



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們的祈福，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)

國二性向探索課程

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



陽明醫放系一體驗超音波掃描

中心。兩大隊皆安排有5次的參訪課程，每次參訪時間約2小時。本學期，陽明大學校系參訪部分有教務處、物理系、醫放系、護理系、及生科系。國泰醫學研究中心則主要安排學生進行臨床與教學設施參觀，參觀地點包括有放射腫瘤科、病理科、藥劑科、檢驗科、放射線科、復健科、手術室、恢復室、外科加護病房、幹細胞與蛋白質體學研究室、以及臨床癌症基因研究室。參訪過程中，大學助教、教授及醫師們皆細心為國三同學們解說重要知識與觀念，也提供許多寶貴的機會，讓同學們也能親自體驗或實際操作。

國中生涯發展教育…… 夢想實踐家

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導師，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，推薦家長擔任生涯導師，也感謝這八位講師的分享，開拓同學們的視野。



中央社記者戴雅真與本校學生合影

「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師資與設備，提供本校國中學生有更多的機會，可以及早接觸、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。

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。

「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

「國三性向探索課程」的課程及訓練計畫，必須有完整的「六年一貫」的課程及早面對未來的大學升學及社會職場競爭。

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?!

環境教育推動與結果



參訪屏東海洋生物博物館

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源依據。

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」。

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」。

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或不好？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現。

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？

「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。

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、痛苦的懷疑，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. 替得太太多：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。

知道原因，我們就要補救、預防。

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，每個人都有自己的獨特性。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：已經長大了，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。

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？

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，一同聯彈的寶貴機會，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、蒸絞肉以及蘿蔔湯的滋味總讓我念念不忘，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

然沒淋到二、三點的雨滴，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，除了在燒燙了的柏油路上，蒸著出一股特別的味道，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，還發明了不少以傳世的「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」，因為總有著許多的書本需要爸爸的「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

然沒淋到二、三點的雨滴，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，除了在燒燙了的柏油路上，蒸著出一股特別的味道，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，還發明了不少以傳世的「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……

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



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

高三12 楊采綸

在拉拉山上，一個寧靜的夜裡，我會和一群同伴坐在路邊仰望一整片極美極美的星空。當時心裡油然而升起的是一種敬意，敬這個廣大的宇宙。

評審評語

詹志超老師：

想寫好一篇作文，審題非常重要。倘若不能好好審題，可能導致文章偏離方向。題目「觀千劍而後識器」出自《文心雕龍·知音篇》，主要是在論述文學批評的困難。大凡人都會有主觀想法，尤其是「文人相輕」的心理，導致文學評論不夠客觀，產生偏頗。...

多太多玄機，以致任何事都可以是一門學問。或以畢生精力練就一手好字；或以十年功夫著一部書；或像散文「第九味」中提及的「刀三火五吃一生」，有這麼多多的學問可供你選擇，但它們都有著相同的本質，那便是非要你下苦心還不見得能有所成，因那學問是極廣博的。曾有一則新聞報導過一個建中學生的自殺。他輕生的理由在遺書中寫得很明白：「我已知道所有的事，沒有甚麼是我可以學的了。」在我看來，這種人最是井底之蛙的經典詮釋。若

能對這個世界稍有認識又怎說得出這樣的話？然而要鑽研學問也不一定是閉門造車。所謂「觀千劍而後識器」，一個人若看得不夠、聽得不夠、吸收別人的經驗不夠、體驗自己的教訓不夠，又怎能得出一番深刻的見解？要觀千劍才能稱為識器，那一般人又豈能妄自尊大？多看書自然是重要的，但書本外的真實世界更不容忽視。未曾看過大紫峽蝶繞谷的人怎能說自己已了解這種生物？未曾好幾夜不闔眼的觀察星象的人怎能說自己已對所有天體的運動了然於心？這樣的人可能

快樂的一天

國二3 侯凱晴

那天，一個夏日晌午，漫不經心苦練著鋼琴。一個芭蕾舞的鋼琴舞，被我彈得如此僵硬，使一串連結精緻的音符，摔得粉碎。一首蕭邦的悠美曲調，被我踐踏的體無完膚。幻想的那種馬行空意境，卻像墜落的翎羽；即興的翎羽；即興的翎羽；即興的翎羽...

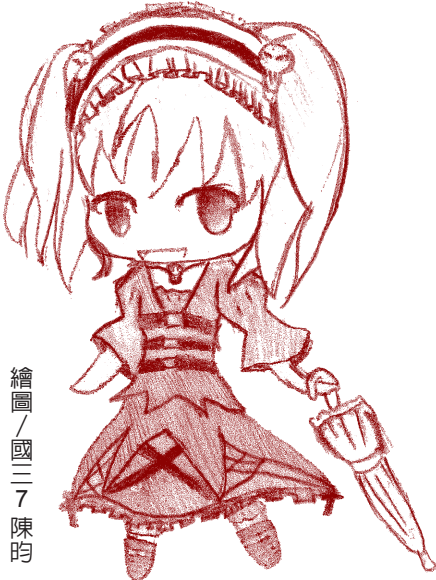
景致如此誘人，鳥語的巧轉如此悅耳，一股消沉的意志沉甸甸的躺在心底。直到，這扭扭開收音機的剎那...一種即興襯托幻想的情懷傾洩而出，毫無受阻的壯闊波濤捲而來。此刻，我感受到了，曲調的意境唯有深刻體會，方才能詮釋出幽遠的音律。我躺在柔軟的沙發上，不只連我的思想，就連身上的每一個細胞都沉浸於這即興、幻想的境界。

我終於明白，蕭邦對音樂的執著，源自於國破與內心的悽苦，這不但是矯揉造作所能獲得的，而是將那一絲絲的思想針織成一幅完整的音樂之網。他對波蘭的熱情，以及昔日的傷痛，以絢麗的音律，旋繞於人們耳畔多年。此刻，偌大的敬畏之心油然而生。晌午的前腳剛過，黃昏的後腳追隨。天際繚繞的雲已染上幻想的色彩，連白日的蟲鳴與鳥鳴，無不靜謐下來。這正是幻想的時日，我深吸一口氣，腳板輕踏地板，手指毫不由主的旋轉、舞繞，想停也止不住的狂熱，在內心沸騰著。終於，我感受到蕭邦的創作應是有詩意的，那浪濤般的——幻想。

評審評語

陳得勝老師：

作者由無法了解、突破蕭邦樂曲情境的困惑，到心領神會、豁然開朗，由彈琴而「彈情」，充分品嚐音樂的饗宴，陶醉樂曲的律動，發自靈魂深處的愉悅翩翩飛舞。「反差」技巧運用得宜，使全文充滿張力，氣勢昂揚。華辭麗采亦是本文一大特色——「一連串的音符，摔得粉身碎骨。」、「將那一絲絲思想針織成一幅完整的音樂之網。」...像這樣優美的「轉化」修辭術拾皆是，將全文氛圍醞釀得如詩如畫、如仙如夢，「快樂」情懷亦營造至巔峰，教讀者也飄然散愉的雲彩上，意境不凡。但作者突破困境的歷程略嫌簡單，應多寫一些心靈的沉澱、情感的投入、意境的體會歷程，譬如從大自然的一草一木、山山水水的涵泳而領悟，也是個好方法。但瑕不掩瑜，這篇清新華美的文章，很值得同儕欣賞、切磋。



繪圖/國二7 陳昀

我的無價時刻

高三1 劉怡廷

每個人，都有屬於自己的無價時刻。能與多年不見好友的歡聚時光，或者是解出一道困難題目豁然開朗的瞬間，又或是回到家卸下一切壓力的剎那，就是最無價的時刻。帶著一盒由淺到深的素描鉛筆及一個舊舊的調色盤，我來到熟悉的藝術教室，老師早已備好今天的素材等著我。一大盤水果，我的無價時刻，就是一隻深淺適中的鉛筆，我如同老鷹盤旋，打量著我的獵物，閉起一隻眼睛，用筆身測量水果的高度及線條，小心翼翼把它們勾勒出來，又專心一致觀察著光的變化，細細描繪出它們的無價時刻。

一道菜的滋味——蒸蛋

高三1 陳瑩穎

從小，媽媽總是每天準備晚餐，等待我們回家一同享受晚餐，然而上了高中後，卻再也無法天天和家人一同吃飯。現在的我，每天早出晚歸，不知道有多久沒吃到「那道菜」。

「那道菜」聽起來不怎麼新奇，市面上也常常出現，然而對我來說，媽媽所做的，擁有一「溫暖的」味道。那道菜是蒸蛋，也許你會認為不過就是蛋，會有什麼差別的滋味。記得小時候，我和妹妹都很喜歡吃蒸蛋，因此媽媽常常蒸給我吃，然而我喜歡它並不是因為好吃，而是他對我來說擁有重要的「滋味」。

上了高中後，每天早出晚歸，常常熬到凌晨，而我和家人之間的關係也日漸疏遠，一天之中，少有交集。如果說能牽起我和家人的牽絆，就是蒸蛋吧！夜深人靜，一個人面對著書本，書上的字顯得單調乏味，不免有些孤獨感。夜晚，我沉浸在孤寂之時，門卻被輕輕的推開，是爸爸，他將蒸蛋輕輕放在桌上說：「媽媽剛幫你蒸蛋，趕快吃一吃，早點休息吧。」爸爸是個不擅長表達情感的人，但我知道他很關心我。瞬間，心中有股暖意在湧上心頭，暖暖的蒸蛋伴隨著爸爸的關心和媽媽的愛一同吃進我的「心中」。簡單的一道菜，卻是世界上最溫馨的一道菜，伴隨著蒸蛋，我卻再也孤獨，只有滿滿的愛永留心頭，永不散去。

從小，媽媽總是每天準備晚餐，等待我們回家一同享受晚餐，然而上了高中後，卻再也無法天天和家人一同吃飯。現在的我，每天早出晚歸，不知道有多久沒吃到「那道菜」。

「那道菜」聽起來不怎麼新奇，市面上也常常出現，然而對我來說，媽媽所做的，擁有一「溫暖的」味道。那道菜是蒸蛋，也許你會認為不過就是蛋，會有什麼差別的滋味。記得小時候，我和妹妹都很喜歡吃蒸蛋，因此媽媽常常蒸給我吃，然而我喜歡它並不是因為好吃，而是他對我來說擁有重要的「滋味」。

上了高中後，每天早出晚歸，常常熬到凌晨，而我和家人之間的關係也日漸疏遠，一天之中，少有交集。如果說能牽起我和家人的牽絆，就是蒸蛋吧！夜深人靜，一個人面對著書本，書上的字顯得單調乏味，不免有些孤獨感。夜晚，我沉浸在孤寂之時，門卻被輕輕的推開，是爸爸，他將蒸蛋輕輕放在桌上說：「媽媽剛幫你蒸蛋，趕快吃一吃，早點休息吧。」爸爸是個不擅長表達情感的人，但我知道他很關心我。瞬間，心中有股暖意在湧上心頭，暖暖的蒸蛋伴隨著爸爸的關心和媽媽的愛一同吃進我的「心中」。簡單的一道菜，卻是世界上最溫馨的一道菜，伴隨著蒸蛋，我卻再也孤獨，只有滿滿的愛永留心頭，永不散去。



繪圖—國一 Kya Saki

一道菜的滋味——法國土司

高三6 林仲鴻

微黃的街燈，暈著雨夜，我沉重的腳步，襯著疲憊。剛轉進歸途的巷口，一股清香悄悄趕走了雨，驅走了累，這味道我再熟悉不過，是那道用母親的愛製成的法國土司。

還記得那天早晨，廚房傳來的好奇心，而踏進廚房，臺上成打的雞蛋，樂高般的吐司，和母親自信的笑容。這時我的味蕾悄悄顫動，不知道等會兒又能嘗到哪樣山珍海味。

那年，我十一歲，孩童的好奇與多事如同大海一般無盡無邊。我向母親吵著要幫忙，於是母親將成打的雞蛋和一個大碗遞給我，讓我練習打蛋並取出蛋汁。在半生不熟的手與害怕蛋汁噴濺的心境下，笨拙的模樣早已讓母親忍俊不已，好勝心態一起，須臾之間就準備完成了。看著濃郁的鵝黃與黏稠的蛋汁，不僅心神雀躍，口中也奇癢難耐。而我與母親的合力下，將吐司浸入蛋汁再放入平

底鍋，煎成一片金黃，淬出一滴滴口水，更一步步的成長我與母親的情感。法國吐司酥脆的外皮，與鬆軟的內層，再搭配上蛋汁的濃郁，一直滋養著我的口舌、溫暖著內心。現在的早出晚歸，忙於課業，使我再也無法跟母親一起製作、享用，但每當我結束一天的繁雜，彎進最後一個街口，總會聞到那濃、醇、香、累積的疲憊與不快，都在吐司與味蕾的交融下煙消雲散。

這簡單的一道菜，不停維繫著我與母親，吐司外酥的表皮堅強我在人生奮鬥，鬆軟的內層支撐我疲累的精神，更在齒頰留香滋潤我的生命。

這簡單的一道菜，不停維繫著我與母親，吐司外酥的表皮堅強我在人生奮鬥，鬆軟的內層支撐我疲累的精神，更在齒頰留香滋潤我的生命。

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桌。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難得的求學路上的甘泉，而阿嬤這道拿手好料，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。

一道菜的滋味

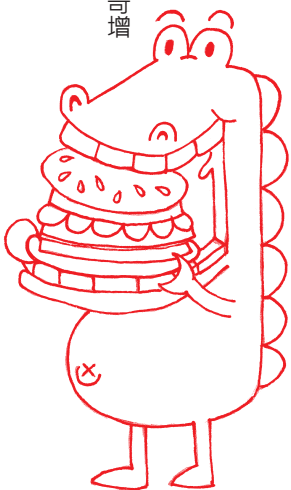
滷土雞

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

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，是羅琳生命中那段最黑暗的歲月。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

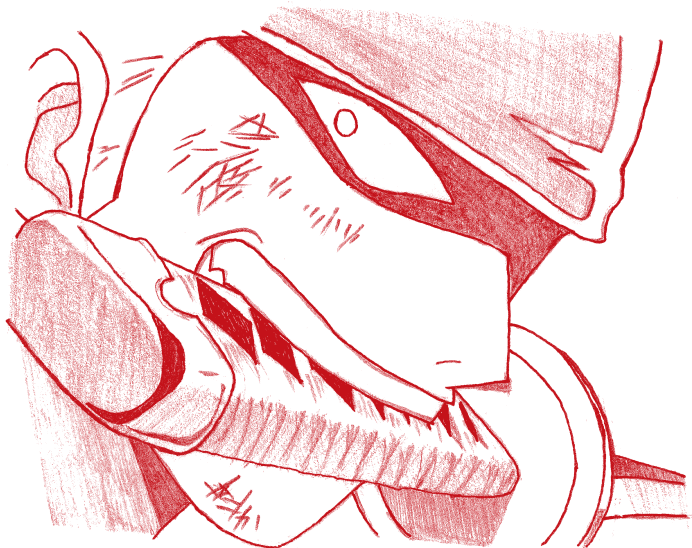
高三13 楊家榕

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？是否攝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

菜，應屬「海鮮炒麵」，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，爸爸做事總不致有任何馬虎，炒麵必定計時、切菜務求精確，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，亦無形中吃下了木訥寡言的爸爸無聲的付出。

如果食物能忠誠的展現一個人的性格，海鮮炒麵定當的越愧。如今我雖較少親嚐爸爸的廚藝了，但味蕾依然鮮明的記得那份美好。我相信那道海鮮炒麵，充分的將爸爸的個性轉移至我身上，而其中的愛，亦成了我成長的養分。

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

大砂鍋，開始備料、醃肉、調味，並小心翼翼的炊煮，將自己對家人的愛鑄鑄在其中並加以調味，讓全家人感到無比的溫馨；小時候總認為這色香味俱全的佳餚只是一盤添加了父愛佐料的美饌，殊不知在一趟旅程之後，在我的心中卻湧起濤天巨浪的情感。

國中暑假時我參加了歐洲遊學團，主辦單位擔憂同學們對西式餐飲不習慣，總會為我們安排中式合菜，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，得以在這世界上心安理得的待人處世，原來爸爸將這份文化傳承給

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：「……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。

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，爺爺過世後，奶奶如雪上加霜般地染上了阿茲海默症，親戚們為了遺產糾紛反目成仇，這些事使我們的家族支離破碎。那年過年甚至只有我們一家返鄉陪奶奶。當時爸爸對整天看住巷口的奶奶說：「媽，來吃吧！沒有其他人會回來了。」奶奶一言不發的坐下，然後突然抱著我開始哭。我永遠無法忘記奶奶那老淚縱橫的臉，當時她泣不成聲的告訴我：「我沒有忘記怎麼煮麻婆豆腐，我一直努力不忘記食譜，就是怕沒有人要回來了，為什麼我煮了麻婆豆腐他們還是不回來？」那晚的麻婆豆腐中混雜著眼淚與鼻水的調味。

奶奶過世至今已十餘年了，我再也沒有吃過其他人煮的麻婆豆腐；不是因為害怕觸景生情，而是我心中十分清楚——對我而言真正的麻婆豆腐，只剩下回憶中能夠品嚐的到了。



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？我要送給自己的第一把稻穗、一張大海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。

我也要送給自己一張大海的照片，我希望我可以像大海一樣，有很大的包容力。因為海洋，是由四面八方的支流匯集而成，所有大大小小的河流最終都會流到大海裡；不管乾淨或污穢、筆直或彎曲，河流的水，最終都會流到大海裡。

有人說：「忍辱是一種修行，能忍辱的人必有智慧。」我希望我可以像大海一樣，能夠包容一切，成為心胸廣大的人。

「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。

今天我要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

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，除了自己得收敛外，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。

暑假，媽媽帶我去峇里島，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

即時分享好事給朋友們，但我認為無時無刻不分享生活瑣事是沒必要的：許多人發文只為了得到一個讚、一句留言，甚至有人天馬行空編出一則故事以引起關注，這些人封閉在網路世界，沉醉於網友們的關心，導致自己漸漸不懂得與人相處，甚至變得冷淡，在他們的圈子裡，只剩下「網路」，一個毫無生命，卻能使他們深深著迷、拋下一切的致命殺手。

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

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。

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石子，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。



繪圖/國一3 Kiva

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。

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家時，看到她的模樣，十分難過，自然也不會像以前會整天要求父母親的國小生般的請求她煮飯，她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，也多半在睡覺和看看韓劇當作休閒，我則自然而然的成了「外食族」。

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，我的無價時刻。

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NASA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

我的志業

國一5 楊文碩

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。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，個個聽勸告的調皮靑少年，闖禍了，就立刻躲起來，惹得大家生氣。深海，是神祕而未知

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。

山與海的交響曲

高一6 陳冠文

準備了三年的基測終於告一段落，趁著暑假空閒的時間參加一個音樂交流夏令營，和一群學習小提琴的同好到台東學習存在於這片土地上的原始聲音——「原住民音樂」，重新再一次的了解自己土生土長的美麗之島。

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稻田，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，損壞還可以重新回歸於自然之中，可說是相當環保。配合他們宏亮卻柔和的歌聲，即使只有幾副排笛，就可以把沉睡於功名利祿夢中的靈魂喚醒，享受自然的洗滌，蛻變為原始的美與自由。

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，完全敞開心扉的玩音樂；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。

海天一線，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，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，我想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 / 高二4 柯婷瑋



國一3 張語喬

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「藤俊的死」和「見死不救」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我的意義，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，勇敢闖出自己的那片天。

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。



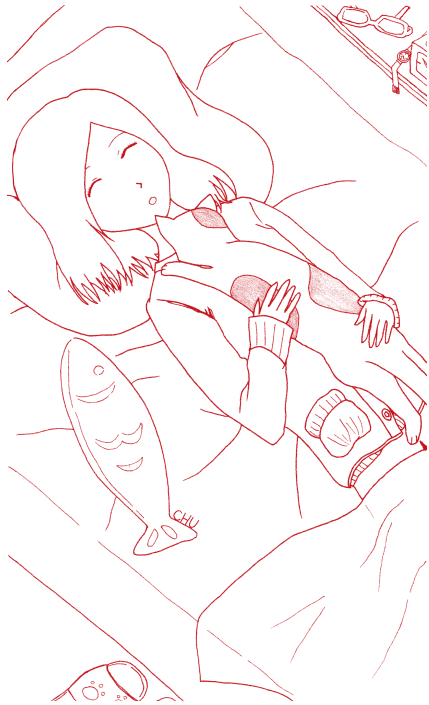
繪圖/國一8 程紹維

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。其次端生於毫末：九層之臺，

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，少了彼此陪伴的身影，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。

「叮咚——叮咚——」放學了。「喂，你要吃什麼？我肚子好餓喔！」「喔，那我們去買洋芋片吧！而且現在有打折喔！我請你。」「謝謝，下次換我請你。」「好哇，走吧」整個路上，歡樂的氣息和輕鬆的笑聲綿綿不絕。

我的無價時刻

高三2 莊為新

人的一生，有千千萬萬的挑戰。為了大到目標而奮不顧身，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。

契的傳達，使我們贏得了比賽，晉級至總決賽。決賽的哨響響起，全場緊繃的氣氛，對應著外場轟動的歡呼聲，大夥兒來來回回的奔跑，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能通過考驗。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。

話中秋

國三1 黃楠蓮

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。

回想這總總的片段，一幕幕歷歷在眼前。「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。

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仰首，為登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

螢光：登高必自卑，行遠必自邇。所以踏實努力才會成功。

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，這道菜總能為我暖陽胃，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，更多的思念、懷念以及六十年的滋味。爺爺將離別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，不但讓喝的人感到溫暖，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！再加上有師姑充滿熱情的演講，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姑很特別，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。」躺在床上，回味在雞湯的味道，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，我又有勇氣堅持下去。

寬與深 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，在我眼底擴展出音樂的無限廣度，在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！

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

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

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

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充分揮自己獨一無二的價值。

希望我能夠藉由這三件禮物，成功改變我不好的個性；同時我也希望，大家也能藉由送自己禮物的方式，改變自己不好的性格，讓這個世界充滿個性良好的人！



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。

