



TAIPEI WAN HUA COMMUNITY UNIVERSITY
校址：台北市108萬華區南寧路46號
網址：www.wanhuaco.org.tw
E-mail：wan.hua@msa.hinet.net

精神傳奇

第二期

發行人：李端端
總編輯：袁保新
執行編輯：鄧和華
刊頭題字：修平山
排版設計：邱芸岐
編輯委員：張秋輝
李玉卿
陳淑真
蔡和成

TEL：2306-4267 FAX：2306-4268

萬華社區大學第二學期課程博覽會

萬華社大總務 胡亞民

萬華社大自開學以來，在李主任端端的領導及龍山國中何碧燕校長的全力支援下，辦得有聲有色，對萬華社區文化教育展現了具體的成效。



▲ 教育局李局長親臨致詞。

九十年元月六日在龍山國中舉辦第二學期課程博覽會及第一學期學員結業典禮暨成果展示，同時舉辦愛心團義賣活動。校區內教室區隔空間有濃密翠綠的樹木，週邊走廊設置長串的花卉盆景，突顯出一片芳香青翠的視野。選課來往人潮，一片熙熙攘攘歡欣鼓舞，加上陣陣擴音的歌聲，把龍山國中校區再次活絡了起來。

各個課程的攤位上，均有教師在場解說指導。萬華社區文化有它的獨特性，「社大」在課程的安排上除部分必開之課程外，其餘課程都是經過班級學員調查統計，並經選課委員會討論決定，因此所開課程大都能夠滿足選課者的期望。

當日推出的課程有一百零八門之多，在三個小時的過程中，當場報名者就有五百多人，而截至開課日止，陸續完成報名者更累計高達二千四百七十五人次，顯示出本次博覽會的成功。

結業成果展示則分動態與靜態兩部分，在龍山國中活動中心同時展出。蒞臨會場的貴賓有台北市政府教育局長李錫津、地方首長、校長、立法委員、市議員等二十餘人。其他除結業學員外，前來參觀的民眾亦相當多，把整個活動中心擠得幾乎爆滿，六百多個座位竟然座無虛席。

曲、日文歌曲等合唱，及手語表演，詮釋校歌，尚有吉他演奏、相聲、竹板書、方塊舞、國際標準舞、短劇及中老年模特兒表演等。

靜態方面，有攝影、書法、素描、國畫、漫畫、中國結等作品展出。豐碩的學習成果，獲得不少參觀民眾的讚賞。

在成果發表會中，另有頒獎及摸彩活動，獎品相當豐富，最大的獎品是一輛新式腳踏車，由南華高中校長程恕人所贈送。其他獎品除部份由本校提供外，大多由地方機關首長、各校校長或社會士紳所贈送。

頒獎典禮中最引人注目的耄耋獎，受獎的是一對兄弟檔，兄吳乾官八十二歲，弟吳乾貴七十八歲，兩兄弟學習不落人



▲ 創意造型氣球班栩栩如生的頑皮豹，吸引孩子們駐足。



▲ 吳乾官、吳乾貴兩兄弟，兩人同獲汪董頒發耄耋獎。

後，真正落實了活到老學到老的理念。兄弟倆接受頒獎時，全場掀起了一片熱烈的掌聲，獲得在場觀眾的高度肯定。

義賣活動也帶動整天的熱鬧人潮，本校李主任首先贊助捐出各款衣服六十二件，愛心志工團和本校學員亦分別捐助各類物品，計有電器用品、器皿、皮包、布娃及各式紀念品。義賣目的是為了濟助需要幫助的社區民眾或團體，是萬華社大落實關懷的具體行動。

為萬華、中正兩個社區的教育平衡著想，李主任目前正向教育局請示、爭取，準備在中正區加設分校，一旦獲准，中正區民眾以後上社區大學就更方便了，這可是中正區民的一大福音。

資訊爺爺在社大——

張守禮和家人樂在社大進修

張守禮，公職退休，喜進取，求新知，先後曾在四所社區大學選修，獲當選為二〇〇〇年傑出資訊爺爺，接受行政院國科會頒獎與表揚，在本校二學期中，均選修「健康來作伴」課程，並擔任愛心團資訊和攝影組志工。其夫人陳廷英女士，教職退休，現任消基會與和平醫院志工，喜音樂與國畫，上學期選修「漫畫藝術創作美學」，本學期選修「如何面對人生危機」課程。其長女張倩妮，任公職，在校二學期均選修「中醫與生活」課程，閤家都是好學者。



▲ 李端端主任頒發閤家勤學獎給資訊爺爺——張守禮。

溫暖的家

班委會會長 邱瓊瑩

開學了，一顆既興奮又渴慕的心，每天總是期待著上課時間的到臨，雖然年齡層次的不同，學習吸收的成效也因人而異，但是那種既能充實我們內心世界，又能另外學習一種學問與技能，套一句我們拼布娃娃林月瓊老師所說的話，真的當了萬華社大的學生是最幸福的。

礙於時間的關係，我只選了四門課程，日文、居家設計與美化、拼布娃娃、中國結藝，但是內心真是恨不得能將所有的課都選修完，如金剛經等等，因為每一門內容都是如此精彩豐富，琳琅滿目，而每位老師更是個個出類拔萃，使出渾身的智慧與技巧來滿足我們的需求。確實這是我們大家的福份，才能夠有如此多的精英

老師來教導我們，才能使我們享有無限的靈糧與智慧，受益良多的身心健康。

由於過年後，正好趕上嚴重的流行性感冒，所以每天總是一把鼻涕一把眼淚的，那令人驚心動魄的陣陣咳嗽聲不時響起，在這段生病的期間讓我感受到老師同學們的愛心和關心，那種同學窩心關懷與熱心的幫助，可真令我終身難忘！盧李格大姐，嚴肅而熱情的催促我並定時定期的押著我看醫生，並帶著滾燙的開水親手沖泡著藥水督促我喝下；翁愛祝老師幫我推拿、拔罐；而蔡素貞老師給了我救命的仙丹—八仙果，在藥力與偏方的雙管齊下，纏身將近兩個月的感冒終於離我而去。非常感謝我們日文班溫師母的關心與愛護；鄧和華老師每天為我祈禱虔誠的心；邱芸岐同學為我代購八仙果而不收費的付出；而同學們期盼著我病魔趕快遠離而去的那種心情，真讓我感激不已！人間有溫暖而在萬華社大的溫馨與大家同心協力的互助裏，我們所能享有的，所能吸收的可以說

是比別人多了一丁點兒，就是為了那麼的一丁點兒，我們所得到的幸福，快樂與充實就是比其他人更多，更愉快而更能洋溢於表現團隊齊心，努力與愛心，而在這舒適的搖籃裡真會令我們忍不住的流連忘返！

各位親愛的好朋友，我們有幸，能在這個由李主任端端和袁保新教授、總務胡先生、侃如師、信光師、和華師、琇琇、慧雯、承雍和許許多多贊助我們的團體以及我們大家最敬愛而景仰的楊專員等人的呵護、照顧下，使我們的收穫良多，所吸收與所得是無人可比的，而“它”的原因就是因為我們有一個最溫馨、最偉大的大家庭，而“它”那溫柔體貼的雙手不斷的牽著我們的手，串聯著我們每一顆心，您知道嗎？“它”就是我們的萬華社區大學，朋友們！在您還未來加入參與之時，我們歡迎與期待您，不要錯過機會，快來加入我們心靈與智慧，身心健康的行列吧！

送愛心 到和平

班委會副會長 張秋輝

四月四日兒童節，萬華社大和平天使的愛心，輕輕柔柔飄進了市立和平醫院。

萬華社區大學愛心志工團、心靈成長社、吉他社以及創意造型汽球社等二十多位學員，在輔導中心鄧和華老師的帶領下，將關懷和歡樂帶進了和平醫院。

「愛是恆久忍耐又有恩慈，愛是不嫉妒，-----凡事包容，凡事相信，凡事盼望；愛---是永不止息」。當歌聲輕輕飄起，悠揚的樂音散播著心靈悸動。一向忙忙碌碌的醫院大廳，頓時充滿了祥和的氣氛。空氣中瀰漫著春天的氣息。

由醫療大樓門診大廳至二樓婦兒科門診處，到六樓婦兒科病房，一路分送五顏六色的造型汽球，小朋友們個個笑逐顏開，分送汽球的人自己也樂得蹦蹦跳跳、樂在其中，彷彿找回了赤子之心。

在付出的同時，我們得到的更多。

創意造型汽球社的成員們甚至帶著充氣工具，當場加工創作，形形色色的頑皮豹、博美狗都是栩栩如生，令人讚嘆她們的妙手巧思。伶俐的動作、專注的神情，

只想為醫院創造更多的歡樂。她們的付出，是那麼無私無我，巧手之下，每一個汽球都是一份愛。這愛，永無止境。

吉他社林老師帶著學生小游，為兒科病房的小病患們彈唱輕快活潑的兒歌、為婦科病房的產婦們彈唱動人的懷念老歌。流暢的吉他聲柔情似水帶著殷殷叮嚀；優美的嗓音似夏日荷風，是無盡的關懷和祝福。他們所傳遞的是萬華社大落實關懷的一份心。

整個活動於中午12:30順利完成，大包小包的造型汽球和送給產婦的營養品也分送完成。在院長、社服部徐主任、護理部林主任及白衣天使們的感謝聲中，大夥兒心情愉悅的踏出醫院大門。

活動結束了嗎？還有插曲：有人提議抄近路從學校後門回社大辦公室，有人故意起鬨，互相指著對方：「你走後門」—

原來如此，做好事也得「走後門」。

編者按：和平醫院當天因大門前施工，故萬華社大的愛心天使們只好改道由廣州街後門而入。



▲ 和平醫院吳院長致歡迎詞。

班聯會代表新舊任會長交接

今年邱會長剛好是去年的副會長，而顏副會長正是去年的會長，如今角色互換，無怪乎顏前會長交接時說：這樣才不會有『深宮怨婦說』！本年度班委會成員如下：

會長	邱瓊瑩
副會長	顏正雄
副會長	張秋輝
常委	劉煥吾
常委	林賢宗
常委	陳建維
常委	王春文



社區大學全國研討會記實

輔導中心 鄧和華老師

雖是人間四月天，但天候經常是昨日炎夏，今日又嚴冬的，四月十四日清晨雲淡風清，風和日麗，中正紀念堂前聚集著台北市四所社區大學一文山、士林、南港、以及萬華社區大學的菁英，準備前往宜蘭參加第三屆社區大學全國研討會。此次活動由本校負責所有行程安排以及沿途美食饗宴和聯歡等事宜，參與的同仁有最親切可人的大家長—李端端主任；足智多謀的校務顧問—袁保新教授；才貌出眾負責校務的俠女—劉侃如；掌管財務的清秀佳人—游琇雯；負責美工的後起之秀—江承雍；以及掌管學務的賢妻良母—梁慧雯全家。同行的尚有手藝超凡的烘焙老師—許貞慧；嗓音甜美的素描老師—石憶萍以及最有魅力的公關，班聯會代表—邱瓊瑩會長等一行十二人，再加上文山、士林、南港的伙伴們，浩浩蕩蕩邁向蘭陽，展開兩天一夜的社區大學全國研討會。

宜蘭社大張捷隆校長率領一百五十名義工，從引嘉賓入場到整個會議的流程，整齊的服裝、親切的服務，令人賓至如歸！繼而由社區大學全國促進會林孝信常

務理事揭開大會序幕，宜蘭縣劉守成縣長致詞期許終身學習、社區改造。綜觀社區大學從第一屆在新竹召開時的兩所（文山、青草湖），到第二屆在高雄召開時已達十五所，直到今年在宜蘭已成長了一倍，高達三十所！合計開了一千五百多種課程，參與學員近三萬人之多！可見新的社區大學從醞釀到經營，從普及到深化，不斷蓬勃發展。教育局范巽綠次長提出九十年編列了一億元預算，希望結合中央各部會以及民間資源力量推動社區整體營造，而周司長更將社大定義為「一群自動參與學習的大人的大學」故以前是知識導向的教育，如今要以學生導向，讓學習資源遍灑在社區的每個角落。

此次大會的主題是「從普及到深化」從套裝知識與經驗知識的結合，將學術性知識普及化，並搭上終身學習的列車，以民眾需求作課程規劃，更與社區結合，在地化與本土化同行並進，研討會中透過兩場圓桌會議，三場民間參與，以及精選五門課程，進行了五個場次的教學論壇和學員們學習經驗的分享與成長心得對談，以及學者專家的論文發表。中間穿插歌仔戲

表演「落地掃」和社區大學的故事影片「在地e花蕊」，並配合各校綜合了二十門靜態的展覽，將整個研討會的精髓一一呈現。其中文山社大的「廚房物理學」不僅寓教於樂，更能從做中學自然科學；而宜蘭社大的「故事繪本延伸活動」也極富創意，更滿足成人「玩」的念頭。最令我感動的是蘆荻社大，他們的「遊戲劇場人的互動」以劇場方式傳達成人教育理念，更帶動創意式的互動教學，讓學習者以劇場方式重新審視生活面向，並深化社大與社區互動的關係。另外「女人出頭天」的課程設計，透過協同教學展開生命的能量，



▲ 參與社區大學全國研討會的菁英們。

令人驚訝的是，他們的學員中73%是婦女，而全體學員平均有三分之一是國中以下程度，和宜蘭社大40%是大專程度，形成強烈的對比！在蘆荻她們要的是生命經驗的交流，真正的了解和感動，而不是學院套裝知識的灌輸。念及萬華區有二十多萬人口，其中有七千人是文盲，以及老舊社區和遊民及特種營業的生態；期許我們艱艱人努力參與學習與成長，往下紮根向上提升，落實終身學習，將專業與生活經驗相結合，讓開埠四百年來好不容易才成立的第一所大學「萬華社區大學」落地生根開花結果，成為艱艱在地人的驕傲！

結束了兩天的研討會，十五日晚間假宜蘭的三多利飯店，四所社大的主任和同仁們聯誼歡唱卡拉OK，素有「社區大學之母」以及「導護媽媽」等頭銜並致力成人教育推廣不遺餘力的楊專員，放下平日的嚴謹和忙碌，不但引吭高歌還和大家打成一片，載歌載舞熱情歡唱。最後一天的行程安排，清晨欣賞花中之王—蘭花的高雅嬌貴；再爬坡登上五峰瀑布噴噴較勁，更帶動創意拳，繼而倘佯在冬山河畔。午後大啖龍蝦海鮮之餘，更享受蘇澳冷泉的沁涼，珍重再見時，伙伴們互道「凡走過的必留下痕跡；凡住過的必留下鄰居！」

誠然，知識就是力量，學習就是成長，生命有多長，學習的路就有多長，生命不是一種面貌，讓我們一起透過學習激發出更多生命的光彩！

溫馨五月天

五月十二日午後，母親節前夕，雖是輕度颱風夾著威勢，天空飄起毛毛細雨，卻不減萬華社大的和平天使們滿腔熱情的熾熱之心，行前說明會後個個手持康乃馨花束，帶著一百多份禮物，展開第二次送愛心到和平的關懷活動。

一樓門診大廳花團錦簇，佈滿著五顏六色的康乃馨；透過院方精心的佈置，處處充滿溫馨，在吉他社小游的「玫瑰玫瑰我愛你」樂聲中拉開序幕，繼而本校的和平天使們唱出「愛我們的家」、「風和愛」一輕風吹，過樹梢，樹葉兒呀片片搖，看不見，摸不著，風的存在，人人知道；媽媽的愛，真正好，為兒為女，忙到老，測不透，分析不了，愛的存在，人人知道……當你親身，有了體驗，自然不問，存在不存在。

英國首相邱吉爾曾說：掌握國家命脈的不是那些軍事政論家，而是那雙推動搖籃的手。平日母親實在是太辛勞了！為家

庭的溫馨任勞任怨、無怨無悔的付出！才不得已在這佳節時刻滯留在醫院中，最後在小游的「媽媽請你也保重」歌聲中和平天使們分贈康乃馨，馨香數朵祝福無限，但願每一位辛勞的母親們都能擁有一個最溫馨的母親節。

醫療大樓的門診大廳獻唱完後，兵分兩路，一路由班委會的會長邱瓊瑩領軍，在院長帶領下探視A棟外科系病房的病患；另一路由輔導中心鄧老師領隊，在副院長、社服部徐主任的帶領下慰問B棟內科系病房的病患；一遍遍唱著「天下的媽媽都是一樣的」一聲聲喚著天下母親都是一樣偉大，在謳歌「母親您真偉大」的歌聲中看到病患們泛著淚光，和平天使們也噙著淚水，讓我們更珍惜擁有健康的親人是何等可貴！

本校自本學期開始正式走入社區，配合節慶每個月固定舉辦一次「送愛心到和平」的活動，盼望透過醫院的探訪關懷，將萬華社大的愛心送到和平醫院，六月份端午節前將擴大舉辦；歡迎萬華社大全體師生踴躍參與，共襄盛舉！

在萬華社區大學來學畫

水彩班 黃芳川



繪畫，是人類與生俱來的本能，也是人類文字的起源。我們從小就會塗鴉，最古老的人類文字是楔形文字和象形文字，是一種表徵文字，源自於物體的形象，就是一種畫。

對個人而言，繪畫定位於消遣、非專業。繪畫是一件快樂的消遣，把人生真善美的盼望，放情在一張白紙上，所謂彩繪心靈。常有人認為繪畫需要天份，那是過去的概念，以現代藝術而言，其實不然，繪畫是一種自然的發抒，把對人事時地物的感受直覺或經過咀嚼後吐出來，藉著手利用工具巧然表現在任何可以看見或甚至於看不見的物體上，譬如畫布、紙張、岩牆、木頭、……、攝影機等等。是以，所謂視覺藝術和感覺藝術。

它不是像不像的思想念頭，而是表現自己的禪示含意，剩下的是社會大眾認同與否。獲得認同則是時代趨勢使然，大眾眼光嘛。不被認同，也犯不著難過，也許三十年後，您的畫風是藝術

界的主流，您的後代都靠您的「遺產」造福享受呢！只是我們大多數人都希望享受眼前的掌聲。無論如何，把它當作一種消遣，您真的是已經在享受自己的掌聲。所以，大家一起來作畫或從事其他藝術吧！

機緣巧合，自萬大開班起，我從楊進士老師學初階素描，這學期學水彩。一方面沒有家庭作業的心理負擔與牽絆，另一方面由於老師認真教學，自覺上，在繪畫上許多進步。老師上課先安排進度，使我們有目標與步驟，其次在教課上，老師沒有歇著，巡視各位同學，臨場指導，每次總聚集許多同學圍觀，老師循循善誘，大家收穫良多。

繪畫，有客觀上和主觀上的評論。老師總是勉勵我們，先從基礎著手，只要敢畫，就是一幅畫，自己的作品；在培養出興趣和信心之後，接著再畫景，意思是追求畫得像；最後畫情，加入感情創作，使成自己的特色。如此訓練，雖非專業成就，亦必有可觀之處。

個人以為，社區大學的設立提供許多專業課程，老師也都是時之選，尤其來自社會專業領域，其學與用交融為用，吻合社會脈動，個人沐浴其中，委實獲益良多，實也是社區大學一個特色與貢獻。

詩詞的 生命之美

展玲

古人將生命的影子倒映在詩詞上
短短的字裏行間
跳脫不開世俗的悲歡離合
但
也吸附在你我的人生
去看它
去聽它
去撫摸它歲月的痕跡
只有

愈鮮明的映照出
生命存在的價值與意義
你尚在尋找嗎
同我們一起吧
這遍地的花朵
這空氣沁著花香的詩詞花園裡
有良師在入口指引方向
由你自己去找出口
而出口在每個人的心深處

母逝今生遺恨：無窮！
不能重！
思親淚，心肝碎！
轉眼青春年少已無蹤！

流光似電如風，
去匆匆；
相見歡 蔣彩家

詩詞的生命感動

母親的手

——母親節省思

孺慕者

驚恐不安的情緒 安撫的
是 那母親的手
邁開蹣跚的步伐 扶持的
是 那母親的手
安頓身心的飢渴 滿足的
是 那母親的手
振翅高飛的掙脫 不捨的
是 那母親的手
鐵羽挫敗的心靈 撫慰的
是 那母親的手
菜羹在歲月鍊爐裏
烘過 烤過 凍過 裂過 酸過 痛過
挺了 實了 粗了 糙了 皺了 弱了
卻依舊 溫暖愛意綿綿
有幸者 牽緊那歷盡蒼桑 母親的手
別讓它 消失在遺憾的 夢寐中

法律班 戶外教學

逍遙一日遊

楊素蘭

上了兩個學期的法律課，吳茂雄老師終於實踐了他對同學們的承諾，在五月一日勞動節帶著我們和士林社大的學員們來趟戶外教學。我們的主要目的地是培訓執法人員的最高學府——中央警察大學。

座落於桃園縣龜山鄉的警察大學，校園廣大、清幽。學生們精神抖擻、昂揚。從簡報中了解警察的養成教育包括：專業訓練、嚴格的體能訓練、通識教育、人格教育等等完整而有紀律的教育訓練。更幸福的是公費進修，且發給零用錢。不禁讓我們紛紛打探——入學考試是否很困難？想讓自己或子弟們有另一個值得考慮的出路！

我們還參觀了靶場、武術練習場、具歷史性紀念價值的先總統蔣公銅像，及有名的雕塑家朱銘和他的老師楊英風先生的雕塑作品，讓具現代化宏偉建築的警大，也散發著藝術氣息。

另外還有很值得參觀的圖書館，「世界警察博物館」，專門蒐集、陳列世界各國警察史料：有警察歷史的沿革、組織、勤務、服裝、裝備。以及最古老的和現代化的防車；日本的迷你消防車等；更有驚悚駭人的命案現場模擬。還有，還有那英挺、帥氣十足的警察制服——在在都令人歎為觀止。可惜限於時間急迫，只能大概瀏

覽一番，未能仔細看個清楚！

還好接下來的行程讓這個遺憾完全釋懷了！我們在一家湖畔餐廳用餐，美好的湖光山色盡收眼底，加上紛飛的細雨，更增添了浪漫的氣氛。難怪這家餐廳生意興隆，人潮不斷，若是時間許可，真可以在此消磨一下，偷得浮生半日閒呢！

另一個觀光的景點是石門水庫，浩大的工程，加上所費不貲的經費、人力、物力，使得它的功能更具多樣。它兼具了防洪、灌溉、發電、給水、觀光等效益。而我較欣喜的是它碧水悠悠，綠樹環繞的美好景緻。旅途中乍見簇簇油桐花，似白雪般片片漫舞於林間，飄落於山巔；令人驚艷的夏之雪，如詩如畫。

帶著滿懷的詩情畫意，和愉悅的心情踏上歸途。在車上無意間發現了數位卡拉OK的歌王、歌后，其中包括了吳老師父子檔，有人笑言：以後上課時用唱的好了。

感謝老師百忙之中，還幫我們安排了這趟難能可貴的，具知性兼感性的旅程。同學們經過一天的相處之後，情誼也更深一層了，希望以後仍有一起出遊的機會！



▲ 吳老師帶領同學參訪「世界警察博物館」，與館長黃炎東博士合影。

為每一個成功的機會儲備潛能 笑看莊子 陳淑真

從小，我就不是一個愛讀教科書的人，所以求學的路走的並不順暢，但是我認為學校教育並不是我在社會上立足的唯一選擇。我以前總認為：一個人只要確實做好面對未來的一切心理建設，就可以無所畏懼勇敢的迎向人生的每一個挑戰。

在踏入社會之後才發現：我們的社會觀念中，仍然殘存濃厚的女性歧視思想；我不是一個女性主義者，但投入工作後，不論身處何種職場，我處處發現女性總是受到非常不平等的待遇；這是一種來自社會傳統的束縛，女性先天上就受到比較多的壓抑及束縛，這是我們必需承認的事實，因此當女性有了這種自覺時，更要努力的鞭策自己、充實自己、以扭轉社會的眼光，掙脫宿命的束縛，努力發揮自己最大的潛能！但在脫離學校教育多年後，面

對琳琅滿目的各類「進修班」總讓人有無所適從之感！就在有些徬徨、氣餒時；萬華社大的招生簡介吸引了我，真好！從「才藝」、「科技」到「烘焙」、「休閒」等等……林林總總不下百種課程，讓人真有相見恨晚的感嘆！投入這個和諧的大家庭後，有幸進入辦公室幫忙參與一些義工工作，從中發現到女性的求知慾確實強過男性！但是她們卻無法替自己做好完整的人生規劃；實在是件很可惜的事，在此想對女性學員提出幾點建議：

第一：隨時隨地利用機會吸收新的知識。
第二：不要輕看自己的能力！在未實際嚐試前，總先認為自己做不到，而失去獲得新知的機會。

第三：努力改善人際關係！多用欣賞的角度去對待每一個和我們不一樣的人。

笑看人生

健康來作伴 邱芸岐

是非成敗轉頭空，啥事想不開！

常聽人說人生好苦，是真的嗎？尼采說：「痛苦的人沒有悲觀的權利」。試想，人生數十寒暑，說長不長。再細剖之，一年365天，以80年換算不過29200天。人的一生，三萬天不到，是否突然覺得很短？再細思之，以這麼短短的人生用來憎恨、計較，會否覺得頗不值？因此，尼采所謂痛苦的人沒有悲觀的權利，個人的解釋是：若未盡心盡力善用自己的人生，而光會怨天尤人、哀聲嘆氣，試問，此類人是否具資格大嘆「人生好苦」呢？

人生真的很苦嗎？這就端看你以何角度觀之了。以我母親為例，看似樂觀、開朗的她，實則一生所遇到無論是身心的波折甚或種種之磨難，非筆墨所能形容。但她憑藉著一股堅忍不拔之毅力，不怨天、不尤人，劈荆斬棘、勇往直前、努力奮鬥，其過程之辛酸，身為女兒的我可為明証；這麼一個難過的人生，母親都能樂觀以待。冥冥中，她老人家傳給我的訊息是：人生，算啥！要圓要扁端看我喜歡。

母親不光傳給我這麼一個健康的人生態度，更傳給了我帶點頑皮的個性，人生嘛！何必太嚴肅以待。因此，特摘錄趣聞一則，共為你我生活添抹笑意：「有個只有三根頭髮的男人，要請理髮師為他梳條辮子，不料在綁的時候掉了一根，只好將就編個麻花，不幸又掉了一根，最後這個人只好披頭散髮的走了」。

第四：擴展視野！多參加社團，例如參與愛心團或是各種成長班；這也是一種生活的催化劑，在每天一成不變的單調生活中，每個人都需要開另一扇窗來舒展心胸，不要放棄任何機會去參加社團活動，也不要放棄結識另一批人的緣份。透過社團有很多的溝通和成長機會；而經由愛心團散播出去的愛與關懷會讓妳的人生充滿光彩和喜樂。

最後提醒大家：最重要的是：這是一個終身學習的時代！隨時充實自己的生命能量，為每一個成功的機會儲備潛能！願我們能與萬華社大一起成長、茁壯……在這個和諧的大家庭裡，盡情的吸收無窮的知識與常識寶藏；也把我們的熱情與關懷回饋給每一位需要我們的人，進而擴展到社會的每個角落，讓整個的社會風氣能從我們小小的個人和小小的社區開始逐步邁向真善美的境界。

回首來時路

日語入門班代 蔡和成

初春的台北街頭，雨絲綿密地下著，雨水沿著雨衣的縫隙滲到胸口，我不自覺的打了一個寒顫，原來冬天的足跡尚未消失、只是遠離。微明的街燈下，依稀看見手腕上的錶，時針在數字6、7之間擺盪，我顧不得雨水的肆虐，脫了雨衣，到辦公室拿了點名簿，便逕往右棟大樓跑去。進入教室擦完黑板將講桌就定位，取出方才買的御飯團和飲料，倚著窗口，邊享用晚餐邊讓思緒無邊無際的飄盪，沒有目標、只是隨想，靜待充電時刻來臨。

遙記初到萬華社區大學上課的第一天，老老少少齊聚一堂，王琇娟老師先請大夥兒自我介紹學日語的動機，林林總總大致不外乎：為了赴日本旅遊、看日劇、純為學習或打發時間等等；我則是為了酷愛日本電器之精美，卻常為厚厚的日文說明書所苦，而萌生學日語之想法。然而不管動機為何，總是一種動力吧！其中最叫人矚目的是黃光章先生學日語的動機，據稱他是台灣光復後第一屆沒受日本教育的國小學生，或許這對他的生命來說是一種缺憾，為了彌補這個缺憾，於是他便成為了我的同學，我深刻地相信這是一種難得的緣份。平時在課堂上，與父親年紀相仿的他，記憶力當然不如年輕的我們，所以他總是以加倍專注的神情仔細地聆聽老師的解說，有種莫名的感動在我心中浮現，從他堅毅的眼神裡，我看見了所謂『活到老，學到老』的真正體現。

老，學到老』的真正體現。

算算到萬華社區大學上『日語入門課程』即將邁入第三個月，其間無論公務多麼繁忙、距離多麼遙遠（有時得赴全省各地出差），我總會盡力地趕回來上課，深怕錯失了學習的機會。於是，由初識日語五十音、單一字彙的背誦，到現在簡單會話的練習，老師總以循序漸進的方式引領我們一窺日語世界的堂奧。然而，除了學習的目的以外，最讓我深感彌足珍貴的是：來自各地不同年齡、不同行業的朋友，為了相同的目標大家齊聚一堂，緊密的同窗情誼儼然成形，終身學習的目標也因此落實。

時間總在不經意中由指尖輕輕滑過，片刻的冥想，被驀然間乍響的上課鐘聲拉回現實，回首望著門外來時留下的濕潤足印，我想我的腳步是堅定的，生命是充實的……我這樣告訴自己。

活動快訊

期中成果發表會

五月三十日(週三)晚上七時至十時，本校為配合教育局教學評鑑，舉辦期中成果發表會。請各班製作【心聲卡】道出學習心得與感動，更可將十八般武藝現學現賣，盡數呈現。盼望每班以班為單位，突顯各班的創意，作靜態、動態的展示。當天需要大量人力資源，敬請當日沒有課的學員儘量出席，踴躍加入志工的行列！

市長獎頒獎典禮

六月二日(週六)上午8時至下午5時，假龍山國中舉辦台北市89學年度公私立國中應屆畢業生市長獎頒獎典禮，本校配合此次頒獎典禮，推出四個由社大學員演出的精彩節目，馬市長蒞臨頒獎並觀賞演出。

期末成果發表會

六月三十日(週六)，舉辦本學期末成果發表會暨結業典禮。盼望每一位學員能在期末時，拿出最精彩的作品參展；並報名組隊參加動態表演節目。本校為鼓勵父子(母女) 同學、夫妻(婆媳)共修，兄弟、姐妹大家一起來成長，特設立一【閤家勤學獎】，並為獎勵七、八十歲以上的長者，更設立一【耄耋獎】，以茲獎勵。若您符合敘獎條件，請洽輔導中心辦理登記，以利敘獎作業。

電話：2306-4267轉14鄧老師

揮別西園橋·艋舺向前行 萬人歡送大會

六月三日(週日)中午12:30至下午5:30舉辦，此次活動是由本校與萬華區公所等單位合辦。除安排社大學員做社區藝文表演節目外，並設有攤位宣揚社區大學理念，屆時除恭請馬市長主持拆橋儀式外，並有舊愛新歡義賣會，和傳統美食品嚐會，免費供應艋舺居民。歡迎萬華社大人踴躍出席，共襄盛舉。

服務專欄

(一)免費心理諮商：本校為協助學員解決心理或學習問題，特設立《學員輔導中心》。舉凡1)課業問題2)生涯規劃3)親職教育4)情感問題5)人際關係6)婚姻諮商7)自我成長8)中老年心理調適等問題，皆有專業輔導員作深入的諮商與輔導；或轉介龍山婦女服務中心，以及其他相關輔導單位，輔導的內容和過程均予以保密。歡迎與輔導有約。

《諮商專線》：2306-4267轉14鄧老師。

(二)免費法律諮商：本校「生活與法律」課程老師---吳茂雄律師願意義務擔任本校全體師生的法律顧問。他說：人生需要兩種朋友，一個是醫師；另一個是律師。因為醫師保護我們的健康；而律師可以保障我們的權益。吳律師曾任國策顧問、國大代表、在文化大學、科技大學任教十餘年，執業律師二十七年，主持聯維電視台法律廣場五年，人生經驗豐富，若您有法律方面問題請洽吳茂雄律師。

愛心志工團

本校自開課以來，除成立最龐大的愛心志工團外，另自組了十二個社團，愛心志工團自成立以來分十個小組運作，參與校務及社區服務，貢獻良多，歡迎各位學員，踴躍參加各社團，以興趣會友，伴隨您的學習路更多彩。

組別	組長	組別	組長
通訊組	劉芷芸	報名組	陳淑真
接待組	陳心怡	義賣組	邱瓊瑩
攝影組	魏榮範	資訊組	李玉卿
文書組	邱芸岐	節目組	林賢宗
托育組	蔡韻媚	總務組	顏正雄

台北市萬華社區大學

自組社團

社團名稱	社長	社團輔導
心靈成長社	邱芸岐	鄧和華
證券研究社	顏正雄	蕭明道
合氣道社	王乾坤	王琇娟
萬華采風社	鄔金紋	鄧坤海
艋舺傳奇社	張秋輝	鄧和華
景觀設計社	蔡孟承	林俊寬
社區廣播社	張瑞芝	王語婷
造型汽球社	王金鳳	董金龍
卡拉OK社	陳凱玲	鄧和華
潛能開發社	鄧瓊惜	黃燦雄
黑皮吉他社	黃勝木	林欲明
拼布藝術社	邱瓊瑩	林月瓊