

從門外漢到街頭藝人：我的薩克斯風斜槓人生

作者：牟聯瑞　臺南市立醫院　秀傳醫療體系副總裁

我是一位臨床醫師，行醫數十載，平日總被繁重的病患照護與行政責任所環繞。或許你難以想像，在醫療之外，我竟也走上一條與音符相伴的旅程，並成為街頭藝人。而這一切，都始於我64歲那年，一個偶然的機會——學習薩克斯風。

其實，自幼我便懷有音樂夢。小時候經常聽著收音機裡的旋律，幻想著自己能演奏出那樣動人的樂章。然而，現實殘酷，家境清寒使我無法接觸樂器課程。成年後更是專心投入醫學領域，夜以繼日地奔波，對於

音樂的接觸，在沒有網路的時代，最多也只是購買一些音樂CD或假日與朋友、同事去KTV唱唱歌，音樂之夢便深埋心底。

初學薩克斯風

2017年9月的一個周末晚上，在嘉義醫學會晚宴結束後，大林慈濟內科的曾國枝部長忽然提到他最近在學習薩克斯風，很有心得也很有趣，建議我們同僚一起來學習，甚至開玩笑地隨便點了6個人，說我們就組一個「薩克斯風F6」一起練習。起初大家不以為意，以為只是玩笑。孰料3個月後的某個晚上，曾醫師忽然打電話告訴我們，他已經幫我們找好了臺南的老師，並要我們下週一晚上到老師那裡報到，順便看看我們是否有興趣學習。

老實說，當時我們連薩克斯風都沒摸過，只在圖片或演奏表演上看過它的樣子。懷著忐忑的心情來到音樂教室，原本的F6已經變成F4（有2個人完全沒報到），上課後又有1人臨時放棄，因此真正開始上課的只有3人。

剛開始的確非常辛苦，沒有任何音樂基礎，五線譜不會看，簡譜也看得錯誤百出。如何吹氣、控制嘴型，以及讓音準穩定，全都是一連串的挑戰。初期常常吹到頭暈、嘴酸，甚至連Do到Si的7個音都無法流利吹出，更不用說完整的一首旋律。那時我常懷疑自己：是不是太晚開始？是不是不該浪費這時間？但在我練習一個月後，終於能吹出簡單的臺灣民謠〈望春風〉時，那種興奮實在難以形容。

第一次登台表演

即使每日醫療工作忙碌，我仍堅持練習。只要有空，回到家後，我會撥出30分鐘到1小時，反覆練習音階與樂曲。在堅持了一年之後，2019年

初在臺南市立醫院忘年會，我們3人首次登台，演奏了兩首曲子。會後有些同仁覺得有趣，也想要加入學習，於是在院內籌組了薩克斯風社團，許多同仁與退休員工都陸續加入。我們取名「愛薩人薩克斯風樂團」，利用業餘時間練習。

這些年來，我們受邀參加醫院活動、社區義演，甚至戶外公演。所有成員也都考取了街頭藝人的證照，大家一路互相鼓勵，共同進步，並傳遞音樂的喜悅與溫馨。

走進音樂殿堂

臺南市醫師公會多年來都有年度音樂會。2022年，在臺南愛樂管弦樂團甘芳嫙老師的鼓勵下，我與曾國枝醫師決定挑戰，2023年的醫師公會年度音樂會上進行我人生中第一次公開演出。



演出地點在臺南市文化中心演藝廳，是臺南表演藝術的最高殿堂。為了這次演出，我們辛苦準備了大半年。正式上台時仍舊緊張，雙手顫抖，心跳加速，幾乎吹不出聲音。但當第一段曲目順利完成後，隨後的演奏也逐漸進入狀態。當鋼琴伴奏的最後一個音符落下，觀眾熱烈的掌聲響起，那一刻，我感受到音樂的力量，也真正體會了「台上10分鐘，台下10年功」的意義。

音樂與醫療的平衡

薩克斯風是一種易學難精的樂器，要吹出聲音甚至完成一首簡單的歌

曲並不困難，但要吹得動聽卻不容易，必須不斷練習才能提升水準。對我而言，這段學習歷程的意義，遠超過技巧的進步。它讓我重新認識自己，也讓我在理性與感性之間找到平衡。

醫療工作固然重要，但若少了心靈的養分，人生將減少許多色彩。學習薩克斯風的過程，讓我結識了許多志同道合的朋友，也教會了我耐心、謙遜與自律，讓我在人生下半場找到新的舞台。2025年，在賴俊良理事長的帶領下，臺南市醫師公會更舉辦了全市各醫院與基層診所共同參與的音樂會，這是臺灣醫界的創舉，相信未來會被更多縣市醫師公會所仿效。

斜槓人生的啓示

斜槓，不只是多一項技能，而是一種生活態度。我，64歲才開始學薩克斯風，如今也能站上舞台分享音樂。這不只是一場夢想的實現，更是一場自我重生的旅程。我想對我的醫師同儕說：年齡不是障礙，時間也不是藉口。只要願意開始，任何學習都不嫌晚。

當我們逐漸步入中老年，尋找興趣作為退休後的活動，對身心健康至關重要。或許你年輕時也曾有一個被擱置的夢想，不妨勇敢追尋。當你演奏出第一個屬於自己的音符，那將是人生中最美的樂章。

