

品格教育專書《心中的小太陽》

12個品格核心價，
108篇教師學生的品格故事

心中的小太陽





市長的話

給下一代最好的教育品質

桃園市長

鄭文燦

10



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

13



誠信

一件有關誠信的事

大安國小

李恩齊

18

一次坦白的領悟

新興高中

李筱婷

20

心中的小太陽

林森國小

胡佑瑄

22

言而有信的重要

同德國小

黎昕叡

25

溫暖人心的鑰匙

內壢國中

江妤倩

27

誠者恆信

陽明高中

賴亭妤

29

誠信的重要

崙坪國小

吳岱霓

31



尊重

人與人之間

大華中學

呂安蒂

36

不全是酸民的錯

同德國小

郭鎧亘

38



合作

扭轉逆勢	合作的意義	可貴的合作經驗	出奇制勝的合作力量	三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮	一次美好的合作經驗	一加一 無限大	溫暖的小太陽	尊重	這些不同	從我開始	校園生活隨筆	自重人重，家和國興	如何尊重所有事物，取決於心中的份量	各尋所需、各懷所向——談尊重
· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·	· · · · · ·
陽明高中	仁善國小	石門國中	東興國中	新興高中	復旦國小	山頂國小	新興高中	會稽國小	陽明高中	新興高中	內壢國中	東興國中	大華中學	新興高中
梁芷瑄	黃楷鈞	李秉翰	林靖家	許至誠	邱翊嫻	楊芯緯	邱可寧	高如億	陳怡臻	呂安慧	張芳瑜老師	杜婕妤	郭冠德	邱紫寧
81	79	76	73	71	68	66	62	59	56	53	50	47	45	41



欣賞

那次賽跑	· · · · ·	大華中學	陳姿蓉	84
動人的教室布置	· · · · ·	會稽國中	劉彥筠老師	86
最強大的力量	· · · · ·	青溪國中	溫孟哲	88
溫暖的手	· · · · ·	大崙國中	張家榕	91
團隊精神	· · · · ·	大崙國中	王兆歡	93
處處皆是美	· · · · ·	新興高中	簡甄誼	96
心美，看什麼都順眼	· · · · ·	會稽國小	莊嫻蓉老師	99
可敬的對手	· · · · ·	復旦中學	姜承穎	101
生命的鬥士——蓮娜瑪莉亞	· · · · ·	大崙國小	林敬婷	104
生活總是無限驚喜	· · · · ·	新興高中	鄭筠潔	106
欣賞	· · · · ·	內壢國中	張竣凱	108
欣賞身邊的事物	· · · · ·	新興高中	羅唯中	110
欣賞筆構的美	· · · · ·	新興高中	李孟軒	113
欣賞，讓「視」界更美好	· · · · ·	慈文國小	劉冠昀	115
為自己按個讚	· · · · ·	北科附工	戚禹璇	117

負責

正義陽光	新興高中	蔡承翰	152
我做過最有意義的事	大華中學	顏宜婕	155
這一趟正義的思辨之旅	中興國中	柳嘉荃	157
發揮正義的力量	大坡國小	黃宥愷	159

謙恭

小學生談負責	崙坪國小	魏睿杰	162
不朽	大華中學	王思惟	164
升得愈高，責任愈重	新興高中	高子媛	166
父親教會我的事	大崙國中	梁程	169
成長的開始	東興國中	李益人	171
我的品格小故事	同德國小	蕭義融	173
社會中的責任	新興高中	魏潔瑜	175
負責	文山國小	潘庭萱	177
肯低頭的人，永遠不會撞到矮門	新興高中	林幸柔	180
真正的第一名	大崙國小	林妍廷	182



關懷

關懷	· · · · · ·	青溪國小	許加軍	216
關懷的種子	· · · · · ·	新埔國小	徐翊真	213
點燃一盞心燈	· · · · · ·	大華中學	魏宇彤	211
黑熊的心事	· · · · · ·	永順國小	蕭乃寧	208
雲間散發的溫暖	· · · · · ·	新興高中	劉芝吟	206
街頭最美的風景	· · · · · ·	平鎮國中	馬若芸	204
人心的溫暖	· · · · · ·	新興高中	邱俊昊	202
一束陽光	· · · · · ·	陽明高中	李宜蓁	200
謙虛其心，宏大其量	· · · · · ·	新興高中	鄧宇雯	197
驕傲的鋼琴	· · · · · ·	陽明高中	王珮甄	195
彎腰是最美的姿態	· · · · · ·	興國國小	葉紉庭	193
謙恭的真諦	· · · · · ·	新興高中	張筑均	191
謙恭	· · · · · ·	內壢國中	楊鑫	189
學習謙恭的三大步	· · · · · ·	新興高中	林雋原	186
愛因斯坦與楚漢相爭	· · · · · ·	內壢國中	陳禹喆	184

關懷與愛

草漯國小

孫淑儀老師

218

感恩

感恩，是生命最大的意義

瑞坪國中

歐駱亞

222

牽引

龍岡國小

李昊恩

224

一句感謝 溫暖加倍

山頂國小

邱昱翔

227

我的「老寶貝」

茄苳國小

巫雅琪老師

229

受恩容易報恩難

凌雲國中

許宸榮

232

常懷感恩之心

大華中學

郭譯蔓

234

第一名的感恩

新路國小

于心仔

237

感恩之旅

六和高中國中部

卓政佑

239

感恩的心

青溪國小

駱盟愛

241

感恩

過嶺國中

何采真

244

讓生命更美好

文昌國中

王羿雯

247

禮節

世界的通行證

內壠國中

姚杰璿

250

真正的禮貌

會稽國中

陳意芹

252



孝敬

談禮節	· · · · ·	會稽國小	陳柔伊	254
禮節由我做起	· · · · ·	青溪國小	王玟淇	256
禮儀與真誠	· · · · ·	陽明高中	李緣藻	258
奶奶的溫暖	· · · · ·	瑞坪國中	饒芷瑄	262
父母恩，父母情	· · · · ·	青溪國中	羅郁茹	265
孝敬	· · · · ·	光明國中	劉芸捷	267
我懂，是因為我曾經錯過	· · · · ·	大華中學	饒欣倚	269
那薔薇玫瑰	· · · · ·	陽明高中	林郁雯	272
阿嬤的微笑	· · · · ·	同德國小	彭心睿	274
最初的本意	· · · · ·	新興高中	陳予婕	277
萬能的外婆	· · · · ·	中原國小	彭鈺絮	279
孝，從心出發	· · · · ·	經國國中	鄭文琪	281

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的食材，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、大園國中遷校新校區工程等，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V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、N12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年將有超過八千人參與，未來每年可增加一千人參與，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，實踐教育機會均等

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

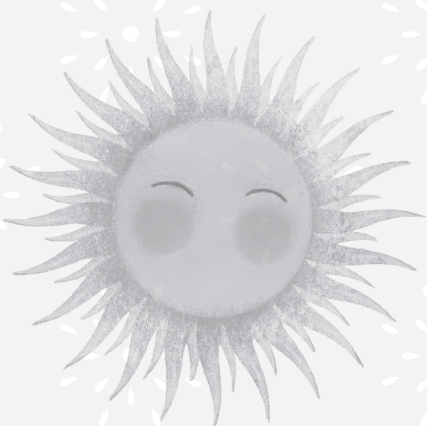
結合航空城計畫願景，規劃國際教育的課程與教學融入各領域、融入桃園的在地生

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。」



品格核心價值
——誠信



一件有關誠信的事

大安國小學生

李恩齊

誠信是做人要誠實和遵守承諾，古言道：「一言既出，駟馬難追」和「言不信者行不果」一再說明了誠信的重要，所以在做任何承諾之前，要先好好想清楚，自己是否有能力達成，再做出承諾，古人說：「一言九鼎」，「一諾千金」，每一個承諾都代表著一個人的誠信和信用。

每個人都喜歡守信用的人，沒有人喜歡被欺騙。記得有一次，我為了哄小表妹睡覺，便承諾她下午帶她出去玩，她遵守承諾，乖乖午睡。睡醒後，時間到了，我卻顧著打電動，妹妹開始哭鬧，說我答應陪她出去玩，當下我覺得很愧疚。一個小歲的妹妹都能遵守信用，乖乖睡午覺，我卻顧著玩，忽略了對她的承諾，所以當天下午我陪她玩的特別盡興，一直玩到天黑才意猶未盡的回家，看著妹妹一臉滿足，我也很開心，因為我達成了我許下的承諾，心中忽然覺得無比輕鬆。原來言而無信就像說謊一樣，心裡會感到非常不安，早知如此，當下就實踐承諾，對彼此都好。



回想起來，我也不喜歡不守信用的人，若今天角色互換，我完成了該做的事，而對方卻食言，我也會不開心。小時候曾聽過放羊的孩子故事，故事中的孩子，因為在放羊時不斷大喊：「狼來了」，多次欺騙農人，因此信用破產，所以狼真的來了，沒有人相信他，最後羊都被吃光了，聽完這個故事，我也要常提醒自己言出必行，絕對不能信口開河，因為誠信是每個人都應該有的美德。

俗話說：「君子養心，莫善於誠」，要當一個被尊重的人，首先得信守承諾，因為一切的信任都建立於誠信之上，孔子說：「無信不立」，在誠信的基礎下，待人處事便能如魚得水，我也要勉勵自己成為一個言而有信的人，因為「巧偽不如掘誠」，「路遙知馬力，日久見人心」，再多的花言巧語都不如踏踏實實的信守承諾，相信只要誠懇待人，一定可以成功。

一次坦白的領悟

新興高中學生

李筱婷

從小到大，不管是父母親，或是老師，常常都會告訴我們做人要有誠信。他們認為：一個有誠信的人，大家會樂於和他做朋友，或者是會很放心的請他幫忙處理事情。那麼，誠信究竟是甚麼？有誠信的人可以帶給周遭的人甚麼東西呢？

猶記在國中時期，我和一位女孩十分要好。我們幾乎可以說是形影不離、無話不談。我們告訴對方自己的秘密，分享各自的夢想。我的這位朋友，十分熱愛跳舞。曾經幾次，在學校辦活動時，她都會上臺表演。她跳起舞來的模樣極為美麗，如同一隻貓輕巧的移動著。她說過，她的夢想是成為一名出色的舞蹈家。為此，她非常努力練習。

有一天，她興高采烈地跑到我面前，手中握著的是一張門票。她看到我時，笑得異常燦爛，迫不及待地說：「我終於要表演了！這是我第一次能在大眾面前表演，真希望你能來看我跳舞！妳會來嗎？」為她正朝著她的夢想一步步邁進這件事，我替她感到開心。並且，我也很想看這位天生的舞蹈家在舞臺上揮灑她的生命，於是，我答應了她，我一定會去。

回家之後，看著門票，我赫然發現，她表演當天，正好是我父親的生日。該怎麼辦？我已經答應她說我要去看她表演了，不行不去吧？可是，那天是爸爸的生日，如果我沒有和家



人一起給他慶生，反而是去看同學的表演，爸爸知道後會很失望吧？在疑惑與焦慮的無形之手拉扯著我，要我決定之下，我決定瞞著我的朋友，我沒有去看她表演的事實。

表演結束那天，她在社群網站中私訊我說：「表演好看嗎？我在表演結束後怎麼沒有看到你？」我撒了謊，我告訴她有去，她跳得真的很棒，不過表演結束後家人就載我回家，所以我沒有去找她。

在那之後的幾天，內疚找上我，心虛佔據了我的身心。提心吊膽，不知所措。我害怕她知道我沒有去之後，感到失望。更害怕她發現我不但沒去，還欺騙她之後，會很生氣、很傷心。然而，身為她的好朋友，本來就應該要對她坦誠，本來就不應該對她撒謊，不是嗎？

於是，我向她坦誠了一切，告訴她我其實沒有去看她的表演，而且還騙了她。但我發覺，比起有沒有赴約，她更在意的是我有沒有對她誠實。因為我是她的好朋友，我們不應該欺瞞對方。

在那次之後，我終於了解誠信為何物。誠信，也就是誠實、守信用。是人與人信任的橋樑，是人與人增進感情的大幫手。作為一個有誠信的人，可以帶給周遭的人更多的安全感、信任感，不會讓他們感到猜疑、恐懼。因此，未來的日子裡，我會時時憶起那次坦白的經驗，並提醒自己，要以一份誠實、守信用的態度好好對待周遭的人們。

心中的小太陽

林森國小學生

胡佑瑄

在我們的生活當中，「誠信」是很重要的一樁美德。孟子曾說：「誠者，天之道也；思誠者，人之道也。」意思是「誠」是上天賜給我們的自然固有的本性，而人道即在做法天道、致力誠信，追求做人的根本，這就是做人的道理、做事的規律。誠實無欺、信守承諾、言行相符、表裡一致，便是我們做人的基本準則。

「誠信」，誠如孟子所說的，這是一種天道。因此，不分古今、不分國籍。古有「曾子殺彘」就是個很好的成語典故。曾子的兒子想隨曾妻上市集，曾妻為了哄兒子，就說回來要為他殺一頭豬給他吃。當妻子回來時，看見曾子準備殺豬，便連忙阻止，並說自己只是說著玩的。曾子嚴肅的說，為了養成兒子守信用的好習慣，不能失信於小小孩童，今天你欺騙了他，就等於叫他學你那樣騙人，母親欺騙自己的孩子，孩子就不會再相信母親。於是曾子殺了那頭豬，給兒子吃肉，這種誠信的美德，終究成就了曾子之後「宗聖」的尊榮。



不只中國祖先有這樣的美德，國外也有這樣的美德。美國「底片大王」喬治·伊士曼也是個「誠信」的代表人物。事實上，對商人而言，「誠信」便一直是一個重要的課題，我們從這個問題來看，喬治·伊士曼創辦柯達公司，由於這種新的攝影底片易於使用，而且價格便宜，所以在面市不久後就成了暢銷商品。但是第二年，他的公司就沒接到訂單，卻不知道原因。有一天，一位伊士曼的客戶怒氣沖沖地向他抱怨，因為這些底片才過了一個冬天，就無法使用，既不可靠又不持久，品質很差。伊士曼終於明白無法銷售的原因了，於是伊士曼將不合格的商品以原價店裡教「誠實」，也有媽媽帶著小孩來店裡機會教育，畢竟，誠實的人還是占大多數，誠實商店對社會仍是一種具有正面意義的事。

我自己也有一個親身的經歷。有一次，老師請大家做分組報告。一開始我們這一組的團隊還興致勃勃的討論著如何設計簡報，大家也自動分配了工作。幾天後就要上臺報告了，我正打算要整理，才知道什麼資料都沒有，大家都以忘了當藉口，沒有做答應要做的事，我著急得不知如何是好，這時，我們的組長發話了，組長說，「誠信」是每個人都應該信守的基本準則，我們怎麼可以用任何藉口讓報告者被掛在台上無計可施，換

作是你、我面臨這樣的窘境又當如何？大家後來都察覺自己錯了，於是，我們運用剩下的一些時間，努力地趕報告，終於如期完成了。結果雖然沒有想像中的完美，但我們都深深領悟到了「誠信」的可貴。

「誠信」是社會上不可或缺的美德，孔子曾說：「民無信不立」。如果你想要在這個世界上得到信賴與支持，自己也必須以誠待人、以信交友，所謂「君子慎獨」，就是告訴我們隨時隨地不自欺、亦不欺人。在平日待人處事時，我們可以先從對自己坦誠開始做起，做到光明正大，公開透明，沒有什麼不能對人言的事；然後對家人、朋友信守承諾。以誠信待人，將誠實美德潛移默化於生活中，培養良好操守的習慣，也唯有與人之間真誠互動，社會就會呈現和諧，而成就大同世界的理想生活環境。



言而有信的重要

同德國小學生

黎昕叡

「誠信」是所有人必須遵守的生活準則，言而無信、信口開河的人必定會令人厭惡，甚至遭人唾棄。

生活中的言行舉止，只要能把握言而有信的觀念，就能獲得他人的肯定與信任。「曾子殺彘」就是一個實例：話說曾子的妻子在前往市集前，為了安撫兒子哭喊跟隨的情緒，便聲稱回家後會殺豬給他吃。結果，當他一回到家，果真看見丈夫正磨刀準備殺豬，卻立刻改口說之前的承諾只是用來哄騙孩子的，請丈夫不需要信以為真。曾子聽了勃然大怒，語重心長地告誡妻子不能失信於孩子，否則他們不但會有樣學樣的欺騙他人，更可能導致日後教導上的困難，於是大刀一揮，就把豬殺了！

「賈人渡河」、「烽火戲諸侯」和「曾子殺彘」的故事都有異曲同工之妙。為人處事若能一諾千金，大家就會信任你；反之，若食言而肥，眾人便會疏離你，甚至還有可能因失信於他人而危及自己的性命。「賈人渡河」中的商人因為失信於漁夫而終至溺水

的命運；「烽火戲諸侯」中的周幽王為了取悅愛妃褒姒而欺騙鄰近眾諸侯，最後不但慘遭殺害，愛妃也被劫擄，國家更因而滅亡。可見信實的影響力，是多麼不容小覷！

猶記得我曾有個情同手足的好友，無論做任何事我倆都形影不離。然而，好景不常，有一天，我們斷絕了友誼……那天清晨，太陽緩緩爬上天空，鳥兒在樹梢上唱著歌，我邀請他到學校一起打球。然而我卻因為沉迷於電腦遊戲而忘了約定的時間。他在學校等了我許久，等到太陽準備下山，鳥兒歌唱得沙啞，見不到我的他伴隨著傷心的情緒回家了。因為這次的不守信用，使我失去了一份真摯的友誼。

因此，從那次教訓後，「言而有信」成為我牢記在心的座右銘，因為生命不可能從謊言中綻放出坦蕩燦爛的花朵，我必須時時刻刻提醒自己「一言既出，駟馬難追」，絕不能「言而無信、輕諾寡信」，否則就如同孔子所說：「人而無信，不知其可也。」



溫暖人心的鑰匙

內壢國中學生

江好倩

一個人是否為一個溫暖的人，我認為除了正直之外，最重要便是誠信，不管路途上多少如芒刺般扎人的艱困挑戰，我們都應該秉持自己的信念，用名為真誠的劍斬破惱人的荊棘，去守護住自己最重要的誠信。

聖誕節的前一週，母親和我約好一起慶祝，我十分期待那日的到來，年幼的我一想到能和母親一起創造更多屬於我們的回憶，我就興奮不已，盼呀盼，盼呀盼，終於讓我盼到了這天，那天我很早便開始準備。想著，晚上母親回來的時候一定會很驚喜吧？然而，天色漸漸地暗了下來，路燈也亮起了柔和的柿子色燈光，夜已經在不知不覺中來臨，我始終沒能等到母親，桌上繽紛的蛋糕上閃著微弱的燭光，燭影一晃一晃的，彷彿充滿了不安與擔憂，外頭不知何時下起了傾盆大雨，今夜的雨聲，令我感到格外的孤獨與難受。時鐘的指針已經走了無數圈，我心中的期待，也隨著時間一分一秒的消磨消逝，最後，剩下的只有失望，「媽媽是大騙子……」我心中的委屈與難過此時像是潰了堤一般，眼淚有如斷了線的珍珠，不斷的自臉龐落下

此時，走廊響起了開門的聲音，緊接著便是一陣倉促著急的腳步聲，我驚訝的回首，映

人眼簾的便是靠著客廳的牆勉強站立，氣喘吁吁的母親，她身上的衣服濕漉漉的，髮絲也滴著水，看起來十分的狼狽。我急忙地奔向她，擔憂地詢問狀況，而母親只是拭了拭我臉頰上的淚水，微笑著說，「沒事，只是想到都和你約好了，就應該要守信用，無論如何都應該要回來，所以才急了點。」我頓時受到了極大的震撼，那便是，即使只是一個微不足道的約定，既然答應別人了，就無論如何應該要做到。以及在不了解事情的來龍去脈之前，也不應該隨便誣賴或誤會他人，因為每個人都有萬一，說不定他人也正在急忙的赴約，且因為耽誤了正感到歉疚。所以適時體諒他人，不是一種放縱，而是一種溫柔，母親這份對於誠信的重視，不僅讓我上了一堂課，心裡也十分感動，當她來到我的世界的那一瞬間，那份真誠與愛拯救了我，令我的內心感到前所未有的溫暖。我便意識到，最能觸動人心的，便是那份出自內心的真誠啊！

一個人的誠信除了會影響自己的評價及信譽外，最嚴重的，便是可能會傷害到自己身邊珍視的人，每一份他人予你的信任，都是一份期待。因此我們應該將心比心，以真誠的態度待人，回應所有重要的人給我們信任。相信如此，我們的生活會因為誠信而更加的美好！



誠者恆信

陽明高中學生

賴亭好

妍暖之春，花朵綻放燦爛笑靨，還諸天地；熱情之夏，蟬聲奏響悠揚樂音，回饋於林；涼爽之秋，紅楓織就繁華錦繡，撫慰大地；嚴寒之冬，白雪捎來靜謐寂寥，使世界陷入長眠，等待下一個季節。自然的遞嬗恆信，候鳥因而能展翅翱翔，領略天空的遼闊，魚群因而能恣意遨遊，遊歷海洋的綺麗繽紛；農民因而能春播夏耕、秋收冬藏，過個豐足的一年。天地如此，人亦如此，在如此有情的天地之間，我們的有情，是最美的存在。

子曰：「人而無信，不知其可也。」僅僅一個承諾，可以看得比一片羽毛輕，也可以看得比一段生命重，端看我們的心，是否明瞭人際之間最重要的的信與義。周代季札出使徐國，徐君以禮待之，相談甚歡，席間瞥見季札腰間之佩劍，劍鞘雕工精細，劍刃鋒芒畢現，古劍氣勢不凡，徐君見之心喜，季札深知徐君心中之意，但礙於出使他國，佩劍乃使者必備之禮儀，季札暗自許諾：將來完成出使之任後，便再經徐國，將佩劍贈送給徐君。豈料，世事無常，當季札歸來再見徐君時，僅能面對青丘上的墓塚，喟然長嘆，季札將腰間佩劍解下，對徐君的墳塚三拜之後，便將佩劍掛於一旁的枯樹上，拂袖離去。在旁侍者不解，季札只淡淡地說：「始吾心已許之，豈以死背吾心哉！」不因徐君已死而背棄諾言，那怕那個諾言在當

初沒有說出口，季札的本心依舊堅定，這是一種君子的彬彬風範、一種為人的自然灑脫，掛在樹頭上的佩劍，是兩人之間曾經相遇的證明，更是於歷史的洪流裡，人中誠信的典範，有情光輝的美德因此亙古不滅！

誠信，是人與人之間至善的美德。一個人的誠，是內心本質的善良，一個人的信，是行為表現的真實。在與人接觸時，誠信代表了個人最基本的價值，是人際關係間溝通的橋樑。因為誠，所以別人願意相信，因為信，所以別人能挖掘己身的優點，拉近彼此之間原本陌生的距離，進而能用，而我們也因此自立。倘若我們連一開始所需的誠信都沒有，縱使我們再如何天賦異稟，誰又敢放心的委託重責大任於我們之身呢？在缺乏信用的根基上，所來往的都只能是利益的交易，喪失感情至善的溫度，當大難來臨時，便各自遠去，唯恐避之不及，徒留一人面對無盡的失落，跌入萬丈深淵中不得脫身。這時，我們才扼腕著，先前任意揮霍的誓約，然而信用的流失，早已使我們喪失立身之地。

陽光透著葉梢灑落，花兒個個綻放燦爛，微風拂過，我們用誠心誠意拉近彼此的距離，我們用信義、道德牽起彼此的手，看向湛藍天空，我們相視而笑，天地因此而有情。



誠信的重要

崙坪國小學生

吳岱寬

我認為誠信中的「誠」代表誠實、誠懇，絕不是種那愛胡言亂語、大吹大擂的人；「信」則代表說話算話，是個值得信賴、依託的人，不是那種背信棄義、言而無信的人。透過以上兩點結合，可發現「誠信」的定義是；為人誠懇且守信用。在日常生活中，誠信是做人的基本原則，唯有誠心誠意的對待他人，才能得到他人的肯定、信賴。

在現代社會中，「誠信」是一座搭建友誼的重要橋樑，若沒有誠信這種態度，這個社會將會是怎樣的情形呢？也許因為說話不算話的人或做事不確實的人頻頻出現，人們時時處於爾虞我詐的環境，漸漸的大家都會習於說假話、假做事的態度，我想社會一定十分混亂，人與人間完全沒有信任感，是件多可怕的事啊！所以我們為人一定要做到誠信，珍惜誠信這把鑰匙，才能開啟那友誼的大門。

在「伊索寓言」中收錄了一則家喻戶曉的故事：有個放羊的小男孩每天都會帶著羊去山上吃草。有一天，他一如往常的帶著羊去山上吃草，但太無聊了，他突然想惡作劇捉弄一下村民，於是放聲大喊：「狼來了！狼來了！」，很快的引來了附近的村民，結

果那孩子只是造假，還笑村民笨。直到有一天，狼真的來了，男孩無助的大喊：「救命啊！狼來了！狼來了！我可憐的羊被狼吃掉了，快來呀！」但山下的村民們認為他又再騙人了，所以完全不理會，那些羊就這樣被狼吃掉了。一個頑皮的兒戲卻讓這放羊的孩子付出慘痛的代價，實在不值得。

另一則故事與美國首任總統華盛頓有關：華盛頓年幼時，十分珍惜他爸爸送他的斧頭。有一天，華盛頓看見家中的庭院有一棵小樹，他想試試這把斧頭的銳利度，沒想到輕輕一劈便把樹給砍倒了。爸爸發現這棵心愛的櫻桃樹被砍掉了，既傷心又憤怒，因為那是全國僅有的櫻桃樹。這時，面對盛怒的父親，華盛頓鼓起勇氣對爸爸說：「對不起，爸爸！我想試試你送我的小斧頭所以砍掉這珍貴的櫻桃樹，我以後不敢這樣做了。」父親聽後並沒有責怪兒子，反而說：「孩子，我很高興你沒有說謊，而且還把事實告訴我。我寧願失去樹，也不願見到你變成說謊的孩子呀！」

透過以上兩則故事，我們可以發現，放羊的孩子因為說謊成性，所以得不到村民的信賴，才會造成最後的悲劇。華盛頓總統則是因為他夠誠實、勇敢向父親坦白，若華盛頓不是這樣的人，他怎麼可能當上總統呢？這告訴我們：要有誠信，大家才會幫助你，

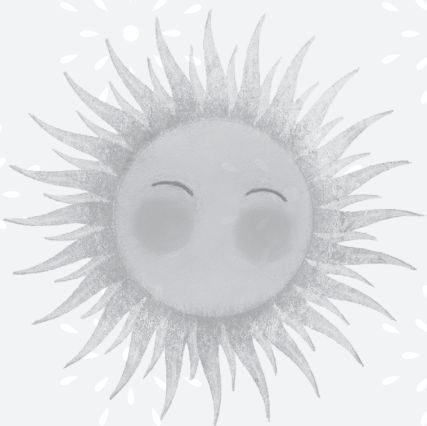


不管你出身如何。華盛頓的故事則告訴我們：要勇於認錯，才能讓人肯定你。

又例如之前許多十分嚴重的食安問題，也都是無誠信造成的。像2013年8月發生的「胖達人香精麵包事件」，胖達人連鎖麵包店標榜「天然酵母，無添加人工香料」，但製作歐風臺式麵包時，被發現摻入人工合成製造出的香精。胖達人之所以會這樣做就是因為他沒有「誠信」，標榜「無添加人工香料」，但卻在麵包中添入人工香精，做這而言而無信的事情，絕對無法得到社會大眾的信賴。也是因為如此，胖達人麵包店的生意才會一落千丈，因為他的不誠實，造成顧客對他們食品的不信任，以致於原本的門庭若市變成門可羅雀，實在罪有應得。「寧可不做生意，也不願做個背棄誠信的騙子」，這點一定要銘記在心。

要當個誠信的人並不難，只要我們堅持本心，把身邊每個人當作自己，誠心誠意的待人，就像對待自己，以此做為最基本的條件。我想只要有一顆誠懇的心，相信無論做人做事都能獲得別人的讚賞。在生活中，誠信即是真理，誠信即是原則，讓我們攜手創造誠信的知禮好義的社會。





品格核心價值——尊重



人與人之間

大華中學學生 呂安蒂

教育是千古不變的原則，從幼齡至成年，我們皆有義務學習新知，也在這成熟長大的歲月中，懂得了如何做人處事。我們常聽到：「先把人做對，再把書讀好」，這句話一直深深影響著我。以嚴長壽先生的例子來看，他的成功秘訣便是尊重，他尊重自己求知的權利，以獨有的垃圾桶哲學闖出一片天，在旁人眼裡，他這種四處攔事做，像是在為自己找麻煩。但他把這些經驗交織成一個大網子，終於捕到了一條名叫「成功」的大魚。

以新聞事件中的這群準哈佛生來看，他們做出非常使人不齒的行為，擁有了高智商，卻有著低行為能力，這一切著實嚴重，最終遭到撤銷錄取資格。我想這件事很發人深省，他們的不尊重，釀成了極大的風波，那同時也該問問自己，平日裡的我們究竟好他們多少呢？是否總在不經意間缺少對旁人的尊重呢？

猶記小學時，我是田徑隊的一名成員，那時每個比賽都是得牌的好時機，因此每個



隊員都很尊敬教練，當然也彼此尊重，更對田徑場有著極其的尊敬。有一次，我拿到了桃園縣六十公尺銅牌，興奮之餘，釘鞋尚未換掉，穿著字號背心，便匆匆的想要上台領獎，但教練卻將我叫住，並告訴我：「要穿戴整齊，尊重評審和授獎人員」。之後我便將這字字句句記在心裡，而且時不時的想起，在許多人眼裡，因為教練是學體育的，總讓人有種「粗人」的成見，但在我眼裡心裡，他是我人生的導師。

尊重，是我在體育場上學到的，未來的日子裡，我還是會繼續秉持著教練的精神，懂得在各樣事上不只顧及自己，更能設身處地為人著想，因為人與人之間的互動總是環環相扣，己所欲，施於人，以此信念向前直奔。

不全是酸民的錯

同德國小學生

郭鎧巨

一段搖滾而熱鬧音樂從喇叭裡傾瀉而出，接著一名梳著飛機頭的小帥哥出現在電腦螢幕。「嗨！大家好！我是巴巴！」沒錯，活力四射的巴巴就是一名網紅，雖然年僅十二歲，卻還是擋不住他想要把歡樂帶給大家的熱情。因為他就是顆開心果，班上許多同學都說他的節目非常有趣，有些人還對他投以崇拜的眼光，基於這些原因，巴巴對於他所製播的影片越來越認真，也越來越在乎網路的留言。

有一天，巴巴竟然看到一則負評：「你拍的影片好無聊！」，他嚇了一大跳。不只如此，這則負評的下方還有不少人表示認同。巴巴戰戰兢兢地完成第二支影片，卻還是得到許多類似的評論。之後每下愈沉，每拍一支影片就會有一大堆負評，而且一個比一個還不客氣。巴巴的內心波濤洶湧，拿著手機的雙手也不停的顫抖著。現在他的心情，是又傷心又憤怒，他只想把那些酸民一個一個找出來，狠狠的罵回去。忽然間，他想到一個好點子！

在最新的一支影片中，熱鬧的片頭曲一結束，出現的是巴巴嚴肅的面孔，他訴說著自己是多麼認真的在製作每一部影片，大家應該鼓勵他，那些批評的人太不應該，「難道你們不知道這樣做有多傷人嗎？你們根本在毀掉未來的明星！」說到激動處，斗大的淚珠還順著巴



巴的臉頰往下滑。原以為批評的情況會改善，沒想到結果卻更加惡化。巴巴斥責酸民的事在每一支影片都會出現，而酸民也開始進行人身攻擊，從巴巴的長相、身材、功課，到巴巴的父母朋友，通通淪為攻擊的箭靶。許多觀眾也因為影片和評論幾乎都在互罵，漸漸退出了訂閱。沒了鄉民的鼓勵與安慰，巴巴一天比一天憂鬱，甚至開始懷疑自己是否該繼續發布影片。終於，在某一天早上，巴巴下定決心，他要停止拍片，他不想再受到無理酸民的騷擾。雖然他心意已決，卻還是想聽聽一個人的意見，那就是他敬愛的廖老師。

放學後，巴巴來到廖老師的辦公室，他傷心的告訴老師：「我不想再拍片了。」老師愣了一下，連忙問：「為什麼呢？你當初不是跟大家炫耀著拍片有多麼好玩，怎麼現在說就停？」

「全部都是因為酸民啦！他們一天到晚都在批評我，說我拍的影片很無聊。我罵回去，他們就罵得更兇，很多人也不知道為什麼不看我的影片。全部都是酸民的錯！他們一點也不尊重我！」巴巴激動得握緊拳頭，眼睛差點噴出火花。

「那麼，你有尊重他們嗎？」

「蛤？」巴巴一臉困惑。

「孩子，這不全是酸民的錯，尊重是相對的，你尊重他們，他們也會尊重你；相反的，你不尊重他們，他們當然也沒必要尊重你啊！」

「那我該怎麼做？」巴巴一時之間洩了氣，他一點也沒想到自己也有錯。

「你能做的，就是尊重他人的言論自由，並且想想看，他們為什麼批評你的影片？你的影片究竟哪裡讓人不喜歡？」

巴巴忽然靈光一閃：「您的意思是，把別人的批評當作改進的動力？」

「沒錯！你果然是我的好孩子。」

巴巴興奮的說：「老師，我知道該怎麼做了。」

巴巴回家後，拍了一支道歉的影片，希望大家繼續回來支持他。巴巴也努力找出新奇有趣的的事物，他拍了一些開箱文，也介紹幾個有趣的遊戲。除此之外，巴巴還用逗趣的方式，拍了幾部跟品格有關的影片，希望能讓社會更美好。現在的巴巴，比以前更紅，因為大家都說，觀賞他的影片之後，不但能知道世界上的新奇事物，還能變得更有氣質哦！



各尋所需、各懷所向——談尊重

新興高中學生

邱紫寧

壯碩大鷹翱翔蒼穹，瘦小麻雀跳躍枝頭；高大樹木蔥籠茂盛，矮小草兒清新單純；嬌豔春花落落綻開，樸素綠葉默默守護——仁者樂山，智者樂水——在廣袤的大千世界中，我們各尋所需、各懷所向。在奔跑忙碌中，我們常常相互碰撞、謾罵；在徘徊猶疑中，我們時常相互反對、誤解。在每個人盡心佈置的漫漫人生路上，唯有尊敬路旁那一花一草，每位仁者才能夠樂山；在每個生命誠心守護的花草苑庭間，唯有重視腳下那一沙一石，每位智者才能夠樂水。唯有尊重，才能夠使世界成為由一條條美麗花路構成的美好莊園。

尊重，尊敬天地萬物；尊重，重視世間萬態。身為玄黃天地一隅的你我，應當尊敬世間每份生命的價值，也應當重視每份呼吸的存在。在人生這條長途列車上，承載著一節節車廂的重量，以及一份份與人的關係。常聽聞：「尊重是人與人之間最基本的事情。」和朝夕相處的家人間，雖然包容著彼此、共同生活在同一片屋簷下，但再堅固的屋瓦遭受太多的風吹雨打也是會瓦解的，家人之間必須互相保存一份空間與隱私，面對

家人的人生抉擇，也要保有一份尊重和自主——天下父母盼望子女成龍成鳳，盡心為子女鋪穩一條平坦無阻的道路，但孩子往往具備對冒險的渴求、對夢想的追求，在安逸平穩的大路與曲折蜿蜒卻驚喜連連的小徑的分岔點上，許多孩子卻常常不得不聽從父母，步上父母期望的人生劇本，漸漸地，也遺忘了曾經期待的追夢旅程。

父母親愛之深，責之切，但適可而止的放縱，則是對子女日日辛勤構築、夜夜滿懷憧憬的夢想藍圖基本的尊重。反之，所謂「父恩比山高，母愛比海深」，父母親之愛昊天罔極，為了子女無憂的將來、嘴邊的一弧，把青春作為禮物送給了我們，縱然時常意見不一、理念不合，但天下父母一般心，期望我們幸福的心、期冀我們展翅的心從未少過。哪天，當備齊了挖鑿的工具、備足了探險的勇氣父母卻極力將你拉回原位時，並非阻撓你的去路、不是撕毀你的藍圖，只是基於不安於子女獨自上路的心情、出自擔憂孩子受到傷害的膽怯。青春年華裡有夢最美，築夢踏實，但回首看看父母額紋間的憂思，答應他們那份名為幸福的回饋禮物，是對父母時時努力耕耘、天天用心為你規劃的人生道路基本的尊重。

除了朝夕相處的家人，漫漫人生路，也伴隨著一個個朋友。朋友間，一同吞嚥甘苦



的甜蜜酸澀；朋友間，一齊度過關卡的成功失敗——朋友之間，親如管與鮑，密如魚和水。如同家人一樣，雖然與朋友至親至信，但獨立的生命、獨立的個體就有著不假旁人的獨立想法，有價值的生命、有價值的個體就有值得重視的有價值的觀點。稜稜角角的磷石在隨著水流前進的過程中，總會經由互相碰撞、爭執，才會成為兩顆圓潤飽滿的鵝卵石，而朋友亦然。

朋友，相互砥礪成長、切磋琢磨，不一的觀點和處事角度常是友情裂痕的開始，也將會是數年後弄濕了泛黃記憶的淚珠，因此當意見不合時，試著站上山巔俯望，才能知道自己曾經的渺小，世間萬物各個遵守著自然的規律相依相存，降低姿態、尊重接納；當觀念衝突時，試著拋下愠怒仰望，才能知道世間多麼廣大，世間萬物皆尊敬各自的生
活相依相惜，放下執念、尊重理解。而對於朋友的關懷，我們珍惜守護，如同灌溉一株
幼苗般細心呵護，待朋友需要時回饋他那朵友誼的花朵，這是對朋友的溫暖關心的基本
尊重；對於朋友的陪伴，我們感恩銘記，如同燉煮一鍋熱湯般用心調理，若朋友孤寂時
回復他那份友誼的溫存，這是對朋友的用心付出的基本尊重——知恩報恩，其實也是一
種尊重。

隨著科技的日新月異、社會的躍進發展，人們漸趨孤獨競爭、世態漸趨炎涼冷漠，但在繁忙匆促的人群中，卻又有許多停駐的步伐在為世界注入汨汨暖流——白袍戰士，用青春年華作拉繩在生死之間拉鋸。但近來「醫療糾紛」字眼頻傳，實為醫生疏失的案例卻占少數，是不是時人在情緒不滿之下常常遺忘了對專業技術的尊重？黃衣守衛，用晨曦微光作探照燈在黑白線條之間守護純真孩子的笑容，但越發匆忙的腳步下，似乎也將以往的感恩與招呼蹂躪於地，導護志工的熱心付出彷彿理所應當，是不是時人在求名求利之下常常遺忘了對用心貢獻的尊重？無名路人，用勇敢智慧作浮木在街巷之間拯救突發事故的傷患，但螢幕與鍵盤構築而成的虛擬世界成了言語犯罪的溫床，熱心人士的主動幫忙在幾隻手指的敲打下扭曲模糊，是不是時人在獨善其身的社會風氣之下常常遺忘了對真心赤誠的尊重？

宋晶宜曾道：「你聽你的鳥鳴，他看他的日出，彼此都會有等量的美的感受。」是啊！雅量——在同一抹彩霞前，我們各尋所需、各懷所向，且互不影響——談尊重，如此而已。



如何尊重所有事物，取決於心中的份量

大華中學學生郭冠德

哈佛大學每年公佈錄取名單後，都會為新生設置官方臉書網站，讓學生彼此交流。但其中的「2021年班」卻利用該群組張貼各種的爭議性圖文，內容皆為嘲笑少數族群、虐待兒童、限制級的貼文。

哈佛大學入學部發現這群學生的行為後，發出電郵要求群組中傳送不當內容的學生發出「撤銷錄取」的通知，至少十名學生被退學。

對於哈佛這樣的教育界牛耳，是不允許他們的學術研究「便宜行事」的。他們也清楚知道，在操守行為不佳，誠信不足的人身上，總能看出些對於事情都抱持「便宜行事」、「朦混過關」態度的端倪。這群新生若是夠了解他們即將踏入的校園，當他們在上傳不當言論圖片時，就該做好被退學的心理準備了。

「尊重」於字面意思來說，是看重對方，將所有事物都抱持相同敬意，一視同仁。然而這並不容易，因為要將原先輕如鴻毛的小事看得跟自身一樣「重」，唯一的辦法就是——內心要先有足夠重量。只有如此，才能在面對每件事物都能減輕「自我重要感」，

將心中的「重量」施予對方，從而達到「人人平等」的大同狀態。

心中的重量並不是指知識或學問，縱使滿腹經綸，也未必能做到尊重。「重量」指的是心中懷有對萬物的兼愛。愛一個人、一朵花、愛一隻蚯蚓，皆能使彼此立於相同高度，才能溝通、才能對話，進而包容尊重，避免「便宜行事」。

尊重一條河，使己與其同高，她會帶你一同遊歷山峽，見證大海；尊重一個人，使己與其同樣重要，他將以真誠待你，用盡全力使你也感受到被尊重；尊重一秒的時間，使己與其同樣短促，同時，讓他帶你見識何謂永恆，放下自我重要感，用和萬物等高的眼光重新審視世界，這世間將會更加的可愛迷人。



自重人重，家和國興

東興國中學生

杜婕妤

每個人都希望自己被尊重，那你有先尊重別人嗎？

子曰：「己所不欲，勿施於人」，反推回去就是「人必自侮而後人侮之」與「敬人者人恆敬之，愛人者人恆愛之」之意。在團體生活中，我們常以輕蔑與隨便的態度，或粗暴的方式，去對待同學，若同學沒有多大的反應或反抗，這樣的對待有可能會再持續，或甚至變本加厲，或甚至同學們模仿，以此態度再去對待其他同學，久而久之，自己可能就是那個「始作俑者」，但我們卻渾然不覺。天哪！我開始想到除三害的周處了，原來我們都有可能是周處要除的「第三害」。

個人之間、團體之間、國際之間都要相互尊重，美國心理學家馬斯洛也說，只要是人類，都會有「尊重需求」，且就位在愛與歸屬需求與自我實現需求之間。為什麼呢？因為有了尊重，消極上，個人就不會自侮而後受人侮辱，家庭也就不會自毀而後人毀之，國家就不會內亂而招致他國侵伐。積極上，個人因為受到尊重，就會產生自我認

同，再更進一步會產生動力去提升自己，造福團體或社會；家庭中每個人都能相互尊重，自然就散發出堅定穩重的氣節，國際間的尊重也是一樣的道理，尤其是我們國家現在的國際處境，更是如人飲水，冷暖自知！

法國哲學家伏爾泰說：「我不認同你的說法，但我誓死維護你說話的權利」，這句經典名言，道盡了民主社會中，人際或人群相處間應該要有的包容尊重或氣度雅量。今日網路社群發達，各種留言或言論都很顯而易見，但也容易因此而產生不雅留言或匿名下的恣意批判，或動輒封鎖他人帳號以為報復，在日積月累的漫罵攻擊之後，不僅易生誤會與捉對廝殺、甚至上法院互告，可悲的是無法回到原來單純的事件上，進行平和與尊重式的討論，一切的焦點都被模糊了。人生中很多時光都在和他人產生誤會，何不多點尊重而讓人生增多智慧呢？

春秋時代有一個強調尊重的歷史事件，那就是「燭之武退秦師」。當時秦、晉兩國圍攻鄭國，鄭國眼看即將被滅，派了一個辯士燭之武說服秦國，燭之武對秦國分析國際間的矛盾與利害關係，終於說服秦國退兵，晉國懷怒，欲強攻鄭國，晉文公說，秦晉之



間並沒有說我晉國不可以單獨攻打鄭國，但如果我單獨出兵攻打鄭國，秦國一定會覺得我不尊重兩國盟約，若我因此和秦國兵戎相見，更是兩敗俱傷的結果，如此不尊重他國，哪怕自己現在軍力強盛，以後也會招致他國的輕蔑，如此何以興國圖霸？

國立臺灣大學校訓：「敦品、勵學、愛鄉、愛國」。這是我們遵循儒家所強調修身齊家治國平天下的座右銘，尊重在此間扮演著非常關鍵性的角色。把很多本務工作當一回正事，就能體現尊重之心，不隨便不敷衍的去力行，讓所有人都知道「你是來真的」！只有這樣，才能人旺、家和、國興。

校園生活隨筆

內壢國中

張芳瑜老師

早晨，鵝黃的陽光斜灑進教室，窗外麻雀們吱吱喳喳相互交談著。突然，一陣嘶吼劃破這寧靜的畫面。「你們閉嘴！你們根本都不尊重我！」

小文脹紅著臉，雙手緊掐著冒出一條條的青筋，眼眶中噙著不知是委屈或憤恨的淚光，胸口仍為剛剛的激動起伏不已。小文是我們班上的班長，個兒不高，頭髮總是梳理得整齊，白嫩瘦弱的臉上掛著一副黑框眼鏡，但他總是很少笑容，彷彿總有許多心事堆積在他的眉間。

「怎麼了？」我輕聲地詢問著。「同學們都不配合我，我為他們做了那麼多，但他們都不知道感激，而且還不尊重我這個班長。」彷彿情緒得到了出口，隨著眼淚，小文一股腦兒的把他長久累積的委屈都拋了出來。原來班上同學正討論著一起出遊的計畫，小文充滿使命感的替大家查找行程，在他分享精心安排的景點時：「我們當天早上要六點就到火車站集合……」

「太早了吧！我的爸媽不知道能不能載我去？」、「這麼多景點，會不會太趕？」、



「這個老街人很多，我們要不要先約定個集合點？」討論聲像根針，一句句刺進小文的心。「藉口！你們這都只是不配合我的藉口！」小文終於忍不住爆發了。

「那你覺得同學們應該怎麼做才對？」我望著他的眼，輕聲撫慰這受傷的心靈。

「他們應該全都按照我的計畫進行，我已經準備好多天了。」小文理直氣壯地說。

「那你策畫這次的旅遊，是希望每個人都玩得盡興？還是只是自己玩得高興就好？」我提出疑問。

「我當然是希望大家玩得盡興。這是我特別為大家安排的。」小文不可思議我怎麼會提出這樣的疑問。

「那你認為同學提出疑問，是因為不想出去玩，所以故意找碴嗎？」我又輕聲的問道。

「這……」小文低下頭遲疑了。「不……大家應該都是想出去玩。」畢竟，從決定要一起出遊開始，每個人可是都花了一番心力達到老師要求的目標。

「你覺得大家提出疑問是因為不尊重你，那你覺得你有尊重其他同學了嗎？」小文

的頭垂得更低了。我拍拍他的肩告訴他，人和人的相處是一面鏡子，你對鏡子微笑，鏡子裡的人也會對你微笑；同樣地，如果我們能設身處地的傾聽他人的聲音，你就會發現別人給你的是更多的支持。同學今天提出許多意見，正是因為了解你的用心，他們也想跟你一起把這次的活動辦好。如果你把溝通的簾子關起來，讓大家冷漠不回應你，才是真正的損失。而且所謂的「尊重」是「對人類的尊重」，不是尊敬特定的他人，只有當你把自己的職位身分擺下，你才能會得到真正的「尊重」。

小文沉思了一會。「老師，我應該為我剛剛跟大家發火道歉。」

「你做得很棒！」孩子的成長永遠比我們想像得快。

亮晃晃的陽光照在小文的身上，他的身子多了柔和的線條，希望在未來的路上，他能不要忘記這明亮溫暖的悸動。



從我開始

新興高中學生

呂安慧

「尊重」二字，看似輕如鴻毛，實則重如泰山，法國哲學家笛卡兒說：「尊重別人，才能讓人尊敬。」懂得尊重的人讓人感到舒適溫暖，猶如聞著淡淡幽蘭；猶如看著春日青山。「尊重」是一種平等，俄國政治思想家列夫·托爾斯泰曾說：「我們平等的相愛，因為我們互相瞭解、互相尊重。」。

尊重，是一個人與人之間相處的基本態度。在西班牙有一位十六歲少女名叫艾芭，她從小就患有「先天性黑色素痣」，這是一種罕見疾病，特徵是身上會布滿形狀大小不一的黑斑，而這使她在求學期間成為同學霸凌取笑的對象，這使她的身心受到傷害，也使她在面對人群時感到不自在。然而，就在2016年，她鼓起勇氣將她身上的黑斑拍成一系列的相片並展示給大家看，這項舉動不僅得到了廣大的迴響，也讓她贏得所有人的尊重。從某個角度來看，尊重也屬於一種肯定，就以艾芭來舉例，小時候的她，不被身邊的人所認可，因而害怕面對人群，但長大後的她，因為鼓起勇氣展現自我，所以受到

世界各地的肯定，進而更加有勇氣和信心去實踐自己的夢想。尊重，也能建立起一個人的自信。在紐約有一位商人，有天，他走在路上，看到一位衣衫襤褸的鉛筆推銷員，出於憐憫，他塞給那人一美元。不一會兒，他返回來，從賣筆的人那取出幾隻鉛筆，並抱歉地解釋自己忘記取筆，末了說：「你和我都是商人，你有東西要賣。」幾個月後，他們再次相遇，那賣筆人已成爲一位推銷商，並感謝紐約商人：「你重新給了我自尊，告訴了我，我是個商人。」由上述的故事，我們可以看出，尊重，帶出一個人自信、自尊，這位紐約商人把對推銷員的憐憫施捨改爲真正的交易，表現出他的尊重，此舉是如此令人敬佩。反觀現在我們的生活中，看到同樣的人，我們是否可以不把他們當成乞丐，給予他們尊重呢？

現在正值青春期的我們，在和同學相處上，常常因衝動而壞事。在這段學習與成長的期間，我們更需要互相尊重，並且彼此包容。尊重他人即是能夠站在他人立場去著想，例如：同學間亂取綽號、取笑身材、亂拿東西等等，就是沒有站在他人立場去想的不尊重行爲。每個人都是獨一無二的，「天生我材必有用」，不應因種族、政治、宗教、膚色、性別……而有不同的待遇。學習如何包容異己，尊重他人，已然是現今社會



中迫切重要的課題。「尊重」在政治上，是民族精神。伏爾泰曾經說過：「我雖然不同意你的話，但我誓死捍衛你說話的權利」，這句話將「尊重」發揮得淋漓盡致，表現出「尊重」在社會上，是「自尊、尊人、自信、信人」的和諧倫理，而在兩性關係上，則是「自重、重人，自愛、愛人」的平衡發展。

尊重，是件不簡單的事，但其實，它也很簡單。雖然我們未必像艾芭一樣，有先天性的疾病；雖然我們未必會成為推銷員，還能遇到提點他的人，在生活中，我們就可以從中獲得肯定與尊重。有一句話說「尊重別人，就是尊重自己。」，想要贏得他人的尊重就從自己做起。

這些不同

陽明高中學生

陳怡臻

如果世界終將毀滅，是因為什麼價值已流瀉殆盡？

腥紅，二次世界的戰場遍布傷痛與屍首，但那片土地曾經和平美好過。沒有人在乎士兵的意願，沒有人聽見母親的心聲。仇恨已扼殺了尊重。喧囂，處在熙來攘往的都市，步伐為爭名逐利而加快，逐漸不再傾聽。當初那純真的孩子只能蹲在心中一角，他看不見別人的存在，不斷追求光輝，慾望已蒙蔽了尊重。

許多人認為臺灣最美的風景是人，人情雖美卻並非人人都有公民基本道德——尊重。來自東南亞外籍勞工離鄉背井到臺灣打拚，他們想守護家人的心情也跟我們一樣，但我們卻對這群朋友不夠尊重，甚至輕蔑。然而對於金髮碧眼的外國人，我們就處處逢迎，與對待另一群外國人的態度截然不同。他們來到臺灣也是為了自己的梦想追尋，我們總在不自覺中為他們貼上標籤，依照自己的印象決定優劣。此時此刻，也有許多臺灣人在國外生活，他們身為當地的外國人，更能體悟身處異鄉的苦澀。祈禱我們能再多一份尊



重，讓世界熔爐燃燒得更旺盛。

最近剛通過的同志婚姻釋憲案，勢必讓許多彩虹升上天空。台灣是世界上非常進步的民主國家，然而越多的自由，也意味著越多的分歧。之前看了一部關於同志的廣告，片中的兩位男同志就如同平凡的夫妻，平淡的節奏就是他們要的幸福，他們沒有不一樣，他們也在努力幸福，任何人都沒有權利批評別人定義的愛，有些人提出同性戀無法生育下一代而反對，但社會上許多異性戀卻無法承擔養育後代的責任，甚至狠心拋棄親生的子女，無辜的生命卻沒有選擇自己人生的權力，誰會尊重他們不想出生的意願？如果同志家庭能撫養這些孩子，讓他們在充滿愛的家庭成長，教孩子如何用尊重的眼光看世界，這些孩子會知道愛與被愛的感覺，將來也有能力愛人，他們不會走偏，還能充滿自信地告訴大家他有很幸福的家。尊重，是一種將眼光放遠的能力，是一種包容人性的能力。看得見彼此的脆弱，才能團結得更強大。尊重不同形式的感情，只要我們都能夠幸福。

之前的我一直認為自己有足夠的溫度，尊重別人與我的差異，但我知道學習的路還



很長。記得某次段考前的夜晚，我剛離開學校準備回家。一路上邊走邊思索著課文內容，完全沉浸在自己的思緒。忽然間，有位陌生人向我問路，當我抬起頭竟然發現他的頭骨凹陷的非常嚴重，心底泛起一陣波濤，畏懼使我立刻回頭就走。但這個行為如同鼎鼎大鐘，敲醒我對自己的失望。他只是需要我一句話的協助，他的遭遇已並非他能決定的，我竟然直接逃走，甚至不確定轉身的剎那是否露出輕視的眼神，不可否認的，我一定傷害了他的自尊。從此之後，我要求自己任何情況下，都要聽完別人說的話，尊重他人的不一樣，盡力讓這個世界更溫暖。

伏爾泰曾說：「我不同意你說的話，但我誓死捍衛你說話的權利。」，啟蒙時代的人已懂得尊重言論自由，而我們在人人力求自主的年代，尊重彼此更重要。如果有一天，人們會因為尊重而擁有更充實的內在，我們的文明會更耀眼。



尊重

會稽國小學生

高如億

莎士比亞說：「每個人都是獨一無二的。」尊重就是接受每個人都是完整而且獨立的個體，人人站在同樣的高度互動，沒有尊卑之分。所以「尊重」的意思就是敬重、重視對方。其實很簡單，就是「敬重自己、尊重他人」。有句格言說：「智者尊重每個人，因為他知道人各有所長，也明白成事不易。學會欣賞每個人會讓你受益無窮。」因為欣賞別人是建立在尊重基礎上的，這也是一個學習的過程。

記得在上課時，老師曾經說過一個小故事：「一個口角付出的代價」，故事內容大概如下：大約十幾年前，臺北某國中發生一件令人難過、遺憾且無法挽回的事件，阿靖和大雄是好朋友，平常在一起討論課業，興趣也相同，所以在學校兩人皆是老師心目中的好學生，而且課業均名列前茅呢！當時兩人都是國三的學生，有一天下課時，兩人走路不慎相互碰撞，因而有些口角，上完輔導課後繼續在教室內爭執，誰也不讓誰。最後兩人相約到教室外的後陽臺談判，一言不合下則相互毆打。阿靖給大雄一拳，大雄不予示弱的反擊回去，這時阿靖重心不穩倒了下去，撞到掃具櫃旁的水泥牆上，竟然一跌

不起。大雄頓時慌了手腳，同學們趕快將阿靖扶起來坐在椅子上休息，這時導師隨後趕到，發現阿靖臉色有異樣，馬上叫救護車送醫急救，到了醫院，病情惡化，因後腦的顱內出血，最後在隔天凌晨宣告不治。這是多麼令人難以接受的事實，兩位都是學校優秀的學生，眼看就要參加高中的甄試，而且前途非常看好，竟然只因一個口角，讓一個孩子命喪黃泉，另一個孩子變成打死自己好友的殺人兇手。同學之間的口角，常常發生在我們周遭，而口角的起因往往在於我們不尊重對方，無法接納不同的人及意見。所以要懂得尊重，就要先從接納不同的意見做起，才能做到接納自己，欣賞別人，讓大家都和諧相處，提供更愉悅的生活品質。

尊重是人與人相處的基本條件，必須從小教起。因為有尊重才會有自重，有自重才會有自愛，自重自愛才會交到朋友，也才能在社會上立足。反觀現在很多父母不耐煩跟孩子溝通，在孩子小的時候用高壓手段管教，一旦孩子長大，壓不住時，問題也就來了。其實高壓的方式只會得到表面上的短暫服從，內心的不滿會像火山一樣，一旦爆發便不可收拾。所以小時候被高壓管教的孩子長大容易叛逆，這個叛逆其實是積壓已久的火山爆發。社會上我們常看見很多青少年常因一點小事打人殺人，就像轟動一時的「鄭



「捷事件」、「小燈泡事件」等等，這些有暴戾行為的人，基本上，很多從小都不曾被人真正尊重過，所以長大也不懂得去尊重別人。而這個不尊重別人的惡風在社會上已經造成不良影響了。

華盛頓說：「自尊不是自我誇大、唯我獨尊，也不是只信自己，固執己見，走向剛復自用的道路，更不是專信他人，沒有骨節，沒有定見，走向盲從逢迎的道路上去。」所以「尊重」不僅要「自尊」，還要「尊人」，要珍惜自己的生命，也要珍惜別人的生命，讓我們學習自尊尊人、自愛愛人，才能邁向幸福成功的人生坦途。



溫暖的小太陽

新興高中學生

邱可寧

尊重是什麼？為何長輩們總說「尊重」是做人做事的基本態度呢？直至長大，漸漸懂事的我才真正明白了「尊重」。

從小，家裏都把我捧在掌心，細心呵護著，慣出了我的驕心。雖然當時只是小學二年級，卻十分傲氣，常常頂撞老師，甚至都把他逼哭了。當時被媽媽爸爸念了好一陣子，我心中卻無悔意。後來卻在事後撞見媽媽偷偷的在房間裡哭著跟爸爸說：「都是我的錯，沒有好好教育女兒，讓他傷了別人的心……嗚……」我默默站在門口，忍住眼淚，自以為堅強的轉身，奔回了臥室。過了好一會，媽媽來到了我的房間，溫柔的摸著我的頭，她眼眶的泛紅隱隱刺痛我的心，我倔強的不去看他。媽媽說：「孩子，你已經長大了。我們要學會尊重別人。」

後來我終於明白：年少並不是逃避「尊重」的藉口。

讓我記憶最鮮明的是什麼正屬青春年華的國中時期。猶記當時全校正風靡女生之間的交換日記，當然我也不例外，利用瑣碎的時間就是得把我的部分做至完美，每天我的心思都被日記吸引。「喂！老師正在叫你呢！喂！」霎時，我覺得世界崩塌了。下課我立馬被拎去教務處，老師一貫冷著臉，她戴著眼鏡，使我看不透她的心思，雙手只好緊緊糾纏在一起，空



氣瞬間凝結。突然，老師開口問我剛剛上課做些什麼了，我支支吾吾的不敢承認，深怕老師奪走心愛的日記。但在老師的眼神逼迫下我說出了真相。雖然心中大石墜落但是未知的緊張感卻又使我站立在鋼絲上，動彈不得。她拿走了我的日記，卻沒有翻開，我心中正想：「咦？沒有打算一看究竟嗎？」這時老師只是說：「我尊重妳，但是你也得學會尊重老師，尊重你身邊一切的人事務。」便將本子還於我，我已經忘記我是如何走回教室了，只記得當時同學們鬧哄哄的調侃我為何沒被冷面女老虎修理。

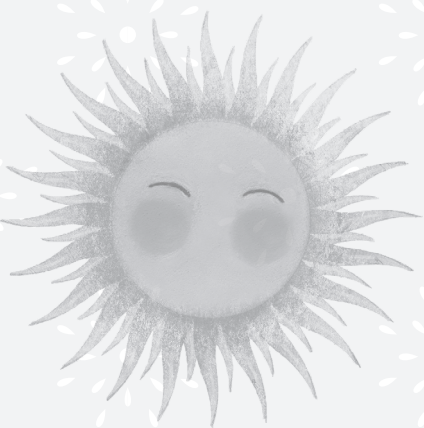
那日老師給了我「尊重」，使我重新定義了尊重，原來尊重是一視同仁、沒有差別待遇，就似太陽無私的給予世界上任何一處的溫暖，沒有遺漏；原來尊重是雅量、包容，使我們學會對不一樣的事務或看法，用正面和友愛的角度去思考和給予別人力量；原來尊重是愛，我們敞開了心胸，我們學會了原來我們每個人都是世界上獨一無二的個體。我們擁有著各自的想法和思維，也許你我看法不一甚至有了矛盾或衝突，但就像宋晶瑩曾說過的：「如果他能從這扇門望見日出的美景，你又何必要求他走向那扇窗去聆聽鳥鳴呢？你聽你的鳥鳴，他看他的日出，彼此都會有等量的美的感受。」人本獨特，何必拘泥於一種想法呢？

尊重別人就是尊重自己。我們待別人如何，相對的別人就帶我們如何。「尊重」並不是遠在天際的神聖詞語，而是在我們生活中密不可分的一部分。我們或許無法跟釋迦牟尼一樣偉大，對每一個人恭敬和無怨無悔的給予每個人應得的尊重，甚至毫無一點怨懟，但是只要

用心，我想我們也可以像他一樣給予別人溫暖。

我們身處一個快樂的國度，開放的民主思維早已滲透了我們這一代，使我們有了更多自由的權利，但是有了自由卻少尊重和秩序，則是本末倒置了。網上的鍵盤手們，一味的用著文字拼湊成冷酷的武器，攻擊別人。越發不可收拾的口舌之戰，在檯面上的口沫橫飛。讓我們越來越沒有安全感，就像受困於汪洋的小船，失去了燈塔般，慢慢迷失了自己。世界對於台灣最深的印象就是「人情味」，遠大於那些讓人垂涎三尺的小吃。因為台灣人尊重、有愛、喜歡幫助別人，對於每個客人釋出了善意。但為何我們不能對自己的人民一樣包容呢？給予同等的尊重呢？這是我們值得深思和檢討的重要議題。

「尊重」是出自於真心的反饋，也是自我認同的重要指標，當我獲得了別人的尊重，內心將會無限的歡喜，這是因為我被別人認可了不單只是想法，而是做人做事的態度，當有一天世界上的每個人都能夠學會愛與尊重，我們將會看見不一樣的風景，我們不再執著於自己，而是學會用心對待周圍的每個人、事、物。我們將成為別人心中那個溫暖著他的小太陽。



品格核心價值——合作





一加一 無限大

山頂國小學生

楊芯緯

忙碌的廚房裡，有人清洗蔬菜，有人烹調料理，有人清潔善後，才能跟家人一起吃下美味佳餚；蓋一棟房子，有人打地基，有人拌水泥，有人堆磚塊，才能一同站在樓頂，吹著涼風，俯瞰腳下的美景；拔河比賽時，一起蹲穩馬步，喊著一致的口號、使著一致的力量，才能共享勝利的榮耀。合作就像數學的加法，原本一加一只有二，但是只要一直加上去，也可以變成無限大。

放完暑假後，老師帶我們去新的外掃區打掃，經歷長達兩個月的暑假，落葉和垃圾堆積如山，彷彿成了一座小公園，更不可思議的是，落葉堆竟成了小昆蟲的家，直到我們拿出掃把一揮才跑了出來，尖叫聲此起彼落；看到眼前一座座雜亂的小山，我們內心既不平又無奈，甚至，有同學大叫：「我的天啊！這些垃圾該如何掃完呀？」聽到這些話，我心有戚戚焉。接著，老師幫我們分組，四個人負責一個區域，並指導我們分別將垃圾從角落往中間集中；第一次拿竹掃把掃地，對個子矮小的我而言，十分吃力，不管怎麼使力，都沒辦法順暢的將垃圾往中間掃過去。才一下子，我就覺得雙手疼痛，手掌還起了小水泡，幸好，同組的同學趕來幫忙，分工合作，終於完成了艱難的打掃工作。看著乾淨舒適的校園，成就感油然而生，經過這件事，我也體會到：再困難的事，只要分工合作，一定可以完成。就像小螞



蟻一樣，每個人出一點點力量，便可以搬起一大片麵包屑，完成原本認為不可能達成的任務。

有句話說：「人們在一起可以做出單獨一個人所不能做出的事；智慧加上雙手加上力量結合在一起，幾乎是萬能的。」記得在運動會前，老師把班上同學分成幾個小組，我被分到海報小組，一開始，每個組員的意見都不一樣，差點兒吵了起來，花了許多時間溝通協調後，才選出一個最好的想法當作製作方案，然後開始做海報。在製作的過程中，每個人發揮各自的專長，擅長畫畫的人構圖，會剪貼的人協助剪貼，每完成一部份，我們就會進行討論，讓作品維持在最佳軌道上；最後，再分工合作設計一些裝飾品，像是煙火、樹木、彩帶……也有人突發奇想，加入一些加油的字樣，讓我們的海報更加多姿多采！完成了這項重責大任，大家終於喘了口氣，除了心裡輕鬆起來，更相信團結合作一加一，可以完成很多事情，力量真是無限大！

俗語說：「團結就是力量。」在生活中有很多事是需要合作，才能比較快完成，就像小蜜蜂一樣，工蜂負責採花蜜，雄蜂、蜂后負責繁殖後代，其他蜜蜂也分別擔負守衛家園、清潔打掃或是哺育幼兒，才能建立起龐大的蜜蜂王國；所以，面對任何任務，只要懂得分工合作、意見溝通，一定可以結集大家的智慧和努力，便可以事半功倍，發揮無限力量，讓事情更迅速完成，把事情處理到最好。

一次美好的合作經驗

復旦國小學生 邱翊嫻

有句話說：「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮。」每個人都有不同的專長。也許，是個繪畫天才；也許，是個運動健將；也許，是個英文高手。但彼此之間，總有些不擅長的事物，這時，就必須互助合作，讓別人的才能，彌補自己的不足。

記得有一次，學校舉辦了隆重的大隊接力比賽。不過，家家有本難念的經，一個班上，是不可能所有人都是十全十美的。我們班跑步快的，屈指可數；不過，目光轉向別班，放眼望去，高手雲集。看到實力的懸殊，只見大家議論紛紛，七嘴八舌地談論比賽。有人說：「我跑得這麼慢，不就成了一批害群之馬了嗎？看樣子，一定贏不了啦！」然而，我也是「老人健走隊」的一員。日曆一張張在空中翩翩起舞，我們班，就像永遠不會損壞的收音機，不是放出悅耳的音樂，而是充滿了唉聲嘆氣，不時也會播出「一班今天去操場練習體力」、「三班的同學都很會跑步」等讓志氣銳減的話語。大家都對比賽嗤之以鼻，不過，身為我們班「母親」的班級導師，可不能放任「兒女」們不管，終於，壓抑很久的困惑就在風和日麗的早晨被提了出來，璀璨的天空被一道閃電劃破了。



「為什麼原本的生氣蓬勃都被垂頭喪氣取而代之了呢？」班上同學每個人的頭都低得不能再低，搖身一變，成了一隻隻小鴛鳥，挖了許多地洞鑽進去。面對老師的提問，班長膽戰心驚的起身，舉步維艱，「老師不會吃掉學生」根本就是最好笑的愚人節笑話；踏著顫抖的步伐，班長深呼吸，閉上雙眼，一五一十的說出實情。全班屏氣凝神，萬籟俱寂，連一粒細沙降落在地上的聲音都清晰可見，準備好「迎接」一連串臭罵、說理、教訓及處罰。過了一秒鐘、兩秒鐘、三秒鐘……依然風平浪靜，窗外吹來徐徐微風。勉強把頭一抬，沒有怒髮衝冠、沒有面紅耳赤，只有一張和藹可親的臉和一抹和煦的笑容。天，頓時又藍了。「跑步不快，就利用接棒的技術節省時間啊！」班上，大家無不張大平時的櫻桃小嘴、瞪大平時眯成一條線的眼睛，看來，「防『災』準備」應該是多餘的吧！

老師望了望外頭，二話不說，把握住晴朗的天氣，整隊去操場練習。從那時候起，就像有人「啪！」的一聲打開了志氣的開關一般，大家都練習得特別起勁兒，不論晨光、下課還是午休時間，不論晴空萬里、狂風暴雨還是雷電交加，小朋友們彷彿洗過澡一樣，汗流浹背。老師指導我們分工合作，體育股長負責晨光時間帶大家去操場晨跑，我

們班的幾個飛毛腿擔任訓練助跑的工作，對國際新聞瞭若指掌的萬事通按照每個人的速度安排棒次。老師每天教導大家接棒的姿勢，而其他小朋友珍惜時間，在百忙之中抽出空閒時間自我訓練。看著我們班團結合作的精神，一會兒協助老師，一會兒指導不會的同學，跟之前毫無志氣的班級簡直就是天壤之別。「最重要的不是開始，也不是結果，是過程」合作期間，大家臉上洋溢著前所未有的笑容，柔和的目光，照耀大地，流露出盼望的神情，期待比賽的到來。時光飛逝，歲月如梭，比賽那天來臨時，因為之前的合作，在跑道上時，因為有了技巧，有了知識，每個人都努力不懈；最重要的是，因為有了合作經驗，大家非常團結，順順利利的贏得第二名，沉靜在歡喜之中。

NBA 球星史蒂芬·柯瑞曾說：「成功不是意外。」經過了如此漫長的合作經驗，大家分工合作，毫無怨言，得到的成功化在嘴裡，嘗起來甜滋滋的，它必定屬於我們，真的不是意外。一個人的力量微不足道，唯有合作，才能闖出鎖死的門，見到外頭蔚藍的天。



三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮

新興高中學生

許至誠

從古至今，世界各地皆發生過大大小小、成千上萬的爭執、戰爭，而在這些紛爭中，贏家往往不是能力最好的一個人，而是懂得合作、會相信彼此的一群人。如三國時的曹魏擁有蜀漢、孫吳好幾倍的兵力，卻在赤壁之戰輸給兩國聯軍，使其無法統一天下。

小時候，受到籃球明星的影響及享受在場上運球、投球的舒暢感的而深深愛上籃球。因此，每當假日或有空閒時，便會拿起籃球到附近的球場勤奮練習。隨著時間的流逝，天天的練習造就了精湛的球技，使我不但是校隊一員，還成為了隊長。由於從小就已開始打籃球，所以總是能輕輕鬆鬆帶領球隊取得勝利，但卻也造成我目中無人，認為球隊只需要自己。因此漸漸地，不願再將球傳給隊友，即使防守重重，也寧可繼續運球，找機會投球。雖然不願傳球給隊友，但我們依舊保持勝利，打進了總冠軍賽。

比賽時如前面的每場比賽，依然不傳球，但對手卻不同於之前的隊伍，防守如銅牆鐵壁般，無法輕易突破。時間一點一滴地過去了，我不僅沒有得分，還被對手抄截，使比數越差越大。由於無法獨自一人越過滴水不漏的防守，因此十分著急，但身為隊長的我卻沒有自



我檢討，還憤怒地將錯誤歸咎於隊員上。當上半場只剩三十秒時，心急如焚的我運著球，思考著該如何突破重圍，投籃得分。此時，眼前突然出現兩名敵隊球員，他們有默契地配合對方、努力防守，使我不但投籃失敗，還被對手迅速地投進一球。下半場，教練不肯讓我上場，我只好懊惱得坐在一旁。當看到敵隊隊長如我面臨兩人防守，不僅沒有著急投球，還將球傳給隊友時，他的行為如當頭棒喝，使我清醒過來。再次上場時，我不再獨自一人打球，而是將球傳給隊友，讓他們得分。由於我的轉變，使兩隊的分數差距漸漸縮小，最後逆轉奪下勝利。

俗話說：「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」，說明合作的力量能勝過一個人。這次的教訓使我知道勝利無法單靠一個人獲得，需要隊伍同心協力、互相幫助，補足彼此的優點，方能獲得。不只比賽，生活中處處都必須與他人合作，才能發揮各自的實力，達到最高效益。反之，若不合作，一個人的力量有限，則可能無法如期或無法完成工作。



出奇制勝的合作力量

東興國中學生

林靖家

合作這個名詞，對於學生來說，是再熟悉也不過了，從國小、國中到高中的學習階段，舉凡各式課程、活動、校外教學等都需要合作。因為分工的要素，就必需靠著合作來整合，才能群策群力，有了群聚的力量，才能展開巨大的進擊，創造令人讚嘆的結果，也才能達成個人的目標。

入學後，我因緣際會下加入了學校的弦樂團，剛開始只會吹直笛而不熟悉樂團的我，心中一臉狐疑，直覺的認為大家一把琴，各彈各的調，真的有辦法琴瑟和鳴嗎？在獨自練習一段時間後，還是認為這些沒意義的音符，真能與別的樂器一起合作發揮嗎？在脫離獨練後，我參加了團練，這才發現每個人所產生的音符搭配在一起，有的是伴奏音、有的是主旋律音，在指揮者巧妙的手示下，不僅可以避免樂曲太過單調，也可融和高低音階之間的差距，在每個人的聲部合作下，譜出一首首餘音繚繞的動人樂音。

上學期有幸在桃園市婦女館參加弦樂團的演奏，演奏的曲目是神鬼奇航，這個演出

可說是聲勢浩大，充分展現出「團結力量大」的震撼力。讓我印象深刻的是，在節奏加快或需要雄壯絃音時，每個團員幾乎都卯足全力、賣力演出，努力展現出專業與頂尖的水準。在演奏結束後，獲得如雷掌聲般的肯定當下，每個團員的內心激動不已，大家的眼神不自主的交會，此時我們的心已經凝聚一起。而回想起這首曲目的演奏，我們內心似乎也隨著這部經典影片中的船長一起旅行、對抗敵人，似乎隨著劇中的高潮迭起而不停的轉換心境。有時像平靜的海洋，有時更像湧浪所激起的水花，相互輝映。一直到演奏結束，這種餘音繞樑，三日不絕於耳般的意境，我們還真的體驗到了。我想，這就是合作的力量，所展現出的驚人效果。

另一場的合作成果，就是班上的「拔河」比賽，在經過重重關卡的考驗，尤其是更多實力頂尖的班級，成為較量的競爭者後，難度更是加倍。尤其在難分難解的當下，班上每個人幾乎都在靠意志力撐住大局，此時導師與啦啦隊的口令瞬間變成雄而有力的廝喊聲，似乎在鼓勵每個人沉著應戰、那種震撼天地的當下，直覺好像是馬賽進行曲在鼓勵士氣低落的法國士兵，提高士氣而逆轉勝。最後我們在二十五個班中拿下全年級第三名，更加證明了團結力量大、同學須團結，團結確實真有力！



合作的過程或許充滿很多阻礙，合作的結果或許不怎麼樣。但沒有合作，很多大事都沒辦法完成，只有捐棄成見的合作，才能達到立竿見影的效果。一個團體就像是一艘大船，若大船內部大家都如一盤散沙、各懷鬼胎，遇到險阻時就只能各自逃難或全部葬送大海，這是多麼遺憾的事。所以無私的合作少則能帶給每個人進可攻、退可守的不敗境地，多則能為很多人創造多贏的結果，大家何樂而不為呢？

可貴的合作經驗

石門國中學生

李秉翰

合作是一首如歌的行板，時而高亢激昂，時而細膩婉轉，充滿了一股扣人心弦的力量；合作是一幅四季的彩繪，春耕、夏耘、秋收、冬藏，蘊藏著宇宙生生不息的密碼；合作是一支雄壯的軍隊，勢如破竹，全力以赴，抱持著使命必達的決心。「合作」是每個國民應該重視的核心價值，也是現代社會不可或缺的基本素養。

回顧國小六年來的時光，我曾經獨自品嚐失敗的苦澀，也曾經獨自享受成功的喜悅；可是，最令我難忘的，還是和班上同學分工合作時一起點燃的智慧火花和每一場團隊競賽中共同締造的輝煌戰績。一次又一次，我們用「合作」之網，捕捉「勝利」的青鳥；一次又一次，我們用「團結」的金鑰，打開「成功」的大門。在蜿蜒曲折的路途中，我們用友誼擦乾彼此的汗珠和淚水，用默契面對「山窮水盡」的困境，用毅力迎接「柳暗花明」的風景。

還記得國小低年級的大會舞，刚开始練習時，我們班的隊形就像是一條歪七扭八的蛇，每個人各跳各的，完全跟不上台面上示範者的節奏。接下來的幾天，在老師的耐心指導下，同學們利用下課時間共同努力，會的教不會的，好還要求更好，就像技藝精湛的師傅毫不藏私地將獨門絕活代代相傳。到了表演當天，同學們個個搖身一變，成了《冰雪奇緣》裡能歌善



舞的艾莎公主，獲得了全場如雷的掌聲。

還記得國小中年級的滾輪胎比賽，我們手忙腳亂地推動有如巨石一般的大輪胎，好不容易輪胎前進個幾寸，卻又莫名其妙地倒退了一尺，有時我們甚至分不清楚到底是我們在滾輪胎，還是我們在被輪胎滾呢？比賽進行到一半時，輪胎索性倒地不起，筋疲力盡的我們即使使出吃奶的力氣，它仍不動如山的橫躺在地上。從觀眾席傳來陣陣的笑聲，無情地打擊著我們的信心！就在此時，隊友此起彼落的加油聲彷彿仙樂似的在耳邊響起，於是，原本無助地坐在地上望著天空發呆的我們竟像大力水手吃了神奇菠菜，迅速地扶起輪胎，滾向終點！

還記得國小高年級的拔河比賽，原本毫無拔河經驗的我們，在第一場比賽中便被力大如牛對手「秒殺」，垂頭喪氣的落入敗部。但是接下來的幾場比賽，我們同心協力，用越來越響亮的口號、越來越熟練的技巧和越來越良好的默契，拿下敗部冠軍，獲得與勝部冠軍「再決雌雄」的機會。對手仍是一如以往的強勁，可是我們班的實力也已不容小覷。俗話說：「人心齊，泰山移。」在經過幾番纏鬥後，我們班終於「敗部復活」，拔得頭籌！同學的臉上都綻放出苦盡甘來的燦爛笑容，連日來的疲勞也隨著勝利的哨音煙消雲散。

俗話說得好：「一個巧皮匠，沒有好鞋樣；兩個笨皮匠，彼此有商量；三個臭皮匠，勝過諸葛亮。」孔子也說：「獨學而無友，則孤陋而寡聞。」尺有所短，寸有所長；個人的知識有限，團體的智慧無窮。這六年來，透過課堂上的「分組合作學習」，大家集思廣益，互

相啟發，彼此交流，不僅擴大知識層面，提高學習興趣，養成解決問題的能力，還拉近同學之間的距離，感受到合作中所蘊含的偉大力量——真可說是一舉數得！

老師經常勉勵我們：「莫學蜘蛛各結網，要學蜜蜂共釀蜜。」「團體」的重要性就在於：「個人」無法完成的事，與同伴合力去做，卻能發揮「一加一大於二」的效果。「分享的快樂是加倍的，分擔的痛苦是減半的。」感謝國小師長的循循善誘和同班同學的互助合作！在共同經歷了重重困難及挫折的考驗、體驗過互相扶持與依靠的悸動後，同學的感情更加親密、友誼更加穩固，我們也都清楚地了解到「團結就是力量」的真諦。一花不成春，獨木難成林，讓我們一同攜手耕耘吧！讓「成功」在「合作」的沃壤裡開花結果，為春天點綴滿園芬芳，為盛夏提供清涼綠蔭，任秋風吹拂千萬頃金黃的稻浪，在寒冬中挺拔成堅強不屈的松柏。



合作的意義

仁善國小學生

黃楷鈞

一個重而易碎的物品，獨自一個人搬，也許很困難，但是多人一起將物品放好，是「合作」；一根平淡無奇的筷子，看似容易折斷，但是當他們發揮「合作」的精神，力量卻不可小覷；遇到困難，好友相挺，「合作」排除萬難，不僅可以更容易達陣成功，也可以鞏固彼此之間的友誼。

在生活中，人不可能獨立生存，需要有家人的陪伴，師長的關心，朋友的幫助。人非常的聰明，在生活的核心上，我們知道「合作」是最重要的元素。看看螞蟻吧！牠們是多麼的微小，在外觀上，看似軟弱無力，但是牠們卻懂得運用「合作」的力量，將比自己重十幾倍的食物，呼朋引伴一起抬回家。見到這群螞蟻，我不禁感嘆！連「螞蟻」都懂得互助合作，身為萬物之王的我們，是不是更應該合作呢？

如是「合作」是團隊的主要核心，那「分工」則是團隊的線。將每一位隊員串連起來，每個人發揮自己的專長，做自己擅長的事，讓做事變得更有效率，也可以做得更完美。生活上有許多需要「分工」合作的事。學實驗室裡的人吧！做實驗時，或許我們可以選擇「你走你的陽關道，我過我的獨木橋」，但是我們卻選擇「分工合作」：有的做實驗，有的做記

錄，還有的準備實驗器材、用具，不但可以讓實驗快速完成，也可以讓實驗成果完美呈現。又或者像是校園的清潔打掃：校園廣大，如果單靠一個人的力量，可能三天三夜都掃不完，如果發揮「合作」的精神，每位學生各司其職，那校園三兩下就可以打掃的乾乾淨淨了。「分工合作」不僅使我們做事更有效率，也讓我學到：「合作」不只是靠力量及聰明才智，在這些背後還暗藏著「分工」的重要性。

如果合作是汪洋中的一條小船，那自私自利就是使小船翻覆的一陣巨浪。俗話說「一個和尚挑水喝，兩個和尚抬水喝，三個和尚沒水喝」，當每個人做事都只會推託卸責，總想著坐享其成，那最終距離成功之路只會愈來愈遠。所以說合作非常重要，如果不合作哪怕是最聰明的人齊聚一堂，只會各自為政，就會被團結合作的隊伍打敗。就像是球隊，最重視的就是「合作」，倘若球隊裡聚集了最強的球員，但是卻不合作，總想著展現出自己的看家本領，這樣不但會輸球，也會讓球隊瓦解。因此，「合作」是團隊的核心，團隊不合作，就無法贏得勝利。

所謂：「三個臭皮匠，勝過一個諸葛亮」，只要發揮合作精神，集思廣義，不管面對多強勁的對手，我們都可以排除困難，迎刃而解。合作，使做事更有效率；合作，使團隊更加強大；合作，使我們鞏固彼此之間的友情。合作，在生活中無所不在，只要有心，就可以發揮。因為「合作」的力量，深不可測！



扭轉逆勢

陽明高中學生 梁芷瑄

記憶中那旁人拒而遠之的一隅，卻是我此生最難忘的地方——我們用默契的針及合作的線交織而成的天堂。

風聲，唯恐當事人渾然不知。有人單刀直入地問道，也有人於背脊後釋放寒氣。不過皆是事實，我們班真如外頭議論的一般，歷經從未贏過的運動會、面臨段考次次墊底的打擊，我們怕被遺忘，只好以吵鬧及作亂聞名。

老師們遲遲踏入門口的黯然面孔，我們看多了！他們總是慫慫地將一堂課撐過去，漠視微弱欲滅的火苗。但是他不一樣，拒絕恨不得衝去籃球場的他們、限制只肯在樹蔭下暢談的我們，體育老師只問了一句話：「你們想贏嗎？」，

「想！」我們異口同聲地答道。

「那你們比賽前的體育課都要把時間交給我喔！」他張大口堅定地問道。

「好啊！」原來，惡名昭彰的底卻也是扭轉的根！其實我們沒有一刻不想贏，只是先天的就慢，不自覺便趨向頹廢！是什麼澆熄先前偶爾燃起的火苗，我們不確定！唯一能確定的是要握緊眼前的火把，必須讓它一直延燒下去。

一個金烏摀住所有涼意的日子，是個開端。我們反覆地練習著基本動作，賣力地撒著汗水。誰知汗水同時也滋潤著不耐煩的性子？抱怨聲此起彼落，好不煩悶。如果一個整齊漂亮的隊伍是座藍莓塔，那此時的我們便是倒翻後黏膩的鮮奶油。

其實最大的問題是出在動作間的接應！班長的一句話點醒了我們：「加油！一起為班上努力，這些都是為了我們的大家庭啊！」，這話像是暮鼓晨鐘，又彷彿煙火般，一個彈子上天，隨化作千百道五色火光，綻放緩緩萌生的凝聚力！我們就像是一隻隻螞蟻，即使個別的力量是如此地渺小，但只要做好份內工作，再龐大的糧食也能搬回家！我們開始分工合作，有人領導有人服從，一方面出體力接應別人，一方面花腦筋集合創意。我們相信激勵的口水以及辛勞的汗水能夠相濡以沫。

終於，到了比賽當天，我們繫著彼此像一張沒有漏洞的網，欲緊緊框住評審及觀眾的心。一出場便以磅礴且整齊的腳步震撼全場！到達定點後，我們揮起手臂向同個地方敬禮，如一片迎著陽光的向日葵園。突然，一聲令下，我們化身為轉動機械的各個零件，變換了隊形，沒有任何短路。

「哇！根本就是變形金剛！」隱約聽到此起彼落的讚嘆聲，我們沒有得意忘形，不慌不忙地關照著彼此。眼神跟步伐如齒輪間相互運作著，沒有任何突兀。

此時的天空籠著一縷強烈不衝突的彩霞，每個動作都展現特色又滿溢著創意，觀眾及評



審看了都興奮不已。「立正、敬禮！謝謝大家。」班長抖擻的口令使我們的身體不自覺的服從著，我們一齊彎下腰，後腦杓對著天際，逆轉著惡名昭彰的委屈、感激著千載難逢的此刻。結束後我們在等候區熬著艷陽，我們是一隻隻螞蟻，彷彿在熱鍋上一般，分分秒秒都很難熬！我們抓著附近同學的手臂，互相擋著艷陽。也不知時針漫步了多久，終於熬到校長開口了！他字字清晰地喊道：「第一名，二年十二班！」

受器快速接受訊息，連接著動器！我們的毛孔無一不暢快的！這短短八個字彷彿天籟般，音色牽引著我們的榮耀。過去我們總是狼突豕竄地四處作亂，無人崇拜反倒腐敗。不過現在，我們就像從崖底爬上來，一個拉一個漸進地站上山頂。

回教室的走廊是一條康莊大道，整個人都遼闊了起來。有人投以羨慕的眼神，也有人了當地大力誇耀！我們只是謙虛地笑著，整個心田也暖了起來，將希望火把順利地送上勝利之台。

一隻螞蟻會被視作害蟲而捏死，但一大群同時出動，是沒有任何生物敢侵犯的。俗話說：單絲不成線，獨木不成林。而要怎麼讓沙巧妙的與石子和水混合後堅勝於花崗岩呢？我想答案應該就是那最籠統卻也最實切的兩個字——合作。

那次賽跑

大華中學學生 陳姿蓉

在他們的吶喊聲中，我彷彿看見了圓圈，圈起了我們。

之前有參與過一些活動，常常因為犯懶而消極待之，與別人互動不多反而埋沒了自己善於發展的長才，被誤以為一無是處。也沒參與討論，甚至拖垮了全組，在競賽中名落孫山。

我氣喘吁吁地跑著，嚴寒的空氣中吐出一朵朵白色的煙霧，輕輕地翳入了天聽。茫然地看著霧在空中消散，才停下不久，又被身後那人拖著跑了起來，相伴的，是一團團口中的白霧。你問我幹嘛這麼累，我只能笑笑跟你揮揮手。

運動會快到了。

我跑步像烏龜在爬，但是大隊接力卻是不得不參加，只能每天練跑，盡自己最大的努力，因為我不想再當拖油瓶。同學人很好，天天陪著我跑，在那樣冷的天氣與我共同踏步，嗒嗒如同馬蹄聲，在空無一人的操場上格外刺耳。

風很大，我的肺劇烈地起伏著，汗水沿著臉滴在我的衣服上，卻因為風吹瞬間便消失殆盡。明天就要比賽了。

槍聲響起那一刻，看見她奮力向前衝，我心裡不禁一陣緊張，看著身上的背心號碼牌，



我知道我是班上共同的一份子，輸就一起扛，不用怯，大家都會與你同在。那種心情像是你身後有一堵牆，實實的為你擋下風雨，剎那間我似乎不是自己孤身一人，而是我們全部人，從我內心深處爆發出一股力量，推著我向前。

我如箭一般射出，望見前面領先的人，奮力抬起腿趕上，朦朧間好多人在喊我的名字，他們那些引頸期盼的臉使我更用力往前衝，我喘得如扯風箱似的，腦中唯一想法是：超越他、超越他、超越他……

漸漸地我看見那個人的側臉，相同的汗水，我們從彼此眼中都看出了疲憊，此時拚的就是那個執念。我牙一咬，衝過他旁邊，努力向前奔去，腦海中出現與班上的他們共同的回憶，每一分每一秒，我都好珍惜。棒子傳給下一棒時，我用盡全力大喊加油，他微笑，往前跑去。我感覺此刻，我們所有人的心，都緊嵌在一起，與之高興，與之擔心。雖然我們沒有任何血緣關係，但是我們卻願意為彼此打氣，一起努力，不分你我，惺惺相惜。這份情，使我久久無法抽離。

生活裡，每個人就彷如圓圈裡的一個小環，與旁人緊緊相扣著。一舉手，一投足，所回報的這個大環，則受到每個人的努力，傳送給每個人，一起努力，合作共好往往比自己埋頭苦幹來得有效率，來得滿足，來得使人感動，來得溫暖。

與大家在一起，有難同享，有難同當，那種齊心協力之感，是我背後永遠的支持。

動人的教室布置

會稽國中

劉彥筠老師

每學年學校都會舉辦班級教室布置比賽，這學年接了新生班，想要有好的開始，一方面也是求好心切，想要得到好名次，讓經過的師生都能讚嘆：「這個班的布置好棒！」所以我特別挑了幾個感覺美工能力很不錯的學生來幫忙，但是過程真是困難重重。因為我帶的是體育班，下午都是專訓課，學生都不在教室，好不容易有學生願意留下來，但專訓回來滿身大汗，身體疲憊，加上天氣炎熱，同學待了一下就想回家了，常常變成我這個導師弄到天黑，回到家真是疲憊不堪。而且靠我一個人每天能做的很有限，有時都覺得自己很悲情，不禁有導師萬萬能的感慨。

後來偶然在課堂上，巡察學生的學習狀況時，發現坐在第一排的小男生在國文課本上畫畫，把船變成火箭，山變成火山，作者畫成熊貓……雖然他上課不專心，但是畫的圖還真不錯！滿有創意的，而且看了令人莞爾，頓時，我心裡閃過了教室布置，對阿！學生這麼愛畫，怎麼不給他們好好畫呢？於是我利用班週會時間，讓全班動起來，分組合力完成教室布置。在過程中，我看到他們很用心的在描圖，剪貼、認真的討論，每個



人都有任務，他們的眼神散發著光彩，開心的擁到前面拿紙、與我討論。在這過程中，每個孩子的臉上都散發著光彩，洋溢著笑容，沒有因為考試考不好而自卑的孩子，沒有一頭霧水發呆的孩子，每個孩子都知道自己該做什麼，樂於付出——那一刻，真美！

最後孩子們合力完成的教室布置，雖然上面還有生澀的畫痕、過多膠水滲透的紙片、貼歪的圖案、流露著稚嫩氣息彎彎的字跡，但這卻是我看過最棒的布置，看著孩子們努力的成果，那些在製作過程中被我捕捉的畫面，每一張認真神情的面孔，我看到了孩子們最自信的一面。這樣的教室布置在我心中已是完美，有沒有得名都不重要，重要的讓孩子們學習到了團隊精神，了解「合作」的重要，透過這次的教室布置，我跟孩子們都上了珍貴的一課，這種感覺只有參與現場才能體會，很美好，很感動！雖然我們不像別班有著精美的設計，完美的剪裁，但是這一間教室確是我們充滿回憶，最珍貴的地方。

最強大的力量

青溪國中學生

溫孟哲

電視螢幕上正播出激烈的男子四百公尺接力決賽，最後日本隊成為大黑馬，跌破眾人眼鏡拿下2016年里約奧運的銀牌並締造了新的亞洲紀錄，令世界各地的觀眾都覺得不可思議。日本隊在賽前並不被看好，沒有任何選手進入個人一百公尺決賽，但他們靠著團隊合作，不斷的訓練接棒與培養默契，並且相信自己與隊友的能力，最終他們在世界舞台上大放異彩。

運動場上還有很多因合作而獲得勝利的故事，2016-17年度NBA總冠軍——金州勇士隊，就是一支非常強調團隊合作的球隊。其中主將柯瑞及杜蘭特都曾是MVP得主、球隊的領袖，但是為了球隊他們放下個人的身段，在球場上他們互相合作，一同帶領球隊獲得勝利。籃球是個團隊的運動，除了球員，教練、球團的經營，和城市、粉絲的支持都相當重要，勇士隊與一般球隊相當不同，隊裡的氣氛和諧大家也相處融洽，縱使是明星球員也不強調個人表現，球員都非常信任教練與隊友，透過傳球與助攻給予隊友更多的嘗試與機會，經由互相的激勵與努力不懈，最後終於達到「總冠軍」的目標。



104年全國小學游泳錦標賽是最難忘的比賽之一，當時我在個人賽沒有得到名次，但在接力賽我與隊友摘下兩面銅牌，創造了隊史最佳成績，讓我深刻領悟到合作的強大力量。接力賽不像個人賽的單打獨鬥，它是四人的團隊合作，在技巧方面更複雜，比賽的變數也更多，所以人人有機會個個沒把握。當時，我們的報名成績大概排在五、六名，但大家都眾志成城、團結一心，奮力想為學校摘下獎牌爭取榮耀。雖然剛開始的個人賽，大家的狀況及成績都不太理想，可是教練和家長還是不斷的給我們鼓勵和加油。我們重新燃起希望，充滿著信心與霸氣回到比賽，最後我們四人在接力賽都有著超乎水準的表現，拿下第三名的佳績。其實這次的成功來自於我們平常無數次的練習與配合，隊友彼此之間的信任與激勵，共同造就了這次完美的表現和榮譽，也是透過合作展現強大力量的最好範例。

成功是經由一次次的失敗淬鍊而來，我們在這次成功之前，其實也嚐過了不少苦頭，在失敗時，我們也時常爭吵、不愉快，但當大家都有共同的目標時，就會同心協力、互助合作。「想到和得到中間還有兩個字就是做到」，我們在練習時不斷的互相激勵，並且勇於嘗試，把所有細節都做到最好。我們在賽前互相討論溝通，為了達到教練

的要求並有出色的表現，我們必須相信自己相信隊友。抱持著「團結力量大」的精神，我們不求與人相比只求超越自己，最後也一同享受競技場上的勝利果實。其實「合作」無所不在，運動員想要有傑出的表現，教練的訓練、家長、學校以及協會的支持也都不或缺，透過大家的通力合作相互支援，才能造就一名頂尖運動員的誕生。

身為一名運動員，我對合作有著非常深刻的感受與領悟，「合作是共贏的前提，共贏是合作的目的」，合作不但能使我們更接近成功、增長智慧，也能讓我們的人際關係更和諧愉快。團隊的力量永遠高過於個人，世界上的每一個角落都需要人們的合作，無論在班級、學校或社會上都可透過合作來完成許多事情。我們時時刻刻都在學習與他人團結合作，透過不斷的練習與磨合，我們才能慢慢品味成功的豐盛滋味。



溫暖的手

大崙國中學生

張家榕

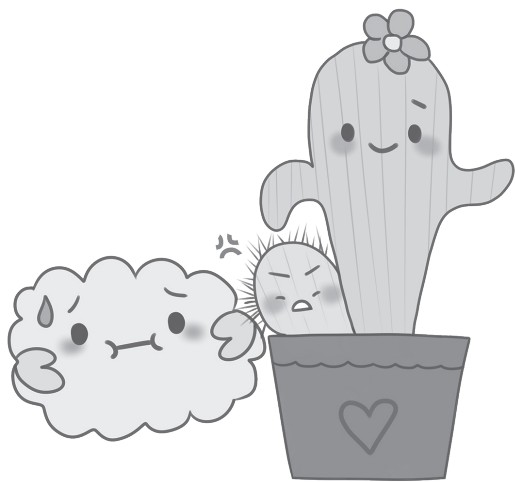
在這個瞬息萬變的社會中，再也不是一人孤軍奮戰的時候。很多時刻，即使是一雙強而有力的大手，也無法舉起巨石般困難的挑戰、然而多了幾雙手，即使不像獅子般兇猛強壯；也不像獵豹般靈活輕巧，但卻能陪伴你，與你一起解決難關。

記得每個星期六都是討厭卻又無法逃避的日子，因為我得拋開假日美好的悠閒時光，到一間悶熱的廚房，當個忙碌的小助手。傍晚時，就得準時到廚房報到，伴著月光，我孤獨地在廚房中洗著碗盤，而那時卻又是最熱的時候。不只如此，成群的蚊子更是令我感到害怕。晶亮豆大般的汗珠不斷的從額頭落下，可惡的蚊子也偷偷飛來攪局，但手邊的碗盤依舊是堆積如山，氣的我腮頰漲紅，劍眉倒豎，煩躁地直跳腳。

忽然，一雙手輕柔地將旁邊的碗拿起，放入架上。抬頭一看，原來是我溫柔的姐姐，她什麼也沒說，只將碗從我手中接去，一旁弟弟也開心地跑來幫忙。頓時，我心中蕩漾著一圈圈的漣漪，一股暖意流上心頭。嘩啦啦的流水，洗淨我心頭的煩惱，洗淨我

心中的不耐，將它隨著潔白的泡沫流去，再將我的心情重新擺放整理好。就這樣姐姐負責沖洗，弟弟負責放碗。對我來說，這項厭煩的工作，在我們忙碌的手上，卻交織成一個溫馨的畫面，鈴鐺般清脆的笑聲在廚房中迴盪著……

有時我們獨自面對，有時我們孤獨奮鬥，但往往卻忽略了一些事。一個人，也許無法把事情順利做好，但很多人，就可以創造出無限可能。現在，不是以自我為中心的社會，而是要學習如何與別人共同合作才能事半功倍的地球村，就讓我們伸出一雙手，大家同心協力去迎接這個艱難的考驗！





團隊精神

大崙國中學生

王兆歆

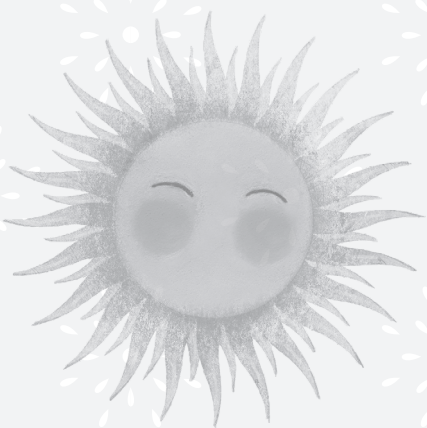
合作，一個能使人們獲得更大成長的契機，日常生活中，我們常需以合作來完成一件無法獨力完成的重要事項。成功建築於合作上，正因個人力量有限，我們才需互助合作已達成更大成效，因此，合作可謂成功的要素。

合作能為團隊帶來更豐碩的成果，一支蠟燭之光雖縹緲微弱，但若集結上百支蠟燭，其光明足以點亮無垠黑夜；一滴水雖無法滋潤或使何物鏽蝕，但一道涓泉卻能磨損磐石。凝聚了點滴眾人之力，最後所形成的能量不容小覷。譬如：校慶運動會時舉辦的大隊接力比賽，取勝關鍵並非選手有多快，而是接棒的時機和流暢度，而接棒奠基於選手間的團隊精神及默契，即合作。人非聖賢，無法單手撐天；己力有限，不能單打獨鬥。或許有些強者能力可畏，但是百花齊放所贏得的讚嘆聲遠比一枝獨秀浩大。合作更是相互扶持的一種表現，「野雁效應」即團隊合作之精神，成員們會幫助團隊內的弱小者，領導者疲倦時，遞補者適時頂替，野雁才得以自由翱翔於南方溫暖的晴空。合作，造就佳果。



不僅於重要關頭引領人們邁向成功，合作也遍布於日常生活中每一個不起眼的小角落。譬如：中餐時，抬菜的同學們兩兩一組，一起抬起笨重的餐桶送達教室，全班同學才得以享用美味的午餐；又好比較內的海報比賽，若僅憑學藝股長之力一人完成，海報極可能無法準時繳交，四至五位同學齊心協力塗上顏色，原本單調素色的海報紙才會被斑斕的色彩渲染。合作更能使原先素不相識的陌生人變成情感深厚的工作夥伴，甚至成為彼此一生的知音，如：原在不同崗位工作的同事因工作認識對方，在合作的過程中逐漸了解彼此並建構出堅固的友誼。由此可見，合作不但可為團隊帶來更好的效應，也在互助過程中與夥伴產生密不可分的羈絆，進而廣結益友，豐富人生。

孤雁難飛，孤掌難鳴，《易經》載道：「二人齊心，其力斷金。」合作已成為取得成就的必要條件。若社會中的每一人皆為一顆齒輪，每一格齒皆緊密咬合，同步轉動，社會才得以持續運作。從今起，力踐合作，完成每一件我們無法獨撐的事情並培養默契，體現團隊精神吧！



品格核心價值——欣賞



處處皆是美

新興高中學生 簡甄誼

「萬物靜觀皆自得，四時佳興與人同」，道出了詩人程顥閒暇時的心境，若是保有一絲喜悅的思緒，用「欣賞」的角度看待世間，又有什麼事做起來不從容自得呢？此種認真率性的處世觀，與林語堂先生所述「悠閒的生活始終需要一個恬靜的內心，樂天曠達的觀念和盡情欣賞大自然的胸懷」相呼應，提醒了鎮日汲汲營營於凡塵俗事而忘了欣賞的我，若是能夠處處留心，落花水面亦是一番風情。

「欣賞」亦即以歡喜的思想來看待事物，舉凡悠遊於碧色天空的蓬鬆白雲，每日都在藍天遊蕩，何以我們竟不察覺？仔細欣賞田埂小草，亦有箇中滋味，看它不畏風雨的向上伸展，要在土裡鑽出一片天，不得不「欣賞」它的堅毅。平凡無奇的行道樹更讓我眷戀，看它們肩捱著肩，樹枝盤根錯雜；腳接著腳，根系廣布蔓延；手搭著手，針狀的細葉親膩接觸，陽光自葉的細縫擲下，如音符跳躍，隨著光影舞動，灑落一枚枚銅幣似的光點，使我欣賞之際，不禁懾服於大自然旺盛的生命力。

我對「欣賞」有最深的體悟便是兒時在祖母家邂逅的晨光。當我掙扎著身子，孩子氣的搓揉著惺忪的睡眼，在地面如甦醒的毛毛蟲蠕動著身軀。霎時間，半圓形的天空屏幕，天際



邊緣處漸漸披上了一襲鵝黃的薄紗，好似是金黃蕾絲妝點著天地的石榴裙擺，一縷一絲的白雲來回擺盪，舞動著它曼妙的舞姿。不出幾刻，田野燃燒起絢麗的火光，自遙遠的紅心通透處條地爆裂，掙脫黑暗的枷鎖，田埂、農舍、竹林、莊稼剎那間糝上了點點金粉，蟲鳥禽獸皆被這朝陽喚醒，賦予嶄新的生命力。我就伏臥在阡陌中央，癡癡的看著這場清晨饗宴。赫然我發現祖母端坐在我身後，同我一夥「欣賞」這壯麗的色彩。

望著漠楞楞的曙色，我體內的細胞登時鮮活起來，用盡肌裡去感受陽光中的那一份溫存，讓他在我的體內恣意奔馳，流淌過我的心扉。祖母跟我說了一個故事，在她兒時的動亂年代，戰爭、災禍不歇，當時他們對於能遇見翌日的陽光是萬分的感謝與悸動。在祖母溢滿淚絲的眼眸，我似乎聽見了它背後的意義，對於我們習以為常、視為理所當然的陽光，是何足珍貴？數日來我們清晨覺醒，可曾聽見晨光踏入窗櫺的腳步聲，大半的人不過視而不見吧！對我們而言，它是何足道哉？用心「欣賞」過後，便會發現，它，不僅滋潤這一畦畦的淨土，更滿載著朝來人們的希冀與盼望，我們是否能靜下心靈，用心體悟，欣賞著這日日相隨的點點滴滴。

兒時的金光熠熠像蠶絲般緊緊纏繞著我的心扉。而後的求學生涯充斥著壓力，少了這般欣賞陽光的際遇。一日，我索然無味的嗑著晚點，倚著校舍的圍欄，須臾一束雷電似的強光映照在我的餐盒上，在鐵製的外殼上刺下了金光點點。猛然將視線投射於千里之遙，只見一

顆黃澄澄、光華透亮如熟透的蛋黃的巨製火球、在橘紅布幕中滾動，踏著刺天的山崖，乘著雲彩，順著山岩的稜線滑落、隱沒，直至他結束了一天的工作消失在天地接縫處。那落日餘暉像是一劑強心劑，將我從卷卷書海的壓力之中，拉了回來，好提醒我忙碌之餘，怎可忘卻「欣賞」週遭事物呢？沈醉在月光與夕陽調酒中的我，忽地發現這段日子不過為了考試而喪失了對萬物的熱愛與欣賞，變作宛如高速列車行駛於軌道上，只在乎自己的目的地，反倒忘了欣賞沿途最重要的美景。此番與太陽再度相遇，將我拉回我所生存的世界，聆聽晚霞照耀下群雁的鳴聲、夏日樹梢上的蟬嘶、汽車馳騁於柏油路的壓壓聲、街頭年輕人輕鈴般的笑聲，登時腦海中不再為成堆的書所堵塞，心境豁然開朗，換了一種心情，也換了看待事物的方式，彷彿重返對朝陽入迷的兒時，以欣賞的眼光坦然面對，領悟到這個世界何其美好！

因此我們當放寬心，以一顆開闊的心，面對不論是自然界的萬物、生活中的友人、家鄉的風情……，甚至是人生路途中的瓶頸、猶疑、困惑，若是有喜悅的心境，相信總能迎刃而解，並看到其中的美。秉持著「欣賞」之姿來遊戲人間，枝頭上的鳥兒亦是你的朋友，點點滴滴用心欣賞，周圍處處便皆是「美」。



心美，看什麼都順眼

會稽國小

莊熾蓉老師

英國大文豪莎士比亞曾說：「事無善惡，乃在於人們想它是善是惡。」美是一種無法定義的抽象事物，亦無法以一言以蔽之，端看我們如何用欣賞的角度去體會及感受，用「心眼」去看，往往會得到許多「肉眼」看不見的瑰寶；相反的，若常以嫌惡、批評的角度去看，那麼所見之事，就盡是醜陋。

宋朝的大文學家蘇軾，曾有一件令人津津樂道的軼事。有一次，蘇軾和私交甚篤的佛印禪師一起靜心坐禪，結束後，蘇軾問佛印禪師：「你覺得我禪坐的姿勢，看起來像什麼？」佛印禪師回道：「像一尊佛祖。」蘇軾聽了心中非常滿意，這時，佛印禪師反問蘇軾：「那您覺得我的姿勢，又像什麼呢？」蘇軾漾起一抹淺笑，不加思索地答道：「像一坨牛糞。」佛印禪師微微一笑，雙手合十並說聲：「阿彌陀佛！」蘇軾回家後，得意洋洋地將這件事和妹妹分享，妹妹聽了之後，不以為意地對蘇軾說：「佛印禪師心中全是佛，所以所見的全是佛，你自己想想你心裡全是什麼吧！誰高誰低，一下就表露無遺。」蘇軾拈了一拈鬍子，暗自認同妹妹的看法，也為自己的無禮感到羞愧。

不管是大人、小孩，人人都希望能被欣賞、被讚美與認同。如果我們能夠多說讚美的話，少說批評的壞話，用美麗的心去享受世上的人事物，你的所見所聞將會更開闊，與人的關係也會更和諧，因此戴晨志先生有句話說：「多說讚美的話，會使敵人變成朋友，常說損人刻薄的話，會使朋友變成敵人。」因此學習多欣賞別人的優點，包容別人的缺失，讓所見的世界充滿美的影子。

欣賞與讚美，有如口吐鑽石，是一種良善的品德，但是我們卻常常放大別人小小的缺點，對於他人的優點，往往吝於給予讚美，甚至選擇視而不見。就如同在黑板上，點上一個小白點，人們往往只看見那小如粟米的白點，而不見旁邊那偌大的黑板。如果我們能適時的讚美與欣賞他人，真誠的表達自己對他人的正面感受與想法，不僅能提升自己的品德，也能讓對方如沐春風，形成雙贏的效果，何樂而不為呢？



可敬的對手

復旦中學學生

姜承穎

如果人生是一場馬拉松賽跑，在一整個路程中，必定會有與你實力相當、不分軒輊的對手。努力的對手必會堅持到底，拚盡全力去追趕領先者；懶惰的對手則會看輕自己，只追求跑完賽程，留下了遺憾；甚至有自詡不與人爭的對手只對眼前的好處感到滿足，反而放棄了挑戰，直接將冠軍拱手讓人。

曾經，我有一位可敬的對手。我們是深交已久的「青梅之交」，從小便無話不談，培養了深厚的友誼。直到了國小五年級的時候，我們彼此展開了一場大戰。那一年一度的自治市市長選舉，我和她都幸運的成為班上的代表。剛開始，我們彼此還是一如以往，見到對方依舊談笑風生，絲毫沒有對手彼此之間那緊張的氣氛。

但是，隨著選舉的日子愈來愈接近，我們之間的敵意也日漸變濃。為了不讓對方贏過自己，我們雙方在下課時各自帶著競選團隊，在學校各地不斷的宣傳拉票，雙方的人馬一碰面更是喊得賣力，紛紛為我們向學弟學妹們拜票。但是，再怎麼努力，最終的投票權仍舊在學弟學妹的手上。最後，只好抱著希望期盼他們的支持了。到了開票的時候，我們倆各自希望能夠打敗對方，獲得勝利，最後，她略勝了我一籌，使我抱著遺憾回家。

自從這次輸給她以後，雖然我們彼此還是保持著良好的友情，但是我還是希望能夠打敗她一次。終於，在五年級下學期末的校內語文競賽，讓我找到了一次復仇雪恥的大好機會。

還記得比賽前的幾周，我們倆正在討論到底要報名什麼項目，沒想到，我們都剛好選擇了彼此最拿手的項目——書法以及作文。一聽見這大消息，我心中暗暗地想：這次，我一定要扳回一成，藉由這場語文競賽，讓我成功的將她擠下那第一名的寶座。

為了在這次的語文競賽中擊敗她，每個禮拜我都把握住僅剩的練習時間，充分的練習，不浪費任何空檔。她一瞧見我如此的認真練習，也跟著卯起來拚命的準備。但是，愛因斯坦說的好：「耐心和恆心總會得到報酬的。」，漸漸的，她慢慢地失去了耐心，放棄了準備，而我知道，競賽的第一名就在不遠的地方了。

到了比賽的當天，我們兩人在試場相遇，她半開玩笑的說：「你可要手下留情喔！」我只是笑了一下，沒有回答。但是我們都知道我心中真正的想法：我一定要拿下冠軍，絕對不能再敗給妳了。

「鈴~~~~」書法比賽的鈴聲響起了，所有的選手各個都使出渾身解數，我們自然也不例外。比賽時，我們不斷看著對方，就等著誰先發生失誤，沒想到，那天我狀況極佳，字寫得相當的流暢，離開時，我還用眼神示意了她一下：我今天的狀況超級好，第一名準備是我的了！



緊接著，就是作文比賽了，我抱著無比的信心，一派從容地進入考場。她一看見我那麼的輕鬆，倍覺這場競賽大勢已去，她想奪得第一更是難上加難。這樣一來，我要成功登頂便更加的容易了，整場比賽，我都帶著笑容，原子筆在稿紙上飛躍著，不曾停下來過。最後，要回到班上時，我的心情十分的愉悅。

到了放榜時，我和她都迫不及待的上學校的官網查詢成績。果然，不出所料的，我拿下了書法及作文的雙料冠軍，我整個人簡直就要開心地飛上天了，過了不久，她走過來，對我說：「這一次你贏了，那我們還是好朋友吧？」我們兩人都相視而笑了。

在小時候的學習過程中，我很慶幸自己能夠有這麼一位可敬的對手，我們不但是彼此的好朋友、好夥伴、還是彼此最好的知己，而我也從她身上學得了不少好東西。當然，每個人的一生中，也不免有這位總是與你一起作戰、互不相讓的對手。其實，你不必去懊悔為何又敗給了他，這反而是一次很好的機會能夠讓你從他身上學得他人的優點與長處，也能讓你從中培養自己不服輸、堅持到底的毅力。最後，期許大家，別再老是埋怨自己強勁的對手為何老是贏不過他，要從中學習到當中的意義，並打從內心的欣賞與稱讚，才是最佳的態度。

生命的鬥士——蓮娜瑪莉亞

大崙國小學生

林敬婷

你能想像自己沒有雙手嗎？你能想像你的左腳只有右腳的一半長嗎？蓮娜瑪莉亞就是這樣的小孩，但她還是靠著不屈不撓的精神活下來了。

一九六八年，蓮娜瑪莉亞出生於瑞典哈布市，剛出生的她，就已經沒有雙手和半條腿了，但她的爸媽卻下定決心要撫養她長大。蓮娜瑪莉亞從三歲開始學游泳，二年級時，就可以自己游完兩百公尺了。她還在一九八八年參加夏季帕拉林匹克運動會，獲得仰泳第四名、自由式第五名和蛙泳第六名的好成績！不只是這樣，蓮娜瑪莉亞也是一名福音歌手，更成為了世界知名的演唱家，榮獲瑞典皇后個別接見，在全球共發行了八張專輯，舉世聞名。

沒有了雙手，生活必定會遭遇到許多困難，蓮娜瑪莉亞卻在生活上的大小事均能自理，她獨立、自信，用腳完成所有用手能做的事，用腳打字、拿筷子、開車、彈鋼琴、刺繡……等，許多看似不可能的事，她都一一辦到了，甚至比雙手雙腳完好的人做得更好，真是不可思議！



「蓮娜瑪莉亞雖然是重度的殘障者，卻是心靈上的巨人。」這句話說得一點也沒錯呢！她也是一個懂得感恩的人，不僅經常參加公益活動，還到各地去演講，鼓舞了許多人。我回想自己曾經在練鋼琴時，因彈不好而灰心喪志，甚至想乾脆放棄算了。然而，蓮娜瑪莉亞不向命運低頭的影像卻浮現我的腦海，相較之下，我實在是比她幸福、幸運千百萬倍，怎麼可以小小的挫折就輕易的放棄，甚至自暴自棄呢？當下，我決定不輕易投降，意念有了一百八十度的大轉變，讓我重新打起勇氣與自信，全力以赴的努力學習。

生命的意義不在於長短，而在於活出價值。蓮娜瑪莉亞曾說：「人生中有許多事情可以抱怨，但也有許多事情值得感恩。」她不抱怨沒有手，反而坦然的說：「我不需要手，因為人生的快樂並不在於有手，而是生活裡有沒有愛。」這就是我佩服、欣賞她的原因。蓮娜瑪莉亞的生命故事鼓舞了我，她的積極努力和永不屈服的堅定意志，是我生命中永遠不會墜落的太陽，給我無限的溫暖，也指引我光明，使我更加積極努力，一步步邁向人生的康莊大道！

生活總是無限驚喜

新興高中學生

鄭筠潔

在處處豎立著水泥高牆的都市叢林，視野，往往被狹小的玻璃窗框所侷限；心，也不如往昔純樸年代的寬廣。但，真是因時代改變才使人盲目的追求生活的進步，又抑或是欣賞的眼光被物質生活而阻擋？

路面因雨水的浸潤而潮溼不堪，空氣也因水氣的入侵而瀰漫著幾分煩躁，或許是受到氛圍的影響，行人規律的腳步也顯得格外急躁，而我所處的地方正輕柔的播放著悠揚的古典樂，這份悠閒與擦得發亮的落地窗外形成鮮明對比，使得此處正如世外桃源，旋律偕著咖啡香氣，低調優雅卻又引人注目的跳著無可挑剔的雙人舞，咖啡廳裡的顧客也愉快的享受著這難得的演出。正當我陶醉於這樣的空間時，忽然瞥見窗外灰暗的雨景似乎起了些變化，起初，我並沒有意識到使得景色變化的原因，只察覺那陰沉的畫面頓時出現了生機。

窗外鵝黃色的人行道與雨水的交流，照映著灰暗的天，一個穿著雨鞋的孩子天真的



打斷了它們，一腳踏進了它們的兩人世界，但它們並不感到驚訝，反而以鑽石般炫目的水花迎接了稚嫩的臉龐，那個孩子無視於周遭的急躁與行人匆匆，我想此刻，唯有他懂得欣賞週遭的事物，無論是潮溼悶熱的空氣又或是閃著光的天的淚滴。即便位在繁忙的都市，孩子天真純淨的性格也絲毫不為外界所影響，而反觀需要安靜空間才能懂得欣賞的我，更值得欣賞的是孩子在嘈雜喧囂的城市依然能夠以美的眼光看待物質以外的世界，他並不在意水花是否沾濕了鞋襪，而是單純的欣賞那份世界帶給他的快樂。

欣賞，並不會受到環境的影響，卻會因為心境而改變。當我們因為找不到週遭的美而煩惱時，不妨放下那些使我們忙碌追求的事物，打開那些被阻擋的視線，其實，可以發現世界蘊藏的禮讚並不少，只是懂得尋找的人並不多罷了。當我們懂得欣賞時，會發現生活總是會給你無限的驚喜。

欣賞

內壢國中學生 張竣凱

在我們生活周遭的朋友，能具有欣賞特質的人，往往屈指可數。當朋友熟識之後，幾乎都是拿對方的缺點來評議或開玩笑，放大了彼此的缺點，而對於優點也比較吝於讚美，更遑論以欣賞的眼光，多加以稱許鼓勵。懂得欣賞他人優點，往往可以鼓勵他人在人生的大道上積極向前，擁有自信；只看見他人缺點並加以放大，也往往會帶給人負面的阻礙，成為絆腳石或將人們帶往不正確的不歸路上。

欣賞別人的優點，是互相建立友誼的第一步，每一個人在生活中都渴望得到別人的欣賞和稱讚。例如：在生活中，我的體育表現好，當師長、同學們看到我的表現稱讚我時，我的心中充滿了喜悅，覺得很有成就感。大家欣賞我的眼光，帶給我滿滿的自信，鼓舞著我，讓我積極向前邁進，進而爭取更好的表現。而每個人都不希望自己的缺點被公諸於世，並加以詈罵。當缺點被放大，進而被嘲笑或是被批評，我想他的自信心也會因而受到傷害，甚至有可能會一蹶不振。被欣賞會成為動力，被詈罵，則會使人心情低



落。所以「欣賞」是一股鼓勵人積極向前的重要原動力。

我常常效仿某些人的優點，用以砥礪自己，以期修養自己成為更好的人。像是有個人他的個性很樂觀，在班上，他是全班的開心果，他總是正向的看待每一件事情，一到班上總是笑咪咪的。我欣賞他的樂觀正向。什麼事都要積極正向才有向前邁進的動力。如有個賣鞋子的廠商，派遣兩個年輕人去非洲視察，其中一個悲觀的認為沒希望了，因為他們都不穿鞋子，根本就賣不出去。另一個年輕人則認為太好了，他們都不穿鞋子，有好大的市場可以賣出去。這兩個年輕人，是不是後者較具有發展的潛力呢？因此我欣賞正向思考的同學，也學習他的優點，期許自己也可以做一個正向積極的人。

欣賞就像是一座建立友誼的橋樑，只要不互相欺騙，摧損這座堅毅的大橋，不管風吹、雨淋、日曬都吹不倒它。「欣賞」讓我們的生活更加和諧，也更具有積極向前動力！

欣賞身邊的事物

新興高中學生

羅唯中

欣賞，正所謂享受美好的事物，領略其中的趣味。

欣賞是人類文化發展的觸媒，因為有欣賞，所以文人寫出了不朽的佳話，比如李白的〈花間獨酌〉，寫下了月亮、影子與人之間的奇妙互動，欣賞著融融月色下與影子舞出的雙人舞，雖然一個「獨」字，看似寂寞，卻在李白獨具慧眼的觀察欣賞下，變成了熱鬧月下嘉年華。蘇軾的〈念奴嬌〉，一句「亂石崩雲，驚濤裂岸，捲起千堆雪」，試著閉起眼睛，想像著那畫面，有誰會懷疑赤壁的雄壯山勢，與惡水的滾滾奔流。像《老殘遊記》中的王小玉說書，劉鶚因為欣賞了王小玉的說書，將之化為遊記，所以我們能想像，小玉的眼如何的黑白分明，他的說書，如何精彩，如何餘音繞樑三日不絕。

因為有欣賞，所以畫家畫下了傳世的經典，米勒的《拾穗》，應該也是在欣賞了農夫揮汗如雨辛勤耕種的感動下，才能畫下如此觸動人心的作品。塞尚的風景畫，總是清楚地捕捉光影的明暗與對立，而雷諾瓦對於女性形體的描繪，也是令人嘖嘖稱奇的，若



是人類的文明少了這些不朽佳話與傳世經典，那該會有多麼貧乏，而我們是否就少了很多可以欣賞的東西呢？

在這個很多事都數位化的年代，知識爆炸，電腦、平板、手機充斥，人人人手一機，看似大家可以更容易去欣賞更多的人、事、物，但是請捫心自問，你有多久沒有仔細地看看你的周遭呢？親近如你的家人，你仔細看過爸爸頭上的髮是不是又少了呢？注意到媽媽的魚尾紋又深了些嗎？

你多久沒有從手機遊戲中走出來，看看你住的地方，是否又多了些建築，少了些綠地。你多久沒有注意到四季的變化，欣賞春的風和日麗、姍紫嫣紅，甚至它的花香鳥語、鶯歌燕舞；欣賞夏的驕陽似火、炎天暑月，還有它的荷綠迎風、花紅似錦、麥浪翻雲；欣賞秋的西風落葉、楓紅片片、天高氣爽，以及聞著它的桂花飄香、老圃黃花；欣賞冬的天寒地凍、白雪靄靄、朔風獵獵，和它迎春時那萬物雖凋零，卻再度復甦的盛景。你多久沒有好好品一壺好茶，細細地體會茶中的甘韻，讀一本好書，拍案叫絕呢？

人少了觀察，沒了欣賞，生命是空的，沒有感動，缺了情感，又與殭屍何異呢？朋



友們！何不收起你的手機，關上你的電腦，看看你的四周，也許有很多令人感動的細節可以讓你欣賞。看著爸爸髮線的推移，那是對家的責任，看著媽媽臉上刻痕的變深，那是對我的慈愛，看著我的家鄉一年年的變化，水泥叢林林立，也許是進步，也許是墮落。生活周遭的每件事，只要你細細欣賞，仔細品味，總有令人感動的瞬間，也許我沒有文人墨客的才能，可以有傳世佳話，但是我仔細認真地欣賞我的每一天每一刻，不再讓我的時間浪費在電子產品上，我相信可以活出更精采有內涵的人生。





欣賞筆構的美

新興高中學生

李孟軒

筆，在潔白如雪的紙張上跳躍著；筆尖，流淌出一條條蜿蜒河流。隨著時間滴答滴答的過，一個個空心的堡壘逐漸被文字精靈填補。我喜愛寫作，總認為與筆一起舞動是世上最幸福之事。而牽起我與寫作這段緣分的幕後推手便是那一位我最欣賞的作家——張曼娟女士。

一次，漫步於圖書館中的我，隨意瀏覽著那架上不勝枚舉、各式各樣的藏書。霎那間，角落一本朱紅色的小書，把我的目光吸了過去。輕輕抽出，只見簡單卻又不失莊重的書皮上寫著斗大的幾個字《青春，是冰做的風鈴》這是多麼引人遐思的八個字啊！禁不起好奇心的誘惑，我翻開了封面，就這麼展開了我與張曼娟女士的第一次相遇。

掉入文字的漩渦，我徜徉在一則則動人心弦的故事中。張曼娟女士領著我走過了她的青春年華、開啟了我從未見過的新世界。只可惜意猶未盡時，書本翻了個身又再次被闔上，而我卻仍深陷在其中，無法抽離。當下，毫不猶豫地，我拾起手邊的借書證，一股腦兒地將書架上三、五本張曼娟女士的作品，全都抱了回家。

張曼娟女士總用著樸實卻細膩的文字述說人生，寫出一句句撫慰人心的話語。在《青春》中，我欣賞她對人生的積極與正向；在《呼喊快樂》中，我欣賞她正視問題時的勇敢；在《海水正藍》中，我欣賞她面對過節的寬容不計較；在《愛一個人》中，我欣賞她珍惜當下的態度……除了一篇篇故事的領悟，更重要的是我欣賞她從筆下傳遞給讀者的美感，那就如高掛蒼穹的一彎彩虹，總能讓人嘴角微微上揚。

羅蘭曾說：「氣質之美與其說是來自內心的修養，不如說它是來自一種對美好事物的欣賞能力。這份欣賞力就使一個人的言談舉止不同流俗。」透過欣賞的角度看張曼娟女士的作品，我體會到她看世界的那份氣質之美，並將美傳遞到了所有讀者的周圍。日積月累，由於這份「美」，使我的視野不再如此平庸，而是能夠望見那更深更遠的風景。

自此，我提起筆，我冀望自己也能著出一篇篇蘊含氣質之美的文章，將這份由欣賞所構成的美，瀰漫在社會的各個角落。



欣賞，讓「視」界更美好

慈文國小學生

劉冠昀

欣賞，是一把鑰匙，打開人們的心房；欣賞，是一把火焰，溫暖他人的心；欣賞，是一盞明燈，讓對方看見無窮的希望。欣賞，讓「視」界更美好。

欣賞，是人與人之間的潤滑劑。一句真摯的讚美、一個溫暖的肯定，都能讓人擺脫沮喪的囹圄，擁有快樂的心情。欣賞不是虛情假意的阿諛奉承，不是假惺惺的甜言蜜語，而是發自內心的誠摯肯定。春秋時代，齊國的鮑叔牙生在富貴門第，管仲家貧但才華出眾，鮑叔牙對他讚賞不已，兩人家境不同，卻相交至深。管仲說過：「我曾經替鮑叔牙策劃謀略，卻使他挫敗，陷於困境，鮑叔牙不認為我愚笨，他知道時運有順與不順。我曾多次作官多次被國君驅逐，鮑叔牙不認為我無能，他知道我沒有遇上好時機。我被囚禁遭受屈辱，鮑叔牙不認為我無恥，知道我有胸懷天下的大志。真所謂：生我者父母，知我者鮑叔牙也！」像鮑叔牙這樣能做到推賢舉能而不嫉妒，真誠的欣賞管仲的才華，被孔子譽為真正的「仁者」。誠心的欣賞、不凡的氣度，能夠讓眼見更開闊，不再只是侷限在自我的留戀。「心」賞，讓「視」界更美好。

欣賞，是一條無形的線，不知不覺地拉近種族間的距離，不再懷有對其他種族的鄙視，

敞開心胸，讓欣賞的甘甜流進其他種族的心田。美國前總統林肯秉持不分膚色、尊重不同種族的理念，在西元1863年發布《解放黑奴宣言》，他以寬闊的胸襟，接納黑人與白人的差異，用欣賞的眼界，提升黑人的地位。而在146年後，美國選出首位的黑人總統——歐巴馬，實現了林肯所追求「人人人生而平等」的理想，終於克服了長久以來社會上種族歧視的偏見，這不僅是美國不可思議的奇蹟，更是美國人民的勝利。因為敞開心胸，誠心欣賞，消弭了種族膚色之間的差異，讓大家都生活在公平、正義的環境下，人人發揮所長，都有均等的機會為國家貢獻一己之力，就如同歐巴馬當選美國總統一樣。身在「地球村」的我們，更應該以兼容並蓄的態度，欣賞與接納不同種族的文化。如果人人都以輕視的眼光看待與自己不同的種族，失去發自內心的欣賞，這個世界充滿的敵意，那是多麼可怕呀！拋開對其他種族狹隘的偏見，誠心誠意的給予對方一個欣賞和肯定，會發現：因為欣賞，而讓這個「視」界更開闊、更美好！

如果人與人之間的情誼是一座橋樑，那麼欣賞就是搭建橋樑的木頭，需要一點一點的「欣賞」累積。當我們換一個角度看，用欣賞的眼光看待一切時，將會發現，這個「視」界，因為欣賞而更加美好！



為自己按個讚

北科附工學生

戚禹璇

大鵬鳥不必羨慕學鳩與蝸，牠所擁有垂天之翼可以扶搖直上九萬里。學鳩與蝸也無需因自身的渺小而感到難過，牠們的嬌小能使自己更加敏捷。無論是千里之身的大鵬鳥還是小巧無比的學鳩與蝸，都擁有自己生命的價值。世間萬物都有存在的意義，肯定自己、相信自己，為自己按個讚，給予自己的獨特最動聽的讚嘆。

泰戈爾曾說：「生命是荷葉上的一顆露珠。」每一顆露珠折射出的光彩都不盡相同，就如同每一個人的生命都是屬於自己且獨一無二的。而在生命之中，我們應該去發掘自己的美好，認真的認識自己、肯定自己。

為自己的智慧按個讚，時代的巨輪不斷地轉動著，資訊如茫茫大海湮沒人們，其中也會有許多魚目混珠的謠言。然而，即便身邊有五花八門的訊息充斥著，我們仍能化明辨是非的智慧為明亮的燈塔，雞鳴不已於風雨，在混沌的資訊之海內找尋真理。

為自己的勇敢按個讚，稚鳥初展雙翅，乘著勇敢的風，飛往湛藍的天空。當我埋首於高疊的試卷間時，我也曾徬徨恐懼，總感覺自己在過著別人的人生，無助且害怕。直

到升學考試步步逼近，我才真正的與自己對話，從前不敢面對的事情皆挖出來一一審視，未來若是都在充滿公式的世界生活真的會快樂嗎？曾經的躊躇似成了過往雲煙，我毅然決然的轉換跑道，自資電類轉為其他類組。有時我們之所以猶豫，其實都是在尋找一個突破點。有些人下了極大的決心轉換了跑道，但也有些人因諸多原因而無法捨棄所學。化勇氣為帆，乘風航向夢想的彼岸。

在成長的路上，我們就似一株株樹苗，有溫潤和煦的晴天相伴，卻也有烏雲遍佈的陰霾。在發芽的過程中，或許會有父母師長的鼓勵為肥料照料我們，但在日漸茁壯後，我們在面臨挫折時，更多時候需要的是自己的調適。將暴雨看作是滋潤自己的美好；將逆境視為成長的墊腳石，無論是遭遇失敗還是獲得成功都為自己的成長按個讚，給予自己最熱烈的掌聲。

我在屬於自己那最獨特的航道上，將以智慧為指引方向的明燈，勇氣為乘風破浪的船帆，無論是陽光普照還是暴雨雷鳴，海浪都將化為掌聲相隨。



與忌妒的一線之隔

陽明高中學生

卓樂

車水馬龍的十字路口，緊鄰著綠意盎然的小小公園，散發出大量清新的芬多精，卻在下一秒被無情的廢氣所遮蔽。人來人往，踩在那一片柔軟的草地上，一下又一下，在堅韌的小草株施加令人恐懼的壓力，一下又一下。每當又一次的被踩過，小草總會抬起它沾了灰塵的腦袋，望向步道旁的樹蔭，再看向樹道旁高聳入天的榕樹，粗壯的主幹，年歲造就的氣根，心中不免是種感慨，卻又是一種欣賞且渴望的態度，欣賞對方的高大挺拔，欣賞對方能做無數小生物巢穴的度量，而小草所不知道的，是榕樹對它同等的那份欣賞。那樣的堅強，那樣的勇敢，不畏巨風，不畏暴雨，不畏人們的刻意攻擊，更不畏那落在頭頂的灰塵與非自然的產物，這樣的堅韌讓榕樹由衷欣賞。

欣賞與忌妒，僅僅有一線之隔。同樣是看著優秀的一方，同樣是由心出發的感觸，惡意與善意卻足夠造成截然不同的結果。若是欣賞一個人，我們會由衷的讚賞，也許會羨慕或者愛慕，但那就如同看著一幅精心繪製的藝術品，一筆一劃，每一個顏色的分配與組合都是心血，都是絕妙的巧思，會好奇背後的艱辛與努力，會發自內心的讚嘆與欣賞，但若是起了破壞與毀壞的慾望，那便成了惹人畏懼的忌妒。而忌妒，不同於欣賞，即使仍是看著比自己更

為優異的對象，那卻是一種渴望毀壞的衝動，渴望讓自己更加優秀，所做的卻不是學習與讚賞他人，而是讓他人消失，讓自己變成優秀的存在。若小草欣賞大樹的粗壯，會選擇遠遠的觀賞與悄悄地凝視；若小草忌妒大樹的挺拔，會期待強勁的風雨，足以拔起那伸直地面的粗根。若大樹欣賞小草的堅韌，會想替他除去頭上的灰，製造更多讓他清新的芬多精；若大樹忌妒小草的勇敢，會渴望每一個公園除草與割草的日子。

不只是如此，人類有著欣賞他人的特性，卻也是習慣善妒的生物。從小到大，優秀的人與天才充斥著這個社會。他們散佈在每個人的人生中，家庭、學校、職場，幾乎無所不在的隨意踏入每個人的人生。宛如那筆直發亮的路燈，白天時，他和彼此一樣享受的暖和的日光，卻在夜晚時，獨自散發光彩，奪取了所有人的視線。因此，有人做一隻飛蛾，全心全意，無法遏制的渴望襲擊破壞那盞燈，卻遭到了烈火焚身的痛楚；也有人做一隻蚊子，在人們欣賞且欣羨那抹光芒時，猝不及防的從後面咬上一口；更有人甘願做一隻小小的螢火蟲，發著自己的光，不是那麼明亮，卻打從心底欣賞著那抹比自己更強烈的光芒，殊不知路燈那不能移動的不自由，不知道路燈欣賞自己能做一抹會移動的自在光芒。欣賞，不是一種示弱，那是一種美德，足以打動每個人，不論是被欣賞者，抑或是你自己。

在我還是個年幼的孩子時，我善妒，我無知，我怨恨過那些比我優異的存在，那是一種打從心底的破壞慾望。我厭惡他人手上比我要昂貴的布娃娃，厭惡他人比我更優異的考試成



績。一直到時光的流逝，我在時間的長河裡逐漸的成長，才學會欣賞的重要性，明白了沒有完人，也沒有人一無所用。漸漸的，我們學會欣賞，學會把那一顆嫉妒的心鎖在腦海的地窖裡，學會說出坦率的讚賞與誇獎，學會看到別人的好處，也學會了看到自己所擁有的一切。欣賞，不只是對於他人，我們也該學會欣賞自己的好，而那並不是孤芳自賞，而是看清自己所掌握的；欣賞，需要隨著時間的酵母發酵，才足夠變得鬆軟，變得惹人憐愛；欣賞，隨著海浪的拍打而變得圓滑而討喜，像一顆顆歷經風霜的鵝卵石，那樣閃耀，那樣的美好。

忌妒造就毀滅，欣賞成就不凡。在你欣賞著他人的同時，說不定也有誰正欣賞著你的作為。小小的草株，總有一日會在欣賞榕樹的過程中看見自己的好，看見自己所擁有的一切。螢火蟲搖曳著一身閃亮的衣裳，最終足以和路燈達到彼此欣賞的和諧快樂。學會欣賞他人，才能夠看見自己的好；學會向他人致敬，我因此從小女孩逐漸成熟。如今，我已經得到那一份出自內心的由衷讚嘆，對我而言，欣賞不僅僅是一種美德，那更是一種成長的證明。

學著欣賞

光明國中學生

曹晏寧

「當一個人懂得欣賞別人，他的世界就會變得無比明亮、開闊。」不知道是什麼時候，也忘了是從誰口中聽到這句話，雖然我早已把這句話的背景、細節徹底忘的一乾二淨，不過，我卻把這句話牢牢地記在腦海裡，不時在我的心中迴盪著。

從前的我很自卑，因為當我很努力的去準備或做一件事，最後得到好的結果時，周遭的人總說：「哇！你的運氣怎麼那麼好！」、「那些厲害的應該是你可憐，故意放水讓你贏的。」這些冷嘲熱諷的話語總是讓我幼小的心靈受到大大的傷害，也在心底悄悄地理了自卑的種子。當它剛長出幼苗時，我因為覺得它不會影響到我而不予理會，但當它繼續吸收養分、越來越茁壯時，我才驚覺它已在我的心中根深蒂固，無法抹去。當我看到別人有傑出的表現時，我沒有辦法正面的去欣賞別人的努力、別人的成功，心裡總會浮出「他只是運氣好」等這類否定的想法，對我自己也是，當我成功時，就會有一個聲音悄悄響起：「這一切都是假的，絕對不可能。」我無法打從心底為別人開心，也無法打從心底為自己高興，只能日復一日的在情緒的漩渦裡打轉。直到我遇見一個人。

她，是個可愛又討喜的女孩，臉上總是掛著甜甜的微笑，見到長輩總會有禮貌地打招呼，還會講一些讓長輩樂不可支的話語。她就是長輩眼中有禮貌又嘴甜的女孩，我眼中的阿



諛諂媚。我根本不想跟她有任何交集，尤其我爸媽總是拿她跟我比較，讓我對她更是不屑一顧。有一天我在彈琴時，她就坐在我旁邊認真地聆聽，當最後一個音落下，她馬上報以熱烈的掌聲，還對我說：「妳的鋼琴彈得好好聽，好厲害，我真佩服妳。」當下我只回了她一句：「假惺惺。」便掉頭走掉。雖然心裡一直告訴自己她只是在諷刺我，但不可否認的，心裡真的不知道為什麼有一點開心。隔天，我又受到她的稱讚，我掉頭就走，走了幾步，聽見她叫我名字，我猶豫一下後停下腳步，轉過頭，他說：「我不管你是為什麼不接受我的稱讚，但我是真心喜歡妳彈奏的音樂，打從心底欣賞妳。妳很棒，你為什麼不能就放開心胸，去欣賞別人、肯定自己呢？」這句話有如當頭棒喝的點醒我，我轉過身，嘴角嘗到一點鹹鹹的味道。

從那天開始，我下定決心要改變自己，我決定先從欣賞別人開始，雖然一開始總是覺得很彆扭，但久而久之，也漸漸習慣了。看到別人被稱讚時發亮的眼神、開心的笑容，我的心中好像也有一個空隙，漸漸的被填補滿了。

直到現在，我仍保有這個習慣，見到別人有好表現時，適時稱讚別人，除了帶給別人歡樂，我也覺得自己變得更不一樣了。當自己有好表現時，我也會毫不吝嗇地讚美自己；遇到困難時，也不再只往壞的方面想，而是會多方面思考如何去解決問題，告訴自己一定可以。雖然只是一個小小的轉變，卻給我帶來了大大的影響。我真的很謝謝當年那個女孩對我的稱讚，讓我懂得欣賞別人，和最重要的，欣賞自己。

隱藏的美

楊光國中小學生 張詠涵

欣賞那一抹淺淺的笑靨，心花便朵朵開；欣賞那輕輕綻放的美姿，腳步也隨之輕盈；欣賞那只屬於每個人的特別，世界亦更加可愛。

「你是我最重要的決定……。」浪漫的樂聲響起，今天婚禮的男主角和女主角緊緊地牽起彼此的手出場了，每一步換來的是熱烈如雷的掌聲，我也嚮往這情景，穿上潔白的婚紗，身旁是我的幸福，握住他的手，一起通往未來的路，開創更美好的明天。忽然，美妙的歌聲傳來，使我從幻想回到現實，映入眼簾的是美麗的新娘子，而我和她目光剛好對上，她對我微微一笑，我也靦腆地笑了笑。

她，有些地方有點奇怪，使我不解，新娘不是都各個美如天仙嗎？仔細一看，她的臉、頸、手臂都長滿斑點，令我害怕不已，到底是怎麼回事？母親發現我的不安，在我耳畔輕輕地說：「她罹患的是紅斑性狼瘡。」

它是一種風濕性疾病，主要發生於女性，當它出現在鼻子和臉頰時，看起來像隻蝴蝶



蝶，而稱之為「蝴蝶斑」。嚴重時關節會發炎疼痛，甚至會侵害全身器官，危及生命。

原來她每走一步路換來的是劇烈的痛苦，但她臉上仍然掛著燦爛的笑容，感受不到一絲絕望，熱情的向觀眾揮手，她的另一半，將要承擔這個重責大任，但他不害怕嗎？下輩子的生活該如何過？我心裡由衷地敬佩，雖然他了解未來會很辛苦，但依然接受。

在他的眼神中沒有歧視，只有關懷；沒有同情，只有同理。頓時，我明白，唯有打開心胸，接納不完美，才能發現萬事萬物完美之處，我暗自允諾：此後，要拋開歧視，學會用欣賞的態度去看待每一個人、事、物。

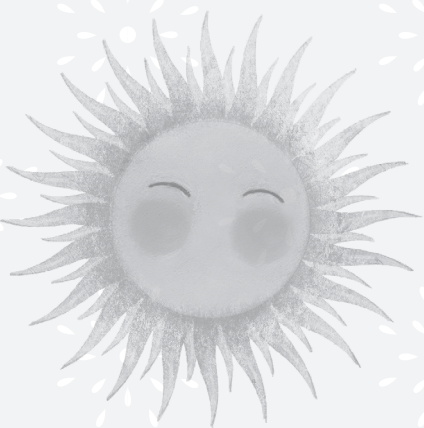
一開始，總是很困難，婚禮之後，我和媽媽走在街道上時，看到一位視障小孩，需要用拐杖查看路況，還得牽著爸爸的手，才能一步步緩慢小心的踏上階梯，令人憐惜，我居然沒自覺：憐惜的眼神對他們來說是一種困擾，反而更讓他們覺得自己跟正常人不同。直到媽媽的提醒：「不要一直看他們，他們要的是尊重，而不是同情。」我才幡然醒悟：深藏我心中的異樣眼光仍在。

之後，我參加了一個營隊，認識了許多新朋友，其中一個男生每隔幾秒就會皺眉

頭，最初我認為這是正常不過的行為，並不在意。有一天在戶外上課，突然下了暴雨，我忘了帶傘，一把水藍色的傘替我擋住雨水的侵略，是他，是這個喜歡皺眉頭的男生。

這是我第一次和父親之外的男生一起撐傘，我並不緊張，反而很興奮，我靜靜的望著他，他忽然轉向我，使我害羞的避開。一句驚天動地的話語從他的口中冒出：「其實我有輕微的妥瑞氏症。」以前的我會馬上逃離，但現在我不會，反而給他一個發自內心的微笑。

看來我的歧視無聲無息地消失了。人性的善良不該被誤解而扭曲，那些因疾病而被迫披上奇特斗篷的人們，和你、我並無不同。「人不可貌相，海水不可斗量。」、「真正重要的東西是眼睛看不見的，要用心去感受。」。讓我們拋去以貌取人的偏見，用心去欣賞他們內在所蘊藏的善與美。



品格核心價值
——勤儉



一粥一飯

新興高中學生 吳真儀

「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力維艱。」在我們的生活中，很多東西是透過那些辛苦、默默努力的人所製造出來結晶，凡舉我們日常所需的柴米油鹽醬醋茶，便是農民們用汗水和辛苦交織而成的產物，所以我們應該抱持著感恩的心去珍惜那些他人努力的成果。

「鋤禾日當午，汗滴禾下土。誰知盤中飧？粒粒皆辛苦。」兒時琅琅上口的《憫農詩》，表達的正是我們應該要有勤儉的節操。農人們天天到田裡工作，沒有周休二日，無論晴天還是雨天，他們都要穿著防曬用品，頭戴斗笠，腳穿雨鞋，前往他們賴以維生的田地。我小時候也曾待在有著台灣穀倉的美稱的嘉南平原一段時間，農人們彎著腰，從插秧到收割，都是維持著這個動作。但是所有的辛苦、血和汗水，都在收割後，雙手環抱著這一期豐實飽滿的黃金稻穗的那一刻，化為溫暖又自豪的笑容。

我也下過田採收空心菜，那毒辣的陽光連穿著短袖短褲的我也無法忍受這高溫，但



農人們卻是穿著長袖長褲和太陽比拚；彎腰也是一大酷刑，年輕人耐力不夠，一下就喊這邊疼，那邊酸的，但農人彎腰彎一個下午卻都沒有抱怨；腳踩著泥濘，我們嫌髒，農人們也不嫌東嫌西的。這就是農民們，有苦不說，只為了給予我們都市最好的農產品，這種節操，我們不該學習嗎？這種農產品，吃了能不抱著感恩的心吃下肚嗎？這樣辛苦的結晶能作為廚餘，我們還懂「勤儉」嗎？

「勤」與「儉」，不可分開的兩個字，有勤無儉、有儉無勤都是不行的。勤儉是美德，能勤儉，才能持家。「勤儉是幸福之本，浪費是貧困之苗。」勤儉從日常生活中慢慢養成，從不浪費到節儉致富，相信我們能從中得到啟發和快樂。讓我們向辛苦的農人們致敬，謝謝他們的辛苦，謝謝他們讓我們吃到好吃的農作物，謝謝他們教會我們勤儉。

我的勤儉老爸

大安國小學生

洪莘閔

說到我的老爸，我的臉上不由得泛起驕傲的表情。老媽常說老爸是最具中國傳統婦女美德的「男子漢」，為何如此形容老爸呢？因為在老爸身上顯現著勤勞和節儉的特質。

老爸出生在水清，是在鄉下長大的孩子，家中有4個男孩子，老爸是老二。

養大4個男孩子不容易，因此奶奶從小要孩子養成勤儉的習慣，珍惜物資不浪費。而這句話也從此變成了我們的「傳家之寶」，爸爸將之當成持家之道，常常對著我們這群孩子耳提面命，告誡著勤儉的重要性。

我的老爸是石材工程行老闆。和一般老闆不同的是，老爸沒穿挺直的襯衫和光亮的皮鞋，他說老闆行頭貴，做起事不方便，還不如穿制服和布鞋工作自在，耐磨又耐髒，一套制服穿了好多年，仍然捨不得丟。媽媽說看到爸爸穿著很難想像他是老闆，不知道的人常常誤認他是工廠的加工員。

媽媽說當初爸爸白手起家，創立公司需要很多的資金，在錢的壓力下，爸爸對於物資十分愛惜，深怕花錢造成經濟負擔。「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力維艱。」在這種體認下，老爸勤儉地慢慢將公司建立起，公司所有用品使用都秉持著節約的概念，凡



小地方從隨手關燈、節約用水、到紙類的資源再利用，老爸的做法是能省則省，省到不能再省。

諸葛亮曾說「儉以養德」。勤儉節約不僅讓老爸慢慢積累財富，同時也培養刻苦創業精神和奮發向上的特質。剛創業時為了增加客源，爸爸常常到各石材行跑業務，每一客戶的要求老爸總是使命必達，甚至有時候客戶工程施工美容效果不佳，老爸也會親自實驗調整美容配方告知，解決他們的難題。老爸做事勤奮的態度，讓他的客戶對他印象深刻，也為公司贏得了好口碑。不僅如此，老爸對我們工廠的加工也是嚴格要求，出貨前常常自己再檢查一次，深怕磨邊不夠工整，石材尺寸切不對，而影響公司的信譽。在老爸凡事必躬親，加上努力不懈的做法下，公司的業績蒸蒸日上。從草創時期的小商店，到現在有一規模制度的公司，都是老爸的「勤奮」和「節儉」的贏來的。

以前我總覺得老爸的節儉習慣只是小氣，勤勞做事就是工作狂。我一直無法體認爸爸的做法，慢慢長大後，老爸勤儉的習慣影響著我，他告訴了我節儉是為了節約能源，讓社會有更大的進步。勤勞可以自己獲得更多的回饋，讓自己離成功更進一步。我的老爸值得我學習，他是我的好榜樣，也是我們家中的支柱。我的老爸有著溫暖樸實的一面，就像和煦的太陽照耀著我們，我最愛我的勤儉老爸。

從古至今的美德

陽明高中學生

林品融

勤儉，就是勤勉節約。它是歷代祖先傳承的民族精神，也是身為現代文明人應具備的優良美德。

縱觀古代，商紂王酒池肉林，為博妲己一笑，不惜撕破千絹萬帛；隋煬帝為觀瓊花，大修運河至江南，耗盡民力修建行宮；清慈禧太后移用公款，延遲國家建設，只為擴建園林。這些上位者的行為最終使得國家的覆亡。

現代社會的浪費行為也層出不窮、不勝枚舉。大至伐林闢地、大量開採石油，小至人們的日常生活，水龍頭未鎖緊、老舊破裂的管線等用水的浪費、電源未關、食物的濫取和囤積……從自然資源的過度取用，到民生物資的消耗，這些行為看似稀鬆平常、無傷大雅的小動作卻積沙成塔，一點一滴的，破壞了自然環境，動搖生態系的根基，最終人類會自食惡果。

在人類科技的進步下，文明的開發必定伴隨著消耗，如何在發展的需求和節制中取得平衡點，也是全人類共同面臨的課題。除了政府強制執行環境資源保護的相關法規外，人們在生活中也要時時刻刻常懷一顆「勤儉」的心，不要過度地取用，避免浪費過剩的情況。擁有著豐沛資源的我們，更應該要知道一米一粥得來不易的道理，一同維持富足安樂的世界。



小時候，國小的器材室裡，總會有一個角落，箱子一個個貼著牆壁擺置，裡頭裝著許多由家長或畢業學長姐捐給學校的校服，一套套洗淨整潔的校服按季節分門別類，整齊有秩的疊置著。任何人只需要在旁邊的箱子裡投入幾個銅板，便可以拿取自己所需的衣物。這些累積的錢則會捐給中途之家，幫助更多的人。鄰居媽媽互相贈送長大的孩子穿不下的衣服，我也在成長的過程中，穿過許多見過或未曾謀面的哥哥的衣服。在這些「傳承」的衣褲中，不僅有人情的溫暖流動，更可貴的是「勤儉」的精神，散播了愛給更多的人。

資訊爆發的時代，人們容易深陷於各式電子產品的五光十色中，逐漸迷失自我，失去夢想，平白的浪費了大好人生。然而生命如此短暫，我們應該珍惜光陰，努力充實自己，讓每分每秒都過的繽紛精彩。「最富有的不是誰擁有的多而是誰懂得利用」，節儉地利用時間，讓自己成為時間的富人。

勤儉，在生活中是不可忘失的品德，我們都應該常存有這個從古至今優良的精神，帶給自己，也讓更多人擁有這份快樂！

勤儉在你我的心田發芽

新興高中學生

黃靖婷

勤儉，自古以來便是眾人尊崇的美德，亦是社會上每個人都應培養的品格。

「一粥一飯，當思來處不易。半絲半縷，恆念物力維艱」，它是持家立業不可或缺的一大要素；「歷覽前賢國與家，成由勤儉敗由奢」，它可讓一個國家富饒，人民安樂；「勤能補拙，儉以養廉」，它更是修身養性、陶冶性情的不二法門。

在漫漫歷史長河中，勤儉節約的代表人物不勝枚舉。漢文帝經常捨棄昂貴的絲緞華服而穿著粗布衣，他寵愛的慎夫人，所穿衣服的裙襬不可拖至地面，他甚至規定緯帳不得繡上過多裝飾花紋。他曾有意修建露臺，工匠估算需要一百斤的黃金，他聞言：「百斤，中人十家之產也。吾奉先帝宮室，常恐羞之，何以臺為！」對於漢朝而言，這並非一個大數目，然而他設身處地的為百姓們著想，因而取消修葺的計畫。由於有漢文帝的體諒，百姓得以受惠，他的合理調配開支與敦厚質樸，不僅成為人民的表率，也開創了漢朝「文景之治」的一大盛世。由漢文帝可知：勤儉不只能改變自身的修養，也能造福他人，這更是值得後是人們效仿的性格。



勤儉以及貪婪僅是一線之隔，然而極端的節儉便轉為吝嗇。財富，象徵一種地位與榮耀，在現實社會中人們的渴望和汲汲營營已數見不鮮。許多人所擁有的財富是他人難以望其項背的，但因貪戀其所帶來的名利與富貴，而不肯付出他的金錢抑或揮霍無度。但是，世界上亦存在與此相反的的人物。台灣知名企業家王永慶，身為台塑公司的董事長，他並沒有因財富而被其蒙蔽，反而以勤儉聞名：喝咖啡時，他將咖啡倒進牛奶罐裡沖淨殘餘的奶精，絲毫不浪費；因工作事物出國時，選擇較商務艙低等的經濟艙搭乘，如此節省、不追求物質慾望的品行，是社會中較為少見的。貧者因錢而富，而要培養勤儉的美德才能使財富累積；富者持有金錢，若要讓錢財有所意義，亦要減低物慾、維持節約。

勤儉不僅限於金錢，在這天然資源逐漸匱乏的時代，人們也應節約日常所使用的能源，在節能減碳上盡一份心力並且身體力行，才能讓地球這個人類的家園永續經營與傳承。所謂：「勤能生財，儉能守成」，勤儉，不僅能積累金錢，就如久旱後的甘霖，它也使我們的心靈滋潤得更加富裕。讓勤儉的樹苗，在你我的心田中發芽、茁壯，將現今社會點綴得更加和諧。

勤儉

青溪國小學生 陳葦虹

俗話說：「習慣是一個人思想和行為的領導者。」壞習慣像流感病毒，每個人見了，都惶恐得想努力避開；好習慣像光彩奪目的鑽戒，大家見了，都趨之若鶩。所以，我認為培養勤儉這個好習慣，是不可或缺的，同時也是成為得勝者的第一步。

首先，養成節約能源的好習慣是最基本的。俗話說：「一粥一飯，當思來處不易；一絲一縷，恒念物力維艱」在學校，樓梯間的電燈，在同學嬉戲時，不小心被打開了，就浪費電；有些同學為了要快，洗完手就沒注意到水龍頭有沒有關緊，水資源也就這樣流失；大家為了求時尚，買了最流行的文具，而丟棄了還完好無缺的用具；有些人為了方便，使用免洗餐具，但用完了卻到處亂丟，不懂得做好垃圾分類。如果我們能養成勤儉的好習慣，不但不會浪費資源，更能幫助有需要的人。

「勤儉」最重要的就是儲蓄。平時儲蓄金錢，當你要用到錢的時候，就不必到處向人借；平時儲蓄知識，就不會有「書到用時，方恨少」的遺憾；平時儲蓄公德，當你遇



到災難、困難的時候，就必定會有貴人相助。有句話說得好：「儲蓄能使人的生活更加美好。」只要我們儲蓄金錢，就能幫助有困難的人，更可以創新生活；只要我們儲蓄知識，就不用用在月考前臨時抱佛腳；只要我們儲蓄公德，就不用怕沒有人來幫助你。俗話說：「聚沙成塔，滴水成河。」一點一滴的知識可以變成智慧；一元一元的儲蓄可以累積財富。不管是智慧或是財富，唯有平日累積，日後才能受益無窮。所以，只要我們儲蓄金錢、儲蓄知識、儲蓄公德，那麼我們就可以活出生命中最美麗的樂章。

沒有一把鑰匙能夠打得開世界上所有的門，沒有一首詩歌能夠歌頌世界上所有的感情。但是我卻認為，養成勤儉的好習慣，能夠讓我們的人生更加美好。所以，我們要培養好習慣，讓自己的表現更上一層樓。

勤儉

桃園國小學生 歐陽婷郁

今年暑假我在外婆家享受了幾天的假期，鄉下生活真是悠閒自在，空氣很清新，也沒有噪音的汙染。鄉村的早晨伴隨著一陣雞鳴聲，便是鄉下人一天的開始。

在鄉下的那幾天，每晚我最喜歡去跟外公、外婆一起睡在通鋪房，某天赫然發現外婆睡前會把冷氣設定在起床前一小時自動關機，一點都不想多浪費一點電，這讓我見識到長輩的勤儉美德，是可以從生活中的大小事著手。

太陽公公升起，我還在賴床，外公早已拿著鋤頭在菜園裡辛勤地工作，他工作完汗流浹背，面露笑容捧著西瓜對我說：「自己種的蔬菜水果好吃又香甜，要多吃一點」，讓我想到了李紳憫農詩中：「鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中餐，粒粒皆辛苦。」我們應該珍惜食物，它是農民們是辛苦耕耘得來的。雖然鄉下的粗茶淡飯比不上城市的山珍海味，但是平凡中帶著一絲甘甜。外公要我們懂得「由儉而入奢易，由奢返儉難」的道理。



外公、外婆家附近的夜市是固定每週一次，那裡吃喝玩樂應有盡有、琳琅滿目，東西物美價廉，常讓我覺得心花朵朵開，購慾不自覺的上升，媽媽見狀，便會澆我冷水，要我當用則用、該省則省，基本的花費是可以，不要什麼都想買、什麼都想玩，這樣就容易亂花錢。

這個暑假的鄉村生活真是多姿多采，好玩又有趣，同時我也學到很多生活上值得珍惜的經驗，原來勤儉是不論何時何地可以從自身做起，也不分男女老幼，品德的培養就是從日常生活中點點滴滴累積而成，勤儉是一種美德，是我們每一個人都應該擁有的品質，從小要養成勤儉的好習慣，人擁有了勤儉之心，就等於擁有了大片財富，惜福便能累積財富喔！

勤儉

會稽國小學生

傅筱蓁

勤儉是一種傳統美德，是中華民族的優良傳統。小到一個人、一個家庭，大到一個國家、整個世界，想要生存，想要進步、發展，都離不開勤儉這兩個字。俗話說：「奢侈為亡國之母，勤儉為建國之本。」足見「勤儉」之重要性。台灣為蕞爾小島，在我們的日常生活中，各項物質資源都是依靠進口居多，取之不易，如果不勤不儉，輕易浪費，很容易耗盡物資，陷入困境。唯勤，才能開源有所收穫；唯儉，才能節流有所積累。因此，若人人都能克勤克儉，則能強兵建國，反之，則可能家破國亡。

歷史上，古今中外勤儉節約的故事不勝枚舉。回顧歷史，戰國時期的白圭，雖經商致富，但仍與僮僕同苦樂；現今首富王永慶，一生勤勞樸實，堅苦卓絕，用心創辦長庚醫院，仍矜恤疾貧，未曾因富有而驕忘當年，這均是最好的典範。正所謂：「勤能生財，儉能守成。」天下沒有白吃的午餐，勤勞可以滿足我們的生活各項物質需求，形成穩定生活，也不易造成生活問題與社會負擔。

然勤儉如此重要，應在生活中如何實踐呢？舉凡說隨手關燈、關水，節省各項能



源；金錢開銷要用度有節，適時規劃，用於刀口上；各項食材即使即期也不任意丟棄浪費。舉手之勞從自身做起，秉持勤儉精神，方能富榮耀足。勤儉是生活中的美德，更是品格教育中不可或缺的一環。懶奢是罪惡之始，過度的慾望容易讓一切失序。身為小學生的我，能實踐於學習與生活上，勤勞讀書，不任意浪費時間；面對父母給予的物資節儉使用，不隨意需索無度；認真做好垃圾分類，不恣意消耗能源。珍惜光陰，善用能源，資源再生，正是當下我所能進行的。

勤儉美德如甘霖，能讓貧瘠土壤結出富裕的果；勤儉美德似雨露，能讓富饒土壤開出智慧的花。古人也曾說：「由儉入奢易，由奢入儉難。」人會因奢侈而忘了節儉的重要，這是我們需自行警惕的，亦是老師諄諄教誨的。因此，勤儉需從生活做起，從習慣養成，從自身出發逐漸內化成品格，進而影響他人，形成氛圍。希望從小小的我們開始，從生活小事中開始，讓我們從日積月累中形塑出自我的品格，當日後成為大人時，能對社會產生一定的影響，如此才不負教育一路上所有老師的用心。

儉以養德

新興高中學生

江采彤

時代的變遷，人們對於自己的生活要求較以前高上了許多，對於富人來說，以金錢換取較高水準的生活品質，不會構成問題；但對於窮人而言，這種花費就成了一種多餘且奢侈的行為了。人們常常夢想著要成為有錢人，想要能環遊世界，想要能住在豪宅中，但人們卻常常忘記一點：一個節省和懂得勤儉的人，才是真正的富人，正如莎士比亞所言：「勤儉是窮人的財富，富人的智慧。」

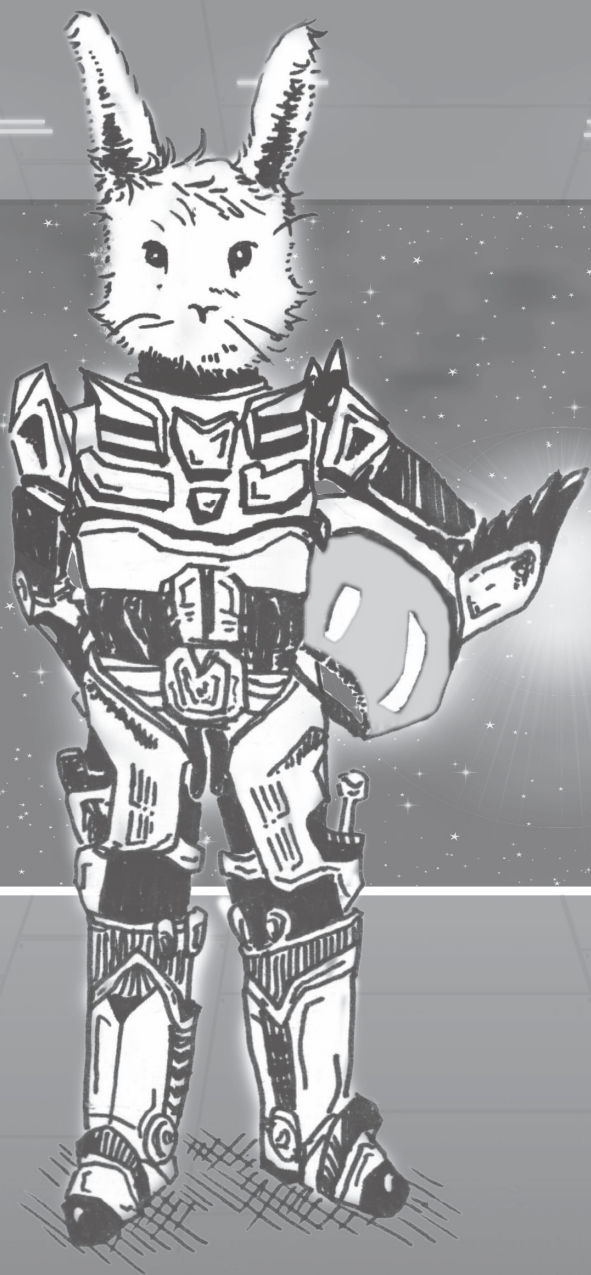
我常常看著住在隔壁的那對老夫婦，他們明明擁有非常多的不動產，是個有錢人家，為何他們仍然願意和我們一樣住在如此狹小的巷弄中呢？住在這裡許久之後，有一天我和那對老夫婦在閒聊時曾問過他們，他們卻告訴我：「一個人富不富有不是依照家裡是否豪華、是否舒適而定的，大家一樣領了薪水，一個人賺了十萬元，一個人只賺了三萬元，但賺得多的那一個人花掉了將近薪水的九成，而賺得少的那個人卻只花了一萬元，我們再回過頭去思考，現在到底誰富有呢？」回家後我努力的思考了一番，為何那老夫富會富有呢？原來是因為他們勤儉，他們不浪費，正所謂：「勤能致富，儉能發

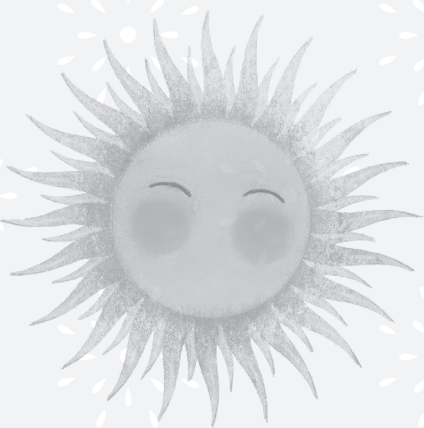


家。」他們真是一對令人尊崇的富人。

真正認識他們之後我才真正領悟到「勤儉」的道理，所為勤儉就是勤奮與節儉。我們活在這世上不管做什麼事情都應勤奮不懈，不怕辛苦不怕艱難，應於忙於田中的農夫一樣擁有勤勞刻苦的精神，勤勞的習性可以彌補能力上的不足，所謂「勤能補拙」正是如此。英國有位學者曾說：「勤儉是致富的秘訣。」一個懷有節儉美德的人，不容易被虛榮心所迷惑，實實在在的生活，我們應該節儉的東西不光只有金錢，像是時間，還有生命……等。

諸葛亮曾曰：「夫君子之行，靜以修身，儉以養德，非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠。」羅大經也曾說過：「奢則妄取苟取，志氣卑辱；一從儉約，則於人無求，於己無愧，是可以養氣也。」可見勤儉是自古以來固有的美德，延續到今天我們又為何不能養成如此良好的習慣呢？





品格核心價值——正義



化恐懼為勇氣

陽明高中學生

陳法融

選舉期間，候選人站上台，緊握麥克風，爆青筋、眼球充滿血絲地喊：「為正義出來投票！」；沒日沒夜為工作打拼的年輕人夜宿豪宅旁，奮力主張居住正義；一大群人追罵少數人，說其薪水待遇不公不義，多數媒體跟著主張所謂的「正義」……這時我們發現，每個人都在誓死捍衛正義，但「正義」究竟為何？很少人真正探究它的意義。

長大後，不斷探索「正義」的意涵，但眼前彷彿有濃霧瀰漫，想撥開前進，卻又深陷其中。但遇見更多人、更多事之後，使我依稀能看見「正義」的形狀。

這喚起了我的記憶。下課鐘響，老師喊下課，便離開教室。班上人人心裡畏懼，表面卻人人「敬重」的「大哥」起身走向一位同學的桌旁，後頭跟著狐假虎威的小弟們助陣，大哥以極為不屑的神情、邊站三七步邊歪著嘴說：「臭死了！幾天洗一次澡啊？」，小弟們恥笑著說：「我猜他根本沒洗過澡。」周遭不論男女都哄堂大笑（不想笑也得硬擠出笑聲），跟著附和。這時，大哥捲起袖、端開桌、扯他領子，邊說：「我為了讓班上香一點，基於『正義』，犧牲自己幫你洗洗澡！」他雖死命頑抗，四周卻全是看笑話



的人，接著，小弟在旁用力一推，他和椅子一同跌落堅硬冰冷的地面，接著，在哭喊聲與旁人的笑聲中，他被拖去教室外洗手台。

當時的我，被眼前這驚駭的畫面驚呆了，一股衝動想出面阻擋，心中卻又有一股極深的恐懼將我往後扯，使我只能眼睜睜看著，卻無力阻止悲劇上演。就在下一刻，一位同學站了起來，兩手大力拍桌，喊了一聲：「太離譜了！」頓時，笑聲停了，走廊助陣、造勢聲沒了，那位男同學撥開人群衝向洗手台，將大哥一把推開，扶起他已浸溼的頭，轉身展開手臂，以堅定的眼神護著身後全身濕透的他。

「正義」是什麼？若只站在自己的立場，自己認定的正義即為正義，不顧他人感受，也算是嗎？事件末，那位男同學鎮定對著加害者說：「正義不正義非你定義。」發現了嗎？這彷彿是對整個社會喊的。現代社會裡的每個人都都喊著正義，選舉時喊、對自己有利時喊、對自己沒好處時選擇沈默，這是我們要的嗎？

「正義」，應是學著體會那被多數人恥笑、辱罵的人，心中有多無辜、寂寞，然後如同故事裡的正義使者，不顧一切挺身而出，堅守自己深信的價值。

至今，我仍忘不了他展開雙臂，化恐懼為勇氣的身影。

正義的回禮

光明國中學生

林家羽

不假思索的正義、默默付出的正義、本能直覺的正義……，世界上有那麼多形式不同本質卻相同的正義，每一個都出自善心、每一個都不容質疑。英國著名哲學家——法蘭西斯·培根曾經說過：「就是因為有了正義感，人才成為人，而非淪為狼。」可見正義在人的生活中是多麼的不可或缺。

記得有次被選為班上公用美術用具的採購者，在因緣際會下經過了小時候時常光顧的書局。這家書局是由一對中年夫妻所經營，而它正是以那對夫妻的和藹可親與笑容滿面聞名，那時心想：「反正剛好路過，而且也很久沒來了，就在這裡買吧！」一走進店裡，馬上就看見了兩張熟悉的臉龐，老闆與老闆娘也似乎還記得我，笑著向我打招呼，一整天的疲憊就因為那抹微笑瞬間消散，結帳完後我便帶著無比舒暢的好心情回家了。

到家後，因為想隔天就把美術用具帶到班上，所以按照慣例清點了各項用品，也順便再次確認價錢，可是……：：：咦？不管怎麼算，就是硬生生的多了十塊錢。無論如何十塊錢也是錢，是他們辛辛苦苦靠自己努力得到的，更何況老闆也沒有說有特價或打折，他



們是多麼好的店家，那我也就應該要當一個更好的顧客。事到如今我的正義感無法再坐視不管，我馬上請母親開車帶我到那家書局，走進店裡把剛剛的情況告訴老闆。正當我準備把十塊錢拿出來時，他們靦腆地笑著說：「那是故意的啦！不好意思還害你多跑一趟。」說完後他們遞給我一支筆，又說到：「怎麼都遇到這麼好的客人，世界上有你們真好！」看到他們那樣純粹的笑容，心裡湧出一股溫熱，我想一定是因為他們真誠的微笑，讓所有顧客都和我有相同的想法。那支筆的身上刻著「有你真好」四個字，雖然在旁人看來只是一支普通的筆，但對我來說，那是最值得收藏的回憶。

正義是捨己為人、是火不侵玉，堅持自己的信念、相信自己的判斷才能最有效的發揮正義。正義就如同太陽一般，不僅溫暖自己，也照耀別人。

正義是什麼？

文化國小學生 趙子安

正義是什麼？正義不是去打死不正義的人，也不是拿來排除異己的工具。對我來說，正義是以公正的方式，阻止任何人對任何事的加害。

正義，它雖然可以帶來和平，但往往也因為被人們扭曲而造成反效果。有人覺得正義就是一定要把犯錯的人罵到顏面無存；流氓認為凡是他不順眼得人都是不正義的；黑道打死人還自豪的認為自己幫地球除了個禍害。

那人類需要什麼樣的正義呢？最好是如小孩般天真的正義，為何《國王的新衣》一書中，最先說出國王沒穿衣服的是小孩？因為他天真，他不知道，所以不怕國王的權威，他不會因而隱瞞。世界若不是有這種人，我們現在可能使用呼吸都會使人中毒的東西呢：汽車史上，在一九二三年出現了有鉛汽油，以當時的汽車來說，這不是燃料，這是仙丹！可是這些鉛會隨著汽車廢氣進入空氣中，因此賣有鉛汽油的四乙公司，以捏造不實報告等方法，大談「一點」鉛對人無害，甚至使得美國環保署都力挺。幸好有一位叫卡萊爾·派特森的人，無畏四乙公司的財力，也不懼美國環保署的權力和外界的質



疑，總算讓有鉛汽油在他死後一個月後走入歷史。

是的，卡萊爾的正義正是和天真的小孩所擁有的正義一樣，他不怕任何的外力，他只在意「對」和「不對」，社會如果充滿這種正義，就會有更多的和平，更優良的生活環境、更多的健康，還有更少的紛爭……。

但是要有如此不怕權力的心，實在是難上加難，在學校阻止欺負同學的人，小則被罵不雅字眼，大則成為被孤立的對象，若是在進入社會後，搞不好還會被以更暴力的方式報復！

正義的光芒，要由大家共同傳播；正義的心理，要由大家一同培育，因為唯有我們心中都有正義的存在，才能擁有一切。

正義陽光

新興高中學生

蔡承翰

落雨傾盆，朦朧世界。

夏日午後的雷陣雨，果真十分強大。步於路上，行人寥寥可數，商家生意也大受影響，萬物毫無生氣，就連蟬的「絕句」也未響起。忽然，淒厲的慘叫聲響起，震動九霄，但四周的行人卻沒有駐足去探究。我趕緊往聲源方向前去，映入眼簾的一幕，使我的傘落入無盡的雨中。

一條傷痕累累的小狗躺在雨中，身旁有兩個青少年正癡笑著，狗露出渴求的哀嚎，卻喚不起青少年一絲的憐憫之情，仍如著魔似的瘋狂地向牠拳打腳踢。終於牠再也發不出求援的叫聲，只剩下嗚嗚的低鳴聲，但那兩人仍不停下攻勢。

此時，我的內心陷入天人交戰，臉上的涼意，早已分不出是淚水，還是雨水了。我的情感和理智不斷拉扯：就算我不愛狗，看到如此不公不義的事，心中也不免難受，何況我從小就喜歡狗，怎能任牠遭人蹂躪？我往前踏出了一步，卻又忍不住遲疑，對方可



是二個人，而且身形慄慄啊！豈是手無縛雞之力的我所能敵的？我就算衝上前，只怕也救不了牠吧？

正當我舉棋不定，不知如何是好之際，有一個比我瘦弱的小男生，一個箭步地衝到了這二個青少年的面前，義正詞嚴地阻止這二人粗暴的行為。當然，暴力的行為並未因此嘎然而止，如我所料的，男孩成為另一個被欺凌的對象。我嘆了一口氣，拿起手機正想報警時，突然，我眼前畫面有了巨大的轉變。有愈來愈多人聚集了過來，二個青少年原本還很囂張，慢慢的，氣勢弱了下來，拳頭便再也舉不起來了。小男孩雖然鼻青臉腫，臉上卻滿是正義之色，絲毫沒有畏懼退縮。群眾的力量制止了暴力行為，人民的保姆也趕抵現場處理。此時，漫天大雨，驟然止息，烏雲漸散，和煦的陽光落在街道上。小男孩的家人心疼地撫著他臉上的傷痕，他卻著急的要求家人先送狗狗就醫。我確定，此時我臉上掛著的，是二行熱淚。

小男孩和家人帶著小狗匆忙的離開了，施暴的二人也被警察帶走，人群散去，街道又恢復了平靜，我的心卻遲遲不能自己。自以為愛狗的我，親眼見牠受虐，卻不曾伸出援手。在男孩踏出正義的第一步時，我甚至一度認為這不過是不自量力的行為。或許，

隨著年歲增長，我們在許多行為的抉擇上，不免優先考量個人的利弊得失。但只要有人願意高舉正義的旗幟，仍能喚醒多數人潛藏已久的良知良能，形成無形而巨大的力量，幫助我們趕走黑暗，迎來光明。

這讓我想起小時候愛看的戰隊卡通，正義的勇士為了世界和平勇敢地與邪惡對抗，戰到筋疲力竭之時，人們支持的力量，化身為一股清流，給了勇士全新的力量，終於趕走邪惡，獲得最後的勝利。這千篇一律故事，如今想來，也許正是啟示我們，「正義」需要大家的力量，共同維護。

只要我們更勇敢，終將迎來燦爛耀陽，光明天地。



我做過最有意義的事

大華中學學生

顏宜婕

每個人從小到大，難免經歷了許多令人難忘的事，有些是與好友重修舊好，有些是與父母發生衝突，又或者是做件有意義的事。

我做過最有意義的事就是為同學「據理力爭，討回公道」。此事發生在國小五年級。那天，班上一位家境優渥的女同學帶了一臺隨身聽到學校，下課時，班上同學爭先恐後地搶著要使用，看到這個景象，那位女同學不免喜孜孜，她用嬌滴滴的聲音向人群喊著：「小心不要弄壞呀！」噹——噹——噹，鈴聲一響大家將隨身聽還給她，魚貫離開教室，準備上體育課。身為好友的我，等她放好隨身聽後，結伴而行至操場集合。

體育課結束後，大家陸陸續續進到教室，遠遠地就聽到陣陣哭聲。原來發生了一件驚天動地的事——隨身聽消失了！女同學在嚎啕大哭後，氣急敗壞地一口咬定是班上一位低收入戶的男同學所偷的，「他因嫉妒所以偷我的隨身聽！」她這麼說。但男同學因慌張而結巴，講不出話來。我挺身而出，冷靜地說：「這未必是他做的，而且妳也沒有

證據，怎麼可以隨便誣陷別人？」「妳……」她生氣地說：「妳怎麼可以幫他說話？」

雖然我向她解釋，但她仍對我的行為感到不滿，甚至忿然離去，但我知道我這麼做是正確且有意義的。漢代名臣張釋之，為犯人據理力爭，不畏漢文帝，堅持以司法制度判處，不因人而改法，不因人而廢法，這種公正無私的行為不就是後世的典範嗎？

最後，事情只是誤會一場，隨身聽也找到了，我對於自己當下能勇於站出來為同學仗義執言一事不會感到後悔——即使可能傷及友誼，但這是我認為做過最有意義的事。





這一趟正義的思辨之旅

中興國中學生

柳嘉荃

初看到這本書《正義：一場思辨之旅》，令我感覺十分玩味。

「正義」是什麼？是將所有的感受全部物質化，像買賣般的尋求最高利益的功利主義，還是追求個人自由的權利？我生命歸我所有，抑或是以人類自古以來維持社會的道德作為標準？若將正義定義為邪惡的相反，那邪惡又是什麼？我們所認定的邪惡，就是真正的邪惡嗎？還是其實這個世界早已「是非是，惡非惡」了呢？會不會其實我們只是拿了虛假的正義打壓了真正的正義呢？——對於這種種疑問，讓我深思了許久。

翻開這本書的那一刻起，我便踏上了一趟理性的正義之旅。閱讀的路上顛簸不斷，迴路曲折，經過一番苦思，才能越過設在思維道路上的重重關卡。一旦停止思考，我便會不自覺的向下墜落，所以我逼自己不斷的反覆詰問。

到底什麼是「正義」？這是我不斷斟酌的問題。世上有許多理論與正義有關，許多學生都曾激昂的辯論著這個問題，但多數社會大眾卻很少正視這個問題。為什麼呢？因為生活過得太緊促，沒有時間思考？還是，反正我們不管，一定也會有所謂的「英雄」出現？太多推諉塞責的念頭充斥，於是越來越少人理性的思考何謂正義。

可怕的是，不面對、處理，問題不會像水一樣自然蒸發。如果大家都抱著逃避的態度，有什麼人會去當正義英雄呢？這樣的社會，其弱勢的未來是可預見的。我們必須明白：社會無法由一人建立，必須由成千上萬的人共同經歷難關、互相扶持，才能擁有堅固的堡壘。同樣的，尋找正義的道路，無法靠少數人來鋪設，唯有眾人同心戮力，才有實踐的可能。

書中有一段特別令我感到震驚的內容：以「風災過後哄抬物價」、「紫色勳章」以及「華爾街紓困案」的例子，點出正義應是由福祉、自由、美德三點為出發，可是在不同事件及不同角度中，我們既定觀念裡的正義卻又變得十分矛盾。作者指出：風災過後哄抬物價的行為是否正確？若從福祉的角度切入，物價有助於經濟活絡，固然可稱為正義；若從道德方面思考，哄抬物價使災民更加痛苦，想必就有違正義了。作者透過實例讓讀者們深刻的了解，或許不同立場對於正義會產生不同的觀點，但是仍有一點是不變的——道德應較適用風災過後所須站立的角度。

走在正義的路上，勢必會面臨許多挑戰，特別是價值觀的澄清和共識的建立。但只要大家都能彼此尊重對方，傾聽各種聲音，這些社會各式的意見，將不會成為一言堂的決斷，也不會是人云亦云的荒謬，這才是正義的社會！



發揮正義的力量

大坡國小學生

黃宥愷

有一種力量是正常人無法抵抗的，有一種力量是偉大的，有一種力量是可以壓制邪惡的。當有人去幫助被人欺壓的人時，所使用的力量都源於一種力量，這種力量就叫做「正義的力量」。

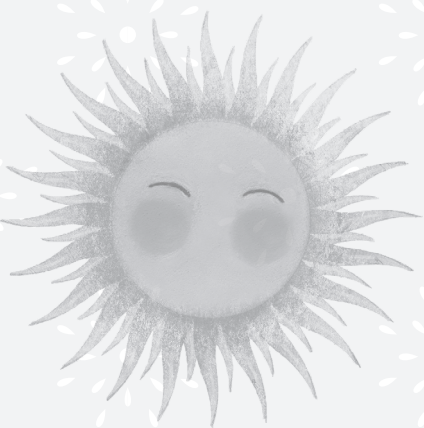
有人說：「對人不正義等於使自己變成不公正，因而也就葬送道德人格的核心。」意思是說對人不正義會使自己喪失人格。正義是指公正的、正當的道理，所謂的「好」或「壞」，不是單獨就以一個人的利益來講，而是以整個社會或團體的利益才正確。

當我們施行正義時不一定會成功，也可能惹禍上身。我曾聽過一件事：在新北市五股區發生民宅竊案，屋主當時大喊：「小偷！小偷！」，突然一名正義哥騎著重機經過。當他發現小偷時，立刻騎著重機追了上去，沒想到半路卻殺出了個程咬金，一位七十五歲推著回收車的老伯伯準備穿越馬路，這時迎面而來的重機不小心地以十萬火急地速度直接撞了上去。推車先是被掃過，接著老伯伯倒地爬不起來，當場腳被撞斷，站不起身，手肘也

造成粉碎性骨折。肇事的重機騎士趕緊回頭，蹲在一旁關心傷勢，隨後救護車趕到將人緊急送往醫院治療。

事後正義哥自責不已，他天天去探望。因他的善心老人家雖不忍苛責，只是老人家也擔心自己無法再工作將面臨生計的問題，而且還有漫長的復健路要走。在這個事件中，雖然正義哥是要使用正義的力量來幫助別人，但卻不小心傷害了周圍的人，造成不可彌補的遺憾。

由此可知，我們執行正義的力量時要十分小心，如果使用過當，也有可能造成別人的困擾，但也別因為這樣就吝於幫助別人，要勇於發揮正義的力量，做一個敢於對抗不公的人，為社會的和諧盡一份心力。



品格核心價值——負責



小學生談負責

崙坪國小學生

魏睿杰

每個人的一生中，會有許多需要去負責的事，例如：上班族需要負責做好他份內的工作，像是做帳、管下面的人、檢壞品；消防員要負責把人救出火場，並且滅火；警察要維護社會治安，保障交通流暢。社會因為分工合作而減輕大家的勞力，更因為每個人都負責的做好自己的事，讓家庭與個人有更好的運作。

有一次，全班在自然課時用言語頂撞老師、上課發言沒舉手，更因為一隻壁虎跑出來而全班騷亂尖叫，這兩件事早已被在教室正下方的老師聽在耳裡。下課時，全班被叫回教室訓話，老師問班長：「整隊時有沒有人在吵鬧。」班長只簡單講了一句字：「有」。老師又接著問：「兩位風紀股長有沒有登記吵同學。」風紀並沒有登記，所以老師就很生氣的處罰幹部，我個人認為這就是班級幹部不負責所導致的結果，這件事也讓我引以為鑑。

身為衛生幹部，平時在學校我喜歡觀察同學打掃時的一舉一動，一個人是否負責是很容易判斷的，就像每天的教室打掃工作——擦窗戶，有的同學會很認真地擦拭，每一面都一定會擦到，而且比較髒污的地方還會多擦個幾下，以確定是否擦乾淨了；但也有許多同學只是隨便擦擦，拿起抹布就像揮舞雞毛撻子、打蒼蠅一樣地左右隨便揮兩下就算擦過了。做事認不



認真給人直接的感受，很多事情做起來並不困難，只看你願不願意用心去做，但很多人偏偏就是不願意去做。

老師經常要求我把功課寫好，也經常要求我把功課訂正好，尤其對數學的〇、〇這十個阿拉伯數字特別要求。這可真是奇怪，會不會太瞧不起我阿？難道是懷疑六年級的我不會最基本的算術嗎？為何特別要求我寫這十個數字呢？

有一次私下好奇問了老師，原來老師認為數學的數字是最基本的，認為隨便寫錯或認錯一個數字，經常就會算錯答案，導致全盤錯誤。做事草率不認真的人在寫數字時經常會亂寫一通，於是0會寫得像是6，6又寫得像個9，9一不小心就寫得像是0，幾個數字混成一團，令人難以分辨，這樣要怎麼學好數學呢？我這才了解平時的懶散原來這麼嚴重，我要好好改掉這個懶散習慣，為自己的作業、人生負責。

劉易斯說過：「儘管責任有時使人厭煩，但不履行責任，只能是懦夫、不折不扣的廢物。」因此，如果我是鉛筆，我就要把字寫出來；如果我是橡皮擦，我就要把字擦掉；身為學生，就應該把書讀好，把功課寫好。如果能學會負責這項品格的話，我想未來將會是一片光明啊！

不朽

大華中學學生

王思惟

詩人魯虹用一隻秀筆，悠悠的寫出了「忽然想起你，但不是此刻的你，已不星華燦發，已不錦繡，不在最美的夢中，最夢的美中……如遠去的船，船邊的水紋……」生命如流星般稍縱即逝，在如此轉瞬間，卻能以自身的微小，在黑夜中劃下一道絢爛。將有限化為不朽，為自己留下永恆，如船邊波痕，雖不起眼，卻仍為船過留下波波蕩漾，圈圈緩緩綿綿，延續……

金恩博士的夢，點燃民權的火光；德雷莎修女的夢，喚起世界的關懷；聖雄甘地的夢，引渡了整個印度……在動盪中、在絕望中，總有些人奉獻自己，為社會發聲，為自己的生命負責。其生命在此刻，隨即昇華為不朽！動人的火光，至今仍堅定搖曳著其耀眼。

一個人人生於當代，必有其任務，細細摸索自我的價值、漸漸設立自身的定位，生命絕對是一種奇蹟，更是一種考驗。如何將其發揮淋漓，活出不凡，或許才是生命的真諦。面對自我，與內心對話。老實說，我也有一個夢，一個看似平凡卻透著不凡的夢，等著一步一腳印，自我去實踐，盡到自我生命的責任。

師者，所以傳道受業解惑也。在時光的洪流中，人們總懷有煩惱、總想追求知識、總有



茫然而迷失自我的時刻。我想成為一個引導者、我想成為協助者、我想成為傳承知識的火炬者，我想當一位稱職的老師！我想當一個點燃孩子心中那微光的老師！讓他們在困頓中重拾笑顏、在挫敗中重建自信、在失落中找回希望，引領每一個孩子擁有自己的方向並體認自我生命的不凡！

一顆誠心，與孩子溝通；一顆同理心，了解孩子的想法；一顆愛心，為孩子著想……教育這條路，或許不像想像中的平直、或許微不足道、或許默默無名，或許相對於當總裁或是任何擁有極大的財富名聲地位來說，我的這個夢顯得微小，然而，我確信：在一個人的成長過程中，如果能有一位老師傾聽成長的煩惱、協助無數的迷茫。誠心以待，不也能成就他人，進而圓滿自己嗎？以短暫的生命延續偉大的意義，才是真正為自己的生命負責！以生命影響生命，繼而創造不朽……

或許萬物確實像夢幻泡影般，在時光的洪流中，可能只像一粒沙石微不足道，甚至隨著時光消逝，曾經的存在將在人們的回憶中無情的被抹滅。然而我認為，只有愛，只有愛能延續無形、創造不朽！我敢說生命是串聯的，心將相印，只要用心，延續愛，時間長短將形同虛設，愛將永不止息！而我將以此為信念，為自己的人生負責且奮力營造出生命最高的價值。

升得愈高，責任愈重

新興高中學生 高子媛

如果說人生是一條大道，那我們便是在奮鬥中享受奔馳快感的馬；如果說人生是一片碧藍的汪洋，那我們便是水面上四處漂泊的小床；如果說人生是一道道的數學難題，那我們便是被苦惱遺留在紙張上的痕跡。我們是穿梭在地球各地的旅人，在追求自己夢想的過程中每個人身上都背著沉重的行囊——責任。但是剛接觸它時我們就猶如蜻蜓點水，畏懼自己無法承受壓力或面對其實我們是那麽懦弱的事實。但我們卻不知道其實責任就是蚌，正一點一點的孕育著我們的成功珍珠。

責任就是像是鮭魚奮力洄游時，阻擋它到達那湍急的溪水，但同時也扮演了過程中不可或缺的角色。還記得國中時我背負著自己是班級的一員而要有所回饋的責任，接下了謝師宴表演的舞蹈部分，但是走路總不如天空中翱翔的鳥兒那般悠游，爲了不辜負所有人對活動的期待，責任心便不時的讓壓力吞噬自己。有時一個人要編排所有人隊形的變化或顧慮每個人表現機會要平均，又或是大家爲了要追求舞步的精準而我必須扛下這



重擔，因為我知道一支軍隊的勝負除了士兵的決心和毅力，最重要的就是在主導一切的諸葛亮。他就如同一艘小船承載了不可勝數的期望，只要差之毫厘就會失之千里。

作家雨果在《笑面人》寫過一句：「我們的地位向上升，我們的責任心就逐步加重。升得愈高，責任愈重。權力的擴大使責任加重。」當我們像王之渙說的：「欲窮千里目，更上一層樓。」時因為地位或是能力的增強，所支撐的重量會與日俱增，可想而知我們偉大的古典物理學家牛頓站在巨人的肩膀上任勞任怨的那份辛苦就是責任啊！人生的課題除了如何拯救陷入在沼澤中的心靈，而總是被我們遺忘的負責才是轉捩點，雖然責任是每個人不願意面對的，可是在逃避的當下我們同時也截斷了火車進站的軌道，而我們的意志卻被「不要、不行」所吞噬。在現代社會中我們稱這類人為——草莓族。

常常癱瘓似的躲在自己建造的無形城堡中，長時間籠罩在無能之下，在社會上只能在角落蜷縮，不但沒有盡到孝道更是國家的曩贅，不如在大自然中當一株頑強的小草，雖然常常在人類的腳底下被蹂躪，卻還是能綻放自己存在的價值。而在品嚐成功之際也不要忘記感謝，因為先人留下了智慧的種子我們才能體會中間的酸甜苦辣，在播種時享

受人生和承擔肩膀上的鋤頭。一個人能為自己負責，是做任何事的根本，不是勉強在別人的眼光下做出虛偽的動作，這才是真正的成長。

「不經一番寒徹骨，焉的梅花撲鼻香。」我們不是職場上工作的上班族，也不是戰場上為國家犧牲的英勇戰士，更不是活在爾虞我詐之間的國家領導人，在勞累之際想一想在上位者對我們的「負責」，便會發現現在我們的責任便是最基礎的，如果別人都做得到那我們又有何不可呢？



父親教會我的事

大崙國中學生

梁程

一株小苗要歷經風吹雨打，不斷地磨練，才能成長為一棵結實纍纍的大樹；人也一樣，要經過磨練、奮鬥和努力，才能屹立不搖，擁有好的品格和光明的未來。從小到大，我一直受爸媽細心呵護、栽培著，他們就像一盞明亮的燈，引導我走向黎明之路；也像一座燈塔，為我照亮暗礁，指引方向。

還記得，小時候懵懂無知、不知是非對錯的我，總是把房間弄得亂七八糟，像蝗蟲過境一般。總是賴皮不整理，非得等到爸爸來幫我清理。爸爸每次打掃我的房間時，他總是一個頭變兩個大，不知該從何處下手，罵我的房間像狗窩，我在一旁總是嘻皮笑臉的說：「金窩銀窩，不如我自己的狗窩！」

有一次，他又要我房間整理，但他想著想著，決定不再幫我，要我學會對自己負責。一天過一天，我的房間更加的髒亂，終於令邈邈的我自己都看不下去，索性自己動手打掃！一開始，我是心不甘情不願地，但後來我想了想，發現以前的自己，總是等到爸爸來幫我整理，現在想起來，還真是令我感到羞愧，因為我都已經是老大不小的國中

生了。「完成了！」在我不斷地與垃圾及細菌打鬥下，大汗淋漓的我終於把房間弄得一乾二淨、有條不紊！這時，我感覺清爽自在，且非常高興我學會對自己負責的道理。

以前，我不懂得負責，總是在面對錯誤時，愛推卸給別人，好像所有的事都不關我的事，所有的錯都是別人的錯！但自從我學會了如何負責後，我都能坦蕩蕩、勇敢去面對，對事情扛起責任，不管是多大的挫敗。擁有這個態度，是因為爸爸用溫暖的愛來教導我，使我懂得為人處事的道理；懂得負責以後，我發現我的朋友變多了，大家的感情也越來越好，我自己也活得更健康、更陽光了！

我感謝父親用他那溫暖的耐心，不厭其煩的教會我這件事，讓我有今天的品格；感謝爸爸總是這麼關心我，讓漸漸茁壯的我有如接受春天陽光般的溫暖！這些事我會永遠謹記在心，時時抱持著一顆負責任的心，為自己打造一條康莊大道，用自己的能力幫助更多的人。



成長的開始

東興國中學生

李益人

什麼是負責？簡單地說，負責是為自己的言行承擔責任及結果的品格表現。在每一個人生階段，都有自己應該擔負的責任，同時也可能承擔群體所賦予的責任。例如：努力學習師長們淵博的知識，就是我們身為學生的責任之一；當被選拔為各種競賽的代表時，為班級或學校爭取榮譽而努力，就是在盡群體賦予的責任。除了盡心盡力把該做的事情做好，善盡本份，從另一個角度來說，能夠勇敢承擔犯錯而產生的後果，也是一種負責的品格表現。

有一則網路新聞，描述中國大陸一名女大學生，剛完成大學註冊後，騎著腳踏車打算到銀行存錢。因為太專注於研究路標，擦撞上路旁一輛價值不菲的凌志轎車，並且造成車身刮傷。她當下就決定留下來，等車主回來商討賠償事宜。農村家庭出身的她，家境並不富裕，在等待過程中，她絞盡腦汁地想著如何籌錢賠償。經歷了足足一小時的內心煎熬後，車主終於現身，但他沒有發現車身的損傷而準備駕車離開。此時這名女學生鼓起勇氣、主動向前詢問並承認錯誤，車主因她誠實與負責的態度，決定不向她索討維修費。而車主就職公司的老闆知情後十分感動，決定替這位女學生賠償維修費，並資助她大學四年的學費以鼓勵她的情操。

事實上，女學生有足夠的時間可以逃離現場，也未必有目擊者可以指認她，那麼為什麼她選擇留下來呢？因為她有負責的勇氣，認為應該要承擔犯錯的後果。最終，誠實與負責的品格讓她因禍得福！由此可知，表現負責的態度是非常重要的，它不僅可以改正自己的缺失，亦有可能改變對方的看法與決定。我們應該效法故事中的女主角，勇於面對自己的責任，不要雄辯滔滔地為自己找藉口，更不要文過飾非，企圖遮掩自己的錯誤。

父親時常鼓勵我，責任既然無法逃避，就要勇敢、積極地負責，不要擔心表現不好，更不要害怕犯錯。隨著年齡增長，自己所要承擔的責任也逐漸加重，同時也學習為自己做決定，並為結果負責——面對它，學會如何解決問題——或許是履行責任過程中遭遇的困難，或許是過程中犯的錯誤。每遇到一個問題、挫折，就應該面對它、處理它，即使是在錯誤中學習，卻可以讓自己踏實地成長，是鍛鍊負責的正確態度最實際的方法。期許自己能越來越精進，並能為社會承擔責任，就如同台北市長柯文哲先生在演說中勉勵學子們的：「 a 大於 1 ，則 a 的 n 次方大於 1 」。



我的品格小故事

同德國小學生

蕭義融

負責是我們生活中必須培養的一種學習態度，承擔自己的所作所為，答應的事要做到；盡好自己的本分，完成該做的事，這些都是負責任的表現。一個人如果常常不負責，別人對他的印象就會很差，甚至厭惡、排斥他，久而久之如果還不改善的話，所有的朋友都會離他而去，在他遇到困難的時候沒有人會同情他，更別說是鼓勵、幫助了。

從小父母就教我要為自己的行為負責任，對自己闖下禍收拾殘局。像在家不小心打翻果汁，弄髒的地板要負責清理乾淨。有一次玩球還踢破鄰居的花盆，我除了賠不是、還要做家事勞動賺取零用錢賠償。這讓我學會教訓是做事要小心、玩樂要注意。分享大家耳熟能詳的故事，有一個男孩叫華盛頓，小時候為了試新斧頭，卻砍斷爸爸心愛的櫻桃樹。當爸爸知道後暴跳如雷，在盛怒之下華盛頓勇敢站出來坦承一切，爸爸非但沒有生氣反而誇讚他誠實沒逃避，也因為負責面對的態度，後來當上了美國總統。

那我們小學生要如何做好負責呢？照顧好身體不讓父母擔心，幫忙分擔家事照顧

弟、妹，在學校要認真上課完成老師交待的功課，擔任班級幹部要盡職以身作則。記得有一次在走廊玩鬼抓人遊戲，不小心撞到同學，當下我馬上陪他去保健室擦藥，回來主動告知老師。因為誠實，老師沒有處罰我，只要我切記別再犯！但我因為一時貪玩而害人受傷也相當內疚，所以再也不敢在走廊嬉戲了。

每個人都應為自己的人生負責任，沒有責任感的人無法取得別人的信任和尊重，也無法在社會上立足。有能力負起責任也是一件快樂的事，有了責任感不管到哪裡都會受到別人的重視和尊敬。由此可見學會「負責」對我們是多麼的重要啊！





社會中的責任

新興高中學生

魏潔瑜

責任有非常多種，這些都是我們將來必須承擔的，但現在的我們是學生，而我們到底該為什麼事負責呢？

第一：身為學生，我們應該要努力求學，而這也是我們現階段最重要的事情了，培根在四百年前曾說過：「知識就是力量。」在當時人們或許並不明白這句話的涵義，因為那時不論是科技，或是知識都遠不及現在；但到了現代這資訊爆炸的年代，科技日新月異，許多的事物不斷的被挖掘出來。要是不努力學習，多充實自己的知識，或許我們將會被時代的洪流所淹沒，最後沉入了底部。

第二：我們應該要多孝順父母，他們辛辛苦苦的將我們從當時嗷嗷待哺的小嬰兒培育成了如今已入志學之年的小大人，他們將自己的希望以及夢想寄託於我們，就算再辛苦都不想被孩子看到。既然我們已是小大人。應該要能體會出他們的辛苦我們也要開始為父母分擔一些工作如：做家事、減少不必要的開銷、或是向他們遞出一句真摯的感

謝，這些都會讓父母們覺得他們的付出得到了一點安慰。

第三：我們要時時掌握自己的身體狀況，多多運動，保持健康，這樣我們不儘可以減少去看醫生的費用，為父母多省點錢，也能有足夠的精神和體力能沉浸在浩瀚的書海之中；俗話說：「健康是大自然給予我們最公平且最珍貴的禮物。」要是沒有健康人生就是黑白的，該如何負起我們應有的責任呢？

未來我們還會遇到更多的責任，需要去承擔，而如何去扮演自己的角色是我們一生的課題。縱使那些責任難以承擔，甚至會讓我們有所損失，但是我們必須去克服，努力不懈，相信都問題都可以迎刃而解。



負責

文山國小學生

潘庭萱

「負責」，一件聽起來容易，但做起來卻萬分困難的事。生活上有很多要負責的事，從小事到大事都要負責，如：對自己的功課負責是小事，而對自己的人生也要負責就是大事。

就以養狗為例：我們家有養狗，養狗前，父親曾告訴我在養了狗之後，每天都要負責遛狗以及幫忙吸地板、拖地板等家事；那時，我和弟弟一直以為區區的幾件家事難不倒我們。沒想到，小狗正式入住後，除了家事以外，我每天開始要出門遛狗（無論晴雨）、餵狗喝水吃飼料、陪牠玩耍等，也就是成了一般人所謂的「狗奴才」吧！父母常向我告誡：「不要只是口口聲聲地說愛牠，而是要對牠的一切負責，愛牠就要負責到底。」

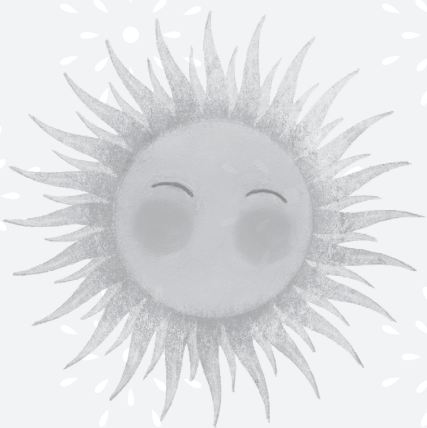
雖然會使自己十分疲累，可是這件事可以讓人學習到「不論身心有多不甘願，你要為自己曾承諾的話負責」。好多次我時常向父母抱怨：「好累，我可以明天再拖地嗎？」想也知道，答案理所當然是：「不行！」這時小孩子的反應通常是：「好煩喔！」或「真討厭！」但是請務必記住：父母是在教導我們一件重要的事情——負責。俗話說：「擇你所愛，愛你所擇。」也就是對於自己做的決定，要自己承擔後果，這樣不論是誰，看到一個孩子如此乖巧又值得信任，必定會大加讚賞他的。

再以我的長笛比賽來當例子，我的長笛老師替我報名了「第十七屆桃花源盃音樂大賽」。這是我第一次的長笛獨奏賽，我非常緊張，害怕吹錯被笑，怕在臺上忘譜，所以我決定逃避。我知道這是不負責任的一件事，媽媽總是三催四請的叫我去練習，我卻一直找藉口拒絕，這使媽媽不知該如何是好；所以就拜託長笛老師跟我談一談。老師跟我說：「庭萱：我知道你害怕，不過既然報名了，就必須負起責任、完成比賽，不管名次多少，你就全力以赴地上台表現，快樂滿足地鞠躬下台，這樣就好了啊！」老師一說完，我就對老師點頭說：「好的！我會加油！」

之後，我每天都自動自發並比平常加倍練習；過程雖然遇到挫折，只要想到父母與老師的鼓勵，我就拚命地想練到爐火純青的地步，因為每天努力地練習，使我能吹出扣人心弦的樂曲，也時常聽到老師的稱讚。

到了比賽那一天，雖然一開始我有點緊張，可是當我一上台，奇妙的事發生了——我放鬆了，不會發抖、害怕，我還隨著音樂慢慢有了律動。吹奏結束，伴奏老師說我吹得很好，我十分高興，我終於對自己的事負責；頒獎結果揭曉，我不負眾望的得到第一名。

從這件事讓我學習到負責的重要性，負責——就是盡心盡力完成自己份內的事，能為自己的人生之船掌舵！



品格核心價值
——
謙恭



肯低頭的人，永遠不會撞到矮門

新興高中學生

林幸柔

「滿招損，謙受益，時乃天道。」出自《尚書·大禹謨》，意思是說，自滿的人會招來損害，謙虛的人會受到益處。它告訴人們驕傲自滿有害，謙虛謹慎有益的道理。亙古以來，謙讓、謙虛即為傳統的美德，一個人能謙虛也就能博得大眾的信任與愛戴，它是一種由內而外的氣質，不是出於表面做做樣子而已，而是自己內心最真實的情感。

謙恭，它像水一樣溫柔、自然，不著痕跡地滲進人們的心底，滋潤著人們的心靈，使自已受尊重也被欣賞，它也能讓人們知道自己的不足，從而真心地求取知識，虛心受教而不自滿，反而更有所收穫。孔子曾經說過：「三人行，必有我師焉。」三個人在一起，其中一定有我的老師，我學習他們的長處，增進自己的知識，彌補自己的不足。謙恭並不是一種姿態，而是一個人內在修養的高度表現，它不因學問博雅而驕傲自大，也不因地位顯赫而處優獨尊，相反，謙恭者學問愈深愈能虛心謹慎，地位愈高愈能以禮待人。

魏徵曾說：「安人念高危，則思謙沖而自牧；懼滿溢，則思江海而下百川。」意思是擔心位高勢危，就該想到謙恭的自我修養；懼怕自滿驕傲，就該想到江海居下才能容納百川。彎下腰，不一定能使別人看見你，但卻能使你自己保有更廣泛的智慧，看清楚你自己想要走



的路，朝著目標一步步築夢踏實。放低身段，也就是放下自己的虛榮，用謙恭有禮的態度來看待世界，而真正懂得放下身段，謙虛受教的人，才是有自信的那一個，就像越飽滿的稻穗，總愈貼近地面，它有著更豐碩的果實，卻是最謙虛的。有句話說：「謙虛時，你能看見別人的好；感恩時，你會明白自己什麼都沒有；當謙虛和感恩結合成一種智慧時，你就會懂得彎腰，而且知道要多學習。記住，在你彎腰且明白自己什麼都沒有時，你已有更多的空間得到更多，所以學會並懂得彎腰時，你已勝過別人，在起跑點上完全贏了。」由此可見謙恭、謙虛的重要，它能让自己擁有更多，也能使自己有所成長。

這個世界上沒有任何事情是光靠自己就能達成的，懂得凝聚他人的智慧，才是能使自己更有智慧的辦法。安於現狀也是一種傲慢，停滯不前且因現狀感到滿足的人很難有所成長，要建立遠大的夢想而時時刻刻努力準備著，謙卑恭敬地求學著，隨時檢視自己的不足而積極改善，才是更靠近成功的方法。有人曾經說過：「肯低頭的人，永遠不會撞到矮門。一個人越有所成就，也就越懂得謙卑。驕傲自滿必然會遭受挫敗，而謙恭虛心也才會獲得長進。一個人真正偉大的地方也就在於它能夠認識到自己的渺小。」所以帶著謙恭的行囊，勇敢朝向成功的海域航行吧！

真正的第一名

大崙國小學生

林妍廷

什麼是真的第一名？是盛勢凌人、不饒人地把對手打倒在地？還是才德兼備、擁有好氣度，讓對手心服口服的祝福你登上冠軍的獎台？

清朝有一位有名的大臣：曾國藩，不僅會作文章、會打仗，更是下棋的箇中高手。有一回，他帶兵去打仗，在途中看到一戶人家，門前掛著一個牌子，寫著「天下第一棋士」，一時技癢的曾國藩，走進屋裡向棋手挑戰，不一會兒功夫便輕鬆地贏了三局，他對棋手說：「門口的招牌該拆了吧！」

後來，曾國藩打了勝仗回來，他發現「天下第一棋士」的招牌並沒有被拆掉，他氣沖沖地再次進屋挑戰那位棋士，沒想到他很快地連輸了三局！曾國藩好奇的問：「為什麼這兩次對奕的結果差了這麼多？」棋士說：「上次我知道您要帶兵去打仗，所以讓您有自信打勝仗；如今您已凱旋歸來，我便可以放手一搏。」曾國藩聽完佩服的盛讚棋士：果然是天下第一棋士！



真正的第一名是謙虛恭敬、不自大的人，就像是羽球世界第一的我國女單好手戴資穎，貴為世界第一的她，不以此為滿，依然不斷自我學習。今年的世大運羽球女單金牌戰中，戴資穎對上韓國的李張美，雖然對手的世界排名和她有極大的差距，但她還是用認真的態度打每一球、謙恭的面對每一個來自世界各地的對手，若是不小心把球打到對方，必會揮手示意表示抱歉。頒獎時刻，戴資穎站在第一名的位置，接近九十度鞠躬，彎下腰接受金牌的榮耀。

謙恭的人不一定是第一名，但是真正的第一名一定謙恭有禮，如飽滿的稻穗，不自大、不張狂，彎下腰才能領受冠軍榮耀。也唯有如此，才是真正的第一名！

愛因斯坦與楚漢相爭

內壠國中學生

陳禹喆

謙恭，對修養低的人來說是一種姿態，而對修養高的人來說是一種態度，當別人評斷自己時，姿態只佔了那冰山一角，相反的是，重視的是自己態度的表現。

愛因斯坦是大家耳熟能詳的偉人，也提出了世界知名度極高的《相對論》，但他從不把功勞佔於一身，在每場演講中，他感謝他的老師，感謝他的父母及朋友，更不忘感謝時常陪他一同討論的司機，並表達：「都是因為有這些人的支持，有這些人陪我研究，我才能有今日如此的成就。」愛因斯坦也因有如此的態度，讓自己的知名度大大的提升。

中國古代楚、漢相爭時，項羽是個擁有大批軍隊的人，而劉邦只是跟在項羽旁的小弟，雖然兵力懸殊，但不同的是他們的態度。項羽是個極度自滿的人，不相信別人的能力，什麼事都自己來，而劉邦是個懂得用人，能讓一個人把自己的潛力完美地發揮出來。項羽旁無幾個軍師大臣，劉邦卻有像張良的大臣在旁輔佐。有個叫韓信的人才，到



了項羽那，項羽給他當了煮飯工，後來逃兵到劉邦那時，劉邦為了激發韓信的自信心，可以放下身段，向韓信下跪。最後，韓信也如劉邦所想的一樣，成為了個名將，為劉邦帶來了好幾場勝仗。在楚、漢相爭中，劉邦會贏，也不是沒有原因的。

在日常生活中，自己的價值與自己態度的表現有極大的影響，今天如果自己是個企業的老闆，來了兩個人，一個態度高傲，一個態度謙恭，會選擇用誰，答案也很明顯。「滿瓶水不響，半瓶水響叮噠」沒人喜歡高傲的人，但不會有人討厭態度恭敬謙虛的人，如果不能使人喜歡，至少活的不能讓人嫌，不要使自己成為眾矢之的的半瓶水。



學習謙恭的三大步

新興高中學生

林雋原

身為一個已出社會或者尚未出社會的我們，都必須秉持著一顆「謙恭」的心，所謂「謙恭」二字，並不是一種姿態，而是一個人品格和修養的高度表現。它不因學問博雅而驕傲自大，也不因地位顯赫而處優獨尊，相反，謙恭者學問愈深愈能虛心謹慎，地位愈高能以禮待人。

學習謙恭的第一步是態度。擁有良好的態度能使他人感受到自己的誠意。比如說在學習的路中，我們往往需要向他人請教，這時候有一個良好的態度是很重要的。儘管可能對方所提出的看法可能與自己截然不同，仍要虛心接受，因為這可以做為一項參考。就像松下幸之助說：「能虛心接受人家的意見，能虛心去請教他人，才能集思廣益。」。

若假如讀遍了書海，學到了超越他人知識、擁有純熟技術……卻不能隨時保持一顆謙虛的心，或是做做表面功夫，在別人眼中，那自己只會是個驕傲、讓他人覺得虛偽的



一個膚淺普通人而已。如同伏爾泰：「妄自尊大只不過是無知的假面具而已。」亦或是馬克·吐溫：「虛假的謙讓一出現，真正的謙讓就及時消亡。」

第二步是要有好的素養。倘若不懂得謙恭，即使一出生就擁有家裡給你的榮華富貴、上天給賦予你氣宇軒昂的樣貌，也只僅限於外在了，不但浪費了，甚至踐踏贈與你的禮物。沒有內涵素養的人，外表就算裝飾的何等華麗，只要他的言行一表露出來，就足以將外表全打碎。這麼一來，會讓別人對自己的印象打了個大大的折扣。所以必須好好的「打扮」自己，不用時尚的潮服或俊俏、迷人的外表，只要擁有寬厚胸襟，以及完好的禮節，良友便會因你散發的貴氣吸引而來。

第三步是要能知進退，我們必須讓他人保有立場、讓出台階。作為一個有禮之士，不能堅決自己的立場而忽視他人，我們耳朵應該去多聆聽、敞開自己的胸懷。明智人往往耳朵都是伶俐的，因為他常常去聽，並深度判斷並理解，最終得到最多的便是他自己了。很多愚笨的人其實並不是腦袋不夠靈光，而是不懂得去運用。就算是聽不到的人，他也會用眼睛觀察、用身體去體會、用心去學習，而那些愚人並不是失智、失聰或失明

了，而是失去一顆寬厚心，這便是愚人與智人的差距。

最後，使自己能去努力完成以上三步，即使可能在做了之後，只做到一步或是兩步，但能邁出那小小的一步，勢必可以在未來的某一天成為那成功的一大步。在人生的道路上去認識、探索自己，去找尋自己的那一個「謙恭」的心，讓自己在往後的道路上都能隨時保持謙恭。

老舍：「一個真認識自己的人，就沒法不謙虛。謙虛使人的心縮小，像一個小石卵，雖然小，而極結實。結實才能誠實。」





謙恭

內壢國中學生

楊鑫

俗話說：「滿水的瓶不響。」在生活中凡是社會地位越高者，往往都具備謙恭的美德，表現的態度愈加謙遜。例如科學家愛因斯坦，抑或是台積電董事長張忠謀的為善不欲人知，而這是為什麼呢？

因為不驕矜自滿，才有所謂的進步的空間，人與人之間的交往不能都充滿著攀附與誇耀，一旦這麼做，就會開始誇大其辭，而忘了要謙虛。或許真有一件事，也應該不要把這件事說的那麼誇大其辭，天花亂墜。畢竟，那是我們所擁有的一如大海中的一顆粟米罷了，而忘了所沒有的，還有無窮無盡那麼多！莊子不是也說：「吾生也有涯，而知也無涯」嗎？

彎腰九十度，不是一個動作，而是一種態度。大企業家們，在商場上總是對小企業們不屑一顧，怎麼會有生意做？相反，如果可以彎腰，做的事，也會被其他人所接受。不過我說的並不是一般的點頭哈腰，而是保持態度，我想，在任何地方，都可以勝出。真正的高尚就是，不趾高氣昂，但是身處很高地位的時候能謙恭做人。謙恭是一種做人的態度，一種尊重人的處事態度，他為我們贏得良好的人際關係，絕不是一種懦弱的表現。

有一篇以蘇格拉底和他的學生對話的故事，故事中蘇格拉底藉著地圖上的位置及大小讓

弟子明白了自己的處境。這個故事我學到了：天地那麼大，我擁有的不過是滄海一粟，而我又何必自滿呢？有好多我不知道的事，我應該以師心自用的心態面對，還是用謙恭的方式去學習呢？我想，毋庸置疑一定是後者！

美國大政治家也是科學家富蘭克林，年輕時曾經去拜訪一位長輩，當他腳跨入長輩家大門時，由於大門太低，所以富蘭克林的頭不小心撞到門頂，痛得他哇哇大叫、頭冒金星。「是不是很痛？沒關係，這就是你今天來看我最大的收穫！」那位長輩幫他撫一撫頭，說：「你就必須『常低頭』，才不會『撞到頭』！」富蘭克林聽了這句話後，就銘記在心，從此待人謙虛有禮、謙恭為懷，最後成為有名的政治家。

我們都看過成熟的稻穗，它們的頭都壓的得很低，只有敗穗才會迎風招展，趾高氣昂，不是嗎？正所謂「滿招損，謙受益」，謙恭，讓我們的生活更加充實；讓我們的人際更加圓融；讓我們的成就更加盈滿。學習保持謙恭，學習保有態度，是我們的人生的重要課題。



謙恭的真諦

新興高中學生

張筑均

海洋之所以如此浩瀚無垠，是因為它始終在低處不分大小的接納百川；大地之所以如此生機盎然，是因為它擁有寬闊的胸襟包容萬物。

在我剛升上九年級開學時，班上突然有個轉學生，他的名字裡有個「謙」字我覺得非常特別，所以我一開始眼神就常常時不時的瞄向他，但我真正了解到他的個性是在一個月後的第一次段考，他竟然在全然陌生的環境中輕輕鬆鬆的取代過往的學霸，考了全校第一名。我本來以為他會因為考了全校第一名就驕傲自滿的四處宣揚，但他不但不驕傲反而更加認真的聽老師上課，還親切的教導班上學習比較緩慢的同學，我當時真的非常敬佩他。

我那時曾問過他為什麼還要教同學，沒有競爭對手不是很好嗎？他說了一句令我自嘆弗如的話：「妄自尊大只不過是無知的假面具而已。」我感到十分羞愧，雖然我有時考試會考得較同學好，但是我卻自滿的到處問同學分數，再向他們炫耀自己考得有多

棒。而且當他們向我問問題時，我也會以我要認真讀書為由趕走他們，我終於知道自己的行為有多麼差勁。

法國思想家盧梭曾云：「偉大的人是絕不會濫用他們的優點的，他們看出他們超過別人的地方，並且意識到這一點，然而絕不會因此就不謙虛。他們的過人之處越多，他們越認識到他們的不足。」法國著名作家巴爾扎克也曾云：「做點好事，待人要仁慈、寬厚。總之，用你的謙虛來避免厄運吧。」我非常贊同他們所說的話，人之所以成為偉人，是因為他可以謙虛的向大自然或各式各樣的人學習。願我可以學到謙恭的真諦，並且繼續傳承下去，直到永遠。





彎腰是最美的姿態

興國國小學生

葉紉庭

穀子自由散落在地上，雞子們低頭默默啄食；蒼鷹傲氣展翅於天地，伏於地的小草只是隨風搖曳；耀眼流星飛瞬而過，受人踩踏的木橋不過默望。為何後者不似前者霸氣凜然？因為他們知道，彎腰是最美的姿態。

穀子灑落一地，似乎正宣示自己是自由主義之強者；然而，無謂的宣戰卻始終敗於無畏的美德——謙恭。瞧！雞子們忍辱退讓，讓自己低頭，得以溫飽一頓，卻使對方了解自己的無知。可見雞子們似乎委屈低頭，事實卻已經略勝一籌。

雄壯的鷹啊！你們是多麼神氣，而我是多麼渺小。總有一日，我將與同伴成長茁壯，撐起碧綠的天幕！但是，為何現實中的草兒，彷彿沒有一絲崇拜的氣息？蒼鷹開展大翅，發出傲人的鳴叫，笑傲天際；而草呢？柔柔弱弱低下頭，隨風玩弄，寧願埋沒於同類中，也不願挺拔生長。為何草欲彎腰？或待鷹因體積偌大明顯而遭射下，一切都明白了。

美麗的虹忽隱忽現，仙女般，不欲人觸摸的霸氣魔力。老橋嘎吱響，你來我往的人

群蹂躪，大家卻聚焦在神秘的七彩弓。老橋沒有怨言，它依舊彎著背，供人過路，不發一語，彷彿智者凝視著愚蠢的人們。須臾，水氣蒸發，彩橋漸漸的淡了，消失了。人群依舊你來我往，老橋仍彎著腰，嘎吱搖。

雞因彎腰，得以溫飽；草因彎腰，躲過劫難；橋因彎腰，無人淡忘。而，現實生活中，我們為何不謙恭的彎下腰來呢？這並不糗啊！學會謙恭更人見人愛。謙恭有如錢幣，假如存錢筒裡只有一枚，搖晃便叮咚咚響；但如果存錢筒裡存滿了錢，便沒了聲音。希望大家是滿滿的筒，而不是擴張自我的一枚幣。

「假如對自己的預估是分母，那麼才能就是分子了。分母越大，分數值越小。」試問葡萄酒是藏在舊木桶裡，抑或是奢華的金桶子裡？智慧也是如此，永遠是裝在不起眼的腦袋裡，而為何不起眼？因為他們謙沖自牧從不招搖過市，將自己埋沒於人群中，這才是真正的智慧。

蘇格拉底云：「我所知者是我一無所知。」希臘三大哲學家之一尚一無所知，又有誰是具大智大慧？希望大家如雞、如草、如滿錢筒、如舊木桶，若是謙恭，便彎下腰來，此時的你將美得無以倫比。



驕傲的鋼琴

陽明高中學生

王珮甄

一顆謙卑的心往往受人尊敬，俗話說：「滿招損，謙受益。」擁有一顆謙卑的心，能看平凡之中的不凡，能用真誠和善的心，去面對無論是如意，或不順的事，當我們懷有一顆虛懷若谷的心，能納百川、與人合作，聽取建議。因為謙卑，而學會容忍、感恩……，而努力學習，意想不到的收穫也在謙卑中獲得。

在晨曦國小音樂教室哩，放置著一台鋼琴，鋼琴的聲音優美，每每發出優美的曲奏，聽到的人就讚美它：「真是好聽啊！」到了下課時，孩子們就從教室兜兜地跑到音樂教室，去聽鋼琴優美的聲音，鋼琴也頗得意自豪，一看到孩子們來了，就更起勁地彈奏，每天這樣下來，鋼琴也就養成了驕傲的個性，直到有一天……。

晨曦國小得孩子們被禁止下課再跑到音樂教室，因為路途遙遠，導致下課去聽鋼琴的孩子們晚進教室，造成老師們的困擾，有鑑於此，校方訂出了下課禁止去音樂教室的規則。鋼琴心裡不甘：「明明又不是我害的，為甚麼要連累到我？害這些孩子下課都不能來欣賞我優美的琴聲了！」鋼琴越想越憤怒，於是他想出了一個法子，決定從隔天開始實行。

隔天一早，孩子們一到校，就聽見了鋼琴傳來優美的曲奏，美好的心情因為鋼琴而有了好的開始，一天一天，孩子們一早都高高興興地來學校，為的就是聽鋼琴的聲音。過了一個

星期，孩子們突然抱怨道：「學校的鋼琴好吵，連午休時也安靜不下來！」連續好幾個孩子控訴後，校方決定將鋼琴收到地下室，在地下室裡，一道道門封鎖著，沒有人進得去，即使鋼琴再多麼賣力地彈奏，也沒有人聽得見了。在鋼琴被關進地下室的日子裡，它變得越來越憔悴，某天，鋼琴遇見了小天使……。

小天使帶它去森林，去海灣，去世界各處，它看到了謙虛，當人們把信投進信箱時，郵筒兄向他們微笑，並且和他們說謝謝。當它過馬路時，它看到了紅綠燈克盡職責，且時時互相提醒，在什麼時候，誰要亮出來。它看到了埋在土裡的種子，在土裡靜待時光，養精蓄銳，從各方吸收養分，等待對的時間破土，朝向生命的閃耀處發光發熱……，它看到世界的和善，感恩，友善，和諧……都是基於一顆謙虛的心而來的。

當我們謙虛，我們能看到事情更多樣貌，能看到即使身處在困境，仍然相信，仍然包容，能看到即使身處在安樂的環境，仍然能保持一顆謙虛的胸懷，去為他人設想，去感恩。小鋼琴好感謝小天使，祂讓它領悟到：「原來謙虛的美德，造就了更有品性的自己，更美好的社會。」

小天使把鋼琴送回去地不久後，校方決定把鋼琴從地下室接回來，從此，鋼琴不再驕傲，聽到有人讚美它也會虛心說謝謝。



謙虛其心，宏大其量

新興高中學生

鄧宇雯

滿招損，謙受益。無非是人生在世的處事法則。謙恭不是種低賤，不是種奉承，更不是種自卑，它是種氣度，一種圓融的涵養。如同清風拂面，細雨霏霏，如沐春風，熹微沉澱。

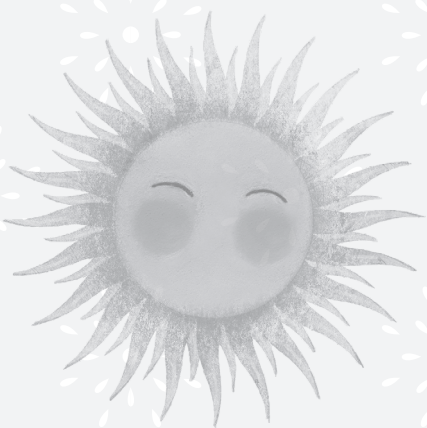
行走時總要低頭看路，審視自己是否踏錯了步伐。待人處事也是這樣的，茶壺的水能夠倒進茶杯，江河最終能夠注入大海，皆是因為放低了姿態。豐盈的稻穗會垂下頭來，積厚的雲層會有雨水滴下來，蓊鬱的大樹總是不斷往下紮根。

綜觀古今，所有偉人的萬丈光芒下，都是那些如同渺小塵埃般的謙卑恭敬所組成的粲然炫目。他們懂得虛心受教，察納雅言。河海不擇細流，故能成其深。成長的姿態並不是不可一世，傲慢偃蹇。啟發過無數人的偉大古希臘哲學家蘇格拉底曾說：「我所知道的是我一無所知。」也許有些人會恥笑這是種虛偽，然而，這種謙恭是讓人精益求精的動力，廣大的海洋也需要浪濤澎湃才有生氣，季節不斷更迭，時光不斷流逝，越是聰

明的人，越不能自滿。傲氣是讓人停滯不前的阻力，是故人說驕兵必敗，謙卑乃是學涯中不可或缺的精神。

十七世紀的數學家牛頓對於自己的成功，他謙虛地說：「如果我見的比笛卡爾要遠一點，那是因為我站在巨人的肩上的緣故。」他還對人說：「我只像一個海濱玩耍的孩子，有時很高興地拾著一顆光滑美麗的石子兒，真理的大海還是沒有發現。」面對前方的未知，他以謙和作為動力，以持續探究所謂「真理」，字裡行間所透露出的渺小姿態，讓他看的更遠，身段更加柔軟，得以有今日的成就。

謙虛其心，宏大其量。虛心竹有低頭葉，傲骨梅無仰面花。我們在人生的路上孜孜矻矻，胸懷謙卑，如手掌明燈，指引我們往前行。也許落筆波折，可謝幕不悔。



品格核心價值
——
關懷



一束陽光

陽明高中學生

李宜蓁

在人生的黑暗時刻，心情跌落谷底，自己的世界完全崩壞，挫折與打擊一舉襲來時候，最需要的是什麼？沒錯，就是那抹如照進黑暗淵藪陽光般的，關懷。

在之前的求學階段，我因為個性關係，非常地不討老師喜愛；我沉默寡言，從不輕易露出符合年齡的天真笑靨，不管是面對老師的褒獎甚至是責罵，我也是維持一貫的態度，得獎或拿高分的時候，我總是用雙手接過獎狀，什麼也沒說便面無表情地回到座位，老師因此覺得不滿，常常當全班的面數落我的態度，而我只是低下頭將情緒藏起。和我同班的，有一個非常得老師疼愛的男同學，因為他的臉上總是掛著燦爛的笑容，個性也遠遠比我開朗許多，對那時的我來說，與其當他是敵人，不如說，我不停地在追趕他。我在班上的人際關係其實蠻好的，雖然笑容是不常出現的奢侈品，但因我說話幽默風趣，所以大家在私底下幫我取了諸如零度雪女、大冰塊之類的，不甚動聽的綽號，同時也將我封為冷面笑匠。

記得那是盛夏，一個女同學因為芝麻小事，和老師說了許多我的不是，本來就對我有點成見的老師因此對我大發雷霆，就在全班面前，將我罵得一文不值。當時我非常委屈，但礙於自己倔強的性格，我始終沒有讓任何一滴淚水滑落，顯示我的懦弱。放學後，我一個人慢



慢地走向校門，淚水不知不覺佈滿了我的雙頰，心臟一股痠麻的感覺讓我咬緊牙關，怎麼也不讓嗚咽的聲音溢出唇外。突然，一股力量拍上我的背，驚得我小小的叫出聲，轉頭一瞧，我一直追趕著的他，臉上沒了平時的笑容，只是將一條散發著洗衣精香味的毛巾蓋在我頭上，什麼也沒說便轉身離去，當下，我的心就如被冰雪覆蓋的北極遇到陽光般，被一點一滴地融化了。待他的腳步聲遠離，我拉下他的毛巾，一個人在空蕩的校園，彷彿要讓自己積蓄許久的委屈一次發洩般，嚎啕大哭起來。雖然他一句話也沒有說，但我能從他體貼的舉動中，感受到滿滿的關懷，那時心靈極其脆弱的我，需要的不正是這種關懷嗎？和平時一模一樣地回家路，那天卻令我感到無比的雀躍，回到家雖然又大哭了一場，但我心中的委屈，早已被滿滿的關懷，完全取代了。

在漫漫人生中，一定會遇到許多挫折與委屈，當自己身陷在泥沼時，別人的關懷是不是最能給你繼續下去的力量？對我來說，關懷就和寒冬中的壁爐和黑暗中的明燈一樣，能為失去力氣和希望的我注入站起來的力量，繼續走完接下來的路，就算這一路會走得顛簸，走得跌跌撞撞，但家人朋友的關懷力量，會一直支持我，讓我繼續繼續走下去。

人心的溫暖

新興高中學生

邱俊昊

關懷別人是很重要的，有人說：「助人為快樂之本」幫助別人，別人快樂，自己也快樂。同時關懷也是一個很抽象的詞彙，它無法用語言準確的表述，只能用行動來體現，它的力量化解一切憂傷，一切阻礙，它的本質就是傳播愛的芬芳，因而共同享受著愛。生活中我們善解人意、心懷感恩、知足常樂和相信「慈悲心沒有敵人，用大愛感化別人」的倫理，才能讓生活在地球的人心更加美麗，關懷別人並不是一件很困難的事。

在這書聲琅琅的校園裡，有歡笑時，自然也有落淚時，即使在陽光的照耀下，也難免會有些昏暗的地方。當淚水悄然流下時，眼中那抹淡淡的粉紅，向朋友們發出了信號。不管是關係好還是一般的同學都慢慢地走來了，輕聲的安慰著，並遞出幾張紙巾，接著擔心的望幾眼就離開了，留下了一個安靜的空間，讓你獨自靜謐。關懷有時只是幾張溫暖的紙巾；關懷有時只是留個空間靜謐；關懷有時只是一種同學愛。關懷有時只是一種無聲無息地安慰，只需你去接受這種方式。

家是一個充滿笑容的地方，但也有暫時的烏雲悄然經過。因成績不理想的你，失望的在沙發上，即使看著電視裡的人個個欣喜若狂的樣子，都沒有一絲笑意，細心的家人發現了你



鬧脾氣了，將一塊甜甜的巧克力蛋糕和一杯放在你面前，接著忙著料理家務。蛋糕甜甜的味道，提醒你時刻要快樂，甜甜的紅茶，告訴你每一件事都有苦有甜。在生活周遭，也有許多不怎麼起眼的小事，但對別人來說，卻是一份牢記在心的大恩情，關懷永不止息，人人都需要關懷，當授予別人關懷，自己也將得到關懷，因為每個人都可以傳達「關懷他人」的愛心，只要記住「關懷他人」與「助人為快樂之本」就能夠讓大家知道關懷重要的地方。

台東的陳樹菊女士，每天一大早就辛苦的到菜市賣菜，他將所賺取的錢捐給需要幫助的人和捐給學校建圖書館，大家都知道，其實，賣菜賺不了什麼錢，但陳樹菊女士卻把自己努力賺來的小錢一點一滴的存下來幫助別人，我們每個人都應該要向陳樹菊女士多多學習。這個世界上，不管人種、國家，宗教、文化、習俗等相異之處，我們都是身為地球村的子民，你我之間共同懷著一顆感恩的心，因為關懷別人，自己能得到快樂，因為關懷別人，別人會感到欣慰更和諧，要關懷的人多到數不完。

所以用關懷的根本，認真看待生命周遭的每一個故事，別忘了，所有的美好，都將由一個簡單的付出開始，另一方面，要記住微笑、擁抱、陪伴都是關懷他人最好的治療，不但能提供他人正向能量，更可以用陪伴的方式，建立他人對我們的信任感，也許小小的關懷，卻帶來無限溫馨與感受。

街頭最美的風景

平鎮國中學生

馬若芸

望著車窗外飛奔而過的景色，滿天星宿點綴著夜空，一明一滅的閃爍似乎在對我眨眼，海浪拍打著礁石，彷彿向我低聲訴說著它的故事，鹹鹹的海風輕柔的拂過臉龐，和我打招呼，夜幕低垂的海邊喧鬧得恰到好處，在這慵懶的夜裡，隨著車廂的搖晃，勾起了我的思緒……

那日，因為塞車而被困在車陣中的我，百無聊賴的向車外望去，眼眸定睛在一位身軀佝僂、步履蹣跚的老人身上，白髮蒼蒼的身影在人來人往的車站中顯得更加孤獨無助，茫然的不知該如何是好。突然，一位看似十五、六歲的女孩起身向前走到了老人身邊，輕輕攙扶著他坐下，看似語調輕柔的和他聊天，看著老人原本落寞的面容與晦暗的眼神綻放出最燦爛的笑意和光芒，倏地，我懂了！

對那位老爺爺而言，最需要的不過就是一句關懷的話語，而這對我們來說，又是何等容易就能達成的事情呢？以前總覺得都市就是「冷漠」的代名詞，行人們來來往往、擦身而過，踩著急促的步伐，提著沉甸甸的公事包，低頭往各自的目的地前進，不太會



有人留意周遭的人事，更別提坐下來靜靜欣賞了，也許很多人的生活便是如此，也早已習以為常，但也因為這樣，常常忽略了身邊最美好的畫面。女孩的行為就像冬日裡的一抹暖陽，照亮了老人歷盡滄桑而黯淡的心，也讓我明白都市不再和冷漠劃上等號，只要一個小小舉動，就能讓都市裡充滿最真摯的溫暖。

社會上需要幫助的人依然還有很多，小至街頭，大至世界，都需要有人伸出援手，無論是以何種方式，在看到受助者露出喜悅的笑容時，都讓我知道：只要從自己做起，再小的幫助都能匯聚成更大的力量，讓世界變得更美好。

坐在微微搖晃的車廂裡，海風輕柔地拂過臉龐，就像那位女孩溫柔的語調般撫慰人心，在這似是冷漠的大千世界裡，也有如此溫暖的存在，從今以後，我也要像那位女孩一樣幫助更多的人，讓這個世界重拾以往的溫情。

雲間散發的溫暖

新興高中學生

劉芝吟

一個寒冷的午後，我踏著沉重的腳步，拖著疲憊的身軀回家，一陣陣冷冽的寒風無預警地襲來，滲入我每一吋肌膚，彷彿要凍結每一滴血液。黑暗的街道中，冷冷清清的，只有吹落的樹葉伴我回家。

走著走著，眼前出現一位老婆婆，彎著身軀，撿拾著從鐵車上落下的回收紙，那無助的模樣，使我猶豫著是否要向前幫助一把。正當我猶豫不決時，只見一位年輕人緩緩走向老婆婆，他二話不說，便彎下腰，拾起那散落一地的回收紙，老婆婆看見後，不斷叫他起身，並喊到衣服會弄髒，但那位年輕人只說了一聲沒關係，並繼續撿拾。也因年輕人的幫忙，眨眼間，路面不再散落著回收紙，老婆婆也連忙道謝，而那位年輕人只是輕輕微笑，並轉身消失在我的眼簾裡。回到家後，我的腦海中還是不斷浮現出那溫馨的畫面，雖然幫助老婆婆的人不是我，但那位年輕人的援助，卻帶給我強烈的溫暖，使我留下難忘的印象。



冷漠，是一堵一堵的高牆，阻隔在人與人之間，使人彼此相望，互相猜忌，人人只做自己分內的事；而關懷是人生道上一盞盞溫暖的燈火，使社會散發出溫暖，在寂寞的心中留下一股暖流。從小，我們一直受到身邊眾人的關懷。小時候，父母辛苦地照顧我們，呵護備至，付出一切，只為我們能健康平安的長大。長大後，到了學校，同儕間的互助與關懷，讓我們的生活更加充實美滿。進入社會，即使是陌生人的援助，卻也會讓我們的人生更加踏實順利。

人生是一條漫長孤寂的道路，我們踽踽獨行，不免會感到寂寞，然而，一路行去，我們所得自旁人的關懷，都像人生道路上，一朵朵繽紛的鮮花，綻放著溫馨，也像高掛在空中的太陽，使我們溫暖。人生雖然會經歷不少挫折，但藉由這些關懷，我們才能安穩地走過人生中的狂風暴雨，才能抬頭挺胸、鼓起勇氣地邁向人生道路的終點。並相信所有的艱難都會過去，太陽終究會從雲層間散發出它的溫暖來。

黑熊的心事

永順國小學生 蕭乃寧

小時候，常看到電視上演出馬戲團表演的節目，看著動物跳火圈；看著大象跳芭蕾舞，一次又一次的轉圈圈；看著黑熊溜滑板，在舞台上快速溜動。我總單純的認為牠們好輕鬆，學會那麼多特技表演，卻不知道每個動物背後都有一個個辛酸的故事……。

有次，我們全家到國外觀賞馬戲團表演，輕快活潑的音樂緩緩在耳畔縈繞，鎂光燈五彩繽紛的閃爍著，大家屏氣凝神，靜候期待已久的那一刻。在一片漆黑中，布幕被悄悄的揭開了，霎時，掌聲如雷貫耳，播放的音樂是耳熟能詳的〈歡樂頌〉，工作人員熱情的介紹：「讓我們歡迎『黑熊舞蹈家』，以及傑出的小隊長阿寶！」接著，有數隻黑熊從舞台後不疾不徐的緩緩走出，神奇的是，黑熊腳下的步伐竟與音樂的節拍配合得恰到好處，滑稽可愛，而帶頭的黑熊阿寶一站定位置就向我們行了個紳士禮，氣定神閒，隨著音樂優雅擺動，在舞台上輕歌曼舞，引起如雷掌聲。接著牠文質彬彬的轉圈，看起來十分陶醉；一會兒牠又氣宇軒昂的踏著軍步，雄赳赳，氣昂昂的大顯神威。接著換了一首〈藍色多瑙河〉，阿寶清澈明亮的眸子中，便多了一層淡如薄紗的哀傷，不管播哪



首曲子，阿寶總能隨著節奏翩翩起舞，還能對意境感同身受，引人入勝。到了即將謝場表演時，阿寶還調皮的對我們揮揮手呢！牠那逗趣可愛的動作，惹的觀眾捧腹大笑。這真是一隻及有靈性的黑熊呀！我在心中這麼想……

即將換場表演了，我趁著空檔到處閒晃，無意間竟來到馴獸場，我看到剛剛登場跳舞的黑熊們，這時有位馴獸師極不耐煩的揮著手，要求牠們立即進入更艱難的訓練，毫不留情的鞭打那些因肚子飢餓而不肯乖乖配合的黑熊寶寶。我還看見一隻饑餓難耐的黑熊挺著空扁扁的肚皮，骨瘦如柴，弱不禁風，踏著艱難的步伐，勉強把自己給拖了進去，但走了幾步後，卻搖搖晃晃，終於癱倒在地；一隻體格雄壯的灰色大象，雙腿發抖著，才踏出一步卻又迅速無比的縮起，在馴獸師的電擊棒威脅下，搖搖欲墜的站上滑板，滑沒幾步又摔倒，牠那笨重的身體始終無法順利保持平衡，突然，那隻大象的眼神變得血紅，露出了怪異的表情，然後抵著白玉般的象牙向馴獸師橫衝直撞。不遠處傳來某種動物的哀嚎聲，我悄悄的溜了過去，看見的是平時威風凜凜、叱吒風雲的老虎，現在卻緊縮在角落，細長如毒蛇般的鞭子雨點般落在虎背上，前面擺著燃燒著熊熊大火的火圈，吞噬了眼前的一片光景，而老虎則拚命抵著步伐，被打得皮開肉綻，虎背上流出

了一條條血痕，老虎因畏懼而不願前進卻遭受如此嚴厲的懲罰，這不是在現實中常發生的事，因畏懼而怯步，不敢勇往直前，難道動物不該有平等權嗎？我不忍繼續看著動物遭受凌虐，便默默的轉身，拭了拭淚，回到帳棚。台上的音樂還是那麼的流暢；動物還是一如往常得繼續精采演出，但剛才看到的那幕景象，在我的腦海中盤旋，久久揮之不去，耳邊美妙的音樂彷彿成了一首首怨曲，傾訴著馬戲團動物不平等的對待，任何精采絕倫的演出都淡了味……

天地萬物都是一個小生命，人類不應為了自己的利益而剝奪牠們的自由，心中只想握住那一疊疊花花綠綠的鈔票，「為達目的，不擇手段」，為了緊緊握住那一疊疊鈔票，人們竟產生了偏差思想。讓我們多從動物的角度去感受同身受，你將會發現動物也有純真善良的一面，並懂得好好愛護與珍惜牠們。



點燃一盞心燈

大華中學學生

魏宇彤

關懷是寒冬裡的一把火；關懷是一朵純潔的雲；關懷是石縫中的一株小草，看不清、摸不著，卻感覺得到它存在的力道。它的力量是無限的，推動著我們，把愛傳下去。

從小，我就生長在一個幸福的家庭裡，家人用滿滿的愛呵護我長大，我擁有相較於他人更多的關愛與照料。然而我發現在這世界的某些小角落，有些人的存在是被忽略的，他們也是需要被關心，等待我們去發現。住家附近有一位老奶奶，每兩天就會騎著一部三輪車到我們的社區撿資源回收。她用骨瘦如柴的雙手，吃力的捆绑著這天所撿到的回收物，準備拿去賣錢。我們得知她是因為家裡因素，無法像其他的長輩一樣，待在家裡休息，必須工作賺錢。所以現在家裡只要有回收物品，我們都會事先分類整理好，只要老奶奶一來，我們就會將回收物品搬到她的三輪車上。雖然老奶奶很少開口說話，但從她的笑容裡，我看到了希望，還有無盡的感謝。我們能做的雖然有限，但是如果大家也能對生活周遭的人多一點關懷，我想我們的世界都會充滿溫暖、洋溢溫情。

依稀記得國小五、六年級時，在學校吃完營養午餐後，這時就有一位男同學拿起塑膠袋，默默的在餐車旁打包，他要將這些食物帶回家，因為這是他們全家人的晚餐。但卻有幾

個不懂事的同學常常取笑他、欺負他，甚至班上許多男同學都不跟他玩，只因為他的舉止行為怪了些。面對同學們的嘲笑，他只能默默接受和忍受。有一次在打包午餐的剩菜時，因為袋子破了一個洞，湯汁流了滿地，男同學們就圍在一旁看笑話，誰也不願意幫他。此刻有一個聲音告訴我：「你要去幫他！」於是我趕緊找了一個塑膠袋給他，並協助他把地板清理乾淨。午休時我一直想著這些事：如果我是那位同學，我會希望有人來關心我。於是我鼓起勇氣，把這件事情來龍去脈告訴老師。聽完之後，老師非常的生氣，嚴厲的斥責那群同學，也在全班面前告訴我們這位同學的境況，聽了之後，全班都哭了。

從那天那件事起，同學們不再取笑他了，甚至下課時男生還會主動找他打球。午餐結束，有些同學自己成立了打包組，幫他把食物打包整理好。大家也更學會惜福、不浪費，也不拿食物開玩笑。有水果不想吃的時候，也會把自己的水果主動送給他，讓他在放學之後，和家人共同享用。之後他來上課臉上都是掛著開心的笑容，他不再是一個人，因為這些關懷給他力量，給他自信，即使他的制服破舊不堪，他也不會像以前一樣自卑的躲在角落。

關懷，可以是一句話、一個微笑，甚至是一個擁抱，我希望它像空氣一樣，流淌在每個人的身軀裡，讓它溫暖每個人的心。



關懷的種子

新埔國小學生

徐翊真

黎明來臨，金黃耀眼的陽光灑落在寂靜的黑夜，剎那間，喚醒了大地帶來希望和光明。但世界之大，卻有幽暗的角落無法受到陽光的洗禮，被人們忽略而無法受到關懷。它需要你我主動發掘，伸出熱情的雙手帶著他們走向陽光。關懷就像一顆顆愛的種子，不斷地在需要的角落裡發芽成長，串起人與人之間的關係。平日與家人、鄰居和朋友的噓寒問暖；街道上，看見有人隨手撿拾垃圾，維護環境；在新聞報導中，看到有人默默幫助他人……等，「關懷」讓整個社會有了溫暖。

近年來，台灣科技的進步、教育的普及、經濟富足，生活水準提高了。但是，我們還是不時地聽到令人鼻酸的報導。如許多流落在外的街友，因寒流來襲沒有棲身之處，而無法度過寒冬；獨居老人因生病無人照料，因而失去了生命；有些兒童受到父母或其他照顧者的虐待，身心受到傷害；還有人因工作或情感的不順遂而自殺、有人……。這類令人難過的新聞屢見不鮮，令我不禁想：他們是否失去了親友，無法獲得他人的關懷，才會造成這些的悲劇？倘若他們是我們周遭的親友，彼此相互關懷、相互關照、相互扶持，這樣的不幸的事情是否能避免呢？一句窩心的問候或鼓勵，便能化解朋友的難處，我們何樂而不為呢？

物質的豐沛，使人們習於追求物質享受，卻忽略了心靈的滋養，造成「各人自掃門前雪，莫管他人瓦上霜」的景象，更甚者「朱門酒肉臭，路有凍死骨」，莫不令人為之嘆息。當今社會瀰漫著冷漠的氛圍，人的心被封閉了，生活中的色彩只剩下黑白，彼此間感受不到溫度。人們遺失了熱情，被那座隱形的牆隔閡，阻礙了彼此的交流，這樣的景象，在生活中是我們不想樂見的。曾有媒體報導，台灣最美的風景是人，是人們會主動相互關懷，形成台灣處處充滿人情味的畫面，令人津津樂道。這幅美麗的景象，能否綿延不斷，是在於我們的選擇。當選擇冷漠，美麗的風景將成為回憶；而選擇關懷，則風景更值得欣賞與流傳。

關懷所能做的，包括關懷人、關懷自然、也關懷事，只要我們細心留意，舉手之勞便能做到。關懷，讓我們體會人的溫暖。回想每次回到外婆家，外婆總在餐桌上為我準備了我愛吃的料理，看我開心的品嚐，她的臉就會充滿著幸福的笑容。對待其他的兒孫也一樣，原來這就是外婆關懷家人的一種方式。在節慶時，到廟宇參拜會看見許多行動不便的人，在廟前賣東西，媽媽總會讓我用零用錢向他們買口香糖，每次買完，他們總是很開心地說：「謝謝。」而我的心就莫名開心的滿足，因為「助人為快樂之本」。在學校時，當同學有不懂的問題時，雞婆的我就幫著解決難題。完成後，我們的臉上洋溢著快樂。原來，關懷就像是綜合維他命，讓人充滿快樂、滿足。因此，關懷別人，也同時幫助了自己。當關懷像陽光般的灑落在各地，融化了人們的冷漠，處處生氣勃勃，人與人皆能和善相處，幸福就隨之而來。



在閱讀中，我看到陳樹菊阿嬤的介紹，讓我很感動。她用她每天賣菜的所得，蓋了圖書館，幫助了許多家境清寒的小朋友上學，從過去到現在一直這樣默默付出。即便她受到媒體的矚目，成為具影響力的《時代雜誌》票選百大人物，她依舊省吃儉用，謙虛的說：「只要我想到把錢捐出去時，那些被幫助到的人的笑容，我也就笑了。」。她這樣關懷他人的心，真讓我佩服的五體投地，即便是不起眼的小人物，也因「關懷」而偉大！台灣北部的淡水鎮風光明媚，還有著馬偕博士為台灣人所努力留下來的痕跡。一位遠渡重洋的傳道士，以醫療佈道深入民間，但因生活條件不足、語言文化的隔閡，受到嚴重的排斥，而後他向牧童學習台語，用他那真誠的心打動了當地民眾，化解彼此的對立。馬偕博士用醫療來解決民眾的疼痛；又創立學堂，提供婦女就學，尤其西方科學知識的傳授更是影響深遠。一位來自異鄉的外國人，用無私的心關愛這片土地與人民，這份情感深深地感動了我，關懷是無國界的。

日本推理小說作家森村誠一說：「幸福越與人共享，它的價值越增加。」人人以親切、真誠的心去關懷周遭的人、事、物，和朋友互相扶持，這幸福的種子就會在各個地方開花結果，不斷地繁衍生長，憑藉彼此緊密的依靠，形成一股溫暖又堅定的力量，回到人類最美麗的初衷——關懷。

關懷

青溪國小學生 許加軍

關懷就如同沙漠中裡的一股清泉，沁人心脾；關懷也彷彿是凜冽寒風中的一絲春陽，令人溫暖；關懷更儼然是黑暗中的一支火炬，點亮了晦暗的天。

然而，現今的社會，人與人的互動，卻十分冷漠。居處同一社區的人，常常左鄰右舍都不認得，大家都是「各人自掃門前雪，不管他人瓦上霜。」在學校的團體中，總是有人我行我素，恣意妄為，妨礙他人上課，令人不齒。在街頭的角落，遊民、殘障人士總是湮沒在熙來攘往的人群當中：

但是，這社會上還是有人默默付出，植物人基金會創辦人曹慶老先生，堅持以最簡單的初心——關懷，募捐發票物資，幫助寒士、老人、街友，將杜甫：「安得廣廈千萬間？大庇天下寒士俱歡顏！」的襟懷發揮的淋漓盡致。而作家杏林子劉俠女士成立伊甸基金會，設置庇護工場，成立早療協會，關心和她一樣身有殘疾者，能自助自立，實踐「人飢己飢，人溺己溺」的精神。另外，窮苦人的守護神——莊朱玉女，更因關懷同鄉



在碼頭工作的裝卸工人生活辛苦，提供十元便當，即使賣了七棟房子，也甘之如飴。這些墜落人間天使們，無疑給我們最好的典範。

現在，我的年齡雖小，錢也不多，但是只要有心，就能付出行動。還記得，升小五的暑假，我和媽媽在無意中看到一則影片，內容在講述幾位罹患癌症的阿姨們，因為照射鈷六十，掉了很多頭髮，所以沒過多久，我就將留了兩年的長髮捐出去，讓她們知道自己並不孤單，有人關愛，心中不再悲傷。歲末年終時，我和姊姊也會將平時貯存的零用錢、獎學金，捐給世界展望會的小朋友，讓她們在佳節時也能有一點歡樂和溫馨。

雖然，現在的我的力量仍不足，能做的也很少，但只要懷抱初衷，相信必能積少成多、聚沙成塔，幫助那些真正需要關懷的人。

關懷與愛

草漯國小

孫淑儀老師

關懷，如同一把打開心靈之窗的鑰匙，在愛的翅膀下，無畏逆境挫折，努力穿雲破霧、飛向更寬廣蔚藍的晴空；關懷，如同一座搭起友誼之手的橋梁，在愛的扶持下，戰勝艱難險阻，昂首闊步向前、走出人生的低潮與瓶頸；關懷，如同一口提升親子之情的泉源，在愛的澆灌下，無懼驕陽烈豔，迎風屹立不搖、展現不凡的生命力！

生命宛如一棵樹，想茁壯自己的根，繁茂自己的枝，蔥綠自己的葉，

就必須用關懷與愛的甘泉，照亮他人的生命。西諺有云：「生命的長短，以時間計算；生命的價值，以奉獻計算。」我們應該用關懷與愛，畫下人生最美的一道筆觸，點染被厚黑學蒙蔽的心靈，發現生命的喜悅。我們需要的，是滴水穿石的決心和劍及履及的行動力，以身教引領孩子感知週遭、熱愛生命，開啟「安得廣廈千萬間，大庇天下寒士俱歡顏」的胸襟，重新燃燒孩子對生命的熱忱，用同理心去關懷並珍視生命。如「火焰天使」楊玉欣，在知道自己罹患「三好氏遠端肌肉病變」後，便毅然決然的創立「罕見疾病基金會」，如同上帝派到人間的使者，關懷幫助弱勢團體，用愛化為無盡的熱

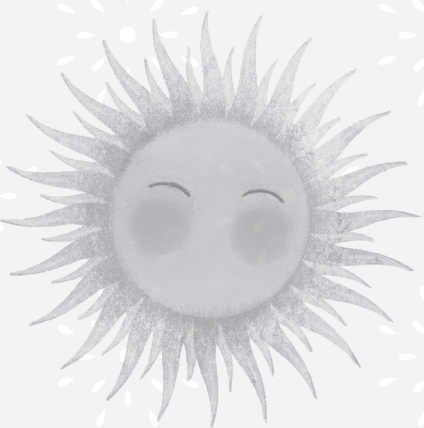


情，在世間奉獻一己的心力不斷發光發熱；如連家恩博士在四十五度的天空下施展大愛，體現「愛無國界」的人道關懷，用自身的故事喚醒人們沉睡的關懷之心；如「天堂掉落凡間的天使」沈芯菱，胸懷著人飢己飢、人溺己溺的精神，助學六百多萬學子、為「一元柳丁事件」正義發聲，行腳全島村莊二十多萬公里，用一張張照片記錄與關懷這片她所熱愛的土地。生命教育是培養人格的首部曲，讓孩子學會如何關懷他人，用愛去體驗生命中的抑揚頓挫，才能激發出無比的勇氣，在宇宙天地間高唱溫情滿人間的生之歌。

敞開關懷之心，將愛的鑰匙緊握在孩子們的掌心，使之感受來自心靈的力量，展現愛的力量。人生，就是不斷的在別人的需要上，看見自己的責任；看見他人有難，當下願意奮不顧身前往救助，那一箭步跨出的高度，正是自己對自己生命所劃過最漂亮的一道振幅。誠如泰戈爾所言：「關愛是亙古長明的燈塔，它定情望著風暴卻不為所動；關愛充實了生命，正如盛滿了酒的酒杯。」是的，關愛即是奉獻，德雷莎修女用生命關愛世人，從不問自己需要什麼，世上就是因為有這些願意犧牲奉獻的人，才能讓人們漸漸冰冷的心靈，重新擁有溫暖的希望之火。

身為人類心靈的工程師，我踵繼孔夫子的腳步，踏上「因材施教」的旅途，拓展孩子們的視野，期盼培育出擁有愛與關懷之心的品格小尖兵。課室裡，我帶領孩子們讀報，開啟他們張望世界的天窗，努力奉獻一己小小的心力，奠定關懷天地萬物的襟懷；我引領孩子推行「心三美運動」，將內心的關愛之情化為實際的行動，從身體力行中深化為良善的力量，昇華了人生的價值。

抬頭仰望浩瀚夜空，不時有點點熒熒之星閃耀微笑，唯有不斷的燃燒自己，才能成為照亮他人的燈、指引他人迷津的塔。聖嚴法師推行的心六倫，不正也是從「關懷與愛」出發，希望世人經由關懷而得到心靈上的滿足，為社會點燃一盞盞愛的燭光，使這一盞盞微弱的燭光感染更多的人，眾志成城，成為一道道明亮的光芒，為許許多多需要人道關懷的弱勢族群，為世界角落被遺忘孤立的人，照亮前行的路，讓我們枯竭的心靈因為「關懷」與「愛」而變得更加豐盈與滿足。



品格核心價值——感恩





感恩，是生命最大的意義

瑞坪國中學生

歐駱亞

身為莘莘學子的我們，對於生活總是期盼過得殷實而不愁內心的慾望。卻無法退一步發現，社會上有不知凡幾的弱勢家庭，正處於經濟的不穩定中，掙扎在與現實的搏鬥下生存，我的家庭就是其中之一。我的家庭是低收入戶，母親微薄的薪水，還要養家中的兄弟姐妹，即使處境看似很艱難，但在小時候，我的母親總告訴我「人生最大的意義就是感恩。」

國小的時候，也許因為受了許多老師的恩惠，所以我很珍惜每一次老師所幫忙的一切，心中的感謝也不停歇如浪濤般湧動，我知道這些得到的，都是生命中最美的禮物。小學二年級時，偶然機遇下遇見了一位老師，那位老師常在下課時拿一大袋的包子，偷塞在我的抽屜，並附著一張寫著注音的紙條寫著「要趁熱吃喔！」，沒吃早餐的我，飢腸轆轆的像是一張嘴塞得下整袋的包子。手裡熱騰騰的煙霧，感受到的不是口腹之慾的滿足，而是內心裏滿滿的由衷感謝，化成輕柔的一道暖流，那是感恩的溫度，在我深處仍不退燒的流動著。

到了國中，因為成績表現，領到不少慈善組織頒發的獎學金。很清楚地我認為這些福利，本應不屬於我該得到的，對於得來不易的資助，我甚是珍惜，也促進了我對於讀書的自我期許。當我遇到課業上的躓礙，想放棄時，心中就會竄出一句句責備的語句「我憑甚麼放



棄？」、「那只是疲累一時的藉口。」就如這社會中付出的人，不會因為遇到挫折而不再貢獻，即使得不到回報。

「認真讀書就是對社會大眾、慈善機構和為自己付出的人，最大的感恩。」有一次去臺北領獎學金，主辦人在台上說了幾句話，自今我都無法忘懷，「我們頒發獎學金的意義，是在於希望你們不要因為環境的關係，而受了限制，無法繼續升學，你們未來的成就，也代表著我們最大的感恩。」當時臺下的我，心中一股奇特的感覺，從那些激勵的言語之中，綻放了絢麗的煙火，須臾之間我再次感受到強烈的溫暖，那是感恩，永恆的溫度。母親總把獎學金特別存起來，第一次領獎學金，母親告訴我：「你應該很要慶幸你生對了年代，在我那個年代可沒那麼豐富的資源，去幫助弱勢的孩子，一定要心存感恩啊！」因為感恩，而使這社會擁有更多的付出。「感恩是別人的給予，更是給予別人的饋贈。」

也許年紀輕輕的我們沒有足夠能力付出這社會，但回首身旁的家人、朋友、老師，你會發現其實感恩這股無形的能量，是漸漸的從你的身旁，擴散至整個社會整個世界。

時常保持著感恩的心，去感謝身旁的一切，野花、生命、父母，也許是習以為常的生活周遭，一聲感謝，你會感受到那永恆的溫度，感恩。

牽引

龍岡國小學生 李昊恩

每個人心中都有一個小太陽，就像是寒冬裡的暖陽，也像是迷失在黑洞中，突然出現的一道光芒，讓人感受到一線生機，歡欣鼓舞。而這個小太陽可能是你的家人；也可能是你朋友，甚至是給予援助的陌生人。今天，我要和大家分享，我心中的小太陽。

記得，剛升上五年級時，對新環境感到既陌生又害怕，因為中年級的好朋友都各奔東西，再加上換了一位男導師，老師的表情嚴肅，說話時總是不苟言笑，顯得不易親近，因此，心生恐懼。新班級有許多新規定，和過去不太一樣，老師雖不曾對我們破口大罵，但十分有原則，一旦和我們約法三章的事，一定嚴格執行。除此之外，高年級的課程不同以往，內容愈來愈難，上課認真聽講外，回家更需要認真複習，才能跟上進度，對我來說，實在吃不消。種種的不適應，讓我每天都戰戰兢兢的去上學。不久，媽媽發現了我每天早晨的拖延戰術，便詢問了我的狀況，與老師聯絡。就在某天的午餐時間，我被約談了，我的內心十分緊張，就像熱鍋上的螞蟻，我怕老師會斥責我心中的想



法。就在我天馬行空的幻想著談話的畫面時，老師心平氣和的開口說：「吳恩，升上高年級了，有遇到什麼困難嗎？可以和老師分享嗎？」這個溫和的開場，著實讓我嚇了一跳，原本以為會聽到老師責備，沒想到卻是一句簡短的關心。老師看我沉默不語，便開始分享自己的經驗，並教導我遇到問題時該如何面對與解決，而我也漸漸卸下心防，向老師傾吐內心真正的想法。

經過第一次的談心，我慢慢的融入老師的教學方式，高年級的生活也步入軌道。當然，也不是事事順遂。在中年級總是名列前茅的我，高年級可真是跌了一個大跟斗。因為當時的我認為，數學是一個我努力也跨越不了的障礙，我在心裡不斷的冒出疑問：「為什麼數學題目這麼難懂？為什麼數學算式這麼複雜？學習數學簡直是人間煉獄，我的頭真的要爆炸啦！」常常想放棄對它的學習。每當我有這樣的念頭，媽媽的叮嚀就會浮上心頭：「上課要專心，如果遇到不會或不懂的地方，先做記號，下課趕快去請教老師。」於是，我鼓起勇氣，一下課就飛奔到老師的身旁，一股腦把我的疑惑解決，總是耽誤老師整個下課時間。每每打擾老師，我的心裡都很害怕老師會拒絕我，甚至擔心老師覺得我是麻煩精，但老師卻總是毫不猶豫的放下手邊工作，不厭其煩的細心教導我，

在老師耐心的講解下，我對數學的難題就像阻塞的水管得到疏通，豁然開朗。老師一次又一次的教導，我的數學成績有了起色，也重拾我對數學的信心。現在的我，每當在學校遇到困難時，我不會畏縮，因為我知道我有一個強而有力的後盾，就是我的老師。老師的諄諄教誨，讓我在遇到挫折時，勇於面對，即使無法迎刃而解，他的協助就像一股暖流，給我支持的力量，讓我充滿自信解決問題。

感謝老師在我迷惘時總能伸出溫暖的雙手，扶持著我，讓我像艘漂泊在汪洋中的小船，找到停泊的港灣。老師的有教無類，就像陽光般照亮著我，給我溫暖與滋養，他就是我心中的小太陽——陳坤平老師。



一句感謝 溫暖加倍

山頂國小學生

邱昱翔

在我們身邊，有許多默默付出的人，也許我們習以為常，也許因為忙碌很少注意到他們。於是，我們忘了說聲謝謝，忘了適時的表達感謝之意；但只要一聲感謝，就能像寒冬裡的朝陽，讓付出的人感受溫暖，充滿力量；只要一句感謝，就能像美味的棒棒糖，讓對方慢慢品嚐我的心意，甜甜滋味湧上心頭。感謝，就像美麗的玫瑰花，讓幫助我的人享受到幸福；感謝，就像一張空白的圖畫紙，可以填滿彼此心中感動的畫面。

天空才露出魚肚白，在我上學的路上，便會出現許多熱心的身影。他們總是早早就起床，發揮愛心，不畏日晒雨淋，為我們鋪一條能安全抵達學校的路。記得有一次，我準備要去學校，來到了十字路口時，車輛川流不息，每一輛車都像裝上了噴射引擎似的飛馳而過，令我膽顫心驚，不知所措。突然，一雙溫柔又厚實的手牽著我，親切的對我說：「小朋友，你快過馬路吧！這裡的車開得又快速又危險，我現在幫你擋車，你趕快過馬路去上學吧！」我的心中充滿感激，大聲的向志工阿姨道謝後，便三步併作兩步快速穿越馬路。直到平安通過後，我回頭看著志工，她綻放笑靨對我揮揮手的模樣，始終

烙印在我心中，不時的提醒自己：「我們應該多多感謝志工，不僅會讓他們感受到無比的溫暖，就連自己也能感覺到對方開朗的笑容！」

在我們熟悉的生活中，有許多人陪伴、照顧、付出關心，如果我們可以適時表達感謝之意，就能夠讓對方感到溫暖和快樂。記得，在我剛升上三年級時，我第一次寫作文，寫得有點凌亂、不通順，但老師不厭其煩的指導我，提醒我可以在作文中加上成語或修辭，讓整篇文章能更有生命力！對於老師的教導我非常感激，但當時的我，並不敢向老師表達謝意。直到今年的教師節，我終於提起勇氣，向老師大聲的說：「老師謝謝您，有您的指導是一件很幸福的事！」我看見老師溫暖又喜悅的笑容，我深深感受到：即使是遲來的感謝，依舊充滿了溫暖的力量。

俗話說：「滴水之恩，當湧泉相報。」意思是說，如果別人給你一點小幫忙，你應該用好幾倍的感恩回報他，作為一個孩子，從別人身上的協助難以數計，能夠回報的卻很有限；但只要我們懂得心懷感恩，用一句感謝，就能讓對方感受到溫暖，用一顆感恩的心，便可以讓生活充滿歡笑。所以，希望大家都能保持感恩的心，就能讓世界變得更好！



我的「老寶貝」

茄萇國小

巫雅琪老師

「媽媽，我的水瓶用了一年多了，瓶身都已經掉漆褪色，而且有摔過的痕跡，我可以把它丟掉換新的嗎？」

身為爺爺的長孫女，我一直擁有大家都沒有的「任性」福利。

記得在三十幾年前，幫小孩子過生日、買蛋糕的情況還不常見，但是因為我的生日就剛好在每年的正月初一，也是大家歡欣齊聚的好日子，所以爺爺總是會在除夕夜，當著大夥的面，大聲宣布：「明天是小肉餅（我的綽號）的生日，所以多發兩百塊紅包，讓她可以去買蛋糕，慶祝熱鬧一下！」當時不覺得有什麼特別，只是現在回想起來，似乎是我獨享的特別待遇呢！

有這麼一張泛黃的照片，讓我回味無窮。

爺爺騎著老鐵馬，後頭載著一個小男孩，前面小竹籐椅上還有另一個年紀小一點的娃娃，祖孫三人滿面笑容，恰似一幅動人的圖畫，細看兩個小人兒手上可是各拿著一串丸子呢！這是爺爺最開心的時候了，他會牽著他的老鐵馬，載著我和哥哥兩人，到市場去逛逛，順便接受鄰居們的讚揚，「孫子這麼大啦！您好有福氣啊！」這時，他老人家可更是笑開懷

了！儘管頂著大太陽的，堅持街頭走到巷尾，一點兒也不喊累呢！

一個過時的保溫瓶，它是我永遠的寶貝。

即將負笈北上讀書，因為天冷，常常會不留意惹風寒。就在一次的假日返鄉，爺爺拿給我一個保溫壺，說是可以喝喝熱水、潤潤喉。但是當時的我，覺得這個保溫瓶過氣老土，我可不想拿出來「獻醜」咧，所以一直都把它擱在家裡的角落（其實是故意遺忘它）。直到出嫁後的某一天回娘家，看到這水瓶居然還是穩當當的放在櫥櫃上，我想是媽媽整理家務時，把它給清出來的吧！隨口問聲：「媽，我想要這個瓶！」媽媽應聲：「拿去吧！正發愁要怎麼處理，險些把它給扔了。」

我好像拿到寶貝似的緊緊把這個保溫瓶攬在懷裡，又是撫摸又是擦拭，眼眶不禁也濕潤了，我再度回憶起爺爺在世的點點滴滴。猶記得爺爺訴說的那個關於他的遙遠古老年代故事……

曾祖父是開設碾米廠的富有人家，因此爺爺自小過著優渥無慮的富裕生活，但是卻毫無纨绔子弟的不良習性。然而好景不常，曾祖父歷經幾次的經商失敗而導致家道中落。爺爺從茶來伸手，飯來張口的日子變成事必躬親，甚至三餐無著落的困頓生活。然而他的骨子是堅硬，態度是肯定的！豈是這些挫折、磨難可以折損他！他越發是從底層努力做起，越發是謙卑待人。因此日漸獲得街坊鄰居的信任與愛戴，家裡事業也就逐漸地從谷底翻身，甚至蒸蒸



日上。

在爺爺的身上，我學到了「待人重謙卑守誠信、處事講誠懇重承諾」。他老人家常常告誡晚輩任何事情都要從小處著眼，千萬不要因為事微而不以為意。因此小自個人舉手投足，大到對外的應對進退，必要求晚輩抬頭挺胸、昂首闊步，因為他常說，做事唯有無愧於天地，才能有所成就。

擁有柔軟的心，才能以柔軟的態度看待世上所有的事物。謙卑待人，不自以為傲，更是爺爺對大家的教誨。「稻仔飽穗，頭攏犁犁」，飽穗的稻子頭低低，這句話呈現了稻田裡真實的現象與人生的高超哲理，唯有時時的謙虛若懷與點滴感恩，才能值得別人的尊敬，處事也才會更圓融，更圓滿。

爺爺離世也過了好久一段時日了，每每回娘家看到牆壁上掛著泛黃的遺像，嚴肅中又透露出慈祥的面貌，我總是又會開始思想起爺爺的風範。感恩爺爺對我的教誨，因為爺爺的經歷開闊了我的視野與胸襟，我也必當帶著此番信念，繼續將這份的溫情持續傳承下去，事事唯有做到知足感恩，才能事事臻於完滿！

感恩我最敬愛的「老寶貝」！永遠永遠愛您！



受恩容易報恩難

凌雲國中學生

許宸熒

從出生以來，我的身邊出現緣分或深或淺，情感或濃或淡的人們，因為他們的支持和磨鍊，於是，造就了現在的我。我很感謝這些因緣際會而遇合的人，尤其是我那最親愛的外婆和用心良苦的父母。

小時候，我是個非常頑皮的小孩。好多次趁著外婆午睡時，我把塑膠袋吹得鼓鼓的，再用力爆破它，於是睡得正香甜的外婆就被嚇醒了；我還曾經把衛生紙一張張的抽出來，在地上鋪排得像是白色地毯一般；甚至將冰箱裡的雞蛋拿出來砸破，塗得滿地黏滑不堪……這些都是我幼年時期的「豐功偉業」。雖然我做了那麼多頑皮不乖的事，外婆從來不生氣，從未大聲地斥責我，而是溫柔地告訴我下次不能再這麼做，也再三叮嚀我要尊重和珍惜身邊所有的人和物品。還有，她總是準備許多營養美味的食物讓我大快朵頤，食慾大增，深怕我餓著或病了，一心一意希望我健康健康的長大。如今想起外婆對我無微不至的照顧，點點滴滴在心頭，讓我深深感恩與懷念。

我親愛的父母都是上班族，無法時常陪伴在我身邊，所以每次一到假日，我們就會全家一起出遊，來增加親子互動與家庭凝聚力。國一國二時，正是我的叛逆期。那些日子，我時



常因為芝麻蒜皮小事而跟父母吵架或是頂嘴，他們說東我就向西，令他們十分頭疼。父母絞盡腦汁不斷想出各種辦法來舒緩緊張關係。由於他們費盡心思的愛與包容，很有耐心的拉回漸漸疏離的我。於是，我就像一顆種籽，在豐沃的土地裡，有雨水的滋潤，有陽光的照射，我漸漸成長茁壯。外婆和父母就像是守護在我身邊的三棵大樹，為我遮風擋雨，就好比是太陽與月亮，將慈愛和溫暖的光芒灑落包圍在我四周，我是何其幸福啊！

一路以來，我幾乎都是扮演「接受者」的角色，大多不知道要回饋外婆和父母。可惡的是，有時候，還會不知足的羨慕同學有什麼而我卻沒有，而怨對父母；也會對父母的叮嚀覺得不耐煩而出言不遜。有一天，在書裡讀到一首詩：「別人騎馬我騎驢，看看眼前我不如。回頭一看推車漢，比不上不足有餘。」在那一刻，我幡然醒悟，我已經十五歲了，不再是幼稚無知的小娃兒了。我應該要善體親恩，要感恩圖報，要主動幫忙照顧妹妹，要自主性用功讀書，要多做家事，要具體表達我滿懷的感謝之意。有人說：「知足者永不會窮，不知足者永不會富。」時常懷抱感恩與知足的心，就明白自己正享有的外婆、父母給予的愛比想像中多很多，難怪有人說：「慈恩似海，無以為報。」是啊！這一輩子，我要盡我所能回饋外婆和父母無私無藏的付出。雖然，我能報答的不及他們所給予我的十分之一，但我的內心告訴我：「別遲疑，妳必須這麼做！」

常懷感恩之心

大華中學學生

郭譚蔓

「感恩」這兩個字對我們來說是再熟悉不過了，但真正能做到知足常樂心存感恩的人卻寥寥無幾。在我們喊著學校營養午餐難吃的時候，世界上有八億人口沒有食物吃；當我們在跟父母鬧脾氣時，六千多萬難民們被迫離開家園、流離失所；當我們抱怨不能買新鞋時，有些人卻沒有腳，多麼諷刺多麼現實，我們如此幸運，卻不能心存感激。

臺灣四面環海，在我們的想像中，海邊應該是個充滿歡笑聲，有沙灘有陽光的一個美好的地方。誰也不會想到，在二零一五年的秋天，土耳其的沙灘上發現了一名三歲的敘利亞難民遺體，當時這篇報導引發全球的關注，是這麼樣的令人鼻酸？這名男童不過三歲，卻經歷了多少我們不曾想像過的人間煉獄？男孩被沖上了岸，人性卻被浪沖走了；如果不是戰爭，誰想離開自己的家園？如果世人都抱持著一顆感恩的心，這位男孩本會安穩地躺在床上，安全、溫暖、活著。我們這才體悟到難民的困境不只存在於白紙黑字之上，而是真真實實，發生在現實生活當中，那能吃飽喝足的我們又怎麼有權利不



滿、抱怨？

也許有時候生活確實不容易，但也沒有想像中的艱辛，有個商人總是抱怨著自己無法擁有豪華車，別墅，有天他遇見了一個農人，農人問他：如果我用一百萬換你一雙眼睛，你願意嗎？商人一個勁的搖頭：不願意。農人又說：那如果我拿一千萬你一雙腿呢？商人又搖著頭：當然不願意。農夫最後問，如果我拿一億元換你的生命呢？商人愣了愣，回答：你有病呢！這怎麼能願意？農人笑了笑：你擁有一億元的價值，到底還有甚麼好抱怨的？我覺得人真的挺矛盾的，我們總是要求著我們沒有的東西，卻不能珍惜我們所擁有的，而又在一無所有的時候，才開始想念那些曾經擁有，總是要等到失去了，才知道珍惜。

人總是有慾望的，但心就這麼大，給太多他裝不下。我曾看見一件令我印象深刻的上衣，上面印著：他擁有最多的玩具，還是死了。是呀！何必擁有這麼多呢？到頭來，也沒有得到最多的快樂，給你車你就開心嗎？給你房你就快樂嗎？擁有一切，你就真的滿足了嗎？其實，有一種很簡單的快樂叫做感恩。

《牛津字典》給感恩的定義是：「樂於把得到好處的感激顯現出來且回饋他人。」感恩是一種很抽象的藝術，你是否曾想過，賣火柴的小女孩為何在寒冷的夜裡心中還能充滿愛？你是否懷疑過人魚公主為何甘願變成泡沫？你是否曾想問，灰姑娘為甚麼那麼認分的為姊姊們做牛做馬？因為他們的心中充滿感激，小女孩感激那些與奶奶的回憶、人魚公主感謝曾與愛人的甜蜜、灰姑娘感謝父母給予的善良與勇氣。感恩，是人生的最大智慧；感恩，是人性的一大美德。常懷感恩之心，我們便能夠無時無刻地感受到家庭的幸福和生活的快樂。在感恩的世界裡，我們還會時時提醒自己：滴水之恩，當湧泉相報！如果你還沒有學會感恩，那麼試著去多愛別人一點，慢慢的慢慢的，你就會發現，感恩其實很簡單，很美好。這時你就已經懂得了。



第一名的感恩

新路國小學生 千心仔

一個假日的早上，我和妹妹正準備要去最愛的早餐店，告知了媽媽後，我們一邊開心的聊著學校昨天發生的有趣事，一邊注意著左右來車。早餐店根本就是我的最愛，在每次點餐時，我都會十分慎重的考慮才能下決定，一點點都不能隨便，早餐是我重要的活力泉源呀！

就在等餐時，看向路邊一陣、一陣的吵架聲，是一群國中生。「哇！這次月考又是你第一名，你是開外掛唷！」一位胖胖的男生說，「這個禮拜來教我數學吧！我的數學不及格，拜託！」戴著眼鏡的男生說，這時一位高瘦女生甩了一下她的長髮說：「嘖！你算了吧！考第一名是我聰明」，「話不能這樣說吧！每次都是我陪你去圖書館複習功課、陪妳去找老師解答問題，說得好像妳自己就很強一樣」旁邊的短髮女生生氣的推了一下長髮女孩……，就這樣他們不歡而散了。

這件事讓我想到了，有一次學校選模範生，我不但被提名還高票當選了，媽媽和我都很高興，於是帶著我去挑糖果，說要請班上的小朋友謝謝他們把票投給我，我才能有機

會可以當選。剛開始我有些生氣，明明是我自己很努力，為何需要感謝他們？可是當我拿著糖果分享給全班時，大家都吃得好開心，我也跟著心情愉悅了起來。我突然知道了感謝：若沒有同學的幫忙，票數不夠，我就無法當選，也無法和大家一起分享糖果，因為有了感恩的心我擁有了滿足的笑容。

記得有句英國諺語「感恩是美德中最微小的，忘恩負義是品行中最不好的。」生活中每一件微小的事物都有可能成為人與人之間的爭吵或崇拜的開端，那位和同學爭吵的女生，忘了感謝生活中所得到的幫助卻因為成果而開始自大，所以她和她的同學們吵架了。不管一個人擁有多麼值得驕傲的成績，應該記住是自己的老師為他們播下的種子，同學陪伴學習的過程、收穫。

多了感恩的心，才能減少許多的爭吵，讓自己可以做一位用笑容感謝他人的「心靈富人」。



感恩之旅

六和高中國中部學生 卓政佑

蜿蜒的公路，在山間盤繞，夢境中隱隱約約，一次、二次，無數次，時而清晰，時而模糊。約十年前——幼稚園時，那是我每個星期的假日都會經過的鄉間小路，看似平淡無奇的旅程，卻載著全家滿滿的愛，那是探望外婆祖的思鄉路，外婆的親娘就住在山的那一邊，照門山下。

當年八十幾歲的婆祖，因為多年的糖尿病，全口無牙加上髖關節開過刀，雙腿痠麻無力，行動日趨不便，外婆會準備一些鬆軟的食物，去骨剝絲的肉類，糖分不高的水果，一點一點餵給婆祖吃，雖然婆祖耳已不聰，目也不太明，但是我看她細細的一一品嘗，嘴角不時露出笑意，此刻她的心裡，應該是心滿意足吧！

婆祖雖然行動不便，但是腦筋清楚明白，也會閒聊一些日常小事，握握我的小手。年歲漸長的婆祖，選擇沉默的時間更多了，是大腦的語言區退化了嗎？還是缺少交談知心的夥伴？外婆問過婆祖，她幽幽的說：「說這麼多，有甚麼用呢！」雖然充滿無奈，但是，如果了解婆祖的一生，就會了解沉默是金，修練口德是多麼重要了。

聽外婆娓娓道來，婆祖三歲就成了童養媳，只因算命師排八字，認定身為長女的她，是

一隻「擋門狗」，也是六親相剋之命。辛苦漫長的成長路，從此劃開了人生的另一頁。年輕時的婆祖，除了勤儉持家，張羅一家老小的生活起居外，目不識丁的她還要在農暇時，翻山越嶺拜訪農家，販賣養豬專用的藥，所以客戶的資料像現今的電腦般輸入，回家後，才一一詳述，讓識字的子女幫忙記帳。盛產時的蔬果，用挑夫的方式，挑到市場換取一張張的鈔票，應付生活所需。農忙時，幫忙附近農家鑿秧苗、曬稻穀，我想婆祖真是萬能中的極品了。而當婆祖五、六十歲時，因為自己婆婆老年失智，當年的醫療較不佳，就這樣容忍脾氣變的古怪，口不擇言的婆婆咒罵近十年。她選擇罵不還口，從沒有忤逆過長者，還是晨昏定省，並且叮嚀自己的女兒們，以後我如果也有這個嘮叨的問題時，「妳們千萬要好好提醒我喔！」，我和弟、妹都是外婆幫忙照顧長大的孩子，和外婆感情不在話下，外婆常說：「爹娘想子長江水，子想爹娘一陣風」，又謂：「人往高處爬，水往低處流」，在在都顯示父母之愛山高水長，沒有富貴貧賤之分，那源源不絕的愛，代代相傳慢慢滋長、延伸，直到永恆。

「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，作古的婆祖在我幼小的心靈，深深烙印，懵懂的我也逐漸啟發，更懂得珍惜擁有，認真學習。那屬於外婆的漫漫思鄉路，源遠流長，永不枯竭，而屬於我的成長路，也一直充滿希望，自我砥礪，越過荊棘，沿路就會風光明媚，鳥語花香，一片欣欣向榮，感恩身邊的良師益友，至親家人，有您的陪伴，永不孤單，邁向成功，指日可待。



感恩的心

青溪國小學生

駱盟愛

樹苗感恩天空，因為它降下甘露供小樹苗成長；魚兒感恩大海，因為大海讓牠能夠自由自在的遨遊海中；農人感恩大地，因為它讓農人們歡呼收割。我要以感恩的心面對父母、師長和我周遭的親朋好友，因為他們用愛、知識和幫助澆灌我，使我發芽、成長及茁壯，讓我成為有用的人。

要以感恩的心回饋社會，陳樹菊就是最佳的例證。她幼時家中貧困，因為三弟生重病，她的母校——仁愛國小發起樂捐協助其住院接受治療，但最後仍回天乏術。陳樹菊十三歲為了養家，不得不輟學開始賣菜，錢賺的不多，但她一分一毫存了下來。為了報答母校多年前曾給她的幫助，她毅然決然捐了四百五十萬元給母校蓋圖書館，並陸續捐出百萬資助孤兒院，更進而成立基金會幫助更多的窮人。陳樹菊阿媽因為懷著一顆感恩的心，她為我們豎立了良好的典範。

要以感恩的心面對真摯的親友。自從父親生重病以來，我們家落入極大的試煉和患

難，但我們周遭的親朋好友及時雪中送炭，不斷地給予我們各式各樣的幫助及鼓勵，讓我們感受到愛的力量，扶持著我們走出人生的低谷。讓我學會換一種角度去看待人生的失意與不幸，懷著感恩的心生活，上蒼將賜與你燦爛的陽光，懷著感恩的心，讓我盡情欣賞路上的美好風景。

要以感恩的心面對父母，因為他們用愛澆灌我。父母在我出生以來就盡心盡力、無微不至的照顧我，為了讓我生活不虞匱乏，每天起早趕晚，賣力工作；為了讓我健康成長，不知付出多少辛勞。特別是我的母親，自從父親生重病以來，她一肩扛起所有生活重擔，不僅要照顧病榻中的父親，還要照顧在學的我，看著母親日漸滄桑的背影，更激勵我要奮發向上。是母親的愛，無時無刻陪伴著我，使我能無所畏懼的面對人生的風浪。母親就像一座屹立不搖的高山，給我支持依靠，也像一隻老鷹展翅給我遮風擋雨，她教我感恩失敗，才會有樂觀的信念，譜出生命的樂章。

要以感恩的心面對師長，因為他用愛照亮我。自從我成為作文選手以來，老師除了盡心盡力的指導我寫作的技巧外，還無微不至的關心我、鼓勵我，使我如沐浴在春風中



的小草，一點一滴的成長茁壯。老師以身作則，每天提早一小時到校，全心全意投入班務，平時著重我們做人應對進退的道理，更要求我們讀背論語及出口成章，使我們得以一窺中華文化的堂奧，感受其博大精深的蘊涵。有句話說：「一日為師，終身為父」。老師的恩情浩瀚深遠，我豈能不懷著一顆感恩的心嗎？

陳之藩說：「得之於人者太多，出之於己者太少」，抱持著一顆感恩的心，感恩周遭的一切人事物。路邊一朵朵小花，為人間增添了一抹嬌豔；一滴滴的雨水，滋澤了乾旱的大地。我感恩造物者的匠心獨運，讓人世間風景無限美好。感恩一切給我掌聲及鼓勵我的人，懷抱感恩的心，在我的心靈綻放出最美麗的花朵。

感恩

過嶺國中學生 何采真

生活中，總是有許多人默默的付出。而我們卻鮮少真正向這些人們表達發自心底的感恩。感恩，可以是一句真心誠意而簡單的「謝謝」；可以是一個無聲而溫暖的擁抱；更可以是付諸實際行動回報，表達內心無限的感激。

父母親，是和我們最親密的長輩，也是精神上不可或缺的依靠。父母親日夜為我們而奔波，即使再辛苦勞累，也從不聽見他們喊苦、喊累。還記得，當你生病時，他們寫在臉上的擔心和憂慮嗎？還記得，夜晚著涼時，他們溫柔地雙手，為你蓋上一層又厚，又暖和的被子的感覺嗎？還記得，那些曾令你覺得膩煩的句句嘮叨嗎？從我們呱呱墜地的那一霎，他們便無微不至的照顧著我們的身心。即使我們隨時間流逝漸漸地長大，漸漸地自認成熟而叛逆，甚至任性的耍性子，依然像個導師，不厭其煩的教導訓誨我們。

回首四年級時，每星期固定有兩天，在放學後要坐著媽媽的車去英文補習班上課。那一天放學後，我已筋疲力盡，彷彿一支未充飽電就使用了一整天的手機，電量亮起了



紅燈。坐上車子，用盡最後一滴電力繫上安全帶後，便瞬間進入「睡眠模式」，睡得非
常地深沉。車子行駛時的搖晃與震動，就像是媽媽哄著小嬰兒睡覺時輕搖著床那樣，讓
我睡得又更深了。

二十分鐘過去，補習班也不遠了。我的生理時鐘強迫著我睜開眼睛，但由於我仍極
度疲累，便索性的闔起了雙眼。當我再次勉強的微微睜開眼，狹窄又朦朧的視線中，我
看見熟悉的走道——那正是媽媽讓我下車，自行走到補習班的人行道。個性的作祟下，我
又任性的替我的眼蓋上了被子。原以為，車子會慢慢地停下，媽媽會呼喚著我下車，而
我必須拖著蹣跚的步伐不甘願的走進補習班，但今天，這些程序似乎插入了一個小環
節。閉著雙眼，我感覺到的不是車子停下時，那股往前傾倒的壓力，而是車子轉了彎，
又漸漸開始行駛的搖晃。正當我困惑不已時，車子又轉了一個彎。媽媽異常的舉動，讓
我忍不住張開眼問：「媽媽，不是剛才就要下車了嗎？」這時，她又轉了一個彎。車子
繼續直線行駛，當那條走道又再次映入眼簾時，我才恍然大悟。「你不是很累嗎？看你
還在睡，媽媽就先再繞一圈啊，上課時間也還沒到。」她用憐憫的眼神，望向後照鏡中
的我不捨地說道。當下，內心只有難以言喻的感激與感動，恨不得立刻解下安全帶，撲

向駕駛座並抱著她大喊：「媽媽，謝謝你！」。

每一年，到了我的生日時，我都會利用電腦繪圖，用心地畫張卡片送給父母親，感謝他們的細心的照料與包容我難以捉摸的怪脾氣，但總覺得，心裡還是有想表達，卻不知該如何說出的感謝。也許，是我自己太不善於表達了吧！

現今社會中，許多人溫暖且偉大的奉獻，猶如大地間的涓涓細流，從不出聲，只是靜悄悄的緩緩流過，卻不斷的滋潤著整個世界。感恩身邊的人，謝謝他們的付出，讓世界更明亮；感謝父母親，謝謝他們給我們一個充滿著愛的家。我將隨時隨地懷抱著感恩的心，因為「感恩」是永無盡頭的。



讓生命更美好

文昌國中學生

王羿雯

烏鴉振翅高飛，離開悉心呵護的羽翼之後，有反哺之義；羔羊呱呱墜地，吸吮生命根源的甘甜之時，稱跪乳之恩。在大自然的種種現象當中，看見了，感恩的顏色靜靜地在生活周遭渲染開來；聽見了，感恩的天籟縈繞耳邊久久不曾離去；聞到了，感恩的芳香瀰漫於清新空氣中；嚐到了，感恩的滋味輕撫味蕾，蔓延至每一條神經。

靈巧地在春天朝氣蓬勃的大地上蹦蹦跳跳，吆喝著，玩伴的名字，吆喝著，踢球的速度，吆喝著，勝利的榮耀，揮汗如雨，卻又心滿意足。蔚藍蒼穹下，拂面的微風柔柔穿過蒼鬱的葉片，像是在提醒兒時的我們感恩。感恩擁有控制健康身體、協調靈活四肢的權利，感恩天真稚氣、單純無懼的存在，讓童年的回憶燦爛了起來。在春季翠綠的活力中，我學會了感恩。

興奮地在夏天薰風習習的球場旁尖叫，高喊著，耀眼的名字；高喊著，心底的漣漪；高喊著，青春的愛慕，沒有告白的欣賞，竟然如此真摯。豔陽高照，嘹亮的蟬鳴突破窗框的限制，捎來六月的信息，讓我們感謝，感謝平等的受教權，感謝付出愛的勇氣與被愛的喜悅，給年少輕狂的過往增添許多美麗的解答。在夏季湛藍的情緒中，我學會了感恩。

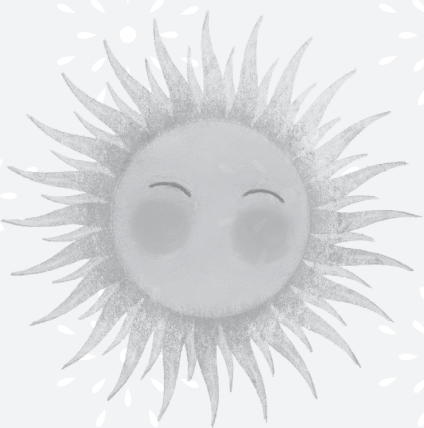
愜意地在秋天落英繽紛的大道上徐步，輕唱著，菜餚的名字，輕唱著，天倫的幸福，輕

唱著，不惑的美滿，甜蜜的負擔，將等待幻化為期待。腳底下的紅黃相間襯托出平底鞋的潔白，揚起的唇角詮釋了感激的弧度，感激在這廣大的世界中，有一個屬於自己的小舞台，感激能在對的時間遇見攜手一生的人，感激同學會的參與人數沒有逐年遞減，使中年的眉宇間少了幾絲孤單寂寞。在秋季唐紅的閱歷中，我學會了感恩。

沉穩地在冬天雪花紛飛的門框前等待，細語著，兒孫的名字，細語著，白髮的數目，細語著，悠閒的歲月，時針和分針之間的距離，不再緊迫。銀白的蓬蓬裙，罩住的不只是寵愛的子嗣、保護的兒女，還連結了彼此那感恩的心，感恩爐火的溫暖，感恩團聚時在心中發酵的幸福，滋潤了垂暮的枯枝。在冬季雪白的記憶中，我學會了感恩。

「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力惟艱。」常懷感恩的心，我在早晨忙碌的通勤中看見袖綠葉片上的朝露，在傍晚落寞的斜影盡頭看見天邊掛著的彩霞，在夜晚靜謐的黑色絨布中看見滿天的星斗。感恩平凡中輕如鴻毛的不平凡，在我的生命中留下重如泰山的美好痕跡。逆境或多或少地出現在充滿變數的人生中，唯有感恩的心能夠在一次次艱困的泥淖中，開出一朵朵燦爛的花卉。

在我的世界裡，充滿著感恩的心，盈滿了幸福感，如果你的並不是如此，那我願意用誠摯的文字，在字裡行間將飲水思源的美好帶到你的世界，因為「感恩的心」是一個很珍貴的寶藏，希望你也感受得到。



品格核心價值
——
禮節



世界的通行證

內壢國中學生

姚杰璿

禮節是人人必備的品德。有了它，你會懂得尊重別人，也可以使你得到別人的尊重。

擁有禮節，行事知分寸，不逾越規矩，你可以在職場上取得同事、老闆的青睞，在朋友間贏得信任。

如果日常生活上能夠謹守禮儀規範，就能被眾人喜歡，因為眾人都喜歡好品德、有作為的人；然而，沒有好品德、好作為的人會被眾人討厭、拋棄，在同儕之間更是如此。沒有禮節，會造成許多衝突；講話沒有分寸，會引起別人不悅，進而疏遠你，排擠你。如此一來有無禮節的差別就昭然若揭。

有一次我跟我的家人一起去臺北聽演講。去程在捷運上時，有位年邁的阿公走了進來，我二話不說，立刻起身，把我的位置讓給了他。阿公非常感謝我，不斷的向我道謝，此時我的內心也充滿喜悅，這是最基本的禮節，我尊重他是長者，讓位給長者坐，同時我也得到了他的讚許，這是一件美好的事，不是嗎？之後聽完了精彩的演講，回程



時，我在捷運上遇到了來臺灣玩的一群日本人，其中一個人，她好像懷有身孕，所以就站了起來，用肢體動作還有一些我會講的英文跟她溝通。一陣比手畫腳後，她終於聽懂我的意思後，她就坐下休息了。爸爸、媽媽還有弟弟，他們看到我讓位的舉動，紛紛給我讚許，這肯定讓我非常開心。這是禮節，不管對方是在地人或外國人，我們都應該要發揮自己的禮節，給人以好印象。

正如同我所說的，禮節是人人必備的品德。有了它，你會懂得尊重別人，也可以使你得到別人的尊重。敬人者，人恆敬之。不管你認不認識對方，將禮節化為具體行動，進而跟他人溝通、相處。有了它，你的朋友會愈來愈多，朋友間的關係也會變得更好。禮節——是一張世界的通行證。

真正的禮貌

會稽國中學生

陳意芹

你知道，什麼是基本的禮貌嗎？主動問好是禮貌、禮讓行人是禮貌、尊師重道是禮貌。那麼，捍衛自己的權益呢？

有一次，我和哥哥搭上公車，車上人滿為患，但博愛座卻是空的，正值生理期的我，便在博愛座的位置坐下休息。過了不久，一位坐在旁邊座位的老爺爺突然站起身，並走到我面前瞪著我，看似是要我讓座給他，認為此舉不合理的我，並沒有起身禮讓。

結果，老爺爺開始用如雷的音量，大聲叱責我……，站在一旁的哥哥實在看不下去，便替我向他說明了我的身體狀況，可能是因為尷尬，他聽完便急急匆匆地跑下車了。

許多大眾交通工具中，都規定設有「博愛座」。博愛座又稱「優先座」，起源於北歐的國家，並附上「請讓給有需要的人」的標語，近來看到層出不窮的正義魔人新聞事件，加上親身經歷後，讓我不禁思考，「被強迫」的讓座是不是真正的美德呢？

從小，我們就認為，「讓座是美德」。卻不知道從什麼時候，演變成「不讓座就是



罪過」的想法。禮貌固然重要，但也不要忘了自己的權益，我認為「博愛座」應該是給需要的人使用的座位，「禮讓運動」從自身做起沒錯，但如果自己有需要時，也可以禮貌向他人說明。大聲的斥責不會讓人覺得言之有理，只會顯得個人很沒水準。說到底，有哪些人能使用博愛座呢？其實人人都能使用，它只是個位置罷了！在摩肩接踵的公車裡，放著位置不坐，只會增加擁塞程度，增加跌倒受傷的可能性。其實就算不禮讓座位也不犯法，只是會被所謂的輿論公評你不禮貌。所以無論是誰，只要有需求都有資格使用博愛座，人與人之間需要有著基本的尊重與禮貌，這才能讓妳我有個美好的社會。

現今網路上有許多人在七嘴八舌的探討著博愛座的問題，到底怎麼做才是正確的呢？我認為只要記得互相尊重，這就足以是個有禮貌的行為了吧！

談禮節

會稽國小學生

陳柔伊

從小到大的，爸媽經常提醒我要當個有禮貌的好孩子，要把「請、謝謝、對不起」放在嘴邊，在學校到見到師長要打招呼，在家裡也要對長輩有禮貌，這些都可以讓別人對你有好的印象，也是做人最基本的禮節。

平時在與同學相處時，也要保持禮貌的態度，在需要同學的幫忙時一定要說「請」，在得到別人的幫助或善意時要說「謝謝」，而如果不小心得罪了別人時，一定要馬上道歉並說「對不起」並求得別人的原諒，這樣一定會與同學們相處得更為融洽，因為大家都喜歡與有禮貌的人當朋友。

而在日常生活中，我們所要注意的事情就更多了，包括「風俗習慣、倫理道德、宗教信仰和法律」等。這些東西在世界各地往往並不相同，例如在「風俗習慣」方面：西方人常以擁抱、親吻或是貼臉頰的方式來打招呼，但若是在台灣遇到新認識的人這樣打招呼，大家應該會被嚇一大跳吧！還有日本的白色禮金袋，如果是台灣的老人家看到的話，應該會覺得不高興，因為在台灣只有在喪禮時才會收到白包。



在「倫理道德」方面，除了孝敬父母、友愛同學之外，平時也要多禮讓老弱婦孺，看到要過馬路的老人家可以扶她一把，路上有人東西掉了可以幫忙撿拾，搭乘公共交通工具時盡量不佔用博愛座，並禮讓給有需要的人。

在「宗教信仰」方面，每個宗教都有自己的戒律和規範，例如：印度教徒不吃牛肉，伊斯蘭教徒不吃豬肉，而佛教徒不殺生等，我們應該予以尊重。即使有不認同的地方也不要以自己的想法來要求或強迫別人，而要以欣賞的角度來看待，不同宗教對於社會具有正面教育意義和安定人心的部分。

最後是「法律」部分，經由家庭還有學校的教育，我們瞭解到基本的法律常識，我們身為社會的一份子，做任何事情都必須合理合法，包含遵守交通規則、避免偷竊、暴力、吸毒等犯罪行為，保障自己和他人的權益與安全。

我認為現代化文明先進的國家與未開發的國家最大的差別就是人民的禮節素養，為了要自我提升，我們不但要遵守法律，也要尊重當地的風俗習慣和宗教信仰，重視倫理道德並時時提醒自己與身邊的親朋好友，做個知禮守法的好國民。

禮節由我做起

青溪國小學生 王玟淇

禮節是為人處事的根本，實踐禮節則是生活中最重要的事。《三字經》說：「為子、方少時、親師友、習禮儀」，正是勉勵我們從年少時期就要親近良師益友，學習待人、處事、應對、進退的禮儀，遵守禮節的重要性也就由此可知了。

身為小學生，要如何成為一個守禮節的人呢？早晨起床時，向父母長輩道聲早安，見到師長也要主動問好，與同學相處要和善友愛。食衣住行的基本功夫更不能忽視，吃飯時坐姿要端正、不狼吞虎嚥；穿戴乾淨整齊的制服上學，參加正式場合時，更需要穿著得宜，千萬不要奇裝異服而顯得不莊重。居住環境要保持整潔及安寧，避免在深夜裡製造噪音，以免影響社區民眾的生活品質。坐車時禮讓座位給老弱婦孺，不要霸占座位或是大聲喧鬧，以免影響其他乘客休息；還要常說「請」、「謝謝」和「對不起」，能做到以上這些，才算是一個有禮貌的好公民。

彬彬有禮的人會受歡迎，做事也能順利；粗俗不講理的人則會被周圍的人群所排斥，我的經驗就是個很明顯的例子。記得我在三、四年級時，喜歡使用粗魯的動作和語



言，對於不如意的事情，也會以不禮貌的行為來回應，動輒大呼小叫，讓父母非常傷心，好朋友們也漸漸遠離我，因此我變得愈來愈孤單。經過家人及師長的勸導，才驚覺自己的態度是如此嬌縱，行為舉止如此蠻橫，所以我感到非常後悔。升上五年級，老師教導我們「有禮貌」、「說好話」，我也自我要求謹言慎行，希望能夠改掉以往不禮貌的壞習慣。現在，在班上我有許多要好的朋友，即使偶爾不小心「犯錯」，也會虛心改進檢討，努力成為一個謙恭有禮的好孩子，讓父母、師長放心。

現代社會是一個「講禮」的社會，親切的笑容、溫暖的問候和有禮貌的態度就是最棒的潤滑劑。人人有禮讓相處更融洽，期望人人都能夠講禮、守禮，把禮節這個中國固有的道德發揚光大，讓社會更加溫馨祥和。

禮儀與真誠

陽明高中學生

李緣藻

禮制已在人類社會間存在數千年，作為人與人之間的相處之道，有的握手，有的打躬作揖，有的親吻，有的擁抱，如齒輪零件間的機油，順利了世界的周轉，延續民族間的交流，這些在日常中應用的待人之道，也正是在成長過程中由父母一字一句塑造而成的禮儀。

我們固然都知道接物應答、問候寒暑這般的動作，應如社會的鋼架基層，深深紮根在我們心中，但在這現代，它們已不再頻繁的出現於日常。直到在日本的旅途中，我見到了禮儀，貫徹、充溢在這個民族的一言一行之中。當我從服務員的手中接過茶水，或是走進一個有人所在空間，微笑、點頭，問候、致意，待人接物進退合宜的道理在此處得到了完美的發揮，我不習慣如此周到的接待，因而害臊的慌了手腳，但不礙於我感受到他們的真誠，感受自己得到的尊重。

日本的敬語文法也是相當大的學問，這些因老少男女而有所變化的文字組成順序，



可以使簡單的句子變得相當繁複，甚至可以本末倒置的變相成為一種刁難。曾有留學日本的大學生困擾的說，小組作業的組長故意使用敬語討論，搭上極快的語速，使日文不夠熟練的外生根本難以理解，也讓本該是展現尊敬的語言徹底變了味道。

因此，禮節不僅僅展顯於形式，更該置於心上。

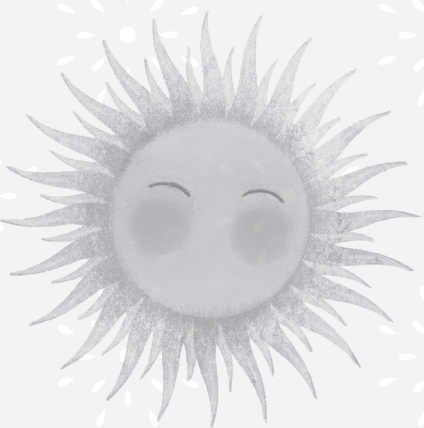
過年喜慶親戚團聚之際，無疑是考驗各家孩子們教育成果的修羅時刻，每每這個大家庭圍起桌子，我總是感到恐慌不已，在門後，把各家的臉和稱呼像歷史年表似地在內心默背一次，唯恐在多人眼中結結巴巴吐出了大笑話。好不容易和各家打完了一輪招呼，寒暄的職責也盡了，一群人圍著熱菜，觥籌交錯，筷聲四起，吃得少的，被夾了個滿滿一碗；吃得多的，就再添一碗，眾人嘻笑，祝賀長輩，和害羞沉默的晚輩開玩笑，我的精神放鬆不已，這裡沒有紅樓夢那般鋪成輝煌的大家之禮，有的只是對血脈相連之人的愛，不言於外的在座席間溫暖流動。

猿猴互相理毛、豹群共享獵食，自然界也有著這麼一套禮節，渾然而天成。獅群在陽光下呵欠連連，靠著彼此的心跳時肯定是沒有甚麼禮儀的，但牠們有辦法關切彼此，

嗅聞、奔跑，清楚我們的命運相連，一同狩獵遷移，養育幼子，無時不感察環境，清楚大自然下的所有個體們都是獨特的生命。

把他人放在心上，讓彼此變得更美好一點，禮儀先提醒了我們彼此的存在，提醒我們在彼此的感受，而後，也許不需要相告，我們最好的禮節，只是對他人最真誠的關切。那麼伐木自會有所限度，取水自會有所量，周公制禮作樂，大概也是冀望這麼一幅美景吧！





品格核心價值
——
孝敬



奶奶的溫暖

瑞坪國中學生

饒芷瑄

孝敬是什麼？是吃的還是喝的？原來都不是，孝敬？存在於世界的每個角落，不管家是多顯赫，唯有孝敬是金錢所買不到的。孝敬是什麼？孝敬存在心意中，你我誰也摸不著、聞不到，只能用心去感受它帶給你的溫暖。

小時候爸媽因為出去工作早出晚歸，而我是由奶奶一手拉大，不管我多搗蛋或多頑皮，奶奶仍然不嫌累。一大早奶奶總會推著手推車去市場買蔬菜，儘管回來時已流的滿頭大汗仍不休息，忙著洗衣、打掃家裡或曬曬衣服，打理家中所有的大小事。奶奶是個典型的客家人勤儉持家。每當奶奶煮完一桌豐盛的晚餐後他總是把最好的留給我們，而自己總是吃我們剩下未吃完的飯菜，奶奶總跟我說這些飯菜都是農民辛苦種出來的，不能浪費食物，而我也牢記在心。每當我放學回家時，我總是先跑去找奶奶，分享我在學校的一點一滴，而奶奶一字不漏的慢慢聽我訴說。偶爾我也會幫奶奶搥搥背、端杯茶給她喝，就希望能幫奶奶盡一心力。



隨著年紀的增長奶奶的體力一日不如一日，聽力也越來越衰退，而這個時候就該換我照顧奶奶。每當奶奶需要我的時候，我總會義不容辭地跑去幫奶奶分擔家事，等奶奶累時我總會奶奶搥搥背，雖然這只是小小的舉動但我在奶奶的臉上看到的是無比的笑容，我想這比花錢所買到的任何東西都值得去留念。我想這就是「孝敬」所帶給我最好的禮物，這種笑容是以行動所換來最珍貴的禮物。

在一個星期四的下午，那時我放學回到家，一開發現燈沒有開，也找不著奶奶。我急忙打給爸爸，後來才得知奶奶和爺爺回老家做田事的時候，因為天氣太熱而中暑在老家休息由媽媽在旁邊照顧。那個下午我和堂哥在家裡安靜度過下午，但我也發現沒有奶奶在身旁，總少了些什麼。下午五點，奶奶終於回來了，我急忙衝過去問奶奶有沒有舒服點，雖然奶奶點點頭，但看起來仍然有點不舒服，進到屋子時端杯茶給奶奶喝，就希望他能舒服點。

經過這一連串的事情，我終於明白了「孝敬」要及時，讓那些無怨無悔、辛苦一直在照顧你的人，最需要你的時候能為他們做些什麼，哪怕只是小小的舉動都是「孝敬」

的象徵。而「孝敬」不分年紀，不分性別人人都可做到的，看似平凡的舉動，卻能帶給別人溫暖，這就是「孝敬」。讓原本安靜無趣的家庭多了一個溫暖的氣息，也讓看似普通的家庭被溫暖所包圍，現代人忙於工作是否還記得「孝敬」所帶來的溫暖？在忙碌的同時是否還記得「孝敬」所換來的笑容。現在你我都忘了「孝敬」的存在，它存在於生活當中。





父母恩，父母情

青溪國中學生

羅郁茹

孔子曾云：「今之孝者，是謂能養。至於犬馬，皆能有養，不敬，何以別乎？」的確，我也心有戚戚焉。孝，乃做人的基本，或許，我們平常不敢開口和家人說「愛」，但至少要以孝敬的行動來證明：我們對父母的愛，不是沒有，只是默默。

自我們呱呱墜地開始，父母便無微不至的呵護著我們，寸步不離的守護著我們，只求我們能平安長大，在父母的心中，兒女就好似上天賜予的最珍貴的禮物。我們在父母細心的呵護下日益成長與茁壯：當我們大聲哭鬧，父母輕聲細語給我們最大的安慰；當我們徬徨無助，父母總是展開雙臂擁抱我們，讓我們不安的心獲得平靜，帶領我們走出黑暗迎向光明。

年幼時，在我們小小的心裡，父母便是我們的天下，我們和父母總是形影相隨；青春時期，因為渴望獨立，因為想要探索外面花花世界的點點滴滴，所以聽不進父母對我們愛的叮嚀，總覺得父母管太多，讓我們難以喘息；等到我們領受了外面的風風雨雨，嚐盡了生活歷練的風霜，才會想到永遠為我留一盞燈的家，永遠默默守候我的父母。

孝順父母，敬愛長輩，是身為子女的責任和義務。古時，韓伯俞時常跪著甘心受杖，從無不悅之色，但有一天，他被打時卻哭了，因為他母親打他的力道已經不像以前一樣疼了；南宋的陳堂前，丈夫在婚後一年便與世長辭，她一肩擔起家中的事物，不但奉養公婆，更把丈夫生前留下的孩子教養得既懂事又有成就；漢朝的黃香，夏天時幫父親涼被，冬天時幫父親暖被，因為她的貼心讓父親得以天天好眠。烏鴉反哺，羔羊跪乳，更何況萬物之靈的人類？不要有「樹欲靜，而風不止」的遺憾，「愛」，要即時！

若父母是蔚藍的蒼芎，那麼孝敬父母的心就是后土大地；若父母是嬌豔欲滴的鮮花，那麼孝敬父母的心便是扶持他們的綠葉；若父母是日日夜夜在外奔波的小鳥，那麼孝敬父母的心便是永遠待在原點等待他們歸來的溫暖的鳥巢。父母養育子女的恩情，如山高，如海深，沒有父母的犧牲奉獻就沒有今日平安幸福的我們，而我們對父母的報恩卻渺小如塵埃，我們怎能不慚愧？

畢奇爾曾云：「友誼、愛情，都沒有母親對孩子的感情那麼真摯。」孔子也道：「孝，德之本也。」對父母孝且敬是為人子女應該有的本分，若人人能善盡為人子女的本分，相信全天下的父母都會幸福。



孝敬

光明國中學生

劉芸捷

古人說：「百善孝為先。」我認為孝敬絕對不能等：「有人說，等我們有錢了，讓老人家過好日子錢隨便花；等我有時間了，再帶父母暢遊天下。」那是不可能的！等我們，等我們，可是有沒有想過，年紀不可等，孝順，當然就從現在開始。

從小是外祖母一路拉拔我長大，打理我的日常生活，帶我遊山玩水一覽台灣美麗風景。小時候好多回憶都忘記了，模糊的記憶裡我的外公在炎炎夏日常常牽著我的小手到家裡附近的一間小工廠買一大塊的仙草，回到家慈藹的外婆就會幫我分裝成一碗一碗的放在冰箱，讓我想吃隨時都可以拿，童年最甜的滋味非仙草莫屬，夏日裡來碗冰涼的仙草實在是最消暑的方法，更勝於吃冰呀！

外公外婆都喜歡爬山，常常在家裡準備一些水果、麵包帶上山野餐，外公總是喜歡和其他人在山上遇到的老朋友聊天泡泡茶。最令我難忘的則是山腳的茶葉蛋攤，濃濃的茶香陣陣飄來，我總會嚷著要買幾顆來吃。回到都市生活就越是想念山上清新的空氣。

有的時候我則會和外公外婆到市場買菜，人來人往的叫賣聲，菜市場是台灣最有人

情味的地方。外婆總會問我今天想吃什麼，最後都會讓外公提著大包小包的回家。日落前的傍晚的散步時光則是我和外公的小約會，我的外公有著好人緣，每每走出巷弄左鄰右舍總是會熱情的和外公聊個幾句。這是外公外婆帶給我最簡單純樸的童年生活，所以長大後我認為我不只要孝順我的父母親，更要為帶我長大的外祖父母做些什麼。隨著我們一天天長大，外公外婆的白髮漸漸變多，近日來外公身體狀況越來越差，也提醒我們更加把握能相處的每分每秒。

現在的人很不注意孝敬長輩，放學回家從不跟父母打招呼，甚至動不動就要脾氣，還對父母大呼小叫，真是大錯特錯了。孝敬父母，其實不難，只要從一些生活小事做起養成孝敬長輩的好習慣。要體貼父母長輩，懂得多分擔一些家務勞動，更要善於理解父母擔心關愛。外出時要和家長道別，回家時先向父母問好，吃飯時，先請父母入座，替父母盛好飯菜。不僅要孝敬父母，更要孝敬祖父母和外祖父母，放學回家先到祖父母房間問安，幫他們做一些遞茶的小事。想想看，這是不都是輕而易舉的小事情嗎？我們有能力讓長輩吃好的住好的有安定的生活，物質方面的孝順我覺得都是次要，更重要的是要懂得適時「陪伴」，讓他們感受到滿滿的愛與關懷。孝敬，從你我開始！



我懂，是因為我曾經錯過

大華中學學生

饒欣倚

古人云：「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」。每個人都會有自己想用盡全力去細心呵護的事物。可能是一位摯友，也可能是一只布娃娃。對我來說，那非家人莫屬了。

那是在夜闌人靜的當晚，大家都入睡了，當然我也不例外。我恨不得馬上進入甜美的夢鄉，因為那一天真是糟透了！傍晚，媽媽對我發了一頓好大的脾氣。因為再過兩週，我即將參加客語演說比賽。但是我的演說稿都還沒背好，甚至是一個字都還沒背。媽媽命我在晚上入睡前，把演說稿全背起來，否則不得入睡。背著背著，我眼皮都快闔上，實在是太困了！媽媽不忍心再堅持下去，也決意放過我，讓我回房睡覺，就這樣昏昏沈沈的進入夢鄉。殊不知這麼一道別，我們一個幸福美滿的家庭，在這個夜晚，產生巨大的變化。

「起來！起來！」猶在睡夢中的我，就這樣硬生生的被姊姊吵醒。待意識清楚後，我看到這慌目驚心的景象，媽媽倒在地上一動也不動。任憑爸爸怎麼叫都不醒，一動

也不動地躺在地上。第一次面臨這種猝然狀況，我和姊姊非常難受，完全不知所措。尤其躺在地上的人，不是親戚同學，而是我們親愛的媽媽，辛辛苦苦把我們扶養長大的媽媽。

不久後，救護車急促的鳴笛聲，把媽媽載走了！翌日，我和姊姊依舊去上學，但我們對媽媽的病情感到憂心忡忡，心思完全沒在課堂上。捱到放學，爸爸便載著我和姊姊來到新北市的大醫院。前往探視的途中，爸爸的腳步卻停了下來，他告訴我們：「你們要有心理準備！」這沒頭沒尾的話讓我的腦袋一片空白。緊接著，我們來到了加護病房。看到平日和媽媽深交的好友親戚，個個哭喪著臉站在病房前。這時，我跟姊姊三步併作兩步走進加護病房。穿著防塵衣，戴著口罩走到媽媽的病床前。一看到媽媽，我和姊姊大哭了起來。看著自己的媽媽，插了好多好多的管子，身旁有好多好多的機器，誰好受呢？接著爸爸告訴我們：「不要哭！這樣媽媽會有更多的擔心！」

幾個小時後，我看到醫生走出來，正和爸爸、外公討論事情。當時我只聽到外公說：「拔管吧！」這個字在我聽來特別清晰、特別刺耳。下一秒，我的眼淚奪眶而出，像河道洩洪似的，怎麼也停不下來。儘管我告訴自己：這樣做是為了媽媽好，但心痛的



感覺卻還是止不住。終究，我最不希望發生的事情還是發生了！外公堅持要先讓媽媽回家再斷氣。回程的路上，我的腦海中不斷浮現過往和媽媽相處的點點滴滴，眼淚直是不爭氣的流了下來。曾經，我們的家庭充滿歡笑充滿愛，可是在下一刻，這美好的景象隨即破滅，有如幻境一般既真實又虛幻。誰能了解這樣的轉折是如此的痛楚，如此的刻骨銘心？我永遠不會忘記，失去與自己最親愛的媽媽，那樣的缺憾是什麼樣的滋味……

媽媽去世後，我總是想著：為什麼當初我不好好孝順媽媽？總是惹她生氣？然而現在一切都來不及了。所以，孝順父母伺奉長輩要及時。「孝敬」是很重要的，我曾經錯過，所以我懂……。

那薔薇玫瑰

陽明高中學生

林郁雯

粉嫩的薔薇玫瑰，盛開在庭院前。母親說，親手栽種的植物可以反映一個人的氣場，映著那兩叢蓊鬱的鮮花，他現在在天堂過的應該很好吧？直至去年，我才從姑姑的口中得知，那特別耀眼的薔薇玫瑰是他留下的。恣意盛放，與我印象中的他，似乎不太一樣呢。或許風帶走的不只是他在塵世的牽掛，也帶走他一生的惆悵，留下的，盡是美好，就如同我眼前的花朵。

自他離開以後，和爺爺奶奶的接觸也變多了，似是代替他一般，陪伴爺爺到田裡看盡天地、陪伴奶奶坐在藤椅上談笑。打點好自己生活的一切，不讓他們操心，即使沒有住在一起，我與哥哥仍然很愛他們。每每回到老家，奶奶看著哥哥的背影，眼睛總是濕濕的呢喃著：「你哥哥真的越來越像他了呢……」我有些不捨，我知道，我們兄妹倆一直都是他們的慰藉，看哥哥有一份穩定的工作，看我越來越穩重，爺爺總是牽動眼角的皺紋微笑，那歲月的痕跡，也提醒著我，能伴他們左右的時間不多了。不知道在天上的他，是否也很清楚這些，也會偷偷掉淚？



母親提起他的時候，語氣總是比平常還要平靜，也不曾提起他的不好，說他就像哥哥一樣，善良而溫柔，這也難怪貌美的她傾心於他，單純的愛情故事。即使在婚後不再美好，甚至是到他離開了，堅強的母親也未曾離我們而去。我想回報這樣的她，支持她做任何決定，陪伴她的餘生，孝順她，成為使她驕傲的人。看到那兩叢薔薇玫瑰的她，不知道心中盪起了什麼樣的波瀾，只聽見她說：「這是他留下唯一的東西。」我想他也聽到了吧，聽到了她對他的思念，輕而綿長。

母親說，她偶爾會在夢中遇見你，而我卻從未有過，但是，替你好好照顧爺爺奶奶，好好愛媽媽，好好活下去，好好地成為一個成熟的、不讓人擔心的孩子，這樣就是對你最大的孝順了吧？爸爸，但願來世能直接孝敬你，一起看那薔薇玫瑰，開得很美很美，在天上的你，請讓它永遠綻放，讓我們知道，你過得很好，便能一直安心走完此生，直至下一世，再次相見。

阿嬤的微笑

同德國小學生 彭心睿

在我出生的時候，因為爸爸媽媽都要上班，所以阿嬤只好離開她最愛的山上，來到我們住的都市照顧我。弟弟接續的出生，阿嬤只好繼續住，一住就住了五年，這讓我和阿嬤培養了深厚的祖孫之情。

每天和阿嬤相處在一起，最常見的就是阿嬤的笑容。記得有一次，阿嬤幫我洗完澡，準備幫我擦頭髮，我拿著吹風機要吹，但沒有風。阿嬤就說要插插頭，不懂事的我，拿起插頭就往頭上插，原來我把插頭和擦頭搞混了，阿嬤被我逗得哈哈大笑，阿嬤開懷大笑的神情讓我至今還很難忘懷。還有一次，阿嬤餵我吃飯，吃完時阿嬤笑了笑，我問阿嬤笑甚麼，阿嬤說：「看你吃飽，阿嬤就開心了。」當時的我並不了解，現在才知道那是種看到孫子成長滿足的笑。另一次令我印象深刻的笑容，是我要去上幼稚園，阿嬤整理完行李要回山上去了，我哭著抱著阿嬤，不讓阿嬤走，阿嬤說：「金孫啊，不要哭，放假時爸爸媽媽會帶你來山上看我的。」我揉揉眼睛，吸了吸鼻涕問阿嬤：「阿



嬖叫我不要哭，那阿嬖為甚麼你也在哭呢？」阿嬖擦乾眼淚的說：「好！阿嬖不哭，阿嬖笑笑，阿嬖不在的時候要乖乖聽話喔！」我看到阿嬖露出淺淺的微笑，這在閃爍淚光中的淺淺微笑，讓我感動無比。

阿嬖住在苗栗大湖的山上，她在一間香火鼎盛的廟前賣菜，阿嬖的生意很好，在當地很有名氣，大家都知道她的菜都是自己種的，沒有農藥只有汗水，每株菜都是阿嬖用那雙長滿厚繭的手親自栽種的。而且不管她有多麼辛苦，從不喊累，從不說苦，總是笑臉迎人，開心面對每一天。

每年暑假，我最期待的就是回阿嬖家找阿嬖，阿嬖家有很大片的農地。阿嬖每天的例行公事，就是到菜園裡採收龍鬚菜、紅菜、還有薑。雖然我年紀小，但從小阿嬖就會我如何採菜，例如：採龍鬚菜要採鬚鬚下面的第一片葉子，紅菜要採葉子的部分，採薑比較困難不好採收，所以要用專業的工具。每次我跟著阿嬖採收完成後，我會直嚷腰好痠、背好痛，其實我做的都是菜園裡最輕鬆的工作，可見阿嬖長時間在農田裡勞動是多麼的辛苦。

今年暑假，阿嬤有些不一樣了！一如以往的我又陪著阿嬤到田裡工作，在到菜田的路上，阿嬤走得有些緩慢，我發現阿嬤的行動不如以前的矯健。採菜時，我站在阿嬤的旁邊，看見阿嬤的白髮多了，皺紋也多了，笑容卻比以往少很多！看著阿嬤彎下腰的身影，我的心揪了起來，鼻頭感到一陣酸楚，一股莫名的憂傷突然湧上心頭，雖然我年紀尚小，無法為阿嬤多做些甚麼，但是我想，只要我有心，一定可以辦得到的。

阿嬤忙完了農事，我趕緊跑到阿嬤的背後，幫她捶捶背，和她說說笑，陪她吃飯，就像小時候阿嬤陪我時一樣，希望能紓緩阿嬤一天的辛勞。

阿嬤用她一生的光輝，照亮了我，使我得以成長茁壯，如果我能盡我微薄之力，看見阿嬤再度展現她燦爛的笑容，那將是我最見過最美的微笑了。



最初的本意

新興高中學生

陳予婕

「慈母手中線，游子身上衣。臨行密密縫，意恐遲遲歸。」這首詩想必有非常多人能夠背誦，但是又有多少人能夠真正做出「誰言寸草心，報得三春暉？」呢？

現在的年輕人與父母親亦或者是其他長輩之間的界線也越來越模糊不清，許多人都將父母親的句句關心視為理所當然。更將父母親伸出援助的雙手嫌棄地拍掉，這些把父母的關懷都隨意踩在腳底的行為是多麼令人失望。對於我們無怨無悔付出的父母，我們不是該帶著孝敬的心態來面對他們嗎？孝敬，是一種打從心底，真正在乎、關懷的心態。他像潔白的羽絨一樣，那麼單純，那麼乾淨，讓人親近，也帶給人溫暖。父母對於我們的無怨無悔，就像大地包容萬物一樣，那麼簡單而純粹，也像陽光一樣，溫柔的撒在萬物上，滋養他們，成就他們，而我們能對父母做的，最基本的，就是孝敬。

孝敬是甚麼？是一種儒教傳統提倡的行為，指兒女的行為應尊重父母、家裏的長輩以及先人的良心意願，不至於行差踏錯而使他們蒙羞，是一種穩定倫常關係表現。也是為了回報父母的養育，而對父母的肯定，從而尊重父母的指令，基本上不違背父母的意願行事。但若父母行為有所偏差時，就應規勸，不可盲從父母的命令，以免陷父母於不義。

東漢時的黃香，是歷史上公認的《孝親》的典範。黃香小的時候，家境非常困苦，10歲的時候失去母親，父親多病。在十分悶熱的夏天，他在睡前用扇子趕打蚊子，搧涼父親睡覺的床和枕頭，以便讓父親早一點入睡；寒冷的冬夜，他先鑽進冰冷的被窩，用自己的身體暖熱被窩後才讓父親睡下；冬天，他穿不起棉襖，為了不讓父親傷心，他從不叫冷，表現出歡呼雀躍的樣子，努力在家中造成一種歡樂的氣氛，好讓父親寬心，早日康復。

羊有跪乳之恩，鴉有反哺之恩，連動物都有如此的孝敬之心，更何況是我們人類呢？

父愛如山，母愛如海，孝敬父母親並不只是表面上的在長輩們生病時端湯送藥，也不一定非要重金回饋給長輩們。有的時候，父母親們最想要的只是我們打從心裡最真誠的一句感謝，一個充滿情意的眼神，因為也只有小孩子們這些的舉動，才能將父母親那充滿歲月痕跡的心給一道一道的用孝敬之心來填補起來。也只有這種方式，才能讓父母親有著最強大的心。現在開始，出家門前和父母親說聲再見，並不一定要給甚麼昂貴的禮品。只要一句問候，便能暖活父母親的心，而這個樣子，便是孝敬最初的本意。



萬能的外婆

中原國小學生

彭鈺絮

從我呱呱墜地那天開始，就是外婆一直照顧著我，直到我上國小才回到爸爸媽媽身邊。嬰孩時期，外婆對我無微不至的呵護，生活中形影不離的我們，享受著點點滴滴的祖孫情，我衷心感謝外婆對我的愛。

我的外婆留著一頭烏黑俏麗的短髮，更有著一口潔白的牙齒，還有一手「世界級」的廚藝，種植花花草草也是外婆的興趣，「清潔專家」一樣是外婆的頭銜，我的外婆真的是多才多藝呀！每逢過年過節，外婆都會準備一整桌色香味俱全的菜餚，每道菜都讓人看了垂涎三尺，迫不及待的想大快朵頤一番。

端午節時，外婆包的粽子，更是棒的沒話說，料多實在又份量十足。我想外婆如果開店賣粽子，肯定大排長龍，從早忙到晚，沒有時間休息了。勤勞的外婆，總會把房間、客廳和庭院打掃得一塵不染，也都保持得潔淨如新，和外婆住在一起，真是一種享受。

外婆還是一個超級業務員，隔壁樓上的鄰居，因為長期旅居國外，便決定出售房子，能言善道的外婆，居然在短短的一星期就找到買主，讓房屋順利出售成交，成交速度之快令人咋舌，也讓附近鄰居佩服不已。我的外婆也是心靈導師，臉上總是笑容可掬，又擁有惜福、感恩以及快樂、知足的胸襟，所以人緣特別好。

外婆做事俐落又快速，所以不但口碑好還人見人愛，外婆對我影響最深的一點就是做事要敏捷，說出來的話要守信用做到，不要當一個出爾反爾的孩子。雖然我現在沒有跟外婆住在一起，但是外婆說過的每一字一句都深深烙印在我的腦海裡，成為我的座右銘，以警惕我的言行舉止，所以萬能的外婆是影響我最深的人。



孝，從心出發

經國國中學生

鄭文琪

無論你出生在哪裡？一生成就有多大？是享盡榮華富貴的企業老闆抑或是路邊挨餓受凍的乞丐？他們都和你我一樣；打從娘胎出來的。從呱呱墜地的那一刻開始，我們就是父母最甜蜜的負擔：每當你肚子餓而哭鬧時，他們總能用迅雷一般的速度，將食物變出來；當你晚上做惡夢而驚醒大哭時，他們犧牲自己寶貴的睡眠時間，溫柔地哄你；當你嬉戲而受傷時，他們又會萬分擔心地幫你包紮處理。即使這些會使他們累到體力透支、心力交瘁，卻從也沒聽見一句怨言，父母百般的犧牲、捨命班勞動，幾乎下半輩子的光陰都「奉獻」在子女身上，我們當知如此情深義重，「羊有跪乳之恩，烏鴉有反哺之義。」更何況身為兒女的我們。

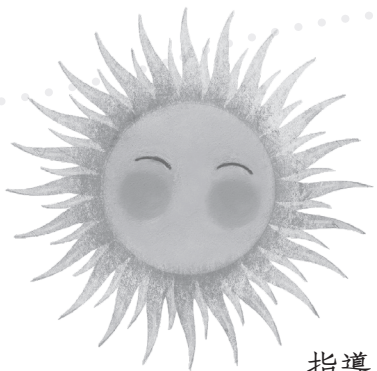
我們當然沒有理由不孝順我們父母，因為沒有他們也就不會有你，孝敬是我們不能等的一件事，搏得父母歡心也是孝順的一種方式。他們將自己幾乎半輩子的時間都犧牲在你身上，凡事都以你的想法為出發點。不管自己多麼辛苦、多麼勞累，更不在乎自己的白頭髮越來越多，每天忙於奔波，一切的一切只是為了讓我們過得更好，這種最沉重

又甜蜜的責任，他們甘之如飴。

父母是陽光，照亮了我們的生活、溫暖了我們的心房；父母是風兒，吹散了心中累積已久的陰霾；父母是甘霖，澆熄了我們驕傲的火光，留下思考和謙虛，父母對我來說彷彿是神一般的存在，是無所不能的，只要小孩有任何的問題、煩惱，他們都能迎刃而解，彷彿是變魔術一般，輕彈手指，所有的煩惱都能全部消失。每當你有甚麼困難或覺得無助的時候，父母也是最佳的救星；每當你心中覺得恐慌、不安時，父母也是能給你極大安全感的；每當你在學校不舒服或有狀況時，父母也會立即放下手邊工作，請假接你去醫醫生。他們隨時都在，是我永遠的靠山，但這座屹立不搖的山終究有天會老去，會顯得黯然無光。而這時就輪到我們這群在樹下乘涼、在樹下躲雨、在樹下嬉戲的孩子們來照顧、呵護這座高山了。他們不需再有什麼引人注目華麗裝扮，也不需要價值連城的紅檜種植在其身上，他們所想要的，不過是妳我永遠陪伴在身邊，度過接下來所剩不多的光陰歲月——休假有空時就回來看看他們，花個半天的時間陪他們聊聊天、談談心，或聽他們分享他們自己所經歷過的——在人生中精采的部分。只要你能做到這些，我想他們也就心滿意足、死而無憾了。



父母賦予了我們生命，父母哺育我們成長。欲報之德，昊天罔極，古人云：「百善孝為先。」一生不能不孝敬父母，父母對我們的恩情似天高、似海寬，對我們嘔心瀝血，付出了所有自己的一切，還要忍受我們的不懂事，我們怎能忘記他們對小孩，無私的愛。孝順就是我們每個人都該謹記在心的，而這件事情講起來簡單但能真正做到的少之又少，人人都須學習如何真正做到「孝順」與「尊敬」父母，而不是紙上談兵，只要我們多一點孝心、愛心，我們的社會就會更加和諧、更加溫暖。



指導單位：桃園市政府教育局

發行人：高安邦

編輯指導：林威志、鄭凱仁、余黛佳、
陳麗如

總編輯：林祺文

執行編輯：李孟倫、彭雅薇

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：106年12月

