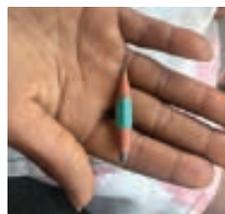


DAAI Monthly
2019/08 163



www.daii.tv

大愛之友



大愛全球新聞
莫三比克賑災見聞

人生二十甲

MY FATHER'S WORDS

2019.07.24~08.27 週一至週五晚間 8:00

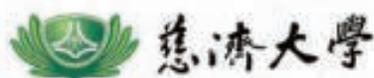
領銜主演

柯淑勤、檢場、吳沛寧、蔡侑勳
鄭平君、謝麗金、林義雄
馬惠珍、李秉樞



島嶼路·山之卷

焦點
節目



Tzu Chi University

英國泰晤士高等教育 2019世界大學影響力 全台第一 世界排名67

台灣排名

1

亞洲排名

10

世界排名

67

慈濟大學獲得英國泰晤士高等教育 Times Higher Education (THE) 世界大學影響力排名 (University Impact Rankings) 總體成績全球第67名台灣第一，這項排名為THE首次進行，並根據聯合國17項永續發展指標(SDG)中的11項為評核標準。慈大在SDG3良好健康與社會福利，以及SDG12確保永續消費及生產模式這兩項目中，也都名列台灣第一。

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
醫學資訊學系
物理治療學系
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)

教育傳播學院

傳播學系
兒童發展與家庭教育學系

國際暨跨領域學院

英美語文學系

弱勢學生入學零負擔學雜費政府、慈濟來分攤

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



慈大招生訊息連結

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

20

大愛劇場20周年「網路徵文」優選作品

龔昱豪

DaAi Drama

依稀記得，從小每晚八點都會觀賞大愛劇場，直到上大學，宿舍沒有電視，只能透過網路收看。我認為這是一種習慣、一種能淨化心靈的好方法。

提及大愛劇場，我便想起大學時因課業需要到外地踏訪，與外系同學四人決議以苗栗的觀光景點作為報告主軸。沒多久，看到正在播映的〈竹南往事〉，才發現原來和我們打算前去的景點不謀而合，因緣實在巧妙！

前年底，我們去了苗栗崎頂及子母隧道，想起劇中振源師兄和阿珠師姊相遇的點點滴滴，酸甜甜滋味湧上心頭，我活脫像是劇中演員，在隧道裡感受他們經歷的故事，腦中還不時為情節加入對話，怡然自得。然而，一想到振源師兄病逝後，阿珠師姊為了照顧小孩、日夜辛勤工作的模樣，原本高昂的興致瞬間消逝，隧道裡的我陷入沉思，望向組員們對景物感到驚奇的臉，那笑容好美……

然而，這些終將成為往事，我能在未來某刻想起他們此時的心情嗎？我能像阿珠師姊無論對家庭或工作都無怨無悔、全力付出嗎？這時的或許無法回答，但為了不讓自己失望，我珍惜和他人相處的每一個當下，學習振源師兄的樂觀及阿珠師姊面對難題時冷靜處理的態度，深信只要堅持信念，一定可以看到隧道口的光線！

每當生活上遇到困難或壓力，總會把看過的大愛劇場再複習一次，揣摩劇裡各個師兄師姊的心境，設想如果換作是他們，會如何克服心魔？近期讓我印象深刻的〈菜頭梗的滋味〉，因為故事主角是彰化芳苑、二林人，特別有熟悉感，且是當地政治望族，讓我想了解當年叱吒風雲老大的兒子——洪毓良師兄，如何調整心態面對往後的人生。

由奢入儉的過程想必很艱辛，毓良師兄卻總能時時檢討自己，如在做警衛巡邏工作時，會透過靜思堂的無聲說法反問己心，除掉內心的雜質，種下善念，加上背後有個善解人意、默默支持他的師姊，我想這可說是靈魂伴侶吧！

很開心自己的成長過程有大愛劇場陪伴，不只劇情感人，還能感受到劇組的用心良苦，加上量身打造的主題曲及片尾曲，總能扣人心弦，也讓我明白汲汲營營追求名利終是一場空，平凡生活才是最大幸福，要珍惜與家人、朋友相處的時間，因為日子是不可逆的！

我始終認為，做對的事需要義無反顧，即使一路上可能遭遇很多絆腳石與考驗，但想想人生不可能一帆風順，跌倒了，撫平傷口，再站起來，往目標前進。這都是上天給的功課，得好好完成才不虛此行，盼未來有更多人能跟隨大愛臺引領的清流，一同領悟身為人的使命。

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。

邀約您加入 大愛之友

點滴匯聚傳播美善 大愛讓世界亮起來

日期： 年 月 日

● 基本資料

姓名： _____ 生日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

身分證字號： _____ 大愛之友可提供身分證字號以利歸戶，作為綜合所得稅查調報稅參考運用。

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)

贊助金額： _____ 元 贊助期限： 單次 永續

自 _____ 年 _____ 月至 _____ 年 _____ 月

● 持卡人簽名： _____ (請與信用卡背面簽名相同)

* 付款承諾書：與承諾書人簽向財團法人慈濟傳播人文志業基金會加入大愛之友，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

2019年8月1日 第一六三期
中華郵政臺北字號第4103號執照登記為雜誌交寄

創辦者／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

媒體發展部
經理／歐宏瑜
公共事務／楊菁惠·許淑媚·劉哲鈴·
宋黃鶯·郭丁榮·鄒姍來

人文推廣部
經理／于東攻
業務行銷／王文茜·張天富·陳湘洳
活動企畫／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
印製／中華彩色印刷股份有限公司

Printed in Taiwan

4 焦點節目
臺灣山路的美麗與哀愁
—— 島嶼路·山之卷

6 幕後現場
那年盛夏的花火
—— 八仙塵爆傷者的生命故事

10 大愛全球新聞
助人，還可以做得更多
—— 莫三比克賑災見聞



14 高僧傳
道安大師 —— 東方聖人

16 大愛劇場
人生二十甲

22 蔬果生活誌
舌尖上的夏日況味
—— 越南油豆腐生春捲
—— 夢幻紫高麗果凍杯

25 24 節目預告
大愛全紀錄
圓夢心舞臺



28 好戲推薦
車站人生
奔跑吧！阿飛

30 地球證詞
粒子之美

33 節目預告
人文講堂

34 新書推薦
36 憨山大師 —— 佛祖之標榜
從遺忘到重生的奇蹟

38 靜思書軒·心靈講座
建築人生，成就最好的自己
—— 劉培森、蔡青兒

42 看見大愛
莫忘那一年



臺灣山路的美麗與哀愁

島嶼路·山之卷

採訪撰文／涂心怡 圖／節目部提供

一年前，大愛電視臺在網路平臺推出網路節目〈島嶼路·海之卷〉，帶領觀眾走訪臺二、臺九、臺十一與臺十七等四條臺灣之路，收集屬於這座島嶼的故事。今年全新一季的〈島嶼路·山之卷〉走離海岸，深入山巔，精心挑選三條山路，再次帶領觀眾共遊領略屬於你我的故事。

談起當初「挑路」的過程，製作人徐永樹笑言，可是耗費不少精神與心力。

「臺灣最為人知的三條山路就是北橫、中橫以及南橫。然而，南橫在八八風災之後就斷了，至今還沒有修復完全；中橫則有太多報導，於是這兩條路最先被剔除。」徐永樹與製作團隊在諸多考量及思索下，最後決定拍攝的三條路，自有其對臺灣不可或缺貢獻，而他們也根據這三條路的特色深入著墨。

臺十四甲是首選，雖然當時興工只不過是為了應付中橫開工，讓工程人員方便進出、運輸糧食、材料與器械才又另關的一條供應道路；但這條路卻經過武嶺、合歡山等，成為現在最著名的高山公路。

為求貼近生活，更深入探討與發現主軸核心，〈島嶼路〉沒有主持人，而是找來「引

臺十四甲經過武嶺、合歡山等地，是臺灣最著名的高山公路。





路人」一同走訪。臺十四甲這一集，邀請專業的高山嚮導雪羊擔任引路人；俗稱內山公路的臺三線，沿途經過許多客家鄉鎮，青年客家音樂人臥虎藏龍，因此找來音樂人小樹擔任引路人；而臺二十一線則找來以〈麻醉風暴〉一劇廣受大眾喜愛的演員黃健瑋，帶領觀眾一同認識這條歷經無數災難的坎坷之路。

談起邀請黃健瑋擔任引路人，徐永樹表示，一開始大家似乎很難將黃健瑋與臺二十一線作串聯，「九二一大地震，讓黃健瑋大學生活的第一天就趕不上開學，而臺二十一線就是那場地震的災區之一。」

徐永樹與團隊將臺二十一線命名為災難之路，因為它歷經臺灣史上幾次著名的大型災難，如：賀伯颱風、九二一大地震、八八風災等，就連他們上山拍攝也是多災多難。

臺二十一線的起點為臺中東勢天冷，終點則是南投信義鄉的塔塔加，其中有一小段路坍塌多年，仍在修繕中，因此每兩小時僅有十五分鐘供單



臺三線南庄稻田上的Q版土地公像。



臺二十一線坍塌路段。

向通行，「我們每天都得算準時間，準時上山、準時拍好下山，一旦錯過通行時間，就得再等兩個鐘頭，甚至入山的路每天傍晚五點就管制了，直到隔天早上七點才開放。」徐永樹說，每天都在跟時間賽跑。

比起上一季的海路，徐永樹坦言，山路的製作更為艱難，不僅路途遙遠，山區氣候不定更令他們傷透腦筋，「往往白天還出大太陽，中午就起霧了，到了下午又忽然下起滂沱大雨。」

拍攝前，他們特地翻找了日據時期留下的文獻資料，並在當地人、原住民及登山客的建議下，在冬天執行任務。「每年十月到隔年四月，是山區氣候最穩定的時候，雖然冷，為求拍攝順利，我們拚了。」

從企畫到製作，平均一集節目就得耗費三至四個月時間，徐永樹卻認為很值得，「路，我們平常都會走，只是都沒能留意它背後的故事。期待透過〈島嶼路〉，用鏡頭為臺灣留守紀錄。」

那年盛夏的花火

八仙塵爆傷者的生命故事

採訪撰文／涂心怡 圖／節目部提供

一〇一五年六月底的某個晚上，位於新北市八里的八仙樂園充滿嬉鬧聲；然而，瞬間粉塵爆炸，一場驚天動地的火災迅速蔓延，造成近五百名死傷的慘劇。

四年過去了，當年的傷者如何走過漫漫復健路？家人又如何陪伴？百轉千迴的情緒又該如何找尋出口？紀錄片〈那年盛夏的花火〉歷經兩年跟拍、兩年後製，記錄了八仙塵爆傷者張庭瑜一家的故事。

悲傷當下，抬起鏡頭

〈那年盛夏的花火〉記錄起始，並非來自大愛臺，而是張庭瑜的父親張國強。

談起那一晚，張國強仍心驚膽戰，「當時想法是，這樣的災難怎麼會發生在我家？」

還記得接到電話趕到現場時，在哀鴻遍野中，他心慌忙、腳步亂，可是眼神卻定定地在水中、在救生艇上找尋他最熟悉的臉龐；他終於看見，一個許多人輪流泡

著、布滿粉塵的骯髒水桶中，他要找的人就在那裡，那是他最親愛的大女兒張庭瑜。

「我把她抱起來，看見她腳下有兩張皮懸晃著，心真的很痛；但是我知道難過並不能解決事情，首先要做的，就是救她。」張國強護送全身百分之八十燒燙傷面積的女兒進到醫院、住進加護病房，一直到痛苦難捱的復健，始終未曾離開。

除了陪伴，身為一名導演的他，還拿起攝影機記錄拍攝。

「一開始其實也沒想到要拍，是我太太拿起平板電腦先記錄下這些過程。」張國強說，太太的作為觸動他，「這是庭瑜最特殊的成長過程，我們必須記錄下來，與其用平板記錄，拿我的專業攝影器材豈不更好？」

如今想來，這些影片之於他們，顯得可貴。

「她一直都是個堅強獨立的女孩，別說要對我們說『我愛你』了，就連撒嬌也不會；可是在那一段日子，她說話輕聲細語，也會說出一些貼心的內心感受。」回述透過鏡頭陪伴大女兒在醫院的日子，張國強語帶溫柔



張庭瑜熱愛跳舞，舞蹈發表前的化妝全都自己來，把跳舞當作復健。

地說，「那是苦中帶甜的。」

出院回家後，張國強每每見女兒短袖下的大面積燒燙傷疤，或走在她後頭，見她仍走得辛苦的模样，總是忍不住悲傷，「我現在都還會摸摸她的腿、她的疤，告訴她：『你辛苦了。』」

接受了現實，卻埋藏不了心中的苦痛，因此當大愛臺

製作人林慧芬找上了他，告訴他希望能為張家拍攝紀錄片的想法時，張國強毫不考慮地拒絕。

「我第一個念頭是，我要保護我的小孩。」但幾番思量，張國強不再那麼堅持，「我們召開家庭會議，一致認為，這段路上無論是醫護人員的付出、慈濟志工的陪伴與照顧，都給了我們很大的支持，如果能將這些紀錄做成公開影片讓外界知道，是我們最好的回饋方式。」

震撼畫面，從遠到近

談起當初找上張家的始末，即使是四年前的事情，製作人林慧芬仍歷歷在目。

「那時我們想拍一部八仙塵爆傷者的紀錄片，光是尋找個案就花了很長時間。」林慧芬回想，她跑了好幾間醫院、嘗試說服許多家庭，但最終都失望而返，「後來我的同事，同時也是慈濟醫院的志工告訴我，他們在醫院陪伴一個傷友家庭，這個家庭的父親為女兒記錄下一切，或許會願意讓我們拍攝。」

張家最後是同意了，但也開啟了記錄團隊的挑戰。

紀錄片必須歷經漫長拍攝，如何與受訪家庭建立信任感並有情感累積相對重要。

「一開始拍攝在公開場合，從醫院回診復健開始，問的問題也都是當下的心情為主。」他們拉遠鏡頭，沒有預設立場，以一個毫無壓迫的方式走入張家的生活。



爸爸每天花一小時，幫女兒庭瑜按摩，減輕疤痕攣縮狀況。



爸爸不管到哪裡，都牽著庭瑜的手。

長年的採訪工作讓林慧芬明白，要讓受訪者講出心裡的話，就必須先住進他們心裡，「幸運的是，張家人很真誠，進入家裡拍攝，回憶災難當下彼此的心情感受，他們都很直接表達。」

災難總是震撼，而張庭瑜的表現更令林慧芬震懾。張庭瑜面對鏡頭相當自在，也總毫不遮掩地顯露出身上大面積的傷疤。一回他們在醫院拍攝時，張庭瑜甚至連壓力褲都沒穿，露出占據滿腿的一塊塊疤痕，還幽默地對林慧芬說，「我今天穿的是大型洞洞襪！」

張庭瑜內心之強大，讓林慧芬感佩地說，「我們在她身上學了一課。」

與之為友，細細記錄

記錄團隊自二〇一五年九月開始跟拍張家，一直到二〇一七年十月才完成所有拍攝，整整兩年時間。林慧芬笑說，拍攝的帶子數也數不清，「我只記得，當初寄給導演的場記總共四十八個檔案，每個檔案至少一到兩小時的長度。」

導演李文鴻坦言，這是他工作至今第一個橫跨那麼長時間的案子。

「當初慧芬找我拍攝時，我沒有問會拍多久，也沒有問費用，就答應了。」李文鴻對青少年議題一直深感興趣，而八仙塵爆的新聞也引起社會正反兩面評論，「有



張庭瑜重回校園修舞蹈課。



▼痛苦的復健過程。

▲家庭會議上，庭瑜母女講出心裡話，忍不住哭了。



人同情這群孩子，也有人批評他們太愛玩；我想深入參與，試圖理解他們，而不是表面評論。」

兩年來，數不清的拍攝，留下的不僅僅是幾小時、幾分鐘的畫面，也一點一滴積累他與張家的情感養分。

「影片中有一場家庭會議，是我們建議召開的，因為知道他們心裡對彼此存在的那道結，希望可以解開。」李文鴻笑言，雖然影片中他與林慧芬完全沒有出現，但張家的這段人生歷程，他們其實參與其中。

這場家庭會議歷經兩個夜晚、六個小時，最終在影片中僅出現短短五分鐘。

李文鴻解釋，就因為太過熟悉、知道得太多，讓他在後續的剪輯上陷入苦惱，「愈是了解就愈綁手綁腳，什麼該呈現？什麼又該避開？保護他們是我們的優先考量。」

有時候他明明知道，某些畫面最能吸引觀眾目光，卻極有可能造成張家的傷害。看著龐雜的影帶、腳本大綱，李文鴻有好一段時間完全不知該如何下手剪輯，「腳本一改再改，光是數得出來的大修、小修就有五、六次，最後剪出來的也不完全按照腳本。」

林慧芬與李文鴻用兩年的後製期才完成〈那年盛夏的花火〉，雖然捨棄了許多精采畫面，主軸內容卻一如初衷。李文鴻表示，「這部紀錄片前後歷經四年才完成，但對我而言，它的意義已經遠遠超乎所想。」



助人， 還可以做得更多

莫三比克賑災見聞

居民了解慈濟發放的物資人人皆有，井然有序地排隊，成了發放現場最美風景。

採訪撰文／吳秋瓊 圖／呂思萱

今年三月莫三比克遭逢「伊代氣旋」侵襲，慈濟賑災團分梯次陸續進駐災區，舉辦大型發放、義診，並帶領本土志工進行家訪關懷。

在人力、物力都缺乏的災區，從家訪、發放到義診，這一場慈善馬拉松要如何進行，大愛臺記者呂思萱、攝影鄧應忠，帶領大家共同關注！

風

災重創莫三比克，光是布茲郡就有一千八百戶受災，居民暫時被安置在瓜拉瓜拉區，這裡距離雅瑪郡約有一百三十七公里，慈濟志工一路顛簸終於抵達，準備展開此行的第一場物資發放。

記者呂思萱表示，由訪問慈濟基金會宗教處歐美非組組長呂宗翰得知，莫三比克政府向慈濟提出援助需求，第一步是安居，其次是教育，最後是醫療，期待未來建造大愛村，使居民重建生活。

物資發放，屋舍重建安定身心

慈濟承諾援助莫三比克重建計畫，在此之前，先做物資發放。只是，房子都被吹走了，家戶連門牌都沒有，要怎麼造冊列清單？對志工來說，這是一大考驗，所幸慈濟賑災團持續在雅瑪郡進行發放，也從而帶動當地居民加入志工行列。

▼風災過後，學生以天地為課堂，隨著太陽升起，上課的隊形也會跟著變換，學生們沿著陰影列隊而坐。



▲來自臺灣雙連幼兒園的二手衣。小男孩說，這是他媽媽在市場幫他買的，只要上課，他就會穿著這件運動服到學校。

莫三比克慈濟志工蔡岱霖、傅迪諾夫妻倆，數次前往重災區貝拉賑災，傅迪諾是本地人，負責與政府協調溝通，太太蔡岱霖則帶著本土志工挨家挨戶探視，了解受災民眾的需求；風災過後，夫妻倆幾乎以災區為家，不僅協助重建，更希望從教育著手，進一步翻轉下一代的命運。

呂思萱表示，每一次家訪，都是改變的開始。例如拉梅高區的馬坤巴村（Macumba），受到風災影響，大雨導致河水暴漲，整區淹沒在水裡長達一個月，房屋毀損嚴重，急需重建家園。慈濟志工進行物資發放，居民多數徒步而來，在高溫下頭頂三十公斤玉米粉、手提二十公斤種子、建材包，路程約需走上二十分鐘才會到家。對年紀大的長輩來說，走這趟並不容易，但是領到慈濟提供的建材包，居民臉上也終於有了笑容。

這次在拉梅高村進行建材農作包發放，一共有二千九百一十六戶可以領到物資。發放流程全數由本土志工包辦，不少志工特地從首都麻布多前來協助。本地志工希望藉此帶動當地居民，挺身出來幫助自己的鄉親。

呂思萱表示，發放建材農作包，有工具就可以重建房舍。蓋房子對當地人而言，並不困難，泥土砌成的磚並沒有燒過，因此一遇大雨就垮，但也因為結構簡易，重建反而不會太難。



短到不能再短的鉛筆，那是莫三比克孩童求學的希望；收到大愛新聞部同仁跨海捐贈的愛心鉛筆，這群孩子開心一整天。

珍惜物資，需要的人還有很多

「伊代氣旋」帶來的大水，不僅沖毀教室，也把學童們的文具用品都沖走了。根據雅瑪郡教育局的資料顯示，高達三十間學校需要援助，目前學生只能坐在鐵皮搭建的臨時教室上課，慈濟賑災團首先發送文具包，讓他們可以背著書包去上學。

文具包裡有書包、兩色原子筆、三枝鉛筆、一個橡皮擦和一個小型削鉛筆機。這些在臺灣看起來輕易可以獲得的文具，在風災後物資極度缺乏的莫三比克，想要募集三萬份，艱難程度簡直難以想像，因此無法一次送達，只能陸續發送到各個學校。

不僅物資發放受到當地居民高度矚目，連續三天的義診也吸引大批居民前來求助。

呂思萱指出，由於偏鄉地區環境衛生條件不好，醫療資源更是缺乏，很多居民生病只能到醫院排隊掛號，常常連著幾天都無法就醫，身心俱疲之下，寧可忍痛，也不願意再到醫院去了。

舉辦義診需要許多人力，一聽到慈濟要舉辦義診，超過二百八十位本土志工，立刻前來幫忙準備。這次義診集結臺灣、美國、澳洲、馬來西亞和南非等，四十五位醫師和護理人員進行跨國義診。這也是慈濟人醫會首次在非洲舉辦大型義診，為了讓居民認識慈濟，本土志工協助人醫會成員事先進行家訪往診，了解居民的身體狀

況，並藉此邀約大家前來就診。
義診第一站是提卡中學，以教室作為診間，分成內、外、婦、兒、牙科以及中醫六種科別，為了尊重病患隱私，採取現場報名。由於當地醫療資源匱乏，許多民眾從來沒看過醫生，也不知道自己生了什麼病，一聽到有醫師要來義診，不少人一早就來排隊，把握接受治療的機會。



一群暫住在瓜拉瓜拉村帳篷區的孩子們，看到相機都非常興奮。對樂天的他們而言，生活或許不苦，因為辛苦是比較出來的。

關於助人，我們還可以做得更好

義診第二天在拉梅高中學，第三天在貝拉，地區不同、醫療資源同樣缺乏。愛滋病、瘧疾在當地相當普遍，居民普遍教育程度不高，為了讓患者看懂用藥，醫師們在藥單上畫上幾個簡單的圖案，標示用藥次數。

因為語言不通，義診團得仰賴翻譯志工幫忙，這群來自莫三比克天主教大學的醫學生，不僅要協助翻譯，也是臨床實習的好機會。

此行義診的最後一站選在慈濟據點（慈濟的家），邀請感恩戶前來參加，主動幫大家解除身體的病痛。

從物資發放到義診，慈濟賑災團一去就是十幾天，舟車勞頓不在話下，但是看到當地窮困落後的景況，也受到相當程度的衝擊。呂思萱印象最深刻的是，看到許多小朋友拿著短到幾乎握不住的鉛筆在寫字！前往莫三比克之前，呂思萱的同事們收集了一百多枝已經削好的鉛筆，要她帶去送給當地學童。她趁著家訪時致贈小朋友，或許是第一次拿到一枝完整的鉛筆，有孩子立刻從書包拿出塑膠袋，將鉛筆好好地包了好幾層再收進書包裡。一枝鉛筆對臺灣孩子來說，是再平常不過的事，眼前這位小朋友如此珍惜的模樣，讓呂思萱感觸極深。

這次莫三比克的採訪，呂思萱見苦知福，「生在豐衣食的臺灣，應該更珍惜自己所擁有的；正因為我們已經如此富足，對於助人這件事，還可以做得更多！」

高僧傳

邀您一起賞戲入法體解人間真實義
八月十二日至九月十三日 週一至週五 唐美雲歌仔戲團

道安大師

東方聖人

彌天功高遠無界，四海慧深廣慈懷，
正法華樹花滿載，源自道安妙手栽。

公

元三七九年，湖北襄陽城發生一場爭奪法師的戰爭。前秦苻堅以十萬大軍占領

樊城猛攻襄陽。東晉守軍以死力敵，連城中婦女也上了前線。最終苻堅宣布取得勝利，「朕以十萬之師攻取襄陽，唯得一人半。」此一人指的正是一代高僧道安大師。

襄陽城被攻陷後，道安法師體認到，「佛法要興盛，必須藉助國王的力量」，所以與苻堅親近往來。於是，他在「五重寺」傳法，受學僧眾達數千人。為了能有系統管理僧團，主張僧眾廢除俗姓，而以「釋」為姓，並身體力行首先改姓，且制定「僧尼軌範」為後世僧尼所遵循。

天資聰穎的道安大師從小就受外兄孔氏撫養，但由於孔氏家境困難遂出家；出家後不被師父重視，早晚至田間從事勞役工作。

數年後，有一天他向師父請求借閱經典，師父給了他一卷五千字的《辯意經》，他利用田裡工作休息時間讀誦，傍晚歸還經書時要求再借一本，師父另取一本約萬餘言的《成具光明經》，次日他帶到田裡，黃昏歸來，又還給



請下載



您便能立即觀賞精彩片花

並開啟



掃描右頁

高僧傳

師父懇求再借。師父便很生氣地責備，「學經怎可這樣隨便翻一翻！」只見他背出全文一字不差，師父大感驚訝，從此對他另眼相待，並允許道安大師受具足戒後前往各處參學。

飽讀佛儒典籍的道安大師，首到建業參謁享譽全國的高僧佛圖澄。佛圖澄見他才識不凡，便收為徒，自此講經時常命他複述，甚至代為宣講。始初大眾不服，疑難紛起，但道安大師每能輕易化解，眾人大大歎服。因此，當時盛傳：「漆道人，驚四鄰。」「漆道人」即指膚色黝黑、其貌不揚的道安大師。

後來，北方大亂，道安大師率領四百僧人逃往襄陽城，在城中建立檀溪寺弘揚佛法。他在襄陽十五年間為佛教史上奠定一個關鍵時期，道安法師鑽研經典、編撰經錄、規範僧團、嚴持戒律，倡導實修實證。不過，道安法師的名聲傳入前秦皇帝苻堅耳中，惜才的苻堅很想得到道安法師，卻一直找不到途徑，最後遂動用十萬兵力武力奪取。

道安大師一生功業，於佛教史上貢獻至鉅，鳩摩羅什盛讚其為「東方聖人」，梁啟超美譽：「使我佛教而失一道安，能否蔚為大國，吾蓋不敢言。」

人生二十甲

My Father's Words

觀音山上的造墓之家

阿秋 蔡侑勳、檢場 飾
寡言認真，生活節儉，
即使家中經濟匱乏，也從不阻攔阿雪助人的行為，
反而更認真賺錢存錢，給予默默支持。

阿雪 吳沛寧、柯淑勤 飾
個性純樸，勤儉刻苦，遵從父親教誨，
樂於幫助眾生萬物，只要看見就會伸出援手。

採訪撰文／吳秋瓊
圖／戲劇一部提供

「十隻手指、十隻腳趾，就好比擁有二十甲良田，只要勤勞工作、看到就要做，一輩子將不愁吃穿。」謹記父親教誨，陳吳雪靠著這「二十甲」，與丈夫攜手走過不平凡人生……

好

手好腳，努力打拚，就會有前途。父親的話言猶在耳，阿雪不論在什麼年紀，都謹守本分，奉行父親「看到就要做」的教誨，小到打理家務，大到幫助別人，每一樣都是阿雪的生活日常。

〈人生二十甲〉從晚年阿雪回到雲林老家，翻開父親收藏信紙的鐵盒，展開回憶的第一頁。從現在往回看，採取時空交錯的敘事手法，製作人王顯斌表示，雙線交錯，是以事件關聯性為主，即使在同一場戲，也可能出現不同年紀的同一角色。



美娥 謝麗金飾
阿雪的好朋友，個性活潑，樂觀熱情，是阿雪人生路上不可或缺的正能量。



阿雪父 李秉樺飾
有善念更有善行，是阿雪這一輩子的人生導師。



阿雪公公 鄭平君飾
重視香火傳承，教導阿雪賺一元要存兩角的理財觀。

特殊場景，誠懇溝通即成

〈人生二十甲〉劇中男主角陳阿秋，是一位造墓工人，墓園戲少不了，找這樣的場景是否也格外困難？

製作人王顯斌表示，每一檔戲都有不同的場景需求，只是需要「施工中的墳墓」畫面，算是第一次遇到，還好過程也算順利。不論演員、場景，都需要誠懇談，最終能得到對方的同意。

〈人生二十甲〉劇中時程約五十年，男女主角分別有兩階段，連帶周邊主要角色也需要兩階段演員。久違的金鐘影后柯淑勤，與檢場分別擔任中年阿雪與阿秋；戲裡戲外，兩人個性都與主人翁相似，阿雪做起事來靈活又確實，阿秋講求慢工出細活。戲裡，阿秋就像阿雪的孩子，隨時需要耳提面命；戲外，檢場也常聽到柯淑勤的催促，熟朋友演起夫妻，默契格外好。

劇中晚年阿雪回到老家，看到父親保留她以前寫的信，回想當時去抓阿秋賭博，阿秋低頭溜走，對照阿雪盛氣凌人的模樣，不禁笑出聲來。阿秋看妻子傻笑，問明原因，不禁喊冤，這輩子也就賭那一次，短短幾幕戲，呈現年輕夫妻因價值觀不同而發生爭執，再轉回晚年夫妻的溫情互動，柯淑勤與檢場演來生動自然，相互吐槽卻無火氣的老夫妻情趣。

**天生合拍**

飾演年輕阿雪的吳沛寧和年輕阿秋的蔡侑勳是第一次合作，原本完全不認識的兩人，演起對手戲默契十足，超級合拍；在拍攝現場，也常常製造出逗趣畫面。

使命必達，圓滿公公心願

為符合阿秋造墓工人的職業，〈人生二十甲〉有許多墓園戲，主要場景在觀音山，雜木林多，蚊蟲也多。被問到拍墓園戲很辛苦吧？飾演阿雪前半生的吳沛寧笑說，最初看到劇本，心裡不免產生壓力，真正到了現場，反而感受到無比寧靜，空氣好，風景優美，心曠神怡。

飾演年輕阿秋的蔡侑勳，雖然與吳沛寧是第一次合作，卻頗能詮釋年輕夫妻的相持之情。劇中阿秋受傷，阿雪還揹著丈夫走山路回家，堪稱「最有力量女主角」。不僅如此，阿雪為了貼補家用，挺著大肚子去挖竹筍、上山採藥草挑到山下賣、到工廠批醬油分裝來賣、做繡補工作等，不僅能在逆境中想出辦法解決經濟難題，還能一一化解遇到的困難，吳沛寧說，阿雪個性堅毅，做事有條理，尤其「看到就要做」的精神，非常值得現代女性學習。

阿雪的婚事，是好友美娥的父親作媒，但促成這樁婚事的關鍵原因，則是阿雪的一場夢境——夢中阿雪穿著婚紗走在山中，這是前去阿秋家的路，阿雪因此領悟夢中菩薩的旨意。觀眾看到這場戲時，可別以為是編劇編出來的，這可是本尊真實的經驗。

阿雪出嫁的第二天，公公就把家中財務大權移轉給她，教導她「賺一元要存兩角」的理財觀，尤其想



臺灣第一女漢子



劇中阿秋受傷，阿雪揹著丈夫走山路回家，注意還有行李呢！為了分擔家計，不僅挺著大肚子挖竹筍，也揹著孩子上山採藥草並挑到山下市集賣……真的是臺灣第一女漢子！

要一個孫子繼承陳家香火。公公的心願說出口，阿雪當然要「使命必達」，為了生一個兒子，連連生了八胎，才總算達成心願。

未婚的吳沛寧，在戲中要照顧八個孩子，辛苦可見一斑。吳沛寧笑說，據本尊阿雪師姊表示，家裡有九個孩子，其中一個就是除了工作賺錢養家，生活大小事一概不管的丈夫。

付出僅有，先救別人的急

阿雪每一次生到女兒，就充滿歉意，在現代女性看來可能很難理解；即使如此，阿雪並沒有重男輕女的觀念，對待每一個孩子都非常用心，也使得家庭情感緊密。尤其晚年進入慈濟，跟著慈濟師兄師姊做環保，遇到辦活動需要人手時，阿雪一開口，幾乎所有孩子都全員到齊。

吳沛寧說，阿雪本性孝順，知道公公重視香火延續，因此努力完成公公的夢想，成就孝順的目標；除了承受生男丁的心理壓力，家庭經濟不好，必須花很多力氣賺錢貼補家用。對一般人來說，可能會充滿怨懟，阿雪卻沒有抱怨，只是積極地克服。

爸爸教她「看到就要做」，阿雪發揮得淋漓盡致，比如看到路上散落障礙物，即使大腹便便，還是蹲下來移除，就怕經過的人不小心被絆倒了；看



看到就要做



阿雪一家人謹守父親「看到就要做」的叮囑。如年輕時阿雪帶女兒去買菜，路上看到樹枝即幫忙移開；中年阿雪、阿秋夫妻開車途中輪胎破了，才發現路上有許多鐵釘，立刻下車撿拾。

到需要幫助的人，她更義不容辭地幫忙。
雖然家裡沒有錢，阿雪還會動手做玩具給孩子玩，也很喜歡機會教育。吳沛寧說，雖然大著肚子，牽著孩子，看到有人亂丟垃圾，她還是會蹲下來邊撿垃圾邊教育孩子，不要亂丟垃圾，諸如此類，專屬於母親的叮嚀。

隨著八個孩子陸續成長，經濟重擔並沒有稍微減輕；然而，在醫院無法放著窮困的鄰居不管，阿雪轉頭問丈夫阿秋，先把這個月的家用拿出來幫鄰居付醫藥費吧！那是當月家中十口人的吃飯錢，不是娛樂費，也不是儲蓄，借給人家，那吃飯該怎麼辦呢？兩夫妻互看一眼，默契是「再想辦法」，別人有難，總是比我們吃飯還急。

柯淑勤認為，阿雪是虔誠佛教徒，慈悲心讓她更能體會他人的困境，尤其從小父親的教導，既然看到別人的困難，當然也就沒辦法「視而不見」了！

製作人王顯斌表示，現代人普遍有助人的觀念和意願，但總是在行有餘力才去做，像阿雪和阿秋這樣的夫妻，明明經濟窘困，卻把幫助人排在人生選項的第一位，即使是僅有的，都願意貢獻出來，這就是〈人生二十甲〉所要說的平凡人的不平凡故事。



夫妻日常：拌嘴



搞笑好友

飾演中年阿雪與阿秋の柯淑勤和檢場，扮演起夫婦，舉手投足間都流露出好默契、自然氛圍；阿雪一臉嚴肅的拿著市內電話，阿秋在旁正和老婆大人溝通，這是兩人拌嘴的日常。

嚴肅的阿雪身邊，有一個可愛又逗趣的搞笑咖美娥！活潑外向的美娥，往往能軟化嚴肅堅持的阿雪，並攜手化解許多障礙與困難。飾演美娥與阿雪の謝麗金與柯淑勤，戲外其實也是一對逗趣的「好、碰、有」喔！

8/7 越南油豆腐生春捲



舌尖上的夏日況味
越南油豆腐生春捲·夢幻紫高麗果凍杯

材料

生春捲

越南米紙6張、油豆腐3個、各式生菜數片、小黃瓜1根、紅蘿蔔1/2根、綠豆芽1小把、紫高麗適量、香菜或薄荷1小把。

椰香醬

花生醬2大匙、椰奶2大匙、細砂糖1大匙、鹽1/4小匙、檸檬汁20g。

作法

生春捲備料

1. 熱水氽燙油豆腐去油，放在平底鍋上乾烙增加香氣，切長片。
2. 綠豆芽氽燙瀝乾；生菜取大片；小黃瓜去囊切絲；紅蘿蔔、紫高麗切絲；香菜、薄荷取葉子。
3. 將椰香醬的全部材料攪拌均勻。

包春捲

1. 將米紙過水或兩面均勻噴水，放在盤子上，待米紙充分吸收水分變柔軟。（變軟後要立刻使用，為免包時容易破也不可過濕。）
2. 內餡放在靠近米紙中間下面一點，米紙左右兩邊要留有空間。如果想要油豆腐從米紙中間透出來，第一個步驟要先將油豆腐貼在米紙上，再依序放上生菜、小黃瓜、紅蘿蔔、紫高麗、綠豆芽、薄荷或香菜。
3. 所有食材放妥後，米紙下方往上捲，再往下壓，要覆蓋過內餡，往後拉緊春捲才會緊實；之後左右兩側往中間折入，再由下方往上面捲起來，這樣就完成了。



主廚 楊開瑞老師



8/15 夢幻紫高麗果凍杯



材料

三色果凍

紫高麗菜絲40公克、水200公克、蒟蒻粉8公克、砂糖30公克、食用小蘇打粉少許、檸檬汁少許。

白色椰奶果凍

水100公克、蒟蒻粉5公克、砂糖20公克、椰奶100公克。

酸甜淋醬

楓糖或蜂蜜2大匙、檸檬1/2顆

作法

三色果凍：

1. 紫高麗菜絲放入加水鍋中煮至微滾，待溶出紫色後將菜絲取出，再加入蒟蒻粉與砂糖，均勻攪拌至完全溶解並煮到邊緣冒泡即可關火。
2. 準備三個容器，將高麗菜汁均分三份：一份保持原狀；一份灑上少許蘇打粉，攪拌後會成綠色；一份加入少許檸檬汁變成紫紅色。放入冰箱冷藏到凝固。

椰奶果凍：鍋中加水、蒟蒻粉與砂糖攪拌至溶解後，開中小火煮到邊緣冒泡，加入椰奶稍微拌勻即可離火。倒入杯中後放至冰箱冷藏到凝固。

酸甜淋醬：將楓糖或蜂蜜加上檸檬汁，混合均勻即可。

組 合：三色果凍切丁，搭配喜歡的水果丁，還有QQ的小湯圓，分層放在椰奶果凍上面，裝飾上烘乾的鳳梨花，再淋上酸甜的淋醬，果凍杯即完成了。(可搭配氣泡水，看起來更清涼，在家也可像在甜點店一樣享受。)





8/4

莫忘那一年——高雄氣爆五周年與莫拉克風災十周年的省思

二〇〇九年八月，中度颱風莫拉克重創南臺灣，造成六百八十一人喪生，包括遭到滅村的小林村，以及災情嚴重的那瑪夏等居民都另覓他處、重建家園、重啟人生。慈濟基金會在災後三年內，分別於臺南、高雄、屏東等地，一共援建了一千兩百七十六戶永久屋，提供無家可歸的受災民眾一個安身立命之處。

如今，十年過去了，受災民眾逐漸走出傷痛，在新家園重新站起。他們努力在新的土地上找尋生存的希望，其中最重要的就是生計。

以高雄杉林大愛園區為例，當年慈濟志工募集了縫紉機，開啟「大愛縫紉工坊」，這裡的媽媽、小姐們，以巧手縫製布包，逐漸打出知名度，甚至有大廠商找

上門合作，簽下大筆訂單，讓杉林布包逐漸從自給自足、邁向建立品牌的基礎。如今，甚至已經開始籌畫「職訓班」，讓更多園區居民能習得一技之長，謀得生存契機。

十年來，慈濟志工不間斷地陪伴與膚慰歷經風災的居民，讓他們安身、安生也安心。尤其是老人家，從原本災後擔憂老年生活，如今甚至有人開始試著幫助他人，走出人生的另一片天。

8/11

那年盛夏的花火之父親節版

8/18

莫忘那一年——921感恩

8/25

莫忘那一年——921善的漣漪



8/31 無障礙繞著地球跑——黃欣儀、陳南廷

黃欣儀和陳南廷，一位是下半身癱瘓、終身得靠輪椅輔助行走，一位則是視障朋友，兩人卻能跨越身體障礙，不斷用旅遊豐富自己和別人的人生！

十七歲因為紅斑性狼瘡引發中風，導致左半身癱瘓的黃欣儀，喜愛趴趴走，在二〇一二年考取導遊資格，成為全臺第一位「輪椅導遊」，從此開始帶領其他輪椅族走遍全臺、甚至出國旅行。黃欣儀說，她的夢想就是幫助不願接觸社會的輪椅族走出家門，「只要願意走出去，就會發現困難都是自己想像出來的！」

陳南廷九歲時，就因嚴重發炎反應的史帝文生強生症逐漸失去視力，短短一年就幾近全盲；然而，天生愛旅行的她，不因此停止探索世界，不僅到處旅行，還曾帶領二十餘名盲胞到歐洲旅遊。為了加深印象，陳南廷和志工還手作義大利地圖，讓團員按圖索驥，了解自己身在何方。她也

隨身攜帶知名景點的模型，如巴黎鐵塔、茱麗葉的家等；盲朋友們在景點前靠著手摸模型、耳聽導覽，更能身歷其境。

陳南廷認為，旅行絕非只有視覺享受，她到歐洲時特別安排酒莊品酒、吃起士大餐，還去巴黎參觀香水工廠，善用嗅覺、味覺豐富旅程。她還曾到蒙古騎駱駝、用沙盆滑沙，享受極限的快感。

旅行就像《Life》雜誌所揭櫫的目標：「開拓視野，突破萬難，看見世界，貼近彼此，感受生活，這就是生活的目的。」一般人如此，身障者何嘗不該如此？

8/3 手語默劇嘻哈舞——陳濂僑、閔娜娜

8/10 在跌倒的地方站起來——舒天縱、李蕙伊

8/17 月亮的小孩長大了，然後呢？
——戴萍儀、許佳綸

8/24 只要有就不難——陳靜琪、許世皇

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/channel/3
2. YouTube：
www.youtube.com/user/DaAiVideo

- iOS 智慧型手機 / 平板
- Android 智慧型手機 / 平板

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
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	130	天外天數位	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
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📺 (週二) 青春愛讀書 (週三) 點燈-人生好風景 (週四) 圓夢心舞臺📺 (週五) 人文講堂	06:00 全球視野 06:30 地球證詞 07:30 地球證詞-導讀 08:30 大愛新聞📺 09:00 (週一) 大愛全紀錄 (週二) 青春愛讀書 (週三) 點燈-人生好風景 (週四) 圓夢心舞臺 (週五) 人文講堂	15:30 大愛午後新聞📺 16:00 (週一~四) 小主播看天下WOW!📺 (週五) 好朋友的故事📺 16:30 蔬果生活誌📺 16:45 高僧行誼📺 16:58 高僧傳📺 17:25 好戲成雙📺 19:00 大愛全球新聞📺 20:00 地球證詞 21:00 高僧傳 21:30 全球視野📺 22:00 大愛新聞📺 22:25 好戲成雙
00:30 (週二) 青春愛讀書📺 (週五) 人文講堂📺		
01:00 地球證詞📺		
02:00 地球證詞-導讀📺		
03:00 全球視野	10:00 大愛十點新聞📺	
03:25 好戲成雙	10:25 好戲成雙	
05:00 (週一) 人文講堂 (週二~五) 蔬果生活誌	12:00 大愛午間新聞📺 12:45 人間菩提📺	
05:15 (週二~五) 高僧行誼	13:00 地球證詞	
05:30 (週一) 人文講堂 (週二~五) 高僧傳	14:00 地球證詞-導讀 15:00 全球視野	

週六

00:00 行動現場📺	07:30 地球證詞-導讀	15:30 大愛午後新聞📺
00:30 看中醫📺	08:30 大愛新聞📺	16:00 國民漢字須知
01:00 地球證詞📺	09:00 行動現場	16:48 證嚴法師說故事
02:00 地球證詞-導讀📺	09:30 看中醫	17:00 愛無所不在📺
03:00 全球視野	10:00 大愛十點新聞📺	17:25 好戲成雙📺
03:25 好戲成雙	10:25 好戲成雙	19:00 大愛全球新聞📺
05:00 蔬果生活誌	12:00 大愛午間新聞📺	20:00 點燈-人生好風景📺
05:15 高僧行誼	12:45 人間菩提📺	21:00 大愛探索周報📺
05:30 高僧傳	13:00 地球證詞	21:30 全球視野📺
06:00 全球視野	14:00 地球證詞-導讀	22:00 大愛新聞📺
06:30 地球證詞	15:00 全球視野	22:25 好戲成雙

週日

00:00 行動現場📺	08:30 大愛新聞📺	15:30 大愛午後新聞📺
00:30 健康報你知📺	09:00 行動現場	16:00 國民漢字須知📺
01:00 似水華年-華人紀錄片📺	09:30 健康報你知	16:48 證嚴法師說故事📺
02:30 大愛探索周報	10:00 大愛十點新聞📺	17:00 大愛探索周報
03:00 全球視野	10:25 好戲成雙	17:25 好戲成雙📺
03:25 好戲成雙	12:00 大愛午間新聞📺	19:00 大愛全球新聞📺
05:00 大愛全紀錄	12:45 人間菩提📺	20:00 似水華年-華人紀錄片
06:00 全球視野	13:00 似水華年-華人紀錄片	21:30 全球視野📺
06:30 似水華年-華人紀錄片	14:30 好朋友的故事	22:00 大愛新聞📺
08:00 大愛探索周報	15:00 全球視野	22:25 好戲成雙



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

車站人生

播出日期：7/25~8/9

領銜主演

黃玉榮、林可唯、張倩、
鄭平君

初中生陳清標每天早上涉水渡溪，
從八老爺站搭小火車到新營上課；
十年後順利考進臺灣鐵路局工作，
他的人生，也如同火車一樣，風雨無阻，
在軌道上往前行駛……



奔跑吧！阿飛

播出日期：8/9~8/29

領銜主演

周詠訓（阿布）、林韋君、
潘麗麗、蘇意菁、伊正、
陳慕義

楊嘉雄是一位大腸癌患者，
經歷生死的大手術後，積極走入病友群中；
大病過後，他最大的覺悟是——
每天簡簡單單，快快樂樂地過日子，
這就是幸福……

粒子之美

我們所見的一切，都是由看不見的粒子所組成。

導讀來賓



陳凱風

臺大物理系教授



郭家銘

中央大學物理系副教授

整理撰文／涂心怡 圖／媒體發展部提供

六十年前，十二個成員國簽署公約成立「歐洲核子研究組織」，這份公約以簡要且少數幾頁的說明，向世人公告組織的建立概念——一個研究基礎物理學的實驗室。

多年來，歐洲核子研究組織致力於粒子研究，並利用大型強子對撞機，尋找人稱上帝粒子的希格斯粒子。

匯集各國科學家的研究基地

談起歐洲核子研究組織的建立背景，曾在該組織內工作過的中央大學物理系老師郭家銘可是再了解不過，「二次世界大戰之後，歐洲的物理科學研究已不再居世界領先地位，因此在一九四八年左右，許多歐洲科學家不約而同地提出希望可以聚集世界各國經費，共同創造一個世界性的實驗室，匯聚全球各地的物理學家一起做研究。」

紀錄片〈粒子之美〉深入這個取得聯合國觀察員身分的研究組織一探究竟。在這裡，總計有一萬一千名來全

球一百多個國家的科學家，他們背景不同、認知也有所差異，例如有些人的故鄉正彼此陷入仇恨的戰爭中，有些人則不承認彼此的國家，但相同的是，他們都對知識擁有無比狂熱；在這裡，研究是一種超越種族、宗教信仰、年齡及性別的共通語言。

他們因為擁有共同的熱情而聚集在一起，然而並非要為大自然創造具體事物，處理的事物也與日常生活相差甚遠，他們專注研究的目標是萬物創造的純粹能量——粒子。

郭家銘表示，研究分為許多面向，然而歐洲核子研究組織卻選擇粒子作為主要的研究項目，理由非常單純，「因為當初提出要成立這個組織的物理學家，主要的研究方向就是粒子物理。」

追尋真理的研究仍在進行中

人們所見的一切都是由看不見的粒子組成；然而，粒子沒有厚度、沒有氣味、沒有顏色，也沒有具體圖樣可示，這群研究粒子的科學家時常面臨世人挑戰，甚至連他們的家人也不見得能理解他們在做什麼。

曾有一位科學家的母親問，「我們看不見粒子，你怎麼能證明它是存在的呢？」

好比獵人，科學家也在極力尋找軌跡能量所留下的痕

跡並揭露它們的存在，為了證明世間事物皆由基本物質粒子構成，大型強子對撞機的計畫首次於一九八三年提出討論，直到八〇年代晚期才開始實踐計畫。

透過不斷的演算與試驗，他們製作一千三百根長度十五公尺、磁場強度八點五特斯拉的超導磁鐵，並在攝氏零下兩百七十二度的環境中運作對撞機加速器以及偵測器，這部重達一萬三千五百噸的機器無疑是史上最龐大的機器。

然而，這部機器不製造任何東西，也不是任何生產過程的一部分，唯一能做的，就是尋找答案。它擁有一億個傳輸渠道，每秒可擷取四千萬張圖片，這些圖是對撞後的十億分之一秒裡所產生的粒子散射途徑，只有對撞機才能擷取到這些圖片。

「建造這部機器時面臨很多挑戰，要取得這麼多實驗數據背後，代表的就是輻射量會比之前的加速器還來得大。」郭家銘進一步解釋，大型強子對撞機除了得耐輻射，其所運用的電力也相當可觀，「為了應付這臺機器，甚至還特闢一座專屬的發電廠呢！」

歐洲核子研究組織在一九八〇年代準備籌建大型強子對撞機時，除了要向世人證明粒子的存在，也去找尋「上帝粒子」的任務視為奮鬥目標。科學家一直都想了解物質的質量從何而來，以及為何一些物質如光線不含質量。一九六四年，英國物理學家希格斯提出理論，

「這些科學家窮盡畢生的力量，就是為了證明希格斯粒子的存在。」臺大物理系老師陳凱風感性地說，「希格斯粒子可以解釋我們現在所存在的這個世界，這件事值得有人願意花一輩子去追尋它。」

假設有一種神秘粒子賦予萬物質量、令各式粒子都能凝聚起來，現代粒子物理學的「標準模型」理論才得以自圓其說，而這個神秘粒子就是希格斯粒子。

希格斯粒子是「標準模型」六十二種基本粒子中唯一仍未被發現的，歐洲核子研究組織運用強子對撞機進行無數次的質子與質子高速對撞，模擬宇宙大爆炸瞬間的狀況，期待能藉此找尋到希格斯粒子的蛛絲馬跡。

物理學家一致同意，物理學的理論一定要美才得以支撐更多的洞見真理。歐洲核子研究組織對於希格斯粒子的找尋仍在進行中，即使全球物理學家提出的四百多種理論都無法證明該粒子的存在，但是沒有人放棄，找尋的任務仍在持續中。



物理學家們提出了四百多種理論來解釋「希格斯粒子」。

〈地球證詞〉二〇一九年八月節目表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				粒子之美	受創婦女的救星	環境賀爾蒙
				1	2	3
4	內在革命(上)	內在革命(下)	宇宙的黎明 真正的創世時刻	小小世界(上)	小小世界(下)	茶毘(火葬) 生死不二
	5	6	7	8	9	10
11	禪，無所不在(上)	禪，無所不在(下)	編織的故事	泥流生勇氣	點亮奈及利亞	茶毘(火葬) 師父，火來了
	12	13	14	15	16	17
18	航海家號的遠征(上)	航海家號的遠征(下)	從非洲到歐洲的保羅	剩食女鬥士	醫生與士兵	藥命副作用
	19	20	21	22	23	24
25	眾夜之夜(上)	眾夜之夜(下)	失控的英國氣候	聽不見的練習曲(上)	聽不見的練習曲(下)	五億元的科學挑戰
	26	27	28	29	30	31



張經義在白宮接受歐巴馬夫婦晚宴接待。

8/10 前進白宮之路 張經義

出生於臺灣平凡家庭的張經義，原本只是一個夢想環遊世界的年輕人；透過求學、實習、工作累積，他培養自己成為優秀新聞人，甚至在三十一歲之齡，就成為史上第一位獲得白宮官方與白宮記者協會「雙重認證」的中文媒體記者，也是白宮記者團中唯一的華人成員。

美國總統在白宮最多也只能待八年，但有人可是能在白宮待得比總統還要久。二〇一〇年，張經義遇到一位待在白宮五十年的女士，她是時年八十八歲的白宮傳奇記者海倫·湯瑪斯（Helen Thomas），美國白宮記者團成員之一，她為美聯社擔任白宮通訊員超過五十七年以上。

海倫湯瑪斯採訪過約翰甘迺迪、歷任十位美國總統，是白宮記者協會首位女成員和理事長；白宮新聞中心只有一個座位刻上了記者名字，就是第一排中央海倫·湯瑪斯的專屬座位。張經義當時三十歲，

剛剛跑白宮新聞不到一個月，就見到了心目中偶像，他向海倫女士請益，對方告訴他「Just go for it」，勇敢去闖就對了。至今，張經義已在白宮闖蕩了超過九年。

張經義能近距離報導美國總統，從之前的歐巴馬到現在的川普，隨行美國總統搭乘空軍一號前往世界各地，穿梭於各個歷史重大場合。他，不只是白宮記者、臺灣之光，更是歷史的記錄者。能擁有這麼獨特的身分是怎麼做到的？擔任白宮記者又有什麼獨特的見識和心得呢？他將以自我成長經歷告訴我們，如何選擇目標、培養國際觀及追求新聞夢。

8/3 如常——梳理生命的輕重緩急 謝欣志

8/17 輸在起跑點又何妨 游乾桂

8/24 司法零距離 呂太郎

8/31 都市防洪 譚義績

憨山大師——佛祖之標榜

為保護寺產官司纏身、籌錢還債以修復寺院；蒙冤入獄、杖刑拷問、被迫還俗、流放充軍……戮力賑災、舉辦法會、重整寺院、中興曹溪祖庭；禪定甚深、說法不輟、著作等身、肉身不壞。這就是「明末四大高僧」之一憨山大師的高僧風範！

就當今世界現存的所有宗教而言，漢傳佛教是唯一理性的宗教，是中華文明奉獻給世界的文化瑰寶。對漢傳佛教的研究具有重要的學術價值和現實意義。

近代西方大哲學家康德（Immanuel Kant，一七二四至一八〇四年）在《單純理性限度內的宗教》（Religion within the bounds of Bare Reason）中認為：一切「付諸奇跡、神跡的」歷史性啟示宗教都應當走向純粹理性的宗教；信仰以理性為前提，宗教以道德為基礎。康德的宗教思想，對近代以來宗教

的世俗化、理性化產生了極為重要的影響。

本人經過多年研究，將佛教與世界上現存的各種宗教及民間信仰加以深入對比後認為，以康德宗教思想

而論，漢傳佛教實可歸於理性的宗教之列；因為，佛教可說是一崇尚理性、彰顯自由意志的宗教。

漢傳佛教中具有典型中土色彩的是禪宗。禪宗又名佛心宗，該宗所依經典先是《楞伽經》，後為《金剛經》，《六祖壇經》是其代表作。有一說法為，禪宗因第六代祖



書名：憨山大師——佛祖之標榜
作者：徐瑾
定價：380元
出版者：經典雜誌
出版日期：2019年6月

師以前每代只單傳一人，類似上古堯舜禹之禪讓，故名禪宗。

禪宗主張「教外別傳，不立文字，直指人心，見性成佛」。傳說創始人為初祖菩提達摩，下傳二祖慧可、三祖僧璨、四祖道信，至五祖弘忍下分為南宗惠能，北宗神秀，時稱「南能北秀」。惠能被稱

文／徐瑾（摘自本書編撰者序）

為六祖。惠能門下的著名弟子有南嶽懷讓、青原行思、荷澤神會、南陽慧忠、永嘉玄覺等。南嶽下數傳形成為仰、臨濟兩宗。青原下數傳分為曹洞、雲門、法眼三宗。世稱「五家」。臨濟宗在宋代衍生出黃龍、楊岐兩派。合稱「五家七宗」。

禪宗不立文字、直指人心的風格，在唐宋時期曾一度風靡天下，幾乎成為漢傳佛教的主流和代表。後來，隨著宋明理學與禪宗的相互論爭，以及禪宗自身發展過程中產生的一些流弊等原因，使得禪宗逐漸走向衰微。

本書所講述的憨山大師，則是令漢傳佛教各派學說再度振興的禪宗祖師！當今末法時代，能夠接觸到佛法，甚難稀有；能夠拜讀大善知識開示，亦是甚難稀有。明末四大高僧之一的憨山大師，就是傳播佛法的大善知識。

明代中葉，自宣宗至穆宗一百多年間，漢傳佛教各宗都現衰微

之勢。但到神宗萬曆時期，名匠輩出，形成佛教的復興氣象。這個時期最重要的人物，是雲棲株宏、紫柏真可、憨山德清、藕益智旭，世稱「明末四大高僧」。憨山大師重振六祖曹溪祖庭，復興禪宗，被稱為曹溪中興之祖。

憨山大師的一生充滿傳奇。母親夢見觀音送子而孕，大師幼時即萌發出家的願望。出家後四處雲遊參訪諸善知識，大徹大悟。後因東海牢山的因緣，遠赴六祖曹溪祖庭，中興禪宗，廣傳佛法。之後遊歷四方，行菩薩道，普度有緣。常居廬山，講經說法。晚年再回曹溪，預知時至，含笑而逝，留下不壞金身供後人瞻仰。

大師一生著述甚多，對儒釋道三家經典都有極為精闢的言論，時至今日，仍然能夠對我們產生極為深刻的影響。

在數十年的傳法過程中，大師參禪悟道，中興禪宗，提倡禪淨雙修，主張禪教合一、性相一源，並

以著述、開示、詩歌偈頌等方式留下了甚多精妙法語，對佛內外產生了巨大影響。

對於當今世界上唯一理性的宗教而言，我們在當下能夠接觸到漢傳佛教的教義教理，實在是極大的福報。正如《佛說無量壽經》所說，我們很難遇到諸佛出世度眾之時，很難聽聞佛教經典，很難遇到善知識傳授善法。而憨山德清大師就是傳播佛教正法的人天導師，只要我們誠心拜讀大師遺留的諸多著述，大師的一言一行就一定能夠對我們產生深刻影響，使我們獲得不可思議的收益。

仰慕憨山大師的巍巍言行，我輩學人當認真學習，仿效實踐，以慈悲心懷待人接物，以生死之心矢志修行，爭取早日成就。

希望通過本書，能夠讓讀者瞭解憨山大師的崇高品德和深邃學識，激勵我們如琢如磨、篤志篤行，為莊嚴國土、利樂有情竭誠奉獻！

昏迷六十天：從遺忘到重生的奇蹟

無情的車禍導致青年劉文成顱內出血昏迷不醒，大林慈濟醫院陳金城醫師以妙手醫術，喚醒了沉睡的他，也為整個家庭帶來重生希望！

文／陳金城（大林慈濟醫院副院長）

在「腦神經外科手術房的「刀光血影」中，照見生命中至真且善的柔情。

劉文成是我十多年前的一位病人。因緣不可思議！直教人思忖醫療的本質為何？當自己在戮力追逐精湛醫術拔除病苦外，也許還能多想一些、多做一些，而從病人與家屬得到的回報，可能有想像不到的美好滋味。

當劉文成剛享受一家三口幸福時光不久，竟遭遇嚴重的車禍；好不容易從重傷中甦醒，但一切都已變了調，工作、家庭、美好的未來？難以想像的苦發生了。記得劉文成

的另一半瑩慧提到，別家醫院的醫師說，文成就算活下去也是植物人。先生車禍昏迷中，太太那股對現在與未來的憂慮、惶恐、無助的心情，讓人不忍；而身為醫師能做的，就是克盡本分地給予醫療上的協助。

其實，不管別的醫師怎麼說，當時仍昏迷的文成，因為頭蓋骨還沒蓋回去，仍可能有治療的機會；就算頭部已經裝了引流管，也可能因為腦血管沒有通而必須再處置。總是，醫者的使命必須要為病人試過



書名：昏迷六十天：從遺忘到重生的奇蹟
 作者：于劍興
 定價：300元
 出版者：經典雜誌
 出版日期：2019年6月

所有的可能性，而非輕言放棄。自己曾治療過很多「奇怪」的病人，事實上都是因為看到還有治療的機會與可能。儘管我們的努力不見得每次都有機會成功，但至少為病人創造了改善的機會。只要每天累積一點進步，一段時間後就會是一大步的進展，對病人有很大的幫助。

總是告訴自己，保持謙虛、不要輕言放棄。

在主要的治療完成後，文成固定回診拿藥，預防癲癇的發作。但他太太總是顯得悶悶不樂，也難怪，雖然文成努力復健、學習，但進步緩慢，像是另一個需要照顧的大孩子。遇上這樣的情況，我只是試著提供瑩慧不同的思考角度，與其煩惱，不如幫他選擇有意義的事做。

在為文成手術治療的時光中，我也歡喜迎接第一個孩子的誕生。是一分身為父親的同理心吧！覺得文成的家庭突然遭逢變故，反觀自己何等幸福。於是自然就會多想一想，想要盡更大的努力、做更多一些。我努力地說服瑩慧讓文成積極治療，期待獲得更好的結果，讓生命有機會發揮良能。

雖然當時我無法預知會得到什麼結果，但只要盡力了，就不會有遺憾！過往看診的經驗裡，也許只是對病人講了幾句鼓勵的話，卻可能改變他的一生。像是要病人戒菸、

茹素來維持健康，而那可能是家人怎麼勸都做不到的事。在醫療之外，醫師可以做得更多，可以影響病人一起做很多對的事。

事實上，以我曾經治療過遭逢重大意外的病人經驗，文成的恢復情況已經是種福氣。從瑩慧照顧者的角度來看，必須肩負著家庭經濟、照顧先生與小孩的責任，壓力很難言喻；不過，從文成的角度看呢，原本就擁有積極努力個性的他可是好不容易又獲得重新開始的機會，僅是看他每天努力復健、學習認字，從來不說聲累，就值得為他喝采。

幾年後，文成的身體愈來愈結實、健康。他最喜歡到慈濟位於斗南鎮上的環保站，發揮他甲級電匠的專長，成為拆解各種複雜設備的「大師」，大家因為能有更好的回收成果而歡喜，他也從中獲得無比的成就感，環保站可真是創造奇蹟的地方。甚至，常在醫院看到他穿著背心做醫療志工的身影。雖然話

講得比較慢、比較沒那有那麼好的表達能力，但總是有什麼事都搶著做！他告訴我，來做志工很歡喜。

慈悲不是靠口說，而是要去行動、去實踐。

身為醫者，能把病人照顧好就是最大的快樂。想想，往往是我們得到更多的快樂，因為是病人讓我們領悟行醫的意義與真諦。而除了病人外，行醫多年的經驗更體會到不能只看到病人、病情的本身，背後還有家屬需要一起關照；只有家庭穩定，病人的整個問題才能迎刃而解。病人好了，家人沒了壓力，社會也隨之祥和。

如是因，如是果，要能甘願做、歡喜受，努力的以樂轉苦。

從劉文成身上，看到自己所擁有的幸福。縱有難以言喻的人生考驗，若能把握住因緣，境隨心轉，依然能活出不一樣的人生，發揮更大的良能。他能以身說法，告訴大家愛的能量有多大，告訴大家把握因緣，能做就是福。

建築人生，成就最好的自己

整理撰文／涂心怡 攝影／陳玉萍

劉培森，法國巴黎國立建築學院博士與美國麻省理工學院碩士，是臺灣少數雙料留學建築師。在每個建案上，他總是發揮創意，注重細節，務實打造每一個環節；建築作品不但具備國際水準，更兼顧人文內涵。

訪談來賓



劉培森

建築師

主持人



蔡青兒

靜思書軒營運長

即使在臺灣的建築設計圈，劉培森擁有高知名度與肯定，他仍期許自己，像海綿一般吸取知識與經驗，踏實打造建築理想，一步步成就最好的自己。

心之所向，興趣為基石

劉培森的建築設計啟蒙於學生時期，也因為求學而遠赴各國的特殊經歷。他笑言，自己小學可是一個努力念書的好學生，只可惜付出卻得不到回報，「我的成績就是怎麼也考不好。」小學畢業時，母親見他成績趕不上其他同學，便鼓勵他，「不如就別留在臺灣，出國去念

書吧！」

他在香港完成中學學業後選擇到日本念書，「日本民族性非常自傲，看不起其他國家的文化，認為日本是全世界第一，唯獨景仰法國，因為法國是藝術之都，無論是畫作、時尚、建築，都令日本人敬佩不已。」當時已對建築設計有興趣的劉培森心想，留在日本讀書也不過如此，不如就到日本人崇拜的法國念書豈不更有成就？

在父親的支持下，他毅然決然放棄日本學業，離開念了一個星期的上智大學，到法國追尋建築之夢。

一九七六年，他自語言學校畢業後，順利考取巴黎國立建築學院，這是一所專門訓練藝術家與建築師的學



校，在歐洲有數百年歷史。劉培森說，法國建築系的學程非常漫長，至少讀七年才能畢業，「畢業之後，因為找工作，我決定去美國；由於美國的建築制度和法國不同，我想不如再讀一個學位吧，就選擇了AI人工智慧課程。」

興趣決定了他的方向。他在建築系就讀時，一位轉系生的一番話，影響他最深。

當時他好奇地問那位轉系生，為什麼已經讀了兩年土木工程系，還決定轉系？對方回答，「因為我覺得土木工程非常無趣。」

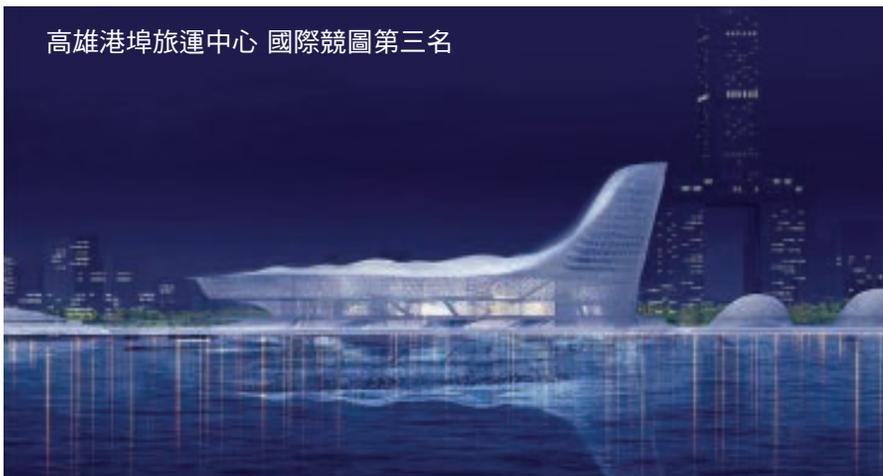
劉培森又問，「可是法國工程師待遇遠比建築師好太多了，你為什麼要放棄那麼好的前程呢？」只見對方不以為意並堅定地說，「賺錢不是我的目標，我要找的是自己的興趣。」

「這讓我感觸很深，也明白一個人做任何事時，千萬不要只想未來可以賺多少錢，因為那是錯誤的假象。」劉培森綜觀成長過程，長輩往往都會鼓勵孩子選擇能讓未來過得更富足的科系，而非找尋孩子的興趣，相當令人惋惜。

如今他時常鼓勵年輕人，與其想著要賺進大把鈔票，不如敞開胸懷，找到自己熱愛且熱衷的目標並勇往直前，「人們應該好好探索自我性向，如此一來才會把工作做好。」



高雄港埠旅運中心 國際競圖第三名



選擇所愛，競圖展現實力

在劉培森的建築事務所裡，長廊上琳琅滿目的都是他引以為傲的作品，有大型建案如高雄世運主場館、臺中新市政中心，也有社區托兒所，甚至還有二〇〇八年北京奧運、二〇二〇年東京奧運等國際競圖作品。

談起每一個作品，他都視為珍寶，即使時隔許久，都還記得設計的初衷，「像林口長庚醫護社區托兒所，我們希望它像一座遊樂園，因此將逃生梯、消防設備等美化成動物遊具；高雄展覽館看起來歪歪扭扭的，一來是因為它在海岸邊，我們想營造海浪起伏的意象，再者那裡風大，這樣的造型可以降低風阻，相對的結構用鋼量成本就會降低。」

談起這些建築作品，他的眼神閃爍著光彩，每一個作品對他而言都極其珍貴，也各有與眾不同的光芒；然而，無獨有偶的，這些都是必須經過競圖的設計案。

創業以來，劉培森就不愛做「商品房」，「我不喜歡被業主帶著跑，他說什麼我就做什麼，所以我走的是自己能選擇要做什麼的標案工程，像博物館、圖書館、文化中心，或運動場這類等，只要標案一出來，我就可以選擇要不要參與競圖。」

競圖不講私人關係，既不用討好建商，也不用應付大量飯局，競圖靠的不是商業交際手腕，而是設計實力。然而，競標是辛苦的，因為不見得能獲得青睞，往往一



競圖壓力，成長的捷徑

「只要有一絲雜念，事情就沒辦法做好，每一場競圖的當下我只能全心全意。」劉培森說，每一次競圖，他就得閉關，只求心無雜念，往往兩個月什麼事情都不做，只是埋首畫著一張又一張的圖，承受的是輸不起的龐大壓力。

還記得當初參與高雄港埠旅運中心的標案，他不僅找來美國港灣設計師加入團隊，長達五個月沉浸在這個標案的設計中，但最後結果，卻是難以忍受的落選。

「宣布落選的那一剎那，我沒有辦法接受，更無法放下。」劉培森嘆口氣說，直到落選的第二個星期，腦袋都無法控制地不斷運轉與思索，「那段時間整個世界都是灰色的，人家跟我講什麼我都沒興趣，只想著怎麼會輸掉？我該怎麼做會更好？但也因為這樣的反省力道，自我進步就會非常快。」

主持人蔡青兒不解地問，既然競圖壓力如此大，付諸東流的成本也高，為何劉培森多年來仍不願放棄每一個感興趣的標案，總是帶著團隊奮不顧身往前衝？

劉培森笑言，落選並不代表失敗，就因為在落選時，也盡了全部心力，對他而言，競爭過程就是自我提升的捷徑，「用心追逐自己的夢想，找到夢想後努力實踐，並在實踐的過程中享受自我提升的樂趣，我很享受這個過程。」

個大型標案，要與上百個來自世界各國的建築設計團隊成為競爭對手。

細數自一九九一年至今，劉培森的建築事務所團隊總計參與四十四個國際競圖，首獎有二十七件，第二名七件，第三名六件，佳作四件，成果不斐。劉培森心有所感地說，「我們唯一的目標就是拿第一名，因為拿第二名就輸了，無法實現自我建築理想，只能成為紙上建築，最後那個曾經付諸無數時間與心血的設計圖只能被埋藏在抽屜裡。」

莫忘那一年

慈濟人文志業中心一樓大廳裡，許多穿著整齊西裝的師兄們及八正道制服的師姊們列隊歡迎證嚴上人回家，每個人引頸企盼，空氣中散發著一股歡欣喜悅的氛圍。小巴士停在大門口，證嚴上人一路進門雙手不斷合十感恩。

這一天，證嚴上人在慈濟人文志業中心大愛廳和同仁們舉辦一場溫馨座談，電視牆上秀出的主題，是王端正執行長親筆寫下的「願行如常 足跡莫忘」。

從去年開始，證嚴上人提出「莫忘那一年」，希望人人不要忘記生命的過程。走進大愛廳就像坐上時光機，時間回到二十年前一九九九年，透過新聞部經理陳竹琪剪輯的畫面，看到慈濟人穿著藍色上衣白長褲，從科索沃內戰發放物資，走到了土耳其八一七強震，海內外同步為土耳其賑災，在臺灣也推動募款，發揮「人飢己飢、人溺己溺」的精神，觸動仁愛慈悲的胸懷。

當年國際賑災引來不少質疑，證嚴上人說，「我們來幫助人，增加我們的福，不要隨意開口就是說壞話。」「希望大家時時想好事、發好願、說好話，身體



王端正執行長親筆寫下溫馨座談主題：願行如常 足跡莫忘。

力行，這很重要。」然而，緊接著發生九二一集集大地震，臺灣自二戰後傷亡損失最大的自然災害，穿著藍天白雲的慈濟志工，轉換場景穿梭在臺北和南投災區。

溫馨座談中，同仁們分享二十年前的採訪點滴。副總監何建明當年八月才剛到大愛臺新聞部報到，身為記者的他難以想像，「是什麼樣的力量，可以在這麼大的災難過後，讓一群人義無反顧、從黑夜裡走出來，打從心裡只想到要幫助人。」這股助人的力量也感動了攝影大師阮義忠，「慈濟志工自己本身也是受災戶，卻先去幫別人重建，那個時候我才知道什麼叫『大愛』。」

強震震毀了災區學校，「九二一震災校園重建工程」由政府與民間通力合作，慈濟加入援建，認養了五十一所中小學，命名為「希望工程」。阮義忠老師當時發願，要拍攝記錄到學校蓋好、有學生從新的校園畢業為止；也因為發了這個願，他開始隨師，貼身感受到證嚴上人的智慧與慈悲，也見證從一九九九年到二〇〇四年重建告一段落，慈濟志工投入超過二十三萬人次，如《法華經·從地湧出品》：「如是諸菩薩，神通大智力，四方地震裂，皆從中湧出。」

證嚴上人在溫馨座談中開示，「二十年能讓一位年輕的記者步入中年，歲月的歷練，誠與情初衷仍在，守住的就是那一念心。」上人期待人文志業能宏觀天下，期待大愛能無邊無際，不只是個名稱，而能實在落實在每一個看得到的地方。



阮義忠老師帶領協助希望工程紀念專書的同仁上臺分享。



大愛臺何建明副總監帶領當年在新聞部採訪九二一震災的同仁談「莫忘那一年」。



同仁與志工合十殷切期盼證嚴上人回家。

臺灣地區

●中廣新聞網

電話：02-25019688
真心看世界：週一至週五
6:20~7:00
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

●中廣流行網 FM103.3

用心深呼吸：週日7:00~8:00

●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 9:00~10:00
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 2:00~3:00
愛灑人間：
週日 00:00~1:00
金門、廈門、福建沿海 / FM99.3

●桃園先聲電臺

愛灑人間：週日 7:00~8:00
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 9:00~10:00 音
20:00~21:00
真心看世界：
週一至週五 8:00~9:00 音
23:00:00:00
藍天白雲好時光：
週六 8:00~9:00 音
21:00~21:30
大愛下午茶現場：
週一至週五 19:00~21:00 音
1:00~3:00
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 B 廣播劇場

週一至週五

00:00~01:00	(週一) 愛灑人間 (週二) 用心深呼吸 (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) 大愛知音	11:00~11:30	(週三) 第一、二週站在時代的渡口 音 第三、四週笑談人生 音 第五週人文聽講 音 (週四) 藍天白雲好時光 音 (週五) 大愛知音 音	17:00~18:00	真心看世界 音
01:00~02:00	大愛下午茶現場			18:00~18:30	鑼聲若響 音 B
02:00~02:30	禱履足跡有聲版			18:30~19:00	無量義經講述有聲版 音
02:30~03:00	無量義經講述有聲版			19:00~19:45	大愛全球新聞 音 L
03:00~04:00	真心看世界			19:45~20:00	(週一) 禱履足跡有聲版 音 (週二、四、五) 大愛之歌 音 (週三) 禱履足跡有聲版 音
04:00~05:00	大愛來點名			20:00~21:00	(週一) 愛灑人間 (週二) 用心深呼吸 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三、四週笑談人生 第五週人文聽講
05:00~05:30	鑼聲若響 音 B			21:00~22:00	(週四) 藍天白雲好時光 (週五) 大愛知音
05:30~06:30	靜思妙蓮華 音	11:30~12:00	(週一) 心的力量 (週二) 大愛廣播劇場 音 B (週三) 英文新視界 (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 (週五) 慈濟世界愛在洛城	22:00~23:00	靜思妙蓮華
06:30~07:30	大愛晨間新聞 音	12:00~12:30	大愛午間新聞 音	23:00~23:30	大愛下午茶現場
07:30~08:00	(週一) 心的力量 (週二) 大愛廣播劇場 音 B (週三) 英文新視界 (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 (週五) 慈濟世界愛在洛城	12:30~13:00	禱履足跡有聲版 音	23:30~00:00	大愛夜間新聞 音 (週一) 心的力量 (週二) 大愛廣播劇場 音 B (週三) 英文新視界 (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 (週五) 慈濟世界愛在洛城
08:00~09:00	真心看世界	13:00~14:00	真心看世界		
09:00~10:00	大愛來點名 音 L	14:00~15:00	大愛下午茶現場 音 L		
10:00~11:00	(週一) 愛灑人間 音 (週二) 用心深呼吸 音	15:00~16:00	(週一) 愛灑人間 (週二) 用心深呼吸 (週三) 第一、二週站在時代的渡口 第三、四週笑談人生 第五週人文聽講 (週四) 藍天白雲好時光 (週五) 大愛知音		

週六、週日

00:00~01:00	用心深呼吸	11:00~12:00	藍天白雲好時光 音	18:30~19:00	禱履足跡有聲版
01:00~02:00	大愛知音	12:00~12:30	大愛午間新聞 音	19:00~19:45	大愛全球新聞 音 L
02:00~02:30	慈濟世界愛在洛城	12:30~13:00	第一週聽見生命力 音 第二週真是桃花園 音 第三週雲嘉大愛行 音 第四週愛在西拉雅 音 第五週無盡智慧無盡藏 音	19:45~20:00	慈濟歌選
02:30~03:00	教育CEO來開講	13:00~14:00	大愛知音 音	20:00~21:00	愛灑人間
03:00~04:00	第一、二週站在時代的渡口 第三、四週笑談人生 第五週人文聽講	14:00~14:30	慈濟世界愛在洛城 音	21:00~22:00	藍天白雲好時光
04:00~05:00	藍天白雲好時光	14:30~15:00	大愛廣播劇場 音 B	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
05:00~05:30	心的力量	15:00~16:00	藍天白雲好時光	23:00~23:30	大愛夜間新聞 音
05:30~06:30	愛灑人間	16:00~16:30	英文新視界 音	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
06:30~07:30	大愛晨間新聞 音	16:30~17:00	心的力量 音		
07:30~08:00	英文新視界	17:00~17:30	大愛廣播劇場 音 B		
08:00~09:00	第一、二週站在時代的渡口 音 第三、四週笑談人生 音 第五週人文聽講 音	17:30~18:00	無量義經講述有聲版 音		
09:00~10:00	愛灑人間 音	18:00~18:30	第一週聽見生命力 第二週真是桃花園		
10:00~11:00	用心深呼吸 音				

大愛電視8月節目表

週一至週五

00:20 (週一) 真善美故事館	09:00 高僧行誼	17:00 (週一~四) 小主播看天下WOW! (週五) 好朋友的故事
00:18 (週二~五) 大愛會客室	09:15 高僧傳	17:30 (週一~四) 草根菩提 (週五) 阿明來報喜環保站走透透
00:30 DaAi Headlines	09:45 人間菩提	18:00 蔬果生活誌
01:00 靜思妙蓮華	10:00 大愛十點新聞	18:15 高僧行誼
02:00 (週一) 立德路2號 (週二) 健康報你知 (週三) 看中醫 (週四~五) 行動現場	10:30 經典劇坊	18:30 高僧傳
02:30 (週二~五) 草根菩提	11:18 人間菩提	19:00 大愛全球新聞
03:00 大愛劇場	11:30 全球視野	19:45 人間菩提
03:48 大愛會客室	12:00 大愛午間新聞	20:00 大愛劇場
04:00 全球視野	12:30 大愛劇場	20:50 大愛醫生館
04:30 法華經序	-----	21:00 靜思妙蓮華
05:30 靜思妙蓮華	13:18 大愛會客室	22:00 (週一) 健康報你知 (週二) 看中醫 (週三~四) 行動現場 (週五) 大愛探索周報
06:30 大愛晨間新聞	13:33 蔬果生活誌	22:24 全球視野
07:30 (週一~四) 草根菩提 (週五) 阿明來報喜環保站走透透	13:45 高僧行誼	22:47 人間菩提
08:00 DaAi Headlines	14:00 高僧傳	23:00 大愛夜間新聞
08:30 (週一~二) 志工早會 (週三) 志為人醫守護愛 (週四~五) 行動現場	14:30 經典劇坊	23:30 大愛劇場
	15:19 大愛醫生館	
	15:30 大愛午後新聞	
	16:00 大愛劇場	
	16:48 大愛會客室	

週六

00:18 大愛會客室	06:30 大愛晨間新聞	12:30 大愛迷你劇院	19:00 大愛全球新聞
00:30 DaAi Headlines	07:30 愛無所不在	-----	19:45 人間菩提
01:00 證嚴法師菩提心要	08:00 DaAi Headlines	13:20 一種說法	20:00 大愛迷你劇院
01:30 大愛探索周報	08:30 衲履足跡	13:33 大愛探索周報	20:48 證嚴法師說故事
02:00 人文講堂	08:55 映照人生	14:00 國民漢字須知	21:01 圓夢心舞臺
02:30 阿明來報喜環保站走透透	09:20 大馬慈濟情	15:00 大愛全紀錄	22:00 青春愛讀書
03:00 大愛劇場	09:45 人間菩提	16:00 大愛迷你劇院	22:24 全球視野
03:50 真善美故事館	10:00 大愛十點新聞	16:50 真善美故事館	22:47 人間菩提
04:00 全球視野	10:30 立德路2號	17:00 人文講堂	23:00 大愛夜間新聞
04:30 法華經序	11:18 人間菩提	17:30 志為人醫守護愛	23:30 大愛迷你劇院
05:30 衲履足跡	11:30 全球視野	18:00 證嚴法師菩提心要	
06:00 健康報你知	12:00 大愛午間新聞	18:30 衲履足跡	

週日

00:20 真善美故事館	07:30 經典TV	12:30 大愛迷你劇院	19:45 人間菩提
00:30 DaAi Headlines	08:00 DaAi Headlines	-----	20:00 大愛迷你劇院
01:00 證嚴法師菩提心要	08:30 證嚴法師菩提心要	13:20 一種說法	20:48 證嚴法師說故事
01:30 青春愛讀書	08:55 點燈-人生好風景	13:33 青春愛讀書	21:01 大愛全紀錄
02:00 圓夢心舞臺	09:45 人間菩提	14:00 立德路2號	22:00 經典TV
03:00 大愛迷你劇院	10:00 大愛十點新聞	15:00 圓夢心舞臺	22:24 全球視野
04:30 法華經序	10:30 愛無所不在	16:00 大愛迷你劇院	22:47 人間菩提
05:30 衲履足跡	11:00 證嚴法師說故事	16:50 真善美故事館	23:00 大愛夜間新聞
06:00 看中醫	11:18 人間菩提	17:00 點燈-人生好風景	23:30 大愛迷你劇院
06:30 大愛晨間新聞	11:30 全球視野	18:00 國民漢字須知	
	12:00 大愛午間新聞	19:00 大愛全球新聞	



臺

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
原實閱讀中心		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

日興堂薑餅	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)
京典開發有限公司	07-3752932	高雄市仁武區鳳仁路100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 2019年8月1日~2019年8月31日

- 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

金額幣別(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
- 參加禮池會每年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		
姓名	寄款人		
地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> - <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		
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 大愛之友月刊(國內郵資一年165元)
- 慈濟日文月刊(國內郵資一年120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	

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

※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

●**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。

譬喻明義

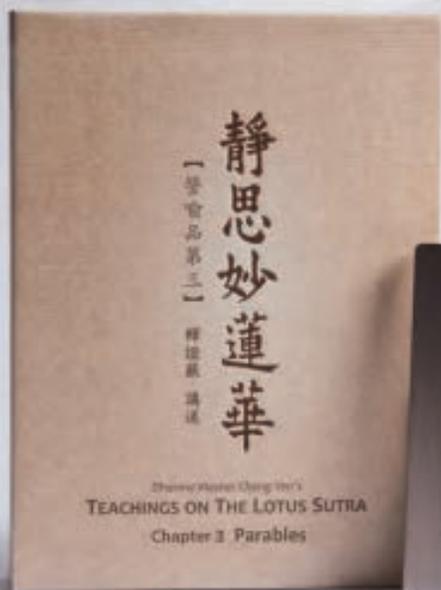
智者得解

恭敬收錄

《靜思妙蓮華·譬喻品第三》內文266集、菩提心要導讀2集、三界火宅十使特輯7集，完整保留上人思想脈絡與心境。

自修典藏

證嚴上人習勤忘勞，日日為眾講演法華。以種種因緣、譬喻、言辭來講解，無不都是「說菩薩法」——教人人行善、造福的方法。



影像規格 MPEG4
中英簡體字幕切換

影
音
硬
碟

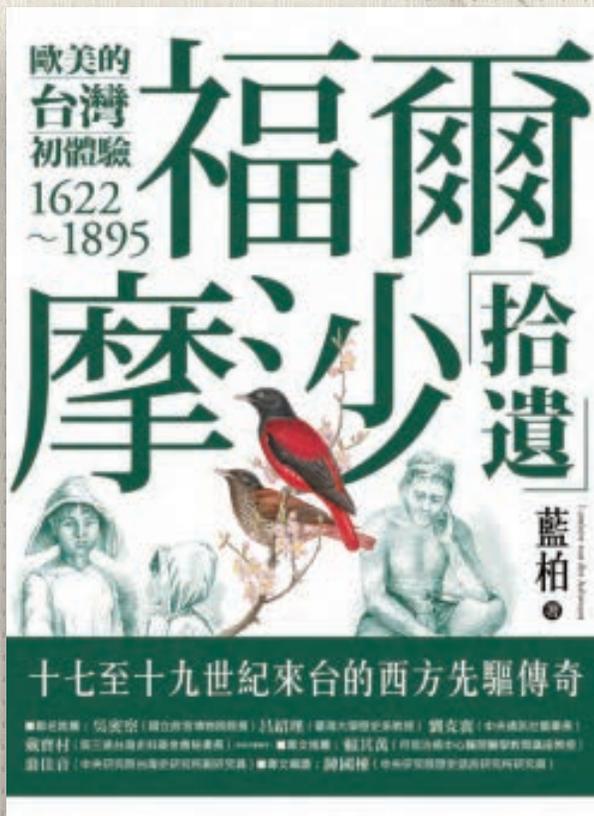
靜思人文



虔誠發行



新書推薦



新書發表會

7/26 14:00 地點：淨斯茶書院
(台北市大同區延平北路一段151號)

主題影像展 時間：7月26日至8月11日
(每日上午10時至下午6時)
地點：淨斯茶書院(台北市大同區延平北路一段151號)



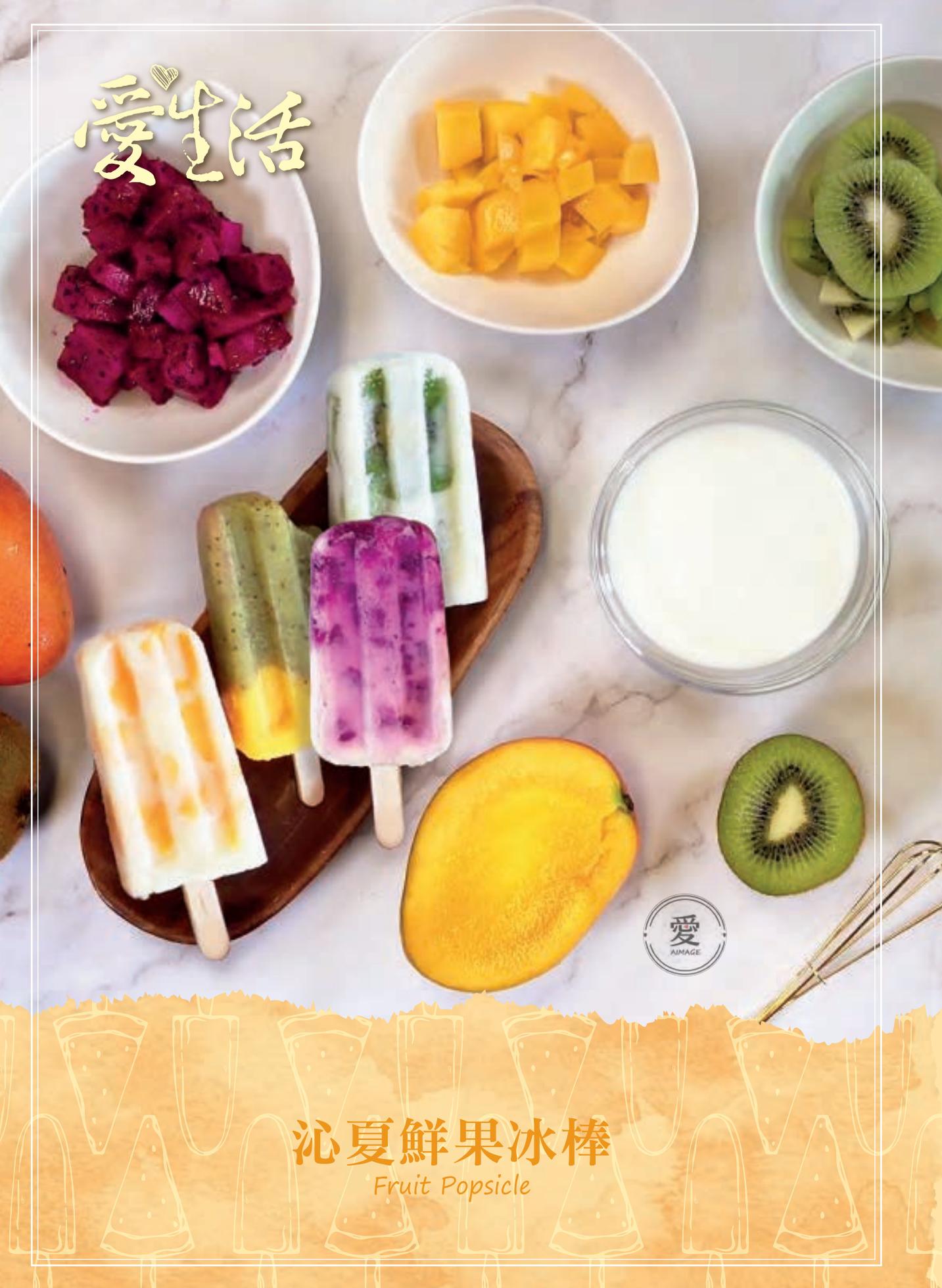
- 聯名推薦：吳密察（國立故宮博物院院長）呂紹理（臺灣大學歷史系教授）
劉克襄（中央通訊社董事長）戴寶村（吳三連台灣史料基金會秘書長）
- 專文推薦：賴其萬（何信治癌中心醫院醫學教育講座教授）
翁佳音（中央研究院台灣史研究所副研究員）
- 專文導讀：陳國棟（中央研究院歷史語言研究所研究員）

愛生活

下期預告

Madeleines

瑪德蓮



愛生活

沁夏鮮果冰棒

Fruit Popsicle

莫忘

那一念
那一年
那一人

鄧應忠

新聞部 資深攝影記者

一早趕往松山東星大樓，
下午再去新莊博士的家，
已想不起當時是幾點下班了，
只記得在中秋夜拖著行李趕赴臺中分會。

隔天一早深入南投災區彷彿踏入人間煉獄，
在行經兩排帳篷要進入學校時，
突然聽到女子的失控嘶吼，本能地拿起機器拍攝，
當時還不知這就是所謂的創傷症候群。

記得中寮鄉算是最慘的，沒幾戶人家完好；
震央九份二山更像是被炸過般，
滿山的黃土、不見綠蔭的青山，
雖然天災無情但人間有溫情，
有幸見證慈濟人無私付出，
及希望工程在災區萌芽。

姜立文

新聞部 採訪組組長

921地震發生那時，我還是攝影記者，
一早就出班到八德路東星大樓倒塌現場，
看著倒塌的大樓心想怎會有這麼嚴重的災情。

後來看見隔壁大樓覺得應該上到制高點，
在一片漆黑中爬樓梯上頂樓，
才驚訝的看到45度傾倒的大樓中，
有好多戶窗口不斷冒出黑煙，
而搜救人員努力攀爬其中……
這個畫面深深烙印在腦海中一直無法忘懷。

二十年的時間過去，對災難的見識多了，
對志工的認識更深，
也對志工們付出無所求的態度益加佩服。

START→



水果切丁



也可切片變化



牛奶

煉乳

鮮奶油

混合均勻



冰棒盒中
放入切好的水果



再倒入牛奶液



混合果泥作變化



倒滿裝蓋後
再放入冰棒棍



冷凍六小時以上



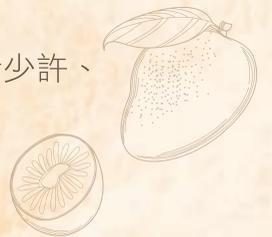
開動囉!

【材料】

任選自己喜愛的水果(示範：芒果、奇異果與火龍果)、檸檬汁少許、
牛奶100g、鮮奶油100g、煉乳2大匙、冰棒盒。

【作法】

1. 將水果切丁，加入檸檬汁混勻備用。
(水果也可切片或打成果泥，搭配出不同變化唷!)
2. 鮮奶油、牛奶與煉乳，混合攪拌均勻。
3. 將切好的水果放入冰棒盒中，倒入混合好的牛奶液。
(依序倒入，會帶有漸層的效果!)
4. 倒滿裝蓋後，再放入冰棒棍。
5. 冷凍6小時以上，就可取出開動啦!



更多資訊歡迎搜尋AIMAGE