

# 社會實踐報告書—尼泊爾志工服務學習

## 一、團隊緣起

這次志工服務學習，我所參加的團隊是國立台北大學的國際志工第一屆尼泊爾團。去年2015年四月尼泊爾發生規模7.9的強震，造成無數村民家園毀損，更帶走近千條的性命，這對生活環境、醫療衛生、教育學習等各項條件都為匱乏的尼泊爾，無疑是雪上加霜。面對如此巨大的天災，我們希望除了透過新聞媒體的報導外，更能實地走訪，親自到當地給於一些實質援助，故成立此一尼泊爾團，透過一年的籌備，以及七月正式出團的兩周服務學習，企盼能藉由自己微薄的力量，協助當地重建家園，並且希望透過教育讓當地孩童能從小培養正確的衛生觀念，達成永續傳承的服務目的。

## 二、服務內容簡介

透過與常年投入尼泊爾人道救援的社團法人台灣世界耕義會（WWS）<sup>1</sup>合作，我們將以尼泊爾重災山區為服務目標，透過實際走進田野，傾聽百姓聲音的村民訪問來探詢到當地人最直接的需求，並提供當地民眾震後教育、建立基礎衛生條件、提供當地孩童災後心靈輔導，以及婦女布衛生棉的製作等服務，且經由社團一年一年的傳承，再透過耕義會彌補中間的間隔，達成長期服務的目標。

（一）村民訪問：實際走過後能更了解當地、思考當地問題為何？能如何解決？並發放物資給村民。

---

<sup>1</sup>社團法人台灣世界耕義會（WWS）：成立於2004年，正式登記法人於2013年，由常年投入尼泊爾人道救援公益事業李雅君(Nana)小姐所創立。十一年前，台灣世界耕義會便秉持著「走最困難的路、到最需要的地方、做最單純的事」的信念，每年遠赴尼泊爾偏遠山區，進行義診與人道援助相關活動。十多年來，耕義會透過在尼泊爾山區義診所蒐集的數據，與累積多年的在地援助經驗，根據當地需求，進行公共衛生改善、學校教育補助、醫療照護、緊急救援等一連串的項目。

## (二) 課程教育：

1. 震後教育：發放地震包、說明地震發生的原因，以及地震來時的應對方法。
2. 環境衛生：宣導垃圾分類
3. 疾病和傷口處理：認識基本常見疾病、其預防方式及基礎衛生觀念，以及三角巾包紮實作。
4. 兩性教育：基礎兩性觀念，兩性生理構造的認識以及基礎性病的病狀與預防。
5. 洗手課程：推廣洗手重要性，及示範正確洗手步驟，並透過歌曲方式強化孩童洗手觀念。
6. 孩童心靈輔導：藉由繪畫方式，幫助孩童抒發心裡感受。
7. 布衛生棉<sup>2</sup>製作：宣導布衛生棉的使用，以減少感染婦科疾病的可能性，並發放布棉包。

## 三、服務時間安排

出團時間為 2016.7.10~2016.7.24，實際在當地停留十天，地點是離加德滿都約四小時車程的山區，車程顛簸，深刻地體會當地交通不便的狀況。而主要服務內容可分成村訪、震後教育、衛生相關、孩童心靈輔導，布衛生棉製作幾大項。

	7/13(三)	7/14(四)~7/19(二)	7/20(三)	7/21(四)
6:00~7:30	準備早餐			
7:30~8:30	早餐、課程準備			早餐
8:30~9:00	村落訪問 村民包發放	跳早操		收拾物品 準備下山
9:00~12:00		兒童班 衛生教育營	課程複習	
12:00~14:00	午餐	午餐、外傷處理	剪髮	午餐
14:00~17:00	與翻譯人員 討論課程	村民班 衛生與布棉教學	收拾物品	村民為我們舉 辦歡送會 下午三點下山
17:00~18:00	煮晚餐			
18:00~19:00	晚餐			
19:00~21:00	開檢討會，結束後即是休息時間，晚上九點準時熄燈			

<sup>2</sup> 布衛生棉：經過清洗晾乾後，便可以重覆使用，比起市面常見拋棄式衛生棉環保許多。

## 四、服務過程

### (一) 村民訪談

在抵達尼泊爾後，為了接下來幾天在教學上能順利進行，我們必須盡快熟悉當地的生活情況，同時也希望透過這次的觀察，能在未來設計出更好、更貼近當地需求的教案。因此，我們實地走訪，希望透過親自走入他們的家以及當地的山區環境來了解他們的日常生活。然而第一個受到的震撼就是路途的崎嶇及遙遠，道路隨著山坡蜿蜒，幾乎完全是天然的道路。事實上對於重山環繞的尼泊爾，住在山區的孩子要到學校上課，走上一兩個小時都不算什麼，哪怕課程只是短短的三個小時，為了學習，他們也許天未亮就得開始啟程。想到這裡，路途的艱辛及遙遠對時都不算什麼了，也因為有了這樣正面的心態，我們共計近四小時的村訪，縱使疲憊，心靈卻收穫豐沛。

村訪最主要的看察重點有五個項目，分別是廚房、莊稼、水資源、廁所與牲畜飼養。我們分組詢問村民事先準備好的問題，並在當晚的檢討會中提出觀察並討論問題及因應辦法。

#### 1. 農作物

而農作物方面，尼泊爾和印度一樣，一年分成三季、涼季、雨季、乾季，在這三個不同的季節，吃的東西也不盡相同，當時主要種植玉米與南瓜等根莖類作物，而在村訪的過程中，我們就常常會穿梭在滿山滿谷的玉米田中。到了收成之時，他們會請一些家人或鄰居一起，大家揹著竹簍慢慢收，因為地處深山，作物多半自給自足不須趕著搶收販售。而這些吃完的玉米莖、玉米葉在曬乾後又可以拿來做為燃燒煮飯的材料，擁有非常高的利用價值。冬天作物則主要是芥菜，透過領隊的講解，我們也了解，環境與種植的作物會如何影響當地的生活與健康。例如因種植芥菜，其所煉製的油品質較佳，故當地村民與其他山區民眾比起來，較沒有腹痛的困擾。

而另外，當地也常見佛眼，植物學名為鳳眼菩提子，為藏傳佛教的信物，據說全世界僅有此處適合種此種作物，因此具有相當高的經濟價值。在與村民聊天的過

程中，我們也學習到原來佛眼的大小與價值成反比，越小越值錢村民們還有著，專業的測量工具以利將佛眼依價錢做分類。

## 2. 廚房

廚房的部分，最大的問題即是缺乏妥善排煙系統，當地婦女在炊煮時慣以柴火焚燒，而當地房屋多半沒有裝設窗戶，只有小小的通風口，因此婦女的雙眼在炊煮時，極有可能因為燃燒柴火帶來的大量煙霧造成嚴重的眼疾，雪上加霜的是，電路線設置的不易，使當地沒有太大的電燈普及率，炊煮時，很有可能因為光線昏暗而使婦女本身或是孩童因誤觸炊具而導致燒燙傷。

未來，我們會針對這點做進一步的教案教導，例如製作燃燒效率更好，排煙又少的火箭爐<sup>3</sup>，並且在他們經濟能力足夠下，將廚房隔開成為獨立的空間等等。然而我們也發現他們充滿著智慧的地方，他們會在火炕上擺需要曬乾的食物，讓火的熱氣可以多加利用。而經濟狀況較好的家庭，臥室則會設在二樓，這樣在冬天時，燒柴火的餘熱便能擴散並且溫暖整個房子。

## 3. 廁所

我們服務的區域，原先是沒有廁所的，由於一些 NGO 的宣導和幫助才有了我們在當地所見到的廁所，但當地的廁所裡只有一個蹲式馬桶、一個水桶和勺子，水桶及勺子是為了能用水來清洗自己的下身。除了首都中的觀光地區，多半山區及較傳統的地方，居民上完廁所並不會使用衛生紙，而是用清水洗淨。其中廁所衛生又和浴室的有無有著強烈的關聯性，我們所村訪的地區中，多半是沒有浴室的，詢問領隊的結果是他們很有可能在需要洗澡時，將廁所的遮蔽空間當成浴室使用，可畢竟

---

<sup>3</sup>火箭爐（rocket stove）或火箭爐灶，是一種應用隔熱與煙囪效應原理而改良傳統爐灶的設計，主要結構是中心的 L 型通氣管，外圍包覆隔熱材料而組成。當柴薪燃燒時，無法散逸的熱會集中在鍋子底部形成高溫，加速鍋子的加熱也達到完全燃燒，減少煙霧的產生。另外，由於完全燃燒在通氣管中形成真空，新鮮的空氣也會源源不絕自動地從爐口吸入（煙囪效應），不需外額外搧風點火，爐火也能保持旺盛。烹煮食物的效率之高，如同一飛沖天的火箭一樣，大大地縮短烹煮時間，也減少燃料的用量。在貧困和煮食燃料短缺的地區裡較為普遍。

當地的廁所的衛生措施由於資源限制的關係並沒有辦法做到十分的完善，因此若將廁所視為洗澡淨身的地方，很明顯能看出之間的矛盾，以及其後可能衍伸的衛生問題。

#### 4. 飼養牲畜

當地的牲畜主要有雞、羊、牛等等。幾乎每個家庭多少都會養一些作為他們一部份的經濟來源，另外，這些牲畜的糞便也能再重複利用，作為農作物的肥料。當地並沒有冰箱，因此每當某戶要宰殺山羊時，便會先到附近的社區詢問，看一戶需要多少的數量，統計後如果份量差不多等於一隻山羊，才會進行宰殺，偶爾也會透過山下的市集來變賣成長茁壯的牲畜作為收入來源之一。

當地飼養牲畜最大的問題在於，由於豢養牲畜的住家多半不會特地拘限牲畜的活動範圍，使得動物們滿屋子亂跑，當然也就有可能因此造成牲畜的糞便有蒼蠅沾染的問題，當蒼蠅又飛到煮好的食物上面時，食物即帶有大量的細菌，透過進食，使村民的健康堪憂。

#### 5. 水資源

水資源則和廁所衛生、牲畜的豢養相關甚切。當地水資源取得主要依靠儲蓄雨水，透過屋簷上銜接的大管子或者一條布匹，將雨水引至下方的黑色大水桶，若連日未降雨，則用水堪憂。大部分的當地人都直接飲用雨水，有些村民也會將雨水煮沸後再飲用，剩下的雨水用來洗澡沖廁所以及給牲畜。

#### 6. 村訪心得

藉由村訪，我們更了解當地的生活景況。我們必須學著以當地人的處境及思維去尋找當地村民可能遇到的種種問題及解決方法。而不是一味地以自己的方式來思考，這樣我們才是真正的看見尼泊爾，真正的了解居民面對的問題，真正的用心去感受這個地方。最重要的是，我們要將這次得到的資訊，轉化成實用的教學內容，

設計成符合當地需求的教案，持續地回饋給當地村民。

## （二） 課程教育

課程教育雖分為震後教育、環境衛生、疾病和傷口處理、兩性教育、洗手課程、孩童心靈輔導以及布衛生棉製作等七大項，但基本上最大的問題都是對於當地孩童程度的瞭解不足。由於我們是第一屆的關係，沒有任何前例可以參考的情況下，許多教案上的編排都無法確切的符合當地，甚至在於教學過程中，難免遇到課程內容太簡易或太難的問題，同時語言的限制也是一大障礙，除了高年級同學能夠以及為簡易的英文單詞及句子溝通外，當地多半居民都只能聽的懂尼泊爾語，雖然我們在出團前已學習過基礎對話的尼語單字和句子，課堂上也有即時的翻譯人員能替我們將英語翻成尼泊爾語，但是對於知識的直接與間接傳播，想必兩者依然有很大的效果差異。

另一方面，無論是與村民或是與孩童在課堂間的互動，都讓我這樣一個從小身處在現代環境中長大的人，對於這個世界以及周遭的事物有了全新的體悟。例如在布衛生棉的課程中，當婦女開始縫製時，有一個老奶奶，她坐在教室裡後排角落的位置，整間教室唯一的燈光來源只有窗外的陽光，為了將棉線穿過針頭，她站起身來走到窗戶旁，將線穿過以後在重新回到座位上開始縫布。這對於習慣於有著日光燈的我，若不是親眼看到，其實是很難想像的，也是這個時候令我們想起村訪時看見的一切，以及思索我們教學真正的意義。

這樣的感動，當然不只一例。在帶幼幼班的小朋友時，我們會依照小朋友的情況發放當地傳統大餅給他們吃，以防孩子肚子餓，而在我們發餅乾的時候，每個人只拿一小塊就乖乖坐在位子上吃，一個拿完餅女孩還拉拉我的衣角，指著後方的角落給我看，用我聽不太懂的尼語告訴我，教室遠處的另一個孩子還沒拿到餅乾；又或者是當台灣的小孩為了得不到名牌鞋子又哭又鬧的時候，另一個幼幼班的孩子想出教室上廁所，但是卻為了尋找自己沾滿泥巴的拖鞋憋尿憋了好久，在教室外尋尋覓覓，堅持找到自己的那雙鞋子，連暫時借別人的鞋子都不肯，只因為「那不是自己的」。

一個更讓人心酸的感動，發生在五六年級的課堂上，當我們問著孩子未來希望當什麼的時候，有個女孩站起身來，堅定的說自己想當醫生。不為別的，只因為在去年的大地震中，自己的弟弟不幸喪生，看見生命脆弱的她，因此有了立志學醫的夢想，希望能在這樣一個醫療資源不豐的山區，守護更多的性命。

這些故事無一不讓人動容，四、五歲的孩子，已經懂得知足，已經懂得替人著想，回想到我們曾經有過的自私，能不慚愧嗎？資源不足下的村民們，面對這樣受限的生活從不怨嘆，縱使殘酷的命運降臨，也不怨天不尤人，而是正面的迎向悲傷，成為自己生命裡的陽光。

給予資源是最簡單卻也最不負責任的方式，因此透過兒童班、村民班及布棉班的教學，希望透過教育，讓知識及一些基礎觀念深耕於他們的心裡，讓他們能用自己的力量，讓這個地方變的更好，我們能給的始終有限，再怎麼樣幫助和給予，擁有那些能力的始終存在於我們身上，唯有真正的授予這些能力，才能讓他們學會釣魚而非由我們一味的給魚。那樣自私的給予和自以為是的付出正是身為國際志工最不樂見的。

## 五、服務心得

所謂的國際志工，其實是很幸運的一群人，擁有這麼一個寶貴的機會，能夠親自去「看」、去「了解」這世界不同角落所折射出的模樣。在入團前我便告訴自己，我們這些大學生所擔任的國際志工，一點也不了不起、一點也不值得驕傲，所謂的志工，絕對不只是去幫助別人，如果不能調整好自己的心態；如果對於國際志工這件事沒有基本的認知；如果對於當地沒有一定的尊重，那麼花了團費出團，得到的只是出國和當地小朋友玩，人生多了那看似輝煌的一筆，但真正的空虛，是在那些孩子清澈眼神裡，看見自己的可恥。因此我必須時時刻刻告誡自己，所謂的國際志工是服務學習，是用自己的雙眼去看這個世界，是去學習那些養尊處優的我們早就遺忘的單純和知足。

這次跟著 WWS 一起到 Narayansthan Higher Secondary School 做暑期教學時，便

更加能深刻的感受到自己能力的不足。名為國際志工的我們，卻其實由於水土不服以及對於當地了解不夠多的緣故，需要受到協會分神來照顧我們；儘管當地的醫生對於我們的教案的實用性及幫助性給予了肯定，但語言的隔閡的確阻礙了知識的直接交流，雖然有翻譯的協助，卻也的確使團員們感到相當的受挫，曾經消極的想過自己來到當地的意義以及必要性，但仔細想想，每件事都有存在的意義，也許我們存在的目的就是為了能夠了解當地的情況、看見問題所在，身為第一屆的我們，就算準備的再多一定都不夠，因為需要時間。我們就像是種子，來到這個地方，看見問題後，回到台灣讓解決問題這件事得以傳承，在走到終點前，得以讓學弟妹或者更多的人想辦法解決，我們這些大學生之所以會成為國際志工，並不是為了多了不起，不是去做偉大的國際援助，我們是去看、去學習的，要感恩自己有這樣的機會，要謙卑的去學習、去發掘當地問題，從服務中學習設身處地的同理，而不是自以為是的同情。

就像村訪後的檢討會，我們分組說明各組村訪時詢問的結果和看見的問題，從水資源的取得、廁所衛生及浴室的有無，到牲畜的 豢養以及廚房排煙系統的缺乏等等，再從這些觀察到的事情去思考問題的因果，透過領隊的問題，我們得以去思考、學著去設身處地地尋找當地村民可能遇到的種種問題及解決方法外，同時也更加深切的體會到當地人生活的不易，以及自己過去的想法真的太過天真。我們理所當然認為的飯前洗手、清洗裝水容器等衛生觀念，竟然是當地政府需要印傳單宣導的觀念；我們視之理所當然的每天洗澡，在當地卻是過於奢侈的一件事，因為沒有雨，就沒有水，連飲用的水資源都不足的時候，怎麼還會有洗澡的餘裕？

尼泊爾山村的生活非常地原始純樸，幾乎完全捨棄任何地 3C 用品，雖然台灣相較起來，在尼泊爾的生活真的比較不方便，不只得忍受好幾天沒有洗澡洗頭，平常的洗漱也只能用儲存下來的雨水，除此之外，也缺少很多娛樂，但是正是因為這樣，在當地生活的這段日子裡，卻反而能感受前所未有的單純美好，日復一日的與世無爭，擁有的不多，所以每件事物都顯得珍貴，東西壞了第一個念頭是修，而如今東西壞了，養尊處優的我們第一個想法卻是丟，舊的不去新的不來。經過短短幾天的洗滌，不禁覺得 有時擁有的太多也許並不是好事，在物質撩亂的世界裡，我們經常迷失了事物的本質，甚至，也迷失了自己。

尼泊爾的貧窮讓它成為無助的母親，無法孕育如同我們一樣能夠擁有那麼多資源的人民，儘管如此，他們的心靈是如此富足，比起在這過動的時代迷離於慾望之中的我們，貧瘠而貪心。在尼泊爾的日子裡，也許不得不慚愧的說，從他們身上得到的可能比我們傳授與他們的還要多。在他們身上、在這段日子裡、在這片土地上，能夠看見在被都市生活約束的生命裡一直以來都難以望見的，身為人的初衷。

## 六、反思

我們雖然是一個被塑造出的上位者（教師身分），但實際上對於做人這件事，我們有很多地方需要反省及改進，包括前來當志工的目的究竟是為了自我實現，還是順便到異地觀光走訪？做志工從來都不是人到那裏，做了一些自以為能幫助到他們的事情，就可以自得意滿回台灣的一件事。

在尼泊爾服務學習得到的是什麼？是踏踏實實的慚愧，然而這樣的慚愧並不讓我覺得可恥，這是面對問題的第一步，也是我們必須面對的事實。有了這個慚愧，才會有動力，讓自己的服務學習不只是作秀，不只是一趟跨國的戶外教學，而是真正的去親眼看見這個世界的角落，並且思考身為社會中的一員，對於國際上需要幫助的地方，我們真的無能為力嗎？或是我們只是選擇自我安慰的漠視？

另一方面國際志工的泛濫也越來越嚴重，許多團體打著「國際志工」的名號爭取群眾的好感及資助，大量宣傳那些未經同意及拍攝出的人像照，並擅自詮釋他們的眼神或想法，刻劃出那個國家的弱勢與無助，但實際上卻對當地問題毫無具體作為；又或者我們所給的援助真的是當地所需要的嗎？在我們看來的缺乏資源，會不會其實只是一種類似於我族中心主義下的自以為是？當他們習慣於自己的生活並且自給自足的時候，有這樣一群人打個國際人道援助的旗幟侵入他們原先安定的生活，再自我滿足的以為自己是當地人求之不得的存在，卻不知道自己破壞了當地平衡……

儘管出團歸來，但我卻認為短期的大學生團體，很難真正承擔起「國際志工」這個沉重的擔子，真正的內涵並沒有實質援助，因為身為大學生的我們沒有錢，沒有權、沒有長期投入的準備，最多可能只是服務學習。我認為真正的國際志工，必

須與對象站在同樣的高度，傾聽他們真正的聲音，給予「協助」而非「施捨、幫助」，讓當地能有自己對於所身處土地的選擇權，並且長期的關注，而非草草掠過，像是對自己有交代一般，一切的作為只為了歌頌自己的崇高博愛。身而為人，如何去尊重一個與自己擁有相異文化的人民、如何對得起自己這個一個志工的名字，最後，如何去實現真正滿足對方所需的人道救援目標？這些種種，我相信都不是一次暑假服務學習能夠得到的，這次的社會實踐－服務學習，我想並不會因為我離開服務據點回到台灣而畫下句點，相反的，在這個暑假我所看見的，我所學的、所體會到的，都必須花上一輩子的時間好好深省及學習。