



台北萬華社區大學
TAIPEI WAN HUA COMMUNITY UNIVERSITY

校址：臺北市108萬華區南寧路46號
網址：www.wanhuaco.org.tw Email：wan.hua@msa.hinet.net

艱神傳奇

中華民國 92 年五月出版
第九期

發行人：李端端
總編輯：袁保新
執行編輯：于文正
刊頭題字：修平山
編輯委員：莊華堂、高傳棋
鄧坤海、劉侃如
王語婷

製作團隊：台北捷運快報專業編輯群
TEL：2306-4267 FAX：2306-4268

►劉俠女士
錄製佳音電台
佳音傳送節目
的「杏林子愛
說笑」單元，
帶動聽眾一起
深度閱讀世間
人與世間情。



劉俠著作年表：

一、各類劇作

廣播劇、電視劇、舞台劇等約五十餘齣

二、散文作品

- 1976 喜樂年年（中國主日學協會）
- 1977 生之歌（先後有巨浪版、自印、星光版、九歌版）
- 1978 杏林小記（九歌）
- 1980 北極第一家（先後有自印、星光版、皇冠版）
- 1981 生命頌（先後有自印、星光版、九歌版）
生之頌（九歌版後更名為生之頌）
- 1982 另一種愛情（九歌）
- 1983 凱歌集（中國信徒佈道會）
- 1985 重入紅塵（九歌）
- 1985 我們（星光，現已絕版）
- 1986 行到水窮處（九歌）
- 1986 種種情懷（香港宣道）
- 1986 山水大地（香港宣道）

- 1986 杏林小語（香港宣道）
- 1986 杏林子作品精選（香港宣道）
- 1989 感謝玫瑰有刺（九歌）
- 1993 相思深不深（九歌）
- 1994 杏林子作品精選二（香港宣道）
- 1994 杏林子作品精選三（香港宣道）
- 1994 現代寓言（九歌）
- 1995 阿丹老爸（皇冠）
- 1997 心靈品管（九歌）
- 1998 身邊的愛情故事（皇冠）
- 1999 在生命的渡口與你相遇（九歌）
- 2000 真情是一生的承諾（繁體字版/圓神，簡體字版/馬來西亞大眾書局）
- 2000 探索生命的深井（繁體字版/九歌，簡體字版/書名改為「尋找生命的座標」，馬來西亞大眾書局）
- 2002 美麗人生的 22 種寶典（繁體字版/九歌，簡體字版/馬來西亞大眾書局）

- 2001 打破古董（九歌）小說

- 1969 遙遠的路（香港道聲）

三、傳記作品

- 1983 牧羊兒于佑任傳（近代中國）
- 1983 皓皓長安月（近代中國）
- 1994 留白的青春，叛逆的歲月（健行）（1982 原書名「誰之過」，警政署對內發行）

四、編著

- 1983 生命注・大地注（自印）
- 1986 讀雲 - 王祿松新詩水彩畫（星光）
- 2000 為什麼我沒有自殺？（繁體字版/健行，簡體字版/馬來西亞大眾書局）有聲書
- 1998 生命之歌（圓神）

五、圖畫書

- 2002 好小子，喬比！（圓神）

六、廣播

- 2001 主持杏林子愛說笑節目（佳音電台）
- 2002 在遠東傳播中心錄製節目對大陸傳福音

編按

時序進入五月，包括我們的國家在內，全球人類正受到病毒的侵襲，未來數年非典型肺炎勢必將改變我們生活中的每一個層面，面對突如其來的危機，台灣人民正面與負面的特質都被激發出來，我們或感動或感慨，或落淚或憤怒，這是考驗人性的時刻，也是我們深深反省的時刻，「成為什麼樣的人終究是我們自己的選擇！」

這期艱神傳奇特別企畫了「萬華的母親」專題，感恩並紀念雖染痼疾但終身為社會奉獻生命的劉俠女士，及照顧萬華地區貧困人是長達百年的愛愛寮女主人施照子，

並向終身學習領域中無數的女性致敬，這些女性或為人師，或為志工，或為社大工作團隊的主力，既使社大的成員也有 3/4 是女性，女性是我們國家社會安定的中堅力量，此時閱讀這些女人的故事，正是讓我們深思「生命的意義在於光度而非長度」這句話的最佳時刻。

我們都是小螺絲釘，但也都能在國家危機之秋做出重要貢獻，藉慈濟證嚴法師一語與大家分享：「能救人的就是有福！」此時，你我能為這個生養我們的社會做點什麼？只有「愛與分享愛」才是破解恐慌、歧視、偏見的良藥。



◀施照子
二女兒照顧
院患生活起居一景。

生命之光

結劉俠

圖：伊甸基金會
文：莊華堂

▼有三位年輕人因結夥搶劫被判處死刑，周聯華牧師大為悲痛，認為社會風氣敗壞，基督徒沒有進到傳福音的責任，因此在台北市立體育館舉行青年佈道大會，大會主題是「青春是這樣的好」。劉俠也被邀做見證，當劉俠講到病苦一生，都捨不得放棄生命，而年輕人卻如此不知珍惜時，台上台下哭成一片。當晚會眾約有一萬人。



今年2月春寒料峭的季節，杏花林才含苞待放，杏林子卻默默的走了…。

杏林子走得突然，走得無聲息，走得令人愕然令人不捨…。猛然回首，看她孜孜不倦創作的25本書，及她曾走過一甲子的人生道路，像地平線那端矗起的山丘，濛濛霧裡傲然挺立著。

本名劉俠的杏林子，是陝西省湖風縣人，雖生於大陸，可是自幼於北投地區長大，畢業於北投國小。她的前半生相當坎坷，12歲時即罹患「類風濕關節炎」，身上所有關節一步步壞死，身心長期飽受病魔煎熬。幸好，16歲因信仰基督教，從聖經裡體認生命的價值，與人活著的意義，於是開始學習繪畫，更透過文學與戲劇，終於成為著名的殘障作家，難得的是，她於80年代後，以自己持續不斷的努力，及一般人難望其項背的堅忍毅力，成為台灣數十萬殘障者的標竿，幫助無數的殘障人士，度過人生的低潮，追求生命的意義。

20年前，筆者初入位於辛亥路口的耕莘青年寫作會，開始成為文學青年，就曾經見識她以殘障之軀，散發著生命熱情與韌性。

當年的耕莘，是臺灣的中國文壇重鎮，許多名重一方的學者作家，如司馬中原、朱西寧、啞弦、林清玄、齊邦媛、楊昌年、蔡源煌等人，都是耕莘的講席上常客、海外執教的鄭愁予、白先勇回國，也以在耕莘演講為榮，此外，少露面的三毛、劉俠、張拓撫，也因為跟會長陸神父有相當交情，先後到寫作會教過我。我曾經跟陸神父說，後三者都是文壇怪傑，彼此間相交堪稱莫逆。

當年的三毛，因為撒哈拉系列的自傳體小說，使她與異國夫婿荷西的浪漫愛情，風靡台灣及海外華人地區，紅得如日當天。拓老也以一本描述自己軍旅生活的散文集「代馬輸卒手記」，於書

市中殺燒熱賣，以怪老兒之姿在文壇爭得一席之地，算是文壇異數。而劉俠女士，以杏林子的筆名，克服了種種困難，好不容易出了7本散文集，更在1982年創辦「伊甸殘障福利基金會」，1983年得到國家文藝獎的殊榮，於是70、80年代，杏林子享有文名，廣受青年學子歡迎。1985年3月，九歌出版她的散文集「重入紅塵」…。特別是在1986年，九歌與香港的宣道出版社，一口氣出版了她的「杏林小語」「行到水窮處」「山水大地」等5本散文集，讓他計成為書市紅人，也樹立了殘障作家的典範。

對我來說，劉俠的可貴可敬，是她面對生命的挫折與苦難之中，一種處之泰然的人生哲學，及不屈不撓的奮戰精神。她在課堂上侃侃而談的告訴我們，在嘗試創作之前，躺在病床上遭受病痛的煎熬，因為主的堅貞信仰，特別是求知欲，還有閱讀的興趣，讓她忘記身體的病痛與心靈的卑微…。

她說：「是媽媽不辭辛勞四處張羅來的『書』，成了她的救命丹。等到她成名後，仍然堅持初衷，孜孜於閱讀和耕耘文字創作的園地，長期以依甸創辦人的身份，以親身的生命歷練，協助與鼓勵萬千的殘障者，讓他們源源的取得信心與毅力，活出生命的光輝與尊嚴。」

晚近10年，筆者離開耕莘，並因興趣與個人志業的轉移，與「中國」文壇疏離，與當年許多師友較少往來，不過我知道，劉俠女士一直固執的堅守崗位，透過伊甸殘障福利基金會，雖然卸下董事長職位，仍然持續致力於社會關懷工作，並先後擔任教育部特殊教育委員會委員、中華民國殘障聯盟理事長。

她的一生散發著生命之光，逝去之後亦然，就像此刻春天的陽光，提供杏林春暖之後繼續發芽茁壯。



除了愛 我一無所有

文、圖：
伊甸基金會

劉俠（1942-2003），出生於陝西省扶風縣杏林鎮，因不足月出生，身體羸弱，母親期望她威武雄壯一點，故取名「俠」，果然從此一路拳打腳踢長大，並預言了一身俠情，路見不平，拔刀相助的生命。而取筆名「杏林子」，一則為了紀念故鄉，再則感謝一生與醫生結下的不解之緣。

12歲以前，據劉媽媽形容，劉俠折騰人、捉弄人、和同學打架、把老師氣的當場大哭…，種種劣跡不勝枚舉，而她也在上山下海，帶著一群小跟班四處造反，演戲自娛之中，豐富的過了一個快樂的童年。就在這樣的童年中，劉俠取得了她此生最高學歷：北投國小畢業。她對此十分自豪，因為這表示以後的學問都是她自個兒修的。

但自12歲「類風濕性關節炎」發病後，劉俠的關節一個個失陷，心情惡劣無以復加，就在人生最絕望之際，上帝揀選了她。1957年劉俠全家人一併受洗信主，1958年劉俠開始自修寫作，從此有了信仰的支持，有了寫作的事業，讓她的生命，開始發光發熱。

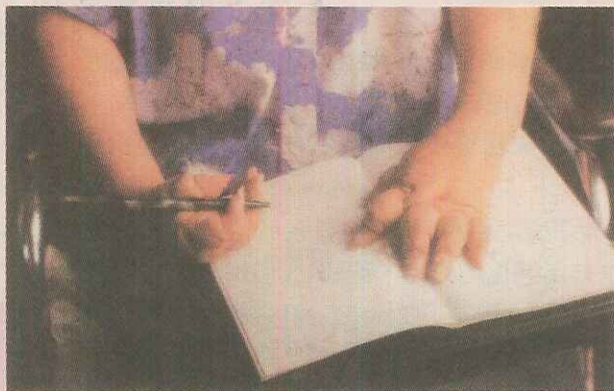
1980年，劉俠當選10大傑出女青年。此時，神呼召她出來為百萬殘障同胞服務，到了1982年，神的呼召越來越清楚，並以經句「你有了今日的名份，焉知不是為了你的同胞」，劉俠遂和陳俊良、謝才智、范振惠、陸國棟等籌備「伊甸殘障福利基金會」，並捐出國家文藝獎獎金，於是年12月1日正式成立，劉俠擔任董事長一職，積極展開各項職訓、輔導工作。從此展開了劉俠獻身雙福—福音、福利事業的生命新頁。1994年伊甸基金會正式更名為「財團法人伊甸社會福利基金會」，從此服務對象由殘障朋友擴大到整個弱勢

族群。

1989年，因為原殘障福利法缺失甚多，全國70餘殘障團體聯合組成「殘障福利法修正促進委員會」，接連11波請願活動，終使行政院提出修正草案。是年成立「中華民國殘障聯盟籌備會」，劉俠任籌備會主席，並由殘盟徵召出馬競選當屆立委，以突顯殘障同胞受教育及服公職等基本人權之被忽視剝奪。隔年在殘障聯盟的努力下，終使「殘障福利法修正草案」於立法院通過，百萬殘胞欣喜若狂，李勝峰委員讚嘆說：「中華民國有史以來最具規模、最團結也最有影響力的遊說團體，就是殘障聯盟！」同年殘障聯盟正式立案，劉俠被推選為第一屆理事長。

1991年開始，劉俠身體狀況越來越惡化，她也開始陸續辭去伊甸基金會董事長、常務董事、殘障聯盟理事長等職務，但仍積極關切弱勢族群的福利，1997年社會連續發生一連串的重大案件，政府官員推諉責任，處理失當，造成社會人心惶惶，終於爆發了「508」、「514」、「521」一連串的抗議活動，劉俠被推選為總召集人，帶領近10萬民眾走上街頭，終於導致閣揆下臺，李總統3度道歉。2001年劉俠獲聘為國策顧問，但於翌年因國民年金制度設計問題，自稱「不顧也不問」，請辭國策顧問，總統承諾國民年金改為社保制後使續任。

對所有社福界認識劉俠的人來說，她的辭世讓人既不捨又安慰。不捨的是，從此在為身心障礙朋友努力的路上，少了個積極投入的表率；但另一方面又為劉俠終於可以卸下人世病痛的磨苦而感到安慰。她每天與病痛為伍，自稱「專職生病



▲一張書桌一張床，一輛輪椅一隻筆，劉俠的書就在這小天地中出版了。

與寫作」，卻從不為自己叫苦，因著有著比常人更開朗的個性，從不以負面的角度看待挫折。

她的關心不只涵蓋整個社會層面，與她共事者更常在她親切的關愛中，感受到她超乎常人的愛與寬容。劉俠曾對伊甸同工說：「要去思考生命的著眼點是什麼？人生命中的內在深處又是什麼？生命的內涵如何在深處的心中散發出來，如何去激發每個人心中深處的愛，去愛；如何激發每個人去看重自己，最重要的是能夠去愛，才能讓伊甸園的愛活在每個人的心中。要有真愛、真正要關心而去付出，才能讓工作心甘情願，才能將人生的意義發揮到極點。」也是這樣的精神，讓伊甸同工們願意為了關心而付出，帶著我們從劉俠身上學到的，面對生命無常和挫敗時，坦然面對，絕不放棄的無畏勇氣，繼續著這條奉獻的路。

最後，謹以一位劉俠好友張曉風對劉俠的側寫，作為本文的結束：

一個健康的病人。
一個甜蜜的受苦者。
一個快樂的憂世人。
一個富有的窮光蛋。
一個小學學歷，卻練達睿智的人。

◀ 1986年到1988年，統一公司3次提供伊甸麥斯威爾咖啡包義賣，劉俠和孫越一起上街叫賣。



憶劉俠

訪劉俠互作伙伴朱莉英小姐

文：學員綦連如

這天來到伊甸，經由公關部吳尚諭先生的引薦，採訪擔任社工督導的朱莉英小姐，朱小姐基於執行業務需要，而與劉俠姐結緣，至今已近5年。

話說這段期間，伊甸有鑒於自殺人口日益增多並有年輕化的趨勢，遂以「生命關懷，自殺防治」為主軸，成立「杏林老玩子」網站，提供瀕臨自殺邊緣的朋友們舒解及諮詢管道，邀集心理諮詢師、傳道人、心理學教授等組成顧問群，貢獻其專業知識參與協助。並透過以下方式幫助需要幫助者：

(一)開闢專區：以文章、人員見證分享人生經驗

(二)舉辦座談會：專題單元研討

(三)小型網友會：如利用婦幼、聖誕節等特定節日，分別舉行相關活動

值得一提的是，「網友留言板」個項目係有困擾者，透過上網反應問題，再由專人及顧問群為之諮詢及解決。據悉，該網站曾於91年3月停辦，但仍持續性展出，如今將以「杏林子之友會」、「讀書會」名義延續下去，未來將以「生命教育」為主導。

我讀劉俠

——態度改變人生

文：學員秀錦

幾十年來，劉俠一直以接受、積極的態度來看待上帝給她的這項「禮物」：全身關節慢慢壞死的類風溼性關節炎。

面對日漸死去的身軀，劉俠曾想：「癱瘓在床上的病人到底有什麼用？我活著到底是幹什麼？我真的要在床上躺一輩子，永遠做一個廢人嗎？」結果劉俠不斷寫出美好的作品，豐富了許多人的心靈；40歲時更創辦了「伊甸殘障福利基金會」，為殘障者建造一個屬於他們自己的家。

我曾經好奇，為什麼像劉俠這樣無法自由活動、天天忍受著疼痛的人，能將生命發揮得如此淋漓盡致？記得她說過，她每天都會面臨一口氣喘不上來的危機，不過她並不怕死亡，「就怕半死」。正因為自己親身經歷的痛苦，所以劉俠更懂得生命的可貴。

偶爾當我抱怨自己的生活、抱怨自己的工作、抱怨許多事時，劉俠的故事總是提醒了我，人會受到很多外在因素的影響，不如意的事時會發生，但你的態度可以改變事情的意義，甚至於它的結果。

我想：「要有一個快樂的人生，就先從改變自己的態度開始吧！」

▼「小學生」榮獲台中靜宜大學頒贈榮譽博士，劉俠笑稱帽子好重，差點掉下來。



永遠的生之歌

文：社區廣播班學員黃惠貞 / 圖：伊甸基金會

令人敬愛的杏林子—劉俠女士，在2月初溘然長逝，聞者莫不哀嘆惋惜！劉女士一生與病魔搏鬥長達50年之久，卻永遠懷抱對生命的熱情與熱愛，她不只愛家人，愛朋友，愛寫作，愛自然，更擴大之，關愛弱勢的殘障朋友。

病痛讓她的文字更臻洗鍊，更真更善更美，讓她對生命的體悟更深刻，超越了我及生命的極限，展現了她出世入世的襟懷。她說：「這個世界似乎再也沒有什麼令我眷戀不捨的，只除了人。」「除了愛，我一無所有。」

因為滿腔滿懷的愛，她創辦了「伊甸殘障福利基金會」，不只用文字關懷激勵大眾，更集結有志一同的朋友，一起奉獻心力！

而「伊甸殘障福利基金會」也正是支持成立萬華社區大學的3個基金會之一，她衷心希望殘障朋友能有終身學習的機會及管道，而社大不只造福了殘障朋友，更讓其它有心向學進修者一同受益。

因此我們感念劉俠女士，不只因為她的人格與善行，更因她是我們每個人共同的記憶—早在國中就曾讀過她的「生之歌」，對她熱愛生命積極樂觀的精神，相信大家都留有深刻的印象，所以我們廣播班的學員們有了這次的構想，希望藉由訪談及分享，表達我們對劉女士的敬意，更希望將她的精神發揚光大，把這份情傳下去…。

樂觀堅強的杏林子從不忌諱談死。她在書中曾說：「我的遺產可分為兩大部分，無形的和有形的。其分配如下：

我把所有的愛，留下給我的父母、親人及所有曾關心我、幫助我的朋友。

我把所有的祝福留下給天下人，不論是好人，還是壞人。我都祝福他們有一個積極的人生，給這個世界多創造一些和平安樂，基督天國的理想也能早日在地上實現。

我把眼角膜捐給需要的人，並非我有悲天憫人的偉大胸懷，只不過這對漂亮的杏眼（雖然已漸有杏乾之虞），仍然希望留下來，多看看這個愛過、生活過、哭過也掙扎過的世界。

我把我的軀殼留給醫院作病理解剖。病了幾乎一輩子，不打開來研究研究，實在可惜了，也枉費醫生們多年在我身上投注的心血精力。（還有一個好處，可以省一大筆喪葬費，這年頭地少人稠，活人住著已嫌擠，死人何苦還要霸著一塊地盤？）

至於解剖後剩下的殘渣，就燒成灰灑在屋後的小蘭溪吧！多少也可以滋潤一下兩岸的花草。

附註：我生平不喜歡流淚，死後也不願別人為我哭哭啼啼，否則，就像我對妹妹說的：「哪個敢哭，我就偷偷下來踢她一腳！」當我們已經活過、努力過、奮鬥過，美好的仗也打了，當跑的路也跑了。那麼何不坦然無懼、歡歡喜喜的歸去？

所以，在這一天真正降臨時，但願我所有的朋友們，都能一「擦乾你的眼淚，帶著微笑，就當送別遠行的老友。」

謝謝上帝 讓我成為你弟弟

文：劉俠大弟劉侃 / 圖：伊甸基金會



是筆墨難以形容。

這兩天在和媽媽的對話中，才知道你竟然對自己是這麼的儉省，過世時貼身穿的竟是件30年前5塊買的內衣。再回想以前的種種，從你拿稿費開始，你就沒有留下什麼給自己，我不時幫你到郵局換個5元、10元的稿費，到頭來還是賞給了我。大概你看到我不像弟弟那麼會存錢，所以不時的救濟我一下。國家文藝獎給了你20萬元的獎金，你用它創立了伊甸基金會，創世基金會的董事長曹哥這兩天也證實，創世成立時所收到的第一筆捐款是你的4元稿費。這幾年國策顧問的薪資，除了部份捐款殘障聯盟外，你也原封未動，要等到有福利工作需要的地方出現，才可以抵用。你的錢好像都是為別人賺的，看起來太不值得了。但我們相信你是最精明的投資者，用那麼少的起始資本，再看看今天伊甸和創世的成長、規模和影響，誰才是「經營之神」？

我想念你，在生命受到了那麼大的壓縮，再加上無盡無情的「疼痛」折磨下，你仍然笑臉相迎。沒有人能比我們眾人接近你，更接近你那逐漸更受限

制的軀體和身體上的痛苦。我常常自問，你到底是怎麼活的？不能吃自己想吃的東西；不能去自己想去的；不能自己梳個頭；甚至化個自己喜歡的妝；到後來連大笑兩聲也變得奢侈，因為要帶來一陣的咳嗽和氣喘。原來你把痛苦當作是最好的榨汁機，壓出最美、最醇的生命之泉，讓每個人都能在灰心絕望、傷心痛苦時，再找回生命的勇氣、方向和動力。

我想念你，因為信仰在你身上是那麼的直接、平實，沒有花俏，沒有理論，聖經的教訓，聖的感動在你身上沒有打折，沒有被挑選，忠忠實實，甚至有點愣頭愣腦的把它活出來。經上說：「全部律法都包括在愛人如己，這句話裡面了」，你就不但愛人如己，甚至超過自己。你告訴了我們，原來上帝是可以這樣簡單來信的，而且結果是如此的豐富和喜樂。

我再想念你的時候，我會很疼惜，很不捨，但是我也會更勇敢，更有喜樂，更有盼望，因為你給了我一個生命最好的註釋，讓我可以照著走下去，讓我們終於領悟到，愛可以勝過痛苦和死亡。謝謝上帝讓我成為你的弟弟。（本文經伊甸基金會轉載）

親愛的二姊：

我想念你，在你離開我們之後，這種思念排山倒海而來。

我原本以為，你這回還是在死亡門前來個大迴轉，向死神扮個鬼臉，嘲笑它兩句，嘻嘻哈哈的再轉回來。因為你曾經那麼多次的已經讓我幾乎放棄希望，以為永別的時刻就在眼前，你卻又全身而退，生龍活虎的又活它幾年。但這一回或許是上帝怕你玩得太累，所以半途就把你接走了。原本以為幾乎不會死的你，今天突然的離去，我們的不捨真

比鄰若天涯

文：柏楊

1977年，我出獄後，回到台北，常去星光出版社聊天，在書架上，看到一本劉俠的書：「生命之歌」。對一個身心俱傷的流浪漢而言，「生命之歌」給我很多慰藉。朋友告訴我一點劉俠的身世，十幾歲就患上風濕關節炎。我們立刻去新店花園新城探望她，她受煎熬的外形，給我極大的震驚。

以後，我常去劉俠家縱談天下大事，在中國時報上，我還寫過一篇專欄：「劉俠——一個尊嚴的榜樣」。有時，跟孫觀漢先生同去，那時劉俠已不能使用普通電話，觀漢還特別送給她一套免持聽筒的電話，劉俠一用就用了20年，現在，劉俠雖去世，這個電話仍放在她的床頭。我不久也搬到花園新城，因為埋頭寫作通鑑，除了伏案、睡覺，沒有多餘的時間；劉俠忙著她創立的伊甸基金會，也沒有多餘的時間。兩人及而陷入「雞犬之聲相聞」的困境。直到有一天，報上登出阿扁總統聘她當國策顧問，總統府每月召開一次月會，必須參加，我撥電話問她：「妳要不要搭我便車？」她說必須坐自己改裝、輪椅可以電動升降的專用車。

今年（2003）農曆年前，總統府舉辦一系列的國是研討會，劉俠忽然電話問我要不要搭她便車，我想這通電話是上帝要她撥的，使我跟她能見最後一面，當我跨上她的專用車，看到她僵硬瘦削的縮在輪椅上的形象，又一次震驚。這麼堅強又充滿大愛的靈魂，竟依賴這麼殘弱的身體。就在這時，我看到服侍她的那位印僑維娜。台灣自從引進外勞以來，印尼的女孩子最受人喜愛，因為她們溫柔、學得很快，有感恩之心。再也想不到這一對理想的賓主，竟於10天稍後，維娜變成兇嫌，而劉俠與我們永別。劉俠遺言，要求她的朋友不要為她的死而哭！為她終於擺脫了給她無限痛苦的臭皮囊，喜極而泣。

劉俠！安息吧！再過幾天，我會撥電話給上帝，問祂：「劉俠是不是坐在你的左邊？」

（本文經伊甸基金會同意轉載）



劉俠感到「何等有幸」！
▲長輩好友齊聚一堂，常讓



愛愛院的乞食母~清水照子

文：高傳棋

施乾，1899年出生於滬尾米市街（今清水街146號），1912年自滬尾公學校（今淡水國小）畢業後，於1914年考上台灣總督府工業講習所土木建築科（今台北科技大學），1917年以優異成績畢業後不久，即受聘到台灣總督府殖產局商工課擔任僱員。

有一次偶然機緣下，施乾因工作單位所執行的「台北市細民」調查，而奉命調查艋舺地區。在調查時，看到殖民統治下困苦無依的乞丐同胞的真實

生活，油然而起惻隱之心，眼見乞丐的窮困潦倒，生活在極差的衛生條件下，有些更因數代皆為乞丐而不得翻身等情況，皆在震撼當時這位才20多歲初頭的少年郎心中。於是施乾常利用公餘時間，自掏腰包聘醫為他們治病，並親自教導乞丐子弟習字，與他們聊天，給他們鼓勵和關懷，逐漸地得到艋舺地區乞丐們的信任與友誼。

有一次施乾應邀到艋舺吃拜拜，見到成群的乞丐四處乞討，卻被當時日本警察追打驅趕。他為了更

想了解乞丐們的生活，於是利用一天的下班時間，特別趕到艋舺，偷偷跟隨一群乞丐，發現他們沿街乞食後，最後都集中到綠町會社尾（今大理街尾）一帶，此處當時沒有什麼住家，只見麻竹筍、墓地與製糖會社的甘蔗園，而原先矗立於此，興建在清代的乞食寮也已經

破舊不堪。

乞丐之家~籌錢蓋建愛愛寮

為了幫助更多的乞丐，施乾於是轉拖伯父施煥說服父親支助金錢，並向叔叔施坤山「施合發木材行」募得木材。在施乾的努力奔波下，於1922年，在綠町所蓋建的3間收容乞丐之簡陋板屋終於完成，施乾稱這所乞丐的家為「愛愛寮」。1923年，施乾辭去總督府僱員一職，全心經營愛愛寮。並親自與其原配謝惜女士，為乞丐們清潔身體、洗衣、理髮、上藥、教導手工編織，並在愛愛寮的後院控地上養豬、種菜，作為培養他們自給自足的能力。

據說當時日本牧師清水安三曾經到台訪問，聽說施乾的善舉而感動不已，回日本後還特別加以報導。爾後日本大文豪菊池寬來台旅遊時，盡然發現當時的台北市內沒有乞丐，四處打聽下，才知道施乾興辦愛愛寮的事蹟，甚為感動，除將當時施乾對乞丐生活深入觀察後所著的「乞丐的社會生活」、「乞丐撲滅論」2本書帶回日本外廣為宣傳外，更專文報導。1927年，連日本天皇裕仁也知道殖民地台灣有如此善心人士，於是在其登基大典上特邀施乾至日參加，並令宮內頒發獎金，從此年年領支1000日圓，以作為補貼愛愛寮的日常開支。

清水照子~善心感動美嬌娘

1910年出身於京都富商家庭的清水照子，京都第二高等女學校畢業，是個虔誠的基督徒。根據楊雅慧小姐在「台北人物誌第壹冊~人道主義的奉行著：施乾」一文中所描述的，清水照子在一次偶然的機會下，她的鄰居施乾的堂妹施秀鳳常跟她提起堂兄在台灣艋舺的所作所為及當時愛愛寮的狀況，施乾悲天憫人的胸懷令照子小姐相當景仰，於是她就透過施秀鳳的引薦下，開始和遠在台灣施乾交換照片、通信交往，未久，不識人間愁苦的照子小姐在執著於愛情與對施乾的施善作為的非常佩服下，於1934年時，不顧家人的反對，下嫁給施乾，兩人在京都賀茂神社結婚，不久就攜手回台灣艋舺，以名門閨秀之身份，扮演起當時艋舺居民口中的「乞食母」角色。與施乾結婚後，照子陸續生下3女1男。



▲愛愛院創辦人施乾遺照及深受各方表揚之獎狀

▶愛愛院蒼鬱綠景，此景亦將因為拆除，而走入歷史





已有許多國內外雜誌對施照子做過深入報導

英年早逝～繼承其丈夫心志

1944年，施乾因積勞成疾，45歲時高血壓病發而英年遽逝，施照子除一肩扛起愛愛寮的重擔，更要照顧自己與施乾原配的兩個女兒之生活。1947年清水照子未隨日僑遣返，且歸化為台灣人，大女兒施明月由廣東陸軍病院返台即加入院中工作，二女兒施美代也由赤十字病院護理學校畢業後亦加入院中服務行列，且將愛愛寮改名為「台北愛愛院」。1949年院內的精神病患移往松山療養院，並改名為「私立台北愛愛救濟院」，下設習藝、育幼、婦女教養和殘疾教養4所。至1961年時，停辦育幼院，停收乞丐與遊民。1963年時，開始收容慢性殘疾的老人。至1976年時，停辦婦女教養所，增加安老所來收容孤苦無依的老人，特別是收容在1949年來台，無親無戚且日漸年老的「外省人」，並改名為「台北市私立愛愛院」。1980年愛由於經費相當拮据，開始接受台北市政府的補助以及社會人士的愛心捐款。10餘年前，1991年開始辦理自費安養老人，且其創辦人施乾么兒施武靖公職退休加入院中工作。

照子女士生前，從不為募款而舉辦公關行銷活動，但她常把自己的薪水捐出來供院內使用，而儘管清水照子愈趨老邁，已經成為院中最年長的長者，但她還是每天一早帶領著院民禱告，永遠把院內的長者們當成自己的孩子看待。雖歷經50、60年，施照子已垂垂老矣，但仍以無比的愛心堅守著院長之責，和長大後的子女們並

肩奮鬥！她是一位虔誠的基督徒，曾多次婉謝政府的表揚，願將所有榮耀歸於上帝，雖然晚年她的眼睛已幾乎失明，但仍舊每日工作、讀經，為愛愛院的僅僅7名工作人員和院中受照顧人員禱告，直到逝世前，照子女士一生只秉持一個想法，就是：「幫施乾完成遺志，做該做的事」。

60餘載～台灣永遠乞丐媽

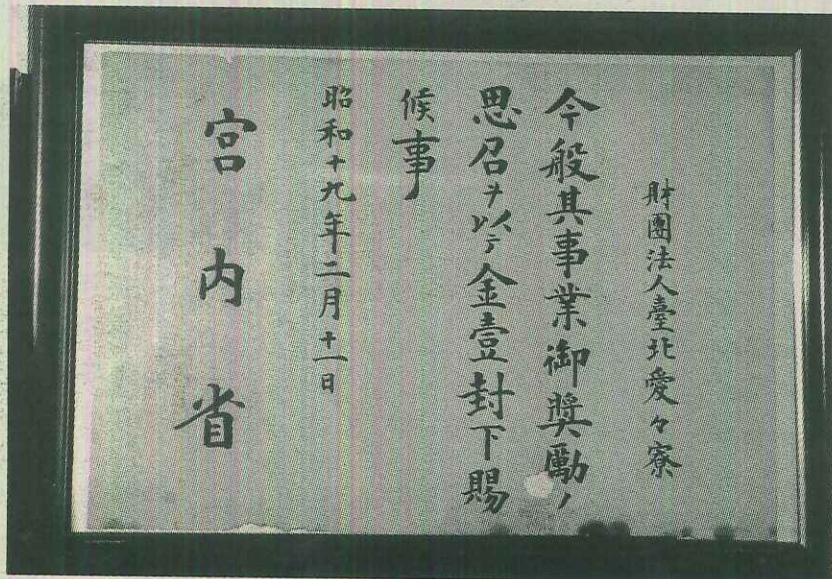
2001年12月初，清水照子女士以93歲高齡與世長辭，為臺灣近百年社會救濟工作劃下一個里程碑與典範，無論是以往的乞丐抑或現今的流浪漢。出殯當日包括前總統李登輝及總統陳水扁先生均前往致意，追悼這位台灣社會服務工作史上的傳奇人物，被譽為永遠「台灣乞丐媽」的慈善家。我們可從總統府褒揚令全文知曉施乾夫婦一生捨己為人的

慈善精神：

「財團法人台北市私立愛愛院榮譽院長施照子女士，本名清水照子，生於日本，資性誠樸，志行高潔。早歲卒業日本京都第二女子高等學校，於1934年來台。夫施乾先生，念生民之疾苦，積極投入社會救濟事業，自力創辦愛愛寮救濟院，收容貧病無依，教其謀生技能，並扶持自立更生，重燃生命希望之光，被譽為東方史懷哲。仁義為懷，典型堪欽，迭受台灣總督府表揚，盛譽揚輝，楷模昭代。嗣承繼夫未竟志業，竭誠盡智，夙夜憂勞，悉心照顧院民凡60餘載，殫精竭慮，勞瘁罔辭綜其生平，飢溺為懷，澤惠廣被，義舉仁風，允足矜式。茲聞溘逝，悼惜良深，應予明令褒揚，以示政府篤念耆賢之至意。」

行好祖先～鑑古知今展未來

筆者編著行文至此，深身體會到，端視天地萬物，閱讀中外歷史、偉人傳記，讓我們曉得，唯有鑑古才能知今展未來；記取歷史教訓，才能作個好祖先；從生活中學習與奠定專業基石，才能建構「全知」的知識體系。而我們生存宇宙的諸般現象而已，並藉著學習已知的知識與先民的歷史教訓，來認清已知的生存宇宙，以此作為我們生活決策的基礎，而其本質，不外乎是再為下一代族裔之「求生存、謀生計、延生命」作出可穿越歷史洪流之正確抉擇，這點從施乾與清水照子一生執著只作一件有意義之事上，可見一般。



日治時代受當時殖民政府日本宮內省之表揚狀

萬華社大



吳靜嫻

教唱老歌 作自己喜歡做的事

在萬華社大擔任「懷念老歌」課程已經邁入第3學期的吳靜嫻老師，如今還繼續著她的演唱工作，並在週四下午2點到4點在FM105.5主持一個歌唱節目「我為你歌唱」。如果你是吳老師班上的學員，由吳老師替你伴奏，在廣播節目高歌一曲，將會是讓你難忘的一個經驗。

「作自己喜歡做的事」是吳老師現在的生活哲學，儘管社大的鐘點費收入不高但是教學過程卻讓她很快樂，一方面她可以交到志同道合喜歡老歌的朋友，但更重要的是能把這些詞曲優美的金曲保留下來，而這才是她的目的。吳老師表示，她挑選歌曲的條件非常嚴謹，「儘管只是唱唱歌，但也有社會責任」。她不喜歡卡拉OK，因為唱起來沒有感情，人會依賴機器，永遠不會進步。每次上課吳老師都教2首歌，先由她詮釋一遍，然後一句句教導學員發音、換氣的技巧，最後唱給她聽，因為她曾經請學員上台演唱，結果嚇得對方當場高血壓發作送醫院，從此她就不敢指定學員上台，所以在演唱的儀態方面她比較沒機會教。吳老師認為唱歌絕對有心理治療的作用，歷史我們生活中用歌曲來影響人心的例子很多，「雖然唱歌不可能解決所有問題，但是心有鬱悶若能唱幾首歌，確實會讓人舒暢很多！」



潘麗莉

唱出不同人生 世界歌謠

以一首「花戒指」受到注意的世界名歌演唱家潘麗莉老師，是經由萬華社大前主任秘書謝才智的介紹來到社大演講，進而開設「世界歌謠」課程。潘老師是民歌時代第一批的歌手，曾經在68年出過唱片「年何月再相逢」，從小就在父親的音樂薰陶下成長。潘老師的父親受過日本松竹音樂學院完整的訓練，從小潘老師就被教會玩各式樂器，也能演唱多種語言的名歌，有多少呢？共有16種不同語言的

萬華社大

作者：萬華社區大學副主任于文正

胡因夢

以身心靈治療為職志

透過心靈工坊出版社的安排，知名譯者胡因夢在這個學期成為萬華社大任課老師之一，離開演藝圈近 20 年，胡老師從一位知名演員經過不斷轉型，目前以「身心靈治療」做為個人職志，利用修行中「覺察」的法門作為主軸，配合心理分析，在團體治療中協助人們瞭解自己的問題，找出解決的辦法，雖然她對人的心病與治療極感興趣，但仍舊強調自己這一世大概重心還是在翻譯工作，而多年認真工作已經累積了 10 多本譯作的成績。

對胡因夢來說，翻譯的目的是希望能達成思想啟蒙，傳達靈性正道修持的方法，讓古老佛學對宇宙實相的觀察能與現代心理學的語言結合，具備時代精神，何況「好書譯的爛很可惜，所以想趕快搶救！」。

儘管過去身在演藝圈中，胡因夢很早就對生命本質有著強烈的好奇心，不甘僅是作一個演員，從新潮文庫的譯本到希區考克的電影開始，她廣泛接觸了心理學、哲學、玄學和佛學，而所謂久病成良醫，她也藉著豐富的生活與生病經驗不斷對自己微密關照，讓她不論是對自己或是他人都有分特別敏銳的觀察力，於是藉著譯作的

因緣，胡因夢開始接觸讀者，走上了自助助人的路。

目前胡老師在社大擔任「身心靈閱讀」課程部分主題的主講人，宣說與助人是她很深的使命感，與人接觸則是她沈重的翻譯工作中的調劑，雖然僅負責部分課程主題，但社大學員卻給她十分認真的印象，在這部分的課程中她希望藉著佛學的生命觀，超心理學的理论啓示與身體體能的調養，幫助學員瞭解人可以靠自己瞭解自己的問題、轉化、成長，而這也是身心靈治療的目的。



侯麗芳

以感恩之心回饋社會

「老師，自從妳講了以後，我再也不敢接電話的時候說『幹嘛』！」這是侯麗芳老師班上學員課後的反應。

侯麗芳老師這個學期才加入萬華社大的教學行列，主持「說話藝術與人際溝通」的課程。雖然在社大才幾個星期，侯老師卻發現許多學員的確不善於表達自己，儘管都已經在工作了，但是怕說話，自閉，缺乏自信的情形卻很普遍。侯麗芳曾是知名的廣播與電視主持人，因為過去多年累積的生活經驗，侯老師願意在漸漸進入退休生涯時，把自己的心得傳授給民眾，讓學員成為種子後再傳出去，期許我們的社會能由下而上富而好禮。

身為金牛座的女人，侯老師對工作的態度是隨緣又實事求是，一顆心最是牽掛自己的家庭，「顧上又顧下！」。她認為自己這生走遍世界，經歷了各種事物，也享受過生命的美好，就是現在劃上句點她也無遺憾，不過卻總想在有限的時間裡多陪伴家裡的老人家，「讓父母的精神、心情好一點，社會上的負擔就會少一點」。常懷感恩之心回饋社會是侯老師的信念，由於她的主動請纓，願意擔任各種活動的義工，或許未來在許多社大的社區服務中，大家也會看到侯老師的身影在萬華社區裡穿梭。

對潘老師而言，歌唱教學的目的是藉由不同文化中的世界觀、人生觀，傳達出真善美的意念，「歌曲即人生！」像是法文歌曲「激流」，歌詞講的是人生要把握時光，而莉莉瑪蓮則描述的甜美愛情，熱情的西班牙人更在歌曲中歡唱死亡不過是人生的解脫。由於需要教會學員現場演唱，所以得讓學員懂得在演唱的過程中放入感情，潘老師借用相聲的段子，甚至繞口令，讓學員角色扮演，學習掌握節奏感與正確的發音，她認為社區大學是讓父母自己圓夢的環境，因此即使是學習歌唱與音樂，也應該瞭解歌曲背後的各種意義，所以她會在課程中輔以對各種國家人文、歷史的介紹，讓學員學到對家庭、人際關係、人生的不同想法，進而美化自己的家庭與社區。

潘麗芳老師介紹，「何種長大，因各種唱歌。」

美麗溫柔鄉 社大女豪傑

主任秘書劉侃如

「您可以再走進來一點，您可以再走進來一點，沒錯，這裡環境清幽，空氣清新，佈置高雅，不時流淌出悅耳的音樂，親切貼心的服務品質，重點是這裡的服務人員，清一色美麗大方，只要您走進來，絕對讓您賓至如歸。怎麼樣，您心動了嗎？快撥打我們服務專線：23064267，等您來電。」嘿！嘿！嘿！別想歪，您以為這是香艷的情色廣告嗎？大錯特錯，這可是萬華社大新一代的訴求，身為娘子軍團的團長，我為大家細說分明。

眼尖的您可以發現，萬華社大不一樣了，我們的成員上上下下皆是明艷動人的女子，連唯二的男子（副主任與資訊專員）都即將被女性化，所以這兒真的稱得上是「女人天下」。

帶領著這群娘子軍一起在成人教育的園地衝鋒陷陣，是一件有意思的事情，因為我們培養了相當的默契，在工作上衝！

衝！衝！，也很容易溝通彼此的意見，所以在講究效率的社大工作中，事情處理的更加暢快，哎喲！女人總是比較了解女人嘛！

玲芬姐，算得上是社大的管家婆，舉凡上課場地的協調、教具的維修與借用、任何細細碎碎的事，都包在她身上，粉辛苦的哪！所以她常說，總務，就是「蹤」來「蹤」去的ㄖㄨㄛˊㄌㄨㄛˊ。

慧雯，整理資料的功夫一把罩，將各式資料檔案管理的相當完善，研習證書的發放，出缺勤的建檔，都是她的管轄，所以，可別偷懶不來上課喲！

必娟，志工與班代的總管，將志工與班代的管理

培訓建立了規模與制度，她亦是辦公室優美氣氛的營造者，現在辦公室的妝點美麗又溫馨，她是一大功臣喔！

有儀，課程與教師的負責人，不僅花費心思與老師建立良好關係，還協助老師們製作網頁，創新業務，讚啦！

佳君，辦公室新來的小妹妹，負責出納的業務，上班時背著一個裝錢的小袋袋，超卡娃依，既可愛又負責，水啦！

最後，就是在下我啦，僅以青春、陽光、歡笑，作為個人的詮釋，希望我這個E世代另類主秘，能帶著萬華社大走出一條亮麗的大道。

這群娘子軍在風雲際會之時成軍，我們有理想、有抱負，巾幗不讓鬚眉；我們有能力、有幹勁，柔弱更勝剛強，期待在未來的路一齊並肩，患難與共、甜蜜與共，JUST DO IT，走自己的路！

規劃新氣象 快樂志工行

志工隊隊長徐金春



在一個偶然的機會中，我參加了第7屆國際志工協會亞太地區會議，這一年剛好是政府極力推動為「全民志工年」的開始，並於2001由立法院通過「志願服務法」，而我們也是全世界第二個訂定志願服務法的

國家。在這個為期3天的會議中，和來自亞洲各國的志工進行研討，讓我很深的感動，並且以身為志工為榮。我認為當志工是我人生必修的課程，也是我人生重要的工作，更是我生活的一部分。

這學期我很榮幸當選為志工隊長，感謝大家的支持與厚愛，剛開始我覺得這是一種責任的負擔而有些推辭，因為我只想當個快樂付出的志工來服務就好了。後來想想既然是要服務，現在只是層面加大，所以就不去想太多了，覺得應該著手規劃如何讓這個志工團隊有著和過往不同的新氣象，因為我覺得志願服務的工作是一種藉由付出而得到心靈愉快的工作。所以我希望這學期所有來服務的志工，不但能得到心靈的愉快之外，更能藉由這個團隊充實自己，並能提升技能。

所以這學期我們安排了很多讓志工成長的課程及活動，精神層面的提升包含了

「不定期的影片欣賞」、「國際禮儀及個人形塑造」、「人際關係的提升課程」、「E世代抗壓術」等

活動方面包含了「CPR的訓練」、「生活小秘方的提供」、「健康

體適能的活動」及「健康飲食的控制」和「健康塑身排舞」等，讓大家在志工的領域上不但「心有餘而力更足」。

志工（VOLUNTEER）其實就是，一股活力 V is for the vigor that you bring 一個認識你的機會 O is for the opportunity to know you

一個分享的生命 L is for your life you share

一份無條件的愛 U is for the unconditional love you have

一份照料 N is for the nurturing you give

一段擠出來的時間 T is for the time you don't have

一份興奮 E is for the excitement you bring

一份力量 E is for the energy you have

一個激勵妳當志工的理 R is for the reason you're a volunteer

我希望萬華社大這個志工團隊就像一個大家庭一樣，大家來服務的時候都能有像在家一樣的自在、溫暖與快樂，這是我們共同的期許「人要有愛世界才會更美好」。

這學期的另一個積極目標就是讓所有的志工皆能參加基礎的志工訓練課程和特殊訓練課程，領到由市府核發的志願服務手冊，因為志願服務法的正式規範與鼓勵，讓大家都享有成為志工的尊榮與對自我的期許。

落實族群關懷 歡喜門陣作志工

班務專員倪必娟

今年萬華社大的志工組經歷重大的改革，除了將在各班辛苦熱心的班代視為種子志工納入，也廣募不少新進志工，我們期待透過志工們發揮種子散播功能，提昇對學員關懷及服務，加強與龍山國中有良好的互動交流；而在對外方面，我們朝向社區參與文化研究暨改造工程，以及落實對弱勢族群的關懷。

本學期志工組要著手進行工作有：（1）舉行校內教育訓練課程：凡累積校內外各12小時訓練時數，學校協助辦理政府認證的志工證。（2）成立圖書館閱覽室：為了拉近學員距離，目前學校除了開放學生活動中心的空間；同時我們也將社大辦公室後方空間設計成立圖書閱覽室，期盼藉此增進互動並提供師生聯誼一個好去處。（3）開闢愛心小舖：正研請藝能班師生上課示範或作品成品後可捐出展示義賣所得，作為萬華社大對弱勢及社區關懷捐款。

此外有關福利方面，為鼓勵熱忱服務的各班班代，凡於本學期18週每次點名都能確實登錄，學期末學務組審核後將發予18小時志工累積時數；而志工服務時數累積滿60小時，即可免費選修1門課，每學期以修2門課為限。

很開心本學期志工團隊已然成形，在此公佈重要幹部名單如下：志工隊長／徐金春、志工副隊長／劉芷

好、活動／黃永儀、林星漳、文書／王梅英、總務／陳國益、孫亨明。相信在大家熱心投入下，

定當協力配合學校提供更符合師生及工作人員的優質學習生活空間，讓我們致力打造一個富有活力、追求卓越的萬華社大而努力！

鄧女士坎坷一生奮鬥不懈

南機場女性的故事

作者劉美琴

每一個來到這裡的查某人，
背後都有不為人知的故事。
且待你我細心閱讀與感受，
化成曲曲動人的生命樂章。

台北市中正區是首都國宅密集度最高的地區，在中正區的眾多女性居民中，生活在南機場整宅（整建住宅的簡稱）的女性身影很容易被忽略。整建住宅是民國50年代台北市政府為了安置台北市重大工程拆遷戶而蓋的住宅，也正因為是「安頓」的意味，這裡的房屋坪數小，大到12坪，小到只有8坪，而且安置於這裡的都是經濟較為匱乏的大陸來台移民與台灣城鄉移民。卻也因這樣的歷史背景，南機場整宅聚集了不同年齡、族群的女性，有來自於大陸持北方口音的女性、有來自台灣中南部的客家及閩籍女子，不論從何處來，在她們身上都看到為了生活而奮鬥不懈的態度。每個女性居民都有不為人知的故事，每段生命歷程，都是反映當時社會背景的一個縮影。這裡的女性居民雖然處在較弱勢的生活環境中，但不見她們的消極與頹喪，她們為了自己的子女與家庭，仍舊在社會的大洪流中掙扎與努力。

生活在南機場40多載的鄧女士，今年高齡80多歲，從她臉上的紋路彷彿可以讀出這一生眾多的喜怒哀樂，她是筆者在這裡進行訪問的重要受訪人之一。在整個訪談過程中，鄧女士的記憶力相當好，也很親切，就像筆者過世的祖母一樣，很會說故事，每件事都很有條理次序地訴說。鄧女士出身在日治中期新竹的書香世家，父親是有名的漢學老師，而她的兄長也是日治時期有名的音樂家。從小因母親早逝，而被外祖母照顧，外祖母是個醫生娘，但保有傳統的觀念，認為女子無才便是德，不希望鄧女士念太多的書，因此鄧女士從小難得邁出大門。一直到她10多歲後，父親思女心切才將她帶回台北的住所。原本以為到台北將有一番美好生活的鄧女士卻因一連串的人生意外而扭轉她的命運，疼女有加的父親早已為她覓得一乘龍快婿，不料為討父親歡喜而安排的黃包車竟

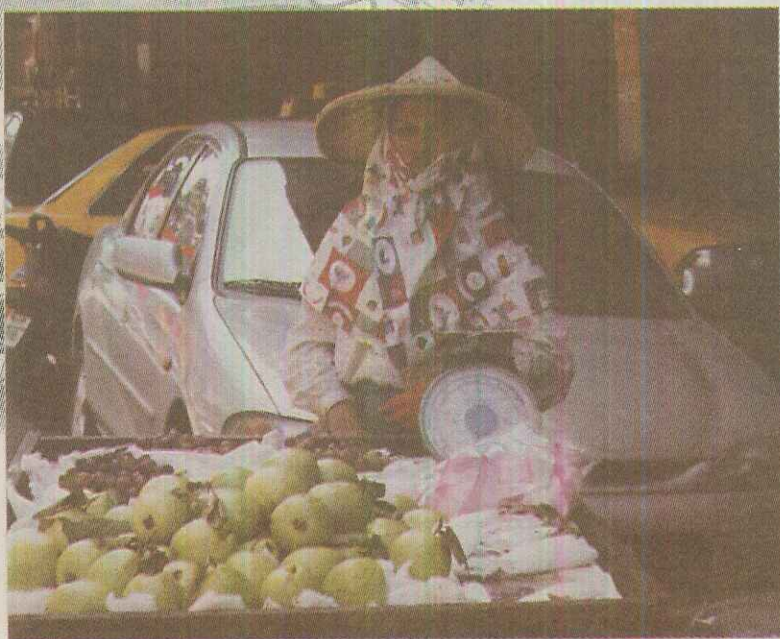
發生意外，父親因意外喪生，也硬生生地打破將鄧女士的美好姻緣。爾後，鄧女士經由媒妁之言另嫁她郎，豈料先生是位抗日份子，屢受日本人監視，在一次追捕行動中鄧女士帶著剛出世不久的兒子乘船逃到中國，鄧女士人生的前半段人生可說是受人安排，逃到中國的這段是她人生意外的插曲，也開啓這位女性後半生獨立自主的生涯。

鄧女士逃到中國，輾轉由廈門來到上海，為了生活她經由父親學生的幫助以一艘即將報廢的軍船從事鹽、糖買賣交易，買賣的對象擴及當時猖獗的海盜，鄧女士回憶她經常要與高她數寸的海盜交易，心中常懼怕不已，但為了生存，再兇惡的環境也要面對。因著天時、地利，鄧女士靠著鹽糖買賣賺了不少錢，她決定帶著兒子在上海落腳，也常幫助從台灣來的落難人、台籍日本兵等。但當她認為人生即將展開美好前程時，上天總愛開她玩笑，中日戰爭的開打讓她人生又充滿變數。一場飛機轟炸上海的戰爭，鄧女士唯一的兒子在自家樓下被炸死，逃過一劫的鄧女士痛得生不如死，她散盡自己的積蓄，

並決心回到自己的家鄉台灣。回到台灣的她，孑然一身，身無分文，只好求助姊姊的幫忙，但寄人籬下總難長久。於是鄧女士又發揮她善於交易的長處，在當時的南機場附近的違建區開設雜貨店，也因著拆除違建戶的公共政策，鄧女士在南機場整宅地區落腳，生活也算過得去。在雜貨店經營有成之餘，鄧女士也兼起副業當土地介紹人，眼見

生活穩定，鄧女士已開始盤算她後半人生，但又遭逢親人的信用破產，讓她辛苦努力的成果化為烏有。此時她年紀已大，無力再東山再起，只能靠著自己唯一的積蓄勉強購下整宅的一戶作為她餘生的住所。如今鄧女士是受到政府照顧的獨居老人，每月靠著老人補貼金度日，老人家的病痛讓她深感不適，陪伴她的是幾隻通人性的貓咪，她早將這幾隻貓咪當作自己的親人。

鄧女士的一生經歷許多波折與磨難，但也是她那堅強生存的意志力，有幸讓年輕尚未知人事的筆者與她相遇。早期女性的一生就如廖輝英女士描寫的「油麻菜籽」小說一文看起來那麼微不足道，但看似微小之餘，那堅韌的生命力卻穿透了時代氛圍。生命故事在老人家親口娓娓道來的時候讓人動容，女性生命的傳承意義也就此展現，或許這個時代已不會再有鄧女士這樣的人生故事，但她那面對艱困人生的態度提供年輕女性另一思考的角度。即使上天的諸多阻撓，人生要如何過，還是掌握在自己手上。

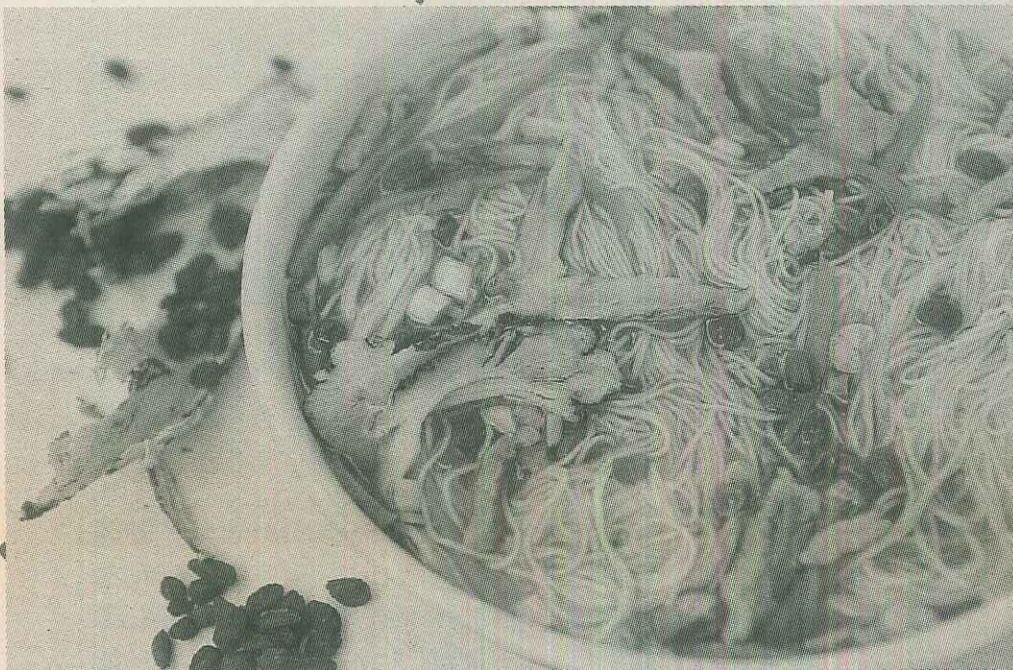


◀南機場小販與街景

青春活力藥膳簡易上手

無論是正值發育期的青少年，生活忙碌文明病纏身的上班族，還是愛美又得調節生理的女性同胞，或是身體機能退化的老年人，都各有各的身體毛病，想要輕鬆養身，藥食同源的食療絕不可少！

圖文 / 麥浩斯資訊（完全元氣花草遊戲）NO7 2003.3 提供



月經變順了

月經過後是女性最好的補身時機，包括經痛、月經失調、白帶多等毛病都可用藥草養身來解除。除了常見的四物、八珍湯，在料理中加入枸杞、當歸也不錯。藥草中則有一種恰如其名的「益母草」，對婦女代謝極有助益，可將之和鴨舌、燈籠草共煮食用。或者藉由藥浴泡澡來改善。

【保健飲食】

枸杞當歸麵線

材料：當歸二到三錢、麵線一小把、枸杞少許、瘦肉、蔥、薑絲、米酒、香油適量
作法：起油鍋，放蔥薑爆香，再加入肉絲略炒，放水入鍋，加入當歸煮湯。最後放入麵線、枸杞拌煮，再淋上香油、米酒即可。

功效：養血調經、促進血液循環。

【保健飲食】 蘆薈桂圓茶

材料：新鮮蘆薈 30 克、桂圓 8 粒、枸杞子少許、水 500cc

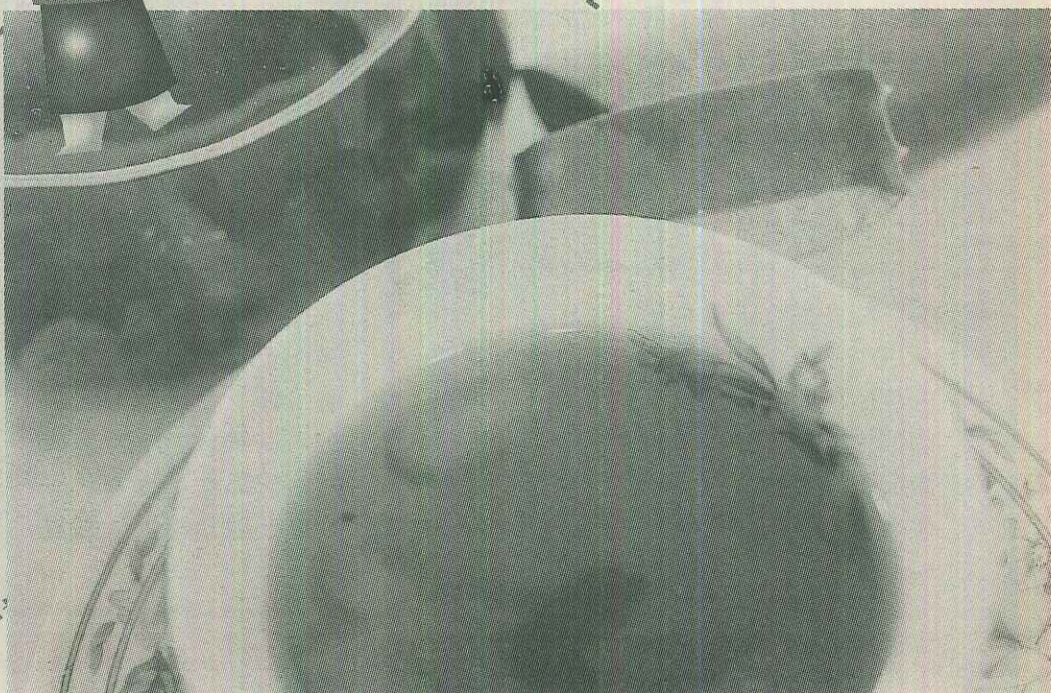
作法：蘆薈洗淨去皮切段備用。先把桂圓和水放入鍋中大火煮開，再轉小火煮 15-20 分鐘，接著把蘆薈和枸芒放入鍋中共煮 5-10 分鐘即可。

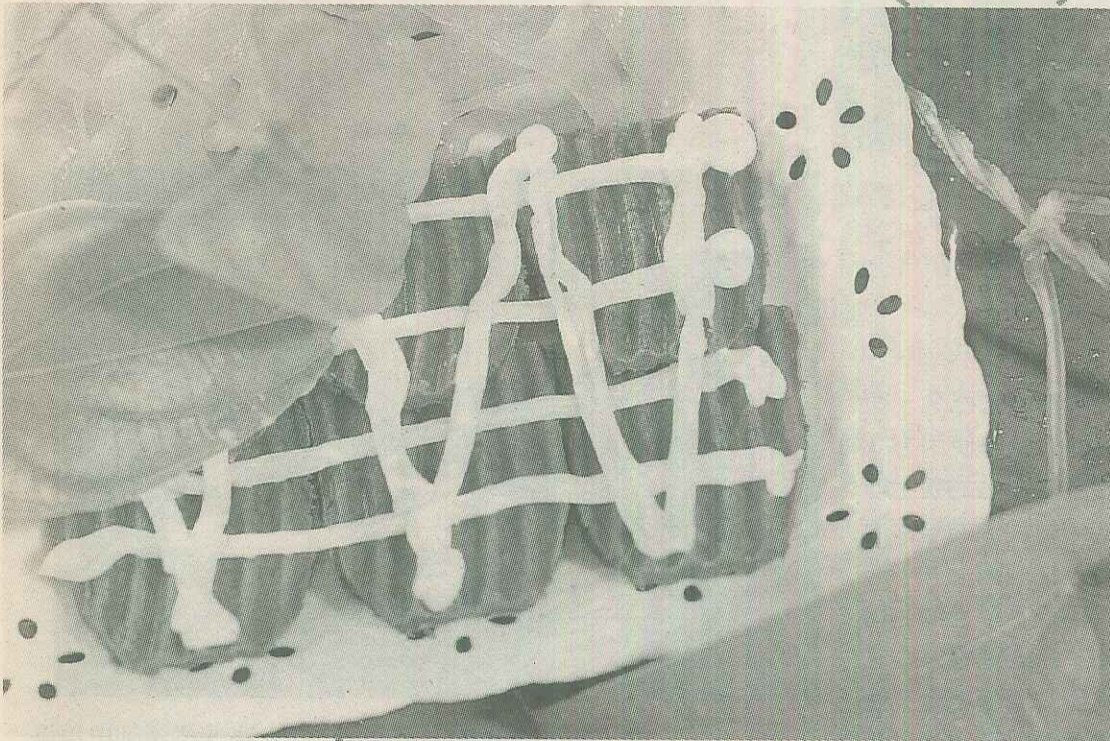
功效：養肝養續、補氣血。



氣色變紅潤

美容養續的秘訣不外乎身體氣色充足，臉色自然紅潤有光。這只要從平日飲食上注意就可做到。除了對油炸、辛辣刺激的東西忌口外，還可多食滋陰養腎之品，如石蓮、蘆薈、蒲公英、牛奶蒲等。其中蘆薈因屬性較寒，可搭配溫性的桂圓一起煮，還可增添風味，更好入口。





我不想變老

人人都想抗老，愛美的女性更是如此。抗老其實沒有秘訣，就是增加免疫力、保持身體健康而已。諸如牛蒡、山藥、刺五加等營養豐富的食品都可多用。

【保健飲食】 涼拌山藥

材料：山藥半條、青木瓜三分之一條、百香果汁、沙拉醬適量
作法：青木瓜去皮空絲，加入百香果汁攪拌，放置入味。山藥去皮蒸熟，放涼後切片擺盤，淋上沙拉醬，旁邊再擺上已入味的青木瓜絲即可。

功效：山藥補腎補血健胃，有多種維生素和豐富植物性蛋白質；青木瓜可補胃黏膜，防空腹胃痛。

【保健飲食】 川燙落葵

材料：落葵兩到三株、薑絲、醬油、麻油適量

作法：把薑絲及落葵放入滾水中川燙，燙熟後撈起濾乾水分，淋上適量醬油和麻油即可。

功效：落葵俗稱藤川七，顧胃、幫助消化，且鈣質豐富

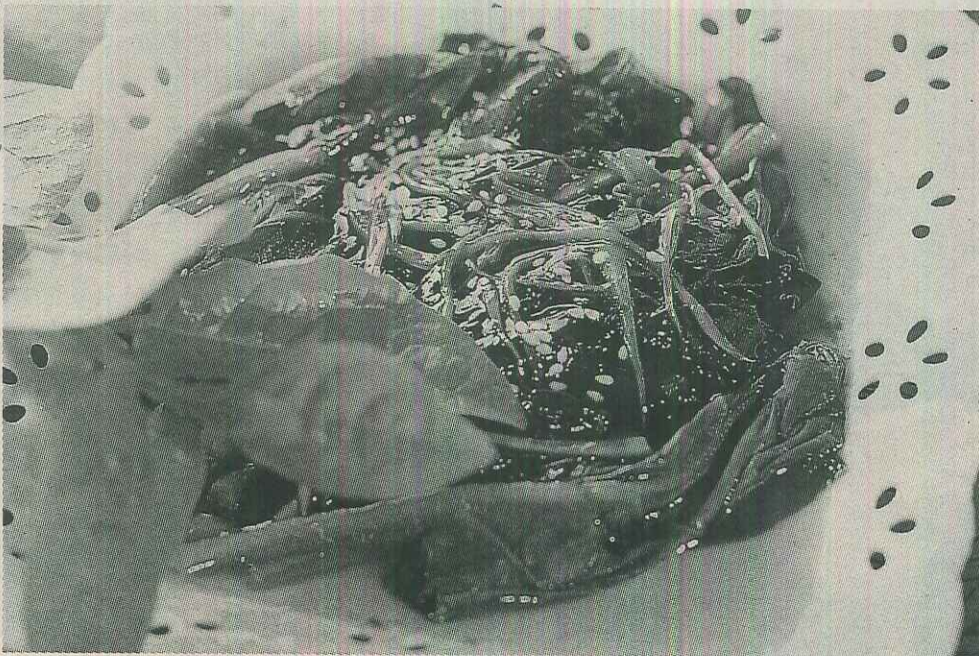


身材變苗條

身材變苗條可不是一天二天就可達成的，長期飲用可消脂去油膩的茶飲，如明日葉、金錢薄荷、一葉草、荷葉等都不錯。一般青草店多有調配的減脂茶包，直接沖熱水就可飲用，健康又方便。

便秘消失了

冷汗直冒、噁不出來的感覺，真的很痛苦；同時這也表示廢物囤積排不出去，身體情況自然變差。幫助便秘的食品很多，在藥草上不如多試效果極佳的蘆薈、藤川七（落葵）等，幫助排便。



【保健飲食】 明日葉

材料：明日葉二兩（或用現成茶包一包）

作法：將明日葉和水放入鍋中，火煮開後轉小火煮 5-10 分鐘。或用現成茶包充入熱水即可。

功效：明日葉具緩和、利尿作用，可促進新陳代謝，為防癌保健食品。

青草巷導覽志工研習 留下無限漣漪

主辦單位感想

傳承自遠古先人養生智慧的萬華區龍山寺青草巷由來已久，可是年輕一輩的現代人卻所知無幾，更何況是正確的青草使用方式呢。隨著近年來崇尚自然的生活習慣，讓提供更健康更自然的養生模式的青草巷重新投入現代消費者的懷抱。覆蓋在舊都市紋理上的塵沙再度吹起，青草巷傳統產業的脈絡，再度顯現在現代人的認知地圖上。

自前年受臺北市商業管理處的委託執行「西園路佛具街及青草巷特色街區輔導計畫」，在因緣際會下與萬華社區大學共同籌組了「青草巷導覽志工培訓課程」，我們試著由文化面向切入來討論青草巷與青草傳統產業在地方的角色、起源與未來，並且將青草常識與正確的使用方式介紹給更多有興趣的朋友，這是青草業相關業者共同的期許。包含我自己與所有學員在社大的陪伴下，共同討論並尋找青草巷的新認同，是一種機緣，也是一種責任。

——禾拓規劃設計顧問有限公司 李介茹

萬華社區大學過程曾經辦理過3次社區文化導覽志工研習，但是即便是免費的研習課程，學員參與的情況始終不算理想，這次在巧妙的機緣下，社大與禾拓公司合作，針對青草巷業者的需求開辦訓練課程，有了禾拓公司的支援，參與研習的業者踴躍且熱情，而能夠直接走入社區回饋社區，也讓萬華社大作為文化火車頭的理想更為具體，今年在文建會「社區新故鄉」專案經費補助之下，萬華社大也將推動一連串文化與產業結合的活動，希望有效地織起社區資源網，激發出新的創意，為萬華帶來不同的動力！

——萬華社區大學副主任 于文正



▲高傳祺老師由地區的發展來談社區營造與導覽解說的目的。

學員心得

首先，謝謝禾拓和萬華社大的老師與工作人員，參加這個課程真是讓我收穫許多。

這次的課程，社大方面安排的很用心，由高傳祺老師講解萬華的歷史與地理，高老師學識豐富，不但將萬華的歷史地理介紹的很詳盡，還融會貫通的把全球土地利用變遷過程，與萬華的發展做一對照，才看出其中變遷的脈絡。讓我們能了解萬華今昔之不同，而李道勇老師則像是一本活的歷史百科全書，舉凡古蹟的種種與歷史背景等。

接著是到外雙溪植物園區，園區的老師上課生動活潑，讓我了解到不少解說技巧，在此深深致上我的謝意，希望如此完善的課程能多多舉辦，使得大家對社區更為關懷，使得社區的發展更美好。

——生元青草店 林家毅



青草巷文化導覽志工培訓課程結業了，感謝主辦單位為了提昇青草巷服務品質以及帶動地方商機而舉辦此次呈，為青草業者注入一股新動力。在一流師資的帶領下，雖然只有短短四堂課卻是受益良多，如何以現有的青草知識加以活潑生動的解說讓消費者甚至來參觀的學校、機關、團體對青草巷有更深一層的認識和瞭解，讓青草巷有更深一層的認識和瞭解，讓青草巷有更寬廣的未來，再次謝謝主辦單位。

——福記青草店 朱琇俞

◀學員們上台模擬演練。



◀學員們到內雙溪藥用植物園請教風趣的詹天河老師，如何以有趣的方式來介紹專業的青草知識。

非常感謝社大于副主任、高老師、李老師、禾拓小姐們用心的經營，使我對朝夕相處的地方，有更深一層的了解，更體認自己在社區營造裡該有的態度，再次謝謝各位老師及相關單位，給我們有這個學習的機會。

崇尚自然在現今社會，蔚為一種風氣，舉凡藥用植物、養身藥膳、精油、瘦身、美容、薰香療法等…，身為從事相關行業的我們，應如何在「青草巷」社區營造中找到自己的定位。當以自己對草巷的專業知識替大家解惑，延續這傳統的醫藥，讓大家有正確使用草藥的觀念，也就是各種草藥都有它不同的效能，不可將它神化成任何症狀都可。

艋舺是台北市發展的起源地，如何能將自己置身於 200 多年前蕃薯市街，演化至今，是每個「社區導覽志工」所嚮往的。慶幸有各位老師的點化，讓我們有所依循，雖離目標尚遠，但總歸有個開始，學員們！努力吧！

——老濟安青草店 王榮貴

學員心得

3 月中旬我們一群志工參與了青草巷志工的課程，在四節課程中一步一步去了解我們每天所處的「艋舺」，從 300 年前先民移民「艋舺」的發展史，至龍山寺興起帶動的整個商圈，每一個過程每一段歲月都留下了供我們可搜尋的歷史遺跡。

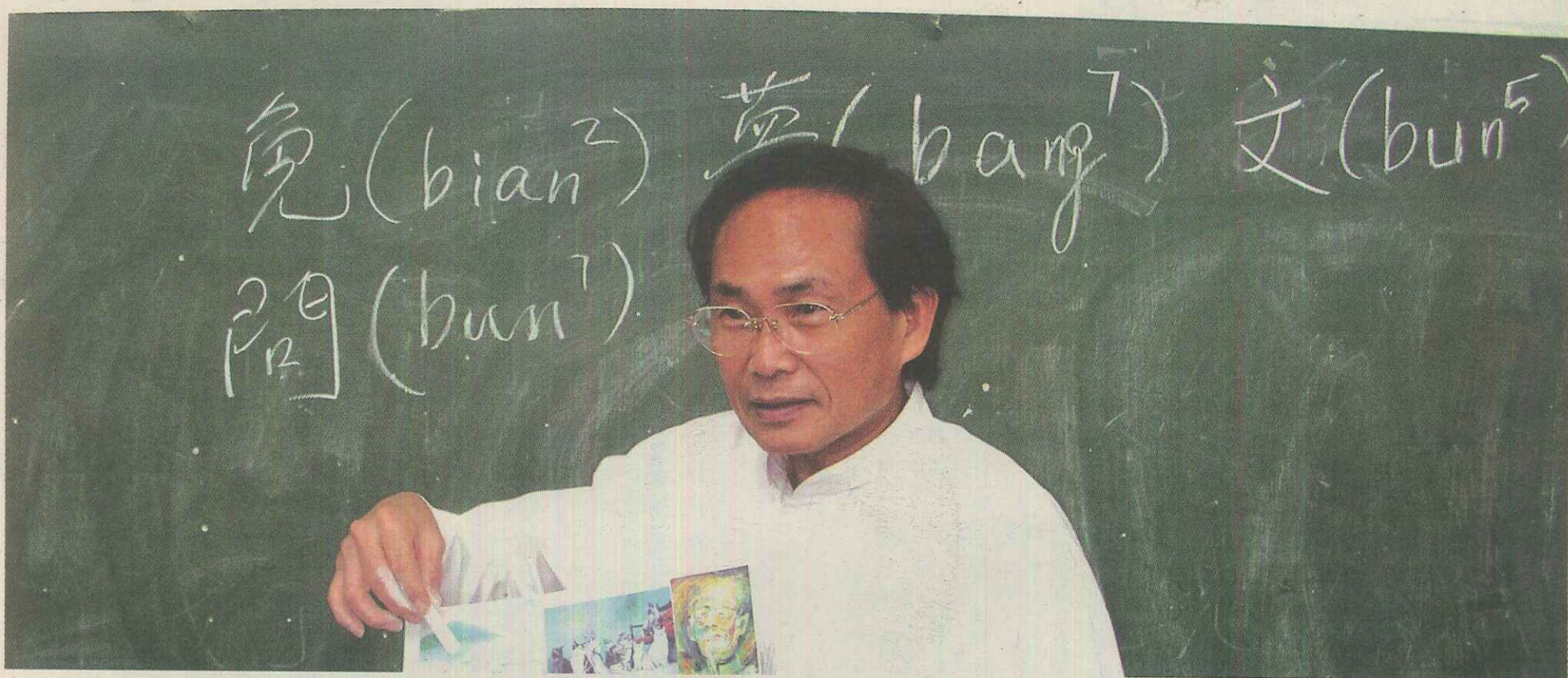
當我們參觀龍山寺時，才了解先民把生活中的智慧及歷史上的足跡全留在一磚一瓦當中，而從龍山寺發展出的商圈，可算是一個活歷史教材。從一個信仰中心結合了商圈帶動人潮的來往，整個過程目前依然保留完好。

從龍山寺了解附近的佛具街、地藏王廟、大眾廟至青草巷。一個環節扣一個環節，彷彿穿過了歷史的時光走廊，從了解「艋舺」的歷史至青草巷的點滴就在短短的 4 節課中留下了無限的漣漪。我們期望能建立一個完整的配套措施來使這樣的感動流傳下去，讓更多的人能了解北台灣重要的發源地「艋舺」。

——順堂青草店 陳銘輝

▼留著性格鬍子的李道勇老師實地操演，傳授文化古蹟導覽功力。





台語語音學和台灣新文化

或許您從小就講台語，也熟悉許多地方的腔調，而認為不再需要學台語了。但是萬華社區大學「台語文之美」的歐秀雄老師就花了相當長的一段時間來研究台語，將台語語音的研究，歸納到語音學的範疇，找出台語漢字的特色和精華所在，加以整編和再創造，除了使台語文的美妙重現，更期使有朝一日台語文能同列世界文明語文之林。

為了更趣味化台語文的教學，歐老師在書中還創作了一些歌曲，以證明台語本身具有音程性和旋律性，且可讓學生從歌唱中認識台語文、欣賞台語文之美。

學習台語文就像我們小時候學「國字」一樣，必須同時學習ㄅㄆㄇ...等注音符號，以便拼出「國字」的發音認識國字。因此歐老師將傳統的羅馬拼音字配合方便電腦的操作稍加改良，作為台語文的助讀拼音文字，使許多失傳的台語漢字藉助讀的拼音得以重現，也使一字多音的漢字用拼音來分辨，直到台語漢字普遍使用，這些具助讀功能的羅馬拼音便可功成身退，台語全面漢字化於焉完成。這是歐老師從對台語文的研究到教學和推廣的終極目標。

歐老師最近完成的「咱 台語文」一書，除了以語音學方式教授台語文之外，並教導學生從認識台語文的生字開始，進而練習「造詞」、「造句」、「歌詞」和「新詩創作」，並練習直接以台語思考寫文章，創造台灣新文化必需這樣開始。

歐老師自己以行動來呼籲，期待文化界一起來響應，讓台灣本土化從根做起；因為文字乃文化之母，文字不健全則文化的紀錄難落實。

歐老師又說：「難道台灣人記錄自己的文化還得借助外來文字不成！」他呼籲台灣文化人切記，尋找台灣文化的

歐秀雄老師專訪 / 作者劉有儀

根，其實就是「咱 台語文」。所以歐老師最後認為「用咱 語文寫咱 故事，用咱 語言唱咱 歌」，就是這本書的宗旨了。

第五屆社區大學全國研討會

推廣國民美術 劉秀美老師堅持不移

第5屆社區大學全國研討會於2003年4月19~20日假台北市舉行，今年得以萬華社大學員身分參與研討會聯合採訪小組的工作，並於教學論壇分組座談中擇一主題「社區大學與藝術教育」與座談人做訪談。

劉秀美（蘆荻／永和／台北縣網路社大國民美術課程講師）老師

「一直夢想以生活方式改變自己及社會。於從事職業畫家的工作之餘投入美術教學工作，多年來即致力於推廣國民美術、本土美術，希望藉此認識很多在地的婦女畫家。」這是劉秀美老師在社大開美術課程的理想與抱負。

「開發身體直覺，回復童時與生俱來的原創力，進入藝術學習領域。在競爭繁忙社會，以美術陪伴心靈，渡過人生困境。擁有自信及能量，以美術結合眾人，共同建立幸福愉快公共領域。」

這是劉秀美老師在社大開美術課程的理念及特色（目前劉秀美老師在新竹社區大學、汐止社區大學、蘆荻社區大學、永和社區大學先後

萬華社區大學聯合採訪小組成員陳秀珍

開有國民美術課程）。

劉秀美老師強調，台灣是一個高教育社會，菁英主義已成社會主流，如何使子女在相同的起跑線脫穎而出，需要培養原創的能力，使他們成長後在各行各業成為充滿靈感和創意的人。父母是孩子第一個美術老師，家庭是孩子最好的美術教室，陪伴是最尊貴的童年禮物。

在「國民美術」教學推廣方面，劉秀美老師一再強調屬於本土所有的藝術，其實我們有別於西方屬於自己的主流原創藝術，那是與生俱來不須學習的本能，國民美術即在發掘此潛能。而現時的學校教學幾乎都在教西方美術，劉秀美老師卻執意本土美術的創意教學。曾經幫助原住民不止保留其原始藝術甚而將其放大呈現。

對於國民美術的推廣與經營，劉秀美老師始終堅持不移，這就是劉秀美老師給我此次與會者的印象，也由於此次的研討會，想必有更多的人對本土性的原創藝術有更深層的體認。