

Wonderful life



DUO-AI
DISABLED PERSONS SERVICE CO., LTD.

多愛生命 教育學院

刻苦銘心的故事能改變你我

為身心障礙者打造友善環境
陳士金理事長

勇往直前
陳榮福老師

幸福女人・樂觀人生
陳雪琪老師

傑出
講師



指導單位 / 勞動部勞動力發展署、臺北市政府社會局

主辦單位 / 社團法人中華身心障礙者職業技藝協會、台北市多愛公益協會

本計畫由公益彩券回饋金補助



目錄 Contents



DUO-AI
DISABLED PERSONS SERVICE CO., LTD.

多愛生命 教育學院



P.01
理事長的話
陳士金



P.02
傑出講師
陳榮福、陳青琪



P.03
無限的可能
劉時楨



P.04
跑馬天后
林瓊美



P.05
打拼第一名
張簡碧嬌



P.06
金色輪椅上的女人
蘇沛榮



P.07
黃金右手藝之獨秀
楊采蓉



P.08
不要只看見我看不見
張嘉慧



P.09
一生雙折的彩色人生
鄭煌清



P.10
蘋果女王
杜以萍



P.11
讓爸爸放心
且驕傲的女兒
陳家玲



P.12
美麗人生雲彩飛揚
謝美雲



P.13
麗質玲瓏小叮嚀
林麗玲



P.14
街賣者小明
周明憲



P.15
將不可能裁縫為可能
王鳳英



P.16
回饋美好的社會
張素貞



P.17
永不放棄的游泳教練
吳雪燕



P.18
屹立不搖不倒翁
吳燕玉



P.19
照顧孩子心靈的老師
陳柔均



P.20
上天所創造的珍品
黃上珍



P.21
態度決定你的高度
莊棋銘



P.22
輪椅射手
鍾華鎮



P.23
巡迴街藝表演
圓夢計畫
李淑儀



P.24
永不認輸的鋼鐵人
鍾子清



P.25
從心開始從心出發
張靜婷



P.26
總統教育獎推手
韋齊媽媽
程懿貞



P.27
小金剛・永不放棄
的頑固信念
許峻銘

理事長的話

人生的道路上難免起起伏伏，甚至有許許多多的人都有著生命上的不完美，但不完美的背後，心中依然渴望用那堅強的毅力來改變這所謂的不完美，環境永遠不會十全十美，根本在於如何調整自己、改變自己，每一個成功者一定都有一個開始的念頭，並且勇於付諸行動，才能邁向成功之路，靠一切努力圓夢豐富色彩人生。

我們在追夢的道路上，時常感受到人間「真、善、美」的力量，他們都在用自己的藝術才華及各領域的專業素養，積極且正向的引導並感染著這社會，和所有人一樣擁有生命的同等價值，甚至青出於藍、更加卓越！期望在這正向的循環裡展現出每個非凡的人生、非凡的故事，與社會大眾一同共享歡樂、共沐陽光～



社團法人中華身心障礙者職業技藝協會
創會理事長

陳土金



勇往直潛的 陸地淺水夫

陳榮福

多重障礙 - 肢障、器障

生命歷程

- ◆ 2016 《勇往直潛》記錄片主角之一
- ◆ 2013 榮獲第 17 屆身心障礙楷模「金鷹獎」
- ◆ 2012 成立月亮心圓夢坊
- ◆ 2009 中央通訊社「台灣英雄」
- ◆ 2004 榮獲全國模範勞工
- ◆ 2003 《阿福三不曲》記錄片
- ◆ 2001 飛鷹人網路資訊工程師
- ◆ 1998 擔任空中大學李菁蓉副教授助教
- ◆ 1997 出版《相信還有愛》

幸福女人 快樂人生

陳青琪

肢障 - 小兒麻痺

生命歷程

- ◆ 知名品牌行銷協理 10 年
- ◆ 美商環保超市資深總監 8 年
- ◆ 公益文教基金會公關 4 年
- ◆ 社團法人身障協會秘書長 6 年
- ◆ 主日學老師 8 年
- ◆ 國小說故事媽媽
- ◆ 琪琪團購團團長



無限的可能

劉時楨

肢障 - 小兒麻痺



我是 Jonathan 強納森，朋友都叫我 John。我出生在一個純樸的客家東勢小鎮，因為醫藥資訊落後，1 歲半罹患當時大流行的 poliomyelitis (Polio)，因為太晚送醫導致雙下肢運動神經損傷，活動空間就在兩張小板凳上。為改善家庭經濟，父母在我 3 歲時到台北打拼，8 歲前我是跟著奶奶長大的，唯一會說的也只有客家話。

10 歲前我的生命是空白的。10 歲那年，由於家母的努力，我到蔣夫人興辦的振興醫學復健中心施行放筋手術，生日當天也是我人生第一次站起來走路，拿拐杖站立走路後，高度不同、空間放大，是影響我人生的重大轉捩點。我的腦袋在 10 歲也突然開竅了，學校成績大躍進，成為學霸一員。

由於當時觀念與封閉，對於身障朋友有很大的歧視與對立，最大的障礙竟然是號稱有教無類的教授，否定身障學生進入臺大醫學院就讀的機會。在當時（戒嚴時代）時空背景下，投訴無門，只有忍下所有委屈，所謂「山不來就我，我就山」，轉系所到會計系就讀。大學獨立自由的校風改變了我，開始參與山地服務團到偏遠山區服務、也參與義光育幼院小朋友的課輔活動。更重要的是，我找到令自己發光發熱的最愛－程式語言設計，這也是我往後就職工作的最大優勢，我有兩項專長，可以整合 IT 與 Finance，這不是一般人可以取代的。

當然，在一般人的環境中生活，身障人士必須面臨極大的挑戰。如何調整自己，讓自己都在能量滿載下迎向未來，這也是我還要努力學習的地方。以證嚴法師名言：「不要小看自己，因為人有無限的可能」互勉。



如何強化自己

讓自己的未來更美好

跑馬天后

林瓊美

肢障 - 脊髓損傷

從第一份在外商公司的工作開始，英文名字 Judy 就一直跟著我了。英文很難記的話，叫我豬弟就可以了。

我來自一個多彩多姿的生活圈。以前是業餘領小獎金的馬拉松跑者，最常參加 21 公里或 42 公里賽事，最高紀錄是南橫一百公里賽事跑 11 個半小時女子第八名。常常跟朋友一起單攻百岳（單日來回）例：玩過三鐵、跑過日本名古屋馬拉松，有紅十字救生員資格，上天下海對我來說一點問題都沒有。

直到一次與朋友騎乘公路車運動時，從山坡上摔車，胸部以下癱瘓。

在醫院哭了三個月，拆掉背架可以自己洗澡後，我覺得日子會越來越好。像我如此樂觀進取的人，面對人生的失望與絕望如潮水般湧來時，都會感到如此重挫的打擊，相信其他許多脊髓損傷者也和我一樣承受著生命之重。

在這段期間，生命中遇到很多貴人的幫助，我也重新回到職場上班。在努力復健的一年後，我重新在生命中找到另外一個出口：我希望成為別人生命中的貴人。手心向下去幫助一些比我更需要勇氣的人，這即是我參與生命教育講師研習的目的，期望可以學習到更多精彩豐富的思考態度。

打 拼 第 一 名

張簡碧嬌

肢障 - 小兒麻痺

個性活潑、開朗、大方，最喜歡與人為善，因為我的內心以善為出發點，總知道我身旁的人都是一些善良的人，我會很開心與大家相處在一起。

如果你用一句話來形容我自己，我可以告訴你：「請您嘸問阮的名，叫我勤勞認真打拚第一名」。因為在人生過程中，我總以認真負責的態度來面對我的人生、我的一切。我所有的認真、打拚都是因為不想讓我的母親為我擔憂，所以我一直努力的向前走，不畏任何困難，不畏任何辛苦。靠著這份信念，讓我擁有 2 間房子，以及每個月固定捐款 6000 元回饋社會，全部都是由我努力得來的。別人問我，你怎麼成功的？我也不太會回答，我只知道在工作上我認真付出。在學業上我為我自己負責任，讀書不用我的母親叫我，工作不用別人催促我，我都會去完成我應該做的，因此創造了我的奇蹟。

人要以孝為出發點。我愛我的母親，我知道我的母親很辛苦，要照顧 8 個小孩，還有 2 個奶奶，為這個家庭付出，讓我們可以安心快樂的成長。我感謝我的母親，她知道我的行動不方便，從來不會因為我的不方便而讓我有跟別人不同的生活環境、或是要求家人特別照顧我。我跟著所有的姊妹一樣地成長，一樣要洗衣服、要整理家裡、要煮菜。我最開心的便是我的母親總是以對待一般小孩的方式撫養我成長，因此創造了我的能力。我感謝我的母親，她燉了好多補品給我吃，滋養我的雙腳，讓我的身體生龍活虎。我可以做 3 個工作，我的錢就是這麼賺來的。感謝今天閱讀我的故事的人，希望大家彼此分享故事的同時，共同創造我們的奇蹟！



金色輪椅上的女人

蘇沛榮

肢障 - 小兒麻痺

我在 7 歲的孩童時期罹患小兒麻痺。生長在一個傳統平實的家庭，我的原生家庭曾經給我太多束縛和負面影響。過去的我非常地自卑、沒有自信，強顏歡笑。過往的我，汲汲營營地追求自由，陽光，空氣。

曾經動過幾次手術治療，影響我身體最大轉變的是兩次脊髓手術，身體上的限制和虛弱，充滿障礙的封閉黑暗空間，曾經再度陷入漫長歲月、無止盡的黑暗世界中。在我的生命裡不同階段裡，我曾經活在無比黑暗世界，漫漫長歲月，黑暗、無助、孤寂、憂鬱、迷惘、悲傷、痛苦、輕生，也曾經快樂、感動、歡笑、幸福、感恩。如今，陽光普照，光明的世界，陰霾黑暗已過去，因為我想重生，讓生命再次發亮起來。

很感謝愛我的家人、朋友們以及貴人，造就現在的我。很高興也很意外地來參與生命講師課程，認識來自各地很棒的生命勇者，每個人的生命故事令人動容和敬佩。請多多指教。謝謝大家。





黃金右手 藝之獨秀

楊采蓉

肢障 - 左手截肢

出生在臺東縣卑南鄉，住家外面就是花東鐵路。大約在我一歲時，睡午覺醒來趁家人不注意，溜下小床爬到家門前的鐵道旁玩耍，當時沒有人發現我不見了，直到火車被我擋下停在村子的正中央，大家才找到我，但是我已被火車輾斷了左手臂。年僅一歲小小隻的我，手臂和脖子間的距離也不過二十公分，當時脖子能夠閃躲過火車的鐵輪下，就是我今生最大的幸運了！

長大後結婚做為人妻，我有很長一段時間遭受到不孕症的困擾，後來終於如願懷上了寶寶，而且還是一對雙胞胎！當時我好高興，可是下一秒，我突然難過了起來，因為想到我只有一隻手，該怎麼樣牽住這兩個小小孩的手呢？如果，如果，他們因此發生意外跟我一樣受傷了，怎麼辦？最後老天爺用了最殘酷的方式，幫我解決了這些煩惱。因為早期破水，早產的雙胞胎小姊姊撐不過 30 個小時夭折而離開了我，妹妹則是全身插滿管子住進了嬰兒加護病房。

那段日子，我整天以淚洗面，幾乎罹患憂鬱症，閨蜜勸我去看心理醫師，但我知道只有自己願意改變才能夠拯救自己，於是我強迫自己去參加截肢協會第一屆的《弦月之美》。《弦月之美》是一個身心障礙朋友表演才藝的舞臺，在彩排空檔，我聽到許多跟我一樣失去手腳夥伴們的分享，他們每個人身上都有一段錐心之痛的悲傷故事，跟他們比起來，我所謂的痛苦竟然是那麼地微不足道……其實擁有快樂很簡單，那就是不要看你失去了什麼，而是要珍惜你還擁有什麼！我期許自己要做一個手心向下，有能力幫助他人的人。

現在的我，是混障綜藝團的成員，也在基隆長庚醫院當社會志工服務他人，經常跟著公益團體全省巡迴演出。我熱愛藝術創作，例如手作陶藝和扭造型氣球，我找到我的興趣和讓自己快樂的秘訣，也非常樂意散播歡樂散播愛！

不要只看見 我看

張嘉慧

視障 - 先天性白內障

筆名素心（期許自己能保有一顆赤子之心）。是一個早產兒，在保溫箱住了 49 天才回家。6 歲時，左眼一場意外而看不見，右眼在 12 歲時被檢查出先天性白內障，當時醫生不敢為我開刀，只是配戴 1700 度的眼鏡。

求學階段非常地不順遂，常常看不見黑板的字，常常被取笑與取綽號，讓我感受到人生是黑白的，常常是躲在棉被哭泣。而如今這個愛哭的女孩長大了，有機會服務視障朋友，當他們的眼睛。曾經帶著一位全盲朋友到銀行辦理換印鑑而牽著全盲伯伯的手，簽他自己的名字，這一刻覺得自己是幸福的，因為，我還看得見，可以為別人服務。現在的我，僅有的右眼也開刀 2 次，都差點看不見，目前除了工作之餘，晚上也在急診室當志工，體驗不同的人生。我曾經是花博志工、世大運志工，也常常去關愛之家陪伴小小孩，目前也投入捐血，給自己一個目標，希望能捐血 100 次。

很開心找到自己生命價值，雖然，我的父母親都不在了，一個人過生活，但是，很感恩自己很健康，能夠做自己喜歡的事情。曾經登過玉山、騎自行車環島 9 天、演過視障朋友的舞台劇、參加徵文比賽得到佳作，拿到 5000 元獎金，還集結成一本書，書名是「不要只看見我看」，這些都讓我感受到自己存在的價值。雖然，我沒有很好的視力，但是，我有愛願意為別人付出，這就是我活在這世界上的價值。很感恩自己還看得見，可以做很多利於眾生之事。



一生雙折的 彩色人生

鄭煌清

罕見疾病 - 先天性成骨不全症

出生在汐止的彰化人，因為基因的突變，在母胎裡就造成雙腿骨折（一出生就是嚴重的O型腿）。沒錯，就是先天性成骨不全症，俗稱玻璃娃娃的一種罕見疾病！

出生就遭受大大小小的骨折，身形也比其他孩子們小，到了七歲時，雙北沒有一間小學敢收留我，一直到十四歲才到彰化二林的喜樂保育院就讀，從此展開了我一生雙折（挫折和骨折）的人生！

雖然我的人生充滿雙折，但人生不是雙色（黑與白）的，而是彩色的，這二十幾年來，我參加了兩個合唱團，走過兩場婚紗秀，完成了大學學業，學會了開車，新聞、電台專訪過，因為合唱團和走秀，上過的舞台也不少；其中工作也很精彩，電腦美工、旅行社的OP、保險業務員、外商公司業務助理、PCB板的測試程式工程師、基金會的行政書記……等等。

目前的我仍在追夢，如：用各種形式來環台、學會游泳，橫渡日月潭、上台當個稱職的講師……等等。人生如夢，有夢就要追，兩眼永閉前，人生永遠是有無限的可能。



蘋果女王

杜以萍

肢障 - 脊髓損傷



「小孩的成長只有一次」，原本過著上班生活的我，決定辭了工作專心照顧小孩。老天爺卻在那時跟我開了個玩笑，一場意外改變了我的人生！

我有兩年的時間走不出來，足不出戶，讓外勞照顧我的生活起居，沒想到外勞逃跑，變成年邁父母照顧我。更不幸地，又接到一通晴天霹靂的電話，我老公的同事很緊張地來電表示：老公有中風症狀，要我馬上到公司送他到大醫院掛急診處理。當時我連自己都無法照顧自己，該怎麼照顧我的老公呢？所以我告訴自己「求人不如靠自己」，學習接受自己。

我愛我的家人，「愛是前進最大的原動力」，從完全依賴外勞、到參與脊髓損傷潛能發展中心受訓後變成獨立自主的女王。老天爺賦予每個人的考驗不同，關關難過關關過……沒有解決不了的事情，只有面對事情的態度。如果我能做到、你也能做到，我們要一起努力讓世界更美啊！體驗身體的殘缺並不可怕，可怕的是自己的心無法走出這世界！

讓爸爸放心且 驕傲的女兒

陳家玲

肢障 - 脊髓損傷



65 年次的我，居住桃園市中壢區，家中人口簡單，安居樂業。99 年 5 月，同學帶我去蘭嶼觀測站欣賞風景，在未起動機車引擎的狀況下，重力加速度讓我們倆意外跌入深谷中。醫師判定是脊髓損傷，知道自己以後無法行走了，行動必須靠輪椅，面對這樣的情況我難以接受，但為了不讓父母親擔心，我很積極地面對這件事，用笑容迎接每一天。過程很煎熬，一下子尿路感染，身體狀況虛弱，服藥藥物過敏，進了加護病房，又轉到燒燙傷病房隔離治療……由於自己的過敏體質，連最普通的普拉疼藥物都過敏，造成皮膚兩次

脫皮，全身起水泡，進行無數次的換藥。

在醫院待了兩年的時間，出院後我帶著爸爸一起去做復健。三個月後，爸爸因為腦幹中風，進入加護病房接受治療，這對我來說是一個很大的打擊，但是我不能因此脆弱，我鼓起勇氣，一個人去脊髓損傷潛能發展中心，學習生活自理，自己洗澡，自己處理所有的大小事情。

因為潛能發展中心給了我們學習的機會，我也認識了很多傷友，積極幫助其他傷友。雖然我們不能行走，可是我們還有雙手，可以做很多事情，所以不要輕言放棄自己，讓生命亮起來；把自己照顧好，家人朋友的關心，會更高興看到生命的再生，勇於接受事實的改變，你會發現走出來真的很好！所以我的輪跡輪遍了台灣各地，也輪到國外，好多國家，有滿滿的正能量和每天分享不完的生命力！



美麗人生 雲彩飛揚

謝美雲

肢障 - 脊髓損傷



20 年前的一場意外，造成脊髓損傷，必須終身以輪椅代步，人生瞬間從天堂掉入地獄般惶恐與絕望，對未來一片茫然。所幸有愛我的家人一路細心照顧與不辭辛勞的陪伴，媽媽為了使我重拾自我，不間斷地四處打聽任何對我有益的事物。22 歲時接觸到脊髓損傷潛能發展中心，在那參與生活重建和職業訓練後，才逐漸找回自信心，也遇上我生命中的真命天子，找到往後伴我一生的歸屬。

上天真的很眷顧我們，在婚後第五年，經台大王顏和醫師醫療團隊協助，我們的女兒「angel 寶貝」幸運誕生，醫學文獻首例，脊髓損傷夫妻也能生健康寶寶，創世界首例！（登上美國醫學期刊）。之後在先生和協會的支持和鼓勵下，更接觸多項體育運動，舉凡「三鐵」、「保齡球」比賽，屢屢獲獎無數，而射箭活動更讓我有機會代表國家到國外參賽。



我們只需要勇敢前行；夢想自會引路，有多遠；走多遠，把足跡連成生命的悸動，改變心態，擴大視野，便會看到不一樣的世界。成功絕不是靠「奇蹟」，而是一路走過的「軌跡」，現在，我更努力站上舞台，用自己的生命去影響生命，期望更多的人能遇見更美好的自己。

生命歷程

- ◆ 中盈國際貿易公司執行長
- ◆ 1997-2011 年全國運動會田賽選手
- ◆ 2014 年當選亞運射箭國手

麗質玲瓏 小叮噹

林麗玲

肢障 - 小兒麻痺



在週歲時罹患小兒麻痺，六歲時因跌倒，造成嘴唇有點疤痕，使得已是跛腳的我更加自卑。

由於家境困苦，父母的觀念較為重男輕女，希望我國中畢業後，就去學裁縫或燙頭髮貼補家用，於是我成為全校唯一沒報考高中聯考的學生，後來想想不甘如此，感恩母親最後給我機會，最後我考上當時公立的第一志願商職 - 北市商。

在 30 歲左右，到伊甸基金會學習電腦，首次接觸到身障團體，在那裡看到比我嚴重的身障朋友，相較之下我何其幸運，這時才慢慢的自我心理建設，不再只看見自己的不足，要珍惜自己所擁有的

小時候唯一的娛樂就是跟著阿公聽拉機歐，還有坐著板凳看露天的黑白電影，這是最懷念的美好回憶。因為學會了很多老歌，所以有空就會去老人院表演，在演唱時獲得滿滿的成就感，老歌旋律也喚起老人家年輕時的歲月時光，看到老人家的快樂也提昇了我義演的動力。



在陳主委榮福大哥的介紹下，來參與生命教育講師培訓的課程，也將持續用唱歌的興趣關懷老人，貢獻自己的力量回饋社會。

黑暗中的光明騎士

周明憲

罕見疾病 - 多發性肌肉炎



原本如同一般人般的行動自如，直到當兵入伍的第一天，在完全無預警的狀況下突然病發，但初步檢查時只有時常性的四肢無力與疼痛感，症狀並不明顯。查無切確病因，一直等到訓練中心結訓時，才安排住進三軍總醫院進行全身性徹底檢查，後來檢查斷定出是罕見的自體免疫疾病 - 「多發性肌肉炎」，是一種侵犯肌肉為主的自體免疫性疾病，屬於特異性的肌肉病變，全身上下有肌肉的地方都會漸進式的慢慢退化，以侵犯骨骼肌為主，一步一步影響到心臟、胃腸道、肺部和關節等重要器官。19 歲的我，面對身體上無情的轉變，反而開啟了我對生命的各種挑戰，進而更加珍惜我所現有的一切。

平日除了於街頭上販賣各種商品維持生活，也會透過巧手改造出別具特色的商品，甚至有「江湖人稱回春之手」之讚美，我賣的商品不單單只是一件物品，更是一種運氣與希望。除了工作之餘，我更樂於至校園與孩童們做演講分享，透過自身經歷告訴他們不要害怕人生當中的各種挫折，面對困難與挫折才能體會生命的美好。我覺得如今將善良的種子灑下，再加上雨水的滋潤，讓他們更有茁壯的養分，每當我做完分享，得到孩童的滿滿回饋的同時，那瞬間我也感到無比的溫暖。



將不可能 裁縫為可能

王鳳英

肢障 - 小兒麻痺

在我的生命歷程中，我曾經是一位非常自卑、極度沒自信的身心障礙者，故步自封、拒絕與人交流，直到遇到我人生中的貴人「吳姐」，她徹底改變了我往後的命運與人生，她成為我的啟蒙老師，讓半字不識的我，如今才能有機會對外連結各項資源，並且靠著自己的力量，學會獨立謀生。

為了向家人證明，我並非只是個負擔、包袱，就算在外屢遇挫折，我依然咬緊牙根，選擇從事我所熱愛的服裝行業。我永遠記得服裝老闆看到我第一眼時的反應，她傻眼到說不出話來！一個僅僅靠著一張小凳子在地板移位的我，怎麼可能從事需要心、手皆細膩的工作呢？從客戶的服裝丈量、修改、裁切，到最後還需使用縫紉機加工製作，並且交出完整的成品。但老闆看我積極努力的爭取，也願意給我努力的機會，而我在這工作也堅持了 9 年之久，完成了一件件美麗成功的作品。

也因這深厚的服裝設計基礎，在歷經人生的另一個轉折時，開始自己設計擺攤、行銷多樣化的商品，後來又獨自一人開起彩券行。這一路走來，憑藉著自身的努力與堅持，以及一路給予我扶持與機會的貴人們，讓我有能力體驗更多更不同的精彩人生！如今，我也希望將這份力量分享、傳遞出去，每個人都值得擁有屬於自己的一片天！





回饋美好的社會

張素貞

肢障 - 小兒麻痺

大家知道民間四大愛情傳說之一《白蛇傳》，在峨眉山修煉得道，集世間美麗優雅，天性善良菩薩心腸，懸壺濟世造福百姓的白素貞嗎？而我是『小兒麻痺』的中度肢障的張素貞。目前主要工作是當志工，來回饋這美好的社會。

在我三歲的時候，因為一場高燒！竟然會嚴重到讓我站不起身來。從此，我必須面對自己『跛腳』的人生，過著行動不便的生活。

感恩慈母辛勞的四處奔波、到處求醫，最終將傷害降到最低，讓我可以不需要靠輔具來行走。天下父母心，媽媽還是擔心我長大以後無法自己養活自己，就送我去學裁縫，當時我超自閉的，直到當上了女裝師之後才漸漸開始有了自信！結婚以後，感謝先生的鼓勵之下，也學會了開車、游泳、社交舞... 等等。

分享這些，並不是要標榜我很厲害，只想告訴大家，只要有心沒有做不到的，我們要更有勇氣，走出自己的一片天！感恩貴人何其多、讚美何其多、福利更是享不盡。感謝偉大的母親帶我來到這個世上。日後更希望能付出自己的力量。生命教育，是一輩子的志業，大家共勉。謝謝。



泳不放棄的 游泳教練

吳雪燕 肢障 - 小兒麻痺

各位好：我姓吳名雪燕，
冰天雪地寒冬中我是力爭上游的燕子。



從懂事以來就發現我走路時，天空怎會晃左又晃右，是否每個人都和我一樣呢？燕子不是要在藍藍天空中自在的翱翔嗎？為什麼學校的體育老師說為了安全而不讓我上體育課？所以我只能守著空蕩蕩的教室看著同學開心的玩球，那種感覺彷彿因為自己腳的不方便讓原先應該擁有活潑、快樂的童年留下不愉快的回憶。

因為長期走路姿勢不平衡常常腰酸就醫，醫生看我如此自卑對生命的態度是如此的無奈，於是鼓勵我。他很佩服我們身心障礙者，因為上天要我們來到人間之前，都會讓我們知道自己要扮演的角色是否有這份勇氣來接受挑戰，當你有把握承擔就可以下凡接受歷練；既然是自願下凡接受挑戰，而且身體上的缺陷已是事實，何不讓自己生活的快樂呢…。



在一個機緣中得知有游泳訓練班，於是鼓起勇氣報名參加以補償小時候無法上體育課的缺憾。學游泳的過程中，也曾經有很多的挫折更要克服心理的障礙，或許是小時候非常渴望能上體育課，所以我都不以為苦，更視為是成長的養份不斷自我突破。

人有無限的可能，由從小不能上體育課到成為游泳教練，泳不放棄才能創造生命的價值。

屹立不搖 不倒翁

吳燕玉 肢障 - 小兒麻痺



為什麼是不倒翁呢？在我 4 歲時中了人生第一個大獎，發高燒一夜之間，兩腳冰冷無力，被診斷罹患小兒麻痺。童年印象是每天去醫院治療，在復健過程中都是在汗水與淚水中度過，父母為了醫治我的雙腳，所花的費用約可買一棟樓房，終於我扶著牆壁可以站立走路。小時候走在路上，常常被一群小朋友嘲笑「跛腳、跛腳」，內心無比的自卑。23 歲以前的我是溫室裡的花朵一直被呵護，媽媽一直認為，是她沒有把我照顧好內心愧疚。只要媽媽一聲令下家裡姊姊、弟弟、妹妹就幫我把事情做好，養成我的個性依賴、膽小、內向。

直到第一次參加社團活動，我觀察到一位肌無力小朋友，吃飯都還需要父母餵，看到这一幕，「比上不足 比下有餘」我有什麼好自卑，瞬間揮掉心中陰影，從此『開啟我的志工生涯』。《倫敦時報》曾調查，人們最大的恐懼是上台演講，第二才是死亡。沒有新嘗試、新學習，就不會有新的領悟，那麼這和昨天的我又有什麼不同？下定決心挑戰最大的恐懼「上台演講」，13 堂課結束我脫胎換骨。日後在面對問題和挫折時，勇於接受挑戰，全力以赴做好每一件事，重建自信心成為社團的領導人。我是屹立不搖——不倒翁。



生命歷程

- ◆ 曾任新北市殘障福利服務協會 樹林會長
- ◆ 現任新北市林口身障協會 榮譽理事長
- ◆ 現任第九屆新北市無障礙審查委員
- ◆ 現任新北市政府勞工局身障就輔科職災電訪志工 8 年

照顧孩子心靈的老師

肢障、視障 **陳柔均**

民國 56 年出生，出生時因故早產，導致右半邊有些不便（右腳長短腳變形、右眼弱視，右手無法提物），所以小時也遇過同學和老師的關係霸凌，留下了無可抹滅的陰影。幸好 10 歲後有機會到南美洲玻利維亞就學生活，在那裡遇到了很好的老師和和善的民族，學會了樂觀、也學會了人與人之間生來平等，不會因外表的殘障引起別人的輕視，也養成了健全的心靈，所以我從小就勵志要當一個照顧孩子心靈的老師，也期盼有機會能回饋社會。

回台念大學並畢業後，我努力地工作，結婚、後來也當起了有殼蝸牛！一切正往幸福的道路走去時，卻遇到了有名的「林肯大郡」事件，幸好當時屋毀人未亡，所有物質的東西全變成了廢土，但也因為這個事件使我再次感受到人間的溫暖！後來在一個機會下，進入國小當起了臨時的代課老師，也圓了我小時候的夢。在國小教書多年，累積了很多動人的故事，我不期望所有的學生都喜歡我，只願有孩子因我真心對待而往好的道路改變。退休後，這幾年經由朋友介紹參加了“LOVE 愛相隨電輪舞蹈班”，跟一群志同道合的朋友一起學習，一起練舞，也不負心願的我們得到了好成績，又圓了我小時候另一個夢！

這次感謝有這個機會來參與這個訓練，希望藉由這次的學習讓我學到一些新的知識，交到好朋友，也更加能夠了解自己！

生命歷程

- ◆ 曾任聯合晚報廣告組助理
- ◆ 曾任西班牙文口譯人員數年
- ◆ 曾任國小老師 20 年
- ◆ 現任 Love 愛相隨電動輪椅舞團成員
- ◆ 現任 Love 輪椅舞舞團成員
- ◆ 現任生命教育講師



上天所創造的珍品

肢障 - 小兒麻痺 **黃上珍**

媽媽說我是上天所創造給她的『珍品』，所以叫做『上珍』。在小時候發高燒一直不退，被診斷為小兒麻痺症，從此不良於行，之後就一直待在家裡，很少與人社交互動，過著很封閉的生活。

當年思考過一個問題，明明我是上天給媽媽的珍品，為什麼會讓我生病，讓媽媽如此的辛苦照顧我，又讓我行動不方便呢？後來看到鄭豐喜的電影「汪洋中的一條船」。他這麼棒！他為什麼可以？而改變了我的想法，想要成為一個更好的自己。

民國 64 年到振興醫院住院開刀矯正變形的腳，穿支架可以行走方便，人也變開朗、有信心。民國 71 年考進振興醫院、【擔任服裝老師】，我指導的學生也都獲得全國殘障技能競賽第一、三名的殊榮，我也認識很多優秀的身障朋友在不同的領域當中展現其才華，尋找到自己人生的價值。

擔任生命教育講師最重要的原因就是感恩父母對我的愛，感謝生命過程中曾提攜我的貴人，如今我走出來回饋社會，我很鼓勵身障朋友一起走出來，我們一起加油為這個世界努力，能對社會有所幫助、貢獻。

生命歷程

- ◆ 廣青文教基金會「聽你說心情支持專線」志工
- ◆ 全國殘障優秀青年獎／全國服裝比賽第一名
- ◆ 榮總傷殘職訓中心縫紉班 服裝助教老師
- ◆ 振興醫院 服裝老師
- ◆ 現任振興醫院醫療行政
- ◆ 現任生命教育講師



態度決定你的高度

莊棋銘

罕見疾病 - 先天性成骨不全症

出生於台北市，一出生就罹患罕見疾病「先天性成骨不全症」。這種疾病很折磨人，骨骼脆弱，所以我童年在反覆骨折痛苦中長大，造成雙腿變形而無法行走。其他孩子健步如飛，跌倒啪啪屁股就爬起來，而自己卻什麼也做不了，常常覺得自己為何而生？又為何而活？

由於家中經濟不寬裕，爸媽是勞動階級，要養育四個小孩。在我有印象的歲月裡，就一直住在比較便宜而沒有電梯的房子，導致我出門必須家人抱或背著上下四樓，生活頗為不便。到了六歲入學年齡，但由於容易骨折，沒有學校敢收我這個特殊學生，因此我失學在家很多年，直到電腦網路盛行，我透過網路認識了一群身心障礙者。並且在同儕幫助下，找到適合我的電動輪椅，開始計畫搬出來居住，解決了行跟住的無障礙。並跟許多有理想的障礙者夥伴創立協會，工作至今。

這些年，在外感受到障礙者要自立生活，有太多要面臨的困難，舉凡經濟、住宅、人際，以及輔具、人力支持…等等，每一樣都是難以跨越的障礙，一直希望藉由倡議來改變制度環境。同時我也想起自己深受許多人幫助才有今天，盼望藉由學習演講技巧，感動社會。以自己成功例子，激勵還在家中無法走出來的障礙者。

生命歷程

- ◆ 社團法人臺北市新活力自立生活協會 方案人員
- ◆ 社團法人先天性成骨不全協會 第七屆常務監事
- ◆ 社團法人台南市夢城自立生活協會 顧問
- ◆ 台灣無條件基本收入協會 理事
- ◆ 台灣身心障礙者自立生活聯盟 秘書長



輪椅射手

鍾華鎮

肢障 - 脊髓損傷

民國 79 年，在一次工作意外，不幸從高處墜下，變成身心障礙者，至今快三十年了。從正常的行動，瞬間要改變由輪椅代步，心態的轉變每天都不一樣。勇敢走出家門，遇到的有鼓勵的眼光，有看你很奇怪的眼神，有很佩服你的言語，有歧視的言辭。這些都讓我對自己說，要有更勇敢的動力，一直告訴自己…。

人生因為努力，而變得更精采！所以我更努力走入人群，參與協會事務，到學校作生命教育分享。更學習射箭運動，代表國家到國外參賽已十餘年，也曾經多位總統副總統召見及勉勵。也榮獲過大勇獎及金鷹獎榮耀！知道這些不是憑空僥倖得來的，只要自己不放棄，機會是給準備好的人！我一直督促自己做到多方面的知識學習，如建築物無障礙設施、設備勘檢人員培訓、以及這次生命講師的培訓。

將這些成果吸收後，希望能貢獻微小力量與知識，分享生命歷程，創造並拓展友善環境！人人都能抱持同理心，相互尊重。身障者並不是都手心向上的，手心向下是我們努力的目標，更想積極地去達成。

生命歷程

- ◆ 民國 89 年榮獲第二屆生之勇者大勇獎
- ◆ 民國 103 年榮獲第 18 屆身心楷模金鶯獎
- ◆ 曾獲李登輝總統 / 陳水扁總統 / 馬英九總統
總統府召見勉勵
- ◆ 曾獲連戰副總統 / 吳敦義副總統召見勉勵
- ◆ 連續十年當選國家代表隊射箭國手
- ◆ 中華電視 / 公共電視 / 南桃園有線電視
製播專集
- ◆ 射箭教練
- ◆ 桃園市政府無障礙勘檢委員
- ◆ 校園生命教育講師



巡迴街藝表演 圓夢計畫

李淑儀

肢障 - 小兒麻痺

自幼罹患小兒麻痺，不良於行。到了學齡卻只學會了爬，但我從未自我放棄，因為有慈愛的媽媽給我溫暖與力量加油鼓勵，以及從只會爬到能撐著拐杖走路的成就感，讓我有動力在不斷跌倒的失敗中站了起來，也因身體的缺陷而造就當我面對困難時總能靜下心來一一克服的個性。

我曾在新北聯合醫院（板橋院區）服務台工作近 14 年，也因常見生、老、病、死，而明白人生無常與了解到生命可貴；也因體會人生中有喜悅、有悲傷，更希望用自己的熱忱、同理心與微笑，竭誠的為來院民眾提供優質協助服務。而熱愛唱歌的我，更期望唱出人生動人故事的歌用以撫慰人心、紓解壓力，透過傳遞正面能量美妙的歌聲，讓聽者轉念，使心情愉悅而美好；為此我將滿腔熱情與毅力去參加各縣市舉辦的街藝審議考試。目前擁有 13 張街頭藝人證照，並展開巡迴街藝表演圓夢計畫，很高興在這過程中讓很多人對生命有了感動，也希望持續把正能量帶給更多人。

我珍惜每次的學習機會，樂觀面對挫折，堅持、堅信並相信自己可以翻轉谷底人生，創造美好的未來，我能，相信你們也能！





永不認輸的 鋼鐵人

鍾子清

肢障 - 小兒麻痺

在農村長大的小孩。約莫 1 歲左右得了小兒麻痺症，當時的我全身癱軟，就像是坨麻糬一樣，為了減緩身體畸形，從小身體被禁錮在這身鋼鐵衣裡，那時對我來說，宛如被判了終身監禁，終身無法假釋。求學時都是母親背著我去上學，這身特殊的裝扮被同學笑說：「你看他不會走路，都要人家背」。有次下課被哥哥遺忘在學校，直到老師巡堂時發現才通知家長來背回家，感覺自己變成家庭的包袱，好像我總是要依附著別人才能生存，使得我很自卑、很沒自信。

有次爸媽不在家，請哥哥倒水給我喝，哥哥在看電視就沒好氣的回說：「自己不會想辦法去倒呀！難到你一輩子都要當個廢人嗎？」當下意識到不可以一輩子都要依靠別人，於是就有了人生中第一次的喝水大冒險之旅，用圓板凳當我的腳，上半身趴在上面，左右搖晃重心來移動板凳前進，當完成的那一刻起好興奮、好有成就感，原來我可以靠自己的力量克服困難，感謝老哥當下激勵者我，從此就種下了我不服輸的種子。

專科畢業後雖然遇到重重障礙，但幸運的我在報紙上看到台北榮總開設身障電腦技訓班，除了供食宿之外，結訓後可轉介就業，於是就決定離開家鄉北上參加職訓。訂定了目標，把握了機會，學習起來特別勤奮，經常利用晚自習時間反覆練習老師所教授的功能及用法，老師出的題目我都可以在第一時間完成。因此在眾多學員中，老師選上了我擔任助教，讓我充滿了自信，也瞭解自己可以變成被需要的人。把握住每次學習的機會並全力以赴，充實技能，不要問為什麼不是你，而要問…當機會來臨時，你準備好了嗎？

希望我們大家一起努力，要相信你自己，YOU CAN DO IT，謝謝。

從心開始 從心出發

張靜婷

肢障 - 四肢癱瘓

我常笑說在 22 歲前我的人生很精彩，不過是來自於各種意外，最終一場車禍導致了四肢癱瘓及不可逆的後遺症，睜開眼是一連串的挑战，基本的翻身睡覺、抓癢、如廁都不會，生活起居需有人協助，輪椅成為我的雙腳。

在人情冷暖中體會家是很好的避風港，但也知道待在舒適圈只會越來越習慣和依賴，在面對資源缺乏與不便中更讓我找尋不可能中的可能，於是一個人的外出成了最好的挑戰，雖然常遇到環境障礙或人性考驗會委屈哭泣，但從中也體會和感恩，一次又一次的勇氣帶領著我走過無數的旅程，更越過無數個內心黑暗和傷痛。

回頭看我感謝經歷磨煉我的心境與智慧，讓想法更加開闊，面對目標有一顆無懼的心參與許多課程更能在台灣和國外投入志工服務。我勉勵自己「取之社會，用之社會」。別說自己沒能力，從週遭小事做起。從心開始從心出發，難關將會過去。

生命歷程

- ◆ 現任老樟樹咖啡休閒園區課程講師
- ◆ 108 年 獲鴻海永齡基金會優秀獎學鯨
- ◆ 108 年 獲赴日進修身心障礙自立生活
- ◆ 103 年 身心障礙者權利公約種子講師
- ◆ 百大校園生命教育講師
- ◆ 103-107 年獲台中以北六城市
頒獎無障礙環境特派員
- ◆ 106 年至今 1995 生命線自殺防治協
- ◆ 105 年 wheel power challenge 國際志工





總統教育獎推手

韋齊媽媽

程懿貞

身障女兒背後的偉大母親

我有一個女兒名叫「郭韋齊」，她在7歲時因為感冒休克而造成器官壞死，手腳發黑，醫生說，為了保住她的性命必須四肢截肢，後來我們只能忍痛接受，做出這個決定。她右半邊癱瘓，還有腦傷，所以我辭掉醫檢師的工作，專心照顧她。韋齊求學時，也遭受到同儕的嘲笑譏諷，對此感到自卑，內心感到十分痛苦，不快樂。

後來在我們全家人共同努力陪伴，韋齊逐漸願意走向人群，個性也變開朗。她有一句八字座右銘時常用來提醒鼓勵自己：「永不放棄，創造奇蹟」。除此還有社會大眾的幫助，讓韋齊可以得到「總統教育獎」她還在22歲時得到了十大傑出青年。

我會出來學習，也是為了讓自己能把韋齊帶的更好。由於韋齊的知名度較高，所以大家都叫我「韋齊媽媽」，不是我的名字叫韋齊，而是我的女兒叫郭韋齊，請大家不要弄錯哦！我的別稱是「韋齊媽媽」，而我的名字是程懿貞！記得喔！我是程懿貞。



小金剛 · 永不放棄的頑固信念

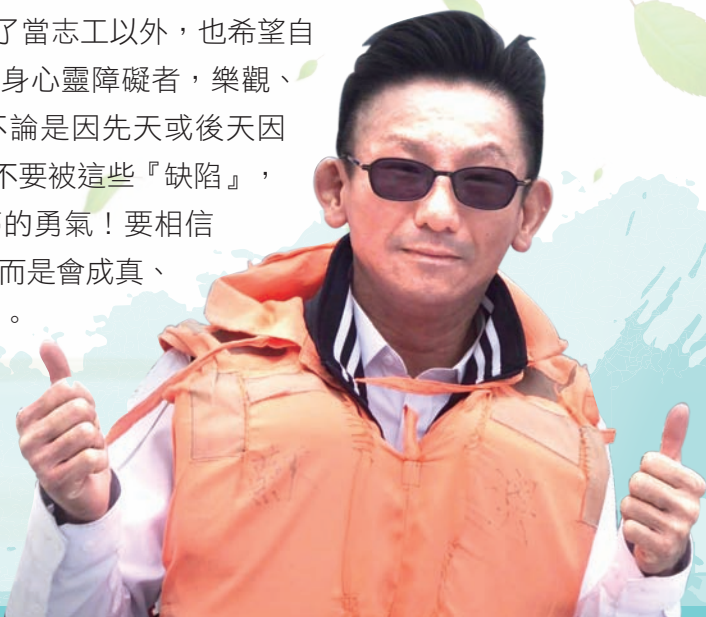
許峻銘

愛心志工

我有個外號叫做「小金剛」，這是我念專科時期，班上一位女同學幫我取的。大家可以忘記我叫什麼名字，但請務必記得我叫「小金剛」。我賦予它的意涵是：返璞歸真、外柔內剛，永不放棄的頑固信念！

雖然，我本身不是身心障礙人士，也沒有重大傷病卡，但是，我是一名「異位性皮膚炎」患者。我的母親跟我說，在我出生『八個月』後，醫生就診斷出我得了「異位性皮膚炎」，這是一種先天性免疫系統的疾病。小時候還有「氣喘病」，上國中後，我的氣喘病莫名其妙就好了，卻留下「異位性皮膚炎」陪伴我直到現在。30歲以後，雙眼又因『類固醇』的副作用，讓我得了「白內障」，因此動過手術，更換過水晶體。有一天皮膚突然惡化，身上幾乎每寸皮膚都紅腫、乾燥、脫屑，變黑、皮膚上的皺紋也變多變深、甚至潰爛。外表看起來，我跟普通人沒有什麼兩樣，但卻飽受身心靈折磨之苦。幸好我的家人、好朋友與貴人，一直默默支持我到現在，感恩他們對我的不離不棄！有您們真好！

參加生命教育講師的課程，除了當志工以外，也希望自己有一天能站上舞台，激勵更多的身心靈障礙者，樂觀、希望、堅強、快樂的活出自己！不論是因先天或後天因素，造就我們的與眾不同！但千萬不要被這些『缺陷』，綁架了我們的人生，從此放棄追夢的勇氣！要相信夢想絕對不是『夢』跟『想』而已，而是會成真、會實現的「頑固信念」。以上共勉之。



精彩 活動記事

2003

臺灣公仔仔 | 中美洲及邁阿密藝文訪問團公演

2004

親親寶貝 夢想起飛-兒童歲末關懷活動 | 兒童局
2004台灣觀光年 | 交通部觀光局
台灣燈會民俗街 | 交通部觀光局
金鷹獎頒獎典禮暨音樂晚會 | 內政部
活動內政 健康台灣 | 總統府內政部人事處
溫馨耶誕 快樂童年 | 94年歲末聯歡活動 兒童局

2006

台北縣年俗節 | 台北縣政府
年度宗教表揚大會 | 內政部
身心障礙模範父親表揚大會
石碇美人茶節 | 台北縣政府
國慶煙火 | 內政部

2007

登峰造極挑戰自我極限運動
暨身心障礙者金嗓獎歌唱比賽
台北燈節 | 台北市民政局
深坑四寶文化節 | 台北縣深坑鄉公所
統一發票租稅歡樂園 | 稅捐處
第九屆亞太保險大會 | 半丁記者會
泰山獅子王文化節 | 台北縣泰山鄉公所

2008

寶貝台灣公仔、溫馨聖誕「童」樂會 | 內政部兒童局
台灣媽祖文化展 | 國立歷史博物館、鎮瀾宮
藝術市集童玩大會串 | 台中市文化局
國際同濟會家族日愛心同樂會 | 國際同濟會
身心障礙福利機構及團體秋節產品禮盒聯合促銷活動 | 內政部
全國公教美展頒獎典禮暨巡迴展 | 行政院住福會

2009

臺北國際花卉博覽會台北花博 | 台北市政府
第八屆身心障礙者藝術巔峰創作聯展
台灣燈會 | 交通部觀光局、苗栗市政府

2012

郵政感恩情 社區一家親 | 三重郵局
第一屆多愛公益盃身心障礙者暨樂齡全國槌球錦標賽 | 交通部觀光局、宜蘭縣政府

2011

強化體育團體組織運作及行政管理知能研習會 | 行政院體育委員會
台灣燈會 | 交通部觀光局、宜蘭縣政府
新莊鼓意節「真鼓意」公仔製作 | 新莊鄉公所

2010

擁抱租稅 幸福社會 臺北市租稅宣導活動 | 臺北市稅捐稽徵處
親親寶貝 深深關懷 | 總統府指導、內政部兒童局
台灣燈會 | 交通部觀光局、嘉義市政府

2018

第八屆總統盃全國身心障礙者 | 中華身障體育運動協會
第八屆閩台殘疾人文化週 | 社團法人中華海峽兩岸身障文創藝術協會
2018藝術巔峰 | 國立國父紀念館
2018生命講師研習計畫 | 社團法人中華身心障礙者職業技藝協會
2018舞藝巔峰身障藝術才藝大賞 | 中華海峽兩岸身障文創藝術協會
2018身心障礙愛心公益園遊會 | 社團法人中華身心障礙者職業技藝協會
新莊多愛盃槌球賽 | 新北市身心障礙多愛公益推廣協會

2017

第七屆總統盃全國身心障礙者 | 中華身障體育運動協會
消除障礙 參與無礙 | 台北市政府社會局
2017藝術巔峰 | 國立國父紀念館
2017台灣的孝 | 台北市政府
2017第八屆媽祖盃 | 新北市身心障礙多愛公益推廣協會
自在飛舞 逍遙過生活 | 社團法人中華身心障礙者職業技藝協會

2016

第十三屆身心障礙者藝術巔峰創作聯展
總統府歲末聯歡 | 社團法人中華身心障礙者職業技藝協會
扇撥文化善撥愛 | 國立國父紀念館
國際嘎檔巴歌唱比賽 | 中華國際嘎檔巴佛教協會
2016台灣的孝 | 台北市政府
武藝群英會暨國民體育日系列活動 | 雲林縣政府



社團法人中華身心障礙者職業技藝協會
CHINA PROFESSIONAL SKILLS ASSOCIATION FOR THE HANDICAPPED



台北市多愛公益協會
Duo-Ai Commonwealth Association of Taipei
立案證號：北市社登字第3551號



中華身障體育運動協會
Chinese Taipei Sports Association for the Disabled



桃園縣身心障礙多愛公益推廣協會
Duo-Ai Disabled Persons Commonwealth Association of Taoyuan



新北市身心障礙多愛公益推廣協會
Duo-Ai Disabled Persons Commonwealth Association of New Taipei
立案證號：北府社登字第1013095420號



宜蘭縣身心障礙多愛公益推廣協會
Duo-Ai Disabled Persons Commonwealth Association of Yilan
立案證號：府社登字第1010169605號

[口藝足畫]

有點機會 · 給需要幫助的人



Wonderful life  **DUO-AI**
DISABLED PERSONS SERVICE CO., LTD.

多愛生命 教育學院

刻苦銘心的故事能改變你我

用生命故事譜出一首又一首美妙的樂章

用勇往前行的力量撼動著你我的心

我們用生命訴說精彩故事

我們是【生命講師】!!!

社團法人中華
身心障礙者職
業技藝協會



Duo-Ai
多愛生命
教育學院



社團法人中華身心障礙者職業技藝協會-台內社字第8639240號
多愛生命教育學院・多愛綜藝團-北市演藝團體第1097字號

DUO-AI
DISABLED PERSONS SERVICE CO., LTD.

住址：台北市大安區和平東路三段280號2樓之1
諮詢電話：(02) 2732-5647 • 0919-980-097