

美 Fabulous

知識・人文・環保・休閒

2009 春季號 慈暉人第 28 期

封面故事

楓林 野溪 美人湯

美的宣言

青年笑笑

生活與休閒

淺談印度及中歐布拉格
之宗教建築
沙烏地阿拉伯的回憶

特別報導

建築界努力的新方向
2009年台灣心鄉土情系列課程

校園心聲

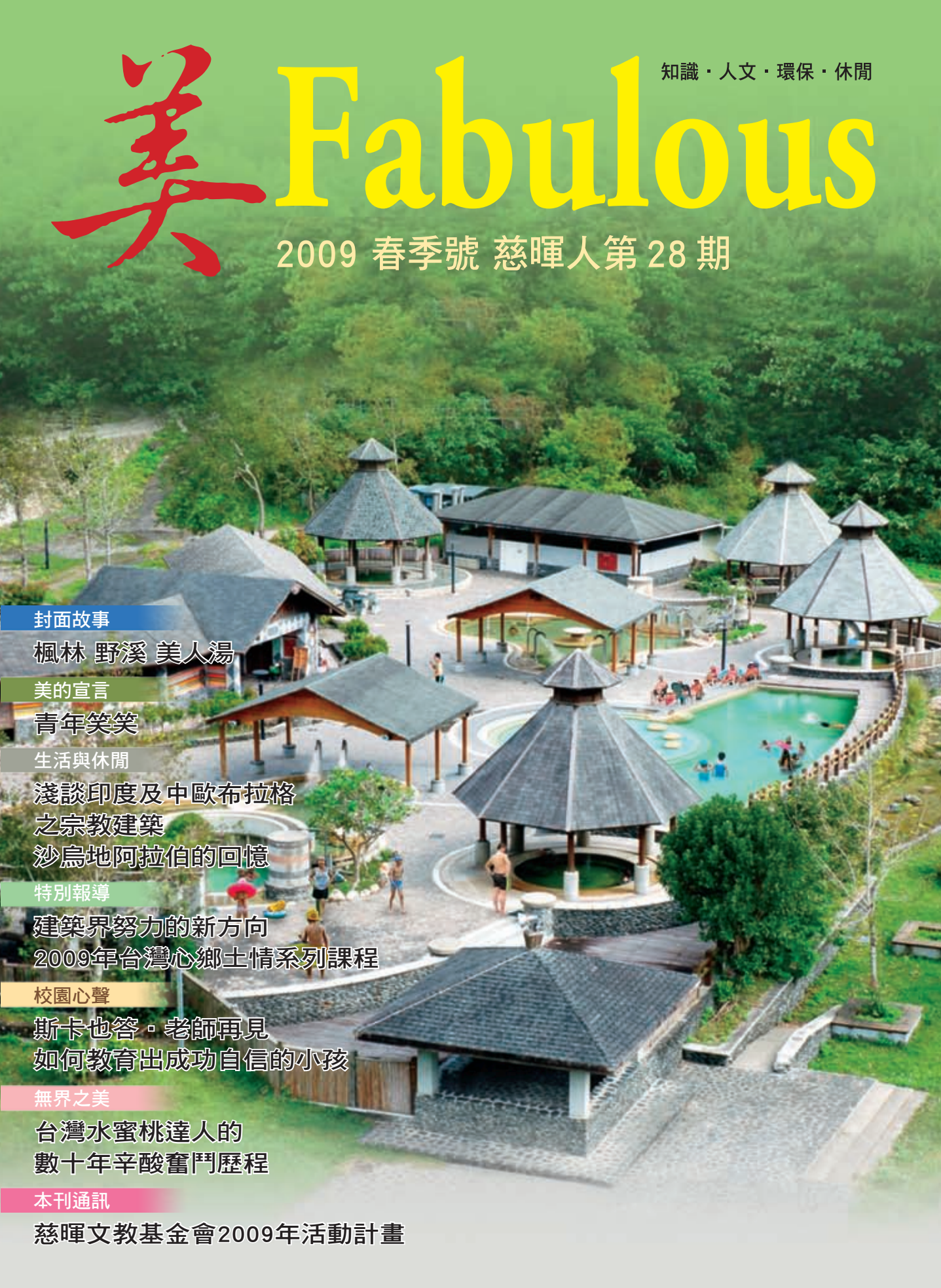
斯卡也答・老師再見
如何教育出成功自信的小孩

無界之美

台灣水蜜桃達人的
數十年辛酸奮鬥歷程

本刊通訊

慈暉文教基金會2009年活動計畫



圓山官邸

Yuan-Shan Moden Castle

將捷豪宅系列・捷運官邸靜巷

2009 春季號 慈暉人第28期



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
財團法人台東縣林坤池基金會
台東娜路彎大酒店
將捷股份有限公司

編輯委員會
總編輯：曾淑貞
委員：李喬穎、林均虹、林梅婷、戎莉芳、
陳景明、陳曉健、黃清棋、鄧慧敏、
謝宜霖（依姓氏筆畫排列）
文案彙整及校對：慈暉文教基金會秘書處

劃撥帳號：郵政 18201662
所在地：台北縣永和市中山路一段26號B1
電話：02-86600766 傳真：02-86600767
E-mail：tsuhuei@ms35.hinet.net
Http：//www.tsuhuei.org.tw

美術編輯／印刷：
采泥藝術印刷股份有限公司
台北縣中和市建康路160號11樓
電話：02-22219969

出版日期：2009/5/1

本期出刊五萬份，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

歡迎投稿至慈暉秘書處 tsuhuei@ms35.hinet.net 或總編輯 pan.cloud@msa.hinet.net

2 編輯報告／曾淑貞

封面故事

4 楓林 野溪 美人湯／娜路彎大酒店

美的宣言

7 青年笑笑／陳景明

生活與休閒

10 淺談印度及中歐布拉格之宗教建築／彭千宜

13 嘗試打獵的樂趣／娜路彎 育樂部

14 簡述花東縱谷的觀光開發／張振乾

16 沙烏地阿拉伯的回憶／劉義弘

18 王功一日遊／范增海

20 五星主廚到你家／娜路彎 餐飲部

22 來去台東伴手禮／娜路彎 藝品店

特別報導

24 建築界努力的新方向／黃南淵

26 2008年日本東京都市更新考察心得分享／朱佩如

30 有機建築大師・萊特／李喬穎

32 關懷鄉土—2009年台灣心鄉土情系列課程
／林育任

34 我是小小藝術家—秋韻寫生比賽／慈暉文教基金會

37 法律須知—進行法院調解程序／李永然

藝文呢喃

38 清風拂面笑滄海／黃清棋

39 真氣的相喚／伴雲

社區溫情

42 後山歡聚故鄉情／張富峰

43 台南烏山頭水庫、南元休閒農場之旅／王年夫

44 慈暉心 溫馨情 奉獻社區 感動人心／郭育伶

45 給慈暉文教基金會的一份感謝／王振樺

46 參加永和市市長盂歌唱大賽／谷文中

47 敲門 一定會有人在／台東生命線

校園心聲

48 斯卡也答・老師再見／李玲惠

50 如何教育出成功自信的小孩／吳淑芳

52 踏訪關渡自然公園濕地／趙家德

54 想念／陳艾琳 合作／李潔 讚美和批評／嚴怡婷

無界之美

56 台灣水蜜桃達人的數十年辛酸奮鬥歷程／鄧慧敏

本刊通訊

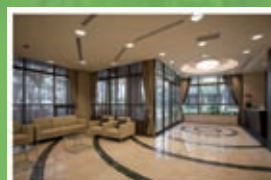
60 慈暉文教基金會2009年活動計畫

62 慈暉文教基金會獎助獎勵辦法

63 慈暉學苑2009年課程內容

64 慈暉學苑才藝課程介紹特輯—日本舞踊

慈暉學苑才藝課程介紹特輯—活力瑜珈



將捷集團

CHIANG CHIEH GROUP

●投資新建：將捷集團 將捷股份有限公司 ●建築規劃：林長勳建築師事務所
●內裝設計：和群室內裝修股份有限公司 ●貴賓洽詢專線：0800-010-199
本公司網站 www.jump-victor.com.tw

編輯報告

曾淑貞

簡介

慈暉文教基金會厚望民淳俗厚，受大家歡迎之和諧、健康、美好的公民社會樣貌呈現於心靈，以「社區化、學習化、國際化」之理念確實實施、永續推動於社會。復將人類的良知良能、人際互動、普遍關懷的各門課題、溫馨成果……每年定期出版春、秋兩期「美FABULOUS」雜誌，其涵蓋之主要領域包括十個主題。

自1994年3月創刊單張版面的「慈暉人」至「美FABULOUS」雜誌，已進入第15年。多年來慈暉文教基金會的功能及編此雜誌的努力，受到各界的支持及肯定，就文章內容或版面的編排言均有長足的進步，雜誌已發展成重要區域的、無界限的知能、藝文發表與分享的園地。雜誌默默的扮演了安撫慰勉、禮教興倡、家庭和睦及純淨心靈……的不可或缺的角色。

回顧參與編輯近七、八年來，雜誌的產出仰賴林長勳董事長引導執行長、主任委員陳景明教授及編輯委員會，也借重了雜誌重要的貢獻者如：「美FABULOUS」雜誌的投稿者、提出見解的主管、審稿的編輯群。大家不辭辛勞讓雜誌持續運作發展，提昇「美FABULOUS」雜誌之品質。而慈暉的謝祕書更扮演了孕育一期又一期雜誌的重要推手，逐步的更美編了「美FABULOUS」雜誌。而慈暉文教基金會外，於2005年21期起更得力於台東娜路彎大酒店、優質建設將捷股份有限公司經費之挹注及其主管、專業人員等等之貢獻心力，使「美FABULOUS」雜誌編輯成果扶搖直上得以茁壯。

當今雜誌深受校園、社群讀者所喜愛與重視，屢屢獲得了各行各業專家的稿件，讀者亦紛紛在〈本刊通訊〉主題中之活動、課程內容畫面中欣賞全心投入者，共同體驗深得那種筆墨酣暢興會淋漓的情境。讀者也將其他各主題之文本、照片反覆咀嚼、深入體會所含的精華，雅俗共賞分享喜悅或廣為引用於日常生活中。

如本期：

【封面故事】的〈楓林 野溪 美人湯〉圖文是：屬台東娜路彎大酒店經營權的「娜路彎紅葉溫泉親水公園」。有屬中性碳酸氫鈉之泉，紅葉村鳥韻清新配合滿山遍野緋紅飛楓，



長年吸引泡湯族輾轉尋覓而來，終得半酣、柔軟香溫才流連忘返。

【美的宣言】由陳景明教授撰文的〈青年笑笑〉圖文是作者觀察現實個人主義抬頭的社會中，從生活細節中提出的多點生活須知；暢談為人父母身體力行教導晚輩懂得誠信、先貢獻資源予社會、如何排解各方來的壓力、自我情緒的管理、呼籲社會機會均等的重要以及政府確切完整規劃青年工作方案的不宜容緩……等等，促使大社會的青年都笑笑的專文。

【生活與休閒】由7篇文章所組成，〈旅遊建築之淺談〉：敘述建築與生活的關係如同人與陽光的密切，本圖文是探訪印度，探討古代建築有如其文化的多樣性，融合了伊斯蘭教各種宗教的精華，在藝術與建築成就上，綻放了璀璨無比的光彩至與「蒙兀兒」風格被發揚至顛峰，並描繪有趣的宗教故事。〈嘗試打獵的樂趣〉：圖文敘述娜路彎大酒店之育樂部延續去年的小牧童樂趣，帶領小朋友仿原住民揭開以「竹子」為生活主要材料的秘密，還作出有葉子的香味又香又Q，美味的竹筒飯喔！吃飽喝足後一起上山打獵去的體驗報導。〈來去台東伴手禮〉：實品是提醒您今天洗過薰衣草沐浴乳、玫瑰花洗髮精，吃過洛神花酥、鳳梨釋迦酥、綠茶酥了嗎？是愛美麗、健康快樂一族特別喜愛的篇章。〈王功一日遊記實〉圖文記載作者於假日與同仁的家庭，組成小旅遊團享受搭遊覽車到彰化天后宮拜碼頭、鑽神轎、欣賞歷史悠久的古蹟、城隍廟、三山國王廟……摸乳巷，再拿著道地的名產，買木屐，前往目的地王功漁港，觀賞招潮蟹與彈塗魚的行動及出海摸到蜆丫的快感，嚐人間美味生蚵仔……景觀特殊的旅遊記，生活中這種愉快的感覺真不可少呢！

【特別報導】由6篇文章所組成。〈建築美學經濟的發展主軸〉作者黃南淵先生是建築界的翹楚，認為過去硬體建築，力求堅固、

耐用、美觀，就足以滿足一部分人對居住的需求，然而近代社會型態急遽變遷，過去的建築思維可能要跟著修正，因而提出「建築美學」的呼籲：下一代建築應蘊涵「有人性化」、「有文化」、「社區有共同生命」等等軟體元素，真是鞭辟入裏，發人深省。作者李喬穎的〈有機建築-建築大師萊特〉圖文敘述：萊特大師保有自己本土風格，主張「有機建築」、「草原風格」，每座建築都有自己的特色、濃濃的人情味。建築的生命，反映出人類的精神需求。欣賞文章知道：原來建築與藝文一樣要有「詩的精神」讓讀者對建築有了更深層的美感。《關懷鄉土-98年度台灣心鄉土情系列課程》：報導本年度延請名師授予臺灣教育改革、電影史……客家與台灣文學一系列，深、廣的課程，讓「台灣心 鄉土情」能深植台灣人的心中。〈我是小小藝術家~秋韻寫生比賽〉畫與文報導：慈暉文教基金會2007年首度舉辦「秋韻」寫生比賽，豐碩的成果。2008秋韻聯合2公會擴大舉辦比賽，將美麗的畫作製作成書籤，歡迎讀者來到慈暉文教基金會索取。而2009秋韻寫生比賽辦法正醞釀中，期待您與您的家人、朋友們即將到來的暑假中來參與這場真善美的藝文饗宴。

【藝文呢喃】有2篇章，〈清風拂面笑滄海〉為黃清棋本雜誌副主委（筆名季榕）近作小品之一。從「生死學」研究的角度，不憂、不懼面對生命，宏觀生命的初發；練習寫遺書、立遺囑，微觀生命的圓寂，滄海一笑不亦快哉的述說。〈真氣的相喚〉短篇小說是本雜誌主編的短篇小說之一，作者善於長、短篇小說創作，常在各報副刊以不同筆名發表作品。其小說以關愛弱勢尤其女性的生活為其特色，其文筆細膩被稱為文字中有畫、如詩的小說作家……。篇章故事感人讓感同身受者為之動容，如看著銀幕不禁潸然淚下。本篇〈真氣的相喚〉是屬男、女之間「性」的關係，呼籲以「寬容、關愛」的心善待身邊人，即和諧、融洽的生活必須有的「生之呼喚」。

【社區溫情】是6篇章所組成，〈慈暉心溫馨情 奉獻社區 感動人心〉、〈給慈暉文教基金會的一份感謝〉是由台北大學郭育伶、陽明大學王振樺同學，分別在不同的領域裡學習認真，成績優異，榮獲基金會頒發獎助學金，真是可喜可賀！難能可貴的是郭同學和王同學，在給基金會的回函中，一再表示感謝捐助獎學金的長輩給予鼓勵，他們一定會善用這筆款項充實自己，將來回饋社會的理想值得學習，肺腑之言真是令人感動。

【校園心聲】有4篇章，吳校長的〈如何教育出成功自信的小孩〉是篇小論文，探討：對於下一代的教育，家長和教師都應謹慎，孩子應有自己的夢想。父母師長應正視孩子的能力、特質和興趣。孩子需要具備「準備好未來」的八大能力；而提供信任和穩固的家，一起經歷並面對生活中的困難與挫折，能幫助他愈挫愈勇，邁向成功之途等等論述。而李校長的〈斯卡也達·老師再見〉強調「芝蘭之化」乃為師者之本職，是篇愛的教育感人的故事，敘述一個學生的思想、性格或習慣，受到校園、環境給予愛的影響，在不知不覺中潛移默化的真實故事。

【無界之美】〈臺灣水蜜桃達人的數十年辛酸奮鬥〉圖文並茂，敘述王宜忠夫婦，意志剛強雖受盡挫折仍能堅持不變，奮鬥到底的真人真事，讓讀者相信憑著百折不挫的精神，終能獲致成功的道理。

除此之外，以上主題內之各小小篇章，都值得細細品味共賞。當然愛心工程是沒有止境的，每一本雜誌的發展應有遠景，編輯會議中有初步之共識與期待。

近期發展

- 一、擬思考如何增加國內、外投稿誘因，廣為徵稿依主題類別儲存於資料夾中，並將目前之非完全電子稿進步至完全途徑暢通的電子稿件收稿，使編務制度化。提早編輯校稿訂定下期刊主旨，可提昇文章品質、強化雜誌內容。
- 二、為使人力平衡可增進編輯委員。多尋問可挹注經費及提供人力的公司參與「美FABULOUS」雜誌愛心合作之可行性，如此董事長提：擬將半年期刊增為季刊出版的計劃實施後，雜誌內容將更為豐富，慈暉、娜路彎、將捷公司愛的心血讓社會更獲益良多。
- 三、可考慮增加回顧性文章類別，以本期雜誌中之重要議題，於次期主動徵議題稿，寫回顧性、相關共鳴性文章，以提昇文章之引用率，提高「美FABULOUS」雜誌之影響力與知名度。

其他

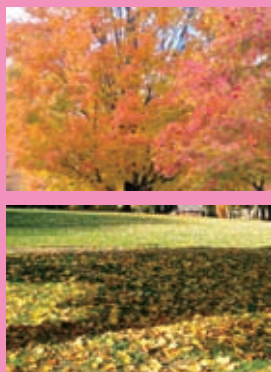
目前投稿數量已在增加，本期來稿尚保留數篇，未獲刊出的朋友，請期待「秋季號」刊出，敬請指教。

楓林 野溪 美人湯

紅葉頌

今日，我們在紅葉翠谷邂逅
 今夜，我們在此找到了未曾相遇的夢
 感動，大地凝聚了與世無爭寧靜祥和的芬圍
 黎明我捕捉四處飄浮的山嵐
 暮色中飄渺的雲絮讓我抱個滿懷
 青山說：您已踏進我的心扉
 綠水說：朋友我為您洗淨紅塵的鉛筆
 但願您在此留下美麗的記憶
 乞求您記得將垃圾帶離青山
 朋友們請您一起來疼惜這美麗的一切
 當我們漫遊花東縱谷兩大山脈之間
 倘佯在大自然畫布之情懷
 當下應讓來自地心深處的暖流保住他清純的美意
 邀您來共同體驗與大自然和睦相處的感動
 讓此份用閒雅點綴緘默與真摯的愛無盡昇華直到永遠

娜路彎大酒店紅葉溫泉管理部 敬啟



台東娜路彎大酒店已於2008年11月26日與觀光局花東縱谷管理處完成簽約，正式取得台東紅葉溫泉經營權，並已於12月28日重新開幕，正式更名為「娜路彎紅葉溫泉親水公園」。當前雖面臨全球經濟大環境不景氣，娜路彎大酒店仍看好位於鹿野溪中游的台東紅葉溫泉，屬於中性碳酸氫鈉泉，地理位置四周群山環抱，白天享受森林芬多精的氛圍、夜晚坐享星辰之美！而台東縣紅葉村因滿山遍野皆是楓樹圍擁而得名，紅葉溫泉可說是具「楓林 野溪 美人湯」特質，娜路彎大酒店加碼投資、逆勢操作，以五星級經營管理能力，整合資源、重新改裝的取向，以新面貌提昇服務品質，預計將為台東旅遊市場帶來上千萬產值！

台東的紅葉溫泉

台灣的紅葉溫泉有兩處，一處在花蓮，一處在台東。台東的紅葉溫泉位於延平鄉紅葉村，紅葉溪蜿蜒的流經台東縱谷，形成紅葉谷這處沖積平原；紅葉村中布農族散居，紅葉國小是當地唯一的一所小學，校園中紅葉少棒紀念碑，引人回想一段永不褪色的光輝時光；而紅葉國小對面的鹿野溪谷就是紅葉溫泉的源地，自國小旁的小路直行，大約需要30分腳程，到達紅葉溪下游底，便可發現崖壁下方河灘中滲出的熱水，即所謂的紅葉溫泉區。

紅葉溫泉泉質介紹

紅葉溫泉區泡湯溫度攝氏42度，出水口溫度143度，產能及產量充足，泉水清澈且泉質甚佳；紅葉溫泉依地質分類，屬於中央山脈大

南澳片岩區的變質岩溫泉，紅葉溫泉酸鹼值約pH6.4，含碳酸氫根離子794ppm，鈉離子約487ppm；據傳紅葉溫泉具有治療一般傷口、燙傷、胃腸病、膽囊炎及初期肝硬化的功效，吸引許多泡湯族不辭輾轉尋覓而來紅葉溫泉泡湯、戲水。尤其此紅葉溫泉鄉，有時風輕雲淨，有時碧靄氤氳，景色真是怡人，鳥韻更是清新，無怪乎！男男、女女回家時終得半酣、玉軟香溫。

娜路彎紅葉溫泉親水公園

紅葉溫泉區還規畫了5座涼亭式的SPA溫泉池、3座冷泉池和一般溫泉池賞景步道、星空風呂裸湯區、涼亭、烤肉區等等設施，十分完備，這對於喜愛溫泉之旅的泡湯民眾而言，真是一大福音！娜路彎紅葉溫泉親水公園的設備猶如五星級溫泉飯店，精緻齊全，讓民眾可以在大自然中盡情享受更優質的野溪溫泉。

紅葉的溫泉、楓葉、綠樹

紅葉溫泉區還規畫了露天飲品座、販售店、男女衛浴設備等附屬設施，讓民眾來到紅葉溫泉，有賓至如歸的感覺，盡情的體驗好山、好水、好風景的饗宴；高山



中森林芬多精的氛圍，更是吸引著我們的到訪。品嚐著娜路彎大酒店美食，更是一大享受，如此的景緻、佳餚，也造就了娜路彎大酒店觀光旅遊的一大風潮及另一高峰。建築主體、設備規劃、景觀設計、城市街廓模擬……等，均需投入相當團隊，做好完善的規劃，於施工階段應兼顧品質及品管，其建築後續使用期間之保養、維護及設計創意的演繹，更有賴承購者之認同，三方互動，方能營造永續理念。

處於現今資訊時代的我們，就建築藝術及數位建築的體認，除了導入「永續」的理念外，更應體認「品牌」及其「社會責任」。

服務設施

- (一) 泡湯SPA區：入園門票不分平假日每人NT\$150，兒童110~140公分或65歲長者可享優惠票NT\$100。
- (二) 星空風呂裸湯區：入園門票不分平假

- 日每人NT\$250，不開放兒童進入。
- (三) 草皮區露營：平日營位NT\$300起，假日營位NT\$400起。
- (四) 烤肉區：平日每人NT\$200起（不含食材及用品），平日每人NT\$530起（含食材及用品）。
- (五) 餐飲休憩暨娛樂區：洛神花汁每杯NT\$90，晚套餐每客NT\$180起。
- (六) 一泊二食紅葉溫泉泡湯樂（雙人NT\$4,300優惠價至2009年6月30日）：娜路彎大酒店住宿一晚、歐風自助式精緻早餐、紅葉溫泉泡湯（四人以上免費接送）、自助式精緻晚餐、免費使用娜路彎大酒店設施（戶外水療館、鹹水養生游泳池、室內健身房）、飯店至台東機場或火車站接送、免費觀賞原住民舞蹈表演。



台東娜路彎大酒店
地址：台東市連航路 66 號
訂房電話：089-239888

娜路彎紅葉溫泉親水公園
地址：台東縣延平鄉紅谷路 120 號
電話：089-561165
網址：www.naruwan-hotel.com.tw

青年笑笑 與父母及青少年對話

慈暉編委會主委 陳景明



物質豐富卻歡笑不足的青年

台灣青年從兩、三歲就接觸各種玩物，養大各種玩興，無奈金錢來源未能如自來水供應，其想玩樂的時間也被課業排擠，稍長幾歲就面對升學競爭，還須煩憂家庭問題或個人健康，成年後又須到處求職，面對前途的不確定性，漸漸的很多青年的笑容都不見了，甚至已住進華廈的金孫輩青年還會感覺活得不耐煩而往樓下跳，其根本問題須予解決。筆者擬藉此文說明政府、父母與青年本身應分擔之責，籲請各盡本份，讓台灣青年經由充實自己、職場順利、健康身體，直到對自己的前途與國家未來有信心，能有豁達樂觀的心情，笑顏逐開。

政府與父母教養小孩之責

很多人忙碌很久後仍收穫有限，倒也看到一些演藝人員或網路界老闆衝刺三、五年後遇到機運即成就一番事業，造成不少青年只期待類似後者之速成，急功近利，稍未能如願就煩躁遷怒。政府應正確教育，提供富足生活與教育資源，並讓每位青年有公平成長機會。父母師長須在青年生長過程中適度關愛，主動瞭解子女遭受到的各種挫折、壓力與痛苦，協助疏導其壓力，開釋人生道理，改以平心靜氣態度學習，逐步體會人生，提昇其邁入社會後之調適能力。以期青年在遭遇更大難題時，願意嘗試先自行排解煩悶。教養過程中，父母還須帶引小孩學做各項家事及與親友同學交往，陪同國小低年級小孩完成學校功課，陪同高年級及國中小孩子度過夜晚及假日看書的時段，另亦培養其良好居家生活習慣及在外待人接物之禮，分享小孩安全知識，教以服務、協助他人的方式，啟發其作活潑多面向的思考，節制物欲及抗拒不當誘惑之方，以及忍耐、捨己、寬容、饒恕、感恩、贊成多數、尊重少數等等做人之道。

藉由個案誘導青年奮發向上

小孩都愛玩又很排斥讀書、做工之苦。父母可比較台灣小孩和他國孩童幸福或淒苦的實情。筆者檔案中二〇〇五年七月七日的聯合報的圖片，有位年僅四歲，雙眼流著眼淚的巴基斯坦小女孩桑妮雅·胡山，為了配合其父親賣藝，必須躺在碎玻璃上，讓父親一腳踩在胸膛上，另一腳踩在她下腹部，小孩是何等痛苦。再翻閱二〇〇五年三月十一日香港東方日報，有位七歲印度女孩雙腳穿著夾趾拖鞋，走在約兩米高的麻繩上賣藝賺錢時，她的生命很不值錢。另者，美國新總統歐巴馬目前是風風光光，但他出生不久其父親即回非洲肯亞，讓他對父親印象很淡，看到家裡只是他膚色較深，曾經無法認識自我而徬徨過日。然而他知道醒悟上進，持續奮發向上，值得國內青年學習。

予青年的民主與正義教育

民主的真諦是機會均等，美國社會給歐巴馬公平機會。台灣也須讓絕大多數青年有均等機會。國內曾任立委助理的蘇先生在年方三十尚未取得博士學位前就高任桃園縣環保局局長，而該局有環工高等學位者可能工作數十年後仍升不上環保局的一級主管。該蘇先生在年紀三十二的今年一、二月間又升任行政院新聞局長。試想新聞局有多少學經歷豐富的優秀人才已為國家社會貢獻二、三十年以上，連服務單位內的主管都當不成。蘇先生對國家社會做過多少了不起的貢獻？只因昧良心領導人愛將公器當私物相授。常態分配的自然社會裡，一群人之中就有好幾位相對比較優秀的，所以古人說「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」。前述兩個局的資深幹部該不會全都阿斗，領導人千不該萬不該剝奪多數青年人均等發展機會，將社會操作得不正不義。領導人須讓絕大多數台灣青年笑笑，而非只讓一人笑。

青年人須拒絕貪婪 打敗貪婪

青年建設的國家興衰成果及社會環境，將移交給青年的子孫後代。我們不忍心交出爛蘋果，我們須用心經營、愛護自己家園。可惜世界很多角落總有少數貪婪者很不公平的大量掠奪社會上「有限的」「公共」資源，硬是造成其他多數人生活的拮据痛苦，使得甚多父母須早晚窮忙於不堪負荷的工作而磨光了他們原應給予自己子女起碼教養的時間，也讓官員須忙碌嘗試著耳聞能稍稍回復公平的各種方法，國家亂了，青年的笑容又雲遮日蔽了。青年人會想打敗貪婪，但自己亦須拒絕貪婪。前事不忘，後事之師，銜接台北縣市的福和橋下到永和市之後，為了避開某些地，竟然讓原大馬路突然分岔變為兩條小路；而在北市那端在基隆路上建高架橋到半路時，也因路過某人土地而突然降回地面，以至於高架橋上車流必須下降來與原地面車流一齊打結。賢智官員、父母請身體力行並教育小孩先貢獻社會三分資源俟需要時撷取二至三分，而非巧取豪奪。

青年主動涵養好脾氣與自制力並管理壓力

小孩暴躁的脾氣需要家人及早耐心協助改善。但青年歲數漸長之後，有必要開始激勵自己，管理壓力並主動以各種方式去改善脾氣，培養自制力。上馬路不思與他人「尬」車爭道，遇鄰居家犬來大小便或鄰居牆邊不給別人停車時不至於刀槍相見。在遭遇異性朋友提出分手時，能認識到每一個人都是很重要的自主個體，別人不能有無理的佔有慾。生活上難免的壓力，原須由青年朋友學著適應、接受。至於即將或已影響身心平衡之重大情況，須由父母與師長協助排解，惟仍鼓勵青年亦嘗試解決之方。包括向醫師、親友傾訴或以運動及各種放鬆技巧去緩和，避免藉酒消愁。至於因為忙碌而招致之不適壓力，須加以時間管理。

正視工作超時 工作分享 及時間管理課題

入職場後常忙不完工作，常嘆「朝九晚五」成了「朝九晚無」。為對抗超時，紐約州一九一七年即已提出「協助雇員方案EAP」，倡導全力幫雇員解決各項困難，而且不予超出負荷的工作量，旋至一九九〇年代，更已納入「雇主謀殺認定」的條文，將一些過勞死案件歸罪為雇主的謀殺。國內官員也同樣喊忙叫



累。筆者有感於政效不彰及官員忙累皆源自官員搬風太快及交接草率，早於一九九八年在報端陳述「過動內閣搬位搬不停」的情形。事實上不少官員是在跑龍套，鮮有大德大量者真正為人民在設想。筆者二〇〇〇年曾在一個國際會議的場合裡，聽到一位荷蘭與會者提到該國有一些雇員一週只上班三天，高興有一些時間顧家及顧小孩。時至二〇〇八年底金融海嘯發生，失業者及放無薪假者增多，結果是在職者太忙，失業者太閒，各國紛紛分享工作之際，政府除了釋出一些清潔工作外，須迅速到位完整有效提昇青年人就業率方案。針對解決忙碌，父母應自小就訓練兒女提綱挈領本事，教導管理時間，避免一再窮忙。例如以座標圖的四個象限區分工作之重要性與急迫性並排行事之優先順序，並依80/20概念，對不重要與非急迫龐雜瑣事、邀約、電郵與周遭人士的請託適度拒絕，將困難事情先細分成較不難的分項任務去完成。安排每週工作時預留一、二個空檔因應突發事情，每天騰出部份時間去處理重要而不緊急之事，避免將不急的事情拖延成緊急事，再者每位青年都須瞭解PMP及「計畫評核術PERT」的學習內容。

誠信 職場順利 身體健康的課題

管理越少，成本越降，但須建立在信任的基石上。很多公司的許多作業是依靠信任進行的，所以他們「疑人不用 用人不疑」。在重信用的環境裡，曾有小氣度竹科員工被抓到吃飯沒刷卡扣款，第一次被警告，第二次就被開除。除了誠信，青年人職場順利的要領，在於知識豐富及做事精準、銳利，一次就做對，減少時間與其他資源的浪費。其中首重「做其所寫」（依標準規範做）與「寫其所做」（留下簡要但起碼足供相關人配合作業及稽核與自己隨後接續工作時參

考）的原則。其次是在確保作業之「正確度」後才能開始「飆速度」。並及早學習更多管理與健康知識，避免像二〇〇九年二月一位廿一歲父親面對三個月嬰兒哭鬧，將小孩拋向空中、抱著原地旋轉，由於嬰兒腦部尚未發育成熟，就像是豆腐被轉來轉去，可能整個腦都糊掉了，導致男嬰變成植物人。至於食品業者無節制使用琳瑯滿目化學添加劑，官員切勿再縱容。再者健保局及父母應指導青年避免習慣性進食劣質飲料、油炸及高鹽高辛辣食物。

訓練與人交往 適應但提防人與人間的差異

深圳一家醫院一名四十多歲女性重要幹部網聊、網戀，竟被來自西非國家的騙子情人遠從非洲飛到上海騙走人民幣百萬元。外籍人士來台教英文近二十年，國內女性異國戀後吃大虧或危及生命的已多所報導。接觸陌生人，防備心不能完全解除。但我們不可能找到一個與自己沒有差異的人。兄弟姊妹個性也可能南轅北轍。有些人會把配偶與自己不同的地方看為特點而非缺點。青年人要愛與不愛及收與放的交際能力，很需要由父母與長輩及早帶引學習。這類交往能力通常要學上五年、十年才稍能應付有心人的圈套。

維護安全 節制好奇 防範染毒 的話題

今年春節越南夫妻檔在台表演雜耍時從三米高空墜落濺血，遊樂場的安全令人擔憂。過去幾年國外已有兩、三次雲霄飛車中途停擺，讓部份遊客頭下腳上倒掛半空中一段時間，類此人為或機械之失常，本是意料中事，追求平安喜樂者應適度節制其好奇心。今年一月新竹市兩名女大學生共騎機車到火車站途中，路旁轎車左後車門突然打開，騎士閃避不及撞個正著，兩女摔倒被後方大貨車輾過，造成一死一重傷。處處之危險只有警覺性高者認真防範。大學生宿舍內的雜亂電源線快被過往的椅子及皮鞋磨破皮，多種電器同用一個插座電源，似乎未受到師生關注。旅行、趕簽唱會、上遊樂場，都好玩刺激。上舞廳、酒吧時飲料杯是否一直在視線範圍內；春吶或貢寮海洋音樂祭活動時，同學給的幾支煙或幾包粉是不是已讓自己躍躍欲試？同學、朋友是帶領青年學習吃、喝、嫖、賭、毒的啟蒙老師，父母師長應更加強指導青年如何預防交到損友。

堂正 熱誠 合群 健康 青年都笑笑

青年不宜小心眼的為私利而頻鑽漏洞，不要因為某些商店一定時間內可退錢就買名牌穿去赴宴後再退錢。熱誠是學習與進步的動力，熱誠會讓工作成為樂趣。群居社會裡的每個人都有相當程度的自由揮灑空間，但寄望青年朋友勿以過度怪異表現方式造成鄰居或同僚視覺或聽覺上的污染。一九七九年夏筆者在紐約世貿中心頂樓拍照，偶有擁吻者入鏡，須費時等他們過癮後才拍照。一九八六年秋，筆者在英國倫敦的地鐵上看見一位正認真閱讀，其西裝與長褲髒到快滴出油來的六十多歲先生。如今二〇〇九年在台北捷運的電扶梯上看到年輕男女長時間擁吻。個人之主張常能受到相當尊重，但絕非單向的尊重。我依舊認為有些私密動作或特異行為容易破壞多數人的平靜心情，超開明派的官員也應有立場。當年輕朋友心向世界兩百個國家，一一蹦跳前往自助旅遊之際，莫忘今世另有兩個未遊者將終生抱憾的美麗國度——「結婚」與「生子」，等待青年在走完人生全程之前及早前往探索。當然，「不婚」也可以是個人生涯規劃中的一個選項。只是目前這些出門搭公車，每天吃自助餐的青年朋友一個個都不婚的話，往後那來公車司機及自助餐廳廚師？台灣有很多小孩未上心算、英語或才藝班，新台灣人要站在不補習的一邊，我們也籲請政府給予「最多」的育兒補助，我們要讓結婚與生兒育女都將不再是沉重的事。我們每個人都優先維護團隊利益，協力營造溫馨和樂社會。我們將看到一個個健康成長、職場順利、自信樂觀的台灣青少年，每個人都笑笑。

（作者62年於台北市立中學教數學，72年起於大學任教管理及行銷課程，歡迎關心青年的朋友以a9254070@ms16.hinet.net 交流意見。）



旅遊建築

淺談印度及中歐布拉格之宗教建築

彭千宜

最近幾年，常趁著短暫假期，安排旅遊行程，除了開闊視野、轉換心境，也得到相當的收穫及難得的體會。因為所學及職業之習慣性，旅程中，對建築物會有多一層的注意及情感，現在就曾經走馬看花的過程與大家分享個人的經驗！

宗教是社會的產物，信仰與人民的生活密不可分，無論寺廟或教堂，都是民眾的精神堡壘，團結眾人的議事中心，同時具有保存文化與藝術資產的功能。現就以曾經旅遊印度及捷克布拉格之宗教建築，與之分享。

印度古代建築是吸引觀光的重要項目，建築如其文化上的多樣性，融合了佛教、印度教及伊斯蘭教的精華，尤其從西元十六世紀初至十九世紀中葉，印度被信

奉伊斯蘭教的蒙兀兒帝國所統治，在藝術與建築成就上，綻放了璀璨無比的光彩。

由於歷代君主對異教並不排斥，對文化產生潛移默化，加上中亞與波斯的影响，形成有別於其他伊斯蘭建築的「蒙兀兒」風格。



蒙兀兒式建築胡馬庸墓

在蒙兀兒建築中，以陵墓建築最為出色，看得出與當地文化結合後重新解釋的文化變遷。蒙兀兒帝國的胡馬庸大帝確立了蒙兀兒式建築的形式，以首都德里的胡馬庸墓為其代表。陵墓由於取材方便且易於雕刻的紅色砂岩所打造，呈現出一種對稱均衡的美感。洋葱頭圓頂、雙拱門、水流渠道以及四周所裝飾的花紋或雕刻，樣式比較簡樸粗獷，這都是早期以原色為主的蒙兀兒風格，整體也成為後期建造陵墓的典範。



胡馬庸墓室內一角

蒙兀兒風格到了阿卡巴大帝時更被發揚光大，最具代表性的建築便是阿格拉堡，這座巨大的建築，同樣用紅色砂岩為主體材料。阿格拉堡同時肩負有防禦敵人的功能，有著高大的城門城牆和圍繞城牆的護城河。阿格拉堡歷經三代皇帝的整建，風格殊異，融合印度和波斯建築特色。



有防禦功能的阿格拉堡



阿格拉堡

被聯合國教科文組織列為世界遺產的泰姬瑪哈，是沙賈罕大帝為了紀念過世的愛妻穆塔茲而造。建築採用大量白色大理石及鑲嵌彩色瓷磚、寶石等，與早期樸實的風格大相逕庭，是蒙兀兒建築的精華與巔峰。



往泰姬瑪哈陵墓的城門

位於中歐捷克布拉格，創建十四世紀，直至二十世紀才陸續完工的聖維特大教堂，是歷代皇帝舉行加冕典禮之處，融合哥德、文藝復興、巴洛克等風格。尖塔、尖拱頂、飛扶壁、浮雕式等雖是哥德式教堂外觀的特色，然而建築時期歷經年代過長，也融合巴洛克、文藝復興等風格。教堂內部寬廣，彩色玻璃及拱廊營造氣氛，又以玫瑰之窗著名。教堂地下室為皇室陵墓，為查理四世等國王之陵寢。



布拉格城堡聖維特大教堂背向立面



布拉格城堡聖維特大教堂細部窗

聖維特大教堂是布拉格城堡裏最高的建築物，遠望巍然，高觸蒼穹。教堂大廳結構精巧，內外都有塑像及花紋，描繪有趣的宗教故事。教堂外牆刻工細膩，數不清的石雕，造型美妙，栩栩如生，享有建築之寶的美稱。

另外，位於舊城廣場上的提恩教堂，是舊城廣場最古老的建築，以哥德式雙塔建築著稱。提恩教堂是布拉格宗教改革重要場所，十五世紀至十七世紀初期胡斯派的主要教堂即為此地。西元一六二〇年之後，教堂外觀與祭壇的裝飾都增添不少巴洛克色彩，包括許多著名耶穌雕塑與繪畫。

提恩教堂兩座尖塔如童話裡的魔鬼堡壘，因此又有『魔鬼教堂』的稱號，悠久的歷史建築是來到捷克布拉格城舊城區參觀的主要旅遊景點，在旁邊有一座提恩學院，這座學院的建築也十分特殊，保有十四世紀時的哥德式拱廊，目前為餐廳和咖啡館，讓民眾能悠閒的體驗宗教的氣息。

聖喬治女修道院是波西米亞第一個女修道院，曾在十八世紀被拆除改建為軍營，現在為國家藝廊，收藏十四至十七世紀的捷克藝術作品，包括哥德藝術、文藝

復興和巴洛克等不同時期的繪畫作品。



布拉格城堡—聖喬治教堂

宗教建築是有靈魂的，崇高與完美往往使步入其中的人們嘆為觀止，甚至被強大的精神力量所征服。宗教精神附著於物質之上，感召力產生於空間藝術之中，宗教建築的感召力從冥冥良古而來，呈現神性通達為原則，貫穿天國與人間，感召力的孕育形成與發揚光大，是一個漫長而艱難的過程。

精神感召，是宗教空間的靈魂所致，古往今來，無論是古典建築時期還是近現代新建築時期，主題貫穿數千年不變，並如潮水。起源、發展、高潮與復漲的過程將持續，不斷變幻發展與其宗教共存亡。宗教空間之美麗莊嚴，藝術為其形式融入其中並受到尊重與保護，虔誠的信仰為人們提供了精神寄託，宗教曾經輝煌繁榮的歷史，成功的表現於建築物內外，綿延宗教良善立意及滿足世人所有的感官享受！



布拉格舊城—廣場之提恩教堂

嘗試打獵的樂趣！

娜路彎大酒店 育樂部

還記得去年的小牧童體驗營，小朋友們見識到農業時代時，有別於以往的飲食方式，了解焗土窯的由來及方法，並親自動手完成；在小土塊往上堆砌的過程中，學習用耐心、毅力並分工合作蓋好土窯，在生火烘烤土塊等待的時間裡，流著汗水小心翼翼地看顧窯火，在土塊燒紅後，將食材丟入的那股期待的喜悅，最後吃著自己辛苦工作完成的食物，那份成就感，絕對是無法由書中或電視中可以體會的，即使冒著大太陽弄得全身髒兮兮，從美味的食物和臉上滿足的笑容裡，再怎麼辛勞都是值得的。

今年，將延續去年的小牧童樂趣，帶領小朋友揭開原住民的神秘面紗，讓我們化身為原住民，一起上山打獵去吧！上山前，讓我先來偷偷告訴您一些小秘密，在原住民社會中，「竹子」幾乎是無所不在的，舉凡食具、房屋、樂器等等，都是使用竹子為主要材料，而今年我們正是要利用萬能的竹子，做出美味的竹筒飯以及上山打獵喔！

竹筒飯的起源，當然與原住民文化有相當的淵源，在沒帶任何炊具上山打獵的情況下，以最簡單方式善用竹子生起一堆火，將隨身方便攜帶的糯米裝進竹筒內，把開口用竹葉或月桂葉封住，加水炊熟成飯，過程不到一個小時，就足夠飽餐一頓，我們的原住民朋友，是不是非常的聰明啊！而竹筒飯看似作法容易，但水和糯米可是需要一定的比例，做出來的

竹筒飯才會又香又Q，當比例沒有拿捏恰當時，口感可是和成功的作品相差很多的呦！當糯米被竹子濃郁的香氣包附著，再加上封口處葉子的香味，每一口都和我們一般的白米飯十分不同，難怪竹筒飯並沒有隨著打獵文化的消失，漸漸失傳。

吃飽喝足後，別忘了我們最重要的任務—上山打獵，一起大展身手，提著滿滿的獵物風光回家吧！您知道原住民是利用什麼捕捉獵物的嗎？這也得歸功於偉大的竹子，取竹身一段做成一把一把的弓，再用較細的竹子加上鐵釘做成一支一支的箭，可別以為拉弓射箭很輕鬆，拉緊弦將箭射出，是需要一定的力道和握法才可以完成，更困難的是如何瞄準獵物，當箭架的太高或太低，亦或是沒有把弓握穩，射出去的方向，是會差個十萬八千里的，所以想當個神射手，真不是一天二天就能出師的！小朋友們，快動動身體熱熱身，過過一天傳統原住民的生活吧！

原住民文化對於台東來說，既珍貴又深奧，無論是飲食和生活方式，都深深地影響著這塊土地和我們。歷史的演進，古老的故事，更增添了生活中的樂趣及智慧，今年夏天，帶您體驗有別於以往一成

不變的暑假，甩開科技文明帶來的煩悶，學習原住民傳統打獵射箭、古早味便當「竹筒飯」之製作，別再待在冷氣房了，快跟著我們出來動一動吧！



簡述花東縱谷的觀光開發

花東縱谷國家風景管理處處長 張振乾



花東花海季

花東縱谷，一處位於中央山脈與海岸山脈間的優美廊道，此一廊道北起花蓮縣秀林鄉南至台東縣卑南鄉共包括15個鄉鎮，在這擁有15個鄉鎮的縱谷內，醞釀著壯麗地形、善純人文與恬靜怡心的鄉野風光，若非親自尋覓一趟縱谷之美，這兒的春夏秋冬已非言語能夠琢磨詮釋，本人身為東部人並有幸於花東縱谷國家風景區管理處服務，面對這裏的一山一水莫不充滿感情，若能透過本處的努力與公、私部門有效的結合，齊力推動花東觀光產業，相信花東的美景將非只是我的家鄉亦非是觀光景點，而是你我心目中最貼心的好朋友，每逢期待相遇的感動。



千人躺馬路—鹿野鄉

自設處以來即本立足地方，放眼國際以及永續發展的思維，營造「宜遊、宜住」的東部遊憩氛圍及生活美學，有計畫的打造花東地區成為具國際水準的觀光度假勝地，再以豐富自然人文色彩創造在地觀光產業的獨特優勢，進一步發展深度旅遊，提升本地區觀光旅遊的附加價值。本處依其特色循序規劃發展目標如：

- (1) 打造花東地區成為具國際水準之陸海空多元遊憩活動觀光度假勝地。
- (2) 營造花東縱谷友善旅遊環境，提升旅遊服務品質。
- (3) 建構花東優質景觀路廊，形塑重要門戶及據點入口意象。
- (4) 結合在地產業及自然文化資源，推廣生態旅遊，行銷縱谷觀光產業。
- (5) 遊客人數由96年278萬人次提升至100年310萬人次，成長11.51%。
- (6) 遊客滿意度由96年82.2分提升至100年83.7分。

花東縱谷國家風景區幅員遼闊，本處依據區內未來遊憩市場潛力，規劃三大重點建設，再根據在地資源特性及產業型態，規劃不同觀光行銷策略，以落實提升旅遊服務滿意度的目標。本處未來重要經營策略及工作內容如下：1. 創造地方節慶觀光活動 2. 提供縱谷旅遊服務品質 3. 鼓勵民間力量經營觀光事業 4. 落實保育自然生態發展。針對發展地方節慶觀光活動，本處 97 年度辦理完成「歡樂 e 夏 縱谷驚艷」、「花"現幸福 漫遊花東」與「溫泉美食嘉年華」等行銷活動，活動中安排之鹿野一千人躺馬路、玉里一自行車遊花海、瑞穗一郵輪式列車…等活動，皆是本處透過與當地異業溝通協調激發的創意表現，民眾透過活動不但欣賞了縱谷美景更深入接觸當地產業，彼此的互動更帶動花東無限商機與產業活力。

97 年度行政院農業委員會農糧署之種植花海計畫，規劃於花東兩縣台九線旁種植花苗，花田盛開時形成近 7500 公頃花海，其景色令人讚嘆與驚喜，本次特別擴大辦理，向北延伸至花蓮縣新城鄉，南迄台東縣鹿野鄉。縱谷花海的景象，足以媲美日本北海道及韓國濟州島，民眾可以不必出國，遊一趟花東田野就可看見遍野的花海，感受東部的綠意盎然與黃金花海的情境。

本處配合花海景緻遂於97年11月結合農糧署、花東兩縣政府籌辦「花"現幸福 漫遊花東」之行銷系列活動，規劃製作文宣品；辦理台北、高雄兩場記者會、兩場媒體團、平面與電子媒體露出、主題活動……等，本處特別利用與異業結盟方式與當地商家合力製作花海護照，民眾可藉由護照享有特別優惠折扣，此舉造成各地民眾大量詢問索取，反應良好，積極達到結合異業發展當地產業之效。主題活動中並安排遊客騎乘自行車暢遊花海，享受追風聞香的雅緻。活動至今已順利圓滿完成，據本處調查此次活動在過年期間(98/1/26-2/1)吸引了近45萬名遊客湧進縱谷，對花東觀光產業亦帶來無限商機與提昇。

將來配合交通部政策「振興經濟方案—配合節能減碳『自行車路網示範計畫』」執行，自98年起未來四年內將推動宜、花、東成為世界級自行車旅遊天堂，屆時花東縱谷不單只有阡陌田園、人文史蹟，亦包含運動休閒綜合性觀光活動，本處所做的努力不僅是要讓國人看見縱谷之美，更是希望藉由產、官、學界多方的努力，合作齊力將縱谷美景推向國際，期盼在大家共同努力下，讓世界看見台灣、看見縱谷。

沙烏地阿拉伯的回憶

劉義弘

1973第一次能源危機油價大漲4倍，大家大搶購日用品，中東產油國聚積財富，開始大量建設，1978至1981年間，本人參加美國C.O.E.在沙國首都利雅德WADI LABANVALLE 社區及利雅德郵電中心兩項工程。

首先介紹食的方面，主食米及麵粉等民生必需品都是免稅的，非常便宜。大的市場叫做BATA，許多早期的台商提著兩個大皮箱，一家一家的拜訪，大一點的商店都可以開LC，台灣的外銷，大部分是這樣走出來的。商店裡的店員全部都是男性，有一次跟公司的採購林兄進入店內，林兄一直打招呼撒第、SADI；我聽起來像是小弟、小弟，我說林兄你為什麼都叫人家小弟、小弟，原來SADIC是“朋友”的意思。



其次再談阿拉伯數字，原來古代阿拉伯人發明的阿拉伯數字，現今阿拉伯人已不用了，發展目前中東地區使用新的阿拉伯數字。

阿拉伯數字 (西方)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
阿拉伯文數字 (標準)	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
讀音	Wahid	Itnain	Thalatha	Arba	Khamsa	Sitta	Saba	Thamaniya	Tesa	Ashra

沙烏地阿拉伯的氣候全年350天是晴天，下雨天往往烏雲密布，接著傾盆大雨數小時，街道積水，造成工地損失。每年4-10月天氣很熱，7-8月氣溫高達45度以上，下午兩點上工，從冷氣房出來步履蹣跚，好像鬥敗的公雞。

民以食為天，吃的方面，都會請台灣的廚師料理，蔬菜在夏天水份很快流失，變成菜乾，師傅慢條斯理的撿挑嫩的部

份。每天都有鯧魚及雞肉，雞肉料理有紅燒、白斬、炸雞、清燉等等。吃了三年，回台後一年內不敢吃雞肉。

中東街頭邊有一種小吃叫沙威瑪，是羊肉製成的大肉串，串在旋轉的台架上，撒上各種香料，用火烘烤，香氣四溢，用刀刮下來的肉片夾在阿拉伯大餅裡。在台北冬天的街頭也可以看到這種食物，不過，以雞肉及麵包替代之。

衣著方面，冬天穿長袍配上西裝上



沙烏地阿拉伯儀仗禮兵，腰刀為一大特色。

衣；穿長袍的工人及巴基斯坦的工人，小便都是用蹲的。

夏天穿白色的長袍，白色的帽子，紅白相間的頭巾，是標準的阿拉伯服裝。夏天在工地也是穿長袖的，以避免水份蒸發。

晚上壓馬路血拼，金店街各種美麗造型的金飾，讓你愛不釋手，最搶手的是金鍊及瑞士9.99金牌。電器街有日本最新進口的音響及錄音機，德國生產的絨布，五線條的，還有英國的高級西裝毛料，我把當時購買的西裝料，拿到上海請師傅做了三套西裝。

阿拉伯人是一個非常和善的民族，他們的禁忌是不碰貓與狗，不吃魚類，波斯灣及紅海的漁源豐富，是假日釣魚及擲魚的好去處。

探訪離利雅德600公里外的紅色沙漠，大風吹過的沙浪，美不勝收，覺得不虛此行。



白天溫度常常超過40度，駱駝是以前的交通工具。

王功一日遊

范增海



無論大人小孩都玩得不亦樂乎！

辛苦工作之餘，利用假日與同仁來個王功一日遊，真快活。

帶著期待的心一同搭遊覽車前往彰化，先前還要向兒子解釋是『遊覽車』，不是貓空『纜車』。趁著漫長的車程，大家互相認識瞭解對方的家庭，也讓家人親屬認同我們這樣的一個大家庭，讓大家的背後支持的力量增加，間接讓我們的工作更無後顧之憂，真是一個簡單又富有意義的活動。

舟車旅程第一件事就是先祭五臟廟，這種愜意的時光真令人難忘！吃飽睡足就要上路囉！先到天后宮拜一下碼頭，鑽一下神轎！

在拜訪了鹿港天后宮之後，繼續從擁擠的人潮中欣賞歷史悠久的古蹟，飽餐文

化的盛宴城隍廟、三山國王廟……以及沒時間看的摸乳巷，隨手還要拿著道地的花生等名產，每個人都特別買了玉珍齋名產回家，總經理夫人特別挑了一雙木屐，合腳訂做的喔！令人回味的兒時玩意「戳戳樂」讓小朋友享受快感，訝異的是竟然大朋友也搶著"戳"，不禁令我檢討大人也需要被照顧的呦！

集合後起程前往目的地—王功漁港，顧問在車上已經等不及分享剛剛買的戰利品名產，小朋友們也樂於分享手邊的名產，看來忠明教育有成，希望無窮。

到了王功生態區先觀賞一下招潮蟹與彈塗魚，哇！滿地的招潮蟹，還有彈塗魚，小朋友臉上滿是驚喜，遠離塵囂的我也充滿快樂興奮不已。

用大螯招海的招潮蟹



每個人仔細的欣賞螃蟹打架、彈塗魚的匍匐前進，在那一腳踩下就會身陷泥沼的濕地上。

坐上新一代的鐵牛，大人們也不曾有的經驗，和小朋友一起體驗、一起享受鄉下的時光。晴空萬里，鐵牛緩緩的爬上山坡，驚奇的等待背面出現的景緻，生平第一次坐車出海，看看我們的笑容多麼燦爛！彷彿來到人間仙境。



新一代鐵牛車，奔馳在海岸。

已經好久沒有呼吸到這庸懶又帶著鹹味的親切味道，也很久沒聽到雄壯的海洋發出寧靜的美妙樂章，伴隨著孩童們驚訝的臉龐，鐵牛已離海邊愈來愈遠，期待亦愈來愈高，海水沒有淹沒鐵牛，等待摸蜆丫的心情已經先淹沒了腦袋。

體驗摸蜆丫兼洗褲～來摸蜆丫囉！



一雙雙大大小小的腳，踩

在砂土上，手裡不停的滑動，享受著摸到蜆丫的快感，真是快樂又逍遙；耳邊不時傳來中樂透般高興的驚呼聲，也時而傳來摸到小螃蟹損龜XX聲，還有摸到大螃蟹的"啊"聲，連大人都少有的經驗，真是感謝同事全圍與凡怡的精心規劃。

長這麼大第一次領教「摸蜆丫兼洗褲」，原來是這麼一回事；不用解釋，認真的人收穫一定最多，這是不變的真理。

再度踏上鐵牛船，開往蚵田養殖區，鐵牛愈沈愈深愈快樂，因為我的鐵牛會運功不怕下沉。

當導遊帶我們看到蚵田時，眼睛早已凸出，心中已經暗奈不住飢渴，垂涎也已不只三尺。

遙望整齊劃一的蚵田映在眼簾，現剝生蚵一口又一口，真是人間美味，我是活動的主辦人，輸人不輸陣不多吃點怎麼划算！

吃完生蚵來個全員大合照，準備結束一天豐收，回程的鐵牛顛波的比 921 還厲害，被震的暈頭轉向的小孩們，個個樂開懷。

哇……這真是令你我細細回味的好康假期！

五星主廚到你家

娜路彎大酒店 餐飲部



金沙旗魚脯 (6人份)

- 材料：旗魚肉180克、蝦仁100克、青蘆筍12根、南瓜100克、竹筴10克。
- 調味料：鹽、糖、香油。



- 作法：
 1. 魚肉和蝦仁加調味料打成漿，竹筴泡軟剪開鋪底，魚漿放在竹筴上面，塑成旗魚形狀上蒸籠蒸10分鐘。
 2. 青蘆筍川燙熟後，交叉鋪於盤面上再將旗魚放在蘆筍上，南瓜去除外皮肉仔蒸熟搗成泥，調味勾芡後淋在魚形旁即可。



油菜花山豬肉 (6人份)

- 材料：山豬肉1斤、油菜花8兩、月桂葉6片、蒜頭6粒、蒜苗1根。
- 調味料：黑胡椒粗粒、鹽、酒、味精、花椒粒。



- 作法：
 1. 山豬肉切5公分長條狀、蒜頭、月桂葉切碎拌入醃料拌勻醃至三天以上待入味。
 2. 用蒸籠蒸熟或入烤箱烤熟皆可，後切片待用。
 3. 油菜花去除老梗，切斷入鍋炒熟調味鋪於盤面，另蒜苗斜切片入鍋爆香山豬肉片拌炒透再放於油菜花中間即可。



辛香鳳梨蝦盅 (6人份)

- 材料：熟蝦仁200克、鳳梨切丁1顆、薑末10克、辣椒碎10克、丁香5粒、桂皮1片。
- 調味料：鹽、糖、鬱金香料。

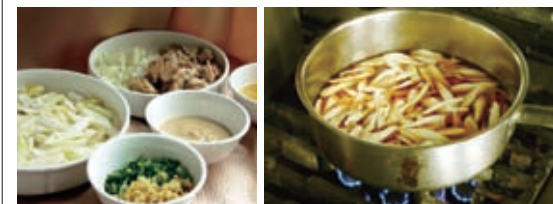


- 作法：
 1. 薑末、辣椒碎、丁香、桂皮等料入油鍋爆香後，放入鳳梨丁加鹽、糖、鬱金香粉炒至鳳梨變軟放冷。
 2. 熟蝦仁川燙冰鎮。
 3. 鳳梨、蝦仁同拌即可。



鮭魚箭筍腐乳 (6人份)

- 材料：箭筍300克、鮭魚200克、蔥10克、薑10克、蒜頭10克、辣椒10克、豆腐乳50克、洋蔥100克。
- 調味料：味淋、香油、醬油。



- 作法：
 1. 箭筍滷過後放冷。
 2. 鮭魚、洋蔥、味淋、香油、豆腐乳打糊、蔥、薑切末。
 3. 箭筍、鮭魚同拌即可。

來去台東伴手禮

娜路彎大酒店 藝品店



娜路彎大酒店浴場及三溫暖指定專用

薰衣草沐浴乳

薰衣草成分，中性配方讓肌膚備感滋潤，淡淡薰衣草香，除可洗淨身體肌膚，薰衣草香更能幫助睡眠、舒緩壓力。

玫瑰洗髮精

玫瑰成分洗髮精除幫助洗去頭髮油垢，玫瑰精油花香聞起來讓人神清氣爽。洗完效果柔順，擁有自然光澤且保濕，用玫瑰精油洗髮，一邊按摩一邊消除疲勞。



台東特色禮 酥餅類

鳳梨釋迦酥

特級台東鳳梨釋迦精製，風味俱佳、口齒留香。

洛神花酥

鮮採台東聞名洛神花蜜釀精製，口感紮實、味道獨特。

綠茶酥

嚴選聞名花東縱谷綠茶，精緻、淡淡綠茶香，是保健養身食材最佳選擇。

1樓藝品店商品預購單

預購日期：

	品名	售價	數量	小計	備註
1	薰衣草沐浴乳	250元			* 運費收費標準： 視不同物品，最低運費120元起。
2	玫瑰洗髮精	250元			
3	鳳梨釋迦酥	120元			
4	洛神花酥	120元			
5	綠茶酥	120元			
					金額小計： 元
個人資料	姓名：	電話：	分機：	行動電話：	
	地址：	電子郵件：			
刷卡	發票二聯：○是 ○否	統一編號：	公司抬頭：		
	本人謹授權娜路彎大酒店所指定之信用卡支付購買商品金額，同意人簽名：_____				
	○大來 DINERS CLUB ○U CARD 聯合信用卡 ○威士／萬事達 VISA/MASTER (與信用卡上簽名相同)				
	○J.C.B. CARD ○美國運通卡 AMERICAN EXPRESS				
	卡號：	信用卡有效期至：	月	年	
匯款	帳戶：娜路彎大酒店股份有限公司		銀行：安泰銀行和平分行		
	ATM 轉帳銀行代號：816		帳號：030-12-6022858-00		

※備註 表格資料填妥及簽名之後，請傳真至 娜路彎大酒店 089-235348 藝品店收。
藝品店連絡電話：089-225000 分機 8136。藝品店收到傳真資料之後，將立即與您連絡。

娜路彎大酒店 台東
Formosan Naruwan Hotel & Resort Taitung



一泊二食泡湯樂

即日起至2009/06/30止

豪華雙人房 平日只要\$ **4,300** 元

(原價10,090元)

- ★ 住宿一晚含歐風自助早餐+中庭自助晚餐各兩客
- ★ 紅葉溫泉泡湯
- ★ 免費使用戶外鹹水游泳池、戶外spa水療池、健身房
- ★ 免費觀賞娜路彎劇場表演
- ★ 免費飯店至機場或火車站定時接送



免付費訂房專線 0800-239888

950台東市連航路66號 | www.naruwan-hotel.com.tw

新思維・新價值觀

建築界努力的新方向

建構「建築美學經濟」的發展主軸

黃南淵

前言：

在工業界產品必須講求品質與美感，以迎接21世紀“美學經濟”競爭時代的來臨之際，建築界之新思維與發展方向，相當令社會關注。令人欣喜的是，有很多永續經營的公司也早已努力以“建築美學”為發展主軸，展現建築的新風貌，這一種良性的發展讓消費大眾受惠，也推動了建築的正面發展，美中不足的是，迄至目前為止普遍性尚嫌不足，對建築美學一語的詮釋亦不一，尚有待建築界全體努力繼續發揮企業的新思維，善盡企業責任，創造建築的新價值。

我們為此成立執行委員會，希望“建築美學”能持續成為我國建築發展的主軸，做為提升我國建築文化的共同價值觀，更希望能凝聚匯集成為一種突破現狀的力量，以摒除產生不良物件的陰霾，建構我國新建築的新風貌特色，為城市美學的建構，城市競爭力的提升，盡一份心力。

建築美學的意義與內涵：

「建築美學」主要是在傳遞一種“建

築整體的美感品質”。我們所強調的是，大家必須在乎“建築美學的廣義內涵”。建築是供人類所使用、居住的生活空間，必須先具有理性之美，才能蘊育感性之美，亦即有實體空間的內涵，才有美感的意義，不是僅供純欣賞的物件，有所謂“沒有機能之美，不算美”，說明了建築美學意義的無限寬廣。

建築美學的新價值觀，必須具有超越過去代表完美的“真善美”精神的內涵有所認識，因為：我們必須對新的生活型態，生活態度與文化有所因應，對生活美學文化的提升，對時代精神環保永續觀念有所掌握，對現代科技與設備的充分應用有所認知，才能創造建築的新價值。

建築的新價值：

對建築產業的發展，最重要的是提升對社會的正面貢獻，“品質”才是提高經濟價值的最重要因素，“區位”應屬附加價值，所以擴大建築美學的領域，才能創造建築的新價值，下列方案是值得大家重視的方向：

- ◆ 提升生活美學文化方案。
- ◆ 提升健康方案。
- ◆ 提供更人性化的安全舒適方案。
- ◆ 提供延長建築生命週期方案。
- ◆ 提供充分利用自然力及環保省能方案。
- ◆ 提升營造和諧社區環境品質方案。
- ◆ 提供可感受到喜悅、成長之生命力的創意品質方案。

結語：

以上每一項方案的內涵，都代表著人類對未來的生活態度與展望，一種更具前瞻性的人文思維觀點；這些方案的達成，不僅可以展現建築的豐富內涵與美感品質，亦必有助於創造本身的建築文化特色。

我們的期待是：建築人性化、生活有文化，居家有美學、回家有樂趣，與周邊社區涵構共同生命的幸福。生命力的創造，從嚴格控制品質開始，多元美學思考，大家一起來努力醞釀累積建築產業的經濟新價值。

黃南淵



筆者簡介

中華民國不動產協進會／現任理事長

中華民國建築學會／第六、七屆理事長

出生日期：民國22年7月22日

學歷：民國45年 國立成功大學建築系

學會會員：台灣物業管理學會名譽理事長
台北市建築師公會會員、顧問
都市計劃學會會員

經歷：

民國46~53年 台灣省公共工程局工務員、幫工程司、副工程司

民國56~60年 台北市工務局正工程局、科長

民國65年 台北市工務局建築管理處處長

民國65~72年 台北市工務局副局長

民國73~79年 台北市政府顧問、參事、副秘書長

民國58~72年 淡江大學、台灣工業技術學院兼任副教授

民國84~88年 內政部營建署署長

2008年 日本東京都市更新考察心得分享

朱佩如

近年來台灣開始吹起都市更新風潮，參與都市更新成為投資不動產的另一新模式。各報章雜誌平面媒體開始以此為課題，撰寫一系列相關報導，民眾開始對都市更新有了粗淺的認知，而各建設公司更因為都市土地取得困難，逐漸以都市更新方式取得市中心土地，當然，政府政策更以此為目標，期望可運用此機制，使城市獲得重生再發展之機會。

這幾年因為工作的關係開始接觸都市更新，由都市更新顧問者、建設公司開發者，甚至透過地主、公部門，在不同的角色中，同樣去看待都市更新這個機制，總會有不同的立場與堅持。在與公部門審議過程中，曾經有審議小組委員提及「走過你這更新基地，我實在很難感受到這是一個都市更新案件。」我沒否認，因為這是事實。老實說，目前執行完成的都市更新案件中，多數仍與過去傳統自地自建沒太大的差別。2006年因有機會前往日本旅遊，利用旅行的過程中參訪了幾個東京成功的都市更新案例，在沒人解說的情況下，卻仍明顯感受那區域因為都市更新機制而活絡發展，或許那種感受正是審議委員期待的，更是台灣都市更新中需要學習而努力的。

2008年十月，很榮幸有機會參與台北市都市更新學會舉辦的「日本都市更新實例考察團」，在七天的考察過程中，我們以台灣建築業界及學術界的角度與日本東京及仙台等城市相互交流研討，期望將日本成功經驗帶回台灣，讓台灣的都市更新在融合各城市經驗後，走出屬於我們自己之再發展模式與機制。

以下將針對參訪過程中之案例及學習心得簡略彙整，並與您分享：

活。日本／都市更新之廣度無限



仙台車站周邊施工圍籬

參訪研習的前兩天，老實說我的腦中仍是台灣都市更新的規模尺度「1,000平方公尺，大於四分之一街廓」，因此交流的過程中我提問仍集中在小尺度開發規模的範疇裡，例如對於不同意參與者如何處理、如何簽署同意書等台灣操作都市更新開發過程中常見的問題。

數天後，我漸漸感受到自己心中都市更新的尺度與日本是極為不同的，他們談論都市更新除老舊建物重建外，更包含了都市防災、工業區再發展、車站因應通勤人數增加之擴建計畫、首都圈裡閒置運動場再利用計畫等，這種格局與視野是比我們更高一層。或許這樣的更新計畫，才是所謂的「都市」更新，而我所想的，對於日本人來說應該只是其中的一小部份吧！

在仙台車站周邊的一個施工圍籬上看見「活。日本」這三個大字，我不知道在日文裡是如何詮釋這三個漢字，然而對於台灣來的我們，這三個字彷彿告訴往來的行人，日本各大城市正在積極活絡，而日本人更努力的用心過生活。

Master Plane／指引都市更新方向



東品川4丁目地區市街地開發事業一住宅區

日本傳統老舊住宅多為低密度木造建築，透過都市更新後多成為高層集合住宅，並利用出售或租賃方式統一處理。在參訪東品川更新案之集合住宅區時，顧問提及初期規劃時，應考量集合住宅社區有幼兒托嬰需求，故特別將一樓留設為幼兒園，但更新後發現日本逐漸走向少子化，因此幼兒園的使用率極低十分不理想。

少子化與高齡化／政策配套未雨綢繆



醫院因少子化造成育嬰室有許多空床



日本民主黨競選海報強調高齡化社會

這個現象讓我不禁聯想再發展計畫雖然改變了原有低利用、都市安全堪慮的現象，然而當日本逐漸走向少子化與高齡化的人口組成，更新後龐大的建築量體與住宅需求，在現今的確解決了建築環境老舊問題，然而在未來是否會帶來住宅單元閒置無人居住等社會問題。

提出這樣的疑問請教隨團的顧問，她告訴我，正是因為他們意識到日本整體人口組成開始走向「少子化」與「高齡化」現象，過去日本大力發展衛星城市，期望將居住與工作分離，以減少市中心裡人口過度集中密集之現象，並鼓勵運用交通系統將部份人口遷移至市中心的周邊城市，然而這幾年隨著人口組成的改變，市中心外圍的周邊城市居

住人口減少，興關周邊城市之相關公共設施卻成為政府龐大經費負擔。因此，日本政府開始研擬相關主要計畫，規劃車站周邊再發展計畫及提供大量公益設施，以落實居住、生活、工作、遊憩合一，而達成麻雀雖小五臟俱全的精緻城市，讓高齡者可以輕鬆自在的生活及工作，更降低大量城市與郊區間往返通勤造成的能源耗損，達成節能減碳目標。這成為東京都市更新中主要上位計畫，也因為這樣明確的計畫目標，使得不論是組合實施或是公團實施的更新案例中，皆不難讀出其被指引及期望達成的共同目標。

反觀台灣，亦如同日本逐漸成為少子及高齡化的社會，對於這樣的社會組成變化，我們似乎並沒有明確的Master Plane，對於都市更新案我們仍爭執於容積獎勵值的高低，不諱言，容積獎勵的誘因的確是建築開發業者與地主關心的，然而不同角度看待都市更新應有不同的理念與堅持，當低密度老舊建築拆除後，高度利用的土地看似極度有效率，然而政府都市更新政策裡，是否曾思考過高密度的建築量體對公共設施及未來社會的影響及衝擊。如果有一天，當我們被問及台灣都市更新政策於十年後可能帶來的社會現象，我們是否也能同日本，可以完整而有計畫的表達，這個城市的未來走向我們早已想得很透徹了。

幸福日本人／社區公益設施



路邊設置涼亭讓愛俳句的人隨時寫作使用



浦和市中心圖書館兒童區設計許多便利兒童設備

或許是因應日本都市更新計畫中的上位計畫原則，在我們參訪的案例中多數的案例都有規劃數個樓層作為市民活動中心、社

區圖書館、演奏廳等公益設施，且其軟硬體設施皆十分完善，使用頻率極高。浦和車站東口再開發事業計畫則是一個極佳的案例，該案為地下二層、地上十層之商業大樓，其中地下二樓為停車使用，地下一層至地上七層為商場、餐飲、電影院等育樂休閒設施，八樓為中央圖書館、九樓為市民活動中心、十樓為演奏廳及會議廳。由於此更新案採用第二種市街地再開發事業(即徵收方式)，政府購入部分土地推動都市更新，並於更新後提供應分配樓層作為該地區公益活動空間。在我們參觀過程中看見許多居民愉快的在市民活動中心聚會聊天研習課程，我們不禁覺得日本人真幸福。然而在台灣的都市更新機制中，也有捐贈公益設施的獎勵項目，政府鼓勵實施者於更新案中回饋部份的樓地板面積給附近居民使用，但是往往因基地規模不大，僅能提供有限之面積，而公益設施後續接管事宜更成為公部門與實施者極為困擾之課題，實施者為獲得較高容積獎勵值捐贈部分公益空間，有了空間卻苦無接管單位及營運經費，公益空間卻成了燙手山芋，最後為避免產生問題造成事業計畫審議時程延誤，實施者多不主動提出公益空間之回饋計畫。在參訪案例中，每個案件中多有規劃部分



日本都市更新後市道街景使用。

因此，都市更新計畫除了是地區老舊建物的拆除重建外，更應考量更新後新住民的生活與活動空間，公益空間回饋除了是提高容積獎勵值的方式之一，更應該反應一個城市對市民照顧與考量的表現，希望有一天台灣人對於更新後的案例，也能感到很幸福。

城市記憶／融合重建與維護手法

這趟都市更新考察之旅參訪了許多精采的開發案例，然而最經典的應屬表參道上的「表參道之丘」。它的經典不完全在於出自大師之手，而是它對都市更新精神的詮釋讓我十分感動。在這波都市更新的潮流下，怪手推倒了許多老舊建物，重新規劃興建許多社區大樓，環境毀壞、安全堪慮的居住環境多因為這個機制而有了改善，然而，城市應有的記憶卻逐漸被遺忘。我很難想像，二十年後當城市有了全新風貌時，還有多少空間是可以讀出屬於它過去的記憶。在表參道之丘這個案例中，我的顧慮與擔心似乎獲得了最適切的解答。此更新基地位於表參道上，更新前現有建物「青山公寓」是關東大地震後由同潤會於1927年興建完成，是日本第一棟RC造的公有租出公寓。由於該棟建築物保有特殊之歷史意義及時代背景，是否應該拆除重建引起當地居民及現住戶極大之爭議，另由於現住戶多為退休老人，無充裕之收入得以支付更新後優質住宅之管理維護費用，此兩課題成為該案積極且迫切需要解決的。

本案更新計畫於1998年管理組合決定將更新事業交由森建築公司負責，並承購土地，另確定將朝向拆除重建方式處理，且正式委託由國際知名建築大師安藤忠雄負責規劃設計，建築師費時兩年不斷與權利人及附近居民溝通，最後以考量歷史發展背景、區位特性、秉持與地域環境共生等理念進行規劃設計。另為保有青山公寓之歷史記憶，建築師特別保存一棟公寓外牆語彙，作為城市記憶的延續。



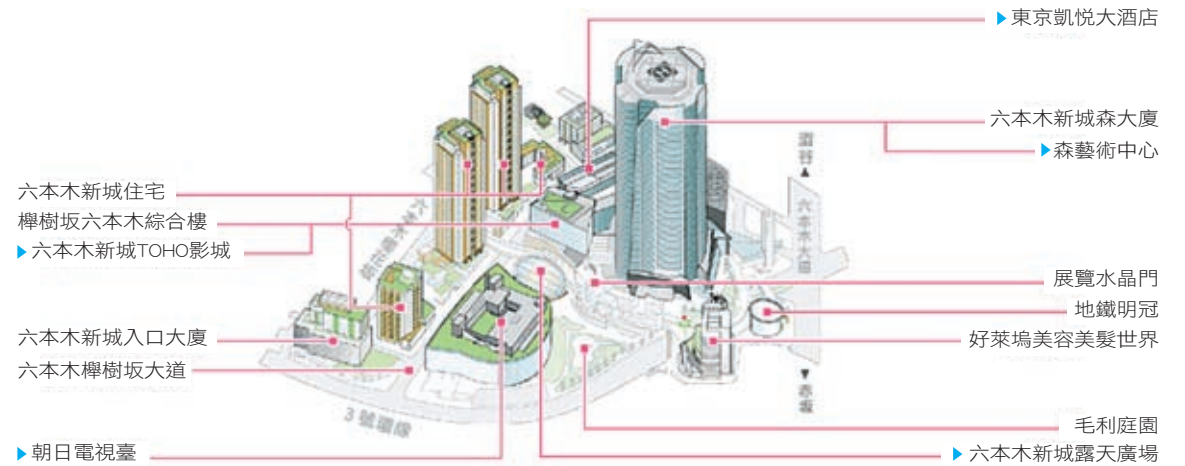
表參道之丘新舊建築界面



保存部分青山公寓立面語彙



未改建前的青山公寓原貌



六本木都市更新計畫圖

更新後建物為地上六層、地下六層，提供商場、住宅及停車使用，此案例中不難讓人讀出「重建」與「維護」兩種更新手法的協調與融合性。在這樣巧妙又細膩的設計手法中，青山公寓環境獲得改善，而當人們走過表參道時，看見新舊融合之建物界面時，也不禁回憶起該地區之歷史意義。

每個城市都有屬於自己的動人故事與記憶，都市更新不同於新開發案，如何保留過去記憶，如何延續歷史空間，如何與舊有環境之融合等都是應以更謹慎與細膩的手法加以詮釋。拆除重建一直是最常見的更新手法，但如何在更新後的城市中延續更新前的城市記憶，仍是我們該不斷努力與學習的方向。

因地制宜／合宜的都市更新規模

「複製六本木」、「台灣的六本木」這是很多平面媒體上常見的標語。自從東京六本木之丘都市更新案完成後，該地區成為東京旅遊的熱門景點，也是台灣從事都市更新工作之團體、公部門積極參訪了解之對象。「六本木之丘」儼然成為都市更新成功經驗的代名詞，如何複製或移植成為各界積極努力的方向。

在參訪東京與仙台市兩地區的都市更新案後，我提出的第一個疑問是「東京與仙台的更新規模為何相距甚遠？」東京的每一個案件幾乎都是一樁大型開發案，其開發規模足以影響整體區域經濟環境，甚至帶來國際觀光旅客參訪，而仙台市都市更新案便顯得規模較小，其整合範圍與規劃尺度較類似台灣。同樣的法源依據，不同的城市為何有如

此大的差異？

仙台市政府代表解釋，都市更新應該因地制宜，東京與仙台市的都市尺度不同、城市定位不同，獲得的補助款及資源也不同。仙台市選擇適合該地區發展之空間尺度進行作業，以小單元為主，講求短期整合時程，以達成仙台市綠化城市之目標。

聽到這樣的說明我不禁想起台灣對六本木的狂熱，更開始思考「複製六本木」這是否真的適合台灣或是台北這樣的城市尺度。日本成功經驗一直台灣努力學習的對象，不論是法令或操作機制，但在都市計畫中所談論的因地制宜，或許都市更新之規劃中也應予以考量，建立一套屬於我們自己城市的更新模式與願景。仙台市沒將六本木當作複製或是移植的對象，只因為他們很清楚明白知道，仙台不是東京，六本木之丘不一定適合仙台市，唯有走出屬於自己的城市風格與文化意象，才能建立起該城市的自明性。

我很喜歡仙台市，只因為他們很清楚自己的城市風格與發展方向。



仙台市都市更新後新舊建築融合

照片來源 http://photo.pchome.com.tw/sean_library/0178/

有機建築大師・萊特

李喬穎

在二十世紀一片歐洲建築風侵襲之下，萊特大師保有自己本土風格、人文、歷史等建築；不主張別人的就是好，舶來品就是最棒的。

每座建築都有濃濃的“人”味，以美國人日常生活習慣，結合個案的基地現況條件，融入環境而不突顯。

漢寶德表示，他的建築以自然風貌呈現，與自然相融，代表真正的美國精神。「人不支配自然，而是配合自然」這是萊特所主張的「有機建築」、「草原風格」的中心思想。

萊特把有機形象化、哲學化，把建築自然化、精神化；向大自然取經，將大自然中的元素轉化為建築語彙，運用磚、木、石頭等天然材質，建造出一棟棟獨具創意的建築。

萊特有機的觀念是建築的生命，反映出人類的精神需求，而不只是空間造型的變化。

設計代表作之一落水山莊；他說道：每戶人家都會圍在壁爐旁取暖，這是最有家的感覺；因此他的設計以壁爐為中心，而不與當時相當有名氣的包浩斯學派一般冷酷、極簡、剛硬。

落水山莊像是一座隱居者沉浸穩重的與大自然融合，配合美國本土特色，大量石材與木材內裝；懸臂梁的運用具有結構表現主義的跡象，運用自然材料之特性加強建築能與自然協調；因此屋內擺設、動線都以此為出發點，像有機物一樣向外伸



落水山莊一秋季時分外觀



每戶人家都會圍在壁爐旁取暖，這是最有家的感覺。

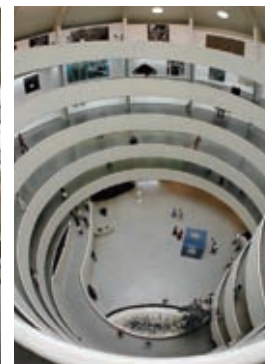
展。此建物給人感覺是溫暖的，不以當時流行的步伐，盲目崇拜。

古根漢美術館的造型相當顛覆傳統，不論是當時或現在，圓柱體的外觀完全沒有窗戶的設計，因此從上空俯瞰，古根漢美術館是同心圓的形狀，利用樓層的空間讓光線從上方灑下。

萊特大師認為欣賞畫作為何一定要死



頂樓屋頂天窗光線，從上方灑下。



走在坡道上邊走邊欣賞，像是看風景一般。

板的逐個正經八百看，很流暢的邊走邊欣賞，像是看風景一般，是他獨特的訴求。

他一向採用白色為主體顏色，因此有了白派大師之稱；白色建物對於景觀是融入而不是突顯。

橢圓形的外觀有各式各樣的稱謂，例如洗碗機、小磨菇、蝸牛等等……有文章說它像上緊的時鐘發條，也有人譽之為漂亮的白色貝殼。

電影MIT星際戰警第一集也在此取景，也許電影導演想敘述此建物像極外星人所構想、生產出來的產物吧。



橢圓形外觀有各式各樣的稱謂，也有人譽之為漂亮的白色貝殼

「萊特在西搭里耶森呈現禪靜的有機理論，暢導房屋與四周自然環境融為一體，不事雕琢，完全本色的岩

壁築成斜斜的牆，上方以紅木搭樑，帆布作天花板，重心低落的家具，窗台也刻意壓低，充滿詩的凝斂之美。」——文字摘自《瀑布上的房子》

萊特大師將建物視為生物，並主張建物像樹一樣，從地底下生長出來。

西搭里耶森位於美國西南部的沙漠邊緣；設計的建築大量採用當地素材，木料、石英岩等；感覺真的像是從地底冒出來一般。

建物依山丘地形而建立，簡單線條，屋頂採斜面與山丘同一角度；依舊低調、沉浸、穩重；室內家具大量採用日式與美國風味結合，顯見他喜愛東方文化。

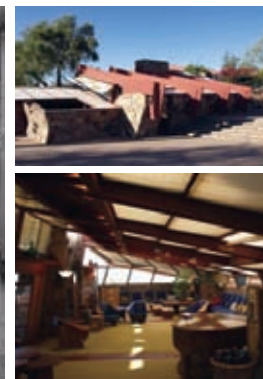
漢寶德表示「我覺得萊特的作品不是外在藝術，而是發自內心的需要。萊特的作品不在外形好不好，重要的是這建築有沒有生命，能不能和居住者心靈契合。」

萊特說過「建築師就是詩人……一個有創意的建築師應該去修養這種詩的精神……。」

我非常喜歡萊特大師的作品，他的建物都是有生命力的、充滿詩意的；且保有本土風格、合適本土人文、歷史等意涵；不主張別人的就是好，舶來品就是最棒的。



大量採用當地素材，木料、石英岩



屋頂採斜面與山丘同一高度

關懷鄉土

2009年「台灣心 鄉土情」系列課程

財團法人群策會教育處副處長 林育任

佳評如潮的「台灣心 鄉土情」課程，由財團法人慈暉文教基金會主辦、群策會協辦，本年度的延伸課程，從兩岸的協商到台灣的教育、經濟、外交、農業、社會安全制度、媒體，還包括族群性的原住民發展與客家文學，以及較輕鬆的電影和運動，其實是屬於更深且更廣一層的進階性課程，相信將有助於讓所有與會學員愈加全面性瞭解台灣的過去、現在與未來。

2009年度課程有：

「台灣的媒體特質與生態」邀請到前台灣時報社長蘇進強先生：蘇社長的媒體經驗非常豐富，除了擔任過社長、總主筆、總編輯等媒體重要的高層外，也是國內著名的小說家，亦曾擔任台聯黨主席、秘書長，對媒體狀況知之甚詳。

「台灣電影史」邀請到政治大學台史所教授李福鐘博士：李教授過去曾擔任記者，並在幾個社區大學開授過電影欣賞相關課程，長期對電影的發展有極其細膩的觀察。

「台灣的外交」邀請到政治大學副校長林碧炤博士：林副校長為政大外交系教授，在李前總統執政時期，曾擔任國家安全會議副秘書長與總統府副秘書長，並曾任政大國關中心主任，外交的理論研究與實務經驗都相當豐富。

「台灣教育改革問題與展望」邀請到教育部政務次長呂木琳博士：呂次長長

期在中央與地方教育行政機關服務，並擔任教育部次長多年，對台灣的教育有絕對深入的實務經驗與體悟。

「台灣原住民的發展」邀請到中央研究院民族所黃智慧老師：黃老師為留日的博士，對台灣很多原住民的公共事務都非常關心，也參與相當深，並擔任過原住民電視台的諮詢委員。

「台灣經濟發展策略」邀請到台灣智庫董事長陳博志博士：陳董事長是台灣著名的經濟學者，在民進黨執政時期，也擔任過經建會主委，對台灣經濟發展的實務經驗與理論研究都十分豐富。

「兩岸協商實例分析」邀請到去年剛卸下國安局長一職的許惠祐博士：許局長在兩岸剛開放交流的那些年，曾在肩負第一線談判重任的海基會服務，特別是後來還擔任掌管國家安全的最高首長，對兩岸之間的往來一向有其獨到的見解與堅持。

「台灣的社會安全制度」邀請到台大社工系教授林萬億博士：林教授長期關注國內的社會福利政策，為國內十分權威的社福專家，且曾擔任台北縣副縣長，也是一位理論與實務並重的專家。

「運動家的精神」邀請到希望基金會董事長紀政女士：紀政女士最為國人所津津樂道的就是為台灣在1968年墨西哥奧運拿下田徑銅牌，更重要的是，她在自田

徑界退休後，幾十年來一直繼續在為台灣的體育奉獻心力，堪稱運動家精神的最佳表率。

「台灣的卓越農業」邀請到前農委會主委陳希煌博士：陳主委學而優則仕，曾擔任過台大農經系主任的他，其實很早以前就曾在農復會服務過，是見證台灣卓越農業發展的重要指標人物。

「客家與台灣文學」邀請到本土知名作家李喬先生：李喬先生是國內最重要的客語作家，膾炙人口的作品不計其數，許

多都還曾被翻拍為電視與電影，由他來詮釋客家文學，是再適合也不過了。

從以上簡介看得出來，本年度的「台灣心 鄉土情」課程，每一位授課講師都是該領域的一時之選，所以我們希望能有更多的學員來共同參與；透過這樣多元化知識的洗禮，讓「台灣心 鄉土情」的情懷能深植在更多台灣人心中。

此講座課程全程免費，歡迎有興趣的民眾致電8660-0766洽詢。

《各講座上課時間如 P.63》

2008年活動花絮



邀請前總統李登輝先生蒞臨演講



深獲好評 座無虛席



前總統李登輝先生(左)與慈暉林長勳董事長(中)趙永清立委(右)合影



生動活潑的上課方式

我是小小藝術家 秋韻寫生比賽

慈暉文教基金會

緣起—2007秋韻誕生

慈暉文教基金會自民國八十三年創會以來，一直以「改善生活環境 提昇生活品質」為宗旨，舉辦林林總總各式的活動，期能在活動中提昇社區的文化及生活水準。而藝術，從古到今一直是高品質生活中重要的一環；僅僅是物質生活上的富足充裕並無法滿足人的生活需求，還需要文藝來充實人的心靈。為了提昇雙和區藝文氣息，讓美術教育在此紮根，我們在2007年首度舉辦「秋韻」寫生比賽，希望藉著孩童的手勾勒出雙和的美，達成「藝術造市」，並邁向「真、善、美」之生活境界。

成長—2008年秋韻

如前所述，慈暉舉辦秋韻寫生比賽乃期望提升藝文素養。為了在活動中培養未來主人翁，讓他們不但懂得觀賞，更能親自參與藝術創作，2008年的年度計劃裡，秋



樹林國小 余承旻（國小中年級組）

韻寫生比賽已經是我們的一項重要活動。

與我們生活中習習相關的藝術，非屬建築莫屬。建築物的完成，除了滿足居住、生產及其他特定目的，還要具備堅固、美觀的特性，才能算是一座好建物。所以建築師的養成教育中，除了建築設計還要加上美術、社會科學及各類專業技術的涵養。

台北地區的台北市建築師公會與台灣省建築師公會台北縣辦事處，可說是引

領北台灣建築的二代龍頭。2008適逢二大公會成立屆滿四十週年，加上慈暉於2007主辦之寫生比賽成果豐碩，故本屆秋韻聯合台北市建築師公會、台灣省建築師公會台北縣辦事處，擴大舉辦。期望這



碧華國小 謝宗倫（國小中年級組）

股藝文氣息能從雙和地區延伸至大台北都會區，提升全民美學素養，打造美感的社會。

茁壯—2008秋韻籌備過程

為了擴大舉辦秋韻寫生比賽，我們檢討了2007年的活動，並做了一些改變。

籌備會前，秘書室針對台北縣市適合之景點收集資料，並實地勘察；雖然美麗

景點眾多，但參賽者的安全與交通的便利是我們最重視的一環。在此考量之下景點脫穎而出。經過幾次籌備會的討論後，決定租借台北市大安森林公園舉辦活動。

地點確認後，其它事項也馬不停蹄地持續進行。從比賽方法及獎勵制度不斷討論再討論、簡章內容的修改、評審老師的邀請……我們希望能給參賽者一個完全安全、公平的比賽。尤其是評分比例以創意為主，更是希望能讓小朋友們能毫無顧忌，大膽的表現自己的創意與巧思。

翱翔—2008秋韻盛大舉辦

2008秋韻寫生比賽訂於10月4日假台北市大安森林公園舉辦。

活動前一週，所有的工作同仁都緊張萬分一因為連續幾個週末以來，颱風總是挑選週末來北台灣散步；而且在活動前一週的氣象報告裡也指出，又有新颱風形成了。也許是運氣好，也許是善的信念感動了颱風，總之最後活動當日是個好久不見的大晴天。

好天氣與好風景，為秋韻加了不少分。感謝台北市建築師公



金華國中 林琬渝（國中組）



新民國小 陳芊羲（國小低年級組）



安溪國小 溫健喬（國小低年級組）



民族國小 杜柏諭（國小中年級組）



竹林國小 黃育德（國小高年級組）



竹林國小 邱詮穎（國小高年級組）

會、台灣省建築師公會台北縣辦事處，在活動前後都給了我們很多的協助；感謝永和市各社團，提供了我們不少後援。大家的幫助以及參賽者們的熱情參與，為2008秋韻譜出美麗的一章，不過，還不是句點。

11月1日，辛苦的評審老師們舟車勞頓來到本會，認真地評選本年度參賽作品；評審之後甚至熱心地留下，為各得獎作品寫評語，希望能讓大家從比賽中精進。在審後會議中，因為評審老師很棒的一個建議，我們首度將參賽者的畫作變成永恆；除了希望好作品能有更多人能欣賞到，也希望得獎者能感到莫大的成就與榮耀——張張美麗的畫作書籤於焉誕生，為2008秋韻畫下完美句點。

沒有參與到2008秋韻的您，想從熱情的色彩中稍微體會當天熱鬧快樂的大安森林公園嗎？歡迎您來到慈暉文教基金會，向秘書室索取書籤。不用擔心價格的問題，畫作書籤一如真善美，無價。



金華國中 熊禹瑄（國中組）



金華國中 楊尚蓉（國中組）



健康國小 許牧宣（國小高年級組）



秀朗國小 詹哲安（國小低年級組）

展望一期待2009秋韻寫生比賽

讓美的種子能散播到世界各地，是我們的夢想；而夢想需要努力才能圓夢。

2009年，我們也會盡全力，舉辦一場讓您我都感動的秋韻寫生比賽；我們會用力檢討過去兩年的活動，從舊經驗中去蕪存菁，期待您與您的家人朋友們能一同來參與，這場真善美的藝文饗宴。

結語

想參加今年度（2009）的秋韻寫生比賽嗎？請洽本會。

簡章與詳細活動辦法將在2009暑假出爐，敬請期待。

慈暉文教基金會

電話：（02）8660-0766

網址：www.tsuhuei.org.tw

法律須知 進行法院調解程序

永然聯合法律事務所律師 李永然

到法院去，不一定是「訴訟」，訴訟之外，在民事庭還可以運用「調解」的程序；我國法院為疏減訟源計，乃日益重視「調解」。

法院進行調解，可能由「法官」自己親自主持，也可能由「調解委員」擔任；面對調解程序，當事人應注意以下相關規定：

1、法院命當事人親自到庭時，即應親自到庭：法官於必要時，得命當事人或法定代理人本人於調解期日到場；調解委員認有必要時，也可報請法官行之（參見《民事訴訟法》第四百零八條）。當事人於前述情形，即應親自到庭，如無正當理由不於調解期日到場者，法院得以「裁定」處新台幣三千元以下之罰鍰（參見《民事訴訟法》第四百零九條第一項）。

2、認識調解委員的酌定條款：如果調解事件是涉及「財產權的爭議」，只要獲得「當事人兩造的同意」，得由「調解委員」酌定解決事件的「調解條款」；當事人務必認識「調解委員的酌定條款」。蓋調解委員酌定的調解條款，一旦作成「書面」，記明年、月、日，或由書記官記明於「調解程序筆錄」，由調解委員簽名後，送請法官審核，經「法官」核定，視為調解成立（參見《民事訴訟法》第四百十五條之一）。又前述酌定調解條款，經兩造當事人同意，也可以由「法官」酌定；法官酌定的調解條款，於書記官記明於「調解程序筆錄」時，視為調解成立。

3、認識法官依職權提出的解決方案：調解程序固由兩造當事人合意而成立

調解，但如兩造未能合意，而雙方爭執係涉及「財產權爭議」，且已甚接近，此時「法官」應斟酌一切情形，其有調解委員者，並應徵詢調解委員的意見，求兩造利益的平衡，在不違反兩造當事人的「主要意思範圍內」，以「職權」提出解決事件的方案（參見《民事訴訟法》第四百十七條）。對於法院依職權所提出的解決方案，不同意的當事人該如何是好？由於前述「方案」應送達於當事人及參加調解的利害關係人，所以當事人如不同意該解決方案，可以於送達後「十日之不變期間」內，提出「異議」（參見《民事訴訟法》第四百十八條）；一旦有一方當事人提出異議，則該調解視為不成立；調解不成立者，法院應付與當事人證明書（參見《民事訴訟法》第四百十六條第五項）。

由上述說明，可知上法院的當事人不管是進行訴訟，或進行「調解」，一定要瞭解法律，才能確保自身權益！



清風拂面笑滄海

黃清棋

前些日子一個機會，接觸南華大學「生死學研究所」，釋慧開大師在「生命之歌」一文詮釋「生命」說：「寰宇蒼穹下，縱有春夏秋冬，四季輪轉交替，生命的腳步，從未曾停留；春，不為你停留，夏，不為你戀棧，秋，不為你惆悵，冬，不為你困頓，」真是生命的絕妙註解。

近日剛巧教讀國文，唐代文學大師韓愈所撰「柳子厚墓誌銘」，兩相參研，覺得從另一個角度觀察人，有時真是「人生無常」，所以秦始皇始終不能求得長生不老之藥，自然傳承到我們，自然綿延傳遞下去，因此，人生「百過半」應可暢談生死、計畫未來，前些日參加旅遊團「福建土樓之旅」，前人生前在樓頂置升官發財之木，良有以也。

牛年開春一月三日，聯合報十版報導：中國大陸廣州大學每到周三，文科教室都坐滿學生，聽講「生死學」。面對生死、走出憂鬱、珍惜生命，隱然成為生命中的顯學。「練習」寫遺書、立遺囑，撰墓誌銘，也就成為生命課程授課內容。

「誌銘」是埋入墓中的「刻石」，人既然終有傳承的一天，生前自己為自己打造留下一個「象徵」，也是一種考量。

於是預立現代「墓誌銘」有關如下：

銘石材質：宜選有質感之大理石、花崗石。

造型：宜藝術化。

銘文試寫如下：

江夏堂 黃鼎坤派下三房22世孫

黃清棋 (小名阿喜)，籍桃園縣觀音鄉

稟承觀音信女銀妹母風，豁達進取，「若母英姊」一路栽培勉勵，為學新竹師專、臺北師院、臺灣師大國文所、文化大學中文所。2008 年生前冬某夜，以名字作對句，回顧咀嚼有生，並預為「墓誌銘」。曰

清風拂面笑滄海
棋高一著攬乾坤

短篇小說 真氣的相喚

伴雲

首都臺北市是她像家鄉般喜愛的地方，尤其潮州、永康、麗水的那幾條街、巷裡，有含苞未放兼百花爭豔的景致。一般說來2008 年春之前經濟景氣時，臺灣的城市，黃昏時刻總是忙的忙、加班的加班、補習的補習，上安親班的上安親班，去唱歌的唱歌……，晚餐後看電視的看電視。她住家的巷子裡也經常沒什麼人，牆邊的紫藤、扶桑花總是特別的豔麗，桂花總是特別的香。

之前她經常一個人走在巷子裡，卻永遠有第一次春天到沖繩島，遊熱帶植物園的清涼與激情；她隨意繞行散步著散步著，抬頭看看鄰居玫瑰花叢中，30 幾朵深紅的玫瑰、一片片的紫紅九重葛花朵，她真感覺如身在名護植物園，搭乘沒有軌道也不需要駕駛員的鳳梨造型，迷你可愛的電動導覽車，隨意遊園賞花，完整的去了解這幽靜的每條巷子。

好長好長時間以來她深感完全失去了，但是她還是要生活下去。昨天在巷子裡她遇上了一個壯年人；當她散步進入麗水街有金桔子花香但很暗的巷子時，直覺停在巷口的那個男人會跟隨她來，她不知道自己要逃跑或是面對，就乾脆快跑吧！四周又沒行人，她越來越害怕，當她如急風似的跑到巷子約一半時，她真的聽到摩托車發動聲向她騎來，她拔腿更快的跑，隱入另一條巷子順利的回到家中。她坐下來，心砰砰砰的不能平息，但是她不會告訴家人，她入神的想著剛才暗巷子中，她能看清楚他的穿著，模糊中無法看清那男人的面相。過了些時間，她往臥房的小窗前，向著兩旁花木抱影下，停

滿小汽車的巷子望，在路燈明亮的紫藤花影下，赫然發現他從巷尾朝她家方向走來，走著走著快到了她家的車庫門前，她看清了他，是年輕 30 歲左右的模樣，他為何來？

今天晚上 9 點多她又遇見了他，他在麗水街原來的巷子口坐著似乎在等她，她經過時他自然而然的站起，她走到巷子的左邊他跟了過來在她後面走著、走著，慢慢的和她同行，兩人先露出淺淺的笑容：

「妳一個人？」她沒說是或不是！

「我喜歡黃昏以後出來散步！」總覺得她自己的婚姻和國家一樣，不知何時才有名有實？這半生想得到生命的泉源，實質的東西似乎是不可能得到了。她沒想看清楚他的容貌，她無需去了解他。她們走到一顆好高、結滿圓圓金黃的金桔樹旁：

「我們坐在這樹下？」

「不！我回家好了！唉！這株金桔！終年有花香和金黃的果！」

「那到麥當勞坐坐？」

「去公共場所！」她搖頭，他發現她是個面貌、身材姣好、憂鬱卻令人憐恤，大約40 出頭歲數的女人。她們繞進家家錦緞低簾幕，真氣舞迴風，大大、小小的巷子中：

「你住哪裡？」

「麗水街的那一頭！我回家拿鑰匙開車帶妳出去繞行？」

「到哪裡？」

「隨妳！」她點頭。

他牽著她的左手快步的走，她突然停靠在一戶人家大門的右側和圍牆的凹陷處，激動的伸手擁抱他，她渴求男人的肩很久

了，她靠在他厚實的肩上，她一陣熱湧在眼眶，她慢慢的又不能陶醉般的回過神來。她自己明白！10 年了應該有 10 年過去了，她有丈夫但是丈夫沒牽過她的手、同床而眠不管日、夜卻傳不到男人的體溫，她長得標致、聲色甜美，她沒有男人抱她、慰藉她，她細白的皮膚靠日本來的保養品早、晚撫摸，她美好的身材靠自己運動和健康的飲食，她散放特殊味道的氣質靠書本、電影、圖畫、音樂裡的雲根石髓來滋潤，靠朋友不斷 e 來的：〈細數臺灣之美〉、〈我心愛的臺灣〉、〈仙人掌花〉、曾經有家歸不得音樂家的〈1938蕭泰然〉……等等，這些不下百集的尋求生命尊嚴的專題，充滿她的生命。她一直忍、一直等，因為她相信上帝是要讓她去做其他有愛的事兒。

到了他家門，他牽著她的手走樓梯到二樓：

「我進去拿鑰匙，妳也進來！」除了客廳的一對白蠟燭外完全沒有光線，她將手牽

得緊緊的再放鬆，他從左邊的房門口開了燈進入臥房，她沒看屋內右邊的格局，就在客廳正面瞧見一幅年輕女人大大的黑白照，照片的右邊掛了一個插滿香的籃子！她走到客廳門外，取鑰匙出來鎖好門再牽她的手時，她的心揪成一團，他主動的：

「她走了 2 個多月！」

「你和我一樣，上帝帶另一半先走了，不知留下另一半何如！」他們開著車到了萬華吃了魷魚，車行過了華江橋到了郊區一學校圍牆外，兩人來到後座，他擁抱她，她很想在車子的震盪中，得到由慢慢的動作所產生的一種生命的真氣，使得他們意氣融融、臉色紅潤溫暖，但她眼眶紅紅的拒絕了：

「我已經 10 年不知丈夫的愛是什麼！啊！一個人的家還是要回去，開車吧！」

「我送你回家！」

「可以！」

他們停好車進了她家門，門外有男人的鞋子，客廳沙發桌上擺著兩張護照影本，1948 年 4 月 20 日生，她已經 60 歲！

「別看！別看！」她急急引他進入她的臥房：

「妳們要去旅行？」

「是！去日本！有什麼用，到哪裡都一樣，我一個人手腳冰冷還是冷冰冰的睡！看到了，我可以當你的媽媽！還要知道什麼？」眼前的大床鋪上有兩個枕頭，他確定是近日兩人還在睡的床，她轉身到床的對面開啟她的衣櫃，拿出一包東西和一個錄音帶：

「這不能用也沒用過，你回去看了、聽了就明白了！」

「以後我如何稱呼妳？」

「我叫蜜姊，隨你怎麼稱呼，再見！」

「噢！對了，要選舉了，里長辦的旅遊活動妳報名了嗎？我們以後還要見面嗎？」

她送他到門口只說：

「他和他兒女去郊遊就快回來了！」

歸途中，他捏捏、拆開那包東西，知道那是人工，男人少不了靠它得生命活力的命根子！她的丈夫呢？她受到怎麼樣的待遇……？又將錄音帶擺進車子放音機，是蜜姊和她先生的對話：

「……，夫妻之間不做什麼也要靠過來一點，床中間像有一條大水溝，我一直靠過去你一直躲，都快到床下了，幾年了！這樣我身心好冷，受不了！」

「又沒有要生孩子，夫妻就不需要做什麼了！」

「怎麼會有這種想法！施捨點輻射、體溫可以吧！」

「我認為做那種事和路邊的動物沒什麼兩樣！」

「我的身體好好的！我的父母、親人、朋友……，都不知你關起房門來虐待我！」

「有什麼證據？」

「20 年沒親吻我了，半年前突然深深的吻我，你知我善良，懂得為人妻不能拒絕求愛，你卻是吐了一大口、一大口、一大口 B 肝、指數不正常的口水給我，事後我知受辱但不敢吭氣，至今我嘔吐不出來，我心有餘悸！」

「證據呢？」

「這不是軍隊也非收暴料的法庭，只要你尊重我是完全的、有愛的女人，一切會是煙消雲散。」

「……。」

下車他直往隔壁里長家，正明白她丈夫是怎麼樣的一個人。原來身心健康的夫妻、恩愛的夫妻，真的！最好要死在對方之前。

這麼溫良美麗、總先為他人設想的女人，她不只一次和她好友述說：她要買 Michelle 名床、帝字號綿羊被套，套帝字號綿羊被給他丈夫睡！為什麼前天在餐會上，

體面的丈夫能當著大家的面，突然的舉動讓她嚇一跳一用臂膀擁著她的肩被照相公佈於網路！又為什麼在私下只要她碰觸到他時，他就怒目視她、拍掉她的手！是否像新聞挖挖哇節目內容一樣！再婚的女人就要承受前妻及其子女，所加諸一切的糾纏和掠奪！喪偶是天命那離婚是否算自作孽，這問題一直在她腦海迴盪！

一個失去最愛她的男人的女人，她再結婚 20 年的對象卻是身心苦澀不願愛的男人，但不管如何蜜姊還是在等，她永遠相信上帝造人，要人們永遠相隨相愛，但不知世間人老了還懂得要牽住父母、老妻、老夫、老友們溫暖的手的人，能幾何級數攀升嗎？

夜深了，隔壁巷子裡的幾間空屋裡的，白天看見的10多隻流浪貓們，又傳來一聲聲淒厲的、此起彼落的叫聲；流浪貓的世界是怎麼樣的情況不得而知，但睡夢模糊中她記得大學時她放假回家，50多歲的父親下班後到寡婦家幫忙插秧總是沒回家，她陪村莊中最美的母親睡：

「媽媽，半夜了可愛的母貓跑出去後面的果園裡，為什麼叫得那麼可怕？」

「別怕！那是公貓求愛、牠被捉住牠不習慣！」

「牠痛了！牠的叫聲好像找不到人救的嬰孩的哭聲，不知要哭到何時才停止！」漸漸的，漸漸的她家隔壁流浪母貓若病貓的哀號聲越來越遠越柔弱了。

假如她現在的角色可以重新選擇，那李昂筆下陳江水的妻寶貴、流浪的母貓、她自己，三者她不知要選擇誰？



後山 歡聚 故鄉情

張富峰

花明麗月，鳥啾芳園，闔家歡聚的場景，彷彿還只是昨日的事情，時光卻已滔滔而去。幸而，在攝影師們巧手捕捉的精彩鏡頭下，我們總算得以印證，所有美好的時光，都曾真真切切的存在，並已定格為永恆。

昨晚深夜，在家族晚宴餐敘之後，我獨自驅車回到台東市區，由中華路經大同路，再轉到光明路。夜涼微雨，濕濡幽暗的路面，映照著閃爍不定的交通號誌，眼前景象一片深沉。依稀是兒時記憶的街廓，卻換上陌生的招牌與店家。歸鄉的心情依舊，但彷彿只是一個回頭，人事便已全非。雨帶禪意的夜深深了；那欠身一掬寒露水的風姿，竟更顯蒼涼。於是我們不難理解，遊子近鄉，總是情怯。

台東對我們來說，其實是個再也熟悉不過的地方，但這趟家族之旅，仍舊令人雀躍期待，或許這也印證了一個美好的旅行，最重要的並非行程，而是旅伴。暖洋洋的午後，當滿載著家族成員的遊覽車，馳騁於熟悉的故鄉道路上，遠眺窗外豔陽高照的東海岸，不知大家心中憶起了什麼樣的事，或者是忽然地想起誰？

你想到的是午後杉原海邊同駕一艘橡皮艇戲水的往事？我記得的是鯉魚山下一群小鬼頭捕捉樹頂的夏蟬。你想到的是笑鬧著逃離愛逮孫子們按摩的阿公？我記得的是爭先恐後垂涎著阿嬤煮的一鍋美味糯米粥。我們各自天馬行空的穿梭在不同回憶裡的片段，也許之後，又在某個共同的



場景裡會心交集。

太平洋波光粼粼，惑人跌入錯置的時空。往事迅速翻飛，回憶與現實的分界卻越來越模糊，痕跡也越來越曖昧，有那麼一瞬間，竟分不清今夕是何年？時空平靜的推移，就如同一塊透明、卻又難以穿透的琉璃，當我們在琉璃的此端，望向過往再也回不去的彼端，很甜美，也很感傷。思緒紊亂無方、奔騰流竄，驀然乍醒，車廂內親友們語笑喧乎依舊，這才駭然：原來存在與否，竟只繫乎一念？而今我們得以在這時空中再度歡聚重逢，又是多麼難得的機緣？

舉辦一次家族聚會，需要付出很多的心力，在此當然要再一次感謝發起人的心意、策劃人的努力、執行者的辛勞及所有出席者熱烈的參與。華美溫馨的家族聚會，在我們互道珍重之後，又將告結束。臨別前夕，離情依依，再次回望親友們不捨的歡顏與道別，我不禁在心中合十默禱：「但願人長久，千里共蟬娟」。

台南烏山頭水庫 南元休閒農場之旅

王年夫



台南烏山頭水庫（圖片來源：維基百科）

有幸參加台北縣教育文化關懷發展協進會，舉辦的二天一夜知性之旅。

協會的靈魂人物就是前永和市網溪國小校長陳朝南，也是筆者的小學老師，雖已屆八十高齡，但精神矍鑠，號召力更是驚人。他的寬宏大量，個性溫和，贏得「彌勒佛」的雅號。以這次台南之旅為例，在短短幾天之內，原要招收一台遊覽車，一下子就增為兩台車，還是有人向隅。

慈暉文教基金會歡唱 GOGO 班班長湯月琴，副班長王淑芳及老師邱麗卿，是這次活動的主辦人，在她們的精心策劃，全方位服務下，大家都盡興往返，身心愉悅。承攬的旅行社還是台北之星的方文慧，人親切，談笑風趣，難怪只要陳校長發起的旅遊，沒有方文慧，大家都會感覺不習慣。

這趟郊遊，行程安排相當知性，譬如：參觀彰濱工業區內的台灣玻璃館、嘉義縣中埔鄉豐山果園、台南烏山頭水庫風景區，旅行社特別安排解說員，大家才不致霧裡看花，白跑一趟。特別是，參觀烏山頭水庫風景區時，解說員廖復華是一名退休老師，口才佳，人又風趣。當他講到日本水利技師八田與一，興建水庫的匠心獨具與艱辛過程，更是生動活潑、動人。

晚餐後，自由活動。晚上九點，導遊方小姐準時請飯店煮出兩大鍋的竹筍及苦瓜雞湯，味道相當好，幾乎所有人都吃兩碗以上。

第二天我們旅遊的重點是南元休閒農場，農地佔地三十公頃，場內有八十四項休閒設施，樹木十二萬餘株。園區內的環湖遊艇，以及烏園，是我們必到之處。搭乘環湖遊艇還好，參觀烏園就必須考驗體力，大家所關心的「彌勒佛」，靠著驚人毅力走完全程，不相信的人，絕對瞠目結舌。

第二天的晚餐改到土城的囍都餐廳，當導遊方小姐宣布變更用餐地點時，有很多人擔心品質會變差，未料，囍都的菜，出乎意料之外的好，環境又舒適乾淨，大家都非常滿意。整體而言，這趟旅遊，大家的評語是「俗擱大碗」。

慈暉心 溫馨情 奉獻社區 感動人心

台北大學社工系 郭育伶



這是我第一次領得慈暉的獎學金，也是第一次參與慈暉的感恩活動，這次的經驗給了我很深的感觸，它讓我知道世界上有一群人，不斷默默的為這個社區、這個社會貢獻自己，不計一切報酬與回饋，只為一份堅持跟信念，無私的將時間心力投注於可以幫助別人的一切，他們就是慈暉人，這就是慈暉情。

因為家境清寒的關係，一直都有申請獎學金的計畫與安排，但慈暉的用心跟專業著實讓我備感溫馨與感謝，從一開始獎學金的申請、審核，不像一般的非營利組織或單位，只憑一張申請單或是一個制式的數字就決定了獎學金的名單資格，而是透過一系列嚴謹的審核、討論，再挨家挨戶的拜訪探視，讓獎學金最後都能落入真正需要的學生家庭手上。

乃至於到後來頒獎典禮的節目安排、或是眾多且豐富的活動以獎勵優秀有專才的菁菁學子，在不景氣的寒冬，為清寒家庭紛紛注入了一股暖流，能有這樣一個非營利組織不斷的為這社會努力著，我們真

的很幸福。

我很感謝慈暉願意給我這樣一個受獎的機會，因為這一筆錢讓原本籌措不出學費的父母，舒緩了其經濟的重擔，還給了我跟媽媽一同參與頒獎典禮的機會，雖然後來媽媽因為工作的關係不克前來，但這樣的尊重、對待與用心，對我們這些窮苦人家的孩子或父母而言，都是份格外珍貴的體會。

當我知道獎學金是藉由慈暉一群熱心有愛心的義工爸爸媽媽們，彼此共襄盛舉所籌募出來時，更想好好珍惜這份得來不易的資源，妥善運用，將來有朝一日也能將這份恩情繼續傳承給更多需要幫助的人們。

慈暉親身實踐、用心耕耘的這份精神，已深留我們每個人的心中，就像一位母親，慈悲的關懷這荒瘠的社會，我們就像您們的孩子，會帶著感恩的種子，到世界上的每個角落，繼續播種下去……，致上發自內心由衷的感謝。

給慈暉文教基金會的一份感謝

陽明大學生命科學系 王振樺

十二月的這個冬天雖然寒冷，但我的內心卻是暖和的。是因為這個仍然充滿關懷的有情社會，我才能受到善心人士們雪中送炭地接濟，使我得以暫無後顧之憂一為了生活家計而擔憂，潛心於課業之精進。

醴泉無源，但先天環境條件和起跑點不如人者，若要成功，第一，要靠自己後天的努力。其次，也需要貴人相助，在緊要關頭助你一臂之力。例如：韓信少年未得志時，曾受漂母贈飯療飢，後來當他被漢高祖拜為大將，涉西河，虜魏王，下井陘，定齊趙之時，則反思回饋，以千金為報。

同樣地，現在我受到慈暉文教基金會的點水之恩，也必當謹記在心。將來學有所成、有能力了，當以湧泉相報。並貢獻自己，將這份感恩之心化為行動，成為社會上正面的一股力量，幫助社會上更多極需要被幫助的人。

我始終覺得，得之於人者太多，而施之於人者太少。也正因如此，我不斷地積極從事志工服務，希望略盡自己的天責，將這份溫情傳承下去。畢竟取之於社會，用之於社會。而其中，在家扶中心的課輔經驗影響我最深。小朋友們的家庭狀況，都是出乎我意料之外的「特殊」。而課輔期間，幾乎每天都有處理不完的問題，讓

我的課輔日子變得相當地「充實」。周旋於學業、課餘打工、實驗室……之間，坦白說，能夠課輔的時間實在少之又少，有時候也會懷疑自己，為什麼把自己搞得這麼累？但是，回想起當初內心的悸動，看到孩子們燦爛的笑容，我想，我不會後悔。我相信，也期許自己，在爾後的日子裡，我依然可以持續地幫助這些小朋友，獻上自己小小的力量，卻能帶給他們大大的改變！

面對未來，雖然狂風暴雨總是免不了的，而我也知道我的路途會比一般人辛苦，但我相信自己，也相信這個仍然有愛的社會，相信再大的困難都將可以被克服。此外，我也會更加地努力，充實自己的學識涵養與服務他人的能力。縱使生命短暫如偶然劃過天際的一個流星，我也要凝聚自己所有的能量，燃燒自己，發光發熱，照亮一片天空！

最後，筆墨依然無法盡敘我的感恩之情，謹以此文聊表內心真誠的感激之意，謝謝慈暉文教基金會的溫情，也謝謝所有在我成長過程中，曾經幫助過我的人，謝謝您！

《慈暉文教基金會各獎項申請辦法如 P.62》

參加永和市市長盃歌唱大賽

慈暉學苑歡唱GO GO班 谷文中



「文中啊，媽媽上日文課的地方正在辦歌唱比賽，你如果有興趣，就趕快去報名喔！」大概在三年前吧，一個偶然的機會，由母親口中得知「慈暉文教基金會」正在舉辦歌唱比賽，於是便懷著忐忑的心情，報名參加了初賽。沒想到，竟然很幸運的以一首「塵緣」闖進了複賽，由於自己是初次參加比賽，根本連應該用甚麼曲調演唱，都搞不清楚，因此，在決賽指定曲中，一首王芷蕾的成名曲「台北的天空」，選擇以原調（女調）演唱，結果可想而知，自然是慘遭滑鐵盧！

比賽結束之後，在基金會熱誠的工作人員介紹之下，才發現原來「慈暉文教基金會」有著非常豐富而且多元的課程。舉凡各種民族舞蹈、國際標準舞、韻律瑜珈、書法國畫、合唱團、英、日語文、歌唱班等各類藝文學習課程，提供給外界人士選修之外，甚至還不定期邀請不同領域之精英到基金會舉辦免費的專題演講活動，而這中間讓我最感興趣的就是「歌唱班」了！

由於白天還要上班，所以我選擇了報名參加每週一晚上，邱麗卿老師所指導的「週一歡唱GO GO班」。當我第一次踏入上課教室，便訝異於教室的寬敞與明亮，完全沒有一般地下室予人陰暗、潮濕的感覺，而上課同學的踴躍情況，才更

讓人驚訝，原來愛唱歌的人竟然這麼多！原本一開始，只是想著可以打發一下閒暇的時間，真沒想到，在經過一段時間的學習之後，我在這裡認識了好多愛唱歌的同學，不管是字正腔圓，還是台灣國語，有令人羨慕的原住民同學渾然天成的爆發力，也曾碰過嫁到台灣的外籍新娘用功的拿著寫滿注音符號的歌譜，在邱老師細心的指導之下，全都能在課堂上盡情的自由飆唱，甚至是邱老師帶領大家一起做的熱身操和發音練習，也變成同學們上課前的一種習慣，我想，這就是邱老師所說，唱歌所帶給我們生活上的樂趣吧！

三年！很快的過去了，在邱老師用心的教導及同學們的鼓勵之下，參加了這次永和市市長盃全民歌唱大賽，並且終於獲得這次比賽精英組的第一名（因為這已經是第三次參賽了），除了特別感謝老師和同學們，大家的支持與鼓勵之外，也深深體會自己這三年多來所學習到的寶貴知識與經驗，全都是因為「慈暉文教基金會」，提供了這麼棒的學習園地，讓我們可以在這裡，快樂學習、成長茁壯！就像我在決賽時所選唱的歌曲「你是我的眼」歌詞中的意境一樣，讓我看見「這世界就在我眼前！」謝謝您！慈暉文教基金會！

敲門，一定會有有人在

台東生命線



台東，對您或許是個陌生且遙遠的地方。台東縣幅員廣大、人口很少，但自殺率全國排名卻名列前茅；台東生命線全年無休、二十四小時陪伴人們凝聚好心靈。它是「好心情」專賣店，在此「敲門，一定會有有人在」。基此，夥伴們體認到「Together we are different」的信念，必能賦予求助者生命再啟航的動能。

在營區、監獄、學校、社區中心等等有需要的地方就有我們的蹤跡。我們藉著研習成長、熱忱輸送，提升服務品質。但由於參與的踴躍，相較感到我們訓練場地的不足；服務面擴大、服務量的急遽上升，更顯諮詢室的缺乏，在在皆顯示「增建房舍、軟硬體設施」的必要性與急迫

性。然而，機構運轉不外乎人力與物力；以人力為前導，物力為後盾；在人力充裕、物力欠缺窘境下，仍然相信，每個問題皆有答案，每個問題皆有祝福，為了實踐「貢獻有處，呼援有門」的實務，生命線永續發展必須要訂定願景，以作為持續穩健成長的主導力量。

願景（Vision）就是願望、遠景，係為未來提供明確的方向。前所述，咱們生命線的遠景乃期待有一個寬廣的空間建築：在愛、尊重、溫暖、熱情的環境下，來實現支持彼此成長、對社群作出貢獻的目標。

因台東生命線本質屬社會福利機構，以務實角度而言簡單的說，就是要透過社會大眾共同出錢、出力實踐，透過彼此合作和學習，才能達成願景。雨果曾說過：「世界上最寬廣的東西是海洋，比海洋更寬闊的是天空，比天空更寬闊的是人的胸懷。」此乃「善的循環」最佳寫照。

當美國黑人歌手KING BEN E：stand by me（站在我身邊）餘音繞樑的歌聲冉冉響起，它撥動著我們心弦，喚起沈睡的心靈。我們相信：天地間存有仁愛與公義。萬物有開始與結束，冥冥之中有一種力量維持宇宙秩序，並賦予人生意義與讓希望前進的動力，此動力來自各處。我們發覺，企業界擁有活力、創意、積極、進取、勤奮努力等特質的人，不僅擁有財富，同時更有豐富多采多姿的生活，更有能力去為更多的人謀福。

有情義的人，是不論價，只論值，貴單位屬之。因為緣分，不需理由，就讓咱們找到交會的那一點。我們更相信，「施予」恰似手中之月及贈花者之懷香，雖無形無狀，卻能長佇久留！在無月的夜色中，仍有月光的記憶；在無花的季節裡，仍有飄送的餘香。

多年以後，倘若願景能實現；那將是能容納更多志工們酸、甜、苦、辣的空間。那時，共同來聽得一段美夢與美麗的協奏，我們可對著子孫、後進們述說著當年的歷史。台東生命線的故事在每個喜悅生活的氛圍中，其中更希望還有個您一播灑愛的種子。凡播種者走過，都是春天；春天是啟動希望的季節。願 平安、喜樂常在您心！

台東生命線理事長林均虹暨全體理監事 敬上

社團法人台東縣生命線協會
郵局捐款劃撥帳號：06592556

會 址：台東市950漢陽北路408巷11號
協談專線：1995（您救救我）
行政電話：(089)340959・352027(FAX)

斯卡也答・老師再見 阿明的故事

台北縣永平高中校長 李玲惠

在與粉筆為伍的歲月中，有些學生令人難忘，有些故事叫人刻骨銘心，阿明的故事就是其中之一……

十多年前，我在東北角海邊的小學校，有兩年任導師，教過的學生畢業後仍與我聯絡。其中阿明同學已成為一名維護治安的警察。他每隔一陣子會打電話給我，也一直未改其嘻嘻哈哈的調調。

同樣是警察，文彥卻與阿明性格不同，在校期間，文彥品學兼優又善體人意，與同學感情很好，省中畢業後，同時考上大學與警官學校，如今已成為實習警官，全班常靠著文彥辦同學會、保持聯絡，也提供我同學離校後的訊息。

最近，不知怎麼地，腦中常出現「阿明！」兩個字，尤其在工作繁忙之後。有一天，正面對一大堆的公文，突然，電話鈴響了，是文彥打來的：「老師！」

「阿明呢？阿明好嗎？」

「老師！你也知道阿明出事？」文彥一提醒，我猛然想起何以一開口就問阿明呢？何以，最近心中常唸著他呢？

一回神，我馬上問道：「阿明怎麼了？」

「三個星期前他出了車禍，騎機車被卡車撞了，情況很嚴重，現在在榮總！」

如晴天霹靂，何以這些日子常在腦海中浮現他的臉龐，莫非就是所謂的「心電感應」？

不管如何，和文彥約好馬上同往榮總探望，在計程車內，文彥才告訴我，阿明分發保一總隊，此次支援到宜蘭出勤務，執勤完畢後於半夜騎機車返回隊裏，在半路上為閃

躲一輛腳踏車，被疾馳的卡車迎面撞上。阿明傷勢很重，以直升機送往榮總急救，昏迷一星期才脫離險境，不幸地，右腳鋸掉了一截。

懷著忐忑不安的心進了醫院，在走廊隔著玻璃看到了阿明，他露出吃驚的眼神，似乎不相信我會出現在那裡。進了病房，看到被單外長短不一的腳，心是一陣絞痛。

「老師！」阿明這麼一聲叫喚，喚起我深抑的悲愴，我緊握阿明的手，淚珠不聽使喚的錯落而下……。

「老師！您不要哭！是我對不起您！」此時此刻，不只是阿明為我擦拭臉上的淚水，他的眼眶亦有兩顆晶瑩。

「不！你沒有錯，這是意外！」

「老師！如果我現在可以起來，我要向您下跪，真的，我要向您下跪！您教我的時候，我長得最快！現在，我的腳……」眼前的大男生躺在白色被單上抽搐著。

「你不要跪我！你要跪的是你的爸媽，忘了老師曾告訴你們：身體髮膚，受之父母啊！」不忍再看他那隻裹著層層紗布的腳，心中卻忍不住陣陣酸楚。

病房的氣氛倏地沉寂下來，一旁的文彥亦不發一語，忽然：「老師，我現在很會唱歌了！等我好了，唱歌給您聽！」阿明咧著缺了一排門牙的嘴而笑，我亦破涕笑了。

阿明還是阿明，年歲的增長並未抹去他的赤子情懷，當年，總在班上氣氛沉悶時，突發奇語，或以逗趣的動作惹來全班哄然大笑！作業總是寫得歪七扭八，唱歌荒腔走板，沒有一首不被他唱成走音變調，而現

在，卻要唱歌給我聽。注視著曾是點綴雀斑而現在佈滿傷痕的臉頰，時光彷彿於剎那間回到了十多年前……。

阿明升上三年級的暑假，聽說他與導師起了衝突，導師希望他轉學或轉班。他母親請求我答應讓他轉到我的班上，她誠懇的態度、愛子心切的神情令我動心！就這樣，阿明成了我的學生。

初轉到我的班，幹部登記的不守規矩名單上一定有阿明的名字。同學們陸陸續續打小報告：不掃地、亂丟紙屑、女生被捉弄氣了……。情況有惡化的趨勢，我開始認真思考，如何「收拾」他。

我每週回台北的時候，他就蹦蹦跳跳到辦公室幫我拿起包包，陪我到海邊的候車站牌等那一小時一班的客運車。漸漸地，我們聊一些話：如愛哭的女生、老師的口頭禪、媽媽的嘮叨、公車上的扒手以及媽媽淚水的含意、那個愛哭女生的家庭；討論著這一週我對他的感覺、期望，他某些行為產生的影響，別人的感受……等。

我也發覺在他那調皮的外表內，窩藏一顆善良的心，樂天的生活態度。

逐漸地，較少聽到任課老師數落他、同學告他的狀，作業遲交，只是較偶然，愛講話的名單仍有他，不過次數少多了！他的母親告訴我，這孩子變了……。

有一天，依舊他幫我提著行李等車，依舊在車門打開時才把行李交給我，就在我登上車門的剎那聽到一句：「老師，你自己多小心哦！」回首，隔著車窗看著這雀斑男孩，正露著慣有的微笑對著車子揮手，突然覺得，這孩子長高一些了！

畢業前阿明的成績雖有起色，卻抵不過前面二年的荒廢，畢業後，只得到高職夜間部就讀，白天則在工廠工作，展開他三年半工半讀的高中生涯。

畢業後第一次回學校看我是在生日前夕，他帶來一隻可愛的母雞布偶（他居然知道我的生肖）。

「老師，您知道我每個月薪水多少嗎？供吃供住，還可以領一萬二仟多元！」

「不錯嘛！你都花掉了嗎？」

「才不呢！我每個月交一萬元給媽媽，請她幫我跟會！」

「很好啊！你怎麼想開了！」

「沒什麼！老師！你知道我第一次領薪水時想做什麼嗎？」

「誰知道你這腦袋瓜在想什麼？」

「老師，我想買一張雙人床給您！」

「為什麼？」簡直令人大吃一驚！

「因為，我知道您和師丈到現在還打地鋪！」他神情嚴肅的說著。

「阿明，你不可以這樣，老師不是買不起，只是我們沒有這個需要！」

夫妻聚少離多的日子，加上對「老莊」的信仰，我們對物質生活的態度趨近於簡單，在家徒四壁中，除了一架鋼琴，幾個書架的書外，我們連電視、洗衣機、客廳都沒有，又何止於一張床呢？而眼前的這個孩子多叫人心疼，猛一抬頭，發現他又長高一些了！

「老師，您知道現在我有多高嗎？」

「大概一百六十幾吧！」

「太小看我了，我有一七五呢！唉！又有什麼用？現在一隻腳都這樣了……」阿明別過臉去，我看到一絲黯然。

「阿明！你只不過失去這一截，至少，你還保有生命啊！」

「老師，我知道我命大，可是，我以後呢？」

「阿明，聽著，醫生說，你可以裝義肢，裝上義肢後跑著來找我，老師等你！」緊握他的手，我看到傷痕中露出的點點雀斑與熟悉的微笑！

步出榮總，天空仍是陰陰沈沈，這是台北的天空啊！想像著，明天，天空將是滿佈晴雲，對著晴雲我說著：

「阿明，老師會等你，我們再一起回到南雅的海邊看雲去！」

如何教育出成功自信的小孩

台北縣頂溪國小校長 吳淑芳

前言：澄清教養觀 別當直昇機父母

天下雜誌提出約有**600萬**的父母，是**1961到1976**年出生的人，他們像極了直昇機，在孩子上空盤旋，時刻守望孩子的一舉一動。這些處在第一代教改下的父母，孩子生得少，總希望全心全意的給愛，擔心孩子輸在起跑點上，而「過度介入」與「過度焦慮」。報紙曾報導孩子上了一流大學，自己卻不會選課表，因為從小到大，時間都是父母為他安排的。因此，父母要教出成功自信的小孩，在教養觀上需要澄清：（一）孩子是上天賜給父母的產業，但孩子是個獨立的個體，不屬於父母；因此要支持孩子人生該走的路。（二）孩子可能被父母要求，完成父母的夢想，故要覺察到底是誰的夢想。（三）父母常用柔和的方式，想要導入自己的期待，而忽略孩子的能力、特質和興趣。

掌握世界各國新學力觀 培養能力與好習慣

國際教科文組織指出，要適應二十一世紀的公民，須具備的能力為：**1.學習如何知（Learn to know）2.學習如何做（Learn to do）3.學習如何與人合作（Learn to live together）4.學習如何發展（Learn to be）**。莊淇銘（2005）在《未來學能教你的事》一書指出，世界各

國的新學力觀，如日本：重視獨立思考、判斷創新及道德倫理觀；紐西蘭：注重個人特質，教育理念強調**1.廣博、均衡並注重常識。2.每個學生都有參與學習的機會。3.培養獨立及終身學習的能力。4.團隊合作的訓練**。澳洲：希望國民「有創造力、能獨立解決問題、建立終身學習的觀念、不斷自我成長與人和諧共事、有良好團隊精神」。

多專業時代來臨，孩子需要具備「準備好未來」的八大能力為（一）效率學習：高速學習法及團隊學習。（二）創意素養：創意管理、思考、創意商機。（三）文化素養：如客家桐花季，開創十億商機。（四）語言能力：須具備國際觀以迎向全球化。（五）口才與溝通能力。（六）善用潛能：一般人腦力開發不到**10%**，應多運用全腦學習。（七）生涯規劃：配合生涯發展，讓孩子注重養生保健、規劃終身收入並學習如何關懷老人。（八）運用知識：知識是力量，須學習搜尋、整理、運用與創造知識的能力（莊淇銘，2005）。

分數不等於成功。很多高學歷的人，可能在人際互動及團隊合作上是不及格的；而專家也指出，社會上成功的人具備的條件，除了專業的知能外，進入職場後，自己面對人生與工作上的態度佔

85%，是影響他成功的因素。因此，父母須幫助孩子培養以下能力與習慣（一）以正向眼光看待自己：**1.了解自己的能力和限制2.欣賞自己的長處充分展現3.接納自己的限制，再嘗試多學習開發潛能**。（二）培養有助於學習的習慣和能力：**1.良好的學習態度或習慣2.培養思考的習慣3.培養多元的興趣**。（三）能處理個人生活的能力：**1.生活自理能力2.處理金錢能力3.處理情緒的能力4.面對挫折或壓力的能力5.獨處或自得其樂能力6.管理時間的能力**。

培養成功自信小孩 父母的具體作為

（一）了解你孩子學習風格的優勢：了解迦納的多元智慧理論及容格的學習風格模式，透過觀察孩子的不當行為，了解是求救訊號。觀察孩子在課餘時間如何渡過，如疊積木、打球、彈琴、閱讀寫作、找朋友玩等，而發現他的優勢智能，激發潛能。

（二）請給孩子製造表現的機會：孩子潛力無窮，需要協助開發，耐心等待、給予鼓勵、製造表現機會、使他學會獨立自主。

（三）以正向眼光看待孩子，賦予他年齡內選擇的自由度：優缺點是一體兩面，看見孩子所擁有的特質，而非看他沒有的。了解管教的界線，按照孩子的身量去磨練他，如透過感統訓練，使他對自己肌肉擁有控制力，並讓他學會為自己的選擇負責。

（四）不比較，用孩子本身的狀態欣賞他：父母在比較中常會有負向語言出現，如「別人是模範生，你卻一天到晚被

老師告狀，丟臉死了！」孩子很生氣，父母拿他和別人或其他兄弟姊妹做比較，幫助孩子讓孩子自己和自己比，便能一天天持續進步。

（五）和孩子討論追尋人生的目標：史丹佛大學一項研究發現，大約只有**20%**的青少年清楚自己的人生目標，超過**1/4**的孩子，因為缺乏努力目標而容易迷失自己，處於隨波逐流的狀態。因此從小透過閱讀名人傳記，見賢思齊啟動孩子的未來夢想。讓孩子學習設定目標，目標有短期和長期，不同的學期設定自己要努力的方向，如每天要閱讀課外書一小時或背誦英語單字五個字，持續作一定會有不同的成就。也可針對孩子的性向，這是指孩子的天賦或專長，了解孩子擅長做什麼？興趣在哪裡？逐步建立自己的價值觀，也可引導他理解外在世界的需求是什麼？討論生涯規劃的部份。從小幫助孩子尋找他內在的聲音，點燃對人生和服務社會的熱情，讓愛的種子從小扎根。

結語：信任和穩固的家 幫助孩子展翅上騰

比馬龍效應說：「當你相信孩子有能力，每個孩子都能成功」，身為父母讓孩子清楚他自己所要追尋的夢想和想要走的路；又能加上父母的支持與陪伴，提供穩固充滿愛的家，一起經歷並面對生活中的困難與挫折，便能幫助他愈挫愈勇，邁向成功。一個成功自信的孩子，難免會碰到挫折和挑戰，惟有足夠的愛，可成為他的避風港和找到往前奮鬥的勇氣和力量。

踏訪關渡自然公園濕地

台北縣育才小學教師 趙家德



由於國際對濕地的維護與經營日趨重視，溼地生態教育這幾年也逐漸受到國人的重視。關渡自然公園在96年11月在GDPI（GuanDu Nature Park Investigation）匯豐銀行的經費全額贊助下，進行濕地環境教育計畫，包括GDPI匯豐溼地田野調查教師培訓，以及對象為國民中小學5-8年級學生的GDPI科學小教室等活動，為了充分運用社會資源，擴展學生的視野，充實自然科學知識，得知這個訊息後，台北縣育才小學在校長的支持，教務處鏗而不捨下促成這件合作案得以成行。本校不但同時參予了GDPI兩項

計畫。更是GDPI科學小教室的第一個參與計畫的種子學校。

認識濕地

一般人的觀念中濕地是一個蚊蠅孳生，令人討厭，難以親近的地方，實際上，濕地在生態系中卻是扮演著相當重要的角色，濕地是魚蝦貝類、鳥類、農作物、植物的重要棲息地，不僅具有調節洪水，穩定海岸線，涵養與淨化水質等功能，更是提供環境教育及科學研究的場所。一般人們所熟知的溼地有紅樹林、水稻田、菱田、溪畔樹林、茭白筍田、鹽田

等，都和我們的生活息息相關。

GDPI 科學小教室

在自然老師的篩選下，數十名對自然科有興趣且表現優異的學生參予GDPI科學小教室課程，隨即師生搭乘關渡自然公園派出專車前往上課。關渡自然公園是台北市政府從2001年交由台北市野鳥學會關渡自然公園管理處經營，主要進行濕地環境的保育和教育。全園面積57公頃，約為30個棒球場那麼大。關渡自然公園分為主要設施區、永續經營區、保育核心區、戶外觀察區。我們就在這腹地廣闊而生態資源豐富的關渡自然公園裡學習溼地生態



的科學調查方法，對於這樣的學習，學生都顯現出高度的學習熱忱，自然教師也對濕地生態教學和課程設計有新的啟發。

科學調查暖身

為了讓師生認識什麼叫做「科學調查活動」，北市野鳥學會開發新教材教法透過分組傳遞訊息遊戲，將各組學生分為「研發、傳輸、製造」三組，由研發組向傳輸組敘述不同顏色的組合積木形狀，傳輸組再將訊息告知製作組完成同樣形狀的積木，訓練團隊合作默契及創新、研究精

神。緊接著就是「水生昆蟲」及田野調查的解說，並實際動手操作的田野調查，各組至不同的水池撈水中動物，對照圖鑑認識名稱及統計數量，探討其生長環境及周邊水生植物的關係。藉此讓學生學習甚麼是科學的態度？甚麼是科學調查？調查工具有哪些？調查報告如何寫及如何製作簡報說明等等。

什麼是科學的態度？

遠古之前的人們以想像如杜撰神話來猜測各種自然現象，但經過智慧的累積，人們開始瞭解任何一個假設，都需要不斷的實證並透過不同的方式去尋求答案，這就是所謂科學的態度。這次的研習首先在引導學生能以科學精神與態度去尋找答案。理解永不滿足現況就是一種，帶領我們發覺更多未知所應抱持的態度。

執行科學調查

有了科學的態度就要一步步的引導學生學習執行科學調查，透過科學方法來探索我們所面對的問題，這個過程包括：調查、問題陳述、探查相關資料、假設形成、進行假設的驗證、形成理論、經過更多的驗證，最後形成定律，這就是所以學生透過實際的操作收集濕地生物的樣本，驗證各種假設。也明瞭小小調查員應該要做什么事了。

企業贊助科學研究的典範

GDPI 科學教室是企業贊助科學研究的良好典範。透過濕地調查，鼓勵學生勇於嘗試、培養團隊精神和敏銳的觀察本領、清楚的邏輯思維。本校的自然科教學能結合企業的資源，增進學生的學習體驗是推動這次活動的主要用意。

想念

國立宜蘭特殊學校實用技藝班 陳艾琳

我活在你的想念裡
你是否知道
遠方有位家人等著你回來
彼此的想念正在等待救援

不管何時
我們的想念一直在蔓延
靜靜的期待我們的思念
能夠被瓦解

是否你會了解
是否你會深刻的去體會
我像手上的筆
就你上風
等著你收線
引著我回到你的身邊

合作

台北縣永和市頂溪國小 李潔

「合作」對我們來說非常重要。在我們的社會裡，團體生活處處可見，而很多事情都必須由每個人去完成。為了讓事情圓滿達成，成功的鑰匙只有一把，那就是大家攜手合作、同心協力，共同的去把事情做好，就能夠憑大家團結的力量，找出那把鑰匙。

「合作」並不是一個人去打造的，而是很多人使出合作無懈的精神去完成。生活上就有許多事不能由一個人達成，而是靠「大家」一起努力才能創造出來。合作也可以用在許多地方，像是拔河就必須合作，需要大家運用全身的力量去取得勝利，但是如果有人不配合，恐怕就會落敗。當然在現實社會裡，合作的例子、道理，和一些合作帶來的正面成功的、反之則否的例子處處可見。

從前有一隻螞蟻搬不動一粒豆子，兩隻螞蟻還是搬不動，許多螞蟻一齊用力，前拉後推，就把豆子搬回屋裡去了。這則故事

告訴我們，人少就算使勁再多的力量都很難成功，可是如果來了一大批人潮一起努力時，再怎麼困難也會成功，這就是合作的好處呀！

世界上有很多事情往往就在大家的合作下成功，即使再怎麼艱難，大家只要一起想辦法解決，什麼事都無所不能。生活周遭有許多人們，很多人都會在這社會中一起生活，不管是在公司、學校，都應該要互相幫忙、同舟共濟，因為「團結就是力量」啊！

讚美和批評

國立宜蘭特殊學校實用技藝班 嚴怡婷

一般人的心裡，總是喜歡讚美而不喜歡受到批評，最初的讚美也許是令人喜悅的，我們當它是一種美的話傳給人，一些讚美或許能勾起年少的記憶、想起父母兄弟……窩心的話語，然而無論別人讚揚我們任何一面，美的語言能給我們信心，一時豐富我們的心靈，但讚美語並不會教我們一些新的東西，可見真誠的讚美和適度的批評是提高生活品質的一組對照組合。

讚美應有一定的限度，而且也要適當的去理解，是出自於誠心誠意的？當別人稱讚自己是美或酷，應該謙虛自省，再接再厲絕不可因此自滿，洋洋得意。我們在批評別人時，言語應如畫在黑紙上的星，就是經過再三考慮再去批評，讓人感受到話語如茫茫大海高塔上之燈光；當然在批評別人之前，也要能欣然接受別人的批評，但是如果非善意者的批評，我們也可以學習，三人行必有我師啊！可以把話音當作耳邊風，不要懷恨在心；如果是善意的批評，就用寬大的胸襟來接受，並自省後加以改正，這肯定也是一種精神上、生活上的鼓舞，所以誠懇的讚美和善意的批評，是會推動社會進步的。

真誠的朋友他們的心胸就如一所殿堂，我們應該真心的讚美別人，同時也謙虛的接受讚美，我們說一些美話就會讓自己的話如悅耳的歌聲進入他們的殿堂；我們批評他人時，就應等人說完了、聽清楚了再批評。其實常批評別人的人——這樣好的朋友也不多，但願我們都是一個大家懂得讚美與批評藝術和受到祝福的人們。



忠明營造工程股份有限公司
Chung Ming Construction & Engineering Co., Ltd.

我們的開始 Here is we are beginning

台灣有一個行業(There is a business in Taiwan)

- 在落後中呈現美感
- 在貧窮中展現智慧
- 在混亂中尋找秩序

(一) 設立日期：中華民國七十一年十月十八日

(二) 經營項目：建築工程之承攬施工；整合規劃設計及施工之統包；營建管理及專門技術服務；整建修建、改建之評估、規劃與施工

(三) 公司負責人：林嵩烈

(四) 資本額：一億元

(五) 平均年營業額：8~15億元

我們的理念 Core Concept： 建築是一輩子的責任

建築一個永恆，實踐一個理想
建築師的天職是賦予建築新的生命
而建築的落成只是一個開始
但責任卻是永恆的
因為
好的建築不僅僅是專業的藝術
更是對土地與居住者一輩子的責任

我們的使命 Mission

以精湛的科技工藝
關懷自然與人文的情懷
打造成為建築夢想的實踐家

我們的願景 Vision

成為台灣最受尊敬的
營造公司



古蹟改建—北福大稻埕



頂級豪宅別墅



高級豪宅—圓山官邸



高級豪宅—樂華



高科技廠房—竹科東京威力



生技廠房—中科技友霖生醫

以心建築·尊重專業·品質保證·服務大眾

忠明營造工程股份有限公司
台北縣永和市福和路94號B1F

TEL：(02)8928-5166

FAX：(02)8925-3539

<http://www.jump-victor.com.tw>

台灣水蜜桃達人的數十年辛酸奮鬥歷程

汪宜忠夫婦遠赴美國打拼種桃

編輯委員 鄧慧敏



汪宜忠夫婦農忙後的闔家溫馨照

汪宜忠先生是一位年近六十，出生於彰化縣大村鄉的國人楷模。生於老少共約二十人的大家庭中，其祖父帶領家人從事農業及商業，生活還不錯，汪宜忠先生原本是一邊讀書一邊幫忙放牛。直至民國四十八年因八七水災，農田被河水沖走大半，在生產事業方面的原料、半成品、成品也都被水淹沒，大部份應收帳款也因水災而收不到，父親經由舉債重新經營，卻因利率過高，苦撐至民國五十四年就不得不宣布破產，變賣所有的田產仍不夠償還債務，同一年父親的兄弟分家，不但毫無家產可分，其父親倒是分到一堆債務。從此家中幾乎斷炊，不但缺錢繳學費，家裡也經常連一粒米都沒有，只能到後院挖地瓜，摘幾株空心菜一起煮，其弟妹們吃不下，餓的哇哇大哭，做哥哥的無法安撫他們，只和他們相擁而泣，極為心酸。直到

民國六十一年總算還清債務。

在極其困頓時期，幸好遇到第一位貴人一花壇初中的張振老師，幫他繳學費並提供飲食，後來才知道米是學校教務處安伊主任所贊助，汪先生至今仍非常感恩。初中畢業後，考上員林高中及嶺東商專，汪先生為了學習經商，所以進了嶺東商專，暑假就和母親及弟弟到旱溪挖砂石貼補家用，母親在一次土石崩塌的意外中被壓成重傷而無法繼續工作，弟弟從此輟學，汪先生有時也到粘先生的農地幫忙挑土賺伙食費，或是當卡車捆工，工作時間從早上七點到晚上十二點，有的物品件超過一百公斤，常是三個人一起抬給汪先生扛，當時幫忙代繳學費的恩人除張老師，還有洪建勳老師、汪淳老師、黎立強老師。汪先生商專畢業後如願幸運考上補



邁力綻放中的絕美水蜜桃花朵

給軍官，每月有九百五十元，他就積極存款五百元還老師，但是洪建勳老師堅持不收。事後才發現洪老師將師母坐月子補身體的錢借他繳學費，令汪先生除了感恩之外，更感到愧疚。

退伍後汪先生到紙器公司當業務員，逐漸學會紙張辨識及成本估價，到了要自行創業時，幸得粘先生出借他約是一甲農地價值的十萬元。剛開始由於資力有限，只能買一台用人力操作而非電動的機器，紙箱上的印刷也是手工操作，為了節省開支，印刷版模則是汪太太自己刻的。汪先生談到太太時，還是滿懷感激的稱讚她「真勇敢」，竟敢嫁給一個身無分文，沒有聘金，沒有禮餅，沒有請客的人，他也感謝岳母大人不嫌棄他，肯將那麼優秀的女兒嫁給他。

從事紙箱生意約六年期間，主要是生產水果箱及內外銷紙箱，後因被一家鞋業外銷公司倒債，所以必須變賣機器及庫存原料還款給粘先生及紙板工廠。在遭遇新的困境後，汪先生向小舅子借了二十萬元到清境附近租一塊地，蓋個小工寮做起果農來了，在山上工作一個月只花一千元買米和幾斤蛋，並以採野菜節省一些開銷。由於在台灣高山上常遇到颱風，即將成熟的水果經常一下子就泡湯，以致每年來能賺的錢非常有限，汪先生辛苦了三年後，總算有能力再承租第二塊地。該第二塊地的地勢和土質都比較好，所以較豐收，但是還來不及高興的時候，祖父過世了，隔年祖母過世，第三年母親又過世了，當時汪宜忠夫婦幾乎無力幫母親買棺木，只能簡單將母親埋葬，心情真是跌到谷底，原有長輩照料的兒女頓時成為他們夫妻工作時的後顧之憂。無可奈何之下，不得不將

兒女分別寄養在妹妹與姑媽家。

汪宜忠夫婦平常以誠待人，堅持信用行事，又很投入農作，所以其果園周邊的地主，都很樂意將土地租給他，漸漸增加到一共承租了五甲多地，由於天災太多收成有限，除了採收與套袋請人幫忙外，其餘都是兩夫妻一起做。因為高山氣候早晚溫差大，冬天的晚上常在零度以下，但夫妻倆每天從早上五點前起床燒飯、工作，直到日落才回工寮休息，工作極其辛苦。總算熬到民國八十四年大兒子大學畢業，能回來幫忙果園工作，也能陪汪先生一起到台北世貿找尋國外水果商資料。首先到澳洲購買白油桃來搭配自己產品，因為對白油桃不內行，買到黃油桃，既硬又酸乏人問津，結果認賠了事。隨後又到印尼買山竹，因品質太差也放棄，旋於民國八十五年春到加州 FRESNO（佛雷斯納）買櫻桃，在包裝場看顧著貨到晚上十二點直到貨品上車才回家，那知櫻桃空運回來才發現還是被掉包成一些已爛掉了，又虧了一些錢（汪先生認為有人說過美國人較守信用，但事實上並不一定）。接著汪先生改買水蜜桃，他與兒子挨家挨戶的問，有的根本不理會，每次都說下星期再來，最後遇到一位貴人一日裔美國人 ITO 先生，該位董事長交代總經理要對汪先生特別照顧，但畢竟為了保鮮以空運載送的成

本太高，當水果發到市場一星期後，收到的帳款卻不夠成本，沒



果園位於舊金山與洛杉磯之間的佛雷斯納

多久就把資本賠光了。本來非常沮喪打算結束進口水果生意，沒想由於水果商感受到水果的鮮度與品質特優，紛紛打電話過來要貨，也同意提高其進價，汪宜忠夫婦於是再出發。當年冬天也到華盛頓州買蘋果，因汪先生是新客戶跟他們不熟悉，買回的又虧本。

汪宜忠夫婦心想決不能就這樣放棄。據其觀察還是南半球澳洲的白油桃較好



精選高品質香甜水蜜桃的生產線

賣，在一次機緣中，和一位澳洲農業博士相識，大家志氣相投，對方也想自己種果樹，還毅然辭去他原本公務員的職務，與汪宜忠夫婦合作種植白油桃，可惜當果實可採收時，澳幣對台幣的匯率從一兌十六漲到一兌二十五，成本提高很多且檢疫條件更嚴格，所以那幾年當中，不敢嘗試澳洲線的水果。從事進口水果第二年的冬天到智利買櫻桃，葡萄，白油桃，蘋果，價格上當地都很便宜，只是路途遙遠，空運運費太貴，海運從智利到台灣的航程需要五、六週，運回的櫻桃爛掉，葡萄爛掉，白油桃沒水份，蘋果起黑點，真不適合，汪宜忠夫婦也放棄智利線的水果。

自民國九十年我國加入 WTO，汪宜

忠夫婦的誼馨園貿易公司幸運抽到一張東方梨配額，從此開始了東方梨的生意，其公司和在韓國最北端的京畿道和韓國的政府技術貿易合作，精選品質最好的梨子，直到現在每年約有八百噸的配額，其公司所購買的梨子產區，從九十四年起連續有三年得到八十幾個農場比賽的第一名，汪宜忠夫婦的公司遂稱之為「梨仙子」。

九二一大地震後，台灣的氣候有較暖化，加上土石鬆動，土石流相當嚴重，產值也不敷成本，加上汪先生自加州進口水蜜桃的品質仍無法達到其自己之要求，他心想加州土壤肥沃、氣候乾燥，土地廣大，常見數百公里內沒工廠，又可導引山上最乾淨的雪水灌溉，這些優越的條件很適合果樹的生長，汪先生因此決定放棄台灣的果園，到美國種植水蜜桃。剛開始不熟悉環境，灌溉水量不夠，果實長不大，幾乎虧上千萬，後來找水公司測出半公尺及一公尺深的水份，也釐清其標準值；找病蟲害管理公司，在樹上放費洛蒙干擾昆蟲的繁殖；找肥料公司測出土壤及樹上養分，加上台灣人精緻管理技術，讓每顆水果都在樹上自然成熟（在叢紅）再採收，為了呵護這得來不易的水蜜桃，其公司皆用手工包裝，經十四小時空運來台，到目前已有三百英畝果園，日本農夫有二百英畝交由汪先生管理及銷售，他們設有自己的包裝場，九十七年空運回台十五萬箱，因果樹成長，產量年年增加，九十八年預計回台二十五萬箱，他們把每年夏天北半球產出，以空運運回台灣最甜美品質的水蜜桃稱為「桃仙子」。據誼馨園表示，在美國有約九成的農場每棵樹留 600 水果，需要更多肥料及水供水果成長，但過多的水，易造成水果不甜無味。而且為了



FRESNO 的三百畝綠意盎然桃樹

降低運費，別人是海運水蜜桃，費時二十天左右，為防運送及販賣過程中的損耗，在採收的當天便立即用防腐藥水處理。聰明的消費者辨識時，須瞭解防腐劑在沖洗或浸泡水蜜桃的過程必定會造成大部分的果毛脫落，因此水蜜桃看起來比較光滑，不同於附圖「桃仙子」之存有很多絨毛。一般多是六分熟採、機器包裝，最多可保存2個月，無汁無味。桃仙子是每棵樹只留 300 顆水果，所以只需適量水份，水果就能成長碩大，八分半熟採，放置常溫下一至三天後，水蜜桃變軟，即是香甜多汁水蜜桃。汪宜忠夫婦即使目前水果產量規模成長了，品牌也建立了，據其媳婦陳燕玉小姐就近觀察的轉述，其公婆迄今依

舊是兢兢業業，克勤克儉，筆者深深以為他們是一對最值得國人學習的刻苦耐勞農夫。

誼馨園：0932-689-513
台 北：0937-047-587



誼馨園於加州種出的香甜水蜜桃

慈暉文教基金會 2009年活動計畫

慈暉學苑

【台灣心 鄉土情系列講座】

為落實推展關懷鄉土、熱愛台灣及認同台灣的理念，由本會主辦，邀請群策會協辦，策劃一系列的課程並邀集各界專家學者蒞臨演講，在今年度安排課程主題有台灣的媒體特質與生態、台灣電影史、台灣的外交、台灣教育改革問題與展望、台灣原住民的發展、台灣經濟發展策略、兩岸協商的實例分析、台灣的社會安全制度、運動家精神、台灣的卓越農業、客家與台灣文學，帶領民眾了解台灣的鄉土文化、風物及其特色，充實對於台灣各面向的認識，不但提供民眾更多元化的學習機會及學習環境，期能深化民眾對台灣的認識。

【才藝課程】

內容多元豐富，依大眾喜愛所開辦的有：國台語歌曲教唱、日語正音研習、日語會話演歌、瑜珈、肚皮舞、國際標準舞、日本舞、排舞，山水國畫、花鳥國畫、書法及電腦初級，不分男女老幼，歡迎有興趣民眾一齊參與終身學習的行列。

【慈暉合唱團】

今年邁入第十一年，每週定期練唱兩次，經常應政府機關及地方社團的邀請前往表演獻唱。

【慈暉舞獅團】

定期練習排演民俗舞蹈，參與各項公益活動表演。

【松年大學】

為提昇長者精神生活品質，培養休閒娛樂，擴大知識層面，規劃銀髮生涯，使銀髮族充分享受健康快樂的生活，慈暉配合台北縣政府實施第十一屆松年大學招生，慈暉今年申請開辦三個班級，規劃天下大小事、生活法律、養生保健、生活理財、美化人生、心理衛生及縣政櫥窗等課程，提供長者終身學習的優質環境。

【新世紀婦女學苑】

透過婦女教育以發展婦女潛能，培養女性人才及促進婦女參與社區及公共事務，落實性別平權，慈暉配合台北縣政府實施第十屆新世紀婦女學苑，今年規劃申請日語正音進階及歌唱才藝基礎兩個班級。

大型活動

【愛的禮讚】

為感念母恩浩瀚並慶祝母親節，由永和市公所主辦，本會承辦，於5月初假永和市公所四樓禮堂舉行，活動中除了表揚永和市模範母親，並由本會提供溫馨和悅的歌聲來弘揚母愛、發揚慈暉精神。

【成果展現】

為讓慈暉學苑的學員經學習之後，有空間發揮自己所學，同時可觀摩同學之間的成果，特安排6月間舉辦「慈暉才藝課程內部成果展」；並於內部成果展之後，更讓社區民眾觀賞各班學員的豐碩成果，於9月間舉辦「年度慈暉才藝課程聯合成果展」。

【秋韻寫生比賽】

過去已連續主辦兩年的秋韻寫生比賽，專為台北縣國中生及國小一至六年級學生舉辦的戶外寫生活動，讓愛繪畫的孩子們齊聚一堂，於9月份開放受理學校團體報名及學生個人報名，並於10月間舉行活動；本會將2008年度得獎之學生繪畫作品，製成一套六組之書籤，贈送予民眾廣受喜愛。

【慈暉心 獅子情 感恩文藝饗宴】

與永和國際獅子會共同舉辦，並於12月間舉行，將在活動中頒發優秀學生清寒獎學金、輔導中輟生績優有功人員獎、慈暉獎、秋韻寫生得獎等獎項外，同時安排精湛表演節目免費供民眾觀賞。

子努力向學成為品學兼優社會中堅，特設立此獎項；學生家庭提出申請後，經本會教育委員會初審及倩聯委員會個別家訪後共評選出五十名優秀學生，每名可獲得獎學金貳萬元，每年度均頒發新台幣壹佰萬元整。

【輔導中輟生績優有功人員】

為表揚各校輔導中輟生的教師及志工，特訂定獎勵辦法，由台北縣各學校或相關單位推薦優秀人選，經評選委員會審查後，從眾多候選人選出優秀教師及志工，每名獲頒伍仟元獎金。

【慈暉獎】

為獎勵實踐孝道、有愛心之學子，以提倡倫理道德教育獎勵實踐孝道或才藝表現優良之優秀學子特設立此獎項，對象為台北縣各公私立高中職、國中、國小之學生，對實踐孝道、關懷父母、師長之同學，有愛心具體事蹟者，由學校遴選後推薦之，每校推薦最優良表現者。經本會教育委員會評選審查後，共選出十名優秀學子，各頒發獎金壹仟元。

本會自 86 年起認養蘆竹鄉因救災殉職之義消遺孤教育經費，今年持續辦理。

其他藝文活動的協辦以及各項目的關懷與贊助。

發行刊物

Fabulous 2009春季號及秋季號共發行十萬本，免費贈送予各地民眾，將更多美的事物報導分享給更多人。

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。

獎助捐助

【大學以上清寒優秀學生獎學金】

為關懷與獎助台北縣地區優秀青年學



慈暉文教基金會 獎助獎勵辦法

2009年度大學以上優秀清寒學生獎學金申請辦法

- 一、宗旨：
以關懷與獎助台北縣地區優秀青年學子努力向學成為品學兼優社會中堅，並發揚本會宗旨「改善生活環境，提昇生活品質」。
- 二、獎助對象：
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：設籍台北縣滿一年以上，上學年度上下學期在校學業成績平均八十分以上且操行優良、家境清寒並有證明者，經本會初審及實地家訪後選出在學學生共50名。
- 三、獎助方式：
每名頒發新台幣貳萬元整及獎狀。



2009年度輔導中輟生績優有功人員獎勵辦法

- 一、宗旨：
為表揚輔導中輟生績優有功人員，以發揚關心社會幼苗，匡正迷途羔羊，建造溫馨社會。
- 二、獎勵對象：
評選10名台北縣各公私立國民中學及相關社教機構之教職員或志工，對輔導中輟生具有優良事蹟者。註：凡曾接受本會表揚之人員，三年內不再受理推薦。
- 三、獎勵方式：
每名頒發新台幣伍仟元整及獎狀。



2009年度慈暉獎獎勵辦法

- 一、宗旨：
為獎勵實踐孝道、有愛心之學子，以提倡倫理道德教育。
- 二、獎勵對象：
評選10名台北縣各公私立高中職、國中、國小之學生，對實踐孝道、關懷父母、師長之同學，有愛心具體事蹟者，由學校遴選後推薦之，每校推薦最優良表現者一至三名。
- 三、獎勵方式：
每名頒發新台幣伍仟元整及獎狀。



申請日期：2009年08月01日至10月15日止
各申請詳細辦法及申請表格請於<http://www.tsuhuei.org.tw>下載或洽（02）8660-0766謝秘書

慈暉文教基金會【慈暉學苑】2009年課程內容

A.『台灣心 鄉土情』系列課程 ☆每月第三週星期二下午 2：00-4：00

日 期	授課主題	師資
98年02月17日（星期二）	台灣的媒體特質與生態	蘇進強（前台灣時報社長）
98年03月17日（星期二）	台灣電影史	李福鐘（政治大學台灣史研究所助理教授）
98年04月21日（星期二）	台灣的外交	林碧炤（政治大學副校長）
98年05月19日（星期二）	台灣教育改革問題與展望	呂木琳（教育部政務次長）
98年06月16日（星期二）	台灣原住民的發展	黃智慧（中央研究院民族研究所）
98年07月21日（星期二）	台灣經濟發展策略	陳博志（台灣智庫董事長）
98年08月18日（星期二）	兩岸協商實例分析	許惠祐（前國安局長、海基會秘書長）
98年09月15日（星期二）	台灣的社會安全制度	林萬億（台灣大學社工系所教授）
98年10月20日（星期二）	運動家精神	紀 政（希望基金會董事長）
98年11月17日（星期二）	台灣的卓越農業	陳希煌（前農委會主委）
98年12月15日（星期二）	客家與台灣文學	李 喬（本土知名作家）

B.合唱團 ☆特聘請專業老師李素真／鋼琴老師江美慧指導

於每週二、四上午9時至11時上課，將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。

C.才藝課程 ☆共12週（即日起接受報名，額滿即開班）

時段／星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 10時 至 12時		王美精 國際標準舞	許合妊 排舞	王美精 國際標準舞	王美精 國際標準舞
		熊思音 好歌大家唱			彭翠鳳 拼布藝術
		黃慶源 (9:00-12:00) 花鳥國畫			余崇明 (09:00-11:00) 合氣道武術養生
下午 14時 至 16時	李素真 金曲歡唱	黃慶源 (14:00-17:00) 山水國畫	王美精 國際標準舞	邱麗卿 歡唱GOGO	邱麗卿 歡唱GOGO
	蕭涵姿 (14:00-15:30) 韻律健美操	吳彩雲 日語會話演歌中級	高錦泉 日語初級班	唐曉芬 (14:00-15:30) 瑜珈	吳彩雲 日語會話演歌進階
		林碧春 (13:45-15:15) 肚皮舞	曾璽 書法		
		熊思音 唱歌學英語			
晚上 19時 至 21時	高錦泉 日語漢詩研習	高錦泉 日語正音研習	翁敏華 日本舞	田瑞玉 (19:30-21:30) 日語會話中級	林碧春 肚皮舞
	邱麗卿 歡唱GOGO	王美精 國際標準舞	邱麗卿 歡唱GOGO	翁敏華 敦煌舞	王美精 國際標準舞
	唐曉芬 (19:15-20:45) 瑜珈	余崇明 合氣道武術養生	余茂 (19:30-21:00) 英語基礎班		永平中學 電腦初級
	王美精 國際標準舞	江翊婷 拉丁塑身排舞			

財團法人慈暉文教基金會

地址：永和市中山路一段26號地下一樓 信箱：tsuhuei@ms35.hinet.net
電話：8660-0766 傳真：8660-0767 網址：www.tsuhuei.org.tw
服務時間：週一至週五08:00~12:00及13:30~17:30（夜間有課程時亦有人員可洽詢）



慈暉學苑才藝課程介紹特輯

紫流——日本舞踊

課程簡介

歌舞伎可說是日本國寶級的文化藝術遺產之一，流傳至今已經約有400年的歷史，「日本舞踊」即是專指歌舞伎中的舞蹈部分，是將「柔、靜、意、形、勁」的動作，配合歌曲音樂表現出喜、怒、哀、樂的一種傳統舞蹈藝術。

學習「日本舞踊」除了認識日本傳統舞蹈動作與含意，也可以說是學習修身之道。因為舞蹈表現出來的典雅氣質與身體韻律，來自於舞者發自內心而形於外的情感表現，因此透過對演歌的認識與動作的練習，領會舞蹈中散發的精神與詮釋的涵意，可以達到禪修的境界。舞者本身即是藝術的代言與化身，從而將習舞過程當作是生活中的修行，進而培養氣質、紓解壓力、提升美感、淨化心靈、豐富人生。適合沒有舞蹈基礎、喜愛演歌樂曲及日本傳統文化，想培養優雅婉約氣質的婦女。

師資：紫翔一翁敏華老師

學歷：國立台灣藝術學院舞蹈系學士

經歷：・日本舞踊「紫流」家元

- ・新日本舞踊協會公認指導講師
- ・華山流師範資格
- ・若泉流名取資格
- ・參加桃園縣全民舞蹈飛逝千禧年之饗宴於中壢藝術館
- ・應邀至中泰賓館於台北市大稻埕國際獅子會會長交接典禮演出
- ・參加於日本南座舉辦之社會福祉第20回創作歌謠舞踊公演
- ・日本舞踊紫流中日舞蹈舞踊親善交流舞宴，於中山堂演出
- ・參加2004年鳳鳴合唱團演出於國家音樂廳
- ・參加2005年金曲獎頒獎典禮擔任舞蹈演出
- ・韻雅舞蹈藝術團於2007年北港朝天宮文化大樓舉辦愛心公演
- ・參加創作協會2007年社區友好文化節於國父紀念館西側廣場演出
- ・參加2007松山豐采慈祐宮萬人舞元宵

師資：呂怡潔老師

學歷：國立台灣藝術大學舞蹈系

經歷：・日本舞踊「紫流」師範

- ・於韻雅舞蹈藝術中心教授敦煌舞蹈及日本舞踊
- ・參加國立台灣藝術大學舞蹈系畢業舞展「舞角效應」
- ・參與「如果兒童劇團」—〈東方夜譚〉年度巡演
- ・參加日本舞踊〈紫流創流發表會暨中日舞踊親善交流舞宴〉於台北中山堂演出
- ・參加2004年鳳鳴合唱團演出於國家音樂廳
- ・參加2005年金曲獎頒獎典禮擔任舞蹈演出



慈暉學苑才藝課程介紹特輯

活力瑜珈

課程簡介

- 以傳統「哈達」Hatha，以及熱力四射的「阿斯唐伽」Astanga 為基礎融入現代的運動醫學理論，逐漸發展而來。
- 每一個動作都融入運動解剖學的觀點再配合強而有力的呼吸，使身體自始至終都充滿熱能，因此又稱「有氧瑜珈」Yogarobics。

姓名

唐曉芬 Jessie Tang

學歷

國光藝校舞蹈科

個人網站

www.im.tv/myvlog/MyRhythmSpace

www.wretch.cc/blog/userjessie

個人專長

活力瑜珈、色彩脈輪瑜珈、Funky 熱舞、拉丁有氧、基礎律動、New Jazz、藝人MV教學舞蹈編排及演出、現場帶動。

證照

- ・陸文瀨強力適能瑜珈合格證書
- ・運動急救證
- ・中華民國紅十字會急救員證書
- ・2006年赴日本東京進修舞蹈課程
- ・2008年樂活瑜珈醫學研習營
- ・AURA-SOMA靈性彩油一階、二階、三階合格諮詢師
- ・靈氣一級

工作經歷

- ・于文惠舞動瑜珈提斯樂活教室MV、New Jazz老師、AT有氧 MV&活力瑜珈老師
- ・萬華社區大學、大安社區大學、淡江大學熱舞瑜珈老師
- ・佳姿氣身工程館專任瑜珈、拉丁、FUNKY 指導老師
- ・台北市電腦同業工會瑜珈社團、有氧社團指導老師
- ・華寶通訊股份有限公司瑜珈社團指導老師
- ・特力和樂瑜珈社團指導老師
- ・文德女中熱舞社指導老師
- ・衛禮女中拉丁舞社指導老師
- ・育成高中瑜珈社指導老師
- ・RV律動時尚 MV專攻班 Funky熱舞 活力瑜珈老師
- ・舞動仙境瑜珈、拉丁、FUNKY指導老師、遠東全家福2005~2007尾牙、2008春酒表演編舞老師
- ・致理技術學院啦啦隊比賽指導老師
- ・東森羊啦啦隊編舞老師
- ・兄弟象啦啦隊編舞老師



課程內容

1. 心肺功能：以功能有氧為主，可以促進血液循環，改善體質，增強免疫系統，減脂塑身。
2. 肌力訓練：含啞鈴操及背部九大操，可以強化肩膀、手臂，結實臀部及腿部，強化背肌，改善脊椎健康。
3. 柔軟度：可以改善僵硬的脊椎和關節，舒緩壓力，預防運動傷害。

依據運動醫學理論（運動生理學、運動解剖學、運動傷害預防及復健）設計課程，強調以健康為出發點，安全、有效果、功能化、容易做、無傷害。



慈暉教室開課訊息，請洽（02）8660-0766

Formosan
NARUWAN
HOTEL & RESORT
TAINUNG

八週年慶

酬賓相送



3天2夜二泊五食驚喜特惠\$8,800元 (原價\$31,188元=2.8折)

- ✦ 平日豪華雙人房住宿2晚
- ✦ 西式自助早餐2客x2天
- ✦ 西式自助晚餐(或中餐)2客x2天
- ✦ 紅葉溫泉泡湯+美食半日遊
- ✦ 超值加贈平日豪華雙人房住宿券一張(含自助式早餐2客)
- ✦ 免費娛樂設施：兒童遊樂區、撞球、桌球、健身房、鹹水養生游泳池等。
- ✦ 特別贈送紀念品：8週年紀念T恤2件、仕女包、伴手禮(送完為止)。
- ✦ 自2009/04/01至06/30止

餐飲消費滿\$500送\$200

※ 凡於中、西餐廳用餐滿\$500元(每人)，即贈每位\$200元現金回饋券。

免付費訂房專線 0800-239888

台東市連航路66號 | www.naruwan-hotel.com.tw