

中華民國希伯崙 全人關懷協會簡介

「希伯崙全人關懷協會」創立於2001年，六年來，透過一群以天下蒼生為己任、實踐社會均平的先知先覺者，放下一切躬身陪伴窮人，致力於共生家園的建立。從生命的接納、生活的支持、工作崗位的成全系統，全人關懷、一輩子看顧，孕育了無數微小生命自覺轉化的契機，並展現了反敗為勝的光榮史蹟。短短幾年，上千位活不下去的人活了下來，上萬個尋找生命出路者，透過協談看見了方向。2007年，希伯崙預計在澳洲、紐西蘭、馬來西亞、印尼、中國及台灣近50處成立共生家園推廣中心及分會。

陳公亮 博士簡介

學歷

- 台南一中畢業
- 國立中央大學外文系畢業
- 美南浸信會道學碩士
- 美佛新約國際大學博士

創辦

- 1980綠十字工廠人服務團
- 1987都市人工作群基金會
- 大衛營神學院
- 財團法人基督教敬拜中心
- 中華民國希伯崙全人關懷協會
- 桃園縣希伯崙全人關懷協會

現任

- 都市人工作群基金會董事長
- 希伯崙全人關懷協會總顧問
- 希伯崙國度事奉中心執行長

詩(一) 珍珠

曾是滄海一粟 沙塵一粒

抖不落一身鄉愁 蹣跚中躑躅
繁囂中又見無情風雨強摧折
正呼不如歸去

只見蚌娘不經意一張口
就這樣沙粒摔入了蚌娘的心嵌
哪知這才是安息的起頭
又日又月復年年
沙塵一粒 安睡蚌娘的心懷
蚌娘又血又淚又用命強將
這頑冥的訪客層層裹上
稱不上選擇 卻又好似天命
這一蚌一沙就在無盡的掙扎中蘊育出 蒼生共生的奇蹟

掙扎沒停過 只是似乎也沒發生過
漸漸大地忘了這曾有過的殘酷造訪
蚌娘似乎也疲累到想不起這是何時生發的意外
喜的是 上蒼沒有忘懷
他沒有忘卻人世的慘白
就在蚌娘合不了嘴的最後
上蒼給了大地一顆珍珠

珍珠是信物
是上蒼對大地苦難的親吻
撫慰遊子最後一路的歸程
吟頌
上蒼有情
歌詠
大地恆愛

【註解】

每位到希伯崙共生的家人，曾是一粒粒看起來不起眼的塵沙，這一粒粒沙塵在希伯崙這大愛家中被珍惜，被培育，被呵護也被雕塑。事隔如今，已有上千粒沙塵變成一串珍珠，成為台灣的傳奇。



希伯崙全人關懷協會2007年初南下過年

詩(二) 北極星

希伯崙全人關懷協會創辦人/陳公亮

我們想把大地弄圓

只是傳說地球北極是個大孔

那失落的大地正是天際的北極

於是我們努力編撰北極星的故事

為的只是想把大地弄圓

有個女人是摔落的歸雁

來不及哀號 她已隕落

聽說那個傷她心的男人用千個謊言

將她捶落天際

於是我們將這顆北極捧進眼簾

用洗塵的淚水為這歸雁療傷

口中輕哼著別死的鄉曲 (註1.)

另有個男人是鄉愁濃郁的斷落桔梗

扶疏中總是看他啜泣

是戰火中歸不了家的男孩?

還是人類自創的框格奪走了這男人的天空

這另一顆北極的故事

是這裡需天天拂拭的壁畫

寸寸的淨滌是大地無盡的節拍 (註2.)

這吮奶的孩子

是地球村感人的北極

來不及呱呱墜地

他的名牌就已刻上了兩粒斗大的紅字—荒謬

本是襁褓的天真 卻已抹上控訴的障翳

因為他娘愛上了另一片詭異的天堂 (註3.)

聽說老人是生態詮釋的詩哲

只是現代文明早為詩哲封上了沒有碑文的墓印

於是老人躊躇中走上沒有送行的死寂

在這裡我們使勁的吼出老者身上最後的詩文

祈禱這最後北極的極光可為沙漠中的旅人導航

(註4.)

這裡有框著暴力面具找不回爹娘的青春

原來這些孩子的父母

一早已提著幸福與成功的菜籃去趕集

於是沒人陪的青春在暴力與毒品的摧殘中凋零

這些忘了哭泣的孩子是我們輕擁的刺蝟

刺痛中宛若夜空遙望孤寂的極星

叫人一路清醒到天明 (註5.)

牆角有把走音的吉他 有人告訴我

他的主人曾在他身上奏出感人絕音

只是有一天頑皮急躁的小孩弄斷了他的卡桿

從此合音不現回不了魂的吉他

成了人世死角的一聲長嘆

只是在這裡我們重新擁著他

輕步杜鵑 高曲笑傲

期盼這北極的冰寒可重燃大地另類生機 (註6.)

小時記得是娘說的 大地是圓不了的

因為你拉不下北極星來填補一地的虛空

長大後...我告訴自己

就喜歡把大地弄圓這不可能的玩意

春花雪夜 行樂在心

不經意看上眼的竟愛上了一輩子

這就叫人生----悲憫與歡愉交錯中滲溢著淡淡的鄉愁

【註解】

動人的詩作皆源於一顆柔軟的心和豐沛的情感

陳老爹的詩都是共同生活裡牽繫與關愛的家人

老爸說著一個個的人名都是他心中最美的主角

小紅.阿福.小盛.阿國哥.小漢.淳淳. (註1-6)

都是各類族群的代表 儘管他們被貼上多少標籤

家暴婦女.卡奴.棄嬰.獨居老人.邊緣青少年.精神分裂

..而這一片北極星的天空 永遠守候凝視

引領你歸鄉

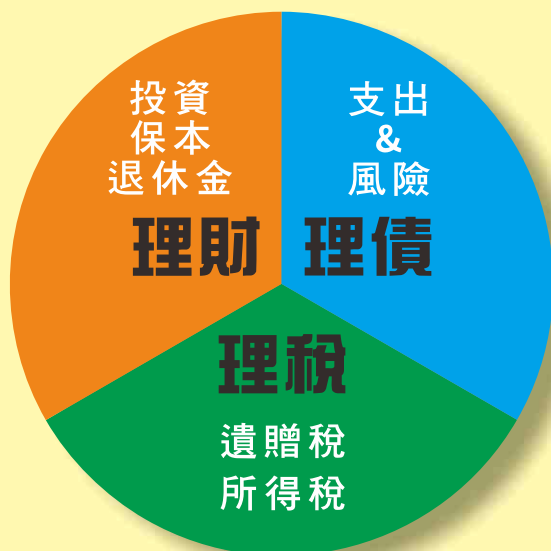
牙醫師全方位 生涯理財規劃

理財

理債

理稅

賓士理財法



理財管理、理債管理、理稅管理 三大管理完美組合

跳脫金錢的追逐遊戲，追求『財富自由豐富』的幸福人生剛出道的您，理債管理，生活所得稅支出及人生風險管理讓家庭沒有後顧之憂。

事業有成的您，理財管理，讓財富快速累積退休後的您，理稅管理，讓遺贈稅歸零，財富傳承不縮水

台灣目前有社會經濟地位的人士,不管是中小企業或專業人士大多數都以代表穩重、安全、身分表徵及價值的Benz當作第一選擇的車款。

所以大多數人也希望他們的生活品質也如同Benz一樣優渥自在安全且無風險。

人從小到長大成人，有一籬筐的願望夢想（想要）和生活必須（需要），所以一輩子都在努力完成這些想要和需要，因此人一出生就和金錢脫離不了關係，而你的金錢觀幾乎就代表了您的人生



觀。人們追求的東西，只有少數不需金錢就可以達到。極大多數都要靠金錢來完成，同時一籬筐“需要和想要”即是負債的開始。但是在賺錢累積財富與清償夢想負債的過程中，卻有一個不確定何時會到來的威脅就是風險！

不管是人生的風險或是財產的風險都是風險。明天和風險哪一個先到？我們永遠不知道。

什麼是需要？ 什麼是想要？

需要與想要在於每個人的價值觀。有人覺得“小黃”最方便、最好，但是有人非藍寶堅尼不可。每天的交通是需要，而藍寶堅尼則是想要。填飽肚子是需要，天天上飯店是想要。筆是需要，萬寶龍則是想要。想要越多，所需資產就要跟著變大。

賺錢比理財重要嗎？巨星馬龍白蘭度前兩年過世了，晚年付不出兒女生活費，還欠一屁股債。可是如果你知道1978年，他在超人第四集中客串演出15分鐘，有250萬英鎊的訂金進帳。我想你和我一樣好奇想知道他是怎麼理財的。而這種人卻不寂寞，搖滾巨星麥可、傑克森在今年四月因付不出數億美元債務，不得不讓渡他重要的音樂資產以展延債務。

前陣子，北市天母某牙科醫師精於收費高昂的植牙及牙齒矯正手術，收入相當豐厚，不過他每年申報的業務所得收入並不高，國稅局從該牙醫師的存款資料反推，認為有漏報所得。

經查獲連補帶罰6000萬不見了，溫世仁先生與配偶呂來春女士這幾年相繼去世，來不及或是說沒有未雨綢繆，就這樣，80億財產成為愛國人士。

理財規劃是人生規劃的一部份。而投資只是為了報酬率！**理財規劃是財務全面的人生達成規劃，投資規劃則是理財的一部分。**理財是目標的實現。投資是達成目標的工具，重視投資績效卻不在意理財規劃，就像是在意每場戰役是否獲勝，卻不一定在最後取得這場戰爭的勝利。

投資的工具有很多。例如：股票、基金、債?、房產、期貨，每年都會高低起伏，無法穩定。

而所謂複利的威力大於一顆原子彈指的是每年都為正報酬率想像一下你所圖的是紙上富貴還是安全落袋，所以股神巴菲特投資第一法則『投資時要避免損及本金』，第二法則『不要忘記第一法則』。

那你就是最優秀的！不過事情還沒結束，**你夙夜匪懈的努力賺100元，年底要扣資本利得40%剩60元。辭世時，還有一半要還給政府剩30元。所以辛苦努力賺100元有70元不是你的。**如果這些時間拿來在本業上學習精進，讓你一樣的工作時間卻有更多的收入，或是把時間用來陪家人作休閒平衡生活仍能擁有比別人更豐厚的收入，那不是一件挺棒的構想嗎？！

賓士理財法使全面的人生達成規劃

理財管理：目的是在使資產穩定的增長，以完成人生各階段需求與目標，選擇搭配資產策略配置與工具選擇，以長線資產保護短線資產穩健、以短線資產支援長線資產獲利，以達成最後的人生理財目標。茲分成人生三期程說明如下：

一、短程：35歲以下的青年族

年輕就是最大的本錢，可承受的風險也最高，但因為閒餘資金不多，可投資的金額有限，因此可以將最重的比例放置於股票或股票型基金，至於是定期定額或單筆投資，比較說明如下：

共同基金投資報酬率的計算

單筆投資 投資報酬率計算說明：

單筆投資是資金一次投入，因此只要知道投資時的基金淨值，就立刻可以以算出盈虧狀況。

舉例：一年前投資10萬元，申購當天的基金淨值是8元，如果今天基金淨值變成10元，經過下列計算後所結餘的資產就變成12萬5千元(12,500單位×10元=125,000元)投資報酬率就是25%。

計算方式：

	一年前投資10萬元
結餘的資產	100,000元÷8元(申購日當天淨值)=12,500單位 12,500單位×10元(贖回日當天淨值)=125,000元
投資報酬率	(資產總值125,000元-投入本金100,000元)÷投入本金 100,000元=25%

定期定額 投資報酬率計算說明：

定期定額是按月扣款所以每個月會隨淨值變動而買到不同的單位數，因此必須將每一個月得到的單位數通通加起來進行計算。如果希望能即時掌握自己資產的盈虧狀況，最好能製作一個定期定額投資檔案，將每個月扣款日的基金淨值登記下來，以便確實掌握累積的單位數以及投資成果。

舉例：您每個月定期定額投資的金額是1萬元，基金的變化如附表。假設贖回日的基金淨值是10.8元，經過下列計算後您定期定額這一檔基金的報酬率就是8.55%。

扣款時間	基金淨值	單位數
5月	10	1000
6月	9.5	1052.63
7月	9.8	1020.41
8月	10	1000
9月	10.5	952.38
合計		5025.42

計算公式：5025.42累積購買單位數×10.8元(贖回日基金淨值)=54,274元

報酬率=(資產總額54,274-投入本金50,000)÷投入本金=8.55%

二、中程：36~49歲的中年族

這個族群正處於家庭經濟支出最大的時期，雖然收入快速累積，但是可以靈活運用的資金可能不多，就算很想在股票市場裡衝鋒陷陣，以提高整體報酬率，但考量年紀及家庭負擔，能承受的風險有限。因此建議採取進攻退守皆宜的股票及債市各半的平衡配置佔50%、另30%放在全球型股票、基金，其餘部份則選擇成熟市場，例如美國或歐洲基金。

三、長程：50歲以上的屆齡退休族

退休金的來源—

- 1.政府勞公保老年給付
- 2.企業勞退舊新制
- 3.自行提撥、產業保險

退休是誰可以決定？自己、別人或政府？都不是，是「Money」，猶太人有一句經典名言，當錢在說話時，真理就沈默了，想想當身體或精神負荷不了工作、萌生退意時，看看自己的口袋、是否財富已自由？

所以選擇完美退休金商品條件如下：

- 1.保證本金安全性
- 2.具穩定獲利能力
- 3.退休吃利息而非老本、能領到老、即一輩子
- 4.能抗通貨膨脹
- 5.具稅率優惠
- 6.淺顯易懂、文字說明

理債管理：惡性的債務--不當的經常支出，過多浮而不實的消費，寅吃卯糧高利息的信用卡債、現金卡債甚或沒有評估風險擴張事業導致周轉不靈。

良性的債務--自小大多數的人在長輩耳提面命下「不要欠錢」，但是企業主例如：台塑王永慶、鴻海郭台銘卻都相反的幾乎都是跟銀行融資，當然不是鼓勵負債度日，但適當良性負債產生財務上的假象，可以在稅務規劃上有一定的助益。再者以現今利率之低，向銀行貸款去創造高於利息的報酬率，用別人的錢去賺錢，是最高境界。吳火獅先生曾說：聰明的人向銀行借錢、笨的人才把錢存銀行

理稅管理：普羅大眾的稅負概分為所得稅贈與稅遺產稅就其理財工具項目課稅屬性分析如下表：

國內外金融投資工具稅負分析表

項目	內容及特性	稅負		資金靈活性	報酬率 風險性	課稅性 資產	假設1200萬 20年可增值 利益
		綜所稅	遺、贈 稅				
銀行定存	最高三年期,利率不固定,全球趨勢下滑	超過27萬 應稅	應稅	佳	低/低	計入課稅	約1400萬 (+200萬)
銀行活儲	利率低,有最高限額存款	超過27萬 應稅	應稅	佳	低/低	計入課稅	約1260萬 (+60萬)
道路用地 (都市計畫)	公設保留地依公告現值全數計入再扣除	優惠已 取消		節稅用	節稅用	計入課稅	抵稅用
道路用地 (既成巷道)	包括私設巷道及都市巷道、產業道路	優惠已 取消		節稅用	節稅用	不計入	抵稅用
房地產	有漲、跌及租金收益,多項應納稅負	交易所 得應繳	應稅	不佳	低/低	計入課稅	視地段增值 狀況
股票	受景氣及政治面、政策面、消息面影響	應稅	應稅	普通	不定/高	計入課稅	不確定 (平均20%)
債券	受市場利率影響	應稅	應稅	佳	低/低	計入課稅	不確定 (平均5%)
黃金	金條金塊保值性大於金幣金飾	無	應稅	佳	中	可衡量	不確定
外匯	投資金額大,收益決定於匯率變化	應稅(98 最低稅負)	應稅	佳	投機/高	計入課稅	不確定
期貨	以小博大,非現貨交易	應稅(98 最低稅負)	應稅	佳	投機/高	計入課稅	不確定



海外共同基金	分散單一市場及產業風險(類似股票)	應稅(98最低稅負)	應稅	佳	不定/中	計入課稅	不確定(平均20%)
珠寶古董	有隨年份增值之長期潛力	無	列管	不佳	不定/中	列管	不確定
境外資產	除身故前兩年居住國內不足365天免稅	無(即將修法)	應稅	視狀況	不定	計入課稅	不確定
瑞士私人銀行	可連結平衡基金獲利穩定,AAA級評比	無	資金流向	佳	穩定/低	資金流向	穩定,風險低
(資金管理帳戶) 財政部監管 保險存單	最大化可倍增財富10倍、保全資產、支出回覆資產、投資避險、創造高額立即現金稅源、合法免稅資金管理平台	無	合法免稅	靈活	逐年增值 無風險	合法 不計入	利率約為定存3倍 本金最大化1億

計入性課稅資產總額資料詳列於國稅局電腦總歸戶檔案(國稅局拿著放大鏡就在你身邊)

- 連線來源：1.國稅局財稅資料中心
2.地政資訊全國總歸戶電腦作業
3.全國金融資訊交易中心
4.全國戶政電腦中心
5.全國稅務機關電腦連線查核中心
6.建設局工商登記股權移轉電腦檔案
7.全國法院案件連線出入境管中心

人的一輩子終將會和金錢發生這三種關係，建立好的財富基本認知與價值觀後，以此中心思想為出發點，成一個圓---然後建立賓士理財法才是全方位生涯理財規劃，達到財富自由化的幸福人生。

作者簡介
何文琪 小姐

現職：區經理
台名保險經紀人股份有限公司
貞觀財務管理顧問股份有限公司

經歷：1988~1999代書特別助理、房屋仲介執行秘書、建設公司專員、工程顧問土地開發規劃專員、2003、2004、2005美國百萬圓桌MDRT會員、國際龍講IDA

樂活(LOHAS)不是享樂生活

文／桃子(荒野高雄分會解說員)

今年過年時，家裡附近公園的攤販給自己找了個流行的語彙包裝，那就是「樂活」，然而攤販販賣的東西，仍舊換湯不換藥，和往年沒什麼不同，依然是臭豆腐、熱狗、或者龍鬚糖。

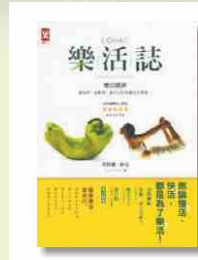
這兩年，樂活突然間沒頭沒腦地在台灣風行起來，商品廣告喜愛冠上樂活二字，媒體與名人倡導奉行樂活方式，似乎只要和樂活沾上邊，就是時尚與流行。但不論倡導者或追隨者，真瞭解何謂「LOHAS」？

樂活會受到大眾喜愛，應該和它的中文翻譯有關，樂活二字，直覺地就予人享樂生活之意。以此為出發點，自然能設計與撰寫出許多刺激消費的廣告詞彙，讓消費者盲目地以為：只要我消費了某些號稱樂活的商品，我也是樂活族，我也是能在生活中享樂的現代人。

中文譯為樂活，原文LOHAS，Lifestyles of Health and Sustainability，「健康且永續的生活方式」。事實上，樂活並非享樂，若懷著人類中心的享樂心態，將與樂活精神背道而



快樂的生活與金錢無關，更主要是生活的觀念。



書名：樂活誌
作者：英格麗·紐克
Ingrid Newkirk
譯者：吳光亞、謝維玲等/譯
出版社：野人
出版日期：2006年7月6日

馳。比起享樂，樂活的生活形態反而應該更接近簡樸。

在《樂活誌》書中，作者 Ingrid Newkirk，不斷試圖告訴讀者，人類在日常生活的消費中，經常在不知不覺中傷害了動物與地球環境，因此，作者提出許多方法，希望讀者能從生活中的食衣住行育樂各方面著手，讓自己、讓動物、讓地球，都能健康且永續的活下去！只要我們在消費時，稍加注意謹慎選擇，就能幫助遠方的動物，使他脫離苦難；也可以保護地球，減緩自然資源消耗的速度。當然，作者也強調，樂活不是享樂，但也不需要刻苦，即使我們停止消費那些傷害動物與地球的商品，仍然可以維持生活水平，相反地，甚至能提高生活水平。

書中提出許多關於消費的建議，如咖啡的選擇，咖啡是全球僅次於石油的第二大貿易量商品，種植時必須破壞大面積的熱帶雨林，然而大多數人可能不知道，以南美洲為主要產地的咖啡，買賣交易過程中，國際大公司經常以不人道的方式壓榨當地農民及童工。因此作者建





選擇對地球有益的食物，
並珍惜一切地球的資源。

議。我們應該選擇一杯以「公平交易」及「蔭下栽種」為原則而生產出的咖啡，譬如STARBUCKS有些咖啡便是堅持上述原則來販售。

此外，我們都穿羊毛製成的衣服，但甚少人知道，綿羊在被畜養、剪毛、終至老死的一生中，過的是被殘忍對待的生活。澳洲因為天熱，並不適合毛多的綿羊居住，但人類卻大規模地在澳洲畜養他們，以致於引來蒼蠅在綿羊身上產卵長蛆，尤其是臀部，牧羊人為了省事。處理方法是連皮帶肉地刨掉臀部上長蛆的部分，刨除過程沒有麻醉沒有消毒，甚至綿羊們的傷口無人為他們上藥。有幸熬過此劫的綿羊，則可能因為牧羊人圖冬天時羊毛的好價錢，而將綿羊身上的毛剃光，結果使綿羊們在嚴冬凍死。更不用說，年老或無用的小羊，被整船整船地推擠運送至西亞回教地區當作肉食賣掉。作者建議，關於衣服，我們有更多以植物為原料的商品可以選擇，不一定非穿羊毛不可。想像一下這些毛在變成輕柔美麗的衣物前，綿羊們經歷了多少痛苦，應該沒有幾個人還能若無其事地穿著這些衣服。

在《樂活誌》裡，討論更多關於動物倫理的議題，尤其是動物實驗，和動物實驗最有關的消費品便是藥品、保養品及化妝品，這些產品問世販售前，多在動物身上實驗，譬如強制在兔子眼睛噴入香水，以看這款香水是否造成眼睛過敏；最



樂活生活，讓波斯花田持續美麗。

近火紅的膠原蛋白、多脾忒、鯊稀、果酸產品，都粹取自動物身上；化妝品中的珍珠光，則來自魚鱗。作者建議我們可以選擇「拒絕動物實驗」的品牌，譬如BODY SHOP、AVEDA、PAUL MITCHELL(肯邦)等，也許因為我們的謹慎選擇，能改變遠方動物的命運。

《樂活誌》裡的一段話：「生命是一連串的選擇，最好的選擇是仁慈。」如果要說什麼是樂活的生活方式，那麼，以仁慈友善的心，對待動物與環境，才是真正的樂活。



以步行或自行車作為短程接駁，不但節省能源，減少二氧化碳廢氣污染，還可以強健體魄呢！

