生命因服務而更快樂

嘉義市東區樂齡學習中心 林秀姿志工

我叫林秀姿，出生在嘉義市，教了將近十年的書後，我開設了一家課後補習班，招生對象是聰明卻愛玩的、功課不好趕不上學校進度的、在學校學習遲緩、在校讓人瞧不起的、或是繳不起其他補習班學費的貧困學生，他們才是學業上最需要幫助的人。

在父母親陸續生病後，我結束補習班全心陪伴著，多年後父母相繼離世，讓我鬱卒了好一陣子。因緣際會在東區樂齡學習中心選修造型氣球課程後，發覺自己很喜歡這個可以為大人、小孩還有老人家帶來歡樂的小禮物，於是便積極報名職訓「造型氣球培訓」課程，開啟了我驅車往返嘉義-新竹之間的學習之旅。

101 年起，我開始參與嘉義市東區樂齡學習中心蕭文成老師規劃之「社團服務創新計畫」的各類活動，如「交通安全宣導團」的路老師、「老歌健康操促進團」與「用藥安全宣導」等服務活動；在過程中深刻體會到，能奉獻、能付出是一件很喜樂的事，心靈上也獲得更大的滿足，活動結束的當天，身體雖然很疲倦，但我好想大聲說，這樣的辛苦連作夢都會笑。

這些服務經歷讓我學到許多寶貴的經驗，以及如何更有效益的向高齡者傳遞觀念。102 年起，我全程參與蕭老師每年所規劃的「志工團隊效能培訓」，努力吸收新知；這段時間之中，亦與樂齡志工們建立起深厚的服務感情，並在 20 多位夥伴的支持下，於 102 年 4 月成立「歡樂造型氣球隊」，由我義務擔任指導老師，帶著隊員們到許多日照中心、家扶中心、社區廟宇等地做服務。

過去從事多年教育教學，心中總有一股對於學習的初衷，就是活到老、學到老；從兒童到老年，我們終身學習，並且學習分享，也因分享而使快樂加倍。在教學與每一場活動中，漸漸地感受到有氣球的地方就有歡樂、有歡笑，讓造型氣球的快樂秘密能傳達給更多人，一起為生命打氣加油，散播快樂、散播愛，這就是一份終身與樂活每個年齡的生命真諦。氣球讓我的生活更加豐富多采多姿，而付出讓我的心靈更加熱血樂活。氣球變成我最珍貴的寶物，因為有你有大家，一同創造了色彩繽紛又美麗的愛。

當志工的日子裡，讓我感受到每一個人內心都住著一個小小孩，老年人更

從複雜的生活，重新回歸於我們來到這世間時的簡單心靈；我們傾聽著他，我更用豐富的色彩-氣球，去製造歡樂，這顏色的笑語，讓我與他們產生一種不曾聽到的一種內心，快樂的共鳴：

「生命的長度，我們無法去控制。但生命的價值，我們可以去創造。」

服務社會讓我在生命的另一個階段，更深深的感受到，能被他人需要，是我的榮幸，謝謝自己更謝謝他人，幫我上了一堂又一堂福報課程。

樂齡學習感人故事--**知足開心一枝梅**

新竹市東區樂齡學習中心

106 年 7 月間本中心到新竹市軍功社區分班開辦“故事陪讀及繪本製作”課程，有 22 位學員參加，年齡都已超過 65 歲，其中有一位 75 歲的阿嬤，以電動車代步，每堂課總是來得最早，笑容滿面的向大家問好，下課時也總是不慌不忙的最後一個離開，她就是社區的開心果—劉春梅女士。

身體有礙・渴望學習

她從小右側肢體有些障礙，以堅定的毅力，從練習用左手寫字開始，經過不斷的努力，不僅克服了生理上的重重困難，做起家事也不落人後，如此艱辛地完成了小學學業，結婚後更在拮据的經濟條件下，照顧五位孩子長大成人，如今個個在社會上都有自己的事業，100 年更榮獲里長推薦當選模範母親，接受新竹市政府表揚。喜好閱讀、畫畫的她，當知道東區樂齡學習中心要到社區分班開「繪本製作」課程時，最為高興；上課時，除認真聆聽外，還會幫忙其他同學剪貼，認真上課的態度令人讚賞。

多才多藝・歡喜分享

快樂出門到樂齡社區分班上課，能與大家話家常，是劉阿嬤一天中最開心的事。她在行動上雖不如常人靈活，但絲毫不氣餒。阿嬤好可愛，能用唱的機智問候大家，把人與人之間距離拉近，鼓舞士氣，實在太棒了。劉阿嬤對環保概念很強烈，平時即發揮巧思，以動動腦、動動手來替代復健，將一些用不到又捨不得丟的東西，手工製作成美編的創作藝品。當本中心老師到軍功社區分班貢獻服務時，劉阿嬤在環保藝術的能力就顯得特別突出，她將自創作品帶來分享，如石頭彩繪、竹編、用蔬菜插成盆花，甚至連每天吃藥的鋁箔包也可編成花朵，魚鱗也做成花瓣…，這些作品栩栩如生，直讓其他學員羨慕不已，贏得不少掌聲。

劉阿嬤不僅有藝術天分，還會寫打油詩，字也寫得很好，在「故事繪本」課程的封面、封底都是自創作品，已 75 歲高齡的劉阿嬤，很感激東區樂齡中心對社區多元課程的安排，讓她在心境調適及心靈上的成長有很大幫助。她的作品由兒子幫忙集結成冊，帶來課堂分享時，本來有點不好意思公開，透過大家的讚美聲，讓她感受到分享的快樂，於「故事繪本」課程最後一堂課時，甚至吟唱自己的即興作品，在分享當中獲得成就感與滿足感，對自己更有信心，相

信之後會有更多好的創作產生。

劉阿嬤深覺參加社區課程能真正享受快樂，不會與社會脫軌，成為人老心不老的快樂族群。劉阿嬤喜歡參與社區分班課程，歡喜與朋友分享，尤其「殘而不廢」的向學精神讓人敬佩，能夠「有愛無礙」的開心過每一天，值得大家學習。