進行重金屬汙染普查，並沿著水路設置固定水質採樣點，二十四小時監測水質。

彰化頂番婆以四個里為主要核心，是全球的水五金重鎮，也是全臺灣違章工廠密度最高、農地汙染最嚴重的地區。

結果證實，彰化系統性的農田汙染，多來自附近的工廠廢水，就此揭開了汙染的真相。然而，被汙染的規模之大，令人咋舌；政府編列汙染停耕的補助經費，也瀕臨用罄的窘境。

這項調查到二〇一六年結束；結果發現，當地被汙染的農田大部分就落在和美及鹿港頂番婆周邊。檢測也多次查出汙染源電鍍廠設置暗管排放汙水，裡面有強酸、強鹼，還有劇毒的氟化物。

除了勒令停工，檢調也多次具體求處重刑。為了防制汙染，彰濱工業區設置電鍍專區，電鍍廠將全數遷移過去；但是，其他的違章業者，政府卻正輔導他們合法轉型，將違規使用的農地變更為合法的工業用、丁種建築用地。

大愛新聞實際前往察看，許多預訂變更的工廠旁邊卻依然是農地。我們看到農夫的皮膚因為汙染長出紅疹，當地居民罹癌率居高不下，出海口的牡蠣

變色……我們對此充滿無力感。

走在田間，到處都是工廠；我們只是拍攝外觀，就會有人來關心拍攝內容，甚至直接驅趕；原本被插牌公



告污染的農田，牌子也都被拔掉了。這些違章工廠除了汙染，造成可耕地流失，難以回復。

中研院曾憂心指出，臺灣近年來的可耕地，每年以四千公頃的面積在減少；而彰化縣政府也曾表示，因為違章工廠，彰化每年要流失三十公頃的農地。但是，據農委會統計，臺灣的現有耕地實際上只剩下不到七十萬公頃，低於糧食安全必須至少有七十四萬到八十一萬公頃農田的標準。

經濟與環境的難題？

彰化曾經是臺灣的糧倉、農業的大縣；但是，現在的彰化人也說不敢吃彰化米了。臺灣約七成糧食仰賴進口，一旦未來國際情勢或運輸條件改變，難保不會出現糧食危機。

根據經濟部工業局推估，全臺灣的違章工廠約有七萬家，這些工廠必須先拿到臨時工廠登記工廠證，才能進一步申請合法化。



無毒玫瑰金水龍頭打進歐美及中東市場價格看俏。業者開發最新一季的玫瑰金水龍頭，能隔絕重金屬，產品成功。經營的品牌，最新一季的玫瑰金水龍頭，能隔絕重金屬，產品成功。



的路上。

以前我們都認為，農地上就是不該蓋工廠；採訪後卻發現，這個難題各有各的立場，各有各的難境，終究必須找出一個解決方案。在採訪的過程中，「安居樂業，正本清源」這八個字，一直不斷在腦海中浮現；距離我們似乎只有咫尺之遙，卻又遙不可及。

國家經濟要發展，不能沒有工業；不過，號稱農業大縣的彰化，早已成為失控的地下工業區。放任這些工廠蓋在農地上，究竟會帶來什麼樣的影響？政府要用什麼樣的態度，如何兼顧長短期發展，既輔導業者合法轉型，又同時維持競爭力？同時得杜絕農地不斷上演汙染、整治的惡性循環？而我們，又該如何面對這個難題？



水水蘭陽

文／何采蓁 圖／〈發現〉節目提供



一條河成就一塊沃土，豐饒了一座城市。

十一月東北季風吹拂的日子，來到了蘭陽溪畔；陽光下，蘆花和甜根子草隨風搖曳。這一整片綿延的數大美景可不只是美景，它們更是抑止揚塵的功臣，也是吸引我來到此地的原因。往昔颱風過後，揚塵遍起造成困擾；如今生態治河，不只栽植原生植物治理河川，也帶來美麗的河景，頻頻為蘭陽溪增色。

初始，決定做蘭陽溪專題，單純是看上一條河川孕育出一片壯闊的蘭陽平原。發源於臺灣東北角的中央山脈和雪山山脈之間的一條溪，不過七十三公里；並不長的河川，順著地勢奔流入太平洋，卻堆積出肥沃的平原，灌溉出豐饒的農產。令人好奇這是一條怎樣的河川？

沒想到，它比我所想像得更豐富。「蘭陽溪創造了一個地下水庫。」第一河川局副局長張禎驩如是說；他和太平洋對抗三十年，對蘭陽溪的瞭解更瞭如指掌。站在牛鬥橋上，東北風吹著，紛紛細雨飄著，他指著橋梁下的位置接著說：「從這個位置往下

節目預告

- 2月4日 蕞爾涸島的戎將——風獅爺
- 2月11日 水水蘭陽
- 2月18日 織杼聲起——臺灣原住民的生命織錦
- 2月25日 打造防震家園——建物安全大剖析

大愛一臺 1 時間：週六 21:00
重播：週日 02:00、14:30 每集48分鐘

大愛二臺 HD 頻道 時間：週日 17:00
重播：週二 02:10
週六 11:00 週日 23:50

探，就是斷層的位置；蘭陽溪的溪水到了這裡，往下滲透，形成地下水庫。所以蘭陽平原的湧泉多、伏流多，水經過地層過濾，特別清澈澄淨。」

難以想像，眼前別稱「宜蘭濁水溪」的蘭陽溪往前奔流的黑濁溪水會是多澄淨的模樣？然而，後續走訪蘭陽平原，發現確實如此，所到的水圳都清涼透徹，多處從清代就沿用至今，包括灌溉、洗衣、泡茶等生活用水，民眾都依賴著這些豐碩的水源；而知名的五十二甲溼地和海邊溼地，更是野鳥樂園，年年有候鳥造訪。這說明了一「水水蘭陽」的水資源豐沛，乃至於日治時期日本人還攔截了蘭陽溪舊河道，成為宜蘭市的水源

地所在。

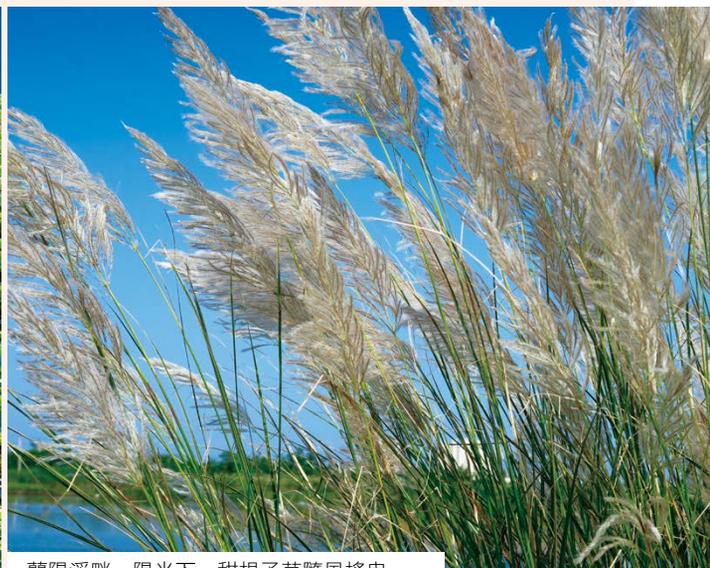
至今在自來水廠依舊保留當初開闢的大片溼地，繼續涵養水源。只見伏流水從地底汨汨而出，水色透明，鮮綠的水草清晰可見，小魚小生物活潑可人、優游其中！廠內還提供臺灣唯一可生飲的自來水供遊人解渴，足見水有多清淨！

蘭陽溪在牛鬥以下就進入蘭陽平原，少見的辮狀河道也是它的特徵。因為冲刷而帶出高山肥沃的沖積土，這些沖積土猶如尼羅河氾濫的黑色土壤般營養，使沿岸幾個鄉鎮都受惠，稻米、蔥、茶、銀柳、高麗菜等農產品特別豐美。「蘭陽溪上游有蘭陽水力發電廠，發電廠發電後的溪水礦物質特別多，也成為潤澤農產的重要角色。」站在安農溪分洪道前替我們說明的張禎驩這樣說。安農溪舊稱「電火溪」，原本只是一條小支流，如今卻是蘭陽平原重要的灌溉要渠，為宜蘭的農業注入活水，奠定豐收的基礎。而沿岸綠地在各村莊認養護溪的辛勤之下，儼然成為一條綠色航道，加上綠草如茵及藍天的襯托，已是當地泛舟的新勝景。

「治理河川就像哄野孩子一樣，你要很溫柔地對治他，才能馴服他。」河川局的李東盛課長表示。治洪、綠化、管理河川就是河川局的本分工作；可是，從河川局相關人員的言語裡，聽到的是更多對河川的疼惜。



蘭陽溪冲刷而帶出高山肥沃的沖積土，使沿岸幾個鄉鎮都受惠，稻米、蔥、茶、銀柳、高麗菜等農產品特別豐美。



蘭陽溪畔，陽光下，甜根子草隨風搖曳。

儘管鏡頭前他們總因緊張而表現生澀，甚至忘了道出類似的情感言語；可是，在鏡頭外，當他們來到重要景點，談到每回治理河川的經驗，都像訴說身邊的老故事般有趣動人。我相信，因為他們對待河川的真誠，所以河川才以清淨之身回報他們的用心。

治理河川不易，治理流經市區河道更不易。宜蘭河——這條蘭陽溪的主支流——穿越過宜蘭市中心；眾所皆知，只要人口密集之處，河川的汙染勢必嚴重，他們又當如何對治？河口的汙水處理廠就是答案。

在宜蘭市，住家或工廠都被嚴格要求，須將生活用水或工廠廢水透過汙水管線輸往汙水處理廠處理之後，才能排放進河川與海洋，因此保留了河川的潔淨；而河岸一公尺內也為蟲鳥生物保留了棲息地，使生態生生不息。從空中鳥瞰這條河道，綠化的景觀宜人，自然成為了宜蘭人的驕傲。

一條河成就一塊沃土，豐饒了一座城市。深入走訪，我們卻發現，是當地人誠心誠意善待河川綠化生態的心思，再造了蘭陽溪的新生命，創造了人與河川相依並存的共好未來！

2/14 播出 鮮菌焗土豆絲

材料

馬鈴薯	3顆
起司絲	150克
鮮香菇	3朵
鴻禧菇	1包
美白菇	1包
薑	1塊



調味料

鹽	適量
義式香料粉	適量

作法

- 1.馬鈴薯切絲，菇類剝小株、薑切碎。
- 2.將馬鈴薯絲平鋪在鍋內，加入少許鹽，兩面煎至金黃，加入適量油。
- 3.撒上適量義式香料粉、鹽調味，最後放上起司絲。
- 4.另起鍋，放入薑末、菇類，再加入適量油、鹽、義式香料粉調味，上蓋燜煮。
- 5.將煮好的菇類鋪放在馬鈴薯餅上。
- 6.起鍋前，再撒上義式香料粉、鹽調味即可。



鮮菌焗土豆絲、
筍咖哩杏菇附水波蛋

主廚簡介 張嘉哲+朱堯顯

奧運國手張嘉哲發起一個Love Shoes的公益計畫，他如何幫助基層田徑選手募集愛心跑鞋？又如何行銷田徑運動？跟著朱堯顯師傅學習好吃的料理，聽聽張嘉哲分享愛心跑鞋的理念。馬鈴薯做成的餅皮，搭配鮮甜的菇類、濃郁的起司，讓人吃了還想再吃。



文·圖／〈現代心素派〉提供

2/28 播出 蘆筍咖哩杏鮑菇附水波蛋

材料

綠蘆筍	5支
杏鮑菇	120公克
薑末	5公克
香菜碎	3公克
無糖優格	30毫升
雞蛋	1顆



調味料

薑黃粉	3公克
小茴香粉	3公克
香菜籽	2公克
紅椒粉	3公克
印度馬沙拉香料粉	3公克
白醋	10毫升
鹽	適量

作法

1. 杏鮑菇切丁，薑切末。
2. 綠蘆筍去尾，放入加鹽的熱水，煮約2分鐘，撈出備用。
3. 香菜切小段。
4. 起油鍋，放入杏鮑菇丁、加入少許鹽，煎至上色後，加入薑末拌炒，再加入適量薑黃粉、小茴香粉、紅椒粉、香菜籽、印度馬沙拉香料粉調味，加入適量水、優格、鹽拌炒。
5. 將醋倒入已加鹽的熱水中，放入去殼的蛋煮熟，成為水波蛋。
6. 蘆筍擺放盤中，放上炒好的杏鮑菇丁、水波蛋，撒上香菜、紅椒粉點綴即可。



主廚簡介 王毓翔+林勃攸

可愛又帶點傻氣的優質男模王毓翔，因為跟爸爸去打高爾夫球而踏入模特兒的領域，同時也有主持美食節目的經驗。跟著林勃攸老師，學習做一道特別的料理；充滿濃濃香氣的咖哩與蔬菜一起拌炒，搭配口感軟Q的水波蛋，令人一口接一口地停不下來……



大愛劇場

幸福之約

採訪撰文／吳秋瓊 圖／戲劇一部提供

當木訥寡言的柴頭翁，遇到個性活潑的浪漫某，這對夫妻要如何攜手走過六十年光陰？一個凡事往心裡藏，一個非要問個明白，個性南轅北轍的兩人，如何信守幸福之約？

被

暱稱「三峽土地公」的陳青波，出生於民國二十三年，在樹林柑園鄉下長大，是少數高中畢業的農家知識青年。他個性務實，做事勤快、有衝勁，一心只想拓展事業，對婚姻大事並不積極。五〇年代的臺灣社會，父母替子女婚姻作主的風氣盛行；陳青波就在母親強烈主導下，開始與美麗時髦的黃紫繁交往。

內斂寡言的陳青波，究竟要如何與活潑外向的黃紫繁攜手立下「幸福之約」？製作人李鵬表示，一個是柴頭翁，一個是浪漫某，相遇在一起就會鬥嘴鼓，造就了許多生活中的情趣。

訂婚缺席，阻絕溝通之路

從故事採訪之初，就已經把〈幸福之約〉定調為輕喜劇。製作人李鵬笑說，兩位高齡八十有餘的師兄、師姊，結婚近六十年了，遇到意見不同時，仍然不忘「互相漏氣」；表面上看來像是鬥



紫繁養父

朱永德飾

紫繁親叔叔，思想開明，性格寬厚、有責任感。



青波母

楊凱琪飾

傳統農村婦女，在家庭具有發言權，主導促成青波的婚事。



青波父

游耀光飾

傳統農家男性，重視家庭，關心孩子的教育。

嘴甜愛撒嬌，備受長輩疼愛；裁縫手藝出眾，在家開設裁縫店。

女主角
黃紫繁
曾安琪飾。浪漫某。



個性浪漫，喜愛藝文，愛畫人物素描，看西洋電影，思想新潮。

和陳清波是歡喜冤家，兩人個性南轅北轍，從黑髮鬥嘴到白頭。

晚年重拾藝術畫筆，開畫展，圓了從小的畫家夢。

農村知識青年，理性有原則，邏輯思考強，學習力強、勤快務實。

男主角
陳青波
高山峰飾。柴頭翁。



寡言，有責任心，不擅表達情感；訂婚當天未出現，也不多解釋。

投入慈濟志業，被暱稱「三峽土地公」。

凡事自己承受，不與家人溝通，總以一句「妳不懂啦」回應太太的問話。

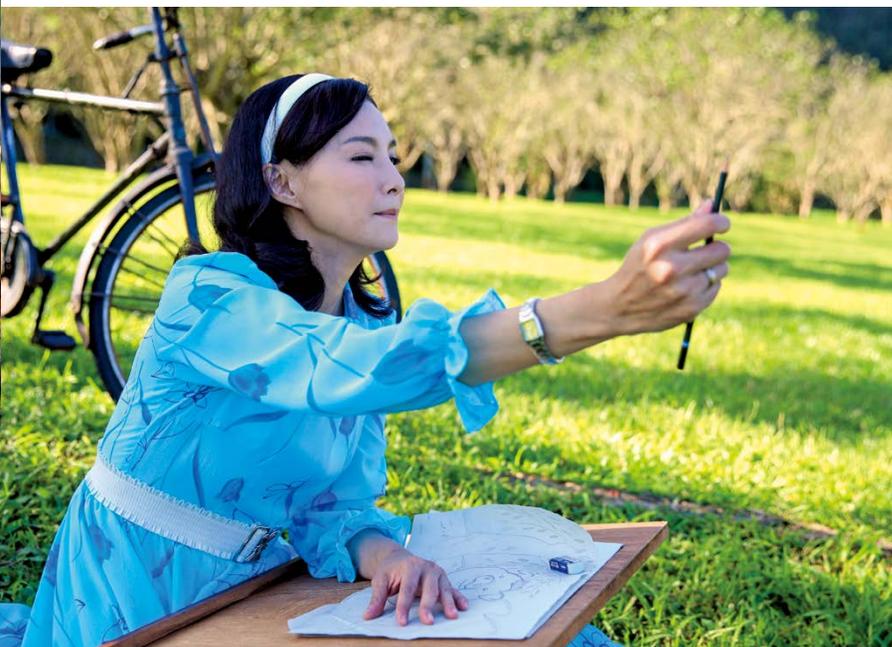
嘴，但言談之間的熱絡交鋒，正是夫妻感情緊密的最佳寫照。

陳青波和黃紫繁一開始可真是稱得上「歡喜冤家」！李製作表示，原本是一樁郎才女貌的喜事，卻被陳青波的責任心破壞了！

無巧不巧，訂婚當日，陳青波任職的公司遇到財務危機，當日必須有一張支票進帳；為了如期把支票軋進銀行，陳青波守在公司等客戶送支票來，連自己的訂婚宴都沒有出席。

若是不加說明，觀眾一定以為這一段是編劇天馬行空「編出來」的情節，但真實人生往往比戲劇更離奇。陳青波就是這種信守承諾，負責任到近乎固執、不知變通的個性，遇到事情常是自己悶著頭去承擔，忽略了事前與家裡溝通，此舉當然引起新娘子的誤解與不滿。

看來不可思議的新郎缺席，其實在當時的臺灣社會並不罕見；由於盛行父母作主的婚姻，遇到新郎迫於各種因素無法出席



誰是「豬」？

紫繁要青波擺好Post，好讓她素描；結果，活潑外向的紫繁捉弄青波，畫出一隻豬來。





菜園俠女搞笑發功

早起拍片的女主角曾安琪，一到菜園看到澆菜的勺子，立刻比劃起來，覺得自己是個俠女，武功不能一日荒廢；她還得意地問導演：「這個pose像不像孫悟空？」導演說像沙悟淨，她只好自娛：「幸好我手上拿的不是豬耙子。」

時，通常會由男方家人代表。陳青波的訂婚宴，就是母親代替新郎為新娘戴上戒指。

但是，美麗又時髦的黃紫繁，哪裡可以忍受訂婚日新郎缺席！一方面感到自尊受辱，一方面也忐忑不安，無法確認這個男人是否真心喜歡她？就在猶豫不安的心情下，一再延遲婚期。

才訂婚就種下誤解的種子，「幸福之約」究竟能不能履約？陳青波又要如何打動黃紫繁？說來有趣，竟然連紫繁養父的豬也來幫忙。

一場豬瘟，促成一樁婚事

原來，當年突然發生豬瘟，鄰里耳語是黃紫繁遲遲不願結婚惹惱神明，因此降下災禍。養父雖然不迷信，卻也認為紫繁的婚事拖延不是明智之舉；於是婉言相勸，希望紫繁早日作出決定。

為了這場豬瘟戲，劇組不但租了廢棄的豬舍，還租了一隻豬來當臨時演員，就這樣一



真假難辨？

為了重現舊時代的生活氛圍與場景，劇組實地塔起絲瓜棚架，並陳設好幾條絲瓜。曾安琪來到拍攝現場，忍不住動手仔細摸絲瓜，直呼道具太神乎其技了。

回應，惹得紫繁傷心又不安，以為自己書讀得不多，無法替丈夫分憂解勞。因此，她年近五十歲還進國中補校讀書；不僅增加見聞，也證明自己並不是丈夫以為的「什麼都不懂」的家庭主婦。

對此，高山峰也替陳青波喊冤。高山峰表示：「師兄是不想把自己的壓力轉嫁給妻子；畢竟，在男主外、女主內的當時，太太把家庭顧好就夠了，不要再有額外的煩惱。這也符合老一輩大男人的養成教育，愛家不是靠嘴巴說，而是以行

邊養豬、一邊拍戲。所幸，陳青波很快就下定決心與紫繁解開誤會，才終於把這個婚給結了！

紫繁婚前在家開裁縫店，手藝相當好，自己就是新款服飾的模特兒，身上穿的都是日本洋裁書的流行款式；光是服裝道具，也讓劇組煞費苦心。飾演女主角黃紫繁的曾安琪，則從婚前的美女服裝設計師，一結了婚立刻脫下高跟鞋成了煮

飯婆，也是頗為犧牲！相對於黃紫繁從絢麗到平凡，飾演陳青波的高山峰也不輕鬆；劇中為了跑業務，他可是一臺腳踏車跑遍大街小巷，經常騎得滿頭大汗。

除了陳青波和黃紫繁這對歡喜冤家，《幸福之約》還多了兩位甘草人物：一是富家少爺建邦（蘇炳憲飾），另一則是跟班阿良（元六飾）。劇中有一場小跟班幫大少爺出餽主意追求紫繁的

說不出口，仍然可以浪漫

婚後數年，夫妻在三峽開設毛衣工廠。青波性子急、有主見，凡事自己盤算；每當紫繁問起，總以一句「妳不懂啦」





嚴肅酷哥瘋喜劇，
笑翻片廠

在本土劇中常演出嚴肅酷哥的蘇炳憲，在本劇中嘗試演出喜劇效果十足的癡情富少；元六則飾演他的跟班，一肚子的餒主意。一場兩人只顧進攻而倒楣地被腳踏車撞倒的戲，誇張的表演方式，逗得現場工作人員捧腹大笑，NG連連。他索性跳起曼波舞娛樂大家，卻一邊拜託大家不要再笑了。



動來承擔。」因此，高山峰在戲裡就會用溫柔的語氣來說「妳不懂啦！」含蓄地表達對妻子的體貼。

主演過幾部大愛劇場，高山峰也觀察到許多人對大愛臺戲劇的誤解，以為角色經歷雷同——最後都加入慈濟；但事實上，每個人都有自己不同的人生故事，遭遇也不同；就算加入慈濟成為法親，還是得面對各自不同的課題，能否從中增長智慧、以及領悟的方式也不同。對他而言，這些都是很深刻的體驗，每一個角色都是挑戰。

〈幸福之約〉描述期待甜蜜婚姻的美麗女性，遇到不擅表達情感的丈夫，兩人如何從意見相左、衝突不斷，直到相互包容與欣賞對方的過程。這對柴頭翁與浪漫某，從黑髮吵到白頭；隨著進入慈濟的因緣，看見對方替別人想、為別人做，從而懂得欣賞與支持。柴頭翁或許仍然不說甜言蜜語，但以行動支持妻子對藝術的喜愛，不也是一種浪漫的舉動嗎？

聞「跑」色變？

本來是一場陳青波與大兒子厚伸（方大韋飾）談話的戲，高山峰卻提議，可以晨跑邊談事情；然而，高山峰愈跑愈快，方大韋只能氣喘吁吁地努力跟上。待跳鏡時，馬上急著拜託戲中老爸「手下留情」。



大愛一臺
1

播出時間：週日 21:00~21:48 重播時間：週六 14:30~15:18

精采節目預告

大愛二臺
HD
頻道

播出時間：週六 23:50
重播時間：週五 02:10
週日 05:00

大愛觀點，國際新視野 大愛全紀錄

2/19 他和他的朋友們

有一塊田，可以自己親手種稻、親自栽培蔬菜——這樣的願望，對忙碌的現代人來說確實有些奢侈。然而，幾年前開始，市民農園、假日農夫，逐漸成為上班族的新潮流；勇敢一點的人，甚至開始了「半農半X」的嘗試。

什麼是「半農半X」？這個概念最早其實來自日本一位三十多歲的上班族鹽見直紀先生；他於一九九九年辭工返鄉，倡導一種栽種農作獲取糧食，同時還能從事發揮特長的工作、以換取固定收入的生活模式。這個X，指的就是每個人獨一無二的天賦。

「半農半X」的理念進入臺灣多年，使得傳統印象裡「好好讀書，以後才不會去種田」的說法，也有了某種程度的翻轉。在這個時代，什麼才是最好的生活方式？距離臺北六、七十公里的宜蘭員山鄉，或許能



給嚮往田園夢的人一個新的思考方向。

年輕人返鄉歸農，將外面的創意帶回農村、從實作中找尋解法；新的農業價值鏈，也在不同文化圈之間交流傳播。新世代的農村風景，不再是一個人和一片田，而是一群朋友和他們的田，扎根在臺灣這塊土地上。

旅程

2/5

二〇一六年農曆春節前的小年夜，一場芮氏規模六點六的地震，令大臺南地區多棟大樓倒塌，上百人罹難。一年過去了，有人幸運地準備入住新屋；有人正努力練習，要用雙手取代雙腳走過人生；卻也有人瞬間一家走了七口……他們如何面對？

夢想之島

2/12

臺灣曾是東南亞僑生的夢想之島，有人變賣家產也要來。如今時移勢轉，全球需才孔急，臺灣卻被評比為人才不足最嚴重的五個國家之一；加上二〇一五年東協正式啟動，僑生對臺灣的意義已大不同。過去他們舉債逐夢，如今可在此大膽實踐夢想，成為臺灣南向的生力軍。

不只是一堂課

2/26

二〇一六年八月，北歐國家芬蘭決定採用「主題式學習」，讓孩子跨科目學習、打破既有場域，培養孩子橫向融會貫通的多元能力；在臺灣，也有小學開始嘗試主題式學習。這會對教育現場帶來怎樣的激盪？孩子、老師和家長，又要如何因應？

大愛一臺
1

播出時間：週五 17:30 重播時間：週日 11:30

大愛二臺
HD
頻道

播出時間：週五 19:35 重播時間：週日 15:00

精采節目預告

兒童科普節目

呼叫妙博士

2/3 樹冠層大探險

小助理映增的爸爸留下一封信，說要去一個有很多奇妙生物、如天堂般的地方，就消失不見了。這地方到底在哪裡？真的有這樣的地方嗎？

大家推測，映增爸爸最有可能是去觀察樹冠層了！因為缺乏研究，樹冠層上仍存在著許多人類未知的生物和生態現象；然而，二十幾年來，數百萬公頃的熱帶雨林不斷消失，上千種尚未被發現及命名的新物種，也連帶地消失在這個世界上；科學家

們研究的速度，遠遠不及開發的速度。

為了讓映增爸爸回家，並幫助博士進行樹冠層的研究，小助理們接下了攀上樹冠層的任務！要研究樹冠層，必須先好好地認識森林，第一步就是要打開自身雙眼，仔細看看森林，進而發現森林裡的色彩豐富度；就算是一片綠色，也有墨綠、深綠、淺綠層度上的分別！接著要打開嗅覺，聞森林的味道，因為森林擁有對人體非常好的芬多精，能讓人有放鬆的效果！此外，認識森林的果實也是很重要的；認識了森林的果實，就會瞭解森林是個生產者，各種不同的物種維持了整個生態系的平衡。

最後一步，就是抵達樹冠層！爬上樹的最頂端，親自觀察樹冠層的生態，認識住在樹冠層上的生物們；看到這麼多人類未知的珍貴物種，我們怎能不有所行動？地球不只是我們人類的，而是所有物種的！一起從生活中的小細節做起，為地球的生態多樣性共同努力吧！



妙夫子現代遊記

2/10 「歡迎來到西元二〇一七年，這是您曾曾曾……族繁不及備載的曾孫妙博士的年代。」妙夫子不眠不休地拜讀一本傳承百年的書籍，發現有種神祕寶盒能讓他任意轉換時間與空間！妙夫子這三千年的跨越，究竟隱藏了什麼天機？

動物好朋友

2/17 Put your hand up! 大助理辰星哥哥邀請大家開party？可是，小助理怎麼嚎啕大哭？原來，他是在遊戲中看到了人類對動物的惡行！小助理們該怎麼做，才能捍衛動物權、替他們發聲呢？

除舊佈新的省思

2/24 想到過年，就想到除舊佈新？這已是錯誤老觀念嘍！這一回，小助理們將充當一日環保隊員，兵分兩路，直擊大型家具廢棄現場，一睹春節前臺灣人所製造出的龐大垃圾量，並進行回收任務！

菩提禪心

高僧傳系列 弘一法師



邀您一起賞戲入法，體解人間真實義！

深悲早現茶花女，勝願終成苦行僧
無盡奇珍供世眼，一輪圓月耀天心

1 / 30
2 / 24

他如何從一位風度翩翩的美少年，轉變成為一位律己嚴謹的僧人；他如何在戰亂塵世中，維護佛教尊嚴？他以弘揚律宗為終生志，一生淡泊嚴格持戒。

滿清末年出生於天津鹽商家庭的李叔同，譜名文濤，幼名成蹊，學名廣侯，字息霜，別號漱筒，集詩、詞、書畫、篆刻、音樂、戲劇、文學才華於一身，是中國話劇的開拓者之一，也是中國第一個開創裸體寫生的教師，在藝術領域中開創中華燦爛文化之先河。

中年後，李叔同出家，苦心向佛，法名演音，號弘一，晚號晚晴老人。他精研律學，弘揚佛法，普渡眾生出苦海，被佛門弟子奉為中興南山律宗第十一代世祖。他的一生充滿傳奇色彩，是中國由絢麗至極歸於平淡的典型人物。

一八九八年，他到上海參與「上海書畫公會」、「滬學會」；一九〇五年東渡日本，留學於東京美術學校和音樂學校，專攻西洋繪畫和音樂。一九〇六



演出
孫翠鳳藝文工作室

年，與同學曾孝谷創辦業餘話劇團體「春柳社」，男扮女裝所演出的《茶花女》開中國話劇之先河。一九一〇年，攜日本妻子回國，任教於天津北洋高等工業學堂、直隸模範工業學堂，翌年任上海城東女子學校音樂教員。一九一二年，任浙江省立第一師範學校音樂及美術教師。一九一五年應江謙之聘，執教



於南京高等師範學校，教授圖畫、音樂，兼教於浙江兩級師範。

一九一八年，於杭州虎跑寺剃度出家，吃素念佛、弘揚律宗，過著非常儉樸的生活；住的地方只要求有空氣即可，吃的方面只有蘿蔔乾也能吃得津津有味，穿的則是釘補過的衣服。

一九二三年底，印光大師終於答應弘一法師拜師的請求，破例收了唯一的出家弟子。隔年五月，弘一法師赴普陀山拜見印光大師，終得親近印光大師的道範盛德。一九二七年初，國民革命軍指揮官之一的馮玉祥，主持河南省政，發動廢寺逐僧、毀佛運動，所有僧人一律驅逐、寺產沒收。繼河南之後，山東、河北、山西等地也紛紛跟從，華北佛教因此幾乎衰絕。在弘一大師的努力下，杭州的滅佛論調終於平息。

一九二九年春末，小屋山房落成，在親友弟子的敦請懇說下，弘一終於同意，回到了杭州白馬湖，並取義山詩句「天意憐幽草，人間愛晚晴」中的「晚晴」二字為名，題為「晚晴山房」，自號「晚晴老人」，這算是大師一生的唯一落腳處。

一九四二年三月，弘一大師到惠安講經一月，因色身漸現衰容，因而回到

泉州，從此與檀林的世緣已了。

大師習書最後墨跡「悲欣交集」四字，在徹悟止境中圓寂於泉州溫陵養老院，享年六十三歲，法臘二十四。大師出家後，在愛好的藝術中，獨用書法弘揚佛法，遺世的佛經墨寶成為當代書法藝術的精品。在佛教諸教派中，他選修最為難修的律宗，著書說法，潛心戒律，實踐躬行，終成為近世佛教界備受尊崇的律宗大師、享譽國內外佛教界的高僧。



如何收看 大愛二臺

大愛二臺並非無線電視臺，可運用下列方式收視：



1. 欲申裝有線電視之觀眾，可撥所屬各系統區域
 客服電話聯絡安裝。
2. 已申裝數位機上盒者，可於下列圖表中找到大
 愛二臺之頻道號碼。
3. 若未改裝數位有線電視者，可撥所屬各系統區
 域客服電話，要求改裝數位機上盒即可收視。

1. 大愛電視網站
www.daai.tv/daai-web/program/
2. YouTube：
www.youtube.com/user/DaAiVide



iOS 智慧型手機 / 平板
Android 智慧型手機 / 平板
大愛電視

可申請中華電信【MOD+光世代】/ 洽詢專線：0800-080-123

若有收視問題，請撥打大愛客服
02-2898-9999#1035

有線電視業者

(居住以下區域觀眾可撥打服務專線詢問)

行政區	頻道	有線電視業者	服務電話
北 部	基隆市	122 吉隆	02-412-8811
	宜蘭縣	297 聯禾	0809-000-258
	臺北市	122 長德	02-421-8811
	臺北市	122 麗冠	02-421-8811
	臺北市	122 萬象	02-421-8811
	臺北市	297 大安文山	02-8791-1000
	臺北市	297 新臺北	02-8792-1999
	臺北市	297 陽明山	02-8791-0099
	臺北市	297 金頻道	02-8791-1234
	臺北市	123 聯維	0800-231-021
	臺北市	123 寶福	0800-363-999
	臺北市	96 北都	0809-096-111
	新北市	122 新視波	02-2165-3688
	新北市	122 家和	02-2165-3366
	新北市	297 新唐城	02-2917-1133
	新北市	297 大新店民主	02-2917-3939
	新北市	297 全聯	02-2848-2288
	新北市	201 天外天	0800-060-550
	新北市	297 永佳樂	0809-000-258
	新北市	297 紅樹林	0809-000-258
新北市	297 觀天下	0809-000-258	
新北市	89 大豐	02-8253-8999	
新北市	89 台灣數位寬頻	02-8253-8988	
新北市	121 全國數位	02-8071-7039	
新北市	122 數位天空	0800-878-688	
新北市	108 新北市有線	02-2972-5511	
桃園市	297 北桃園	03-301-9300	
桃園市	122 北健	03-412-8813	
桃園市	117 南桃園	03-2710-088	

行政區	頻道	有線電視業者	服務電話
中 南 部 及 外 島	新竹市	297 新竹振道	03-522-8712
	新竹縣	117 北視	03-6208-000
	苗栗縣	117 信和	037-778-888
	苗栗縣	117 吉元	037-770-008
	臺中市	297 豐盟	04-2522-6666
	臺中市	121 大屯	04-449-5678
	臺中市	203 大台中	04-3901-2345
	臺中市	117 群健	04-3706-3333
	臺中市	121 台灣佳光	04-4055-6688
	彰化縣	297 新頻道	04-711-2255
	彰化縣	111 三大	04-8233-999
	彰化縣	106 新彰	04-762-9222
	南投縣	121 中投	04-449-5678
	雲林市	121 北港	04-449-5678
	雲林縣	121 佳聯	04-449-5678
	嘉義市	191 世新	05-230-2255
	嘉義縣	191 國聲	05-230-2255
	嘉義縣	113 大揚	05-379-6699
	臺南市	297 南天	06-656-7587
	臺南市	122 三冠王	0800-022-899
	臺南市	122 雙子星	02-412-8812
	臺南市	200 新永安	06-2718-958
	高雄市	297 鳳信	0809-000-258
	高雄市	122 港都	07-340-1998
	高雄市	122 慶聯	07-340-1001
	高雄市	209 南國	07-622-7737
	高雄市	89 新高雄	0800-250-999
屏東縣	297 觀昇	08-723-4000	
屏東縣	297 屏南	08-835-4567	
澎湖縣	103 澎湖	06-926-1234	

週一至週五

00:40 地球證詞	09:00 好戲成雙	17:00 (週一) 沒有黑板的社會課
02:10 (週一) 愛悅讀	10:35 全球視野	(週二) 甘願人生
(週二) 發現	11:00 草根菩提	(週三) 在台灣站起
(週三) 沒有黑板的社會課	11:30 (週一) 經典.TV	(週四) 愛悅讀
(週四) 甘願人生	(週二) 茶的幸福告白	(週五) 農夫與他的田
(週五) 大愛全紀錄	(週三) 蔬果生活誌	17:30 (週三) 映照人生
03:00 好戲成雙	(週四~五) 現代心素派	18:00 好戲成雙
04:35 (週一) 小人物大英雄	12:00 大愛午間新聞	19:35 (週一) 小人物大英雄
(週二~五) 草根菩提	12:30 (週一) 沒有黑板的社會課	(週二) 當我們童在一起
05:00 (週一) 樂事美聲錄	(週二) 甘願人生	(週三) 小主播看天下
(週二) 沒有黑板的社會課	(週三) 在台灣站起	(週四) 生活裡的科學
(週三) 甘願人生	(週四) 愛悅讀	(週五) 呼叫妙博士
(週四) 在台灣站起	(週五) 農夫與他的田	20:00 地球證詞
(週五) 愛悅讀	13:00 (週三) 映照人生	21:30 全球視野
05:30 (週四) 映照人生	13:30 地球證詞	22:00 好戲成雙
06:00 (週一) 經典.TV	15:00 草根菩提	23:35 人間菩提
(週二) 茶的幸福告白	15:30 大愛午後新聞	23:50 (週一) 沒有黑板的社會課
(週三) 蔬果生活誌	16:00 (週一) 經典.TV	(週二) 甘願人生
(週四~五) 現代心素派	(週二) 茶的幸福告白	(週三) 在台灣站起
06:30 全球視野	(週三) 蔬果生活誌	(週四) 愛悅讀
07:00 地球證詞	(週四~五) 現代心素派	(週五) 農夫與他的田
08:30 大愛新聞	16:30 大愛人物誌	00:15 (週三) 映照人生

週六

00:40 甘願人生	09:00 好戲成雙	17:48 證嚴法師說故事
01:40 小人物大英雄	10:35 小人物大英雄	18:00 好戲成雙
02:10 同學好同協	11:00 發現	19:35 大馬慈濟情
03:00 好戲成雙	12:00 大愛午間新聞	20:00 菩提禪心——高僧傳
04:35 草根菩提	12:30 合心協力救地球	22:00 好戲成雙
05:00 合心協力救地球	13:18 證嚴法師說故事	23:35 人間菩提
06:00 人文講堂	13:30 菩提禪心——高僧傳	23:50 大愛全紀錄
06:30 經典.TV	15:30 全球視野	
07:00 菩提禪心——高僧傳	16:00 國民漢字須知	
	17:00 同學好同協	

週日

00:40 農夫與他的田	09:00 好戲成雙	17:48 證嚴法師說故事
01:40 人文講堂	10:35 人文講堂	18:00 好戲成雙
02:10 國民漢字須知	11:00 同學好同協	19:35 人文講堂
03:00 好戲成雙	12:00 大愛午間新聞	20:00 地球證詞
04:35 大馬慈濟情	12:30 國民漢字須知	21:30 小人物大英雄
05:00 大愛全紀錄	13:18 證嚴法師說故事	22:00 好戲成雙
06:00 小人物大英雄	13:30 地球證詞	23:35 人間菩提
06:30 蔬果生活誌	15:00 呼叫妙博士	23:50 發現
07:00 地球證詞	15:30 大馬慈濟情	
08:30 生活裡的科學	16:00 合心協力救地球	
	17:00 發現	

大愛二臺，好戲成雙
連播兩集，每晚六點，只在大愛二臺



2013
上海電視節
參展

鄧安寧 導演
製作

這是淡水河畔兩戶人家歷史，
一個關於「心」，
也關於「和」的故事。

林家和常說他的生命是許多女人成就的，
如母親在燈下踩著縫紉機做衣服的背影，
是林家和難以忘懷的記憶；這個家如果沒
有母親的包容，早就不成一個家了……

心和萬事興

播出日期：2/9~2/28

領銜主演 張嘉年（太保）、柯淑勤、
黃振尉、吳婉君、楊麗音、檢場、
謝瓊煖



低地國家的高雅藝術系列

「低地國家的高雅藝術」系列紀錄片由英國藝術史學家安德魯擔任主持。圖為安德魯拜訪荷蘭傳統巧克力店。

〈地球證詞導讀〉
來賓



臺灣藝術大學美術系
鄭治桂 助理教授

導讀
「低地國家的高雅藝術」

給觀眾提供了很好的方向，任何一位偉大的藝術家的養成都和時代、環境背景有關。

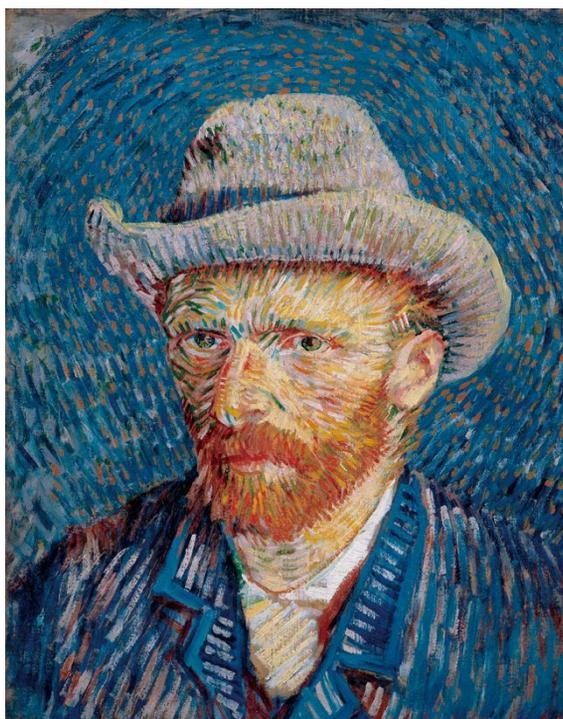
以荷蘭來說，國土狹小的荷蘭缺乏資源，無法不靠貿易生存。在十七世紀初，荷蘭的心臟地帶哈倫，逐漸成為歐洲的大熔爐；這城市以商業貿易及宗教寬容聞名，稱為「哈倫補償條約」的條例保證，不論是新教徒或天主教徒，任何人都能到這裡和平地做買賣，使這個新型城市充滿了商人。

「解讀這每個畫家的作品，好像在將那個時代解密一樣。」臺藝大美術系的鄭治桂老師這樣開宗明義；「我們欣賞一張畫有很多層次，第一個就是它的色彩形象美不美？它的位置妥不妥貼？構圖、形態、色彩還有技術是不是很勻細？有無好的質感？」如何讀畫？如何鑑賞藝術？鄭治桂給觀眾提供了很好的方向，任何一位偉大的藝術家的養成都和時代、環境背景有關。

擺脫宗教傳統束縛的新藝術

低地國家是對歐洲西北沿海地區的稱呼，通常包括荷蘭、比利時和盧森堡。人們對這三個國家印象最深刻的應是鬱金香、巧克力和手工藝品；然而，這裡曾是歐洲藝術發展的黃金時代，多位知名的畫家和重要藝術里程碑，都從這裡發生和拓展。

採訪撰文／何采菱 圖／媒體營運部提供



梵谷畫下了整個藝術史上最明亮且充滿光線的一些作品。



弗蘭斯哈爾斯的作品《笑容騎兵》。

除了人物畫，荷蘭畫家還擅長風景畫，這和中產階級遊走四方的生活有關。荷蘭繪畫種類在當代算是最齊全的，平原、海洋、動物、水果、蔬菜、野味、海鮮等題材都有不同的畫家；很多人投入繪畫，成就了最早、最專門的文化精緻產業。因此，在十七世紀的黃金時代，荷蘭的風景畫引領全歐。

「他們把風景當作一個主題。這個民族對世界的理解程度，除了靠一張航海圖繞地球一圈之外，對於本土的人文物產、山川風物都有很深刻的理解，很生動地表現在繪畫之上。」鄭治桂說。這般豐富的時代背景，孕育出後來知名的范艾克、魯本斯、林布蘭、維美爾以及梵谷等重量級畫家。

荷蘭風景畫引領全歐

商人這種新的中產階級，促成了擺脫過去宗教傳統束縛的新藝術；這種藝術專門描繪日常生活，像是肖像畫、風俗畫、酒客畫像、農夫畫像，以及鄉村畫。第一位大師就是弗蘭斯哈爾斯，他的家族是來自西班牙的難民。

哈爾斯二十多歲時就靠描繪中產階級打響名聲；最有名的肖像畫「笑容騎兵」，讓人直接看到哈倫市靈魂的脈動。畫像其實是一封情書；畫中的男子送給心愛女人禮物，眼神含情脈脈，袖子上繡了許多愛心傳達愛意。哈爾斯把任何人都畫得像百萬富翁，他在每張畫中運用了各國宮廷人物畫中共通的肢體語言，就是貴族那種趾高氣昂的儀態。

「我找到我的職業了！找到我全心全意為之而活的事物了！我對藝術有某種信念，我相信藝術是推動一個人強而有力的力量。」梵谷在給他弟弟西奧梵谷的信裡這樣說。他在荷蘭的故鄉開始了繪畫的藝術生命，但荷蘭沒有給他成名的機會；反而在梵谷割耳之後去了巴黎的瘋狂作畫時期，激盪出眾多動人心弦的藝術創作。然而，那個根源仍來自於他的故鄉荷蘭；荷蘭的風物、藝術都成為梵谷能發光發熱的一種根源。

超現實畫派的魔力

相對於荷蘭，比利時的畫風更趨向於超現實，如德爾沃與馬格利特；從產生的時代來看，恰恰是國際流行的超現實畫派——現實中所有事物都是表象，真正的真相掩藏在表象後面，做夢時會夢到，那時潛意識就跑出來了。在馬格利特是聯想，在德爾沃就是夢遊；無論哪一種，都帶著謎樣的色彩，向世人散發出一種超現實的魔力。

「比利時被異國統治很久，法國、德國都統治過這裡，後來法文也變成了官方文書；所以，他們就以既定事實和既有條件生存發展，會有一些比較彎曲的、比較細緻的念頭。我覺得這樣的超現實畫家，在這樣小的畫布中描繪出深遠夢境的畫，誕生在比利時，非常有道理。」鄭治桂下了一個結論。

低地國——荷比盧三國，或許不是歐洲最強國，卻是藝術史上影響深遠的國度。低地國家的歷史，是一個由不同文化交織而成的混合世界。當人們看到林布蘭的「夜巡」或是自畫像，看到梵谷的「向日葵」和「星空」，甚至是超現實的夢境畫作，人們會被吸引而往畫裡去；然而，人們看到的不會只是表面的色彩和圖像，還有一個時代醞釀出的豐美藝術土壤和藝術史故事。

〈地球證詞〉二〇一七年二月節目表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			垃圾堆裡的夢想	交響界的巨人 馬勒(上)	交響界的巨人 馬勒(下)	
			1	2	3	4
	低地國家的高雅 藝術 豐饒之夢	柏林圍牆 見證鐵幕的起落	哈里胡克鏡頭下的 非洲	攝影師迪司法默	蕭士塔高維奇 第五號交響曲	
5	6	7	8	9	10	11
	低地國家的高雅 藝術 潮起潮落	用書信記錄梵谷	地景藝術家 丹頓科克馬歇爾 事務所	捕捉真實 紀錄片的藝術 (上)	捕捉真實 紀錄片的藝術 (下)	
12	13	14	15	16	17	18
	低地國家的高雅 藝術 夢想與夢魘	貝都因文化	鮑德溫鏡頭下的 世界	購物中心之父 格魯恩	我爸的漸凍人生	
19	20	21	22	23	24	25
狂熱分子 (上)	狂熱分子 (下)	皇家的畫箱				
26	27	28				

傳播知識的殿堂與
世界接軌的橋梁

人文講堂

2017年3月講座
將於3/1(三)、3/29(三)舉行
新活動地點將公布於
大愛「人文講堂」臉書



2/12 語言癌不癌 何萬順

你知道一天之中我們說了多少話嗎？專家統計，正常人一天的話量大約可以寫滿二十張B5的白紙，也就是一個月大約是六本一百頁的書，聽起來分量頗為驚人！但是，究竟每日使用的語言扮演著什麼樣的功能？該如何使用它，這當中是否有正常或病態的差別？或是存在著謬誤的問題？

二〇一四年的年底，六位記者發表了一篇報導，創造出「語言癌」這個名詞，也就是對於表達得累贅、拗口的日常語言，就以「癌」來稱呼它。但是，所謂的語言癌是否存在？我們又該如何讓溝通變得更雅、更美、更有效率？

語言學是怎麼回事？如何用客觀的方法來看待

語言？政治大學語言所教授何萬順，曾主導科技部「語言學門規畫研究推動計畫」，並曾獲一〇三年度科技部傑出研究獎。他認為，我們可以用信、達、雅三方面來分析我們所說的話到底好不好？人與人溝通，當信念或者訊息轉成語言的過程，做得好就是「信」；聲響效果傳到聽者的耳朵裡，造成他的大腦反應，轉換成訊息，這樣的轉換可視為「達」。當你做到「信」和「達」之後，在不同的場合將訊息適切地包裝，則稱為「雅」。精鍊而優雅地說話，是一件不容易，卻也是我們一輩子的課題。

愛(i)dea，讓行善無遠弗屆 鄭浩宜

2/5 鄭浩宜曾是香港廣告公司最年輕的創意文案編撰者；他認為，只要有點子也可以幫助別人！辭去工作，他決心為世界「種下善念的種子」。鄭浩宜將創意化成行善的好點子；透過充滿愛的好創意，成為推動社會的善力量！

銀領精采的第二人生 周玟琪

2/19 退休後，生命如何做出第二次的發揮？甚至再次投入職場，創造第二段的職涯重心？周玟琪教授發現，用世代合作的方法，不但可讓長輩繼續對社會貢獻智慧，還能讓銀髮一族拾回對未來生活的安全感。

非死不可——安寧療護與生死學 許禮安

2/26 「你既然活著跟別人不一樣，當然就會死得和別人都不一樣！」許禮安醫師從事安寧療護二十一年，他主張的安寧療護思維，是一種尊重「自主權」與「個別差異」的方式。聽聽他說一個默默地真心陪伴的故事。



小人物大英雄

2/13 保母教練

二〇一六年的里約奧運，臺灣女子射箭隊勇奪團體銅牌！替臺灣獲得這項殊榮的選手雷千瑩、林詩嘉及譚雅婷，除了長年累月的苦練外，幕後的最大推手就是教練倪大智。

十二年前，倪大智應聘來到新竹富禮國中任教，首創射箭隊，第一批學生就是林詩嘉與譚雅婷，他可以說從小陪著這些選手一路站上國際舞臺，發光發熱。

為了方便訓練，射箭隊規定住校；教練不僅要帶大家練習射箭，還要照顧這群半大不小的國中生一切的生活起居。許多選手正值青春叛逆期，跟家人關係緊張，教練經常得扮演雙方潤滑劑的角色。卻也因為教練長時間的陪伴與溝通，射箭隊的孩子常

把倪大智視為朋友，無話不談，他也因此摸清每個人的習性與個性，總能在決戰場上，給每一位選手最佳的指導與建議。

射箭是一門精確的藝術，也是動作簡單、過程安靜的個人競技運動，每一個動作都必須重覆上千次；這樣的訓練不僅是精確性的考驗，無形中更鍛鍊了孩子的專注與沉穩。

為了克服單調、枯燥的訓練，教練除了指導射箭的基本動作外，更要隨時化身為選手的心靈導師，讓陷入低潮的選手、成績停滯不前的學生走出幽谷，這是一項漫長的過程。然而，倪大智與選手們不惜耗費十二年光陰，只為讓射出去的每一支箭都成為正中靶心的冠軍之箭。

百齡森活校長

2/6 眼見銅鑼老家鄉下的年輕人都外出打拚，家裡只剩老人留守，退休校長鍾兆良為了讓年輕人可放心出外工作，他發起「日間托老」活動，並結合社區熱心人士提供土地養魚種菜，讓日間托老可以永續經營。

廚房裡的好事

2/20 如何凝聚流落在都市裡的原住民？來自新竹關西的泰雅族劉美玲決定在市區農地裡造一座窯，成立社區廚房，好接引各族族人一起仿照祖先煮食習慣，讓大家彼此分享大家庭的味道。

後山守門人

2/27 在報業普遍不景氣的今天，卻有一份屹立近七十年的《更生日報》，持續在臺灣東部替民眾發聲。雖只是一份地方報，他們卻充滿鬥志，勇敢迎接數位時代的嚴苛挑戰。



新移民的故事

在台灣站起



2/15 永不孤單 Gregg Haxton (南非)

Gregg Haxton來自南非的Queenstown。大學畢業後，他不知道下一步要做什麼；聽說不少朋友都到亞洲教英文，於是便透過網路申請，得到臺灣的教職，來到高雄工作。

二〇一〇年，他獲得臺北的工作機會，在夜店和朋友狂歡慶祝；酒後不聽勸阻，執意騎機車回家，結果在路上跟一位同樣酒駕的女生對撞。Gregg受重傷，昏迷不醒，左眼全毀，腦殼破裂，兩腿骨折。他昏迷了幾天後才醒來，看到母親與弟弟在他床邊，卻不記得發生了什麼事。

Gregg住院期間，許多朋友都給予幫助，包括申請保險、金錢援助和法律語文等幫助，也成立了一個名叫

HAXSTRONG的小團體為他加油打氣；HAX取自他的姓，HAXSTRONG則是希望他堅強起來，克服難關。

在Gregg回南非復健期間，他不斷思索，應該如何將這分愛發揚光大。他發現，許多外籍工作者並非勞保強制保險對象，就像他一樣沒有勞保，也無法申請職災給付，一旦遇到病痛或災禍，往往不知所措，也很難尋求協助，幸好他有一大群朋友幫助他。

於是，不顧母親反對，Gregg回到臺灣，成立HAXSTRONG基金，目的就是聯合各方資源，幫助在臺灣遭遇困難的外籍人士度過難關。Gregg相信，上帝奪去了他一隻眼睛，卻給他更大的視野；只要大家發揮愛心，「You're Never Ever Alone.」

我愛福爾摩沙 久倍 (巴西)

2/1 久倍因佛緣來到臺灣修行，意外地因為一雙鞋子，展開「仙履奇緣」。婚後，他延續在巴西的音樂工作；恰巧原住民部落正在尋找教授非洲鼓的南美洲籍老師，久倍自此投入音樂教學。

幸福小幫手 岳艷霞 (中國四川)

2/8 岳兒來到臺灣後很快適應新環境，進修各項課程。現在，她是專業的婚禮場控秘書，要眼觀四面、耳聽八方，嫻熟各地婚俗；更重要的是，她喜歡這份工作，不僅為別人的幸福服務，也帶給自己幸福。

東北姑娘 馬雲 (中國哈爾濱)

2/22 馬雲從小受到瓊瑤小說和連續劇影響，非常憧憬臺灣；沒想到，嫁過來才發現完全不是這麼回事！她的婚姻及健康亮起紅燈，在人生最低潮之際，接觸到現在的工作。走過幽谷，她鼓勵新移民習得一技之長，不讓自己成為社會的負擔。

生日快樂

大愛電視臺十九歲



攝影 / 蕭瀛明



攝影 / 汪宇洋

二〇一七年元旦是大愛電視臺十九歲生日。頂著清晨微微晨光，靜思精舍法師帶領人文志業中心主管、同仁以及慈濟志工，在慈濟關渡園區朝山祈福。德宣師父說明「朝山儀軌」是「拜下來反掌往內觀想，觀虔誠道氣回向給周圍」，提醒大家起落整齊，注意「整體的美，在於個體之美。」

過動兒也可以好棒棒！

過動兒很頑皮，老是不聽話？過動兒這麼沒規矩，一定是爸媽沒教好？過動兒一定很難相處？過動兒將來一定沒有成就？不對阿！只要適當的治療及鼓勵，過動兒也可以成為大家的好朋友，未來也可以好棒棒！

文／本書編輯整理



小朋友，你可能常聽到
周遭的大人們這麼

說：

「感冒了喔！誰叫你不穿
暖一點！多吃維他命C快快
好！」

「跌倒了！惜惜，趕快用雙
氧水消毒！」

「別再看電視了，這樣容易
近視呵！」

NONONO！你知道嗎，以
上三點都是錯的啦！（不過，
並不是說這樣就能猛看電視無
極限呵！）

應該沒有人不希望自己身



體健康愉快的，所以就相當留意如何避
免生病、恢復健康的訊息。由於網路發
達，許多人往往透過各類通訊管道及軟體
得知與分享「健康資訊」；卻不知道，自
己所看到的可能只是道聽塗說、未經科學
檢驗的「網路流言」！連大人都往往難辨
真假，小朋友當然只能莫名其妙的跟著錯
嘍！

目前市面上談健康養生的書籍汗牛充
棟；然而，以學齡兒童為對象的醫學知識
童書卻寥寥可數。因此，為了讓孩子們從

小就能建立正確的醫學觀念，我們特別規畫了「醫學普及」（簡稱「醫普」）童書，藉由簡單輕快的文字搭配趣味的插圖，寓教於樂的傳達正確醫學知識給孩子。

書中並設計了「你知道嗎？」的冷知識小單元，能激發孩子甚至成人讀者的好奇心；「請爸媽幫忙」單元，則是提供爸媽照護孩子時的小叮嚀；一兼二顧，可說是很讚的親子共讀書籍呵！

在第一本介紹中耳炎的《哎唷！我的耳朵好痛！》之後，我們要與小朋友分享的是《過動兒也可以好棒棒！》，這是一本關於注意力不足過動症（ADHD，簡稱過動症）的童書。

二〇〇七年，據學者針對國內三千六百名小一到國三學生的調查，過動症盛行率達百分之七，平均每班就有二至四名，比例可說不低。

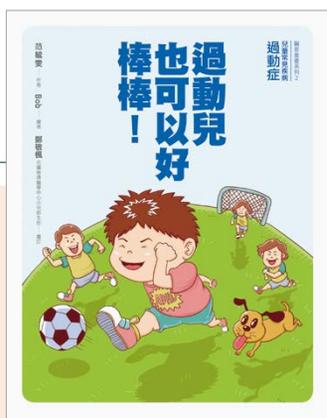
看到這些不「平凡」的小朋友，一般人往往會想：「過動兒很頑皮，老是不聽話！」「過動兒這麼沒規矩，一定是爸媽沒教好！」「過動兒一定很難相處啦！」「過動兒將來一定沒有成就！」

NONONO！這些又是不正確的看法嘍！過動症狀有其生理因素，跟家庭教育不



當無關；當然，對於過動兒的治療是越早越好，這就需要家長的關注、以及醫生的協助了。

我們尤其要瞭解的是，教育跟教養環境都與過動兒的治療有關；然而，內外的各種壓力都集中在家長肩上；醫師提醒，我們應該給予過動兒的家長更多支持與協助，而不是橫加指責。這點是《過動兒也可以好棒棒！》書中特



別強調的。對於過動兒的治療，除了藥物以外，社會及心理介入也很重要；其他包括家長親職技巧團體課、認知行為治療、情緒管理、社交技巧訓練等都對家長及孩子非常有幫助。這些在本書中都有提到，小朋友們也可以從中學習如何與過動症的同學相處。

包括微軟創辦人比爾蓋茲、籃球之神麥可喬登、以及美國泳將「飛魚」菲爾普斯等名人，都曾是過動兒。事實證明，只要經由適當的治療及鼓勵，過動兒也可以成為大家的好朋友，未來也可以好棒棒！

書名：過動兒也可以好棒棒！
作者：范毓雯
繪者：Bob
定價：250元
出版者：慈濟傳播人文志業基金會
出版日期：2017年1月

世界藍圖 臺灣願景

預約 TAIWAN 美好未來

《世界藍圖 臺灣願景》鎖定生活日常、民主溝通、交通住居、能源環保、教育政策、高齡長照等攸關國家未來的議題，從臺灣的處境出發，探索世界上其他條件類似的國家是如何面對問題，並發展出自身的獨特價值。從觀看並學習他人之長，從比較與對照中或可慢慢描繪出藍圖，替錯綜複雜的未來指引路徑。

文／李玉春（衛生福利部長期照護保險規畫總顧問）



臺灣

灣人口老化快速，目前老人佔人口數的百分之十三，預計到二〇六一年將達百分之三十九；可支持每位老人的青壯人口卻將由目前的五點六人銳減為一點三人，對臺灣將造成前所未有的衝擊。因應高齡社會長照的需要，政府在二〇〇八年試辦長期照顧十年計畫，提供失能老人居家與社區照顧；二〇一七年即將導入長照十年2.0計畫，以公務預算與調高菸稅、遺贈稅做為財源，擬擴大服務對象與內涵，提供國民普及、優質與平價的長照服務。

先進國家人口老化較早，很多經驗值得臺灣借鏡。荷蘭早在一九六八年即建立包括長照在內的重重大費用保險（二〇一五年以長照保險法取代），以色列（一九八二年）、德國（一九九五年）、日本（二〇〇〇

年）、韓國（二〇〇八年）也先後建立長照保險制度；而瑞典、芬蘭、挪威、奧地利、澳洲等國，則以稅收補助失能者使用長照服務，使失能者與家庭沒有後顧之憂。

欣見《經典》雜誌將其「藍圖願景」專欄集結成書，很榮幸有機會先拜讀長照的部分，有一個感想與一個學習，跟大家分享。

長照制度應符合基本需要 並考量社會可負擔性

國家長照制度無論採用稅收或保險，都應考量制度永續經營的可能性，規畫全民負擔得起但能符合失能家庭需要的長照制度。荷蘭是全世界最先建立長照保險的國家，已有四十八年經驗；但隨著平均壽命延

長，長照的負擔日益沉重，二〇一三年其長照支出占GDP的比率，居OECD國家第一名（百分之四點三），高達OECD中位數（百分之一點七）的二點五倍。此外，幾個以稅支應長照的國家如瑞典（百分之三點二）、挪威（百分之二點四）、丹麥（百分之二點三）、芬蘭（百分之二點二）支出亦不遑多讓；德國與韓國的支出相對較低，分別只占GDP百分之一點零與百分之零點七；日本因老人人口比率最高，近年長照支出也增至GDP百分之二點一。

在龐大財政壓力下，荷蘭不得不限縮給付、減少給付人數；除早年去機構化，鼓勵居家、社區照顧外，近年更將家事與陪伴服務，由保險移給地方政府負責，以平衡保險

書名：世界藍圖 臺灣願景：預約TAIWAN美好未來
作者：張子午、王舜微、賴英綺、郭怡青、許立宏
攝影：安培淦、劉子正
定價：1200元
出版者：經典雜誌
出版日期：2017年1月



財務。同樣的例子在北歐國家及日本亦是如此，給付條件趨嚴，將資源集中在用在失能嚴重度較高的人身上；例如日本，便將失能等級較低（要支持一、二）的預防照顧給付，由保險移給地方政府。

由各國支出的差異，可見長照制度的設計非常重要。若給付標準寬鬆，國民可能負擔不起，最後只能藉限縮給付或限縮給付對象以平衡財務；但過猶不及，若給付太過嚴格，無法滿足基本需要，則需逐漸加碼，如德國逐漸提高給付、擴大對失智者給付，韓國則放寬給付對象、支付標準等。

臺灣的長照心○計畫採稅收制，短期內沒問題，長期則可能因吸菸率下降、收入漸減而財源不足；若無法找到新的財源，不出幾

年制度恐無法支撐。另外，財務規模太小，每年僅三百三十至五百億元，約僅占百分之零點二至零點三GDP，較先進國家低很多，恐無法滿足基本需要。加上菸稅及遺贈稅只由少數人負擔，財源不穩定，最終仍可能要仿照健保開辦長照保險（稅收加保險），由全民一起承擔才可長可久、永續經營。這本書中引用荷王威廉亞力山大的話：「每個有能力的人，都要承擔起自身生活的責任」，是最好的註腳。

營造友善社區、鼓勵自主生活

書中舉很多例子說明先進國家如何運用



科技與退休志工人力，積極營造支持性的友善社區環境，並提供居家社區照顧服務，支持失能者盡可能在社區獨立自主生活，提升生活品質，值得我國學習。例如，推動社區總體照護系統，讓長輩可以在家終老；大力宣導失智症，提高民眾接受度；倡導活躍、健康老化、減輕失能；由退休志工服務老人；這些都是高齡或超高齡社會最積極的因應策略。

荷蘭藉「快樂哲學」建立的「生命公寓」，營造像家的安全環境，透過陪伴、活動與環境支持去醫療化，讓機構住民自由行動，做生命的主人，過快樂的生活，也因此引領荷蘭改變照顧的典範。另外，有機構開放給整個社區，讓社區民眾一起快樂付出，營造互助分享的友善社區。比利時的機構設有開放的活動與健身空間，並在社區建構失智走廊讓老人走出去、社區民眾走進來，促進世代共融，都是很值得學習的構想。

臺灣在二○二五年就邁入超高齡社會。先進國家的經驗告訴我們，當國家人力與財力有限，一定要由全民（有能力的人）共同負擔，才能永續經營。更重要的是，要藉由社區互助的力量，營造支持環境，讓失能與失智者盡可能在社區獨立生活、減輕家庭負擔，讓照顧不再是少數人的責任，營造「老吾老以及人之老」的幸福大同世界。

心靈講座

人文素養教育尋寶，可夢？

整理撰文／洪玉美 攝影／陳玉萍、汪宇洋、游錫璋

嚴長壽，致力花東偏鄉教育發展，為培育幼苗扎根；林騰蛟，曾任職臺北市新北市教育局長，現職教育部常務次長，督導十二年國教發展；蔡炳坤，離開公職投入慈濟教育志業，為臺灣下一代教育歡喜付出。教育是建構希望的長期工程，如何引領孩子尋夢踏實，找到生命中的豐厚寶藏？

對談來賓



嚴長壽

公益平臺文化基金會
董事長



林騰蛟

教育部常務次長



蔡炳坤

慈濟教育志業執行長

主持人



靳秀麗

大愛電視臺
節目一部經理

前

一陣子，寶可夢風行，許多人半夜不睡覺去追寶、尋寶……主持人靳秀麗首先請教嚴董事長該如何解讀這樣的現象？

善用新科技，
不被科技駕馭

嚴長壽表示，科技幫助人類做了許多了不起的貢獻；例如，在烏克蘭一個工業學院，他們用兩個感應手套，把手語變成文字，再變成聲音，令原

來無法發聲的人也可以讓別人聽得到他們的聲音。

年輕人如果真的看得到科技對人類的影響，應從正面運用科技而不被駕馭；然而，事實卻是，本來可以利用時間或科技做很多事，卻放棄手邊所有事情，被駕馭著、盲從地去做同一件事。雖然有趣味性及正面意義存在，其身心都被駕馭卻是無法否定的事實。

此外，這樣的科技還容易讓年輕人失去自我，專注力愈來愈差；因為，電玩遊戲的攻打

目標或追逐對象，是立即、反射性動作，缺乏主動思考，甚至可能覺得任何事都能在按鈕的瞬息之間改變。

這也會讓年輕人變成社群網站的串聯者；突然間，面對的不再是老師，而是社群網站裡偏執的語言或態度。再加上遊戲網站及色情網站，這三個對年輕人的成長和健康影響最大。

科技進步，網路上的知識已無遠弗屆；如何讓孩子保持對知識的興趣，跟著孩子一起探

索知識，同時找到答案，並找到他可以有目的學習的價值，這才是未來老師應該重新調整的教育模式。

林騰蛟次長也補充，這個學年在教育界有兩個大家非常關切的問題，一是關於高中職學生的服裝儀容是否解禁，一是寶可夢議題，引發了不同的思考。這不僅僅是負面的校園安全問題；「寶可夢讓很多人願意走出戶外，如果教學上能結合這樣的科技優點，並妥善運用，科技也可以產生良善的效



人文素養， 教育的藍海策略

果。」林次長提出，到底教育如何結合科技運用？究竟要把高科技阻斷在校園之外，還是運用到學校教育？

如寶可夢這樣的影響或情況，未來應該會愈來愈多，值得教育界深思。

因應社會趨勢，教育也與時俱進。「十二年國教已實施三年，第一屆的孩子馬上要進入大學，林次長您認為我們可以期待什麼樣的教育成果？」靳

秀麗關心地問。

林次長做以下說明——

十二年國教的真正核心在於：學校如何進行有效教學，老師如何利用十二年國教讓學生學習能更具效果。

十二年國教課綱大部分已研訂完成，希望在今年初完成「一〇七課綱」的審議。一〇七課綱，顧名思義就是從一〇七學年度開始正式實施；如果順利，小一、國一、高一開始就同時實施這套課程。過去主要以學生的學習、老師的教導為主；現在則學、教翻轉，好幾個縣市都推動所謂的「學習共同體」或「合作學習」，希望在教學線上做改變，讓孩子的學習成為未來教育的重要方向。

一〇七課綱有一個非常大的改變，就是要求學校的老師進行公開教學。課程和教學方式與以往不同，孩子的學習未來將產生很大的改變。課綱未來以素養導向為最重要的核心教學，而非能力指標，可讓學生

有更多元、統整的能力，能面對問題並有解決問題的能力。

蔡執行長補充解釋，十二年國教強調多元學習評量，不論在哪一方面都佔有一定的分數；多元學習表現具體來說，包括對學生的獎勵、體適能、服務的學習、幹部、社團參與等；整體來說，就在於培養學生的「人文素養」。

臺灣邁入少子化時代後，學校面臨招生壓力；尤其十二年國教後，因為入學方式的改變，大力推動「均質化、優質化」，學校都收得到各等級的學生；如此一來，下一步怎麼辦？在紅海競爭中，如何走出藍海策略？自家的學生和其他學校有什麼不一樣、哪裡不一樣？蔡執行長認為，下一個決戰點就在人文素養，他稱為「教育的藍海策略」。

教育要營造感動的環境，每位老師要能教出感動的孩子，這就是人文素養；十二年國教課綱很重要的是要將這樣的素養融入各科教學，絕非在學校

裡開一門品格教育課程。

做人、做事與 思辨的能力

蔡執行長曾擔任臺中一中、建國中學校長，非常重視人文通識課程，有很多創舉讓人津津樂道，靳秀麗請他分享三十六年來的教育工作經驗。

蔡執行長舉個小例子。他剛到建中時發現，建中右邊有兩廳院，左邊則有歷史博物館；於是，他和兩廳院的董事長商量合作，是不是能將空位釋放給學生？最後協議讓學生能以一百元進場。

那麼，如何讓學生聽得懂、看得懂？於是，經討論後，決定請兩廳院的專家到學校做導引，讓學生先知道當晚表演的交響樂是什麼曲子、要如何才聽得懂。最令他感動的是林懷民先生雲門舞集的表演，「因為我告訴林先生，當天特別把一些肢體有些障礙的建中學生請進場欣賞，他們分散在不

同的位置。」林懷民先生知道後，便到每個座位送給每個孩子他的書。

「這就是人文，是對人的尊重，要讓孩子從學習中感受到對於人的感動。」蔡執行長說，至於歷史博物館，館長告知，下午五、六點鐘是參觀者比較少的時段，正好是學生放學時間。於是，等學生放學後便往歷史博物館去；不僅票價較低，又不影響營運。

人文素養不單只是在課堂教授；在學生的學習過程中，可以找到更多讓他們可以接觸人文、與人接觸、甚至表達關懷的機會。從小就可隨時培育這樣的涵養，就是最好的學習方式。

嚴董事長則分享他在臺東的教育經驗。「佛門有八萬四千個法門度化眾生；同樣地，對不同的孩子卻用同樣的課本及方法教育，本身就是一個錯誤。」嚴長壽說，臺東有大山大海，便可教孩子運用雙手製作獨木舟，並試著在上面繪畫

出部落的圖騰；然後試水，看船會不會沉下去？最後，讓他們到大海上，用五、六個小時從金尊漁港一直划到成功。

他曾寫信給孩子們，大意是：當你開始製作獨木舟時，起初只是將一片片木頭拼綁起來，再使用帆布，然後繪畫，加上防水，學習划船；原本只是在平靜的湖水進行，最後走向大海。下海時，可以看到有些同學的不安。如果回過頭來，你一定會想：早知道當初製作的船要面對大海，會不會更認真、做得更好、更仔細檢視每一個環節？在學習的時期，出海時有好多老師在旁保護；然而，終有一天，你們要單獨面向大海，挑戰另一個生命旅程。孩子們，請勇敢地用心面對你的學習……

嚴長壽歸納品格素養的問題，他用最淺顯的字描述：一個叫「做人」的能力，一個叫「做事」的能力；政府必須瞭解的是，不論是菁英或一般大眾，必修課程就是做人的品格

素養，做事則是選修。不過，還有一個很重要的叫「思辨的能力」。

胡適博士曾談到，要觀察一個國家的文明，必須從三個項目看：第一看他們怎麼對待女人；第二看他們如何對待孩子的教育，第三看他怎麼利用閒暇的時間。所以，嚴董事長強調：「家長要瞭解自己是孩子的第一個老師；如果家長也在追寶可夢、玩電動玩具，就別怪孩子了。當孩子吵鬧時，你認為手機能讓他安靜下來，這時候孩子其實已經失去專注的能力了。」

一三四八， 教育的核心價值密碼

「如何結合學校與家庭教育，落實在每一個孩子的身上？」靳秀麗提問。

蔡執行長表示，做人和做事是教育界非常重要的兩件事。每一個家長把孩子送到學校，特別是在中小學階段，大概想



的只有兩件事：學會與學好。

「學會」的部分比較屬於學科、專業部分，老師在這部分都具有相當的能力。可是，「學好」的部分就沒那麼容易了；因為它不是評量就可以看得出來的，也是學校面對的最大挑戰。

蔡執行長提出了一組數字「一三四八」，這代表中小學的核心價值密碼。

「一」，就是教育的本質是引導學生向上的。孟子說：「人之所以異於禽獸者，幾希。」也就是說，人與禽獸的差別只在於人有道德，這是教育裡最重要的。不論在什麼環境，不要忘記，善是可以經由教育引導往上的，這是第一個核心價值。

「三」則包括生活教育、生命教育、生態教育，正好是人和自己、人和社會、人和環境，也是我們在十二年國教課綱強調的「三生有幸」；三個生同時具備了，才会有幸福的人生，這在學校裡應該落實。

「四」指的是四維：禮、義、廉、恥，就是生活教育，不會隨著時代而改變。

「八」是八目：格物、致知、誠意、正心；修身、齊家、治國、平天下。仔細看每一個德目，對現代社會來講，也就是公民意識的養成；這些核心價值不會改變，但隨著時代的不同，會賦予和時代結合的意義。

這不僅需要透過學校教育；因為，孩子離開學校後回到家庭，家庭教育絕對不能缺席。很多家庭雖然都說重視教育，但只重視孩子讀書；比如，孩子在學校已經七、八個小時，回到家聽到的第一句話，爸爸媽媽還是說：「去讀書啦！」然而，孩子不是剛回來而已嗎？孩子在讀書，家長在做什麼？看電視嗎？玩電腦嗎？

蔡執行長分享，他們家沒有電視，但有個共同書房，爸媽會和孩子一起閱讀，他的孩子也因此很喜歡閱讀。這才是真正的身教及家庭教育。

臺灣地區

- **中廣新聞網** 電話：02-25019688
真心看世界：週一至週五
23:10~24:00
愛灑人間：週日6:10~7:00
臺北、基隆、桃園/AM648
宜蘭/AM630 新竹/AM882
苗栗/AM1413 臺中/AM720
嘉義/AM1350 臺南/AM1296
高雄、屏東/AM864
臺東/AM819 花蓮/AM855
埔里/AM1413 金門/AM96.3
- **中廣寶島廣播網**
電話：02-25019688
慈濟世界：週日6:30~7:00
臺北、基隆、桃園、高屏/
FM105.9
新竹、苗栗/FM101.5
臺中、花蓮、臺東/FM106.9
嘉義、臺南/FM104.3
宜蘭/FM102.9
- **民本電臺** 電話：02-23013195
真心看世界：週一至週六
臺北/AM1296~6:00~7:00
- **新竹新農電臺**
電話：03-5831157
慈濟世界：週一至週五
FM89.1~22:30~23:00
- **中廣臺灣臺** 電話：04-22653366
慈濟世界：週一至週六
臺中/AM1062~6:30~7:00
- **臺南勝利之聲**
電話：06-2157524
慈濟世界：週二至週六
AM756~5:30~6:00

- **臺南愛鄉之聲**
電話：06-5831426
真心看世界：週一、週二
FM90.7~20:00~21:00
- **花蓮後山電臺**
電話：03-8222333
真心看世界：週一至週六
FM89.7~6:00~7:00
- **國立教育廣播電臺臺東分臺**
電話：089-32 4110
點亮心光：週六 21:00~21:30
鑼聲若響：週日 21:00~21:30
臺東 / FM100.5
- **國立教育廣播電臺花蓮分臺**
電話：03-822 5625
點亮心光：
週一至週五 09:00~10:00
週六 21:00~21:30
鑼聲若響：
週一至週五 11:30~12:00
週日 21:00~21:30
花蓮 / FM103.7 玉里 / FM100.3
- **國立教育廣播電臺臺北分臺**
電話：02-2388 0600
點亮心光：週六 21:00~21:30
鑼聲若響：週日 21:00~21:30
臺北 / AM1494
- **國立教育廣播電臺彰化分臺**
電話：04-726 3070
鑼聲若響：週日 21:00~21:30
彰化 / AM1494
- **國立教育廣播電臺高雄分臺**
電話：07-7150800
點亮心光：週六 21:00~21:30

- **鑼聲若響**：週日 21:00~21:30
高屏、澎湖 / FM105.3
- **新竹新聲電臺**
電話：03-5728828
真心看世界：週日
FM99.3~22:30~23:00
- **神農電臺** 電話：05-6339478
生活講臺語：週日
中彰投、雲嘉南/
FM99.5~12:30~13:00
真心看世界：週一至週六
FM99.5~19:00~20:00
- **自由之聲** 電話：06-2493769
鑼聲若響：週日~6:00~6:30
生活講臺語：週日~6:30~7:00
臺南/FM91.5
- **高雄區漁會漁業電臺**
電話：07-8216441
點亮心光：週一~週五
→6:20~7:00
鑼聲若響：週一~週五
→00:30~01:00
真心看世界：週六
→00:30~01:00
生活講臺語：週日
→00:30~01:00
AM1593、AM738、AM1143
- **金馬之聲廣播電臺**
電話：082-322121
真心看世界：
週一~週六 02:00~03:00
愛灑人間：
週日 00:00~01:00
金門、廈門、福建沿海 / FM99.3

- **世新廣播電臺**
點亮心光：週日 13:00~13:30
北部地區 / AM729
- **政大之聲**
點亮心光：週六 13:00~14:00
臺北 / FM88.7
- **南台之音**
點亮心光：週三 20:00~21:00
臺南 / FM88.1

-
- **慈濟大學實習電臺**
電話：03-856 5301
愛灑人間：
週六 09:00-10:00 音
20:00-21:00
真心看世界：
週一至週五 08:00-09:00 音
23:00-00:00
藍天白雲好時光：
週六 08:00-09:00 音
21:00-21:30
點亮心光：
週一至週五 19:00-21:00 音
01:00-03:00
生活講臺語：
週三 13:00-13:30 音
21:00-21:30
鑼聲若響：
週六 13:00-13:30 音
21:00-21:30

大愛網路電臺節目時間表 daairadio.tw

首 首播 聯 聯播電視 L Live TV 電視版 B 廣播劇場

週一至週五

00:00~02:00 大愛來點名	(週四) 藍天白雲好時光 音	18:00~18:30 鑼聲若響 B
02:00~03:00 真心看世界	(週五) 青春愛讀書 音	18:30~18:55 大愛之歌
03:00~03:30 鑼聲若響 B	12:00~12:30 大愛午間新聞 聯 L	18:55~19:45 大愛全球新聞 聯 L
03:30~05:30 大愛下午現場	12:30~13:00 聽慈濟歌	19:45~20:00 慈濟歌選
05:30~06:30 靜思妙蓮華 TV 聯	13:00~13:30	20:00~21:00 真心看世界
06:30~07:30 大愛晨間新聞 聯 L	(週一) 慈濟世界愛在洛城	21:00~22:00 靜思妙蓮華 TV 聯
07:30~08:00	(週二) 英文新視界 音	22:00~23:00 (週一) 大愛知音
(週一) 慈濟世界愛在洛城	(週三) 教育CEO來開講 音	(週二) 愛灑人間
(週二) 英文新視界	(週四) 心的力量 音	(週三) 人文聽講
(週三) 教育CEO來開講	(週五) 第一週大愛探索週報 音、第二週回眸來時路 音、第三週健康一百分 音、第四週生活講臺語 音、第五週無盡智慧無盡藏 音	(週四) 藍天白雲好時光
(週四) 心的力量	13:30~14:00 鑼聲若響 音 B	(週五) 青春愛讀書
(週五) 第一週大愛探索週報、第二週回眸來時路、第三週健康一百分、第四週生活講臺語、第五週無盡智慧無盡藏	14:00~16:00 大愛下午現場 音 L	23:00~23:30 大愛夜間新聞 聯 L
08:00~09:00 真心看世界	16:00~17:00 真心看世界 音	23:30~00:00
09:00~11:00 大愛來點名 音 L	17:00~18:00 (週一) 大愛知音	(週一) 慈濟世界愛在洛城
11:00~12:00 (週一) 大愛知音	(週二) 愛灑人間	(週二) 英文新視界
(週二) 愛灑人間	(週三) 人文聽講	(週三) 教育CEO來開講
(週三) 人文聽講 音	(週四) 藍天白雲好時光	(週四) 心的力量
	(週五) 青春愛讀書	(週五) 第一週大愛探索週報、第二週回眸來時路、第三週健康一百分、第四週生活講臺語、第五週無盡智慧無盡藏

週六、週日

00:00~01:00 愛灑人間	08:00~09:00 人文聽講	16:00~17:00 人文聽講 音
01:00~02:00 大愛知音	09:00~10:00 愛灑人間 音	17:00~18:00 愛灑人間
02:00~02:30 慈濟世界愛在洛城	10:00~10:30 教育CEO來開講	18:00~18:30 心的力量
02:30~03:00 教育CEO來開講	10:30~11:00 心的力量	18:30~18:55 大愛之歌
03:00~04:00 人文聽講	11:00~12:00 藍天白雲好時光 音	18:55~19:45 大愛全球新聞 聯 L
04:00~05:00 藍天白雲好時光	12:00~12:30 大愛午間新聞 聯 L	19:45~20:00 慈濟歌選
05:00~05:30 心的力量	12:30~13:00 聽慈濟歌	20:00~21:00 人文聽講
05:30~06:30 愛灑人間	13:00~14:00 大愛知音 音	21:00~22:00 藍天白雲好時光
06:30~07:30 大愛晨間新聞 聯 L	14:00~14:30 慈濟世界愛在洛城 音	22:00~22:30 教育CEO來開講
07:30~08:00 英文新視界	14:30~15:00 英文新視界	22:30~23:00 英文新視界
	15:00~16:00 藍天白雲好時光	23:00~23:30 大愛夜間新聞 聯 L
		23:30~00:00 心的力量

大愛一臺節目表

週一至週五

00:18 大愛會客室	09:45 人間菩提	17:30 (週一) 快樂小蘑菇
00:30 DaAi Headlines	10:00 大愛十點新聞	(週二) 當我們童在一起
01:00 靜思妙蓮華	10:30 經典劇坊	(週三) 小主播看天下
01:30 草根菩提	11:18 人間菩提	(週四) 生活裡的科學
02:00 (週一) 音樂有愛	11:30 大愛人物誌	(週五) 呼叫妙博士
(週二~五) 現代心素派	12:00 大愛午間新聞	18:00 草根菩提
02:30 (週一) 悲智印記	12:30 大愛劇場	18:30 菩提禪心
(週二~五) 草根菩提	-----	18:55 大愛全球新聞
03:00 大愛劇場	13:18 大愛會客室	19:45 人間菩提
03:48 大愛會客室	13:33 歡喜相逢	20:00 大愛劇場
04:00 全球視野	14:00 菩提禪心	20:50 大愛醫生館
04:30 法華經序	14:30 經典劇坊	21:00 靜思妙蓮華
05:30 靜思妙蓮華	15:19 大愛醫生館	22:00 (週一~三) 志為人醫守護愛
06:30 大愛晨間新聞	15:30 大愛午後新聞	(週四) 行動現場
07:30 草根菩提	16:00 大愛劇場	(週五) 大愛探索周報
08:00 DaAi Headlines	16:48 大愛會客室	22:24 全球視野
08:30 慈濟新聞深度報導	17:00 (週一~四) 現代心素派	22:48 人間菩提
08:55 菩提禪心	(週五) 蔬果生活誌	23:00 大愛夜間新聞
09:20 (週一) 大愛探索周報		23:30 大愛劇場
(週二~四) 志為人醫守護愛		
(週五) 行動現場		

週六

00:18 大愛會客室	06:30 大愛晨間新聞	12:30 大愛劇場	18:30 衲履足跡
00:30 殷環小聚	07:30 Tzu Chi This Week	-----	18:55 大愛全球新聞
01:00 菩提心要	08:00 健康新生活	13:18 大愛會客室	19:45 人間菩提
02:00 蔬果生活誌	08:30 慈濟新聞深度報導	13:33 悲智印記	20:00 大愛劇場
02:30 草根菩提	08:55 映照人生	14:00 經典.TV	20:48 證嚴法師說故事
03:00 大愛劇場	09:20 大馬慈濟情	14:30 大愛全紀錄	21:00 發現
03:48 大愛會客室	09:45 人間菩提	15:30 音樂有愛	22:00 青春愛讀書
04:00 靜思書軒心靈講座	10:00 大愛十點新聞	16:00 大愛劇場	22:50 人間菩提
04:30 法華經序	10:30 農夫與他的田	16:48 大愛會客室	23:00 大愛夜間新聞
05:30 衲履足跡	11:18 人間菩提	17:00 證嚴法師菩提心要	23:30 大愛劇場
06:00 草根菩提	11:30 生活裡的科學	17:48 唐朝小栗子	
	12:00 大愛午間新聞	18:00 茶的幸福告白	

週日

00:18 大愛會客室	06:00 經典.TV	12:00 大愛午間新聞	18:00 國民漢字須知
00:30 音樂有愛	06:30 大愛晨間新聞	12:30 大愛劇場	18:55 大愛全球新聞
01:00 菩提心要	07:30 行動現場	-----	19:45 人間菩提
02:00 發現	08:00 證嚴法師菩提心要	13:18 大愛會客室	20:00 大愛劇場
03:00 大愛劇場	08:55 見證臺灣生命力	13:33 大愛探索周報	20:48 證嚴法師說故事
03:49 大愛會客室	09:45 人間菩提	14:00 年輕人讚起來	21:00 大愛全紀錄
04:00 殷環小聚	10:00 大愛十點新聞	14:30 發現	22:00 經典.TV
04:30 法華經序	10:30 合力協力救地球	15:30 靜思書軒心靈講座	22:24 殷環小愛
05:30 衲履足跡	11:18 人間菩提	16:00 大愛劇場	22:48 人間菩提
	11:30 呼叫妙博士	17:00 見證臺灣生命力	23:00 大愛夜間新聞
	11:45 人間菩提	17:48 唐朝小栗子	23:30 大愛劇場

*如有更動，請以大愛電視臺網頁之節目表為主。

全臺慈濟人文閱讀中心



電話 地址

臺北

東區會所大愛廳 02-27660971
原實閱讀中心
樹林光緣 02-26814122
汐止忠孝里辦公室 02-86918131

古井餐廳 02-86711798
汐止聯絡處 02-26953366

基隆

基隆靜思堂 02-24333769

桃園

雅素齋 03-2200552
恰恰好環保借福站 03-3338216
蘇菲雅國際文教機構 03-3900456
德昇車業公司 03-329-1563

新竹

柑仔店有機超市 03-571-5566
大愛感恩科技概念館閱讀中心 03-5314027
竹東共修處 03-5996118

苗栗

人醫診所 037-670478
十力人文閱讀中心 037-622978

臺中

新境龍華文化會館 04-25207342
惠弘茶文化生活館 04-22778687
鄭成發診所 04-26882366
清一診所 04-26863252
臺中港區聯絡處 04-26312728
德欣棉業 04-24939726
耕心園慈濟人文閱讀中心 04-22420008
溪南人文閱讀中心 04-23352543
大里共修處 04-24061276

彰化

海頓社區餐廳 04-7116697
伊瑪克公司 04-7874585
欣向美牙醫診所 04-7203666
大官山社區 04-7245935
稻香休閒農場 04-8661118
文山堂眼科 04-8960063

雲林

日興堂薑餅 05-7825907

臺北市信義區松隆路327號
新北市新店區安康路三段424號1樓
新北市樹林區市育英街86號
新北市汐止區忠孝里活動中心,汐止市工建路60號
新北市三峽區中山路40號
新北市汐止區福德一路392巷50號

基隆市安樂區樂利三街150號

桃園市桃園區中平路93號一樓
桃園市桃園區大華五街13號
桃園市大溪區僑愛一街1號
桃園市龜山區萬壽路2段650號

新竹市光復路二段295號21樓之4
新竹市武陵路135號
新竹縣竹東鎮文林路168號

苗栗縣頭份鎮建國路二段178號4F
苗栗縣竹南鎮公館里六鄰62-6號

臺中市豐原區自立街61-1號
臺中市太平區中興東路246號
臺中市大甲區光明路68號
臺中市大甲區復興路40號
臺中市沙鹿區鎮南路2段472號
臺中市大里區四維街19號
臺中市北屯區大連三段1鄰21巷67號
臺中市烏日區溪南路一段251號
臺中市大里區國中路176巷14號

彰化縣花壇鄉白沙村觀音巷80弄10-7號
彰化縣花壇鄉學前路338巷20號
彰化縣彰化市東民街60號
彰化縣彰化市埔西街160巷10-9號
彰化縣埔鹽鄉彰水路二段169巷23號
彰化縣二林鎮大成路一段145號

雲林縣北港鎮中山路42號

嘉義

美中紅茶素食 05-2257131
鼠麴草自然蔬食閱讀中心 05-2753578
健診中心 05-2648000
自強書局 05-3791898

臺南

羽儀素食館 06-7223534
葉太原診所 06-2633011
名家文理補習班 06-3581751
大成鋼集團 06-2703170#310
日上駕訓班 06-3121201
初鹿閱讀中心(初鹿鮮奶) 06-2003373
安平聯絡處 06-2989111

高雄

科工館(昇沛企業行) 07-3800089#8640
高雄信宗大飯店 07-9738666
發陽企業有限公司 07-3744978
銘華牙醫診所 07-6115589
友緣電器行 07-6995155
德功電業行 07-3516853
乙軒素食園 07-3519615
意大虹茶店 07-6312366
橋頭共修處 07-6120706
旗山聯絡處 07-6621162

屏東

香揚巷社區慈濟人文呈現道場 08-7235037
棒球路社區慈濟人文呈現道場 08-7510779

花蓮

玉里聯絡處 03-8882718#701

金門

金瑞成貢糖廠八達樓分店 082-362397

嘉義市民權路357號
嘉義市東洋新村603號
嘉義縣大林鎮民生路2號
嘉義市朴子世平和路2號

臺南市佳里區佳東路457號
臺南市南區夏林路172號
臺南市中西區臨安路2段337號
臺南市仁德區義林路122號
臺南市永康區復華三街95號
臺南市東區裕農路95號

臺南市安平區國平路211號

高雄市三民區九如一路720號 禮品中心
高雄市三民區建國三路487號
高雄市仁武區鳳仁路24-1號
高雄市橋頭區橋頭里成功路176號
高雄市湖內區中正路二段49之4號
高雄市大社區三民路259號
高雄市大社區中山路463號
高雄市阿蓮區民族路11號
高雄市橋頭區白樹村中正路16號(元生中醫診所對面)
高雄市旗山區旗文路123之8號

屏東縣屏東市瑞光里香揚巷59之10號
屏東縣屏東市棒球路162號

花蓮縣玉里鎮民權街56號

金門縣烈嶼鄉林邊5號

信用卡捐款訂購單▼
請填妥後放大傳真至 (02) 2898-9966

捐款資料

●我願意，加入「大愛之友」：(請勾選下列資料)

- 一次捐款金額_____元
 自即日起每月扣繳_____元，至接獲您通知取消或變更授權時方停止扣款
 月繳_____元，自____年____月至____年____月止

●收據郵寄方式：

不寄 按月(次)寄出 年度一次寄出

收據郵寄地址：

訂購資料 2017.1.21~2.20

●購物總金額未滿900元，須加附郵資80元

產品名稱	數量	金額
總金額合計	元	

●產品總額_____元+郵資_____元=總額_____元

●發票抬頭：_____

統一編號：_____

●訂購人資料

姓名：_____

聯絡電話：(公) _____ (宅) _____

地址：

●信用卡資料

信用卡別： VISA MASTER JCB 聯合信用卡

信用卡號：_____

有效月年：____/____

檢查碼： (信用卡背面簽名欄上後三碼)

持卡人簽名：_____ (同信用卡簽名)

客服專線：(02) 28989898或(02) 28989991

傳 真：(02) 2898-9966

98-04-43-04 郵政劃撥
 收帳帳號 19905781
 金額幣制(小寫) 仟 佰 拾 萬 仟 佰 拾 元

通訊欄(限跟本次存款有關事項)

- 參加大愛之友，贊助大愛電視臺
 參加慈濟總會每年1200元以上
 (每兩個月可獲贈「慈濟通俗叢書」一冊)
 隨喜助印「慈濟通俗叢書」
 不索書
 索書，請註明助印書名及冊數
 捐助人姓名、地址： 同寄款人資料

共計_____位，捐款收據 寄 不寄
 索閱出版刊物(舊讀者編號：_____)
 慈濟月刊 慈濟日文月刊 大愛之友月刊
 國內郵資(一年165元) 國外郵資(一年500元)
 慈濟英文季刊：
 國內郵資(一年60元) 國外郵資(一年200元)

戶名	姓名	地址	電話
慈濟傳播人文基金會	寄款人 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		

經辦局收款戳

收件人姓名 _____
 地址 _____
 電話 _____

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明
 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫
 郵政劃撥儲金存款收據

收帳帳號戶名	存款金額	電腦記錄	經辦局收款戳

※本劃撥單僅限捐款專用，如須以劃撥購物，請參考後頁帳號另行辦理。

●「大愛之友」加入辦法

1. 郵局劃撥：
劃撥帳號19905781，戶名：慈濟傳播人文基金會
2. 信用卡：
請利用信用卡捐款訂購單，填妥回傳。

●贊助人文志業出版

1. 郵政劃撥帳號：19905781
戶名：慈濟傳播人文基金會
2. 加入「檀施會」會員，每年1200元以上（每月100元以上），每兩個月可獲一本「慈濟道侶叢書」
3. 隨喜助印《慈濟》月刊、《大愛之友》及「慈濟道侶叢書」
4. 《慈濟》月刊及《大愛之友》郵資一年份：國內165元，國外500元

● 客服專線：02-28989000 分機1165（月刊）
分機2145（道侶叢書）

●大愛產品訂購辦法

1. 郵局劃撥：
劃撥帳號19924552，戶名：慈濟傳播人文基金會
2. 信用卡：
請利用背面信用卡捐款訂購單，填妥回傳。
3. 網路線上訂購：
請上【大愛電視】網址：www.newdaai.tv

●基金會出版品及經典雜誌訂購辦法

1. 郵局劃撥：
劃撥帳號19924552，戶名：經典雜誌
2. 信用卡：
請利用背面信用卡捐款訂購單，填妥回傳
3. 網路線上訂購：
請上《經典雜誌》網址：
www.rhythmsmonthly.com

上列商品亦可至慈濟各分支會聯絡點流通處或靜思書軒洽購。

慈濟傳播人文志業基金會
地址：11259臺北市北投區立德路2號
代表號：(02) 2898-9000
客服專線：(02) 2898-9000分機1035
客服傳真：(02) 2898-9966

請寄款人注意

郵政劃撥存款收據

注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖者無效。

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦影像處理，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿折疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查 210x110mm(80g/m²) 保管五年



靜思法脈叢書

是諸菩薩，莫皆是法身大士，戒定慧解脫，解脫知見之所成就，其心禪寂常在，三昧恬安，澹泊無為，無欲顛倒亂想，不復得入，靜寂清澄，志玄虛，漠守之不動，億百千劫，無量法門悉現，在前得大智慧，通達諸法，曉了分別，性相真實，有無長短，明顯現白，又能善知諸根性，欲以陀羅尼無礙辯才，請佛轉法輪，隨順

證嚴上人袖履足跡

二〇一六年【冬之卷】

釋德仇 編撰

靜思人文虔誠發行



同學好同協

同學不只是同學，還是生命中的好同協，
大愛二臺，同學好同協，不見不散！



20歲的我們，青春奔放

40歲的我們，衝刺事業



50歲的我們，愛家顧本

30歲的我們，各自努力



人生一場，有同學、有好友，
在生命不同階段，
一起「同」心「協」力，
共同經歷生命喜怒哀樂。



首播週六 17:00

重播週六 02:10、週日 11:00

我們一起開同學會