



馬拉威國旗

# 馬拉威的蜜兒餐

撰文 / 陳達萱

## 非洲溫暖之心馬拉威 天災人禍陷困境

馬拉威 (Malawi) 是位於非洲東南方的內陸國家，面積大約比臺灣大三倍多，但人口卻比臺灣少——2014年的人口大約為一千三百萬人，比臺灣少了一千萬人。

馬拉威擁有豐富壯觀的自然景觀，有許多高山可以健走、登山或攀岩，有眾多湖區可以浮潛、釣魚、游泳、或是划獨木舟，更有居住了河馬、鱷魚、大象、獅子、數百種鳥類的國家公園和野生動物保護區。除此之外，更引人注目的是馬拉威人的和善熱情與樂天，許多來此旅遊的觀光客因為深切地感受到他們的好客與溫



暖，因此將馬拉威稱為「非洲溫暖之心」。

然而與壯麗的自然景觀、親切好客的人民同樣讓人印象深刻的是馬拉威人的貧窮。儘管他們總是藉由快樂的歌舞沖淡窮困的悲傷，然而連年的天災與人禍，卻使得以農業為生要營生的馬拉威人民陷入貧窮困境。極端的氣候使人民難以順利耕種收成：有時候完全不下雨，處在乾旱的狀態；有時候連續豪雨造成水災；加上政府

官員對公有資源的私吞與掠奪，更使人民的生活雪上加霜。

難道就只能這樣聽天由命嗎？

這樣一片美麗的大地與一群溫暖的人民，難道沒有辦法改善生活處境嗎？

## 拿破崙·容貝—散盡家財仍要助人的馬拉威慈善家

有一個人也一直擔憂這個問題，那就是拿破崙·容貝 (Napoleon Dzombe)。拿破崙·容貝出生在馬拉威一個貧窮的家庭，三餐不繼的他，長期處於飢餓狀態，卻有一股不被命運打倒的毅力。靠著賣掉家中唯一一頭牛的錢，買鹽換花生，再以賣花生的利潤買玉米種子和肥料，在他細心照料下玉米田大豐收，他再轉種菸草，以此累積資本成立貨運公司，成為馬拉威最富有的商人。

擁有財富又深知飢貧之苦的他，毫不吝嗇、義無反顧的投入幫助自己同胞的工作中。首先，他創辦天佑醫



① 為自己國家同胞奉獻一切的拿破崙·容貝。

院，兩年內就治療超過四萬名病患，同時他也資助馬拉威境內 56 所醫療機構，大幅改善馬拉威的醫療困境。拿破崙·容貝也蓋了一間大房子，讓上萬個同胞一起住，免費供應食宿。2001 年馬拉威發生大飢荒，更多人湧入他家乞求食物，拿破崙·容貝為照顧飢民，甚至將工廠停業。

拿破崙·容貝努力提供水和糧食，在這場飢荒總共救活超過兩萬人的生命。然而他雖然用盡了自己的財產，也僅只能救活一部份的人，越來





越多餓死的飢民讓他沮喪到幾乎放棄。拿破崙·容貝絞盡腦汁，終於想到可以與國際救援組織聯手，更有計畫的援助自己的同胞。這場飢荒讓他深深體會到：提供食物只是一時的，沒辦法長久解決人民的飢餓問題，所以他推動農業獎勵計畫，使三萬五千個農人因此受惠，得以自立更生；他更找到與他有同樣理念的美國企業家羅百禮（Blake Roney），一起推動蜜兒餐（Vita Meal）計畫，實現他幫助馬拉威同胞的心願。

### 羅百禮—相信善的力量能改變世界的美國企業家

羅百禮是美國一家企業的創辦人，這個企業範圍遍及五大洲。他希望公司及所有員工都能以善的力量聞名世界，所以他將企業與公益慈善結合，成立善的力量基金會，於醫療、教育、就業機會與災難援助四方面，在國際間推動善的力量，期望「為下一代創造一個更美好的世界！」至

2014年初為止，善的力量基金會已捐出超過二億一千萬美元，並推動數百個專案。

羅百禮特別注重對兒童的照顧。根據聯合國兒童基金會（UNICEF）2012年的資料指出：全世界5歲以下的兒童有1/4（約一億六千兩百萬）發育不良、有15%體重過輕。看到這些兒童受苦的狀況，羅百禮在2002年推動「受飢兒滋養計畫」，他找來美國加州大學的兒童營養學教授肯·布朗研發出蜜兒餐，內含兒童成長所需之各種營養素，希望為全世界飢餓的兒童提供讓他們能健康成長的餐食。他說：「這個計劃將翻轉受飢兒的命運，我相信，參與『受飢兒滋養計劃』也許只是我們一生中所做所為的5%，但它卻決定了我們生命95%的價值！」

### 跨國聯手 推動蜜兒餐等在地生產計畫

羅百禮的「受飢兒滋養計畫」於2003年在馬拉威捐贈大量蜜兒餐，



② 一心拯救受飢兒的羅百禮。羅百禮與拿破崙·容貝這兩股慈善力量美麗的相遇，見證了有智慧的愛和無私的付出定能改變世界。

便是透過拿破崙·容貝轉發。然而拿破崙·容貝當時正在苦思如何更有效的幫助自己同胞，並不滿足於被動接受羅百禮的援助，因此他向善的力量基金會建議在馬拉威當地設立工廠生產蜜兒餐，運用當地的原料、雇用當地的人為生產人員，這樣不只提高馬

拉威農民的收入，更增加當地人的就業機會。工廠在2004年成立，每個月可以養活三萬三千個受飢兒童。

除了蜜兒餐，拿破崙·容貝還與善的力量基金會合作，建立了「家庭自立農業學校」，幫助人民學會耕種以自給自足。他處心積慮，唯一的







③ 2007年拿破崙·容貝(左)與善的力量基金會受飢兒滋養計劃執行總監倫兆勳(右)一起為馬拉威種下第一棵「希望種子」之樹，希望能供給人民食物與蔽蔭之處，保護馬拉威美麗的自然景觀。

心願就是幫助馬拉威戰勝飢餓。拿破崙·容貝為國家的奉獻付出，讓他在2010年獲得馬拉威國家貢獻獎的殊榮。

### 企業成立跨國基金會 力量加乘 愛心永續

善的力量基金會與拿破崙·容貝的蜜兒餐在地生產模式，開啟了扶困濟貧的新篇章。馬拉威的人民透過蜜兒餐在地生產工廠與農家自立學校的學習，終於不用過著只能等待別人救

濟的日子。他們靠自己的力量從事農業生產、維持生活，他們的命運因此翻轉，生活充滿愛與希望。

提供受助者自助的方法與機會，就能使他們化被動為主動。看到馬拉威人民自信的笑容，孩童健康的身影，就像看到來自全球的愛心，匯集在他們身上一代傳一代，永遠傳續下去。

目前，在國際間，像羅百禮一樣成立公益慈善基金會的企業家很多，這些基金會透過企業捐款與公開募款，將所募得的款項用在基金會的捐助方案。有些國際企業會與當地企業跨國合作，捐助的對象遍及全世界。對於像饑餓與貧窮、健康與醫療、教育或災難援助等全球議題，需要付出大量人力與金錢，唯有企業成立慈善基金會並進行跨國合作，才能讓這些面臨困境的人民，有撥雲見日的一天。



### 國際視窗

#### 1. 公益慈善基金會

以慈愛為出發點，救難濟急、扶危解困為宗旨而組成的團體。資金來源可經由社會募捐或工商業界出資等方式取得。人員有的採固定編制，有些則是義務性協助。

#### 2. 跨國合作

兩個以上的國家在同一目的下作共同的努力，如本文所提到的美國與馬拉威合作，一起改善馬拉威的飢餓與貧窮。



### 國際小學堂

- ① 為什麼蜜兒餐在地生產計畫能讓愛心永續呢？
- ② 拿破崙·容貝靠一己之力和與國際組織合作所能做到的事有什麼不同？
- ③ 請上網蒐尋一個幫助飢貧的國際組織，並比較它與本文提到救援方式的異同。
- ④ 身為地球村的一份子，你可以做什麼幫助這些受苦的人，遠離飢餓與貧窮之苦呢？



## ◎圖片來源

單元一 焦點人物		
一、勇敢的巴基斯坦女孩—馬拉拉		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
7	①	改巴基斯坦的小女孩為馬拉拉祈福 / 歐新社提供
8	②	馬拉拉榮獲沙卡洛夫夫人權獎 / 歐新社提供
10	③	馬拉拉 / 維基共享資源, Claude TRUONG-NGOC 攝
二、孩童幫助孩童—柯柏格		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
15	①	孩童時的柯柏格 / Free the Children 提供
17	②	柯柏格與德蕾莎修女 / Free the Children 提供
18	③	柯柏格與解放兒童的伙伴寫下請願書 / Free the Children 提供
19	④	呂副總統秀蓮女士接見柯柏格 / 周大觀文教基金會提供
三、緬甸的溫柔革命推手—翁山蘇姬		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
23	①	翁山蘇姬發表演說 / 維基共享資源, Htoo Tay Zar 攝
25	②	民眾感謝翁山蘇姬的作為與勇氣 / 維基共享資源, Htoo Tay Zar 攝
26	③	翁山蘇姬 / Klaus Schwab and Aung Sun Suu Kyi, World Economic Forum from Cologny, Switzerland 攝
四、南非自由之聲—曼德拉		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
29	①	曼德拉是帶領南非走向新紀元的關鍵人物 / 維基共享資源, South Africa The Good News 提供
30	②	曼德拉是南非首位民選總統 / 歐新社提供
32	③	南非總統曼德拉與美國前總統柯林頓合照 / 維基共享資源, 美國總統行政辦公室攝

單元二 多元文化		
一、泰國小和尚		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
37	①	短期出家當小和尚 / 維基共享資源, Tevaprapas Makklay 攝
39	②	泰國僧侶化緣托鉢 / 維基共享資源, Sry85 攝
二、羅姆人的悲歌		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
43	①	羅姆人在藝術常有傑出表現 / 歐新社提供
44	②	希臘金髮碧眼的瑪麗亞的身世引起全球關注 / 歐新社提供
45	③	羅姆人居無定所 / 歐新社提供
三、新加坡的種族和諧日		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
49	①	新加坡紙鈔上圖案為第一任馬來裔總統 / 作者自拍
50	②	各種族學生身穿傳統服裝到學校 / 作者自拍
四、奧林匹克的多元精神		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
55	①	現代奧林匹克運動會之父皮耶德·古伯坦 / 奧林匹克委員會提供
57	②	1936年跳遠金牌得主歐文斯和銀牌得主魯茲·朗合影 / 奧林匹克委員會提供

單元三 國際行動		
一、日本大地震 全球送愛心		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
63	①	臺南市學東國小師生送給日本的愛心加油卡 / 維基共享資源, Great East Japan Earthquake 攝
64	②	臺灣學生將祝福寫在手上, 用手掌傳遞希望 / 作者自拍
二、重返地平線 搶救智利礦工		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
69	①	智利礦難位置圖 / 翻拍自蘋果日報
70	②	智利礦工所搭乘的救生艙—鳳凰號 / 維基共享資源, Hugo Infante/Government of Chile 攝
72	③	礦工重返地面後與總統興奮擁抱 / 維基共享資源, Hugo Infante/Government of Chile 攝
三、馬拉威的蜜兒餐		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
75	①	為自己國家同胞奉獻一切的拿破崙·容貝 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
77	②	一心拯救受飢兒的羅百禮 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
78	③	善的力量基金會在馬拉威種下第一棵「希望種子」之樹 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
四、為希望而跑		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
81	①	菲迪皮德斯當年奔跑路線的模擬圖 / 作者自拍
82	②	工作人員阻止史薇哲參加波士頓馬拉松 / Kathrine Switzer 官網, CORBIS 提供
84	③	Wings For Life World Run 在世界標準時間上午十點, 一起為不能跑的人而跑 / 裴情那繪

單元四 世界一家		
一、NBA 關懷聯盟		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
89	①	NBA 球員於臺北小巨蛋進行 NBA 關懷行動 / 中央通訊社提供
90	②	林書豪與兒童一起進行美術活動 / Jeremy Lin Foundation 提供
二、守護海洋的彩虹勇士		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
95	①	綠色和平在臺灣進行「非暴力直接行動」 / 綠色和平提供
96	②	綠色和平成員阻止捕鯨的活動 / 綠色和平組織提供
97	③	第三代「彩虹勇士」以節能及環保理念打造 / 綠色和平提供
98	④	2011年「彩虹勇士號」首次造訪臺灣 / 綠色和平提供
三、e 觸即發 連結全球		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
101	①	看不見的孩子的支持者進行體驗行動 / 維基共享資源, Jon Madrigal 攝
102	②	美國大學生透過行動譴責科尼的惡行 / 維基共享資源, Katie from Utah 攝
四、茉莉花革命		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
107	①	穆罕默德·布瓦吉吉自焚事件引發骨牌效應 / 維基共享資源, cjb 攝
108	②	法國民眾上街替穆罕默德·布瓦吉吉發聲 / 維基共享資源, Antoine Walter 攝

