

珍愛飄飄七雷中

· 雷星 ·



澎防部「心輔愛心列車」在空軍七雷中靠站，由羅國祥老師（左二）與譚力詩老師（左一）擔任本場次的主講人。

搭著陸軍澎防部啟動的「心輔愛心列車」，空軍沒忘把握機會，讓列車靠站。七雷中算是營級單位編制不大，但感覺上人人善盡職分，迎面盡是親切的笑容。

隔天上午九點，但見聘雇大姊、大哥陪伴弟弟、妹妹們欣然前來，手中心不忘帶著愛心氣球、標牌、螢光棒……入座，興奮之情溢於言表，像是要參加場演唱會。

沒想到，譚力詩老師跨海來演講，一早就將營區的歡樂情緒點燃了！澎湖算是離島，在這駐防服勤有苦有甘；然而，人人有有的人際關係E.O（情緒商數），向心力強，任務自然順遂。心輔研習的目的，就是讓每位參與官兵在輕鬆的氛圍中，吸收更多「正向的能量」。

首先副隊長德偉少校幽默開場，接著本軍退役老兵羅國祥老師帶動唱〈給我換顆心〉，鼓勵官兵面對任何艱難都要以〈感恩〉的心來面對並克服，讓心情全然轉換勇敢迎向未來。隨後加碼一曲〈腳步〉，在又高又帥

的輔導長柏燐少校和可愛熱情的政戰官咨諭少尉（綽號：小丸子）齊心鼓舞下，但見數位弟兄及巾幗英雄們或自動請纓、或被推薦到臺前同步齊跳，臺上、臺下跳成一片，隨著旋律體認跟著領隊、長官正確的指導，一步一步向前行的步調。曲終全體同仁們奮力噴飛個「愛的冲天砲」，似乎把澎湖耀眼燦爛的煙火節搬進會場。

接著轟爆掌聲歡迎歌手譚力詩演講「高EQ反轉『心』生命——做情緒主人」，由於她的年齡與官兵相仿，年輕人有共同語言，容易激發共鳴，且以演唱流行歌曲的方式開場，一出



譚力詩講師為知名創作歌手，自創曲迄今已累積八十餘首，本次演講中，譚老師將六大主題以六首流行歌曲串連引出，獲得參與官兵們的一致好評。

「真的感覺不一樣！」送我們踏入澎湖空軍雷達中隊的陸軍軍官言語中滿是欣羨與讚嘆。

或許吧！因為空軍多了一項「活潑」的特質，哪怕只是一個小小心輔演講研習活動的預演，氛圍和諧融洽，就像回到「家」般的溫馨。

「因為明天要廚房煮飯，所以我要先來聽聽」，膳勤兵楊峻能乘著忙完晚餐空檔，獲悉有歌手要來場地測試裝備，趕來坐在第一排先聽為快，他不要缺席這場「心輔音樂饗宴」，復知隔天講師要留用午餐，欣然撻下一句話：「明天一定請你們吃好吃的！」。

場就讓場面high聲不斷，熱鬧非凡。

主講人譚力詩老師首開一曲〈剛好遇見你〉，以幸運相逢、互動告白為當天的演講揭開序幕，期待所有聆聽官兵將擁抱生命中的酸甜苦辣澀拋在腦後，努力面前，堅持到底；接唱〈光年之外〉，歌詞寓涵患難中的愛與包容，反轉「心」生命和價值，期盼大家都能發揮同理心，彼此相知相識，謙卑虛己，關懷他人，永不放棄；再來一首〈倒數〉，冀望在座的同仁們能珍惜光陰，熱愛生命，找到自我獨一無二的美好，加強信心、激發新潛能邁向成功。

演講過程中，譚老師提供了些聰明的小要訣，查考先哲名人的智慧話語，還不時來個「有獎徵答」，除贈送譚老師個人的CD或簽名照外，還有驚喜小禮物，讓在座官兵爭搶答題，互動頻密。譚老師同時提醒官兵，提高EQ可以管理自己的行為、複雜心智，適時反應、寬以待人，誠如智慧話語所言：「你要保守（即「守護」）你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出」。

事實證明，提高EQ，既能掌控內心世界，且能有效抒解壓力、管理情緒，避免官兵在遭遇困難未解決前，因情緒壓力飆升至難以負荷，鑽牛

角尖而產生抑鬱、藥物濫用，甚至是自我傷害等的情事產生。

演講到此，譚老師又唱首時下年輕人熟悉的歌〈有點甜〉來輕鬆片刻。這是男女輪唱曲，行列中蹦出一位勝絃士官，對口唱腔獨特，搭配靈活的肢體動作，掀起一陣高潮。譚老師接著再唱其自創拿手曲「In Your Love」，引出她個人對信、望、愛的理解，並說明她覺得愛是最重要的，希望大家能學會在愛裡堅強，沒有懼怕，以及存在的意義在於改變自己，珍愛生命，成為一位愛的付出者。

「心輔音樂饗宴」九十分鐘歡樂音符飄飄，尾聲以澳洲肢障人——生命勇士力克·胡哲「人生不設限」，「好得不能再好」的人生故事影片激勵



羅國祥老師（左一）生動活潑的互動授課方式，讓所有參與同仁在愛與歡笑聲的包圍中，度過一個美麗的早晨。



在愛的國度裡，生命中所遭遇的壓力與挫折都可以轉化成養分，讓人活出精采。「心輔愛心列車」雖然已經離站，但燦爛的笑容與悠揚的樂音留下了；羅國祥與譚力詩兩位老師揮手道別，並祝福七雷中的官兵、同仁們人安、地安、物安、一切平安。

官兵，最後在羅國祥老師贈送的禮物「懇切祝福」中告終。羅老師祝福第七雷達中隊每位官兵身心靈美好，活出生命的色彩，創造豐富人生，共同領受人安、地安、物安、一切平安。

後記

中餐果然爽味可口，六菜一湯加水果，有芝麻蜜汁雞翅、滑嫩蒸蛋等等，大夥兒都很有口福，這要謝謝楊峻能等膳勤兵的用心。