

高雄市醫師公會中秋節聯歡晚會



淺談 高雄市醫師公會合唱團

總幹事 黃河東醫師

在南高高屏四縣市醫師公會中，**在**台南市與屏東縣早在十年之前，就已經有合唱團，高雄縣也在2010年成立且開始每週的練唱，而那時候，我們高雄市醫師公會，雖然是南台灣最大醫師團體，卻仍無合唱團。在一次國賓飯店的晚宴中，前理事長林正泰醫師欣賞了屏東縣李理事長與其他理監事伉儷們的合唱，優美的合聲旋律吸引了他，更堅定了林理事長成立合唱團的決心，於是與當時

是公關福利委員會召集人李剛領醫師及副召集人王欽程醫師商討，決定先以社團性質成立「合唱班」，並透過曾貴海醫師與陳武雄老師的建議，於2011年初，在三民國中對面的三皇三家餐飲店和「紅木屐合唱團」指揮陳惠芬老師會面，邀請擔任公會合唱團指揮，經商談後，陳老師慨然答應，因考量老師學校的上課時間與會員們的作息，將每週上課時間訂在星期六下午 1:00-2:30，隨即公告招生喜歡唱

歌的會員及眷屬們，馬上就有 30 人報名，並於 2011 年 2 月 12 日開課，公會合唱團之雛形於焉成形。

在陳老師的耐心調教下，經過了三個月的努力，合唱班於 2011 年 5 月 29 日安排於：公會在圓山聯誼會舉辦的「端午節聯歡晚會」上初試啼聲，結果一鳴驚人，獲得無數熱烈的掌聲，也吸引了更多的同好者加入。接著，於 9 月 4 日在公會的中秋節聯歡晚會再度演出，同樣獲得好評，並深得理監事們的認同，遂於 2011 年 10 月 1 日通過「合唱班」納入醫師公會編制，正式成立，名為「高雄市醫師公會合唱團」。

合唱團團長由公會理事長擔任，目前編制：設總幹事一人，班長三人，協助老師，共同與合唱團內事務之運作，四部（女高音、女中音、男高音，男低音）均設有部長及副部長各一人，處理各部內之協調及分部練唱

時之協助，並設財務一人，掌管團費（由團員繳費），平常團員之間的連繫都以手機群組（Line）互相聯絡。先前 Line 不甚普遍時，熱心的書熒姐常會以簡訊代為傳達，於此再次表達對書熒姐的謝意。目前團員已有 50 人，當然更歡迎歌唱同好者加入我們的陣容，以提升合唱團的水準，一起來為公會來打拚。

陳老師在上課前，總會先做身體各部位的暖身運動，然後加強下顎肌伸展，嘴唇振動及做幾下打哈欠的動作，然後才開始發聲練習，教大家體會顫腔、鼻腔及口腔各部位的共鳴，並傳授如何運用丹田去發聲，她的教學充滿了風趣且幽默，偶而也會說個笑話，很容易抓住團員們的心，而其指揮的表達明確，表情也洋溢著自信，嘴巴總邊哼著演唱的歌曲，大家很自然就會跟著她的節奏走，同時也都能很準確的指出某些不足的地方，



教導我們如何改進。遇連續假日時，就停課而不補課，但是陳老師仍舊有信心將我們的潛能激發、引導出來，帶到一個和諧的境界。

鋼琴伴奏孫愷絃老師，她是隨著陳老師過來的，目前是紅木屐合唱團的主唱，曾聽過幾次愷絃老師的演出，優雅的歌聲，猶如黃鶯出谷，總是繞樑三日，除了擅於鋼琴外，還精通長笛，真是多才多藝，在她的伴奏及教導下，合唱團的進步是有目共睹的。

每當陳老師帶領我們演出，都會有不錯的表現，除了積極參與公會的聯歡晚會外，也參加了二次南高高屏四縣市醫師公會合唱團聯誼演唱會，表現的可圈可點，雖然我們成立時間



很短，但演出之後，總是令其他縣市刮目相看。在課餘之時，也舉辦了多次郊遊，諸如：澄清湖踏青、大鵬灣帆船乘風破浪體驗、四草台江濕地遊記、佛光山及扇平之旅，更增進了團員之間的情誼。

在2013年底，陳老師因學校及個人事務繁忙，辭去了指揮一職，頓時合唱團一片茫然，不知所措，幸好「雅韻合唱團」指揮張碧綢老師適時接下，穩定了大家不安的心情。張老師教學非常認真，特別注重如何發聲，所以上課時常會修正大家的白聲，團員合唱若覺得未達理想時，她也會自動加時上課，有些時候都上課到三點，或是再要求補課，二年下來，大家的音色確實增進不少，表現得更為和諧，真要謝謝張老師！而後來張老師也因新居重建，須忙於搬遷及監工，不得



2015卓越菁英五師六會 關懷♥幸福音樂會 ~流金歲月音樂劇選粹~



不辭去指揮工作。

今年初，王理事長和團內幾位幹部，一起在漢神巨蛋附近的一家麥當勞與陳老師會面，再度邀請老師回來擔任指揮，沒想到老師也爽快地答應了，擇定三月五日開始上課，老師乾脆的個性，我們非常欣賞。回到家裏，更覺得心情輕鬆許多，因我知道，今年合唱團上課，又會是洋溢著風趣、幽默及歡樂滿滿的氣氛，果不其然，上課後，出席的團員逐漸增加並且穩定，以致有好幾次我預估提供點心的數量都不夠。說到點心，這較為特別，是由團員輪流提供，在拿到點心的同時，彼此都是快樂的，藉著一面之緣

又可以拉近友誼的距離，同時也可分享到各地不同的美食點心，因此合唱團內和樂融融，大家互相扶持，就像個溫馨的大家庭一樣。

合唱團的團員，對於公會的聯誼活動必是積極參與，平常也是犧牲休息時間勤於練唱，尤其陳老師都要求上台演唱時不看譜，我們回家更要花費加倍的時間去背譜，總是以輸人不輸陣的精神，為公會打拼。在此也謝謝歷任的林正泰理事長，蘇榮茂理事長及現在的王理事長對合唱團百般的照顧，不勝感激！我們會秉持著繼續犧牲奉獻的精神，為公會的榮耀，盡心盡力的唱下去。■



好個歡唱下午

指揮 陳惠芬老師



週六中午，每每戰戰兢兢地驅車前往練唱地點 -- 公會辦公室，但是只要一到那兒，千斤煩惱重擔便能卸下，各個笑容滿面、輕鬆自在的談笑風生，好個歡唱下午！

合唱團的訓練重點，除了加強歌唱技巧、培養團隊合作、能與人協調之外，還提供愉悅的學習氛圍及演出經驗，畢竟心不開，口益難開啊！

合唱的美，在於產生共鳴，集眾人之聲的共鳴，合眾人之心的共鳴！和這群憂國憂民、救百姓於水火的醫師娘與醫師們，一起面對有關生命價值議題的歌曲時，總覺得內心震盪不已，比如華語歌「如果明天就是下一生」：我用溫暖守護生命，讓浪花留了痕，我用覺照守護健康，讓轉輪點了光。再比如日語歌「化為千風」：請別在我墓前哭泣，我不在那，也沒有離您而去，我已化身為千縷微風，翱翔在無限寬廣的天空裡。如此美麗且深情的歌曲，怎不令人動容。

音樂既能打動人心，也能撫慰心靈，是世人抒發情感及陶冶性情的妙

方！而歌聲是上天賜給人類最自然、最優美、也是最棒的天然樂器。所以，唱吧！和我們一起唱吧！這裡有心智最年輕的團員，真誠樸實的四部混聲，溫柔聰慧的鋼琴老師，以及單純好欺負的指揮老師，醫師公會合唱團，很可愛的！快來吧！■



頌揚暖心的所在

鋼琴伴奏 孫愷絃老師



每週六的下午時分，當您帶著愉悅的心踏進合唱殿堂，眼前每一位風度翩翩、姿態優雅的團員，教室裡充滿著爽朗的笑聲，便可以知道這個大家庭是多麼的和樂溫馨了。

是的，我也是這個大家庭其中一名寵兒；猶記得幾年前陳老師與我商討一同為新創立的公會合唱團努力，當時的我才剛從學校畢業，羞怯深怕僅是副修鋼琴的自己無法勝任伴奏一職，最後鼓起勇氣給自己磨練機會為由，接下了伴奏一職。



時光飛逝，與團員們一同努力的練習、演出以及大家同歡出遊的場景歷歷在目，彷彿昨日才經歷一般，非常感謝所有團員們不棄嫌給予我支持與機會。公會合唱團是頌揚暖心的所在，感謝理事長的支持、陳老師的辛勞指導、總幹事無微不至的照料團員、班長與各聲部長的付出，更重要的是每一位身在幸福大家庭中團員們的努力學習，一起歌頌溫暖，一同揚逸溫馨。■



歌聲園地



讓人流連的溫馨充實音樂時光

楊家福 醫師

16年前，我厚著臉皮找來一群不識「豆芽」五線譜，聲音也不太美妙的熟男，只因敢秀愛唱而一起快樂學唱，湊成了「扶輪 469 (死老猴) 重唱隊」三年前(2012)，有人私事在身無法繼續共襄盛舉，因而默默解散了。

之後在某個場合中聽到舊識—張老師指揮的合唱團唱了「Memory」、「杜蘭詩歌」，他們是背記歌詞空手上臺，高水準的吟唱出令人驚的合音，當時著實騷弄了我愛樂的靈魂。音樂的呼喚讓我在 2015 年 10 月底參與了高雄醫師公會合唱團…

久仰陳老師的風趣親切，期盼從合唱團課程學習得到音樂寶山的寶物-合唱的技巧、讀譜的能力等，每周六 13:00-14:30 就是我上音樂課雀躍

愉悅的時光了。

陳老師要求我們上課要先做暖身—全身肢體、顏面肌肉、呼吸肌肉與橫膈膜的活動伸展，如轉頭、繞肩、甩手、轉腕、扭腰等。接著暖聲吸氣運作正確的腹式呼吸，先以嘶聲吐氣，待氣全部吐光後快速吸氣，感覺到橫膈膜下降，在高音時更要繼續擋氣，腹部向內、向上推氣，如此才能唱出好聽的高音 陳老師解說：聲帶不需太過用力，因它是聲源只負責振動，若要讓聲音更響亮的傳出去，必須靠身體來產生共鳴；此外，舌頭位置與口型也會影響音色，在合唱時團員的舌頭及軟口蓋都要隨聲音高低做適當變化…。

之後進入合唱主題，陳老師強調正確的姿勢可以使歌唱達到事半功倍的效果，在合唱時，當人身體豎直時，整個身體都是氣柱，聲帶在中

間發出的聲音會較美。所以合唱訓練時，團員一定要養成良好的姿勢，不可彎腰駝背 並且嚴格要求強記歌詞，讀唱五線譜，上課當下經常要大家把歌本留在桌面，上台輪流練唱，也讓團內的夫妻檔與好友們在歡欣快樂的氛圍下相互 PK 而製造出很多笑料…，營造出幾番令人回味的樂音與感動。

陳老師也提醒我們要利用身體(它就是一樂器)來唱出優美的歌聲，是必須有多方面的配合:呼吸、發聲、共鳴、姿勢。合唱是用身體來發聲，因此合唱宜有「真純的心、熱活的意」，唯有專注陶醉於樂音之中方能唱出優雅的樂韻。

這段溫馨充實的音樂時光，讓我流連不已，也令我領悟：合唱課，不只是唱歌，是要全方位認識藝術及浸潤於音樂，這樣才是真正把歌唱跟生命結合…

合唱團的初體驗 范雅修 醫師

小時候，就很羨慕參加合唱團的人，悠揚樂音伴隨優美歌聲，聆賞中，很能令人陶醉放鬆。雖說心裡有股慾望想參加合唱團，但從小到大卻始終不敢嚐試，或許是個性有些膽怯，但

最大罩門還是 --- 五線譜根本不認識我，直到五年前醫師公會合唱團準備招兵買馬的消息映入眼簾。把這消息告訴老婆大人，她竟然舉雙手贊成，看我一副猶豫樣，還鼓勵我說"別怕!不會唱時對嘴就 Ok 了"，下定決心憑著一股慫膽向公會報名，到現在還記得電話這頭報名的聲音竟是發抖的!

果不其然，現場試音時，當老師問有誰不識五線譜，好糗!真的只有我一人舉手，還好老師大人大量，沒有退貨，終於加入了合唱團。在緊張忙碌一星期後，週末的下午總是一週內最期待的時光，彷彿又回到兒時小學生年代，大夥兒開心聚在一起，跟著老師哼哼唱唱，整個人的心情頓時放鬆許多，陳老師像哄小孩般的教唱方式，也讓練唱過程增添不少趣味。

這些年在陳老師和張老師的指導下，我們陸續練唱了不少好曲子，進入歌詞的意境中，有時是呆愣的小伙子或嬌滴的小姑娘，有時彷彿投入大自然的四季變化裡，當然也有情感抒發的歡唱或低吟，跟著作詞作曲者的意涵，也讓單調的生活增添許多想像力和感動。我最喜歡 "you raise me up" 這首曲子，當情緒陷入低落時，總會反覆聆聽它，鼓舞自己勇敢接受挑戰。週六下午的公會因合唱團而充滿了歡唱聲，而 Line 群組的熱絡聯繫，

更讓這個團充滿了年輕人的朝氣，真的很佩服伙伴們，怎麼有那麼多俏主意，真的太厲害了。

這幾年在老師們的指導下，合唱團的伙伴們漸漸的培養出極佳的默契，而我這個門外漢也在同伴們的協助下，領略了合唱的竅門。「臺上十分鐘，臺下十年工」，雖然我們並不是專業的合唱團體，進步卻是看得到的，參加合唱團讓生活增添許多樂趣，也讓學習多了一份責任和動力，更可愛的是，每次練唱，心境變得很年輕、很放鬆，就像陳老師說的，要盡情的唱、開心的唱。曾有朋友問我參加合唱團的感覺，哦！當然就是“好玩！”

也是吶喊 蕭瑞榮 醫師

醫師公會成立合唱團是個有智慧、遠見的抉擇。早年絕大多數醫師們的成長背景就是學業優異，努力認真，但這有得有失，雅修道出了一些小學時的嚮往，合唱團同學們或許也都有雷同的心路歷程。

我自己在高雄中學高三下學期時，到尾聲了才下課到學校禮堂去聽聽看雄中學弟第一次舉辦音樂發表會，節目是進行到一位高一學弟的鋼

琴自創曲彈奏，我被徹徹底底擊潰了，頓時腦海一陣空白及昏眩，當場掉下了眼淚並離席（很神奇噢！我現在還依稀記得那首曲子的旋律、還哼的出來耶），我疑惑我優異嗎？我求學的生涯是盲從、是無知，我的觸角竟是如此狹隘，音樂對我竟是如此的魔幻，讓人會想拋開其他的一切，樂器如此，合唱亦是如此！

我會很珍惜到了半百的年齡才開始參加屬於我們醫師公會的合唱團，這絕對是個家，一個可讓內心靠港的家，我不曾猶豫，我一定會合唱到不能唱為止。

那歌聲 真美妙 董金山 醫師

民國 54 年就讀高雄市立二中（現在的前金國中）初中二年級時，學校為了組一團少年合唱團，音樂老師海選尚未變聲的男同學組成合唱團，當時我因為年紀較小或發育較慢，聲音仍是童聲，就被選中，記得蕭泰然老師那時正好在學校裏擔任教職，還特地寫了一首曲子，讓我們唱，媲美維也納少年合唱團，然後參加高雄市舉辦的南部中學合唱比賽，經過 50 年我仍記得那首歌的開頭是「那歌聲真美妙」，比賽時我們一開口，全場

觀眾愣住，然後大笑，因為我們全部都用假聲唱，聲音像女聲，從那時起，體內即種下了音樂的種子。

到了雄中，在音樂老師牛頭的薰陶下，對於音樂有了基礎的認識，到了大學，就開始玩音樂，彈吉他，組鄉村民謠樂團，離開學校，步入職場，音樂遊戲就中斷了，直到民國一百年，醫師公會成立合唱團，我就第一個報名，參加合唱團算是重溫舊夢，沈浸在那種和諧的合聲中，實在是一種享受，當初試音，陳老師要我唱 Tenor，但是我告訴陳老師，Bass 更具挑戰性，於是一頭栽進合唱團，個人覺得上課之前的熱身及發聲練習，對我們有莫大的幫助，學會了正確的發聲，不管唱甚麼歌，都會有很大的幫助，君不見咱們團員去參加卡拉 OK 比賽，包辦了大部份獎項，目前需要加強的就是出席率的提升，每週一次的團練，時間又只有一個半小時，加上遲到早退，又輪流請假，老師是看在我們這些千歲團，睜一隻眼，閉一隻眼，沒說什麼，以後得自我檢討才行。

**醫療讓我們體認生命的廣度與深度
音樂滋潤了我們的心田
而合唱更觸動了我們的心房**

陳百薰 醫師

約五年前醫師公會合唱團剛成立時，從國小及大學即參加合唱團有過美好經驗與回憶的我，在某次餐會中經由沈茂昌教授之介紹即毫不猶豫地參加了。

在有帶合唱團經驗的陳惠芬及孫愷絃老師帶領下，從此每星期六下午一點起變成我期待參與的時間。發聲練習時，陳老師要大家注意頭部的共鳴部位。不僅要聽自己的聲音，也要聽別人的聲音。每次練唱完團員還輪流提供各種美食點心，精神物質均雙重享受。也要感謝總幹事及多位幹部的服務熱忱。

我個人覺得自在輕鬆應是本團很大的特色與氣氛。然而為了每年端午、中秋、醫師節及南部四縣市觀摩演唱會上台表演時有更好的表現，惠芬老師要求團員都要背譜。平常練唱也偶而要站起來背譜唱，這應也都是種甜蜜的負擔！

後來惠芬老師因事離開，接任的張碧綢老師對發聲音質有更高的要求，往往反複練習希望團員減少白聲，這顯然又提高了本團的水準。

自從有了 Line 群組後，團員間有更親密的交流，也帶給大家更多的生活情趣。大小野狼與顏君等精采短小

對應，快人快語，簡直直逼金聖嘆之不亦快哉！也才知道本團各路英雄好漢雲集，文武雙全，桌球網球高手，舞蹈專家，也有人精通各種樂器。

今年起惠芬老師又回來了，練唱氣氛又回復更多的歡樂笑聲，有些老團員也又回來此尋夢園，上台表演也加入了舞蹈等而呈現更多元化。

生命固然需要美麗精采，也需要如醫師公會合唱團般更多的和諧，參加本合唱團一定是您不錯的選擇。我也以身為其中一份子為榮！

找回失落的美妙音符 李雅韻

小學五年級開始，我考入學校合唱團，開始了我哼哼唱唱的音樂世界，說是嚇人也好，總之，我陶醉其間。這樣的夢幻時光，一直沿續到國三，課業的壓力，使我不得不放棄最愛的合唱生涯，婚後接著一連串如流水般的忙碌工作，讓我幾乎忘了它的存在。直到我參加了醫師公會的卡拉OK班，以及在總幹事的引薦下，怯生生地參加了醫師公會的合唱團後，沒想到合唱團裡，歡樂的氣氛，以及陳老師幽默的引導下，不知不覺讓我卸下了心防，享受學習的樂趣，而且陶醉在優美的旋律間，同學之間

就像個大家庭，和樂的氣氛，幽默的互動，讓人深深期盼每個週末的到來。

我愛合唱團，也以參加合唱團為榮，他讓我永遠有期待，也讓我夢想成真。

開心的合唱團 江惠瑗

“車子”一直是我家老爸的寶貝，在兩年前他90歲生日那天正式被家人吊牌，前幾天第一次開了“老爸”的車子，音響中播放著交響樂與歌劇，我enjoy那優美的樂音中，但朋友卻突然驚呼著，妳家爸爸好有品味，開車聽交響樂與歌劇，其實從小古典樂就常是家裡的音樂，也因而養成對音樂的喜愛。我喜歡聽著各聲部合音的美，在求學時一直是合唱團團員，只可惜老天給了我很好音感，但忘了配上美聲，又加上長期胃食道逆流而影響了聲帶，所以讓我的聲部永遠都是alto。第一次在餐會中聽到屏東李理事長邀了幾位醫師上台演唱，他們合聲之美，真讓人驚艷，後來聽說醫師公會要成立合唱團，心喜樂觀其成，有種“輸人不輸陣”的心態，當時淑琴姐一直推薦陳老師，曾聽過紅木屐合唱團，她們演唱的台語歌

曲，真是美，老實說我是看上陳老師而選擇參加合唱團的。當時合唱團團員大部份是卡拉 Ok 班成員，但合唱團跟卡拉 OK 畢竟不同，很佩服陳老師的授課精神，常要忍受著不合諧的樂音，又要讓大家都興趣，不會中途不見了，這真是草創的辛苦，經歷了 5 年，我發覺醫師們越來越認真，越來越有興趣，也不知是不是 " 點心 " 的魅力，大家的進步確實是有目共睹，每到星期六開心時光，相信老師也會竊竊笑意，因為陳老師已摸索到大家的個性，知道誰需 push，那句需細修，開心的玩笑讓星期六公會的教室充滿開心的笑聲，樂音也趕走了心中的疲累，願開心的合唱團班永續經營，想經歷開心的表演來合唱團就對了，因為你只要站在隊伍中，對合唱團就有貢獻了，不是嗎！

明天會更好 黃碧蓮 醫師

小時候就喜愛哼歌，真正參加合唱是小學四年級，學校成立合唱團。首次參加高雄市國小組合唱比賽，窮鄉僻壤的內帷國小初試啼聲，就得到全市第三名，當時我被指派獨唱部份，真是初生之犢。在高醫時也曾參加一次全校班際合唱比賽，醫學系五

年級的我們得到第一名，黃河東醫師和我都是團員。

自己開業後下午沒看診，卻找不到在這時段練唱的合唱團。當醫師公會招募團員成立合唱團時，我立即報名參加。

首任指揮陳老師，教了許多台灣歌謠，自編曲及多首英文歌曲，後來的張老師也教了多首名曲及修正我們的白聲，雖然老師不斷的教導，我真正領悟腹部發聲與共鳴腔的應用是在今年的春節一場感冒全然失聲之後，收之桑榆純屬意外。

每次團練我都會錄音，方便重覆練習，也調整不正確發聲。晚上偶而也和夫婿林醫師一起練唱，亦有和鳴之樂。

感謝老師對我們自創聲部的包容，也在我們半百的心田裡激起青春的漣漪 --- 今天你要嫁給我 ---

婉約的愷絃老師，沒有你的伴奏，我們會頓失所怙，聲歸何處？課後甜點更帶回我們幼稚園的歡樂時光。

大多數的合唱團男生都很少，只有以醫師為主的我們才有強大的男聲部，偷偷享受你們渾厚優美的歌聲是我們婆婆媽媽們 ' 買菜又送蔥仔 ' 的小小滿足。

多謝王理事長及公會全力支持合

唱團，我們會不斷努力，相信我們！
明天會更好！

內心的感動 黃桂香

在一個小五的無聊周末下午，我在家附近閒晃，遇到隔壁班同學，她剛好要去考合唱團，隨口邀我一起去，不知道那時我那裡來的勇氣，就答應了。跟著他兩個小女生一起坐公車到鹽埕國小，進考場後，看到教室裡早就擠滿了家長和學生，原來是“高雄市立兒童合唱團”在招考團員，我就報名了。

考試的項目有三大項，第一關；考節奏感，老師拿木棍敲桌子，敲出一段節奏，妳要馬上跟著後面敲出一樣的節奏，老師會敲出3種不同的節奏，所以有三次機會，不難。第二關；是識譜能力，這對從幼稚園就開始彈琴的我，是不會造成任何困擾的，也沒問題。第三關；考音準，拿著樂譜唱歌，我因為太緊張而有些走音，但承蒙老師不嫌棄，我被錄取了，就這樣和合唱團結了緣，開心快樂地渡過小五、小六的合唱生涯。之後因為升學和國考的壓力，合唱團的夢想就只能一直擺在內心最深處，悶了三十年，直到公會成立了合唱團，我終於

又能找回那內心深處的感動。

每個周末下午的練唱，就像是我的充電時間，練唱完後，就覺得神清氣爽，彷彿整個人又從那忙碌的診所工作中活了起來。每回只要聽到外子張醫師洗澡時唱著合唱團新教的曲子，那就是合唱團上台演唱的時間快到了，因為他已經被幾乎每天的魔音傳腦到把曲子都背起來了！由此可見；我在家裏總是很認真地練唱。

我真的非常感謝醫師公會、王理事長、二位老師、團內幹部以及一起為合唱團努力的同學們，因為有你們，我才有這機會再體驗這種感動，最後也希望能有更多同好加入合唱團這個大家庭，和我們一起歡唱同樂！

長髮與合唱 陳嘉益 醫師

小學時，看那多烏黑亮麗的長髮飄逸，紛飛在滲入音樂教室的陣陣微風之中，竟是童騷幼稚青澀心靈加入合唱的推力，但潦倒困頓流落異鄉的美國民謠之王佛斯特，對其遠在家鄉行醫妻子朝夕思念的濡慕之情所譜下的（金髮的珍妮）對於一個小六懵懵懂懂的孩子是何其遙遠與疏離，小學的合唱經驗就在金髮與黑髮中擺盪，幼稚的愛慕及初萌的想念也是一樣。

雄中的合唱團是被杜陵及牛角兩位音樂老師經過班上考試拉夫加入，全是閃亮的光頭加上升學的壓力，亮麗烏黑的長髮與想上合唱團的初始愛戀早已無影無蹤，兩首曲目蘇軾的大江東去及趙元任的教我如何不想她，磨了整整一年，犧牲了每天的午睡恐怖的魔鬼訓練，結果真是多情應笑我，早生華髮。半夜醒來根本不會想她。比賽成績僅僅是第二，渴望與實際總是有點差距，對面相望遙不可及，一如愛情。

「我不知道將去何方，但我已在路上…」(宮崎駿：千與千尋)。走在高醫的椰林大道，真如騎馬倚斜橋，滿樓紅袖招。道路兩旁招募新血社團的五花八門繽紛海報，令人目不暇給迎面襲來，以前雄中的老團友也在那聲嘶力竭大力招攬，自然而然也就加入了高醫合唱團。「大教堂撐起這信仰時代，世界進入了新紀元，人類企圖攀及星星的高度，在彩色玻璃或石塊上，一磚一瓦，一世紀接一世紀鏤刻上自己的事蹟，愛從未消失…詩人與吟遊歌手，唱著愛曲情歌，許諾著帶給人類一個更好的明天」(雨果·鐘樓怪人歌劇·大教堂時代)我不知道大學的合唱團，將帶給我怎麼樣的驚奇之旅，我不知是否有更好的明天，我不知道將去何方，但我已經

在路上…怯生生的進入階梯教室的邊角一隅，有幾個雄中團友點頭算是打了招呼，黑色鋼琴前已經坐了一個身穿碎花圓裙烏黑亮麗長髮披肩的女孩，「微風吹起了我的頭髮，叫我如何不想她」，小學的回憶又重新回到心中，一如荒廢已久的花園又冒出了久別重逢的夏日玫瑰，「曾經發生過的事不可能忘記，只不過是想不起而已」。(宮崎駿·千與千尋)

「對自己是悲劇，在旁人看起來有時卻成為喜劇，人生的荒謬總是如此上演」(陳嘉益·假面的告白)，在大學合唱團的最後結果也就是如此，也讓我從此遠離合唱進入與一群老者悠遊於日本歌的時光，直至一年半前遇到胡老師邀我進入我們合唱團，當然點心的美好，同學間的和善，總幹事及班長的任勞任怨，指揮老師的熱心指導都讓人有刻骨銘心的感動。回顧從少時到今昔，從金髮黑髮光頭至禿髮的人生走馬燈似的循環，如今好像又回到大學時進入音樂教室，看到那碎花圓裙長髮披肩，坐在黑色鋼琴前女孩的悸動。「每個人都有屬於自己的一片森林，也許我們從來未曾去過，但它一直在那裡，也總會在那裡。迷失的人迷失了，相逢的會再相逢。」(村上春樹·挪威的森林)是的，迷失的迷失，相逢的

又再相逢。合唱，披肩的長髮也是如此。

四草台江濕地生態文化半日遊

李月嬌 虔十



那是一個遙遠的記憶，四年半前一個值得回憶的日子，四年多的時間，說長不長，說短不短，卻是足以讓一個嬰兒，從出生到走路，從牙牙學語至上幼兒園，也足以讓世間事，日星月移，人事全非！但是歡樂的日子卻依樣容易令人回憶……

101年4月29日，猶記得那是一個風和日麗，陽光普照的日子，醫師公會合唱團的團員們趁著這個週日的午後，在林理事長與常務理事活動組總召~李剛領醫師及多位夥伴們的精心策劃之下，安排了這個快樂的半日

遊！

時光隧道回到了當天~團員們帶著輕鬆愉悅的心情上了遊覽車，一路上歌聲笑聲融成一片，當尬歌正 high 的時候，第一個目的地就到了~台灣歷史博物館~。當時因博物館才剛開館半年光景，又遇假日，所以到處人山人海，但導覽員依然認真的說明，依稀記得館前那片亮麗搶眼的牆面，整片都是太陽能光電板，支援整個館的電力，館內的展示~利用維妙維肖的蠟像來記錄著早期沿海居民的生活，令我最印象深刻的，就是那個非常有古典風情又很可愛的老車站，也因不捨它的風貌，大夥兒就在此留下一個永恆的記憶，拍了大家都帶著微笑的團體照！整個館的展覽就像在對我們訴說著寶島台灣與海洋之間精采的歷史故事……

第二站來到~台南鹽田生態文化村~它是台江國家風景區內的景點之一，此鹽場在過去日治時代是台灣第





一個瓦盤製鹽工業區，它的前身是〈南寮鹽場〉，又因位於台南州新豐郡安順庄，故又名〈安順鹽場〉，是台灣史上重要的鹽業文化遺跡，只可惜一些簡介設施顯得老舊，但仍然保留著許多歷史文化資產，猶記得望著那片鹽田 眼睛被陽光的反射閃得睜不開呢！

接下來重頭戲登場～大家集合於四草大眾廟前，分坐幾艘竹筏，向綠色隧道邁進，這裡是紅樹林的故鄉，種類與數量皆位居全台之冠，例如：五梨跤、水筆仔、欖李、海茄冬...等等，也因此而構成了水上綠色隧道，



是台灣袖珍版的亞馬遜河，竹筏沿河前進，隨著導覽員的解說，同伴們相機快門按不停，目光也忙著尋找～招潮蟹、寄居蟹、彈塗魚...當目標對上時，還宛如小學生般的發出驚嘆的呼聲...

結束了濕地之旅，已經飢腸轆轆，台南小吃是全台有名的，當然要來品嚐，主辦人替我們安排了安平周氏蝦捲餐廳，雖說是小吃，餐廳可還不小呢！我們的嘴巴好忙，忙著吃美味的小吃，也要忙著分享郊遊的心得，七嘴八舌，熱鬧如市集，半日的行程就在撐著肚皮中進入尾聲...

有同學分享心得說～本想半日行程大概沒啥搞頭，卻出乎意料之外的集合了文化、生態，及古蹟的巡禮，也品嚐了名聞遐邇的台南美味小吃，收穫滿滿，團員們平時練唱因時間有限，總是來去匆匆，經由了這樣的郊遊互動，大家感情更加緊密融洽，也更期待下次的出遊！



發 騷 集

蕭瑞榮 醫師

內人有睡午覺習慣，每週六中午練完合唱回到家，都興緻勃勃地唱 Tenor 分部歌曲給還賴在床上的內人聽，內人總是會慵懶撒嬌的回應：「不要叫了啦！晚上再叫啦！」

陳其霖 醫師

陳老師知道我們這一群千歲合唱團員，不會刻意要大家花很多時間去練習，大多在課堂上要大家把歌詞給記起來，上課同學的歡笑聲就知道大家都非常樂學，這是我的感覺啦！

曾是合唱團的棄子 溫國宏 醫師

國小加入合唱團，老師說我唱得太大聲，下一句我只是對嘴跟本沒出聲，她還認定是我，於是就被命令不用再來了！馬的！都是站旁邊的甲班

黃姓班長啦！算他聰明，當下就收斂了、X！沒 guts！幼小的心靈遭此霹靂：(~~~~:) 沒什麼大不了，船過水無痕，此處不留爺必是酸葡萄！

內行人都知道再等三年，男生過了變聲期進入高中又是另一番風景。加入竹中合唱團，每天升旗時間在音樂教室除了啊、啊、啊還是啊～啊～啊的發聲練習（原來就是張碧綢老師要我們改的白聲）。整整兩年只唱過三首歌：勇士骨、新竹縣醫師公會會歌、巨人之歌（知道蔣公死於我的維特期了吧）！

大學當然要加入合唱團啊！不然怎麼認識她呢？夜間部同學。老天哦！連在大同醫院也加入合唱團。就在合唱記憶漸淡之際，因阿泰理事長的號召殺進了合唱團。本來是週末會周公的時段，匆匆用過午餐強忍困意，一個半小時的歌唱下來竟是神清氣爽！沒多久夜間部室友也加入了。為的是看你們是在「扁什麼」？■

跳動的音符

～今天誰要嫁給我～ 黃仁姝

琴音叮咚 滑落如潺潺清泉
手指輕揮 幸福似陽光灑遍
紅帽甜甜 伊伊呀呀
野狼翩翩 唱作俱佳
跳躍的音符你我他

滑嫩包子、杏仁豆腐
脆脆燒餅、香香奶酪
滿滿甜心蘿蔔糕
一口佳餚、兩句謝了
環肥燕瘦、聲聲歡笑
煩憂苦悶隨風飄

來吧～
你是高飛的黃鶯
我是低吟的松林

春風款款
陽光爛漫
美食戀戀

可愛的你在何方？

一起陶醉 鄭珀琮

當穿上深湖藍禮服，
站上舞臺的那一刻開始，
大家一起唱好歌、
一起搖擺、一起陶醉。
同時張開口、同時呼吸、同時換氣、
同時……這多麼令人愉悅、
令人感動不止。

寫亂 蔡經緯 醫師

哼著表裡不一的歌，漁向地表述
心中缺少的那一塊不足，催眠自己置身
一個永遠不可能的彷彿。於是，出現
了魔幻的情境，曲音折彎自己忽高
忽低，閃躲著不想面對的情境，襲擊
那一個最可怕的假想敵～

雨淅瀝淅瀝的下著，傾盆的大。
附著著可怕的寧靜，尾隨千萬顆水
珠，隨之而來，直直打在遮掩的屋頂。
天來的使者，於是和自己有了最筆直
的接觸，敲出聲響，也擊奏著紊亂的
音符，唱詔上天最明白的來意～■