



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

第九十七期

發行人：劉永順
 發行所：台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

學測祈福包高中



隨著學測日子一天天逼近，高三同學們的心情在全力衝刺考試的氛圍下，逐漸不安了起來。為了安定同學們的心情，輔委會協同家長會於12月26日共同辦理了學測祈福包高中的活動。原先規劃將由愛演社的學弟妹於升旗時間，與校長合演一齣戲劇，揭開活動的序幕。可惜天公不作美，當日下午起綿綿細雨，只好改由校長、副校長及家長會長以跑班方式進入各班，向同學傳遞最深的祝福。



此外，愛演社學弟妹雖無法演出排練多時的短劇，但也快速應變利用下課時間，著道具恐龍服，以吉祥物姿態，手持家長總會贈送的大型包高中粽子，至高三教室及走廊巡迴演出，所到之處，無不造成現場轟動，每位同學們莫不希冀能藉由和吉祥物的碰觸及合影感染幸運的氣息。祝願高三的同學們能乘載著全體師生的祝福，在學測中展現出自己的最佳狀態。



（輔導主任 林美珍）

國二校外教學：參觀天文館及新北市立淡水商工

依據臺北市102學年度公立國民中學八年度校外教學免費參觀市立天文科學教育館活動要點，本校八年級學生訂於102年12月11日（三）上午前往臺北市立天文科學教育館參觀。並且為了因應十二年國教，了解各項職業屬性，下午另行安排生涯發展教育活動參訪新北市立淡水商工。



上午的活動中，學習單的設計涵蓋了這次參觀的內容，包涵宇宙觀的當季星空及天象、展示場的天文及地球科學相關靜態模型與操作設施，以及美崙科學公園四大科學遊樂設施的操作。在參觀活動前，先行發給學生學習單，藉此引發學生的學習動機及興趣，及提升學生的專注力，過程中學生們表現的合宜有禮且守秩序。

結束了上午的活動，享用完午餐便當後，即出發前往新北市立淡水商工，淡水商工共有九個科，透過參訪校園、技職群科演講及各科體檢活動，期盼同學能更加認識職業類別。其中參訪各科中，體驗了園藝科、餐飲科、餐旅中心、電機科及控制科，透過專業師資的授課與實際操作的體驗，以及輔導室事先設計好的學習單，學生們都非常開心，也提升了對技職類科的興趣。

這次國二校外教學活動圓滿達成，也感謝新北市立淡水商工的精心安排及規劃。

（訓育組長 王威達）

國三性向探索課程

國三性向探索課程是「學校策略聯盟計畫」中的部分計畫，該課程是專為國三直升班4至9班設計的多元學習課程。探索課程的目的主要是加深、加廣學生的學習，讓國三直升班學生們能藉由安排的課程及早瞭解大學校系的特色與學習過程，也讓他們在探索過程中，進一步認識自身的能力與興趣，以利於將來高中分組學習以及大學校系的選取。



國三探索課程概略可分為「校外參訪體驗課程」、「講師蒞校專題演講」，以及「學生心得分享」三部分。

「校外參訪體驗課程」部分，將4至9班學生分成兩大隊，以4至6班為一大隊，7至9班為另一大隊。本學期課程，4至6班安排參訪陽明大學，7至9班則安排參訪國泰醫學研究



中央社記者戴雅真與本校學生合影

環境教育推動與結果

全球暖化、氣候變遷、加上能源與糧食嚴重短缺等棘手之環境問題，已經嚴重威脅人類生活及地球環境。解決棘手的環境問題，治本之道應是個人從認知、價值觀及態度落實環境保護之行為。

我國環境教育法於99年6月5日制定公布，是繼美國、巴西等國全世界第6個公布的國家，希望讓環境教育制度化，以提升全民環境道德，並整合環境教育資源，賦與環境教育經費及講習之法律依據。

學校是推動及落實環境教育最重要的場域，環境教育法第19條規定：學校教職員工及學生每年至少須參加四小時的環境教育課程。透過教育，我們期望人人能「獲得正確的知識、敏銳的覺知，並轉化成生活態度」、「培養環境價值觀，並化為具體行動與技能」。

102年本校全體教職員工生都依規完成至少4小時的環境教育研習課程。今年度本校環境教育執行情況如下：部分老師參加專題演講、參觀博物館、部分教師進行電影賞析或利用網路研習，還有更多的老師參訪森林公園、攀登大武山、從事海洋生態之旅、騎Cape探索台北公

參訪屏東海洋生物博物館

國中生涯發展教育…… 夢想實踐家

陳佩琪 老師

輔委會為了協助國一、國二同學了解生涯發展的意義，能隨時關心自己的學習與成長，並能收集及運用相關資訊，以利自我抉擇，落實學生生涯教育輔導，因此邀請國二各班自願的家長蒞臨擔任生涯講師，於周四的第九節課辦理夢想實踐家講座。

本學期共辦理八場次，每一場次的主題都依據講師的工作性質內容而定，國一、國二同學只要參加兩場演講即可。講師分別介紹自己的工作內容及此工作需要具備的學、經歷與特質，並給同學許多建議。希望透過講師的工作經驗分享，同學能更了解職場工作，進行初步的職涯試探。

本學期非常感謝家長會及導師的協助，推薦家長擔任生涯講師，也感謝這八位講師的分享，開拓同學們的視野。



陽明醫放系一體驗超音波掃描

「學生心得分享」部分，探索課程中除了安排參訪與聽講之外，另安排有2至3次的心得分享時間，讓所有學生都有機會能將參訪及聽講中所獲得的體驗與心得，藉由上台的機會，於所有同學面前發表。上台

（教學組長 林旺進）

「國三性向探索課程」的安排與規劃，藉由學校策略聯盟夥伴所提供的豐富資源與設備，提供本校國中生有更多選擇的機會，以及早接觸、認識大學校系。另一方面，也對於學生將來要選擇適合自己的方向，提供了許多的助益。

註：所謂「學校策略聯盟計畫」是本校於101學年度起與陽明大學及國泰醫學研究中心共同合作之計畫。透過合作的方式，有效整合各方資源，以達到資源共享與降低學校經營成本的目的。進一步，可提升合作團隊的競爭力，培育優質、有潛力的學生進入一流大學校系，同時也塑造出強而有力的學校形象。

（衛生組長 陳曉慧）

日期	講師	職稱	主題
10月24日	林金美	家管	一位金職媽媽的夢想
11月7日	朱啟軒	IPC資訊公司	如何踏足高科技產業，培養國際競爭力
11月14日	魏金明	中央研究院特聘	科學研究到底是什麼東西？
11月21日	吳建鈺	齊瑞實業董事長	賣車——航空公司——到醫美保養品的業務
12月5日	林俞利	大專院校教師	身兼數職的老師——學者、專家、顧問
12月12日	陳文甲	大專院校教師	學習之路
12月19日	郭雨文	牙醫集團總院長	邁向牙醫之路
12月26日	黃聖峰	教練顧問	他們到底都在做什麼?!

沒大沒小沒規範，如何教導才恰當？

以菩薩的心教自己的孩子，以父母的心愛別人的孩子！本校退休輔導老師，現任輔導志工：簡素珠

輔導老師：您好！

我的兒子今年就讀貴校的八年級。在國小時成績是相當優異的，來延平就讀是希望擁有更佳的學習環境。

想不到現今的這個班級中，有少數幾位「非常」活潑的同學：說他們小嘛，都已經是個中學生了；但是聽他們淘氣的內容，感覺心理年齡似乎還停留在小一或更小的幼稚階段——國小學生該學會的簡單社會規矩（比如說：對師長、長輩的態度、尊重別人所有權及存在、公共場所應遵守的規矩等等）幾乎都沒有。

這幾個孩子人數雖少，對班級秩序及同學行為的影響力卻很大。令我們做家長的實在很擔心：影響學習效果事大，孩子被汙染事更大。不知我們要如何解決這個問題，才能多全其美呢？

一個憂心的家長上

憂心的家長及各位同學們：
在展開話題之前，先讓各位了解幾個概念：

1. 「知識」的內容是甚麼？
我們所有上課學來的、演講聽來的、閱讀各類書籍領悟來的：均屬之。都是前人的、別人的經驗；還有一種是自己親身體驗、或嘗試錯誤、或與別人互動過程激盪出來的經驗……這些經驗儲存在我們腦海裡，成為我們知識的一部分。
◎我們可以說：「經驗即知識」。
2. 行為能「自我約束」是人格成熟的具體表現。倫理之道講的是人際

之間相處的道理、方法。這種方法能被社會大眾接納、讚許，就是「倫理道德」。

依據皮亞傑的《道德發展理論》，個人道德發展的過程分三個時期：

A. 四歲以前：道德無律期
這個階段的孩子行為以自我為中心，對周遭環境還似懂非懂，社會規範對他沒約束作用。
◎特色：不知是非善惡，行事為所欲為，不能自我約束。
B. 四歲~八歲：道德他律期
這階段的行為是看行為的結果（這種行為有沒有被禁止？或做了有沒有被懲罰？或別人做這種行為有沒有被懲罰？）來認定這種行為是好不好？是對是錯？是可做或不可做？
此時是父母開始為孩子建立「分辨是非對錯」的開端，是孩子未來建立道德觀念的「印痕」。

父母在這個階段如果賞罰不分、獎懲沒有原則——做錯該懲罰沒懲罰，或沒錯居然被懲罰，會對孩子造成是非混淆。
◎特色：要他人約束，才會表現合宜的行為。
這個階段是孩子學習：分辨何者為是、何者為非的關鍵階段。如果父母對孩子的錯誤行為無法建立「約束」的機制，會讓孩子心理年齡一直停在「道德無律」的階段——為所欲為，但因為身體與膽識隨年齡長大，到青春期以後，會讓大人對他無可奈何。
C. 八歲以後：道德自律期
此時一般兒童已能了解：規則雖是大人所訂，但視其行為動機，後果是獎或懲也不一定。例如因偷吃食物、或因幫

媽媽洗碗打破碗，外在行為雖然都是打破碗，但因為其動機不同，是非對錯的認定也各異。孩子在這階段開始學習區辨：是非對錯的本質，而非表面看到的行為表

孩子如果在「他律期」行為被周遭重要他人「制約」，對是非對錯本質的觀念銘刻於心，遇到道德兩難情境需要抉擇時，心中自有一把尺，不會糊裡糊塗和稀泥。
◎個人行為開始學習自律，是邁向人格成熟的具體表現。
同學們也請注意：八歲以後就應該能「自律」，請問你們現在幾歲啦？
3. 「倫理道德」是最普遍、最基本的社會規範：必須自幼在家庭教育中學得。
每個人一出生就需要在家庭（或代理家庭）的照顧之下長大，在家庭中學習成爲一個「人」——人格之形成，也學習與父母兄弟姊妹等親人之間相處之道——「家庭倫理」。

隨著年齡增長，個人接觸到的人際範圍（人倫）逐漸往外擴大：家人→其他親屬→同學→社會上其他人→世界上其他人（透過資訊）。

「倫理道德」約束的是人與人彼此之間的對待關係，其特色並非法律的拘束，而是當事人發自內心的自我要求與約束。

◎父母（或代理父母者）是個人「人格形成」、「道德發展」學習的最早、當然老師。
隨著時代變革，幼兒園、視聽教學節目、媒體內容等等，也逐漸在這方面承擔了重要的責任。

4. 爲什麼要來學校受教育？
以今日世界科技之進步、資訊之發達，「遠距教學」不成問題。如果我們學習活動的目的只是在求知知識的充實，而非表面看到的行為表

獲得好成績、考上好學校，坐在電腦前學習即可，為何還要成立學校：老師、學生們天天要上班、上學，每天都要勞動、耗費社會成本？
只因我們所有學來的、體驗來的、制訂來的、創造得來的知識、經驗、器物、制度，最終都是要應用在處理與人與人之間、人類與生存環境之間有關的問題上。所以學習活動，最好在人群中實作：體驗舉凡遵守團體規範、服務利他、領導管理、分工合作、倫理道德、競爭統整、建立價值體系等等與人有關的課題。這些課題，只靠語言文字的傳承是不夠的：同學們如果沒有親歷其境、實際體驗，所學會與現實脫節。

◎學校是在規劃力求完善的的人際環境中，提供種種師資、設備、軟體、硬體以方便我們知識技能的學習。
◎學校還有另外一項主要功能：
提供一個小型的人際情境，讓我們從實際遭遇到的問題與衝突，體驗問題解決的方法。
貳、道德發展與實際年齡不一致的主要原因？
從人類的道德發展過程：無律—他律—自律看來，都是透過與周遭大人的互動關係學來。大人對待（管教）的態度對個人的倫理道德發展影響至鉅。
這些對待態度大至分三種：
一、愛的不足或缺乏、或愛的表達不適當孩子

感受不到愛，不知道被愛的感覺，自然也沒學會愛他人、適當對別人表達愛與關懷的機會。

二、管教過度嚴苛，甚至暴力相加：包括生理上的體罰、心理上的折騰以及語言上、尊嚴與價值的貶損否定等等。

對孩子帶來的影響：會讓被對待者缺乏自信、缺乏安全感：
1. 缺乏自信，嚴重者會產生以下影響：
學習上：自閉退縮、缺乏鬥志、遇事不敢據理力爭、不敢表現創意、缺乏行動力；
情感上：敏感脆弱、心靈容易受傷（以爲對方蓄意羞辱，其實多數時候只是自己「對號入座」、情緒不穩，容易失控。
行為表現：嚴重者自我傷害或傷害他人。
一個人日常心思如果都損耗在無謂的懷疑、受傷、痛苦的狀況，當然無法與他人有善意、平等的互動關係，也無法專注於所學或工作的內容，影響學習成效，潛能無法充分發揮。

◎這在人才的培育上是一大損失。
2. 缺乏安全感：
會敏感多疑、懷疑別人的言語、行為動機將對自己不利。爲自己的安全，會先採取防衛行動——或退縮逃避，或語言、暴力攻擊。嚴重的會導致「反社會性人格異常」的行為出現。
其危害社會嚴重的程度，我們可以從2005年發生在美國維吉尼亞州校園槍殺事件，以及2012年的挪威大屠殺，窺見端倪。還有發生在國內的事件：在公路上酒駕狂飆、虐待動物、開車阻擋救護車行進……
這些行為者多半是二、三十歲以上的成年人，其中很多還是家境良好、高學歷者。生理

上已經成年、學歷已經高等教育以上，可是道德發展卻仍然停留在「無律」的階段。
社會上這種人，只要出現一個，都會爲整個社會帶來不安，更何況多幾個呢。
◎「缺乏愛」、「虐待」、不適當的愛，都可能是造成「反社會性人格異常」的主要原因。
三、過度的放縱叫做「溺愛」：
1. 愛太多，愛的表達不適當（比如以物質的滿足表達疼愛）、沒有原則，會讓孩子覺得父母給的愛都是理所當然，只片面的接受，不知珍惜、感恩與付出。
2. 物質給得太多：孩子不知道凡事要有付出才能有得、不知感恩惜福、珍惜資源、不會勤儉節儉。
3. 替得太過：剝奪孩子從做中學、學中覺的磨練與機會，怠惰、生活經驗貧乏、沒有責任感、不會負責盡職。
4. 指揮（不是教）太多：會讓孩子沒有主見、缺乏自信、被動依賴、不會與他人際間平等、有效的互動、沒有責任感。
5. 寬容太多：做錯事不須承擔後果，讓孩子沒有是非對錯的學習，不會遵守社會規範，沒有良心與道德的觀念，也不知後悔與懺悔。

◎「溺愛」的教育方式，無形中剝奪了孩子區辨是非對錯、遵守社會規範、培養倫理道德、學習獨立自主、尊重利他、勤勞節儉的美德，讓孩子的心智年齡一直停留在與實際年齡不一致的自我中心、道德無律階段，邁向成熟……
家長如果不瞭解孩子身心、心齊步發展的重要性，適時、適性、適法

地加以調整，這種不成熟的情況會延續到成年。除了前述「反社會性人格」，還有一個專有名詞：「小飛俠併發症」就是在講這種情形——指的是與年齡不一致的可愛成年男人，他們雖然沒有不重視生命或危害社會的行為，但無法適應社會環境，也是人力資源的一種浪費。

這些管教態度的不適當，對現在的社會、國家未來卻影響至鉅：
現在：造成人力的浪費、也帶來社會不安與衝突。
未來：現在的子女未來也要爲人父母，他有可能複製自己父母管教子女的方式對待自己的下一代——複製未來社會責任的承擔者。
◎部分有智慧、意志堅強的孩子，不會被周遭大人錯誤的對待，與環境的橫逆影響自己的人格形成與發展，這是相當難得的人才，其未來成就絕非社會上一般泛泛之輩可以比擬。
四、民主式
尊重孩子的想法與選擇，容許孩子犯錯，給予機會與時間修正、改變與發展，陪他一起迎接種種困難與逆境——培養明是非、有智慧、能善解、解決問題的領導人才。
◎孩子班上有過度活潑、影響班級學習效果者，身歷其境的該怎麼辦？
社會人有三種：影響別人者、被別人影響者、旁觀者。
影響力也有兩種：正面影響——把別人變好；負面影響——把別人帶壞。但是每個人都共同具有一「一念心」：它在決定把別人帶好、或把別人帶壞？他要影響別人？還是被別人影響？還是事不關己、袖手旁觀？

我們的基本立場是：當在與自己個性差異甚大的其他孩子相處，如何不傷害對方尊嚴、又不會被他影響自己的情緒、工作效率，這是一種很大的考驗、學習機會；再如果學會運用智慧，讓對方發掘到自己的長處、特色，把對方往向善、向好的方面引導。你覺得後果會怎樣？未來將要面對社會上的人，每個人都有自己獨特性。要如何與這類孩子「有效」相處？不被影響是消極；學習用自己方式改變他們、提升他們，就要靠能力、智慧，這才是真正的、實用的學習。

父母、師長如果能從旁適時加以引導、協助、鼓勵，則獲利的不只是雙方的孩子而已。對這些孩子、他們父母、社會而言，獲益最大。是扮演別人「生命中的貴人」的契機。
肆、調皮不守規矩的孩子要怎麼辦？
孩子的學習領域不必勉強，不一定每個孩子都一定要走升學的道路。及早發現興趣傾向、及早學習技術是好事。但是在國中階段，仍然是基礎教育，基本的知識仍然要具備。
這些孩子必須隨時提醒自己、或被父母提醒：自己長大了，言行要符合自己的年齡身分，不可如稚齡孩童、或動物一般，隨意任性、恣意妄爲，會被別人輕視。

如果能在一個友善的、充滿愛心、智慧的人群中學習，同學師長的指引，要感恩、要接受——這的助緣，可以轉逆爲順。調皮、活潑、好動這些行為都與品行好壞無關，但是如果侵犯到別人的身體、權益、自由，這些行為就必須自我約束、或被禁止。從成人的社會責任來看，是觸犯法律、要接受公權力制裁的。

證嚴法師有一句話：「以菩薩的心教自己的孩子，以父母的心愛別人的孩子」——在每一個孩子的心中播下一顆善的種子，不管是影響別人的、被別人影響的，都是善。未來的社會充滿「善」，這不是我們的目標嗎？
由於大部份的患者是男性，整體給人的感覺是平時很可愛，甚至可愛得近乎幼稚。當他被期望應負起和他年齡相稱的責任時，他卻經常會逃避、推卸，猶如一個長不大的孩子，就像童話故事塑造的「小飛俠彼得潘」，成爲永遠長不大的男孩，或者更正確的法法應該是「拒絕長大的男人」，因此爲了加深一般人的印象，便被稱爲「小飛俠併發症」了。

我們必須了解這些。少子化，讓我們每個孩子都是寶，將來都必須有能力承擔社會上種種重大責任。這些事務都是與人有關的社會事務。如果孩子會讀書、考得好成績、考上好學校；同時具備發週遭人力的潛能，把別人往向善、向上方向提升，這才是最實用的能力。

再者，縱使課業成績表現不出色，但善群能力強，多得多助，領導或參與團隊所發揮出來的效果對社會影響力更大，才是最有價值的能

在生活過程中所面臨的問題，都是情境教育、機會教育。我們成人的責任，不能只是在爲下一代披荊斬棘、製造一個單純的無菌室（教學環境）；而是要孩子們本身擁有抗體——生活過程中所面對的問題，一起來面對、一起想辦法來解決。每解決一次困難，對孩子來說，都是終身難忘、迎接挑戰最寶貴的資源。

證嚴法師有一句話：「以菩薩的心教自己的孩子，以父母的心愛別人的孩子」——在每一個孩子的心中播下一顆善的種子，不管是影響別人的、被別人影響的，都是善。未來的社會充滿「善」，這不是我們的目標嗎？

由於大部份的患者是男性，整體給人的感覺是平時很可愛，甚至可愛得近乎幼稚。當他被期望應負起和他年齡相稱的責任時，他卻經常會逃避、推卸，猶如一個長不大的孩子，就像童話故事塑造的「小飛俠彼得潘」，成爲永遠長不大的男孩，或者更正確的法法應該是「拒絕長大的男人」，因此爲了加深一般人的印象，便被稱爲「小飛俠併發症」了。

我們必須了解這些。少子化，讓我們每個孩子都是寶，將來都必須有能力承擔社會上種種重大責任。這些事務都是與人有關的社會事務。如果孩子會讀書、考得好成績、考上好學校；同時具備發週遭人力的潛能，把別人往向善、向上方向提升，這才是最實用的能力。

一位令我懷念的人

高三10 朱文瑄

剛步入高中時期的我，交友不多。欲與他人分享一天的心情時，心中仍浮現出我國中摯友的身影。身著潔白的制服襯衫與黑色百褶裙，略帶棕色的過肩長髮綁成一束馬尾。些微黝黑的臉蛋上時常帶著一抹笑容，而那雙眸總是轉個不停，尋找生活中的樂趣。

仍記得第一次與小芷交談是在分組英語課時。第一堂課，老師要我們自我介紹，讓我認識坐在右側的她，她不僅幽默風趣，也和我有許多共同的愛好。於是，我們

送給自己的三樣禮物

國一3 陳綺真

我認為禮物是個很感性的東西，時而給人驚喜，時而給人歡樂，時而又給人憤怒與悲傷，因此禮物有著各式各樣的情感及意義。而這學期我要送給自己的三樣禮物是手工包包、百科全書和望遠鏡。

手工是人工一一進行製作的方式，是世界上最獨一無二的工藝，即使樣式相同，個人的製作手法也不可能完全相同；包包是給予我們方便收拾物品的好伙伴，是什麼都裝的大口袋。我這個人不常在課堂上發言，若老師問到的話，也只會說些「老梗」，多無趣。包包就算待收的東西堆積如山，它都會將它整理整齊；不管物品品質好壞，它都會不分貴賤的將它包容其中。於是我希望擁有獨特的想法和一視同仁的態度。

望遠鏡總是讓我們看到遠距離的景象，無論是一望無際的大海、星光燦爛的宇宙、或者是深邃踏實的山脈，美麗的影像都盡收眼底。望遠鏡帶領著我們看見了更高更遠的新世界。所以我期待自己不要當一隻井底之蛙，應該看看外面多元的社會。不畫地自限，努力學習新知識並實踐，這必定打造我們美好的未來。

「成功是留給準備好的人」，有了創新、包容、謙虛和遠觀的美德，無論身在何處，一定會大受歡迎，一定會贏得勝利！新學期新希望，也祝福自己和同學們能力爭上游，愈來愈好。

於我們的獨特鋼琴曲。那是一段我與小芷的共同回憶，非同聯彈的寶貴機會，並非一般人能輕易擁有的。在每一次的同學會，我們依舊會提起那天中午的美好時光。

雖是金蘭之交，但也因驕傲的終止而各奔東西，極少有機會見面，僅能偶而用手機聯絡。高中課業繁重，無暇顧及學科以外之事。然而有時放學獨自回家時，不免有些孤寂。在傍晚晦暗的人行道上，人潮不算多，但只有自己孤單的腳步，我渴望小芷及時出現，伴我回家，路燈便更明亮了。希望上大學以後，時間會自由些，可以重溫昔日的友情。

最近天氣令人捉摸不定，忽冷忽熱，很容易因而染上感冒。尤其今年颱風十分常見，目前為止已出現過二十四個颱風。仔細想想，從何開始，氣候的變化不再像農曆二十四節氣規律，有跡可循？有時好幾個月降雨零星，只得實施階段限水。接著幾幾天，老天有如感應人民的心聲，終究肯下雨，雖帶來豐沛雨量，倘若是在兩、三天之內，降下超過上百，甚至上千毫米的雨量，對生活的影響和危害不容小覷。近年來，氣候更是異常！全球平均溫度急速上升；明明是夏季，卻飄起大雪；明明不曾下過冰雹，

天災？人禍？

國二1 李冠儀

卻罕見的出現了……其肇因來源皆是人類，對土地資源不當利用、開發，導致對大自然的破壞、物種滅絕，全是為了滿足人們無窮無盡的慾望。身在福中不知福，不好好珍惜地球，卻還恣意妄為。直到地球出示嚴重警告時，人們才驚覺自己的行為甚是愚昧無知，應當為以前所作所為負責，找尋方法進行補救。雖然未能防微杜漸、曲突徙薪，兼顧經濟發展和環境保育。但亡羊補牢，猶未晚也，人人都該盡一份心力守護我們唯一的家園。切勿一拖再拖，才江心補漏，一切都將太遲。

令人心頭一熱的味道

國文老師 詹志超

《商業週刊》有一篇專文，主題是「探索你生命中刻劃骨銘心的那一餐——生命之宴」，引文提及：

一日三餐，人的一餐會吃進多少餐飯，入口的不管是佳餚美饌或粗茶淡飯，待被腸胃磨盡，到底留存什麼滋味，至今依舊令我們魂牽夢縈？

人對味道是有感情的，這些味道往往不在食物本身，而在這味道伴隨的記憶……這些味道，經歷年深月久的催熟，彷彿都有了自己的生命、自己的重量。懸念這些滋味，總令人心頭一熱。

於我而言，豬油拌飯、菜脯蛋、蒸糕肉以及蘿蔔湯的滋味總讓我懸念不已，那是來自母親巧手之下並傳遞著親切的味道。

然而，有些味道並非來自食物，卻依舊伴隨著記憶，每每遇見這些味道，也總會令我心頭一熱：

衣服的味道

小學時，只上半天的課，當時沒有安親班，也無須上才藝課，因此中午回家，看完黃俊雄布袋戲之後，大概就是把玩著彈珠、尤阿標、橡皮筋等簡單的玩具。直到傍晚四、五點時，便會跟著媽媽來到陽台收拾衣服，小巧的身軀看到高掛著的竹竿上經過日照風乾了的衣服，從媽媽的手中摘下再傳遞給我，當稚嫩的雙手捧著全家人的衣服時，那經過日曬衣服的味道，隨即襲上全身，而我也總會深深呼吸著，浸淫在那溫暖的味道中……

媽媽是個單純的家庭主婦，收拾衣服的工作從未間斷，長大之後的我，不再隨著媽媽到陽台，當然也就無法擁抱曬乾衣服的暖和及味道了；然而每當我換上乾淨的衣服時，不再只是呼吸著親切的香味，更能享受來自媽媽對於全家人辛苦、勤勞付出濃濃的幸福。

新書的味道

我，很喜歡新書的味道，特別是翻開書本快速去翻閱那一瞬間溢出來

然沒淋到一丁點的雨滴，但是那司機先生為了順利將老婆婆的輪椅推上車，雖然全身早已淋濕了，卻仍努力地完成這項工作。

當下的我，才驀然看到、嗅到並感受到雨的味道，一股雨中「溫馨接送情」美麗的味道。

誰說雨沒有味道呢？只是冬天的雨，冰寒刺骨，那種「苦不堪言」的滋味，一點也不令人留戀。然而夏天的雨，尤其是午后雷陣雨，突如其來地滂沱淋漓，除了在地面滂沱淋漓，蒸氣在了一股特別的味道，攜手同行的老夫老妻、雙手緊扣的戀愛男女或是大手牽小手的親子，也因為一場大雨，攜手更加緊密、身體更加靠近，因而散發著感人的味道，那是一種充滿關愛、戀愛、慈愛的味道。自此，我才改變了想法，原來雨是有味道的，我尤其喜愛夏天午后陣雨的味道，一股滿是人間溫情的滋味：

《探索你生命中刻劃骨銘心的那一餐——生命之宴》中說到蘇軾：

蘇東坡一生嘗過酸甜苦辣百味，還發明了足以傳世的「東坡肉」，但歷盡劫波體會最深刻的竟是「澹泊」二字。當所有的味覺都嘗過了，才體會到「淡」是人生最深的滋味。

我的人生境遇不像東坡的苦辣酸甜，或許一輩子也體會不到「淡」；但是，我很慶幸會到生命中最好的滋味，衣服和雨的味道，其實都無需特別人生歷練才會生發的味道，更不是一什麼崇高偉大的味道；這些味道存在於生活週遭，有時還隱藏在記憶之中，但只要用心體會或是再次遇見時，卻總會令人心頭一熱……

放學後

國二8 吳紹祺

身為一個學生，最重要的當然是念書了。每天在學校已經奮鬥一整天了，回家還要繼續努力。學校是課本一直看，回家是自修一直寫，每天在書堆中打拚數個小時。不只這樣，有的時候還要補習。念書早已是放學後的例行工作。

但是，你千萬不要以為放學後就只有念書。放學後我不是看電視，也不是上網，而是吃晚餐。在學校努力一天後，肚子開始空空城計，我的腦中不斷的想著今天可以以吃甚麼，有甚麼東西可以料理的，是地瓜葉嗎？還是里肌肉呢？或是雞蛋呢？每天晚上就靠這些美味佳餚來舒緩一天的壓力，之後又有精神可以努力念書了。

由於看電視的時間有限，我還會利用報紙來關心時事。每天晚上睡覺前我都會翻一翻當日的報紙，了解一下今天發生的大小事，也可以充實自己的學問，更可以知道當今的最新科技，才不會讓我的知識水準只停留在幾年前。

雖然放學後有這麼多可以放鬆的事，但是我的本分就是讀書。享受美食、觀看體育新聞、了解時事、追求新知，都是在幫我更能把書念好，在這狀況下，我一定能做好我的本分。

珍藏

高一7 陳雨萱

溫暖的陽光像金色馬車似的駛入房裡。我坐在木椅上，一邊啜飲香醇的拿鐵，一邊翻閱一張張已微微泛黃的兒時照片，那奶香把我捲入了屬於我和瓜兒的回憶細流中。

瓜兒是一隻媽媽在懷著我的時後，親手用一針一線為我縫製的狗娃娃。看著照片裡依偎在我懷中的溫柔鵝黃色小瓜兒，才驚覺它已經陪伴了我十六年的時光！小時候，不管到了哪裡，總愛一直抱著瓜兒，就算旅行出遊，也喜歡帶著它一起去玩耍。有它在身邊就像媽媽待在我身旁一樣，讓我覺得很安心。

悅：在運動會破了大會紀錄的那晚，我則興奮的和它細細講述過程；而在我遇到挫折的時候，總會抱著它窩在被裡哭著向它傾訴，雖然它低頭不語，我知道瓜兒的心在為我淌著淚，靜靜的陪著我，直到我情緒漸漸平復。然後默默的鼓勵我並陪著我重新站起抵抗窮厄。

瓜兒是我珍藏的寶貝娃娃，就算歲月的痕跡烙印在它身上，我還是會永遠的珍藏它。因為，我和瓜兒一起經歷的點點滴滴酸酸甜甜的回憶，都一一印在我們內心深處了。

這一雙男人的雙手，並非是「英雄無用武之地」，爸爸從來也不會感嘆「巧婦難為無米之炊」，因為總有著許多書本需要爸爸的「煮炊」。長大後，雖然習慣性地會為新書包上月曆紙，一心只想留住新書的味道；只是當自己在一翻一摺時，腦海中卻湧現兒時爸爸包書本時慈祥的臉孔。

此刻，我才驚覺，那月曆紙包住的，不只是新書的味道，還有爸爸對於子女深厚的關愛。

雨的味道

雨有味道嗎？我從來不認為。

有一回雨天開車經過一條街道，由於下的是傾盆大雨，我只能放慢速度小心駕駛。也正因為車行緩慢的緣故，我才得以親見一幅溫馨的景象。

在一棟公寓門前，停放著一輛閃著車燈的富康巴士，一位坐在輪椅上的老婆婆，正由家人撐著傘準備推上巴士，司機也在一旁熱誠地協助，即使下著讓人難以招架的大雨，老婆婆依

我，很喜歡新書的味道，特別是翻開書本快速去翻閱那一瞬間溢出來

然沒淋到一丁點的雨滴，但是那司機先生為了順利將老婆婆的輪椅推上車，雖然全身早已淋濕了，卻仍努力地完成這項工作。

當下的我，才驀然看到、嗅到並感受到雨的味道，一股雨中「溫馨接送情」美麗的味道。

誰說雨沒有味道呢？只是冬天的雨，冰寒刺骨，那種「苦不堪言」的滋味，一點也不令人留戀。然而夏天的雨，尤其是午后雷陣雨，突如其來地滂沱淋漓，除了在地面滂沱淋漓，蒸氣在了一股特別的味道，攜手同行的老夫老妻、雙手緊扣的戀愛男女或是大手牽小手的親子，也因為一場大雨，攜手更加緊密、身體更加靠近，因而散發著感人的味道，那是一種充滿關愛、戀愛、慈愛的味道。自此，我才改變了想法，原來雨是有味道的，我尤其喜愛夏天午后陣雨的味道，一股滿是人間溫情的滋味：

《探索你生命中刻劃骨銘心的那一餐——生命之宴》中說到蘇軾：

蘇東坡一生嘗過酸甜苦辣百味，還發明了足以傳世的「東坡肉」，但歷盡劫波體會最深刻的竟是「澹泊」二字。當所有的味覺都嘗過了，才體會到「淡」是人生最深的滋味。

我的人生境遇不像東坡的苦辣酸甜，或許一輩子也體會不到「淡」；但是，我很慶幸會到生命中最好的滋味，衣服和雨的味道，其實都無需特別人生歷練才會生發的味道，更不是一什麼崇高偉大的味道；這些味道存在於生活週遭，有時還隱藏在記憶之中，但只要用心體會或是再次遇見時，卻總會令人心頭一熱……

我，很喜歡新書的味道，特別是翻開書本快速去翻閱那一瞬間溢出來



繪圖/高三8 黃貞瑩

螢光：值得珍藏的，請好好收著，以後慢慢回味。

觀千劍而後識器

高三8 顏婉如

俗話說得好，增廣見聞而後才具識英雄之慧眼。看過許多壯麗宏偉的山山大川，才能體會何謂自然的美；踏遍無數大街小巷，方能察覺什麼稱得上是繁華富麗，經歷過無上幾次數的挫折，我們才有辦法嗅出那些隱匿在失敗陰影下散發誘人香氣但不易為人們發現的成功關鍵。

極大多數的人皆曾嘗過失敗的酸澀，卻只有少數人能品味出其後成功所帶來馥郁香甜的美妙。這些少數的人之所以會成功，不光是憑藉著自己的努力、認份和運氣，「敏銳度」更是將他們送上青天的穩健天梯，而遲鈍、後知後覺也就成了壓垮失敗者的最後一根稻草。敏銳度並非與生俱來，這是成功者們體認許多許多不如意累積的結晶，如同一座名為智慧的花園中一朵嬌嫩欲滴、飽滿動人的花苞，蘊藏了無窮的能量，機運來臨之際，便是花兒綻放光彩的時候。

投資大亨索羅斯雖常將諸多國家貨幣匯率玩弄於股掌之間，卻正因為他對於財經方面的敏銳度，才讓人送給他神祕而又神奇、神準的形容詞。優衣庫的創辦人柳井正，看見父親在服裝界的挫敗，敏銳地找到市場新趨勢，才成功打造了屬於他個人的成衣王國。二十六歲便接任實驗室主任的拉塞福，在當時飽受科學界大大

評審評語

詹志超老師：

「觀千劍而後識器」意謂要先能多「觀」才能真「識」。正如韓愈《雜說四》一文論及「世有伯樂，然後有千里馬」，「千里馬有其無可避免的客觀限制，須仰賴伯樂之發掘。」（新譯古文觀止）然而伯樂何以能識千里馬？伯樂必然是「觀千馬而後能識馬」。

本文寫作時應以「廣泛觀察或閱歷」為重心，而後再拓及其他層面之論述。首段以排比句型說明必須「多看、多走、多經歷」才能「增廣見聞」，扣文題「觀」字破題；次段拓展論述層面，進一步闡述「敏銳度」的重要，雖然多「觀」但如果欠缺「敏銳度」，將無法辨識何者為「器」；第三段從投資界索羅斯、服裝界柳井正、科學界拉塞福，舉實例說明「敏銳度」對於「觀」的重要性；末段夾以問句與推測語句收束，唯語意不夠充足，語氣亦不夠肯定。

全文遣詞造句鍊達，句式工整，結構完整，舉例頗具說服力，頗見閱歷甚廣；惜末段稍嫌簡略，然大醇小疵，實瑕不掩瑜。

溫暖

高二9 鍾念祖

當幸福來敲門時，那飛揚雀躍的他；那深蝕心坎的感動體悟；那映入眼簾的一抹上揚嘴角……那一個十六歲的我，讓我們一同為時間的洪流捲入，臣服於一次又一次的感動漣漪，走，一起飛往需要我們的世界邊緣，相信愛的溫暖，他正蝕刻著你我。

一個國度：一種人情味。一個旅人，卻有無限的感動深植，那年海棉，走入曾經繁華的高棉，如今褪去往日的披

評審評語

高志超老師：

多少個午夜與深夜，佇立在窗臺前，佐以一杯香醇拿鐵與節奏藍調，就是書香滿溢的時光？縱使藏書萬卷，若無法與文字章句交流，怎得心領神會？此刻，書香的珍貴之處便隨思緒的狂潮翻然起舞。自心靈與腦海中召喚，邀書香一同思辯。

書海茫茫，最能令我陷入魂魄間的交鋒者，莫過於西洋哲學了。從康德的無上命令窺見道德最深層的人道關懷；從黑格爾與耶果的針鋒相對間，嗅出存在主義與宗教和真理間的纏繞曖昧。一字一句衝擊著意識，碰撞出更多思想的果實，進而點燃渴望世界的理想，渴望盡自身心力將宇宙推向更恢宏的巔峰。書香，可以是以偉大信仰的縮影。

而閒暇時刻，旁人看來沉重無比的資訊叢書，也是案前的最佳良伴。一邊解讀架構，指間揮舞著流程圖與演算過程，享受著創意在靈魂深處解放的舒暢感覺，期許能貢獻於資訊安全的幼

邀書香來家裡坐坐

高一10 曾偉丞

苗，就此萌芽。廣泛攝取前人的智慧，進而創造出屬於人類不同凡響的小宇宙。書香，亦是知識湧出的活泉。

筋疲力竭之時，徜徉在九把刀與村上春樹的愛恨情癡又有何不可？融入情節裡最深刻的嘶吼，恚怒著擦身而過的吶嘆，抑或懷念著兒女情長的背叛，都是對感情一點一滴流露的真情。

幻想著未來不可預期的精彩緣分，期許自己成為最令自己滿意的靈魂。書香，更是內心情緒狂放的草原。

而書香最令人讚嘆的莫過於與書本間的互動，構思出人生的雛形，想像著真理的容顏。靜心沉思，哪天邀書香來家裡坐坐，譜出動人心絃的思緒，讓生活無比絕倫！

評審評語

陳姿仲老師：

本文以兩組設問句起筆，點出時間與背景，加以拿鐵與藍調的點綴，烘托出如欲品味書中精髓，須用心神領略，始能有所體悟。第二段說明西洋哲學為作者的最愛，分別列舉康德、黑格爾、耶果等哲學巨擘，引領出道德具有先天性、存在主義、宗教思想之間的連結性，深刻剖析信仰可藉由文海傳達無可比擬的影響力。次段描述資訊叢書是作者於閒暇時刻的良伴，承接前段的恢宏宇宙，期許自我亦能創造出不同凡響的小宇宙，充分詮釋知識就是力量的信念。第四段提及文學及小說作品可以豐富厚作者自身情感的織造與期盼。結語點出唯有與書本之間的互動，尤能醞釀出雋永的書香，繽紛生活的精彩。各段段旨具體清晰，不僅能緊扣旨趣「書香」，探討層面分別以信仰、活泉和草原為例，意境深遠具象，足見偉丞同學博覽群書，誠為「書香」的最佳踐履者。

華的不夜城與樸實的寧靜；看見生命力的展露，永不放棄，縱使遍體鱗傷，卻不容許任何一絲念頭浮上，曾幾何時，堅強是可傳承的，他拍我厚實的肩膀，強烈的真實衝進我心，是成長茁壯的溫暖。

人情的交流，聽見也看見人心中遍布的溫暖與愛，簡單亦或簡單，但那所在另一國度簡單單單的溫暖正在發酵、參與，讓自己成長茁壯，正猶如他們分享的處世道理，溫暖中蘊含著微笑的愛，溫馨刺進心中。

評審評語

陳姿仲老師：

這篇共分五段敘寫，首段以三組排比句式揭開序幕，用幸福起筆，靈活運用轉化修辭，引領讀者進入溫暖的國度。次段依然使用三組排比句式帶出令作者感動的高棉，氤氳著幸福的氛圍。第三段運用平實卻生動的辭藻，描繪作者與當地居民共同合作的心路歷程。第四段說明藉由家庭訪視，除了能確切體會當地居民的甘苦，更凸顯其堅忍與毅力的具體體現。末段巧妙運用「東單」諧音雙關，一語道盡「溫暖」其實很簡單。全文單一旨趣貫串，一語中的「蝕刻」、「刺」、「撞」、「衝」等動詞，鮮明詮釋情感的深刻且強烈，由本篇可見念祖同學極具痾痾在抱的胸襟，實為青年學子之表率。

我真的很不錯

國三7 蘇家凡

九把刀曾在書中提過他求學中收到三樣改變他人生觀的禮物。一，是慢慢來，比較快；二，是對自己所不了解的事物，別做廉價的批判；三，是大大方方的自信。

「不是沒自信，就是假客觀。」這是當時一位老師教導九把刀的哲理；透過攝影使更多人看見弱勢家庭美麗的沈芯菱也曾因為母親不一樣的眼光讓她知道自己其實有許多別人未必有的事物。每個人都是獨一無二的個體，有獨樹一幟的風格，我不是一文不值，只是我還沒發掘自己的天賦，即使如此，我會彈琴，可以把編鐘的音符把玩於纖纖柔荑中；我會寫作，可以將頑劣的文字駕馭在工整方格中；我會愛人，可以照見神的容顏。

但過度的自信就成了驕傲，魏徵諫太宗：「念高危，則思謙沖而自牧；懼滿溢，則思江海而下百川。」當自己過於自傲，便會望不遠他人給予的謙言，那不啻蒙蔽了自己的視野，更限制了自己翱翔的蒼穹，實在是人生的大敵。

堅強是成功的一半，而自信是成功的另一半。也許很多人會謙虛地直說自己做的不夠好，但如此一來，也就成了自卑。自信要像女人的身材一樣，纖纖合度，不要吝嗇於給自己掌聲，更不要驕矜自滿，你都是世界中的一枚硬幣，是最特別的禮物。下次，當自己已經盡力做好一件事，雖然結果可能不符合理想，請對自己說：「我真的很不錯！」

評審評語

陳得勝老師：

首先以流行作家九把刀的警語——「大大方方的自信」入題闡述，突破道貌岸然的古人格意精華，頗有創意。

接下來以攝影家沈芯菱母親異於世俗功利取向的教育觀念，肯定、建立她的信心，造就了她的攝影成就，以及用攝影關懷弱勢的悲憫情懷，導出作者所要傳達的要旨——每一個個體都是獨一無二的，天生我才必有用，與只要努力過，就應該給自己按個讚，很有信心地肯定自己：「我真的很不錯！」並以魏徵警語惕勵勿自信太過，否則就不是「我真的很不錯！」；而是「我真的很驕傲！」

全文一路寫來條理井然，結構嚴謹，建立的價值觀、雋永的警語皆能說服人，用詞也精確有力。但全文略為剛勁，若增添一、二感性例證和素材，當更能增益文章的溫柔敦厚、理性感性兼具。

臺北街頭

國一1 孫唯恩

臺北，我從小到大的歸屬。生在這兒十幾年，不過要從幀幀記憶中尋找對「臺北街頭」那份既定的印象，好像還真說不上來。透過回憶的長鏡頭，我發現了我眼中的臺北……

這個繁華喧鬧的城市，處處可見水泥叢林，暗色的外牆彷彿使蒼穹渲染了灰沉；熙熙攘攘的人群，就像互相爭食的群蟻，一口咬破了人，自

評審評語

陳得勝老師：

作者精準地寫出真實的臺北街頭，沒有粉飾；也無醜化，不諱言世界每個大城市共有的負面景象——水泥叢林、灰沉、傾軋、偷竊……；但立刻又將鏡頭轉換到正面的場景——歡笑、禮讓！愛心、熱情……；盈溢生命力。是的！這才是真正臺北街頭的全貌。

全文結構嚴謹，以彷彿電影的流暢運鏡，一個又一個生動的台北街頭畫面不斷映現在你面前，令人如歷其境、如感其情，「臨場感」強烈，張力十足。但文章風格較剛勁、寫實，若再細膩描述一些溫馨的題材，增添一些感性、優雅的臺北人文景觀，當會剛柔並濟，更能恢弘文章的面面，也會更深化臺北街頭的文化特色。文詞方面雖很精確，若再適切運用「轉化」修辭及「意象語」，當會使文章更生動、更有意境，勉之！

繪圖 / 高三 林佳璇



科學家可研究的領域很廣泛。包括了生物、物理、化學、地球科學、以及人文科學等。像是波以爾研究出聲音的傳播需要介質；米勒和尤瑞推論出原始地球上擁有的氣體；爲什麼這些科學家有如此偉大的成就？因爲他們都告訴我們：只要抱著放過挫折的精神，就會有成果。

我的志業

國二 8 詹宇軒

這也是我想當科學家的原因。小學以來，媽媽帶我做過無數次的科展。讓我從小就對科學有著很大的興趣。爲什麼救護車鳴笛時的聲音，越接近我與越遠離我音調會不同？爲什麼「本氏液」加葡萄糖加熱後，顏色會改變？媽媽都讓我自己去思考，最後告訴我答案。想必科學家們也一樣，先提出自己的疑問，然後研究再研究，只是最後的結論必須自己尋找。

如果我能成爲一位科學家，我想研究有關人類的心靈以及情緒方面的問題，並且進一步地解決社會大眾常會出現的毛病。當我了解人類的情緒控制時，我就會知道某些上班族背負著多麼沉重的壓力，而導致他們會出現異於常人的行爲，我更可以知道情緒的好壞會影響身體上哪些位置，我還會知道從小擁有親朋好友的人和從小就獨立自主、無陪伴的人，分析出他們根深柢固的想法，有哪些差異？最後我會衡量心中的想法，並且幫助大家擁有快樂的心情。

我的志業是當一位科學家。但是成爲一位科學家也不是容易的，像是有的人去世後才有別人發現了或是肯定他的成就及理論。當一個從零開始，默默無聞的科學家必須有「挫折容忍力」，失敗了放棄，更不能因爲「無名」而自甘墮落。永不放棄、鍥而不舍才是科學家具有的精神。所以從現在起我必須有「科學家的精神」才行。

雲南支教 充實暑假

高一 6 劉人溥

今年七月中旬，我們個人帶著行李，獨自前往大陸參加「支援教育」活動，展開爲期十八天的社會服務之旅。這次的活動是由媽媽的一位朋友所發起的，所以當我提早一天抵達上海之後，就先坐車到那位阿姨家住了一天。

第二天再跟著營隊去參加訓練。支援教育要到偏遠山區，教導當地七到十二歲的小朋友知識和遊戲的活動。所以不管是體能、適應能力、知識等都要兼具，熱忱和耐心也是很重要的甄選條件。因爲經費有限，所以四十七個受訓的中學生，最後只能有三個人和讀大學的大哥哥、大姐姐們一起參與山地服務。

每天早上六點起床，和小隊的夥伴們繞著湖跑完一千五百公尺後，再開始一天緊湊的訓練課程。晚上十點就寢，我累得倒頭就睡著，一點思緒都沒有！訓練結束。由於我的服務熱忱、耐力和適應力都有卓越表現，所以獲得到山區進行支援教育的資格。

我們這一隊要去雲南！我帶著期待、緊張、興奮又害怕的心情出發。晚上從湖州上車，開始我們的長征。坐在有上下臥鋪的火車，經過湖南、廣西、貴州，在搖晃三十八個小時之後，終於到達雲南，那時候是凌晨三點！我們一行人換搭小貨車，在泥濘的路上顛簸向山中前進。我雖然疲累，但卻沒有絲毫睡意。因爲當地清新的空氣、優美的山景和小夥伴們的熱情，使我的大腦按不下關機鍵。

雲南的山區物質缺乏、食物辛辣，我每天都在半飢餓的狀態下度過。但是小朋友們的笑容沒有一絲的陰霾，比山中秋雨後的空氣還要清澈、比海濱夏日的太陽還要燦爛。他們天真開朗的笑聲，讓我忘記臺北的美食，和他們一起快樂！我教他們地理，我也教他們地球科學，告訴他們地球的奧秘；

而他們教我當地的野菜、教我在山區睡覺時如何不被蟲騷擾，還教我如何當一個好老師。離開時，他們每個人都哭花了臉，我也強忍不捨，勉強和他們道別。雖然有些小細節已經模糊了，但我所學到的事物以及他們那清澈燦爛的笑容，依然深深烙印在我的回憶之中。

一道菜的滋味

紅豆湯

高三 10 吳家彤

我從未看過外婆下廚，縱使她是出了名的挑嘴，總是嫌外公油放太多，鹽巴少了，甜度如何如何……每每外公在廚房忙得焦頭爛額，外婆偶爾插上嘴說句話，一場唇槍舌戰又要在熱騰騰的飯桌上籠罩一層灰雲，充滿戰場那般肅殺的氣氛。

母親說，外婆以前會熬紅豆湯，在外公下班回家後來一碗，舒暢了身心，也舒暢了一天的憂思，我好奇的追問紅豆湯的滋味，母親偏著頭思索，良久才回答，不會過甜，那甜，是咬破

了紅豆慢慢滲入齒頰的溫暖，含在口中，綿綿密密的滋味，讓人覺得心都回去了童年，甜甜蜜蜜的，手裡捧著顆顆彈珠，微笑著，其實是溫熱的褐色珍珠……母親說著說著，露出滿足、幸福的表情。

直到外公心臟病檢查折騰了一家人，我才有機會見到傳聞中的紅豆湯。外公的心臟開過許多次刀，這回又是打針吃藥，又是抽血，全家跟著外公東奔西跑，小心翼翼的看著，偏偏外公一會兒唸藥苦，一會兒唸醫院髒，身上處

處不舒服……。外婆在一片低氣壓中突然站起，安慰地說道：「我去幫你盛一碗紅豆湯來，好嗎？」我們都嚇了一大跳，只見外婆回到家之後，往廚房裡走去。

那碗紅豆湯，究竟是什麼樣的滋味？我嚐了一碗，我只能說：我看到漆黑夜裡，點點星光，一個男人忙了一天，疲憊地走進門來，燈光亮晃晃，深愛他的女人等候著，倏然，她的微笑閃亮了，親手捧上剛熬好的紅豆湯，爲他消去一天的辛勞，用沉在碗底的愛，付出和溫暖。

曾經，投射在我身上的聚光燈；曾經，爲我加油的尖叫聲；曾經，撼動人心的歌聲。當我走過那段夢想與現實的差距，再回頭時，已是過眼雲煙的往事。撿起每一片支離破碎的夢想，看見我重新站上了眾所矚目的舞台，於是乎生命成了一個妥協於現實的悲劇。

從小就熱衷於唱歌表演，我的夢想也是在那時開始發芽的。高中時努力表現自我，終於如願地當上流行音樂社社長！我並不疲於此，反

而對這項任務一往情深。站在舞台的中央，握著麥克風，彷彿這一刻的世界由我掌控。只有舞台能給予我如此堅定不移的自信。

對於一個音樂性的社團來說，一整學年最重要的公演莫過於成果發表會，是爲社團生涯畫下的句點，也是爲高三生活開啓的序章。我是整場演出的壓軸。我站在幕後等待，等待主持人在幕後等待，等待主持人念完節目名稱，等待唱出刻骨銘心的那五分鐘。我的心跳也跟著牆上的時鐘在倒數。

我的無價時刻

高三 1 陳泓臻

紅幕被拉開，映入眼簾的是一個個昏暗不清的黑影。震撼的音樂響起，我投入了五味雜陳的感情完成了最後一個節目。掌聲不絕於耳，所有的社員把手牽成一線，一起向觀眾鞠躬。我多麼不想抬起頭讓大家看到我已經潸然淚下，多麼不想結束這無價的時刻。

我的無價時刻是一本放在角落、長滿灰塵的武俠小說，是一個不敢說出口的梦想。它如同被放置在玻璃櫃裡的古董藝術品，僅供觀賞。

每一次站上舞台，其實背後都有一段受父母親反對的故事。逝去的風光不再重覆，不變的是那在心中對音樂的熱忱。



繪圖 / 國二 陳筱如



繪圖 / 高三 8 黃貞瑩

回鄉拜媽祖

國二 2 陳擘

媽祖，航海人的庇佑神，在波濤洶湧中，是光明的火炬；祥和的面龐，映照慈愛的光輝；柔美的笑，使失意的人尋到自信及勇氣。

不知王功的行道樹是虔誠的信徒，亦或冷冽的海風太強勁，一列全都面朝媽祖廟，行「三叩禮」，我們坐著車，迅速地掠過信眾，不禁納悶他們要耗盡多少年頭，才能順利朝聖參拜完。數分鐘後，就看到巍峨的牌坊敞開雙臂歡迎返鄉的遊子。我仰望牌坊，讚嘆細緻的雕工，雖活了神話故事中的蝦兵蟹將；凝視柱上的釉彩剝蝕，傾訴王功繁榮的過往。歲月的筆，每一年都爲這座廟宇刷上嶄新的色彩，每一年，都有不同的風景。

我和爸媽隨著成群的香客的步伐，踏入煙霧繚繞的正殿，在一片白茫茫中，高舉一炷香，戰戰兢兢的摸索道路，往人潮聚集的地方靠攏。沒多久，一張慈悲的灰黑面孔，隱約浮現在層層的灰白帷幔下。「媽祖娘娘……」我轉頭一看，原來媽媽正拈香祈禱，燭火搖曳，裊裊煙絲在虔敬的群眾邊繞，我望得出神——原來不只是廟外有風景，有時候，廟內的風景，對信仰的虔誠，比廟外的雕飾更爲迷人。

或許宗教就是人心的依歸吧！就算是生活多麼的忙碌、公務多麼的繁多，每一年，都會千里迢迢的回到故鄉、廟宇，誠心的感謝、祈求。這應該是故土及信仰給人們的慰藉，讓我們重整雜亂的心境，再次鼓起勇氣，面對將來的風風雨雨。我和爸媽一同把香插入香爐中，讓一縷縷的香煙將我們的祝福傳至天聽。

我們是不撒魚網的討海人，卻一樣在洶湧的大海裡飄泊。當一襲徬徨浮上心頭，媽祖的指引，會是黑暗中彼岸的燈火，幫助我們找回正確的航向，正確的歸途。

一道菜的滋味

滷豬腳

高三13 侯冠榕

鵝黃燈光下，一鍋滷得恰到好處的豬腳被端上。焦糖色的外衣覆著一層薄薄的油脂，彷彿是被保溫鍋裡沸騰的滷汁逼出薄汗。微甜的味道在空氣中飄蕩。我深吸一口氣，聞到令人食指大動的美味，卻無意間跌入我無憂的童年。

燠熱的夏季，母親牽著我的手穿梭在喧鬧的菜市場裡。「晚上吃豬腳好嗎？」我開心的點頭。

「那我也要一起來幫忙囉！」母親又說。空間不大的廚房裡，我踩著小椅子擠在母親身旁，一邊幫忙遞東西，一邊嘖嘖喳喳的問母親聊天。只見母親俐落的把食材放入鍋中，豬腳、醬油、胡椒……冰糖！我眼睛一亮，手便往袋子摸去。沒想到母親一轉身把我沒想正著，我咧開嘴，手還是忙著把冰糖塞進嘴裡。母親縱容的一笑，轉身去細心的調控火候。

時間在走，我卻無法停留在那段歲月。隨著課業逐漸繁重，我返家的時間也越來越晚；然而，不諱言已多麼漆黑，回到家我總能看見母親站在廚房裡為我熱菜，我最常吃的便是那一鍋「滷豬腳」。小心翼翼的盛起一些，用筷子夾起放入口中，那入口即化的微甜在我嘴裡化開，最後化作一股暖流直達

內心：那滷得軟嫩的豬腳滿滿都是母親不明言的愛，就如同她默默站在廚房，汗滴滑過額角，卻仍專注的替家人滷著一鍋肉。我邊吃邊笑著和坐在一旁的母親分享今天發生的點點滴滴，而她唇畔的笑一如以往的溫柔。

時光荏苒，廚房裡忙碌的背影不再成雙。然而，母親的笑容卻從未變過，溫和又帶著滿滿的寵愛。那一鍋滷豬腳，藏著我最珍貴無憂的歲月；那一道菜的滋味，是母親的滋味。

一道菜的滋味

滷肉

高三11 陳彥銘

「憨孫阿！終於回來了囉！快進來，你愛吃的滷肉早就幫你做好了！」方下車，便聽到許久不見的阿嬤站在老家的門前熱情招呼，阿嬤知道我們要回來，老人家想必起了個大早，為她最掛念的孫兒們準備了一桌好料了！

坐到飯桌前，我頓時有如饕餮再世，面露凶光，對著滿鍋滷肉不停掠取、撕咬著。這香氣四溢，連佛也要領眾跳牆的珍饈，肥瘦勻稱、絲絲入味，飽滿的肉汁搭配入口即化的口感，說是舉世一絕也不為過。阿嬤一甲子多的火候果然不假，這其中不但蘊含著幾十年老到的廚藝，更融入她對孫兒無限的關愛。

小時候因為父母工作繁忙，無暇照顧食指浩繁的家庭和剛起步的事業，便把我交給官蘭鄉下的老家照顧。務農的阿公日出而作，日落而息，

上了高中，整天只能埋首於如小山的書堆中，回老家探望阿嬤的機會也越來越少了。在讀書之餘，抽空回老家走一走變成我行在艱困的求學道路上，化解疲累的好料，更是甘泉中的靈藥，咬在嘴裡的，不僅是化開的肉汁，化開的更是我對阿嬤無盡的思念。

阿嬤變成了我二十四小時的照顧者。從甫會行步到能完整說出一段話，阿嬤一點一滴地把我拉拔到該上小學的年紀，在管教的過程中，調皮的我是惹事受罵，然而「刀子口豆腐心」的阿嬤罵完我後，晚餐飯桌上總會出現我最愛的滷肉，令我破涕為笑。

一道菜的滋味

滷土雞

高三11 林奇增

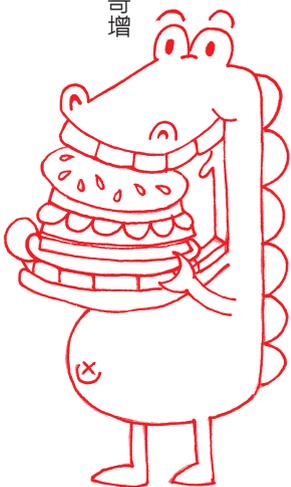
一道菜如同排列組合，在酸甜苦辣之中任取幾項加以混合。在人生中，往往也有一道菜在你觸及舌尖時，迸出的不僅僅是那四味，隨即而來的是被埋藏已久的回憶。排山倒海般傾瀉而出，襲捲你的腦海，久久未散去。

說到過年，一想起的便是吃年夜飯。每次過年，我們一家人便會回去斗六與大家同享這特別的日子，而那天也是

整個家族珍貴難得的大團圓，包括七個伯父、姑姑、堂哥、堂姊，甚至還有姪子、姪女，在這意義非凡的日子團聚。年夜飯的菜往往都是姑姑們與伯父齊力完成。到了晚上，四張大桌擺滿各式各樣的佳餚，它們彷彿風華絕代的美女，不停地搔首弄姿的引誘我們，最後大家總是在爺爺開動後拚命攻向各種菜色，但是有一樣菜往往都被「鯨吞」，那

便是「滷土雞」。這道家族傳的菜每個人都會做，其中裡面的年菜愜意的游，蘿蔔總是載浮載沉，配不死鹹的滷汁，往往一碗飯在一眨眼便不知去向；而條之際，便已紛紛化開，吞入肚後，雞肉的嚼勁搭配上滷汁，往往迴盪在口中，久久不散。

平日爸爸有時也會煮這道「滷土雞」，常常讓我憶起大家吃年夜飯的歡愉，每個人在那時候都是如此開心，爺爺也會露出難得的燦笑，就在那時，一道滷土雞也代表了一種傳統的傳承，那種滋味已不是物質上的滋味，而是一種享受天倫之樂喜上眉梢的滋味。



繪圖/高三5 薛雅文

送給自己的三樣禮物

國一9 余昇峰

光陰似箭，歲月如梭，六年的國小學業，已經結束，再來，要面對的是一個嶄新的學習旅程。在踏入國中旅程的前夕，我想送給自己幾項禮物，並藉由其旨意，勉勵自己的學習精神。

第一項，鬧鐘。鬧鐘可以提醒我兩件事：第一：一日之計在於晨，每天早上要準時起床，不能賴床，以免擾亂了一整天的學習情緒。第二：時間不等人，寫作業若不規劃時間，就沒有辦法完成當天的功課。考試若沒有把握時間，題目就會寫不完。時間的重要，是我必須領悟的，隨時警惕自己，是否在時間內，完成了該做的事呢？

第二項，磁鐵。我希望能夠吸引好的人緣，結交許多好朋友，我們可以

以互相吐露心聲、分享學習經驗、生活大小事，這就是交好朋友的意義。另外，我也希望吸收很多的知識，充實自己的能力，有著好的能力，在未來工作上，才會有更多的選擇。

第三項，相機。隨時記錄下生活的點點滴滴，在我空閒時可以回憶一下過去的時光，順便促使我未來積極進取，向目標邁進。就像學習要溫故知新一樣，一定要複習與預習，上課時才不會那麼的辛苦。

希望我能藉由送給自己的禮物而有所領悟，不要再像國小一樣鬆懈的過生活，國中的課業與國小有所不同，專心、認真、用功的讀書，反覆不斷練習、確實的訂正，才是真正的學習之道！

失敗的益處

國三7 林芊

百看不厭的魔法、人嚮往的魔法學院、如夢似幻的魔法課程；還有虎視眈眈、多次殺人未遂的佛地魔，隨時為校園生活帶來詭譎、奇妙又緊張的氣氛；而那精彩刺激的「魁地奇大賽」，更是每回都能深深烙印在讀者的心裡。就是因為上述的種種誘因，使得哈利波特成為史上最暢銷、最能讓讀者為之瘋狂的系列小說，而他的作者，竟是一位當時已窮途潦倒、差點就流離失所的女子——J.K.羅琳。

在創作哈利波特第一集的那七年，是羅琳生命中那最黑暗憂鬱的歲月，她不但遭逢母親的死亡，而且剛剛結束她短暫的婚姻，甚至淪落到靠政府的救濟金維持生活。我永遠忘不了在公視的紀錄片中，她站在當時創作哈利波特第一集的老舊公寓裡，望著她過去的小臥房，淚眼汪汪地說：「我從來沒有想過，能有這樣童話故事般的結局。」

然而，是甚麼力量使她能東山再起，邁向生命的最高峰？誠如她在哈佛大學的演講中所言：「我有一種自由，因為我最大的恐懼已經過去了。但我還活著，並且身邊還有個深愛的女兒陪著我，有一台老舊的打字機，和一個未完成的夢想。」是的，就是因為已經失去了所有，所以已經沒有什麼值得害怕的了。

不再懼怕失敗，放手一搏，就是將羅琳從人生的谷底，推向巔峰的最大動力。失敗並不可怕，挫折並不可恥！面對困境時，不需要沮喪，只要不害怕失敗，只要不自暴自棄，每個人都可能成為下一個J.K.羅琳！

牛頓在小學時成績奇爛無比，後來卻成為世上偉大的科學家；貝多芬在學小提琴的過程中，曾被老師批評，說他絕對不是當作曲家的料，後來他卻做出世上最優美動人的音樂：威瑪·魯道夫在九歲時，才除去腳上的鐵製支撐器，開始靠著肌肉的力量學習走路，後來卻贏得三面奧運金牌，成為史上跑得最快的女子。

他們過去所遭遇的挫折和失敗，並不阻礙他們在歷史的舞台上發光發熱，反而激勵他們更努力向目標邁進，他們所憑藉的是與羅琳相同的一份熱愛和堅持。我深信，不要害怕失敗，因為它能激發你的無限潛能。就像這些美夢成真的人一樣，終能攀上人生的高峰。

一道菜的滋味

絲瓜麵線

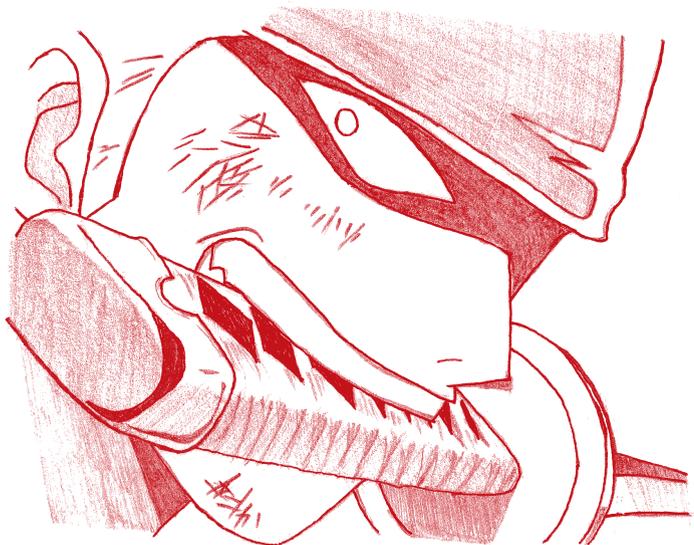
高三13 楊家榕

是否精緻的擺盤有金粉點綴才是頂級的享受？是否濃郁的撲鼻香才是征服口腹的勝利？是否饜人的觸感在齒間翻騰才是足堪表率的珍饈美饌？當然不是！我認為化入心裡不散的暖意和永恆的悸動，才是一道菜的滋味。

我的味蕾總是挑剔的讓人為難，像一身倔強的傲千金，忍不住評比每道菜的優劣長短。但是，唯獨這道出自奶奶的「絲瓜麵線」能安穩味蕾的不合作。看似簡單的一道家常菜可不是人人能習得奶奶的秘方，飽滿水分的絲瓜摘自鄉下後園那方小田，不含一滴傷人的農藥，不摻一點

害人的添加物，真正有機的絲瓜來自爺爺每日辛勤的栽種。而後熱水一沸，麵線下放滾燙的鍋爐掙扎，再滑入切成絲絲薄片的絲瓜與其露，一道平凡的滋味便完成。我享受熱湯落入口中，喚醒感官的前奏曲，有絲瓜露的甘順順著咽喉溜進心底，滋潤乾旱的貧瘠土壤；我熱愛條條細細纏住舌尖的激動，待徹底征服味蕾的傲骨才肯離去；我更鍾情於悠悠絲瓜香留下痕跡在齒頰間。那一刻真幸福，那一道菜是天堂。

一碗熱食下肚，飽足了口腹之慾，也滿足了心靈的渴望。喜歡看著奶奶在廚房忙碌的身影，



繪圖/國三7 鄭若襄

螢光：失敗是苦澀的滋味，也是成長必經的歷程。

一道菜的滋味

海鮮炒麵

高三13 李若瑜

夕陽猶未西下，明月仍在地平線下徘徊，我的肚子卻早已上演空城計，心思更飄回了家中的廚房。

在我的家中，媽媽是大廚，一家老小的胃皆掌握在她手中；然而，爸爸卻是深藏不露的二廚，平時退居幕後，但不鳴則已，一鳴驚人，一拿起杓子絲毫不遜色，甚至比媽媽有過之而無不及。說起爸爸的招牌

一道菜的滋味

東坡肉

高三13 卓鎮宇

一道菜，對生活富裕的人們而言，是一種歡愉的享受，但對非洲人民而言，卻是讓他們免於挨餓受凍的解藥；一道菜，可以勾勒出人生過往的回憶，重溫天倫之樂；一道菜也可以是情感的傳遞，表達對親人的情感與關愛。在我的心中也有個味道縹緲在心頭，那就是「東坡肉」。

父親是個擅於烹調各種美食的愛好者，每隔幾個禮拜就會拿出

一道菜的滋味

麻婆豆腐

高三13 黃晟

在奶奶被診斷出有阿茲海默症之後的春節，爺爺家已經不再如往年般的熱鬧。在廚房幫忙的奶奶準備年菜的我，卻發現奶奶一直喃喃自語：「……蛋豆腐、香菜、辣椒，還有甚麼呢？」我忍不住問奶奶：「奶奶，你在講甚麼呀？」老人痴呆的奶奶聽了好多次才聽出我的問題，她笑著對我說：「是麻婆豆腐的食譜囉！」直到現在，奶奶臉上那溫柔的笑容依舊歷歷在目。

菜，應屬「海鮮炒麵」不過。猶記年幼時，爸爸上大班，白天在家便是專業的煮夫，中午放學做開大門迎接我的，便是穿著圍裙、額間冒汗的爸爸。我倆的午餐鮮有變化，一大盤海鮮炒麵伴我度過大半日子，我卻從沒有半句抱怨，只因爸爸的廚藝勝過了一切。相較於媽媽的粗枝大葉、豪邁不羈，爸爸的炒麵，隱含了他一絲不苟的認真性格，以及對子女健康的注重和關愛，讓我津津有味的填飽肚子之餘，亦無形中求精確，而且為了孩子的健康，不顧成本在內加入許多青菜。

一道香氣四溢的海鮮炒麵上桌，飢腸轆轆的我已蓄勢待發的舉箸在半空。入口的是：彈牙的麵條、鮮嫩的蝦子、大把的蔬菜和紅蘿蔔。外頭的炒麵總是油膩而不健康；相反的，爸爸的炒麵，隱含了他一絲不苟的認真性格，以及對子女健康的注重和關愛，讓我津津有味的填飽肚子之餘，亦無形中求精確，而且為了孩子的健康，不顧成本在內加入許多青菜。

排中式合菜，其中最常出現的一道正是東坡肉。當我在異鄉嚐到第一口時，心中的情感忽然宣洩出來，這東坡肉不是家鄉的滋味，除了少了那份「父愛」，也缺少了家鄉的熟悉感，這時才體會到原來家鄉的東坡肉，給予了我歸屬感。生活在台灣，吸納了中華文化的精華，讓我擁有了豐富的文化涵養，得以在這世上心安理得的待人處世，原來爸爸將這份文化傳承給

奶奶的麻婆豆腐在以往總是廣受親戚們的好評，那麻而不辣的口感，不論大人小孩都愛不釋口，光想到就令人垂涎三尺。奶奶總是笑著看圓桌旁的叔叔伯伯們七嘴八舌的鬥嘴、阿姨伯母們三姑六婆的聊八卦，還有搶著拿麻婆豆腐的小孩們。大家都圍在一起享受著天倫之樂，那段回憶一直被珍藏在心中，每年的春節都是最快樂的時光。但一切都變了，爺爺



繪圖/高三10 陳映竹

送給自己的三樣禮物

國一6 梅詠棠

新學期開始後，我就是國中一年級的新鮮人了，在這學期的開始，我要送給自己的三樣禮物，是哪三樣呢？我要送給自己的照片和一本行事曆。我要送給自己的第一把稻穗，我希望我可以像稻穗一樣，因為稻穗越成熟，我希望我可以像稻穗一樣，因為稻穗越成熟，飽滿就垂的越低，就像做人一樣，自己讀的書越多、內涵越多就越要謙虛，才有學習的機會及進步的空間。所以我希望我可以成為有內涵而且謙虛的人。

隱形的殺手

國三7 施覆馨

翻閱報紙時，發現一則驚人的報導：「手機滑鼠」所發射的電磁波是待機時的六萬倍，當人長期暴露於大量的電磁波中，會頭痛、失眠、肩頸痠痛等，對我而言，和同學傳LINE可說是兩三天一次，有時也會滑臉書，追蹤朋友們最新的動態，看完這則報導，除了自己得收斂外，心中不免浮出許多對低頭族的見解。

說到「打卡王」，我的表哥絕對是最佳代表人，不論是看電視、坐捷運、吃飯，臉書處處皆是他的蹤跡，甚至在麥當勞吃冰淇淋也不忘打卡，暑假期間，表哥和我到八仙玩水，回家後，我的手機「叮咚！叮咚！」響了好幾聲，打開訊息，大多寫到：「怎麼這麼好去八仙？」正納悶明明沒跟任何人提起此事，頓時明白，表哥一定是把我標記在他的「旅遊相冊」中了。

我也要送給自己一本行事曆，我要把生活周遭形形色色的事情紀錄下來。好的學起來，壞的不要再犯；我還要再在行事曆上記錄下要做的的事情，讓自己能管理好時間，善用每一分每一秒，積極主動的做好每一件事。

在學期的開始，我期許自己能夠善用時間，虛心學習，並且能夠廣納老師及同學的意見，在新的學期，有個全新的自己。

里島，一對母女和我們同團，那是我畢生首次看到媽媽比小孩更著迷手機。到了按摩店，應當是享受精油香環繞的舒暢感、陶醉於令人舒壓的音樂、毫不保留的將一身倦怠卸下才是，那媽媽竟然劈頭就問：「這裡有網路嗎？」好讓她剛剛在車上花了許多時間、絞盡腦汁撰寫的旅遊心得分享給姊妹們。

究竟，手機是拉近、抑或是疏遠人與人的距離呢？我認為是後者，倘若我與你是多年不見的老朋友，約好要聚餐，卻在吃飯的過程中，彼此都緊盯著手機和遠方的朋友聊天，那麼這次的聚餐真的使我們的友情升溫嗎？如果我們收起手機，是不是能增加更多聊天機會？更能了解彼此的近況？有時候回鄉下，左鄰右舍總是圍在一塊兒泡茶聊天，多愜意啊！不需要虛無縹緲的科技，我們之間的感情依舊常在。我喜歡

「禮物」是什麼？有時候禮物代表著愛，有時候禮物代表著敬意，有時候禮物代表著夢想，有時候禮物代表著祝福，不同的禮物，不同的象徵，不同的意義。今天我送給自己的三樣禮物，三樣深具寓意的小禮物。

第一個禮物是指北針。指北針可以讓我看清楚方向，看清路的方向，看清人生的方向。未來的路很長，很崎嶇，很複雜，有很多人因為走錯

會危害健康，也許你的腳邊開了一朵很漂亮的花，卻因為你在滑手機，即便低著頭也毫無發覺：科技分擔人們「有形的勞力」，卻增加我們心裡的負擔，當你傳訊息給他人時，是否期盼聽到一聲「叮咚」？倘若對方已讀不回，你是不是因在乎對方的感受而深感困擾？適當的運用科技，你會覺得生活多采多姿；盲目的依賴科技，你的生活看似美好卻很糜爛，久而久之，你會覺得生活乏善可陳，但當你想脫離它時，卻為時已晚了。

科技帶給人們方便，卻使我們錯過身旁的一景一物，過度的使用更



繪圖/國一3 Kiva

送給自己的三樣禮物

國一6 楊明

了路，從此誤入歧途，我知道未來的路上會有更湍急的河流、更尖銳的荊棘、更陡的爬坡，但是我會用指北針來選擇平坦的路、對的路，因為它會帶領我走向正確的「北方」。

第二個禮物是橡皮擦，人非聖賢，孰能無過。人生就像一張白紙，出生時，白紙空空一片，長大了，學了不少新知識，所以我們塗上七彩的顏色。但是難免會學到一些錯誤的知識、觀念，也會犯錯，所以我們畫上了醜陋的黑色。但是有了橡皮擦，就可以即時亡羊補牢，不要一錯再錯。把醜的擦掉，讓我們的人生就是一幅繽紛美麗的畫。

第三個禮物是一雙球鞋。在我們的人生道路上，一定會有細碎的玻璃子，銳利的碎玻璃，有了一雙耐用的球鞋，我就可以克服重重阻撓，努力追求，堅持到底，永不放棄，是我永不改變的信念，我要穿上球鞋，追逐夢想。我要用橡皮擦，改過反省。我要用指北針，做出選擇。帶著三樣禮物跑向終點，不！我的人生沒有終點。帶著禮物，跑向未來，跑向無限。

螢光：美好的滋味不是因為價錢貴，而是因為溫暖的感受。

一道菜的滋味

蒸蛋

高三10 游卓原

那一股香氣，經由門縫傳進了我的房，傳進了鼻腔，衝擊直達腦門，我的身體無法控制的舞動了起來，舞出了房門，步向那滿桌佳餚的廳堂。

母親的廚藝好，自父親那聽說我出生前甚至自己開過店。從小因父母離異，平時在父親家都吃外食，僅有偶爾回到母親家時，可以嚐到她親手下廚的好手藝。其中我最喜歡吃的，便是那每次桌上都一定會有的蒸蛋，即使作法不怎麼難，母親做出來的總是入口即化、口味適當，每每只要一盤，就可以使我扒下好幾碗飯，即使飽了也會希望能再吃

上個幾口也滿足。上了國中之後，母親都花七到八天，回到家後都十分疲倦了。所以每當我假日回到母親家時，看到她的模樣，十分難過，自然也不會像只會整天要求父母親的國小生般的請求她煮飯，雖說她有時放假也會下廚，不過相對的次數則減少許多，我便更加珍惜一次次坐在飯桌前的機會。

高中後因為一些緣故回到了母親家住，這時候母親已成為公司裡數一數二的導遊，因此她閒暇的時間便越來越少，即使難得的放假，也多

我的無價時刻

高三1 陳舒揚

青澀花苞綻放出嬌豔花朵的那一刻，初生的小鳥終於要展翅的瞬間，一聲按下快門的剎那，都是無價的時刻；花苞綻放的是嶄新的生命；小鳥翱翔天際，揮灑著勇氣與理想；而按下快門，珍藏的是那美好的曾經。無價時刻存在於

世間各個角落，無論何時何地，令人為之動容的永恆的瞬間正不間斷地上演著。

不知從何時起，我便愛上攝影；可能是因為我總喜歡偷偷地觀察周遭吧！生活在這世界，我常常不自覺地拿起相機，記錄下一幕幕心波蕩漾的畫面。

沐浴在陽光中的青綠葉苗、一隻正展開雙翼的烏鴉、從車中好奇地望著菜市場的小男孩、一對老夫妻牽著手散步的背影、襪襪中毫不羞澀對著鏡頭大笑的嬰孩、身旁朋友嬉鬧時快樂的神情；都曾經是我所珍藏的無價的時刻。看著一張張洗出來的照片，

都能令我回憶起當時精彩的時刻，但我從沒想過自己也能成為畫面中的一員。

某天我的好朋友送了我一張我的相片給我。背景是大馬路旁的長石椅前，畫面中的我正專注地攝影著椅上啄食果子的兩雀。我很疑惑到底為什麼要拍我呢？她說，她一直都很喜歡我專注的時候，那對我來說是無價的。

我的無價時刻便是，用相機拍下一幕幕世間上美好的、甚至哀傷的所有畫面，記錄著生活，珍藏著人生；按下快門、將瞬間轉化為永恆便是我的無價時刻。

我的志業

國一5 楊文碩

回憶起在我的童年，對自己的將來曾有過無數的想像：夢想當一位科學家研製出長生不老藥、夢想當一個 NBA 球星成為傳奇、甚至夢想當一位飛行員，駕駛著戰鬥機在群山峻嶺間穿梭……等等。這些會令我嚮往的志願，無論是一時的興起，還是幼年的天馬行空，都從未曾取代過我對「設計工藝」這方面的執著。

從小到大，畫圖與設計一直是最能讓我專注且投入的娛樂活動。每當假日閒暇時間，我總是喜歡拿起鉛筆在白紙上設計一些像大樓、車子、或船隻之類的東西，這種嗜好總能讓我拋開一切煩惱，心無旁騖的沉浸在畫筆下的美妙世界。而不同於他人的是，在動手拼裝東西時，相較於用外面買來的現成材料，我更熱愛拿身邊

現有的紙板、鋁片來拼出我想要的造型，徜徉在「創作」的成就感之中。縱使我對設計是如此熱情，但讓我完全確定我人生目標的原因是發生在小學。有一次，學校規定全校每一班的學生都要設計一本英文繪本，因為是第一本英文繪本，所以我畫得格外用心，用了兩個晚上的時間完成。沒想到交件的幾天之後，我的作品竟然被老師們當成是範本般在各班流傳，更不斷有別班老師特地到我們班上來稱讚我的設計；就是在那時候，我愛上了那種自己的創意與認真被眾人肯定讚許的感受，也因此化為了邁向將來志願的動力。

對於我對未來的目標，除了滿腔的熱忱，心中更懷抱著無數的期許。老實說，雖然已經訂定將來要走設計這條路，但是設計什麼心中還不是很清楚；不過，無論未來將邁進哪一種設計的世界，我最大的夢想就是期許我能用自己不朽的藝術，那種無人不知的偉大藝術品；期許世界能因為我的設計而產生些微變化，期許被國際各國所尊敬。從小，每當我在路上看到雕工精湛的建築，或是用取現優美的跑車，都會以崇拜的眼神靜靜欣賞，並默默想著將來一定要製出這樣的藝術品。

我欣賞設計，我熱愛設計，我想要設計，我要讓設計化為我將來的驕傲，化為對未來的信心，所以設計就是我的志業。

你今天看「書」了嗎？

高一10 張郁柏

「鈞鑒」、「惠鑒」、「道鑒」，這些提稱語你究竟還記得多少？信封上的「收件人地址」到底是要寫在左邊還是右邊，上面還是下面？我想這些對現代普遍都有臉書的人來說恐怕是一大難題。

記得國二當我剛加入臉書時，每天放學後第一件事就是上網查查「最新近況」，看看同學們最近做了些什麼事，聽聽朋友們分享的最近流行音樂，對著親人貼的美食照片垂涎三尺，又或者陪三五好友一起聊聊八卦，這樣談天說地可真是容易，只需要盯著電腦螢幕，按著冰冷的鍵盤就好比面對著面說話，但是這種交流方式，總覺得在彼此之間似乎少了點距離的美感！

在國二之前，每逢暑假我都會寫信給在羅馬留學的朋友，信封上要標明「收信人地址」、「收信人姓名、稱謂」、「收封詞」等等……，信

件上更要有「稱謂」、「提稱語」等等諸類要素，光是寫上這些敬語便足夠花上好幾個小時，因此再繼續努力寫下去的話，一封滿載感情、內容充實的信就要消磨我半天的時間。然而，在慢慢書寫每封信的過程，我會仔細思考有什麼重要的事想告訴他，有多少思念想要表達，又或者有什麼想要知道的事情希望對方能說給我聽，而一些毫無意義的瑣碎雜事便不適合在這一張小小的信紙上多加提到，所以每當收筆之時，心中總是充滿意猶未盡之感。相反現在在臉書上面，每天只要一上網就能看到多年不見的好友最近做了些什麼趣事、品嚐了些什麼美食或是去了什麼好玩的地方，對別人的行蹤可說是瞭如指掌，如果覺得好久未見想說些問候語，只要彈跳一下手指、「答答答」的打下些字傳送出去就能傳達

心意了，多年不見的思念之情不過結束於短短的幾秒彈指之間，而且一些無聊的街談巷語也可以順便附上，想說多少就說多少，畢竟它不花你半毛郵票錢。

現代正因為社群網站的普及，人與人之間彷彿零距離，即使生活在地球的彼端，一樣能每天聊天、每天看見對方，「思念」這種因許久不見、長年未說話而產生的情緒，現代人真的感受過嗎？李白的「長相思」讀起來格外諷刺：「長相思，在長安。絡繹秋啼金井闌，微霜淒淒淒。孤燈不明思欲絕，卷帷望月空長嘆。美人如花隔雲端，上有青冥之長天，下有淒涼之波瀾。天長地遠魂飛苦，夢魂不到關山難。長相思，摧心肝。」現在的美人哪裡隔雲端？不過隔一方螢幕罷了。這種思念之情我想我們大概很難理解吧？畢竟只要看臉書就可以天天見面啦！

淺海的海浪，正用它的巧手，細心大膽的創作著那千古留名、永垂不朽的獨特藝術品。經過、看過的人都會不禁讚嘆：這是幾千幾萬年的千錘百鍊才造就出來的精美雕塑？在這世界上，我們不得不承認，大自然才是真正的藝術家。而夾雜在淺海和深海中間，忽隱忽現的靛藍色，總是擾亂大海的寧靜。它產生海浪、將之推到淺海、形成波濤。在它那裡，個個不聽勸告的調皮青年，鬧出了，就立刻躲起來，惹得大家生氣。深海，是神祕而未知

海天一線的景色真的很美，美到看的人都會渾然忘我，無法自拔。相信我，因為我看過。那種海水是漸層的色調，淺、中、深，碧藍的海面映著天空上的雲，好寧靜、好祥和、輕輕的、柔柔的孕育著地球上的萬物。

海洋，不是單純只有「深」而已，還深的挺有內涵的。它時而寧靜、時而瘋狂，尤其是颶風來時，憤怒的海水總會藉它將對人類不愛護環境的行為，為一股腦兒的宣洩出來，狂風呼嘯，海浪襲捲，殺得人措手不及後悔及，甚至來不及後悔之前的過錯；然而，僥倖存活的人們有反省嗎？沒有。大自然的反撲已經開始，人類卻還不願面對現實，依然故我的沉醉在自以為是的文明當中。這種驕鳥心態誰也救不了。只願在未來，大家都能夠好好的珍惜地球，能夠好好的欣賞海天一線的那種，自然無加工上的感動。

我欣賞設計，我熱愛設計，我想要設計，我要讓設計化為我將來的驕傲，化為對未來的信心，所以設計就是我的志業。

山與海的交響曲

高一6 陳冠文

在台東，沒有城市車水馬龍的擁擠，只有農村純樸的景象。兩側被中央山脈和海岸山脈夾著的花東縱谷平原寧靜的躺著，被太陽照的油亮亮的。水稻，整齊的羅列在如棋盤的水田中，一棵棵香蕉樹像士兵一般矗立在果園中。農村的寧靜和美麗的景色安撫了我那緊繃三年多的情緒，我的身心放鬆徜徉於大自然中的懷抱。

原住民的樂器雖不多，卻足以詮釋原始的聲音，而且樂器取之於手邊的竹子、木頭……等，損

沒有城市的喧囂，只有蟲鳴鳥叫和原住民朋友豪情奔放的歌聲，我也沉醉其中，忘了心中的煩悶，完全敞開心房的玩音樂；忘了考試的憂愁，只有鄉間的寧靜和幸福；忘了自己是被禁錮在城市的人，只有飛向自由和平靜的鄉下，在充滿了濃濃人情味的台東，盡情編織山與海的交響曲。

參加這次的夏令營，我重新認識了這片土地最原始的文化，不是經由教科書，而是以開闊的心去認識這群以自然、傳統方式生活的人。看到台灣鄉下一望無際的藍天白雲，開拓我那日漸狹隘的視野，這就是今年暑假最有意義的旅途。

在國二之前，每逢暑假我都會寫信給在羅馬留學的朋友，信封上要標明「收信人地址」、「收信人姓名、稱謂」、「收封詞」等等……，信

件上更要有「稱謂」、「提稱語」等等諸類要素，光是寫上這些敬語便足夠花上好幾個小時，因此再繼續努力寫下去的話，一封滿載感情、內容充實的信就要消磨我半天的時間。然而，在慢慢書寫每封信的過程，我會仔細思考有什麼重要的事想告訴他，有多少思念想要表達，又或者有什麼想要知道的事情希望對方能說給我聽，而一些毫無意義的瑣碎雜事便不適合在這一張小小的信紙上多加提到，所以每當收筆之時，心中總是充滿意猶未盡之感。相反現在在臉書上面，每天只要一上網就能看到多年不見的好友最近做了些什麼趣事、品嚐了些什麼美食或是去了什麼好玩的地方，對別人的行蹤可說是瞭如指掌，如果覺得好久未見想說些問候語，只要彈跳一下手指、「答答答」的打下些字傳送出去就能傳達

心意了，多年不見的思念之情不過結束於短短的幾秒彈指之間，而且一些無聊的街談巷語也可以順便附上，想說多少就說多少，畢竟它不花你半毛郵票錢。

現代正因為社群網站的普及，人與人之間彷彿零距離，即使生活在地球的彼端，一樣能每天聊天、每天看見對方，「思念」這種因許久不見、長年未說話而產生的情緒，現代人真的感受過嗎？李白的「長相思」讀起來格外諷刺：「長相思，在長安。絡繹秋啼金井闌，微霜淒淒淒。孤燈不明思欲絕，卷帷望月空長嘆。美人如花隔雲端，上有青冥之長天，下有淒涼之波瀾。天長地遠魂飛苦，夢魂不到關山難。長相思，摧心肝。」現在的美人哪裡隔雲端？不過隔一方螢幕罷了。這種思念之情我想我們大概很難理解吧？畢竟只要看臉書就可以天天見面啦！

淺海的海浪，正用它的巧手，細心大膽的創作著那千古留名、永垂不朽的獨特藝術品。經過、看過的人都會不禁讚嘆：這是幾千幾萬年的千錘百鍊才造就出來的精美雕塑？在這世界上，我們不得不承認，大自然才是真正的藝術家。而夾雜在淺海和深海中間，忽隱忽現的靛藍色，總是擾亂大海的寧靜。它產生海浪、將之推到淺海、形成波濤。在它那裡，個個不聽勸告的調皮青年，鬧出了，就立刻躲起來，惹得大家生氣。深海，是神祕而未知

海天一線的景色真的很美，美到看的人都會渾然忘我，無法自拔。相信我，因為我看過。那種海水是漸層的色調，淺、中、深，碧藍的海面映著天空上的雲，好寧靜、好祥和、輕輕的、柔柔的孕育著地球上的萬物。

海洋，不是單純只有「深」而已，還深的挺有內涵的。它時而寧靜、時而瘋狂，尤其是颶風來時，憤怒的海水總會藉它將對人類不愛護環境的行為，為一股腦兒的宣洩出來，狂風呼嘯，海浪襲捲，殺得人措手不及後悔及，甚至來不及後悔之前的過錯；然而，僥倖存活的人們有反省嗎？沒有。大自然的反撲已經開始，人類卻還不願面對現實，依然故我的沉醉在自以為是的文明當中。這種驕鳥心態誰也救不了。只願在未來，大家都能夠好好的珍惜地球，能夠好好的欣賞海天一線的那種，自然無加工上的感動。

我欣賞設計，我熱愛設計，我想要設計，我要讓設計化為我將來的驕傲，化為對未來的信心，所以設計就是我的志業。



繪圖 / 高四 柯婷瑋

螢光：不要只滑動螢幕，忘了文字的溫暖魅力。

心得報告 十字架

國三7 賴品樺

內容簡介：

故事的開始是從藤井俊介——綽號「藤井」自殺，在他的遺書中，主角「真田裕」被寫為他的好友，但主角卻不認為自己與他有任何關係，卻又無法對著藤俊的家人和媒體說，從此以後，他的人生多了一層「藤俊的十字架」，但也因為這樣，他遇見了同樣被寫入遺書的中川小百合、給予他們溫暖的建言的記者本多小姐和老是在訓斥他的記者田原先生，透過他們告訴大家自殺對留下的人的傷害是無法抹滅的。

心得分享：

這本書是我從哥哥的書堆裡翻出來的，因為曾在圖書館看過介紹，因此便拿去看，看完這本書，我得到的結論是：最令人厭惡的，不是施予暴力的人，而是隔岸觀火的圍觀者。

一道菜的滋味

竹筍湯

高三10 湯雨柔

廚房裡的水蒸氣遇上冬日清冷的氣息，便在玻璃窗上凝成了一層輕薄的白霧，白紗也似的，就像山中雨季時，那若有若無的虛渺幻魅。眼前的湯鍋正沸騰，掙扎向上的蒸氣慢開一陣的鹹，一份竹筍的清香，混成那股濃得化不開的，是鄉愁。

離開山林的庇護，背負族人的寄望，山地的女兒遠離高山，走入平地，除了簡便的行囊與殷切的期盼，就只剩背包中那以竹葉細細包妥的竹筍了。每當那堵思念的高牆排山倒海地向我壓來時，我便會煮一鍋

竹筍湯，驅走糾纏不散的寂寞。熬煮時，廚房香氣迷濛，總令我不禁憶起眾人合力處理、烹調時那無聲卻親密的交流，猶如事先排練的那股默契與不須溝通卻明瞭對方心意的連結，都是一塊兒煮進回憶中，最思念的滋味裡。

懷抱，總在我歸家時撫平我所受傷痛和挫折。我將熱湯以碗盛起，感受暖洋洋的雙手、我的全身。這一刻的靜謐美好，正是我戀戀不忘，有別於都市喧囂的山中的平靜。獨坐桌前，碗已見底，只有回憶仍環繞著我，細細覆蓋我每一寸肌膚，遠離大山，我卻一點兒也不孤獨，一碗平凡的竹筍湯便足以令我心滿意足。氤氳中，族人的笑語與悠揚的歌聲，是我今夜安睡最甜、最美的夢。

送給自己的三樣禮物

國一3 陳芊瑾

從小到大我收過許多不同的禮物，每一種禮物都深藏著意義，而今送給自己的三樣禮物，我希望在未來成長的路上能夠有所幫助。第一樣禮物——時間，總是默默地流逝，一去不回，就好比機會一樣，稍縱即逝，很容易錯失良機。而我卻是個去許多機會、拖拖拉拉的人，不過一再的逃避是沒用的，終究要去面對事實，俗話說：「今日事今日畢」，因此好把握時間，活在當下是我要努力學習改善的。

第二樣禮物——放大鏡，放大鏡用來觀察事物，警惕自己，要懂得察言觀色，凡事看清楚，想明白以後再去做，否則太過衝動或為了逞一時之口舌之快，而讓別人傷心，這是很不值得的。還有，放大鏡也能尋找、放大別人的優點，讓我看清楚的看見並發自內心真誠的讚美、鼓勵他們。第三樣禮物——紙飛機，玩紙飛機的樂趣就是看誰能撐得久、飛得遠，勉勵自己不論做任何事情都要堅持到底，不能半途而廢，要不然將前功盡棄，一切的努力都會化為烏有。另外，紙飛機還告訴我們：要勇往直前，克服所有的困難並朝自己的理想邁進，勇敢闖出自己的理想世界。

這三樣禮物帶給我的不只是寶貴的一課，它們所代表的精神更已深深的烙印在我的腦海中，希望他們能夠造就出更完美的自己，在未來成長的路上有更傑出的表現。



繪圖/國一8 程紹維

千里之行，始於足下

國三1 李冠儀

登高必自卑，行遠必自邇。凡事都有一個起頭，從零開始，一點一滴累積，積少成多，聚沙成塔，集腋成裘，方能有所成。人家說萬事起頭難，其實在於心志是否堅定。一旦下定決心去做，就別再猶豫，相信自己有能力做得完善。有一個好的開始，就是成功的一半。其次端

看個人造化，願意付出寶貴的精力和心血，努力不懈、持之以恆，相信皇天不負苦心人，只要肯努力，必有所收穫。凡事皆由一個不起眼的點開始，短時間內可能無太大成效，但長久來看，其成果可以十分驚人的。老子道德經第六十四章：「合抱之木，生於毫末；九層之臺，



繪圖/高三10 朱文瑄

放學後

國一8 周芷宇

放學後，我都會跟順路的同學一起走，我們常常會買一包零食一起分享，邊吃邊聊天，好不快樂，但我有時要補習，回家的時候就會覺得渾身不對勁，格外孤單。所以，放學後能跟同學們一起走，是我覺得最幸福、最享受的事。

有一次放學後，我跟同學們去東湖吃飯，那時候這家店新推出薯條，不過蠻貴的，我們都想吃，但是都買不下手。其中有一個同學二話不

說就買了兩份請大家吃，大家都很感動也很感謝他。這就是我們表達友誼的方式，我們藉此建立了誰也不可撼動的深厚友誼。

記得，以前我們曾經因為某些緣故而吵架，雙方冷戰了很久，放學後也沒有再走在一起。後來，大家都覺得很不習慣，放學的路上好像少了些什麼？少了笑聲，少了一股和諧的氣氛。於是我便打破僵局，向對方道歉，請求和解，對方也接受了我的道歉，並表明自己的過錯之處——我們和好了，變得比以前感情更好，變得比以前更和諧。

我的無價時刻

高三2 莊為新

人的一生，有千千萬萬的挑戰。為了大目標而奮不顧身，拚命的去完成，最終即使不是最好的結果，但最珍貴的是其中努力的過程，那才是最無價的收穫。

班際球賽冠軍是班上的夢想，為了達成目標，我們日以繼夜的練習，下課、放學、週末空檔，大家相約打球，不論寒氣充斥，我們依然拿下身上的外套，奔馳在冰冷的場上。每天打球似乎成了習慣，不約而同的詢問、地點時間也成了默契。七個人努力不懈，使我們在長遠的路途更加邁進。俗話說：「沒有洶湧的浪花，訓練不出偉大的舵手。」如果沒有嚴格密集的磨練，光有夢想是不可能達成的，唯有不斷的突破才能造就深厚的實力。

預賽的開始，也是展現成果的起點，我們勢如破竹，壓制了對手，分數一分分的拿下，拉開了差距，無懈可擊的攻防，眼神的交會，默契的傳達，使我們贏得了比賽，晉級至總決賽。

一場緊繃的氣氛，對應著外場轟動的歡呼聲，大夥兒來回奔馳，精疲力盡、汗如雨下，一局局的過去，體力早已不堪負荷，但在充滿著絆腳石的逆境，只有意志堅定的人才通過考驗。最後的一分半鐘，兩方勢均力敵，分數高高低低、反反覆覆，攻防成了心理戰，猜測對方的招術後破解，就在最終關鍵的一刻，對方以一記三分球超越了領先一分的我們。「喇！喇！」的一聲，我的心跳漏了一拍，眼前瞬間一片黑暗，我像被一道冰牆困住，隔絕外界，猛烈的尖叫聲擊碎了牆將我拉回現實，呆立在原地，不肯相信眼前的一切。

回想這總體的片段，一幕幕歷歷在目。「輸贏乃兵家常事」，即使沒得冠軍，但其中的過程是無可取代的且是最可貴的。

那飄逸的網球，隨著嫦娥逐漸朦朧，唯美中帶著些淒楚，是每個中秋節都在腦海編織的畫面。每每凝望那模糊不清的色塊，不免思忖：那是嫦娥的翩翩身姿？抑或是她俯身飲泣的黯然？一家人，說說笑笑的在徐徐晚風中散步。中秋節，除了澄澈冷白的月，最美的仍是那緊緊相偎的親情，是圓滿而永駐黑幕的璀璨之光——但願人長久，千里共嬋娟。

話中秋

國三1 黃楠蓮

中秋佳節，望向皎上闌天際的疏朗明月，斑駁黑影撲在她的容顏，繪出一幅令人遐思的殘缺圖畫。曾經，有多少古人賢士也曾回首，為瑩瑩玉盤譜寫動人的詩詞？

「今人不見古時月，今月曾經照古人。古人今人皆如此，共看明月應此時。」李白把酒問月，將寶月的皎潔闡情，藉著皎潔月光映照在歷史長河，順著神話、杜康、盼望流淌，注入每個對月沉湎的生命。而李商隱的嫦娥：「雲母

一道菜的滋味

酒釀

高三1 郭好暉

記憶中，有這麼一道菜，陪伴我度過無數個寒冷冬天的早晨與夜晚，不管它是多麼疲憊不堪，喝下它之後總能讓我從胃暖到全身。在許多個寒冬早晨，這道菜總能為我暖腸胃，是我一整天的幸福開始，暖了身，也暖了心。

如此香醇的酒釀吧！小時候的我不懂事，總覺得這個酒釀配上湯圓在加上一些蛋花便是我冬日中最滿足的零食。滑順的口感及溫熱滑入喉中，嘴裡的湯圓嘗在嘴裡，隨著喉中香醇的酒香，總讓我甜在心裡。直到逐漸長大才漸漸得知這道小點是爺爺的母親在他年幼時製作給他吃的，爺爺十五歲時因從軍而離開大陸，母子分別六十年，在台灣的爺爺只能憑記憶學做酒釀，串起母子相處的點滴。

當我再吸一口酒釀的甜湯時，它對我來說不只是一份兒時的滿足，更多的是思念、懷念以及愛多的滋味。爺爺將離別六十年以及當他終於能親時卻已無法再見到母親的難過、辛酸、想念，一絲絲、一縷縷的注入這桶酒釀內，不但讓這個人感到溫暖，也讓這份來不及的母子深情化作這道菜最獨一無二的滋味。

現在的爺爺早已搬不動那沉重的酒釀桶，顫抖的手也早已拿不準酒釀的多寡，但對我來說這道菜卻是爺爺生命歷程的菜，卻願有這麼一天我也能學會製作酒釀，讓它不再只有思念回憶的愛，更多份傳承的滋味！

三天兩夜的慈濟大學人文營，一下就過去了，我們在這次旅程中學到了包容和愛，以及開朗的人生觀。第一天的課程是有個叫惟意的大哥哥，以及他的家人，最令我感到佩服，惟意是一個腦部發展遲緩的人，從小父母就感到很頭痛，他的母親每天都以淚洗面，父親對他感到生氣與失望，直到遇見了慈濟，慈濟改變了他們一家人，惟意受到肯定，母親立志幫助更多的人，連父親也被感化，現在他們每天都過的很開心。片

後惟意一家人都親臨現場和我們分享及互動，惟意能夠讓自己安靜的站在講台上、不亂動，這是經過長久的努力吧？反觀我們不是該努力些，盡自己的全力做到最好，不要讓父母擔心。

接下來的活動是寫信給家人，感謝他們這十五年來的養育之恩，能夠以這麼「傳統」的方式寫信給家人，讓我感到滿有趣的，雖然回家後信還沒寄到，讓我在家人讀信時有些尷尬，不過是個奇妙的經驗。

第二天的活動令我印象最深刻的就是去「慈濟環保教育站」，原本以為目的地就在校園內，沒想到要走出校門，然後再走十幾分鐘的路到目的地，我們練習從一大堆的回收物品中一一的分類，還好在學校時就習慣垃圾分類，所以做起来並不會太吃力，反而有些小小的成就感呢！再加上有師姊充滿熱情的演講，更燃起我對環保的好奇心，活動後學校還讓我們吃了冰淇淋，讓我在大太陽底下汗如雨下的做著環保有些小小的滿足。

晚上安排了慈濟大學的大哥哥、大姐姐替我們做演講，出國留學以及到非洲幫助小孩，能夠增廣見聞，了解不同地區的生活方式，並更了解如何幫助弱勢地區的人，在最後一天的心得分享中，也有同學說想要當上醫生到偏遠地區義診，我相信，沒有什麼是不可能的，只要相信自己，朝著夢想前進，所有的困難一定會被一一克服的，所以大家一定要堅持自己的初衷，別到白頭時後悔莫及。

第三天為我們演講的師姊很特別，她曾經在酒店工作，曾經抽菸、喝酒喝到酒精中毒，她曾經對證嚴法師的理念不屑一顧，但是在因緣際會下，她進入了慈濟，加入幫助人的行動，她戒掉菸酒，開始向眾人分享她的故事，回頭不晚，只要立下決心，她相信每個人都是可以改變的，但是一定要具備「毅力」。

一道菜的滋味

雞湯

高三10 蔣萬錦

瑟瑟的寒風，從巷子的另一端襲來，不禁再將外套攏得更緊實些，口中呼出的氣，也化作白煙，與那路燈的昏黃糾纏。快十一點了，對著雙手又哈了個氣，得著些回家，剛從K書中心回來的我，急行於巷子裡，很冷，很累。

將鑰匙插入鎖裡，輕輕一扭，到家了，可是依舊是暗的，家人早已入睡，只有門前的一盞燈，給我個擁抱，歡迎我回家。放下書包，洗好了澡，本想繼續念書，喉嚨的乾澀促使我放下筆，起身倒一杯溫開水。

廚房本該是已熄燈的，可現在為何又亮了起來？我趕緊過去，母親的背影在燈下顯得異常溫暖，一陣撲鼻的香氣迎面而來，是雞湯。「媽！」我極力地想要用乾啞的聲音來掩飾哽咽。

母親轉過身，微微一笑，將手中的雞湯放在我面前。「快些喝吧！冷了就不好喝了。」我輕輕吸著，小口小口的，不敢說任何一句話，怕一開口，那不爭氣的眼淚便會掉了下來。母親笑著坐在我旁邊，「喝完了，便去睡吧！別再唸了，明早還得早起呢！」我悶悶地喝了一聲。湯已見底，母親的手緩緩將碗接過去，「去睡吧！碗我來洗。」望著母親的背影，那份感動還是從眼角滑落了，我趕緊轉身，「媽！謝謝！我去睡了。」

在床上的時候，雞湯的味道，即使味道如從前一樣，但是這一碗卻是我喝過最好喝的，也是最暖心的。明天的奮鬥，我想，我又有力氣堅持下去。

在一間充滿大大音符的小小密室裡，有一群愛好唱歌的朋友們正張開金口引吭高歌，流瀉的音符從五線譜跳出蔓延至校園的每個角落。猶記剛進高一的一我看見布告欄上合唱團甄選，也不管自己五音不全，就興致高昂的跑去考試，最後竟莫名其妙被選上，而加入這個大家庭。

剛開始還不太習慣，唱出的音總是抓不準，忽高忽低的，幸好附近的學姊都很有耐心的教我，才發現原來唱歌是有技巧的，要用肚子出力，想像腦中有個十字架，當音符位於五線譜高處時，要唱在十字架上；反之，則唱在下面，再放入自己的情感，這樣才能唱出美好的樂曲。原來，唱歌是一門寬與深的學問呀！所謂

的「寬」指的是不同的曲子有不同的風格，而「深」是技巧的功力深淺、精巧成熟。在一個月亮高掛空，清風徐徐的夜晚，我獨自一人坐在床前打開收音機，讓音樂洗滌心靈，將心慢慢沉澱，細細品嚐每首歌的精華。咀嚼歌詞中的含義，想像作曲家如何用靈魂譜出一篇篇扣人心弦的樂章，濃縮生命中的一點一滴的感動，漸漸的，在我眼底展現出音樂的無限廣闊，在低音與高音錯雜中，我靜靜的品味音樂背後情感的深度，在聽覺和作曲家靈魂撞擊的剎那，激盪出的火花使我的血液開始沸騰，全身所有的細胞似乎都甦醒了，我輕輕的哼著旋律，慢慢進入夢鄉。

這三天的研習，我們學到了慈濟的精神——互愛，我們都生活在一個地球村，世界上每一個生命都值得你去珍惜，行有餘力時，你也不妨嘗試看看去幫助別人，你一定會感到新鮮、有趣，在其中得到成就感，讓我們把愛繼續傳下去，讓慈濟的精神散播到世界上的每個角落！

寬與深

高三5 薛雅文

2013 慈濟大學人文營心得分享

高一9 林孟瑾

送給自己的三樣禮物

國一6 邱仁皓

經過六年的時間，我終於從幸安國小畢業，成為幸安國小第六十七屆的畢業生了。我打算要藉由即將正式成為七年級生這件事，徹底改變我不好的個性，所以我想送自己三件小禮物來提醒我要不斷地實踐目標。

第一件禮物是一面乾淨的鏡子。俗話說：「以人為鏡，可以明得失。」我做決定的時候通常都不會多想，所以很多時候都會產生許多錯誤。這面鏡子可以用來提醒我在做決定的時候，應該要將人想作是鏡子，也要將人想作是鏡子，也要將人想作是鏡子。

北極熊只有在寒冷冰雪中才能快樂生活，小鳥只有在漫無邊際的天空中才能自由自在的翱翔，海豚只有在汪洋的大海中能盡情的跳躍，因此，人也只有在適合自己的位置才能發揮自己獨一無二的價值。

人生最重要的功課就斥去發現、追尋、找出屬於自己的位置，網球好手盧彥勳在網球的世界發現了自我，在他奮鬥的過程中，即使因資金不足，在背後沒有大批教練團的貼身指導、沒有專門按摩師傳幫忙消除疲勞，但他對自己堅持的理想永不放棄，每天苦練五個小時以上。他展現出對網球無比的熱忱、奮鬥到底的精神，終於在北奧運中擊敗英國選手墨瑞，更繼續的在溫布頓網球公開賽打敗迪克，挺進八強！他將自己的專長在球場上發揮

位置

國二5 張育哲

出來，更找到自己的位置，也獲得了人們的肯定。另外，陳樹菊阿嬤因自己的親人未能籌到醫藥費而離開人世，他立志行善，希望能將自己的愛心散發出去，使更多人受惠。他成立了基金會並定期的弱勢團體，用自己賣菜所賺的錢省吃儉用，去幫助他人。他不追求物質生活上的奢侈，而是將自己所累積的積蓄捐出去，去幫助更多的人！她幫助台東縣仁愛國小興建圖書館，使更多求學中的孩

子們可以利用。他的善舉造福了許多的弱勢，也因此被邀請到紐約、菲律賓領獎。他在這個社會所代表的位置更顯得重要，他無私地奉獻給社會，選擇在行善的位置上發揮愛心和善心，也讓這個位置更顯得光榮。

無論在哪個位置的你，只要我們下定決心，在自己的位置上做好自己，每個位置都是最獨特、最有價值的。



繪圖/國三7 鄭茗襄



繪圖/高三10 陳映竹

螢光：不要放棄努力，總會守到撥雲見日時。

