



日本高知西高等學校來臺進行為期四天四夜之參訪活動，由高知西高等學校教師岡村幸広先生、高知國際中學校校長Morimoto先生、教師長野千惠女士，以及八位高知西高校高一高二的同學於9月28日蒞臨延平中學，本

校師生熱情接待，更提供住宿家庭體驗，帶領友校同學深度認識台灣。交流活動一開始，除了臺日雙方學生相見歡，相互介紹學校現況，更安排文化體驗活動讓雙方師生共同參與，延平學生以戲劇的方式介紹中

地習俗品嘗柚子月餅。接著透過英語會話課程，認識日本沒有的水果，看著台上有同學品嘗當下時而皺眉、時而驚喜的表情的，真是趣味連連。最後各自帶領高知西同學參與社團活動後，進行住宿體驗。隔日，在松山機場臨別時，從雙方依依不捨、頻頻合照自拍的畫面，可知這段相遇都在彼此心中占有重要的位置。

高知西高校參訪活動

訓育組長 彭敬淑

秋節嫦娥奔月的傳說，並帶領日校同學體驗本



中華民國八十七年元月十日創刊

行政院新聞局出版事業登記局版北市誌字第二〇九二號

延平人

朱昭陽

第一二六期

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

2018 延平之星選拔

社團活動組長 蕭政宏

2018，孕育明日之星的舞台，又再次為同學們而開——延平中學才藝與歌唱競賽於10月1日至3日在閱覽室進行激烈的對抗！本次共有17組國、高中同學熱情參與年度大賽，大家無不使出渾身解數，希望以美妙的歌聲與曼妙的舞姿，吸引觀眾的目光。陶醉在斑馬的渾厚嗓音、蘊含豐富情感的手心薔薇、跳動激昂的Natural；勉強，幸福嗎？無須踏上心中的失落沙洲，也不需被誰提起的連名帶姓，逆著光，感受就好。賽果固然重要，但勿忘歷程、莫忘初衷，才是表演的最佳精神；相信帶給自己與大家的，是那種深深的感動，為了理想、夢想與悸動他人的努力。



廣島 Nagisa 高校交流活動

外語中心組長 李孟青

10月12日廣島Nagisa高等學校兩位學校領隊老師帶領十八位學生蒞臨延平中學進行半天之參訪活動，由本校師生熱情接待。活動除了臺日雙方學生相見歡聯誼，更安排兩校學生文化交流活動。本校學生許群佑以流利的日文向日方來賓致歡迎詞，曠雨宸與蘇章愷同學介紹延平校史，並播放校園影片介紹未來校舍藍圖。陳墨同學祭出精湛的中國笛演出，博得滿堂喝采；廣島學生也以分組英文簡報的方式介紹廣島的歷史背景與廣島Nagisa高校的校園，最後以一曲日文歌曲做結。交流部分，本校學生先以英文簡報介紹中秋節的由來、常見的月餅有那些、有什麼柚子的新剝法，介紹完就將月餅與老欖柚子端出與賓客分享。英語會話課則是由本校外籍教師Tyler授課，以問答的方式介紹台灣，鼓勵日方學生也分享日本的文化。活動最後在學生互相分享的座談、合影及互留紀念品的歡樂氣氛中畫下完美的句點。



健康防護

人人有責

衛生組長 蘇明達

「運動是一種生活態度」，這是運動防護師王翰翔先生在健康講座中對學生的宣示。他在講座中告知學生運動傷害處理原則，強調運動傷害發生時的處置口訣「PRICE」，分別代表Protect（保護）、Rest（休息）、Ice（冰敷）、Compress（壓迫）、Elevate（抬高）。利用此正確且有效的處理流程，將可降低同學們運動傷害之後留下的副作用。

學校每學年初都會為一年級新生，及外縣市轉學生安排健康檢查。讓學生透過檢查了解自己目前的健康狀態，必要時可調整個人的生活方式、飲食習慣，以維護自己身體的健康。

在學校協同醫師、醫檢師與家長志工的通力合作之下，順利完成了國中部與高中部新生一系列的的健康檢查項目，感謝過程中每位參與者對學生的付出。除了運動傷害預防、健康檢查之外，疾病防疫也是本校衛生工作的重點項目之一。因此，同學們每天都會被要求確實完成清潔打掃、清除積水的工作，消除病媒蚊孳生，才能有效預防登革熱。而面對冬季可能引發的流行性感冒，我們積極鼓勵全校師生接受流感疫苗接種，如此將可大大降低流感重症發生的機率，落實健康防護的工作。

衛生組期盼每一位同學在學習的過程中，培養健康的生活態度，確實瞭解健康自主管理的重要性。建立友善的校園環境，不僅止於人際之間，也包括對自然環境與生活環境的友善覺知與行動，讓個人在身體、心理、精神三方面都能維持最佳的生活狀態。



驚魂記

國三 6 林晏心

在一次回家的路上，我突發奇想的做了一個嘗試——我試著坐公車回家。對於常搭公車的人們而言，這無非是個輕而易舉的小事，但這次的體驗，卻使我至今仍然驚魂未定。

在上車前，我膽怯地多做了幾次的確認，看好的是第幾號公車，記好大概多久會來，就這麼反覆確定了幾次後，不知是幸運還是不幸的，我在等的那班公車緩緩的開了過來，我就這麼上了車，當我仍在悠閒的想著晚餐要吃什麼的時候，公車上便傳出「○○站到了」的語音，旋即，一股不祥的預感襲上了我的背脊。我抬起眼看向路線圖，這才發覺我搭上了反方向的车，驚惶甫定之際，我甚至差點忘了付錢下車。

尊心，打給父母的話，這場驚魂記應該就會在此劃下句點了，但無論怎麼後悔，那次的經歷仍深深烙印在我心頭。

我揮著手叫了一台計程車，請他載我到後山埤站，在坐上去的瞬間，無可否認的安心就順著冷氣的出風口吹向我，我彷彿忘了先前的不安，只是靜靜的看著窗外的景色，才剛使我如此恐懼的街景，又變回了平靜而繁忙的街。但事情永遠不會如我想的那般順利，到了目的地，數著錢的手停下了。「一百五十三塊……」我簡直難以想像如此顫抖的聲音。

音是出自於我。我永遠難以忘卻當下冒出的冷汗，血液宛如凝結一般的無法流進腦中，連語言都有如線團糾纏著難以釐清。只有那茫然無助的感覺，依舊流淌在我凍結的四肢，司機嘆了口氣，跟我說有多少就付多少。那道聲音猶如上帝的天啓，聽在我這罪人的耳裡卻像是怨靈的哀嘆。我懦弱的將錢放到他的手中，誠懇而毫不做作的向他道謝。感覺自己正同時被拋上天又同時摔落在地，浮空的疼痛盈滿胸口。

生命清單

高二 6 顏芸廷

生命清單的主角布芮特住在高級公寓，擁有一個宛如模特兒般帥氣的男友，從事一份年薪百萬的夢幻工作，還有一位深愛她的母親。某天，母親罹患癌症，將遺產全數留給了哥哥和嫂嫂，卻只給布芮特一張清單。那是布芮特十四歲時隨手寫下的紙條，現在的她早已把年少時期的夢想拋諸腦後。沒想到媽媽把那張紙條撿起來，在遺囑中註明要布芮特在一年內完成這些夢想才能拿到遺產。她要在有限的時間內完成這一個個願望，讓人生有所不

同……布芮特的歷程令人動容。從不甘不願的著手，在這過程中混雜著對母親的思念、憤怒和悲傷，抵抗著他人的冷嘲熱諷，到慢慢地深入其中，最後也不再在乎當初是個誘餌，金額嚇人的遺產。我最喜歡的一個片段是從「當一個老師」的願望中接觸到瑞奇塔開始。她從擔任個別教師開始，因緣際會之下輾轉來到了女街友收容所——約書亞之家，並且認識了不願對人敞開心胸的女孩瑞奇塔。瑞奇塔是個患有腎病，同時有孕在身的女

布芮特對她關心備至，帶她去看腎病專科醫生，準備了豐盛的感恩節大餐，漸漸打開了瑞奇塔心中厚重的枷鎖，融化了她冰封已久的心。她很不擅長把愛說出口，但她覺得布芮特超級特別。布芮特對她而言是最關心她的老師，最親密的好友，更是有如母親一般的存在。當瑞奇塔早產生下嬰兒，因為腎病越發嚴重加上懷孕使情況更加惡化而快要過世時，她用力抓著布芮特的手，哀求她收養她的孩子。布芮特在接納瑞奇塔病重即將過世的事實後，轉而緊緊抱著瑞奇塔，強忍著快要潰堤的悲傷，硬咽著聲音說：「我會收養妳的寶寶」，她的抽泣讓句子不成聲，「我一

定會讓她過個美好的人生，我們每天都會談到妳。我會跟他說，妳有多聰明……說妳有多用功。我會告訴妳，妳對她的愛，勝過對生命的愛。」到底是怎麼樣的溫柔，怎麼樣的愛才能讓人做到這個地步？布芮特肯定不只把瑞奇塔當成學生看待，她性格裡所有的美，富有理想性和同理心的心帶給了她豐厚的禮物——瑞奇塔不輕易給別人的一個微笑，一份信任。這本書描述了一份母愛，其中一份便是瑞奇塔對她的寶寶的愛。即使到了懷孕中期，在聽過了腎臟專科醫生的建議後，不顧自己身體執意生下這個嬰兒。這個孩子就是她生命的意義，她被現實殘酷壓過

後仍然挺立在這一團糟的世界上的理由。這份愛深切體現了這本書那「呼吸暫停，我願為你捨身的愛」的完整樣貌。布芮特逐漸完成她少女時期每一項貌似幼稚卻帶給她真正快樂的夢想，卻在「墜入愛河」這個項目遲滯不前。眼前的男友看似完美，英俊、體格完美、獨立，還是一個收入可觀的律師。但她的心隱約告訴自己，感覺有些不對勁——布芮特的成長過程缺乏父親的愛，只好隱藏秉性善良，富有同情心的自己，偽裝成一位事業有成、處在社會高階級的成功女強人，卑躬屈膝、曲意逢迎，努力討好和父親相像的現任男友，巴不得獲得一點點愛。在一連串

的謊言和背叛後，布芮特慢慢找回了自信和勇氣。她的人生道路或許不再像是之前那條高效率、富有的理所當然的高速公路上，但卻是生命中最陽光明媚、充滿意義的。布芮特的母親生前看著女兒的心逐漸累積塵埃，也無法不直視她臉上逐漸褪去的快樂，於是開出了一連串條件，逼迫布芮特重新審視生命，也讓人思考為何十四歲隨手寫下的願望清單，到了三十四歲要完成卻如此之難？其實我們的騙術再高明，縱使騙得了天下人也騙不了自己的心。唯有勇敢面對內心真正的感情，不再裝傻、隱藏、逃避，人才能得到真正的安心快樂！

賞金

金錢

愛

高一 9 張恩瑞

雖然本書的主題是「社會公義、志工服務」，可是我在這方面並無特別深刻的體悟，反而在其他方面有不少斬獲。

首先，從書中我發現到貴人或啟發人的重要性。一開始閱讀這本書，我就明白這是本敘述一個人幫助很多人的書。在書中我看到了一個我會經聽說過的人，他的名字是穆罕默德·尤努斯。是他啟發了作

者，再經過作者的努

力，才使千千萬萬的人脫離貧困。而我想作者當然可以是以這些人生命中的貴人。如果沒有尤努斯，這位作者的啟發人，也沒有作者當他們的貴人，那麼這些人依然貧困，甚或沒有改進向上的心去追求更美好的生活。許多事情都是環環相扣的，而「助人」也不例外。受作者幫助的這些人，在生活條件得到

改善後，我相信絕大多數都會去幫助別人。就這樣，甲幫助乙，乙再幫助丙，以

「助人」串聯全世界，那麼這個社會將會更美好。接著，令我印象比較深刻的部分，就是作者在書中提到的「不必求別人許可，只管大膽向前」。的確，就算詢問許多人的意見，最終決定是否要行動的依舊是自己。而只要是值得做的事，就該放手一搏。這就好比在球隊裡，雖然一定是教練下達的戰術最重要，

但球員仍需具備臨場發揮的能力。戰術並不適用於各種情況，因此遇到突發狀況時，球員必須立即且果斷地做出判斷。如

此一來，球隊贏球的機率便會大大提升。這又好比雲門舞集創辦人——林懷民先生，在剛進美國的大學時，是個不被看好的學生；但在畢業時，蛻變成一名優秀的舞者。畢業後，老師和家人們都希望他繼續留在美國，但是他最終選擇回到台灣，拯救當時台灣貧瘠的藝術。在經過多年的努

力，雲門舞集逐漸變成享譽國際的舞團，也因此帶動了台灣藝術的發展，使台灣人的文化素養提升到新的境界。

本書當然不只給我這些啟示。書中作者提到：「不要為了求其他人的支持改變自己。」其實這早已是我的原則，因為我也有和作者類似的經驗。作者的團隊和強大的團體合作，但對方卻無止境地要求更多的利益，因此作者決定取消和他們的合作。而我則是和一位女生交往，但經過一

段時間的相處，她開始要求我在各方面都要配合她，使我感到非常不自在。於是我將自己的感受告訴她，最後我們決定分手。我相信作者當時一定和我有相同的體悟：雖然放棄了某些事物，但我們也因為獲得了「做自己」的機會而感到輕鬆。

讀完這本書後，我希望自己可以有所作為，成為別人生命中的貴人；也希望自己可以不理會無意義的評論，勇往直前；更期待自己不要受他人左右，繼續做自己。

繪圖 / 高二 7 曹蘭誼



我最期待的一項發明

國三 蔡仲軒

目前不論是文學或歷史，都有為數不少的詩作佚名或不明的遺跡和古文明。科技之進步，使人們開始追溯古代的許多未解之謎，然常因史料不足或年代過於久遠，未能斷定答案。因此，雖然是老掉牙的想法，但我期待有朝一日能發明時光機，以將昔日散失的資料——佚名的詞句及歷史的真相——查個水落石出。即使愛因斯坦的相對論證明光是世界上最快的速度，但日常我們本就不在一個時空——眼睛看到的物體是光漫射到視網膜上而「看見」的，以物理學的觀點，其中必有數飛秒的時間差，所以我們看到的都算是以前的東西。

基於天馬行空，我們姑且先拋下晦澀的物理，雖然機會渺茫，但是目前似乎發現極強大的重力磁場可以扭曲時空，不過目前只是一堆靈異事件罷了，一言以蔽之，時空旅行並非不可能之事！倘若時空旅行成真，大家便能親眼看見並證實古代的一切：我們或許能獻給古代帝王或名人現今的歷史課本，讓他們了解後世對他們的評價；我們或許能教秦始皇如何用電腦、讓

乾隆皇帝學會玩手機、告訴張衡幾千年後有網路將世界變成地球村；也可以告訴宋朝今日有「新臺幣」，而非麻煩的交子會子；通知古人現代有汽車、高鐵和飛機以比馬車快千百倍的速度在柏油路奔馳、在鐵軌上呼嘯、

在天空中劃過。改進昔日舊人的科技，讓前人知道科技的進步有電腦、手機、印表機；李世石和電腦下圍棋；AR、VR擴增逼真的實境；和人工智慧聰明又創新。帶本植物百科送李時珍，告訴他有二名法學名；知道耳聾原

子其實是電子、質子加中子；帶週期表讓門得列夫驚訝其實元素有到七個週期……有了時光機，便有限可能。時光機要發明，不一定能成功，但如果真的成真，或許將帶給我們極不一樣的生

活，將出現許多無法想像的事件，生活將非常有趣吧！所以，我最期待的一項發明，是時光機。

書店裡排列在書架上的一本名為「刻意練習」的書吸引了我的目光，刻意即是有意識地在進行的作為，他區別了僅憑一己之力和沒有方法的練習之差別，並顛覆了社會價值觀對天賦

的迷思，許多人認為我們天生便有固定的潛能，達到潛能有如將空杯子斟滿，但其賞我們不是去達到某種預設限制的天賦，不是去填滿杯子，而是去開創潛能，天才擁有的天賦，其

實是可塑性和適應性極高的大腦呈現的，許多人都擁有這樣的大腦，透過「刻意練習」，佼佼者只是比平凡人更善於應用這套健全且功能強大的大腦系統。莫札特被稱為音樂神童，精通多項樂器，更擁有在當時令人們震驚的迷思：絕對音感，事實上，其來自，作者舉了一項例子，四到六歲的孩童，在鋼琴教師的專業指導下，經過一年半的時間，每一位孩子都擁有絕對音感的特質。幼童時期的大腦有音樂方面的絕對適應力，屆時開發潛能並在專人指導下持續穩定的練習，很有可能突破當初的能力。很多傳記也提到，他在很小的時候便有了作曲能力，但許多證據顯示，他早期的原創作品多半根源於他人所做，真正實際創作時，已努力練習超過了十年之久。他的成就源自於天賦所賜的說法事實上缺乏例證。

其實，宋人王安石對於成功者的見解，與刻意練習的概念毫無二致，他曾談論到：「有志與力，而又不隨以怠，至於幽暗昏惑，而無物以相之，亦不能至也。」對於刻意練習，有三件事不可或缺，專注、投入與在某項領域經驗豐富的老師。一顆堅定專注的心，就

《操縱彩虹的少年》讀後感——改變與守舊

高一10 陳漢平



《操縱彩虹的少年》的大意為主角白河光瑠從小便展現出極優的色彩感。在上了高中後，他更發展出與「光」有關的特殊才能。他操控著七彩炫目的光束、演奏著音樂，這個被稱為「光樂」的演奏，使得許多青少年像染上毒癮般為之沉迷。隨著「光樂」的影響力增加，也引起了人們的恐慌、覬覦，甚至使光瑠受生命威脅。年輕世代將不斷出現，我們也會變老，如何保有不斷進步的態度，而非沉淪於過往？

達爾文的進化論提到生物的演化是「優勝劣敗，適者生存」，人類的進化亦是如此，透過競爭使物種得以進化。然而並非所有人都樂見改變及進化，那些既得利益者往往是這過程中的最大阻礙，因他們深知一旦人類順利進化，他們便是在時代洪流之中遭到淘汰的一群。

文中主角白河光瑠在當時扮演的就是這麼一個先鋒，提早覺醒的他希望透過音樂來取代語言，傳遞訊息，喚醒其他也感應到這能力的人，他深信他的天賦並非獨有，而許多年輕人也陸續受到感召，並且人數不斷增加，他透過光樂幫助人們脫離消沉的意志，找回積極振作的力量。他的出現，就好比耶穌降臨，像個先知，帶領人們走向光明。

但在人們走向改變之路的過程中，必然會受到守舊者的阻撓，而這群守舊者便是當代的既得利益者，他們深怕會失去所擁有的權力；或者是那些對這股未知力量因不了解而感到恐懼的人。「對於舊種來說，承認新物種的存在就代表自己將走向滅亡」，就像故事中光瑠的父母對自己兒子的天賦異稟而感到恐慌，因為他們深怕失去作為長輩的威嚴；光瑠的老師也因他驚人的學習吸收力以及特立獨行而討厭他，因為他們害怕失去身為教師的地位；而光瑠最大的敵人——也就是幕後當權者更是不擇手段地欲抹殺光瑠的能力，因為他們深怕失去人民及社會對他們的依賴以及因而產生的權力地位及利益。

故事尾聲有一段光瑠與當權守舊者的對話，當權者認為大人們會將一切安排妥當，新一代只需要乖乖服從，長大後再來搶主導權，因為人類就是這樣建立歷史。但光瑠竟答道：「然後走向滅亡。」反顧歷史上發生過的種種，許多當權者往往一意孤行，堅持己見，不肯接納新意見也不願做出新變革，因他們便是靠欺瞞大眾與屠殺異己以取得權力；而對於那些有能力的「天才」大都視為阻礙自己鞏固權力的絆腳石，想盡辦法予以消滅。舉中國清末為一例，因為清朝長期鎖國，加上清廷妄自尊大的心理，還對革新派冠上叛國、謀反等罪，將其誅殺流放，絲毫沒有發現西方國家的改變與進步，最終導致國家不斷有內憂外患，動盪不安持續數十年之久。

「這個地球上，沒有任何一種生物會像人類那樣拒絕世代交替」，讀到這句話使我愕然，霎時有種美好。

這本書以「光樂」為主軸，帶出了世代隔閡、大人們追求權力及利益的慾望以及自私且虛假的心理，光瑠的「光樂」則是與之形成強烈對比。讀完這本書，我認為做出改變是很重要的，因為年輕世代將不斷出現，新的事物一定可以有為人類帶來進步的優點，透過不分長或幼、地位高或低互相包容、接納、學習，從改變自己開始，才能使社會進步，讓人類的未來更美好。

好比有「志」的心理狀態，而持續不懈地投入，有如有「力」的體質狀態，「有物相之」是不可或缺的客觀因素，一個好老師，便是這不可或缺的外在條件，老師的重要任務，是幫忙學生發展對該項領域的心智結構，監控自我表現以察覺自身的努力所無法涉及的部分，我們找出這位專家後，就去弄清楚他做了甚麼事與眾不同，並足以解釋他為何超群絕倫，越是以他們為模範，幫助自身量身訂做練習方法，便越有成效。我覺得，以現實考量來說，接觸任何事物的濫觴，我們唯有先依靠自己，用與生俱來的大腦適應力，強迫我們踏出舒適圈，畢竟，聘請一位專業的指導員，其實需要金錢上的投入，經濟條件的優劣，或許是成功的因素之一，即使沒有一位好老師，我們仍可以將刻意練習的精神，付諸於實踐上。在沒有老師的情形下有效練習技能，必須把握意見回饋，進而比較他人在我們身上看到的缺點，一次次去蕪存菁，此外，我們也要留意自身每回犯的錯，而不是漫不經心地重複同一件事，才能落實刻意練習教我們的精神。

人生不僅是發展潛能，更能形塑自己的成就，只要我們使心靈如礁石般的穩固，便能無視波濤洶湧的撲擊，有目標的刻意練習，讓我們走到看似朦朧的盡頭時，在地面上砌出一塊石階，向上爬，再蓋，再爬。

舞一身的墨藍

高一4 陳龍如

墨藍，趨近於黑又近似於藍，帶著點深沉，讓人安心、平靜。

會選擇墨藍當作代表色是因為它的深沉帶著神秘，宛如一位沉默寡言的女性，讓人捉摸不透。讓人安心、平靜，恰似在遠方的默默守護，不會過度干涉，卻總能即時幫忙的守護者。而它似黑似藍的顏色，像海。時而平靜，時而波濤洶湧，起伏不定，透露著狂蕩不羈之感，也是我最喜歡的地方。

沉默、神秘、平靜、狂放，是墨藍。也許它在大多數人眼中象徵著憂鬱，但我相信，在未來的日子裡，這樣的墨藍也會舞出一齣令人為之一嘆，毫不遜色於其它的芭蕾舞劇。



螢光：如果你只會批評他人，就沒有時間付出愛。

追鷹的孩子

高一9 劉軒余



一日悠閒的午後，我在書櫃的深處找到了這本已被我翻閱過多次的小說，想要再一次的回味，回味書中主角們帶給我的省思與感動。

我最喜歡的人物是少年卡倫，他擁有一顆善良、熱心的心。縱使他在羅伯和育安，甚至是班上同學在排擠艾歐娜時，他選擇了附和眾人，但最後他還是願意幫助艾歐娜，成為艾歐娜最好的朋友。我特別欣賞他的是他信守承諾的那份心意，他一路謹記著自己與艾歐娜生前的約定，全心全力在幫助艾瑞絲，看到最後艾瑞絲回到蘇格蘭，令人感動。

最令我印象深刻的，是卡倫和潔內芭在山上看著艾瑞絲遷徙後回到蘇格蘭的部分。在卡倫發現魚鷹後，他一直努力保護魚鷹不被傷害，自己也更用心的去了解魚鷹的習性。原本以為艾瑞絲沒有辦法回到蘇格蘭的卡倫，望著艾瑞絲平安的從非洲飛回到他眼前時，是一種「失而復得」的感覺。而人和鳥之間，彷彿也有了深厚的感情一般，如多年未見的好友，終於再次相逢的情誼。

讀完這本書，讓我想到了一位同為保

的部分，真的讓人十分打抱不平，羅伯只因為父親的事業被艾歐娜的母親影響，就去討厭艾歐娜，並未先了解她的個性，就定論她是一個不好的人，而班上同學也因艾歐娜的母親，或是其他流言蜚語，就一起嘲笑她、排擠她。如果大家能夠真正去認識她，可能也會發現她很善良、很有愛心，也很善於戶外活動。「人不可貌相」，如果光憑外表或是穿著等外在條件來評斷一個人，那麼且珍貴。

自己便也成爲了一個膚淺的人。

全書最觸動人心的是主角們之間的友誼，或許曾有過小摩擦和爭吵，但都會在彼此有難時主動伸出援手，給予最大的幫助，而即使朋友不在身邊了，也能永遠將他放在心上，並時時想起他。故事後段，卡倫把艾歐娜送他的項鍊送給了潔內芭，如同將三人之間的友誼串連起來。這段友誼，跨越了人、鳥之間，也從蘇格蘭跨到了非洲，是如此真摯且珍貴。

驚魂記

國三2 李沛珊

迷濛中，我卯足全力地拚命往前衝，連回頭望望的餘力都沒有，一直跑，一直跑，前方似乎沒了盡頭……

起床後，腦海中仍盤旋著不斷衝刺的畫面，身心都因過度驚恐和奔馳後的疲乏而感不寧。猶記那是我幼稚園時，那時我們所有學生都會安排時間到樓下遊樂室玩耍，而每次結束，我們就會自己整理環境。我最喜歡跑到最大的那座溜滑梯的底下收球，那兒光線偏暗，長長的小道，彷彿走在隧道般，而很少人發現這有趣的角落，所以通常只有我一個人，

不過我不但不覺得害怕，反而享受一個人罷占這空間的歡愉。在夢境裡，我一如往常地在那兒撿著五顏六色的小球，沉醉在靜謐獨有的自在時，卻聽到身後傳來叫著「小妹妹」小妹妹」的呼喊聲，那聲音，低沉而挑逗，令人不寒而慄，不知哪來的勇氣，我回首一看，是位身材魁梧的中年男人，張著直瞪著我的冷血雙眼，搖搖晃晃地，跨著巨大的步伐朝我走來，我的心跳，瞬間漏了好幾拍，撇過頭來，開始奮力向前猛衝，任憑懷裡抱著的小球隨之而頻頻掉落，我也無暇撿拾，而外頭同

《來自天堂的一通電話》——書在一個怪異的清晨中展開，密西根州冷水鎮的電話響起，而來電者自稱從天堂所打來的。凱瑟琳爲其中收到來電者之一，她在教堂中向大眾宣布所接到的天堂電話，導致全鎮皆感染了奇蹟熱。

薩裡，一位空軍飛行員，由於飛機事故和媒體的陷害以致坐牢，他的妻子吉賽爾卻因病而亡，薩裡深信除了悲哀的此生無再生，於是他深入調查電話事件，決心破除迷信。最終薩裡成功揭發事件真相是由當初造成薩裡飛行事故的塔台控制人員之父親所主導。

「如果有一天，天堂來電，你願意相信嗎？」爲此本書的引言。其實我認爲時間有如不動聲色的竊賊，悄悄拉開彼此空間，生老病死乃人類必經之過程，當生命的計時器響起的剎那，便是撒手人寰之際，俗話說：「豹死留皮，人死留名。」去世，帶不走任何物品亦或金錢，唯

學的喧鬧，老師的呼喊，頓時也都被這驚恐的瞬間給吞嚥，也許是我失去所有思緒，因此接收不到任何外界的聲音，我只想著，趕快跑到盡頭，我就能投入老師的懷抱，好使膽顫心驚的魂魄，能稍稍獲得平復。怎知那盡頭，卻消失在黑暗中，我怎麼望也望不著，最後一絲理智領著我繼續奮不顧身地跑，就

一留下的只有生前所烙印在人世間的種種得以亙古恆存。書中有許多人對於「另一邊」深信不移，期望能透過話筒傳達生前遲來的愛，畢竟，從小人人都知道善者逝後將會上天堂，可這次從來不知道天堂會自動送上門來，那些看似已故的人們事實上錯過了那輛死亡班車，仍舊眷戀於人世間的種種而放不下一切。對我來說，聽到已故的親人仍在世的感覺非常奇妙，這顯覆一切常理，但第一種感覺閃過腦中並非一種溫暖湧上心頭，而是種一切盡在不言中的恐懼，有種愧疚般的洪水沖破內心的情感提防，腦中秒秒投影著都是在他生前我對他們所說的一切不禮貌的言語和拳腳相向的畫面，一幕幕映入眼簾，有如一種當初無意間「砍傷」一個個相知與愛人們，

奇蹟·電話·

高二10 陳大維

一箭箭地反彈回來，內疚不已。

薩裡爲故事中破案的關鍵人物，而使這位前途似錦、有著大好前程等著的飛行軍官，最後成了狼狽不堪的罪犯的最大推手就是媒體的不當使用與氾濫。在現代社會中，媒體扮演著重要的角色，傳遞最新一手的資訊，並且常以新奇、聳動、血腥方面的字眼過度描述事件，層層堆疊非真實的謊話，「媒體再現」是一貫手法，只爲了奪取閱聽人的價值偏好和吸引大眾的青睞，以賺取廣告效益和金援支持。

此方法是將社會事件經新聞媒體產製的過程，然而過度追求獨家的後果致使媒體傳播的內容並非完整且客觀地直接反射社會事實，而具有發人深省的效果，反倒成了新聞上的「總白癡化」。除此之外，不同媒體公司報導同一則新聞所呈現的立場也不盡相同。我認爲，身處於一座建樹卻不見林的智慧與知識爆炸的時代，如何去培養優質的媒體素質與以第三人的角度看待事件和剖析能力甚爲重要。

這本書中不斷提到「奇蹟」二字，其實每個人都渴望奇蹟的發生，我也不例外，總是希望有人能拉你一把，給你力量且突破難關。「寄蜉蝣於天地，渺滄海之一粟」，人生短如白駒過隙，假若不斷祈求千載難逢的機會降臨，反倒是給予了一個懶散的藉口使自己停滯不前罷了，能真正頂天立地於這座充滿著毒蟲猛獸的森林般的世界中，絕對不需要是那幸運的臨門一腳，正好跨越那臨界值，而是在時時刻刻多看、多想。人生是條艱鉅、難走的蜿蜒小徑，唯有真正得努力才是解鎖成功之扉的唯一鑰匙。

晚上，我們一家人去逛夜市，穿梭在茫茫人海中，我認真尋找著熟悉美食的身影，終於暫時拋下了恐懼。就在那不經意的一刻，我望見了一張似曾相似的脸龐、高大的身軀、憔悴粗獷的面容，左搖右晃地走著，他彷彿也認出了我，在廣大人群中，我們迅速把焦點轉移到對方身上，就這樣，直盯了對方好幾秒，身旁依然熙來攘往，我們卻在這瞬間，發生了如此不真實的相遇，他昨天是否和我作了相同的夢？他此刻正想著什麼？千百個不解，頓時填滿了腦海，小小的我，此刻卻有著連我自己都無法理解的超齡感觸和思想。

這小小夜市相遇了，當時年齡尚小，恐懼和震撼占有了我大部分的思緒，如今，卻是對這種神奇的際遇感到無比好奇，這令人震驚的巧合，任誰都無法解釋吧！把這無解的謎，悄悄存放在心中，不時想起時，沉浸在那無止境的思索，猜測中，也許有一天，時間會告訴我答案。

螢光：語言和思想只是枝葉，行動才是果實。

毛毛蟲以為的絕境，其實是蝴蝶美麗的開始

國三 徐祺堯

人們看見蝴蝶擁有的如此漂亮動人的衣裳，但從未探問蝴蝶還沒翩翩起飛前那段痛苦的結繭期，是如何度過的？是如何捱過這漫長的蛻變？

我的作文補習班，張老師，有一次在班上談起三十年前剛創業時，那段痛苦難熬的過去。剛開始一個學期只有兩位學生，甚至有時候一位都沒有，再來他常常會聽到有家長抱怨說：「他這麼年輕有經驗嗎？會不會根本就不會教啊！」這種話聽在耳裡，對一位細心設計課程的老師彷彿萬箭穿心般痛苦難耐，但又不

能將心情寫在臉上，只能往肚子裡吞。一波未平，一波又起，在這瀕臨補習班將倒閉的絕境，老師的屋子又面臨被法拍的窘況，可憐的老師三不五時要往法院跑，又要照顧年僅兩歲的小孩，在這重重的壓力下，老師猶如惡魔的玩具，被玩弄於股掌之間，無法掙脫，憂慮因而找上了張老師。

他說：「在一度想收起補習班的時候，我的摯愛，老婆，給予鼓勵，使我堅持理想。」三十年後，他成為了全臺北市指導出國中會考作文最多六級分的名師，成為

高二 5 胡曼璿

舞一身的玫瑰金

仙女穿著連身玫瑰粉舞衣，在閃亮金粉下，耀眼中帶著一點內斂，享受著那夢幻的世界。

玫瑰金——我的專屬特調色，加入了我的個性、我的想法、我跳舞的風格。猶記得小時候迷上國標舞的原因是駕馭著音樂，一次次的連轉，那在迷旋中的沉穩，周圍瀰漫，光芒似仙境，卻像抹上一層霧，帶有現實的玫瑰金粉，那一次次轉舞進了那美好似幻覺的夢境，充滿了那金粉色的泡泡。

玫瑰金——慢熱的個性，給人的第一印象有些成穩暗然，但不同角度欣賞，射出的各色金光，總抓住目光，完全展現了平常與人相處，從害羞到活潑的我。

身穿玫瑰粉舞衣的仙女，在一次次旋轉跳躍，將自己由外而內舞進那金光世界，這樣的融合是我的特調色。

了第一個將孩子帶出教室學作文的老師，更成就了全臺北市首屈一指的作文補習班，他也依然告訴我們同一件事：「沒有任何成功的人可以不以經過努力，雖然無法看穿全局的我們會在遇到困難時，不知所措，但是一定要記得咬著牙掙到最後，成功了，就等著享福，最狹窄的洞口，後面

就是迎接陽光的地方。」

古人說：「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香。」欲蛻變成最耀眼的彩蝶，我還需面對重重關卡的試煉，也許有時會鑽羽而歸，但我絕不輕言放棄，努力到最後一刻，彩蝶必受難熬的結繭期，而我將突破試煉，創造璀璨的人生。

「我和殺人魔相處的那一年：精神科醫師與真實世界的殺人魔面對面、教人大開眼界的黑暗實錄」讀後感

精神科醫師與病患

高一 9 莊濟謙

多年來，我們總是認為瘋子就該去精神病院，但是我們並未想到當他們被集中在一處，要如何管理他們，就如同書中的蛾摩拉，幸虧有一群人願意在那裡奉獻自己的人生，維護社會的安全。透過這本書，我才了解他們所做的是多麼的偉大，不該被世人忽略。

在蛾摩拉，暴力、吸毒、賭博等都是家常便飯，每次有病人打架，就是連醫生也要負責制止，所以有時醫生也會被送到急診室。這裡的病患幾乎都是犯了重罪才進來的，我完全無法想像自己與一個殺人魔共處一室的恐懼感，更不用說與好幾個在一起。在納帕，千萬不能惹到病患，他們隨時都可能痛

下手，像作者剛進去時，就看到一名病患拿著椅子重重砸在另一名病患的頭上，作者也被推到牆上，頭上縫了十針，後來還被一名總是戴著面具的病患持尖物威脅，非常危險。

儘管如此，在裡面工作久了還是會日久生情，這種感情若是放任不管，遲早會出問題，所以醫院裡有一條鐵則就是精神科醫師與病人之間必須保持距離，醫生絕不能收來自病人的禮物，因為這就是「越界」，通常精神科醫師執照都是從越界開始的，因為接觸可能會有人情之類問題，抑或是被期望等價交換，也可能被病患詮釋錯誤，而後導致暴力行為的產生。在醫院裡，病患

道德和金錢的思辨

高一 10 林均鴻

正義，（一場思辨之旅）這本書的內容為桑德爾老師在哈佛大學中所開設的「正義」課程，書中作者舉出社會上萬物皆可標價出售的亂象，來反問讀者對於現今市場機制是否真正了解、接受，並點出一

切事物的核心價值為道德，一旦失去，我們所追求的美好生活便會消失殆盡。

當一切都開始可以用金錢作為衡量的標準，我們到底該怎麼辦？是該默默接受這個已被市場機制全面入侵的社會，抑或家屬進來聚餐也算是基本的權利。有時候醫生也要為了病患是否能出院而出庭作證，為了社會大眾，要反對他出院，但可能會因此引起他的怨恨，而造成醫生的生命危險，實在是非常兩難的情況，由此可見，為了社會大眾而不讓病患出院的醫生做出了多大的犧牲。

英國首相邱吉爾曾說：「一個人若能為別人的生命與人的法則著想。縱使他在為自己的生命掙扎，並處於極大的壓力之下，也不會全無回報的。」在這世界上存在著一些無私的人，就像這些治療師，他們等同於守護著社會大眾，不惜冒著生命危險，也要在醫院裡奮戰，這並不是一般人做得到的事，以他們的實力，去普通醫院的精神科也行，但他們仍奮不顧身，我對他們感到由衷的敬佩。



插圖/高三 7 吳名澤

是保有自身的道德，畫出自己的防線？本書作者帶給我們的便是這樣的攻防。而在本書中，我也有所學習，也有了全新的認知。

書中共分為五個章節，分別是排隊、獎勵、市場如何排擠道德、生與死的市場以及命名權。每章都對現今社會上的亂象做出討論，並探究其背後的根源，最後回到反問人們對社會的渴求作結。我認為這些都是我們從未注意卻又十分嚴重的事物。舉台灣的電視節目為例，從前的節目標題簡潔有力，且沒有額外的廣告。但現今的節目不僅標題被商標所綁架，甚至連節目中也充斥著置入性行銷。這些都大大的影響了我們的價值觀，也影響了我們的節目品質。再拿市場排擠道德來看，如今台灣的酒駕、車禍等已成為家常便飯。

但探討其原因，是否是因為過低的刑罰而導致嚇阻力低落，導致罰金不再是罰金，而變成了一種費用。這些都是台灣的重大問題。但鮮少人曾注意過事端的肇因，只會一味關注事件帶來的損失，衡量是否有利弊平衡，卻沒有想過背後隱藏的道德低落、崩壞。這些問題的嚴重性都非僅是單純的錢財損失、人員傷亡，而是更加嚴重的價值觀崩壞。若嚴格的刑罰真的有用的話，那為何相同的悲劇卻仍不斷的發生呢？我想這些都是值得我們仔細探究的。

所以儘管市場機制已為人類創下前所未有的繁榮、富足。卻同時在無形之中深深影響了我們的價值觀、心態。所有過去從未經歷的荒唐事跡一一的發生中，這是否肇於我們那份永遠不知節制的貪婪？拿德國作家麥克·安迪的作品《默默》為例，當中提到了我們所「珍惜」的時間到底去哪了？珍惜時間是為了為自己的夢想保留空間，但當我們只是不停地投注在所謂的正事中，我們的時間不但不被珍惜，反倒是被浪費了。而這一切的起因皆是將時間功利化。相同的事現在不斷地在我們的生活上演，是否只有我們放下功利的眼鏡，才能讓為了充滿慾望目的的迷信消失，讓只為了學分而扭曲的公共服務回歸本質；也才能讓一切被標上價格標籤的事物重新被重視。我想這才是我們該做的當務之急，而非追求利益、財富。否則我們將繼續陷在市場機制和功利主義的陷阱之中，也無法改善逐漸惡化的現況。

雖然我們經常抱怨我們的社會風氣日趨敗壞，但靜下心仔細思考，一切的事端是否皆是我們對於道德的不在乎以及對市場機制的熱烈擁護？正如作者在書末所說的：「這些都是我們想要如何共同生活的問題」只有我們了解我們想要的究竟是個一切都可待價而沽的社會嗎？抑是一個仍存在道德和正義的社會？只有在我們得到答案的那時，一切問題才有可能解決，也才能迎來我們所渴望的未來。



螢光：只有財富而缺乏崇高理想的社會，是會分崩離析的。

【關於讀寫】

《美國讀寫教育改革教我們的六件事》

“找回被忽略的 R: Writing”

國文教師 詹志超

我始終認為：一本好書的魅力，就在於可以讓人在短時間內閱讀完。

《美國讀寫教育改革教我們的六件事》便是一本關於讀寫的好書，收到「宇畝出版社」寄來熱騰騰的新書時，看到自己也是「書腰推薦人」，感到非常榮幸，特別是能夠推薦一本好書，心情異常興奮！因此，我只花兩天時間，便看完這本關於寫作的好書。

身為中學國文老師，新書封面有一句話著實引起我的關注：作文爛？這不是學生個別的困擾，而是國家需要面對的教育課題！

封底的一段文字更是讓我有很深刻的感觸：

為什麼學生普遍不會寫作？為什麼從小學到高中，都需要補習作文？因為從九年一貫到十二年國教，閱讀與寫作，始終不是正式課程，閱讀又比寫作受到重視，相形之下，寫作真的長期被嚴重忽略了！學生練習機會太少，老師的寫作教學專業養成也

不足。

這段話點出了台灣在寫作教學的問題：

- 一、學生不會寫作的問題。
- 二、學生補習作文的問題。
- 三、重視閱讀而忽略寫作。
- 四、學生寫作的機會太少。
- 五、老師專業養成的不足。

這五個問題涵蓋了三個層面：國家、老師與學生，身為教學現場的老師，不僅要「培養孩子成一個犀利的讀者和流利的作者」（作者曾多聞序文），「學生需要跨領域的寫作力」（社長馮季眉序文），更期望老師能在專業養成充實與提升。

《美國讀寫教育改革教我們的

六件事》提及美國教育界採取了許多行動來改變寫作教育並得到了顯著的成效，美國讀寫教育改革教我們的六件事正是此書的六

第一章「學無止境是真的，教無止境也是真的」——寫作很難教，因為每個學生需要的指導都不同，教師需要先學會如何教寫作。

第二章「作文的第一課，不是起承轉合」——寫作的

課，不是起承轉合，而是認識讀者、針對讀者發表意見。

第三章「閱讀與寫作，其實是學習的工具」——拋開套公式寫作法，用對了寫作方法，便能激發批判思

考與解決問題的能力。

第四章「數理老師，也要捲起袖子教讀寫」——寫作並非只是語文科的事，各科教師都應該能夠指導學生跨科寫作。

第五章「考試制度，如何改變讀寫教育」——改進寫作教育，就從最基本的「作文題目怎麼出」、「作文作業怎麼評量」改起。

第六章「教育改革，需要由下而上」——讀寫教育改革，需要由基層教師開始，由下而上，才能成功。

書中有諸多觀點值得省思：

一、學生寫不出真正有思想的寫作，有思想的寫作，應該要提出自己的觀點，或是採用別人的觀點，加上自己獨特的見解。(p25)

二、新的考試內容是讓學生讀一段短文，然後寫一篇文章，來分析作者的意圖，並且要舉出嚴謹的證據來證明自己

的觀點。(p37)

三、考慮文章是否有力，是否令人印象深刻，有說服力，或者動人，這才是人們閱讀的核心目的。(p4)

四、一個好的作文教師應該做的，是幫助學生尋找靈感；也許是日常生活中的一個機會，也許是一篇燃起你心中強烈感想的文章。(p2)

五、成功的寫作作業，應該考慮到四個元素：「設計更有效的寫作作業」、「提供發展文章的具體引導」、「設定目標讀者，用文字與讀者溝通」、「題材關聯和選擇」。

六、成功的評量制度，要能診斷出學生在讀寫上的缺點，並且讓學生據此來加強自己的能力，或讓教師據此來修改教學方針。(p186)

此外，老師應該可以好好思考幾個問題：(p192)

一、教師對於好的寫作有哪些期待？

二、學生有機會選擇自己想看的讀物、想寫的主題嗎？

三、各科作業，有讓學生練習寫長篇申論的機會嗎？

四、學生有機會練習寫不同類型的文章嗎？

五、教師如何回應學生的作文（分數、評語、討論）？

六、教師會示範寫作，或跟學生一起練習寫作嗎？

七、學生有機會定期反省自己的讀寫能力有無進步嗎？

八、學生的讀寫能力如何被評量，評量成果如何？

在我個人三十年的教學經驗中，發現大部分學生在寫作有諸多問題：

一、擬定大綱方面——隨性下筆，

未能事先草擬大綱，內容缺少中心思想。

二、遣詞造句方面——運用字詞不夠精確，出現冗詞贅句，句型較無變化。

三、組織結構方面——文章結構鬆散，前後不連貫，邏輯混亂或轉折不清。

四、立意取材方面——選取材料不適當，發展不夠充分，無法聚焦於主題。

五、寫作能力方面——未能省思作文優缺以及寫作能力是否提升並思改進。

六、題目引文方面——未能擷取正確資訊、分析歸納，以闡述自己的見解。

慶幸的是大考中心自107學年度起，學測「國寫」有重大變革，寫作與測驗題脫鉤，獨立施測，並歸納兩類題型：

一、知性的統整判斷能力——測驗考生是否具備統整判斷的能力

(一)能否正確解讀文字或圖表，適當分析、歸納，具體描述說明。

(二)能否針對各種現象提出自己的見解。

二、情意的感受抒發能力——測驗考生是否具備情意、想像等感性的表達能力

(一)能否具體寫出個人實際的生活經驗。

(二)能否真誠表達內心的情感。

(三)能否發揮想像力。

「國寫」主要是針對跨學系的語文表達能力需求而設計，期望考生透過可以感受、應加體察的經驗及素材，經由命題的適度引導，能自然而充分地運用語文表達能力。

命題理念主要有三：

一、注重人文與自然、理性與感性、原理與實用、傳統與現代的結合。

四季連作

高三9 吳君毅

當妳離開了陰冷的塔爾塔洛斯深淵
狄蜜特用綠意撒滿大地
大地跟著妳的心情，回暖
翠綠的草 翠綠的芽 混入鳥囀
譜出揮別沉沉死氣的熱情樂章

金光萬丈，曬得人人臉頰透紅
彷彿熱情過了頭 在臟腑之間遊走
最後懶洋洋的在眼皮上停留
碧藍的海 碧藍的天 混入蟬鳴
朗出令人昏昏欲睡的燠熱課文

當赤熱褪去，只剩你

慢了拍的热情燒得滿樹通紅
和整年下來的汗水相映
褐黃的稻 褐黃的葉 混入風聲
鍊出通篇颯颯蕭瑟的清冷絕句

燒盡的枯枝，被寒冷潑了一身
三分之一的石榴應是無可避免的失誤
熱情凝入鮮紅的果實，捱過
蒼白的霜 蒼白的雪 混著寂靜
吟出無盡感傷悲涼的絕情離騷

延平 vs. 建中教職員排球友誼賽

體育科教師 鍾維軒

公民課曾提過，社會互動中，正當手段下的競爭，可以激發個人潛能，也有助於凝聚團體的向心力。延平中學長期以來都和建中有著微妙的競爭關係，尤其是在每年的學測、指考後，彼此升學結果的較量。隨著校園風氣的多元開放，兩校師生的良性競爭，也展現在社團、運動、科展、才藝表現上。

今年五月，延平和建中師長們進行了一場排球友誼賽。身為延平的一員，自己當然不能漏氣地提早到體育館熱身。到了現場，星宏老師早就熱身完畢，守時認真，他，果真是導師的好典範。現場建中來了十二位男教師，

得知全是體育老師，讓人一時很傻眼，不過我們陣營有排球國手吳亞潔老師，男和女教職隊長老范老師及阿美老師壓陣，氣勢一點也不輸給對方。

第一次到訪就說要打五戰三勝制也太刺激了！和兩校教師們一起熱血交流，扣來扣去，你攔我，我攔你，打得非常過癮！在籃球三巨頭威達老師、敬凡老師和譽耀老師，排球通吃的火力進攻，以及品心老師防守俱佳一點也不畏懼和對方一群男生比賽下，延平可說是在比賽中表現大放異彩。雖然最後比數1比3輸球，不過輸贏並不是最重要，最重要的是運動讓我們身心健康。



螢光：有上進心的人，不會把時間浪費在無意義的爭吵。

請問侯文詠： 一場與內在對話的旅程閱讀心得

高二8 陳威愷

我當初之所以會買下這本書，並對這本書有強烈地共鳴是因為，我就和作者小時候和那些在聽完侯文詠演講後問問題的學生一樣，我對未來，對自己充滿疑惑，我不知道未來要做什么，我除了玩沒有其他興趣，我渴望有人能解決我的問題，但每個人都講標準答案，直到我讀了這本書。我覺得它特別能觸動我的心是因為，侯文詠的讀書經歷和我相似，而且作者寫得很真摯，他是真心掛念讀者們的問題，他的回答一定經過長時間的琢磨，所以能真實的了解我的困難並幫助到我。

我最想問的問題就是「我未來要做什么？」沒有任何興趣專長，我感覺我一無是處，是個只會唸書玩樂的小孩，在書中他舉了一個例子，棒球中的外野手在接球時他們並不知道球會落到哪，但他們會看好球的軌跡，球在空中時，緊緊跟著，一步步接近下墜的球，直到手套和球相連，沒有人能預知遙遠的未來，但我們可以預測，先不要想太遠的事情，不如先想想自己高中要幹嘛，大學要幹嘛，當你一步步

踏穩，完成你的短期計畫，並堅信自己會接到球，永不放棄，你就離球更近了，但如果什麼都不做，你只會離球越來越遠，有人說早點確定未來比較好的，我覺得這句話是騙人的，沒人能確定自己的未來甚至方向，畢竟世事無常，像侯文詠，他應著父母期待一路唸到醫科，在過程中他會想過自己會成為作家嗎？我認為沒有，但他依然沒有因為自己要當醫生就放掉從小到大的國文課，而這也是的確為他奠定成為作家的基石，這讓我不禁反思，我一直以來哀號找不到興趣難道是為了偷懶，不想上跟未來無關的科目，想早早確定方向，最後卻仍然沒有找到興趣專長而什麼也沒做。其實真正該做的就是認真上每堂課，蓋好自己的路，才能繼續走。

書中有一個理論十分有趣，「那個本來門檻值為三的人」，理論中社會由許多門檻值不一樣的人組成，門檻值零代表即使沒有人願意響應這個活動他依然會行動，而這種人就能帶動門檻值為一的人，但這時候問題來了，現在沒有門檻值

在我朋友中起了漣漪，他們讚許我的行為，也表示明年要一起參加。行動不一定會成功，但肯定能改變些什麼，我們的選擇決定自己是什麼樣的人也決定自己在怎樣的世界上。

這是篇很好的書，我會推薦給所有對未來迷惘的同學。其實我們揮不開眼前的迷霧，能看到的只有自己的腳步，一步一步走，迷霧不會一直都在，等到有一天，走出迷霧，回頭看才知自己走的是什麼路，那時我會想：「對！原來我一直都沒走錯方向。」

迴響生命之書

高一10 丁肇威

「門蛇」，作為薩神王國用來作戰的猛獸。少女艾琳從小就與負責照顧門蛇的獸醫母親相依為命。某天夜裡，最強的門蛇「牙」竟然全數因不明原因死亡，艾琳的母親也因此被處以被野生門蛇生吞的極刑。

吸引，艾琳下定決心要成為獸醫，也開啓了她不凡的旅途。故事以艾琳的命運為主軸，道出人與野獸的傳奇故事。其中兩種虛構的野獸，一個是絕不會被人馴服的孤高野獸「王獸」；另一個則是被人看作國家的「門蛇」，牠們象徵隨著故事的演進有著許多不同的詮釋。為了象徵著王權的王獸，王室捕捉野外的王獸以維持王威權，代表了王族那高貴卻失去自由，無法選擇自己人生的悲苦。人所崇尚的對象往往是遙不可及、高不可攀的，為了撫慰自身不安的心，便不顧一切的去奪取、獵捕本來不屬於自己物品或生命，帶來的是空虛的榮耀與悲哀的生命。相較於因為鞏固權力而被捕捉的王獸，門蛇背後的故事卻顯得更為淒涼，身為王國的戰爭兵器，門蛇的兇猛天性被人類所看上，在一個戰火紛飛的年代中，人類為了強大的力量進行捕捉並訓練門蛇，最後又一隻隻送上無情的戰場。若說動物的野性十分兇殘，跟一再追求鬥爭的人類相比，卻顯得溫柔許多。書中提到：「所有的動物中就只有人類會大規模的互相殘殺。」權力與鬥爭夾雜在人類歷史上，在

書中瑞穗因故溺水，急救無效被判定為腦死，但母親薰子仍決定將瑞穗帶回家中照顧，每日和她聊天、穿漂亮的衣服，甚至刺激她的神經使其能做簡單的動作，想讓她回到以前的樣子。

薰子的行為使眾人對她投以畏懼的目光，認為她在玩弄一個死去的人，作者在這部作品中掀起激烈的思辨，「腦死到底算不算死亡」。「器官捐贈」和「腦死」一直是一個沉重的議題。延續失去自主意識的女兒的生命，是一種愛的表現還是自私的自我滿足？讓失去意識的人繼續活著，逐漸成為別人眼中

的怪物，算不算一種殺害？而殺了一個腦死的人，所殺的是活人還是死人？又該不該被定罪？我認為故事中薰子對女兒的愛，縱或是旁人眼中病態的愛，但那絕對是不可隨意苛責的愛。每一個人一生中，都有不同的角色得去扮演，當你無法放棄其中一個角色時，就得面臨心中的掙扎和煎熬，我們未必都在被期待的位置上，但大家都很努力，希望被愛、希望被需要、希望被認同。

透過這個故事，作者讓我領悟到，曾經錯失的美好，哪怕已無法回到美好的過去，至少我曾經擁有過一段美好，難忘的回憶，儘管不被認同，但我至少會經努力過。在故事的最後，所以人性與道德的兩難，終將懸掛於一條以愛為名的繩索兩端，擺盪不止，沒有答案。

走出自己的路

高一7 洪翊涵

靈犀的生活了！

星期一，忙碌的一週又開始了。相信很多同學的行程都是白天來學校，晚上補習、補習、再補習。但，這是你想要的嗎？還是你只是照著家人的期許成長？你，快樂嗎？

我想，能從中獲得發自內心的真實的快樂之人應該是寥寥無幾吧？社會上照著家人期望考上第一志願或什麼特定工作，但最後卻以自殺結束生命的人不在少數，若是這樣的生活很愉悅，他們又何苦自我了結？望子成龍、望女成鳳的心情我們都懂，只不過這些期待對我們來說太過沉重罷了。我們要走的路，不應該是什麼家族傳統或甚至是父母的二次人生；而是應該走出屬於自己、獨一無二的路，打造光彩未來！

就我而言，你「不想」走出自己的路是很重要的。我從小一直有個夢想，但當我漸漸成長，它卻被當成秘密藏了起來，原因很簡單——父母的期望，而我不敢反抗。在那段日子裡，我似乎是個沒有靈魂的空殼，無法保有自己興趣，或許生死也不是那麼的重要了；但，當我最近終於「想」走出自己的路而和父母談判成功時，剎那間，世界的顏色繽紛了許多！我的世界，明亮了起來，而我也不再渾渾噩噩的生活了！

世界上走出自己的路的人有許多，而多半是成功的例子，例如：大設計師吳季剛、麵包師傅吳寶春、電影導演李安……等。他們因「想」走出自己的路而走，活出了屬於自己的璀璨人生，甚至也帶給我們的世界光彩，這全是因為他們不顧一切的「走」了！

「走出自己的路」，這才是人生應有的態度。讓我們一起快樂的活出自我，迎向光明未來！

看，雖然真實世界中並沒有像王獸或門蛇一樣具有高破壞性的生物，但仍然有許多不正當的獵殺、濫捕在各地發生。高雅的象牙餐具、昂貴的魚翅大餐，並非把生存必須放在第一順位，為了美觀、滿足一時口腹之慾、炫耀性消費，獵殺原本就十分稀少的動物，破壞了環境。許多生物的生存因人類活動下逐漸變的艱難，最後只能黯然的退出歷史的舞台。不單單只是獵捕

在艾琳的心中一直是個無法抹滅的傷疤，可是當艾琳面對危機時卻也選擇了和母親相同的道路，或許這正是為人父母的天性，即使在生命的最後，一心掛念的都是自己的骨肉，不論人類或野獸，對子女的愛都是一樣真摯且溫馨的。

奏者，指的是「演奏之人」，一心一意傳達想法時的哀愁與美麗是這部作品給我的感覺，不只是對野獸，艾琳所彈奏的豎琴聲不光是與王獸溝通，更是對身為人類的每個人，不論是書中的角色或是讀者都透過她的真誠，被深深打動了內心。我想能夠與大自然生命，一定是最純淨，最美麗的一件事了。



螢光：善疑者，不疑人之所疑，而疑人之所不疑。

夢碎後的高棉微笑

高二6 卓郁薇

陰雨濛濛，剛落地，遠方的地平線早已模糊。誰也沒想到這天是這七日唯一的陰鬱，唯一模糊的景象，因為那一週的束單生活，每一幕都動魄驚心且銘心鏤骨。他們簡單了我在城市緊錮的靈魂，讓我再次可以為自由和單純呼吸，不為什麼而微笑。回來台灣數天，依稀還能瞥見正看著柬埔寨蒼穹的自己和這片淨土上的孩子們，還能真真切切的感受到他們的小手緊扣我的餘溫。

過，擁抱過，柬埔寨的美好。我們造訪過當地的孤兒院，一群被父母遺落的孩子，可是在他們身上卻看不到任何怨嘆生命的影子，每個人都那麼賣力地盡好本分、顧好學習，編織手環來販賣，聽從校長的話，年紀稍長的女孩熟練地照顧幼兒，當我向她們請教如何編製這些麻繩，只見淺橘的細線，在她的雙手抽進抽出織就出幾何的圖騰，成熟懂事，每個孩子都那麼耀眼光彩，可卻無法像大都會的孩子享有一樣豐富的資源，世上的不公，總在無形中被體現出來。翌日，我們修建房屋，屋主是一位因為一次意外而無法正常做工的中年男子和他的妻兒，九點進村五點離開，整個

團隊沒有一人偷懶直到興建完畢，手上曬得的斑斑紅點，一頭溼透的蓬草，可我們沒有喊過累，因為我們相信只要能為這片土地付出，那怕只是一點，辛苦疲勞都會值得，無論以什麼形式。

每一天都有著不一樣的感受衝擊，若真要挑選一天最深刻的，我想莫過於進小學教課那天，一進教室，每個孩子整齊劃一的起立並雙手合十，恭敬專注地全程聆聽，那是我在台灣的教室看不見的，出來後，隨隊的翻譯告訴我們「他們很珍惜每一堂能上課的日子，因為不知道哪一天家裡經濟不好就不能來了。」當下我真的笑不出來了，為什麼那麼願意向上的一群孩子，上天卻沒有給他們這個環境和機會，身處在優渥的家庭而衣食無缺的我們，是不是更該認真生活、回饋社會才不虧待此生境遇。隨後，我們索性直接坐在地上，發給每一個孩子我們帶來的色紙和彩色鉛筆，教他們折一艘艘紙船，我希望他們能有一天可以有能力的追逐自己真正的夢，如這些船一樣航行在每一片不同的領域永不停歇。這是我們最後能帶給他們的了，因為馬上就要離開了，只要他們未來能夠記得在十二歲時有一群哥哥姐姐在這裡出現過，帶給他們快樂過，即便忘記了我們的長相或國家也無所謂，只要記得我們的期許和希冀就好。

劫後餘生，紅色高棉讓這個國家半數人民身陷赤貧中，多少無辜孩童連讀書都是奢望，即使如此困境，他們卻不曾怨天尤人，認份滿足地過生活。還記得那天家訪時，我問那位母親：「有想過過去別地方生活嗎？這樣的生活滿意嗎？」她告訴我她喜歡這個村子，雖然常常吃不飽但已經很滿意現況了。知足常樂，已是老生常談了，但只有在這裡我才真正體悟到這句話有多強大。柬埔寨志工之旅不留遺憾地落幕了，但願每一個人都能平安快樂，至少我們看的還是同一片天空，一起飛翔吧！

生命的哲學

高一6 傅筠絮

《生命中的美好缺憾》一書中女主角海瑟和男主角奧古斯都皆罹患癌症，他們透過教會的支持團體認識。他們一起野餐、分享書籍、陪伴失戀的朋友，甚至到荷蘭拜訪了女主角最崇拜的作家。最後在奧古斯都的葬禮上，海瑟發表的悼詞回應了奧古斯都最深的恐懼：害怕被世人遺忘。她說，他不可能讓所有人都記得他，但是她會永遠將他記在心裡，他無須擔心。

我認為男主角奧古斯都的生命觀及對死亡的想法很特別，他的心態似乎永遠是幽默有趣的。一般人害怕癌症也許是因為怕受病魔折磨的疼痛、怕親友擔心、怕治療後的副作用。但是，奧古斯都怕的卻是死後被遺忘。我非常欣賞他，他總有許多與眾不同的看法，可是卻很有哲理、使人信服。

在他剛結識海瑟時，他曾拿出一根菸叨在嘴裡卻不點燃。當時海瑟憤怒不已，因為癌症使她的肺部積水，爬幾層樓就會缺氧、氣喘如牛。奧古斯都卻告訴她這是一個隱喻。香菸象徵著危險，把香菸叨在嘴裡象徵危險就在你身邊。而不點燃它則代表不讓

它消失，而是將其縮減到最少，它依然像菸般在他的嘴裡，但他不點燃它，不使憂鬱的情緒將自己淹沒。女主角海瑟曾說：「憂鬱不是癌症的副作用，而是邁向死亡的副作用。」由這句話，我認為憂鬱可以歸類為危險的一種。不是因為死亡危險，而是憂鬱太久會使人步向死亡危險。

本書也有被改編成電影，不同的是電影簡化了女主角的朋友和父母互動的部分，更著墨於男女主角的愛情故事。它雖是小說，卻充滿了生命哲學。我欣賞作者不會過於刻意的說教、講道理，而是將想表達的觀念

一份特別的禮物

國三6 陳威



從出生到現在，收過的禮物不勝枚舉，生日禮物、聖誕禮物、兒童節禮物等等。最特別的禮物對我來說，莫過於我六歲那年收到的生日禮物。記得那天雖然我已經收到了各式各樣的禮物，不過最令我難以忘記的就是那一盒色鉛筆，不是因為價錢昂貴或是賣相可愛，而是因為我阿姨除了送我這盒色鉛筆外，還送給了我一句刻骨銘心的人生道理。

剛開始從我阿姨手中收到時覺得沒什麼，不過我阿姨叫住了我，她告訴我「使用色鉛筆最重要的就是削，必須拿著美工刀一刀一刀照著紋路慢慢的削才能削得漂亮，同樣的你的人生，要一步一步穩紮穩打，不貪快才能活得漂亮，活得精彩」。剛開始總是不明白阿姨為什麼要這麼說，不過隨著時間的增長，年紀越大，細細思考後總能品味出其中的道理，原

來色鉛筆也有這麼大的學問，至今，我仍然保留著那盒色鉛筆，每當我看見它總會想起阿姨對我的愛與期望，我總提醒自己的努力、認真的活、紮實的活。等到我活出了精彩的人生，我不會忘記我最特別的禮物，因為這份禮物使我隨時叮嚀自己人生不能求快而隨便過。它告訴我，我的人生就該這樣紮實的過，我最特別的禮物。

一次難忘的教訓

高三8 劉偉婷

人生有許多十字路口，每個路口都有指標，每個指標都指著一個方向，然而，當我站在十字路口時，下一步，何去何從總是捉摸不定。或許每條路上佈滿絆腳石亦或遍野的荊棘，總是要經歷遍體鱗傷才能明白許多的道理，在那之前從無法體會傷痕累累的椎心之痛。記得小時候爺爺與伯父、爸爸從事重機械以及運送貨物，每天待在工廠看著包裹好的神秘「貨物」往返倉庫激起了好奇心，總想一探究竟，忘了爺爺千叮萬囑的警告，忘了父親耳提面命不要踏進倉庫。當起重機械搬運貨物，年幼的我如同小螞蟻般隱匿，渺小罷了，然而，初生之犢哪怕得了兇虎猛獸，於是我還是斗膽潛入了倉庫。倉庫雖囤積貨物卻燈光明亮，我挑了一個有剛卸貨的小角落，用小

刀片割開封口，看見排列整齊的鐵片，似乎經特別加工，四個角特鋒利，正當我心無旁騖研究時，說時遲，那時快，半層樓高的貨物連同最上面的我急速上升同時也前進，一個重心不穩踉蹌跌一小步，原本抓著箱子，卻似乎在空中停留了片刻，嘈雜的機械參雜爺爺低沉的嗓音，未反應過來，我重摔在地板但頭部是——爺爺的手，在我墜落同也有鐵片掉出，所幸只割到腳，但鮮血卻肆無忌憚地流出。那時的哭喊、尖叫，眼淚到如今的我，十年一晃眼，消逝了。

人生太多條路需歷經滄桑、化解迷茫、學會成長、懂得療傷，而那一次是難忘的教訓，更讓我懂自己當年的無知與幼稚，未來無盡的十字路口，期許自己能帶著一路走來的教訓去探索世界。



螢光：人生沒有標準答案，你的選擇將成就自己。