

●● 品格教育專書《心中的小太陽》

# 心中的小太陽

12個品格核心價值，  
108篇教師學生的品格故事



市長的話

給下一代最好的教育品質 桃園市長鄭文燦 ..... 12

局長的話

大手牽小手的教育——校際合作·終身學習·創新桃園  
桃園市政府教育局長高安邦 ..... 15

專家學者文章

誠信 洪蘭 ..... 18

誠信 戴晨志 ..... 22

感恩 澤爸 ..... 27

正義篇

做對的事情最快樂 魏子螢 ..... 34

談正義 廖珮宇 ..... 36

和正義面對面 王翊寧 ..... 38

正義 陳俊佑 ..... 40



合作篇

正義的力量

團結合作力量大

拔河神

團結力量大

團結

合作

合作

遺憾的美好回憶

那年，團結的象徵

合作的經驗

合作，架起成功的橋梁

傾聽合作的雋語

談合作

羅浚和

.....

42

高郁晴

.....

46

許恩綺

.....

48

陳禹之

.....

50

李宜捷

.....

52

林志輝

.....

54

范惟婷

.....

56

蕭佩茹

.....

58

李亭頤

.....

60

廖兆琪

.....

63

蔡宜蓁

.....

66

劉雅萱

.....

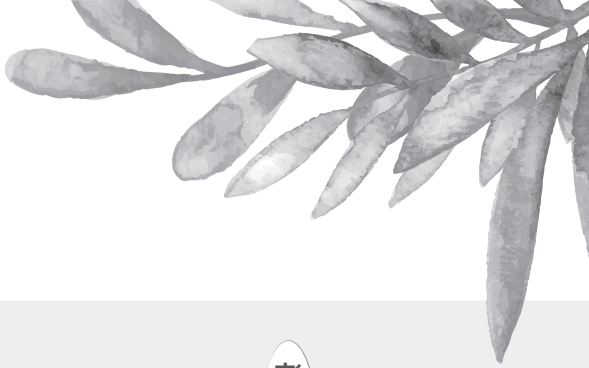
70

黃丞家

.....

74

目錄



孝敬篇

合作力量大	游晴妃教師	.....	76
合作的關鍵	張羽筑	.....	78
五「T、E」好孩子	黃葳	.....	82
百善孝為先	陳珮昀	.....	84
孝敬新聞的省思	陳思妍	.....	86
他是我媽媽	潘雅芳教師	.....	88
孝敬父母	姚琬妤	.....	90
愛要及时	林志倫	.....	92
不只「順」，還要「孝」	曾逸芸	.....	94
為愛撐開樹蔭	徐佳惠	.....	96
感念母恩	呂佳蓁	.....	98
從那一雙溫暖的手，我體會了孝敬的重要性	林語庭	.....	100

孝敬

欣賞篇

蜜蜂、螞蟻和毛毛蟲

欣賞

欣賞

一位令我欣賞的同學

我欣賞的人讓我懂得欣賞我自己

生命中的美好經驗

欣賞的藝術

負責篇

心中的小太陽——負責

擇我所愛，愛我所擇

實現對自己的承諾——勇於負責

負責

李瑩綺

.....

102

洪德惠教師

.....

106

江婕綸

.....

109

楊雲淇

.....

111

吳宗璇

.....

113

陳柔羽

.....

115

程家恩

.....

117

黃苑婷

.....

120

曾和美

.....

124

陳庭萱

.....

126

姜泠如

.....

128

鄭鈺靜

.....

130

我的心中有個暖暖的小太陽

抉擇

尊重篇

尊重彼此

自由伴隨尊重，尊重才有和平

不能說的秘密

心中的小太陽

尊重

學會尊重

尊重，敲醒彼此合作的友誼

尊重，締造美麗世界

充滿人生色彩的尊重

尊重，是自己的分身

方晨

王思惟

許修睿

黃玉芳教師

王有萱

林芷芸

謝沛蓉

張庭語

楊惠茹

江亞軒

胡靜文

許立榕

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

132

135

138

140

142

144

146

149

151

154

156

158

尊重

勤儉篇

勤儉、樂觀——我的阿嬤

勤儉的小兔子

勤與儉

吃辦桌

感恩篇

感恩的心

感恩

感恩

感恩

感恩的心

感恩

談感恩

何采真

.....

161

謝承珮

.....

164

何慧芯

.....

166

林郁娟

.....

168

陳冠元

.....

171

李意雅

.....

174

洪莘閔

.....

176

楊鎰誠

.....

179

唐章道

.....

181

胡馨予

.....

183

范姜俊皓

.....

185

陳之瑜

.....

187

目錄



## 目錄

感謝有你	趙妍蓁	189
感恩	葉姿君	191
常懷感恩心	鄭百岳	193
化感恩為行動	孫淑儀教師	195
感恩	宋宇婷	197
感恩	林霆潤	199
辛苦的農夫	黃笠筑	202
感恩的滋味	謝雅媗	204
感恩之心	莊喬羽	206
謝謝，爸！	謝皓宇	208
朋友，謝謝你	孫小菲	210
時時說出感恩，讓世界更溫暖	張怡婷	212
母愛	羅苓芳	215

感恩

禮物

感恩

誠信篇

誠實是良藥

誠信與我

「欺人只能一時，誠實才是長久之計！」

落實品格教育

誠信

論誠信

向後退的榮耀

子帥以「正」，服務以「誠」，必得「信」任

誠信教會我的事

真誠

邱裕方

邱素青教師

龐靖文

周暉桐

許捷淇

張振松教師

張詩瑜

邱秀幸教師

徐瀚發教師

張元鳳教師

許家豪教師

王宜茹

游人樺

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

218

220

224

228

230

232

235

237

239

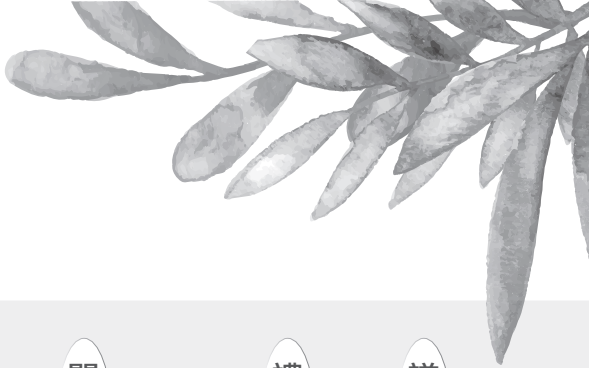
241

247

251

253

目錄



謙恭篇

成功來自謙恭

楊秀嬌教師

.....

256

禮節篇

比優秀更重要的事

林碧榆教師

.....

260

問候

林峪岑

.....

263

關懷篇

簡單關懷DIY

陳靖涵教師

.....

266

愛，永不止息

邱筠婷

.....

268

談關懷

萬皓雯

.....

271

關懷可以帶給人成長的契機

黃玉芳教師

.....

273

付出關懷，讓社會更美好

王詠澄

.....

275

關懷

張祐甄

.....

277

特教關懷

黃麗卿教師

.....

279



目錄

他不笨，他是我麻吉	巫雅琪教師	282
關懷，是最溫暖的感動	劉庭瑋	286
因為關懷，所以改變	余若瀚	288
堅持夢想勇敢飛	邱素青教師	290
那一趟旅行教會我的事	黃心婕	294
從那一雙溫暖的手，我體會了「關懷」的重要性	陳廷昀	298
遺囑·地球的獨白	張宇安	300

## 給下一代最好的教育品質

桃園市長鄭文燦

升格的大桃園市，是台灣最有發展潛力的年輕城市，我們不斷前進，也充滿活力，正因為年輕有潛力的人口結構，桃園市政府全力投資教育，要給下一代最好的教育品質，讓桃園的進步更穩健。

市府每年投入近800萬元辦理公立幼兒園留園服務，照顧具有課後留園需求的家庭，只要參與意願達1人以上，即可籌設開辦，5人以上則會立即開辦。針對弱勢、經濟情況殊之幼童，將可全額補助參與平日課後的費用，辦理時間也會依照各校及家長需求，可選擇開辦1小時或2小時。

為了全面照顧學生健康，校園營養午餐實施「天天安心食材」政策，供應3天在地有機蔬菜，1天在地吉園圃蔬菜及1天非基因改造食材，所需經費均由市府編列預算支付，不增加家長負擔，不僅可帶動桃園有機農業發展，更讓全市近22萬名學生都能享用安心且在地食材，讓學生吃得新鮮、營養又健康。另外，市府已從104學年度開始，優先提供低收入戶、中低收入戶、突遭變故及家境清寒等國小經濟弱勢學生，每日30元營養早餐，並從105學年度提高為每餐40元，提供學生更多元化的選擇。

市府特別增列了15億元的預算，推出5年15億計劃，要完成25學校新建多功能活動中

心，提供師生雨天活動場所或集會空間，完成後除了提供學校使用外，也能夠增加附近社區居民的集會場所，發展社區里鄰良好的互動關係。另外持續修繕廁所及跑道等設施，提升使用安全與舒適，以提供優質校園環境。

除此之外，更為了各區教育的均衡發展，在高鐵特定區內新設青埔國中、青埔國小增建新校舍工程、大園國中遷建新校區工程等，亦同時規劃興南國中遷校計畫等，另為提升教育服務，本市一區一高中政策，在新屋地區設立高中，預計106學年度開始招生，且為因應機場捷運A7站合宜住宅的完成，增建樂善國小校舍及附屬設施工程，預計107年完工，以滿足當地民眾未來就學需求。

再者，持續推動老校更新計畫，其中校舍耐震於105年底完成全區詳評；校舍補強工程104年已完成181棟，105年將再核定51棟，對於老舊學校校舍重建部分，逐年持續辦理，計已完成南崁高中、中壢國中、新街國小、桃園國中、龜山國小、大園國小……等41校。

我們也推動智慧學校數位學堂，精進並發展創新教學模組，發展學校特色亮點項目或課堂，並整合本市小桃子學苑計畫、K-12網站資源平台，辦理教師專業成長研習、工作坊及社群學習和分享觀摩活動，提升教師教學品質和學生學習興趣及成效。

市府會結合市內的大專校院與中小學，建構互助聯盟網絡，增加教學資源與能量。透

過各級學校、產學界及區域合作，推動「大手牽小手」計畫，並在教育資源共享、學生學習扶助、教師專業成長、學生社區與服務體驗學習等各方面，善用教育資源，展現學習的多元性與開創性，預計105年將有超過8,000人參與，未來每年可增加1,000人參與，至107年參與人次將可超過1萬人，提供學生多元的學習管道。

文燦深切期許，在關懷、活化、均享與翻轉的教育新思維之下，桃園要全力打造教育優質化，邁入國際化與本土化兼顧的嶄新航向，讓桃園市的孩子們能夠茁壯成長，健全發展，成為台灣未來發展的希望。



## 大手牽小手的教育——校際合作·終身學習·創新桃園

桃園市政府教育局長高安邦

教育是人類希望的工程，學校是實現希望的場域。現今，世界各國均在引爆學習的革命，而我們也常在深思，孩子該學什麼，如何學，才有未來，才有希望；學校該如何透過這些思索，轉化為孩子能接受的教育；而教育前線最重要的教師，是否能引導孩子接受有效的學習；孩子接受教育之後，有沒有能找出適合的路，做最好的自己。這些深切的思維，是我們教育人恆久的責任。也唯有付諸實踐，才能讓每個孩子，都可以享受成功的經驗。

大桃園的未來，充滿希望的契機。升格直轄市的強盛情勢，加上原有蓬勃發展的工商經貿，以及全國獨佔鰲頭的航空城計畫，讓我們桃園教育更有發展的潛能。我們認為，所有的教育夥伴，都應朝下列的教育方針來共同努力。

### 一、推動三合作三學習，擘畫教育新局

各級學校合作、高中職產學界合作、不同領域學生跨界合作，已經是時代的新趨勢，推動「大手牽小手」的校際合作，開創教育的新局，並引導學生從生活中學習、從做中學習、從失敗中學習，打造出桃園市終身學習的環境，培養出全人教育，建立友善溫馨的校園。我

們也必須以前瞻性的眼光，訓練現在的學生，從事未來的工作所需的專業知識。從基礎教育開始，有效運用創新教學方法，縮短學習落差，並誘發學生學習興趣。

## 二、建立學習落差及早補救措施

結合教育部攜手計畫，擴大並及早辦理學習落差補救措施。聯結本市的公私立大專院校與中小學建構為互助與策略聯盟網絡，共同推動亮點計畫。在教育資源的共享、學生學習扶助、教師專業成長、學生社區與服務體驗學習等方面，都能發揮最大互助效益。

## 三、持續推動教師專業精進計畫

教育的投資再大，學校的軟硬體再好，學生的資質再高，如果沒有好老師，則一切的投資都是枉然。教師可透過教師專業學習社群，針對課程設計與教學、班級經營與輔導進行專業對話研討。也可以共同備課、觀課及議課方式共學成長。達成教師專業成長，增進教師專業素養，落實有效的教與學之宗旨。

## 四、強化資訊教育，善用翻轉、創新的教學，帶起每一個孩子

教育的核心已經從「教」轉移到「學」，課堂的目標不再是老師的進度，而在於學生的學習效果。我們已成立資訊及國際教育科，確實整合課程與教學資訊媒材。教師要能善用數位科技資源、鼓勵學生合作學習。透過創新翻轉的學習，引導學生從生活中學習、從做中

學習、從失敗中學習。讓孩子不再從教室中逃走，找到學習興趣及好奇心、熱心及夢想。

## 五、整合國際教育教學資源，拓展孩子國際視野

結合航空城計畫願景，規劃國際教育的課程與教學融入各領域、融入桃園的在地生活，培養孩子理解、尊重及欣賞多元文化的胸懷與態度。並透過經驗分享，提升教師國際教育教學內容之豐富性與多元性。進而發展為校本國際教育特色課程，促進學校教育的國際化。讓孩子更具多元文化觀及國際視野，立足桃園，胸懷寰宇。

## 六、建構無縫學習扶助安全網

強化全桃園市國民中小學教育儲蓄專戶之功能，及時有效的協助任何就學困難的學生。並結合各級學校及社會之資源，讓所有的孩子都能得到平等的教育機會，不應該因其弱勢的社經背景，而使其受教權受到影響。

愛爾蘭詩人葉慈（W.B. Yeats）曾說：教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火；如何讓孩子在學習的歷程發光發熱相當重要，期盼教師們共同努力，一起激發孩子的學習動機，發現孩子的天賦。學校能透過校際合作，共同打造桃園市終身學習的環境，培養全人教育，建立友善溫馨創新的新桃園。

## 誠信

洪蘭（國立中央大學認知神經科學研究所教授、知名作家）

在這次桃園品德教育專書所公布的十二項品德中，我認為誠信最重要。它是所有品德的根本，沒有誠信就不會有合作、尊重、負責、關懷、感恩等行為出現。試問：誰會要和沒有誠信的人合作呢？通常人上當只會有一次，演化使人對不好的經驗深烙在大腦中，因為大自然不會給你第二次機會，不能從錯誤中學到教訓的人會被演化淘汰，就不會把基因傳下去。英諺說的好，「你騙我，shame on you，你不應該騙人；但是我第二次還被你騙，那就是shame on me，我不該沒有從經驗中學到教訓還被你騙」。而且騙得了一時，騙不了一世，所以沒有誠信，就不會有合作，這個道理是一目了然的。

一個騙子當然不會是肯負責的人，這在大前提上就不成立了；他也不可能感恩別人（難道要謝謝你讓我騙你嗎？）；也不可能關懷別人（他若想到別人被騙的痛苦就騙不下手了）。所以誠信是一切品德的根本。

其實，人若講誠信，離婚率就不會這麼高，因為結婚時都要發誓言：不論結了婚以後是順境或逆境，廝守終身（For better for worse...; till death do we part），所以古代婚姻叫結髮，是直到死亡才分開的。因此外遇就是見異思遷，外遇的人是個沒有誠信的人。外遇對家庭的傷害，除了配偶，還有孩子，應為社會所唾棄。我們在法庭上所看到的不良少年多半來自破碎的家庭，所以在推品德教育時，首重誠信。



誠信這麼重要，但它卻很難用言語來教導。其實，所有的品德都很難用言語來教導，因為品德是一個誠於心、形於外的自然表現，它必須是心中有所認同、有所感動所自然流露出來的行為，在學術上，叫作內隱的學習（implicit learning，即沒有人特別教，透過模仿習得）。但這不代表言語的教導不重要，因為人是先知道是非，才會判斷是非，才會有不違反是非的行為出現，所以小時候念中國傳統文化的《論語》、《四書》，「人無信不立」、「人言為信」會在心中形成一個道德規範，長大出社會，在作決定時，這些規範會自動冒出來，影響我們的決策。

1992年，義大利的神經科學家在大腦中找到了最原始的學習機制——模仿。我們大腦中的鏡像神經元會使我們不知不覺做出我們父母的行為來，所以誠信的教育需要父母以身作則，作榜樣給孩子看，如果父母本身說謊，他的孩子是不可能講信用的。

父母的身教有多重要呢？有一次我去台北景美某個小學演講，講完後有個老先生趨前來問我：「你是不是洪福增先生的女兒？」我很驚訝，因為我父親已經過世多年，雖然他生前是法學教授，教過很多學生，但父親行事低調，在台灣認得他的人應該不多。他告訴我，他女兒在這所國小作主任，所以他知道我要來演講，他會知道我是洪福增的女兒，是因為他以前做土地仲介時，曾花時間把景美附近土地產權者的家世弄清楚，以便攀到關係，好上門談生意。

他說我父親在景美曾有一塊四百坪的地，四四方方，很適合蓋大樓，在民國七十幾年

台灣經濟起飛時，有人想要買，他便透過他女兒也是北一女學生（跟我妹妹同學）的關係，找上我父親。在一切都談妥，正要簽約時，我大姊在美國出車禍，我父母急著要去芝加哥照顧她，我父親便說：「我先答應你，等回來再簽約」。我姊住院住了三個月，等她出院我父母可以回台時，景美地價已經飆漲，幾乎翻倍了。這位先生以為我父親一定會反悔，要賣更高的價，想不到我父親遵守諾言，以原價賣給了他。四百坪是很大的地，每坪漲三萬就是一千多萬，我爸君子一言駟馬難追，他到現在沒有忘記，知道我今晚會來，特地來向我致意，說我應該知道我父親的人格。

我因為民國五十八年便出國去留學，台灣後來經濟起飛的事我都不知道。幸好那時我母親還在，我便回家去問。母親說景美這塊地是父親跟朋友合伙作生意，虧本倒店後，分來的，當時（民國四十二年）景美淹水又荒涼，那塊工廠地無人要，給了我父親（所以母親說，做生意一定要本人、本事、本錢，三本缺一不可），父親認為死生有命、富貴在天，沒有去爭為什麼別人分台北城內的地，他分城外的地。想不到台北繁榮後，景美也跟著好起來，尤其後來蓋了景美女中，景美地價就不一樣了。

母親還記得他們一回台灣，就有很多仲介來跟我父親說台北土地大漲的事，叫我父親另賣，反正還沒簽字，沒有法律責任。連我母親都覺得一千多萬是很多的錢，既然還沒簽字，反悔也不為過。只有我父親堅決不肯。當我母親聽到這位仲介還記得我父親時，她很感慨的

告誡我們：人死留名，虎死留皮，作父母能留給孩子的也不過是一個好的名聲，但是這個好名聲使我們出去時，頭抬的起來。同樣的，做子女的，將來不管如何利字當頭，也絕對不可讓父母親蒙羞。現在回頭看，我們家六個小孩都能在社會上謹守本份、努力工作，就是我父母身教的功勞。

十年後，在父親百歲冥誕時，我把這件事說給第三代的孩子們聽，想不到他們臉上的表情都是「公公有錢不要，不可思議」，讓我深深感到今天推動品格教育的重要性。時代雖然不一樣，但人心還是一樣，沒有誠信的社會是無法運轉，一定崩盤的。

誠信是一個人立身、一個國家立國的根本，絕對不可以因政治而放掉，必須從小把它建立在孩子心中，成為他做人做事的準則，這個國家才有未來。



## 誠信待人、為人服務，是一種福份

戴晨志（知名心靈勵志作家）

### 故事一：別讓口才優於誠信

在一場演講中，有聽眾的手機響了，干擾到大家聽演講的情緒；於是，我請所有聽眾把手機關掉，或改成靜音，以免再次影響到演講的進行。我同時也說：「等一下誰的手機再響，誰就罰五百元，好不好？」

現場聽眾異口同聲說：「好！」。

這麼一來，現場秩序安靜多了，不再有手機聲的干擾了。

可是，過了半小時，又有手機聲響起，真是氣死人了！剛才不是才說「不准手機再響」嗎？誰這麼不聽話，還沒將手機關靜音？好吧，自己老實招出來吧，該罰五百元了。

誰？到底是誰？誰的手機在響？你看我，我看你，可是，手機還是一直響！到底是誰呀，還不趕快關掉？真是氣死人了！

此時，我驚愣了一下，也看自己的公事包……天哪，竟然是我自己公事包裡的手機在響。是我……是我自己忘了關手機。當時，我好糗，滿臉通紅；而全場聽眾，也樂得哈哈大笑。

「剛剛我說，手機響，要罰多少錢？」我紅著臉，問大家。

「五百元！」聽眾大聲地回答我。

「一個人要誠信，要說到……怎麼樣？」我又問。

「做到！」現場聽眾齊聲回答。

「今天我不是好榜樣，只要求別人，沒要求自己；說到，卻沒有做到，所以我等一會會捐出兩千元，做為今天我自己疏忽的懲罰……」我誠心地對現場聽眾說。

會後，我也真的將兩千元交給主辦單位，轉捐給社會局，幫助窮苦人家。

古人說：「不誠無物。」一個人的口才，不能優於他的誠信啊！

可是，很多領導人，講話前後矛盾、顛三倒四、自欺欺人；只會耍嘴皮和口才，字裡卻吐不出誠信，這如何讓人信服？

古書《東萊博議》中有一則故事——魯哀公問孔子：「古人有所謂『夔一足』，他真的只有一條腿嗎？」

孔子說：「不是這樣，『夔一足』是說，夔這個人，雖然脾氣暴躁，但他說話卻非常講信用；人家說他的『一足』，不是一條腿，而是『一而足』（只有一個『信』字就足夠了）。」

的確，一個人要做到「誠信」、「一而足」，是多麼難能可貴！

相反地，一個人若「口才優於誠信」，則必會被人看輕、被人瞧不起啊！

享譽國際的刑事鑑定專家李昌鈺博士曾說，他家裡掛著一幅「至誠信義」四個字，提醒自己——  
「做事要言而有信，做人要以誠相待！」

同時，李昌鈺認為，「平生修得隨緣性，粗茶淡飯也知足」；只要看淡一點，就能滿足，不要看別人的股票賺了幾十萬、幾百萬，就跟人家去玩股票，結果被套牢了、賠錢賠慘了。是的，我們的生活可以學習「簡單」，但有「誠信」，這樣才不會讓「單純」嫁給了「複雜」，也才不會讓我們的生活，被搞得複雜不堪！

### 故事二：真心待人、為人服務，是快樂，也是幸福

在辦公室沖個澡，換個心情，也換了一套西裝，準備前往一家公司演講。

那天，是下雨天，外頭陰雨濕冷。

承辦人告訴我，他們公司沒有多餘的停車位，而且，附近也不方便停車，要我最好坐計程車去。於是，我帶著電腦和投影設備，攔了一輛計程車，上路了。

計程車司機，大概五十多歲吧。我和他閒聊了一下，最近生意好不好？時機歹歹、股票下跌、錢包縮水，汽油、柴米油鹽等日用民生又猛漲價，計程車生意怎麼會好做？可是，

日子還是得過呀！

司機看我的打扮，問我做哪一行？

我簡單回答：「教書，也接一些演講。」

距離市區的那家公司不遠，我的目的地也快到了，我順手摸摸我西裝衣褲子的小口袋……完了，這下完了！我真的完了……

我愣了一下，心想，還是要勇敢地告訴司機；於是，我鼓起勇氣，對司機說：「老哥，對不起，我要很誠實地告訴你，我忘了帶錢出來！」我很尷尬，也很不好意思地繼續說：「出門前，我洗了個澡，換了一套西裝，我的錢，忘了拿出來……」

哎呀，真是丟臉！我很誠懇地對司機說：「我絕對不是故意騙你的……你可不可以給我的手機電話，我現在趕著去演講，演講完後，我一定會和你聯絡，再把錢還給你！」

司機轉過頭來，看我一眼，也看到我臉上的焦慮和糗態，說道：「我相信，你是真的忘了帶錢。沒關係，才一百二十元而已，你不用記我的手機，也不用還我錢，你趕快去演講吧！每個人都會有忘記的時候……」

聽了這司機的話，我心裡真是亂感動的。他堅決不告訴我手機電話，只告訴我：「外面下著雨，你走路要小心，一二的小錢，不用放在心上……」

我下了車，只見他開著車，消失在台北市的街道。

演講時，我告訴大家，剛才遇到的「溫暖和感動」；同時，也體會到——

「幫助別人、有意義的快樂，一定會帶來心靈的滿足。」

「能為別人服務，是快樂，也是福份。」

這位不願留下電話的司機，讓我感銘在心，也想起美國林肯總統說過的一句話：「不對任何人懷有惡意，要對所有人抱著善意、好感。」（With malice toward none ; with charity for all.）

有句話說——「愛就是行動，也是所做的一切。」

是的，「愛」就是我們為別人所做的一切，那也就是行動；只要付諸行動、幫助別人，我們就會得到心靈上最大的快樂，也讓我們「在平凡中，見到燦爛」！

所以，「學習做別人的貴人」，我們一定會更快樂！

而且，主動去給別人一個真心的微笑、真心的讚美與肯定，也會讓自己更快樂！

當我們欣賞別人、幫助別人時，就會讓自己的心，歡喜，跳躍、歡愉起來啊！





## 把孩子的責任還給他，才會學到感恩

澤爸（親子天下特約專欄作家）

### 我對孩子的幫忙

澤澤升上小學三年級之後，課業量變多了，有一次到了晚上九點才寫完。我看到了擺在餐桌上還沒洗的便當盒，轉頭對著正在整理書包的澤澤說：「兒子啊，做完功課，要記得洗便當盒喔！」澤澤扁著嘴，有些小小哀怨地說道：「喔！好，我知道了，等一下就去洗。」整理好書包後，拖著疲累的步伐走了過去。

看到澤澤沈重的背影，駝著背、歪著頭、緩慢地抹上肥皂刷著，我上前拍拍他的背給予關心：「兒子，辛苦啦！」

「還好啦！」澤澤洗著便當盒，低著頭回我。

「看你有點累的感覺，那：有什麼是爸爸可以幫忙的嗎？」

「爸：我已經洗便當盒了，你：可以幫我洗湯匙跟餐具盒嗎？」澤澤看著我，不好意思地詢問著。

「好啊，當然沒有問題啊！」我爽快地答應了。

「真的嗎？喔耶！爸爸太棒了，謝謝爸爸。」兒子一副超開心的模樣。

「不客氣，已經很晚了，你趕快去洗澡睡覺吧！」我溫柔地說著。

「好，爸爸最棒了。」澤澤緊貼著我，雙手環抱住腰際，一個深深的擁抱之後，跑回房間準備洗澡了。

澤澤對於我施予援手的擁抱與感謝，讓我想到了一年多前，當時硬性要求兒子負責洗自己便當盒的那個時候，澤澤百般的不情願以及不願意。

### 當孩子視為理所當然

「我為什麼一定要洗？」澤澤生氣著。

「因為那是你中午吃的便當盒啊！不能都還是我們洗啦！」我試著解釋。

「但是之前都不用洗啊！」

「你之前還小，個子不高而且力量不夠，所以爸爸媽媽幫你洗。現在你長大了，要開始慢慢負責起自己的事情囉。」

「我不喜歡長大，長大了，什麼都要自己做。」

「對啊，長大的好討厭喔！但是即使不喜歡，我們依然會長大。」

「我就是不要洗。」澤澤雙手交叉在胸前，悶著氣。

「好啊，你不洗的話，請相信我，爸爸跟媽媽也絕對不會去洗的。」我一副處之泰然

的模樣。

「為什麼啦！厚……」澤澤怒氣大叫著。

「我說過啦，屬於你的事情，要開始慢慢讓你自己做囉！」我堅定地回答。

「我不要，我不要，就是不要。」澤澤雖然還是不願意，但我與老婆依然堅持到底。

孩子還小的時候，自然需要我們幫忙處理一切事物，畢竟尚未有生活的自理能力。然而，當孩子把我們為他們做的所有事情都視為理所當然時，反而不會學到感恩，更會因為我們不做、做不到或是要他們做而生氣。

當孩子認為爸媽幫他整理書包是理所當然時，他不會體會我們的關心，反倒會因為漏掉作業而大聲責怪。

當孩子認為爸媽買玩具給他是理所當然時，他不會明白我們的疼愛，反倒會因為偶爾一次不買而大發脾氣。

當孩子認為爸爸幫他揹書包是理所當然時，他不會了解我們的辛勞，反倒會因為身上東西太多不能揹時而有所埋怨。

當孩子認為爸媽為他整理房間是理所當然時，他不會理解我們的照顧，反倒會因為有東西不見而指責。

面對孩子的生氣、責怪、埋怨與指責，或許會傷心、怨嘆與搥心肝「為他做這麼多，

還在那邊頂嘴，真是沒大沒小。」、「唉，怎麼都不懂我們對他的好呢！真是太失望了。」、「我們已經這樣照顧他了，怎麼就不了解我們的苦心呢？」我們的任勞任怨且默默付出，或許要等孩子長大，自己當上爸媽之後，才能夠開始體會我們的辛勞與無怨吧！為什麼呢？因為只有當自己花時間、花體力、花腦力與花精神下去做了之後，才會真切的體會到箇中之酸甜苦辣與難度，所以才會有「養兒方知父母恩」這句話的領悟。

既然如此，何不把這段「責任歸還」的拉扯提早開始？趁著我們對孩子尚有管教與約束的權力時，在孩子的成长路上，讓他們逐漸地承擔與負責起那些原本應屬於自己，只是爸媽先幫孩子做的事情。雖然過程之中一定會有爭執與爭吵，但是我們依然堅持要做對的事情。

### 當孩子的責任需要協助

這一年多過去了，澤澤把洗便當盒視為每天都必須做的事情之後，那一天的疲累，因為我的幫忙而給了一個真心的深深擁抱。

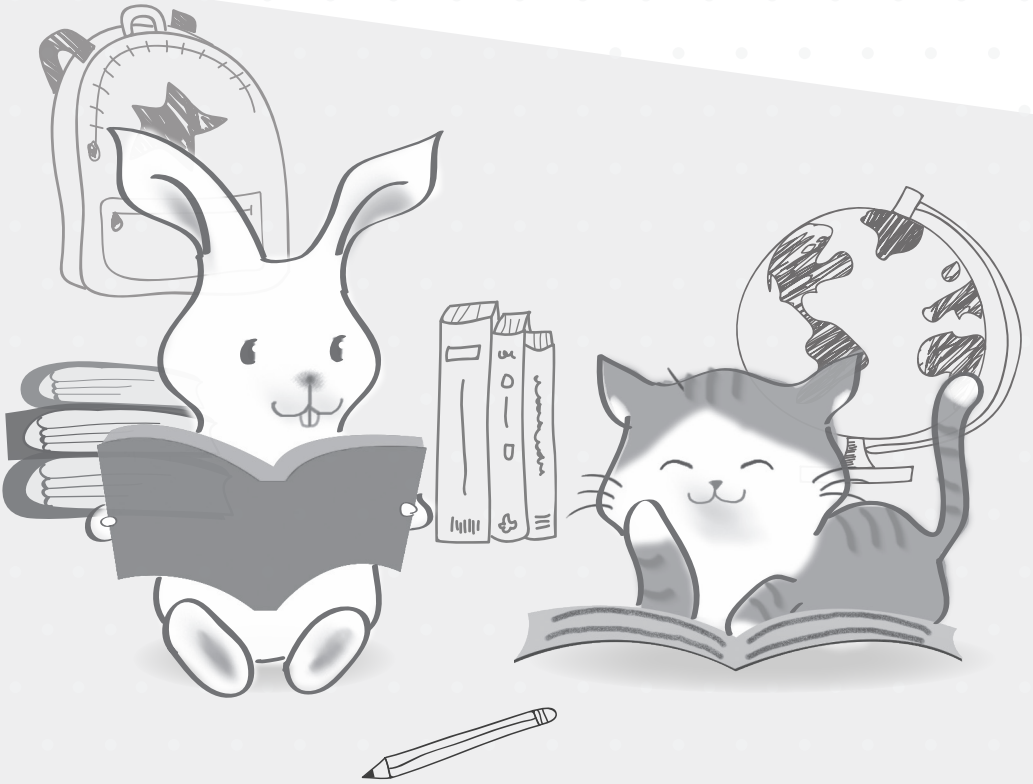
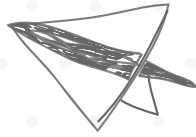
讓我深刻地感受到，唯有爸媽的放手，把屬於孩子的事情與責任，讓他試著自己處理、應對與面對，而在過程當中，我們可以默默地看著與陪伴著。當孩子遭遇挫折時，我們一旁加油打氣、共度難關；需要幫助的時候，我們施予援手、給予關懷；遇到迷惘無助的時候，我們分析優劣、相信肯定。如此，孩子才會真真正正地學習、明白且感受到我們對他的愛，

進而體會到「感恩」這二字的實質意涵。

上學的書包由孩子自行檢查，因我們的提醒而發現有東西忘了帶，免去了在學校的麻煩；一年內有規定買玩具的金額與次數，當孩子努力且認真地辦到目標時，我們送給他期待已久的禮物當作獎賞；上下學都是孩子揹書包，回家的路上看到孩子疲累的身軀而關心「很累嗎？要不要爸爸幫你揹呢？」；都是孩子負責自己房間的清潔，當朋友臨時要來玩而沒時間地手忙腳亂時，媽媽敲敲門問「來得及嗎？要不要媽媽幫你一起整理？」。此時，孩子才會從眼中綻放出璀璨的光芒，發自內心地說出：「爸媽，謝謝你！」

有時候，我們做再多，反卻得到怎麼做都不夠的埋怨。畢竟當孩子認為理所當然的事情時，不會學到感恩。只有把孩子的責任還給他之後，當他有真正需要幫忙的時候，握到爸媽伸出的手，才會體會到當中的溫暖與溫度。





●● 品格教育專書《心中的小太陽》

品格  
核心  
價值——  
正義篇



## 做對的事最快樂

三民國小學生 魏子螢

晴朗的早晨，賣早餐的老伯伯已經在巷子前的廣場擺好攤位，等候著客人的光臨。正巧，住在附近的明義和他的好朋友潔西、嘉華也正準備結伴去上學。

他們來到了老伯伯的早餐店，買了三份最愛的小籠包組合餐，就準備開心去上學。突然！潔西眼睛一亮，發現角落的地上有一張千元的鈔票，趕緊上前撿了起來。就在潔西驚喜地檢查鈔票的時候，嘉華也在前方看見一千元，連忙撿了起來。看著手上的錢，他們心中不由得起了貪心的念頭，想要平分這二千元。

潔西先開口說：「不然，我們一起用這筆錢去吃大餐、看電影吧！」

嘉華則說：「不好，我們應該買電動玩具才對。我知道一款遊戲玩起來非常驚險。」……正當兩人爭論不休時，明義說話打斷了他們。「可是，丟掉錢的人，一定很著急吧！如果這是一筆重要的錢，我們把它花掉了，那不是很糟糕嗎？」

嘉華露出為難的表情，說：「好不容易撿到的二千元，就這樣飛了，很可惜呢！」潔西也看著手上的錢，陷入兩難的思考。

「不好意思！」「請問你們有沒有看到二千元呢？我在路上不小心掉了。」一位十多



歲的大姐姐走過來問了他們。三個人一聽異口同聲的說：「難道這二千元是……是這位大姐姐掉的呀？」

接著，三個人聚在一起竊竊私語。「要還給她嗎？還是自己留著。」「不好啦！她正著急地找這二千元，這應該是很重要的，我們應該還給她。」「而且，錢不是我們的，如果占為已有的話，就犯了『侵占罪』。」「對啊！上次學校做法治教育宣導時，也期許我們要做一位正直的好公民，不應該為了撿到的錢，就昧著良心做壞事。」「嗯！就這麼決定了，還給她吧！」做好決定後，三人一齊把錢還給大姐姐。

「謝謝你們！這個周末放假，我請你們去吃大餐，感謝你們幫我把錢找回來。」大姐姐抓著錢急忙地說著。三人一聽，心裡都非常興奮，很想答應這個意外的建議，但是又看著她很寶貝錢的樣子，心想這二千元一定很重要，所以就婉拒了大姐姐的邀請。

三人和大姐姐道別後，繼續上學的道路。嘉華對著兩位好朋友說：「我覺得拾金不昧是好事，我現在的心情覺得很快樂。」潔西也說：「幸好我們有把錢還給她，我相信好心一定會有好報。」明義聽了，也說：「為善最樂。我覺得做對的事最快樂。」

於是，三個人就快快樂樂去上學，期待今天會發生最快樂的事。

## 談正義

東安國小學生 廖珮宇

正義是什麼？孟子說正義是人們天生即具有的善性。我認為，正義是路見不平時會上前幫忙、不會見死不救的人；正義包含的範圍很廣，全憑每個人的主觀，但也正因如此，世界上富有正義感的人才會如此之多。

這個社會為什麼會需要正義？你想想，倘若現今的社會沒有具正義感的人，那在路上不就都是黑道？殺人放火不是隨處可見？到時候，官便不是為天下蒼生竭盡一生所能的官，而是只能自己放火而不准百姓點燈的官，為一己之私盜光國庫，那天下豈不是要大亂？

我曾經在路上看過有一個人被一群人圍著打，想上前阻止，可是我又感到很害怕，不敢阻止他們。我站在街道的對面，看到眼睛都紅了、腦袋一片空白。這時，突然聽到警笛聲從街道的另一頭傳來，一群小混混混落荒而逃，但一個個都逃不過警察的追捕，當我看到這一幕，我才了解什麼叫人民的保姆、什麼叫正義。

正義是可以感動人的，我被為民服務的警察感動了，他們不顧自身為大家服務，我們是否也可以這樣呢？現在的社會很多人都因為3C產品而忽略了人與人之間的情感與自己的本性，越來越多人變得自私自利，誰都不能強求他們在一瞬之間改變，但我想我們可以把本性與自私稍作融合，我們可以先確保自己的安全，再來執行正義，這才是我心目中最完美的

「正義」。

現今社會的人可以分為「健康」，即是具有正義感的人，以及「不健康」內心冷漠，忘了自己本性的人。健康的人們，必須喚醒不健康的人心裡的正義感，讓他們回憶起正義的美好。一個具有正義感的人，可以感染身邊十個不健康的人；十個健康的人，可以感染一百個不健康的人。我們該如何感染身邊「不健康」的人呢？這非常簡單，只要你常常執行正義，那不健康的人看了，自然會被感染。

我認為，正義是人間最美好的事物，它是人的本性，也是人最好的朋友。在此我希望大家都不要忘了自己內心的「正義」，大家都要當「健康」的人！



正義

## 和正義面對面

經國國中學生 王翊寧

正義是什麼？是在別人遇難的時候挺身而出，拔刀相助？還是盲目追尋別人眼中認為「正確」的事？抑或是自以為了解定義而恣意「行俠仗義」？

小學時，我曾親眼目睹了同學被欺負的情景。四下無人，只有微弱的陽光有時強烈，有時黯淡。那瑟縮在角落的身影，不停地顫抖著，眼裡是無限的驚懼。身旁圍繞著一個個不懷好意的同學們，眼中充滿著輕蔑，嘴角掛著邪惡的微笑。不時傳來一陣陣毆打聲和淒厲的慘叫，那聲音在空蕩的地下室中迴響。我不忍漠視一切，基於自認正義的角度，我選擇出手遏止。內心自大地以為欺負者會羞愧地反省自己的所作所為，帶著抱歉的心情離開。但出乎我意料的是，那些同學們只是冷冷的瞟了我一眼，淡淡地說：「你以為你是誰？請不要擅自認為自己就是一切行為的標準，隨意判斷是非。」當下我無語辯駁，腦中一片空白。自此，我開始懷疑自己：「難道這正義不是大家所認同的？還是只是我在自作多情罷了？」

不久之後，我因為到處宣揚、執行我的「正義」，而變成了小團體攻擊的靶心。惡意的批評如排山倒海般襲來，同學開始對我進行各式各樣的惡作劇。我的角色，從拯救者轉變為受害者。我就像是被逼到牆角的小老鼠，到處都是張牙舞爪的貓，虎視眈眈地想要吞噬我。頓時覺得人生缺乏希望，看不見救贖我的陽光。所謂被霸凌應該就是這樣的滋味吧！之前，我為別人挺身而出，高舉正義之旗；而如今，我身陷流言蜚語的囹圄，卻沒有人願意為我說

句公道話。他們的眼裡充滿冷漠，充滿對我自作自受的鄙視和嘲笑。我赫然明白：正義對某些人來說並非理所當然，它只不過是說話時完美的包裝紙罷了。而這時，我追尋的那世人所堅持的正義究竟去了哪裡？

為了得到腦中所有問題的解答，我看了一部電影——《BBS鄉民的正義》。片中，主角剛開始驕傲地認為：人肉搜索出「做錯事的人」，毫無保留的抨擊，讓他難堪、崩潰，並使其喪失對自己的信心，這就是主角的正義。但是他的行動卻差點讓一位女孩步上了自殺之路。這時，電影中的主角和電視機前的我都開始重新思考：正義究竟是什麼？到最後，我們都發現：自身所堅持的正義，其實就是做對的事，但是在貫徹信念的同時，如果作法太過偏激，反而會引起反效果。過猶不及，以委婉的語氣、溫和的口吻表達自己對「正義」的信念，不僅僅能緩和雙方對峙的嚴肅氣氛，也能讓對方充分理解我們的想法，達到雙贏的效果。

何謂是正義？是溫和且堅定地做對的事。在目擊霸凌和自身經歷被欺凌的感覺後，我獲得了寶貴的人生經驗和體悟。未來，如果看見無辜的人被欺負，我依然會勇敢向前；聽到流言，不隨便聽信、傳播，經查證後才採取正確的行動。為何仍堅持貫徹自己的信念？為了照亮世界每一個黑暗的角落，為了讓社會聽見弱勢族群的聲音，為了讓人重新體會到人情的感動之處，我願放大正義的光芒，讓這份溫暖傳播下去，照亮更多人。

## 正義

復旦中學國中部學生 陳俊佑

『正義』是一種力量，存在於每個人的心中，差別只是在於它有沒有被伸張，發揮它的影響力而已。

社會是由各式各樣的人所組成，雖然有法律的制定，有一套是非善惡的準則，但仍有一些模糊地帶，也會有人因為利益、仇恨或是其他因素而悖離了這些依據，這時正義就有了作用。發揮了它，可以阻止不公不義之事發生，讓做壞事的人得到教訓、受到懲罰，還可以端正社會的風氣，讓社會更清透，使生活在其中的人們可以安心自在，這便是正義的展現。

舉個例子，「大統黑心油」事件，黑心廠商使用了飼料油混充於食用油中，以這種魚目混珠的方式來謀取更高的利潤，昧著良心做了好幾年，要不是因為一位正義的民眾密報衛生局，臺灣人民不知道還要吃進多少噁心油，危害我們的身體健康！由此可知，展現了正義，平民百姓也能揭發社會的弊端，成為人民的英雄。

再舉個例子，出生於巴基斯坦的馬拉拉·優素福紮伊，因為恐怖份子禁止當地女生上學且炸毀了許多間學校，她在十一歲時開始匿名寫部落格，描述當地女孩在塔利班組織監控下的生活狀況和被禁止上學的實況。這些文章受到了國際社會的注意，於是她更努力地奔走，希望為這些不能上學的小孩發聲。即便收到許多恐嚇信件，但她無所畏懼，繼續向世人

宣揚她的理念。二零一二年，在上學的途中，馬拉拉遭到塔利班份子的槍殺，頭部受創嚴重的她，在國內和世界各國的醫療協助之下漸漸地康復。就算生命受到了威脅，正義的馬拉拉仍持續不斷地爭取婦女的平等權及受教權，這些努力使她在二零一四年獲得了諾貝爾和平獎，而那年她才十七歲！

現今的社會仍有許多陰暗面需要改變，有了正義之心，更需要道德勇氣的推動，才會展現「雖千萬人吾往矣」的力量，真正的正義才能伸張，社會才會更光明。希望社會的每一份子都能站出來，實踐正義的價值，讓我們的生活更美好。



正義

## 正義的力量

龍潭高中學生 羅浚和

在這世界上，正義需要力量，來闡揚堅持正直的義理。沒有力量的正義根本不算正義，如果沒有力量也無法維護這個世界的安寧，所以力量才是保護自己以及保護這個國家必須要有方法。

每個人心中的正義都不一樣，有人認為這樣做是符合正義的，但是也有些人認為這樣做根本就是無濟於事；不過我認定的正義非常簡單，幫助弱小、為被霸凌的人站出來保護他、把那些犯罪者繩之以法，並且給予適當的處罰，不要讓他們到社會上繼續傷害更多人，可是有些犯罪者心中的正義是扭曲的，他們認為自己是在為這個世界除害，幻想自己是遊戲中正義的角色，把現實跟虛擬世界混為一體，這種人已經喪心病狂。法官或律師裡面有些人心中的正義是存在的，說不定跟我一樣，不過可能有富翁仗著有錢有勢威脅法官叫他判輕點或無罪，而被告很無辜就算求情也沒有用，這時正義已經不存在了，就算很多人想幫忙，不過我們沒有力量，所以也沒辦法。

哲學家柏拉圖的《理想國》，書中闡述理想政體模式，是依靠德性正義，建立在知識和真理之上。對後來的學者有鉅大的影響，成為政治學領域中改變世界的基本經典。本篇對話錄關心到底什麼是「世事的道理」，並且探討的領域尤其注重倫理和正義。從這個基點出



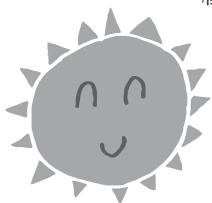
發，研究正義之性質的角度作思考——這就是對話的中心問題：什麼是「正義」？「正義」的力量如何？通過正確的理念建造新城市，才能呈現最好最穩定的政體，綜合了君主政體的智慧 and 正義德性，民主政體的自由，這個理論被認為是近代分權式政府的理論先驅。

一般人認為正義是一件苦事，或者拚著命去做只圖名和利；至於正義本身大家都害怕，甚至想儘量迴避。蘇格拉底飲下毒鴆、耶穌基督背上十字架，就是因為世人的愚昧無知和缺乏正義。大家都聽說過義俠羅賓漢的故事吧，這位傳奇英雄不僅在英國，而且在西方很多國家都廣為人知，名字極為響亮，是西方家喻戶曉的傳奇英雄。大約在十二世紀左右，英國獅心王理查率領軍隊參加十字軍東征，羅賓漢也隨軍前行。但是當戰爭結束，羅賓漢從戰場返回家鄉的時候，發現自己的莊園和財產已經被諾丁漢郡治安官以莫須有的罪名沒收。此時，英國正在被借著東征而趁機弄權的約翰王子所統治，他的橫徵暴斂讓人民苦不堪言。為此，羅賓漢被迫躲進舍伍德森林，以此為基地，聚集了一幫綠林好漢，領導一支農民起義軍，憑藉著自己的機智和勇敢，帶領大家劫富濟貧，對抗昏君的暴政，最終成功贖回理查王，粉碎了約翰王子等人的陰謀。成為中世紀正義使者的化身。

也有一些假藉自稱是正義的團體，上街抗議這個世界的不公平，例如：把對自己有害的政策廢除、還我公道之類的話，不外乎都是為了自己的利益。現今這個世界上的正義已經

被有權有勢的人所控制，如果不認同他們的理念，就會受到他們的威脅，所以現今維護世界，就需要更大的力量以及能帶領人們的領導者，只要有力量就能抵住那些危害世界的種種壞人。不過有時候好人會變成壞人，利用人民的信任做壞事，口口聲聲說自己是為了大家，結果自己獲得的利益最多，這種人最可惡，這世界能處置這種人也只能以司法來制裁他，無法私自處置，所以當警察是最危險也是很有榮譽的職業，我相信許多警察裡一定會有相信正義並且實際行動的人。

總之回歸開頭所言，正義真的需要力量，行使正義除了力量以外，還需要道德良知，不然是為正義的訴求之爭，容易變質而淪為意氣之爭，不僅模糊了焦點，也失去了原有的意義。當面對專橫跋扈、強勢囂張的邪惡時，沒有力量的正義只會顯得虛弱無力，反而會助長邪惡的氣焰，更會讓邪惡有犯罪的機會，甚至讓人對正義失去信心。因此茁壯正義的力量最是刻不容緩的，更要大家群策群力，讓目前已經看不到的正義，更加彰顯出來，不能讓正義稍有腐敗！等到下一個正義之人領導大家時，必能帶給大家一個寧靜、和平的世界，讓全人類贏得真正的福祉！



品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
合  
作  
篇



## 團結合作力量大

大安國小學生 高郁晴

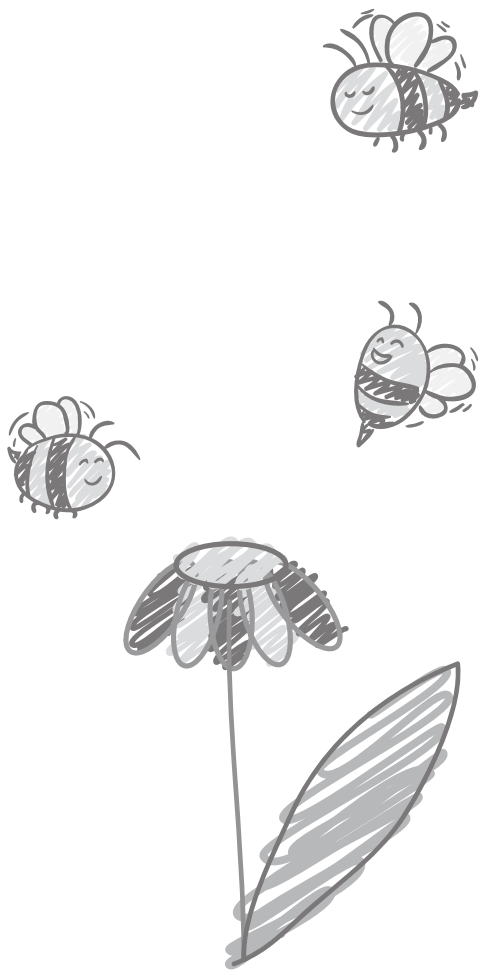
合作是什麼？我認為合作是我們互相信任奮鬥的過程，合作可以讓我們更加快速地完成這項工作，也可以讓友誼增長，雖然有時候朋友間會因意見分歧而吵架，但一個人做事時，很苦悶又沒有樂趣。所以很多時候，單憑一己之力，無法讓事情盡善盡美。

還記得去年我跟媽媽和妹妹，看了一部影片，片名叫「拔一條河」，它在述說他們村子在八八風災的時候，他們的房子都被土石流沖走，許多的家長因此沒有工作，他們每個人都垂頭喪氣，可是當家長們看到，這些小朋友們，每天咬著牙，辛苦地努力參加拔河訓練，他們覺得連小朋友沒有放棄，我們大人怎麼可以放棄呢！在一次全國大賽中，甲仙國小的小朋友，面對上屆冠軍隊時，經過全隊奮力對抗，即使輸了比賽，但為了鼓勵他們，所有的人一起動手做海報，村長還通知全村拿著做好的加油海報，到甲仙大橋的村子門口，迎接這群凱旋歸來的小英雄，也因為有他們，大人也才重新開始整理他們的家園，整個村莊也重新振作起來！

每次運動會我最期待的就是大隊接力，而大隊接力就是一種需要大家一起團結合作的運動，最重要的就是默契十足的接棒過程和團結的精神。每次的練習，不只是在訓練速度，同時也在培養團隊精神和默契，讓我們在比賽的過程中不會掉棒。還記得四年級時大隊接力

演練，就是因為和後面的男生默契不好，接棒的時候，在全四年級面前被他絆倒，現在想起還是覺得非常不好意思，因為當時還被同學取笑了好一陣子！但是在衝過終點線那一刻，大家都會非常開心，這就是團結合作得到的開心收穫。

我們也都知道「人」是一種群體生活動物，生活中大大小小的事，都需要互助合作才能完成，如果我們可以把團結合作的精神發揮到淋漓盡致的程度，相信不管遇到任何困難，都一定都能迎刃而解。



合作

## 拔河神

大勇國小學生 許恩綺

在一個遙遠的國度裡，有一間普通的小學，在這間小學裡有一個特別的班級，叫做「魔法班」，魔法班的每一個人都有自己專屬的魔法：像是小捷有讀心術，所以很會看場面說話，贏得不少老師的青睞；小洋有隱身術，他為了不想讓別人看見他，所以把自己變不見，導致他的存在感很低，幾乎沒有人能夠發現他在哪裡；小瑋和小陞各有一張魔法嘴，只要有人惹他們不開心，他們的嘴就會自動張開，且開始發射碎碎念機關槍，掃射大家。

有一天朝會時，校長告訴全六年級的同學：「六年級要舉辦男女生拔河比賽，只有預賽的冠、亞軍才能在運動會當天上嶄露頭角，並代表學校去參加全國的比賽。」大家聽到這個消息都躍躍欲試，摩拳擦掌，準備大顯身手，獲取榮耀。

魔法班的體育課要練習拔河，想在預賽取得佳績。一開始，老師請同學們將拔河繩擺好，接著要他們在拔河繩左側排好，男生一邊，女生一邊。排好後，老師開始教正確的姿勢以及技巧，這時有人跳出來問：「老師，為什麼我們還要練習啊？直接叫小倩和小琳拉就好啦！他們只要輕輕一拉，全部的人都被他們拉倒了。」小琳和小倩是班上大力士，平常只要他們動一根手指頭，全班都會退到十萬八千里的地方。這場比賽，男女生實力相差懸殊，可說是勝負已定。由於魔法班的男生體型嬌小，想拉倒女生根本是天方夜譚。老師聽完不發一語，只是揮揮手，要男生們回去排好繼續練習。當老師手勢一比，同學們將繩子舉起至腰部的位罝，並向內拴緊，蹲好馬步，哨聲一響，嗶！小倩和小琳輕輕向後一拉，心想：「奇怪，

怎麼拉不動？她們使勁全力，再試一次，結果還是拉不動，這到底是怎麼一回事？」兩方不相上下了很久，但是由於之前她們仗著自己的優勢而沒有全力以赴，在比賽結束的前一刻，把幾乎到手的勝利拱手讓人，最後由男生獲勝。「什麼？」全班女生驚訝地異口同聲。一位女同學問小琳說：「你不是大力士嗎？你到底有沒有出力啊？再說你應該輕輕一拉就可以把他們通通拉倒才對啊！不是嗎？」這時副班長小綺出來緩頰打圓場，這才平息了這場紛爭。「集合！」「剛才練習時大家應該都有發現，你們的魔法是不是沒有發揮的空間？那是因為這條拔河繩具有一股神奇的魔力，只要你們握著這條拔河繩，任何的魔法都沒有用，你們想想看為什麼？」大家面面相覷，每個人都百思不得其解……

比賽的日子愈來愈近，男生們更加緊鑼密鼓的練習，就算受傷了，也沒關係，擦個藥就好了，即使跌倒了，也沒關係，爬起來就好了；而班上的女生看見男生們拚命的態度，也收起驕傲的心，紮實地和他們從基本的技術練起。

預賽的日子總算來臨了，他們一路過關斬將，經過重重的考驗，男生、女生都能在運動會當天取得爭冠的門票。這過程中有歡笑，有淚水，有大家在一起努力的回憶。

這時，老師才娓娓道出：這一條神奇的拔河繩，威力雖然強大，但是只要你們能團結合作，再大的難題都能迎刃而解。

原來，具有魔力的不是拔河「神」，而是彼此間有著團結合作的精神及一顆永不放棄、堅持到底的心。

## 團結力量大

文化國小學生 陳禹之

團結力量大，意思是大家所合起來的力量，遠超過一個人能施展的力量。當我們認為自己能處理所有的事情時，那就錯了。與旁人互相合作，同心協力的完成事情，能更快速、更順利；相反的，如果固執地想靠自己的能力處理事情，不分工合作的下場，就是將事情弄得一團亂。

陸地上的螞蟻，合作無間的搬運著食物，不將所有工作推到一隻螞蟻身上，讓我在牠們身上看見了「合作」；學校裡的小朋友們，分工合作的將校園打掃得一塵不染，公平分配工作的方法，讓我在他們之間看見了「合作」。不合作，如同一張缺了腳的椅子，少了一小部分的依靠，仍會馬上不支倒地。因此，互助合作是一件非常重要的事。團結在一起，力量就會更強大。

還記得，在我三年級時，老師曾經出過一項作業——小組報告，還必須準備一張精美的海報。下課時，我集合組員們，去圖書館做報告。我簡單分配了一下工作，便開始動手。當我正在畫海報時，大鳴大叫：「啊！我又畫錯了。」看著我畫的心血結晶被他破壞的慘不忍睹，我憤怒的一把推開他，說：「我來做啦！」他呆愣在一旁，遲遲不敢說話。接著小蕙和



玉貞一同叫嚷：「吼！資料怎麼這麼難找！」我一個箭步衝上前去，冷冷的說：「我不需要妳們的幫忙，我自己來就好。」我獨自留在圖書館手忙腳亂的做報告，而我們這組的組員早就生氣的走了。

隔天的小組報告，我們這組得了全班最低分。失望和罪惡感交織在我的心中，心知肚明拿到這麼低的分數，全都要怪我。我認為自己做的事情是最完美的，而忽略團結的重要性，也刺傷了同學的心。事後，我向組員真心誠意的道歉，組員們也同意原諒我自私的個性。我下定決心，要謹記「團結力量大」的真正涵義，也要改過自新。

「團結力量大」這句話深刻的使我體會到互助合作不只幫了自己，也幫了其他人。在遇到重重難關需要解決時，多幾個夥伴陪伴自己度過，互相協助，豈不是更好嗎？

## 團結

南門國小學生 李宜健

古人云：「萬眾一心，其力斷金。」在我的生活中也不斷上演著需要眾人合作的事件，如：要做出一頓美味又豐盛的早餐，需要媽媽前一天出門買材料，隔天早上，再由我和弟弟幫忙拿碗盤，爸爸則在一旁協助媽媽，最後才能完成一頓美味可口的早餐。

還記得今年的寒假，為了準備過年，家家戶戶開始除舊佈新，我們家也不例外。首先，媽媽負責掃地，視力很好的媽媽連縫隙都不放過，很用心的把家裡的每個角落掃得乾乾淨淨。接下來爸爸負責拖地，不一會兒，家中的地板清潔溜溜，像是上了層保護貼一樣，看起來嶄新亮麗。然後終於輪到我和弟弟大展身手的時候！此時抹布成了去汙器，我們用它把家裡的桌子、椅子擦得一塵不染。最後大家把各自的抽屜整理乾淨，掃除活動就大功告成，家裡像是被施了魔法一樣，經過家人的團結合作，家中的灰塵都被消滅殆盡、變得乾淨無比，連辛苦揮汗後的晚餐都比平日還要美味！

某個炎熱的午後，我想起運動會時校園中的團結情景。加油！加油！熱烈的加油聲此起彼落，大家期待已久的運動會開始了。一年級拿出他們的道具開始繞行半圈操場並喊出口號：「小一、小一，勇爭第一。」，接著輪到二年級表現：「小二、小二，獨一無二。」，學弟妹們各個活力充沛、模樣可愛！接下來由六年級所有學生帶領全校一起唱國歌，「三民

——主義……」全校一同歌唱的景象十分壯觀。最後，我們四年級最期待的班際接力開始了！第一棒選手賣力的跑著，接著傳給第二棒，再跑半圈傳給第三棒……，傳到最後一棒，是一決勝負的時刻！最後一棒的選手使盡全力、極力衝刺，碰——！終於在響徹雲霄的槍聲中結束這場班際接力。雖然我們班未獲得前三名，但是這場比賽讓我們學到：只有團結合作，才有可能拿到金牌。所以我們下次一定要再加油！

運動會的兩個月後學校舉辦「拔河比賽」，老師訓練全班蹲馬步，教大家如何握麻繩以及在往後退時能喊出整齊劃一的口號，這些訓練加強大家的戰鬥力。經過老師的特訓以及大夥兒的賣力練習，我們已非昔日的吳下阿蒙。「預備，嗶——」，終於比賽開始了！大夥們使勁的拉、全力的往後倒，汗水不斷滴落，即使被對手往前拉也不放棄、繼續奮戰。最後靠著全班永不放棄的精神，本班勇奪冠軍，同學們嚐到「團結得來的獎盃」所散發出的甜美滋味。

從實例中可發現團結之於人生的重要性：團結不僅使人感到幸福，更令人感到光榮。我們也可以從中學學習知識，如同一頓飯須經過農、林、漁、牧、運輸、服務等各行各業通力合作才能送達我們手中，印證「一日之所需，百工斯為備」的道理，透過互助互惠，眾人才能共享合作的果實，社會也因此更加美好。

## 合作

埔心國小學生 林志輝

說到合作，合作是人與人或一個團體想要達到同一個目的而彼此互相協調、配合的一種行動方式。這種行為會出現在校園活動中、比賽時和遊戲中等……非常多的時候都會出現合作這種行為。

合作的行為不只會出現在人類身上，合作這行為也會出現昆蟲和一些動物身上，像是螞蟻，有些螞蟻會幫忙看家，有些螞蟻則是會去幫忙收集食物，而蟻后會幫忙產卵。牠們想要達到的共同目的是繁殖後代、保衛家園。還有蜜蜂、猴群和象群等都會有合作的行為出現在牠們身上。

對我來說，合作這行為通常出現在校園、例如：我下課時和同學玩鬼抓人，我和另一個同學一起去抓走廊上的同學，我從前面靠近他，而另一個同學則堵住他的後路，讓他進退兩難，之後再緩緩逼近他，然後抓到他，這樣我和另一個同學都達到了同樣的一個目的。另外，如果你是要等一下和朋友打球或是和朋友一起玩遊戲玩到破關的話，你們可以先討論好戰術和攻略方式，然後再實行，這樣你們雙方都可以更容易達到共同目的。

合作也是有可能達不到共同目的的時候，例如：假日時，我和朋友一起去球場打球，

分好隊後，我和隊友討論好策略，然後在比賽中實行，但是在比賽中我沒有和隊友協調好，沒有和隊友配合好，造成失誤，結果讓對方取得勝利，之後我和隊友吵架，造成他不想理我，於是我向他道歉，解決了這次的問題，心情也好了一些。

合作可以讓自己和其他人達到共同目的，也可以增加彼此的默契，但是未達到共同目的時，不要責怪他人，而是要去體諒他人，因為只有少數人合作時可以一次做到完美，但只

要經過多次練習一定能做到，而且達成目的也能讓雙方都高興喔！



合作

## 合作

桃園國小學生 范惟婷

聽著台下傳來如雷般的熱烈掌聲，看著觀眾與裁判綻放出肯定與欣賞的笑容，台上的我們強忍著即將要奪眶而出的淚水，故作平靜地微笑，鞠躬謝幕，這是屬於我們的一刻，也是最動人一刻，有歡欣，有榮耀，但也包含許多人努力合作的淚水在其中。「台上三分鐘，台下十年功」，為了這短短幾分鐘的表演，我們已努力了整整一年。

一齣戲要演出成功，需要幕前與幕後全員的齊心合作；需要全體人員的熱情參與；更需要每一個人負責好自己的崗位，毫無保留的付出。想想，一年前，剛接下這個比賽通知，我們懵懂，根本不知從哪裡著手，但透過一次次熱烈的討論，「這個角色應該如何呈現？」「小琪口條比較清楚，故事的旁白就由他負責吧！」「小傑很會唱歌，這個地方讓他solo唱『I can fly』增加戲劇效果吧！」一個簡單的故事，經過大家腦力激盪，設計口白，創造角色，修修改改多次，一個熱呼呼的劇本終於產出。

接著又要為布景設計與舞台呈現傷腦筋，因為所需要的東西可不少呢！但是「眾志成城」，除了靠同學自己的力量繪製布景外，還得到處募集所需的物資。「誰家有裝大冰箱的紙箱呢？」「哪裡可以找到有輪子的鐵架呢？」，小君大聲的說：「我家有蛙鏡可以提供。」小方也迫不及待的說：「我爸爸的木工很棒，可以幫忙我們釘製框架」，經過同學、老師以及家長的共同努力，背景終於初步完成，理想與目標逐漸浮現。

可是距離比賽時間越近，大家卻顯得有些焦躁不安，有的人是練習太久，已經疲累不堪，開始鬧脾氣；有的人是因表現理念不同，堅持己見，互相數落，小摩擦、小爭執像鍋裡快沸騰的水，慢慢冒出小泡泡，一個個的小泡泡逐漸變多，逐漸變大，眼看好像快溢出鍋面，就在這時，老師帶來了飲料，並輕聲堅定地對我們說：「『單絲不成線，獨木不成林』。人活在這個世上，必須要通過一些難關，才能成就事業，當然，這同時也需要其他人的協助，如果大家能一起合作的話，就算是在艱辛的路程，也能一路順風的走下去。團結就是力量，一個人的力量非常渺小，但二個、三個、四個、五個……等，不斷的增加人數，把大家的力量結合起來也能聚沙成塔，才能成就偉大的事情。」這一段話如一杯甘霖，將我們乾涸、跌落谷底的心喚醒。我們學會傾聽他人，學會互相妥協，進而相互讚賞，最後終於贏得評審們的肯定，贏得全國創意偶戲比賽特優第一名的殊榮。

這場戲劇比賽，將我們的心與心連在一起，讓我了解到合作的重要。了解一場成功的戲劇，除了表演者在舞台上賣力演出外，更需要表演前腳本的設計與布景的繪製，以及燈光、音效的幕後管控……其實，不論幕前幕後，每個人都是一顆重要的小螺絲，缺一不可，唯有大家各司其職，團結合作，不論甚麼事一定能做得又快又好；這次的經驗也讓我了解個人的力量雖小，但只要每個人都願意付出一點點，「其力可斷金」，就能燃燒自己，照亮別人。未來，我要貢獻己力，當個熱情的小螺絲，將光與熱傳給每一個人。

## 遺憾的美好回憶

內壢國中學生 蕭佩茹

人們會因為一個場景、一張舊相片或一句話而想起學生時代的回憶，那回憶往往最動人心弦。

國小到國中的園遊會不外乎就是到處逛，但國二那年卻多了個讓我意想不到的節目——服裝秀。

童軍老師宣布每班要推派一支隊伍參加，我們班直呼不可能，說什麼也不願意參加，當時的我們覺得老師的想法太瘋狂，才國二的我們哪會做什麼服裝秀，還因此和老師鬧得不愉快，班導花了一整節課的時間和我們溝通，她說回憶是自己創造的，國中大部份的時間都拿來讀書，現在有機會讓我們表現，我們卻不屑一顧，她不希望我們回憶中的國中生涯是這麼的平淡，班導不斷鼓勵我們，後來我們還真的報名了。

在過程中我們跌跌撞撞的，從主題設定到表演呈現，因為舞蹈是雙人舞所以在練習上非常不容易，服裝設計又讓我們費盡心思，午休、放學甚至假日，只要有時間我們都拿來討論，看著平常愛打鬧的男生認真參與的樣子，讓我有些驚訝，我們改了又改，忙碌的準備著，只為了服裝秀的到來。演出前一天，我們依舊留在學校做最後排練，我們聊著這些日子的點滴，居然有些不捨，因為服裝秀一結束，感覺一切就真的結束了，而我們的友情卻不知不覺



的升溫。

要上臺前我很緊張，手心在冒汗，不過站上舞台後，我卻不緊張了，我們將這幾天的努力完整的呈現，台下學弟妹、學長姐的尖叫聲不斷，我們在舞台上享受著屬於我們的掌聲，結束後我們開心的討論剛剛的表現，到了頒獎時刻，一個一個班級上臺領獎，但卻沒有我們，心突然好難過，淚水也在眼眶打轉著，那種沮喪似乎不是在預料之內的事，我們該說什麼，那麼努力連個佳作都沒有，在彼此面前我們互相安慰，但是私下眼淚卻止不住，我們都太認真了嗎？或許我們在不知不覺中已經產生了感情，這早就不只是一場服裝秀了。

那場服裝秀是我國中生活最美的回憶，遺憾的我們沒能及時明白「結果不是重點而是過程」的道理，讓那回憶多了眼淚，但也因為有淚水的參與才能顯得可貴。

合作真的是世上最感動的事，一群莽懂的孩子為了一個目標而努力，即使沒獲得勝利，至少在這過程中我們學會互相幫助，友情更加飽滿，用心去感受，那將會是最可貴的經驗。

## 那年，團結的象徵

內壢國中學生 李亭頤

記得那年夏天，一起歡笑、一起吶喊、一起追逐的我們，從爭吵到和好，從沮喪到振作，那是一段很重要的回憶，它紀錄著三班的團結。

炎熱的夏季無預警地來到我的身旁，伴隨著是熱鬧非凡的運動會，在一天又一天的體能訓練下，開始許多刺激的預賽。槍聲鳴起，慢跑預賽開始了，場邊加油聲四起，各班都拚盡全力想晉級，我們也不甘示弱，像匹脫韁野馬般地衝了出去，我們頂著高溫，在灼熱的太陽下奔跑，隨著時間慢慢流逝，體力似乎也到了極限，眼看只剩短短的距離，但雙腳卻因疲憊而不爭氣地慢了下來，更因高溫而頭昏眼花，就在快倒下之際，背後出現好多隻手扶著我，回頭一看正是我的同學們，溫暖的手似乎告訴我要堅持到最後，於是帶著僅存的意志力奔向終點，衝過終點的那剎那，所有的汗水都值得了。到了評審宣布成績的緊張時刻，大家全神貫注的聆聽，操場上格外的安靜，連同學緊張的心跳聲都能聽見。成績宣布完畢，幾家歡樂幾家愁，有些班級興奮的大聲吶喊，有些則是失落的放聲大哭，晉級榜單上並沒有我們班，而我們都知道大家已經盡力了。練習的那段時間班上多了好多聚在一起的機會，大家圍在一起認真討論戰術、一起玩耍嬉鬧、互相扶持，但結果卻不如人意，這或許是老天爺在考驗著我們吧！看著互相安慰、打氣的背影，這才驚覺原來我們已經得到比榮耀還珍貴的團結。

隨著各項預賽的落幕，眾人期待已久的運動會也緊接而來。這天清晨，全校一片烏黑，

唯獨一間教室亮著一盞燈，往裡探頭一看，大夥們正七手八腳的準備著造型進場，有些人全神貫注地幫同學化妝，有些人笨拙的試穿服裝，也有人已經飢餓到開始搶奪別人的早餐，教室裡充斥的笑聲，打破了校園內的寂靜；大家打鬧的模樣和無限的熱情，為漆黑的清晨注入滿滿活力。我們就這樣嬉鬧了好久，太陽也漸漸露出光芒，事前準備工作也告一個段落。開幕典禮在主席吱吱喳喳講個不停中結束，而再過不久就是造型進場了。隨著音樂的開始，先是女孩們輕快地轉了一圈，再來由男孩做出十分有力道的 popping，接著全體整齊一致地跟著節奏跳舞，配合著頻繁的隊形變換和令人驚艷的翻筋斗，每一個人都踩著自信的舞步，奮力舞動身體，衣服早已被汗水浸濕，但臉上仍流露出不服輸的神情，最後全體合作無間地完成這場表演，頓時台下評審立刻拍手叫好，觀眾的尖叫聲更是響徹雲霄，而台上光芒四射的班級正是我們！結束表演後，大家並沒有鬆懈，因為在運動會裡還有一項人人爭相搶奪的大獎——精神總錦標。

但回到班上的小棚子後，不知道是悶騷還是疲憊，班長在前面帶頭喊口號時，並沒有人回應他，評分老師也經過我們班好多遍了，此時有些個性比較直接的同學立刻站出來幫班長責備其他同學，因為立場不同，所以全班就吵了起來，同學們開始針鋒相對，最後班長忍不住說：「精神總錦標是我們的目標，剛剛已經有很多評分老師走過，看見我們這麼混亂的樣子，我們得名的機率不高了，雖然不會得名，但我們還是得喊出口號，因為這些口號代表

的是團結」聽完這段話後，大家豁然開朗，決定再次團結。班長帶領著我們大聲喊出口號，這時大家已經不在乎是否得名了，只瘋狂的吶喊與尖叫，儘管別班用異樣的眼光望向我們，大夥們仍沈浸在團康遊戲裡，過程中全是滿滿的歡笑，而加油聲就屬我們班最大聲，任何的比賽都能聽見我們的聲音。閉幕典禮就在嘶吼的加油聲中到來，台上主席一一宣布獎項，首先是我們班一致獲得好評的造型進場，我們不意外的得了第三名，雖然好勝心強的我們目標是第一名，但這樣的結果我們已經很滿足了。聽主席頒完所有獎項後，眾所矚目的精神總錦標終於要揭曉，全場安靜地聽著主席頒獎，而頒到第二名時，班上全都心灰意冷的低下頭來，認為我們不可能得名，接著主席慢條斯理的說：「精神總錦標第一名得主是……」此刻每個人的心臟都快停止了，「703！」剎那間我們什麼都沒想的站起來大聲歡呼，有人激動的抱住同學，有人的眼眶紅了，班長更火速衝往司令臺領獎。當班長回來時，把錦旗高高舉在空中，我們上前將班長拋起並瘋狂尖叫，陽光下的旗幟是我們的榮譽，沒有任何事物能比那面旗幟更耀眼了。

精神總錦標就像一面拼圖，每個人都代表一片，少任何一片都不行，全班的榮譽是共同組成，少一個就不是三班，團結、合作，是我們不變的信仰。

## 合作的經驗

平鎮國中學生 廖兆琪

一片遼闊的蒼翠森林，必是一樹一草紮根叢聚而成；一望無際的碧藍海洋，必是涓涓水滴凝聚而成；一片無垠的燦爛夜空，必是數億顆星星貢獻其光亮。

人，是群居動物，我在想是什麼扶持你我邁向成功的的巔峰？

紅花雖美，也要綠葉襯托。有句話說：「一堆沙子是鬆散的，可是它和水泥、石子、水混合後，比花崗岩還堅硬。」是的！這就是合作的力量，也是其中的意義，因為合作，激迸出一次又一次雀躍的火花，豈不是比一個人苦苦思索來得輕鬆、也來得愉快？合作，讓我們在淒風苦雨的孤獨徘徊中，獲得一分溫暖和愛，懂得接納，明白人與人之間的相處，相互鼓勵。讓心火燃燒、讓心谷迴響，源源不絕的熱情和回音中，合作會凝聚滔滔不絕的毅力，創造人生中一波又一波的成績。

悄然揭開時光的帷幔，過往夢痕盈滿內心。剛進入國中，毫無音樂基礎的我，卻在偶然的機緣，投入了管樂團。對我來說，一切是陌生而充滿著「不可能」，總是落後別人，連五線譜的音符也和我隔了一堵牆。雖然進入了音樂世界，卻在其中的漩渦載沉載浮，漂流的盡頭在何處？在生疏艱澀的節奏中挫折，我萬念俱灰，想就此放棄卻也不甘！

在這樣灰暗的日子中，我偶然見到了一道光明，那便是同學的援手。他們和我一起練

習、互相糾正，我的音樂能力在同學們的提點之下，已頗有進步，不但得到一處溫暖的避風港，更讓我對自己產生了信心。同學的幫助，讓我獲益良多，而當我們一起合作時，雖然有摩擦、有紛爭，但在彼此的互動中，我眺望了音樂更高、更遠的風景，我從他們身上，也學到了許多知識，不只是音樂，更有面對挫折的樂觀積極，因為合作，我也感染了這樣的鬥志。

當我開始加入合奏時，更是深刻的體會合作的意義。假若由長短不一的木條拼成一個木桶，這桶子的蓄水量，絕對取決於最短的木條。這是樂團共同理念，也是合作的精髓——讓我們成為整齊而優秀的團體。在合奏中，一起訓練，一起成長，樂團中，沒有自己，只取最精華的融合，本來的一盤散沙，卻在無數的合作中，凝聚了向心力，也培養了深厚的友誼。我們為了同一個目標努力，為了這次的音樂會，也為了心中的願望，「絕不放手，直到夢想到手。」擇所愛，愛所擇，我們合作，勇敢向前走，期待那一刻總會為我們帶來歡笑。

那一天，終於來臨了！早上的彩排與等待，使我焦慮難安，好不容易到了下午，上台的恐懼，使許多人容色更顯蒼白，卻無法動搖許久以來的合作與努力，向心力再度凝聚了我們，即使顫抖，也絕不退縮，昂首闊步的走上舞台，聚光燈的映照之下，彼此之間，眼神不再迷惘、不再青澀，而是成熟與堅定，永遠不回頭！

指揮手臂揮動，磅礴的音樂氣勢緊緊攫住我的心靈，所有人的合作，交織成了絢麗

的樂章，雄壯、奔放、清亮的樂聲，讓我在當下忘了一切，只記得合奏是如此的愉快。悠揚的樂章是我夢寐以求的海上仙境，縱使其中橫互著艱苦的千軍萬馬，我們終舊航向了明日的彼岸，音樂喚醒了我的鬥志，也使合作的樂聲籠罩了大廳，相互交融、相互妝點、相互輝映，流動而光燦、深刻而雋永，我深深的感動，激動的情緒湧上心頭，熱血沸騰，第一次體會到我身處一個偉大的團體中，我們寫下屬於自己瑰麗的歷史，我們刻下屬於自己動人的回憶，用我們合作的音樂，讓星空所有的星斗都綻放光華，在這特別的日子，保留一切合作的歡聲笑語。

合作，是人與人之間，心靈的交流。我們攜手走過一切荊棘，而如今擁有的是更純淨、更勇敢的心；我們為自己的聖戰奮鬥，而如今擁有的是凱旋勝利的傲然。合作，就是所有人一起征服失敗，無論如何，都能找到彼此的手緊緊相握，一起用理想的琴鍵扣動奮鬥的琴弦，共同奏出人生的美妙樂章。

## 合作，架起成功的橋樑

桃園國中學生 蔡宜蓁

合作是什麼？一般我們對他的詮釋是，一群人或一個團體為了共同的目標分工努力的过程。舉個簡單的例子說明：從前有兩隻狗，牠們身上都繫著狗鍊，兩隻狗的中間有一大碗美味的狗食。不過，由於鍊子太短，牠們無法吃到放在兩者之間的狗食。飢餓的兩隻狗著急的來回走動，直到後來，左邊的狗用前腳推了那碗狗食，讓碗接近右邊的狗，於是右邊的狗吃到了食物；等牠吃飽了，便用同樣的方式讓左邊的狗也享用了大餐。這便是合作的重要性。

也許這故事並不特別，卻隱藏讓人深思的道理。如果這兩隻狗都只自私地想著，如何讓自己飽餐一頓的話，最後的結果將會是兩隻狗都吃不到，只能眼巴巴望著狗食乾流口水。然而，牠們選擇了合作，互相幫忙，盡自己的力量為對方努力，你吃得到，我也吃得到。互助的結果是雙方互利，彼此都填飽了自己的肚子，不是最好的結果嗎？

我們現在所處的社會，已經跟合作畫上了等號。不論大小事，幾乎都是經由多人努力分工合作來完成，沒有人能獨善其身在這個社會上存活，而合作也一直存在於我們的生活周遭。拿2016年的奧運來說，即使是被稱為世界上最擅長游泳的飛魚——菲爾普斯，也需要與隊友合作才能完成八百公尺的四人接力比賽；一首交響樂必須要由整個樂團成員各司其職的專業



表現及彼此配合，才能成就出一場撼動人心的音樂饗宴；一場拔河比賽需要選手們共同的默契及努力將敵方拉離陣線；一棟大樓矗立的背後更是每個工作人員揮灑汗水換來的成果……。

曾經有人提出「雁行理論」，當雁群成「V」字形排列飛行時，身為領導人的領頭大雁的翅膀劃過空中，翅膀尖端會產生一股微弱的氣流，後邊的雁群便利用這股上升氣流，緊跟著前雁的後面飛。這就是為什麼當一隻雁鳥脫隊單飛時，會感到吃力的原因。令人驚奇的是，藉由V字型隊伍，整個雁群飛行的距離竟比一隻單飛的雁鳥增加了百分之七十以上。這也告訴我們，當自身處在一個有相同目標的團體之中，因同行夥伴彼此之間的鼓勵、打氣，便能更快速容易地到達目的地。不僅如此，當身為領隊的雁鳥疲倦時，牠會自動輪退到側翼，由另一隻雁鳥接替領隊的位置繼續帶領的重責大任。這與我們身處的社會一樣，每個人在組織中必須輪流從事繁重的工作或是輪流擔任領導者，才不會造成領頭人過於疲累進而拖垮整個團體的行事效率。另外，當有雁鳥生病或受傷時，會有兩隻雁從隊伍飛下來協助保護他，直到他康復或死亡為止。看，如果連動物們都懂得相互扶持的道理，自稱高等智慧生物的我們，是不是也應該在組織困難的時刻彼此幫忙，互相激勵呢？

有人說：「一加一大於二」，分工合作的力量，總是會比一個人的力量要大許多，這

是誰也無法否認的。不僅可以更快達成目標，過程中得到的成就感和向心力更是無法以金錢價值比擬的。這是大部份人對於合作精神的想法與解釋，但真的所有合作事件中的夥伴都是甘願無私的付出嗎？

電影「三國」中，詮釋了一段人心黑暗面的鬥爭：蜀漢霸王劉備為了打倒曹家勢力而與東吳當家孫權合作，檯面上感情甚好，時常討論戰爭技策，在營地的晚宴上更是相互飲酒作歡；沒想到私底下卻是各懷鬼胎，彼此計畫著如何在曹操倒下後一舉殲滅對方，成為中原之主。此刻的合作表象下暗藏著雙方猛虎似的野心，待解決主要敵人後，下一個消滅對象便是昔日的合作夥伴。人心的變化無常，令人不勝唏噓！不論這故事是否屬實，這種因短期利益需求而搭上的合作關係，因搭建在不牢固的地基之上，隨時都可能因利益衝突出現大大小小的爭執裂縫，日積月累，嚴重者將會徹底瓦解。然而，這並不能否定所有的合作關係，不論是長短期的目標，合作仍是最能達到效益的方法之一。在合作過程中，雙方仍然會為了達成共同的目標，互相分工，共同努力，這才是合作的真諦。

另外，即使是因為利益而結交的合作夥伴，在達成目標的過程中，不可避免地會想爭取表現，讓自己高人一等，這時「競爭」便出現了。「競爭」可能是合作的助力，也可以成為阻力，端賴成員的心態而定。如果表現欲大於目標的達成，要合作幾乎是不可能成行，只

會淪落成個人秀的場地。但只要心態一轉換，學習用一點犧牲來配合夥伴，讓彼此都有表現與合作的空間。於此同時，我們可以完全的認識自己，明白自己所驕傲的長處，以及被我們自己忽略的缺點。相對的，我們也會發現並跟進別人的優點，明瞭你我的能與不能，將這轉化成自身進步的動力，在達成共同目標的同時，也增長自身的能力，這不是一舉數得嗎？

只要超過兩個人，摩擦與衝突都是無法避免的。合作過程中也是一樣，也許是成員間的意見分歧，抑或是分工時的事務爭執，都足以讓我們的合作出現破洞，甚至是崩垮。不過，這卻是個很好的學習機會，如果我們能從衝突中釐清問題的癥結點，彼此能夠將話說開，改進自己、接納對方，令人避之唯恐不及的摩擦也可以轉變成將雙方磨合的鵝卵石，不僅恢復合作的夥伴關係，更能清楚了解雙方的需求，不是個好的轉機嗎？

俗話說的好：「在現代社會上，只有團體，沒有個人。」充分反應了在世界上團體合作的重要性。社會中仍是以併肩攜手共患難的合作居多，畢竟一個人想要在人海浮沉的社會中單打獨鬥生存是比較吃力的。如果合作力量能發揮到極致，完成事務的能力是無人能及的，社會上許多精英團隊創造出的科學、醫學奇蹟不就是很好的驗證嗎？隨著年齡的增長，我們遇到的困難將會愈來愈多，許多工作更是無法獨力完成的，當自己的力量不足以解決這些難題時，就向他人求助吧！分工合作的力量，比你我想像的還要大喔！

## 傾聽合作的雋語

迴龍國中小學生 劉雅萱

雖然有句話說：團結力量大，但是我一直認為這句話是有瑕疵的……。

經過多次糟糕的合作經驗，我領悟到人數跟成果不一定成正比，也就是在做事時，一加一並不一定會等於二，因為認真程度、合作的契合度才真正和成效有關。所以對於與他人合作，基本上我都是以不屑的態度來面對，我滿腦子只想著做完自己份內的事，然後把這當成失敗時的藉口來明哲保身，直到有一天，我的班導點醒了我——那是在國中七年級運動會的前一週。

運動會是一個充滿青春氣息的學校活動，而且當天不上正課，如果運氣好還能多賺一天假期，照理說，我不應該被這個日子搞得陰鬱不快外加身心俱疲的。今天的體育課，從體育老師的口裡證實了最近流傳在七年級間的流言，那是關於運動會項目中的重頭戲——大隊接力的勝負。自此體育課的課程開始為了大隊接力而練習起，我們就從老師那裡聽說了某個班贏定的消息，原因並不是賄賂裁判什麼的，而是他們班上的人跑得實在太快了！據班導聽到的風聲，他們的速度已經快到了可以跟九年級較量的程度。聽到如此令人沮喪的消息，我們班還是單純的認為在真正分出勝負之前，這些都只是浮雲，我們甚至在上週末召集有空的人來做自主練習，但是每個人內心都認定勝負已定的心態，削減了我們班上的鬥志，就像洩了

氣的皮球。感受到班上沉重的氣氛後，班導默默地上完課程進度，然後說了讓我徹底改變心態的一段話。

「為什麼要這麼沮喪呢？」沒有人回答她，「是因為五班的事嗎？」全班都默認了，有幾個沒那麼受打擊的人點了點頭，但點完頭後又恢復了呆滯。「你們覺得運動會是為什麼而辦的？」大家似乎因為這個不太相干的問題回了神，「為了讓學生有機會多運動？」有人用不太確定的語氣回答。「答錯了！如果只是為了那個，不會讓你們那麼大費周章的用掉一整天的時間練習。」老師說完後，大家又陷入沉默，「我再問一次，為什麼要這麼沮喪？」有人用惱怒的語氣開口了：「因為大隊接力我們輸定了，就憑我們是不可能跑贏五班的！」「你有什麼根據呢？明明之前就這麼說，你們還是沒有放棄啊！」「那是因為那時我們不知道差那麼多啊！如果一開始就知道不可能的話，我們就不會傻到花額外的時間練習了！」控訴的語氣隱隱帶著哭腔。老師將那位同學叫來講臺前，但料想中的責罵並沒有出現，老師只給了他一個擁抱，「我知道你們很想贏，我也瞭解你們看見實力差距後的絕望，但老師覺得，運動會的意義並不是只有獲勝，過程當中的收穫對你們而言才是最重要的。」全班的思緒都因為這句話而停滯了，老師接著問：「你們真的覺得當運動會落幕，會留下的只有獎牌和獎狀嗎？」大家開始重新編織起話語，且以振奮的口吻彼此激勵。「對啊對啊！贏又不是一切，而且除了大隊還有很多項目嘛！」「大家一起創造美好的回憶才是最重要的！」「喂

喂！不要說得我們已經輸了似的好嗎？離運動會還有那麼多天，加緊練習，我們一定會贏。老師！上次說好的飲料可不能賴帳喔！」「那麼體育課可要認真上了呢！只剩下兩節課能練了！」在大家此起彼落的討論聲中，老師將幾個人叫了過去，「老師認為全班應該都是想拿到不會讓自己後悔的好成績，對吧？」幾個人點了點頭，「那老師希望你們也一定要拼盡全力，幫自己一個小忙，也幫全班一個大忙，好嗎？」老師說完隱晦地瞄了我一眼，我知道老師在說什麼，也知道老師為什麼沒有把我叫去——她相信我不會辜負全班。既然老師都這麼信任我了，那麼我也非認真不可呢！在全班熱烈的商議聲中，我默默地下定決心。

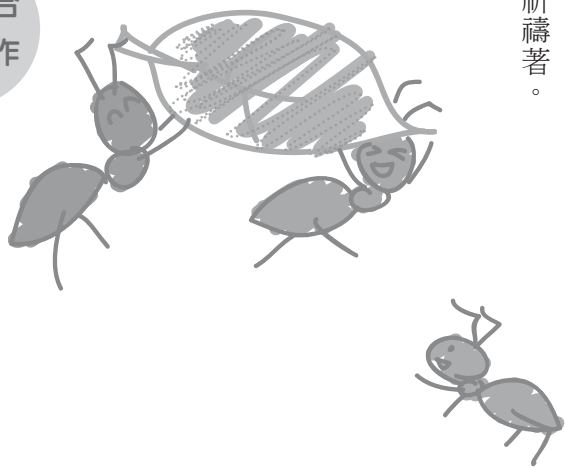
運動會當天，戰況激烈，除了我們班和五班之外，還有其他班上的高手，誰也不讓誰，光是個人跑步項目就已經進入白熱化的戰況！而萬眾矚目的大隊接力是在閉幕前的最後一個比賽項目。在上午最後一場比賽結束之際，意外發生了——我們班第一棒的跑者腳扭到了，她是班上的體育股長，也是班上數一數二的跑者。「我可以在大隊開始之前恢復的！請讓我跑吧！」強忍著因疼痛即將奪眶而出的淚水，她這麼說。可是她的情況很明顯不可能在比賽開始前恢復，「讓我代替你下場吧！」一位候補的同學怯怯地舉了手，用堅定的語氣說：「我來幫你跑你的棒次！」因為是候補，所以沒有練習接棒的經驗，但似乎是因為很想替班上出一份心力，上課時都十分認真。他在午休的練習時就已經上了軌道，和我配合的相當好，但是依照五班的堅強陣容，還是有可能因為些微的速度差而敗北，畢竟會成為候補就是因為速

度上的不足。希望一切都能順利，我用比之前更加強烈的意念這麼想。

比賽開始，因為我是第二棒，所以不太有多餘心力去觀察第一棒的情況，但我知道我和其他跑者的差距不大。在最後跑過終點線時，五班和我們班的差距非常小，但是因為是計時賽，而且還有犯規的加秒，所以我們班在頒獎前都一直很亢奮。最後，我們以毫秒之差輸給了五班，但是全班都笑了。

以前，我對合作不屑一顧，但現在，我對每一次合作都充滿期待，因為我曾有過最棒的合作經驗，我體驗要到一起合作的奧妙，甚至有可能比結果更令人欣喜。真希望能再次遇到這麼棒的合作關係，我每天都默默地祈禱著。

合作



## 談合作

會稽國中學生 黃丞家

俗話說：「天時不如地利，地利不如人和」，生活中很多事情需要和許多人合作溝通，才能順利完成。

至於為什麼要合作？因為一加一的力量永遠大於一，如果一個人搬不動一桶水就兩個人搬，兩人行就三個人，三個人不行就一群人。所以，只要肯團結合作，天底下沒有做不到的事，更可以讓社會充滿濃濃的人情味。

在動物界中也不乏合作的例子：「萬獸之王」獅子狩獵時，都是好幾隻母獅合作一起狩獵，在共同分享獵物，因為一隻獅子單獨狩獵的成功機率是非常低的，許多脫離獅群的獅子常常沒有食物，因而活生生餓死，所以需要兩隻、三隻一起合作，才是求生之道；海洋中惡名昭彰的殺手「大白鯊」，神出鬼沒的血盆大口早已深植人心，可當他遇到虎鯨時，也成為砧板上的魚肉，任他宰割。因為虎鯨是群體型的動物，所以就算鯊魚再厲害，也不可能一次打贏十頭虎鯨，只能成為鯨群的點心。所謂「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」就是這個道理吧！

以古為鏡，可以知興替。古人也有合作的智慧：三國演義中曹操率領八十三萬大軍南下，面對兵力只有五萬的周瑜，打勝仗如同探囊取物，可是為什麼卻敗倒在赤壁的一場大火中呢？因為孫權早已和劉備合作，二人皆有共同的敵人曹操，於是孫劉聯盟就成立了，兩



軍同心協力，對抗曹操的大軍，最後才能讓曹操繳羽而歸，遺恨赤壁！如果沒有此次聯盟，孔明沒有登七星壇借東風，火攻也無法順利進行；如果沒有此次聯盟，周瑜的反間計、連環計，也成為泡影湮沒在長江的洪流中；如果沒有此次聯盟，根本不會有後來的三國鼎立，劉備和孫權只是風中殘燭罷了！他們最終只能成為曹操鯨吞蠶食的對象，所以「合作」的力量真是不容小覷！

最近，是班際拔河比賽進行的時候，我們班個個虎背熊腰，一路上過關斬將、有驚而無險的進入決賽。決賽的對手是前兩年的冠軍——體育班，體育班雖然身材並不高大，卻非常地結實，再加上訓練有素的基本功，前幾場預賽幾乎取得壓倒性的勝利，賽前班上有許多人已經不戰而慄，而我因為常常在鍛鍊身體，力量比別人大很多，絲毫沒有半點畏懼。就這樣到了決賽。決賽當天，本班的主將一百二十公斤，竟然手臂拉傷無法上場，我想：「沒差拉！有我就好了！」當槍聲響起，戰況僵持不下，雙方攻勢一來一往，突然覺得手臂一陣吃力感，我回頭一看，原來一半的人都跌倒了，繩子一步一步被拉走。「欸！」宣告落敗的哨聲響起，此刻終於了解，拔河並不是一個人拔的，少了任何一個人都不行，現在我才體會到合作的可貴。

「合作」需要兩個人的信任，放下自己的猜忌，去合作吧！在合作中學習，在合作中，嘗試一個人無法達成的任務，在合作中，享受甜美的果實，相信你的人生的會因此更美好！

## 合作力量大

龍潭高中教師 游晴妃

學生是需要被鼓勵、被肯定的。在合作的過程中，會學到如何溝通、協調以及包容；經過合作學習，可以增進學生的自信，邁向負責成熟。

猶記得今年六月的園遊會，全班同學團結一心締造出良好成果的美好回憶。我的導師班，當時還是食品科高一的學生，在園遊會前一個月，即討論出要在園遊會負責的項目。經過民主的投票後，我們選出了遊戲「鬼屋」、食物販賣「飲料」、「花枝丸炸物」。

訂好班級要對外營業的項目後，接下來則是選出兩位負責人，一位負責事前統籌規劃，另一位則負責當天人員安排調度。身為導師的我指導其原則，要他們注意遊戲時的安全、園遊會結束的善後。雖然學生才高二，但是這兩位負責人已經獨當一面不輸成人了。他們立刻為全班同學依照意願進行分組，讓人人有事做，甚至還寫了一份當天流程的企畫書給我呢！

分配任務後，負責鬼屋的同學開始蒐集紙箱以及黑色布幔，在同學的積極蒐集以及高三學姐寶兒的大力相助下，順利蒐集到需要的材料，園遊會前一周便開始以教室為鬼屋場地，以安全為前提，開始構思鬼屋動線，隨著日期的逼近，班上愈有鬼屋氣氛，散發著歡樂的氣氛，大家都很期待園遊會的到來呢！

負責飲料和炸物的這兩組同學，也是分工合作，各自帶著家中的爐具鍋具，可以說是連家長都參與其中呢！看到孩子們各司其職，有條有理的事前準備，我有預感我們會有一次

美好的豐收園遊會。

園遊會當天，我們班學生自動自發提早到校，為了不影響正常上課，鬼屋的布置一直到當天早上才全部布置完畢，導師為了進場遊戲的安全也進行驗收，在烏漆嘛黑的教室裡，體驗由同學扮的女鬼、男鬼出沒，搭配著恐怖的電腦撥放的音樂，真的有去遊樂區玩鬼屋的感覺。實際玩過一輪後，我也幫忙招攬客人，也感謝本校的學生很熱情的捧場，園遊會不僅有吃有喝還有鬼屋可以玩，真棒！

販賣食物的部分，在十二點左右也都順利銷售一空，大家依照分配的善後工作很有默契的自動清洗、整理著。而鬼屋部分，門口賣票的人潮還在大排長龍，直到一點，不忍班上同學太辛苦，我就宣布停止營業了，雖然有些同班的學生都嚷著沒玩到，但是看到扮鬼的同學已經累壞了，也不忍他們再工作了。手邊沒事的同學們也主動著手恢復教室場地。

就這樣師生一心努力著，直到園遊會結束，班上同學都已疲憊不堪，才發現負責鬼屋的同學都沒吃午餐呢！為此還給辛苦的工作人員發放誤餐費一人補貼五十元，這一次難忘的經驗不僅替班上增加了不少的班費，也增進了向心力。

園遊會結束了，但是屬於我們的合作團結卻一直延伸著。例如現在升上了二年級，班上同學會利用自習時間全班一起針對比較困難的專業科目進行討論，由小老師來帶領幫忙解題，全班一起讀書，一起面對考試；這樣的班級氣氛令人喜愛、也令人感動呢！

看到學生互助合作，願意彼此配合，我真心的讚美他們！合作力量大！

## 合作的關鍵

龍潭高中學生 張羽筑

顧名思義，什麼是合作呢？合作就是大家互相彼此行動和配合，在同一目的下，作共同的努力。如同音樂演奏的和諧奏鳴曲，於悠揚的合奏中，展現出動人的旋律！

有人說：「一支筷子很輕鬆就能折斷，兩支筷子需要有一點力氣折斷，三支筷子更難折斷，更別說一打筷子呢？一個人是絕對無法把它折斷的。」我們就如筷子般，只要肯團結合作、同心協力，就會產生無限的力量，不會被「折斷」。合作可以使弱小的力量變為強大，例如：在拔河賽中，一個人的力氣不算什麼，但要是全部人的力量加起來可說是非常驚人的。如果不合作，就像一盤散沙，不攻自破。所以每當拔河比賽，聽到那「一、二、三、拉！」的聲音，就知道大家正在一起奮力地往後仰。小組活動也是大家一起的合作，因為要大家一起實驗或做任何事情，但若是其中有一個人沒有配合，便會拖累到全組的人。所以小組活動也可以看出一組人馬的團結合作精神，是否達到爐火純青的境界了。大隊接力賽跑也是一樣的情形，如果大家都願意合作，默契十足，那一定會穩操勝算。每個人本身都具有合作的精神，那就要看個人心中是否對這件事有認同感、肯犧牲、願意付出的精神。

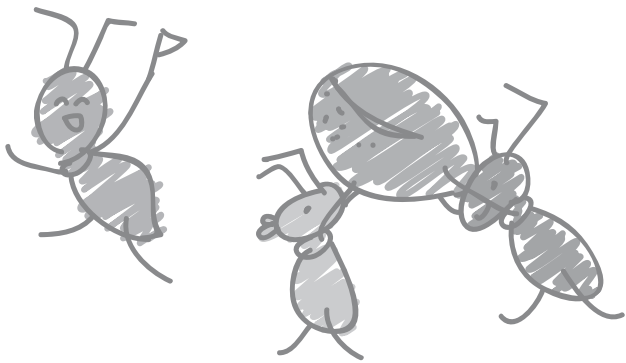
縱觀史籍，以史為證，春秋時代的晉獻公想消滅虢國。可是在晉國和虢國之間隔著一個虞國，討伐虢國必須經過虞國。大夫荀息於是提出建議：把獻公的美玉和寶馬，送給虞

國君，請求借道。晉獻公接受了。虞國君王看見禮物欣喜不已，答應借道。大夫宮之奇便阻止說：「虞國和虢國就像牙齒和嘴唇的互相依存關係，唇亡而齒寒，沒有了嘴唇，牙齒當然感到寒冷。」兩個小國本來可以互依互信，有事可以彼此幫助，萬一虢國被消滅，虞國也就難保了。借道給晉國是最下策的做法。虞君不肯聽從，以其言不足採信。果然不久之後，晉國軍隊借道虞國，消滅了虢國。回來時順便又消滅了虞國。

在生活中合作是很重要的關鍵密碼，而且合作之間存在著微妙的關係。例如：倘若朋友任何一方有困難，就要互相扶持、雪中送炭，幫助朋友脫離險境，患難中見真情。合作不僅能應用在朋友之間，還可能發生於親密的手足之情中，只要互相協助，就能交織出密不可分的情感。尤其大團體如國家、社會、世界、甚至全宇宙，更需要大家每一個份子孜孜矻矻不斷地犧牲奉獻，才能有斐然的成果、驚人的進步。俗語說：「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮。」團結一心，大家集思廣益，便可眾志成城。「合作」是大家都要了解的先決條件，看似簡單的兩個字，內涵卻隱藏著深奧的道理，無論何時何地，合作的意義無所不在。

觀察螞蟻搬家，就會得到最佳的啟示：一隻螞蟻的力量雖小，而一大群螞蟻的力量是多麼龐大啊，可以搬動比自己體重多幾十倍的東西，這就是團結合作的力量！合作讓我們增長智慧、增加力量，大家互相協調幫忙，完成一件事情時，此時不但感覺這樣比較省力、省

時，也能和別人產生難能可貴的友情，增進和諧的人際關係。常言道：「團結就是力量」，只要大家一起同心協力、戮力合作、同仇敵愾，必定能成就豐功偉業。所以一位受人景仰的成功者，絕對是捐棄成見、拋棄私心，以高度的心胸和寬廣的格局，與人互相合作，來成就偉大非凡的事業。懂得合作真諦的人，世間到處都有夥伴；無法與他人同心合作的人，永遠只是一根脆弱易折的筷子。從小處開始扎根，樹立起正確的合作價值觀，以整體的利益為力奮鬥的目標，相信可以造就臻於完美的世界了！



品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
孝  
敬  
篇



## 五「丁一么」好孩子

北勢國小學生 黃葳

人們常說「百善孝為先」！所以我決定了：我要當個孝敬的孩子。

那麼該做什麼？這可就難了！尤其是必須要持之以恆。所以我先從「笑」開始。我打算每天都說個有趣的笑話給父母聽。這不但可以逗父母開心，也能讓我心情愉悅。可是我常常還沒說，自己就忍不住先笑了！父母看我那副逗趣的模樣，也跟我哈哈大笑起來。看見父母開懷的笑容，我的內心充滿溫暖的感覺。逗父母笑就是我的第一個「孝」。

我的第二個孝就是「效」。我要讓自己成為一個很有效率的人，不讓家人擔心。我也要隨時隨地效勞我的家人，因為他們天天辛苦的照顧著我，所以我最愛他們了。為了他們，我要盡力用功，有效學習；為了他們，我要做到最好，有效做事；為了他們，我要追求理想生活，有效計劃。我們共同分享快樂，分擔痛苦。

第三個孝是「傲」。每天爸爸和媽媽耳提面命，常叫我要好好照顧自己的身體。我希望以後換我照顧他們，每天嘮嘮叨叨提醒他們：該運動囉！該吃維他命囉！爸媽平時對我的種種關愛，我日後要仿倣，做一個體貼父母的好孩子。一想到要處理這麼多事，操這麼多心思，要當個孝敬的孩子可真不簡單啊！

第四個孝是「醇」。老師時常在課堂教我的各項知識和道德，我要把它當成生命中的醇素，內化自己的言行舉止，實踐在日常生活中。做而言不如起而行，只有把嘉言懿行落實



在外在形象才是彰顯父母的最佳表現。

第五個孝是「校」。校正自己的缺點。每個父母都希望自己的孩子知書達禮，貼心上進。我要改進自己的缺點，讓自己成為更好的人，並且影響周遭的同學，成立友善無霸凌的校園圈。

我認真做個五「丁、么、」好孩子，「笑」讓父母天天開心；「效」讓父母時時放心；「傲」讓父母覺得貼心；「醉」讓父母處處安心；「校」讓父母看見用心。這些做起來很不容易但我覺得一定會很有成就感。想到這，我精神振奮，努力向前跨步邁進。



孝敬

## 百善孝為先

同德國小學生 陳珮昀

我曾在書本上讀過，在孔子七十二名出色的學生中，有位極為孝順的學生叫子路，子路家境貧寒，每天只能吃野菜糊口，但是，野菜對於年老的父母來說，營養是不夠的。為此，他更加辛勤做工，還不遠千里去外地買米，從一百哩的地方將米背回偏僻的住處以奉養雙親，這一切都是為了要讓父母吃飽呀！子路的孝心從未停歇。過了很長一段時間，父母相繼去世後，他做了大官，餐餐都是山珍海味，不過他仍感念雙親無法與他共享榮華富貴，常常到父母靈前，問他們在九泉之下到底吃飽沒？像子路這樣，才是真正的孝順啊！

民國九十五年，五個孩子的母親因癌末病倒了，志工帶孩子們出外吃麵，小姐姐囁囁著說，他們只要共吃一碗陽春麵，只是孩子吃了幾口，就停下碗筷，說：「爸媽都還沒吃，我們可不可以將麵帶回去？」志工的眼淚忍不住奪眶而出，含淚答應。回到醫院，侍候媽媽吃完麵，孩子們就開始打理所有雜事，每件都處理得乾淨俐落。志工告訴他們的父母那碗陽春麵背後的故事，兩人都感到無比欣慰。雖然，媽媽最後不敵病魔辭世，但在臨終前，孩子們仍舊乖巧的守在病榻前。「一碗麵的故事」就這樣流傳開來。

有些人認為，買大房子，名貴的車給爸媽，就是「孝敬」，但他們卻不知道，父母最

渴望的，就是子女的陪伴，就算只是奉杯茶、按摩等微不足道的小細節，也可以讓他們感動至極；而那些用金錢堆砌起來的「孝敬」，如果只是冰冷的大別墅，沒有陪伴終究只是冷妻與孤獨，也可能在一夕間消失的無影無蹤。孝，是要打從內心關懷；敬，是心甘情願的回饋，家人間真誠相待，這才是孝敬的真諦。

記得有一次，媽媽身體不適，我自動將功課完成，並主動幫忙將家務事打理好。看見媽媽開心的笑容，心裡也非常高興，我終於體會孝順的深遠涵意；真正的孝順，是不求回報的付出；是讓父母放心的舉動；是努力盡好自己的本份。從呱呱墜地的那一刻起，父母便含辛茹苦的撫養我們成長，不計代價的為我們付出，我們為父母做的是又是何其渺小。像「子路背米供親」、「一碗陽春麵」感人至深的故事，兩者的孝心都值得我們好好學習。

古人說：「百善孝為先」。孝，是一切善的根本，在行善前，先孝順父母吧！

## 孝敬新聞的省思

青溪國小學生 陳思妍

「要知父母恩，懷裡抱兒孫。」這句話的意思是說，人常常要到了自己為人父母的時候，才能感同身受，體會父母的艱辛。但最近我從閱讀報紙中看到年僅十歲的茄妍，卻懂得分擔家務，並一手照顧生病的曾祖母，真的很令人不捨與敬佩！

茄妍就讀十全國小四年級，父母都不在身邊，孤單一人和外曾祖母同住，住在市場1·5坪大的閣樓，從六歲起就會洗衣、煮飯……半夜時，還要扶著老人家去市場的公共廁所，沒有人指導她的功課，可是在班上的成績卻是名列前茅。因為家裡清寒，窄小的閣樓裡，除了一張床及電鍋外沒有其他多餘的家具，連寫作業都要趴在床上寫，卻從來不喊累。雖然環境困苦，但是她從不喊苦，一直無微不至的照顧外曾祖母。

令我印象最深刻的是——茄妍在六歲時，就會幫外曾祖母打針，真是厲害呀！想起我每次要打預防針時，總要媽媽又哄又騙才肯到醫院。當護士阿姨要將針打進我的手臂時，我常常忍不住嚇得又扭又哭，媽媽總是要在旁邊緊緊抓住我，才能安分的把針打完。我的膽小和賴皮與茄妍的勇敢和堅強相比，簡直是天壤之別。

看完這篇報導，讓我想到自己從小就在爸爸媽媽的呵護中成長，但我卻常無法體諒爸

媽，讓他們一直擔心我。物質不缺的我，還不知足的要求東，要求西，也讓爸媽頭痛。再想想茄妍在物質困乏的環境裡，心中只掛記著要讓外曾祖母過更好的日子。記者訪問她時，她說最大的心願就是「快快長大，買房子給家人住」。小小年紀的茄妍不曾想起要為自己爭取什麼，這也讓我學會要珍惜自己所擁有的，而不要為失去的抱怨與不滿。

俗話說：「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待。」我們要好好把握父母在身旁的時間，好好孝敬父母，切莫等父母年邁逝去，才懊悔不已。茄妍的孝順事蹟，已在許多人心中萌芽，希望孝順這「善」的種子，能隨著茄妍的故事散播人間。



孝敬

## 她是我媽媽

高義國小教師 潘雅芳

從我有記憶以來，我記得自己是一個很調皮，脾氣很拗的小孩。我常常會頂嘴，犯了錯被處罰，也死命硬撐不掉淚的孩子。

小時候在鄉下長大的我，是奶奶一手帶大的，我在鄉下過著純樸的童年生活。直到我的國小老師對我的父母說：「把孩子帶去台北念書吧！」於是我才跟著父母親到了台北這個都市開始了小學生活。

或許是因為小時候，父母都不在身邊，所以一直很努力地想被看見。我認真地念書，努力的學習，為了父母能夠稱讚自己，肯定自己。

有一次，期中考自然科考了一百分，我滿心期待地跟爸爸說自己考了好成績，但是爸爸看完沒有鼓勵我，我心裡非常的難過，一直到我長大了，這個情景還是烙印在我的心裡跟腦海中。也或許因為這個原因，我在接下來學習的過程挫折感都大於成就感。

當我長越大，開始有很多自己的想法，也有自己的夢想。與家人的摩擦也就越來越大，跟父母的隔閡也就越大。我開始半工半讀，用著微薄的工讀薪資承擔自己生活的開銷。為了賺錢，打工的時間佔據了我的學生生活，我難過自己不能選擇自己想念的美術，卻要不停地為著生活費而花費大量的時間。心裡的自卑感跟遺憾一直存在我的心裡。

我永遠都記得，我掉著淚告訴爸爸自己這麼多年來感受，我只是很需要他們的關心，

所以我一直很努力。然後，爸爸對著我說：「對不起，讓你這麼多年都這麼辛苦。」

因為一場舞台劇的演出，我認識了一個好朋友，她是一個很認真的人，也會給予身邊的人鼓勵和關心，她的臉上總是充滿笑容。我們一起排練，一起分享彼此的生活。她告訴我，在台中場的演出結束後，他想去探望她在醫院的媽媽。我也陪著她一起去了。

一進到病房，我看到她跟媽媽的互動，她不斷關心自己媽媽的身體，給她擁抱，也帶著她一起禱告。這個過程中，我不斷回想自己這麼長的時間以來跟父母的關係，我的感受很深，直到出了醫院我才告訴她。

我告訴她：「看到你對媽媽的孝順，我想到我的媽媽，因為我跟媽媽這麼多年來一直都沒有像你們這樣親近。因為我們都很容易將自己的情緒，完全的給最親近的人，卻沒有去尊榮他們的生命。然而，父母親不是一開始就知道怎麼當父母親，他們一直在學習如何成為父母親，也努力地想給子女一個好的生活。」當我講著這段話的時候，淚水已經在眼眶打轉了。她對我說：「雖然過去她沒有好好地照顧我，陪伴我長大，但是，她是我媽媽，因為她才會有現在的我，所以我要用更多的愛來愛她。」

回到家，我看見我的父母親，仔細看著他們的面容時，他們臉上的皺紋是我平常不曾仔細端詳過的，心裡有許多的感恩。因為我的父母親我才能是現在的我，無論日子曾經過的多麼辛苦，但是我擁有的的是他們無盡的愛。

## 孝敬父母

介壽國中學生 姚琬好

我曾看過一篇文章《當父母老的時候》，文中所闡述的涵義是天下父母共同的心聲：「當我們老了，不再是原來的我們，請你們做兒女的理解我們，對我們有點耐心，不要嫌我們整日嘮嘮叨叨，前言不搭後話，其實都是為你們好。當我們吃飯是嘴漏，把飯菜與口水流到衣服上時，你們千萬別責怪我們，也不要嫌我們髒，請你們想一想，當初，我們是如何手把著給你們餵飯的，是如何為你們擦屁股端尿。」

讀完這篇文章，我想到我終日辛勞的父母。我有一個幸福的家庭，爸爸媽媽都對我很好，只要我想要什麼東西，在他們的能力所及，都會盡力讓我圓夢。父母每天披星戴月的工作，就為了多掙一些錢，供我們力爭上游、努力求學，期盼我們長大後能有好的工作以回饋社會。每當華燈初上，爸媽拖著疲憊的身軀回到家時，便立刻煮晚餐給我們吃，只要我們吃飽，他們就心滿意足；此外，也不時關心我們的生活起居、課業學習，問我們有沒有遇到甚麼困難。父母無微不至的照顧，讓我們無憂無慮的成長。

是的，其實孝敬並非一定需要金錢，只要量力而為即可。而處於學生時代的我們，能做的不僅僅是懷有感恩之心，若能幫爸爸洗車、幫媽媽分擔家事，我倒覺得這些行為都在孝



敬他們。

「落紅不是無情物，化作春泥更護花」，這是花兒的感恩。「烏鳥私情，願乞終養」，這是鳥兒的感恩。「努力學習，實現夢想」，這就是我們的感恩。

是的，其實感恩很「簡單」，其實孝敬很「容易」，只要我們努力學習，考上大學，贏個美好的未來，讓父母以我們為傲，以我們為榮，幸福地過完後半生，這就是對父母的孝敬，對父母最好的回報。讓我們大家一起努力，一起拚搏，圓自己的夢，更圓父母親的夢！

比爾·蓋茨曾說過：「天下不能等待的事情莫過於孝敬父母」。所以，我們要珍惜時間，把握當下，趁父母還健在時，趕緊孝敬吧，否則當父母百年後，我們做兒女的將後悔莫及。

## 愛要及時

平南國中學生 林志倫

在我們還小的時候，父母常常告訴我們要尊敬長輩，看見長輩時要問好。這個我們每個人都知道，但是，我卻把它當作耳邊風，不予理會。然而，最近因為一件事，讓我徹底學會了「孝敬」和「珍惜」。

我從小時候就是由外婆把我帶大，所以我和外婆的感情特別好，但是，不懂事的我卻不太喜歡外公，有時還會跟外公頂嘴，對他不禮貌，可是我卻不以為然。

六年前，外公的身體逐漸衰退，一年比一年差。可是，這時的我已經長大了，不再對外公不禮貌了。反而常跟外公聊天、玩耍。然而，這時的我還不知道會發生什麼事情。

三年前，身體衰退的外公倒下了，一聽到消息，全家人都非常擔憂，每天都為了外公而煩惱。由於常常進出醫院，再加上長期臥病在床，使外公的精神狀況非常不穩定，於是我們全家每周末都會固定去醫院探望他、照顧他，希望能藉此好轉，但是外公的病情還是時而好轉，時而惡化，使全家人心急如焚。

一年前，外公的病情逐漸惡化，精神狀況、認知能力，都變差了，那時的情形，只能靠藥物來控制。經過了幾個月，情況終於好轉了，外公不僅會和家人互動，氣色也稍微好轉

了。直到……

近幾天，接獲了一則消息，外公過世了，全家人都非常難過，無法接受如此震驚的事實……到了火化當天，每個人都淚如雨下、傷心欲絕，我很痛恨自己竟然來不及跟他道別，痛恨小時候對他不尊重、不禮貌；痛恨沒有好好孝敬他……總之有很多話想對他說，然而，正當我沉浸在傷心的回憶裡時，猛然驚覺——這不是我現在該做的事！我現在能做的，就是送他最後一程。於是我便收起了眼淚，雙手合十，虔誠的希望他能夠前往極樂世界，好好享福，不再被病痛折磨。

生命是無常的，我們永遠不知道下一秒會發生什麼事，會變成什麼樣的人。所以我們要珍惜擁有的，把握現在，做好身為子女的責任，不要讓自己留下遺憾。從那天起，我真正的實踐了「孝敬」。

## 不只「順」，還要「孝」

會稽國中學生 曾逸芸

自我出生，到我就學期間，一直陪伴在我左右的是父母，無論心境如何百轉千折，總是會給予對我來說最好的建言。這麼優秀的父母，身為子女的我卻不斷地傷害他們，現在想到到底是誰在一味付出？又是誰厚著臉皮只會接受？

每天總拖著疲憊的身軀回家，我是現在的準會考生，一回到熟悉的小窩，不自覺地放鬆下來，也開始變得慵懶，當媽媽的聲音一響起，只有一個念頭：「啊！又要做苦差事了！」反射性的躲避成了我的習性，但其實不是出自本意的行動，這讓我事後總是非常的自責。明明想要付出、聽從父母，因為自己的怠惰，聯誼點小小的家事都不願意幫忙，更別說是更大的事情了……。

那天幫媽媽按摩時，我總算體悟到何謂「孝順」。剛好放假的我睡到一定的時間會起床，醒來之後，突然被要求替媽媽按摩的我，不像平常一樣抗拒，倒是順從的做著。看著媽媽的後頸，竟有很多我沒見過的傷痕，又想到平常那麼不聽話的我，眼眶竟紅了起來，沒有流淚，心卻難受的無法以言語形容，當時我才發覺，「孝順」確實很重要，我還要等到何時才要孝順呢？

我也是到自己深刻體會後才發覺，我們成長著，一直向前尋找自己的道路，卻疏忽了那毫無保留，不斷在後面適當的推我們一把；在我們受傷時，是最大的支柱——親人。可能有人永遠也無法感受到親情的溫暖，也無法做到「孝順」，這乍看之下簡單，實際付諸行動卻是困難的兩個字。我正在嘗試如何「順」，順從父母的教導，想必「順」這個字除了順從之意，還有順心之意吧？相信我長大，在成熟些，有工作之時，我的父母能夠無憂無慮的遊歷世界，那除了是父母的願望以外，也是我希望能夠幫他們達到的目標啊！

現在的我，已經不會自私的為了自己而拒絕幫忙父母，我能夠做到的，只要父母說出口，我就會盡自己的力量做到最好，因為我想告訴他們，他們就像一盞在黑暗之中明亮耀眼的燈，引領我所前進的那條路，哪怕燈熄滅的那天，我也能獨自行走於黑暗之中，讓他們能夠安心。所以及時的行孝，對此時此刻的我們來說是最須要執行的一項任務！

## 為愛撐開樹蔭

中壢家商學生 徐佳惠

小時候的我如同一株未入土的幼芽，等待著陽光、等待著水及養分，經不起風吹雨打，害怕受傷。幸好我有深愛我的父母，他們用極為溫暖的愛，緊緊的包覆著我，細膩而綿長，讓我不受傷害，平平安安長大。即使比不上豪華的溫室，但父母一手搭建起來的家，卻是我最好的歸處、最好的土壤。所以我要成長為一棵大樹，屹立不搖，並給予父母一個能乘涼的樹蔭，使他們幸福享受餘生。

我的父母擁有客家人的美德，節儉樸素，從小我就有認知。我們家是清寒家庭，並不富裕，因為父母早出晚歸，我和妹妹常在親戚家待整天，等待著父母來迎接我們，每當父母回來，我都能聞出在他們身上濃濃的鐵銹味及汗臭味，即使他們再疲憊，也會抽出時間陪著我們姊妹，即使薪水微薄，他們也會讓我們吃飽、穿暖。我父母給我的愛，是所有人無法給的，那種愛偉大、毫無掩飾的付出，讓我也想要用我的愛，編織成一束束花，讓父母開心、快樂，並以我為傲。

在長大的過程中，我又有了有一點認知，我知道我的父母學歷很低，甚至有很多字他們是看不懂的，我也常聽到很多人嘲笑我的父母，輕蔑、瞧不起的眼神及話語，在我父母的世界裡是常有的，間接地，我也不被親戚們看好。有很多一般人覺得常識，我父母是不知道的，他們在外是被人欺壓的，雖然他們絕口不提，但大家都知道，也看得出來。所以我開始學會用

功、學會複習，不懂的我會問老師或同學，直到我完全了解，然後我會用我的耐心，慢慢教導我父母他們不會的知識，即使他們從未指導過我的作業，但他們教會我怎麼做人，讓我在群體中是人緣好的，在老師眼中能力是強的，我父母也為我高興，他們一心盼望我能有出息，所以我不能辜負父母辛苦賺來給我上學的錢，他們給我的夠多了。

現在我已經是青少年了，我學會煮飯、照顧妹妹、做家事，幾乎家裡的所有一切我都能打理得很好，不讓父母操心，課業也能保持在自己的水準。父母常常身體不適，我會擔任起照顧他們的責任，因為我知道，父母很辛苦，從烏黑的頭髮裡多了點蒼白髮絲；從眉眼之下多了點曲折線條；從細白雙手上多了點粗糙及傷口，這些我都看到了父母對我的愛。那些在他們手上的傷口，就像一朵朵在手掌上綻放的鮮花，我會用我的愛緊緊包裹住，讓父母知道我的不捨及心疼，但我不會流淚，因為父母會擔心，所以我要趕緊獨當一面，並撐起家裡的经济能力。

就在父母身體狀況每況愈下的現在，照顧他們已是我的職責，我要用盡我的所有心意孝敬我的父母，並做好妹妹的榜樣，等到我出社會，我一定會撐開我的樹蔭，為父母搭建一個安身之處，並長出碩果，讓父母嘗到那甘甜與芬芳。

## 感念母恩

六和高中國中部學生 呂佳蓁

在每個人的心中，都有一位自己感恩的人，無論是熟識的親朋好友，亦或是只見過一  
次面的陌生人，他們的行為總都讓人覺得非常溫暖，而不隨便地將他淡忘。

而我最感恩的人不外乎就是那從小到大皆陪伴在我身邊的「媽媽」。它有著一雙充滿  
著慈愛與關懷的雙眸，雖然並非充滿無限熱情，但卻令人溫暖；她有著一頭鉛灰的長髮，雖  
然在黑色的髮絲中帶著些許的白，但看起來毫不雜亂；她有著一張賢淑的面孔，雖然上頭滿  
是一條條深刻的歲月痕跡，但卻沒有任何嚴肅的感覺。

在我幼年時，就常令媽媽頭疼，體弱多病的我幾乎天天跑醫院，哪怕媽媽多麼忙碌，  
多麼疲倦，仍帶著我看病，不辭辛勞地細心照料我。但有時還是會有撐不住的時候，就會看  
見母親別過臉偷偷拭去那一滴滴如同關不住的水龍頭充滿辛酸的淚水，令我非常心疼。

當我漸漸大了，免疫力也好了很多，不再像之前常拜訪那總是人潮洶湧的醫院大樓。  
我開始有了興趣，喜愛繪畫。當媽媽知道我的興趣時，便毫不猶豫地買了各種繪畫工具，不  
論是水彩、粉彩筆、色鉛筆……通通一應俱全，另外她也買了各種專業書籍供我學習，而自  
己也將所知道的一切傳授給我。因此我的繪畫技術極佳，除了擁有天馬行空的想像力，畫出



來的圖更是栩栩如生，參加比賽也獲得佳績。

自我從小的成長並非一路順遂，有歡笑，也伴隨許多悲傷、後悔的淚水。記得在一次重大的比賽中，我不幸沒有得到晉級的資格，明明都那麼努力了，卻仍失敗，我哭得一把鼻涕一把眼淚，那種痛真的是無法用言語形容，就在這時，母親給了我一個充滿安慰的大大擁抱，並對我說了許多人生大道理，使我絕望的心靈重新燃起了一絲希望，面對挫折，努力把握下次的機會。

我非常感恩媽媽，在我沒有能力照顧自己時，是她無微不至的照護；在我有了興趣時，是她努力不懈地用心栽培；在我沉浸在悲傷中時，是她給予了溫暖的擁抱、當我誤入歧途時，是她令我及時懸崖勒馬，使我別一步錯，步步錯；當我迷失得宛如汪洋中的一艘小船時，是媽媽像個燈塔般指引我回到安全正確的路徑。

「受人點滴，報以湧泉」，我感恩媽媽的付出，也希望能在未來，將這份感恩化為真實的行動，回報給媽媽。

## 從那一雙溫暖的手，我體會了孝敬的重要性

永豐高中學生 林語庭

小時候的我，嘴角漾起一抹天真的微笑，和現在截然不同，翻開成長的相簿，有些照片早已泛黃，有些則潔白無瑕，童年的點滴，在時間的長河裡迴盪，父母牽著自己的手，帶著你探索世界的剪影，想必大家都曾經擁有吧！你是否將它遺忘了呢？

父母的雙手為我的童年時光增添了許多色彩，即便我現在已經不再牽著那雙長了繭，卻溫暖的手，每次補習回到家，桌上總是擺著媽媽為我準備的宵夜，不論是冷、是熱，始終溫暖著我的心；爸爸經常問我零用錢夠不夠，當我看見他用那雙充滿傷痕的手，將一張老舊，卻折疊整齊的鈔票遞給我時，心理竄起了一股惆悵，那張鈔票，彷彿有著某種詛咒，只要拿了，就會背負起名為不孝的罪名。老萊子彩衣娛親，但我卻無法帶給父母任何喜悅，經常惹他們生氣，雖然心中有怒氣，但那份溫暖，卻不曾降溫，即使寒風從耳邊呼嘯而過，在我心裡，卻不曾感到寒冷。小時候唱著搖籃曲，哄我睡覺的母親、帶著我去釣魚、親近大自然的父親……原本泛黃的相片，在此刻，逐漸清晰，父母高大的背影，和兒時的生活縮影相互輝映，童年牽著我的溫暖，和現在陪著我的溫暖，不會因為時間而改變。「樹欲靜而風不



止，子欲養而親不待」未來，我要將這份溫暖傳達回去，只願父母能夠等待……

風乍起，我蓋上相簿。回憶隨著風揚起，希望大家也能想起遺忘許久的童年記憶。淚水在眼眶裡徘徊，從小到大的那份溫暖，讓我無法將它遺忘。羊有跪乳之恩，烏鴉有反哺之心，有朝一日，我要把對父母感恩包裝起來，貼上翡翠綠的魔氈，寄給最偉大的父母。

## 孝敬

龍潭高中學生 李瑩綺

「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，望著一張張過往的相片，有阿嬤在身旁的我總是燦爛的笑著，但回憶終究只是回憶，被殘酷無情打回現實的我赫然發現，原來，我回不去了……。

六年前的暑假我國小畢業，天天都過著吃冰、打電動、吹冷氣裹棉被的日子，直到那通電話響起……趕到醫院時眼前的事實瞬間凍結了我的世界，映入眼簾的是放棄急救同意書，沒人敢簽字，人人表情呆滯，就在這一番折騰後，「氣切」成為最終大家不得不做的決定，但，這個決定意味著，我再也無法和阿嬤正常的聊天了！長時間進出醫院。在龐大的開銷、眾人疲憊的精神、阿嬤吵著想回家的促使下，我們申請了自家看護，將阿嬤接回家。

五年來，因為阿嬤不喜歡孤單，我們從不間斷的輪流照顧阿嬤。還記得某個假日的中午，我端著湯一口一口的餵阿嬤，但因為氣切的緣故，吞嚥害阿嬤一直被噎到，加上液體不斷的從氣切孔流出，阿嬤面露痛苦的神情觸動了我的心，而腦中頓時也回憶起了小時候的我不肯乖乖吃飯需要阿嬤餵的場景。同樣的人同樣的地方，但唯一變的就是我們的角色互換了，現在換成我來餵阿嬤、照顧阿嬤！

也還記得去年寒假，我們四個孫女運用放假時間，全天候的陪伴阿嬤，對阿嬤的任

何需求有求必應，雖然如此，但年長的阿嬤長期臥病在床，難免有些老人癡呆及智力退化，而阿嬤最慮的一件事就是洗頭了，一天洗個十幾次都還算少，有一次洗到了第乙次，我們深怕阿嬤頭髮會掉光光，因此執意不肯幫她洗，但固執的她帶著氣音有些生氣的比手畫腳說道：「你們小時候我天天幫你們洗澡、擦屁股……，現在你們卻不肯幫我洗頭？」瞬間，我們有默契的各自準備好用具，眼眶泛淚，不發一語的專心幫阿嬤洗頭。

今年年初，剛跨完年的興奮心情就在第二天完全消失的無影無蹤，從天堂掉到地獄用來形容此刻再貼切不已，我阿嬤過世了，聽說是在見到阿公後，安詳離去的。接到噩耗，匆促趕到現場的我沒有哭，因為一切都太不真實了，只見床頭的幾柱香、床尾的一碗飯、和尚誦經不間斷、殯葬業者忙進忙出，怎麼都跟電視上演的一樣？而我依然呈現呆滯……一直到了出殯那天，我終於放聲大哭了，面對躺在棺中的阿嬤，我不知所措，蓋棺後的我更是哭的不能自己，一切都來不及了，阿嬤不會再起來了，再也吃不到阿嬤做的飯菜了，不能撒嬌，也不能耍孩子氣了，因為這一切，都只有阿嬤會包容我，種種與阿嬤的回憶，也都將隨著躺有阿嬤的棺材，一併被埋入土裡，我想，沒能見上阿嬤最後一面，將會是我這輩子最大的遺憾！

「三不五時，愛要及時」，現在的你一定常常和從前的我一樣，愛頂嘴、覺得父母很煩，

而且一回到家就一直滑手機，不願真心的和父母聊上幾句，但你能確定你的父母會一輩子陪著你嗎？或許在你不知道的某個瞬間他已經離你而去，後悔莫及也無法挽回。經過這日子，我體悟到很多，也領悟到了一些事，孝敬，誰說一定要等到出人頭地才可以做到呢？莫非父母只願意接受你花大錢來孝敬他們？我想並不全然，把握當下，盡自己所能來孝敬父母，就是對他們最好的回饋，平常的幾句關心、每天多花點時間聊聊天、有空一起出門走走、聽聽他們抱怨不順遂、或是和他們分享自己的生活，最重要的，就是不要讓他們操心，我想這些就是目前的我所能盡的孝敬吧！

放下照片，我回到了現實，既然過去的已成回憶，那我為何不珍惜眼前呢？重拾我燦爛的笑容，未來，我將創造更多與家人的美好回憶，並盡我所能，實踐我心目中的孝敬！



品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
欣  
賞  
篇



## 蜜蜂、螞蟻和毛毛蟲

同安國小教師 洪德惠

在一個美麗的小花園裡，住著一隻小蜜蜂、一隻小螞蟻和一隻毛毛蟲。他們是非常要好的朋友，每天一起聊天，一起玩捉迷藏，也會彼此分享找到的食物，日子過得開心極了。

有一天，小蜜蜂採完蜜，正要回家的路上，遇到毛毛蟲。「嘿！我這兒有一些新鮮的花蜜，一起吃吧！」毛毛蟲大口大口品嚐起那香甜的花蜜。這時，小螞蟻搬著自己找到的一小塊蛋糕屑吃力的走過來，見到小蜜蜂和毛毛蟲，湊過去要跟大伙兒一起分享。「哇！太棒了，謝謝你，小螞蟻。」小蜜蜂開心的說。「但是，小螞蟻，我剛才採的花蜜，我跟毛毛蟲吃得太開心了，忘了留一些給你，你等我，我再去採一些。」小蜜蜂說完，就飛得不見蹤影了。留在原地的毛毛蟲和小螞蟻，望著小蜜蜂離去的方向發呆……

過了幾天，他們在玩追花瓣的遊戲，一陣強勁的風將玫瑰花瓣從枝頭上吹落，「預備……起！」小螞蟻、毛毛蟲用盡全力奔向那落在樹葉間的花瓣，小蜜蜂飛不進那茂密葉間的縫隙，在旁邊急得嗡嗡叫，眼看毛毛蟲就要率先到達，贏得勝利了，但一陣大風吹過，原本卡在樹葉間的花瓣，被風一吹翩翩的掉落地面，小蜜蜂加足馬力飛向花瓣，輕鬆的取勝了。毛毛蟲滿肚子的委屈，大喊著：「不公平……不公平！」小螞蟻安慰他：「別這樣，只是遊戲而已！」



日子一天天過去，毛毛蟲和小螞蟻的心裡漸漸開始羨慕起小蜜蜂來。

「他可以自由自在的飛翔，我們倆卻只能在林葉間或地面上慢慢爬行。」毛毛蟲沮喪的說。

「小蜜蜂一下子就飛出花園了，可以去看看外面的世界，會飛真好！」小螞蟻難過的說。

有一天，毛毛蟲對小螞蟻說：「我們不要跟小蜜蜂當好朋友了，好不好？」小螞蟻驚訝的說：「為什麼？」毛毛蟲眼神中透露著堅決：「他跟我們不一樣，他有翅膀！」

自從那天過後，毛毛蟲不再搭理小蜜蜂，小螞蟻雖然心中感到失望及難過，但他怕失去毛毛蟲這個好朋友，於是也跟著冷落起小蜜蜂來。可憐的小蜜蜂不明究理的失去了兩個好朋友，強忍著心裡的悲傷，獨自過著寂寞的日子。

又過了一陣子，毛毛蟲身體起了變化，把自己包在蛹中，小螞蟻很著急，每天看顧著毛毛蟲，等著毛毛蟲從蛹中出來。「你好了沒有啊？……還要幾天才會好啊？……快點出來陪我玩啊！」毛毛蟲在蛹中靜靜的等待自己的蛻變。

在一個溫暖的晨曦照耀的早晨，毛毛蟲破蛹而出，他振動了嶄新的有力的雙翅，翩然

而起。在一旁的小螞蟻驚呆了，「啊！……啊！……你是我認識的毛毛蟲嗎？」從毛毛蟲蛻變成的蝴蝶轉向小螞蟻，驕傲的說：「是啊！我跟以前不一樣了，我變成了蝴蝶，我有了翅膀，我會飛了。」看了一眼小螞蟻，「而你，仍然是原來的你，只是一隻在地上爬的小螞蟻。」說完，轉身離去，留下流著傷心的眼淚的小螞蟻。

讀完了這個故事，有沒有似曾相似的感覺呢？可能現在的你，是故事中的那隻毛毛蟲，或者不小心當了小螞蟻，或是不幸成了被排擠的小蜜蜂。其實小蜜蜂、毛毛蟲和小螞蟻各有優點，毛毛蟲有一天會變成蝴蝶，小螞蟻力氣大，小蜜蜂與生具來優異的飛行能力。他們如果能夠以自己的能力為傲，毛毛蟲就會欣賞自己，不去嫉妒蜜蜂；小螞蟻就會肯定自己，有勇氣去拒絕毛毛蟲的壞主意；小蜜蜂就會有足夠的自信心去面對朋友這樣的對待。

朋友間的相處本就不容易，但「珍惜友情」、「欣賞別人」是不變的真理。

## 欣賞

楊梅國小學生 江婕綸

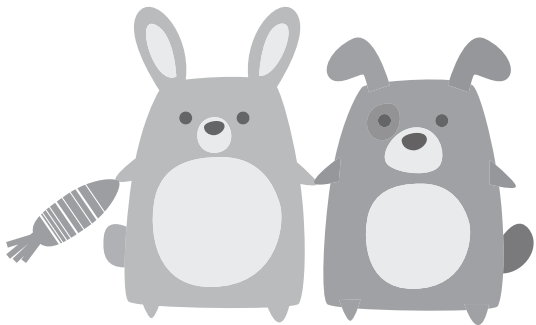
欣賞是一個重要的美德，當你以欣賞的眼光去看待人事物，你就會看見許多優點，進而讓自己的世界更寬廣，也才會看見世界的美；相反的，假如你以批評、嫌惡的眼光去看待周遭的人事物，你便會發現無數的缺點，永遠只會看見世界醜陋的一面，世界將會變得很狹小。

我想向大家分享一個小故事，故事的主角是一位聰明伶俐的女孩，名字叫做丹丹。開學安排座位時，她被排在患有自閉症的佳玲旁邊，她覺得很失望也很生氣，為甚麼要坐在佳玲的旁邊，因為她都不跟任何人講話，相處時也沒有任何的交集，佳玲好像自己處在另一個不同的世界。開學當天，丹丹看到佳玲害羞的低著頭，一直搓揉手指，當下她沒顧及佳玲的反應，罵了句：「神經病！」就離開了教室。

到了家，丹丹也沒說什麼，就進了房間寫功課，吃完晚餐就靜靜的坐在沙發上看電視，媽媽覺得丹丹今天怪怪的，上前詢問後才知道原來丹丹是因為坐在佳玲旁而心情不好。媽媽溫柔的摟著丹丹說：「大家都以批評的眼光去看待佳玲，這樣只會看到她的缺點，試著用欣賞的角度去看待她，妳會發現她的優點。」聽完媽媽的話之後，丹丹試著用不同的角度去看佳玲，她發現佳玲其實心思細膩，很會畫圖，這跟她以前看到的佳玲完全不一樣。

後來某天，丹丹與媽媽去圖書館，恰巧查詢到關於自閉症的一些資料，她才發現原來自閉症患者有與人溝通的問題，但是他們可能擁有某些獨特的天賦。佳玲關上了與人溝通的窗，但上天也幫她開啟了繪畫的天賦。因為丹丹願意以欣賞的角度去看待患有自閉症的佳玲，進而了解及體諒，反而讓丹丹在人生的道路上更加成長。

證嚴法師曾說：「有智慧的人，欣賞別人的優點，沒有智慧的人，專找別人的缺點。」、「欣賞別人，就是莊嚴自己。」所以學會欣賞別人，別人就會尊敬你。嫉妒是人的本性，但是如果能夠改變心性，學習欣賞別人的優點，包容別人的缺點，這就是品德上最好的表現。



## 欣賞

興國小學生 楊雲淇

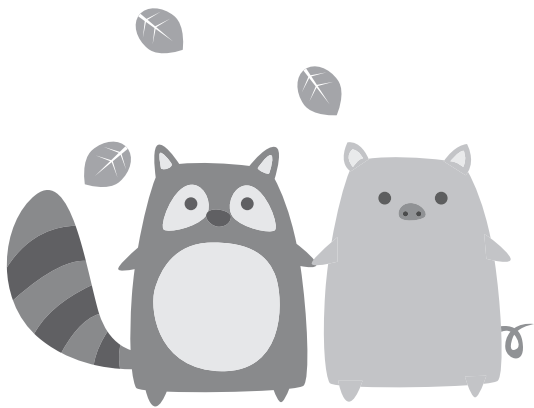
古人說：「萬物靜觀皆自得！」世界萬物都有美好的一面，若我們用欣賞的眼光去觀察，便會發現一草一木都有它了不起的地方。草木如此，每個人也都有自己的長處，我們若能欣賞別人的優點、讚美別人，能讓人和自己快樂，也能從中學習，變得更進步；反之，只會挑剔別人的缺點，否定別人優點的人，不但沒朋友，甚至永遠只能原地踏步，毫無創新。

三國時期著名政治家、軍事家諸葛亮，書中記載他「身長八尺，面如冠玉」，十分英俊，但他娶了河南名士黃承彥之女黃月英為妻，據說黃月英十分醜陋，卻聰明賢淑、知書達禮，諸葛亮很欣賞、崇拜她的才華。在她的啟示下，發明了「木牛流馬」；在蜀國北伐時，諸葛亮用「木牛流馬」為蜀國十萬大軍運送糧食，蜀國才有機會打敗魏國司馬懿。如果諸葛亮只是一味注重、挑剔黃月英的醜陋而沒有一顆欣賞的心，就不會有「木牛流馬」這項偉大的發明。

漢高祖劉邦曾說：「率領百萬大軍，戰必勝，攻必克的本領，我不如韓信。」但劉邦並沒有因此嫉妒韓信，反而更欣賞他、重用他，雖然韓信自命不凡、十分囂張，又有稱王的想法，但他始終不忍心背叛劉邦，他說：「以前我在項羽手下，他一直瞧不起我；劉邦待我恩重如山，我不能背棄主人的知遇之恩。」項羽因為不懂得欣賞韓信，而失去得到人才的機

會；劉邦能欣賞韓信的本事，讓他握有軍事大權，韓信才能一展長才，協助劉邦建立漢朝。可見懂得「欣賞」是多麼重要啊！

諸葛亮欣賞黃月英的內涵，解決了蜀國北伐的糧食問題；劉邦欣賞、重視韓信的才華，打敗了項羽，建立漢朝。人與人之間，應該彼此欣賞，只有智慧的人，才知道如何欣賞別人；只有帶著一雙欣賞的眼睛，才能發現別人的亮點。欣賞別人並不是貶抑自己，而是吸收、學習別人展現長才的能力，除了讓自己能更上一層樓，也能獲得珍貴的友誼喔！



## 一位令我欣賞的同學

內壢國中學生 吳宗璇

他，是我在班上最不喜歡的人，其實我也說不明白，我到底是哪裡與他有仇，每次遇見他，我都無法往他的優點看，只覺得他是個討人厭的傢伙。

我並不是一個對人都充滿敵意的人，剛認識班上的同學時，不管同學到底是不是好相處，我都可以和他們打成一片，但是唯有他，我莫名地和他保持距離。

過了一陣子，班導決定要換位子，好死不死我坐在他後面，每當我在認真上課時，他都轉頭過來找我聊天，「拜託！大哥！你想聊天也要選時間啊！我要上課耶！」或者，有時候考得不錯的同學可以拿到一些小獎勵，例如：餅乾、糖果等零食，他都會轉頭過來跟我耍一些來吃，我其實很不想分他，但看在他苦苦哀求的份上，我還是分給他了。

當時，我以為我討厭他的原因不過如此，我盡可能地改變我的想法，試著對他好點，但是他似乎特別容易踩到我的地雷，而且用層出不窮的方式惹到我，胸口的那把無名火，已經不知道第幾次被他燃起，又被我不知道第幾次的掩埋之下，反而更加厭惡他。

他不只帶給我麻煩，其他同學也有相同的困擾，有些同學直接跟他翻臉，最後鬧到班導出現，跟我們解釋了他的特殊狀況——他其實是一個有過動症的孩子，他做這些動作並不是他有意的，他只是不明白他這樣子會造成我們的困擾。

雖然，我明白了他的行為是情有可原的，但他依舊還是個討厭鬼，天天不斷的「上課」找我聊天，為了去好好了解他、包容他，因此我做了個決定：「下課時好好地陪他聊聊天。」

那節下課，我發現他其實蠻可愛的，他喜歡聊關於釣魚、重型機車的話題，而且他對於這類事情非常的了解，過了幾天，他居然還把他的釣具帶來學校，教我關於釣魚的技巧，還有要如何選擇好的線、釣竿和魚餌。

直到那節短短的十分鐘下課後，我開始欣賞他對於課外知識的求知慾，也很佩服他對釣魚的熱衷，而且他把他會的所有知識毫無保留的教我，我喜歡他單純、直率的個性。現在我反而覺得慚愧，以前對他這麼不友善，他卻完全不記恨，對於班上的怨言也一笑置之。

他，雖然是我們班最麻煩的傢伙，但是他一定是我們班裡最直率的人！期許他以後依然可以保留住自己最單純的個性，不要再被其他人欺負，也祝福他能以自己的能力闖出一番事業。

「三人行，必有我師焉。」注意身旁的朋友和周遭的人們，他們一定也有值得欣賞與學習的地方。



## 我欣賞的人讓我懂得欣賞自己

內壢國中學生 陳柔羽

欣賞，這個既抽象又具有意義的舉動，對我來說就像是坐上直升機在廣無邊際的天空裡，觀賞一場白雲的魔術表演，但就算飛得再高再遠，最終的目的地仍是陸上，因此欣賞自己也是一件很重要的事情。

在我國中二年級時，我換了一間跆拳道道館。起初我以紅帶的身份來到新的道館，放眼望去，滿滿的都是穿著護具的學生，乍看之下還以為是氣勢萬鈞的軍隊，而站在一旁的我，只穿著一件白淨淨的道服，瞪大的雙眼就快要被眼前的景象給挖出來了！這還只是開胃菜，接下來的基本連續動作，更是直接打碎我那堅硬如石的自信心，再加上有越來越多人對於沒有護具卻綁著紅帶的我充滿質疑，使我也漸漸開始懷疑自己的實力。

幾個禮拜過去了，我雖然也拿到了護具，但從來沒有打過對練的我，對於對練實在是竅不通，而且經常被藍帶打得落花流水，甚至百戰百輸，雖然大家沒說什麼，但我能感受到他們其實很不想再看有我的對練，我也因為我的笨手笨腳而覺得十分丟臉，真想挖個洞把自己藏起來。某天，有個跟我年紀相同的黑帶前輩，突然很關心我，也常常教我正確的踢法。我剛開始有點懷疑，懷疑他是不是想要近距離的嘲笑我，但是事情沒有我想的那麼糟，因為在一次又一次的練習裡，即便我再怎麼不協調、學習速度再怎麼遲鈍，他臉上仍掛著溫暖的笑容，耐心的指導我，說真的，除了教練，他是第一個不放棄我的人，我不知不覺就越來越

欣賞他了。

時間快速的流逝，終於到了晉級升帶的日子，每次的晉級都會有黑帶的前輩們來幫忙，這次我在茫茫人海中看見他的身影，高大強悍的外表、溫柔的雙眼，就是他的特徵，而且特別的吸引我。另外這次的晉級能跳級的話，這段期間就是最後我色帶的人生了，種種動力讓我真想打出漂亮的成績。

在測驗的過程中，我的腦海不停湧出昔日練習的畫面，沒有一張不出現我的恩人認真教我的神情，從基本動作到對練，從對練到品勢，每個細節、每個橋段都依稀存在，往事歷歷在目。測驗隨著回憶慢慢進入尾聲，令人緊張的時刻到了，當測驗官公布完升帶名單後，我的心頓時涼了，因為我不在名單內，我緊咬著嘴唇，咬到都滲血了，發抖著捫心自問：「我真的打的那麼爛嗎？」就在此時測驗官突然念到我的名字，我嚇到了，但並不是被測驗官嚇到，而是這測驗結果太驚人——我跳級了！

感動不已的淚水，徹底洗掉過往的辛酸。在拍完紀念照後我馬上去找我的恩人，當我找到他時，他也正想找我，更巧的是，我們要對彼此講的話竟大同小異：「我真的很欣賞你。」

在我了解情況後，我終於知道，其實我自己也是一個值得被欣賞的人，這領悟來自於我的恩人，因為他被我的努力不懈所感動，而想認真教我，原來我也有這麼好的優點，可以值得他人欣賞。因此從這件事情告訴我們，開闊視野欣賞他人，更要開啟心房欣賞自己。

## 生命中的美好經驗

興南國中學 程家恩

人生是由許多不一樣的小事所連接而成的，不論是開心的、難過的、有如過眼雲煙、倏忽即逝、刻骨銘心、深深烙印在腦海中的，都具有不平凡的意義，像盡情綻放的花朵，道出人生的美麗，也像輕輕墜落的流星，劃過生命中那精彩的天空。甚麼是你生命中美好的經驗？參加比賽奪冠？與好友一同出遊？得到他人認同和肯定？在我的生命中，有許多美好的經驗。

在我七年級那年，我被老師選為品格模範生，一開始聽到這條消息，我一心一意只想自動放棄，想盡辦法說服老師換人，因為按照本校往例，一旦當選為品格模範生，就必須在運動會當天上台致詞，發表當選的感想與感謝的話語等等，並且在家長與老師和全校同學面前接受頒獎，對生性害羞的我來說，要在全班面前說話就已十分為難，而今，居然要我獨自站在數百人面前發表，這真是道大難題呀！但是不管我怎麼撒嬌，不管我用甚麼方式說服老師，都一點兒也不行不通，老師說：「這是訓練你膽量的好機會，說不定經過這一次，你就會變得不一樣囉！別再浪費心力了，我不會改變心意的。」最終，我只好無奈地放棄，接受現實，認命地去準備講稿。到了運動會當天，臉上不免露出驚恐的神情，我以最慢、最慢的速度走上司令台，深深地吸了一口氣，就開始發表，一切都順利，沒有出任何差錯，也沒有忘記任何一句台詞，說完最後一個字，心中的大石頭總算是放下來了，我燦爛的對台下觀眾

笑了笑，在心裡默默地說：「其實根本沒那麼恐怖嘛！」雖然這看起來並不是個快樂的回憶，但其實，是因為有了這段經驗，才讓我成長了更多，對我來說，它是我生命中的美好經驗。

在我八年級那年，最令人期待的隔宿露營活動終於到來了，我滿懷一顆期待的心準備面對接下來的兩天一夜，然而，到了現場，才發現並不如自己想像中的美好，有好多體驗項目，都令我深深地恐懼著，比方說：攀岩，我看著前面的男同學各個都動作熟練、手腳靈活，輕輕鬆鬆就攀了上去，雖然他們每個人臉上都掛著笑容，但我還是感到萬分的不安，我很懷疑，光靠那條不怎麼起眼的繩索，真的能牢牢地撐住我嗎？輪到了第一位女同學，她的狀況和男同學相較之下顯得沒那麼靈巧，看起來吃力許多，眼看著就快輪到我了，一顆心七上八下，我忐忑不安，只感覺心臟「撲通、撲通」地跳得甚快，我實在害怕自己一不小心掉下來受了傷，更害怕會被同學嘲笑、羞辱，不過儘管如此，最後我仍鼓起勇氣緩緩地走向前，可這時我卻全身癱軟，無力的癱坐在那兒，對於運動細胞差至極點的我來說，要爬上去，簡直比登天還困難，但是看見全班同學都在鼓勵與教練不停地安撫著我，我也只好逼自己克服心理障礙，豁出去了！我含著淚水一步一步向上爬，全身不聽使喚不停地顫抖著，我不斷告訴自己「放輕鬆、深呼吸，不要緊張。」就在我即將面臨崩潰邊緣時，我總算成功的登頂了！我小心翼翼地轉過頭，不敢有太大的動作，驚魂未定地看著同學，萬萬沒想到，大家居然一致地給了我最溫暖的微笑，有人說著：「你好棒哦！」，有人說著：「你看你成功了耶！」有人說著：「803愛你唷！」這時我眼眶中的淚水，是感動而喜悅的，那種自我實現的成就感，

還有教練的稱讚和同學的喝采，讓我感到無比的喜樂，實在難以言喻，也許當下事情平凡無異，但現在回想起來，真覺得這是我生命中的美好經驗。

美好的事情仍不停在發生，為我的生命增添更多的色彩。到了現在，我九年級這年，被國文老師指派為本次國語文競賽市賽的代表，在準備的過程中，碰到重重的關卡，像是：朗誦過程中破音自己還笑場、害怕語調太過做作會被同學凌辱、聲音太小聲、太低沉或太高亢……等，實在是令人頭疼，好幾次我都因此而抱著好友大哭一場，也常常會有想放棄的念頭，但是每一次經過思考後，最後總是會因為不願讓老師失望，而選擇重新站起來，繼續勇敢向前走。比賽當天，我緊張到吃不下早餐，我擔心的想：輸了怎麼辦？老師會不會生氣？同學會不會嘲笑？父母會不會失望？我不安地坐在預備區等候，當我聽見「編號十二請上台」，我便以抖得嚴重的雙腳走上台，看到台下的評審們各個都不苟言笑，我差點沒有昏過去，等到稍微定了神，我才努力放鬆全身，開始朗誦文章，待結束後，我優雅的鞠了個躬，緩緩地吐了一大口氣，抬頭挺胸平穩地走下台，我覺得自己真是太棒了！我居然克服了！不管比賽結果如何，我都覺得非常值得，幸好當初的我沒有退怯，才能贏過我自己。也許一般人會認為這只是件微不足道的小事，但對我而言，這不只是再深刻不過的經歷，也是我生命中的美好經驗。

在人生中有困難，困難中有學習，學習中有成長，成長需要經驗，經驗或許有好有壞，但只要戴上美的眼鏡去看待，用正向的想法去思量，一切都將成為生命中的美好經驗。

## 欣賞的藝術

中壢家商學生 黃苑婷

這個浩瀚無垠的宇宙，我們都是小小的星塵，每天努力地生活著，欣賞的眼光也不盡相同，何謂欣賞？我想就是能觸動心底，以真誠由心出發的眼光去看待一件事物；有人欣賞的是華特·迪士尼筆下那神采動人的米老鼠；有人欣賞的是王永慶帶領成功的企業；有人欣賞的是馬拉拉帶來給女子教育機會的榮耀，但是，你可曾去欣賞困苦中的美？，你可曾細細咀嚼它的滋味、品嚐它的美好、吸收它的養分？我想這就是欣賞的藝術！

人人都看的見光鮮亮麗的美，但苦難中處處都是美，有誰曾細細的去品味呢？當你遇見苦難你又是如何去欣賞它呢？華特·迪士尼也是經歷了層層的考驗才有今日的卡通之父！在他連買顏料跟畫布的錢都拿不出來的時候，他也未曾放棄過他的理想，就連家喻戶曉的米老鼠也是在那時誕生的！華特·迪士尼也曾說過：「做不可能的事是種樂趣。」這讓了解欣賞事物的態度，所能帶來的信念，接下來這位想必大家並不陌生，台灣經營之神——王永慶，從一開始的一家小米店變成如今的大企業家，中間的辛勞，曾經的血本無歸都不曾讓他放棄過，他一步一步的往上爬，造就了今日的成就，他曾說過：「困苦是上帝對我的賜福。」我想很多人曾被困難拖入黑暗深淵，看到的都是漆黑一片，卻不曾好好地欣賞，當你換個角度去欣賞你將會發現，陽光的背後就是陰影，那你一定可以看到陽光，黑暗中存在著陽光就如困苦中藏著希望。

諾貝爾和平獎最年輕的得主——馬拉拉，這位十七歲的女孩所做的是，不斷地觸動我的心弦，她是一個為了教育奮鬥的女孩，一個為了讓女子都能上學的女孩，一個被槍擊中頭部但並未放棄理想的女孩，馬拉拉曾說過：「恐怖主義者認為他們可以改變我的目標，阻止我的抱負。但除了脆弱、恐懼、無助消失了之外，我的生命沒有任何改變，堅強、力量與勇氣油然而生。」這句話深深地烙印在腦海裡不斷地迴盪著，一個十七歲的女孩都能如此地看待事物，那我們呢？又是如何去看待每次的挫敗？這讓我想起國中時的我，成績不好時就想退縮，總是害怕結果不如人意，但是媽媽跟我說：「對於肯嘗試的人，這世界上沒有不可能的事。」這句話點醒了我，我用全新的眼界去看待這次的困難，沒有絕望的處境，只有處境絕望的人！你如何去欣賞就會得到什麼樣的結果。誰說逆風不能飛行？對我而言逆風才是最好的飛行方向，因為你能到達你從未到過的地方好好欣賞一番。

欣賞是門藝術，一個美得驚心動魄的藝術，失敗、挫折、困難只要你學會欣賞，它將賦予你前所未有的力量，你能越過那挫折的高山，能橫渡困難的海洋，你能戰勝這一切，只要你欣賞其中的奧妙，我想就像激勵大師金格·金克拉所說：「你無法量身訂做生命裡的各種情形，但你可以量身訂做面對那些情形時，自己的態度。」欣賞對於我就像是那妙不可言的藝術。







品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
負  
責  
篇



## 心中的小太陽——負責

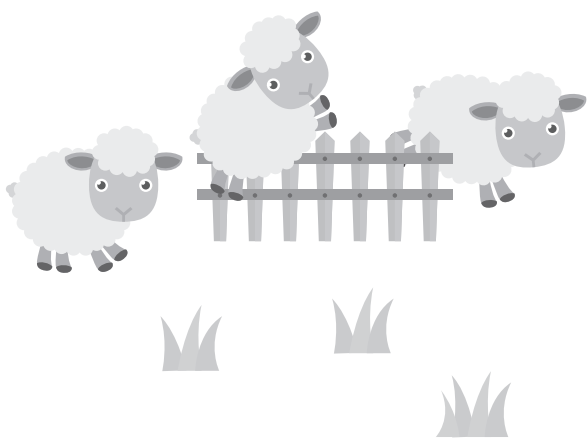
北湖國小學生 曾和美

負責就是要把自己份內的事做好。如果你出去工作，什麼事情都很要緊，能讓老闆信任你，這樣就是「負責」。例如：美國前總統雷根，十一歲時與朋友一起玩球，雷根不慎將鄰居家的玻璃打破，鄰居索賠12.5美元。雷根告訴父親：「我不是故意的。」父親卻說：「玻璃是你打破的，你要負責賠償。」雷根為難的說：「可是我沒有錢啊！」於是父親給了雷根12.5美元，說：「這筆錢先借給你，一年後還我。」接下來，雷根只好開始打工，半年後終於把錢還給父親。後來，雷根在回憶起這件事時表示，透過自己的勞力來承擔過失，讓他明白什麼是責任。

法國的父母對孩子責任感的教育十分普遍及嚴格，誰該負責就要誰負責，即使是孩子也不隨便。一個中國人去法國朋友家做客，吃飯時朋友八歲的孩子拿一小塊麵包逗小狗玩，狗跳起來撞翻他手中的盤子，盤子破掉，男孩子對父母說：「你們看見了，是小狗打碎盤子，不是我。」母親說：「盤子確實是小狗撞翻的，可是你沒錯嗎？」男孩大叫：「是小狗的錯，與我無關。」父親把男孩叫到自己的房間去好好反省自己究竟有沒有錯。十幾分鐘後，孩子走出房間，說：「小狗有錯，我也有錯，我不該在吃飯時間餵狗，這是你們多次告誡我的。」

父親笑道：「那麼，今天你就該為自己的錯誤承擔責任，待會兒要收拾餐桌，並拿出零用錢賠這個盤子。」

在生活中，不管在哪裡，都要為自己做的事情負責，如果自己把事情搞砸了，就要自己收拾，絕對不要讓別人來替你收尾。有一句諺語在說：「一粒老鼠屎，壞了一鍋粥。」這句諺語在告訴我們不要當那粒老鼠屎，否則會被別人認為你是害群之馬。



負責

## 擇我所愛，愛我所擇

宋屋國小學生 陳庭萱

回顧六年的小學生活，參加舞蹈隊是最難以忘懷的一段美好時光，當初的決定也許有些猶豫不決，過程中也曾經動搖，幸而「擇我所愛，愛我所擇」的負責態度成就了這一段歡笑、淚水、榮譽與腰痠背痛交織而成的美好時光。

舞蹈隊是一個由多人組成的團體。所以在加入前，必須要考慮自己是否會好好為團體、為自己「負責」，既然參加舞蹈隊就要嚴守紀律並且認真努力、吃苦耐勞的學習，那些並不簡單的動作。在學習技巧動作前，少不了一些基本功與拉筋練習。不像姐姐能夠輕而易舉的把腿劈直，做一堆困難的技巧動作；從小我的筋骨就非常僵硬，練習技巧動作時，總是一次又一次的跌倒，不管怎麼拉筋，筋始終都那麼硬，這些挫折一次又一次的打擊我的信心，退出的念頭一次又一次閃過腦海。

直到有一次，老師告訴大家：「做事情千萬不要半途而廢，你怎麼知道下一次又一定會失敗呢？」老師的這句話讓我想通了，原來不是任何事都可以順著自己的意，也沒有人是一出生就從此一帆風順。這個轉念鼓舞了我，讓我有種願意放手一搏，不願服輸的想法。從此，我抱持平常心，盡力的練習，直到某一天「前軟」這個動作竟然出乎意料的成功了，隨之而來的驚嘆聲與歡呼，讓喜出望外的我有種眼淚就要奪眶而出的感覺。喜極而泣的眼淚堅

定了我的舞蹈之路。

每次的比賽與表演都需要大家的密切合作與完美默契，因為有大家的合作才能編出更完美的舞蹈，而默契讓舞蹈的表現更加順暢完美。所謂「台上一分鐘，台下十年功」，在比賽前大家常常都要犧牲假日休息的時間參加特訓。所有這一切的努力與犧牲都是為了在舞台上用最耀眼的表現。曾經有一段時間，我幾次因為覺得太累，想要退出舞蹈隊，不過看到大姐姐們在舞台上自信優雅的身影，不知不覺就深深被她們所吸引，我希望有朝一日自己也可以在舞台上散發光彩，在旋轉跳躍之間追逐自己的夢想，於是我忠於自己的感覺，選擇留下來繼續奮鬥。

回想過去的心情轉折，如今的我很慶幸當時沒有任性又不負責任的放棄跳舞，才有現在這樣一段充實又美好的回憶。能夠完成以前辦不到的動作，讓我心裡充滿了成就感；負責的堅持到底，更讓我深刻體驗到揮汗耕耘者必將歡喜收割的真諦。既然喜歡就別放棄！追逐夢想的過程，本來就不是一條平坦的道路，如果因為一點點的波折就想放棄，你永遠不可能實現夢想。所以，既然選擇了，就負責到底吧！

## 實現對自己的承諾——勇於負責

建德國小學生 姜冷如

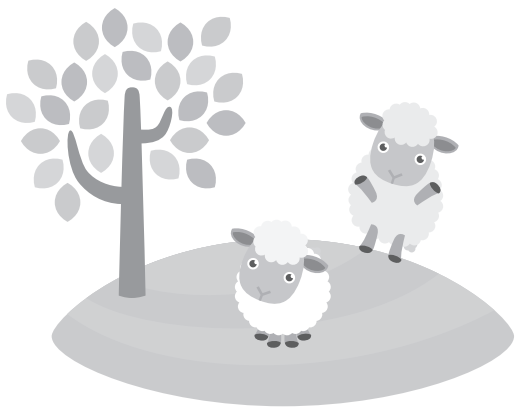
「負責」這兩個字看似簡單，卻代表著每個人做事的態度及為人的價值觀，或許有人把它視為再平凡不過的老生常談，認為那只是陳腔濫調。但他們卻忽略了，負責不只是为了別人，更是為了自己。當為自己的行為克盡職責時，也就成就了自我。有責任心，使我們的生活有意義，更賦予了靈魂。「負責」這簡單的二個字，蘊藏的卻是當我們走向黯淡之途時拉住我們的良心。

人必須為自己的所作所為負責，是為做的事收拾善後；是對親人、朋友承諾的達成；也是一種發自內心的舉動，因為負責任的態度替自己建立了一座受信任的堡壘，讓我們受人肯定和推崇。我曾在五年級時擔任打掃廁所的工作，常要刷洗小便斗和馬桶。在同學們眼裡，這是一件吃力不討好的工作，甚至排斥或鄙視它。但每當看見刷洗後潔白發亮的馬桶，以及使用過的同學、師長傳來的讚美，那股成就感，讓我完全忘了原本眾人的負面評價。原來如此卑微的工作，像巧克力一般，苦澀中帶點甜味，這些是完成後的驕傲。

負責的態度能使人受到鼓勵，得到自我肯定的成就感，而不負責任呢？恰恰相反，不負責任代表無法擔當責任，一個不負責任的人，代表沒有良好品格。這種人便不值得被信任，更不能承擔重責。「行行出狀元」，各行各業的人們扮演不同角色，讓整個社會運作更順利。

無論擔任任何一種工作、任何一種職業，不分高低貴賤，都要負責任。新聞媒體上播報著新手爸媽沉迷玩電動，嬰兒活活被餓死的事件屢見不鮮。這樣的父母，就是不負責任的範例，我們應當做好自己的本份，不要像這樣的父母般，犯下瀾天大錯，造成無法挽救的後果。

馬克吐溫曾說：「我們生到這個世界是為了一個聰明和高上的目的，必須好好的盡我們的責任。」負責任是身而為人的基本態度，也是對自己的一種承諾，既然決定的事，就不能再找藉口推託。我們當為自己的行為負責、信守諾言；切莫因不負責任而失去他人信任、使自己良心蒙塵。我們也應該了解自己扮演的角色，竭盡所能做好份內的事。每個人都應該學會負責，讓自己成為一位品格高尚的人！



負責

## 負責

富林國小學生 鄭鈺靜

當每個人都懂得負責，即使遇到再大的難關，也能如同枯萎的小草遇上甘霖，再現欣欣向榮的生機，若人人自私自利推諉卸責，只想把燙手山芋丟給別人，不僅可能讓一件原本可以水到渠成的小事衍生出不必要的亂象和弊端，更可能星星之火足以燎原，導致許多遺憾。

一零四人力銀行的行銷總監邱文仁，剛踏入社會時不過是個名不經傳，在麥肯廣告擔任創意總監的秘書，由於那是一間外商公司，上傳下達的所有文件幾乎都是以英文的面貌呈現，職責所在要幫老闆翻譯，雖然對邱文仁來說，這不是一件太困難的事情，然而那些文件卻密密麻麻的難以辨識，因此無論是不厭其煩地將電話撥了又撥，甚至不惜親自到對方公司做確定，都務必把最完整正確的資訊呈獻給老闆，也因此終於受到了重用，開啟了往後成功的一扇門。

經營之神王永慶的名氣家喻戶曉，創造了百億身家的台塑集團，雖然出身貧苦的茶農之家，卻律己甚嚴，總是用最樸實而負責的態度去處理自己的生意和工作，「遇到任何情況都盡心盡力處理，事後並自我檢討，了解缺點，謀求改進。」是他一生奉行的座右銘，當公司的貨物有任何可疑的狀況，他日以繼夜檢查盤點，不放过一絲絲可能出紕漏的小細節，也



因為這樣負責認真的行事作風，獲得了客戶的信賴，奠定了集團日益壯大的基石。

一個農夫若不懂得負責，作物的收成將成為空談；一個郵差若不懂得負責，信件的往來通訊將會有莫大的困擾；一個軍人若不懂得負責，可能陷國家人民的安全於空前的危機；一個老師若不懂得負責，可能誤失春風化雨的良機，更甚著誤人子弟而不自知，造就日後弊病叢生的社會問題；即使是涉世未深的學生也該用負責的態度來自我要求，就如同我那最親愛的姊姊，升上國中就被欽點為小老師，日益繁重的課業，早已經把他壓得喘不過氣來，然而卻總是為了替老師催收同學們的作業而勞心勞力，或是規劃隨堂測驗這些吃力不討好，讓朋友們怨聲載道的工作，然而他卻能以負責任且一絲不苟的態度去完成，也因此很受老師的信賴，也獲得許多額外的學習機會，更是大家心目中品學兼優的好模範！

美國總統柯林頓說：「每一個人都應該有這樣的信心：人所能負的責任，我必能負；人所不能負的責任，我亦能負。如此，你才能磨煉自己，求得更高的知識而進入更高的境界。」沒有任何人有義務該成為代罪羔羊來幫我們收拾爛攤子，從小就該培養負責任的態度和品格，唯有兢兢業業，做好自己的本分，才能把事情做到盡善盡美，讓我們從現在播下負責的種子，相信來日必能開枝散葉，成為蝶舞繽紛，綠意盎然的一片方園！

## 我心中有一個暖暖的小太陽

龍興國中學生 方晨

我心中有一個暖暖的小太陽，時常帶給身邊的人溫暖與快樂，散播歡愉美好的氣息。我樂於助人，對身邊需要幫助的人充滿關愛與包容；我樂於分享，生活中遇到的種種趣事，我都會分享給我的朋友們，讓每一個人的身邊都縈繞著歡樂的笑聲；我樂於讚美，發自內心的誇獎朋友的優點，看著他們那被寵溺的微笑，我也彷彿被暖暖的小太陽照耀著；我更樂於「負責」，承諾的事情必定傾全力完成，不讓信任我的人失望，做自己、也做別人的小太陽。

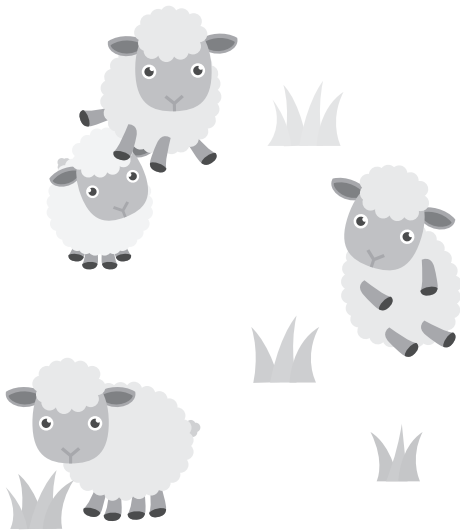
一個不負責任的人，放縱自己的慾望，對自己的慾望予取予求；一個不負責任的人，同樣的也缺乏面對的勇氣，做錯事了卻沒有勇於認錯。有的人想要玩樂，於是放棄了課業；有的人想要偷懶，於是選擇了逃避忙碌，但當所有人都盡力的完成自己份內的事，決定脫逃的那個人就顯得更加不負責任了。憶起小學五年級的暑假，我被學校裡一位優秀的作文老師發掘出才能，督促著我參加作文集訓。隨著時間的流逝，一堂課、兩堂課：最後一堂作文課，老師指派給我的作業份量分明不多，可是我的心中卻只想著要玩樂，把作業這件事完全拋在腦後。其實在玩樂的同時，我的心中有霎時間是充滿罪惡感的，也深怕最後無法準時交出作業，可我就是沒有辦法提起幹勁拿起筆完成我的作業，于是在「兩難」間，我悄悄的向安逸靠岸。

就在那一天，我正在直笛團練時，教室外面站著一個熟悉的身影，天哪！是我的作文老師。我當場愣住，隨後就被叫去教室外訓了好久好久的話，那個時候，我覺得時間彷彿停止了，只剩下我和作文老師的心跳聲，她慷慨激昂、我沉重凝然，以及瀰漫在我們身邊濃濃的火藥味。當時作文老師對我說的話，至今都還深深地烙印在我的腦海。「你從來都不用我操心，我原本很信任你，相信你能完成作業，更能在自我要求中激發自己更多的潛力，不過，很難過的是——你並沒有。」我從她空洞的眼裡看見了滿滿的失望和一絲的不捨。我不但讓老師失望，也讓自己失望了。因為我放任自己去玩樂、因為我的不負責任，所以當我一次又一次地回想起這件事情，心裡頭是滿滿的懊悔與慚愧。

如果當時我按時完成了作業，老師是不是就不會對我不會對我失望透頂？如果當時我懂得管理自己的慾望，現在的我是不是就不會如此的後悔當初？那件事情過後，我便下定決心要成為一個凡事懂得負責任的人。負責任的人懂得控制好自己的慾望，他能判斷玩樂的重要性，但更懂得拿捏分寸的不踰矩；負責任的人會判斷事情的先後順序，一定會先將別人囑咐的事情完成，不失約於別人，重視自己立下的諾言。我決定成為一個負責任的人，在負責的態度中學習自我成長，因為曾經犯錯，更讓我了解「負責」的重要性，一次打擊，竟成就了我人生中一次深悟痛覺的覺醒。

梁啟超曾說：「人生須知道負責任的苦處，才能知道有盡責任的樂趣。」，因為曾經受到不盡責任後的教訓，所以更懂得勇於負責的態度。現在，別人交代的事情我會準時完成，並且盡全力做好，在這樣的自我成長中，形塑了我獨挑大樑的特質，因此有許多師長對我都委以信任，放心地吩咐我做事情。當我負起責任完成所有事情後，不但獲得師長們的誇讚，也漸漸開始彌補了我內心的缺憾，真正的為自己感到自豪，原來，負責也是一種自我肯定的方法。

我樂於助人、我樂於分享、我樂於讚美、我樂於負責。我心中的小太陽仍然熠熠生輝，當我隨著時間漸漸成長，回頭看看身後的這段成長路程，也無風雨也無晴，只有滿滿的驕傲與光榮。



## 抉擇

大華中學學生 王思惟

進與退，充滿人生智慧，猶如生命中的取與捨，決定了一個人的氣度與格局。而生命就因為充斥著抉擇，才能激盪出人生多處不凡的火花。當你置身在十字路口，該要如何決定自身的定位，身為自己生命的導演，下一步的進與退，全然掌握在自己手中，因此，對自己負責，成了人生最重要的課題，在學習的路途上更是如此。

夜深人靜時仔細吟思，人生旅程中確實充滿著許多生命的岔路口，然而，每一次的抉擇，也確實成為改變自我的契機。如今回首審視每次的選擇，不禁五味雜陳，或因弊而感嘆；或因成而欣喜，但最後看看現今的自己，臉上卻能泛起一抹淡淡的笑顏。

記憶猶新，將時光輪盤轉回那年的冬天，第一次感受到：那冷冽的寒風不再是冰寒刺骨的主因，而是我面對了重大抉擇……。

當緩步走向講台上的老師，冷不防地以嚴厲的眼神掃視台下的學生，並以不懷好意的語氣提出艱澀的問題，卻欲學生加以延伸及回答。然而，不知怎地，大家彷彿像是被嚴峻的溫度凍住般，又或是被老師的霸氣給震懾住，一動也不動，大家兩眼交視、眼神飄忽，深怕和老師對到眼，繼而成為老師眼中的囊中物。

此時的我即是站在這看似微不足道但卻充滿挑戰的分岔口，心想：是要和其他同學一樣選擇退往安逸的一隅，繼續瑟縮祈禱著；抑或是挺身而出，勇於面對老師的難題。當下的

我陷入苦思卻也下定決心，奮力一搏。然而出乎意料的，這次的抉擇，從此改變了我面對人生的態度，也促使我學習的路途中更加順遂，展現學習領域中不同的視野。

那一天，我咬緊牙關，選擇了這個看似充斥荊棘的道路並向前邁進。當下對我來說最困難的挑戰並不是老師出的難題，而是內心與自我天人交戰的心境。這是場心理戰，而我不願與大家同流，而是昂然挺立在這戰役上，勇敢地為自己負責。當我選擇不逃避時，外表看似毫無畏懼的我知道，我成功了，我做對了！

那次的邁進，一改我對人生及學習的態度，正向且積極，就猶如松柏不凋於歲寒，堅守自道挺立於寒冬中；雞鳴不已於風雨，在艱困中仍選擇了不屈。那最甜美的果實往往在最高的樹梢；人煙稀少的路，往往通往最美麗的風景。那次的抉擇為我帶來了新的處世哲學，也為自己的學習展現出坦然自主及負責。退一步或許海闊天空，但試著「進」一步，又或許為你帶來不一樣的火花！抉擇，是讓自己能主動掌握更大的成敗，並非把命運拱手讓入主導。因此，學著對自己學習負責，盡到身為學生的本分，遇到難題，先別急著退縮，鼓足你的勇氣面對，那麼隨之而來的將會是一次刻骨銘心且甜美可人的經驗。

品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
尊  
重  
篇



## 尊重彼此

大崗國小學生 許修睿

人世間，眾生平等，每一條生命都需要彼此的尊重。

原來的我，並不懂得尊重是甚麼。小學二年級期末考後，爸爸、媽媽帶我去虎頭山。路上非常堵，車子連前進一步都動彈不得，我和爸爸、媽媽便在車上聊天。突然，我聽見有人在敲玻璃，原以為是幻聽，沒去在意。過了一會，又有敲玻璃聲，我回頭一探，就看見一個乞丐，手裡端著一個飯碗，身上穿著一個彷彿在垃圾場撿到的老破草帽和一件用破布織成的衣服，腋下還夾著一支拐杖。那個乞丐一直敲打著玻璃，敢情是個要飯的。由於窗戶是關的，所以我聽不清楚他在說甚麼，好像在說：給點吃的吧！餓死人了。我心想：我才不管呢！爸媽辛苦賺來的錢，要是給了他，誰知道他不是騙子？心中正想著，前面的車子竟走了，爸爸也就啟動了車子，我們就這樣從老人身旁呼嘯過……。

直到上了小四，我無意中看到了一篇文章，它的意境深深地吸引了我。內容大概是：有一個小男孩去商店買狗，老闆把所有狗都抱出來給他看，他發現有一隻斷了腿的小狗，便問老闆那隻狗多少錢。老闆說：「那隻狗，我可以送你，牠只是一隻斷了腿的小狗。」但小

男孩卻堅持用和買其他狗的價錢來買。老闆問他為什麼，小男孩撩起褲管，露出用鋼釘固定



的腿說：「因為牠和我一樣，我們都是平等的，牠也需要我們的尊重。」讀完這篇文章，我的眼眶濕潤了。人與動物如此，人與人亦如此，我們都需要彼此的尊重。看了這篇文章，讓我不禁想起二年級所遇到的那個老人，當汽車從他身邊呼嘯而過時，他會怎麼想？我尊重他了嗎？想想他手中的碗，有人尊重他嗎？為什麼我們不能尊重他？我們都是一樣的啊！

從那天起，我學會了尊重。每次見到撿瓶子的阿嬤，我就會主動往他的袋子多放一個瓶子，從她的「謝謝、謝謝」中，我讀到了人與人的可貴。尊重別人，也會給自己帶來一種快樂，而這種快樂是人與人真正產生的。尊重別人的同時，別人也會尊重自己，也讓自己尊重自己。

人世間，眾生都是平等的，學會尊重他人，你會快樂許多的。我們都是一樣的，沒有誰比誰高貴，誰與誰卑賤之說，用一顆平常心去尊重你身邊的每一個人。

## 自由伴隨尊重，尊重才有和平

武漢國小教師 黃玉芳

每個人都崇尚自由，可以隨心所欲的生活，可以自由的閱讀自己喜歡的書籍，自由的享用自己喜愛的美食，自由的從事自己所熱愛的休閒活動……等，但是，並非每個人都過得非常愉快，因為有些人為了達成自己的目的，不顧他人感受，把自己的方便建築在別人的痛苦上。

「隨便先生」的行為就是一個典型的例子，有幾次倒垃圾時間一到，他趁左邊鄰居一家人外出時，將垃圾堆在他家門口，垃圾污水順著地勢流向左邊鄰居家門口。他視若無睹，也未將污水清理乾淨，好巧不巧地都被右邊鄰居瞧見，等左邊鄰居回來，右邊鄰居就向他們打小報告，於是，左邊鄰居氣呼呼地找「隨便先生」理論，雙方鬧得好不愉快。

此外，「隨便先生」明知晚上十點以後是人們睡覺的黃金時段，但是他卻還是邀請三五好友在家裡大聲歡唱卡拉OK，影響社區住戶的睡眠品質，引起許多住戶的憤怒與不滿。

「隨便先生」鬧出的問題已經夠大了，沒想到他還多次的放任他家的狗大毛，跑到鄰居的花圃隨意大小便，鄰居們接二連三地向「隨便先生」抗議大毛嚴重影響他們環境衛生的問題，而「隨便先生」居然不以為意，甚至還死鴨子嘴硬說：「不一定是大毛的大便，也許是其他住戶的狗大便……。」

鄰居們多年來不斷地忍受著「隨便先生」恣意妄為的行徑，大家已是傷透了腦筋。沒想到轉機出現了，事情是發生在一個週日晴朗的上午，「隨便先生」在社區散步時，為了閃躲大毛的排泄物而摔得四腳朝天，卻也因此傷及後腦，鄰居們見狀趕緊將他送醫急救，這次多虧鄰居們發現的早，否則後果不堪設想。

「隨便先生」住院期間，鄰居們還不時的輪流煮了一些營養的粥品、湯品去照顧他，帶了一些水果、物資去關心他，「隨便先生」感動的無法言語，羞愧的無地自容，真心感謝鄰居們的協助與照料，心中並許下諾言，要好好的善待鄰居，和諧相處，心裡感慨著，真是「遠親不如近鄰」啊！

「尊重」是愛的根源，也是人與人相處的基本素養，因為有尊重的素養，才有自重的內涵，有自重的內涵，才有自愛的表現，有自重自愛的表現，才能立足於社會與國家。

孟子也曾經說過：「愛人者，人恆愛之；敬人者，人恆敬之。」意即，如果我們能夠常常去關愛別人，別人也會常常關愛我們；如果我們能夠常常尊敬他人，他人也會常常尊敬我們，人是有感情的動物，總是會平等對待、和平互惠的互動與回饋。

我也深信世界上最值得尊敬的人是懂得自尊自重、愛屋及烏、民胞物與的人，這樣的人也必是充滿正向能量的人，以促進人與己、人與社會、人與自然和諧共處、共生共榮的人。最後，讓我們一起攜手合作，營造一個互敬互重、己達達人的社會，建立一個安定繁榮、溫馨和樂的國家為己任。

## 不能說的秘密

芭里國小學生 王宥萱

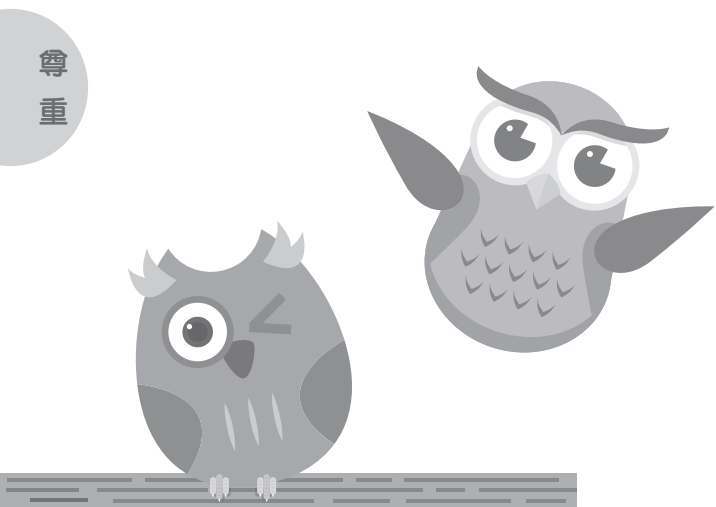
今天是開學日，我邊走邊想著兩個月沒見面的同學們不知道又有什麼趣事要分享？一到教室大家像雀躍的麻雀，噁噁喳喳地分享暑假的點點滴滴，我卻發現左後方的空位異常地寂靜，是小忱還沒有來上課，我滿腦子充滿了問號，小忱去哪兒了？老師上課時，也沒有點到小忱，最後老師跟我們說，她已經轉學了，教室裡就這樣空出那個位置。

曾經，我們是那麼的要好、無話不談的好朋友。有一次，她神秘地把我們叫到電腦旁邊，她跟我們說，她最近傳了一個她跳舞的影片，雖然她的舞藝還有進步的空間，但充滿了趣味性，我們看完後都笑得上氣不接下氣，每次無聊時，我們都會偷偷利用班上的電腦看這部影片。某一天的下課，我們故意把影片播給了另一位男同學看，因為他們兩個是我們同學眼中的小情侶，我們原本不當一回事，沒想到天底下沒有永不戳破的秘密，我們之間的友情如同洩了氣的皮球，不在飽滿，不再有活力。

自從這件事之後，我們彼此之間的相處。有一股尷尬又神秘的氣氛，上課都不和我打招呼，下課也沒有跟我們玩，她好像變了一個人似的，每次我們看到對方，我們都把眼睛撇開，避免眼神接觸，原來秘密被揭露的速度，如同一把鹽落入海底，瞬間擴散，無法收回。

老師曾經跟我們說：「破鏡難圓、覆水難收」，所以我們講出去的話，都無法收回，只能自己承擔後果。

想起了這件事，我感到非常慚愧，因為我沒有尊重她，也沒有考慮她的感受，如果她沒有轉學，我還有時間跟她說一聲遲來的道歉，我希望藉著這篇文章，跟她說一聲對不起，並透過這次的教訓提醒自己謹言慎行，懂得去尊重別人，保守同學之間不能說出口的秘密。



## 心中的小太陽

南興國小學生 林芷芸

在許多的好品格當中，我覺得最不可或缺，最想要跟它共度人生的就是「尊重」。如果每個人都懂得尊重，就不會有人虐待動物，大家都學會了尊重，也不會發生打人、攻擊事件，因為「尊重他人身體」已經是日常生活中的常理了。

這幾天我看了一個影片，它是在說有一群大學生注意到寄居蟹住的貝殼愈來愈少，有些竟然住在空杯子、舊燈泡裡，所以發明了能讓寄居蟹住的人工殼。這群人除了尊重環境之外也尊重寄居蟹，甚至為牠們著想呢！除了基本的尊重，有些人還會更進一步「用行動」幫助他人或動物，這些我們也可以多多學習。

但是，萬一這個世界沒有了尊重，大家就會亂成一團，例如：當你在演戲時，臺下的聽眾可能會插嘴、聊天，而不覺得自己有任何錯誤；看到美麗的花草，毫不猶豫的把它摘下帶回家，絲毫沒有設身處地為花草、大自然著想；看到討厭的人，就將他打得體無完膚，沒有尊重別人的身體。

前陣子有些人虐殺小動物，引起社會大眾的不滿，因為這些人不但沒有尊重小動物，竟然還用各種方式欺凌牠們，難怪民眾不高興。

「尊重」是一種美德，如果沒有，就必須馬上開始培養，如果大家都有好品格，社會就可以變得很美，眾人彼此尊重，他在說話時，聽眾安靜且專心的聆聽，每個人都應該尊重所有的事物，不管是動物、大自然、或是人……。

如果這個世界充滿了尊重以及其他好品格，只要把它們表達出來，每個人都可以變得非常幸福。有些人可以把自己的好品格發揮出來，幫助別人，只要大家多多學習，都能變得快樂。

從現在開始，我要從日常生活中開始做起，在家裡尊重弟妹及家人，在學校也尊重每一位老師及同學。仔細聆聽他人說話，不傷害動物，不踐踏草皮，時時刻刻提醒自己，努力變成一個尊重別人，同時也被別人尊重的人。

## 尊重

中壢國中學生 謝沛蓉

尊重，代表了人與人之間的包容，也代表了一個人胸襟的大小。

幾天前，在課堂上，老師說明了什麼是雅量、雅量帶來的好處以及雅量的定義。那時我就在想，尊重別人的想法，好像比想像中的簡單。如果只是一味的否定與排斥，那自己只會待在原地不動，無法進步和成長；不如包容並參考別人的想法，從中找到自己的缺失，對雙方都有益，藉此達到雙贏的局面。

聽演講時，台上的人往往藉由分享自己的故事、經驗，教導我們哲理、智慧；而台下的人，也應該認真的吸取台上人的智慧與教訓，思考並反思——如果是自己，應該怎麼做——這就是基本的尊重。但如果台下人在台上人說話時嬉戲、聊天，不僅台上人會因不受尊重而生氣，台下人也有可能在未来遇到一些情況時無法應對，那為什麼不做到兩全其美呢？明明是簡單的事情，就沒有必要把它變得困難。

人與人相處更是這樣。不管是同學之間、同事之間、家人之間，更要多一些尊重與包容，少一點衝突與爭執。同學之間要友愛，互相包容，有時退一步海闊天空，在別人身上也可以學習到很多事物；同事之間要和諧，互相看齊，是事業上的對手，不代表就要彼此就要鬧得不愉快，畢竟競爭是用來磨練自己、吸取教訓的，絕對不是用來彼此傷害的；家人之間要溝



通、互相體諒，家人是跟自己最親密、最熟悉的人，如果缺乏溝通，任何事都憋在心裡不說，事態只會隨著時間越來越糟。溝通協調的時候，也記得在別人說話的時候專注聆聽，並自我反省，藉此也可以讓彼此學會尊重別人，真正達到和諧的社會。

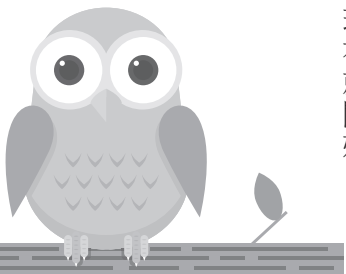
我在小學三年級的某一天，受到了男生的恥笑。那時候我的體型算是同學中比較「大隻」的人，在第一次上跳箱的時候，就一直不斷的聽到，「她一定跳不過」、「重量級喔」諸如此類的話。我感到非常不舒服、不被尊重。然而我選擇不去理會，畢竟是他們自己貶低了自己的水準。況且我的身材「肉肉的」這件事，在數字上已成事實，我還不如接受批評、自我反省呢！但當下我的朋友不能接受，就把他們都罵了一頓，讓我既感動又痛快。從那次事件之後，我就體認到：看似玩笑的話語，有可能已經深深刺進對方的心中，造成傷害。言語的力量很大，可以使一個人溫暖、可使一個人受傷，嚴重則可能造成永久的創傷呢！言語是人類互相交流的工具，請務必善用它來溫暖別人！

有人曾經說過：「別抱怨別人不尊重你，要先問問自己是否尊重別人」。人是群聚的動物，也是互相的動物。如果你不尊重別人，懷著理所當然的心態，別人又有什麼理由來尊重你？尊重即是自愛，它取決了一個人的品格和別人對自己的看法；尊重即是包容，他人的想法和行為跟自己不同時，應先行思考；判斷與斟酌，不要衝動的去駁斥；尊重即是和諧，

可以減少摩擦時就盡量減少，何樂而不為？

尊重其實非常的簡單，從身邊的人做起，你會發現每天都是快樂的一天，微笑一直都在；從陌生人做起，你會發現這個社會非常溫暖，並且充滿愛；最後，從每個人做起，你會發現，美從不缺少，是缺少發現，它藏在世上每一個角落，等待著被發現。尊重帶來的只有好處，是溫暖、是美麗、是可愛的。讓我們從今天起，從下一分鐘、下一秒鐘開始，學習尊重別人！相較於不尊重別人所得到的不屑和白眼，大多數人想要的是更多的溫暖、美好和愛吧！然而，在那些美好事物背後的本質，便是相互尊重。

能尊重自己，也時時尊重他人時，你會發現天空好像變得更加湛藍，情緒也變得更加柔和，世界好像也變得更加美好、更加可愛、更加溫暖，更加的充滿愛。尊重可以為自己和別人帶來快樂，如此美好又簡單如呼吸一樣的事，不如從現在就開始！



## 學會尊重

凌雲國中學生 張庭語

尊重是一種美德，是一種品行上的修養，從不會尊重，到懂得尊重他人，不光是年齡的增長，也是一種心靈智慧的成長。當我不懂得尊重他人時，同樣的，也就不會得到他人的尊重，如果想要別人尊重我，那就得先學會注重自己的一言一行。有云：「人必自重而後人重之」就是這個道理。

以我的經歷來說，每次我被爸爸媽媽或老師責備的時候，我會因為心情不好而回嘴，讓師長們既生氣又難過，這樣做是很不尊重師長的。因為他們肯苦口婆心的教導我，代表他們對我有信心，所以回嘴是很不尊重他們的一番苦心。有時候，老師會請我幫忙發送作業、考卷，但我每次在發送的時候，總是會貪圖一時方便，而拋丟給同學，讓他們的東西掉到地板上。這樣做，實在是很不尊重那些同學，因為誰也不想讓自己的物品掉到地板上而弄髒，而且可能一個不小心，就會傷害到同學。雖然這兩個例子，都是小事，但以小見大，也要防微杜漸，所以我絕對不能輕忽。

現在的社會中，有許多來自世界各國的人，像是：中國、日本、韓國……等，因為對外國人的風俗習慣或語言不了解的人，彼此互動，就容易產生歧視或不尊重，甚至是嘲笑。比如在美國，因為黑人曾經是奴隸，竟然到現在仍然不受美國白人的尊重；在以色列，或阿

富汗這些國家，因為宗教信仰的不同，也常爆發戰爭衝突，導致一些無辜的人們流離失所，無家可歸。這都是因為不懂得尊重他人的生存權利，而讓許多人深受傷害。

我深信：當我能給予別人關懷與尊重時，同樣的，別人也會以尊重回報我。尊重是一種大智慧，尊重別人不同的想法，尊重膚色或種族跟我的不同，當我在尊重其他人時，其實也是在尊重自己，人跟人的相處是相對的，我如果對他好，他也就會對我好。就像古人說得：「愛人者人恆愛之，敬人者人恆敬之」的道理一樣。

尊重就像是一朵香水百合花，即使在遠處，也能聞到它那淡淡的花香；尊重就像是一顆高麗菜，雖然看似平凡無奇，卻是擁有高度的營養價值；尊重就像是一杯香醇的咖啡，值得我們細細地品嚐；而且尊重更像是一面鏡子，當我對他做出猙獰的表情時，他就回應我憎的眼神；當我對他做出和善的笑容時，他就回應我可愛的笑容。一句溫暖的話，一個善意的微笑，一個友好的動作，都能表現出我們對他人的尊重。學會尊重，簡單、易懂、容易做得到，大家一起來吧！

## 尊重，敲醒彼此合作的友誼

桃園國中學生 楊惠茹

教室裡出奇的安靜，靜的連呼吸聲都聽得一清二楚，教室正中央的男女，瞪著彼此，劍拔弩張。

我看著坐在對面的男生，心裡的厭惡自胸腔滿溢出來，五分鐘前的消息，到現在仍令我不敢置信，「一起合作微電影。」這個微電影比賽我期待了好久，甚至從上學期就著手寫劇本、找演員，現在竟然有人要和我搶導演的位，雖然老師堅持是共同執導，但多了一個人，一定會礙手礙腳。「喂，林向浠，我告訴你，別扯我後腿！」，「我覺得你比較需要擔心自己吧！親愛的校花小姐。」他對我的稱呼滿溢著諷刺，很好，看來合作這回事對我們而言是遙遙無期了。

「這部片的主題是暗戀，以女主角的視角……」在前往拍攝地點的路上，我大概和他解釋了一下，意外的是他竟然沒有反駁我，我還以為他會拿劇本來大作文章。今天要拍女主角第一次見到男主角，攝影師準備好後，我們就開拍了。

鏡頭捕捉演員的一舉一動，她快步走過，微風揚起她的裙擺，他從容優雅，舉手投足都是自信，他倆擦身而過，她驀然回首，望著他的背影走出視野，依依不捨地轉開目光，他一點也沒有察覺，仍是那樣從容自若……。「停！這裡就是怪怪的，女主角的表情不夠到位。」我皺著眉說，「可是，覺得不夠好的只有導演你而已，其他人都說蠻自然的。」演員抓了抓頭，「我們再來一次吧」，「導演，我們拍了一個禮拜就只為這幕，能不能先往下拍」，

「你們不懂，這幕是整部片最重要的地方……」，「沈未瑠，能不能換我一下。」林向浠突然叫我，「隨便啦！你想導就去啊！」說完我就跑了，我邊跑邊想，反正你們不是希望我不在嗎，那我就走好了，而且還有林向浠，剛剛你們看他的眼神好像看到救世主一樣，我就那麼差嗎？最後我真得跑不動了，停下來大口喘氣，眼眶突然泛紅，雙手緊緊握住衣角，想起這一個月的挫折，和演員爭吵無數次，為什麼沒有人懂我，我再也忍不住了，淚無聲的落下，在偌大的校園裡，只有我知道自己的委屈。

哭累了，我靠在牆上睡著了，醒來時發現林向浠坐在旁邊，我趕緊用手抹掉臉上的淚痕，「你們拍完了？」他沒有回答，只是說了這麼一句話「明天還是一起來導吧！當導演壓力很大呢！除了我們兩個，沒有人知道。」這句話包含了多少安慰，多少理解，多少認同。那一瞬間，我感覺世界停止了轉動，所有夏天的紛擾都沉靜，我只聽得到這一句話，不斷地在耳邊迴盪。

雖然我也到了拍攝地點，但看著林向浠執導的樣子，我就很放鬆地交給他了。他總是先觀察每位演員的特質，讓大家自由發揮，再依結果給予建議，他沒有擺高姿態，穿梭在演員間，和大家討論，他上揚的嘴角，讓整個片場的氣氛也跟著融洽起來，他真的很厲害，我在心裡由衷地佩服。

寂靜的夜，少了星光閃爍，整座城市只剩下一扇窗亮著燈，我正看著下午拍的影片，

生動、自然，即使還未後製，也確實看得出這是一段好影片，只可惜導演不是我，我苦澀地笑了笑。

隔天，我一改我之前的風格，和林向滢一起聽完大家的意見，才開始拍電影，這時候，我聽見一個演員小聲說著「今天我第一次有了參與這部片的感覺，真好。」

我和林向滢相視而笑，嘿，幫助我改變的人，是你，一開始我最不想合作的人，你讓我懂得傾聽、欣賞、尊重別人的想法，我想和共同奮鬥的夥伴們一起攜手，拍出屬於「我們」的電影，而不是我一個人的，我在心裡偷偷地說。風吹起，長髮飄逸，我看著我的夥伴們，享受這難得的片刻寧靜。

接下來的幾個月，電影的拍攝進度相當順利，許多人都說我和以前的我不一樣，變得有禮貌又容易親近，現在我總在鏡子裡看到開朗帶點傻氣的微笑，而不是從前一貫的驕傲自負。

整部電影後製完成後，我們寄去參賽，經過多次的評選，終於入圍前十名，一個月後，我們收到參加最終評選的通知。

在可容納一千兩百人的會場裡，幾乎都坐滿了人，當燈光暗下來的那一剎那，林向滢握住了我的手，我們熟悉的開場音樂播出時，淚水忽然模糊了視線，我實在不敢相信我們的作品竟然在大銀幕上播放，我也回握他的手，溫暖自掌心蔓延開來，謝謝你，陪我一起走過，我悄聲低喃，看著林向滢的側臉，揚起一抹最燦爛的笑。

## 尊重，締造美麗世界

會稽國中學生 江亞軒

不管是在生活中，還是報章雜誌或電視上，總會看到性別歧視、種族歧視等各種不同的議題，會造成這些議題的原因沒有別的，正是因為欠缺了尊重，如果一個社會中沒有了尊重，那會變得非常恐怖！那些不被尊重的人，會變得越來越頹喪，感到沒有自信、懷疑自己；而那些不尊重別人的人，也可能「因果循環」，而變成不被尊重的人，受到令他難以負荷的良心譴責！

最近常常在社群網站上看到關於「博愛座」的新聞，在大眾運輸工具都可看到博愛座，它原本的初衷是要提倡「樂於讓位給有『需要』的人」，最近我看到一篇讓我有感觸的新聞是：一名中年婦女帶著兩個孩子搭上了捷運，卻看到一位女同學坐在博愛座上，便走過去大罵了起來，甚至說了非常難聽的話，殊不知這位女同學剛好正值生理期，上了一整天的課，好不容易可以放學回家，卻在捷運上遭受了這樣的謾罵，連解釋的機會都沒有，對這個女同學公平嗎？這位女同學生理上已經不舒服了，心裡還要面對這樣的難堪，真是雪上加霜，倍感傷害，如果能夠「尊重」他人，以同理心為對方設想、關心、體諒他人，不要先入為主的惡言傷害，就不會出現這樣的情形。其他例子，有的人腳受了傷，不能夠久站，而坐了博愛座，卻因為外在的樣貌健全而被用歧視的眼光看著，認為他不懂事，佔去了位置，這些人，其實也是需要位置的，但他們的需求，卻沒有受到尊重，博愛座一開始設立的初衷被遺忘了，



博愛座的對象也被放進某些人的刻板印象，異樣的眼光和竊竊的耳語，造成需要的人無法安心的使用，這難道不是悖離尊重了嗎？

欠缺尊重的世界，少了愛心，多了紛爭與不安，這樣的世界不是變得很可怕嗎？所以說，尊重是絕對不能少的，不管對任何人，或者是對這世界上的萬物，都要抱持著一顆「尊重他人，善待自己」的心。

有一些藝人，因為網路上的言語霸凌，讓他選擇以自殺結束自己的性命，寶貴的生命沒了，讓身旁的家人、朋友、粉絲都感到非常的不捨與傷心，而造成這樣的原因正是缺乏「尊重」，不懂得尊重，就會造成一些無法挽回的遺憾，由此可知，尊重是一件非常重要的事情。孔子說：「己所不欲，勿施於人。」在做任何事、說任何話之前，都要審慎的思考，不要逞一時之快，而造成無法彌補的錯誤，須抱持的同理心，設身處地的為他人著想。

「人必自侮而後人侮之，人必自重而後人重之。」每個人都希望自己能被別人尊重，但是想被別人尊重前，必須先成為一個會尊重別人的人，所以要從自己開始實踐。這個世界每個人的心能彼此靠近，互相體諒、包容、接納，才能夠造就充滿愛與和諧的社會。

## 充滿人生色彩的尊重

瑞坪國中學生 胡濤文

美國著名詩人惠特曼曾說：「對人不尊敬，首先便會是對自己的不尊敬。」反之，在要求他人尊重自己之前，應該要先懂得如何尊重他人。人與人之間的和諧與合作，便是根據互相尊重而有了延續，人們的互相尊重也才得以穩固一段關係。尊重是來自於人心深處，一種體諒他人的情感與敬重，像是唇邊最具善意、最真誠的微笑，雖說淺淡，但卻得以長久、得以溫暖他人。

尊重一詞處處可聽聞，車廂中的禮讓博愛座、對於父母的教導抱持的態度、課堂上安靜聆聽同學的發表，至更高層次的尊重與自我邂逅的每個生命……而最令我印象深刻的是一段被經由文字記載而被傳遞的歷史故事。乞丐碗中的清脆的金屬聲響起，一位金髮女郎扔了一個銅板進了眼前的碗，接著一臉厭惡的快步離開。瞥見這一幕的俄國作家屠格涅夫便摸著口袋走上前，尚未掏出錢，乞丐已往他的方向伸出了手，無力的顫抖著。屠格涅夫當時才發現自己身無分文，便回望那乞丐，伸手握住乞丐骯髒的雙手，誠懇的說：「兄弟，很遺憾我無法幫助你什麼。」這時乞丐卻莫名的流下淚，被這一幕弄得懵的屠格涅夫緊張的問怎麼了，而乞丐先生卻笑了，緊握住屠格涅夫的手：「先生，你做的夠多了。我本來打算討完你的錢，就去附近的橋上投海自殺，而多虧先生的一句『兄弟』，讓我有了重生的希望。」

尊重好似一潭清泉，滋潤著乾枯的人生、好似兩座雄山，回應著彼此的崢嶸、好似一叢花兒，醞釀著更動人的芬香。假如當初那名乞丐沒有得到那句飽含著尊重的話語，或許他

便不會為自己的人生重新燃起希望之火。屠格涅夫當初的付出是最為純粹樸實的尊重，短短一句話，其中蘊含的真誠卻足以挽救一條生命，使其散發出與以往不同的光芒。

《法華經》上記載著一段故事。據說古有一人被世人稱為「常不輕菩薩」，待人均與待佛般禮和、謙恭，認為眾生來皆具有佛性，因此待人與待佛無異，皆給予對等的尊重、恭敬與禮讓。即使這樣的作為遭人不滿而被毆打羞辱，他仍是秉持著禮貌與尊重、眾生皆平等的理念與眾人相待。而這人終有了大成就，被後人稱之為「釋迦牟尼佛」。

尊重彷彿林間最美妙的鳥囀，能夠陶冶人的性情、能夠溫暖他人的心；彷彿濃濃夜色中最為閃耀的恆星，自己閃爍著光芒，在溫暖自己的同時，也暖和了周遭的人事。在尊重他人的同時，也彷彿搭起了一座無形的友誼之橋，藉由不間斷的相互尊重，理解彼此並鞏固友誼。抑或更深層次的尊重生命，將他人當作自己，「己所不欲勿施於人」給予相對的尊重，利人利己。天下之樂，孰大於是？

聆聽並貼近另一個生命的想法並給予相對的體諒、關愛，在給予的同時也相對的擴充我們生命的寬度，用自己的力量去影響他人，他人再去影響更多人……這樣世界便會懂得何為尊重，並會將其培養成種習慣，人們之間的相處也顯得和諧、友善。讓尊重成為一種與世界溝通的橋樑，讓自己的周遭都充滿尊重帶來的芳香，陶冶更多人、燦爛更多人的生命。

讓我們高歌一曲，歌頌那從歷史便流傳下來的，人們內心深處最善意的品德——尊重。

## 尊重，是自己的分身

瑞坪國中學生 許立榕

人從呱呱落地時就沒有高低之分，雖然說有些人從小含著金湯匙出生，有些人則在生活較辛苦的家庭中出生，但在我看來每個人在哪種環境中出生並不是非常重要的，因為我們同樣是生在這一片美麗的土地上，同樣都是父母親辛苦養育的兒女，也同樣是個努力生活的人。而「尊重」是我認為品格中最重要的一環，因為一個人如果他什麼都有、什麼都完美，可是卻驕傲過頭，不顧旁人的感受。我想就算他再怎麼好，不尊重別人總是會讓人多多少少有點不舒服。所以尊重他人是很重要的，就讓我來帶你們看看以下的例子吧！

我雖然在班上，甚至在我的朋友眼裡我是屬於人生勝利組，但我有一個很嚴重的毛病，我常常因為玩笑或是成績比較高而不尊重人，我也曾因為這樣被一個破琴絕弦的朋友拋棄，所以我想了很多很多，雖然現在的我也還是有這個毛病存在著，但是我覺得我有在誠心悔改了。以前的我總是在班上當個大姊頭，我很享受那種大家對我的尊敬，正因為這樣我開始自大狂妄，我常常跟一群我很好的朋友玩在一起、互開玩笑，但我常常因為太開心、玩得太忘我而說出過分的話來傷害某個人，雖然我們可能過幾分鐘就又玩在一起了，但是我知道在我們各自的心理也都有些疙瘩，積久了有一天會忍不住而直接發洩出來的。

在他們來我家玩的那天，我們一群人依舊是一起玩一起瘋一起笑，當我們聊到成績時，總是有一個人是被我們嘲笑的可憐蟲，而那隻可憐蟲則是我那個很要好的朋友。由於我自己

的成績在班上來說是優等的，且我其他的朋友實力也跟我相上下，所以我們常常拿小考或段考的成績來汗辱他、取笑他。雖然他沒有親口說出他的不滿，但他只要聽見總是眼光泛淚，嘴角也不再上揚了，最後他實在受不了，只是有氣無力地對我們說：「對不起，我媽媽來載我回家了！我先離開囉！再見。」在那之後他再也沒有理我們了。我開始思考，我才發現我的態度很惡劣，我每天晚上都對自己說：「假設我是他，他是我，我如果不被尊重，我想我當場可能就火冒三丈，掉頭走人！明明自己知道他是最努力讀書的人，很想提升自己的分數，我還一直羞辱他。所以我跟自己說一定要把尊重當作是自己的分身，時時提醒著自己。」在那之後我不斷的在提醒自己，不斷地想改變，在改變的過程中我也一直去道歉，請求他原諒。還好到了最後我們和好如初，從那之後我就把尊重這件事看的很重要，或許我還是一樣在聊天中會開一些玩笑，但至少現在的我已經知道分寸在哪，也懂得就算自己什麼都做得很好但卻不尊重人，那別人自然也不會尊重你。

在我國小一二年級時，班上有一個我們大家都很喜欢的女生，她身材圓滾滾的，有一雙水汪汪的濃眉大眼，還有一頭捲捲的棕色長髮，很成熟也長得十分可愛。我會記的這麼清楚是因為她總是很體貼很關心別人，我們只要有事情請他幫忙她總是會放下自己手上的事情去幫我們，不過讓我印象最深刻的是在我第一次當班長的時候，當時我很害羞，所以不敢說話，也不敢跟同學宣布老師所交代的事。於是我跟他聊聊我內心的想法，她也給予我一些鼓

勵。在有次的早自修時我終於拿出勇氣管理班級秩序、宣布老師所交代的事情，可是有的人玩的玩，聊天的聊天，把我的話當作耳邊風！讓我感到很不受尊重，不過還好有她在，他看到這個情況不是拍桌大喊，而是慢慢地拉開她的椅子，從容不迫地走到講台上她只說了幾句話：「我認為能聽別人說話是一種有禮貌且尊重別人的行為，所以可以請大家不要再說話了嗎？」當時的我真的很佩服她。之後我問她：「為什麼你可以做的這麼好？」她只說：「媽媽從小就對我說：『爸爸跟媽媽其實不想逼你學業甚麼都完整，我只想要你知道一個人她能將心比心，尊重跟重視你身邊的所有事物，以好的品格去面對任何事，不論結果如何，知道自己是最好的一面完成就行了！』所以我一直將這句話放在心裡，希望你也可以。」所以我在轉學之後一直忘不了她，我很感謝她跟我說的這句話，直到現在我還是會把這句話銘記在心！

尊重其實就像是另一個自己，它時時刻刻警惕著我們要重視身邊的人、事、物，不要只顧自己的感受，久而久之她們也會受不了的。這就好像拔河一樣，如果在練習時起內鬨那最終的結果一定不會好。相反如果包容彼此一起改進最後不論結果如何大家也會是拿出最好的一面去奮戰。而你的分身也是，你如果一直對自己太過自信或傲慢，那你的分身也就會離你而去，相反的如果你能尊重妳身邊的朋友，那至少你的分身會跟你形影不離。時常注意自己的分身，拿出自己最好的一面，「尊重」慢慢也會習慣在你的生活中佔有一大部分的！

## 尊重

過嶺國中學生 何采真

俗話說：「己所不欲，勿施於人」。尊重，是一種體諒，亦是一種包容。生活中，我們常忽略了三思而後行，忘了顧及對方的心裡感受，因而傷了他人的心，造成彼此的誤解；相反地，懂得尊重每一個人，你的生命就會愈活愈美。靜下心，仔細想想，若是不被尊重時，感受是如何呢？

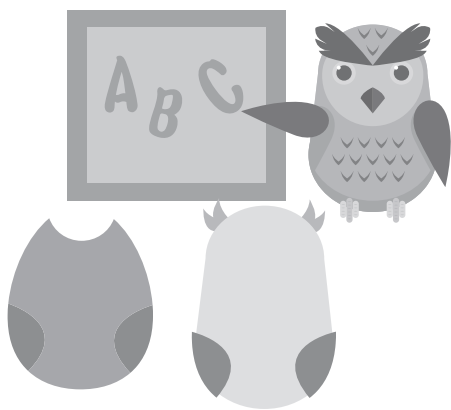
在一個班級裡，要懂得包容彼此的缺點，共同在一個圈子裡和樂相處；在擁擠的公車裡，要懂得禮貌讓座給老弱婦孺，體諒他們的不便；在擠得水洩不通的公共場所裡，就要守秩序，尊重每一個人，也給自己一個好形象。

別人告訴我的私事，我會守口如瓶，絕不向其他人洩漏。因為我非常理解，當你的秘密，像是身體缺陷及家庭背景等，被人公開而眾所皆知時，那感覺是多麼教人難以言喻；別人發表個人意見時，我會仔細聆聽不插嘴，也發表自己的建議，不強迫他人接受或聽從。我知道，當對方要求你任何事都以他為中心時，那感受是多麼的無奈。

但有時，我也會因為一時的衝動，沒有察覺自己話中帶刺，而刺中別人的痛處。某次假日裡，爸爸要帶我們出遊踏青。正在房間專注念書的哥哥，帶著一臉疲倦與不耐煩樣，走向衣櫥。這景象被討厭別人掃興的我瞥見了，我登時撕破那張興奮的臉，瞬間變成一隻氣到

滿臉通紅、怒髮衝冠，彷彿野性發作的猛獸。我衝向他的房間，撞破房門，一進門就是喊：「你那是什麼臉！能看嗎？」。我萬萬沒料到，這太過於急躁的發洩，竟讓他氣到和我幾秒前沒兩樣。他鼻頭出火、猛然握緊拳頭的剎那，我馬上就後悔了。我不但傷了他的自尊心，還掃了他出遊的興，更對別人做了我自己萬分討厭的事，甚至害了自己整天不愉快。如果我不生氣，或許幾分鐘後，他會主動打起精神呢！

歷經這次經驗，我體悟到尊重、包容他人的重要。我學會以理性與對方溝通，我不喜歡別人侵犯我，我就同樣不應侵犯他人；我不喜歡別人對我發怒，我就同樣不該隨意對他人發脾氣。無論你去做任何事情、去任何地方，請務必隨時帶著一顆尊重的心。我願，這世間處處充滿溫馨，如果每一個人都了解「尊重彼此」的重要性，你就會發現，每天都可以過得既輕鬆，又自在。





品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
勤  
儉  
篇



## 勤儉、樂觀——我的阿嬤

林森國小學生 謝承珮

我的爸爸從小在花蓮長大，他有兩個弟弟，一個妹妹，他們的生活很貧困，只靠著阿公、阿嬤賣水果賺錢維持生計。阿嬤每天早上四、五點就要到果菜市場批水果，爸爸和弟弟妹妹們就只好自己打理好後走路上學，有時阿嬤會帶著爸爸到市場一起賣水果，爸爸會幫忙叫賣，到了晚上阿嬤拖著疲累的步伐回到家中，還要煮晚餐、料理家務，非常辛苦。

爸爸告訴我，小時候常和阿嬤沿著街道撿拾一些被丟棄的塑膠袋，回家清洗乾淨、曬乾後，可以拿來裝水果賣給客人；阿嬤也常把好的水果賣給客人，爸爸和弟弟妹妹都只能吃剩下的爛水果，直到有一次聰明的爸爸告訴阿嬤：「常常吃爛水果，如果拉肚子不是要花很多錢看醫生嗎？」從此以後爸爸才有新鮮的水果可以吃，阿嬤這麼精打細算、勤儉的過日子，也影響了爸爸，所以爸爸生活也很節省，也常告誡我要珍惜資源。

阿嬤年輕時生活困苦，即使現在七十多歲了，兒女都長大可以賺錢奉養她，她還是習慣過著儉樸的生活。阿嬤煮菜，都用自己炸的豬油，她覺得吃起來比較安心。早餐的稀飯裡都只放一塊豆腐乳，就是她的山珍海味。每次我們回花蓮，阿嬤都會準備一桌豐盛的菜餚給我們吃，而她卻說自己的牙齒不好吃不多，要我們把飯菜吃光，最後我看著她默默地把剩菜吃完，阿嬤這麼珍惜食物，真令我慚愧。

現在阿嬤年紀大了，已經不再去賣水果了，可是阿嬤還是很早起床去運動，她覺得常常運動身體就會很好，她小病也很少看醫生。當我回花蓮時腳被蚊子叮了好幾個包，我跑去找阿嬤，她竟然給我擦眼睛的藥說：「這都可以擦，妳擦完藥很快就好了！」我的心裡滿是疑問，阿嬤真是無可救藥的樂觀，不過我覺得阿嬤還是要遵照醫生的指示用藥，不要太節省了。阿嬤的開朗、幽默也常讓我哭笑不得，記得有一次親戚誇我長得漂亮，阿嬤就會說：「跟阿嬤一樣，我年輕時也是一位美人啦！」讓在場的人都哈哈大笑。

阿嬤常常會關心我的學業，有一次我的數學考不好，阿嬤就會安慰我說：「沒關係！阿嬤小時候數學考零分，妳的爸爸小學成績也是倒數的。」我知道阿嬤是開玩笑，逗我開心的，我下次還是要考個好成績不要讓阿嬤失望了。

我的阿嬤很開朗，常常一半國語、一半台語說說笑話逗我們開心。阿嬤希望我學會說台語，她就會告訴我更多她年輕時的故事，我喜歡聽阿嬤「講古」，聽到以前的人辛苦節儉的過日子，讓我學到阿嬤生活的智慧，一直深深地刻印在我的心中。

## 勤儉的小兔子

埔心國小學生 何慧芯

在一座動物村莊裡，住著兔子一家人，其中有隻小兔子叫作夏奇，他從小就不知道東西要省吃儉用，也不懂得要幫媽媽打掃家裡、幫忙澆花，他只知道每天要跟朋友去逛街，錢也隨便花。原本經濟狀況良好的家庭，竟被夏奇花到快沒錢了，儘管如此，夏奇還是不顧家人的感受，仍如以往般的大手筆花錢。

夏奇的爸、媽也覺得家裡快要撐不下去了，以前三餐都照吃的日子，到現在已經變成只能一天吃一餐了。於是，他們決定去動物城市裡找工作，但他們不只做一份工作，還兼了好幾份工作，每天都忙得不可開交，回到家時已十分疲倦，根本來不及洗澡、曬衣服，更無暇照顧夏奇的妹妹，就直接回房間呼呼大睡了，好面對下一個忙得要命的日子。

過了幾天後，夏奇的爸、媽終於領到了薪水，但這些錢也只能夠叫便宜的外賣來吃，無法填飽一家人的肚子。隨著日子一天一天的過去，夏奇家中的經濟狀況也逐漸的好轉，但夏奇的媽媽卻因過度疲勞而生病了，夏奇看到了媽媽一副無精打采的模樣，心裡感到非常自責，覺得自己實在是太不節儉了。因此，夏奇下定決心，不再大手筆的亂花錢，也決定每天都要幫媽媽煮飯、做家事，還要幫忙照顧年幼的妹妹。

沒想到夏奇真的改變了許多，有次同學們邀他一起去逛街，他則是委婉的拒絕他們說：「我回到家之後，還有許多家事要做，沒辦法和你出去玩。」同學們聽了，也說：「沒關係，我們可以和你一起回家幫忙做家事，這樣你就不會很忙了，而且我們也可以幫忙照顧你妹妹，如此一來，你就可以去醫院陪臥病在床的媽媽。」

夏奇聽了很感動，便把同學們來家裡幫忙的事講給媽媽聽，媽媽聽了之後便笑了笑，還開玩笑的說：「你的同學們被你現在勤儉的個性給傳染了！」



勤儉

## 勤與儉

青溪國中學生 林郁娟

暖陽和煦，普照著金黃色的稻浪搖擺，婆娑起舞。這是大地的回饋，給予那些在春雨夏陽裡一鋤鋤耕耘的辛勤農夫們；一旁已收割完畢的田畝上，堆放著一紮紮稻稈，幾名村婦懷著感激的心彎下腰，一粒粒的撿拾著掉落的穀穗，活脫是一幅畫家米勒筆下的拾穗圖，洋溢著恬謐安詳的農村氛圍以及豐收的喜悅。

「勤」使我們生活踏實，也是通往成功的必經途徑。人生很漫長，若無勤奮填充其中空白，就如沒有情節的冗長小說，令人感到厭煩、空虛且麻木；人生又很短暫，若不能勤奮地度過每一天，便似忘了欣賞窗外風景的旅程，轉眼光陰已逝，徒留下空白的記憶底片。如此，人生不勤奮些豈不可惜？只有努力抵抗心中的憊懶和懈怠，才不會虛擲光陰。「勤」是人生之槩，透過自己辛勤的努力所獲取的一切是最真實且美好的，這過程也是將來美好的回憶。「勤」使我們的人生更為充實而飽滿。

「勤」是通往成功的唯一途徑。人生如海，以勤為舟，泛舟於海，方能踏上成功的豐美土地；人生如山，以勤為徑，循徑登山方能攀至成功的最高山巔；人生如歌，以勤為曲，和曲成歌方能聆賞成功的悠揚樂章。一個天賦異稟者，若無辛勤地耕耘，如何能脫穎而出展現資賦？一位平凡無奇者，若能與勤奮相伴，也能夠在生命的沃土上培植一方亮麗光彩。美國著名的恐怖小說大師史蒂芬·金每天天剛亮就坐到打字機前寫作，日復一日，從不間斷。

雖然他曾經潦倒到連電話費都付不出來，但因為他的勤奮，如今他已成為暢銷小說家，身價億萬，而且仍然保持天亮即寫作的這習慣，一年之中除了生日、耶誕節和美國獨立紀念日，這三天休息不寫作。從他身上我們印證「勤」是通往成功的唯一途徑。

「儉」是生活富足的源頭。一株小草，不必羨慕大樹享受大片陽光滋養，灑落在小草細柔的葉片上的陽光，一樣傳遞出豐沛的能量；一條小溪無需渴求如大海厚重廣闊的存在，溪澗穿梭山間，亦是一種自在自得的樂趣；一隻麻雀，不用欽羨老鷹能擁有廣袤的天際，枝椏間的春花秋月也是無可比擬的美好。當我們心存知足，便不必為了身外之物煩心。衣著可以少製一襲錦衣，飲食能少吃一道珍饈，住所可以少添一套家具，生活依舊怡然自得，幸福滿足。簡樸的生活能讓我們時時踏實心安。

「儉」是自由的力量，它使我們不被金錢及慾望控制。節儉的習慣教會我們當用則用，當省則省。清初朱柏廬《治家格言》：「粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恒念物力維艱」，告訴我們衣食均來自辛勤的勞作，不能輕易浪費，哪怕你是富豪也不行。香港首富李嘉誠從不講究自己著裝的牌子，鞋子壞了，他覺得扔掉可惜，補好了繼續穿；美國的比爾·蓋茲沒有自己的私人司機，公務旅行不坐飛機頭等艙卻坐經濟艙，衣著也不講究什麼名牌；家住龍潭，高齡八十八歲的榮民甘奕富，上士退伍後就上街擺攤賣起冰淇淋，平時省吃儉用，多次小額捐款照顧弱勢孩童卻不欲人知，當他得知桃園市榮民服務處有遺孤認養活動，需要

善心人士捐助認養金，二話不說，慷慨解囊，捐出多年來存下的五十萬元，還特地把自己五十萬定存也領出來，湊足一百萬，幫助失依清寒榮民遺孤。甘奕富笑說：「錢自己夠用就好，捐給這些榮民子弟更好。」不論是世界首富或是市井小民，當我們慾望降低時，我們就不被限制，我們的心靈就能獲得最大的自由。

勤與儉是並行不悖。只勤不儉，即使富有了也很難守成，甚至揮霍殆盡；只儉不勤，就像一方池塘沒有源頭活水，只能逐漸乾涸，人亦如此，終淪為守財奴，甚至吝嗇小器。放大來看，我們現代人的生活，水電不缺，食物豐足，甚至為了滿足口腹之慾獵殺動物，或者開墾更多的原始林地來滿足畜牧業的發展，進而提供廉價的漢堡、牛排。大自然原本生生不息的資源，人們瞬間揮霍，毫不節制，如今我們要面對氣候變遷的反撲，讓地球上的每一個人受害，這是大家必須嚴肅面對的問題。而勤儉是最佳解決辦法，大家一起節能減碳，珍惜物資不浪費，傳承我們老祖先節儉的美德，讓生活因勤而踏實且豐盛，因儉而富足且幸福，使人們獲得豐厚而無形的財富，終生不虞匱乏。

莎士比亞說：「勤是幸福的左手，儉是幸福的右手，兩者均可致富。」勤使我們的生活獲得前進的動力，也得到了踏實努力這終生受用的財富；儉使我們的生活充滿怡然和自在，也積蓄了知足喜樂這永不變質的財富。勤與儉均可致富，人生因勤儉而發覺幸福的寶藏，人生因勤儉而無比豐美飽滿。



## 吃辦桌

大華中學學生 陳冠元

辦桌，可謂中國的傳統文化之中不可或缺的一環，每當婚喪喜慶，往往少不了它的存在，也可說是童年的回憶之一。猶記得小時候，一場場參加親戚的筵席，那一張張圓桌，和著大家熱情的圍繞，個個把酒言歡，好不熱鬧！

桌上一盤盤的大魚大肉、山珍海味，總是令我垂涎三尺，然而，當我咀嚼著滿口的佳餚，挑著魚肉中的細刺時，一個念頭便在瞬息之間一閃而過：這一場筵席一共有四十張桌，換言之，不就是有四十條大魚、四十隻放山雞將陳設其中並且命喪黃泉？一陣陣罪惡感不知不覺地油然而生。而在餐廳外頭，我卻看到了一整排聲勢浩大的藍色廚餘桶，裡面成堆的菜餚與魚肉更難以計數。

外婆家是務農的純樸鄉間，每每去到外婆家，當一群群的小孩們在晚飯的餐桌旁圍繞吃飯時，她總是會叮嚀我們要牢記「誰知盤中飧？粒粒皆辛苦」的道理，更常說些惜物惜福的道理給後生晚輩聽。有一次，我因為心急沒把手中的雞腿啃乾淨，骨子上依稀還留著一條韌帶與幾條細碎肉絲，當下就被一向親和力十足的外婆，以滿臉嚴肅的氣勢教訓了一番。晚飯後，又看著她拿出兩顆外表已經傷得體無完膚的芒果。我原以為那兩顆芒果會直接送進廚餘桶，沒想到，她竟然快步走進廚房，拿出鋒利的水果刀，以令人嘆為觀止的刀法為芒果進

行「易容手術」，只見外婆三兩下便將壞死的組織整個切除，待去蕪存菁後，再仔細的切塊、擺盤，接著端上桌。結果更是出乎意料之外：這兩顆芒果的獨特香氣卻是此生最令我難以忘懷的。此事之後，讓我逐漸能領悟到「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力維艱」的道理。

就我而言，自從升上七年級，我便擔任班上餐後收廚餘的工作人員。有一次體育課過後的中午，全班同學因為運動過度皆毫無食慾，結果應當可想而知：當日的廚餘量足足裝滿了一整個水桶！站在廚餘桶旁的我當時只能眼睜睜地看見同學將咬了兩口的肉排丟進桶子內，此時心中即泛起為那隻豬哀憐的嘆氣聲！因為是一只藍色的桶子，所以不禁又令我憶起那年吃辦桌時的浪費情景。唉！何時才能改善這樣的耗食文化？才能令我們反思節儉惜物的道理？

子曰：「儉，德之共也；侈，惡之大也。」在這個世界資源及貧富分布極為不均的時代，我們不應擁有著豐衣足食的幸福，又恣意地暴殄天物，反而應該食魚勿反、開源節流，珍惜我們身邊所擁有的一切資源。我們也能從平时的食衣住行著手做起，一點一滴養成節儉的習慣。如此一來就能為自己習得一個美德；也為環境盡一分心力；更為地球減一項負擔。豈不是一舉數得，所以何樂而不為呢？

品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
感  
恩  
篇



## 感恩的心

大安國小學生 李意雅

我們一生中，總是從別人那裡得到的多，因此，我們應該要珍惜他人的辛勤付出，體諒別人的辛勞，如此，我們才能成為一個懂得感恩的有福之人。有些人總是默默的為社會付出，而我們總是看不到，所以，我們更應該知恩圖報，並抱持著一顆感恩的心。如果大家都可以為社會奉獻出一份心力的話，相信，這個社會一定充滿祥和的氣氛。

在日常生活中，有許多人在為這個社會辛勤付出，例如：農人辛勤的揮動鋤頭，在山野間開荒墾地；漁夫伸出粗壯的手臂，在海面上撒網捕魚；工人在工廠裡忙碌的裝訂製造，為精良的產品貢獻心力；雕刻師父精雕細琢的雕刻出最完美、最栩栩如生的雕像。每當我想到他們的辛苦，我就有種難以言喻、說不出來的感動與感謝，因為有他們的社會才能正常運作；因為有他們，我們的國家才能富強；因為有他們，我們才能享有這麼美好的世界。

當然，每天也有許多人在我的生活周遭為我付出、為我服務。曾經，我聽過一句令人感動肺腑的一句話：『汗水，將灌溉夢想，實現希望。』現在，我們所吃的米，雖然只是一顆不起眼小小的米，但它背後的工程卻是如此的龐大。古人的詩是這麼寫的：『鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中飧，粒粒皆辛苦。』這些小小的米，都是農夫們用汗水換來的，所以，我們應該要珍惜所擁有的一切。

對於他人的辛勞，我總覺得應該抱持著一顆感恩的心來面對，更應該用行動來回饋這些為我們付出的人，例如：貢獻出一份心力來幫助這個社會或關心周遭為你服務的人。我想，只要用心，為我們辛勞的人一定會感到很欣慰！

另一方面來說，也許，他人的付出與辛勞不見得盡如我意時，我並不會斥責他們，只要他們做到了，而且也努力過了，這樣，就算是給社會最大的貢獻了！『凡事盡力就好』，不要太勉強自己，這樣只會給自己帶來更大的壓力，相互體諒、彼此感恩，我們的生活一定充實溫馨！

西方哲學家曾說：「只要熬得住列火的煎熬，只要渡過生命的險灘，在淬鍊的過程中，生命就會不斷的成長茁壯。」相信，也肯定，這世界是有情天地，體諒別人的辛勞，也就為世界種下一顆祥和的種子！

## 感恩

大安國小學生 洪莘閔

一大早，清晨鬧鐘奮力響起，耳邊傳來媽媽的喊叫聲，「小閔起床了，今天是開學日，你要趕快起床。」正在睡夢中的我正和整床棉被纏鬥著，似乎離不開棉被的包圍，媽媽說：「小閔你已經讀五年級了，該獨立了，不能老是依賴媽媽叫你起床。」

我心想五年級又怎樣？反正上學就是那麼回事，在中年級時，大家知道我是血友病的孩子又有關節炎。老師怕我受傷不讓我上體育課，同學也怕我受傷，下課不敢找我打球。上課對我而言是一種折磨，我跟大家不同，我是一個殘障人士。回想一、二年級的時候，大家不知道我是血友病孩子，我還有許多朋友。到了中年級時，同學知道我患有血友病，漸漸的，我的朋友越來越少了。當牙齦出血不止，流了幾天血，臉色冷白時，媽媽安慰我說：「身體的病痛是一時，德慧的開啟才是永遠。」不過，我不要智慧，我只要身體舒服，我要朋友和我在一起。關節炎發作，必須拿拐杖走路時，爸爸告訴我這是因果，前世因、今生果，萬般緣難推拖，分不清苦與樂終需承受，我們要坦然地面對它，感恩天的安排，不要因為病痛而失志，要樂觀進取，去創造美好人生。爸爸說的很有道理，可是我很難接受為何是我要承受？

去學校的途中，心裡七上八下，不知道同學會怎樣看待我，今天是新班級的第一天，我會遇到什麼樣子的老師和同學呢？不安的感覺像烏雲般籠罩在我頭上，久久無法散去。突

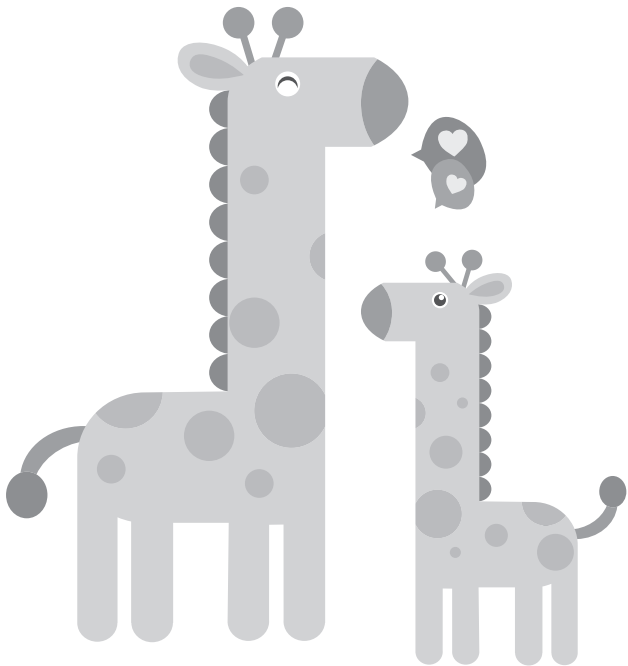
然腦中出現佛堂爺爺的話「耐得天磨方鐵漢，不經雕琢怎成材。」我要勇敢地面對自己的困境，以智慧面對挑戰才行。一進門，老師點完名，開始了他今天重要行事重點：「這學期我們要舉辦運動會，老師希望全部的人都能參加。不要在運動會那天請假。」我聽了之後好期待又興奮，我已經兩年沒參加過運動會。以前的老師怕我受傷，不讓我參加任何體育活動，看著別人在操場上跑步，我只能坐在休息區坐著，那種感覺真的好寂寞，但我真的可以嗎？會不會又受傷又拖累大家，掙扎了好久，我決定找老師談。老師：「若身體可以，你想參加嗎？」我：「我……我想……但是……」老師：「就這樣啦，盡力做，不要想太多。」

懷著忐忑不安的心情，我有空就練習跑步，但關節炎常常讓我不能隨心所欲。時間來到運動會這一天，今天要上場跑步，我興奮又害怕。太久了，我都忘了在場上比賽跑步的感覺。當選手就定位時，我看見媽媽和爸爸在旁邊幫我加油，他們的表情是高興也是害怕，大概怕我又受傷吧！突然，耳邊傳來老師和同學的聲音：「小閔，加油！你做得到，不要害怕。」我點點頭，感動不已，大家不但不排斥我，還幫我加油。

「砰」當槍聲響起，我奮力向前衝，腳的關節疼痛著，但我的心卻飛翔著，我要向前衝。耳邊的加油聲不斷，催促著我奔向終點。衝、衝、衝——當身體碰到終點棉線時，大家都覺得不可思議，我居然是第一名。老師和同學又叫又跳，爸爸媽媽臉上又是笑容又是眼淚。我

做到了！我有血友病又患關節炎，可是一百公尺跑步比賽我第一名。

我享受著這奇妙的一刻，我感謝我現在的導師和同學，他們不但沒有害怕我，反而鼓勵我。他們讓我有機會肯定自己。我感謝我的父母，他們以樂觀的態度教育我。也許，我不像其他的孩子那般健康，但我的態度是正向的。雖然我是血友病的孩子，身體受到病痛的折磨，但我的心永遠自在翱翔，充滿感恩。





## 感恩

大有國小學生 楊鎰誠

古人常說：「要隨時隨地懷著感恩的心，感恩的心是無與倫比的，感恩能使世界更美好。」

我想感謝媽媽——謝謝您給予我完整健全的身體和四肢，謝謝您時時刻刻為我付出，謝謝您在我最困惑的時候，給我許多建議，且耐心的教導我，讓我能找到正確的方向。

我想感恩爸爸——謝謝您常常開車載我們全家四處遊山玩水；讓我們吃遍山珍海味；帶我們觀賞絕世美景，也謝謝您每天辛勤工作，把我拉扯長大，謝謝您提供所有日常所需，甚至於花錢讓我補習，讓我最感恩的是您讓我有溫暖的家可以依靠。

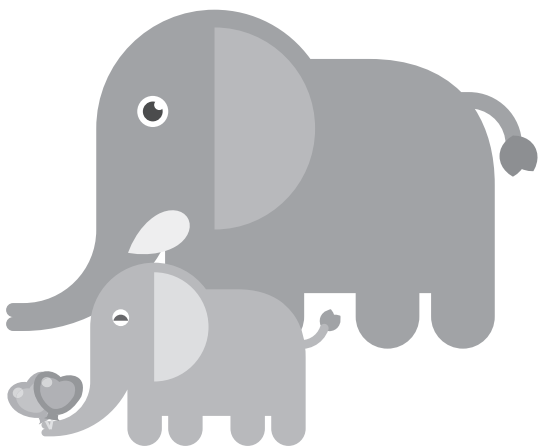
我想感恩老師——謝謝您在我犯錯時，對我諄諄教誨，讓我能從錯誤中成長，在失敗中學習，在跌倒時爬起，也謝謝您傳授給我源源不絕的知識。

我想感恩我的朋友——謝謝大家在我難過時安慰我；開心時伴隨我，在其餘的空閒時候，陪我渡過讓我喜悅的那五分鐘也好、十分鐘也罷，我都想個個收藏，不想丟失……。

我想：感恩，是種讓人快樂的祕方，是使人善良的無形魔力，是一首美妙的交響曲，在今生今世，是一直讓人吟誦的詩句，是讓信心茁壯的補帖，是永世不滅的力量吧！

俗話說：「吃果子，拜樹頭」，只要大家飲水思源，做任何決定前「三思而後行」，或許之後的家園就又將恢復美麗的山林、清澈的溪流、晴朗的藍天……。可能，這就是人們唯一能給地球的最後回饋了。

我知道，父母還有師長對我的期望都很大，而我也不想讓他們失望，在往後的時間，我會更努力的學習；會更用心地去做好每一件我該完成的事務；會更有耐心地去對待每個在我身邊、用時間來陪伴我的人；我也會繼續地努力充實自己，這樣才不會辜負所有愛我、對我期望高的人，懷著感恩的心，處處都是值得一觀察，仔細去發現的。也希望我能持續成長，讓大家看到我的「不一樣」！



## 感恩

中正國小學生 唐章道

上星期三的上午，學校舉辦了品格教育宣導，主題是「感恩」，講師給我們看了很多影片，內容包括身處戰亂國家令人鼻酸的受苦兒童紀錄片、孝敬父母不能等，以及父母耐心教導小孩的動畫故事……，其中令我印象深刻的是一個外國男子，吼自己爸爸的畫面，因為他爸爸很老了，記性不好，問他兒子那隻鳥叫什麼名字，連續這樣問答了三次，爸爸仍記不住，兒子便對爸爸大發雷霆，後來爸爸沮喪地離開了。

聽完這場宣導後，我內心有許多省思，回想起小時候折磨爸爸和媽媽的情景，因為我是家中第一個出生的孩子，常聽媽媽說，她生我的時候痛得不得了，打了好幾支止痛針，還一直嘔吐，差點昏過去。在照顧我成長的過程中，常常晚上不能好好睡上一覺，又時常生病、受傷，令人十分操心！小學一年級時，我腎臟發炎，高燒不退，爸媽連夜把我送進醫院治療，住了一個星期，不只擔誤了父母的工作，還增加了他們身心上的壓力，因為他們要輪流到醫院照顧我，又怕我的病情惡化，那段時間，我才真正體會到爸爸媽媽對我的付出，那是一種性的愛。

父母對兒女的愛是無私的、沒有條件的，我在心裡暗暗對自己說，千萬不可以忘記他

們的恩惠，如果沒有父母親的陪伴、教導與付出，就不會有今天的我。這好比影片中被兒子罵的父親在日記本中所寫的，他在兒子小的時候，不厭其煩地教導兒子許多事物，可能是十遍、二十遍，甚至是一百遍，父親都耐住性子不開罵，但等父親年老時，兒子卻把父親的付出都忘得一乾二淨，用一種煩躁的態度回應自己的父親，仔細想想，我們身為兒女的，真該要時時記得父母的恩惠，並且懂得回報他們，不能把一切都視為理所當然，忘了感恩。

中年級時音樂課本上有一首歌，名叫「老烏鴉」，描寫的就是小烏鴉對老烏鴉的感恩，正如古人所說的「烏鴉反哺」，自然界的動物尚且知道感恩及回報父母，做為人類的我們，更應該知所感恩，即使我們現在還小，也可以幫忙父母做家事，分憂解勞；說說好話，逗父母開心；好好讀書，不讓父母操心，在生活中有實際的行動，做一個感恩的好孩子。

## 感恩的心

光明國小學生 胡馨予

感恩，是什麼？對我來說，感恩是一種心態，一種好的心態，那，對你而言呢？

一件事情，在每個人的眼中，皆不相同。當然，感恩在大家的眼裡，也不是一樣的，可能有人覺得感恩是一種表現，也有人認為感恩就是幫助他人，但感恩的定義並不像國語、數學一樣，有著一定的答案，而是擁有許多不同的答案。

而感恩，也是有用途的，從小，師長們就教導我們要常說「請、謝謝、對不起」，而感恩就等於其中的「謝謝」，當然，感謝不只是因為老師幫你盛飯、或是媽媽買了你最想要的物品，而是這些物品或人，是怎麼來的？我在小學二年級時，在書本上看到一句臺語諺語：「吃果子，拜樹頭」，那時天真的我想著：「什麼是『樹頭』呢？難不成是樹的頭嗎？後來，我回家問媽媽那句話的意義，我才知道原來那句話要告訴我們：用某樣物品時，要想這件物品花了多少人的汗水和心力，並感謝他們，我想，這就是感恩的用途吧！

還記得我小學四年級時，有一陣子，心裡不知道為什麼常常出現一個問題：為什麼要感恩呢？那時的我，還不太懂感恩的重要性，所以這種簡單的問題就一直困擾著我，但也因為它的困擾，才使我一直想、一直想、一直想著這個問題，最後，我終於找出答案，而那個

答案是：因為如果沒有感恩，那許多人的心血將會泡湯，人們將會變壞，人間也會少了溫暖，甚至會讓臺灣失去它的特色——人情味，從此處即可看出，感恩對於人生及社會的重要性相當高，所以，隨時保持感恩的心態是很好的，千萬不要忘記！

至於甚麼樣的人、事、物值得感恩呢？事實上，每個人、每件事、每個物品都可以感恩，怎麼個感恩法呢？比如我們可以感恩導護媽媽，在我們過馬路時，可以很安心地過馬路；我們可以感恩我們遇到挫折的事，因為有這些事，我們才可以成長；我們可以感恩提供我們喝水的水壺，因為那個水壺提供我們水，讓我們在口渴的時候，有水可以喝，協助我們成長。可見每個人、事、物都是可以感恩的。

在臺灣這充滿溫暖的國家裡，處處可見到感恩的行為，但這樣是不夠的，還需要我們一起努力，才能將這優良的行為傳承下去！

## 感恩

忠福國小學生 范姜俊皓

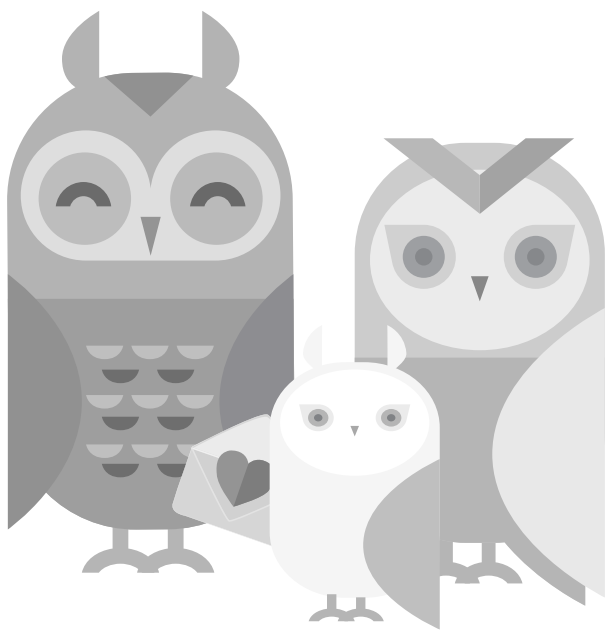
感恩是什麼？感恩就是去感謝別人對你的幫助，常存感恩心，也就是說，別人對你的恩惠，要常常記在心裡，在心中感謝別人對你的恩情，只要有別人幫助你，就要懂得感恩別人，當別人有困難時，我們也要盡力去幫助別人，更可以用自己的力量來回饋社會。

我們為什麼要做到感恩？人類是群居的社會，當有人幫助你時，你會怎麼做呢？如果是我，我心中會感恩，感謝別人對我的幫助，下次我也要幫助更多人，讓大家都懷著感恩的心。那麼，我們要怎麼做到感恩？每一個人都要從自己做起，要感恩父母、師長，我們要感謝為我們服務的每一個人。

大家都聽過「老鼠報恩」這個故事吧！從前，有一隻獅子，牠又高又壯，有一天，牠抓到一隻老鼠，小老鼠說：「求求你放了我，我會報答你的。」獅子心想：「這小老鼠，哪可能報答我啊？」但是，獅子還是把牠放了，幾天後，獅子不小心掉進網子裡，牠大聲的呼叫著，小老鼠火速的趕來獅子面前，開始不斷的咬繩子，沒多久，繩子就斷了，獅子很高興，於是他們就成了朋友，這個故事告訴我們，別人的幫忙就是我們成長過程中最佳的原動力。

我們要懷著感恩的心，設身處地為別人著想，幫助別人，這樣社會才能安定、繁榮、

進步，如果大家互相感恩，大家的心也會變得更溫暖，我會用盡自己的力量來貢獻社會、造福人群，我這一生都深受許多人的恩惠，為了感謝他們，我也會對社會大眾付出一份感恩，只要大家一起做到感恩，我相信我們的社會一定會充滿濃濃的情感，全世界也會變得更美好、更祥和。





## 談感恩

東安國小學生 陳之瑜

開學一拿到國語課本後，我隨意瀏覽翻看，有一課課文內容很短，那是介紹朱子治家格言，它告訴了我們許多做人的基本道理。其中：「施惠勿念，受恩莫忘。」就是提醒我們做人要懂得感恩！一個懂得感恩的人，可以為個人品格加分，還可以帶給別人快樂，更可以擁有更圓滿的人生！

古時候有個人名叫韓信，由於年少時生活窮苦，只能靠在河邊打魚生活，但依然三餐不繼，還好，河邊有一位好心的老婦人，看他可憐，常給他飯吃。有一次，韓信感激的說：「老婦人，只要我一出人頭地，一定要報答您！」，老婦人一臉無所謂的回答：「我只是看你可憐，不在乎你日後會不會報答我！」然而，韓信在功成名就之後，並未忘記幫助過他的老婦人，就送了酒菜和黃金千兩答謝老婦人。我想，老婦人雖然不在乎回報，可是，當她收到禮物時，應該會感到非常驚喜吧！「一飯之恩，當永世不忘。」韓信的故事告訴我們受人點滴之恩，當湧泉以報。

生活中，我們時時處處接受別人的幫助，是否曾經想過要如何回報？舉凡在家裡，「茶來伸手，飯來張口」，接受父母無微不至的照顧；在學校，有老師的諄諄教誨，有志工叔叔、阿姨們的熱心服務，還有同學們的友情陪伴；這些付出，都是理所當然的嗎？除此之外，我

還曾經接受過陌生人的幫助——回想一年級時，開學第一天，爸爸把我放在校門口後，就轉身趕著去上班，當時的我根本不知道班級的位置，迷迷糊糊中，心理既緊張又害怕，只能站在原地發呆，突然有位阿姨看出了我的眼神中，流露出的驚恐的心情，就立刻上前詢問無助的我需不需要幫忙？我才不好意思的告訴他我的害怕。我很感謝那位幫我的阿姨，當時我真的快哭了！謝謝她帶給我溫暖。

沒有什麼人是一定要為你服務的，對於別人提供的幫助，不論多小，都應該心存感激，並且試著把你的感謝傳達出去。如果只是把感謝放在心中，沒有傳達出去，對方是無法感受到你的心意的！如果能適時的傳達對他人的肯定與讚美，我想，對方一定會很開心，並且更加願意繼續為別人服務！接受幫助的一方，應該也會因這份感動而願意嘗試去幫助別人，帶給別人快樂！

我相信愛是會傳遞的！人與人之間，如果都能傳達善的能量，人人充滿感恩的心，相信我們一定能擁有更祥和溫暖的社會！我要謝謝每一個出現在我生命中的人！謝謝他們豐富了我的人生，同時也希望，這份愛與感動能一直傳遞出去。

## 感謝有你

信義國小學生 趙妍蓁

天亮了，有一個身影走到我床邊，她親親我的臉頰，拍拍我肩膀，輕聲的說：「小寶貝，起床了！」我慢慢睜開眼睛，原來是媽媽。我的媽媽，身高不高，外型有些圓潤。在學生的眼中，是位嚴格又有愛心的好老師；在我眼中，則是位親切又有耐心的好媽媽。

小時候，我常常生病，又有輕微氣喘，經常動不動就往醫院跑。外表看起來就是一副弱不禁風、體弱多病的樣子。因此每當我有一點咳嗽或流鼻涕時，媽媽就緊張得如同熱鍋上的螞蟻，一會兒要我多喝水，一會兒又叮嚀我注意手部的清潔，還不時提醒我戴口罩，深怕我又因為一個不小心，就要去醫院掛急診了。為了照顧我虛弱的身體，媽媽不知有多少個夜晚無法入睡，也不知帶我尋訪過多少中西醫、燉煮補品，就是希望我的身體能強壯一些。在媽媽的用心照顧下，我生病的次數逐漸減少，臉色開始紅潤起來，也長高了不少，四年級時，還在運動會中參加了大隊接力的比賽呢！現在的我是一個健康寶寶，這都得感謝我的媽媽。

我個性上最大的缺點就是沒耐心。常常因為數學習題不會算，或鋼琴練不好而生氣、煩躁。媽媽見到了，總是要我先深呼吸，讓心情平靜下來，並且告訴我：「生氣、煩躁並不能解決問題，反而會使事情更加惡化，多一些耐心，多一些勇氣去練習、嘗試，才能克服困難，要耐煩一些才是。」接著，媽媽會陪著我算數學題或練琴，直到我的心平靜下來。當我

表現好時，媽媽也會稱讚我，並且給我一個大大的擁抱。

有一陣子，不知怎麼的，我在安親班都不理妹妹，只和朋友玩，還跟朋友說妹妹的壞話，讓妹妹很傷心。那時妹妹還是一年級的新生，全班她的年紀最小，也沒認識什麼人。遊戲時間，我只顧著和同學聊天，其它人也玩得很開心，妹妹只有坐在一旁看的份。媽媽知道了這件事，私下問我事情的原委，起先我很害怕媽媽會斥責我，就推說是妹妹不想和大家交朋友，媽媽聽了更難過了，不但沒有罵我，反而要我站在妹妹的立場想一想，我才頓悟自己的不誠實及沒做好當姊姊的責任。我和妹妹是一家人，本來就該相親相愛、互相幫助，爸媽不在身邊時，我就是小媽媽，要負責照顧妹妹，怎麼能不理妹妹呢？我更不應該不誠實，為了掩飾錯誤而推卸責任。我要感謝媽媽，讓我明白這些道理。

媽媽，感謝有妳，陪我一直打敗病魔；感謝有妳，在我沒耐心時陪著我、包容我；感謝有妳，在我犯錯時能提醒我並原諒我；感謝有妳，妳是世界上最好的媽媽，我愛您！

## 感恩

桃園國小學生 葉姿君

一顆感恩的心，既能溫暖社會，更能感動他人。學會感恩，可以報答別人的無私付出；學會感恩，也可以讓自己感到充實、快樂。

感恩無所不在，在老師的諄諄教誨中；在家人的默默付出中；在朋友的多年陪伴中；在父母的細心照料中，也就是因為如此，這個社會才會如此需要感恩、需要愛。

一個平凡的夜晚，我像以前一樣，在房間裡看電事，忽然，「碰！」一聲，哥哥匆匆忙忙得打開房門，並叫我下樓，我馬上飛奔下去，到樓下後，我呆住了，我最敬愛的爺爺竟然離開人間了，那天晚上，我的心真的好痛，好不舒服。

還記得以前，不管颶風、下雨，爺爺都會買便當和饅頭給我吃，在我睡覺亂踢棉被時，我會默默為我蓋被子；在我難過時，他會偷偷搔我的腳掌；在我生病時，他會靜靜地坐在我身邊，我的爺爺很偉大，他為了這個家辛苦奮鬥、打拼五十幾年，一路上，是如此的困難，現在的我，只希望爺爺在天堂可以過得很逍遙、很自在。

俗話說：「把握當下，恆持剎那。」我們不知道自己可以和大家一起生活多久，更應該好好珍惜生活中的每分每秒，把握每次相遇，感恩生活中的每個人、每件事，做一個有禮

貌的小天使。

有一次中午，我在餐廳吃飯，看到一則新聞報導，內容是一個學生，因為對父母嘮叨心懷不滿，而離家出走下落不明，還有一則新聞，有一位男子，因為和父母吵架，竟然刺傷父母，好在傷口不深，沒有生命危險。

其實，相信各位都曾聽說類似這樣的新聞，這種報導真的很讓人感到難過、不捨，一個錯誤的決定，就很有可能破壞長達好幾年的情誼；也有可能會眾叛親離；更有可能傷害生命。如果我們能夠用感恩的心來看待這些事，很多事情都一定能有轉機，例如：那位學生若能把對父母嘮叨的不滿，化為感恩，就不會發生了，還有，那位男子不應該那麼衝動，如果他能靜下心，想想父母的養育之恩，一切都沒事了。

俗話說：「山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉。」當我們在面對困境或生氣時，一定要靜下心，千萬不能心急，只要我們的心情轉換一下，又是一片碧藍的天空，換個地點、換條路、換件衣服、換個想法、換個好心情，都是很好的轉變喔！

## 常懷感恩心

草潔國小學生 鄭百岳

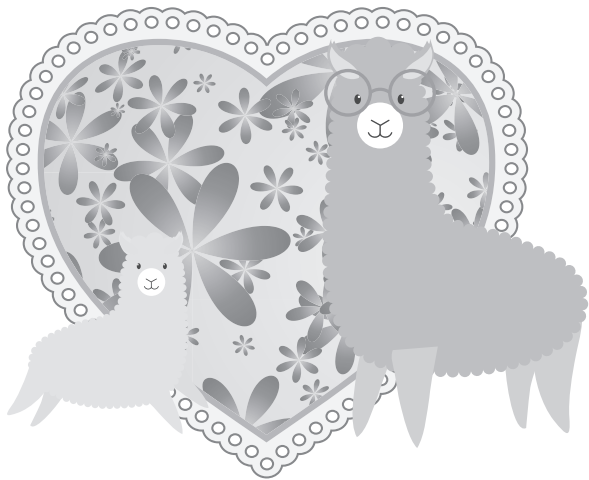
俗諺說：「一根草，一點露。」萬物的生長化育，都是受著天地的滋養而逐漸形成的。我們除了受到天地的恩賜外，更應懂得知足、惜福、感恩，去珍惜身邊所擁有的資源，攜手創造一個永續經營的綠色地球。生活中有太多的人、事、物值得我們深深去感恩，感謝天地萬物，感念各行各業的勞工，感恩父母朋友讓我得以在一個充滿溫情的土地上學習成長與生活，所以我們更應懷抱著一顆感恩知足的心，去謝謝那些默默付出、無私奉獻的人們。

無論在何時何地，都要心存善念，保有一顆感恩的心。生命的意義不在時間的長短，生命的價值不在獲得多少，而在於奉獻、付出了多少，如陳樹菊阿嬤發揮了市場小販的大愛、馬偕博士跨越國界展現無私的關懷、海倫·凱勒無懼身體上的障礙，努力奉獻一己的心力，帶給人們更多的希望和更大的勇氣，體現「感恩」的真諦。原來當一位真誠付出的人，才是世界上最幸福、最富有的人，因為施比受更有福，這是千古不變的道理啊！

「感恩心」是減少人與人之間摩擦的潤滑劑，也是生命快樂的源頭，更是人性中最光輝的表現。其實社會上仍有許多的無名英雄值得我們去感恩，如種植作物的農夫，造橋鋪路的工人，風雨無阻的清潔隊員以及捨身救人的救難人員等，因為前人的辛勤付出才能讓我們有如此便利無虞的生活，我們必須感恩的人真的太多太多了，沒有昨日他們的付出，就沒有

今日的我們。期盼能用感恩的金鏤，將世人的心緊緊串連編織成一個充滿溫情的社會網，如此必能化解人與人之間的仇視和誤會，讓人人心中綻放一朵感恩之花，並將這份溫暖持續傳承下去。

放眼天下，世界上許多角落，每天都有值得我們感恩的事情在發生，知福感恩、把握當下才是最重要的一件事。「感恩心」能讓人靜化心靈，啟迪智慧，可以讓人們心中充滿著愛，更可以開闊自己的視野和胸襟，讓我們共同來感受這個有情又多采多姿的世界，不斷感恩、回饋與奉獻一己的心力。





## 化感恩為行動

草潔國小教師 孫淑儀

抬頭凝望浩瀚星空，感恩如熒熒繁星躍上夜空，指引人們希望的方向，閃亮性靈與生命；俯瞰蔚藍蒼穹峻嶺，行動如起蒼鷹翱翔天際，引領人們飛向山之巔峰，展現行動與力量。我們無法知道生命的長度，但我們可以感恩之心擴展其寬度，我們無法挽留時間的腳步，但我們可以行動深刻其軌跡，努力朝向心中的夢想大步邁進。

在現今的社會脈動中，在熟悉的生活律動裡，有太多的人、事、物值得我們停下繁忙的步調、放下心中的執著，佇足下來靜心思索與反省。我們應當收起貪婪自私之心，敞開感恩的胸懷，仔細去品味生命中每一件令人動容的小事物，俗諺云：「吃果子，拜樹頭。」便是希望我們能飲水思源，莫忘先人胼手胝足、筭路藍縷、開疆闢土的辛勞；古人亦云：「得之於人者太多，出之於己者太少。」這也是在提醒我們社會上許多的無名英雄們正竭盡心力共同為締造一個幸福的家園而努力，他們的無私奉獻付出，值得我們大聲喝采並致上最誠摯的感恩之情，深深一鞠躬。

然而感恩之心若只是一直停留在心中，那便只是一種口號罷了，我們應該凝聚眾人的共識，集結大家的力量，將所有的感恩化為實際的行動，讓所有的意念轉化為一種力量，扭轉社會的脈動，淨化人們的心靈，注入一泉感恩的活水，締造更和諧安樂的世外桃花源。行動之舵掌握在每個人的手中，而感恩之帆正是啟動這祥和之船的最佳動力，當風兒吹起，感恩風帆揚起，眾人手中的舵齊心協力向前划動之際，便能開啟航向幸福感動之路，朝向更璀

璨光明的未來。感恩之心必須與行動之舵共同邁進，誠如洪蘭老師所說：「感恩——能開啟孩子內心深藏的溫柔，但若缺乏『行動』之鑰，便都只是空談而已。」是的，行動能化腐朽為神奇，能滴水穿石，只要齊心一致不達終點絕不放棄，那麼必能到達成功的彼岸。

感恩之心如水，能匯聚成一股暖流，注入每一個赤子心中，如此必能化干戈為玉帛，化暴戾為祥和之氣。現今的社會人們往往汲汲營營於名利的追求，落入金錢與權力的漩渦中無法自拔，我們應當沉澱一下心靈，回到最初的起點，尋回最真誠的稚子之心，重新體會生活週遭令你我感恩的小確幸——若無農人汗滴禾下土的辛勞，何來今日飽足的我們；若無警消人員赴湯蹈火的捍衛家園，何來安和樂利的社會，若無大地滋養化育萬物，何來美好的環境居住。行動之力如陽光，普照每一顆感恩的種子，散落在每個人的心田中，茁壯成長為一株株的幼苗。如史懷哲醫師遠赴非洲展現民胞物與的襟懷，超馬選手林義傑橫越撒哈拉沙漠喚醒世人對第三世界的關懷，連加恩博士在四十五度的天空下施展大愛，體現「愛無國界」的真理，這都讓我們明白必須將感恩之心轉化為實際行動，才能開展生命的重量與價值，用感恩的心努力灌溉、付諸行動栽培，才能創造芬芳的人生。

我們應踵繼先人的步伐，繼續將這份感恩的心傳承下去，化內心的感動為實際的行動。每當抬頭凝望夜空時能讓點點星子匯聚成銀河，閃耀在如緞般的黑夜中；仰望穹蒼峻嶺時能讓參天大樹直聳入雲霄，迎向屬於自己的藍天綠地，傳遞愛與感恩的力量，實踐自己心中的夢想。

## 感恩

啟文國小學生 宋宇婷

如果大家都有一顆感恩的心，社會上就會顯得更加幸福與和平，如果大家都沒有一顆感恩惜福的心，世界上就會更加混亂與不安！

我很感恩父母生下四肢健全的我，撫養我長大，無微不至的照顧且不求回報。在校園中老師、同學陪伴我上課學習知識，下課時陪我一起玩躲貓貓，我很感謝他們。在社會上有許多的人默默地在幫助我們，例如：警察幫忙大家管理交通與維護治安，農夫幫忙大家種稻米，讓我們吃飽不會餓肚子，當我們有不舒服或肚子痛，醫生都會幫我們檢查身體狀況，幫我們開藥或擦藥。商家，像百貨公司或大賣場，供應了我們需要的東西，如：日常用品、面紙、衣服、文具和食物：等等。水電公司供應我們水和電，水是我們人體需要的，如果沒有水，很多的人類和動植物都會死亡；電在黑暗的夜晚中供應燈泡發光，讓世界更明亮，不用怕黑暗的夜晚。

我們要怎麼做才能算是感恩呢？我們可以寫卡片寄給幫助我們的人，或是親手交給他們或向他說感謝的話。我們每天吃的食物都很珍貴，所以我們要很珍惜地把它吃光！我們每天過了很好的生活，所以要感恩生活周遭一切的人事物，如果有能力，要把感恩化作助力。

在所有人心中，種下一顆感恩的種子，讓種子在心田發芽茁壯，成為一棵散播愛與關懷的大樹，使世界更溫暖，讓人間處處有溫情。

世界上大家都該有一顆感恩的心，很多人幫助我們，所以我們要感恩惜福，不要浪費資源，要隨手關燈，珍惜資源。感恩是看不到、聞不到，也摸不到的，但可以用心體會出來，只要大家都懷著感恩的心，去幫助需要幫助的人，心裡會更加的開心與快樂，讓自己快樂，也留下美好的回憶。



## 感恩

新明國小學生 林霆潤

「你好勇敢！」眼看針筒準備刺入手腕，但我卻毫不哭泣，醫生、護士安撫我、激勵我，都是說：「你好勇敢！」只不過這句話到現在已經很罕見了，因為我已經長大了！

才剛滿兩歲的我，就開始聽到這句話，因為當時的我，得了淋巴型白血病，必須接受治療，當我看到像鐵槌一樣大的針筒都嚇得渾身顫抖，只想奪門而出，但是看到身旁故作堅強的媽媽，我忍住害怕，也因為媽媽一直不停地告訴我：「你好勇敢！」讓我暫時忘掉疼痛。媽媽常說：「上帝為你關一扇門，就會為您開一扇窗！而且天無絕人之路，總有一天，你會健康康的走出醫院，只要有耐心地接受治療，不怕疼痛和折磨……」我看見勇敢的媽媽，流下了不勇敢的眼淚……

第一次住院就住了三十五天，每天在醫院就期待著父母曾答應過我的去「六福村遊玩」的約定，我興奮得天天期待著出院，因為六福村實在是太美好的地方，它讓我每次化療後的住院都能有所期盼。我要謝謝林口長庚血液腫瘤科的楊兆平醫生及六樓協助化療的所有護士，大家戰戰兢兢、奮戰不懈，千辛萬苦的陪我打了一場拉鋸的戰爭。

很不幸地，好不容易走完三年半的辛苦療程，又發生一件晴天霹靂的事，我因莫名的

水腦症陷入昏迷。在加護病房時，我最常聽到的一句話就是「你好勇敢！」每當我聽到這句話，奪眶而出的淚水瞬間消失，開始變得勇敢堅強；我努力地克服困難與挑戰，並且告訴自己要成為父母驕傲、老師放心、大家安心的好孩子。

在一個晴朗無雲的早晨，也就是開刀日，父母們悲傷又緊張的表情，似乎世界末日即將到來，但因手術區是腦部，所以醫生的警戒心也提高許多。只不過當時的我，把病房當作手術室一般，沒什麼緊張感，也許，這就是所謂的「初生之犢不畏虎」吧！因為年紀小，不知道「害怕」和「可怕」；不像最近開刀，或許是我已經長大，比較懂事了，光進入手術室就「害怕」得要命，彷彿掉進地獄深淵一般。從第一次手術到最近手術已經有八次了，每一次手術前後，都會有醫生、護士、家人、親戚、師長、朋友跟我說：「你好勇敢！」因為他們的關心與鼓勵，使我擁有勇敢向前的力量，這句話也成了我最喜歡的一句話。

最近又遇到了挫折，頭部因水腦引流管阻塞引發劇烈疼痛而再度進入了手術室，從反覆急診、電腦斷層、核磁共振、腦波檢查等不斷確認過程，到住院開刀、拆線、腦部復原，使我從小學到大，最喜歡的桌球運動，天生高人一等的球感也因此畫下了句點，因為我至少要兩個月不能練球，使我喪失了原本應有的意志力與衝勁，感覺以前所有的努力瞬間一切歸零，找不回原有的球感與發球絕招，彷彿掉入絕望的深淵，萬劫不復……

「皇天不負苦心人！」還好我的身體狀況也如倒吃甘蔗——漸入佳境，不久前的我還  
在醫院痛苦難耐，現在的我已經可以行動自如、正常生活。老師說：「天下無難事，只怕有  
心人！」我現在可以搭上飛機，到達世界的任何一個角落；搭乘郵輪，碧海藍天任徜徉！這  
一切的一切，我一定要謝謝我的手術醫生——林口長庚腦神經外科吳杰才醫師，他讓我度過一  
次又一次的困境；還要謝謝曾經對我說過：「你好勇敢！」這句話的每個人，因為大家的這  
句話，表達了他們對我的關懷和祝福，讓我關關難過關關過。真的好謝謝大家，我會越來越  
勇敢的面對所有的挑戰和挫折，使自己的人生，發出璀璨的光芒！下一次，若誰有任何的困  
難，我也一定會盡我所能地來幫助他們。

長大之後，我一定要成為一位鼎鼎有名、仁心仁術的醫生，照顧曾經幫助過我的人，  
幫助世界各地需要幫助的民眾，治好每一個人的病，把大家的討厭鬼治得無影無蹤。就是因  
為幫助我、照顧我的人太多太多了，所以我要懷著感恩的心謝謝大家，從現在開始，也竭盡  
所能的回饋給我生命中不怎麼完美的世界，好讓它越來越完美！

## 辛苦的農夫

楊梅國小學生 黃笠筑

「咕咕咕！」天際剛剛露出魚肚白，一陣陣急促的雞鳴劃破了黎明前的寧靜；當我們都還在呼呼大睡時，他——辛苦的農人早已不顧瞌睡蟲的誘惑，開著「鐵牛車」去耕種了呢！

中午，火傘高張，農人戴著斗笠，在炙熱的陽光下，不停的施肥、拔草，從沒說過一聲「累」字，反而更加勤勞耕作，一分一秒不懈怠；一絲一毫不疏忽，沒有一時半刻休息過。在太陽炎熱的時候，他們揮汗如雨，在寒風呼嘯的時候，他們不懼嚴寒，這種精神是可貴的。

夏天一到，稻田裡原本綠波盈盈的稚嫩秧苗，已成了豐碩飽滿的稻穗。南風一吹，田野裡就像掀起了一波波金燦耀眼的浪花，多麼如詩如畫，農人們看到此情此景，無不咧開了嘴，會心一笑呢！

思緒將我拉回小時候，那一年暑假爸爸、媽媽因為工作忙碌，便將我和妹妹送回外婆家，外婆家在鄉下，有一大片稻田，每當稻子成熟時，就是歡喜收割的日子。長工阿榮伯伯每年暑假都會到外公家幫忙割稻，我和妹妹忙上忙下，一會兒送茶水、一會兒遞毛巾……我看到阿榮伯伯額頭上的汗水，一顆顆的往下滴。



「快來喝綠豆湯哦！」一聽到外婆的吆喝，我和妹妹立刻放下手中的稻穀飛奔到外婆身邊。「阿榮伯都還沒吃到，你們這兩個小孩，倒是跑得特別快……」我和妹妹衝著外婆呵傻笑，阿榮伯伯開心的和我們併排坐著，大口大口喝著綠豆湯……那一年是我最開心、最難忘的暑假，也是我第一次感受到「含淚播種者必歡笑收割」的道理。

「鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中飧，粒粒皆辛苦。」這是一首描寫農夫辛勞耕作的詩。這首詩傳達了農夫辛苦的一面，也表現了我們在吃飯的時候，往往不能體會一粒粒的米飯是農夫的血汗換取得來的，而隨意的丟棄任意暴殄天物。雖然感覺一粒米不算什麼，但是當我們在飲食時，還是要盡量把食物吃光，以免辜負了農民的苦心！

我和妹妹有了共同的體認，我們要成為一位「知福惜福」的好小孩，絕不浪費一粥一飯。如果我們身邊有人暴殄天物，我們也會一起提醒他「不可以浪費食物，因為每一粒米飯都是農人辛苦的結晶！」

## 感恩的滋味

樹林國小學生 謝雅煊

感恩，是我們降生到這個世界上的第一聲啼哭，我們用最初的本能感激母親賜予我們生命；感恩，是我們課堂上的琅琅讀書聲，我們用日積月累的知識感謝老師的諄諄教誨；感恩，是我們精神和物質上的所有，我們用實實在在的生活，感激精神和物質的創造者。

我們要學會感恩，感恩不一定要金錢，不一定要太珍貴的物品，更不一定要花言巧語，只需要一顆真誠的心，父母給予我們生命，養育我們好多年，為我們流了多少汗水，忍受了多少辛酸，含辛茹苦，是多麼的不容易，我們對父母要有一顆孝心，為工作一天的父母做一頓飯，倒一杯水，洗一次腳……看似微不足道的一件小事，卻是我們對父母感恩的表現，而父母因此感到幸福和快樂。

老師是我們第二個父母，為了讓我們快快長大成人，為了讓我們學到更多知識，老師的白髮又多了好多根，額頭上的皺紋也多了好幾道，對老師，我們要有一顆尊敬的心，要努力修煉自己的品德，更要刻苦學習科學文化知識，提高我們的能力與素質，以及優異的學習成績來對老師做最真誠的感恩。

平常搭公車時，載我們回家的公車司機，為了讓我們能安全回到家，也為了不讓我們

受到傷害，司機不敢不守時，更不敢違規行駛，我們要學會感恩，所以下車時，記得跟辛苦的司機說聲謝謝。

星星能照亮夜空，感恩可掂量自我，感恩他人，就是善待自己，懷有感恩之心，才能包容全世界。感恩，是你讓我記得勇敢去表達愛意，是你無時無刻給予我溫暖，給予我希望，是你讓我感到快樂，希望你永遠陪伴在我身邊。

活在世上，我們應該學會感恩，學會了感恩，你才會體會幸福，體會了幸福，你就能領略快樂的真義。朋友們，一起來實踐感恩的生活，體會感恩的滋味。



感恩

## 感恩之心

龍壽國小學生 莊喬羽

在我小的時候，我並不懂感恩，每一次當我拿到禮物時，都不會說一聲：「謝謝你！」，只會把禮物搶過來一心只想：「太棒了！有禮物耶！」，可是當沒人再給我禮物時，我的心就會有一股納悶感，一直在想為什麼沒有禮物，我要禮物、我要禮物……，心裡好像有一個吃不飽的黑洞，永遠填不飽，永遠無法滿足。後來在成長的過程中，媽媽教導我如何做個感恩的人，所以現在我都會先說「謝謝」再用雙手輕輕的接過禮物，所以當沒有人給我禮物時我不會有納悶感，因為我的心會告訴我：「沒關係！他已經給了我很多禮物了。」我心中的黑洞已經填飽了、已經滿足了。

在我五歲時，我常跟外婆拿食物吃，當外婆拿給都直接搶過來，也不說聲謝謝就不理外婆了，後來我漸漸長大才發現外婆這時的臉上總是有種悵然所失的表情，最後我才去問媽媽：「為什麼外婆總是常常因為我而在煩惱？」媽媽笑著說：「我的寶貝女兒你終於長大了！你學會觀察人了。」媽媽告訴你……，聽了媽媽說的話我才知道原來是我沒感恩外婆，可是外婆又捨不得罵，所以才會煩惱。知道問題後我馬上就改，不久我又向外婆要吃的，外婆拿給我時，我終於開口說：「謝謝！」。外婆聽了馬上開心的說：「我的孫女啊！我一直在等你這句話。」外婆一說完馬上緊緊的擁抱著我，從此外婆再也不會因為我的不懂事而煩

惱了。

今年暑假我的表哥、表弟從中國大陸回來台灣，才剛回來不久便是我表弟生日，生日當天，我和媽媽買了生日禮物，但沒想到他的媽媽竟然說：「他不過生日的，請你下次不用再買禮物了。」我很驚訝的問：「為什麼？」後來才知道因為他懂得感恩，知道他自己的生日是媽媽的母難日，所以他生日當天他就會幫媽媽按摩、洗腳當作謝謝媽媽的禮物，跟他比起來我和他差太多了，每次我生日時都不會幫媽媽按摩、洗腳，反而都是媽媽幫我買禮物、買蛋糕來慶祝，所以我要加油了！

經歷過無數次體驗後，我知道無論何時都必須懷著感恩的心，因為無時無刻都可以有必須感恩的事發生。感恩不只是說說而已，是要真誠的發自內心，才會使對方感受到妳的誠意，我會時時懷著感恩的心去對待我周圍的人，讓大家都處於在祥和的氛圍中。

## 謝謝，爸！

內壢國中學生 謝皓宇

幾年前，爸爸曾經是個月入十幾萬的總經理，但在我還年幼的時候我自己也不知是什麼原因，爸爸離職了。那時的媽媽收入也不高，可想而知，金錢的缺乏帶來的是父母連日的爭吵，我和大我兩歲的姊姊完全無能為力，媽媽每天晚上都以淚洗面，隔天卻又得強顏歡笑的到公司上班，我和姊姊總是在客廳的咆哮聲後，成為被爸爸遷怒的對象，那樣的日子是黑白的，家中的笑聲悄悄消失，取而代之的是玻璃器皿碎裂聲和在我心中持續不斷的恐懼與說不出的哀嚎，從那時起，我對爸爸產生了巨大的質疑，而這分質疑也使年幼的我常感到迷茫不知所措。

這樣的日子持續著，每當媽媽的哭聲響起，我的心就感到痛苦的撕扯，彷彿要窒息一般。最終爸媽選擇了離婚，但我心中的哀嚎竟轉變成了一片死寂，每天每天家中總是鴉雀無聲，只剩下爸爸忙著處理新工作的鍵盤聲。這個時候，正好是我在國小最調皮的年紀，每當在學校搞出了什麼「好事」，回到家免不了一頓責罵和痛打，那時，我對於爸爸只剩下了逃避和恐懼。

之後的幾年，我和爸爸根本沒有交流過心事，爸爸這個人工作態度比誰都認真、比誰都努力，因此也重新爬上了公司的高層，說真的，真希望他偶爾把工作上的心力投入在家庭中。到了我國一的時候，有一次，段考考得很差，考差了自己心裡也挺自責，一回到家爸爸

又劈頭罵，我理智線斷了：「你根本沒注意過我為考試付出了多少努力，從來沒有考慮過我的感受，只顧著工作，只想著掙錢，如果這樣我根本不想要你做我爸！」我失控的大吼。片刻的沉默後，爸爸什麼都沒說，只是默默走回房間，之後，我心裡有些後悔把話說重了。過了一天，媽媽打電話過來，她說，爸爸其實很多次想跟我好好的談一談，也問過她很多關於如何和我溝通的方法，只是我總是在逃避和他對話，他不知道怎麼開口，媽媽還說，我每年的生日禮物裡面，也有許多爸爸託她送給我的。媽媽說，其實爸爸很關心我，只是不懂得表達他的感情而已。這個時候我才想起，我從來沒有向爸爸要求過什麼，因為這些東西總是不用我開口，爸爸都會想辦法給我，他死命的工作，也只是想讓我們的物質需求不虞匱乏而已。之後，我鼓起勇氣走進爸爸的房間，和他道了歉並說了很多我這些年來的感受。

近兩年，媽媽也回到家裡住了，我重新感到過去童年的溫暖，這次，我不再逃避了，至少在我還是學生時，和他們好好的相處，做些從前沒能做到的事。以後，我也想和爸爸一樣當個努力認真的人、當個為家庭著想的人，現在我會說，我很高興他是我的爸爸！

## 朋友，謝謝你

內壢國中學生 孫小菲

人們一生當中的各個階段，就像是一個個巨大且錯綜複雜的迷宮。在迷宮之內，人們必須不斷作出選擇，而能夠幫助你做出最佳判斷的除了血濃於水的親情之外，便是真摯的友誼。兩者相輔而成，缺一不可。唯有在親密的家人和真心的朋友陪伴下，我們才能安然無恙的走出每一個迷宮，迎接人生的下一個階段。

朋友是一生的財富，這句話我深有同感。在國小五年級的時候，我突然莫名其妙的被班上女生排擠，一開始還不自覺，沒有看出她們和善的表面下那些令人不齒的手段，依舊把她們當作好朋友、好姐妹。直到被支離破碎的友誼割得遍體鱗傷，才猛然醒悟，原來一切都是自己自作多情，付出的真誠換來的卻是刺骨的背叛。我崩潰，我逃避，把自己埋於浩瀚的書海，追尋故事中虛無縹緲的異世界，藉此忘卻現實生活的愁苦煩悶。可是即便如此，當每每從幻想中回過神，卻仍不免黯然神傷，因為排擠我的人脅迫其他人不准跟我聊天，使得我在班上形單影隻、孤立無援，正當我決定放棄希望時，她就出現了。

她是我們班的班長，個性正直仗義，但是跟我不熟。有一天她突然跑來找我，臉龐因為怒氣脹得通紅，她說：「我再也受不了了！我來當你的好朋友！」當下我以為她在開玩笑，並沒有特別在意。長久以來的挫折使我不願意相信任何人，只因再也不想承受那種痛徹心扉的背叛。但令人意想不到的，那天之後她每節下課都來找我談天說地，言談間的關心與包



容漸漸融化我冰封的心。更令我感動的是，即使被人惡言相向或是冷言冷語，她卻仍舊堅持著與我的友誼。她讓我打開心房勇於面對過去的傷疤，我終於明白自己並不是完全無辜的受害者，會被排擠一方面是她們的不成熟，一方面也是自己的個性太過堅持。她陪我改正待人處世的方式，讓我學會反省，學會改錯，幫助我成為一個更好的人。

她就像黑暗中綻放的星光，使我在人生的幽谷中找出一絲希望；她讓我明白在這個冷漠的世界中，還是有包容體諒、互相關懷的可能存在。她就像一把鑰匙，打開我封閉的心靈，使我不再畏懼人群。她陪伴我走過許多風風雨雨，為我那六年的光陰畫下完美的休止符，是我在小學生涯中最感謝的朋友。雖然畢業後因為就讀不同學區，兩人之間的互動越來越少，但是，她仍然在我心中占據一席之地。

現在的我對於交友已不再恐懼，在國中也認識了志同道合的好朋友，而這一切都是她的功勞。不過我對於國小的時光其實一直有個小小的遺憾，那就是在畢業典禮當天沒有親口跟她道謝。期待再度相遇的那一天，我可以當著她的面親口說：「朋友，謝謝你，有你，真好！」

## 時時說出感恩，讓世界更溫暖

永安國中學生 張怡婷

望著藍天白雲，一種憂愁的思緒忽然湧上心頭。那是好多年前的事了。某日早晨，一如往常的「無敵連環鬧鐘」提醒著我一天新的開始。刷個牙、洗個臉，吃個早餐，就出門上課去了。那時，我仍然認為這是再平凡不過的一天。

走向教室的途中，嘈雜的笑聲與吵鬧聲使我覺得：今天應該還是個很累的一天。早自習時，班導向我們分享一篇有關於感恩的故事，勉勵我們應該要常常向別人說謝謝。當時我不以為意，就這樣繼續上課。直到某節下課，我急著要去將文件送去給老師時，才讓我覺得應該好好正視關於「感恩」這個問題。

「哎呀！」忽然有個學弟在走廊上奔跑，不小心撞到了我。文件掉落滿地，讓我不知道所措，只好先將文件一一撿起。有位學姐見狀，就來幫忙我。費了好大一番功夫終於將所有文件撿起，但眼看上去課時間將要來臨，我的腦中就只能想到要將文件送達，於是連忙接起那位學姐幫我撿的文件，連句謝謝都沒說，頭也不回的就跑走了。

終於安全的將文件送到老師手中，放心地回到教室。上課時，我不斷回想起剛才所經歷的驚險歷程。心中想著：雖然有將任務完成，但是如果沒有那位學姐的幫助，我也無法達成。一想到這，才忽然想起那時似乎沒向學姐道謝。於是我下定決心，要親自向那位學姐道

謝，還有對於沒有在當下就跟她說謝謝感到抱歉。

「但是該如何找起呢？」畢竟我並不認識那位學姐，也不知道她就讀哪個年段，只有看到學姐的長相而已。所以我決定問身邊的同學，看看是否有認識的人。不過因為當時我的心緒煩亂，記住的長相很模糊，所以只能大略的描述。過了好幾個禮拜，才知道她的名字和就讀哪一班。

正當我興沖沖的前去她所在的班級，想親自向她道謝時，卻聽到那一班的學長說了一句話，使我的心情立刻跌到無底深淵。

「妳說的那位學姐已經在一週前就因為一些事情轉學了。」我失望地走回教室，趴在桌上，懊惱著為何沒有在當下就道謝？又回想起當時老師所分享的故事，後悔為什麼沒有好好聽老師的勸告，時時感恩呢？

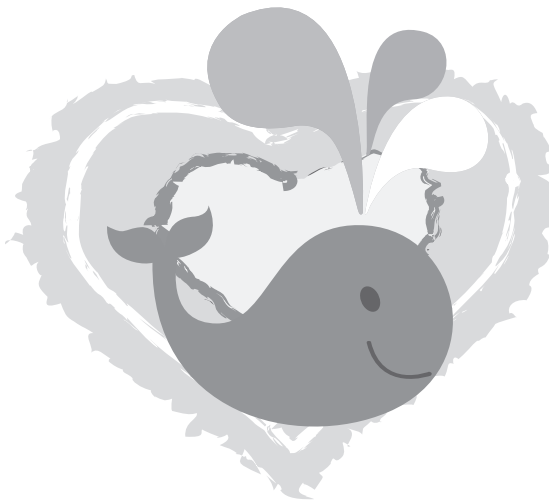
許多年後回想起那特別的一天與這件事，依然覺得當時懵懂無知的我實在是毫無禮貌可言，但也讓我學到了許多重要的事。

成立慈濟基金會的證嚴法師曾說：「付出是事相，感恩才是真理。」一天生活開始，我們是否就已受到許多人的幫助？好比起床刷牙。我們所使用的牙刷、牙膏，都是從研發人員辛苦的將他努力得來的結晶，經過一層又一層的關卡，透過好幾雙手，才將產品送到我們

的手中。還有上學時，老師們的諄諄教誨。更別說是父母親平時對我們的細心照料了。經過這麼多人的幫助，我不禁要捫心自問：「自己是否時常向他們說聲『謝謝』嗎？」

「謝謝。」這兩個字有著很特別的魔力。為什麼？它可以讓原本悶悶不樂的人展開笑顏，可以使原來心灰意懶的人重新站起，尋找更多自己能做的事。當然還有許多好處。但是在日常生活中，我們對於他人的幫助卻常視為理所當然，當然也就不會道謝了。而我們也常「忘記」說謝謝，往往想起時，卻無法道謝，就如同我對那位學姐一樣。

時常心懷感恩固然重要，但「及時說出感恩」更加不可或缺。因為說出感恩可以具體地表現出對對方的感謝之意，也能讓對方感到無比溫暖，增進彼此的關係。



## 母愛

楊光國中小學生 羅苓芳

記憶中，有一雙手，在我每次跌跤後給予我再站起來的力量；有一抹微笑，在我每次陷入黑暗時照亮我的世界；有一道身影，在我每次面對困難時做我不離棄的依靠。很簡單，很平凡，卻是我生命中最不可或缺的存在。她，是我媽媽，我最敬愛的人。

還記得念幼稚園時，每天的上學時間都要上演一場驚天動地的生死離別，我總是一邊哭得唏哩嘩啦，一邊緊緊黏著媽媽，就是死都不肯踏進幼稚園。對那時的我來說，媽媽就是我的全世界，少了她在我就彷彿失去了依靠，在幼稚園裡大哭大鬧為的只是想見媽媽一面，或許只要她出現，對我微笑，我就可以變得毫無畏懼，因為我深信媽媽會陪伴著我，深信不疑。

等到上了小學，那個成天哭著找媽媽的小娃兒已經蛻變成活潑淘氣的小女孩。每天晚上睡前，我都曾倚在媽媽身邊聽她說床邊故事，媽媽說的故事非常生動，還會隨著角色變換聲音，總逗得我開懷大笑。媽媽是國小老師，但她不會要求我考第幾名，比起課業成績，媽媽更注重的是我們做人的品格，有一次我被發現連續說謊，欺騙父母，媽媽氣的要把我趕出家門，我不停不停的哭泣，除了做錯事的罪惡感，我更難過的是傷了媽媽的心，從那時開始，我便下定決心要做個品行端正的人，讓媽媽看見我的成長。

轉眼間，懵懂無知的小女孩又蛻變為青澀文靜的國中生。時間催促著我們長大，而

長大帶走了很多昔日的純真，同儕朋友的地位開始大於從小與自己成長的家人。每天早上背著書包去學校，放學後換一個包包去補習班，補習回到家就直接窩在房間念書寫功課，自己究竟有多久沒和媽媽聊天？昔日的那些美好不再，取而代之的是繁重的課業壓力，一定有什麼讓我和家人產生了隔閡，身為一個國中生，在自以為倔強的戴上面具時，隔絕了家人的關心，也隔絕了面對自己的真心。

一如往常的夜晚，窗外非常安靜，大概全世界都睡著了吧！當我這麼想時，看到眼前書桌上還擺著幾本作業簿，全部寫完也要十一點了，再加上明天還有小考，剛補習的渾沌意識告訴我只好早上五點起床再來念，再想想最近幾次的數學小考成績又不理想……想著想著，視野便開始模糊起來，這時，媽媽的聲音傳了過來：「要不要吃點宵夜？吃完宵夜早點休息，別太晚睡。」短短幾句話。很簡單的，吃點東西，早點休息。為甚麼？心，會如此感動？我，好像哭了。我拭去眼角的淚，發現自己一直以來的自以為是有多麼可笑，無論人如何長大，有些事也不會改變，像是我對媽媽的依賴，像是媽媽對我的愛，真的，自始至終，從未改變。自己冰冷的武裝遇上媽媽溫暖的問候，一下子便輕易融化了。

媽媽，有些話，我真的很想親口對你說，只是請原諒女兒現在還沒有這麼大的勇氣，但，總有一天，我一定會親口告訴你，我有多麼愛妳：謝謝妳把我照顧得無微不至，讓我可以無憂無慮的成長；謝謝妳只要有空就會帶我出去吃喝玩樂，替我留下許多珍貴回憶；謝謝妳在

每天下班後，依然堅持要自己弄晚餐；謝謝妳要我天冷時多加外套，天熱時要我多喝水；謝謝妳在我考試考差的時候，給與我最堅定的鼓勵；謝謝妳儘管每次身體不舒服，都還是在做家事；還有，謝謝妳，一直以來包容我這個不完美的女兒。不管是幼稚園的我、國小的我、國中的我、甚至未來的，都會一直一直的愛著你。

記憶中，有一雙手、一抹微笑、一道身影、簡單卻深刻，平凡卻偉大，在我心裡留下永恆不變的溫度。她，是我媽媽，那溫度，叫作母愛。



感恩

## 感恩

福豐國中學生 邱裕方

當別人在自己有困難時給予幫助，你必須心存感謝，並且在將來有能力時，及時報答他人。「受人點滴，必當湧泉以報」，這樣的道理，是從小到大，父母和老師教導我們為人的基礎，將這樣的想法放在心上，並且做到，逐漸就成了人們對於感謝所抱持的定義。

睜開雙眼，每一天的開始，人們總是匆匆忙忙的做事，或是擔心著昨日延續至今日的種種事情。汲汲營營地開啟新的一天，卻忽略了一個很重要的時刻——去感受清晨耀眼的朝陽，聆聽清脆的鳥鳴，感受和風吹拂臉頰的溫度，去體會大自然給予的恩賜。這是一個不求任何理由、不用回饋的禮物，而且只屬於清晨時刻的恩惠，但是為什麼我們總忘記了它們，從未珍惜過？大概是因為我們還不夠用心吧！如果我們多留心生活的每一刻，將會發現處處都有驚喜。那些原本認為不怎麼重要的小事，竟然能為生命注入新的能量，讓疲憊勞碌的心靈得到舒緩，這是個莫大的恩惠！

當然，生活也像天氣一樣，偶而也會出現烏雲，總會有不如意的時候，但如果能換個角度「逆向思考」，可能有不同的解決辦法。或者，嘗試看見自己所擁有的，這時候，竟然發現天空變得好明亮，而事情並沒有原先設想的那麼糟，這是因為你發現自己擁有的變多



了！這些平時看作理所當然的小事情，此刻卻讓我們覺得幸福，因而感謝上天的所有安排，這樣感恩的心使情緒找到新的出口，陷入困境時便能抱著希望站起來。

世上每件事情的發生都是獨一無二的、有一定的意義，既然遇到了就沒有不可突破的。去改變它、接受它，也是一種學習。是一種必經的歷練，也成了一個很棒的經驗，危機不但成了「轉機」，還讓人成長、茁壯，這是一件非常值得感謝的事啊！

真正的感謝，不需要一個驚天動地的理由，才去實踐它，也不需要只對於一個特定的人、事、物才能表現，它是一個很平常的舉動，就像微風一樣，時而溫暖、時而感到涼爽。對生活周遭抱持相同的感謝，對自己所得到的不視為理所當然而看成幸運，這種發自內心的「感謝美好」就成了一種香氣，不但常常使得自己芬芳，連周圍的人也同樣感受美好，就可謂快樂的泉源。

## 禮物

大華中學教師 邱素青

生命是一本書，匆促的歲月過往，一頁頁翻飛，有時候忽略的一些人、某些事，或淡忘的心情故事，總會在午夜魂縈夢迴裡，令人細細品酌與回味。

爸媽未曾接受過教育，但是對於做人處事寬厚以待，勤樸篤實持家的信念，涵沛每個子女生命的底蘊，爸媽可做得紮實而牢穩。媽媽在三十八歲生下我，這個數字在當時沒什麼特別意義。但若說十八歲開始生下大哥，生了六個女兒四個兒子，生了二十年，媽媽就更顯得了不起！

從小到大，望著爸媽為家計劬勞血汗，從年輕勤奮到老，圖的是填實每個孩子的口腹。「既然生，就要養；既要養，就得教」，這是爸媽殷切的信念。那樣的現實羈絆，緊密將全家人羅織成一張牢不可破的網，而這正是情感的堅定守護。離家愈遠愈久，愈能感覺心中牽繫的那條線，是束縛的網綁，也是支撐的力量。

大三那一年，爸爸因心肌梗塞而辭世。爸爸走後五年，媽媽初度中風，影響層面尚小，兄嫂也發現得早，還算是微恙，只是腳程行動力延緩了些。熟料這麼個光景持續數年，原以為就此風平浪靜，偏偏老天又給大家出道沉重的生命課題。兩年前媽媽再度中風，這次傷了左腦，口語表達不清甚至令人無法辨識。長年糖尿病痼疾，血液循環功能向來就差，中風之後，身體右半邊的知覺能力也漸漸衰退。吃飯喝水容易噎著、嘴角時時漾泡流口水、便溺來

不及解、手腳的自主神經失調、再三重複說過的話、做過的動作……。媽媽的生活治理行為與能力，退化和消弱的程度，比我們想像得還要快。

媽媽年歲愈大愈是孩子氣，活生生的「老頑童」樣，是我們深切的感悟。剛剛說過的話，轉個身就忘；方才提過的事，沒多久又再重複詢問。我們聽得煩了，沒給好氣；媽媽也是責怪自己，怎麼老是忘東忘西？

「一切為孩子好」，是愛的信念堅持。媽媽用其日益消褪的記憶，努力囊記對孩子的叮嚀；以她的包容大氣度，梳理我們銳利的鋒芒與稜角。而最末盈滿愛的粲然，灑落笑的歡顏。互長綿延的樂章，正是母愛的詩篇。家是人們最初的起點，也最深的依戀。

隨著時間的流轉，媽媽漸漸無法咀嚼飯粒，我們得將蔬食和進果汁機攪拌，而後一口一口餵食。二十四小時包裹尿布，已是媽媽必須進行的衛生處理。每日晚餐後的胰島素定量針劑施打，是兄嫂必須要學會的事。現實生活很殘酷，不希望成為事實的時候，偏巧它又是生命課題最難承受的解答。

年紀使人添得火候，面對生活的場景，有些觸動，更多的是感動。

白髮蒼蒼，視野茫茫。媽媽中風後，單腳無力，行動遲緩。吃飯三五口，即會嗆得滿面通紅。也不知是哪門子的原因，總使她吃頓飯就發了不少牢騷與脾氣。歲月的記憶巡禮成長的軌跡，對於媽媽的晚年，子女們除了學習包容和善解，更多的是，道不盡的感恩和祈福。

天堂是人生列車的終點站，生命是張單程票。上車的人都要買票，一啟程即無法回頭。上天是最佳的導演，生命的舞台，絕非操控在自身手裡。

今年三月媽媽在一日身體不適情況下進了醫院。從這一天入了院，日後每天一診療報告。每份報告結果，就是糾結的苦楚，並且是深入心坎，無可言喻的心疼和不捨。我們未曾發現到，惡性腫瘤藏匿於媽媽身體某個暗處；更未曾思考過，末期的癌細胞成為媽媽撒手人間，和我們說再見的肇因。

媽媽住院第三天，右背側裝置了肺部引流管，好排出身體多餘的水分，避免增加肺部的負荷，釀造不預期的感染。每天下班到醫院探視，沿路上總是默禱老天不要出難題讓母親獨自承受。住院第七天，而我適逢領著學生進行校外教學。從早上出門，成天眼皮跳動不停。不祥的預兆，讓自己整日處在忐忑不安的心境。群組不斷傳來每個人對媽媽、對阿嬤的祝禱。這一天不是愉快的校外教學之旅，而是一場與時間賽跑的拉距戰。此刻時間對我來說，甚於金錢萬兩！

第一次發現，天堂離我們如此近，近的我們似乎可以用目測、用時間來算計；當下更深切釋悟，生命是如此的短暫，想要緊緊握著時，它卻變得輕忽，且漸行漸遠……。

夜裡的星空，皎潔輪月高掛依舊，星芒耀眼依然，但是我們的心已蒙上沉重陰霾。病房裡，走廊上，不是傳來哽咽涕泣，就是觸目黯然神傷。兄弟姊妹齊聚商議後，簽下了預立

放棄急救同意書。這項抉擇，只為讓媽媽在人生最後課題，得以款款慢步，緩緩行進。

住院第八天，整個下午媽媽處於呼吸急促，血壓急速下滑，意識上呈現彌留狀態。醫生要我們盡量和媽媽對話，用最平緩的語氣，以最沉穩的情緒，和媽媽做最後的道別。

「媽，我們帶您回家好嗎？」按耐住急崩的淚水和鼻水，我牢牢牽著媽媽的手。因為一旦鬆手了，就沒能緊握了。

上天聽見我們的召喚，領著媽媽慢慢離開。

「好！」最後一個字，媽媽以最柔暖的語調，不疾不徐，交出了人生的卷子，漾著一臉的慈祥……。

走了，媽媽離開了，步出醫院帶著媽媽回家。這下徹底感受到夜裡低溫的淒涼，竟然不及內心被掏空的失落與撕裂的痛。

活著，是最好的禮物；善終，是最美的祝福！

陪伴媽媽到最後走完人生，這更發現它其實是禮物。珍貴的記憶，織就了我的生命篇章，也在我的心靈花園，迤邐恆常溫暖的陽光。在時間長河中，最後讓我們篩濾出圓亮剔透記憶片刻的，多是那些定格在一幕幕生活場景裡的幸福。

因為感恩，所以我擁有無盡的幸福。並且懂得把愛的火炬點燃，傳棒下一代，溫暖身邊更多人！

## 感恩

龍潭高中學生 龐靖文

一生中，我們總會遇到許多值得感恩的人，或許是你的朋友、父母，又或許是身邊那些默默付出的無名氏，需要感謝的人太多太多，但又不知從何開始。

沙塵暴，現今中國最大的環境問題，隨著工業的發展，越來越多土地荒漠化，而在這環境問題的背後，有著一群默默付出的農民正每天用盡全力的阻止沙漠繼續的擴大，繼續的到處影響空氣。今年的暑假，我加入了國際志工的行列，在七月底時前往了中國定邊，一抵達定邊，立刻就能感受到那因為沙漠而乾燥的氣候，只要在街上走一天，晚上擦臉就能將白毛巾染成黃沙色，而我們到這的目的就是將這改善，在前往常青林的路上，看到了外與天際的沙丘，和整齊的樹林，當地農民說，我們看到的那些都是每年他們一棵一棵親手種下的，為了環境、人民，他們願意繼續植樹，直到問題解決，真是偉大的人！終於抵達了，很多人因為那灼熱的太陽而四處地找地方躲，所謂前人種樹，後人乘涼，真是完完全全符合現在的情況，要是先前沒人種下那些樹苗，現在怎麼會有地方遮陽呢？

開始我們的志工活動，第一天就是要在那荒漠中種下二十五棵小樹苗，接收到任務的當下只想著：「哇！也太多了吧，應該種完就累死了！」，但是既然來做志工，就是必須放下疲累，去幫助需要幫助的事，故我們就開始努力地挖，努力地種，終於在兩小時後完成了

任務，並回去休息，為明天的任務作準備。第二天的任務更加的艱辛，要在堅硬傾斜的黃土高原上種下五十棵沉重的樹苗，第一，那土乾的不像話，要鏟開一個坑所需要的時間精力非常多；第二，因為要種在山坡上，一不小心就快滑下山谷，所以更是提心吊膽。今日完成的時間幾乎是昨天的兩倍以上，我們用盡全力地挖洞，小心翼翼的種下每一棵小樹苗，為的就是明年能看到它成長茁壯，為環境多盡一份力。回程中，我在腦海中想著，我們不過是來沙漠幫忙種幾天的樹，就筋疲力盡，叫苦連天，那每天辛勤植樹的農人們，他們所做的是我們的上百倍，甚至上千倍，卻一句怨言也沒有，只是默默的在那空無一人的沙漠上盡他最大的微小力量，去替沙漠塗上固定膠，插上綠色的假睫毛，為空氣裝上淨化器。

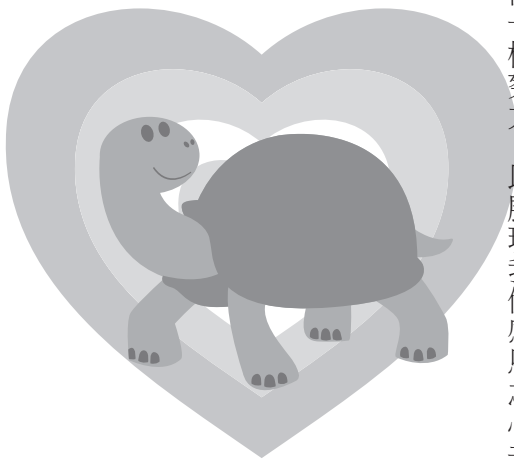
能夠健康地活在這世上，必須感恩；能夠有新鮮的空氣吸，必須感恩；能夠受到這些人的恩惠，必須感恩。在世界上，像這些農民的人到處都是，只是他們都默默地在世界各個需要幫助的角落努力付出著，不為任何利益，不為任何原因，只希望自己的那點付出，能夠改變環境，改變世界。他們的夢想或許很可笑，或許聽起來很不可行，但是他們做到了，因為他們願意去做，願意去持續地做，而不是因為苦就半途而廢，或是為了利益才做，要是沒有他們，空氣問題也不會減退，沙塵暴也會更加的肆虐。

經過這次經驗，暑假結束後，回到學校才發覺，原來身邊值得感恩的人比比皆是，不

論是身旁的朋友，或是敦敦教誨的老師們，又或者是堅守崗位的辛苦警衛，每個人都是那樣無私的付出，雖然他們做的可能只是小小的事，但我們感受到的卻是大大的恩惠。

無形中，我們總是會接受到很多人的幫助，那些幫助或許不是馬上看到的，但是在那日積月累下，構成的結果是無法想像的，如果沒有那些人，我們的世界也不會那麼美好，默默付出的無名氏們，不論你是哪個國家、哪個人種，對你們的感恩都是用言語無法表達的，謝謝你們所做的一切，謝謝你們不求回報的付出，謝謝你們為這生病的地球治療。我們會抱持著感恩的心為你們加油，並試著成為那值得被感恩的人。

世界上所有的一切，都是那努力耕耘的人，無私的付出所造成的，受人點滴之恩，須當湧泉以報，我們一定要和他們一樣努力，以展現我們感恩之心去回報。





品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
誠  
信  
篇



## 誠實是良藥

山頂國小學生 周暉桐

說謊的感覺像走進黑暗的巷子中，害怕自己被黑暗包圍住，永遠看不到光明；說出實情，就覺得路燈微弱的光可以指引我的方向，再也不用擔心害怕。

記得有一次，老師出了個題目，要我們寫一篇文章；那時，我埋頭苦幹的想，還是想不出來，於是，我決定上網搜尋別人的作品，並進行改編抄襲。隔天，我將作品交給老師時，竟然還得到誇獎！我以為這樣可以瞞過大家，但偷偷摘來的果子，其實一點也不甜美；我總覺得說謊的自己，好像走在吊橋上，搖搖晃晃，好怕吊橋斷了，掉進谷底，粉身碎骨。

回到家後，我決定告訴媽媽這件事，並且聆聽媽媽的看法；媽媽告訴我：「誠實勝過一切！抄襲就像是小偷，偷走了別人的想法，也欺騙了相信自己、肯定自己的人。」於是，我鼓起勇氣，向老師坦白自己的錯誤；說出實情後，我覺得自己雙腳踩在堅固的鐵橋上，可以放心的向前邁進，再也不會提心吊膽、擔心害怕了！

至聖先師孔子曾說：「內不欺己，外不欺人。」是告訴我們誠實，不要欺騙自己，也不要矇騙別人；美國總統林肯，在當商店職員時，曾經為了結帳時多出來的六分錢，走了很遠的路，找到了顧客，登門道歉，並且歸還那些錢；而華盛頓砍倒櫻桃樹的小故事，更是人

人皆知的誠實典範。古今中外，無數名言佳句、偉人故事都提醒我們，誠實是我們永久的伴侶，也是我們為人處世最珍貴的價值。

有句話說：「誠實是人生的命脈，是一切價值的根基。」謊言與欺騙就像是包在毒藥外一層美麗的糖衣，融化後的滋味，總是非常苦澀；而誠實與坦白是使人輕鬆自在的最佳良藥，所以讓我們用誠信的良藥，真誠面對自己，做一個光明磊落的人。



誠信

## 誠信與我

茄苳國小學生 許捷淇

誠信這件事情，說起來好像很簡單，做起來卻是萬般的不容易，誠信是一個人重要的品德，也是與人相處的基本道理。俗話說：「欺人只能一時，而誠信卻是長久之策。」意思是說：「謊言無法永存，它總有被事實戳破的一天。」如果我們不誠信，會使自己名譽敗壞、讓人感到不舒服、甚至會傷害到別人。所以誠信為上策是處理事情最好的辦法，也是得到別人信任的重要品格之一。

林肯早年在一個小鎮的店鋪裡當伙計。有一次，顧客多付了一個小銀幣，晚上清帳後，他步行好幾里，把錢送還。他對不義之財分文不取；對錢財來往，分文不差。因此他獲得了「誠實的阿伯」的美譽，也幫助他贏得了人民的信賴，後來被推上美國總統寶座。從林肯的例子我們可以了解到，唯有誠信才能獲得大家的信任。

而我也曾經因為擔心害怕被責備而面臨是否要誠實的抉擇，在抉擇的過程中，內心感到焦慮、掙扎，最後我決定誠實以待，不僅消除了心中的罪惡感，也重新贏得父母得肯定。

記得有一次，爸爸、媽媽外出去買做餅乾的材料，我和妹妹趁著難得的大好機會，就決定在家中玩鬼抓人的遊戲，我當鬼、妹妹當人，兩人玩得不亦樂乎，突然『碰』的一聲，

我竟然不小心將媽媽從日本買回來珍貴的花瓶給打破了！我和妹妹心想大事不妙，倆人你看我、我看你，不知如何是好？心裡想「啊，糟了！我們得趕快編好理由」。因為害怕被責備及處罰，我和妹妹決定就將肇事者推給家中的狗狗樂樂，就在這時候，我聽到車庫開門的聲音，爸爸一回到家就問「花瓶是誰打破的？」當爸爸開始斥責時，我的心裡就開始掙扎到底要不要誠實回答？看著爸爸凌厲的眼神，我突然想到媽媽曾經對我說：「謊言就像一個雪球，會越滾越大。你必須說另一個謊才能圓謊。」最後，我決定誠信以待，乖乖的承認，爸爸罰扣我半年的零用錢，雖然重罰，卻讓我如釋重負。

魯迅曾經說過：「誠信為人之本」我心裡很踏實，因為我做到了誠信，同時做到了為人之本，不管是老師或是爸媽總是對我們諄諄教誨：「做人要誠信。」我想不只是誠信，更重要的是，我們要言行一致，說實話，做實事，才是為人誠信的最高意境。

## 「欺人只能一時，誠實才是長久之計！」

茄萇國小教師 張振松

「欺人只能一時，誠實才是長久之計」，這是源自於英國的一句古諺。曾經在網路上看到一則故事，內容大致上是這樣的：有一位東方年輕人，離鄉背井到歐洲留學，由於經濟的壓力很大，求學的過程中還要到處打工，才能應付生活上的基本開銷，因此必須往返許多地方，而電車就成了他每天必備的交通工具。有一天，這位年輕人忽然發現，歐洲的電車，都沒有收票員，全都是採自助式的，於是他想，我為什麼要買票？根本沒有人在查票，就算被抓到逃票，也只罰極少的金額，他覺得還是很划算啊！於是他開始坐電車不買票，幾次食髓知味後，他之後坐電車幾乎都不買票……。

他在歐洲辛苦留學的日子終於結束了，他取得了不錯的學歷並開始在當地找工作，由於他的學歷很高，很多大公司一開始都對他很有興趣，但是到了最後一個階段，卻往往被婉拒了。經過幾次類似的經驗後，他開始認為這些公司歧視東方人。在一次面試最後又被婉拒的情況下，他實在忍不住了！對面試單位說：「我的學歷在所有面試的人員中，應該不算低，為什麼不錄取我？你們是歧視我們東方人嗎？請給我理由，一個不錄取我的理由！」面試單位很客氣地告訴他：「先生，您誤會了！您的學歷很好，我們公司主管剛開始時對您都非常有興趣，很重視您，但之後在人事部門審核的階段時，大家都一致決議無法錄取您。」這位

東方年輕人很驚訝的說：「怎麼會呢？請您直接跟我說沒關係，到底是什麼原因，讓大家最後都一致決定不錄取我？」

於是面試單位告訴他：「您曾經有三次電車逃票的紀錄，第一次或許是您剛到歐洲來，環境不熟的原因所造成的，但之後的逃票，您應該是故意的，所以最後大家都一致決議無法錄取您。」年輕人張大了嘴，露出一臉不可思議的表情說：「什麼？就只因為我有電車逃票的紀錄，就不錄取我，太誇張了吧！」面試單位說：「一點都不誇張，由於我們公司業務運作是建立在信任的基礎上，您很有可能擔任極重要的職務，若您將來有誠信問題，可能會嚴重傷害我們公司，所以，不好意思！我們公司無法錄取您。順便跟您一提，由於在我們這個國家及歐盟的系統是相通的，您可能很難在這裡找到工作，抱歉！」

上面的故事驗證了「勿以惡小而為之」的這句話。現今是一個「大數據」的網路時代，每個人在臉書（facebook）、通訊軟體（例如：line...等）的一言一行，都會被鉅細靡遺的紀錄下來，您在網路上一句不經意的留言，就有可能造成您日後無法被錄取的原因，嚴重的話，您的一句批評，也有可能無端捲入官司之中，而可怕的是，這些紀錄一旦被記錄了，就永遠無法被抹去，您的資料就會永遠存在著，所以如今在網路上的任何貼文，都不可不慎！因為都關係著您的未來啊！

學校是社會的縮影，在學校裡或許有人認為考試作弊可能沒什麼大不了！但是您千萬

不要忘記了，以前沒有網路的時代，可能不會有立即的影響，但是現在是網路資訊時代，考試作弊這件事可能跟著您一輩子啊！以前是「舉頭三尺有神明」，現在是「舉頭三尺有『監視器』」啊！

「法律是道德的底線」，我們每個人做的每一件事，不只是為了不違法，而是站在我們內心要遵循道德層次的規範來考量，這就好比有人無照駕駛和騎乘機車沒有戴安全帽，或許沒被警察抓到，還暗自歡喜，但別高興得太早，死神可能就在下一個路口等著你。就以戴安全帽為例，騎乘機車要戴安全帽，不是為了怕會被罰五百元，而是如果騎乘機車沒有戴安全帽，若發生交通事故傷到頭部，一定都非常嚴重，自己可能成為植物人，連累了家人，嚴重的話甚至會失去生命，造成家人及許多愛我們的人，一輩子永遠的的傷痛！

「誠信」是每個人一生的通行證。我們的所作所為都應該要「仰不愧於天，俯不作於人」對得起自己的良知，更要對得起自己未來的人生。



## 落實品格教育

普仁國小學生 張詩瑜

品德就是一個人的品行與道德，如果有完美的品德，才會受到大家的喜愛。如果受到大家的討厭，大家都不喜歡自己的話，就要好好的想一下，是不是自己待人處事不夠好，如果是這樣的話，就要好好想一下，盡快改掉那些不好的行為，才不會誤入歧途，成為社會上的害群之馬。要落實品德教育，由下列四點做起：重視禮節、誠實態度、心存感激、幫助弱勢。這是最基本的，每一個人都應該要做到這四點，如果每個人都做到以上這四點，社會上就不會有這麼多壞人，造成所有人的不安。

即使有了高深的學問，卻沒有良好的品格，那也沒有用，要有良好的品格，才做了大事，不然就只能做小事。品格很重要，因為有品格才能讓你受到大家的喜愛與尊重。我們要對人友善、不遷怒他人、對師長有禮貌、和同學相親相愛、不打架鬧事等……。現在的社會治安不好，連基本的品格都沒有，所以我們更要努力的培養好自己的品格，每個人都好好培養自己的品格的話，就能讓這個社會變得更好。

有一些人，他們做錯事卻不承認，說謊騙人，當你說了一個謊，就要用另一個謊言來圓謊，這謊越圓越大，到最後被人家識破了，結果罪更重，真相藏的了一時，藏不了一世呀！

如果一開始就說實話，或許罪不會那麼重。這告訴我們，做人要誠實，相信沒有人喜歡說謊的小孩。所以我們要做個誠實的小孩，不要像放羊的孩子一樣，一直說謊，最後說真話時，也沒有人相信他，害小羊被吃掉，損失很慘重。然後，上課時要尊重老師，老師在說話時，在下面不要隨意聊天，隨意聊天是非常不禮貌的行為，如果你在說話時，別人一直插嘴，我相信你一定非常不高興吧！所以別人在說話時不可以一直打斷他，這樣很不禮貌。要別人喜歡你，必須當個有良好品格的人，才會被人喜愛。



## 誠信

新榮國小教師 邱秀幸

什麼是誠信？簡單的說就是誠實守信用。

仔細分析「信」這個字很有趣，人言。只靠說出的話就能取信於人，憑的是花俏的言語還是過人的口才？我想都不是，憑藉的原則其實很簡單，就是「說到做到」。

春秋戰國時，秦國的商鞅為了樹立威信，下令在城門外立一根三丈長的木頭，並當眾許諾：「誰能把這根木頭搬到北門，賞金十兩。」圍觀的百姓不相信輕輕鬆鬆的搬移木頭就能得到如此高的酬賞，結果沒人肯出手一試。於是，商鞅將賞金提高到五十金。最後有人站起將木頭扛到了北門。商鞅立即賞了他五十金。從此商鞅成功在百姓心中樹立了威信。

由此可知，一個講求信用的人必定「言出必行」。這是一個人能否安身立命的無形資產，而看不見的信任往往比白紙黑字的契約來得更難能可貴。

反之亦然。一個講求誠信之人，其諾重於百金；一個背信忘義的人，其言輕似塵埃。從事教育工作多年，有一個孩子讓我印象深刻。那時他因犯錯要抄寫唐詩，唐詩共兩面：第一面是七言絕句，第二面是七言律詩。考慮到孩子課業繁重，我給他兩天時間完成，結果他一拖再拖，一直到規定繳交當天，我看他課餘時間並沒有在寫，便詢問他寫了多少？他回答我：「我在寫到第二面了。」

以往的我並不會想太多，規定的時間也還沒到，但就在那瞬間，我不知哪裡來的念頭，

不經意的繼續問：「你有寫第一面嗎？」瞬間氣溫下降，孩子如結霜般的臉，吞吞吐吐一直重複：「我在寫第二面了、我在寫第二面了、我在寫第二面了……」。在我看到那張只有寫第二面唐詩的紙，一切都昭然若揭，霎那間我什麼都明白了。玩文字遊戲只欺瞞一時，事實總會浮上水面。

我平靜但難掩心痛的對他說：「孩子，其實你不需要這樣，誠實的告訴實況並趕緊完成該做的事就好，失去別人對你的信任才是最嚴重的事。」幸好孩子明白我對他的苦心，後來痛定思過，不再有欺瞞的行為，重新贏得我對他的信任和尊重。

那要怎麼做才能成為人人敬重的守信君子呢？以下是個人淺見：

第一、誠信首要原則就是「言必信，行必果。」說了就一定守信用，做事一定辦到。

第二、不答應做不到的事。凡事量力而為，先衡量自己的能力再做決定，寧可小心謹慎，也不要隨意應許。

第三、若已經答應別人，但事後發現真的超出能力所及，這時應誠實告知對方並表達歉意。誠信不是只對別人誠實就好，更應該對自己坦然。

女神卡卡曾說過一段頗富哲理的話：「人跟人之間的信任就像一面鏡子，碎裂了可以黏合，但鏡面的裂痕永遠在。」它可以如銅牆鐵壁般堅不可摧，也能像大江東去不可挽回。大家都應自重自愛並珍惜別人的對自己的信任。

## 論誠信

義盛國小教師 徐瀚發

人生活在這個社會當中，無時無刻必須與其他人溝通、交流，倘若人類社會中沒有一個可以讓人信服的標準或共識的話，人與人之間的溝通與互動，將會成為謊言與虛偽。而搭建起人類社會中那座溝通的橋梁，就是誠信。

誠信是一個人安身立命的基礎，自古以來便有「人無信則不立」、「言必信，行必果」等的說法，古往今來也在書中流傳了許多有關誠信的故事，例如季札掛劍、一諾千金等。誠信之所以成為一項美德，而得以被後人萬世傳頌，可見人們對這項品格的重視，其重要性不言而喻。我們的社會中若每個人都能保有誠信，落實在生活中的話，將可以創造許多美好的生活環境。例如：商人們秉持良心賣的都是合宜的商品，一分錢一分貨，絕不偷工減料，童叟無欺；政治人物在選前喊的選舉口號，在選上後都能一一實現選舉支票，實現對選民的承諾；建商蓋房子時都能真材實料，依照設計圖來建造房子，並以合理的價格賣給消費者；學校裡，老師教導著誠信的重要，並且學生也能落實在生活當中，使誠信的種子從小就在學生的心中深耕發芽。讓誠信的好品德可以充滿在我們的社會上，不僅人人都可以安居樂業，生活品質也能夠大大提升，不會害怕因謊言而帶來的不確定性，而籠罩在爾虞我詐的諜對諜遊戲中。

可惜的是，我們在新聞中卻常常可以看見社會上缺乏誠信的新聞。例如：毒油、毒澱

粉、假酒的流竄事件時而可見，商人賺進了大把的鈔票，卻賠了全民的健康；電視上的政論節目，不同陣營的人不停的互挖對方瘡疤，更有甚者，黑函謊言滿天飛，只求擊垮對手，不求手段的正當性；又或者，偶有地震過後，如同豆腐渣的偷工減料大樓，禁不起地震而倒塌，在斷垣殘壁下，埋葬了多少家庭的心碎與眼淚，扭曲梁柱中驚見的沙拉油桶與保麗龍，又引起多少的震驚與悲憤。這些不時出現的負面新聞，讓我們看見了人心醜惡的一面，讓我們的生活充滿了恐懼，我們不僅要問自己，我們真的要這樣的人嗎？當利益擺在眼前，難道人的尊嚴、誠信的價值就這麼不堪一擊嗎？

世界上總是會有光明與黑暗，而誠信所帶來的就像是光輝，是耀眼而燦爛的；謊言與欺騙則是人性中的黑暗。在光明之前，黑暗只能卑微的退縮在光明之後。即使社會上偶有看見負面的新聞，但正向光明的新聞也不少，除了像陳樹菊阿嬤這樣的知名人物外，更多的是隱身在社會，默默行善的普羅大眾。只要每個人都能期許自己成為一個誠實與信用的人，就能綻放一些人性善的光輝，而這些微弱的小光芒匯集起來將會成為一股強大的力量，成為照耀著整個社會太陽，我們只要面向光明，那種人心的黑暗就只會出現在我們的後面，而顯得微不足道了。

## 向後退的榮耀

潮音國小教師 張元鳳

那一年，景美女中拔河隊憑著努力獲得世界冠軍，榮耀歸國。拔河活動風行，各校大力推廣，我們學校當然也跟上這股運動風，連年舉辦全校性的拔河競賽。

說我們班是個「靈活胖子班」，一點也不為過，去年的運動會，我們班不但在大隊接力項目表現亮眼，連拔河項目也都是前三名，可跌破了大家的眼鏡，不得不對這群胖子嘖嘖稱奇。

那是個艷陽高照的好日子，比賽已經來到了六年級最後四強決賽。看著班上的孩子各個興奮不已，眼神中閃著迫不及待的渴望，好像獎盃已經到手似的，不停的暖身，只為了多那一步，將獎盃抱回班上。身為班上最後一名猛將，負責穩住整個隊伍的一翹，比平常更為謹慎，臉上的表情也更為嚴肅，不對，應該說是凝重。

「一翹，你幹嘛臭臉啊？是早上踩到大便啊？」毅廷在旁邊笑謔的說著。

「不是啊！今天早上起床，膝蓋的舊傷就很痛，到現在還是一樣，我怕等一下拔河會輸。」一翹滿臉不悅地抱怨著。

「那你要不要跟老師說，可以換候補啊！」

「不用啦！你看你們候補的都很嬌小，怎麼拔？唉唷，我可以啦！」

「逼——逼——選手就位。」裁判喊著。

今天的對手，是最被大家看好的二班，光看他們派出的陣容，氣勢就贏了一半，他們班綽號「最大胖」跟「第二胖」可是最主要的戰力，也是我們班最忌諱的主將。場上的選手們個個眼神專注、屏氣凝神，為的就是搶佔那哨音剛下的先機，而場外的加油團，也拋開平日束縛，不計形象的吶喊到聲嘶力竭，全場充斥的此起彼落的加油聲。

「舉繩，拉緊，預備，逼，」裁判的哨音劃破天際，激烈的廝殺，開始了。

「一、二、殺！一、二、殺！一、二、殺！」哨音一下，兩方人馬咬緊牙根，非常有默契、拚了命的一步一步往後退，雙方一度僵持不下，繩子因為劇烈拉扯的關係，忽左忽右，隊伍也跟著左右搖擺，使整個比賽更加刺激。

「逼，十班獲勝！雙方換場。」我們班雀躍不已，因為我們此行可是勢在必得。

第二場很快就開始了，不知道是不是因為剛剛的勝利使孩子們鬆懈了，還是二班的要求勝心被完全激發，「啊——」看著場上的一翔為了班上咬牙苦撐，聽著他奮力的嘶吼，只想要將那條代表勝利的紅緞帶留在我們的地盤，沒想到最後我們班還是輸掉了！場上與場外的孩子臉上無不多出一絲緊張與不安。

「十班集合！」看著大家的神情，是該替孩子們打打氣，「你們很棒，別擔心，最後一場，奮力一搏就對了，好好享受過程，輸贏不重要了！」孩子們的眼神，又重新燃起鬥志，我相信，他們一定可以挑戰自己的。



「一翔，你還好嗎？別太逞強，下場休息好嗎？」我看著他很擔心的說。

「老師，沒關係，我可以，我想要跟班上一起贏。」一翔的臉上除了汗水，更有著非贏不可的決心。

「逼——逼——選手就位。」最後的決戰，開始了。

哨音一響，雙方加油團的加油聲響徹天際，「差一點！我們就要贏了！要贏了！」「十班！加油！十班！加油！」，「一、二、殺！一、二、殺！」選手們的喊聲更是直上雲霄，看著紅色的緞帶在兩班中間跑來跑去，活像是調皮的孩子，把我們的心情給撥弄的七上八下。

「逼——十班獲勝！」當裁判吹哨公布成績的那一刻，歡聲雷動，贏了！終於贏了！看著孩子們臉上的喜悅汗水交雜著淚水，讓我不由得暗自佩服著他們的努力。這時，我卻看到了一翔的表情不對，吼了毅廷後，轉頭就走。我納悶了，不是贏了嗎？為什麼要吼？看來要找時間好好跟兩個孩子聊聊。

剛走回教室，有三個女孩走過來，欲言又止的感覺。

「老師，我們有件事，不曉得該不該說……」這是最有正義感的班長，曉晴。

「沒關係，你說說看，我們一起想辦法。」

「老師，剛剛在比賽的最後一局，我們有看到毅廷走到一翔的背後碰了繩子，但是我們不知道他有沒有幫忙出力。」

聽到這話，我彷彿被打了一記晴天霹靂。

「老師，如果這件事被二班知道了，那會不會不算成績？老師，我們會被取消資格嗎？老師，我們真的很努力，但是……」伊禎擔心的問著。

「你們先別擔心，讓我想想，你們先去上課，我會處理的。」

孩子們去上課後，我陷入沉思，也陷入了天人交戰，我應該要舉發這件事情嗎？孩子們一路來的付出，我都看著呢！難道要因為不確定有沒有影響到比賽結果的事情，毀了他們的努力嗎？我決定，要把問題的決定權，交給孩子。

鐘聲響起，孩子們回到教室，多半是臉色鐵青，看樣子在上一堂的自然課，

這件事應該已經在班上傳得沸沸揚揚了，一翹滿臉的不悅，毅廷面對著班上則是頭也不抬，坐在位置上自顧自地用手撥弄著桌上的鉛筆。

「孩子們，相信你們應該都知道剛剛發生什麼事情了？」

「知道。」這樣的口氣實在像極了洩了氣的皮球。

「那你們覺得我應該如何處理呢？」

「……」沒有人回答。

「老師」柔怡小小聲的說：「我覺得應該要跟組長說，不然我們就是作弊了。」

「你又沒下場比賽！說得好聽，我們出力的都白費了！」一翹的口氣掩不住他的氣憤。

「孩子們，你們的努力，老師都看在眼裡，老師也相信你們有絕對的實力可以贏過二班。第一場不就是很好的證明嗎？我們寧願做個有誠信的人，坦承說出實情，就算輸，也輸的光彩不是嗎？」說到這裡，班上一半的孩子都哭了。「如果今天我們沒有運動家的精神，把這件事情壓下來，最後獲得的冠軍，對你們而言，真的會感到榮耀嗎？讓我們一起面對吧！不管結局是什麼，老師一定都會陪著你們的！」

「老師，我相信我們班一定可以贏二班！」

「老師，我們想要在跟二班比一場！這次要很公平。」

「老師，可不可以拜託組長不要取消我們的資格，我們可以全班去向二班道歉。」孩子沒有責怪，只有想盡辦法要彌補這一切。

那天，我們做了最艱難的決定。

而我，也撥出一通最沉重的電話。再把事情原委跟體育組長交代過後，體育組長答應我們與二班協調，重新比賽。二班的老師與學生們十分驚訝，沒想到我們班居然會因為這樣的事情要求重賽。當然，這件事也傳遍了全校，大家都期待著，準備見證這一場世紀之戰。

那一天終於到來，孩子們的心情依舊七上八下，他們知道，今天將是背水一戰，沒有退路了！

「孩子們，今天，你們是最出色的戰士，因為你們的誠實，更增加了這場拔河比賽的意義。你看，場邊都是為你們加油的人群，也因為你們的誠實讓十班更加的榮耀，加油！加

油！加油！」

「舉繩，拉緊，預備，逼——」裁判的哨音再次響起，場邊的加油聲幾乎傳遍了整個校園，孩子們臉上努力奮鬥的神情，一幕一幕都深深烙印在我的腦海裡。這一次，緞帶緩緩靠近，孩子們踏著堅定的步伐、喊聲整齊的口令，一步一步將代表榮譽的紅緞帶拉向我們的地盤，好像在一點一滴的證明我們的實力。

賽局來到第三局，又是一比一平手，這場對決讓在場邊的觀眾看得是熱血沸騰，班上的孩子也更為緊張。但是我知道他們已經證明自己的實力，儘管放手一搏吧！紅緞帶依舊在中間不斷來回，孩子們的步伐依舊，卻多出好幾分的疲憊。

「逼——二班獲勝！」場邊歡呼聲響起，二班的孩子掩不住臉上的雀躍，而我們班的孩子卻個個哭成淚人兒，連最勇猛的一翔，也偷偷地用手抹掉流到嘴角的男兒淚。

「老師，雖然很不甘心，但是我們輸得光明正大！我心中的大石頭也放下了，不然一開始贏讓我覺得好像是作弊來的，真的很不舒服。」一翔說著。

二班孩子此時通通跑到我們班上，跟我們班的孩子相互擁抱，並且鼓勵他們，我相信經過這一次的事情，他們也學到了一誠實，才是榮耀自己的唯一途徑。

這是一次很特別的競賽，其他的運動比賽都是比誰跑得快、衝得遠，唯有拔河，是需要一步一步的向後退，唯有謙虛、誠信的人，才能贏得最後的榮耀。

## 子帥以「正」，服務以「誠」，必得「信」任

東興國中教師 許家豪

一早經過龜山區的內政部中央警察大學校門口，映入眼簾的是他們的校徽，上面寫著一個字「誠」。「誠」是警察的核心價值，他們職司除暴安良與維護社會秩序的重責，負有對社會安和樂利的重責大任，且又是站在貼近人民的第一線，扮演著官民之間的通達與治理角色，在全天候守望的行政與司法本質下，最基本存乎民心的「誠」與「信」，更是益顯重要。

「誠」不僅是警察學校養成教育中，所強調的重要基本信念，更是警察對內（風紀、操守、常訓考評等）與對外（態度、專業形象、立場中立）間，必須嚴守的信念，一旦有了「誠」之後，體現於外的「信」，就會如同「信賴保護」原則般，存於民心，人民心目中最正常的警察形象，於焉確立。也正因為警察在「行政」職務上，舉凡保安、交通、正俗上帶有「權威」特性；在「司法」職務上，舉凡犯罪預防與偵查、民眾糾紛的疏導或甚至壓制，必須嚴守「偵查不公開」與「立場中立嚴謹」原則，也因而在與民眾的各種問題處理與服務上，偶有溝通不良或觀感不中立的衝突。當然衝突貴在迅速化解與調和，不管在第一時間抑或其後，對內外的「賞罰分明」與「勿枉勿縱」是絕對要堅持的，否則引起的民眾不信任，

或衝突的加劇反噬，更會超乎想像，如九十八年發生在嘉義縣東石鄉，一宗警察在處理婆媳衝突問題上，因為警察包庇的結果，而引起警民嚴重對立、警察局被群情激憤的多數民眾包圍的慘況，就是一例。

不少司法或警政機關，內部都會掛著一幅字畫，或以之為座右銘，即蘇軾在『刑賞忠厚之至論』文章內引用書經的一段話：「罪疑惟輕，功疑惟重；與其殺不辜，寧失不經」。警察不論承辦多少的案件，或衝突調停化解，都要窮盡一切努力，以發現真實或掌握現場情境，以及進行過程中的公正，而有時若掌握偵查到的實證與時效有困難，或民眾、關係人間提供的證物與情節，讓案情膠著或無著時，前開書經的那一段話，就會成為眾矢之的，無法將違法亂紀者繩之以法，苦痛莫名的不僅是受害者，對於司法警政執法者，也是內心永遠的痛！當然若案件中，牽涉到偵查的檢警以不正訊問或不正方法，如刑求、誘餌、等製造出來的有如「毒樹的果實」證據，此項證據依法就不能成為呈堂證供，或甚而製造冤案，更是法理與天理所不容。如蘇建和等三人被疑涉及的臺北縣汐止市的「吳銘漢夫婦命案」，就是執法端違法亂紀、或偵查過程中重大疏失致弄巧成拙，而再重傷被害者的憾例。所以對人民而言，警察如能於執勤、執法、偵查時，能努力實現「程序正義」，不逾越法律規範，亦即做到了警察對人民的「忠誠」，而人民對警察的「信任」，必定建立。

警察必須在每天社會上所呈現的治亂之間，進行秩序維護與打擊犯罪、濟弱扶傾，與為民服務的「服務」、「指導」與「強制」三原則的警務手段，其表率必真正要先於「士」與「卒」之間；其作為必要合乎法治與人權民主原則，才能取信於民，而嚴飭法紀，以臻祥和安樂。而現今警察的角色越來越強調「服務」與「指導」的功能，平和解決爭端、修護弭平遺憾，才能確立人民心目中對警察「誠信」的形象。由此以觀，老師在學校的角色，其實與警察有著異曲同工之妙，對學生在校的「生活」與「學習」，也是以「服務」為手段、「指導」為原則，只有在危害發生時，以「強制」方式維護校安，讓學校能在穩定中求發展、發展中求進步、進步中求創新、創新中求永續。警察與老師的角色態度，並無二致。

但警察與老師所面對的對象，所要面對的責任，卻有著一個迥然不同的差別。老師面對的是單純的學生，學校就宛如汽車駕訓班一樣，學生違規犯錯都是可以無數次導正的，都是對內的處理機制；反觀警察所面對的是對外的處理機制，面對民眾與瞬息萬變的社會百態，常見警察在處理或執法時為嚴守中立，會對當事人回應：「後續部份到法院再講」，但中立過度就會令民眾產生保守、推諉等公權力不彰的偏見，而若要展現強而有效的公權力效果，又懼會有侵犯人權與偏袒的成見，是進亦憂，退亦憂，然則何時而適然耶？最適然的莫過於內心常存與民同心的同理心。因此「誠信」心與「熱忱」心的服務態度，相形之下，就

顯得重要，若能加強這樣的服務態度，必能消除很多民眾心中的疑惑，取得社會信任的警察，無形之中也能增進執法的成效。

警察的工作，不僅要接受社會的考驗、還有內部警署的考核、還要承受媒體的監督，自然各自的壓力不在話下，所以在自我與對外的心態調適上，可以把自己想得很偉大，但最終不能自大。誠如宋太宗告戒眾大臣，高掛在天下第一官府開封府的戒石銘：「爾俸爾祿，民脂民膏，下民易虐，上天難欺」。建立在服務之上的「誠信」，必得口耳相傳的美名，尤其是現在發達的網路媒體，更可讓民眾有感，進而讓警察真正成為民眾守望相助、保護家園的好保母。





## 誠信教會我的事

治平中學國中部學生 王宣茹

在我很小的時候，媽媽就和我說過「狼來了」的故事，牧童因為貪玩總欺騙村民說：「狼來了！狼來了！」結果等到狼真的來時，村民卻再也不相信他了！在西方，華盛頓砍倒櫻桃樹，他誠實的向父親認錯，父親非但沒有責備他，還稱讚他是個誠實的好孩子，因為誠實的價值勝過千棵的櫻桃樹啊！一個人有著真誠之心，以及有著守信用的行為，那麼它必然受到大家的喜愛。孔子說過：「人而無信，不知其可也。大車無輓，小車無軌，其何以行之哉？」擁有好的品德，是成功的一半，從古至今，一個個故事告訴我們做人做事的根本就是一誠信。

家人經常教育我做人要有誠信，說話做事都要對自己負責。有一次，一個人拿著一張千元大鈔跟奶奶買了一罐醃菜，奶奶收下錢，還找了他八百五十元，後來竟發現那是張假鈔！我正為奶奶做小本生意卻遭騙錢而忿忿不平的時候，只見奶奶將鈔票撕掉，輕聲地說：「我們寧可自己虧本，也不能再用假鈔去騙人。」從那時我明白了，原來「誠信」才是我們應該有的正確態度，我們無法阻止別人是否要去欺騙別人，但我們卻能夠讓自己不要成為下一個加害者。

還有一次，我使用媽媽的電腦看電影，正看得津津有味、欲罷不能之際，媽媽這時想要回她的電腦，但我卻因電影正精彩不想歸還，內心的小惡魔戰勝了，我裝了一臉無辜跟媽

媽說：「電腦在充電還不能用。」為了一時玩樂，我撒謊了，雖然我留住電腦，但內心另個聲音不斷說著：「你忘了要誠信做人嗎？」我整臉都紅到脖子去了，從那之後，我決定要痛改前非，做個誠實的好孩子。

誠信是一種對待人的態度。對待自己，對待別人，用真心誠意，發自於自己的內心。不欺騙，不隱瞞，才是正確的人生態度。俗話說的好：「紙包不住火」，騙得了初一，騙不了十五；騙得了別人，但騙不了自己。每個人都有自己的眼睛、

自己的耳朵，能做出正確的判斷。言行一致，老老實實說話，老老實實的做事，一定能收獲到滿滿的信任，我覺得這就是誠信，而我相信只要擁有誠信的力量，一定能讓世界更美好。



## 真誠

復旦中學學生 游人權

真誠是什麼呢？

從前的我只有對於自己真心想得到的事物時，才願意付出我的真誠。我一直記得小時候的我——夢想成為老師，看著老師唸唸地在作業簿上打上一個個的「甲上」、「甲上」，心裡就不禁有種衝動，也想拿起紅筆，像老師一樣瀟灑地在別人的本子上盡情作畫。而我也記得曾經的我和一個同學十分要好，在她面前，我可以恣意妄為，而看到她氣急敗壞的臉龐，心裡就湧現一股暖意，嘴角掛上了一絲笑容。什麼都不用管，只管盡情揮灑我的情意。我一直認為，真誠便是這樣的。

然而一切卻無法盡如人意。終於有一天，別人開始抱怨我在他們簿子上的字跡；也終於有一天，一個對於我來說，心頭烏雲密布的一天，我對她大聲冷嘲熱諷，只是為了一吐心中怨氣，只是希望她的一點關心，但她愣住了，被突如其來的謾罵震懾在地。我失去了一個最好的朋友。不禁感到恍惚又悵然，突然間失去了什麼賴以維生的支柱。一開始是怨恨，然後是懇求，最後是希望，而後，是自我放逐的自己，覺得世界上再也不存在真誠，冷眼旁觀所有的羈絆，都充滿著虛假的笑容和情意。

直到他來到我面前的那一天。那一天，我和老師起了激烈的爭執，激動不已的我最後哭了，滿臉淚水和鼻涕，但只是任它晃啊晃至地上，一個人坐在樹下嘗著鹹鹹的淚抹去鼻涕。

什麼話也沒說，就只是替我拭去淚痕。那時的我多麼想撲向他的懷中放聲大哭，然後，向他說聲謝謝。然而，我只是一動也不動的坐著，一句話也沒說。我和他相識不過數月，而他卻真誠地在患難中陪伴我。而我竟連一句感謝也不願說出，故作倔強，而不願坦誠相對。

剎那，我終於明白何謂真誠。一味的只為自己想要的事物才表現真誠，終究有一天，將獨自活在寂寞之中。因為看見別人悲傷的臉龐而替他拭去淚水，像陽光從烏雲的縫隙中灑下，那份患難的真誠，才是無與倫比的美麗。因為想要守護一段彼此的緣份，而坦誠相對，竭力守護對方臉上的笑靨，才能終究有一天，找到彼此願長久真誠以待的朋友。而我只為己之私而快樂，侷限了自己的真誠、自己的心，將自己關在陰暗狹小的房間之中，才無法體會真誠、體會快樂。

真誠並不是什麼，只是需要打開心胸讓外頭的陽光照入，感受陽光燦爛；只是一個希望別人能幸福快樂的真誠笑容，願你我情誼永久長存。我懂了。

品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
謙  
恭  
篇



## 成功來自謙恭

內壢國中教師 楊秀嬌

前陣子有幾位十五年前教過的學生來找我。現在他們正值成家立業的年紀，因為在社會上歷練了幾年，有了不錯的成就，想找昔日老師分享喜悅，我欣喜地赴約與他們敘敘舊。

記得那時候，班上有兩位名字非常特殊的學生，他們都是單名一個字，一個○強、一個○猛，兩位學生一文一武表現傑出，當時我還為他們兩位寫了一篇文章〈強猛雙雄〉，刊登報章。而今這兩位學生果然不負所望，在自己的人生舞台上表現得可圈可點，老師與有榮焉。真的有「得天下之英才而教育之」的喜悅。

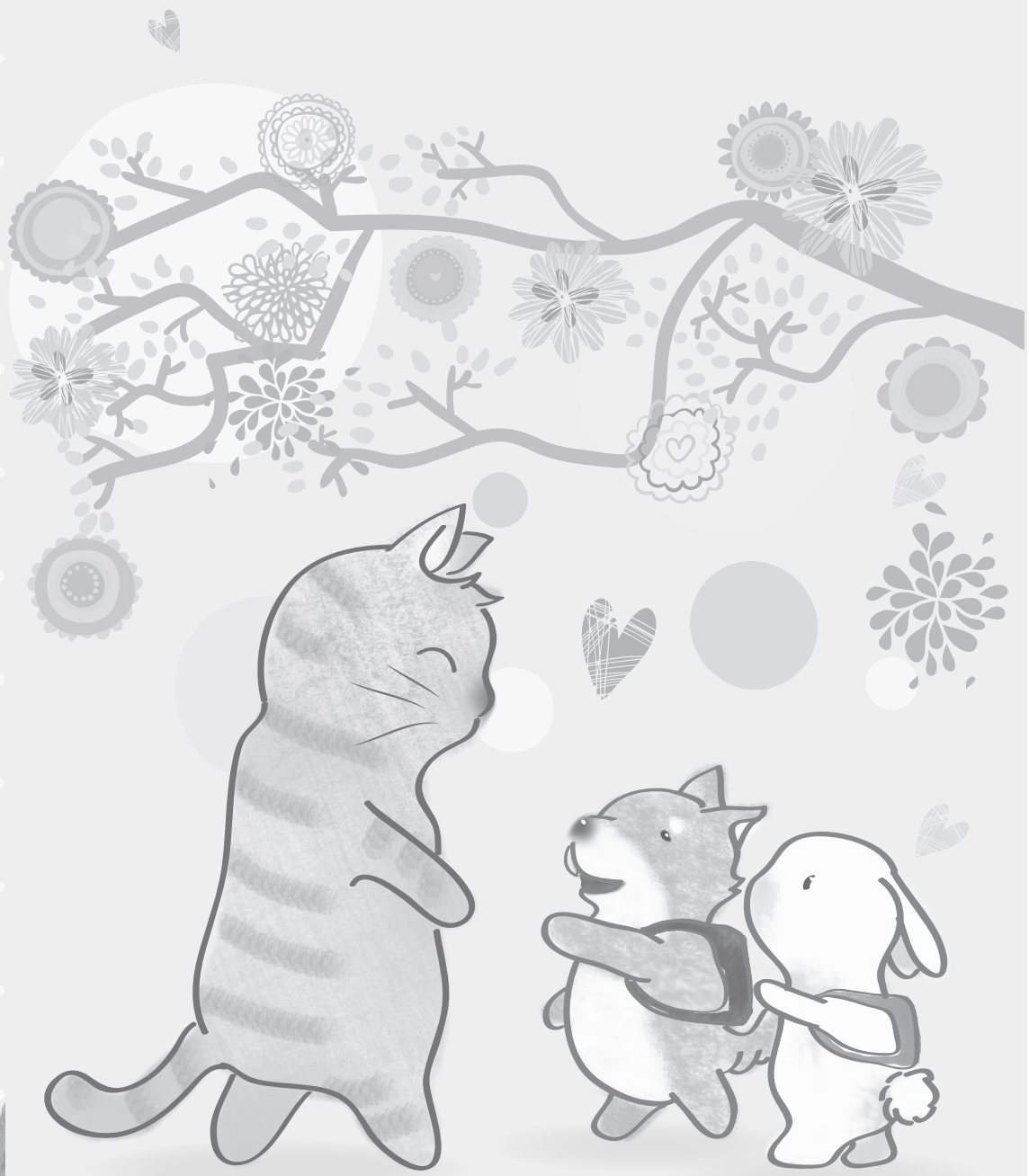
除了這兩位學生至今令我印象深刻之外，還有一位學生也給我留下深深的記憶，這位學生相較於「強、猛」兩位，在整體人生際遇上可說略為遜色，國中時期如此，現在也差不多，但他勤能補拙又謙恭有禮，足以讓大家對他刮目相看。由於父母離異的關係，他比同年齡的孩子成熟，在十四、五歲的年紀就要承受許多生活的壓力，煮飯、做菜、做家事是家常便飯，養成刻苦耐勞的習慣。

記得，當時畢業基測成績只有八十八分的他去唸了建教合作班，半工半讀一年之後轉日校，假日再去打工賺取學費生活費，於非常刻苦努力的狀態下完成高中學業。之後先去念輔大進修部歷史系，再轉學考考上了中興歷史系，更努力修習中文輔系，服完兵役之後考上研究所，但因為家庭經濟因素不得不放棄再深造的機會，不過，我打從心底非常佩服他的毅

力與努力進取。在他國中時我也曾為他寫了一篇文章〈學生上進我高興〉，他的表現套一句戴晨志先生的名言：「成功的人，往往是傻傻做事的人」，一點也不為過。

由於他的各項條件都不是很有優勢，但非常謙虛又待人恭敬，努力地向其他優秀的同學看齊。國中時期，他曾經寫過一篇〈見賢思齊〉的文章投稿到《人間福報》，而學習的對象正是班上的「強、猛」兩位同學，一點都沒有因為同學的表現優於自己而自卑或產生嫉妒心理，從他鼓起勇氣去參加很多同學都不願意挑戰的演講比賽、歌唱比賽及徵文比賽就可以看出他的想法，也因為勇氣可嘉都獲得了不錯的成績。高中時期，因為靠自己半工半讀，更加虛心學習，參加更多的演講、朗讀……等比賽，積極擔任班級幹部及義工的工作，又以國中時期在烹飪技藝班所學的技术，還拿到了一張中餐丙級證照。這些經歷，無形中磨練了他更多待人處事的方法及態度，讓他的人生目標一個一個地達成。

而今他在一所國中擔任暉班住宿生活管理員的工作，幫助弱勢學生協助他們的生活，但他不以此為滿足，仍努力讀書，想在未來考上公職，當個優秀的公務員。以我這十幾年來對他的了解——「謙虛恭敬又傻傻做事」，如此始終如一的他，一定可以心想事成。





品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
禮  
節  
篇



## 比優秀更重要的事

會稽國小教師 林碧榆

現代社會中，有許多師長已體認到品格比成績、分數更重要，在要求我們孩子拿高分、書讀好之際，也已漸漸注意到品行問題，也有愈來愈多的教育專家提倡「品格決定我們的一生」、「在愛裡教養品格」的概念，呼籲大家關心我們孩子的品格發展！

品格是個體內在動機的表現，而品格教育是要教導如何分辨對錯的價值觀。我們生活在電視媒體不良示範、社會亂象干擾、網路色情資訊氾濫極差的環境裡，要擺脫這樣的困境，必須分辨出正確行為與規範，在師長營造愛的環境中了解、欣賞、以及表現出好的行為，建立正確的價值觀。

再進一步想想看，平常面對自己的不當行為時，是否有適時的接受師長們的提醒與糾正呢？是否有好好聆聽師長們的想法呢？還是只是對大人表達自己的不滿呢？我們常常被規定不可以做這個，卻不知不可以做的的原因，於是造成認知上有錯誤的見解，以為只要做好老師規定的事情，就是乖寶寶了，老師在，就表現的很好，老師不在，就不必守規定，我想，這樣的品格教育是不完整的。品格需要透過行動實踐的方式來加以檢視，好的品格行為顯現於外時，需要讚許；不好的行為表現，需要再被教育，與師長進行溝通加以改變！期許在學校、家庭、社區、社會共同努力下，自己在何時何地均能接受良好的品格薰陶，隨時隨地都能表現出正確的行為！

在學校進行導護工作時，常常見到家長當書僮，幫小孩背書包的畫面。相信我們都是大人的寶貝，父母都不願意讓自己的孩子遇到困難。有些家長更覺得自己童年時吃了許多苦，所以非常希望孩子有好日子過。但仔細想想，我們肩上的這個書包真的無法負擔嗎？肩上的書包裡裝的是自己唸書寫字必備的工具，帶讀書的工具上學也是自己必須去做的事情，實在很難想像連背書包上學這種最基礎的訓練機會、學習負責的能力都會被大人剝奪而不自知。我們是具有能力天生學習者，依循著成長法則，不斷地使自己成長為「更有能力」的獨立個體，而這段成長的過程是無人可以代替學習的。所以若是自己健康健康，實在是沒必要將背書包的事情丟給家長去做，培養自己對學習有負責的能力才是王道。

走在校園，學生見到師長視若無睹的畫面亦令人心寒。記得以前上小學時，師長所教的第一件事就是遇到老師要先脫帽，然後敬禮向老師大聲問好，且每位小朋友都做的很好。隨著時代的變遷，這依然還是最基本的禮貌，也是尊師重道的開始，但說真的，現在的我們真的說不太出「請、謝謝、對不起」！想想看，當自己從師長手中接過一碗飯時，是否會說「謝謝」？當自己得到別人的幫助或贈與時，會真心感激嗎？知道感恩，才能知福、惜福。因此看見導護老師或義工家長主動向小朋友打招呼的情形，有些學生會禮貌地回應，大聲的說早安，但看到更多的學生是面無表情地走進校園，相信那些辛苦付出擔任導護工作的老師或家長，心裡總是會有幾許落寞與心寒！其實，有禮貌的行為實行起來並不難，如果能讓自

己養成習慣，培養感恩的心，說「請、謝謝、對不起」就會像呼吸一樣自然，相信表現出禮貌行為，其人際關係也是非常好的。

每個個體的教養、學習方式不見得相同，但品格教育的內涵卻是自己應有的觀念。學校、家庭與社會教育環境相扣，缺一不可，端賴家長、教師、社會大眾的以身作則，以身教代替言教，在耳濡目染下，潛移默化下，顯現優良的品格。我們的天賦、聰穎或許有高低，學習成績也因而會有差異，但比優秀成績更重要的是正確的生活教育與學習態度，這些才是足以影響我們未來一生的條件。我們是父母的寶貝，是社會的希望，期待我們都能透過啟發、在師長的關愛及無比的耐心下，以熱誠感動自己的內心，以人格教化自己的行為，使自己變化氣質，養成新世紀公民品格，建立我們未來良善優質的公民社會。



## 問候

治平中學學生 林峪岑

你可能沒想過，你的一句問候、一個微笑、一個點頭可以帶給這個世界多少影響。「你好嗎」、「早安」、「晚安」簡單的一句問候，也許你天天講，也許你因為許多零零碎碎的理由，忽略了那麼一句、那麼簡單的幾個字。但我認為不擅於表達問候語不要緊，因為微笑、點頭也是很好的表達方式。長大後我才發現問候帶給周遭的改變，一句問候可以让你過得不一樣。

小學老師告訴我，做人要懂禮節「請、謝謝、對不起」要掛在嘴邊，尤其是親人更別忘記了這簡單的幾個字，我一直把她說的話記在心裡。上了國中認識了很友善的警衛叔叔又養成了與他道早安和再見的習慣。從此「請」、「謝謝」、「對不起」和問候語便成了我的口頭禪，那時我才發現，原來問候是人際關係的起源。

每天早上起床上課，會跟同樣很早起床的外公道早再去上學，途中賣雞蛋的婆婆會找我搭上幾句話，我也會對他微笑點頭然後簡單的回答。隔壁賣金紙的阿公每看到我就會叫著我的小名，我總是有點不好意思地朝他微笑。路途中還會遇到賣豆漿油條的叔叔和賣油飯的叔叔，他們也都和藹可親的對我說早安，忙的時候看見我也會對我微笑。星期一、三、五時校長會站在校門口跟我們說早安，我會先點頭再說聲「校長好」走進去一點會發現警衛叔叔在警衛室裡休息，而我通常都不會打擾他讓他安靜地補眠，但他若是醒著，看見我便會

打開窗戶，我會在他說話前先跟他問好，因為我覺得這是晚輩的禮貌。前面糾察隊站的地方固定會有一位教官，總是站的直挺挺，不苟言笑的看著我們，不過和他說「早安」他還是會回覆你。走進校園就會跟很多同班、不同班、曾經同班的朋友們打招呼，進了教室比較熟識的也會說聲「早」最後會看到班導師坐在位置上，我若是有經過便也會對他說聲「老師好。」我的一天其實很平凡，但我總會觀察每天在我身邊的人、事、物。

外公其實是個很害羞的人，每次跟他問好時他都會停頓個好幾秒才回復，但我覺得這樣的外公很可愛。而他總會因為我的一句話而勾起嘴角，這讓我每每看到他都會和他搭上幾句話，因為我知道外公在和我說話時總是快樂的。街坊鄰居們總是會因為你的一句話，讓他們悠閒又平淡的一天增添了一丁點兒的色彩，他們總笑說：「你真是個有禮貌的孩子。」但我總是默默地在心裡想著，你們也是很友善的大人，這個時候我會發現我的存在多了那麼一點意義。警衛叔叔是個很幽默的大叔，他的話總能逗笑我讓我每一天都有個愉快的開始。

問候不是單方面的付出，而是雙面的獲得。每次看到外公的快樂，我都覺得自己其實是一個很幸福的小孩，因為外公會因為我的一句問候而開心；每次看到警衛對著我笑，我都覺得因為你笑所以我也跟著快樂；每次看到老師回覆我「早」然後問問我的近況再關心我的課業，我也感覺的到其實老師也是位很關心我們的朋友，他會跟你玩耍與傳授知識，有這種朋友其實是學生的福氣呢。學習禮貌從簡單的問候開始，你今天問好了嗎？

品  
格  
核  
心  
價  
值  
—  
關  
懷  
篇



## 簡單關懷DIY

元生國小教師 陳靖涵

每逢七、八月的交際，便是各個幼兒園迎新的旺季，此時教室內的嚎啕聲、啜泣聲總是此起彼落。對小小孩來說，離開家庭這個舒適圈，踏入陌生的學校，初見許多生疏的臉孔，面對這項艱鉅的挑戰，心中的不安、無助難免會化為淚水宣洩而下，甚至抗拒上學。話說今年，家中剛好有個小班新鮮人，進班的第一個禮拜，每當我道別離去時，孩子總能將三秒落淚的技能發揮得淋漓盡致，顯得楚楚可憐，這時班上幾位小前輩便會你一言我一語的說：「你別哭，媽媽一下子就來了！」「下午吃完好吃的點心就可以回家喔！」「在這裡可以玩玩具、聽故事耶！」在教室外聽見這群小天使的童言童語，他們發自內心，主動關懷他人的純真舉動，是一幅多溫馨且美好的畫面。

孟子主張人性本善，「惻隱之心，人皆有之」，我深有同感，每個人都有悲天憫人的關懷之心，在年紀越小的孩童身上表露得最為直接，低年級的孩子總是興高采烈得跟師長打招呼，甚至三不五時展現噓寒問暖的問候和擁抱，小小舉動常令人感到溫暖而窩心。不過，奇怪的是，隨著年段的晉升，孩子主動關懷人事物的本能卻沒有伴隨知識量增長，反而逐漸隱晦退化，缺乏關懷的羈絆與連結，人與人之間的距離隔閡越來越大，常聽聞有人在當地住了十幾年，卻總是獨來獨往，從未和鄰居打過照面，更別說是敦親睦鄰了。說來有些感慨，在科技發達的現代，雖然傳遞訊息變得快速又容易，但關懷反倒像是特定節日既定形式的口



號，原本發自初心的情意似乎渺小到讓人無法察覺，這樣冷漠的人際關係怎不教人擔憂？

當許多人感嘆世風日下，人心不古之時，我們是否能有些作為來改變現況？近年來興起事事DIY—凡事自己動手做的風潮，在提倡品格核心價值的當下，我們不應該只是「知」，最重要的，還要身體力行的去做，俗話說：「坐而言不如起而行。」簡單的關懷行動可以由我們自己以身作則開始。首先，時常將微笑掛在臉上，如果綻放笑容對你而言是件輕而易舉的事，那麼再加個親切點頭打聲招呼吧！也許不是每個人都會給予回應，但日久見人心，相信友善的態度會融化現代人長年冰凍的心，原本的點頭之交，可能會進化到彼此有言語、情感的交流，若能持之以恆的實踐關懷行動，主動關心他人、提供協助，別人一定會感受到你的善意，最終也會回應你的關懷之情。

關懷不難，不需大費周章，也不必絞盡腦汁，只要是發自內心，善意的問候，哪怕只有一句簡單的「早安！」、「吃飽沒？」真摯的情意會帶來溫暖的力量，想讓我們的社會變得更加祥和安樂，你我都應盡份心力，關懷DIY，由我們來點亮愛的小燈，把關懷行動由簡入深、由近至遠的實踐，假以時日，世界會因我們的努力而越來越美好，關懷所散發的和煦光芒也將無所不在。

## 愛，永不止息

文化國小學生 邱筠婷

週三放學時，媽媽忽然對我說：「今天帶你去一個很有意義的地方。」我迷迷糊糊的點了點頭，我們和七位老師們集合後，開了兩部車一同前往。坐了約莫四十分鐘的車程，抵達了目的地，只見大門上寫了三個字——「樂山園」。

我滿腹疑問，心想：「這裡是哪裡啊？媽媽帶我來這裡是要讓我散散心嗎？一個園子會有什麼意義呢？」這時，一個高大親切的王姐姐帶我們進入園區，經過她熱心的解說後，我才知道樂山園其實不是我想像中一般的花園，而是一個教導、收容中、重度殘障者的療養院。園內，總共收容了一百三十三位園生，大部分的年紀都超過三十歲，從十幾歲到七十幾歲的年紀都有。然而，園內的社工、教養員們不管園生年紀多大，都稱他們為「孩子」，因為大多數的園生智力年紀不超過幼稚園的程度，當我看著六十幾歲的園生，臉上流露出無邪的笑容時，我才明白稱為「孩子」的意義為何。首先，王姊姊先帶我們去禮堂，那裡有許多孩子們在走路、運動，他們看到我們這群陌生的參訪者，都含含糊糊的說「你好！」或「客人好！」，雖然說得不清楚，仍然可以知道他們已經盡全力，誠心的向我們打招呼了，更有些園生說不出話，卻向我們搖搖手，或將拳頭放在鼻子上打招呼，讓我們看得非常感動，也賣力的向他們打招呼。

接著，王姊姊又帶我們去參觀樂山園的各個教室，有「音樂班」、「清潔班」、「手

作班」、「茶藝班」、「洗衣班」、「音樂治療教室」、「媒體治療教室」、「體操教室」，哇！課程比我們學校還多元呢！地板也亮晶晶的，沒有半點灰塵，比我們家還乾淨。王姐姐說：「地板都是由清潔班的孩子自己清掃的喔！」後來，王姊姊帶我們參觀孩子們的宿舍，男生宿舍非常簡潔寬敞，女生宿舍比較溫馨花俏，每間宿舍裡都有電視，還有卡拉OK呢！不過最大的共通點，就是地板和教室一樣一塵不染，棉被也折得非常整齊。其中，王姐姐還分享園生有趣的生活點滴，例如：園生很喜歡聽台語歌，邊聽會邊手舞足蹈，還有那兒大部的孩子很喜歡看牙醫，因為他們很喜歡鑽牙器「吱」的聲音，也比較不怕疼，是不是很勇敢呢？參觀園區時，不管在哪裡，都可以看到孩子們天真無邪的笑著向我們揮手，看著他們不知為何，我的心中總有一種莫名的溫暖。心中非常感動有一群充滿愛心的社工與教養老師們，願意奉獻自己，關懷著這些像天使般需要照顧的孩子；也期許身心健全的自己，做到隨時伸出援手幫助他人，付出關愛。

之後，從張嘉芳院長的簡報中得知，樂山教養院之前原來是收容麻瘋病患的收容所，照護一群當時被臺灣社會所遺棄的病人。因為這種病在八十幾年前的時代，尚未有解藥可醫。得到麻瘋病的人，除了會失去痛覺的能力，四肢因為常受傷造成截肢的生理痛苦外，也要忍受與家人疏遠隔離的煎熬。在當時，麻瘋病患深受社會歧視，甚至被說成是一種受上天譴責才會得的病。

而樂山的創始人是一名偉大的醫生——戴仁壽博士，當年痲瘋病正在台灣大肆作亂，年輕的戴仁壽醫生決定來到台灣進行治療，他認為痲瘋病患者也可以和普通一樣正常生活，一心想創辦痲瘋病療養院，期間遇到了許許多多的挫折，但戴仁壽醫生始終以堅定的決心，克服這些困難，在四處奔走下，終於在1934年於現今的新台北市八里區創立了癩病療養院樂山園，也就是樂山教養院的前身，給痲瘋病患者一個能夠安生立命的地方。戴醫生在那裡，不僅治療病情，更讓癩病患者過著勞動的生活，在八里的山頭自力更生。同時，戴醫生在台行醫期間，也求助於美國癩病救治會，得到了當時治療癩病甚有療效的「大楓子油」，讓痲瘋病患慢慢的減少，至今痲瘋病已在台灣消失無蹤了。面對台灣人都無法接納的痲瘋病患者，加拿大籍的戴仁壽醫生始終以無比的愛心接納他們，無私的戴醫師一生奉獻給台灣的痲瘋病患者，最後，發揮大愛的戴仁壽醫生夫婦過世後，院方依照他們的遺願，安葬於樂山療養院紀念園中。

一定有人問過戴仁壽醫生為什麼願意犧牲自己到台灣治療痲瘋病？我想，他的回答一定是：「因為我希望由我開始，讓樂山給予那些被排擠的人關愛，直到永遠。因為一愛，永不止息」。

## 談關懷

東安國小學生 萬皓雯

沒有一個人能夠不靠他人而活，既然需要幫忙，當然也要關懷他人，幫助他人。就連魯賓遜也需要星期五，少年Pi也需要理查·帕克，一個人怎麼能沒有朋友呢？

花朵要有雨水，才嬌艷動人；樹木要有陽光，才高大壯碩；人需要關懷，才能成長茁壯。動物會互相幫忙，也會幫植物傳播種子，身為一個人類，怎麼能連他們都不如呢？

我曾看過一個故事，一個平靜的午後，一位牧師在教堂上課，突然，一名持槍男子衝了進來，大聲的說：「我現在要做一件可怕的事！」大家都嚇壞了，只有牧師平靜的問：「請問我能為你做什麼嗎？」男子忽然哭了，他說他才剛從監獄出來，就接到妻子過世的消息，又聽到好友重病住院，傷心的他無處發洩才會差一點做了無法挽回的事。被警察帶走前，他告訴牧師：「感謝你讓我知道世界上還有關心我、值得掛念的人，我會努力變一個好人。」這個故事讓我知道，關懷可以拯救他人的生命，解救他們於水深火熱之中。

我的鄰居養了一隻有土黃色斑紋的貓，暑假期間，他們出去玩，所以讓牠在我家住了四天。我每天陪牠嬉戲、給牠食物、並且溫柔的撫摸牠的毛髮，牠很快就把我當成他的朋友，一看見我便會開心的向我跑來。後來鄰居決定將牠養在附近的田裡。有一天，我看到牠毛髮凌亂、無精打采的在圍牆邊晃來晃去，還想要喝別人洗拖把剩下的水，我趕緊阻止並將裝了開水的碗放在他面前。看牠心滿意足的樣子，我也很高興。

有些人離我們很遠，也許在某個小島上，也許在別的國家，也有可能在地球的另一邊，但我們還是可以關懷他們。當年日本311地震時，台灣收到消息後就開始募款，看著總金額數字慢慢上升，超過了許多國家，大家都感到安慰。有些人沒有能力捐很多錢，於是在網路上幫日本人加油，也感動了不少人。

這個世界上有不少人衣食無缺，也有不少人常挨餓受凍，於是許多國家都鼓勵有能力的人把多餘的食物、衣服、金錢捐給有需要的人。有一個故事是這樣的：「一個很有愛心的女孩，在電視上看見有些國家的人因為買不起蚊帳而常感染由蚊子傳播的病，嚴重的還會死掉，她看完後就一直努力存錢，捐給相關單位。這個舉動傳開後，大家都開始捐錢，救了好幾萬人的命。」

關懷有許多方法，不管是扶起跌倒的人，安慰傷心的人，或是扶老人過馬路，都可以讓人感到溫暖，也可以讓自己快樂，只要不吝於關懷他人，世界就可以變的美好！

## 關懷可以帶給人成長的契機

武漢國小教師 黃玉芳

希望國小的學務處裡，有最吸引學生的課後免費社團，那就是專收高年級學生的曲棍球隊，無論是一般生或是偏差、叛逆的特殊學生。導師會將高年級孩子們帶到曲棍球隊，希望透過社團參與下，這些特別的孩子可以成長與進步。

小嵩就是在曲棍球隊裡脫胎換骨的孩子，出身在一個清寒的家庭，爸媽都是工地的工人，他們需看天吃飯，天氣好才有工作，天氣不好，就沒工作，生活過得很貧困拮据，也因爸媽早出晚歸，孩子們的教養問題出現漏洞，沒有爸媽的關心與督導，他們的作業時常缺交，成績跟不上、上課愛頂嘴、下課逃家去，師長很頭痛，送到曲棍球隊訓練。

一開始，小嵩很不配合團隊練習，怕吃苦，愛練不練，「阿美」教練總是在他身旁激勵他的志氣，與他分享「英雄不怕出身低」、「人窮志不窮」的道理，鼓勵他向上向善學習的動力。

曾有幾次小嵩與同學鬧情緒，和大家格格不入，「阿美」教練不厭其煩地與大夥兒分享：「團隊需要鼓勵成長的氛圍、接受批評的雅量、勇於改過的美德、克服困難的決心與服從紀律的精神。」「大家要多一點鼓勵、讚美，激發團隊的成功，少一點批評、責難，影響團隊的士氣。」「因為有緣我們相聚，成功要靠大家努力！」

團訓結束後，同學陸續都被父母接走了，最後只剩小嵩眼神茫然無助的等待，「阿美」

教練知道他的爸媽都要半夜才回家，他常常有一餐沒一餐的，令人心酸，於是常常免費帶他去吃晚餐，小嵩內心充滿無比的感動，更加緊認真練習，成績也明顯進步。一年後，學校要組隊參加全國曲棍球比賽，因為「阿美」教練的愛心教導，小嵩的個性逐漸改變，樂於與人合作，積極進取，團隊也拿下多組前三名的紀錄。

在「阿美」教練的帶領下，孩子們漸漸開始喜歡上學、期待放學後的曲棍球練習、期盼有機會可以代表學校出去比賽、渴望透過比賽可以在外面過夜、祈求教練假日時帶她們出去玩，對這些孩子們來說，「阿美」教練給予的，不僅僅是師長的關愛，更是孩子們眼中的學校媽媽，孩子們的心思，「阿美」教練能夠了解，孩子們的心事，也喜歡找「阿美」教練聊聊。

「阿美」教練希望孩子們能夠勇於追夢，完成自己的理想，無論是要當一位運動員或是因為參與曲棍球隊的訓練，而更能展現出對自己的肯定，這對孩子們來說，都是個成長的轉變。期許這些孩子們未來能夠像打曲棍球比賽一般，有勇氣的找出屬於他們的一片天空。

上天賦予每個人不盡相同的處境，每個人都是獨一無二的生命體，只要給予他們適當的關懷與鼓勵，他們會愈做愈好。現今的社會中，仍有許多蜷縮在角落的弱勢家庭及學生，他們需要你我的關懷，讓我們一起為他們盡點微薄之力，協助那些弱勢的人，找到生命的曙光，使人間洋溢著溫馨而美好的溫情啊！



## 付出關懷，讓社會更美好

青溪國小學生 王詠澄

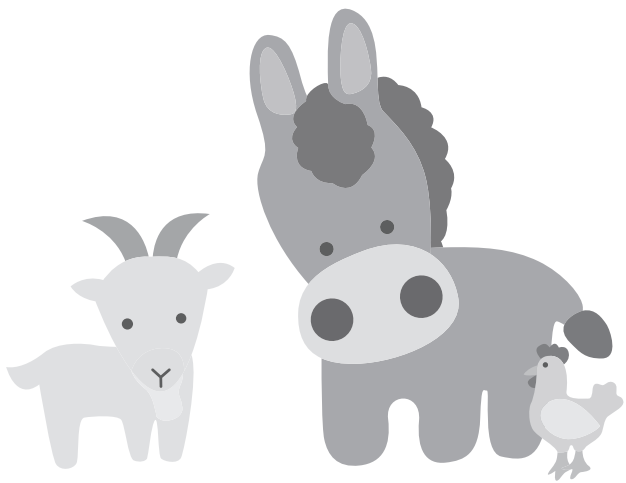
早晨，前往學校的途中，熱心的志工媽媽守護著我們交通安全；進入校園，老師的殷教導增長我們知識，因為有志工和老師付出關懷，我們得以進步成長。非洲之父史懷哲先生為了實踐有意義、有價值的人生，決定開始學醫，將後半生奉獻給非洲人，終其一生，不離不棄。在社會的每個角落，總有許多人用真誠的心去付出關懷，他們使人脫離貧困，讓病人痛苦昇華，幫助人們真實的感受愛與溫暖。

生活在這片富裕的土地上，豐衣足食、無憂無慮，我感到幸運而滿足，但放眼生活周遭，仍然有許多人亟需要他人的幫助，路上遇見行動不便的長者，親切的攙扶著他；在公車上搖晃晃的老婆婆，立刻讓位子給她，這些微不足道的舉手之勞，就像是一股寒冬裡的暖流緩緩地流進心裡，帶給他們溫暖，也帶給自己快樂。「莫以善小而不為」，當微小的關懷種子，隨風飄揚，落地生根，很快地，就會遍地開花，長成一片蓊鬱鬱的快樂森林。

在臺東有一位平凡的慈善家——陳樹菊女士，她隱身在市場中辛勤的賣菜賺取微薄的利潤，省下來的錢卻義無反顧的捐給學校成立急難救助基金、興建圖書館，她的善行盛傳國際，這種不平凡的慷慨，設身處地為貧苦的人著想的愛心，不吝嗇付出關懷的精神，就是人間最美麗的風景。俗諺有云：「施者比受者更有福」，對人付出愛心與真心，就像寒冬裡的小火

柴所散發出來的光芒，溫熱即將冰凍的心，也照亮了自己。陳女士這種為善不欲人知的精神，贏得世人的尊敬，更是臺灣的驕傲。

生活中不斷上演著溫馨的小故事，或許是有意的付出，也許是不經意的關懷，但總能適時的填滿人們原本孤寂的心靈，為他人帶來幸福。孟子說：「惻隱之心，人皆有之」，每個人都是有能力關懷別人、付出愛心的，隨時保有一顆想要奉獻的心，勇敢伸出關懷的雙手，推倒心中的遲疑，熱情地向前邁步，相信我們的社會將會充滿愛的光輝，溫暖滿人間。



## 關懷

青溪國小學生 張祐甄

關懷，可以趕走寒冬，迎來春天；關懷，可以在沙漠中，種出草地；關懷，可以消滅可怕的惡魔，招來可愛的天使。

我會關心我的家人，前幾天，因為弟弟沒有在考試前好好復習功課，考試時很多都不會，絞盡腦汁還是不會寫。結果老師在改考卷的時候，氣得怒髮衝冠，當弟弟拿到考卷時，考卷上那紅光閃閃的鴨蛋讓他嚇到了，大哭一場，淚水像傾盆大雨，奔流得像瀑布般，一下子就淹到了膝蓋。回到家，看到他哭哭啼啼的，我馬上安慰他，並且很認真的教導他應該學好的功課及時間分配，不要重蹈覆轍。

在學校，和藹可親的老師也有累的時候，她每天改功課、幫我們上課，忙得不可開交，所以我們也要懂得關懷老師，和老師聊天，紓緩老師的心理壓力。我的同學中有些很安靜、有些很好動、有些很自動、也有很特殊的人。其中有一位，就是怎麼都學不會，不知道是天生的，還是自己上課不專心，總是左耳進右耳出，他需要有人幫助他，所以，我知道他有不會的地方，就會主動教他，讓他的學習可以順利。

我喜歡大自然，春天賞櫻、夏天賞荷、秋天賞楓、冬天賞梅，讓我感受到大自然的美！

在地球萬物中，我最喜歡狗，常常會關心流浪狗，當我看到牠們時，就會拿吃剩下的骨頭餵牠們，很多路人都說我有顆善良的心！我真的很喜歡狗，可惜媽媽說狗太貴了，而且還要清理大小便，我們沒有那麼多時間和精力。

著名的南丁格爾，是位值得我們學習的好榜樣，她自小熱心、善良，在路上看到死掉的小山雀，也會停下腳步，用手帕把牠包起來埋葬，還豎立墓碑。長大之後，她發現當時醫藥很不發達，護士缺乏專業訓練，常讓病人吃錯藥，造成病人死去。在後來的戰爭中，帶領一支護士團隊，盡心盡力克服困境，救了很多受傷的人，讓大家敬佩她，為她募集資金蓋了護士學校，讓病人可以快快好起來，還提高了護士的社會地位。

關懷就是付出愛，就像溫暖和煦的冬陽，不管是誰都可以感受到溫暖，也像清涼舒爽的微風，不管誰都可以得到幸福的感覺。

## 特教關懷

南門國小教師 黃麗卿

天黑有天亮的時候，凜冽的寒冬過去了，隨之而來的是溫煦的春天。然而對特殊兒及其家長而言，期待柳暗花明又一村的心情，往往換來的是失望的放棄。熙攘的人們、匆促的腳步，汲汲營營於謀生，世風日下、人心不古致人情淡薄、情感式微，對特殊兒及其家長無疑是落井下石，下面就針對特殊兒的家長及特殊兒本身來做概述。

「青出於藍」的期望對特殊兒的家長而言是遙不可及的夢想，甚至「與常人同」的心願也難以達成。許多家長在折翼的天使降臨世間的剎那，都有過留與不留的掙扎。因為愛而將孩子留了下來，卻受盡辛酸委曲與他人無情的嘲笑。經濟許可的家庭，因為孩子的醫療、復健而導致家道中衰；經濟貧困的家庭卻求救無門，孤立無援下只能放棄。除了經濟上的匱乏，還得忍受他人異樣的眼光，當孩子遭受指指點點與嘲笑之時，面子早已蕩然無存，有一些孩子就因為這樣而被禁足於家中。父母雖是孩子最大的支柱，卻不能成為一輩子的保護。小樹總有茁壯的一天，而大樹也有老化之時，一味地保護、隔離與外界的接觸，以為這樣對孩子最好，殊不知長大後的孩子對蜚短流長的諷語無絲毫的抵抗力，那將是一道無法癒合的傷痕。只因他們沒有早一點體驗這社會的人情冷暖，沒有足夠的時間做心靈上的調整來適應社會。常言道父母難為，我想特殊兒的父母之無奈即未曾間斷的心靈創傷，更是我們無法想

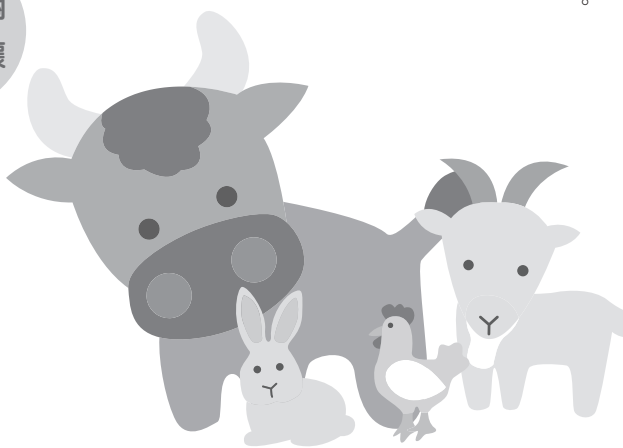
像的難為千倍萬倍。而我們所能做的就是有錢出錢、有力出力。有錢出錢就是經濟許可的話，不論金額大小都可贊助特殊兒家庭或機構以應用於生活、醫療；有力出力就是時間多的話，可以做志工，沒有時間的話也可從平常做起，若有接觸時能多一點關愛的眼神，少一點恐懼、歧視的眼神。而父母們要修補挫折，克服帶孩子走出去的心理障礙誠屬不易，但是沒有跨出去的第一步、哪來的動力第二步、成功的第三步呢？爸爸媽媽們加油！

有些身心障礙的孩子活在自己快樂的城堡裡，別人走不進他的世界，他也走不出來，不知憂愁地無視於自己與他人異樣的眼光，或許他們才是最幸福的呢！

然而有些卻處於正常人的邊緣，他們敏感的心靈，一碰就碎，一般小朋友不懂而排斥、嘲弄他們致使這些孩子們常自憐自艾的覺察到自己的缺陷而將自己封閉起來。對尚未「經過風雨、見過世面」的孩子，在融入社會考驗的過程中，遇到困難或挫折的承受力勢必比一般孩子更顯薄弱。此時來自家長、老師乃至朋友的鼓勵非常重要，一旦在別人的幫助和支持下鼓起勇氣能勇敢站起來、走出去，那麼意志力就會像打鐵似地得到了有效錘鍊，未來承受各種壓力的能力也就相對的提高。在所有類別的身心障礙孩子中，我想大家比較容易接觸到的應該是過動兒及情緒障礙的孩子吧！他們給人的觀感不外乎過動、調皮搗蛋、耍脾氣、不配合。然而有些孩子的內心深知不可為的事，卻是找不出原因的無法控制的爆發出來，他們也

想安靜的上課、做事情，可是偏偏表現出來的是哭鬧及亂跑。在與特殊兒相處時，或許我們會跌跌撞撞，一時找不到鎖鑰，喘不過氣時先開窗，彼此冷靜沉澱一下，或許就會找到解決的方法。

因為愛而有熱忱、因為愛而疼惜，每個人都是瑰寶，都是獨一無二的個體，有些尚未淬鍊，切莫妄自菲薄，肯定自己的價值，終有一天會光彩奪目。或許我們擁有的不多，但比起特殊孩子我們擁有的太多了，所以我們更應該知福、惜福，也可以創造幸福給別人，希冀我們共同創造一個真正有愛無礙的社會。



關懷

## 他不笨，他是我麻吉

茄萇國小教師 巫雅琪

「唉呀！老師，黃智凱很髒耶！他用手摸到我的衣服啦！我要趕快把衣服脫下來了，回收掉，我再也不敢穿了啦！」陳杰在教室裡大聲的嚷嚷著。

「是啊！是啊！老師，黃智凱很臭耶！抽屜裡塞滿了髒東西和垃圾，好像街頭的流浪漢，要他清理乾淨，怎麼教都教不會。我也要離他遠一點啦，避免被他傳染到神．．經．．病．．！」莊名祥也大聲的附和著。

「對啦！對啦！老師，黃智凱真的很髒、很臭、很噁心．．．」吵雜聲此起彼落的響起，每位同學都開始抱怨起天使班回歸的黃智凱，老師只能在旁邊主持公道，又要安撫受到驚嚇的智凱。而此時智凱就像驚弓之鳥，只能瑟縮地躲在牆角，不停的啜泣著。

這個場景在校園裡每天不斷地重複上演著。其實，智凱就只是動作稍微慢了一點，說話稍微不清楚一點而已。他看到我會對我微笑，放學的時候會向我揮揮手，甚至他會想把帶來的餅乾跟我一起分享！其實，他笑起來的時候，眼睛眯成了一條線，而且有個深深的酒窩，是很可愛的！雖然臉上常常帶著不乾淨的鼻涕或有點口水的髒汗，但是，我不介意的！

只是，我每次想走過去靠近智凱跟他說話的時候，一大堆的同學就開始砲轟我，叫我跟他保持「安全距離」，彷彿他是一個「科學怪人」或者是帶著病毒的怪物。所以，我只好默默的離開．．．，只能遠遠地看著他瘦弱的背影．．．被同學欺負著，或者孤單的坐在自己的位



置上。

今天，我拖著沉重的腳步回到了家，卻怎麼也提不起勁兒來，趴在床上用枕頭悶住自己的頭，任憑媽媽在門外呼喊著廚房裡有美味可口的點心，但我卻一點也不感興趣。

媽媽察覺了我的異狀，敲門進來房裡，問我到底發生了什麼事情。怎知我抱著媽媽的腿，眼淚卻不聽使喚地直落下。她知道我心裡是有事的，因為平常我只要看到街上的流浪貓被欺負我都可以哭上好幾天，何況是班上同學被欺負了呢？我抬起頭來，淚眼婆娑地望著媽媽，希望她可以給我答案，告訴我該怎麼做？

但是，媽媽只是輕輕地拍著我的背，摸摸我的頭，緩緩的說著：「寶貝，媽咪知道你有一顆溫柔而且慈悲的心，因為即使是在路上看到了受傷的小鳥、或是被頑皮孩子丟石頭欺負的貓咪，你總是會不捨的哭紅了眼，然後充滿期待地跟爸爸、媽媽求救，爸爸就像是你心中的超人一般，立刻幫你把難題解決了。但是親愛的寶貝，這次艱深的任務，需要你自己出面去解決了哦！現在你把眼睛閉起來，細細地、慢慢地想一下，當有人被欺負的時候，你會想怎麼幫助他？當有人遇到困難時，你會如何伸出援手？其實你心裡知道自己該怎麼做的，是不是有一顆明亮的小太陽，指引著你正確的方向呢？孩子，不要畏懼任何可能會遇到的難題，因為你不去做，這顆大石頭就會一直的阻礙著你前進的路。懂嗎？」

此時媽媽輕撫著我的頭，我拭去了臉上的淚水，眼神肯定的望著媽媽說：「親愛的媽

咪，我知道該怎麼做了，我必須學會自己勇敢去面對事情，並試著解決問題。一味的逃避問題點只會一直存在的，我必須像解救路邊的小動物一樣，同理心的對待身邊的同學。」媽媽給了我一個溫柔且肯定的微笑，似乎在告訴我，我一定辦得到的！

「哈哈，這是誰的臭書包啊？被丟到教室外面去了啦！唉呀！書包裡面的『垃圾』也全部掉出來了，好噁心喔！大家離遠一點，不要靠近啊……！」

「對對對，快點閃開，碰到他東西，可是會衰一整天的……」

一早，剛走進教室，就傳來一陣陣的喧嘩聲，我知道又發生什麼事情了。智凱慌亂地蹲在地上撿拾散落滿地的書本和文具，這次我不再逃避、不再畏懼同學們的嘲諷了。我彎下腰、低下身子，開始幫智凱撿拾滿地的東西，縱使耳邊傳來一陣陣的噓聲和嬉笑聲，「陳曉晴，你很雞婆咧，大聖人哦，關你什麼事？……」。我把撿拾好的東西整齊的放進智凱的書包裡，幫他拍一拍身上的泥污，拉起他的手，帶他走回位置上，從今天開始我會保護智凱，不允許任何人欺負他，因為他是我的好朋友！

我把抄寫好的聯絡簿借給智凱，看他用心的抄寫著，雖然歪歪斜斜的字，看起來不是那麼的工整漂亮，但至少他完成了。只見他高興的將功課交到老師的桌上，然後回給我一個誠懇的笑臉，頓時，我也覺得好開心！大家看起來簡單的字句念讀，對他來說卻也是一件很艱難的任務，於是我利用下課的時間，一字一字的帶著他認讀，一字一字的教他拼寫，就

像當初媽媽溫柔的教我讀書識字一樣，雖然還看不出來智凱有什麼明顯的進步，但是我相信皇天不負苦心人，一定會有幫助的啦！

體育課的分組一直都是落單的智凱，因為我的極力爭取，同學們勉強答應我們倆一起加入，我拉著智凱一起玩躲避球，當球丟過來時，差點同時擊中我們倆個，結果我們一起驚聲尖叫地躲過了球的攻擊，之後還抱在一起相視而笑，你絕對意想不到因為隔壁班的疏忽，智凱居然得到了致勝的一分，成為我們班贏球的關鍵人物，當大家歡欣鼓舞的拍手叫好時，智凱也露出他靦腆的笑容。

漸漸地，班上同學排斥與抱怨的聲音消失了，取而代之的是一句句溫柔的問候。「智凱，功課寫好了沒？有沒有需要我這個厲害的數學大師來教你的啊？」「黃智凱，今天要上美術課，你的水彩用具有沒有記得帶啊？不然我的可以借你用，但是要記得保持乾淨不可以弄壞！」「阿凱，下課一起打球去吧！只要有你參加，我們這一隊肯定會贏的……。」我好開心班上同學能有這樣的轉變，能關懷、照顧班上的弱勢同學，就因為智凱的出現，我覺得班上同學更加的團結，感情也變得比以前更好了！

今天放學，我帶著麻糬和智凱分享，我們坐在教室前的階梯上望著遠方黃澄澄的夕陽，心中有股好暖好暖的愛意湧上，撥開黏黏甜甜蜜蜜的麻糬，你吃一口，我也吃一口，我們笑得無限燦爛，因為你就是我最好的麻吉！

## 關懷，是最溫暖的感動

慈文國小學生 劉庭璋

關懷，是一把火，照亮了道路，帶來了光明；關懷，是一桶水，讓每個人心中那顆愛的種子發芽、茁壯；關懷，是一位知心好友，陪伴著你，走出人生的瓶頸；關懷，是一雙翅膀，帶領著世人，飛向希望的天堂。

是否曾有過那種被關懷的感動？關懷，就像一座加油站，在人們失去動力時，給予他們一些鼓勵，讓他們重燃對於生活的熱誠，重新建立自己的自信心，使他們在遇見下一個需要幫助的人時，也會傾囊相助，繼續把這份情傳下去。一旦沒有人願意去關心別人時，人們就好比是機器，活在一個沒有情感的世界裡。

曾經看過一篇令我印象深刻的故事：在一個國度裡，有一位公主。雖然有美味的佳餚吃，有華貴的衣服穿，有氣派的宮殿住，人民也都愛戴她，但是，公主並不快樂。有一天，公主到花園裡賞花時，看到有一位僕人在哭泣。她上前問：「你怎麼了？」僕人答道：「我媽媽現在生了重病，想吃桂花糕。但現在宮裡的桂花開了，宮外的花都還沒開。一想到身為女兒，竟然連桂花糕都沒辦法給媽媽吃……」說完，又哭了。公主二話不說，立刻喚來衛兵，替僕人摘了一大把桂花下來。當公主看見僕人欣喜的表情時，自己也感染到那份快樂的心情，體悟到何謂「助人為快樂之本」了。從此，她變成世界上最快樂的公主了。

猶記，有一次騎滑板車摔倒，腿上割出了一條好深的傷口。路人都紛紛停下來關心我，

我一抬頭，有好多陌生的面孔，但是，是陌生而友善的面孔。那時，傷口仍隱隱作痛，心，卻是無比的溫暖，我被那一波波傾瀉而出的關懷感動了。後來治療好後，醫生說我一個月都不能運動。平常的我，可能會大哭大鬧，不過，有了那些路人給予的信心，空虛的彈夾重新填彈，我勇敢的站起來，接受了這項艱難的任務。那些路人的關懷，竟然使我產生這麼大的正面影響！

還有一次，和爸媽去運動場運動，一個失神，跟爸媽走散了！那時，五、六歲的我迷失在人群中，我不知所措，只能無助的望著地上，眼淚也像水龍頭般，嘩啦嘩啦流個不停。這時一位阿姨蹲下來看著我，親切的問：「你迷路了嗎？」我慌亂的點點頭，腦筋一片空白。她帶我到服務中心廣播，陪我等了一陣子，才見到爸媽著急的跑向服務中心。我含淚投入他們的懷抱，臨走前還不忘和那位阿姨招招手，阿姨微笑的對我說：「下次要跟好爸媽，別再亂跑了喔！」直到今天，想到這件事時，仍會熱淚盈眶。這世上，就是有了關懷，才有了感動。今後，我一定要好好去幫助別人、關懷別人！

關懷，可以是一個深深的擁抱，一些鼓勵的掌聲，甚至是一句發自內心的祝福。俗話說：「送人玫瑰，手有餘香」現在，何不拿出你的熱情，發揮出你的善心，去關懷身邊的人呢？

## 因為關懷，所以改變

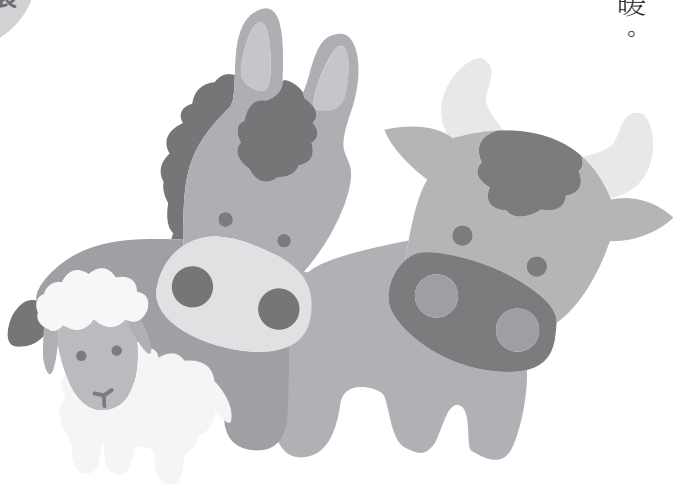
會稽國中學生 余若瀚

從國小開始，我從來沒有認真地上課，服從老師的話，慢慢的老師開始放棄我，並不再多管我做些什麼。我也開始覺得老師什麼都不是，他們講出來的話我也是左耳進右耳出，從來沒有去理解，到後來我成為了老師眼中的失敗者，而我的國小生活也就只是過一天算一天。

升上四年級後，原來教我的班導已經不想教了，而我也變得更放肆，一心不想上課，我開始學會了罵三字經和翹課。但就在某一天吃早餐時有位老師把我找了過去，原來是新的導師。新老師跟我講了很多話，但我始終還是左耳進右耳出，在新老師來的一個月後，我因為玩遊戲把右手摔斷了，當下我的心情大崩潰，同學把我攙扶下去了保健中心，到了保健中心，眼淚還是停不下來，就在此時，新老師飛奔了過來，一看到我，老師就把我擁入他的懷中。他一直告訴我：「老師並沒有放棄你，老師很相信你，也很喜歡你，所以要把眼淚收起來，一起走過去。」，那是我第一次把老師的話聽進去，到了醫院我不斷的想起老師講的話，就這樣進了手術房。在手術後，麻醉藥也退了，我一睜開眼看到了老師，原來他一下課馬上就來看我了，我不知道為什麼當下哭了出來，因為那是我第一次被關心。

從那天開始，我不再做壞事，而我也擔任了班長的職務，可見得老師是多麼的信任我，我真的非常感激老師，就算全世界都不再相信我，卻還有那麼一位老師是這樣的信任我，對這位老師一千次的謝謝都不夠！因為是老師給了我希望，給了我信心，對老師的感謝我真的永遠都報答不完。

俗話說：「良言一句三冬暖。」因為感受到老師無私的關懷與照顧，現在的我變得願意關懷他人，讓其他人也能感受到這份溫暖。



關懷

## 堅持夢想勇敢飛

大華中學教師 邱素青

沒有一本小說或是一部電影，比得上真實人生的風霜閱歷。我們無法知道生命的長度，但我們可以充實其寬度；我們無法留住時間的腳步，但我們可以深刻其軌跡。

大女兒就讀高中時，原本想藉由國際志工的愛心旅行名義，偷渡一心想高飛遠行的旅程。初始我疑慮，她堅持；接著我憂心放手的決定，她執著飛翔的不悔；最末我殷殷企盼她平安歸程，她娓娓道述十二天來另一個世界的滿心悸動。隔年換成高二的兒子，同樣做了這樣的抉擇。啟程，十四天的失聯，而後滿盈行囊歸來。

兒子的個性和姊姊南轅北轍。女兒從出發前的準備到歸程，是一個生命成長的轉捩點，徹底為自己的生命，畫下一道美麗的振幅，留下一道絢爛的筆觸。兒子呢？完全不然。身為媽媽的我，向來認定他是生存於：「人在福中不知福」，於是我下了個定論：「讓他受點苦難，也許能懂幸福！」

啟程前一夜，我沒有添加任何叮嚀事項，因為我明白他討厭媽媽的叨唸，我無意置入太多愛的囑咐，僅給與手心一只廟宇求來的平安符，一切不必多言，因為所有的語彙，早已存在母子兩人彼此的靈犀交會中。翌日，我忘了兒子飛機班次的時間表，只在忙於家務工作過程中，收到一封簡訊：「媽，我要上飛機囉，十四天後見！」這就是我的兒子，一個不善



於說「愛」的言辭，一個半大不小，時值「為賦新詞強說愁」的狂飆青少年，一個你老愛追問：「為什麼？」而他總是冷冷回應：「還好啊！又沒有怎樣？」的高二男孩。

國際志工的愛心旅行，除了強調活動帶領，給孩子帶來全新的體驗，還包含關懷陪伴，希望帶給當地孩子愛與希望。另外也注意環境教育，目的在改善孩子的衛生習慣與生活環境，最後還進行家庭訪視，大手牽小手，走入孩子的家，讓親情加溫。在兒子出發後，打開電腦，意外在電腦桌面上，看到兒子為教學活動所設計的教案。兒子讀理工科，堅持選擇他的最愛。當然這一抉擇，和媽媽的立場及觀點不同，產生不少的抗衡與衝突。當時憑藉著一股愠怒火氣，我請益其他師長與教育前輩。幸好及時回頭，才來得及在執 的性情與自以為是「一切為你好」的偏頗觀念下，順應兒子的選擇，放手讓他飛。

兒子設計的課程是製作簡易的淨水器。教學設計結束前，課程活動的歸納總結，兒子要告訴這裡的孩子：「其實，這不是個簡單的淨水器，它讓我們知道，我們就像那小石子，努力的把夢想擦得更完美；我們就像那微薄的布，努力的保護夢想不被破壞，而我們也像那污水，努力的進化自己讓我們有更好的未來：。」兩千五百公里是台灣到雲南的距離，我不能很精確地知道，正確的數據是什麼？但我真切知道，經過這段距離的累積，兒子和我的心更貼近。我放手，讓他學飛；他出走，彩繪自己生命的藍天！

「堅持、夢想，勇敢飛」，是兒子這次國際志工愛心旅行的訴求。雲南迪喜慈善小學，這裡的每一個孩子，身上都有自己的故事，很多故事擁有的是宿命上的悲傷。但是台灣志工的大哥哥、大姊姊，要告訴孩子們，唯一能挑戰宿命的是信念。不在乎你擁有什麼，存於你是否有一顆堅定勇敢的心。十四天的出征，收穫滿行囊。兒子告訴我，在那，一切都好簡單。學校給了孩子一套完整的書桌、一個教育的機會、一張往返學校的車票，而他們只要一個輕輕地擁抱，幾句鼓勵的話，便可以為孩子帶來面對未來更多的勇氣。

當地的孩子，會以藏語作為溝通，也能以中文來傳達。即使那一聲聲未知的語言，聽來卻是溫暖而非陌生的美麗文字。無時無刻流露的溫暖，便會驚嘆處在艱困的環境下，似乎一無所有的山裡孩子，這些哥哥、姐姐無私心、盡全力的分享所有的一切。停留在那裡的每一天，襲擊的不是疲憊感，是那著急該如何為山裡孩子付出更多的心意。兒子無奈笑說，這裡的孩子，沒有怨言，僅是知足，這讓他們有無限的憐惜。沒有洗碗精，他只好用橘子皮澆洗油膩的碗筷，這一輪值洗餐具，就費了他一個多小時；零下三、四度凜冽刺骨的寒風，早已將大夥的臉龐吹得乾裂，但來自「天空的孩子」，已經習慣這樣的環境，展現出來的依然是喜悅和滿足。

夢想無論怎樣模糊，總會潛藏在心底，像種子般萌芽滋長，伸出地面尋找陽光。國際

志工的愛心旅行，真心希望帶來的新世界，能給予孩子不同的想法，讓孩子的人生有一點點的改變：讓天空的孩子知道，原來世界並不僅止於他們所熟悉的那一部分，原來他們的未來可能性是沒有侷限的。兒子在歸程記下這一段：「你們從學習，發現到世界上的美好；而我們從這趟旅程，看見世界上的美麗！」我想，若非有著為自己出征的勇氣與果敢，如果不能堅持跨越的信心和毅力，孩子恐怕不能在求學成長歷程，在課堂知識汲取之外，另外覓得堅定生命重要元素和養分，窺見另一扇窗口外的湛藍。

愛，可以使一朵鮮花變成一座花園，也可以使一滴水，變成滔滔大浪。這所置身於山壑的慈善學校，褪去了城市的浮誇，洗滌了人世的繁雜。有一種力量，可以讓人心頭一暖，可以讓人反芻不已。只有真正的踏進去，才能明白原來愛可以這麼簡單與偉大。我告訴兒子，夢想可以遠大，可以近在眼前。如果有一天忘了夢想的情節，那就試著懷抱從前，找回關懷故事萌芽的起點。

## 那一趟旅行教會我的事

永平工商學生 黃心婕

謝謝你們，在燭光的照亮下，為我們創造出十一天的感動；感謝你們，在寒冷的冬天裡，為我們烙下難以抹去的回憶。

十一天的旅程，光速般地前進。第一次坐上飛機，四個小時的航程，抵達了傳說中的曼谷機場，穿越海關尋找登機門，前往還不是目的地的清邁機場。抵達機場已經下午三點多，但是距離泰北輝鵬中華的車程，就像是台北開車中途不休息，一路到高雄的路程一樣遙遠。意志告訴我：就那麼一次來到泰國，我不想因為瞌睡蟲，失去記錄山路的每一刻。每當路邊開始出現一些住戶時，心應該快到了吧？未料又繼續往前開，又進入荒野地帶。就這樣漫漫幾個小時，終於抵達傳說中目的地——輝鵬中華中學。

在學校，孩子們們早上是在泰文學校上課，到了傍晚五點，才到中文學校上中文，直到晚上八點才放學回家。我們知道，在那樣的環境，學校根本沒有所謂的健康中心。孩子燙傷，就得自己想辦法。大一點的孩子，知道危險，知道如何照顧自己。但是小一點的孩子不懂，被熱水燙傷了，哭了一整天，擦了不知道是什麼的燙傷藥，隔天還是穿著長褲，跟著哥哥跛行地走到溪邊，半走半跑地在學校裡玩耍。看見了這樣的場景，都覺得不捨。很想幫她擦藥、包紮傷口，但是孩子們覺得那根本是玩樂的阻礙。因此，當我們細心地抹藥，貼上OK繃後，才一轉身，就看見他們手上拿著紗布，一臉調皮的模樣，真的令人好氣又好笑。一天天的相

處，和孩子們的感情日益緊密。因為一趟的家訪，讓我認識了好多小朋友，原本在學校都不常說話的女孩，會問我喜歡吃什麼？原本在學校調皮的男孩，會拉著我的手奔跑、跳躍。

相處的日子容易度過，但話別的時間卻如此讓人難受。晚會這天的到來，代表著我們即將離別。雖然有多麼不捨，但還是得參與，讓這一趟旅程，劃下完美的句點。閉幕式從頒獎、戴徽章、跳營歌，直到孩子們上台說的感謝話語。拿著相機，記錄著每一刻的我，淚水緩緩地滑落。看見幾個帶著我們摘蜂蜜、上佛堂的男孩，手倚著牆，低頭不發一語，眼淚也在此刻漣漣而下……你們的難過與捨不得，姐姐都看在眼裡，只能抱著你們，告訴你們當想起我們的時候，就望向天空，你會發現，姐姐也在台灣的天空，看著你們。到了晚會，開始瘋狂的跳舞、唱歌、玩遊戲，看見你們又回到了最初的活力，我們都知道，彼此都只是藏著自己最不想說出的那兩個字：「再見！」

隔天一早，即將離開的我們收拾行李坐上車，發現你們陸陸續續地從校門口出現，對我們笑，對我們揮手。此刻好想跳下車，再一次擁抱你們。車子慢慢駛離，望著你們，直到你們變成一個小點，消失不見。回程路上，慢慢地回味這一天所經過的一點一滴。翻著照片傻笑，看著影片大笑。沒有淚水，只有微笑，因為我們都知道，距離再遠也分不開兩顆互相珍惜的心。

說再見很難，但是忘記你們更難，旅行的終點，是回家，唯一的路。而你們在泰北，

記得我們曾經跳過的營歌，堅持、夢想、勇敢飛。夢想，沒有保存期限；堅持，讓你們找到飛翔的力量。

想起那些頑皮的孩子，帶著我們勇闖他們的生活環境。儘管只是一根簡單的木棍，卻可以讓他們玩得不亦樂乎；儘管只是那坨裝在杯子裡的樹脂膠，也可以成為他們童年最美的玩具。照片很美，卻還是填不了心裡的那份空虛。我開始上網查詢每一個國際志工的組織、參與後的心得、微電影。「國際志工」這個名詞，在我十五歲的青春中，占據了難以取代的地位。

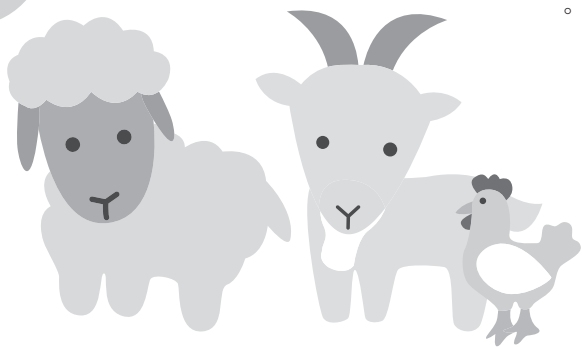
甩開心裡的成見，設身處地為一個來自不同文化的人思考。回到台灣，走在火車站或是東南亞商店前，每當看見移工們聚集在前，對他們感覺既是敬重又是佩服。他們為了生活，遠渡重洋到台灣工作。在他們的家鄉，有孩子要照顧，有我們想不到也體會不到的經濟壓力。生長在台灣我們，從小就被教導著要以同理心對待他人；從小就被教導要培養良好的國際觀，努力學習第二外語。但無意中卻為自己打造了一種高高在上的形象，評論他人的膚色種族，卻沒有察覺自己是否做到了人的基本尊重？等到我們學會不輕易的為人貼上標籤，才能往國際觀，靠近一小步。

國際志工最終的意義及目的，在於帶給弱勢地區的小朋友資源、心靈上的協助，更讓自己在旅行的過程中，探索心中最真實的自己。不管未來的寒暑假有沒有空，第一要件：帶

著自己掙的錢出走，才顯得旅程更有價值，而我也會更珍惜這得來不易的機會。第二條件：把自己份內的事情做好，才有資格向爸媽提出這樣的要求。若連自己的課業都顧不好，卻想要幫助別人，那反而本末倒置！有了振奮人心的分析，讓我對未來有更明確的目標與夢想。

「我們可以追求更好，但不是覺得自己擁有太少；我們可以羨慕別人的生活，但不是反過來抱怨自己的不好。」這趟旅程，因為愛而旅行；為他人，而不單只是為自己；第一次，親近陌生的土地，擁抱這些孩子；這一次，發現自己在乎的不是物質上的追求，而是心靈的成長。感謝身邊的每一個人，也感謝願意讀到最後的你，更感謝願意讓我體悟這趟生命之旅的爸媽。謝謝你們，使我成為一個有故事的人。

關懷



## 從那一雙溫暖的手，我體會了「關懷」的重要性

永豐高中學生 陳廷昀

在漫長的人生旅途中難免會遭遇到困境，一旦身陷迷惘而無法自拔，就像走進了死胡同慌亂的找不到出口，然而就在驚慌失措時，突然出現一雙溫暖的手拉了我們一把，幫助我們看清楚嶄新的人生方向，慢慢地走出低潮。

記得剛升上國小六年級時，懵懂的我陷入前所未有的際相處困境。那時的我十分在意同學對我的觀感，舉手投足時格外的小心翼翼，哪知長期累積的情緒壓力使我變得特別敏感，就在情緒混亂當中，和一個談得來的異性自以為是的談起戀愛，當時的我以為只要彼此心意堅定，友情和愛情是可以兼顧的。漸漸的我在女生群體中幾乎沒有立足之地，她們對我態度冷淡、冷嘲熱諷，課堂分組刻意排擠，私下背後指指點點，甚至散播不實謠言汗巖我，我彷彿陷入無底深淵，暗無天日，上學的路途舉步維艱，我就像行屍走肉般的游移，內心就像是被掏空一樣毫無感覺。

在那段食不知味、麻木不仁的生活裡，校園調來了一位新的導師，她的出現讓我的生活起了變化，她的口中時常掛著一句話：「愛能改變你我，愛能讓世界更美好」。她常常利用課餘時間傾聽我們的心聲，設身處地的為我們著想，為了

進一步了解我們內心的想法，他還發給我們一人一本日記本。我開始在日記上宣洩我



的怒火與委屈；老師每次都會留下正面、安慰我的話語，使我卸下心房，稍稍撫平了心痛。有一天，她找我當面聊聊近況，她說：「你現在還在煩惱人際關係的問題嗎？」我低下頭答：「當然」，老師從容不迫地說：「你試著不要想別人哪裡不好。先思考自己哪裡有需要改進的地方？」接著，老師伸出溫暖的手握著我，她緩緩地說：「難道大家都是無緣無故地待你不好嗎？」「你只要反省一下自己的缺點，並展現真實的自己，相信事情會有所改變，加油！你做得到的！」一語驚醒夢中人，我的淚漣漣落下，老師拿面紙給我並輕輕拭了拭我的眼淚，淚光中我感受到老師強而有力扶持的雙手，她彷彿幫我撐起一片天，幫我遮風擋雨度過不順遂的人生路途。

我怎能一味責怪他人，要改變別人對自己的看法，就要先改變自己啊！老師一雙溫暖的手，把我拉出了黑暗，讓我看見裂縫中所出現的一絲陽光。倘若我一直認為自己是無辜的受害者，我整天只會怨天尤人、自怨自艾，滿腦子只想著是別人對不起自己，都是別人的錯，經過這次的苦痛，讓我換個角度思考，就像是蝴蝶破繭而出，伸展雙翼飛翔。現今，我正走在改善自己、找回真實自我的路程，我發現自己的笑容變多了，周遭的朋友也增加了！敬愛的老師，謝謝妳一路的陪伴與適時的關懷，我會永遠記得您的教導，將愛與關懷散播給更多人，讓溫暖傳送到世界的每一個角落。

## 遺囑·地球的獨白

復旦中學國中部學生 張宇安

十七世紀開始，人類掀起了工業革命，在當時被視為「新穎」的電器用品開始取代古時的設施，車子、電燈泡等器物不斷推陳出新。就是在那時，他們展開了一連串的折磨。對著我。

你們知道嗎？我想說這句話很久了：「夠了沒？」，之所以不說，是希望我的沉默能讓你們從為所欲為的狂妄中甦醒，回頭查看這一切留下的痕跡，沒想到，你們不但沒有停下腳步反省，還變本加厲，一心一意致力於研發新科技。我的申訴遭到駁回、我的哀號遭到忽視，我只好選擇隱匿……。

起初，我和角落的陰影還處得來，過著和諧的生活，心想就任你們去吧，一生在山林中度過也沒什麼不好。但連我也沒料到的是，時間一久，我的怒火就悄悄升起，而我失去了控制它的能力，連向陰影吐露心聲的權力也被剝奪。

人類從來沒想到，脾氣再好的人，也是有脾氣的。是你們自找的，我的忍受已趨極限，你們要為你們的作為付出代價。

我還是以前的那個我嗎？內心是，但外表已截然不同，就像一個行動被外人控制的傀儡，每個動作，都被自我意識不斷反駁。

於是我那失去意識的外表，開始釋放滿腔怒火，以熱浪、以酷寒、以怒濤、以天將之禍，

讓你們人類體驗遍體鱗傷的感覺。雖然聽起來難以置信，但我打從心底，都不願這樣做。而且，我相信你們都能心領神會，外貌攻擊的原因。

一切究竟從何而起？究竟為何我那在仇恨下產生分裂體的外表，會和你們開戰？如今還有得救嗎？據歷年氣溫升遷變化所知，工業發達及各地交通工具的普及是暖化最大的嫌疑犯，工廠排出的廢氣和石油燃燒的二氧化碳會讓空氣中的溫室氣體增加，進而加大地表的保溫效果；氟氯碳化物也會使臭氧層破洞，重現各大末日電影（如：《2012》、《明天過後》）的恐怖情節。近年也有學者提出「+ - 2度C」一說法，告誡世人地球的「黃金治療期」，只要在全球均溫較工業革命前上升2度以內，都還有得救！

求求你們，將眼光放遠一點，環視每個舉手投足會帶來的影響，再做出對大家都好的明智之舉。如今均溫已經上升了1點多度，時間不多了，再不做點什麼，大家遲早會走向毀滅。

這是我想對你們說的話，希望在我有生之年，能看到這樣的榮景。謝謝你們。  
如果要遏止暖化，得從現在開始，不能再多想。

尋找再生能源、多搭乘大眾運輸工具、隨手關閉電源、能源能省則省——都是拯救地球的方法。其實這不難，只要大家齊心協力，曙光就會打在我們這一邊。



指導單位：桃園市政府教育局

發行人：高安邦

編輯指導：鄭卉珽、余黛佳、陳麗如

總編輯：林祺文

執行編輯：李文義、楊淑宜

出版單位：桃園市政府教育局

協辦單位：桃園市立內壢國民中學

設計印製：全新國際有限公司

出版日期：105 年 12 月

