

美

fabulous

2015春季號・慈暉人第40期

知識・人文・環保・休閒

www.fabulousgroup.com.tw

特別報導／

萬世師表 孔子

新春揮毫喜洋洋

2015臺東文化樂活日

社區溫情／

恭賀慈暉合唱團

指揮 李素真老師

榮獲教育部103年社教公益獎

關懷弱勢愛鄉愛家的

鄭文婷律師

為個人資料加裝保護罩

校園心聲／

校園專訪

網溪國小第八任 呂郁原校長

本刊通訊／

財團法人慈暉文教基金會

大學以上優秀清寒學生 獎學金頒發辦法





落實在地生活 融合週邊環境
令人引以為傲的社區地標



忠明營造工程股份有限公司

Fabulous Construction International

台北市中山區松江路126號15樓

TEL: (02)2536-2666 FAX: (02)2536-1705

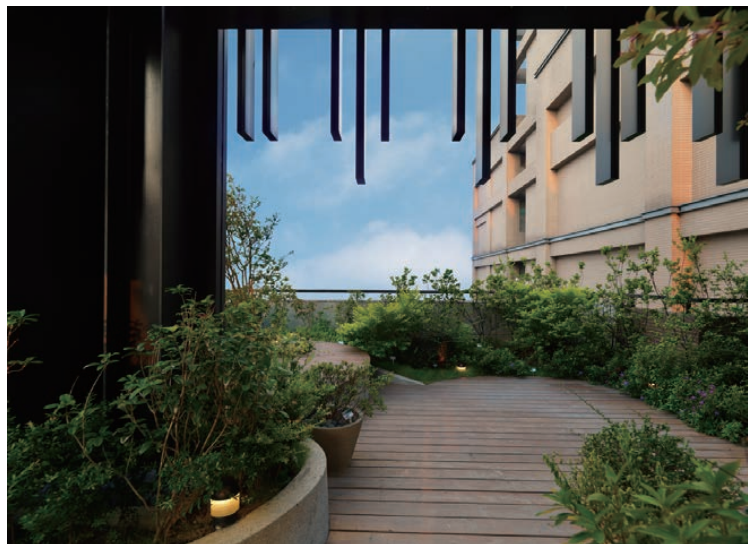


承載幸福 裝滿歡樂 FABULOUS 生活家

◆ 和群室內裝修股份有限公司

地址 | 10468 台北市松江路126號16樓

電話 | 02-25362666 傳真 | 02-25361706





以建築師實踐建築的理想
巧妙拿捏美學與工藝的平衡點
為建築注入雋永的感動

◀ 林長勳建築師事務所
地址 | 10468 台北市松江路126號16樓
電話 | 02-25362666 傳真 | 02-25361706



中華民國 104 年 5 月 1 日出刊

發行人 林長勳
執行長 謝財福
發行單位 財團法人慈暉文教基金會
(以下依筆劃少至多排列)

台東娜路彎大酒店
永捷資產管理股份有限公司
林長勳建築師事務所
和群室內裝修股份有限公司
忠明營造工程股份有限公司
將捷股份有限公司
將捷建設股份有限公司

編輯委員會

主 委 陳景明
副主 委 黃清棋、曾淑貞
委 員 施麗娟、鄧慧敏、劉晏姝

劃撥帳號 郵政18201662
所 在 地 新北市永和區中山路一段26號B1
電 話 02-86600766
傳 真 02-88600767
E-mail tsuhuei@ms35.hinet.net
網 址 http://www.fabulousgroup.com.tw
Facebook 慈暉文教基金會 愛傳遞

美術編輯／印刷

長榮國際公司 文化事業本部
台北市民生東路二段166號6樓
02-25001175

本期數量 四萬份，歡迎索閱

本刊長期徵稿，並保留修改及出版權，
著作權所有，未經允許請勿轉載。

2015 春季號 · 慈暉人第40期

CONTENTS

總編輯的話

不熄的生命之火 04
文◎曾淑貞

特別報導

萬世師表 孔子 05
文◎謝財福

慈暉文教基金會
2015年活動 07

新春揮毫喜洋洋
2015臺東文化樂活日 09
文◎台東娜路彎大酒店

生活與休閒

看博物館展示設計的精妙 11
文◎許仲凱、文◎王慕嫻

一起爬山去 15
文◎柯建宏

藝文呢喃

短篇小說 回家 17
文◎紅袖

記慈暉學苑歲末大會 20
文◎席涵靜

戀戀六十石山金針花 21
文◎陳素齡

七言律詩 浮生三記 22
文◎黃清棋

替身 24
文◎黔畢

社區溫情

恭賀慈暉合唱團指揮
李素真老師榮獲教育部
103年社教公益獎 26
文◎慈暉文教基金會

品質是企業的生命 28
文◎將捷建設股份有限公司 營建部

為個人資料加裝保護罩 30
文◎陶秀蓮

綠 植物 景觀 32
文◎盧秉生

娜路彎美學特別獎
鼓勵年輕學子從事藝術創作 34
文◎台東娜路彎大酒店

臺東詩書二重奏
聆賞詩與書的繽紛 36
文◎張月昭

搶救中風三小時 38
文◎陳龍

面對人生考驗
承擔兒女子媳之責 39
——兼述失智老人照料之苦
文◎李順春

關懷弱勢愛鄉愛家的
鄭文婷律師 40
文◎鄧慧敏

世德因果與命運關係 42
文◎廖茂宏

草莓世代轉大人 44
文◎徐煥竣

校園心聲

校園專訪
網溪國小第八任
呂郁原校長 47
訪問◎曾淑貞、攝影◎黃清棋

打破教育的心牆之我見 51
文◎吳美玲

築塔人 54
文◎陳宜均

校外教學記趣 55
文◎黃品淳

難忘的畢業旅行 56
文◎林鈺庭

秋風 秋楓 57
文◎盧佳欣

黑心油事件 57
文◎林裕晟

校外探索與學習 58
文◎薛伊庭

歡送Craig老師 59
文◎張天翼

本刊通訊

財團法人慈暉文教基金會
2015年慈暉學苑 60

慈暉學苑
才藝課程介紹特輯 62

財團法人慈暉文教基金會
大學以上優秀清寒學生
獎學金頒發辦法 63



不熄的生命之火

文◎曾淑貞 總編輯

人生來都有應盡的責任，那麼鎖定人生的價值方向後產生生命力，人類一生都得靠著能保暖的生命之火來增加生命的活力。

本著「一股強烈的善心」在任何場合處事都該有腳踏實地，這近完美的信念。在這多元競爭的時代，人人提昇生命力產生了信心，有信心一路陪伴始能覺得從年輕到百歲，自己的人生一直是珍惜、高貴、高興、心靈容人取暖的。

生命力的提昇除了應具備的：身心健康、學歷、專業知識、建立豐富資訊資源網……的基本條件外，還要累積豐富廣且深的，如點下去還能再點下去、點上去會生出人脈網的資源。不管是政治、商業、經濟、文化……舞台上的龍頭人物到小小的員工，開拓正當的人脈網，天天在進步的道路上行走，發生問題時就能得到具備自信心有創造性的人脈網的配合迎刃而解，甚至機會到時產生順水推舟之效。

求進步，不再是個人的單獨努力的時代，而是整體成功的生活方式，這種各方整體不熄的生命之火的意識形態與提昇個人、團體的生命活力結合在一起。

本期刊雜誌以增進知識、人文、環保、健康為文旨，慈暉如期推展各項社教、大小藝文活動及各科課程、免費的系列講座、自始至終公益捐贈更不餘遺力。本40期從〈特別報導〉起有載我們年度有意義的活動及謝執行長論述人倫與道德的篇章。有博物館富匠心創意的設計等等。藝文單元〈回家〉短篇小說作者紅袖的，文學論文指導教授為我們寫的，讓人感到喜孜孜的菜餚、慈暉甜蜜蜜的才藝表演、聽來暖暖的話語還在眼前之感的七言律詩……等等。有匠捷企業為品質把關、年輕世代也積極創業、綠建築等等。〈校園心聲〉載：專訪網溪國小篇、頂溪國小吳美玲老師訪問日本小學回國的心得專題發表、以及結構嚴密，筆翰如流的學生文章等等。〈通訊欄〉含各科課程及慈暉學苑的介紹，讓我們滿載而歸繼續增進我們生之活力。■

萬世師表 孔子

文◎謝財福 慈暉文教基金會 執行長



慈暉執行董事林靜子女士，三番兩次、耳提面命要我寫有關道德的文章，我深怕有關道德的文章枯燥乏味，不易引起讀者興趣，白白浪費篇幅。現今報章雜誌、新聞媒體無不以腥羶重口味來吸引讀者或觀眾。學校教育從幼稚園、小學、中學、大學、研究所，長達二十年以上，受師長及家長循循善誘、耳濡目染，雖不是個個都是循規蹈矩，但經過二十年的諄諄教誨，尚屬單純。在畢業進入社會後，接觸到混淆視聽的社會，很快就變形了。腥羶八卦、搶劫詐騙、人蛇集團、殺人放火、恐怖情人……層出不窮，要淨化人心、振蔽起衰，實是漫漫長夜，唯有打出歷史上的王牌，萬世師表一孔子，讓孔子的話語成為濁世清音。

禮失求諸野，近年歐美熱衷中華文化，也大力推行，以孔子作為中華文化之代表，在歐美各地成立孔子學院400多處，可惜中共人多勢眾，到處派人打壓法輪功人員，被外國學者批評言行不一，講一套做一套，天下一家、世界大同、民胞物與都是講假的，有幾家孔子學院遭池魚之殃、關閉等改進後再開課，中共過去有打倒孔家店的錯誤記錄，台灣成為推行儒家思想，振興中華文化的主流。



兩千多年前孔子就推行身教重於言教，所遺留下來的倫語是他們師生的言行記錄。從倫語中學到的生活常規，做人處世的道理，不僅要獨善其身，更要兼善天下。



孔子的偉大，在國外更受尊崇。日本長崎市一座規模宏大的孔廟，牆壁是由花蓮運去的大理石砌成的，將倫語11705字，全部刻在牆壁上，善男信女祭拜之餘，可以瞭解倫語的可貴性，亦作做人處世的道理。東京湯島聖堂（孔子廟）從德川家康在江戶（東京）開設德川幕府，就分春秋兩季祭孔大典，推行文教。二次世界大戰末期，東京受上千架美機轟炸，東京幾乎成為廢墟，湯島聖堂能逃過戰火浩劫要歸功於美國哈佛大學美術教授極力建議，聯軍統帥麥克阿瑟「為了保留遠東古代文物，應避開京都、奈良、湯島聖堂等地區的文物古蹟。」麥克阿瑟同意，真是“天之未喪斯文也”，戰火也退避三舍。湯島聖堂由斯文會主管，是日本人研究漢學及中國古文物的團體組織，也是宣揚孔子學說，發揚中華文化的道場。

世界各國學者對孔子的尊崇

日本前首相犬養毅說：「全世界都以孔子為最偉大的人物，他的道德和學問從中國傳遍世界，2500多年來沒有不尊崇他的，我們日本人更加景仰他。」

美國哲學家愛默森說：「孔子是中華文化的中心，也是世界人類的光榮，孔子的倫理道德和社會觀念，確是世界大同的象徵。」

法國作家伏爾泰說：「實行孔子之道的時代，才是世界最幸福的時代。」

美國獨立宣言的全篇精神，得自孔子的話語，美國民主精神是受孔子思想的啟發。

美國大文學家高爾斯密很喜歡讀孔子的經書，這種風氣傳到美國後，大學者、大政治家如傑斐遜、佛蘭克林、湯姆培因等人都下過功夫研究孔子學說，受孔子學說所影響，而成一代名人。

德國學者萊布尼茲主張請儒家文化使者，到歐洲傳授孔子純樸的學說。

各國學者對孔子的讚賞不已，孔子的學說在生活上容易瞭解且實行，這種平實的學說，才適合人類的需要只要去力行不懈就會有成效。曾經有韓國人說孔子是他們的，爭誰的沒有用，擁有不是重點，力行孔子學說才是重點。孔子學說是世人共有的資產。孔子不僅是中華文化的師表，也是世界全人類的師表。能點點滴滴推行文教才是發揚孔子有教無類，無私無我的偉大教育精神。

今年春季祭孔大典分別在台北和台南舉行，僑生由學生擔任，台灣祭孔大典早在1666年鄭經率領文武百官在台南孔廟隆重舉行，觀禮者有數千人，日治時期依然保留春秋兩祭，儒家思想、孔孟學說是共有共享，沒有一己之私，永遠屬於全人類。■

慈暉文教基金會 2015年活動

慈暉秉持改善生活環境與提昇生活品質的宗旨服務社會、校園，公益之路滿懷熱情與實際行動。在2015年的計畫有：

慈暉學苑歲末聯歡

於2月7日新春之際，聯合慈暉學苑才藝課程各班，展現一年來在慈暉學習的成果，並增加彼此交流機會，無論以歌唱、舞蹈、語言、樂器等不同表演方式，每班由師生自行策劃推出各式精采表演，將熱鬧氣氛炒到最高點，現場掌聲與尖叫聲不斷，大家在歡樂氣氛裡，以愉悅、期待的心情迎接嶄新的2015年。

愛的禮讚 母親節感恩音樂饗宴

為傳達對母親的感謝、弘揚孝道之精神，慈暉特於一年一度的母親節，召集大台北地區14個優秀合唱團共同演出，除慶祝母親節之外，也希望藉此促進地方合唱藝術的發展與交流。演出合唱團包括童音朗朗的兒童合唱團、歌聲高亢清麗的青少年合唱團和優質成人合唱團，讓這活動不但只是一場歌頌母愛的音樂會，也是一場親子同樂的音樂會。

慈暉心 永平情 青春好Young 創意舞蹈比賽

為關懷青少年學生，提倡正當休閒活動，特舉辦青少年學生舞蹈比賽，期達到推廣青少年健康運動風氣之目的，活動由慈暉主辦，邀請新北市立永平高級中學承辦，獎項除了冠、亞、季軍之外，另增加最佳台風獎、最佳人氣獎、最佳契合主題獎、最佳服裝獎等獎項，在2014年引起大台北地區各高中職學生的廣大迴響，反應十分熱烈，今年的比賽也請拭目以待。

慈暉心 獅子情 感恩文藝饗宴

由慈暉邀請永和獅子會共同主辦，於12月舉辦，為扶助弱勢，慈暉訂定並頒發許多公益性的捐助獎項，有：大學以上清寒優秀學生獎學金、中原大學建築系慈暉獎、及自86年起認養蘆竹鄉因救災殉職之義消遺孤家庭助學金，以及認養財團法人犯罪被害人保護協會台灣新北分會大學以下之獎助學金，期望藉此進一步達拋磚引玉之效，鼓勵社會大眾發揮愛心，共同為清寒學子及社會弱勢盡一份心力。



▲慈暉學苑文化台灣系列講座

慈暉學苑

環境保護 系列講座

慈暉與中華民國荒野保護協會合作，透過自然教育、棲地保育等相關講題，推廣自然生態保育觀念、介紹自然景觀，讓民眾探知大自然的奧秘、認識台灣之美。講座時間為每個月的第一個星期二下午2:00~4:00，全程免費。

養生保健 系列講座

慈暉與署立雙和醫院合作，規劃各類醫療保健主題，讓民眾對於常見疾病的預防、保健與治療有更全面的了解。講座時間為每個月的第二個星期二下午2:00~4:00，全程免費。

文化台灣 系列講座

慈暉與李登輝基金會合作，講座主題涵蓋藝術、經濟、時事、環境保育、歷史等。講座時間為每個月的第三個星期二下午2:00~4:00，全程免費。

影片欣賞

於每個月的第四個星期二下午2:00安排影片欣賞，主題豐富、多樣化，讓社區民眾於下午休閒時刻擁有豐富的影音饗宴，全程免費，歡迎民眾呼朋引伴前來共賞。

才藝課程

為推廣社會教育、促進終生學習的風氣，慈暉規劃辦理許多種類才藝課程，音樂類：國台語歌曲卡拉OK教唱、日語會話演歌、唱歌學英語、烏克蘭麗；語言學習類：日語基礎、日語漢詩研習、英語會話；舞蹈運動類：肚皮舞、國際標準舞、日本舞、古典創新舞、排舞、身心療癒瑜珈；藝術類：山水國畫、書法。課程多元、環境舒適、學費優惠，歡迎加入慈暉大家庭，一同學習。

慈暉合唱團

由一群熱心、有活力的社區媽媽們所組成，定期於每週二、四在慈暉練唱，除了在慈暉所主辦的活動中參與演出，也經常應政府機關及地方社團、單位邀請，出席各類公益演出。



▲慈暉合唱團

松年大學

配合新北市政府計畫推動的松年大學課程，全年度分做上下學期，我們目前開辦四個班，提供長者優質的學習環境，更讓銀髮族在學習課程中找到生活的重心與成就感。

公益獎助、捐助學金

慈暉訂定並辦理許多公益捐助獎項，主要以扶助弱勢、獎勵成績優異學生為主，分別有大學以上清寒優秀學生獎助學金、中原大學建築系慈暉獎助學金，及認養了桃園縣蘆竹鄉因救災而殉職之義消遺孤教育經費以及犯罪被害人家屬優秀子女獎助學金等獎項，這些獎項的長期經營需要社會的共同支持，為了不負各界善心人士的善款，我們謹慎使用捐款人的每一分



▲扶助弱勢

錢，除了專款專用外，所有的獎助、捐助項目都有嚴密的審查流程，像是清寒獎助學金除了初審、複審外，還採逐案家訪的方式辦理，希望藉此能將獎助學金交到真正需要的學生手中，二十年來無論營運如何艱辛，慈暉持續堅，從未間斷獎助學金的發放工作，希望成績優秀、有心向學的學生，不因家境清寒或遭遇家庭變故，導致學業中斷，也期盼他們學有所成後能夠成為對社會有所貢獻的人才，這些公益捐助工作的延續並不容易，懇請各界支持我們的理想，與慈暉一同扶助弱勢、改造社會風氣，為台灣的未來迎來曙光。

改善環境

瓦礫溝觀光運河親水綠地持續進行以及研提社區美化改造方案。

發行刊物

分別於5月及12月發行Fabulous 2015春季號及秋季號，免費贈送予民眾及學校。「美」是刊物的基本精神，我們以欣賞的眼光看世界，發掘各種「美」的事物，內容包括知識、人文、環保、休閒，涵蓋各面向的美，希望藉此喚醒民眾欣賞美的能力，提升社會人文素養。■



▲樂活日開幕盛況 大師豪邁揮灑創意 民眾熱烈觀摩藝文典範

新春揮毫喜羊羊 2015臺東文化樂活日

文◎台東娜路彎大酒店

新年伊始，林坤池文教基金會即為臺東鄉親端出第一道文化盛宴「新春揮毫喜羊羊2015臺東文化樂活日」。元月17日上午，多位享譽國內外的書畫大師親臨臺東即興揮毫，讓娜路彎大酒店室內室外，莫不瀰漫濃厚的藝文氛圍。

有別於前兩屆《邊陲亮點》及《書畫屏風》樂活日主題，第三屆文化樂活日又有一番新的風貌。除了邀請書畫大師個別揮毫創作之外，另安排書畫名家共同作畫，巧妙結合書法與繪畫的特點，讓作品的藝術美感倍增。此次樂活日力邀前來的貴賓計有：梁秀中、黃光男、陶晴山、張炳煌、陳拙園、林妙鏗、林榮森、陳正隆、李國揚、盧瑞廷、顏文堂、張志焜、曾興平、林永發、賴寶玉和林冠廷等十餘位。由於各個俱是藝文圈

內赫赫有名的書畫名家，也吸引縣內許多藝文界人士蜂擁而至，得以親臨現場觀摩大師精湛的書畫技巧，大家莫不欣喜又驚豔。

第三屆臺東文化樂活日，由臺東書畫學會成員的《水墨文化走秀》揭開序幕；只見他們身上穿的衣服優雅又曼妙，有的畫上繽紛多彩的花鳥圖案，有的是渲染潑墨的山水畫，還有的寫上各式書法字體，踩著碎步聘婷走秀，煞是好看！仔細觀看，那些優雅服飾

皆是利用娜路彎大酒店淘汰的舊床單裁製而成。學員們先將床單染成各種顏色，再分別畫上各式花鳥和山水，或揮筆寫字，藉書畫創作賦予廢棄床單嶄新生命，果真是化腐朽為神奇，別具巧思。

基金會林炎煌董事長伉儷近年來熱衷書畫領域，除禮聘名師指導之外，閒暇亦於家中努力潛修，藉書畫自娛。林董事長於開幕致詞言及：因為浸淫書畫世界，深刻感受藝文範疇無垠無限，亦是美化人生必備的「軟實力」。他亟願善盡己力，扮演推動臺東藝文搖籃的重要推手，讓臺東的藝文氛圍更多元、更豐富、更有內涵。

臺東文化樂活日邁入第三年，連年邀請藝文界大師到風光明媚的臺東創作；大師們用雙手、雙眼和精湛的巧思，透過拍攝、描繪、書寫等等歷程，為臺東留下永恆的美麗和經典的讚嘆，這是基金會舉辦樂活日最深遠的意義。大師們的所有創作都裝框放置在娜路彎藝廊，提供大眾欣賞和觀覽。歡迎各方朋友隨時前來，親臨品賞大師作品，深刻感受藝文之美。■



▲張炳煌大師開筆 書寫「娜路彎在台灣」字樣深刻讚許娜路彎大酒店已是台灣觀光業界標竿



▲與會大師集體合作書畫作品 展現磅礴氣勢和風情



◀水墨文化走秀雅緻精細 化腐朽為神奇令人驚艷

▼基金會林董事長致開幕詞 願積極扮演臺東縣藝文界推手 致力提升藝文水準



看博物館 展示設計的精妙

文◎許仲凱 將捷建設股份有限公司

文◎王慕嫻 起子創意股份有限公司

走進博物館看展覽已成為現代人習以為常的一種育樂休閒活動，展覽潛藏了各式各樣的知識真相或異事趣聞，讓博物館總有著說不完的故事。當今的博物館種類越來越多元，展示主題相當廣泛。任何各種引人關注、與生活密切相關、新奇的議題都可以成為一個展覽，不再如傳統博物館般全然以藏品的珍貴崇高為展示重點。諸如知名人物、虛擬卡通、產業品牌、歷史或新奇事件、熱門話題或情感故事等，都可以被策劃為大至一個博物館，小至一個臨時特展。然而，你知道以前的博物館並非是人人皆可入門參觀的嗎？



博物館的功能轉變

早期的博物館以蒐藏、研究為核心任務，重點在於保存珍貴稀有的藏品，為有限度的開放，展示的意義多具有張顯權力、財富的意圖；只有貴族、高階知識份子才能享有參觀的權利。而當今，因為科技發達，時代不斷演進，生活水平與教育程度提升，人們自我意識抬頭，單就物質上的滿足已不再是唯一追求之目標，反而休閒娛樂需求增加，越來越著重精神層面的充實；所以博物館也必須隨著時勢潮流轉變而朝多元化發展，核心任務除了蒐藏、研究之外，也擴增展示、教育、觀光、娛樂等層面。訴求對象從早期針對特定的高階族群逐漸開

放到普羅大眾，展示內容從以往歌功頌德的菁英主義轉而尋求與常民生活連結的普及教育。當博物館注入了觀光娛樂的功能，大規模的地方博物館、私人博物館、類博物館因運而生，博物館的展示觀點從以物為主、由藏品為本位思考，移轉到以人為取向，以觀眾需求的角度出發；藏品的展示價值建立於觀眾親身的體驗。如今，博物館不再是高高在上的學術殿堂，而是一個可喚起回憶、滿足好奇、接觸新知的趣味體驗空間。

展覽的二大構成元素

博物館裡一個展覽的完成，展品與展示設計是最不可或缺的構成元素。展品如同每個人喜好收藏的寶貝，而展示就像是一種分享的過程，設計則是與人溝通交流的方式。展品是最基本的資源，展示設計則是展覽成功與否的關鍵。展品凝結了某個時空的文化意義，為展示內容詮釋的基礎，展品與其背後的所代表的知識必須要透過展示設計的創意手法才得以表現於

外，構成一個有脈絡、有意義的展覽空間。所以說，展示設計是一種載具，承載了博物館與外界、觀眾與展覽之間的交流管道，具備了對外溝通的功能，所關注的是詮釋展品的技巧，即如何將藏品原來所在的時空脈絡與文化價值，透過多元媒介的創意忠實地呈現分享。

以下透過幾個博物館展示設計的分析呈現，讓大家能更貼近以觀者角度進入博物館時所了解的展品內容與展示設計的關係。

博物館展示設計案例分析

一、功能性展台搭配重點照明創造清晰、特色分明的展示景觀，簡約地呈現展品的本質美感。



■首爾國立中央博物館

二、展品物件與視覺圖文的呼應表現，讓地圖立體化的展示手法，不僅呈現另一種觀賞方式，更能清楚地標誌展品文化原來的地理分布位置。

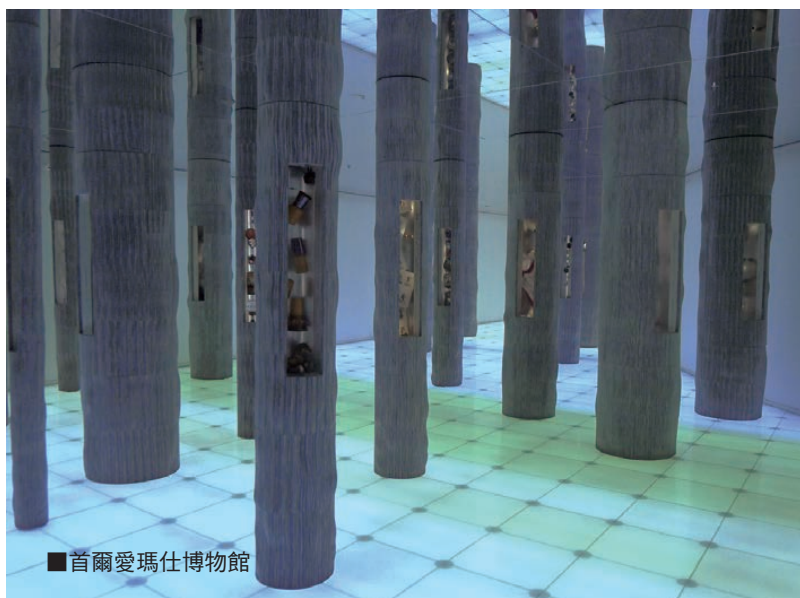


■首爾國立中央博物館



■上海世博斯洛文尼亞館

三、展示空間設計透過數個會變換燈光的書本造型燈箱作為展板，貫穿整個展場，展品則安置於其中。展場上方懸吊的書本模型從展區延伸而入，不僅是情境裝飾的元素，更具有指示動線的引導作用。



■首爾愛瑪仕博物館

四、展示情境營造為宛如飄浮於空中的「想像之林」，而樹本身即是藏品的展櫃。讓觀眾彷彿走入超現實般的神秘幻境，在奇幻的森林中細細品味愛瑪仕的經典收藏。

五、展場整體設計運用大量的紙箱疊合而成，以層層堆疊的手法喚起一般人對磚的印象，營造出宛如磚窯的局部建築形式，作為貫穿整場的分區隔牆及展台樣式。從穿過磚窯門拱一進一出的遊走之中，透過磚瓦藏品的展示，領略其中所蘊含的人文歷史、材料特性及民居生活美學。



高雄歷史博物館
「起厝·磚瓦諸事會社」特展

六、從展覽主題汲取設計表現元素，以美國國旗及行李箱意象作為串連各展區的視覺焦點，創造活潑、意象鮮明的主題情境展示。



高雄歷史博物館「臺灣人的美國留學故事」特展



高雄歷史博物館「起厝·磚瓦諸事會社」特展

展示設計是一門溝通的藝術

展示設計的工作範圍廣泛且複雜，必須整合不同的專業領域，為了就是要讓博物館藏品或展品與觀眾達到良好的互動交流，可說是一門綜合性的溝通藝術。其最大的魅力在於可以提供一個獨特而具體可感的體驗環境，構成一個可賞、可學、可遊的場域，才能讓觀眾與博物館產生連結。展示設計所應用的媒介相當多元，包括了一般最常見的圖文展版外，還有模型造景、裝飾道具、支撐展具及燈光照明等。近代因科技發達，也大量增進了互動裝置、多媒體影音等新興媒介。這些媒介通常會交互搭配運用，共同負擔詮釋展品的責任。展示設計是一種為觀眾服務而存在的設計，所追求的並非在於展示空間造形的豐富或多元媒介的感官刺激，其最大目的是如何將藏品的特質以及背後隱含的時代文化、知識觀點忠實地呈現，以深入淺出的詮釋手法讓觀眾易於了解，從認知到共鳴，從旁觀到參與，從發現到啟發；這即是展示設計對於展品最核心的價值所在。■

■攝自中橫公路



一起爬山去

文◎柯建宏 忠明營造工程股份有限公司

現代人生活在高壓力與快步調的社會裡，壓力如影隨形，而親近自然與運動是最好的紓壓方式，但許多人選擇將寶貴的假日用來補眠，這種方式不但不會減輕疲勞，反而會打亂身體的生活作息，讓身體更加疲憊！疲勞絕不是拒絕親近自然的藉口，這裡提供一些健行登山的小技巧，讓您也能輕鬆的接觸大自然。

第一、調整呼吸節奏

當面對較陡的坡道，喘不過氣時，試著調整自己的呼吸節奏。呼吸技巧因人而異，可以因應個人的體質差異做出改變，通常都是以二步一呼吸，也就是一步一呼，一步一吸為原則，如果這樣還是喘不過氣時，可以試著一步一呼吸，甚至是一步二呼吸。最重要的一點是找出自己的呼吸與腳步間的關係，只要調整得當並找出自己的節奏，一定能讓自己越走越輕鬆。

第二、每步都落實腳掌著地

有些朋友在健行時為了提高速度，爬山時會以半腳掌著地的方式去行走，但這種方式通常都會導致運動時間的降低。登山健行是細水長流的運動，每一步都盡量以全腳掌著地的方式去前進，較能維持長久的運動時間，並減少地面對腳的衝擊。

第三、休息步

踏出下一步前，是否為了逞一時之快沒有把腳打直呢？很多人在健行時會犯下這個毛病：踏出下一步後，另外一隻支撐腳卻還呈現彎曲狀態。腳打直的目的在於，將身體的重量交給整隻腳的腳骨，讓你的大、小腿肌肉休息十分之一秒的休息，甚至只有百分之一秒的休息。別小看這看似短暫的時間，這些時間往往是你的雙腳能夠繼續前進的寶貴資本。

第四、使用登山杖

許多朋友都會有一個偏見：“登山杖是老人家才使用的輔助道具”，其實不然。登山杖的原理其實是利用手部及上半身來減下半身肌肉的負荷量，讓使用者的步伐更接近不背東西的走路姿勢。這種功能在下坡路段更明顯，下坡時常感到膝蓋不舒服的朋友們注意了，下次準備一把登山杖吧！

第五、食物的重要性

水分與熱量是人體不可或缺的因子，在登山時這兩樣東西又顯得更加重要，筆者在登山健行時會準備幾條巧克力或簡單的營養餅乾，讓自己的身體能隨時保持在有精神的狀態。水分就更不用說了，缺乏水分更容易發生高山症和失溫等傷害，和注意力不集中等問題。此外比較少人知道的一點：膝蓋在脫水的狀態下也容易發生磨損。所以為了安全與健康，登山健行前準備充分的食物與水吧！

第六、穿著的重要性

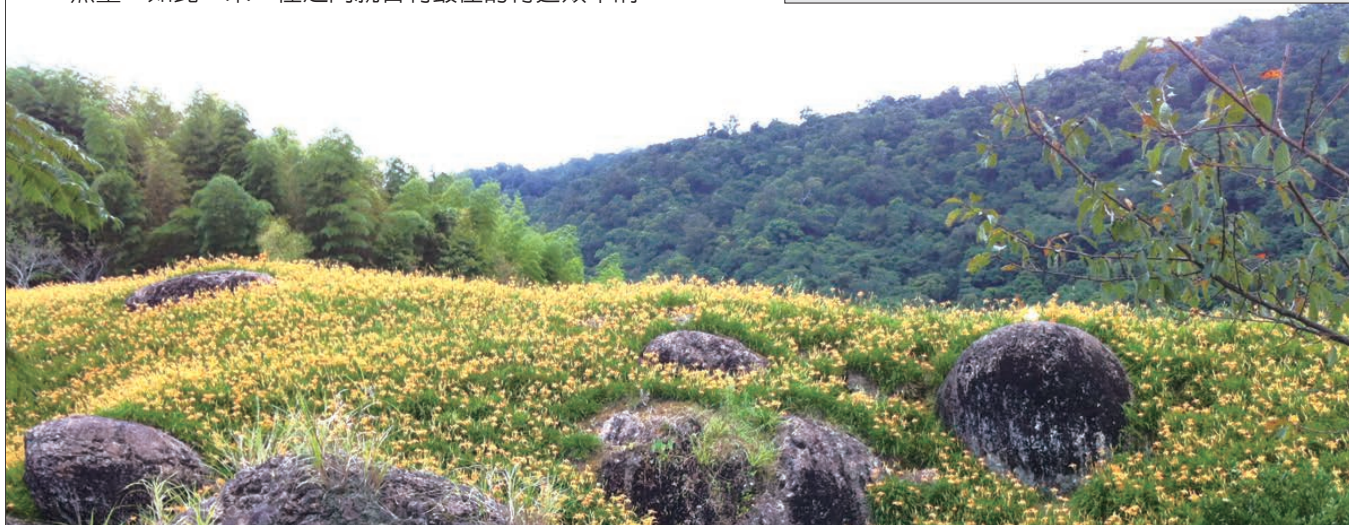
山上的氣溫都較平地低很多，很多朋友會穿著保暖衣物上山，但是這樣一來行走一段時間很容易發生過熱的現象。過熱之下身體的運動力就會降低許多，調整身上的衣物，例如：脫去過多的一兩件衣物，保持身體不出汗的狀態像行走，休息時再穿起來保暖，維持身體的熱量，如此一來一往之間就會有最佳的行進效率唷！



▲攝自溪頭竹林步道

結語

親近山林不僅能抒發日積月累的壓力，也能強健體魄，讓身體不至於生鏽，最重要的是，這是一個平易近人的運動，男女老幼都能輕鬆參與，希望在筆者的幾點建議之下，每位讀者都能游刃有餘的走在山林之間，體會到大自然最美麗的一面！ ■



▲攝自花蓮六十石山

短篇小說

回家

文◎紅袖 文學作家



An Li 從書局取回《長夜漫漫路迢迢》和《理查三世》兩張即將在國家劇院演出的票。坐在家裡，偶而有些惱人的畫面在她眼前一直不走。

An Li 原先是用心探看：台灣處處山坡的茶花、櫻花，溫泉區處處的燕子飛舞，在桃李爭妍的園地，享受夫妻親子同歡同飲之樂，但他們出了點不是問題的小事情，就剩下An Li 一個人回家過日子。她好像少了隻手也像日日、月月、年年，天明又暗了循環著。

現在，An Li在滿是黃昏味道的書房裡，聽著羅伯特寫的：〈友誼地久天長〉民歌，…… Well take a cup of kindness yet . For auld lang syne……，看著小說。好多日子不該進門的人想進門來，做些男人該做的或重的事；該進門的人很少也不自在的進門來。近幾年，她的夫婿或說是回家的路有阻礙、氣氛不對、椅子不好坐……。卻是他的子孫比An Li重要、強者的加持就在現在他住處的附近、他陪著長大的An Li的孩子忘卻養育之恩……，這些理由屬藉口與否不得而知。網路雖說：

『人不快樂是因為自己，孤獨是用自製的牢房禁錮自己……。』但若說An Li有煩惱，那她的過失應是拋棄情義與否的問題。沒多久前，這問題的延伸就影響著她整天的一動一靜。

2014年An Li教師節記事簿載：多少年了，An Li的老公睡床邊邊，沒碰她一下，忘了多少年前，她說他：「請讓我當真正的女人，守活寡很痛苦。」他回：

「沒有要生孩子就不必要性生活！那和野獸沒兩樣。」如今他和約40歲的抽菸的那種女人在一起，就長期凶神惡煞的對應「妳管我帶誰去旅行！」，單純的她被蒙住心眼。

今天因為是自己的節日，An Li和老公有約，但下午打電話給他都沒接，她就想到楊梅看看她老公到底住哪裡！結果她開錯路，在中壢掉頭那2秒時，不小心發現她老公的新車。她沿路跟蹤，闖了3次紅燈，飛快的速度在街上及美景區行駛。在經過平鎮市康樂路57號、龍岡路，他停了下來在等人，約等了3、40分鐘，An Li趁機改乘計程車。一個女人上了他的車，她一路跟蹤又差點跟丟了，好像經過環東路、大江屋、天上天、老莊路、東森山莊度假酒店……直到約行駛1小時野外後到達美麗的，叫：觀天下景觀餐廳，他的車停下來，那賺吃的騷女，非常熟悉的腳步，一下車直接往2樓走。An Li本不想上去，要等他去第二站唱歌第三站旅館時再出現，因她想上廁所，可能他會在包廂唱歌看不到她，就去問樓下唯一的那個頭大面四方，皮膚很黑、矮壯穿黑短褲的男人：

「請問樓下有廁所嗎？」

「2樓才有。」她上去時她老公正在點餐也看到她了。她問

他，他突然有點嘴歪歪的對她說話：

「她呢？」

「那邊」見她已坐到觀景座位抽菸，An Li過去以招牌細膩的聲音問她：

「妳這個座位是否我應該坐的？來這麼美麗的地方是否應該我和我老公來的？妳結婚了嗎？」她回：

「結婚了。」野女人說她老公的大名：

「是妳老公嗎？」並起身對著在看餐的An Li的老公用台語大聲問：

「那是你老婆嗎？你怎麼說她老又醜？」她老公點頭，她再用台語叫正走過來的她老公：

「把餐退掉。」他們兩人並肩下樓去了。

當An Li上完廁所下樓時，她們車已開到大門前，安全帶已繫好，她走到車門前問賺吃女：

「這個副駕駛座位是妳應該坐的嗎？那我怎麼下山？妳知道三十年沒收過我老公紅包、多少年沒生活費嗎？妳知道他一直都表現……嗎？好可惜我沒帶到相機！」他的小三竟然大罵：

「神經病，我只是女朋友！」就拋下總溫柔的妻子，兩人驅車揚長而去。

回到台北家的An Li坐下想：堂堂一個人人稱羨的老男人，竟然丟下人人讚美的教職的妻子和野女人過佳節？也不知睡掉、吃掉、玩掉她老公多少錢，這些都屬身外物，重點是：她老公言語暴力長期欺負她，



偷了她若半生的多情，也不知男人不乾淨得病時誰遭殃！當個男人有錢給野女人花，捨不得200元生日禮物給妻子時，顯然他不愛妳，不領妳想陪他到老的情，為此，她的夫婿剩0.01分留校察看。

到如今不管他任何行為的發生，An Li能徹底制伏侵犯自己的一不快樂。她開始line笑料文字給一堆朋友、姊妹。阿隆夫婦徹底知道她心境的轉變，為她高興。2015農曆年後，紳實去找阿隆夫婦，他們一起找An Li，走進An Li親手建立、貼春聯的家門，驚嚇的眼神四人對望許久，他們坐在有花的客廳，醫師娘君君說：

「An Li妳的眼睛又怎麼了？鬧劇不是已經過去？煩惱：是用自己的過失折磨自己。」An Li：

「我沒事了只是眼睛內、外發炎長滿了包包。」君君：

「要點藥水，多睡一點。紳實弟兄啊，我7月見到你時，你的頭髮就變很白，怎麼又快掉光！」An Li：

「紳實你是憂鬱症，不然怎麼瘦多了？整天戴著帽子多累！」紳實摘下帽子微笑平常心說：

「沒甚麼，不是綠帽子就好，不痛不癢的。只是我的妻子說我老又醜！」君君：

「你這好像是所謂的鬼剃頭。你有壓力嗎？」阿隆醫師：

「這是因缺乏黑色素，顏色變淡的病症，此病是缺乏酪胺酸酶。當然也是生活壓力大，退休了有甚麼壓力嗎？」一副大老闆模樣，衣服筆挺，一米八高的紳實：

「我的妻子有時幾天沒碰面，有時打牌沒回家，長期一人睡樓上一人睡樓下！她不管參加幾天幾日的旅行不與我行，那麼大的房子日夜一人守著，又不想汙穢，意志薄弱隨興到外面去發洩，怕惹禍怕得病且沒意思！」君君：

「一個人住3億的豪宅不如二個人住3千元的茅屋，你的房子又大！」中等身材總繫個領帶的阿隆醫師翻翻紳實，只一些已畸形的白髮，摸摸那佈滿圓圈或塊狀不規則的疤痕的頭皮說：

「應該半年就會好轉啊。」紳實：

「長庚醫院的醫師，從我的頭皮一次不知打了多少支針，痛死啊，早已過半年未見好一點！」君君：

「等等看吧，要睡眠充足、營養均衡才會好。」

紳實：

「我老婆每天不知在哪，有家像沒有，沒有熱情後哪睡得著。三餐沒人煮我又不會，一個人在自助餐吃飯遭鄰居異樣的眼光，就是偶而和同學去吃福宴、煙波飯店下午茶，那晚還是一個人回家。」阿隆醫師：

「那該想想辦法使自己快樂，An Li，你也要好好過。」An Li點頭微笑：

「我會，他知錯已改了！」說完，點了笑話轉傳給有互動的朋友。

對人對景物、對生命，An Li是多情的。陽光普照的日子，An Li往2002年10月百歲已去的她阿爸住過的和興鎮、新豐、苗栗尋訪，與親人間話家常，到他阿爸相識的那幾顆櫻花樹下停停坐坐後，佇足台中福宴飯館，晚餐後來到月桂冠；見月桂冠汽旅多情男女之聲響、意象，畫滿樓。

次日繼續前行，沿途連綿的山峰，斷斷續續的村舍，又是翠綠飄舞，櫻花燦爛，白雲悠悠，插不多時的秧苗、油油的菜田、蒜苗、香蕉、滿山大大小小搖曳的橘子橘光動人，An Li沿途不停的讚美，到過了台南的岸內國小：

「好美啊，沒見過這般紅的櫻花，沒見過這美麗火紅的樹花！下車看看是甚麼樹！」

「看到牌子了，它是火焰木。」車子慢慢前行，An Li來到台中伸港鄉，她突然在車窗縫隙看見：曾家路三個字，她急說：

「可以掉頭嗎！我想過去走走曾家路。」

「我掉頭回去好了。」走著走著，她明白：曾家路不管是春花開滿、農夫戴笠荷鋤、露水惹蟬鳴淒淒或寒氣凜冽時，都有曾家人三三、兩兩男女老少、夫妻出雙入對、阿公阿婆一起來來回回，走這浪漫的曾家路出去回家，出去回家……，真幸福。突然見到一



面容慈善的婦人，An Li：

「請問在曾家村住的都姓曾嗎？」

「只有幾戶不姓曾。」

「太好了，那麼多！」

An Li走進曾家村的曾家社區發展協會，見曾家村辦公室歡迎大家的布置。An Li覺得有了溫和的召喚，想起以前祖輩的話：

「姓溫和姓曾是一家人。」他站在與她家同祖先的：曾溫公溫府千歲正安宮曾家莊嚴的大廟門前，彷彿看到重慈愛和要好兒孫需積德的家訓，行倫理道德的家風；也看到夫婦相敬、兄友弟恭身體力行，美麗的大家庭，有了找到家之感。感覺總有些老男人要拋棄幸福，有人卻懂得爭取美好，對那段時間失去許多，造成痛苦悽悽的生活，An Li隨緣淡然處之。

An Li欣喜的、滿足的，但不知百年以後曾家人的骨灰都放正安宮裡面嗎？有幾位八十多歲慈祥的曾家老人來和An Li倆閒話，但他們不知她內心的疑惑！但An Li覺得她喜歡這，她可以永遠在月光下、流水邊和所愛的家人在曾家路上散步，形影不離的牽好雙手，吟詩作對，過一次次擁抱住美麗的夜晚，她倆情怯怯的慢慢的……走出曾家路。

後來口湖鄉鄭豐喜紀念館、《千江有水千江月》小說的白水湖漁港、北門的南鯤鯓、台影文化城的萬國皮鞋店……，張學良自由自在與趙四小姐的愛情生活館，89高齡慈愛的母親的心田，脫線的養雞場，都有詩讚美An Li找到曾家路一回家。■

記慈暉學苑歲末大會

文◎席涵靜 文化大學中研所 教授

之一

祥獅獻瑞秀場開，冠蓋暢懷笑語陪；
高唱望春風歡聚，微吟秋夜雨低徊。
舟中子歸歡聲動，日語和歌曲水杯；
戀戀流雲心沾臆，慈暉舞曲眾歡哉！
(灰韻)



之二

宴席百桌眾人驚，佳釀千瓶飲百觥，
陶醉歌聲春雨戀，三杯下肚訂詩盟。
東坡精燉香元寶，一品砂鍋大鼎烹；
紅酒開樽慈暉樂，三羊吉慶歡更榮。
(庚韻)





戀戀六十石山金針花

(配合國小本土語言教學台語發音)

文◎陳素齡 教師

金 針花啊金針花，恁親像王昭君同款，置西元1661年乎人將恁由大陸嫁到千里之外的台灣。

恁金認份，打拼傳子孫，尤其是民國48年八七水災時，雲林縣受災殃的人家來到花蓮，建立幸福的家園六十石山—雲間村。自那陣開始，全台灣人夏天若到，不想要吃不想要睏，思思念念都是恁。

阮每日為恁痴為恁迷，下了決心去到六十石山，一看！恁不管日頭赤炎炎，嘛是搖頭又擺尾來歡迎，乎阮真感心。後來我和先生和曾老師夫妻行到尚高頂



的觀景台，看到眼前是一片無免夕陽來照嘛有ㄟ黃金山脈，太水太水啦！阮趕緊來將恁惜一下，牽恁照相，遲遲不甘離開。

人說恁是一日美人，恁也甘願惦惦站在遐乎人欣賞，在日落以後農人將恁煮著金針湯乎阮呷，就是一忘憂湯啦！

歡喜的時間總是過了金緊，雖然我依依難捨，還是就要來離開。我對恁思念情深無人知，我問月娘要按怎？月娘說：另日再攞去啊！■

七言律詩

浮生三記

文◎黃清棋



自古愛好文學者流，常以「三」字代表多數，如：白髮三千丈……人之生也，不過數十寒暑，若以數字20為一階段，大概20前後漸入青春暴風雨期最為聳動也變化最大，以弱冠終結；繼之40前後經過社會歷練，身心事業漸入成熟穩定而達不惑；

再者60前後管理情緒漸入佳境，旁人的美言或惡言，皆能視之如一不為所動，在在都是耳順；不才以清朝文人沈三白《浮生六記》為本，發而為古典詩話〈浮生三記〉之一、之二、之三，區區小品習作，敬請斧正，不勝感激！

之一 弱冠篇

時光荏苒憶當年，新竹風沙滾上天。
師校高歌合唱學；終於得冠好名銜。
青春歲月齊說夢；客雅山邊文藝先。
蘭雨竹風安足懼；良師抵柱學前賢。

引言：前些日，尋得二十弱冠青春時期，師校同班同學，我們不厭其煩開始從1號開始交叉唱名，新竹的風沙，五年長期陪伴我們，是我們難忘的經驗之一，每天早晚自習時間的混聲練唱，終於在名聲樂家楊兆禎教授指導下，勇奪該年台灣區大專組冠軍，話說當年許多文青叱咤文壇，日後並成為知名作家，作品迭出屢為後人歌頌，是竹師—風城文學的風華歲月。

之二 不惑篇

北縣為師話永和，教學有樣不嚴苛。
無涯學海進修去；師院國北有楷模。
白髮知青拾舊夢；文學研究論文戳。
和平東路風流勝；古典文學釀小河。

引言：70年代因故，從桃園遠調北縣新莊、永和直到退休，期間，我們除了在職場努力教學外，因知識爆炸也跟著時代脈動勤於進修，和平東路前段的師大國研所、和平東路中段的文大中文所，也有我們留過的痕跡，姑且也算是這一階段光榮的印記。

之三 耳順篇

耳順不求錦簇夾，杖藜世界有鮮花。
菜畦世界輕輕灌；回饋疏籬慢慢爬。
涵靜中寮擁翠綠；山光水色共交划。
愛心世界蜂蝶舞；不覺宮闕錦繡差。

引言：前些日風聞席涵靜老師有恙，吾等驅車他南投依親養病所在，中寮鄉探訪，中寮鄉為南投縣小山城，921在中寮鄉的震撼，至今仍為許多人的夢魘；席老師為我們文大中文所指導教授，今雖為耄耋長者，但耳聰目明，常有詩作問世，吾等常去請益，收穫匪淺。



替身

文◎黔聿

「這兩年來…辛苦你了。」沒想到這是他最後一次離開我的身體時說出的話。兩年來，我自以為是的陪伴只是一句「辛苦了。」那個早已看慣的背影突然變得遙遠、陌生，徒留我獨自在床上寂寞。

一扇門的距離是心的距離，天空到海洋，太陽到月亮。我到你。

「要我幫忙嗎？」語聲還未落完，身體已經懸空。他的身上因為剛才的清洗傳來沐浴乳的淡淡清香，裡面參雜一點專屬於他的薄荷味，真好。他還是有那麼些體貼，有那麼些放不下我。

看著他將我放入浴缸後轉身出去的身影，腦中只是一個勁的想著同一件事。快點洗完出去陪他，再多陪一下。

等不及的是他拿著毛巾等我的溫暖手掌。像貓，一下兩下的被馴服。「嗨，我們以後的關係依舊吧？朋友？」像傷，一字一句的在淌血。

「嗯。」這聲回答是無力，是顫抖，是痛。

初次見他出現在這燈紅酒綠的世界，有好感的第一次不是那幾張鈔票，而是那溫柔。彷彿我不是個污穢之人。即使我後來知道那些投射在我身上的感情是給另外一個女孩，我仍無法克制愛他。一個跟我一樣黑眸棕髮，有著酒窩的女孩。

他幾乎每天來，每次的尋歡只為了在我身上追尋她的影子，即使那晚不做，他也會帶些好吃的，聊聊天。

就算他給的溫柔幾乎讓人溺斃，但他雙眼注視著的並不是我。就算他雙眼注視著的並不是我，但他給的溫柔卻令人窒息。

「她死了，車禍。」我略微訝異的看向突然發出聲音的他。

「你之前不是問我為什麼有女朋友還來這裡嗎？」面對我的視線他一如往常溫柔的笑了，摸了摸我的髮絲便把毛巾擺到一邊。

「我很遺憾。」

「不，別這樣說。」他眼中的情緒是什麼？是悲傷？是想念？是孤單？

「我只是想到將來也許沒辦法再見面，這是最後的機會跟你交換心事了，我們之間別留遺憾。」「你一定很想她。」我們倆同時看眼時間，由我先笑著站起了身。

「嗯。」他露出了專屬於他的大白牙，並拿起了行李。我送他走出店門。天空，在下雨。

「謝謝你告訴我那件事。」我的視線無法從他身上移開，在他拿傘的空檔時我對他說。

「到美國，一切小心。」是的，是時候拋開悲傷，奔向理想的舞台了。他抬起頭盯著我半晌，猛地拉過我緊緊抱著，一隻手將我的頭扣在他肩頸處。

我努力的記住他的溫度，記住他的氣息，記住他擁抱我的感覺，記住他每吋肌膚的摩擦。最後他放開我的同時，揉了揉我的頭。

「是我該謝謝你，這兩年來，你對我很重要，真的。」

在他那寵溺的動作與溫柔的話語中，我突然很好奇，現在他的眼眸裡出現的，是另一個她的身影嗎？

「我走了，好好照顧自己。」

「你也是。」他邁開了步伐，向雨中，向那夢想的殿堂。透過雨看他的背影，變得朦朧，變得遙不可及。

原來目送著一個人越來越遠是令人徬徨害怕的，原來目送一個人走出自己的生命是令人茫然無措的。這是最後的機會跟你交換心事了。他的聲音響在記憶

的廊裡顯得遙遠。

我們之間別留遺憾。曾經，伸出手是無法交集的心靈，張開嘴是無法出口的告白。不知怎的，現在看著他的離開，我竟有絲慌亂。

叫住他！

「等等！」隨著心底深處的咆哮用盡了一切力量吼著。

「不要走！」已在遠處化為手掌大小的他頓了一下，疑惑的回了頭。

「我喜歡你，很久了，兩年了，我不是她，但我真的很愛你！」他不解的偏了偏頭，在耳邊做了個聽不到的手勢。我把手圍成喇叭狀，又再吼了一次。

他身子向著我的方向傾，在我講完後他頓了很

久，待他再次看向我時，臉上似乎有道看不清的弧線。

我本想再喊一次，他見狀搖了搖頭，轉身離去。我呆立著半晌，朝著他離去的方向走了幾步，也不理會淋濕的衣服加重了身體的重量，心頭的重量，沉甸甸的。

同一片天空，同一場雨，已是兩個不同的世界。最後的搖頭代表了什麼？

沒聽見？還是……？那幾句真心告白有穿過風、穿過雨進入他的耳、他的心嗎？

我永遠也不會知道了。

浸濕臉龐的，究竟是心頭淌著的血，還是天空的眼淚？■





文◎慈暉文教基金會

恭賀慈暉合唱團指揮 李素真老師 榮獲教育部103年社教公益獎

樸素與真實 在小事上忠心 孕育出精彩 真善美的音樂人生

李素真女士出生於台南市左鎮區窮鄉僻壤的鄉下，因鄉下資源非常稀少，最大的教育資源是學校和教會，教會是啟發李素真女士音樂及歌唱人生最多的地方，正式學習音樂是高中畢業，外出打工開始，把握住每次學習的機會。

『老師』是她從小的志願，因為未受正規的師範教育，無法在校園裡當老師，但是卻在生活周遭完成這個願望。走入音樂教師的行列，是因為代課時受老闆和同事的肯定，而成為正式的音樂老師，也因此開始精彩的音樂人生。結婚之後，離開台南到新北市永和區生活至2014年剛好滿三十年。而自三十年前進入台灣神學院接受音樂教育，使李素真女士的音樂歌唱人生進入另一段高峰。也因為認同「慈暉文教基金會」林董事長的理念，在十六年前加入了慈暉大家庭至今。



■李素真老師與慈暉林靜子執行董事 謝財福執行長及慈暉合唱團



▲李素真老師（左二）

為表彰推展社會教育有功團體及個人，教育部103年度「社教公益獎」頒獎於103年11月27日假國家圖書館國際會議廳舉行。103年度各界推薦優秀案件共有114件，教育部邀請13位專家、學者及社會公正人士等組成評審委員會，評定22個團體及31名個人獲獎，由林政務次長代表教育部向得獎團體及個人表達祝賀與感謝之意。



▲李素真老師（右一）

在接任慈暉合唱團這十六年來，她參與慈暉所主辦的每年5月「愛的禮讚」母親節合唱觀摩會，以及12月「慈暉心 獅子情 感恩文藝饗宴」清寒學生獎學金頒獎活動中獻唱，也常常受邀參與各種公益活動，不定期地舉辦家庭音樂會，讓學習音樂的孩子雖不能在音樂廳演出，也有展現學習成果的機會。

在2012年，與永和社大國樂團合作演出，便深獲好評，因此2013年的秋夜草原情和2014年相見歡皆受邀演出，有李老師的獨唱與慈暉合唱團合唱國樂伴奏，帶給永和區民一場豐富且別開生面的國樂饗宴。

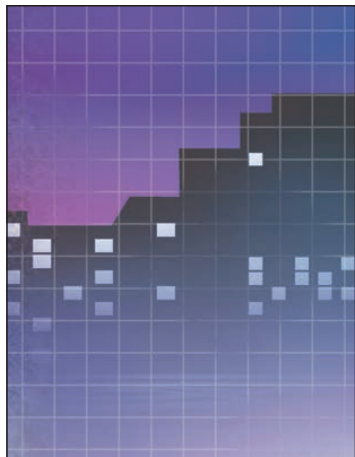
成立傳愛直笛樂團，常到馬偕醫院義務演出，藉著直笛、鋼琴、烏克蘭麗麗等等的樂器，以及歌唱、舞蹈不同的表演方式，帶給安寧病患及家屬一些療癒，舒解病友及家屬們地心情，每次前往均很受歡迎，也讓我們參與的人深深感動！當我們將所學所會的無條件的付出時，我們也被回饋到生命的可貴和祝福，因

為有愛就有溫暖。

因為自己信仰的關係從小就出入教會，在教會成長、學習並回饋於社會。舉辦歌唱班義唱捐款，對慈善團體不無小補，也給歌唱班的學員有互相觀摩展現學習成果的舞台。

為提升社區生活品質，不定期地舉辦家庭音樂會，讓學習音樂的孩子雖不能在音樂廳演出，也有展現學習成果的機會，增進了社區鄰居間彼此的良好關係，使住家社區更加的和諧、互信與互相關懷。

一直以來，李素真女士平時所做的事，在她來說只是貢獻所學，為社會盡一份微薄的力量。期盼改善社會風氣，帶動人與人之間彼此關懷，建立真善美的關係。曾經接受別人的關心與幫助，這些雖然不能在當時有所回報，但深深體會必需要盡其所能地發揮愛心，關懷幫助周圍的人與事！■



文◎將捷建設股份有限公司 營建部

品質是企業的生命

近期台灣連續爆發食品安全問題，從塑化劑、毒澱粉到食用油及牛奶，生活上每日要消費的食品都有問題，不但重創相關產業的國際形象，諷刺的是有好多產品，是我們吃了好幾十年、一路相伴的知名企業，當然這些企業因此在業界退場或蒙上陰影，這也突顯出產品的品質即為企業的生命。

品質就是「符合需求」，如何照顧到客戶需求，在以客為尊的現在，品質已經不再是口號，如何落實已然成為企業成長的要件之一，至於如何顧及客戶端的需要，不只考慮到「必要」連同「需要」以及未來可能產生的「想要」若能貼心的為客戶處理好，相信這對企業延續會是很大的助益。

如何在合理的成本中使產品更貼近使用者的需求就是管理的意義，在有效的管理中創造更高的品質也就是企業存續的價值，這也就是我們努力前進的目標與動力！品質是企業的最佳推銷員，沒有好的品質企業是難以生存，更別說獲利提升，品質的好壞是由客戶及使用者所認定，因此應該聆聽它們的聲音，滿足甚至超越他們的期望與需要，以作為管理者的決策依據；『持續改進』也是提升品質不可或缺的手段，而透過企業全員參與持續改善，並以經濟的方式來達成客戶要的滿意品質，進而謀求企業安定成長的一種重視品質經營方法，就是所謂的全面品質管理TQM(Total Quality Management)。

將捷集團於建築全生命週期皆嚴格把關從設計階段、協力廠商之評選與輔導（實績參訪考核、共同開發新工法）、建材用料嚴選、進料檢驗、製程品管（營造廠三級品管、監造查核、建設營建稽查）、成品管制（全集團各部門聯合驗收）、售後管理（售後服務、客訴處理、資訊回饋）。

我們堅信唯有不斷追求高品質之目標，才能放眼營建市場，成就企業非凡之價值，著眼於未來，將捷仍將一秉初衷，以「產品品質」、「服務品質」、「企業品質」三大原則，讓將捷不斷成長，朝向全方位經營之目標邁進。過去近半世紀以來，企業對品質的認知有了巨大的轉變，更進而影響了企業管理品質的方式；從品質查核(QI)到全面品質經營(TQM)，從“品質是檢驗出來的”到“品質是習慣出來的”，品質的定義也由產品導向轉變為客戶導向，TQM是客戶導向的管理方法，強調有效運用客戶資源及統計數據方法，以不斷改進的過程為中心，提升建案品質與售後服務品

質。透過客戶滿意度，達到銷售目的的一種管理方式，TQM基於企業全員參與所從事的流程、產品、服務及文化之改善，TQM使全員工及客戶受益，TQM為企業的一種管理方法，此管理方式是以品質為中心，以將捷的所有成員參與為基礎，並且藉由客戶滿意，使集團成員和客戶均獲受益，來達成企業長期成功之目標。

近年來建築工程品質皆為人所詬病，相關交屋後之種種問題更讓消費者不滿。其實這些問題可歸納為設計、營造端，大部份之缺失皆為工程施工不良，主因不外乎為廠商偷工減料、發包單價過低、工程趕工、工程管理不善，有鑑於此，應制訂一套相關流程來管控如廠商評鑑資格、合理的預算及工期、現場施工管理。有時部份原因也可能是設計不良，營造廠商按圖施工，規劃設計應考慮整體功能性、美觀、實用性，部份建材也需考量適用性，如機械停車外乘場地坪石材，盡量使用深色系，建物外觀面材須考量防汙、防霉等。總之在高房價時代，消費者花了一輩子的心血買了一套房，建商應該從各層面考慮未來性的需求，整合相關介面問題(開發、業務、規劃、營建、建築設計、室內設計、庭園造景等)，相信不久的未來，各項更符合人性化、電子化、功能化會是消費者更多的期待。

「品質是企業的生命，沒有品質，就沒有企業。」這句話是所有企業奉為圭臬的至理名言。過去如此，現在如此，未來亦如是。早期的品質觀念，認為品質是檢驗出來的，在成品階段透過檢驗機制檢驗出來，其實品質要從根源做起，在產品設計階段就應減少錯誤的機會，考量到生產的品質與效益，將製造流程改善一次就做好，以便後續不會有錯誤發生，並強調品質應該是一種習慣，品質必須成為日常生活的一部分，組織的每一份子均需視品質為生活習慣，當所有人從工作中建立了品質習慣，才能達成超乎旁人期待的產品。在充滿變數和價值創新的年代，企業面臨前所未有的衝擊，環境的變遷快速，放眼未來企業不得不加快腳步，加速變革邁向全面品質經營讓企業永續經營。

堅持提升建案品質，成就企業品牌價值，將捷成立廿十餘年以來，一直秉持「品質是企業的生命」之理念，奠定永續經營之基礎，以卓越的土地開發技術、周全的好宅規劃設計、嚴格的營建施工品質、優質的建案售後服務，將捷集團將成為優質品牌全方位的營建團隊。■

■將捷集團總部—
將捷國際商業大樓





為個人資料加裝保護罩

文◎陶秀蓮 將捷股份有限公司

您是否常有在工作忙碌之時，或中午、夜晚好眠之際，被一通催命般的電話鈴聲打擾，只為問您「我們銀行有優惠利率要不要貸款」？或問您「需不需要申辦信用卡」？而且同家銀行會有不同人員輪流重覆對您疲勞轟炸，因而讓您抓狂不已！又是否每當信箱打開，咄的一聲，掉落一地廣告刊物，讓您家的回收資源大增，甚至信箱附近地板堆滿各家(故意)遺落的紙張而髒亂不已！對於您個人電話、住址及其他資料外洩，除了質疑、無奈與不斷忍受外，別無他法，縱使提出申訴或大聲警示外，也無法改善。但或許您還不甚明瞭，您現在可以不必再忍受上述騷擾了，因為自101年10月1日起正式施行「個人資料保護法」(下稱個資法)，這套法令就是您個人資料的最佳防護罩。



首先我們先了解什麼是「個人資料」？它的範圍非常寬廣，舉凡個人的「姓名、出生年月日、身分證字號、護照號碼、婚姻教育、職業、聯絡方式、財務情況及其他得以直接或間接方式識別個人之資料」等等，全都含括在法定之「個人資料」內，而針對「個人資料」的使用，法令規定應有「特定目的」，並符合「法定要件」，且要求要有當事人「書面同意」，另也賦予當事人就其個人資料得行使「查詢或請求閱覽」、「請求製給複製本」、「請求補充或更正」、「請求停止蒐集、處理或利用」、「請求刪除」等權利。

那又什麼是「特定目的」及「法定要件」呢？舉個例子來說明，假設您申辦個人信用卡，信用卡公司一定會要您簽署同意書，同意書的內容就會含括在信用卡業務範圍內，該公司可以使用您個人資料，例如寄發信用卡帳單、電話通知您未繳信用卡費用或信用卡使用有異常等，但同意書內容也會順帶要您同意該公司除了信用卡業務範圍外及該公司關係企業均可使用您個人的資料，這個時候您就要仔細思考了，因為您一旦簽署了這份包山包海的同意書後，您就會收到一堆書面文宣及接不完的行銷電話，直到您提出拒絕為止；相反的，一旦您選擇不同意時，該公司即不得於信用卡業務範圍外使用您的個人資料，否則就違反個資法了。但

提醒的是在信用卡業務範圍內您是不得拒絕該公司使用您的個人資料，一直要到您停止使用該公司信用卡，且於信用卡業務範圍內該公司是不需要另外取得您的書面同意的（個資法第19條之契約關係）。

對於您接到首次廣告行銷時，若您表示拒絕接受行銷時，對方應立即停止利用您個人資料行銷，

如果日後仍再繼續使用您個人資料時，對方即違反個資法了。至於拒絕廣告行銷的方式，如果是信件或電郵，建議可以先回信(mail)拒絕行銷，並要求對方勿再使用您個人姓名、地址等個人資料，若後續仍再收到廣告信(郵)，則可蒐集(列印)信(郵)件存證，再向主管機關法務部提出檢舉或提告求償；如果是電話行銷時，可在電話中直接表明不願再接到行銷電話，若對方不理，錄音存證或調閱通聯紀錄存證後，再提檢舉及起訴。

目前法院已有一案例判決，案情為「某大型賣場未依消費者要求刪除個人資料，而仍持續寄發電子廣告信件予消費者，經消費者蒐證（電子廣告信件）並向法院提出起訴後，地方法院判決該賣場須賠償消費者所受損害(一件廣告信件判賠一千元)」，這是「個資法」實施後因廣告信件擾人判賠之首件案例，也宣示政府對於個人資料保護的決心，對大眾來說也是一項福音。

但是個資法還是有例外不適用的地方，例如個人或家庭活動中，基於社交禮儀雙方所交換之名片，係屬單純個人社交活動之私生活目的行為，就不包含在個資法規範內了。

.....

以上是針對個人資料相關保護資訊之概述，在資訊發達的現代來說，個人也愈加保護自己的隱私，也期許在保護自己個人資料的同時，也應同時尊重他人個人資料，社會才會充滿和諧與幸福。■



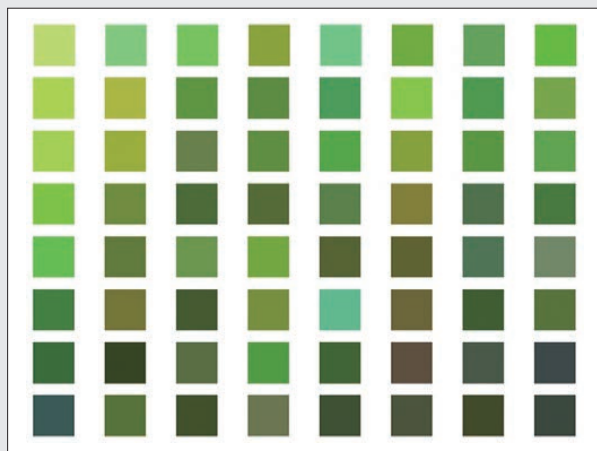


文◎盧秉生 和群室內裝修股份有限公司

綠植物景觀

綠色

當提到綠色每個人心中所想的綠，依喜好、觀點及認知…等，會有所不同，有人會想到政治、帽子、植物…等，而綠的顏色有深有淺，在人們視覺享宴上是舒服且放鬆的。



植物

是生命的主要形態之一，並包含了如喬木、灌木、藤類、青草、蕨類及綠藻等熟悉的生物。種子植物、苔蘚植物、蕨類植物和擬蕨類等植物。(維基百科)

植物生存基本條件

「陽光、空氣、水」，植物大多數固態物質是從大氣層中取得。經由一個被稱為光合作用的過程，植物利用陽光裡的能源來將大氣層中的二氧化碳轉化成簡單的糖。這些糖分被用做建材，並構成植物主要結構成份。植物主要依靠土壤做為支撐和取得水份，以及氮、磷等重要基本養分。大部份植物要能成功地成長。

植物變化

而植物的美一般不會太在意，透過適度修剪、高低前後排列、層次變化手法，讓平凡無奇的植栽，有了新生命。當您有機會換個角度看，就會像我



們面對每一件事情一樣，換個角度，就會有所變化，而那種變化有種說不上來的感覺，只要有機會一定要嘗試一下。

植物價值

現今的台灣社會，植物是可以被用來買賣的，行家都知道，什麼才是高經濟價值的植物，通常是跟隨潮流、個人喜好，而價格有所高低，但相同的樹種，如再透過塑型讓植物改變生長的方向、高度、寬度及修剪…等方式，能讓價值更為提昇。

景觀

當綠、植物、軟件、硬體結合在一起，經由設計的巧手下，讓環境美化及視覺效果加分，運用色彩點綴讓綠色不再只是單純的綠色，而是有色彩、前後、高低、深淺及方向的變化。

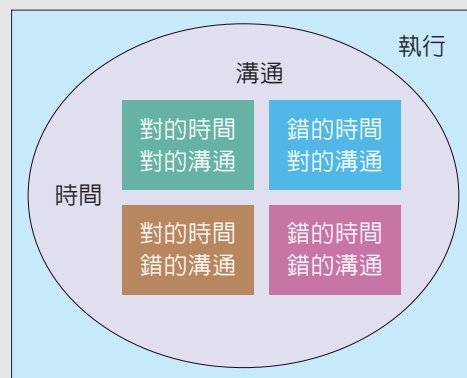
朗闊—景觀工程

當初次踏入建築工地，很難想像完成後是怎麼樣子，從一片荒蕪的現場，到最後綠美化的完成，經由瞭解設計施工圖開始著手、從放樣點確認、基礎工程打底、預留管線噴灌及燈俱位置、材質介面高度調整、花台鋼筋水泥模板施作、填土吊車整地、表面石材及木平台施作、喬木選遷及方向移植放置、灌木分配調整，才漸漸有了雛型。

用文字說明工程的過程與施工項目都很簡單，在實際執行會發現，「時間、溝通、執行」這三件事是最無法掌握，在對的時間做有效溝通透過執行上配合，來完成各項工程，缺了一樣就會讓工程延宕。

完美呈現

工程並非想像中那麼容易，在許多介面整合，到最後完美呈現，都是經由各種專業領域誤討論結果，經歷工項上的安排、時間上相互交疊、建議的修正，才能有完美的呈現。■



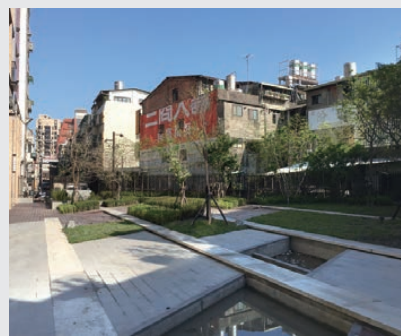
▲放樣點確認



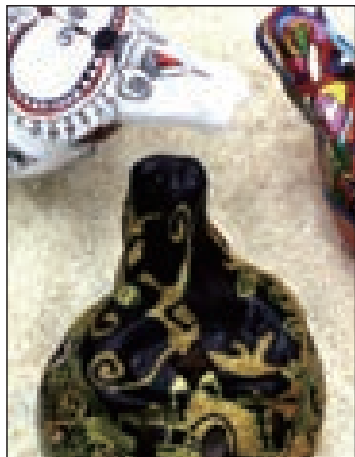
▲填土植栽



▲喬木移植



▲完美呈現



文◎台東娜路彎大酒店

娜路彎美學特別獎 鼓勵年輕學子從事藝術創作

臺東大學美術產業學系年年都會辦理系展，由於這項年度盛會備受重視，各個學生無不卯足全力專心籌備，展出的作品水準因而逐年精進。有感於本地藝文人才養成不易，也為了具體鼓勵從事藝術創作的年輕學子，林坤池文教基金會特別與東大美術系合作，提供新台幣伍萬元，設立《娜路彎美學特別獎》。此項特別獎已於日前評審完畢，獲獎學生並於元月15日下午齊聚娜路彎大酒店，參與簡單隆重的頒獎典禮及作品典藏儀式。

《娜路彎美學特別獎》，委由臺東大學美術系林永發教授縝密規畫，計區分為：西畫、書畫、立體造形、平面設計及數位媒體等五個類別。因於獎金的鼓舞，此次參賽的作品極為優異，不只製作精緻細膩，作品意境和想像空間都無比豐富。經過審慎評選，各類組



▲西畫類 踏青——詹東霖

獲獎者分別為：詹東霖、張宜潔、王思婷、劉雁文、林宜諮和呂菀真等六位。五幅得獎作品：「踏青」、「美麗的缺陷」、「顯·耀」、「歲月消逝」及「草鴉介紹」等，目前皆已典藏於娜路彎大酒店。其中，王思婷同學的「閃·耀」作品，就放置於娜路彎大酒店一樓大廳，讓進出酒店的民衆都能立即目睹，細膩觀賞。林宜諮同學設計的「草鴉介紹」互動軟體，亦轉移清楚，可供大家觀賞。

林坤池文教基金會林炎煌董事長對學生的創作十分讚賞，深刻企盼能藉此項獎勵暨收藏活動，鼓勵同學把握人生的黃金時期，展現源源創意。



▲數位媒體類 草鴉介紹——呂菀真、林宜諮



▲立體造形類 顯·耀——王思婷

一面積極開發個人的藝術潛能，專注藝術創作，一面多多參與相關競賽和展覽活動，藉參賽淬礪創作經驗和技巧，提昇自身的創作水準，未來必有展露頭角的機會。

娜路彎美學特別獎所有作品，目前皆已典藏於酒店內，歡迎大家親蒞臨觀賞，細膩體會年輕學子的藝術創意之餘，也能激發心中的藝文火花和喜愛。■



▲書畫類 美麗的缺陷——張宜潔



▲平面設計類 歲月消逝——鄭雁文

娜路彎美學特別獎得獎作品名冊

類別	作品名稱	作者名稱
西畫類	踏青	詹東霖
書畫類	美麗的缺陷	張宜潔
立體造形類	顯·耀	王思婷
平面設計類	歲月消逝	劉雁文
數位媒體類	草鴉介紹	林宜諮、呂苑真

活動照片





文◎張月昭 台東縣台東市光明國小 校長

臺東詩書二重奏 聆賞詩與書的繽紛



▲詩書對話展場作品之一 藉遒邁豪邁的書法呈現詩境的寬廣和漫妙

慶東哦詩貴得意 國揚濡墨且隨心

臺東知名詩人徐慶東老師退休後，每日清晨於住家週邊舊鐵路修築而成的步道散步，走著走著，竟然也締造現代版「七步成詩」的故事。隨著雙腳漫步踩踏，眼前所見點滴美景，倏忽引燃濃濃詩意，匯聚詩句篇篇，好個「散步成詩」！



◀李國揚老師將書法作品以不同的形式裱裝 陳列展示 展現萬千風情



▲詩畫展開幕當天恰逢林董生日 國揚老師特地書寫作品獻上祝福



詩，是心思的觸動；詩，是精鍊的語言。詩人卻說，他的詩是生命中偶然間掉落的花瓣和落葉，一陣風起，就會消逝的無影無蹤。啊！詩人剎那間的心靈悸動，怎能就此灰飛煙滅？那悠遠飄渺的意境，又怎能任其無端消逝？提筆？紀錄？寫在手上？記在心田？詩人趁著心思澄明，詩意新鮮，攤開手機，以雙眼仔細端詳，用指尖一字一句，推敲按下。

美麗的詩就該以美麗呈現；長居南臺灣的書法家國揚老師，與詩人靈犀相通，立意構築一場美麗的邂逅：執起精熟且獨具創意的靈動書法，將詩人沿途飄散的落葉和花瓣，以類似倒帶和輪迴的方式，令其再次長成綠意映眼的行道樹，開出燦爛繽紛的繁花，讓眾人可以走進如詩如畫的詩情詩景裡，恣意流連，盡情聆賞。

於是，平凡如你我，在這場雅致的詩書二重奏裡，透過書法家刻意描繪和裱裝的作品，得以聽見文字的呼吸，看見字詞的律動，感受詩句的縷縷深情。那掛在牆上的，不只是詩人的泉湧文思，而是歷經歲月洗鍊的人生風景；那擺在架上的，也不只是書法家的豪邁揮灑，而是幾番琢磨揣摩的生命力道。

2014，11月18日，上午10點的娜路彎藝廊，我們聆聽一首首不一樣的詩歌朗誦；觀賞一幅幅不一樣的書法作品；而，我們絕不只是擦身而過，因為，悸動已在心中留存，深深烙印心田。■

◀徐慶東詩人於開幕儀式上朗誦新詩數首 聲情意韻十足 令人動容



文◎陳龍 署立雙和醫院 神經科醫師

搶救中風三小時

設定快撥鍵 中風即打 119 長者中風發現晚 3 小時注射血栓溶解劑比例低

趙老先生與家人同住，但白天的子女出門上班，只有他獨自在家；有天晚上家人返家才發現爸爸不對勁，趙老先生躺在床上，跟他對話也不太理會，只能吐出簡單反覆的字句，家人評估不對，即刻連哄帶拉的將其送醫，送醫檢查確認為中風。

雖然從家人發現至送醫大約只有半小時，唯中風發生至送醫已經超過黃金3小時的治療期。建議，於長輩手機或居家電話設定快撥鍵，提醒長輩一旦出現疑似中風的表現，務必即刻撥打119，只要在黃金3小時內注射血栓溶解劑，即可大幅提高治療成效。

大多數長者在家人上班前還好好的，家人返家才發現不對勁，就醫時多已中風多時，協助長者自行求救是提高治療黃金期的首要任務，除了藉助遠距醫療外，也可於手機設定快撥鍵，一旦有疑似症狀即刻求救。

家中老人不是白天獨自在家，就是與孫子一起，讓中風防治觀念向下紮根也是重要課題，讓小朋友知道，當阿公、阿嬤講話怪怪的或是一側手腳無力即要馬上打給爸媽，爭取治療的時效。

於中風三小時內注射血栓溶解劑可提高病人後續復原情形，但各項研究顯示，注射血栓溶解劑的比例約只有5%，本院與消防隊合作，即使已將注射率提高到7%左右，但把握黃金治療期仍有努力的空間，需要你我一起把關努力。■

醫師簡介

署立雙和醫院 神經科

陳龍 醫師

專長：

腦中風急性治療、頭痛、暈眩、昏厥、
血管性失智症、一般神經科疾病、
腦血管超音波及自律神經功能檢查

門診：

週二、三上午 / 週三晚上





文◎李順春

面對人生考驗 承擔兒女子媳之責 ——兼述失智老人照料之苦

際遇天定，有些非人能掌握。婆婆從年幼到今壞運常隨，她三歲喪母，是由外祖母扶養長大到十六歲嫁給我公公。其第一個兒子是我如今的先生，後續有三男五女。

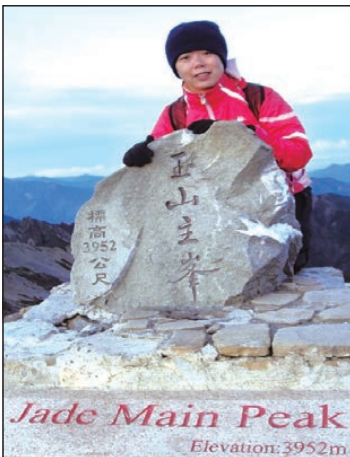
婆 婆雖兒孫滿堂卻難得好命，她在五十三歲罹患子宮頸癌，開刀時感染併發其他病，轉了三家大醫院，住院一年內共開三次大刀才控制好病情。那時因她無勞、健保致家人所花人力、財力不計其數。先生雖有八位弟妹，但身為長子的他須扛起重大責任，其他弟妹只能盡量出錢出力。

婆婆出院後休養約二年，為了要減輕我們的負擔，她在石碇家鄉賣小吃貼補家用，她因開過三次大刀致膀胱失去功能，必須用導尿管才能小解，這樣也過了幾個寒暑。本來心願往後稍有清福，可是婆婆的劫難不是一般人可體會的，她六十三歲那年丈夫死於肝癌，接著不到二年她正值壯年的第三兒子無緣無故失蹤，報案及家人分派多人遍尋仍無著落，婆婆每日以淚洗面至今還無音訊。這麼少有的事情，也發生在她身上。

在兒媳期盼她晚年能好好過時，婆婆在七十五歲那年開始雙手顫抖無法自己導尿，記憶力也漸退化，言語表達漸不清楚，經檢查屬巴金森氏症，老人痴呆症一種，這對我們來說可是晴天霹靂。據知這種病會逐漸惡化到大小便失禁，語無倫次，不聽使喚。她曾在病情嚴重須住院時在醫院大吵大鬧，被萬芳醫院趕出院，醫師開藥給她要家人帶回去照顧。

本不忍心送婆婆到養老院，只由我照顧，但這種全天視線不能離她不眠不休的照顧，讓我快崩潰了。因為婆婆失智，對她說什麼她都不懂，常常大小便弄得到處都是，有時候一不注意她會把尿袋裏的尿倒在嘴裏喝，甚至在她不肯洗澡的拉扯之下，會不小心把尿袋扯下來，每次都要送醫院再裝上去。身心俱疲家人無奈下最後也只好送她到養老院。

雖然有小叔幫忙，從九十二年至今這十幾年來所花的費用，對普通家庭來說，真是吃不消。欣慰的是婆婆住的養老院有良心及專業，把她照顧得很好，身體平順。唯一讓人不忍心的是婆婆雙腳不良於行，終年臥床還雙手被綁（防她把尿袋扯掉），她口中常喃喃自語一些別人聽不懂的話，唯一能聽清楚的一句是：「幾嗎歸點」。筆者雖有感嘆，但身為台灣兒女台灣子媳，再重再苦之責也要承擔。「可憐受苦的婆婆，但願妳能早日康復！」■



文◎鄧慧敏
編輯委員

關懷弱勢愛鄉愛家的 鄭文婷律師

熱誠是服務的動力

熱血勤奮鄉親不但是里鄰間的寶，更是國家社會進步發展的依靠。約八、九年前在社區居民晨運的場合，認識一位新朋友薛瓊嬌(鄭太太)，由於她的開朗健談又客氣友善，筆者自然逐漸增加與她的往來，也進而知道她有這麼一位勤奮上進愛鄉又愛家的女兒鄭文婷律師。

吃苦過的孩子會自求上進

果然應驗了，從小陪在父母身邊打拼工作的鄭律師原來一心想及早賺錢分擔家計，但

在即將從國立台北商專會計統計科畢業之際，因年紀漸長，想到小時候家裡的豆漿小吃店被小混混找麻煩的那種無奈，以及當時父親鄭成家給她的「如懂法律就比較能保護自己，進而也可幫助別人」的提示，讓她在已有一技之長，本可開始上班賺錢的當下，決定插大並考上輔大法律系，畢業後再入研究所勤學。於一九九七年律師高等考試及格執業後，一方面承接民衆訴訟案外，也熱誠過人的歷任基隆律師公會常務理事、理事長，中華民國律師公會全國聯合會副秘書長、監事，更難得她還活力十足繼續在輔仁大學法學博士班進修，也參與臺灣大學EMBA103級的學習。

關懷弱勢又愛鄉

鄭文婷律師承習了其雙親苦幹實幹及對於遭排擠踐踏的弱勢族群最為關心的個性，在其執業工作外，積極與偏鄉民代合作，提供民衆免費法律諮詢服務，並擔任法院義務辯護律師，認真照護弱勢者。她也擔任基隆市政府性別平等教育委員會委員及性騷擾防治委員會委員與教師申訴評議委員會委員和婦女權益促進會委員、基隆市政府社會處老人及身心障礙者保護事務常年法律顧問、基隆市政府社會處家扶中心義務律師、基隆地方法院家事調解委員、行政院消保會定型化契約審查委員、中華民國消費者文教基金會義務律師團律師、國防部中山科學研究院法律顧問、海峽交流基金會志工律師、婦



▲鄭文婷律師玉照

女新知基金會顧問、台北縣政府勞資爭議仲裁委員。從事義務法律服務已經有十八年。她也擔任過國立台北商業技術學院講師及北商會計統計系友會長的服務工作，在熱愛鄉土卻相對弱勢者參與行政首長或民代等公職競選，鄭律師會召集一些滿心義氣的同業成立律師顧問



▲鄭律師父母合照

團，用以防止賄選、即時反應競選對手不正當手段的抹黑奧步以及各種干擾，大夥誓做正義的後盾。其「天不靠，地不靠，本領最重要。有理想，有目標，努力向前跑。」先獨善其身又重義氣好公益活力十足的兼善天下行為，正是感染時下青年「劍及履及，突破困境」的絕佳表率。



▲中間二位是筆者與鄭律師慈母

忙人的她返家後不私顧自己之樂而推諉怠慢父母使喚，有幾次她代替其母親遞送東西到寒舍時，頗讓筆者感慨為何時下六、七、八年級台青有那麼多的人學不到她這位五年級大姊姊的那份孝順與勤快。沉淪已久的台灣，相關的教育官員，可曾想過這樣有著重視身教的雙親及知書達理子女家庭的溫馨美好典範情景，該如何一一快速喚回尋著。

頗有張羅能力及解決問題本事

鄭律師專長刑法、財經法、行政法，其服務包括處理房地糾紛、訴訟程序、感情事件、毒品問題、公司經營、遺產繼承、車禍糾紛。曾辦過台鐵計軸器案、博達案、RCA(美國無線電公司)污染工傷事件、公司證券案件及其他政府機關委辦之訴訟案件。如上述鄭律師曾涉獵會計商業與統計

愛家知禮達理台青最珍貴

滿腹經綸尚須勤習慧業
近人合眾始能蔚為國寶及社會之用。

鄭律師生活簡約純樸，
倒常花大錢招待雙親出國旅遊。她專業有成後多方位服務，多面向付出，惟身為大

領域知識，其分析問題與解決困難之張羅能力顯然傑出。在台灣高鐵帶來的一日生活圈，基隆到墾丁的公路其實就是單一的一條四百公里長熱鬧台灣街之際，早在頂新案須由南北多個地院分辦整合作業的幾年前，鄭律師已預見其法律服務須由點而線而面的走向顧客，專業分工，須在各法院轄區設分所，並即善用其過往廣結善緣、尊重前輩、提攜後進所擁有之人脈，將其自己之「旭理律師事務所」，結合全國各地之菁英律師與事務所而新設了「吉常同法律事務所」，計於全台設立十三個服務據點，配置三十位律師，利用資訊化設備提供客戶全面向之即時專業服務，每位律師都曾將研習過的項目挑選其最興趣與專精的一項，繼續專(鑽)研及撰寫論文，至少有碩士級以上程度，彼此專業分工，吉常同法律事務所(GCT)服務的範疇顯然更廣泛也更專業優質。

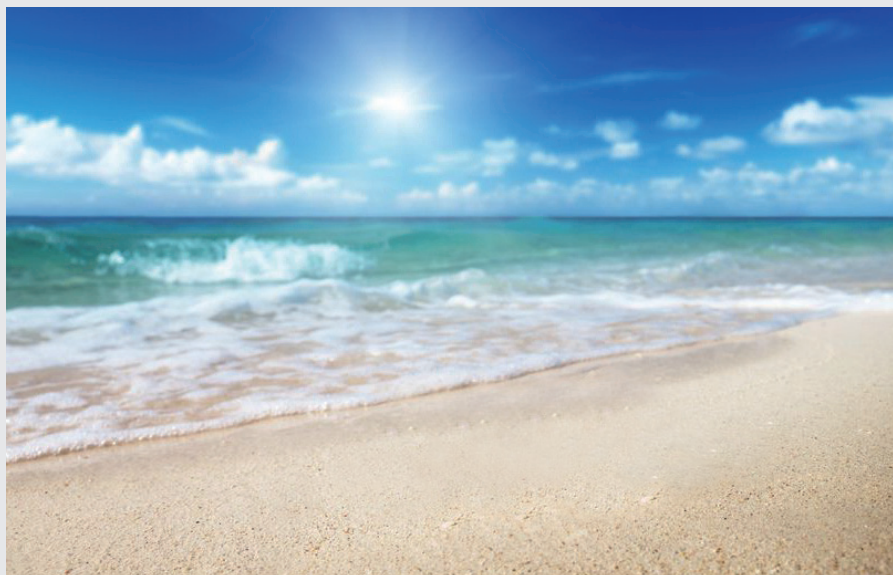
強身以強國鄭律師誠為青年楷模

筆者與鄭律師尊親長期一起晨泳，鄭律師從小陪父母在小吃生意攤吃苦耐勞走動磨練出靈活身段，從學生時代就熱愛羽毛球運動，南北征戰奪獎無數，光是冠軍獎牌就有五個。鄭律師也參與了高爾夫球及登山活動，據稱是其緊湊忙碌工作後的挺好紓壓及沉澱思考方式。前幾年她也獲取玉山主峰登頂成功的證明，其不屈不擾勇往直前的鬥志，正是國內一些吝於付出，徒怨天尤人，只會癡等小確幸，自信不足青年轉而「開創新生命坦途」的最好典範。■



文◎廖茂宏 中華玄機風水命理研究會 理事長

世德因果與命運關係



——般人均謂命理所談的，盡是「宿命論」，所謂「宿命」者，乃佛家之說，佛謂世人於過去世，皆有生命，或為天為人，或為餓鬼、畜牲，輾轉輪迴謂之宿命；然仍可藉修持之功以成佛，而不墮入三惡道，還是宗教上承認後天可以補足先天的。命理非宗教，絕對不假鬼神來說明人命生存發展的情形，大可不必與宗教混為一談，唯事實上若干宗教理論，也有其純正的哲學基礎，並非專談鬼神之事，故應加以澄清而作相當區別，不可一概屏除。

人命的生存發展，乃由於先天時空及後天時空諸種關係，交互影響的結果，固然其發展有必經的途徑，如衰老病死，無人可以移奪。但是，人為萬物之靈，確實有若干可以利用自然控制自然的辦法，如衣食、醫藥、道德、法制等，無一不是用以彌補先天的缺陷，這些控制自然的辦法，不但人類個體可得其利，及人類集體亦可得其福，也為有人類才有這些辦法，所以談命者，應該有如教育家、道德家、宗教家、醫師，確切研究其對象各種不合理的現象，不論生理、心理都須設法加以矯正或治療，絕對不可聽其自生自滅。

天地自然神秘被人類發現而可加以利用者，到今天為止，雖然很多，但不能利用或未被發現者，尚無法計量，研究命理者當然不可自滿自足。故對如何瞭解先天，尚須不斷努力探究；如何以後天補足先天，更須確切注意研究，則人命之趨吉避凶，延年益壽，當可預卜。雖然命理與其他學術同樣不能使人命長生不老，但與其他學術增益人命若干福利，則有辦法的，故不可盡以命定論視之。

所謂造命者，即世之所謂趨吉避凶也。其所論全屬後天的範疇，其立論的基礎，即後天可以補救先天也。其方法則在於後天環境的自行改善，就其內在而言，大概可以分為生理心理兩種；就其外在而言，則舉凡方位、播遷、起居、行為、飲食、藥物、婚姻、名號、親友、同僚、顏色、職業或事業即五行屬性等均屬之。

考其涵義，固有命定的意思，然種瓜得瓜，種豆得豆，人類的智慧聰明，尚有旋轉乾坤的可能，命雖定而非鐵定，只要存心向善，善種福田，則禍患可免，並不以三世報應為限也。命理學雖非宗教的範疇，然就「三世因果報應律」，縮小其時間界限，就現在世看來，則其因果關係，可以說：「昨天種善因，今後得善果；今天種善因，以後得善果。」人類之所以異於禽獸者，即在其能利用自然，控制自然，故能善自運用聰明智慧，則命雖定而不定，一般人強調「人定勝天」並非空談，儒家所謂：「積善之家有餘慶，積不善之家有餘殃。」此之謂也。

現代犯罪心理學上所說「異社會心理」，以為長期生存在一種與正常社會不同的社會裡，耳濡目染，久而久之，養成一種不適合正常社會的生活習慣，一旦進入正常社會，則將無以適應，而動輒得咎。此外，遺傳學上，也說人類的智慧聰明或愚蠢不肖，可能影響其後代

子孫的。故無論從宗教、哲學以及道德各方面看來，世德影響於人命的吉凶禍福，雖衰老病死，仍是無法避免，然善種福田者，其可以減少禍患苦痛，則為不移的事實。

譬如一個經常剛愎自用，作威作福，目空一切，無視人群的共同社會，既無同情心，也乏正義感，所有表現都是原始的獸類習性，則「以暴易暴」其所處遇的人生，必是冷酷的無情的；如果天良未泯，深夜思維，能無抑鬱憂慮之感！如是所得的精神虐待，日復一日，終至心神恍惚，日夜不寧，一遇重大挫折，幾不能以合理的思維以應付，一切不測之禍，都由此而來，即使染上生理上的病患，也因心理上不正常的關係，惡性循環，而難期速癒。

反之，如果一個人平時待人接物，能以「忠恕」之道為準繩，處處表示其對人群的熱愛，有同情心有正義感，則愛人者人恆愛之，敬人者人恆敬之；當他富貴時，有人衷誠的讚美，當他貧賤時，有人衷誠的體恤，這種溫情，可以使人心安理得，可以使人無怨無尤！人群社會知所以可愛，人群社會之所以能進步，實繫於人與人融和協調的關係。故為善積德者，較之暴戾恣睢，無所忌憚，一旦患難落魄或不幸而遭遇慘禍，尚有人咒罵者，實勝一籌。

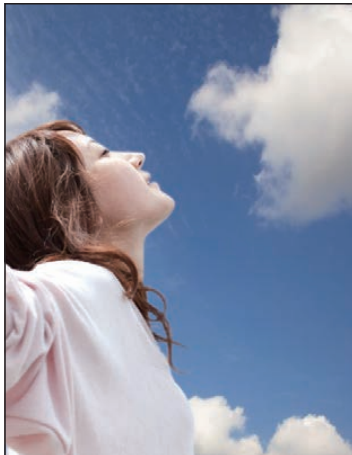
由上所述，可知人命的吉凶禍福，如出生於積德之家，則其一生

的發展，因有可愛而光榮的歷史可以回顧，則自卑感無由而生，益以自小所受優美純潔的家庭教化，超自我的理性，常常控制了自我或本我的感情，不論待人接物處事，多能走上真、善、美的境地，既無患得患失之憂，又無緊張焦慮之苦，其可延年益壽，可以相見。反之，如生於積惡之家，自小受不良環境的影響，即使長大後一時富貴，其潛在的自卑感，仍難磨滅，益以自小養成的惡習慣，也難因富貴而完全改觀，若非有堅定不拔的自制力，實難保其不原形暴露，古稱「忠臣出於孝子」之家，近代公務員之任用，重視身家調查，即此故也。是以人命，無論如何均應以積德為要：吉造者，因積德而錦上添花；兇造者，因積德而逢凶化吉，即使遭遇不幸，亦有雪中送炭的同情者。由是得知：祖宗的積德，可以遺蔭於自己，自己的積德，可以使今後的生活改觀，並遺蔭於後世子孫。■

駐慈暉文教基金會 免費提供民衆諮詢

服務時間：
每周一下午2:00~5:00
(請先行電話預約 電話：8660-0766)

服務項目：
心理、八字命理、占卜、擇日、
安神、宗教、陰陽宅風水解惑。



文◎徐煥竣 將捷建設股份有限公司

草莓世代轉大人

當前社會所謂草莓世代，泛指70年次之後出生，約從十年前開始陸續投入職場的新鮮人，因空有光鮮外表，但缺乏內在實學、抗壓性低等缺點為人詬病，而被社會以爛草莓形容之。

筆者忝為草莓世代一員，與同儕踏入職場轉眼間亦過了數載時光，剛巧近年身邊不少朋友累積數年工作經驗，開始創業，大家認真負責的態度，讓我有動機下筆記錄，一方面算是自抒懷抱，一方面盼能漸漸爬梳整理出屬於我們這個世代的未來可能樣貌。

有木民宿在臺中

翌雪是我的大學學妹，我們是在高中系上暑期營隊中認識的，猶記得營隊最後一天上臺報告時，學妹仍難掩小高中生的生澀，不過轉眼幾年的時間，今年初訪她與先生在臺中開設的有木民宿，從辦理入住手續到退房期間，雖仍舊年輕，卻已具備老闆娘的架式，與入住的客人有說有笑地互動，細數介紹臺中好吃好玩的景點與近期活動如數家珍。

籌備開設民宿的念頭是從即將畢業的大學最末年伊始，歷經學校四年的商管課程訓練，卻無意與同儕一般在畢業後進入企業工作，與男友幾經討論後決定開設民宿，兩人遊歷寶島各縣市後決定落腳臺中，一方面是因喜歡上臺中得天獨厚的宜人氣候與獨特的人文環境，另一方面也是創業成本較臺北相對較低。

說到翌雪的先生還有一插曲，澳門僑生來臺，大學讀的是生物相關科



* 圖片來源：有木民宿

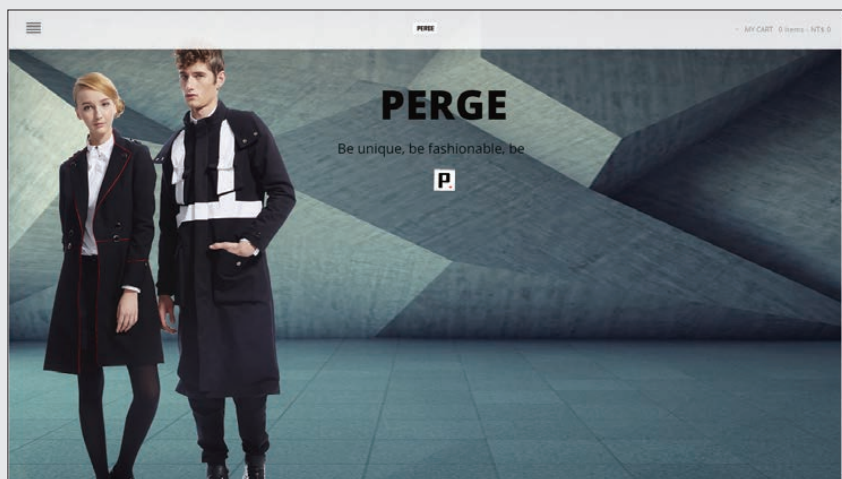
系，畢業專題原本為關於乳癌方面的研究，但在學的最末年因生活重心都在民宿籌備工作上，畢業前夕專題進度嚴重落後，幸運地遇上開明的指導教授，讓他得以民宿議題發表畢業專題，最後順利畢業。

小夫妻倆對於開設民宿原都是門外漢，在籌備開設的一年多時間裡，從簡單木工，每間房間的裝潢風格、家具搭配等都自行摸索學習，一磚一瓦，將原本一間老屋改造成民宿夢想家，更自行研究食譜與食材，提供住宿訪客美味早餐，夫妻倆對於民宿經營的用心，隨著住宿訪客給予的肯定逐漸累積，來客率逐漸提升，事業終於上軌道。

自創服裝品牌－PERGE

康任與志宏是我在服役期間認識的朋友，兩人都對服裝設計有興趣熱忱，夢想著有朝一日能成立自己的服裝品牌，但創業需要資金與技術，於是兩人在畢業後的服役期間毅然決然地簽下四年的志願役，四年的軍旅生涯不算短，尤其在目前富裕的臺灣社會，若非家中經濟困難，一般的小孩除了一年的義務役之外，鮮少有人會自願從軍。

為了想完全依靠自己的力量創業，不希望造成家中的負擔，四年的軍旅生涯中，除了省吃儉用地存下創業第一桶金之外，難得的休假時間亦總是埋首在工作室中盡可能地學習關於服裝用料剪裁等各種專業知識。



* 圖片來源：PERGE官方網站

四年光陰說長不長、說短不短，兩人在去年終於得以順利退伍，與志同道合的朋友成立服裝工作室、自創品牌，從設計、裁製到接單出貨等皆一手包辦。

雖為毫髮末梢技藝，卻是頭頂上真功夫－髮廊

全允是我從高中到大學的同學，畢業後順利進入臺灣最大的電腦品牌上市公司從事主機板行銷工作，儘管公司因為策略正確及產品性能優異在國際市佔率順利提昇、股價亦隨之不斷創新高，但科技業產品週期短的特



* 圖片來源：Sculptor 髮廊

性，新品籌備上市期間超時工作實乃家常便飯，據他形容得頗為傳神：「壓力大到就像每天都在考期末考！」兩年多的工作期間，儘管薪資待遇頗佳、亦有優渥的年終分紅，但科技3C產品畢竟非他興趣，更常因加班無暇顧及生活品質，於是決定辭職與朋友自行創業。

從小就具美學素養、對流行時尚敏銳，適逢高中同學從美國耶魯大學藝術設計學成返臺，兩人經討論後決定合資於敦化南路遠企旁的靜巷內創立了Sculptor 髮廊，原本是間位於二樓的破舊老公寓，經過兩人的巧手與巧思，打掉多餘的牆面，讓房屋三面自然採光穿透，高雅的白色牆柱基調，搭配在歐美各地市場蒐羅空運回臺的復古家具，花了不算多的預算，卻達到了非常好的效果。

裝潢完成後一路從聘請設計師、管銷成本精算、通路行銷等開業歷程都是自己一手包辦，近期更被GQ時尚雜誌報導為臺北最時髦的理髮廳之一。

敦品勵學 愛國愛人

勝涵是我高中同窗，除了天資聰穎成績優異，高中時亦活躍於班聯會、紅樓詩社等社團活動，在當年選填大學志願時，名列前茅的他卻並未依分數選擇時下熱門的商管或法律科系，而是尊從自己早已立定的志向進入政治系就讀，拿到政治學位後選擇了社會所繼續深造。

從高中學生時代就常對社會時事及政治議題針砭入理，而後這幾年陸續參與過野草莓、反媒體壟斷、318運動等，更是去年太陽花運動的核心召集人之一，善於運籌帷幄幕僚工作的他，於學運過後與工

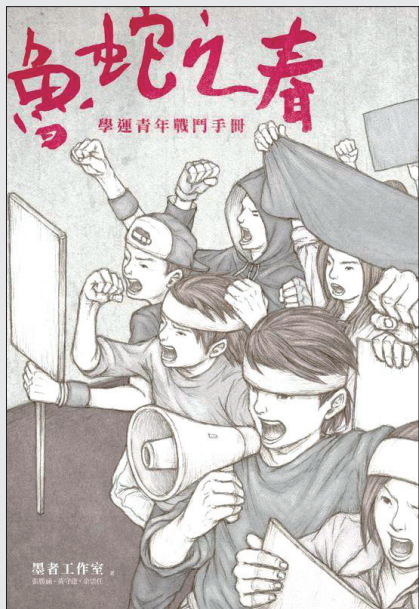
作夥伴們出版了〈魯蛇之春－學運青年戰鬥手冊〉一書，不只為本次學運留下紀錄，更希望將組織經驗傳承予將來願挺身而出對抗腐敗官僚的有志青年。

在執政黨允諾願意公開重審服貿、學運達成階段性任務暫告落幕後，他轉而與一些研究臺灣文學的朋友們創立臺灣青年文史研究協會，今後將致力於守護臺灣文學和歷史課本。

每個世代都均有每個世代的辛苦與幸福之處，我們的祖父母輩歷經殖民統治、戰亂、物資匱乏的動亂；父母輩雖多歷經半工半讀的辛苦，出社會後更面臨上有高堂、下有子女的經濟壓力，但終其一生的職涯中卻適逢臺灣經濟剛起飛的黃金年代，只要肯努力就得以迅速累積財富。

草莓世代的我們出生於臺灣錢淹腳目的民國70年代，從小生活便不虞匱乏，更有幸接受有史以來最完善的教育，然而同時亦面臨最劇烈殘酷的全球化競爭，甚至低薪、過勞、高房價等青年貧窮問題。

所幸前輩們的努力已打造出一個相對富裕且願意接受多元化的社會，而臺灣的人均GDP成長至今已超過\$22,000美元，早已擺脫了過去僅能單純代工、製造生產的工業時代。在富起來的同時，社會將會需要更加細膩創新的服務與精神生活的演繹，也必將追求一個民主更自由成熟、社會更公平的環境，我想這就是草莓世代該接下的棒子，並努力去實現。■



* 圖片來源：〈魯蛇之春〉封面

校園專訪

網溪國小第八任 呂郁原校長

訪問◎曾淑貞·攝影◎黃清棋

父母親對校長的影響

從小鄉下長大，父母現在還是務農。鄉下環境純樸，生活中清晰可見父母敦厚的、與人為善的個性；亦即傳統鄉下的生活方式，我體悟了他們良善的個性，這也影響將來在求學，後來在職場上很少與人計較。在人際關係或農人的辛勤耕耘、努力生營的精神，也承襲到他們走得較踏實不重視物質的態度。

父母親為使給我更多的教育機會與競爭力，捨棄當時相對機會較少的鄉下，讓我跟著姊姊到台北上國中、就學；也因為他們願意放手，無形中讓我們提早學會面對問題、解決問題，培養獨立的能力，因此，在後來求職……的路走來較為順暢，父母親對我的影響很大。

生命中的貴人對校長的影響

一路上貴人很多，應該可說身邊都是貴人，就像我太太常說：『我也是你的貴人』一樣。若說在整個教育的生涯中，一路上其實碰到蠻多貴人，包含從實習老師到校長都在永和區服務，早期在永平任組長時的：顏福南顏校長領著語教系的我，共事幾年的「兒童文學」之製作、發表、經營網站，得到天下雜誌的華人世界，五十個優質網站之一的獎勵，可以說：文學這一塊顏校長對我的影響很大。

後來的周豐章周校長，讓我有機會從組長走到主



任跟隨著共八年，跟著他學到他與同事相處敦厚、真誠之道……等等，他對我的影響很大。後來有機會得到原來熟識的邱承宗邱校長屢次說：『你主任事業已經多年了，應該往前走！』在他鼓勵下我考考看，經過指導，運氣很好一次就榜上有名。到走上校長工作這一階段，我的師傅校長，林蕙涓林校長到任永平時我剛考上派出，因為在同一區，那三年她給我很多指導和幫助，讓我走得比較穩健。

就是常說的：站在巨人頭上看得高走得遠走得更順暢。總之，在教育的路路上感謝很多很多人的提攜和幫助。

校長談校園的特色

教師會常說：『網溪最美麗的風景就是人』，因為從學生來講，素質高，如禮節、生活習性、各項表現，如桌球獲得全國冠軍，昨天剛比賽的全國音樂賽優等，之前推展的藝文活動不管語文檢測或學生的作文都拿到全國很好的成績。在老師方面，一直以來都是要師院師專前幾名才能進到永和區，網溪這幾年不管永和區或新北市的國語文競賽，教師組都是得獎最多的學校。另外，教育部推展閱讀，全國有幾所學校



▲黃清棋副主委(左) 呂郁原校長(中) 曾淑貞總編輯(右)

承辦。我們是教育部核定的新北市閱讀亮點學校，已經第三年，這學期已進入第二輪的三年計畫，在閱讀部分我們是推得測底的學校。

另外網溪是終生學習的學校，目前是有3到85歲的學生，公托預計明後年要開班，即出生2個月開始的。所以從幼兒園3歲開始到小學部，承接而上到70多年成立至今的夜補校、55歲以上樂齡輩，預計是辦0~99歲的年齡都關愛與學習，我們也重視社會教育這一環。

目前適逢學校全面改建，獲得內政部9項鑽石級綠建築校園之獎，新北市極少數得名，也獲得屈指可數低碳校園認證獎勵。我特別重視境教，認為教學有閃失可以補救，環境一營建就是40年50年。與建築師稱一律用綠建材，蓋一棟通風會呼吸的、台灣屈指可數的，獲九項鑽石級的校園。

最後再談到我們是友善校園，去年新北市網溪獲得全市友善校園輔導績優第一名，全國輔導績優學校由新北市小學獲得。提供友善的環境比教學、設備……都重要。學生進來願意接受這環境感到被關懷才是重點。我們的輔導團隊非常堅強，目前全新北市的主任培訓或輔導相關的工作都由網溪在做，可以說我們有較多的資源運用。所以，素質高的人、終身學習、環境、環境營設是我們的特色。

校長對自己期許

初任校長第四年還有很多學習成長的空間，不管是學校經營、課程教學部分以及其他很多地方可以精進。

目前學校優質環境已營建差不多，剩下最後一期就完成，有教學優質的環境，校長應繼續精進，必須搭配一些課程，讓老師和孩子們覺得來這裡是幸福快樂的。一直在思考將一些較沒系統或短暫性的，轉換成孩子們學到一輩子的、可以帶著走的能力。

這2、3年試辦網溪三鐵的活動，畢業的孩子一定要拿到：游泳證照，畢業之前完成教育部的20公尺換氣的標準……等等。也推：校園自行車，因旁邊就是自行車步道，所以我們有自行車課程。再來就是：畢業學生拿到三公里河濱路跑的完賽證明，已試辦第三年。今年配合兒童節，選4月2日運動會，中年級2公里，高年級跑3公里。如果早上8點多到學校他們都在校園裡訓練自己的體力耐力。因為校園整建運動空間少，



就把體育課程納入。本月起小朋友每天8點或10點輪流乘遊覽車到河堤公園試跑，老師們慢慢拉長小朋友們跑的距離，小朋友每天像校外教學。小朋友慢跑、籃球、躲避球、樂樂棒球……，都可在福和運動公園，快樂的進行。

對老師們的期許

網溪推一師一社群，進入第二年，目前學校有8個社群，99位正式老師，大的社群有20幾位，小的有8~10位，每位老師參加一個以上的社群。

希望教師不斷的精進，畢竟專業才是老師一直持續走下去的路，希望老師從8個社群中，找到自己的專業定位教學亮點。如閱讀亮點，是教育部補助的社群，教育局也通過核定4個專業社群，學校自主成立三個社群，老師們的進修風氣興盛。以前辦統一的研習效果不好，講的主題不是每位都有興趣，除非是環境教育，性別平等……之議題，必須拿到研習時數，才會安排到寒暑假研習。

本週起社群開始運作，讓老師找到自己的專業定位，期待社群發展做到結合教師專業發展的評鑑。因為目前就是以教專的模式推社群，像我們的社群比教專做得更細。已辦2年的非評鑑是以社群的角度切入，當有興趣時做出來的都是超過教育部要求的標準，是無痛銜接，例如自辦的閩南語認證社群，朝拿到中、高級認證目標前進，因為母語的台語也是文化傳承的一部份。

當老師們感到環境安全時，會主動安排自己的專業成長，社群的講師費由我們很正面的教師會，理事長出面幫忙爭取，今年也和議員爭取到社群發展研習經費20萬。

對全體學生的期許

只要能幫學生搭舞台，他就會有能力在舞台上綻放光芒。像網溪三鐵人的活動，不管是老師或行政做有意義的結合，不必過多的活動增加孩子的負擔，結合一些例行性的活動辦理。今年開始辦第一屆學生美



展，去年我們學生考上美術班的甚至比有些學校有美術班的還多，有時全部集合起來的不如普遍、平均的受益。今年校慶活動時也要在整修好的藝文場地，辦理第一屆的師生藝文展，讓孩子適性發展，有展現長才的機會而得到一些正向的鼓勵。

另外除0到99歲的新住民及樂齡的長輩，希望他們活到老學到老快樂學習。這些樂齡長輩、外籍配偶在學校裡，讓專職的小學生看到：年紀那麼大了都還在學習，這學習的環境鼓勵學生養成終生學習的習慣。

第三個就是健康，養成規律運動的習慣，安排網溪小鐵人的活動，包含，去年開始辦網溪小當家料理比賽，鼓勵孩子，去做料理創作，重視各行各業不是唯有讀書高，現在的孩子應該去找各種能力，技巧好修好車子，會讀書的，手不一定巧。去年試辦小當家料理比賽，認識健康疏食，當辦活動時，回去和父母的互動增加。有一位家長在新竹煙波飯店當主廚，小朋友回去請同學到他家，他爸爸教那組學生做出五星級料理樣子的菜餚。給他舞台，即是那種學習共同體跳躍的能力，即是當他有動機、興趣時，就有舉一反三的跳躍式的成長。

對社區的期許

學校和社區是共興共榮的生命共同體，所有學生來自社區，透過學校的全面改建，帶動社區的發展，包含我們周邊的道路，都因校園改建而拓建，以前2、30年無法闢建的道路，現在由小巷闢成8米巷。我們也提供社區近650個停車位，未來的操場是開放的，永和地小人稠要多一個公園來。

學校和社區是互助互榮的，學校的更新發展帶動整個社區的改變，和頂溪一樣有很多老舊社區，因學校的更新帶動整個社區都更。對面的SOGO百貨快蓋到20樓，後面整個道路闢建之後，都更也談到差不多了。

經由學校、教育的都更帶動，讓這位置在整個永和中中心環節的社區，和學校一起都更起來呈現新的氣象。

對學校整體的期許

網溪今年第47年，永和最老的是永和、頂溪、網溪，有近五十年歷史，現在校舍的部分，是新北市最新的也是環境最好的，我們希望，在硬體的改變之下，希望大家在這麼好的環境之下老師和行政怎麼來努力，帶給孩子一個信心和勇氣，就像阿德勒輔導學派提到：給孩子愛、關懷和勇氣，才是他一輩子可以承受問題和挑戰的能力。所以需給



孩子信心，提供孩子們舞台讓他揮灑他的創意，讓他覺得他在幸福的學校。

感動與分享

很喜樂我們能夠邀請到 呂校長，在百忙中給我們時間，在守衛的和藹接待下，進入處處充滿智慧、動人有很多詩意的校園，這時呂校長已滿滿笑容的相迎，讓人感覺溫馨無比。在他侃侃而談時更深刻他經營學校的信心、方向與努力。

呂校長承襲父母敦厚的、與人為善的個性，踏實不重視物質的態度，早早培養他獨立的能力，父母親對下一代的影響真的很大。而感到身邊都是貴人的他，讓他走得比較穩健，這個思路我們可以學習。他經營的校園點出：優質的人、終生學習、會呼吸的環境、友善校園的環境營設的特色。這些閃亮的特色在我們身邊時同樣要珍惜要努力精進並沐浴在其中。讓自己及身邊的人感到有信心和勇氣，找出專長有舞台，在人生的舞台上努力做自己到老，讓生活充滿快樂與未來。

網溪國小新規劃的綠建築，象徵師生強健的體魄，加上網溪三鐵活動的實施、學校的經營理念、課程教學以及其他很多方向，如共八個社群：……台語認證社群、閱讀亮點、藝術治療、由市立教育學院趙家琛院長帶領，專長是行為治療ADHD 亞斯伯格症、自閉症的惜福會，給班級帶來輔導技巧和策略，繼續的精進中。

網溪也是一所難得的第一名的學校。■

打破「教育的心牆」之我見

文◎吳美玲 新北市永和區頂溪國小 教師

探訪「學習共同體」的聖地 ——濱之鄉小學

在「學習的革命」一書中，佐藤教授對「學習共同體」就哲學的觀點下了這樣的定義：(1)公共性哲學(2)民主主義的哲學(3)追求卓越的哲學。就在這樣看似簡單的哲學論點，而重新找回逃離學習的學生，那股力量正逐年在發酵中。這樣改變力量，除得到日本教育界的重視，漸漸的也開始引起國際間教育界的關注，日本國內、韓國、大陸、東南亞，也紛紛效尤。

環顧現在複雜的社會型態、多元資訊的隨手可得、經濟狀況的牽動、家庭因素的不確定；以上這些生活的元素，都可能間接影響教育環境的優質化。我反覆思索、細細咀嚼箇中道理，這樣的教室風景真的有可能存在嗎？是理想國的論調？是小校少班才有可能做吧？我心中頓時，有很多的問號。還是大和民族的民族主義的另一種行銷呢？

我秉持著對教育的熱忱和真理的探究精神，滿懷欣喜來到日本，想一窺「學習共同體」的神秘面紗——濱之鄉小學。車子行經高速公路，天晴，從那可瞭望白雪皚皚的富士山頭，距離雖遙遠但山頭上的白



雪，在太陽照射下閃閃發光，如一片虛擬的明鏡，依稀在我眼前。下了高速公路，接著是遼闊翠綠的田園和座落道路兩旁的低矮房舍。鄉間小路，與對面來車相會需減慢速度，沒有喧鬧聲，感覺就像是一個小村落。

不久來到濱之鄉小學了，她樸實的外表和簡單的建築矗立在我眼簾；灰黃的牆壁，與我原來的想像有很大的差距。但當我們的團隊每個人手扛攝影機又背照相機在那發亮的地板換上脫鞋時，學生安靜的隊伍經過我眼前，我感受到那樸實表象的背後醞釀著無限的力量。

全校師生在大禮堂排成口字型，大合唱揭開今年教師年會的序幕，那嘹亮的歌聲、浸韻歌聲中的眼神和那莊嚴的氣息，令我驚艷。接下來是全校開放觀課、音樂科和五年級社會科的教學觀摩、參觀各班與老師對話、下午全校公開議課。沒有跑道的操場、沒有上下課的鐘聲，老師上課不用麥克風，教室只有簡單的教育目標張貼在黑板的正上方，原來教育也可以這樣做。

學習共同體的教與學

五年級的社會課教學觀摩，「專題型學習」課程是15小時的自動車單元，座位安排每四人一組，上課時除了教科課書、參考書，每個孩子會依照自己的理解重點做筆記。之前是安排班上相關行業的家長到班分享，課程開始，幫他們複習之前的概念。老師準備很多相關的表格和資料，接著以某一報紙的報導進行今天的提問；整個發表和討論過程都是以人的問題為主軸，老師讓每個人講自己的感想，讓孩子試著思考，使每一個人都有每個人的想法，隨時串連孩子的講話內容，並回歸文本本質。老師只做點頭反應和身體語言回應孩子的發表和對話。討論的最後不一定要有答案，今天的主題也可以是明天課程的延續。老師專業的展現是來自於事前的課程準備，「協同學習」的對話是發展「伸展跳躍」學習的關鍵方法。老師透

過教室觀察，在課堂引導孩子對話；課程設計讓孩子學習與文本對話、學習與自己對話、學習與同儕對話。

低學力的孩子也會在自己的學習鷹架上透過思考和對話，而達到Vygotsky認知發展近側發展區間（簡稱ZPD），「伸展跳躍」學習就產生了。班級氣份，討論熱絡時，有同學專注聆聽的眼神；一片靜寂靜寂時，有同學耐心的等待。這就是「學習共同體」的學習模式，也是那樸實表象的濱之鄉小學背後力量的泉源。佐藤教授將這樣的教育理念在濱之鄉小學實踐數年，透過課程設計展現「民主主義」哲學教育觀和「追求卓越」哲學的對話是教室的學習風景，當我身歷其境體現到，我不得不衷心的佩服他，能有如此的智慧和遠見。

從教室觀察到課程的翻轉

佐藤教授對日本教育改革的執著，給我的感動，讓我重拾教學的回憶；是在某一個星期三的早上！第一節下課鐘聲響了，大部分的孩子都一窩蜂往操場跑，下課對孩子來說，是多麼喜悅的事！我正在幫一位孩子做補救教學，從我背後傳來Apple round, Apple red, Apple juicy, Apple sweet,……的哼唱聲音；這不是剛剛英語課我教孩子的歌謠嗎？

雖然並沒有明確的唱出歌詞的內容，但聽起來那感覺是輕柔的，當我轉頭望去，讓我驚訝的是唱歌的孩子是班上平常上課注意力不易集中的孩子，但在哼唱中那陶醉的眼神卻令我印象深刻。當下我心中浮現了一些想法；就多元智慧(Gardner, 1983)的觀點而論，對某些孩子而言，舞蹈和音樂或許是啟動另一道通往學習之門的鑰匙？

於是，我決定將國語教學做了一次課程統整，來佐證自己的教室觀察，希望藉著不一樣的教學設計和活動，可以有效觸動孩子的學習；新詩文體在一年級國語課程內容有極重的份量，連結童謠和新詩的相關性，設計一套童詩寫作的教學活動進行公開觀課；在

教學進行中，透過孩子舊經驗侃侃而談，課堂同儕交互表述、聆聽和課堂中老師適時的串連，使回歸學科的本質。短期記憶的學習策略在造句教學和口述作文教學上的運用，過程使學習者感受到學習的樂趣，而擁有學習的成就感。

不同的鷹架如果在老師有效串連和回歸，另一個跳躍學習也會同時產生。童詩寫作教學、進而仿寫新詩和小週記的習寫，儼然就是一個跳躍學習的真實教室經驗。

隨著學習觸角不斷的延伸，和對教育專業的實踐理念。這些年來我一直在尋找一些有效教學的可能吧！就學習動機的認知理論（Murray, 1938）而言，成就需求是基本需求之一。個體有追求成功的傾向，此種傾向即成就動機（Atkinson）。班級經營和在教學現場的觀察，如果學生學習的成就感一被觸動，加上老師繼續有效引導，良好的學習態度是可能被內化進而建立養成學習的習慣，且喜歡上學習。尋找如何在班級經營和教學中，更有效幫助低成就孩子的教學方法，所以那歌聲和閃爍的眼神，也讓我試著想對教學內容和課程重新作另一種詮釋。

重現台灣教育的「桃花源」

在濱之鄉小學參訪當日行程中，參觀各班與老師對話時，我來到二年級內野有加里(Yukai Uohino)老師的教室，她是一個非常客氣且年輕的老師，一畢業就來到濱之鄉小學任教，至今已快滿兩年。當我們在比手劃腳時隔壁班的富裕紀(Yuki Togashi)老師進來幫忙解圍，透過他的英文翻譯我們找到對話的平台。她分享二年級語文課程教學的想法；學生在文本裡找出喜歡的語句，先說出自己的想法，再兩兩一組說出想法，同時也聽聽對方的想法，之後再向全班說出自己的想法，課程的重點，在提共孩子不斷對話的機會，相對沒有像台灣有所謂的學校期中考試的進度壓力。當然老師也要分享自己對故事真實的感受，讓孩子體會到老師對故事是充滿興趣的。同年級平常也有一致

的練習單，題目結合課文的內容，再次加強對文本的理解。我心中正納悶著並問她，不到兩年在濱之鄉小學，她如何熟悉這裡的教學型態和模式？這時富裕紀老師和內野有加里老師相視而笑，讓我瞭解原來學校老師共同備課已是他們必然的習慣，學校平常並沒有太多的活動來影響老師的教學，透過備課老師互相學習。

教育改革不易，歷史就是歷史，失敗也是另一種學習。但就國際觀和國家競爭力而言，厚植國家實力，人才的培育刻不容緩。在這教育改革的洪流中，教育當局應站在多元的角度正視問題，才能對整個教育制度重新配置正確的良方，我們的孩子才可能由改革的客人成為改革步調的主人。

從教育出發，讓世界見看到台灣；目前國內中小學校園文化有些還是行政領導教學，校長對課程和教學的專業有待深化，班級老師所需的教學資源受到限縮，學校活動是為辦活動而舉辦，和課程嚴重脫勾。若要確實落實「學習共同體」的教學，免流於形式化，型塑寧靜的學習環境、優質的校園文化、學校行政團隊的支持和校長的教學領導才會是成功的關鍵。

老師的教學現場就我個人的看法需具備兩大元素：（1）設計「專題型的學習」課程：以學生學習出發，組織清楚的學習脈絡，才能構築學生的學習力，得以有能力為未來生活作準備。（2）老師的教學素養：有效的班級經營，老師本身要有課程設計的能力對課程熟捻，才能得知教學進行中如何觸發學生學習和攪動課程。

希望行政服務教學，教學領導行政，不再是口號。不管您身處那個教育現場，請揚棄個人的優越感，同時才能提高教育的高度和視野，放低我們的身段與孩子並肩學習，用謙卑的心擁抱孩子，並尊重教育的本質且身體力行，才能感動人心。那「如沐春風」的濱之鄉小學的學習風景，才能重現在台灣的教育現場，「學習共同體」的本土化經驗才能在台灣生根。■

築塔人

文◎陳宜均 桃園市觀音區觀音高中二年級

深灰色的烏雲壟罩四方，如監獄中那分沉重的壓迫湧上心頭，細密如絲的細雨覆蓋城鎮，如支撐牢籠的柱子切斷自由。我走在回家的路上，黑色的後背包是牢不可破的枷鎖，裡頭沉重的書是鉛塊，讓人寸步難行。即使想逃離卻看不清方向，或許是天色太過黑暗，或許是雨水朦朧視線，或許是習慣了這種被壓迫的生活。

回到家，耳畔響起熱切的叮嚀：「段考就要到了，要用功讀書，別再玩了。」又是這幾句老話，從國小一路讀到高中，這幾句話似乎已成了每個老師段考前必說的經典名言。即便肚子裡滿是抱怨，最終還是不情願的拿出課本。翻開課本，一大堆符號映入眼簾，我突然有股想闔上書的衝動。深吸一口氣環顧四周，小巧可愛的房間堆放著一疊疊厚重的課本，地板散落著這次段考要考的書籍，宛如小型批發商，每過一年總會進新貨並把無用的貨品處理掉。

呆呆的看著書上的文字、符號、天文數字及不討人喜歡的圖片，我忽然有種感覺，這些東西像是沙和土，而學生則是築塔的工人，努力把這些東西按照順序壓縮成磚塊，再一一往上堆砌成高塔，一年復一年這塔越蓋越高。而穩住塔使塔不倒的是一塊塊的磚頭，但不是每塊磚頭都是實心的。就如同課本的每一章節都不是全明瞭一般，這也使這座塔蓋得搖搖欲墜，每砌一層都是在賭命。這時候也是在比誰的技術比較高明，誰砌得比較扎實。而風和雨就是一場場試煉，看哪座塔禁不起考驗而崩塌！



一陣大風一場大雨，磚頭粉塵從高空落下，伴隨它的是淒厲的風雨，失敗的築塔工人重摔在地，痛苦與不甘心全爬滿臉龐。這類的失敗者只有兩種選擇，第一種是打掉重建，第二種是找份工作投入另一種比賽。

有驚無險通過試煉的工人們，看著塔底那驚心動魄的慘狀，只能再接再厲蓋著高塔，努力把塔蓋得堅固牢靠，蓋得高大雄偉。直到築塔者切斷父母庇護時，這才發現自己被困在自己築的塔中。漆黑陰暗冰冷的塔裡如同小型監獄，沒有樓梯只有一扇窗戶，窗外耀眼的陽光，翠綠的草皮，寶藍的天空及自由的空氣，每一樣都近在咫尺，卻也都遠在天邊。

此時習慣高處的築塔人，變得眼高手低，多半不願拆掉高塔去找工作。每天如童話裡的長髮公

主般，只盼自己的這座塔夠迷人耀眼，能得到王子的眷顧，讓王子帶著自己離開高塔，投入薪水高福利高的職場。但不是每個築塔工人都如此幸運，不受幸運之神眷顧的築塔人，卯足全力繼續蓋著高塔，希望有朝一日能得到有心人的賞賜。就如同不願面對現實的大學生，讀完了大學又接著讀研究所般，希望憑著高人一等的學歷就能輕鬆找到好工作。

一次次的失望一次次的打擊，有些築塔人發瘋似的一躍而下，鮮血濺在辛辛苦苦蓋的塔上；有些築塔人落寞地拆著自己的心血，默默的離開這場可笑的比賽；有些築塔人成了古代思夫者，吃著老本，一心一意等待自己期盼的人出現。變調的比賽，失去意義的築塔。隨著舊的高塔崩壞，看著新的高塔崛起，一切只是一場選拔的儀式。古塔中的知識已乏人問津，畢竟職場的規則與塔裡的知識並沒有太多的關聯。何時能改變，已是個謎，唯一確定的只有塔將會越建越高，而會有更多的築塔者發現自己被無用的知識與虛假的自尊困死在塔裡。

雙眼飄向窗外，灰暗的天空中，找不到一絲細微的光線，只剩烏雲與細雨靜靜的陪伴，而我仍舊蓋著高塔……。■

校外教學記趣

文◎黃品淳 新北市永和區頂溪國小四年級

我期盼的校外教學終於來臨了，11月11日這天是一個風和日麗的好天氣，真是適合我們校外教學參訪。

一早集合完畢，車子就往板橋新北市政府出發，第一次來到市長辦公的大樓，感覺很新奇，但是又不能大聲喧鬧，接著來到「進城看藝術」的表演廳，這場表演的名稱叫做：夢境冒險王，這場表演真的很好看又有意義，也讓我從中學會了體諒別人，而勇氣呢？是我不足的，因此要努力去學習的。離開新北市政府時，大家的肚子早已飢腸轆轆了，所以我們就在車上享用午餐，大家都吃得好滿足。下午我們到土城的「牛扎糖博物館」，一進到大黑松小倆口就看到五花八門的商品，先參觀牛扎糖的製作過程，也是吃了各種口味的牛扎糖，大家都大快朵頤的吃著，接下來的重頭戲是我最喜歡的，DIY「鳳梨酥」，糕餅師傅教我們親手做鳳梨酥，製作過程簡單又有趣，而且烤好的成品也非常漂亮，吃起來很美味嘍！

參訪活動結束了，但我還依依不捨，還想要繼續做鳳梨酥，因為我對烘焙很有興趣，因此這次的校外教學體驗，帶給我很多收穫，希望每次的校外教學都能安排DIY的活動。■



難忘的畢業旅行

文◎林鈺庭 新北市永和區頂溪國小六年級

人生唯一一次的小學畢業旅行終於來臨，大家都非常興奮，討論的話題總是圍繞著畢業旅行。當天一早，大家開開心心的從頂溪國小出發，我們的領隊一小名，在車上一直說我們很吵，其實真正最吵的人就是他。

過了一會兒，我們到了第一個目的地-麥克田園農場，下車時，看到一群被小名妝扮成小鬼、蒙面俠、和小兔子等怪模怪樣的人魚貫下車，害我不禁笑了出來。在麥克田園農場最令我印象深刻的是搗麻糬；當原本粒粒分明的糯米搗成黏黏的麻糬時，非常有成就感。此外，將南瓜子、芝麻、花生、和茶葉混在一起磨成粉狀也很有趣，謝宜叡同學為了得到第一名，拼了命的努力磨，還弄得滿頭大汗呢！烤肉也很有趣，這是我第一次和同學一起烤肉，我覺得很開心，除了烤肉，還有我們自己摺的板條可以吃，我吃了好幾碗喔！

下午五點多，我們抵達馬武督渡假村，體驗滑草，我在五歲時曾玩過滑草，不過已經沒有印象了；滑草很好玩，不過有些人不小心翻車了，讓人覺得既好笑又恐怖。在馬武督渡假村令我印象深刻的是晚會，晚會的活動我不喜歡，我不喜歡跳那種奇怪的舞，也不喜歡那麼大聲的尖叫，也有些人不喜歡這種活動。剛好馬武督位於山上，沒有光害，所以我們就躺在地上看星星，可惜躺不到一分鐘就被老師發現，不過，馬武督真的是很棒的觀星地點，在結束這場「戰爭」後，我們終於可以回到房間休息了。

隔天吃完早餐後，我們就到六福村，一開始我



們先坐猛獸列車，搭乘猛獸列車可以近距離的觀賞動物，這是個新鮮的體驗，解散後，我們這組玩了很多的遊樂設施，不過我只玩了兩種，其餘的我都不敢玩，只好幫同學顧東西。時間過得很快，兩天一夜的行程就要畫上句點了，我們搭車回到了學校。

這次的旅程令我十分難忘，我體驗到早期客家人的辛勞、領教了領隊大哥哥、大姐姐的恐怖也和同學們度過了最美好的兩天一夜。■

秋風 秋楓

文◎盧佳欣 新北市永和區及人國小四年級

楓 葉飄了下來，點綴秋風，街道兩旁的楓樹，為城市繫上一條火紅的圍巾。人們穿起厚厚的大衣，將領口緊緊拉住，似乎不大歡迎秋的來到。我打開窗戶，看著楓紅的街道，嘴角微微上揚，因為我知道，我的好友秋天，即將來訪。

金黃色的稻田，在夕陽的餘暉下，燦爛美麗。隨著太陽下山，農夫的身影逐漸遠去，揭開夜晚音樂會的序幕。秋蟲「唧——唧——」的叫著，東北季風頑皮的在街道穿來穿去，把行道樹弄的沙沙作響。最後，在月亮姐姐的甜美睡容，畫下完美的句點。

清晨，清新的空氣洗去昨夜的吵雜，帶來新的一天。我漫步在公園裡，涼爽의秋風令人感到神清氣爽。我手裡拿著澄黃色的柿子，邊走邊吃，將柿子放入口中，甘甜的味在嘴裡散了開來。火紅的楓葉，隨著風，在地上跑跑跳跳，玩起捉迷藏。

秋天像是多愁善感的少女，十分浪漫卻又帶點感傷。她總是穿著落葉的長裙，留下惆悵的足跡，讓大地鋪上一層斑黃。天氣逐漸變冷，秋風就要離開，帶著蕭瑟的氣息遠去了。我關上窗戶，相信不久之後，當我再次開啓窗戶，秋楓便會再次來到這裡，與我再次相遇。■



黑心油事件

文◎林裕晟 新北市永和區頂溪國小四年級



最 近電視新聞不斷報導黑心油的事情，這些黑心油看起來很噁心，可是卻被我們吃進了腸胃、肚子裡，真是令人擔心。

以前我們喜歡吃煎餃、雞塊、薯條等等食物，而且覺得外面賣的東西比較好吃；現在我終於知道為什麼媽媽常常叫我盡量不要吃這些東西，原來它可能用「黑心油」炸！也可能裡面添加了化學物品，雖然很好吃，但可能會影響身體健康，所以一定要小心謹慎。

台灣一直有「美食王國」的稱號，卻因為有「黑心油」事件，讓我們大家戰戰兢兢，不敢在外面用餐，我希望政府對食品能管理嚴格一點，廠商也能有良心一點，讓我們吃得安心。

為了我們的健康，所以不要常買外面的食物，最好能自己在家烹調，也不要常吃零食，更希望台灣不要再有黑心食品出現，讓我們能吃得健康，過得快樂。■

校外探索與學習

文◎薛伊庭 新北市永和區及人國小五年級

今天是我升上五年級以來的第一次校外教學，大家滿心期待與盼望，能和新同學一起到校外探索學習。

到了目的地--慈濟關渡文化園區，一位師姑便開始向我們講解地球暖化的嚴重性。她說：「最近各國所發生的天災，其實有一部分原因是因為人類破壞生態的平衡，大自然進行反撲。例如地球暖化使得海平面上升，低海拔的馬爾地夫正準備舉國搬遷到斐濟。」聽完師姑的一番講解後，全班都蹙著眉頭，神態極為「嚴肅和煩憂」。師姑又教導了我們如何愛護地球，我們也答應師姑會在生活中，力行「節能減碳」的行動。

接著，我們到十步外的另一區位，再由一位熱情的師姑教我們如何做資源回收，口訣是：「瓶瓶罐罐紙電一三五七」。一是指衣服，師姑呼籲，我們如果有不要的衣物可以捐出來，必要時拿來賑災；三是指3C產品的使用要訣；五是指五金的回收；七是指其他雜項物品，包括雨傘、玩具等的回收再利用。我們在現場看到各種再生物品的新面貌與新生命。例如：舊的牛仔褲做包包、打包帶做收納籃、寶特瓶做毛毯和布鞋等，琳琅滿目、五花八門的物品竟是用回收物品所做成的，全班都看得目瞪口呆、瞠目結舌，原來用一點巧思，垃圾真的可以變黃金。

接著，我們進入攝影棚、靜思書軒參觀，許多專業攝影器材與圖書，令大家驚嘆連連。這時，師姑手上拿了個大碗，裡面放滿了紙捲籤條，我跟著大家抽了一個，裡面寫的是「對人感恩，對己知足，就是幸福人生。」嗯，真是很有哲理！接著，我們觀賞關於印尼的班加格魯垃圾場影片，片中低階層的



拾荒者，每天在瀰漫著惡臭的垃圾山中，翻找可賣的物品，一天的工作長達十幾個小時，卻換不到一餐溫飽，令人動容。反觀我們，過著豐衣足食的生活，在大快朵頤時，應該自我節制，吃多少拿多少，不要貪心，也不要浪費。

師姑在餐廳向我們介紹「如何像皇帝一樣用餐」：五指緊扣著碗，並將碗端起來靠近嘴巴。大家一邊享用著內裝美味蔬菜、炸素肉、素火腿、龍鬚菜和炒蛋的便當，一邊欣賞著「生命小鬥士」影片。影片中的主角雖然天生就少了一隻手，但她不怨天尤人，沒有自暴自棄，做起事來比一般人還要勤快，甚至去參加了小鐵人三項競賽。這個行動不便卻勇敢樂觀的女孩，是值得大家學習的好榜樣。用完餐，我們依依不捨地向園區揮手道別。

這是一趟溫馨與感動的知識、人文之旅，這樣的學習很特別，謝謝學校的費心安排，我很喜歡！■

歡送Craig老師

文◎張天翼 台東市光明國小四年級

——月二十七日日是我們的休業式，也是學校歡送英文老師Mr.Craig的日子。

早上九點，全校師生來到操場歡送Mr.Craig，Mr.Craig要回到以前教書的地方---香港。每班都有送Mr.Craig一個紀念品，三到六年級各班還要派一個同學出來致詞。再來是姿穎老師說一段話，她送Mr.Craig一套青花瓷郵票。校長也有致詞，並且送Mr.Craig一條印有中華民國國旗的圍巾，還有把Mr.Craig上課的照片做成一本紀念小書送給他，之後就是各班同學出來講感謝詞和送禮物。

我們班送Mr.Craig一張可以摺疊的畫，上面畫著一隻在尤加利樹上的無尾熊。這幅圖畫讓我想起Mr.Craig出給我們的第一道考題：什麼動物睡在尤加利樹上，一天睡二十三小時卻只醒著一小時，都不喝水？那隻無尾熊正是代表澳大利亞（Mr.Craig的家鄉）的動物。圖畫的後面貼著我們寫給Mr.Craig的卡片。我們還送他一個書包，上面寫著「有你真好」幾個大字。副班長雅玟說：「Please Open」。書包裡面貼滿了我們和Mr.Craig的照片，讓Mr.Craig好感動。歡送會結尾，我們全校一起唱 You Are My Sunshine。最後Mr.Craig跟我們全校183位同學擊掌和擁抱。輪到我的時候，我跟Mr.Craig擁抱，並且跟他說：「Please Don't Forget GMPS！」Mr.Craig跟我說：「OK！」這是我跟Mr.Craig說的最後一句話。

回到教室，我們全班都哭了，老師也是；我則抱著我的老兄陳蔡礎澤哭。

老師突然跟我們說：「我們去跟Mr.Craig最後一次合照，好不好？」全班都一起說：「好！」所以我們又衝出教室去跟Mr.Craig合照。



歡送會時，最讓我難忘的就是Mr.Craig說：「我去過大陸、香港、韓國、柬埔寨等地方教過書，覺得在台灣最開心。你們的英文能力不是低，也不是中，而是非常優！光明國小是我教學生涯最棒的地方，我永遠記得你們！」這一段話讓我非常感動。

我希望Mr.Craig在香港能夠平平安安，健健康康。和Mr.Craig分手讓人很傷心的另一個原因，應該是擴音器還播放一首傷心的歌：Time To Said Good Bye。最後還是真心希望Mr.Craig教完香港的課程，再回來光明國小教我們英文，我還想被Mr.Craig再教一次。Mr.Craig，I Love You！

光明國小張月昭校長說明：103年9月，台東市光明國小向縣府國教輔導團，申請一位外籍教師駐校擔任英文教學師資，搭配原有的英語巡迴教師一起在教室施教。這位來自澳洲的英文老師Mr.Craig，教學非常認真，不只擅用各式英文教具來上課，也設計許多生動活潑的教學活動吸引學生學習，讓本校學生對英文課十分喜愛。有機會和外籍教師當面對談，練習說英文，對學生而言也是難得的經驗。可惜，Mr.Craig因為生活因素決定上學期結束後即離開台灣，全校學生都非常難過；學校特別在休業式當天，為Mr.Craig舉辦隆重的歡送會。這篇文章不只可以見證學生對Mr.Craig的喜愛，對Mr.Craig而言，這段台灣教學行程，應也是一段印象深刻的人生經歷。■

財團法人慈暉文教基金會 2015年慈暉學苑



Facebook 歡迎點讚加入“慈暉文教基金會 愛傳遞”粉絲團

環境保護 系列講座 免費

與中華民國荒野保護協會合作，透過自然教育、棲地保育與守護行動，介紹自然景觀，認識台灣之美，提升生態保育的概念。

課程時間：
每個月第一個星期二 下午2:00~4:00
(課程資訊依開課前確定為主)

4月7日	台灣自然生態之美	荒野保護協會培訓志工講師
5月5日	地球日影展 (影片 + 導讀)	
6月2日	氣候變遷下的挑戰與行動	
7月7日	節能綠生活	
8月4日	重新看見海洋	
9月1日	海洋影展 - 海洋塑化記 (影片 + 導讀)	
10月6日	發現溼地之美	
11月3日	與大自然做朋友	
12月1日	台灣自然生態之美	

養生保健 系列講座 免費

與署立雙和醫院合作，為您的健康把關。

課程時間：每個月第二個星期二 下午2:00~4:00
(課程資訊依開課前確定為主)

3月10日	年後身體大掃除	雙和醫院復健醫學
4月14日	正確用藥	雙和醫院藥劑師
5月12日	糖尿病知多少	雙和醫院新陳代謝科
6月9日	認識中風	雙和醫院神經內科
7月14日	沈默的器官 - 認識肝硬化	雙和醫院社區醫學部
8月11日	淺談皮膚過敏	雙和醫院皮膚科
9月8日	享壽人生 健康樂活	雙和醫院復健醫學治療師
10月13日	明日的記憶 - 認識失智症	雙和醫院精神科心理師
11月10日	酷酷嗽不會好 - 肺結核防治	雙和醫院胸腔科 / 社區醫學
12月8日	冬令進補	雙和醫院營養室營養師

文化台灣 系列講座 免費

與財團法人李登輝基金會合作，邀請各領域傑出專業人士，分享人生歷程或專業領域上的表現。

課程時間：每個月第三個星期二 下午2:00~4:00 (課程資訊依開課前確定為主)

3月17日	用鏡頭典藏台灣	陳次雄 / 台灣知名攝影家
4月21日	台北的街頭巷尾 - 台北的老街歷史	莊永明 / 吳三連台灣史料基金會董事
5月19日	發現台灣鐵道美學 - 台灣經典車站與車窗風景	李欽賢 / 台灣美術史學者
6月16日	台灣的辦桌文化	張景煜 / 東華大學觀光暨休閒遊憩學系助理教授
7月21日	島之國 海之名 - 台灣海洋文化與歷史	戴寶村 / 政治大學台灣史研究所教授
8月18日	咱的語言咱的電影 - 談台灣台語電影	李福鍾 / 政治大學台灣史研究所副教授
9月15日	天氣俗諺透露天機 - 以天氣俗諺講台灣諺語之美	李勤岸 / 台灣師範大學台灣語文學系教授
10月20日	台灣歌仔戲的文化與傳承	廖瓊枝 / 台灣知名歌仔戲演員
11月17日	台灣歌謠與文化	陳龍廷 / 台灣師範大學台灣語文學系副教授
12月15日	藝術台灣布袋戲	李俊寬 / 李天祿布袋戲文物館執行秘書

影片欣賞 免費

課程時間：每個月第三個星期二 下午2:00～4:00（課程資訊依開課前確定為主）

4月28日	美學台灣	介紹台灣藝術家	72分鐘
5月26日	時尚台灣	國際時尚舞台上的台灣	72分鐘
6月23日	滋味台灣	台灣的飲食文化	54分鐘
7月28日	慶典台灣	台灣鬼月文化	54分鐘

8月25日	慶典台灣	台灣元宵節文化	51分鐘
9月22日	台灣拼熱鬧	台灣廟宇文化	50分鐘
10月27日	路-The way (上)	鄒族部落文化	50分鐘
11月24日	路-The way (下)	鄒族部落文化	50分鐘

慈暉合唱團 收費標準歡迎洽詢

特聘請指揮老師李素真及鋼琴老師江美慧指導，於每週二、四上午9:00～11:00 練唱，不定期代表本會參與公益活動
歡迎對歌唱熱衷的姊妹報名參加。

才藝課程 10或12週 / 每週上課1次 / 收費標準歡迎洽詢

時段 \ 星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 10:00 ~ 12:00		古典創新舞 王翔樟 (9:30~11:30)	排舞 許合妊 (10堂)	國際標準舞 王美精	古典創新舞 王翔樟 (9:30~11:30)
			日語基礎 高優子 (10堂)		
下午 2:00 ~ 4:00	金曲歡唱 李素真	日語會話演歌中級 吳彩雲	書法研究 曾璽	山水國畫 黃慶源 (14:00~17:00)	日語會話演歌研究 吳彩雲
	唱歌學英語 簡秀珍		金曲歡唱 李素真	歡唱 GOGO 邱麗卿	歡唱 GOGO 邱麗卿
			國際標準舞 王美精		
			日本舞 蕭慧瓊		
晚上 7:00 ~ 9:00	日語漢詩研習 高錦泉	英語基礎會話 Ed Reckner			國際標準舞 王美精
	國際標準舞 王美精	國際標準舞 王美精			身心療癒瑜珈 許熙彤 (19:00~20:30)
	歡唱 GOGO 邱麗卿				
	烏克蘭麗 李麗敏 (10堂/19:00~20:00)				

- 參加對象：不限男女及年齡系列講座皆免費（本會學員可持公益集點卡計點）
- 洽詢電話：02-8660-0766
- 本會地址：永和區中山路一段26號B1樓
- 電子信箱：tsuhuei@ms35.hinet.net
- 網 址：http://www.fabulousgroup.com.tw
- 服務時間：週一至週五08:00～12:00及13:30～17:30（星期一、二、五至晚上21:00）
- 交通資訊：

公車路線—中正路242,248,249,262,249,250,264,670,624,809 中山路51,706
永和路5,51,57,214,227,242,248,249,250,262,304,624,670,706,809,A線
或搭乘捷運中和線至頂溪捷運站轉免費公車A線或步行約三分鐘

歡迎加入
慈暉終身學習的
大家庭

慈暉學苑 ▶ 才藝課程介紹特輯

日本舞

課程介紹：

日本舞是一門深具文化涵養的藝術，「舞姿優美」、「動靜皆宜」，往往搭配日本演歌，將歌詞裡的喜怒哀樂在動靜之間細膩地呈現，非常適合對舞蹈、演歌及日本文化有濃厚興趣的民衆。

講師 / 蕭慧瓊（韻雅舞蹈藝術中心師資）

講師簡介：

蕭老師師承紫流家元一翁敏華老師，翁敏華老師是首位自創日本舞流派的臺灣人，蕭老師跟隨翁老師習舞多年，是翁敏華老師所創立的韻雅舞蹈藝術中心的正式師資，有多年與翁老師協同教學的經驗，時常參與社區活動與公益表演，並曾參與日本、馬來西亞等國際性比賽，更於今年參與全球最盛大的才藝選秀賽—「亞洲達人秀」。

上課時間：每週三下午14:00~16:00

課程特色：

- 1.學習日本和服的著裝基礎。
- 2.學習日本舞蹈之神韻並掌握舞曲細膩動作。
- 3.藉由學習日本舞養成美麗曼妙的身形與氣質。
- 4.以「快樂學習、體會日本舞蹈藝術之美」為課程宗旨。



日語基礎

課程介紹：

自五十音開始教起，並漸進式的帶入基礎會話、文法等日文課程，教學方式輔以教學卡片、歌曲等多元教材，讓學員在一個輕鬆、有趣的氛圍下學習，培養能夠自然開口說日文的能力。

講師 / 高優子（大塚優子）

講師簡介：

日本人，畢業於京都Notre Dame女子大學(主修英文)、美國 The University of Findlay研究所(主修英語教學與雙語教學)，曾於美國、日本、台灣三地教授英、日語，精通中、英、日三種語言，已來台10年並曾於科見日語與台北海洋技術學院擔任日語老師。

上課時間：每週三上午10:00~12:00

課程特色：

- 1.日文50音教學。
- 2.以教學卡片、日本兒歌輔助記憶。
- 3.漸進式帶入基礎會話、文法課程。
- 4.「無壓力的學習、認識日本文化、勇於開口說日文」是本課程的宗旨。



財團法人慈暉文教基金會 大學以上優秀清寒學生 獎學金頒發辦法

一、宗旨：

以關懷與獎助新北市地區優秀青年學子努力向學成為品學兼優社會中堅，並發揚本會「改善生活環境，提昇生活品質」之宗旨。

二、申請資格：

凡國內公私立大學以上院校在學學生具備下列條件者得向本會申請：設籍新北市滿一年以上，上學年度上下學期在校學業成績平均80分以上且操行優良、家境清寒並有證明者。

三、獎助方式：

國內公私立大學以上院校在學學生共50名，每名頒發助學金貳萬元整及獎狀。

四、申請日期：

2015年8月1日至10月15日止，逾期不予受理。

五、申請表件：

- | | |
|-----------------------------------|----|
| 1. 申請書（須用規定用紙） | 一份 |
| 2. 全戶戶口名簿影印本或戶籍謄本 | 一份 |
| 3. 前一學年之全年度學校成績單 | 一份 |
| 4. 本人二吋半身照片（貼於申請書上） | 一張 |
| 5. 自傳及作文（請詳實敘述家庭背景及奉獻社會的志向，約700字） | 一份 |
| 6. 在學證明文件 | 一份 |
| 7. 清寒證明文件（公所、里長） | 一份 |

※ 申請書需使用本會規定格式，可影印或向本會索取。

※ 各項通訊資料務必填寫清楚完整。

※ 申請表件請自行留底，恕不退還。



六、評審方式：

由本會教育委員會依據申請文件詳細評審後，初選通過者送本會倩聯委員會進行家庭訪問，實際瞭解家庭狀況，俟本會董事會複審確定後，以書面及電話通知得獎者。

七、頒發方式：

配合本會大型公益活動時公開頒發，請受獎者親自領取並務必全程參與活動。

各申請詳細辦法及申請表格

請於 <http://www.tsuhuei.org.tw> 下載

或電洽 02-8660-0766 謝秘書

壹、計畫緣起：

慈暉針對老年、成年及青少年各階層辦理社會教育課程及活動，提供社區居民學習成長機會，落實全民教育，以改善生活環境與提昇生活品質為宗旨，並以符合設立宗旨之相關公益性教育事務而持續努力。

每年所支付的房屋租金是一筆龐大的開銷，若會館能由目前的承租狀態轉為自有狀態，以安心並永續為社會服務。

現今房地產長期看漲，市區可供建築之空地價位又高不可攀，我們嘗試尋求各種設立永久會館的可能性，但過程中總會涉及整修、改建、裝潢等狀況，再相較鄰近地區其他一樓以上房屋，每坪動輒四、五十萬元以上，皆不是本會現今財力所能負擔。而目前會館地點機能便利、交通便捷，若趁早購置的確較容易負擔，因此向社會發出此需求訊息。

雖期間內必須自行負擔房貸，但就長期而言，對於本會財務穩定、會務發展有非常大的助益。如三年內募款順利，還清所有貸款，所省下的利息可轉化做更多的服務。

貳、購置計畫內容：

- 一、會館標的：新北市永和區中山路一段24,26號B1樓建物及31個機械式停車位
- 二、建物面積：280.59坪
- 三、總價：新台幣4,500萬元
- 四、銀行貸款：新台幣3,600萬元
自備款：新台幣900萬元
- 五、銀行貸款新台幣3,600萬元整預計分十年償還，每年籌款新台幣360萬元整。
- 六、發起募款計畫，且專款專用，早日還清銀行貸款。

參、募款辦法：

- 一、本募款專款專用於購置會所，不得移作他用。
- 二、為感謝捐款大眾，本會特訂定表揚辦法如下：
 1. 凡捐款達新台幣50萬元(含)以上者，聘為本會名譽董事。
 2. 凡捐款達新台幣5萬元(含)以上者，聘為本會名譽委員。
 3. 凡捐款達新台幣1萬元(含)以上者，聘為本會名譽會員。
 4. 歡迎小額捐款，每筆捐款將收錄於購置會館捐款名錄內，永久存藏。
- 三、懇請社會大眾踴躍捐獻，共襄盛舉。
- 四、募款明細將刊載於Fabulous美雜誌秋季號中。

財團法人慈暉文教基金會

購置永久會館 給慈暉一個家

募款
計畫





您可以放鬆舒壓的慢活基地

台東唯一星級評鑑《五星級》國際觀光酒店
HACCP食品安全、節能減碳行動標章、防火標章認證
翠園中餐廳榮獲2013年穆斯林餐廳認證

- 276間舒適豪華客房
- 設有歐風西餐廳、中庭咖啡廳、翠園中餐廳、大小型宴會廳及會議場所
- 休閒中心 ■ 兒童娛樂廣場 ■ 藝文中心 ■ 商店街
- 電腦遊戲區 ■ 養生水療館 ■ 娜路彎劇場



秘密&禮物

將捷2015雙和首開美學

一個未來捷運吸引力地段

一幢來自老朋友的禮物

一席先知先得的限量24、32坪



外觀3D示意參考圖



將捷美華

MANSION & WONDERFUL

俚風格美學 | 捷運24、32坪
限量席次 專人接待 歡迎預約 | 2567-3200

投資興建 | 將捷建設 營造施工 | 忠明營造 建築設計 | 林長動建築師事務所 建照號碼 | 103中建701號

