



源

No. 120

關懷社會 · 點亮台灣

yuán
magazine

2016年11-12月

New Topic

- ▼ 與在地連結的第三核能發電廠
- ▼ 馬鞍山的近山悅鳥鳴——
- ▼ 第三核能發電廠的鳥類觀察記錄
- ▼ 跟風雨賽跑的黑暗騎士
- ▼ 播撒生態教育種子——
- ▼ 綠能藍海 節能減碳救珊瑚生態
- ▼ 保育體驗營

關懷社會 · 點亮台灣

yuan
magazine

母親的名，叫做臺灣
這裡有我們共同成長的記憶
請您疼惜這感情
來寫臺灣的故事
臺灣很美
人民善良、勤奮、堅強、樂觀
這裡是我們生長的地方
是咱永遠的故鄉



編輯手札

Editorial Note

電力生態教育深耕

電力開發及電廠營運如何與環境生態取得平衡，是台電公司扮演供電角色同時，所必須兼顧的社會責任。

鄰近馬鞍山的台電公司第三核能發電廠，豐富的自然生態與生物活動，不因發電廠的進駐而改變。也因核能電廠與研究單位的合作，得以窺見海洋底下的珊瑚生態。

愛護生態、保育環境的教育，必須從每個公民的生活中作起，台電公司結合地方資源，讓節能減碳、海洋生態的觀念向下扎根，透過分享，培養學生環保意識，並從自己開始，以同心圓的方式擴散到家人、學校，甚至更廣泛的群體。

台電公司默默的投入環境保育，讓教育扎根茁壯，相信累積涓滴之力，終能成河。

歡慶台電 70 歲生日

◎《源》雜誌與您分享 2016 年「台電之最－為你而在」月曆，即刻翻開 15 及 16 頁，珍藏台電之最。

◎「源遠流長」問卷抽獎結果出爐，詳情請見 96 頁。

徵稿資訊

期數	專題	截稿日期
121期	東部故事/東興水力發電	105年12月20日
122期	中部故事/大觀水力發電	106年 2月20日

各專欄單元亦歡迎投稿，相關注意事項請見封底裡來稿說明。

C O N T E N T S



中華民國85年1月1日創刊
中華民國105年11-12月第120期

封面設計—集思創意
封面題字—徐永進
發行人—朱文成
總編輯—黃鴻麟
主 編—沈宜蓉
編輯助理—陳思蓉

發 行—促進電力發展營運協助金審議委員會
地 址—100臺北市羅斯福路3段242號副樓10樓
電 話—(02) 2362-0285
傳 真—(02) 2362-0944
網 址—<http://www.taipower.com.tw>

編輯企劃—財團法人台灣綜合研究院
地 址—251新北市淡水區中正東路2段27號29樓
電 話—(02) 8809-5688#239或152
傳 真—(02) 8809-5066, 8809-5098
投稿專用—zoe@tri.org.tw
《源》網址—<http://www.tri.org.tw/per/yuan.html>

美術設計—集思創意顧問股份有限公司
電 話—(02) 8797-7333

印 製—中華彩色印刷股份有限公司
電 話—(02) 2915-0123

行政院新聞局登記證局版北市誌字第539號
中華郵政臺北雜字第5557號執照登記為雜誌交寄

01 編輯手札

亮點故事

04 與在地連結的第三核能發電 文、圖 / 編輯部

05 馬鞍山的近山悅鳥鳴—第三核 能發電廠的鳥類觀察記錄 文、圖 / 林禎鐘

電力生活

17 跟風與賽跑的黑暗騎士 文 / 黃芷庭 圖 / 黃芷庭、台電公司

21 教育深耕

播撒生態教育種子—
綠能藍海 節能減碳救
珊瑚生態保育體驗營
文 / 編輯部 圖 / 陳明道、台電公司

24 藝術采風

以畫召喚靈性覺醒—劉瑞瑗
文、圖 / 鄭芳和

36 非讀 book

新北市立圖書館—
一座 24 小時陪你閱讀的
圖書館
文、圖 / 王子





生態永續

- 46 「蛙蛙國」—瑞芳瑞柑國小校園生態村全記錄
文、圖 / 王新偉

- 58 從動物醫生到永續循環經濟的推手—程耀靈
文 / 張靜安 圖 / 張靜安、臺灣綠能文創協會

傳家技藝

- 66 老公仔標—傳味百年的香辛料世家
文 / 蘇菲 圖 / 蘇菲、林美津

在地生活

- 72 紀州庵—臺北城南的文學新基地
文、圖 / 林蔓禎

愛的甘露

- 78 松柏貞靜，頂天立地
文、圖 / 鄭筠蓁

- 80 皎月當空，光耀宇宙
文、圖 / 鄭筠蓁

源新圓心

- 82 今天，你吃素了嗎？
文 / 愚庵 圖 / 編輯部

- 92 睡東坡真「美」
文 / 于真 圖 / 編輯部

源遠流長





與在地連結的第三核能發電廠

文、圖／編輯部

5、60 年代，北部 2 座發電廠相繼設立，為了平衡南北電力及減少電力的輸送，民國 65 年 7 月 9 日選定屏東縣恆春鎮馬鞍山為廠址，一號機民國 73 年 7 月商業運轉，二號機則於民國 74 年 5 月商轉至今，電廠每年約發電 140 億多度。

第三核能發電廠北接恆春，南有巴士海峽，鄰近墾丁國家公園。在珍貴自然資源環伺之下，第三核能發電廠對於環境保護，不敢掉以輕心。核能發電相較火力發電，過程不排放二氧化碳 CO₂，對環境的升溫影響較少。第三核能發電廠亦留意出水口周遭的珊瑚礁生態，謹慎處理冷卻發電的海水，避免海水的排放改變海洋溫度，影響珊瑚生長。除此之外，核三廠正式商轉以來，對廠區內的綠化、保持生態圈的原樣不遺餘力，更能在廠區中看見多種臺灣植物及鳥類。

人口外流顯著的恆春地區，易產生的隔代教養、教育資源、獨居長者等狀況，都是核三廠關懷所在。因此核三廠主動成立志工隊，與家扶中心共同合作為孩子們進行課後輔導，102 年起亦認養鄰近學校的棒球校隊，讓遠在南臺灣恆春鎮的孩子安心打球。透過陪伴獨居長者、不定期協助長輩們清掃家園環境，傳遞台電人的愛心。另配合在地衛生所，協助辦理健康檢查、捐血等活動，關懷在地民衆的健康。

此外，恆春地區一年一度特有的豎孤棚搶孤活動，也在台電公司的支持、參與下，成為每年農曆七月恆春地區的重頭戲。並成為交通部觀光局臺灣觀光年曆的重要項目之一，將恆春流傳已久的在地特色，推向國際舞台。

核三廠不僅是南部發電的重要角色之一，更是關懷恆春在地文化、環境及在地居民的好鄰居。 





馬鞍山的近山悅鳥鳴 第三核能發電廠的 鳥類觀察記錄

文、圖／林禎鐘

鄰近馬鞍山的第三核能發電廠，廠區內的鳥類及植物生態多樣且有趣。能夠在此工作、研究，實為可貴。人們往往因為核能之名，對於核能電廠廠區避而遠之，然而，第三核能發電廠與鄰近的墾丁國家公園園區，其豐富的生態資源，讓喜歡觀察自然的我，醉心於馬鞍山下的工作。最近，即將離開這個優美的工作環境，希望藉由文字紀錄這一美麗的核能電廠。



由於工作的實驗室鄰近山邊，我常會對著窗外做一番觀察，想像著山坡上面各類動植物的活動生息。「自來自去堂上燕，相親相近水中鷗」，似乎隨時都可看到一些不同的飛禽在坡地上面林叢中自如來去！在和外界的人為干擾隔開之後，不但藍頸鵯、竹雞、紅嘴黑鵯等一些古早前就在山區附近棲息活動的禽鳥蹤跡頻繁許多，原生於山區的特色植被也蓬勃起來。

一叢叢常綠高大的茄苳、雀榕、油桐、相思樹等優勢樹種在靠東較遠處的山上高處搖曳著翠綠的樹蔭，較接近窗邊的除了一些象牙樹、越橘、九芎等原生樹種之外，沿著環坡擋土牆邊緣還栽種了數 10 棵艷紫荊、小葉欖仁，其間也夾雜著糾聚成林的銀合歡。除了茂盛的常綠樹林，開闊的坡地上面到處還散生著開黃色、藍紫色小花的一叢叢草本植物。

通常早上 5 點 40 分左右就會來到辦公室，東方陵線上灰暗的山峰也開始泛映出一抹抹桃紅，接下來整個天空會開始轉亮，黑暗逐漸地褪去，淡紅色曙光隨著露了出來，附近樹林底下常在一連串驟然響起的音符帶動下揭了開來，聲音節奏相當的快速，且不斷地反覆。前半段清脆高亢，後半段則連綿有力。這是竹雞呼朋引伴的

聲音。於此同時，小彎嘴畫眉也會不甘示弱地在油桐樹梢上唱了起來，婉轉動人的音符在林間四處流動穿梭，當地平線上面那抹桃紅逐漸往上擴散之後，幾隻深黑色的紅嘴黑鵯也在長滿果實的榕樹枝頭開始嘖嘖的叫了起來，而站在更遠處菩提樹高枝上面的 2 隻樹鵲也反覆地以沙啞粗獷的刺耳嗓音回應著西邊銀合歡叢中同伴們的呼喊，彷彿是一個歷盡滄桑壞了嗓音的歌手。當天色已經完全亮開來的時候，一隻專門啄食飛蟲的深藍色鷓鴣飛進象牙樹密密的細枝叢內發出「輝、輝、輝……」長串鳴聲，有如高音口哨一般的亢奮叫聲，引起一旁正在啄食的黑頭翁群也抬起頭隨著唱合起來，片刻之間，眾鳥齊聲鳴叫，各種各類的節拍和音域都已在樹林的每處角落渲染呈現出來！



▲ 叫聲沙啞的樹鵲。

鳥兒，你為何鳴唱？

野鳥鳴唱主要有 2 個目的，其中之一就是標示領域，大聲鳴叫來宣示肉眼看不見的「勢力範圍」，警告別的鳥兒不要隨便踏進來。聲音叫得愈大，次數愈密集，宣示的訊息愈明白。以黑頭翁為例，宣示的土地範圍大概長 200 呎，寬也 200 呎，雖然算起來並不大，但已足夠築巢安家並放心育雛了。黑頭翁喜歡站在突出的樹梢上面鳴唱，選的通常是方圓之內較高的樹，且是領地四周邊緣的幾棵。以這種方式，其他的鳥兒才能看得到，也聽得夠清楚。這除了是黑頭翁的習性之外，也是許多鳥兒們的習性。

飄著毛雨的溫暖 3 月天，下車後依著山邊斜坡道路走往辦公室，沿途陸續可以看到好幾隻黑頭翁以相隔不遠距離各自高高地占據著一棵棵樹頭，吱吱喳喳熱鬧的鳴唱著，此起彼落，相當活躍。黑頭翁這一類禽鳥，彼此的領地通常相距都不會很遠，因此在每次歌唱後多會留下一小段無聲時刻，以便偵測附近公鳥的反應。這些居住在樹木叢生地方的鳥類，想要鳴唱時就站上樹梢枝頭，但棲息在開闊草原區域的鳥兒想要找一棵樹來唱歌就不是一件容易的事。牠們解決的辦法有兩個，一是

一邊飛行一邊叫唱，只是一飛往往就要好長一段距離；不然就像百靈鳥般向上衝得高高的，然後在半空中爆出一陣迅急的鳴唱。

鳥兒鳴唱的另一個相當重要原因就是「尋覓伴侶」，求偶歌曲有的長，有的短；有的簡單，有的複雜。一般而論，鳴唱長短以及難易程度代表唱歌的這隻鳥兒身體有多健康，謀生能力有多強。歌曲鳴唱愈長，難度愈高，也就顯示出鳥兒的健康愈佳，生存能力也就愈強。有「好」的健康身體，才會有「好」的基因，母鳥在選擇配偶時，當然明白這個道理。

鳥類並沒有聲帶結構，牠的發聲器叫做「鳴管」。鳴管是禽鳥特有的發聲器官，它是由部分的氣管擴大而成，位置在主氣管與兩隻支氣管交接處，像似一個能伸能縮的「音箱」。簡單來說，鳥類的鳴唱和鳴叫是靠著肺部空氣的進出，不論呼氣或吸氣都能發聲，但哺乳類動物卻只能在呼氣時才能夠發出聲音。這也就是我們平常看見鳥兒閉著嘴巴或者嘴裡腳滿食物時，卻依然能夠不必開口也可以啾啾鳴叫的原因。由於鳥類與哺乳類兩者發聲器官結構不同，鳥類的鼻腔、嘴喙以及喉嚨，只是用來修飾聲音，與發聲無關，跟人類不同。



▲ 樹叢中宣示領域的灰背鶇。

鳥類鳴管的外側還有「鳴肌」這種特殊的肌肉，可以用來控制音調，調節音量，也能改變音色，變化節奏。換句話說，鳴肌的數量愈多，聲音的變化也愈大，品質也愈高。

鳥兒發出的聲音，一般可以分成「鳴唱」和「鳴叫」兩類，「鳴唱」顧名思義就是聽起來像似人的歌唱一般，通常鳴唱的內容比較長而且比較複雜，一般人聽起來也比較「悅耳動聽」。雖然許多鳥種唱出來的歌曲短小又簡單，很難稱之為歌曲，不過我們還是叫它做「鳴唱」，因為這樣

的「鳴唱」和餘音裊裊的歌聲功能一樣，目的也沒有不同。而鳴唱之外，鳥兒所發出的聲音，不管是高啁或低啾，都稱為「鳴叫」。

「鳴叫」通常是一些簡短的發聲，很少有超過五個音符以上的情況，應用場合與需要不一而足。有時用來警告同伴有獵食者來襲，有的是用來和同伴分享發現食物的訊息，有的則用於親子之間的辨認；有時更在表達相互爭執時候的各種「情緒」，有時也是霸凌侵略的威嚇訊號，或是敦親睦鄰的社交語言。我們看見母雞帶

領小雞覓食，不時要把離群的小雞呼喚回來，發現有敵來襲就得趕緊叫孩子躲起來，這些都屬於「鳴叫」。除此之外，雛鳥乞食的哀求，說來也是「鳴叫」的一種。

有許多鳥類，即使是同一個基本的「鳴叫」，卻也有許多不同的版本，在馬鞍山區中，紅嘴黑鵯是一種很「愛講話」的常見鳥兒，牠有一種聲音，經常會讓人誤以為是躲在草叢中的小貓所發出來的鳴叫；在蓮花田中棲息的臺灣水雉也有類似的鳴聲。

一鳴一唱 雙向溝通

有些鳴叫聲僅有公鳥或母鳥才發得出，有的則是雌雄兩性都有相同的唱腔。如果不要太挑剔，鳥兒的鳴叫一般說來還不算難聽，雖然有些不能不說「怪裡怪氣」，就像紅冠水雞有時候突然發出來的聲音一樣。禽鳥的鳴唱、鳴叫是否悅耳，都是以人的主觀來判斷，黃頭黑鸛發出的求偶聲淒厲不堪，然對母鳥而言卻可能是「情意綿綿」，外型清新秀麗，惹人憐愛的白腹秧雞在求偶時期會鳴叫「苦啊一苦啊」的聲音，也是一種相當奇特的鳴聲。什麼叫做「鳴唱」，什麼叫做「鳴叫」，有些科學家有時為了方便自己的研究，也許各有自己的定義，不過這裡講的應該是大家最能普遍接受的說法。

禽鳥的鳴唱和鳴叫是出自於自然的本能；反過來說，能夠聽得懂鳴唱或鳴叫的意義，也來自於天生。如果只會唱但不會聽，就失去了相互溝通的目的。一隻鳥的鳴唱內容和數目除了以什麼鳥種判定之外，還要看牠的年齡與性別，有時候還會隨著鄰居鳥類是誰而有差異。通常會唱三首以上曲調的鳥類，每一次開口鳴唱，同一首要連續唱過幾次後才會更換；柳鶯能夠鳴唱出來大約 10 種左右的曲調，可大概分成 2 類，白天鳴唱的第一類用來專門吸引並繫住伴侶，也就是說配對之後恐怕仍然必須持續歌唱，盼望能夠長久牢牢攔住母鳥的心；另外一類則在黎明時刻高聲鳴唱，用來警告其他雄鳥勿闖禁地，通常一首曲子都會連續鳴唱好幾遍，只是每隻柳鶯都有各自的喜愛與擅長。如以模仿的功夫來說，有些鳥類更可以鳴唱出多種不同的曲調臺灣的鳥類中，八哥以及各種入侵種的棕鳥，都是箇中高手。棕鳥，也是屬於八哥科鳥類，不僅可以模仿鳥類的聲音，還可以模仿其他各種動物，譬如貓狗牛等的叫聲，對牠來說都是雕蟲小技，如果將牠關到籠子裡，跟八哥一樣，還可以教牠說幾句人話，依鳥學專家長期的觀察，鶯燕雀鳥類或多或少都具有一些仿唱的能力。

由於不一樣的棲地環境，就會有不同



▲ 輕聲細語的斑文鳥。

的音波傳導特性，鳥類在演化的過程當中，為能夠有效的傳遞訊息，會設法入當地環境的成音特質，充分地加以發揮和利用，最後也就形成了個體特有的鳴唱方式。叢林裡頭的鳥兒會比草原上的鳥兒更要講究鳴唱的旋律和變化，如以一隻生息在陽明山上的白頭翁來和花東縱谷草原上的環頸雉來相互比較，就不難明白了。鳥兒的歌曲，是經由演化所精心形成的一連串音符，構成一段段相當富有音樂性的句子，再以一定的間隔來重複呈現。大部分鳥類的鳴唱長度大都在 4 秒鐘左右，不過有些鳥類也可以長達 10 秒以上。鳴唱同一首歌曲更經常會連續重複好幾次，彷彿錄音帶一次

又一次地播放。

除了鳴唱和鳴叫，鳥類也會經由別的方式來溝通，有些鳥兒不唱也不叫，屬於冬候鳥的大麻鷲在繁殖期間會發出類似大牛蛙般的低沉鳴叫，又像似以口吹過木管，或是用手掌平拍大鼓鼓面發出的回響。因為頻率相當低，聲音可以傳得甚遠，有人記錄到最遠竟可以達到 8 公里。

自然界中，唱歌雖然大都是公鳥的特長，不過由觀察所得到的資料，雀形目中的「鳴禽」超過三分之二的母鳥也大多會開口鳴唱。如果稍加的留意觀察，在山中的小徑上，其實也常可聆聽到母鳥跟公鳥相互對唱的情況，雖然公、母鳥唱的都是

相似的曲調，但母鳥的音調聽起來會較公鳥來得「柔和」，類似這種兩情相悅，深情款款的親密求偶儀式，鳥學專家認為是鳥兒藉著歌唱來鞏固彼此的伴侶關係，這大概就是鳥兒認真鳴唱的理由吧！

鳥兒的相互鳴唱方式，有時以同步合唱的方式進行，有時則先後輪流上場，也有時因合音的技巧爐火純青而配合得天衣無縫，聽起來就宛如僅是一隻鳥兒在獨自演唱一般，山間聞鳥音，腳步會在不覺間讓人腳步也輕快了許多。一夫多妻的鳥類，必要時候母鳥往往也會以簡單的鳴唱在公鳥的領域內來防衛自己的窩巢。馬鞍山位在熱帶地區，會唱歌的母鳥似乎比較常見。

「一夫一妻」的鳥類，一旦公鳥有了母鳥作伴，唱歌的次數也就會隨著減少下來。不過，一夫多妻的鳥種來說，卻仍必須持續歌唱著，除了防止其他公鳥私闖禁地，為了得到更多母鳥的青睞，還需一隻唱過又一隻！

為何鳥兒大都喜歡在晨間歌唱？對於這一點也許有不盡相同的意見，不過在天色尚一片暗黑之時，與其浪費氣力來勉強摸黑覓食，還不如站上枝頭專心宣示領域——「劃地為王」，而且於黎明時段，冷空氣比較貼近地面，浮在上面的則是比較溫暖的空氣，一冷一暖的接觸面有利聲波反射，聲音因此可以傳得更遠。然而這並非說，一天中的其他時刻，公鳥就再唱歌



▲ 夜鷺。



了。繁殖季初期，有些種類公鳥甚至能一整天鳴唱也不覺得疲累，不過由於體力會慢慢消耗，鳴唱通常會在中午左右停息下來，尤其在天氣炎熱溫度不斷往上爬升的時候，但到了傍晚時分，鳥類會再次達到另一次高峰，只不過這一波的鳴唱已再像黎明時段那般的喧嘩密集。

一般人常會將鳴唱聯結到白天的鳥類，但人聲孤寂的夜間還是依然有另一些禽鳥在持續活動鳴唱著。春夏天的夜晚，一聲接一聲「嗚—唔唔」及「呼呼」的神祕幽幽叫聲會從辦公室兩側的濃密樹林中傳向四方，那是領角鴉和黑冠麻鷺呼喚著夥伴的信號，停停叫叫，叫叫停停的。每一次聽見那一聲聲孤獨的鳴叫，總彷彿覺得黑暗林子裡頭的那個角落，會隨著叫聲而跳躍出幽微的光影，恍恍惚惚、時有時無的，只是過沒多久又什麼都消失無蹤了，林子也隨即又恢復到原來的黑暗與闐靜。

馬鞍山鳴唱樂音的鳥類

夜鷹的鳴叫聲既尖銳又單調，且一旦鳴叫就是很長一段時間，使很多人受不了，常嫌牠夜裡擾人睡眠，牠有一雙單純無辜的特性大眼睛。夜間的鳥兒能擁有一副「動人」嗓音，讓別的鳥兒在黑暗中可以聽見，應比擁有一身漂亮的羽衣還來得重要。夏日的夜間常常聽到它們尖銳的嘯叫聲在匆

促間驟然一掠而過，迴盪鳴聲斷然有力，似乎想將深幽寂靜的黑夜整個喚醒開來！

秧雞科鳥類大多生性「害羞」，平常會悄無聲息地在水澤旁邊的密集矮灌叢中棲息養神，雖然是日行性鳥類，卻常到了黃昏之後才發出聲息，而紅腳秧雞在求偶期間的白天晚上都可聽到呼叫聲。求偶季節來臨時，溫暖悅耳的鳴唱四處斥耳縈懷，聆聽的驚喜總令人難忘，鳥兒求偶的心，竟然可以這般的溫柔。「月落烏啼霜滿天」，雖然僅是單調的烏鴉啼叫，但在因周遭的情景及內在的意念，卻也造就了一個令人千古縈懷的思想深度！

當夏天的腳步慢慢離開馬鞍山區時，一絲絲秋天的氣息也逐漸在油桐樹轉黃的枝葉間瀰漫開來，雖然一些鳥兒已轉移他處，但安土重遷的綠鳩還是在茄苳樹叢中「喔—呷唔」，一聲接一聲的叫喚著，隨著北風不斷的颳起，候鳥也一波波地飛越馬鞍山區前來，其中大多數來自遙遠北邊的森林，這一片位在臺灣南端的山區所占的面積並不大，但對遠方疲累的來客來說，卻盡足以提供牠們持續向南飛行前的歇腳覓食暫居處所。我在陰涼潮濕山徑上一棵粗大蒼勁的茄苳樹根上面寂然不動的坐著，時光隨著光線的逐漸轉移，靜靜的流淌過去，一隻毛髮油亮的赤腹松鼠從矮灌叢中走出來，走到我眼前不遠，牠停下腳



▲ 隱匿密枝叢中呼喚的綠鳩。

步，以它的腳掌和鼻子在覆滿雀榕落葉的地面上四處翻尋，在好奇地望著我幾眼後便沿著樹幹爬上高處的樹枝上面，輕巧地在細枝間騰跳著，這一隻慣於在林間出沒的山中居民似乎顯得有一些神經質，偷偷地在密叢中觀望一會後方敢走向前來，這實在是一種難得的自然邂逅。輕柔的西南風帶來遠處的鳥語啁啾，那是 2 隻小彎嘴畫眉在相互對聊著，多變的音調在訴說牠們晨間的收穫，也使我這個路過的聽者不由從內心生出一種難以言喻的親切！

瀰漫在山區上方和林間的這些光線與聲音，在意識空間中相互交會著，它們令人心曠神怡的美感相當令人傾心，秋日時分馬鞍山的這一段日出美景，都是源自

太陽發出的流動能量所交織而成，閃閃爍爍的黃紫色光芒覆蓋在一朵一朵四處漂動的雲層上面，像是堆疊在床上的被單，清晨的空氣中響起了更多的鳥語，清澈、自在而優雅，一時之間也滌淨了我煩躁的心靈。經水氣一夜的瀰漫，晶瑩露水在葉子上閃爍著晨曦的微光，滿布著青苔的綠褐色地面上被滋潤得溫婉光潤，曉風如水，空氣中到處迷漫著清新的氣息，四周林間不時傳來雀鳥鳴嚀和松鼠穿梭的聲音，這是大自然精靈們開始報曉的天韻！

人們經常到了下雨天就會喜歡倒頭睡覺，而如果周圍有流水聲、鳥鳴聲伴隨著入眠，也會睡的更為香甜。聲學上來說，這些聲音有一個共同的術語名稱：白噪音。



它是指一段聲音中的頻率分量的功率在整個可聽範圍（0～20KHZ）內都是均勻的。當然，絕對理想的白噪音是不存在的，但雨聲、流水聲、鳥鳴聲等來自大自然的聲音則是現實世界中最為接近白噪音的聲音。

我們的聽覺系統就像一個隨時待機的警報系統般，如果我們睡覺時出現噪音，突然間的變化就會吸引注意力，使人驚醒。而白噪音卻會製造一個遮蔽效應，使人忽略掉嘈雜的環境，相當於掩蓋了很多細小、人沒有意識到的聲音變化。有專家認為，白噪音可以輔助治療一些神經系統疾病。目前，國外專家已經把它用來解決兩種臨床問題。一是利用白噪音來停止嬰兒的哭泣。新生兒剛剛離開媽媽的子宮，來到一個陌生的環境，陌生的聲音會令他們感到煩躁不安。而白噪音與他們熟悉的子宮裡的聲音有著類似之處。還有一些經常受到環境噪音污染的人群會利用白噪音來幫助恢復工作效率，生活中哪些聲音屬於白噪音呢？下雨聲就是最棒的「類白噪音」，此外，森林蟲鳴、山間鳥鳴、流水聲也都是不錯的類白噪音。換句話說，遠離都市的大自然就是類白噪音的最佳來源，人類本就源自於自然，山林中的愉悅鳥鳴使個人的心靈得到抒發！

山區中常見的綠豔金龜，它的體色綠色具有強烈的金屬光澤，翅鞘上面不明顯的刻點呈現縱向排列，普遍分布在中低海拔山區，通常會在4到8月間出現，白天大都躲藏在樹葉背面棲息著，但到了夜晚期間可以藉著月光看到它們在枝葉間四處飛舞的亮綠色身影。“今夜偏知春氣暖，蟲聲新透綠窗紗。”劉方平的《月夜》將初夏夜晚勾畫出來一幅令人暖意盎然的圖畫，屋旁的樹叢中在入夜後經常會傳來不同節奏的「嗒、嗒、嗒……」高頻鳴聲，除了蟋蟀之外，就以蠹斯為主要的聲響來源了，翅鞘類昆蟲不僅是金龜子在活躍著，只要稍為用點心稍加留意觀察，不但會看到天牛、吉丁蟲科家族在臺灣欒樹、欖仁樹之間高舉雙翅來往飛行的特異姿態，如果在清晨充滿露珠的草叢中加已翻動察看，也常可見到鍬形蟲那對一對強而有力的大顎。

自古以來，星空浩瀚偉大，神秘而不可知，令人景仰敬畏而探索，因此也促使生息在各地的人類遠祖造就了諸子百家的深邃廣遠冥思領域。雖然已近深夜，白天雀鳥爭鳴已停息下來，但大自然的律動毫不停歇，黑冠麻鷺的幽遠的聲息依舊在馬鞍山黯黑的密林當中四處呼喚著！

源

最長配電線路

海端幹線利稻分線

11

November



縱跨林相 部落曙光

本線路由台東縣關山變電所自海端鄉沿南橫公路，經利稻村至南橫最高點大關山隧道，全程約70餘公里，為全台灣最長的配電線路；線路橫越霧鹿峽谷、新武呂溪，總計架設電桿697桿，最長桿距達895公尺，工程險峻十分艱困，提供利稻村124戶所需電力。線路最高供電點達海拔2,700公尺，提供救難、通訊、觀測等機關所需電力。

Sun 日	Mon 一	Tue 二	Wed 三	Thu 四	Fri 五	Sat 六
		1 初二	2 初三	3 初四	4 初五	5 初六
6 初七	7 立冬	8 初九	9 初十	10 十一	11 十二	12 十三
13 十四	14 十五	15 十六	16 十七	17 十八	18 十九	19 二十
20 廿一	21 廿二	22 小雪	23 廿四	24 廿五	25 廿六	26 廿七
27 廿八	28 廿九	29 十一月大	30 初二			



台灣電力公司

海拔最高發電廠

德基發電廠

12

December

Sun
日

Mon
一

Tue
二

Wed
三

Thu
四

Fri
五

Sat
六

1
初三

2
初四

3
初五

4
初六

5
初七

6
初八

7
大雪

8
初十

9
十一

10
十二

11
十三

12
十四

13
十五

14
十六

15
十七

16
十八

17
十九

18
二十

19
廿一

20
廿二

21
冬至

22
廿四

23
廿五

24
廿六

25
廿七

26
廿八

27
廿九

28
三十

29
十二月大

30
初二

31
初三



德之根基 登峰造極

德基發電廠坐落於台中市和平區，利用水庫攔蓄大甲溪溪水進行發電，德基水庫是台灣海拔最高、壩高最高的水庫，滿水位可到達1,408公尺，造就德基發電廠為全台灣海拔最高的發電廠，年平均發電量可達3.2億度，是大甲溪流域電力開發的樞紐。



跟風雨賽跑的 黑暗騎士



文／黃芷庭 圖／黃芷庭、台電公司

《永無颱風假，搶電大兵使命必達！》

2016 年 9 月 27 日 梅姬肆虐，停電戶數史上次高，僅次於蘇迪勒颱風，亦釀全臺逾 900 根電桿受損的次高紀錄。

2016 年 9 月 14 日 強颱莫蘭蒂橫掃，16 級風破恆春百年紀錄，造成南臺大停電；15 日 17 級風重襲金門破紀錄。

2016 年 7 月 9 日 強颱尼伯特 17 級風破臺東 116 年紀錄。莫蘭蒂加尼伯特，電桿倒傾共計 1,502 根，創下電桿遭雙颱破壞數史上最高紀錄。

2015 年 8 月 8 日 中颱蘇迪勒橫掃，創下全臺 450 萬最嚴重停電紀錄。

臺灣是颱風之島，極端氣候加上國土過度開發，加劇風災災情。但是有一群永遠沒有颱風假的黑暗騎士們，必須無畏殘酷風雨，拋下家人冒險出動，跟時間賽跑搶修電力，直到最後一戶復電為止！

蘇迪勒停電戶最多 尼伯特重創臺東 極端氣候出考題

「用戶沒有電的話，我們比他們更急！」「颱風警報發布前，大家煩惱能不能放假；我們卻是擔心哪些地區容易受災斷電！」40 年外線巡修經驗的桃園南巡調度專員古明發，一語道破電力搶修員的壓力。

「尼伯特 史上最強首颱」、「風災好慘 農損 6.7 億 搶救臺東」。斗大的報紙標題，盡述尼伯特驚人強風肆虐東臺灣的威力；而這打破百年紀錄的 17 級強風，也寫下電力供應史「單一區處受創最嚴重」的一頁！「西部從臺中以南、東部宜



▲ 尼伯特災後搶修實況 (台電公司配電處提供)。

蘭花蓮，全臺大約有 9 個縣市、動員將近 200 位人力、近百台車輛支援臺東。」配電處運轉維護組長孫志雄接著補充：「從早上 7 點拼到晚上 10 點還沒休息，連續幾天相當辛苦。」腳起水泡、衣物不夠、搶修到夜深回飯店無法換洗晾曬…跨縣市支援的人員跟時間賽跑，面臨各種挑戰，一位領班說：「一路晚上做到 12 點，因為要做到一整個線路通了才休息」。孫組長說明：「臺東修護 6 天後，復電比例達到 99.9%。」其實前 3 天已復電逾 95%，但臺東地理環境特殊，線路較為分散，雖然修好跟都會區同數目的饋線或電桿，但復電戶數卻不多。6 天後剩僅的 0.01%，部分是無人居住的農林用地，有待用戶通知才能修繕。

全球暖化危機，極端氣候的來臨，讓災害更難預測且更為加劇，對搶修人員來說，彷彿年年都在出考題，像去年全臺多處奇蹟般下雪，民眾歡欣賞雪，搶修人員

急著前往搶修被雪害壓垮的電線，卻又被擋在賞雪車潮裡。讓人記憶猶新的蘇迪勒颱風，創下最多停電戶數 450 萬的歷史紀錄，古明發回憶：「蘇迪勒是我 40 年來看過最怪的颱風！當時調度室電話響到接不完、電腦事故多到來不及看…連續 4 天值夜班，每天只睡 1 小時。」他說回家才一上床，辦公室就來電說情況嚴重，要他不去不行。「我的血壓瞬間飆高，1 個月後才降下來。」進公司才 2 年，當時參與搶修的南巡技術員李彥頡回想直喊：「危險，真的很危險！」「蘇迪勒真的是非常嚴重的一次，一個星期不眠不休的搶修，那周真的是非常辛苦。」

用電依賴度高難忍停電 光明守護者壓力增

從民國 90 年開始，台電藉由供電可靠度計畫，從規劃面、施工面、設計面以及維護面著手改善，使得每年每戶平均停電時間從 100 多分鐘降到 16 分鐘。發輸配電的完善體檢提升，造就目前臺灣供電穩定度高居全球第 3 名的卓越佳績。

不過，冰箱、照明、電視之外，手機、行動電源、掃地機器人等電子生活用品的增加，讓民眾對用電依賴度更形提高，成為搶修單位的另種壓力。「過去 3-5 天沒電，民眾都可承受；但現在只要超過第 2 天，就已經有點受不了。」孫組長道出他

的觀察。蘇迪勒颱風後，全臺 3 天復電 9 成多，但雲林還是發生人員遭圍毆、區處被丟腐爛食物抗議停電太久的憾事。

桃園也是蘇迪勒重災區，新屋區石牌里長劉得亮回憶：「颱風第 3 天，沿海民衆冰箱食物都壞了，深覺停電嚴重性而情急，40-50 位民衆包圍台電工程人員，要押車去他家巡檢。」劉里長當時跟著工程車跑了兩天兩夜，目睹台電師傅的賣力及辛苦，向里民解釋搶修順序後，才平息了現場的緊繃與憤怒。新屋區長徐同治認為里長帶路，確實更能事半功倍：「許多支線只有 2-3 戶，災害發生時的路線及情況，當地里長最了解，即使電話不通，步行過去即可告知，同時里長也會向區公所回報，加速災情掌握效率。」人情冷暖，劉得亮說，溫馨場面也是有的，像他跟著巡線走點時，就發現工程人員與民衆互動不錯，有些民衆還會買點心、便當慰問辛

勞。古調度員曾因復電救了幾頭豬，讓用戶每年頻頻向他道謝；也曾遇過服務所被包圍，面對激動的民衆，他以誠懇態度理性說明，「不要亂開支票說 2 小時就會來電，須要兩三天就說兩三天。」現場妥善的溝通與說明，是搶修人員近年來的必修課題。

變電所→主幹線→分歧線→電表 搶修循序 最大利益化

就像水從水庫分流到末端住戶，電力供應是從發電廠→特高壓電塔→變電所，再到終端用戶。因此修復排序原則也是從大到小，由變電所主幹線到分歧線，以至最終用戶；第二個修復原則則是醫療、行政治安、國防等重要公共事業用戶，優先於一般用戶，最後才是路燈。桃園南巡黃光黎課長舉例，桃園區處用電戶數 113 萬、轄區 1,065 條饋線有架空線路 5,900 公里，其中南巡 6 個班 36 人就要負責 1,300 公里的 28 萬戶，依循上述修復原則，才能讓重要單位以及最多用戶數優先復電。除了颱風強度、道路中斷會左右搶修工作之外，若落石擋路、路樹傾倒以及淹水等情形，則需要協調縣市政府單位先行處理，也會影響復電時間。

停電時，用戶一定會急著打電話通報，但反而切割可用人力，增加搶修的負擔。孫組長說明，台電早已建構自動化系



▲ 桃園復興區雪害線路搶修 (台電公司配電處提供)。



統由區處值班監看，主幹線若跳脫，第一時間就會及時搶修，並透過電力聯絡網適度轉換支援供電；配電組則實際到各地災情查報，把資訊提供給搶修班儘速搶修；因此停電前兩天，民衆不需要重複通報。但是事故樣態以及分支線災情，就有賴民衆協助通報，例如幾號電桿倒塌、鐵皮屋如何打到線路等，民衆可以透過里長傳達。颱風晚期，若多數地區已復電，末端零星停電 則可查詢電費單上的電號，主動向村里長或者台電通報。

分秒必爭風險高 復電鐵人忘記辛勞

8月10日媒體報導：「颱風夜救災落水失蹤8年 台電救難英雄終於回家」。這是2009年辛樂克颱風時，冒著風雨到南投搶修而殉職的台電員工江乾隆，透過DNA鑑定終於返家的新聞，讓社會大眾由衷感佩第一線搶修的敬業。桃園南巡領班宋欽桃說：「颱風搶修面臨的危險包括異物墜落、雨水導致視線不清跌入水溝，還有風勢過強時，昇空車會搖晃。」「為了讓民衆早點脫離黑暗，同仁們都很有責任感，

不分日夜戮力搶修。」黃課長補充說：「搶修超時體力負荷大，同仁們拚命衝，買了便當卻總要忙完才肯吃，不但飯菜是冷的，還經常忘記是在吃哪一餐。」而他一邊要擔心民衆無電可用，一邊更擔心在外的員工安危。「民衆沒電的同時，許多現場的搶修同仁家裡也是沒有電的，但是他們都沒有颱風假，冒著生命危險到現場搶修。」孫組長期待民衆：「希望多些同理心，多給些時間、多些諒解與包容！」

「儘快復電！」是這群跟風雨賽跑的黑暗騎士們，跟民衆零秒差的一致意念！孫組長建議車站、醫院、農漁養殖戶或工廠，最好自備緊急供電設備，以降低損失。而為了減少停電事故，黃課長呼籲民衆，在颱風來臨前，加強配電室的防淹功能、取下居家住所的附掛物、固定好招牌或鐵皮屋。特別要提醒的是，颱風災後的斷落線路，民衆千萬不要接近撿拾或自行移除以免感電，只要通知台電，相關人員就會儘速處理。四面環島的臺灣難免風雨天災，相信「理性對話與關懷感恩的心，才是結束一切災難的最佳態度！」

▼ 靠海區域空曠，最怕風勢強勁的颱風釀災。





播撒生態教育種子

▲ 台電與海生館合辦生態保育體驗營
(台電公司提供)。

綠能藍海 節能減碳 救珊瑚生態保育體驗營

文／編輯部 圖／陳明道、台電公司

台電公司在墾丁地區推動珊瑚保育與監測不遺餘力，透過台電公司第三核能發電廠的珊瑚監測系統，每年珊瑚產卵季節一到，海水中滿布珊瑚卵的美麗畫面，往往令人印象深刻。深獲旅客喜歡的國立海洋生物博物館，在海洋生態的教育及推廣不宜餘力，以科學教育的方式讓生態永續的觀念深植人心。

台電公司與海生館，一個負責供應全民用電、一個負責推廣全民海洋教育，看似無關聯的兩個單位，早已因珊瑚結緣。由於第三核能發電廠發電時，須利用海水冷卻鍋爐，再將利用過的海水排放回海中。然而，海水溫度的變化卻會對珊瑚生態產生重要影響。為了掌握第三核能發電廠排水區域的水中生態，台電除積極參與



▲ 台電環保處蔡顯修處長致詞歡迎學員 (台電公司提供)。

墾丁國家公園管理處推動的「恆春半島珊瑚礁綜合保育計畫」外，也委託海洋生物博物館進行南灣海域珊瑚礁生態系調查監測，在核三廠入水口海域內架設遙控監視系統並監測水溫，以網路全天 24 小時監錄核三廠入水口珊瑚礁生態實況，並於台電南部展示館及網站上對外開放珊瑚即時監測影像。

種種研究及觀測結果，顯示目前珊瑚生態狀況良好，冷卻水排出溫度並未造成影響。為進一步讓國人了解珊瑚生態，台電與海生館在 2014 年更製作國內首支水下珊瑚礁生態「魚類伊甸園」3D 影片，並於

台電南部展示館及北部展示館的 3D 劇院定期影播映，讓民眾欣賞南灣海域生態之美，體驗海洋保育的重要。

保護南臺灣海底珊瑚之美，除了在地企業的環保措施外，民眾意識的覺醒，更是確保海洋生態得以存續的重要關鍵。秋高氣爽的 10 月，台電與海生館共同舉辦「綠能藍海—節能減碳救珊瑚生態保育體驗營」，結合台電公司珊瑚監測系統與海生館的教育研究資源，開放 40 個名額予恆春當地的學子參與活動，讓在地學生一起節能減碳，環保救地球，貼近恆春藍色珊瑚海。

10月22日一早，台電公司環保處蔡顯修處長與海洋生物博物館研究員樊同雲博士共同主持開幕式。蔡處長在開幕式中提到，南灣一帶海域常有黑潮暖流造訪，形成珊瑚群聚良好的生長條件，在此生活的珊瑚種類多達200多種，其高覆蓋率讓墾丁南灣地區有足以傲視國際的國寶級珊瑚礁生態。但近年來，溫室效應造成海水暖化，嚴重影響珊瑚礁生態發展，因此保護珊瑚礁生態刻不容緩。台電有感於此，與國立海洋生物博物館合辦綠能藍海一節能減碳救珊瑚生態保育體驗營。

樊博士進一步說明此次活動的2大特色，一是結合節能減碳，另一則是營隊的組成，採混齡、跨校，讓不同年齡層、不同學校的隊員組成一隊，一共6隊，藉此激盪出更多火花。稱讚台電在南灣推動海域珊瑚礁生態系調查監測，現在更舉辦珊瑚保育體驗營，將研究與保育、教育結合。此外樊博士也說，他也持續推動「珊瑚礁大使」計畫，增進學子對珊瑚礁保育的認識，這些都是

為了培育臺灣的海洋人才。

孩子在2天1夜的活動中，透過講師珊瑚礁生態講解、珊瑚礁自然生態缸的架設體驗、浮潛觀察珊瑚礁生態、潮間帶體驗、高畫質珊瑚礁培育成果影片及節能減碳課程等，以寓教於樂的方式，將正確的綠色環保的生活態度與海洋生態的永續保育觀念深植於青少年學員心中。參加活動的孩子們，除了最喜歡的夜宿海生館之外，每位組員在營隊心得分享時，都能具體說出保護海洋生態及節能減碳的具體措施，相信孩子們在參加活動，與家人、同學的分享，更能將節能減碳及愛護海洋生態的觀念推廣給家人及同學，將海洋教育的種子深植於社會之中。 



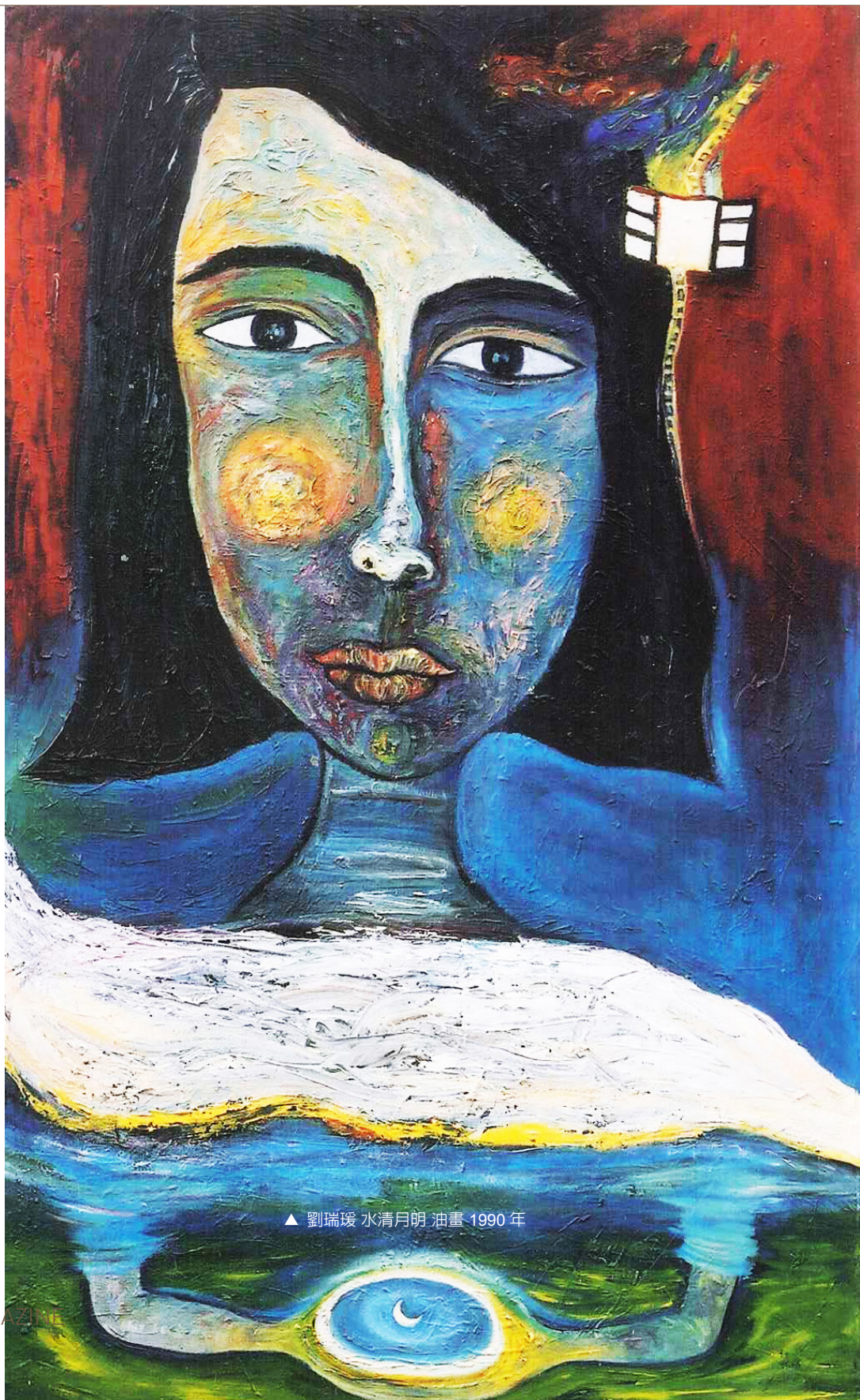
▲ 參加台電生態營的學員分享活動心得。



以畫召喚靈性覺醒

文、圖／鄭芳和

劉瑞瑗



▲ 劉瑞瑗 水清月明 油畫 1990 年

一場輕靈又溫暖的吉他即興演奏，拉起劉瑞瑗「靈性・覺」畫展的開幕序曲。這位年已逾半百的吉他手是臺灣資深音樂人、作曲家，常受邀至澳洲、日本、中國、法國等大型藝術節演出的藝術總監、電音DJ陳世興。近年她作曲的靈性音樂，以自然、簡樸、靜謐的音樂曲風，淨化心靈，撫慰都會人。

為紅螞蟥、張雨生作詞

那陣陣的吉他聲，撥動著現場聽眾的心弦又彷彿聲聲召喚，跨越時光門檻，把他與劉瑞瑗重返青春年代。

原是遺忘的過去

卻仍存在心

一個不小心

攪翻了愁

憑它在海裡漂流

淚灑它千日不盡

太陽曬它千日不乾

任它在嚴冬裡凋零枯萎

凋零千日

終成灰

這是 80 年代的「紅螞蟥」合唱團，由陳世興作曲，男歌手羅紘武所主唱的最受歡迎的經典歌曲之一〈終曲〉。幽幽緩緩的吉他節奏，演繹著迷離的千愁，主唱幽玄地娓娓唱出一字一句，宛如以憂鬱的

藍調吟頌的一首淒婉的詩。當年許多熱愛搖滾音樂的歌迷都十分訝異，這一個包含鼓手、吉他手、貝斯手、鍵盤手與主唱的學生樂團，卻能以〈終曲〉直契搖滾樂的靈魂，而有別於當時羅大佑以批判精神所燃起的「黑色旋風」。

「紅螞蟥」搖滾樂團崛起於 80 年代「大學城」音樂創作比賽，他們以音樂、詩歌、身體獻祭青春的樂壇，是 80 年代臺灣搖滾樂團的先驅，這首當年以如詩的歌詞及曲式編寫深受樂迷喜愛的〈終曲〉，歌詞創作人就是 20 來歲的劉瑞瑗。

不可思議地，她甚至也曾為 80 年代以〈我的未來不是夢〉而享有盛名的音樂魔術師張雨生，寫過一首詞〈告訴我親愛的〉：

期待了很久 想要回到久別的故鄉

凝視浮雲 想起我倆的愛情

遠走的我 像秋天的落葉被風吹著

隨風飄盪 不知心在何方

告訴我親愛的

告訴我是否愛我

告訴我別退怯

告訴我你的承諾

當我離開你 沉默是離別僅有的言語

黑暗之中 我陷入深深的迷惑

凝視著你 眼睛閃過奇異的笑容

懷疑自己 是否真正擁有



與樂團主唱千年情緣

80年代當臺灣的搖滾音樂開始興盛時，劉瑞瑗即參與其中，她在滾石唱片公司擔任挖掘樂壇新人角色，離經叛道的搖滾樂手與她天生的反骨性格，正是相契相合，那個在最青春的年華連男朋友都選擇搖滾樂團的主唱，可以想見她是多麼富有浪漫情思。她是一位只要音樂一響起，身體便自然抖動，跳舞、喝酒、抽煙與樂手瘋成一團的作詞人。

那位「外交合唱團」的主唱，當年竟能以一首劉瑞瑗作詞的〈緣起緣滅〉成為膾炙人口的經典歌曲。

像一朵輕飄浮雲，偶然停留
輕輕滑過我生命，不著痕跡
在一個久遠年代，與你相遇
是千年緣分未了，你我重逢
一朝緣盡，飄然離去，遺我孤獨惆悵
浮雲散去，天空清明，何處尋你蹤跡
哦—緣起緣滅，你我交錯而過
從此不再停留
像一顆無名流星，匆匆而過
從開始到結束，如此短暫
從千年的緣分，你我等待
等待千年的流逝，見你歸來

劉瑞瑗與他在音樂的脈動中相遇，而她與他，兩人生命中的因緣聚合，就如〈緣起緣滅〉般倏然而過。30歲前的青春歲月

在搖滾世界中翻滾的劉瑞瑗，喜愛那些樂手敢於追夢的不死之心，與浪蕩不羈的叛逆。然而愛上一位搖滾主唱，她的心總是反覆在捨與得之間跋涉，撕裂的情感，無償的消耗著她，那不堪負荷的苦與樂，把她丟入幽暗的穴洞，曾經為他閃耀綻放的靈魂，再也禁不起他情非得已的心一再地放逸。她不想把心再定錨於他，7年的一段情，她終於急捨離的拋開了。

在紐約尋找生命之河

然而這段情愛雖然令她疲累，並沒有使她心碎神衰，她宛如一夜花火在激昂地放縱後，紛紛落下，靜靜等待一片新曙光的到來。1989年她帶著5,000美元遠走他鄉，飛抵紐約，在紐約藝術學生聯盟註冊上課。重拾畫筆的她，畫出第一張〈自畫像〉後，她已深深覺察此生能給他溫暖的不是愛得難分難捨的伴侶，而是她自身對藝術的夢。

繪畫重燃她的激情，她沒日沒夜地狂塗，彷彿把昔日的怨憎全丟擲在畫布上，顏料一層又一層，線條綻放抖動，畫面正演繹著世間諸般苦厄情愛，把靈魂的不安全翻攪而出。而她自己尚摸不清楚為何她一下筆就是這般痛快淋漓，彷彿心中有一口被堵住的泉，忽然被疏通了，泉水奔湧而出，沛然莫之能禦，那股青春靈泉澆注

著她乾枯的心，在畫中一一現形。

那張〈生命之河〉(1990 年)畫家彷彿進入地獄冥河，以奔騰的線條，有如土石流般，即將吞噬載浮載沉的萬物。騷動的線條如梵谷的〈星空〉那般詭異，可畏，可怖。畫面既不抒情也不唯美，只有激烈的筆觸與她的存在共呼吸。更大膽恣肆的表現在〈生命的循環〉(1992 年)裡，劉瑞瑗說：「那深藍幽黑的湖，已把我和現實隔絕。叢林的寧靜帶著一種詭異的氣息，垂暮之齡的老婦人，卻又透露出一股神祕的微笑。而湖岸的土地與森林，卻如生之母般，強而有力地不斷延伸。生命就是如此，從生到死永不停息的循環。」

如大地之母般的女人，髮如樹，枝葉茂密，不斷往下扎根，蔚為原始林，既滋養大地，又睥睨世間，冷眼觀看婆娑世界地的生生滅滅。然而這張畫當她正聚精會神畫湖水時，卻忽而不由自主地嚎陶大哭，也許她那湧出的淚水不是為她自己，是為地球的生靈無盡、循環的生老病死及歷經永劫回歸的宿命而悲痛。畫面上那片陰鬱的藍如魅影般反照著死亡之湖的陰森，也反射出新生童瞳的明亮。劉瑞瑗的作品常常震驚得指導老師啞口無言，不知如何指導她，只能靜靜地在她背後看



▲ 劉瑞瑗 生命的循環 油畫 1992 年

著她下筆，不敢驚擾她，甚至還警告班長不可帶她去看其他畫家的畫展，以免她受到影響。

混融表現主義與超現實

她淚流滿面地開掘意識底層堆堆疊疊的陰影，感受那不堪負荷的生之苦，那張〈世界於我心〉(1992 年)，彷彿一位大德高僧，垂眉低目，為衆生祈禱，他莊嚴



▲ 劉瑞瑗 世界於我心 油畫 1992 年



▲ 劉瑞瑗 自我對話 油畫 1992 年

肅穆的表情，似能滌洗衆生的一身紅塵。劉瑞瑗不明白，她明明是對著一位男模特兒作畫，卻不明究裡地畫出這般如幻如夢，背離如實描繪卻含藏她真實情感的表現性繪畫，而模特兒卻深深地被她的作品所折服，直說她畫出他的靈魂深處。

在一次劉瑞瑗與其他 5 位戶外畫家在紐約的聯展，她在紐約藝術學生聯盟的教授便為她寫了一篇小序說到：「她的視野確實反映著吾人居住的世界，它透露出來

的訊息，讓我感到不安。她的作品大膽而且新鮮，表現得相當直接且又滿溢著誠摯。正如所有優秀的作品，它們向我挑戰並激發我的改變。」

劉瑞瑗這種強調內心的情感，不重視外在形式的描繪，以顏色和扭曲的線條表現個人內心的感受的自我展現，近於表現主義繪畫，強調感覺的抒發重於理性的思考。

然而在表現主義的繪畫裡，她的畫卻

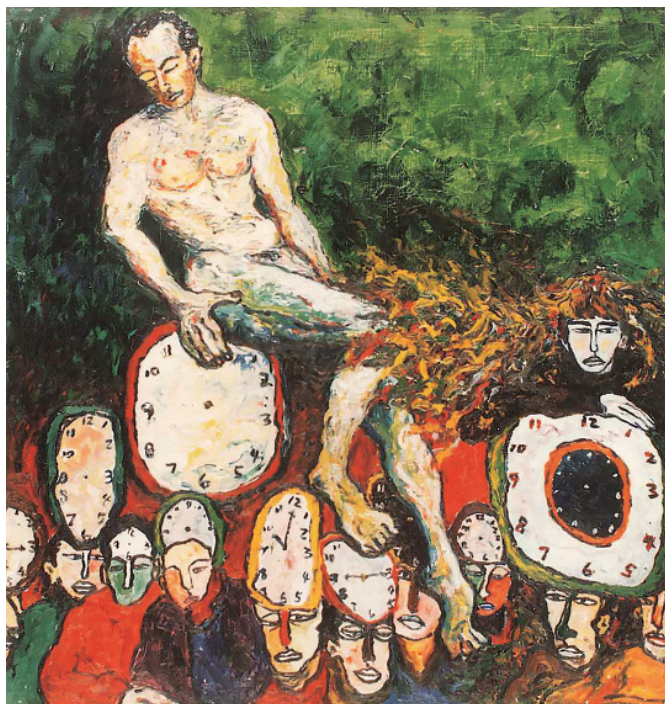
常瀰漫著一種超現實的奇詭情境，那幅〈自我對話〉(1992 年)，畫幅裡，一個大我，一個小我，兩個我時時在矛盾的糾葛中拉扯，但哪個是真我，哪個是假我？劉瑞瑗常常夢到在畫中還有一隻眼睛正觀照著夢中的自己。那張臉藏匿著無盡的秘密，無盡的秘密在夢中生動鮮明又如如實實的搬演，翻來覆去的兩個我，如影相隨，夢是否傳達了不可思議的訊息？她說：「醒來後，架起畫，很自然地畫下夢中意象，畫完成後，從夢時空帶出來的信息，便成了醒時的這個我的指導者。」

畫是夢境的演繹

再如〈時間消失了〉(1990 年) 畫面的意象是來自她夢中的實境，當夢中的她被醫生宣告只剩 1 個月的生命，她的親朋好友都哀痛萬分，她卻如老僧入定地叮囑他們：「生命的出生到死亡，每個生命的時間長短不同。重要的不是你活得長久，而是你如何運用生命。雖然我很快就要死了，但是這一生我努力活得不違背自己。對於死亡也沒有害怕！」

話說完，夢中時鐘的指針突然消失了，她隨即透過畫作抒發夢意識，一如弗洛伊德 (Sigmund Freud) 的精神分析學說主張透過作

品將夢的世界和潛意識的世界呈現出來。劉瑞瑗的畫大都充滿奇幻的夢世界，以狂野的線條，觸目的色彩，將心靈真實地裸裎。主張尊重意識與潛意識心靈的整體性的 21 世紀著名心理學家容格 (Carl Gustav Jung)，更進一步指出：「夢是潛意識精神自發的和無偏見的產物…夢給我們展示的是未加紋飾的自然的真理。」劉瑞瑗透過對夢的觀照，更貼近自己，傾聽自己，意識到自己內在心靈的豐富完整。然而這個夢似乎像是個先兆，預告她在 5 年後生命中的一場大劫難，讓她提前面對死亡，當夢一旦成真，她已具足穿透死亡的覺知。夢指引她的生活與創作，似乎比



▲ 劉瑞瑗 時間消失了 油畫 1990 年



現實更真實，她甚至在夢中接受許多宗教高靈的訊息，傳輸給她修行的智慧法語，讓她在夢中修煉。

1992、93 年劉瑞瑗由紐約返國，在藝文中心的 2 次個展，就是以她那種含藏內在激情的表現主義的狂放筆觸與超現實主義充滿夢魘的鬼秘性，闖蕩畫壇，引人注目。然而這些嘔心瀝血的畫作，都是她廝居在紐約公寓的一間地下室，沒日沒夜瘋狂作畫的成果。有一次房東見到她，驚覺她的臉怎麼像蠟一般蒼白，加上她廢寢忘食地畫，把手都操勞成殘廢，畫畫已然成為她生命的信仰，即使在她的公寓失火時她仍不忘抱著 2 張畫再逃命。

她極富才華秉賦，只是壞在太窮，可是她的生命之泉卻唯有在拿起畫筆的那刹那才能湧動。她熱戀繪畫，其實不是她愛畫，是她那一籊筐無止盡的夢，不斷撞擊著她，逼使她不得不依他們的旨意作畫，夢無止無休地來，她不眠不休地畫，她的身體越畫越孱弱，銀兩也彈盡援絕，早已窮途末日，幸好臺北的音樂友人陳世興特別囑咐她在紐約的好友古名申前去探望，解決她的燃眉之急。

如來與卿孰重，由情緣轉道緣

人生的際遇有時充滿無法言喻的奧秘，生命的因緣往往是不期而遇，在紐約的地下室，只知痴狂作畫與訂畫布的劉瑞

瑗，日以繼夜以饅頭果腹，上蒼看在眼裡必湧生不忍。有一天她那不見天日的地下室，驟然迎來 2 位客人，一位是她中國大陸室友的北大朋友，一位是朋友帶來的美國博士生。那位美國博士生一眼瞧見她的畫十分驚豔，剎那間好似宇宙間自有冥冥感應的頻率，振動出一段異國情緣。

如果你問她世間情為何物，她肯定很難置信，打從國中起就早已信誓旦旦絕不結婚的她，及長卻與一位主唱相好 7 年，出國前胡因夢的友人約她去一位朋友家，朋友卻鐵口直斷她是「菩薩投胎，將會遇見一位科學家，嫁給外國人。」她只覺得荒謬至極，然而荒謬卻已為她鑄好明日的命運，在畫布苦修的她，即將與驚鴻一瞥她作品的人結一段塵緣，在她 35 歲那年 (1993 年)。

她選擇他，只為他的靈魂曖曖內含光，十分純粹靈犀相通；而他精心呵護她，百般護持她，以為迎來一位可以歲歲年年長住久留的珍寶。

她的新婚夫婿正攻讀生化博士，常常帶著她聽歌劇看畫展，她初離開她的地下室畫室，宛如劉姥姥進大觀園，第一次真正接觸到紐約大都會的五顏六色。他可以與她天長地久地茹素，也可以接受她為護持佛法把禪修小中心安置在家，兩人一起經營，也常常協助她翻譯佛法名詞，甚至在他的事業遭逢低谷，部門被裁撤時，正逢

她要閉關，他還要她「非閉不可」，萬萬不能因他延誤，這般體恤的善男子，如此臣服於她，珍愛她，只等待生命中美好的緣分結成果，他只有一項請求，企盼她能為他懷一個孩子。「我每天都在懷孕，孩子必須從子宮出來」她的確善體人意，天天懷孕，孩子在子宮內日復一日成長，只是她孕育的小孩，是她自體生成的畫，而那個小孩曾經是成就這段美麗姻緣的始作俑者。他怎麼沒發現他娶回的是一名天上的菩薩，而非人間的女子？

這名菩薩善於布施，早在婚前看到紐約街頭的流浪漢，即使身上已所剩無幾，她仍毫無保留的奉獻出去，而與夫婿同遊甘肅時，她大發菩提心，要夫婿多拼經濟，她要在當地為他們蓋一所學校，安頓貧苦的孩童。她時時痛哭，為那些流離失所的衆生，而他也時時悲泣，他知道總有一天她會離他遠去。他終於忍不住，不捨地問她：「如果你先遇到佛法，你還會與我結婚嗎？」「不會！」他只聽得他心愛的妻子斬釘截鐵的答案。

他的心已十分了然，彷彿碎入一個無力挽回的風暴，他們只能生離無法廝守，也許婚姻的本然不在常廝守，而是超越，只有分離他們的情緣才能相續，才能善了。劉瑞瑗深嘆：「我是他世俗生活的障礙，他是我靈修生活的障礙。」而障礙也許是她今生必須走過的經歷，上蒼在她的



▲ 以畫召喚靈性覺醒的劉瑞瑗

求道路上讓她拐彎抹角地走，不讓她走捷徑，為的是讓她有機緣留在國外，追隨她的上師。「我的前夫是我今生的貴人，我至今對他仍十分感恩。」的確，沒有她前夫的助援，她又如何取得拘留權，不僅如此她的前夫猶如她前世的大護法，這世仍在經濟上資助她，讓她在修行的道上無後顧之憂。

上蒼為她送來一份禮物，她享用 10 年，又輕易地把它送走，只為迎接另一個禮物。她對兩性之間是否能享有屬靈的精神生活不感興趣，她只知在婚姻中她的靈魂飢渴得想逃離，她的婚姻十分美滿，只是她無福享受，她不懂生涯規劃，總愛在常軌之外，自在馳騁。一個脫軌的女子，



她祈禱的卻是與靈性接軌。

甘願苦行，削髮出家

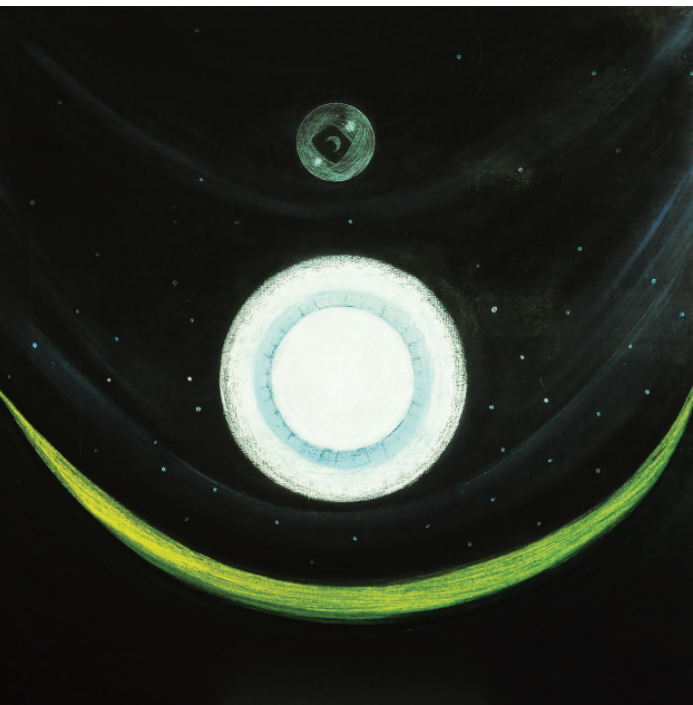
她如果繼續創作，以她的才賦足以在藝壇成為一方之霸，然而她卻舉重若輕地放下了她曾經苦苦狂戀的最愛。她要去追尋生命的真愛，一種形而上的道，彷彿在那兒她的靈魂才得以棲息，得以安歇，她的藝術生命就中輟於她的新信仰裡。一個人與佛法的因緣，無以抑止，就是那份止不住的愛，即使天地俱焚也要大膽前行，坦然接受靈魂的試煉。她欣喜地迎接她的重生，用一把不流血的劍斬斷她的情絲，由情緣轉道緣，專心侍奉她的佛、法、僧。2004 年她在倫敦一家寺院削髮出家，這家寺院她並不陌生，前夫曾陪她來參與法會，未離婚前她早已為她的上師翻譯佛書，雖然她字字查尋，萬分辛苦，她卻甘願苦行。

即使這一世她因緣錯逆，她終究會出家為喇嘛，在未出家前她早已在夢中落髮多次，更奇妙的是達摩祖師、宗喀巴、達賴喇嘛等大宗師在夢中已為她多次說法，何等殊勝的因緣。她隱然感覺冥冥中她與諸佛菩薩有著神祕的感應關聯，她似已瞥見了永恆的國度，滿心歡喜。

其實年少輕狂時，她著迷搖滾樂，喝酒、抽煙渴求生命的意義，在不安的靈魂中，她仍能靜下來讀〈指月錄〉，在喧嘩

中抽身觀看周遭的朋友。10 年後當她隨手翻閱宗喀巴的《菩提道次第廣論》，書中的一行字立刻吸引她：「心像一面湖水，所有的現象，如水中的倒影。」，她忽然明白，一切萬象如湖中倒影。那幅〈水清月明〉正是她蓄積了 20 年的能量之後的感悟之作，她認為「心清淨，對象自然如實地映照在感知它的心湖上」。當她意識到所有的外相不外是心中的倒影，她忽然豁然開通，彷彿心中的一塊大石頭被放下了，她感動得痛哭流涕。

每當她走在曼哈頓第五街上，穿梭在摩天大樓之間，她每每被大樓玻璃帷幕上虛虛幻幻的影像所吸引，她深深感受到在人潮湧動的紐約，在資本主義消費競爭下，每個人穿得光鮮亮麗，然而每個人的眼眸卻何其空泛。她不免懷疑在氾濫的物質文明享樂中，蒙蔽的心靈，散亂的心思，有可能清明嗎？究竟什麼是「空」？她與佛的因緣已不斷升起，那個幻影或將成為她悟道的契機。當她的夫婿到哈佛大學攻讀博士後研究，她把握機緣，一個人在哈佛的燕京圖書館把所有的「空性」書籍，一一仔細閱讀。只因空性與外相或倒影都息息相關。如今在行道的路上，她才懂得「所有的現象所以是空，是你心無二元之分，無自我意識，每一個展現都是真正的覺醒。」



▲ 劉瑞瑗 靈性接軌 油畫 2016 年

在心靈劇場上觀照自己

她與上師的因緣十分殊勝，當她住在波士頓時，她家附近的一家禪修中心，竟可為了她要上課而取消關閉中心，也許這就是冥冥之中的緣分。因為這位住持的上師，即將成為她未來的上師。她 37 歲時因為長期營養不良，身體十分虛弱，重度貧血又胸部長瘤，瀕臨死亡邊緣，她只能躺在地板上觀想死亡，準備好好一死。忽而她倫敦的上師希望她去倫敦一趟，她心想她已病得奄奄一息，如何啓程？可是奇蹟卻發生了，自從接了上師的電話後，她似乎獲得了加持，病情一天天地好轉，她的夫婿也催促她上路，師徒的關係更加密切。

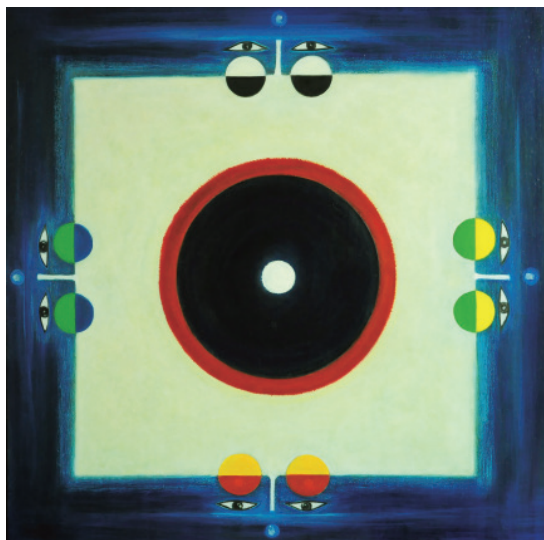
她在教團主要的工作是協助上師譯書或即席翻譯或帶領禪修，她從出家前到出家後跟隨上師已有 20 年，共譯了《心經》、《禪修手冊》等等 10 本書，這 20 年的修行，讓她脫胎換骨，她對空性更加了悟，印度龍樹菩薩說的「無一物不從緣起而生，無一物不是性空的」緣起性空，她更是體悟有加。她主張放下過多的知識理論，也不看重外在繁複的儀軌，她更重視內觀與實修。當你觀照自己時，「自我主觀意識展現的念頭就會紛紛消解，生命的原質便逐漸顯明」你就與靈性接軌了。一如那幅〈靈性接軌〉(2016 年) 劉瑞瑗寫道：「沒有了自我主觀意識投射的印象，生命淨空，回歸，靜靜地回歸，如月蝕般地回歸，融入，犀利清靈的靈性之眼，無重力地開啓，所有依循自我主觀意識軌跡而運行的生命就能，瓦解。」

每個人都要回歸自己的靈性軌道，更要好好珍惜此生的生命，只因「人身難得」。那一幅〈生命的守護者〉(2014 年)，極富宗教意涵，是她以密教的壇城為創作意象。壇城(曼羅陀)在藏傳佛教中是佛菩薩所居住的淨土，為密法修行者修行時能夠觀想進入本尊的淨土，具有神聖的儀式性。畫作中上下四方的圓代表構成物質的地、水、火、風四大要素，一雙雙眼睛象徵清淨的覺照，當進入深沉意識後，就消融了自己，釋放出內在的靈性之光。



近幾年劉瑞瑗的作品已由早年的表現主義繪畫，全然轉化為曼陀羅的「輪圓具足」，象徵生命的和諧圓滿，一切平等俱足，就如〈意識光譜〉(2015年)畫中的圓，是本源，是根源，是圓滿，是源源不絕由中央核心輻射出的層層光照，化為意識靈光，寂靜空靈。她作品中的曼陀羅的象徵，不僅是她個人在自我覺察上的一種修持觀想，更是人類嚮往平等、和諧、完滿，回歸精神家園的理想追求。另一幅〈度母〉亦同樣以綠色光源照向四面八方，有如普照眾生的度母，不只可以解救我們出離外在的苦難，還能根除我們內心的煩惱與無明，祂是每個人內心家園的守護神。

劉瑞瑗一生的角色多元，從寫詞人、畫家、妻子、出家人、翻譯者、講師，隨著因緣不斷更迭，但不管在那個角色中，



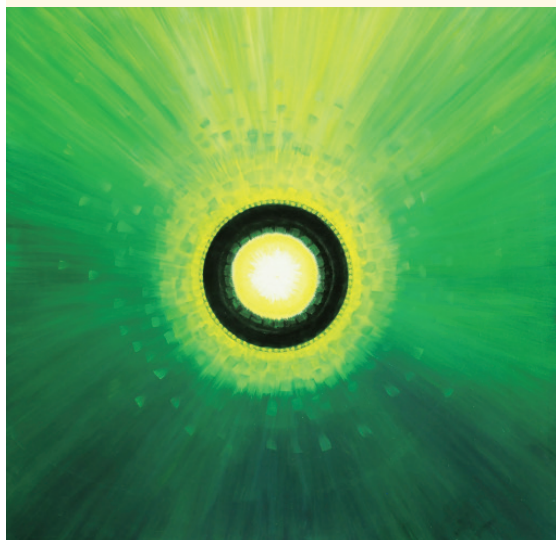
▲ 劉瑞瑗 生命的守護者 油畫 2014 年

她始終相信都是引導她走向內層生命的覺醒，她心懷感恩的經歷她生命中的每一場心靈劇場，上場、下場都是滿滿的恩典。

由凡夫直契本心的覺醒

那幅〈心中的鑽石〉(2016年)她似是畫出光球滿布的藍色星宇，透明、澄澈、寧靜，象徵人人心中也有一顆鑽石閃亮發光，當你找回心中的明珠，就能自體發光，照亮內在的覺性，安享生命本有的清淨。而那顆鑽石明珠就如我們的本心，本心常為我們的凡心所遮蔽，造成分別與執著，若能在日常生活中時時保持覺知，就可以從凡心契入那個清淨、光明、永恆的本心，使自己更自由、自在。

劉瑞瑗只要讀到〈菩提道次第祈請文〉中那一句「如我母親一般的眾生，在輪迴



▲ 劉瑞瑗 意識光譜 油畫 2015 年



▲ 劉瑞瑗 心中的鑽石 油畫 2016 年

裡流浪，我一定要為他們成佛」就悲痛逾恆。修行 20 多年來她說她只做一件事「從出生到死亡，我知道我唯一要做的就是覺醒」。就如她的一首詩〈輕啓靈覺〉：

念頭來了

念頭來了

輕輕地啓動覺性

再輕輕地放寬

讓內在的靈覺性

自然流動

原地靜觀

念念之間的空 顯明

原地靜觀

但願我們在閱讀她由內在深層意識所流露而出的創作，也能逐步覺察那些由我們主觀的自我意識所投射出的意象，皆為虛幻，而不再有所執著，進而以一己的覺醒啓動他人的覺醒。這一生劉瑞瑗總是十

分清明，追尋她要追尋的道，由情緣到道緣，她創造了她自己的角色，她的畫映現出她生命的圓與一生的緣。

由早年對搖滾樂的上癮，在感官的高峰經驗中追求替代式的宗教狂喜，到如今以身、語、意結緣衆生，傳布法喜的喇嘛，劉瑞瑗前後判若兩人，一如她的畫前後迥然不同，神性靈光已經駕馭她的感官之眼，進而驟變為靈性之眼。13 世紀波斯神秘詩人魯米 (Jelaluddin Rumi) 說：

「每一朵玫瑰散發的甜美香氣，都在訴說宇宙萬物的秘密。」相信劉瑞瑗的畫或能開啓，你我綻放內在靈性的玫瑰，讓生命的行旅，歸返回家的路。源

參考書目

1. 常若松，《人類心靈的神話—榮格的分析心理學》湖北教育出版社 授權台灣貓頭鷹，2000 年
2. 鄭振煌，《認識藏傳佛教》慧炬出版社，2001 年
3. 劉瑞瑗，《靈性・覺》劉瑞瑗出版，2016 年
4. Stephen Segaller 等著，龔卓軍等譯，《夢的智慧》立緒出版社 2000 年
5. Rumi 著，汪芸譯，《愛的喜悅》美麗殿文化 2005 年
6. 奧修 (Osho) 著，謙達那譯，《靜心冥想》奧修出版 1989 年



新北市立圖書館

一座 24 小時陪你閱讀的圖書館

文、圖／王子



▲ 24 小時不打烊的新北市立圖書館為夜晚的城市點亮了一盞燈，也為喧囂的城市，創造了一個生生不息的閱讀環境。（新北市立圖書館提供）

「我如何對我的日子說，我住在你那裡，卻未曾撫摸你，我周遊了你的疆域，卻未曾見過你。」這是阿根廷詩人博爾赫斯（Jorge Luis Borges）廣受戀人青睞的詩句。

其實不獨戀人，生活在一座城市裡，我們穿梭在大街小巷，周而復始每一天，面對那些熟悉的景物，我們不是也在跟這座城市產生一場愛戀，但你對自己生活的城市又有多少深刻的認識？

新北市，一個身世和歷史並不簡單的城市，卻因為長久以來依附在臺北市的邊緣，使得許多豐富且美好的文化底蘊被迫「隱形」不見。對許多人來說，工作在臺北市，居住在新北市已是一種生活常態，但以河流為界的新北市卻恍若臺北市的異鄉，長居的市民很容易就因習以為常，而忘了自己所居住城市的美好。

當 24 小時不打烊的書店變成臺北市一處知名的觀光景點，津津樂道之餘，很多人卻不知道就在一橋之隔的新北市，還有一座更大、更美的 24 小時的圖書館——新北市立圖書館，它在短短的時間內，就編冊出不一樣的都市風景，讓新北這座城市變得年輕，充滿文化 style。

10 月一個周末的下午，我應邀前往新北市立圖書館參加一場真人圖書分享會，現場來了數十位讀者，聆聽一位心理醫師講述心理疾患眼中的藝術。90 分鐘的分享後，主持人對台下的聽眾說，今天的主講者未來就會進入新北市圖的「真人圖書」資料庫，大家如果有興趣，可以通過借閱「真人圖書」的方式，與講者進行面對面的交流。

圖書館可以借書，還可以借人，這對許多讀者來說會覺得很新鮮，但卻是新北市圖一項行之有年的特色「館藏」。據說「真人圖書」最早起源自歐洲的丹麥，



▲「真人圖書」給了许多素人一個和大眾交流的平台，敞開心胸、分享各自不同的生命經驗。

2000 年的一場公開活動邀請了 75 本「真人圖書（Living Books）」，這些受邀者大多是一些身分易受爭議、歧視或偏見的人，例如：變性人、同性戀者、愛滋病患者、伊斯蘭教徒、遊民等，活動的目的是反暴力、鼓勵對話和建立關係，讓所有參加的民眾透過面對面的溝通，來消弭對彼此的誤解，於是「真人圖書館（Human Library）」的概念便由此萌芽成形，後來更擴及歐美等 30 多國。在臺灣，新北市圖雖然不是最早開辦「真人圖書館」，但卻是將「真人圖書」經營得最有聲有色，來自各行各業的「真人圖書」給了许多素人一個和大眾交流的平台，敞開心胸、分



▲ 新北市圖的「自動還書箱暨分揀系統」，讓民衆還書不再依賴人工。



▲ 新北市圖擁有全亞洲第一套「自動預約取書機」，提供 24 小時全年無休的自動化預約書和取書服務，是臺灣圖書館服務的創舉。

享各自生命經驗是「真人圖書」最大的特色，我有兩位朋友也曾入列新北市圖「真人圖書」館藏，他們告訴我，把自己變成「真人圖書」後，不但能擴展自我的心理舒適圈，還能豐富生命的體驗，實際領略過後更感到是難得又有趣的經驗。

新北市圖「真人圖書館」的借閱規則看似簡單，卻是一點都不馬虎，它採取預約制（且需於一周前預約），讀者憑借閱證至圖書館服務台登記後始能借書，而且每人每次限借 1 本「真人圖書」，最多可 10 人同時借閱 1 本書；每次借閱以 30 分鐘為原則，必要時得延長至 45 分鐘。另外，12 歲以下讀者不得單獨借閱「真人圖書」，需由家長陪同借閱。若無他人預約，在「真人圖書」與讀者雙方同意之下，可向館員

辦理續借一次。當然基於尊重和保護的原則，還有很多條款，讀者必須遵守。

新北市圖的「真人圖書館」將人當成書，讀者借閱的不再是死板板的書本，而是活生生真正的人，人與人之間的交流變成主流，圖書館藉由這種「真人閱讀」活動，提供讀者一個沒有壓力的場域，可以充分的與「真人書」直接對話，彼此坦誠交流，讓不同社會文化背景的人有機會互相認識，打破以往既定的標籤，看見背後不為人知的真人故事。這些來自各個領域、不同生命經驗的「真人圖書」，讓閱讀變得更具臨場感。

聽完這場十分特別的「真人閱讀」分享，不免有些許的觸動和鼓勵，陪同我的館方新聞聯絡人黃思維小姐說，「真人圖

書」無關名氣大小，只要願意分享，誰都可以成為「真人圖書館」。

除了「真人圖書館」，另一個讓我十分感興趣的就是新北市圖 24 小時不打烊、全天候的閱讀服務。黃小姐告訴我，全天候開放是新北市圖一個翻轉創新的實踐，它打破了傳統圖書館朝開夕閉的思維，提供讀者「24-7」（twenty-four-seven）全天候的閱讀服務。「不打烊」，並不是說只要做到全天候開放像便利商店一樣就行了，而是為了讓新北市圖成為「市民閱讀的家」。館方導入「讓所有使用者感覺貼心」的多元關懷與人性化設計概念，從空間、時間的角度拉近與讀者的距離，其中最讓人有感的就是「分齡、分眾、分時間」的全齡閱讀服務，讓讀者依據個人需求細細品味不同時光的閱讀氛圍。比如說清晨是適合銀髮族和早鳥的樂齡圖書館，閱讀的區域以 2 樓的期刊閱報區和樂齡學習資源區為主；白天則是家庭主婦和小朋友的親子圖書館，閱讀區域以 3 樓兒童閱覽區、親子共讀區和故事屋為主；傍晚是忙碌了一天的上班族和放學的學子們的知性圖書館，閱讀區域也最廣，遍及 5 樓到 9 樓的多媒體視聽區、桌遊室、討論室和世界之窗慢讀區等；深夜時光毋庸置疑就是對夜貓族開放的夜貓圖書館，開放區域僅限 4 樓的自修區和 1 樓的漫畫區。可以想見，對喜歡整天泡在書堆裡的讀者來說，這種

無時間限制的全天候開放圖書館無疑是閱讀的天堂。

「24 小時服務不打烊」也體現在 24 小時全年無休的自動化預約書和取書服務上。黃小姐告訴我，新北市圖擁有全亞洲第一套「自動預約取書機」，它也是臺灣公共圖書館服務的創舉，自動預約取書機設備採高架倉儲設計，提供了 2059 個書本儲位，讀者使用借閱證，30 秒即可取得指定預約書，打破了傳統圖書館櫃台服務時間的侷限。除了事先預約之書籍可在 24 小時自助預約取書機取得外，這台機器也提供熱門精選書籍供選擇，讓未事先預約書籍的民衆也能夠臨時借閱書籍。據館方提供的資料，在去年開館的短短半年間，這部 24 小時自助預約取書機的使用次數就高達上萬次，其中夜間 10 到 12 點的取書次數也達到千次以上。有了 24 小時自助預約取書機，不但方便了民衆再晚都可以來取書，也大大減輕了圖書館館員的工作量。

讓新北市圖引以為傲的還有「自動還書箱暨分揀系統」，這套一樣設在圖書館入口外的還書設備好像一台銀行的 ATM，讀者感應借閱證後，將欲還之書籍置入還書口，書籍便可通過傳送帶自動分類到集書車，個人借閱紀錄也得到即時更新。對於館方來說，機器能在圖書通過傳送帶的同時，偵測到同類型的書籍後自動分類並



放進不同的集書車內，不但簡化了圖書歸架作業流程，比起傳統上館員蒐集民衆還書後，還需以人工的方式將書籍分類，有效減少了館內工作人員的工作量。

館內隨處可見的「自助借還書機」，是另一項更貼心、更便民、更即時的服務，讓讀者毋需依賴圖書館的流通櫃台，加速了資訊的公平取用，只要將借閱證放於感應區，便能即刻將欲借出或歸還的書籍在所處的樓層進行借閱還書的動作。相較於傳統圖書館，每到閉館前半小時，流通櫃台總是大排長龍等著將書籍借出的讀者，自助借還書機不但降低了流通櫃台的人力資源，更節省了讀者寶貴的時間。

也因此，新北市立圖書館近年接連獲得全國公共圖書館評鑑「數位服務」和「創新服務」特色圖書館大獎。

我看到入口玻璃門上印著大大小小的十幾個獲獎榮耀，其中有兩項「內政部友善建築」和「供公眾使用之建築物通用設計圖書館」標章認證，吸引了我的注意。黃小姐說，新總館在去年7月通過認證，成為全國第一座符合「通用設計」的公共建築。所謂「通用設計」(Universal Design)，就是簡明易辨的指標系統，貼近各類型讀者不同之閱讀需求，讓身心障礙者、高齡使用者皆能方便使用全館設施，打造無差別圖書館環境。從各樓層不論是



▲ 館內隨處可見的「自助借還書機」，加速了資訊的公平取用。



▲ 1樓的「新北光影」以投影牆的方式呈現新北的人文風土。



▲ 3樓是兒童閱讀和親子共讀區，色彩繽紛和各種卡通造型的設計，讓人恍若走入童話世界中。



▲ 4樓的漫畫區是漫畫迷的樂園。

樓梯、電梯、各個空間的相連處，還是書架的高度設計、加大的間隔、交錯的擺放、桌椅圓弧型的設計、可升降的閱讀檯、無障礙的視聽區等，以及專為視障朋友設計的有聲閱聽區和友善閱讀小間等，都在在體現「讓所有使用者感覺貼心」的多元關懷與人性化設計概念。

其實，讀者從進入新北市立圖書館的1樓開始，就能感受到一種開放舒適和獨具一格的創新設計，入口的輕食區讓圖書館多了份悠閒時光，圖書館不是只有提供精神食糧，對讀者來說，口腹的飽足一樣重要。由於1樓是全天候開放，所以除了流通服務台，最重要的就是24小時的借還書服務區，除此之外「新北光影」以投影牆的方式呈現新北的人文風土，活動推廣區則是「新北講堂」的據點，由於入館

的年輕族群多，所以近期的主題書展以漫畫為主。

2樓是報紙期刊閱覽區和樂齡資源區，這裡展示的國內外不同語文之期刊多達1,100種以上，為全國館藏期刊種數最多、最齊全的公共圖書館。由於提倡分齡分眾，所以樂齡資源區的很多設施都強調健康舒適性，像是協助閱讀的放大燈、擴視機、觸控式閱報機、樂齡健康資訊站等。

3樓是兒童閱覽區、兒童故事屋和親子共讀區，色彩繽紛和各種卡通造型的設計是此一樓層的特色，精緻、小巧，有小朋友專屬的閱讀桌椅、書櫃，可愛的窗框、檯燈、擺飾，溫暖的燈光，讓人恍若走入童話世界中，各種童書放在小讀者隨手可拿的書架上，兒童故事屋有故事媽媽定期為小朋友講故事，親子共讀區則營造出



▲ 5樓視聽區提供讀者超完美的視聽服務。

一種全家陪伴閱讀的溫馨氛圍，讓來到這裡的大小朋友都能感受到被書本包圍的幸福。除此之外，新北市圖也首創「幸福閱讀、學習相伴」陪讀計畫，在館內提供免費課業諮詢和閱讀指導，協助輔導弱勢學童。

4樓大半的空間為自修室，館方為維護自修室的秩序和公平原則，讀者須事先在館內的資訊平台上進行座位登記，再依預約時間以借閱證進入自修室，使用時間也有嚴格的規範，由於館內設施完善，自修室的空間又安靜不受打擾，所以即使不是考季，自修室也常常一位難求。4樓的

漫畫區除了展示漫畫書，還有許多漫畫公仔，對漫畫迷來說，這裡絕對是一塊淘寶聖地。除此之外，專為青少年而設的新北分區資源中心則是為青少年量身打造的創意互動學習場所，室內有音樂廊道和創作塗鴉牆，戶外則有可以練歌練舞的「創樂天地」。

來到5樓的視聽區，感覺風格丕變，一個個白色外觀的格子空間有如蜂巢般錯落排列著，這些開放的格子房間就是一個個獨立的視聽空間，較大的可以闔家共賞，一般是如包廂的兩人間，在舒適的座椅上戴著耳機來場視聽饗宴，看每位民衆陶醉

的表情，就知道是種很棒的享受。除了開放空間，這裡也有一整排需要預約的視聽小間，提供較為隱密的視聽環境。5樓還設置了兩面巨大的電子書牆，讀者可以在電子書牆上直接點選想要瀏覽的書籍，然後在手機或平板裝置上下載安裝閱讀App，掃描 QR Cord 即可閱讀該電子書。

6樓到9樓是書庫，在空間設計上打破了傳統圖書館書庫乏善可陳的壓迫感，讓找書變成一件很輕鬆的事，強調一種來去自如的氛圍。為了充分利用自然光源，建築師利用樓梯開在中間來打造出一個巨大的天窗，將陽光引入室內，為書庫帶來充足的日光照明，加上整體白色的牆面、白色的書櫃、白色的桌椅，營造出一個舒

適明亮的閱讀環境，也符合綠能環保。

即使每個樓層都採用白色的書櫃，但為了在視覺上有所變化，館方很巧思的做了些顏色的區隔，就是書櫃上的樓層編號數字的顏色不同，9樓是紫色、8樓是藏青色、7樓是藍色、6樓是綠色…，甚至連每個樓層的桌椅、閱讀燈的編號也與書櫃編號的顏色一致，這樣，即使有讀者不小心拿錯了椅子，管理者也能很快地找到它的正確位置。還有書櫃側面整齊布滿的方格孔洞，好像讓書籍也可以呼吸，魔鬼藏在細節裡，真是一點不假。

除了一塊塊集中的閱讀區，還以異國風情的創意裝潢風格，結合角落空間美學概念，利用建築立面突出的玻璃窗打造了



▲ 圖書館6樓到9樓是書庫，在空間設計上打破了傳統圖書館書庫的壓迫感，找書變得很輕鬆。



▲ 6樓「書中自有黃金屋」的裝置藝術，以大量的書本拼合成一個黃金小屋，鼓勵民衆一起閱讀、一起遊樂。



▲ 館內天花板上「徜徉書香，恣意翱翔」的裝置藝術。



▲ 7個風格迥異的「世界之窗閱讀角」，以異國風情的創意裝潢風格，利用建築立面突出的玻璃窗打造出悠閒閱讀空間。

7個充滿異國特色的「世界之窗閱讀角」，分別是5樓北歐風、6樓英國風、南法風、峇里島風、7樓地中海風、8樓復古美式風、日式禪風，營造出有別於一般的閱讀區域，搭配「新北慢讀3.2.1運動」，1次慢讀至少持續30分鐘、1周至少慢讀2次、1個月慢讀1本好書。讓讀者可以暫離3C，揮別繁忙緊湊的生活步調，在充滿異國情調的閱讀空間裡，享受悠閒閱讀的樂趣。

6樓還有一個亮點就是「書中自有黃金屋」的大型裝置藝術，它以大量的書本拼合成一個黃金小屋，並將新北市圖的LOGO變化成光之穹頂，鼓勵民衆一起閱讀、一起遊樂。

9樓另闢了「西方及多元文化區」，為臺灣越來越多的移工和移民提供他們所

熟悉的語文書籍閱讀，也希望這裡能成為國人了解外來文化的一個窗口，打造更友善的居住生活環境。

除此之外，分布在各樓層的地方文獻區、特展主題書區、品味圖書館區、真人圖書館區就如同一個個小客廳，將圖書館相關的資源和圍繞其周遭的人事物匯集呈現出來，讓讀者恣意的瀏覽欣賞。

新北市立圖書館的祕書陳文增小姐告訴我，24小時不打烊的新北市立圖書館是一座鑽石級會呼吸的綠能圖書館，以「城市中的客廳」為發想，建築外觀用堆疊的書本呈現，融合了傳統與數位，致力於打造成一座市民閱讀的家。自去年5月開館以來，短短時間就吸聚了大量人潮，入館人數很快就突破了100萬，加上摩登新穎

的設計風格、全齡通用的友善人性化閱讀空間、以及創新便民的服務模式，開啓了新形態的圖書館閱讀服務。陳小姐說，他們現在正在做的，就是讓圖書館「不設限」，圖書館絕對不是只有收藏書籍和各種出版品的地方，它也是創作者及藝術家的靈感來源，因為圖書館匯集了許多的資源及豐富有趣的典藏，絕對可以交織出一個個想像力無限的作品。此外，圖書館還可化為閱讀講堂、藝文場所、文學電影院、行動辦公室…這也是他們目前正積極推動的，要讓圖書館成為集閱讀、工作、

創作、學習、休閒娛樂於一處的時尚流行閱讀場所，在創造一個提供讀者閱讀、聚會、討論以及發想創意的新形態圖書館同時，也能讓圖書館像迪士尼一樣，成為全家大小都喜愛的快樂閱讀園地。

走出新北市立圖書館，已是華燈初上。這座 24 小時不打烊的圖書館正為夜晚的城市，點亮一盞燈，也為喧囂的城市，創造了一個生生不息的閱讀環境。或許有一天，這個閱讀桃花源，也能成為旅者的朝聖之地，那將會是別有一番的況味。●



▲ 新北市立圖書館的綠屋頂。



蛙蛙國

瑞芳瑞柑國小 校園生態村全記錄

文、圖／王新偉

河流是地表最重要的淡水資源，先民逐水而居，所以我們今日的家，也可以說：從「河」處來。

阿嬤常說，他們小時候都在基隆河的小支流裡抓魚戲水；阿公也說，過去經常在基隆河邊看著貨船滿載而歸。

這樣的日子，在今天生活在被堤防包圍的都會裡的人，是很難想像的。

基隆河，發源於新北市平溪區菁桐附近，為淡水河水系三大支流之一。根據地理學家的研究，古基隆河是由基隆深澳出海，後來約在 6 萬年前臺北盆地陷落，由於地勢變低，開始向盆地的周圍搶奪河流，古新店溪的支流向古基隆河侵蝕，這種向源侵蝕的作用，最後使得原本由基隆出海的古基隆河的流向發生 180 度的改變，改流向新店溪支流匯入淡水河再由淡水出海。

這段基隆河流路的改變，是在流經瑞芳時發生的，這是臺灣其他河流少見之處，現在的轉彎處正好銜接員山子分洪道，它是臺灣近年來最重要的水利工程之一。另外基隆河雖是淡水



► 由於基隆河流經瑞芳的河道非常迂迴彎曲，河床因下降而形成河階，進而形成聚落。

河的支流，但不是稱為「溪」而仍稱為「河」，亦為臺灣其他河系罕見，由此可見基隆河的重要性。事實上，基隆河自古以來就是臺灣北部開發的交通與經濟命脈。

想要了解基隆河這段「曲折」的身世，就不能不到瑞芳。瑞芳的地理位置在臺灣的東北角地帶，境內有山脈，也有海岸線，更涵蓋了基隆河流域的中上游河段，所以瑞芳是山、河、海三方的交匯。這些地形、地貌與河流生態，造就出極具特色的自然瑞芳。但是外人對瑞芳的認識，大多止於觀光客雲集的「水金九」地區，其實瑞芳的產業和人文風情曾與臺灣的歷史有密不可分的關係，「瑞芳的故事」更值得去探尋和挖掘。

我跟許多遠道而來的觀光客一樣，從



▲ 瑞芳明燈路是為紀念臺灣總兵劉明燈，起自瑞柑國小，沿基隆河直至瑞芳國小。

臺北搭火車來到瑞芳，步出略顯陳舊的瑞芳火車站，觸目所及，幾乎都是「水金九」的名字，公車大多是開往水金九的，站前廣場的 102 縣道也是通向水金九，不過這條路叫做「明燈路」，可能少人知道它的命名是為紀念清領時期的臺灣總兵劉明燈，劉明燈雖治臺僅 3 年，但政績卓著為後世景仰。有趣的是，明燈路的起點在瑞





芳柑坪里的瑞柑國小附近，終點則是在離瑞芳火車站不遠的瑞芳國小附近，頭尾都跟國小有關，這條道路跨越了基隆河在瑞芳 180 度大轉彎的流域，基隆河襲奪造就的廣闊的階地和曲流在這裡一目了然。

我要溯源前往瑞柑國小，不只因為瑞柑國小所在的柑坪里是瑞芳最早開發的地區，瑞芳之名便由此地而來，還聽聞這所國小是全臺第一座校園生態村，校園的後山便是瑞芳山系的主體。

由於基隆河流經瑞芳的河道非常迂迴彎曲，道路不得不「委曲求全」，但鐵路基於安全考量，必須盡量「截彎取直」，

所以自瑞芳火車站開出的火車在這裡要經過一連串的隧道，我數了數，明燈路雖只有短短 1 段到 3 段的距離，火車卻要經過龍潭、龍鎮、柑坪和頌德 4 座隧道。更重要的是，火車沿著基隆河過瑞芳來到三貂嶺站便與河道分開，三貂嶺站是宜蘭線與平溪線的分歧點，兩線在三貂嶺站交會，鐵路過三貂嶺後一分为二，左邊的鐵路通往宜蘭，右邊的鐵路則通往瀑布之鄉－平溪。

基隆河過三貂嶺在瑞芳的這一段流路，有如神龍擺尾一般，形成多變的地形，河床因下降而形成河階，進而形成聚落，



▲ 沒有校門的瑞柑國小，也是一座對在地開放的友善校園。



舊名柑仔瀨的柑坪里就是其中之一。柑仔瀨是乾隆年間由賴世與陳燈所開闢，為瑞芳最早開發的地區，由於這裡是清代淡蘭古道（淡水廳通往噶瑪蘭廳）重要的中繼點，所以賴、陳二氏就在這裡開設了一家雜貨店，店名就叫「瑞芳」，專為來往商客或附近居民提供所需日常用品，久而久之，居民外出竟不呼地名而直接以店名稱之，「瑞芳、瑞芳…」就這樣傳叫開來。直至今日，仍有當地人稱柑坪里為內瑞芳，而現在以瑞芳火車站為中心的市區為外瑞芳，兩者相距約 1.5 公里。

看著基隆河在這裡大轉彎，河谷雖深，但河水並不湍急，很難想像當年基隆河在這裡襲奪改道，造成此後經年不斷的水患，而員山子分洪道水利工程便因此構建。

走過柑坪里社區，鐵公路在此交錯，瑞柑陸橋從鐵軌上橫空跨過，行人則要穿越地下道，陸橋橋身彩繪著昔日小火車載運煤炭和木材的畫面，似乎也訴說著此地產業的興盛與沒落。

下了陸橋，看到瑞柑國小的公車站牌，紅綠燈上掛著「明燈路」的路牌，這便是我要找尋的瑞芳古地名的起點。

這一小段山路既通往瑞柑國小，也是通往瑞濱古道的必經之路，路旁的房舍連棟比鄰，但大多年久失修，覆著黑色油

毛氈的屋頂更可見年代之久遠。早期臺灣的煤礦開採以瑞芳為最，後來金礦開採又讓金九地區風光一時，人口也大量移入，為因應瑞芳山區多雨的天候，那時簡易的住屋屋頂多覆以澆淋了瀝青的油毛氈。後來，瑞芳的「黑金」歲月結束，這些老屋也大多隨著主人離去而破敗，唯九份山城至今仍有不少老房子還保留著這樣的「黑皮頂」，盛夏在烈日的炙烤下會散發出令人掩鼻的焦油味。

瑞柑國小早在民國 88 年即首創全臺第一座校園生態村，89 年獲得教育部全國十大環保有功學校的表彰，103 年獲得國家永續發展獎（教育類），104 學年度又榮獲新北市低碳校園的認證，拿到最高「金熊獎」的榮譽。有這麼多光環加身，既是對學校多年永續發展的肯定，卻也無形中加重了學校經營團隊的壓力，因為要不斷面對外界好還要更好的期待。

因連日的雨，讓隱身在山腳下的瑞柑國小更顯翠綠蔥蘢，波浪造型的校門沒有鐵捲門或柵欄，色彩繽紛的馬賽克貼畫讓牆面變得活潑動感，有點像海中的大鯨魚浮出水面，雀榕、刺桐、麵包樹、黃椰子、木麻黃…不同的樹種以迎賓的姿態分列左右，進入校園的一小段階梯，噴繪著青蛙蹣跚的腳趾印，這些跳躍的腳趾印讓人忍不住伸腳踩踏一下，瑞柑國小被外界冠



以「青蛙國小」這麼童趣的名字，就是因為校園內外遍布著數量和種類十分豐富的蛙類，是名副其實的「蛙蛙國」。

我正低頭拍著這些青蛙腳印，瑞柑國小的張文斌校長已出現在我的面前，張校長一路從學校的主任做到校長，10 幾年未曾離開過瑞柑國小，對瑞柑國小的一草一木瞭若指掌。更為難得的是，張校長不但致力於生態教育與環境教育，還藉助學校所處的獨特自然條件，積極推動瑞芳深度遊學的生態路線，他集合眾人之力，設計出 7 條環繞瑞芳的山河海生態文史推廣遊學課程，每條遊學課程均能讓參與者深刻體驗在地文史與生態之美，進而讓遊客產生對這片土地的情感。

我隨張校長進入校長室，他搬出一本精美的書刊，正是他與瑞芳地區 13 所學校校長合編的新北市 104 年度文史生態區域課程叢書「瑞芳山河海交響曲」，打開書便看到一幅赭紅和綠色為主的瑞芳地形圖，赭紅是瑞芳的主要山系、綠色則是覆蓋其上的植被。乍看之下，瑞芳的輪廓像隻展翅飛翔的老鷹，用張校長的話說，這隻老鷹俯視著山河海的美景，從豆腐岩到壺穴、從岬灣的奇岩怪石到山谷裡的瀑布，這些地形與地貌，造就出極具特色的自然瑞芳。

眼前的山，就是橫亙在基隆河與深澳



▲ 瑞柑國小將校園內舊時的防空洞打造成礦坑意象，堪稱全臺獨一無二。

港之間的瑞芳山系，它共有 3 座山頭，分別為龍潭山、瑞芳山和秀崎山，是基隆河谷跟海岸的分水嶺，這 3 座山所連接成的稜線，涵蓋了整個瑞芳公園的步道，也是瑞柑國小的後山。張校長拿出一張瑞芳山系的地圖，上面清楚的標示著基隆河和瑞芳山系的緊密相連。張校長說，今天的瑞芳公園在 40 年前曾是懷山煤礦的礦區，當年的柑坪里與龍鎮里，從日治時代到 1978 年間都是煤礦開採時期，瑞柑聚落因採煤從小小一個古道驛站發展為數千人的



▲ 由操場旁的石階步道可登瑞芳山系，這裡也是瑞濱古道的入口起點。

大村里。而成立至今 53 年的瑞柑國小，也起源於瑞柑聚落，當時校區內共有 2 處煤礦，分別是懷山煤礦及中和煤礦，由於煤礦興盛，使得當地村落繁盛，就讀學生曾高達 598 人。但繼之而來的山林原貌也因採礦工事滿目瘡痍。後來礦場結束，礦區闢建為瑞芳公園，大自然得以休養生息，慢慢恢復繽紛自然生態樣貌，漸形成今日的瑞柑生態村。

張校長說，由於瑞柑國小是進入瑞芳山系步道的起點，也是舊時兩大煤礦進出

山裡的必經之路，所以校園裡原有 3 個日治時期躲避空襲而挖掘的防空洞，因保存完好，在安全鑑定無虞下，校方決定將其打造成昔日的礦坑意象，並在去年舉行了揭牌儀式，由瑞柑國小師生為其掛上「瑞柑一坑」、「瑞柑二坑」及「瑞柑三坑」的牌示，希望透過建造礦坑，進行自然文史教育，讓學生認同與了解在地文化，成為融入在地歷史的最佳文史教材，同時也希望藉此激起民衆對瑞柑歷史的好奇，進而喚起保存瑞芳特有文化的意識。



▲ 瑞芳「民生三寶」之一的魚腥草是校園內最常見的植物。



▲ 瑞柑國小第一生態村在校舍後方的山坡，排水溝渠以生態工法做截流，達到蓄水的目的，並兼顧生態。

張校長跟我一一細數瑞柑國小如何從打造全臺第一座校園生態村到榮獲國家永續發展獎，還有學校的「瑞柑三寶」和當地的「民生三寶」是甚麼，言談間流露出對校園一草一木深厚的情感。

聽了張校長這些如數家珍的介紹，讓我對瑞柑國小多了幾分探秘的好奇，巴不得馬上去尋寶一番，張校長看我已經坐不住，馬上請來學校最資深的校工許先生給我做嚮導，還說只要我想看什麼許先生都能讓我看到。

那就先從礦坑開始吧，雖然我見過真正的礦坑，但以防空洞打造的礦坑對我來說還是頭一遭，它們就藏在校舍旁的山壁下，可能是當年避難的人數不多，3個防空洞都略顯迷你，入口和坑道內的高度僅

容1人彎腰通過。為了讓礦坑原貌逼真重現，學校請礦工社區老居民以木工「古法」重建，礦坑入口用粗壯的相思樹樹幹以樁接方式支撐，並在坑道內放置些許早期開採的煤炭，以期讓學童模擬在停採的礦坑中發現煤礦，繼而分辨煤礦和石頭有何差別。由於3個防空洞內部相連，頭頂的岩壁時有雨水滴落，許先生以手電筒照亮，不時有黑亮的煤炭出現在眼前，還真有一種礦坑探險的臨場感。為何選相思樹幹作為礦坑的支架其實也有奧妙，許先生說早期礦坑都使用相思樹幹作支架，如果礦坑發生崩塌危險，相思樹幹會發出吱、吱的聲響，就能提醒礦工趕快逃離，這也是為什麼現在瑞芳山區有很多相思樹的來由。

說到這，許先生也告訴我瑞芳有所謂

的「民生三寶」，乃是 3 種植物，皆因煤礦開採和民生需要之故，如八芝蘭竹、鴨腳木、埔姜、大青、相思樹及魚腥草等，其中又以八芝蘭竹、相思樹和魚腥草為瑞柑地區之大宗，「民生三寶」之稱即由此而來。

看過了這個堪稱全臺獨一無二的防空洞礦坑，許先生帶我繞過校舍，來到瑞柑國小的第一生態村。第一生態村為校舍後方的一片平緩山坡地。生態的營造要先有水，山上有水，但要做好蓄水的工程才能留住水，第一期的蓄水池工程，總蓄水量 20 公噸，可以供給全校的花木灌溉兩星期。有了水源，就可以進行濕地的營造，最簡單的做法就是在蓄水池邊砌上石頭，池底鋪卵石，營造一個類似天然的沼澤。生態村的中間有一條排水溝，做了 6 段截流，截流的目的，除了可減緩水流的速度，並能讓一些有機物質沉澱，形成一個自然的食物鏈，步道僅鋪設石板，減少水泥的用量，讓雨水可以直接滲透地下。

「現在有青蛙嗎？」我好奇地問許先生，看到生態池內清波盈漫、水草茂盛，但就是不見小蝌蚪。

「有！」許先生頗有自信地回我。

「來，我帶你找青蛙。」現在可是大白



▲ 即使是校園內擋土牆的排水孔裡，也隨處可見蛙類的棲息。



▲ 這棵看起來枝葉稀疏的樹木就是國寶級的保育植物鐘萼木，它在臺灣僅瑞芳山區有零星的分布。



天呢，我有些難以置信，但許先生已經走在前面，我緊跟著他，想不到許先生竟然就在校園擋土牆上的一個個排水孔裡找起蛙來，那些如拳頭大的孔洞陰暗潮濕，許先生用手電筒一個個找尋著。「這裡有一隻…」許先生大聲叫我，我趕緊靠上前，果不其然，透過電筒的亮光，只見一隻身體褐色的蛙就躲在最裡面，也許受到光的驚嚇，蛙開始往裡面鑽，我趕緊拿起相機拍。「這裡還有…」循著許先生的指路，又有好幾隻躲在排水孔內的青蛙現形，看我拍得起勁，許先生說，他常帶著學生來看，還會輕輕抓住它們讓小朋友摸摸看，

因為只有讓小朋友親手摸過體驗過，才不會排斥這些總是躲在暗處的小精靈，也才會愛護它們，不破壞它們的生活環境，這就是結合情境和環境教育的「境教」。

許先生說校園內總共發現過 10 幾種蛙類，不過現在出現比較多的是褐樹蛙，它的體色會隨著環境而變化。

哇，想不到許先生竟是尋蛙高手。

聽許先生說第二生態村更大，就在操場的後方，那裡還有全臺唯一的樹蛙造型的司令台。果然，操場司令台上趴著一隻翠綠色的台北樹蛙。聽張校長說瑞柑國小也有三寶，就是青蛙、蝴蝶和螢火蟲，而



▲ 瑞柑國小樹蛙造型的司令台也是全臺唯一。



▲ 校舍旁這兩個巨大的蓄水池就是將山上的水源和雨水收集，就足以供應全校灌溉之用。



▲ 校園建築的各個屋頂角落都可見這種粗大的集水管，以收集雨水。



▲ 校園操場後方即是瑞芳山系，是基隆河谷跟海岸的分水嶺。



▲ 學校教導小朋友模仿過去「牛踏水巡田」的方式，以雙腳踩踏生態池的黏土層，來防止生態池的蓄水流。

且早在 1998 年瑞柑國小生態村第一期工程完工後的 2 個月，生態村的竹節筒裡就發現了台北樹蛙的卵泡。難怪外界說瑞柑國小是青蛙國小，果然名副其實。

第二生態村較之第一生態村，面積更廣，蓄水量也是第一生態村的 5 倍，張校長口中的「工程課程化」在這裡獲得了落實，生態池有一項很重要的環節是要做好防水，由於生態池是以黏土層做為防水層，所以需要週期性的踩踏，以避免黏土層乾裂，於是學校就教導小朋友模仿過去「牛踏水巡田」的方式，用雙腳踩踏生態池，小朋友對踩泥巴可是趨之若鶩，生態池經反覆踩踏後蓄水的功能得以完備，水源才能夠積聚起來。除了建構生態池，還有國

內企業贊助的護林為目的的綠拇指園地也在這裡。

操場旁有一條石階步道，由此可登龍潭山，上行不遠就是瑞濱古道的入口。這條步道兩側的林相多為相思樹和八芝蘭竹，還有一種生津止渴可食用的酸藤，是早期原住民食用鹽的替代品。特別值得一提的是世界僅一科一種的保育類樹木鐘萼木，在臺灣僅瑞芳山區有零星分布，沒想到步道口即有一棵，樹高出類拔萃，經許先生的指點，使我有幸得見這極其珍貴的國寶級樹種。

實地走訪才發現，瑞柑國小生態村的構建並不如我們所想的只要一期工程或幾期工程完工使用就一勞永逸了，用張校長的話說，生態村只有開工日期，沒有完工日期。因為生態村的設計理念，只是對於野生動物棲息習慣的實驗假設，等主體工程完工以後，觀察野生動物是否進來棲息、覓食、繁殖，才是對生態村成效的最大考驗，所以進行生態調查是必要的工作。於是張校長花了 10 餘年的時間進行校園生態調查，他發現這裡棲息的野生動物種類繁多，其中尤以青蛙、蝴蝶和螢火蟲這 3 種野生物種在校園的種類、數量最多，於是提出「瑞柑三寶」的說法，而每年 4、5 月的賞螢季更是盛況空前，張校長說，只要入夜，山前山後都是滿天星。

除了生態調查，生態教育才是生態村的靈魂工作。張校長說，學生是未來社區的主人，所以要讓學生從小了解他們成長的地方，將來才能夠永續經營他們所居住的生態環境。學校為此設計了一系列的生態教育課程，例如藉助生態學習單讓學生學習與校園生態對話，而生態學習護照則是對學生學習成果的認證和檢視，同學們經過從「生態小學士」、「生態小碩士」到「生態小博士」的層層考驗，就具有了擔綱起校園生態解說員的本領，負責接待

外賓和對新生進行生態解說。

訪談中，張校長特別引用了「黑猩猩媽媽」珍古德 (Dame Jane Goodall) 博士的一句話：「唯有了解，才會關心，唯有關心，才會採取行動，唯有行動，生命才有希望。」他說這是為生態教育做得最好的註腳，因為生態教育不但是最好的人文教育，也是最好的情感教育，生態教育可以讓我們有機會和孩子一起向大自然學習，一起感動，也一起成長。源



▲ 校園操場的圍牆上爬滿了風藤、爬牆虎，使得校園環境與周遭山林融為一體。



從動物醫生到永續循環經濟的推手

程耀霆

▲ 程耀霆 (左二) 和臺灣綠能文創協會的夥伴們。

文／張靜安

圖／張靜安、臺灣綠能文創協會

對世界充滿愛的動物醫生

程耀霆 1974 年出生於臺北，父母都是教師的關係從小就是個品學兼優的孩子，雖然生產過程中，因意外導致他的右手缺陷，但天生樂觀體恤的性格，使他常保笑容，是大家的康樂股長，而這個身體的遺憾，讓他更能敏感地體察周遭人的情緒波動，付出關心。

擔任數學老師的母親發覺他對音樂悟性高，於是從國小讓他上鋼琴和小提琴課，並順利考入音樂班。音樂，開啓他更豐富的心靈饗宴，也因為參與音樂活動，讓程耀霆接觸到教會，他說：「青少年時期，在教會的學青活動裡感受到愛的扶持，所以我很慶幸自己沒有走過懵懂與悔恨的青春。」

高中時期，程耀霆進入國立師大附中就讀，大學則依循興趣和希望推動臺灣畜牧健康飼養環境的理念下，進入中興大學獸醫系。雖然並未選擇音樂為人生規劃，但音樂已如同生命泉源，在生活各樣考驗來臨時，充分發揮了自我沉澱的作用。

程耀霆的朋友們說，他的琴跟他的人極為接近，自然、寬厚、不失赤子之心，更重要的是，音符裡時時在用心、處處皆有情。

而又如何從牧場裡的動物醫生，進入臺灣綠能文創協會這個非營利組織，擔任循環經濟重要推手，這又是另一個和緣分緊緊相扣的故事了。

省電就是省錢 更是惜福

程耀霆是在臺北長大的孩子，父母都是老師，工作時間長，所以程耀霆和姐姐、



▲ 雖然生產過程中，因意外導致程耀霆（左一）的右手缺陷，但天生樂觀體恤的性格，使他常保笑容，是大家的康樂股長，當然該瘋狂的時候，也當仁不讓。

弟弟很早就開始鑰匙兒童生涯。怕黑的程耀霆總愛把客廳、房間、廚房保持燈火通明，特別喜歡光亮下的安全感。可大人卻習慣到客廳才開客廳的燈，一離開客廳立刻熄燈。

程耀霆當時不明白，生活上雖非大富大貴，也算衣食無虞。電費不特別高，何必斤斤計較？爸媽回答總說：「省電是省錢，更是惜福。」

交換學生時期德國教授的環保日常 是珍貴的文化底蘊

大三有機會去德國慕尼黑大學當交換學生，程耀霆每次跟著獸醫系教授到牧場出診時，只要遇到停平交道或紅燈時間較長的路口，這些德國老師一定會將車子熄火，那時才知道，對德國人而言，減少資源損耗的觀念已深入每個人的日常。更讓



▲ 臺灣綠能文創協會成立大會上，各方前來支持的非營利組織團體。

人訝異的是，他觀察到德國人的車往往可以開個 20 年以上，甚至家裡有些鑄鐵鍋具，可回溯至祖父母輩起便一直使用著。那時跟這些老師們聊到年紀比他們都還長的杯盤器皿，他們總是很自豪地說，把東西品質做對、做好，就能使用的久，延續了家族的故事和情感。

這些德國教授們的日常，默默在心中埋下著種子，讓程耀霆實習歐洲牧場醫療技術之餘，也帶著德國惜福愛物的文化底蘊回到台灣。

前 2 年前因為身體因素，程耀霆不得不離開牧場的醫療工作，不過，讓他感到欣慰的是，他參與了一部分臺灣畜產業，

朝向更環保也更安全的飼養環境的成長過程。

和臺灣綠能文創協會的緣起，親自操刀 擔任執行長

一個偶然的機會下，從事牧場醫療時期的農家老友帶了程耀霆到一個眼鏡行去泡茶抬槓。程耀霆發覺，這間眼鏡行的照明，不僅僅造型比一般辦公室格柵燈框更美觀俐落，光線也柔和明亮不刺眼。他詢問眼鏡行老闆，老闆告訴他，這些透過綠能協會推廣的 LED 照明，不僅燈具造型美、光線優，安裝後電費跟去年同期比，用電度數減少了 3 成以上，電費大幅下滑，

更讓他讚不絕口。這是程耀霆第一次聽到「臺灣綠能文創協會」這個非營利組織。

基於好奇，程耀霆索性約了一天，跟著眼鏡行老闆，參與協會（當時還是籌備會）的講座，進而了解協會與 LED 廠商合作的辦公室照明專案，一步步延伸到其他綠能科技，落實推廣節能減碳的目標。

程耀霆說明：「來到協會之後，最吸引我的是一個【新公益勝利方程式】，裡面的概念是協會與綠能廠商共同設計商業模式，使消費者先受惠，同時並結合一些非營利組織的募款專案，責請廠商捐助部分比例的金額到這些募款專案中，因為理念認同，我正式加入推廣並擔任執行長的工作。」他分享了幾個成功案例：「透過轉介，我們陸續跟中華民國自閉症總會、

得勝者教育協會合作，現在一同合作的非營利組織，還有「現代婦女基金會」、「財團法人弘道老人福利基金會」等共同推動中。」

有關協會的理念，程耀霆提到了臺灣綠能文創協會丘周剛理事長常常分享的：「協會的【新公益勝利方程式】推動綠能、支持友善大地的產業，是在關心土地；而跟不同非營利組織合作倡議，則是在關懷人群；透過這個方程式，更可以輔導企業落實社會責任。」

在臺灣綠能文創協會辦公室照明專案，採用越來越普遍的「以租代購」的模式，搭配廠商行之有年的 48 小時內到府保固來運作，讓使用者享受低門檻並經驗高節能的附加價值。程耀霆認為，在這樣



▲ 拜訪合作夥伴的現場評估作業。



的模式中，產品設計方向就跟一般消費品完全不同。

一般消費品，屬於線性經濟，設計上可能讓消費者使用 2、3 年之後，就需要再買新的。而以租代購的照明設備，品質越好能使用的壽命越長，對於廠商而言是減少服務成本的必要條件。

環境保護的兩大議題 氣候暖化 & 永續環境的循環經濟

身為 4 個學齡孩童的爸爸，程耀霆不時顯露對環境污染的憂心忡忡。

他提到，關於環境保護，目前各國均高度重視兩大議題：一個是環境暖化的問

題；另一個部分則是如何從大量生產、大量消費、大量廢棄的線性經濟協助產業，以永續環境的概念轉型為循環經濟的一環。

全球暖化的速度正在不斷加劇，肇因於人類活動產生的溫室氣體，尤其是工業、建築、交通等活動能源消耗之後排放的溫室氣體。

以用電為例，除了在生活習慣中，宣導減少一些不必要的電器使用時間外，在一些需長時間使用的電器，就盡可能的降低產品的瓦數。以室內照明為例，辦公室中的照明，使用時間一般都比家庭內的使用時間要長許多，只要瓦數降低，就能達



▲ 臺灣綠能文創協會成立大會的花絮，程耀霆（右六）和前來支持的好朋友們相見歡。



▲ 身為4個學齡孩童的爸爸，程耀霆和孩子們的感情親密，也不時顯露對環境污染的憂心忡忡。

到一定的減碳量。

之前政府推動過從傳統 T8 螢光燈管，換成較低瓦數的 T5 螢光燈管作為辦公照明；而據國發會統計，若臺灣全國照明設備按歐盟標準全部改用 LED，每年可節省 107 億度用電量，相當於核能發電廠年發電量的三分之一。

在循環經濟方面，根據聯合國環境規劃署的數據，全球金、銀、鋅、錫等 22 種重要礦產，將於 50 年內消耗殆盡。此時「循環經濟」就非常重要。

「循環」意指在資源有限的情況下，如何同時滿足需求變化及避免資源的浪費。「經濟」在此指的是在建構資源循環

體系時，所衍生之研發、製造及服務機會，及額外創造出的經濟附加價值。

以往環保的概念，是在於生產工廠製造產品的原料，可回收再利用；而目前循環經濟的主要概念，有些則開始建立在產品設計成品質越好，使用壽命越長，配合產品的反向回收系統，再加上越來越普遍的以租代買的商业模式，讓產品不再是用壞即丟，而是不斷地再生修復，循環利用。

電燈泡的陰謀，從線性經濟到循環經濟的世界環保潮流

程耀霆用西班牙的紀錄片《電燈泡的陰謀（The Light Bulb Conspiracy）》說明線性經濟對環境及能源的浪費。

在《電燈泡的陰謀》中，談到在美國加州一間消防局內，有一顆燈泡從 1901 年就開始亮著，直到如今。這顆燈泡證明了一件事：只要願意，廠商在 100 多年前就有能力生產出一輩子都不會壞的產品。而在線性經濟的思維下，導出了被製造商廣泛應用的潛規則：「計劃性汰舊」。

這樣的思維，從此卻被廣泛運用到各種產品中，幾乎每個產品，好像都有一定的壽命，也就是大家所熟知的產品週期，而一到這個週期，維修花的成本，往往超過再買一台新的。



▲ 程耀霆工作之餘 多次參與新星交響樂團演出。

不過，線性經濟促使消費，創造許多經濟成長，也帶來大量的資源損耗與污染。這樣線性經濟的思維，在這個時代應該開始有所轉變。

孩子們的觀念養成 一生受用

程耀霆發覺身體力行的節能減碳，正有效的向下扎根，幾個孩子愛物惜物的習慣，讓他感動。

一次，程耀霆刷牙的時候，突然背後傳來有冷冷的聲音：「爸，你很浪費耶，你不是說要隨手關燈嗎？刷牙的時候，水龍頭的水也不能一直流喔！請隨手關水！」原來是大女兒，義正嚴詞地出面糾正老爸的不良行為。

程耀霆笑說：「你會發現，對孩子而言，當節能觀念建立時，不僅是用電或用水，在各種能源或消耗品的節約，他們也都比我們大人更用心更仔細，我們家的垃圾分類概念，正是學校老師推廣後落實的。」

由地方慢慢落實，一步步推動綠能永續的台灣

因為一次次與綠能推廣的單位反覆溝通，慢慢地大家也成了好朋友。不僅如此，這些夥伴也真真實實地經歷到節電的成效。程耀霆提到現代婦女基金會，在照明節能環境評估中，原燈具一個月總耗電度數在 1,672 度左右，而採用專案平板 LED

燈後，在同樣的使用時間下，照明用電度數減少到 385 度左右。

現代婦女基金會主任吳姿瑩受訪時也表示：「我們覺得非常的開心，因為臺灣終於有類似像這樣子一個非常有創意的方案。它非常完整，而且配套措施也非常具體。」

更有趣的是，吳主任私下分享，剛換燈後第一次回到辦公室，感覺很像進到牙醫診所，感覺整個辦公室非常明亮，還有蘋果光的柔和感，「而且真的非常省電！」這點讓她很自豪，為單位節能和友善環境做了個好選擇。

循環經濟的先行者，期盼播下更多善的種子

或許，先行者總得經過一段現實與理想間拉鋸的過程，但是走在正確的道路上，仍使人對未來常抱盼望，程耀霆笑說：「能和一群志同道合的優秀夥伴共事，本身就是件享受的事了」，身為基督徒的程耀霆總懷著使徒的信念，樂觀向前。

他期待透過創意推廣，除了達到節能減碳的目標外，也讓臺灣在循環經濟的世界潮流中有所貢獻，這位動物醫生，立志要為促進環境保育的循環經濟，播下更多善的種子。 



▲ 程耀霆認為，當孩子建立節能觀念後，他們會比大人更用心更仔細的落實。



老公仔標

傳味百年的 香辛料世家

文 / 蘇菲 圖 / 蘇菲、林美津

味覺，是人類感官中最原始的記憶；食物，更是牽動深層味覺印象的最重要觸媒。臺灣是美食王國，不論大菜或小吃，除了受國人歡迎，更風靡至海外；尤其臺灣小吃更榮登國外美食網站，讓人津津樂道。這些庶民美食為何如此迷人？魷魚羹、肉圓、鹽酥雞、米粉湯……，做法看似平凡，其實背後隱藏深奧的學問，其中的「香辛料」這一味就是關鍵。

香辛料雖為調味品，以往只被視為餐桌上的配角，但隨著飲食習慣改變、健康意識抬頭，香辛料不僅能點香、提味，其提神醒腦、暖胃補氣等多元功效，已經不只是畫龍點睛而已，還有許多意想不到的優點與好處，早已由次要角色躍升為飲食中的要角。創立至今逾 104 年的「老公仔



▲ 老公仔標創辦人（林美津提供）。

標」即是國內生產香辛料的老字號與第一品牌。

迪化街裡的「大生行」

從大稻埕發跡，成立於 1912 年的「大生行」是「老公仔標」的創始店。創辦人陳葛年幼隨家族渡海來台尋求機會，後定居於大稻埕。因父親早逝，排行老大的他下有 10 個弟妹，因此不到 20 歲就得幫忙母親分擔家計，各種打工、賺錢的機會他都不會錯過，偶然的機緣進入某藥材大戶家中工作，習得古法煉製中藥材的方法與

技巧。他肯學能做又聰明努力，幾年下來不僅熟諳中藥材採購、選材、煉製、加工等扎實的基本功夫，更博得大稻埕街頭巷尾叔伯兄姐們的喜愛，紛紛幫他介紹工作。

當時的迪化街不僅是全臺灣中藥行最集中的區域，也是南北乾貨最大宗的集散地。大型流水席與家庭式筵席是當年的主流宴客形態，總鋪師常得每天趕場，到處辦外燴。辦桌需要大量食材，來源包含南北貨、中藥材等等，如何以精準眼光與挑貨技巧選購有品質且物美價廉的食材、配料及中藥，成為外燴筵席成功與否的關鍵。這不啻為陳葛開闢出一片商機，他精於分辨中藥材的優劣，又喜歡做菜，懂得食材搭配以及將香辛料入菜等技巧，不多久便成為許多總鋪師不可或缺的得力助手，從菜單設計、食材搭配到香辛料的使用，陳葛幾乎一個人就能提供全方位的一條龍服務。因為態度佳、口碑好，許多客戶鼓勵他創業。1912 年，年僅 23 歲的陳葛成立「大生行」，很快便在大稻埕生根定錨，站穩「中藥材加工」的市場。

「九蒸九晒」的古法精神

國人熟知的胡椒、肉桂、丁香等香辛

料原本即是中藥材的原料，許多食材、肉品在處理過程中也需這些香辛料的輔助才能凸顯其風味，因此市場需求量很大。大生行的中藥加工品項由起初的 2、30 種，增加到上百種之多。因為完全遵照古法煉製，且嚴格品質控管，費時耗力。而當年若非陳葛與後代的一路堅持，這些珍貴的古法、密技也難以完整流傳下來。我們在享用美食之餘，更應感念陳家堅持製作天然中藥材的精神。



▲ 星雲法師贈予林美津的「曲直向前 福惠雙全」題辭。



▲ 八角。



▲ 研磨完成的五香粉。



▲ 花椒。

為什麼中藥材加工需要如此繁複的工序？原因在於從前缺乏技術先進的冷凍設備，臺灣潮濕溫熱的氣候會加速中藥材的腐壞程度，而且有些中藥材本身就含有微量的毒素，必須經過處理才能使用。例如熟地，尚未煮熟或加工前稱做「生地」，依照古法「九蒸九晒」步驟，先以清水沖洗乾淨，接著用水浸泡，再以大灶用蒸籠蒸熟蒸軟。每當蒸到水快乾了的時候，再加水繼續蒸；反覆幾次之後，關火，讓熟地收水，再置於竹篩上曝曬。如此經過多次水蒸、收水、日曬等繁複工序；九蒸九晒可使蒸氣完全揮發，充足日曬也可達到殺菌效果，所以經由大生行處理加工的熟

地，不會發霉也不易變質，常常供不應求。在迪化街只要提到「熟地王」，老公仔標陳葛的名號可說無人不知無人不曉。

從天之驕女到大家族長媳

因為工作辛苦工時又長，師傅不好找，每當胡椒粉要出貨，就得全家總動員，這是時代巨輪滾動之下臺灣社會的縮影，也是撐起當年臺灣經濟奇蹟的中小企業與自營商可歌可泣的奮鬥史。身為陳葛的孫媳婦及陳家第一位女性管理者，林美津尤其能夠體會箇中滋味。

出身萬華的小康家庭，林美津在觀念開明的環境中自由自在成長，培養出獨立

自主的性格。二女中(今中山女高)畢業後不久，就到進口日本半自動毛衣編織機的親戚家工作，幫忙機器的推廣與毛衣樣式的設計。極富藝術天分的她，對於毛衣設計學得又快又好，不僅充分了解機器特性、能嫺熟操作，也會畫設計圖；每月領的薪資已是一般公務員的三倍之多。腦筋動得快的她，利用午後兩點即已空閒的下班時間另外租店面，一台機器、一張桌子及簡單的玻璃櫃，就此開店做生意，以「代打毛衣」為營業項目，加上材料費與代工費，收入相當可觀。這些經歷對她日後的經營管理幫助很大。

嫁入陳家後開始洗手作羹湯，大家族複雜的人際生態曾讓林美津承受極大壓力，幸好她樂觀、堅強，從適應、克服到輔佐先生延續家業。她的付出與貢獻，對整個家族來說，居功厥偉。「就是有一種使命感，覺得不做不行，加上我又有興趣，

所以很多做生意的技巧和手法沒有人教我也能無師自通。」現為公司總經理的林美津表示。

「老公仔標」第三代傳人陳政雄，從守成、創新到轉型，在太太林美津的支持下，兩人齊心協力成立統隆企業，一步步帶領老公仔標走向更寬廣的品牌之路。2013年陳政雄因病與世長辭，結束他傳奇精采的一生，公司在林美津的帶領與擘劃之下，第四代傳人陳泓升已蓄勢待發。

以「誠信」起家的企業核心

從大生行時期的中藥材加工，到之後的香辛料生產，不變的是對品牌的堅持，「誠實」、「信用」是企業成功的不二法門，也是品牌至今傳承至第四代最核心的精神。「老公仔標的品牌在市場上的力度夠、競爭力非常強，所以未來幾年經營的大方向會建立在，將品牌和市場的根基扎



▲ 第二代傳人陳玉麟夫婦合影(林美津提供)。



▲ 陳葛老先生(林美津提供)。



▲ 陳葛老先生與林美津總經理合照(林美津提供)。



▲ 第三代傳人林美津與兒子陳泓升共同經營辛香料事業。

得更深更穩固，加強消費者對品牌的忠誠度。」副總經理陳泓升表示。

近年來黑心食品充斥，「老公仔標」不僅不受牽連，反而還受惠，原因何在？「我們做過市場調查，發現公司 logo 代表的就是企業的形象，在客戶心裡我們的品牌價值就是『誠信』和『品質』。」尤其食安問題爆發後，接連通過多次市場考驗，如今客戶對「老公仔標」產品的依存度也越來越高。

是「安心」食品，也是「良心」產業

「從第一代創辦人陳葛，到現在走過一百年歲月，傳承至第四代，我們最重要的後盾就是『誠信』二字；用料實在：品質至上，絕不使用次級品或劣質品；製程實在：不偷工取巧，所有步驟都確實執行，手工的口感、風味更是機器所做不出來的。尤其做吃的是良心事業，稍有疏失不但危害人體健康，公司也會賠上商譽，這種違背良心的事我們絕對不可能做。」林美津強調。

陳泓升進一步說明原料處理的重點：「目前能由機器取代的僅只於研磨、清洗及包裝，最重要的關鍵在採購。每一批貨進來時我都親自驗貨，因為有好的原料才能做出好的產品。另一個重點在配料，產品會因原料順序的不同而形成不同的風味，而且不同產品也有不同的成分比例，因此配料過程一定要純手工，不可能交給機器。」例如長銷冠軍產品，擁有業界 80% 市占率的『百草粉』，市面上許多知名食品都有此成分：楊桃汁、薑母鴨、肉圓…。百草粉不僅配方神秘，在陳家還有「傳子不傳女的」傳統。其他如『五香粉』，以花椒、肉桂、八角三樣為基底，再加上自行調配的其他原料研製而成，每家配方不同，原料也不只五種。

傳承品牌的精神與價值

食安風暴後品牌訂單大增，由於生產線不足，為維持品質，陳泓升最近陸續推掉幾筆大訂單。他強調這不是「飢餓行銷」，單純就是趕不出貨、做不出來而已。

「產品要維持品質就必須遵循原有工序、做法，這些都需要足夠的時間才能完成，不能為了趕出貨就偷工，為了賺錢就亂接訂單。而且產能已經不足，更不能為了接大單而影響到原有客戶的權益。」

到 2015 年底為止，這家「小而美」的公司已連續 8 年業績成長，連續 4 年業

績創歷史新高。對於公司及品牌的未來，陳泓升的回答令人感動：「我很慶幸自己是陳家的一份子，也永遠以『老公仔標』為榮，我認為公司最珍貴的就是品牌的精神與價值，也就是『誠信』與『品質』，永遠要把這兩樣擺在第一位。所以我希望延續下來的是這個部分，讓品牌源遠流長、永續經營，子孫有興趣也有能力可以接手，否則就應該交給專業經理人，讓品牌能永續經營才最重要，而不是傳給子孫或後代。」



▲ 甘草、白胡椒粉、小茴香中藥材。



紀州庵

臺北城南的文學新基地

▲「紀州庵」是臺北市第一個以文學為主題的藝文空間。

文、圖／林蔓禎

都會區的老巷弄、老街衢，經過歲月的鑿斧與累積，往往蘊含豐富的在地文化與歷史，滿載許多老故事與舊回憶，在臺北市這樣的地方很多，位處中正區的同安街即為一例。相較於大稻埕、艋舺以在地

元素為基礎，陸續注入新創產業帶動能量，發展出臺味十足的蕪新風貌；位處城市南方的中正區，不僅是多數中央政府機關與博愛特區所在地，也因地理位置涵蓋臺北府城大部分區域，更與臺大、師大等學府，

廈門街、同安街、牯嶺街…等文教區毗鄰而居，堪稱臺北市文學重鎮。比起大稻埕的熱情、活力，這裡多了一份沉靜的文學氣味。

老巷弄裡的文學秘密花園

本期造訪的紀州庵即位於城南一隅。捷運古亭站 2 號出口，循著深棕色指標，沿著同安街往水源快速道路方向前行。約莫十分鐘腳程，在靠近街道盡頭，越過一面城牆，一個仿如城市秘境的日式建築豁然出現，驚詫之餘，更多了份怡然舒適的自在感。這裡就是同安街 107 號「紀州庵」。

矗立於綠蔭之間，由十幾株老樹群群環繞的是紀州庵古蹟；一旁的三層樓建築為紀州庵新館；周圍則是紀州庵文學公園；此三處園區構成紀州庵的三大部分。與接道末端接壤處即水源快速道路，登上天橋往下眺望，紀州庵全貌盡收眼底。不遠處的新店溪仍在，但隨著時代變遷，築起的堤防與車道早已取代百年前的河岸風貌。

新店溪畔的河岸料理亭

爬梳紀州庵的歷史，起源於清朝末年隨日本總督來台發展的日本紀州平松家族，於西元 1917 年在「川端町」（今金門街到廈門街之間，汀州路以南到新店溪畔一帶）創建「紀州庵」料理屋支店（本店

位於「若竹町」，今長沙街、貴陽街附近）。

「紀州」為日本地名，位置約在今大阪南方紀伊半島和歌山縣一帶；「庵」意為茅草蓋頂的房子，取名「紀州庵」應是平松家族為了懷念家鄉的緣故。

初期的紀州庵支店是一座二層茅草屋頂的木造料理屋，稱為「本館」，外觀古樸簡約，著名的香魚料理是季節限定，遠近馳名。隨著經營情況好轉，本館增建為樓高三層，地面層為鋼筋水泥建造、二樓和三樓為木造的空間。並且為擴大營業規模，陸續新建了長形宴會大廳「離屋」及做為貴賓室的「別館」，加上「本館」，形成「紀州庵料理屋支店」三大區塊。除了紀州庵，當時的新店溪畔還有「樂水」、「清月」、「新茶屋」等多家水岸料理屋，帶動起一股水岸美景與精緻料理的風潮，入夜時分門庭若市、杯觥交錯，形成特殊的飲宴形態。



▲ 新館（左）與舊館（右）。



▲ 紀州庵「文創書店」陳列精選的文學讀物與文創商品。

想像一世紀前的新店溪畔，華燈初上，「夜晚是紀州庵最熱鬧的時分，來客絡繹不絕地搭乘人力車到達，從堤岸入口進入紀州庵；先登記再決定乘船遊賞或入內用餐…」紀州庵亦擁有「屋形船」四艘（每艘可搭載乘客 30 人），「來客可於船上飲宴，並一邊捕撈鮮魚做料理，服務生與藝妓也會隨船服務，待客船返回紀州庵後，客人下船再入內洗浴、繼續飲宴。」

短短百餘字，道盡當時水景料理亭的無限旖妮風華。

戰火摧折與回祿之災

太平洋戰爭期間，紀州庵成為傷患的臨時安置所；1945 年戰爭結束，紀州庵又

成了日方的暫時居處；隨著臺灣光復，紀州庵被國民政府接收，劃分為省府員工眷舍，也就是作家王文興筆下，小說《家變》裡述及的場景。然而，1996 與 1998 年的兩場大火，紀州庵的本館與別館皆付之一炬，僅存的離屋也遭嚴重毀損。

2002 年底開始，在臺大城鄉所師生、「同安文化森林促進會」、「城南水岸文化協會」的奔走下，從發起「保護老樹」到「臺北市市定古蹟」的延續，最初單純的環保理念與使命感凝聚了社區意識，也取得市府與里民的認同。2004 年 1 月，臺北市政府評定「紀州庵」為市定古蹟；2011 年 6 月起委託財團法人台灣文學發展基金會經營；2013 年 1 月，臺北市政府文

化局啟動紀州庵古蹟修復工程；2014 年 5 月，「紀州庵」古蹟修復完成，正式開幕。

紀州庵的古蹟再造，不僅部分還原了當年臺北市繁華富裕的生活面貌、接續了重要的常民文化與歷史，也為周邊社區與民衆建立起一條深刻的連結。

「文學森林」的脈絡與想像

「紀州庵」是臺北市第一個以文學為主體的藝文空間。自 2011 年 5 月台灣文學發展基金會開始進駐，同時參與新館的內裝設計概念與呈現方式，2011 年 12 月 24 日新館正式開館並啓用，採複合式經營模式：一樓的「人文茶館」為餐飲空間，以「作家私房菜」吸引讀者透過家常料理，親近大師風采。「文創書店」陳列精選的文學讀物與文創商品，一旁的「藝文展示」區域提供藝術工作者發表作品的空間。二樓和三樓則分別為「藝文空間」與「人文講堂」，做為落實各式文學展演與活動推

廣的場地。

定位為「紀州庵文學森林」，緣起於該地保有極高的文化涵養純度，周邊幾家文學出版社「洪範」、「爾雅」、「文學出版社」…；以及文學刊物《藍星》、《文學雜誌》、《中外文學》…皆在此發跡、生根、茁壯；多位文學前輩如余光中、王文興…亦曾以此地為藍本，做為創作的文本與素材。文學森林的定調，使同安街的文學脈絡更加深化、意象更為鮮明，由社區萌芽的文學種苗也逐漸向外伸展、蔓延，更與經營團隊的專業文學屬性有加乘的效果。

台灣文學發展基金會行政企畫經理邱怡瑄表示：「從最早的停車場預定地、為老樹發聲，到臺大城鄉所進行的調查，挖掘出一些故事…；我們也輾轉找到原本創辦紀州庵的日本平松家族，填補上之前遺漏的一段歷史。為因應附近文學的脈絡、強化與在地文化的交流，居民與文化局逐



▲ 修復後的紀州庵古蹟，保有離屋原本的「大廣間」格局，是國內少見的日式建築類型。

▲ 紀州庵文學茶館，創造文學與飲食的跨界文化場域。



漸產生共識：在古蹟保留下來以後，應該還有後續發展與再利用的價值。

答案是肯定的。透過這些過程，才有現在完整的紀州庵。雖然紀州庵所屬行政區域是河堤里，「但我們期許未來紀州庵所營造出來的不僅僅是河堤里，能提供的也不是只給河堤里而已，而是要有更高的高度、廣度與深度。

在地文史與議題的探索及挖掘

如今，停車場的功能仍部分保留，但修復後的古蹟、增加的綠地與藝文空間則回饋給更多民衆。從經營團隊的角度考量，必須關注的面向不僅只於文學的推廣，提供「公共服務」是另一要項，「我們所有成員每天都在思考：如何藉由這個地方活絡這個街區？什麼樣的活動可以吸引、帶動人潮，還能緊扣文學主題，找到符合民衆需求與館方宗旨的方向？

從開館第一年的慘澹經營，到逐漸累積出知名度後達到損益兩平，紀州庵的每個提案都會因應民衆反映做修正，找到更多適合的議題充分發揮，並結合在地資源，讓民衆有更多的參與。

除了文學，「在地文史的挖掘」是另一個著力的重點，譬如 2015 年舉辦的「萬新鐵路展」（1921~1965 年，萬華到新店，臺灣第一條消失的鐵路支線），結合文學、

生活與校園三個層面，邀請退休的老臺鐵人現身說法分享當年生活的點滴，成功串連起民衆的記憶；文學層面則由小野等幾位對萬新鐵路有記憶的作家講述對這條鐵路的回憶；以及由動畫工作坊帶領學童參與，請小朋友想像自己坐在行進中的火車裡面，看著車窗外經過的風景，把它畫下來，做成一個小動畫，形成一幅再創作的作品。此活動涵蓋作家的、居民的與學生的不同面向，是展覽最有意義的地方。

台灣文學發展基金會總幹事陳蕙慧表示，紀州庵希望做的是社區的、當代的、古典的、國際的相關議題與活動，涵納館方的精神與宗旨，邀請有口碑的老師講授人文思想課程；並且鼓勵在地耆老、長者以口述歷史或紀錄片方式，為自己及家族進行一趟溯源之旅。

城南文學地景藝術行動

「藝術浸潤空間」是另一個結合在地議題與新銳藝術家發揮才華的場域，以同安街為起點，往四周延伸至廈門街、金門街、晉江街、汀州路…，透過藝術形式結合在地文化進行巷弄的地景改造。藉由壁畫創作、裝置藝術、街道家具等藝術表現，將作家與文學的故事傳達出來，讓藝術家創造出新的作品，並帶動整體公共空間的美化與人文風貌的展現。沿著同安街一路



▲ 以同安街為起點巷弄壁畫創作，將作家與文學的故事傳達出來。

走來可以發現幾處特殊的景觀，例如吳騏從余光中的詩作〈月光曲〉、〈踢踢踏〉發想，描繪出帶有奇幻色彩的畫作；林家麒模擬林海音家客廳，呈現出「林海音家的客廳就等於半個文壇…」那種文人之間相濡以沫的溫暖情調。

「施洛德花園」則是另類的「里民活動中心」。原本半廢棄的閒置空間，在趙文愷、陳建智、蔡宜婷、朱淑宛等多位藝術工作者的精心布置下，二手家具、生動的彩繪、別具風格的木屋…，這裡搖身一變成為可以沉思、談心、閱讀的城市角落，更為當地凝聚起向心力與社區認同意識。

文學與飲食的跨界文化場域

2017 年正值紀州庵成立 100 周年，走過百年風華，這一座有故事的老屋已蛻變為文化古蹟，更承載著許多鄉愁及歷史記憶。為迎接百周年慶，館方將再度邀

清平松家族第三代來台見證這歷史性的時刻，並且共同研發新創菜色，從文學的觀點與飲食緊密連結，呈現更多元的風貌。譬如曾舉辦過的「作家廚房」活動，結合當月主題設計適合的甜點；如配合新書出版，將內容美食場景重現於作家廚房中；不僅注重食材、美味與烹調方式，相關特色也很重要，以此延續紀州庵「料理」的精神。

此外，「同安街的故事」延續自 2016 年「同安街」主題展，2017 年將出版專刊，「從常民的、美食的、作家的不同角度演繹及解讀同安街，並製作短片『同安街一日表情』，觀察並紀錄同安街一天的變化。

邱怡瑄強調：「紀州庵想傳遞的是生態的、人文的資源，尤其人文的資源更需代代相傳；有些源頭活水可以不斷更新、持續蔓延或加入，不僅提供養分，也支持我們繼續前進，讓文字的發展可以在臺北市、在這裡繼續生根…」

紀州庵的特色在「文學」，「從文學的角度出發，緊扣文學脈絡與主題，萬變不離其宗，核心依舊圍繞在文學及文學的精神上面…」掌握文學的氣氛與風格，卻又不偏離大眾文學的口味。紀州庵的重現與再造，已然賦予臺北老巷弄更多層次的文化景致與樣貌。 



松柏貞靜，頂天立地

文、圖／鄭筠蓁

觀世音靈籤第八首

歲寒松柏古栽培 雨雪風霜總不摧
異日必當成大用 功名作個棟樑材

靈詩愛語——

松柏貞靜，頂天立地

霧嵐深鎖峰頂
風雪滿天霜滿地
松柏撐一傘雲天
在孤冷中
兀自挺立
再一步他們就伸入雲端
一如頂天立地的巨人
盡吐聖潔的芬芳
翱翔靈魂的聖域
在無盡藏的虛空

歷史典故——范文公斷齏畫粥

宋代名臣范仲淹，蘇州吳縣人，少時家境十分清苦，在長白山的僧舍刻苦讀書，夜深睏倦時，用冷水拂面提神，晝夜苦讀毫不倦怠，他每天僅以 2 升的粟煮粥度日，粥過夜後凝結成塊，便以刀劃成 4 塊，早晚各取用兩塊食用，再配一些醃製的小菜下飯。如此勤精進大忠祥符 8 年登進士，終於成為國家的棟樑之材。

—《宋史》(卷 314)《宋朝事實類苑》(卷 9)

愛的甘露水——你想無所不有或一無所有？

《雙城記 (A Tale of Two Cities)》的作者狄更斯 (Dickens) 說：「那是充滿希望的春天，那是讓人絕望的冬天；我們面前無所不有，我們面前一無所有；我們大家都在直升天堂，我們大家都在直下地獄。」你可以讓自己的生命是春天或冬天，是無所不有或一無所有，是天堂或地獄，全看你自己的選擇。



觀世音靈籤

第八首	意聖	異歲	范文
	自求婚交	日寒	文公
	身財姻易	必松	斷壺
	順順	當柏	畫粥
上上	成旺	成大	解
	利利	栽用	
法財	尋田六家	雨	平
人團	至利損吉	名雪	地
台	訟山六行	作風	風
北	詞坡甲人	霜	光
市	有生有	個	線
艋	吉	霜	有
舺	理男信	棟	定
龍	移失疾	樑	豐
山	吉見安	不	熟
寺		材	回
		摧	稻
			家
			獲
			餘
			慶
			此
			籤

8

愛的生命故事

我所認識的周孟德畫家，是位計程車司機，開了幾10年的計程車，他練就了觀察陌生人的敏銳能力，對於後座乘客的一舉一動、髮型、穿著

打扮、膚色保養、臉孔特徵他都瞭如指掌，他透過在車上的觀察，乘客下車後他馬上把車停在路邊，憑著記憶迅速地勾勒出女乘客上車補妝的神情，回家後再依速寫作成版畫或油畫，他默察暗記的能力比一般畫家都強，他的司機生涯，使他與市井小民接觸頻仍，他冷眼觀察人生，在取材的多樣上與生命的經驗上比學院派的畫家更豐富，也更具有鮮活的生命力，他描繪都會生活的形形色色，筆下的人物以社會底

層的小人物居多，也有夜店的調酒師、音樂師、舞者、鋼琴女郎、櫃台小姐或紅包場歌女、牛肉場尋歡客等等。

周孟德—彰化高商廣告設計科畢業，考了4次大學都沒上，可是他的求知慾卻很強烈，開計程車的同時，他更抽空到臺北藝術大學旁聽版畫課程，長達6年，夜晚同學們紛紛離校後，學校的版畫工作室竟成為他個人獨享，他一個人在那兒製作到凌晨才回家，他用功之勤，把極為複雜、繁瑣的「美柔汀」版畫技巧學得比誰都精，令青年學子刮目相看。

他對藝術的深情與用功，終於被臺北市立美術館雙年展的外國策展人相中，從他幾百張獨樹一幟的「台北夜店」素描中選出23張在雙年展中展出，可說他繪畫的出頭天，然而為了營生，為了照顧長年坐輪椅的妻子，他仍然一肩挑起養家活口的責任，繼續開計程車，繼續刻劃臺北人的集體慾望。 





皎月當空，光耀宇宙

文、圖／鄭筠蓁

觀世音靈籤第九首

勞君問我心中事 此意偏宜說向公
一片靈臺明似鏡 恰如明月正當空

靈詩愛語——

皎月當空，光耀宇宙

心如明鏡，清澄

人如明月，光潔

你顯現的正如你無所隱沒的

那般來去自如

你心中無事

渾沌羞怯地沉澱

你心無罣礙

恐懼憔悴的飛離

你深黑的眸子

泛出一朵彩虹的微笑

歷史典故——趙韓王半部論語治天下 主角：趙普

趙普年輕時書讀得較少，等到當上宰相，宋太祖常勸勉他多加讀書。他晚年更

是手不釋卷，每次從朝廷歸來，隨即取出書篋裡的書，整日在家閉門苦讀。而次日上朝，處理公事明斷果決。他去世後，家人打開他的書篋，發現他平日所讀只有論語二十篇而已。真宗追封韓王。

趙普以孔子的半部論語就能輔佐太祖打天下，可知他對論語修身、齊家、治國平天下的道理十分專精，才能施展他的所學，貢獻國家。而趙普的另半部論語只用於治天下。趙普曾告訴趙太宗說：「我書知道的不多，但能讀《論語》，輔佐太祖平定天下，才用得半部，尚有半部可以輔弼陛下您治理天下。」

——《宋史》（卷 256）

愛的甘露水——只要精通一部，就豐盛一生

莎士比亞說：「生命，一旦進入了光之所在，就攀向成熟的境地。」我所知道的許添盛醫師，就是以一部賽斯（Seth）思想，周遊列國，傳布靈性之光。



觀世音靈籤

第九首	意聖	勞君問我心	趙韓王半部論語定天下
	自求婚姻交易	一片靈臺明似鏡	解
	順平	此如意偏月正當向空	看此籤歲月當空之象凡事正直則吉
	成旺		
上上	利平		
台北市艋舺龍山寺	尋人	恰如意偏月正當向空	心中正直理順法寬天無私意某空虛
	六畜		
	家宅		
	至利損吉		
財人團	訟山放甲人		
	有生		
	吉動		
	理男		
	移徙物病		
	祈得		
	吉		
	福安		

9

愛的生命故事

這位腳踏實地的理想主義者，曾任臺北仁愛醫院家醫科醫師、臺北療養院精神科醫師，鑽研新時代思想數 10 年，獨衷賽斯。他以

斯身心靈健康觀念推廣至全世界與世人分享，因而成立「新時代賽斯教育基金會」，在健康上啟發大家信任身體自我療癒的力量，在教育上建立發現自我價值，創造喜悅健康人生的新時代生命教育觀，進而打造賽斯身心靈療癒社區，落實人間的心靈故鄉。身任董事長的許醫師，全年樂此不疲，舉辦公益性講座或工作坊、種子營，更成立賽斯網路電視台也出版一系列賽斯書，並受邀在美國身心靈研討會上發表研究成果，他的身心靈著作也 20 餘本。他把宣揚賽斯的身心靈之道當成今生的不二使命。

許醫師認為每個人都是來地球出差、旅遊、學習、考察兼玩耍的實習神明，希望大家能看見自己的生命藍圖，有意識地玩出自己的一片天，利己利人，利益眾生。源。

結合賽斯心法，提出另一套跳脫傳統物化人體的醫療體系的身心靈治療新觀念，對於癌症及慢性病的預防與療法有獨特的研究心得與豐富的臨床經驗。他希望未來全世界的醫療願景是現今所有的慢性病患者除了接受目前的中西醫治療外，也能每個月 1 到 2 次接受身心靈治療法的心靈動力學治療，根治慢性病。

許醫師本著行醫奉獻的熱忱渴望將賽



羔羊的生命和人類一樣珍貴，我不會
為了我的身體，必須取走羔羊的生命。

—甘地 (Mohandas Karamchand Gandhi)

緣起

小時候，母親自己動手殺雞，總是在年節之前，我還記得母親總是要我們把眼睛閉起來，不要看血腥的場面，保持赤子之心，另一個意思就是老一代人家相信，動物有靈魂，他死後會來討命。所以，閉起眼睛，才可以逃過動物亡靈討命一劫。

長大後發現：許多比較原始的社會，

對動物的尊敬，勝過現代人，南島社會的漁民，要殺害一條魚之前，會事先禱告，更北方的印第安部落，同樣會以禱告儀式，向動物致謝，因為動物奉獻自己的肉體，滿足人的口慾，使人活下去，可見，那時候，人類對吃肉是懷著罪惡感吧！

2016年5月，中國大陸貴州玉林，慶祝一年一度的狗肉節，喜歡吃狗肉的朋友，這一天，從四面八方湧進玉林鎮，阻塞道路，加上全世界來此抗議吃狗肉行為不文明的動保人士，玉林小鎮大名，從網路一下子喧騰海內外，根據中國大陸官方

統計：不只有愛狗人士，連吃素主義者，也在抗議之列，中國大陸不只是玉林，把吃狗肉當節慶，朝鮮特區延邊一帶，傳統上也喜歡吃狗肉，廣東人更是大方，把狗肉稱為香肉。中國大陸是一個無所不吃的民族，從天上飛吃到地下爬，原因無他，歷史上，中國大陸戰亂時間比安定時間長，飢荒來臨時，人肉也會被吃下肚。所以，中國大陸大陸無所不吃，不管動物受保護或不受保護。

中國大陸經濟改革開放以來，為了趕上國際文明列車，1988年通過「野生動物保護法」，但是法如虛法，只要你到廣東，各地露天市場走一遭，從稀有蛇類、穿山甲，到稀有鳥類、魚類，你想吃的話，都可以吃到，公安在場，依樣照吃，從不避諱。

中國大陸動物保育法通過後，目前高掛保育中心的機構，超過200間，其中以雄森保育中心最大，這個中心以度假中心方式，招攬旅客，專門經營老虎保育工作，園內有東北老虎，繁殖超過1,000隻，很諷刺的是，這家保育中心最大的收入，不靠國家政府補助，而是靠殺老虎，中心負責人說：「每一隻老虎有25公斤骨頭，價值是250萬人民幣，這些老虎骨頭泡酒後，就是所謂可以為男性壯陽的虎骨酒，千金難買一杯酒」。中心餐廳也販賣虎肉

料理，其他稀有動物料理，也可以在中心吃到，如穿山甲。這種以保育為名，殺害動物為實的保育中心，在中國大陸已經行之有年，從蛇類到魚類到鳥類，想吃甚麼都有，過去，中國大陸貧窮，鄉下捕抓稀有動物，走私出口到外國，現在則是本國已經吃不夠，需要走私進口到中國大陸。非洲象牙的最大買主，也就是中國大陸；犀牛角買主，也是中國大陸，中國大陸的醫學把所有珍貴稀有動物的屍體，全部列為藥材，或壯陽或者抗癌、或者治療疑難雜症，造成動物最大的災難。這種傳統觀念，深入民間去之困難。

狗雖然不是保育動物，但是被人類喜愛，所以，才會引發抗議的聲浪。抗議吃狗肉的動保人士，當場和吃狗肉的朋友辯





論起來，吃狗肉的說：「你吃雞吃鴨吃豬，卻不准我們吃狗，這不一樣是肉嗎」，動保人士說：「狗是朋友，所以不准吃」，吃狗肉人士說：「雞和鴨和豬也有靈魂，也可以是寵物，為甚麼可以吃，卻不能吃狗肉」，雙方相持不下，這倒讓我想起來，吃素和吃肉者，面臨同樣的觀念難題。

有一陣子，臺灣大街小巷宣傳「吃素救地球」的理念，我有很多朋友受了感召，開始吃素，一吃 10 幾年，但是也有一些無肉不歡的朋友，喊出「吃肉救地球」。喜歡吃肉的朋友說：「綠色植物也有靈魂，可以製造氧氣，吸入二氧化碳，是地球好朋友，吃掉太可惜」。反而這些製造碳排放的凶手，才應該被吃，根據世界自然基金會的調查，地球上的碳排放有四分之一，是由大型動物放屁製造的，牛和豬製造的甲烷最大宗，但是，吃素的朋友說：「吃肉者才是傷害地球的元兇，因為牛羊豬吃掉草原，造成地球沙漠化，人類吃肉吃越多，市場上必須養更多草原破壞更嚴重，如果大家吃素，綠色植物生長更多，對地球是好事」，兩種說法相互對立。

中國大陸仍然是全世界消耗肉類最大的國家，每一年吃掉 3 億頭豬，6 億頭羊，250 億隻雞。牛肉在中國大陸比較不受人喜愛，但是，人口第二多的印度，卻是世界上最大的吃素國家，印度一半人口吃素，



大約 5 億人口，占了全世界 10 億素食人口的一半，印度人為什麼愛吃素，原因何在？

信仰和素食

母親晚年吃素，大部分的臺灣女性有這樣的習慣，受到印度傳播的佛教影響居多。

印度人，一半人口吃素，可能來自社會文化或信仰，研究印度各種宗教，多數奉行不殺生。這種信仰，和印度歷史上充滿戰爭，暴力血腥的反差極大，印度的種姓制度規定婆羅門要吃素，但是種姓制度對女性和下層階級，又充滿不正義和偏見，在印度社會，女權飽受壓抑，經常發生被強暴的女性，無處申冤的情況，印度社會雖然素食者衆，但仍充滿不文明行為。

許多人相信吃素可以平靜淨化心靈，顯然在印度，並沒有達到這樣的功能。無

所懷疑的是，印度人吃素的歷史，相當悠久。

公元前 327 年，亞歷山大 (Ἀλέξανδρος ὁ Μέγας) 的大軍，來到印度北方巴基斯坦 (Islamic Republic of Pakistan)，這是東西方世界的第一次碰撞，亞歷山大帝派出傳令兵歐奈西克瑞塔斯 (Ὀνησίκριτος)，到附近尋找所謂婆羅門的苦行者。或者說，裸體的苦行者。或者說，「裸體的苦行者」，希望知道這些人的生命哲學，當這些苦行者告訴歐奈西克瑞塔斯：「生命之道最重要的是相信輪迴，和靈魂不滅」，歐奈西克瑞塔斯大為驚訝，他說希臘的大哲學家畢達哥拉斯 (Πυθαγόρας) 和蘇格拉底 (Σωκράτης)，也有同樣的看法，原來被稱為希臘哲學之祖的畢達哥拉斯，在年輕的時候，曾經旅

行到波斯及印度，受教於苦行的婆羅門 (ब्राह्मण brāhmaṇa)，不只是畢達哥拉斯來過印度，研究聖經的考古學者也相信；基督耶穌 (Jesus) 也在年輕時沿著亞歷山大帝的足跡，來過喜馬拉雅山 (Himalayas)，並且研習密宗和印度哲學，基督耶穌主張廢除希伯來傳統，以動物獻祭的儀式，到目前，許多基督教派，仍然主張素食主義。

印度婆羅門和耆那教派 (जैनधर्म Jainadharma) 的苦行者，穿扮怪異，裸身、花臉，是印度素食最初的導師，後來發展出的佛教，也充滿不殺生和輪迴的思想，後來在佛教的行腳修行中，也以夏天萬物孳生最盛，擔心苦行者外出行腳，很容易在無意中殺害腳下的生命，所以，佛教提倡「結夏安居」，夏天是禁止行腳的時間，只找一個森林地方休息，以免傷害腳下生命，可以想見；信徒對不殺生的奉行，佛教認為素食主義，是使身心保存純淨的方法，後來，亞歷山大和婆羅門苦行者的對話，被寫入「亞歷山大帝傳奇」一書中，書中形容恆河邊生活的苦行者，終日打坐，肚子飢餓的時候，就到樹下，尋找樹上的果實果腹，苦行者生活好像在天堂。

公元 600 年，佛教素食主義從中國大陸傳到日本，日本孝德天皇也是積極的信徒，下令日本各地不可以宰殺 5 種動





物，牛、豬、馬、狗、猴，這個傳統讓日本進入長達 300 年素食時代，因為動物性蛋白質來源，還有魚類和飛鳥，形成日本人吃魚的習慣，全球吃魚量最大的國家就是日本，當時，日本的農民普遍窮困，只有貴族武士可以吃魚，所以農民就利用耕田的休息時間，捕抓飛鳥，把鋤頭翻過來，當作燒烤工具，在田間燒烤鳥類，這種方式就稱為「鋤燒」，這是目前現代社會流行烤肉的前身，可以想見，日本時代有很長時間的素食風氣。

1290 年，馬可波羅 (Marco Polo) 寫出一本東方世界的遊記，被當時歐洲人認為此書是了解東方世界指覽，但是，很多學者質疑書中內容，考古學者認為馬可波羅並不曾來到東方和中國大陸，他所寫的內容，只是一位熱那亞 (Genova) 水手魯斯蒂謙 (Rustichello da Pisa)，在獄中告訴他的故事，由他傳述出去而已，馬可波羅形容印度婆羅門生活相當高貴，每天洗澡、不殺生、不吃肉，連螞蟻蚊子跳蚤也不傷害，在書中最令人好奇的是，有關錫蘭亞當山 (Adam's Peak) 的描述，他說這個地方是聖經中人類最早的伊甸園，亞當和夏娃生活的地方。

1338 年，羅馬教宗為了證實馬可波羅傳說中的亞當山，教宗派出教士調查團，由馬里諾里帶領，來到錫蘭，後來，馬里

諾里 (Marino) 在所寫的調查報告中說：「他來到亞當山，當地有一個佛教修行教會，裡面的修行人告訴他：他們的祖先就是亞當，這個地方宛如伊甸園，有無盡的水果，修行團說他們從來不殺生，也不吃肉，已經過了幾千年」。

可能受到這些傳說影響，加上歐洲發生幾次瘟疫傳染病，許多歐洲人企圖尋找更好的居處，當歐洲進入大航海時代，許多冒險家紛紛來到東方和印度，尋找亞當和伊甸園的蹤跡，還有更多以亞當山為素材的作品問世，其中最有名的就是湯瑪斯摩爾 (Thomas More) 的「烏托邦 (utopia)」。

烏托邦發表於 1516 年，書中所提到的人類最美麗的願景，就是生活在一個無憂無愁的國度，這是大洪水來臨前的伊甸園，或者稱為「香格里拉 (Shangri-La)」，後來，有一部電影也是以香格里拉為背景，其實就是描述人類最早的樂園，人類和所有動物和平相處的年代，但是，人類由吃素改為吃肉，改變是甚麼時候開始的？

大洪水來了

考古學家從人類的腸胃和牙齒的發展，研究中發現：「最早在地球上的人類，是吃素的動物」。這一點，科學證據和聖經中傳達的語言相同。

根據聖經創世紀中的說法：「人類在大洪水來臨前，是吃素的，所以，可以活到 900 歲，但是，大洪水來了，上帝要挪亞 (Noah) 把動物帶到方舟上，當作未來的種子，並且在地球上所有綠色植物被洪水毀滅後，可以吃動物的肉活下來，但是，壽命就無法超過 100 歲了」，可見吃素可以延長壽命，但是，上帝也給予人類吃肉的權利，這個觀點，對照印度苦行者的吃素主義，以及吃素者延長的壽命，證明吃素者通常比較健康長壽。

前面談到亞歷山大和婆羅門的對話，是東西方的首次文化碰撞，300 年後，基督降生，也開始鼓勵素食主義，基督希望猶太人把動物的獻祭儀式取消，並且認為羔羊和人類的生命，是同樣的珍貴。但是，許多矛盾卻因此產生，根據舊約中所述，上帝已經許諾挪亞可以吃肉，但是卻又要求人類尊重動物生命，這兩者很明顯有巨大衝突，而這個衝突不斷延續下來，也成為目前地球上兩種理論的分歧。

基督教在東羅馬帝國時代，君士坦丁 (Constantinus) 宣布成為國教以後，天主教有所謂修行團，也堅持吃

素的生活哲學，有名的聖方濟各 (Papa Francesco)，就是以保護動物成就一生，但是一般信徒並未堅持吃素。

文藝復興時代，最有名的達文西 (Leonardo da Vinci)，也是一位素食主義者，有人說達文西到過印度旅行，他一生吃素，顯然被印度哲學影響，到了 16 世紀的啟蒙運動時代，人類應該吃素或者吃肉，進入更多的辯證。

今天，許多人會喜歡培根早餐，這個字聯想到英國最有名的哲學家—法蘭西斯培根 (Francis Bacon)，而這一個字眼背後，有一個悲劇的故事。如果你搜索一下字典就知道，佛蘭西斯培根是啟蒙時代英國有名的科學家，他寫的「新工具論 (Novum Organum)」，奠定新知識經驗主義的基礎，有名的歸納 (Induction) 演繹 (Deduction) 法則，就是他提出的。





培根是一位忠誠的吃素者，一生鼓勵吃素，但是他的名字卻和煙燻培根肉，放在一起，培根出生貴族，天生聰明，曾經擔任大法官，1621 年在一場政治鬥爭中，培根被懷疑收賄 4 萬英鎊，被英國政府打入倫敦大牢，出獄後，失去貴族榮耀，而且培根和他的徒弟兩人過從甚密，被人懷疑兩人是同性戀，觸犯倫理大忌，社會輿論用「培根肉」批評培根是燻過的醃肉，意思是縱慾者，一個吃素的人被冠上肉品名稱，成為道德上恥辱標記，1626 年，培根在大雪中研究肉類是否可以用冰雪來防腐，結果卻受到風寒，一場大病後死去。

他的徒弟受到打擊，曾經沉淪很久，後來振作再起，繼承老師遺志，推廣素食主義，並且成為苦行者。他說培根經常引用聖經箴言的話：「義人愛顧惜牲畜的生命」，他認為人類因為吃肉，被上帝逐出

伊甸園，但是可以藉著齋戒和素食，重返樂園，一直到現在，英國最早的貴格教派，還有齋戒習慣。

英國在啓蒙時代，脫離天主教，成為新教徒，在飲食上相當掙扎，多數新教徒並不認同天主教隱士團的吃素主義，並且認為吃素是異端。

1642 年，英國的共和派和保皇派陷入長達 7 年的內戰，最後克倫威爾 (Cromwell) 所代表的共和派獲勝，執政初期，克倫威爾對宗教採取放任自由，但是，沒有多久卻緊縮言論，許多人失望後只好從宗教上追求慰藉，於是透過宗教啓發，更多激進的社會運動產生了。

一位名叫羅賓斯 (Robbins) 的人出現，他到處旅行，宣揚自己就是上帝派到人間的使徒，許多跟隨者和羅賓斯一起禱告時，禱告進入深沉階段，會全身震盪，所以被



稱作「震盪教派」，他要求信眾不可以吃肉，並且宣告當審判日來臨時，他會打開英倫海峽，帶領信徒到以色列，神所許諾的地方生活，被迷惑的信徒不在少數，1951年，英國國會通過褻瀆法案，把羅賓斯逮捕下獄。

歐洲的素食運動影響，從英國開始傳到歐陸，許多啓蒙時代的哲學家，也都是素食者，甚至在他們的詩中表現：「獅子已忘了嗜血天性，他奔馳於豔陽下，孩子們快樂地在一旁玩耍，他的爪子已沒有血腥味，他的牙齒再不凶惡，習慣已讓他的性情，和羔羊無異」。人類忘記草食天性，嗜吃肉類，所以變的殘暴，人類可以透過習慣轉變，回復以前的溫和草食性格。

醫學和素食

歐洲進入大航海時代，除了對世界的探索以外，卻意外發現：長期航海所造成的壞血病，這種病的唯一治療方法，卻是綠色植物，也因此加速了素食的宣揚，並且把素食和醫學進一步連結。

最早期的航海水手，普遍相信綠色植物是壞血病的良藥，但是，在船上種植植物的創始人，卻是中國大陸明朝的鄭和。

1498年，大航海家達伽瑪 (Vasco da Gama) 在前往印度的探險途中，水手飽受壞血病的肆虐，船隊死亡 30 幾人，

每艘船只剩下幾人可以掌舵，水手奄奄一息，這時候剛好一艘阿拉伯船經過，水手大聲呼求救命，這艘船剛好滿載了柑橘，恰好拯救了壞血病的水手，剛開始，達伽瑪以為壞血病病因是空氣，後來才知道缺乏素食，是生病主因，到了大航海時代晚期，許多水手已經知道植物對海上的水手相當重要。17世紀，在臺灣進行貿易的荷蘭東印度公司船艦，船艙中會以瓷器壓艙，然後在裝滿瓷器的木箱中，灑滿豆芽種子，不只可以防止瓷器碰撞損壞，這些豆芽成長後，也作為最簡單的素食來源。

1734年，一位醫生提出有關壞血病的醫學報告，他隨船到印度等地，觀察水手患病及治療的過程，進一步證明綠色蔬菜是關鍵，他在報告中說：缺乏酸性飲食或素食是生病主因，所以病人只要補充蔬菜或水果，就可以奇蹟式康復。

1753年，英國愛丁堡海軍軍醫詹姆斯林登 (Lyndon)，以 12 名罹患壞血病的水手，進行比較研究，並出版第一部醫學實驗報告「壞血病的治療方法」，實驗中證明：食用檸檬和酸桔汁，是最快的康復方法。

英國隨著工業革命帶來的新科學知識，素食或肉食，何者比較健康的爭論，也進入醫學的探索領域，但是「素食主義」這個字的大量使用卻在 1840 年以後。



1773年，在愛丁堡大學擔任醫學院院長的威廉庫倫 (William Coulomb)，成為素食主義和健康的權威學者，他的諸多學術作品中以科學觀點說明：「相同分量的蔬果，營養價值沒有比肉品來的高，但是肉類在身體中會快速腐敗，對人體健康反而會有不良影響，吃肉會刺激擾亂神經，造成高血壓等各類疾病」，庫倫還進一步以印度眾多婆羅門人口，也只吃素食，但是，卻和英國吃肉的人一樣健康，庫倫的理論；影響眾多當時高層的學者，例如亞當斯密 (Adam Smith)「國富論 (The Wealth of Nations)」，大衛修莫 (David Hume) 以及牛頓 (Isaac Newton)，這些名人紛紛加入素食行列，造成 18 世紀英國素食人口大量增加。

英國素食主義，很快傳染到法國知識分子，最有名的要推文學家伏爾泰 (Voltaire)，這位被稱為法國自由主義之父，對未來的法國大革命，具有深遠影響的作家，在作品中對素食主義大為推崇，在「巴比倫公主 (La Princesse de Babylone)」一書中，伏爾泰如此形容吃肉的人，他說：「在人類的肚子裡塞滿滿的動物屍體，還痛飲酒類，這讓他們的身體血液變的辛辣，連腦袋也有了大轉變，他們滿腔怒火，正準備把自己的同伴也開膛剖肚」。

肉食影響心智和心性，成了素食主義推廣的主因，也促成法國大革命，這些素食激進主義者，也促成法國大革命，這些素食激進主義者，從關懷動物平等，到關懷底層人民的慈悲出發，成為法國革命中一股最大力量。

新科學時代來臨

後工業時代的新科學，在 20 世紀初來臨，馬爾薩斯 (Robert Malthus) 的「人口論 (An Essay on the Principle of Population)」說：「人口成長比食物成長快速」。一時間，造成全世界恐慌，因為蔬菜的提供，趕不及人口的等比級數增加。吃肉是最簡單的方式，事實也是如此，一塊肉的熱量，可以比上一大堆蔬菜水果，尤其是窮困的人家，體力工作，更需要肉類提供熱量。其次，戰爭和瘟疫也是 20 世紀的人類公害，多處戰爭，製造難民移動，也是綠色耕種收成降低的主因。最大的威脅卻是環境汙染，不管是吃肉或吃素，工業化所造成的汙染，使人類健康飽受威脅，不管你是素食主義或肉食主義皆然。

二次世界大戰後，人類經濟進入高度成長，1970 年，卡森 (Carson) 以「寂靜的春天 (Silent Spring)」一書中描述 DDT (Dichloro-Diphenyl-Trichloroethane) 對土地的毒害。為地球的環境汙染問題掀

開布幕，科學家發現許多有毒化合物經由土壤、河流、海洋、空氣進入植物和動物身上，人類吃了這些動植物，讓污染源進入體內，是造成癌症的主因，包括戴奧辛或多氯聯苯，科學家相信：動物體比植物更快吸收化合物污染，而這些毒物和病菌無所不在，從天空，土地到海洋，一切動物和植物一起同受傷害，例如禽流感、口蹄疫、狂牛症等等。

200 年前的世界，和現在的世界不一樣了，甚至科學家也無法保證自己肯定吃到健康的食物，但是，科學家為了健康和長壽，還有更多的發明，包含為人詬病的所謂基因改造食品。

去年，英國推出人工製造的蛋品，可以保證和真蛋一樣，而且不受污染，美國也發明了完全可以化學合成的肉類——所謂

的人工漢堡，取代牛肉，未來的世界，基因改造的蔬菜和農作物，將是人類食物的主流，甚至未來學者預料：有一天，地球上的人類，不會再以素食或肉食維持生活所需，而是改吃各種可以維持體能的維他命。

人類對地球環境的破壞，越來越巨大，移民其他星球，也許將來勢在必行，而在其他星球的生活，必定無法延續目前的飲食文化方式，或者說，人類被迫必須學習改變自己。

你可以想像這樣的畫面：當地球被所有疾病或各種有毒物質污染之後，地球空氣是放射線，天空也不乾淨，人類必須活在用隔離輻射塵的玻璃帷幕，打造成生活空間，有一天，你醒來時候，身邊的人只會問你：「維他命吃了嗎？」沒有人問你：「你是否吃早餐」？或者問你：「今天吃素了嗎？」，這就是我們人類的明日世界，你相信嗎？

不管吃肉或吃素，口慾的快樂，在未來世界變得不重要，因為人類的環境已經改變，植物和動物，都是人類稀有的朋友，值得保護，如果你可以活得更久一點，你肯定可以見到那一天來臨：所有食物完全合成，沒有動植物的傷害，那時候就是聖經中^①世紀所描述的伊甸園：和平，安詳。





睡東坡真美

文／于真 圖／編輯部

睡美人是盡人皆知的童話故事，它能使小孩子和成年人，一同墮入夢幻、絢麗而靜謐的精神世界。

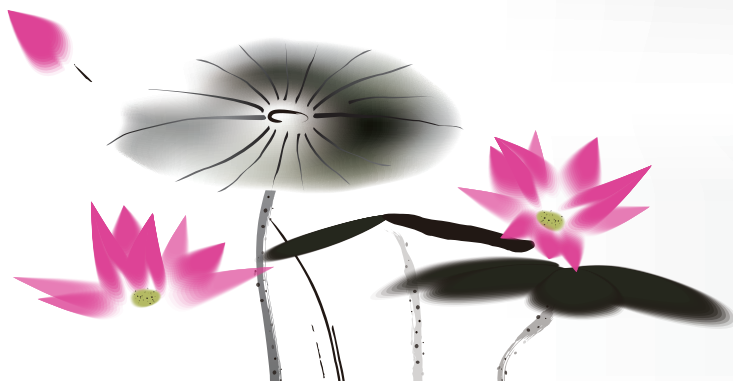
但是睡東坡就不普遍了，我們要掀開整套詩集和曲子，小心在字裡行間探步，纔能聽到他的鼾聲。

東坡入睡，筆者為什麼要把他和睡美人合在一起？因為西曆1097，距今900多年前，東坡居士寫過這樣的一首詩：

白頭蕭散滿霜風，
小閣藤床寄病容；
報道風生春睡美，
道人輕打五更鐘。

裡面有「春睡美」3個字，引起筆者的聯想；雖然童話裡的美人睡，和東坡先生的睡人美，仍然大有差別，但是引人遐思。

東坡的詩，題曰「縱筆」，是非常著名的七絕。那時的東坡，以受貶之身，隨喜某叢林，並留在小閣的藤床上歇宿。到五更時分，寺僧要敲鐘做早課，聽得有人說：東坡先生還未醒呢，忙把平日慣使的力量蘊藏束下來，減弱鐘聲。





這首詩傳到當時的京都，主政的新黨十分忿怒，認為東坡睡得這樣「美」，大大的不應該，便再下令把他貶到東南更遠的地方（今廣東省儋縣）去。

據我們從閱讀中所得，東坡的兩頰狹長，長相並不美；另外再加上「白頭」「蕭斷」「霜風」尤其是「病容」，無論如何也繫不上一個美字。此與童話中的睡美人不同。東坡之美，在於睡美。東坡曾自供：「睡美不知身在何。」

我們大可這樣解釋：一枕濃睡，醒來精神充沛，謂之「睡美」，此與睡覺時的姿態絕不相關。東坡一生，尤以受謫南遷時期，始終不忘追尋這樣的「睡美」。我們且看：

酒闌病客惟思睡，…
鬢絲禪榻兩忘機。

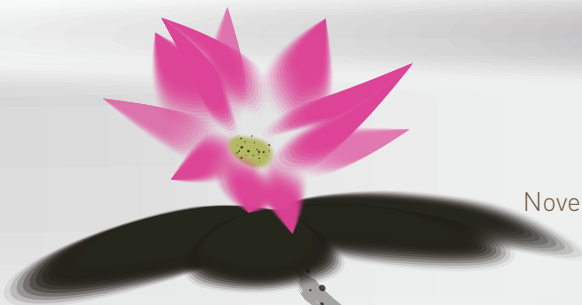
一個身心俱困倦的人，想要找一個安靜睡覺的地方，卻找不到，結果暫借僧榻安頓，希圖忘懷得失。詞「一叢花」：

衰病少棕，
疏慵自放，
惟愛日高眠。

「棕」就是樂趣的意思。一個衰病而趣味無多、懶洋洋而自不檢點的人，怎能不逃到睡鄉那裡去？

「思睡」「愛……眠」，我們現在也可以作以下的體會：

東坡跟當權者的政見不合，只有逃入空門一會兒（東坡南徙，隨身攜有佛經置床頭），甚至白日應該做事的時刻，也遁入睡鄉，不願醒覺（「自放」可解作故意不守紀律，亦即藐視當時的政治標準之





意)。就這一意義說來，東坡的「睡」，與陶淵明的「酒」，可算異曲同工之妙。

但是單純為了政治氣候而寫詩寫詞，在東坡是沒有的。言外有意，吐一點政治上的濁氣，是固然矣；言中有自己的生活真實，想睡覺就說睡覺，想飲茶飲酒就說飲茶飲酒，這才是一個活的東坡。再說一次：東坡渴求「睡美」，是東坡的生活實情，寫入詩、詞裡頭，不過順便針砭一下時政

而已。我們看他蓄意上床尋「美」的情形：洗足關門聽雨眠。

東坡素性愛雨，雨來了，便思量躺在床上傾聽。或許那時東坡真的累了，「聽雨」而「眠」，即夢中也應該帶有雨聲罷？能把日間之所愛，帶到夜晚去的人是有福了。但還須「關門」以謝絕騷擾，東坡有詩贈某寺院方丈：

山人睡覺無人見，...

只有飛蚊繞鬢鳴。



「無人見」可以放心睡眠，惟是「飛蚊繞鬢」卻睡不安穩，可以推想「山人」其時仍是難於入夢的。長期難以入夢，自生不足之感；一旦暢快酣眠，當然倍加愜意：

食罷茶甌未要深，
清風一榻抵千金。
腹搖鼻息庭花落，
還盡平生未足心。

我們據此詩，可以知道東坡對於睡眠，有「平生未足」之恨。東坡寫此詩時，雖則已「清風一榻」，得到補償；但我們也明知，渴睡，從生活習慣積聚而來，過不多久，「平生未足」之「心」反須「還」了。但即使如此，一個清風榻上的睡東坡，想來仍是十分美；一句「清風一榻……」、一句「……庭花落」，完全是李白氣象。詩人到此，真可以說是躊躇滿志，「未要深」了（首句「未要」，末句「未足」，「未」字疊用，如筆者所據版本無訛，則東坡做人做詩均不拘小節，此又一例）。

所以「日暖風輕春睡足」，是心情愉快的東坡要大書一筆以誌盛。「睡餘柳花墮」，是可親的，有不期而遇的驚喜。東坡渴睡，隨處可以躺下，不脫衣服也可以躺下：

和衣睡晚晴，
不知鐘鼓報天明，
夢裡栩栩然胡蝶一身輕。

「一身輕」三個字，我們知道東坡又回到現實的政治生活上來了。東坡是詩人，也是一個有政治理想的官，他和司馬光一道，與王安石尤其是王安石的更偏執的徒子徒孫們分庭抗禮，結果在政壇上大受逼害，一再南貶，可說是一個終生未實現其抱負的人。

我們今日誦讀東坡有關這方面的詩詞，不能說東坡已逃入睡眠中去，忘情現實，只要「睡美」；我們毋寧說，東坡睡著了，我們不要驚動，到敵對的惡勢力消退，我們自然能喚他醒來，就像童話故事中的睡美人一樣。❶



源遠流長

感謝讀者回函告訴我們他們喜歡《源》，希望《源》雜誌能繼續發行，讓他們認識台電、了解臺灣在地。

有 9 成的讀者認為《源》讓他們更了解台電，使他們珍惜電力資源，更有高達 99.1% 的讀者認為《源》使他們疼惜臺灣。

有近 9 成的讀者認為台電公司是關懷社會、盡責、重視環保的公用事業，並肯定台電公司發行《源》雜誌效益良好。

最喜歡的專欄前 5 名分別為亮點故事、電力生活、生態永續、教育深耕及在地生活，另讀者回函亦建議《源》雜誌能加強一鄉一特色之內容。

「參觀大甲溪電廠之旅」得獎名單

「參觀大甲溪電廠之旅」活動謹訂於民國 105 年 12 月 16 日（週五）舉行。
抽獎活動於民國 105 年 11 月 22 日 14 時在台電公司電協會及法務室之見證下，假台電公司總管理處電協會會議室抽出正取 10 名（另備取 10 名），得獎名單如下：

正取名單

1. 謝○勳
2. 李○錫
3. 張○鈴
4. 余○秋
5. 宋○欽
6. 張○文
7. 讀者編號 AF-070
8. 邱○芳
9. 劉○甫
10. 裴○雲

備取名單

1. 沈○文
2. 陳○琳
3. 陳○霖
4. 梁○霞
5. 蘇○雯
6. 林○勝
7. 王○偉
8. Lune
9. 高○婷
10. 李○豫



- ◆ 恭喜以上中獎者，詳細活動辦法將依得獎者填寫問卷時所留資料個別通知
- ◆ 正取者放棄資格時，將由備取者依序遞補



徵稿 Contributors

【歡迎來稿】

- ◎ 請附真實姓名、身分證字號、戶籍地址（含區、里、鄰）、聯絡地址及電話、傳真，發表時可用筆名。來稿文約兩千字，請用稿紙書寫，最好用電腦謄打列印並附電子檔，或用e-mail傳寄，照片／圖片可用高檔光碟。
- ◎ 凡所提供文字內容、照片、圖形、須皆無著作權爭議，文責由作者自負。
- ◎ 來稿請搭配相關圖片，並請寫圖說，圖片用完退還。
- ◎ 因發行量有限，為便利大眾閱讀，刊登於《源》之文圖將免費提供網路轉載，經轉載之文章，不另支付稿酬，不願被轉載者請註明。

【感謝您的厚愛】

- ◎ 《源》每期分送各公私立圖書館，請就近參閱。個人可親向附近台電所屬機構，或附回郵信封向台灣綜合研究院《源》雜誌編輯部索取，送完為止。
- ◎ 歡迎各社區、團體、醫療機構等之圖書室來信索閱，自次期起寄贈。
- ◎ 讀者來函請寄台灣綜合研究院《源》雜誌編輯部收。歡迎網路轉載《源》文章，請先與我們聯絡。
- ◎ 想看更多《源》文章，請上《源》網站<http://www.tri.org.tw/per/yuan.html> 台電員工可上台電內部網站觀看。
- ◎ 歡迎與本刊物交換刊物。



YUAN magazine NO. 120

關懷社會 · 點亮台灣

以畫召喚靈性覺醒—劉瑞瑗

新北市立圖書館——一座 24 小時陪你閱讀的圖書館

「蛙蛙國」—瑞芳瑞柑國小校園生態村全記錄

從動物醫生到永續循環經濟的推手—程耀霆

老公仔標—傳味百年的香辛料世家

紀州庵—臺北城南的文學新基地

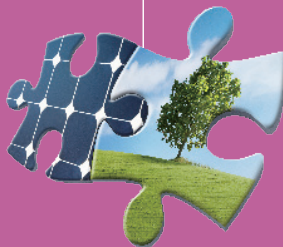
松柏貞靜，頂天立地

皎月當空，光耀宇宙

今天，你吃素了嗎？

睡東坡真「美」

源遠流長



ISSN 1026-2423



台灣電力公司
www.taipower.com.tw

廣告