

第51期

# 祝福你

Blessing

佳音Love聯播網 / 台北FM90.9 宜蘭FM90.3

[www.goodnews.org.tw](http://www.goodnews.org.tw)



愛我的，我必愛他；殷切尋求我的，必定尋見。（聖經 箴言8：17）

城市傳奇 扣子叔叔 讓歡笑填補幸福缺憾

動感人生 賽德克之愛 李偉烈的高山情

音樂心情 我知誰掌管明天

健康情報 幫助學習 注意力集中的飲食技巧



# 扣子叔叔

## 讓歡笑填補幸福缺憾

**騎** 著超迷你的腳踏車、吹著哨子，伴著輕快的樂聲進場，當掌聲響起的時刻，歡笑聲也跟著被突如其來逗趣誇張的肢體語言，一波波如風在稻穗上吹起笑浪。Uncle Button (扣子叔叔) 不只把小丑當作表演藝術，「最希望人們心底的憂愁、哀傷，自然的轉化成忘憂的歡笑，之後訴說著上帝奇異恩典，是喜樂良藥，是最大盼望！」

### 進入教會生命被改變

本名鄭南美的扣子叔叔，是美國小丑協會會員及唯一的華裔講師。他

出生於馬來西亞吉隆坡的傳統華人家庭，母親是父親的第二個妻子。由於父親少回家，母親又必須工作養活三個孩子，他常感到孤單，對人的生死充滿疑惑。青少年時結交壞朋友，經常打架鬧事。

15歲時在球場認識基督徒朋友，帶他到教會後，感到有一股難以言喻的平安進入心裡，人生觀變得積極正面。高中畢業後，家中經濟不允許他讀大學，喜歡繪圖的他便從事Button鈕扣（圓型胸章）設計繪製的工作，同時在吉隆坡著名的中央藝術坊租下攤位，為顧客量身設計，設計富巧思

創意，繪圖精美，深受顧客歡迎。

### 奇妙機緣轉行當小丑

1994年，常向他訂購扣子送給兒童的魔術師，因為小丑助理請假，請他代班演出。聽到魔術師會幫他化妝、準備衣服，還會付演出費用，他爽快答應。那天，他與孩子的互動良好，喜感十足，魔術師非常滿意，從此常邀他演出。

隔年，朋友去美國參加布偶、魔術、小丑、氣球等娛樂圈表演的創意研討會回來，分享許多心得，激發他學習成為專業小丑的動機，在妻子的鼓勵下勇敢的踏上美國土地。

那時長子七個月大，妻子又懷孕在身，出國前夕，上帝跟他說：「帶著你的大鈕釦和簽字筆去美國」。他把老師的名字寫在鈕釦上送給老師，沒想到一炮而紅，許多人主動跟他交朋友、免費接待他住到家裡、向他訂購鈕釦等，此行讓他大開眼界，學習專業的表演方式，還有收入帶回家。回國後，他收掉攤位成為專職小丑，以讓人歡笑的方式傳達上帝的愛。

Smiley the clown 是他最敬佩的老師，Smiley曾在越南叢林打仗，不幸得到怪病，又有高血壓、糖尿病，但是他非常的樂觀，不為病痛折磨喪志。某次親子生日會上，被好奇的小朋友拿榔頭敲他的大鞋，瞬間鮮血直流，他忍著

演完緊急送醫，卻因為糖尿病，傷口久不癒合，左腳被截肢，不久眼睛也因糖尿病視力受損。即便如此，又盲又跛的他，仍然帶著眼罩、穿著可笑的划船鞋，假扮海盜小丑，成為最有特色的小丑爺爺，死前還帶著妻子到兒童醫院和孩子們嘻哈搞笑。

### 自己先快樂才能娛樂眾人

鄭南美投身小丑領域18年，剛出道表演時，很在意群眾的反應，久了，他融入不同的情境中，帶給人歡笑，還能跨越文化宗教藩籬，把上帝的愛傳揚出去。他去過21個國家，包含男人不能進去的巴基斯坦回教女校；2003年12月伊朗大地震隔年，他有機會進去表演，還用他們聽不懂的中文為罹患紅眼症的小女孩禱告。

鄭南美說，站在舞台上的小丑帶給人歡樂，然而真實的生活裡，小丑和人一樣，都會遭遇困難。就像他與家人聚少離多，會操心財務不足，會擔心家人，但是「小丑的先決條件一定要『自己先快樂』，而快樂的源頭，就是來自他所信仰的上帝。」過去的小小的夢想，因為上帝而夢想成真。因此，不論未來如何，他相信生命及一切都在上帝的手中，交給祂，萬事放心！

本文摘錄自佳音Love聯播網2012年6月發行的「佳音90.9廣播月刊」



# 賽德克之愛 李偉烈的高山情

**南**投縣合作村位於仁愛鄉東北部，霧社東北方，在濁水溪上游，是賽德克族最早的村落，也被認為是花蓮縣境太魯閣族人的發祥地。農產品以水梨、高麗菜、菠菜、蕃茄等高冷蔬菜為主。

國泰醫院台北總院資深藥劑師李偉烈，921地震後，每個月與國泰醫院醫療團，開車到離台北6小時的合作村做醫療服務，風雨無阻迄今12年。

## 深入部落看見需要

李偉烈在大學時曾赴排灣族部落進行醫療服務，畢業後念念不忘那段美

好的時光。921地震讓他的關懷更強烈，便主動聯絡埔里基督教醫院，表達願意組團提供災民醫療服務。11月一行十餘人攜帶大批藥材與設備上山進入災區，卻發現霧社一帶沒有太多病人。次日一早，他請司機載他們深入廬山拜訪教會，看是否能提供協助。

沒想到那位司機是賽德克族，帶著他們進入賽德克族人居住的村落，才發現山區裡有很多原住民部落。平靜部落一個破舊的教會裡，帶著四個子女的憂愁師母，因為經濟困難，將搬到花蓮去。這次造訪讓他看到需要，回到台北後便向醫院基督徒團契的弟兄姊妹說明

，並與三位基督徒持續禱告半年，直到隔年2000年6月，聯絡到當地教會的傳道人、徵召志願者、備妥藥物和器材，才展開首次醫療服務。

## 醫療服務增長信心

地處偏遠，以致於當地每天只有一班車往返霧社，鄉民生病了，得花一天的時間往返埔里基督教醫院，因此除非急症無法支撐，否則居民就醫意願不高。加上收入不穩定，許多人藉酒消愁，影響健康，導致平均壽命只有五十幾歲。李偉烈乃決定長期定點服務南投縣仁愛鄉合作村的賽德克族原住民。

有一年上山時正逢颱風襲臺，車子在狂風豪雨中顛頗前行，抵達時道路已經被沖垮。居民看到他們既驚訝又感動，有位老婦人拿著她僅有的食物——自己種的水梨來看他們，他們好感動。那天停電停水，幸好地震時留下的發電機還有少許的油，他們就著那點油發電，直到最後一個病人看診結束才油盡燈滅。

李偉烈說，上帝早已看到族人的需要，透過醫療隊恢復他們的健康。一位年輕人因為糖尿病無法工作，經過醫療隊治療後情況改善，能正常工作。他們除了看診，也建立病人病歷，迄今超過千份。

山區早期路況不好，尤其從霧社到合作村，途經五個土石流區，多次車子開過去，路就坍了，回程得靠鄉民用推土機推開土石才能過去，雖然如此，上帝從未讓他們去不了合作村，或困在半路上回不了家。醫療團員每次經歷這些困難，每次都看到上帝伸手幫助他們，他們對上帝的信心越來越穩固。

## 神的美意本是如此

服務七年後，國泰醫院高層注意並關心這事，首先安排社區醫學部主任上去，回來後向院方報告當地的需要及醫院能提供的幫助，並規劃與升等有關係的社區服務學分，鼓勵需要升等的準主治醫師樂於參與服務。從此，醫療隊不再缺乏醫生，甚至名額超過規劃的人數。2011年6-8月，國泰醫院的正副院長特別上去關心，回來後在醫訊上發表文章，吸引媒體採訪，並在院內產生影響力，讓更多的人主動投入。

另一方面，看到醫療團定期上去在教堂裡做醫療服務，讓原本呈現衰退的教會漸漸興旺活絡，不斷有新的傳道人願意留下來，陪伴照顧村民，這是他們當初所想不到的結果。

本文摘錄自佳音Love聯播網2012年6月發行的「佳音90.9廣播月刊」



# 我知誰掌管明天

## 詩歌《我知誰掌管明天》

我不知明日將如何，每時刻安然度過；  
我不求明天的陽光，因明天或轉陰暗；  
我不為將來而憂慮，因我知主所應許；  
今天我必與主同行，祂深知前途光景。  
許多事明天將臨到，許多事難以明瞭；  
但我知主掌管明天，祂必要領我向前。

我不知明日將如何，或遭遇貧苦飢餓；  
那看顧麻雀的恩主，必隨我時刻看顧；  
我前程雖經歷水火，或快樂或有災禍；  
但我主引導我路途，祂寶血將我塗抹。  
許多事明天將臨到，許多事難以明瞭；  
但我知主掌管明天，祂必要領我向前。

史丹斐 (Ira Forest Stanphill, 1914~1993) 出生於美國，10歲時就能彈奏鋼琴、四弦琴、手風琴及管風琴等，是當代著名的音樂牧師及福音詩歌創作演唱者。他22歲時開始在教會講道，且擁有甜蜜的家庭。沒料到妻子發生外遇，儘管他再三挽回，兩人仍協議離婚，妻子帶著孩子離開。他沒有忘記結婚時的誓言，期待能與妻子和好，卻沒有得到任何回應，只是獨自承受誤會與指摘。

50歲時，他到德州的教會工作，兼任學校音樂老師。他在那裡認識一位年輕的女孩，兩人相知相惜、彼此相愛。由於自認不能因為妻子離開而再婚，乃全心專注於教會音樂工作上，並鼓勵女孩去追求屬於她的幸福。只是他心中放不下這段感情。

某天他開車時，腦中出現《我知誰掌管明天》的詞句，他感受上帝與他同行，憂悶的心豁然開朗。回家後立刻寫下歌詞並譜上音符。後來，他的前妻因車禍過世，自然地結束了彼此之間的塵緣與盟約，日後，他才與女友結婚。

史丹斐在感情的路上經歷許多痛苦，但是他專心信靠上帝，將感受與需要透過禱告交託給上帝，他體驗寫下的詩歌更被多人傳唱使用，相信透過詩歌的內容與曲調，「許多事明天將臨到，許多事難以明瞭，但我知，主掌管明天，祂必要領我向前。」多麼有盼望的證據！當我知誰掌管明天！（編撰：陳倩儀，佳音電台「音樂部落格」節目主持人）

本文摘錄自佳音Love聯播網2012年6月發行的「佳音90.9廣播月刊」



# 幫助學習，注意力集中的飲食技巧

**有**些兒童上課老是無法專心，易被不相干的事務、聲音吸引，導致學習成效不佳。有人天生腦部異常而造成注意力無法集中、學習困難；但是多數人是長期營養不均衡造成GABA合成不足，或常暴露在腦部不喜歡的物質中，使得注意力不集中。究竟哪些飲食習慣能幫助學童集中注意力？

## 吃對『蛋白質』不分心

腦部中的γ-氨基丁酸（GABA；γ-Aminobutyric acid）是幫助我們能集中注意力的神經傳導物質，其原料「麩醯胺酸」來自肉類、魚類、蛋類或奶類，吃全素的人每餐要有全穀類、豆類、蔬果類、堅果類，黃豆、黑豆、葵瓜子、花生等麩醯胺酸含量豐富，一般人可多補充，使能集中注意力提升學習或工作效率。

## 少吃『甜食』不分心

吃下飲食中多餘的糖時，會使腦部過度興奮，以致於無法集中精神；胰島素會大量分泌以壓制過高的血糖濃度，因此腦部的血糖會被剝奪，處於缺乏食物的狀態，使得精神不濟、

昏昏欲睡。要專心，少吃甜食；甜食吃多不但易發胖，也不易專注。

## 吃對『天然食物』不分心

2010年美國研究報告指出，每週喝超過5罐汽水的青少年，出現暴力傾向的可能性比喝較少者高出9~15%。英國學者馬肯（McCann D）2007年11月發表研究指出，給學童喝含有苯甲酸鹽（防腐劑）及人工色素的飲料，過動及注意力不集中的情形比喝安慰劑的學童明顯。因此飲食應回歸天然食物的原態，三餐好好吃，少吃零食、少喝飲料，情緒會變好，注意力能集中。

## 少碰『咖啡因』不分心

咖啡因含量的食物不只是咖啡、茶，連可樂、奶茶、紅茶、巧克力、抹茶或巧克力冰淇淋等都有。基本上，兒童的飲料以白開水、低脂奶或新鮮果汁最好，勿讓孩子養成愛喝含糖飲料的習慣，含糖又含咖啡因的飲料更該禁止。

（作者：吳映蓉/臺灣營養基金會執行長、台北醫學大學保健營養系兼任助理教授、《吃對了，才有好情緒》作者）

本文摘錄自佳音Love聯播網2012年6月發行的「佳音90.9廣播月刊」



每天與家人一起  
分享一點時間、  
一個角落、  
一段話家常、  
一首詩歌...  
家庭的氣氛不一樣了。  
陪伴是一種幸福！

樂音如泉水傾瀉而出，  
溫柔的陪伴、寧靜的祝福，  
佳音Blessing網路收音機  
與你一起分享幸福的小秘訣，  
串連你與家人的幸福！

網路收音機

# 陪伴的幸福 *Blessing*

特惠價：2,500元〈市價3,900元以上〉

團體訂購(10台以上)每台2,300元

服務專線：02-2369-9050轉700

- ※ 全球網域，無論您在哪裡，都可聽到佳音電台、佳音聖樂網、佳音經典網、佳音現代網、羅東電台，24小時不間斷的好音樂。
- ※ 可設定自動開機及關機，清晨由來自天堂的樂音喚醒，開啟一日美好序幕；深夜讓音樂洗滌塵囂煩擾，安然入眠。
- ※ 可設定五十個「我的最愛」頻道、聽見全世界。
- ※ 可以協助不善操作電腦族，享受全天候聖樂陪伴。

詳細功能/規格說明，請上佳音網站

[www.goodnews.org.tw](http://www.goodnews.org.tw)

第51期  
**祝福你**  
*Blessing*

祝福你福音小輯 歡迎教會、醫院等團體索閱使用（自由奉獻）

發行單位/財團法人佳音廣播電台 頻道/台北FM90.9·宜蘭FM90.3  
電話/02-23699050 地址/10662台北市大安區和平東路二段24號10樓  
電郵/service@goodnews.org.tw 網站/www.goodnews.org.tw  
郵政劃撥 / 戶名：財團法人佳音廣播電台 帳號：18710941  
2008年2月創刊 2012年6月出版 版權所有 翻印必究

本欄供教會、醫院等團體使用