

把人生搬上舞台

戲劇

撰文 / 唐忻忻 繪圖 / 達姆 企編 / 周宜靜 版面 / 趙瓊

你在學校禮堂、文化中心或國家戲劇院看過戲劇表演嗎？當燈亮起，原本漆黑的舞台上，突然出現了羅密歐與茱麗葉、牛郎織女，或是大偵探、大海怪……。

這時，你就像坐上超級時光機，跟著舞台上的人物穿梭古今，甚至進入幻想世界。你看著他們或說或唱、或歌或舞，隨著他們大笑或流淚，走進一場可能曾經歷、或從未想像過的虛擬旅程。

這趟旅程雖是虛擬的，卻栩栩如生。因為舞台上的戲劇，和電視、電影中呈現的戲劇不同；這裡有演員現場演出，故事彷彿就發生在此時此刻，帶


來強烈的真實感，引人進入那個世界。

對演員來說，舞台上的表演必須一氣呵成，無法重來，比起電視或電影的演出，難度更高。而且，每次的演出都是獨一無二的，因為表演者會受到當天的狀態、其他演員的搭配、甚至與觀眾的互動而影響。因此，同樣一齣戲，即使再次演出也不會完全一樣，這是戲劇的獨特之處。

除了表演者，戲劇其實是一種綜合藝術。看戲時，我們欣賞的不只是演員的才華，更包涵多種類型的藝術，包括曲折故事情節、變換多端的舞台背景、動人心弦的音樂、繽紛多彩的燈光等。

為了呈現這些內容，每次表演之前，要有劇作家編寫劇本、舞蹈家設計舞蹈、作曲家創作音樂、美術設計製作布景或道具、服裝設計師設計與搭配戲服，以及燈光設計師安排燈具……。

這麼多人的通力合作，都是為了在有限的舞台空間裡，為觀眾帶來無限的想像！

舞台上燈光逐漸亮起，好戲要登場囉！戲劇的魅力究竟在哪裡？就讓我們一起「戲」說從頭吧！

在戰火中茁壯 以色列

撰文 / 李慧菊 企編 / 周宜靜 版面 / 黃淑雅

第二次世界大戰結束後，地球上大部分地區都維持和平狀態，但以色列卻是少數例外。從1948年建國到20世紀末，這裡的戰火從未真正平息過。

六十多年前，猶太人帶著納粹大屠殺的痛苦記憶，在埃及北方緊鄰地中海的角落建國，成為中東地區唯一的民主國家。

這裡雖是猶太人世代認定的「應許之地」，但以色列的建國，卻讓許多巴勒斯坦人不得不離開原有的居住地區。因此，以色列成為不受歡迎的新鄰居，與阿拉伯世界衝突不斷，幾度面臨存亡之戰。

這個揮之不去的陰霾，為以色列塑造

出與眾不同的社會。他們幾乎全民皆兵，女生也不例外。在經常受砲火攻擊的北部地區，學校還挖掘很深的大型避難所，備好儲糧和水，以備不時之需。

化荒地為農田

除了面對戰火的壓力，位於沙漠邊緣的以色列，土地約是台灣的三分之二、人口只有七百多萬，地理條件算不上優越。

當地屬典型地中海氣候，冬天雨季很短，全國只有三分之一地區的年雨量超過300公釐。夏天日照很長，雨量經常掛零，連氣象主播也找不到新鮮的用語，每

面積：約22072平方公里

首都與最大城市：耶路撒冷（以色列於1950年宣布首都為耶路撒冷，但許多國家仍將大使館或辦事處設於台拉維夫）

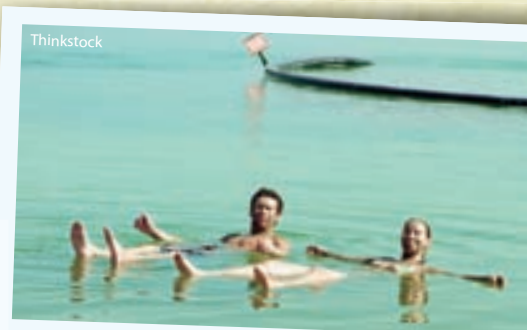
人口：780萬人左右（其中約75%是猶太人，20%是阿拉伯人）

宗教：75%猶太教，17%伊斯蘭教。

官方語言：希伯來語、阿拉伯語。



不會游泳也浮得起來耶！



死海其實是一個湖泊，湖水鹽分濃度含量很高，因而人可以浮在水面上。也由於湖水富含礦物質，許多人認為，這裡的泥巴對皮膚很有益處。

天的開場白都是：「今天和昨天一樣，萬里無雲……」

儘管缺乏水資源，以色列人卻充分發展科技，成為頂尖的蓄水及灌溉系統專家。他們不但變成農業出口國，還把被沙漠包圍的死海綠化，轉變為觀光勝地。

以色列和台灣一樣，沒有太多天然資源，但即使長年備戰，他們在醫藥、鑽石加工、國防工業、通訊科技、航空……等行業都有極具競爭力的發展，平均國民所得更接近三萬美元，比台灣高出不少。

滄桑流亡史

以色列能在短短半世紀建立如此的經濟實力，主要來自於隨移民流入的人才。而說到以色列的移民潮，又不能不提到猶太人長達2000年的流浪史。

以色列的人口有四分之三是猶太人，猶太人與宗教的關係非常密切，《聖經》的前半

石頭打造的宗教聖地——耶路撒冷

耶路撒冷經歷多次重建，不變的就是建材。以色列建國後，希望保留此城原有風貌，要求城區內所有新建築仍採用當地石塊，新舊建築因而能保持協調的樣貌。

對猶太教、伊斯蘭教和基督教而言，耶路撒冷都是聖城。世界上沒有第二座城像這裡一樣，富有這麼重要的宗教意義。

猶太人最早在耶路撒冷建聖殿，但兩座聖殿先後遭毀，只有第二聖殿的西牆奇蹟似地仍矗立原地。多年來，無數猶太人在西牆前祈禱，向上帝訴說亡國滅族的悲傷，更經常有人痛哭流淚。於是，這面牆又有「哭牆」的稱號。

而根據伊斯蘭的傳說，穆罕默德曾在某個夜晚潛入耶路撒冷，升天與先知見面。於是，耶路撒冷也成為伊斯蘭教聖城之一，可見它對穆斯林的重要。

對基督教信徒來說，耶穌在耶路撒冷受難，又在此復活，這是崇高的神蹟，聖墓大教堂也成為朝聖的聖地。

如今，這三大宗教建築物並存於一平方公里大的土地上，相去不遠。然而，在不同信徒間，那無形的距離卻無比遙遠。



以色列第一大城——耶路撒冷。照片右前方金色屋頂的建築是岩石穹頂清真寺，周圍是老城區和舊城牆。

位於地中海旁的台拉維夫，是以色列第二大城和經濟重心，也是國際化的大都會，市內有許多風格獨特的建築。



西牆和耶路撒冷，都是世界文化遺產。

世界末日快來了？

你聽說了嗎？傳說古馬雅人曾經預言：

2012年12月21日，地球上將發生毀滅性的大災難，人類文明即將終結……

這是真的嗎？如果世界真的有末日，會是什麼原因造成的呢？

撰文·企編 / 黃曉君

審訂 / 陶蕃麟 (台北市天文協會理事長)

繪圖·版面 / 郭惠芳



天呀！人類真的會消失嗎？



網路上說，有一顆X行星正直衝地球而來！



聽說地磁會消失，大地會裂開耶！



電影上說，太陽會發出超級風暴，把地球煮熟！



為了記錄年代久遠的歷史與神話，古馬雅

人發明了一種週期長達5125年的「長紀曆」，最近一個週期開始於西元前3114年，結束的日期正是2012年12月21日……天呀！難道人類的歷史將在這一天終結嗎？

別怕！別急！根據考古學家的研究，對古馬雅人來說，這種「末日」只是一個計日週期的結束，就像西元每個世紀的最後一天；過了這一天，時間又將開始新的循環，朝向無止境的未來延伸。事實上，考古學家還在馬雅的其他文物中，發現2012年以後的日期，證實古馬雅人並不認為時間會終結在2012年！

其實，「世界末日」的說法主要源自基督宗教的《聖經》。《聖經》中提到，人類的歷史會有終結的一天，屆時，世界會發生毀滅性的大災難！可是，《聖經》並沒有預言末日的確切時間，歷史上很多預言家就按照自己的解讀，提出各種世界末日的警訊。幸好，到目前為止，那些預言都沒有成真。

真科學，假科學？

到了現代，科幻小說、科幻電影，以及媒體，一提到末日預言，往往更摻雜似是而非的科學說法，來增加可信度。以下就是常被提及的科學論據：

A. 銀心連線：2012年12月21日，太陽、地球和銀河系中心剛好成一直線，銀河中心的黑洞將發出強大的引力毀滅地球。

B. 太陽風暴：太陽表面發生劇烈的爆炸，對地球射出大量致命的高能粒子。

C. 太陽死亡：太陽發出可怕的烈焰，把地球吞進它的內部。

D. 地磁倒轉：地磁的南北兩極突然倒轉，地殼外殼陷落，地心岩漿噴湧而出。

E. 恆星爆炸：恆星爆炸發出致命的超強輻射，毀滅地表上的一切生物。

F. 隕石撞地球：巨大隕石襲擊地球，引起強烈地震、海嘯，以及全球性的黑暗與嚴寒。



哈布曆的一個月只有20天，一年有18個月，再加上5天「凶日」，圖中外圈的19個圖案分別象徵18個月份與凶日。

奇妙的馬雅曆法

古馬雅人是神機妙算的天文學家，制訂了各種精準的曆法。在日常生活中，他們通常使用以365天為週期的哈布曆，以及以52個哈布曆週期為一個循環的循環曆；但以上的曆法無法記錄年代久遠的神話與歷史，所以古馬雅人又發明了週期大約5125年的長紀曆，而且即將在2012年進入下一個週期。

馬雅文化的奇琴伊察神殿，神殿四面各有91級階梯，頂端有一級，總共365級，象徵一年有365天。



喔，我喜歡他，怎麼辦？！

撰文・企編 / 賴佳慧 顧問 / 楊俐容 繪圖 / 徐至宏 版面 / 黃淑雅

老師：
我喜歡一位男生，滿腦子想著他，請問我要不要跟他表白呢？

老師：
我有個很好的朋友，他是男生，平常我們打打鬧鬧的，但最近他突然對我表白，我嚇一跳，因為對我來說，他只是好朋友……



老師，不要笑我們！

別不好意思，幾乎每個人都會這樣，像設定好的鬧鐘，時間一到，無論男女，少年之愛會悄悄冒出……

老師，我們只是學生，不適合談戀愛吧？

我只是喜歡某個人，應該不是戀愛吧？

什麼是成熟的愛？

成熟的愛情有三部分。首先，你想親近某一個異性，兩人常一起互動、聊天；你重視、欣賞他（她），就跟同性好友一樣，你喜歡跟對方在一起，這階段是好朋友。

接著，兩人不但是好友，彼此間還有強烈的情感，想起會心跳，並在意他（她）對你的看法；如果其他人對他（她）好，你會不舒服……這時，我們可以說，你對他（她）有戀愛的感覺。

不過，成熟的愛情必須有第三部分——承諾與負責。包含真正了解對方、對對方有照顧的責任、尊重對方、珍惜對方，衷心希望對方快樂。當對方困頓時幫助他，快樂時跟他一同歡樂；成熟的愛能沒有負擔，坦誠分享彼此的事。

喜歡跟愛情的確不太一樣。

希望長大後也有這樣的愛情。老師，怎麼做才能有成熟的愛？

唉，聽說隔壁班的小豪喜歡小琪。小豪很會打躲避球，英語演講第一名，我根本比不過他……

難怪你們這次考試退步，看來太早喜歡人不是好事情……

那也未必，況且感情一來，由不得人。我想，最好的方法就是面對它。

怎麼做？

你們的疑問，有個人能幫忙。

我知道，是楊俐容老師！楊老師的心事報報專欄，每次都能給我許多新想法，我很喜歡！

走！我們去找楊老師，她一定能給大家好建議！

楊俐容

台灣大學心理學系碩士
曾任：台大心理學系兼任講師
現任：親職教育工作者、台北市八頭里仁協會理事
專長：兒童青少年心理、親職教育、情緒管理、人際溝通相關課題

楊俐容老師提供

楊老師，好久不見，我們又來請教您了。

我的願望就是全天下的孩子平安快樂！幫助你們，我也很開心。

女生真麻煩，愛來愛去，愛不到痛苦，別人愛她也不行？！

男生不會愛來愛去？！那你為什麼老在小婷邊繞來繞去？

我哪有？！

還有坤哥，你為什麼每天幫小琪擦桌子？

你發現了？！

什麼？你們都開始談戀愛了？！怎麼我還沒？

呵呵呵，孩子們，你們真可愛！



柑橘皮，妙用多

撰文 / 陳映如 繪圖 / 貓小P 企編 / 吳毓珍 版面 / 郭惠芳



今年的中秋節，我家收到好幾箱南部寄來的柚子。這些飽滿多汁、甜度適中的柚子，真是每天吃也不膩。不過你知道嗎？吃完柚子剩下的果皮，除了當小帽子以外，其實還有很多妙用呢！

自然清香的柑橘香氛袋

你看過柚子皮在車子上面晒的景象嗎？那是因為柚子、柳丁與橘子等柑橘類的果皮，本身帶有清新香氣，曬乾後就是最天然的香香包。不過，如果天氣不好，也會發生晒不乾的情形，遇到下雨、溼氣太重時，還會引來許多小飛蚊，甚至發霉。

今天要教大家的，就是簡單、絕不失敗，還能讓柑橘皮快速乾燥的方法。

1. 把吃剩的柚子或橘子等柑橘皮洗淨，擦乾表面的水分。



2. 柑橘皮放進像洗水果的濾網這類有洞孔的小籃子(圖1)。



3. 將果皮連同小籃子，一起放進烘碗機烘乾(圖2)。取出後，再放置大約3~4天，柑橘皮就會完全乾燥。

4. 晾乾的柑橘皮撕成小片，味道會更容易

散出。最後再將果皮放入透氣、網狀材質的袋子中(圖3)，就成了天然的香香包。



把自製的香香包放到衣櫃或抽屜，不論是拿取衣物或打開抽屜，都會有股淡淡的柑橘香，舒適宜人。另外，車內、浴室等小空間，也很適合利用曬乾的柑橘皮做為室內芳香劑(圖4)。



我的外甥和外甥女，則喜歡用柑橘皮

泡澡，方法是將剛曬乾的柑橘皮用網袋或布包起來，放入洗澡水中(圖5)。橘子皮含有多種豐富的維生素，可以讓皮膚光滑細緻，柑橘散發的清香，也讓人洗澡後心曠神怡。



橘子清潔劑，去油力佳

拿起橘子皮擠一下，橘皮表面出現的液體就是橘子精油。若是直接用橘子皮擦拭桌子，會發現桌子變乾淨了。其實除了清潔，如果桌子或白板不小心被油性筆劃到，只要用橘子皮擦一下就可以完全清除，非常神奇！

橘皮含的橘子油成分，去油效果非常好，市面上很多清潔劑都強調添加了橘子油配方。其實，只要利用酒精及柑橘皮，在家裡也可以自製萬用清潔劑喔！

1. 橘子皮洗乾淨，稍微擦乾。

2. 把橘子皮撕成小片後，放入玻璃罐(約八分滿)(圖6)。



3. 在罐子裡倒入濃度75%的藥用酒精。酒精的量只要蓋過橘子皮即可(圖7)。



4. 放一星期，把變成橘色的酒精倒進噴瓶，就可使用(圖8)。



這種自製的橘子萬用清潔劑，因為含橘子油及酒精成分，不但清潔力佳，還具有消毒功效。噴一點在桌上並輕輕擦拭，就能輕鬆去除灰塵與髒汙。

用在廚房時，它的效果更是一級棒！它可以代替市售的廚房清潔劑，噴在爐

作者小檔案



喜歡小孩，也喜愛做家事。最喜歡和小朋友一起做家事、玩收納以及享受生活。新書《收納達人的樂活life》分享許多生活中的有趣點滴，以及樂活自在的家事新觀念。部落格「Sona Queen的生活筆記本」：www.wretch.cc/blog/sonaqueen

台或抽油煙機四周，輕輕一擦，油汙立刻消失無蹤，非常好用。其他像是清潔微波爐、冰箱、烤箱等電器，先把自製的橘子清潔劑噴在乾淨的布上，再擦拭電器表面，乾淨又安全。

小訣竅

自製清潔劑時，如果沒有橘子皮，也可以用柚子、檸檬或柳丁等柑橘類水果的皮代替，同樣具有很好的去油效果。不管是哪種柑橘類水果，都要記住「只放果皮」，果肉要完全去除。

自製橘皮水地板清潔液

除了自製橘子油清潔劑，你還可以煮「橘皮水」，它可是擦地板的最佳利器喔！因為橘皮所含的果膠成分，具有塗膜的功效，可以讓地板充滿亮澤感。

1. 將洗乾淨的橘子皮或柳丁皮(不必曬乾)放入鍋子裡。

2. 在鍋內加入冷水。冷水的量只要蓋過柑橘皮即可(圖9)。

3. 先用大火煮沸，再轉小火煮15分鐘。煮好後，水會呈橘色，放到冷卻就可使用(圖10)。

用法是：將抹布或拖把直接沾橘皮水，擰乾多餘的水分後擦拭。如果家裡有鋪榻榻米，可以每兩星期用橘皮水擦拭、保養。方法同樣是把抹布沾溼後，擰乾、擦拭，就能防止榻榻米變黃(圖11)。



(本單元每兩個月刊載，與98新聞台(FM98.1)趙自強主持「九點強強滾」合作，12月25日(二)晚上九點播出，歡迎收聽。)

這是真的嗎？

不要用微波爐煮蛋!?

撰文 / 陳雅茜 繪圖 / 達姆 版面 / 吳慧妮

這是真的！

千真萬確！因為一不小心就會「炸蛋開花」！

用微波爐熱飯菜確實又快又方便，不過用來熱雞蛋可就不智了，不論是生雞蛋或熟雞蛋，甚至連蛋包湯也不要。原因就在微波爐的加熱方式。

一般用火爐煮東西，熱量來自鍋底下的火，透過傳導及對流的方式，鍋內的食物會漸漸變熱；煮沸時，水蒸氣由表面冒出。但微波爐是利用微波的能量，讓食物裡的水分子快速轉動，磨擦生熱，食物內部會同時加溫。當蛋裡頭

的水分到達沸點，變成水蒸氣，體積大約會膨脹 1600 倍。但由於受到蛋殼包裹，或因為煮熟的蛋具有固定體積，水蒸氣

無法快速洩出，於是雞蛋就像充滿壓力的蒸氣鍋，一旦

承受不住就炸開了！如果這時把雞蛋拿出爐外，

那可真是危險！☹



阿基與米德

撰文 / 陳雅茜 繪圖 / SANA

9個圈圈4條線

阿基與米德在玩圈叉遊戲，突然米德在格子裡填滿9個圈圈：



「你能一筆把這些圈圈統統畫掉嗎？不可以重複畫到圈圈喔！」米德問。

「簡單！」阿基立刻用筆把所有圈圈畫掉。



「你用了5條線，轉了4個彎。」米德又問：「如果只能用4條線，轉3個彎呢？」

阿基在紙上畫著，想了半天還是不得要領。你能幫他想想看嗎？試著打破現有的思考方式喔！

(答案請見第 129 頁)