

同心園地

董事長聊天室

談錯過

專題故事

正面的漣漪



2014年5月 雙月刊



逆境 即將逆轉

文 / 何明聰 南部發電廠

黑籠罩著黑

黯堆疊著黯

在局限與逆境間

尋找定位與曙光

點燃一株火種

火種就是希望

黑暗何懼

局限何懼

逆境何懼

找出定位 乍現曙光

逆境即將逆轉

正面的漣漪

「台電，讓我從無到有」相信是許多同仁內心最深的感觸，公司提供同仁完善良好的工作環境，給予適當的照顧與訓練，使同仁得以適才適所，發揮專長，愉快且安心地努力工作。然隨著電價調整及核能議題的發酵，外界對公司有諸多誤解及負面觀感，隨之而來的批評聲浪重創了公司形象，更打擊了同仁的信心。身邊總是充斥著太多負面的訊息，少有正面的激勵，讓許多同仁深感委屈與無奈。

而要如何正向看待自己的工作，不被外界負面報導動搖與影響，並秉持初衷，重拾對工作的熱情與動力，在本期〈專題故事〉中有精彩的分享。有同仁從心理面、工作面及社會面不同的角度正向思考，堅信只要人人從小處做起，點點的心力定能匯成巨大的力量扭轉頹勢，將蒙灰塵的金字招牌，一起齊心擦亮以展現台電之光；有同仁體會到沉默只會讓外界民眾對公司有更深的誤解，讓許多似是而非的謬論充斥著整個社會，因而勇於為公司發聲，將正確的資訊傳達給民眾，澄清外界對公司的誤解，期能發揮「小兵立大功」的團結精神，重振公司往日的聲威；亦有同仁對公司心存感念，相信只要秉持初衷，持續做對的事，給予彼此堅持不放棄的力量，就能如同漣漪般產生越來越大的正面能量，在黝暗沉沉的冬夜裡帶來光明，迎接春曉的來臨。

在本期〈董事長聊天室〉中，董事長以豐富的人生閱歷與同仁「談錯過」，期勉同仁能夠學習活在當下，用心解讀當下所做的事在自我生命中的深層意義，並將發生在自己身上的「利他」機緣當成是自己的福份，用心做好該做的事，將會感受到生命的成長與美好。「關懷，讓心靈更豐盛；分享，讓生命更成長」一文特別邀請同心園地園長分享協助個案的歷程與心境，期能激發同仁主動關懷的心，以行動來擴散彼此互相關懷的影響力，促進人際間之正向分享回饋與互動交流。「綠色奇緣—Lady『卡卡』」一文分享了台電人對生態保育與尊重生命的用心投入與付出，也讓人學習到透過結合地方力量，除了能成就一樁美事，更能於無形間提升公司形象。

值此外界環境急遽變動、人心惶惑不安的時刻，希望透過這些文章的分享激起正面的漣漪，將正面的能量傳遞到每一位同仁心中，讓台電這個大家庭的心更為凝聚。

同心園地

封面題字 / 周益進 彰化區營業處

HEART TO HEART

2014年5月

雙月刊

152

封面裡 逆境即將逆轉 / 何明聰

編輯手札

01 正面的漣漪 / 本刊

董事長聊天室

04 談錯過 / 黃董事長重球

專題故事

07 蒙灰塵的金字招牌 齊心擦亮台電之光 / 黃皇僑

10 重拾你我熱情 共創台電未來 / 葉志峯

14 冬夜過去 春曉來臨 / 周雅雯

16 Start with Why 找尋初衷 / 許偉振

18 勇於為公司發聲 / 吳昆諺

20 樂活台電 就是現在 / 沈玉如

看見台電

23 用最美的姿勢站起來 / 黃甘杏

26 「美」植人心——台電美展頒獎典禮暨人文藝廊開幕典禮紀實 / 本刊

EAPs 停看聽

【婚姻關係篇】

28 緣盡情斷心難寬 / 林蕙瑛

上班族心理系列

32 我的祕密花園 / 路人甲

台電一家

36 綠色奇緣—— Lady「卡卡」 / 杜碧珍

40 溫馨公車情 台電助人樂 / 陳鐘成

42 一生台電 終身傳情——祝福我將退休的父親陳文智副處長 / 陳雅莉

人文采風

【電影人生】

45 永生樹 / 黃素菲

【大地紀聞】

50 險峻秀麗之中央山脈北二段縱走(上) / 梁德平

Y 世代專欄

54 就想聽 Y (你) 說——

Y 世代同仁溝通座談會紀實 / 本刊

園地專欄

【活動報導】

56 員工協助業務花絮 / 本刊

【新聞剪影】

60 102 年度員工協助業務績優單位 / 本刊

60 《同心園地雙月刊》第 152 期封面票選活動 / 本刊

【園地活動】

61 2014 生命禮讚春之頌音樂會 / 簡宗森

【生命成長篇】

64 關懷，讓心靈更豐盛
分享，讓生命更成長 / 本刊



【感恩回饋】

- 66 分享與感恩 / 邱錦坤、林琦峪、嚴瑞智

【苦樂留言板】

- 70 一個鬱悶的新進人員 / 本刊

【園丁分享】

- 74 集眾葉成一葉



click

資訊快遞

- 75 同仁對調服務信箱 / 本刊
76 心靈補給站 / 本刊
78 新婚小語、友情園地、婚友資訊 / 本刊

讀者迴響

- 79 第 151 期同心園地雙月刊讀者意見迴響 / 本刊
80 《同心園地雙月刊》徵稿 / 本刊

封底裡 數獨遊戲 / 本刊



封面說明：正面的漣漪

封底說明：促進性別平等 讓世界更美好

中華民國78年3月創刊

中華民國103年5月出刊

發行人 朱文成
總編輯 許泛舟
副總編輯 張廷抒
編輯小組 邱榮富 黃新倫 吳宛玲 李元瑜
執行編輯 吳宛玲
E-mail d0190602@taipower.com.tw
地址 台北市羅斯福路三段242號11F
電話 02-2366-7357
傳真 02-2365-6869
美術編輯 左右設計股份有限公司
地址 台北市敦化南路一段247巷10號2F
電話 02-2781-0111
傳真 02-2781-0112

線上哪裡看？

1. 台灣電力公司全球資訊網站
(<http://www.taipower.com.tw/>)
/ 電力生活館 / 台電圖書 / 台電同心園地雙月刊
2. 公司內部網頁 (<http://w3.taipower.com.tw>)
/ 同心園地 / 雙月刊
3. 人力資源處 / (左上角) 同心園地 / 雙月刊



台灣電力公司
Taiwan Power Company



談錯過

董事長

董建華



人生很多事都可以錯過，唯獨生命的成長錯過不得。只要先管好自己的事，用心做到最好，把握當下，分分秒秒都能清楚明白地過生活，人生基本上就過得很實在，也就沒有甚麼錯過了。

此生中我們錯過了甚麼？一場電影，一個約會，一筆生意，一堂精彩的演講，一場老友의聚會，最可惜的可能是錯過一次賺大錢的機會，或者是一次重要的升遷。這些人生中種種的錯過，有時令我們覺得懊惱，有時還好，只是有點可惜，有的當時很在乎，久久之後，卻也不覺得惋惜，因為生命中有很多新的因緣出現，填補了原來的遺憾，或者因為心靈層次提高了，對原來的需要沒有那麼在乎了。

有沒有這樣的經驗？你曾經買了一件很喜歡的衣服卻捨不得穿，鄭重地供奉在衣櫃裡，許久之後當你再看見它的時候，卻發現它已過時了，你就這樣錯過了。有些人富可敵國，擁有豪宅數棟，令人羨慕，仔細看看，平常都是菲傭在保管，自己真正住在裡面的日子並不多。人生往往如此，尤其是**物質**上的需求，**想要的很多，需要的不多**，往往**擁有卻不享有**，你經常跟你擁有的東西錯過了。



然而，我們更常忙盲於工作，忙盲於事業，親情之間的對話少了，不知不覺間，小孩子已經長大，父母親老了，我們錯過了陪伴小孩一起長大的機會，也錯過了孝順父母的機會，才發現生命中有很多重要的人、事、物是等待不得的，不能等到賺大錢或功成名就，再來用心對待，不能等到錯過了，彼此的關係已成了沒有交集的平行線後，再來遺憾。我們經常在不知不覺間，錯過了彼此在一起的緣分。

生命沒有成長是人生最大的錯過

其實，我們最大的錯過是什麼？**是生命的虛擲和浪費，是生命沒有成長**，而這種錯過對大部分的人來說，卻是渾然不覺的，這才是最可怕的虛擲。有一個故事：三個人同樣在砌一道牆，問第一個人你在做甚麼，他很直接回答，我在砌一道牆，賺我的生活費；同樣的問題，第二人回答，我知道主人要蓋一棟房子，我砌的牆是這棟房子很重要的一部分；到了第三人，他說，我的主人要蓋一座教堂，這座教堂將會提供附近居民一個心靈成長休息的聚會所，所以他覺得他是在做一件很有意義的事。你看，三個人都做同樣的事，可是他們各自認知的意義卻大不相同。

所以不錯過，不在於世俗認知的有沒有錯過當大官做大事賺大錢的機會，而在於你活得多實在，或者說你自己覺得每天的工作和生活過得多有意義。在遠見雜誌的「看見台灣平民英雄」那一期，台電的同仁徐炎松**分享**：「風強、雨大就是我們要出去工作的時候。」「我就是沒辦法忍

受大家沒有電！」「大家用的電，其實是我們用命換來的。肯做的，是笨的人！像我這種憨憨的。」這些話單純而有分量，不必多做解釋，沒有高調，不需分析，而且他用全部的生命去實踐。一位高中國文老師陳一誠在鄉下推廣閱讀，一個人募集了五十六萬本書，因為他相信，再怎麼窮的孩子，只要透過閱讀，就會為生命帶來希望。在同一期報導的100位平民英雄，他們都有一些共同的特質，那就是他們的**動機非常單純**，而且**不會去等待**，更**不會每天抱怨別人**，更絕對**不是從自利的角度**去看待事情，他們都很清楚每天工作和生活中的意義是甚麼！

另外有個故事，一個上了年紀的木匠準備退休了，他告訴雇主，他不想再蓋房子了，想和他的老伴過一種更加悠閒的生活，他雖然很留戀那份報酬，但他該退休了。雇主看到他的好工人要走，感到非常惋惜，就問他能不能再建一棟房子，就算是幫他最後一個忙，木匠答應了，可是，木匠的心思已經不在幹活上了，不僅手藝退步，而且還偷工減料。木匠完工後，雇主來了，他拍拍木匠的肩膀，誠懇地說：



「我就是沒辦法忍受大家沒有電」，他的分享單純而有分量。



房子歸你了，這是我送給你的禮物。木匠感到十分震驚！太丟人了呀！要是他知道他是在為自己建房子，他幹活兒的方式就會完全不同了。你我不就是那個木匠！每天你釘一根釘子，放一塊木板，壘一面牆，但往往沒有竭心全力。終於，你吃驚地發現，**你將不得不住在自己建的房子裡**。人生就是一項自己做的工程，**我們今天做事的態度，決定了明天住的房子**。這木匠的故事真是令人深省的暮鼓晨鐘！在職場上，有多少人是抱著這樣的心態在工作的？經常事情推拖一下、敷衍一番，還沾沾自喜，以為賺到了，其實是浪費自己的生命。我相信有這樣工作態度的人，他應該經常碰到很多不期而遇的**偶然**吧！而他的**樣子**應該不容易令人喜歡吧！

那麼要如何不錯過呢？簡單地說，就是要學習活在當下，大多數人經常沉緬於過去，幻想著未來，卻逃避當下應做的事，人生經常就在過去、未來間流轉，忽略了現在。禪宗有一則公案：如何是禪，答：吃飯的時候吃飯，睡覺的時候睡覺。就這麼簡單，你仔細回顧一下，我們吃飯的時候，對所吃下的食物有多少真正的感覺？如果分分秒秒觀照當下，你永遠不會錯過人生。有一個有趣的描述：小時候很想進大學，進了大學很想趕快畢業，接著很想結婚，再來很想有小孩，看著小孩那麼小，巴不得他趕快長大，到有一天已經夠老時，忽然間明白了，**忘了真正去活**。俗話說：十鳥在林不如一鳥在手，老是在追逐我們想要卻還沒有的東西，不如把握



台電邁入 20 年的行動淨灘，讓青少年找到幸福的感覺。

當下真實的擁有，好好做該做的事，未來自然就會變好。

不要錯過加入同心園地的因緣

各位有機會加入同心園地，是偶然也是機緣，好好把握這個機緣，去學習從生活關懷到生命成長的歷程，進到這個園地就要把握一個單純的念頭，去體會無私的付出，就如同前面所提到的第三位砌牆人及百位平民英雄們，他們用心地去解讀當下所做的事在自我生命中的深層意義，將發生在自己身上的「利他」機緣當成是自己的福份，一步一腳印地當成自己的事好好實踐。不要進了同心園地之後，抱著好像被派公差或像逛街一樣的態度，以為這裡有甚麼好處可拿，那就真的錯過了一場可以讓自己成長的因緣。

如果你只是把你的心願鄭重地供奉在心裡，卻未曾去實行，那麼唯一的結果就是與他錯過，理想變幻想。如果你的生活和工作老是沉緬於過去，想像著未來，而忘了趕快去做你自己現在該做且可以做的事，那你也是錯過。如果你用敷衍的心態在工作中或日常生活中，你更是錯過整個生命成長的機會。生命該如何發展而不虛擲，唯有自己活在當下好好掌握；生命該如何創造而不錯過，唯有自己用心好好做該做的事就對了。





齊心擦亮台電之光 蒙灰塵的金字招牌

文／黃皇僑
鳳山區營業處



筆者在台電公司服務已二十三年多了，學電機的我於民國七十九年底進公司的時候，台灣的資訊產業正值起步的階段，那時的台積電不過成立不到三年，沒啥名氣也不具規模，我雖於退伍前曾去應徵但沒有錄取，當時心裡其實並不感到失之交臂，因為那時的我本想於退伍後先準備考公職當個公務員。

沒想到退伍後準備不到兩個月的時間，竟讓我考中高考，放榜後經多日思

索，該如何選填公務機關，最後決定以台電公司為優先考量；而之所以會選擇台電，主要原因有二：第一，電力是民生必需品，且具有難以替代的特性；其二，台電在民國七十年代是國營事業的模範生，績效與聲譽俱佳。

可是時過境遷，自從台電的營運於民國一百年首度出現虧損以來，與「台積電」僅一字之差的「台電」，在績效與聲譽上已有相當顯著的迥異；尤其是民代與



媒體名嘴們對台電毫無情面的苛責與批判，讓我們身為台電人如同落水狗似的，不敢穿制服出門購物、不敢讓人知道自己在台電工作，且在公共場合聽人家謾罵台電時也只能噤若寒蟬。

面對台電這樣的困境，我這兩年來的心情始終相當低落與沉悶，彷彿失去了成長的動力與努力的目標，總覺得公司營運艱困，再怎麼做也是虧損，也是遭全民責難；加上我已步入中年，更深化了中年的危機感，相對於四年級生的待退樂天與六七年級生的年輕本錢，處境益形尷尬與嚴峻，內心突然有種「選錯行」的感慨。

然而身為小主管的我，總不能將負面的情緒顯現於外，否則又將如何領導與鼓勵屬下？在家人不斷地慰藉與三個層面的正向思考之下，我逐漸地擺脫心裡的陰霾，更堅信台電一定能走出谷底並邁向康莊大道；以下就三個層面分述之。

【心理面】擇從激勵內心的座右銘

心理的良好素質需靠內在的長期涵養，也才能維持外在的合宜行為，一個人要能適度的排解外在的壓力，才能有效管控自己的情緒並施展能力，以面對變化迅速的環境。

尋找激勵內心的座右銘是培養健全心理的要方，相信大家從小到大已經聽了或看了許許多多激勵人心、砥礪性格的故事或名言佳句，不過能深植內心並終身奉守不渝的可能不多，但只要一兩句便足矣！

我們的黃董事長曾在同心園地的專訪中談到：「人生不如意事十之八九，所以

我們要常思如意的一二之事以做為工作的動力，不要總是惦記著不如意之事而心生氣餒。」這句話頗富逆向思考的哲理，因為樂觀與悲觀的人看待事情，往往只是一念之差而已；如果明知不如意之事是一種常態，便要以平常心看待它，進而思索著如何把問題降到最低。世間上的難事不至於逼人於絕路，雖然往往無法短時間內就可以解決，但堅持下去總是會有方法的，守著雲開見明月，烏雲密佈的天空，終究會有消散之時。

我的座右銘只有簡單的兩個字——毅恆，這是在我念國中的時候為自己取的偏名，理由是我不喜歡自己的名字，卻也





不會想要去改它，而那時功課平平的我爲了激勵自己，要以永恆的毅力去完成人生各個階段的目標，所以就引爲偏名及座右銘；有趣的是，我在臉書也是用這個名字，公司同事及久未連絡的友人看了以後，還問我什麼時候改了名字？

【工作面】點點心力匯成無限電力

台電的連年虧損引來社會大眾的抨擊，咸認爲是經營不彰與過於浪費所致，而爲了降低虧損公司也厲行撙節的計畫，連帶著許多福利與津貼也縮水了。

不過關起門來自省，台電內部制度真的有不少需要改革之處，藉由近年來媒體的不斷爆料以後，我覺得公司全體上下已逐漸凝聚共體時艱及管控成本的觀念與作爲，而這就是所謂的化危機爲轉機吧！

近年來公司的經營改善計畫與執行成果是有數據可以呈現的，並非如部分媒體所言沒有具體成效，而這有賴高層的擘畫與魄力，基層員工的亟思與努力。以我部門經辦的業務爲例，在採購電力設備維護用之備品時，縱使是供應多年的友好廠商，我也會請部屬多加尋找與比較其他供應商，覺得原廠商的報價有偏高時則斷然的不相往來，爲著就是想節省維護成本，因爲台電現今已債台高築了，須改變做事的思維，每一塊錢都要花在刀口上。

台電組織上的弊端及政策上的沈疴雖非一朝一夕可以改善的，仍須持續的精

進作爲與組織再造，但只要人人在自身的工作崗位上能多費心力，從小處做起，相信點點的心力定能匯成巨大的力量扭轉頹勢，生產出源源不絕的無限電力。

【社會面】台電是優質的電力公司

台電因背負著許多政策因素以及電價無法反映高漲的燃料成本，導致累積已逾兩千億的虧損，然而這代表台電是家爛公司嗎？台電的金字招牌已砸了體無完膚嗎？

其實從許多的經營指標項目來評估台電經營績效，如售電價格、供電品質與每位員工產出之價值等等，有很多項目，台電在世界各國的電力公司都是名列前茅的，所以身爲台電員工的我們沒有妄自菲薄的理由，而且應該秉承優良的傳統文化，持續地提供優質電力給全國的用戶。

綜觀去年許多被揪出的黑心油醬與食品案件，我們更可自豪地說台電的電是優質的，因爲電具有即時與持續性的，優劣立判毫無狡辯空間，也無需進一步檢驗以昭公信，且在台電風雨飄搖之際仍維持著高品質的電力，誠心的服務用戶是毋庸置疑的，與那些黑心企業的作爲，更彰顯台電的價值所在，亦即「優質電力不黑心，點亮光明贏真心。」

台電人，揮別鬱悶的心情吧！讓我們以正面的工作態度積極向上，將蒙灰塵的金字招牌，一起齊心擦亮以展現台電之光！



重拾你我熱情 共創台電未來

文・照片提供 / 葉志峯 龍門施工處

從民國八十五年四月結束軍旅生涯，同年六月報考台電，八月一個人孤身到高訓中心報到，到現在組成三個女兒的美滿家庭，我一路走來，從兩袖清風到轉身擁有妻子、孩子、房子、車子和夠用的錢子。我心存感念，知福惜福；台電，讓我珍惜現在，放眼未來。

長江滾滾東逝水 浪花淘盡英雄

我於民國八十五年六月錄取台電養成班四十四期，民國八十六年二月分發輸工處北區施工處第三工務段，參與輸電線路架設，那時候最常做的事就是在現場收工後等待之餘，坐在鐵塔地線橫擔上，望著眼前的夕陽和無限延伸的輸電線路，彷彿心裡頭湧出了這樣的一句：「長江滾滾東逝去，浪花淘盡英雄。」座落在中央山脈的鐵塔，一座接連一座地往前延伸，彷彿長江的江水滾滾地向東流去；而這些伴著夕陽餘暉的線路鐵漢身影，彷彿有著說不完淘盡英雄血汗的故事。那時我們隱身在世外桃源默默地堅守著完成輸電線路的信念，工作環境不論多麼嚴苛，外面的世人無論多麼吵雜，對於我們這些電力從業技術人員而言，在乎的只是享受當下的美景和完成今日工作後的成就感，時而慶幸有著安居和樂業的福氣。

「那年我二十五歲，有著熱情洋溢的心和渾身是勁的精力。」



民國八十八年九月二十一日凌晨1點47分於日月潭西方約12.5公里處發生芮氏規模7.3大地震，這一震震垮了許多輸電線路，也衝擊了整個台灣的工業和民生用電，工務段奉命於十月三日南下谷關參與搶修峨嵋161KV線，進谷關的路上，伴隨眼底的盡是房屋傾倒，道路殘破的景象。此時，工務段裡的每個人心中竄升的是那股神聖的使命，秉持以最短的時程完成北台灣全面復電的使命。我們夜以繼日工作十二小時以上，傍晚天色漸暗，就堆高石塊藉以墊高工程車的大燈以照亮臨時鐵塔，讓塔上的師傅能繼續完成緊線工作，那些時日，我們雖然疲憊不已，但在完成臨時線路架設送電後的當下，我們知道，我們又再一次用對工作的熱忱來回饋社會，汗水和歡呼的淚水，對於我們這些「線路牛」來說，誰又分辨得清楚？

「那年我剛新婚，心裡想藉著工作許我一個幸福美滿的未來。」

青山依舊在 幾度夕陽紅

民國九十七年十一月，內部升等考上職員後轉調龍門參與核四建設，從對核能無感藉由工作的投入讓我慢慢地瞭解核能工程，是一個既專業又複雜的議題，我們得面對專業的設計和施工，並肩負台灣高品質廉價電力穩定供應，同時也得面對外在環境的不友善和無奈。311日本福島事件後，反核主張一時之間蔚為民意主流，專業已不再是大環境所尊崇的唯一，核四歷經動工、停工、停建浪潮，身在核四工地的我們更能感受到那股猶如洗三溫暖的氛圍。核四黃昏的景色不亞於高山上的餘暉，但心底浮上的卻已是「青山依舊在，幾度夕陽紅」的感慨。幾年下來，我們雖然知道我們所受的使命攸關台電未來的命運，但總有受外界刺激而影響工作士氣的時候。在總統、行政院長、董事長等各級長官先後到龍門發表演說藉而建立核四同仁工作熱情和信心，不管外界反核團體或是平面媒體排山倒海而來的負面訊息打擊，仍然撼不動內心的信仰。

「那年，我已是三個小孩的爸，心裡想藉由公司寄託小孩的未來。」





秉持初衷 凝聚大家庭信念

近年來，公司不斷被民意要求自我檢討內部控管，以減少社會負面觀感，但基於國營事業單位政策的束縛，公司因應的腳步跟社會期待總有些落差。慢慢的我發現身邊有些年輕的同仁亦開始動搖對台電的信心，成天滿腹委屈和無奈，彷彿待在台電看不見未來。在台電服務十八年來，不難發現其實台電是一個大家庭，也是匯集有相同信仰的人所一起工作的地方，當初我們考上台電時的初衷和喜悅，雖慢慢地趨於平淡，有些信仰和熱忱也可能禁不起歲月的蠶食和鯨吞，造成一時之間部分同仁找不到工作上寄託的出口，面對職場上的起起伏伏和不盡人意，而陷於負面情緒的循環過程，但看看身邊有能力或有智慧的人，是不是一下子就能吸取公司的大信仰而樂於工作，享受工作所帶來的成就呢？

抱怨或是唱衰經營管理階層可能逞一時口快，相信大家內心最深處還是希望穿上有台電標誌徽章的工作服，走到哪都有種無來由驕傲的期待，這種曾流傳於老師傅口中的年代，需要台電大家庭內的我們相互扶持，相互勉勵一同再度創造。

由《大敵當前》(Enemy At The Gates) 這部電影所得到的啟示，一名文宣部軍官把一名平實的士兵成功地塑造出主角的英雄形象，因此大大地提升了全體軍民同胞的士氣，並激發了他們高昂的鬥志；因此，如何重塑單位形象，讓人民重新接納這老字號的招牌，靠的是這大家庭內的每個人來創造讓民眾有感的小故事，以凝聚彼此的向心力，漸漸影響周遭的同事，組裡、處裡或者是跨系統的同事，進而提升公司內部士氣。所以我相信每個人把初衷找回來，熱情自然就激昂起來。



高登工地時而寒冷下雪，工作熱情依舊不減。
(時任北施處線路三段，攝於中央山脈，1998)



高山、雲海皆於足下，環境雖險峻，但工作熱情不減。(作者和北施處線路三段及南施處兄弟們於海拔三千公尺進行新東西線 345kV 鐵塔緊線工作，1998。)



正向思考 營造職場上的小確幸

「小確幸」意指生活中雖然微小，但很確實的幸福。日本作家村上春樹曾說：「如果沒有這種小確幸，我認為人生只不過像乾巴巴的沙漠而已。」通常在自己的工作中，就潛藏著不少值得讓人擁有的小確幸。諸如樂於幫助別人和肯定別人，常常可以從別人的謝謝聲中得到小確幸。根據《Cheers》雜誌針對上班族進行「上班族最愛小確幸」網路調查，排行Top10的小確幸，前四名都來自工作中，由此可知，工作上小確幸在職場生涯上確實幫助我們更能正向思考，更能凝聚正向情緒，進而擁有更多小確幸。

那麼，處在台電大家庭中如何營造職場上的小確幸呢？個人認為不如先從自身觀念跟態度的改變做起，我們都知道漣漪就像是數個同心圓，由中心點向外一圈圈的擴展開來，直到外層的振幅耗盡為止，一個微笑，一雙溫暖的手，就可以改變身邊人的觀感，就像一則海邊救海星故事的啟發：

「或許，在旁人心目中，我是何等的不自量力，何等的任性頑固。」

「但只要我還有力氣，我是永不會放棄的！」

「雖然，我未必能拯救得到所有海星」

「但如因這樣便就此放棄，沒有一顆海星將能生存！」

「用心去愛，感同身受；這是我向來做人宗旨，亦是我拾海星的原因。」

「只要有一顆小海星尚未回大海，我這個老頭兒是絕不會放棄的！」

小海星之所以能夠生存，全因為撿拾者無私的愛。

的確，我們改變不了所有外界對台電負面觀感的人，但是我們卻可以改變台電大家庭內同仁的負面觀感，不是嗎？相信自己就是撿拾海星的人，有著正向的思維和不放棄堅持，就能透過漣漪效應感染周邊的同仁和親友，進而使台電大家庭成員的心更能凝聚。態度觀念改變了，小確幸自然就來，更多的小確幸就更能找回工作的熱情，工作熱情越高越不會被外界的負面報導所干擾。

讓我們將溫暖的雙手伸向身邊需要的人吧，相信台電會因你的雙手跟智慧而讓這片土地上的人民認知有所改變，而公司也將以我們為榮，我們也將以公司為傲。

「現在，我逾不惑之年有二，心裡想要和公司共創未來。」 





冬夜過去 春曉來臨

文 / 周雅雯 嘉義區營業處
照片提供 / 本刊

民國三十四年底日本人投降撤出台灣，曾揚言台灣三個月內電力一片黑暗，日本人電力技術不留下，電力零件全帶走。當時的孫總經理運璿臨危受命，把工專裡還沒畢業但訓練底子差不多的學生全徵召至台電，五個月內恢復八成供電。只是，台電並非從此大放光明，艱困的挑戰仍不停來襲，核四每回經歷政黨輪替，就停了再建、建了又停，因此所生的龐大違約金，台電背負至今；全球油、煤價漲不停，就為了一句「電力要支撐國家經濟力」，台電默默吞下年年虧損，卻遭

政論節目莫名抨擊，員工何時曾有過平均九萬月薪？

相信很多同仁和我有過同樣轉折的心情，當初費盡力氣考上台電，心想自此有了穩定工作、衣食無虞、人人稱羨，進到公司後跟著公司創新改變，從電子帳單到「行動比爾」上線，走入社區讓鄰居更瞭解台電，就是希望我們的用心能被人們看見。用戶問題仍有千百款待解決，其中不乏因私人爭產、租賃糾紛也要怪罪台電，或是人人都要用電，但電桿（或亭置式變壓器）不要設在我家門前，在輿論高漲的



每個小小力量的集結，將帶給台電大大的改變。

現在，一線同仁都必須承受用戶不悅的情緒，還得耐心再解釋說明好幾遍，做不好的我們主動改進，但惡意或莫名的負面言語，確實讓士氣降低再降低。且讓我們轉換心念，其實那些用戶也可憐，糾紛煩擾自己無法好眠，口氣難免差了點，同仁們一起吐吐苦水，嘴角一揚又明天見。

我們都數度質疑，為什麼颱風、地震時，工作沒有停，維護的同仁總是衝

第一，可是民眾沒有鼓勵，換來的是一句台電效率低，好似我們只要揮支魔法棒，電就能送到家供不停？砍了福利、少了績效獎金，我們沒有罷工，沒有丟雞蛋抗議，默默地持續電力供應，其實我們已經是正向能量的團體，要對自己有信心！

陳文茜主持的世界周報維持了傳奇的八年高收視率，在這些佳績之前，許多媒體業者始終相信台灣觀眾只想看羶腥，她曾說過：「不信希望喚不回，只是太多人太早放棄。」如今該節目證明了還是有很多台灣人想和國際更靠近。我們身上都住著台電人堅持的魂，我們一直在做對的事，也因為我們有一起努力的同伴，彼此給予堅持不放棄的力量，如同漣漪般產生越來越大的正面能量，就能在黝暗沉沉的冬夜裡給自己和這片土地光明，而冬夜終會過去，春曉一定來臨！🌞



圖片來源：電力粉絲團 (<http://zh-tw.facebook.com/tpc.teacher>)



Start with Why 找尋初衷

文 / 許偉振 桂山發電廠

照片提供 / 梁文鴻 南部發電廠





那天，在北投公園巧遇大學同學，之前雖曾斷斷續續地連絡，近兩年來幾乎斷了音訊，閒聊中得知他換了工作，是Intel的software manager；若是以往，就好像參加同學會或結婚典禮上，大家會互相比較彼此工作一樣，內心有某種程度的羨慕或是「輸了」的焦躁。但這次心意外地沒有太大的起伏，因為我已經知道自己要的是什麼。

回憶起進台電前的轉職經驗，不算多，但也算是波折。試過寫程式的軟體工程師、進無塵室的硬體工程師，甚至創業自己當老闆卻血本無歸，主要都是在尋找自己的可能。最後輾轉進入了台電這個大家庭，本來以為很輕鬆的企業，卻是一連串考驗的開始，除了體力的勞累，腦力也承受著一定程度的激發，再加上這兩年福利的縮減、外界聲音異起，甚至有人離職轉高考，每每都不斷考驗著留下來的原因。

記得看過一本書「TED Talk 十八分鐘的祕密」，裡面的一句話讓我印象很深刻：Start with Why（找尋初衷）。相信每位進來公司的員工，都有自己的報考理由，每當困惑的時候，想想當初的報考動力，Start with Why，以筆者自己為例：大學畢業，進來台電後繼續進修碩士、博士是我的目標，並不是因為台電擁有比較多的時間，而是台電擁有全台唯一完整的電

網架構，是學電機的我實現所學很好的環境，也讓我有繼續留下來的動力。

台電承受太多的包袱與限制，以致施展不開，這些是一般民眾所看不見的辛苦。就以公司需依政府採購法辦理採購案件，因此所費的時間相對就較多且繁瑣，但卻被誤會效率差等等的例子不斷發生。

曾經聽到早餐店老闆娘說過一句發人深省的話：「世間上無天下第一味啦！做咱的味最重要～（台語）」我的解讀是，既然沒有辦法討好每個人，雖然不能只顧著埋頭苦做，但按照自己的步調很重要。目前董事長帶領改革的決心，雖然會有一絲害怕改變的不安，但勢在必行的決心大家都感受到，而且期待著。

「不要怕改變，找回最初看到的火花；曾經努力過，那就把這曾經無限延續。」

每次遇到機組有運轉壓力時，同事間常常有著一句口頭禪：I love pressure。因為彼此相信，適當的壓力是可以不斷激發潛能。目前我們正承受著這樣的壓力，也正是發揮潛能的時候。

進來國營企業，家人開心，伴侶放心；以往大鍋飯、倚老賣老、偷藏步時代已經過去，不進步就等著被淘汰，不努力就等著被犧牲。

幾年後，或許我們會慶幸，當時的美中不足卻賦予我今日的果實。🍀



勇於爲公司發聲

文 / 吳昆諺 新營區營業處

前些日子因運動不小心，腳踝有一點扭傷，晚餐後急忙趕赴一位池姓友人所開的國術館就診。一踏進門，見館內早已坐滿了等待就診的民眾，池姓友人見到我即熱情招呼我一齊泡茶，他太太則忙著爲病患看診。

拒絕沉默 勇於發聲

等我一坐定，池老闆即遞上一杯熱茶，並大聲問道：「你們公司這次調漲電價，我看每位員工光是年終獎金就領厚厚一大疊了！」以往遇到這種情況，我大都會隨意回上一句「沒有啦！」就應付過去，不過這次我選擇不再做沉默的多數了，我已深深體會到，現今社會就是因爲沉默者佔多數，才使得一些似是而非的謬論充斥著整個社會，有時甚至到了是非不

分的地步，我應利用這公眾場合，勇於爲公司發聲，於是故意提高嗓門，好讓在座等候就診民眾都能夠聽到：「台電公司這次調漲電價只是合理反映應有的供電成本，使台電能夠永續經營罷了，調漲後的電價與世界各國相比較仍屬偏低，且爲了照顧一般民眾，表燈非營業非時間電價且每月用電度數在五百度以下之用戶，完全不受影響。至於獎金之發放，完全與調漲電價無關，台電爲國營事業，一切均需依照法令制度執行業務，絕無您所說的以調漲電價來發放員工獎金之情形。」

另一個民眾不等我說完，又在旁邊幫腔道：「台電員工用電都半價，難怪會虧損！」聽了這種問題，內心實在覺得又好氣又好笑，我強忍著心中的情緒，耐心對



該民眾解釋：「台電員工部分用電半價優惠措施，早於幾年前全部取消了，況且也並非如外界所言之全部用電均半價優惠，每月用電如超過一定度數，仍需照全額計費。根據以往統計資料顯示，每位員工每年僅受惠約一千元左右，金額實在微不足道，卻被外界講得那麼難聽，實在是太冤枉了！」

我環視在場民眾，發現大家都很專注在聽，見機不可失，趕緊接著又補充：

「台電公司爲了穩定供電，隨時都有四千人輪班守夜爲民眾服務，不管颱風或天災，當大家待在家裡躲避強風暴雨時，卻有人冒著風雨往事故現場衝，也就因爲有這群無名英雄的付出，每次颱風來襲，不管災情多嚴重，電力很快就恢復正常供電，台灣民眾長期享受這種高品質的服務，完全不覺得珍惜，等有一天移居美國，方才感受到連美國這樣先進的國家，服務都還比不上台灣，台電員工如此辛勤工作，卻被社會一些不負責任的政客或名嘴隨便扭曲事實，這樣公平嗎？台電每年光是政策性負擔就大約佔了兩百億，再加上國際燃料價格不斷上漲，乃是造成公司虧損之真正原因。」

池老闆見狀急忙打圓場道：「台電如果每一位員工都像你這樣就不冤枉了，台電本身有義務化解民眾心中的疑慮，感謝你今天爲我們上了一課！」

信心面對 共體時艱

去年年底我參加了一場區處同心園地所舉辦的「基層員工座談會」，會中主

辦單位特別邀請新進同仁發表一些對公司的看法，其中有一位同仁發言表示，他現在在外面都不敢講他在台電服務，唯恐被人指指點點。我聽了心裡非常難過，深深不以爲然，當場就有一位同仁起來表示不同看法，主持人處長也當場對該位同仁表示，應對公司有信心，尤其在這公司艱困的時刻，每位員工更應共體時艱，堅守個人工作崗位，在外與民眾接觸，應隨時提高警覺，謹言慎行，避免爲公司增加困擾，最重要的就是要勇於面對，如聽到民眾一些似是而非對公司不利的言論，應挺身而出，勇於爲公司發聲，婉轉對民眾當面解釋清楚。

個人在台電服務至今已屆滿四十一年，長期受到公司的照顧，讓我能夠從無到有，擁有現在的一切，一直對公司心存感念，雖然公司目前經營處境非常困難，但我還是對公司充滿信心，一直以在台電上班爲榮，許多親朋好友也都非常羨慕我能夠擁有這份穩定的工作。個人深深覺得，台電的未來，只有掌握在台電人自己的手中，名嘴、媒體、甚至於政治環境是怎樣，這些都是我們無法控制的，唯有調整好自己的心態，世間沒有我們所想像的絕對，我們付出怎樣，別人一定會怎樣，不可預期的因素實在太多了，每個人平日上班除了努力做好份內工作外，對外更應發揮「小兵立大功」的精神，大家團結一條心，相信假以時日，必定能夠雨過天晴，重振台電往日的聲威。☁️



樂活台電 就是現在

文・照片提供 / 沈玉如 台中區營業處

樂活LOHAS（Lifestyles of Health and Sustainability）是近來十分流行的一種生活方式，就是「健康且永續的生活方式」，我們希望能夠將這樣的生活方式帶入台電之中，現在正是一個最佳的開始。「小小的改變，往往帶來巨大的影響，不要怕路途遙遠，對的事，做就是了。」這句話是董事長和大家分享的話題。

電力事業性質特殊，許多台電人員必須長期曝露在高危險、高溫、噪音及登高環境，或二十四小時輪值待命，即時搶

修颱風及突發事故，其實從事電力事業並不輕鬆。但隨著原物料成本的大幅上漲、鉅額虧損導致電價不得不調整，及核能議題等的發酵，外界對台電有很多負面的批評，不但打擊了員工的信心，也讓辛勞付出的同仁深感委屈與無奈。

但是委屈與無奈是不會改變現況的，只有維持正面且愉快的情緒，並擴散到每一位同仁心中，讓台電這個大家庭的心更為凝聚，給自己和別人正向的力量，並讓同仁也感染正面氣息，為每天生活埋下快



現場搶修，電力不中斷。



客服中心值機，二十四小時服務不中斷。

樂種子，讓自己變得積極而快樂，改變台電，從改變一個人的一天開始。

每天做一件「你快樂於是我快樂」的事

有一年肯夢AVEDA的會員生日禮送了一本書《悅日人》，當我用心讀完David Wagner的《悅日人》一書後，發現做一個「悅日人」並不困難。體會到「悅日人」的真實意義及實踐方法，其實真正的快樂，是來自於參與及讓他人快樂；能秉持著一種關心的態度，使另一個人的一天變得更為美好。

台電是服務業，服務業要讓第一線接觸的客人理解與認同，在每一次服務客人時，經常思考我們都是「悅日人」嗎？第一線與民眾接觸的同仁，要提醒自己將工作與生活融合，提供顧客至上的服務。愉悅的狀況會創造不同的漣漪，外在的漣漪會影響我們周圍的人，而這也感染他們在情緒上有正面的漣漪。

「成功的人只是做不成功的人不願做的事」、「顛覆傳統、不怕失敗、勇於嘗

試新事物、不怕改變從零開始」是在《生意人·悅日人·漣漪人》這本書中分享的話題。只要我們都願意參與成為一個正向的漣漪人（Ripple Maker），台電就會因此而改變。

我們要秉持初衷，重拾對工作的熱情與動力，大家互相鼓勵，台電未來會更好，並正向看待自己在台電的工作，不畏外界負面報導影響工作。但要如何方能為生活埋下快樂的種子？我們可以經常自問你的幸福定義是什麼？幸福感是主動追求、主動爭取而獲得，而快樂與幸福是有關係的，如果幸福可以自己找，那麼快樂也就可以自己選擇，做真實的自己，散播正向愛的力量。

有目標不斷進步

「電業再造風貌新 群策群力扭乾坤」、「供電使命在我心 轉虧為盈齊打拼」是同仁集思廣益下對公司的期許，可以累積正面能量。根據研究，有目標的人，對生活滿意度比沒有目標的人高，對



自己的看法也比較持正面態度。對某件事有熱情的人，則是在所有跟態度正面有關的心理指標上，得分都比較高。能夠朝自己相信的事情前進，生活滿意度自然會比較高。

我想分享自己在台電工作的感觸：台電工作是高危險性的行業，颱風愈大，我們就要出來搶修工作，我生平第一次進行搶修工作時挫折感非常大，颱風很大路上都是路樹倒塌，滿地都是被風雨打破的碎玻璃。那次給我的影響，就是體驗了在工作中的一種心境轉變。但對我來說，來台電的每一天都很充實，希望用自己的力量去堅持許多人認為做不到的事。

您可感受世紀台電人的努力，以前颱風要準備蠟燭，以備不時之需，現在已不再需要，深入台灣地區每一個角落，台電每天都與兩千三百萬同胞生活緊密結合在一起。代表台電只會向前走，雖然時序已

過，但在台灣用電設計的理念，讓台電人最感驕傲。Google在台設廠原因之一是台灣供電穩定、電價便宜，也是台電人的驕傲。就是這樣的使命與驕傲，讓很多同仁雖明知危險，仍願選擇一生奉獻台電。

用心點亮台灣 關懷用戶

緬懷「台電永遠的老總」孫運璿院長及當時堅持「走對的路」，在最克難的條件下，憑著對國家建設的使命感，帶領著全台電員工，日以繼夜投入工作，在台灣光復、日本人撤退的五個月內就恢復了全台八成電力系統，用行動破除了日本人的魔咒。他的施政理念，就是實現村村有道路，家家有電燈，各鄉各鎮都能享有公共設施。打造台灣電力建設，成功為台灣工業發展奠定基礎。台電大樓舉辦「看見孫老總」百歲紀念特展，展出照片與珍貴手稿，率領台電團隊建設九座水力電廠、三座火力電廠，以及橫跨中央山脈的舊東西輸電線路，台電的基礎是在他手上打造的成果。照片多數是孫運璿院長在台電服務時的留影，看著照片，回想著台電的美好回憶，希望鼓勵更多有能力、想有更高人生目的的台電人，來共同創造生活，而不只是求生存（Make a life, not just make a living）。經常自問，你是快樂的人嗎？你最想去改變的地方是哪裡？在過去的一週，你曾有意識地做了哪件事，讓一個人因為您的一句話、一個小幫忙和真心的服務，創造他人愉快的一天。



台電的服務中心，總是在第一線服務用戶。



用最美的姿勢站起來

文 / 黃甘杏 訓練所

一場大雨過後，不平的地面出現了一些水坑，有個母親帶著兩個孩子，小心翼翼的避開水坑，可是一輛計程車急駛而過，濺起了一片水花，把他們母子三人潑了一身溼。

母親很懊惱，大兒子卻興奮的說：「遇水則發，我們要發了。」小兒子也說：「對啊！有人在我們身上澆水，我們就要發芽了。」

我也常在雨天走路時遭急駛而過的車輛濺溼了衣裳，但總不能對著遠去的車輛大聲抱怨吧？何況抱怨只會讓自己更生

氣，我只能從中學到教訓：「走在路上要眼明腳快，下雨天儘量穿深色不易看見髒污的衣服，或者準備可替換的衣物以備萬一。」很多時候，我們不能改變事實，只能影響感受，然後試著把「不期而遇的災難」當成「美好生命的發芽」。

排山倒海的災難

過去兩年爲了調整電價，我們出乎意料的遭遇到媒體全面無情的攻擊，燃料的高漲造成的財務虧損，被外界譏爲經營不善，獎金減少了、福利沒了，大家難免挫折不已。爲了讓分階段調整的電價方案



順利完成，大家忙著到經濟部、立法院說明、準備資料或對媒體澄清等，但比較令人傷心的是，眼看虧本經營的事業都快撐不下去了，還有些員工在電梯內抱怨：

「都是業務處！幹嘛要調電價？害我們的獎金及福利都沒了！」我好想撲過去對他

說：「公司虧損2千多億，薪水沒有延遲一天發放，你知道那是多少人咬著牙在努力嗎？」

原來我們努力做的事如果不說出去，連員工都會誤解，更

何況外界的民眾和團體呢！媒體和名

人最愛攻擊公部門，因為公部門的員工都忙著服務人民，哪有時間專門運用謀略、使出高明招式來應付媒體？但社會潮流已不可擋，我們必須在無法廣告的情形下，為公司的生存，走出去和民代、各種團體、學校及民眾溝通。起初我們的對外溝通人員是有些膽怯的，但是，不斷練習之後，自然就會從中找出最好的方法。

有簡報設備的開會場合，我們完整的運用簡報圖表及照片說明；遇到室外的展覽或園遊會，就拿著鋁梯架上掛圖式的簡報，一頁一頁翻講。為吸引人潮，事先不是找里長廣播，就是敲鑼打鼓，或穿原住民服裝拿著大聲公宣傳。有的區處製作四

格漫畫到學校發放，或使用各種當地語言如客家話、閩南語、廣東話、原住民語言等，利用在地關係把地方士紳或有利人士統統請出來相挺。最後連員工親屬的婚禮也不放過，以介紹「新人生活省錢妙招」方式，帶進節能秘方及電價調整方案等。

為了讓各單位能互相學習溝通的方式，每個區處的處長都要輪流到「大會報」，報告對社會大眾溝通使用的特色及效果，再水平展開到各單位。隨著時間的推移，能對外溝通的人員越來越多，也越來越有自信，只要有人詢問或利用機會搭上腔，我們就要站出來為電價調整說些公道話！最後總會有人回應：「原來我們的電費是這麼便宜，媒體從來不說，我們居然也不知道。」

我們只是提早學習

在這段內憂（財務虧損）外患（反對漲價）交相攻擊下，我常會聽到同仁抱怨：「這個理盲又煽情的社會，很難溝通！」、「為什麼我們這麼努力溝通，還有同事發生負面新聞，害我們白費苦心。」、「獎金減了、福利沒了，這真是



作者積極對外溝通，為公司發聲。



台電持續在「台電影音網」中製作專題，對民眾澄清電價漲價的正確資訊。



前所未有的大災難！」、「要別人從口袋裡拿出錢來，真的很難！不求別人認同調漲電費，只要不反對就很好了。」事實上，當我們對社會溝通感到困難或挫折時，常會彼此正面的提醒：「我們不是被事件本身困擾，而是被看待事件的觀點困擾。」因為事件無對錯，只是立場不同，我們不必因此重挫自己的努力，只需要調整說話的方式。

其實我們應該感謝社會大眾給我們這麼嚴苛的考驗，才能讓我們學會站在民眾的立場，訴說他們能理解的語言！讓我們學會在挫折中改變！在不斷學習中，我們漸漸體會：「溝通得好，不在於我們說得有多好，而在於別人懂多少。」於是，定調溝通的內容及隨情勢變化改變溝通主軸理念等，讓我們在相互打氣中越做越好。我們相信只要耕耘的方式正確，每天持續的做，成果就會像農作物一樣自然熟成。我相信，未來所有的公務人員勢必都要學習為政策辯護，包括製作政策懶人包，讓別人簡單進入我們想要表達的理念中、在網路上取得認同等，而我們只是比別人更早學習面對而已。

最美的姿勢站起來

人生境遇裏有太多的事情可以磨鍊我們的心志，困難來時，看事情的方式，就能決定我們如何實踐自己的理念。感謝社會大眾把我們逼進絕境，我們才能激發潛能，團結的朝同一個方向努力，就好像鍋上熬著粥一般，用一把湯勺，慢慢把水



台電除了傳達正確的漲價資訊，另一方面也舉辦活動宣揚省電知識，降低漲價對民眾的衝擊。

中的生米朝同一方向攪拌，記住，同一方向喔！如此才能熬出口感綿密、順口的好粥。在熬粥的生米軟熟階段，我們要善於團結及用心等待。

我喜歡牧也的一首詩：「風，跌倒了，才有美麗的落葉；雲，跌倒了，才有滋潤大地的雨水；太陽，跌倒了，才有靜謐的夜晚，所以，讓我們不再害怕跌倒，讓我們跌倒時，用最美的姿勢站起來。」

美好的路，我們不是走到了盡頭，而是該轉彎了。2014年的春天來了，別只惆悵滿山的櫻花已謝，因為杜鵑、木棉、流蘇、油桐……會相繼接手繪上美好的色彩，或者我們不妨也看看翠綠的草坪上、山徑土石邊，那默默開滿深紫、粉紫的通泉草，黃色魯冰花、豔紅的蛇莓……，在向陽的角度，它們也都有搖曳生姿的活力與美好。對於人生的種種，我們可以選擇不要抱怨，而把困境當作潑過來的水化做「轉型的發芽」，用最美的姿勢站起來，然後翱翔……





「美」植人心

台電美展頒獎典禮暨 人文藝廊開幕典禮紀實

文・照片提供 / 本刊



總管理處迴旋藝廊間豐富的藝文展覽與會客室裡輕柔悠揚的樂聲已悄悄深入台電人生活，您有發現嗎？邀請您一同領略台電人用心創作與發掘的美好！

2014年4月2日第一屆「台電美展」頒獎暨人文藝廊開幕典禮在秘書處李處長玉村熱情洋溢的致詞聲中揭開序幕，會中特別邀請朱總經理文成與李副總經理鴻洲到場頒獎。主辦這次美展活動的秘書處李處長表示，爲了推廣藝術創作，提升台電人文氣息，增進員工彼此於工作之餘之話題與情誼，在重視藝文活動的黃董事長重球帶領下，秘書處於去年歲末舉辦了台電成立六十八年以來，破天荒第一次的美展徵選活動，有別以往僅以攝影比賽爲主題的活動，這一次美展是擴充至水彩、國

畫、書法等多層面之藝文作品。

仔細想想美展活動爲什麼是秘書處主辦呢？以往不是公眾服務處嗎？原來秘書處在董事長的期許下，在改造大樓大廳方面已經做了許多努力，將大廳依功能性分成三個區塊：「接待會客區」、「人文藝廊區」及「活動區」，現在的大廳，綠意盎然、充滿人文氣息，總有優雅的音樂，除了營造溫馨氛圍，讓人願意駐足欣賞聆聽，也相當適合辦理各項活動。

當然人文藝廊區及活動區總不能萬年不變或拿來養蚊子吧？秘書處首要任務



總管理處合唱團帶來精彩的演唱豐富了美展活動



得獎書法畫作

就是讓藝廊區有源源不絕的展覽，在工作團隊腦力激盪後，想到台電員工裡即有許多值得挖掘的寶藏，這些具有深厚人文底蘊的員工寶石，透過他們的分享，能強化同仁間的聯結，進而提升每位員工的人文素養，又能供應藝廊區需要大量作品的需求，透過這個活動達到與員工、地方聯結及滋養員工的多重功能，所以，賓果，就是這項活動了。

朱總經理致詞中提及大潭發電廠野放綠蠵龜卡卡的事蹟（註），強調自然生態保育與支持人文藝文活動的立場，讓本次藝文活動與自然生態保育相結合，層次更為提升，而本項活動更是在李副總經理大力支持下，得以順利舉辦，所以李處長也特別感謝各級主管對於本次活動的支持參與。會中亦特別邀請台電總管理處大樓所在地附近的文盛、大學、富水里里長到場參與，讓台電透過藝文活動營造良好企業形象及經營在地關係，里長們也紛紛表示對於台電的支持與肯定。

本次美展，不論是水彩、國畫與攝影作品都是將電力設施與環境相結合，主辦單位透過讓作者抒寫創作理念的方式，讓每幅作品提升了雋永度與駐足觀賞、細細品味之處，而藝廊區專業的作品擺放

空間規劃，在在都讓人看得到主辦單位的用心。

頒獎過程中，處處能看到受獎者流露出自信與滿足的笑容，因為朱總經理及李副總經理的蒞臨與主辦單位對於頒獎典禮的細心規劃，讓受獎人備感尊榮。

頒獎典禮接近尾聲時，主辦單位還安排了台電總管理處合唱團的演唱，聽覺與視覺的雙重享受，讓與會者身心靈上都深深獲得洗滌與啟發。在合唱團悠揚美妙的歌聲中，本以為典禮就要劃下完美的句點，沒想到本次水彩類金牌獎得主范前副處長植正（資訊系統處已退休員工）在會前已事先向主辦單位表示願意捐出得獎畫作，范副座退休後雖寄情於水彩畫作間，但仍難忘情曾用心投入之工作，對台電濃厚的感恩與懷念之情溢於言表，而其胸懷之豁達，感動了與會的貴賓，也讓得獎者群起仿效，一一表示願意捐出得獎作品，李處長亦表示會將捐出之寶貴作品珍藏保存，完美展示，供台電人細細品味，台電一家之情在此展露無遺，本次活動就在滿滿溫情與李處長明年見聲中圓滿落幕，期待明年能再次看到台電大家庭成員的創作與成長。

註：如果對於大潭發電廠野放綠蠵龜卡卡事蹟有興趣的讀者，可以翻閱本期 P.36「台電一家」單元〈綠色奇緣——Lady「卡卡」〉一文。



緣盡情斷心難寬

文 / 林蕙瑛 東吳大學心理學系兼任副教授

這幾年台灣中小企業某夫妻檔因關係變調「協議」分手，離婚過程因爭財產搶品牌而撕破臉，公開互嗆，鬧得沸沸揚揚，人盡皆知。

相關案例

案例一

原本生意鼎盛的永康街冰館是紐約時報列為台北三十六小時必遊景點，因妻子指控丈夫花心而失和離異，冰館因此停業。據老闆說，因基於信任而未看離婚協議書的內容，簽完名之後才知道近八成的產業均給了前妻，官司目前還打不完，雖在東區重新創業，卻是辛苦不為人知。

案例二

宜蘭知名甜品「包心粉圓」，也是夫妻共同創業起家，二十幾年老店，卻因溝通不良，感情生變協議離婚，前夫前妻各自開店對打，老顧客去了一半，要比以前更賣力工作，才能爭取到新顧客。

案例三

曾被馬總統喻為「現代神鵰俠侶」的「東京著衣」創辦人兼執行長，在發給員工的一封公開信中驚爆離婚，無法長期忍受其夫董事長的家暴。原因是當年夫妻胼手胝足，從小攤子賣起，辛苦十年，卻被丈夫指控她有外遇，並提告加重誹謗罪，官司還在進行，財產及撫養權尚未定奪，戲碼還繼續上演。

案例四

亞洲塑膠杯大王因到大陸設廠，長駐彼岸，曾一度病危，在台灣妻子逐漸將資產轉移到兒女身上。丈夫病癒後指控妻子偽造文書奪取九億之股權，並自任董事長。法院乃判杯王妻子十個月刑期，妻子不服，認為這幾年都是她與員工在台灣辛苦打拚，才有今日的成绩，乃決定上訴。





分析與輔導

這種典型的離婚後仇恨對立的例子，中外皆然，它不只是新聞，也是婚姻教科書，雖是負面示範，卻發人深省，仔細分析，這些案例均有共同點：

1. 夫妻原本感情好，婚姻生活共同有目標，一起建立家庭，同心投入家務事業，共渡後半生。
2. 各有自信，看見彼此的優點，也看到彼此合作的遠景，基於互信互愛，願意依各人所長分工合作發展小企業。
3. 打拚事業不容易，由小攤位小公司拓展到中型企業，夫妻雙方投入多少心血精力與時間，而且還要顧全家庭，生意人總是很忙，即使兩人單獨相處，也是掛念公事及家事，因此過於忙碌，公私兩混，缺少浪漫、私密的時刻。
4. 事業既是兩人共同經營的，以後的產業當然是留給子女們，這是不言而喻的共識。
5. 夫妻倆經過日月磨練，各自發揮潛能，成為男強人女強人，共同打造自家的企業王國。

有如此良好的感情基礎與革命根基，照理說，隨著事業版圖的擴大，財產的增加及生活的改進，夫妻倆應該是心靈更緊密，相互陪伴享受美好的時光才對，卻是漸行漸遠，乃至不相容而翻臉，感情由濃



轉淡而後歸零，積怨浮現，仇恨取代恩愛，這是什麼樣的歷程呢？

歲月與經歷真的會令人成長，但每一個人成長的方向不同，因心理需求的改變而產生新的欲望，夫妻即便同在公司或店面上班，各人面對的人事物也不完全一樣，長久以來與環境互動之下就形成了新的自我形象。夫或妻均可能因有了錢與權之後，有了新的想法，各人轉身去做自己想做的事情，如投資、置產、資助家人、外遇等，明知另一半會不高興，還是我行我素，直到被發現了，也就成為分手的導火線。



夫妻兩人一起上班，說好聽是同心協力，但每天二十四小時相處，不論是開便利商店或經營企業，在家裡會談到生意，在店面或辦公室也會想到家中事，公私很難分清楚，角色的轉換亦不容易。當妻子在指揮員工或大刀闊斧刪減開支時，呈現的是能幹威風的一面，溫柔婉轉的小女人不見了。夫妻也可能因意見不合而吵架，丈夫在生意方面總是想佔上風，若妻子太強勢，他可能受不了，爲了顧全大局，敢怒不敢言。

雖說是男女共事努力工作，丈夫總是視企業王國爲「自己」的，而妻子通常都認爲是「我們」的，當兩人因家庭問題或事業上的紛爭感情有了變化要離婚，妻子一定會奮力爭取她打拚該得的版圖，而丈夫則同意她可以拿走「一部分」，分量多少的差距，毫無共識，丈夫認爲太太在「搶」財產，所以他得死守，態度上已勢不兩立，最後一點夫妻之情也在爭奪之中消失了。

夫妻再怎麼相愛，還是得有自己的空間與時間，兩個人整天膩在一起，大眼瞪小眼，缺乏新鮮感，日子久了，很多歧見未溝通，問題未處理，就有可能相看兩厭。感情淡了閨房亦無樂趣，有錢的丈夫很容易在外交女友養情婦，而妻子下班之後空閨寂寞，不是當貴婦亂花錢，就是交男友，誰也不肯原諒誰，互相指控，怨上加仇，使得離婚更複雜化。

兩個人一個事業王國，團結就是力量，一旦分手，王國一分爲二，力量無非分成兩分，力量一散就大爲削減，各人都得戰戰兢兢從頭做起，其實是很不划算的。家庭各方面亦然，完整的家庭一分爲二，也許是兩個單親家庭，也許是一個單人家庭加上一個單親家庭，原有的家庭結構瓦解，新的家庭結構產生，人人都得適應新家庭，對於家中每一個人都是傷害，也給孩子帶來陰霾，原來那麼愛家顧事業的父母竟然可以爲了爭產翻臉成仇，那他們以後還能相信誰呢？

當然這也是夫妻當事人始末料及會有這麼一天。既知有現在，當初何必如此賣命？的確是很諷刺性的，當初也因爲愛情，爲了生活，或對人生有理想，才拚命苦幹，有多少時間是在共同討論事情，有多少時刻是一起忙進忙出，也有不少時間在分享成果，現在就開始懷疑到底值不值得了？從要離婚到離婚完成，憤怒的情緒籠罩身心，一心只想爭取財產與品牌，等





到離婚後，強烈的失落感及哀傷隨之而來。

無論哪一方事業有成，不是中年就是壯年，已不復當年體力與時間，許多得到的又失去了，縱使仍有產業或店面，少了一個得力金牌助手，要重整旗鼓大振雄風實在不容易，人生中能有多少個十年、二十年？

最黃金的歲月已經過去了，因此這種由零到有，共同創業夫妻的離婚的確是兩敗俱傷。

年輕夫妻想要自行創業或承擔家族企業本是好事，既是一家人當然要同心投入，感情融洽才能合作無間，前面幾年都沒問題，但後來就跟任何婚姻變調的夫妻一樣，衝突迭起，誤會叢生，怨恨累積。因此無不能說夫妻共同經營事業，婚姻容易變質；夫妻各有職業生涯的婚姻，也有慘烈分手的，只能說不論任何種背景的婚姻，事在人為，而且事在兩人為，雙方的心若永遠在彼此身上，心貼心才能同心。

夫妻無論再忙，還是得撥出時間交流愛情，並不是光談情說愛，而是表達情

緒溝通想法，最重要的是，下了班在家裡要扮演情人的角色。所謂「愛情、親情、恩情、友情及夥伴情」，每一種情都是合夥夫妻的基石，缺一不可，但愛情先垮掉後，其他的情也會逐漸褪色，影響基礎，導致最終無情面對。

從正向角度來看，一起工作打拚事業的夫妻有更多的時間相處、溝通，何其有幸，應好好掌握機緣，享受婚姻與工作，最終目標不是白頭偕老就是好聚好散，何苦打得死去活來，爭到一半家業，失去的又豈能統計？既然已結婚，就該珍惜緣分，願天下眷屬皆成有情人！





我的祕密花園

文・照片提供 / 路人甲 台北供電區營運處

四月天，北台灣氣候總是讓人捉摸不定，天空常籠罩著鐵灰色的陰霾，霪雨綿綿，令人窒息，也應驗清明時節雨紛紛的景致。那天，面對台大校門右側有一群人撐起雨傘，正佇立在一棵大樹前品頭論足，相機也喀擦、喀擦的響個不停，原來是著名的流蘇樹開花了，白花朵的細小花朵略帶香味，頂生於樹枝頭上，把全樹枝桠都籠罩一片雪白，故流蘇又叫「四月雪」，是在四月天裡「季節限定」的景象，每棵樹花開約一週就謝了，它不像油

桐花般染白整片山林，我們常見到的流蘇樹，多半各自傲然而立，頗有些孤高清雅姿態。

流蘇樹，又稱流疏樹、茶葉樹、四月雪，學名：*Chionanthus retusus*即為雪花之意，是木樨科流蘇樹屬的植物，分布於大陸、日、韓，是地球上的古老樹種之一，台灣原產於大漢溪，後因棲地遭破壞，數量銳減，現為台灣稀有的低海拔落葉性植物，花朵白色，細緻優雅，樹幹獨特是良好的庭園觀賞植物。





當我還在訓練所任職期間，獲轉贈流蘇小苗乙株，回家後栽種於黑色大塑膠桶中，而隨意擺放牆角邊放任生存，偶爾加水給些肥料，並未如其他花卉般特別呵護，誰知多年以後，流蘇已高舉粗壯雙臂，向外伸張，儼然像大樹一樣高。前幾天再看它一眼時，驚喜發現在翠綠的枝幹綠葉上，點綴細細疏疏的小白花，原來我的流蘇樹開花啦！真是令人興奮叫好，雖無法達到「數大便是美」的境界，卻也讓人雀躍不已。

我來自鄉下農家，從小有機會接觸各種農作物，林中田野各式各樣的花草樹木，都是童年遊玩嬉戲的題材，故自幼對綠色植物有一份偏愛，在「記得綠羅裙，處處憐芳草」的移情作用下，年齡漸長對「拈花惹草」一事就變成我最大興趣與嗜好，平日也喜愛翻閱種樹養花、園藝造景的書刊雜誌，更常到花市「尋花問柳」，選購各種花木盆栽，在台北市花博展覽期間，曾六度入園參觀來自世界各地的奇花異草、盆景世界，以及色彩繽紛的蘭花大集會，大飽眼福。

回顧二十年前選擇換屋的誘因，就是看上這老公寓頂樓有一大片綠意盎然的植栽，前屋主舉家移居國外，還留下多盆壯碩茶花，加上花槽中一株株杜鵑、桂花、九重葛等平民花卉，還有一大缸錦鯉魚當見面禮，搞定換殼手續後，頂樓空間就是我開疆闢土、大顯身手培植花木的好去處。每當假日休息時間，家人皆睡晚，

而我已在我的祕密花園修剪花木、鬆土澆水忙得不亦樂乎，有時心情「鬱卒」，工作不順之際，也會躲在這裡，靜靜地看著如刺蝟身軀般的仙人掌盆景，摸摸素心蘭光滑修長的葉片，還有葉片肥厚明亮的毯蘭，讓不悅的心情慢慢沉澱。

我的祕密花園經多年進貨、更新、淘汰，移花接木、新陳代謝運作下，已略有成果，每逢當季花期，總能欣賞鮮花綻放的景致，豔紅的杜鵑、粉黃的樹蘭、高傲的孤挺花、優雅清香的七里香，都不吝嗇的展露花姿。另有小盆栽也可當做敦親睦鄰的小禮物，或是結交同好的交換媒介，雖無法與專業栽培相比，但亦能聊慰吾心。當然也會招蜂引蝶，吸引小昆蟲、小動物來共襄盛舉，曾有白頭翁、綠繡眼來此修築愛巢；蝴蝶、蜜蜂穿梭花叢為蜜忙；還有環脛斑鳩、蝸牛、恬蚬來貪食新芽、嫩葉、花苞，讓人心生不捨，當然也



毯蘭



作者栽種之鯊魚劍仙人掌



會引來蚊蟲擾人，揮之不去，然秉持共生共榮之心，亦不忍傷害，皆順其自然也。

愛花人就如同愛美的女性，總覺得衣櫃中還少一件新衣，花園中獨缺某一品種。我最常到建國花市選購各式花草、土壤、肥料、花材，碰到喜愛的品種或稀奇的植物，總是看他千遍也不厭倦，最後還是忍痛砸錢帶回家，但許多在溫室中培養成長的植物，移居到戶外生活，若無法適應新環境，則容易得病蟲害而發育不良或香消玉殞，還有施肥太勤、澆水過多、土壤酸化、換盆頻繁等也都會讓植物奄奄待斃，所以在花市也投資不少學費，園藝本就是一門大學問。

除上花市選購外，收拾辦公室的「殘花敗柳」也是充實我的祕密花園之管道。每當新主管上任，辦公室就會堆滿祝賀的盆花、植栽，尤以蝴蝶蘭最受青睞吸睛，蝴蝶蘭係附生蘭類，具有肥厚根被的氣生根，常懸掛貼附於枝條及樹幹上，現在都

由人工溫室大量栽培繁殖，種類繁多，色彩鮮艷，是送禮賀客的寵兒。其他如香濃血樹（巴西鐵樹）、細葉福祿桐（富貴樹）、金錢樹、帝王蔓綠絨、馬拉巴利等亦是送禮大宗，這些植物都須半（全）日照才能長得頭好壯壯，但限於辦公處所無法提供優質陽光、空氣、水分、溫度，擺放多日後，繁花落盡，就失去當初風華豔麗之姿，而被擺放到牆角、走廊，乏人問津，繼而枝葉低垂、倦態畢現，同仁或以為它

缺水，又猛然灌水，結果愛之適足以害之，當然是一命嗚呼，殊為可惜，我就常扮演這起死回生的救生員。



魔星花



「大花犀牛」又稱「大花魔星花」或「帝王魔星花」

還有許多花草是透過交換或索求而得，凡到親朋好友家做客或到郊野踏青，總會遇到讓人驚豔的植物，就會心癢難耐，央求主人割捨一枝半葉，回家自行培植，生者我幸，死者我命。記得在新桃供電區營運處任職時，一日下班後信步由科園路往人工湖方向走，發現一戶人家門前有一大盆「細枝魔星花」，讓我駐足良



魔星花

久，觀賞再三，終於向主人要得二枝幼苗移植，現已子孫滿堂，族繁不及備載，看著他如孩童般成長、茁壯、開花、繁衍，就是那麼有趣，那麼有成就感。

還記得有次氣象預報深夜將有強颱風來襲，風強雨勢大，須加強居家防颱措施。趁天色尚未暗時，趕緊將花架上吊盆一一拿下移入室內，大盆栽也推移到牆腳，避免遭強風吹襲四處碰撞，其他盆栽能搬則搬、能綁則綁，剩餘不能移動的就聽天由命接受風雨洗禮吧！老媽從鄉下來小住數日，看見這些花花草草直呼可惜，怎麼不種些地瓜葉、川七、應菜、韭菜、蔥蒜等不用費心照料的蔬菜，可省錢又沒有農藥污染。老人家有物盡其用的勤儉作法，心態思維不同，成就結果迥異，種花賞花就由我來，種菜種果就由老圃來代勞了！

圖片來源：

<http://hsiehbaby.blogspot.tw/2012/04/4.html>



綠色奇緣—

Lady 「卡卡」

文・照片提供 / 杜碧珍 大潭發電廠



2014馬年初春的午后（103年1月24日），也就是小年夜當天，朗朗晴空下粼粼的波光遍灑著金色彩衣布滿在大潭發電廠的海水泵室，靜極！美哉！為即將到來的新年增添無窮希望與活力。

忽地！傳來同仁陣陣驚訝聲：「看哪！我們靜水池內漂浮著一隻大海龜耶！」此起彼落的喜悅與難以置信的眼神交會著，大夥依循著陳廠長俊偕的指示，立即通報了主管機關桃園縣政府農業局派員前

來處理，且在不停機的原則下，暫停部分設備運轉。同一時間趕忙請承商潛水人員下海暫以太空包固定海龜，並僱用吊車待命。桃園縣政府農業局及國立海洋大學海生所程一駿教授到達後，即請吊車吊上岸，檢視結果發現竟是保育類的綠蠵龜。

在海洋大學海生所實驗室中最大的六百公升收容桶內，將綠蠵龜放下後，發現牠居然完全卡住無法游動，因此將牠取名為「卡卡」。「卡卡」身長超過 100 公



分，背甲直線長 92.5 公分，背甲直線寬 99 公分，體重 106.2 公斤，是一隻母成龜，所以大家暱稱：「Lady 卡卡」。

經由「卡卡」左後肢，編號：「11027」的鈦合金標誌，證實為日本海龜協會於 1994 年 6 月 18 日在距離本廠 2,134 公里遠的小笠原群島、中母島列島的平島幫產卵後的卡卡所標記，距今也已二十年。

「卡卡」當時體力衰弱，無法下潛，左前肢基部具有傷口，經台大動物醫院診斷後，除了嚴重的貧血與脫水現象，血糖也過低，醫師說：血糖過低，可能與長時

間沒有進食有關，於是海生所依照醫生囑咐，每日注射乳酸林格氏乙注射液共 1500ml 以降低脫水的情況，並每三天注射抗生素乙次，減緩感染的程度，為了加快「卡卡」的恢復能力，更以餵食白蝦或小管來增加卡卡對蛋白質的攝取。

經過十天的療程，「卡卡」的體重由原先的 106 公斤上升至 113.2 公斤，但要達到野放回大海所需要的體力標準尚嫌不足，所以獸醫師建議再多治療兩週並多補充動物性蛋白質與水分的攝取。由於海生所伙食經費不足，本廠主動發起募集餐費活動，一同為「卡卡」野放所需之體力做好臻善的準備。

4月2日期待野放的日子終於來臨，公服處製作的「卡卡平安歸」模型抵達現場引起大夥驚呼連連，紛紛合影留念，一旁重複練習著抬「卡卡」的大潭同仁們穿著連身工作服與亮麗螢光色下的台電大潭發電廠志工服，抖擻精神，腳步一致，反覆練習著，榮譽又驕傲的心早已藏不住地映在臉上。今天參與這場「卡卡平安歸」野放的盛會是由我們朱總經理文成代表台電、主管機關是桃園縣政府農業局、亞東關係協會李處長、日本交流協會岡田健一秘書長、福智佛教基金會、觀音鄉歐鄉長、觀音鄉代表會及各村鄉親與國中、小學校師生、和美幼稚園等等。放眼望去，發現沙灘上那兩對半的腳印，特別引人注目，原來是一位老伯伯在外傭的攙扶下拄杖面帶微笑自行前來參加這次這麼有意義的活動。阿伯說：他是從中壢市搭公車特



潛水人員以太空包固定海龜。



地前來看看海生所有史以來照護最大隻的綠蠵龜「卡卡」。

陸續進場的貴賓與學校同學們，在司儀的介紹下，目光炯炯地一起期待著「卡卡」的到來。九點鐘由協和電廠幫忙搬運的卡車停在會場大門，陣陣鼓譟聲中：「卡卡」來了！「卡卡」來了！媒體記者們紛紛趨前拍攝，只見瑰麗的背殼閃閃發亮，墨黑色的鳳眼像是上了淺綠色眼影般地拉長著尾端微微往上揚，牠注視著環繞的人群，不慌不亂地秤著日漸豐腴的身軀，雍容的體態散發成熟的豐韻，確實不失 Lady 的雅號。

一切就序後，海大研究所程教授親自為「卡卡」裝上發報器，並同時為現場的朋友們解說，舞台上的益智問答也一題一題地發問與台下的同學交流一片，藉由此

次的問答，更加深大家對綠蠵龜的認知與保育之重要性。程一駿教授分享整個活動的源起與意義，並一再地感謝台電公司鼎力支持與大潭發電廠對卡卡的幫助，因為這真的是非常難得的，也是意義非凡的事。

接著由朱總經理代表致詞，他感謝海洋大學海生所團隊的悉心照顧，與我們大潭發電廠的處理得宜，更感謝主管機關以及所有鄉親對台電的支持。日本交流協會的岡田健一秘書長也說道：台灣與日本，一直是很好的朋友，他僅代表日本謝謝台灣對日本受災時的幫助，也由「卡卡」的故事中再次證明中、日的友好。海洋大學海生所程教授也分別致贈感謝狀予台電公司、桃園縣政府、福智基金會等，觀音國小五年甲班的小朋友也代表上台說出對



大潭電廠同仁抬著「卡卡」至野放地點。



「卡卡」祝福的話語，場面溫馨又夾雜著些許的不捨。

野放開始！司儀的一聲宣布，眾人的心也跟著沸騰起來，一條長長乾淨的回鄉路，在福智佛教基金會的師兄、師姐、學校同仁、保育人士、鄉親等圍起的人牆裡，有輕細的「卡卡加油！」聲、有頌經念咒聲，還有越來越近的海浪拍打聲。仰望晴空，綿綿白雲飄過，海依舊，風依舊，心……不捨。猶記得昨日預演的天空，濛濛灰灰的空氣裡，靦腆的雲飄落下依依無言的霧滴，一滴、二滴、三滴，滴滴灑脫瞬息。今日的乍晴是知悉時間到了，是祝福，是分別，是摒棄不捨的時候了。抬著「卡卡」的同仁緩步地向路線前進，到達終點的十公尺前放下「卡卡」，該牠自行爬行。只見一開始卡卡靠右爬了二步停了下來，低著頭，偌大的眼也微微眯了眯，程教授向前按了按「卡卡」的背殼，向牠打氣，「卡卡」這才又爬了幾下，這樣的情形重複了兩、三次，幼稚園的小朋友見了，忍不住哭了起來，哽咽的聲音自喉嚨發出：「卡卡！加油！」「卡卡！再見！」。

萬物皆有情，皆有愛與靈性，海浪一波一波拍擊下「卡卡」的身影逐漸模糊，望著海面人潮依舊，口中的祝福仍不斷地誦訟著，我想這份奇緣就如同現在的感動與感性，已深植在每個人心中。雖然救援海龜對台電大潭發電廠全體同仁來說是頭一遭，但我們尊重生命、尊重自然，更希望我們的關懷與祝福，綿綿不斷地迴響在



長長人牆，大家手牽手等待「卡卡」經過，給予祝福。



回鄉路上，「卡卡」不時地停下腳步，似乎道盡不捨與感恩的心。



在熟悉的海浪拍打下，「卡卡平安歸」劃下句點。

天地間，祈禱平平安安相隨，回到熟悉的地方，靜享自由快樂。讓我們一起為這個地球貢獻更多心力，一同守護世界和平與安詳，我們珍惜也永遠不相忘這段綠色奇緣，再見了！Lady「卡卡」！🐢



溫馨公車情 台電助人樂

文・照片提供 / 陳鐘成 高屏供電區營運處



擁擠公車溫馨故事多

剛脫離「大寒」節氣，103年2月4日步入「立春」時序，南台灣多日來晴空豔陽驅散冬季蕭瑟身心，奔馳街頭機車美少男女已是短衣褲行頭，相對機車族熱情幸福感，每日我隨公車遊走中找到小確幸。

讓座足感心

已多年未曾再搭過高雄市公車，在政府號召國人節能減碳，鼓勵搭乘公共運輸下，下定決心以淡定心態再現公車浪濤中；每當下班時刻亦是學校放學時段，看著賣力卻來遲的公車，裡頭已塞滿沿途兩家高中職學生，擠進車廂後，看到同學們均站著空出「博愛座」，且自動挪移空間以方便我入坐，坐定後鼓勵同學可先暫且入坐空位，能空出走道及讓上下車乘客行走較為順暢，同學們面有難色婉謝，青春有教養氣質牽動多少乘客內心。

壅塞公車前門難擠進去時，年輕同學反應敏捷地接下我手中一卡通票證，協助刷卡後，請我從後車門進入；一踏進車廂，就近同學迅速站立起身，輕聲有禮地說：「阿伯你請坐」，「謝謝！謝謝

啦！」感恩之情打從心裡感謝同學與他們的師長、父母。

大聲喊出謝謝

「謝謝！」、「司機謝謝！」、「早！請坐。」、「你好。」、「好，慢走喔！」、「小心後方來車。」、「注意機車喔！」每天經過兩三趟公車巡禮，停站上下乘客和司機相互間瀰漫著知足感恩，車廂內迴盪蓮花般若，一天的開始不必梵鼓晨鐘，就能從司機與乘客應對招呼中淨化污濁心靈；從芸芸眾生流失光陰中感謝司機大哥七早八早接車、開車、準時到站、安全抵達、平安上學回家等等。簡單「謝謝」就能柔軟心性，純化身心靈，當我上車刷卡例行動作時，已能自然地直視司機輕聲「謝謝」，按鈴靠站門開下車當下，也大聲喊出「謝謝！」

服務最樂

東西向筆直三多路上，公車站牌上LED跑馬燈已顯現多次公車即將進站，極



目西望遠方新光三越站邊確有大型公車靠站，公車擱在站上服務乘客中，上車後看見車內女子把持穩固著一輛殘障輪椅，椅上男子從頭到腳不是金屬固定架，就是布條紮帶固定男子的身軀。此趟公車起動停站和緩，行進不抖動，下車前緩慢精準靠臨人行道，公車停穩後，女子站起推著輪椅移到後車門斜坡道（低底盤公車），著白襯衫黑領帶司機以敏捷身手，先一步現身後車門外，操作並拉出正好鋪張上人行道棧板，雙手張開扶助輪椅平穩下車，當時周邊乘客或上前協助，或問候致意推輪椅女子需要協助與否，但誠如司機所言：

「謝謝大家，稍耽誤大家，這是我的本分職責，且知道要領和安全。」公車內散播的愛和服務極致，溫暖多少歸途乘客。

台電工程車助人

高雄衛武營藝術文化中心幾近完工前，捷運系統橘線衛武營站擴建藝術文化中心出入站口，工地圍籬縮減了道路行駛空間，本就是車多且多幹道匯集處，此期間冬季天色暗得快，尖峰時段更顯壅塞。一天，站立正看著車外街道商家景緻和穿梭機車潮，視線被突如其來的煞車頓停拉回現場，頭一偏就見機車母子三人倒地，因左側機車瞬間超車，致母子觸靠隔離車道的塑膠製黃色紐澤西護欄傾倒，頃刻間塞車成龍。

倒地機車後方轎車開門探視後即退回車內，說時遲那時快，轎車後方黃色台灣電力公司鳳山區營業處電力工程車跳下五位身穿工作服、頭戴安全帽同仁，車上器

材同步出籠，拍照、排三角錐阻隔現場、閃紅燈指揮棒疏導後方塞車、抱起哭泣小孩檢視及安撫、協助扶正機車及探視母親可好，母子驚嚇之餘所幸無恙，叮嚀小孩抱緊母親、再幫其踩發機車關照小心慢騎、目送親子平安遠去，交通狀況隨即由交警和原有路口義交接手；若沒有訓練有素的台電團隊，沒有台電教育且內化愛心公益同仁，多少人要淤塞於途中，當公車可緩慢行走通過現場時，我不禁舉手對著偌大車窗外比個「讚」。

淡定寧靜真幸福

我們習以為常的生活，時常會把我們變成聾子和瞎子，藉由公車趴趴走能讓感官再度敏銳。移動才能看到自己缺失的那塊，獨自乘車的等待和瞻望會把你拉到足以觀看世界的廣度和高度。親自融入人群的感動，不是長篇大論或冗長說教可替代的，因為透過言說文字你感覺不到相互扶持的溫度，「謝謝」吹拂耳際的感覺，以及人與人相識，溫馨中能找到的真幸福。



台電訓練有素且嚴謹的交通維護團隊



一生台電 終身傳情——

祝福我將退休的父親**陳文智**副處長

文·照片提供 / 陳雅莉 員工眷屬



作者與父母於父親宿舍留影

七月盛夏，是鳳凰花開的季節，是學子驪歌輕唱的季節。今年七月，也是我父親告別在台電服務近四十年的日子。

還記得小時候就讀基隆七堵國小時，父親是在協和火力發電廠擔任工程師，媽媽常常在傍晚前幫我和弟弟梳洗乾淨，我們就在校門口的天橋下，等著父親的交通車回家，有時趁著天還沒黑的時候，還可以進到校園去打羽球、騎腳踏車。也最喜歡夏天的到來，因為可以到電廠的游泳池游泳，當然，和許多員工、職眷一樣，最

期待的就是電廠的「枝仔冰」！家裡冰箱的上層，總有好幾種口味的冰棒，等著我們下課回家或是飯後解饞。國小二年級，爸爸有機會到美國進修半年，那時還不是人人有機會出國的時候，公司還體恤地派了公務車，讓我們一家人到機場送機，小小的年紀，感覺半年像是一世紀的長久，看著爸爸搭著手扶梯離去時，我也不禁嚎啕大哭。

父親回來後，不久就到通霄、中鋼服務，或許父親意識到他的職場生涯，很難在一個地方久居，因此在國小五年級的



寒假，我和弟弟就匆匆轉學到了台北，快得連在學期結業式時，都來不及向老師和同學告別。這一段時間，也是家裡最辛苦的時間，我們要適應城鄉差距的學校生活，母親要身兼父職、照顧爺爺。尤其是父親調往中鋼時，還是全民拚經濟的年代，沒有週休二日，交通建設亦不如今日的發達，因此每星期六從高雄回到台北的家中往往已是晚上八點，若是遇到特殊假日或是車禍意外，能夠幾點回到家還真的是要靠運氣！這樣長久與我們聚少離多的日子，也有一件令我至今難忘的插曲。有一日，父親因為隔日還要在台北開會，因此不用在星期日晚上搭交通車回高雄時，我和弟弟居然不習慣星期一還可以見到爸爸，那兩天，我們連到廚房倒開水都覺得很不自在！

時光荏苒 歲月如梭

後來爸爸調到台中，正好弟弟也在台中念大學，看似我們一家要在台中團圓了。然而此時我們已經長大了、當兵、留學、成家和就業，離開家的人，換成了我和弟弟。好在我的女兒出生後，父母體諒我工作忙碌，幫忙照顧小女，我和弟弟戲稱小女是我們家的「小三」，是爸媽第三個孩子，因為她和父親相處的時間不亞於我們。在小女國小三年級時，父親又奉派到了核四，我想連他自己應該也感到意外吧！到任前的星期日，我們一家人從台中送父親到貢寮，這回是孫女捨不得阿公，哭得大家心情很是低落。從火力到核能，不知爸爸是否感覺一切要從頭開始？尤其

是停建後的核四，「公事與工事如麻」，唉！沒多久，媽媽就叨唸說：「妳看妳爸爸，怎麼變黑又駝背，感覺老了很多，當年他皮膚白皙、身形挺拔……」是的，以前我父親參加我學校活動時，好幾位老師都問說：「他是妳哥哥嗎？」

後來父親開心地跟我們分享：「工程進度有趕上，可以讓公司減少多少利息支出……」、「許多人參觀核四後，改變了對核電不安全的想法。」我想我父親不僅是把「台電」當成一份工作，也同時付出了他的情感，所以這些成果總讓他忘卻工作辛勞的種種。我發覺他是一位默默克服困難的人，不以成就自滿，而且懂得把握機會充實自己，翻開他參加種種訓練的課程證明，以及晚上八點準時聽空中英語教室數十年不間斷的習慣，這樣自我要求的態度，不僅使我想起，早期在他的記事本寫上：「嚴以律己，寬以待人」的座右銘，也影響我日後正式進入職場的工作態度。



作者女兒學阿公辦公的模樣



如釋重負 感恩戴德

今年的夏天，我父親將要卸下工作的重擔，而我們早已爲他列出退休生活清單，例如：陪家人、全家旅遊、還有準備一塊小花園等著他去種花植草，說到這裡，不得不提起我父親的嗜好——養蘭，過去在台中家的樓頂開滿了倒吊蘭、拖鞋蘭、卡多利亞……，父親也樂於將盛開的蘭花和大樓的鄰居分享，在鄰居間小有「蘭花達人」的稱號，還曾有陌生的鄰居來按鈴，拜託父親「收養」他的蘭花！

一如接力賽跑一樣，他終於要交出這一棒了，四十年的時光，是一條漫長又辛苦的路程。因此我很感激過去愛護、提攜我父親的長官，以及和他一起工作過的

叔叔伯伯阿姨們。在我父親工作近四十年的歲月，我從未聽過他埋怨懷才不遇、或是提起同事間的不愉快，更不用說要換跑道、離職這樣的事情。我認爲不是他從未遭遇困難或是說他的能力如何好，我想在他的背後除了有家人的支持、一份來自自我實現的理想之外，更重要的是長官給予的信任與託付及同事之間的扶持與相助，才使他可以努力不倦地完成這一份爲國家與大家服務的使命。

最後，願上帝賜福我的父親，如同聖經所說：「願你凡事興盛，身體健壯，正如你的靈魂興盛一樣。」人生另一個階段的開展，亦精采如夏日鳳凰花般的火紅綻放！



家眷參觀廠區



永生樹 The Tree of Life

劇情簡介

文 / 黃素菲 國立陽明大學人文與社會教育中心副教授

很多人會說看不懂這部片子在說什麼，因為它顛覆我們舊有的觀影習慣。這是一部視覺性的電影，而不是一部劇情片。導演充分發揮電影作為影像藝術的優勢，直接用影像說故事而非透過故事情節。本片手法大量的詩意獨白，形式主義的蒙太奇，神秘宗教意象，將自然演化與宇宙太空等片段，插入完整影片，片中大量使用CGI特效呈現大自然的景觀變化。使得看電影的我們掉入一種宇宙與人生的玄思與懸念之中，果真如此，其實也就看懂了導演要說的話了。如果有一種導演是哲學家，本片導演泰倫斯馬力克（Terrence Malick）應該可以算是其中一個。

《永生樹》的故事一點都不複雜，一對夫妻生了兩個兒子。爸爸努力工作追求事業成功，相信人定勝天，媽媽溫良賢淑慈柔持家，相信神必眷顧。長子非常不喜歡父親的權威與霸道，甚至希望父親死亡消失，次子則跟媽媽一樣，天生敏銳又多才。次子因為意外身亡，母親悲

傷難過抑鬱以終，她收到了一封電報，通知她十九歲的從軍幼子突然死去，隨後，父親歐布萊恩先生也通過電話得知這一消息，整個家庭

也陷入了一片混亂。長子傑克在中年之後，開始回顧自己的人生，驚訝的發現，自己跟最不以為然的父親，竟然如此相似。長子中年成為一名建築師，當他看到摩天大樓前的一棵樹時，他開始回想起自己的童年生活，電影是以長子的位置作為敘說者，從中年來回顧自己的人生，也算是倒敘故事的手法。這是一個衝突的故事，也是一個和解的故事。這是關於人怎樣活著過一輩子的提問，人定勝天？還是天命注定？也是關於信仰的提問，相信自己？還是相信有神？





導演、編劇與得獎紀錄

2011 年 / 138 分鐘 / 美國

本片獲得2011年第六十四屆坎城影展金棕櫚獎，由《紅色警戒》導演泰倫斯馬力克（Terrence Malick）執導，也由他本人負責編劇。



2

影片導讀

其實《永生樹》還是具有故事性的，起、承、轉、合都頗為清楚，只是它更用貼近生活本質的現場來呈現故事。小說或電影的劇情發展其實是精心或是刻意鋪排的結果，甚至還故意製造高潮和效果，引導觀眾的期待與情緒。生活現場其實凌亂、片段、迴旋、錯置的，完全不會是一般小說或電影的劇情主軸清楚明確發展的那種樣式。

生活現場與電影故事

導演用宇宙生成來隱喻人的生命現象。剛開始，可以說是童年，宇宙正在進化，銀河系擴張，行星逐漸成型。這時傳來一個聲音，詢問各種存在的問題，此時

片中出現許多母親與兩個孩子玩耍的鏡頭，及與對世界好奇的探索。

接著，地球上火山爆發，微生物開始形成，可以說是少年階段。傑克在父親離家時，體驗著叛逆的快感，接受同齡夥伴的蠱惑，傑克內心的破壞慾望開始作亂，他甚至溜進鄰居的家，竊取女主人的內衣。

後來，一隻蛇頸龍身上有一個大傷口，痛苦地凝視著大海，在森林中，一隻年輕的鴨嘴恐龍警惕地瞭望四周，這隻鴨嘴恐龍受傷倒在河邊淺灘，一隻似鳥龍出現，看著受傷倒地的鴨嘴恐龍，隨後一腳踩踏鴨嘴恐龍的脖子，準備殺死獵物，但



鴨嘴恐龍有所掙扎，似鳥龍猶豫之間放棄了鴨嘴恐龍而離去，這可以說是成年階段吧！充滿敵對競爭與現實殺戮，父親告誡孩子們外面的世界充滿腐敗和剝削，他感嘆，寧願成為一名工程師而放棄他成為音樂家的熱情，而當下他更希望通過各種發明申請專利來追求致富之夢。

鏡頭切換到太空，一顆小行星猛烈地撞擊地球，造成巨大的衝擊波，這可以說是中年危機的醒悟嗎？歐布萊恩先生最後不得不同意轉讓工廠，舉家遷走。

最後，未來五十億年後，太陽變成紅巨星，炙烤著大地，地球上的一切生命被摧毀。地球變成一個荒涼、冰冷而死氣沉沉的行星，依舊孤獨地圍繞太陽旋轉。太陽隨即轉變成一個微弱的白矮星。傑克乘坐電梯離開辦公室，似乎行走一片荒岩上。他四處探尋，眼前的岩石上豎立一個木製門框。他穿越這道門，又來到一片沙洲上。傑克與他的家人、鄰居、朋友在記憶中重逢了。他的父親高興地擁抱他，還有他死去的弟弟也復活了。他的母親也喜出望外，她感謝傑克，親吻他的手臂，一家人又團聚了。



3



4



5

關於片名及其隱喻

電影片名《Tree of Life》，出自聖經，意指伊甸園裡的生命之樹，食用生命樹的果實可以獲得生命，長生不死。片中屢屢出現樹景，而電影片名其實不應翻作永生樹，非談永生。Tree of Life 是生命之樹，樹的隱喻是指向本體的存在，指向上帝。其他種種是模擬的變形，指向知識與智慧。關於道路的隱喻，猶太聖經《約伯記》：「生命有兩種起源，一是自然，一是神學。」生命的道路，分為「上帝恩典之路」（Grace）與「自然本性之路」（Nature）。母親始終棄絕自然本性之路而選擇上帝恩典之路。



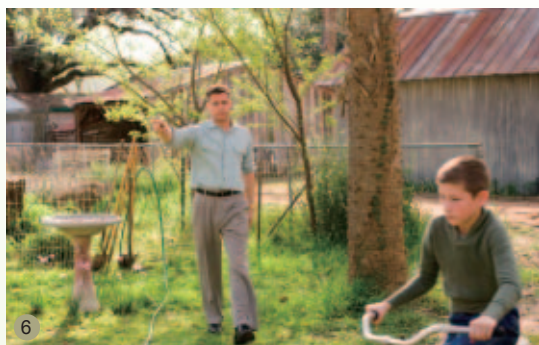
電影開頭說著：「我是透過弟弟和母親而來到您面前」。母親和弟弟有著堅定信仰，信仰上帝，信任父兄。而中年傑克，其實此時正過著父親教導的弱肉強食的生活，內心充滿了人爲秩序與自然秩序的衝突與對立，也面對秩序與威權，假神與真神的疑惑。

片中父親跟傑克說：不准你叫我Dad，叫我Father，可以用「道可道，非常道」，「名可名，非常名」來理解一下，其實一直要孩子叫Father（道）的父親，卻是心中沒有Father的Dad，叫了Father（名），也成不了神（非常名）。

生命、宇宙與上帝的奧秘

三十多年前，導演Terrence Malick剛拍完「Days of Heaven」，他正在策劃一支名為「Q」的電影短片。「Q」探討的正是生命，宇宙與上帝的奧秘，雖然後來沒有繼續拍攝下去，但這個idea一直在他的腦中環繞，產生了《The Tree of Life》。片中出現一道神祕的光在閃爍，又像黑暗中的一團搖曳著的火焰。可以讓觀眾產生各種象徵與隱喻的連結，是遙遠的神諭，或是內心的力量，或是不滅的希望……

劇情主軸是探索生命、宇宙與上帝的奧秘，透過1950年代男孩的視角，詮釋人類世界的光明、黑暗與演化重生。傑克出生於五〇年代美國德州小鎮瓦柯（Waco）中西部家庭，從小在兩種相衝突的教育方式長大。慈愛的母親教育他隨著愛和恩慈的道路展開他的人生，而嚴厲的父親



則要他學習堅強振作，未來才有可能出人頭地。

傑克自小面對父母兩人互相矛盾的人生教育方式，他試圖從中找尋平衡點，然而他在成長的路途上，看見人生的黑暗、疾病、苦難及死亡，使他從純真的童年慢慢步向幻想破滅的成人世界。長大成人的傑克發覺自己的靈魂早已迷失，對人生的一切感到迷惘和疑惑，他開始試圖尋找生命的起源、信仰的存在和人生的意義。



對照、對立

極大的宇宙和極小的微物，極巨極微的宇宙影像並置在影片中意義，也並陳了不同時間的影像，如太陽核爆與戲劇時間接軌，回應1970年代誕生的混沌科學，非線性科學，測不準的物理與世界，掀起震盪，微小差異造就巨大結果的變遷（回應蝴蝶效應）。

人總是在經歷挫折與失敗之後，才能學習如何柔軟。歐布萊恩先生在次子死亡之後，對未能實現幼子彈鋼琴的願望而感到萬分遺憾，似乎撼動了他一直認為「對」的原則，他的堅持似乎敵不過天意，而他一直堅信人定勝天，也似乎敵不過經濟局勢的變遷，而面臨失業的窘境。某年夏天，歐布萊恩先生為兜售其各項發明而環球旅行，在他離家的這段時間，孩子們和歐布萊恩太太感受到無拘無束的自由天地，而傑克則體驗著叛逆的快感。歐布萊恩先生隨後失落地回到家中，他的發明一件也沒有賣出去。此後不久，他的工廠關閉，他或者是選擇保留公司搬遷異地，不然就必須選擇破產。歐布萊恩先生感嘆自己的人生之路，並懷疑自己是否是

個好人。最後，他請求傑克寬恕以前的粗暴行徑。

整合

由「timeless」通往「eternity」，畫面中一顆殞石撞向地球，在大氣層上激起漣漪。脫離軌道的殞石撞擊地球，地底的火山爆發造成地震海嘯和氣候異常。費盡心力尋找生命秩序，渴望安穩，也同樣衷心渴望保底，不在肉體上對抗，最後撫心領首，接受命運。中年傑克透過回頭擁抱母親，做為自己內在天人交戰的黏著劑。

電影從西恩潘的回溯中首先倒敘了弟弟的死亡。整個電影就是西恩潘在母親死亡後，在弟弟和母親的死亡中，體悟並放下的故事。在戲劇之外的獨白，都是對上帝的傾訴，都是告解。

尾聲

成年的傑克，片尾當他從自建的玻璃帷幕高樓下降，它不再企圖自造伊甸園中的知識之樹，不再企圖向上挑戰主的威權，他下降步出電梯，表情安詳，他微笑著離開辦公大樓。

圖片來源：

- ❶ <http://www.hi-check.com/movie/>
- ❷ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❸ <http://www.hi-check.com/movie/>
- ❹ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❺ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❻ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❼ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❽ <http://okok11111111111.blogspot.tw/2011/07/tree-of-life.html>
- ❾ <http://www.hi-check.com/movie/>



DVD 哪裡借？
本文介紹之《永生樹》DVD，
請至貴單位同心園地借閱。



險峻秀麗之 北二段縱走(上) 中央山脈

文／梁德平 南區施工處
照片提供／陳志浩 青山施工處

前言

自從前年五月完成中央山脈（註1）南二段縱走以來，已經一年多沒有長程縱走了，北二段是我和浩子（青山施工處同仁）縱走多年以來仍未完成的一段，因此計畫於天氣最穩定的秋天來走北二段，我們的好友羅靜宜小姐雖然早已完成百岳，但基於愛山的理由，情義相挺陪我們再走一次。

北二段位於台中市和平區與花蓮縣秀林鄉交界處，岳界將甘薯峰、甘薯南峰、鬼門關峰、無明山、無明山西峰、鈴鳴山、門山、北畢祿山及畢祿山等超過三千公尺的高峰，串連而成的主脊稜線稱為「北二段」。而拜中橫公路開通之賜，畢祿山已成單攻路線，北畢祿山因未列入百岳，已少有人造訪，現今的北二段已改為環形縱走，以林務局編號730林道為出入



口，以「O」字形縱走路線來完成此段除北畢祿山與畢祿山以外的其他各座山峰。就景觀與地形來看，有傾瀉千尺、寸草不生的無明斷崖，驚險連連的鬼門關斷崖及無明西峰瘦脊，綠草如茵的青翠山峰——門山、鈴鳴山，溪水潺潺、猶如世外桃源的耳無溪谷，主脊稜線展望絕佳，壯麗山巒圍繞，令人心曠神怡、流連忘返。

第一天

群山環繞的秀麗山巒——門山

102年10月10日清晨5點天色仍暗，接駁車載我們從梨山附近的環山部落往730林道出發，經過一小時的顛簸路程，終於來到林道11.7k的行車終點，此時天色已亮，陽光灑進森林，是個晴朗的好天氣。整裝後隨即出發，從廢棄的林道緩緩上升，沿途森林茂密，空氣清新，偶爾經過小溪流

及崩塌的高繞路徑，這段路十分輕鬆易行，約3小時40分來到林道23.2k的門山登山口，林相從濃密的二葉松與闊葉樹混合林轉變為稀疏的二葉松林與玉山箭竹草坡，視野頓時開闊，周遭的高山也一一呈現，午餐後隨即換輕裝上門山，這是北二段的第一座百岳，也是最容易攀登的一座，因為位在林道旁，所以輕鬆易達，約半小時即登上海拔3,168公尺、名列八秀（註2）之八的門山，山頂展望頗佳，往北眺望可見中央山脈北一段的南湖大山、中央尖山、本段的鈴鳴山、無明山、甘薯峰、畢祿山、羊頭山、合歡群峰等，往西展望則是雪山山脈諸峰（雪山、大小霸、武陵四秀、大小劍等），群山環繞四周，猶如將此峰團團圍住，因此得名門山，另外海拔較低的梨山、武陵農場及德基水庫等亦



清晰可見，但無明山區局部已開始雲霧籠罩，大片雲海也湧進宜蘭與台中交界的思源埡口，可見冷鋒已經推進東北部，心中期盼不會影響這裡的天氣。欣賞迷人的風景後隨即下山，回到門山登山口之後隨即背負重裝前往今晚的住宿地25k工寮，在抵達工寮前的五百公尺，山壁有一小溪流，由於工寮並無水源，因此需要從這裡背水到工寮，取了六公升的水頓時讓背包增加不少重量，還好工寮已不遠，工寮山屋雖然年久失修早已破舊，但依然是登山客遮風避雨的好地方，傍晚開始飄起毛毛細雨，不禁令人擔心明日的天氣。

第二天 惡劣天候的考驗

凌晨4點30分天還沒亮，屋內已經有很多人在準備早餐了，昨晚的綿綿細雨持續下到現在，一點也沒有要停下來的意思，早上6點30分在小雨中背著重裝出發，小心越過林道26k的崩塌處，雖然下著小雨，但林道處在背風面卻不感覺寒冷，來到林道終點的27.5k，從這裡開始遠

離平坦好走的路面，開始進入崎嶇不平的路徑，登山口在林道終點左側陡坡的小溪流中而上，路徑又溼又滑，需特別小心，陡上的路徑上全是比人還高的箭竹林，越往上越感覺到強勁的風勢在空中呼呼作響，僅管我們全副武裝穿著防風防雨的衣著備戰，但溼氣依舊無孔不入地滲進衣服內，寒風刺骨毫不客氣，半途中遇到一支六人隊伍撤退下山，他們昨晚在我們今天的目的地（鈴鳴東鞍營地）紮營，歷經風雨交加的一夜，今日天氣依舊惡劣，如果再繼續往前推進充滿危險地形的無明山，恐怕非常危險，因此決定撤退，短暫寒暄之後離去，而我們仍決定繼續往前，至少要在營地過一晚，才知道能否繼續走。來到山頂的稜線，由於海拔升高，森林早已不見蹤影，只剩高度不及膝蓋的箭竹草坡，此時空間已無遮蔽，風勢更是強勁有力，原本是展望良好的高山世界卻因雨而成了一片霧茫茫的世界，寒風不斷逼進，讓人不敢把腳步停下來，緩步往前走，終

730 林道 25K 工寮

就想聽Y(你)說

——Y世代同仁溝通座談會紀實

文·照片提供 / 本刊

規劃

為了讓座談會能互動深入，人力資源處特別於事前以意見調查的方式，詢問與會同仁對於台電各方面的建議，意見內容分為溝通、制度、生活及開放式議題，並附帶宣傳座談會的進行，意見調查內容採具名及不具名雙軌併行，希望讓同仁們卸下心防勇敢表達。另為了增進園丁們與同仁間的互動及瞭解，問卷由各單位的園丁們負責蒐集後再彙總，果然，熱力四射的Y世代同仁，在園丁主動熱心的關懷下，提供了許多良好建言，雖然，他們一開始大多客氣地勾選無發言意願，但在誠懇地拜託他們，為了台電好，透過他們勇於發言表達想法，可能會有改變與突破，及重申副總的重視與關懷下，可愛的Y世代同仁們，一一跳出來表示願意發言！

在副總提出營造氣氛輕鬆熱絡的期許下，人力資源處特別準備了小茶點及發言小禮，希望在少少的預算下，能讓與會人員備感溫馨。座談會主題設計以年輕化的語言「就想聽Y(你)說」帶出輕鬆的氣氛，而為求圓滿與順利進行，座談會當

期許

元宵節甫結束，喧鬧、濃濃的年味才稍稍散去，李副總經理鴻洲邀集了策略行政系統聯絡人（袁研究員梅玲）、園長黃蜀玉、人資處的許處長泛舟、翁副處長大峯、張副處長廷抒、員關組邱組長榮富齊聚一堂，慎重地闡述董事長重視Y世代同仁的心聲及強化溝通的理念，期盼由其擔任領頭羊的角色，舉辦一場別開生面的座談會，對象就是Y世代同仁。

身兼人力資源處同心園地、對內溝通平台業務督導及策略行政系統同心園地大家長多重身分的李副總，亦警覺到台電面臨世代交替的現況，老幹新枝如何充分交流與接納瞭解，是台電迫在眉睫的課題，在副總大力支持與指示下，於103年3月14日召開了台電第一場，由副總親臨主持的Y世代同仁溝通座談會，對象邀集了策略行政系統內民國七十年以後出生的同仁，另外為了讓單位正副主管、導師及園丁們聆聽他們的想法，也廣邀他們一同出席這場活動。



Y世代同仁踴躍發言



天，就看見工作人員及園丁們忙進忙出的布置會場。互動氣氛之營造，就仰賴幽默與主持功力一流的副總，座位安排方面，副總及與會的單位主管坐在前方面對同仁，而單位副主管、導師及園丁們則與Y世代同仁並肩而坐。

座談會進行曲

一開始副總即以輕鬆的語言致詞，表達希望透過座談會瞭解聆聽Y世代同仁心聲的期盼，並對Y世代同仁已於公司各項業務擔任重要角色表示支持與肯定，另外也提及台電面臨過去不曾有過的困境與挑戰，所幸在黃董事長帶領變革下，已逐步突破困境，再造巔峯，希望同仁也能充分瞭解公司的變與不變。

接著進入當天的重頭戲，在座談會互動過程中，充滿能量的Y世代同仁，針對自己對於公司的想法，努力的提供良好的建言，副總則適時地請單位主管們針對業務相關的議題予以回應或虛心接受。

溝通部分：Y世代同仁提出以專業經營公司網頁、對外強化核能議題溝通、對內事業部之走向瞭解及希望主管以鼓勵取代責罵，讓好情緒似蝴蝶效應擴散出去的建議。



制度部分：有強化跨系統調動、加班費應自主選擇、羅致人才條件、網路學院與時俱進、總處中午免刷卡制度歸於常態及強化各級人員對員工提案制度之意識。



黃蜀玉園長介紹策略行政系統園丁與宣傳同心園地

生活部分：有短期宿舍方案、總處午休時間延長、提升福利金運用彈性及多辦理活動凝聚團隊共識活動等。

其他部分：有改革事業部之效益釐清及網路學院列入績效評估造成工作負擔等。

毫無冷場的踴躍發言及副總與主管們適時輕鬆搞笑的回應，讓會場笑聲不斷，雖然有些議題，像加班費選擇、人力羅致條件等，受限於規定而無法於一時半刻解決，但在主管們誠懇的解釋下，Y世代同仁多表認同與接納，而部分議題，像主管以鼓勵取代責罵、網路學院與時俱進、短期員工宿舍方案、總處午休時間延長、多辦理凝聚向心力的團隊活動等，就得到主管將會研議改善之正向回應。

會中副總也請導師發表意見，導師提及希望Y世代同仁能共體時艱，而公司也應給予同仁適當承諾，讓同仁看得見未來，還有提醒人才是公司的，不應為單位留才而犧牲員工發展機會。也有導師感謝

人資處許處長泛舟幽默回應Y世代同仁

Y世代同仁任勞任怨的付出，值得導師學習，更讓氣氛相當溫馨。

尾聲

為了讓同仁們能認識同心園地，會中也安排園長介紹策略行政系統裡的各個園丁與志工夥伴們，園長除歡迎各位同仁多參與活動及適時找園丁吐露心聲外，也特別做了年度活動預告，並提醒同仁一年有八小時可以運用轉介外界特約服務的免費資源。

最後，李副總則針對各項議題，以其自身曾任職於台金公司，在荒山野嶺度過十個月，累積艱辛豐富的實力與經驗，對

於嗣後工作助益的親身經歷，綜合建議同仁保持謙虛肯學、勇於接受工作挑戰的態度，勉勵同仁一同向上向前，並提醒機會是留給準備好的同仁，讓同仁感受高階主管向上正面的能量與榜樣。而座談會就在正向、溫馨融洽的氣氛中圓滿落幕，也在副總的承諾下，一同期待下一次更活潑、更生動的座談會再次聚首。

想知道更多？

請至同心園地網頁 / 員工協助方案知識地圖 / 9. 參考資料下載，內容有包含會議紀錄、發言內容及意見調查表，歡迎下載參考！

總管理處

員工協助業務花絮

為使同仁了解公司經營改善及對社會溝通付出的努力，103.3.18 策略行政系統同心園地邀請李副總經理鴻洲主講「跨越 68 —— 看見台電的改變」專題，分享其所歷經的台電及面對社會的變局與挑戰，傳達公司所做的改變及努力成果，強化了在场同仁對公司的認同與向心力；該系統同心園地亦於 4.14 辦理 1-4 月份同仁慶生會，活動由「祝您生日快樂」拼字遊戲揭開序幕，現場更安排企劃處同仁們上台高歌熱舞，向壽星們表達生日祝福，氣氛活潑熱鬧，最特別的是董事長及身為壽星的李副總經理均親自出席參與，與同仁共度了溫馨快樂的時光。



為提升同仁人文素養及增進同仁間互動情感，水火力發電系統同心園地於 103.3.15 辦理「東區新舊建築衝突美感古蹟巡禮活動」，邀請擔任文化志工的退休同仁吳朝德老師導覽捷運信義線上及信義計劃區周圍的「四四南村」、「台北 101 大樓」及「松山菸廠文創園區」等景點，在吳老師幽默風趣的解說下，結合許多民俗傳說、俚語等先人智慧，從中亦瞭解各方對新舊建築並存，從相互敵視進而整合及包容，讓所有參與同仁及眷屬們聽得意猶未盡，均覺獲益良多並期待下次的知性之旅。





北區

員工協助業務花絮

為使同仁安心工作及提高工安意識，東部發電廠同心園地於103.3.20辦理基層同仁溝通座談會，並邀請該廠各組經理及承攬商一同參與，會中除叮嚀同仁確實遵守各項工安守則外，各組經理們亦分享自身經驗及案例，並提醒不可便宜行事造成遺憾，會中針對同仁提出的問題，共同討論及尋求解決之道，而同心園地園長亦介紹該廠員工協助方案及宣導轉介服務流程，期藉由辦理此次溝通座談會，凝聚同仁向心力，建構優質企業文化。



為促進世代間同仁相互瞭解及溝通，第一核能發電廠同心園地於103.4.9辦理「嬰兒潮 v.s Y 世代」專題演講，邀請核能後端營運處林處長德福主講，林處長以談話互動方式與同仁分享寶貴經驗，除分別講授嬰兒潮及 Y 世代同仁的工作特性、生活模式及價值觀之差異外，並闡述同仁在職場中的態度、其所具備的能力與受付任務三者的交互關係，並勉勵同仁要在工作中設定目標後，不斷地累積經驗、學習精進，藉此演講活動讓職場世代間同仁皆能多瞭解彼此，縮小世代間工作及生活上差異，化解歧見，營造溫馨關懷的職場工作環境。



為主動關懷新進同仁，花蓮區營業處同心園地於103.4.2辦理單位主管與新進人員溝通座談會，由蔡處長欽堂親自主持並安排各部門進行簡報說明工作概況，期望能讓新進同仁們及早適應新工作環境及熟悉業務，會中備有豐富茶點供享用，讓新進同仁們能在自然輕鬆的氛圍中表達想法，該處同心園地8位園丁亦向同仁自我介紹，並歡迎同仁如有任何問題都可以尋求同心園地協助，讓同仁均感受到單位主管及同心園地的用心與關懷之意。



為協助同仁瞭解自身壓力情形及主動關懷同仁，龍門核能發電廠同心園地分別於103.3.19及4.3辦理「高壓員工辨識與關懷」專題演講，邀請楊靜芬心理師到場與主管分享如何辨識高壓員工的徵兆，並主動關懷或轉介外界專業資源，楊心理師講述在三階段心理預防中，主管可利用察覺、詢問、傾聽及求援四步驟，多觀察注意同仁及伸出援手，協助高壓同仁減弱危險因子、增強保護因子，走出陰霾渡過難關，有同仁亦分享自身壓力經驗及如何走出低潮的人生故事，與會同仁表示會找尋適當紓壓方法、緩解身心壓力，並均覺獲益良多，不虛此行。





員工協助業務花絮

為因應員工老化問題及心血管疾病平均年齡逐漸年輕化趨勢，苗栗區營業處同心園地於 103.4.7 邀請大千醫院心臟內科林智偉醫師進行「代謝症候群及心血管疾病」專題演講，林醫師藉由豐富圖片及實際案例說明代謝症候群與腦血管疾病、心臟病、糖尿病、高血壓等疾病的密切關係及預防方法，並佐以心導管治療施行方式和相關案例宣導，讓同仁清楚瞭解心血管疾病處置與治療原則，把握疾病治療黃金時間。本次演講內容豐富實用，除增進同仁心血管健康保健知識與預防勝於治療的觀念，並讓同仁更加重視自主健康管理，同仁均覺獲益良多。



為紓解同仁工作壓力，凝聚同仁向心力，新桃供電區營運處同心園地於 103.3.20 舉辦慶生會活動，邀請壽星及同仁參加同樂，同仁參與踴躍。該處謝處長及同心園地園長先為壽星們獻上祝福，接著由參與慶生會的同仁合唱生日快樂歌慶祝，並讓壽星們許願、切蛋糕，與同仁分享慶生的喜悅，氣氛愉悅溫馨，讓同仁歡度一個歡樂的慶生會。而對於無法參加此次慶生會的壽星，園丁亦於活動後一一表達祝賀之意，讓壽星們均能感受到同心園地的關懷與祝福。



為傾聽同仁心聲，建立良好之溝通管道，雲林區營業處同心園地於 103.3.7 配合林內、古坑、荊桐、斗南、虎尾等服務所聯合工安會議，舉辦「基層同仁溝通座談會」，該處林處長於會中肯定同仁對工作之付出，提醒同仁要注意工安，遵循 SOP 施作以策安全；同時關心同仁在工作及生活上之問題，勉勵同仁如遇到瓶頸要秉持用心、細心、耐心處理，亦可尋求同心園地協助，適時紓壓，避免負面壓力影響身心健康。同心園地園長並藉此機會宣導員工協助方案，介紹同心園地網頁及轉介服務資源，讓同仁能進一步瞭解同心園地的服務內容及資源運用。



為照顧弱勢團體，落實關懷之經營理念，台中區營業處同心園地於 103.4.7 辦理探訪盲童致贈水果活動，由該處林處長代表致贈 80 箱楊桃予惠明盲童育幼院，該處同仁親切問候與關懷盲童，與盲童的互動過程中更是真情流露，場面溫馨感人。當日並由院方社工人員簡介及帶領該處同仁參觀育幼院環境，讓參加人員進一步瞭解盲童的特殊學習管道、生活方式及艱辛之成長過程。此次活動意義非凡，期能藉此將同仁溫暖的心意傳遞至院內師生的心中，讓同仁的愛心持續發揚。





南區

員工協助業務花絮

為增進員工及眷屬人文藝術氣息，培養音樂欣賞樂趣，高雄區營業處同心園地與福利會共同於 103.3.27 舉辦「103 年度音樂欣賞會」，由員眷以中西樂器演奏優美樂曲及安排曼妙的舞蹈表演，音樂會在主持人妙語如珠的帶動下，全場歡笑聲不斷，搭配會場溫馨的布置及豐盛美味的餐點，氣氛歡樂和諧。最後在該處黃處長及伴奏朱蒼德老師的帶領下，同心園地全體園丁合唱「感恩的心」感謝大家的熱情支持，並在大家合唱一曲「期待再相會」的動人歌聲中圓滿結束這場美妙的音樂饗宴。



為關懷同仁健康，嘉義區營業處同心園地與天主教聖馬爾定醫院及嘉義市政府衛生局合作辦理「躍動 103 嘉市大減噸活動」，活動期間自 103 年 4 月～10 月底，該處同心園地除鼓勵同仁踴躍參加，維持理想體重及促進健康，並於 4.9 舉辦「食品安全與健康減重飲食」健康講座，由聖馬爾定醫院賴柏宏營養師主講，賴營養師透過黑心食品事件的實際案例，提醒同仁重視餐飲安全與衛生管理，並介紹健康減重如何吃、BMI 值之計算方式、健康減重方法等，期能讓同仁養成健康飲食習慣，進而有效達成減重目標。



為紓解同仁工作壓力、鼓勵正當休閒娛樂，以及培養良好的藝術欣賞素養，台南區營業處同心園地結合福利會於 103.3.7～3.8 舉辦「婦女節旅遊暨畫展參觀知性之旅活動」，二天一夜的活動由參觀總管理處舉辦的畫展展開序幕，第一天安排木柵動物園之旅，與貓熊「圓仔」相見歡，看到許多可愛的動物，讓同仁均覺心情愉悅、有被療癒之感。第二天前往內洞瀑布享受森林浴，吸收豐沛的芬多精，並欣賞大自然的美景。此次活動除讓同仁與眷屬增進情感交流外，更讓同仁的工作壓力在旅程的歡樂中被釋放，身心靈獲得放鬆。



為促進同仁身心健康、紓解工作壓力，嘉南供電區營運處同心園地於 103.3.29 辦理大凍山登山健行活動，以低碳節能不破壞原始生態的方式親近山林，同仁參與踴躍。大凍山擁有非常豐富的森林資源，亦有流星崖、十八羅漢洞及明月窟等天然景觀，沿途風景秀麗，蟲鳴鳥叫聲此起彼落，同仁均覺身心放鬆、精神提振。此次登山健行活動讓同仁有更多機會交流互動，增進了彼此間的情誼，並讓同仁享受了一趟豐盛而充實的生態之旅，留下美好的回憶。





EAPs 新聞剪影

賀

102年度員工協助業務績優單位

文 / 本刊

同心園地以預防勝於治療的方式推動員工協助業務，協助同仁處理各項疑難問題。為加強員工協助業務之推行與貫徹，促進各單位兼任員工協助員服務觀念與作法之交流，及提升員工協助之服務品質，辦理員工協助業務績效評比作業。102年度員工協助業務績優單位評比結果出爐，在此對各單位員工協助員不求回報的熱忱服務與奉獻的精神，表達由衷的感謝與敬佩。

績優單位：

桃園區營業處
台北北區營業處
林口發電廠
第一核能發電廠
輸變電工程處北區施工處
新竹區營業處

台中發電廠
輸變電工程處中區施工處
屏東區營業處
輸變電工程處南區施工處
核能火力發電工程處南部施工處

進步獎單位：

台南區營業處
高雄區營業處
苗栗區營業處
第二核能發電廠

《同心園地雙月刊》第152期封面票選活動

感謝您熱情參與同心園地雙月刊封面票選活動，本次活動共計有847人參與，經隨機抽出17人，幸運得獎者名單如下：

南區施工處
北部施工處
萬松施工處
雲林區營業處
第三核能發電廠
青山施工處

鄭○偉
林○柳
陳○花
吳○青
黃○珊
林○德

龍門施工處
尖山發電廠
彰化區營業處
新事業開發室
電力修護處
通霄發電廠

張○昌
張○芳
王○央
李○真
黃○育
林○睿

通霄發電廠
供電處
高雄區營業處
電源開發處
綜合研究所

鄭○棋
齊○杰
張○○錫
葉○棟
黃○華

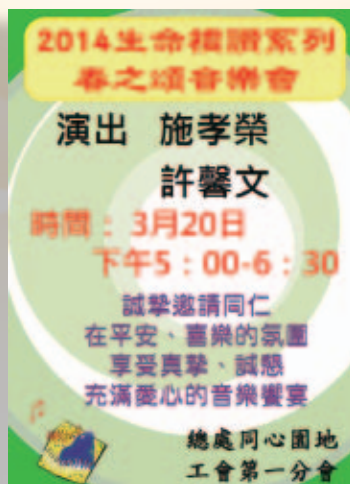


恭喜以上17位幸運得獎者，再次感謝熱情參與～



2014生命禮讚 春之頌音樂會

文・照片提供 / 簡宗森 電源開發處



103年3月20日下午秘書處樓管組同仁們忙著布置場地，準備螢幕、投影設備、筆電、架線等，另運來80張折疊椅，加上原大廳之28張沙發椅，總計安排108張座位。隨後，表演者——施孝榮、許馨文及工作人員共六人抵達，營建處、施工隊及開發處派員引導並協助搬運音響器材，架設音響等工作，於4時30分架設、試音完竣。

下午5時，音樂會準時開始，第一首歌為〈外婆的澎湖灣〉，正式唱歌前施孝

榮隨機邀請秘書處劉組長上台一起歡唱，炒熱整個大廳歡樂的氣氛。如同施孝榮開頭所講的，音樂會的目的乃在於與同仁一起同樂、一起歡唱；因為同仁平日上班忙碌、壓力也大、生活緊張，藉著下班這短短的時間，大家愉快地唱唱歌，能夠紓解壓力、解解悶、帶著愉快的心情回家吃晚飯，對於自己的身心、與家人的和諧關係都有幫助。

第二首歌為〈木棉道〉，施孝榮捨吉他改以烏克麗麗伴奏，並與在座同仁輪



唱，充分達到同樂的效果，他並笑稱今晚主題為「當民歌遇到烏克蘭麗麗」音樂會。除了簡單介紹烏克蘭麗麗外，也現場教導C及Am二個和絃。第三曲為〈忘了我是誰〉，開始的時候唱得很正常，快結束前竟逐漸接近且目不轉睛地對著坐在第一排的美女同仁，好像為她而唱，接著再大夢初醒的樣子說：「不可以這樣對著妳唱了，因為我老婆就坐在這裡。」逗得現場觀眾哄堂大笑，快樂指數破表。

特別來賓街頭藝人許馨文以〈你是我今生的回憶〉為配樂，加上兩位舞伴，在助理的協助下帶動現場所有同仁站起來舞動四肢，將煩惱搖出來，將疲憊抖下來的「樂活操」。接著許馨文以她生命的經歷，細數二十九歲時從服裝設計師罹患罕見眼疾，短短二年多的時間導致全盲，在



此視力漸衰之際，經歷了多少中西醫治療、民俗療法，尋求多少宗教的靈療；歷經人生的黑暗死蔭幽谷，重新站起來，並且找到愛的力量跟相信的力量之過程。聞者莫不動容，此情此境的她居然還能唱





歌、舞動青春帶給我們歡樂，像她這樣眼盲心不盲的人，對照當今社會中充斥著眼不盲心卻盲、忙、茫的人，實在讓我們內心震撼，並且曉得我們根本沒有悲傷或抱怨的權力。她以「接受所有 奉獻自己 聆聽需要 擁抱夢想」作為她快樂人生的努力目標。

接下來，在施孝榮與許馨文的搭配下，吹奏口琴並演唱〈歸入甜美的祢〉、及用烏克麗麗伴奏演唱〈聽我唱奇妙愛〉。除了音樂好聽外，相信透過許馨文人生歷練的現身說法，感動了在座的許多同仁。

而當施孝榮演唱〈讓我們看雲去〉時，與參加同仁輪唱互動頻頻，還邀請會計處女同仁上台合唱〈如果〉，整個會場既溫馨又熱鬧，快樂氣氛充滿一樓大廳，施孝榮除詢問該同仁對音樂會活動的感想，還虧上台同仁們為什麼唱歌的時候不帶點笑容？總是那麼的嚴肅。他還爆料自己不把今天當作嚴肅的音樂會，比較像這

種同樂性質的場合，可以跟觀眾互動顯得比較親近，帶給大家快樂、陽光、希望。

接著再用吉他和烏克麗麗兩種樂器演奏並演唱〈恰似你的溫柔〉，讓所有參加同仁好像回到盡情唱民歌的70年代。他更以中文及日文演唱〈頭一次的愛〉，並藉此曲回憶陪侍患病住院的父親，父子間相互教導學習這首歌甜蜜美好的回憶，令人稱羨與感動。

〈甲主作伙行〉是一首閩南語詩歌，說出他信仰道路上，蒙福的祕訣就是與所信的主同行。安可曲〈歸人沙城〉邀請發電處及電源開發處同仁上台助唱，今天的演唱會就在高亢悠揚的歌聲中圓滿落幕。

藉著美妙的歌聲、令人震懾感動的生命故事，聽著來賓述說她歷經人生的巔峰、黑暗的幽谷、進入光明燦爛的生活態度；看看視障者如何辛苦但快樂的帶來對生命的頌讚，讓我們經歷一場春雨的洗滌，去除了蒙在心眼的塵埃，重新喚醒沉寂在內心深處的心靈感動。



關懷，讓心靈更豐盛 分享，讓生命更成長

文／本刊

在今年「員工協助業務園長班」的課程中，安排了員工協助業務分享交流時間，園長們分享了關懷個案的歷程及回饋，如何以細膩的心察覺到同仁的需要、找出同仁問題隱藏的細節，如何以同理心關懷、傾聽及耐心陪伴，以及協助個案的過程所遭遇到的困難、心境調適及自我成長，園長們真情流露、至情至性的分享觸動了許多人的心。本刊特別邀請總管理處配售電系統同心園地吳瑤玲園長分享協助個案的歷程與心境。

關懷協助歷程

園長回憶多年前任職於服務所時（當時還未擔任園丁），部門內一位中年男性同仁甲君患有躁鬱症，並有嚴重的酗酒習慣。經園長深入瞭解，甲君喝酒的背景來自於以前在南部工地工作時養成的酗酒習慣，後來雖調至北部工作，但仍未戒酒。甲君的酗酒習慣也影響了家庭關係，家人對他有排斥害怕的心態，只要他一回到家，太太及兒女就會躲進房間裡，沒有人

願意理他；甲君到公司上班時常常滿身酒味，加上躁鬱症發作時有暴力傾向，曾經破壞同事的交通工具，因此同事對他亦有排斥心態，在公司人際關係差。

園長察覺到這樣的情形後，除了自己本身持續關懷與陪伴甲君外，並透過甲君的家人一起協助，主動找甲君的太太談，請其多關懷接納甲君，不要刻意避開、逃離他，藉由親情的力量讓甲君感受到溫暖，這段期間園長與甲君及其家人都建立了非常良好的信任關係。而在協助甲君的過程中，園長最害怕假日的來臨，因為只要一到假日，甲君沒有上班就會在家喝酒，常常喝完酒後隔天就無法上班，因此園長請其家人假日時多陪伴甲君走出戶外，請同事約甲君一起爬山、打球、泡茶，減少他喝酒的機會。而在與甲君互動相處時，園長發現他對茶道和植栽都很有興趣，因此鼓勵他去種花，有時候下班時間也捲起褲管陪他一起整理花園，讓他找到生活重心獲得成就感；甲君喜歡茶道，



園長就找同事下班時間陪他聊茶經，到後來甲君逐漸恢復工作能力，工作績效亦能有效發揮出來。

另一方面，甲君因患有躁鬱症而嚴重影響了他的生活及人際關係，因此園長每天上班時都會主動叮嚀他要吃藥，並請甲君太太隨時注意他的服藥情形，務必要讓他按時吃藥。而甲君躁鬱症發作時常會想找人說話，下班時間會亂打電話給同事，同事只要看到他的來電，就會馬上關機或掛掉電話，後來園長一一拜託幾位同事耐心接聽，不要馬上掛掉他的電話，接到他的電話不用陪他講太久，陪他講一分鐘就好，因為在這一分鐘的過程中，會讓甲君感受到被接受、被關心，希望藉由同事間的關懷情誼溫暖甲君的心。

園長亦提及在協助甲君的過程中，印象最深刻的一件事就是陪著他去戒酒中心，園長說：「當他要踏進戒酒中心大門時，他抓著我，全身發抖，流下兩行眼淚跟我說：『我可不可以不要進去，在裡面非常痛苦。』我告訴他：『我知道很痛苦，但是你一定要走進去，我會陪著你走進去。』」後來園長勾著他的手走進戒酒中心，一直在旁邊陪伴他，而甲君在熬過了這段痛苦的時間後，狀況就改善很多。

分享，傳遞正面能量

園長帶著遺憾的口吻說：「可惜我沒能讓他堅持戒酒下去。」因工作輪調之緣故，園長調離該服務所，距離與公忙讓園長分身乏術無法持續關懷甲君，在失去陪伴下，甲君又故態復萌，酗酒起來，最

後因肝硬化而離世，讓園長感到相當難過、不捨與自責，但園長也從關懷甲君的歷程中，獲得許多啟發與成長。園長表示協助甲君並非靠自己一人的力量就能獨力完成，而是要激發同仁的同理心，結合眾人的力量（包括家人、長官及同事等）一起來協助，建立支持系統，更能發揮效果，這是很關鍵的因素。另一方面，要讓甲君生活找到重心，投其所好，有時可陪伴他一起做他有興趣的事；而當甲君工作表現較好時，請長官多當面給予肯定，激發其潛能，並時常關心鼓勵，讓他持續進步。最重要的是要持續協助他戒酒及服用抗躁鬱症藥物，並追蹤效果，透過這些方式協助甲君面對及承擔自己的生命課題。園長更自省，當初應將這些經驗與經歷傳承分享下去，或許可改變這個結局。但如同董事長曾分享語句：「能讓人生命燦爛過，這樣就足夠了。」帶著這個用生命換來的經驗與啟示，園長說：「有能力幫助別人是一件快樂的事。」園長也因這樣的機緣加入同心園地，體會到助人與生命成長的快樂，並將無私的服務熱忱持續在公司內散播。🍵

編輯小語：

採訪中，感受到園長散發的光輝與能量，期能藉由這樣真誠如實的分享帶來正面的能量，將分享的連漪效應傳遞至同仁心中，讓彼此的生命因而更加豐盛美好。

如何分享？

請參考 151 期董事長聊天室〈談分享〉一文。





分享與感恩

——員工協助業務訓練課程心得回饋

照片提供 / 本刊



攝影 / 陳金菊 嘉義區營業處

103年度員工協助進階班訓練課程，以「職場主動關懷及人際分享協助方案」為主軸，安排主動助人技巧認識與練習及主動助人歷程演練與人際分享系列課程，以工作坊型式讓園丁們透過實際案例演練，習得同理心的應用，另亦針對員工協助個案進行分組演練討論，期能增進園丁們員工協助業務推動的相關技能，以利員工協助方案之推動，以下為園丁們參訓後之心得分享與回饋。

文 / 邱錦坤 基隆區營業處

天靈地靈的貼心輔導員吉玲玲，非常光彩熱情的介紹即將完工的所內公共藝術—「聽見彩虹的故鄉」，我立刻聯想了訓練課程。彩虹，怎麼可以用聽的呢？彩虹，不是用看的嗎？

不，只要你用心就看得得到；要抬頭才能看得得到？

不，低頭也看得得到，只要你張開眼，它，映在水面，一樣七彩耀眼。

彩虹，賽德克·巴萊的祖靈的所在，

新店溪水源七彩魚群的家鄉，訓練所學員思念迴游的地方。許處長泛舟在課堂上說，接人資處長的前幾天，這裡出現彩虹，同仁說有大事情要發生。

果不其然，訓練所馬上成了他「聽見彩虹的故鄉」。學員不斷地回到訓練所受訓，就如同魚兒回到孵化的上游，是溫暖親切的地方，是可以聽見彩虹的故鄉。相信，未來會有更多的事蹟，綿延傳誦「聽見彩虹的故鄉」的光榮。



上培訓班的時候，黃智儀老師花很多的時間，把重點放在「傾聽」。這次參加進階班，李麗慧老師把焦點集中在「同理心」。傾聽、同理心，學問大、細節多，不容易學，做起來更難。同心園地及員工協助員，大部分被定位在辦活動，及協助「有問題的同仁」。後者多數是一時的，拉不起來，還要拉嗎？救不起來，還要救嗎？是的，一定要，要想辦法讓每一個人看到彩虹。用更堅定的信念，不放棄任何一絲希望，他們就有機會看到、聽見光亮、耀眼、正向、希望、永恆的彩虹。

將來，遇到個案的時候，腦中能閃過兩位老師上課的場景，有一絲絲的話絮、舉止，能夠投射上來，讓他們看見、聽見彩虹，那就萬幸了！



文 / 林琦峪 龍門核能發電廠

感謝人資處安排此次員工協助員課程，讓我能有時間停下腳步真誠面對自己，觀察自己的言行舉止，反省自己，使我個人收穫最多感受也最多。

感謝生命中的貴人

回想兩年前還懵懵懂懂搞不清楚狀況時，有種好想幫助別人的熱誠與衝勁，但是經歷過這一次電廠自殺案例衝擊，讓我感到自責與沮喪並有種無力感，發現自己的渺小與無助，雖然常常跟自己說已經努力了，但是還是後悔當初未能觀察與運用更多資源介入。這一次的課程中，讓我了解必須先判別對象的立即性，如：協助自殺未遂或有生命危險的個案，園丁做自己能做的，並尋求其他資源介入，主動出擊而不能僅等待對方準備好或是求救時才介入。現在的我感謝此次事件讓我不斷地思考與誠實面對自己的感覺。

天使為什麼會飛？是因為天使將自己看得很輕。

生活中，常常會因為自己喜好，主觀意識而忽略對方的想法。如：我是一位非常討厭菸味的人，父親是一位老菸槍，常常跟我說他人生難得有個嗜好為何要剝奪他的嗜好呢？但是對我來說，菸味已經影響了我的情緒並讓我非常擔心我父親的身體狀況。課堂中讓我了解，是因為我未能以同理心體會父親的想法，所以我們倆常常因為香菸事件而發生衝突。

這一次的課程讓我試著放下原本的主觀意識，同理心的練習，剛開始只記得如何運用老師的上課技巧：你覺得（情緒）……，因為（事件 / 情境）……。所以常常有一種腦袋瓜找到對方情緒後套入老師的公式裡。但是案例循序漸進演練中，從一種情緒到一次五種情緒時，發現頭腦



林欽益老師透過遊戲，讓園丁感受相互協助及轉念的神奇魔力。

快爆炸了，完全記不住也無法思考了。最後我嘗試將腦袋放空，我已經沒有了自己，心中只有對方，體會對方情緒，放下原本的主觀意識，真心的專注於當事人，體會他的情緒與處境，並真誠的面對自己，發自內心說出想說的話來，發現同理心簡單了許多，原來沒有想像中的困難。

隨時充實自己做好準備

助人是需要準備好的，清楚了解助人的角色，如果還沒有準備好時，千萬別

衝動的助人；當面對不認同個案的想法或是行為時，自己需自我察覺，尋求其他園丁或是資源協助，真誠面對自己感受，就如同佛家常說，佛度有緣人。因為可能這樣的不真誠面對個案與用字遣詞不恰當，不是助人而是害人，破壞原本所建立的關係，讓對方情緒更負面。同時也須注意不必要的誤會，自己要堅定立場，避免導致個案愛上自己，使自己陷入一種危險的處境當中。

當遇到對方還不想聽我們說話或是分享經驗時，該把話吞到肚子去時就該吞進去，而不是不敢面對雙方的沉默。直到個案準備好接納時，才能給予適當建議或是經驗分享。感謝此課程，讓我更清楚了解在這個助人的工作中，我不是孤軍奮戰，而是背後還有一群園丁與龐大的資源可以運用，常常停下腳步面對一下自己，清楚了解自己是否能夠承受個案之情緒，做我們可以做的。希望藉由不斷的自省，自我成長，期許自己隨時做好迎接個案的準備，並協助與陪伴個案度過難關。 

文 / 嚴瑞智 青山施工處

感謝公司安排這樣的課程讓自己在學習上又有新的收穫，其實來上課心裡也是很矛盾的，因為自己個性的問題，喜歡聽但又怕上台練習，不過最後還是硬著頭皮來上課了，因為知道這門課程對自己來說有很大的助益，不只是擔任園丁的角色需要學習相關技巧，最大受益的更是有自己在心靈上的成長，對於自己在工作及家庭上都會有所助益。俗話說家家有本難唸的經，透過同理心的感受相信是可以讓

自己不再一直以自己的本位來對話，是可以讓自己先退一步來傾聽對方心理的想法和需求，而不是一味的自以為是，最後就是各說各的、各有各的想法和理由而無法達到共識，而以爭執、大聲吵鬧收場。

李麗慧老師在課堂中，講解了同理心的觀念，並讓我們上台練習同理心的用詞，然後將對方感受說出來，再到如何協助其將心裡的話說出來，並能透過相關資源來幫助自己走出困境，過程真是很緊



張，不過有時同學們的逗趣倒也將緊張氣氛減少許多，讓大家在緊張又哈哈大笑中渡過了麗慧老師的課程，但在整個學習過程中透過老師的講解和演練，心中倒是浮出一句話也是一本經典的名稱「心經」，全名為「摩訶般若波羅蜜多心經」，以白話來說就是「廣大妙智慧從此岸到彼岸一條心的路徑」，也覺得在心裡上的體認可以用這一句話來貫穿老師上課的內容。

經典上的解讀大約如此：「摩訶」是大，心量廣大，猶如虛空，自性能含萬法是大，萬法在諸人性中。若見一切人惡之與善，盡皆不取不捨，亦不染著，心如虛空名之為大，故約「摩訶」。想想人人會痛苦就是心有所執著了，不能自己化掉，有的更甚是鑽牛角尖，結果就是讓自己更痛苦了，每個人的心若是能愈來愈大如虛空一樣沒有罣礙、執著，就不會那麼痛苦了。就園丁的角色而言，也是要學習心量如虛空，心中對於個案不能有個人的主觀意見、也不能有是非善的判斷，要完全站在對方的感受上來面對個案，所以學習摩訶讓自己心量廣大，如同老師說的「天使為什麼會飛，是因為將自己看得很輕」，在處理個案的過程中也不要將自己的能力看得太大能處理好個案，因為園丁的角色是希望透資源能讓個案自己尋找到出口、自己走出來，才是真正提供協助。

能將自己心放空、沒有太多自我時，也才能真正傾聽到個案的話語、想說的、想表達、以及心中的苦及其需要，這樣才能真正站在同理心來感受他的愁與苦吧，而當將自己心空出來時聽到對方的想法，心空、心靜時也才有機會針對其需求想出可以幫助的方法和資源來協助個案。也就



李麗慧老師扮演苦主，讓園丁進行同理心及主動關懷演練。

能試著突破讓個案能從痛苦的心境回復到心靜的地步，也就是從此岸到彼岸了，而這一切的過程就如同經名一樣，心的執著需要心藥醫，我們不是個案，有些也不是我們所能給予的，但能幫忙的就是藉相關的資源給予引導，協助其走出心中的陰影，找出人生中已為其開啓的其中一扇窗，故心是一切痛苦執著的來源，經云：「若無一切心，何需一切法」，打開心內的窗是大家一起來學習的。

因此在聽課的過程中，也是一直反覆唸著這一句話，在自己心中起了許多漣漪，心中的執著造就了這一切的「善惡」、「喜怒哀樂」與「悲歡離合」，而這些都充斥在每個人的生活周遭，但有些人可以過得很快樂，有些人卻是看不開，有些人只需要一段時間，有些人卻鬱鬱寡歡一生等等，端在於一心而已吧！學習摩訶相信可以讓自己更釋懷些，畢竟日子總是要過下去的，所以在上課的過程也是讓自己重新檢視自己「心的執著」，讓自己不要一直拘泥過去，退一步原來是向前走，退一步想就能海闊天空。

很高興能來上這樣的課，希望自己也能力幫助別人。☺



輔

導

案

例

苦樂留言板



編輯先生：您好！

我是剛進公司不到一年的Y世代，面對大量的工作，及每天必須跟直屬主管相處及溝通，心裡真的感到很疲憊、很厭煩……

分發後的前三個月我在機組現場實習，甫進入現在的工作崗位，即被主管指派了大量的工作，而我的主管，同時也是我的導師，屬於急性子又事事要求完美的人，而我做事雖然比較慢，但是並不拖延，對於主管的要求我也大多會盡力達成。我的個性會希望把事情瞭解透徹後，再做決定或辦理，但很多時候業務內容根本還來不及了解，主管就不停地催促我交出工作成果，記得有幾次沒有達到他要求的水準，便對我惡言相向；再加上課內沒有主辦專員，說實在的，我承受的壓力非常大，而且心中常會不停浮現「公司推行導師制度，不就是想藉由導師一步一步地將工作內容及技術等經驗傳承給新進人員嗎？」、「我能體會主管也有他的工作壓力，但是為什麼要用口出惡言的方式表達？」、「我才二職等，薪水那麼少，為什麼我要做到主辦的業務？」、「我是不是不適合這個工作，該找誰幫忙我輪調？還是離職算了？」這些疑問……

我曾請主管稍微調整我的工作量及完成期限，也與他溝通過主管與下屬間的相處態度，但他仍用同樣的方式對待我，心裡真的感到很鬱悶、很不開心，每天上班與他相處都變成揮之不去的噩夢……請各位園丁告訴我該如何調整心態及處事方式，來面對及處理所遭遇的工作壓力及溝通困境呢？還是我其實不適合這個組織，離開才是正確的選擇？很多人跟我說，想要輪調一定要透過關說？是這樣嗎？沒有別的更好的方式或管道嗎？我真的很困擾，希望你們能幫幫我！

一個鬱悶的新進人員 敬上





一個鬱悶的新進人員：你好！

從你的來信可以體會到一位台電新鮮人初入職場的掙扎心情，乍然面對部門內繁雜的業務以及限時完成工作的壓力，再加上與上司的理念不同，的確可能會讓尚無足夠處理經驗的新同仁心生畏懼甚至臨場退縮。本廠員工協助員集合眾人的工作經驗與心得，提出以下的建議供參考：

- 一、**持續嘗試與你的主管溝通**：顯然主管的作為與你的期待有落差，是讓你產生職場心結的主要原因，誠所謂「解鈴還須繫鈴人」，建議可試著利用會議、工作簡報或是公餘閒談等時機，向主管逐步地、反覆地傳達你的想法與建議。但切記要掌握適當的態度及語氣，對事不對人，並且尊重主管的職權。
- 二、**學習將壓力轉換為成長動力**：相信你在這幾個月的工作磨練下，已經體會出職場生活與過去習慣的居家或是校園生活有很大差異，尤其是壓力的強度與複雜度方面。我們不能指望遇到的主管，都像教育家一般，有耐心及技巧教導我們成長，或是覺得現職太辛苦，就能換個輕鬆的職缺來做，我們可運用這些不利的因素來「調整」自己「職場化」的速度，進而培養在職場上生存的能力。
- 三、**不要輕易想著離開團隊**：不要想著做不順就放棄，每個團隊都有自己的優點及問題，利用脫隊的方式來回應現有團隊的缺點問題，是比較不智的做法，如果心中隨時存有脫隊的想法，反而會加強對問題所衍生的不滿情緒及逃避心態，同時也降低學習成長的動力，讓問題遲遲無法解決，造成惡性循環，讓自己及團隊都受到傷害，就算換到別的工作環境也許還是有類似的問題。你現在正屬學習能力最強的階段，又適逢公司即將面臨退休潮，或許主管是想讓你盡快熟悉工作後，便有機會爭取如主辦等更好的職缺，而造成你工作上的壓力，但如將眼光放遠些，卻也不啻為讓你提早做好準備。再者，雖然目前遇到一位不適應的主管，但總是有調動的機會，所以絕對不要因為一時的挫折而放棄了一份好工作。

以上建議提供給你參考，由衷的希望你能提昇自己的逆境商數(AQ)，能以彈性面對逆境，積極樂觀接受困難的挑戰，不屈不撓愈挫愈勇，穩固好自己的職場規劃，終能表現卓越！相信台電必然可以做為你安身立命與成家立業的終身夥伴，以「正面思考」來面對職場上的橫逆，日後回顧來時路，會發現原來今日認為的大問題，只是人生道路上的一顆小石頭而已，改變自己，面對未來，祝你工作順利迎向成功！

第二核能發電廠同心園地全體園丁 敬上





一個鬱悶的新進人員：你好！

看到你的來信，知道你是一個願意學習也試圖解決與主管溝通問題的員工。新進人員新到任時必然會有許多人事物需要磨合，以下就你所遭遇的問題提出幾項建議，希望對你有所幫助：

一、工作壓力過大問題：

- 提升工作效率：公司導師制度推行立意良善，但仍有賴於新進員工努力學習，倘若能讓自己加速瞭解業務內容，不要老是被工作追著跑，工作自然順利，相對壓力也會減少。建議你可先將自己的問題寫下來，適時向資深同仁或主管請益，工作之餘也可進修學習相關的技能知識，有助於提升自己的能力，進而達成主管交辦的工作。
- 心態調整：新進人員需要學習的東西本來就會比較多，千萬不要讓「錢少事多」這樣的負面想法所影響，讓自己心理不平衡、在工作時的不滿提升；倘能轉念思考，甚至盡己所能協助同事處理事情，營造職場上的良性互動，也是幫助你提升工作效率，減輕工作壓力的好方法。
- 轉移注意力：當一個人每天面對一場如惡夢的工作或主管時，確實很不好受。適時培養興趣及養成運動的習慣都能避免讓自己沉溺於不快樂的情境當中，學習找到一個工作以外的出口，藉由適當的管道放鬆自己，都可以給你動力再迎接各種挑戰。

二、與主管溝通問題：

- 聆聽：溝通的障礙有時是因為沒有聽懂或不當的反應造成的，若你覺得對方不是一位好溝通的人，你可以先學習成為一位好的聆聽者，先聽懂對方講的內容，才不會做出錯誤的反應。你的主管是一個急性子又要求完美的人，想必他在陳述事情上也會很急迫，與你期待一步一步將工作傳承給你的想法有落差，甚至出現口出惡言的情形。建議你可以就人、事、時、地、物各方面，在他交辦你工作的過程中聆聽並詳細詢問，再將所教導的處理步驟寫下來，思考後就不瞭解的地方向主管詢問並提出自己的困難，不要在不瞭解的時候做錯誤的回應，溝通才會有「好的開始」。
- 信任：與主管建立互信關係也有助於良好的溝通及相處，不同的主管有不同的領導方式，可先觀察主管的作風，試著學習站在主管的角度想，拉近彼此間的關係。
- 尋求第三方協助：如果透過自己態度或行為的轉變仍然無效，也可透過單位同心園地或與主管較好的朋友及資深同仁幫忙表達你的想法。正所謂「當局者迷」，有時透過第三者「客觀的陳述」，比較容易解開問題的癥結。

「輪調」、「離職」並非解決問題的根本方法，如何在工作中學習成長、發揮所長才是最重要的，祝福你早日渡過工作上的瓶頸。

大甲溪發電廠同心園地全體園丁 敬上





一個鬱悶的新進人員：你好！

從來信中知悉你目前面對工作所感受到種種的不如意，對於剛進公司不到一年的你造成了極大的衝擊，我們可以理解你渴望改變的心境，本處員工協助員經研討後提出下列看法供參考，希望對你有所助益。

- 一、**調適與轉換心情**：所有的工作都有壓力，責任感愈強烈的人感受的壓力就愈強，從來信中可知你是個極有責任感的人，因為「在乎」所以極盡所能去尋求「圓滿」，但在面對壓力時，如果能提醒自己以「接受它」代替「忍受它」將更能調適失衡的情緒。每天面臨的環境大多是自己不能主宰決定的，與其感到挫敗，倒不如轉換一下出發點，以愉快積極的心情接受新挑戰，積極地面對困難，有時反倒較能享受完成工作時帶來的成就感。
- 二、**善用備忘的工具**：把被交代的、繁瑣的事項一一條列，就算被臨時插入緊急的工作，也不致打亂原有的條理，更可以據以和主管商量手頭上的任務是否已經超出負荷，可否交由其他人協助完成；相信即便無法轉由其他同仁接手，至少在進度稍有延誤時也不致遭受太多責難。
- 三、**與主管理性溝通**：剛到一個新的工作單位，如何與主管建立融洽的關係是非常重要的課題。試著溫和地與主管溝通，或許也可以用立場互換的角度體諒對方，例如：或許他工作壓力也很大，迫切需要我的協助。如此一來，能讓主管感受到你的認真與誠懇，而主管也體認到你的投入，很多情緒就能因此放下，共同在工作上打拚創造雙贏。
- 四、**培養積極樂觀正面的人生觀**：工作上遭遇的瓶頸並非都是令人沮喪的，凡事試著朝「好」的方向去思考，以積極參與的處事態度面對遭逢的問題，當受到主管責備，先告訴自己發現問題是為了下一步走得更臻完美；自我檢討有否過錯，過則勿憚改，勇於承擔讓自己更成熟，相信久而久之自然可以獲得主管的信賴與認同。在生活中無論工作或與人相處，都容易受到負面思考的影響，但唯有積極正面的力量，才能產生動力迎向更美好的未來。
- 五、**調整心態，不要求「事事圓滿、人人完美」**：身為一個基層人員，工作只要按部就班，原則上業務即能順利運行，問心無愧，毋需給自己過多要求完美的壓力。我們較不主張藉由輪調或關說而逃避問題，相反地，遇逆境時要想辦法克服、提升適應環境能力，才是增長你人生智慧的應有作為。

你還很年輕，還有極為光明的未來可期待，考上台電其實並不容易，請別輕言放棄而辭職，就算在其它的職場也會有類似的問題需要你克服與適應，加油！

屏東區營業處同心園地全體園丁 敬上

主管與部屬間的相處溝通是職場上許多人會面臨到的問題，尤其不同世代的同仁因生長背景與價值觀大不相同，相處過程中容易因認知差異及對彼此的期待有所落差，產生誤會與衝突；此時，有賴雙方積極透過對話交流及建立雙向溝通管道，方能營造良好的互動與信任關係。本案援例刊登三篇，另將總處策略行政、核能發電系統同心園地：基隆、桃園、台南、鳳山、新營區營業處；大潭、大觀、通霄、興達發電廠；青山、北區及中區施工處；台中、高屏供電區營運處單位園丁之建言提供給這位新進人員參考，期能協助他處理所遭遇的工作壓力及溝通困境，找到對工作的熱情與動力，開創美好人生。

※ 註：以上單位所提供之輔導內容亦可於本公司同心園地網頁 / 雙月刊 / 苦樂留言板案例輔導項下瀏覽參閱。





集眾葉成一葉

文 / 楊曉菁 基隆區營業處

今年本處有位優秀的園丁至總處工作，於是園長打電話詢問我是否有意願加入同心園地的行列，一開始聽到這個問題，心裡其實很惶恐，直覺自己不能勝任，在我的心裡認為園長園丁們都是一群閱歷豐富的人，待人總是滿懷關心，再掂掂自己的斤兩，不禁懷疑自己，我行嗎？但園長的一席話，鼓勵我決定試試看，沒有人天生就會做某些事，這是一個很好的機會！

第一次的同心園地開會，我覺得相當輕鬆自在，每個人都談笑自如，大家一起規劃今年的行程及計畫要做的事。對我來說這是個特別的經驗，進公司以來，我一直都只是盡本分的做好自己的工作，但這樣參與規劃，構思如何為同仁舉辦活動，倒是第一次，也讓我感覺公司不只是上班工作的地方，多了更多溫暖。雖然，我還不知道同仁們想要的是什麼？需要的是什麼？但我相信「善」是一個好的出發點，只要我們一直朝著這個往前，我們就可以一直持續散發「光」與「熱」！

這就像我最近陪孩子看的一部電影——「森林戰士」，改編自暢銷童書《The Leaf Men and the Brave Good Bugs》（樹葉人與勇敢的小蟲），故事以森林深處作為舞台，敘述一個長久以來就存在於身邊的戰爭：正義的一方誓言保護自然，但邪惡的另一方卻處心積慮地想要摧毀大地之母。當一名天真的少女無意中進入了這個小世界，她發現必須使用智慧結合這群地底英雄的力量，加上他們各自擁有的可愛詼諧天性，才能拯救眾人所居住的美麗家園。我們的身邊有許多需要去保護的事物，只憑個人的力量是不夠的，如同電影中面對邪惡魁根族大軍來襲，樹葉人戰士「集眾葉成一葉」，挺身對抗，拯救並維護眾人的生活。

在同心園地裡，每個人都是重要的，這幾百片葉子在一起，相信我們這許多的眾葉集成一葉，定能讓園地更豐富更茁壯，誠如影片中所說：「沒有人是孤獨的！」因為我們都是同心園地的一份子！

同仁對調 服務信箱



年齡：◇30歲以下 ◎31-40歲 ◆41-50歲 ●51歲以上

編號	年齡	現在服務單位 / 職位名稱	調區	學歷
1095	◎	卓蘭發電廠 / 事務管理員	台中區營業處、台中供電區營運處、台中發電廠	碩士
1096	◎	台中發電廠 / 機電值班專員	卓蘭發電廠、大甲溪發電廠	大學
1097	◎	業務處 / 一般節能員	澎湖地區	大學
1098	◎	台北北區營業處 / 業務專員	高雄區營業處、鳳山區營業處	大學
1099	◎	台北供電區營運處 / 策劃專員	高屏供電區營運處、嘉南供電區營運處	碩士
1100	◎	新竹區營業處 / 電算專員	台北地區	碩士
1101	◇	第三核能發電廠 / 機電運轉專員	台中、彰化地區	碩士
1102	◇	輸變電工程處 / 資訊策劃專員	鳳山區營業處、高雄各區營業處、高屏供電區營運處、高雄地區	大學
1103	◎	核能後端營運處 / 勞工安全衛生管理員	台中、彰化、南投地區	大學
1104	◇	材料處 / 機械材料工程專員	台中區營業處、台中供電區營運處、台中其他單位	碩士
1105	◎	電力修護處 / 機械工程師	台中發電廠	碩士

本信箱為求慎重起見，同仁來函均按密件程序處理，個人需保密資料不會刊登，如有適合對調者將分別另行通知，有需要本信箱服務者請與人力資源處員工關係組聯繫，若已調動或改變調動意願者，請來電或來信通知取消刊登。

備註：

- ※ 同仁對調信箱僅係提供同仁對調資訊分享的平台，期能使有對調意願的同仁得互相聯繫，且仍須循行政體系與調動之必要行政程序及規定辦理，而為契合單位人力運用需求，各單位對申請調動（調出或調入）案件具有裁量權。
- ※ 編號 1094 以前之資料及「同仁對調信箱刊登申請表」可逕至本公司內部網站：人力資源處／同心園地／服務資訊／同仁對調信箱查詢及下載。

心靈補給站

人力資源處為同心園地購置以下
5片DVD及5本新書，請同仁向
貴單位同心園地借閱。



《追風箏的孩子》

導演 / 馬克福斯特

演員 / 卡里德·阿布達拉、澤克利亞·易卜拉辛

本片改編自同名小說，講述一個關於友情、家庭、悲慘錯誤及補償之愛的感人故事。在一個戰爭即將爆發的分裂國家，男主角阿米爾與僕人哈山是最好的朋友，然而，因背叛朋友的行為造成彼此間莫大的傷害，這個過錯在男主角心中產生如史詩般的贖罪意念，事隔二十年後，他仍不顧危險地從美國回到受控於塔利班政權的家鄉阿富汗，把握最後機會做出彌補。



《永生樹》

導演 / 泰倫斯馬力克

演員 / 布萊德彼特、西恩潘、瓊安娜葛茵

本片描述1950年代出生自美國中西部家庭的男主角，自小在兩種不同且相衝突的教育方式下成長，慈愛的母親教導他依循愛與恩慈的道路，嚴厲的父親卻要他學會振作堅強，他不斷地試圖在父母相矛盾的人生指引中尋求平衡，長大後卻發現自己感到迷惘，而試圖在尋找生命起源、人生意義及信仰的過程中找到屬於自己的答案。

(本片於 p.45 ~ 49 人文采風 / 電影人生專欄中有詳細介紹。)



《特務風雲》

導演 / 勞勃狄尼洛

演員 / 麥特戴蒙、安潔麗娜裘莉、勞勃狄尼洛等

本片透過特務男主角艾德華威爾遜的雙眼，講述全球最大情報組織——美國中央情報局（CIA）的創立過程。男主角大學時加入神秘政治社團骷髏會，並在第二次大戰成為諜報人員，歷經了冷戰時期美蘇之間種種角力的過程；為了工作，他犧牲家庭、自我與一切，這份工作的代價遠出乎他最初的想像，亦揭露了諜報人員不為人知的機密和醜陋故事。



《荷頓奇遇記》

導演 / Jimmy Hayward、Steve Martino

配音 / 金凱瑞、史提夫卡爾、塞斯羅根

本片改編自同名圖文書，描述名為荷頓的可愛小象，在一粒小灰塵中聽到「幾乎聽不到」的求救聲，荷頓相信小灰塵中有生命存在，他帶著這粒小灰塵四處尋找救援，其他動物都認為荷頓有幻想症！無畏大家的冷嘲熱諷與重重阻礙，荷頓決定幫助活在小灰塵中的人，渡過難關。



《亂世佳人》

導演 / 維克托·弗萊明、喬治·丘克、山姆·伍德

演員 / 克拉克·蓋博、費雯麗

本片由著名小說《飄》改編而來，描述在波瀾壯闊時代背景下，一段纏綿悱惻的愛情故事，出身美國南方地主家庭，好強、任性又漂亮的女主角糾纏在幾個男人之間的愛恨情仇，而正值局勢混亂的南北戰爭爆發，她在經歷了三次失敗的婚姻後，最終還是找不回唯一關愛她的男人，亦生動刻劃出當時社會及人們在情感選擇、生活態度、思想觀念上的重大變遷。



《生存之道：對人而言最重要的事》

作者 / 稻盛和夫 出版社 / 天下雜誌

本書闡述作者對於人生、工作的詮釋與想法，並提點做人處世的原理原則，他認為人生的目的在於磨練自己的靈魂、提升自我，而磨練心志的最佳途徑便是專注地工作。此外，亦提及人生與經營的智慧，如「夢想愈多、人生愈能大幅飛躍」、「經常內在反省、勿忘磨練人格」、「企業收益只是寄放，要貢獻給社會」等人生智慧結晶。



《人生的禮物：10個董事長教你逆境再起的力量》

作者 / 大家健康雜誌採訪整理 出版社 / 大家健康雜誌

本書集結十個知名企業領導人，如王品集團董事長戴勝益、美吾華懷特生技集團董事長李成家、台達電子董事長海英俊等人，對生活的想法、對工作的思維及對企業的領導與管理的獨到見解，「任何逆境與挫折，都是人生的最好禮物。」期藉由閱讀每個名人所遭遇的不同困境、挑戰與挫折，學習解決問題的方法，能帶給同仁視野上的啟發，豐富生命及人文涵養。



《北極星與牧羊犬的對話》

作者 / 李嵩賢 出版社 / 久石文化

本書作者勉勵初出茅廬的新世代人類應勇敢走出安樂窩，思考自己的優弱勢，培養自信與毅力；面對職場的挑戰，修練自己以北極星為指針，以牧羊犬為典範，才能往成功邁進；讓天賦自由之前，先讓自己生活規律並平衡工作與家庭生活，更應心存感恩，幸福感才能油然而生，並能找到幸福的自己，步向康莊大道。



《人生的收穫》

作者 / 曾野綾子 譯者 / 姚巧梅 出版社 / 天下雜誌

本書作者認為「生活中小小的體悟與感動，也可以是生命中大大的收穫。」她以冷靜、恬淡的筆觸，以散文形式細細描寫生活中的所見所聞以及反思，如「『想做的事，一定要做到』，是一種傲慢」、「人生要『繞遠路』，才有趣」、「食物若沒吃對，頭腦會變糟」等等，分享從另個角度欣賞世界與人世的機會，引導同仁思考並領受自我人生的收穫。



《九成疾病可以自癒：如何與壓力打交道篇》

作者 / 岡本裕 出版社 / 天下雜誌

本書講述各種壓力與疾病的生成原因，及如何藉由減壓、平衡自律神經的方法，來減少心理和生理的負擔，降低疾病發生的機率，並訪問健康長壽者的養生秘訣，如「不暴飲暴食」、「按照規律的節奏生活」、「夜晚熟睡」等方法，努力地「避免累積壓力」，亦講解保持自律神經平衡的小撇步，期藉由閱讀本書能讓同仁學習與壓力打交道，讓身體更健康。



BOOK

新婚小語

文・照片提供 / 李宗穎 電力修護處南部分處
李元瑜 人力資源處

從朋友 情人 到夫妻
我們一起經歷了許多喜悲
這一路上互相包容與關懷
只希望有天能不再分開
親愛的，謝謝你的改變及付出
我們對彼此的真與誠
就是這場一輩子的約會裡最真實的浪漫



友情園地



姓名：余沂蓁
性別：女
服務單位：人力資源處
出生年次：77 年次
學歷：大學
Line ID：mercuryamor

婚友資訊

留言：喜歡旅行，期待與你一同笑著看沿途風景，珍藏旅途中的感動與回憶：)

373 張先生 71 年次，168 公分，78 公斤

學歷： 博士畢 **現職：** 科技公司研究員
興趣： 閱讀、旅遊、看電影。
誠徵： 大學以上畢業，身心健康、積極進取、工作穩定常日班，秀外慧中之未婚女性。
聯絡人： 陳小姐
電話： 0988-851329

374 郭小姐 69 年次，172 公分，58 公斤

學歷： 大學畢 **現職：** 公職人員
興趣： 爵士鼓、電影、逛街
誠徵： 具責任感、樂觀、進取、替人著想、無不良嗜好、身高 172-185 公分、體重 65-85 公斤之未婚男性，北部佳。
聯絡人： 郭小姐
電話： 0972-870973 (可先 line 傳訊息)

375 林小姐 69 年次，173 公分，69 公斤

學歷： 碩士畢
現職： 基督教會處理國際行政事務人員
興趣： 旅行、閱讀、音樂、電影、烹飪
誠徵： 喜愛旅行、無不良嗜好之成熟穩重男性。
聯絡人： 李小姐
電話： (O)0912-297912 (H)0937-141196

376 張小姐 71 年次，154 公分，50 公斤

學歷： 大學畢
現職： 兆豐金控職員 (台北)
興趣： 旅行、閱讀
誠徵： 身心健康、樂觀進取、具穩定職業、無不良嗜好之未婚男士，台北上班族較佳。
聯絡人： 張小姐
電話： (O)0953-072235

附註：

「婚友資訊表」及「友情園地」表格
置於同心園地網頁/服務資訊項下，歡迎下載使用。



第151期同心園地雙月刊 讀者意見迴響

同仁們的寶貴意見及心得是對作者最好的肯定與鼓舞，
以下分享同仁感動的文章及迴響內容：



董事長聊天室

我感動的文章：董事長聊天室〈談分享〉，分享是將自己的經歷，成為別人的祝福，當別人也經歷到同樣的事情時，我們在旁扶持陪伴，讓他不覺得孤單。（陳玉玲 會計處）

董事長聊天室〈談分享〉，一般國人不太習慣把內心的事情分享給別人，尤其是悲傷痛苦的事，其實如果有適當的對象，分享是很好的。文中提到，遭遇到痛苦的事，真心的與人分享，會有療癒效果，可以降低痛苦，減緩壓力。董事長非常鼓勵同仁能多分享，尤其是發生在台電人身邊的小故事。而我們也聽過一句話：「快樂，因分享而增加。」所以不管是分享快樂或痛苦，「分享」，都有正面而積極的意義。

（李時強 北區施工處）

董事長聊天室〈談分享〉，每次舉辦活動後，能保留些Q&A時間作雙向溝通或意見交流等分享，讓參與者整理當次活動的心得與收穫，避免熱鬧有餘，但是內容空白之遺憾。能以自己的傷痛分享，需要深厚包容與勇氣，相信分享者就如得到解放，也讓自己傷痛得到療傷止痛，放下千斤重擔之壓力，站起來再出發的成長智慧。

（林新安 屏東區營業處）

小品文

唯老獨尊。美國將軍麥克阿瑟曾說：As young as your faith，即年輕是一種心境，讓自己不斷學習，活動及嘗試新鮮事物，跟「老」說「NO」。

（陳淑慧 材料處）

感動的文章：上班族心理系列〈憶父文〉，父母將愛傳承給下一代，是給兒女最大的財富，對兒女最大的祝福。（林玟婕 花蓮區營業處）

學習突破，不要練習舊思維，要改習練，讓生命越長進。（陳意捷 花蓮區營業處）

「老」是每個人都無法避免的事情，身體的老化是大自然的規則，重點在於每個人的「心態」，試著接納它，改變自己的態度，將生活重心轉移至自己有興趣的事情上，與眾多好友互相為伴，相信可以減輕漸漸老化的心靈，態度會更樂觀更快樂。（黃勝祥 通霄發電廠）

151期哪裡看？

1. 台灣電力公司全球資訊網站 (<http://www.taipower.com.tw/>)
/ 電力生活館 / 台電圖書 / 台電同心園地雙月刊
2. 公司內部網頁 (<http://w3.taipower.com.tw>)
/ 同心園地 / 雙月刊



向你招手微笑 **徵稿**

歡迎你暢談，以短文、詩或圖文並茂方式，分享心情點滴，文稿500~3000字；也歡迎用畫或用鏡頭傳達，踴躍投稿照片，稿酬從優。

153期 ▶ 103年7月號
103年6月5日截稿

專題故事 **哈囉，Y世代！**

Y世代來了！

這群活潑樂觀、創意十足、高個人主義的世代正大批進入公司中，至民國105年底預計將占員工人數的24%，1981年後出生的他們有著與X世代截然不同的成長背景，對於工作所抱持的態度，亦與資深前輩們有所差異，然而，對於這些在職場上共事的「X」與「Y」們來說，究竟應該如何踏出「跨世代溝通」的第一步呢？

153期邀請你與我們分享對於「X」或「Y」們有什麼樣的瞭解及看法？或是你本身期待別人如何看待你的世代？又你在對方的身上發現值得學習之處，而相處歷程中又激盪出什麼樣的火花或趣事？或者，在職場共事的過程中，是如何在妥善地將自己的想法傳達給對方後，進行良性的討論及溝通？期待透過你的分享，能讓跨世代同仁皆能掌握良好溝通之鑰，汲取前輩豐富的工作經驗及技術知識，亦發掘並引導新世代同仁的工作特質及潛力，讓台電這個大家庭的心更為凝聚，繼續前進。

154期

▶ 103年9月號
103年8月5日截稿

專題故事 **小確幸中見光明**

在外界對公司有諸多誤解及負面觀感之際，我們仍堅守崗位、不畏無情風雨為台灣每一個角落都送上光明，對肩負供電任務的台電公司來說，看見夜裡的點點燈火，是無比的幸福。

「生活中的幸福，不在你擁有什么，而是你怎麼看待所擁有的。」

身為台電人，在工作中一定也有那種「雖然微小，但有確切幸福感受」的時刻，**154期**邀請你與我們分享親身經驗或生命故事，是冒著風雨及生命危險搶修線路，成功恢復供電？還是與夥伴們努力地克服種種困難後，讓機組順利運轉發電？或是，快被工作壓力擊垮時，長官或同事們一句溫暖的打氣或關心話語？又或者，耐心地向用戶說明解釋或處理問題後，對方一聲充滿感恩心意的「謝謝」？期待透過你的無私分享能振奮同仁士氣、凝聚每一位台電人的心，讓這些工作中的「小確幸」成為工作及生活中正面的能量，不畏艱難，持續地將光明和希望送到台灣每個角落。

以上來稿請附填妥之「同心園地雙月刊投稿相關資料表格」

- ※ 請上本公司內部網站：W3 首頁 / 同心園地 / 雙月刊 / 投稿說明 / 投稿相關資料表格，以利來稿採用後，處理稿費相關事宜。
- ※ 本刊對於來稿有刪改權，如不願刪改請註明。
- ※ 本刊文章已刊登於本公司對外網頁，請勿一稿多投，來稿請自留底稿，本刊恕不退稿。
- ※ 照片投稿以照片或電子檔傳送均可，如以電子檔傳送，圖檔檔案大小至少 800KB 以上，並請附照片說明。

- ※ 來稿請寄：台灣電力公司「同心園地雙月刊」
- 地址：100 台北市羅斯福路三段 242 號 11 樓
人力資源處員工關係組
- E-mail：d0190602@taipower.com.tw（本刊投稿專用）
- 電話：(02)2366-7357
- 微波：92-22774
- 傳真：(02)2365-6869

數獨遊戲

在空格中填入數字，使每個直行、橫列和九宮格的數字都不能重複，就可過關。以下提供**5個**等級的數獨題目，等您來挑戰，一起來動動腦玩數獨吧！

	6	4	1	2	3		5	8
2	3	5		4		1	9	
8	1	7	6	9	5		4	2
3	4	6	2		7	9	1	5
1			4	5	9	6	3	7
7	5					8	2	
4	2	3	8	7			6	
5	7	1	9			2	8	
6		8		3			7	1

極易

2	8	1		7	9	4		
7	5				3	2		6
		3		2	5	9		
		2		1	4	7		
3		7	2			1		9
	1		7	9		3	4	
1	2	4		6			9	
5	3	6	9					
7	8	5	3					

容易

9	5	3	1	4		7	2	
2			5	6		3		
	6	7	3	9			5	8
		9		1				
	2	5	7	8	9		1	
			2			5		9
			9		6	8	3	
7	3							2
8		6		2				5

中等

6	8		1					7
5	4		3			6	8	
	7		8			1		
4	6		2	5	7		1	
7	3	5					2	
			6		3	7		
3	1	6	7	8				
	5	4						
				3		8		

困難

1	6	9	8			5		
2	3		4		9	1		
7						2		
6	4	7		8			5	
9		3		2				
			6				4	
	1	2	7		3			
3	9	6		1				

極難



數獨遊戲解答請上本公司內部網站查詢：

W3首頁 / 同心園地 / 雙月刊 / 數獨解答

CEDAW

消除對婦女一切形式歧視公約

促進性別平等 讓世界更美好



CEDAW 讓女孩有發揮潛能 平等發展的機會



媽媽說女孩不會做家事會被人嫌
爸爸說女孩讀理工將來會很辛苦
他們為什麼不對哥哥這麼說？

我可以當工程師、科學家、甚至開飛機
我可以、妳也可以



台灣電力公司
Taiwan Power Company

人力資源處 編印 E-mail: d0190602@taipower.com.tw
電話 (02) 2366-7357 傳真 (02) 2365-6869

廣告