

大愛之友



大愛全球新聞

回收再生，
創造循環經濟價值



2018 8/2 真愛源起

Love that Never Ceases

8月2日起，週一至週五晚間8點



真情相待
愛永不息



業超.佑學：
上課要用心
也要專心
爸媽愛你們哦！



親愛的My媽：
生日快樂！
祝你身體健康，活到
一百二十歲！

健康在說話

焦點
節目



展翅飛翔 成就夢想

醫科大學排名

6

私立大學 TOP20

9

教學 TOP20

12

遠見雜誌2018臺灣最佳大學排行榜

醫科大學排名第6 私立大學排名第9

教學TOP20 第12

- ◎ 全球慈濟志業網絡，提供就業及擴展國際視野之最佳場域
- ◎ 系所及中心評鑑全數通過
- ◎ 連續十年教育部教學卓越計畫學校
- ◎ 榮獲高教深耕計畫，補助金額花東地區大學校院最高
- ◎ 各類國家證照考試表現優異，名列前茅
- ◎ 融合人文典禮之臨床模擬手術課程，廣受國際肯定
- ◎ 業師引航 實踐理想；全球志業 產學接軌
- ◎ 提供經濟弱勢學生各項獎助學金與工讀機會：
生活助學金、書卷獎、慈濟獎助生、慈濟助學金

醫學院

醫學系
醫學檢驗生物技術學系
公共衛生學系
護理學系
物理治療學系
醫學資訊學系
生命科學系
分子生物暨人類遺傳學系

人文社會學院

社會工作學系
人類發展與心理學系
東方語文學系（中文組、日文組）
英美語文學系

教育傳播學院

兒童發展與家庭教育學系
傳播學系

弱勢學生入學零負擔學雜費政府、慈濟來分攤

自106學年度起，補助低收入戶、中低收入戶、五級弱勢新生學雜費：

- (1) 低收入戶：政府補助全額
- (2) 中低收入戶：政府補助60%、慈濟補助40%
- (3) 五級弱勢：慈濟補足政府補助之差額



弱勢入學措施連結



本校招生訊息連結

慈濟大學網站：<http://www.tcu.edu.tw>

校本部：花蓮市中央路三段701號 886-3-856-5301

人文社會學院：花蓮市介仁街67號 886-3-857-2677

 慈濟大學
Tzu Chi University

大愛劇場〈阿英的成長日記〉每一集都有笑點，在歡樂中體驗人生甘苦，是很有創意的呈現。尤其是在服飾店的那個橋段，被韓宜邦飾演的「林宜龍」笑翻了，簡直讓人忍不住「哈…哈……」

Chang Aing, Ching-Hui Huang

〈阿英的成長日記〉劇中有很漂亮的建築物，拍攝場景的確很重要，因為除了看戲外，美麗的風景也是讓人驚豔、吸引的地方。

李秋萍

由庾宗華演出的〈爸爸加油〉，我已經重複看了幾次，每次看每次感動。庾宗華把角色演得淋漓盡致，也吸引所有觀眾目光。林爸爸忍受病痛折磨，還要獨立撫養兩個小孩子長大，真是好爸爸。祝福他與兩個小孩。

韋菁菁

感恩阿英師姊的示現，身為女眾，自我檢視之後，發現自己也會幻想、亂想及妄想，疑心病也有一點。這些缺點就像雜草，只有除掉才能讓善種子成長。

劉怡伶

我家小朋友雖然是女兒，卻相當好動，經常擦傷、流鼻血，乃至於扭傷；這時候，除了幫她「呼呼」之外，要怎麼處理這些意外傷害呢？在我還是新手把拔的時候，難免手忙腳亂！

為了瞭解如何治療這些意外傷害，便會看一些醫學書或上網查詢；除此之外，為了讓小朋友也能學習照顧自己、認識身體，便會注意相關的醫普童書。很幸運的，竟然讓我找到一本慈濟傳播人文志業基金會編撰的《小心！讓意外少傷害！》，書

中除了簡明介紹了十多種常見的意外傷害，還有清楚的插圖說明，讓國小中年級以上的孩子容易理解。

例如，書中提到了——一般人流鼻血時常不由自主的仰著頭，這其實是大錯特錯的；嚴重的話，血液可能流至喉嚨而嗆到呢！

小朋友輕微擦傷時，許多人常是趕緊用雙氧水或碘酒消毒！其實這也大可不必——可能只是痛上加痛！用清水仔細清洗傷口，便能有不錯的清潔效果嘍！讓人困惑的還有扭傷——到底要冰敷還是熱敷呢？嗯……在本書中也能找到解答呵！

這本書能幫助小朋友擁有正確的預防及治療知識，意外發生時，可以自救或救人，減輕傷害。孩子懂得保護自己，也能讓家長們更放心！

桃園 Leo

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11樓
收件者：《大愛之友》月刊編輯部
電子稿請Email：019448@daaitv.com
字數限500字以內
感恩您的分享，並同意本刊刪修文字。

大愛20為愛堅持

感恩您！護持大愛心蓮

☐ 一次付清(☐現金☐信用卡) ☐ 信用卡付款分五期(每月2,000元X5期)

☐ 信用卡付款分十期(每月1,000元X10期)

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

- 1.本會為提供台灣訂閱或編輯雜誌、電子書或其他出版品、助印或繪印權施文庫、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)，而蒐集、處理及利用台灣所提供之識別類、特徵類之資訊，其類別以「確認單」實際所載圖表類別為準。
- 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。台灣得自由選擇是否提供相關個人資料，若拒絕提供，本會將無法提供台灣上開服務。
- 3.台灣得以書面方式向本會申請查詢或閱覽其個人資料，製給複製本，補充或更正個人資料及要求停止搜集、處理或利用或刪除其個人資料，本會得酌收必要成本費用。

日期： 年 月 日

● 基本資料

姓名： 生日： 年 月 日

身分證字號： *目前財政部已使用電子化作業提供捐款人線上查詢系統，捐款人可提供身分證字號以利歸戶，作為綜合所得稅查詢報稅參考運用。

聯絡電話：(公司) (住家) (手機)

通訊地址：□□□

E-mail：

收據抬頭：☐本人 ☐其他

收據開立郵寄方式：☐按月(次)寄出 ☐按年度一次寄出 ☐不寄

收據地址：☐同通訊地址

☐另寄：□□□

● 信用卡資料

持卡人姓名：

信用卡別：☐VISA ☐MASTER ☐JCB ☐銀聯卡

信用卡號： - - -

有效期限： 月 / 20 年(西元年)

應付總金額：

● 持卡人簽名： (請與信用卡背面簽名相同)

*付款承諾書：具承諾書人茲向財團法人慈濟傳播人文志業基金會捐款大愛之友，授權貴基金會以信用卡方式，於每月20日進行扣款，至所有應付帳款繳清為止，並願依本承諾書所載之約定履行承諾。

區域： 接引人： 電話：

* 填妥捐款表格後請回傳至(02)2898-9966或郵寄：11259台北市北投區立德路2號11樓(人文推廣部收)



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

2018年7月25日 第一五一期

中華郵政臺北字號第4103號執照登記為雜誌交寄

創辦人／釋證嚴

發行者／王端正

廣電總監／葉樹嫻

平面總監／王志宏

總編輯／張尊昱

特約主編／尤紀彤

特約編輯／洪淑芬、高怡蘋

行政編輯／劉哲鈴

特約記者／吳秋瓊、涂心怡、吳立萍

美術設計／大愛電視美術組

人文推廣部

經理／于東玫

業務行銷／王文茜、張天富、陳湘沅

活動企畫／林家慧、伍慧綺、趙亦梅

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、何鑑炎、

汪佳瑩、丁凡幃

平面媒體發行組

經理／陳元輝

業務行政／黃柏維、李昊恩、林莉華

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：02-2896-2688

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 分機1035

Email：tcts@daaitv.com

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

- 23 大愛全紀錄
節目預告
- 22 起司豆乳鍋
現代心素派
- 16 真愛源起
大愛劇場
- 14 玄奘法師
高僧傳
萬古風韻，一人而已
- 10 衣之旅
大愛全球新聞
回收再生，創造循環經濟價值
- 6 阿明@live
幕後現場
- 4 健康在說話
焦點節目

大愛
大愛電視

- 42 主播力就是我的超能力
人文特寫
二〇一八大愛兒童傳播體驗營
- 38 面對未來，你應該要有的自媒體思維
靜思書軒·心靈講座
- 36 好癢！為什麼會過敏？
新書推薦
- 34 職引迷津
- 32 《經典》二十周年慶
特別報導
加入我們的壯遊吧
- 31 小人物大英雄
節目預告
- 27 英國海岸系列
地球證詞
- 26 水返腳的春天
好戲推薦

DaAi2
大愛二臺



健康 在說話



主持人花蓮慈濟醫學中心麻醉部主治醫師李毅表示，「節目不講深奧的疾病，我必須跳脫醫師角色，以觀眾角度出發，試想他們可能會有什麼問題。」

採訪撰文／凜心怡 圖／地方中心提供

該 如何刮痧才能真正有效緩解中暑的不適？冬季乾癢讓人困擾，什麼是兼具保養又能紓解症狀的祕密武器？勤洗手，只是為了避免細菌被吃下肚嗎？

想知道這些健康生活的小撇步嗎？正確解答盡在〈健康在說話〉節目內容中。

主持人李毅是花蓮慈濟醫學中心麻醉部主治醫師，即使具有醫療專業背景，主持這個節目，他卻直言首要條件就是設法讓自己「放空」，「因為節目不講深奧疾病，討論的都是生活常識及非專業的醫療問題。我必須跳脫醫師角色，以觀眾角度出發，試想他們可能會有什麼問題。」

例如，夏天是登革熱的好發季節，居家該如何整理才能避免病媒蚊孳生？當家裡有孩子罹患腸病毒時，同住家中的其他小孩又該做哪些預防措施，才能避免被傳染？李毅笑言，這些與醫療相關的問題，民眾往往心有疑惑，卻不知道從何尋找正確的方式與解答，「也不可能特地掛號進診問醫生。我們節目就可以做到這一點，每一集都邀請中醫、西醫及營養師上節目回答這些日常疑問。」

製作人詹舒揚表示，去年底企畫這個新節目時，團隊反覆思索該如何跳脫醫療節目的窠臼，「與觀眾有所連結、親近觀眾，是我們的一大挑戰。」

節目設計之初，以花蓮慈濟醫院營養科與中醫部

出版的《24節氣輕蔬食》為基礎，邀請西醫談述相關疾病觀點，更請中醫現場示範：如何正確刮痧才能達到安全又舒緩的效果？腸胃不舒服時該如何按摩、增加腸胃蠕動？搭配道具、圖卡說明，讓示範動作更為清楚。而營養師則根據疾病、季節或節氣，介紹當令當季的好食材，一如談到腦中風，就會推薦具有抗凝血功能的黑木耳；遇酷暑時，則推薦含水量高的小黃瓜入菜。

為了讓節目內容更豐富，更結合花蓮當地資源，邀請東華大學歷史系教授以古代醫案為例提出討論，並根據營養師所推薦的當季蔬果，邀請花蓮地區模範農民或得過神農獎的農友暢談專業知識與經驗。這些在地農民不僅在節目中貢獻所知，還會帶來親自種植的蔬果與工作人員分享，農民的热情總讓錄製現場歡笑連連。

為了增添醫療類型節目的輕鬆與實用效果，節目也設計許多小單



節目設計許多輕鬆實用的小單元，如「老魯劇場」中暑模擬劇，讓節目多元又好看。



節目設計之初，以《24節氣輕蔬食》為基礎，邀請中西醫談述相關觀點，並搭配道具、圖卡說明示範。

元，如：講述節氣與季節的「氣象在說話」、以真實案例為主的「個案故事」及虛擬情境劇「老魯劇場」等。詹舒揚坦言，要包羅萬象仍有其挑戰性，「包含西醫、中醫、營養師、歷史、氣象、個案、老魯劇場以及農民，共有七個角度，一集節目要塞進那麼多內容實在太困難了，後來就依據每集節目主題，選擇性地穿插至少五個單元，確保節目的多元性。」

其中，老魯劇場是節目團隊的一大奇想，他們找來同仁拍攝虛擬情境劇，光是兩分鐘畫面，每次就得動員六人以上、最少一個半鐘頭的拍攝時間。即使耗時費力，詹舒揚卻認為很值得，「我們設計很多單元，前製著墨也多，節目要好看就是要花多一點時間。」

〈健康在說話〉不只探討人體小乾坤，而是納含節氣與食材等大自然的恩典，在醫師、營養師與專家的互動中，以逗趣、實用的方式傳遞預防醫學的小知識，讓民眾從生活做起，以最輕鬆簡單的方式建立良好生活習慣，避免疾病找上門，實現令人稱羨的樂活人生。

幕後
現場

阿明@live



採訪撰文／涂心怡 圖／〈阿明@live〉提供

珍惜因緣，感恩被需要

在大愛電視臺宣布進入「行動元年」之際，以Facebook作為平臺的網路直播節目——〈阿明@live〉在臨危受命之下，正式開播。

一年多來，從利用手機克難直播到扛起專業攝影機拍攝，又或從面臨網路頻寬不足而導致直播畫面充滿雜訊，寧願停播也不願讓觀眾看到馬賽克畫面。一路走來，製作團隊步步微調，即使人力始終只有四名，他們仍誓言要達到電視臺的專業品質。

〈阿明@live〉以主持人黃添明的小名作為節目名稱，幽默風趣的他可謂是節目的靈魂人物。黃添明雖然有豐厚的電視主持經驗，卻鮮少有機會與觀眾交心互動；在經營直播之後，他不僅能與觀眾直接接觸交流，甚至有些粉絲知道直播地點，還會到活動現場大力支持。

黃添明猶記有一名節目的「鐵粉」，不僅與團隊互動良好，也曾到直播現場加油打氣。一回，他們在網頁留言版中看到這名鐵粉的留言，知道他目前正在與疾病對抗並接受治療，「我們覺得他需要被祝福，於是利用出外景的機會登門拜訪，親自送上感恩之情與祝福之意。」

節目團隊珍惜與每一位觀眾的因緣，黃添明坦言，直播當下的線上觀看人數會牽動他的情緒，有時他不禁想，明明網路連線狀況很穩定，來賓口條也好，為何收看人數那麼少？

「我也是凡夫啊！」自嘲過後，他打起精神，「一年多來，我學習到『當下轉念』的功夫，當下的收看人數





二〇一七年九月，阿明與製作人到新北市觀音山記錄慈濟人淨山，志工先為阿明綁安全繩索。



今年六月阿明直播團隊穿著專屬T恤與莫三比克蔡岱霖師姊及女兒合影。左起：李志剛、廖世諭編導、蔡岱霖、傅一珊、黃添明、陳慧蓮小編。

並不絕對重要，而是後續這段直播影片又會被多少人收看、轉分享，其影響的漣漪才是最可貴的。如果我們的直播分享能影響一個人的心念，甚至將一個人的負面念頭轉正，那才是最重要的。」

此外，他也發現在客觀條件下，時段、來賓其實都不是影響收看人數的要點，「有一次早上七點，我們直播慈濟全球志工總督導黃思賢師兄在營隊中的分享，在這個許多人趕著出門上班、上學時段，到底有誰會看？結果收看人數卻意外超過四百五十人！」黃添明深切感受到，「緣分」才是關鍵。

像今年六月慈濟全球四合一幹部精進研習期間，做七段直播，每段平均大約有一萬五千四百二十人次瀏覽，透過直播節目，能讓許多人參與其中，也讓團隊了解自己的角色定位何在。有別於電視臺已經將一天二十四小時的時段排定好節目，無法給予即時活動太多的露臉機會，〈阿明@live〉適切地擔起報導角色，無論是營隊活動、災難現場又或是電視劇的發表記者會、見面會，都可提供更多時間與畫面，做出更詳細報導，滿足觀眾「知」的權利。「我們一直很感恩，感恩這分被需要的感覺。」黃添明說。

提升穩定性，堅守直播品質

一路走來，主持人黃添明身負如何與觀眾維持良好互動的責任，而負責拍攝與剪接工作的編導廖世諭也不斷



今年六月阿明與小編陳慧蓮在慈濟全球四合一幹部精進研習營隊中直播。



二〇一七年十月，阿明直播團隊與大愛劇場〈若是來恆春〉演員、本尊及大愛臺戲劇部同仁到屏東南灣海邊淨灘後合影。

思索該如何提升直播畫面的穩定好品質，帶給觀眾更舒服的收看氛圍。

〈阿明@live〉在去年三月試播時，行動式的外景幾乎都用手機拍攝，並仰賴手機網路作為主要連線方式；然而，因為網路訊號不穩，會面臨畫面陷入水墨畫及馬賽克的危機。

「直播畫面不好看，又或一直斷訊，會大幅降低觀眾持續收看的耐心。」廖世諭在加入團隊後，堅持扛上專業攝影機，並確定直播地點是否有可用的有線網路支援，「如果沒有，我們就向電信業者申請臨時的光纖網路。」慈濟五十二周年慶期間，直播團隊更感恩臺內科工部同仁利用4G無線網路傳輸設備，協助順利完成在靜思精舍的數段直播，讓海內外觀眾雖然無法回到心靈的故鄉參與活動，卻有「回家」的感覺。

網路品質是這個節目最重要的環節之一，若在現場面臨無法克服的網路問題，節目團隊寧願選擇先停播，不執著一定得在活動當下播出，而是先將畫面錄製下來，稍後再上傳網路供觀眾收看。

除了堅守網路品質，他們也將直播內容從棚內拉出棚外，「棚內採訪仍然維持，但現在多了很多外景直播，題材變多元了。」廖世諭笑言，也正因如此，導致節目團隊的工作作息都變得不正常了。

一回，他們選定直播一場位於三重靜思堂的營隊分享，當天清晨四點半廖世諭先開車到關渡大愛臺借公務車，再前往淡水接同仁，再回到大愛臺與坐計程車趕來



的黃添明會合。「一路開到三重正好六點，等網路連線完成、器材架設確認無誤後，上午七點準時直播。」
「又有一次因配合受訪者時間，結束外景回到大愛臺擺放器材後，離開公司已經是半夜十一點多了。」廖世諭表示，「以前在棚內做直播，因為是中午十二點半直播而無法準時吃午餐；現在跑外景，變成無法固定時間上下班。」

即使如此，廖世諭仍舊認為值得，「這樣跑，不僅能拉大觀眾的視野，也增添許多新鮮感；題材有意思了，收看人數當然就會增加。」

粉絲專業小編，幕後隱身功臣

節目團隊的用心與堅持，觀眾們都感受到了，直播平臺上的粉絲人數與日俱增，這也讓隱身於粉絲專頁後的小編陳慧蓮忙得不可開交。

「現在一則直播大約會有四至五百則留言，每一則留言我都要看，除了給『讚』，也得適時回應。」陳慧蓮



慈濟五十二周年慶，阿明到靜思精舍直播記錄方漢武師兄等志工製作壽桃的過程。

說，自己坐在電腦前的時間非常多，甚至在直播當下，還得肩負與觀眾互動交流的角色，「不過，很多粉絲還是搞不懂什麼是小編，還以為在粉絲專頁與他們互動的是主持人阿明。」

因此，粉絲專頁不乏私訊給黃添明的留言，「有人說他在大愛臺的警衛處留下一支竹筒撲滿，希望阿明可以代為捐出；還有人說他想捐衣服，但不知道該去哪裡捐，可以請阿明幫忙嗎？」陳慧蓮笑言，每每遇到相關留言，她仍得請黃添明親自下海執行任務，「這時候阿明就會親自回訊息給對方、替他轉介。」

除了得回應來自四面八方的問題與祝福，陳慧蓮也得不時了解Facebook每次改版後的新機制，「每次的改版規定，多多少少會影響觸擊率，我們就得想方設法因應，免得粉絲看不到直播訊息。」

小編也是電腦直播系統的操控者，是畫面成功播送與否的關鍵。然而，起初電腦軟體操作並非團隊的專業，陳慧蓮很感恩資訊部同仁們的長期指點，在數次系統出問題、畫面出不去時，他們一通電話隨傳隨到！或一通電話「隨病授藥」，然後「藥到病除」，讓她圓滿直播任務。

雖然人氣不斷上升，陳慧蓮與團隊裡的每一個人仍然戰戰兢兢，無論在直播呈現或後臺回應上都不敢輕忽大意，因為他們真誠希望，〈阿明@live〉帶給觀眾的，不只是歡笑，還期待能讓大家心有所感，豐富觀眾的心靈風景。



衣之旅

回收再生，創造循環經濟價值

回收衣物經過破碎處理，是整個閉鎖循環過程第一階段。

因應快時尚便宜快速的生產要件，「聚酯纖維」成為製衣的主要原料。為了解決過度製造的問題，紡織業者開始著手研究，試圖從製造、生產、回收等環節，找到廢棄物料循環再生技術。大愛新聞團隊以「衣之旅」專題，深入報導企業如何讓循環經濟成為趨勢，創造經濟價值，也為環保盡心力。

採訪撰文／吳秋瓊 圖／大愛全球新聞提供

使

用廢棄的合成纖維原料，加以熔融或溶解，再加工而成的再生合成纖維，被全球廣為應用；其中，又以聚酯類廢料再生回收法，與紡織業最為相關。

合成纖維的回收利用，可分為兩種，其一是將回收物直接用作他途；其二是將合成纖維分解成單體，加以重新利用。前者如回收紡織廠下腳料，後者則必須進行收集、分類、清潔，再加以處理，例如回收寶特瓶。以上兩類都屬於單一材質的回收與再生。

零廢棄，回收再製新產品

早在八年前，「展頌」就在廠區內回收生產過程的廢棄紡絲，加以製成再生尼龍，目前占企業年產量約百分之五，換算下來，一年可以提供兩千五百噸以上的環保纖維。

紡織過程產生的廢料，經過塑膠管收集進箱子、集結成袋，這在其他紡織廠多半被視為廢棄物，展頌

則將紡織廢棄物經過熔融、切粒，形成環保粒，再紡絲製造成品；經由回收再製成尼龍纖維製成的產品，都會打上Global Recycled的標籤。

記者陳彥珊表示，採訪過程中，展頌總經理楊任凱談起重製過程需要的成本費用，換算下來，回收再生的成本遠比初次製造來得更高；既然如此，為何還是投入回收再生的行列？

原來，隨著環保意識抬頭，許多消費者或下游廠商都願意花錢支持再生產品，為了回應消費者的支持，展頌預計在二〇一九年上市的每件衣服，都列有專屬的二維條碼，揭露製造生產的所有資訊，包括從蒐集、分類、混合到紡絲四個步驟的時間日期，清楚呈現，消費者一刷條碼就能掌握相關資訊。展頌希望消費者支持環保產品的權益，藉此得到相對保障。



展頌公司總經理談及願意分享再生技術的相關作法，期盼更多業者投入。



尼龍廢絲在生產線中統一收集，後續再生使用。

異材質，破碎重組塑木板

一支寶特瓶，棄置於自然界，必須超過四百五十年才會被分解，但回收七十多支寶特瓶，就能製成一件聚酯纖維的衣服，大愛感恩科技就是回收寶特瓶再生成紡織品的企業。

一般人認為寶特瓶做成衣服、毛毯，好像很神奇，但說穿了，聚酯纖維就是塑膠，是原油提煉出來的化學合成物。大愛感恩科技的主要產品再生紡織原料，就是購自慈濟環保站的回收寶特瓶所製成，每年高達兩千公噸。

記者張澤人指出，作為紡織原料的寶特瓶，必須是單一材質，否則很容易在抽紗過程中斷裂，無法織成布料；因此，為了提高半成品製作良率，降低製程中的能源耗損，每一支寶特瓶都必須先依顏色分類、拆解瓶蓋和瓶圈、瓶身標籤，最後高壓成寶特瓶磚，再交由下游業者粉碎、清洗、除雜質、乾燥等

步驟之後，就可以塑化成再生聚酯粒，成為紡織業者抽紗的原料。

大愛感恩科技製成的環保再生衣，從布料、縫線、拉鍊，全部是聚酯纖維材質，連製程剩下的零碼布，全能二次回收，再製成衣服、眼鏡、毛毯等民生用品。消費者不想再使用時，整件衣服不需要拆卸分解，可以直接百分之百回收再利用。

相較於單一材質的回收便利，多數成衣都屬於混紡產品；二〇一七年臺灣就有六萬噸的廢棄衣物，因為無法拆卸回收，只好送進焚化爐燒掉。這類昔日業者無法回收再利用的異材質組合，大愛感恩科技也可以做到。

記者張澤人表示，大愛感恩科技的異材質再生技術，是將百分之四十廢布料打成棉絮狀，加上百分之二十相容劑和百分之四十改良粒，混合成「塑木材原料」。這些原料壓製成型的塑木棒，可以做為室外地板材，耐重力高達三十五

噸，隨著異材質再利用技術的突破，廢棄衣物有了新生機。

新材料，閉鎖循環有一套

異材質廢棄衣物，除了做成塑木棒，還有其他可能嗎？中國浙江的紡織業者佳人新材料，就是專以製造新材料而成立的公司。

新材料，也可以來自舊衣物；這項技術是將舊衣物破碎之後，以化學處理將衣物各種材質及顏色分離，再製成化學纖維原料，最後製成再生絲，以達到永續循環模式。這項關鍵技術，是中國精工集團在二〇一二年八月，與日本帝人株式會社簽訂合資協定，共同成立浙江佳人新材料有限公司，以化學迴圈再生纖維生產為主要業務，被視為化纖產業轉型升級的重要里程碑。

日本帝人株式會社首創的Eco Circle技術，能將廢舊衣物的聚酯纖維進行化學處理，還原出聚酯原料，二〇一六年已經正式生產。目

前所利用的廢棄紡織布料，六到七成來自紡織工廠的下腳料以及不合格產品，另外的三到四成是二手衣物，包括國際快時尚品牌ZARA、H&M、GAP以及UNIQLO等大廠都是合作對象。

精工集團總裁、也是佳人新材料董事長樓寶良強調，混紡衣物的材質分離，技術上得到，但成分愈複雜，成本費用也就愈高，因此目前回收的舊衣物，聚酯纖維成分至少要達到百分之八十五，才能符合經濟規模。

佳人新材料的再生絲，包括臺灣紡織大廠富順纖維、儒鴻企業、集盛都是原料客戶，而品牌商包括快時尚品牌H&M、GAP、ZARA、UNIQLO，以及運動休閒品牌NIKE與Adidas等，其中NIKE與Adidas還已做到三次循環。回收與再生的循環經濟，逐漸受到國際品牌的重視，可預見將成為產業發展趨勢——企業帶頭改變，消費者跟隨支持，環保意識可望成為日常。



混雜多種材質的零頭布，先被打碎成棉絮狀，接著，百分之四十廢布料，加上百分之二十相容劑和百分之四十改良粒，變成「塑木材原料」。

高僧傳

邀您一起賞戲入法 體解人間真實義
七月三十日至八月二十四日 唐美雲歌仔戲團

玄奘法師

萬古風韻，一人而已

一心追求正法根源，一志堅定不怕難關
一理通達萬理徹貫，一去佛國取經回還

看

過《西遊記》這部膾炙人口的小說，想必對唐僧師徒四人一路上遭遇的種種困難感到熟悉。鬼靈精怪的孫悟空，好吃懶做的豬八戒，憨厚老實的沙悟淨，妖豔動人的蜘蛛精，都是民間耳熟能詳的西遊記情節。然而，《高僧傳》裡介紹的玄奘法師，去除神話誇張元素，如實還原玄奘法師一路西行，遭遇種種險阻的歷史真相，唐美雲老師將這位高僧大德虔誠的心與堅定意志，用歌仔戲劇演繹出來。

隋唐時期僧道出家，須由官府發給憑證稱為「度牒」，擁有「度牒」的僧人，可免除賦稅和勞役；無「度牒」而私自出家者，將會被官府處罰勒令還俗，因此僧人遊方掛單，必須隨身攜帶「度牒」，作為身分證明。當時年僅十三歲的陳禪因年齡不足而被排除在僧人考場之外，主考官鄭善果憐其聰穎，且被陳禪「遠紹如來，近光遺法」的心念感動，遂破格錄取得以入佛門，法名玄奘。

十二年過去，出家後的玄奘法師已經名滿佛教界，但是他對佛典翻譯經義的不完全、佛理奧義無法契合，認為繁華熱鬧的長安卻處處充斥著神怪歪理，在遇見西域僧人波頗之後開啟西行求法、研習佛法原典的心念。於是，玄奘一邊學習印度語言文字，一邊申請出關，但初唐時期唐太宗李世民下了禁關令，任何人沒有經過准許不得通關，玄奘經過三年多次向朝廷申請未果，決定私

圖、文／廣電總監室專案組提供



自出關西行取經。

沒有出關文件的玄奘，在涼州邊境就被人發現，在都督李大亮相勸下，玄奘仍執意出關，並在慧威法師的協助下，順利進入瓜州地界。李大亮發出拘捕訪牒，瓜州刺史孤獨達派遣州吏李昌逮捕玄奘。兩人見面交談之後，李昌被玄奘西行取經堅毅的心念折服，願意違背禁令，放玄奘西行。

之後，遇上種種困難、通過西域各國後，不料又遇上雪山地界，天寒地凍又山崩，玄奘一行人死傷過半。雖然傷心欲絕，他仍奮起振作帶領徒弟西行，歷經重重的險難與困厄，終於到達天竺國。

玄奘在那爛陀寺鑽研諸經論疏，其後又往天竺其他國家參訪高賢，除了請益佛法也尋求佛經梵本。玄奘大師遊學十二年，曾領受師命於那爛陀寺講「攝大乘論」、「唯識抉擇論」，又作「會宗論」、「破惡見論」駁斥當時佛教裡的邪知邪見者。

貞觀十九年元月，玄奘返回長安後，在太宗、高宗的支持下，召集各大寺高僧，日夜無休翻譯佛經，共譯出經論七十五部、凡一千三百三十五卷多用直譯，世稱「新譯」，與鳩摩羅什、真諦並稱為中國佛教三大翻譯家。玄奘翻譯佛典及對經文的闡釋，深刻影響中國佛教的發展。他西行取經，為法忘我、不怕犧牲的精神，充分體現了大乘佛法菩薩「難行能行，難忍能忍」的行願，度化眾生的真實事蹟，為佛教的發展及文化的交流傳播做出了重大貢獻，為後世留下彌足珍貴、開啟大覺智慧之漢譯寶典。

2018
8/2

真愛源起

A Love that
Never Ceases

民國五十七年臺北大稻埕，
何家的手工麵條店生意興隆，
少女何瑞真還是世界新專（今世新大學前身）學生，
愛情也伴隨南部來的工程師鄰居悄悄萌芽。
他們的愛情故事並沒有結束，
他們的故事更影響了一條街、許多家庭……



何春生 / 王自強 飾

何父，為人熱心慷慨，好面子、重義氣，會做生意，也懂得享受生活。



何張阿心 / 徐樂眉 飾

何母，性情溫和，外貌典雅，待人大方好客，人緣頗佳。



何美華 / 洪淇 飾

何妹，個性率真，有話直說，喜歡和何瑞真鬥嘴，感情甚佳。

採訪撰文／吳秋瓊 圖／戲劇二部提供

何瑞真 / 吳婉君 飾

個性活潑開朗，主導性強，樂於助人，
正能量影響社區一條街。

林德源 / 沈世朋 飾

溫文儒雅，具工程師理性思維，細心體
貼，待人誠懇，是鄰里的愛妻典範。



何家麵條店，在大稻埕很出名，三代人住在同一棟樓，何瑞真有時在店裡幫忙，店裡來的不只顧客，還有乞丐。何春生為人海派，對乞丐也很大方，何瑞真都看在眼裡。不論有錢沒錢，父母的態度都一樣親切和氣，好像看電影一般，荳蔻少女記住了這個畫面。



「板橋阿ㄟ」發功？



劇中何瑞真和林德源是街坊鄰居心目中的絕世好夫妻。何瑞真有「板橋阿ㄟ」的雅號，ㄟ及讚美，讓先生把疼惜太太視為婚姻的第一要務，因為常被稱讚的老公不會變壞。雖然飾演林德源的沈世朋在現場會捉弄飾演何瑞真的吳婉君，但只要開麥拉，馬上變成溫柔體貼的「疼某大丈夫」。



隔行如隔山

何春生經營麵條店生意，拍攝前王自強可說是做足功課，拉麵糰時還能分辨出：這不是高筋麵粉！事實上，為了拉麵條橋段，劇組可說是四處求祕訣，眾人大嘆隔行如隔山啊！



靚女老闆娘

劇組特邀在大陸攻讀博士學位的徐樂眉回臺擔綱女主角母親何張阿心。拉麵店老闆娘優雅，氣質美女一枚；但對於想去打牌的老公，還是不假辭色呢！

戲裡戲外，滿滿正能量

〈真愛源起〉敘述何瑞真師姊與林德源師兄的愛情故事，執子之手，與子偕老，兩人一路成長與學習。製作人甯宜文強調，這是一部溫馨喜劇，建議婦女觀眾應想盡辦法讓先生坐下來一起看，這戲是夫妻相處的好教材。

甯製作以驚歎口吻說，這家人太特別了，一家和樂，滿滿正能量；不僅自家做得到，還影響一條街。林德源「疼某大丈夫」的名號非常響亮，何瑞真師姊也有「板橋阿ㄟ」雅號。夫妻感情好得鄰里皆知，林家的冰箱上至今仍然貼著愛的叮嚀小紙條，從不吝於讚美對方，也隨時感謝對方，這正是林家夫妻相處的祕方。

何瑞真比林德源小七歲，選角時不免考量外型的差異，甯宜文邀請具有暖男形象的沈世朋出任男主角，女主角則是會做甜點、會插花、外型甜美的吳婉君，與本尊何瑞真的氣質與擅長廚藝的特質都很相像。

何家父母則分別由演技派演員王自強與徐樂眉擔綱，何家還有一位調皮的小妹何美華，由洪淇飾演。甯製作表示，洪淇第一次擔任戲劇演出，面對一家子都是資深演員，壓力大到狂冒痘痘，連粉底都快遮不住。還好父親王自強、母親徐樂眉、姊姊吳婉君，都不吝給洪淇鼓勵，才讓她安心演出這個角色。

甯製作喜歡用新演員和新組合，為戲劇帶來新氣息

與新氣象。在何家工作的阿桃，就是出身於超級偶像的歌手郭少軒，她也是第一次演出連續劇，和飾演何春生的王自強有許多趣味的對手戲。片尾曲「門窗」也是由郭少軒主唱，主題曲「你的好」則由超級偶像總冠軍朱俐靜主唱。

道具好吃，考驗應變力

如同甯製作描述，〈真愛源起〉是一部滿滿正能量的溫馨喜劇，戲裡如此，戲外也一樣；劇中的橘子和拉麵，正是考驗劇組應變能力的重要「道具」。

劇中有「何瑞真師姊親戚送來的橘子」，劇組人員準備了一整籃，萬萬沒料到女主角吳婉君竟然把「道具」給吃了，且還是在戲外；吳婉君雖然會吃「道具」，遇到劇中何春生需要使用的「拉麵」，劇組在拍戲現場做不出來，她也在家裡熬夜試了又試，以為成功了，拿到現場來還是不行，只好作成麵疙瘩吃了。

為何如此熱心？吳婉君說，任何一部戲的成功，都是團隊合作，幕前幕後大家都要一起努力才能完成，「不管是不是分內事，只要沒有解決，戲就無法順利拍下去，如果可以盡力幫上一點忙，為何不做呢？況且，練習了很久，最後還是學會了擀餃子皮、做麵條，也是另一種收穫！」

「如果可以幫上一點忙，為何不做呢？」這段話就

是「何瑞真精神」的真諦了。而大家都無法完成的拉麵，最後只得向正宗拉麵店購買麵糰操作，甯製作說，拉麵店果然有不外傳的祕方，可不是看看Youtube教學示範就做得出來的。

道具製作不易，還是找到專家協助，拍攝海邊看夕陽的戲，可就沒那麼簡單了。一場林德源想去海邊看夕陽的戲，劇組從北到南找了好幾個海邊，出機三次，才總算在南寮漁港拍攝完成。甯製作感嘆，無論去到哪一處海邊，總是先看到滿灘垃圾，真令人感到痛心；他深感環保問題應該重視，而解決更是刻不容緩。

愛夫有術，婚姻常保鮮

「真正的富有，是不覺得匱乏。」這句話似乎是何瑞真的人生寫照。她出身於富裕家庭，卻沒有嬌氣，勇於表達自我，也願意聆聽別人的聲音。吳婉君坦言，一開始對於擔綱這樣的角色，內心其實有點不安，覺得和以往的角色差異很大，擔心自己無法勝任。

然而，接下這個角色讓她發現，自己非常喜歡喜劇的表演，尤其同劇演員之間的默契，現場即興創造出來的內容非常有趣；或許劇本並沒有強硬設定，但甯製作和章可中導演都給演員很多表演空間，這是演員非常幸福的待遇。

劇中有一段情節是何瑞真與林德源發生誤會，女學生要向工程師確認彼此的感情，吳婉君特別有感，「在那個年代，兩人的感情並沒明說，看起來像是曖昧；但何瑞真已經了然於心，有了彼此認定對方的默契，這種愛在曖昧不明時最美的浪漫氛圍，真的很甜蜜。」

多數人形容婚姻是愛情的墳墓，〈真愛源起〉足以顛覆這樣的設定，相對於現代女性奉行「馭夫有術」，何瑞真則是「愛夫有術」。面對木訥老實的林德源，不但輕聲細語相待，更隨時表達感謝與關愛，也不忘及時真心讚美，如此循循善誘之下，林德源也發揮體貼的本性，把疼惜太太視為婚姻的第一要務。林家夫妻和睦恩愛的互動，被鄰里視為佳偶，慢慢影響了許多夫妻的相處模式。不再比誰怕誰，而是比誰更愛誰！

由於林德源與何瑞真「近水樓臺」而相戀，何瑞真師姊常笑說，自己是拿德國釣竿釣到了金龜婿；這位金龜婿不僅成為模範丈夫，更全力支持她投入慈濟志業。女主角吳婉君形容，演出何瑞真師姊的感想：我就是一顆珍珠！

何瑞真像珍珠一樣被林德源珍惜，因為懂得被愛的幸福，也更願意用真心去愛別人。〈真愛源起〉不只是富家千金與儒雅書生的愛情故事，也是所有人都應該重新檢視與家人、朋友、婚姻、人際關係，跨越血緣與族群，廣義愛的故事。



我拍、拍、拍！



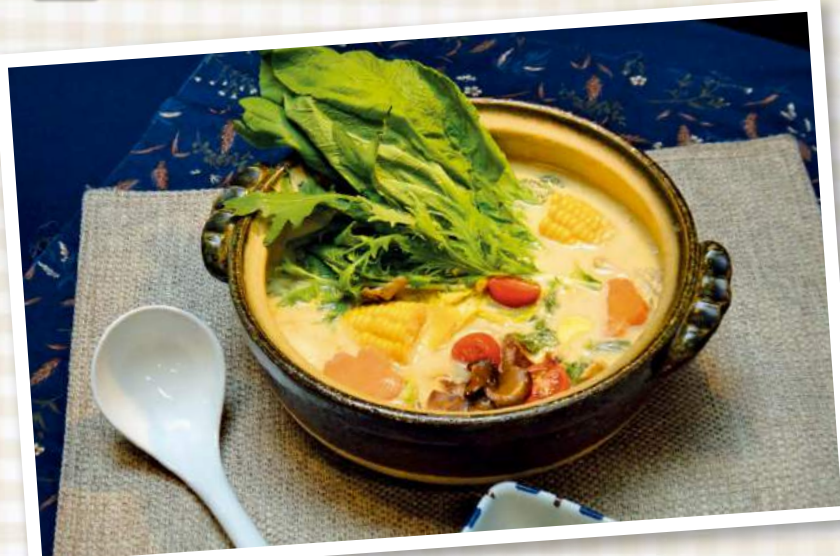
為了做完美宣傳，吳婉君也時時準備美照，經營社群媒體，這時一起拍戲的男主角就派上用場了。沈世朋放下身段，片場可見他拿著手機幫吳婉君拍照，還接受各式各樣的更改、要求與指揮，可真是辛苦了。



活潑美少女與白髮老奶奶，都是她？



在劇中吳婉君從少女演到老年，在海邊笑顏逐開地奔跑著，這時是青春洋溢的少女；歲月荏苒，一位白髮老奶奶精力充沛在公園做運動，原來是吳婉君趁著空檔，耍寶做體操，遠遠看還真像極了老人家。



起司豆乳鍋

材 料

娃娃菜6株、京水菜50公克、芥菜100公克、鮮香菇3朵、玉米1條、小黑南瓜塊150公克、小番茄3粒、青花菜適量、舞菇30公克、金針菇30公克、紅蘿蔔100公克、四角油豆腐2塊、黃起司片2片

胡麻沾醬

白芝麻4公克、黑芝麻4公克、胡麻醬60公克、味醂30cc、香菇醬油50cc

調味料

昆布高湯300cc、豆奶750cc、清酒15cc、糖1/2大匙、白味噌100公克

作 法

1. 鮮香菇表面切花；娃娃菜對切；京水菜切段；玉米切塊；紅蘿蔔切花片；四角油豆腐斜切塊；小番茄對切；黃起司切小丁備用。
2. 將黑白芝麻磨碎，加入胡麻醬、味醂、醬油調勻，成為胡麻沾醬備用。
3. 將昆布高湯、豆奶、娃娃菜、紅蘿蔔、玉米、舞菇、南瓜、油豆腐、青花菜、鮮香菇、金針菇、清酒、糖、味噌入鍋煮熟，再放入小番茄、芥菜、水菜、黃起司即可。
4. 食用時，搭配胡麻沾醬，風味更佳。

備註：昆布30公克，加水500cc，泡一個晚上。

起司豆乳鍋

談失眠

8/13
播出



來賓主廚

趙函穎 營養師

擅長減重以及疾病營養等專科，現任晨光健康營養專科諮詢中心院長。



陳國欽 師傅

從事餐飲十八年，擅長日式料理、精進料理、京野菜料理，曾榮獲行政院「客家湯圓料理比賽」冠軍。



文・圖／〈現代心素派〉提供



大愛全紀錄

大愛觀點，國際新視野

8/19

沙福道12號——香港慈濟二十五年

二〇一七年七月一日香港回歸中國二十周年，當時媒體普遍關注中港關係的起伏跌宕、人心向背。時光倒敘二十年，一九九七香港回歸前夕，是去是留，是當時社會的集體難題。政治變化在港人心中醞釀的複雜情感，促成一波移民潮，同時也有港人回流，在這段歷史洪流的時刻，慈濟人沒有缺席。

一九九七年五月，時任慈濟基金會宗教主任的黃思賢，面對香港回歸中國，語重心長地說，值此新氣象，委員及志工應負起社會責任，以大愛與感恩，深入社區。在基金會大力支援下，香港慈濟人在同年八月十六日搬入新會址，並由聯絡處升格為分會。時光荏苒，雙十已過，〈大愛全紀錄〉尋訪留下的人、回流的人，帶領觀眾從中體會香港的改變。

二〇一八年七月，〈大愛全紀錄〉採訪小組來到沙塵滾滾、大型工程遍布的香港，見證長達五十五公里，跨越香港、澳門、珠海三地的高珠澳大橋，六月底甫通車後，香港到珠海的車程由四小時縮短到

一小時。而四月開始試運行的廣深港高鐵香港段，預計九月完工，正式通車後，從香港西九龍站到廣州不到五十分鐘，到上海八小時，到北京九小時。

對大眾來說，人可快速往返，垃圾卻禁運——中國自二〇一八年一月一日正式宣布施行「綠籬行動」，禁止進口二十四種廢棄物。隨著中國打擊洋垃圾，香港回收商都需尋求改革。香港垃圾的人均製造量又位列全球之冠，垃圾桶之多也讓人丟得很方便，究竟香港嚴重的垃圾問題該如何解決？

回歸大陸二十年後，跳躍式變動的香港，進與禁、貧與富，貧富懸殊的舊問題未解，環境問題面臨更大考驗，慈濟的慈善、環保與人文深耕四分之一世紀，能提供什麼樣的解方與改變？

8/5

壯遊——經典長河二十年

8/12

不能沒有妳——臺灣社工紀實

8/26

和解之路——土耳其慈濟志工身影

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/DaAiVideo

- iOS 智慧型手機 / 平板
- Android 智慧型手機 / 平板

若有收視問題，請撥打大愛客服
02-2898-9999#1035

可申請中華電信【MOD+光世代】/ 洽詢專線：0800-080-123

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
基隆市	130	吉隆	02-412-8811
宜蘭縣	297	聯禾	0809-000-258
臺北市	130	長德	02-421-8811
臺北市	130	麗冠	02-421-8811
臺北市	130	萬象	02-421-8811
臺北市	297	大愛文山	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	132	聯維	0800-231-021
臺北市	132	寶福	0800-363-999
臺北市	96	北都	0809-096-111
新北市	130	新視波	02-2165-3688
新北市	130	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	02-2974-5511
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	120	大豐	02-8253-8999
新北市	120	台灣數位寬頻	02-8253-8988
新北市	121	全國數位	02-8071-7039
新北市	130	數位天空	0800-878-688
新北市	201	新北市有線	02-2972-5511
桃園市	297	北桃園	03-301-9300
桃園市	130	北健	03-412-8813
桃園市	132	南桃園	03-2710-088
花蓮縣	109	洄瀾	0800-529-999
花蓮縣	109	東亞	03-888-2765
台東縣	109	東台	089-347-450

北部及東部

行政區	頻道	有線電視業者	服務電話
新竹市	297	新竹振道	03-522-8712
新竹縣	132	北視	03-6208-000
苗栗縣	132	信和	037-778-888
苗栗縣	132	吉元	037-770-008
臺中市	297	豐盟	04-2522-6666
臺中市	121	大屯	0800-011-012
臺中市	203	大台中	04-2407-6789
臺中市	132	群健	04-3706-3333
臺中市	121	台灣佳光	0800-011-012
彰化縣	297	新頻道	04-711-6767
彰化縣	93	三大	04-8233-999
彰化縣	106	新彰	04-762-9222
南投縣	121	中投	0800-011-012
雲林市	121	北港	0800-011-012
雲林縣	121	佳聯	0800-011-012
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	130	三冠王	0800-022-899
臺南市	130	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	130	港都	07-340-1998
高雄市	130	慶聯	07-340-1001
高雄市	209	南國	07-622-7737
高雄市	120	新高雄	07-225-6999
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
金門縣	99	名城	08-231-2345

中南部及外島

週一至週五

00:00 (週一) 大愛全紀錄 	05:30 (週三) 大馬慈濟情	13:00 (週二) 大馬慈濟情 
(週二) 青春愛讀書	(週五) 行動現場	(週四) 行動現場
(週三) 映照人生	06:00 高僧傳 	13:30 地球證詞
(週四) 小人物大英雄	06:30 全球視野	14:30 地球證詞-導讀
(週五) 經典.TV	07:00 地球證詞	15:00 高僧傳
00:30 (週三) 大馬慈濟情	08:00 地球證詞-導讀	15:30 大愛午後新聞 
(週五) 行動現場	08:30 大愛新聞 	16:00 (週一~二) 蔬果生活誌 
01:00 地球證詞 	09:00 (週一) 經典.TV 	(週三~五) 現代心素派 
02:00 地球證詞-導讀 	(週二) 農夫與他的田	16:30 (週一) 生活裡的科學
02:30 (週一) 經典.TV	(週三) 青春愛讀書	(週二~五) 小主播看天下WOW!
(週二) 大愛全紀錄	(週四) 映照人生	17:00 (週一~四) 小主播看天下WOW! 
(週三) 小人物大英雄	(週五) 小人物大英雄	(週五) 生活裡的科學 
(週四) 青春愛讀書	09:30 (週一) 大愛探索周報	17:25 好戲成雙 
(週五) 映照人生	(週四) 大馬慈濟情	19:00 大愛全球新聞 
03:00 (週一) 行動現場	10:00 大愛十點新聞 	19:45 人間菩提 
(週五) 大馬慈濟情	10:25 好戲成雙	20:00 地球證詞
03:25 好戲成雙	12:00 大愛午間新聞 	21:00 地球證詞-導讀
05:00 (週一) 農夫與他的田	12:30 (週一) 青春愛讀書 	21:30 全球視野 
(週二) 青春愛讀書	(週二) 映照人生 	22:00 大愛新聞 
(週三) 映照人生	(週三) 小人物大英雄 	22:25 好戲成雙
(週四) 小人物大英雄	(週四) 經典.TV	
(週五) 經典.TV	(週五) 農夫與他的田 	

週六

00:00 好客劇場	09:00 好客劇場	17:00 大愛探索周報
01:00 小人物大英雄	10:00 大愛十點新聞 	17:25 好戲成雙 
02:00 行動現場	10:25 好戲成雙	19:00 大愛全球新聞 
02:30 農夫與他的田	12:00 大愛午間新聞 	19:45 人間菩提 
03:25 好戲成雙	12:30 好客劇場 	20:00 地球證詞
05:00 國民漢字須知	13:30 地球證詞	21:00 地球證詞-導讀
06:00 蔬果生活誌	14:30 地球證詞-導讀	22:00 大愛新聞 
06:30 大愛探索周報 	15:30 全球視野	22:25 好戲成雙
07:00 地球證詞 	16:00 國民漢字須知	
08:00 地球證詞-導讀 	16:48 證嚴法師說故事	

週日

00:00 好客劇場	09:00 好客劇場	17:25 好戲成雙 
01:00 農夫與他的田	10:00 大愛十點新聞 	19:00 大愛全球新聞 
02:00 經典.TV	10:25 好戲成雙	19:45 人間菩提 
02:30 國民漢字須知	12:00 大愛午間新聞 	20:00 似水華年-華人紀錄片
03:25 好戲成雙	12:30 好客劇場 	22:00 大愛新聞 
05:00 大愛全紀錄	13:30 似水華年-華人紀錄片	22:25 好戲成雙
06:00 蔬果生活誌	15:30 大愛探索周報	
06:30 行動現場 	16:00 國民漢字須知 	
07:00 似水華年-華人紀錄片 	16:48 證嚴法師說故事 	
	17:00 行動現場	

* 08/26(日)20:00-22:00因播出吉祥月特別節目，原時段節目〈似水華年〉暫停一次

 首播  Live

* 如有更動，請以大愛電視臺網頁為主。大愛電視臺網址：www.daa.tv或洽客服專線：02-28989898 分機1035

大愛二臺，好戲成雙

連播兩集，每晚五點二十五分，只在大愛二臺



水返腳的春天

藍色艷陽天、紅色倒數24、
綠野心蹤

播出日期：8/9~8/28

領銜主演

高慧君、陳熙鋒、郎祖筠、
吳帆、馬如風、陸弈靜、
楊仲恩、林嘉俐

剪一时日光，貼在心中發亮，心寬念純是生命向上的力量。

一生中拜訪幾個春天，走過並非失去，前進不是離席，那些人成就美好眼前，那些事變成記憶亮點……



英國海岸系列

主持人沿著海岸走向位於
耿西島的德國碉堡。

整理撰文／凜心怡 圖／媒體發展部提供

導讀來賓



陳思仁

臺北藝術大學
通識教育中心老師



林柏儀

高教工會組織部主任

英國群島，細碎、散落海面的岩石小島，就如閃亮的珠寶般唾手可得，對侵略者充滿誘惑。汪洋一片的海水，有時守護著島嶼，有時則引來攻擊；沿岸刻著一次又一次的入侵故事，也有著辛勤汗水積累的經濟命脈。在英國小島沿岸邊，處處都是書寫不盡的珍貴歷史。

海岸邊的入侵者

英國南部的耿西島每年都會舉辦盛大的煙火節，慶祝德軍占領結束。在以煙火歡慶自由同時，這些閃亮的火光也同時帶領人們憶起當年被侵略的記憶。一九四〇年六月，點亮耿西島夜空的並非友善的煙火，而是第三帝國的魔掌。

紀錄片《英國海岸——群島入侵者》，由耿西島居民在鏡頭前敘述當年被希特勒軍隊掌控的情景，暫時撤離的人們，在異地哀傷地懷念島上的青蔥地景，留下來的則被迫在德軍統治下，忍受糧食日益短缺的飢餓。



古德曼準備參加曼島TT機車大賽。

直到一九四五年五月八日，耿西島的居民才結束長達五年的入侵——侵略者雖然撤退，卻留下一筆陰森的遺產，耿西島的岩石上分布大約一千個納粹軍團的防禦工事，處處提醒當地人這場戰爭的痕跡。

耿西島的受侵歷史僅是英國群島的一處縮影，許多島嶼都有受侵略的歷史記憶；耿西島留下殖民痕跡，有些島嶼更流淌著殖民者的血統。「入侵也讓英國成為民族熔爐、種族非常複雜。」臺北藝術大學通識教育中心陳思仁老師表示，由於英國群島的地形並不具優勢，相當容易遭侵略，粗估統計，移民占全英國人口的三分之一。

即使在承平時期的，小島也面臨來自大鄰居的威脅，新思想的入侵更徹底摧毀傳統生活型態。對斯特羅馬島上失落的社群而言，分離的傷痛至今仍未癒合，曼森是最後離開小島的居民，「大島上的人說，我們被隔離，被海洋隔離了；所以，一有機會大家就會離開這裡往更繁榮的城市遷徙。」曼森語氣難掩落寞，一九六二年他與家人離開之後，斯特羅馬島就不再有人煙。

入侵不盡然都只是悲傷，一如斯特羅馬島的島民離開後，野生動物入侵此地，豐富整體生態；曼島島民每年都張開雙臂歡迎一場攻陷曼島的賽事，穿著皮衣的入侵者們騎上自己的兩輪戰車前來參加大賽，這場賽事不僅迎來約一萬輛機車，同時也吸引超過三萬多名觀光客，島民們都做好應戰準備，等著做生意！

岸邊的勞動力

英國海岸隨時都有可能面臨大舉入侵，即使在沒有應戰時期，這些海岸線上也隨時處於忙碌。紀錄片《英國勞動者的海岸》，講述岸邊勞動者的故事，歌頌英國建造者們辛勤的旅程，也發掘英國稱霸海洋的祕訣。

來到泰恩河畔，每隔兩週就有一艘巨大汽車運輸船來到港口，一輛輛全新打造的汽車將從這裡出發，航向全球各地。一年約有七十萬輛車從此處被運往各地銷售，一道道鋼鐵之流讓英國穩坐汽車出口的強勁經濟力。

英國的財富透過港口滾滾而來，沿岸的勞工讓英國與世界保持聯繫，但強大的沿岸企業也曾經歷嚴重衰退。克萊德河曾經是世上最優秀的船隻生產地，然而在一九七〇年代面臨自遠東的競爭，以及勞資關係惡劣與管理不善，將近六千位造船工人因此失業。

高教工會組織部主任林柏儀將這一段歷史歸咎於政治，「當時英國保守黨與工黨的競爭進入白熱化，保守黨認為若將工業關閉，可以一舉擊潰工黨，提升執政穩定性，也可以讓對手的財力與人力下降，因此英國的去工業化發展是政治操作。」



主持人唐洛普前往過去懷特港鑄造砲彈的地區。

此地的造船業似乎正步履蹣跚地走向滅亡，但勞工們可不這麼想，工會代表里德並未號召工人罷工，而是堅持上工。他們向社會募款設立抗爭基金，付錢給被遣散的員工，讓他們繼續建造已有客戶訂製的船隻；經過約八個月的抗爭後，公眾的關注帶來成果，政府決定提撥更多經費讓造船廠保持營運。

沿岸的勞工身處社會底層，養家餬口並不容易，即使如此，慷慨的精神仍然普遍存在。他們有些志願擔任救生志工，這些救生團體在英國沿岸拯救的不只有人，也向遇難的海洋哺乳動物伸出援手。

對生活艱困的沿岸居民而言，待在海岸邊並非一種消遣，但在美麗環境下勞動也帶著尊嚴，勞動者的身影不僅穩固英國的經濟發展，也成為民主政治的基石。



在礦坑中的石墨。

〈地球證詞〉二〇一八年八月節目表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			修復古代卷軸	不朽的日本剪影劇	童話王國丹麥	英國海岸 群島入侵者
				1	2	3
	從數據看全球脫貧	哈里胡克鏡頭下的 非洲	沃爾夫攝影之旅 奇遇	萊諾鑄排機	看見加拿大(上)	英國勞動者的海岸
5	6	7	8	9	10	11
沒有四肢 沒有極限	盧安達電影夢	芭蕾舞步曲(上)	專家系列 修補回憶的裁縫師	看見加拿大(下)	英國海岸的娛樂	
12	13	14	15	16	17	18
小塔西與僧侶爸爸	馬戲團夢想青年	芭蕾舞步曲(下)	地景藝術家 丹頓科克馬歇爾事務所	莎士比亞在義大利 1	英國海岸 當河與海交會	
19	20	21	22	23	24	25
攝影師迪司法默	鮑德溫鏡頭下的世界	拉達克的文化瑰寶	失控的英國氣候	莎士比亞在義大利 2		
26	27	28	29	30	31	



小人物大英雄

8/1 超高速守護者

路線全長達三百四十九點五公里的臺灣高速鐵路，二〇〇七年一月五日通車後，逐漸成為西部最重要的長途交通運輸工具，南北雙向每天共有一百二十七至一百五十九班次，平均日載客量達十三萬人，假日更達十五、六萬人；通車十一年來，總輸運旅客數早已超過四億人次。

除了安全，臺灣高鐵的準點率高達百分之九十九點五，成就傲視全球。然而，要駕駛這一系列時速高達三百公里、全重近六百噸的龐然大物，還要準確、安全地將旅客載送到目的地，背後可是無數工作人員兢兢業業努力的結果。

例如，最為人熟知的駕駛員，可是站在守護行車安全的最前線。為了瞭解列車行駛中，遇到突發狀況時的處置情況，我們的攝影團隊進入高鐵的緊急應變中心，拍

攝模擬軌道的邊坡，一旦發生落石侵入軌道時，行控中心如何應變的驚險畫面。

高鐵維修分成早、中、晚三班，為了避免耽誤正常營運，夜間是高鐵維修人員主要的工作時段，軌道的巡檢、高壓輸電線路的維護，都要靠一批批勞苦功高的維修人員，一點一滴付出與努力，才能讓高鐵平穩安全地載著旅客南來北往，享受陸地飛行的快捷便利，也讓一日生活圈，在臺灣西部成為你我的日常。

8/8 執「紙」之手

8/15 旗美行善義工隊

8/22 七美不老村長

8/29 白袍生態家

《經典》二十周年慶 加入我們的壯遊吧

常 常有人說，要害死一個人，就叫他去辦雜誌，雜誌生存之困難，可見一斑。一九八七年，臺灣解嚴，各式各樣的媒體，如雨後春筍般誕生；根據統計，最高峰時，臺灣一年有五千多份雜誌，可惜大部分都經營不了多久，就宣告倒閉。

一九九八年，《經典》雜誌的誕生，隱然打破了這個魔咒。作為一份自許為清流媒體，《經典》的內容不見臃腫色、不八卦、不迎合主流；秉持證嚴法師「為人類寫歷史，為時代作見證」的期許，在內容上關注人文生態，在態度上報真導正，始終是《經典》的堅持。

在西方的傳統中，向來有所謂的 Grand Tour，即青年學子離開校園後，需以一場長時間的遊歷，作為

體制教育完美的句點。東方詩聖杜甫則在晚年留下一首《壯遊詩》，回顧自己顛簸起伏，卻不改其志的一生；中外輝映的壯遊雖然有異，卻同樣是地理與心靈上雙重的自我挑戰。

時至今日，便利的交通讓出走、流浪、探險更加頻繁；但對於意義的追尋——以高度集中的意志、縝密的計畫、長時間的堅持以貫徹理念，一分寓意更為深遠的當代壯遊，卻不復多見。

做為媒體的一員，面對一場場猶如不對稱戰爭的閱聽環境，《經典》雜誌創刊的二十年來，正是一場長征、一場壯遊、一場無悔的英雄之旅。

二十年來，為抵赴現場、獲取第一手資料，我們跋涉於崇山峻嶺

間，發現長江、黃河、湄公河的源頭，重新界定地理上的大發現……

二十年來，為當代臺灣的困境尋求解方，《經典》團隊前往丹麥、瑞士、德國、荷蘭等先進國家，也深入歷史糾結甚深的巴爾幹半島、敘利亞、以色列等地，在別人的故事中，找出自己的盲點……

二十年來，《經典》引領讀者，發現知識版圖上猶存的未知，完成了《西域記風塵》、《鄭和下西洋》、《臺灣外來種》、《我們姓



臺灣》……等專題；探索史前與當代歷史、世界分合的國度，於是投入《發現南島》、《考古臺灣》、《川流臺灣》、《小國大業》及《唐風網繆》等報導；最後，在一次次有關社區、食安、環保與自然生態的深度報導中，貫穿其中的，是我們始終不變的人文關懷。

所以，在《經典》二十歲的今天，我們誠摯地邀請同樣有所追尋、在各自專業領域中堅持不懈的您，加入我們的行列，攜手壯遊。當多數媒體為了收視而折腰，新聞流於瑣碎、片段而八卦時，您的支持，是讓堅持愛智、樂智的《經典》，得以續航的動力。

最後，為了慶祝此一難得的日子，我們將在今年的七月二十七日，假臺北松山菸廠舉行多達兩百多幅精采影像的大型攝影展，與一百三十五場議題多元的系列講座；竭誠歡迎您的蒞臨，一起為《經典》慶生，也互道：生日快樂！



《經典》壯遊20 攝影展暨137場講座，同步登場！

開放日期：7/27 (五) ~ 8/26 (日)

參觀時間：10:00 ~ 21:00 (參加講座者，離場緩衝時間至 21:30)

地點：松山文創園區3號倉庫 (臺北市信義區光復南路133號)

好癢！為什麼會過敏？

根據統計，臺灣每三個小朋友就有一位是過敏兒；許多原本沒有過敏病史的大人，竟然由於環境等種種原因誘發而成為過敏體質！難怪過敏是現代人常見的疾病之一！如何正確地預防、保健與治療，便成為大家關心的議題！

近幾年來，人人聞PM2.5（細懸浮微粒）色變；它不僅會造成肺氣腫乃至肺癌等呼吸道重症，更會導致許多人因此「過敏」，甚至變成易過敏的體質。

我們常聽到「過敏」這個名詞，知道它算是某種疾病；然而，到底什麼是過敏呢？有位學者說得頗為貼切：

「過敏就是免疫系統沒事找事做！」

為什麼這麼說呢？

因為，在正常情況下，人體的免疫系統——身體的防衛系統——若是偵測到外來的細菌或病毒入侵，就會產生抗體、攻打這些入侵者；但是，當免疫系統失調時，接觸到某些對一般人無害的物質，免疫系統卻因反應太過強烈，會反過來攻擊人體自身；經過一連串的免疫反應，搞得人體又紅又腫、發癢難耐，或者

分泌物增加，使得鼻涕、眼淚流個不停……這就是過敏，嚴重時甚至可能致命！

有個案例是，一名十三歲的美國女孩和家人參加夏令營活動時，不小心誤食一口含有花生成分的點心，對花生過敏的她馬上吐了出來，當醫生的父親並立刻協助她使用相關的抗過敏藥劑，希望能緩解



書名：好癢！為什麼會過敏？
作者：吳立群
繪者：楊永建
定價：250元
出版者：慈濟傳播人文志業基金會
出版日期：2018年6月

文／游文瑾（本書編輯）

免疫系統的反應；然而，她還是在幾個小時後出現嚴重的過敏現象，最後因喉嚨腫脹、呼吸困難而回天乏術。甚至，有個美國女孩只是親吻了剛吃過花生醬三明治的戀人，便因此過敏，不幸過世……

在美國，每年有超過二十萬人因為食物過敏而送入急診室；臺灣的過敏人口，則占總人口數的百分之三十三。實不可不慎啊！

導致人體過敏的因素稱為「過敏原」，

每個人的過敏原不盡相同；舉凡吃的、喝的、用的、天上飛的、地上爬的，甚至空氣、陽光、水等，都可能是過敏原。過敏原排行榜上的前幾名，則包括塵蟎、樹木、花粉、花生、貓狗的皮屑或毛髮，還有雞蛋、牛奶、堅果、大豆、小麥和蝦魚貝類等食物中的蛋白質，都是常見的過敏原。

過敏原進到人體裡的途徑和反



應，大致可以分為四種：

一、吸入——

經由呼吸器官吸入帶有塵蟎的灰塵、花粉或黴菌等，導致鼻腔充血打噴嚏，嚴重的還會進入支氣管，誘發咳嗽、氣喘。

二、食入——

食物引起的過敏，通常經由消化道而進入人體。例如，有人對核果類過敏，吃到特定的堅果時，全身就會起蕁麻疹。

三、接觸——

由皮膚或黏膜入侵。例如，有人對漆樹過敏，

接觸到的話會全身發癢；冬天常穿的毛衣，對羊毛過敏者碰到也會全身起疹發癢。還有一種最常見的就是化妝品過敏，嚴重起來可能會變「關公」呵！

四、藥物——

藥物注射後引發的過敏反應，比較常見於抗生素；所以，在用藥之前會先做敏感試驗。否則，一旦

過敏，是相當激烈的全身性過敏反應，甚至會導致休克死亡。

過敏雖然與遺傳有關，後天環境的影響卻也是重要因素。現代文明開發出許多便利的產物，卻也增加了許多有害物質造成人體過敏，像是機汽車排放的廢氣等。矛盾的是，愈來愈乾淨的生活環境，讓人遠離許多過敏原，抵抗力也因此變差。如此說來，過敏可算是文明病之一呢！

《好癢！為什麼會過敏？》這本書，便收入了許多關於過敏的相關知識，包括過敏的原因、反應，以及如何預防及治療。希望展讀這本書的家長及小朋友們，都能對過敏有所認識，從小便能不被過敏困擾，或者降低過敏所帶來的傷害！



職引迷津

職業，不只是養家餬口的薪水，更是人生價值與成就感來源。職涯起點，如何擇所愛、愛所擇？二十二位業師以自身就業、創業經驗，為年輕人指引迷津。

文／王本榮（慈濟大學校長）

「We are 99%」是二〇一一年
占領華爾街運動的口號——

從突尼西亞的「茉莉花革命」，一路延燒至利比亞、埃及、土耳其、歐洲、美國乃至臺灣的「太陽花運動」，對抗權力者、反對全球化、貧富不均及世代不正義的社會革命風起雲湧，蔚成狂潮。

年輕人常被汙名化為「魯蛇」、「廢青」、「草莓族」、「月光族」，但當他們挺身而出，又被定位為「社會亂源」，真是情何以堪。每個時代都是最好的時代，同時也是最壞的時代；享受時代進步，科技發展的果實，必須承受更

激烈的競爭與更大的壓力，雖不盡公平，但很合理。

二十一世紀是知識經濟、數位科技的時代，更須要有專業能力、創新思維、團隊合作

及國際視野的人才投入各行各業。臺灣近年來高等教育蓬勃發展，學系及課程急劇增加。面對這些「量變」，如何提升「教學」品質，回歸「教育」本質，增加「學習」效能，真正導致良性的「質變」，以培養具有競爭力的地球優質公民，



書名：職引迷津
作者：鄭淑真等作
定價：250元
出版者：慈濟期刊部
出版日期：2018年7月

是慈濟大學面臨的最大挑戰，也是努力的目標。

慈誠懿德爸媽於慈大教育扮演非常重要的角色，不但以大愛陪伴，更是典範的傳承。無論是課業、生活、感情、心理，皆全面性、全方位地關懷，與學校導師、諮商中

心，共同建構了教育史上「三軌多元輔導」的創舉。

慈誠懿德的業師們，歷經了農業、工業、知識與資訊時代，穿越了戒嚴、解嚴、冷戰與冷和政局，從勤業、敬業、樂業與善業成就了人生的事業與志業，他們在「慈懿咖啡館講座」分享了學思歷程、產業動態、專業知能、創業艱辛、時間管理及人際關係的經驗與體驗，有助慈大同學提升學習動機、確立學習目標，並對產業動態及必備的就業能力有更早的認知。

慈濟所堅持「生活教育」、「生命教育」理念，在歷經風雨交加的試煉後，呈現的是滿天絢麗雲彩。業師們的人文素養、生命智慧，引領同學正確且有效的實踐理想、貢獻社會。

二十二位業師在「慈懿咖啡館講座」所分享的人生故事匯集成書，不啻是「誠」與「德」的慧命典藏，也是「善」與「愛」的生命實踐。

【職場心法】

- 旅行、讀書，可以發現好的價值、開闊個人視野。
—— 福樺建設董事長 丁章權
- 複製好的經驗，將知識、學識轉為膽識，就能少走冤枉路。
—— 旺陞貿易有限公司負責人 陳萬旺
- 培養敏銳的觀察力，再平凡的事物都能從中找到亮點。
—— 中央研究院生物多樣性研究中心研究員 巫文隆
- 畢業科系並非絕對，態度對了，做什麼都容易成功。
—— 趙雲科技副總經理 楊贊弘
- 出社會才是學習的開始，任何問題都是「老師」、都是成長的機會。
—— 進口服飾代理商 呂梅英
- 任何行業都是「臺上一分鐘，臺下十年功」。
—— 高苑科技大學土木工程系副教授 陳偉全
- 別人走過的路，不一定適合自己；勇敢探索人煙罕至的崎嶇小徑，發現自我生命桃花源。
—— 怡然居螢火蟲花園負責人 賴胤就
- 成為頂尖，就不易被取代。
—— 國際技能競賽裁判長 張文漳
- 創造「被利用」的價值，人生因「利他」而豐富。
—— 香榭商旅負責人 盧若秦
- 欣賞他人優點，包容不同意見，還要正確表達自己想法。
—— 臺北當代藝術精品中心總監 王儷蓉
- 風平浪靜訓練不出一個好水手，沒有暗礁怎會激起美麗浪花？
—— 花蓮縣警察局勤務指揮中心警官 許志賢

心靈講座

面對未來，你應該要有的自媒體思維

隨著網路傳播發展迅速，處於社交媒體時代，人人都可以擁有自己的舞臺。通泰媒體應用有限公司總經理賴麒宇認為，面對未來，人人都應當持有「自媒體」思維，才能掌握大步向前的斬新契機。

整理撰文／涂心怡 攝影／陳玉萍、蔡瑞聰

來賓



賴麒宇

通泰媒體應用有限公司
總經理

主持人



蔡青兒

靜思書軒營運長

在網路社群媒體發達的今日，該如何有效應用並發揮影響力？又如何創造自己的媒體魅力？

挫折與奮鬥中
儲積充沛動能

極早投身網路世界的賴麒宇看見新時代帶來的新思維與新價值正在衝擊著舊觀念，他認為，唯有更新腦內資料庫，才能一舉抓住未來新機會！

媒體人出身的賴麒宇談起初出茅廬的年代，話語中有藏不盡的苦楚。

曾經，他與廣告製作團隊用了整整四十八小時，不敢睡也不敢坐，就怕坐下來馬上打瞌睡；如此不眠不休只是為了修改字體

顏色，然而辛苦而來的成果卻因客戶的一句話，又將成品改為四十八小時前的模樣。

爾後投身媒體採訪領域，他不僅得隨時接公司電話、深夜凌晨趕回公司工作，帶隊出門採訪時，還得隨時想好備份方案，「萬一衛星線斷了怎麼辦？如果攝影機壞了怎麼辦？」賴麒宇坦言，不斷擔憂可能會發生的事，讓他備感壓力，甚至一度壓力大到引發短暫性失聰。

即使工作中曾面對許多不合理與高壓力，如今他卻充滿感激，「年輕時能接觸愈多不合理的事，未來的力量就愈大！」賴麒宇認為，自己在過程中累積足夠的應變能力，也培

養了整整四十八小時，不敢睡也不敢坐，就怕坐下來馬上打瞌睡；如此不眠不休只是為了修改字體



養長遠眼光，才得以獲任TVBS電視臺及廣達集團「全臺灣最幸運的工作」機會。

無論在TVBS電視臺負責數位策略小組的職務，或成為廣達集團創辦人林百里的私人智囊團，長達十年，高薪的賴麒宇不僅沒有例行的日常工作，每月也僅須向董事會報告一次，「報告內容是收集全世界的媒體發生了什麼事情，於是我接觸到網路。」

當時，對網路一竅不通的他，天天透過報紙尋找相關課程、講座，並報名參加，從聽不懂到漸漸可以參透一二，他也逐漸感受到網路的美好，更一舉透過網路窺見天下。「在臺灣這座小島上，因為網路，我得以站在一個高度

看事情，看見全世界。」如今想來，因為工作跨足網路領域，他欣慰地表示，自己的運氣實在非常好。

從別人的需求中 看見自己的價值

靜思書軒營運長蔡青兒好奇問，「從媒體轉職投身陌生的網路，難道不會覺得害怕嗎？」

賴麒宇心有所感地表示，「現在名片已不再是頭銜了，而是端看你有何種技能。」

「現今有一個詞，叫做『斜槓青年』，斜線代表你這一個人，未來在職場上不會有一個固定頭銜。」他以過往高中教育為例，學子們在決定文組或理組後，未來往往被定



型了；然而在網路發達的今日，情勢早已被破解，「只要有興趣，在網路上可以跨界學習、培養技

能，在每一個項目裡扮演不同角色。」
網路不僅改變學習面貌，也改變訊息傳遞方

式；過去由於媒體窄化，人們無從選擇，只能自報紙、廣播或電視等媒體中獲取訊息；網路的出現，讓人人都能向外界傳達訊息，亦即所謂的「自媒體」。

即使發聲容易，要成為成功的自媒體卻不那麼簡單，「每一個人都可以變成自媒體，都可以發聲，但別人為什麼要聽你講話？而你又願意聽誰講話？」賴麒宇更進一步思索自媒體的核心內涵，認為其成功的要件來自於「從別人的需求中看見自己的價值。」

蔡青兒認為這並不容易，「人人身處各行各業，該如何養成得以看見別人的需求，並進一步做出對的決定呢？」

賴麒宇以多年經驗分

享，要真正觀察到他人的需求，必須做到兩件事，「第一，就是不斷地改進自己的缺點，也就是去掉習氣；第二，要有一顆利他的心。」

他以自己協助大愛電視臺設置「大愛行」行動新媒體為例，「當時證嚴上人告訴我，他經常看電視新聞，當覺得這則新聞很重要、想分享給別人時，新聞就播完了。」這一番話他放在心裡，爾後更以此設計出看到重要新聞時，只要搖一下手機，當則新聞就會跑到手機裡的功能。

「上人的提醒是一個很小的關鍵點，卻能創造出與市場上所有產品都不一樣的高價值設計。」賴麒宇認為，科技貼近生活，站在別人的角度看待事情

的利他精神，則能讓科技運用相得益彰。

跨界結盟創新價值

網路讓人與人之間的距離變得模糊，跨界更是今日社會最為主流的精神與價值來源。

賴麒宇以大陸成都一間銀行為例，其三百五十位理財專員並非一如傳統地待在銀行裡等待客人上門，反而開著計程車在街上載客，「對於計程車，

我稱為是人類有史以來在最小的空間裡與陌生人對談的最舒適環境；他們在車門邊貼上『我是理財專員』，如果乘客不問理財問題，他們也不會打擾你，但如果你問了，就會得到親切地回應。」

又如日本新生銀行拓點時，總是找需求兩倍大的空間用地，再以一半價格將多餘的用地租給知名咖啡館；介於銀行與咖啡館之間的門相通連結，在銀行就能聞到咖啡香，

賴麒宇讚歎，「這真是聰明無比，新生銀行就這麼簡單地做到跨界結盟與整合。」

「跨界的整合必須打開想像。可以運用科技預覽大量相關資訊，培養出跨界想像。」賴麒宇認為，科技是平等的，即使是世界首富，在運用科技軟體時也需要花一樣的時間打字、搜尋、等待傳輸。

「我自己其實已愈來愈不追求新的技術了。」賴麒宇笑言，自己的年紀

已追趕不上變化速度，卻仍有方法保有優勢，「將所學沉澱後，再去善用；我反過來內求，該做哪一些事情才能對別人有幫助？」

網路資訊發達的現代，賴麒宇發現人們的生活作息也隨之變化，該如何運用科技與跨界帶來的優勢、從中脫穎而出？萬法不離其中，「當你有辦法幫別人創造價值並看見別人的需求時，機會就會在你身上。」



主播力就是我的超能力

二〇一八大愛兒童傳播體驗營

「歡迎、歡迎你到這裡來，這是溫暖的地方……」在輕快的營歌帶動唱中，二〇一八大愛兒童傳播體驗營「揭開序幕。營隊已邁入第十四年，今年以「主播力就是我的超能力」為主題，藉由聲音、肢體課程，提升孩子的表達能力與自信。

七月八日一早不到八點，就有家長帶著孩子來報到，還有學員遠從中南部、東部來參加。嘉義的蕭嘉好全家人，前一天就到臺北住宿，媽媽吳思蓉表示，「在眾多營隊中選擇大愛電視臺舉辦的，就是希望孩子在美善環境中學習，有正向收穫與心靈成長。」

人文推廣部經理于東政鼓勵大家，「每一位學員今天都是主角，希望小朋友盡情歡笑、快樂學習。」

營隊學員長由〈大愛探索周報〉主持人吳志怡擔任，她說，「主播工作很辛苦，不論颶風下雨或寒冬酷暑都要播出，如果沒有十足的熱誠是辦不到的。」吳志怡分享主播的超能力就是：主播主持力、寫作力、表達力；更要具備：公信力、熱誠力、專業力。外型不是絕對條件，更需要專業支持，否則新聞就沒有公信力。

這次營隊是一日課程，其中實作課程就是各組要創作專屬隊呼。為了完成任務，講師們推出「企畫寫作力」、「聲音好好玩」、「主播主持力」等課程，下午更有重頭戲，在最新傳播科技「虛擬



← 〈大愛探索周報〉製作人吳志怡，擔任營隊學員長，也幫兒子報名參加學習。



↑ 學員認真背稿加上肢體練習，聚精會神錄製虛擬棚新聞播報。

← 課堂上學員敢於表達，發言踴躍。



棚」中，小組合力完成新聞播報。

第一堂「企畫寫作力」是由曾擔任記者的媒資中心副理陳珮澄，運用「5W1H」原則，讓學員思考為何要來上課學習。孩子們踴躍發言反應熱烈，更延伸企畫概念引導學員創作隊呼。

而口語表達是擔任主播的基本功，大愛網路電臺主持人陳怡君，用「聲音好好玩」概念，教孩子用聲音表達喜怒哀樂和角色扮演，讓大家瞭解聲音表情的魅力。

大愛新聞主播盛榮萱則以連線方式出場。她分享記者主播的特質有：喜歡講話、熱心、好奇、關心周遭人事物、與人結好緣、有正義感。並且告訴孩子們，播報新聞態度要誠懇，適度展現個人特色，不可表演過度而失去專業。

虛擬棚、真播報！大家都變身成為真正的小主播。孩子們錄影前努力練習和記稿、熟悉定位，練習展現主播自信。當親眼見到現場空無一物，螢幕上卻出現具體場景，無不驚喜感受到傳播科技的威力。學員林怡嘉說，「看到空空的虛擬棚變成百貨公司，長大本來想當新娘秘書，現在想當新聞主播。」學員邱奕華表示，「以為會很無聊，但錄了虛擬棚改變想法，希望還有機會參加！」

家長們也給予營隊正面評價。大愛新聞臺語主播蔡佩吟為孩子報名參加，她認為營隊可以訓練孩子的膽量、啟發創造力與組織規畫力、學習與人相處和接受新事物的開放心胸。桃園凌雲國中高鈺宸校長，則是看到孩子的具體學習成果，感到十分驕傲。

圓緣時，學員上臺表演隊呼創作，和虛擬棚新聞播報成果。短短一天的課程，卻能讓孩子們認識媒體、瞭解主播工作，更啟發了清流善念的種子。



↑大愛兒童傳播體驗營一百五十四位學員，體驗一日小主播實作課程，收穫滿滿。

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 / FM96.3

●中廣流行網 FM103.3

用心深呼吸：週日07:00~08:00

●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：

FM90.7~

週日23:00~00:00

週一00:00~01:00

●花蓮後山電臺

電話：03-8322333

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北總臺

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

花蓮 / FM103.7 玉里 / FM100.3

●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

●國立教育廣播電臺彰化分臺

電話：04-726 3070

點亮心光：週六 21:00~21:30

鑼聲若響：週日 21:00~21:30

彰化 / AM1494

●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

●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

●桃園先聲電臺

愛灑人間：週日 07:00~08:00

AM774

●世新廣播電臺

點亮心光：週日 13:00~13:30

北部地區 / AM729

●慈大之聲FM88.3

電話：03-856 5301

愛灑人間：

週六 09:00~10:00

真心看世界：

週一至週五 08:00~09:00

23:00~00:00

藍天白雲好時光：

週六 08:00~09:00

21:00~21:30

大愛下午現場：

週一至週五 19:00~21:00

01:00~03:00

生活講臺語：

週三 13:00~13:30

21:00~21:30

鑼聲若響：

週六 13:00~13:30

21:00~21:30

大愛網路電臺節目時間表

daairadio.tw

●首播 ●聯播電視 ●Live ●電視版 ●廣播劇場

週一至週五

00:00~01:00	(週一) 大愛知音 (週二) 愛灑人間 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講	(週四) 藍天白雲好時光 (週五) 用心深呼吸	01:00~02:00	大愛下午現場	(週一) 慈濟世界愛在洛城 (週二) 英文新視界 (週三) 教育CEO來開講 (週四) 心的力量 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	02:30~03:30	真心看世界	03:30~04:00	聽慈濟歌	04:00~05:00	大愛來點名	05:00~05:30	(週一~三) 鑼聲若響 (週四) 第一、二週生活講臺語 第三週健康一百 第四週說你所做+一種說法 第五週說你所做+和自己說說話 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	05:30~06:30	靜思妙蓮華	06:30~07:30	大愛晨間新聞 (週一) 慈濟世界愛在洛城 (週二) 英文新視界 (週三) 教育CEO來開講	07:30~08:00	(週四) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	08:00~09:00	真心看世界	09:00~10:00	大愛來點名	10:00~11:00	(週一) 大愛知音 (週二) 愛灑人間 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講	11:00~11:30	(週四) 藍天白雲好時光 (週一) 慈濟世界愛在洛城 (週二) 英文新視界 (週三) 教育CEO來開講 (週四) 心的力量 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	11:30~11:45	(週一) 和自己說說話 (週二、四) 說你所做 (週三) 一種說法 (週一~四) 大愛之歌	11:45~12:00	(週一~四) 大愛之歌	12:00~12:30	大愛午間新聞	12:30~13:00	聽慈濟歌	13:00~14:00	真心看世界	14:00~15:00	大愛下午現場	15:00~16:00	(週一) 大愛知音 (週二) 愛灑人間 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講 (週四) 藍天白雲好時光 (週五) 用心深呼吸	16:00~17:00	大愛來點名	17:00~18:00	真心看世界	18:00~18:30	(週一~三) 鑼聲若響 (週四) 第一、二週生活講臺語 第三週健康一百 第四週說你所做+一種說法 第五週說你所做+和自己說說話 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	18:30~19:00	聽慈濟歌	19:00~19:45	大愛全球新聞 (週一) 和自己說說話 (週二、四) 說你所做 (週三) 一種說法 (週五) 大愛之歌 (週一) 大愛知音 (週二) 愛灑人間 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講 (週四) 藍天白雲好時光 (週五) 用心深呼吸	19:45~20:00	靜思妙蓮華	20:00~21:00	大愛下午現場 大愛夜間新聞 (週一) 慈濟世界愛在洛城 (週二) 英文新視界 (週三) 教育CEO來開講 (週四) 心的力量 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	21:00~22:00	靜思妙蓮華	22:00~23:00	大愛下午現場 大愛夜間新聞 (週一) 慈濟世界愛在洛城 (週二) 英文新視界 (週三) 教育CEO來開講 (週四) 心的力量 (週五) 第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏	23:00~23:30	大愛夜間新聞	23:30~00:00	第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏
-------------	---	----------------------------	-------------	--------	--	-------------	-------	-------------	------	-------------	-------	-------------	--	-------------	-------	-------------	--	-------------	---	-------------	-------	-------------	-------	-------------	---	-------------	--	-------------	--	-------------	-------------	-------------	--------	-------------	------	-------------	-------	-------------	--------	-------------	---	-------------	-------	-------------	-------	-------------	--	-------------	------	-------------	---	-------------	-------	-------------	--	-------------	-------	-------------	--	-------------	--------	-------------	--

週六、週日

00:00~01:00	用心深呼吸	01:00~02:00	大愛知音	02:00~03:00	慈濟世界愛在洛城	03:00~04:00	教育CEO來開講	04:00~05:00	第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講	05:00~05:30	藍天白雲好時光	05:30~06:30	心的力量	06:30~07:30	愛灑人間	07:30~08:00	大愛晨間新聞	08:00~09:00	大愛來點名	09:00~10:00	真心看世界	10:00~11:00	用心深呼吸	11:00~12:00	藍天白雲好時光	12:00~12:30	大愛午間新聞	12:30~13:00	第一、二週生活講臺語 第三週健康一百 第四週說你所做+一種說法 第五週說你所做+和自己說說話	13:00~14:00	大愛知音	14:00~14:30	慈濟世界愛在洛城	14:30~15:00	英文新視界	15:00~16:00	藍天白雲好時光	16:00~16:30	教育CEO來開講	16:30~17:00	心的力量	17:00~19:00	新住民新鮮事	19:00~19:45	大愛全球新聞	19:45~20:00	慈濟歌選	20:00~21:00	愛灑人間	21:00~22:00	藍天白雲好時光	22:00~23:00	第一、二週站在時代的渡口 第三週笑談人生 第四、五週人文聽講	23:00~23:30	大愛夜間新聞	23:30~00:00	第一週聽見生命力 第二週真是桃花園 第三週雲嘉大愛行 第四週愛在西拉雅 第五週無盡智慧無盡藏
-------------	-------	-------------	------	-------------	----------	-------------	----------	-------------	--------------------------------------	-------------	---------	-------------	------	-------------	------	-------------	--------	-------------	-------	-------------	-------	-------------	-------	-------------	---------	-------------	--------	-------------	---	-------------	------	-------------	----------	-------------	-------	-------------	---------	-------------	----------	-------------	------	-------------	--------	-------------	--------	-------------	------	-------------	------	-------------	---------	-------------	--------------------------------------	-------------	--------	-------------	--

大愛網路電臺 FB：www.facebook.com/daairadio.tw/ 電話：02-28989999轉1041-1043

完整廣播節目表詳見大愛網路電臺網頁

大愛電視8月節目表

週一至週五

00:20 (週一) 一種說法	(週三) 健康報你知	(週四~五) 蔬果生活誌
00:18 (週二~五) 大愛會客室	(週四) 健康大探索	17:30 (週一~四) 小主播看天下WOW!
00:30 DaAi Headlines	(週五) 行動現場	(週五) 生活裡的科學
01:00 靜思妙蓮華	09:45 人間菩提	18:00 草根菩提
02:00 (週一) 立德路2號	10:00 大愛十點新聞	18:30 高僧傳
(週二~四) 現代心素派	10:30 經典劇坊	19:00 大愛全球新聞
(週五) 蔬果生活誌	11:18 人間菩提	19:45 人間菩提
02:30 (週二~五) 草根菩提	11:30 草根菩提	20:00 大愛劇場
03:00 大愛劇場	12:00 大愛午間新聞	20:50 大愛醫生館
03:48 大愛會客室	12:30 大愛劇場	21:00 靜思妙蓮華
04:00 全球視野	-----	21:57 (週一) 健康在說話
04:30 法華經序	13:18 大愛會客室	(週二) 健康報你知
05:30 靜思妙蓮華	13:33 高僧傳	(週三) 健康大探索
06:30 大愛晨間新聞	14:00 高僧傳	(週四) 行動現場
07:30 草根菩提	14:30 經典劇坊	(週五) 大愛探索周報
08:00 DaAi Headlines	15:19 大愛醫生館	22:22 全球視野
08:30 慈濟新聞深度報導	15:30 大愛午後新聞	22:47 人間菩提
08:55 高僧傳	16:00 大愛劇場	23:00 大愛夜間新聞
09:20 (週一) 大愛探索周報	16:48 大愛會客室	23:30 大愛劇場
(週二) 健康在說話	17:00 (週一~三) 現代心素派	

週六

00:18 大愛會客室	06:00 健康在說話	11:30 生活裡的科學	18:00 證嚴法師菩提心要
00:30 志為人醫守護愛	06:30 大愛晨間新聞	12:00 大愛午間新聞	18:30 衲履足跡
01:00 菩提心要	07:30 Tzu Chi This Week	12:30 大愛迷你劇院	19:00 大愛全球新聞
01:30 大愛探索周報	08:00 衲履足跡	-----	19:45 人間菩提
02:00 蔬果生活誌	08:30 熱青年	13:20 一種說法	20:00 大愛迷你劇院
02:30 草根菩提	08:55 映照人生	13:33 人文講堂二次方	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	21:01 圓夢心舞台
03:50 真善美故事館	09:45 人間菩提	15:30 熱青年	21:57 人到中年
04:00 行動現場	10:00 大愛十點新聞	16:00 大愛迷你劇院	22:47 人間菩提
04:30 法華經序	10:30 立德路2號	16:50 真善美故事館	23:00 大愛夜間新聞
05:30 衲履足跡	11:18 人間菩提	17:00 農夫與他的田	23:30 大愛迷你劇院

週日

00:20 一種說法	07:30 經典.TV	-----	19:45 人間菩提
00:30 行動現場	08:00 證嚴法師菩提心要	13:20 一種說法	20:00 大愛迷你劇院
01:00 菩提心要	08:30 健康大探索	13:33 立德路2號	20:48 證嚴法師說故事
01:30 Tzu Chi This Week	08:55 小人物大英雄	14:30 圓夢心舞台	21:01 大愛全紀錄
02:00 圓夢心舞台	09:45 人間菩提	15:30 熱青年	21:57 經典.TV
03:00 大愛迷你劇院	10:00 大愛十點新聞	16:00 大愛迷你劇院	22:22 志為人醫守護愛
04:30 法華經序	10:30 人文講堂二次方	16:50 真善美故事館	22:47 人間菩提
05:30 衲履足跡	11:18 人間菩提	17:00 小人物大英雄	23:00 大愛夜間新聞
06:00 健康報你知	11:30 唐朝小栗子	17:48 唐朝小栗子	23:30 大愛迷你劇院
06:30 大愛晨間新聞	12:00 大愛午間新聞	18:00 國民漢字須知	
	12:30 大愛迷你劇院	19:00 大愛全球新聞	

首播 Live 臺語

* 08/25(六)14:00-16:00因Live直播吉祥月特別節目，原時段節目〈人文講堂〉、〈大愛全紀錄〉暫停一次，15:30〈經典.TV〉調整到13:33播出。

* 如有更動，請以大愛電視臺網頁為主。大愛電視臺網址：www.daai.tv或洽客服專線：02-28989898 分機1035

* 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



臺北

東區會所大愛廳	02-27660971	臺北市信義區松隆路327號
原寬閱讀中心		新北市新店區安康路三段424號1樓
古井餐廳	02-86711798	新北市三峽區中山路40號
汐止聯絡處	02-26953366	新北市汐止區福德一路392巷50號

基隆

基隆靜思堂	02-24333769	基隆市安樂區樂利三街150號
-------	-------------	----------------

桃園

恰恰好環保惜福站	03-3338216	桃園市桃園區大華五街13號
蘇菲雅國際文教機構	03-3900456	桃園市大溪區僑愛一街1號

新竹

大愛感恩科技	03-5314027	新竹市武陵路135號
概念館閱讀中心		
竹東共修處	03-5996118	新竹縣竹東鎮文林路168號

苗栗

人醫診所	037-670478	苗栗縣頭份鎮建國路二段178號4F
------	------------	-------------------

臺中

新境龍華文化會館	04-25207342	臺中市豐原區自立街61-1號
惠弘茶文化生活館	04-22778687	臺中市太平區中興東路246號
鄭成發診所	04-26882366	臺中市大甲區光明路68號
臺中港區聯絡處	04-26312728	臺中市沙鹿區鎮南路2段472號
德欣棉業	04-24939726	臺中市大里區四維街19號
耕心園 慈濟人文閱讀中心	04-22420008	臺中市北屯區大連三段1鄰21巷67號
溪南人文閱讀中心	04-23352543	臺中市烏日區溪南路一段251號
大里共修處	04-24061276	臺中市大里區國中路176巷14號

彰化

伊瑪克公司	04-7874585	彰化縣花壇鄉學前路338巷20號
大官山社區	04-7245935	彰化縣彰化市埔西街160巷10之9號
稻香休閒農場	04-8661118	彰化縣埔鹽鄉彰水路二段169巷23號
文山堂眼科	04-8960063	彰化縣二林鎮大成路一段145號

雲林

日興堂醬餅	05-7825907	雲林縣北港鎮中山路42號
-------	------------	--------------

嘉義

美中紅茶素食	05-2257131	嘉義市民權路357號
健診中心	05-2648000	嘉義縣大林鎮民生路2號
自強書局	05-3791898	嘉義市朴子世平和路2號

臺南

羽儂素食館	06-7223534	臺南市佳里區佳東路457號
葉太原診所	06-2633011	臺南市南區夏林路172號
名家文理補習班	06-3581751	臺南市中西區臨安路2段337號
大成鋼集團	06-2703170#310	臺南市仁德區義林路122號
日上駕訓班	06-3121201	臺南市永康區復華三街95號
初鹿閱讀中心 (初鹿鮮奶)	06-2003373	臺南市東區裕農路95號
安平聯絡處	06-2989111	臺南市安平區國平路211號

高雄

高雄信宗大飯店	07-9738666	高雄市三民區建國三路487號
銘華牙醫診所	07-6115589	高雄市橋頭區橋頭里成功路176號
友緣電器行	07-6995155	高雄市湖內區中正路二段49之4號
德功電業行	07-3516853	高雄市大社區三民路259號
乙軒素食園	07-3519615	高雄市大社區中山路463號
意大虹茶店	07-6312366	高雄市阿蓮區民族路11號
橋頭共修處	07-6120706	高雄市橋頭區白樹村中正路16號 (元生中醫診所對面)
旗山聯絡處	07-6621162	高雄市旗山區旗文路123之8號

屏東

香揚巷社區 慈濟人文呈現道場	08-7235037	屏東縣屏東市瑞光里香揚巷59之10號
棒球路社區 慈濟人文呈現道場	08-7510779	屏東縣屏東市棒球路162號

花蓮

玉里聯絡處	03-8882718#701	花蓮縣玉里鎮民權街56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 2018年7月26日～2018年8月25日

●購物總金額未滿900元，須加附郵資80元

金額	數量	產品名稱
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	儲蓄存款單
收帳帳號	19905781	金額 新臺幣 (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

☐參加禮施會每年1200元以上

（每兩個月可獲贈「慈濟道侶叢書」一冊）

☐隨喜助印「慈濟道侶叢書」

*☐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

戶名 慈濟傳播人文基金會

寄款人

姓名 ☐☐☐☐☐☐☐☐

地址 _____

電話 _____

經辦局收款戳

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）

☐慈濟英文雙月刊：

國內郵資（一年80元）

收件人姓名 _____

地址 _____

電話 _____

◎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。

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

●「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

●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

- 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登帳後，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

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章者無效。

靜思法脈叢書

靜思語

釋證嚴 著

行菩薩道的方向

戒、定、慧 信、願、行 感恩、尊重、愛



靜思法脈叢書



線上認識靜思法脈叢書系

創刊二十年來，秉持證嚴法師「為人類寫歷史，為時代作見證」的期許，數百則深度報導、上千幀精采影像、近五十座包括金鼎獎在內的獎項，是給始終支持著《經典》的讀者們，最衷心的獻禮

經典雜誌

壯遊 20

20th ANNIVERSARY OF
RHYTHMS MONTHLY

攝影展

免費
入場

經典

7/27 (五) 8/26 (日)

臺北松山文創園區 3 號倉庫
(臺北市信義區光復南路 133 號)

137 場【經典講座】同步登場！

集合曾於《經典》發表過作品或受訪的傑出作者、攝影師、學者專家，分享畢生經驗！詳細場次及報名方式，請見官網

