



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

第一二八期

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

108學年度大學學科能力測驗

本校成績表現亮眼

108學年度大學學科能力測驗已於2月25日公布成績，今年本校為響應「終結放榜新聞」之活動，不主動對外公佈滿級分人數，但高三同學依舊用亮眼的好表現，踏出邁向理想大學的重要一步。其中「國、英、數、自」組合成績達56級分以上(全國前5%)，共計96人，佔本校自然組考生人數近三成，「國、英、數、社」組合成績達54級分以上(全國前5%)，共計53人，佔本校社會組考生人數近四成。

學測成績出爐後，大學繁星推薦及個人申請相關作業也將在今年3月份展開，由於今年大學甄選新制的首度上路，全國超過1500個校系的篩選倍率及採計方式有變動，建議同學先挑出自己有興趣的十多個校系，查詢這些校系去年的篩選結果，再利大考中心公布的107、108學年學測2至4科不同科目組合人數累計表，推估自己有沒有機會通過第一階段的篩選。

而學校輔導室為協助同學準備後續的資料書審及面試、面試作業，也陸續安排了各項升學輔導活動，如書審個別指導、面試個別指導、模擬面試、牙醫美術設計工作坊等，希望能為同學在申請入學的準備(研發組長 周建勳)

第19屆延平盃辯論賽

北台灣高中界最具規模的延平盃辯論賽，今年堂堂邁入第19個年頭。有別於以往賽程安排在寒假期間，受到本年度臺灣大學菁英盃辯論賽的影響，此次於108年2月16至17日舉行。雖然比賽時間業已在開學後，但來自全國各地的優秀高中辯論團隊的參與意願，絲毫未減，24支隊伍齊聚延平中學，展開最激烈的論辯。

本次延平盃辯題為：政府管制假消息對台灣社會利大於弊/政府管制假消息對台灣社會弊大於利，同菁英盃辯論賽的複賽題目。在現今媒體與網路新聞動態充斥的社會，每個人都應該培養分辨消息是非的能力，而非只是未經思考內化地向外傳遞與發送。政府是否應在此層面扮演關鍵性的角色，是社會大眾十分關注，同時也是最符合時事的思想議題。

在兩天的賽程中，隊伍歷經分組循環賽、八強與四強賽，到最後的冠軍決賽，每支優秀的辯論團隊經過充分的資料蒐集、論辯內容的提綱挈領、提問問題的反覆設計及不斷地沙盤推演，力求在賽場上拿出最佳表現。賽事結果由中山女高辯論隊獲得冠軍；延平中學演說辯論社也不遑多讓，奪得優秀辯士。

未來世代來臨的

現在，口語表達、思維邏輯、國際視角，是學生必備的技能；透過演說辯論的思辨教育，能讓學生磨鍊而更為精進，也正是延平中學持續支持延平盃的最大原因。明年，就讓我們在嶄新校舍，迎向20週年的延平盃！

(活動組長 蕭政宏)



2019日本教育旅行

2019年寒假，由劉校長領隊，同五十七名師生前往日本大阪、京都與神戶，進行七天六夜的教育旅行，實踐一學期以來的國際交流課程。本次行程，除了日本國寶姬路城、世界最大跨距的橋樑——明石大橋的見學導覽外，教育旅行的三大重點：城市探索、學校交流與寄宿家庭體驗，都讓學生們收穫滿滿、回憶無限。



本行的城市探索在大阪進行。準備了一學期的企劃，同學們等不及要兌現每個行程。有些藉著遊覽大阪城、歷史博物館探究大阪今昔，另有小組造訪貓咪咖啡屋、海遊館讓可愛的小生物陪伴一日。各組也規畫任務，在街頭推銷台灣，無論是訪問或邀請合照，都是學習跨文化溝通最佳機會。沒有師長、導遊帶領的城市探索，組員們需要更多的溝通協調、通力合作，才能順利平安完成大阪豐富之旅。

另外，我們在大阪府高槻高等學校進行學校交流。友校出動了一百二十四名學生與十名老師熱情接待。歡迎式中，本校蘇章愷同學代表致詞，並由四十位同學演唱「擁抱世界擁抱你」，用歌舞表達友好，博得滿堂彩。接著以簡報分別介紹台灣多元族群、大甲媽祖繞境、夜市文化與台灣減塑政策，讓高槻的師生更進一步認識台灣。高槻同學也不遑多讓，從帛琉田野調查的專題研究分享中，展現令人讚嘆的探究與實作能力。中午用過餐後，由徐巧瑄同學一人獨挑大樑的袖子舞，讓觀眾屏息欣賞，高槻則是以熱鬧磅磅的管樂帶動氣氛。接下來便

國一新生家長說明會

108學年度國一新生家長說明會已於2月16、17兩日舉辦完畢。今年度的說明會人數再創新高，原定場地座無虛席，另增開5間教室供無法進入會場聽講的家長同步觀賞視訊。

說明會開場劉永順校長為家長們介紹學校之總體方向：一、引導學生面對跨域多元的世代；二、培養帶得走的能力；三、成為一位具有人文素養、宏觀視野的延平人。緊接著張漢鏞副校長說明選擇延平的四大優勢：一、升學率高，二、學生素質均優，三、交通便利、接送方便，四、勤管嚴教。除此之外，延平收費在眾多私校中相對低廉，且評量入學後會依教育局規定常態編班。

(註冊組長 簡文建)

為了因應明年度高中新課綱的啟用，延平中學從兩年前就開始積極規畫適用新課綱的課程安排。新課綱強調核心素養及多元能力，未來同學想申請大學，除了學科的基礎能力之外，還要積極準備高中三年的學習歷程。為了幫助同學更紮實地準備學習歷程，學校安排了多元選修及加深加廣課程，並與陽明大學、臺大電機系、輔仁大學、臺北醫學大學、臺灣藝術大學及慈濟大學簽訂策略聯盟，以讓同學透過多元的課程內容、校系參訪、實驗操作、教授講座等活動，累積豐富的學習經歷，在申請入學時展現充實的高中生活。

(註冊組長 簡文建)

【大自然的體悟之一】

野芒開花時

國文教師 詹志超

深秋至野外踏青，放眼望去，山邊河畔隨處可見雪白芒花群聚盛開，見證了「數大便是美」的絕景。芒草彷彿若歷盡滄桑，佝僂著身子，發顫哆嗦，蜷縮在蕭瑟的秋涼裡；又猶如孤獨落寞的浪人，披著單薄的衣衫，支撐著柔弱的枝桿，靜靜地尋覓生存的空間。

或許是芒草深諳韜光養晦之道，它不在百花爭妍的暖春盛開，反而在萬物漸入蕭索的枯秋綻放；它不像其他植物天生擁有絢麗的彩衣，引人注目，而是身著淺淡素樸的米白，獨霸一

片空間。白芒隨風彎腰搖曳的丰姿，擁有令人讚嘆的柔軟身段，隱含著謙遜無華、逆來順受的性格，它們儼然是植物界最冷靜的先知。

時空交會的對話

高一9 許家綺



隨著歲月的增長，我們所面臨的煩惱也越來越多，在深思而後做決定的過程，不僅是解開自己的心結，也是一種學習負責的成長，在一次次地排除困難與選擇中漸趨成熟。閱讀他人的諮詢信件，我也產生自己對諮詢者的回覆，透過三位主角及浪矢爺爺的回信，我看見了某些與我原先設想的回應截然不同

對於美，我總是不吝於付出。為了追求美，我願拋去塵務。而在所有美的事物之中，我獨鍾情於海。漫步海邊，只覺空氣中的鹹味夾雜著幾分潮濕，迎面撲來，我享受那股屬於海的獨特氣息。浪花纏繞，拍向沙岸，低頭看著自己走過的足跡，經過海水的洗禮之後，又恢復為原先的平整。人生旅程何嘗不是如此，每一步踏下的足跡，恰似生命旅程中留下的痕跡，這些烙印隨著時間的流逝漸漸淡去，終將被遺忘。如此看來，又何須汲汲營營、計較執著？海水的顏色或淺藍、或湛藍、或深藍，與海共鳴的時刻。

我的回答，更多我未思及的面向與角度，我也彷彿成了這些煩惱者中的一人，得到成長的救贖。其中最令我印象深刻的諮詢，來自一個面臨追求成為音樂人的理想與繼承世代傳承的魚店兩難困境的兒子克郎。我覺得這是一個完全顛覆想像的故事，克郎原本是一個躊躇不前、游移不定的年輕人，在接

【大自然的體悟之二】

與海共鳴的時刻

國文教師 詹志超

但我獨愛不遠不近帶點墨綠混雜在青藍色的那片海，它不若遠方的海水虛無縹緲、捉摸不定，也不似近處的海水清晰可見、變幻莫測。中間那片海藍，有些神秘，卻又不失自己的特質，時而透澈明亮，時而若隱若現，就像一個人能適時展現學養，露才揚己；又能在不擅長處隱藏自己，韜光養晦。

我愛美的事物，美讓我的心靈澄澈。我尤其鍾愛海，看海，讓我思緒頓開、體會人生、領悟生命的道理，每次看海總有豐碩的收穫。海，無疑成了我的心靈導師；看海，不再只是觀賞，而是我與海共鳴的時刻。

憂而自卑，他們卻以同樣嚴肅認真的心態回信，著實為諮詢者覆對諮詢者帶來好的結果感到高興，覺得幫助了他人。最後三人發現自己對事實有所誤解，且在收到諮詢者對他們的感謝信時感到深深的震撼，下定決心自首不再行竊。雖然他們為了守護丸光園而犯罪，但我對於如此正義的動機感到敬佩。我覺得或許在經濟能力可以負擔的立足點上，他們能找到更好的計畫

執行。書中每個故事都與丸光園環環相扣，包括主角三人亦是如此，我想，他們或許也在這個時空交會的夜晚得到心靈上的諮詢，而最後寄出空白信件得到的回覆，便是指引三人方向的解答。「正因為是白紙，所以可以畫任何地圖，一切都掌握在你自己手上。」我很喜歡浪矢爺爺如此對於白紙信件的解釋。還未留下痕跡的最初是起點，未來的道路

蒼穹之中，有非常明亮的一處，那是曙光。我如陰霾中的一道溫暖和煦的光，照亮黑暗、照亮大地、照亮人們的心。常聽友人說，我好似黃色，熱情奔放，能掃去周遭朋友們的憂鬱，給予快樂。我也很喜歡黃色。或許當我的「熱情過猛」，灼熱的光芒刺進人們心底，形成一道難以抹滅的傷時，我可以化為向日葵，追尋那個永恆不變的

太陽，指引我方向，以成為更好的自己。希冀如此反省，再前進的我，總有一天，即使人們忘了我的名字，卻仍能憶起我鼓勵的話語能像便利貼般依附在他們心裡，心變強壯了，便可輕易取下，不留痕跡。

在一生中，我願成為太陽、向日葵，及最後的便利貼，在短暫的人生中，舞出一身燦爛無比的黃。

舞一身的黃

高一1 黃筱淇

雲邊有個小賣部 讀後感

高二8 駱采纓

在不那麼漆黑的深夜，房間牆上一盞鵝黃色的小夜燈在床邊閃爍，發散出樸實且淡雅的光輝，正如同張嘉佳的文字，溫暖的包裹著我的全身，當結束相較於平常顯得格外寧靜祥和的閱讀時光後，我才赫然發覺那早已被眼淚浸濕的冰涼衣袖，和在內心深處無法遏止，源源不絕地湧出的感動。

劉十三，一位畢業於三流大學的保險業員工，業績在同業中永遠墊底，對於所有事情都是全力以赴，收穫的結果卻總是差強人意，更甚者乃至慘不忍睹。他是多麼令人心生憐憫的角色！我心中不禁感歎。或許我的眼淚是由於同情而掉下罷，起初我是如此想道，卻在細細思考過後卻頓悟，太多的感觸，悲憫僅僅佔少數，止不住地淚水，

正是因為感同身受。大多數的我們又何嘗不是像劉十三一樣呢？曾經在某樣事物上傾進心力，而最終又是如何對結果感到悲痛不已？我們心中都住著一個劉十三——卑微、弱小、抬不起頭，仿若永遠的敗者。但我們是否也有個在身後全心支持我們的親人或朋友？他們靜靜地陪伴著我們，作為我們永遠的支柱，可現實的一切卻時常令我們遺忘了那些大雪中送來，燒得火紅更溫暖人心的木炭。

在書裡我最喜歡的兩個角色，第一個是劉十三的外婆，王鶯鶯，再來便是劉十三的兒時玩伴，程霜。看到王鶯鶯，我總是無法控制自己將她與自己的祖母聯想到一塊兒。她們都是特別堅強的女性，同時也是家中

的支柱。人前笑得樂呵呵，人後把所有的苦都扛在自己身上，而且一聲不吭，祖母身上扛的永遠是全家人的煩惱，似乎每個家庭成員都是自己的心頭肉，就好像書中描寫到王鶯鶯牽掛著劉十三的樣貌。因為過於相似，所以我無法不在王鶯鶯身上發現祖母的影子，在祖母身上看見王鶯鶯的神情，也無法在書中情節發展到王鶯鶯過世時，讓自己停止哭泣——我想到了祖母，我想到她終究會離開，我想到她終有一天，也會像王鶯鶯一樣，不能履行曾經對劉十三緩緩道過的：「外婆在的，一直在。」

「悲傷和希望，都是一縷光。」王鶯鶯和程霜在劉十三的世界中，相信也是耀眼燦爛，煦煦地如暖陽般的一縷光。我喜歡程霜這樣積極樂觀的女孩，同時也嚮往成為這樣的人。她成為了劉十三的勇氣，也讓王鶯鶯最後一段日子洋溢歡樂，儘管自己身負重病，甚至病危，她都一直勇敢著，然後帶給身邊的人溫暖及快樂。張嘉佳的文字是極度地平賞，貼近人心，貼近生活，所以我在閱讀雲邊有個小賣部時，我彷彿就是那個人生失敗組劉十三，有個愛著自己的外婆王鶯鶯，在百般挫折後遇到了女孩程霜，然後在小賣部後院的桃樹下，感受著春夏秋冬，由生命撒下，不會消失的那縷光。

螢光：世上沒有絕望的處境，只有對處境絕望的人。

我看學習這件事

高二3 黃煒婷

人類之所以文明，「學習」是亙古不變的道理。孩子向父母學習行為舉止；學生向老師學習知識內涵；詩人作家們向大自然學習吟詩寫作。人若不學習，就好比一輛沒加油的車子，有能力可以跑百里，卻缺少了跑的動力。

坐在書桌前學好課內知識固然重要，但讀萬卷書不如行萬里路，生活中的歷練也必不可少。尊長們對於學習的看法認為讀好書，將來才有競爭力，而讀書，比課外活動更重要，雖然讀書並不是全部，但我

認為課內知識確實比課外學習來得更重要一些，若沒有學好課內知識，走出門外，所見所聞不一定能夠全然理解，錯失精進學習機會。

猶記一年級時會上阿里山看神木，當時只記得非常無聊，走路走到又累又餓，腳上還不間斷的受蚊蟲叮咬。然而，當我中學了生物學，才真的了解到神木的生長、茁壯是多麼的不容易，那年暑假我主動要求父母再帶我去阿里山，竟有了不同的心境，對神木溢著敬仰，佇立在此，不知看過了多久興盛衰亡；多少四季更迭；多少悲歡離合？

「課內學習」與「課外學習」都應該有所接觸，但若是先「課內」做好，能讓其他學習事半功倍。人們在學習任何事上若把課內學習完整，絲毫不馬虎，那麼就擁有好的汽油能推進你向前百里，而你在途中所見所聞內化成知識，那麼就擁有好的車子；若能內外兼併，就如跑車加上好的汽油，能夠衝刺百里而不疲倦。

朗朗：我用鋼琴改變世界

高一9 施丞謙

朗朗，現今最具有影響力的鋼琴家之一，在世界各處眾人皆知，靠的不是一時的僥倖，更不是憑著過人的音樂天賦，而是靠著從小到大，永遠保持著第一名的崇高理想，永不服輸的精神，造就了現在的朗朗。

這個音樂小神童出生於一個音樂家庭，爸爸媽媽甚至到爺爺都是靠著藝術維生，而事情不是過得那麼順利，媽媽因為文化大革命的影響，失去了成為專業演員的機會；爸爸在填寫表格

時粗心犯錯，也失去了進入國家音樂廳的夢想。在如此不順遂又沒有命運眷顧他們的時候，朗朗的誕生成為了家庭的冀望以及家族的驕傲。即使朗朗天賦異稟，打從出生體內就流著音樂細胞的血液，也經歷過辛苦而留著滿滿回憶的童年。

在朗朗小時候，就被爸爸灌輸著「第一名」的目標，永遠無法抹滅，在背負著龐大壓力的環境下，朗朗不斷的精進鋼琴實力，小小年紀就有著超齡的才藝與台風，卻付出了不少努力和代價，當別人在遊玩嬉戲時，朗朗卻在房子裡，在爸爸監督練習下，一天狂練五小時，卻不敢喊累，一天一天的累積自己的實力，將自己的潛能發揮到極致。

朗朗今天站上國際舞臺，絕對不只是靠著天分而已，他父親與母親的犧牲與堅持和他自己對自我的肯定才是一切的关键，或許現在的教育制度，總是有著「念書」、「升學」的刻板印象，往往無法在過程中找到屬於自己的專長，就算有了專業技能，沒有興趣也只是在迷失自己的方向，沒有自己的人

快樂的生活了。他的父母親也算非常堅強，從來沒有一刻想著放棄自己的孩子，而是不斷的試著把郎朗慢慢堆疊到巔峰，甚至犧牲自己的工作事業只為了讓小孩未來能夠出人頭地，有著不凡的成就。

在舞臺上盡情展現的朗朗，將一臺沒有生命的鋼琴和自己融為一體，那沉醉在其中的神情，與那出自於兩隻手彈奏的一篇故事，好像述說著他的一生，是如此的精彩和豐富，如此的表演，是多麼的震撼與感動啊！每次看朗朗的影片，總覺得能跟著他音符到處悠遊，心裡面滿是敬佩。我從國小一年級就開始接觸鋼琴，剛開始就一見鍾情，和他一樣覺得生活中沒有了鋼琴是多麼的枯燥乏味，直到小學畢業，同時兼顧學業與音樂才藝，才忍痛停了鋼琴，直到現在。

看完這本書，心裡面滿是喜悅與滿滿的回憶，回想那時的我，也曾經和鋼琴成為摯友，成了我每天放學回家的最佳夥伴，總是能讓我好好的抒解壓力。雖然我現在不彈了，也上了高中，心裡不免有一些遺憾，但我認為人生最

舞一身的純白

高一5 陳正儀

純白色的陽光透著玻璃窗傾落在書桌上，我將手放上如蠶絲、如冰霜的白，多麼高尚純淨的色彩？我暗自臆測。

未上色的畫紙為白，為突顯日後潑墨的色彩；新娘的長裙頭紗為白，為突顯嬌豔容貌姿態。人不都在白紙上譜曲渲染，怎得忘記最初樣貌？率真單純如我；褪去彩衣淨若稿紙如我；望向本質不綴飾如我，如戲人生來自嬰孩襁褓成的虹。

在生命中舞一身的白，我願永保一顆孩童的心，永存心中善良的，真，披一身白紗漫舞，舞出白光交疊成的虹。

重要的，不是爬的多高，也不是要和別人證明自己的實力，也許有時候想一想，贏過別人，讓別人崇拜，卻沒能贏得自我，和別人比較，不如看看自己這一生做了什麼值得驕傲的事，讓自已值得為曾經光榮。我們不一定要成為別人眼中的冠軍，卻要成為自己眼中的「第一名」。

而我們卻因為乾淨的水資源隨手可得，在不知不覺浪費掉，我們要省思這個問題。無論是在龍睡號還是無人島，船長要求所有人不能喝酒，他們確實做到滴酒不沾，換作一般有喝酒習慣的人，他們辦得到嗎？這項紀律，讓船員在無人島上生存下去。

他們還有一點值得我們效仿，就是在困境中還不忘「學習」。他們在島上除了培養生活技能，也活用生活中所遇到的問題，提出並討論，增加所有人的知識。同時，水手長及漁業長開設海洋的相關課程，船長教導船員習字的相關課程，船長教大家英文。在沒有文具的狀態下，他們發揮巧思，以鳥羽為筆，將油煙、稀飯和鱈的皮混合成可防水的墨水。這樣的舉動，讓原本不識字的船員，寫出文情並茂的信；讓所有的見習生，在回國後的考試中，全數通過。

本書讓我明白：遇到困境，並不是想像中那般絕望，要往正面邁進，努力雖然不一定馬上見效，但一定會有意想不到的收穫。

驚魂記

國二7 張倚瑛

那急促緊張的手機鈴聲如厲鞭鞭打我的耳膜，母親疾厲的口吻道：「趕快搭捷運到中正紀念堂，忘了今晚要看歌劇了嗎？」一瞥鐘面，頑皮的指針家族彷彿也在譏嘲挑釁，不照節奏地快馬加鞭起來。匆匆著衣，草率地隨意拾起裝著家門鑰匙的提袋，衝出玄關，「砰！」巨聲響起，我與時間的競賽正式開始……

以三分鐘完成平日需花費十分鐘的路程，火速抵達捷運站，看了看電子鐘面，距離演出時間尚餘十分來分，如釋重負地放心伸入提袋內尋覓悠遊卡的蹤跡，俄而，如霹靂般迅閃心頭：「平日穩當收著悠遊卡的紅色碎花布包和收著借書證的黛紫碎花布包——我拿錯了！」我好似一隻無憂的自由

鳥兒，在恣情翱翔蒼穹的瞬間，被命運之神化為一隻孤獨無依的迷途羔羊，在乾涸荒蕪中徘徊。索性拿起手機撥打「救命專線」，重燃的火苗在內心霹靂作響，殊不知，電話另一端「此用戶目前處於關機狀態，請稍後再撥……」；如來勢洶洶的海嘯，無情狂妄地襲去世間的光明，頓時才驚覺自己已被命運之神定讞「身不由己」罪，桎梏晦暗的牢籠，我成了落魄喪志的罪人。

電子鐘面呈現的畫面是殘酷的鞭笞，中正紀念堂熙來攘往的身影幻為若有似無的浮沫，正當我掉頭決心回家之際，一個熟悉的身影快速向我走來，擔心問道：「倚瑛，我看妳待在這好久了，怎麼不過關門呢？」我無心陳敘事件的

來龍去脈，無助地望向這熟悉的面孔，只見她二話不說，掏出五十元硬幣為我買了捷運單程票，塞入我麻木的雙手，溫柔答道：「距離演出還有五分鐘，或許能剛好準時到場，快去吧！」我強抑著淚，臉上滿溢感激，連忙道謝之餘，更不斷向她揮手再會，而她，正是丁丁老師。

是「柳暗花明又一村」的深刻體驗深烙心坎，如此慷慨大方的胸襟，來一劑「雪中送炭」，治癒了我這灰心類喪的心靈，我會學習此待人處事的模範，而更重要的教訓莫過於「欲速則不達」的惕勵警醒，若要追求效率與完美，謹慎細心、不躁進方是成功實現的致勝關鍵。

無人島生存十六人 心得

國一1 陳筱諭

中川倉吉船長為了讓日本船隻不在冬天時荒廢，依舊可以到南方作業，所以精心挑選海上的勇士，計劃去尋找一座溫暖的島嶼，順便進行漁業調查。途中他們遇到巨浪，不幸觸礁，但船長和船員臨危不亂，把能利用到的用具、食物及書籍收集好，這是他們往後能在無人島生存的原因之一。船員能夠處變不驚是因為本身的閱歷及經歷豐富，而見習生們也按照前輩的話做，沒有一意孤行，因此所有人都毫髮無傷的上岸。

在無人島上的日子，不像我們這般便利，一切都要靠自己，而且有時付出和收穫是不相等的；在無人島上，不管如何挖掘，都只有充滿鹽分且混濁的水，還需要靠海龜身上儲存的清水維生，

純白色的陽光透著玻璃窗傾落在書桌上，我將手放上如蠶絲、如冰霜的白，多麼高尚純淨的色彩？我暗自臆測。

未上色的畫紙為白，為突顯日後潑墨的色彩；新娘的長裙頭紗為白，為突顯嬌豔容貌姿態。人不都在白紙上譜曲渲染，怎得忘記最初樣貌？率真單純如我；褪去彩衣淨若稿紙如我；望向本質不綴飾如我，如戲人生來自嬰孩襁褓成的虹。

在生命中舞一身的白，我願永保一顆孩童的心，永存心中善良的，真，披一身白紗漫舞，舞出白光交疊成的虹。

重要的，不是爬的多高，也不是要和別人證明自己的實力，也許有時候想一想，贏過別人，讓別人崇拜，卻沒能贏得自我，和別人比較，不如看看自己這一生做了什麼值得驕傲的事，讓自已值得為曾經光榮。我們不一定要成為別人眼中的冠軍，卻要成為自己眼中的「第一名」。

而我們卻因為乾淨的水資源隨手可得，在不知不覺浪費掉，我們要省思這個問題。無論是在龍睡號還是無人島，船長要求所有人不能喝酒，他們確實做到滴酒不沾，換作一般有喝酒習慣的人，他們辦得到嗎？這項紀律，讓船員在無人島上生存下去。

他們還有一點值得我們效仿，就是在困境中還不忘「學習」。他們在島上除了培養生活技能，也活用生活中所遇到的問題，提出並討論，增加所有人的知識。同時，水手長及漁業長開設海洋的相關課程，船長教導船員習字的相關課程，船長教大家英文。在沒有文具的狀態下，他們發揮巧思，以鳥羽為筆，將油煙、稀飯和鱈的皮混合成可防水的墨水。這樣的舉動，讓原本不識字的船員，寫出文情並茂的信；讓所有的見習生，在回國後的考試中，全數通過。

本書讓我明白：遇到困境，並不是想像中那般絕望，要往正面邁進，努力雖然不一定馬上見效，但一定會有意想不到的收穫。

螢光：平凡的脚步也可以走完偉大的行程。

我和孔子有個約會

國一 2 陳詩宇

坐在前往學校的公車上，我眺向窗外多變的朵朵白雲，和朝陽灑了滿地的金黃，就跟那天一樣，令人期盼不已。

當天一早，我和爸、媽便加緊整裝，一起遠征孔廟。在爸爸駕駛的直達車上，這次我們並沒有籠罩在層層睡意下，反而更興奮的聊個不停，從沒停過，直到我們到達了一直期待的孔廟。

我們佇立在那，彷彿被梅杜莎狠狠的瞪過一樣，遲遲不動，因為我感到很訝異孔子不只是有自己的一間廟，他就像個「好野人」，有自己的大院子，有好多招待朋友的房間，當然缺不了高檔主臥室，想到這些，我便迫不及待的想趕快到裡頭一探究竟。

從學門踏入，從庭院走過，從門檻跨出，步步都是驚喜，有4D的唐朝小粟子提供民眾觀賞，有好多中國古時名人的牌位，而且那裡就像廟的分店特區，有放眼望去一整排的小房間，好讓不同需求的居民皆可滿足，孔廟實在很大，你們都發現了吧！我還沒提到「孔子」這個名字呢！因為我們還沒找

到，在經歷一段小小的奮鬥之後，我們終於在簡介的地圖帶領下，找到夢寐以求的孔子。這間房間裡，孔子在正中間，旁邊兩側都是他的弟子，這個陣型，宛如在上課一樣，老師在中間認真教課，學生也在一旁靜靜聽課，而我順便上了一堂爸、媽的歷史課。最後我們看到的是祭典的介紹，追溯了那些中國華麗的長袍到底有何涵義，發現其中有身分、地位與在社會上的角色……一

旁櫺櫃中，還有五花八門的樂器，包括了大家最愛的古裝劇中的古箏，更附上影像補充、敲鼓體驗，讓你不在其中，也能身歷其境，真是收穫良多的一天，現在真的體悟了，何謂「讀萬卷書，不如行萬里路」。

「下一站，信義建國路口」，又要下車開始下一段冒險了，孔子說「三人行，必有我師焉」，在那趟旅程，我的良師是父母，但這次的探險，我還有得摸索呢！我們這些新生，就和拳擊手一樣，穿上拳套，大步入場，心中大喊著：「延平我來了！」



國三 6 林晏心

差一點，我就放棄了

人生漫長，無論是誰或多或少會碰上一些難關，而人人遇到挫折的反應皆不相同。但唯一能確信的是，只要不放弃，你肯定會有突破的機會。

自從進了延平，成堆的課業便不斷排山倒海的襲來。無數的作業和考試已成了日常，我也早已從不適應的感覺脫離。但唯一仍令我頭痛不已的，便是本校最出名的數學。我從小就不擅長數學，別人腦袋一轉就算出來的東西，我反覆苦思也不一定寫對。而當升上國三，這個情況就更變本加厲。

老師教的觀念愈來愈難，同學作答的速度越來越快，我卻總是遲來的旅客，只能眼睜睜看著火車加速駛離。一點又一

點的累積下來，數學便成了我身上無形的巨石，將我壓得喘不過氣。而我即是閉著眼，也能在每段考中看出我和平均的差距。

終於，我承受不住了，我決定要放棄我的數學。

當天晚上，我和媽媽一起坐在電視機前，觀看戴資穎的羽球決賽。她宛如在控制著球的軌跡，只見對手四處奔馳，打的氣喘吁吁，而她卻像在球場上輕盈飛舞，看準敵方鬆懈的瞬間，分毫不差的擊回。我忍不住開口道：

「好厲害啊！」母親回過頭來，跟我說：「那是因為她從小日日夜夜都在練習，從來不放棄呀。」我頓然醒悟，戴資穎雖然極具天份，但若不是她毫不懈怠的磨練自己，也只會是個埋沒在人群中的人。

漫長的人生中一定有著難關，想要突破別無法，只有懷抱著決心和放棄的信念才能跨越阻礙。倘若你願意堅持而不懈怠的磨練自己，並獲得高人一等的成就。

流浪者之歌

國一 4 楊惟寧

看完了流浪者之歌這本書之後，我才真正的了解到只要以堅忍不拔的心去追求自己想完成的事，終能嘗到成功的甜果實，悉達多，故事的主角，就是憑藉著那堅忍不拔的心，最終才能在一次次追求自我又迷失的過程中，了解到放下執著才是得到，進而體會的生命真諦。

老實說，流浪者之歌這本書對我來說有些深奧，我總是讀讀停停，反覆思索悉達多對所有遭遇的反應

與心境流轉。在我看來，悉達多年輕時就像我們每個人一樣，都是一個普通人，但他開始求道之後，從年輕、高傲的沙門，透過在求道的旅途中發生的各種事情，像是他心目中的女神伽摩拉教導了他情愛的快樂；船夫維蘇德瓦教導了他傾聽的藝術；伽摩濕瓦爾教導了他如何做生意……

我並不像悉達多是一個那麼會思考的人，也沒有悉達多的勇氣能憤然離家去追尋自我，但至今在我生命中，也有很多貴人，像是每天送我上學，嘮叨我學業的父母，和我拌嘴鬥氣的妹妹，陪我馳騁球場的同學朋友，和教導我各類知識和待人接物道理的老師們，雖然在相處中，有時會有不開心的，會覺得煩，有壓力，但沒有他們的一路陪伴，我現在說不定變成一個逞兇鬥狠的幫派

份子，或者是流落街頭，乞討維生。

書中另外一處讓我印象深刻的是描述悉達多在求道的過程中，因為身上沒有錢，只好不斷地行乞、齋戒、冥想和調息，但他到後來才察覺這樣只不過是在逃避自我，於是他走到河邊，準備投河自盡，好好的做自己。還好這時船夫維蘇德瓦出現了，邀請悉達多住在他家，並教他如何聽河邊的流水之聲來思考人生。這成功地讓悉達多進入了最高的境界，並超越

了他自己。

這讓我想到人生的峰迴路轉，柳暗花明真是無法預料，但若是悉達多沒有一路堅持，就不可能有最後他一直追求的大徹大悟！

這本書中有太多公民課本學不到的知識，透過黃益中老師的筆墨瀟灑，使我開始了解身為一個公民的義務以及意義，也顛覆了我以前的許多想法，唯有不斷的思考，辨別是非對錯，才能了解什麼是公平正義。

思辨 · 思變

高二 10 官佩嫻

原本公民課於我來說是一門無聊的科目，但這本「熱血教師的十堂公民課」改變了公民課對我的意義。這本書使我想起來說，「公民課」就是「最大多數人的最大福祉」，這看似合情合理的定義，其實頗不公平，黃老師在書中舉了苗栗的大埔事件——為了實施都市計畫強制徵收當地住戶而造成兩位居民因此自殺——作為例子來印證這個定義的紕漏：苗栗政府強制徵收土地，卻致死兩條無辜性命，調查也證明此次徵收做為科學園區廠房的土地也大多閒置未使用，並未達到所謂的公共利益，如果公共利益是建立在少數利益受損者的痛苦和不幸上，那麼政府口中「為人民帶來更好的社會」也不過是將錯誤正當化的包裝紙。

近年來鬧得沸沸揚揚的議題莫過於多元性別了，台灣同志遊行目前已是亞洲規模最大的同志遊行，我曾在公民課為了做一個關於同志的報告和我的組員聯絡了「同加盟」並進行一個下午的訪問，其中一個問題是我們訪問同志朋友為什麼他們力求婚姻平權而非另立專法，他們告訴我：

「如果另立一個『適用同志』的新法會令人感覺我們的婚姻是被獨立看待的，而我們希望的卻是和異性戀伴侶一樣單純因為相愛而希望攜手一生的婚姻」，雖然我並非同性戀的支持者，但聽完這番話後，我開始思考，如果異性戀存在於一個同性戀霸權的社會，也會為自己的幸福抗爭到底吧！他們要的不是特權，而是平權，每個人都應有權利追求幸福，而我們也應當予以尊重。

「不吃不喝，一百四十年買一棟房子」黃老師為這個議題下了聳動標題，這看似危言聳聽，其實是現今社會的一大問題。官商勾結，財團炒地皮，造成房價飛快上漲，說起房子，雖然我的家並不大，但是我由衷感謝父母年輕的時候努力賺錢給我一個擋風遮雨且溫暖的家，可台灣有多少年輕人即使花光畢生積蓄也買不起一個能容身的家，這就是我們必須捍衛的居住正義。

螢光：每天醒來，敲醒自己的不是鐘聲，而是夢想。



老人與海 心得

國一 楊以誠

當你失敗的時候，你認為你被打敗了嗎？人類在大自然中，是一種很渺小的生物，唯一能讓我們這個族群存活到現在的，就是我們擁有強大的意志力。人類不像草食性動物有著飛快的跑速，不像肉食性動物有著強大的戰鬥能力，更不像部分動物兩者兼具，我們比別的動物多的，只有智力與意志力。有時候我們想要做一件事，只要一超過自己預定的時間，就會想要放棄，但放棄不見得是個最好的選擇，我們做任何事都要盡自己的全力，在真正失敗之前，絕對不要放棄。成功的人，絕大多數都是試了再試，失敗了繼續試，才能達到最後的成就的。

在人生的道路上，失敗是相當常見的事，可是失敗和被打敗，並不能畫上等號。「被打敗」這三個字的定義，是指在失敗之後一蹶不振，或是永遠耿耿於懷的人。我們應該要看自己成功的時候，不要看自己失敗的時候，如果失敗了，應該要告訴自己：「我曾經成功過」但有些時候，我們也要把自己失敗的時刻記下來，讓自已不會再犯。書中的老人，最後雖然失去了自己辛苦得到的事物，過去的成功也失去了意義，但他始終不認為自己失敗了，所以他並沒有被打敗。

有時候，我們會對我們的敵人恨之入骨，但這樣是沒有用的，我們應該將他們視為可敬的對手。從他們身上學習，改善自己的弱點，使自己得到成長。書中的老人在與大魚搏鬥時，雖然受傷流血，但他不恨大魚，認為那是自己的錯。最後要殺死牠的時候，他感到十分難過，認為自己失去了摯友。

這本書對人物的描寫十分深入，雖然主要人物只有幾個，但個性都十分鮮明。老人很堅強，意志更令人佩服；小男孩的求知慾很高，總是認為自己不夠好，要多加學習。故事的結局不是悲劇，但我認為這不是悲劇，只不過是現實，畢竟現實中，本來就不會每件事都那麼順利。

在尚未閱讀此書之前，我一直以為去服務那些有需要的人像是在做善事，但是實際上有時候，被服務者卻完全是相反的感受，覺得是種上對下單向的給予，甚至有時候服務的內容，根本不是他們所需要的。就如同本書的「北醫楓杏服務隊」，前幾次出訪澎湖時，也曾有家長投訴覺得自己的生活受到了打擾，而且每一個四、五天的營隊，又能帶給孩子些什麼，而是要在教學中把所知道的都交給孩子們，讓孩子產生興趣，也才能對夢想有雛型，所以我覺得服務應該是符合別人的需求，找出一套解決對方目前問題的方法。

在本書中提到，服務的目的，往往是改變一個地方的生活品質和條件，但我們卻希望每個人都能因為我們而改變，就如同本書中的義診團，以為服務很多的村民，但殊不知其實有很多最需要幫助的人，都是無法起身就診的人。現在也有許多類似服務學習的活動，但是許多學生卻抱著利用服務來獲得學分的態度，這不僅曲解了服務學習的意義，還利用服務當作獲得時數的「手段」，這並不能讓學生學到

些什麼，服務學習應該是「服務與學習並重，讓服務者與被服務者的期望與目標皆能達成」。這也讓我想到在小學時，學校有舉辦十二月送鞋盒到偏鄉的活動，把自己不太需要或想送的禮物裝進鞋盒，包裝好，送給偏遠山區的孩子們，一開始只是因為一股想與人分享的心情才送了一個裝滿禮物的鞋盒，沒想到遠在花東地區的同學寄回了感謝卡，也讓我感覺到幫助他人能有所回報並進一步與他人有某種聯結的喜悅。而服務的本質，大概就是像這樣，應該永遠保持著如孩童般的心去幫助每個需要幫助的人。

在升高中的那年暑假，我也報名參加了花蓮的志工服務活動，原本抱著只是去幫忙的心情來到花蓮。但在幫忙當地原住民插秧及整理果園的時候，才發現原來沒有錢買機器幫忙的農民，每天都需要做非常辛苦的工作。這個活動也帶我認識了花蓮「石梯坪遊樂區」建造的原因及許多原住民土地被剝奪的苦衷，這些都不是我們在都市生活所能體會到的，有關於原住民的新聞也幾乎不會在電視新聞中出現，唯有親自深入原住民生活的地方，才能真正認識這些熱情的人及藏在他們內心深處的哀愁，這也許正是服務學習真正的意義吧。

看完了這本書之後，我更深的了解到服務的本質及意義，就像跟著楓杏從澎湖到史瓦濟蘭一同做義工、辦營隊。我知道雖然自己的力量是微不足道的，但可以試著從自己身邊做起，讓服務變成一種習慣，樂於為社會付出，為他人著想些，才能使這個世界處處充滿愛心，變得更加美好。

這次你怎麼沒有哭

服務的意義

高一 陳睿杰



半生緣

國一 8 郭小瑀

劍出鞘 仇恨殺紅了眼 劃破的屏風孔雀不開屏 撕裂的綢緞麒麟不見首 破碎的玉佩鴛鴦不成對

離別閣上了眼 紅梅在白衣綻放 結髮是對誰的承諾？ 淚水是對誰的執念？

此生相識絕無悔，只怨今世永無緣。但願來生再相見，執子之手永相隨。



繪圖 / 高一 8 郭小瑀

請問

侯文詠

高一 10 王瑞哲

身為一名青少年，一面在學業洪流中力爭上游，一面摸索著還在不斷改變的自己。我天生反骨，有時候還會卯起來連自己都反對，只是為了要證明某些事情。這種習性讓我拒絕理性思考，叛逆的性格讓我成為天生的革命家。一個心理測驗這麼說。我的確如此，也因此我經常對他人給予的外在價值提出質疑。有趣的是，我同時喜歡投入耗時費力的分析的人，這種性格，針對任何事都願意花時間心力做損益比較。綜合兩者我認為我是個難以說服的人。

我是一個常常看書的人，而本書是我認為目前影響我最深的書，也是唯一被我跟教科書放在一起的課外書，坐在書桌前，或許因人際關係、學業、感情使我陷入難題中無法自拔，便翻開扉頁，跟著侯文詠老師以輕鬆的語氣循序漸進地從各種層面與內在的自己對話。低潮時，他教我們換個角度思考；要功虧一簣時，他教我們「堅持可以導致成功」，「放棄必然失敗」的邏輯；在尋找興趣的路上躊躇不前時，他告訴我們勇敢呼應內在召喚，相信自己。從過去到現在，我感覺現在的自我好像又比過去的自己更加進步了些，幸虧有這本人

生的教科書。全文最令我印象深刻的章節是「那個本來門檻值為三的人」。門檻值是令對象發生某種變化所需的某種條件的價值。我們經常抱持著「又不缺我一個，反正其他人會去做」的搭便車心態。然而當所有人都抱持著這樣的心態時，所有的公共事務都將停擺，本節正是帶著我們藉著格蘭諾威特的門檻值理論探討一己之力的重要性。在看這本書之前，我打定主意十八歲取得投票權後，不要花時間去投票，反正又不可能剛好缺我一個人的票。然而若全台灣兩千三百萬人都這樣認為，那就不用選舉了。因此每一個人的票都是神聖的一票，正是這麼一票接著一票，一票接著一票，積沙成塔才造就了現今的民主制度。我的意思不是每個人都能像超級英雄那

樣憑一己神力拯救世界，而是像骨牌般，每塊骨牌缺一不可。相對於改變世界所需的骨牌，那第三塊骨牌（門檻值為三的人）清楚知道自己的力量多麼渺小，但他不因此退縮，因為他也清楚明白只要他在能力所及的範圍內採取應有的行動，他便能影響第四塊骨牌，而第四塊骨牌又能接續影響第五塊、第六塊、第七塊……，直到你所相信的事，變成連鎖反應，匯聚了成千上萬人的力量，最後改變了世界。誠如侯文詠在書中所說：「在一個無法改變的世界，每個人都覺得那個門檻值為三的人是別人；而在一個能夠改變的世界，每個人都覺得那個門檻值為三的人是自己。」

源源不絕的疑問，驅使著我們尋找答案，而原來那個最重要的答案是：你自己。

白的一身

高二 3 林芝吟

白，代表著明亮、潔淨，總是給人舒服的感受。漫步在生活的長廊中，與「白」來一場邂逅，不禁令人心曠神怡。

而我，一個做事明確簡潔的人，總是喜愛周遭的事物可以像白色一般的單純、舒服。偶爾可以獨自一人，享受愜意的小時光，就如同白色，帶給人一種微小而確切的色彩吧！

在升高中的那年暑假，我也報名參加了花蓮的志工服務活動，原本抱著只是去幫忙的心情來到花蓮。但在幫忙當地原住民插秧及整理果園的時候，才發現原來沒有錢買機器幫忙的農民，每天都需要做非常辛苦的工作。這個活動也帶我認識了花蓮「石梯坪遊樂區」建造的原因及許多原住民土地被剝奪的苦衷，這些都不是我們在都市生活所能體會到的，有關於原住民的新聞也幾乎不會在電視新聞中出現，唯有親自深入原住民生活的地方，才能真正認識這些熱情的人及藏在他們內心深處的哀愁，這也許正是服務學習真正的意義吧。

看完了這本書之後，我更深的了解到服務的本質及意義，就像跟著楓杏從澎湖到史瓦濟蘭一同做義工、辦營隊。我知道雖然自己的力量是微不足道的，但可以試著從自己身邊做起，讓服務變成一種習慣，樂於為社會付出，為他人著想些，才能使這個世界處處充滿愛心，變得更加美好。

陪他們走一段

高一8 麥詠甯

回家的路

閱讀心得



作者從十五年老志
工生涯中淬鍊出了意
義非凡、彌足珍貴的
體悟，並收錄在這本
書中。其中最令我印
象深刻的章節是「微
小的力量」。

獨自衝破滔天巨
浪、隻身對抗殘殘猛
獸，好比以一己之力
消弭根植於世上已
久，棘手的社會問
題。這看似不切實際
的理想，卻是許多滿
腔熱忱的社會人士窮
盡畢生心血所追求的
目標。

然而，殘酷無情
的現實，使世人眼睜
睜地看著社會許多角
落的人們深受飢荒所
害，骨瘦如柴；或
慘遭天災地毀家園，
從此流離失所，如落
葉般飄零；甚至遭受
傳染病毒暴戾地侵噬
肉體與心智。不幸的
是，政府所制定的政
策通常須經過重重的
審核後才得以實行，
即使有心改善，也難
免鞭長莫及。欲徹底
改變這令人痛心的情
況，是不可能一步登
天的，倘若沒有專業
的長期規劃，人民的
力量便難以發揮最大
功效。而當下一心一
意只想儘快帶領弱勢
者走出陰霾，提升他
們周遭生活水準的社
會人士也因此感到力
不從心，無能為力。
這對於以改善社會，

使世界更加美好為
志向的他們，是多麼
沉重的打擊；多麼
無情的否認，也是多
麼令人沮喪的挫折。
儘管如此，我們
也並非計無所出。只
要體認「社會福利絕
對不是立竿見影，社
區工作有它自己的
時間表和進程」這個
事實，並在當下身體
力行，耐心地往各地
撒下「助人」與「為
善」的種子，就能逐
漸散播「慈善」的光
芒與溫暖。人生是由
一連串的選擇組成的，也許，因為今日的
我們選擇做出些
許犧牲以助某人一
臂之力，在未來的某
一天，被我們幫助的
對象感念當時的恩
情，因此也繼而選擇
幫助他人。這散發著
神聖光輝的互助鎖
鏈，是人人都能發起
的。切莫因一時的努
力無法即刻看見顯
著的成果而失意鐵
羽，反而錯失更多機
會去救助那些等待
著我們伸出援手，將
他們從痛苦的深淵
中一把拉起的人們。
以因類風濕性關節
炎不良於行，飽受
病痛折磨的作家
杏林子為例，她
創立伊甸基金會，
儘管身體殘缺帶來
諸多不便，杏林子
仍盡心竭力助人，

投身於各種志工服
務，協助與她同樣
受身體殘疾之苦的
人們走出生命的幽
暗低谷。此外，杏
林子也以她的著作
為媒介，試圖往每
一位讀者的心中注
入一股溫暖的源頭
活水。她曾在《生
活水》一書中說
道：「在逆境中崛
起，在絕望中找到
希望，用畢生努力
來慰藉所有在逆境
中掙扎的迷茫者。」
杏林子殘而不廢，
即使已因病辭世，
她所創立的基金會
至今仍提供許多身
障者自力更生的機
會。



繪圖/國三一 侯又豪

個人的力量也
許微不足道，但只
要能帶給周遭社會
一點改變，隨著時
間的演進，當初埋
下的「助人」種子
終將生根發芽，長
出能為愈來愈多人
遮風避雨的茁壯大
樹。期許我能時時
刻刻謹記助人可以
帶來無限的希望，
並以自己為起點，
將助人的溫馨向外
感染給社會。

台北人

——十一個時代的記憶

高二9 邱士倫

一九四九年中國易
幟，百萬軍民追隨國
民政府離開原鄉、流
離台灣。無論是來自
何處、背景如何，他
們的共同點都是倚靠
著從前的記憶，過著
當下的生活。《冬夜》
篇中的余教授和好友
一邊回憶他們已故的
友人，

一邊回想
五四運動
那個熱血
年輕的自
己；然而
那一切已
成往事，
故鄉也遙
不可及。
身處台北
卻有看不
清的貴族
自覺，只
能藉著緬
懷過去，
在艱困的
現實中取
暖、療傷。

在她眼前的是一群商
人崛起，另一群巨賈
沒落的交替輪迴。這
些名流仍沉醉於回憶
而忘了時代正在改變
——富麗堂皇的外表
下卻隱藏著對人世間
的無可奈何！
《思舊賦》一文描
述著一個傳統家庭的
沒落，藉此引出對整
個現實改變的無奈：
朱漆剝落的大門及環
繞宅府的新式大樓，
象徵著傳統貴族家庭
的沒落，也隱喻舊社
會在功利世界中的格
格不入；羅伯娘和順
恩嫂談論著李將軍家
的衰敗，暗示著中國
傳統社會的崩毀；無
法接受社會變化而發
瘋的可憐白癡男子，
象徵傳統的「絕後」，
另一個時代的開始。

面對殘酷的現實，兩
位老奶奶訴說著事件
的始末，渲染了悲劇
張力。因為大時代變
遷而被迫離鄉，來到
台北異地，不適應卻
不能接受老家淪陷的
事實；淪落如此慘
狀，卻對曾經的功業
念念不忘，怎能不叫
人難過！
然而，並非所有角
色都走不出自己的回
憶。《一把青》中的
朱青早年嫁給一位飛
行員，到了台
北後，完成了
在彼岸未能實
現夢想：成爲
一位歌手。雖
然戰爭使她與
丈夫天人永別
，但她坦然接

受，並且克服多數人
難以克服的障礙——
對過往雲煙的執著與
不捨。朱青圓滿的結
局，是放下內心包袱
後的豁達自適，也是
作者對活在當下的一
種肯定。
人生多不順遂，
但成功者多半是能超
脫窠臼的人。當個如
此的人卻不會困難。
身為高中生的我，
若是遇到課業困難、
友情破裂、抑或情
傷，我會接受現實
的狀況、挑戰面前的
難題、突破當下的困
境，絕不畫地自限。
這樣一來，將會發現
一切的阻礙都微不足道，所有難關都是鍛
練，鍛練我的能力，
使我能踏上邁向成功
的康莊大道。

闔上此書，閉起
雙眼，細品此書後
的我，彷彿領悟了
某個道理。我抬起
頭，望著牆上理想大
學的招生海報，嘴角
揚起了一抹微笑。弱
者抱怨命運，強者創
造機會。未來的道路
日益崎嶇，唯有強者
能利用劣勢，轉化爲
未來的力量。回顧美
好昔日，哀嘆時運不
遂的凡人，終將與現
實壓迫之下，湮沒於
趨勢洪流中！如果我
能內化心得的觀念，
並實踐這本書帶給我的
領悟，那麼我相信
我的人生一定會更加
光明，遠離過去的陰
影，最終駛向理想中
的國度。

《生命的思索：史懷哲自傳》

高一9 廖允璋

史懷哲曾說：「我
一直無法接受自己過
著幸福快樂的生活，
卻眼見周遭許多人
在悲傷與痛苦中掙
扎。」這種悲天憫人
的胸懷令我十分敬
佩，出身並不差且擁
有醫學、神學、哲
學、音樂四個博士學
位的他，留在繁榮的
城市卻無法出頭
地，但他卻拋下舒適
的生活，前往非洲草
原爲當地的貧苦人
民治病，儘管受到許
多人的譏笑，他仍然
堅持自己的抱負與理
想，勇往直前，無怨
無悔，實在是值得
敬佩的偉人，被譽爲
「照亮新人類的一把
火炬」、「人道的借
鏡」、「跨時空的傳
道者」實在是名副其
實，獲得諾貝爾和平
獎更是當之無愧，他
的精神散播於整個杏
林，代代相傳，永遠
不朽，使醫界發揚光
大，他不僅造福了醫
界，更造福了全世
界。

「人不爲己，天誅
地滅。」如今社會越
來越多人被這句耳熟
能詳的俗語牽著走，
這種想法徹底地地
腐蝕人類的良心，使
人變得自私自利、冷
血殘酷，倘若這種想
法持續蔓延，這個社
會還會進步嗎？從
踏進非洲草原的那
一刻起，史懷哲未有
過半分的懈怠，除了
竭盡所能地從事醫療
工作，還與原住民交
流，耐心地倡導教義
和倫理，雖然面臨多
次的飢荒及醫療資源
匱乏；雖然感染過痢
疾和日曬症；雖然受
到戰火的波及，成爲
了戰俘，但這種種的
難題從未擊退了他的
毅力。面對所有的病
患，史懷哲不僅要執
行繁重的治療工作，
還得提心吊膽直到病
患痊癒，他曾嘗試以
平靜的心情對病患付
出關懷，卻總是徒勞
無功。由此可見他非
凡的耐心、愛心及同
情心。如此偉大的胸
襟，令我十分感動，
他證明了人的善心有
多麼強大，然而，如
今這種有善心的人已
經寥寥無幾了，實在
是令人感嘆。
作者從小便多才
多藝，即使踏入非洲
叢林，也不會放棄對
哲學、神學和音樂的
追求，他不會浪費過
一分一秒，踏踏實實
地過了這多采多姿的
一生，在準備移往戰
俘營被拘禁的那段期
間，他無法前往醫院
工作，就立刻轉而著
手《文明的研究》；
在移送戰俘營的船
上，他無法寫作，便
轉而熟記樂曲，善用
時間這點，史懷哲的

確是做得無法挑剔，
俗話說：「一寸光陰
一寸金，寸金難買寸
光陰。」現代人越來
越不懂得珍惜時間，
總是蹉跎光陰，實在
是該好好向史懷哲學
習。
書中不只清楚地
描寫史懷哲行醫的過
程，也探討了許多哲
學的道理以及人性的
研究，他曾說：「我
願意做爲新文藝復興
的先鋒，在人性性的黑
暗時期，像一把火炬
一樣照亮新人類對未
來的信念。」有這份
信念，使他不只爲許
多醫生的模範，也是
衆多知識分子的典
範。

我的母親是位醫
生，她會說自己想當
醫生有一大部分原因
是受史懷哲的故事所
鼓舞的，如今看來，
我也是如此，讀完這
本書，我更加確定自
己的志向，更加有
動力地朝我的夢想前
進，期許將來我能成
爲一位仁心仁術的醫
生，縱使無法像史懷
哲這樣時時刻刻抱持
著人飢己飢、人溺己
溺的精神；縱使無法
拋下家人放棄一切地
去落後國家服務，但
我一樣會竭盡所能地
幫助他人，且絕不因
爲貪圖利益名聲權勢
而藐視人命，爲這個
社會貢獻一己之力。

螢光：人生如天氣，可預料，但往往出乎意料。

一百萬的願望

網路天才少女化身知識公益天使

高一10 羅又瑄

這本書記錄了沈芯菱的人生歷程。雖出生於貧困的家庭，但她積極上進，認真自學，透過自己一步一腳印的摸索，從原本對電腦一竅不通，到後來能夠替別人架設網站。雖然途中遇到了許多瓶頸，也常常在學業與夢想之間掙扎，甚至曾經中途放棄，但最後才發現原來自己從不想對夢想放手。「失敗了才知道自己的缺點與方向，挫折更能激起『一定要贏』的鬥志！」沈芯菱在一次又一次的挫折中成長，而背後最大的動力就是為了幫助別人，以助人為己任，甚至將幫助的對象擴展至全世界。雖然年紀輕輕獲獎無數，但她並不因此感到驕傲或滿足，而是持續不斷地幫助他人，不求回報且從不喊累。這種無國界的善心及堅毅的態度，令人佩服。

書中有一個章節令我印象深刻。沈芯菱注意到台灣貧富差距大，鄉村地區的弱勢族群在學習上遠遠落後，於是決定進行「陽光世代英語免費教學園地」。不料，

在過程中被通知將代表台灣參加「世界電腦總決賽」，明明具有奪牌的實力，但她卻毅然決然放棄了爭取世界盃的機會。為此，她說到：「若為了自己的榮譽而放棄，那還有什麼理念值得執著下去呢？」她秉持著一開始創造「陽光園地」的信念，放棄了奪牌的大好機會，為的是能夠喚起大眾對弱勢族群教育的關心，這種勇敢追夢而付出一切的精神，著實令人敬佩。

我的腦中迴盪了許久。如果我總是害怕失去，那又要如何獲得呢？如果我總是躊躇不前，那又要如何嘗到成功的果實呢？沈芯菱付出一切以達成自己的夢想，她的勇氣與決心值得我學習、效法。

從這本書中，我看見了沈芯菱追求夢想，勇往直前的態度，還有不畏政治勢力，替弱勢族群發聲的勇敢。她用鍵盤打造知識公益，用滑鼠彌平社會斷層，用一台電腦，幫助了世界上各個角落的人們。她曾經說過：「幫助別人一定要等我長大嗎？長大後，可能會有各種壓力束縛著，於是又沒辦法實行了，想做，不如現在就行動吧！」年紀輕輕便擁有廣大抱負，不屈服於年齡的限制與他人的懷疑，她以小小的力量、大大的愛心，創造出無限的可能與希望，在國際間持續發光發熱。



季節的感思

夏天的雨

高一10 杜冠勳

走在荒草蔓蔓的草嶺古道，眼前一片翠綠將我納入懷抱，突然間，一股沁涼襲上心脾，驅散了惱人的燥熱，使我在炎夏裡找到一片樂土。

夏天是寂寞的季節，我獨自蜷縮在身體的綠意中，四周的涼意似乎想抓住我的心思，但我體內的躁動，或說是心頭上那癢仍飢渴得向我要求想至不同的地方旅行，我的思緒短暫歇息後再次啟航。這是個適合冥想的季節，因為它會用熱鼓動人們的熱情，雖然每每無法預料它將帶我航向何方，但我想，那總會是精彩的。

風起雲湧，雨打疏桐，夏雨挾著閃電之勢的

這嗚嗚的夏雨聲，已如鳥兒一般倏忽的消逝在天際，只剩屋簷上的殘雨，正欲語遲遲的訴說著無盡的夢，滴滴咚咚；腦海中隱晦不明的思想也浮出水面：人的一生活恰如這夏雨啊！倏忽的來，又倏忽的走，其他大部分時間則像那殘雨，呢喃著曾經的榮光，並預備著下次的潮起。

逐漸稀薄的烏雲，後方滲出了一絲絲暖陽，逐漸匯聚成和煦的光束，灑在濕潤的人行道上。我踏著穩固的步伐，堅定地告訴自己：全力以赴吧！在這不回頭的旅程中，縱情於自己的夏雨，畢竟終會有一天，自己將一無所有，而在周遭的事物上所做的最深刻的滴答聲即是自己存在過的唯一痕跡。



繪圖/高一7 曹蘭誼

季節的感思

秋天的溫柔

高一6 張哲瑄

春，是婉轉的笛聲，喚起沉沉睡去的萬物；夏，是吉他的刷弦，在綠芽迸發的樹梢與蟬共鳴；秋，是悠揚的大提琴，琴弓前後推移，譜出溫潤的搖籃曲；冬，是悠揚的大鋼琴，沉沉的手指落在鍵盤上，如北風凜冽，徒留滿天滄涼。其中，秋天的溫雅從容最得我心。

我向來認為自己有個老靈魂。春天太粉，夏天太綠，冬天太藍，秋天的黃橙，沒有燥熱的狂喜，也沒有矜矜的冷傲。我喜歡看秋景，看紅褐、金黃的葉片在空中跳華爾滋，一會翩翩飛起，一會迴旋落下，然後緩緩停駐在軟泥上，一片、一片的層層疊起。經過暖陽小火烘烤，一塊落葉酥餅就出爐了。被孩子的小腳偷嚐一口——酥鬆的層次，是秋的口感。著實驚人呢！被頑皮地踐踏，秋葉們毫無怨言，還咯咯笑了起來。說也奇怪，看到這一幕，我腦中總是浮現母親的笑容。

近日，看見紛飛的落葉，就想到母親斑白的頭髮，還有縷縷飄落的青絲，鋪蓋浴室光潔的磁磚。每個母親，都曾是青春活力的嫩葉，在朝陽中舒展。然而，打從孩子出生，生命的年輪就開始以孩子為中心運轉，如同樹上的每一片葉子，都為了果實的豐碩，不遺餘力地行光合作用。最終，果實成熟後，葉片開始轉紅、衰老，最終自枝頭墜落。即使已經逐漸腐爛、分解，仍為樹木的茁壯而施肥。

秋天，其實是母親的溫柔：看似的從容和背後的付出。季節的遞嬗，是首協奏曲，沒有休止符，也沒有終止，只是不斷的循環。曲不終，人卻轉眼間散了、落了，同時孕育更多的新生命。春夏秋冬之妙，即在那生生不息的循環。

縱使寒風冷冽，冬的氣味依舊溫暖。除夕夜圍桌上熱騰騰佳餚的馥郁香味，還有鞭炮的煙硝味，是最溫暖的人情味。每當年關將屆，全家大小就著手於年前的準備工作，掃除、採買。印象最深刻的是年幼時和奶奶上菜市場物色圍爐的食材。熱鬧的市場是鑄鑄了最多人情味的地方，攤販熱情的吆喝聲迴盪在耳際、白鯧魚的海腥味以及「咚！咚！咚！」的剝肉聲響。阿嬤暖呼呼的手和張貼在一旁的休市公告，無一不加深了對

過年的期許，等待與盼望。冬天的氣味，是希望的氣味，一年最後的季節，是希望的季節。寒風冰霜下，心依舊滾燙。

近年來年味漸漸淡去，但人們心中的希望仍然不減。帶著金黃橘子的香甜，紅紙春聯的鮮豔以及屬於冬日的希望之感，我昂首向清新柔嫩的櫻花香縈繞的春走去。

延平籃球隊之校友 回娘家暨校際交流

自從卸下行政工作後，擔任籃球教練已邁入第五年，這五年期間，也熟識了許多台北市其他學校的籃球教練，其中北士商的鄭教練便是其中一位。近幾年的台北市教育盃高中乙組籃球賽，我們便時常在八強碰頭，也因此建立了深厚的情感。1月28日星期一，籃球隊寒訓期間，我們便邀請了北士商來我們學校進行一場友誼賽，這天我們也安排了籃球隊的畢業校友回娘家，同時高三也剛考完學測，我們也邀請了高三籃球隊的學長們一起共襄盛舉。

早上八點，高一籃球隊已至現場整理球場，並為這場友誼賽陸續備妥了所有設施，我也準備了運動飲料，期盼北士商及校友們皆能有賓至如歸、回到自家主場的感覺。簡組長更是為我們教練們準備了咖啡與早餐，為校友及北士商的學生們準備了飲料，給大家鼓勵加油打氣，真的令人感動。高三及大一校友們也幾乎全員到齊，於是熱血沸騰、脈脈貫張的比賽即將開始，大家都迫不及待想上場大顯身手一番。

第一階段九點至十點，高三及大一校友分別跟現任延平球隊的學弟們試試身手，大家先暖暖身，因為都是自己人，所以打來輕鬆愉快沒有壓力。這一幕，這一個小時，身為教練的我感到非常開心與感動，我心中起了個念頭，未來一定要辦一個屬於延平籃球隊畢業校友回娘家的盃賽，除了讓大家聯絡感情外，也讓校友看見在校同學們的努力，並試著重溫高中時期的曾經，曾經熱血於籃球的一切，也藉此鼓勵學弟們，只要養成好習慣，並做好時間分配，你一樣也能兼顧課業與籃球。第二階段十點至十二點，與北士商的友誼賽正式開始，每節10分鐘，總共打了六節，我們最終以90：42懸殊的比數，獲得了今年友誼賽的首場勝利。

這是一場非常好的校際交流，兩校學生互相觀摩學習。我們會陸續跟其他學校安排籃球友誼賽，有些學校也都已經敲定時間，期盼校友們屆時能夠常回母校。未來，也將成立國中部的籃球校隊，期望往後能朝直升高中部籃球校隊的目標邁進，讓這一輩子可以帶著走的籃球智慧與品格繼續向下紮根。另外，恭賀籃球校隊林凱、郭尚睿、傅譽三位高三學長學測獲得60分滿級。

分，學弟們倍感榮幸，也以此做為學習典範。最後，感謝學校的大力支持與鼓勵，期盼學校體育蓬勃發展，籃球隊能越來越好。
(籃球隊教練 王威達)



2019 高槻高校蒞校參訪

繼寒假日本教育旅行五十七名師生參訪大阪府高槻高等學校後，二月二十六日，由工藤剛校長率領兩名老師四十四位學生蒞臨延平進行回訪，這是高槻高校自2015年以來第五次蒞校交流，延平師生及家長會成員近九十人熱情接待，顯示對友校的重視。高槻師生在學校弦樂團的悠揚樂聲中進入交流會場，歡迎式中，雙方校長表示兩校有許多共通點，皆為歷史悠久的六年制私立學校，希望藉由交流活動讓兩校學生相互切磋成長。接著由本校學生會長陳宏昕代表致詞，高一許群佑同學以流利的日文進行學校簡介，最後由延平弦樂團的精彩表演作為歡迎式的結束。

兩校學生隨即兵分兩路，一組由高槻學生針對國際議題進行簡報，延平學生仔細聆聽後提問。另一組則是由延平學生主持元宵節文化體驗活動，包括猜燈謎、剪紙燈籠等。午餐過後，高槻學生也帶來日本文化問答遊戲，以及歌唱表演，讓全場嗨翻天，然而交流活動就要在這熱絡的氣氛中告一段落，延平師生



在門口目送友校離去，揮手揮到對方看不見後，才依依不捨地回到學校。
(訓育組長 彭敬淑)

用眼睛掀奏的 生命之歌

高二 10 陳亮瑜

有一天，法國時尚雜誌總編輯尚·多明尼克·鮑比突於中風住進病房。《潛水鐘與蝴蝶》這本書記錄著鮑比一生中最後一段燦爛的時光，寫他曾經擁有卻未好好把握的美好回憶，寫他在迴盪鐘聲的夜裡暗自啜泣，寫他如何對抗被歸類為「植物」的不自甘，寫他如何用唯一受控制的眼睛順著常用字母的順序，拼湊出一本真情流露且感人肺腑的傳記。

書名的潛水鐘比喻鮑比僅剩一隻眼睛能看世界，而蝴蝶則象徵著無限美好的希望。我想每個人都擁有各自的潛水鐘，那個將我們禁錮其中又動彈不得的枷鎖；然而在此同時，每個人一定也有屬於自己內心的蝴蝶，飛舞在美好的夢鄉。讓我們跟隨鮑比的心路歷程，化悲傷

為明朗，尋找解開束縛著我們的潛水鐘的鑰匙，尋找自己一直殷殷期盼的理想。

每個人在這個世界上一定都有守護天使，而鮑比就是我的守護天使，他即使全身閉鎖於囹圄，被包圍在不聽使喚的軀殼裡，但他卻能以幽默化解生活上遇到的哀傷或憤怒，突破身體的限制寫出這本書，那麼對於我們平時的這些煩惱，豈不是微不足道？生命是一場

你站在他的靈柩前的時候，籠罩著你的並不是志願氣喪，而是一種崇高的感情。——這是奧地利詩人格利爾巴采在樂聖貝多芬墓碑上的題詞。這個人品高潔、心地善良的靈魂，即使被囚禁在一個孤寂無聲的軀殼裡，成天聽著內心對自己的對白，抱著對世人的猜疑度過餘生。在他的耳裡聽到的世界是寂靜的，沒有任何的聲音存在，但他內心裡聽到的世界，充滿繽紛的樂音：像狂風般澎湃、像漣漪般輕柔、如驟雨般急促、如河流般綿長，各種不同的旋律在他的腦中交織出一首首扣人心弦的交響曲，為他靜音的世界添滿洶湧的樂章。於是他被藝術喚回並

持續創作，在死前留下一首流傳千古的歡樂頌，其中完全不見他對世界的猜疑與不安，表現出來的是他內心的慷慨激昂與喜悅，以及對世界的坦然與釋懷。
不知道鮑比是否找到了買回自由的強勢貨幣，並自在翱翔？正當我們對未來沒有方向和目標時，深陷黑洞般無底的墮落絕語與挫折裡，不妨再次翻開潛水鐘與蝴蝶，我們又能比鮑比慘到哪去？讓我們重新面對殘酷的命運，像鮑比以眼皮掀出生命之歌，像貝多芬寫下永垂不朽之曲。或許這就是那把鑰匙，可以解開每個人的潛水鐘，使心田上漫舞著許多色彩繽紛的蝴蝶。

去向

高一 8 郭小瑀

潺潺流水聲不斷
游魚在湍水中躍起
逆流而上又要去何方？
颯颯風起聲搖曳
蜂鳥在暖陽中飛起
振翅高飛又要去何方？
蹣跚馬蹄聲漸遠
衣擺在疾風中揚起
策馬奔馳又要去何方？