

十二類優質課程，
歡迎您來學習！

- 親職心靈
- 社區成長
- 環境守護
- 競爭力up
- 生活美學
- 說唱藝術
- 器樂演奏
- 美食烹飪
- 電腦應用
- 語言學習
- 運動保健
- 肢體律動

金甌女中

普通高中(自然組、社會組)

綜合高中部

學術學程(自然組、社會組)

商業服務學程

應用外語學程(英文組、日文組)

廣告設計學程

■**進修科**(附設夜間進修學校)

資料處理科

商業經營科

電子商務科

應用外語科-(英文科、日文科)



臺北校區: 臺北市106大安區杭州南路二段一號
電話02-23214765、傳真02-23911407
夜間進修學校專線02-23911418

永和校區: 臺北縣236永和市博愛街36號
電話02-89281514、傳真02-89272215

2011

創刊號

Community & Humanities Magazine



Daan

我們的集體記憶—似曾相似的華光社區
即將失落的童年往事—舊臺北監獄「東門町」憶舊
都市裡的一片綠—探訪富陽公園
多元文化—塞外草原現大安蒙藏文化中心
當兒時記憶遇上未來夢想！—帶你走進「台灣e店」

2011 我們走過的 **過去** **現在** 及 **未來**

CONTENTS 目錄

編輯室手記

發行所：臺北市大安社區大學
 發行人：童中儀
 總編輯：蘇柳村
 主編：方筱文
 社大工作團隊：張伊貝、廖淑英、陳宜安
 指導老師：蔡承恩
 採訪編輯：王桂華、何彤芬、呂怡貞、林翠如、吳嘉峻、洪若蘭、美薇、翁心榮、張桂善、張琬婷、劉芬芝、賴香螢、蕭語嫣
 執行編輯：何彤芬、吳偉璋、陳亭璋、張心瀾、劉芬芝
 感謝協助：大學美術社、台灣e店、育成洗車中心、金華麵店、蒙藏文化中心、華光社區、朱永正學員、宋肅懿老師、陳超仁老師、陳姿均小姐、康仕良先生、劉秀美老師、熊國輝老師
 印刷：雄峰印刷實業有限公司
 美術設計：徐可為
 出版：臺北市大安社區大學
 地址：臺北市杭州南路二段一號（金甌女中）
 電話：(02) 2391-5081、(02) 2321-4765#401
 傳真：(02) 2391-1418
 網址：daan.cogsh.tp.edu.tw
 出版日期：100年11月
 版權所有，如須引用或轉載，請聯絡大安社大並註明出處



- 2 編輯室手記
- 3 社大的話
- 4 似曾相識的華光社區
- 6 塞外草原現大安：蒙藏文化中心
- 8 發掘在地文化的南村落：一個慢食、樂活的創意空間
- 10 探訪富陽公園
- 13 媽祖文化節
- 14 社區醫療在大安
- 15 「父母深情、永不放棄」育成洗車中心
- 16 即將失落的童年往事：舊台北監獄「東門町」憶舊
- 20 藝起人生：回溯、抒壓、療癒的美術 劉秀美老師專訪
- 23 帶你了解「報社」編輯
- 24 當兒時記憶遇上未來夢想！帶你走進「台灣e店」
- 25 物美價廉的小店：金華麵店
- 26 全台第二家美術社：大學美術社
- 27 青田街尋幽訪勝有感
- 28 後花博時代
- 30 提問
- 31 書評《醜陋的中國人》、看大誌想大事

走進社區

大人物

在地店家

生活集錦

心靈發電機

社大的話

童中儀

時光荏苒，自民國92年開辦大安社區大學轉眼就過了8個年頭。

8年來大安社區大學結合開平餐飲學校、東方工商及金甌女中三所高中職之特色與專長，在金甌女中總校區統籌擘劃下，每期開設200多門課程，其中包含有父母學、社區成長與環境守護、社會競爭與生活應用、國際文化與語言學習、生活美學與精緻文化、肢體律動與運動養生及資訊科技等七大學程課程，吸引每期4,500名學員選讀，從課程中學員身心靈得於舒展及成長，帶動終身學習的風氣成為本區終身學習的基地。

大安區眾所周知是臺北市十二區內高收入高學歷的一區，多年來除了區中大安森林公園是大臺北的地標外，給人最大的話題就都是豪宅等高不可攀的印象，本校今年結合「你也是主編—輕鬆編輯社區刊物」課程，在指導老師蔡承恩及學員努力下，深入大安區後巷街道，將生活點滴精采軼事加以記錄編輯，從富陽公園到師大夜市，從華光社區到南村落，留下里鄰之美也留下大安區的另一種風華，除了為社大的社區營造與社區參與留下見證外，也呈現了大安區的另一種風貌，透過學員日常的觀察留下回憶，大安不只是大安。

感謝本次發刊蔡老師及所有辛苦參與編輯寫作的學員，更感謝社大美編方筱文的居間協調，才有如此精彩的後巷之美呈現。

似曾相識的華光社區

圖、文／心羽

地處臺北市中心的精華地段，華光社區大部分是臺北監獄的舊址。在1963年，臺北監獄遷到桃園龜山後，有許多外來人口進駐，卻因為所有者沒有產權，也因此房屋多是違章建築。為了便於當地居民收受郵件，門牌上大多有一個「臨」字，表示臨時之意，便利當地居民收信。

在都市更新的計劃之下，華光社區未來將被拆除，規劃成臺北市區中心的金融中心。此地一經拆除，屬於舊時與眷村的記憶恐隨之不再。為了記錄這即將消失的鏡頭，彷彿與時間賽跑著，在多次的造訪中希望能與華光社區居民有多點互動並多了解一些社區的故事。

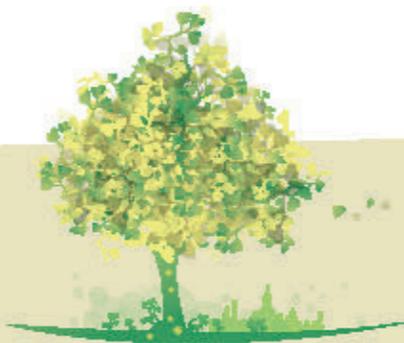
今年於春天的某次造訪中，一轉入杭州南路二段小巷子時，這個似曾相識的地方，勾起了一段童年往事，想起的是「阿樓」曾經帶我來過一次。

阿樓是浙江紹興人，在內地有丈夫和小孩，民國一十八年她隨東家來臺，本來以為當時紛亂的內戰，不久就可以和家人團聚，但卻永遠在臺灣待了下來。來臺後她的主人發現她常咳嗽，經檢查發現她得了「富貴病」——肺結核。東家為了節省開銷辭退她，她要求回大陸去，但那時臺灣和大陸已

經無法自由往返，所以回不去了。後來她雖然痊癒，但當年生活普遍都很艱難，又因為她會燒江浙菜，因緣際會就這樣留在我家幫忙了。

來臺後的前幾年，阿樓常向同鄉打聽大陸家中的事，有一天吃完晚飯，阿樓帶我去杭州南路二段一條小巷子，和同鄉們相聚，我見到一個陌生中年男子，阿樓及她的同鄉們向他打聽家鄉的事…那年舟山撤退，我5歲。阿樓意識到不可能回到大陸了，經人介紹在教會認識了一個上海人，他是棺材店老闆。同年十月份他們結婚，我也參加了他們的婚禮，阿樓變成老闆娘後，我再也沒見過她了。

當年和阿樓有相似遭遇的人很多，由於這些江浙人都身懷廚藝，鬆糕、甜酒釀、粽子…自製自銷，幾年下來紛紛闖出名號，攢下不少積蓄紛紛結婚置產，在臺灣定居下來，如東門市場早期的商家，以江浙人及福州人居多。原來這次的造訪，牽起的不僅是一個人，也是多數臺灣人的記憶。



■ 華光社區有著許多人的記憶



■ 華光社區窄小的巷弄



■ 臨時門牌(右下角多出一個「臨」字)

塞外草原現大安 ——蒙藏文化中心

圖、文／彤芬

隱身於青田街靜巷中的蒙藏文化中心，一層高的白色建築，予人沉靜莊嚴的印象，自上而下呈傘狀散開的四色嗎呢旗，又透露此樓有草原民族文化的影子。其實這兒不僅目前作為蒙藏文化中心，還是章嘉大師的住所遺址，所以中心內不僅有蒙藏建築特色、展示蒙藏器物 and 藝術品，還收藏章嘉大師的衣冠及舍利子。

章嘉大師對臺貢獻

藏傳佛教的黃教有四大喇嘛：章嘉、達賴、班禪、哲布，而章嘉是其中地位堪稱最高者，並且自清康熙起，每一輩轉世的章嘉都被尊為國師，常駐北京，對於朝廷的蒙藏和宗教政策頗具影響力。

蒙藏文化中心所紀念的章嘉大師是本名羅森班殿，丹畢蓉梅的轉世活佛。他出生於西元1890年，移居北京不久，適逢民國肇建（西元1912年），而國民政府沿用舊章，續尊其為國策顧問，爾後，他亦隨國民政府播遷來臺，曾任蒙藏委員會委員、國大代表等職位，在政治上，影響國民政府的蒙藏政策甚鉅。此外，身為中國佛教會理事長的他，對臺灣佛教界貢獻良多，最大的成就有二：其一是環島弘法，將當時已經日本化的佛教導回原本的佛教樣貌，其二則是在民國四十四年，成功地將唐一藏的舍利子自日本迎回臺灣安置。現在大家可以在日月潭玄奘寺中看見唐一藏舍利子，便是章嘉大師和日本政府談判成功的成果。



■ 中心裡外裝潢都具有塞外風情

蒙藏中心建築歷史

蒙藏文化中心光復前是一名臺北帝大（現臺灣大學）日籍教授的住所，光復後，行政院蒙藏委員會接收其地，將之改建為章嘉大師的住所兼接待處，在這個佔地200多坪的廣大空間中，章嘉大師可以舉辦較大型的會議。建築內亦保有蒙藏建築的特色，譬如一樓和二樓正梯型的窗框和門框，便是一個例子。

蒙藏文化與現代文化

或許有人認為蒙古和西藏在地理位置上相當遙遠，文化悠久古老，也不具經濟強勢，那麼蒙藏文化和現代生活會有什麼關聯呢？其實，最明顯的例子便是宗教了！提到藏傳佛教，即所謂的密宗，可說是臺灣人人耳熟能詳，而受此宗教影響，改變了價值觀的當代人士，更是不計其數。

此外，蒙藏生活文化其實與當今最熱門的「生態倫理」議題是密切結合的，因為蒙藏民族是草原民族，過著畜牧生活，所以深諳與自然和諧共處之道，他們總是一物多用，減少浪費，而且尊重自然的動植物資源，恪守生態平衡之道，絕不因一己私益而趕盡殺絕。

一物多用的範例相當多，比方說哈達（絲質長巾）還是嶄新的時候，它代表主人崇高的禮敬與祝福之意，被送給他人，而當哈達舊了，便被當作繩子使用，或許是將哈達打結作為門上裝飾，或許是在天黑關門後，將哈達綁



■ 蒙藏文化中心正門口，佔地200多坪的空間，看起來很壯觀



■ 真實比例的蒙古包



■ 從展覽中了解蒙藏文化

住兩扇門的門環，當作一道門鎖。由於蒙藏民族至今仍保有一物多用的生活習慣，避免資源浪費，可說是崇奉物質主義，而在快被過剩工業化大量產出物質掩埋的地球村中，重塑一道重返質樸的清流。

至於尊重自然界生態平衡，絕不只是部落裡的人說說、約定俗成而已，而是自古即有立法規定的！這些草原民族雖有狩獵傳統，但是他們知道永續才能生生不息，好比圍捕時，不會四面全部包圍，一定會留下一面，讓動物有機會逃跑；此外，蒙古族在古時即有立法，哪些動物在哪些季節，通常是繁殖的季節不能殺，懷孕的動物不能獵殺……等，倘若違反便會受罰，這些生態保育法律的制定概念，即便到了今日都相當值得參考！



蒙藏文化中心
連絡電話：(02) 2341-6763
地址：臺北市青田街8巷21號
網址：<http://www.mtac.gov.tw>

享受蒙藏文化中心服務

蒙藏文化中心肩負著蒙藏文化的教育和推廣責任，不僅與大安區結合，在中心內舉辦展覽和活動，讓民眾在觀賞文物之餘，還能親手捏鑽巴，喝西藏奶茶，吃蒙藏點心，穿著蒙藏傳統服裝和小型蒙古包合影，此外，它的服務也常走出中心，舉辦大型研討會，探討草原沙漠化的因應對策，以及到全臺各鄉鎮舉辦展覽和樂舞表演，讓不便到臺北參觀的民眾有機會就近接觸蒙藏文化。

蒙藏文化中心表示，雖然因進行大樓結構整修工程，自今100年5月9日起暫時停止開放，但是待整修完畢後，將進行校園、藝文空間文物巡迴展出計畫，進一步服務更廣大的群眾。

許多接觸過蒙藏文化的朋友，在心靈離苦得樂以及生態環保永續方面得到全新的啟發，所以中心也鼓勵民眾藉由巡迴展演、研討會、中心內的豐富文獻，以及網路資料庫，了解這個美麗的草原文化。



發掘在地文化的南村落 一個慢食、樂活的創意空間



文 / 王桂華

座落於師大商圈內的南村落，創立於2007年夏至。是由美食生活家韓良露與趨勢科技文化長陳怡蓁，共同催生成立的一個推廣飲食文化與生活風格研究的創意空間。

美好的都市，應當是由許多個性不同的村落組成的地方 —— 韓良露

「南村」的概念是來自於紐約東區East Village，一種人文氣息與波希米亞風混合的村落風格，突顯出師大商圈在臺北市已經形成了特殊的文化村落。

南村落是要藉由社區居民自主而發的力量，透過舉辦活動、部落格或是探訪各社區村落的風土人性，推廣慢食、樂活的生活。村落可以是在地的，像是士林在地老街的傳統美食與寺廟；村落也可以是雜處的，像是巴黎11區的美麗城（Belleville），混合著亞洲人、猶太人、阿拉伯人的宗教與美食，更是藝術家聚集的新潮區。村落可以有多樣的面貌，而正是這多元文化的刺激，突顯出一個都市的豐富、多樣的變化風格。取名南村落有兩個意涵：一是「南村·落」，在臺北之南一個我自己暱稱為南村的地方，找到落腳，落地生根的地方。另一個意涵為是『南·村落』，想在都市文明中加入村落的感覺，強調手工、自然、人情互動的生活概念。南村落在臺北已成為一個社區復興計畫的所在地。

南村落的一日生活圈

居家旅行是不用公里數計算飛行旅程的漫遊，如果你只是想到街角的轉彎處買燒餅油條；或是到鄰近的小食店吃個簡易午餐；亦或是在音樂悠揚的咖啡座度過一個悠閒的下午；當然你也可以在美食林立的師大夜市嚐盡各國風味料理直到午夜時分。漫步南村的美食，不需要遠距離的交通，只要你有一個巨大的胃囊、一雙走不累的腳程和口袋滿滿的荷包，你可以盡興的吃喝玩樂到天明。

或許你喜歡知性之旅，南村有古亭老街，在巷弄街坊間紀錄了你我的歷史；南村亦有名人故居，雲和街的梁實秋故居，在延宕多年的



■ 師大夜市已是臺北最熱鬧的夜市之一



■ 紐約東區East Village (圖片來源: www.flickr.com/photos/vivnsect)

重建計畫後，還未見「雅舍小屋」的夢想實現。溫州街的殷海光故居正在泰順公園的旁邊，可以回想在五零年代白色恐怖的氛圍中如何度過那月黑風高、驚恐害怕的夜晚。二手書店亦是南村不可或缺的一環，舊書居有著滿室的書香，你可以在這裡找到失落的記憶、過往的歷史和現代的回憶。

南村的漫步是無止盡的，一日生活圈皆可在方圓五公里內達成，讓村落成為一個自己自足的社區。南村有著自成一格的人文特色，來自世界各地的學生，多種語言交織在每個角落，讓南村成為一個多元文化的國際村。不論是悠閒漫步的午後、或是人聲鼎沸的夜晚，皆散發出一股濃濃的旅行者在地的旅行興味。

在地文化

以社區自主而發的概念，南村落希望藉由古代以物易物的手法，改由現代的形式，發展與在地的對話，活動可以是人文的、美食的、藝術的、鄉土的，進而發掘在地文化的部落風格。讓村落可以是你的廚房、也可以是他家的客廳、也可以是大家的南村落。



■ 校園圍牆外，緊鄰著夜市攤販



■ 隔著師大路，一邊是熱鬧的夜市；一邊是寧靜的公園

探訪富陽公園

圖／朱永正、熊國輝、芬芝 文／芬芝

你知道臺北市大安區裡，有一個世外桃源，值得你去探訪嗎？讓我們隨著大安社大學辦的「社區遊學系列」，出發囉！

豐富生態尋訪趣

位於捷運文湖線麟光站附近的「富陽自然生態公園」，園內綠意成蔭，林相豐富。「太不簡單了，臺北市裡居然有座真正的森林。」有人這樣形容它的存在。許多人雖在大安區居住或活動，卻不知在臺北市大安區內有這樣一處森林公園。事實上，只需你一個下午，近在咫尺的自然景觀，就能帶你遠離水泥叢林和都市喧囂。

本次富陽公園探訪活動，由資深生態領隊，有「植物超人」之稱的陳超仁老師帶隊，講解富陽公園豐富多元的植物生態。陳老師表示，「富陽公園擁有臺北盆地內難得一見的低海拔森林及溪流生態系，很多生物樹種在富陽公園就看得見。」果不其然，尚未進入園內，學員便眼尖地發現一條青竹絲，動也不動地蜷縮在草叢中，尤其是小朋友，一聽聞青竹絲為臺灣六大毒蛇之一，個個更是瞪大眼，緊盯著



■ 不難發現的螽斯

牠看。不久，邊坡又看見一隻盤古蟾蜍，悠哉悠哉地跳著。螽斯也不甘示弱，大喇喇地跳上傘當起模特兒，只差沒唱起歡迎歌！

什麼是民俗植物

進入園內，眼中所及，各式各類植物分佈四處，陳老師隨手指向一棵植物問，「有誰知道這是什麼嗎？」「包粽用的」，一位媽媽大聲說道，陳老師提供正解「月桃」，別小看不起眼的月桃？月桃葉可是逢年過節必備食物紅龜粿的好搭檔，一片小小月桃葉，恰好增添紅龜粿的清香。「民俗植物」在人類早期生活中，扮演著重要的角色，在沒有塑膠合成物的時代，與先民食衣住行育樂生活息息相關的植物，通通統稱為「民俗植物」。公園內除了月桃這一種「民俗植物」，還有被稱做「最環保塑膠袋」的姑婆芋，以前人用它的葉子來包魚包肉，十分環保；早期用來做棕刷的山棕；硬的像鐵絲般，可用它的葉子來刷鍋子的海金沙；另外，彈棉被時用來製作壓囊棉花木材的

烏柏，它同時是早期黑色染料的來源，樹齡可達百年之久；葉柄可編織籃子的芒萁；供蠶寶寶食用的小葉桑；還有「江某」，是竹片便當及冰淇淋匙子的材料。現在萬事萬物，皆要求大量快速生產的e時代，此次出遊，認識這些民俗植物，不禁深深佩服起先人的智慧，對人與大自然生活的連結，是否已漸行漸遠？有著更深切地反省。

蕨類生態完整多元

陳老師進一步提及，「富陽公園和大安森林公園不同之處，富陽公園所有的植物，非人為擇種，植被種類非常豐富，生態相當完整。」光是富陽公園內的蕨類種類，就非常的多樣化，一路上隨處可見，有橢圓線蕨、熱帶鱗蓋蕨、橢圓線蕨、長葉腎蕨、密毛小毛蕨、粗毛鱗蓋蕨、崖蘆蕨……，陳老師沿途一一為學員們介紹解說，「光是蕨類，在臺灣就有六百多種。」此話不假，單是在富陽公園的蕨

■ 植物超人陳超仁老師



■ 月桃花與紫蛭目蝶



■ 民俗植物：月桃



■ 遍地的蕨類

類，隨處可及，種類數都數不完，而且每一種蕨類孢子囊群都獨特的形狀，生長位置也不太一樣，各有姿態，獨自或群聚於一方。其中一種大型蕨類「觀音座蓮」可以生長到兩公尺長，引起熱烈討論，「蕨類並不會開花，為什麼蕨類有這麼特別的名稱呢？」謎底揭曉，觀音座蓮每一片葉子基部都有兩片托葉，托葉不會脫落，老葉枯萎以後，剩下的托葉就集聚在根莖上，最後看起來就像是佛教中觀音的蓮花座，「觀音座蓮」名稱就是這麼來的。





■ 棲息在烏柏樹上的小精靈—波達氏長吻白蟻

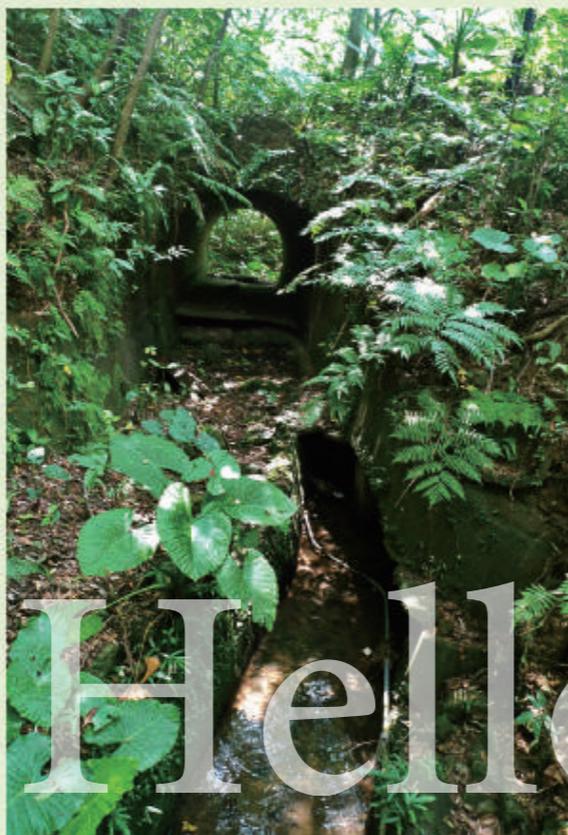


■ 斯文豪氏蜥蜴

沿途中，拾階而上，陳老師要學員別客氣，「想問就問。」有小朋友馬上指著一種不知名的植物，大聲問：「這可以吃嗎？」大夥笑彎了腰，果真「民以食為天」。富陽公園內，也有很多可供食用的植物，像是臺灣芭蕉、過貓、山蘇、川七、樹薯，一般人見到它們通常已是桌上美食。同行的媽媽驚奇直呼，「今天這一行，真是大開眼界。煮了幾十年菜，才見識到它們長在土裡的原樣。」

臺灣精神——菅芒

分佈臺灣各地，秋冬隨處可見，俗稱「菅芒」的草本植物。「五節芒」，陳老師特別用比較多時間解說，五節芒生命力很強，特別適合臺灣的氣候生長，冬天總是白茫茫一片，為大地裝扮著幾許美麗。陳老師感性地提及，有一年，他應邀到歐洲參加植物展，有一根來自臺灣的五節芒，小心翼翼地被大會裝進水瓶供做展覽觀賞，當地沒有五節芒，因此把它當



■ 軍事涵洞及運送彈藥石階

寶貝珍惜。陳老師一席話點醒同行的學員，臺灣植物生態的豐富及多樣性，需要大家一起來珍惜保護。

在陳超仁老師的解說中，大安社大學員們渡過一段美好的午後時光，帶著滿滿的回憶及知識，踩著夕陽離開富陽公園，感謝大安社大及鄭福田基金會舉辦這次活動，同時陳超仁老師的專業講解，讓大安社大的學員們獲益良多，期待下一次再相聚！

媽祖文化節

圖、文／洪若蘭



■ 等待出發的隊伍



■ 七爺八爺就位

「媽祖」具有撫慰民眾心靈，安定社會的功能，長期以來，普遍受到全臺善男信女擁護和愛戴。每年只要到了農曆二月初，媽祖文化節遶境活動便會在各地陸續展開，因此成功地在國際打響名號，也為臺灣的民俗藝文活動傳承延續，成了另類的「臺灣之光」。

媽祖又被稱為天上聖母、天后、天妃等，是掌管航海平安的女神。早期臺灣與中國大陸之間全靠水運往來，因此民間俗諺：「唐山過臺灣，心肝結歸丸，過番刺一半，過臺灣無底看。」彰顯來臺先民渡海，墾荒險境，其間媽祖當然是全民精神與信仰的唯一支柱。

傳說媽祖生下一個月，仍未出聲哭過，故取名林默娘。她一生仁慈，見義勇為，救人無數，手下又有千里眼、順風耳助陣，更是得心應手，百戰百勝。歷經數百年，各朝代帝王，屢有褒封昭詣。

這次華光社區發展協會，結合了東門聖母宮、泰安宮、明保宮、玉壇、聖玄宮、慈仁宮，以及大安區錦泰里、光明里、福住里、永康里、錦華里，甚至跨區與中正區「愛里、東門里聯合舉辦「媽祖文化節 迎媽祖遶鬧烈」活動，供民眾躡躑腳、共沐神恩、祈求國泰民安、風調雨順，實為一大恩德。



■ 熱鬧的遶境



■ 大拜拜吸引了不少信徒前來朝聖

社區醫療在大安

文／賴香螢 圖／蔡承恩

為何大安區被稱為全臺首善之區？這裡到底有什麼特色？其實，大安區除了人文薈萃之外，生活機能亦是十分完善。除了食、衣、住、行、育、樂便利外，各類醫療資源也非常豐富，其中最重要的包括下列幾項。

在這裡，大型醫療院所很多，像是國泰醫學中心及臺北市立聯合醫院，皆位於大安區南密集的街道上。此外，臺大醫院、臺北醫學大學附設醫院，以及一軍總醫院汀州院區的交通便捷，也能提供居民絕佳的醫療及住院環境。

同時，大安區的特色醫院也多，傳統觀念上將中心診所、中山醫院、及宏恩醫院列為貴族醫院。然而在健保普及下收費已逐漸平民化，提供居民就醫的另一種選擇。

此外，基層診所也很多，截至九十八年度止，大安區一共有二百八十五間基層診所，數量佔大臺北各行政區之冠。位於永康社區的宜康內科診所王世暉醫師表示，基層診所走入社區貼近民眾，在醫療服務及諮詢上，扮演第一線的重要角色；此外也落實醫療分級，補足醫院的不足。

除了傳統的醫院、診所外，特別的是，大安區的醫療美容診所也特別多，醫美診所包括皮膚科及整型科，多聚集在以敦化南路為軸線的忠孝東路及仁愛路沿線上，密集的醫美診所也建立起臺北市「美」的指標。



以上的種種特色，使得大安區的醫療不論在質或量上，皆可堪稱全臺首屈一指。



■ 忠孝東路兩京大樓內診所林立



■ 大安區隨處可以見的小診所

「父母深情、永不放棄」 育成洗車中心

圖／劉芬芝 文／呂怡貞

育成社會福利基金會是由臺北市智障者家長協會的家長們集合社會大眾的力量募款而成，從民國78年組成協會，83年成立基金會，至今已服務身心障礙者超過二十週年，陪伴及扶持無數身心障礙者與家庭。

認識育成

兒女永遠是父母的心頭肉，心智障礙者的父母更是永遠都有無法放下的甜蜜責任與重擔。因此育成基金會致力提供心智障礙者終身完善的服務，經社工評估與家庭訪視，將每位心障者做最妥善的安置，從學齡前兒童的「早期療育」到「終老家園」，多元的服務來自「幫他成長、助他自立、陪他終老」的宗旨，給予心障者與其家庭在人生各階段需要的照顧與協助。

心障者就業與「庇護工場」

經職業評量有工作能力的身心障礙者，育成為他們尋找適合的職業與工作場所，或在育成自營事業機構或庇護工場裡服務，從事如社區代工、食品包裝、洗車、資源回收等工作。庇護工場是指考量到心障者較不適合在競爭性職場工作，因次安排其在有專業就服員與老師教導下的工作場所就業，接受職業輔導與評量、學習職業技能與正確的就業態度讓心障者不再是家庭與社會的負擔，甚至成為家庭經濟的來源，使心障者自立。

育成洗車中心

育成洗車中心於民國87年成立，專營洗車與美容打蠟，當初認為大安區的住宅區多、車流量大，於是與政府承租高架橋下設立洗車中心。中心內目前有27位工作人員（站長、社

■ 大安社大編採班的造訪



■ 育成洗車的功力絕對不輸一般洗車場



■ 位於高架橋下的洗車中心，即使夜晚依舊明亮

工、技能輔導員、組長與15位學員），因考量工作量大，需要肢體活動較靈活者。老師們以建構式教學指導學員，將工作從基礎的擦車區、到需要學會工具使用的手工區、到進階的打蠟與美容區與收銀區分區塊教學。

站長表示，他們不但場地明亮乾淨、設備定期更新、也選用高品質的汽車美容素材，更講求的是人員技術，不因學員們為身心障礙者，而削弱其服務品質，甚至學員們服務精神比一般員工更佳，強調常客來此不是因為同情，而是他們的服務品質好，不輸一般洗車中心。

在庇護工場工作的孩子，比一般身心障礙者有機會接受職能訓練而自立，並與社區建立互動而融入社會，穩定就業讓社會肯定。在此工作的就服員表示這裡的學員們單純而勤快，容易快樂與滿足。一位洗車中心學員家長張媽媽表示，從小就擔心孩子長大後怎麼辦，高中畢業孩子進入育成，從什麼都不會到在育成建立自信也學會了獨當一面，感謝老師們以耐心和恆心教導，也期盼外界更加接納這樣與眾不同的孩子，給予更多機會讓他們為你服務。

即將失落的童年往事 舊臺北監獄

圖、文／美薇

長久以來，我一直認為自己生活在一塊貧瘠又無趣的土地上長大、度過無趣的童年；直到半個世紀過後，我的好友小玲打越洋電話到美國，告訴我臺北監獄及周遭區域即將被拆除，成為臺北市歷史的遺跡。我才驚悟應該要揭開昔日東門町生活風貌，讓人們了解「東門町」一帶早年的生活形態。

區隔「善惡」的竹圍籬

時序回到民國四十幾年，我就讀大安區幸安國民小學。夏夜，我和家人總愛搬幾張小竹椅，坐在後院乘涼，看著滿天的星星，欣賞飛舞的螢火蟲，聽著蛙鳴，我唱著兒歌，伴隨我們的是一大片寂靜的水田。

白天會有一群群犯人，在我家竹籬圍牆外的農田，從事勞役工作。他們把菜苗一棵棵插入土裡，到了該施肥的時節，就把附近糞池內儲藏多時的糞肥倒入木桶中，用扁擔挑到需施肥的田埂放下，再用長柄的竹瓢當頭澆在蔬菜上；別小看這古老的施肥法，蔬菜被養得又肥又大。

炎炎夏日犯人辛苦的工作著，汗水浸透了藍灰色囚服，每個犯人之間，都有一條粗重的腳鍊相連，他們赤著雙腳站在爛泥中，使我母親動了惻隱之心，常從圍裙口袋中拿出幾支「新樂園」香煙，從竹籬笆的破洞塞到犯人手裡；犯人接到煙如獲至寶，頻頻點頭致謝並迅速把香煙壓在褲管包著，再把褲管捲高一層以免監工看到。犯人也懂得「禮尚往來」，會連忙塞給母親一大把青菜、蘿蔔，當然那天我們的晚餐也變得豐富了。

「東門町」憶舊

有一次大颶風，把我家的竹籬圍牆吹散了，犯人幫母親修好，順便也把糞池旁的土牆的大洞封好了，只是塞香煙的小洞永遠不會封。有時我想犯人知道感恩，但不知他們對當初殺人、放火、施暴、詐欺……的行為是否也知悔改？這面圍牆有如「善」與「惡」的分界線。

牆那邊清晨偶爾傳出槍聲，可能在槍決重刑犯，它雖結束了罪犯萬惡的一生，能否撫平得了受害者及家人的心靈？聽說民國五十年臺灣第一宗殺人分屍案——瑤公圳命案，凶手就是在臺北監獄伏法的。

這大片水田邊生了許多雜草，也有蘆葦和蓮花。夏天蓮花盛開，一朵一朵粉紫色的睡蓮

隨風搖曳，露珠從蓮葉上滑落，滴在散滿浮萍的水中。我們買回來幾十隻小鴨子，清晨毛茸茸的小鴨子衝出籬子，搖擺著鵝黃的身軀，跳入水中爭食那一大片綠油油的浮萍，蜻蜓飛舞其間，不遠處還有幾隻水牛在田中，空氣中飄來陣陣稻香，映著紅色的朝陽。身居臺北城中心，能就近欣賞田園美景，真要感謝臺北監獄的存在。

美麗的水田也有醜惡的一面，它養肥了許多碩大的田鼠，田鼠猖狂地侵入我家廚房，咬死了許多可愛的小鴨子，害我這「養鴨公主」傷心難過了好幾天。

也許和犯人經年累月相處慣了，我們從來沒擔心過，萬一犯人拿著鐮刀，越過圍牆砍殺我們怎麼辦？也沒聽說過有逃犯傷害居民的事，多少年來，大家一直相安無事地生活著。

永康街庶民生活小記

水田旁有一排平房，這就是我家住的永康街了，這條街一點也不寂寞，從大清早挑大糞的衛生隊員，猛力敲開各家大門開始。

巷底有條小河，河上搭了木橋，住了一戶教鋼琴的人家。每當我上學經過時，都會放慢腳步聆聽優美的琴聲，幻想自己穿著長裙，幽雅的坐在鋼琴旁彈出動聽的小夜曲，想著想著忽然有一股衝動，也不管家中能否負擔得起，提筆寫信給去南部出差的父親，說我要學彈鋼琴，沒幾天收到父親寄來的兩百元學費，這件

■ 監獄圍牆裡的人們，是好人還是壞人呢？



■ 筆者手繪臺北監獄犯人勞動情景



事被母親知道，全被沒收當家用了；後來再經過這家門前，連聽到輕快的圓舞曲，都會讓我心中流淚。

巷子的另端有一排違章建築，破舊不堪的鐵皮矮屋，屋前街口處總圍坐著一大群婦女，有的洗衣，有的生煤球爐煮飯，有的編織毛衣，有人抱著小孩當街餵奶，讓我很不自在只好加快腳步離開。走出巷口就是寶宮戲院了，每逢好片上演就人山人海，「黃牛」常插隊買票，後面人大叫黃牛走開，叫警察捉黃牛之聲不絕於耳。小時候很喜歡看電影，因買不起電影票，常在散場沒人看守時，帶著小弟偷偷溜進去，開心的看一場霸王戲。

寶宮戲院對面是夜市，像圓環一樣，這裡有各式各樣的小吃攤：賣粥粉麵飯的、紅豆花生湯及刨冰……吸引遠近食客；晚上電影散場，客人一窩蜂湧入夜市熱鬧極了。我吃過一次美味絕倫的燕窩，才要價一塊錢，後來聽說是老闆專門到各大飯店，收購客人吃剩下的酒席菜，拿回來加水加熱再轉賣的，難怪這麼物美價廉。

夜市旁邊開了各式商店，有文具店、裁縫店、米店、雜貨店，出了金山街就是信義路了，有很多銀行，那時的「東門町」已具備金融中心的風貌了。

著名的「小美冰淇淋」就在這裡，「小美」是少男少女約會的好去處，我們都愛吃那裏的雪糕、紅豆冰……到小美吃冰常遇到明星。有一次胡燕妮小姐，穿了一身火紅的洋裝裙，披了一頭烏黑及肩的秀髮，像仙女般輕盈的飄進來，令客人大為驚艷。胡燕妮是我在幸安國小隔壁班的同學，她小時候學芭蕾舞，一放學就換上白紗舞衣，像小天使一樣趕去上跳舞課了。



東門市場是許多人成長的回憶

冰店門口有賣冰的攤販，有次我和同學一人叫一碗愛玉冰，吃到一半警察來取締流動攤販，攤販怕受罰紛紛推著車子全跑了，害得我們一人捧一碗冰，站在大馬路上吃也不是，逃也不是尷尬極了；老闆跑了，最後那粗碗只好帶回家當紀念品。

我家有個房間租給單身漢，每天他總是眯著佈滿血絲的雙眼，頂著一頭亂髮，身上散發出濃濃的煙味酒味，大清早就奔到巷口買報紙，後來才知道他原來是大名鼎鼎的歷史作家「高陽」先生。後來我們全家移民美國，大哥郭永元參加聯合報第八屆徵文比賽，寫了一篇「文華市場」的文章，榮獲散文組第二名大獎，母親高興之餘，立刻飛回臺北替大哥領獎，那光榮的獎牌正是從高陽先生手中接到的。

我家住過小說家，隔壁則住了名女人。那位張小姐打扮得花枝招展，她家經常有牌局，一缺一時就邀我母親過去陪她「乾爹」打牌，她乾爹總是輸給她們，後來在報紙廣告欄上看到她美麗動人的照片，原來她是某舞廳紅牌舞女，她和姊妹淘王、楊兩位小姐一人，足足佔了三分之一的廣告版面；不但母親打麻將沾光，連我也受惠；某日張小姐心血來潮想學騎



現在的永康街人聲鼎沸

腳踏車，第二天乾爹派人送來紅色嶄新的「勝利牌」腳踏車，張小姐騎都沒騎就賣給我母親了，成為我上北一女中時，最心愛的交通工具了。

青澀的初戀回憶

有一天，寧靜的巷子被一陣口哨聲攪亂，哨音把對面帥氣的男生引出來，兩個大帥哥就在我窗外的防空洞邊聊起來，他倆粗獷又帶點磁性的聲音，讓躲在窗簾後的我春心蕩漾，忍不住自告奮勇幫母親買雜物，故意經過他倆身旁晃來晃去，卻漲紅著臉飛奔回家。

暑假很快過了，我回到學校上課。某日隔壁班同學塞給我一封信，打開看真不敢相信，是對門那個名叫「震」的男生約我出遊，傳信的是他妹妹，我高興的答應了，這是我生平第一次約會，很快就沈醉在甜蜜的初戀中。可惜此時「震」剛從海洋學院畢業，正要赴遠洋實習；我則忙著準備大專聯，埋頭複習荒廢已久的學業。

聯考一過我像監獄放出來的囚犯，渴望過新鮮人豪放的日子。大學生活多彩多姿，脫下

北一女中白衣黑裙的單調制服，摒棄了清湯掛麵的直頭髮，我投入熱鬧的迎新會，郊遊烤肉、各式大小舞會，忙於接受男同學的邀約。遠方的愛不敵身邊的甜言蜜語，當我寂寞需要愛情滋潤的時候，「震」卻不在我身邊，他的來信捆不住我熱情奔放的心，那遙遠的愛，正像他的船一樣，逐漸離我心海愈來愈遠了。

多年後，當我在愛情路上跌得滿身傷痕，又想起了

「震」，可惜他已離我遠去。每當夜深人靜時，讀著他給我最後的那封信時，讓我淚流滿面。我曾辜負他，多年後我也嘗盡了苦果，是我倆相愛不夠深？還是沒緣分？為什麼剛萌芽的愛苗，這麼快就枯萎了呢？也許失去的才是最珍貴的吧。

走筆至此，忽然覺得我的童年，也不像記憶中那樣枯燥乏味了，那裡有我少女的成長故事、有我刻骨銘心的初戀，只是世事多變，我只能祈求上蒼，不管它未來如何變遷發展，它永遠是我心中的一片樂土。



已看不見水田的永康街，至少還有個公園



藝起人生——

回溯、抒壓、療癒的美術

美術與文化

走在臺灣城鎮中望眼所及都是流行風潮，食衣住行上普遍受西化、韓風或日系的影響，在潮流推動下的連鎖飲食或服飾美嗎？有自己的風格，屬於自己的生命或土地的文化在哪裡？國民美術著眼於個體，找出和家族、土地和歷史文化的連結，也從世代傳承回視「我」的身體、長相、個性和特質。透過這樣的對話和表達，和自身生命息息相關，開墾出尚未發掘的生命動能。

開始繪畫 身體的準備

國民美術推廣者秀美老師提起當畫家要走的過程很艱辛，但是一般人學藝術或繪畫創作，重點並不在於當畫家，而是如何透過繪畫，在生活和自我教育中汲取養分，使自己在各行各業中做個有靈感、有創意的人。這要如何做呢？就從自己的身體和自身環境做起。一個開始繪圖的身體，是一個準備好的身體，它需要很多的更改。在人生各個層次的體驗中，人可以透過繪畫來研究自己並且發展自己。身體就是很好的媒介，因為它記憶著關乎個人的圖像，從身體入手，可以開啟對自身的認知。

就環境來說，現代社會知識龐雜，如何才能找到自己需要的養分。以閱讀為例，照排行榜上選書未必就適合自己，而是要走入書店、翻開書本的當下，感覺喜歡、也欣賞那樣文字的表達，那個寫作氣質適合自己，它的好處才能被吸收。如此，書和人可以信任並且契合，這樣的書未必是大家公認的好書，卻是最適合自己、也是自己最能從中吸收養分的書。如此的自我教育，還必需是自發的，出自於自動和自願，真正的學習才會發生。

劉秀美 老師專訪

圖、文／林翠如

認識自己 繪畫三部曲

人怎麼認識自己呢？首先，要對自己非常有興趣，包括對自己的羞恥、內疚、無知等都要有深刻的認識。透過對自己的愛，瞭解這個身體裡蘊藏著幾千年族群的歷史生命。更進一步，要對自己的家庭歷史感到興趣並且去研究它，才能從愛的主權上建立出屬於自己最優秀的東西。當人對自己的東西很深刻，這個人會自然很迷人，因為能認出自己的獨特，從家族事件或親族的人身上回到自己，了解自己的樣貌、性格和所做的選擇，這樣創作的過程就提供了線索和途徑。

藝術 天生的治療師

藝術本來就有療癒的作用，一般外界所謂的「治療」都帶著高／下之分和不對等的意味。國民美術的教學是從認識自己入手，在創作中發現和表達，拉開人與現實世界間的安全距離。譬如，憤怒不需要演變為暴力才能釋放，而是透過作品和表達，化解在現實世界中潛伏隱藏的暴力因子。在藝術中的催化，也來自於人生的磨難，當生命受困、處於臨界點或瀕臨瓦解的極限，反而更能激發出生命，這也是藝術的幽默。要從冒險和探險中來獲得這極端的藝術，人所需的是敞開，破除既有對世界抱持的觀點，生命才有擴展和成長的可能性。



劉秀美，1951年生，童年時代成長於臺北萬華，從小以自學方式大量閱讀、學習、創作無數，於1990年開始職業畫家生涯，而後從事社會美術教學，以自我創作的心路歷程和多年帶領婦女、老人畫會的田野觀察，編錄出屬於亞洲人的國民美術課程。民國一百年，國民美術即將現身大安藝大。



國民美術於淡水的野態女子美術學校

因此，真正的美術教育既是思想也是哲學，越吃苦的人透過重新思考，他的哲學自然走的越深。

美術老師的職責

美術老師本身絕對要喜愛美術和重視文化，視自己為來學習的人，以教學為服務方式，且視對象為藝術家而不是學生，如此的教與學才能互起作用。說到美術和人生的關連，一般人對人生的組織能力要到四十歲左右才會開始。美術老師自己是否準備好，對於生命是否有足夠的瞭解、觀察和鑑賞，同時也願意深入探索，以自我教育做為累積，跟人、社會和現實世界連結，才能協助他人組織出自己的文化。這樣的藝術教育是為了產生新的人性，改變隱藏的內縮傾向，使人成為能表達和分享的藝術表演者。（註：破洞歌舞團是國民美術另一種呈現和分享生命的方式。）

當兒時記憶遇上未來夢想！ 帶你走進「台灣e店」

圖、文／蕭語嫣、張桂菁

在靜謐巷弄裡的「台灣e店」，一如經營者的風格，不愛出風頭，只是難掩獨樹一幟的內涵！復古海報、布袋戲，將時光拉回二十年前，兒時的回憶歷歷在目！

「台灣e店」看起來簡單，實際上可不簡單，光店名可就是葉菊蘭女士取的。店裡的商品應有盡有，只要和臺灣有關係的任何東西，只有你想不到，沒有你買不到的。書當然是基本配備，唱片、明信片、鑰匙圈、包包、衣服、帽子、地圖，更是不可少，務求做到融入你的生活。

擁有「美國哥倫比亞大學」資訊科學博士學位，又曾先後在成大、臺師大任教，也在工研院服務過，由於身處歐美自由的環境，所以回國之後更希望大家也能感受到這股自由的風氣，而開起了這家書店。

談話中，吳老闆抱持著不設限的態度，與給人濃濃的親和感。他回憶著當年政治獨裁時代，訴說如何不放棄自己的理念，而又不曾成為無辜犧牲者…。在這之中，也不忘提到他樸實外表下與老闆娘的動人愛情故事。

沒有子女的夫婦兩人，孕育扶植出台灣e店，雖然經歷過風風雨雨，店營業額入不敷出的窘境也曾讓他們有過想結束營業的念頭，雖然輕描淡寫，但只有他們能體悟箇中滋味，老闆自覺背負著社會責任，還有老顧客的不捨與鼓勵，這些無形但無價的利潤，是他堅持下去的動力。

頂著洋博士光環的吳老闆，卻不將這份事業視為一種達到目標的手段，是最美的，甘於平凡的不凡境界。



■ 全班出動的採訪陣仗



■ 除了書籍，任何臺灣味的東西這都有



■ 老闆亮著模特兒背著店裡最暢銷軟環保袋

在
地
店
家

台灣e店
電話：(02) 2362-5799
地址：臺北市新生南路三段76巷6號1樓

物美價廉的小店 金華麵店

圖、文／心羽

金華麵店成立於民國六十一年，是一家道地的福州口味麵館。目前的林老闆已是第二代了，除了老闆夫婦之外，還有員工五人，營業時間自上午七點到晚上十二點。因為營業時間很長，隨時可以吃到熱呼呼的美食，對飲食坐息不正常的人們，提供了最佳的熟食服務。

麵店外觀雖不起眼，室內也沒有豪華的裝潢，但是福州美食味道很好，價格又不算貴，種類很多，包括：福州魚丸、餛飩湯、豬油拌麵、炸醬麵、米粉、酸甜泡菜、滷味等，都很好吃，肚子餓了不需要先訂位，隨時過來都吃得到，每次經過這裡都能看到很多客人。

價目表掛在進門醒目處，不但價格標示的一清二楚，價錢也很公道，花個一百元就可以吃得很飽，老闆並沒有因為物價上漲就趁機任意哄抬物價。

民以食為天，對顧客而言經濟實惠，遠比室內裝潢更加重要！



■ 老闆煮麵的手從沒停過

■ 一碗湯麵加個小菜就能飽餐一頓



■ 就算入夜，依舊人聲鼎沸



■ 中午不到，客人就已坐滿大半

金華麵店
地址：臺北市金華街135之2號
營業時間：AM07:00 ~ PM12:00

在
地
店
家

在地店家

全臺第二家美術社 大學美術社

圖、文/心羽



■ 王恆芝女士

大學美術社成立於民國四十七年，由羅發祥先生創設。當時全臺灣總共只有二家專門的美術社，即民國四十一年創立，位於中山北路的「學校美術社」及位於和平東路一段的「大學美術社」。

大學美術社前後搬過幾次家，但都在和平東路一段附近，目前位於臺北市金山南路一段157號，營業項目包括中、西畫材料批發零售及書畫裝裱。現任老闆娘王女士是第一代老闆娘的姪女，民國七十年一月，因第二代掌門人「驃子」移民國外，王女士及夫婿蔡先生便接手了這家美術社。

大學美術社所販售的產品齊全，而且老闆服務熱忱，數十年累積下的好口碑，也讓老顧客總是不辭千里前來光顧，有客人甚至與這家美術社往來已四十多年，據老闆娘說，其中有些顧客已是第五代人了。

和一般大企業一樣，大學美術社也將面臨事業交棒的問題，兩個兒子是執業會計師，往來客戶都是大企業客戶，不可能放下自己的事業，來接下美術社的業務；小兒子還在讀大學，學的是視覺藝術，也不希望接手父母的事業。時代在變，多元化社會，人人都有自己的看法，子不一定要繼承父業；老店的口碑歷久彌新，日後即使換人來做，老顧客也希望仍能保有賓至如歸般的感覺。

大學美術社
電話：(02) 2351-8314
地址：臺北市金山南路二段157號

■ 開業已久的大學美術社



青田街尋幽訪勝有感

文/臺北市大安社區大學「臺灣國寶走透透」講師 朱鼎龍

現代都會裡最寶貴的物質資源是什麼？

我住師大附近，常常騎腳踏車（因此很少仰頭觀看高樓處的樹梢）經過青田街，只覺得樹葉綠得優雅，日色悠靜，卻不得其門而入。這次及游老師導覽下，是到「夢幻」大樹之美，深感感動。

一棵大樹在萬山上只是森林一小點，在都市水泥叢林中卻是千金難換的綠色寶藏，因為無可取代呵，誰能付出幾十年是陰照懶老樹老空呵？誰能抗拒寸土寸金的誘惑？但是不問是誰，只要看到幾層樓高的白干層，粗看，顏色樹那綠意盎然，生氣蓬勃的「氣勢」真的不能不讚嘆與感動！

逝去的時光，歲月累積的筆墨都蘊藏及運動的軌跡裡，那一片片美麗的花葉展現多麼夢幻迷人的風景呵？站在80歲年的大樹下真的感嘆很特別，原來我看到不起眼的白干層落葉，竟然內涵有17種精油成分，還可以防蚊咬！我的腳落在地上，一朵朵的紫花從何而來？牠們豈不是花影，後來再的照到10歲公尺處，指觸到5、6層樓高的樹梢上，赫然發現陽光下大花籃藤開的那深檸檬！

再看著與傳統時代同時期的活化石—銀杏樹，或許是氣派或被偏視及小小空腔裡，80歲老樹長得不是那麼巨大，但是高強優雅，美麗的小扇子樹葉真是美麗，據游老師講解，臺北市只有5棵銀杏，植物園一棵之外，就是這4棵了，這還不夠珍貴嗎？「大小樹木都及這一方天地裡爭一口呼吸的空間，而筆筒大樹茁壯的，又豈只是雨露與陽光？」原來長久以來還有許多愛心人的付出才有今日保留的風景呵！

現代人奮鬥了幾千年，了解幸福的路及哪裡了嗎？我們建了世界第一高樓，志得意滿，沒幾年就被別人超越了。

我們有了飛機天遊若故鄉，有了網路無國界，但我們城市裡人際關係有受溫暖嗎？生活受歡樂與酒嗎？十倍速的時代讓我們的生活更加匆忙忙碌，空偉的摩天大樓讓居住者受感是到「人的渺小」，水泥、鋼鐵、塑膠充斥的都市景觀更加深都市人的疏離感，不是嗎？

人類汲汲營營不借破壞大自然生態去追求金錢財富或換充企業，權勢地位，住及華麗的高樓大廈內，開車回家直插入電梯，鮮少鄰居互動，看不到

林間鳥飛，也不會帶小孩去樹下散步或撒一朵落花，這樣生活品質有比較美好嗎？

曾有學者說：「及現代都市的生活空間雖多長著自然的朗晴遠致真是豪華。」

臺灣傳統民宅或日式住宅讓人備感親切是因展現了人性化空間，木構建管雖然不如大理石材質堅固，卻更適合人類生活。來自南洋或臺灣萬山的珍貴老樹綠青田街的古蹟住宅，歷史建築受你華風風采，也是臺北人無可替代的珍貴寶藏，是蘊含近百年來臺灣歷史人文與自然生態意義的縮影。

此外，我非常愛同游老師所說，1930年代的臺北區風采，都市街景，日式宿舍住宅在臺北形成建管新風格，這些老樹是控臺灣的被殖民的過程，也是控臺灣舊有的植物史。老樹和老建管是大家共同的資產，應走向公共化，與大眾孩子一起分享。

龍安里內的宿舍是80歲前前日人教自己尋寶建管的，及住宅設計或裝置上表露日平和風興

西洋建管交融的風貌，表現出文人的自由風作風，老宅歷經歲月的滄桑，歷史的痕跡與觸動的變遷，這些都值得讓我們子孫來體會與見識！

請與我同行

看
盤旋的陽光歡喜和葉子捉迷藏
青田街高大的綠樹
交織的桂葉點綴的花束
五色鳥與綠藤眼
邀請我們牽起手
一起走過春天的風
走過夏日的暴雨
走過秋天的月光
走過冬天的寒流
親切的問候
平心的溫暖
是我們的幸福



後花博時代— 延續美麗的力量

圖、文／吳嘉峻

2010年11月，臺北舉辦國際花卉博覽會，結合臺灣的自然資源、歷史、新舊文化、科技、環保、藝術、園藝以及各式各樣花卉活動，吸引各界的目光，許多民眾扶老攜幼一同前往觀賞，就為了一睹花博的丰采，使入園人數屢破新高，創造的文化價值無法估計，帶來的經濟效益更是可觀。

隨著花博於2011年4月落幕，所帶來的影響是否隨之消失？還是將掀起國民對於花卉植物的重視。許多人以為，花卉植物的價值多在其觀賞部份，卻不知其萃取物、種子，甚至植物本身都與我們生活息息相關。

舉凡花的汁液可做為染料；果實可作為食用、飲用及發展成加工品；非食用部份更可提煉出許多產品的原料，在文化及藝術上，被運用的例子更是數也數不清。對於現今的人們，花卉植物早已是不可或缺的生活調劑。



■ 花博「夢想館」外的生態池。

拈花惹草樂生活

許多人第一次接觸花卉植物，是從盆栽開始，但對於習慣多變的現代人來說，單一植株已經滿足不了新求新變的人們，因此組合盆栽就此應運而生。

什麼是「組合盆栽」呢？就是將一種或一種以上，具有同樣習性的植物組合種植在一起，大到庭園造景、小至書桌或屋角的擺飾，可依環境需求或個人喜歡來決定盆栽的大小，再依環境、光照來決定植物種類。

關於植物的容器，可自行至園藝用品店選購，也可利用家裡不要的容器和材料，自行發揮創意，搭配出獨一無二的造型盆栽，既可訓練對於美感的發想，同時增加手做的樂趣。

組合盆栽時，往往會因為植物屬性相容性不同而大傷腦筋，其實也不必這麼拘束，想隨意搭配也無妨，僅需配合的屬性、物種別差距太多，因為組合盆栽的存在意義就是要美化生活，只要搭配得宜，一幅如風景畫般的植栽就此而生。

神農百草育健康

由於現代人生活步調越來越緊湊，壓力有增無減，便逐漸開始注重健康和養生。許多人會開始尋求輕鬆、無負擔的飲食，有時更搭配藥用植物強身健體，藉以維護身體的機能。

如此風氣之下，養生植物入食再也見怪不怪，就拿菊花來說，維生素高於蔬菜水果，泡酒可抗衰老；煮粥可清心明目；做糕清涼又退火，就其附加價值，足以讓您捨棄許多大罐、小罐的保健藥品。



■ 近年越來越多的櫻花在街頭出現 ■ 越來越多以花卉為主題的休閒餐廳 ■ 高級的盆栽依舊歷久不衰 ■ 上班族常透過辦公室盆栽，得到心情的放鬆

從健康的觀點來說，食用未經汙染、加工的食材，對於人體有益，因此生機飲食蔚為一股風潮，既可增加營養素的吸收，並清除體內毒素，達到排毒的效果，讓身體免疫力上升，有助於維持腸胃道的正常功能及預防現代人的文明病。

美輪美奐耀四季

花卉植物的美麗，總是讓人賞心悅目，人們期望，能將如詩如畫的景色置入生活的空間當中，便產生許多不同的形式，藉由轉化的方法，來把美景收進自己的小天地，其中插花是最典型的方式之一，可保有花卉的多樣性，加上豐富的色彩渲染，讓花藝的學習者總是絡繹不絕。

有些人則選擇運用乾燥花卉的方式來保存，就是俗稱的乾燥壓花，就像在做花卉的標本，利於延長她的觀賞期限，處理過後的花朵，與鮮花相比，又有一種與眾不同的美，更有人利用各式花卉，來組成一幅立體感十足的風景，增添些許嬌嫩雅致的韻味。

除了把花卉帶進家中之外，也有人選擇捨棄紅花就綠葉，搭配許多竹、藤、枝條的再製品。每件傢俱、傢飾，經由創造者的巧思，產生不同於自然界的奇特型態，卻不顯得突兀，使空間中瀰漫著一股自然的生命力。

舒緩壓力好心情

經由接近植物或從事相關之活動，來改善不良的生活行為，以及生理與心理的不健康，便稱作「園藝治療」。其治療是藉由景觀元素

所組成的環境來作為刺激感官的工具，以達到舒緩身心、治癒疾病的目的。

每當參與者在接觸園藝活動時，透過一連串的接觸、思考、移動、影像刺激等行為，藉此影響視覺、嗅覺、味覺、觸覺的感官，不同的人會有不一樣的感受，完全取決於當事人先天的認知歷程。

不光是活動本身，就連植物的顏色與氣味亦有其功效，如紅色令人心跳加快、藍色使人放鬆等等；而香氣植物如薰衣草可舒緩頭痛、失眠的情況，天竺葵可減緩焦慮及疲勞的狀態。

透過長時間且連續性的執行操作，久而久之，可讓情緒方面以及精神方面獲得正面的提升，並活化腦力，增加創造力。「園藝治療」本身，就像是在培養興趣般，讓人喜歡上，從事這項活動的感覺，即便不參與，從旁觀的角度也能獲得樂趣。加上行為本身必須身體力行，完全陶醉在其中，讓身、心、靈可短暫脫離現實世界的束縛，有益於紓解壓力。

花卉植物帶給人們不僅是觀賞、利用的需求，更具有精神層面的滿足與釋放，所謂「怡情養性、蒔花弄草」就是最簡單的生活方式，讓我們一起找回身、心、靈最初的感動。





文／芥芝 圖／康社良

面對生命殞落之時，我必須承認自己的無能為力，何況是大批生命集體的滅亡。

一次次重播海嘯吞噬建築的新聞讓我不耐，下意識拒絕聽幅射外洩的消息，看報刻意跳過相關新聞，別「浸」在焦慮裡，我提醒自己。

日本友人來電，重覆喃喃放送著面對存在的焦急，「喝一口水都恐懼的日子，你想過嗎？」她問。聞言，我還是禁不住焦慮起來。災難後，集體大環境的不安全感，正滲透每個人的心，未經歷當下的倖存者，或許無法真正感同身受。

災難紛沓而來，何謂「生命」？生命史楊素老師如此提問。生命是探索，生命是無愧於心，生命是來學一門功課，同學紛紛回應提問。浮現我腦中的生命是生老病死的過程，只是有人來不及生病，來不及變老，便死亡消逝了。樂觀看待，生命可以是精神體，也可以是

物質體，肉體雖然死亡，精神長存，這也算是另一種生命形式的延續吧！

有一位同學語氣淡然提及，「生命，來來去去，以不同形式存在，這一遭過了，還有下一遭，所以沒什麼好……。」不知為何，心中突升不快。是他面對生命時，態度上淡然的驕傲，惹惱我了嗎？亦或是我經歷的生命，已自認沉重無比？現階段的人生，似乎沒有答案。

海嘯數日後，日本搜救隊員尋獲劫後餘生的酣睡嬰孩，抱著他，一臉溫柔笑意，注視著電視中嬰孩安穩熟睡的臉，電視前的我，彷彿一同見證生命歷劫重生後的喜悅，生命總能在絕望中看見未來的希望，噙著淚，莫名的暖意在胸中流盪。

仍然無法回答關於生命的提問，自古以來，從來它就是個大哉問，日本友人終究選擇先離開日本，暫時停止了焦慮，惡罪感卻隱隱發作。

心 靈 發 電 機

書評《醜陋的中國人》

文／張琬婷

《醜陋的中國人》，作者柏楊先生，生於西元1920年，卒於西元2008年，他一向被稱為臺灣的魯迅，本書是他的代表作之一。此外，《柏楊版資治通鑑》也相當有名，所以有人稱他是作家、歷史評論家。1968年柏楊將一則諷刺漫畫中的「Fellows」（夥伴們）翻譯為「全國軍民同胞們……」，遭國民政府曲解為暗諷蔣氏父子，而被捕入獄坐牢九年多。這個遭遇，讓我想起另一名作家李敖，在他的著作《醜陋的中國人研究》一書中批評柏楊本身就是一名醜陋的中國人。自古文人相輕，不會欣賞別人的長處，誰是醜陋的中國人，相信讀者心中自有一把尺。

柏楊的好友，物理學家孫觀漢對本書的評語我覺得最為傳神，他說：「每個人差不多都知道自己可自豪的一面，但是柏楊使我了解我醜陋的一面，而最使我驚奇而傷心的是這種可怕的醜陋，竟不是我一人所獨佔，而是十億同胞所共有的。」

書中的「中國人」不是指國籍，而是指中國的血統或文化。他的批判，很多地方還讓我感覺心有戚戚焉，但柏楊的年代畢竟與我們現代人有點落差，有些見解以今日眼光來看，未必是正確的。例如，在書中提到他贊成簡體字，而且更贊成應該進一步改成拼音文字：「……我一直嚮往我桌子上有一部中文打字機，能使我打出中文稿件，不再做爬格紙動物。」「中文拼音化後，古書看不懂就算了，現在沒有拼音化，你還是看不懂，過去的事，老祖宗的事，交給幾個人，讓他們去廟堂裏打掃，我們不要為祖宗而活，要為孩子們活，為下一代，為國家民族的未來活。……（略）……中國話可以成為世界語言，但中國字絕對無法普及，所以必須改成拼音。」

我不禁想起瑞典漢學家林西莉女士的名著《漢字的故事》，裡面所提到的：有人形容此書是國語版《說文解字》，講述現代漢字如何由古代日常生活中的事物及甲骨文演變而來，讀來饒富趣味。此書一推出即獲西方漢學界好評，譯為多國文字，發行量高達八十五萬冊，是外國人學漢字的推薦書。還有英學大師蔣勳新作《漢字書法之美》，遠流出版社，2009出版，談漢字的起源與書寫的美學。

以上在在顯示中文漢字是世界文化的寶藏，每一個文字在外國人眼中是遠古遺留下來珍貴的符號，怎能因為當時中文不能電腦化而輕言廢掉呢？很多事情，隨著時代的演變，科技可以克服困難的。好在柏楊不是兩蔣，什麼事他說了算數，不然恐怕是更甚於秦始皇焚書坑儒的文化浩劫了。

雖然如此，我覺得此書是「瑕不掩瑜」，很多地方難掩柏楊純真善良的赤子之心，看了讓人會心一笑，是難得的佳作。



看《大誌》想大事

文／芥芝

大誌 (The big issue) 這本雜誌已經發行到十一期了。第一次聽到它們販售方式時，覺得立意甚好，平日雖未留意發刊日期，但行走中遇見販賣身影，我決不猶豫，馬上購買。

我喜歡這種助人方法，它不全是交易，多少有著希望對方早日自立的祝福，對方沒有乞憐，連聲哀叫仰望施捨或強迫推銷，街友尊嚴仍在，我也沒有世俗上做善事圖功德的想法，彼此都很坦然，是平等的施與受。

昨天，大年初四，在北車捷運八號出口，遇見一位街友在手扶梯入口旁，身後陳列四期大誌，來往行人稀落匆忙，無人佇足。我走向他，「我要最新一期的。」他把手上的大誌伸向我，我隨即掏出一佰元遞給他。

準備轉身離開之際，「謝謝你的鼓勵」，街友輕聲說了這麼一句，我愣住幾秒後，才回他「新年快樂！」「謝謝」這句話或許很普通，「謝謝你的鼓勵」可就不同，它如此誠摯道盡了感謝購買者的心意，當下，真是太感心、太感動了。

這是善的循環，大誌的販賣者，民國一〇〇年，通通加油，祝福你們！

■ 路上不時能看到大誌的販售 (圖片來源：burtsbees網站)



■ 大誌的封面常能吸引讀者注意

大誌販售地點可參考大誌網站
www.bigissue.tw