

多聽多看多精彩

文/林庭賢(宜蘭社區大學校長)

宜蘭社區大學、羅東社區大學，為了讓大家都多元的學習機會，從民國 89 年開辦專題講座到現在，已經十五年了，專題講座多數是在週末、日下午舉辦，在假日參加社大免付費的專題講座已然成為另一種「多聽多看多精彩」生活風格。

103 年下學期，宜蘭、羅東兩所社區大學安排了 12 場不同主題的專題演講，包括：「阿三（周俊三）的籃球夢」、「哲學暈未去·當代哲學的失眠之夜」、「」推展宜蘭縣泰雅民族教育的一群推手、「用咖啡品味生活」、「自助好好玩—知道這些小撇步你也是自助旅行達人」、「噶瑪蘭文化」、「新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論」、「《香蕉戰爭》影片欣賞與映後座談」、「《當家花旦》影片欣賞與映後座談」、「《愛的十個條件》影片欣賞與映後座談」、「《去看小洋蔥媽媽》影片欣賞與映後座談」、「雨停了，太陽會出來—紀錄片《失婚記》放映暨心得分享」。

在社區大學除了傳統的教室授課方式外，專題講座亦是頗受好評的終身學習推展方法；在專家與參與者對話的演講樣式之外，本學期社區大學也嘗試經由影片的欣賞與討論，試圖摸索專題講新方式。因此羅東社大本學期的 6 場次均以影片觀賞討論的方式來進行。參與者反應不惡，日後社區大學也會將此納為舉辦方式之一。

希望透過專題講座，讓大家能夠在社大修課之外，對於宜蘭縣、台灣或者是大家想學的一些知識，也能夠在參加專題講座之中獲得。特別是影片欣賞及討論，邀請導演或片中主角與談人來映後座談，當欣賞完影片，會以自身經驗印證某一些觀點，有些觀點可能是他人未察覺的，透過映後座談討論交流，便可以更加擴大參與者視角。

以本學期「《愛的十個條件》影片欣賞與映後座談」場次為例，透過影片與討論，使新疆的人權與民族問題深刻呈現於眼前。2009年《愛的十個條件》紀錄片拍完之後，要在澳洲電影節及高雄電影節放映，中國共產黨都曾大力地阻撓，因為內容講述的是新疆獨派女鬥士熱比婭·卡德爾(Rebiya Kadeer)追求愛情及人權的故事，其中涉及到新疆獨立的議題。

影片之後，不免也會問自己，如果您是熱比婭·卡德爾，會支持族獨立嗎？理由為何？若為了獨立的目標，會是經由和平或武裝手段？這些個疑惑也曾是故事主人翁熱比婭·卡德爾的疑惑。

還好在台灣這片土地，可以容許讓各種不同聲音同時呈現，讓人可以學習自由思考。而社區大學不就是一處推動多聽多看多精彩，學習自由思考的好所在嗎！

目錄

心靈點滴《二十九》

在社大聽見好生活……………林庭賢（宜蘭社區大學校長）

宜蘭社區大學

第一場……………01

講題：阿三的籃球旅程

講者：周俊三·籃球教練

第二場……………09

講題：哲學睏未去·當代哲學的失眠之夜

講者：鄭宇迪·宜蘭慈心華德福實驗學校高中部主任

第三場……………17

講題：推展宜蘭縣泰雅民族教育的一群推手

講者：曹天瑞·原住民事務發展委員會委員

第四場……………27

講題：新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

第五場……………37

講題：用咖啡品味生活

講者：賴昱權·2014「咖啡奧林匹克」世界盃咖啡大賽烘豆冠軍

第六場……………47

講題：自助好好玩—知道這些小撇步你也是自助旅行達人

講者：馬機·背包客棧東南亞討論區版管

第七場.....57

講題：噶瑪蘭文化

講者：邱水金·文史工作者

羅東社區大學

第一場.....65

講題：新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

第二場.....71

講題：《香蕉戰爭》影片欣賞與映後座談

講者：鄭文堂·導演

第三場.....77

講題：《當家花旦》影片欣賞與映後座談

講者：簡志澄(Teddy)·白雪綜藝劇團團長、《當家花旦》男主角

第四場.....87

講題：《愛的十個條件》影片欣賞與映後座談

講者：蔡季勳·台灣人權促進會秘書長

第五場.....91

講題：雨停了，太陽會出來—紀錄片《失婚記》放映暨心得分享

講者：蔡崇隆·《島國殺人紀事》導演、《失婚記》製片



第一場（宜蘭社區大學）

講題：阿三的籃球旅程

講者：周俊三·籃球教練

日期：103年09月27日（六）14：00～16：00

地點：復興國中德馨樓四樓視聽中心

文字整理者：簡郁瑾

各位宜蘭鄉親大家好，很開心今天能夠回到宜蘭，我國小是念中山國小，從復興國中畢業，我家就住在旁邊而已，今天來跟大家報告我從小到大從事運動的一些過程，一路上遇到很多的驚喜、貴人，還有一些教育方式等，讓我在這過程中有一些些的收穫。

我從 1986 年一直到 2008 年這 22 年都在球場上奔馳，為什麼可以打這麼久可能跟我家是開中藥店有關，從小就吃中藥進補，加上平常生活也都很節制。籃球是個團隊運動，不只是身高高的人有優勢，比較矮小的也可以有很大的發揮。

那我其實待過很多球隊，像是麥當勞、宏國職籃一直到現在的台啤籃球隊，那我帶過三隻球隊，分別是甲組的中聯信託，然後台啤籃球隊以及現在的德霖技術學院，國家隊從 1989 年到 1999 年總共參加了十個年頭，至於教練的話從 2009 年開始到 2011 年當上中華隊的總教練，這些過程都滿精彩的等下可以一一分享。

話說回來，我是出生在一個鄉下的小家庭，那中山國小是個很特別的學校，我國小時已經八十幾年的校慶了，現在已經破百了，那時候整個國小都是男生，隔壁學校全部都是女生，在台灣是很罕見的，那時候普遍認為要認真念書才能出人頭地，可是念書又念不贏別人，因為男孩子嘛，就想說跑的比別人快就是比別人好，我的名字也滿特別的，那時候有個布袋戲「雲州大儒俠」裡面有個角色叫劉三，是個智多星的角色，我爺爺當時很迷就把我名字取了個三，小學時我幾乎什麼運動都參加，包括體操隊、田徑隊還有棒球隊，我哥哥跟弟弟都是縣內很有名的選手，像我哥哥是一百公尺的紀錄保持人。而我到了國中畢業考聯考，分發到蘇澳海事學校，在當時來講是比較不理想的。除了在學校以外，其他時間幾乎都是在宜蘭高中或復興國中的籃球場打球，高一的時候是很叛逆的，連搭公車都會抽煙，但後來出去抽煙都要當伸手牌，所以後來就戒掉了，其實現在想想當時加入籃球隊，讓我把一些壞習慣都改掉，也滿不錯的，那時高中三年畢業後有個機會可以到台北打甲組球隊，快畢業前的三月那時候剛好在比自由盃籃球賽，蘇澳國中陳金雄老師就把我帶過去球隊，不過有點不太受重視的感覺，那時候心想再怎麼說我也是宜蘭籃球鬥牛場上

的一方之霸，怎麼到了甲組球隊就變得乏人問津。

後來進了台北市銀行甲組籃球隊，一個禮拜練三天，因為台北沒地方住所以我都是練完球就坐火車回來，那再後來就是住三重的阿姨家，大家知道我第一份薪水是多少嗎，甲組球隊正式球員，是三千元，還要先預扣 10%的所得稅，之後我又加入麥當勞籃球隊，這隻球隊都是以年輕人為主，當時有個從美國回來的球員叫張嗣漢，現在是好事多台灣區的總經理了。在麥當勞打球除了練球以外也會安排我們去工作，那時候麥當勞時薪是 40 元，在麥當勞那段時間是我打球最快樂的時光，而教練是正從國家代表隊退休的國家及控球後衛陳日興教練，從他身上我學了很多，他教我打籃球要多看、多聽、多想、多問，要自己思考然後發問，成長很快，打了兩年的甲組球隊後很幸運的入選亞洲青年籃球國家代表隊，當時的隊友有鄭志龍，還有朱志清，那一屆的亞青盃在菲律賓打，那一次四強賽遇到中國隊，他們打同樣位置的大概都比我們高上 20 公分，這在臺灣是從來沒見過的，那一年打到亞軍，算是還不錯的成績。

1989 年的九月有亞洲盃的比賽，我們也到韓國去移地訓練，有來自世界各國的球隊，包括美國、澳洲、日本等，只要跟他們打都輸了二十幾分，回來後又再集訓一個多月，那年剛好是 1989 年，發生六四天安門事件，過後兩個多月到中國去比賽，算是很敏感的時機，這一屆我們打的還不錯，從兩個前的國際邀請賽輸日本二十多分到第十五屆亞洲盃籃球賽季軍賽對日本到贏近二十分，真是難得的比賽經驗，而本屆也拿下亞洲盃最好的成績第三名。

高中畢業那年台灣省立體專與台北市立體專聯合招生，主辦單位為省立體專，而我第一志願是填北體，第二志願是省體，結果老師看到就說你來省體考試，結果第一志願是北體是什麼意思，我當下就馬上改，考試的時候考三天，第一天學科，二、三天都是術科，考試過程還滿順利的，結果收到成績單一看術科差一點點，又落榜了，第二年才又考到北體，北體畢業後來又插班文化大學體育系三年級，畢業後就到金六結的新訓中心，因為是大專兵的關係只要一個多月，老鳥有交代，在新訓中心只有出公

差的機會就得大聲爭取，而我就是那個萬能公差，第一個是管衣物的補給公差，所以有換不完的襪子可以穿，也因為這樣沒有得香港腳，再來是油漆公差，我也是去爭取，後來連長問我要不要簽三年半自願役士官，我就說因為跟球隊還有合約，就婉拒了，機會一旦過了就不等人的，晚上連長就公開問大家有沒有要簽的。

後來我抽籤抽到馬祖的西莒去，坐船坐了十幾個小時也吐的很慘，在外島一共待了五個月，剛好遇到連江縣的縣運會，籃球項目拿了個冠軍，那一年剛好也是宜蘭縣舉辦理台灣區運會動會，也就是現在的全運，原本受邀擔任開幕式舉聖火的運動員，但因到外島當兵而錯過了這個莫大的殊榮，隨後調到軍中球隊飛駝籃球隊，這個球隊是為了讓籃球員在當兵時還可以繼續訓練所成立的，那時候的教練為張克佑教練，而張教練操著山東腔的口音的山東人，也因口音的關係，讓隊員們有時因聽不懂教練的指示而發生了一些有趣的事。當然當兵的歲月也是拂袖而過，近兩年時間很快就過去了，我退伍的那一年1994年，剛好中華職業籃球聯盟就成立了。

一開始有六隻球隊，分別是宏國、裕隆、泰瑞戰神、宏福、達欣以及幸福水泥，宏國衍生到現在就是樸園籃球隊，泰瑞變成現在的台灣大，宏福不見了，幸福變成現在的金酒，也因為這樣的關係讓我有機會變成職業籃球員，月薪也從當兵前的五萬多變成十萬多，加上勝場獎金還有一些廣告代言，收入比以前好，除了運動員以外，還要跟媒體接觸，也有特別上課如何跟媒體接觸，然後隊上也有幾個洋將，溝通也是個問題，那我又是球隊的隊長，所以還是得跨出那一步，不過就是敢講人家就是聽得懂，也有遇過那種白人主義的教練，根本不理你的，也是得要慢慢去溝通，再來就是社會責任的部份，有拍寫真集、出過CD，甚至還有工地秀，這張公益廣告，左邊是東方介德，中間是黃春雄、鄭志龍、右邊是邱宗志、李雲光。

這個是我跟鄭志龍、朱志清共同發起的中華籃球文教基金會，幫助一些想打球但是沒有資源、隨後跟Reebok公司，簽了一紙三年一千萬的推廣並打造籃球基礎網路的合約，其中六、七百萬是投入在基層推廣及訓練上並於三年內跑的近百所的學校，

推廣基礎籃球運動。

再來講到國家隊，前面提到 89 年開始幾次跟韓國隊打都輸了，但從 1994 年職籃成立以後，洋將的刺激加上比賽的增加，使我們籃球競爭強度增加，到了 1997 年東亞運動會，我們拿到了冠軍，這邊是一些比賽的報導，再回到職籃，一個球隊要連霸三次才能叫做王朝，我國職業籃球才成立五年，除了第一年是裕隆奪冠以外，二三四五年都是宏國拿下冠軍，在 1998 年曼谷亞運之後，因為經年累月比賽造成右大腿有撕裂傷，從那時候開始休息復建了八個月，還好那時候有保失能險，除了薪水以外還有保險給付，那在 1999 年我最後一次參加國家隊到日本去打比賽，在四強賽打贏日本，粉碎他們想要進軍奧運的夢想，當年宏國建設發生財務危機，不得已只好把球隊解散掉，我那時候已經有兩個小孩，一下子少了這筆還不錯的收入，對於生活是個很大的危機，那時候曾經一個禮拜都在吃泡麵，隨後覺得要為自己的人生好好規劃，所以就去國立體育學院教練研究所重新學習，開始第一天教授就直接跟我說要上什麼課、論文題目什麼時候要訂出來等等，跟以前照著別人安排好的走不一樣，重研究所裡學到了不只是更深奧的理論更學到了，時間的控制與安排，而這一些就是日後所說的生涯規劃。

現在台灣有一百多所大學，台清交這些名校也有體保生的名額，等於說可以透過運動去繼續深造，甚至有機會就讀不是體育相關的科系，先階段的社會已經是個專業時代，這時候證照就很重要了，在學校裡面能夠有機會把證照考起來就要先考，比起出社會再來考更加的簡單些，我現在除了國家級的籃球證照外也有游泳還有一些管理的證照。

中華職籃無限期封館後，也有機會到中國大陸去打職業聯賽，我們球隊的基地就設在蘇州，大家都知道中國很大，從蘇州到上海的機場坐飛機再到比賽的場地，常常要花上八到十個小時，再加上各個地方方言不同，也是很困擾的一件事，而且氣溫也滿冷的，有次到新疆去比賽，為了感受一下零下二十幾度的氣溫，就走到戶外去，沒想到風一吹，鼻涕也不由自主的流下來，馬上轉頭回到飯店在加衣服加褲子，這才感受何謂零下 20 度 C，

而蘇州是比台灣更冷而且還更潮濕，常常從外地比完賽回到基地，就感覺到棉被有一股發霉的味道，總得要經過數天的才能整理乾淨，此外大陸各地的賽場也有許多特色，南方溫北方野，球迷看球火爆的程度就屬山東主場最兇，為了干擾客隊其招數千奇百怪，其中以敲鑼打鼓最為常見，再來講到姚明，剛好那個賽季打完就要去 NBA，他其實是很用功的一個球員，除了上球場外，原文書即可是重不離身，他之所以會在 NBA 立足，不只是單純因為身高而已，而機會是留給有準備的人，用在姚明身上是再貼切不過了，到大陸這兩年的職業籃球之旅也算是滿有趣的一段經歷。

那兩年之後回到台灣，研究所也畢業了，要找學校可以教球的，本來說好要去交大，結果後來跟現在的奧會主席林鴻道吃飯，就改去德霖技術學院，一待就是十年了，有人說我怎麼這麼笨，怎麼會去私立學校呢，至少公立學校的退休金比較多，不過後來想想這十年除了在學校當老師以外還可以出去賺錢，假設一年一百萬的話十年下來也一千萬了，那個比較好就很難說，人生就是有捨也有得。再來也可以繼續在延續籃球生命，你說何樂而不為。

再來講到 SBL，現在有裕隆、達欣、台銀、台啤、金酒、台灣大跟樸園這七隻球隊，選秀會上除了國內選手外還包括有華人血統的 ABC，像簡浩這些，台灣球隊一年的預算大概是兩千萬到五千萬左右，中國大陸是一億人民幣，差很多，舉個例子我在當國手的時候一個月月薪是五萬塊，那韓國剛進去國家隊的年輕球員在旁邊當紀錄的，簽約金就是一千萬台幣，像曾文鼎年薪大概兩百多萬，同期的韓國球員金周成年薪是兩千萬，你看差多少，韓國是政府鼓勵企業投資球隊，可以節稅，那運動員收入是完全免稅的，其實台灣也可以做，像很多產創條例那些，可是就是不重視這塊，國家的體育政策都是在收割，沒有在投資，這是很可惜的地方，像我如果去進修的話一回來教練缺就不見了，因為市場太小只有七隻球隊。

回來講到新浪籃球隊要轉給台啤，那我因為還想打球就轉到東森籃球隊去，後來台啤與東森達成協議，將我與邱大宗教練互換到因此我就到台啤隊去了，這應該是台灣籃球史上第一件球員跟教練交易事件，前幾年我都是球員兼教練，那台啤在這幾年當

中也是創下不少紀錄，到台啤隊之前，台啤隊因為成績不好本來要被公司解散掉的，後來公司跟球隊進行切割，球員屬於球隊而不是台啤這間公司的員工，就不用到公司去上班，那再加上薪資跟簽約金加碼，才慢慢打出來，那也因為台啤讓我又拿到了三次冠軍，台啤這隻球隊也算不錯，球員有更好的發展就讓他們去，像林志傑、楊敬敏、吳岱豪都到中國大陸去發展，年薪是從 200 萬跳到 800、1000 萬，那在前年的時候台啤也發生過一次危機，就是球員都被台灣大重金挖角過去，像何守正、陳世念、吳永仁等，此時的台啤隊又得跟十年前一樣重新來過，目前台啤新的球員像劉錚、呂奇旻等等，也慢慢成長，又重新回到四強之列，所以只要用心經營就有收穫的一天。

最後我的座右銘，努力非成功，成功必努力，就是努力不一定能夠開花結果，但是如果成功的話一定要非常努力，以上分享我的求學、打球或是教練生涯，也希望各位以後不管是籃球或是其他運動，其實是非常辛苦的，需要各位的關懷跟支持，也看到很多家長很反對小孩子以運動為出路的，其實除了身體健康以外也可以培養很好的人際關係，這一點是很重要的，在遇到挫折的時候可以正面的看待處理，那接下來大家有什麼問題或指教的，謝謝大家。

提問一：剛有提到我們跟韓國比賽的時候，除了球員照顧以外，有沒有其他方面可以分享？

回答：這問題一針見血，以前為什麼會輸韓國就是因為經驗不夠，韓國隊移地訓練打很多比賽，我們還沒有職籃時候一年比賽沒幾場，那就容易在最後關頭軟手輸掉，那現在的 SBL 一年大概 30 場球賽，其他的培訓計畫也有限，我在 2001 年國家隊集訓時，籃協理事長致詞第一句話就說我們集訓的經費是零，更扯的是領到第一份薪水換算時薪不到 80 塊，以前國家隊集訓費用一個月五千塊，然後領隊再補五千塊，所以是一萬塊，很多東西是外界不得而知的，國家在培訓方面還是很不足的，體育政策是有很大的問題，運動員也是滿辛苦的，無非就是希望球隊能夠更多，比賽也能更多，球員能夠更好。

提問二：小孩子如果要從事體育這條路勢必是非常辛苦，那

遇到挫折的時候怎麼才能夠不退縮呢？

回答：籃球好玩的地方就是他是個團隊運動，那家長為什麼很重要，就是要從小帶著孩子去玩，去培養興趣，小時候大多是玩的性質，比賽性質沒有那麼重，第一個是看自己有沒有進步，第二個是團體生活裡要讓小朋友有些挫折然後去面對，不能去逃避，父母及同儕之間就扮演很重要的角色，再來是時間的分配，除了運動以外，念書、吃飯其他時間也都要分配好，然後要有方向，最好是兩者都能兼顧。

最後，謝謝大家今天的參與。



第二場（宜蘭社區大學）

講題：哲學睏未去・當代哲學的失眠之夜

講者：鄭宇迪・宜蘭慈心華德福實驗學校高中部主任

日期：103年10月05日（日）14：00～16：00

地點：宜蘭縣立文化中心二樓演講廳

文字整理者：簡郁瑾

各位好，今天要來跟大家聊聊哲學。

一般人對哲學的印象非常嚴肅，一堆聽不懂的術語然後很形上學，也不像吃些健康食品或追求些小確幸讓晚上比較好睡。我也是血肉之軀，抗拒不了誘惑，也會亂發脾氣，就跟一般人一樣，可是哲學不就是為我們這種滾滾紅塵裡的茫茫蒼生而設的嗎？今天就用比較輕鬆一點的方式跟大家分享當代哲學在做什麼。

很多人看不懂哲學術語在講什麼，我個人認為當代哲學的一百年可以抵得上過去的兩千九百年，可以說非常精彩，而這一百年之間又以二次大戰後的哲學更為精彩，其實我一直是個哲學的邊緣人，一開始是念外交史，念到大四還是被退學，那個年代要考上國立大學並不是很容易，大四還被退學也是很丟臉，結果系上有個老師願意作弊讓我過，可是命運是個很好的獵人，會在你脫離陷阱的地方設下更大的陷阱，那時候我掙扎的很厲害，雖然很丟臉可是心裡隱隱約約覺得是件好事，畢竟自己並不是這麼有興趣，後來下定決心就退學吧！退學是個機會逼你去面對你到底要什麼，重點是『下個落點』在哪裡？為了要重新考大學，我又找回四年前的課本，那時候就很清楚知道我要念哲學。結果教育部說我大四被退學又重考是要逃避兵役，所以我就先去小金門當兵，邊當兵邊打好念哲學的基礎，背了很多哲學的單字，過的很充實。大學畢業後就到比利時去念了個碩士回來，回來之後一直都在廣告公司做事，我知道哲學是『我心所嚮往』的東西，但是也不能讓自己活不下去，一直都有維持在社區大學上哲學的習慣，雖然一直在廣告公司上班可是覺得哲學才是我的主業。

第一個問題是哲學是什麼？就我個人而言，哲學不是修身養性、也不是發呆沉思、成就自己心安理得，二次戰後有個存在主義者卡繆，他說人生這麼荒謬，很認真的人不會成功，不認真的反而成功，如果哲學只是讓我們心情平靜下來，這不是哲學，最好的解決辦法就是自殺，死掉之後什麼都不知道，卡繆是諾貝爾文學獎最年輕的得主，那哲學傳統的定義是什麼？philosophy，第一個字根 philo 是愛的意思，sophy 是智慧的意思，就是愛智慧的意思，重點是主體，一個科學家在做研究時跟他生命的本質並沒有太大關連，最近有個數學家找到質數對之差最大的距離不是超

過四十幾萬，是很偉大的成就，可是這跟我們日常生活以及生命好像關係不大。但是哲學不太一樣，如果你相信這套哲學思想，就不太可能背離它，假設我相信菁英主義，人類就是要競爭才能生存，行為思想就是會表現出來，是會根深蒂固的，或者像我在研究一個物質，通常我研究的對象不會因為我的研究而改變它的行為模式，但是哲學研究不一樣，如果發現人性本善，會因為你的相信你的宣傳而真的人性愈來愈善，人性本惡也是一樣的道理，整個社會也會基於這個想法而設計一個屬於人性本惡的社會結構，比如說監視器甚至要植入晶片來監控，那假如相信人性本善，就會有不一樣的設計。

所以哲學的第一個命題是『主體』，研究對象會因此而改善，跟一般的科學不一樣。

那『主體』是什麼？我們是透過一個主體的生死愛欲才稱做主體，頭尾兩端有生有死，中間就是欲望，沒有欲望大概也沒有所謂『人』，有些修道人會讓欲望降到最低，但降到最低也還是有欲望。我自己對這個想法有個激烈的地方，叫我們不要有欲望的那些人也不一定是對的，各種身分都有各種身分的欲望，有時候沒什麼不對，看到別人有成就該想的是要不要跟他一樣花力氣去追求，再來就是愛跟欲，身心之間是互為表裏的，沒有人可以分開的，像天使在天上飛也是很羨慕我們可以有身體做自己想做的事。

笛卡爾說過：「我思，故我在」，有些老師會說每個生命都應該努力的思考，其實笛卡爾的意思是推論哲學需要一個很堅實的基礎。如果這個基礎是錯的，那後面都可以通通丟掉了，這個推論必須很嚴謹，拿到現代來說，比如說一個人出車禍死掉了但是腦部還繼續運作，那透過電波刺激讓他以為他在文化中心演講，理論上是可能的，甚至可以把腦切下來然後讓他以為他過完一生了，笛卡爾認為要怎麼證明我存在，當然我可以去想像『我不存在』，但是愈想像『我不存在』反而更證明我存在，因為要有個『我』才能去想像『我不存在』，這議題對非哲學專業人士來說意義不大，但是這議題主宰了整個西洋哲學；晚期有人這樣說：我還呼吸我就會想要，呼吸表示還活著，就表示想要，倒過來如

果沒在呼吸就不會想要，再倒過來我不想要其實我也不存在這樣的意思，今天大致上就順著這樣的主軸進行，我個人認為『欲望』是當代哲學最重要的議題，先不管欲望這兩個字的負面意義，我認為所有的欲望都是健康的，而且欲望來的時候是擋不住的。例如像是：忌妒、悔恨之類的，這是人生的真實樣態，愈迴避反而咬愈緊，像是小孩子的生長期，一開始是口腔期，再來肛門期，有大小便的概念，覺得可以把大便切斷是很神奇的事，再來是生殖器期，男女生都一樣會去玩自己的生殖器，其實沒這麼嚴重，人生每個階段的欲望都應該要去滿足，反而是沒被滿足的欲望到下一階段，扭曲變形回頭來找你，像有些男生莫名其妙的喜歡名車，女生是莫名其妙的 shopping，這些都是欲望而且很有可能指向前一階段未被滿足的欲望，起心動念欲望之處，欲望基本上都是健康的，不對的是滿足欲望的方法，比如說用搶的用偷的。

接下來我們來聽一首日文歌，是 15 歲的寫給 35 歲的他自己，歌詞寫著「正在讀著這封信的你啊，身在何方，在做什麼呢，15 歲的我懷著煩惱的種子誰也無法傾訴」每個階段有每個階段的煩惱，「在無盡的苦痛中，我仍活在此刻」，第二段是 35 歲的他回信，「自己究竟為何得向某處前進，只要不停追問終會得到答案」，這是 35 歲給他的鼓勵，有時候我們不知道怎麼辦的時候可以寫信問一下未來的自己，承認自己不知道該怎麼辦。

再來想談談這個影片，先簡單的翻譯一下，這個女孩她叫烏咪·葛滋瑞娜，男孩說：『我喜歡她。』『為什麼？』小男孩說：『因為她戴耳環，還綁馬尾。』拍攝的人又問了：『你會跟她說你喜歡她嗎？』小男孩說：『不會，因為不想讓全世界知道。』『為什麼不想讓全世界知道？』『因為大家會笑我。』『為什麼大家會笑你？』『因為她不喜歡我。』『她不喜歡你嗎？』然後大家可以一起看看兩個孩子的反應。（影片放映）

這是馬來西亞的廣告片，馬來西亞有很多華人、馬來人等族群，像他們的陳，英文拚音就是 Dan，而不是一般常見的 Chen，其實很多時候我們不盲反而更盲，這社會上很多既定的方式，我們文化比較強調「克己復禮」，要克制自己的欲望，應該是要正視自己的欲望，斯洛伐尼這個哲學家就是在處理欲望的問題，他

說欲望很簡單就像小狗在追自己的尾巴，首先要認清楚自己為什麼要買名牌包或是車子，重點是追逐欲望的過程，必須要停下來好好思考。

這一份是台灣故宮應該是最古老的書法作品，是宋朝四大書法家之一的黃庭堅寫的《花氣薰人帖》，這是故宮拍的廣告片，故宮是世界四大博物館之一，另外還有巴黎羅浮宮、大英博物館、紐約大都會博物館，故宮之前有位館長林曼麗，她認為故宮應該要用現代的手法去行銷，那黃庭堅的花氣薰人帖上面是寫什麼呢，「花氣薰人欲破禪。心情其實過中年。春來詩思何所似。八節灘頭上水船。」然後找來林強做配樂，甚至讓林強來演黃庭堅，花氣就代表欲望，欲破禪表示有所堅持，心情其實過中年有點歷經滄桑的感覺，上水船需要拉繃是比較辛苦的，八節就是一節一節這樣有點上不去。

(影片放映)

為什麼女人胸部很大叫做性感美麗，環肥燕瘦，唐朝的楊貴妃跟宋朝的趙飛燕各有各的美，那審美觀是受到什麼影響，應該不是天生的吧，會不會是一些財團透過廣告操作塑造出來的。

再來這是蘇格拉底的遺言，蘇格拉底是西洋哲學的老祖宗，在雅典市場上一直找人辯論思考事情，後來被判敗壞青年跟不敬神明等罪名，被捉起來關，剛好有個獄卒克利托是他學生想要偷偷放他出去，但蘇格拉底不願意，他要捍衛自己說過的話，那遺言就是「我還欠阿斯克勒比奧斯一隻雞，請幫我還」，後來歷史學家考證出來阿斯克勒比奧斯是古希臘掌管醫藥的神，去許願然後拿一隻雞去還願，引申出來生命很辛苦，本身就是一場大病，死掉病就好了，假設生命都沒有死亡那會怎樣，那唯一剩下的東西叫做無聊，會無聊到死，有用不完的時間那所有的欲望都可以取消，那生命真的就只剩無聊，這是我的看法。

(影片放映)

這也是馬來西亞的廣告，這個廣告是為什麼目的做的？通常廣告都有目的，據說馬來西亞年輕人愈來愈不想結婚，所以政府拍一個廣告希望大家可以成家，是用一個葬禮的追思會方式呈現，這廣告出來後大家都很珍惜身邊的伴侶，會認真去思考，一些不完美的缺點合在一起就變完美了，最後可以心滿意足的離開。這兩隻廣告的導演是個變性人，本來是男生後來變成女生，然後跟一個英國導演結婚，經歷過這麼多事，拍出這麼有趣的廣告，可惜很年輕就過世了，變性人不是重點，重點是我們傳統習慣的框架依然有效，萬一你的兒子是變性人或是同性戀，你可以接受嗎？他死前改寫了一句莫內說過的話，『大家都假裝他了解我的一生，其實懂不是必須，愛才是必須的。』

(影片放映)

人是有時空性，也就是有歷史性的，就是活在此時此刻的，後殖民要處理的也就是身上有多少殖民時代留下來的痕跡，像香港英文比台灣好很多，普通話比較差，這是我們實際的際遇，但是要怎麼處理，不可能把這些東西一層一層剝掉，以台灣歷史來說 1895 年甲午戰爭割讓給日本，1945 年二戰結束，1947 年二二八事件，2000 年第一次政黨輪替，回顧一下台灣在不同時代過怎樣的生活，(影片)，在日本殖民的後期，基礎建設大多完成，台灣是過著一種歌舞昇平的生活，但是日本是把台灣做為大東亞共榮圈的建設樣本，包括識字率、公共衛生都好很多，但跟日本人比畢竟還是次等公民，文化往往跟權力是有關係的，尤其當政治權力刻意要操弄文化的時候，更要有警覺心，像香港在英領時期是沒有民主的，之後交還給中國也是一樣，不要忘了所有的文化背後都是一套權力操縱的方式，像以前禁止講台語，都要講字正腔圓的國語，透過一些政治操作我們反而會嘲笑國語說不標準的人，我們不容許這些美好的記憶透過政治權力的方式告訴我們這些是很俗的，所以我把美好的東西藏在廣告作品裡面，像我們用很多看似客觀的標準來看待事物，但什麼是客觀的標準，其實大多也是很主觀的。

「千山鳥飛絕，萬徑人蹤滅，孤舟簑笠翁，獨釣寒江雪」，在北京話裡面讀不出入聲韻，但是用台語、廣東話來念反正更多人聲韻，用在其他詩詞也有一樣的狀況。人類歷史也是這樣，歐洲一開始書寫是用拉丁文，等到地方文學出來英文、法文、德文才出來，一開始被視為方言，難登大雅之堂，偏偏這些語言保留了最精華的部份，像台語就被講說沒有文字，不利記憶，但是廣東話為什麼有文字可以保留下來，提供一個舞台，自然會生出一些字來，不給你機會講自然就不會講。

那回到社大這個主題，社大有個很重要的理念就是知識解放，是約 20 年前教改時一群對教育及社會現況有熱情的人所推動出來的，不是單純知識開放，解放指的是從被禁錮的狀態中解放出來，強調的是解放，知識像罐頭一樣，但是要回到源頭去檢視用的是什麼原料，是什麼目的等等，多培養我們對知識批判式的檢驗，哲學如果用交叉比對起來就像是一條流動的項鍊，不限在特定的主題，在社大的課程中可以去談一些哲學的概念。

剛剛提到生死兩端就是愛欲，透過生死愛欲撐起我們的主體，而主體是哲學最重要的東西，主體的整個過程都是欲望，我呼吸所以我存在，我還有欲望代表我活著，欲望是很健康的，剩下怎麼去實踐你的欲望跟你的社會系統有關係，要娶三個老婆現在可以嗎？現在不行可是以前可能是可以的，為了欲望你要思考要付出多大的代價，有欲望首先要承認這個欲望是健康的，要去思考欲望是你真心想要的嗎。接下來我們很快的看一些片子。

賴青松在宜蘭做有機農業的，我很羨慕他在生命轉彎的地方毅然而然有這麼不一樣的選擇，他在日本是念法學碩士，太太是宜蘭人，他就跟丈人借了塊地來種，成立穀東的概念，大家交錢給我，我來幫你顧，然後要收割的時候要召開穀東大會，大家一起來，很多人願意交這些錢讓孩子可以親近這塊土地，他是實踐了一種生命的可能性，有可能性才有存在的價值，沒有可能性可以說已經提早死亡了。

這個樂團叫做打狗亂歌團，團長嚴詠能年輕的時候是 YAMAHA 音樂比賽的第一名，他想說都是唱國外的歌，都沒有唱高雄的歌，好像有點怪怪的，從此開始寫自己的歌，他目標是

全台灣 319 鄉鎮都開一場演唱會，據說已經唱了一百多場，我心裡很希望把這些美好的事物用鏡頭紀錄起來然後傳達出去，想用這種方式扭轉一般對方言的偏見，其實很多台語美好的不得了，跟土地是很有機的聯結，是一種活的語言，但不是一直回溯而是現代有現代的語法。

最後一樣是剛才的打狗亂歌團，跟大家分享，那我的演講也到此為止，謝謝大家。



第三場（宜蘭社區大學）

講題：推展宜蘭縣泰雅民族教育的一群推手

講者：曹天瑞・原住民事務發展委員會委員

日期：103年10月18日（六）14：00～16：00

地點：復興國中德馨樓四樓視聽中心

文字整理者：簡郁瑾

大家好，感謝社區大學有這樣一個原住民族教育專題講座，今天的主題是「推展宜蘭縣泰雅民族教育的一群推手」，台灣現在原住民族有 16 族，宜蘭縣內大部份都是泰雅族，推手大部份都是學校的校長，他們做了什麼今天會一一介紹。原住民在中華民國戶籍登記名字有四種登記方法，第一種就是漢字，像我是曹天瑞；第二種是用羅馬拼音變成國字，牧名·哈勇，Mbing 是我的名字，Hayung 是我爸爸的名字，我們泰雅族是子父聯名，Mbing 在泰雅語裡面是指提跟拿，引申為英雄人物，Hayung 是指松樹的意思，那我的漢文名字，曹天瑞，有人說是天地人三合一，曹是陰曹地府，天就是天，瑞是指人瑞，再講回來，第三種就是漢字下面再加羅馬拼音，第四種就是漢文名字加羅馬拼音。

那我們今天進行的順序是前言，然後宜蘭縣泰雅民族教育的現況，會從托兒所講到教會再講到部落大學，及原住民校長的學校經營理念，如何把原住民法的精神融入到七大領域，再來是推展泰雅民族教育的困境與願景，最後是結論。

首先，整個宜蘭縣教育史上，欠缺原住民族教育資料，以前教育局局長寫過一篇文章，多元參與能夠照顧弱勢，也能夠追求卓越，像是委託民間團體來辦中小學，例如慈心華德福，還有一些特殊教育、外籍子女的教育等等，追求卓越方面建議學校能夠組織再造，推行閱讀運動、引進外籍教師活化英文教學等；另外有《宜蘭縣的學校教育》，寫到宜蘭縣學校教育從清代的書院、日治時代的西式教育一直到民國時代，反映時代變遷，不同政權下的學校教育有什麼變更，也讓我們有所省思，我們宜蘭在推動教育改革，把教育權下放，讓地方有更多的自主性，在可以運作的空間裡，還是可以有一番作為，可以擘劃縣市教育的藍圖然後透過策略來實現，國民教育的研究值得各級學校的校長做為辦學的借鏡，以現在來講比較注重的是公辦民營，像慈心華德福辦學的創新性及成效，家長如何參與學校事務的個案研究，升學壓力等主題，但是都沒有原住民教育的資料。

民族教育的宜蘭模式若能徹底實踐，預期是成功的，其餘 15 族是可複製的。台灣地區則將有一套完整的推展原住民族教育的聖典，這將對台灣原住民教育開創另一頁新的歷史。

宜蘭縣原住民校長，如何在泰雅傳統 **Gaga** 的精神下，將學校的課程及相關教育活動來轉化學習為推展泰雅民族教育的作法，促使宜蘭縣的原住民族學校為泰雅教育經營模式與體制，爾後以達成落實民族教育自治的目標。

Gaga 是什麼意思呢？我用三個例子來解釋，比如說你這個

人一點 Gaga 都沒有，表示氣質不好；再來說他是我們 Gaga 的人，表示是同一族群的；第三個說原住民很重視祖先留下來的祖訓，是當做規範來遵守的。

我這個研究是以宜蘭縣 12 鄉鎮，但是以南澳、大同為最主要研究範圍，依教育民族誌的方法，除相關文獻研究外，還有田野方法除了基本資料問卷，還有焦點團體訪談，宜蘭縣舉行四次（30 人次）、花蓮縣舉行三次（24 人次），還有參與觀察，融入在裡面一起活動，再來是深度訪談，這些資料是從 2010 年 8 月 30 日起至 2013 年 7 月 21 日止。後面是我們進行過程的一些照片紀錄，包括狩獵、編織等，過程中徵求對方同意進行錄音，回來再整理成逐字稿。那訪問對象有國幼班也就是幼兒園、國小、國中、南澳高中及非原校之學生、老師、校長、家長及縣政府教育處相關人員。非正式體制有托兒所、南澳鄉及大同鄉教會牧師、部落大學工作人員及師生、南澳鄉及大同鄉戶政事務所。部落大學原則是 18 歲以上的學生才能進來，但是族語的教學不受限制，因為族語要通過認證才有優待，就由部落大學來加強。

再來講到泰雅民族教育的現況，依教育民族誌的方法，從全貌觀角度檢視宜蘭縣泰雅民族教育到底在何處實行。

第一個游吉祥校長，大同國中校長，當校長快要八年了；吳元和校長在碧侯國小，8/1 調到南澳國小；莊仁實校長本來是在寒溪國小，已經過世了；羅小琴校長在南澳國小，今年退休；陳安明校長在澳花國小已經退休了；李勝雄校長當時在東澳國小，現在在金洋國小；曹天民校長在武塔國小，是我堂弟；李文璋校長在四季國小；胡文聰校長在大同國小，考上國中校長資格；卓敏福校長原來在四季國小，調到現在寒溪國小；蔡世英校長原本在金洋國小，不過退休後就死亡了，很可惜；周文明校長在金岳國小，我借用原教界的這個封面，這些校長身上流的血是原住民的，但是受的是國民政府的教育，這樣要推展的是什麼教育呢，這些國府時期培育的原住民部落菁英，呈現的教育的態度類型是同化教育，政府給我們什麼我們就教什麼；或堅持民族教育？不像日治時代花岡一郎與花岡二郎產生認同矛盾，兩人無能為力，僅能相約自殺，一郎以武士道精神而切腹，二郎則選擇賽德克族傳統上吊。校長們進一步反思與學習，對自己的族群有高度的認同感，重視傳統文化的保存與學習，堅持學校或部落必須要推動民族教育。

原住民教育與原住民族教育，前者指的是原住民學生在既有教育系統中的教育，後者則指維持原住民族文化認同與族群發展

的教育。依《原住民族教育法施行細則》第 2 條：「傳統民族文化教育內涵包括歷史、語言、藝術、生活習慣、社會制度、生態資源及傳統知識等。」也就是說要把這些東西融入在七大領域裡，這樣既不違反政府規定的課程目標，也達到原住民族教育的目的。

本章就宜蘭縣原住民校長在學校經營中對原住民學生實施之一般教育與民族教育之經營理念作研究，特別是九年一貫後原住民重點學校如何融入民族文化元素？原住民校長在此過程中扮演的角色。

宜蘭縣原住民國中小將傳統民族文化教育在一般教育「學校特色所設計的課程或活動」融入各領域檢核表，最上面是七大領域，像金岳國小全部都有融入，澳花國小在健康與體育這一項沒有融入，可以看得出來除了數學以外，每所國中小都有將原住民文化融入各大領域中。

那在一般教育中融入傳統民族文化教育檢核表中可以看出，除了大同國中以外，其他中小學都有把原住民教育法施行細則第 2 條的項目涵括進去，另外各個學校願景目標在領域課程及特色課程中發現，全縣原住民學校有其共通之項目，像是族語、傳統歌舞、神話故事等，也有因各校因地制宜者，像是大同國中—技藝專班課程、森巴鼓舞；南山國小—高冷蔬果栽植技能、森巴鼓舞；四季國小—各族祭典；寒溪國小—史蹟探察(像新光神社、寒溪吊橋、寒溪農場、古魯林道等)；東澳國小—地區宗教信仰(道教、佛教、天主教、基督教、Gaga)，因為東澳國小學區包括東岳村還有蘇澳鎮的東澳里，來自不同種族的學生，足球小子黃瑋儀現在已經是教練，烤飛魚高手，除了蘭嶼以外台灣就是東澳這裡了；南澳國小—尋訪南澳原生植物園、變臉秀、尋訪部落名人像是亞運會 400 公尺金牌的蔡成福；碧候國小—特色課程及活動，全學年以泰雅山珍海味為總主題，泰雅的飲食、植物像是馬告等；金岳國小—直接融入各領域各年級的相關單元當中實施民族教育教學活動；武塔國小—是從花蓮坐火車上來第一個看到的國小，在陳定南縣長時，改善武塔國小的建築，風雨操場每根柱子都有原住民的圖騰，校內建築也充滿泰雅的圖騰與原住民文化氣息，還有用石板蓋的半穴式原住民傳統房舍，還有傳統的獵寮，這些都是傳統文化很好的教具；金洋國小—以前一下雨螃蟹爬滿整個操場，以毛蟹為學校本位課程之支架；澳花國小—有棵幾百歲的老樹，一樹百世情、石石相對。

話說回來，如果畢業到外地求學的話，一般教育很差的話也

是會造成學習上的障礙，由於目前沒有具體檢驗原住民學童學習成效評鑑的統計指標報告書，本文找到的評估基準是從基本能力檢測當中我們可瞭解孩子的評量的表現，宜蘭縣原住民小學學生基本學力測驗成績結果，有以下幾點的發現：

(一) 宜蘭縣原住民學校，除一般教育融入民族文化元素的教育外，很遺憾地對原住民學生在既有教育系統中的教育，即在九年一貫課程領域中之成績表現，都低於全縣平均值，顯然不如一般平地地區學校。

(二) 而以個別學校來看，全縣原住民學校以南澳鄉武塔國小最優良，小六國語領域在原鄉第二，甚至小五自然領域、小四數學領域皆高於全縣平均值。

其次為南澳鄉東澳國小，小六英語領域在原鄉最好，小五自然領域甚至高於全縣平均值。再次則為大同鄉南山國小，小六的數學領域在原鄉最好以及南澳鄉金洋國小 小六的國語領域在原鄉最好。

(三) 若以兩個原鄉比較則南澳鄉優於大同鄉。

宜蘭縣原住民中小學在民族教育之教學與活動有重視泰雅族的傳統價值與思考模式的部分如下：族語、傳統歌舞、音樂、編織（織布、藤編、環保編）、狩獵、串珠、木雕、泰雅植物、傳統生態知識，學校建築及環境布置以泰雅傳統紋路、圖騰、樂器來佈置，部落社區多元觀，尋根之旅，資源教室之設立，甚至有國際化元素之森巴鼓舞及 E 化之泰雅數位化教材之呈現。有個圖騰是菱形中間再一個小菱形，代表是祖靈的眼睛在看你有沒有遵循祖靈的教誨，有沒有做錯事情。

在民族教育之教學與活動幾乎涵蓋《原住民族教育法施行細則》第 2 條：所指出辦理的相關教育措施及活動。

宜蘭縣十二所原住民國民中小學，在原住民族校長民族教育理念下，一般教育在各校長對各領域課程的願景目標下，在各領域及學校特色課程及活動，實施民族教育及在地知識的教學活動，開始開出民族教育種子，融入民族文化元素的教育。

而在民族教育推展方面，宜蘭縣原住民國民中小學，各校皆有不同的特色。而各校之實施成效各有不同之成就。宜蘭縣五鄉八校特色聯盟中，宜蘭縣的原住民重點國小就有大同鄉寒溪國小、南澳鄉武塔、東澳、碧候國小等四所接受教育部之補助，並由宜蘭縣政府於 2012 年 12 月發行《宜蘭縣營造空間美學五鄉八校特色聯盟遊學園—五鄉八校特色聯盟》。專書出版凸顯宜蘭縣

政府在這種原創性、本土性教育議題之重視與鼓勵，在教育的啟發就是一種創新經營的概念，也是突破傳統、提升品質的教育積極作為。

這 12 位原住民校長都有善用彈性課程時段做很好的泰雅民族特色呈現。但在七大領域一般教育中，採附加模式不改變既有課程架構，將族群文化、概念、主題和觀點納入主題課程中。雖非採轉型模式，但原住民校長都在盡量努力做一個轉化型的知識份子，是值得讚賞的。

剛剛提到宜蘭縣體制內的原住民學校從國幼班、中小學、高中等，到教會、部落大學等，國民中小學除了原鄉以外還有蘇澳鎮的蓬萊國小共 13 所被列入原住民重點學校，目前除蓬萊國小外，校長都是原住民，可以說宜蘭縣是對原住民教育是最友善的縣市，在 12 所學校裡面原住民學生人數佔 98%，另外國幼班的老師必須要有教師證，目前有 8 所國幼班，只有一個老師是阿美族的，一個老師是布農族的，其他都不是原住民，這樣泰雅民族教育在國幼班要怎麼去推展，這是一個很大的問題。一個民族如果沒有語言的話，這民族就等於滅亡了，學校現在推行母語日，從早到晚都要講母語。大同國中可以說是多元化長期規劃可以做為樣板的一個學校，但是大同鄉 12-14 歲共有 390 人，因為學區的問題留在大同國中的只有 72 個，即使大同國中做的很好，但是留下來的人數太少作用並不大，再來講到南澳完全中學，裡面有泰雅文物展覽館，比南澳鄉的泰雅文物館更豐富但是沒有去宣傳，也沒有跟社區結合，不過現在有在改善中；那講到體制外的教會牧師，大同鄉有 10 個村，南澳鄉有 7 個村，長老教會有 14 間，天主教有 12 間，真耶穌教有 7 間，平地也有 2 間教會，基本上都是用族語教學，部落大學也在加強族語教學，所以我們通過族語認證的比例滿高的。

再來就宜蘭縣十二位原住民學校之原住民校長，就《原住民族教育法施行細則》第 2 條，所指出之民族教育之相關教育措施及活動之面臨之困境以及推展的願景，提出幾項主題如：體制與法令面、家長面、師資面、課程設計面及與花蓮縣之比較等五項提供印證，並提出繼續努力的方向。

在制度面：宜蘭縣政府教育處負責一般教育外，設有課程發展科，主管原住民涉及一般教育的業務，而在宜蘭縣政府民政處下設置宜蘭縣原住民事務所，其中行政股業務職掌為原住民族教育部分。「宜蘭縣原住民事務所」，層級太低，人員編制太少，無法扮演原住民族事務督導協調的角色，且難以因應錯綜複雜原

住民事務之推動及原住民權益之維護，對宜蘭縣原住民族教育的發展影響甚鉅。

「宜蘭縣教育審議委員會」，第 12 屆是由縣府秘書擔任，自然不可能對縣府有什麼建言，第 13 屆委員名單中，已不見原住民籍的委員，卻由漢族之弱勢團體來擔任，後來我們要求一定要有一個原住民代表，第 14 屆恢復為泰雅族陳和平牧師，第 15 屆再由曾任六屆的曹天瑞擔任。自從 2009.1.16 之後未見民族教育相關議案，一直到第 15 屆才由我提案校長遴選事宜。

在家長參與面方面，宜蘭縣原住民學校家長對學校推展民族教育的看法，基本上是支持的。由於大部分的家長社經地位較低，對於參與泰雅民族教育相關活動不太積極。而社區民間團體協助學校推展民族教育者也較少。民間團體方面也沒什麼幫助，大多是申請計畫然後報銷，但是錢不知道花到那裡去了。

師資方面，從 1946 年 9 月起至 2008 年止，公費培育國小師資共 145 人。而後產生斷層，並至少已有 21 個流浪老師存在。國幼班師資中連一位泰雅族籍之教師都沒有。民族師資面臨斷層。「民族教育資源中心暨資源教室僱用支援教師」計畫，這是辦理原住民教育活動的，是從公益彩券的盈餘撥款出來成立的計畫，已經在 2012 年 12 月喊卡，原民教育恐斷炊。

另外教材研發，像是之前的吳鳳故事，那是汗巖原住民的教材，現在教育部審定之民間教科書版本內容，已不見對原住民社會歧視或不予尊重之教材內容，其選擇權完全由學校自主。宜蘭縣原住民學校課程設計，建構各個學校的民族教育的中心論述，納進部落的各項資源。原住民族語言教材，所選擇之版本有所不同，大部分採用縣版。我們是希望未來成立泰雅課程與教材研發編纂聯盟。

宜蘭縣是對原住民族教育最友善的一個縣市，自 2005 年辦理校長遴選，落實執行《原住民族教育法》之規定，目前縣內泰雅原住民族 1 所國中、11 所國小校長，包括現在的高中校長皆由原住民擔任。而花蓮縣徒有自治條例，卻一直未能執行，他們校長遴選最終人選是縣長決定的，就很容易圈選自己的人馬擔任校長。

最後簡要的提出幾點建議：

一、對政府相關行政機關的建議〈七點〉

(一) 明定《原住民族教育法》的優先適用原則，建構原住民教育一條鞭體制，設置專職專業的原住民族教育主管機關，教育處是管一般教育，原住民教育是原民會在負責，一條鞭的意思就

是中央教育部要有原住民教育司，縣政府教育處要有原住民教育科，公所要有原住民教育課，這樣從上而下整個建構起來。並根據原住民得需要，由原住民主導與自決。

(二) 建構原住民族整全學習模式，從學前教育到高等教育，建構完整的民族教育體系。

(三) 對原住民籍國幼班及國中小公費師資培育與聘用模式盡速妥善規劃，像我們國幼班師資只有一個原住民，而且還不是泰雅族的。

(四) 「民族教育資源中心暨資源教室僱用支援教師」計畫，其經費應列入政府經常門預算，或是將資源教室僱用之支援教師，列入原住民重點學校編制內人員。

(五) 2000年九年一貫實施後的本土語言族語支援教師，若能整合與建構原住民人力資源，統整原住民族教育經費，施予在職訓練，再以檢定方式，納入原住民重點學校編制內人員。

(六) 請宜蘭縣政府進行提升宜蘭縣原住民族行政機關層級，以成立「宜蘭縣原住民族行政處(局)」，層級高經費也比較多，可以做的事也會比較多。

(七) 宜蘭縣原住民族部落大學繼續協助原住民發揮其自治能力、保存與活化各部落之固有語言、文化與藝術及強化各部落的之民族尊嚴與文化自信外，還要促進部落反思，追求現代知識，提昇部落生活品質。

二、對原住民中小學之建議〈五點〉

(一) 宜蘭縣原住民校長的學校經營理念，在一般教育的土壤裡，如何融入民族文化元素的教育，依據泰雅族 **Gaga** 固有教育哲學及價值觀，建立民族教育整體的方向與目標，建議將這些理念，能確實的實踐。

(二) 建議各校要在九年一貫課程綱要的架構下做特殊的調整，學校在課程規劃上才有發揮的空間。掌握泰雅族固有知識傳承方法，彈性運用於民族教育。強化族語學習，進一步提升至全族語教學。現在全國有五所部落學校，太巴壠的阿美族學校，還有台東卑南族、屏東排灣族、宜蘭泰雅南湖大山、台東布農等，工作人員跟學生都屬該族的人，部落學校三年結業可以不用參加族語認證考試，升學就能有 35% 的加分優待，

(三) 建議加強校內教師進修，針對校內老師，規劃原住民傳統文化技藝課程，進而不論原、漢老師，都能負起指導學生學習原住民傳統文化技藝的教學任務。

(四) 加強親職教育活動，依各校優勢與劣勢，強化親職教育活動，以延續優勢或創造更有利之因素，改善劣勢轉為機會，使家長有正確的觀念，以配合學校教育。

(五) 善用社區資源，學校要善用社區資源，包括家長、耆老、教會牧師或傳道師及社區人民團體。調查、建立各族傳統知識體系，以豐富民族教育的內涵。蒐集各族民族教育資料，設置民族教育資源網站。

(六) 學生基本學習能力，必須加強。

最後我們用這個表來做總結，若以族語教學為例：以原鄉來說，托兒所，所長老師都是泰雅族，原住民學生 97.6%，教學語言北京話，教學內容是點滴式的，那國幼班剛講過老師不是泰雅族的，國小原住民老師佔 45%，原住民學生佔 95%，教學語言一樣是北京話，國中的話原住民老師就只佔 10%，但是原生佔 99%。另以縣內非原校的部份，校長有一個是卑南族原住民，老師部份在 3,218 個老師裡面有 13 個原住民老師，全縣原住民學生有 2,543 個，非原校的原住民學生就有 1,457 個，原鄉所有學校加起來還比較少，教學語言也是北京話；教會部份老師都是泰雅族的，教學語言有泰雅語跟北京話，教學內容是族語宗教教育；部落大學部份老師有 58.9% 是泰雅族，原生有 84.5%，教學內容以族語認證為主。整個來講宜蘭縣的民族教育還是殘缺不全的。

最後我的報告到此為止，謝謝大家。



第四場（宜蘭社區大學）

講題：新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論（輔）

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

日期：103年10月26日（六）14：00～16：30

地點：宜蘭縣立文化中心二樓演講廳

文字整理者：簡郁瑾

校長、各位社大的先進以及同學大家好，我是佛光大學傳播學系的牛隆光老師，我目前在佛光大學的業務是負責帶領蘭陽報的運作和新聞傳播及採訪的教學。

今天很榮幸有這個機會來到社大這樣輕鬆的場合，一起來看看電影。

其實跟宜蘭社大也是有一些淵源存在，像以前跟庭賢校長以前都是在新聞界服務過，我還記得以前從台北來宜蘭服務，買了一台二手車，當時跑的第一條正式新聞就是我們當時佛光大學建校的會勘新聞。

我記得那天是下大雨，往佛光大學的產業道路只有小小的一條，不像現在是拓寬的兩線道。我就跟著礁溪鄉公所的車子上去，那時駕照已經領兩年了，但還沒有上路過，第一天開車開的還是那種二手的叮噠車，是蘭陽女中的一位教官賣給我的，他自己拼裝的，真的很恐怖。那當時礁溪鄉公所希望協助佛光大學，去建設當時的產業道路還有相關的水土保持工程。那時應該是民國 85 年的時候，結果料想不到，10 年以後又回到了佛光大學，我常常在講說，因為當時建校有功，所以佛祖就賞我一口飯吃。我曾經也在社大授課過一個學期，但當時因為要寫博士論文，所以當時就回到學校了。

那今天我們要來看一部電影，這部電影其實是一部卡司很強的電影，兩大巨星—勞勃狄尼洛跟達斯汀霍夫曼，這兩位都算是演技派的巨星。此外，這部影片也具有極深的教育意義，但卻一點也不枯燥，充滿了笑點。一部好的電影當然能夠發人省思、針對社會現象引發共鳴，藝術涵養也要夠，無論是鏡頭、劇情、對白、或者是演員的演技、服裝、道具等等，這部電影都算是上乘之選，是一部好片子。等一下就和大家一起來欣賞這部片子，看完之後，我們留一點時間，大家一起來互動、討論，畢竟一部好片子，怎麼能只是看完就 say goodbye 了，不管是美學、社會意義、演員表現，我們屆時都可以來好好地分享。

[影片播放]

校長、各位社大的同學大家好，開始討論前，先告訴大家，其實這部片子是有一點典故的，是改編自美國真實發生的一個事件，前任有一位總統就是經歷過這樣的新聞，而這部電影就是改編自那則新聞，當然，整個過程的戲劇張力非常強，你說它是「戲劇」或是反諷社會的電影也是可以。

有些電影是喜劇片、有些電影是悲劇片、也有些電影是愛情片，但這種電影是有點反諷的影片，它用比較誇張、戲劇化、甚至用對比的方式，去傳達電影想要表達的故事，大家應該可以發現，電影當中有些地方是會讓人會心一笑的，那麼不曉得剛剛看完，大家有沒有什麼問題，我們可以一起來討論一下。

電影是一種敘事，剛開場的時候就導入了電影的台詞，就像 *Mission Impossible* 的電影一樣，我們一剛開始就看到主角—勞勃狄尼洛，他的工作應該就是一個危機處理專家，可以操縱媒體的人物，我等等會從新聞傳播角度來去談論這個角色。它符合我現在談到的新聞製作過程，或是新聞流程的整個轉變。新聞原本只是在新聞編輯部裡頭發生的，現在卻從新聞編輯部的裡面跑到外面來，所以這是在挑戰新聞的中立性與客觀性的價值觀。

一般來說，我們認為新聞的採訪及報導應具有獨立性、旁觀性、客觀性，像是第三者一般，如同「上帝之眼」這樣的一個概念，但我們從這部片子當中看到，新聞的重點已不在於編輯部當中，嚴重缺乏查證能力，往往變成只是一個發佈管道。

一剛開始電影鋪陳勞勃狄尼洛出現，進到白宮的地下室，導演隱含的意義是指，接下來的事情將是這是「檯面下」的事情，甚至還要做「清場」的作業。開場前還要預先警告在場的工作人員：「如果今天在這邊說的事情讓記者知道，那就都是你們講出去的。」那是什麼樣的事情？那就是他們要如何來把總統最近發生的這件醜聞，想方設法不去影響到剩餘 11 天的選情、民眾的觀感以及投票連任的結果。

這一切本來是不可能的任務，指控歷歷在目，可能還涉及到刑法，縱然總統有刑事免訴權，法律上的制裁必須等卸任後才會生效，但是政治上的責任跟道德上的責任可能就會成為他這 11 天選情的關鍵，首先要先面臨到社會上民眾的審判，故事就從這

邊開始展開。

它用很反諷的方式開始進行，整齣片就像是演戲一般，要「打仗」怎麼會去找一個「好萊塢劇作家」？其實我們一般的社會大眾，縱使有少數人是真的親身經歷過戰役，但我們大部分都是在電視螢幕上看到，很少有人是真的站在戰場過的，所以我們今天看過波灣戰爭、巴拿馬戰爭、恐怖份子引起的戰爭，都是從新聞媒體上發生的事情的。主角是一個製片 **Producer**，大家都知道製片的工作就是電影從計畫、籌畫、拍攝到發行，製片都要解決這一切的事情，所以他們必須要有無中生有的能力，任何電影都是從無中生有當中拍的，無論是怎麼樣史詩般壯闊的電影。像是魔戒是到紐西蘭去拍的，但他們並不是所有場景都是真實場景拍攝，有很多都是以虛擬技術，像裡頭的半獸人，幾萬個幾千個，都是用虛擬影像技術區拍攝的，實在難分真假。如同電影裡面一樣，抱著一個洋芋薯片都可以變成抱著一隻貓，所以說，電視這種東西，提供我們的是一種「擬真」、「再現」、「Representation」，像真的一樣，但是不是真的又有待商榷。戲劇還好，我們本來就知道他是被創造出來的，但新聞，我們就比較難以去分辨真假。所以達斯汀霍夫曼，他畢竟還是一個導演，畢竟還是一個第八藝術的創作者，所以最後他知道了，他付出了他的努力，創造出了如此偉大的矩作，然而卻無法留名，他很氣憤。名嘴說，總統這次能夠連任是因為那支廣告 **commercial** 的關係—「不要在中途換馬騎，老馬比較熟練」，不是因為他，但他知道，明明是因為他投入了大量的精力去創造那場假戰爭，才讓總統得以連任，所以他想要去澄清—「你看，廣告的力量其實不敵新聞。」

像二次世界大戰，德國的宣傳，縱然前線已經戰敗，但是宣傳的人員還是會說「我軍獲得勝利！打敗美軍指日可期！」總不能告訴大家「欸，我們前方軍力已經吃緊了喔，在三天後他們就要攻進來了喔！我想大家現在應該要趕快跑了喔！」當然是不可能這麼說，這就是一種宣傳。

戰爭已經從一種平面的、單純的軍事戰，演變成一種立體的總體戰。

當今的媒體戰無時無刻地不再進行，電影剛開始，勞勃狄尼

洛問他的秘書說：「現在的情況怎麼樣？」秘書就說：「XX報、OX報、OO報明天的頭條會報。」媒體每天都會有各種的版面、各種的時段去報導這些新聞，對於我們這公民來講，媒體所報導的這些資訊，是我們每天接觸公民社會、履行公民責任的一個媒介，我們如果沒有透過媒體，我們可能就不是個社會，會回到一種原始的生活。我們一整天的柴米油鹽醬醋茶，早上上班、小孩子要上學、晚上準備晚餐、弄一弄，家裡面的事情就夠需要煩惱了，總不能說早上還飛到台北看一下今天有什麼事情發生，真正想要履行到公民義務還是必須要打開電視新聞、或是上個網，你才能夠接觸到外界的資訊，這樣我們才能和公民社會產生真正的連結。

但媒體對於商人來講，卻是一個工具。這齣連續劇收視率多高？35%，那我們就拍個廣告，但現在人也學聰明了，知道廣告就是要賣東西，所以一到廣告，喝茶的喝茶、上廁所的上廁所，等廣告完了再繼續看剛剛的八點檔或是連續劇，所以就有了置入性行銷，讓大家看得不知不覺。

台灣的情況還好，大陸的節目在一開場時就要把贊助產品融入他的講稿裡面去，也有一些電影是在描述當今這樣的情況。那對於商人來講，媒體就是他們宣傳的東西。對於政治人物而言，媒體就是他們媒體戰的工具。

就像電影中的 Shoeman 中士一樣，他在媒體螢幕上的形象是個特種部隊的成員，他為了美國跑到阿爾巴尼亞出任務，結果被阿爾巴尼亞的恐怖分子抓起來，禁錮到最後被得精神異常，被救回來之後，又被阿爾巴尼亞的人把他轟下來，為國捐軀。一個原本應是載譽歸國的國軍英雄，被以隆重的軍禮厚葬他，但這只是他在媒體上的形象，真實的 Shoeman 是個強暴犯，因為強暴過神職人員被關了 12 年，而且是被關在特種監獄裡面，裡頭都是關些精神犯啊、殺人犯，而且他本身狀況極不穩定，還在用藥，結果墜機後，他看到村裡的小姐，又要如法泡製了，結果就被人家的爸爸開了兩槍，打死了一這才是他真實的形象，和他的媒體形象完全差了十萬八千里。

我們現在在檯面上所看到的包含演藝人員、政治人物，也就

是所謂的公眾人物，我們很難看到他們的真實形象，一定會有誤差。但這誤差並不一定完全是指不好的方面，也有可能他本身很好，但媒體無法如實呈現他「好」的那一面，在媒體上一定有英雄跟失敗者、上帝跟魔鬼，也許好的將變得更好、也許壞的將變得更壞，媒體就像一面哈哈鏡，會將一切變得更扭曲。

像這陣子的重點新聞就是頂新事件，在社會上來說，頂新的作為是不合乎法律的，須經由法律程序來起訴，就像剛剛那個達斯汀霍夫曼所說的「一個戰爭片裡面怎麼會沒有戰爭英雄？」像 Rocky 洛基系列的 Rocky 就是一個英雄角色，或是擔任加州州長的阿諾史瓦辛格，Tom Cruise 也是 Mission Impossible 系列裡的英雄，一部片當中的英雄很重要。那頂新事件也是必要找一個惡魔，那他們就找到那個頂新的老闆。他們公司所做的事情一定會用法律過程去執行起訴，但媒體就會將他的各種層面都描寫得異於常人。當時美國要打伊朗、還有伊拉克，媒體也都是將兩伊描寫的非常邪惡，海珊很壞啊、蓋達組織等等的。

媒體每天都在說一個故事，我們每天都在看他說故事。

問題一：想要請問一下為什麼這部電影會取這樣的名字？我一直沒有看到電影當中有解釋到這點，希望能請老師作回答。

回答一：其實你看他的英文名稱叫做《Wag The Dog》，在傳播領域當中有四個里程碑，在 18、19 世紀的時候，社會科學興起，早期美國在新聞傳播領域的時候，是因為有報業，才有新聞產業出來，新聞產業出來，才有新聞學術單位，所以早期的新聞學術單位都是這些報人去大學裡面教書，也是教怎麼寫稿而已，就有點類似文學系那樣的性質，只是他是專門在教採訪跟寫稿，到後來因為社會科學的興起之後，慢慢有其他社會科學進入到這個領域。其中有一個心理學者—霍夫曼，進入到這個領域當中。霍夫曼他是一個心理學家，其中他是一個宣傳的研究人員。他研究訊息是怎麼傳達給觀者。你要讓狗高興，生理心理學，帕夫洛夫理論，敲三下鐘聲餵狗食物，之後狗就知道鐘聲之後會有食物，所以會分泌唾液，在那之後，就算你不給狗食物，只要敲三下鐘聲，

狗還是會分泌唾液。

這個搖擺狗的意思就是，如果你要讓狗高興，你要先搖他的尾巴，狗搖了尾巴就是快樂的，你不用告訴他快樂的意義，你只要讓他搖尾巴他就會快樂。

這部電影是很反諷的，他說你只要在電視上搖選民的尾巴，他們就會很快樂的投票。你要讓狗有什麼樣的反應，不是他看到快樂的東西，而是你只要去搖擺他的尾巴，就能得到你想要的反應。

問題二：今天這部電影雖是戲劇，但是以實際的事件為底，那想請問真實的情形究竟為何？這些媒體怎會傻傻地任政治家操弄而沒有求證精神呢？

回答二：我必須要強調，這是一部反諷電影。戲劇有的時候不必然合邏輯，他是用誇張、諷刺的手法去呈現。他也是對於這些現象有些觀察，而且這種反諷也一定要有某種程度的戲劇手法去呈現。

其實電影當中 CIA 也是來查證了，但勞勃狄尼洛非常的厲害，他告訴他「戰爭無所不在，沒有戰爭也必須要讓民眾知道戰爭的可怕」這樣的說法來應對 CIA 人員的質詢，讓 CIA 人員最後也放過他了。

問題三：電影裡頭的情節，連我們明明知道是假的都會感覺真的很真實，那我們該如何去分辨每天看到的新聞是真是假？再來，國內有一個新聞，想請教老師怎麼從新聞角度去看待這件事情？最近陸委會主委張顯耀，當時鬧的很大，但現在卻又無疾而終，讓我們這些民眾就像是霧裡看花一樣，不曉得老師是怎樣在解讀這樣的新聞？

回答三：從心理學來講，新聞很難做到真正的客觀跟中立，客觀是客誰的觀？中立是中誰的立？新聞媒體也是社會機制的一環，有所謂社會主義的新聞體制，像中國大陸、有資本主義(自由主義)、

有三民主義，這些新聞的體制跟社會的體制是密不可分的關係，即使是所謂的自由主義，雖賦予報紙是第四權的立場，但報紙卻也會到新聞整體人員的觀點影響。不是要求新聞媒體要像上帝一樣要說出真理，凡是身為人就沒有真理，任何一個機制，即使包含政府，他講出來的意見，一般的民眾可能也會有意見，從不同的角度去看就會有不同的觀點，那報紙怎麼樣做到比較好的方向，我覺得就是「正確性」。你不怕人家說你的報紙有立場，但是起碼報出來的東西要有正確性。

第一個層面，物理性的正確性，就像今天有多少人來聽演講，把門關起來，數據點清楚。一場遊行幾個人？一場戰爭多少人喪生？發生在什麼地方？這些都要重複的交叉查證，有幾分證據說幾分話。

第二個層面，社會性的正確性，我們人與人之間、社會團體之間要有同理心，要有涉入感，人與人之間一定彼此之間都有不了解的地方，媒體的報導，不能依照自己的主觀價值去判斷、去報導，譬如說：最近頂新的事件，新聞就將頂新的人報導的非常的差，簡直壞到像是在 20 年前就該槍斃了，雖是符合主流價值，但是不符合「社會的正確性」。人一定有好有壞，他錯就錯了，但不可能像個惡魔一樣，演變成極化的現象。

像是報導新住民、原住民的儀式、行為，必須要從對方的角度去思考這個問題，具有涉入感很重要。像以前發生過一個倪敏然的事件，追溯到一位叫夏禕的藝人。記者當時就一直追、追到了桃園機場，直到對方跌倒在地上，夏禕是個上海女人，脾氣算很兇的，他就對著那些記者怒斥：「你們是不是人生父母養的啊？」這句話算是罵得很重，那記者就是沒有從社會的角度去為人家思考，變成了一種新聞採訪的暴力。

另外就是個人的正確性，每個人的隱私、倫理道德的正確性。

那我們要怎麼去看待這個外交事件？

其實一般人在看媒體都只是在 update 更新今天有什麼樣的新聞資訊？你可以從正確性去要求媒體，但你很難真正的去了解新聞背後所隱藏的真相。像是張顯耀的這個事件，你很難想像到底

是什麼原因才讓他爆發出來，媒體呈現上可以說他是匪諜如何如何，但背後是怎麼樣？我們很難知道他的目的是什麼，只有身為局中人才能參透了。

如何成為一個聰明的閱聽人，這跟各位的資歷與生活經驗有很大的關係，多聽多看多比較，別被媒體炫麗的外貌與聲光所蒙蔽，撇開那些外在的添加物，直視事件核心，去看正確性是什麼，就能夠做出好的判斷。



第五場（宜蘭社區大學）

講題：用咖啡品味生活

講者：賴昱權・2014「咖啡奧林匹克」世界盃咖啡大賽
烘豆冠軍

日期：103年11月08日（六）14：00～16：00

地點：宜蘭縣立文化中心二樓演講廳

文字整理者：簡郁瑾

賴昱權老師：

大家好，大家有在喝咖啡的嗎？很多人對咖啡的喜好來自不同地方，那我來分享一下個人的心得。

這顆比較長的咖啡豆，叫做 geisha，是很特別的咖啡豆，他的產地在衣索比亞，這座山叫做 geisha 山，他的果實有特別多的水果味，特別甜，所以把 geisha 咖啡當做精品咖啡的代表，又因為念起來很像英文的藝妓，所以又稱咖啡界的藝妓，接下來我要告訴大家咖啡豆的故事跟我的一些想法。

我是在農村長大的宜蘭小孩，對食物的要求就是原味，也表現在我做咖啡的行為上，那我是 SCAE 也就是歐洲精品咖啡協會的考官，負責國際認證的部份，在今年參加世界賽得到一個還不錯的名次，另外我開店在高雄，在開始之前我跟大家說我有語言障礙，所以才去參加烹豆賽，因為不用講話，搞不好明年我會參加杯測賽，也是不用講話。

第一個問題，大家有常喝咖啡嗎？咖啡在你心裡面是什麼呢？是解渴的飲料或是提神的飲料，對我來說咖啡是我的生活，圍繞在我生活四周，那我的店大概有供給 20~30 家店面，要跟他們溝通要出怎樣的咖啡豆，要怎麼去滿足客人，我非常喜歡我的生活。

當初會在高雄開店是因為高雄人口比較多，沒想到高速公路通了以後宜蘭人也多了起來，以後有機會會在宜蘭開一間咖啡館。我家在羅東，然後是念宜蘭高中，國小有個老師帶我去喝咖啡，因為我小時候很喜歡喝咖啡的感覺，喜歡那種氣氛，也因為這樣我愛上咖啡館，那我在雲林念大學，這裡有個咖啡產地叫華山，那我在山上的咖啡館打工煮咖啡，咖啡就種在檳榔樹的下面，會有很多檳榔花的香味，整個咖啡園一望無際，煮咖啡是從綠色變橙色再變紅色，那時候當地流行一句話「咖啡紅了，臉就綠了」，後來有個機會我就去參加咖啡師比賽，錄取 12 名可是我是第 13 名，然後輾轉來到台北的咖啡店，因為開店的關係來到台中還有台南，覺得自己對咖啡這東西可以做出更多貢獻，當你喝到一個很好的風味時候會起雞皮疙瘩，會想說這豆子那裡來的啊，就像電影《香水》一樣，後來知道這豆子是從美國的 George

Howell 那裡來的，我就把工作辭了去找他，這位先生在美國東岸開店，是比較淺焙的咖啡，引領著世界潮流，後來他的店被星巴克收購後他就改做生豆貿易，要告訴全世界什麼是好的咖啡豆，去產地找好豆子，然後在 Boston 開了間工廠，做出來的咖啡風味非常的好，他只說他的咖啡是全烘焙，而不說是深焙、淺焙，一開始我在他的實驗室做杯測，結果我跟他的答案一模一樣，那心裡就覺得有點虛榮，竟然跟咖啡大師的答案一樣，所謂的杯測就是直接把咖啡豆磨開，放進杯子裡再加熱水，那裡面還有咖啡渣，要小心不要喝到咖啡渣，咖啡會告訴你很多訊息，讓我們知道咖啡豆是好還是不好，減少變因，這是他教我的方法，後來我也拿到杯測師的職位。

在美國除了咖啡要好喝以外，吧台手也要很有自信，對咖啡要很有想法，每位都是主角，也影響到我自己開店的經營模式，讓每個人在裡面像是一場秀，都很有自信，只要豆子用的好，水溫沖的對，任何一種衝突的方式都能表現咖啡不同的風味，給我很多想法的衝擊，包括到 espresso 咖啡教父 David Schomer 的店裡面，是圓形的吧台，煮咖啡就像一場秀一樣，我們都捨不得離開。

還有個烘焙計劃，有很多管子，用來送咖啡豆的，有個真空吸引器把豆子吸去烘，烘完再吸回來放，要煮的時候再送到咖啡機，是 one touch 式的，只要一個人就可以顧一間咖啡館，非常神奇，去了這一趟回來後我就立志要做烘豆師，可以把豆子烘出這麼精彩的味道，生豆是放在冰箱，然後可以放四年，一般放 11 個月就是過季豆，就不會再用了，因為好的生豆難找，所以都會放冰箱保存，恆溫系統就很重要了，烘豆師就是掌管咖啡豆品質最重要的人，那台灣對烘豆這行業還沒有很深入的了解，只好再跟爸媽借錢開店，因為這是我的夢想，很多人開咖啡館是不想工作，可是這是我實現夢想的方法，2011 年開了第一間店，用的烘焙機是之前在古坑山上的那一台，可是很小台，有年元旦天氣很冷，豆子一直烘不熟，那在 2012 年我開了連鎖店，專門做精品咖啡外帶的生意，用最好的咖啡機、最好的磨豆機還有最好的咖啡機跟客人分享好咖啡的概念，今年又跟知名國際品牌合作，又多了一台烘焙機，我覺得自己很幸福能夠做自己想做的事，然後把

它做好這樣。

有人問我這樣怎麼練習比賽，其實我這樣每天都不斷在練習，跟客人溝通，台灣還有很多比我厲害的高手，他們沒有出來比賽把這機會讓給我，這裡有一片得獎的小影片跟大家分享一下，雖然台灣在國際上能見度不是很高，既然有機會代表台灣出國比賽，一定要大聲說出我來自台灣，這幾年間台灣的咖啡水準是往上衝的，台灣的咖啡人其實很認份也很努力，只有做好台灣才有飯吃，得獎後最大的差別是講的話別人比較會相信，其實烘焙師大多是喜歡交朋友的，如果不知道怎麼做人通常也不知道怎麼做咖啡，烘焙師無法創作只能呈現，沒辦法把本質就是 70 分的豆子烘成 90 分，老天爺給你什麼就只能努力呈現出來，分數扣的愈少，分數就愈高，就愈能呈現本質，我自己在比賽前後是沒有任何改變，改變的是別人對我的看法跟想法，那也有人問我怎麼會進步這麼快，從去年的第 12 名進步到今年的第 1 名，怎麼做才能讓第一次烘咖啡就上手，我從同業團體裡去學習，然後在競賽裡找做法，我只能找想法，這是我自己最快的學習方式，我也辦比賽，在比賽裡面學想法，選手烘過一遍，我喝過一遍，就學到他們是怎麼烘的，怎樣才能得到比較高的分數，烘豆比賽是給裁判喝的，我也跟其他選手講如果明年還想參加的話可以來找我，我知道怎麼在比賽中拿好成績，我們組了一個 14 人的烘焙師團體，我提供豆子，然後每個月聚會一次，烘的最好的那個人要把曲線跟大家講，這是進步最快的方法，所以說同業之間的互相幫忙是很重要的，我也一直在辦這種分享會，讓大家可以互相學習，咖啡沒有這樣子最好喝，而是看誰喝這杯咖啡，看我們怎麼表現這杯咖啡，所以我也很愛喝咖啡，我的職業傷害就是愈來愈胖。

這個國際組織的演講會三天前在台北落幕，找我當開講者暖場，台灣烘焙機有三千台，密度非常的高，台灣人對咖啡的想法非常的堅持而且細膩，以後冠軍可能常常是台灣人拿，有時候我會準備商業咖啡跟精品咖啡給大家喝喝看，讓大家可以比較，或許有機會我來幫大家準備一個課程，讓大家可以提問，等下有問題的話也可以提問，我也有準備咖啡豆當小禮物當做獎勵。

喜歡喝咖啡跟品味咖啡還有對咖啡上癮的人是有差異的，我對咖啡的想法是農產品，是一種渴望，咖啡是長在樹上，極大化的話一顆樹可以產 1.5 磅的咖啡豆，這是非常多的產量，咖啡生的果實叫做咖啡櫻桃果，這白色的花有輕柔的茉莉花香，自然帶出甜味，事實上這不是很優良的咖啡豆，有熟的也有不熟的，甚至還有黑掉的，不過可以看出從綠的轉成黃的、紅的這樣，真的很漂亮就很像櫻桃，如果吃到咖啡皮是甜的，那煮出來的咖啡會非常棒，如果是澀的那就會有點澀味，如果是有土味的那就不好，是很嚴重的瑕疵，可能是發霉甚至有黃麴毒素，這種咖啡是要丟掉的，所以豆子要保存好比較不會發生這種事，在摘下的時候豆子就開始發酵，豆子裡面有兩片子葉，像我們的手一樣合在一起，包覆著咖啡豆，這邊有條白色的線叫做銀皮，那什麼是公豆、母豆，其實沒有分公母只是長的形狀不一樣，公豆是因為水分吸收不良所以一顆豆子犧牲成全另一顆豆子，就變成圓豆的形狀，那圓豆在烘焙的部份比較好烘，因為他會在鍋子裡轉，平豆不會。

再來這是剛剛講的後製處理，連著皮一起日曬，喝咖啡是可以喝出是日曬還是水洗的，咖啡有皮、內、果漿然後內果殼，裡面才是我們的咖啡豆，用曬的方式把皮去掉就叫自然乾燥法，把皮去掉留著肉發酵的叫做蜜處理，把肉都刮掉的叫半水洗，洗到最後剩銀皮的叫水洗，每一層不同處理方有不同的命名，相對的影響到甜度，太陽直接曬乾的甜度直接跑到咖啡豆裡，甜度會比較高。

再來問大家一個小問題，什麼是 espresso，有人會回答義式濃縮咖啡，也對，其實 espresso 就是這小小一杯的咖啡，義大利人認為這是咖啡的靈魂、精華，用 8g 的豆子只萃取 30c.c.，所以叫做義式濃縮咖啡，那什麼是 latte，就是牛奶，要講 coffee latte，義大利人對 espresso 是有民族情感在裡面的堅持，認為只有 espresso 才能叫做咖啡，其他都是商業手法，他們是從小就能接受這種咖啡，在裡面加入牛奶就變 coffee latte，那什麼是 cappuccino 呢？原意是早期修道士的頭紗，現在是在咖啡裡面放上厚厚的奶泡，這是簡單的概念跟大家說明一下，那什麼是藍山，以前我在

學咖啡的時候有師父跟我說，咖啡豆烘淺一點叫藍山，烘深一點叫哥倫比亞，烘到燒焦叫曼特寧，其實藍山不是一種烘焙方法，是位在牙買加的一個產地名稱，那他只是風味，告訴你這咖啡的口味是怎樣，曼特寧也有這樣的情況，那摩卡是一個港口，在葉門南方，以前從這港口出口的豆子帶著巧克力香，所以現在摩卡咖啡通常加了很多巧克力，那肯亞是一個國家名稱，曼特寧是印尼的咖啡產地，有草本植物的味道，那我心目中咖啡的聖地就是衣索比亞，最近因為依波拉病毒我媽不讓我去，有兩個地方是一定要去的就是衣索比亞跟義大利，所有咖啡的發源地就是衣索比亞，即使很辛苦我也願意過去，那邊的豆子，花香果香咖啡香是其他地方無法比擬的。

喝黑咖啡真的比較好嗎？我個人是這麼覺得，黑咖啡是最容易去品嚐它的方式，可以喝出不同風味，那什麼是精品咖啡，常有疑問就是精品咖啡怎麼這麼酸，所以第一步就是怎麼去欣賞酸，並不是所有的酸都好，咖啡的酸有分兩種，第一個酸是出現在喉嚨裡面，會令人不舒服，但我們通常用另一種詞來形容酸，在舌頭這邊，舌前一寸往後兩頰會生津，會有回甘的感覺，喝完嘴巴不是酸的是甜的，這種咖啡就是好咖啡，不過台灣人普遍的觀念就是再苦都可以就是不要酸，但是咖啡的苦對我來講是瑕疵，咖啡本身的苦度並不高，苦是來自烘焙，通常是焦了才會苦，深焙不是不好，但是焦了會苦，炭燒咖啡是用炭去燒咖啡，跟把咖啡煮成炭是不同的東西，也有人喜歡喝咖啡的苦味，就像烤焦的麵包不會去吃一樣，為什麼要把烤焦的咖啡豆喝進肚子裡，深焙沒有關係但是不能焦，聞起來就像燒紙的味道就不好了。

那我們回想一下咖啡是什麼，是一種水果，有不同的風味在裡面，早期我跟我爸說這咖啡裡面有什麼什麼味道，我爸都說沒有啊，所以有時候被人家說是神棍，自從考過杯測師，拿到 SCAE 的考官資格後就變有牌的神棍，黑咖啡不加糖是最健康的飲品，像水果一樣是弱鹼性的飲料，對身體是很棒的，有機會的話就喝黑咖啡就好，然後可以跟老闆討論一下咖啡豆的來源，我們有看過一部電影《看見台灣》嗎？在山上種植蔬菜通常是破壞生態的元兇，那咖啡是不是這樣？並不是說想要殘害森林之類的，只是

他的風味真的會比較好，中美洲的豆子叫硬豆，高海拔的話叫做極硬豆，因為日夜溫差大，豆子的甜份累積比較快，植物會行光合作用跟呼吸作用，光合作用是把葉子打開吸收陽光讓葉子轉化能量儲藏在植物的果實裡面，晚上呼吸作用就像浪費養分一樣，溫度愈高吸收就快，晚上冷就花的比較少，差距愈多就累積愈多在種子裡面，所以種子就比較甜，豐富度比較高，甜度會在嘴巴裡久久不散，是非常棒的口味，精品咖啡對酸的要求不高，但是對甜的要求很高，愈甜愈精品，後面層次愈飽滿，品質就愈好。

咖啡有很多不同的風味，那要怎麼表達呢，要靠文字、言語還有表情傳達，如果只是說很好吃之類的別人感受不到，而是要用其他食物來舉例，讓大家比較好了解。

全球杯測師有三千個人，這三千個人每三年都要回去重測一次，才能繼續為咖啡打分數，咖啡的分數直接反映在價格上，如果分數低價格卻高，那就是盲評或是市場炒作，這是我們當杯測師幫客人把關的地方，如果你喜歡做咖啡的烘焙那建議你可以去學杯測這工作，可以幫助你買到好的咖啡豆以及跟客人溝通。

影響通過考試的三大主因是那三大，第一個飲食習慣，如果喜歡吃重口味的，會影響味覺，平時的感覺會不見，考試的時候有一關是魔鬼水，有三杯不同的水調配你的味覺，最甜、有點甜跟不那麼甜，酸、鹹也一樣所以總共九杯，重新排列組合，第三關比如說用二級的甜加三級的鹹，這是我們最害怕的地方，只要稍不注意就試不出來，所以飲食習慣要規律，才不會影響味覺，另外生活也要規律，如果睡不好喝咖啡容易覺得苦，我們味覺很容易受到生理習慣影響，還有就是性別的影響，依據統計資料，女生的味覺得比較強，人類口腔味覺有酸、甜、苦、鹹、鮮，鮮是日本人從生魚片裡發現的味道，這五個之外都不是人類舌頭可以感受到的。

那好咖啡跟好喝的咖啡有什麼差異，好不好喝是個人主觀，有可能這個豆子是不好的，但是有人主觀就覺得很好喝，我個人是希望把好不好喝跟咖啡好不好結合成同一條線，這也是我教育的原因，不用再去說服是好咖啡或是不好的，這你已經知道，好不好是有規範的，有很多協會的標準可以遵循的，但是好不好喝

是個人的想法，可以從那些地方去分辨呢？首先並不是從價格來分，有時候豆子會有油味，因為本身有 13%的成份是油，跟空氣接觸很容易變質，這是嗅覺的部份，那什麼味道最好，如果有花香是最高級，果實味道是第二級，種子就是堅果味道是第三級，樹葉、草的味道是第四級，木頭的味道第五級，土的味道第六級，大致上可以這樣分，那在生豆有很多項目的評鑑標準，熟豆是烘烤完就可以喝了，我們會幫豆子做一個這樣的表格像是豆子的身分證，一格一格非常的細，只要懂這個東西就容易找到道地的咖啡，味道愈豐富等級就愈高，那咖啡要怎麼喝，要用力吸一口把味道往鼻子送，舌頭只能分辨五種味道，但是嗅覺可以分辨 850 種，用舌頭感覺味覺、鼻子感覺嗅覺，熱的、溫的跟涼的各喝一口，口味差距愈大就愈好，變化愈多讓你捨不得放手，咖啡好不好喝要看眉頭，喝進去是很放鬆舒服的就是好咖啡，那甘這個味道是怎麼來的，似乎在華人區比較常用，外國人很難去翻譯回甘這個感覺，就是甜氣停留在喉韻這裡，外國人認為甘是錯覺，不是味覺也不是嗅覺，喝進去的甜叫甜，喝完之後的甜叫回韻，這是很容易去感受的，後韻愈悠長咖啡品質愈好，咖啡油脂夠高嘴巴裡會有滑的感覺，會有厚實感，像牛奶一樣，再來就是酸、甜、苦各種味道能夠平衡，世界上每一區的豆子味道都不一樣，在自己心裡面要有一個咖啡地圖，知道每個地區咖啡的風味是怎樣。咖啡人多半是浪漫的傻瓜，烘咖啡的設備都不便宜，不會去計算成本，只管自己有多愛，咖啡館要賺錢，時間通常要拉的很長，一旦浪漫就不怕傻，也是因為我夠傻才有這個機會在這裡跟大家分享，謝謝大家。

問題一：怎麼知道咖啡豆有沒有農藥殘留？要怎麼開始自己家裡烘焙，比如說什麼樣的機器？我朋友有想要從國外進咖啡豆進來自家烘焙這樣。

回答：

有機認證對咖啡的重要性，我常跟一個有機認證的咖啡商買豆子，有時候反應豆子品質不是很好，他回答說因為是有機咖啡，這回答讓我有點挫敗感，事實上在衣索比亞區很多農民沒錢

去做認證，也沒錢去買農藥，如果說一次進口一大批的話我會要求貿易商出具證明，但是因為是散的進來所以沒辦法去要求這一點，再來講到你朋友要進口豆子，正常一次進口就要一個貨櫃，裡面 300 袋，一袋 60 公斤，都是同一種豆子，我是建議跟台灣貿易商取樣來試試，看自己喜歡怎樣的口味。

問題二：是不是可以分享一下你在學習烘焙的過程中發生的趣事。

回答：

生豆、熟豆混在一起，只能選一鍋，如果混在一起通常是熟豆就不要了，以前我在古坑的時候是小型的 400 克桌上型烘焙機，烘焙的過程裡面沒有氧氣只有白煙，一打開就趕快跑出去倒到水溝，整個水溝都是白煙，如果是大型的機子只要燒過一次就完了，會有油煙味、臭油味，消都消不掉，排煙就很重要，通常要拉一些管子往高處排或是空曠地排，那我最近發現我管子有積一些碳，會有著火的現象，也是很危險的，所以機器要常常保養比較安全。

問題三：現在很多人家裡會種咖啡樹，自己烘自己喝也滿好的，那喝咖啡的時機點是早中晚還是空腹喝比較健康？有聽人說過新鮮的咖啡即使在睡前喝也不會影響睡眠，是這樣嗎？謝謝。

回答：

烘豆當然是很好玩，可以用烤箱烘或是用鍋子炒，再來咖啡是吃飽再喝比較好，咖啡因是抗蟲機制，一個作物如果蟲多的話咖啡因自然就多，愈高海拔咖啡因愈少，愈低海拔咖啡因愈多，越南咖啡因含量就比較高，是阿拉比卡的兩倍，人體正常的狀況下咖啡因六個小時就能夠排出體外，不會造成睡眠的問題，像有個故事大鬍子睡覺的時候鬍子是被棉被裡面還是外面，這樣想一想大鬍子整夜都睡不好，能不能睡覺跟咖啡關係應該不大，茶的咖啡因含量都比咖啡還高了，那越南咖啡也是可以喝，只是越戰時候一些武器的影響還是讓人有點擔心，越南咖啡的出口量是全球第二，那品種都是 Robusta，如果不喝 Robusta 種，基本上應該不會喝到越南豆子，通常價格比較便宜，有點乾燥花生的風味在

裡面，當咖啡裡面的厚度、油脂，咖啡豆是特別圓、特別短的，通常是商業咖啡比較多，那精品咖啡裡面如果是 Robusta 種也不會是越南產的，所以喝精品咖啡對身體會比較好。

問題四：有些咖啡有驗出毒素，那要怎樣才能喝到安全的咖啡？

回答：

赭麴毒性會產生的環境是有百分之八十水活性大於二，溫度接近 37 度，有 A、B、C 三型，A 型毒性最強，是黴菌的衍生物，只要濕度不要太高，生豆時候不太會有這種影響，烘焙坊的環境也不太容易讓黴菌成長，除非磨成粉比較容易會產生，所以一定要用密封罐裝起來，並且即早喝完，非必要也不要放在冰箱裡，不然會吸冰箱的濕氣也很麻煩，購買時也可以請店家出示證明。

那今天的分享就到這裡，謝謝大家今天的參與，謝謝。



第六場（宜蘭社區大學）

講題：自助好好玩——知道這些小撇步你也是自助旅行達人

講者：馬機・背包客棧東南亞討論區版管

日期：103年11月22日（六）14：00～16：00

地點：宜蘭縣立文化中心二樓演講廳

文字整理者：簡郁瑾

馬機小姐：

很高興有這個機會跟大家分享自助旅行的經驗還有一些秘訣，希望能對大家有點幫助，現場大概一半左右有自助旅行的經驗，隨著出國程序的簡化，簽證以及機票等等，還有資訊的流通也比以前快速，自助旅行應該會愈來愈多，我在 2005 年開始當背包客棧的版管，已經快十年時間了，一般人對自助旅行的疑慮常常是英文不好、年紀大了、行動不方便等等，會有很多「可是」，阻礙我們去嘗試新東西，讓我們裹足不前，但當你還在提出「可是」的時候，別人已經跨出第一步了。今天帶來一段影片先跟大家分享一下。

(影片放映)

影片的主角先生 64 歲，太太 61 歲，也許對許多人來說，以第一次開始自助旅行的經驗來講年紀有點大，但這兩個人就是走背包客路線，有時候睡機場還有露營等等，一步一步地走遍七大洲四十幾個國家，而且還在繼續走下去；此外，我之前也有在無障礙協會演講過，看他們最近 po 的照片，一整團坐輪椅的朋友到日本京都去玩，不受到行動不便的影響；也有人壽廣告拍一個坐輪椅的女生帶著輪椅到處去玩，甚至帶著輪椅潛水下去，這幕很令人感動，潛水必須要克服對水的恐懼感，但是這些故事也都告訴我們，只要踏出腳步，沒有什麼是不可能的。

就算不會講外文也沒關係，可以從中國大陸、香港、新加坡等等講中文的國家開始，甚至也可以一邊走一邊學，這世界上有很多地方也不是講英文可以通的，因此就算英文再好，很多時候也只好用比手劃腳的。我在古巴哈瓦那的時候，很喜歡去一間果汁店，他們是講西班牙文，我其實一點都不懂，但是就很喜歡每天去點一杯不同的果汁，等他們送上來，喝了才知道是什麼，有次寫著 naranja，我點了之後才知道那是柳橙汁，也因為這樣我才知道西班牙文的柳橙叫 naranja，所以把一堆「可是」拿掉之後，才會發現在旅行中有這麼多樂趣。

再來，很多人也有一個迷思，認為自助旅行是不是比較省，也有人把自助旅行跟背包客畫上等號，事實上自助旅行不一定比較省，類似套餐跟單點的概念，旅行社或是機加酒是一種已經搭配好的，是比你每項單獨分開買還要便宜的，旅行社因為可以大量訂房訂票，自然能拿到比較優惠的價格來販售；但是自助旅行的話要自己去訂機票、飯店，如果水準要跟跟團的一樣，不一定能拿到這麼便宜的價格，當然，你也可以像背包客一樣把自己需求降低，不要住那麼好或是不要吃那麼好的，搭廉價航空等等，這樣花的錢會比較少一點。

不過自助旅行最大的收獲不是省錢，而是其他，包括像自己安排行程，在面對危機處理上等等，這些都是無價的。所以不是以為只要不跟團就可以當背包客。我們遇過不少想要自助旅行的朋友上網留言說，下禮拜要去新加坡四天，你幫我排行程這樣，這樣跟要求旅行社幫你處理所有細節有甚麼不同呢？第一，每個人喜好不同，有人是為了 shopping、有人是為了美食，每個人目的的不同，行程就不會一樣，別人幫你排的行程，一定就會比較好玩嗎？自助的意義就跟自助餐一樣，要挑自己喜歡的東西，可以做我們想要做的事、看我們想要看的東西、吃我們想要吃的，這才是自助旅行最主要的意義。

接下來要怎麼規劃自助旅行呢？第一個很重要就是選擇你的目的地，要去那裡，可以先想想自己喜歡什麼樣的東西，例如主題式的旅行，像有些鐵道迷喜歡火車，有些人喜歡騎腳踏車，像我一個學長很喜歡飛機，他的願望就是到世界各地去搭乘各式各樣的飛機，也有人對運動賽事很有興趣，或是藝文活動等等，這樣可以幫助你找到自己的目的地。第二個是收集式的旅行，像有人喜歡美食，旅行的目的就是要收集各種餐廳，也有喜歡品酒的，可以去拜訪各地的酒莊，新舊世界的酒莊，比較不同國家、不同風土民情以及不同氣候之下會有怎樣的變化。還有許多不同玩法，像是帶著玩偶去旅行，之前在法國也有女生來一趟尋找一百個人接吻的旅行。舉一個例子，這是西伯利亞鐵路，這是受到

我一個英國朋友的啟發，他在日本工作三年後合約到期，要回倫敦，於是他從新加坡開始一路坐火車坐回倫敦，從新加坡、馬來西亞、泰國、越南、中國然後從蒙古進入俄羅斯，然後坐西伯利亞鐵路，到莫斯科再到東歐，穿過海峽回到倫敦，這一趟就到了好幾個國家旅行，這是他拍的一些照片，有蒙古包、也有五個人騎著一台摩托車等等。再來這個是我的小熊娃娃，他陪我去了很多國家，包括埃及、印度、瑞士、紐西蘭等，還有一次我從長灘島坐著 25 年機齡的小飛機回到馬尼拉，剛好有機會到駕駛艙去，於是小熊就跟著我一起去參觀了，可惜，911 後這種機會就比較困難了。

自助旅行一般常遇到的困難應該是買機票，大部份的人買機票都習慣交給旅行社去做，台灣旅行社服務也很好，都會幫你處理好，結果反而變成很多人不知道要怎麼自己買機票。一般來說，可以分成傳統的航空公司跟俗稱的廉價航空，不過我比較習慣用低成本航空這個名詞，事實上這些航空是走低成本路線，這個我們後面會提。

如果是傳統航空公司機票，平均來說，大概在出發前三到六個月就可以先買，如果是熱門時段的話是愈早訂愈好，因為到時候有錢都不一定有位置。這也是傳統航空公司的好處，就是可以先訂位，可以等到之後再開票付款，是比較有彈性的。而低成本航空則要隨時注意他的特價訊息，我之所以不稱他們為廉價航空，就是因為他們的機票並不是一直都很便宜，而是特價時才會把價錢壓到很低，利用媒體報導來宣傳，而非花錢買廣告。

目前來說，台灣現在自家的低成本航空有威航跟虎航，虎航是由華航投資的，威航是復興航空的子公司，這些低成本航空公司在開航新航線的時候，通常價錢會很優惠，可以特別注意。第一個進入台灣的低成本航空是 2004 年時的捷星航空，當初開航、新加坡航線，就推出 1999 元的破盤票價，如果搭傳統航空的話，價格大概是一萬二到一萬五之間，團票大概是九千塊。這次虎航

開航也是，推出單程 888 元的價格，台北新加坡來回含稅不到兩千五，可以省下不少交通費用。

那要怎麼知道這些訊息？第一個要加入航空公司的會員，可以得到第一手資訊，你也可以訂閱航空公司電子報，或是加入 facebook 的粉絲頁，都可以比別人早知道這些訊息，另外加入會員的好處就是可以累積哩程，可以幫助升等或是換免費機票，像國泰的亞洲萬里通只有一萬五千哩就可以換一張台北香港來回機票，一萬五千哩大概台北、洛杉磯來回兩趟就有了，難度並不高。有些航空公司是跟信用卡合作累積哩程，可以升等或是換免費機票，都是可以省錢的方法。此外，當飛機有些突發狀況的時候，比如說有狀況不能飛，會員是會被優先處理的。

買機票也會遇到改票的問題，例如臨時要取消或是換時間，要注意的是，愈便宜的票通常限制會愈多，不能退票不能改期也不能換人等等限制，所以在買票之前要搞清楚限制條件是什麼，如果限制很多最好是要確定是可以出去的，否則就造成自己的損失了。

再來介紹幾個機票比價的網站，第一個就是背包客棧的機票比價，填上目的地、出發時間然後直飛或是轉機，就會出現所有旅行社的報價，那我現場操作給大家看一下，上面還有票價的波動表，可以大概了解什麼時候票比較貴，什麼時候比較便宜，如果是比較特別的航班，比如說先到東京再到首爾然後回台北，這裡也有全球航班的功能，可以提供單程報價，如果是以便宜為主，也可以選擇任何機場皆可，有各式各樣的組合可以參考。另外還有 [skyscanner](#) 這個網站，可以查傳統航空以及廉價航空，比如說從台北飛亞特蘭大，可以設定飛行時間最短、價格最便宜、轉機點最少等各式各樣的組合，現在也做了中文版，另外我覺得 [funtime](#) 比價網也很好用，裡面有一些旅行的基本觀念還有小技巧也都很實用。

機票完之後就是住宿了，挑住宿最重要的就是地點，要去的地方很可能都是第一次去的，如果地點不夠好，交通不方便，沒有公車、地鐵等，或是附近地區治安不好，這樣也會有危險，所以在挑住宿的時候應該以地點為最優先考量。舉例來說，我們上次去曼谷玩時，就挑了一個離地鐵站走路三分鐘可以到的飯店，而且兩個地鐵系統都可以搭，還有個好處是，如果坐計程車回來也不用怕司機不知道在那裡，在語言不通的地方這很重要，只要記住地鐵站名字就可以。假設我們今天要去台北玩，挑了幾個不錯的飯店，分別是 ABCDE，哪個最方便的？E 飯店他就在市政府站，尤其在你出去玩走了很多路、買了很多東西要帶，一出捷運站飯店就在眼前，是一件很感動的事。

那我們背包客棧也有搜尋飯店以及比價的功能，一樣先輸入你要去的地方，還有日期，很多訂房網站我們都有資料，會列表出來給你參考，也可以設定價格、交通便利，然後還可以參考別人的評價，還有飯店的優點是什麼，還有紅色表示之前的客人覺得要改進的地方，比如說浴室太小、房間也太小等，綠色表示客人覺得很好的地方，像是網路免費、收費合理等，可以避免訂到地雷。

另外要注意的是這房價是不是含稅，很多國家有些收費是外加的，像新加坡要外加 7% 的稅還有 10% 的服務費，還有就是要確認先付款或是現場再付，不同網站有不同的規定，像最近日幣在貶值，你三個月前訂房就先付款跟現在才付款，匯率就差很多了。不管是跟旅行社、訂房網站或是飯店本身訂房，建議訂完之後，一定都還要跟飯店本身再確認訂房內容，也可以順便提出一些要求，比如說非吸煙房等。然後就是到了飯店後，有些飯店會先收一定額度的押金，可能也要注意一下，用信用卡刷卡的話要確認結帳時有沒有刷退押金。

再來就是任何的更動或取消，一定要通知到飯店這裡，在熱門假期的時候有些台灣人會一口氣訂好幾間飯店，到時候再決定

要去住那一間，但是其他間就忘記取消了，對於飯店跟民宿業者來講，他們都已經把房間留下來了，也沒辦法再賣給其他客人，不但造成飯店損失，也會讓人對台灣客人印象不好，所以有更動或取消，請記得一定要通知；自助旅行很重要的一點就是，任何事情都要有備案，以應付突如其來的狀況，比如說飯店狀況跟你預想的不同的，有準備其他方案的話至少不會耽誤到行程。

接下來就是安排行程的部份，當然，你可以參考別人的行程但是不要照抄，所以第一個很重要的就是做功課，可以去找相關的書、部落格、網站等等，可以幫助你有些基本概念，有那裡好吃好玩的，最好有張地圖可以把這些地方做個記號，地點相近的可以排在一起，減少浪費在交通的時間。

在行程安排的差不多時，可以再找當地的觀光資訊官網，第一，他們的資訊一定是正確的，第二，會告訴你有什麼最新活動，景點是固定的，但是活動是一直在變化的，比如說二月去威尼斯，除了景點以外，還看了當地的面具嘉年華，一年只有那一段時間才有，就像外國人來台灣也是一樣，會查有沒有有一些傳統的節慶活動，這些活動會在旅行當中，增添一些特別的回憶。

最後要出發了，要開始打包行李，這也是很多人煩惱的事情，像低成本航空托運行李要另外依重量算錢的，如果不想花額外的錢，打包行李就很重要。一般來說，航空公司經濟艙一個人是 20 公斤行李，如果超重的話會依票價比例罰很重，如何節省空間，這裡有些小撇步：第一個衣服用捲的不要用摺的，尤其 20 吋的登機箱說實在並不大，用捲的收納比較節省空間。

還有很多收納的小技巧，像是把小東西塞到鞋子裡等等，如果出差旅行，男生的襯衫需要平整，可以把腰帶捲成圈圈套在領子，就會固定住。還有，髒衣服髒鞋子怎麼辦，鞋子可以用浴帽幫忙收納，不會弄髒其他衣服；另外還有拉鍊袋可以拿來裝髒衣服，有防水功能，也可以防止異味跑出來，是很實用的收納工具。

還有女生喜歡帶一些瓶瓶罐罐的東西，也有發生過行李托運時裡面的化妝品、洗髮精被擠出來沾到衣服，這個可以在文具行買到，裝小朋友文具的小工具箱，塑膠的很輕也不佔重量，也可以將這些瓶瓶罐罐保護的很好，畢竟行李托運過程很容易受到擠壓受損。或者有些化妝品也有些試用品小盒子可以利用，用完後也不用丟，可以再分裝利用，也可以把藥膏或是乳液類的擠出來放在隱形眼鏡盒子裡，不佔空間也不用擔心被擠壓。

藥盒也可以拿來裝一些女生的小飾品，再來蝴蝶夾也很好用，可以拿來收納男生的刮鬍刀，保護刀片的部份，還有很多 3C 產品的線，可以捲起來後來起來就變成一捆了，這是一些方便打包的小物，跟大家分享。

最後很重要的就是安全上面的問題，跟團旅行時，很多時候問題還沒發生時，領隊就幫你處理好了，但是自助旅行要靠自己危機處理。第一個就是旅遊平安險，雖然用信用卡機票就有送旅遊平安險了，旅行社跟團也會幫你保險，不過旅行社幫你保的意外身亡只有兩百萬到三百萬，刷卡的話要看卡片等級，一般至少有七百萬、一千萬或更高，但是理賠項目最少，只限定在搭乘大眾交通工具時發生的意外，比如說飛機、火車、公車等，其他遊玩過程的不算，此外除非是身亡或是殘障才會賠，生病等醫療行為意外險裏是不包含在內的。除了信用卡跟旅行社保的這兩種以外，我會建議無論是跟團還是自助，再多保一個真正的旅遊平安險，這個包括意外身故、殘廢、意外醫療還有海外突發疾病，像是高血壓、糖尿病、中風等等，還包括緊急救助，需要搭機回來治療的話可以用到。

再來還有產險裡的不便險，包括行李延誤、遺失、緊急救助、劫機、行程延遲、取消或是縮短等，這都是旅遊中可能會遇到的狀況，還有旅遊文件損失險都可以做一些理賠的處理，有了這些保障都可以做為你旅行途中的後盾。

出國旅行有幾個資料最好要事先準備一下，第一個就是駐當地辦事處的地址跟電話，有些有 24 小時急難救助電話，至少可以講中文，外交部也有旅外國人急難救助聯繫中心，這是打回台灣請求援助的，再來就是一些信用卡的電話，如果真的遺失的話可以馬上打電話掛失，還有住宿飯店的地址跟電話，如果不懂當地語言的話可以請飯店跟司機講，再來就是航空公司的電話，雖然現在都是電子化、電子機票，但還是建議可以把電話記下來，像之前冰島火山爆發時不知道飛機什麼時候可以飛，很有可能要每天問航空公司狀況如何。

再來就是護照跟證件影本要備份，你也可以拍下來存在手機裡，像有時候遇到可以馬上用。舉例來說，有時候我們出去血拚可以退稅的情況，卻忘記帶護照出門，這時候就可以把手機裡的護照照片拿出來讓店家辦理退稅，以歐洲國家來講退稅的額度還滿高的，這樣可以放心護照放在旅館保險箱不怕被偷，出門需要使用時又可以隨時拿出來。最後就是兩吋的大頭照，證件遺失時可以提出申請，或是需要簽證時可以馬上處理。

旅行不是搭飛機才開始，是從你決定要出發那一刻就開始了，旅行其實有很多事情要處理，所以光是在準備的過程中，就收穫很多，所以換個角度想，每天都可以旅行，每天都在旅行，甚至回來後可以延續到每一天，用旅行的心態看待身邊的人、身邊的環境，可能會都有新的發現、不同的感覺，那我今天簡單分享到這裡，謝謝大家。

問題一：很難預估要兌換多少外幣，那有可能就是用信用卡，請問那一張信用卡適合在國外使用，謝謝。

回答：

可以先看您想去的國家最近的匯率走向，台灣銀行歷史匯率走向是個很好的參考指標，像日幣在下跌中，這時候建議可以帶信用卡去刷卡，因為現在換跟實際出去玩的時候會有差距，信用卡的

話結算有時間差，實際付的錢可能比當初刷的還便宜。出國身上的現金比例大概以現金就是準備吃飯的錢跟交通費用這類雜費，買東西之類的就用刷卡；如果以美金來講就正好相反，如果之前就買了美金現在用就很划算，用刷卡的話可能付出的價格會比較高，身上現金需求可能就要高一點。

信用卡的話要查一下每一家的手續費，有 1.5% 也有 1% 等等不一定，再來有些信用卡是有海外刷卡回饋，所以就是挑有回饋的或是手續費比較低的，帶那張卡出去就好。除了現金以外，到美國或是歐洲也可以帶旅行支票，現金用完了再到銀行兌換，而且旅行支票匯率也比較優惠，而且是要簽名的，別人撿到也不能直接兌換，也是有個保障。另外還有 ATM，可以申請海外提領功能，這樣在國外就可以領錢，像玉山還是合作金庫，手續費只有 75 元，算是很優惠的，每家銀行規定不同，可以去查一下，這也有一個好處，就是如果去的國家是台灣不容易換到的貨幣，或是台灣換的匯率很差，像是韓國、菲律賓等，這時候就建議直接到當地再來提領就好。

問題二：到國外沒辦法使用網路查詢，是很大的困擾，請問該如何解決。

回答：

現在有一些無線上網的設備，可以幾個朋友一起用一台，是類似預付卡的形式，一天 199 還是 299 元，到國外去可以自己抓取網路訊號，然後就可以使用這設備上網，也可以用來打電話，這樣在國外任何時間都可以上網打電話。此外 google map 也有離線儲存功能，可以事先存下來，還有一些 App 都可以下載離線使用，我覺得也不錯。

那因為時間的關係，我今天的分享就到這裡結束，謝謝大家。



第六場（宜蘭社區大學）

講題：噶瑪蘭文化

講者：邱水金·文史工作者

日期：103年12月06日（六）14：00～16：00

地點：宜蘭縣立文化中心二樓演講廳

文字整理者：簡郁瑾

邱水金老師：

將近 70 年來我聽音樂會的次數不超過 3 次，以前唸書的時候最怕的就是音樂課，今天很感動這麼多人來到這裡。

15 年前社區大學剛成立時，前面兩三年我有在講課，後來就專心去做考古工作，今天這個題目「噶瑪蘭文化」，光這五個字就講不完了，像剛剛校長講的「甘拜打」，唸的時候要帶點原住民腔才道地，沒有語言，文化沒辦法傳承下來，至於文字沒那麼重要，以世界人類歷史來講，發展出文字的族群數量很少，台灣的原住民族都沒有文字。其實文化的定義很簡單，就是生活。生活就是文化、文化就是生活，食衣住行育樂都是文化，包括生老病死、喜怒哀樂也都是文化的一部份。文明有先後，文化無高低，所有的文化不管有無文字，是沒有高低之分的。

「噶瑪蘭」有兩個意義，一個是地理名詞，一個是族群名稱，但是宜蘭也不是只有噶瑪蘭一個族群而已，是很複雜的。小時候長輩說遇到原住民不能叫他們「平埔仔」要叫「平埔」，就跟台語的「阿舅」跟「舅仔」，也是差很多。我從小在冬山河邊長大，那邊有很多「平埔」原住民，我就讀武淵國小的時候，有老師也是原住民，武淵的意思就是「魚簍」，以前冬山河是彎來彎去的，到武淵這裡是一個大彎，現在截彎取直反而是死的。利澤簡舊冬山港那時候填平蓋國民住宅是一個錯誤，如果留到現在會大大不同，利澤老街也回不去以前的盛況。

今天我用淇武蘭為例子，淇武蘭是形容河流如月兒彎彎的意思（台語叫「月眉」），就像眉毛一樣。月亮代表母親，人類原始社會幾乎都是母系社會，是女性地位較高，台灣「平埔族群」大都是這樣，是太太娶先生，不是先生娶太太，像小孩子一定是媽媽生的，但是不一定是爸爸的。

講到武荖坑，「荖仔」是小魚，所以武荖坑就是小溪的意思，以前傳說那裡有沙金，有人就傳說到武荖坑淘金失敗，就把家財都散光，叫做「武了了」。還有我們說腦袋有問題是「啲歹啲歹」，這也是原住民語「死掉」演變過來的。還有喝酒喝到「麻西麻西」，也是原住民語「馬拉桑」轉化過來的。

宜蘭最大的天然資源是水，宜蘭如果缺水，那台灣大概沒地

方有水可用了。我小時候就是都在冬山河邊用水刷牙、洗臉、洗澡的。另外就是「宜蘭腔」要傳承下去，那是有我們當地的特色存在，要教給我們下一代，可是現在已經漸漸被影響了，所以噶瑪蘭文化要傳承就是要保存宜蘭這裡的特色。以前漢人進來的時候有些噶瑪蘭人跑到花蓮台東去，也有些搬到三星山下、頭城海邊一帶，所以三星也被稱為「叭哩沙喃」（原來居住在今天五結季新村社尾舊社「婆羅辛仔宛」），而且三星很多地名像是阿里史、番婆州、月眉都跟原住民有關的，是日本人來後才叫做三星的。以前羅東猴子很多，所以叫做「老懂」。而且以前蘭陽溪是從烏石港出海的，是日本人在再連做堤防，才改變水流方向。礁溪的得子口溪，我也是到礁溪淇武蘭那邊田野發掘，聽當地耆老講述才知道其原意。

台灣位於西太平洋琉球海溝的西南邊，因地殼變動才有台灣。就整個地理環境來看，沒有中央山脈、雪山山脈，就沒有土石流把砂石沖下來堆積，就沒有蘭陽平原，不然就只是一個海灣而已。宜蘭有很多沙崙地形，像是二城就很明顯，我們從外員山、內員山就看得出來，以前海水是來到這裡，是因為泥沙不斷的沖積。蘭陽平原沉降的速度很快，平均一年是0.2公分，一千多年前蘭陽平原是很多沼澤、河川，其實在五千年前蘭陽平原就有人類活動了，像是溪北大竹圍地區、溪南補城地地區四千年就有人群活動。很多漢人是早在吳沙之前就來到宜蘭，只是吳沙是最成功的，以前沒有把病毒帶進來，像是天花等，噶瑪蘭人是沒有抵抗力的，就像現在的伊波拉病毒一樣。一直到了三千年前左右，宜蘭的近山，像是內、外員山、武荖坑、丸山遺址等慢慢出現，中間有段時間可能是有海嘯（宜蘭老一輩稱為「起海漲」），造成沒人居住。

五十二甲以前都是沼澤，結果現在沼澤都快不見了，政府鼓勵休耕，這是不對的，反而鼓勵大家去炒地皮。

很多原住民語漢人不會講，像是利澤簡、叭哩沙喃……等等，其實三星很多人有原住民血統，是從現在的傳藝附近「婆羅辛仔宛舊社」那裡遷過去的，所以叫「叭哩沙喃」。冬山河以前叫做「加里宛港」，所以花蓮那裡也有「加里宛」。得子口溪要做

開門，在開挖的時候發現有人的骨骸，後來文化局請我過去看，才發現不只骨骸還有很多陶片等文化遺物，這是在2001年5月發生的事情。6月初就開始做地表調查，然後找了9個探坑試掘。2001年的11月就委託台大人類學系進行搶救發掘作業，一直到2003年的5月結束。那時候除了進行得子口溪整治第六期工程，然後高速公路也會經過遺址，游錫堃院長請我寫個報告，我一個禮拜就寫好跟他爭取。後來到了2011年側車道要開闢，又委託台大進行搶救發掘。這個遺址的發掘面積很大、出土文物又多，陸續完成並出版了15本發掘工作報告書，還有2本陶罐圖錄、圖說專書。

在2800年前，宜蘭到處都是水，都是泥濘地還有沼澤，有很多水生植物，在現在的無尾港等地還可以看得到。還有員山有個地名叫金包里古，跟台北金山（金包里）一樣，可能在一千年前生活在這兩個地區的族群是一樣的，才會叫一樣的地名；也有人說是之前漢人來開墾的時候，有本來住金山萬里那一帶的人一起過來；但是也有可能金包里這地名是宜蘭先開始的，畢竟學術界還在爭論噶瑪蘭人遷徙路徑是北往南還是南往北。文字記載的是狹義的歷史，考古界在探究的大多是沒有文字的。「Cabaran」這個名詞最早是出現在西班牙人1634年的紀錄。那時候他們來這裡除了傳播福音外，為的可能是找金子。荷屬東印度公司1648年找人畫的台灣地圖，宜蘭地區這裡畫得很詳細，這個時期宜蘭出土的遺址墓葬陪葬品，金飾比八里十三行遺址墓葬多。荷蘭人1647年~1650年在宜蘭有做戶口調查，淇武蘭（Kibannoran）舊社人口有近千人。

淇武蘭遺址的文化內涵有上、下兩個文化層，上文化層大約是距今600多年前到100年前。現在淇武蘭的地點在玉田村、二龍村的交界，在日本時代屬四圍堡，有淇武蘭、三十九結、茅埔、三庄，目前地勢大約是海拔2公尺，上文化層的海拔大約是70公分到負50公分，那下文化層是海拔以下80公分到以下180公分，距今大約1250年到800多年前，是普洛灣類型，有學者認為是同個文化只是時間不同，這是有可能的。

再來看到的地層堆積現象，這其實就是宜蘭淹水的影響，分

別是上、下文化層，這是沒辦法造假的，可以知道當時宜蘭有什麼植物，像是茄苳等，如果是外來種可能會對當地生態產生影響，原生樹種沒有抵抗力很容易就死掉了。赤桐花宜蘭開花時間比台東晚一個月，在南部花開的時候就要開始捕飛魚了。

上文化層土色為什麼比較黑，因為有機質的關係會比較黑，做考古就是認真仔細看，看久了就知道。在2001年6月17號那天在挖堤防，發現了「魚形木雕」這件遺物，上面雕有耳朵鼻子這些圖案，發現這件遺物，才確認淇武蘭遺址的重要性。噶瑪蘭文化著名的特色就是陶罐、木雕這些，有人認為噶瑪蘭人木雕人像喜歡戴高帽子，可能是受天主教影響。再來這裡是下文化層，有很多石板，那時候是做墓葬葬具用。探坑試掘時，因為是颱風季，有可能颱風或淹水這裡就被沖走了。墓葬裡面有些陪葬品，這裡有些可能是二次葬。一千多年前住在淇武蘭的人，用的器具造型都不一樣，很多種，跟阿美族很像，有陶罐、錘子等等很多，這時候已經是鐵器時代，石器就比較少。第一次發掘的時候有將近一百一十萬件物品，其中有六十多萬件是陶罐。這個是瑪瑙等裝飾品。上文化層這三個墓穴排的很整齊，不是隨便排的。噶瑪蘭族是很愛乾淨的民族，像泰雅族會放火燒山，其實是有好處的，之後的收成會比較好。

淇武蘭有七百多種錢幣，但是有些是假的，可見假鈔不是現在才有的，要做偽鈔最重要的是要用一樣的鈔紙，以前宜蘭有段時間很盛行造偽鈔，因為鈔票是用中興紙廠生產的紙。台灣原住民裡面身高最高的是阿美族，再來就是噶瑪蘭，泰雅、布農就比較矮一點，現在可以用DNA判定這些墓穴主人的親子關係，其實考古是很花錢的，用碳14來判定年代一件就要六千元，以前要送到美國，後來送到澳洲去，現在台大就有這套設備。外縣市的考古遺址木頭都沒辦法保存，那是宜蘭因為潮濕所以可以保存下來。

台灣原住民原來是吃芋仔，番薯是從菲律賓傳到福建再傳來的，是外來種，像番茄、番仔火一看名字就知道都是外來的。陶罐的噶瑪蘭語叫做 toonos，厚度是0.1到0.5公分，表示技術水平很高，形狀差不多，但是同中有異，是一種概念各自發揮，紋

飾比較多樣，看到山川河流、蟲魚鳥獸還有花草樹木等等就拍印在陶器上，很能從生活中取材，文字沒那麼重要，但是文化要能夠一代傳一代，還有一個很重要的是陶罐下面還黑黑的，那是煙灸痕。

陶罐的形狀是這樣，我們是從碎陶片慢慢再組裝成陶罐，不是每一片都可以這樣組裝。完整的陶罐是很值錢的，考古的人很怕遇到古董家，因為怕他們的目的是除了收藏還要買賣。陶罐上面的圖案很多樣化，有樹、海棗、花、人臉等等，都很漂亮，很能表現噶瑪蘭的藝術成就。木質標本在宜蘭這樣的氣候、地質條件才有辦法保存這樣，不是很乾就是要很濕。再來南島民族織布機是水平背帶式腰機，漢民族是上下式的，是不同文化。再來這是煙斗，出土 307 件煙斗，裡面有 234 件是陶做的，也有石頭、木頭跟石頭做的，都做的很精緻，這些都是上文化層出土的。馬偕來台灣傳教還娶了張姓老婆，在五結那裡姓張的，有很多就是她的族親。再來出土的還有成串的金珠、碼瑙珠，還有銅鈴。

再來這是很著名的陪葬品「金鯉魚」，很漂亮，據我所知是男生在戴的，淇武蘭一般是二十幾公分寬，不過宜蘭大學有出土四十幾公分寬的。再來講到馬偕，加禮宛有個家族是姓偕，在日本時代有個姓陳的漢人跟姓偕的「平埔族人」生了小孩，為了姓啥鬧上公堂，日本人就說那就兩個合起來，姓「階」。

淇武蘭遺址出土很多外來的貿易品，不管是東亞、中國、中南半島都有，在明朝海禁的時候，很多外國仿造中國的產品很盛行。這個就是貿易陶，是貿易用的。很多遺物是生態遺留有 40 多萬件，有 107 種的貝殼，差不多有二十幾種在宜蘭已經絕種了，像紅樹林以前也有。再來還有獸骨，豬有可能是養的，還有鹿等其他動物，還有種子等等很多。

很多人質疑舊社十三行文化，像上文化層能不能叫做「噶瑪蘭文化」，宜蘭不是只有這兩種文化，還有很多其他的，礁溪、宜蘭還有五十二甲濕地，那裡都有個別的文化系統。淇武蘭遺址的發掘成果在兩年多前辦過國際學術研討會，包括日本、西班牙人、荷蘭人都有來參加，宜蘭縣史館有出版一本研討會的紀錄，大家可以去翻閱參考。

心靈點滴第二十九集

其實宜蘭人很多都有原住民血統，很多歷史都是從漢人角度出發，像宜蘭就有三個地方叫阿里史，這地名的來源就很有意思了，希望大家可以多多思考，謝謝大家。



第一場（羅東社區大學）

講題：新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論（輔）

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

日期：104年10月04日（六）13：30～16：30

地點：羅東鎮立圖書館（李科永館）三樓階梯視聽館

文字整理者：黃麗惠

羅東社大吳國維校長：

牛教授及各位在場的朋友們，大家午安大家好！

社區大學為了要讓大家有多元的學習，從民國八十九年開辦專題講座到現在，已經十五年了，大多是在週末、日下午兩點，很少在一點半開始，但因為今天我們要欣賞這部非常精彩的影片——《桃色風雲搖擺狗》，希望不要影響到大家的晚餐時間，所以今天的講座提前到一點半開始。

社區大學希望透過專題講座，讓大家能夠在修課之外，對於宜蘭縣、台灣或者是大家想學的一些知識，也能夠透過專題講座而得到。這學期很特別的是羅東社大六場專題講座都是影片欣賞，同時邀請導演或片中主角與談人來映後座談。當我們欣賞完影片，會由自身經驗來印證一些觀點，但有些觀點可能是我們看不到的，透過映後座談，可以更擴大視角。

當我們看到媒體的報導時，我們會想到報導背後的視角，有時同樣一則新聞，不同的媒體報導出來的卻很不一樣，我們身為現化的公民，要有能力解讀新聞，才不會被牽著鼻子走。今天非常高興邀請到牛隆光教授，以實際的經驗及理論面，來和大家一起做分析及討論。現在讓我們用最熱烈的掌聲，歡迎牛教授！

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

謝謝吳校長。我跟社大並不陌生，大概在民國八十九年或九十年時，我也曾在社大開過一門有關於「新聞」的課程，後來因為寫論文的关系，所以才沒再繼續開課。

今天選擇放的影片——《桃色風雲搖擺狗》，是部卡司很強的影片，有兩大巨星——勞勃·狄尼洛（Robert De Niro）與達斯汀·霍夫曼（Dustin Hoffman），都是演技派的明星。這部影片並不沉悶，在歡樂的背後有些可以思考的空間。「人生如戲，戲如人生。」這兩位巨星演出的戲劇，在藝術呈現面及社會反思面來說都是一部好戲。

接下來請大家一起來欣賞影片。

(影片欣賞)

講者：牛隆光·佛光大學傳播學系助理教授

大家好！

剛才看的影片是依據某國的實例而改編的，所有戲劇的因素都在裡面，是一部好戲！在戲裡面除了劇情外，還可以看到一些東西。就我的觀點，在這裡面可以看到「媒介結構與表現」，那麼什麼是「媒介結構與表現」？媒介可以從結構面和表現面來看，也就是媒介 **media**=結構 **structure**+表現 **performance**。剛才影片中描寫的是美國的新聞界，美國是資本主義的新聞制度，是商業的媒體，和歐洲某些地方的公營是有所不同的。表現就是媒體所表現出來的，不同制度不同結構會有不同的表現。

結構 **structure**=制度 **institution**+文化 **Culture**，制度就是體制，有媒體和沒有媒體的投票制度是完全不一樣的，因為反映出來的文化是不一樣的，這就是民主國家和共產國家選舉的制度不同一樣。表現 **performance**=形式 **Format**+內容 **content**，形式的不同，產生的表現也不一樣。

剛才的電影裡談到了媒介自由的問題，我們看到在裡面的媒體人都可以很自由的報導。在美國或自由主義的社會裡，基本上享有媒介自由，但得受法律的規範。媒介自由的結構條件下，媒介組織真正地獨立於經濟與政治壓力之外，讓社會中不同的「聲音」都有機會近用媒介，內容品質有益於「接收者」。

除了要有媒介自由之外，還要有媒介平等，因為無論針對傳播者或接收者，都應該要享有同等媒介近用權，其實傳播者和接收者在傳播的過程中是要平等的，但因為資訊和權力的不平等，卻沒有真正的落實。實現平等的前提是：社會社經發展程度與媒介體系的承載量足夠提供不同且彼此獨立的通道。

媒介對於資訊只能做初級的把關，真正資訊背後的來源真假，較難做到深度求證，所以媒介要多元，這邊的多元指的是多元文化，要有存在不同的公眾頻道、傳送不同的內容、符應多元閱聽

人的需求。可能出現的矛盾是承載量不足、比例制的問題、迎合主流的現實。多元的好處則是可以提供弱勢發聲、監督自由市場所有權、不同立場團體間的溝通、豐富社會與文化生活。

再來談一談資訊品質的問題，客觀性的概念：與自由和平等關係密切，沒有主觀的涉入，不和真實相牴觸。而客觀性的好處是：有助公眾對於媒介所提供資訊的信任、強化新聞產品的價值。學界要做的是一個客觀性研究與理論的架構，如何來檢證、研究媒體的專業客觀性。主要的資訊品質要求：提供新聞事件相關的背景資訊，客觀資訊的標準：正確、誠實、充分、完整、可靠、意見與事實分離。客觀性的限制：何謂足夠的資訊供應？「客觀性」本質的不確定。客觀性：不偏不倚，平衡、中立；實在性，真實、資訊性、相關性。

真正媒體的專業就是反應在「查證」，因為新聞查證工作是一件非常專業的工作，是一件不容易的事，要如何看記者的專業能力，就是看他的查證功夫，要如何看記者的查證能力？第一個就是 self-questioning 自我提問（反省）的能力。查證（verify）工作有分幾個層次：1、物理性問題查證：double check、親自檢查、數據導向（資料導向）。2、社會性問題查證：移情能力、資料解釋能力、合理性瞭解。3、個人性問題查證：個人感受、法律。4、話題性問題查證：倫理。

馬克思主義講到媒介結構 media structure = 下層結構 media base + 上層結構 media upper，這樣的媒介架構有兩種市場，即媒介市場 media market = 消費者市場 consumer market + 廣告市場 advertising market，我們現在很多的媒體問題就是消費者市場和廣告市場太混亂、太競爭。所有權形式 ownership format = 營利組織 Profit organization + 非營利組織 Non Profit rganization，在營利的過程中，常常產生一些資本主義市場所產生的問題，而這樣的問題對於許多媒介來講都是普遍存在的問題。

現在的媒體競爭太強烈了，早期傳播還是報紙、廣播、雜誌、電視的時代，現在是增加了網路、電信，我們的傳播愈來愈複雜，在複雜之間一定有競爭與集中，讓我們思考的是自由競爭導致多元或者是壟斷（寡佔）？以及媒介之間、媒介之內、公司之間的

競爭。集中包括了水平集中和垂直集中，水平集中是同一市場之內的合併，垂直集中是涵蓋生產與分配等不同階段。其他集中形式的影響：1、出版事業集團化的發展——所有權集中對編輯權的影響。2、閱聽人的集中：集中在特定一兩家報紙。

媒介經濟的獨特面貌：1、媒介混合了市場、產品與科技層面。2、媒介具有高額的固定成本。3、媒介企業包含創造性與不確定性。4、媒介產品可以多次使用、回收利用。5、媒介有自然集中的傾向。6、媒介企業進入門檻很高。7、由於公共利益的因素，媒介並不只是一種商業。

媒介結構的主要動力：1、在供需市場環境機制中尋求利潤（市場力量最具有可預測性與固定性）。2、因應科技的支配性——新科技開啟新市場的可能性與侵蝕舊市場的根基。3、社會與經濟的變遷。4、政治與政策目標的變化——控管 vs 鼓勵變遷。但控管卻是不易，因為自由市場內部的經濟力量與開發中國家外部力量都可能有效的促進變遷。

媒介政策變遷的趨勢，從早期強調社會責任到全球化、解除管制、私有化，從十九世紀晚期迄今百餘年，可分為三個主要傳播政策階段：1、19C.晚期—1920s 新興媒介政策階段：強調出版自由，應免於公共政策的控制。2、1930s-1980s 公共服務階段：立法管制廣電媒介，強調媒介的社會責任，承認政府介入傳播市場的合法性。3、1990s 迄今全球化與數位匯流：強調電訊科技的開放性、所有人享有近用權與選擇權。

大眾媒介與國家政治體系之間有著複雜且強力的連結關係：
一、國家經由政治體系協商出法律、管制與政策。基於政治人物自身與政治機構的需求，訂定媒介相關的法案，範定媒介在民主過程中的角色。二、私有化的媒介雖不受政治直接的管控，但為了執照取得與延續，仍需處理好與政治的關係。三、媒介內容的表現與政治關係緊密。

以上是就有關《桃色風雲搖擺狗》影片中涉及到相關的傳播問題與大家分享，今天談的題目有一點是眾人皆知，但在皆知中我們必需要去瞭解到真實，當大家在欣賞《桃色風雲搖擺狗》影片後，大家不妨思考一下片中出現的媒體問題，是否每天普遍的存

新聞訊息怎麼來？—《桃色風雲搖擺狗》影片觀賞及討論（輔）

在？我們要如何改善？



第二場（羅東社區大學）

講題：《香蕉戰爭》影片欣賞與映後座談（普）

講者：鄭文堂·導演

日期：103年10月18日（六）14：00～16：30

地點：羅東鎮立圖書館（李科永館）三樓階梯視聽館

文字整理者：黃麗惠

羅東社大吳國維校長：

大家午安大家好！

社區大學為了要讓大家有多元的學習，從民國八十九年開辦專題講座到現在，已經十五年了，宜蘭是在文化中心，羅東是在李科永圖書館，非常感謝羅東鎮公所提供這麼好的場地，同時感謝社大工作人員及志工的協助，讓活動更順利進行。

社區大學希望透過專題講座，讓大家能夠在修課之外，對於宜蘭縣、台灣或者是大家想學的一些知識，能夠透過專題講座而得到。這學期很特別的是羅東社大六場專題講座都是影片欣賞，同時邀請導演或片中主角與談人來映後座談。當我們欣賞完影片，會由自身經驗來印證一些觀點，但有些觀點可能是我們看不到的，透過映後座談，可以更擴大視角。

我們在影片放映完後，會等全部的字幕都跑完才會開燈，這是對影片工作者的尊重，同時利用這段時間，讓自己可以思考一下影片內容所要傳達的訊息，以及觀後的想法。

接下來請大家一起來欣賞影片。

（影片欣賞）

講者：鄭文堂·導演

大家好！

今天這部電影還算容易瞭解，是平鋪直敘的，這部電影我想和大家聊聊兩個面向及電影的價值。全世界一年大約有五千部左右的電影正式上映，台灣大約佔三十部左右，其中佔產量第一名的是印度，第二名的是美國。

一部電影平均兩百萬美金拍攝，而每年在電影的製作費用估計大約是兩百億美金，花了這麼多錢拍電影，賺錢的電影不算少，但有價值的電影不多。就我的價值觀來看，大多的電影具有娛樂性，但電影價值卻不高。

《香蕉戰爭》這部電影製作看起來像是粗糙的，但裡面要傳達的是對人類比較有用的，包含現在人類面對的生存問題，我覺得這是比較重要的。一部電影兩個小時，看過後能夠留下的是什麼？今天看完這部電影，我想：至少以後在吃香蕉時，我們就會聯想到這部電影，進而想到一些電影裡可以讓我們思考的部分。

我覺得今天最重要的需要溝通的是電影的價值在哪裡？一九六〇年許多第三世界有理想的導演都在拍像今天這部影片性質的電影，他們都是冒著生命危險在拍的，這之間還曾經發生過導演被暗殺的例子，但因為有影片的傳遞，揭發一些不人道、不公平的對待，喚醒人們的意識，進而有些作為。所以電影不只是娛樂性，還有很重要的可以影響人類、國家……的關注。

當我們看完這部電影時，不要忘記的是我們身處美好的台灣宜蘭，在面對很大的經濟波動時，還可以支持，算是不錯的國度了，然而有時一不小心我們會失去理智，或是忘記在面對某些族群時，我們是強大者，一不注意我們就變成壓迫者，這是今天這部電影值得讓我們探討的。

問與答

問：一開始我對今天這部影片很有興趣是我吃過這部影片中 Dole 都樂公司的香蕉，那時我去到加拿大，看到他們的香蕉竟然比台灣的便宜，讓我非常驚訝，因為我一直以為台灣的香蕉是全世界最便宜的，當時想這香蕉的產地應該是在中南美洲種植的，才能有這樣的價格反應，但今天看了這部影片，才看見了更多的層面，但現在這家公司（Dole 都樂公司）依舊還是那麼壯大，好像並沒有受到什麼大的影響，不曉得這個事件、訴訟之後，對這家公司的經營方式是否有任何的改變？

答：鄭文堂導演

像今天影片中的跨國訴訟在第一階段打贏的並不多，雖然族

群團結的力量很可貴，但要打贏跨國公司的卻很少，會被拍成電影是因為它成功了。要讓世界變得更好，就是讓這樣的電影讓更多人看見才有機會，因為電影的影響力是很大的，要多面向的觀賞不同的電影，才不會被侷限。可以想像的是在這個時候（2014年10月）還有多少人在面對一樣的問題，而沒有改變。如果沒有透過教育及學習，這樣的事情會是不斷的在發生，因為在某一個階段裡，我們是強勢者，所以我們需要學習看見。

問：我想請教導演的是：我身為一個家長，我的小孩跟我說他想要讀有關電影的科系，我要如何去觀察我的小孩有什麼樣的人格特質，而後去鼓勵他走這一條路。

答：鄭文堂導演

這位家長的想法很棒，我到校園演講的時候，都會鼓勵學生們可以往電影發展。坦白說台灣的電影環境不好，不是電影的質不好，而是台灣的電影還沒有起來。以票房面來看，韓國的電影就像波浪般（非大風大浪型）波動，而台灣的電影是大起大落的波動，台灣的總平均產值是一年有三億台幣（三十部電影），平均一部電影一千萬左右，所以整個電影的產業並沒有真正的起來。

想要走電影這個行業，第一是要有興趣，不管從事哪個行業，如果沒有興趣就會變成痛苦，那就寧可不要。第二是要看他有沒有機會在這個領域出人頭地，包含變成一個好的創作者、賺大錢、有創造力.....等，創造力是很重要的，如果有創造力，那他的機會就大很多。如果有這兩個基礎，那麼有機會就多鼓勵他去念相關科系。從另一個面向來看，如果沒有創造力，但有興趣又有工作執行的能力，也可以鼓勵從事電影相關行業，他不一定要當導演，但會在電影工作群體中受歡迎，因為這樣的參與度很高，是很適合在電影這個行業。

問：今天這場專講的海報上有提到：尋找食物的正義，而現在食安的問題很嚴重，受害的是我們這些人民，那後續我們應該怎麼做？

答：鄭文堂導演

這個問題很棒！從今天的《香蕉戰爭》影片中，我們學到一件事，那就是「理智」，而台灣最大的弱點就是沒有「理智」，台灣的教育總是在談感覺，講事情都是模模糊糊，對於資料的佐證沒有受到訓練。我現在在大學兼任電影課程講師，最大的遺憾就是：找資料的能力很弱。不只學生，包括我自己也是，找資料是一門很大的學問，也是很重要的，而我們卻沒有受到最基礎的訓練，也忽略了這個過程。我們現在最快速的找資料方式就是上網，但這並不完全正確。

台灣現在的食安問題，出現了一個很奇怪的現象，那就是用抵制的手段，以為這樣就好了，這是一種偏差的狀況，因為重點不在抵制，而是在問題是怎麼發生的？發生了多少問題？未來要怎麼辦？政府要如何替人民討公道？因為方向偏差，所以不容易聚焦核心問題，造成人與人之間的隔閡愈來愈深，這也是不能團結的原因。現在我們的食安依舊存在問題，核心問題依舊沒有解決。

問：從剛才導演的分享中，全世界一年大約有五千部的電影正式上映，其中佔第一名的是印度，我想請問這是什麼原因？另一個問題是為什麼我們的電影很難打入國外的市場，而國外的電影卻很容易打入國內的市場？

答：鄭文堂導演

有一個有趣的現象：我們對於國外的電影大都是指美國，反而漠視了印度、印尼、泰國.....等其他的國家，而我們對印度可能最大的印象就是髒髒的，因為我們的資訊太過封閉，這是我們要學習突破的。

現在全世界電影產量第三大的是中國，第二大的是美國，而

第一大的就是印度。印度一年約有一千部電影正式上映，一天的觀影人次是二千萬人，就此可以看出電影的產值有多大。電影是夢，相對愈窮的人愈喜歡看電影，兩個小時在電影裡感受到一種幻境，雖然電影真正的價值並不在此，但這也是印度電影市場會大的一個原因。另外印度還有一套工業：寶萊塢，就是電影一定要唱歌跳舞，電影裡講講故事，然後就會有唱歌跳舞，觀影的人在電影裡面尋找一點快樂，這是目前印度電影的狀況。



第三場（羅東社區大學）

講題：《當家花旦》影片欣賞與映後座談（普）

講者：簡志澄(Teddy)·白雪綜藝劇團團長、《當家花旦》
男主角

日期：103年10月25日（六）14：00～16：30

地點：羅東鎮立圖書館（李科永館）三樓階梯視聽館

文字整理者：黃麗惠

羅東社大吳國維校長：

簡團長及各位在場的朋友，大家午安大家好！

社區大學從民國八十九年開辦專題講座到現在，已經十五年了，除了社區大學的講師學員外，也開放給一般民眾一起參與。社區大學希望透過專題講座，讓大家能夠在修課之外，對於宜蘭縣、台灣或者是大家想學的一些知識，能夠透過專題講座而得到，並有多元的學習。

這學期很特別的是羅東社大六場專題講座都是影片欣賞，同時邀請導演或片中主角與談人來映後座談。當我們欣賞完影片，會由自身經驗來印證一些觀點，但有些觀點可能是我們看不到的，透過映後座談，可以更擴大視角。

在影片放映完後，會等全部的字幕都跑完才會開燈，這是對影片工作者的尊重，同時利用這段時間，讓自己可以思考一下影片內容所要傳達的訊息，以及觀後的想法。現在讓我們用熱烈的掌聲來歡迎簡志澄團長。

講者：簡志澄 Teddy · 團長

大家午安！

我是簡志澄，等會兒大家可以在影片中看到我的分身——也就是反串的角色：松田丸子。雖然白雪綜藝團在明年已屆滿二十年，但很多人還是沒聽過這個劇團，不過沒關係，我覺得從任何一個階段的白雪劇團與大家相遇，都是很好的緣份。《當家花旦》是從 2013 年 1 月份開始在全省各個院線上映，後來我就帶著片子到各個校園及企業分享，但在這個過程中都沒有來到宜蘭，當我接到今天這個活動時，心中感覺特別的高興，因為我本身也是宜蘭人，只是從小都在台北長大，今天能夠把自己的故事帶回家鄉分享，感到特別的開心。

以下先跟大家簡單的介紹，白雪綜藝劇團是成立於 1995 年，當時我是台北藝術大學（國立藝術學院）三年級的學生，我們學校是一個非常開放的自由風氣校園，在那年舉辦了空前絕後的一

場全校性、公開性的反串選美大賽，這在當時是一項創舉，而我在那場比賽中奪得后冠，因為只有舉辦了那一屆，所以后冠及權杖至今依然在我手上，所以我常開玩笑的說：如果要說北藝大名副其實經過公開選美的校花，我是當之無愧。

學校這場比賽，本來我以為就只是一場活動，但卻是一場特別的緣份，當時的中時晚報還將我在比賽中穿得最火辣的那張照片登在頭版。這些年來有些人問我：為什麼成立劇團？為什麼劇團是以反串秀做為表演主軸？其實這是無心插柳促成的特別緣份，也因為這個緣份，改寫了我往後的事業、人生，開啟了我人生精采的另一頁，所以我到很多地方分享的時候，都會回到這個最初的起點，因為我覺得開始是最重要的。

《當家花旦》這部片是在 2011 年，白雪綜藝團 15 週年時，在台北南港 101 做了一場盛大的秀，對於一個劇團來說，幕後的資源是一點一滴累積起來的，但我覺得重點不在結果，重點是在努力的過程，那是相當珍貴的。當時籌拍《當家花旦》這部電影的公司，也是我的好朋友，是從我們大學時代就認識的，他一路看著白雪綜藝團的成長故事，後來他從事了電影發行的工作，當他想要自己籌資拍一部片的時候，就挑選了白雪綜藝團這樣一個題材的記錄片。記錄片在商業考量時是很弱的，當我的朋友花了這麼多心血及努力來完成這樣一部片，我的心裡非常的感動。

接下來請大家一起來欣賞影片。

（影片欣賞）

問與答

問：我比較好奇的是身材如何保持？

答：簡志澄 Teddy · 團長

我從小時候開始就非常的瘦，這其間也一直在想增胖的方法，後來有一天突然發現：變胖這件事等年紀到了，就自然而然的發生，此時反而是要開始減重。我是天生骨架比較

小，在演出前我會自訂一個減重的時程表，當沒有演出時，也就是我放縱的時候，但如果真要講身材保持，我想最重要的還是少吃。

問：剛在看影片時，數度因為感動而落淚，我想請教的是：你如何堅定心中的那顆種子？這是一件需要勇敢的事。

答：簡志澄 Teddy · 團長

很多人會問我：你為何如此堅持？我會回答：其實我沒有發現我在堅持，回歸到最源頭，就是找到自己最喜歡的那件事——從小我就喜歡唱歌、表演，所以在做自己喜歡的這件事，雖然有時繁忙到身體很累，但並不會覺得是撐不下去的累，而是我又完成了一件事的喜悅。我覺得做一件事過程是必然的，就好像人生一樣，不可能在一個水平面，一定都有高低起伏，當我把過程當成是必然的、常態性的，就可以在每個高低起伏的過程中以平靜的心面對。

問：我想請教的是：如何區別跟人妖不同的地方？以及如何做到？

答：簡志澄 Teddy · 團長

我進北藝大的第一堂課，就被教育：藝術之可貴，在於每一位觀眾的心中都會有不同的發酵。因此，我秉持著做到一件事，那就是當我們在臺上時，就盡力的做到最好，至於觀眾如何理解，那是觀眾的權利及選擇。

問：剛從電影中有看到後台的呈現，一般這部分都不開放，我覺得能夠拍出來給觀眾看到這點我很肯定。我想請教在拍這片前，有沒有欣賞過紅頂藝人的演出，他們會有一些搞笑的橋段，你們劇團在演出時，是否也有這樣的安排？另一個是我覺得你在唱歌時，聲線有一點像女性或蘇打綠的聲調，那真的是你唱的嗎？

答：簡志澄 Teddy · 團長

關於第一點，因為我們是記錄片，所以會真實完整的呈現。第二點，我們演出時，也會穿插一些較有趣的橋段，我們劇團也有做商業的演出，甚至助選團的演出，也有下鄉表演，我們會因為活動的需求及特色，而做演出的安排。關於第三點，我就現場清唱一小段——《當家花旦》的副歌。

問：剛看完影片，非常的崇拜你，尤其是你的舞姿。

當你在劇團 13 時，你的家人才在台下看你的表演，我以一個媽媽的心情想要請問你的是：父母是否反對過？你如何說服他們？

答：簡志澄 Teddy · 團長

我媽媽是在 2006 年自己偷偷買票到中山堂看我的表演，在前 10 年，其實我都是偷偷的做劇團，不敢讓家人知道，其實我的家人從來沒有反對我做這件事，一開始是自己害怕而瞞著家人，但也不知道在害怕什麼，後來就明白是害怕家人受傷，因為家人有他們的親友圈，畢竟反串是和性別聯結的，比較會讓人家有更多延伸的想像及問號，會擔心害怕家人如何面對尷尬的景象。當我媽媽買票來看演出時，工作人員也都沒有特別告訴我，演出後，我們在台上幫觀眾簽名，當工作人員告訴我有一位貴賓來了，我抬起頭，看到我媽媽拿著節目表就站在我面前，那一刻，我整個僵住了，就好像小孩子做錯事被逮到一樣，但又覺得我沒有做錯什麼呀，那時刻的心情是非常矛盾的，而當時媽媽的表情是以我為榮的神態，我的心情複雜交錯著，直到現在都忘不了。到 2008 年做《風月救風塵》的戲，我媽媽買了 12 張票，帶了全家大小一起來看我的表演，到 2011 年《雪后狂風》這場秀，我媽媽邀請了七、八十位親朋好友，訂了遊覽車，從台北中正區到台北南港區來看我的演出，而且都是媽媽自己買票進場的，因為媽媽說：「我要親自支持你。」我想這是一個時間

的過程、累積，讓雙方慢慢的靠近，其實家人從未反對過我做表演這件事，會想要瞞著家人，大概是自己的心魔做祟吧，也或者可以說是親情的體貼。

問：從影片中可以看到其他的三位花旦團員，他們是否也有家人之間的問題？或是反對的聲浪？若有的話，你怎麼處理？另影片中，你媽媽有說希望你们們可以進軍小巨蛋，我覺得你們有這樣的實力，是否有這樣的計畫？還有想請教的是：你對於劇團的傳承，有何規畫？

答：簡志澄 Teddy · 團長

我們這四位花旦都很相似，家人都沒有反對，都是個人內心的擔心，我想隨著年紀的增長，對於事情就能夠較理解，其實家人之間的擔心是因為——擔心家人過得不好，當自己覺得可以不讓家人擔心時，也就會對這件事情釋然。

進軍小巨蛋是我的夢想，我也希望可以往這個方向實現理想。明年是白雪綜藝團二十週年，我給自己訂下一個目標：當白雪綜藝團二十五週年時，也就是我 50 歲時，還能夠維持姣好的舞姿，在小巨蛋的舞台呈現，會是我自己一個很好的作品，而這也是我現在努力在邁進的。

這些年我一直在培養新生代，包括剛才影片中的「彩虹時代」，新生代的前提是對於表演藝術、扮裝藝術有興趣的，再來看是否有天賦，這兩個條件具備了，再加上後天的訓練，隨團一起參與，所以這幾年的演出，都有這些新生代的演員跟著一起表演、學習及傳承。

問：剛才在影片中有一段是松田丸子走向鏡頭與簡志澄的對話，那一段自己與自己的對話我覺得很棒！我想請教的是在白雪綜藝團的這些過程中，你如何做到認同自己、肯定自己。

答：簡志澄 Teddy · 團長

我覺得記錄片是很真實的，我實際做我的事情，拍攝者以第

三者的角度來做記錄，當時導演要求這段時，起初我覺得好刻意、好做作，所以很排斥，但還是尊重導演，於是就照做，後來在影片播映及巡迴時，才發現這一段是很重要的。所以很多事情我們會以自己的慣性及舒適而認定，但其實換一種方式，或許會有不同的思考。

至於如何肯定自己，我覺得就是相信自己對這件事情的喜歡，然後努力去做，同時也因為我做了這樣的事，改變了一些人的思惟。剛開始創團時，只是純粹因為自己喜歡表演，進而找到適合自己表演的角色，並從觀眾的反應中找到肯定。

問：我的年齡大概是在你父親的那一代，首先我想對你的家人表達敬意，因為在我的這個年代，對反串表演還是持有一些刻板的想法，我覺得之前你瞞著家人的這個抉擇是對的，因為如果家長先知道了，大多都是先反對到底。我覺得《當家花旦》是一部優質的記錄片，有沒有可能在遊覽車上播放？另有一個問題想請教的是表演者會不會影響到他的性向？

答：簡志澄 Teddy · 團長

《當家花旦》這部片子，我當然希望可以讓更多的人看到，但因為版權是在電影公司出的 DVD 版，不在我這邊，關於在遊覽車上播放的建議，我會再跟電影公司傳達。

關於性向這個問題，是這二十年來最多人好奇的，如果你問我喜歡的是男的還是女的，我不會回答這個問題，原因是我做扮裝表演的這件事情，是想要打破刻板的框架，如果我今天回答了，那麼大家就會以此來推論這個可能是什麼，而那個又可能是什麼，但其實並不是如此的二分法，每一個人在這個世界上都是獨立的個體，人太多種了，都是獨特的唯一，很難用二分法就去做定論。

問：我想請教的是在第一次大型的演出前，如何管控資源的運用？

答：簡志澄 Teddy · 團長

據我所知，台灣目前幾個大型的團體，真正在行政作業的人員沒有幾個，都是團員身兼數職的多角色串連，在學校時，我有接受一些劇團的訓練，所以在概念及態度上，是有被建立起來的，然後再加上經驗的學習，一步一腳印累積起來的。



第四場（羅東社區大學）

講題：《愛的十個條件》影片欣賞與映後座談（普）

講者：蔡季勳·台灣人權促進會秘書長

日期：103年11月01日（六）14:00~16:00

地點：羅東鎮立圖書館（李科永館）三樓階梯視聽館

文字整理者：黃麗惠

羅東社大吳國維校長：

大家午安大家好！

二〇〇九年《愛的十個條件》紀錄片拍好的時候，要在澳洲電影節及高雄電影節放映時，中國共產黨都曾大力的阻撓，因為內容講述的是新疆獨派女鬥士熱比婭·卡德爾（Rebiya Kadeer）追求愛情及人權的經過，涉及到新疆獨立的議題。但我們覺得在台灣這塊土地，應該要讓各種聲音呈現，不管是台灣在地的事情，或是國際上的議題，我們都應該一起來關心。

《愛的十個條件》紀錄片放映時間約為一個小時，當我們欣賞完影片，會由自身經驗來印證一些觀點，但有些觀點可能是我們看不到的，透過映後座談，可以更擴大視角。今天特別邀請到台灣人權促進會蔡季勳秘書長和大家一起與談。

在影片放映完後，等全部的字幕都跑完才會開燈，這是對影片工作者的尊重，同時利用這段時間，讓自己可以思考一下影片內容所要傳達的訊息，以及觀後的想法。現在讓我們用熱烈的掌聲來歡迎蔡季勳秘書長。

講者：蔡季勳·秘書長

羅東社區大學的夥伴及各位朋友，大家好！

在過去這十多年來，中國共產黨最害怕的幾個敵人就是達賴喇嘛的西藏獨立、熱比婭·卡德爾的新疆獨立……等，我們看到在過去二十幾年來，中國隨著經濟發展以後，在那麼大的疆域裡，如何控制不同族群中的一些矛盾和民族主義興起的糾葛問題，過去我們對西藏的問題比較熟悉，因為西藏有一位諾貝爾和平獎得主的宗教領袖——達賴喇嘛，所以世人比較知道過去這五六十年來，西藏所受到的壓迫及困境，但相對的新疆獨立運動（簡稱疆獨）或東土耳其斯坦獨立運動（支持獨立人士使用的名稱），在一九三〇年代，就有好幾波獨立運動的推動，熱比婭女士在一九八〇年代，中國共產黨開放改革的時候，她是全中國前十大的首富，為什麼後來會變成中國共產黨的眼中釘？且被迫要流亡海

外？這部影片一方面在講女性角色的轉變：在漢人世界或維吾爾族世界，女性的角色是被貶抑、壓迫的，尤其在維吾爾族社會中，女性更要面對的是宗教的壓迫，所以這部影片中有一些紋理及文化的分析，是值得我們再去探討的。

熱比婭女士於二〇〇九年當選世界維吾爾代表大會第二屆主席，並於二〇〇九年連任。世界維吾爾代表大會的終極目標是想要以和平的手段來爭取東土耳其斯坦的獨立，但新疆佔了中國約六分之一的土地，中國官方當然不可能坐視不管，另一個原因是新疆的戰略位置及富饒資源亦是中國政府所不願放棄的。雖然東土耳其斯坦是想要以和平的手段來爭取獨立，但中國政府會以一些污蔑性的或戴帽子的方式來貼標籤——恐怖主義或是武裝恐怖份子。等會兒我們看完影片後，可以再做進一步的分享。

（影片欣賞）

我個人在 2006 年之前，還未在人權團體工作之前去過新疆，那時的感覺非常神奇，我是六年級生，受的教育是還蠻大中國的歷史文化，新疆是所謂一個大中國的疆土，但又有很多的少數民族，在大中國的概念下，會把新疆當做是沒開化的蠻荒地區，需要漢人去治理的感覺，但事實上我去到新疆，發現其實沒有想像中邊疆地帶的景象，新疆的地非常的平坦，氣候非常宜人，對於之前在制式教育下讀的教材內容中，發現對疆域的想像是非常偏狹的，事實上新疆或是說東土耳其斯坦是個非常富饒的地區，有他們自己的宗教、文化、語言，那次是我為期幾週的自助旅行，所見所聞跟從小所受的填鴨式教育的想像是截然不同的。我想透過旅行或是紀錄影片的分享，可以更加理解世界上更多不一樣的文化，跟過去威權教育所要傳達的資訊是有所差異的，需要有更多獨立思考的判斷。

大家欣賞完影片，對熱比婭女士所投入的東土耳其斯坦獨立運動或是說這個民族對於追求人權的過程有些許了解，中國過去三四十年來，對這塊土地的開發過程中，事實上是大量的用殖民的方式，把漢人移居到這塊土地上，而住在這塊土地上的維吾爾族

人沒有辦法享受、決定自己土地上的資源、文化及工作機會，所以他們想要透過追求民主或人權彰顯的運動，不管在宗教、經濟或文化參與得到尊重與提升，這是我覺得熱比婭女士在這部影片中所要傳達的維吾爾族人權運動的基本精神及意義。

以現在中國人民共和國的版圖中，新疆是定位為：新疆維吾爾自治區，佔了現在中國人民共和國約六分之一土地的大小，在中亞的戰略地位上是非常重要的。透過澳洲導演傑夫丹尼爾（Jeff Daniels）的角度，採訪熱比婭女士及他的朋友們所看到的民主的問題。我曾經看了一位中國作家：王力雄的作品——《我的西域，你的東土》，書中提到維吾爾人眼中民族問題的三種角度：1、民族主義角度，要求國家獨立。2、宗教人士角度，不接受異教或不信教者統治。3、受到不公平對待，社會地位低下。

接下來看到的這位是伊力哈木·土赫提，出生於新疆阿圖什，為中央民族大學經濟學院講師，創辦「維吾爾在線」網站，並為站長，主要研究新疆地區的收入差距及失業問題。2014年7月30日被烏魯木齊市人民檢察院以「分裂國家罪」的罪名提起公訴，指控伊力哈木與境外東土耳其斯坦勢力勾結，利用網際網路鼓吹新疆獨立，利用講堂煽動暴力、推翻政府、從事分裂活動，而伊力哈木否認分裂國家的指控，但中國政府仍於2014年9月23日將伊力哈木判處無期徒刑，由此可以看到中國政府自從過去這幾十年來的改革開放以來，對於所謂的政治犯的處理手段是愈來愈嚴厲的，刑法的追究是愈來愈嚴重的，完全沒有一點言論自由鬆綁的跡象。

關於新疆地區的經濟狀況，從中華人民共和國2012年資料顯示，在農村居民人均純年收可看到全國為7,917人民幣，在新疆維吾爾自治區是為6,394人民幣，低於全國農村居民人均標準；在城鎮居民人均可支配收入可看到全國為24,565人民幣，新疆維吾爾自治區為17,921人民幣，由此可發現在新疆地區住在城市裡面的可支配數值更是遠低於全國均值。另在統計資料中還會有些小陷阱，如無法在統計資料中分析漢族及少數民族收入狀況的統計資料，只能看到一些表象的數值，但在這表象的數值中，都可以明顯的看到新疆地區是遠低於全中國的平均值，多少了解一點

新疆地區的經濟狀況。

世界維吾爾代表大會 World Uyghur Congress，簡稱世維大會或世維會，起於 2004 年 4 月 16 日至 19 日於德國慕尼黑市召開之維吾爾族相關團體代表大會，為了回應維吾爾民族運動零散不統一、缺少具有「領袖魅力」的領導者來一統的批判，1990 年代在各國設立的各式維吾爾民族運動組織開始進行強化統合機制，由東土耳其斯坦民族大會與世界維吾爾青年代表大會共同召集各相關之東土耳其斯坦組織而籌建的統一領導機構。

東土耳其斯坦伊斯蘭運動 East Turkestan Islamic Movement，其目標為建立一個原教旨主義的穆斯林國家「東土耳其斯坦」。1997 年該組織策劃烏魯木齊公共汽車爆炸案，從 1990 年代至 2001 年，東土耳其斯坦伊斯蘭運動勢力進行了超過 200 起的恐怖活動，在 2002 年 9 月被聯合國組織列為恐怖組織，然而中國政府卻把這個恐怖組織和世界維吾爾代表大會牽扯在一起，認為熱比婭和大會成員都是恐怖組織的一份子，然而兩者其實是截然不同的。

以上做了一點小小的補充，在分享《愛的十個條件》紀錄片後，看看別人想想自己，以人權的角度，會讓我覺得有兩個重要的問題討論：一、是否支持民族獨立？why？二、爭取民族獨立的手段——武裝暴力 or 和平抗爭？

問與答

問：剛才影片播放很快，沒有聽清楚當時熱比婭提出來的「愛的十個條件」是哪些？

答：蔡季勳·秘書長

其實我也不知道那十個條件是什麼，但我覺得是某一種文學或比較美化式的方式，而不是逐一而列的條件。

心得分享：看完影片後，我覺得中國是個專制的國家，而在新疆的人民沒有自由去表達自己的想法，這是他們的悲哀，而我

《愛的十個條件》影片欣賞與映後座談（普）

們台灣現在相對是蠻自由的，可以透過選舉表達自己的想法，我會想到的問題是——當我們有自由去表達時，為什麼不用自己的選票去選擇一個對國家社會比較好的人？

心得分享：我是以一個做母親的角度來看這部影片，當一個媽媽要在孩子跟國家之間做選擇時，因為時空環境的不同，易地而處時我會如何做？看完影片後讓我有很大的思考空間。



第五場（羅東社區大學）

講題：兩停了，太陽會出來—紀錄片《失婚記》放映暨心得分享（普）

講者：蔡崇隆·《島國殺人紀事》導演、《失婚記》製片

日期：103年11月23日（日）14：00~16：30

地點：羅東鎮立圖書館（李科永館）三樓階梯視聽館

文字整理者：黃麗惠

講者：蔡崇隆·導演

大家好！

《失婚記》比較特別的是，這是臺灣新移民女性拍的第一部紀錄片，為什麼會有新移民女性拍這樣一部紀錄片？因為拍片的是我的老婆——阮金紅。我本身是紀錄片導演，但在 2000 年以前我並不是導演，最先是報紙記者，而後在電視台工作，經歷超視、民視、公視等電視台記者（專題報導的記者），後在公視的「紀錄觀點」擔任製作人，離開電視台的工作後就到南部教書。我原本是彰化人，因為緣分在彰化認識我老婆，現在我們都在嘉義定居，也在嘉義一起拍紀錄片。

《失婚記》是我和老婆第一部合作以新移民為主角的紀錄片，在這部片中，有我老婆出現的鏡頭是由我掌鏡，其他姐妹的故事，則是由我老婆掌鏡的。我以前在公共電視台的時候，有做過新移民紀錄片——「移民新娘三部曲」<《我的強娜威》(2003)、《黑仔討老婆》(2003)、《中國新娘在台灣》(2003)>，但這是以太灣人為觀點的新移民紀錄片，而《失婚記》則是以新移民女性自己的觀點來拍的紀錄片，這也是比較特別的意義，拍起來味道也會比較不同，接下來就請大家一起來觀賞這部紀錄片，欣賞後我們再來交流分享。

（影片欣賞）

我老婆阮金紅是在 2000 年左右嫁來臺灣的，我認識她的時候是 2008 年，我和她都是二度婚姻，我認識她時，她已經離婚一年左右，一個人在彰化撫養小孩，我那時候已經離婚好幾年了。其實我和老婆第一次認識是在台中的一場新移民紀錄片映演場合，當時經朋友介紹有交換電話，後來我的母親過世，我回彰化辦理後事，她幫了我好些事，也因此開始交往，而後她就和我一起到嘉義定居。

我在嘉義教書是大眾傳播系，有時我老婆會和我一起看學生的作品，看久了她也產生了興趣，在這之前她是從沒進過電影院—

—越南及臺灣都沒有。剛嫁來臺灣時，行動範圍大概也不超過住家3公里外，頂多只是工廠員工旅遊，行動上是受限的——這有的是來自先生；有的是來自公婆，並沒有受到夫家的信任。唯一有學習的機會是去補校讀書，在彰化時我老婆覺得前夫教育小孩方式有問題，所以去唸書，想自己教小孩，後來到嘉義時還跑去旁聽，複習中文。

新移民女性常被禁止教小孩母語，這是一件很可惜的事，其實一個孩子有雙語或多語能力，對小孩都是好事，不管是對頭腦發育或是對未來發展來說都是好事，但我們的刻板印象中雙語被侷限在英文，其他的語言總是被排除在外，所以許多新移民女性的母語也被禁止教授給自己的小孩，這也反映臺灣人沒有自信或崇洋，浪費了小孩學習的機會。還有就是我們想到的都是要教育娶進來的新移民女性，但都沒有想到要教育娶新移民女性的先生或夫家，因為學習成長是要大家一起的，不管是否為異國婚姻，夫妻雙方都是要同步成長學習的。

請教現場觀眾：當婚姻發生問題時，本國婚姻和異國婚姻最大的差別是什麼？

「沒有後援。」（觀眾回答）

異國婚姻的女性雖然也有娘家，但遠在重洋之外，當婚姻出現一些狀況時，本國婚姻的媳婦可以回娘家暫時避難或休息一下，但異國婚姻的媳婦就無法如此。婚姻不可能一直平平順順，多少都會有一些問題，若夫妻雙方各自有後援系統是比較好的，也許可以修復關係，但若一方有而一方沒有時，那沒有後援系統的那一方要怎麼辦？有時在婚姻中，問題較小時或許還可以有轉寰的餘地，但若問題較大時，其實新移民女性有時是不會想讓娘家的人知道，大家知道為什麼嗎？

「怕家人知道。」（觀眾回答）

新移民女性因為怕家人擔心，所以有時選擇隱瞞，以我老婆為例，當她和前夫婚姻出現狀況時，偶爾會和娘家媽媽講，但後來她知道和前夫的婚姻大概無以維繫時，因為怕媽媽會擔心，所以她就不和媽媽講了，而選擇自己面對處理，一直到離婚確認後，才和媽媽說，在這一段過程中，新移民女性承受了孤單的處境，

可能是比本國媳婦的處境要壞上許多的。

異國婚姻倘若無法和諧而走上離婚一途，孩子的監護權往往成為雙方的攻防重點，影響了無辜的小孩。有時婚姻出狀況並非單方的問題，但本國人很容易對新移民女性貼上標籤——為了錢才嫁到臺灣，其實並不然，例如在剛才的片子中，我們看到先生可能因為生活壓力，而用喝酒來抒壓，但這並不是最好的辦法，所以或許我們可以來思考男性應該如何找到抒壓的管道。

綜合以上，我們在看待跨國婚姻時，應以「人」的層面來看，而不是以「國籍」來做為判斷的基準。在《失婚記》影片中，有幾個點是可以來檢討的：一、臺灣人對異國婚姻的觀念還不夠成熟完整。二、在婚姻中需要夫妻雙方共同成長。三、雙方對等才能建立真正的互信。

問與答

問：我的身邊也有許多的新移民女性，我想請教的是《失婚記》這部影片如何取得放映？或者有何管道可以觀賞到此影片？新移民的異國婚姻，因為不是如同一般戀愛結婚，這中間其實是有相當大的反差，當我看到新移民女性有困難時，想要幫助卻無從下手，同時我也覺得同情對事情並沒有幫助，如何讓更多人看到《失婚記》這部片，進而從中找到一些幫助，我想這是比較重要的。

蔡崇隆·導演答：

同理心確實比同情心重要。我老婆金紅現在嘉義是在做有一點類似社工的工作，不過是沒有領薪水的，如果一些姐妹有問題，都會打電話找她幫忙，但這是比較朋友性質的幫忙，其實真正需要是制度性的輔導機構。另外就是當新移民女性遇到問題時，在信任度還沒建立時，她們其實都不敢隨便吐露心事，我覺得可以培養新移民女性成為家訪社工，因為語言比較容易溝通，而且同理心比較具足，或者可以用另一種方式：本國社工再搭配一位新移民志工，雖然本國社工在專

業能力上是無庸置疑，但信任度及溝通上可能無法那麼快建立，對於困境的幫助就很有限。由此也可以再看到另一問題：本國人對新移民女性的能力也不夠信任，其實很多新移民女性是相當優秀的，但卻大多被放在勞力的工作上。

《失婚記》十二月在公共電視的記錄觀點節目播出 55 分鐘版本，兩年內大概會重播三至四次，所以電視播出是一個管道，另外還有的方式就是圖書館購買《失婚記》DVD 公播版，讓想看的民眾可以到圖書館辦理借閱，網路上現在也有在販售《失婚記》DVD 家用版。很抱歉的是《失婚記》沒有在網路上免費下載，因為我老婆金紅希望可以藉由公播版讓更多人看到這部影片，同時販售 DVD 版的收入可以用來幫助越南的學校，因為現在越南的小學校舍就像二三十年前的臺灣，相當老舊破爛，所以也希望有些收入來幫助家鄉的小學。

問：我想請教一個問題：新移民女性如果在臺灣並沒有辦理離婚手續，但回自己母國又再婚的話，這在法律上是如何處理？

蔡崇隆·導演答：

再補充一點，臺灣本就是座移民之島，除了原住民之外，當初漢人移民也是為了經濟動機，所以新移民女性嫁到臺灣，若說是為了經濟動機也無可厚非，婚姻會出狀況，我想通常雙方都有責任，如何不傷及第二代，而能夠有好的解決，是我們要學習努力的。

另外提到，新移民女性在臺灣沒有辦理離婚手續，回到越南又再婚，這在法律上就構成重婚罪。若要在臺灣辦理離婚，有兩個方法，一是協議離婚，但這是不可能的，因為夫家那邊通常不肯。二是訴訟離婚，如果確實有被家暴，但當初沒有取得驗傷單，此法並就行不通，另因她已離開臺灣，若要訴訟勢必得要再回來臺灣，但這金錢成本並不是她可以負擔得起，所以這樣的新移民女性要在臺灣辦理離婚是有相當困難的。

雨停了，太陽會出來—紀錄片《失婚記》放映暨心得分享（普）

片中的主角也有拜託我老婆幫忙看這個問題要如何處理，但在還沒解決之前，她是在家鄉外的另一省辦理結婚，因為那一省沒有她的婚姻記錄，因為臺灣的離婚問題沒有解決，所以她只能用這種方式來逃避重婚罪的法律問題。

國家圖書館出版品預行編目(CIP)資料

心靈點滴：宜蘭暨羅東社區大學專題講座彙編，第29集 / 宜蘭暨羅東社區大學等作。-- 初版。-- 宜蘭市：宜蘭社大基金會，民104.02面；公分
ISBN 978-986-89278-8-9(平裝)

1. 言論集

078 104002244

【心靈點滴】

宜蘭暨羅東社區大學專題講座彙編第二十九集

作者：宜蘭暨羅東社區大學等作

發行者：許祈財

發行：財團法人宜蘭社區大學教育基金會

260宜蘭市復興路二段77號

電話：(03)9311-749

傳真：(03)9311-108

電子郵件信箱：icu.eland@msa.hinet.net

版權所有 翻印必究

初版：104年2月

定價：300元

本書如有破損、缺頁、裝訂錯誤，請寄回更換

Printed in Tawian