

報名運動前的好觀念 享受流汗的快感



文化局百業齊鳴閱讀推廣活動，本周將和大家分享「運動前的好觀念」，要您健康運動。(文化局提供)

記者廖宗翰／金城報導

金門縣文化局辦理金門閱讀島「百業齊鳴」生活系列閱讀推廣活動，將在6月30日舉辦「運動前的好觀念」講座，於金門縣文化局北棟圖書四樓視聽室辦理。自即日起至圖書館上班時間(星期二至星期日，上午九時至下午五時三十分)受理報名，額滿為止，報名專線082-2316956圖書資訊科，歡迎民眾踴躍報名。

此次活動邀請陳孝瑜老師、陳孝瑜老師於2008年「金酒杯」鐵人三項公開賽青英組第四名，於08年提倡運動，創立「運動玩到趴」平台。現場除教授「運動前的好觀念」，分享自己運動的經驗並帶領大家一起運動。希望喜愛運動的讀者朋友，歡迎參與此一活動講座，並請參與活動者著運動服裝、攜帶毛巾和水，提前二十分鐘報到，一起享受流汗的快感。

近年國人漸漸重視運動，但第一步總是跨不出，有很多人有心有餘而力不足，也有很多人無法堅持到底，遲遲無法成功培養運動習慣。在課堂上介紹一般人容易疏忽或誤信的觀念，我們又必須用什麼樣的心情面對運動這件事，運動又需要什麼專業的知識，才能避免不必要的傷害並達到運動效果。

「百業齊鳴」生活系列閱讀推廣活動講座，在不同時間安排，接下來的系列活動包含「蝶谷巴特藝術+DIA蝶谷巴特便當袋」、「輕盈瘦身的秘密：如何健康減重+DIA蝶谷巴特密袋」、「會做家事的小孩有創意」、「居家整理十六招」、「小資理財，人生也可以自由自在」、「家庭理財教育從小做起」、「風生水起好運來，談風水陽宅」、「陽宅開運DIY，空間與動線」、「三步驟做頂級天然保養品+玫瑰抗皺精華霜」、「無毒生活DIY：手環保清潔用品+茶樹精油抗菌液」等。

文化局藉活動鼓勵民眾至各圖書館借閱相關書籍，了解運動相關知識，活動現場也將提供相關書籍給予民眾借閱，更歡迎民眾現場提出問題與老師現場討論。活動詳情請上金門閱讀島查詢。

記者許峻魁／綜合報導

金門縣康復之友協會預定在七月七日(星期日)上午十時三十分起至十二時三十分，於金城鎮公所七樓展覽廳，舉辦一場「身心放鬆的好觀念」講座，由金門縣康復之友協會理事長陳孝瑜、身心障礙者及家屬經驗談(由金門縣公益彩券盈餘補助)，課程將邀請金門縣康復之友協會理事長陳孝瑜、身心障礙者及家屬經驗談(由金門縣公益彩券盈餘補助)，課程將邀請金門縣康復之友協會理事長陳孝瑜、身心障礙者及家屬經驗談(由金門縣公益彩券盈餘補助)。

康復之友協會表示，病友家屬在長期的照顧過程中，有可能因為壓力或疲勞等因素而造成身體的不適，像是失眠、頭痛、焦慮、肩頸痠痛、胸悶、腸胃不順等問題就出現，此時照顧者需優先照顧自己的身體健康，建議可以在生活中嘗試呼吸、冥想、伸展運動等放鬆技巧，舒緩緊繃的身體。當照顧者獲得良好調適，照顧品質自然提升，家人及障礙者也能因此共享健康的家庭生活，歡迎踴躍報名。

有工作地區在金門的名額

記者莊煥章／金城報導

中華電信股份有限公司招募基層專員，並已從本(6)月21日展開報名至7月3日截止，一律採網路報名，甄選於7月27日進行筆試，8月31日口試，6類總共錄取名額為47名，當中有工作地區在金門的名額，符合資格可資格有意參加的民眾，可把握時間報名，做好準備爭取好成績。本項招考資訊及遴選簡章並建置於中華電信股份有限公司(www.ctc.com.tw)及中華電信股份有限公司(www.ctc.com.tw)及中華電信股份有限公司(www.ctc.com.tw)。

中華電信股份有限公司所屬機構108年從業人員基層專員遴選時程安排為：報名時間自6月21日(09:00)至7月3日(17:00)止，一律採網路報名，報名後請儘速繳款，請注意繳款期限逾期恕不受理。2、不合報名資格者，請勿報名；如

康復之友邀身障者及家屬上紓壓課

記者許峻魁／綜合報導

金門縣康復之友協會預定在七月七日(星期日)上午十時三十分起至十二時三十分，於金城鎮公所七樓展覽廳，舉辦一場「身心放鬆的好觀念」講座，由金門縣康復之友協會理事長陳孝瑜、身心障礙者及家屬經驗談(由金門縣公益彩券盈餘補助)，課程將邀請金門縣康復之友協會理事長陳孝瑜、身心障礙者及家屬經驗談(由金門縣公益彩券盈餘補助)。

康復之友協會表示，病友家屬在長期的照顧過程中，有可能因為壓力或疲勞等因素而造成身體的不適，像是失眠、頭痛、焦慮、肩頸痠痛、胸悶、腸胃不順等問題就出現，此時照顧者需優先照顧自己的身體健康，建議可以在生活中嘗試呼吸、冥想、伸展運動等放鬆技巧，舒緩緊繃的身體。當照顧者獲得良好調適，照顧品質自然提升，家人及障礙者也能因此共享健康的家庭生活，歡迎踴躍報名。

中華電信將招募6類共47個基層專員

於第二試時發現，不得進行第二試；於錄取後發現時，取消資格。3、申請報名費優惠，加分身分應考人須依簡章規定於108年7月3日(含)前完成資料登錄及繳款，逾期恕不受理。4、複查結果複查申請於8月27日(09:00)至8月28日(17:00)採網路申請，逾期或以其他方式申請恕不受理。複查成績以1次為限。5、複查結果複查申請日期為8月30日，複查結果以掛號寄發並輔以簡訊通知。

甄選的第二試為口試，入場通知書查詢時間為8月27日(09:00)至8月28日(17:00)，通知參加第二試人員請至該「甄選專區」查詢測驗入場通知書及應試注意事項，並直接由網頁列印，不另行郵寄。

甄選日期為8月31日，僅設台北考區。請依入場通知書所載時間及地點攜帶分發件正本辦理報到，凡逾時未報到者，視為放棄報到，未攜帶身分證件正本者，不得入場應試。

甄選結果查詢及錄取名單公告，9月9日(含)起至該甄選專區查詢。錄取名單由中華電信股份有限公司辦理後續進用事宜。

甄選類別分為：線路維護、電信網路規

國軍文藝金像獎甄選收件

記者李增江／綜合報導

國防部現正辦理國軍第53屆文藝金像獎作品甄選活動，報名期限至8月1日止，期滿過期作品恕不受理，推動軍民文藝交流，進而使國軍支持國防。歡迎地區有興趣的國軍現役官兵及社會人士踴躍報名。詳情可洽國防部政戰局官網(https://spw.dmd.gov.tw/)查詢。

此次文藝金像獎作品甄選以「前瞻建軍、戰力升級」為主題，區分「展現國軍戰力、紀念古寧頭戰役70周年、宣揚先賢、先驅捍衛臺灣海主權、領土、今日臺灣穩定及國家繁榮的貢獻」及「完備戰力目標、提升整體素質、建構優質兵力目標」等3個主題，包含美術、音樂、文藝、多媒體、設計等5大類12項。

甄選對象分為國軍組及社會組，歡迎有興趣的國軍現役官兵及社會人士踴躍報名。詳情可洽國防部政戰局官網(https://spw.dmd.gov.tw/)查詢。

暑假多監護孩子上網 以免沉迷

記者李增江／綜合報導

網路使用及擁有智慧型手機已是國人普遍有的現象，隨著暑假即將到來，金門縣政府教育處也同教育部提醒家長，假期間應多關心孩子使用手機和上網情形，以免沉迷和影響視力健康。

依據國家發展委員會「年度一個人家戶數位機會調查報告」指出，107年行動上網率創新高，十二歲以上民衆有高達96.2%會行動或無線上網，97.7%持有智慧型手機，顯示網路使用及擁有智慧型手機已是國人普遍有的現象。

隨著暑假將至，金門縣政府教育處也同教育部提醒家長，假期間應多關心孩子使用手機和上網情形，以免沉迷和影響視力健康。應先教導正確的網路使用態度，並訂定相關的規範。以前家長只注意孩子個人電腦的使用時間，但行動載具及網路科技的普及，逐漸改變了孩子網路使用的型態。在現今人人有手機、處處有網路的情況下，如何防範孩子接觸網路不當內容，變得比過去困難。政府機構和民間組織也極力阻止不當內容，例如《兒童及少年福利與權益保障法》(以下簡稱：兒少法)第四十六條，為防止兒童及青少年接觸有害其身心發展的網路內容，要求相關主管機關應積極推動相關政策外，也要求網路平台提供者應訂定相關自律規範。

然而，有心製造或傳播不當內容的人，依然可透過境外平台或影片封面偽裝成無害的兒童卡通，在影片開始時也會播放一小段正當影片，然後即播出不當內容。因此，金門縣政府教育處也同教育部提醒家長，隨著暑假將至，更須留意孩子手機網路使用安全，瞭解、關心孩子使用行動載具及網路的狀況。

現今的3C產品大多內建「家長監護功能」。透過監護功能，家長可以設定允許孩子使用網路的時段及時間長短，也能避免孩子在使用網路時接觸不當的內容。不論是哪種作業系統的手機和平板電腦，其內建的監護功能經設定後，該裝置就僅能使用符合的年齡分級範圍。家長購入新機時，可先設定相關的監護功能，再將手機或不板電腦給予孩子，同時也應告訴孩子正確的使用習慣並約定使用方式。

金門縣政府教育處也同教育部提醒家長，家長監護功能雖然能讓家長更瞭解孩子使用網路的情形，但更重要的是陪伴及傾聽孩子的想法。家長可透過教育部中小學網路素養與認知網站(https://teacher.edu.tw/)及全民資安素養網(https://safety.moe.edu.tw/)的資源，瞭解更多安全上網知識，利用平時的聊天及討論，教導孩子正確使用網路使用觀念。

微風輕吹 讓阿勃勒落下浪漫的黃金雨

圖文／李增江

外來的栽培觀賞植物阿勃勒(波斯皂莢)，在金門也能看到。若微風輕吹，阿勃勒花搖曳飄下的景緻，就像落下黃金雨一般浪漫。現在到金城國中校園和金門縣文化局前廣場也能欣賞到。

金門縣政府教育處也同教育部提醒家長，隨著暑假將至，更須留意孩子手機網路使用安全，瞭解、關心孩子使用行動載具及網路的狀況。

保母技術士檢定術科加強班招生

記者李增江／綜合報導

108年度金門縣保母人員技術士檢定術科加強班受理報名！金門縣政府社會處為提升托育人員托育照顧技能與提供婦女就業機會，將於本(108)年度辦理保母人員技術士技能檢定術科加強班，上課時間訂於8月17日、8月18日、8月31日、9月1日(每週六、日，共計4天)，上課地點在金門大學金沙沙校區，一級保母人員國家檢定試場辦理。

報名日期為7月6日(星期六)上午10時起至14時30分止(中午不休息)，在國立金門農工職校行政大樓1樓現場報名(不接受電話及委託報名)，額滿40名(額滿後即結束，若當天未額滿，得開放電話報名)。

報名資格以勞動部技能檢定報檢資格規定為準(為促進地方托育人力，本班限金門籍，並實際居住本縣者，始得報名)；報名當天繳交加強班報名表、1吋照片3張、身分證正反面影本3份、資格證明文件影本、現場複印(如畢業證書或相關勞動部專業證書影本)、報名勞動部保母人員證書一級技術士檢定簡章及國家考試報名費270元，一經錄取概不退費，各項資料恕不補交，其他事項詳閱報名簡章，已加入衛生福利部托育人員登記管理資訊系統之本縣一般托育人員優先錄取(優先錄取資格不含親屬保母)；錄取名單將於7月12日(週五)公告於縣府網站。

縣府歡迎有意提升托育人員服務技能者踴躍報名，如對報檢資格有疑問，可於上班時間洽詢金門縣政府社會處承辦小姐(082-318823)轉6258或訓練單位劉小姐(0921-392-038)。

公告

報名時應依網路報名程序確實填寫各項報名資訊及上傳照片檔案格式(限jpg、jpeg、gif、png、檔案大小限1M)；報名資料應力求詳實，以免影響應考人權益。應考人上傳之照片若有異常狀況，將於筆試測驗當日進行身分確認程序並拍照存證。參加甄試人員請先詳閱簡章內容，僅可擇一類組報考，請慎重考慮後再報名。報名期間得於甄試專區申請取消報名，並辦理全額退費事宜。甄試報名費為新臺幣50元，可採線上刷卡繳款，請於繳款後，自行於網頁確認訂單狀態是否為「已付款完成」，始完成報名。而報名費收據可於筆試入場通知書開列查詢之日起至甄試結果公告後2週內至甄試專區網站(https://pta.ded.gov.tw/pc_108)查詢下載列印收據，不另行寄發。

室內裝潢設計 ● 真材實料 高貴不貴

油漆 景觀 台灣師傅打造美美的家

請洽 巫先生(歐米馬)

電話：0979008820

地址：金湖鎮太湖社區林兜311號

道路施工公告

本公司承攬金門縣金城鎮公所「107金城鎮道路鋪面改善工程」，並將於108年6月27日至108年9月16日進行暨有箱涵頂板拆除及重建(黑線區域處)，因施工區域路面狹窄，建議車輛改由珠浦西路接民權路外環道行走(紅色虛線處)，施工期間造成不便，敬請見諒。

泉昇營造股份有限公司 敬啟

電話：082-335593

刊登廣告 訂閱報紙 請洽：本社經理部

電話：332374

傳真：330884

本報廣告效益宏大·彩色版面新穎

提供廣告設計編排·長期廣告優惠

敬請踴躍刊登本報·訂閱本報

本報並具有資料收藏保存參考之價值

民曆紀事

喜神：西北
財神：東南
日煞：西方
日沖：牛11歲

宜：出行 立券 祭祀 開光 祈福 納采

不宜：安葬 嫁娶

歡迎訂閱金門日報

台區訂戶六個月以上郵資免費每月訂費180元

郵政劃撥 帳戶金門日報社帳號17768530

刊登廣告 訂閱報紙 請洽：本社經理部

電話：332374

傳真：330884

本報廣告效益宏大·彩色版面新穎

提供廣告設計編排·長期廣告優惠

敬請踴躍刊登本報·訂閱本報

本報並具有資料收藏保存參考之價值



2019年6月10-11日，佛光山金蓮淨苑住持永勤法師，禮請佛光山壇講師林清志、林秀美，專誠蒞金為金門佛光人，導讀星雲大師大作《我不是呷教的和尚》，兩位講師挑出重點帶大家共讀，令我收益良多，該書內容豐富，值得再慢慢品讀。

星雲大師長年多病，且能與病為友，以忍為力，繼續寫字、繼續出書、繼續做那麼多善事，實在令我感動，也值得我終身學習效法。

大師因糖尿病而導致眼睛看不清楚，而研發創寫「

樂在給人因緣

◎楊清國

——讀星雲大師《我不是呷教的和尚》感言

一筆字」書法，風靡全世界；2016年10月大師因腦中風，住院開刀，手術成功，病後又出版新書；《我不是呷教的和尚》。真是令人不可思議，令我驚喜讚嘆不已！

永勤法師，送我《我不是呷教的和尚》這本書，讓我先讀為快，又聆聽兩位壇講師地導讀，更能感受大師的教誨。大師希望我們佛教界的諸位師友，各位信眾，大家既要發心學佛，不管出家、在家都是為了佛教的傳承與發展，而不是來呷教的，所以我們應發心我要為佛教做些什麼！而不是要求佛祖給我什麼？大師也期望大家接受人間佛教，實踐人間佛教，做人間的菩薩，全力行菩薩道。

大師一生樂在給人因緣，給人信心的因緣、給人歡喜的因緣、給人希望的因緣、給人方便的因緣，他廣佈為善利人的因緣種子，因此才能獲得十方的助緣，成就了大師「以無為有」、「以空為有」的大事業。大師的「佛教靠我」，除了寺院，更努力耕耘教育

文化的事業，幾十年的教育生涯，辦了五所大學、十幾間佛教學院、另外還有中學、小學、幼兒園、足可被稱「教育和尚」；在文化方面，大師總共寫了三千多萬字的文章，出版三百六十多本書籍，也辦了許多學報、雜誌、努力推動藝術與展覽等活動，也可稱為「文化和尚」。

永勤法師十年來在金門，奉行星雲大師的教示，除努力在金門弘揚大師的人間佛教，勉勵信眾做一個菩薩，行菩薩道外，更積極推展教育文化的活動；諸如：在廈門與金門分別舉辦佛學講座、舉行兩岸三地三好運動兒童冬令營、夏令營、茶禪育樂營，成立複合式佛光童軍團、推展三好運動學生書法、繪畫、作文、說故事等比賽、成立佛光合唱團、佛光吉祥鼓音樂隊、推展閱讀風氣，開雲水書車巡迴各學校、各社區，號召學生、民眾來讀書，除了禮聘陳為學退休校長來主持外，師父也親自陪同為學生講故事。永勤法師在地區推展教育文化地活動，獲得大家地肯定與讚揚

，這些措施對金門的下一代，影響必定深遠，永勤法師也可謂是金門教育文化的法師，緊跟著大師的腳步走。

《我不是呷教的和尚》其中一文〈生於憂患、長於困難、喜悅一生〉，大師強調「身心苦難，習慣不去計較」；「苦增上緣，成就生存力量」。有人問大師一生有過什麼困難？他說：以「兵來將擋，水來土掩」、「逢山開路，遇水搭橋」的心態因應而順其自然。大師說他一生應可用這十二字來表述：「生於憂患、長於困難、喜悅一生」。他感謝憂患為伍，苦難臨身，喜悅一生，是最大的心願。他將佛法、歡喜、佈滿人間，用慈和淨化社會，把惡劣地環境、紛擾的人事轉為淨土，讓人人能彼此尊重，共存共榮。

我雖沒有大師的憂患、苦難多，然我民國30年出生新加坡，幼時隨父母「跑日本」歷經烽煙戰亂逃難的苦難，生命朝不保夕。七歲返故鄉金門，剛上小學，就遇上國共戰爭，38年古寧頭大戰、43年「93砲戰」期間，生活諸多憂患，47年又碰上「823金門砲戰」，十五歲就離鄉背井，流浪到台灣就學，飽受生活、學業、思親之苦，在一切迷惘無助、萬般無奈地流亡生涯中煎熬，誠如大師所說：「苦增上緣，成就生存力量」，我堅忍過來，因禍得福，能夠遠離戰爭迫害，赴台安定上學，能在台繼續升學，而成就今日我的一切，我真要感恩一切無常，自己也要喜悅一生。

金門觀鳥



▲栗喉蜂虎樹上交配。(攝於青年山莊)

每次回金門觀鳥，內心的感覺，總是與在台灣觀鳥迥異。台灣地小人稠，即使到很偏僻的村落，仍常有摩托車和汽車等噪音的干擾。但金門的環境相當寧靜，能讓煩躁的心情沉澱下來。寧靜也是一種資源，更何況觀鳥是一種需要安寧的戶外活動。金門島上的鳥類有300多種，約為台灣鳥類種數的一半。其中長期在金門生活的留鳥，只有40種，佔金門鳥種12.9%，其餘都是南來北往的候鳥。每年有許多觀鳥團體，如台北鳥會、台灣鳥會、台南鳥會、高雄鳥會，甚至廈門鳥會等，都會組團或自由來金門觀鳥。此外，也有專門來金門拍鳥的攝影者。金門鳥類有什麼特異之處，會讓這麼多的人，願意來金門觀鳥、拍鳥。究其原因有二：一是地理因素，二是環境因素。

金門與台灣之間，隔離著一道台灣海峽，距離不算遠，但就動物地理而言，則分屬於不同的亞區：金門是屬於東洋區闊廣亞區，台灣則是台灣亞區，不同亞區各有其代表性的動物種類。金門有許多鳥類如果栗喉蜂虎、又尾太陽鳥、白頸鴉、小嘴烏鴉、噪鵲、褐翅鴉、四聲杜鵑、紅翅鳳頭鵑(冠郭公)、白胸翡翠、黑頭翡翠、斑魚狗、鱗鱗、髮冠卷尾、金翅雀、畫眉、烏鶉等，這些鳥類都是闊廣亞區代表種，為台灣亞區所沒有，所以引起台灣觀鳥人士如朝聖般地來金門，就是要看這些台灣看不到的鳥種。

目前金門的環境，仍處於寧靜的鄉野狀態。村落、農田、樹林、濕地、海岸等環境的多樣性，比起廈門和台灣各大都會的高樓大廈，水泥叢林，車輛來回穿梭公路上，更適於多種鳥類的棲宿。金門鳥類不受人多熱鬧的干擾，能安心立命的生活。生活於大都會工作繁忙的人們，如欲以觀鳥作為調劑疲憊身心，紓解繁忙工作壓力的戶外活動，都應到鄉野去享受自然環境，而到金門觀鳥則是台灣各地鳥會必選之地，也是廈門鳥會常來

之處。廈門金門近在咫尺，船行只要30分鐘即可抵達。廈門工商發達，高樓林立，人們工作繁忙，金門正是廈門的後花園，放鬆心情休憩的好去處。

金門的地理位置，正處於鳥類東亞澳遷移路線途中，每年春秋二季候鳥遷移時，都會過境金門，將金門當做中途驛站，尤其生活於海岸的鶺鴒、鸛類。筆者在金門觀鳥多年，曾多次拍到腳繫有足旗的鳥類，如拍到秋季由長江口崇明島繁放的中杓鵲，春季由澳洲繁放的大濱鵲，所以春秋二季是觀賞候鳥過境的好時機。夏季栗喉蜂虎的亮麗色彩於空中飛舞，噪鵲和四聲杜鵑宏亮的鳴叫響徹天際，白胸翡翠、戴勝、又尾太陽鳥等的繁殖育雛，都是觀鳥者不可錯過的景觀，也是拍鳥者攝影的對象。冬季雖然寒風凜冽，黃昏時鷺鷥群體歸林的壯觀行列，冠鷺鷥在海面上的載浮載沉，黑鸛、黑頭翡翠、黑面琵鷺、魚鷹等的出現，更是觀鳥者追逐的目標。所以到金門觀鳥不必挑時間，一年四季都是好時機。

至於金門的觀鳥地點，可說處處都行。如行車於公路上，放眼於農田裡，即可觀看到喜鵲、棕背伯勞、八哥、珠頸斑鳩、環頸雉、大卷尾、白頭翁、白胸苦惡鳥、戴勝等多種鳥類。如欲觀看濕地鳥類，慈湖、慈堤、浯江溪口、浦邊洋山海邊、西園鹽場、金沙溪口、陵水湖等是最佳的去處，這些地點可觀看到鴨類、鸞類、鶺鴒、鸛類、燕鷗類，以及琵鷺、鷺鷥、鸞鷺、黑頭翡翠和紅冠水雞等多種鳥類。如欲觀看林棲的鳥類，林務所、植物園、中山林、南山林道等地也是很好的選擇。又尾太陽鳥、褐翅鴉、噪鵲、紅尾伯勞、鸛鵒、灰椋鳥、白腹鸚、赤腹鸚、烏鶉等是這些地區的常客。此外，空中也不寂靜，偶而也會出現一些不預期的猛禽，如黑翅鷹、紅隼、游隼、鵟、魚鷹、赤腹鷹、黑鷹等。

事實上，觀鳥是有層次的：初階者在認識鳥種，如何尋找和觀察鳥類的特徵，來辨識鳥種，觀賞鳥類亮麗多彩的羽色，以及聆聽鳥類美妙的鳴唱。有人以記錄

一輩子觀看到多少鳥種為志向，於是他遍遊全世界，到處觀鳥。中階者觀察鳥類的種種行為，如各種不同的覓食技巧，求偶行為，繁殖策略，深入的探知鳥類的種種生活面相。他執著於某幾種鳥類的觀察，而不需全面地去認識所有的鳥類。高階者多以享受觀鳥的過程為樂。一趟出門觀鳥，他不追求觀看到應看到的鳥，則在觀鳥過程中，享受心靈與自然的和諧，以及體認該如何珍惜環境，敬愛自然，達到天人合一的境界。

其實，鳥類不僅僅是供觀賞或觀察而已，牠在自然界中扮演著維持生態平衡的重要角色。鳥類中有食肉的、食魚的、食蟲的、食果的、食蜜的，但也會被食，於是在自然界中維持著穩定而又動態的生態平衡。什麼是動態的生態平衡，舉一個簡單的例子：如果草原的鹿多時，老虎就容易捕食，鹿被吃多了，數量就減少，而老虎因容易捕食而數量增多。當老虎數量多時，找不到鹿可吃，老虎就會餓死，於是老虎的數量少了，鹿的數量就會恢復增多。如此種群數量一多一少，一少一多的變動，就是動態的生態平衡。如果這動態的生態平衡失衡了，例如老虎滅絕了或鹿的數量暴增了，這自然社會將會變成怎麼樣？同樣地，如果地球上的鳥類都沒有了，這將會是一個什麼樣的世界？我們的生活裡，不能只重視人類社會的爾虞我詐，而勿視自然社會的變動。

由於金門鳥類資源豐富，且具有特異性，無論是組團或自由行，經常都有人到金門來觀鳥。來者不僅僅是觀鳥，同時也享受金門生活步調緩慢的寧靜環境，讓工作繁忙、緊繃的情緒，沉澱下來。金門已經成為台灣愛鳥人士必來觀鳥的聖地。目前金門的長住人口，約有6、7萬人，多集中於後浦、山外和沙美外，其餘地區仍保有鄉野的狀態，也就是環境多樣，適於多種鳥類的棲息。如果未來金門的發展，建設像廈門般的高樓林立，人口也像廈門260萬人，現有的鳥類都會跑光光，這種觀光資源也就沒了。



▲戴勝吞蟲妙招。(攝於石叢公園)

在所有花物語的名稱當中，我對「勿忘我」印象最為深刻，但是在台灣卻是沒真正見過「勿忘我」這花。

旅行途中常常有很多的不經意，不經意的不期而遇，真的一個轉角就遇見了，在巴黎旅遊的時候，正好是春暖花開的五月，百花盛開，當下親眼見到這小小的淺紫色小花，不清楚這花的名稱，也沒人可以給正確答案，但是大家異口同聲說：小花挺美的，回來查詢比對，如獲至寶，原來我印象深刻的「勿忘我」是長得如此小巧，真的是映像很深刻，根本忘不了這「勿忘我」小花的存在。

如獲至寶絕對是我此行在巴黎看見這「勿忘我」，因為可以從花語言中看見真正的花，小巧而色彩醒目，確實令人忘不了，當初蹲在小花園旁拍照，家人還覺得好奇，跟著我一起欣賞拍照，美麗的花

勿忘我

◎韓美慧

花草草，總是深深的吸引人們的目光，真的讓人一見就無法忘記。

關於此花傳說很多，最能讓大家記得的是古老傳說中，伊甸園的亞當夏娃故事，當初他們建造了一座鳥語花香的花園，上帝要亞當命名花園裡所有植物的名稱，於是亞當認真地努力命名，當亞當命名好坐在地上休息的時候，突然腳邊出現了微弱細小的聲音：亞當！那我叫甚麼名字呢？亞當往下一看，那小花害羞地看著亞當，亞當你好像忘了我的存在幫我取名字？亞當內心深感抱歉看著這美麗小花，於是回答：我之前忽略忘記你，為了表示記得你，幫你取為「勿忘我」好了。

至於其他花的傳說無非都是跟愛情有關連的，或是跟親友間的互動，然而此花卻是代表了真實忠誠的愛，有美好的回憶還有希望。

勿忘我是一種小種類嬌貴精緻的花種，屬於紫草科，學名是Myosotis，英文名是(forget me not)或是(don't forget me)但此花不是從英文名字得來的，而是淵源於德文Vergissmeinnicht，也就是勿忘我的德文意思。

原產在歐亞大陸，屬於一至兩年生的草本植物，花形狀為五瓣，顏色有淺藍或是紫色，在花期期間，只需要肥沃濕潤的土壤，即可生長，喜歡陽光，耐陰，容易繁殖，生命週期中算長，藉風力繁殖，比較沒有病蟲害產生，聽說對蠍子螫傷有療效，也被稱作「蠍子草」。

小詩題紅了酡顏

◎吳鼎仁

用詩敲開金色的大門
馬蹄聲後棲上噓噓
息降下榻了醉鄉
你駝一詩囊
謁金門

十年覓炫
浯江燈影風雨
詩的酒氣吐屬海歸
詩的葩朵綻燦燦鴻漸
文學島園爛漫了南閩

鄭氏的臺海風雲
文韜武略
是祖先的步履
北去
歷經山河歲月
留寓京華煙雲
南來
華夏一袂苦難顛沛
鬱孤臺梅開二度

經東又復西
歷古而迄今
湘夫人目眇眇兮
愁予
鬱孤臺的江晚
正愁予

■鬱孤臺梅開二度：一度——其先祖延平郡王遷臺的孤鬱，二度——民國隨其將父遷臺的孤鬱。稼軒孤憤之作菩薩蠻詞：鬱孤臺下清江水……江晚正愁予……。

■鄭愁予詩〈飲酒金門行〉，由許銘豐譜曲，南管伴奏，或以笛簫充濼竽。2015也曾持節主唱，浯江書院冒雨，酬唱於鄭大師尊前。飲宴數席，以詩酒並浮一大白，向大詩人禮敬！

【小說連載】

老枝伯仔

◎陳長慶

「老師從大陸來的，見的世面廣，又讀過書，知道的事情當然很多。我們生長在這個窮鄉僻壤，見識不廣，就好比井底蛙。希望你好好讀書，長大後到地方發展，將來才有前途。如果不努力，只能像你爸爸一樣，做一輩子農夫。」

「做農夫沒關係，不要被人利用被抓去關，那才糟糕。」

「你爸爸是為了賺錢貼補家用，才會利用夜晚空閒時，去幫人家張貼標語。他識字有限，根本曉得他們寫的是什麼，反正貼好後就找人拿錢，銀貨兩訖，誰也不欠誰。如果說他知道裡面寫的是顛覆政府的內容，而明知故犯，那是不公平的。今天既然運氣不好被抓去關，只有自認倒楣，其他的多說無益。但我們必須有如此的體認，你爸爸絕對不是共產黨的同路人，絕對不是一般人所謂的匪諜。老天有眼，希望很快就能平安歸來。」

「只要爸爸平安回家，我們再也不會受到別人的欺侮，再也不會有人帶槍的軍人半夜三更來敲門查戶口，再也不會有人用異樣的眼光看我們，再也不會有人說我是小匪諜！」海山說。

(二十七)

文在寅：北韓和美國重啟對話 時機成熟

【中央社記者姜遠珍台北26日電】南韓總統文在寅今天接受聯合新聞通訊社（韓聯社）等全球七個通訊社聯合採訪時表示，北韓和美國正就舉行第三次高峰會進行磋商，重啟對話的時機已成熟。

韓聯社報導，韓聯社、法新社、美聯社、共同社、路透社、塔斯社、新華社這七家通訊社聯合進行書面採訪，文在寅就北韓與美國對話、南北韓關係、朝鮮半島局勢的作用等問題發表他的見解。

文在寅表示，北韓和美國在河內川金二會後沒有正式磋商，但兩國領袖的對話決心沒變。他說，北韓國務委員長金正恩向美國總統川普發送親筆信函、派勞動黨宣傳部第一副部長金與正為前總統金大中遺孀李姬鎬逝世致哀、在北韓和中國領袖會談上重申對北韓和美國對話的決心等都是積極信號。

報導說，文在寅強調，營造有利於北韓採取非核化措施的條件十分重要，有關各方需引導金正恩不改變非核化意志，繼續走非核化道路。他說，金正恩在之前三次南北韓高峰會上表明願意早日實現非核化，集中全力發展經濟，「透過多次會晤，我感受到金正恩做事態度既靈活又果斷，我希望並相信他在非核化談判中也能發揮靈活性，果斷作出決策」。

文在寅與金正恩2018年4月27日和5月26日兩度在板門店舉行高峰會，4月27日發布「板門店宣言」。高峰會同年9月18日至20日在平壤舉行文金三會，19日發布「平壤共同宣言」，希望結束朝鮮半島冷戰體制，邁向半島非核化。

對於北韓對話停滯不前的問題，文在寅說，北韓能否重啟對話取決於金正恩，他準備好不拘泥地點、時間和形式隨時與金正恩會面。

就非核化談判的指標，文在寅說，如何判斷北韓的進展不可逆階段將成為今後談判重點。文在寅表示，如果北韓「在國際社會核實下完全廢棄包括提煉設施在內的寧邊一切核設施和鈾濃縮設施在內的寧邊一切核設施」，就可視為進入「非核化的不可逆階段」。

文在寅說，如果北韓和美國談判和非核化進程取得上述實際進展，恢復北韓開關工業區運轉等南北韓經濟合作將加速，國際社會也可尋求部分或逐步放寬聯合國安理會對北韓的制裁措施。

文在寅還說，南北韓去年簽署的「一九九二軍事協議」有效降低南北韓發生偶發性衝突的可能性，如果這項協議切實執行，非核化談判將進展，南北韓也會就交換軍事資訊、有條件裁軍等議題協商。

對北韓和中國領袖上週在平壤會談，文在寅說，韓中兩國隨時就朝鮮半島完全非核化、建立永久和平機制進行磋商。中國政府清楚南韓政府對半島和平進程的想法，並與南韓合作。

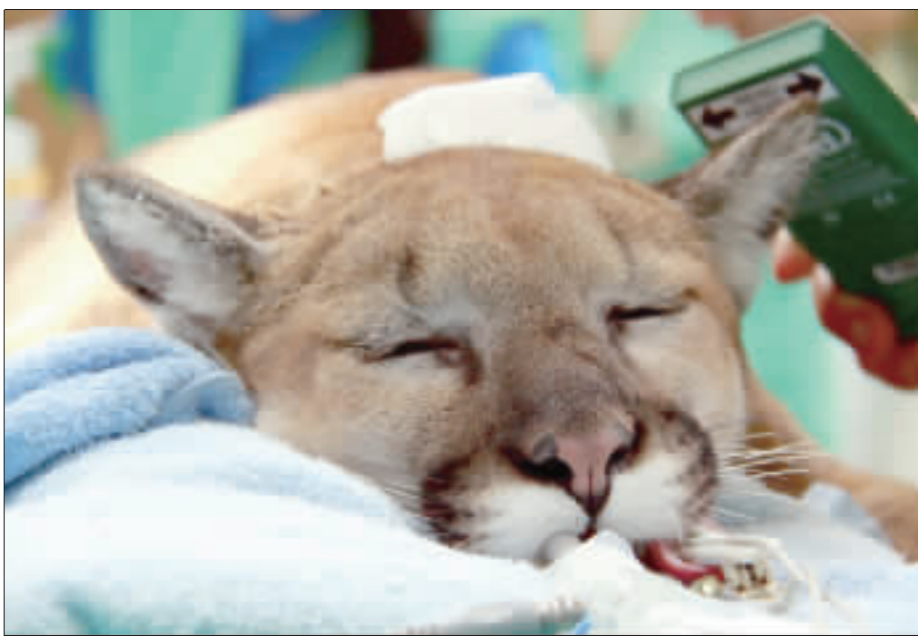
他說，南韓之前向中國提出國家主席習近平在韓中領袖會晤前訪問北韓的意見。韓方期待上週習近平訪問北韓能成為南北韓、北韓國重啟對話的轉捩點。文在寅將在即將舉行的20國集團（G20）領袖大阪峰會上會晤習近平並聽取詳細的訪問平壤成果。

文在寅說，半島和平進程始終在國際社會的合作和支持下進行。半島非核化與和平是打破地球最後一個冷戰體制的世界史大轉折，他重視與國際社會的合作。

他說，20國集團峰會後，川普將訪問南韓，屆時韓美會深入討論相關議題。中國和俄羅斯一直以來為了和平解決半島問題發揮建設性作用，南韓期待中俄兩國為北韓早日重返對話繼續發揮作用。

另外，文在寅就韓日在G20峰會期間不舉行雙邊會晤一事表示，高峰對話之門始終向日本敞開，能否藉此機會舉行韓日高峰會取決於日本。

就南韓之前向日本提議由南韓和日本企業自行籌集資金為韓籍二戰勞工提供賠償一事，文在寅說，此舉可促進當事方之間的和解及韓日關係發展，並表示兩國的歷史遺留問題絕不是南韓政府製造出來的，而是不幸的歷史遺留下來，日本不能把歷史問題與國內政治掛鉤，應以誠實的態度面對問題。



圖為美洲獅健檢。(台北市動物園提供/中央社)

動物園幫動物規劃健檢套餐

【中央社記者梁珮綺台北26日電】台北市動物園19日至28日休園，園區動物醫生團隊利用這段時間，為動物們規劃「健檢套餐」，了解不同物種的好發問題，如靈長類動物因嗜吃甜食，容易有蛀牙、糖尿病等。

動物園發言人曹先紹表示，園區內動物醫生團隊利用10天休園期間，幫特定動物如台灣野豬、雲豹、山獅、蒙古野馬、長臂猿及灰袋鼠等動物，量身打造「健檢套餐」，了解不同物種的好發問題及治療方式，為動物健康做好把關。

如食肉目動物，因常啃咬硬骨及食用高蛋白肉類，容易出現牙齒或腎臟方面疾病；雜食類的靈長類動物因嗜吃甜食，容易有蛀牙及糖尿病等代謝方面問題；群居型動物容易因打架出現外傷。而溫帶或沙漠環境動物，容易因潮濕悶熱天氣，發生皮膚毛皮方面問題；有蹄類動物的蹄甲，則容易因磨損不足而變得過長，造成運動系統問題。

健康檢查包含聽診、觸診等理學檢查、X光檢查、超音波、電腦斷層掃描等影像學檢查，及採血、驗尿、糞便採樣等臨床病理學檢查。



藝術教育紀錄片開播記者會邀請高雄市左營高中學生表演舞蹈。(中央社)

藝術教育紀錄片將開播

【中央社記者陳至中、張廖永臻台北26日電】教育部委託公視製播的藝術教育紀錄片《藝術教育紀實》，將於6月29日起每週六播出。

「藝術教育」從歷年藝術教育貢獻獎得獎學校中挑選出12個團隊拍攝，節目歷時一年深入台灣各地和離島，呈現12所學校耕耘藝術的過程。

潘文忠今天在開播記者會上表示，藝術教育是對生命的回應，引導學生從生活中探索、打開心靈，創造更寬廣的人生舞台。教育部希望孩子學會接觸生活周遭的美感，就地取材學習，在學校、社區表演，讓藝術變得親切、很容易。

潘文忠說，希望美感成為台灣孩子重要的素養，未來走入社會，有機會讓自己的生活有更多改變。

公視董事長陳郁秀表示，紀錄片中的教師除了教導學生，也將藝術帶到附近社區，帶動整體美學素養的提升。這些感動，沒有親眼看到將無法了解。

海漂相機奇緣 日女大生踐諾參加學童畢業典禮

【中央社記者沈如峰宜蘭縣26日電】日本女大學生椿原世梨奈3年前在石垣島潛水時遺失相機，這台相機經過23公里、90多天的漂流，去年3月27日竟被在蘇澳海邊撿獲的岳國國小。

椿原世梨奈於3年前在石垣島潛水時遺失相機，這台相機經過23公里、90多天的漂流，去年3月27日竟被在蘇澳海邊撿獲的岳國國小。

椿原世梨奈於去年4月抵台，親口向師生們道謝，許下承諾，希望一年後可以來參加這群學生的畢業典禮。

椿原世梨奈為給這群學生們驚喜，日前表示因學業繁忙無法參加，整件事情只有校長黃建榮等人知情。

椿原世梨奈寫下19張畢業賀卡，祝福每一名學生。(中央社)

巴西最高法院駁回前總統魯拉釋放請求

【中央社巴西利亞25日綜合外電報導】巴西最高法院今天駁回讓左翼指標性人物魯拉(Luiz Inacio Lula da Silva)出獄的要求，同時他們將對魯拉當初將魯拉定罪的現任司法部長莫洛(Sergio Moro)是否存有偏見。

最高法院以3對2票延後辯論莫洛2017年首度將魯拉定罪後是否公正，並駁回在辯論前釋放魯拉的請求。

魯拉2003年到2010年擔任巴西總統，卸任時支持率高達87%。但巴西檢方於2014年展開「洗車行動」(Car Wash Operation)貪污調查後，魯拉創立的工黨(Workers Party)陷入困境。

魯拉至少面臨8起貪污審判，2017年7月在第一起審判中遭定罪，並於2018年4月入獄服刑12年徒刑，至今仍在服刑，接著於第2起貪污審判再度遭到定罪。

魯拉在巴西仍深具影響力。他首度遭判入獄後，去年無緣再度出馬競逐總統大位，但民調顯示，即使他入獄入獄，若能參選，他將輕易擊敗現任總統博索納羅。

美國調查新聞網站「攔截」(The Intercept)公布的外洩訊息顯示，莫洛曾不實給予調查人員建議與指導。消息曝光後，莫洛否認「有任何道德偏差」。

甄珍辦影展前發表自傳

【中央社記者鄭景雯台北26日電】資深藝人甄珍7月將舉辦「甄珍高雄群星會」影展，在這之前，6月28日她將在華山文創園區舉辦新書發表會——出版「真情真語：華語影視第一代玉女巨星甄珍的千言萬語」自傳，書中訴說她的人生起伏。

甄珍與她的電影是70、80年代台灣與華人社區的共同記憶，從「緹紫」、「彩雲飛」、「心有千千結」、「一箭幽夢」、「海鷗飛處」到「英烈千秋」等。甄珍出道以來，拍了80多部電影作品，曾榮獲2屆亞洲影展、獲頒金馬獎終身成就獎，她演出的作品可說是台灣電影的近代史。



資深藝人甄珍。(高雄市新聞局提供/中央社)



馬祖從22日起大霧，嚴重影響空中交通。(連江縣政府提供/中央社)

霧鎖馬祖 南竿機場奇蹟般開場

【中央社馬祖26日電】原本一直關場的馬祖南竿機場，到傍晚居然神奇開場了，遊客們開車望窗外大霧還不敢置信，直到飛機起飛升空，回頭望向機場，才發現居然只有機場沒有霧，感覺像奇蹟出現。

馬祖從22日起受到滯留鋒面影響，不僅豪雨不斷，還伴隨大霧徘徊不散，嚴重影響空中交通；而25日原本也是一樣的陰雨不斷，不過很神奇的是，到了傍晚居然宣布開場了，表定下午5時20分的班機準備起飛。

等候已久的旅客紛紛趕往機場搭機，心想不是霧鎖馬祖嗎？怎麼會突然開場，莫非航空公司有了新科技；原來是受到風向及風力增強影響，南竿機場這一區塊的濃霧先被吹散，不過是否開場一場一直很不穩定，班機一直延誤到下午6時13分才順利起飛，也讓機上旅客拍到難得一見的奇蹟開場。

天空舞集巴哈的臉 29日台東登場

【中央社記者盧大城台東縣26日電】台東僅有的在地現代舞團今年推出「巴哈的臉」心識覺醒展，與鋼琴家周美君聯手演出，希望帶給觀眾不同的感受。

天空舞集團長蔡福松表示，天空舞集已連續15年獲選台東縣傑出演藝團隊，歷年來編創演出多齣有關在地人文關懷的現代舞作品，深受台東鄉親的喜愛。

從去年起表演型態更趨多元，內容更深入內心層面，帶給觀眾更多省思。

蔡福松表示，今年推出「巴哈的臉」心識覺醒展，與鋼琴家周美君聯手，全場大膽採用巴哈音樂，於音符中塑造出心內在的衝突，在天空舞集特有的肢體質地下，準備挑動隱藏內在的情感世界。

蔡福松表示，為了籌備此次演出，特別邀請新生代演員陳昇帆，為舞者進行為期3個月的戲劇訓練，讓舞者有更飽滿的情緒表達。希望藉著巴哈多樣貌的音樂表情，影射觀眾內在的世界。

「巴哈的臉」心識覺醒展，首場表演時間為6月29日上午10時；8月24日、9月22日在下午2時，表演場地在台東生活美學館生活工場。



台東在地現代舞團推出「巴哈的臉」，與鋼琴家周美君聯手演出。(天空舞集提供/中央社)

名域有線電視綜合台	
108年6月27日 CH33 節目表	
07:00~08:00	名城報報
08:00~09:00	金門故事島 師鐸之道
09:00~10:00	咱ㄟ好厝邊 小英咖啡
10:00~11:00	頭家開講 外籍生看金門(上)
11:00~12:00	名城報報
12:00~13:00	金門故事島 師鐸之道
13:00~14:00	阿公阿嬤健康養生活力秀
14:00~15:00	金門縣精忠衛隊協會會員大會
15:00~16:00	咱ㄟ好厝邊 小英咖啡
16:00~17:00	頭家開講 外籍生看金門(上)
17:00~18:00	名城報報
18:00~19:00	金門故事島 師鐸之道
19:00~20:00	咱ㄟ好厝邊 小英咖啡
20:00~21:00	阿公阿嬤健康養生活力秀
21:00~22:00	頭家開講 外籍生看金門(上)
22:00~23:00	名城報報
23:00~24:00	金門故事島 師鐸之道
24:00~01:00	咱ㄟ好厝邊 小英咖啡
01:00~02:00	頭家開講 外籍生看金門(上)
02:00~03:00	名城報報

責任編輯/張建騰