

臺灣故事島

癌變人生笑開懷

- 陳瑞萍『愛笑』的故事

蘭美幸



陳瑞萍分享癌變人生笑開懷故事

您今天笑了嗎？您可聽說過「大笑治百病」？出生馬祖、花蓮的媳婦，陳瑞萍當過美學協會理事長、里長，給人的第一個印象是親切、專業、有能力的領導仕女，如果她沒說，您絕對看不出來她曾經是個罹患癌症的病人！

陳瑞萍在2008年被診斷出鼻咽癌第二期，且已轉移到淋巴四期。她勇敢地接受一連串的化療、電療過程，病情得到了控制，連醫生都說她是一位十分堅強的患者！但面對治療後的副作用-幻聽、幻覺、幻視、恐慌等精神異常症狀，心境產生了許多負面的轉變。雖然身體獲得適度的醫治，但是不幸的，在心理上她又卻罹患極重度憂鬱症，幾乎到要放棄人生！

所幸上帝雖然關上了一扇門，卻為陳瑞萍開了另一扇窗，2009年初，在偶然的機緣下陳瑞萍看到電視上播出關於大笑抗癌的新聞報導，心想：「我沒有元氣與精神，但總可以讓自己笑一笑吧？何不來試試看呢？如果我真能笑的出來，也不錯啊！因為笑，無害有益啊！」於是她就邀請臺灣愛笑創辦人陳達誠「笑長」到花蓮講課，課程結束後，隔天就在大雨中成立臺灣東部第一個愛笑俱樂部，她也順理成章變成花蓮愛笑俱樂部的「笑長」。雖然當時參加者只有5個人，但是她的身心狀況卻隨著愛笑的練習變得越來越好，大笑讓她擁有更多正面的能量與思緒，碰到再糟糕的事也能快速的轉念。在笑聲中，她體會到，壓力是患病的一大來源，而笑可以化千愁，縱使天塌下來，一笑置之，總有可以跨越困境的方法。在笑開懷中，她不再那麼要求完美，心情因著笑，愈來愈開朗，憂鬱症也逐漸減輕。

很幸運地，陳瑞萍有了笑聲當「武器」，又在兄弟姐妹細心陪伴及按時追蹤的療程下，病情逐漸好轉穩定。因著這場重病，體悟身體健康的重要性，感受到「大笑」帶給她健康快樂的心靈。她宣揚愛笑俱樂部「笑訓」-「百善『笑』為先」，希望「笑」的感染力，感染給更多人，讓「愛笑」變成促進健康最重要的事！更多「癌變人生笑開懷-陳瑞萍『愛笑』的故事」，請上國民記憶庫「臺灣故事島」網站 <http://storytaiwan.tw> 觀賞更多！

社造20臺東壓軸 公私協力不停歇

陳怡君



社造20台東場巡迴展揭幕儀式大合照

文化部為讓更多人共同認識臺灣社區總體營造的努力成果，以及傳達未來將透過縣市政府及鄉鎮市區公所建立分級輔導培力機制，以提升社造參與廣度及深度，並促進多元族群共同參與社造及村落活動的政策方向，延續去年於松山文化創意產業園舉辦之「社造20-擁抱溫潤的泥土-村落文化節」活動，今年特別辦理全國四場次之「社造20-村落文化節巡迴展演」活動，壓軸場於104年10月15日至11月1日假國立臺東生活美學館展開，本次巡迴展覽將從百年前民間組織互助合作的發展脈絡、各縣市社造工作累積的成果及未來願景等，讓各地區參與的民眾可透過主題性展示內涵，認識及感受臺灣豐富新生活力量。

為加深參觀者對於社區總體營造之了解體驗，10月15日開幕活動

特別邀請臺東地區之「臺東縣延平鄉公所」、「烏尼囊多元文化工作坊」及排灣族歌手「Pink品客」一同分享，如何透過公私部門的共同協力，以民間企業之專業知能與在地青年之創新策略推動社區文化活動，並透過動人的歌聲傳遞對家鄉的感恩及關愛，展現臺灣原民部落最澎湃的熱情活力。

「延平鄉公所」科員高偉雄及「烏尼囊多元文化工作坊」王美華女士分享從社造亮點計畫到目前持續推動的部落小旅行過程中，是如何協助鄉內布農部落發掘自我特色、整合部落資源的作法，並以創新策略深耕傳承部落文化。高偉雄進一步提出，鄉內各部落皆有其豐富獨特的文化背景及資源，社區總體營造由此出發，形塑部落特色，吸引民眾前往欣賞，體驗道地的部落文化，而非配合觀光而發展文

化。王美華則期許藉由社區營造，讓部落文化更有蓬勃發展生命力，也讓許多年輕人願意回到部落，發揚自己的部落文化。

排灣族歌手「Pink品客」則透過高昂歌聲，傳達生於斯長於斯的部落生活點滴，每一個音符皆是傳遞著對VUVU的感恩與對土地的疼惜，藉以帶動更多年輕人擔負起文化傳承的使命，二者皆能呼應社區營造應回歸生活本質之典範。

臺東地區偏遠、資源缺乏，社區營造更顯重要。投入社區總體營造多年的臺東生活美學館館長李吉崇提出：臺東縣在社區營造發展過

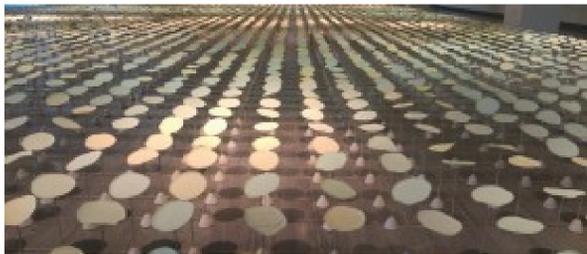
程中從未缺席，從點到線以至於面，至今已有相當蓬勃的發展，許多村落都發展出自己獨特的文化特色，「觀光只是門面，社區營造才是內涵」，更是一座城市欲發展觀光必要的長遠工作。

在本次展覽除展示臺灣自主生命力過程外，更涵括了東部在地文化特色、工藝傳承、產業創新等面向之營造成果，大家齊心持續發揮公民社會力，並對社造20年表達最深的敬意，也邀請大家一起共同投入社造工作，如巨人腳步，紮實的踩在臺灣這片土地上的文化幼苗深耕茁壯。



現場一隅

與美學館共享溫暖秋日



陶瓷裝置藝術-憶·稻海

繼101年底在關渡美術館舉辦【憶·自然】個展後，歷時三年光陰，羅麗峯於國立臺東生活美學館展出【憶·稻海-羅麗峯陶瓷創作個展】，展期自10月7日至21日；「憶·稻海」以一件陶瓷環境裝置藝術作品進駐主展覽室近百坪空間；細緻光滑的「瓷竹」突破了材

質的極限，呈現花葉般的輕盈質感，每一片都有各自的姿態；藝術家雙手的捏塑與安置恰如農夫對秧苗的呵護，共4200片的白色瓷竹構築出一片印象中的稻海，既不金黃也不翠綠，只因真正瑰麗的色彩已存在觀者的心中。羅麗峯從腳下的土地出發，透過手的捏塑與與心的傾



一堂30年的國中美術課

聽，為城市裡的人們帶來稻浪的輕聲呼喚。

還記得國中的第一堂美術課嗎？以原住民部落觀察聞名的臺東文史工作者林建成策畫【我們的翠玉白菜-一堂30年的國中美術課】特展9月12日至10月21日於希望藝廊展出。策展人林建成表示，在縣立東海國中任教的時光，是他作為美術教師初出茅廬的珍貴回憶；其中一批學生的紙黏土作品因長年在各班級巡迴示範而被保留下來。30年光陰眨眼即過，透過社群網站的連結，林建成一個個找回當年的學生，也開始思考，當年的美術課對這些學生的人生起了多少啟發與影響？展覽以這批保存30年的紙黏土作品為基礎，搭配學生近期的藝術創作，促成一場跨越時空的多元



貓上心-彩彩畫展

媒材藝術特展。

年輕插畫家彩彩愛貓也愛畫貓，【貓上心-彩彩畫展】9月12日至10月21日於實驗藝廊登場。2012年底她收養了一隻流浪貓，從愛貓的一舉一動中激發無限創作靈感，這隻被她稱為「性感小野貓」的母貓，開啟了她畫貓的藝術旅程，不僅畫出貓的世界，也用貓語傳達自己的心聲。繼2014年在臺東丹寧象藝文空間舉辦的「貓什麼畫展」讓人一窺貓兒的種種想像之後；2015年她以「貓上心-彩彩畫展」再度可愛出擊，以壓克力顏料創作寫實的貓咪剪影；也使用數位繪圖輸出呈現擬人化的想像貓咪生活，讓貓咪去旅行、結婚、當鋼琴家等等，絕對是今夏最「萌」的一場畫展！

田芷芸

104年度閱讀新浪潮在地閱讀推廣活動

左岸文學詩歌祭-「在想你的夜讀情詩」

蘭美幸



須文蔚朗讀〈法國梧桐〉描寫對一見如故友人的悼念，情意真切，感人肺腑！

左岸文學詩歌祭-「在想你的夜讀情詩」10月13日晚上6點半在國立東華大學人社一館第一講堂浪漫登場，由臺灣中生代著名詩人李進文與須文蔚兩位詩人對談、朗讀詩及分享創作心路歷程，再並搭配詞曲作家范俊逸現場演唱，營造出詩文朗讀及歌曲吟唱的浪漫文學之夜，吸引近百位花蓮地區的學子及民眾熱情參與。活動由東華大學華文文學系主任也是

在須文蔚妙語如珠的穿針引線下演繹，聽眾陶醉詩境。李進文的詩繼承傳統詩的溫柔敦厚美學，且不斷翻新技巧，音韻優美，圓融、意象準確而飽滿；須文蔚的詩作對仗抑揚有致，節奏緩急自如，〈法國梧桐〉描寫對一見如故友人的悼念，情意真切，感人肺腑！

而朗讀詩會中擔綱調劑角色的范俊逸，除了演唱一曲成名的〈想你的夜〉之

詩人的須文蔚，及其自封的「文逸復興」團體，成員中就包含李進文與范俊逸等三巨頭共同參與，他們以廣義的情詩(親情、愛情、友情)各自詮釋自己的情詩作品以饗聽眾。開場由詩人、小說家的詞曲創作者范俊逸演唱〈薛西佛斯〉製造浪漫，接著李進文朗讀〈對母親的看法〉、〈柳葉琴下午〉及〈小美好〉、〈愛情是甜的〉，須文蔚朗讀〈料理〉、〈魔術方塊〉、〈法國梧桐〉等，段落中范俊逸演唱一戰成名的〈想你的夜〉及新作〈我在梵谷的回憶等你〉，首首詩作

外，最新力作純愛小說〈我在梵谷的回憶等你〉更搭配同名歌曲現場自彈自唱，可以說是文學與音樂完美的結合，擄獲在場聆聽者的心。

「在想你的夜讀情詩」不僅讓年輕學子可以印證著青春的美好，也讓青壯輩的大叔大嬸彷彿回到了昨日「不識愁滋味的年代」，一起品詩、一起聆賞音樂饗宴，同時聆聽者也以實際行動收藏三位詩人的詩集及簽書互動，為這場閱讀新浪潮活動畫下超級有fu的驚嘆號！

為配合文化部推動「閱讀新浪潮-在地閱讀推廣」計畫，國立臺東生活美學館特別委請國立東華大學華文文學系須文蔚主任策劃，由花蓮縣數位機會中心團隊執行這場文學活動。希望藉此跳脫傳統「閱讀」刻板印象，以朗讀詩歌搭配音樂演唱，卻除文學作品閱讀的乏味及單調，使閱讀能自然融入生活，藉此吸引民眾投入閱讀，培養對文學的愛好，進而讓閱讀成為襲捲國人生活的文化活動！

社區總體營造

咱的社區 咱ㄟ夢

王芬玉

重拾記憶-台灣山地歌謠黑膠唱片的流行年代

涼涼的秋夜唱著暖暖的歌

在民國5、60年間，唱片公司發行了數百張台灣山地歌謠的黑膠唱片，收錄了當時上千首的原住民歌謠。但隨時代的逝去，加上唱片的保存不易，許多歌曲的傳唱、演繹日漸被遺忘了。但美好的事物是不容被抹滅的，為讓部落裡的族人了解到原住民音樂不同層次的文化，臺灣好文教基金會藉由長期關注「台灣山地歌謠」發展

的黑膠唱片美籍收藏家徐睿楷(Eric)，其豐富的史料及訪談經驗，在台東辦了五場的放歌會和演唱會。在浪漫的中秋夜前夕，假台東鐵花村，由巴奈、藍姆鹿等原住民歌手輪番傳唱古老的山地歌謠，美麗的樂符，熟悉的旋律飄浮在人群中，喚起了老年人的回憶，中年人的記憶和年輕人的新意。

穿過時光隧道-快樂學童玩

童玩的世界不分年齡

玩具是孩子們的最愛，過去因經濟困窘，物資缺乏，父母為了滿足孩子玩的慾望，無不絞盡腦汁，製作簡單而好玩的東西給孩子，而「童玩」就是從生活中發展出來的傳統民間遊戲文化；但因經濟繁榮，時空變異，孩子們的玩具五花八門，取得容易，舊時的玩意兒便逐漸被淡忘了。花蓮迴瀾生活美學協會社造案提

出「快樂學童玩」，請童玩大師王慶祥先生藉由研習，把傳統的童玩改變及創新，讓傳統優質的民間技藝不致失傳。活動當天，除了童玩的教學外，現場還展出30件優質的童玩，只見大人、小孩愛不釋手的把玩著，竹蜻蜓、竹蟬滿天飛，笑聲不斷，眾人的玩意兒便逐漸被淡忘了。

原民傳統工藝-苧麻研習營

手腳俐落的楊秀妹女士

阿美族的紡織技藝精湛，素為原住民族箇中翹楚，在早期自給自足的社會生存模式，織布能力是阿美族婦女一生的義務與榮耀，而部落織布工藝更是阿美族女性建立聲譽的主要因素。瑞美社區發展協會在今年下半年度的社造獎勵案提出了「苧麻傳統手工藝研習」的計畫，請了地方耆老楊秀妹女士教導社區民眾，由砍麻、刮麻、捻紗、煮紗、紡紗到編織成原住

民的傳統手工藝品，如情人袋、手提袋等作品。楊秀妹女士已高齡八十五歲，身體依然健朗，身手矯健，無論剝苧麻或刮麻都得心應手，俐落得讓年輕人都自嘆不如，在研習課程中，學員也彼此分享舊時的生活點滴，此起彼落的笑聲拌著磨麻、刮麻的聲音，在秋老虎肆虐的廣場吹起了怡然的涼風。