



since 1975

台北城中社刊

Taipei Downtown Bulletin



第 46 屆
台北城中國際聯青社
社長孫智耕

2020 / 2021

第三期

2021.03

Contents

目錄

2020/2021 第參期



- 01 目錄
- 02 ~ 03 退休生活
- 04 ~ 05 城中社白醒麟社友分享
- 06 ~ 09 健康阿嬤
- 10 ~ 12 聯手做公益，愛心不落人後
- 13 參加第 45 屆青少年營的感想
- 14 台灣頒獎有夠亂

台北城中國國際聯青社

社 長：孫智耕

副社長：錡寶秀

前社長：白醒麟

秘 書：陳王奇 司庫：周進村

理 事：陳信肯、楊景松、黃金林

黃素珍、黃鈞淳、

監 事：闕守義

發行人：孫智耕

BE 主委：錡寶秀

BE 督導：蕭東權

社 址：新北市汐止區大同路二段 279 號 11 樓

電 話：+886 2 2649-4828

傳 真：+886 2 2649-4819

Mobile phone: 0910306682

E-mail charlotte7756@gmail.com

退休生活

羅正展 前國際議員

我是嘉義市郊草地尾的農村孩子，玩泥巴是生活的一部分，所以第一個退休活動，就是上雕塑教室玩泥巴，到鶯歌上釉彩電爐燒，我比較喜歡傳統土窯的釉料繽紛多變，再加釉料難學，便知難而退了。

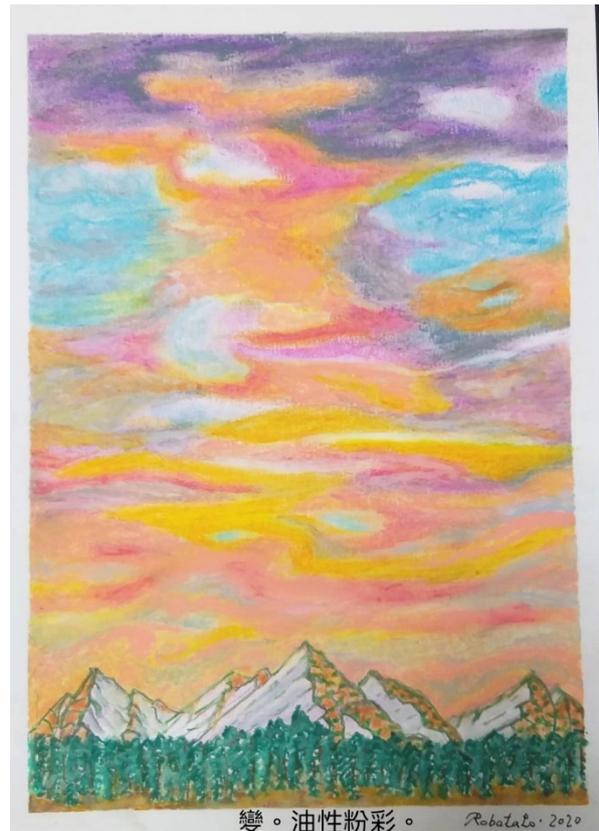


攝影是第二個喜好，瑞香是啟蒙教師，還時常請教她。我到專業攝影教室上課，有時清晨五點多，已經躺在草地泥巴上，搶拍荷葉水滴上的晨曦光芒，等待蜻蜓路過或者停留片刻，有時擺好三角架，等待老師令下，短拍暗黑中的落日餘暉，有時長拍車軌及星光，不管蚊蟲輪攻，也搶不過年輕小伙子搶佔有利拍攝位置，再知難而退了。

塗鴉是第三個喜好。年青空閒時，喜歡逛美展及博物館殺時間，也許自己體內有些美的細胞？我前後跟三位老師學素描，想打好基礎，然後色鉛（水性／油性）、粉彩（水性／油性）、油畫與壓克力畫，畫法由實體到抽象到心中想像創作，喜歡瞬間的觸動而作畫，目前還樂此不疲，但終有停筆的一天。

運動是第四個喜好，小學時打躲避球，初中時打棒球，高中時游泳及踢足球（校隊），大學時打排球，研究所時交女朋友，執業時打網球，受傷，改打高爾夫球，受傷，改打生物能健康操，保命。

金剛經是第五個喜好。有次住在日本京都兄弟社 Morida San 家中，他每日晨課就是頌唱心經，頗獲其喜愛，我則喜歡讀金剛經，已進入第16年。昭月和我都是農禪寺聖嚴法師的入門弟子，以聖嚴為師，農禪寺清水模牆壁上，就以鏤空透光的手法，刻上此部金剛經，寺廟入口牆上的”無所住而生於心”，也來自於金剛經，是部令人喜愛的書。



變。油性粉彩。 Robatako 2020

唱歌是最近的喜好。去年看到城中歌王陳王奇，歌后黃素珍，在舞台上又唱又跳，活力四射，餘音饒耳多日，令我喉癢：有為者亦若是。便去社大報名英語歌唱班，每教四曲，就需選一獨唱給老師及學員測試，雖有壓力，也讓我壯胆一些，敢在大家面前獻醜。



靜。油畫、8號。

以上是退休生活的動、靜和心靈三面向情形，每個人的生活喜好不一，謹供參考而已。

城中社-白醒麟社友分享

白醒麟 前社長

2021.02.05 日

時間飛快一轉眼入社已逾 28 年。我是在南山人壽晉升區經理 1993 年經由李世傑社友介紹入社。當時是受了南山郭文德副董事長的一番話才決定加入社團，當時保險從業人員社會上的普遍觀感不佳，總認為是找不到工作的人，或是靠人情拉保險作完就走的人，所從事得工作。當時投保率才不到 18%，的確碰到的人很多都觀念不佳，對從業人員不是很友善的態度。我們是受了保險教父-郭文德的感召，除了培育正確的保險意義功能，專業行銷深植服務理念，以誠信第一、服務至上來贏得客戶的信任與推薦，進而建立保險事業為己任，他提出專業經理人應有責任-『提升保險從業人員社會地位為使命』，才能扭轉消費者的信心進而普及保險。當我想加入社團時，基隆的扶輪社、獅子會、同濟會、青商會...等等的邀約，最後我還是覺得台北城中國際聯青社友，有豐富的文化底蘊，是社會各行各業的菁英人才薈集，可以相互學習許多經驗而決定加入。

進入城中社的第 3 年剛好接辦全國大會，而密集的會議討論制訂了活動細節及會議流程，凝聚共識全體動員讓第 18 屆的全國大會在 TICC 台北國際會議中心留下完美句點，也建立了城中社響亮聲譽其後無論是在北區或是全國大小活動只要是城中社主辦都有一定的水準與口碑。南山人壽的教育訓練與策劃活動一向是精益求精，好還要更好的精神，也培養了我在城中社友間有貢獻一己之力的地方，相互學習、也相得益彰。

人壽保險易懂難精，很多人都經歷過人壽保險業務員，做不了多久就離開了，能做滿 20/30 年的人就少之又少，原因是從事壽險要學習的專業知識廣泛，且要不斷學習與時俱進及累積實務經驗，要有想辦法突破困難的精神，能接受挫折磨難。近十餘年來保險普及率逐年提升，保險的接受度普遍良好，更發現越來越多的人，運用保險規劃，順利達成資產傳承及預留稅源的目的。戰後嬰兒潮的世代，經歷了台灣由貧窮邁

向發展的世代，這群為台灣打拼的世代菁英們，即將退休，而所努力的成果是否圓滿的傳承，代代傳富？

家母3年前過世，平時節儉，父親留下來的不動產租金收入，早已夠她富裕的生活，我們兄弟姊妹家庭生活小康。突然的逝世才知道有銀行定存千餘萬，在加上許多不動產，要繳筆為數可觀的遺產稅，錢在銀行人上天堂，看的到錢就是不能動用，像是加了鎖的現金一樣，一切要等申報及完稅後才解鎖領用與分配。還好我在媽媽還能投保時，陸續規劃了1500多萬的壽險，如果沒有這筆的及時不上鎖的現金，我們無法輕鬆的處理遺產問題。平時我們處理慣了的財務、事務、我們的子女是否也培訓&傳承？

如果沒有預留足夠不上鎖現金能支配，實務中常看到二代賤賣我們努力打拼來的資產？所以預留稅源&完整的資產傳承是現階段財務規劃重要課題。

城中社和南山人壽的工作，是我人生中寶貴的階段與價值，豐富了我的生命，體驗了不悔的人生，感謝社友和倩聯們對我們夫妻的支持與鼓勵，感恩城中社的牽成與栽培。



健康阿嬤

李秀薇 創社社友蔡東明倩聯

繳了一輩子的健保費，今年就把它大大的使用二次，才知道台灣的醫療健保實在太好了！我們真是身在福中不知福啊。

術前會診，醫生巨細靡遺的解說把我們嚇得好像要完蛋了！但手術出來馬上得到重生。

年青又專業的醫生每天都來問診，台灣真是個寶島！是全世界的楷模呀！還好把 40 年的綠卡放棄了。



退休後一路玩到底，等身體走下坡，才知道平時也要留一點本錢！還好一切檢查都正常，才能恢復神速！感謝上蒼保護，只有親身體驗才知其中滋味的。

@@@

晃若一夢

從 12/11 日為著臨時跑出來的疱疹匆促住院，才十天光景晃若一夢！現在像在渡假中，除了等著做復健，我享受著耳機裡的音樂，有外傭無為不至的伺候！我那些痛苦和不便都不見了。

上帝何等恩待我，感謝主！我生在基督教的家庭，從小認為天父愛我是天經地義的事！好像爸媽愛我是應該的，我卻沒有及時感謝！啊！真是活到老學到老呀。

開腦膜瘤是一個奇妙的經驗，七月開完腰椎，麻醉一退吐得一塌糊塗，還要自費打止痛藥才受得了！可是我的腦瘤拿掉它就好了，也沒有後遺症，我的腦一樣發號施令全身，連我麻痺的左手左腳也送回血氣和溫暖！真是太神奇了。聖經說「基督是教會的頭」，現在才知道頭這麼重要。



我是個重生的人，是上帝的愛，主耶穌的手，和所有愛我的天使包圍著我，幫我打氣代求！謝謝你們！一切榮耀歸與賜我們活命的耶和華，哈利路亞！

&@@@

我的故事從 2020 七月開始，因為之前腰椎滑脫、椎間盤突出影響到神經，以致左腳發麻無力！經馬偕神經外科陳旭照醫生斷定必需開刀。

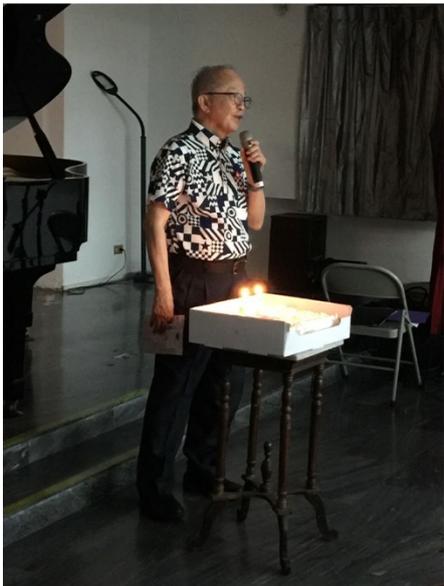
上帝恩待我，讓我從退休玩到 74 歲，我也就責無旁貸欣然整修我的骨頭，但開刀後沒有改善，甚至變本加厲！我的左手左腳非但無力而且會抖動抽搐，陳醫師說他的病人都沒有這種情況，所以把我轉到神經內科，可是一連串的檢驗都正常！經朋友指點去榮總看不寧腿，經一再的檢查從腦部斷層掃描照到一顆四公分的腦膜瘤，才知道勢態嚴重！就這樣一年內上了二次手術房。

手術杜醫師非常敬業，他解釋腦膜瘤長在右腦靜脈區鈕的下面，如果割到會出血不止！因為腦是全身的總管，受到腦骨嚴密保護，任何掀開的動作都是非常危險的！還好人的盡頭是上帝的開頭，教會的牧師長執馬上為我迫切禱告，親戚朋友像天使般圍繞著我給我加油打氣，讓我全心交托沒有懼怕！受疫情影響兒女從美國回來也不讓他們來醫院看我，但上帝在開路，要進手術房還派經驗老到的絲薇到我床邊禱告！我非常平

靜安穩，眼睛一閉也不知道有沒有經過死陰的幽谷，就順利手術完成了。

進加護病房的第一晚，我新奇的感受到我的左腿有血氣也不麻了，當護士拆了我左手的繃帶，我的右手摸到另一隻我不認識的手！我以為是老公的手，但他不在身邊，啊！我摸到耶穌的手，聖詩 456 的歌詞從我的心裡湧出來！「耶穌的手扶持我，安穩在祂胸前」，加護病房只有我的歌聲，我流出感激的淚水。

老公



這次文思泉湧，老公吃醋說都沒有寫他，真叫我受寵若驚！

在蔡家我那是寫文章的料？可以在廚房煮出上的了台面的料理就很不錯了。

從年輕被愛情的靈藥沖昏頭，我便嚐盡愛情的苦果。每星期 40 堂的課加上回家便等著上鋼琴課的學生，上完課有時連飯鍋都還沒切……

老公是經常不回家吃飯的！是在和日本客人吃飯後第二攤、或約好羽毛球運動我都不知道！我要確保上音樂班的女兒鋼琴有沒有彈好，那個好動兒的功課有沒有做。

公婆生有七仙女，她們一回來兒子就得到救贖！當然可以和表兄妹玩得不亦樂乎，這是阿嬤答應的。

等我累得七葷八素，老公回來還等不到老婆閑著！他可是氣在心裏口難開呀。

老來就不一樣了，我總算等到 25 年退休！兒女也各自一方不用我操心。老公是讀西洋文學的，做生意是為五斗米折腰！現在才是為自己而活的時候，我又是唱歌又是跳舞！他除了打高爾夫球，好像也沒什麼朋友！

退休後居然還口腔癌開刀，人生好像快變成灰色的！直到連老某也腰椎滑脫醫不好，需要開刀矯正不良於行的左腳。老公才知道嚴重性！

結婚 50 年，老公吐出肺腑之言，夫妻一場比父母兒女更長的相聚是要珍惜的！如果這群人掉到海裏，他第一個要救太太。說的是好聽！但重聽的他連我在浴室跌倒爬不起來都聽不到！那有辦法在我全身乏力摔倒地上時扶我一把？

每次看他無力的嗚咽，我反而覺得可笑！長我八歲的他要推我輪椅，倒不如我起來讓他坐輪椅我來推！所以常常到檢查室被人摸不著頭腦來。

最近他把家裡所有的床都裝欄竿，因為我掉下來好幾次！本來不想讓他這麼麻煩，但他說是心意不要違逆他，我也只好半推半就！有人愛是多幸福的事，不懂得接受就是最愚蠢的人了！

老公我愛你。



聯手做公益，愛心不落人後 ~ 倩聯的國際事工專案

陸得新 倩聯社創社長

在聯青國度裡，從事國內外公益活動是以聯青社友為主軸推動的。倩聯則是以"合作夥伴"的角色並以"愛"為出發點，協助聯青社友推動國際及國內相關的事工活動。



除了協助聯青社友推動公益事工活動外，做公益愛心不落人後。國際聯青於1922年成立，兩年後倩聯便加入了。但，對於倩聯的角色定位則有諸多的討論，直到1981年國際倩聯才開始有了由倩聯主導並推動的專案，為幫助弱勢族群盡一份心力。迄今，倩聯們已成功的支持超過30多個專案了。

2020-2022年期間擔任國際倩聯督導丹麥籍的 Grete Baekgaard



Thomsen, 在最新的國際會長訊息(第九期2021年3月)指出，我們目前的國際專案是扶助在烏克蘭 Zaporizhzhia 的弱勢孩童，希望能協助他們在運動方面以及非正規教育上培養他們擁有健康的生活習慣。我們在孤兒與貧困孩童照顧中心建設了一些戶外運動設施與健身器材，這對他們十分有幫助。這項專案在國際倩聯社友 Joy McNamara 的領導與協調一直進行得很順利。

Grete 所提到的情聯國際專案，是去年 5 月所有情聯社投票從 YMCA 提出三個 TOF(一到三年)的方案，選出來的。所需的資金，則需由各洲域、區域的聯青人支持。

該專案提案說明中文翻譯，供讀者參閱。

專案名稱：體育和非正式教育作為弱勢兒童健康生活方式的促進工具

專案申請者：烏克蘭基督教青年會

專案的時間範圍：6 - 12 個月

所需資金：15,000 瑞士法郎

專案所在地：烏克蘭 69093，Zaporizhzhia

專案背景：Zaporizhzhia 地區孤兒和缺乏父母照料的兒童的健康狀況不穩定的統計數字引起了該項目的想法。當這些孩子來到收容所時，由於生活條件的缺乏，他們的健康極易受到疾病的影響：缺乏衛生設施，飢餓，不良習慣。Zaporizhzhia 兒童社會和心理康復區域中心的經驗自 1999 年以來接受了超過 10,000 名兒童，如今 90% 的兒童由於免疫系統較弱而患有各種疾病。這種情況喚起了在弱勢兒童及其家庭成員中發展健康生活方式技能的必要性。該項目的想法是在 Zaporizhzhya 兒童社會和心理康復區域中心的領土上創建一個帶健身器材的戶外運動場。

專案工作項目：

1. 在以下地區為戶外體育館準備一個特殊空間 Zaporizhzhia 兒童社會和心理康復區域中心。為了實現這一目標，將執行以下階段：

a) 起草項目預算文件。b) 用專用設備規劃土地。c) 透明地購買運動器材。d) 設備安裝。

2. 進行有關促進健康生活方式的培訓，以及有關健康生活方式和運動器材鍛煉的實用建議。

為了實現這一目標，將執行以下階段：

a) 成立一個由青年會和 Y's Men Club 負責實施和開發項目的志願者團隊

b) 一年中在戶外運動場的基礎上進行訓練

3. 促進健康的生活方式，兒童，年輕人及其家庭之間的和諧發展。

為了實現這一目標，將執行以下階段：

- a) 製作和傳播小冊子，並提供有關如何進行健康生活方式的方法學建議
- b) 通過社交網絡和當地媒體對該項目進行媒體宣傳，以使兒童及其家庭參與開放獲取課程

專案期限結束後會發生什麼？

戶外運動場/健身房將永久地為所有人服務，尤其是兒童及其家庭。由於它將在中心的資產負債表上，其維護將得到該機構資源的支持。新創建的空間可以成為舉辦各種健康生活方式促進活動，項目和競賽的地方。詳細的方法指南，公開課和培訓課程將通過在社交網絡中創建一個小組，為項目參與者的受訓後支持提供基礎。

預計直接受益人數：200 - 350

預期間接受益人數：超過 10,000

愛心不落人後，支持公益專案不分你我，聯青人 Go !Go !Go !

參加第 45 屆青少年營的感想

林沐嫻 前總會長廖草西孫聯

參加完這個台灣總會舉辦在惠蓀林場的青少年營，覺得既有趣又充實，不管是其中的內容，還是其他的方面，都令我印象十分深刻。別看他只是青年營，其實他的內容老少咸宜，有適合青少年的團康活動，還有適合年紀稍大成人的爬山健行、毛筆練習、以及攝影教學。重頭戲就是大家一起瘋狂玩耍的「營火晚會」！大哥哥大姊姊們熱情的帶著我們唱唱跳跳，看著大家歡樂的神情，和樂在其中的樣子，這是我見過最快樂的營火晚會了！這次的體驗真的非常有趣，讓我收穫滿滿，我明年一定還會再參加的！！



教國際禮儀 前外交官朱玉鳳：台灣頒獎有夠亂

20170622 中時 林宏銜

頒獎典禮位置該怎麼安排？退休外交官、前外交部禮賓司長朱玉鳳22日應邀到高雄，為國高中、國小校長講授「國際禮儀」課程時提及，為表示尊重，應讓領獎人站在頒獎人右方，校長們當場勤做筆記，坦言「原來以前頒獎都失禮了！」



高市教育局重視國際交流，各校也起而效尤，至今高雄三級學校有69校與119所外國學校締結姊妹校，互動頻繁，為確保各校出國訪問或接待外賓時不失禮，教育局今天特別邀請外交部前常務次長、首位女性禮賓司長朱玉鳳傳授經驗。

講座剛開始，教育局長范巽綠接受贈書並回贈感謝狀。朱玉鳳也機會教育，向台下校長們示範「前尊後卑、右大左小」原則，應安排受獎人站在頒獎人右方，引領外賓時，則要站在來賓左方。

她說，很多頒獎典禮都站錯，「這是台灣目前為止最亂的場合」，站左站右由各機關單位「各自表述」，有時候她都想把眼睛遮住、裝作沒看到，但心裡卻覺得實在不能再這麼迷糊下去。

朱玉鳳2個小時講座，分享包括衣著、乘車、引導行進、簽約、握手等各項禮節，台下校長無不專心聆聽、勤做筆記。她強調，國際禮儀首要從細節裡尊重他人，這是台灣年輕人所缺乏的，如果學會尊重，理解不同文化的禁忌，就不會有高中生KUSO希特勒的事件發生。

河堤國小校長王國村表示，學校是新建校舍，已有不少國外學校聯繫要求參訪，研習國際禮儀後，有助於未來接待外賓；高雄女中校長黃秀霞則說，領獎人站在右方的觀念尤其實用，「現在才知道，我從小到大領獎都站錯邊了！」

春天 ~ 花的饗宴

綺寶秀 副社長

生活在台灣真的是有夠幸福，武漢肺炎疫情如此嚴重，我們仍然可以正常旅遊賞花。一支手機走到哪拍到哪。春天花朵與您分享。

