



仁德醫護管理專科學校仁心與德術通訊

董事長：張志誠
 發行人：胡冠華
 總編輯：蔡培安

編輯：何淑雅、杜靜鶴
 發行所：通識教育中心
 電話：(037) 728855

地址：苗栗縣後龍鎮溪洲里7鄰砂崙湖79-9號
 印刷：台灣普綠文化事業有限公司
 電話：(04) 23152110

共同（通識）課程與專業課程融合計畫

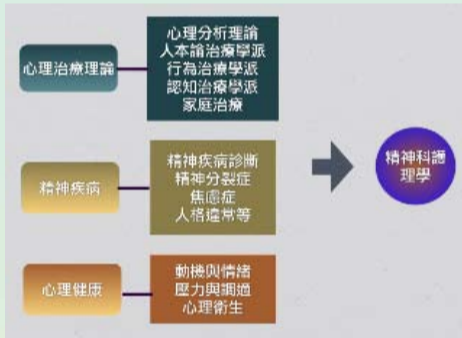
通識教育中心主任·蔡培安

在本校既有的共同（通識）課程與各科專業課程融合的基礎上，通識教育中心為擴大融合成效，極力推動其他科系參與融合計畫，於98學年度第2學期，參與由弘光科技大學所執行之教育部「發展護理與通識教育專案課程」計畫，並為該計畫選定為中部之種子學校。日後將全面推動本校共同（通識）課程與各科專業課程融合，期使共同（通識）課程與專業課程之教學內涵能相互連貫，以達到共同（通識）課程能融合部分專業基礎理論，來展現出課程教學內容與各科能力需求的相輔相成特色。針對此願景，本刊特別邀請學輔中心鄧明宇主任與郭怡婷老師，分別撰述心理學門、藝術學門與專業課程融合的相關論題。

找回學習的趣味 —當心理學遇上護理專業

學生輔導中心主任·鄧明宇

從大學開始就在心理學領域打滾，到了學校教的科目又是心理學，心理學領域的知識對我來說是再熟悉不過了，但是一般學生如何看待心理學，注注與書本上的心理學有一段差距。在這門課的教學上，常常可以看到他們期待的眼神，大概是從一般人的角度來看，了解人內心世界的知識暨神秘又好玩。特別在第一堂課，同學常會問：「老師，我們什麼時候要做心理測驗？」、「老師，你會不會催眠？」、「老師，你會不會解夢？」等各式問題。面對這些期待的眼神，我總是要先發他們一盆冷水，告訴他們：課本裡介紹的是正統的心理學知識，這些領域和你們未來的護理專業有關，你們感興趣的主題雖然與心理學有關，但不是正統心理學，有時要抱著茶餘飯後的心情來看。



剛開始時，有些同學會有些灰心，但我還是鼓勵他們：心理學仍有很多有趣的地方，老師會盡可能用最有趣的方式，舉許多生活和實際的案例，來讓你們發現心理學的趣味。對於學生希望課堂有趣這件事，我的理解是：有不少學生在學習上感到挫折，特別是國中時期偏向背誦式的學習；到了五專，懷著對大專的憧憬，他們希望可以得到更實際的東西，再加上未來的護理專業學習較偏重技術性的思考，所以對於偏重人文思考的科目總是抱持著期待。為了不讓他們失望，我也如演藝人員般地努力營造愉快的上課氣氛，讓課堂是雙向的互動討論，而不是單向的知識傳遞；為了讓他們可以了解心理學的概念，我要求他們不要背誦知識，而是去了解知識。同時，我也會舉自己的親身經驗、所見所聞或是新聞時事，盡量從人的經驗來連結心理學的相關知識和概念。從故事性的敘說裡，我發現學生注注很快就能夠理解書本的道理，並找到學習的樂趣。另外，為了把心理學知識融合到護理中，我也仔細分析



各個心理學概念與護理的關聯，如心理分析理論、發展理論、情緒管理與壓力調適、精神疾病分類系統等，在精神護理、人類發展、老人護理等領域的應用。希望同學在一年級時，可以有紮實而統整性的理解，作為日後進入護理專業的基礎。

作為一門理解人類經驗的知識，心理學注注有著許多不同的理論，對於相同的現象有著眾聲喧嘩的不同立場。作為一名教師，我希望學生學習到的不只是心理學裡的知識，更是其後設（meta）觀點。護理科的訓練可能更強調「工具理性」，但是實務場域的人類經驗是複雜的，我希望教給他們的是多元的思考方式，一種對人類經驗充滿開放而熱情的人文態度。

音樂聆賞在產兒科的運用

通識教育中心藝術組·郭怡婷

現代優生的風氣盛行，聽莫札特的寶寶變聰明的論點，在1993年加州大學於科學期刊《NATURE》提出後蔚為潮流，胎教音樂的觀念開始倍受重視。近年來，相繼有許多專家研究胎教音樂對胎兒的影響。胎教，是從一開始在母體孕育新生命時就給予良好的生長環境，從母體中培育健康聰明的寶寶。胎教的類別可分為四種：音樂胎教、撫摸胎教、語言胎教及光照胎教。胎兒之聽覺發展在約四個半月（第18週）的時候，開始就會有聽覺的反應。胎兒的內耳、中耳、外耳等聽覺系統建構至約六個月時，其在母親的子宮裡對外在環境的聲音會有所反應。胎兒的反應包括：可感受到母親的心跳速度、血液流動的節奏及胃腸蠕動。妊娠期間實行良好的音樂胎教，對新生兒確實有許多好處。例如：孕婦聽優美的音樂，可使心情放鬆、睡眠安穩、心血管的功能正常、養分充分輸送，讓胎兒健康的成長，更可以直接使胎兒感受到音樂的律動，提升其情緒智商指數，出生後較不易哭鬧，早產兒聽古典音樂可以睡得較安穩；在生產過程中，亦可藉由音樂，令孕婦減輕生產的痛苦。

胎教音樂何時開始聽比較好呢？通常是胎動時，趁胎兒醒著的時候進行，可用胎教耳機播放音樂或媽媽自己唱歌的方式進行。在胎教音樂的選擇方面，音樂的節奏不能太快，太快的節奏會使胎兒緊張。音量不能太大，太大的音量會令胎兒不舒服。在音樂中不要有突然的巨響，突然的巨響會讓胎兒受到驚嚇。音樂的音域也不宜過高，因為胎兒的腦部發育尚未完整，還無法負荷過高的音域，過高的音域會造成腦神經之間過度的刺激串連，會使胎兒造成腦神經的損傷。音樂的長度不宜過長，二十分鐘以內的長度是較適合的。有清晰的旋律及和諧的和聲的音樂，讓胎兒反應聆聽，始能形成適當的良好刺激。經過音樂胎教的胎兒，出生後聽到音樂就會有熟悉感。這種熟悉感能夠讓初生嬰兒有如待在母體內的安全感，對於安撫嬰兒的情緒具有相當好的效用。

近年來專家的研究也發現，巴洛克音樂對胎兒和新生兒具有啟發和安撫的作用。因為巴洛克音樂的節奏和母親的心跳頻率相近，相關研究顯示胎兒是可以聽到「低頻」的聲音，巴洛克的音樂正屬於低頻的頻率，很適合寶寶聆聽。除了胎教音樂之外，近年來歐美也開始盛行音樂治療。音樂治療強調常聽優美和諧的樂音，可刺激腦部分泌賀爾蒙及增進身體抵抗力，而所釋出的腦啡啡則會使身心感到舒暢。透過音樂治療的研究顯示，音樂確實有減輕壓力及舒緩神經的功效。

胎教音樂 推薦曲目

- ◎ 巴赫：善牧群羊（選自清唱劇第208號）、G線上的旋律、小步舞曲
- ◎ 莫札特：21號鋼琴協奏曲、單簧管五重奏、D大調雙鋼琴奏鳴曲
- ◎ 貝多芬：鋼琴奏鳴曲「月光」第一樂章
- ◎ 布拉姆斯：搖籃曲
- ◎ 舒伯特：鋼琴五重奏「鱒魚」
- ◎ 柴可夫斯基：天鵝湖、胡桃鉗、睡美人
- ◎ 孟德爾頌：鋼琴小品集「無言歌」
- ◎ 柴可夫斯基：弦樂小夜曲第二樂章
- ◎ 薩替：第一號琴諾佩第
- ◎ 舒曼：夢幻曲（選自兒時情景）
- ◎ 李斯特：愛之夢
- ◎ 朱利安·洛伊·韋伯：爸爸的歌
- ◎ 費爾德：第四號夜曲
- ◎ 韋尼奧夫斯提：浪漫曲
- ◎ 波普：小夜曲
- ◎ 史特拉汶斯基：俄羅斯少女之歌
- ◎ 林姆斯基-高沙可夫：小夜曲
- ◎ 佛瑞：第一號船歌
- ◎ 華格納：冊葉小品
- ◎ 卡薩爾斯：白鳥之歌
- ◎ 舒伯特：降E大調慢板、小夜曲（選自「天鵝之歌」）
- ◎ 蕭邦：降E大調夜曲（作品9第2號）、流暢的行板（選自「波蘭舞曲」作品22）
- ◎ 理查·史特勞斯：木管小夜曲
- ◎ 托塞里：小夜曲

苗栗文史

華陶窯—花與陶的夢土

攝影/華陶窯提供 文/通識教育中心國文組·杜靜鶴



八十年代初期，台灣正經歷經濟高速發展的奇蹟，此時，從經營外銷製造轉而投入民主政治改革的陳文輝、陳玉秀夫婦，在投注心力於經濟活動與民主運動的同時，也意識到本土文化藝術正隨著經濟發展而逐漸流失，於是從1984年開始，在故鄉的土地上闢建心目中的夢土——華陶窯。

華陶窯位於苗栗縣苑裡鎮，地處火炎山西側的山腰，遙望鐵砧山，俯瞰大安溪沖積扇平原。陳文輝夫婦以『根源於土地本質』的生活思考為起點，意在創立一座栽種本土植物，建造人文庭園，並以柴燒登窯燒製現代陶藝的人文工作室。而從華陶窯的命名來看，「華」是花的古字，華陶窯，就是一座有花也有陶，並融合了台灣民俗建築及風土景觀，建構了「花」、「陶」、「窯」、「景」等具本土文化意涵的窯場。歷經一、二十年的開墾，華陶窯所展現出的屬於所在土地的风格，正是在台灣這塊土地上，土生土長的人文縮影，也是台灣景觀文化的實踐典範。

整座園區佔地約6公頃，規劃為柴燒窯與陶藝工作室、園林景觀與本土植物園兩大部分：

一、柴燒窯與陶藝工作室：

華陶窯的窯有兩種，一種是電窯，專門燒製遊客的實習作品；另一種則是以相思木柴為燃料的傳統柴「登窯」，俗稱曰「仔窯」。台灣陶業最早使用「登窯」燒陶是在1895年後，隨著日本人的統治而傳入，其中最早傳入並且普及的地方就在苗栗。「登窯」的結構屬「單窯間歇式」，數間窯室相連，順斜坡而建，並利用熱氣上升原理，將前一窯室的餘熱引入次一窯室，可達回收餘熱，節省燃料之效果。

至於柴燒所用的燃料，更是利用在地特有的材料，桃竹苗地區多防風林，林地所長的就是相思樹。相思樹的中心多油脂，耐燃持溫，一直是北台灣民間所用的燃料，又因為相思樹生長到一定年限就會自然枯死，儼然是大自然巧妙安排作為燃料的木柴，因此就成了華陶窯燒窯時的燃料。

華陶窯基於保存傳統技術與創造柴燒自然色系的理想，將苗栗傳統的「登窯」活化再生，運用相思燃柴的在地獨特之美，創作出登窯與柴燒陶的特色，也發展出台灣首座推廣現代柴燒藝術的人文窯場。製作的陶藝產品包括：花器、茶具、具遠紅外線健康能量的柴燒生活陶、大型景觀陶暨公共藝術製作



等。華陶窯更是世界第一家首創柴燒「中國花藝六大花器」的台灣窯場。

園區除了設立一座展示陳文輝夫婦陶藝作品的陳列室外，在園方人員帶領下，還可觀賞陶藝老師拉坯示範，親子捏陶也是華陶窯的重點教學課程之一，讓遊客在手捏教學中，體驗玩泥巴的樂趣。

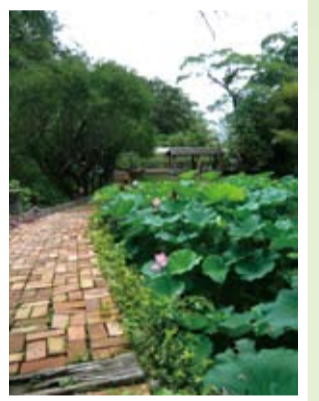
二、園林景觀與本土植物園：

華陶窯是台灣首座以本土思維作為設計藍圖之園林，其建築風格則是揉合閩式、客家、荷蘭、日本等建築風情。雖然各國風格齊備，但搭配得極為協調，和諧的整體感，反而更符合「根源本土」的園內宗旨，且具體而微地呈現出近代台灣建築景觀的工法與美學。

園內有古樸的三合院，紅磚、黑瓦、木板門，記錄著台灣移民統治的歷史軌跡；院內地磚運用就地取材的大安溪石，塑造出特有的河岸環境景觀；寬敞的庭園及相思大樹，四周陳列著石桌供遊客小憩、品茗；還有一些石臼、石磨、牛車等古老的農家用具，處處洋溢著淳樸的農村味道。

除了風格獨特的建築外，園內還設有一座台灣原生植物園，希望傳達與大自然、世界共生，「人親土親」的教育理想，以及展現台灣之美的理念。窯主熱心搜集與繁育台灣本土植物，目前園內的植栽已達500種，有三千株的台灣原生蝴蝶蘭附生於樟樹林上，烏來杜鵑、唐杜鵑、金毛杜鵑等植物栽種在石縫中，還有台灣百合、鐵炮百合、金花石蒜、紅花石蒜等球莖植物。

華陶窯依植物的特性，用生態造景的方式打造一個生態園區，早春的梅花、山櫻花、茶花，到晚春的油桐花、相思花，夏季的荷花、紫葳、台灣百合、素心蘭、金花石蒜、睡蓮，及秋冬之際的楓香、黃金青楓、山漆、黃連木、欖仁等變葉植物。此外，園內各角落將上百首古詩詞，上至古詩經、唐詩、宋詞及台灣七字仔褒歌等運用於庭園造景，深具古典中國詩詞意境的園林之美。遊客來到華陶窯除了觀賞陶藝外，也可在楊柳岸、河塘邊賞荷聽蟬，在樟樹林中喝欖仁茶，欣賞窯主精心復育的各種台灣原生植物。



來去華陶窯

華陶窯目前推出經典一日遊及經典半日遊的方案，為落實服務品質，採預約制及全程導覽解說；園內的午餐是頗具鄉土風味餐的古早味「割稻飯」，用大陶缸盛裝的野菜燒肉，木桶所蒸出來飯既香又Q，讓人胃口大開。看完本篇介紹的同學及師長，如果興起尋幽訪勝的雅致，不妨前往觀賞陶器、原生植物園、手拉坯等等，度過悠閒的半天。

華陶窯地址：苗栗縣358苑裡鎮南勢里二鄰31號



客家板食介紹

攝影/通識教育中心國文組·何淑雅 文/五E401·賴淳雅

客家人稱閩南人的「粿」為「板仔」，每逢喜慶都以米磨成米漿，做成各式「板仔」。新婚祝壽、拜神祈福都要做「紅板」，新年期間則有「甜板」、「紅豆板」、「菜頭板」，清明節則做「清明板」；冬至製作「板仔圓」。

客家新丁板

板為客家話，福佬話則稱為粿，東勢新丁板起源於早期的農業社會，因重男輕女觀念濃厚，於是產生重視「出丁」風俗，此外主要是為叩謝伯公（土地公）添丁賜福因而得名。每年元宵節的夜晚，以各廟宇為中心成立新丁板會，若是本年家中有添新丁、新孫、新曾孫或家有新婚等喜事者，必須於次年的元宵節製作紅龜板到廟中祭祀神祇。會員人數有多少，紅龜板就要



作幾塊，讓所有的會員分享。在眾多的紅龜板中需選一個做得最大、最重者，由公會公開表揚並發給獎金，參加者為奪頭彩，自然越作越大，使得競爭十分激烈，注注一塊紅龜板重二、三十斤，數十塊擺在一起，相當壯觀，成為東勢地區客家人過元宵節的一大特色。

牛汶水

客家「牛汶水」的做法並不難，首先，把糯米糰搓勻，再分成小段，像搓湯圓一般，最後揉成圓扁形，中間壓一個凹窩，就是甜點中的米麻糬原型，再丟入沸水中煮熟，待浮起後，就可以撈起放入碗中，最後舀入黑糖薑汁，再加點花生粒或芝麻粒添香，就相當可口。傳統客家吃法除了加黑糖薑汁外，還有淋上滷汁的吃法，有甜的，也有鹹的，相當香醇美味。

糝粿

客家糝粿是用糯米磨漿蒸熟後，用棍子攪拌至黏稠凝結，或者以杵臼大力搥擊，增加黏度，稱為打糝粿。常見一羣鄉親聚在一起，將熱騰騰的糝粿，用筷子夾剪成小塊，沾上花生粉、糖粉來吃，有吃有玩，快樂得不得了。糝粿的來源，據說源自古人在舂米的時候，不願意浪費殘留在臼底的碎米，想出物盡其用的方法，因此有了這種將蒸熟的糯米，舂成黏糊狀，再作成柔軟點心的結果。客家糝粿已經成了重要客家文化傳承之一，無論婚喪喜慶，或廟會拜拜，客家人總要舂打大量的糝粿，以饗賓客。



豬籠板

千百年前，客家原為華北住民，以麵食為主（如餃子），南遷後限於環境，遂改改米食，並以米食做成餃子形菜包，藉此追懷祖先，以解思念之情。這是菜包的濫觴。清明節的時候，要作豬籠板和打艾板。豬籠板因為形狀像裝豬仔的竹籠而得名，又因為包了餡，所以叫它菜包。客家菜包與市面上麵皮做的菜包不同，它的



外皮是香Q的糯米皮，吃起來別有一番風味！蒸菜包的火不能太大，中途要掀兩次鍋蓋，去除少許蒸氣，以免密閉的空間溫度太高，會使菜包蒸太軟而變形；同時，也可避免菜包膨脹過度，冷卻後表皮皺縮不好看。

客家板條

客家板條的由來，是早期農業社會客家人以米食為主，平日則以在來米磨漿做成板仔，因為板仔蒸好後類似洗臉巾，因此南部客家人稱為「面帕板」，北部客家人則其切成條狀稱為「板條」，至今統稱客家板條。

《字詞類編》

吳椿榮先生

三、股衣

裋，雅作股衣。（成人）滿褶的下衣，稱裋，亦作「裋」。《禮記·內則》：「衣不帛裋裋。」孫希旦《集解》：「裋，下衣。」古作「袴」。股，大腿。《詩·小雅·采芣》：「采芣在股，邪幅在下。」《毛傳》：「脛本曰股。」腰至兩腿所著服飾曰股衣。

四、下裳

裙，《說文》作「𦘔」。下裳也。《急就篇》卷二：「袍襦表裏曲領𦘔。」《後漢書·明德馬皇后紀》：「常衣大練，裙不加緣。」《方言》第四：「繞衿謂之𦘔。」東晉郭璞《注》：「俗人乎接下，江東通言下裳。」唐韓偓（八四二~九一四）《畫寢》詩：「撲粉更添香體滑，解衣唯見下裳紅。」北宋孔平仲《君住》詩：「袞哉中截錦繡段，上襦下裳各一半。」

五、雲屐

本指繡有雲形花紋的鞋而言，屐亦用以雅稱鞋屐。《金瓶梅詞話》第三六回：「蔡狀元那日封了一端絹帕，一部書、一雙雲屐。」明陸廷枝

（?~?）《說聽》卷下：「一人絨帽藍衣，足穿雲屐，立水濱求載。」又，僧道所著鞋屐，曰雲屐。唐陵龜蒙（?~八八一）《奉和裴美初夏遊楞伽精舍次韻》：「到迴解風襟，臨幽濯雲屐。」屐，麻、草編織而成的鞋。

六、雲羅

手巾、絹帕之屬，雅稱雲羅，本用以稱輕柔如雲的絲網織品。隋王旻（?~?，大業初，卒。）《七夕》詩之二：「長裙動星珮，輕帳拂雲羅。」清王韜（一八二八~一八九七）《淞濱瑣話·白瓊仙》：「見五人悉係女子，裝雲羅，曳霧縠，高髻堆鴉，不類近時裝束。」

七、香囊

荷包雅稱香囊。香囊，乘香料的小囊。配於身或懸於帳以為飾物。後多用以借指荷包。古人隨身配帶或綴於袍上裝盛零星物品的小囊，謂之荷包。《玉臺新詠》卷一古詩《為焦仲卿妻作》：「紅羅複斗帳，四角垂香囊。」三國魏繁欽（?~二一八）《定情》詩：「何以致叩叩，香囊繫肘後。」北宋秦觀《滿庭芳》詞：「香囊暗解，羅帶輕分。」《紅樓夢》第十七回：「（寶玉）因忙把衣領解了，從裡面衣襟上將所繫荷包解下來了。」

八、鳳屐

女鞋雅稱鳳屐。又做鳳鞋、鳳頭鞋，鳳頭屐。

鞋頭繡有鳳凰圖飾的一種花鞋。北宋蘇軾《謝人惠雲巾方烏》詩：「妙手不勞盤作鳳。」自注：「晉·永嘉中有鳳頭鞋。」北宋王珪（一〇一九~一〇八五）《宮詞》之六：「侍輦歸來步玉階，試穿金縷鳳頭鞋。」五代馬縞（八五四或八五七~九三六）《中華古今注·冠子朵子扇子》：「（秦始皇）令三妃九嬪……鞞蹲鳳頭屐。」古，鞋、屐有別，前者複底著木，本作烏；亦作「烏」。後者單底。西晉崔豹（?~?，武惠二帝間之人）《古今注》上《輿服》：「烏，以木置屐下，乾腊不畏泥溼也。」

九、足衣

今語襪子。襪，本作「韞」。《釋名·釋衣服》：「襪，末也，在腳末也。」《說文》：「韞，足衣也。」《左傳》哀公二五年：「衛侯為靈臺于藉圃，與諸大夫飲酒焉，褚師聲子韞而登席，公怒。」西晉杜預《注》：「韞，足衣也。」古禮：面君前須解韞。清桂馥（一七三六~一八〇五）《札樸·攏袴》：「今於足衣外復著短袴，謂之攏袴。」袴。同「袴」。襪。近人王力（一九〇〇~一九八六）《古代漢語·古代文化常識》四：「《說文》說韞是足衣。大約用皮做的，所以又寫作韞。」「子」附於詞尾，屬助詞，恆用於名詞下，如：石子、刀子、棋子、房子……《水滸傳》第一回：「端王開盒子看了玩器。」

靜思語 Jing Si Aphorism

應用外語科·黃蘭英整理

人人合心、協力，才能發揮最大的力量。

Only by working together with one heart do we have the greatest strength.

對別人不要計較，對自己要好好檢討。

Be forgiving and less critical of others, but be strict and objective in examining ourselves.

生氣是拿別人的錯誤來懲罰自己。

Angry is punishing oneself for the mistakes of others.

要學習聽到任何話，都保持歡喜。

Let our state of mind always remain positive no matter what we hear.

做一個能包容的人，不要做一個被包容的人。

Be a tolerant person, and not a person who is tolerated.

受人批評，應感恩對方。

When we are criticized by someone, we should actually be grateful to that person.

有知足心，才懂感恩；有感恩，才會善解；有善解，才能凡事包容。

Being content helps us to be appreciative. Having gratitude helps us to see things in their positive light. Being this way, we will become a more tolerant and understanding person.

心美看什麼都美。

To a beautiful heart, everything appears beautiful.

人會迷失，是因心有貪念，其實衣食住行適用就好，簡單而踏實地生活，人生自會平安幸福。

The reason we feel lost and unhappy is greed. In fact, we need very little to sustain our life. Leading a simple, well-grounded life, we will naturally be happy and at peace.

每一秒鐘都踏踏實實地為人間、為社會付出，讓每一天都充滿希望。

Let every day be filled with hope by concretely working for the good of society each and every moment.

品德教育

服務學習小故事

通識教育中心國文組·何淑雅

本校服務學習組多年來推廣「從服務中學習」的精神，冀由服務關懷之情境體驗，令仁德學子能親身見證人生之病老和種種殘疾之苦，使能感悟生命之不完美和擁有健全人身之難得，從而珍惜自己所擁有，自重自愛、努力向上；此外，亦藉此提昇其道德情操，使其心胸超越一己之所限，關注他人之生命。九十八學年第二學期，服務學習組舉辦「服務學習達人甄選」活動，以檢視過去數年來推廣的效驗，此次共選拔出一位超級服務學達人、五位服務學習達人。本刊特別刊載這些獲選者的服務學習小故事，希望與全校師生分享他們在服務中的經驗與感動。

六龜鄉災區體驗

去年的八八水災，那倒塌的房屋、被沖毀的道路，我到現在都還記憶猶新。去年8月18日，我參加一貫道天皇文教基金會，前往六龜鄉神威天台山，協助救災的行動。每天一大早，我們四十幾人擠上一台卡車，前往六龜鄉災區。我們的第一個任務是清理被土石流掩埋的寺廟。我們用水桶接力的方式，先用抽吸器將泥沙吸起後，大家再排成兩排，一排接泥沙，一排接空水桶。大家都在大太陽底下努力著，雖然泥沙又重又髒，不過每個人還是認真努力地搬運，因為就算再熱再累也是值得的。從我們第一天去，直到後來看到泥沙漸漸地減少，甚至可以見底時，那種開心真的無法形容。雖然這幾天腰酸背痛，但我不會聽到有人喊累；不但這樣，我還看到大家總是滿心歡喜、面帶微笑的工作著。其實我也一樣，感恩我還有能力去學習付出，也感恩在這場大災難中我沒有錯過學習的機會，生命就是因為我們不斷的付出才有價值。

超級服務達人·5N202賴俞璇



護理之家的日子

記得第一次到護理之家，剛進去時我非常不適應，因為要面對插管的、手被綁住的或遇到人就罵三字經的長者……。我曾有放棄的念頭，但已答應義工長要在這裡一個月，第二天只好硬著頭皮撐下去。我的第一份任務是，調查住民的身心健康及家庭狀況，這可難倒我了——遇到插管的阿公只好請他眨眼回答；遇到不理人的阿公，只好默默離開等待下次；遇到手被綁住的阿嬤，還會打我。護理之家平時冷冷清清，所以志工隊常舉辦一些團康活動，為的就是逗阿公、阿嬤開心。當志工期間，我認識一位非常可愛的阿嬤，叫杯蓉，是子宮頸癌末期的住民，她是自願住進護理之家的，因為她不想給家人添麻煩。她平時喜歡和我們聊天，看我們心情不好，就逗我們開心，喜歡和我們分享。她常常拿著一個水壺，裡面裝著她自己泡的茶，她稱水壺為「寶貝」，我們偶而會藏她的寶貝，惡作劇一下；她教會我們好多事，她教我們要樂觀面對所有事物，有些事不要看太重，有些事要拿得起也要學會放得下。想到一個癌末患者，竟能如此開朗、堅強，真是令我敬佩萬分，也因此期勉自己要勇敢面對各種考驗。

服務達人·5R204許景婷



老夫婦的啓示



這學期第一次服務學習，目的地是三義木雕博物館。到了三義後，我們在木雕博物館前的一條坡路下車。我們把東西卸下，就開始帶著長者往博物館的方向前進。每位志工都很盡責地帶著長者們走上去，我也帶著一位阿伯，跟隨著別人的步伐前進。因為是我第一次參加長者的活動，所以我有些害羞，和阿伯講話時，他笑得很可愛。當他回應我的話時，眼光卻不停跟隨著前面一位阿嬤。原來他是阿嬤的丈夫。一會兒，阿嬤累了，阿伯一個箭步上去扶著阿嬤的手，我們就趕緊把手上的鐵椅拿給阿嬤坐。阿伯很貼心，還拿起手上的礦泉水，打開來給阿嬤喝，看見如此貼心的舉動讓我有些感動。等阿嬤稍稍休息之後，阿伯跟在阿嬤的旁邊不斷地問：「可以嗎？」阿嬤則笑笑：「可以啦！」兩人感情非常好，讓旁人也感受到這和煦的溫馨。他們倆就這樣一直形影不離地走在一起，互相扶持。這景象讓我突然有一種感悟——原來我們不是來服務的，而是來學習的。

服務達人·5R204井美靜

創世基金會的創辦人曹慶，原本是一名台糖退休的小職員，但是他憑著一股毅力與愛心，成立了全國第一家專門照顧濟寒植物人的「創世社會福利基金會」。從影片說明中，我們了解到植物人的發生大部分都是車禍事故所致，也因此了解創世積極宣導交通安全的用心。基金會首先安排我們去慰問植物人，為了避免我們經過口沫傳染給植物人，進去之前我們均先戴上口罩，進去後看到身上都插滿管子的病人，感覺很難過，令人心疼與不捨！我也發現其實植物人並不是完全無意識的，他們有知覺、有感覺，你跟他說話、寒暄問暖，他會覺得很溫暖很窩心。短短的一個下午，心裡的體會與感觸真的很多，植物人的無奈與痛苦，不是我們健全的人能完全體會的，看著他們一個個躺在病床上痛苦的样子，我真的無法相信。照顧他們需要極大的耐心和毅力，讓我深深敬佩護理人員的偉大，也更堅定將來以護理服務他人的志願。

創世基金會

創世基金會的創辦人曹慶，原本是一名台糖退休的小職員，但是他憑著一股毅力與愛心，成立了全國第一家專門照顧濟寒植物人的「創世社會福利基金會」。從影片說明中，我們了解到植物人的發生大部分都是車禍事故所致，也因此了解創世積極宣導交通安全的用心。基金會首先安排我們去慰問植物人，為了避免我們經過口沫傳染給植物人，進去之前我們均先戴上口罩，進去後看到身上都插滿管子的病人，感覺很難過，令人心疼與不捨！我也發現其實植物人並不是完全無意識的，他們有知覺、有感覺，你跟他說話、寒暄問暖，他會覺得很溫暖很窩心。短短的一個下午，心裡的體會與感觸真的很多，植物人的無奈與痛苦，不是我們健全的人能完全體會的，看著他們一個個躺在病床上痛苦的样子，我真的無法相信。照顧他們需要極大的耐心和毅力，讓我深深敬佩護理人員的偉大，也更堅定將來以護理服務他人的志願。

服務達人·5N101梁鈺佩



童醫院急診服務

一陣又快又急的警笛，送來了一個昏迷的少年，因為車禍導致臉部多顆牙齒斷裂，外表幾乎毀容、全身多處骨折。旁邊的老父親一邊不捨自己的兒子受重傷，一邊責怪自己為甚麼要讓他出去。一場車禍毀了一個美少年，也毀了一個父母的期盼。年輕人總愛一時的求快，而忽略了安全及寶貴的生命。每次目睹此種情況，都讓我感到不忍，同時也警惕自己要愛惜生命。

服務達人·5M202張永政

社區健康生活成長夏令營

加入志工隊這麼久，這是我第一次帶領營隊。四天三夜的營隊生活，每天都睡不到五小時，但只要想到能夠讓小朋友開心，再累都可以忍受。以前都是學長姐們帶領，這次換自己上場，才體會到以前學長姐們的辛苦和用心。活動結束後，大家都已經精疲力盡，但聽到小朋友一句「謝謝」、「我們會想你」，再怎麼辛苦也是值得的了。



緊急救護行動

進入EMS（緊急醫療網）後，我對生命有了另一種看法。走過大大小小的救護現場，目睹生命的無常、人生的悲傷離合，讓我更懂得珍惜當下所擁有的；同時也期勉自己，不管刮風下雨，都要盡心盡力去幫助需要幫助的人。希望透過我的雙手，可以挽回一些遺憾，讓焦慮的家屬安心。從事救護志工讓我增添自信心，也讓我更謙卑，了解到生命之渺小。因為如此，我更更要不斷地充實並熟練急救知識與技能，以便在危急時，可救人一命。

服務達人·5S201陳萬霖

