

化逆境為動力

法蘭克·布里斯 Frank Bures，謝謝你在 11 月號中撰寫的專欄〈可能更糟〉。每一天，我們都會接觸到大量的壞消息，可是我們不可以屈服於悲觀或絕望。如同你所寫的，負面消極是會傳染的，會讓我們聽不到正面積極的訊息，包括扶輪社員在世界各地的所有成就。我們必須傳播我們為改善世界所做的努力。解決今日世界的問題要從我們每個人做起，而且如你所言，我們團結一心，將可「改寫結局」。

美國加州聖塔芭芭拉

芭芭拉·高更 - 穆勒 Barbara Gaughen-Muller

更多垃圾，更多作為

11 月號有許多關於扶輪社在世界各地所進行之各種服務的文章，內容實用，激勵人心。

首先，我在「世界綜合報導」中讀到阿根廷貝爾維爾聯合概念 (Bell Ville Ideas Unidas) 扶輪社推動一項計畫，將 100 公噸的廢棄塑膠轉變為「環保磚塊」。然後我讀到瓜地馬拉數個扶輪社支持「安全通行」計畫 (Safe Passage) 的努力 (見〈美好的航行〉一文)。安全通行的服務對象是一個靠一處巨大垃圾傾倒場維生的社區。

然後我想到一些問題。那個垃圾場有多少垃圾是可以製成「環保磚塊」的塑膠垃圾？可以為村民創造多少工作機會？用這些磚塊可以蓋出多少間遮風避雨的房舍？

我在思考國際扶輪可以建立一個網路論壇，讓扶輪社及社員可以交流這樣的構想。國際扶輪可否針對特定科技或計畫需求，辦理地區或國際層次的會議來交流構想？

我會很開心認識有志一同的扶輪社員——無論是面對面或是網路——來尋求一些答案，然後化為行動。

美國北卡羅來那州杜罕

理查·麥克里利 Richard McCleery

編者按：「我的扶輪」(My Rotary，網址為



my.rotary.org) 提供與其他扶輪社員聯繫及交流構想的各種方式。網站上有 1 千多個討論群組，你可以與有共通興趣的社員聯繫。扶輪的群眾募資平台「扶輪構想」(Rotary Ideas，網址為 ideas.rotary.org) 協助扶輪社尋找合作夥伴，以取得資金、義工、及實物捐贈。

音樂魔力

總編輯約翰·雷賽克 John Rezek 在 11 月號主編隨筆的開頭寫到「在扶輪所有投資之當中，也許最有成效的是投資在年輕人身上」。我是華盛頓州瓦松島 (Vashon Island) 扶輪社社員，參與過另外一項很有價值的投資——「音樂撫慰心靈」(Music Mends Minds)。這是一項針對患有神經認知疾病與中風的 50 歲 (含) 以上長者，以及患有創傷後壓力症候群的退伍軍人所辦理的音樂治療社區服務計畫。

在本社的支持下，我在 2 年前開辦這項計畫來幫助我當時 63 歲、患有阿茲海默症的丈夫，讓他擺脫因認知退化所造成的沮喪。這項計畫對他有效果，讓我瞭解到音樂比運動或閱讀更有助於重建神經突觸的連結並改善病患的心情。

在我那個人口一萬人的社區，消息口耳相傳開來，「音樂撫慰心靈」計畫跟著唱團體的參加者日益增加。我們一開始約有 17 名參加者及照顧者，可是現在我們每週的聚會吸引 50 人以上參與。這個計畫是永續的，成效顯著，且成本低廉。它讓阿茲海默症、失智症、帕金森氏症、中風、及使用輪椅者在唱歌、吹口哨、微笑、及拍

手時，提振他們的情緒。每週目睹這些成果，它也會提振每位扶輪社員的心情。

目前在加州、華盛頓州、加拿大曼尼托巴省、及菲律賓總計有 13 個「音樂撫慰心靈」團體。到 Youtube 看看我們創始的樂團「第五失智」(Fifth Dementia) 的影片。今年比佛利山及雷唐朵海灘另外兩個扶輪社也發起「音樂撫慰心靈」計畫。

你可以透過「治療阿茲海默症基金」(Cure Alzheimer's Fund)、「麥卡斯克阿茲海默症研究基金會」(McCusker Alzheimer's Research Foundation)、「阿茲海默症研究信託零錢募集」(Coins for Alzheimer's Research Trust) 的募款行動，來資助尋找失智症的療法。這些團體都是阿茲海默症／失智症扶輪社員行動團體 (adrag.org) 的合作夥伴。全球的扶輪社員都在努力根除小兒麻痺，我們的夢想是扶輪下一個根除的疾病是阿茲海默症。

美國華盛頓州瓦松島
艾咪·哈金斯 Amy Huggins

第三次一定會走運

我發現 9 月號的社長文告深具啟發性與激勵性，尤其是在第一段社長談到「讓扶輪偉大的一大因素」就是在扶輪年會中「我們」。我回想我參加過的 14 場扶輪年會，我覺得萊斯禮社長的話讓我心有戚戚焉。

我曾經兩度到加拿大參加年會：1996 年在卡加立，2010 年在蒙特婁。我在那兩場所體驗到的，確實是萊斯禮社長在關於 2018 年主辦城市多倫多的文章中所談到的「溫馨社區精神」。我確信多倫多的年會將會是最棒的年會。

巴基斯坦拉合爾
撒林·查德里 M. Saleem Chaudhry

仁慈之舉

我深深喜愛芭芭拉·布羅特曼 Barbara Brotman 所寫的〈陌生人的善意〉一文（2017 年 12 月號）。我兒子 3 年前往生時我也體驗過類似的善意，其中有一個經驗特別令人難忘。當我

企圖用不斷忙碌及追求效率來掩藏悲痛時，我打電話去詢問是否可以把他最近訂購的隱形眼鏡退貨。該公司的客服人員不只是和善而已，不僅表達哀悼之意，還用心傾聽。最大的驚奇在一個星期後，該公司寄來一個大盒子，裡頭有一個母與子的雕塑，附上一張溫柔體貼的同情紙條。這就是一個將關懷化為行動的實例，這也是我在我的扶輪社找到滿足感的所在。扶輪服務與成為仁慈代言人的機會，讓我重新找回我自己。

美國紐約州蘇佛恩
茱蒂·克萊 Judy Klein

扶輪是什麼？

我剛剛讀到 11 月號美國明尼蘇達州的約瑟夫·寇瓦里克 Joseph Kovarik 的讀者投書，文中談到向大眾傳達扶輪整個組織及當地扶輪社之作為的困難。幾年前，我們扶輪社的公共關係委員會想出一個五個英文字的答案：People meeting people helping people（人聚人幫助人）。

加拿大亞伯達省坎摩爾
莎莉·葛倫 Sally Garen

經典閱讀

我分外喜歡 12 月號的推薦書單（〈維持專注力〉一文）。貴刊可以考慮更常刊登這樣的推薦書單。我發現如果人們閱讀重要主題的必讀經典，他們對這些主題就會深入瞭解許多。雖然你們的書單都是現代出版品，我發現閱讀法蘭西斯·培根 Francis Bacon 在 1605 年出版的《學術的進展》(Advancement of Learning) 及 1620 年出版的《新工具》(Novum Organum) 讓我更瞭解科學方法的根源；閱讀達爾文的《物種原始》(On the Origin of Species) 更明白他對演化的看法及其缺失。

經常，我認為我們的言論，都是在重複幾十年、幾百年來其他人說過的話，無法撥出時間閱讀經典書籍，瞭解我們被教導的是否呼應經典名著作者所說的話。

美國密西根州泰勒
菲爾·馬托斯 Phil Matous