



踏出去就對了!

拋開年齡，  
在公園「玩」出美好人生



「只要你踏出去，什麼都可以學得到。」

——張竹英

隨著科技與醫療的進步，「年齡」早已不再是限制人生的藩籬，而是展開另一段旅程的起點。在生命的每個階段，我們都在尋找與他人相連的方式，客語薪傳師張竹英便是這樣一位在歲月中綻放光芒的人。她以溫柔的腳步踏入志工的世界，用自己的熱忱點亮他人的生活。

### 做志工就像在「玩」！？ 助人確為快樂之本

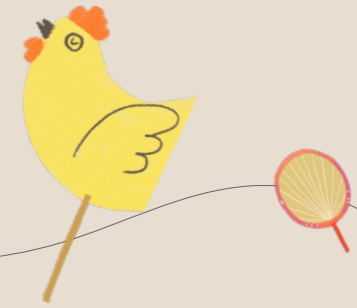
不論烈日或寒風，站在車陣與孩子們之間築起一道屏障，讓每位學童們都能安全過馬路——那是孩子們眼中最安心溫暖的身影。張竹英在國小擔任導護媽媽，十餘年如一日地守護著孩子們的安全。不過，當聊起擔任導護媽媽的契機，張竹英卻說：「這都是我女兒『害』的！」原來在女兒一年級入學時，老師詢問哪位家長上下班的時間較為彈性，她竟然立刻舉手，「哪有小孩這樣『雞婆』的啦！」張竹英是感到又好氣又好笑，不過這也開啟了她日後走上志工之路的契機。她不僅協助孩子們的日常安全，還至學校輔導室協助，儘管最開始並不熟悉業務，但也從中學習到許多，這些經歷也為她逐漸建立起更多的自信，「我那時的想法是，別人給機會，我就學。」多年來，張竹英與其他志工媽媽互相扶持，建立了深厚的友情，至今仍保持聯繫。她回憶起有些孩子，雖然調皮搗蛋，其實本質仍天真可愛，「雖然他們有時候不乖會被罵，但到了要畢業

的時候，還是會來找我，甚至會在走廊上徘徊，好像是很捨不得離開的感覺。」她笑著說。

孩子們分別從國小畢業後，張竹英並未就此停下腳步，這些年來陸續與丈夫廖健柱一起擔任里民巡守隊員、環保志工、圖書館志工等，積極參與各項事務，然而她卻不覺辛勞，甚至形容，這一路走來，就像是在「玩」，「我覺得像這樣服務大家，也還不錯。我們身體還能夠出去的話，就盡量去參加各種活動。」廖健柱也表示，退休後至樂齡中心參與排舞、陶笛、傳統歌謠、觀光日語、生活美語等課程，讓他能忘記自身年齡，「大家一掃遲暮之年，鬱悶寡歡之負面心情，經由學習新知識，皆能轉換心境，快樂洋溢，展現人性純真美善之光明面！」

### 異鄉人的精神寄託 用客語安撫都市的孤單靈魂

2014年，張竹英開始於臺北市客家文化主題公園擔任講師，不論是布包縫紉體驗、母語繪本共讀、客家點心製作，她總是全心投入。在這些活動過程中，也讓她漸漸體會到身為客家人的使命感，「常常有長輩們聽說我會講客家話，就來找我。有一個老人家每個星期六都會來找我聊天，可能因為家裡沒人能和他講客家話，好像有點把我當一個精神寄託這樣。」一起說客家話，似乎緩解許多人離鄉背井來到臺北、不能說熟悉母語的痛；也撫平許多身在異鄉的孤單心靈。



01. 張竹英在客家文化主題公園與志工一同協助手縫香包的體驗課程。
02. 服裝設計專業出身的張竹英，巧妙將花布結合帽子、衣服、包包等手作課程，大受歡迎。
03. 隨著臺北市客家語教師協會，張竹英來到一年一度的臺北義民嘉年華挑擔奉飯。



04. 2023年，張竹英與丈夫廖健柱伉儷榮獲臺北市金鑽獎——優良志工家庭得主的殊榮。



隨著與越來越多人交流，讓原本說海陸腔的她，漸漸練起了流利的四縣腔，甚至在客語認證獲得比海陸腔還高的成績，「我就想說我是客家人，哪有考不過的？」張竹英的語氣中，展現了身為客家人的無比驕傲。

另外，張竹英也曾挑戰客語即時口譯的課程，儘管直呼超難，但依舊深感值得。為了將客語傳承給下一代，她擔任國小客語朗讀比賽的指導老師，到了暑假也孜孜不倦地與學生視訊、陪伴學生練習，「我先生就說『妳怎麼放假比平常還累啊？』」看著每天四處教學的張竹英，也有許多人好奇，為什麼退休不好好休息？張竹英語氣相當堅定：「為了傳承，這是我們的責任。」秉持著「終身學習、共老共好」精神的張竹英與廖健柱伉儷在 2023 年獲得「金鑽獎」，得到臺北市志願服務最高榮譽肯定的他們仍謙虛表示，「學習可以改變個人氣質，亦可增進智慧，而愚夫婦擔任學習中心志工，常幫助同學們學習，大家感激之心溢

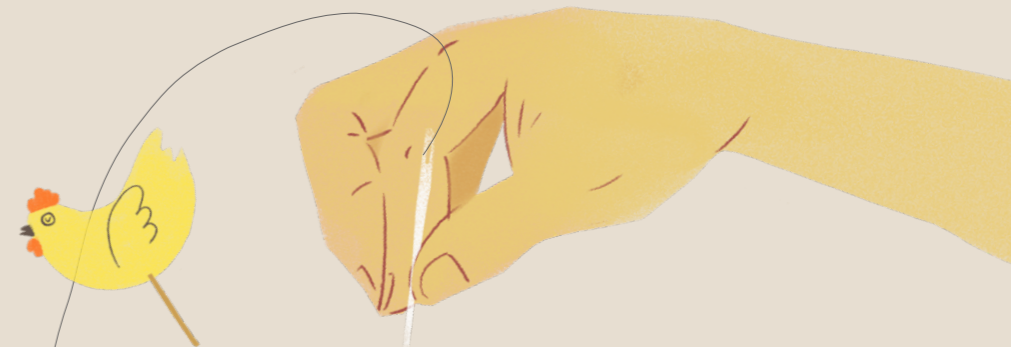
於言表，個人心情亦覺愉悅盈懷，助人確為快樂之本。」

### 憑藉毅力 撐過身體不適

像是冬天裡的陽光，張竹英總給人一股油然而生的溫暖與安心感。然而這股暖心之光背後，也曾隱藏著不容易的過往。去年，她因為脊椎滑脫不得不停下腳步，即使如此，她仍心心念念著志工事務，「我後來為什麼會離開戶外工作，就是因為我的腳不太好，但我又還想留在這裡、不想離開。」回憶起那段時光，她仍有些許激動，隨後又流露堅毅的眼神，「我告訴他們，我會努力復健，如果真的不行再辭職也沒關係。」最終，她撐了過來，「還好後來好了，一切都撐過去了……」

對張竹英而言，臺北市客家文化主題公園就像她的「第二個家」，讓她在異地找到了歸屬感。「在這裡，我遇見了很多朋友，聽到了不同的人生故事。」理論上來說，志工應該是幫助他人的角色，但對張竹英來說，自己反而獲得更多，「要是不踏出去、都待在家裡，說不定容易產生什麼不好的想法。」她分享：「『愛玩』，讓我認識很多人，這樣讓我覺得世界好開闊。閒不下來，我就繼續去幫別人。」

「做就對了！」張竹英的人生哲學簡單而直接。人生的路上，總會遇到困難與挑戰，但回想起來，她卻不覺得有什麼不如意之事，總是帶著微笑，樂觀且積極的態度繼續向前。用無私的熱忱和細膩的關懷，牽起各個不同的年齡層、為社會注入一股暖流。年齡，不再是束縛，而是活出生命厚度的印記。張竹英說：「只要你踏出去，什麼都可以學得到。」看著她眼底閃爍的光亮，人生最美好的樣子，大抵就是如此吧！



「愛玩」，讓我認識很多人，  
這樣讓我覺得世界好開闊。

張竹英



新竹客家人，客語新傳師及臺北客家公園資深志工，擁有 20 年裁縫經驗，2016 年擔任花布裁縫課程講師，2017 年參與臺北客家文化公園——公園的故事時光「阿公阿婆說故事」。與丈夫共同榮獲 2023 年金鑽獎優良志工家庭得主。