

高知縣高知西高等學校蒞校參訪



開學不到一個月，本校十四位接待學生開始如火如荼地籌畫活動，準備於9月29日與十一位高知西高等學校高一學生進行交流。活動當天，藉由即將到來的中秋節，延平同學精彩敘述有關后羿射日、嫦娥奔月傳說故事，並帶著學伴一同品嚐月餅、柚子，體驗中秋節。接著透過高知西同學歡樂活潑嗶嗶舞表演、延平同學悠揚悅耳中國笛演奏、好玩有趣英會課、永康街美食探索、社團活動體驗、晚上homestay，至隔天建國花市走訪，相信皆為此次交流，留下深刻的印象。從彼此安靜互視，熱絡交談，離別不捨，感受到這不僅僅只是參訪，也看見兩校學生所建立情感，讓這次活動畫下完美的句點，期待延平與高知西的下次再相會！

(學務處老師 許綉雲)



行政院新聞局出版事業登記局版北市誌字第二〇九二號
中華民國八十七年元月十日創刊

朱昭陽

延平人

第一二〇期

發行人：劉 永 順
發行所：臺北市私立延平高級中學
所在地：北市建國南路一段275號
網址：http://www.yphs.tp.edu.tw
電話：(02) 27071478 (代表號)
編輯人：延平人雙月刊社
指導老師：林 怡 芳
印刷所：宇 晨 設 計 印 刷

特教知能研習

為了精進教師們的輔導知能，以及對特殊教育學生的認識，輔導室特別利用段考下午為全校教師們充電。

這次的特殊教育研習，邀請了大安高工的謝佳男老師，針對特殊需求學生的班級經營策略向老師們做宣導。謝老師從教學生涯中萃取出不少心得，透過幽默的口吻，讓硬知識和沉重的班級經營變得生動有趣，教師們聽得捧腹大笑之餘，也得以重新站到新的角度，以包容接納的目光凝視這些與主流氣質不同的孩子們。在加以了解各類自閉症孩子的特質和特徵後，大家無不心有戚戚焉，原來各位夥伴們的教學生涯中或多或少都曾與這樣的孩子接觸，曾經的困惑、曾經的不理解經過一番知識補充後，頗有恍然大悟、豁然開朗之感。從謝老師歸納的案例中，我們看到了

每種特質孩子的可愛及珍貴，也看到了同學口中「白目」的特質後面「真誠一致」的正向特質。

對這些孩子認知上的建構彷彿幫老師們打了一劑劑的強心針，而聽眾們對於這類孩子的辨識能力也都有不小幅度的提升。調整好心情後，謝老師開始提供各種教學策略和技巧，各個妙招和策略皆充實了教師的教學錦囊，若干把的刷子就這樣被遞進了老師們的手中。其中一個實際的五字箴言讓現場老師們印象深刻：「勿中計生氣」，當老師在情緒被撩動前如是跟自己先行對話，那些在一級戰區的怒火中，燒、怒髮衝冠等情緒，似乎都變得沒有「非得深刻經歷不可」的執著。看懂這些孩子了、理解這些孩子了，一切好像也就稍稍撥雲見日、甚至雲淡風輕了。

兩個小時的時間，

謝老師的妙語如珠悄然滾進了老師們的心扉，並從記憶中某個稍感無力的角落盪出了一絲迴響，看似微弱卻又那麼清晰。這次研習回饋的統計結果相當正面，不少老師們提及喜歡講師生動的口才及豐富的案例，那些曾經在教學現場發生的點滴都活靈活現地出現在面前，而大家在處理特殊需求孩子班級上的辛苦，似乎也都隨著理解的微笑被輕輕撫觸。

看著老師們伴隨著段考下午的輕鬆氣氛愉悅的離場，我想這次講座應該在大夥的心底拌起了些漣漪。期待兩個小時的悸動能化為滿滿的能量瓶，充飽電後再次面對班上那些可愛珍貴的孩子們。

(輔導老師 呂冠彥)



守護孩子的健康——大家一起來

本校於10月12日實施全校流感疫苗接種，由車參薇小兒科診所負責施打工作，健康中心事前慎密的規劃所有流程，全體行政同仁全力協助，家長會志工團更動員40位熱心家長的投入，當然，還要讚揚同學們在整個過程中，表現得井然有序，讓工作順利圓滿完成。

政府為了保護國人健康，提供免費疫苗供國人接種，完全採取自願登記，今年本校同學接種率達74%，較去年提高2%。

10月25-27日實施新生健康檢查，家長會志工團再次鼎力相助，發揮溫柔慈善的關懷，讓孩子們放鬆緊張的心情，順利完成健康檢查。

健檢可讓同學了解自己的身體狀況，讓每個人都能朝更健康的人生前進。若檢查報告有異狀的同學，也不要擔心，一定要再到醫療院所進一步檢查與確認，健康中心也會協助同學一起守護大家的健康。

(學務主任 馬根善)



延平之星 甄選活動

106學年度的延平之星甄選，於10月11日至10月13日在本校閱覽室與東大樓513教室盛大舉行。縱使受到校園整建工程，場地限縮的影響，仍不減同學們踴躍展現自我的熱情。本次的延平之星，共有30組同學報名參與歌唱、才藝及舞蹈的競賽，表演型態可以說是包羅萬象：漂洋過海的老歌獻唱、二二的韓國演出、慷慨激昂的隨興Beatbox、再別康橋的詩歌朗誦、深情的十年加上一萬次悲傷、烏克麗麗的炫技演奏、及合唱團和諧默契的A Cappella，都已激起觀賞同學心中的小小漣漪；舞技精湛的十六表演、唱跳俱佳的 Silent Majority



及毫不畏懼的國中女舞表演，更是將延平之星的比賽，帶到最高潮。

比賽業已結束，謝謝每位參賽同學奮力毫無保留的演出，是你們讓延平之星奪目而絢麗；同時也不能忘卻到場全力支持加油的群眾。各位，我們校慶週，中庭花園見！

(活動組長 蕭政宏)

延平中學圖書館捐書實施要點

為鼓勵各界踴躍捐贈書刊資料，以豐富本校圖書館館藏資源，提供全校教職員生閱覽，並建立師生資源分享利用觀念。請各單位共襄勝舉，以培養師生「讀好書、書讀好、好讀書」的風氣，進而建立書香校園。

感謝 趙偉勝 君，熱心關懷教育，於106年7月28日捐贈本校書刊一批(共45冊)，惠我學子良多，嘉舉甚感敬佩，本校深表謝忱。

感謝 何鄉子 君，熱心關懷教育，於106年9月7日捐贈本校書刊一批(共24冊)，惠我學子良多，嘉舉甚感敬佩，本校深表謝忱。

感謝 謝文進 君，熱心關懷教育，於106年9月8日捐贈本校書刊一批(共21冊)，惠我學子良多，嘉舉甚感敬佩，本校深表謝忱。

感謝 劉順文 君，熱心關懷教育，於106年9月14日捐贈本校書刊一批(共15冊)，惠我學子良多，嘉舉甚感敬佩，本校深表謝忱。

一項關於懷錶的記憶

高一10 謝雨璇

當溫和的空氣再次籠罩大地，當大地再次披上綠衣，當白晝漸漸地敵過黑夜的勢力，那初春之際，便是我的生日，每到那個時候，也意味著我在茫茫人海中又走過一個四季。

記得那是五歲生日，一早醒來到了幼兒園，雖然跟爸媽講了很多話，可是他們卻都提到生日之事，使我小小靈受重傷，一整天像凋零的花朵，灰頭土臉。到了夜晚，走在回家的路上，我望向天空，閃爍的星星是微亮的希望，我告訴自己，反正還沒十二點，今天還是我生日。一回到家，

媽媽悄悄地走進我的房間，遞給我一個粉紅色的小盒子，並送上祝福，原來他們沒忘記，只是想給我驚喜，須臾間，我內心的荒蕪又恢復盎然，我緩緩的打開盒子，裡頭是一只米老鼠圖案的懷錶，金色的框上面鑲了三顆鑽，我感動落淚，媽媽說，她期望在未來的每一刻，我都能好好珍惜。那時還小也許不太懂媽媽的意思，可是現在，當我再次看見那只懷錶，開始明白何謂珍惜。

上了高中，許多事攪和在一起，有時煩了、累了、想休息，就會想起過去悠遊的生活，從抽屜裡拿出當年的懷錶，腦海裡就會開始浮現一個個黑白影像，小時候學樂器的場景，動不動考試就拿滿分的無感喜悅，還有無憂無慮的上學，不在乎太多事情，曾經的記憶都留在懷錶的每個齒輪之間，那個回不去的童年，我想，也只能珍藏了，於是收進盒子裡，放入抽屜的深處，也放入心底。

經過多少個四季，那只懷錶終於不再轉動，從米老鼠的笑容，我看見童年，從時針與分針，我看見歲月的痕跡。而我珍藏的，是懷錶，也是記憶。

一項關於獎盃的記憶

高二10 邱安理

某一天下午，因為早上發生的一些事而心情糟透的我，正準備用打電動來宣洩心中的怒火，在經過一個轉角時，隨便瞄了一眼，一座座的獎盃映入了我的眼簾，內心中彷彿颯風過境，下起了暴風雨，那些努力的場景，依序慢慢地從心中浮現，從模糊漸漸地清晰，喚起我小時候的記憶。

在這些記憶中，以心算的獎盃最為印象深刻，畢竟這是我目前最高的成就，當我想起在心算班練習的景象，一週兩次，一踏進心算班，做的第一件事就是翻開練習本，不斷的算，一邊寫還要一邊計時，而全班的同學也是如此，畢竟下個月就像比賽，時間就像賽馬選手不停的揮打手中的皮鞭，打在馬身上，而我們就像那隻馬在壓迫下，痛苦中，只能運算著眼前的數字。

終於經過千錘萬擊的我們被送上戰場，準備與敵人鬥得你死我活，輕快而急促的開始聲，一聲喝下，整齊而快速

的翻頁聲，同時觸發，經過三十秒長時的戰鬥，結束的號角響聲，這是一場公平的對決，在三十秒內展現出自己的速度與準確度，經過三十分鐘，穿著白衣黑褲的裁判們，拿著手中的結果，張貼在各個佈告欄，此時的畫面就像是判官在念出生死簿中自己的命運，每個人的臉上都是無比的緊張，當然我也是，努力地往前擠，每走一步就像在跨年晚會跨出一步一樣困難，好不容易看到了生死簿，而我很輕易的找到，就像反掌折枝般的容易，因為它就在第一行「第一名：邱安理」。而在接下來的頒獎典禮我是最耀眼的那一個。

在我獲獎之前，我從沒有想到會有這

我生命中的太陽

高一11 吳瑜婕

太陽，總是帶給我們無限的正面態度，彷彿只要有陽光灑落的地方，所有的煩惱都會被那溫暖感染，而變得溫和親人，而我的生命中也有一個如太陽般的存在，為我照耀最明亮的光芒，她就是我最重要的——妹妹。

有時候只是簡單的一句話、一個動作，都能夠轉變成給予另一個人的力量，記得有一次我不小心受傷流血，妹妹看到我的傷痕，便皺起眉頭向我問著怎麼受傷了，接著輕輕的朝傷口吹氣，溫柔的摸摸我說，我幫妳吹一吹，這樣

跑時在她臉上綻放的燦爛笑容，甚至聽著她用細細童音，唱出我教給她的每一首歌曲，這全部都是用幸福堆積排列出的畫面，讓我情不自禁的沉浸在這溫暖的愉悅之中。

對我來說，妹妹是世界上最獨特的一顆太陽，她擁有的並不是多麼耀眼光芒，而是淡淡柔柔的暖意，卻足夠明亮我的每一天，我要謝謝我的小小太陽，為我抵擋了那麼多的黑暗，讓我也成為妳的大太陽，時時刻刻都守護在妳的身旁。

慈濟參訪心得

高一7 朱皓謙

六月二十八日，風和日麗的一個早晨，踏著清晨的露水，乘著和煦的陽光，我們搭著火車前往位於秀麗花蓮的慈濟大學。當火車一到花蓮，師姑師伯們早已熱情的在火車站外舉牌歡迎，笑容滿面。搭乘遊覽車前往慈濟大學，才剛下車，一陣悠揚的樂音隨風飄來：「……歡迎來到慈濟來，您的笑容親切又可愛……」我的心情也隨之飛揚起來。

第一天，我們學習了許多禮節，也參觀了慈濟博物館。裡面的內容琳瑯滿目，從台灣到東南亞到非洲，慈濟的腳步遍及全世界，不分種族、信仰，還是宗教，慈濟的志願是無私奉獻自己的一份心力，這樣無怨無悔的大愛精神讓我

不禁對慈濟「慈悲喜捨」的核心價值悠然神往。

有句靜思語說到：原諒別人就是善待自己。張美瑛老師的丈夫，一位受人尊敬的公大學教授，在河濱公園運動時遭到煙毒犯圍運動時遭到煙毒犯毒癮發作襲擊，送醫後宣告不治。一開始家屬都悲憤難以自己，堅持控告，只有張美瑛老師想到先生生前喜愛靜思語，進而看到這句話，而說服家人選擇了原諒。事後還曾去探望犯人，使那名犯人改過向善，從此不再吸毒。「原諒」的力量真的無比巨大，能使粗糙的砂礫成為珍珠，使一個原本無用的生命散發出不朽的光輝。

第二天，在一陣渾厚的阿美族嗓音中，大愛電視台的主播倪銘君老師分享了「身在福中要知福」。如果下一餐確定有飯吃，那麼就比十億人幸福了。北韓每天約有一千人死於飢餓，海地的貧民以泥巴餅果腹，在印尼處處是以廚餘為生的饑民。我們常常因為生活中一點點不如意而怨天尤人，卻從來不曾想過我們已經擁有如此之多，仍然不不知恥的繼續索求更多。張曉

人間極品

高一9 吳君毅

人各有所好，愛不釋手的事物也各不相同。對我來說，媽媽每天中午幫我帶的那個便當，就是人間極品。

每天中午，最期待打開那堪稱五星級主廚所做的便當，在鐵蓋底下，迎接我的永遠是快要滿出來的，色香味俱全的菜色。金針菇烘蛋、培根片炒三色青椒、氣炸醃豬肋排、義式風格香煎雞……每天的菜都堆到看不到底下的白飯。光是看到這些菜色，不僅早已食慾大開，心中直呼過癮，

每天中午都能大快朵頤。比起別的同學的便當，他們的遜色了許多。我的精緻便當當然也會引起同學「覬覦」，在便當捍衛戰中我成了守方。這都要歸功給媽媽。

不像某些同學帶的便當是前一天晚上的剩菜剩飯，媽媽週末總會待在廚房兩三個小時，把全家人要帶的便當都煮好，儘管這樣這週的菜色都十分類似，這才是我認為這些便當的可貴之處：我可以一再的細品嚐每一道令人垂涎的菜色，一再的品

寫到癩者在啃食著又冷又乾的饅頭時還會想到其他因飢餓而垂死的人們。這份憐憫心使癩者心生愧疚。相較那些「朱門酒肉臭」的高官富賈，胸襟是更為恢弘了。

第三天，蘇足師姑分享了自已過去傳奇般的一生從賭博到自殺，一個一度處於世界最黑暗絕望的角落，現在卻蛻變成一個「年輕人」，這一切的一切，都是因為能夠隨時心存感恩。蘇足師姑多年來一直在醫院志工，其中的生離死別，讓蘇足師姑更願意從過往的陰霾走出來，大步往前走。因為人事無常，才讓蘇足師姑了解自己不是最不幸的人。我們有時候會因為一點微不足道的挫折而蜷縮於一旁，自怨自艾，但卻有些人，縱使手腳殘缺，仍樂天知命的活著。這時，我們才意識到，原來自己是多麼荒謬，竟為了一點挫折就捶胸頓足，甚或在生命的旅途中停下了腳步，失去了再次向前的勇氣，也忘了當初驅使自己向前的初衷，只能在路上徘徊。

去過慈濟之後，我才知道原來世界上有這麼多人在為美好的將來付出，尤其是那不求回報及掌聲的精神更是令人敬佩。在未來，我也能夠幫助他人，為晦暗的世界多添一盞光明。

螢光：人生的價值在於創造一個有價值的人生。

一項關於游泳的記憶

高一11 蔡亞璇

冰涼的池水，映著磁磚淡淡的藍，我認真練習著剛學會的蝶式。潛入水中，再奮力衝破水面，飛向天際，甩手，又回到水的懷抱……「嘩——」最後一次劃破水面，興奮的起身，水珠沿著臉頰滴落，我摘下蛙鏡，等在盡頭的是表姊……

我很擔心的問表姊：「如果我們長大後像媽媽她們一樣，和表姊不常往來，變不好怎麼辦？」那時的我是想到我們可能會疏遠，就感到一陣慌張，但她跟我保證，我們不會那樣，我們一直親近下去……

……我彎起嘴角，勾出一個燦爛的笑容，游泳已成為我們青春時光的代名詞，蘊藏著無數耀眼的回憶，也是未來道路上，我們之間最深刻的羈絆，我再次滑入水中，和軒軒姊姊一起，游入記憶，游向我們的天際。

失落的光輝

高一10 羅義方

往年的年夜飯，基本上除了烤雞除外，烤麩、蝦鬆、龍蝦沙拉等都是由我奶奶領導製作，可惜由於她年紀漸大，雖然身體沒什麼大毛病，但要請她如以往準備年夜飯，對她而言就是相當勞累的一件事，於是

是決定從簡，除了少數幾道簡單的菜之外，其餘一律向外面購買。

到外面買年菜確實為家中的女性們減輕了不少負擔，但這菜的口味可以說是走了一半，雖然也不難吃，但和以前奶奶

做的口味相比，就是差了那幾匙糖、幾撮鹽、幾勺的醬和醋，只有一隻買來的鹽水鴨是例外。

回憶以前過年前，奶奶老往第一果菜批發市場去買鮑魚、海參、龍蝦、竹筍等平時連影子都見不著的食材，冰到冰箱去，然後我就時不時打開冰箱，捏一捏那富有彈性的海參，一直到除夕的中飯以後，那些食材才被拿出來煮，小時候因為還不會打麻將，就只能

在客廳一面吃南棗核桃糕，一面看卡通，無聊就向廚房跑，看看能不能幹一些有趣的活，有時候就和和麵、撕撕雞、要不端端盤子、打打雞蛋，偶爾還討到一片滷的牛腱子或牛肚又或是

誰時間花的少吧！我認爲一萬個小時法則要表達的是，時間花下去，或許不一定會成功，但一定會學到些什麼。當一份報告做的時間是一年，那它勢必不會像一夜趕出來的那般粗製爛造，而是反覆審視是否有字句不順，用字不妥，資料不全等問題，甚至是經過別人無數次檢視及修改，如此之作能與一夜的報告相比嗎？這道理一直都很簡單，俗話曾說：「笨鳥先飛」也是相同的，知道有所不足，想要加強，便需比別人花更多時間。現今，人們不知道是爲什麼不願多花時間呢？是不願承認自己不足？還是認爲夠了？

一萬個小時所做的，事很多，倘若你能下定決心只專注於一件事一萬個小時，累積的是實力，增加的是經驗，每一份的付出便是成功機率的累積，不匆促的方式所做出來的產物，代表的意義更多，時間不是用來限縮做事品質的，而是增加品質的工具，善用它，帶來的快樂不會比多享樂來的少！

發人深省的歌詞蘊含的不只是教誨，更是期許我們在吃飯時要善待食物，不要浪費。隨著火車慢慢地由花蓮火車站駛離，我的心也漸漸的明朗了，不但聽了許許多多的經驗分享，也學到了許多書本上沒有的觀念，更消除了不少對慈濟的偏見。之後在暑假的其餘他營隊遇到沒去的同學：「你不知道慈濟的力量有多麼的強大嗎？啊對！你沒去慈濟！」三天的慈濟之行，收穫最大的或許不是觀念或是各種經驗談，而是強大的慈濟力量啊！

一萬個小時

高二4 李明遠

一萬個小時，對台灣的學生，應該說台灣的社會中，似乎不論拿來做什麼事都嫌多吧！在科技發達的這世代，做什麼都很方便，但同樣的誘惑亦是更多的。當上一輩的人叨唸著年輕人能力差，而年輕人不服，但不服也就僅僅是不服，沒有實際行動，有所覺悟，依我看時

現代人最講求的便間配置是一大問題。

是效率，不過壓縮時間的結果，則是變成了速度，看似達到了效率，實質上是犧牲了品質，從補習到微波食品，快速完成，但學到的填鴨、添壓，吃到的不如現煮營養、健康的食物。上述的事物已不斷的在生活中強調快速，但事做的快便是好嗎？學生在考前三天拚死拚活的讀，拿到七十幾便滿足了，而當看有人考滿分時，只會說著暗K等等字眼，可是學生不正是花時間準備考試嗎？大家好像都忘了考試該競爭的不是

「慈濟？你真的要去嗎？那邊不是都吃素嗎？而且不是很無聊嗎？」面對著滿滿的偏見和疑竇，依然踏上了往花蓮的火車，在一片嘈雜中，來到了花蓮慈濟。

剛到花蓮慈濟，立即格於靜思堂的莊嚴肅穆，使之前的偏見褪去不少，中午吃的青菜豆腐，雖無肉類的甘美，但總有股淡淡的幽香，轉眼間，三天倏然而逝，也在心中留下了一陣陣蕩漾的漣漪。

例如在第一天張美瑛老師所分享的三則故事中，最令我感動的就是她自己的親身經歷：她的丈夫被假釋出獄的吸毒犯毆打後傷重不治，而她選擇了原諒。

有句英文諺語說：「To err is human, to forgive divine.」翻成中文則是說：「人非聖賢，孰能無過。」人的一世只有一回，在離世之後無論做多少有意識的努力都終究徒勞無功，以我非常佩服張老師的放下。靜思語中也說：「做該做的事是智慧，不做該做的事是愚癡。」原諒，勝於被如鬼魂的怨恨所繫繞。

亞里斯多德在《尼各馬科倫理學》中對中庸原則的定義是：「舉例來說，恐懼、自信、渴望、憤怒、遺憾或一般的快樂與疼痛等等感受，不論或多或少，都是不恰當的。在正確時機，關於正確的事物，針對正確的對象，朝向正確的目的並以正確的方式去感受，就是中庸，就是最佳的生之道。德行所涵蓋的就是這些範圍。同樣的，所有行爲都可以分成過度，不及和中庸。」

慈濟心得

高一7 吳睿瑜

這本歷史小說，介紹了從康熙年間到現在的臺灣歷史，看完這本書後，再回頭去想歷史課本的內容，立刻引起了共鳴。我發現現在課本裡有些較難的觀念，在看完這本書之後，都能迎刃而解，讓我深刻的感受到學習的另一種方法，那就是「延伸閱讀」，因為在課本中的知識只會是重點，若透過延伸閱讀就可以把不了解的問題以另一種原本所不知道的方式仔細思考過，書是一種幫助人學習的工具，但若看書不思考的話，就只是在看「別人要告訴我什麼」，而不是「看了這本書，我該讓我知道什麼」，這兩者之間是有很大的差異的。

水神這本書吸引我的地方是因為它跟其它平常看的不一樣，這本書描述最多的反而是在土地上生活的點點滴滴，人與人相處的心態，在這一方面，我也感受良多，一篇好的作文或是一本好的小說，並不是因爲想像力好，或是用字遣詞深奧，而是看文章的內涵和帶給讀者的感受與啓示，看書是爲了要學習，若一本沒有學習價值的書就不算是好書，我想這就是「水神」與其它書的不同之處吧！

氣，讓我改變自己有能力改變的事物，請賜予我智慧，讓我分辨二者的差別所在。」

發人深省的歌詞蘊含的不只是教誨，更是期許我們在吃飯時要善待食物，不要浪費。隨著火車慢慢地由花蓮火車站駛離，我的心也漸漸的明朗了，不但聽了許許多多的經驗分享，也學到了許多書本上沒有的觀念，更消除了不少對慈濟的偏見。之後在暑假的其餘他營隊遇到沒去的同學：「你不知道慈濟的力量有多麼的強大嗎？啊對！你沒去慈濟！」三天的慈濟之行，收穫最大的或許不是觀念或是各種經驗談，而是強大的慈濟力量啊！

閱讀心得—「水神」

國二5 陳俊霖

佇立第一次世界大戰發生現場的遐想——

塞拉耶佛

歷史科 陳忠錦 老師

一九一四年六月二十八日，星期天，陽光普照的天氣，是奧國皇儲斐迪南大公和老婆蘇菲的結婚紀念日，更是人類史上值得大書特書的一天，因為這天下午兩點兩人被暗殺，是引發第一次世界大戰起始的日子。



塞拉耶佛市內基礎設施有進步空間，從輕軌道間雜草叢生事知。

塞拉耶佛是波士尼亞的首都，位置約在巴爾幹半島的西側，海拔五百多公尺，年平均溫約十五度，在山谷中的它，人口約三十八萬，被阿爾卑斯山包圍，最著名的米里雅茨河流過其間，是波士尼亞的文化、社會、政經、科技、娛樂和時尚中心，它的美超乎我的想像，覺得有點像寧靜的埔里。境內宗教複雜，東正教、伊斯蘭教、天主教和猶太教都並存，信奉前兩者較多，各約有四成，也是歐洲僅存各式教堂同在的大都市，因此有「歐洲的耶路撒冷」、「巴爾幹的耶



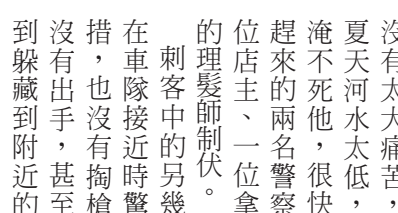
1992年起的波士尼亞獨立戰爭，讓它備受攻擊，現在「進步與廢墟並立」的建物，隨處可見。

路撒冷」之稱。十九世紀七〇年代，日耳曼民族在德意志帝國完成統一後，歐陸強權國家出現洗牌現象，一八七八年的柏林會議和一八八四年的柏林西非會議，說明德國已證明自己的強大與向外發展的野心，而且難以壓抑。雖然俾斯麥意圖以孤立法國為最高戰略核心目標，但德國在歐洲外交的行止與非洲的影響力、侵略的企圖都不同於往昔。另一方面，俄國痛恨日耳曼民族插手巴爾幹事務，柏林會議讓它到手而且可以獨享的巴爾幹肥肉吐了出來，開始痛恨德國，會議中德國幫助奧國實質上得到波士尼亞與赫塞哥維納的統治權，也讓奧國不安，在心理恐懼俄國的狀況下，只好尋求與同文同種的德國結盟，加上義大利在爭奪北非殖民地與法國交惡，而加入德奧，於



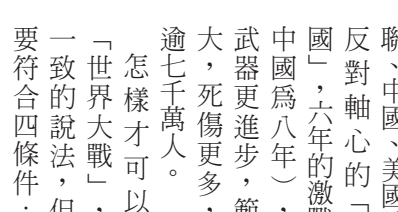
每天都有不少人前往拉丁大橋憑吊或追憶。

他在掌握實權後，先喊出「大日耳曼主義」的口號，這使斯拉夫族老大俄國為之緊張，也讓被孤立了近二十年的法國得到外交的突破口，法國向俄國示好，以幫助俄國修築西伯利亞鐵路當代價，促成了「法俄協約」的簽訂。威廉二世又喊出「大



拉丁大橋的歷史意義重大。

仇的民族意識，激進人士也將這一天稱為「聖維特日」，並代代傳承，尋求報復的機會。大公到訪的正是這一天，還檢閱軍事演習，這對塞爾維亞極端民族主義者而言，就是一種挑釁，於是六名恐怖份子，含五名塞爾維亞人和一名波士尼亞人就準備用接力方式完成使命。他們腰間綁著炸彈和引信，口袋藏著手槍，身上還帶著小包的氰化物粉，一俟暗殺完成就自殺了。



街角有紀念文字，說明事發的過程。

一九一四年六月二十八這天，大公與夫人搭乘火車到塞拉耶佛，再改乘汽車前往市區，他們的車隊共六輛車，第一輛坐著塞拉耶佛市長和警察專員；第二輛是雙門跑車，車頂篷收了起來，坐的正長和一位中校，後面是大公夫婦，還有州長和一位中校，後面幾輛車則坐著當地的警察和一些隨員。當地政府的防護措施鬆散，還不接受事前的警告，大公夫婦仍然笑謎謎的揮著手，接受夾道歡迎的民眾致意，並照著人盡皆知

的路線前進，維持安全的警戒人員都沒到位，甚至警衛團長也是隨便搭上一輛車，沒有在大公身邊保護。大公夫婦也輕忽自己安全的重要性，幾天前還在大市集裏參觀，更對塞拉耶佛熱情的歡迎感到欣

喜，暴露的危險無以言喻。車子前行，刺客已分別就位。刺客巴希奇看到大公車輛前來，想拉開引信，卻感覺彷彿有什麼人站在他身後，愣住的剎那，車子已過，宣告失敗；查布里諾維奇則扔出炸彈，拉開引信，產生巨大的聲響，大公的保鏢還以為是車子爆胎，炸彈卻落在車子後方爆炸，地上炸出個大洞，也波及一些圍觀的群眾，大公十分冷靜，蘇菲臉頰擦傷，並無大礙，只有第四輛車的副官頭部受傷血流不止。查布里諾維奇扔出炸彈後，隨即吞下氰化物粉自殺，並跳入河中，卻由於氰化物粉質劣，卡在消化道間，非但沒有致命，似也沒有太大痛苦，加上夏天河水太低，根本淹不死他，很快就趕來的兩名警察和一位店主、一位拿手槍的理髮師制伏。

刺客中的另幾人都

在車隊接近時驚慌失措，也沒有掏槍，更沒有出手，甚至害怕到躲藏到附近的俱樂部裏，而把自己攜帶的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

的炸彈藏到地下室

螢光：人生沒有追求，如同車頭沒有引擎；生活缺乏熱情，恰似車箱沒有空氣。

上適時出現一位有野心或心理不健康的統治者，在帝國主義加種族主義的宣揚下，人類的夢魘就難以避免。

歷史就是這樣，常常少數幾個人就決定了幾億，甚至幾十億人類的命運。

第一次世界大戰的導火線是大公被殺，如果想想，有權跟外國宣戰者是誰？戰爭只是種族擴張的關係嗎？那「三國同盟」、「三國協約」的出現有沒有影響？而威廉二世喊出的口號是否改變歐洲軍事均衡？

彼此來看，從某種程度而言，各國的領導人就是世界的「恐怖份子」，而歷史總是錯綜複雜，交互影響，每一個環節都相互牽連。工業革命以來，帝國主義盛行，強國霸凌弱國，強國彼此之間要爭勝，以取得領導地位，這都是衝突的源頭；若加上一個人身心不健康，欲求彌補的同時，又擁有絕對權力，那實在是「恐怖份子」進級版的代名詞，古今中外皆然，而處在當下的老百姓似如螻蛄般渺小脆弱，又能如何。

越歐洲不少知名景點，在巴爾幹半島上更是名列前茅，二〇一一年還被提名為歐洲的文化城市，不但說明它的歷史價值，更有一分文化、宗教的底蘊。



塞拉耶佛市人口 38 萬，2011 年被提名為歐洲的文化城市。

為了活下去——脫北女孩朴研美

國二 5 龍怡潔

閱讀心得

在這科技日新月異的文明社會裡，居然還存在著連「腳踏車」都沒有的國家。上學途中看見屍體躺在路邊、肚子餓到只能吃野果裹腹、鄰居莫名其妙「消失」等等，這些在研美的生活中習以為常的事，卻讓我難以相信，在「出身成份」制度下，全國人民依其對政權及領導者的效忠程度分為三大類，地位最高的是受人尊敬的革命分子組成的「核心」階層；次等的是「基本」或「動搖」階層；地位最低的是「敵對」階層，包括前地主及其後裔、前南韓軍人、資本主義者、基督徒（或其他宗教的人）、以及所有與國家為敵的人。想要爬上更高一層比登天還難，但因莫須有的罪名被打入最低階層卻易如反掌，一旦喪失了原本的地位，好處也會跟著消失，還會連累到所有的親人。相對來講，臺灣真的民主多了，不但有合理的法律，也不會因為惹到高級階層的人而擔憂自己的性命，更可以

向政府表達自己的不滿，擁有了這麼多北韓人享不到的自由，我不懂為什麼我們還是一直不滿足呢？住在北韓，人民的生活就像金氏王朝的一場遊戲，隨時都有秘密警察和人民班長監視著他們，一旦被抓到有嫌疑或侮辱金氏家族，就會被抓去囚犯營或是「再教育營」接受「北韓是最富有且最強盛的國家」洗腦，每天只能吃一點點食物卻要做比平常多五倍的工，睡覺只能睡在二坪大的小房間裡與五十幾個人一起擠，來懺悔對國家的不忠。種種的不公平待遇，令我不禁氣憤難平。唯一讓我羨慕北韓人民的是他們那種對待同胞的心態，不管是親人也好，鄰居也好，朋友也好，甚至是路上的陌生人，都可以與他們分享東西，大概是因為在物資匱乏的社會裡，人與人之間那種共患難的火焰，融化了彼此之間冰冷的牆吧！

「這輩子我最感激的兩件事，一是我出生在北韓，二是我逃出了北韓。」研美說這句話時只有二十一歲，但她卻經歷了我們無法想像或是我們根本沒料到的恐怖事實，包括人口買賣，橫越戈壁沙漠等，從作者的字裡行間中，我看到了活下去的渴望，看到了人性的險惡，看到了這個社會最需要的力量——合作。

這一次，我終於做到了

國一 4 隋尚炫

一次又一次，反覆再反覆；一回又一回，努力再努力。「這一次，我終於做到了！」我對著廣大的操場吶喊。一度，我被失敗之石封住去路，甚至決定轉個一百八十度，調頭放棄，不再前行；一度，我和挫折四目相對，差點如看到蛇妖梅杜莎一般，遭挫折石化，被挫折打擊得一蹶不振。但，咬緊了牙關，終於不再畏懼挫敗，正因如此，我，才會是今天的我。

時間回溯到小學三年級。當時的我，面對人生中的第一次分班，面對二十幾個不熟悉的的面孔，面對一位新的導師，面對課業上忽然進出的新科目，就如小蝦米看到大鯨魚般，不免生了些膽怯之感。尤其是在第一次嘗試寫作時，看到滿滿的方格，一想到得在這些數以千計的小小格子裡，填入語句通順、標點流暢，甚至有條有理的文句，就會瞬間無法思考。「你想到什麼，就把它寫下來呀！」儘管老師總是

在期考結束後的隔天，我們國三前往花蓮慈濟園區參加慈濟大學人文營，行前大家雖然聽過這個慈善團體，卻少有人真正造訪過其所在地，而對於我們來說，最讓人害怕的便是三天都須吃素的用餐規定，習慣吃肉的我們突然要面對這樣的規範，寫個「特別篇」。或許是日日不停歇的練習，又或者是對作文的潛力開發了，我漸漸不再對作文稿紙有任何懼怕，甚至因為練習題材的寬廣，我的文筆在班上有了數一數二的程度了。

忽然，老師要我到國語日報週刊投稿。於是我把之前的練習一一打成電子檔，再逐一投稿。不過，隨著日子一天一天的過去，每天一早就興奮地從床上跳起，跑著去收信，翻看國語日報，輕快的腳步慢慢變得沉重，臉上的眉飛色舞，也漸漸被垂頭喪氣掩蓋。「為什麼會這樣？」我又再次對作文感到困惑，彷彿我根本不該對作文感到熱情，只因為我根本沒有那種天賦。

「最近學校有作文比賽，要不要參加？」在走廊的某處，忽然遇見了作文特訓的老師。確實是挺折磨人的；但大家仍然抱著期待的心情出發了。

在火車上，同學們開心地聊著、玩著，很快地，火車就駛入了花蓮車站，我們上了遊覽車，抵達慈濟園區。

一下車，師姑師伯們就用歌舞熱烈的歡迎我們的來訪，雖然這陣子，因為投稿的失敗，我經常缺席特訓。她半強迫地幫我報名了比賽。而我也抱著「去玩」的心情上了戰場。在九十分鐘的比賽中，我屢屢想起老師對我付出的點點滴滴，把我對她的感謝投注於字裡行間，就這樣流暢地寫完了我的作品。

「這一次，我終於做到了！」我終於克服了對作文的畏懼之情，終於征服了作文之山，刻畫下我作文人生中一個重要的里程碑——學校的作文代表選手。這次的成功，都要感謝老師，謝謝她在我落入心情深淵時，給了我一條繩索，讓我盈滿信心繼續前進。因為她的付出，這一次，我有達到目標的機會。我興奮地跑到操場大喊：「這一次，我終於做到了！」

慈濟大學人文營

高一 9 楊明儒

他們都一把年紀了，但他們臉上的燦爛笑容和現場歡樂的氣氛讓我充分感受到如年輕人般的熱情。在學員長表示完歡迎、安頓好行李之後，課程隨之展開。

第一天的演講來自張美瑛老師以及陳芳蘭老師，分別以「與生命對話」及「無毒有我」為主題，描述放下生命、珍惜愛以及把握緣分的道理。其中張老師願意原諒帶走其丈夫生命的酒醉嫌犯使我十分動容，他能放下丈夫逝去的悲傷，以大愛面對心中的傷、恨，甚至用更大的原諒去成就另一條生命的完整，放下丈夫逝去的悲傷。在這場演講，我學習到放下所能帶來的海闊天空，也了解到生命的無常，我們的確該更加珍惜身邊的緣分。

第二天則在慈濟大學園區參觀各系所的教學設備，在媒體教學中心體驗了電視台錄影及電台播送的步驟及過程，在綠幕前的體驗尤其令我印象深刻，任何綠色的物體在畫面中都成了透明背景，只要穿上綠色外套，就彷彿披上哈利波特的隱形斗篷一般，在畫面中消失，十分有趣。

在這一天，我們亦

參觀了放置大體老師的大捨堂，了解大體老師對醫學捨身奉獻的偉大精神、每位捐贈者背後的故事，體會到生命終點亦能成為新起點的希望。真正的大愛不是將生命緊抓在手不放，而是放手成就更高的犧牲。

在最後一天，我們觀賞了慈濟環保志業的影片以及各系學長姐對慈濟大學的介紹；慈濟在慈善方面的努力不僅在於環保，就連教育和救災也都有涵蓋，看著來自世界各地受幫助的孩子們來到花蓮齊聚一堂，感謝慈濟的幫助真的令人十分欣慰；而各系學生對自己學習歷程的介紹更是使我對本校的教學了解了不少，其中一位學長來自延平，就讀醫學系的他也向我們說明慈濟的上課方式及特色，他也讚嘆緣分的奇妙，當年也像台下的我們一樣，隨學校來此參加營隊，沒想到自己現在卻成為了在台上演講的人，世界真的很小。

這次在花蓮慈濟園區的體驗讓我充分感受到對大愛奉獻的精神，也對大學的各個科系有了更加實際的了解，雖然要吃素，但在活動中獲得了滿滿的學習經驗及師姑師伯的熱情，這樣珍貴的回憶，是我絕對不會遺忘的。

人間極品

高一 楊明

刺鼻濃烈的硫磺氣味，山明水秀的靚麗景觀，北投得天獨厚的地理環境是我心目中的人間極品。

當我置身山林，徜徉在陽明山群的懷抱，山谷深豁、連綿高峰映入眼簾；涓涓細流熱情招呼、百年古木頂天立地、碧草如茵的山坡地和欣欣向榮的大地景色，讓北投的自然景觀更具生命力。山的另一側有一片菊花海，每當造訪此處，「採菊東籬下，悠然見南山」的閑靜感受便在心頭油然而生。因此，我認定秋日的北投後山

正是耐人尋味的人間極品。

蟲鳴鳥叫不絕於耳，漫步山林使我和大自然了無隔閡。書當快意讀易盡，客有可人期不來，世事相逢每如此，好懷百歲幾時開？傾聽著和諧的森林交響樂，培養出不急躁、不浮華的澄淨心情，所有的煩人鎖事皆拋諸九霄雲外，帶給我一整天的閑情與輕鬆。在整個繁瑣複雜的水泥叢林中，人們需要一種豁達的簡單，北投後山的世外桃源不只簡化了我的外在，更深化了我的內在。

本來無一物、何處惹塵埃。恐怕只有超凡入聖的哲人才會得到，身為凡人的我，選擇親近自然萬物、徜徉北投山林以洗淨心靈，以時時勤拂拭、莫使惹塵埃自勉。興來每獨往，空知返舊林，松風吹解帶，山月照彈琴。北投讓我體會萬物靜觀皆自得，四時佳興與人同的深刻哲理。誠然，這世界的確不缺少美，而是缺少發現；處處留心，免得遺忘了身邊的人間極品。好鳥枝頭亦朋友，落花水面皆文章。真正的人間極品是可以啟發內心美感的事物，北投正是首選去處！

慈濟大學參訪心得

高一 陳亮瑜

懷著既期待又忐忑的心情，我來到台北火車站，迎向這場三天旅程的開始。在前往慈濟大學的一路上，我們經過湛藍接天的海洋、蒼翠扶疏的樹林、陡峭的山壁和清澈見底的小溪，美不勝收。經過三個小時的車程，我們來到了坐落於花蓮的靜思堂。

當我們一來到靜思堂的入口，就聽見一聲響亮的音樂：「讓我們拍手歡呼迎接您，歡迎您到慈濟來！」原來是一個個熱情的師姑伯在唱歌迎接我們的到來，他們個個都面帶微笑，一邊拍手一邊為我們帶路。接著師姑帶我們到這三天我們將下榻的寮房卸下行李，並前往國議廳參加開營典禮，校長也在開營典禮上勉勵我們。然後就是午餐，原以為素食的餐點一定會很不習慣，沒想到卻意外的很合我的胃口，有幾道菜的口感和味道甚至不亞於真的肉。下午的課程有手語歌教唱、欣賞影片逆子，還有張美瑛老師帶來的專題演講〈與生命對話〉和陳芳蘭老師的〈做自己主人〉，逆子這部影片取材於真實故事，紀錄一個吸毒成癮的逆子受到慈濟志

工感化，浪子回頭的「有力量去愛別人的道理；陳芳蘭老師則是以前輩的事實跟小活動宣導反毒。

第二天起床後，我們並沒有立刻吃早餐，而是先到靜思堂前的一個廣場集合做早操，一大早活動組的師姑們就朝氣蓬勃地站在隊伍前示範動作，開始了充實的一天。早餐過後，師姑帶我們去認識茶道、花道，告訴我們靜思茶道精神：心發好願、口說好話、身行好事，還去慈濟大學醫學院存放大體老師的大捨堂，雖然沒有參觀大體，但他們的大愛精神卻讓我們感受深刻，在參觀前看了大體老師生前所留下的影片，他們說：「當他們（學生）在我身上動刀子的時候，就是我心願完成的時候。」下午的課程首先是倪銘均主講的演講〈用愛看世界〉，他舉了許多個故事，告訴我們已身在福中應該要更知足。接下來是期盼已久的體育課，走在廣大的慈大校園內，蟬鳴聲如雷貫耳，展現出夏日的盎然生機，我們就在這樣的氛圍下進行一堂特別

的體育課。

第三天的講座有林蘇足師姑分享〈生命的價值〉，師姑從小在賭場工作，十幾歲時遇到外表瀟灑的先生，在認識38天後就決定結婚，婚後才發現她的先生是個風流男子，最後還被丈夫拋棄，一開始她甚至想要自殺，但因為在慈濟遇到證嚴上人並得到指點後，決心走出陰霾，並悟得「原諒別人就是善待自己」；楊雯婷姐姐的〈專心與生命對話〉，她與我們分享他在中國的瘋狂單車旅行，讓我們學會與自己談一場戀愛；最後

是陳阿桃師姑的〈我是按呢做環保〉，他以幽默又誇張的說話方式，鼓勵大家做環保，引來全場的歡笑和共鳴。最後是結營典禮，典禮中包括生活競賽頒獎和手語歌比賽，結束這場三天的大愛及知性之旅。

原路回到台北，山脈、溪流、海洋都是一樣的，不一樣的，是我現在收穫累累，滿載而歸的。在慈濟聽到很多的人生故事，他們的人生都是不美好的，然而他們能坦然面對自己的人生，或許我們就沒資格抱怨自己的命運了。

一位台灣知名的花式滑冰選手林立雪會說，她那一萬次的跳躍，一萬次的摔倒，只為了贏得一次如雷的掌聲。我們不必像她一樣用傷痕換取到勝利的甜美果實，但是我們可以用努力一萬個小時來換取我們所嚮往的東西。

一萬個小時

高一 郭偲辰

常常看著那些年少就有所成就的人，心裡總是又羨慕又嫉妒，明明他們年紀和我們差不多，可是為什麼他們就可以成功？但揭示他們的勝利光環，卻只是用無數的時間和努力打造而成的。在文章的那位中國女生之所以成

為許多公司眼中的寶物，是她用無數的時間和精力、好幾包衛生紙、一千多封電子郵件、幾百通電話和許多心酸淚換來的成就，她所付出的時間，足以讓我們可以看完一家漫畫出租店的漫畫！但是我們只會望著像她一樣等成功人士那光鮮亮麗的外表，羨慕他們的種種成就，孰不知他們也曾經平凡過，甚至比如今的我們更狼狽，只是他們懂得用努力和時間去克服難關和帶領他們走向勝利。

要認真個一個小時、一個週末、一個月必會有所收穫，時常汲汲營營的思考怎麼用最短的時間換取最大的報酬。走在路上，無數的廣告正宣揚著我們的「速成心態」，衝刺班、減肥藥等廣告充斥在我們的生活中，我們也視其為理所當然，最後導致我

他們從錯誤中學到，一步一步地追回比數，最後反敗為勝，我想這個道理也絕對能套用在生活中的大小事上。

課本的獨白

國三 9 張哲瑄

躺在回收場的我，是如此殘破不堪，甚至被來往的人們踐踏。但我明白，我的黯淡，成就了另一人的光采。

回想我第一次和他相遇，是在他上初中的時候。他見到我的第一個反應，就是在我身上寫下他的名字。我想，這也算另類的自我介紹吧！他似乎挺喜歡我的，因為他總是喜歡在我身上作畫，把我畫得花枝招展，凡是瞥見的同學都難掩上揚的嘴角。每次只要感覺身上癢癢的，就代表他的作畫時間到了，我仔細的體會他每一個筆觸，每一種力道，在我身上刻畫出一幅又一幅的插圖。

許，犧牲自己來使他人學習、成長，就是身為一本課本的使命！

但，不知自何時開始，他不再作畫了，平時細膩的筆觸，被倉促而潦草的字跡取代。他臉上的

笑容逐日褪去，而緊皺的眉頭和沉重的眼袋卻更常掛在他的臉上。一日，他拿到考卷之後，臉色不太對勁，在我仍未來得及反應時，他已將我高舉，再重重的摔在地上。我好像告訴他：「只有努力的堅持下去，才能有美好的未來。加油！」但我卻只能默默地看著他豆大的淚珠，一滴，兩滴，三滴落在我身上。

從那日起，他便更常將我捧在手心，口中一面喃喃自語。也許，他聽到了我的心聲吧！他的笑顏漸漸的重回臉上，然而，我也一日、一日的變得更加殘破。我早就知道，我總有一天會落得如此下場，但在陪伴他的日子裡，我也早已領悟：也

們金玉其外，敗絮其中，看似很有內涵，但其實充滿著速成心態。

「大家都渴望的東西，如果你沒有壓倒性的能力勝算，你只能用壓倒性的努力去爭。」每個人都想品嚐勝利的果實，但唯有腳踏實地，我們才能嚐到紮實的勝利。

人間極品

高二 11 蘇德倫

而籃球不只是一種單純的運動，它也能教我們一些人生的道理。如果一支球隊總是靠一個人單打獨鬥，即使受到了眾人的肯定，最終也會輸給同心協力的各司其職的隊伍。還有我認爲最重要的，就是永不放棄的精神。常常看到一些原本落後的隊伍，最後卻能反敗為勝，其原因不外乎就是

多數的男孩一樣，將籃球視爲我最好的伙伴。我已忘記我是從什麼開始愛上籃球，但我知道在我邁入人生的下一個階段時，它依舊會是我不可或缺的一部分，因為每一次進球的瞬間，我都會忘卻在生活中遇到的疑難雜症，一股快感從心底油然而生，這怎能不讓人愛上它呢？

螢光：做好事的樂趣乃是人生唯一可靠的幸福。

記憶中的拐杖

高一9 張惇賢

小時候，每次回爺家，總會看到一支老舊卻保養得宜的拐杖，有時放在床邊，有時放在沙發旁，最常出現的地方，就是爺爺的手中。直到五年前，它被收進了儲藏室，再也沒有出現在我眼前了。

記憶中爺爺的拐杖，是一支挺直的木杖，在頂端彎起，形成一個尖尖的稜角，顏色是很深的黑，黑得發亮，樸素卻又流露傲氣。其實，我從未

看過誰拄著那拐杖，只有偶爾過年時，幾個表兄弟拿著它玩騎馬打仗的遊戲，每次被發現時，好脾氣的奶奶總會生氣，我始終不明瞭奶奶生氣的原因；只有爺爺時常握緊它，好似握著一個多重要的東西。或許不是爺爺不想拄著它，只是從我有記憶以來他就中風了，走到哪都需兩人攙扶，也用不著拄拐杖了。

頑皮的我總喜歡逗弄爺爺，希望他同我一

起玩，而爺爺只是衝著我用力揮動拐杖，我落荒而逃後，看著他一臉怒氣，只覺得他是一個怪裡怪氣的老人。

五年前，爺爺去世後，曾聽媽媽說，她曾當過爺爺底下的員工，當時的同事都又敬重又害怕他，因為他不苟言笑，要求又高，話不多卻極嚴苛，走路時愛拄著那支拐杖，路過時發出叩、叩、叩的聲響，嚇得員工都埋頭苦幹，不敢怠惰。

爺爺又在下班後獨自熬夜工作，帶動公司業務蒸蒸日上，員

工對他是又愛又恨，那是他人生最輝煌的時期了。爺爺來台前是一位軍人，年輕時的照片裡的他淡淡笑著，意氣高昂，有一股渾然天成的驕傲，這讓我想起那個黑拐杖，也是如此安靜又莊嚴。爺爺在人生最後幾個月時，依舊緊握那根拐杖，好似要抓住那個輝煌的自己，要抓住那股傲氣，要抓住那即將消逝的生命。我忽然懂了，懂了奶奶的憤怒及爺爺的倔強，奶奶將自己對爺爺的敬重寄託在那拐杖上，就如同爺爺把他的光榮和成就寄託在那拐杖上，無法放下，他的一身傲骨，使他無法在我的嬉鬧中放下，也無法在他病危時放下。

時間過去，我漸漸長大，爺爺已去世多年。每當看見墓碑照片上那炯炯的眼神，就像看到印象中那握著拐杖怪裡怪氣的老人成了西裝筆挺的青年，成了威風凜凜的少年。

這一次，我終於做到了

國二3 劉尚儒

我振臂高喊：「我成功了！我竟然做到了！」一旁的媽媽和爸爸高興地為我喝彩，記錄著我的榮耀。看著自己終於獲得這得來不易的檢定證書，我不敢置信，興奮了好幾天都不能自己，我終於完成游泳一百公尺了！

回想起小時候，很喜歡泡水但又怕溺水，只能靠浮圈撐住玩水，等到腳可以站

在地面時，跟別人一樣進入大泳池後，我卻連自己飄起來的能力都沒有，於是，我去參加游泳訓練。一開始教練要求我抓住邊角使自己飄起來，非常容易。熟悉感覺後，教練便要我把手放開看看，我卻死死抓住不敢鬆開。無可奈何之下，只好同意讓我使用浮板練習。就這樣，一日一日到游泳班報到，從原本只敢泡水的早鴨子一點一點進化。從飄到打水，再從打水到換氣，加上揮臂的動作，一步一步組成自由式。正當我學成每個動作沾沾自喜時，我將每個動作配合在一起，才發現那又是一門課了。所以我才明白學習新事物並不是那麼容易的，任何時候我都是自由的；只有在那時候，我能暫時與這樣的城市、這樣的脫軌的列車，去開往童年的列車，去偷個閒。哪怕只有一下都好。

對某個事物的熱愛騙不了人，因為有些快樂和感動是只有它能給予的。現在，在繁忙的、透不過氣的日子裡，我還是會悄悄拿起畫筆，自己一人去買回到童年的車票。

噓！我聽到城堡被蓋起的聲音了。

似乎不再是那麼遙不可及的目標。終於，那一天來臨了。

在前往泳池的路上，心中一直忐忑不安，害怕著失敗，我不斷地對自己說著沒關係，放鬆心情，即便如此，雙腿仍不聽話的抖著。在我之前的幾位游泳班成員，皆成功地完成測驗，看著他們的背影，我才驚覺，我一日一日地練習不正是為了這一刻嗎？我戴上蛙鏡，慢慢進入水中。現在不能回頭了！一直被體力的限制打倒。我想著是否要放棄，苦惱自己可能無法做到。爸媽鼓勵著我，給我吃高蛋白質的食物，在訓練的結

果下，發現自己好像可以激發出自己潛藏的能量。一次訓練中，距離甚至可以到七十五公尺，似乎看到了成功的曙光，大地增長了信心，成

功就在不遠處。

隨著一次次的下水，那挑戰的成功率便一點一點的攀升，破自己了！

我沒有去看結果。因為我知道，我一定做到了！已經成功突破自己了！

人間極品

高一5 黃涵禎

就這樣，六歲的時候，我放棄了當畫家這個也許十分有前途的職業。——《小王子》藝術家都有一顆浪子心的，只是那樣的浪子心未必能夠在路上。

五歲那一年，我第一次走進畫室，看著桌上的畫筆和大小心弄髒桌面的數個大小小顏料色塊——至今我才明白，畫筆竟是我生命中無可取代的一部分，堪稱人間極品。看著四坪大的畫室裡，和我差不多年紀的小孩咧著嘴笑，圍上兜裙，我第一次覺得我走進童話故事裡，所有的草地、白雲，都踏踏實實的在我眼前，甚至是雪花、城堡竟能從

一支筆的筆尖冒出來。那樣的新奇，在多年後才再度回味的職業。——《小王子》藝術家都有一顆浪子心的，只是那樣的浪子心未必能夠在路上。

一路學到十歲那年，換了一間畫室，為了考美術班。畫筆不再出現粉彩、炭筆、色鉛筆，而是固定的素描和水彩。在更嚴格的時間限制、和老師教導我的光影技巧變化下，兩年之內，我的繪畫功力躍升了一層樓。

下課後，家長們陸續將孩子接回家，路過時便會看看其他小孩的作品。在功力更深厚的狀態下，偶爾也會聽到幾

人間極品

高二10 陳亞筠

手捧著一杯暖呼呼的熱可亞，勻稱的咖啡色調上摻有幾筆浮有泡沫的白色拉花，冒著一縷縷的熱氣，竄進了我的掌心，滲透了指尖，悄悄的擴散進入我的心房，暖暖的，毫無保留。冷冽的夜晚，無情的風聲呼嘯而過，一天的所有不順心伴隨著這份無法排遣的孤寂，都將隨著煙霧，一絲絲的成爲空氣中的一部分，一步步的化爲烏有。

可亞，就是我心目

握在雙手裡的那一瞬間，我們心靈相通，我們互通溫暖，掌心的溫度證明了一切：「不管何時何地，一杯暖呼呼的可亞都足以烘熱我的心，褪去我的愁，有它，就心滿意足了！」淺嚐了一口，甜甜帶點苦澀的感覺暫留在舌尖，又瞬間化開來，濃稠的享受滿足了味蕾的慾望，熱熱溫溫的幸福，溢滿了整個口腔。

每個人對於人生極品的定義都不一樣，或許是在品嚐中得到特別的滿足；或許是在品味中感到莫名的享受；抑或許是在欣賞中留下了深刻的視覺暫留。而我的人生極品，不奢華，不驕縱，只求於那手掌心的溫度，只覬覦那舌尖的溫甜，淡淡的幸福滋味洋溢著，不膩口的享受，不嫌多的溫存——一杯可亞。



繪圖/高二11 張偉祺

鄉土寫真

國一4 隋尚宏

「風好像倦了，雨好像累了……」放學後，我總要走去搭捷運。這一成不變的旅程，只有耳機在耳畔奏起的樂音能為其增添些許樂趣。在這些輪流播放的歌曲中，每次只要播到那首描寫著我的家鄉的〈臺北的天空〉，我便覺藍天更藍，白雲更白。臺北，是如此繁榮而不失它原本的樣貌，是這樣的占據著我心中的的一方天地。啊！臺北。

高聳入雲的地標一〇一，撐起了碧藍無瑕的天空。林立的高樓大廈，如一塊塊積木，整整齊齊地矗立。來來往往的車輛，則若夜空中一眨一閃的星，數也數不清。這，就是臺北的白天，一個只能用忙碌形容的白晝。但當淡水河上的波光漸漸被染成金黃，大街小巷的路燈一一亮起，臺北便換上一身鮮艷而引人注意的衣裳，準備迎接精彩絢麗的夜。霓虹燈閃爍，夜市的小吃飄香，彩虹橋點亮的七彩光芒，甚至吸引成千上萬觀光客慕名前往的故宮也在週末之夜活動筋骨，成為藝術家們展現自我的舞臺。臺北，就是這樣的一個不夜城。

如果覺得外頭的世界過於喧囂，如果需要心靈糧食的補給，不妨到二十四小時不眠的臺北感受人文氣息之餘，自然美景也是不容錯過的。來到陽明山，享受被森林包圍的歡愉，尋覓山櫻花或杜鵑仙子的蹤跡；拜訪北投，來一場洗滌身心的溫泉浴，煮顆專屬自己的溫泉蛋；或者騎上微笑單車，在河濱公園綠草如茵的自行車道上恣意前行，擁抱都市中的一抹綠意；也可以到訪花博公園，在新穎的建築間，發現大大花海，在藍天白雲下，欣賞花卉的清新與嬌豔。臺北，更是這樣的一個綠色都市。

「臺北的天空，常在我我的心中，多少風雨的歲月，我願和你，度過。」臺北，我的故鄉。他的繁榮，他的自然，他於我心，位在永遠無可取代的地位。大至繁華的繁華夜景，小至行道樹的一片落葉，對我而言，都是伴我成長的重要記憶。

愉快的一天

高一11 莊心誼

溫暖的陽光灑在烤得金黃酥脆的吐司上，堅硬的吐司邊看上去柔和了許多，再搭配上香醇的牛奶，點綴這一個美好、充滿活力的早晨。

美味的早餐活躍了我的腦細胞，該是他們上工的時候了！眼前的字母將軍領著數十萬數字雄兵，來勢洶洶，我方大軍披堅執銳，蓄勢待發。雙方隨即兵刃相接，激烈的廝殺著，場上硝煙瀰漫。我軍一度四面楚歌，士氣低落，但士兵們以一擋十，奮勇抗敵，終於得到勝利。所謂「殺敵一千，自損八百」，經過這場耗盡腦力

的對峙，我決定來休息一下。這時候，正適合來杯清涼的飲料，放鬆一下。

搭公車，轉捷運，欣賞著一路上的風景，繚繞的雲霧後，連綿青山漸淡，稜角分明的現代建築一棟接著一棟。眼睛緊繃的感覺，隨著起伏的景色，消失殆盡，讓我不自覺地揚起嘴角，沉溺其中。一路經過許多店家，我終於來到心心念念的飲料店前。簡單大方的裝潢，還有那滿室清香，無一不讓人舒心。看著牆上各式飲料的介紹，個個吸引人，經過一番天人交戰，淡雅的「阿里



父親·風箏

高一9 楊崇岳

雙手直直的將風箏舉高，我等待著父親一聲令下。「放！」我立即將風箏往上一抬，風箏隨著強風和父親的拉拽，冉冉升起。兒時最快樂的時光，莫過於在公園放風箏了。

一個春風和氣的午後，工作歸來的父親又邀我一同放風箏。在此之前，我從未自己放過風箏，早對父親總對自己玩的行為有些「懷恨在心」，於是隨即要求父親讓我來放，他幫忙。

父親一臉似笑非笑的表情，說：「那就我先示範一次吧！」我滿心期待，就像風箏一般，迫不得快點飛上天空。

經過前置作業，父親很容易的將風箏升起。他一手拿著可收縮的線輪，仔細

閣樓

高一9 鍾珮瑄

奶奶家有個閣樓。那裡曾是我的小小天地，儘管空間不大，我仍經常在那兒進行我的探險。閣樓整理得很乾淨，不論我如何的翻找，把四周弄得一團糟，下次造訪的時候，家具都會排列成最適合我玩耍的位置。閣樓擺放祖先的牌位，牌位旁掛著一個男人的肖像，爸爸會告訴我那是爺爺，在我還在媽媽肚子裡時就過世了。

當時年幼的我看著眼前陌生的照片，雖不解為何要把再也見不到的人的照片掛在牆上，不過也沒想那麼多，就逕自跑到一旁玩耍了。

「乖孫啊！再跑樓就要垮啦！趕緊來洗手吃飯囉」每次

的控制線圈的長短，另一隻手緊握伸長的線的末端，有規律的拽線，讓風箏可以持續不落，也可以防止風箏飛得過遠。眼前的父親，看起來真像一位武林高手，技巧登峰造極。雖佩服父親，當時的我也是「人小志氣高」，絕不能輸給他。待父親收回風箏後，我便有樣學樣，右手握住線圈的握把，等風箏被父親拋起時，輕碰開關，讓線變長，同時另一隻手不斷拉線，試圖讓風箏升空。起初非常順利，風箏隨風飄揚，十分迷人，而父親也一臉驚訝，讓我有些得意。不料沉浸在驕傲的情緒之中，竟忘記將線停住，導致線不斷伸長，發現時已無法收拾，只得呆呆地看著它直接墜落，落在遙遠的地方。父親可能也覺得有些可惜，告誡我：「風箏也是想要飛的，但你的小失誤，卻葬送了他的生命啊。」

漸漸的，我長大了。父親也因為近年常在國外工作，難得回家。有一次，他回來時，手上還拿著一塊菱形的東西。仔細一看，這不正是童年最美好的回憶嗎？

我和父親相視而笑，想必下個有風的日子會十分有趣！

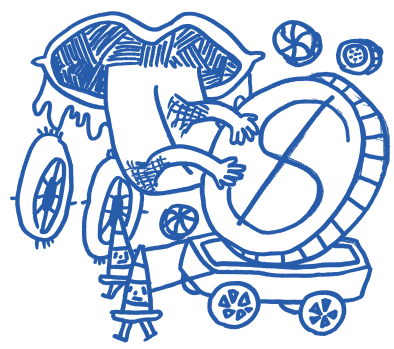
風箏的形象給人無限的想像，但風箏在我心中，不變的只有兒時溫馨回憶和父親精湛操縱風箏的無限魅力。

聽到奶奶熱切的呼喚，我便會以風一般的速度衝下閣樓。中午的大圓餐桌常常只有祖孫倆，奶奶卻仍舊煮了能塞滿整桌的菜，我不懂為何她要辛苦準備如此的「滿漢全席」，況且奶奶吃的也不多。午後的散步是最怡人的，我們走在河堤道上。我最喜歡春天的河堤，兩邊種滿了櫻花，風一吹，把花朵吹落在錦繡般的溪水上，吹落在奶奶銀如雪的头髮上，吹落在祖孫倆緊緊牽著的手上。奶奶的手上有一枚金戒指，她說是爺爺送她的。奶奶在河堤道上說了很多爺爺的故事，但我只專注於收集飄落的櫻花，好把我的閣樓裝飾得漂漂亮亮。

後來上了小學，無法整天待在閣樓，待在奶奶身邊。等到下一次踏進閣樓，已經是要為奶奶上香的時候了。法師吟誦經文的聲音毫無起伏，令人難耐。我嘗試著以環顧四周來分散悲傷的情緒，才赫然發現閣樓變了，除了祖先牌位安然的放在原處，其他地方都堆滿了從前不曾看見過的雜物，和以前整潔有序的樣子截然不同。本來以為是香灰加上淚水才讓視線變得模糊，現在才知道原來是久未清理閣樓而飄盪在空中的灰塵使我的視線失焦。

牆也變了，泛黃的爺爺肖像旁掛著一幅剛沖洗完成的全新照片——是奶奶的。剎那間我懂了，我懂為什麼要擺著已逝之人的相片。雖然無法再相見，人還是貪求曾經相處的一點餘溫。我拒絕承認這是曾經陪伴我的閣樓，記憶與現實拉扯，扯出了我心中的傷。今年冬天的風沒有吹落櫻花，而是吹進了我的心，化成寒刃刺痛我。

「……告訴祖先，我們這一年都



繪圖/高二11 張偉祺