

勇敢堅持 挑戰未來



夢想加油站 · 加滿勇氣與堅持 · 挺進夢想一點都不難！

夢想 KEEP WALKING

CONTENTS

本書意象	6	個人經驗分享平台，串聯你我他的世界 莊智超	128
主辦單位序	8	阿米斯音樂節——	
推薦序	10	點亮太平洋的「美」式生活 舒米恩 · 魯碧	142
第九屆評審推薦文	12		
越障傳愛，讓台灣看見我們 王志全	14	如果給我一片空地，我會拿來翻轉世界 黃明正	156
一場改變生命的旅程全面啟動 朱永祥	28	送給現代人的禮物：	
孩子們，蹲穩馬步、一拳一腳打出功夫精神！ 任培豪	44	用「一冊」態度換取永續傳承 楊淨淑	170
超級鐵人突破極限，挑戰不可能迷思 李筱瑜	58	讓漂流木不流浪：將無用之用化為薪火相傳 廖聖福	184
我為你點一盞燈，但前行的路你得自己走 陳文靜	72	天使 DJ 圓夢計畫：只待羽翼漸豐，迎風飛翔 潘美緣	198
解決糧食危機的田園夢——從千甲里到千甲地 陳建泰	86	編者後記	214
聽見生命之聲：身障音樂家的夢想推手 陳蔚綺	100	關於帝亞吉歐 DIAGEO	224
「環保」不是口號，而是一趟壯麗的實踐之旅 張良伊	114	關於本書	228
		夢想 · 台灣	232
		夢想 · 世界	236

本書意象

襯著藍天和白雲

雨過天青的彩虹

象徵夢想的蒲公英種子 遠颺

飛吧！

夢想的天空永遠沒有邊際 未曾設限



主辦單位序——堅持夢想，凝聚正向力量前行

帝亞吉歐台灣分公司總經理 王孝倫

KEEP WALKING 夢想資助計畫自成立以來，每年皆透過社會各界賢達人士，篩選來自各個領域的夢想家，並以千萬獎金鼓勵夢想家勇敢逐夢，為每個正在萌芽的夢想加油。

從第一屆到第九屆，看著每一位夢想家努力逐夢的過程，都在讓我們重新發現這個社會滿盈動人的情感、不懈的努力與廣闊無私的胸懷；讓我們忘卻每每打開電視新聞，那些腥羶色的負面議題，讓我們知道許多隱藏但十足正面的故事一直默默地在發生。

第九屆 KEEP WALKING 夢想資助計畫以「勇敢堅持 挑戰未來夢想 KEEP WALKING」為主軸，希望鼓勵所有的夢想家，在夢想面前勇敢、堅持、無懼挑戰，方能成就不凡夢想。最具代表性的莫過於 KEEP WALKING 夢想資助計畫第一屆得主齊柏林導演，他在十一年前便希望拍攝關於台灣的紀錄片，並且多年來堅持著他的理想，終於在 2013 年創下台灣最賣座紀錄片，獲得金馬獎殊榮。這樣的成果是我們在十一年前提供夢想起步金時無法預期的，卻是 KEEP WALKING 夢想資助計畫一直以來的初衷——以非營利為前提，透過協助與參與夢想家的計畫，提存台灣的美好能量，透過集結一篇一篇的逐夢篇章，讓動人的故事流傳、發揮正面影響力，進而讓台灣變得更好。

其實，我們在漫長的奮鬥歷程中，面對夢想、理想與未來都會徬徨無助、失去方向，此時藉由不一樣的故事，刺激我們與自我對

話與思考，從而發現人生的可能性是這麼多元且精彩，便能重新調整方向大步向前。猶記在我茫然無助時，有位長輩建議我到安寧病房走一趟，感受生命的價值與意義，這件事改變了我相當大的人生觀，讓我重新審視自己計較與堅持的事情是否有所意義，更在每次與自我對話的過程中，找到了正向解決人生問題的方法。因此我們也期望 KEEP WALKING 夢想資助計畫能夠藉由夢想家的故事，刺激並影響社會上的每一個人，開始一步步地實行自己的理想。

KEEP WALKING 夢想資助計畫也向這些夢想家學習著，期許我們每一屆能做得越來越好，也因為每一屆夢想家的出類拔萃與十足的正面影響力，讓我們更具信心往下一年邁進。我們認為 KEEP WALKING 夢想資助計畫不是一個夢想的競賽活動，而是一個匯聚正向能量的交流平台。每位夢想家都可以藉由這個平台發光發熱，告訴世界自己的夢想，並且在追逐夢想的路上，能透過這個平台找到志同道合的朋友互相交流扶持、碰撞新創想法。我們相信透過這樣的連結、凝聚，能夠讓正面的能量如同漣漪一樣，一圈一圈地擴散，並藉此幫助更多的人，擴大影響力；當每一個人都在幫助他人的時候，相信這個世界將會減少很多的紛爭。

台灣其實擁有很多美好，值得我們挖掘、珍藏與發揚光大。身為夢想家加油站的 KEEP WALKING 夢想資助計畫，一定會持續堅持，隨時隨地為夢想家加油打氣，陪伴所有夢想家們一起超越自我；同時透過 KEEP WALKING 夢想資助計畫的拋磚引玉，讓社會大眾看見更多美好，共振更多正向能量！

推薦序——唯有行動和投身參與才能圓夢

中央研究院院士 曾志朗

夢想的內涵不應該被現實拘束，年齡、工作、家庭和經濟條件也不是逐夢能否成功的關鍵，只要勇於挑戰、敢向夢想前進，圓夢指日可待。我參與「KEEP WALKING 夢想資助計畫」評選工作已經好幾年了，每一年都看到許多來自不同領域的夢想家為夢想奮力拼搏的故事，不論是竭盡全力要突破自我，或者為不同社會議題而努力，啟發他們夢想種子的契機有千百種，但他們堅持圓夢的心，卻是一模一樣的。

第九屆夢想得主同樣來自各個專業領域。教育界有王志全老師帶領特教生學習獨輪車，完成環島之行；有陳蔚綺老師帶領身障學生赴維也納，參加國際障礙者鋼琴大賽，他們讓這群孩子突破自我，走向台灣或走出台灣與世界交流；有靠武術走出霸凌陰霾的任培豪，推動「功夫小太陽教育計畫」，協助弱勢孩童重建自信、展現笑容。藝術文化領域有「倒立先生」黃明正立下 15 年環球計畫，以台灣為起點，用他擅長的雜技和倒立攝影，為台灣的多元面貌留存獨特影像；音樂創作者舒米恩籌辦「阿米斯音樂節」，結合原住民傳統吟唱和現代音樂，並完整呈現都蘭部落的自然景觀和人文風俗。來自體育界的台灣三鐵職業女子選手李筱瑜，不受年齡與體能侷限，一次又一次的挑戰自我體能極限，衝進鐵人三項國際賽，以具體成果向大家證明，只要堅持，一定會有圓夢的一天。楊三二為建構一棟永續的生態建築給家人，窮盡後半生心力研究古老

工法，建造「一冊木屋」，這份毅力和堅持感動女兒楊淨淑，一齊加入作夢的行列；張良伊串連志同道合的青年，加入國際南極探險隊 (IAE)，代表台灣為世界環保盡一份心力，再將「2041 青年出極計畫」的寶貴經驗帶回台灣持續推動氣候環保。

這些得主為夢想奮鬥的故事，再再提醒我們：夢想沒有邊界，只要有夢，就要努力把握契機勇敢追尋，別讓過程中遭遇的困難限制自己而舉步不前。要圓夢，沒有行動方案和投身參與，哪行？

「KEEP WALKING 夢想資助計畫」給予夢想者一個舞台，提供圓夢起步金，讓他們跨出夢想的第一步，希望他們將善與願擴散出去，串起更多的夢想家與夢想。在每一屆的決賽會議上，我看著台上一個個夢想家跳出冰冷冷的紙面，熱切訴說他們的夢想，他們臉上和肢體所散發出來的熱情和活力，總是讓我十分感動，他們對完成夢想應有的步驟和所做的規劃，也令人深深佩服。對夢想家而言，夢想是不可撼動的信念，促使他們勇往直前。只要堅持，夢想一定能成真！所以，追夢吧！

第九屆評審推薦文

KEEP WALKING，成就夢想的同時，也讓世人看見台灣最美的風景——台灣人的良善、無私、勇氣、責任與優雅。這本彙集十四位夢想家的故事，篇篇動人，充滿了對個人、對他人、對社會、對環境，甚至對宇宙大地無比的熱情與不畏艱難的毅力，令人動容。感佩 KEEP WALKING FUND 夢想資助計畫的精神，也誠摯的邀請大家一同細細品讀，用心體會他（她）們的起心動念，以及踏實的執行歷程，也將這股台灣最迷人的社會溫情與庶民的生命力，長久的傳遞下去。

時任財團法人白鷺鷥文教基金會董事長 陳郁秀

台灣的梦想與生命力

做為評審之一，看到第九屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」的十四位得主，一步步落實了他們的夢想，實在是一樁快樂的事！

這些得主，有克服自己的體能障礙，完成挑戰艱困環境的勇者；有付出心血，幫助弱勢學習的理想家；有建立平台，分享海外求知就業經驗的探索者；有看見失足或困頓的年輕生命，伸出援手帶領他們走向生命坦途的導航人；也有為原住民在都會裡建立農耕產銷管道的實踐家……。我們從中看見台灣各個角落展現的愛心、創意與廣大的生命力，欣慰而且感動。

祝福這些力行理想的同胞，也謝謝主辦單位十年如一日的投入與付出！

時任教育部政務次長 黃碧端

本屆有十四位勇敢的築夢者，在圓夢的道路上揮灑汗水，朝著理想與夢想奔馳。一路上面臨看似挑戰和阻礙，正向可以當作成長和圓滿的契機。人生即使近百，用一剎那的投入，寫下永恆的足跡，如詩人說：一沙一世界，一花一天堂，永恆彈指間！讓我們堅持信念，未來掌握在自己手裡，只要擁有熱情、繼續前進，夢想成就的那一刻，一定就在眼前。

時任全球一動董事長 何薇玲



越障傳愛， 讓台灣看見我們

這群孩子用堅持與毅力，為自己寫下最美的記憶，同時也讓台灣看見，身心障礙者挑戰障礙、超越障礙，證明自己的動人過程。

王志全



一般我們總認為因為疾病與障礙讓身心障礙的孩子們難以完成複雜或需高度的思考、專注的事情，他們多為需要別人伸出援手的弱勢族群。然而，台中特殊教育學校老師王志全，帶著一群身心障礙的孩子，不畏艱困與考驗完成了環台二十三天的傳愛之旅。



・即將通過西螺大橋

特教生騎獨輪車……可行嗎？

特教生騎獨輪車，還挑戰環台？你沒有看錯，他們真的決定這麼做，而且順利完成！

台中特殊教育學校老師們在幾年前深受《飛行少年》紀錄片感動，看見走上岔路的學生藉著學習獨輪車，而重新找回自我與自信。心理學出身的王志全老師，發現這是一個非常棒的過程，「來教學生們練習吧！」這樣的想法蹦的一聲出現在腦海，便開始和學校心理諮商師黃瑞陵，嘗試教導特教生們學習獨輪車。

當時也有人質疑心理諮商師當教練的可行性，但是王志全卻不這麼想：「很多心理諮商利用音樂、遊戲進行治療，這都是一種媒介用來帶領孩子讓心更強壯。」因此他們研發獨輪車教學手冊，用分解動作慢慢教導學生，並進行「一輪車運動對智能障礙青少年自我概念與人際關係影響之行動研究」，發現獨輪車對身心障礙孩子非常有幫助，在專注力、班級常規、人際關係等面向上都有所改善。

「一開始其實我們也不確定這些智能障礙孩子是不是可以學得起來，當時大家也都害怕孩子受傷，所以我們買保險、準備護具，給孩子接觸的機會。」為讓學生認真練習，王志全同時也設立階段性目標獎勵，只要放手騎五十公尺就請學生吃火鍋、繞操場一圈就可以品嚐牛排或是到遊樂園一日遊，透過獎勵增強孩子練習的動力。慢慢地，第一學期結束，有孩子學會並品嚐了牛排，在這樣的激勵下第二、第三個孩子……越來越多人學會了。

・獨輪車環島行！



挑戰自我，改變很不一樣

獨輪車學習，第一次、第二次練習坐上車是非常新鮮有趣的，可是從坐上車到會騎是很長的一段時間。然而，在學生能夠坐上獨輪車並騎出去之後，老師們都發現孩子變得不一樣了，王志全分享原本一位有精神疾病的孩子，覺得自己長得很醜，並且只要病發就認為自己懷孕，在心理影響生理的情形下，孕吐、陣痛等不適感都會出現，甚至有一整年都在家中床上度過。參加了獨輪車社，能夠順利騎上車子後，自信心的提高與展現讓狀況改善非常多，還會開玩笑地問：「會騎獨輪車的男生帥不帥？」

看著孩子的改變、自信心的建立，王志全老師微笑地說：「其實這樣一屆、一屆下來，今年第五屆了，看著他們從不會到會，反而是他們帶給我很多的喜樂。」在孩子達成會騎獨輪車的目標之後，老師們開始思考還可以創造什麼樣的目標，或是障礙讓孩子可以再度越過，於是決定試著讓孩子長騎，第一個挑戰日月潭環潭。

聽到消息的孩子們非常開心地拼命練習，連午休時間都不願睡覺，「他們辦到了！真的很了不起，有的孩子從頭騎到尾，沒有跌下來。」回想環潭一整圈三十幾公里，孩子們的堅持與努力，讓王志全非常感動。在成功環潭後，孩子們還一直追問著下一次要去哪裡？於是在孩子們的期待下，第二年他們又去了金門，更進一步被邀請到廣州、重慶表演，當地大學的研究生在看到他們的演出後，驚訝地問著：「老師，你帶的是身心障礙的孩子嗎？不像耶！」



這讓教導特教學生以來，一直思考著「還能夠為眼前的這些孩子做些什麼，讓他們更好？」的王志全更加堅定，身心障礙的孩子是有能力與本事的，只是如何讓他們展現。



· 沿著海岸線奔馳

翻轉印象，讓台灣看見我們！

身心障礙者在社會常常遭受「不一樣」的對待，可能是好、可能是壞，然而社會的普遍意識認定，常是讓他們裹足不前的原因之一。王志全回想曾經帶著一群特教生坐校車去轉搭火車，一下車附近的計程車司機就圍過來，詢問要帶這些孩子去哪裡，並且很自動自發得幫忙帶孩子排隊，還跟售票人員說好要讓孩子一個一個說出要坐到哪裡。但是，某天一位臉部、身體因病扭曲的腦性麻痺小孩，想到要坐火車相當興奮，一下車第一個衝過去，計程車司機們似乎有點被嚇到，第一個說：「啊，怎麼有這樣的啦？」，第二個說：「這個生下來就注死就好，怎麼留到現在？」

王志全表示，自己當過心理師，各種人生故事早已知悉，但是聽到些話，心裡一緊、眼淚快要掉下來，「我好怕我的孩子受到傷害，可是那孩子樂瘋了，根本沒注意這麼多。」後來在和人分享這個故事時，有人會問：「那計程車司機怎麼這麼夭壽，這樣說話？」，但是王志全分析，不能怪他們說出這樣的話，一般人沒有機會真正了解他們。

所以在決定帶孩子進行環島挑戰的時候，王志全就決定這不只是一個跟著環島風潮而進行的挑戰，「我們決定要讓台灣看到他們，不是他們看台灣。」雖然藉由環島帶領孩子看見台灣的一景一物，對這些孩子來說就是很難得與珍貴的經驗，但同時藉由環島讓社會看見這群孩子不放棄、突破自己障礙，進而創造自我價值更能有所意義。



· 涉水而行



· 環島集錦



獨輪環島傳愛，發現新世界

為讓孩子挑戰自我的同時，也能證明自己可以靠自己的能力幫助他人，在環島挑戰中加入關懷與傳愛的元素，選定三間經濟較為困難的身心障礙教養機構，為每間機構進行十萬元的募款。透過這樣的活動，讓孩子們透過自己的努力，用堅持到底、不退縮的展現，喚起社會關注，同時也鼓舞更多身心障礙者，挑戰障礙、並超越障礙，證明自己。

為此王志全籌組了活動小組規劃路程、籌措經費，進行當老師二十年來最認真準備與在乎的獎項——〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉。

透過獎項的資源，帶領孩子環島挑戰，進行從六月二十七日出發至七月十九日回到學校，一共二十三天的旅程。孩子們一路騎著獨輪車，同時接受表演邀約，先後到幾所學校、廟宇、相關機構演出，「表演前後，你會發現普通生的眼神變了，他們不曉得學校裡的特教生可以做到這樣的事情。我覺得在整個過程中，我們讓很多一般的人看到這些屬於弱勢的孩子的不一樣。」王志全老師一面翻閱著環島照片、一面分享著一路上的點點滴滴。環島之行讓孩子們親身體會勇敢不放棄、堅持到底的精神，同時王志全也表示，最可貴的是這些孩子可以自己在外面生活二十三天，沒有爸媽陪伴、要自己對自己負責、自己打理一切。



· 環島集錦

「老實說要回來的路上，我自己情緒起伏非常得大，眼淚不自覺地掉下來，因為我們真的做到了！回到學校我告訴大家，把這個感動，放在心裡，以後遇到任何困難只要你有信心、不放棄，就一定可以做得得到。」對於這群孩子的努力，王志全有著深刻的感觸，這些孩子，可能能力只有一般人的十分之一、百分之一，但只要不放棄，就可以讓自己、也讓別人看到美麗的新世界，相信以後沒有什麼難題可以打倒他們。



· 於三仙台

· 參訪彰化社區大學



連結社會，延續正向能量

從不會到會，這些身心障礙的孩子透過一次次的練習，跌倒了再站起來、跌倒了再站起來，老師們自己也從零開始練起，陪著這些孩子一步步建立信心。曾經王志全也懷疑過夢想的可行性，但是這些孩子證明了自己，並且透過全神貫注的練習，疾病出現的情形整體下降非常多，比任何藥物治療效果都還要好，自信心的展現更讓他們看起來與以往非常不同。

王志全表示，目前獨輪車社團已將重心放在關心、關懷社會機構，藉由拜訪安養院，讓孩子用自己的能力，關懷長輩，「期望這個社團能一直延續下去，並且讓孩子練習從自我學習，到能夠進行關懷，讓更多人瞭解：只要願意努力，開始做，事情就會不一樣，讓正面的力量持續傳遞。」王志全感性地說著，並且再度提出下一個夢想計劃：為這群孩子成立一個畢業之後仍可進行交流的園地。

原來，獨輪車社的孩子都有一個很大的特點，在加入社團後原本散佈在各班、同學間互動不多的學生，現在開始會互相聯繫、稱兄道弟，感情相當好、擁有很強大的凝聚力；如何讓每一屆的學生能夠再度繼續延續社團的感動與精神，是王志全目前希望前進的方向。對他們來說，獨輪車社團不僅僅是一項休閒運動，更是他們心中永遠不會消逝的心靈休息站。

撰文者 | 張雅劼



· 獲頒感謝狀



· 彰師大為你加油！



· 我們團結一心



· 沐浴著陽光前行

一場改變生命的旅程 全面啟動

One Challenge, One Change.

給自己一個挑戰，讓他們得著改變，
因為我們相信每個孩子都應該享有食物、
遊戲、受教育和被愛的權利。

朱永祥

One Challenge,
One Change!



· 渴望學習的眼神



一個改變一生的無心舉動

投入志工服務領域快十五年的時間，朱永祥說其實一開始他根本連「志工」這個名詞都沒聽說過。考上實踐大學服裝設計系後，朱永祥憑藉著設計上的卓越才華及努力，在畢業的前一年，獲得了全國設計大賽的第一名。然而，隨著愈排愈滿的行事曆、愈來愈多的存款，他感受不到空虛的內心有被填滿的跡象。

直到當兵前的暑假，在朋友的遊說下，他參加了為期三天的營隊，擔任輔導中輟生的小隊輔，這個決定，讓他的人生規劃產生了截然不同的變化。為期三天的營隊生活，對當時的朱永祥來說是一個巨大的考驗，面對看起來桀傲不馴的中輟生，根本沒辦法讓他們坐下來好好接受輔導。

朱永祥笑說：「我每天都以淚洗面，好難過喔！每天晚上輔導長問我說有什麼想法的時候，我都回答『我把二十年累積的內心都用光了！』」

「那你要蹲到跟他們一樣的高度。」輔導長回答。這句話從此種在朱永祥的心裡。

營隊結束的前一天，朱永祥看見一個他負責的中輟生緩緩地穿越操場向已經集合完畢的大家走來，途中，竟然彎下腰把前一天水球大戰剩下的垃圾撿起來放在口袋裡。朱永祥把這件事告訴營長，營長聽完之後大聲地喊了中輟生的名字，命令他立刻過來。中輟生頓時臉色發白，一步一步任由營長拉到台上後，營長對大家宣布：「給這個同學，掌聲鼓勵一下。」



你想陪伴他們三天，還是想陪伴他們三十年？

這件事對朱永祥來說是一個過後即忘的小插曲，甚至沒占多少記憶體的空間。直到兩年後他當完兵，收到一封信，是當時那個站在台上的中輟生寫的，信裡面說：「從小到大，我的名字就等於『壞』。直到那一天，我才發現我的名字不一定等於『壞』，也可以等於『好』，從那天回去，我開始戒菸、戒酒、戒賭博。今年考高中，我考上了武陵高中……。」三年後中輟生考上台大法律系，研究所畢業後去美國念法學博士。

沒想到一個無心的舉動，竟然可以改變一個人的一生，一瞬間那些孩子的影像突然都回來了。原來，他們缺乏的一直是一個機會。心裡面有一個聲音問朱永祥說：「你想要陪伴那群孩子三天，還是陪伴他們三十年？」他說：「我願意陪伴他們三十年。」於是，朱永祥放下了原本談好的工作，走入志工服務的行列。



被施了魔咒的孩子

二〇〇九年當朱永祥以志工的身分，走進了一間位於柬埔寨收容愛滋病的孤兒院，看見孩子們擠在狹小的二樓鐵皮屋裡面，他們的生活全靠自己手工製作的圍巾、背包來養活自己……。一個爸爸，再加上二十多個個性截然不同的孩子，就這樣在柬埔寨金邊的土地上，像向陽花一樣兀自開放著。

孤兒院的院長 Len，二十歲的時候發現柬埔寨得愛滋病的機率是東南亞國家中最高的，才知道吳哥窟不僅帶來了許多歐美觀光客，同時製造了更多愛滋病和雛妓的問題，因為母親懷胎垂直感染的愛滋兒童也愈來愈多。

這些一生下來就被施了魔咒的孩子，他們其中大多數的父母都已經離開人世，被獨自遺留下來的孩子彷彿只能生活在黑暗裡，和這個無法痊癒的疾病共處，直到身體再也承受不住魔咒的糾纏，離開世界後才能脫離被別人用異樣眼光看待的泥淖。於是 Len 在擔任約聘公務員的時候，前往街頭、寺廟等等地方，一一找到他們，把他們帶進了這個屬於他們的家。

孤兒院位於不到十坪大的二樓鐵皮屋裡，終年的平均溫度高於攝氏三十五度，悶熱的空氣幾乎塞滿了每一個人的肺，讓人感到窒息。沒有桌椅、也沒有充足的燈光、更不要說舒適的床鋪和個人隱私，然而這個祕密基地卻是萬能的。它可以是餐廳、是畫室，也可以充當遊樂場還有工作室，更可以是海盜遊戲的藏寶處，它是漂浮在熱帶大陸上的一座小島。在這裡，他們渴望陽光能照進他們備受孤立的心，也勇敢地帶著燦爛的笑容面對每一天。



・ 孩子們的純真笑容

熱帶小島上綻放的太陽花

每天早晨，此起彼落的鬧鐘聲響起，大聲地宣告對抗魔咒的時間到了，於是孩子們把魔法糖果倒入口中，開始了一天的生活。魔法糖果不但不好吃，吃了之後其他的食物也會變得難以下嚥，而且在魔法效力的影響下，他們的皮膚會變得不一樣，身體也會變得瘦小衰弱。但最起碼，這些藥物可以讓他們活下去，再為自己綻放久一點。

一天開始，一群年紀較小的孩子在屋子裡拿著橡皮筋玩著跳高的遊戲，笑得不亦樂乎；另外一個角落，大孩子們則專注地趴在地上裁剪布匹製作手工布包。布包完成之後就會和圍巾和背包一起拿出去販賣給當地人或是觀光客，而這些，就是他們養活自己的經濟來源。他們必須靠自己的一技之長來減輕房租、學費、生活開銷等負擔。



· 印度傳統美食製作

雖然他們做的東西很有特色，然而，當地居民與觀光客根本不買單。居民對於愛滋病不了解，產生強烈的排斥，孩子們寧願待在屋裡玩耍，也鮮少願意跟外面的鄰居接觸，更別說是請居民花錢買他們辛苦做出來的手工藝品了。

朱永祥和微客志工看到這樣的情形，決定幫他們把這些成品帶回台灣販售。半年後，微客們回到了孤兒院，帶著他們製作圍巾和背包販售後的全部所得交給了院長。

朱永祥說：「我永遠忘不掉那天院長用著發抖的雙手，接下了那筆為數不多的金額，叫齊了孩子到他的跟前來，對著孩子們說『親愛的，終於有人買了我們的東西。』」讓朱永祥印象深刻的是，比起毫無目的的捐款，這樣的方式才能證明他們的存在。

後來，在社區居民抗議之下，房東終於受不了壓力，表達他沒有繼續出租房子給向陽花孤兒院的意願，院長 Len 在束手無策的狀態下打了昂貴的國際電話求救，希望微客可以協助他們度過難關。

微客決定帶著台灣和日本正流行的設計圖樣再次回到柬埔寨，開始訓練孤兒們的縫紉技術、品質要求、設計打樣……等等。然後再將他們製作的成品帶回台灣，沒想到這次義賣的全部所得竟高達新台幣一百五十萬，而這個金額正好可以為孤兒院買下一塊比他們原本住的地方還要大八倍的土地和建造一棟真正屬於他們的房子，一個真正可以在陽光下玩耍的地方。朱永祥說：「看著他們在陽光下奔跑的樣子，我從他們身上學到了對生命的熱愛，我發現這才是我一直在追求的。」





・ 繪畫的美好時光

從社區自覺到社區自決的全面啟動

向陽花孤兒院的成功，帶給了朱永祥不一樣的衝擊。他開始思考，雖然到服務據點去陪小朋友遊戲，教他們認識中英文，是微客一直以來在做的事情，但是除了遊戲之外，孩子們的生活有沒有改變的可能？

如果一個柬埔寨的愛滋孤兒院可以在短短的時間接受訓練、生產作品，之後經過故事的包裝成為一個平台，再將販售作品的所得送回當地，改善了過去無法脫貧的結構。那麼尼泊爾的農奴、印度的貧民窟和菲律賓落後的農村社區，是不是也可以複製這個機制開始全面性的啟動？那些在農村找不到工作的大人們，是不是也可以在學習一技之長之後擁有相同的機會？



・ 手牽手，一起走向美好的未來吧！

透過向陽花孤兒院成功的經驗複製，讓社區開始自己覺醒，甚至於開始決定自己想要的是什麼，進而弭平城鄉之間的差距，解決當地的社會問題。「然而，這不代表我們要去指揮他們做什麼，相反的我們要引導他們，讓他們自己去建立一套 **SOP**。」朱永祥嚴肅地說，「社區要被改變，必須要他們自己覺得自己要改變，否則當他沒有這個需求的時候，我們強制加在他們身上的『好意』反而會製造出更多的社會問題。」

了解是幫助的開始，陪伴他們一起成長

有了一次成功的經驗，微客們開始協助柬埔寨 Tom Village，他們和村子裡的人一起生活，吃一樣的食物，睡一樣的地方，「你必須蹲得跟他們一樣高，陪他們一起長大，之後才能帶來新的刺激。」朱永祥強調。

在村子裡教導的小孩子說中、英文，減輕村子裡唯一一位英文老師的壓力，是微客們提倡的喘息服務。並且將外界的資訊帶入村子裡，提供品管、成本控管等生產訓練，輔導村子裡面的婦女，蒐集村子裡的水泥袋，經過清洗、晾乾之後，裁製成長夾、背包、護照套等等創意商品販售。

村人們學會自力更生就可以改善存在已久的經濟問題，不用到城裡工作就可以就近照顧孩子。小孩子擁有一個完整的家，就有機會接受完整的教育，學習中、英文以後還可以成為村子裡的人和外界溝通的橋樑，產生改變社區環境的良性循環。

· 微客 in 柬埔寨



· 認真學習的男孩

當村人製作的產品交由微客帶回台灣交由公益購販售後，變成所得回到了村子裡，村人們就在微客的協助下成立了公基金，並且運用公基金，在村子裡設置了水井、學校、以及水泥路，讓村子裡的環境獲得改善，也為村人建立起自信心，因為這代表他們有能力讓自己的生活變得更好，也能為自己的村子做出更多貢獻。

透過這個計畫，不只讓少數人藉此得著成就、自信、尊嚴和存在的價值，而是讓整個資源缺乏的社區在良性循環下，在經濟、家庭、教育工作和社區發展獲得明顯的改善和幫助。「如果他們缺的只是一個被外面世界看見的機會，如果環境限制了他們，我們那就把世界帶進去吧！」朱永祥這麼說。



· 微笑凝結的瞬間



微客志工國際化

一般的志工組織都是以任務作為導向，但是當任務結束後，就代表關係也隨之結束。然而微客拋開這樣的操作方式，藉由陪同社區成長建立起革命情感，整合「志願服務」、「社區發展」、「國際參與」和「公益旅行」四個面向，發展出有別於傳統慈善團體的新型態服務模式，讓每個區域都重新獲得「自決」的權力。

台灣的微客到每個地方去服務，發現每一個國家，都有亟待解決社會問題，泰國的戒毒、中國的留守兒童、台灣的弱勢族群、菲律賓的孤兒院、印度的童工、柬埔寨的愛滋孤兒等等，微客希望可以認養這些需要幫助的社區，幫他們建立一個公平貿易的平台，進行海外社區總體營造，進階到國際救援。希望未來有一天當志工們一起出隊的時候，身邊可以有歐洲人、美洲人、澳洲人、亞洲人，連結成一個小小的聯合國，達到真正的國際化。

撰文者 | 黃鈺珍

孩子們，蹲穩馬步、 一拳一腳打出功夫精神！

功夫不是人與人之間的爭鬥，
而是透過時間積累讓夢綻放的過程。

任培豪



看著眼前幽默而能言善道、打起拳來精神奕奕的「培根」老師——任培豪，你很難想像國高中時的他，是一位遭受同學霸凌、體育課跑不完一百公尺的學生。他曾經因為在同學間得不到認同與肯定，流連於電子遊戲間，因為在那裡的同伴們不管你成績好壞、運動成績高下，只管在虛擬世界裡，是否能稱王稱霸。

他也曾經加入幫派，希望同伴口中的「大哥」將他從霸凌的世界中拉出來，從此讓同學刮目相看，不再將他的桌椅搬走、課本藏起來。然而這些虛張聲勢的招式，卻無法真正解決他躲藏在心裡那股自卑的情緒，即使換了新的環境、身高抽長到一百八十公分，他仍然是新同學選擇欺負的目標。



· 戶外表演



· 與小學員合照

功夫，改變了他的一生

高二的那一年，任培豪終於下定決心改變自己，心想既然體能比其他人弱小，那就從跆拳道開始吧！趁著生日那天，他將相依為命的外婆所贈生日禮金，小心翼翼地端在懷裡，來到了家裡附近的道館，報名參加跆拳道的訓練課程。

對於自小體弱多病、膝蓋曾開過兩次刀的他而言，一開始連最基本的劈腿都是一場痛苦的試煉，每天早上八點到晚上八點，整整十二個小時的訓練持續了兩個月。高二整個暑假都與跆拳道切磋琢磨的他，在新學期開始後，得到了最踏實的收穫。



上體育課時，他可以陪著同學跑完三千公尺，自己再跑三千公尺；成立了跆拳道校隊，為學校拿下個人第三、團隊第三的佳績，更重要的是，再也沒有一位同學欺負他。這樣的成果，並不是因為他學會跆拳道後，仗著一身的本領欺負同學，而是因為他開始學會看得起自己，自然而然地，同學也願意收起先前的敵意，與他結為好友。

這年暑假的刻苦練習，不只化解了同學的霸凌，更開啟了他學習功夫的道路，鑽研各家各派的功夫，並考上全台唯一專門培訓武學人才的文化大學國術系，畢業後，也投入武術教學的專業中。過往在人生旅途中被功夫這門學問拯救了他的他，盡可能地想讓這門傳統國學傳播到各地，幫助更多困於社會邊緣的孩子們。

教材化繁為簡，與孩子們玩在一起！

然而推廣並不是一件容易的事，詠春拳、太極拳、少林拳、八極拳……各門各派的功夫都有專精之處，而拳譜的命名更是複雜難解，一句「進步中盤肘」的術語就足以讓門外漢推敲半天。因此，功夫精妙的武學老師們幾乎不願意收年齡太小的學員——光是想像畫面就令人頭疼：一群好動而活潑的幼稚園小朋友，要如何讓他們乖乖聽話打拳？這個問題始終困擾著傳授武學的老師，卻困不住充滿創意的任培豪。



他首先嘗試讓傳統武學化繁為簡，變成一項連小朋友也能快樂學習的課程，獨創「唐詩功夫」的教法，蒐羅各家的動作並簡化後，搭配〈詠鵝〉、〈相思〉等朗朗上口的詩詞歌賦，讓孩子在強身健體的同時，也能在不知不覺中培養起對文學的認識。

武術電影裡面很常見的蛇拳、鶴拳、虎拳……也都經過他整理後，編成一套「動物拳法」，每回孩子們上課時都相當興奮，因為打拳的過程中就像化身為寓言故事中的角色般，上演不同的劇情；

而自創的「正氣武學」則是為國小的孩子們建立完整的防範霸凌招式，降低上學期間遭推擠受傷的可能。

然而，除了開班授課之外，他心中始終惦記著像自己青少年時期一般的孩子，那些沒有太多的資源、沒有父母親的呵護與關愛，沒有足夠自信的孩子們，他相信既然功夫的精神能夠成為他人生中的轉捩點，也能成為這些孩子們最強大的後援。





· 暖身操

《KEEP WALKING 夢想資助計畫》奠定夢想的基石

因此，任培豪擬定了〈功夫小太陽〉的推廣計畫，希望透過網站架立、期刊發行、書籍出版以及實地探訪的方式，讓功夫如同陽光一般，灑進孩子們的世界裡。他實地走訪台灣六十三所育幼院，每到一座城市，便將〈功夫小太陽〉的資訊發送給當地的學校，並且在育幼院實地帶領小朋友們學習功夫。一次次的實地探訪的過程中，顛覆了他刻板印象中育幼院的模樣。

相較於青少年時期的自己，他發現育幼院的孩子們有著社福老師們正向的帶領、志工們無私的奉獻，雖然沒有取之不盡、用之不竭的物質享受，卻總能發揮互助合作的精神，彼此之間有著強烈的親情羈絆，在學習功夫時，也都十分好學、乖巧。

和社福老師們聊天的過程中，才發覺社會上需要幫助的孩子並不只存在於育幼院。育幼院之外的世界，還有許多的孩子，他們並沒有被送至育幼院，家長自顧不暇，卻捨不得他們遠離家庭、社會注意不到他們的存在，於是，在家庭與社會之間都得不到所需的關愛及照顧，他們小小的身影，隱身在普通校園的陰暗角落，期盼陽光終有一天會灑落。

這同時也讓他意識到，〈功夫小太陽〉不應該只是一時的計畫，因為終有一天期刊會發送完畢、書籍會絕版，但讓孩子認識功夫的責任不能停。他必須將眼光放得更遠、組織架構的更繁盛，才能將功夫的「根」扎得更深、推得更遠。



· 2014 亞太創業競賽

力有未逮，蜂擁而至的詢問

結束育幼院的實地探訪，回到台北後，諮詢的信件、電話不斷地湧入，通通都問著同一個問題：「培根老師能不能再來教我們功夫？」甚至還有育幼院仍每天撥放著他的影片，自行學習。看著這些深切企盼，任培豪卻只能忍痛拒絕，畢竟自己仍有課程教學正在進行中，再加上單憑一個人的力量，也無法應付來自各地的期待。

唯一的解決方式，便是招募各地的師資，將功夫小太陽的教材、教學方式整理成為教學課程，培訓專屬的師資。這樣一來，不只能夠舒緩武術老師經濟壓力，培植成為專職的教師；另一方面，也能回饋來自各地對〈功夫小太陽〉的支持。

招募的過程中，好幾位來自各地的武術老師對於計畫透露著強烈的好奇，卻因為自身門派的老師傅的一句：「不准。」而打消了念頭，追根究柢後才發現，各家門派對於自身武學的堅持與傳統，門派間的隔閡猶如銅牆鐵壁，讓〈功夫小太陽〉在招募師資的過程中，遇到了莫大的瓶頸。

於是，他用心地了解了老師們背後所受到的壓力，並且選擇堅定地說明著自己的理念——〈功夫小太陽〉的計畫從來不是想要取代傳統武學，或是要老師們放棄自己本身的師承和派系，而是將這套活潑有趣、廣受好評的功夫傳授給老師們，由他們引發小朋友們的興趣。有了廣泛的接觸，才有繼續深造的可能，〈功夫小太陽〉與傳統武學彼此應當相輔相成，而不是互相對立。

取之於社會，用之於社會

時間來到了二〇一四年的尾聲，在任培豪鍥而不捨的宣傳下，已經有九位來自台灣各地的老師願意加入計畫，而他為〈功夫小太陽〉推廣而創立的武林文創股份有限公司也擁有七位固定的師資。即使人員越來越多，他仍沒有忘記傳達給老師們〈功夫小太陽〉的最初理念：「等到你們有能力的時候，請幫助更多孩子認識功夫的美好。」

在執行〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉的過程中，他將〈功夫小太陽〉從個人夢想發展為社會企業，意識到自己能為這些喜愛功夫的孩子、老師們做更多的事情後，他馬不停蹄地四處奔走：站上 TED 的舞台傾訴自己的理念，並結識了許多正在為夢想努力的夥伴和資源；報名參加 EMBA 的課程，厚實自己對於管理的知識與愛好；與東南亞、大陸洽談合作推廣事宜……等舉動，都是為了讓〈功夫小太陽〉能夠提供穩定的經濟來源支撐功夫的根基，進而照顧到更多的孩子。

「希望〈功夫小太陽〉並不是我個人一時的夢想，而是本身就在運作的體系，將來即使我離開之後，仍然可以順利地運行下去。」他將自己的名字隱身在計畫的背後，不求留名，但求能夠實現社會企業的理念。

慢慢來，讓時間證明一切

回想一路走來的路程，任培豪只淡淡地說了一句：「實現夢想的路上不用急，可是要快。」不急與快，聽起來像是兩個背道而馳的觀念，他笑著解釋，實現夢想的路上必須要「快」，不能只是待在原地空想，卻遲遲不肯踏出最關鍵的第一步；但是不用太心急，你必須要沉住氣，不用擔心眼下看不到成果、累積不到人脈與經驗，只要穩紮穩打，時間將會為你帶來最豐碩的成果。

對他而言，這和練功夫的道理一樣——重要的並不是孩子學會了武術，從此可以打遍天下無敵手，而是在學習功夫的過程中學會如何一點一滴累積實力，將「功夫」暖暖內含光的精神細水長流、永續地經營下去，如同小太陽一般，永遠閃耀著最美麗的光芒。

撰文者 | 吳玟蓓



· 頒獎典禮現場



孩子們，蹲穩馬步、一拳一腳打出功夫精神！

超級鐵人突破極限， 挑戰不可能迷思

當追求夢想的渴望足夠，沒有什麼是不可能。
三鐵一姐李筱瑜戰勝不可能迷思，以他人眼中的「高齡」勇闖鐵人三項職業賽，挑戰自我、
為台爭光！

李筱瑜



二〇一四年十月，三十七歲的李筱瑜再次奪得日本北海道超級鐵人賽女子組冠軍。回想當時的艱辛，堅強如鐵人般的李筱瑜也不禁眼眶含淚。



・2013 北海道比賽終點

簡單的初衷，持續的夢想

二〇〇二年，二十五歲的李筱瑜因為深受國外身殘三鐵選手挑戰極限的感動，有了：「他們可以，難道我不行嗎？」的念頭，而後開始了她的三鐵運動生涯，十多年來勇奪上百次鐵人三項、馬拉松和自行車越野賽冠軍。

從二十五歲到三十五歲，李筱瑜靠著自己努力工作的薪水與獎金自我訓練、出國比賽。憑藉一個人的力量雖然辛苦，但是李筱瑜從沒想過放棄，她說：「我想挑戰別人口中的不可能，三十幾歲了又如何？我相信，我可以！我要讓世界知道台灣選手的厲害！」就是這樣簡單的信念，讓李筱瑜堅持了十年，不畏周遭對她年紀的種種耳語，勇闖國內外各式比賽，用行動證明「我可以」。



・2013 國際記者會



・三人團體照

十年來，李筱瑜有多努力，身邊的親朋好友最是明白。看著她為了出國比賽平日上班賺取旅費、假日積極練習，姐姐李筱娟教練和好朋友陳惠君導演深受動容，決心組成三人團隊協助李筱瑜勇往直前。

三人小組的成立，讓李筱瑜能更一心一意進行訓練，也燃起了她前往下一個階段的挑戰之心：轉戰職業組，勇闖鐵人三項世界冠軍賽。這時候的她三十五歲，資格符合、成績已達職業組的前幾名。然而，這個決定並不被看好，贊助廠商甚至對她說：「妳在業餘組拿冠軍就好了，何必要去職業組爭奪第五名、第六名。」即便如此，李筱瑜依然決定朝自己想走的路走去，不在乎別人說些什麼。

這一年，李筱瑜入選第九屆〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉，獲得了轉戰職業賽的第一筆資金，可以無後顧之憂地前往日本進行移地訓練。而正是這一次的訓練，讓李筱瑜更加堅定了自己要在「鐵人三項」這個運動項目堅持下去。

回想起從前在台灣自我訓練，李筱瑜說：「有時候會因為下雨天、睡過頭，就想著：『算了吧。』而取消練習，或者因為和朋友相約聚餐等各式各樣的瑣事切割掉練習的時間。」然而在日本的移地訓練，她看到了這些職業選手面對練習的態度：專注。專注訓練、專注比賽，專注擔當鐵人三項職業選手這個角色；這是李筱瑜決定成為鐵人三項職業選手後上的第一堂課。同年八月，李筱瑜獲得日本北海道超級鐵人賽女子組冠軍，拿下職業賽的首場勝利。



・Okinawa 訓練



• 2013 IMJP 比賽現場

好的開始應是成功的一半，然而對於李筱瑜來說，似乎並不是如此。二〇一三年八月在北海道獲得冠軍後，同年十月她卻在練習時發生了車禍、傷了頸椎。身體的受損讓她不得不停下腳步稍作休息，因為她知道在休息過後還有更大的挑戰等著她去面對。

二〇一四年五月，李筱瑜再度前往日本進行移地訓練。相同的場地、相同的訓練伙伴，然而她卻已不是去年的她。車禍的後遺症讓李筱瑜的體力大不如前，與團隊之間落差懸殊，種種壓力都讓她覺得挫折與難熬，而這時日本教練的一句善意詢問：「妳要不要考慮退休？」幾乎成了壓垮她的最後一根稻草。

勇往直前，態度決定一切

這是車禍帶給李筱瑜人生的第二次考驗。十七歲那年，李筱瑜曾經遭遇過一場更嚴重的車禍，脊椎受傷，醫生判定為半癱。那时候的她，生活大小事都必須依靠他人，體重飆升到六十八公斤。看著鏡中的自己，李筱瑜決定擦乾眼淚、努力復健，「我要站起來」成了她當時心中唯一的信念。

而這次，當李筱瑜在三鐵界經過十多年的努力後，當她以為她就要爬上山頂時，老天卻狠狠將她拍回谷底。第二次車禍，李筱瑜簡直恨透了車禍這個詞，她不明白她做錯了什麼，她為了挑戰自己努力練習，卻一再被「車禍」打亂腳步。她痛哭，她吶喊，但是身體依舊力不從心。

身體的疲憊、精神的壓力、周遭的耳語、歸零的贊助，接踵而來的一個個挫敗，讓一直以來積極、樂觀的李筱瑜也不禁冒出了：「難道，就只能這樣了嗎？」的念頭。但是，她的職業生涯才剛開始，現在明明是她應該積極衝刺的時刻，卻只能懊惱於一次次的力不從心。看著身陷谷底的李筱瑜，團隊伙伴李筱娟和陳惠君雖然心疼，卻無法代替她克服難關。唯一能做的就是告訴她：「跟不上就回來吧，我們都在。」

團隊的呼喚讓李筱瑜回到了台灣。回台後，雖然困難但她依然堅持訓練，也與往年的練車伙伴「北海岸追風團」一起練習了一個半月的時間。當提到這些伙伴，李筱瑜的嘴角也揚起了笑容：「團體訓練讓我們彼此督促、加油打氣，為了共同的目標用力踩下踏板。不知不覺間，我的成績也拉回了以往的水準，甚至更進步。」但被問到訓練的辛苦時，她只是一笑帶過，似乎不願再次回想過程中的艱難與心酸。

二〇一四年八月，日本北海道超級鐵人賽再度開賽，參加還是不參加，李筱瑜非常猶豫。最後，為了測試自己實力究竟恢復多少，比賽前一天她終於抵達了北海道。然而，她這位上一屆的冠軍並沒有受到媒體及其他選手的重視。「因為大家都知道我受傷，所以似乎都以為我是來玩的。」回想當時，李筱瑜笑著說。



・2014 勇奪三鐵冠軍



・2014 勇奪三鐵冠軍

比賽開始，李筱瑜在游泳項目如同以往一般，落後十分鐘。「在第二個項目騎腳踏車的時候，我一直騎都看不到前三名的選手，這時我心裡想著：『應該沒辦法追上了吧。』沒想到，在一百七十公里的時候我終於看到前面的選手，更發現自己居然是第三名。」李筱瑜說。停下腳踏車，李筱瑜已經成了第二名，距離第一名只差一分半鐘的時間，這樣的好成績讓主持人都不禁喊出：「Oh my god!」

最後的跑步項目，李筱瑜靠著心理戰術、保持速度，最終奪得第一，蟬聯日本北海道超級鐵人賽女子組冠軍，戰勝了所有人的不看好亦戰勝了自己。李筱瑜說：「對於這些老天給我的挑戰，我總是有一種反叛的心理，想跟它『拼了』！雖然命運這樣對我，但我就是要試著挑戰看看。我不要被命運掌握，我要努力給全世界看，告訴大家：台灣選手不比其他國家差。」

努力後的收穫，豐美而溫暖

選定鐵人三項職業選手這條路，雖然困難不少，但李筱瑜沒有後悔過。李筱瑜說：「在訓練或比賽的過程中，其實常常會覺得：『好累，我不行了。』但是看著前面選手的背影，這些負面思維就會自然而然轉化成『他們可以，為什麼我不行？』」積極向上的正面能量是李筱瑜可以一次次戰勝困境的最大原因；將前方選手當作超越的目標來努力，而後方緊追不捨的選手亦是她不敢鬆懈的動力。



· 奮力奔向終點

「職業選手是一條艱辛的路，鐵人三項我們都笑稱『花錢三項』，三個不同的項目除了需要花三倍的時間練習，也需要三倍的經費來準備合適的好裝備及訓練。若非對於這項運動有極大的熱情，我想或許我也無法堅持這麼久吧。」李筱瑜笑著說道。

許多人會問，如此艱辛的一條路，只有李筱瑜、李筱娟和陳惠君的三人小組團隊，到底為什麼還要成為職業選手呢？難道擁有極高的薪水或獎金嗎？「薪水？那是什麼？」每次聽到這個問題，李筱瑜總是俏皮地回應對方。

李筱瑜表示，轉戰職業選手並不是因為有薪水或者特別的外在誘因，而是因為想要挑戰別人覺得不可能的事。雖然沒有薪水、競爭又激烈，但是它充滿了挑戰，就是值得她去做的事。除此之外，前往國外參賽，也讓李筱瑜的人生變得更加豐富，擴展了她看待世界的視角。



· 練習現場



· 讓世界看見台灣



堅持的信念，永不改變

而隨著一次次比賽的優秀戰績，李筱瑜也成了媒體口中的台灣之光、從事鐵人三項運動者的目標。然而，她的生活並沒有因此而有所改變，她依然是那個陽光、幽默、認真的李筱瑜，始終堅持「做自己」。

二〇一五年，李筱瑜目標打進世界的前三十五強，用職業選手的身份進入鐵人三項的世界冠軍賽。「我想當好鐵人三項職業選手的開路先鋒，好好地踏穩每一步，讓後輩知道這條路是可行的！」堅定的眼神、嬌小的身軀、俐落的短髮、黝黑的膚色，她——是台灣鐵人三項職業選手李筱瑜，用生命挑戰著不可能的迷思，而挑戰還在繼續。

撰文者 | 胡郁婷

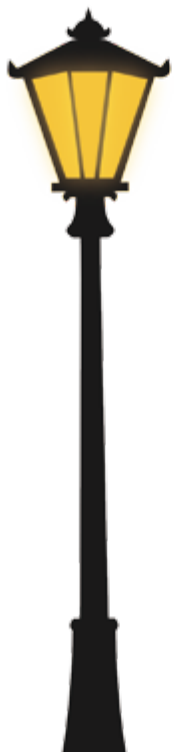
而這些難得的經驗，李筱瑜也十分樂意分享給大眾，持續透過巡迴演講，以親身經歷宣揚「不放棄」的態度。「我們常常會在執行一件事之前就先預設它『很難』、『不可能』，但是你做了嗎？沒有。我希望大家不要把一時的困境，或是想像來的困境，當作不努力的理由。」李筱瑜堅定地說。

「做了才知道。」這是李筱瑜面對挑戰時始終堅持的。十七歲那年，因為做了復健的努力，她站了起來；二十五歲那年，因為開始鐵人三項的練習與比賽，她成了比賽常勝軍；三十七歲這一年，因為不放棄的練習，她的成績順利回歸到職業選手水準，繼續朝目標前進。

我為你點一盞燈， 但前行的路你得自己走

一位單親媽媽，用愛灌溉無數個家庭，
一肩扛起上千個孩童的喜與悲。
而，這份愛依然持續在屏東高樹鄉的
善導書院傳承著……

陳文靜



屏東高樹鄉，是台灣各類蔬果的重要場地，也是典型以農業為主要經濟活動的鄉鎮，位處屏東邊陲地帶的偏鄉，擁有兩萬多名人口，其中以老人、小孩及婦女占最大比例。對外地人來說，屏東高樹鄉絕對是一個有趣的地方，它的有趣在還未進入高樹境內就已感受得到，一路上看不到市區的人聲鼎沸，亦沒有車水馬龍的紛擾雜訊，只有一些混雜著自然礦土、芬多精的氣息撲鼻而來。

此時，前方兩排幾乎遮住小路的大樹，將通往高樹的路更添一樁神秘感，彷彿進到一座秘境森林。抵達目的地——「善導書院」，那是一座看上去與一般農宅無異的住宅，前方擁有一片農作物，花花綠綠地隨風擺動，看來生機蓬勃，似乎像是在向初來乍到的人行迎賓禮。

如果路過，你會為這片農作物感到讚嘆，生命的滋養在這個畫面裡妝點出生機；然而，如果深入了解這個地方，你會發現這裡孕育的無限生機，不僅僅是這片農地，而是這間書院裡，孩子此起彼落的歡笑聲。

校園裡的無聲呼喚，這世界沒有人應該被放棄

陳文靜，慈惠善導書院的院長，八八風災之後，有感於偏鄉孩童貧困和缺乏關愛，拿出積蓄自組「慈惠善導書院」，在高樹鄉元氣館內以課後安親班的形式，免費照顧偏鄉的孩子。

問起文靜老師是因為什麼，讓她有了幫助偏鄉孩童的念頭，她和煦的面容靄靄一笑，帶著一絲隱隱的憂愁說起她今生難以抹滅的痛：「我二十幾歲成為單親媽媽，獨力養育兩個孩子，龐大的經濟壓力及隔代教養問題使我的家庭陷入很大的危機。屋漏偏逢連夜雨，就在此時，兒子因為年少叛逆而入獄。一次我去監獄看他時，兒子的手上寫滿了電話號碼，密密麻麻的數字就這樣印在手心，後來我才驚覺原來這些電話號碼背後，藏匿的是一則則令人心酸、被遺棄的生命故事，原來，那是其他誤入歧途的少年家裡電話，他們被關進監獄後就猶如漂泊在滄茫大海的孤舟，沒有一天不渴望家人來看他們一面、期待父母的關愛能成為他們迷航時的引路燈。然而，家人對他們卻是不聞不問。」

陳文靜說，那樣的畫面與過程讓她深刻體會弱勢少年對親情的渴望，種下她投入弱勢教育工作的遠因，那時在陳文靜心底浮出一個念頭：「是不是只要在這些孩子即將走歪時，有人拉他們一把，他們便可以擁有截然不同的未來？」

二〇一〇年開始，陳文靜因感念兒子年少的錯誤，於是在高樹鄉「元氣館」擔任無給職的「義務」館長，也是因為這樣，她漸漸發現社區有一群兒童，囿於弱勢家庭的困境，無法得到良好的成長環境，進而影響他們的身、心、靈發展。

此時多年前少年監獄裡，刻在兒子手上的那串串數字畫面在此刻再度浮上心頭，這個畫面就像一雙無形推手，將她往前推了一步，毅然決定開始在元氣館開辦課輔班，與社區的單親媽媽一同照顧他們。



・與孩子們同樂

學會手心向下：國家未來的根，需要被灌溉

「我心裡很清楚，社會資源的分配是不平等的，這些孩子在如此『不山不市』的偏遠地區，致使他們在學習的資源與表現上，遠落後於都市的孩童。我於是開始反觀思索，我們究竟擁有什麼？」陳文靜以鏗鏘有力的口吻說。

她表示若我們無法改變環境，就要改變想法與思維，高樹鄉的孩子擁有先天性農村生活所具備的體力、技能與智慧，這些得天獨厚的條件，正是農業文化得以源遠流長、歷久不衰的根本精神，亦是孩子們的一大優勢。

陳文靜希望孩子們在這樣的培育下，先具備照顧自己的能力，進而開始分攤家事及家長的生計壓力、照顧雙親，傳遞給孩子「付出」與「感恩」的品德。

善導書院秉持這樣的信念，培養孩子「自力自強、自助助人」之能力，希望他們捨棄「手心向上」，要學習「手心向下」，創造無限的可能。這條教育的路或許遙遠漫長、辛苦難行，但陳文靜深信，這些孩子都是國家未來的「根」，灌溉他們的不二法門便是帶他們找回自信與生存價值。

在地耕種，深植生命、品格、農事、技能教育

農作物對於孩子的生命教育有什麼影響？陳文靜深感農事教育不只是技術傳授，在耕作之際，更要孩子感受天地的覆載之德，敬仰大地、向大地學習，並且用感恩、謙卑的心種植出健康的蔬菜，回報幫助過自己的人。

許多人會問，這些孩子的學費、各項開銷是從哪裡來呢？其實，這些均沒有企業及政府固定支持，大部份是靠陳文靜領著志工們四處遞案、申請微薄的補助，並且販售孩子自耕自種的有機蔬菜賴以維生。然而，農作是一個「老天看養」的行業，加上這群孩子種的是有機葉蔬菜，曾在颱風過後付之一炬；稻子也曾遭受病蟲迫害或是被迫供養麻雀，致使產量損失慘重。



· 認真聽講的孩子們



· 示範種菜的技巧

看著氣候、天災與蟲害等等不確定的外在因素，導致孩子們自給自足的經濟收入難以穩定維持，讓陳文靜傷透腦筋，因此「為我們的有機田蓋一個家——溫室」的想法突然就竄進陳文靜腦中，為了一圓這個夢想，陳文靜做了許多功課，不斷思考要如何解決這種「靠天吃飯」的囿限，非常恰巧地在此時得知「勇敢堅持 挑戰未來」的〈第九屆 KEEP WALKING 夢想資助計畫〉，因為這個計畫的完善制度，讓陳文靜得以擁有一片舞台付諸心中的理想，進而擦出「建設農村淨土——有機溫室社區協力搭建計畫」的火花。身兼社區工作者的陳文靜，再也不忍農村孩子面臨如此嚴峻的議題——產業凋零、家園離散。她深感改變的契機，不在別處，就從在地開始！



· 收穫的美好時光

水滴變漣漪：每一步，都有往前的原因

一個溫室究竟可以帶動社區什麼呢？陳文靜腦中的「溫室教育」其實就是「把村民和孩子的力量拉進來」。她希望能帶領所有的孩子、家長與社區居民以「協力造屋」的方式一起幫有機田蓋一個家，由社區裡有經驗的老師傅和工班教導孩子們基本的技術工法，讓他們成為孩子的「業師」，冀盼藉由這個社區「自己的大事」傳承社區技藝、凝聚社區情感、提升社區認同感。也期待在建造溫室的過程中，從彼此身上激發出對話、學習、反省、包容和信任度，以建立社區的情感與默契。

陳文靜表示，「溫室教育」不過是理想湖泊最初的「一滴水」，希望這滴水能在孩子心湖泛起「從做中學」的獨立自主漣漪，讓他

們得以在過程中，透過身體力行體會勞動的可貴、工作的不易、付出的美好與尊嚴。比起技能，陳文靜要孩子們學的是寶貴的人生智慧，在勞動中日復一日完成自己的生命價值。

大地之母，孕育萬物，即便在現今科技進步、發達的時代裡，土地與農村仍扮演著長養人類慧命的重要角色，因此，基於珍惜地球資源、順應大地天命、愛護生命環境的價值觀，陳文靜秉持人與自然萬物互利共生的信念，倡導書院回歸自然，種植有機蔬果來護生養地，透過溫室的栽培，教孩子體驗大地的慈悲與敬天的可貴，將護生、養生的重要性用另一種方式教予孩子，期望「尊重萬物生命、土地」的教育觀念在孩子的學習歷程裡從小紮根。

寫給孩子的一封信：謝謝你們，我很感恩

「我不累，我很感恩！」陳文靜說照護這群偏鄉的弱勢孩子，讓她學到最寶貴的道理就是感恩！社區的人們常道陳文靜救了這群孩子，然而，陳文靜表示是這群孩子救了她！讓她在崎嶇的人生旅程、生命一度跌落幽谷時，重獲攀援向上的動力與堅毅，從此有了堅定的方向與目標，重新找回自我存在的價值、有能力去服務、照顧別人，甚至影響更多人一起投入守護偏鄉的行列。

最後，陳文靜想對孩子們說：「你們都是我的心肝寶貝，院長媽媽的人生因為你們而改變、而精彩，謝謝你們！院長媽媽雖不能保障你們功課比人優異，但是你們的品德、家事與技能一定比人強，能夠成為人見人愛的孩子，長大後要成為一個有骨氣的人。我知道這並不容易，但我相信你們一定做得到。不能一直想手心向上期待別人的幫助，必須學會手心向下，去創造無限的可能及未來。



・傳授農具使用撇步

教你們種菜，是要你們用自己的能力賺取課輔基金，學會自給自足，不要習慣白白接受別人的幫助，也要你們知道天與地的偉大，用你們最善良的心，種植最好的蔬菜回饋幫助你們的愛心大使，我們要種的不是菜，而是種出不一樣的出路、種出不一樣的人生。

將來不管你們在哪裡，書院是你們永遠溫暖的避風港，院長媽媽真的好愛、好愛你們，我會永遠留在我們的家守護、等待、陪伴著你們，需要時，我永遠都在！孩子們，加油！勇敢自在地展翅飛翔，開創自己海闊天空的人生吧！你們真的很棒！



・我們也是小小農夫！

最後，我想說：一百萬，放在銀行裡，一年可以有一萬的利息。
一百萬，放在有機田裡，可以有多少的效益？我不會計算，原因是

土地的純淨無染，無價。
孩子的無憂童年，無價。
老農的開顏含笑，無價。
社區的濃人情味，無價。
農村的風華再現，無價。



這些都是無價之寶。但夢想需要被灌溉、被悉心照養，有一天，我們會發現，土地才是我們最仁慈的銀行，沒有剝削、沒有計較、無私養育我們，教會我們敬天愛人、謙卑恭謹、教會我們生命的尊嚴與自信！」

撰文者 | 陳思諭

解決糧食危機的田園夢 ——從千甲里到千甲地——

想像一下十年之後，當你和你的家人想要吃最新鮮且不含農藥的蔬菜，你的第一選擇會是位於城市外圍那一個一個小規模的生態農場。在那裡不會受到食安風暴波及，你不但重新找回了健康，也在那裡找到了另一種生活方式。

陳建泰



當農地變成建地 = 糧食危機

近年來，台灣的農地一直不斷被更改為建地，從農地裡長出來的再也不是農作物，而是建築物。再加上連年的氣候變遷也不斷衝擊糧食以及人類的安全。根據台大農經系教授調查，「台灣的糧食自給率僅僅只有三成三，是先進國家中最低的，若不設法遏止恐將爆發糧食危機。」陳建泰也說：「農業的獨特性是無法取代的，沒有人能夠否認人類的第一個產業和最後一個產業都是農業。」

對於現在的人來說，農村就像是一張又一張貼在冰箱上的泛黃

照片，成為一種單純、具有人情味的象徵。十八歲以前，陳建泰一直是在台中的農村裡成長的，對他來說，農村是幸福美好的集合體。長大之後他進入工研院工作，每一次返鄉，卻發現農村漸漸變得陌生。小時候常常經過的鄉間小路不見了，可以玩藏寶遊戲的樹林消失了，甚至連水溝都被水泥地填滿了，農村的改變對於陳建泰而言，就如同記憶體被駭客入侵一般，眼睜睜地看著過去的幸福景象一直被改寫，裡面的資料不斷被清除，而他卻一點辦法也沒有。



原本計畫在退休之後要回歸農村，接手家裡的農地，再一次回到小時候單純幸福的生活，卻因為「農村再生條例」的出現，讓他意識到這個田園夢可能會有回不去的一天，也讓他看見台灣農業及糧食的危機，這讓他開始思索待在工研院裡面拚命研究的意義究竟是什麼呢？

如果一項研究，只是為了去探究它的原理而展開，進行到後來會不會覺得很空虛？陳建泰指出：「就好比進行一項研究工作如果只是為了得獎、只是為了獲得大家的掌聲，那就算得到了又怎麼樣？」於是他和工研院中心討論，希望能鎖定研究國際間最大的需求，整合現有的技術去作一些創新的東西。

如果一個研究可以讓大家都獲得好處而且能夠與人道關懷結合，那會不會更有趣也更有意義？身為研究員，他獲得源源不絕繼續向前努力的動力，就是看見自己的發明可以讓很多人得到好處。陳建泰說：「我一直都明白自己最想要經營的是農村，所以就決定把我的研究焦點轉移到農村身上。」



· 鋪平屋舍前的路



· 討論農村的未來





· 屋舍前門

建立安全的糧食網路：去中心化

於是在二〇一〇年，他結束了原本針對社群網路的研究工作，將操作資訊網路的概念，帶入農業發展中。面對台灣的農業逐漸凋零，逐漸面臨糧食危機，陳建泰發現，解決的辦法就是要建立一個安全的糧食網路，而其靈感來自於他所擅長的資訊網路。

在資訊網路裡面，最主要的就是「去中心化」，達到最小單位的獨立運作，然後節點跟節點中間彼此建立起一個連結，才能保障網際網路的安全。將這樣的概念放到台灣的糧食網路上面，除了主要作物生產區之外，如果全台灣在每一個城鄉交界的地方，都串連起一個一個小的糧食供應區、讓它們彼此連結，就像串珍珠項鍊，掛在都會區的頸項上，只要五十到一百公里，就可以達到百分之百的自給率，對解決糧食危機非常有幫助。如此一來，不僅可以降低糧食危機爆發時的風險，還能兼具生態教育的功能，甚至可以降低都會區的溫度。

陳建泰想要建立的就是在城鄉交界由社區支持的小規模永續農場（Community Supported Agriculture，簡稱 CSA），要讓 CSA 有能力餵飽都會區，並且讓生產者獲得穩定的收入，必須引進適切的科技還有相關的知識，因此他發起了「糧食網路——知識入鄉」的計畫。

培植都市原住民，成為健康糧食的供給者

同時，二〇一一年，為了讓研究可以為人們帶來更多好處，工研院成立了公益委員會，陳建泰在「企業志工」的分項裡面擔任協同主持人，他拋出了一個議題：「與其給弱勢族群釣竿，不如為他們打造一個可以釣魚的環境。」

許多弱勢族群其實並不是沒能力，而是他們沒有舞台可以發揮。在新竹，都市原住民就面臨了這樣一個苦無用武之地的困境。原本與大自然最為親近的他們，卻因為風災破壞了他們的原鄉，他們被迫離開從小生長的地方，即使想要回到原鄉，卻看不到那條路的盡頭，於是只好漂流到都市裡逐工作而居，選擇在這裡落腳。

他們在都市從事的工作通常是板模與綁鐵，雖然有的時候待遇不錯，但是工作不穩定、地點流動性高，而且缺乏員工福利的保障。試著想想：如果有一天都市原住民再也扛不起重物，那麼他們的未來又將該何去何從？陳建泰認為，若是都市原住民可以將他們對農業特有的傳統知識，與 CSA 的生態知識耕作法結合，安穩的生活就不再只是夢想。

除了學習都市原住民採集野菜的传统方式，陳建泰也邀請都市原住民到 CSA 來學習如何在兼顧糧食產量與環境生態下耕種，並透過室內課程，讓都市原住民可以了解 CSA 的理念以及相關經營的知識。日後培養他們成為農場的主人，讓 CSA 可以在各地分植下去。

到千甲聚落一起種菜趣

於是，二〇一二年陳建泰承租了工研院附近「千甲里」的農地作為小規模永續農場 CSA 農場的雛型，本來只要再工作七年就可以提早退休，然而他說：「有些事現在不做，那要等到什麼時候？」所以決定從工研院正式研究員換為兼職的合約，既和工研院保持關係，也可以抽身出來主持千甲聚落計畫，並且和工研院的家庭個別簽下配菜的合約。於是，他的辦公室從大樓換到了廣袤的農場裡。



· 親手種植的菜園



· 培植幼苗

陳建泰在千甲聚落建立菜畦顛覆了以往勞力密集辛苦翻土的概念，採用了一個有趣又簡單的方法，他說：「假設我們今天要做一個直徑兩公尺的正方形菜畦，先把雜草割下來堆起來，再去找五個紙箱，把紙箱上的油墨撕掉後泡水，紙箱濕透了之後，就蓋在剛剛割下的雜草上方，最後再放上剩餘的雜草，這樣菜畦就完成了！」一個小時之內就可以將一個適合作物生長的菜畦布置完成，連力氣比較小的女生都可以獨立作業。

「菜畦全部澆濕之後，把雜草稍微撥開來，將下面的紙板戳一個洞並且抓一把泥土放在洞口，在泥土上面種上菜苗之後，把雜草蓋回來澆上嫁妝水，剩下就交給大自然幫忙，我們就可以回去泡茶了。」陳建泰補充說明：「一個禮拜大約澆二到三次水，冬天有時候甚至不用澆水，就可以等著收成。」在看似簡易的種菜方式下，其實蘊藏了許多相關的知識，這樣的做法，不但可以保濕，還可以保持作物不斷吸收養分，最重要的是，在過程中堅持不添加任何的農藥，採取最自然最簡便的栽種方式。

許多朋友聽到他的敘述，才發現原來種菜也可以這麼輕鬆，直說這簡直就是退休後的理想生活，既可以吃到不含任何農藥的新鮮蔬果，又不需要花太多的時間及體力。陳建泰還說，不要小看這直徑兩公尺的正方形菜畦，這裡面可以種上高麗菜、蘿蔓、蔥，還有各式各樣大大小小的蔬菜，加起來可以有一百顆之多！

結合糧食、社區、生態與原住民的未來農場

也許很多人覺得在田裡種菜就是要忍受風吹日曬，就是「辛苦」的代名詞，然而對陳建泰來說，最重要的是心態。「如果正在做的事情你覺得很有趣，那你總是會找到很好的解決方法；但如果對事情抱持著厭惡的態度，那解決方法也許就會很傷人。」陳建泰眯起眼睛笑著說：「所以在運作 CSA 的過程中，有趣其實非常重要，自己覺得有趣，那別人也會受到吸引，跟著覺得有趣起來。」



· 小規模農場 CSA

在運作小規模永續農場 CSA 的過程中陳建泰遇到很多繁瑣及麻煩的事，他也曾經失敗過，就像是有一次三百顆高麗菜怎麼樣都長不大，只種出了高麗菜芽，不得已只好寫信去向配菜的家庭道歉。類像像這樣的事有時候會消耗行動的熱情，然而陳建泰選擇用一種好奇的心態去面對接下來的挑戰。他笑說：「就拿配菜的過程來說好了，之前我們跟大家約好要配菜，可是我們沒有辦法預測種出來的結果會如何。比起擔心，我更想知道到底大家會有什麼反應？事情會如何發展？」如果無法預見結果，那就提出一個想法然後努力去達成，是他一直以來的堅持。



· 屋舍裡的開伙器具



· 用心培植的土壤



現在，在千甲聚落 CSA 裡面，除了作物之外，還有養豬、雞、鴨子，並且架有太陽能抽水機、乾濕分離的生態廁所，配有稻殼碳化的技術，成為了一個農場生態教室。

假日的千甲 CSA 總是充滿歡笑聲，比起前往熱門的觀光景點把時間都花在塞車上，家長們選擇帶小朋友到千甲 CSA 裡面體驗農村生活。小朋友們對於農場裡面的動物都覺得特別新鮮有趣，他們可以在有溫度的泥土裡奔跑，感受不同於水泥地冰冷的觸感；也可以餵食農場裡面養的鴨子，看牠們鼓著大大的肚子在池塘裡游泳，這些動物不再只是教科書上單純的文字敘述；還可以體驗如何在最自然且不破壞環境的方式下，種出最健康的作物，有些本來不愛吃菜的小朋友，竟然指定要吃千甲 CSA 種的菜，他們說農場裡的菜吃起來特別甜。

當一天的體驗結束之後，大人們和小朋友可以帶著 CSA 最新鮮的作物，手牽著手一起回家，然後一起煮晚餐，過一個既放鬆又有意義的週末。這樣的互動，將社區居民與 CSA 建立起更緊密的連結，社區居民對 CSA 的作物更有信心更願意支持，而 CSA 也可以發揮解決糧食危機以及生態維護與教育的功能，讓永續的功能向下扎根。

如今，千甲里的社區支持小規模農場已經慢慢步上軌道，然而面對貧瘠的土壤，陳建泰開始想辦法要改變它的 PH 值，使它可以變成沃土。於是他前去森林裡研究微生物，想要利用微生物製作肥料，讓未來的農場可以有更好的土壤環境。他說：「很多人會問我在追求什麼，其實我只是在找小時候遺落已久的記憶。讓這個記憶重新帶著大家找回健康、找回單純的快樂。」

撰文者 | 黃鈺珍



聽見生命之聲： 身障音樂家的夢想推手

帶領身心障礙者學習音樂不遺餘力，
他們的亮眼成績，就是陳蔚綺夢想的動力。

陳蔚綺



美麗的曲調隨著琴鍵的起落流轉，時空彷彿在演奏者手中凝結，那旋律中流瀉的情緒、生命與夢想，讓人只能專注傾聽，無暇他想……二〇一三年不顧寒冬與種種困難，在國立台中特殊教育學校任教音樂老師陳蔚綺帶領著九位台灣身障音樂家遠渡重洋，參加四年一度的鋼琴比賽：「第三屆國際殘障鋼琴大賽在維也納」，與來自十八國、四十八名選手競爭，以動人的樂音獲得極佳成績，九位中便有五位獲得大獎。



・ 專注彈琴的模樣

看著學生們努力突破身心障礙，在台上展現自我，將所有人拉進他們的音樂世界，陳蔚綺微笑地早已將出國籌備、募款等艱辛的過程拋在腦後，「能夠讓身心障礙學生在國際舞台發光發熱，真的很欣慰。」談起此次一圓帶領學生出國比賽的夢想，陳蔚綺更是有著滿滿的回憶與感動。



・ 賽前 9 位選手合影

用傻勁拚出更多美好

面對國際賽事，陳蔚綺希望能夠帶領台灣的精英站上國際舞台，因此有計畫地進行一系列的籌備，包括台灣選手選拔賽，選出十位選手報名大賽；舉辦台日友好音樂會與行前音樂會，讓孩子跟國外的身障音樂家切磋，並增加舞台經驗。「現在回想起來有點不可思議，當時也有點懷疑自己能不能完成，擔這個重任；覺得自己好像有一股傻勁，去做那麼多的事情。」

・前進維也納的行前募款音樂會



・台日身障音樂會

在歡欣鼓舞的通過初選，確認到維也納比賽更是硬仗的開始：飯店、機票、交通、練琴室、行程安排，很多細節要處理、每件事都不能馬虎，並且都要在一定的時限內完成。陳蔚綺開玩笑地說：「當時還很後悔幹嘛選了這麼多選手，但是已經無法回頭，只能硬著頭皮，帶著一群人衝過去。」

全程一手包辦的陳蔚綺分享著，隸屬德語系都市的維也納，語言不通其實讓自己相當緊張，在曼谷過關安檢時，因為一路在機上昏睡，一群人二十幾位浩浩蕩蕩地過關，沒想到走丟了一組人，「當時心裡很擔憂，想著：啊？才到曼谷就出差錯了。」幸好，馬上就找回走失的人們。



一圓夢想，站上國際舞台

帶領學生前往異國參加比賽，除了語言、行程安排，最大的困難便是「經費」。一張機票就要四、五萬元，加上食宿花費支出學生們實在難以負擔。因此，陳蔚綺除了義務指導學生練習曲目，更於二〇〇九年成立「社團法人台灣身心障礙者音樂關懷協會」為學生籌措比賽經費，向各單位進行募款，並申請〈第九屆 KEEP WALKING 夢想資助計畫〉，「很感謝捐款的單位與夢想資助計畫的支持，讓我真的完成夢想，帶這些孩子站上國際舞台，而這些孩子又很爭氣拿到很多獎牌。」

為了讓學生能夠出國比賽，擁有展現自己能力的舞台，陳蔚綺花費相當多的時間與精力卻甘之如飴；從小學就開始指導練琴的盲生鍾方晨，也於此次大賽中獲得視障組第一名、技巧特別獎與評審團特別獎；鍾方晨表示：「能在眾人面前讓大家聽到我的音樂，再辛苦都值得。這次比賽我更了解自己想要的東西，能把我對曲目、生命的想法完全呈現並獲得評審是我最大的收穫。」

回想從小帶鍾方晨參加各式比賽，還須扶著瘦小的她坐上椅子，並幫她把手擺在第一個音的位置……看著她一路努力練習到現在獲得大賽金牌，陳蔚綺便有著滿滿的感動，「其實身心障礙的孩子在音樂上的成就，之前比較少人會去注意，有這次計畫與比賽的露出，讓更多人知道與了解，也受到很多鼓勵，真的很棒。」



・台灣代表選拔賽



看見熱愛，給予支持

總說上帝為身心障礙者關了一扇門，便定會為他們開另一扇窗，然而一般人卻很少去注意與欣賞那一扇窗帶來的美麗；從事特教老師至今二十年的陳蔚綺就是那少之又少的人之一，之所以一路在特教音樂堅持，就是因為身心障礙的孩子熱愛音樂、投入音樂並享受音樂，就算是腦性麻痺的學生，自主用到的肢體相當有限，可是沉浸在音樂的喜悅中，仍會擺動他能夠用得動的肢體，「這些孩子對音樂毫不掩飾的熱愛表現，讓我有非常多的感動；我覺得音樂在他們身上，發生很多神奇的效果。」

陳蔚綺表示，有一些原本上課完全不說話、像是瑟縮在角落的學生，只要一播放音樂，卻會手舞足蹈、唱得非常開心，就像忽然

發光了一樣，讓人看到他的快樂與自信，那種自在享受的態度，更讓身旁的人也受到感染，心情頓時愉悅起來。

對比當年剛從師大畢業時，陳蔚綺原本也遵循一般途徑，在國中、高中擔任音樂老師，然而當時升學掛帥、能力分班，每一個人對於音樂課都很不重視，「當時其實蠻挫折的，跟我想像中的上課很不一樣。」學生們總是打打鬧鬧、毫不尊重音樂課程，原本想像中快樂教導學生音樂美好的想法，在現實中觸了礁，甚至必須花費很多時間在教室管理上。於是回鄉工作成了轉變的契機，當時報考彰化啟智學校但對於特殊教育完全沒有概念，「原本只是想換個跑道試試看，也許有個轉機，沒想到就這樣一頭栽進特殊教育領域。」



・比賽的過程

顛覆教學，為特教生量身訂做最佳教材

感受到特教學生對音樂的熱愛之外，陳蔚綺也發現這些孩子擁有相當高的天分，尤其是自己課後義務輔導的盲生，他們的能力讓人驚豔與興奮，在學習新曲子時，只要聽到老師彈奏，他們可以立刻模仿出一模一樣的旋律，「他們自己小有天分，可是後天的努力成分非常重，這也是支持我一直在特教音樂領域努力、走下去的原因與動力。」

在惜才愛才的心理下，更讓陳蔚綺深覺應該好好栽培這些孩子，讓更多人看見他們的才華。然而，陳蔚綺卻發現自己在師範學校學的教學方式完全派不上用場，對一般孩子一開始是教學看譜、認音彈奏，但是盲生如何看譜？智能障礙的孩子，樂理教學過於一板一眼根本不適合，「一開始我也有點沒有把握，無法看譜其實蠻顛覆的，只能自己去學習其他音樂教學法來試試看。」加上特教音樂在台灣的教學法及教材相當稀少，因此所有東西必須自己摸索、動腦筋，搜尋適合的教材，土法煉鋼地閉著眼睛、設身處地設想當自己是一個盲人時，如何精準找到琴鍵進行彈奏。

讓人欣慰的是盲生去除視覺上的干擾，反倒非常專心聽每個音，也因為特教學生能做的休閒活動相當有限，因此音樂大概就佔據他們生命中百分之九十的成分，幾乎是生命中的所有，所以他們相對地投注很多心力練琴，全心全意在音樂領域苦練。雖然可能在一開始的學習上較為緩慢，必須一個音、一個音的練習，老師彈一句他們練習一句，然而在之後卻能因為不懈地練習以及早已將樂譜記在腦海中而遠遠地超越一般學生。

多年研究與歸納，陳蔚綺終於更能掌握教學方法，譬如當需要特定手型與指法來製作不同音質時，就要把孩子的手放在自己手上，讓孩子感受手型呈現與肌肉移動，陳蔚綺說：「特殊教育講求量身訂做、個別化教育，要為每位學生設計適合的方式與目標，如果孩子學不會，只能嘗試更多方式設法教會他。」

發光吧！專屬你的舞台就在眼前

用心看見身障音樂家在音樂裡發光的時刻，期望那璀璨光芒能夠發揚、被世界看見；陳蔚綺就像是身障音樂家們的夢想推手，為他們鋪好一條康莊大道，讓對音樂有興趣的身心障礙者，都能無礙地朝自己的夢想前進。

許多人也許會質疑，若是天分普通的孩子，學習音樂如何幫助他們在社會生存？對於這點陳蔚綺也找到了職涯規劃的出路，那就是——街頭藝人。陳蔚綺表示，之前常常帶孩子出門表演，深覺孩子們的舞台魅力很有吸引力，在大眾面前也表現得很好，因此開啟了考取街頭藝人的想法，目前已有十幾位孩子考取街頭藝人證照，在各風景區、休息站表演。對於高職生來說可能是求學的最後階段，畢業似乎等於失業，若是可以將學生的興趣與工作結合，自己賺取生活費、擁有生活目標，對身心障礙者不失為一好的未來出路。



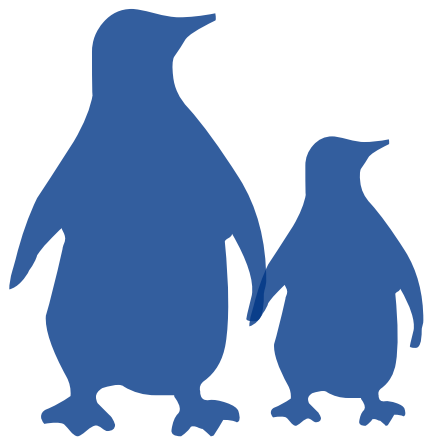
對於身心障礙孩子的付出，讓陳蔚綺獲得教育部藝術貢獻獎，然而，這並不是結束，而是更多的開始，陳蔚綺希望藉由財團法人台灣身心障礙者音樂關懷協會的運作，為孩子做更多的事情，並計畫將多年來的教案與心得整理成冊，讓更多有心人士一起加入特教的行列。

撰文者 | 張雅劼

「環保」不是口號， 而是一趟壯麗的實踐之旅

也許年華會消逝、激情會消退，
但夢想的極光卻越來越清晰。

張良伊



· 南極，我來了！



張良伊，他是台灣青年氣候聯盟的理事長，在學期間曾至丹麥哥本哈根和墨西哥坎昆參與聯合國氣候變遷會議，並創立了環保相關的社會企業——環浪商號（現更名為小食糖），始終關注著氣候變遷對於世界以及台灣的衝擊，積極替台灣在國際上發聲。

千百種顧慮阻擋不了一股熱血

研究所畢業後，他面臨了第一個人生中重大的考驗：要擔任國際南極探險隊（IAE）的一員，出發前往南極紀錄第一手重大氣候資訊？或是依循著自己的研究所學求職、就業，從此與環保議題分道揚鑣？

對許多人來說，後者是相對安全並且實際的路線，至少能換來溫飽無虞的生活，而張良伊卻義無反顧地選擇了出發到南極，繼續投身於環保議題，替台灣帶回珍貴且稀有的考察紀錄。

回想起當初堅持的原因，除了因為時間點正值畢業與就業間的交界外，「使命感」更是他始終不能放棄的信念，腦海中那股非做不可的精神，讓他一股腦地栽進了這項計畫中。他坦言，也曾考慮過現實生活的衝擊——父母強烈反對、就業潮逼近、募款門檻的難度……等，然而千百種顧慮，都無法阻擋實踐夢想的熱度。



· 隨身攜帶的紀念物



沒了團隊，出極難度倍增！

以往他所策劃的所有活動裡，都有著一群默契極佳的好夥伴——〈台灣青年氣候聯盟〉共同行動，在團隊裡面每個人各司其職，不論是紀錄、宣傳、募款都有擅長的人主導、互相協助，不論多大的問題，總是有團隊集思廣益解決。

然而，〈2041 青年出極計畫〉卻是一場屬於張良伊個人的行動。沒有人幫他紀錄想法、沒有人主導宣傳活動、沒有人共同承擔募款的壓力，當原本屬於團隊合作的事項，一項一項地落到他身上的時候，他才突然驚覺，這一切並不像最初想像的那麼簡單，眼前的阻礙如同牆壁般阻隔了他的計畫。

此次前往南極的門檻金額總共是兩萬美金（不含機票），換算成台幣大約等於六十幾萬，為此，張良伊舉辦了六次的募款演講，從策劃到上台表達理念，他都必須親自包辦。

第一場演講一上台，觀眾的問題排山倒海而來：「為什麼是你？」「為什麼需要去南極？」……每次回答問題的時候，都一再動搖著他非去不可的決心，心底也冒出了一個小小的聲音質疑自己：這真的是你想要的嗎？

在募款演講起跑的同時，張良伊逃離了家中，寧可睡在聯盟辦公室內，為的是守護自己小心翼翼維護的夢想——以往在學生時期，父母從未干涉過他參與社團活動，認為這是一種經驗和學習，而當他畢業後，頂著國立大學的光環，卻選擇拋棄所學、投入環保運動時，父母的擔憂便漸漸蓋過支持，進而轉為反對，父親甚至對他語重心長說了重話：「為什麼你要去向別人乞討？」滿腹委屈的他忍住了想回嘴衝動，咬著牙走出家門，倔強地用自己的方式實現出極的梦想。

行囊裡最能禦寒的不是衣服，而是眾人的祝福

然而，在後來幾次的募款演講中，張良伊開始漸漸明白，每一位觀眾所提出的問題，都是他出發前往南極的意義；每一種建議，都是讓這次計畫更好的方向，他並不是孤身一人前往南極，而是帶著許許多多人的祝福出發，不論是陌生人，或是本來跟他並不親近的友人，都因這次的計畫而串聯在一起，這也讓他下定了決心要打破與父母之間的藩籬。

終於，在一連串募款演講接近尾聲之時，張良伊鼓起勇氣邀請了一直在冷戰中的父母到現場，聆聽他準備的計畫，而在演講的尾聲，他請父母向觀眾揮手致意的那一剎那，也忍不住激動地落下了眼淚。會後，母親僅發了一封簡短的訊息，將許久未團聚的他約回家裡，吃一頓久違的團圓飯。



飯後，父親問的那句話至今仍然在耳際徘徊：「你是不是真的很想做這件事？」而匯聚了那麼多信念的他，已經可以相當勇敢、毫不猶豫且堅定地回答父親：「是！」確認了他的心意後，父親什麼也沒多說，只問了他還缺少多少錢，便義不容辭地決定用貸款方式幫助兒子完成夢想。而在張良伊的堅持下，這筆六十萬的款項將於他完成計畫後，分三年還給父親。

帶著複雜而沉重的心情，張良伊出發前往南極。在他的行囊裡面裝的不只是自己的夢想，還有來自眾人的祝福，更多的是父母無怨無悔的全力支持。在他心中，這趟旅途和過往的國際志工或者氣候會議最大的不同，是每一分經費的背後都乘載著對於這次計畫的認可與關愛。

旅途前的訓練，累積豐厚的羽翼

與其它到南極觀光的行程不同，國際南極探險隊（IAE）行走的路線是探索未曾到過的地方，因此出發前的生存訓練格外重要。在南極原始的冰層與山林中，萬一不慎摔落，身旁的隊友又未曾及時發現時，搜救將變得相當困難，因此，在前往南極之前，全員必須先在阿根廷停留三天，透過生存訓練確認彼此的默契、通報的方式，才能前往南極。

在出發與歸來的途中共會有四天乘船的時間，而這四天正是夥伴們討論企劃的最佳時刻。針對報名者的身份，主辦單位開設了適合的課程，包含：環境永續、環境教育、青年世代的影响力……等等，後期也會因應參與者的需求，開設即興的課程，例如：與會者中有人是畫家，便開設環境與藝術相關課題，大家共同討論、相互激盪。

參與者來自世界各國，共有八十三人，來自二十八個國家，其中包括企業代表、社會工作者、攝影師、作家……他們來自不同的地方，而背後也都有著許許多多人的支持才得以成行，因此，每個人也都卯足了全力地討論、紀錄、分享，想讓在旅途中的每一天都能發揮最高的價值。



· 行前的默契訓練



· 與國旗合影



南極冰山崩落瞬間，全世界跟著震動

到了南極之後，張良伊隨即被眼前美麗的景色吸引，白皚皚的雪景背後襯著寶藍色的天空，觸目所及就像是一片原始的山林，不同的是，上頭鋪了一層純白的棉花，撲鼻而來的動物氣味令人難忘，即使身上穿得厚實，仍然可以感受到冷冽的氣溫。

欣賞景色的同時，張良伊並沒有忘記自己此行的目的——聲音、照片、影片、價值、文字，這是他來到南極後計畫執行的五項紀錄工作。而其中最令他津津樂道的是「價值」。為了記錄「價值」，他採訪了十位的同行者，包含他們來到這裡的目的、夢想、回國後預計要完成的宣傳與推廣等等，而最令他印象深刻的是他的室友，一名來自印度的小學老師。

這名印度的小學老師串連了印度的國小募集資源來到南極，而更重要的，是他有一顆熱於探索的心情。熱情地拉著張良伊與海鷗拍照、紀錄每天海浪的變化，由於南極夏天的白天很長，因此，印度室友很少休息，用著燃燒生命的熱情，竭盡所能地拍攝南極的一切，這份熱誠也感動了同行的他，在低溫的艱難環境下紀錄每一項專屬於南極的訊息。

在紀錄的過程中，偶爾也會聽見遙遠的彼方傳來「砰——」冰山崩落的聲音，每年，南極的夏天都在經歷冰山融化後結冰的過程，直到冬天才再次凝聚為冰層，這是大自然周而復始的循環；然而，隨著二氧化碳濃度日益升高、溫室效應越發嚴重，每年凝聚的冰層也越來越少，沒有陸地的北極讓北極熊失去了家，而部分南極的融冰再也無法結成冰讓企鵝們不得不開始遷徙，冰層溶入海水後，淹沒陸地，更讓人類面臨無家可歸的脅迫。

那一聲冰山的崩落，不單單只是南極的變動，也影響到了世界各地，更是他千里迢迢來到南極紀錄的原因：替不曾去過南極的台灣人帶回第一手的資訊，讓「溫室效應」、「環保」等字眼，不再只是遙遠的口號，而是透過真實的畫面與聲音，將來自南極自然界無語的吶喊，呈現在每位台灣人的眼前。

如果看見這些影像的人，願意開始認真執行資源回收、使用環保餐具、支持綠設計和綠建築、試圖降低排碳量……那麼這次的旅途，就有了最美的意義。因為他始終相信，一個人的力量並不渺小，只要能喚醒人們環保的意識，就能共同守護我們唯一的家園。

• 仔細觀察、紀錄南極的一切



〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉讓環保推動零時差！

即使張良伊急欲推動環保意識，眼前仍有沉重的現實考量等著他。從南極回到台灣的歸程中，他開始計算著未來要花整整三年的時間存錢，將父親大力贊助的旅費歸還完畢，而三年後，他還能不能獨排眾議捨棄朝九晚五的生活，回到專職推廣環保者的身分呢？仍是個極為考驗人性的大哉問。

就在此時，手機傳來〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉的訊息，恭賀他通過了第二階段的審核，正式拿到夢想資助金。這筆資金彷彿如沙漠中的綠洲，不只解了他長途跋涉的乾渴，也同時賦予了他未來三年能夠繼續推廣環保意識的自由。

若說〈2041 青年出極計畫〉是張良伊個人實踐環保能量的開端，那麼〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉就是背後極為重要的推力，讓後續高達六十七場的環保演講能夠毫無時差地執行，而在去年，他也受聘正式加入國際環保組織 350，支援東亞地區的環保工作推行。

冥冥之中這一連串的行動，一環一環地緊緊相扣著，彷彿應許了那句話語：「當你真心渴望某樣東西時，整個宇宙都會聯合起來幫助你完成。」這不光是運氣，也不能完全歸功於巧合，因為支撐著他度過每一個難關的，是不論前方路途如何險峻，仍然勇往直前的信念和使命。

撰文者 | 吳玟蓓



個人經驗分享平台， 串聯你我他的世界

「年輕人應該要有管道知道，未來的路有哪些更多的可能。」因為這個想法，莊智超創辦了 IOH 開放個人經驗平台（Innovation Open House: Democratizing Personal Experience），一個網羅學習、工作經驗的線上資料庫。

莊智超





・ IOH 創辦初期

隨著時代變遷，大學成了台灣學子必備的基本學歷；每年的高中應屆畢業生，都在為了要讀哪間學校、哪個科系而傷透腦筋。而這間學校的特色是什麼？那個科系在學什麼？這些還未滿十八歲的年輕學生到底知道多少？又該如何評估哪一間學校、科系適合自己呢？進入「IOH 開放個人經驗平台」，他們可以找到答案！

一個凝聚彼此的分享平台

台北市文山區一間普通的公寓中，十多位大學生坐在電腦前神情專注，僅偶爾嬉笑交談。這裡，是 IOH 開放個人經驗平台的辦公室，而他們都是實習生，因為 IOH 開放個人經驗平台創辦人莊智超的召集，聚集在這為讓台灣的年輕人看見世界而盡一份心力。



IOH 開放個人經驗平台於二〇一二年開始規劃成立，網站中羅列台灣海內外學子的求學、工作經驗分享，包含：美國哈佛大學、麻省理工學院、史丹佛大學……及國內的臺灣大學、政治大學、輔仁大學……是年輕人對未來感到迷惘之際，非常適合的資訊參考平台。看著這個具規模、有計劃的分享平台，很難想像它最初的成立只是因為莊智超一個突然的想法。

莊智超的求學生涯和一般的台灣孩子沒有什麼不同，隨著台灣的升學制度一路讀到大學，而後考取公費到美國就讀麻省理工學院（MIT），畢業後留校繼續擔任研究員。在 MIT 的學習及工作經驗，讓莊智超的思維方式有了很大的轉變，也讓他的眼界更加浩瀚寬廣。莊智超說：「在台灣，我們從小到大學習到的是：要當團體裡的第一名。然而，在 MIT 我學到的是：大家一起當第一名。我們互相幫助、互相成長，未來都可以是彼此的後援。」

在 MIT 時，莊智超時常收到詢問 MIT 近況及申請資格的來信，然而因為時間、心力的限制，通常只有經熟人引介的朋友可以詳細回覆，其他都只能簡答處理。「這些經驗都很有價值，如何能讓他們被需要的人所知道呢？」抱持著這樣的想法，以及對於無法一一回覆來信的惋惜，開啟了莊智超在美國的創業：一個讓美國高中生可以找到各所大學學長姐的平台。網站中有分享者的簡單分享，若希望知道更多，則可以付費另行詢問。

此時，他偶然巧遇一位剛入學的台灣學弟，赫然發現台灣留學生正逐年減少，他想：「台灣年輕人不是不想出國讀書，有更多人是因為沒有人脈及資源，不知道該如何出國讀書。那麼，何不建立一個免費的經驗分享平台，由有經驗的前輩來分享自己的經歷呢！」就這樣，一個簡單的想法，越來越多人認同支持，越來越多人加入計劃，IOH 開放個人經驗平台正式成立。



・工作人員大合照

堅持是面對困難的不二法門

「成立之後，我才發現這比想像中困難太多！」談到 IOH 開放個人經驗平台成立以來的歷程，莊智超不禁嘆息道。平台自成立以來，一直都有許多海內外網友主動聯繫 IOH 開放個人經驗平台，表示願意協助分享經驗，讓莊智超對於 IOH 的計劃信心滿滿，然而當要開始錄製分享影片時，問題來了。

為求平台影片的一致性，在影片錄製前平台人員會提供大綱與分享者討論影片內容、輔導或協助錄製，並製作文字說明之投影片與影片相互連結，讓讀者在觀看分享時可以很確切地知道目前分享的主題為何。而這樣從聯繫討論到完成上線的時間，平均一位分享者居然需要兩個月的時間！「我當初真的以為每一個人錄製一段影片是非常簡單、快速的，甚至想著：如果全台灣有五萬多個人在海外讀書，只要每個人花兩天錄製，兩天我就會有五萬支的影片了，超簡單！」說到這，莊智超露出了淡淡苦笑。



因為許多海外經驗分享者都位於國外，因此雙方的聯繫只能透過電子郵件或通訊軟體，一來一往的溝通聯繫往往就需要至少一個月的時間。而為求每一支影片的品質相同，平台人員在前置時期都會給予最詳盡的說明；沒想到這樣完整的前置服務，竟成了某些分享者覺得「太麻煩」而不再回應的原因。莊智超無奈地表示：「人員溝通的時間成了我們最大的成本，溝通困難又費時，目前還有四百多位分享者在等待錄製。」



方向對了，總有走到的一天

雖然逐夢的過程並不如當初想像中容易，但莊智超從沒想過放棄，雖然目前資源不足、過程辛苦，但他依然堅持當初成立 IOH 開放個人經驗平台時的初心：「給台灣的年輕人一個看到世界的機會」。而在認知到這條路並不好走的當下，莊智超也改變了心態，將「不知何時會成功」當成自己前進的動力。「我認為每個人人生下來都有屬於自己要完成的任務，而 IOH 開放個人經驗平台就是屬於我要完成的事情之一，我既然開了頭就必須把它完成。」莊智超笑著說道。

IOH 開放個人經驗平台透過網路發酵，受眾廣大而遙遠，不知道自己是否幫助到了別人，更不知道幫助到了那些人。莊智超說：「總感覺自己身在迷霧中，知道方向是對的，但又不知道何時到終點。然而，因為確認了這是一條不容易走的路，所以也就不會輕易放棄。」因為知道無法輕易成功，讓莊智超在面對各種挑戰時絕不輕易放棄，即使現在無法有實際的報酬，也不會輕易被打擊。



・我們是，IOH！

每天，莊智超和一群大學實習生，在小小的公寓裡為了讓台灣年輕人看到更多經驗分享而努力。他們前往實習的原因各不相同，有人是覺得平台很有意義，有人則是希望透過這樣的平台認識更多人，然而無論他們因為什麼原因聚集在一起，他們都擁有一個共同的目標：讓台灣變得更好。他們每週到辦公室三到五天，雖然沒有任何薪資的報酬，他們依然風雨無阻。對此，莊智超笑著說道：「沒有資源其實也有好處，前來協助的實習生都知道來這裡不會有金錢的收入，所以對於自己來這裡的原因都非常清楚，我們對於未來的目標也都非常一致！而實習生的家長也會幫我們推廣平台，還會在看完影片後給我們意見呢。」

IOH 開放個人經驗平台以社會企業模式經營，大多的經費來自社會贊助，然而卻不足以支付薪資，僅能請這些辛苦的實習生吃一頓飯，夢想資助計劃的資助可以說是幫了大忙。莊智超苦笑道：「目前除了我，IOH 只有一位全職員工，但是因為經費不足從沒領過薪水。」而這唯一的一位全職員工，正是莊智超的妹妹，兄妹倆為了 IOH 開放個人經驗平台的經營幾乎住在了辦公室，儘管辦公室與住家僅有幾分鐘的路程，兩人依舊忙得沒時間回家。面對兄妹倆辛苦的工作狀態，莊爸爸與莊媽媽雖然心疼，卻百分之百地支持，時常到辦公室為兒女煮頓晚餐，給予他們溫暖的力量繼續前進。

改變，需要向下紮根

在執行計劃的過程中，莊智超也發現：出國念書的台灣人變少的原因除了家庭背景、資源不足的情況之外，還有許多人是因為「對於大學就讀的科系不感興趣，因此更不會想要繼續深造。」看到許多年輕人因為懵懵懂懂地選擇了不了解、不喜歡的科系，大學四年渾渾噩噩、浪費時間只為混個大學文憑，莊智超認為「台灣的高中生，應該要在了解學校、科系的狀況下進行選擇！」

二〇一四年七月，為了協助指考考生選填志願，IOH 開放個人經驗平台發起「為高中生而戰」的召集令，募集台灣最多科系的臺灣大學各系學長姐來分享；五天內找齊了四十多位分享者，兩週內錄製完成並上傳。在選填志願的當週，IOH 開放個人經驗平台共有

兩萬多人的來訪數據，這樣明確的數字讓莊智超更加確定了自己做的事情是對的，這些來訪的年輕人或許正因為這些經驗分享可以少走幾條彎路。

而這個或許，很快的就得到了證明。二〇一五年二月，一位就讀中山女高三年級的學生告訴他：「因為在 IOH 開放個人經驗平台看到了臺大日文系講者的分享，我決定要以此為目標，就讀臺大日文系！」年輕女孩真誠的笑容、堅定的眼神，莊智超終於知道自己幫助的是這樣一群對未來有夢的年輕人，IOH 開放個人經驗平台絕對是有存在意義的！這樣的反饋堅定了莊智超的心，也為團隊賦予了滿滿的正能量。

・「為高中生而戰」活動現場





・與天下雜誌合作



・為未來而戰！

團結力量大，串聯你我他

除了網路短片的分享之外，IOH 開放個人經驗平台也定期舉辦實體講座，邀請各界知名人士分享他的求學、工作經驗，場場爆滿的情況下，也顯示出台灣年輕人對於海外經驗的好奇與求知慾。

因為在 MIT 的經驗，讓莊智超的人生有了不同的變化，因此他也希望將學習到的新思維與大家分享，互惠共享，一起當第一名。延續這樣的想法，IOH 開放個人經驗平台正是這樣一個互利共惠的平台，分享自己的經驗，也獲得別人的經驗，共同成長、共享資源，不用再花時間摸索，最重要的是：讓大家可以知道世界上有這麼多不同的事情可以去做。

IOH 開放個人經驗平台不只成為台灣年輕人尋覓未來道路的資料庫，也凝聚了台灣人對於下一代年輕人的關懷之情；每一個經驗都可能改變一個年輕人的未來方向，每一次分享都是讓台灣更好的力量。IOH 開放個人經驗平台需要你的加入，歡迎你也來分享你的個人經驗。

撰文者 | 胡郁婷

阿米斯音樂節—— 點亮太平洋的「美」式生活——

為什麼音樂節要叫「阿米斯」音樂節，
因為要讓大家認識這裡的「阿米斯」
（Amis，阿美族人）！

舒米恩・魯碧



在音樂的世界中找到定位

從《Suming》到《阿米斯 AMIS》；從《Amis Life 美式生活》到《海洋・森林》概念專輯，Suming 舒米恩嘗試將原住民語的吟唱與電音、拉丁舞曲、英式搖滾、古典弦樂結合，要讓全世界能夠看見阿美族的存在。而現在，他與日本的 KACHIMBA 樂團在國家音樂廳也舉辦了都蘭 x 沖繩《海島風光》的音樂會，售票的消息一釋出，馬上就被搶購一空。

・ Suming 現場表演



・ AMIS 音樂節現場



Suming 說，跨界結合其實是最難的。在進行跨界結合的時候，事前的工作就顯得相當重要，必須先仔細去聽過各種音樂，試著從中間找出熟悉的部分，思考如何才能掌握細節，還要依賴編曲者的能力，讓不同族群能夠接受音樂以不同的形式結合。聽了 Suming 的專輯，就能感受到一股原住民的熱力，也許這些快要消失的語言對於大家來說太遙遠，然而它的旋律與節奏，卻會在不知不覺中牽動大家的心。

如同在兩種不同的音樂中找出連結點，身處在創新與復古的夾縫中，也常常讓 Suming 這一代的年輕人在不斷碰撞中摸索屬於自己的定位。Suming 說，原住民算是一個比較不會做生意的民族，從沒有錢到接觸錢，對原住民來說是一個很大的變化。至今部落裡面的老人家常常吟唱的犁田歌，變成是一個遙不可及的回憶，老人家也許可以透過口語記述他們以前是怎麼生活的，然而，沒有實際體驗過以前的日子，唱起犁田歌就會變得沒有說服力。這樣的矛盾心理蔓延在這一個世代裡，「我到底是什麼？」、「我還是阿美族嗎？」帶著心裡面相互交雜的許多矛盾，努力跑向唯一的出口——「我要怎麼活在當下。」

文化不應該被放在博物館

為了不要讓其他人發現自己格格不入，有一些人會選擇讓自己融入在群體中，Suming 開玩笑地說：「小時候很嚮往城市裡的流行、繁榮與刺激，離開台東之後，自我介紹都說自己是台東人，不敢說自己是都蘭人，在穿著上也會盡量穿得像都市人一樣，小時候對自己的文化沒有那麼深的認同感。」後來，當部落的商機被大家發現之後，一棟一棟充滿異國風情的民宿就這樣在都蘭的土地上生了根，愈來愈多人在都蘭賣其他國家的料理，開放式的地理環境，讓都蘭的特有文化開始被稀釋。



如果一個地方的文化不被重視，或者是被外來的商機取代，那麼珍貴的文化資產會不會有一天就被放在博物館裡面？更甚者有些文化還來不及被陳列起來就消逝了。「文化說起來就是生活。你一定要一直在生活中使用，這些才會有辦法延續下去。」Suming 強調。從部落小旅行到阿米斯音樂節，從專輯到他正在進行跟不同文化接軌的計畫，其實都是在創造一個機會，讓都蘭成為一個主體鮮明的文化小鎮、讓都蘭人可以生活在他們的文化之中。



原住民文化遇到的困境

對外的資訊傳遞不完全，讓原住民文化在推廣的時候遇到了很大的困境。大家耳熟能詳的豐年祭，就是一群原住民穿著傳統的服飾，圍成一圈跳舞慶祝，甚至還會喝小米酒。然而，很少人知道，豐年祭之於阿美族來說，就像是「農曆新年」之於漢人。

對阿美族來說，豐年祭有它特別的儀式存在，牽手跳舞、喝酒、唱歌都會有它不同的涵義在裡面，可是外人卻分不清楚它們的差別。Suming 說：「以前帶朋友回家參加豐年祭，朋友都對於儀式很好奇。如果說家裡有十個人，帶五個朋友回去，人數都還在能夠消化的範圍裡面，你可以在一旁解釋每個步驟的用意。」

但是都蘭的知名度打開後，豐年祭就開始產生了變化。隨著觀光人潮湧入，大量的攤販也開始進行爭奪戰，然而這些攤販不一定了解豐年祭的意義，他們可能會給出錯誤的資訊。就像是當漢人在「農曆新年」吃年夜飯、發紅包的時候，外面的攤販會告訴客人：「你想要紅包袋我可以賣給你，紅包袋有藍色、橘色、還有白色，你想要哪一種顏色都有。」

部落的人因為這樣錯誤的解釋還有大量的觀光客，也在舉辦豐年祭時開始產生矛盾，「豐年祭到底要在哪裡辦？」、「我要在外面跳舞還是留在裡面跳？」一場豐年祭下來，外面的攤販口袋賺得飽飽的，然而真正的主角卻感到困擾不已。這些對於原住民友善而且願意接觸不同文化的人，不明不白接收了錯誤的資訊，部落的發言權也就這樣被取代了。

看到這樣的情形，Suming 開始思考除了豐年祭之外，有沒有另外一個場合能夠讓大家認識真正的原住民文化？如果說豐年祭像是年夜飯，那有沒有一個類似年夜飯「辦桌」的概念，可以讓部落有時間去消化這些願意了解原住民文化的人？依照這個構想，他試著召集部落的年輕人在冬天再回都蘭一次，推出部落小旅行、阿米斯音樂節，要給這些對原住民文化有興趣且願意參與的人，第一手最正確的資訊。



• AMIS 音樂節擺攤



國外音樂節的刺激

回頭看看幾年前國內幾個知名的音樂節，為了吸引人氣，創造知名度，常常會邀請當紅知名的歌手前去表演，一場、兩場下來，不管你去哪裡，都會看到相同的人在台上，就算有邀請當地的樂團或是創作者上台表演，也可能只是扮演串場的功能。

然而，Suming 想要的音樂節，是能夠展現出阿美族獨特文化的慶典。多年來因為工作的關係，Suming 走訪了許多國家的地方音樂節，這些音樂節給了他不同的啟發。阿米斯音樂節的靈感來源就是日本的沖繩與鹿兒島音樂節。



· 傳統的編織技術

它們都是遠離都市，以「在地音樂」吸引人潮的音樂節。沖繩的音樂節裡布置了許多舞台，其中有一個舞台從頭到尾都是表演沖繩的音樂，將沖繩的歌曲重新編曲之後，加入電子與搖滾的元素，讓沖繩的文化變得更具象更有特色。

鹿兒島的音樂節則是以社區為出發點，由主辦單位去規畫表演節目以及攤位設置。「表演的壓軸是當地肯納症（自閉症）學校的學生，二十幾個素人戴著面具一同在台上表森巴與拉丁音樂，那個畫面帶給我很大的衝擊。」向這兩個音樂節取經後，Suming 決定把阿美族的文化特色和異業結盟串聯起來。

有個性的阿米斯音樂節

對 Suming 來說，阿米斯音樂節是部落展現自信的開始，它很像豐年祭，卻拿掉了儀式；相較於其他性質較相似的音樂節，阿米斯音樂節充分地讓大家感受到它的「個性」。由都蘭的人作東，邀請從各地來訪的客人，一起欣賞只有在都蘭才能細細品嘗的歌舞、特色料理、部落故事。

回想起當初在籌備第一屆阿米斯音樂節的時候，花了很多時間在跟部落裡的族人溝通。Suming 說：「因為部落的人沒有辦過音樂節，他們不知道辦起來會是什麼樣子，也很怕沒有人會來。」所以他對內舉辦了多場說明會，想辦法讓族人了解他的想法；對外也舉辦了兩天一夜的「部落小旅行」暖身，邀請大家到都蘭旅行作客。Suming 要讓部落裡的人了解阿米斯音樂節就是很多個「部落小旅行」的放大版，並且也趁這個機會讓族人看見其實是有很多人對原住民的文化抱持著很大的好奇心，希望透過實際參與能夠更深入了解原住民的文化。「我很感謝我的歌迷朋友，因為他們，這個音樂節才會這麼成功。」Suming 真摯地說。

第一屆、第二屆阿米斯音樂節就這樣登場了。為了要彰顯部落的主體性，Suming 堅持不提供卡司也不提供節目單。他說：「常常在很多地方看到原住民的表演都只是暖場，壓軸就由大咖來。但是這一次，我們才是阿米斯音樂節的主角。」所以他邀請原住民的創作者與歌手前來開場，並請他們至少準備一首和部落有關的歌曲，來和部落裡的年輕人進行 PK，最後再由部落的人壓軸上場。

Suming 提起去年阿米斯音樂節的壓軸「搖滾媽媽」就笑得很開心，「搖滾媽媽」是一個由媽媽們組成的搖滾樂團。「因為她們之前都沒有接觸過貝斯、還有爵士鼓，練習的過程就很有趣也很辛苦。電吉他一刷下去，媽媽就說：『怎麼那麼大聲？你們年輕人的耳朵不會壞掉喔？』」Suming 接著說：「媽媽們說要唱年輕一點的歌，結果就選了〈青蘋果樂園〉。她們又想



• AMIS 音樂節樂團表演



• AMIS 音樂節歌手輪番獻唱



要結合原住民的傳統吟唱，所以我們就一起把中間一大段重新編曲。」媽媽們下班之後，就趕回家照顧家裡的老人家和小孩子，接著再匆匆忙忙地去和大家一起練團。每天晚上的七點到十點是大家約好練習的時間，然而大概只有半個小時能看到全員到齊。

媽媽們辛苦練團的成果，獲得大家的好評。對部落的族人來說，阿米斯音樂節讓他們發現其實有很多人對於原住民文化除了相當肯定與喜愛之外，也願意花時間接近、了解，音樂節不只建立了部落族人的自信心，也讓他們找到了生活在文化裡的另一個出口。



· 媽媽們認真彩排



· AMIS 音樂節紀念杯

讓都蘭活出自己的樣子

從二〇〇八年「海邊的孩子演唱會」，到二〇一三連續兩年舉辦「阿米斯音樂節」，Suming 用時間證明文化要在生活裡實踐並不是一個夢想。都蘭部落裡的人看見了自己的優點，對自己的文化更有自信，也體會到了文化可以落實在生活裡。

他們不見得是會做生意的民族，但是他們樂於分享他們的歡樂，這樣的氛圍，讓每一個造訪都蘭的人都對這個充滿濃厚阿美族文化氣息的小鎮念念不忘。以二〇一四年為例，從五月開始的「部落小旅行」、暑假的「豐年祭」、十月的「阿米斯音樂節」，一整年都持續能收到關於部落的訊息，參加不同主題的活動，讓外界對於原住民文化的印象更加聚焦。

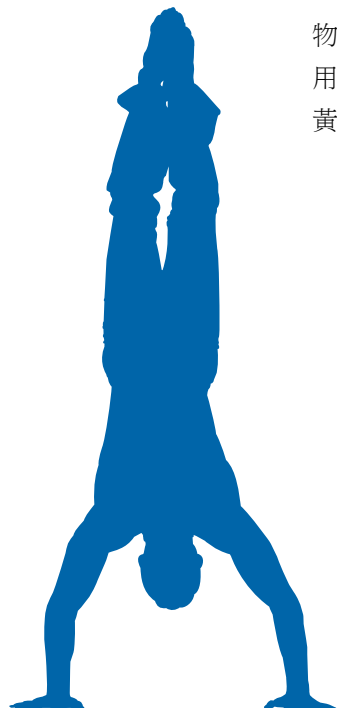
「我把觀察到的事情用我的力量努力去做，讓都蘭能夠活出自己的樣子。」Suming 說。未來他希望能在文化保存的前提下，權衡觀光與收入，讓更多人聽見阿米斯的聲音、看見阿米斯的美好。

撰文者 | 黃鈺珍

如果給我一片空地， 我會拿來翻轉世界

如果你上網在谷歌瀏覽器（google）搜尋「倒立先生」，會出現一個迴異傳奇的人物：一個身無分文，卻堅持走出夢想路，用「倒立」翻轉全世界的夢想實踐家——黃明正。

黃明正





為什麼要倒立？因為大家不快樂

倒立先生——黃明正，從十歲開始接觸雜技生涯，身懷繩技、晃管、倒立、口技、爬竿、轉盤、地圈、跌羅漢，副修舞蹈、體操、中國武術……等雜藝技巧。十三歲代表台灣參加中國吳橋國際雜技比賽，一舉榮獲銅獅獎，為台灣掙到第一座雜技國際大獎；二十七歲毅然決定正式成立「當機劇場 Theatre du Momendo」，開始進行一場為期十五年的環遊世界計畫，並且預計於二〇一六年拍攝第一部自拍紀錄片。

以純熟技術締造輝煌紀錄並不是黃明正被看見的主要原因，而是隱匿於他表演背後的一抹本心：集合多元演藝能力於一身的黃明正，選擇以最具行動魅力的「倒立表演」行腳全世界，更特別的是，他選擇在台灣各地具代表意義的景點倒立，隨後自行架起腳架作「定時拍攝」，靠一己之力成就人景合一的倒立畫面。最後再將這些照片集結，帶著他們到全世界，表演時輪番播放給觀眾看，藉由這樣的方式讓全世界看見台灣的美。

「起心動念這麼做的原因是什麼？因為我發現台灣人快樂指數出奇的低，最可怕的是找不出不快樂的点在哪裡，這會是一個弔詭的惡性循環。」隱身於信義區文昌街附近的一家工作室裡，當問起黃明正為什麼要做這些事時，他一改表演的嬉鬧，正色地說著。

原來，「台灣人的憂鬱」正是促使黃明正往前的主因，他表示大家的「不快樂」源自於「大部分的人不是做自己有興趣」的工作，時日一久，青春的熱情與動力盡數流失，逐漸讓現實生活壓迫到自己的理想脈搏，直到有一天，脈搏再也負荷不了壓力的束縛、血液不順流時，人們開始逃避、選擇另一條路，也就是轉行、出國工作、念書、尋求理想……。



最後，愈來愈多人選擇出走、或是封閉自己的眼界，以為不去看見自己快樂的缺口，就能當這樣的狀態不復存在。漸漸地，愈來愈多人說不出台灣的美、愈來愈多人遺忘了自己曾經對台灣的那抹微笑。

只是，台灣真的如大家所想嗎？不，黃明正想讓大家了解，台灣的环境沒有這麼差，台灣擁有自己的外銷產物、有龐大的地緣商機、更擁有特屬於台灣的人情風尚……，只是，太多的紛紛擾擾加上陳舊的歷史價值觀影響，遮蔽了人們看待台灣的良善視角，黃明正希望能盡一己之力讓台灣的美被看見、被欣賞進而被典藏心中。

因此，黃明正憑藉著累積超過十年的雜技專業，選擇用自己的方式向全世界介紹台灣，藉由每一次對觀眾的吸引與回饋，達到「台灣美與藝」的思維傳遞，進而讓世界知道，台灣的優點與驕傲。

飛簷走壁的舞台，你得自己打造

對於一般人來說，雜技表演是一個常見的街頭藝術，頻繁出現於人潮出沒的商圈、廣場、市集……等，然而黃明正表示，這樣的街頭藝術在台灣卻是被冷落的一角，卡在一條分類曖昧的結界，進退兩難。除了文化部沒有針對街頭表演藝術設立申請獎金的管道之外，更沒有確立的品牌印象，諸如想到智慧型手機會聯想到iPhone、HTC；想到腳踏車會想到捷安特；想到咖啡腦中會跳出星巴克……等。觀眾對於這樣的行業不熟悉，致使這樣的街頭表演工作者少了一點地位、一些尊嚴以及一個身分。



為此，黃明正不斷思索，難道因為環境使然，便注定這個產業無法被看見、無法擁有一條稍微光明一點的路嗎？後來他發現，當人改變不了環境，就要改變自己的觀念，因為唯有自己的觀念改變了，世界才會因你而變。因此他開始為台灣的雜技表演重新定位，外省人有京劇，本省人有歌仔戲，而雜技藝能本身不就是一個文化象徵嗎？黃明正深信，看似沒有舞台的產業，並非真的沒有，而是還沒被找到，如此而已。

街頭賣藝的舞台其實非常顯而易見，處處皆是，卻也處處皆非；可以在街頭巷弄搭配節慶隨時表演，也可以因為警察的一張取締單，隨時被撤除表演舞台。黃明正說在這樣的過程中，你如何去看待你的這份事業是很重要的，它應該是一份不卑屈、很光榮的事，然而要如何讓這份技藝變得值得驕傲，就是每一位表演者必須深思的課題。

黃明正將倒立表演融入台灣文化，他說他經營的不只是自己的事業、觀眾的期待，他悉心雕塑的其實是一份專屬台灣的人文意象。從宜蘭好望角，到屏東舊鐵橋；從九二一地震斑駁寂寥的南投縣到車水馬龍千篇一律的臺北街頭；從南台灣綠油油的麥穗稻禾到北台灣正在施工的電線桿頂端……等，都是黃明正曾經翻轉過的風景。他的倒立已經不再只是一項技藝的展現，而是融入台灣時事、特有風尚將一篇篇故事裝進他的觀景窗裡，放映世界。

「倒立的時候，我擁有限翻轉世界的可能。」黃明正表示，從不同的角度看世界，在人生裡是必須的，或許不是每一個人都會倒立，然而他想說的是，每一份握在手裡的機會都有一個隱藏的契機，都是一次翻轉現況的可能，不一樣的角度，往往會有不一樣的體悟。



· 在台北車站前倒立

歸零的學習，需要不怕痛

有些人不免好奇，每天賣藝、揮灑汗水卻沒有穩定收入的狀態下，是什麼東西在背後支撐他，走過每一個寒暑禡冬？「堅持，就是意志力而已，再無其他。」黃明正堅定地說著，並坦承一路走來他承受過無數挫折，甚至在一次意外摔斷了手，一夕之間所有曾經親近、看好的老師與同學甚至是邀演廠商全都不聞不問，態度不變，有些更勸他放棄，說這樣的傷一定無法再好，就這樣他的演藝生涯看似被硬生生截斷，一分為二。然而支撐他的沒有別的，正是一股「不想背棄自己」的意志力。

當黃明正再次談起這段往事時，臉中沒有埋怨，只存一點處之淡然的笑意，甚至可以在他眼底看到一抹感謝的光芒。黃明正說，挫折讓他學到「歸零學習」的重要性，他表示人唯有在徹底失去後，才會懂得自己的堅持到底是什麼，才會珍惜握在手心那滾燙發熱的「再度擁有」。

在復健的過程中，陪伴黃明正的，正是夢想的價值與信念，在每一次幾近放棄的邊涯，價值與信念無時不提醒著自己回頭看看曾經為了這樣的夢想摔痛幾次、勇敢站起來幾次的自己。

因此，黃明正表示，我們都必須學習先找到自己的夢想價值，接著去衡量自己是否可以堅持？權衡價值與堅持的百分比。只因沒有一個夢想不需要堅持，沒有一份堅持會讓你失去自我價值，只要本心不忘，遇到再大的難關，都不會感到孤單、無力。

人生百分比，精算自我存在的價值

問到黃明正在哪一次的表演，印象最深刻，他靦腆地說：「很多次欸！應該說印象最深的不是哪一次表演，而是在每次表演裡，一樣的瞬間——『在別人閃閃發光的眼中看見自己存在的價值』。」

黃明正說，記得有一次受邀到一所學校演講，那時候有一位患有先天腦性麻痺的小朋友聽了他的這場演說，看到黃明正最後的倒立表演受到深刻啟發，便直接在演說尾聲向大家宣布他要開飛機的夢想。沒想到過了三年，這位小朋友沒有食言，慢慢地從不良於行到微微站起、往前緩慢走路，這些進步，哪怕只是一小步，都讓黃明正欣慰萬分。

「如果有機會，讓別的人生變得更好，那是一件很幸運、很美好的事。」黃明正眼底帶著笑地說著。夢想是自己的，然而若是這個夢想可以影響到別的人生，讓這個夢趨近圓滿、完整，那麼你會深刻體會到自己的價值，原來可以這麼踏實地存在。

夢想到底是什麼？其實很簡單的一個問句就可以明白：「假若一條荒涼寂寥的路上，只有你一個人，你會放棄繼續前行嗎？還是說你會堅持到底？堅持的理由又是什麼呢？」如他一般，當倒立環遊世界、宣揚文化這個計劃剛成形時，多數人不看好，勸他不要這樣拿自己的未來開玩笑，然而他的堅持讓他不去理會這些聲音，鞏固了他內心的強大，讓他永遠知道自己下一步要邁向哪一個方向。



黃明正有一個有趣的分析要分享給大家，他表示每個人都有一個「人生百分比圓餅圖」，這其中劃分出自己的真正興趣與不得不因為生活對工作妥協的現實層面，也就是所謂的「興趣比例」與「現實比例」，有些人是百分之三十與百分之七十，又有些人是五十與五十，然而黃明正表示，哪怕你的興趣比例與現實比例是百分之一與百分之九十九，縱使如此懸殊，你都應該為這個百分之一的機率去努力，因為如果連百分之一的可能都不會把握，那麼擁有百分之百的空間，也只是枉然的空曠。

「我的人生百分比嗎？我的興趣比例永遠是百分之百。」黃明正笑著說。或許也是因為這樣，讓他始終有往前的動能，在每一次的倒立中，奮力翻轉世界。

最後，黃明正要提醒年輕人：或許不該問這個世界虧欠了自己什麼，要想想假若有一天自己離開了這個世界，究竟為這個世界帶來了些什麼？

撰文者 | 陳思諭



送給現代人的禮物： 用「一冊」態度換取永續傳承

用十三年蓋一間房子，究竟是傻子還是瘋子？
堅持手工木造與錯綜複雜的大木構工法，用
「一冊木造屋」的夢想，以時間換取永續傳承，
送給現代人一份動人意念與堅持韌性！

楊淨淑





・與家人合影

暖陽悄悄地從屋外錯開根根木柱，斜倚著照射進廊內，用微熱的溫暖蒸出一股木頭香氣，淡雅的味道隨著微風吹拂、擴散……。

曾經，我們的祖先住在以木頭建造的房屋裡，隨著時代推演、科技進步，水泥、鋼架取代了木頭，我們把自己關進封閉的牢籠，自以為堅不可摧，卻把自然和諧擋在門外，消耗過多地球資源、無端製造更多廢棄物。



・一冊木造的招牌

在多數人對於環保綠建築仍處於一知半解的狀態，位於屏東枋寮、一位沒有建築背景的楊三二師傅與其一家人，決定為了後代子孫，親手建造一間會呼吸的木造房屋——「一冊木造」，長達十幾年的造屋過程於焉展開。

決定了！一間永續綠建築，來起厝吧！

一間木造的房子，聽起來似乎簡單，許多遊憩區都有提供小木屋給遊客住宿；然而，「一冊木造」的本心，其實是身為爸爸的楊三二希望留給後代子女一間穩定、可永續使用的「家」。

一般小木屋，地基不夠穩固、結構不夠紮實、防水不夠謹慎，怎堪使用百年？於是，楊爸爸想起以前祖先們的木造房屋，二〇〇四年起開始進行相關研究，發現從隋唐流傳至日本的大木構式建法，是日本許多木造建物撐過歲月風霜、地震侵擾都還可以保存完好的關鍵，便四處尋訪鹿港、台東、台南等地的日式老木屋，想請教建屋師傅作法，卻發現無人可問，相關文獻也極其少量。



・我們來起厝吧！

因緣際會下，才在高雄大學陳啟仁教授的研究室中，找到一本由日本建築大師松井郁夫等人所著的《木造住宅》，書中以日文解析木構建築之建造方法。

「好，決定了！就照這本。」楊三二在全家人一起吃飯的時刻，做了這樣的宣布，一冊木造的夢想開始啟動，這本書也成為「一冊木造」決定動工的關鍵。

用一本書蓋一棟房子？

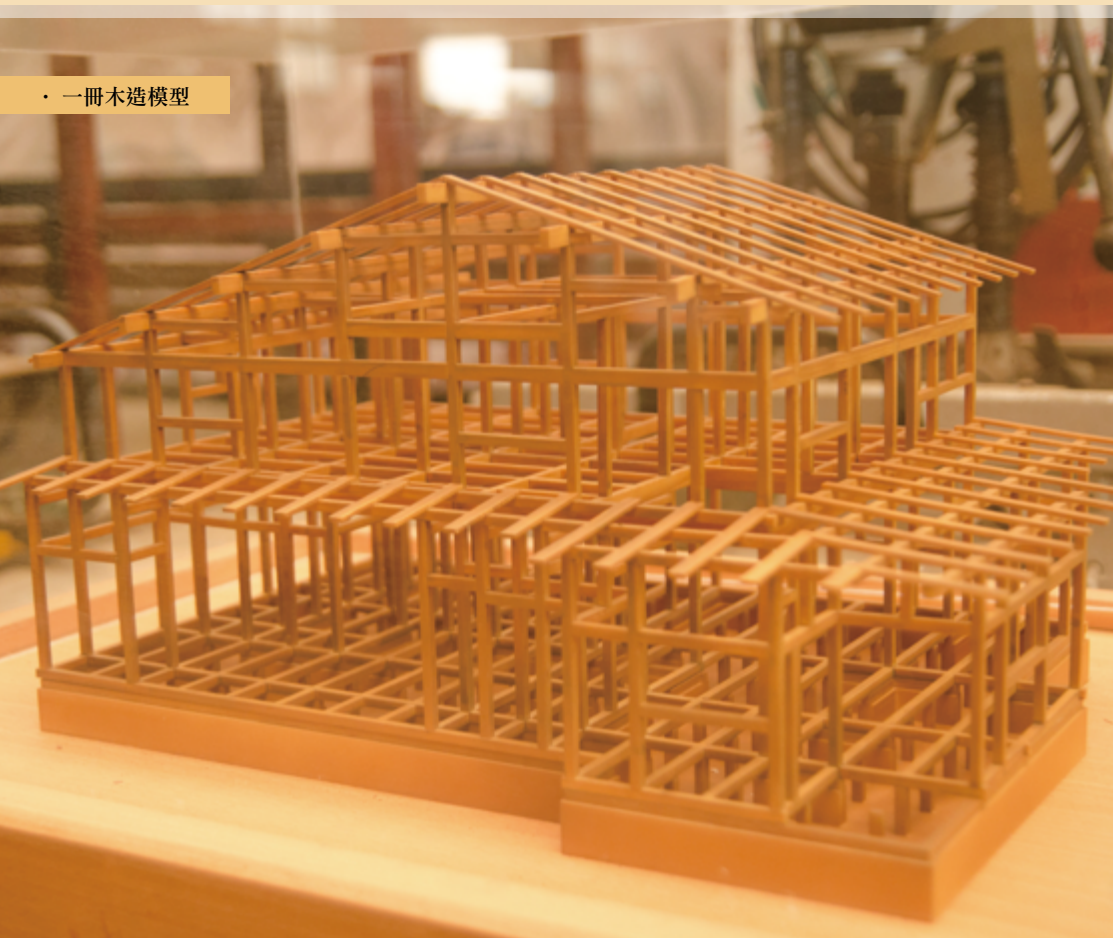
根據研究木造建築可以有效的節省能源，降低二氧化碳排放量，同時透過木屋調節溫度之能力，降低冷氣使用、節省電力；種種好處讓原本就參與社區營造的楊家人，更加肯定以木造房屋建構家園的夢想。然而，只靠一本書真的能夠辦得到嗎？而且，還是本用日文寫成的書？

大女兒楊淨淑回想當時爸爸決定以《木造住宅》為藍本建構木屋，自己和家人其實都有些茫然，要靠著研讀一本書就把房子蓋好，想起來是這麼不可思議，爸爸卻是說做就做、毫無懷疑。

在前無案例可循的情形下，楊三二只能潛心研究書中內容，用書中少量的漢字和圖像推敲實際做法，並為了環保與永續概念，使用有計畫種植的人造林木材，逐一處理、編號；甚至從國外進口鑿木頭的半自動手工機器，卻連日本貿易商都不懂使用方式，得靠自己摸索、自學，還重新改良了機器，讓它更符合使用習慣。

原本預測蓋一間房子，最長頂多一、二年，沒想到這一蓋就是十年光陰。因為工法複雜，整棟建築不使用螺絲、卯釘，完全以木造卡榫連接，光是前期千根木頭的處理，就花了近十年的時間。

· 一冊木造模型



孤獨鑿洞十年，堅持成就一冊精神

「近十年」短短的三個字說明了時間，卻無法呈現這段時間內的用心堅持與孤獨。在枋寮火車站租來的倉庫裡，楊三二一個人默默地實現著建造夢想屋的過程。大家從滿心期待到覺得時間漫長，前面一、兩年太太還會一直問著：「是要起好沒？」（台語：什麼時候蓋好？）」街訪鄰居也是滿頭困惑。但是，楊三二並沒有理會四面而來的質疑，只是專心一意地鑿著木頭，連長久蹲著造成脊椎受傷、肌肉拉傷，都沒有阻止他繼續。



· 楊三二努力的身影



楊淨淑眼眶泛紅地說：「每次說到這個我都還是忍不住，爸爸其實給我們很好的身教，我都覺得如果是一個年輕人一定早就想放棄了；這樣勇往直前的堅持，其實是現在人很需要體會的。我自己都覺得我只要把我爸的精神拿來三分，就很夠用了。」

原來，在蓋一冊木造之前，楊三二就曾經先後為家人建造了兩棟美式小木屋，全部都是親手搭建，但是一棟被白蟻侵蝕毀壞，一棟則是在颱風過境時，被吹翻了屋頂，當下全家人只能在大風雨中慌忙收拾家當。面對自己花時間精力親手製作的屋子毀掉，那種心裡的失落、對自己意志的考驗，楊淨淑表示，連站在身邊的自己都可以明顯感受到。

面對兩次失敗，一般人大概會垂頭喪志，不再堅持。但是，楊三二卻把失敗當成成功的養分，從錯誤中學習，四處請教專業師傅，對於木材防水請教製船師傅、為了牆面透氣尋找天然的蚵灰塗料，決心為家人建造更好的房子。

專心一意，做好一件事

其實，楊三二並沒有建築背景，而是黑手出身，年輕時捧著一斗米，向受日本教育的黑手師傅求學，在師傅指導下學習了日本人對工作的嚴謹態度；而後在林務局開發山路，有操作重型機具、工程開發技術的經驗。因著以前一步一腳印的務實工作背景，楊三二從不覺得有過不去的困難，只需要想辦法解決就好，呈現父執輩的韌性、意志力。

對於工作的一絲不苟態度，也實在地反映在一冊的建造過程中，楊淨淑分享著，曾經有到場學習木構工法的朋友不小心將木頭掉在地上，讓楊三二相當不高興，因為楊三二敬重工作、在意態度，「那位朋友覺得相當歉疚，但是其實我們當天學到很多，她還寫了學習的心得分享給我呢。」

就是因為這樣用心處事的態度，漸漸地，這樣的堅持不僅吸引許多遊客前來觀看，也有建築行家到場觀摩，還有人每年會從國外回來探視，楊家人這才發現，這件事似乎具有更重要的使命，已經不單單只是建造自己家園的夢想而已；一間實際以大木構工法建造的一冊木造，就是木造建築技術傳承與最佳執行範例。



· 來自國外的換工者

「雖然我爸從不需要旁邊的人為他證明或肯定，但這樣的情形其實給我和媽媽、妹妹有很大的信心；以前都覺得我們好像不符合資格，透過一點一滴、大家的支持，我才決定申請〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉，尋求更多資源。」

「〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉就像是一冊木造的強心劑，不僅讓我們有資金繼續完成夢想，也改變了大家、阿公對爸爸的看法。」楊淨淑說著又紅了眼眶。

十年前楊三二決定建造一冊之後，家中花費都由太太經營餐廳支撐，心疼女兒的阿公自然對於楊三二頗有微詞，然而〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉的肯定反轉了這樣的情況；透過媒體報導與解析，大家更了解一冊的傳承性、永續性及重要性，阿公反倒成了楊三二的頭號支持者，楊淨淑笑著說：「現在阿公到一冊木造，如果遇到有人質疑，還會第一個跳出來為爸爸說話呢。」



夢想強心劑，實現理想共聚地

「一冊木造」乘載著夢想與使命，今年即將邁入第十三個年頭，目前結構已大致完成，距完成百年家屋的夢想似乎已經不遠了，楊淨淑笑著說：「過年大掃除時，家人們還在討論以後住進一冊木屋，大掃除應該就是要把整棟木屋的木頭擦上梧桐油吧！」

雖然建造一冊木造花費了十年光陰與大部分積蓄，然而苦心鑽研大木構的成果與精心設計的完美卡榫、堅持不懈的態度……卻是金錢難以衡量的價值。隨著楊三二對一冊木造的深耕，一冊被納入文化資產叢書、更有導演進行建造紀錄片的製作，越來越多人聚集在一冊，為楊三二追逐夢想的堅持所感染，且深受感動。



如果一冊的工藝與精神，隨著建造完成而結束未免過於可惜，因此楊淨淑為一冊規劃了共四個階段的計畫，將時下流行的換工（打工換宿）與傳統社會的互助伴工（一群人共同依序幫助團體中的人完成目標）導入一冊建造的過程，開放有心學習木構工法的人在楊三二身旁貼身學習；目前已有二十多位自願換工者先後前往一冊進行學習。其中，換工長達兩年的蕭凱仁，協助整理楊三二的建造手稿，進行一冊木屋 3D 數位化；楊淨淑也將建造過程以影像建立資料庫，讓這些工藝可以有有效的傳承，後續能夠進行講座分享與提供學術研究參考。

楊淨淑表示，希望一冊不僅僅是一間流傳百年、擁有重要工藝的綠建築，更希望可以藉由一冊的故事、精神與態度，凝聚重視環境保護、有想法、夢想的人們，成為一個理想的聚眾點；這也是一冊木造在遵循古法立柱、上樑時，皆會舉辦儀式活動的另一原因。

這一棟安靜佇立的木屋，用它蘊含的意涵與一刀、一劃刻出的故事印記，帶起每個人心中最美好、純粹與翻騰的夢想動力，讓我們深信，只要 **KEEP WALKING** 夢想就不遠！

撰文者 | 張雅劭



· 立柱儀式圓滿成功！



· 來自各地的換工者



天生我「材」必有用， 為愛而生的大自然教室

將對台灣生態環境的愛化為行動，退休教師廖聖福攜家帶眷推廣生態環境教育，以漂流木再利用之木工藝手作，帶領人們再次感受大自然的奇妙、恩惠，並重視環境保護的重要性。

廖聖福





翠綠的山林、清澈的河川、蔚藍的海洋、豐富的生態圈……這裡是我們居住的寶島——台灣。你可曾經停下匆忙的腳步，好好與她細細交流？在台東，有一名退休教師廖聖福，四十多年來致力推動環境保護，期望讓更多人重視我們所生長的「家」。

廖聖福在年輕時期非常喜歡觀察野鳥，是個名副其實的「鳥人」，愛鳥成痴的他更策劃創辦了台東野鳥協會，讓所有愛鳥同好

者有一個聚集、分享的聯繫平台。而在跟隨鳥類悠遊於大自然時，鳥類的好朋友——「樹」也漸漸成了他的觀察對象，而後開始研究鳥類所棲息的環境。

「愛鳥不只是一要保護鳥，更要保護牠們生活的環境。」這樣的認知，讓廖聖福毅然決然開始了生態環境教育的推廣活動，甚至將之當成畢生志業。



漂流木不流浪，它想有個家

對於鳥類的喜愛，開啟了廖聖福走進生態保護的大門，而對於環境變化的研究、實地調查，更延伸了他對於台灣這塊土地的愛惜之心。廖聖福說：「颱風過後，我常常會在海邊、河邊進行研究、教學、環境調查的活動，其間會看到很多隨手可以撿、不必申請便可以帶走的漂流木，像是垃圾一般在河床堆積，等待被整理後丟棄或燒毀。」這些漂流木，有很多原本都是十分珍貴の木料，只是因為自然災害而流下山林，若是燒毀處理實在非常可惜。從小對木工有著濃厚興趣的廖聖福，看著這些木材思考著：「它們一定還能有所用途！」

曾經擔任教職人員的廖聖福對待孩子總是「因材施教」，而在面對木材時亦然；大材大用，小材小用，天生我材必有用，而有更多的材看似無用，其實還是有它的價值，這就是廖聖福強調的「無用之用」，也是「漂流木不流浪」的計劃開端。

他將這些漂流木帶回家、加工處理，雕琢成生活日用的木椅、木盤，在親友間更造成了轟動，大家都想要廖老師做的手工木用品！對此，廖聖福笑著說：「實在感謝大家的愛戴，更感謝大家讓這些漂流木找到了屬於它的家。」



開班授課，傳統技藝永流傳

廖聖福的木工精緻、富有情感，更特別的是：廖聖福製作的木椅是以向都蘭原住民學習的傳統「木片樺接」古法技藝而成，不需釘子卻非常穩固。如此技藝讓當時台東新興國小的鄭漢文校長驚為天人，邀請廖聖福擔任學校「原愛木工坊」指導老師，協助校內弱勢家庭的家長學習一技之長、有穩定工作機會進而自信給予下一代好的教育。



· 手鑿漂流木的廖聖福

廖聖福的教學簡單、細緻，「原愛木工坊」成功培育了多名木工師傅，成為原鄉產業自立的典範，而堅持使用漂流木的環保意念，也為當地帶來觀光的產業經濟。如此成果讓廖聖福赫然發現，原來漂流木手工藝還能發揮如此有意義的連結，大自然恩賜的漂流木只要善加利用，便能創造人類的幸福快樂。

二〇〇九年，八八風災重創台灣。風災後，廖聖福看到堆置在鄉間的漂流木，以及偏鄉受災居民的無助，他想：「我一定能為他們做些什麼。」依著善心企業的捐助，廖聖福延續「原愛木工坊」的成功案例，協助多良部落成立「向陽薪傳木工坊」，讓原本令人感傷的漂流木料，因為愛與感恩的加工，有了新的生命；更讓受災戶的心有了安定的力量。廖聖福笑著說：「我的徒子、徒孫遍佈台東，有人持續在木工坊工作，也有人自行開設木工行。看到他們可以因為木工有了自足之力，真的非常開心！」



· 八八風災阻塞海灣、港口的漂流木

愛的傳承，父女齊推生態保護

廖聖福對於台灣這塊土地的愛護之情、對於環境保護的熱切心情，女兒廖仁慧一直看在眼裡。從小跟著父親上山、下海，讓廖仁慧對於環境生態也有著特殊的情懷，在父親的耳濡目染下，她亦隨著父親走上了這條生態環境的教育推廣之路，在台灣生態工法發展基金會擔任執行長，推廣環境教育，帶領民眾認識棲地、了解生態問題，與父親一同為環境保護的推動盡一份心力。

· 手盤工具



· 漂流木椅作品

近年來，「手感溫度」風靡全台，手工 DIY 成了時下的流行趨勢。因此廖聖福決定開設手工漂流木椅教學班，透過漂流木椅手工教學傳承傳統技藝，更以此為媒介帶領一般大眾認識環境保護、生態保育。讓大眾當面了解，那些看似無用的小漂流木，其實有許多是台灣原生的珍貴木料，而這些溫潤的木材只要稍加處理，便能做出我們生活中使用的木椅、木盤，發揮「無用之用」的利用精神。

為了推廣環境保護，為了讓更多民眾參與課程，廖聖福的手工漂流木椅教學班不同於一般木工課的高學費，收費十分平價，僅僅只有材料費用而已。廖仁慧表示：「爸爸開設木工班，目的是為推動生態教育、傳統技藝，因此成本並非他的最大考量，甚至常常貼錢在做。而夢想資助計劃的支持，則讓他可以無後顧之憂地去推動這個課程。」對於父親傾盡心力地教育推廣，廖仁慧總是第一個附議的最佳支持者，因為她知道：推廣環境教育是父親一輩子的職志。



· 漂流木椅作品

雖然廖聖福的手工漂流木椅教學班收費平價，但是他的備課、備料卻十分費工、耗時。因為課程使用的木材為漂流木，木料的狀況、形狀總是千奇百怪，因此在開課前廖聖福總是會將所有學員的木料都做好百分之七十的前置作業，讓學員僅需組合、打磨即可完成手工木椅。看著父親花費大把時間、心力處理教學材料，廖仁慧總是十分心疼，她認為：「前來上課的學員，不正是要學習自己手作木椅嗎？那麼應該讓他們從頭學起啊。」然而在與父親討論過後，廖仁慧才發現，父親的做法的確正確。

廖聖福表示，開設手工漂流木椅教學班的目的，是為了讓來參與的學員對於漂流木再利用、環境保護有所共鳴，因此在課程安排上不能太過複雜、困難；必須簡單、好操作，讓學員可以先建立自信，進而對於木料、生態環境感到興趣。若是一開始就讓學員受挫，有些人甚至會直接拒絕，這樣可就得得不償失了。對於環境保護的推廣，廖聖福總是不在乎自己已經做了多少，而是期待自己還能做得更多。



· 開班授課教學實況



自己的家，自己保護

走進山林，一棵棵參天大樹聳然而立。廖聖福總是邁著輕快的步伐向它們走去，張開手臂對大樹說道：「大樹，大樹，給我抱抱。大樹，大樹，我愛你。」給予樹木深深的擁抱。在環境保護的教育推廣過程中，一次次的環境導覽、研究觀察，都讓他對這片土地的愛更深一層。擁抱大樹，讓廖聖福感受到了大自然源源不絕的能量，讓他時刻充滿能量做好環境保護推廣的每一步。

環境保護的推廣，工程浩大而費時，更需要長久的時間等待埋藏的種子生根、發芽，然而四十多年來，廖聖福從不覺得辛苦，也不覺得困難。「台灣是寶島，是我們的家，我相信所有家人都願意一起來保護她。」



・ 希望我的小樹平安長大！

・ 不要怕，我會一直保護你



・ 向下紮根，動手種樹囉！

二〇一三年，大愛電視台《青春進行曲》節目採訪廖聖福，拍攝「漂流木不流浪」計劃紀錄片；節目播出後廖聖福收到了各界的支持回應，其中有一位孩子透過母親與他聯繫，表示看完紀錄片後對廖聖福十分景仰，更在二〇一五年與家人一同前往台東與廖聖福相見歡，跟著他一同參訪紀錄片中的各個場景，了解環境保護的重要性。

雖然目前小粉絲還年幼，然而環境保護的重要性已在他的心中萌芽，未來還會繼續深根，進而成長為大樹，開花結果。「漂流木不流浪」計劃不僅僅只是廢綠能的再利用、傳統技藝的傳承，而是將漂流木與木工作為接觸群眾的媒介，進行生態保育、文化教育、環保的多面向知識宣導，讓大家了解環境保護的重要性，提醒所有重要的「家人」，我們該一同面對生態失衡的嚴重問題。



・ 廖聖福與小粉絲合影

致力環境保護教育四十多年，縱使面對資源不足，廖聖福依舊喜樂面對。一同執行計劃的夥伴們總是笑著說：「廖老師大概是全台灣最快樂的人了！」快樂的人做快樂的事，「漂流木不流浪」計劃不會結束，歡迎你來廖聖福的大自然教室，一同了解生態、體驗手作、親近自然。

撰文者 | 胡郁婷

天使 DJ 圓夢計畫： 只待羽翼漸豐，迎風飛翔

追夢的過程中有風有雨，
卻吹不走、打不散想展翅高飛的心情。

潘美緣



她是一名剛畢業沒多久的女孩，佩淳，主修視覺傳播科系的她，擅長用冷調的色彩設計，天生有著對於美的執著與感官，她接案在家做設計已經兩年，而此時，第二屆天使 DJ 也正在招募中。

罕見疾病基金會在佩淳的推薦信函上寫了評語：「自律甚嚴。」這封推薦信加上她準備齊全的自傳，將她送上了天使 DJ 的廣播台。在她的廣播節目裡面，沒有特定的主題，有時候，她談背包客的旅行；有時候，她介紹有機素食餐廳的特色；有時候她談最近看過的一本書。

佩淳從不告訴聽眾，自己是一名漸凍症的患者，頸部以下只剩下操縱電動輪椅的兩隻手指頭可以自由活動，因為她由衷地希望，喜歡聽她主持節目的聽眾在聽節目的時候，百分之百為了她的節目而感動，而不是帶著一絲一毫的同情；她期待她所得到的掌聲，是因為她的努力，而不是因為她的生命故事。

天使 DJ 對佩淳而言，是第一份工作，為了這份工作，她可以

一個人搭著捷運，來到位於淡水的 FLY STUDIO 無障礙互動錄音室，她很少需要母親陪著她出門，因為妹妹也患了和她相同的病症，比起照顧自己，她體貼地希望母親多些時間陪伴妹妹。

從採訪、錄音、配樂到後製剪接，佩淳從不假手他人，就連指導她的資深廣播人天瑜都表示，這女孩令她肅然起敬，除了在生活上的能夠將自己打理得很好之外，對於自身節目的品質更是高要求，雖然不是本科系出身，卻勇於挑戰做不同於一般廣播節目，著實令人欽佩。

當上帝奪去一切，只剩下聲音，當失去行動能力，只有靈魂與聲音能夠完全自由！他們不需要同情，需要的是「機會」。佩淳的例子只是其中的一則，連續兩屆、目前在廣播線上主持不同類型節目的天使 DJ 包含了各種障別：自閉、罕病、肢障、脊髓損傷、視障、顏面傷殘（燒燙傷）……等等，每個人為了一圓 DJ 夢，歷經各種挑戰的真實故事，在在令人動容！

・ 第二屆天使 DJ 合照



・ 天使 DJ 大合照



《天使 DJ 圓夢計畫》，一切從零開始打造

培訓佩淳站上廣播台的，是由潘美緣（天瑜）策畫、復興電台協助播送的〈天使 DJ 圓夢計畫〉。一開始推動天使 DJ 的選拔時，所有 NPO 組織都不看好她，甚至懷疑她只是為了博取公益名聲才啟動天使 DJ 的計畫，選拔過後並不會真的讓天使 DJ 們真正「ON AIR 主持節目」。過程中質疑的聲音並沒有打斷天瑜的計畫，她帶領工作團隊花了一個月的時間選拔天使 DJ，從一百多個人裡頭遴選出二十一人，集中火力培訓成為第一屆的天使 DJ。

然而，先前不曾被旁人的質疑擊倒的天瑜，在培訓的時刻才總算了解，這項任務的執行過程有多麼艱難。即使通過遴選，天使 DJ 們並非本科系出身，即便是廣播最重要的元素——口條，都必須從頭學起。



• 天使 DJ ON AIR

一開始，錄製好的節目帶裡頭，甚至會出現三十分鐘裡面就有長達十分鐘空白、問錯問題沒有剪掉的狀態，天瑜笑著說，當時真的非常感謝復興電台情義相挺，願意協助修改，而不是選擇將節目撤掉。

不過漸漸地，隨著天瑜與數位資深廣播人的協力指導，天使 DJ 們開始掌握主持節目的要領、剪接的藝術及採訪的技巧，節目的精采度也越來越高，每一位天使 DJ，對於自己的節目都有相當程度的堅持，一集三十分鐘的節目，為了讓觀眾聽見最完美的三十分鐘，不惜花上五六個小時錄製，只求能夠完美呈現。



• 錄音後合照

即使要爬上好漢坡，也要一圓廣播夢

然而，考驗不僅出現在錄製節目的時刻，錄音室外也有著艱難的考驗等著天使 DJ 們——為了能到復興廣播電台的進行錄音，他們得先爬上位於半山腰、斜坡將近四十五度的「好漢坡」。

除此之外，通往錄音室的路上，還有著有著長長的階梯，沒有坡道供輪椅通行，只能一手握著旁邊的扶手，一手搭著友人的肩膀，一步挨著一步，緩慢而艱辛地爬上一層又一層，彷彿永無止盡的階梯。短短的路程，天使 DJ 們卻要傾盡全力、花了二十分鐘才能來到錄音室的門口。

即使如此，每次到了錄音時間，他們仍努力不懈地爬上階梯，緊緊抓住在錄音室內的麥克風。因為「天使 DJ 圓夢計畫」讓他們成為廣播人的夢想不再只是空想，而是近在眼前的機會，因此，即使再累、再辛苦，都阻擋不了他們的炙熱渴望。



「FLY STUDIO 無障礙互動錄音室」讓夢想起飛

身為計畫主持人的潘美緣（天瑜）看著天使 DJ 們為了完成夢想、堅持爬上好漢坡的模樣，雖然嘴上沒說，心裡卻是滿滿的不捨。因為每一次錄音的過程都像是一場挑戰，雖然到目前為止都沒有發生任何意外，可這樣的方式終究不是長久之計。

於是，「設立一間無障礙錄音室」這個想法在天瑜心中發了芽，然而，成立一間錄音室最重要的問題來自於——資金。歸屬於軍方的復興廣播電台已經擁有十多間錄音室，沒有名目特別為了天使 DJ 們增建錄音室，更困難的是，由於公營的身分，更不可能以任何名目私下捐贈金錢，就在此時，〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉的出現，如同一陣及時雨，讓無障礙錄音室得以落地生根。

建造錄音室的過程中，挑選地點也耗費了許多的精神，考量到天使 DJ 無障礙的需求，天瑜四處尋訪地點，符合條件的地點卻相當稀有：離捷運不能太遠、不能有任何一層階梯、必須設有無障礙廁所、價格不能太高。挨家挨戶地尋訪各處後，才終於找上由淡水文化園區所託管的一處八坪大的空間，動工建造無障礙錄音室。

坐落於古蹟群間的 FLY STUDIO 無障礙互動錄音室，是天使 DJ 們的第一間錄音室，外觀採用日式雨淋板，刷上一層古色古香的仿古漆，壓克力板上飛揚著由身障美工所義務設計的「FLY STUDIO」字樣，更特別的是，這間錄音室不只能夠錄音，更能與外面的舞台同步連線，達到內外同時播音的功能，普通時刻為錄音室，到了要辦活動的時候，則搖身一變成為音控台。



「Satakieli 千言萬語」，與芬蘭的跨國交流

有了 FLY STUDIO 無障礙互動錄音室後，與外界的許多合作也得以推動，像是無障礙錄音室的揭幕式，便由五位天使 DJ 分別主持三十分鐘的節目，與各國同為身障組織的受訪者連線，比較兩國的社會福利制度、對身障與罕病族群的權益主張等等，相當具有可聽性。

二〇一四年時，透過公共電視台的牽線，天使 DJ 與芬蘭的 Radio Valo 跨國合作製播廣播節目「Satakieli 千言萬語」，回想起這歷時一年的國際交流，潘美緣（天瑜）表示，在訪談中最令她驚艷的，是芬蘭福利制度的完善性：平均一位重障者最多可以申請三位隨身助理，分別協助處理工作、生活、休閒三種面向，甚至連主持人的訪問大綱，都有工作助理幫忙打好草稿；而在芬蘭，Radio Valo 甚至擁有一整棟無障礙大樓讓身障朋友進行錄影錄音工作及休憩。

這一年跨國的交流，除了促進天使 DJ 們的訪談技巧更進一步之外，也能明顯地看見台灣對於福利制度區塊可以努力的方向，更藉著台灣與芬蘭的交流，在國際上留下了一筆光輝的歷史，讓國際間聽見台灣身障族群的「聲」命力！



• 天使 DJ，讚啦！



期待如同兩面刃，希望與痛苦不斷拉扯

由於二〇一四年舉辦了 Satakieli 千言萬語的活動，第三屆的天使 DJ 招募計畫也因此暫停舉辦。但其實，暫停的理由卻不只是因為人力不足，更多的原因來自於資源的停滯，即便復興廣播電台已經開放了兩個黃金時段的帶狀節目，也只能維持目前約二十位主持人的時段，不能再多開放時段給新一屆的天使 DJ。

停招的這兩年，各地的詢問並沒有中斷，打電話來的阿公阿嬤、留言在 Facebook 的爸爸媽媽、透過 NPO 組織寄來的 E-MAIL，每則訊息關切的都是：「第三屆天使 DJ 計劃什麼時候舉辦？」「可不可以幫幫我們家的孩子，讓他也能實現自己的夢想？」天瑜坦言，面對這些期待，她只能用最平淡、不帶任何感情的官方語言告知他們：「若有舉辦，請以官方徵選辦法為主。」

並不是她不懂得這些期待背後的心情，她甚至比這些家長都要懂得孩子們的困境，只是她同時也開始思考：自己是否有辦法承接如此多的期待，並且一一地回應這些渴求？這個問題背後的答案，關乎她未來是否繼續舉辦第三屆天使 DJ 的選拔。



· 夜色中，努力錄製生命故事的天使 DJ 們



天使們，展翅高飛吧！

歷經良久的思考與掙扎，她還是無法拋下這份責任，只是考量到公開募款和開關時段的問題，勢必得脫離復興廣播電台的公營身分，未來，她與天使 DJ 們將成立社團法人，名為「社團法人媒體平權希望協會」，正式成為 NPO 組織的一份子，除此之外，更重要的是希望天使 DJ 的計畫能藉此拋磚引玉，吸引更多的媒體同業共同加入，達到「媒體平權」的理想。

從一開始的第一屆天使 DJ 的試行，到現在籌組成為社團法人的路上，自然也經歷過許多紛爭與荊棘，然而，她盡力地將這些風雨隱藏到自己的背後，不只是為了完成自己身為媒體人的使命，更希望這群天使們能從被採訪的身分中脫胎換骨，成為用自己觀點採訪別人、實踐自己價值的廣播人，飛向屬於自己的一片天空。

撰文者 | 吳玟蓁

Let the dreams continue....

KEEP WALKING.



堅持夢想，
收穫的果實將飽滿而甜美。

編者後記

執行的夢，不再是夢

年少輕狂時，我們都有一個屬於自己的夢想：環遊世界、推廣理念、挑戰極限……這些夢想，有多少人開始追夢、正在逐夢甚至已經美夢成真呢？生活的壓力、時間的沈澱，往往會讓大多數人遺忘當初夢想萌芽時的積極與興奮，最後，夢想依然只是一個夢。

因此，對於勇敢逐夢的夢想實踐家，我總是十分敬佩。此次因為參與 KEEP WALKING 第九屆《勇敢堅持 挑戰未來》專書製作，很榮幸地有機會與台灣三鐵女王李筱瑜、IOH 開放個人經驗平台創辦人莊智超及〈漂流木不流浪〉計畫的推廣人廖聖福老師深度訪談，瞭解到他們夢想成形之始、夢想執行之堅以及不斷前進的夢想進行式。

在與李筱瑜的談話中，可以很深刻、明確地感受到她對於鐵人三項運動的熱情、激情與狂愛。儘管身體疲憊、資源短缺、遭遇困境，就算面對再多的不看好，她依舊堅持往夢想前進。訪談中筱瑜幾度哽咽，讓身為訪問者的我也不禁為她的辛苦感到鼻酸；然而我從中體會到更多的是她面對夢想的堅持、面對困難的堅強，真不愧是台灣的三鐵女王！

IOH 開放個人經驗平台創辦人莊智超亦是一位全心全意逐夢的夢想實踐家，採訪當天我到了 IOH 位於台北市的總部，不大的空間擠滿了一群大學實習生，他們沒有任何酬勞卻願意在此協助，為什麼？因為他們都和莊智超一樣，有著希望台灣更好的一顆心。IOH 開放個人經驗平台協助台灣年輕人探索世界，經由他人的經驗

分享找到屬於自己的一條路。如此有意義的平台，著實需要大家的一同加入。

從事環境教育四十多年的廖聖福老師更是讓我倍受感動。將大家認為無用的漂流木，經過巧手加工成了獨特的木椅、木盤，甚至在「原愛木工坊」、「向陽薪傳木工坊」協助弱勢偏鄉發展、開班授課推廣環境生態教育與傳統技藝。儘管教育的路悠遠深長，廖聖福老師卻從沒想過停止，對於環境保護的推廣，他總是不在乎自己已經做了多少，而是期待自己還能做得更多。

採訪了三個不同的夢想執行，我卻從中看到了他們在談論夢想時眼中一樣的閃耀光芒。誰說逐夢的過程不辛苦呢？然而，沒有執行的夢想，終將只是個「夢」，唯有開始做了，夢想才有成為現實的可能，讓我們一起 KEEP WALKING 朝美夢成真前進吧！

胡郁婷

編者後記

不做不會怎麼樣，但是做了你會很不一樣！

關於夢想這件事，很多人都是想得太多、做得太少，在夢想路上的眾多變數也常讓人裹足不前，好的想法與生命力有時候就在這樣的蹣跚中失去了。然而，此次採訪的三位夢想家，雖然有著不同的夢想目標，但都有同樣的特性——勇敢無懼地向前挑戰，並且一步一步地規劃，努力朝夢想前進。

在採訪過程中，一點一滴地聽到他們的故事、心中的想法與未來的展望，心裡會不自覺的湧起一股滿滿的敬意。花費十年建造一個百年家屋，還有位貼心的女兒傾盡全力協助爸爸完成夢想，中間的堅持與成全該有多麼地動人？一位特教老師為了讓身心障礙孩子能夠突破自我、建立自信，就算腳痛到需要打針才能繼續完成環島行，還是勇往直前帶領著孩子們完成傳愛之旅；而另一位特教音樂老師，則是看見身心障礙學生對音樂的天賦與努力，期望世界可以和她一樣看見他們發光的那一刻，因而用盡全力鋪設一條美好道路讓他們前行……

三個故事一樣的動人情感，每每聽到他們用堅持撐過挫折處，都讓人眼眶一熱，總要用力忍住才不會掉下淚來。聽著他們的故事，不禁讓人聯想到自己的夢想——成為一位可以運用文字力量影響社會的人，過程有苦有甘，我也正在努力當中，因而更能體會夢想家們一路遇上的喜怒哀樂。雖然人生中本就會遇到各式挫折，其中的酸甜苦辣只有經歷過的自己最能知曉，然而，我們卻能從中撇見那個曾經遇上困難的自己，藉由夢想家的故事，鼓勵自己往前邁

進，告訴自己目標就在不遠處。

老實說，短短幾個小時的採訪以及三千多字的文章，完全不足以道出他們逐夢的胸懷與經歷，在離開前甚至感到一絲愧疚；他們用一生的光陰築夢，我卻因時限而難以一一傾聽每一段經歷過程。

所幸，我還有一支筆、還有這本書，在深夜與凌晨用最真誠的心寫出夢想家的奮鬥故事，讓更多人感受他們的精神與態度，並且可以讓更多人因感動而加入築夢的行列，若能做到此舉，我想應該不枉夢想家們花費時間與精力向我講述他們的故事吧。

真心期待正在閱讀此書的你，可以和我一起享受這些夢想家的正向熱情，感受我在採訪當下的感動，進而想想自己的夢想與落實計畫。

張雅勛

編者後記

夢想的第一步——懂得造夢

「夢想，是該說遠還是近呢？」

在參與完整個第九屆夢想資助計畫《勇敢堅持 挑戰未來》的書籍採訪時，我不斷問自己這個問題。

只因帶給我的感動太多，我在每一位受訪者身上，看到了許多一樣與不一樣，他們的背景不同、起心動念不同、資源條件更是不同，然而他們對於台灣的「理想熱情」卻是如出一轍。他們將單純的想法在心靈沃土上幻化成一顆顆希望種子，並定期滋養、灌溉，竭盡所能地養育它成就一顆茁壯的大樹，最難能可貴的是，這顆大樹的存在是為了庇護更多希望、為了讓更多幼苗可以在樹蔭底下遮風避雨而賣力長大。

當初，接手這個計畫的執行時，並沒有思考太多，只是單純地覺得這是一個「紀錄實踐夢想」的過程，只是我不知道，我竟然會在一次次的採訪過程中被深深感動，並且有了反思。

原來「夢想」並不需要多偉大，只要認可自己的「心中所想」，並帶著「堅信到底」的精神逐步往前，正如第九屆的計畫主題一般：「勇敢堅持、挑戰未來」即可。印象最深的是在一次採訪中，受訪者跟我說一句頗有深意的話：「很多人，不懂得造夢，何來談夢想？」

這句話深深地烙印在我心底，是的，夢想的第一步就是「懂得造夢」，我們必須要對自己的夢想有一點野心與貪心，對想像力大方一點，把最美好的樣子勾勒在腦中，調整步伐執行，沒有達不成

的事，只有怎麼達成的過程差異而已。

〈KEEP WALKING 夢想資助計畫〉可以說是一個三方獲利的優質計畫，表面上或許是得獎者受益，領到一筆資金，可以實踐自己心中所念、所想，然而隨著計畫的完成，往往對於台灣有一層更深、更遠的受益。另外一方便是在採訪的過程中，由受訪者親口說出自己的故事、說出自己對於這個夢想的最初與最後，在整場信念與思維的交流與傳遞中，我從他們閃閃熠熠的眼神裡看到一些對於生命的韌性、對理想的倔強，那是透過文字與媒體無法傳遞出來的一股能量，會突然對於眼前與自己平起平坐的這個人肅然起敬。不禁從中思考，所謂夢想執行起來究竟該說遠還是近呢？

很感謝這次有這樣的機會接觸這個計畫，也期望社會能有更多人知道這個計畫、透過它讓自己離夢想更近、更近一些，進而回饋給台灣。

陳思諭

編者後記

夢想，是別人奪不走的火苗

在忙碌的生活中，有時候我們會忘了夢想的形狀。年紀越來越大，想做的事情卻越來越保留，也許是現實的考量，也許是想逃避的心，讓我們不再掂量夢想實行的可能。

我帶著這樣的疑問，來到環浪商號（現更名為小食糖），與良伊喝了一杯拿鐵，專注地聽著他到南極冒險的故事，聽懂了他非去不可的原因：搭著公車到板橋，參觀培根老師的功夫教室，聽著他描繪孩子們認真學習功夫的喜悅模樣；進到空中大學的錄音室，與天瑜聊起她陪著天使 DJ 的過程，帶著他們從新手 DJ 到專業廣播人，除了淚水，更多的是驕傲。

透過學習功夫而得到自信的培根老師，用社會企業的方式協助國家未來的棟樑，讓功夫小太陽不只是一時的夢想計畫，更是立足於台灣、放眼世界的功夫武學；重視環境保護的良伊，義無反顧地投入國際環保組織 350，喚醒國人對於氣候變遷更深一層的關注；身為廣播媒體人的天瑜，用自身的一技之長幫助天使 DJ 們碰觸到夢想的光芒。

貼身採訪這三位夢想的實踐者的過程中，我突然明白，夢想並沒有固定的形狀，也非懸掛天邊遙不可及，其實，夢想就在驀然回首的燈火闌珊處——因為打從你內心出發的夢想，是不論歲月多殘酷、社會多現實，都奪不走的初衷。

在談論的過程中，也能深刻地體會到，當我們不再循規蹈矩地生活，而選擇勇敢追逐夢想時，需要多麼大的勇氣與支持，那些來

自家人、朋友的鼓勵，是他們支撐下去最大的力量。

當然，途中也會面臨擔心和質疑：「為什麼不走一條輕鬆的路？」別人總是這麼問著，而我想「放棄吧！」這個選項也曾經在午夜夢迴間閃過他們的腦海中無數次。

然而，即便有再多的聲音阻礙著他們前行，那股在內心吶喊著的渴望還是催促著他們走到更遠的地方、看見更壯麗的風景，也正因為他們勇敢地前行，一路上出現了更多的支持，比如：夢想資助計畫的奧援、與每位同伴的並肩前行，以及來自陌生人的每一句「加油！」，都讓他們的夢想不只是一場屬於自己的冒險，更是一趟回饋社會的實踐旅程。

吳玟蓓

編者後記

人生只有一次，就該專注在夢想上

常常在想，當一個人在描述他的夢想時，會是什麼樣的表情？是雀躍還是胸有成竹？這一次，終於有機會可以與這些夢想的實踐家面對面坐下來談談他們的計畫時，在他們的身上看見了一個共通點——對夢想的不減熱情。

他們的夢想，對多數人來說是遙不可及的。當我們整日生活在新興媒體、通訊軟體所構築的世界中，面對不斷快速流動的資訊，我們對這個世界所發生的事漸漸變得麻木，學會用數字以及表格去判斷一件事的可行性，或許是身處於這片時空下獨特的應對機制。

數字，帶給我們一個規範以及安全感，但同時，也限制的我們的行動範圍，在什麼樣的年齡應該要做什麼事，工作多久應該要有多少資產，社群網路的按讚數等等，生活周遭總會有人不斷追逐著數字帶給他的成就感，忽略了生命中可以有其他的可能。然而，有一群夢想的實踐家，選擇跳脫這樣的框架，朝著自己的目標前進，他們說：「有些事情現在不做，那要等到什麼時候？」

陳建泰：「讓小型的社區支持農場遍布全台解決糧食以及食品安全問題。」

朱永祥：「讓全世界的兒童都能享有食物、遊戲、受教育以及被愛的權利並且推動弱勢族群社區自覺的進程。」

舒米恩：「讓全世界都能看見獨一無二的阿美族文化並且讓『美式生活』可以永續發展。」

讓我感到好奇的是，人生並沒有任何彩排或是重來的機會，他們為什麼能確信這就是自己畢生要追求的目標呢？

陳建泰：「一開始只是想要重拾自己的田園夢。」

朱永祥：「每個孩子需要的只是一個機會。」

舒米恩：「在時代的變遷中找回自己的定位。」

這些版圖驚人的夢想，只是源於一個微小卻堅定的想法，這個想法驅使著他們去做許多的嘗試，在過程中也會面對許多碰撞與瓶頸，然而加進一點創新，刪掉一點多餘，就成了夢想的雛型。當然主原料就是對於信念的堅持。

夢想對你來說是什麼呢？原本對我來說大概就像是北極星，看著它你永遠不會迷路，卻不會有觸碰到它的一天。這次採訪後，我覺得夢想像是積木。一開始可能只是想用積木組成一個小木屋，完成之後發現一個小木屋太孤單了，於是開始蓋農場、組車子還有穀倉，慢慢的小木屋就會開始變成一個度假村，搞不好最後還可以變成一個王國，又或許，它只能是一開始那一塊積木，沒有辦法建構出一個未來。

你的夢想是什麼呢？

黃鈺珍

關於帝亞吉歐 DIAGEO

公司歷史

帝亞吉歐 (Diageo) 是全球酒精性飲料領導廠商，以其全球性的視野與尊重在地需求和文化，提供消費者許多一流的酒精飲料品牌，包括烈酒、葡萄酒及啤酒等各種領域，包括約翰走路 (Johnnie Walker)、蘇格登 (The Singleton)、思美洛 (Smirnoff)、貝禮詩 (Baileys)、健力士 (Guinness)、摩根船長 (Captain Morgan)、坦奎利 (Tanqueray)、美麗莊園 (Beaulieu Vineyard) 與銀色山谷 (Sterling) 等一百五十種品牌與產品，可滿足消費者的不同需求與多樣的口味變化選擇；帝亞吉歐產品行銷遍及全球一百八十個營運據點，股票於英國倫敦和美國紐約上市。帝亞吉歐台灣分公司在台北、台中與高雄分別設有辦公室，服務全國的客戶與消費者。

公司願景

帝亞吉歐「Diageo」這個字彙本身結合了拉丁文的「day (dia)」及希臘文中的「world(geo)」，因此我們將此涵義延伸為品牌願景，希望每個人都能夠隨時隨地歡慶生命！

公司價值觀

為提供最佳服務與產品，帝亞吉歐秉持著五個重要價值觀來審視自我：

對消費者保持熱誠 (Passionate about consumers)
給予自己和他人成功的自由 (Freedom to succeed)

以我們所作的為榮 (Proud of what we do)

成為最好的 (Be the best)

相互的尊重與肯定 (Valuing each other)

企業社會責任

成立以來，台灣帝亞吉歐一直以「跨越國界藩籬，發揚在地精神」為經營理念，對內相當注重內部員工的福利與發展，並提供良好的工作條件與環境，讓所有同仁可釋放最大的潛力與成長。對外，身為台灣一份子，帝亞吉歐負起企業公民責任，積極參與社會公益活動的推展與社區關係經營，曾舉行「約翰走路高爾夫菁英賽」、「921 臺灣生命力攝影展」、贊助「文建會文資中心修復席德進畫作」等大型活動。自 2008 年起，公司同仁更自願擔任志工，每週末為馬階醫院社區的獨居長者送上愛心便當。2009 年 88 水災重創南臺灣，帝亞吉歐台灣分公司不僅捐出新台幣 300 萬元，同仁們更捐出一日所得以及自由樂捐共新台幣 30 萬元與總部帝亞吉歐基金會海外匯入 1 萬 5 千英鎊共同捐贈台灣紅十字會，幫助災民重建家園。

自 2003 年起，台灣帝亞吉歐更開始舉辦「KEEP WALKING 夢想資助計畫」，鼓舞民眾勇敢踏出逐夢第一步，實踐自己的夢想；2014 年夢想資助計畫邁入十屆里程碑，已資助一百零六位位夢家成功築夢，其後續衍生的正面效應，造成廣大社會迴響，不僅將「KEEP WALKING」精神推廣至台灣每一個角落，更感染許多國人

一同加入築夢行列，在在體現夢想為台灣社會啟發的無限可能。

此外，「理性飲酒」(Drink Responsibly)，是帝亞吉歐在全球推廣的重要活動，不僅持續邀請知名 F1 賽車手擔任大使，身體力行宣導理性飲酒，更成立 DrinkiQ.com 網站，針對教師、家長、執法者、零售商以及消費者等不同對象提供落實「理性飲酒」的指南以及範例，提高飲酒的理性「IQ」。而台灣帝亞吉歐在台推廣理性飲酒迄今已為之多年，除了於 2000 年贊助成立「社團法人臺灣酒與社會責任促進會」、與政府單位及民間團體一起推動酒後不開車及「指定駕駛」，以降低酒駕肇事率之外；更由帝亞吉歐發起，結合同業一起作為，主動在廣告文宣中放置禁止酒駕，酒後不開車等禁止標誌，大力提倡宣傳理性飲酒等觀念。2008 年邀請台灣之光王建民擔任帝亞吉歐「理性飲酒大使」，共同推廣「喝酒不開車」、「未成年禁止飲酒」等重要觀念。在 2010 年更與 7-ELEVEN、台灣大車隊共同推出「ibon 酒後代駕服務」，為台灣民眾提供「酒後代駕」的機制，實際降低酒後駕車的比例。2013 年 6 月先與高雄市政府合作推廣「理性飲酒」及「酒前不開車」，在布魯塞爾世界烈酒競賽暨國際酒類博覽會中安排酒駕模擬體驗，讓民眾體會酒駕的危險，並於場外提供搭乘計程車優惠券，讓民眾落實「喝酒不開車」的觀念。2013 年 9 月，帝亞吉歐旗下品牌 JOHNNIE WALKER 提出「酒前、酒後不開車」的新概念，再次與台灣大車隊合作，以創意手法打造以計程車為主體的戶外裝置，提醒民眾「酒前不開車，酒後計程車」，守護自己及他人的生命財產安全。2014 年台灣帝亞吉歐與交通部道安委員會攜手，針對國人聚餐飲酒文化及

愛逞一時之快的開車陋習，提出「酒前不開車」及「開車不超速」兩大觀念；此外，為了能更貼近年輕人的語言，同時與知名插畫家 Duncan Design 和翻白眼吧！溫蒂妮小姐合作推出一系列活潑、大膽的視覺海報，搭配一連串「愛理性 才安全」的轉圈圈快閃活動，將「理性駕駛」的理念，由廣至深擴散到全國各地。

「生命之水」(Water of Life) 是帝亞吉歐在全球推廣水資源保護活動，同時也與聯合國簽署生命之水宣言，並首先針對水源匱乏的非洲中北部挖設水井、鋪設管道，提供超過一百萬的非洲居民安全潔淨的飲用水；而在台灣，帝亞吉歐台灣分公司自 2008 年起認養台北市內溝溪畔「明舉山步道」，並與中華民國工程環境學會合作發動員工淨山清溪，維護周邊環境；2009 年則透過中華民國工程環境學會與經濟部水利署及台北市政府合作，在三月二十二日世界水日當天舉辦「322 節水齊步走」活動，於台北自來水博物館與一千名現場民眾互動，提倡節水減碳、共同珍惜台灣水資源。

得獎紀錄

- 2008 台灣帝亞吉歐獲得行政院文化建設委員會第九屆「文馨獎」之「金獎」與「最佳人才培育獎」
- 2008 台灣帝亞吉歐獲中華民國全國商業總會評選「優良外商獎」
- 2009 台灣帝亞吉歐獲遠見雜誌評選為「企業社會責任獎」外商公司前十強
- 2010 台灣帝亞吉歐獲遠見雜誌評選為「企業社會責任獎」前五強企業
- 2012 台灣帝亞吉歐獲第八屆傑出公關獎「企業形象優異獎」
- 2014 台灣帝亞吉歐獲遠見第十屆遠見雜誌 企業社會責任獎「楷模獎」

關於本書

KEEP WALKING 夢想資助計畫活動緣起

「KEEP WALKING 夢想資助計畫」為全球性的公益活動，在美國、印度、墨西哥、波蘭、泰國以及台灣等地陸續展開，啟發無私大我的社會關懷行動，創造許多為人津津樂道的圓夢故事。

一年一度的台灣夢想資助計畫緣起於 2003 年，有感於台灣歷經 1999 年 921 大地震，2000 年的政治紛擾以及 2003 年的 SARS 疫情，帝亞吉歐台灣為台灣鄉親打造別具意義的資助獎項，號召民眾以實際行動逐夢、圓夢，期望所有人無論在何種困境下，只要有夢想的力量，都可以秉持著 KEEP WALKING 精神，挑戰未來、成就夢想，不斷向前邁進。第九屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」自 2012 年 9 月下旬展開後，歷經初審、複審以及決審三階段的評選過程，以夢想「對社會之正面影響性」、「開創性／前瞻性」、「夢想實踐之可執行性」以及「夢想堅持之一貫性」等四個項目評選出十四位得主，每位得獎者獲得的「圓夢起步金」，總獎金達新台幣一千萬元。

帝亞吉歐深耕台灣多年，長期落實社會關懷，至第九屆為止共資助九十三位夢想家成功逐夢，資助總金額累計近新台幣九千萬元。不僅如此，「KEEP WALKING 夢想資助計畫」的報名件數更年年成長。本書記錄的十四位第九屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」得主，不僅來自各行各業，關懷的對象也從個人、社會擴及到整個生態，夢想內容更涵蓋各領域的教育、弱勢關懷與生態保育議題。

為達評審公平性，第九屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」評

審團成員包括來自產官學界的社會賢達人士，包含：第一屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」圓夢起步金得主尤瑪・達陸女士、遠流出版公司董事長王榮文先生、全球一動董事長何薇玲女士、政治大學校長吳思華先生、財團法人白鷺鷥文教基金會董事長陳郁秀女士、中央研究院院士曾志朗先生、教育部政務次長黃碧端女士、天下雜誌群總管理處副總經理暨教育基金會執行長鄭宜媛女士、永勤興業有限公司董事長魏永篤先生。（以上評審依照姓名筆畫排列，頭銜皆為時任）

堅持就是圓夢的開始，而圓夢過程是激發潛力、開創未來的重要啟蒙。第九屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」得主在鮮少的資源中，仍然抱持堅毅的信念，勇往直前，完成夢想，一旦投入就是十幾年的奉獻，每一位得主都是堅持夢想的最佳代表。帝亞吉歐期許透過「KEEP WALKING 夢想資助計畫」的協助，能發掘更多有潛力的台灣之光，讓世界看到台灣的無限未來



DIAGEO
帝亞吉歐

THE KEEP WALKING™ FUND
夢想資助計畫

夢想・臺灣

第一屆

歐陽台生 引進專業山區救難技術，挽救生命的希望工程

齊柏林 御風入雲攝見美麗島—臺灣水系生態空照紀錄

尤瑪·達陸 紀錄泰雅工藝及文化，建立泰雅染織工藝村染織博物館

吳興傳 推廣盲胞慢跑運動，跑出更寬廣的視野

魏憶慈 搭築原住民孩子讀書夢——新光部落的涼亭圖書館

吳宗憲 利用沼澤污水過濾方法，還家園原本清淨的本色

丁元亨 倡導願景青年行動，許公益為終生志業

第二屆

唐德沛 結合醫療與科技，架構部落遠距醫療網路系統

陳敏聲 成立「新黃絲帶創作群」，組織並持續教化更生受刑人

鄭一青 發表「守護臺灣生物多樣性」專書，建構物種保育溝通平台

馬躍·比吼 「說名字」原住民個人姓名傳承廣告拍攝

林大裕 成立珊瑚養殖農場，追求生態與商業間的完美平衡

第三屆

邱盧素蘭 建立 300 種臺灣常見野鳥圖鑑，供作中小學自然學程教材

林建享 完成千年來蘭嶼達悟族傳統船隻首次划向臺灣的歷史航程

周聖心 串連環島千里步道，為行人保留福爾摩沙美麗之島沿線風景

黃盈豪 以「泰雅烘焙屋」重現傳統泰雅族共食共作文化，讓重建區部落居民永續自足

呂凱慈 以科技傳承布袋戲老師傅的操偶首技

第四屆

林亞秀 「看」見他們的聲音，建立臺灣自然手語影像資料庫

金惠雯 建立部落文化傳承的物質基礎，推廣「部落 e 購」平台

陳銘哲 成立庇護性數位設計工作室，幫助重度腦性麻痺患者建立自我價值

趙立真 解開孩子學習中文的密碼，完成啟蒙教學研究

李毓蓉 建立青年學子的環保概念與公民意識

第五屆

陳俊朗 打造「飛翔教室」製作愉快而有效的教材，改善偏鄉地區學習低落的問題

陳雅楨 建立「原住民小農有機計劃生產網絡」，發展出獨立自主的經濟體系

廖文華 打造全方位青年生活中心，用愛心、關心緊緊拉著青少年的手

趙自強 走遍臺灣兒童病房為小朋友說故事

蘇世文 帶領台北市市民管樂團深入台北看守所，用音樂重建更生希望工程

胡忠銘 建立全方位的血友病病友團體，幫助成年病友順利求職，並給予充分治療資訊

廖基成 致力推廣寵物訓練計劃，開創醫療犬服務，為流浪犬找到完美歸宿

蔡柏璋 透過創新劇場經營的學習與思維，打造健康表演工作環境，提昇表演藝術地位與願景

第六屆

余欣怡 聽，來自海洋的歌——一生的目標是追尋海豚

沈芯菱 夢想驅動程式——打造兩岸三地最大的免費教學網站

高正忠 當好小孩們的第三個爸爸—弘孩兒課輔計劃

徐銘謙 一切多麼的不同——公民參與式手作步道之路

黃英雄 聽「心」的電影——黃英雄的視障電影賞析新典範

詹家龍 和蝴蝶說話的人—打造紫斑蝶永續生存的生態廊道

鄭淑勻 大道之行，臺灣無礙—打造無障礙空間的生命鬥士

黃泰吉 透過空手道的武德教育及生活上的良性影響，讓孩子健康成長，成為社會的正向力量

簡志明 建立無齡限制與無障礙閱讀空間，募集繪本有聲書等數位化教材讓孩子與阿嬤分享閱讀

第七屆

李香秀 拍攝結合人文與自然生態紀錄片，喚起大眾關注瀕危物種

林君英 開玩具車陪伴孩子遊戲，期望弱勢孩童能擁有快樂童年

黃博雄 以寶特瓶纖維織布創造節能又綠化的「布花園」

楊耀民 利用水庫小尖兵「e-Meduse」，解決水庫優養化問題

鄭宗道 以廢棄物打造創意建築，讓所有資源都能夠生生不息

劉若瑀 帶領中途之家青少年「雲腳」台灣，找到安定的力量

羅永清 將創作情詩與原住民語言翻譯與對話，產生文化對話與理解

第八屆

王宏珍 陪伴部落孩子學習，並出版與部落文化相關書籍，讓民眾更加了解部落

邱銘源 以「ECO KITCHEN 生態廚房」打造生態台灣、有機農村的共同品牌

胡文偉 藉由耕作讓孩童學習農村文化，並以故事行銷方式銷售農作，獲益用於孩童的夢想實踐

夏曼・藍波安 遵循蘭嶼達悟族的飛魚曆法，因應不同季節舉辦傳統原生勞動與祭儀，藉以保留
及傳承蘭嶼傳統文化

馬玉如 建置「Give 543」網站推廣兼具環保與公益的平台，藉由「捐物」引發樂於助人的善念

張淑蘭 結合蘭嶼傳統文化觀點，設立「居家護理所」，並藉由影像紀錄分享實務經驗

曹齊平 利用回收的廢棄家電佈置成生活科技展示教室，並將經驗傳承給更多老師

黃心健 尋找用身體記錄台灣故事的人，結合紀錄片的拍攝與主題展覽，擁抱台灣在地文化



夢想・世界

第一屆

艾和昌 載著臺灣駛向全世界—阿波羅四號的太陽能車前進 **2004** 年雅典奧運

曹齊平 研發創意科學實驗玩具，讓全世界窮學生都有機會使用

林麗芳 鏡頭下的菩提與人生—喜馬拉雅山上的小喇嘛

第二屆

張平宜 推動麻瘋村小學興建工程，打造回歸社會文明的希望道路

朱學恆 領導 **MIT** 麻省理工學院開放式課程中文翻譯計劃

林豪勳 挑戰全身癱瘓障礙，展開橫渡世界五大洋冒險之旅

李曉菁 出版「臺灣口述歷史英文選」，讓臺灣走出去，世界走進來

第三屆

黃百樂 要做世界第一的女攀岩手，爭取兩性運動權平等

王徵吉 紀錄黑面琵鷺全球飛蹤 **12** 年，完成世界首部黑面琵鷺全年生態紀錄

宋明杰 黑吉米計劃幫助台美混血兒吉米，展開找尋父親的尋根之旅

丁文卿 臺灣青年的關懷跨出海峽，成就柬埔寨孩童的學習夢

張景皓 以英文為偏遠地區學童搭起邁向國際的橋樑

第四屆

郭秋良 在極地追尋獨角鯨的劍舞，製作全世界第一部追蹤角鯨的科學與自然紀錄片

洪佃玠 生物農藥改善自然環境，打造臺灣基礎產業的國際競爭力

顧允岡 結合園藝治療與傳統農業文化，打造「生態村」，為精障者找回回歸社會的希望

第五屆

劉翔順 創立一個以行動教室推廣外語學習活動及國際文化交流為主的社會企業，

並培育外語志工回饋社會

第六屆

陳彥博 不只零下 **40° C** ——沒有夢想到不了的地方

趙建民 看見聲音，聽見聾人的話語—結合數位發展典藏手語文化

賴樹盛 讓邊境不再繼續無根漂流—夢想醞釀的邊境小屋

第七屆

林孝鎧 單車橫越 **25** 國，讓世界看見台灣、給下一代做夢的力量

林念慈 在尼泊爾推展「環保布衛生棉」及「婦女衛生教育」計畫

高銘和 完成「中國百岳攝影計畫」，讓更多人瞭解大自然奧妙

郭俊賢 車隊參加「殼牌省能車馬拉松大賽」，宣揚能源科技生活化

廖敏惠 參與國際海洋保育團體的航行，宣導海洋保育的重要性

第八屆

吳建衡 帶著台灣特有民俗文化——電音三太子環遊世界，向世界介紹台灣

張 正 經營《四方報》讓在台的東南亞外僑藉由母語刊物一解思鄉之愁

第九屆夢想資助計畫專書

勇敢堅持 挑戰未來

發行人 蔡嫦琪

總編輯 常璽

策畫 帝亞吉歐公關事務協理 許鴻鵬、
KEEP WALKING 夢想資助計畫工作小組

責任統籌 胡郁婷

撰稿編輯 胡郁婷、張雅劼、陳思諭、吳玟蓓、黃鈺珍

美術設計 包柏頭

校對 吳玟蓓、黃鈺珍

照片提供 王志全、朱永祥、任培豪、李筱瑜、陳文靜
陳建泰、陳蔚綺、張良伊、莊智超、舒米恩、魯碧
黃明正、楊淨淑、童裕謙、廖聖福、潘美緣

出版發行 零極限文化出版社

客服電話 02-2606-8228

公司傳真 02-2606-8238

公司地址 新北市林口區文化二路一段 266 號 16 樓之 1

官方網站 www.eastgold.cc

客服信箱 win.servic@gmail.com

商務整合 點石成金文創志業有限公司

印刷 大亞彩色印刷製版股份有限公司

版次 2015 年 5 月第一版

定價 新台幣 280 元

版權歸屬於帝亞吉歐台灣分公司所有 翻印必究
本書若有缺頁、破損、裝訂錯誤 請寄回更換

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

勇敢堅持 挑戰未來：夢想資助計畫專書，第九屆
／胡郁婷等撰稿．-- 第一版．-- 新北市：零極限
文化，2015.05
面；公分
ISBN 978-986-91643-3-7(平裝)

1. 成功法 2. 自我實現

177.2

104006190

點石成金內點走票



NT\$280

THE KEEP WALKING FUND

當「練習不練心」成為社會主流，在依賴特定標準去個性化的過程中，消弭的不只是創造力，資本主義下的「成就」觀念，以道德文明的名義綁架現代人的每一天。擇其所愛是多麼不容易的決定，夢想家或許沒有名車華廈，卻會在心中築起天堂；在人生舞台上，因為夢想，成就偉大願景，將生命投注在表演、創作、以及任何鍾愛事物的人，這樣的人生絕對更加圓滿充實。



KEEP
WALKING

DIAGEO THE KEEP WALKING FUND
帝亞吉歐 夢想資助計畫

www.keepwalking.com.tw