

第五篇

生活在長大

朋友乃時常親愛，弟兄為患難而生。

(箴言17：17)

生活在長大

奇異恩典—何等甘甜

護理學系助理教授 / 王桂英

回想在2006年時，因為東部欠缺護理高等教育學校，為了要進修碩士而辦了留職停薪，醫院支付公費提供我讀碩士班，一個人獨自拎著行囊到長榮大學就學，記得當時還沒有設置「長榮站」，必須從中洲火車站搭交通車到學校，每次搭車投幣20元零錢，在學期間很感謝幾位老師(周傳姜、陳彩鳳、林俐伶……等老師)的指導及同學的協助，讓我順利在兩年內取得學位，回憶總是美麗的，上課時時充滿著同學的歡笑聲，老師對學生充滿溫暖，學生們彼此扶持一起成長。

我豈沒有吩咐你嗎？你當剛強壯膽！不要懼怕，也不要驚惶；因為你無論往那裡去，耶和華你的神必與你同在。(約書亞記 1:9)



事隔六年後深感工作及生涯規劃所需，於2014年再度選擇本校經管所就讀博士班，當時在工作崗位上擔任高階主管，院方支持我的工作及同時進修，一週上課兩天，選擇住在寧靜的學校宿舍，宿舍寬敞對於博士生給予二人一房，每週三、四上課，博一到未畢業的博士生全部都要參加每週四中午的研討，人數眾多顯得熱鬧，也藉由這時間彼此聯絡感情，每位同學都有機會報告研究計畫，而按照慣例簡報時必須先報告讀書計畫、研討會及期刊投稿、研究的計畫與進度，以甘特圖說明時程，台下有許多老師給予指導，學長與學姊的扶持與鼓勵，雖有壓力但非常珍惜這四年多

的就學生活，特別有印象的是，一年級的夜間選修會計學科目，由林財源老師授課，每一次上課前我們會一起到香榭吃晚餐，吃飽飯後回學校上課，因為這門課正逢林老師教學的最後一學期，內心感到依依不捨，同學們特別珍惜與林老師共處時光。

時間過得真快，轉眼間我的博士生生活就畫下句點，感謝上帝的恩典，我畢業即轉銜到本校任教，數算過去30年的工作都是在醫院照顧護理人員及病人，如今的角色卻是照顧學生，雖然從事護理相關工作，角色卻是大轉換，重新學習與適應。轉換教職約半年就逢疫情，因疫情對教學及實習帶來很大的衝擊，對護理學系而言，技術類課程是一大考驗，我不斷思考如何將實作技能

傳授給學生，危機就是轉機，我錄製影片提供學生線上觀賞，雖沒有實體模型讓學生操作導尿管技術，我請他們自行設計簡單模型、耗材及包盤，當期末線上技術考試時發現學生創意無窮，完成各種技術考試讓人感動。感謝主！因著疫情帶來許多的不便，但老師及學生也調適了許多的改變。

看哪，我要做一件新事；如今要發現，你們豈不知道嗎？我必在曠野開道路，在沙漠開江河。(以賽亞書43：19)

感謝上帝的引領及所賜的機會，校園的每一個角落從過去到如今都是我駐足及喜愛的地方。因本校是一所基督教大學，願我能成為上帝所喜愛的器皿，以無私的愛培育更多社會優秀人才。



恩典感動時刻

護理學系碩二 / 李雁秋

時光飛逝，歲月如流，已經在長榮大學度過2年的時光了。身為在職生，一邊工作一邊讀書是辛苦的，因為須兼顧工作及學業，常常是犧牲睡眠時間，熬夜書寫學校作業及醫院的行政。雖然負擔很重，但我的心靈卻豐富而快樂，因為我很幸運遇到一位好老師，我的指導教授—桂英老師。老師是學生專業學問及人生歷程的引路人，從我一開始進入學校摸索不到方向，到逐漸走向知識的殿堂，桂英老師就是那個指引我前進的指南針，老師的言傳身教，讓我有鋼鐵般的意志，越挫越勇的精神，讓我受益終生。

還記得有一次桂英老師幫我禱告祝福，那是我第一次接觸主的慈愛，真的很神奇，禱告後感覺全身充滿能量，思路也清晰許多，對於凡事講求數據證據的我，真的是很奇妙的感動，也養成我每日讀經及禱告的習慣。

感謝主的應允與恩典，讓我進入長榮大學就讀，讓我遇到桂英老師、清惠老師及許多好老師。在學校裡，老師教會我以敬虔上主、啟迪智慧，拓展視野，透過與主的對話，感覺主的靈澆灌下來，得到解決問題的智慧，讓我在職場上不斷茁壯，也不忘對社會及臨床護理教育的使命。

現在每周去學校上課是我最期待的時刻，因為在獲取學問的同時，又可以和老師討論學業及工作的點點滴滴，這真的是在未進入長榮大學前所想像不到的。此外，每周六的讀經班也是我很期待的課程，透過清惠老師幽默風趣、淺顯易懂的講解，使我的腦海和靈魂，因為有主的話語可以依循，進而清除一切雜念，讓我的心靈越來越開

闊；也越來越覺得聖經是一本很神奇的書籍，超過1600年，超過40個作者，卻能從頭到尾有一貫的主題，並前後呼應，沒有矛盾，好像就只有一個作者一樣。如同清惠老師說的：「主藉著聖經所啟示的真理，必然是和諧一致的，真理不可能相互抵觸，因為相互矛盾的事物不可能同時為真。」

感謝主耶穌賜給我很棒的恩典，透過主的指引，讓我來到長榮大學就讀，學習到不止課業上的學問，以及千金難換的心靈快樂，讓我的生命不再充滿虛空。感謝主，讓我比從前有更多的善良、豁達，阿們。



工作的價值與感動

教學資源中心 / 柯美荷

有句話是這麼說的：「有意栽花花不開，無心插柳柳成蔭」，我覺得這句話非常能代表現階段的自己，原以為在長榮大學工作是人生中的一個階段，沒想到在接觸過後，才真正體會到何謂工作的意義。

大學畢業後，在相關科系的產業待了一陣子，在那段時間裡，有時總迷茫是否能找到自己合適的行業，以及有興趣的工作。就在渺茫之際時，偶然得知長榮大學有在徵行政人員，決定放手一搏試試，沒想到最後也如願以償應聘上。

我的工作之一是管理校內自學空間—學聚館，是一個提供學生自主學習、不定期舉辦各類活動，且課後可以自由使用的場域。其中有願意為學聚館付出、樂意幫助同學解決問題的學生自願成為「值班經理」，利用自己課餘的時間，到學聚館工讀，累積打工經歷。

起初，覺得這份工作規律和朝九晚五很吸引我，但因為和以往的工作性質不相同，對於教育較為生疏和不習慣，所以在一開始總是覺得很有挑戰性，覺得自己就像值班經理們一樣，在工作中學習，和大家一樣都很「菜」。不過很慶幸大家都把我當成好朋友，用輕鬆的方式與我相處，漸漸的有種一起進步的感受，於是在工作上也越来越順手，而「值班經理」們也在一屆一屆的帶領之下，有了強大的凝聚力以及各類技能的傳授，令我甚是欣慰。

看到值班經理們的能力逐漸進步、成長，學會新的知識和技能，並且能夠在時間內完成任務，能

與值班經理們合影



為團隊、工讀環境做出貢獻；遇到問題時，懂得如何解決問題和應對困難，並且在學習和生活中展現出積極向上的態度和行為。在某些方面有優異的能力和技巧、出色的表現，如文書軟體、影片剪輯、器材維護等，並且不吝嗇分享，願意將自身所學教導他人，這也會讓我很感動。

逐漸的，我意識到這份工作真正的價值所在，也明白一份工作，不是只用金錢來衡量而已，其中的內涵和帶給自己的收穫、感動，也是一件不可或缺的事情。因為自己本身也是長榮大學畢業，看著「值班經理」們運用自己擅長的技能，在各個領域發揮所長，有種看著弟弟妹妹成長的感動。而在今年生日，他們也為我準備了一場永生難忘的慶生會，大家和我分享著自己的喜怒哀樂，把我當成他們最好的朋友，真的令我感動不已。

現在的我熱衷於這份工作，不但是因為找到了努力上班的意義，也在學生們身上看到了成長的喜悅，從今以後也會更認真看待生活中的每件事情，活出更精彩的人生。

書香電影之夢

大眾傳播學系校友 / 廖怡君

從小父母總是告訴我，讀書和閱讀的重要性，因為「三日不讀書，便覺面目可憎」，所以在做任何事情之餘，也不忘要撥空時間看書。於是，從小便養成每天閱讀的習慣，不論是學術課本、課外讀物、小說、漫畫、百科全書，只要是書本，都能讓我耗上一整天沉浸在書香國度中。

求學階段中，課後我最喜歡去的場所，當然非圖書館莫屬了，也很慶幸從國小到大學所就讀的校園中都有圖書館，所以總是利用課餘時間，到圖書館充實自己。當時的我和大部分小朋友不同，大家在下課後總是相約到公園遊玩，或是騎著心愛的自行車穿梭在大街小巷；而我就只喜歡優游在書海之中，總是待到圖書館閉館，才依依不捨地離開，但依然不忘借幾本書回家繼續細細品嚐。

因為在上大學之前，就讀的學校較屬鄉下地區，學校資源相對沒有那麼充裕，圖書館的藏書並不多，有時候還必須搭車到市區的市立圖書館，才能看到自己喜歡的書本。一直到就讀長榮大學之後，才讓我對校園圖書館的印象大大的改觀。更令我驚訝的是，圖書館裡竟然會有視聽室，對於相同也熱愛電影的我來說，簡直是個天堂。

在擁有學生證的那刻起，刷卡進圖書館好像變成一種很神聖的儀式，因為擁有學生身分才能使用的圖書館，顯得格外高調和獨一無二。長榮大學的圖書館一樓是資訊查詢區，學生們若是需要用到電腦設備，在規範內都可以自由的使用，非常方便，是我在沒有筆電的狀況下，最好的去所，這裡不但擁有最快的網速，軟體和硬體設備也都非常的新穎。



二樓至四樓是藏書樓層。我總是利用自己課後的時間，找到自己想要看的書籍，選個舒適、光線好的位置，翻開一本本的書，讓書本的內容一點一滴滲入腦中。不只充分的利用了自己的時間，也撫平了我一整天為了考試而憂慮的情緒，所以總是一待就是整個下午，有時候甚至會到閉館的歌聲響起，才緩緩地和圖書館道別，並相約明天見。

圖書館五樓的視聽室，是我最喜歡的地方，因為這對於愛看電影但是經濟能力有限的大學生來說，真的是個非常棒的空間。館內收藏的片單也很多，一天一部電影看到畢業都不是問題。挑好自己喜歡的電影，坐到沙發座位上，戴上專屬的耳機，彷彿置身於電影院中，最重要的是，這個空間是可以免費使用的。

雖然現在我已經畢業了，但是還是會利用工作空餘時間，來到長榮大學圖書館，和在學生時期一樣，泡在圖書館一整個下午。也謝謝校方對於圖書館的規劃和活動構想，讓校友也能一同參與，並且在畢業之後也能持有證件，重回學生時代的記憶，踏進圖書館繼續我的書香和電影之夢。

綠・綠

圖資處 / 陳應強

假使未來退休離開長榮大學後，我想，最令我難以忘懷與留戀不捨的，必定會是辦公室窗外，那滿園蔥蘢的綠意。

陽春時節，桃風拂面，燕語鶯啼；此時，校園已一改冬季慣有陰鬱蕭索的冷寂氛圍。漫步其內，但見青翠欲滴的嫩芽爭先恐後的自原是枯褐的枝枒間冒出，一片片燦爛若繁星的花海怒放其上。天朗氣清，蒼穹的湛藍、雲朵的無暇潔白、各建築物古樸的朱紅色外磚牆，佐襯草木的鮮綠與花簇的萬紫千紅，整座校園美得如同一幅繪畫大師的曠世傑作。



第二教學大樓前停車場的花旗木

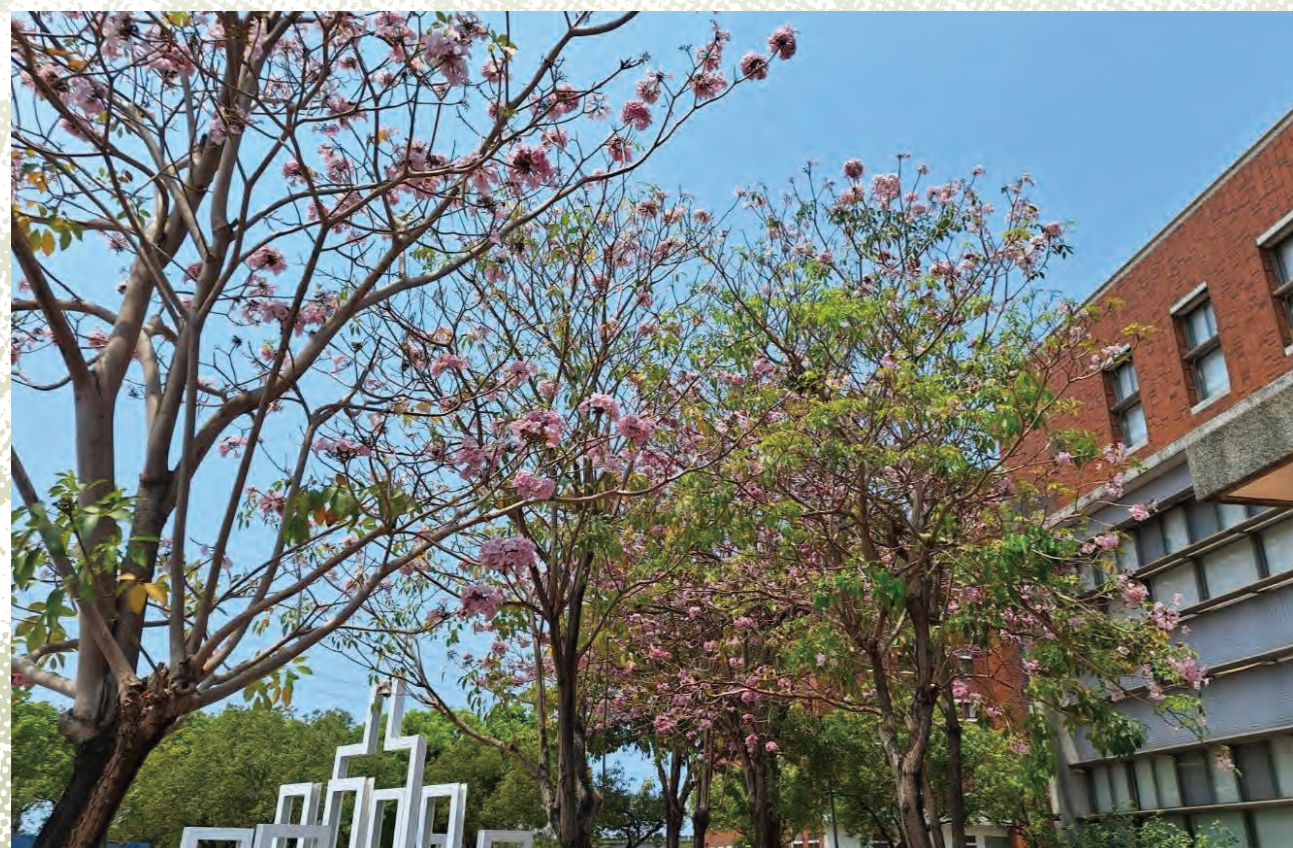


第二教學大樓旁的阿勃勒



第一宿舍前的黃花風鈴木

圖資大樓前的洋紅風鈴木



梅、蘭、竹、菊自古被稱為花中四君子，我卻私自將黃花風鈴木、花旗木、洋紅風鈴木與阿勃勒，封為長大四美人。四妹互異其趣、環肥燕瘦，各自富含不同的韻味及美感。

約莫農曆年後至二二八假日前，若有經過一宿前，別忘了抬頭往上瞧瞧，便有機會親見黃花風鈴木開花之盛況；綻開的一朵朵黃絨花朵似如群蝶循著春天的足跡，前來棲息其上，甚為絢麗壯觀！溫馨提醒：黃花風鈴木花期短暫，若想要一睹芳容，務必把握時機。

花期重疊；又都是夢幻的粉紅英色，花旗木和洋紅風鈴木像是一對學生姊妹般(當然，若從植物學的角度，兩者並非屬於相似之物種)，皆在三月左右陸續展瓣吐蕊，爭奇鬥艷。學校的花旗木廣植於二教停車場；別名「泰國櫻花」、「粉紅陣雨木」的它，只見成串足以媲美櫻花的花序鑲嵌在盤曲嶙峋之枝幹上；彷彿下起綿綿粉紅春雨，大地因其洗滌潤澤更顯清新。

圖資大樓前有數株洋紅風鈴木，晴姿雨貌各有特色。縱然在春暉照耀下，花色更為鮮艷奪目；但我更愛在雨霧繚繞的天氣下，自圖書館較高樓處遠眺觀賞，娉婷的粉紅花朵在氤氳瀟灑的淡嵐輕煙中若隱若現，平添幾許浪漫的神秘美感。

春日將盡，薰風伊起。此刻，若步過二教旁便會發現，垂懸於枝幹間的金黃色風鈴隨風婆娑起舞，如同想以清脆悅耳的鈴鐺聲，奏響仲夏之序曲。

定睛一看，原來是阿勃勒的花已悄然盛開——一大片一大片氣勢磅礴猶如萬馬奔騰的黃金瀑布自樹上流瀉而下，淋漓盡致地演繹「數大便是美」之意境。

將校園任何一隅的灼花蕤草餵養Open AI，生成的文章字裡行間，全是與美相關的詞彙。除了上述「四美」之外，校園內尚有其他各式各樣、豐富多元的綠色植栽，它們的美，值得你在匆忙的生活裡放慢腳步，佇足，然後細細品嚐、欣賞。

宿舍生活五四三

應用日語學系1A / 徐若晴

「我想我和她們永遠成為不了朋友。」這是在我剛面臨大學生活時，不斷思索的想法，但是故事的開始和結局往往出乎預料。

我已忘記與室友們第一次見面的模樣，與他們談話的內容。從室友們口中得知當初的我在他人眼裡孤僻且不好親近，我也認同他們的看法。當時我只想縮在自己的世界不願出來，不想與他人有過多接觸，我顧慮許多，打從心底的認為自己無法適應，且格格不入，每天總想家，想回到舒適圈。

起初，我和室友們確實保持著距離，接觸不多，彼此也不會去討好、過問，如同陌生人般。我也堅信這狀況會一直下去，不料這情況持續沒多久就被打破。

事情的轉機是在——為了社團表演我天天早出晚歸，宿舍室友總會特地留門留燈，也會貼張小紙條告訴我，回來不用怕吵到他們。小小的舉動卻讓我驚訝許久，觀念也因他們的善意而有所改變，我也會開始主動和他們攀談打招呼，最初大家總想留著好印象，說話和行為都有些拘束，一來二去才漸漸熟絡，漸漸放下束縛，會一起吃飯，一起玩耍，一起徹夜長談，頂著黑眼圈嘻嘻哈哈去上課，一起說著心裡話，抱怨生活上的不愉快。

我們也有說走就走的小旅行。騎著車去漁光島看夕陽，騎著車去國華街吃白糖糕，跑遍整個大臺南甚至外縣市。我們歡笑，我們打鬧，每次都玩得不亦樂乎，直到門禁前一刻才趕到宿舍；我想我的大學生活沒遇到這群好友無法增添這麼多色彩。

除了玩樂，學習也是我們生活的一部分，我們並未因玩耍而忘本。我們時常激勵彼此，因為就讀外語，我們需要花更多時間去讀書去練習口說和聽力，才能達到檢定標準，我們一起去圖書館讀書，一起去靜謐的咖啡廳學習。當考期將至我時常睡不好，睡前桌上總有杯溫熱的牛奶，讓我好眠；我們也會適當拉著彼此去操場走走放鬆減壓；看見彼此靠著努力得到好成績，也會相約慶祝，為對方開心。

七月聽鳴蟬，八月賞清月，九月遇故人，初次見面，恰逢九月。九月我們相遇時懵懂青澀，在這大大的校園，小小的宿舍，我遇見可愛的人們，聽聞趣事。從室友口中了解各地不同的文化，探索未知的世界。這種相知相遇，讓我願意相信生活中的遇見；讓我願意多打開心扉，去期待，去相信。正是這些美好，點綴我的生活；他們不僅僅是我的室友，也已是我的好友。

三毛曾說：「心若沒有棲息的地方，到哪裡都是在流浪。」我願棲息於宿舍這片小天地，願在此度過一個又一個寧靜傍晚和美好清晨，感受人與人的溫暖，時光的溫熱。我永遠感謝著這些美好的相遇。



人生導師有你真好

無人機應用學士學位學程2A / 余健銘

當我們踏上人生的旅程，雖然路途充滿著不確定性，但在旅途中遇見的老師，能為我們提供方向，給予支持和指導。在他們的幫助下，我們能在前進的道路上變得更加堅定與自信。在我人生中的各重要階段，都有著不同的導師伴隨著我，讓我對人生有更深的體會和感悟。

大學時期，對於學生來說是重要的轉折點，進入大學開始我必須要面對更多的挑戰和壓力。但是幸運的是，在這段旅程中遇到了我的人生導師——林穎宏老師。

對於學生而言，導師是一個重要的存在，可以指引他們往正確的方向前進，提供專業知識和生涯建議，讓他們在學業和生活上有所成就。而對於我這個無人機專業的學生而言，我的人生導師就是我的專業教授。在我這段求學之路中，他給予我許多指導和幫助，讓我更加深入了解無人機相關知識，並且對未來的職涯有更清晰的規劃。

在大學的第一堂無人機專業課中，他向我們介紹了這個領域的基本知識和技術。雖然當時的我對於無人機並不是很熟悉，但是他卻很有耐心地向我們講解，並且用生動的例子和實際的應用場景



來幫助我們更好地理解。他給我們講解了無人機的結構和原理，以及無人機在不同領域的應用，例如：農業、消防、救援等等。透過他的講解，我深深地感受到了無人機的魅力和無限潛力，也從此愛上了這個領域。

在學習過程中，我們經常會遇到各種困難和問題。當我在無人機的控制系統編程上遇到瓶頸時，我總是能夠向他尋求幫助。他不僅能夠提供解決問題的方法，而且會為我們提供更加深入的原理和技術知識。這讓我在學習上更有信心，也讓我更加了解和熟悉無人機的相關知識。

除了學業上的指導外，穎宏老師也關心我們的職業規劃和發展。他會定期與我們進行一對一的談話，瞭解我們的興趣和優點，除了學術上的指導，也很關心學生的生活和發展。他經常與我們交談，了解我們的情況和需求，並提供幫助和支持。他也是我們課程設計和選課的顧問，確保我們能夠選擇最適合自己的課程並順利完成學業。

在遇到挑戰和困難時，穎宏老師也給了我很多支持和鼓勵。他始終相信我們的能力和潛力，鼓勵我們勇敢地面對挑戰，並從中學習和成長。也提供了一些解決問題的方法和技巧，讓我們更有效地應對困難和挫折。

導師對我的影響是非常深遠和積極的。不僅教會我們學術上的知識和技能，更重要的是，幫助我們發現自己的興趣和潛力，鼓勵我們追求夢想和成就自己的目標。穎宏老師是我人生中的重要導師和良師益友，我會一生感激他的教導和幫助。

我的大學奇幻旅程

臺灣文化創意產業學士學位學程112級 / 謝彤欣

即將離開學校的我，回想大學旅程的一切，有許多不可思議的回憶……

因為興趣喜歡創作作品，加上自己的一些幻誕奇思，所以我選擇就讀臺灣文化創意產業學程。

初入此地，亦如井蛙，包羅萬千之課程，眼界開啟甚廣。記憶中最深處，也就是大一時的課程——基礎設計，莊子有云：「且夫水之積也不厚，則其負大舟也無力。」自知底子程度不夠優秀，比照同學們，相形見絀，但心中的熱忱可不比別人少，如同武俠小說中根基淺薄卻踏入武林的熱血少俠。一開始本無一帆風順，在創作與繪畫上，千篇一律的重來，挫折如擊心骨。看著桌

上那張未完成的畫作，心中產生一股莫名的厭煩，偶時想自己如寒窗苦讀，卻見室友清閒，我仍只能埋首圖中。但，突如而來的一句溫暖話語「需要幫忙嗎？」開始教我怎麼畫，如何去調整修改，慢慢的，負面情緒靜止了，憤怒也無影無蹤。過了幾天的指導與修改後，到了上課之時，我成功了！一切有如品茶之甘味，不用再重畫，覺得一切都值得了。

有一次快要聖誕節了，為了學校聖誕佈置，大家一同去學習如何製作，一開始要先把木頭棍上漆，過程中，同學看似都是初學上漆，一個衣服褲子鞋子沾到漆，如同災難現場，就好像工地裡的師傅或學徒，過了一番功夫，完成了佈置的上

漆工程，汗漬與幹活的行跡，五顏六色的，也漆在我們的衣物與身上。聖誕節前夕與室友路過裝置，驚覺一瞬，這一起努力的甜美果實，所付出的辛勞，以華美、如詩如畫的方式被人讚美、肯定，也是值得。

額外課程中也烙印在心，是我在大學旅程中很深的記憶點。經歷過粉彩、乾燥花、植物染等等專業的「領域」，在學習開發文創產品的道路上，拓展腦與眼睛的界限；在創作之上，豐富了色彩與創意，讓自己源源無盡的奇特點子收穫了不少誇讚。但在這之中，「粉彩課程」尤其讓我獲益良多。「和諧粉彩」起初聽到這四個字還轉不過來，心想這是什麼，學得起來嗎？適合我這個門

外漢嗎？問題猶如瀑布傾洩而出，直到上了那堂課，看到業師的作品，深深吸引了我，也剛好師傳道受業解惑，粉彩成興趣，在課堂中學到廣泛的粉彩應用，短短的三節課程後，去了美術用品店，買了我的第一盒粉彩，粉彩畫圖成了生活的一部份也成了我繼續畫下去的動力。

經歷，是一場無回頭的旅途，也是一首沒有副歌的樂章。大學旅程快結束了，再想起這一切，有了好多收穫，但同時包含數不盡的酸甜苦辣。雖然不知道未來會如何發展，但想起這些回憶，讓自己在之後學習的道路上更加充實並不畏懼挑戰，相信辛苦之後必能收穫飽滿的果實。



長榮，我以妳為榮

神學系碩士班校友 / 陳仰德

以一種捨我其誰的心境、興奮的敲打著鍵盤…我必須以文字來表達對長榮大學的感念，此時內心激盪著前所未有的感動，因為，長榮大學30歲了，同時，我也30歲了。

「長大陪你一起長大」這句台詞在他人眼裡或許僅能解讀為雙關式的廣告標語，但在我心中卻屬於再貼切不過的事實。長榮不僅與我有「製造年份」相同之緣，她更伴我走過稚氣懵懂的年華；更確切的說，我的青春就是長榮大學！身為神學系的成員，在這一所年輕、充滿活力的校園中，我曾經受惠於董事會與神學院的老師、同學們，他們總是能帶給我驚喜。

起初，進入大學部就讀時，我十分驚訝學校董事會竟然願意讓出原先位於行政大樓7樓的辦公空間給神學系作為上課之用途，此舉充分表達學校對於神學教育的重視與期待，爾後，當我逐漸認識系上的每一位師長後，又再一次被他們關愛學生的程度給感動，系上的主管級老師——黃伯和、陳文團、王崇堯（現任職臺南神學院院長）、莊雅棠、吳富雅雖然在國內外學術界、教會界擁有相當知名的地位，在學生面前依然謙卑自己、努力不懈的推動臺灣本土神學教育。是他們啟蒙了我對神學與哲學的興趣，被一群充滿智慧與溫柔的老師包圍是件值得炫耀的事，尤其是願意與我坐下來喝咖啡聊神學的吳基仁老師、以及歷年來

的班導師——吳慈恩、陳黃麗純、朴慧卿，8年的歲月一路走來，老師們盡心為學生的需求挺身關顧、甚至慷慨解囊資助，我十分確信她們由衷的關愛學生如同自己的孩子。

與論文書寫不同；如此十分有限的篇幅中，我只能分享三個在長榮時光中最珍貴的回憶。首先是服務學習的課程規劃，在趙培文老師的帶領之下，我們接洽鄰近的老人護理之家，透過每週一次的陪伴行動，以基督的精神關懷護理之家的老人們，練習餵他們吃飯、為他們按手禱告、規劃一系列的娛樂活動，竭盡心力換得他們臉上的笑容，儘管只有短短一學期的服事，卻真實體悟到以愛出發關懷生命的喜悅，那就是基督的精神、也是長榮大學的辦學精神！相較於國內其他神學院，身為長榮大學神學生還有得天獨厚的環境條件，除了成為教育部率先承認的神學學士、碩士學歷之外，在大學校園中享有自由開放的學習環境，充分與其他學院學生交流、對話。有別於一般神學院封閉式的校園環境，長榮大學的神學教育視野更為宏觀；在沈紡緞老師的帶領下，神學生勇敢踏出熟悉的教會圈、參訪猶太教、天主教、藏傳佛教、佛教、民間道教、以及基督宗教的其他宗派，培養學生對於其他宗教與立場不同者的尊重與包容。除此之外，我最引以為傲的回憶便是參與桌球校隊、揮灑青春汗水的時光。累計五次代表學校參與全國大專運動會的經驗，名次已不是重點，反倒是球隊經營的過程使我與其他隊員培養深厚的革命情誼。每一次的挫敗在彼此安慰中都昇華為進步動力，如今成員雖各奔東西，我們約定好往後要在社會組比賽中繼續背掛「長榮大學校友隊」之名為校爭光！



在長榮大學的日子，結識許多優秀的同窗、譜出綿長的友情地圖。謝謝長榮大學全體師長與同學，伴我走過這些歲月、教導我成為更好的人，無論過去歷經多少挑戰與失敗、多少喜怒哀樂，如今都已轉化為生之勇氣、燦爛我的每一個明天。最後不免俗地，我想大聲說：「我以長榮大學為榮，但願有朝一日，長榮大學也能以我為榮！」



The journey

IPSD/KIZUNGU RUGAMBA FABIEN

My name is KIZUNGU RUGAMBA FABIEN (a.k.a Jammy), before coming to study in Taiwan, I had personal dreams and goals of cultivating young generation about environmental conservation based on the positive actions, I joined the Jane Goodall Roots and Shoots after listening to the concepts of that youth movement I improved a lot on the issues of criticizing and debating on the environmental concerns.

Although it was hard for me based on my educational background in senior high school to convince people or friends about global warming and climate change, I had insufficient knowledge on these subjects, as the power of my voice was not enough to be a strong advocator on the environmental issues.

In 2019 I received my high school certificate in the Economic major, which gave me a challenge to think about what I need to study in my bachelor degree, for the same process I received a scholarship application of Chang Jung Christian University through Jane Goodall Institute, I did not know or hear Taiwan before but this application gave me a motivation to know where Taiwan is and how the economic of this country is, since my background was Economic, I was curious to know how Taiwan is rich in one way



at the same time I did my personal research on google to know what is Chang Jung Christian University is, before asking students who were studying in there.

In fact, the information I received was based on my curiosity I was not satisfied I started asking students 1. how is a student lifestyle on campus, 2. how can a student survive I mean how to find money for a living how is the cost of food how much money can you spend on food daily?, apart

from that I was extremely interested in the IPSD program because I did my personal research on this through blogs, YouTube videos , google etc. because my English capacity was enough to accumulate the information that I needed even though we use French in everything.

After being in Taiwan for my first year, I was glad to join the IPSD program, the instructors were nice and friendly compared to my country, the program was very interesting but quiet a busy schedule, I could not compare the high school in my country and the University in Taiwan because of many HomeWorks but I got used to it.

Studying in the IPSD program opened my sight after interacting with the program mates, everyone shares almost the same thing likewise to see the real world in one classroom, this program has a great impact on students' lives, being instructed by people you do not share the same belief and culture, studying with students you do not share the same background that is one of the significant thing may encourage the school to invite local students to join the program and expand the connection to the other side of the world to bring the world in Chang Jung Christian University.





孕育力與美的溫床—— 長榮大學橄欖球隊

口述 / 陳良乾(現任臺南市體育局局長)
採訪 / 呂婉愉 文 / 執行編輯

培育優秀的人才一直是長榮大學努力的目標，除了追求課業成績之外，更透過體能培訓與操練，造就出卓越的學生團隊。長榮大學橄欖球隊發展出一套完整的培育計畫，日復一日的淬鍊，發揮長榮精神，再奔標竿。

專訪長榮大學橄欖球隊七連霸推手—— 陳良乾老師

1.長榮大學橄欖球隊歷年屢創佳績，是否有一套專業的訓練系統？

本校橄欖球隊成立於2005年的8月1日，到2023正好滿18年。球隊成立初期時十分艱辛，因為球員人數很少，選手的實力也不夠堅強，跟成立較久的學校相比，我們相對弱勢，球隊成立前三年，我們幾乎都是輸球。幸而我們的訓練紮實且正規，尤其學校提供一個專業的橄欖球場，讓我們隨時都可以投入訓練。球員們在練習過程中逐漸

培養團隊默契，隨著新進球員的加入，增加了彼此競爭，成績終於有了起色。

除了校內訓練，也利用寒假安排球員到國外去參賽，以私立大學來說，學校能給予球隊的經費有限，經常必須自行募款取得贊助，但如果參賽對手局限於臺灣，那麼球員進步的程度也會受限。若能參與國際邀請賽，讓球員見識到國際水準，再將所學帶回球隊，影響其他球員，就更能加倍提升訓練績效。此外，出國比賽交流與移地訓練也成為學校球隊招生的誘因之一，每一個移地訓練與比賽的計畫，無形中吸引了優秀球員與選手選擇到本校就讀，經由學校系統化的訓練，培育出優秀的團隊與選手。

2.橄欖球員參賽的選拔標準？

長榮大學橄欖球隊目前有37位學生，一場7人制的比賽只有12位選手可以入選；而15人制的比賽，則有23位選手入選，所以勢必要進行選手的

▼ 2013 年大專杯冠軍



▼ 陳良乾教練與明星球員李振平合影。



篩選，才能讓團隊取得最佳的成績。篩選的過程中，並非單純考慮球打得好的選手，「態度」反而成為篩選的重點，球打得好的球員，不一定認真訓練。所以要考慮球員出席訓練的情況，還有其對球隊的向心力及團隊的精神。

目前球隊除了每日正規訓練3小時以外，還必須進行每週三次的重量訓練，隔週則利用週六進行比賽。但每次的選拔還是會有許多遺珠，像今年大專盃，在7人制比賽中，我們奪下冠軍，但是實際上卻有幾位選手，因需準備今年的亞運會而在國家訓練中心集訓，無法參加大專盃比賽；其次，有些球員受傷、或是態度不夠積極的，我寧可不要，而選用訓練時態度認真的選手上場，這樣才能對球隊形成更大幫助。

3.橄欖球員的飲食要求或體重控制？

每一種運動都有其飲食的要求或體重控制，例如：舉重即有量級之分，必須進行飲食控制。但

是橄欖球隊不需要，唯獨留意需吃得營養與健康。隊內球員普遍經濟情況不是很好，不過，球隊會統一採買肌酸，讓球員長肌肉，讓他們更有power。

我們球員不用控制體重，越壯越好，但是一定需要鍛鍊，以防變胖後跑不動，所以必須進行重量訓練。目前球隊每週有三個晚上要進行重量訓練，還要加強敏捷度，能夠跑，這樣才能培育出健康的選手。

4.本校橄欖球員參賽之積極度？是否遇過想要放棄打球的學生？

這些年，我遇過很好的學生，身體條件非常優秀，但是訓練意願越來越低，歸因於生活的壓力。因為球員們的家庭經濟情況都不是很好，屬於比較弱勢的族群，部分家長無法支付生活費，



除了邊練球邊念書，課餘時間還要去打工賺取生活費，有時候訓練到一半時，會有急忙去打工的狀況發生。幾乎無法積極投入訓練的球員，都是受限於家庭因素，而非選手個人沒有受訓的意願，實在非常可惜！

5.給學生建議與鼓勵

剛到學校的前三年很辛苦，因為球隊尚未成形，都是靠自己摸索，當時希望每次參賽能有好成績，那麼招收學生就會容易些。如今，學生球隊已經成形，即使老師不在現場，學長也會帶領學弟訓練，成為一個正向的循環。

球隊裡面有些學生家庭狀況艱辛，父母離異，必須靠著打球才能升學，非常辛苦，我會鼓勵他們畢業以後繼續到研究所深造。學校曾培育出總統獎的選手，還有行政院青輔會青舵獎的選手也在我們球隊裡，真是非常難得。幾年前畢業的二位同學獲聘到中國當教練，是很好的工作機會，享有很好的待遇，歸因於在學校球隊裡面接受好的磨練，培養高昂的鬥志，才造就出一個能被看見的好選手，將來也期待他們繼續為長遠的體育教育鋪路。

6.為甚麼選擇在橄欖球隊任教？

我從小就打橄欖球，高中、體專到大學都在打橄欖球。小時候的我也跟現在學生沒有兩樣，來自臺南的鄉下，家裡給予的照顧有限，就讓我去球隊裡面打球，在球場上找到自己的興趣以及可以發揮專長的地方。在臺北工作二十年後，遇到長榮大學提供回臺南任教的機會，我非常珍惜這份工作，總希望可以帶好學生，就像當初我的教練在國、高中帶我的樣子。我在學校已經十六年了，住校大概超過十年，在家的時間反而比較少，我兒子專長也是橄欖球，如今他研究所畢業到國外去，家裡面也沒有負擔，所以我就全心全意將心思放在學生身上。

我期待選手們在長榮大學畢業後，可以找到讓他們發揮所長的出路，鼓勵他們到國外打球，或是到中國任教，因為中國對教練的需求比較多，所以我鼓勵他們出去闖一闖。每一年帶隊到香港比賽，賽事之外也會拓展球隊的人脈，選手們無形中認識很多人，再從交流機會中，爭取參賽與任教的機會。

2018年，我們利用暑假到阿里山去做高地訓練，之後轉往瀋陽與北京參加青年盃比賽，都是希望能為學生選手尋找更好的機會。運動員在臺灣的發展謀職不易，我常在年輕學子身上看見自己從前的影子，所以能夠理解他們對未來的迷惘，我鼓勵他們盡量往外發展，透過國際交流學習更多，而為了能與外國優秀選手交流，一定要具備外語能力，千萬不能荒廢！



見證儀典的禮賓推手——

長榮公關天使

採訪 · 文 / 黃亭菱、林妍岑

彙整 / 執行編輯

口述 / 梁甄、涂宇珊 資料提供 / 張瑛珺

長久傳承聲譽好
榮典共與在今朝
公私單位齊聲讚
關懷社會氣自豪
天賜良機志宏遠
使命必達展績效

天使團創立起源

因應國際化的腳步及落實教育的本質，長榮大學期許青年學子提升內在修養，拓展世界宏觀並樹立領導風格。鼓勵學生積極參與校內、外相關公共事務與活動，因此於2005年年建置「長榮公關天使團」，培育學生認識及瞭解公共關係運作；並藉由參與過程使學生能提升自我形象與多元化學習管道，並落實本校多元化全人教育理念。公關天使傳承悠久，首屆至2021年共歷時十六屆，後因疫情導致活動減少，團員也逐漸畢業，以致經驗無法傳承，但她(他)們美麗挺拔的姿態，將是

本校校史上，美麗絢爛的篇章。讓我們來看看這些美麗的天使們是如何訓練而成的吧！

公關天使團服裝

設計概念

典雅端莊中能仍能展現學生的活力為樣式設計之本，顏色則以學校校徽的主色為基調，期待天使團的同學能在學校的基本教育信仰下，展現出優雅、活力、自信的年輕風華。



公關天使的選拔與培育

口述 / 第13屆公關天使活動企劃組組長——梁甄

公關天使團團員之選拔標準

公關天使的選拔標準是希望能夠看到參選同學對這個社團的熱情與積極，只要是願意參與，並與社團一同成長的同學，都非常歡迎學生們的加入。

天使團訓練課程

每週進行一次團會，並且在團會裡安排一些基礎練習，例如笑容、走站姿、頒獎、遞麥克風……等等的課程，也會在假日安排進階課程訓練，邀請外師為我們進行授課，針對接待或是能提升團員素質的相關課程來做安排。



公關天使辦早安你好活動。



頒獎練習。



美姿美儀站姿練習。



2018.6.9 長榮大學 2018 畢業典禮。

畢業典禮的特訓課程

每年五月，我們會特別加強練習在畢業典禮過程中需要注意的小細節，包含走路的一致性，透過無數次的訓練，每位團員實際穿著高跟鞋在凹凸不平的柏油路上行進，練就團員間完美的儀態與彼此絕佳的默契，希望能夠帶給這些師長、學長姐以及家長們一場完美的畢業典禮，為大學生涯留下美好回憶。

自己從學妹到學姐過程中心態的轉變，這些都必須透過人和人互動去體會及感受，最後我認為學到最多的是自我檢討，在每件事情、每個身分都不斷的思考，這是我認為在這個社團最大的成長。

加入公關天使團後的蛻變

在這個社團裡很多人都是想當空姐，而我自己則是想從事金融業，其實金融業也相當重視儀態，想藉由這個社團加強這個部分。入團後，發現壓力真的很大，因為團員間必須一起面對很多的會議、活動以及學長姐們的教導，但是學到更多的是團隊合作、接待過程中靈機應變的能力，以及



2018.6.12 第 13、14 屆公關天使交接典禮。

公關天使制服的演變



第二代制服
(自第3屆團員使用2018年)



第一代制服
(第1、2屆團員所使用)



第三代制服