

【2020/6】

since 1955

Hsinkang Junior High School



壯哉

新中

熱誠 ★ 關懷 ★ 審美 ★ 健康

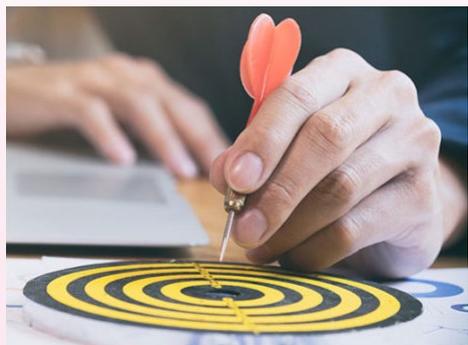


| 嘉義縣立新港國民中學 |

校長的話

做最重要的事

校長 林婉鈴



最近常常 line 一打開來，數十則未讀訊息同時出現，如果要一一讀完回覆，也要花上好幾十分鐘，原本想要找的重要訊息突然間被忽略了，等到過一陣子，突然又想起，趕忙專心一意將它找出來，馬上處理，這是資訊方便後所造成的不便吧，訊息太多又太容易取得，相反的，專注度反而降低了，或者容易迷失在茫茫資訊中，反而忘記，做自己最重要的事了。

目標很重要，每天睜開眼睛，我便想今天最重要做的事有哪幾件？每件事情的目標是什麼？為了要達成每件事情的目標，我必須要完成哪些關鍵因素？列出三件關鍵因素後，就要找出方法策略，設定一起合作的夥伴，界定需要哪些資源。連結每個關鍵點後，形成一個工作面，例如，如何提升新港國中學生的國際視野？這是我們全校同仁認定最重要的事，為了達成這個目標，我們學校列出三項關鍵要素：1. 加強學生英語能力 2. 學校推出國際教育課程 3. 教師活化英語教學。每個要素最好由下而上，從行政到老師，從老師到學生，鼓勵團隊合作一起推動國際教育，就學習、成長和發展而言，我們要合作達成目標。遇到困難修正方法，絕不可以輕言妥協放棄。我們要為自己的設定的目標負責。

身為國中生，最重要的事情是什麼？有些學生每天到學校，按表操課之餘，經常也會違反校規，上課不守秩序或者干擾老師上課，被請到學務處作客，我常想如果同學知道身為國中生做重要的事是什麼，**列出三項關鍵因素，每天朝自己立定的目標前進，而不會被生活周遭的一些雜事阻礙而迷失了方向甚至放錯重點，也可以省掉很多犯錯的摸索時間。**

學校一直希望培養每位新中人樂觀端正的人品和旺盛的學習企圖心。國中是基礎教育階段，好的人品和學習力，是非常重要的基礎要素，因此，學校安排了精彩豐富的教學活動課程，經由德智體群美各方面能力培養，目的都是要達到我們的教育目標，我們準備好了，而同學你呢？記得，做最重要的事，就對了。

目錄

校長的話	01
活動剪影	04
新中文藝創作榜	17
新中文藝創作賞	65
• 林錦秋作品	66
• 一年級	72
• 二年級	85
• 三年級	101

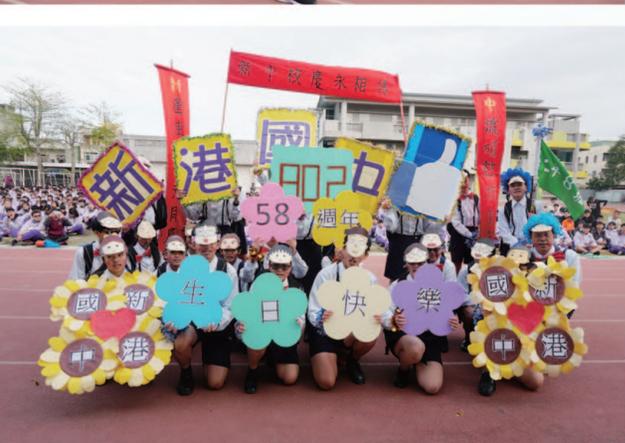




活動 剪影



校慶活動



減塑園遊會



食農教育 - 黑豆染 (環保袋)





三年級
籃球比賽





二年級 排球比賽





舞蹈比賽



藝於游





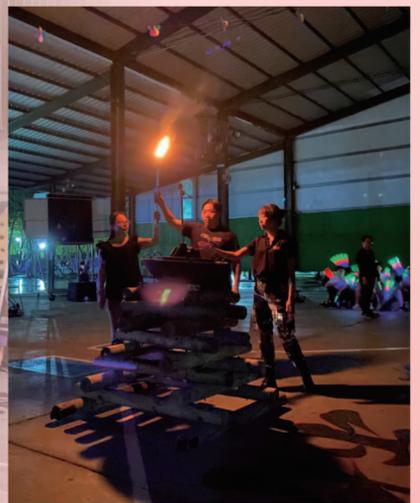


一年級校外教學





二年級戶外教育





三年級戶外教學





嘉義縣音樂比賽



二年級直笛比賽



鋼琴暨四重奏



國樂比賽



管樂比賽

新
文
藝
創
作
稿

一趟豐富的旅程

106 連妍景

有人說：「世界是一本書，而不旅行的人只讀了其中一頁。從小到大，我們或多或少會有一些旅行經驗，那怕是一場臨時起意的輕旅行，在過程中也會有新的經歷或文化洗禮，甚至讓人記憶深刻，受益良多。

那年，我們全家沿著花東海岸旅行。一路上廣闊無邊的海洋，一望無際的天空，險峻秀麗的山崖，是我對東海岸的第一印象。清新的空氣令人心曠神怡，綿延不絕的沙灘像曬滿太陽的床，連浪花也爭先恐後的佔領；蔚藍天空和綿柔雲朵是這床的吊飾，彷彿人只是這天地中的一粒灰塵，在大自然面前不值得一提！

沿著海岸公路，我們來到了一間不起眼的三合院，但走進去卻別有洞天 ---- 飄著豆香的空氣撲鼻而來，小房邊再下去就是一片坑坑洞洞如月球表面般的岩石，個個洞裡都充滿著海水，有些表面還裝飾著閃亮的結晶。經主人解說才知道結晶是海水在太陽的照射下，水分蒸發後形成的鹽晶。這種鹽晶由於是自然形成，所以得來不易！只要蒸發中碰到下雨或捲浪，那些鹽就會全部毀於一旦。

老闆也將鹵水，也就是蒸發後剩下的水，用來製作美味的豆花，嫩滑的豆腐，及香濃撲鼻的豆腐乳。因為剛好遇上製作日，我也有幸親自體驗製作，真是令我大開眼界，而熱情的老闆也炒了幾包鹽送我們回去料理。

主人也向我們說明：現在市面上的鹽、豆腐等產品為了大量生產賺取龐大商機，大都轉型為機器生產為主。從大自然取材並手工製作的古早味產品只能提供給顧客體驗和參觀，因為這些產品就算大量生產也因製程較麻煩而無法打進市場，也不符合商人經濟效益的追求。

離開前夕，主人將我們親自製作的滑嫩豆花及豆腐打包讓我們帶走。在越來越暗的天色裡我看著平房裡亮起的燈火，突然對向老闆這樣依然堅持手工製作，堅持為維護友善環境的人肅然起敬。即便咬牙苦撐仍然入不敷出，他仍然為了心中的「堅持 盡心盡力的經營著。而這份「堅持 深深感動了我，我決定要是有機會，一定要再來拜訪一次。

這趟旅行，我看到了大自然美麗的風景，也看到了台灣職人的堅持，也深深的領悟到：人生有夢，堅持最美！而人是大自然的一小部份，一定得細心保護這美麗的環境，才能與地球和諧共存之。

突破

103 鄧卉好

看到那個金光閃閃的獎盃，頓時許多難忘的回憶湧上心頭……。

當時是個溫暖、百花盛開的季春，我一如往常到教室上英語課，這時，英語老師親切的呼喚了我。老師說：「五月有個英語演講比賽，我看妳應該有足夠的能力，妳考慮看看，要報名的話，把這報名表寫好交給我。」這時的我，可說是五味雜陳，喜的是獲得老師的肯定，憂的是將面對數以千計的觀眾及評審老師那銳利的眼神，彷彿看穿我似的。想到這，我的心猶如要爆炸似的。但是，這是一個難得的機會，我決定放下那顆緊張、擔心的心，鼓起勇氣挑戰我的極限。

稿子寫好之後，我立刻馬不停蹄的努力練習，過程中，曾經因為太困難而一度想放棄。但我突破了瓶頸，背完令人頭皮發麻的稿子後，絞盡腦汁想各種妙趣橫生的動作，終於，完成了初步的工作。接著，老師讓我在大家面前練習，但看到台下的同學，我的手開始抓裙子，汗也不聽使喚地往下流，腳也不停地顫抖。第一次的練習，就在一片安靜的狀態下，結束了。

我一到家，斗大的淚水就像斷了線的珍珠，媽媽也不停地安慰我，讓我從深淵中站起，義無反顧，奮力地往上爬。不厭其煩地一遍又一遍，大聲地把我練習的內容一字不漏的背出，配合栩栩如生的動作，除了把稿子背得滾瓜爛熟，並且反覆的演練，比賽的日期也來越近，沒有因此而懈怠，反而更努力的練習。

比賽當天，我一到比賽場地，哇！好多人喔！有努力背稿的，也有彩排的。高手如雲，不知我是否會在比賽中脫穎而出？我抽到八號，我觀摩前面選手的優點，並加入我的演講中，「八號！請準備！」我懷著忐忑不安的心情走了出去。「放心吧！走出去就是我的舞台了，該是我展現我的能力的時候了，別躊躇不決，勇敢踏出一步吧！」我自信地走出，大聲地把我平時所練習的盡情發揮，終於，完成比賽了！我十分滿意自己的表現，畢竟，我盡力了！到了公布名次的時候了，優選、第三名、第二名，怎麼未見我的名字，正當我不抱任何希望之餘，第一名——八號選手！這時我喜極而泣，站在台上拿著獎盃，和台下如雷的掌聲及喝采，我覺得先前的努力都值得了！

撫摸著這個獎盃，我感到十分欣慰。因為這代表了我的努力和不放棄的精神。這個獎盃是獨一無二的！我更了解：要成功，除了要堅持不懈的努力之外，還要突破舒適圈和心靈的枷鎖，只要我突破瓶頸，就是前進了一大步。

童年的美好時光

111 李怡蓁

每個人都有屬於自己的童年時光，童年，是最沒有課業壓力的時候，可以盡情地玩耍，好想永遠都待在童年的美好時光裡啊！

國小二年級的時候，我經常和爸爸一起騎著腳踏車到村子的街頭巷尾繞來繞去，關心著村裡的一草一木、一花一樹，數著村裡的雞鴨魚鵝，誰家的鴿子生了鴿子蛋，誰家的鴨子生了小鴨，我都能如數家珍地講出來。那鳥語花香，那蟲鳴鳥叫，都逃不過我靈敏的嗅覺與聽覺，深深地印刻在我的心田上。每當經過那一大片綠油油的稻田旁，我就覺得好清爽呀！這片稻田好像海浪一般，會隨著風兒跳著波浪舞，看著看著我就會把所有不愉快的事拋到九霄雲外，讓不愉快隨風散去。黃昏時，火紅的夕陽掛在天邊，滿天的紅霞，我們村前的那條小溪，變成了一條金黃色的帶子，此時，風吹稻葉使得稻穗顯露出來，稻田裡的稻子搖蕩起伏好像無邊無際的波浪，真的好美啊！如果騎腳踏車騎累了，爸爸還會帶我去吃剉冰，賣剉冰的老闆會把他的攤子設在樹蔭下，或釘幾塊木板用來遮擋太陽。向我們新港有名的大樹下粉圓冰也這樣的擺設，簡單的陳列卻有著最貨真價實的配料，不論是如珍珠般的粉圓、如黑玉般的仙草，晶瑩剔透的愛玉，還是潔白Q彈的米苔目，都讓我垂涎三尺，恨不得自己是有四個胃的牛兒，可以裝下這許許多多的剉冰。我總覺得在騎完腳踏車後，來一碗清涼又消暑的剉冰是多麼幸福的事，好像進入了人間天堂呢！

國小五年級的時候，我會跟媽媽在家前面的空地裡打著屬於我們母女倆的羽毛球，打羽毛球的時候我專注地握好球拍，一看到羽毛球快速地飛到我眼前時，我目不轉睛地盯著球，舞動著球拍，此時的我像一隻魚兒在無邊無際的大海裡自由自在的游來游去，真的好快樂喔！媽媽是我最好的兒時玩伴，陪我度過好多好多個周末假期，讓我的假期變得多彩又多姿。

童年的歡樂時光總是過得特別快，像行駛中的高鐵，像飛向遠方的青鳥，時光他一去不回頭。我多想永遠都待在童年的美好時光裡呀！可惜我已經上了國中，我也不再是個依賴他人的小孩子了！我要努力改掉壞習慣，變成一個成熟的國中生。

生命的墊腳石

103 鄧卉好

金剛芭比——林欣蓓，四歲時，一個舒服的午睡剝奪了她的行走能力，讓她開始了「輪椅生涯」。大學剛畢業，又因長期坐輪椅導致脊椎側彎，使身體多了三十九根鋼釘，在接受脊椎矯正手術住院的那幾天，臀部又不慎感染了一個「十元銅板大小」的褥瘡，使她住院一千零九十五天，而且細菌不斷感染，開刀了七次都未成功，一連串的過程中，她曾絕望的想結束自己多舛的生命，但她不屈不撓的精神感動了上天，到第八次手術終於成功了！這個成功讓她深信始終有人愛她、關心她，她也決定把這份愛傳下去，激勵更多人。

我們一生中會遭遇困難、挫折，能不能成功，關鍵在於如何看它、如何解決它。困難可以是墊腳石，用積極樂觀的態度去看待它，將它化作生命的墊腳石，使你更進步！當你跌落山谷時，不能再往下時，只能往上爬。唯有從低潮中力爭上游、積極面對的人，才能走到人生的巔峰。所以，積極樂觀的態度是成功的關鍵。

看到欣蓓姐姐百折不撓、不向命運低頭的「強者」，赫然發現，我們是如此的微不足道。我相信，這個世界上有許多人因身體或心靈上的殘缺，飽受病痛折磨和他人異樣的眼光，但是他們依然努力不懈的證明自己、挑戰自己。爸爸常說：「不去試，怎麼知道自己的極限在哪裡？」的確，每個人都應該全力以赴。四肢健全的我們，不應以疲累、困難而逃避，應該把挫折當作我們的老師，因為它會讓我們更進步、更上一層樓。當你成功時，不會有人在意我們那黯淡無光的過去，成功是我們以努力換來的，是別人搶不走的！

作家戴晨志曾說：「態度，決定你的高度。」困難使強者更強，弱者更弱。如果你選擇逃避困難，那困難終究是困難，但如果我們用積極、正向的心態面對它，那它就不是個絆腳石，它是讓我們更進步的力量。世界上，大多數的成功者，都歷經了我們難以了解的挫折，才会有今日的成就。所以，逃避是一時的，唯有正視它、了解它、解決它才是根本之道。把困境當作是人生的歷練，不要退縮、恐懼，只要努力，就能改變命運！

童年的美好時光

101 王柏鈞

我的童年，不像許多人都沉迷於 3C 產品，而是像爸爸那個年代，時常往外頭奔跑嬉鬧，玩得和汗流浹背的回家，也許就因為那時有那麼活潑的階段讓我的童年至今仍回味無窮，每天都上演著精采的故事。

小時候，每當我和妹妹和聽到要回阿祖家的好消息時，都迫不及待飛奔到車上，阿祖家有一塊空地，我和妹妹就在這兒玩，而大人們就在一旁的楊桃樹下喝茶、聊天。我常常跑進神明廳拿粉筆在空地上畫圓，妹妹去拿我們一起蒐集的彈珠，比賽彈彈珠；有時也會打陀螺，看誰陀螺轉得最久；每逢過年過節，我就變成藝術家，拿著粉筆在地板上塗鴉，有許多有趣的事情讓我們玩得樂不可支！玩到累的時候又可以跑到樹蔭下吃桌上的零食：阿媽切的水果，舅公買的冰淇淋，有時候會走去巷口的雜貨店買口香糖、巧克力來吃，滿口吃的津津有味，我好喜歡回阿祖家。

假日時，我們全家和爸爸的朋友常常一起去爬山我們喜歡帶著零食、茶、泡麵到山上吃。走在步道上，周圍五顏六色的植物、千奇百怪的石頭吸引我的目光，媽媽常常說來爬山，可以吸收芬多精，又可以看到綠色植物保養眼睛，還可以呼吸新鮮空氣，清淨一下肺部，有許多的好處。記得有一次步道下有一座廟，這兒也有一塊空地，我和哥哥，姊姊一起玩丟飛盤，踢瓶子，捉迷藏，非常開心。我很喜歡爬山，喜歡被群山圍繞的感覺，所有煩惱都拋到九霄雲外，爬完山後就會心曠神怡，舒服多了。每次爬完山都跑去吃山珍海味，所以別人開玩笑說剛減重馬上吃回來。

我好想念這些童年時光，有好多有趣的故事說不完，我童年的美好就像太陽一樣，雖然會落下山，但還是認真照耀每一天，然後成為美麗的夕陽，我的青春正要開始，繼續寫出更多不同的故事但最難忘的依舊是我的「童年」！

勇敢的人生

103 楊采翊

走在人生的旅程中，我們無法永遠順遂的，難免會遇到挫折。週會時間的講師—林欣蓓，她的人生就是遇到一個永遠沒辦法改變的挫折，原本是過著幸福快樂且完美的生活，因為一個不知名的疾病，使她與輪椅相處了二十幾年。又因久坐輪椅造成脊椎側彎，使背上多了三十九根的鋼釘。坎坷的遭遇使欣蓓姐姐一度想要放棄她的人生，放棄她的夢想，但她靠著意志力，認為就算自己坐了輪椅，人生還是可以是多彩多姿的，覺得自己應該要好好的活下去，勇敢地把自已的夢想實現，過著與一般人相同的生活，但創造了與一般人不同的人生。

她騎乘著她的法拉利走遍世界各國，雖然坐著輪椅，卻去過比一般人還要多的國家，嘗試過比一般人還要多的冒險活動，沒有因為輪椅，而受拘束、阻礙。輪椅帶她去看世界的美妙，看世界的遼闊，看世界的人情味，沒有因為她的缺陷而失去世界。

她的勇敢告訴我：「凡事都要去試試看，如果怕失敗而不去試，那就永遠體會不到那件事對你的意義。」讓自己勇敢一點，讓自己堅強一點，讓自己的人生有價值一點，不要因為自己的一個缺陷而毀了自己的一生。如果缺陷是永遠的，那就想辦法去克服它，去改變它，才不會讓那個缺陷成了這輩子的遺憾，勇敢的去面對現實，堅強的去克服困難，因為克服了，就會有更大的意志力去面對更難的下一步，總有一天，就會是最成功的那個人，因為意志力克服了一切的困難。

我認為努力勇敢去面對自己的夢想，有夢最美，希望相隨！讓自己的人生不因一個缺陷而變的平凡無趣，要讓自己的人生是快樂、充實的。每個人的人生無法一帆風順，一定會遇到挫折。欣蓓姊姊原本也因為自己的缺陷而困住自己，但後來她突破了生命的限制，因為她覺得既然輪椅都要跟隨她一輩子了，那就把輪椅當成完成夢想的工具吧！所以如果願意去試，凡事都能從不可能到有可能，上天會看到我們的努力，祂一定會給我們機會去完成一生的夢想！因為上天知道，我們一定是對那件事滿懷希望和憧憬，想付出行動將它完成！我想若用不放棄的態度面對人生，必能為自己的生命揮灑出亮麗色彩的！

小小的愛 大大的溫暖

103 楊采翊

這個社會因為有愛，人與人即使不相識，也能互相幫助，互相攙扶，攜手共度難關。這世上有許多的愛：母愛、父愛、友愛以及老師對我們包容的愛，即使是責罵，是處罰，但其中卻是包含滿滿的「愛」，如果沒有愛，人就沒有感情了。

母愛是最偉大的，懷了十個月的大肚子，就是為了要生下我們，即使經歷許多艱難的過程，最大的期待就是要把我們平平安安的生下來。在我們生病時，她無微不至的照顧著我，讓我能快點度過病痛的折騰。母親那寬廣的心胸，即使我做錯事了，也大大的包容著我；接送我上下學，幫我洗衣煮飯；下雨天時，母親寧願自己淋濕了，也不要讓我著涼了；我心情不好時，母親願意花時間聽我傾訴自己的心情，默默的在我身旁鼓勵著我……。

父親是我的靠山，是我的支柱，雖然有時會責罵我，但也是希望我不要重蹈覆轍，去做一樣的錯事。我的父親對我很好，該鼓勵的時候鼓勵，該責罵時責罵，讓我去面對現實中的自己。我的學費都是父親一點一滴辛苦工作掙來的，為了讓我們能不愁吃穿，讓我在這個家庭中生活得那麼無憂無慮，汗水不知流了多少。

我們的第二個媽媽：就是學校的老師，她對我們的愛絕對不少於爸爸媽媽，讓我們智慧提升，培養我們人生的正確方向，當我們做錯事時，會教我們該如何修正。像我上國中一學期來，我遇到許多啟蒙我的老師，但在其中的一位老師，她讓我學到許多的人生道理——國文老師！她常在課堂上跟我們分享許多做人處事的道理，從一個懵懵懂懂的小孩到現在，我覺得我的內心被國文老師提拔起來了，在這學期中，不僅我的頭腦成長了，連我的內心都成長了許多。老師對我們的愛不只是課堂上的教導，更是內心的充實，讓我們能更在這個世界上活得有價值。

同學們之間的互相持服，互相幫助，在彼此課業上有問題時，互相分享一點想法，讓彼此都知道自己的問題出在哪，在自己有困難時，同學們一個一個互相跳出來幫你時，內心總會莫名的感動，因為他們有著一顆友愛的心，讓你在有困難不怕沒有人站在你身邊，同學們對我的愛，我一定會銘記在心的。

這個世界上的愛太多了，關心我、陪伴我、照顧我、相信我，全部都是愛，爸爸媽媽以及老師對我的愛更是偉大，分享自己一點點愛出去，別人獲得大大的溫暖，對自己的愛，對別人的愛都是尊重，謝謝那些愛我的人，讓我覺得這世界更有色彩，謝謝他們願意把愛分享給我，我一定也會愛你們的，也會把愛散播在世界的各個角落。

一場難忘的演講：金鋼芭比

104 林芷安

在星期五的下午，因為學校輔導室的安排，我聽到了一場特別的演講。這位演講者跟其他的演講者都不一樣，她有肢體障礙，並且對她的生活帶來了阻礙，甚至想自殺，但她還是堅強的活了下來，並且帶來了一場精彩的演講。

第一次看到她，她坐著一臺輪椅，經過了我的身邊，到達了活動中心的正前方，這一幕，讓我想起了以前在國小時，朋友因為不小心摔倒而骨折的事情，那時她也是坐著輪椅，那時只過了短短幾天，她就跟我抱怨她這幾天發生的不便，像是上廁所或是上下樓等等，讓我覺得那她到底是怎麼熬過這些年的，就在我覺得疑惑時，她開始分享她的經歷，她說到在她四歲時的一個午覺後，她突然發現她的腳完全沒有任何反應，不論她如何嘗試，都是徒然，也因此她的父母帶著她，幾乎把全臺大大小小的醫院都跑遍了，卻依舊無果，而他們家的經濟也從有房變成了負債，便停止了繼續去看病，這讓我感受到了疾病的恐怖之處，不僅摧殘著人的身體和心靈，也會影響到人們的生活和財富，漸漸的，她的生活也平靜了下來。

老天彷彿是喜歡考驗她似得，在她成年以後，又讓她再次受到了病魔的折磨，並且這次更加過分，讓她的疾病不斷復發，甚至讓她有了輕生的念頭，但之後因為又一名護工為她祈禱，讓她覺得世界上是有上帝的，雖然也怨恨過，不過她來覺得既然我活了下來，就代表著我在世界上的使命還沒完成，動完手術後，就漸漸康復了，這讓我覺得，一個人的想法，是能夠影響人的行動的，一念即為生，一念即為死，想法的轉變，是能夠讓人涅槃重生的，所以千萬不能小瞧這無形之物，而她也因為住院時發布在網路上得住院日記，被邀請去拍了一部公益廣告，也因此做了許多原來無法想像能夠去做的事，有了像是淺水等種種不可思議的經歷。

聽完她的演講，讓我覺得就算身陷於困境之中，只要轉換一下自己的想法，讓自己覺得這只不過是一場考驗，就能邁過許多難關，就如同”柳暗花明又一村”之感，所以只要保持正向思考，就算前路艱險，充滿了許許多多的考驗，就不用害怕，堅定地向前走。

國中生活的愉快時刻

103 翁亞

身為一個國中生，每天一到教室，一坐下來，一疊疊的考試卷擺放在講桌上，當老師的大嗓門一扯開即可知道忙碌的一天要開始了，從早到晚，一件件繁瑣而不想面對的事情像猛獸向我撲過來。

每天背著沉重的書包，踩著疲憊的步伐，但在回家的路途上，我喜歡注意著路邊的自然景象，又或者是路邊來來往往的行人有著什麼樣的舉動，什麼樣的心情呢？春夏秋冬更有不同的景象展現在我眼前。放學回家的路上，是一天中最愉快的時刻。

剛開學時，是春暖花開時節，看到的是百花綻放，一片生機盎然的景象，偶然看到悠閒漫步在路上的流浪狗兒們，路邊的小樹冒出了嫩芽，奮力的往上生長，我總在心裡為它加油，也為自己打氣。到了冷風颼颼的冬天，落日特別快，回家時太陽似乎已經無情地告別田野了，但還好有路燈為我照亮回家的路，寒風瑟瑟吹來，即使坐在車上，仍然會感到陣陣寒意上心頭，樹枝枯了，路上的行人也好少呀，大地總給人灰濛濛的感覺。

隨著時間流逝，月曆也翻了一大半，夏天落日的時間較慢，因此五點下課時火辣辣的太陽還高高掛在天上，還能看到活力滿滿的孩子們一邊走著一邊玩鬧嘻笑的象，雖然疲憊，卻有種一天還未結束的感覺。秋天漸漸有了涼意，落葉也掉了滿地，彷彿為我鋪上了一個華麗的地毯，我喜歡在走出校門的那段路上，踩在「地毯」上感受著清脆的聲響，似乎身心就這樣被療癒了。

一天有二十四個小時，在這段時間，我將經歷開心、愉悅、失望、難過，由這一個個表情符號，編織出了我的一天。在結束一整天令人頭昏腦脹的課程，接受了如同地獄般的試煉，在放學途中欣賞沿途的美景成了我一天中最愉快的時刻，也許是因為一天即將結束了吧，所有的東西似乎都減輕了一些，這時終於能夠慢下腳步，跟著自己的心情走，因此，看著放學回家的路上的景色，是一天中最愉快的時刻。

一趟令我印象深刻的旅行

109 蘇容萱

還記得，兩年前和國小同學一同去戶外教學，當時所發生的種種回憶真是令我印象深刻。一大清早，無情的鬧鐘將我喚醒，窗外高聲歌唱的公雞也不例外，回頭一想，我才發覺今天就是戶外教學日，目的地是綠盈農場，真是令人期待接下來的行程呀！

抵達目的地後，一下車便可感覺到新鮮的空氣帶點微微的陽光味，在老師的帶領下，我們來到了一個魚池前，魚池旁有一台販賣魚飼料的機臺，一旁看見許多人正在投幣，我猶豫了一下，想著自己到底該不該買呢？為了下一個行程，我先放棄購買魚飼料，之後我們又來到兔子園，其中一位朋友在買了一包胡蘿蔔後順道遞了一根給我，這時的我又驚又喜，於是我接下了她手中的胡蘿蔔，便看見她陸陸續續的在與別人分享餵食兔子的喜悅，雖然我和她的交情不是很熟，但是她的溫暖卻感動了我。

到了中午，大家各自尋找舒適的地方坐下來休憩、吃午餐，當我也找定位置坐下來時，只見遠方一位拿著便當的女孩朝我這走過來，開口詢問我：「請問我可以坐在妳旁邊嗎？」我愣了一會兒，原來這位看來很面熟的人，就是那位到處與人分享胡蘿蔔的人呀！就這樣一整個中午她都在我身旁，我們倆一見如故，分享了彼此許多有趣的故事，這時，她說了一句讓我很佩服她的話：「與他人『分享』東西是我做過的所有事情裡，最令我開心的事了！」

在這趟令我印象深刻的旅行中，無意間遇見一位讓我十分欣賞的女孩，在面對陌生人時，總是揚起淺淺的一抹微笑，遞上自己的東西分享給對方；在面對朋友時，總是大大方方的與人交談，分享自己遇過的有趣事情；在大家面前，總是能讓人對她產生美好的第一印象。她勇敢踏出第一步和陌生人無私的分享，是我這趟旅行中最寶貴的美好回憶。

愛無所不在

103 歐陽良宇

愛，是一種無形的力量，是你的得力助手，當你處於崖邊時拉你一把；在你陷入低潮時鼓勵你；在你沒有動力時推你前進。

其實，每個地方都可以看見愛，像是在地球暖化時，冰山不停地融化，各國各地都發起減少二氧化碳排量，減緩地球暖化的速度，這是人對環境的愛。澳洲野火肆虐，造成許多動物被活活燒死，各國都開始募款，當地居民看見倖存的動物，也趕緊救援，希望救一個算一個，這是人對動物的愛。其實這些將小愛化為大愛的行為，對事情的幫助極大。

當然，也有不同層面的愛。小時候，媽媽辛苦的照顧以及愛護，讓我不愁吃穿，對我來說這叫母愛。假日閒暇之餘時，父親會帶我出遊，去看看外頭的風景，藉此放鬆我的身心，這叫父愛。這些的愛通常付出很多，但不求回報，所以我總覺得父愛與母愛，不論何者都特別的偉大，就像是一個隱形的保護罩，細心呵護著孩子。

現在我是國中生，在學業的壓力及問題相對國小都較多，老師總會在我有困難的時候教我，無論是學業或是做人處事的道理，她都會細心的指導，對我的照顧可說是無微不至。

我總覺得老師就像是我的第二個父母親，呵護著自己的小孩，無論一位學生遇過幾次挫折，經歷幾次失敗，都希望他們能闖出自己的一片天。這些都是老師對我們無私的愛，期望自己的學生能在將來有一番自己的成就。

只要每個人都有一份自己的小愛，那麼全世界就有著用不完的大愛；只要每個人都為世上種下愛的種子，愛就會四處擴散。因此，我希望這些愛的行為能繼續傳下去，讓愛的種子衍生下去，讓這個世界充滿數不盡的愛。

在這場比賽中，我看見……

103 丁柔云

「加油！加油！」，激烈的大隊接力比賽已經開始，加油聲四起，劃破操場四周的寧靜，有人拿著加油棒搖旗吶喊，有人緊張的看著比賽一句話都不說，有人對這場比賽毫不關心，然而，站在操場中央的裁判老師無時無刻不更新最新的戰況，讓操場熱血奔騰。

還記得，運動會前，同學們為了運動會的大隊接力拿到好名次，在比賽前努力的練習，暖身運動都做得非常確實，每天跑操場三圈，即使汗流浹背，也絕不鬆懈，老師甚至為了我們，把課堂上多餘的時間給我們練習接棒，老師說：「接棒接的順是最重要的，即使每棒只快零點一秒，這樣就會快一點六秒了。」於是，我們更重視接棒了，每個姿勢都一一改正，深怕哪個姿勢錯誤而成為我們勝利的絆腳石。在運動會那天，每一位參賽選手都摩拳擦掌，蓄勢待發，但我們並沒有因此而退縮，運動會很快地到了尾聲，公布成績時，我們並沒有得到名次，有人難過，有人的臉上依然掛著自信的笑容。雖然沒有得到名次，但是，這是我們團隊合作的成果。

在人生當中，一定會經歷過許多大大小小的賽事，讓我們學習到不同的道理，給予我們不同的啟示。在大隊接力的比賽中，在健康操的比賽中，在教室布置的比賽中，我所看見的是：經過這場比賽後，我與同學們培養的默契；從比賽前到比賽後那顆堅持到最後的心；融合在作品當中的每一位同學的用心，而最關鍵的是團隊合作的態度和「勝不驕、敗不餒」的精神。名次固然重要，但是擁有團隊合作良好的態度和不屈不撓的精神比名次更重要。我想認真投入於每一場比賽的態度，運用在未來的人生當中，一定會有不同凡響的結果！

一趟豐富的旅行

109 莊宜靜

從小到大，我沒去過充滿遊客且華麗的旅遊勝地，我都是在家裡附近的公園玩耍，這樣的生活早已司空見慣，但就在一次爸爸的員工旅遊中，我體驗了宜蘭的好山好水，啊！這就是我嚮往的一趟旅行，從古色古香的名勝古蹟到一望無際的山水，從陸地上的漫遊到吹著涼爽海風的遨遊，都成為我這趟豐富旅行的養分。

那一次旅遊是在暑假的時候，爸爸先開車帶我們到公司和其他同事會合，再一起搭遊覽車前往旅遊目的地——宜蘭。一路上大家有說有笑的，我目不轉睛的盯著窗外，欣賞沿途上的風景，因為路途遙遠，到達目的地時已經近中午，在外行動像被豔陽烤熟一般，當時的我已飢腸轆轆，迫不及待的奔向餐廳吃飯，果然餐廳的用餐氣氛與路邊攤就是不一樣，別出心裁的一道道菜輪番呈上大圓桌，比起路邊攤的菜色更加繽紛。雖然口味各有千秋，但再好吃的山珍海味也比不上媽媽親自下廚的好手藝。

時光匆匆，我們又搭車到今晚住宿的飯店，我一個箭步快速前往電梯，心早已飛到樓上的住宿房間，一看到軟綿綿的大床，我大喊「好舒服呀！」便撲了上去，這兒的設備齊全，應有盡有，有豪華按摩浴缸可以泡澡，從窗外放眼望去的是一幅如山水畫的美景，顯現了宜蘭景色的壯觀、雄偉的氣場，讓我度過一個快樂的夜晚。隔天早晨，我便興高采烈的下樓吃了早餐，身為吃貨的我，看到各式各樣的菜色可任我挑選，我便毫不手軟的盡情享用，飽餐一頓後就是一天新的開始。

經過兩天一夜的旅行，我體驗到什麼是團體生活，在團體行動中往往是「有福同享，有難同當」，也讓我增廣見聞，結交了不一樣的朋友，更能發現平常看不到的許多新鮮事物，種種回憶都在我腦海裡，熱鐵烙膚，在炎熱的暑假生活中，這是我度過最澎湃也是令我難以忘懷的一次旅行。

神木的呢喃

101 蘇子皓

佇立在樹下，仔細聆聽，隱約聽見蒼老的巨樹喃喃述說著他的歷史：他是一棵神木，生活在深山中，與他的同伴、動物們朝夕相伴，但是好景不常，就在綿綿細雨的那日，日軍登臺了，那風雨伴隨著樹群們的哭泣聲與淚水傾瀉而來，日軍一登臺，大肆掠奪、砍伐網綁，將他的同伴一一的背運下山，就此失去了音信，不知去向！也許是老天爺特別的眷顧，當伐木工人正準備要劈頭砍伐巨木時，公頭頓時喝止工人，改用切根的方式將巨木移植下山，一路上風雨無歇，滿地泥濘，似乎在為巨木流淚，四周的景物愈來愈黑，漫漫長路他昏睡不醒！不知睡了多久，也忘了身在何處，醒來後放眼四周，他置身在一座神社旁，身體有著難以訴說的傷痕和痛楚！一名深居簡出的和尚從寺廟慢慢走了出來，撫摸著巨木，口中喃喃：「日後你要和我生活在這神社中了。」巨木眼神空洞，茫然不知所措，四周林立屋舍，鳥獸無憂奔跑，數年後，他覺得自己不再孤單，漸漸忘了離山的痛楚，卻仍心繫昔日夥伴的命運。



桌球比賽

111 連宥綾

今年是我第一次參加「國中」的中小學聯運，我帶著緊張又好奇的心情來到比賽場地，當時的我緊張到雙腳發抖、全身發冷，心跳加速著，因為教練說：「你們一定要第一名喔！很簡單，其實不會很難。」

比賽前一天，我還因為想要得到第一名在絞盡腦汁，想了無數種的攻敵策略，還有防守技巧，整夜翻來覆去，比手畫腳，有時還發出殺球的聲音，怎麼樣都睡不著！我是比雙打，這是一場需要默契的比賽，不是自己個人表現好就能過關，要和夥伴互相幫助，彼此支援，哪怕只是簡單的鼓勵、打氣，也會讓原本緊張的心情放鬆一點，反而更好。所以我們倆每一場、每一局比賽都會互相加油打氣！攻防之間，我和戰友彼此協助，巧妙的步伐移動讓位，這不但讓我們比賽贏了好幾場，還學會團結互助，彼此互相加油打氣！

比賽開始，四周響起“乒乒乓乓”的擊球聲和球員的喊叫聲，雖然我們兩個擺著嚴峻的架勢，努力地揮打乒乓球拍，但是因為我們第一場還來不及暖身就上場打球，所以第一場就不小心地輸了，教練因此而很生氣！覺得我和隊友的實力怎麼可能一下就被打得落花流水呢？為了不辜負在學校的練習，為了榮譽，我和戰友提起精神，不能放鬆、心裡燃燒著不能再輸的意志魂。

經過一次又一次的激烈戰況，小白球爽脆俐落的在檯面上乒乒乓乓，有時正殺球、有時反殺球、有時吊球、有時扣球，雙方你來我往，鬥智也鬥力，最後我方小白球穿越球網，劃出勝利的弧線，我們終於打敗了大將軍。主辦人彷彿像小兵一樣，用熱烈的掌聲迎接我們，替我們掛上金牌，高興地與我們合照，教練開心地笑著，整個空氣都跳躍著為我們慶祝的氣氛。

在比賽的前一晚，我還想著拿下第一名會有什麼感覺？現在我知道了，原來第一名會有一種莫名的爽感，驕傲兩字在心裡剎然產生，想壓抑都沒法子撲滅！

在這次的比賽中，我學到了不可掉以輕心，互相鼓勵、團結合作，比賽不但可以增長知識，還可以累積經驗，最開心的是我們拿下名次，為自己的戰績寫下輝煌的一頁。

善意

212 林佩蓁

善意，如空谷中的幽蘭綻放芬芳；善意，如深夜中的火照耀瑰寶；善意，如凜冬中的暖陽散發溫煦。身處滾滾紅塵中的我，在生命之河日夜川流下，是友誼、親情、關愛伴我走過人生犖确之途，亦在我屢遭挫折時，對我使出善意。

善意，如春和景明之時，鳥囀鶯啼般地圓潤。我鎮日困蹙於層巒疊嶂的書堆中，將厚重書冊捧於我手心，忘卻我本該如不繫之舟，欲奔赴四流的心志拋去，而為賦新詞強說愁，時而跌入挫折深淵中，暗自垂淚；時而蹣跚蹣跚的步履，惆悵不已。卒然，有一道友誼之光照耀我闕暗的心扉，鼓勵我擡掇自信，重振精神。知己，似霍霍暖陽般和煦，帶我暢談古今名人的故事，與我共步千里，遨遊閱讀之海，看蘇軾不為貶謫而懷憂，「人似秋鴻有來信，世如春夢了無痕。」蘇軾因體悟此理，而有豁達之心；看曹雪芹以自身際遇對紅樓夢的繁華似錦，驀然回首，一切是空，只剩紅樓夢迴，最後致五內鬱結而逝。知己於字裡行間，引領我走出闕暗的心扉，緬懷先賢的豁達心胸，以樂觀來迎迓失敗，我倆並肩長談，友誼緩緩向我伸出善意之手，使我昂向浩淼天穹。

善意，如夏暑盈溢之刻，芰荷盛開的迷人芳馥。童穉時期我跌跌撞撞地奔向家人懷中，奶奶的蒼顏，時常掛滿微笑，是我航向暖慰港灣的善意；父親的鼓勵，時常伴隨期望，是我邁向迢遙之路的能量；母親的雙臂，時常對我敞開，是我投入善意之懷的關愛。我已亭亭，在學海之涯，愀然黯淡的眉宇，因親情的溫潤下，使我能如蒼鷺般自在，振翅頡頏翻飛於善意之空；使我能如駿馬般自由，馳騁奔躍於善意大漠；使我能如婀娜彩蝶般悠閒，恣意起舞於善意花園。我浸淫於親情的友善，使我人生更加美好。

善意，如霧淞沆瑤之際，凜冬暖陽的溫和陽光。近年來，伊斯蘭武裝勢力猖獗下，眾人皆把穆斯林與恐怖分子視為相等，在巴黎共和廣場上，有一名男子佇立，身側牌子寫道：「我是穆斯林，但我不是恐怖分子，如果你願意相信我請賜予我一個擁抱。」半晌，人人皆匆匆走過，直至有一男童上前擁抱，眾人才接踵而至，這闕寂世界，因懵懂孩童的笑容，如漣漪般蔓延，始能使友善盈溢每一隅。我常用網站上，看見善心人士於巷口幫助流浪

貓狗，初時，牠們瑟縮於角隅，懼怕人們接近。良久，善心人士以愛滋潤流浪貓狗，撫慰牠們受傷的心靈。我幡然醒悟，穹壤萬物因友善而更美好。

母親飄洋渡海自越南來到台灣，我體內淌流兩國之血，泅游於學海中，曾怕在芸芸眾生中，唯我被孤立在外，直到我踏上越南國土，我將人人予我的友善，化為涓涓細流淌於我乾涸心田，無論世人將我視為異類，我將以自信，乘長風破萬里浪，高高掛起我為「新住民之子」的雲帆，在滄海中勇往直前。春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若有友善之美好，便是人間好時節，我於成長之河覓得友善之瑰璋。

凝視波詭雲譎的蒼穹，我為一隻臨視昂藏的鷓鷹，縱然我為塵世一過客，終時渺渺茫茫，但我知曉我的青澀韶華並不是兩翼皆空，我以友翼為友誼，左翼為親情，關懷為助力，必能水擊三千里搏扶搖而直上，在青春罡風呼嘯中馱然疾飛，背負青雲而之天闕，絕雲氣。歸彼大荒！



我所知道的校園

203 江韋廷

美極了，這世外桃源般的校園，看來到處是繽紛落葉的校園，只遠處頑童傳來的嘻鬧聲，為這寂寥的校園增添了一分生氣。從南側門往校園走去，映入眼簾的是被譽為最美共讀站的圖書館，廊前是維妙維肖的台灣山櫻花，點綴了書香氣息。

走進校園的更深處後，當前是校園的正中間，望見了潔白的天使，在其表面出現的若隱若現的苔癬，周圍有數朵艷紅的花兒、初青的嫩草，正所謂：「賒三兩相思紅玉綴青衣」，這青衣上綴著點點紅玉，也讓我走入了某段時光隧道！抬頭再望，上方有長形的布條掩住天空，我從縫隙中望去，不若以往蒼藍，天空是灰蒼蒼的，似乎是要飄雨了！霎時間，天上降下了甘霖，滋潤了這片大地，遠近的人們的腳步聲，輕快的、急促的、沉重的、慌亂的，在這無情的滂沱大雨中，眾人趕緊奔入就近的遮雨棚。雨後，再見綠草如茵，是特別的翠綠，綠得像要滴出汁來了！

聽，那響亮的鐘聲，宣告下課的來臨。新中的下課時間，是你野遊的時期。嬉戲的頑童，這裡哪一處不是熱鬧的角落？在陽台賞美景是一種愉悅，但直接到一樓近距離觀賞那些美景是一種更大的愉悅。在新中散步是一種普遍的休閒，學生、老師、校長，一致享受這徒步的快樂。任你選一個方向，任你選一條步道，放眼望去，起步而行，保管你這節下課的逍遙是你身心靈的補劑。

我最喜歡駐足於大草坪，試著憶起方才上課的學習重點，卻什麼也想不起，也罷！看著那綠意盎然，我只想享受這片刻的寧靜。隨著時間的推移，日光逐漸斜晒，讓每株鮮花小草沐浴在萬縷金光之下，此一畫面，讓我讚嘆活著的意義。人活在世上，不就是如那小草，搖曳在陽光與寒風之中嘛！

萬般風情韻致的校園—你如愛花，這裡處處是風鈴木的耀眼黃花。你如愛鳥，這裡多的是巧轉的鳥鳴。選一塊佳蔭，看天、聽鳥、讀書，倦了時也能回教室休息。我所看見的校園不僅僅只是學習的處所，只要你多多觀察、抽空留意，用心品嚐，校園，也可以美極了！

我的收藏品

202 黃宥翟

反覆擦拭著沾滿灰塵的相框，照片中，稚嫩的臉龐似乎還帶著幾分紅潤，漆黑的夜，耀眼的星光，一隻短小的小手拉著一隻大手，看著相片的，彷彿又回到了兒時在晚上和爺爺在堤防上散步，看星星的那段童年。

或許是當時的我還未經歷過與人分別的那種感覺，每當夜幕低垂，就和爺爺拉著手，散步到堤防，純真的我還以為這一雙手可以牽好久好久！歲月輕忽而過，幾年後爺爺只能靠著一臺輪椅才上得了堤防，病痛一直摧殘著他，這時的我才忽然醒悟，陪伴不會持續到永遠，其中必定會有人先離開，時光不會為我而停留！夜晚總會有天亮的一刻，再美的煙花秀，也不過是短暫的。兒時的兩人一起散步，到爺爺漸漸地老去，如今只剩一人和孤單的影子。短短的幾年，我和爺爺看了好幾場星月交輝的景象，留下了幾張相片，記載著我與爺爺彼此深厚的感情。

現在的我，依然像兒時一般，走在堤防上，仰著頭看著星光，踢著石子，但，總覺得少了什麼，歡笑已收到盒中，剩下只有落寞及思念。同樣的一段路程，不同的時間，竟走出不同的感受，看了無數次的星空，每次的感覺也都不同，歡樂早已灑落在路上，腳印只剩一隻，爺爺的影子已慢慢淡去，我們爺孫兩人的對話也化作一個人的思念，彷彿兩顆閃耀的星，一顆漸漸地失去了光芒。

我多麼想回到那段日子，再次牽起爺爺的手，一起去看星星；我多麼想拾起地上的歡樂，再次將它掛回星空；我多麼想在滿天星斗的夜空下，回頭，看見你再次對我招手，再次聽見那一夜，我們的歡笑聲，但，歡笑早已收入盒中，星夜漸漸地低落了，朝陽也緩緩上升了……

相片勾起我小時候的回憶及滿滿的思念，記述著我的童年以及一次次的夜晚中，我和爺爺的對話、歡笑，這不僅是一張平凡的相片，是我的童年以及思念，更是我最珍貴，意義深遠的一件收藏品。

閱讀的一本書

212 葉櫻棋

讓吹來的風流動、灌進，我們叫替風開路的人；凡經過的地方，讓風跟進氣流，我們叫他走風的人，我讀這一本書——亞榮隆·撒可努所著的《走風的人》。這本書中記錄撒可努與父親一同狩獵並認識原民文化的過程，同時的這本書也教了我許多人生哲理。

這本書教會了我與家人拉近距離的方式。撒可努的父親時常沉默不語，唯一能夠與他溝通的時間，就只有「打獵時刻」。在撒可努學習打獵時，當他的父親問他一句：「你冷不冷？」，就會使撒可努倍感溫暖。縱使甜言蜜語能夠傳情，但家人間彼此關心的一句話，能傳遞的是更深、更濃的親情。我的爸爸是一個常因為工作疲倦，而和我們缺少溝通的人，為了拉近我與他的距離，我決定參加他最喜歡的慢跑活動。在過程中，我氣喘吁吁地問：「爸爸，我好累可不可以休息一下？」但他只是搖搖頭笑著說：「只能慢不能快。」在慢跑結束時，我和爸爸一同聊著最近的生活瑣事，這時我們之間的隔閡消失了。《走風的人》讓我和家人變得更加親近，讓我明白家人之間互動的珍貴。

這本書改變了我對山林脈動的刻板印象。看著那一座座秀麗的山巒直挺挺地矗立在那兒，看似沒有生機，但其實他們正用著自己的方式活出屬於他們自己的脈搏。撒可努在狩獵時，時常看見一群群的猴子四處蒐集大量的寶特瓶及樹枝，並造成一艘「塑膠船」渡河，而在撒可努觀察那些猴子時，發現了他們若遇到了打獵的人類或是兇猛的野豬，都會迅速又靈巧的爬到樹上躲起來，逃過一死。還記得一次我們全家一起去爬山，看見一株嬌小的含羞草，當我輕輕地碰觸它，它有些害羞地縮起了身軀，以它獨特的方式向我打了招呼。沿途的山壁上我見到了一隻隻可愛的獼猴，他們正對我們的早餐虎視眈眈，我想這也是他對我們的另一種歡迎吧！，讀《走風的人》也使我對山林的既定印象有了轉變，也使我對這一塊土地更加的珍愛。

這本書讓我們了解到生態保育的重要。當撒可努準備進入森林狩獵前，會誠心誠意的跪在那片他所生活的土地上，向祖靈和自然對話，因為他知道與地球共存共榮是一種幸福亦是他的榮幸。我抱持他這樣的精神，我想：為了這片美好的家園我也要為地球盡一份心力。在一次的溯溪體驗中，教練告訴我們，當我們來到大地之母的身軀，溯溪活動便不再只是一項運動，更是一次為自然奉獻的好機會，所以在溯溪的過程中，如若我們在途中看見人為垃圾，就會順手撿起，還給地球原本的美麗容貌。溪水輕輕流淌過被我們清理乾淨的河道，使我與撒可努有同樣的情感，我也因能與地球共存榮而感到驕傲且歡欣。近年來，透過新聞媒體的報導我看見有許多人正在破壞環境，而我也知道這嚴重違反了生態倫理，這就如同自然神學提倡者阿奎納斯曾言：「一個人會對自然殘忍，那麼自然也會對他殘忍。」《走風的人》使我對這一塊土地十分感激，也讓我更加地珍惜這一片大地。

讀這一本書，《走風的人》，因為他教會我們與家人互動、使我們看見山林的脈動，並讓我們了解生態保育的重要。期望在未來我能夠謹記這本書帶給我的理念，將它的理念傳遞出去影響更多的人。



我的收藏品

208 蔡沁妤

有些東西雖然已經看似無用，卻保存著過往的記憶；每一樣東西都有它背後的故事，有時候甚至能引人走入那段記憶。時光飛逝，收藏東西成為了我記錄生活的方式。

從小到大，我就有收集票根的習慣，每看一場電影，去一次遊樂園，看一次展覽，參加一場演唱會……，我都會把票根留下來，到現在我已經收集了一大疊，而每次去翻它們，就會回想起那段美好的時光。像是第一次和朋友去看鬼片，結果我們倆嚇得互看對方，不敢轉頭回去看……現在想起來都覺得當時的我們真好笑。票根保留著我一段段遊玩的回憶，也累積了我生平的歷史。或許常常被嫌棄像在收集垃圾，但我不後悔這麼做，慶幸自己用寫日記以外的方式記錄生活。

其實我一直保留著自己幾年來的課本、考卷、筆記等，看到那些書本、考卷，就看到了自己的成長，還發現了不斷進步的自己，從原本七十幾分的考卷，到現在能到達八、九十分，似乎看到了自己進步的軌跡。翻閱舊課本，有時候還能看到以前的我上課的樣子，書頁到處是被自己畫滿奇奇怪怪的圖案，被我惡搞過的古人相片，……想起之前那不認真的我，便下定決心以後要好好上課，那些破爛的課本，泛黃的考卷記錄著一段段讀書的樣子和為考試拼命的日子。

那些平庸無奇、微不足道的東西，烙印了我走過的痕跡，有些承載著難過、不捨，有些保留了歡樂，有些充滿憤怒……看到的時候都會有種莫名的感動，有時候更能體悟到一些道理。收藏品就像無字的日記，帶領著我走回過去，時常回顧品味生命的苦悶與甜美，讓我在人世間有一種生根的安心。

愛珍珠奶茶說

208 黃渝庭

古今中外之飲品，可愛者甚蕃；
唐李白獨愛美酒；自近代以來，世人盛愛咖啡。
予獨愛珍珠奶茶之出茶葉而不澀，珍珠韌而不硬；
味道濃郁，不甜不膩；口感鮮明，層次豐富，
可啜飲而不可豪飲焉。

予謂：

美酒，飲之甘美者也；
咖啡，飲之醇香者也；
珍珠奶茶，飲之濃郁者也。

噫！

美酒之愛，李後鮮有聞。
珍珠奶茶之愛，同予者何人？
咖啡之愛，宜乎眾矣。



選擇

212 陳芊妤

當我轉身向陸地，我知道我和海風得肌膚之親已停止；當我闔眼蓋上書本，我知道我和文字的爭辯之語已完結；當我起身迎向陽光，我知道我和黑黯的生存遊戲已停止。每一個選擇的背後，揭示現在的我與未來、過去的我。它，成就了現在的我；它，引導我的未來；它，告訴我歷史的傳承。

深夜讀著書，翻著一曲曲的生命之歌，我似乎也聽見屈原行吟澤畔；我彷彿感受到王右軍悲痛之慨；我好像耳聞洞簫客在如泣如訴。無論是迷失在自己的選擇中，或是悲慟人生之哀喜、還是陷入在人生的泥團，牠們抉擇了悲、取捨了痛；在生命的長河中，聖賢之人自有抉擇，他們因尋得生命中自我吶喊的聲音，而能迸出無限的璀璨。

放下了過去，走到了現在，最近武漢肺炎流行，每當衛福部開記者會時，在畫面左下角總是有一位默默的替聽障者服務的人，但很難想像的是，他是一位高材生—李振輝，他從建中、台大法律系，到碩士學位，原本是一位眾所仰慕的律師，但他卻選擇回到社會基層，去幫助底層的弱勢團體，不但讓自己生命中的選擇變得有意義，更讓社會變得更溫暖。

人生是一條大河，我們在滾滾河水中奔流，意念因在河中之石的磨練而蛻變成美麗的鵝卵石；希望都因和河中之石摩擦而發出光亮與圓潤。如同每一個選擇都是日積月累的思考而下的決定。我選擇做自己，做自己想要的樣子，我選擇努力讀書，我選擇交人生益友，我選擇我愛的鋼琴陪伴我享受生活。

選擇是支撐天地花圃的支架必須穩住根基；選擇是天地與星夜的永恆交錯。我，選擇把生命交給天地萬物之神，希望神帶我我智慧解決我的困頓，希望神賜給我勇氣，讓我迎向亮麗的每一天。

等待

204 陳柏宏

人生中，任何美好的發生都需要「等待」這項元素來醞釀、熟成。

「等待」流溢著寂寞和孤獨，因此使人焦躁不安，但「等待」也讓人能預先做好準備，隨時放手一搏。

下課時間，大部分的學生都是走向福利社祭祭五臟廟，或是去找好朋友聊天打屁，而我卻總是自己待在教室裡，吹奏著口琴，一遍又一遍。並不是我沒朋友，也不是不想去福利社逛逛，一切只是為了那天——口琴比賽的到來而拚搏著。這樣的等待，很苦！等待交織著努力練習的汗水與淚水，等待交織著達成目標的專注與犧牲，我等待著那一天的到來，那能把自己每天的努力展現出來的「十分鐘」。

比賽那天，伴隨著興奮與忐忑不安的心情到達會場，雖然在等待的日子裡，早已將曲目練得滾瓜爛熟，但我害怕自己在比賽時失誤，使我的努力付諸東流。在選手預備區時，我在心裡默想著：「超怕等等吹錯，吹錯時又該怎麼去補救，又該怎麼去調適那尷尬的氣氛，評審會不會扣我的分數……」這些負面的想法不斷地在我的腦海裡迴盪。「可是這是我自己決定的路，就算咬緊牙關，我也一定要走完！與其為了這些怯懦的想像而待在原地等待，不如踏出堅毅的步伐，勇往直前。」帶著這股決心，使我有勇氣向前踏出下一步。

隨著會場的音樂聲結束，終於演奏完畢，帶著自信的微笑跟評審敬禮，那時的我腦袋其實一片空白，一下台才好像靈魂回歸般，看見了我的好朋友，聽見了下一位演奏者游魚出聽的演奏。但這都不重要了，我只需要等待著成績公布的那一刻，等待。

排球比賽

205 林玉雅

在新港國中三個年級各有三大班際比賽——一年級跳繩比賽、二年級排球比賽、三年級籃球比賽，班際比賽是最能體現各班的默契以及團隊精神的時機，國二的我們即將面臨排球比賽的考驗。

國一就一直很期待排球比賽的我們，當然非常勤奮的練習著，一心一意的朝第一名的目標邁進。練習的同時，其實夾雜著許多的挑戰，挑戰著我們的體力也挑戰著我們的智力，更挑戰著我們的凝聚力，例如：決定誰要上場比賽、誰和誰默契好、輸掉友誼賽時的挫敗感、誰的續航力較佳、漏接球的失落……。這些考驗雖然困擾著當時的我們，但因為想贏的決心，讓我們能好好面對並迎刃而解。

不過這些都還只是簡單的開胃菜……，最緊張的比賽來了——身為種子隊的我們終於迎來了第一場，上場前的緊張感導致我們女生微微的失利以 2 分之差輸了，後來的男生們壓力就更大了，於是兩場敗給對方，跟我們的目標——全校排球比賽第一名的榮譽失之交臂，這對我們來說很不能接受，因為在賽前的我們信心滿滿、自負不凡，這讓班上女生難過了好久……。

「從哪裡跌倒就要從哪裡站起來」，我們只是輸了一場，還不是結束，我們還有五、六名要爭取，於是大家重整旗鼓、化悲憤為力量，把精神放在練習上，並檢討第一場的失誤、互相鼓勵，不再是以前的「嚴以律己，『寬』以待人」，轉為一視同仁好好監督彼此，為下一場比賽做準備。

時間飛逝，又到了第二場比賽，賽前的我們也不再是目中無人，而是變得小心翼翼，心中的想法也從原本的「一定要贏」轉為「開心就好，盡力就好」可見第一場比賽對我們的打擊有多大。有了第一場的經驗後，我們開始正常發揮，用兩場贏得勝利。

終於讓大家信心倍增，不過我們還是沒有因此掉以輕心，而是放著平常心看待，等待下一場的到來。

過一個假日，就是最後一場了，這是我們最後爭取名次的機會，也是為國二班際比賽畫上完美句點的時刻，同學們都摩拳擦掌地等待這一天的到來，比賽在下午第 5 節課，越接近比賽的時間，我們就更顯得焦躁不安，好幾次任課老師停下講課的嘴，勉勵我們，要定下心來聽課，但是我們總有過了這個村就遇不到這個店的想法，一心一意想要趕快上場打球，想要贏得勝利，為 205 班爭取榮譽。隨著裁判清脆的哨音一響，比賽拉開了序幕，在你來我往的攻防戰裡，對手似乎不像第一場那班的難纏，難道經過這幾次的比賽，我們在不知不覺中進步卻不自知，同學的發球也更見穩妥，只見排球在空中畫過一個十分優美的弧線後落向對方的場地，奇哉！他們怎麼沒有接球呢？眼睜睜的看球落在二個選手中間，有時卻又發生互相搶球的情況，或者對方將球打出界外，就在大家驚呼聲中，比賽結束了，幸運之神眷顧著 205 班，我們贏了，得到第五名的成績。雖然不是大家所想的目標，但是給了我們很大的教訓，以此訓戒我們的自負，給我們難忘的經驗與回憶。

排球比賽

205 李銛綺

排球比賽一直是我們學校的傳統，每到二年級，大家便開始摩拳擦掌，為下學期的比賽鋪路。

打從一開始，班上同學就下定決心要奪下第一名！讓榮耀成為我們班的印記。除了每節體育課，一心一意的練習排球外，放學後與假日也不斷地呼朋引伴，尋找場地，加緊腳步練習，想透過日積月累的練習，把最好的表現在球場上發揮出來，閃亮大家的眼睛，擦亮 205 班的招牌！

幸運的我們，抽到了種子隊，比別人多了一個禮拜的時間可以練習，就算第一場比賽就打輸，也有五、六名可以努力。第一次上場時，我心臟的時速約莫有 100 公里，那緊張的程度真不是能簡單地用言語三兩句就可以形容的，就算嘴上一直叫大家別緊張，可是我的心臟卻很誠實地猛跳，陽光下，額頭上的汗水不自覺地順著臉頰流下來滴落在地上，化成一朵一朵的水花撒在球場上，場內的我們努力地想接住對方打過來的球，將球打過網，努力地想做球，殺球，好讓對方無法接到球來得分，場外的加油聲此起彼落，讓我感受到同學的熱情與期待但卻也是我們的心理壓力，或許是比賽的氛圍令我們覺得太緊張了吧！同學的耐性與韌性最終還是被消耗殆盡，女生組在場上兩度和對手戰成平手，可惜最終還是輸了第一局，這時已經有某些女生止不住淚水了，男生在一旁安慰著我們，說如果他們打贏了第二局，那第三局還是有可能逆轉的，但畢竟已經輸了一場，男生們有著不能輸的壓力，原本在練習時飛揚跳脫的男生，打起球來變得綁手綁腳似的，幾次可以靠發球得分的機會，並沒有拿到分數，有幾次做球後，殺球，卻沒有過網，或是因為太用力，打出界外。最後還是以零比二，我們輸了。當裁判宣布對手贏時，幾乎所有女生都淚崩了，哭得泣不成聲。空氣裡滿是沉默沮喪的游絲！直到老師鼓勵我們“勝敗乃兵家常事”，“不要為了一次的挫折失去了應有的鬥志”叫我們繼續往五、六名的名次努力，這才止住了淚水。

由於班上的榮譽心很強，只要對在意的比賽沒有拿到第一名，反倒能放下得失心，讓我們不緊張了！順利地贏了後面兩場比賽，爭取到第五名的成績。

一場比賽，名次固然重要，但比賽過程的練習，賽後大家的彼此打氣，與我們對得失心的處理，才是這場比賽最重要的價值！有形的報償是名次，無形的收穫是滿滿的心智成長過程，我要謝謝老師的指導與鼓勵，也謝謝同學的努力，因為大家全心全意的付出，才有現在的我們，雖然沒有得到第一，但是我們可以重新充實自己，往下一個第一名邁進！

我的讀書報告

206 陳寶云

莎士比亞曾經說過一句話：「生活裡沒有書籍，就好像沒有陽光；智慧裡沒有書籍，就好像鳥兒沒有翅膀。」，由此可知書籍的影響不僅是知識上的充實，跟個人的品行也息息相關呢！寒假中利用書籍充實自我是再好不過了！

跟大家推薦一本好書，書名是【姐姐的守護者】，大意是一對夫妻的女兒從小罹患了罕見的白血症，為了要拯救命在旦夕的她，這對夫妻利用醫學科技匹配了另一個與她相同基因的嬰兒，以備不時之需，十幾年來妹妹不時地在供應姊姊所需要的一切，例如：骨髓、細胞.....等，她為了姊姊受盡了各種痛苦，她決定爭取身體使用權，但是這舉動卻讓全家陷入空前的風暴中，而訴訟的過程雖然是痛苦冗長，但結局卻有了出乎意料的轉折。

俗與說：「天有不測風雨，人有旦夕禍福」，每個人的生命都具有無常性，雖然姊姊罹患罕見疾病，病入膏肓，但這痛苦卻是由妹妹替她承擔，她為姐姐付出一切，得到的卻是無盡的要求，而每個人的生命同時也具有獨特性，每個人都是為了自己活在這世上，絕不是為了其他人而存在。每個生命都是獨一無二，無法取而代之以的，儘管外表、資質有所有差異，但皆有其存在的價值與重大的意義，面對獨特性的生命我們應該以尊重的心態看待，而不是像書中的夫妻任為妹妹醫生下來就成為姊姊的器官提供中心，為姊姊延續生命，卻同時忽略了個人的價值及獨特性。

李白曾說：「天生我材必有用，千金散去還復來」人人生來便賦予了獨特價值及生存意義所在，絕非是為了他人的影子而活，俗話說：「人人生而平等」每人皆沒有義務為他人犧牲及貢獻，即使是出於那偉大的愛，但也不可任意提出無理的要求，否則愛變成了家所綑綁了他人的生存價值，愛是上天給人類最殘忍的懲罰，卻同時也是最大的恩惠，正因為愛，我們才得以存在！



一件事的啟示

202 陳詩涵

國中的生活是豐富多彩的，也是另人回味無窮的，有酸、有苦、有甜、有辣……其中令我歷歷在目的是兩個月前的攀岩體驗，因為它讓我了解並得到了一個啟示——最大的障礙不是岩石，而在於我們自己的心。

因為那是我生平第一次體驗沒有繩索的攀岩活動，所以當時的我可是緊張萬分啊！眼看著排隊隊伍慢慢地往準備區移動，心裡七上八下、心臟都快跳出來向我揮手道你好的我，真的是無法想像等輪到我上戰場時會是多麼的狼狽，多麼的無助，多麼的……哇！這下真的是輪到我了，當我踩上盤岩石上時，我就告訴我自己說：「加油！只要突破自己，自己就又向前邁進了一步。」所以，我要戰勝自己，果然，根本沒那麼可怕，反而覺得無比的放鬆、舒爽，畢竟在那環境能讓我們暫時放下課業，盡情地享受這美好、刺激又難忘的時光。

不過，那天我的運氣似乎不太好，輪到我時剛好爬到比較有難度的那一邊，再加上我又是個沒經驗的人，相對來講是比較不吃香的，但後來想想，這樣也沒什麼不好，反而能讓自己更有想要完成它的決心，也因為自己的好勝心而讓我得到了第二個啟示——你一定要堅持才能往上爬，如果沒有堅持下去，自己就只會停留在那裡，還有可能會退步，就和學習一樣。下來之後，我的腿可能是因為失了太多力在那，有點腳酸、站不穩，不知道我是上去喝了幾杯酒才下來。不過，那天的課程真的是讓我體驗到在未來的日子裡可能沒機會，甚至無法去接觸到的特殊活動，真是令我獲益匪淺啊！

因為我們是有「志」的，是為自己目標拼命的我們將會是站在攀岩牆上最高處的那個人，並且讓我得到了這句名言佳句——「有志者，事竟成！」只要懷抱著夢想，努力付出行動，有一天，我們一定可以嘗到成功的甜美果實！

23號球衣

203 張宏睿

從小到大，我們身邊總會出現值得珍藏、保留的物品，只要看著它，就會走進某段回憶，想起了某個人，念起某一段故事。

我的國小一到三年級，是在新北市度過的。一年級時，因為爸爸非常熱愛棒球，常帶著我一起觀看棒球比賽，也做了一個重要的決定—報名參加棒球隊。剛開始進入這個大家庭，觸目皆是不熟悉的人，因此，我大哭大鬧。教練和同學聽到聲音，都前來關心我、照顧我，我才停下淚水，撫平內在的不安。此時，教練先讓我們自由選擇球衣號碼。我想了一會兒，選了背號23號的球衣。因為爸爸最欣賞兄弟隊的恰恰，所以家裡收藏了許許多多的23號球衣，我也在不知不覺中愛上了23號。訓練期間，我總是會被棒球K到滿頭包，受不了疼痛，屢次大哭！但是，隊友們如同以往前來關心我，替我加油打氣。教練也不時修正我的技術，就這麼我一路訓練到二年級。

還記得，在一次的訓練當中，因為我要使出盜壘一計，不慎撞到隊友，以致左手受傷了！醫生看完說了一句話：「這傷大概要半年才會康復，要好好休養。」什麼！晴天霹靂！我只能放棄我最愛的棒球嗎？……一天一天消沉。直到一天，教練帶著隊友和專屬的23號球衣，前來探望我。持續半年的關心，堅持半年的打氣，隨著我的傷勢逐漸好轉，我不曾放棄我的棒球魂！

三年級的某一天，教練宣布：「下個禮拜，我們有一場比賽。」這是我們第一次穿著球衣參賽。比賽中，我們不但發揮長久以來的默契，更打勝了這場比賽。一路晉級，打到冠軍賽，雖然冠軍賽無法奪下金牌，但每一場戰役，我們揮灑了汗水，竭盡心力地跑著、守著。

直到現在，每當我看到掛在衣櫃的23號球衣，嘴角都會不自覺上揚，那是一段堅持的歲月、一個團結的故事、一首不放棄的樂章。

可貴的合作經驗

207 鄧博捷

在生活當中，大家都有過合作的經驗，而在合作中，大家必須團結一心，才是合作的意義。互相輔佐和支持鼓勵，是合作的基本功，這也是為何人們要合作，為何要互相幫忙、協助。

去年十二月二十五日運動會時，我們班參加了環保創意進場比賽，比賽那天，全班心情十分緊張，當

六班退場後，司儀講完話，只聽到我們班音樂響起，全班使出自己以前沒有的勇氣、氣勢，用心、用力，專注投入在各人扮演動物裡，大家一時忘掉了恐懼之心，果然是「皇天不負苦心人」，我們班獲得了第一名，那時候大家眉開眼笑，導師也感動得流下淚水，因為這是辛苦一個月的訓練，所得到的成果、佳績，這就是我們班上珍貴且無價之寶的「團體」合作經驗。

每週六、日，我會與家人，利用此刻時間，來打掃家裡，在我們家每個人，所負責的事也有所差異，每個人都有屬於自己的工作，大家花了九牛二虎之力，會在中午前結束、休息，看看自己所負責的地方，變得一塵不染，彷彿住在飯店中，全家都覺得開心，這就是我和家人之間可貴的合作經驗。

國文課導師要同學分組，和同組伙伴，完成木蘭詩的功課，程度好的同學可以幫助不好的同學，彼此分工合作完成學習單的任務，在這種分組的活動中，可以發現題目一樣，而答案卻各有千秋，讓我可以有不同的視界，而為小組得分的成就感，也讓我有歸屬感。「合作」是我們一生的功課，學校的訓練可以讓我們體會「三個臭皮匠勝過一個諸葛亮」的涵義。就像斑馬是成群的出動，如果有隻走失了，那就會是老虎的食物。所以在這個時代中，提早體會與人互助的好處，就能在未來社會中，有良好的人際關係。

大至一個班級小至一個家庭，都因為可貴的合作經驗成就了彼此，大家都要有同舟共濟的精神，不要隔岸觀火，甚至去傷害他人的權益，讓正向的合作力量變成可貴的經驗。

人生是一場尋找

212 黃珮淇

若說人生迢迢長途，那我就是漫步在其中的旅人，我們踏雪尋梅，從輕快愉悅的步伐，到蹣跚駝背的暮年；從靈活鮮動的雙眸，到疲憊下垂的眼角……我們是流浪在大千世界裡的過客，尋尋覓覓，只為尋到人生中那顆最亮麗的瑰寶。

在同儕群體中，我們的旅程日益精彩而曲折。我們牽著彼此的手，一同仰望共同的偶像，看著他們在舞台上發光發熱；一起下載相同的遊戲，互相分享攻略，肩並肩一同作戰。我們渴望得到群體的認可，所以去喜歡自己不喜歡的偶像，將時間花費於令自己嗤之以鼻的虛擬世界裡。但我們依然在尋找，我們希冀得到同學多一點欣賞，因此學會了用真善美的言詞包裝自己內心中的真實思維，我們所尋找的已非是從前那最純粹的初衷。隨著年齡的漸進，我們強顏歡笑，繼續尋找自己的存活之道。

人生是場尋找，是場生命的探索。林書豪找出他的目標，成為籃球界中叱咤風雲的人物；席慕蓉尋到屬於他自己的創作風格，成為詩壇界中家喻戶曉的大明星；馬友友找到他的興趣，成為音樂界赫赫有名的大提琴家。我們拼命地尋找一切，尋快樂、尋幸福、找理想，但盲目的追求、盲從的努力，最終可能化為一場空，並令我們束手無策。這場尋夢，沒有對錯，沒有快樂，僅在於初心是否還在，能否依循正軌，帶著明辨是非的大腦，腳踩著穩健的步伐，細聽本心低聲細語，找出存在於人生中的價值和意義。

人生是一列長長的火車，靠站休息之後，仍要往目的地行駛；人生是一張單程車票，上車之後只能往前無法回頭。我努力尋找屬於自己獨特道路，總有一天，這場尋找，一定會將我帶到我追尋的桃花源。

黑夜中的大自然

301 江香靜

夜闌裡，一彎皎潔的明月高掛天上，看！那一顆顆閃爍著光芒的小小騎士守護在一旁，猶如童話故事中萬眾矚目的公主以及她的守護騎士。美好的冒險即將展開……

「沙沙沙……」夜色潑墨於天際，城市華燈初上，徐徐的微風擺盪起一旁的樹葉，輕拂著我的臉龐。看！月亮公主灑下銀白色的亮光，那寬遠的大地上百花盛開，夜晚的花博會正式開放。春夜，在世界一隅，一場花的宴會為公主與騎士的冒險開啟序幕。聽！耳邊傳來「唧唧」的昆蟲聲，此起彼落，有如合唱團般，在暗夜裡為這趟冒險演奏起歡送曲，隨著時間的推移，目送公主與騎士前往下一個冒險地。夏夜，一場演唱會打破靜謐的夜晚。瞧！那火紅的太陽在萬物即將返家棲息時，獨自散發魅力，宛如一場個人秀，在萬籟俱寂之際，無聲無息地進行著。秋夜，在人煙俱靜之時，藉著一派月光讓公主與騎士成為走秀的壓軸，邁向最後一個冒險地。看！那晶瑩剔透的白雪覆蓋著大地，月亮公主撒上最後一道光芒，結束四季的盛宴，繼續開啟新的旅程，體現更多夜晚之美。

從亞洲到美洲，北半球到南半球，春天轉至冬季，那偉大的盛宴無不缺席。那一派月光宛如一座長橋，連接每一處冒險，灑下銀白色的光輝彷彿月光仙子般翩翩起舞，為萬籟俱寂的大地展開一場盛大的舞宴。為春天百花盛開而照亮夜的花博會；為夏天蟬鳴鳥叫展開一場演唱會；為秋天的夕陽舉辦一場個人秀；為冬天晶瑩剔透的白雪灑下最後一道光芒，結束一年四季的大地宴會，繼續踏上環球冒險，發現更多夜晚之美，體現夜晚的生命力。

看！那皎潔的月亮照亮了大地，從街燈亮起的那一刻，展現屬於她的獨特魅力。在白天所不能看到的美，與白天不同的寂靜，沒有人群的吵雜聲，沒有車水馬龍的噪音，只有大自然美好的盛宴，在這人煙俱靜的時刻就此展開。那一夜，再次踏上新的旅程，暗夜宛如一層薄紗籠罩著大地，增添一絲神秘。夜闌裡的寂靜襯托出大自然生生不息的生命力。

夜闌裡，一彎皎潔的明月高掛天上，那一夜，我發現大自然無盡的生命力，不同於白日的美，那一夜，悄悄地舉行一場盛宴。無數個夜晚，你與我望著同樣的一片天空，隨著四季遞嬗，跟著月亮公主展開一趟冒險旅程。

我眼中的九份

313 曹艾寧

九份，一座位於國境之北的小山城；一處因淘金熱而興盛，同時也因淘金熱而衰落之地；一本承載著歷史的小說，它不枯燥乏味，它是戲劇化且多樣的。

依稀記得那是一個農曆新年，我們不如以往的沒有在家中守歲，乘著汽車一里一里的爬上這處以前僅在課本上看到的地方，能實地踏上，心中滿是掩不住的期待，我像隻猴子般一直探向窗外東張西望，縱使北風凜冽，仍吹不熄心中熾熱的好奇心。因為九份曾蘊含金礦，在一夕之間吸引大批人潮前來淘金，所以這小山不荒涼，反而蓋滿了許多樓房。但也因為以前的人沒有都市規劃的概念，房子排列並不整齊，道路有窄有寬，有平坦有粗糙。行駛在大街小巷間，無比的困難。到了民宿卸下行李已是傍晚，目送太陽緩緩的下沉至海平面下，餘暉漸漸褪去。此時，狂歡的夜正悄悄地蓄勢待發，準備登上舞台。九份老街準備正式開張，大批人潮湧入，各家商家紛紛點亮燈火。一點一點的橘紅如潑墨般暈染在空中，令人備感溫馨，此起彼落的叫賣聲響徹雲霄。我們找到一家裝修復古的餐廳，準備飽餐一頓，走進餐廳的盡頭，窗邊竟是一望無際的大海，徐徐海風拂上臉頰，頓時感到心曠神怡。吃飽後，我們又更深入的探訪老街，一塊塊石頭砌成的街道，一顆顆大紅色的燈籠掛滿路旁，如此景觀著實和其他觀光區不同。

夜很快地進行到了一半，人群漸漸散去，商家一一收拾攤位，燈火逐漸一盞一盞的暗下，我們抱著探險的精神一直往老街的其他支線走去。我發現，此時的九份更美了！美的神秘，美的自然，美的真實。像位剛卸完妝的美女，少了粉底的點綴，卻更加的清新脫俗。這時的老街只剩下路燈微弱的光線，照著幾位和我們一樣的探險者，路旁更多的是眼神深邃的野貓。我想，午夜時分，此地的主人換成了野貓。也許，牠們也正在演奏著屬於牠們的動物狂歡曲。

我眼中的九份是經過時代洪流淘洗下仍閃閃發光的黃金。可能此地的金礦已不復存在，但繁華褪去後，它卻能散發獨特的魅力吸引遊客慕名前來。一座小山，名為九份，它就是自成一格的歷史；它是一位正值青春期的活潑的少女；但同時也是一名坐在搖椅上年邁，面容慈祥的老奶奶。直到此刻，我才能體會到，九份被世人銘記的原因。願自己下一次再訪時，能更深入的認識它，更深刻地讀懂它。

在書本以外的學習

301 何驥九

「活到老，學到老」這是古時人們留給眾人的智慧。學習，是從其他人事物獲得優點並加以內化，讓自己使用；而現在身為學生的我們，大都從課本獲取知識，但我們身旁事物何其多，何不也從他們身上學習？進而讓自己知曉更多不同的知識與道理。

在寒暑假有空閒之時，媽媽常帶著我和弟弟前往美術館和故宮南院參觀和欣賞不同的藝術作品與古時文物。這些文物雖然不像人們可以自由活動，但他們卻如同人類有生命力一般，表現出畫家與作者的熱情、堅持、感動、悲傷等不同的情感。

在宋代的清明上河圖中，我看見了市場、戲台、酒樓中人們的熱情，他們在河邊、橋上和樓台中表達出城市的繁華；在肉形石中，我看見大自然在不經意、無數的巧合之下，表現出鬼斧神工的力量，將一些平凡的石頭砌出如同東坡肉一般鮮美多汁又不平凡的石塊；在虛擬實境的活動中，我看見之前畫家的困頓，生活如此拮据，卻可以從畫中表達他們心中的火焰與熱情，但也從中流露出一絲絲的憂傷，與對世間悲苦表達出的憐憫。

除了美術館和故宮可以學習知識以外，我也透過大自然明白到平常無法了解的道理。在一日飽食之後，突然心血來潮到門外散步散心，往空中一望，沒有白天如此刺眼的陽光，也沒有鳥兒和昆蟲熱鬧飛舞的景象，卻有一輪明月伴著些許星光守護大地，這幅景象讓我意識到我們人類的渺小與無知，了解到為何從古至今，文人總要我們一再的謙虛；更了解到這是在書本中永遠悟不到的真理。

只要平氣定心，事實觀察周遭的人事物，萬物都是我們的老師，值得我們學習，也讓我們反省。在美術館和故宮中，我不只觀其樣貌，更思考其中典故與緣由，唯有透過作者創作的背景與原因以及了解大自然的鬼斧神工，才能更完全、更清楚理解背後含意。在大自然中，我領悟到為何古人望其事物，便領會謙虛的原因，也了解唯有謙虛，才能讓自己吸收更多知識，補足自己的缺失。

「活到老，學到老」這是古時人們留給眾人的智慧，更是哲理。我們不只可以從書籍中學習，更可以學習我們身旁的人事物。「只要留心，身邊處處皆學問」，世界上充滿著我們可以學習、反省的事物，只要我們適當利用，並且抱著「活到老，學到老」的精神，這一生，在書本以外的知識，我們皆可以無窮無盡的學習。

在書本以外的學習

315 李子琳

在這充滿知識的世界中，我拋開書本，享受生活中的繽紛。朋友，是座華麗的城堡，喚醒我童心未泯的心靈；旅遊，是那自由自在的風，展現我任性奔放的性格；園藝，是片汪洋的大海，滿足我平靜自適的心情。我，拋開書本，走進充滿色彩的繽紛生活。

我喜歡和朋友交往的時光。我擁有一群不曾在時光裡走散的知心。有的成熟穩重，能為我幼稚的個性稍稍教訓；有的積極上進，能為我懶惰的本性帶動學習；有的博學多聞，能為我遲鈍的腦袋補充知識。你要是門，我便是鑰匙；你要是藍天，我便是白雲，你要是池塘我便是鯉魚。我們鍥而不捨，互相琢磨，彼此切磋改進，希望能成為更好的自己，為我們的未來努力上進。

我喜歡旅遊的放鬆。藍天白雲，晴空萬里的天氣最適合旅遊了！每當我和朋友、家人憶起出門遊山玩水的時候，總有說不出口的興奮與期待。到各地旅遊也能更加瞭解台灣地理呢！龜山島濃濃的硫磺味、太魯閣峽谷的河流侵蝕、台灣西部海岸的沙洲與鯤鯓，還有澎湖群島的柱狀玄武岩，都值得我們一探究竟。美食更是旅遊中，不可或缺的角色。新北深坑臭豆腐、新竹貢丸和米粉、台中太陽餅、老婆餅……對於饕餮來說，台灣就是美食天堂呀！

我喜歡綠意盎然的景色。平常閒暇時的娛樂，就喜歡種植花草。每當種下一顆種子，就代表著一個小生命的誕生，也代表著等待的開始。等待，是一種享受。雖然會有些漫長，雖然會有些煎熬。但在等待中，我的心情會平靜下來，沒有躁動，留下的只有寧靜的陪伴。在種植植物中，我學會了等待與平靜。

與朋友交往、旅遊的享受和植栽的等待，是我在這忙碌生活中學習到的生活經驗。他們既不是教科書，也不是課外書，但我卻能從中汲取人生道理，對我而言，書本不是一切，我享受、體驗和學習生活中的種種美好。

我們這個世代

301 何文晴

謊言，是人與人交際時所戴的面具；謊言，也可能是出自於內心深處的善意；謊言，更是我們這麼時代人人必備的武器。為了因應日趨激烈的競爭力，人往往展現出阿諛奉承的那一面去力爭上游，堆積如山的謊言，漸漸地淹沒了人們內在的良知。而「善意的謊言」則是為了成全他人所編織出的「假的謊言」。因此，我認為我們這個世代是個「謊言世代」。

在我們這個世代，人人為求高官或業績，不得不使出渾身解數來討好他人以達到目的；又或者是為了融入某個團體而憑空捏造許多不符現實的謊言。總而言之，這些謊言都是有目的，而這些謊言都是為了趕上時代的潮流。由於目前已有許多人力工作是可以被機器取代，因此人力需求量減少，工作機會也相對減少，許多人更面臨失業與裁員的問題，對此，為了使自己能有生存下去的本錢，不得不祭出謊言來阿諛奉承，進而為自己的未來鋪路。人的本性總使喜歡被誇獎，加上聽多了客套話，只要有人說的話不合己意，那他勢必會想辦法將此人淘汰，如此一來，謊言便名正言順成為我們這個時代產物。

但，這些謊言有時是「善意」的，也許是為了使他人不擔心，抑或是為了成全他人，而這些都是發自內心，所有的出發點都是出於「善心」。我曾看過一部短片：我的爸爸是騙子。影片中的父親為了使女兒安心去上學，故意騙女兒自己有份穩定的工作，並在吃飯時，把好吃的食物留給女兒，聲稱自己不餓。而這也反映出這個世代如果人力需求銳減，將會造成家庭經濟收入下降，進而使阿諛的謊言被美化成善意的謊言。看似美好的結局，卻隱晦著我們這個謊言世代的問題。

我認為我們這個世代充斥著謊言，充斥著盡是討好、阿諛、欺瞞的謊言。或許剛開始只是一小部分，但時間一久，便帶動整個世代去迎合他人口味，也正因如此，人人臉上所戴的面具上的笑容也越來越誇張，漸漸的，面具就成了生活中不可或缺的一部分，即使回到了純真的家，面具也並未拆下，久而久之，人的初心也被面具取而代之。

謊言，是人與人交際時所戴的面具；謊言，也可能是出自於內心深處的善意；謊言，更是我們這麼時代人人必備的武器。在人力與機器的競爭下，人不得不使出逢迎諂媚的手段，卻沒想到這也可能連帶到為了一個謊言必須捏造另一個謊言而無限循環的隱憂。清醒吧！我們這個世代不需要一張張面具，而是回到「初心」世代。

我眼中的東石

313 李全漢

凌晨，略暗又漸明的天空，伴著搖曳的竹筏，展開了東石人的一天。載滿生蚶的貨車留下一痕痕的海水，挨家挨戶送上一簍簍的生蚶，這是大多東石人生活的依靠，早晨的海風不見得和緩，經常從窗縫間悄悄地走近窩被的人，再大大的吐上一口氣，這是再響亮的五更雞啼也不能及的清晨喚醒模式；蚶農隨即捎上了小桶子，坐在竹椅上，一手拿蚶，另隻手用工具扳開，再丟入水盆裡，撲通撲通的響，即使一台斤只有二十餘塊的工錢，但對東石人來說，能養家糊口就已足矣。

岸旁，一網又一網的竹子堆在地上，海浪拍打著保麗龍箱，討海人出海了，剩餘的人將竹子一根根的排成井字形，再用黑繩綁上，串一串串的蚶殼，費了好大的功夫，才推進了海裡，一座又一座的蚶棚是遊子懷鄉的燈塔，亦是蚶農的諾亞方舟，隨著海潮沈浮，日漸茁壯。

午後時光，是東石工人工作後的慰勞，鄰舍三五成群圍一桌，手上一把四色牌，桌上多堆零錢，地上的酒瓶、口裡的香菸，是「老伙仔」最歡愉的時刻，頂庄和下庄的廣播台不時傳來親民的口吻，賣魚、拜拜，甚至是賣炸雞的阿伯，都得靠矗立在廟旁的「放送器」來召告天下，東石人個性隨性、海派。有時一不注意就會有台機車從身旁呼嘯而去，嘻鬧追逐的孩童出其不意的就撞上了路人，可謂是一場驚奇美麗的邂逅。晚飯後，許多人捎上的紙筆，坐在電視前等待私人電視台公布一串又一串的號碼，這即是外地人不甚了解的「簽牌支」——每日的晨報附上一張白色廣告紙其實是填號碼的下注單，自然會有人來收款。晚飯後，不規則的號碼從主持人的口裡投進了心房，有的人臉上有彎月般的微笑，有的人則是悵然若失，看著奶奶房間一疊疊厚重的紙，上有每一期的號碼，也因此約略領悟出這變動數字蘊含著憂愁的力量。

靜夜，吱吱響的漁船在岸旁望著遠月，靜謐的東石沈睡在內海，微風捎上海味傳入了大街小巷，蚶苗悄悄的附上蚶殼，伴著海潮起伏，眼中的故鄉，盡是如此的可愛迷人。

計畫與變化

305 呂英禎

曾經計畫著出遊，想像滿山遍野花草樹木的圍繞，卻因天候不佳而取消；曾經計畫著讀書，想像自己站上頒獎台接受掌聲的那份光榮，卻因誘惑而落空。總是雀躍著計畫而忽略了意外的改變，有些是天災，有些是人為；有的是可控制，有的不可控制。關於計畫與變化，我認為計畫是隨著變化而改變，切勿執著於計畫而釀成災害。

時常滿心歡喜地望著五彩繽紛的讀書計畫表，它承載著滿滿的希望以及期待。可卻總是延遲完成，或是倉促著草草了結。而變化，常被當成未完成計畫的藉口、理由，因此許多人認為既然計畫無可免，那就不必擬太多計畫。可我並不這麼認為，計畫雖然不一定能完成，但至少在這段時間中，為了它而努力，成為一種動力與決心，必定比漫無目標更好上一階了。比起胡莽奔狀的人，踏著有目標有計畫的路，更能成功。

自孩提時期開始，我們一直在計畫著自己的人生。「我的夢想」、「我未來想當……」是再平常不過的作文題目。部份的孩子按照家人的計畫與企盼，走著屬於「他們」的人生，可誰知道，哪一個明天他想要轉彎呢？變化來的突然，誰能預料？那麼以前的努力、以前築的巢就毀棄了嗎？不，以前我們走著有終點的路，可是一個颶風，路牌指標歪了，就該止於此嗎？面對變化，該應變，也許繞一條路，照樣能夠到達目的地。

計畫趕不上變化，但計畫可以為變化而改變。未來的事難以預料，但可以先準備好應變措施，當一有變數，便能適當地調整，不也一樣能達到目標？假若因為害怕改變而不著手計畫，那麼永遠等不見花開；假若因為改變而終止計畫，那麼你怎麼知道轉個彎不是晴空萬里、生機盎然呢？在計畫當下，我們知道未來潛在著許多可能，但在止步之前仔細想想當時的那份熱忱，自己嘗到甜甜的果實了嗎？

禮物

3091 郭育綸

雨水沿著斑駁的屋簷一點一滴墜落，在泥地上匯成一條條水流，猶如我內心的不安與惶恐，不斷匯集到我胸中，那是無比的焦躁和緊張，因為後天是我人生中面臨的最大考驗 -- 全國管樂個人賽。

為此早已準備良久，不眠不休、焚膏繼晷的練習，不捨晝夜的加練，使我腦中充斥著旋律，夜晚無法入睡，白天精神渙散，正因如此，我更害怕在當天出什麼差錯，影響比賽結果，我愈想愈擔心、愈想愈恐懼，眉頭不知不覺皺了起來。

從小就對我愛護有加的外公，一眼就看穿我的心思，關心地說：「在煩惱什麼？」我才驚覺外公在我身旁，為了不讓他擔心，我便回：「沒什麼啦！下禮拜要去管樂比賽。」外公眼神為之一亮，問：「這麼重要的比賽，你有適合的衣服嗎？外公有好東西要給你。」說完便快步走向老舊、門鎖鏽蝕的老衣櫥，我也沒有多問，加緊腳步跟上前，只見外公東翻西找，口中不停喃喃唸著：「在哪裡？在哪裡？」約莫過了十分鐘，只見外公找得汗流浹背、滿臉通紅，大喊一聲：「找到啦！」將東西遞給我。那是一件銀灰色的西裝，表面有一條條的銀絲，十分有質感；版型硬挺，給人專業俐落之感，這可是我人生中第一件西裝呢！

我迫不及待的穿上，內裡質地柔軟無比、十分合身，再照照鏡子，肩線完美符合，袖長也剛剛好，完美無瑕。我雀躍不已，不停向外公道謝，打從心裡認定這就是要伴我走上全國賽舞台的最佳戰袍。

比賽當天我緊張無比，手腳不停發抖，但一想起身上這件「外公西裝」內心便充滿著無限的溫暖，也就不再畏懼了。感覺像是穿了一件防彈衣，焦慮的子彈傷不了我；緊張的砲彈打不穿我；恐懼的轟炸無法澆熄我心中那把自信之火。我站在臺上，表演出我自認最優美的樂句、最動人的旋律，把自己多年所學發揮到淋漓盡致，不留任何遺憾。想到外公如此支持我，在我需要援助時，將我從深淵救出，讓現在的我能站在臺上追尋夢想，演奏自己的音樂，就感到無比的感動，也多虧了那件西裝提醒我，外公一直在我身旁。

這件外公珍藏多年的西裝，對我而言是意義無比深遠的禮物，它灌注外公熱情的支持和無悔的付出。因為這件西裝我才能擊退緊張；因為這件西裝我才能好好表現；因為這件西裝，我才能奪得榮耀。外公是我人生中最無可取代的人，而這份禮物，正是他給我最有力的支持與鼓勵。

關於物美價廉，我的看法是……

313 曾婉瑜

買東西時，有些人會覺得「貨比三家不吃虧」，目的就是為了買到物美價廉的東西，但有些人也會覺得「一分錢一分貨」，或許越貴的東西，品質越好。有如此不同的觀點，我認為是因為國家或個人的經濟狀況而訂，有句話說：「有錢就是任性」，雖然不是每個富貴人家都很驕傲自大，把錢撒滿地，但也許只有他們有能力買「物美價不廉」的東西吧！

普遍民眾都會以「物美價廉」作為買東西的參考點，賺到的不只是物品，還有省下來的錢啊！例如：百貨公司週年慶，賣的東西都一樣，為何屢屢敞開店門，就有成千上萬的人蜂擁而至？因為他們有「跳樓大拍賣」來做特價打折促進消費。一樣東西不同價格，任誰都會選較便宜的。然而人們也不是事事都追求「物美價廉」的，每次買東西都為了價錢斤斤計較，久了也會累吧？有時候將就一下，其實也無損利益，「物不美價廉」也是個選擇，例如：買衣服，知名品牌價格就翻倍，其實沒繡上名牌的衣服，或許材質差了點、粗糙了些，卻也很耐穿，而且荷包不會大失血，又何嘗不能考慮看看呢？

科技日新月異下，網路購物成為現代人消費的第一平台，各式各樣的商品不但多元，且標新立異，獨樹一幟，最大的不同是能節省購物時間，讓宅男宅女能不出門就可消費，可說是最棒的選擇。但缺乏實體店面的真實性，是購物的一大漏洞，「買家沒有賣家精」，很多照片可經由修圖、美顏、濾鏡等讓物品看起來鮮豔華麗，使消費者因而心動的點擊購買，況且以人為例，阿嬤都可以變年輕美女了，物品又怎麼不行呢？俗話說：「出門要盤纏，生意要盤算」，賣家就是利用視覺效果增加消費者的購買意願，從中賺取利益，造成照「騙」普遍出現在網路上，讓許多人成了冤大頭，另一點是，有時因出貨地點不同，運費都比商品價格高了，這樣還划算嗎？其實不然。

一件事情，從不同的角度切入，會產生不同的詮釋，我相信物美價廉，我也相信一分錢一分貨，因為每個人考慮的部分不同，購買結果也不盡相同。我認為娃娃機的物品就是個物美價廉的東西，技術好的十塊錢就得到一隻娃娃很划算；我認為手錶真的是一分錢一分貨，貴的手錶能戴三年還完好如初，但便宜的戴不到三個月就開始掉漆、褪色，所以「物美價廉」、「物不美價廉」、「物美價不廉」、「物不美價不廉」，只是取決於個人當下的考量，或是消費習慣，但選擇聰明消費方式，買得心甘情願這是毋庸置疑的！

在這樣的傳統習俗裡我看見……

315 蕭伊辰

灰紅色澤的鞭炮、神明附身的乩童、活蹦亂跳的神轎，這些都是我跟家人去進香，從小一路看到現在的傳統習俗。

鞭炮的聲響有如雷聲般嚇人，每次鞭炮點燃前我就得先捂著耳朵，而媽媽也會將她溫暖的手輕輕捂住我的耳朵。在近幾次與大潭池王宮一同去進香時，我發現以前從不曾思考過，但曾在廟會的一幕場景中，我看到人們對神的尊崇：八位虔誠的信徒抬著神明轎子，衝向正在燃起的鞭炮，當灰煙散去，他們的臉都變得髒髒灰灰的。在放鞭炮這項傳統習俗裡，我看見了灰紅的鞭炮燃起時，那八位抬著轎子衝向鞭炮的魄力。當他們積極向前衝時，便忘了腳下的恐懼。

我的伯父就是一位乩童，許多人都不相信神明會附身，但我相信，因為我親眼看過我伯父被附身的樣子，與平時和藹可親的他完全不同，多了那份殺氣。他念著我完全聽不懂的咒語，走路姿勢也奇奇怪怪的。還有，更使我相信他不是伯父的原因是，他每次進香時都會拿著刺球、釘棍、月斧……往背使勁地甩，那充滿汗水的背部被血染成鮮紅色，我們將它稱為「乩童操五寶」。我每看一次，內心便震驚一次，有些驚嚇、有些心疼。而在這樣的傳統習俗中，我看見神明與伯父之間，彷彿已是心繫著心。

進香當天，到了廟前，乩童在大香爐前被附身時，後頭便會有一座小神轎。小神轎需要兩個人四手緊握，爸爸也曾參與其中，我曾內心充滿疑惑地去問爸爸：「那個椅子真的是自己動的嗎？」，而爸爸態度堅決地回，「當然是真的啊！」，而且他的手還很紅，呼吸聲也略顯急促。這張擁有神力的會動的椅子，真讓人震驚啊！小小的一張四手掌控的轎子，竟讓手持神轎乙的兩人透露出疲憊且猙獰的面容，可見這並不是我們想像中那麼簡單。在這樣的傳統習俗裡，我尋得與眾不同的經驗。

這些傳統習俗彷彿家人般看著我，一年又一年長大，而我也在神明與乩童之中，看見人們對傳統習俗的依靠，看抬轎人一心專注積極向前衝，便會忘去心中的恐懼，看乩童附身起乩、展現神力，便是他們與神的交流。在這樣的傳統習俗中，它陪伴我長大也給我許多想像的空間。

關於物美價廉，我的看法是……

301 何驥九

聽！那鳥鳴中千轉不窮；聽！那蟬鳴的交響樂團；聽！那鶯啼如出谷般悅耳。黑夜中的大自然就像是一場美的饗宴，同時進行視覺與聽覺的享受，不僅心境上舒暢許多，連白天緊繃的頭腦也能憩息、放鬆。因此我認為在黑夜中的大自然是使我能靜下心來，放鬆身心的烏托邦。

一天的結束，就代表黑夜即將到來，那次的台東之旅，讓我體會到黑夜中的大自然。皎潔的月亮早已在山的另一邊探出頭來，屬於夜晚的大地也甦醒過來。在寧靜的夜晚，嘩啦啦的水流聲顯得格外清晰，彷彿在向我訴說著它流經人家所窺聽的秘密。當我走進山林中，放眼望去，一隻隻螢火蟲紛紛提著小燈籠為我點亮前方未知的道路，我沿著木棧步道走去，赫然發現前方有個小池塘，在黑夜的點綴之下，它就好似一個華麗的星光舞台，讓所有住在池塘附近的生物開始一場熱鬧的演唱會。

道別了池塘後，我繼續朝著上方的石板階梯踩去，到了一個小山坡的頂端，我看向山下那燈火通明以及人潮熙來攘往的市區，彷彿世俗都與我無關。我在草皮上躺下來，夜晚的草地微涼且軟綿，舒服極了！向天望去，此時的夜幕像是無限寬大的毯子，滿天的星星像是嵌在這毯子上的一顆顆晶瑩且耀眼的寶石。風仍在輕輕吹拂著，看天空時間似乎已經很晚了，可是我還不想去休息，因為我眷戀著黑夜中的大自然，感受著它，自己的心靈好像被淨化，整個人感到好輕鬆。

經過了一堂台東之旅，我看見了真正的黑夜中的大自然。遠離城市的喧囂，一個人在靜謐的黑夜裡，漫步在大自然中是一件多麼美妙的事。而這就像是人生道路上的休息站，讓人們停下來放鬆身心，待調養完畢後，繼續在漫漫的人生道路上往前進。

比起白天，我更喜歡黑夜中的大自然，月亮不像太陽那麼刺眼，夜晚的草地比白天要溫和，夜晚的大地經過星星的點綴比白天華麗。其實黑夜並不是缺少美，而是缺少發現，只要用心去體會，美無所不在，大自然的鬼斧神工真令人嘆為觀止。

黑夜中的大自然就像是一場美的饗宴，同時進行視覺與聽覺的享受，不僅心境上舒暢許多，連白天緊繃的頭腦也能憩息、放鬆。透過台東之旅在黑夜中的啟發，讓我明白不管生活有多繁忙，到了夜晚，一定要讓自己放鬆一下，與自己的內心交談，而最好的地點就在——黑夜中的大自然。

我們與國際的距離

301 何文晴

在這愛與和平的世代，想要站上國際舞台，靠的不再是以往蠻橫的武力，更多的是能力與震撼全球的精神。「國際」一詞看似遙不可及，但實際上卻是人人有機會，因為它不屬於任何人，只要有決心，跨出第一步，都能更接近「國際」。

在世界地圖裡，台灣對於其他國家而言，只是個指頭般大小的島嶼，因此，有許多「國際盛事」並不被允許參與。在去年年底爆發的新型冠狀病毒，卻使台灣向國際邁開腳步。十七年前的 SARS，因台灣是國際衛生組織上的孤兒，在疫情擴散後，造成遺憾。此一慘痛的教訓，使我們認清自己與「國際」的距離，從此，台灣便一直在準備著，為了是自立自強，不要再被國際拋下更不要重蹈憾事。隨著這次新型冠狀病毒的爆發，台灣不但能有正常生活，更能伸出援手，Taiwan Can Help！

由於有了十七年的充分準備，由於有了願意犧牲奉獻的第一線醫護人員，由於有了配合的全台人民，台灣在這次的防疫成果令國際刮目相看，甚至還開始效仿，世界衛生組織也以視訊的方式讓台灣加入。這套防疫措施使國際見台灣，此時的我們，就如同一艘在汪洋中漂浮的小船，找到了港口，看見了燈塔正亮起在指引我們。台灣又向國際邁進一步，全是所有人共同努力的結果，要不是有願意配合居家檢疫的人民與在前線奮戰的指揮官與防疫人員，也不會讓台灣藉由此次的疫情縮短我們與國際的距離。

我們與國際的距離不再只是侷限於機票，更多的是台灣人民共同努力的精神，一次的機緣，使台灣也有機會在國際舞台上被大大看見，更讓世界各地的人對台灣就此改觀。「麻雀雖小，五臟俱全」或許台灣只是一隻看似汪洋中的小船，但我相信，只要肯握住船槳往前划，都比停留原地更接近心嚮往的「國際」。

在這愛與和平的世代，想要站上國際舞台，靠的不再是以往蠻橫的武力，更多的是能力與震撼全球的精神。透過新型冠狀病毒的爆發，國際看見了台灣的醫療能力，看見了台灣的應變能力，看見了台灣的團結力量。我一直相信台灣總有那麼一天會與其他國家並駕齊驅。在那之前，大家要繼續共同努力，將台灣與國際的距離一點一滴拉近，一同將台灣送向國際！

在書本以外的學習

311 洪渝晴

人事的轉變，時光的難迴挽，我們立足在實力至上的時代，奮而追逐未來，然而，試想在多年以後的自己，那時的你究竟要什麼？是金錢？是權力？還是最原本的一切？我們鎮日埋頭於教科書、自修、講義、題本……不斷輪迴，求的是一片好成績，在臺灣的教育體制下，我們甚至能將此和前途畫上等號，然則，漫漫的汪洋中，學習，成了出口，而自己，究竟要踏上什麼路，全操之在己。

有人說過這麼一句話「在除去你所有世事的成就後，如果還剩下些什麼，就是無比的資產。」很多時候，我們總關注於一個人的豐功偉業，卻不知道其背後的根基，成功的人，絕對不只有滿腦子的詩書理論。智慧，是要靠完美的品格體現而來，書本以內，是浩浩大海，書本以外，則是無垠宇宙，追逐知識的同時，必要有良好的心靈，就因如此，我們必須學習書本以外的事物。

在古代中國，一個人就算再如何才華洋溢，沒有了良好的品德，一切也只是空談，就像武周時期的詩人，宋之問，雖詩句為人稱道，但他諂媚奉承，民間故事還流傳他曾因為兩句詩句對自己的子侄求而不得甚至痛下殺手，卑劣的品性使他享譽一時的「詩匠」封號完全被謾罵及鄙視蓋過，由此見得，人品的修養，是何等的珍貴，他全然超出知識求取的重要性，學習擁有一個完美品德的人，將會為你的未來，打下堅強的磐石。

而我們求知的同時，為了免於為不實所惑以及豐富自身心靈，得先為自己的心架設一座天橋，這座天橋可以給你調適的空間，治癒那雜亂的精神，亦可使人忘憂，有時，或許也能成為活化大腦的靈藥，那麼，該如何建造這天橋？它可以是興趣、是愛好……有時看看小說，或者寫寫書法，也可以是項運動，打球、游泳……依照每個人的心之所向，它會有所不同，最重要的仍是充實自己，發掘未知。

書本，它是知識的來源，我們生而為人，追求的不是只有刻在板上死死的文字，而是要有靈活的心，書本以外，那將是無涯的世界，也是我們生存下來另類的一種必達目標。

面對未來，我應該具備的能力

312 陳好瑄

毅力，就像稻草堅忍不拔，不輕易被壓倒；創新，彷彿是一顆衝向地球的隕石，努力突破大氣層，衝出一條新道路。因為如此，我也要突破自己，求新求變；包容力，它象徵著度量，俗話說：「宰相肚裡能撐船」，唯有如此，我才能接納他人的意見與缺點。所以，面對未來我認為需具備以上三種能力。

社會上充斥著許多努力的人，但真正能持之以恆、堅持到底的又能有幾位呢？我得屹立不搖，擁有耐心和恆心以及毅力，在職場生活上，或許會想半途而廢，或許會怨天尤人，又或許能堅忍不拔，咬緊牙關，最後換到的就是屬於自己的成功與榮耀。

我必須多元學習才能創新，在社會上，有很多死命讀書、墨守成規的人，但那樣既沒效率又古板，我得賦有天馬行空的想像力以及創造力，與眾不同就有可能激發出獨一無二的想法，引領大家走在時代前端，在這瞬息萬變的社會中，隨時都可能被淘汰掉，但一個人若有著獨特的創新能力，那他必然能斬除前方荊棘，為此開闢新的康莊大道。

而我認為，除了毅力和想像力，我更應該具備的就是「包容力」了，從小母親就教導我為人處事應該學會尊重、友善、包容，擁有一顆豁達的心很重要，當自己長嘆碰上不如意的事情時，不要責怪他人，而是要接納社會的不完美，「就算再怎麼失望，也不能失去希望」，所有的偉人他們的成功都有個共通點，就是他們能夠包容，就算小人將他們陷害的顛沛流離，他們想的並不是恨，而是想著要原諒小人的罪，既能包容又謙虛，這就是促使他們成功的原因之一，我想，我應該也要好好效仿這些偉人。

我期盼著自己在未來能夠具備毅力、想像力以及包容力，好讓我能社會上步步高升，也期望自己能夠展翅高飛且飛黃騰達，遇到再困難的瓶頸也能成功突破，打造出自己的一片天空。

黑夜中的大自然

301 何文晴

聽！那鳥鳴中千轉不窮；聽！那蟬鳴的交響樂團；聽！那鶯啼如出谷般悅耳。黑夜中的大自然就像是一場美的饗宴，同時進行視覺與聽覺的享受，不僅心境上舒暢許多，連白天緊繃的頭腦也能憩息、放鬆。因此我認為在黑夜中的大自然是使我能靜下心來，放鬆身心的烏托邦。

一天的結束，就代表黑夜即將到來，那次的台東之旅，讓我體會到黑夜中的大自然。皎潔的月亮早已在山的另一邊探出頭來，屬於夜晚的大地也甦醒過來。在寧靜的夜晚，嘩啦啦的水流聲顯得格外清晰，彷彿在向我訴說著它流經人家所窺聽的秘密。當我走進山林中，放眼望去，一隻隻螢火蟲紛紛提著小燈籠為我點亮前方未知的道路，我沿著木棧步道走去，赫然發現前方有個小池塘，在黑夜的點綴之下，它就好似一個華麗的星光舞台，讓所有住在池塘附近的生物開始一場熱鬧的演唱會。

道別了池塘後，我繼續朝著上方的石板階梯踩去，到了一個小山坡的頂端，我看向山下那燈火通明以及人潮熙來攘往的市區，彷彿世俗都與我無關。我在草皮上躺下來，夜晚的草地微涼且軟綿，舒服極了！向天望去，此時的夜幕像是無限寬大的毯子，滿天的星星像是嵌在這毯子上的一顆顆晶瑩且耀眼的寶石。風仍在輕輕吹拂著，看天空時間似乎已經很晚了，可是我還不想去休息，因為我眷戀著黑夜中的大自然，感受著它，自己的心靈好像被淨化，整個人感到好輕鬆。

經過了一堂台東之旅，我看見了真正的黑夜中的大自然。遠離城市的喧囂，一個人在靜謐的黑夜裡，漫步在大自然中是一件多麼美妙的事。而這就像是人生道路上的休息站，讓人們停下來放鬆身心，待調養完畢後，繼續在漫漫的人生道路上往前進。

比起白天，我更喜歡黑夜中的大自然，月亮不像太陽那麼刺眼，夜晚的草地比白天要溫和，夜晚的大地經過星星的點綴比白天華麗。其實黑夜並不是缺少美，而是缺少發現，只要用心去體會，美無所不在，大自然的鬼斧神工真令人嘆為觀止。

黑夜中的大自然就像是一場美的饗宴，同時進行視覺與聽覺的享受，不僅心境上舒暢許多，連白天緊繃的頭腦也能憩息、放鬆。透過台東之旅在黑夜中的啟發，讓我明白不管生活有多繁忙，到了夜晚，一定要讓自己放鬆一下，與自己的內心交談，而最好的地點就在——黑夜中的大自然。

新
藝
文
創
作
賞

生活隨筆

林錦秋

之一

今年鼠年一開始到現在，日子一直處在新冠肺炎疫情的戒備狀態中，全世界無一倖免，每天固定時間疫情指揮中心召開記者會說明現況，大家不斷關心著有多少確診案例，心情隨之波動三個多月，每天處在變化之中，安頓身心變成是功課，我們必須找到一個穩住自己心情的平衡點，而疫情讓我們重新思考生活模式：是否我們的步調太快了？人與人的關係太複雜了？對大自然主宰的力量忽略了？科技帶來快速的、複雜的生活步調，對人際和環境是不是已經超過負荷量？

這幾個月來放慢腳步，生活變簡單，也變單純了！開學之後，我的生活範圍僅止於學校和家裡，方圓十公里之內，不敢離開既定的生活圈，不敢出去享受美食打牙祭，一切生活低調到感覺回到農村社會了。我想此刻最需要的是把心安住於最簡單樸實的生活裡，不受每天確診案例多少影響心情！就如作家張曼娟所說：「人生需求愈少，負擔就愈輕。」懂得放下，就可以過得愈輕鬆自在；也如蘇東坡的詞句「竹杖芒鞋輕勝馬，一簑煙雨任平生」，「回首向來蕭瑟處，歸去，無風雨也無情」，灑脫自適的生活是一種享受吧！

之二

冬天的庭院中，葡萄藤完全沒葉子，我以為已經枯死了，內心有些自責和遺憾沒有將它照顧好。春寒料峭之際，交錯的枯枝間爆發出嫩芽，沒幾天的工夫，嫩葉一叢一叢長出來！嫩綠、青綠、深綠的葉子瞬間佈滿棚架。這般景象重新燃起一絲喜悅和希望，讓我落寞的思緒得到舒緩！最近結實纍纍，串串吊掛的翠綠葡萄，樹在猶如人在呀！我以為我們全家會過著平安穩定的生活，萬萬沒想到無常來的這麼快，像一場暴風雪，讓我完全招架不住，從此是母雞帶兩隻小雞的生活！年紀愈長，愈能了解人生的滋味，愈有機會親身經歷到生離死別，除了面對它、接受它、處理它、

放下它，似乎沒有更好的方式了！

除葡萄樹外，還有百香果、洛神、枸杞、蝶豆花、九重葛、金桔、無花果、枇杷，這些花草果樹在這幾年一直與我們一家四口生活在一起的！四季更迭遞嬗，植物在歲月的灌溉下滋長著，歷經花開花落，小樹變大樹，莖枝樹條不畏寒風苦雨，不屈烈日豔陽逐漸茁壯；少了一個人的日子依然隨著時間列車往前駛去，兩兄弟已升高二和大一，我落淚的次數逐漸減少了！

之三

最近聽了一場講座，主題是《撕下標籤，找回自己》，因為受託當引言人，所以認真地把主講者—張淑媚教授的著作翻閱一遍，聽講過程也很認真的把她的金玉良言寫下來。生活中每個人扮演多種角色，未必能稱職於其中，甚至被賦於各種責任，甚至有不被了解的一面！唯有勇敢撕下那些阻礙自己前進的標籤，忠於自己，找回自己，必能為自己活出彩虹人生！講座當中，阿媚教授播放一段《花甲男孩轉大人》劇中有關兒子背負著模範生的光環到長大出社會工作，兒子壓抑著自己的情緒，隱瞞失業的事實，不當宣洩情緒而發生事情時，父親無法接受兒子所做的事，父子在衝突時刻把真心話全部傾倒出來，雖然當下的震撼足以瞬間凝結空氣，但可以重新建立新關係何嘗不是一件好事呢！對於我目前的狀況，這場講座如醍醐灌頂般，讓我從親子衝突的困境中跳脫出來，坦然接受孩子有他自己的生路要走，是我不能主導的，因為我不能為他作主一輩子！

在班際排球賽中，我看到……

林錦秋

星期三升旗頒發二年級排球比賽的錦旗，由體育股長代表領獎，校長即席問孩子得獎感想和滿不滿意結果？我的孩子回答：「滿意」，校長問為什麼，孩子說：「因為過程比結果重要！」我很滿意，很欣慰孩子可以這麼自然的回答。在這次比賽，心情有如洗三溫暖，有勝利的歡笑，也有挫敗的淚水，孩子們真實的上了寶貴的一課！

孩子們從知道有班際排球比賽後，在體育課專注認真上課，學習技巧外，段考後的假日或放學後，也主動私下約到學校球場練習，這段時日，我唯一的作用就是陪伴和捕捉鏡頭，為他們留下永恆的畫面。第一場正式比賽，雙方勢均力敵，拚的是班級氣勢！即使發球失誤或漏接球而讓對方得分，場內球員或場邊啦啦隊，互拍肩膀說：「沒關係！沒關係的！」第一局一開始因為緊張而處在劣勢，穩住情緒後逆轉局勢了！第二局男生上場，雙方始終處在拉鋸戰，緊追著彼此，雙方的啦啦隊的情緒激動、氣勢高昂得彷彿轟天雷般！最後以 24 比 26 而有第三局的比賽。先上場的女生穩穩地贏得 13 分，多了 8 分給男生強大的信心上場應戰，男生發揮彼此間的默契和球技，艱辛中堅持到最後而贏得勝利！勝利的喜悅滋味瀰漫在周遭，尤其我們圍坐在操場草皮上那三次愛的鼓勵，幾乎快讓我激動落淚！當導師的苦澀與甜美滋味，在此刻是深深品嚐到和感受到！

過幾日後進行第二場比賽，早上第一節先練習，我問女孩們發球狀況如何，因為狀況不佳而眼眶泛紅，我安慰她們不要給自己那麼大的壓力，下午才是正式比賽。熬到下午第六節，兩方禮貌敬禮後比賽正式登場，一開始失守而讓對方得了不少分數，士氣大失，女孩們在場上已難控制情緒而落淚，兵敗如山倒中結束第一局。第二局換男孩上場，飽受壓力，臉色凝重上場，後半局逐漸穩住情勢，全班激動的加油聲中拉高氣勢，但最終以失敗的淚眼收場。孩子情緒崩潰直接以淚洗面，讓他們跑操場兩圈以緩和情緒，再回到教室休息。訂了波霸鮮奶茶犒賞他們的辛苦，我說鮮奶茶如淚水，波霸珍珠粉圓是淚珠，就痛快地往肚子吞吧！第七節去教室關心孩子，出乎意料的是教室充滿笑聲，孩子說：「喝了含糖飲料已經得到療癒了！」情緒恢復得真快呀！我也放心了！

第三場三四名之爭的賽程，上一場失敗的經驗，孩子得到正面能量，不管球員在場上一顆又一顆穩穩地發過去，和對方你來我往，接球、防球、扣球都有漂亮精采的表現；啦啦隊嘶喊著「二班加油！」，全班同心齊志在同一陣線上！即使艷陽高照，汗流浹背；即使曬得兩腳發燙，臉頰泛紅，即使分數拉開了；即使對方球難接，仍勇敢去接；最後以二十五分贏得這場比賽，也讓這段時日的努力畫下完美的句點。

在每場比賽上場前我會告訴孩子：「過程重於結果，球員專注投入於當下，穩定的情緒面對每顆球，要堅定、堅持、堅強到最後，不要因為輸了幾分就喪失信心；啦啦隊一定要給球員士氣和鼓勵，這是一場全班一起團結合作的班際比賽！」我想孩子們有聽進去！比賽結束了，全班的凝聚力更強大了，這場球賽一定會在孩子的國中生活烙下深深的印記！

莫忘初衷

林錦秋

二十幾年來早已習慣周旋於一屆又一屆學生的教書生活。當年代課了三年，一直跨不進正式教師的行列，幾乎快要放棄教學的場域，憑著善因好緣，住澎湖的學妹全家極力鼓勵我去那參加教師甄試，三天翻轉三年漂泊流浪的教師心。帶著滿意的結果回台灣，飛機在跑道加速前進，準備起飛，我的眼淚隨著飛機速度愈流愈快愈多，彷彿做了一場夢，虛幻到難以置信，倏忽而過的歲月，如今踏進教職早已超過人生的一半！

人生中許多細碎事物不去想，什麼都沒有，一旦思想起，便歷歷在目！歲月輕飄而過，如願回到母校教書邁入第十五年了！更驚訝的是我在新中帶的第一屆孩子回來學校教書！我們師生倆偶爾在課餘時間聊聊，從她身上我看到當年一畢業就馬上由學生變成老師的我，站在講台上的忐忑不安和想給學生很多人生的引領和期待學生認真學習的心情。

相較於其他工作環境，學校算是最單純的！在求學階段，從國小到國中，從高中到大學，甚至在職進修研究所，一路上我都遇到好老師，讓我知道讀書的重要；讓我知道鄉下小孩翻身的機會就是讀書，擁有較高的學歷就比較有工作機會；讓我知道做人要誠誠實實，做事要踏踏實實；讓我知道我以後也要當老師！我真的完成這個夢想了！雖然曾經受過傷，受過誤解，但我一直堅持走在這條路上，真心對待跟我短暫相逢三年的學生！每當受挫時，腦海浮現是當年飛機在跑道加速準備拉高的景象，那是一份再出發的動力！就如動力火車《莫忘初衷》的一段歌詞：老鷹該展翅飛翔 / 怎能安於鳥籠 / 天空還很寬敞 / 還在等待彩虹 / 等雨雪風霜經過 / 夢才能成熟結果。

教學因為政策的改變，因為孩子的差異，其實不是一成不變的照本宣科的歷程，而是充滿挑戰的工作。一直認為教書是一門深奧的藝術，因為不是把書本的知識教給孩子就好，更重要的是教孩子培養正確的做事態度和價值觀。班級的學生來自不同家庭，個性、做事態度大不相同，這也是

老師最費心的地方。我喜歡當導師，因為這樣讓我在學校有生活重心，有自己的孩子可以雕塑，在任何活動中可以教孩子一些方法和道理，陪伴孩子走任何活動和學習的旅程，更可以將自己的理念實施於孩子，帶給孩子課程以外的學習和接觸，我想教室外的學習是孩子更有興趣的！只要時間允許，我願意帶著孩子去看展覽；去表演，帶給長輩歡樂；去了解在地歷史和文化，我喜歡帶領孩子翱翔於他們的青春天際，揮灑他們的青春色彩！

現在的學生不能只把書唸好，還得培養多元能力，帶得走的能力，具備素養比學科考幾分更重要！因此我教過的學生一定都知道我強調的「態度決定一切」、「過程重於結果」、「以後別人不會問你畢業成績，但從你的表現就可以打分數了」。即使孩子有時貪玩不讀書寫功課，讓我生氣去責罵他們，但事後我仍會苦口婆心分析，講道理給他們聽，不奢望所有孩子都聽進去，都會改善，但總要不放棄嘮叨的功力，一而再，再而三勸戒孩子，也許這是老師的本職吧！願我一本初衷帶領我的學生孩子，讓他們能夠安然度過人生的啟蒙階段，自信揚帆，航向學習的另一旅程！

新詩：箏

101 郭芷妘

聽那古箏的聲音 房中迴盪
有時輕柔羽毛 溫柔無比
有時宛如巨浪 撼動人心
彈出 喜怒哀樂
彈出 歷史滄桑
彈出 柔和幻象
彈出 一個個 美好故事
長方的琴身中空 寄放作曲家的真心
二十一條琴弦 共譜奏樂者的熱誠
樂聲中 還藏著甚麼秘密？

一趟豐富的旅程

102 陳怡菁

在我腦海裡，我覺得最豐富的旅程是在國小六下的時候，那是我們班畢業前最後一次一起出去玩的日子哦！它叫“微旅行”，就讓我來跟大家分享這趟美好的一日遊吧！

一大清早，我便背著塞滿零食的書包，開心的跑向教室，一進去，就看見許多同學聚在一起合照，整間教室彷彿都只有喀嚓喀嚓的聲響呢！哈哈！最後，老師來了，全班同學也都到齊了，等到大家都享受完美味的早餐，就集合準備上遊覽車。

在遊覽車上，同學也是聚在一起，心花怒放的一起吃著零食、玩著手機、聊著天，過了不久，大家都玩到睡著了。等到了目的地，導遊大聲的喊：起床囉！大家都嚇了一大跳！我把窗簾掀開，發現已經到了，每個人都興奮的跑下車，導遊帶領我們進入演藝廳，欣賞表演，大家都看得目不轉睛，甚至還有同學邊欣賞臺上的優雅舞曲，邊跟著打節拍呢！

看完許多精彩表演，全班都來到室外，因為風景實在是太美麗，所以我們班在這裡留下好多合影，當做畢業前夕的紀念。之後，大家都飢腸轆轆，就轉戰附近的店家，準備祭一祭五臟六腑，等大家吃飽喝足後，就準備前往下一個目的地，那裡是一所大學。

來到寬闊的大學校園，大家分了組，去了不同的教室。我們的第一站，就是去一間毒品教室上課，這兒的桌子上擺滿許多不同種類的毒品，有大麻、安非他命跟針筒等等……大家都非常好奇，所以一直搶著要看，看到這些毒品，也聽了老師們的講解，心裡都覺得怕怕的，「吸毒一時，包尿布一世」，所以大家真的不要吸毒喔！

之後，也參觀了許多教室，學到各種知識，真的很棒。後來準備回家，大家都捨不得回去，還想繼續玩，所以大家又嘻鬧成一團，央求老師讓我們一起拍照，當成這趟旅程最美的回憶。

這一趟短短的“微旅行”，讓我們跟老師、同學有好多的互動，真的令人非常感動，因為有這麼難得的微旅行，這段豐富的旅程，我一定會永遠記得。

一趟豐富的旅程

102 陳皓菁

我還記得在我六、七歲時，和全家人一起去爬阿里山，去阿里山的前一天晚上，媽媽忙著準備一些點心和水果，以便讓我們可以在肚子餓的時候拿出來吃，隔天我們一大清早五點半就起床了，爸爸在開車途中，一家人在車上有說有笑的，車子越開越高，當要到達目的地的時候，我從車窗向外看，窗外都是一片朦朧的景色，媽媽說開車在這朦朧的山路中，一定要開車燈，這樣才比較安全。

當我們到達阿里山時，我們一家人先下車看看阿里山周圍的美景，我佇立在山頭，往下眺望，那景色真的是太美啦！那是我人生中第一次看到那麼美的景色，阿里山上有許多五顏六色不知名的花花草草，所以媽咪提醒我們別亂碰，要小心有些可能會有毒。

在爬山的過程中，地上總是會有一些青苔，我一踩，腳下一滑，差一點就滑倒了，幸好我還牽著媽媽的手，才不至於摔跤。因為我那時候年幼，體力不佳，因此，走沒多久就腳痠走不動了，姑丈很好心的把我背了起來，背了一下之後，爸爸怕姑丈會滑倒，所以姑丈又把我放了下來，讓我自己走，沿路上，都有些小攤販，還有些很有特色的小店，專門賣特產的，所以我們就買了一些回家。

爬了幾小時後，我們終於下山了，那些喜歡爬山的人真的都好厲害喔！

這趟阿里山爬山之旅，雖然很累，但也很有趣，在爬山的同時我也學到了很多有關植物的知識，還看到了很多罕見的昆蟲，現在我慢慢的長大，家人也一天比一天的忙，不知道我們全家人是否還有機會可以再來一趟溫馨的全家之旅。

校園最美的角落

104 鄭兆凱

來到新港國中將近三個月了，我發現學校的弘藝樓視野很好。站在弘藝樓可以看到許多綠意盎然的樹木，也可以看到迎著徐徐的微風，而搖曳生姿的草坪；永慶樓和信義樓之間，掛著一條條遮陽的布，布條下方有宛如鬍鬚的彩帶，隨著風指揮，便開始一邊歌唱一邊舞動著纖細的身軀。

每日清晨當我一踏進校門，就會看見學校書香樓一樓美麗的圖書館，圖書館不僅是布置得很漂亮，除此之外，圖書館的志工阿姨們，也很樂意幫助我們借、還書，雖然開學至今，我僅僅去過一次，希望在國中三年來，我能成為圖書館的常客，校長很希望大家能多多閱讀，更希望大家多到圖書館看書、借書。

圖書館的名字是「社區共讀圖書館」。我覺得會取這個名字的原因，是希望每個人，不分男女、年齡都可以養成閱讀的好習慣，俗話說：「活到老，學到老。」想必這就是這個名字的由來吧！

學校有這麼多美的地方，我們也要愛惜它們，大家才能好好的使用它們，

它們總是等著我們去發現它們，希望這些美的景色，能保留在我們的「心」中。

校園最美的角落

105 何奕勳

來到這所校園已經有了一段時光，和同學的關係也慢慢建立起來了，在這裡和同學打鬧、嬉戲都是一些美好的回憶，當然也少不了在學校的熱情。

我覺得校園最美的角落，是合作社。裡面有各種琳琅滿目的零食、飲料，不知是有什麼魔力，每節下課總是人山人海，而同學們竟然捨得掏光荷包去買那些食物和飲料，真是一個神奇的地方。

合作社的阿姨也很親切，不過她有一些專用的「術語」我聽不懂，比如二十元的東西她說「二。」我當下興奮了一下，心裡想「真是賺到了！竟然只要兩元。」我從容的從我那飽滿的錢包掏出兩元，結果阿姨說「同學，你少給十八元喔。」我嚇到了，急急忙忙的掏出十八元後面紅耳赤的衝回教室，結果錢包忘了拿回來了，哇！我心裡面的「奕勳小劇場」就開演了，會不會有人偷走、會不會下課去拿回來只剩錢包卻沒有錢、會不會在明天升旗的時候公開、會不會…。哇！愈想愈糟糕，於正我下課馬上衝過去拿，幸好合作社阿姨有幫我留著，我心想「真是太好了，果然台灣人最美的風景就是人，心裡對阿姨充滿了感謝。」

每一次走進合作社都會聞到食物的香氣和滿滿的人情味，果然，合作社是校園最美的角落。

校園最美的角落

105 許菁

校園最美的角落，有人說是合作社、籃球場、放學後的大門口等，而我覺得是黑板。

黑板，是上學時一定會看到的東西，每天都有老師在講臺上寫字，一到下課就有好多學生在上面畫畫，而擦乾淨後的黑板也有它純淨的美，在黑板上寫字時，會有粉筆的粉飄下來，就像雪片紛飛的感覺，筆灰飄下來時，就像一顆顆閃閃亮亮的流星急著跑回家，而粉筆就像一支一支的魔法棒，幫黑板畫出美麗的世界。

黑板有時像個小嬰兒，每天都被洗的乾乾淨淨的，有時就像安靜的學生，是個不起眼的邊緣人，不會被別人注意到，但它默默的在背後做了很多偉大的事，沒有了黑板，以後要怎麼有人才！粉筆和板擦就像黑板的得力助手，沒有它們就無法製造出很多美好的回憶。

我覺得很多人都沒注意到身邊的所有人事時地物，只要多多注意身邊的事物，你也可以有美麗的眼，看到更多美麗的東西。

我有一個夢

106 黃千芸

我，有一個大大的夢。我想把世界的每一個角落都記錄在我的腦海；我想把各地的人情味都收藏在心裡；我想遊盡千山萬水，找到屬於自己的那份熱情。我，想當一位旅行家。

從小，爸媽就常帶我遊山玩水。我們曾欣賞過阿里山美麗的曙光；我們曾從一零一眺望過城市的繁華；我們也曾領略過太魯閣的壯闊……。台灣這塊土地差不多都被我們玩透了，可是，我不曾親眼看過國外的風光……，小時候的我，總是望著日曆紙上的艾菲爾鐵塔，對媽媽說：「我們什麼可以出國呢？」媽媽回答：「你以後有能力了可以自己去。」而我繼續盯著艾菲爾鐵塔，彷彿時間是靜止的……。那時，旅行家的夢想，就在我小小的心扎了根、萌了芽，一天一天的長大。

為了實現這個夢，我要充實更豐富的地理知識，我要加強更流暢的語言溝通能力；我要變的更獨立、更自主。為了更深入了解異國風情，我得更加努力一點一滴累積實力與能力，匯聚夢想的大海，不管這段路多麼崎嶇、多麼辛苦，都阻止不了我！我會循著夢想燈塔的指引，一步一步向前，大步邁進。

蘇格拉底曾說過：「世上最快樂的事，莫過於為夢而奮鬥。」我的人生，因為尋找夢想而精彩；我的人生，因為擁有夢想而充實；我的人生，因為實踐夢想而不再迷茫。有了夢，我，不平凡！

一趟豐富的旅程

107 蔡瑞倣

每個人應該都曾有過旅行的經驗吧！但每個人的感想卻是各有不同，有的人可能是開心、喜悅的，有的人卻是驚恐、傷心，現在就讓大家來看看一趟旅程給我的感想吧！

記得國小五年級戶外教學時，我們去了麗寶樂園剛開始，我們跑去玩火山歷險，那是一種類似水上雲霄飛車的設施，當我們穿好這個設施所需的雨衣後，要上車的時候，我的膝蓋卻不小心撞到跨欄，一開始想說可能只是微微破皮而已，就不理它了，結果玩完後，把雨衣脫下時，發現雨衣上竟然有鮮紅色的血，當時的我一邊拿出背包裡的OK繃貼上，一邊心想著早知道就不要太猴急，就不會這樣了。

之後我們又跑去玩音速迴旋，那是種會轉圈圈，且越轉越快的遊戲，當時我一心只想玩，而沒有評估我的身體是否能承受這高鐵速度般的旋轉，就跑去玩了，結果玩完後，一下車，我覺得世界彷彿都在繞著我轉圈，害我不但差點分布清楚東西南北，還差點撞到同學呢！

藉由那一次的旅途後，不但讓我的心情有著一半項重大講得開心，一半卻有著被鬼嚇到的驚恐，還讓我體會「欲速則不達」這句話真的不是在說好玩的，所以說，以後去遊樂園時，玩歸玩，安全還是要顧呀！才不會變成像我這樣。

負荷

107 鄭宇君

每個人都有不同的負荷，這些生活中負荷或大或小。例如：大人有著賺錢的負荷和照顧子女的負荷，小孩當然也有著課業的負荷和考試的負荷，但這些大大小小的負荷也促使著我們長大。

我覺得無形的負荷就等同於壓力。升上國中後考試的題目越來越難，科目也變多了，需要背的東西也是愈來愈多，令我感到負荷變大上課只要一個不留神，就跟不上了。小學的時候，我可能只要上課把重點記下來，考前複習一下內容，就能拿到高分，但現在卻完全不是這麼簡單，不只上課要認真聽，考前還要通宵念書，還不一定能拿到高分。又加上老師和父母的期望，根本就把人壓得喘不過氣，所以我才明白當學霸真的不容易啊！一般人都這樣這麼辛苦了，想必學霸比一般人還要辛苦好幾倍。

大人的負荷，我或許還不太明白，但我想有一天我會明白。大人的負荷就是努力賺錢，想讓子女過得更好，少吃一點苦吧！我是不知道其他人的父母怎麼想，反正我的父母就是這麼想。

負荷就好比一顆石頭。有著這些負荷，它讓我們變得堅強、懂事，讓我們

可以對逆境迎刃而解，也讓我們對自己更有責任心。不要總認為它是不好的，如果換個角度想，它也可以是好的。

一趟難忘的旅程

108 梁宛璇

從小到大，有無數次出外遊玩的經驗，無論是精彩刺激的遊樂園之旅，還是格外精緻的二天一夜五星級大飯店，又或者是回親戚家團圓的那種小溫馨，全都是在生命中寶貴的旅程。

還記得小時候，每到寒假都會回到阿嬤家玩。讓我印象最深的是，三年級的那年寒假，我們一如往常的準備回阿嬤家，沒想到途中竟然下了大雨，但大家卻不以為意，直到聽到爸爸轉頭所說的一句話：「怎麼辦？車子好像沒油了。」全家人都嚇了一大跳，因為當時正在高速公路上，哪裡會有加油站啊？再加上又下著大雨，最後只好把車靠邊停，讓阿嬤載著油來給我們，不過還好那時已經離阿嬤家不遠了，真是不幸中的大幸。

終於到了阿嬤家，爸爸連續好幾天都用開玩笑的口吻把驚險的經過說給大家聽，不過當時真的超級緊張，還覺得老天爺在和我們玩呢！又過了幾天，到了回家的時候，果然快樂的時光總是短暫的，途中，爸爸說了一句：「果然人生還是要有幾個出乎意料的意外，才更有真正活著的感覺。」我只能說，當時的我其實對這句話似懂非懂，但現在細細品嚐這句話，好像又有一些不一樣呢！

儘管過了這麼多年，那次阿嬤家之旅，到現在回想起來，仍然歷歷在目。在這麼多趟精彩美好的旅遊經驗裡，果然都比不上帶有一些瑕疵、卻又難忘的阿嬤家之旅。

母親的背影

108 鄭懿珊

從小到大，一定都會有讓自己印象最深刻的畫面，深深刻印在心中，難以忘懷。我的畫面就是母親的背影。

小時候，爸爸媽媽都要上班，尤其是媽媽，有時候還要上晚班，根本就是超累人的生活。媽媽得早早起床準備早餐給我們三兄妹吃，還要洗衣服、晾衣服，洗我們用過的碗筷，然後等事情都完成了再載我們去上學。下班回到家，要先趕著煮晚餐，等我們吃飽了要洗碗、收衣服、摺衣服、掃地、拖地、檢查我們的作業，或是一個會讓我們滿手通紅、滿臉鼻涕和淚水的「愛的教育」。每天這些工作都快把媽媽搞的手忙腳亂了。

有一次，因為洗完澡，全身都是汗，就跑到冷氣房吹冷氣，結果隔天就發高燒不能去學校，害媽媽無法去工作賺錢，又要照顧我這個頑皮鬼。現在想起來，真的是「賠了夫人又折兵」。那天早晨，媽媽要處理哥哥、姊姊，又要時時照顧著我，看我有沒有燒得更嚴重，或是想吐，看著媽媽樓上樓下一直跑，真的很恨自己為什麼不要乖乖聽話。看著媽媽忙東忙西、跑上跑下的背影，我也流下了滿滿自責和擔心的眼淚。

媽媽的背影讓我知道媽媽的辛勞，同時也讓我知道媽媽對我們的愛是無限付出的，也因為這樣，讓我了解自己不該再讓爸媽擔心，而應該是要把自己顧好。

校園最美的角落

110- 江昀誼

我相信每個人都有喜歡的學校的某一個角落吧！其中我最喜歡教室整個空間，因為那裡每天都有很有趣的事情發生。

閱讀算是我的情緒出口，因為我只要心情不好我就會走向閱讀區裡，沉浸在書海裡；閱讀區不只是我的情緒出口，也算是人際關係的入口，有時候班上幾個同學一起靜靜的坐在那裡看書，看完後還可以交換心得，有時候那裡會傳來一陣笑聲，那是因為在書海裡尋找到了有趣的故事，不但可以促進同學之間的感情，也可以讓我了解每個同學的看法，這樣就可以更好好的與同學們一起相處，並更了解每個同學的個性。

教室的置物區是我最喜愛的地方，因為有了智務區才不致於讓我的座位感覺零零亂亂的。我會把一些比較不重要的書籍以及教科書放置置物櫃，也因為有置物櫃這個好幫手，使我不必背如裝了石頭的書包上學，因為它讓我的位置算是旁無雜物，讓我可以心無旁騖的上課；還有有時候在上美術、音樂或者是家政課我都會需要用到小零件，我都可以將它們放置置物櫃，這也是提升教室整潔的一個小秘訣。

接下來我最喜歡教室的黑板，因為老師總是拿著粉筆將她最值錢的東西教給我們，我就可以很快的將這些東西抄下來，成為我自己的專利，也因為有了它讓我的頭腦越來越豐富；有時候老師們也會利用黑板向我們訴說他們的經驗壇。黑板也算是各個幹部及同學間的溝通橋樑，幹部們只要有任何事，就都會寫在黑板上告知大家，黑板真是大家的好朋友。

我認為校園最美的角落是【教室】，因為教室時常有笑聲，給人一種溫馨感，加上教室的設備十分良好，讓我有一個非常好的環境，大部分的同學也都很友善，在這個環境學習、成長，真是一件美好的事。

童年的美好時光

110 呂珮綺

童年，是每個人的人生中很重要的一部份，會影響著每個人的未來，因此，童年不但代表著過去的人、事、物，還隱約代表著我們的成長。我印象中那段美好的童年，是幼稚園那段無憂無慮的時光，雖然有些事情在我印象中非常模糊，但我還是很懷念那段時光。

早上一到教室，書包丟著就急著和同學一起溜滑梯、盪鞦韆。直到上課後，老師會帶著我們一起玩遊戲、看電影。一段時間後，就有香噴噴的點心可以吃，光是這一餐小點心，就足以讓我留戀。

每天最開心的時刻，就是下午放學坐娃娃車回家的時刻。老師會講故事、唱歌給我們聽，不知不覺，娃娃車就已經開到阿嬤家門口了，下車時，老師、同學都會跟我說再見。

每到生日的時候，就會收到很多很多老師送我的生日禮物，有一次生日，我中班的老師送我一個兔子的後背包，到現在我都還留著。不只這樣，幼稚園為了慶祝當月的小壽星，還會買一個大蛋糕讓壽星一起吃。

校外教學，一年只有一次，所以大家都非常珍惜一起出遊的時光。大家在娃娃車上聊著天，和大家一起分享糖果、零食。下車後，大家手拉著手，一起奔跑、玩耍。還記得我的第一次校外教學，是去參觀製作羊奶的工廠，工作人員現場擠羊奶給我們看。後來還問有沒有人要去體驗，我的同學在人群之中被邀請去體驗，後來工作人員送他一盒羊奶糖，他還在車上和大家分享呢！休息時，老師帶我們到一個石桌坐著吃東西，突然有一隻羊走過來，我的好朋友被那隻羊嚇哭了！我趕緊安慰他說：「那隻羊不會咬你啦！」他害怕地看著我，問：「牠真的不會咬我嗎？」我說：「真的啦！」後來園長就把那隻羊趕走了。

雖然這段童年時光，在我的人生中只佔了一小部分，但它卻為我的人生增添了許多色彩，讓我永遠都不會忘記，我小時候曾經有過那麼美好的一個童年。

我的拿手本領

201 李芳瑜

從國小中年級開始，我便發覺我的拿手本領是寫作。雖然班上寫作能力優於我的大有人在，但是我相信，以我的能力在班上的排名也不算太差。從國小四年級到現在我已經國二了，每個老師看完我寫的文章，都對我的作文讚譽有加。

還記得國小時，有一次我參加校內的作文比賽，竟然拿到了第二名，從此，我就對自己的作文更加有信心了，後來導師讓大家看了一部電影，要我們寫觀後心得，經過校內許多老師的評比後，決定用我的作品參加縣賽，當時的我真是既激動又驚訝，沒想到我寫的作文，也可以有這麼風光的一天，雖然最後並沒有得名，但我還是覺得非常榮耀，畢竟能代表學校參賽是很難得的。

升上國中後，老師問我願不願意參加作文比賽，當時的我沒有猶豫太久，便應允下來，送出去比賽後得到了優選，讓我又驚又喜。漸漸的，我開始肯定自己的寫作能力，經過先前的種種經驗，我更加確定我擁有一個很棒的拿手本領，在還沒遇到如伯樂般的老師之前，我總是擔心自己寫出來的文章不夠好，但因為幾次的比賽成績讓我累積許多成就感，我不再害怕寫作了。曾經有一次在寫作課堂上，老師要我們寫一篇印象最深刻的旅遊經驗，我思索一番，便開始振筆疾書，在呈交作品後，我懷著既期待又忐忑的心去找老師詢問結果，老師認為我的文章相當亮眼，甚至在她的心目中，這篇文章可以拿到六級分，這是多麼振奮人心的讚賞啊！我真是越來越喜愛自己的才能了。

經過這麼多的比賽經驗，讓我從一個對寫作沒什麼信心，變成喜愛且努力發揮自己優點的人，從今以後，我彷彿有了承載文字力量的使命感，我會繼續努力、更加勤奮的精進寫作能力，讓自己的創作能更上一層樓。

一場令我印象深刻的比賽

201 曾子棻

「加油——加油——」此起彼落的呼喊聲響徹雲霄，這是在比賽場地上最平凡的吶喊，但每次只要一聽到啦啦隊賣力的喊叫聲，就會讓我想起一場緊張又刺激的比賽，而這場比賽對我而言，是一種磨練和互助合作的挑戰，也是我求學生涯中第一次上場比賽——羽球比賽。

那時，我剛升上國中一年級，在入學時因為選了喜愛的社團而來到了羽球班級，每個陌生的臉孔看起來都很厲害，在團練時，教練幫我找了一位練球夥伴，她個子矮小，但打起羽球來絲毫不遜色，往往讓人看不出她的球路，之後在球場上的練習都有她的陪伴，在球一來一往間，我們的默契也越來越好。還記得有一次，教練鼓勵我們參賽，我們兩個緊張又興奮，每天勤奮的把握在球場上的練習時光，終於到了比賽的這一天，我們熱身、作操，為的就是降低彼此上場前的焦慮感。

到了比賽場地，我們互看了彼此一下，眼神示意「加油」，在裁判丟完球的後，結果是對方先發球，一陣緊張感又出現了，一開始的不知所措，讓我漏接了球，我的夥伴卻急忙安慰我說：「沒關係！這只是開始，不要那麼沒有信心！」聽了她的鼓勵之後，讓我有信心的對自己說：「加油！很多人都正在為我加油！如果現在就放棄了，豈不是辜負了他們的期許？」隨著現場的加油聲，比數來到二十比二十，這球由我方先發球，我拿著羽球拍思索了許久，在一番廝殺的攻防戰後，對方一次挑球，我方一回長球，對方再切了個球，眼看球過網後就要落地了，我心想一定要打出漂亮的一球，於是我吊了顆球，一個漂亮的弧線，將對方殺個措手不及，我們倆開心的抱在一起，向彼此互道：「謝謝妳！我們贏了！」雖然最後我們並沒有贏得冠軍，但這次的比賽經驗卻讓我知道盡力就好。

現在回想起這些事情，不免難過自己犯了錯，但在這場比賽中卻讓我學到團結力量大和勝不驕、敗不餒的精神，在贏得比賽的同時，我也要謝謝和我一起努力、認真的好夥伴，「謝謝妳！」

等待

804 莊書歲

人在漫長的一生中，總免不了經歷「等待」，無論那段時間或短、或長，是開心、是期待、又或者是令人事後回味無窮的。

小時候，總是想要快點長大，尤其是看著哥哥姐姐揹著書包去學校後，帶回來那一頁又一頁艱澀難懂的作業，好有學問哪；每逢假日還有學校的朋友前來拜訪，好羨慕呀！稚嫩的我，每天都在期待著能夠揹書包去上學的日子，總是反覆的想著：「我什麼時候才會長大呢？什麼時候才能去上學？什麼時候才有作業可以寫？我不想睡午覺！我不想只有阿公阿嬤可以聊天，好想要快點交到朋友啊！」但……越是期望一件事，越覺得時間過得漫長，不過，儘管度日如年，我依然對上學那天抱著滿心的期待。

能夠大到「有資格」上學前這段時間，我整日在村子裡頭閒晃，找找附近的鄰居大嬸串串門子、搭乘阿公阿嬤的摩托車出門吹吹風，又或者成天無所事事地待在家裡，過著日復一日的的生活。這一段日子裡，雖然無聊沉悶，卻也是無憂無慮的，因為不懂得什麼叫課業壓力、人際關係，什麼也不必煩惱，所以我的願望，才會是長大，然後到學校上課。

我一直在等待，「長大」的到來。隨著日子一天一天過去，我的願望終於成真了，終於能去上學了，而轉眼間，現在已經是一名背負著沉重考試壓力和難解人際關係的國中生。

現在，我想要的卻不是繼續長大，而是回到小時候，於是我又開始等待，等著哪天能回到像小時候那樣無憂無慮的日子，不懂什麼叫壓力、社交關係，當個天真無邪、什麼也不必擔心的小孩。但是，以後老了就不必再擔心這些問題了嗎？當然不，現在的我已經懂得現實，就算老了，壓力、社交關係還是存在的，而且無法再像小時候那樣活蹦亂跳、自由自在地玩耍。更糟的是只能坐在輪椅上，或者躺在病床上，身上插滿管子、任人擺佈，看著那點滴一滴一滴落下，無時無刻擔心著什麼時候會突然與家人離別，難道不是嗎？

「逝水不會有重歸，時間不會有重返。」時間過了就是過了，就算再怎麼富有，也絕對無法用錢將過去買回來，所以，我現在無論怎麼等，也不會等到重返小時候的那一天了。

《400 米終點線》讀後感

206 丁盈岑

在這閒暇時光中，正是能好好咀嚼文字的最佳時刻，所以我趁著平日不需補習時的空檔，到美輪美奐，剛重建好沒多久的圖書館逛逛，看著看著，我的目光不禁被一本書給吸引了，而這本書叫做《400 米終點線》。當時，因距離休館的時間所剩無幾，所以我只好先看看它書背上的簡介，它的標題「為了夢想。為了愛情。在汗與淚交織的田徑場上……」深深吸引了我，挑起了我的好奇心，於是，我決定將它借回家好好品嚐一下。

這本書是由香港「頂港有名聲，下港有出名」的作家一天航所作，他的本名是黃黎兼，是香港小說會會長，曾經擔任過香港大學田徑隊隊長。這本書的主角穆子晨是個肢體不協調的男孩，有次子晨打算瞞著同學去報名運動會的 800 米賽跑，過了不久，不知道為什麼同學們會得知此事。「等等就有好戲可看了，真想瞧瞧去年體育成績最低分的人參賽，運動會會不會因為他而延遲閉幕……」「全班同學都等著看你出醜……班長當勞還帶了專業的攝影器材，要為你拍攝特輯」酸言酸語的，毫不留情。面對同學們的這番話，我想他應該更加緊張畏懼，壓力很大吧！「WORRIED, SO WORRIED」這是子晨的口頭禪，比賽即將開始了！「嘩——」鳴槍它出了響徹雲霄的聲響，各跑者起步。從頭至尾就唯獨子晨身後空無一人，說難聽一點，子晨就是最後一名。在即將抵達終點時，「拍！」一聲巨響，子晨跌倒了，這一刻他在同學及師長們的攙扶之下到了醫療小組，為他處理傷口的人是個如花似玉，明眸皓齒的學姊，使得子晨小鹿亂撞，對她一見傾心，這應該也算是因禍得福吧！？

運動會結束後，子晨還是對這位學姊念念不忘，有一次，他無意間得知了學姊的芳名——林佩兒，多麼美的名字啊！過了幾天，佩兒竟然主動過來邀請子晨加入田徑隊，哦！原來佩兒是新上任的田徑隊長啊！最後，子晨為了能天天見到學姊，接受了邀請，加入了他們的行列！上了第一堂課，佩兒說子晨的白布鞋不適合跑步，要他換一雙，隔天，他就立馬換掉，想當時，不管同學怎麼恥笑他的鞋，他都不願換，現在，佩兒美人一開口他就馬上動作，真是的……

過了幾天佩兒的生日到了，子晨買了一個全香港最可口美味，精緻的蛋糕要為她慶生。沒想到，隔天子晨正帶著蛋糕滿心喜悅的要去找佩兒時，蛋糕被壞同學當勞等人劫走了，就這麼巧，佩兒目睹了子晨被欺凌的那一幕，於是講了個自己小時候經歷過的故事來安慰他，「以前我也常常被欺負，直到我爸爸實在看不下去了，他帶著我到田徑場鍛鍊，但我總是跑一小段路就喊累。後來，他受不了了，他帶我到一個陰森森的公園，騙我附近有墳場，一轉眼，爸爸跑了，這下子我頭也不回，拔腿就跑不知不覺就跑到了我家門口。他這麼做就是要告訴我，『有些事不是做不到，只是從來不肯踏出第一步，只是一直沒有盡力而已』！」佩兒還說了一句令我感觸甚深的話：「田徑不只是體能的競賽，還是心的競賽，真正要勝過的人是自己。要熬過艱苦的訓練，沒有堅強的心是一定做不到的！」我想這應該不只是田徑，每一件是必定都需要恆心與毅力才有可能成功吧！聽完這番話，子晨每天都到田徑場練習跑步，同時有個老伯伯也在跑，一開始，子晨有眼不識泰山，還找他比賽，輸了才知道他是香港隊的前教練，也就是香港數一數二的跑步選手的教練，人稱他為「火雞教練」，難怪大家都對他畢恭畢敬的。得知這老伯伯是位教練後，子晨抓緊了機會，去請教他。子晨告訴他，自己跑步時肚子會痛，於是，火雞摸了摸子晨的側腹道：「這裡有塊叫橫膈膜的東西。連呼吸也不會的人，根本就不會跑步。換氣的節奏就是跑步的節奏，一呼一吸，一呼兩吸。倘若一個人呼吸節奏紊亂，不腹痛才怪！」有一天，火雞告訴子晨「極限就是為了突破而存在的！」子晨和火雞漸漸的熟了起來，每天一起練跑，非常勤奮，子晨在火雞的指導下也進步了許多！

過了一個暑假，運動會在即，子晨報名的項目是「男子3000米公開賽」真驚人的數目。這項目有許多強敵，包括當勞，老師曾問子晨要不要換比賽別的，但這使他決心更加鞏固，真正做到「泰山崩於前而色不變，迷路興於左而目不瞬」。運動會當天，子晨上場了，「擘！」，蓄勢待發的選手們開跑囉，經過了彎道，觀眾們的驚呼聲只增不減，子晨遙遙領先其他選手，最後贏得比賽，使得那些黑心的同學悵然若失。

我認為這是一本值得反覆品嚐的好書！這本書中蘊含了一個道理，就是「勤能補拙」，我覺得作者以一個肢體不協調的男孩來詮釋，與我們非常貼切，且這本書的用字遣詞都讓人淺顯易懂，詞彙簡單非常適合同學來閱讀！另外，這本書中火雞教練告訴子晨的跑步方法、技巧，應該是作者的教練曾經教導他的，很實用，因此我覺得這本書也很適合愛好田徑的朋友們閱讀！

秋末春初的拒絕

302 郭忠維

第一天 拒絕與否全憑個人意願

拒絕是一種逃避的方式，無法達成或不能接受，人就會拒絕，免於麻煩。每個人都有拒絕的經驗，拒絕是肯定自己做不到或做不好。人看待重要的事不會婉拒，面對不重要的事就會隨意一些；遇到和自己無關則選擇拒絕，遇到和自己有關則選擇接受。

第二天 拒絕與否視重要性而定

我認為是否拒絕來自於重要或不重要，重大的事我會接受處理，而不重要的事會選擇拒絕，雖然這麼做有些無情，但這就是真實的自我。別人尋求幫助，我肯定不會馬上接受，還有可能拒絕幫助，別人的求救，與我無關我也可以不必再理會，即使是情感好的朋友，不重要的小事我是不幫的。

第三天 逃避的拒絕同樣需要勇氣

對自己來說重要的事，是一種對自己有重大的影響進而產生重大結果的事，非重要的事，是對自己不會有太大影響且不影響後果的小事。一個人朝目標努力，但盡力過後發現沒能完成目標，就會抗拒，拒絕面對，拒絕認命，拒絕接受，這看似簡單，但要有多大的努力和勇氣去抗拒掉自己的努力和理想。

第四天 冷淡的拒絕使我更加堅強

我曾經拒絕過別人的求助，我的行為可能很無情，但我沒有義務要去幫他。在我眼裡我只會隨便打發別人，即使別人心情會不好，我也沒差。他的事不是我要處理的，我會拒絕。拒絕那一份心靈，只會讓我走向更冷淡的路上，拒絕不用理由，拒絕會使我更加堅強、勇敢。

第五天 利益的拒絕展現我的信念

拒絕是種逃避，因無法達到而感到隨意。拒絕是一種難以面對重大或非重大的考驗，逃避自己的缺失和肯定失敗，選擇不面對。難以面對的考驗是一種決定，是拒絕的決定。在每個人得到了努力而來的成果，如被企業賞賜，少部分人會選擇拒絕，這拒絕透露出一個人的心，是不受利益吸引的心，是種堅定的信念。

第六天 拒絕他人即接納他人

感情深重的朋友有難我一定會幫助，但如果只是小事我會拒絕，不是我冷漠，而是這些小事對我來說，太過細小我也幫不上。如果他面對小事都辦不到，只會尋求幫助，我更會拒絕此人的要求，一個人如果完成不了小事，如何成為大器之人面對大事，拒絕是為了肯定自己和否定他人的行為。

第七天 拒絕他人即善待他人

肯定自己和否定他人的行為是拒絕，也是一種表達對待他人的善意的方為他好，也要適度，就像植物需要陽光與水，但陽光不能太多、水也不能太少。假如一位朋友他總是向你求助，並習慣了你的幫助，這反而害了一切。拒絕也是對身邊的人的一種善意。

第八天 拒絕與拒絕

我瞭解到每個人理解都不同，不論是承認接受或是拒絕一切。面對拒絕的含意不同，若能辨別被後意義，就能讓人理解你所做的一切，不是害而是救。學會如何拒絕，如何讓人信服自己的決定，目的是讓人獨立，而不是過度保護。曾經愚昧的接受，只會讓人身心更加懶惰，此事永遠刻印心中作為警惕。

我的收藏品

207 施律甄

我的收藏品是一個貓咪布娃娃，它看來雖然已經很破舊了，但在它臉上的一抹微笑依然清晰可辨，它的體積不算大，可以一手掌握，我為他取名為「阿布」。

我有一位堂姊，家住在台北，鮮少會回來住在嘉義這裡，每次當她回來時，我都會熱情相待，但每一次也都只住一小段時間，就會回去台北，每次的道別也都特別讓人捨不得，雖然這位堂姊已經上了高中，但我們之間並沒有什麼距離感，或者說，我們真的和對方都很合得來，我們都有一位妹妹，在同樣的領域也很相似，所以只要她回來的話，我都會立馬去找她。

有一次，她趁著清明節連假的時候從台北下來，當我以手機與她連絡時，得知這件事，我簡直是喜上眉梢，在連假到來前，我苦苦等待，等待她回來，但事以願違，她一並沒有來，不知是因為起先太高興了，還是真的太難過了，當我知道的時候，我的情緒直接降到了最低最低點，但幸好有她送我的「阿布」。

她送我「阿布」時，是在一次的春假期間，那時我們還只是小孩子，不像現在一樣的討論有關學業的事，而是最單純的遊玩，但有一次我們吵架了，只因為單單遊戲而吵架，對現在的我來說，真的有點太可笑了，我們吵到她要回台北的那一天，我捨不得她回去，終於我們倆互相道歉了。臨走前，她給了我「阿布」。她說：「我把它送給你，希望你能夠在孤單時，和它說說話。」我向她道了一聲「謝謝」，眼眶泛滿了淚。

雖然「阿布」已經不需要再被我用到了，但它仍舊被我好好收藏身邊，也謝謝「阿布」在我離開父母，去參加戶外教學時，緩解了我對父母的想念，它對我來說，不只是一個小小的貓咪布娃娃，更是一個理解我、懂我的朋友。

課堂風景

209 陳佳好

在課堂上，我們班是一個很靜不下心的班級，所以在上課時總是很吵鬧，尤其是在數學課的時候，班上更是出奇不凡，有的偷偷換位子、有的吃零食、喝飲料，只有少數人是真正認真聽課的，而我是聽都聽不懂，所以就看起自己的書來了，而且我們班很多男生實在是太愛玩鬧了，數學老師講什麼或罵人，都會突然回他幾句才好，這讓我們哭笑不得！

而上理化課時，就很不一樣了，等待老師來上課的途中，我們班就會很安靜的等老師來，可能是因為理化老師兇起來實在是很可怕吧！但是理化老師人很好，在上課前都會講些廢話給我們聽，也許是因為怕我們上課太無趣，所以講這些逗我們笑，大概也只有這一節我們是安靜且不會睡著的課了吧！

再來是國文課，國文是我很喜歡的科目，可是這次我卻犯了錯誤，就是國文的超愛讀我抄了答案，而答案是老師上課玩沒拿走的，時的鬼迷心竅造成了錯誤，也讓老師很失望，所以我覺得自己真的很不應該；而國文課的時候，我們班的阿肥會剪腳毛，讓大家都很傻眼，也有人在上國文課時直接趴下睡覺，不知道是太催眠了還是怎樣，但國文的確是我很喜歡的科目。

每堂課都有不一樣風貌呈現的我們，當然還是吵吵鬧鬧的時刻最多了，雖然我們班真的很愛鬧，但，我想這就是我們班最日常的課堂風景了吧！

真心話大告白

209 楊珮君

謝博翔：「你不要在上課時剪腳毛了，感覺好噁心。」

阿鏐：「我跟你是在國二開學的時候，我們才開始很要好的。國一下學期時，我們有一陣子吵架了，但，在暑輔的時候，又和好了，從那開始，我們下課的時候就都會聚在一起聊天，我希望我跟你的友情可以一直像現在這麼要好。」

沛柔：「我跟妳認識是在很小的時候，我們從小一起長大，有什麼開心或是難過的事情都會和對方說，雖然我們國中讀不同校，不過我們的感情依舊很要好，每到放假的時候我們都會約出去逛街、看電影，那些時候我都覺得很開心，然後，我也非常希望我們的友情可以長長久久，無論遇到什麼事，我們都可以一起互相幫忙解決問題。」

佳妤：「我和你有一陣子吵架了，還好沒過多久妳就和我和好了，有的時候我有一些任性，但是你依舊很包容我，希望我們的友情也可以長長久久。」

宥瑄：「雖然，我們有一陣子，沒有講話，但，我和妳依舊是好朋友。妳的脾氣很好，所以我在跟你相處的時候，都沒有吵架過，也希望我們的友情可以長長久久。」

等待

810 李岱恩

國小三年級的那年母親節，我突發奇想的決定送媽媽一個有別於以往的特別禮物，除了既定的母親節卡片外，我想親手削顆蘋果給媽媽吃。這項禮物並不昂貴，但卻蘊藏著我對媽媽的愛。

母親節那天，吃完晚飯後，我站在一旁，看著媽媽忙完她手中的工作，一下洗碗一下拖地，好不容易待媽媽忙完後，我這才拿起一顆又大又紅的蘋果仔細地削著，平時媽媽花一分鐘就能解決的事，我卻花了十分鐘才完成。在切蘋果的過程中，媽媽緊張兮兮地直盯著我的手，終於，在囑咐聲中，我小心翼翼的將蘋果成功切片，送到媽媽嘴裡。吃了一口，她眉眼笑開的說：「哇！我的女兒終於長大了，第一次吃到女兒親手削的蘋果，我真幸福。」

媽媽那掩不住的笑容，讓我雀躍了一整晚，興奮到睡不著的我，在床上細細思索著那句話，這才發現原來媽媽一直在等待我們長大、等待我們懂得回應她的愛。

那不僅僅是一顆蘋果，那是孩子的成長，也是孩子的感恩，是媽媽耗費青春歲月的等待，而我們卻只有在母親節的時候才會想起給媽媽過節，只有在這時候才會表現出我們的愛。

媽媽等待的愛，無非是疲累時，我能主動幫她按摩；無非是媽媽在口渴時，我會主動遞上的一杯水；無非是媽媽做菜時，我可以在一旁主動幫忙洗菜……，而我卻經常忽視這樣的期待，心安理得毫無愧念的享受媽媽對我的付出，從沒想過媽媽也在等待我的。只要心懷感念，天天都可以是母親節，這麼容易就能表達的愛，我不該讓媽媽等這麼久。

經過那年的母親節，我徹底的領悟到「愛是互相的」，媽媽無論什麼時候都在愛我們，而我們卻常常忽視對媽媽愛的回報。那年的母親節，讓我反省成長了不少！

等待奇蹟

810 林宜璇

我一直在等，一直在等，就好似在傾盆大雨後，仰望天空逡巡著動人的彩虹；又如在寒風刺骨的冬日裡，殷殷期盼著溫暖的朝陽；亦或是在面對人生種種，尋覓著那個可遇而不可求的——「奇蹟」。

等待著，在多如牛毛的大小考試中，能次次考取令人滿意的好成績；等待著，在錯綜複雜的人際關係中，能再再獲得同學朋友的喜愛與支持；等待著，在云云人海中，能備受師長的關愛與肯定；甚至是等待著將來能夠有權有勢有地位，「不平凡」地過上豐衣足食、隨心所欲的日子。順遂的人生，事事盡如人意的欲求，就是奇蹟。

我向上天祈求，懇求祂能在夜空中，灑下一大把一大把又一大把，晶瑩剔透地像珍珠般的流星，讓他們縱身划過天際，不求飛行航線的遠近，不求飛行速度的快慢，更不求飛行時需排列整齊的隊形，我允諾祂，自己定會守在窗邊等待著這些「奇蹟」出現，並誠心許下心願。

然而上天悄悄地告訴我，奇蹟是個害羞的男孩，平時就連祂也很少有機會能夠見上一面，唯一可以確定的是：他也在某個地方等待著我。我緩緩闔上眼眸，在腦中悄悄地思考著這段話的涵義，並繼續等待著我與奇蹟相遇的那一天。

日復一日、年又一年，奇蹟依舊沒有找上我，上天也似乎不再傾聽我的聲音，於是我不再祈求，只能選擇謹守本分的認真讀書，盡己所能的幫助同學，真心依循著師長的諄諄教誨，心想，說不定還能夠改變些什麼……

奇蹟……他……竟然出現了，他……不再躲著我了？如此認分守分、放棄向上天乞憐的我，竟開始如願獲得了不錯的成績，與同學之間的相處也逐漸轉趨融洽，甚至連長輩們也時常誇我成熟懂事。我喜不自禁的雙手合十，感激上天將奇蹟送到我的面前：我等到了，我終於等到了！

夢裡，祂只是微微勾起嘴角，什麼也沒說。

我所知道的校園

211 李珮瑄

鬧極了，這朝來熱鬧無比的門口，只身旁同學們的嬉笑聲，點綴著這寧靜的破曉。順著校門走去，走至盡頭，再轉入廊旁的樓梯，往陽光照射處走去，上方是吵鬧的教室，透露著深情厚意的友誼！

鐘聲響起，是全校學生的打掃時間，不論室外、室內，每個人都必須在特定的時間，趕到負責的打掃區域。有的人在擦拭窗戶上的髒汙、有的人提著分類好的垃圾，前往垃圾場、有的人握著掃把，賣力地把落葉推積一角、有的人整理東倒西歪的掃具……無一不為校園環境付出一份心力，為班上爭取整潔的榮耀。

下課的休閒，這是你放鬆心情的時刻。歡樂的教室，這裡哪一處不是亂中有序的座位？閒聊是一種愉悅，但漫步校園是一種更大的愉悅。在新港國中球場揮灑汗水，是普遍的活動。不論男女，一致享受這打球的快樂。上課時間，老師也會偶爾和同學閒聊，談天說地，不亦樂乎！更有同學會趁著老師轉身回頭寫黑板的時刻，快速地將藏在抽屜的「能量」，以迅雷不及掩耳的速度，快速補充完畢。倒也不是飢腸轆轆，而是一種不被發現的驕傲與竊喜，我想這大概就是青春吧！

校園，有的人視之為地獄般的可怕，一天一天地折磨著，看不到結束的盡頭。但，我覺得學校就像是我的遊樂場，下課可以盡情玩鬧，上課可以盡心闖關，三不五時，還有出乎意料發生的小插曲。這真是歡樂又難以捉摸的校園生活啊！

校園最優美的一天

211 葉桐萱

一大清早，來到南側門，便看見那靈活的麻雀在你眼前飛翔，再緩緩走近，看見了全台最美的社區共讀站，重金打造的山櫻花陶藝，順著這條路望去，入眼的盡是站姿端莊、不苟言笑、面帶嚴肅的孔子。

再往前走，走近這棟樓，當前是一片遼闊無垠的「綠海」。聽見了樹林間風拂過的沙沙聲，譜上鳥鳴的啾啾聲，莫不是一首悅耳的樂章。看見了五彩繽紛的稻草人，盡責地守護著這片草地，更有那滿開盛放的粉紅風鈴木，翠綠、豔紅交織著，美不勝收！

鐘聲響起，學生萬般期待的下課時間，結束這靜謐的校園，吵雜又繞鬧的菜市場變身了！拿一顆籃球，一邊奔跑，一邊拍打，是校園暢銷的娛樂。有學生處有歡笑，有歡笑處有學生。歡樂的下課，是你逛街的大好時機。從科學樓走往操場的沿路，哪一處不是參天的大樹，與綠油油的草地呢？你如愛花草，這裡多的是觸手可及的盆栽、花兒。你如愛鳥，這裡多的是小巧玲瓏、活潑可愛的麻雀。你如愛兒童，這裡多的是青春洋溢的學生。

成堆的落葉，金黃的、翠綠的、枯黃的、輕薄的、厚重的、短小的、細長的、寬扁的，在和煦的涼風中，似有落無的飄蕩著、旋轉著。頃刻間，這校園增添了一分姿色，一層輕紗似的金粉糝上了這草、這樹、這花、這路上、這絡繹不絕的人們臉上。頃刻間，這校園沉浸在早晨的溫柔。頃刻間，人們的內心也彷彿受到了溫暖的安撫。站在後陽台，吹著風，遙望綠草如茵的操場，聽著鳥語，望向遠方，感受著校園的氣息。累了時，就閉上眼，感受著風爺爺的觸摸，彷彿安撫著內心受傷的小孩，這真是休閒時刻的一大放鬆！

這像是廣闊無垠的青青草原，又像是歡樂無比的遊樂園，便是我的校園。有著許多奧秘，值得探索；有著許多樂趣，值得留存，若說還有什麼特別的面貌，邀請你，不妨自己踏著用心的步伐，領略這校園吧！

在這場比賽中，我看見……

213 黃柏承

在這場比賽中，我看見了隊長的光芒。

這一場比賽在我國中一年級時舉行，當時我的足球技術雖然遠不及隊長，但我一直把他視為我的目標。那一場比賽的對手是博愛，他們是分組裡最強的隊伍，可是隊長在賽前告訴我們不用害怕，盡全力去踢就對了。

比賽即將開始，我看到對手的身材高大，不是比我高半顆頭，就是比我高一顆頭。雖然我告訴自己不要害怕，可是腳不卻聽使喚，抖個不停。

比賽開始了，我是個候補球員，只能在場下看著，什麼也做不了。比賽才過沒多久，我們就被進了一球，就在這時，教練叫了我的名字，要我去把學長換下來，在交換的同時，我彷彿看到學長的眼淚。現在我在場上，對方進攻過來，我們只能把球清掉，完全進攻不了，我突然覺得自己好沒用，只是在拖累球隊而已，可是隊長跟我們說只要不放棄都還有機會，聽到這句話，鬥志都來了。

我拿到球之後，把球傳給隊長，隊長引導我們該怎麼跑位，我那時覺得他很厲害，彷彿散發著光芒。就在隊長的帶領下，我們拿到了一分，可是對手也沒有放棄，反而更積極了，但是我們不會害怕，因為背後有隊長在支撐我們。

對方在進攻時，不小心被我們抓到失誤，隊長就說：「衝！」我就毫無顧忌地衝了上去，我把球踢到球門前面，當時對方的防線只剩下一人，原本我想自己突破，可是我看到隊長那裡空無一人，我把球傳給他，他起腳射門，得分了！我們終於打敗強敵，取得勝利。我在這場比賽中，看見了隊長散發強烈自信的光芒。

午餐時刻

213 盧建宗

對我們這些國中生來說，最重要的休息時間除了下課及午休之外，最棒的莫過於「午餐時刻」了！

現在是十一點五十幾分，大家的神經越來越緊繃，因為只要上課態度稍有差池，就會影響到大家的下課時間，而我的肚子也在這時候，咕嚕咕嚕的叫，讓我很是煎熬。「噹—噹—噹」終於下課鐘聲響起了，當老師說出「下課」的一剎那，我們迫不及待地拿起餐具，爭先恐後的衝到餐車旁，活像一副不知幾年沒吃食物的樣子。

蓋子一掀開，撲鼻的香味立刻衝進我的鼻子，讓我的肚子更餓了。今天的菜色非常豐富，有好喝的小魚味噌湯、用醬油烤過的雞腿、聞起來有淡淡甜味的芋頭捲，還有油綠油綠的地瓜葉，再加上營養滿分的糙米飯！真是令人食指大動！

每道菜都盛完後，我走到自己的餐桌旁，準備要開始大快朵頤時，突然旁邊的同學像是啟動開關一樣，開始喊著每一個人的綽號，還把這些串在一起，而那些被他說到的同學，就像是被電到般，開始站起來追著他跑，但當他被追時不但沒有慌張，還不疾不徐的擺出各種怪異的動作，再加上他那奇怪的叫聲，搞得當事人笑得不想追，也把我們這些坐在位置上熱鬧的人，笑到差點把飯噴出去，直到老師來了，這場鬧劇才得以落幕。

午餐時刻對我們中學生而言，是個重要時刻，它讓我們的身心得以放鬆、班上氣氛得以融洽、頭腦思緒得以整理，此時不僅可以凝聚班上的向心力，而且可以讓我們擁有充沛的活力面對下午繁瑣的課程與活動，使我們的學習效率更加提升，同時也創造許多美好的回憶。「休息是為了走更長遠的路」，這句話說得一點也沒錯！

秋末春初的拒絕

302 郭忠維

第一天 拒絕與否全憑個人意願

拒絕是一種逃避的方式，無法達成或不能接受，人就會拒絕，免於麻煩。每個人都有拒絕的經驗，拒絕是肯定自己做不到或做不好。人看待重要的事不會婉拒，面對不重要的事就會隨意一些；遇到和自己無關則選擇拒絕，遇到和自己有關則選擇接受。

第二天 拒絕與否視重要性而定

我認為是否拒絕來自於重要或不重要，重大的事我會接受處理，而不重要的事會選擇拒絕，雖然這麼做有些無情，但這就是真實的自我。別人尋求幫助，我肯定不會馬上接受，還有可能拒絕幫助，別人的求救，與我無關我也可以不必再理會，即使是情感好的朋友，不重要的小事我是不幫的。

第三天 逃避的拒絕同樣需要勇氣

對自己來說重要的事，是一種對自己有重大的影響進而產生重大結果的事，非重要的事，是對自己不會有太大影響且不影響後果的小事。一個人朝目標努力，但盡力過後發現沒能完成目標，就會抗拒，拒絕面對，拒絕認命，拒絕接受，這看似簡單，但要有多大的努力和勇氣去抗拒掉自己的努力和理想。

第四天 冷淡的拒絕使我更加堅強

我曾經拒絕過別人的求助，我的行為可能很無情，但我沒有義務要去幫他。在我眼裡我只會隨便打發別人，即使別人心情會不好，我也沒差。他的事不是我要處理的，我會拒絕。拒絕那一份心靈，只會讓我走向更冷淡的路上，拒絕不用理由，拒絕會使我更加堅強、勇敢。

第五天 利益的拒絕展現我的信念

拒絕是種逃避，因無法達到而感到隨意。拒絕是一種難以面對重大或非重大的考驗，逃避自己的缺失和肯定失敗，選擇不面對。難以面對的考

驗是一種決定，是拒絕的決定。在每個人得到了努力而來的成果，如被企業賞賜，少部分人會選擇拒絕，這拒絕透露出一個人的心，是不受利益吸引的心，是種堅定的信念。

第六天 拒絕他人即接納他人

感情深重的朋友有難我一定會幫助，但如果只是小事我會拒絕，不是我冷漠，而是這些小事對我來說，太過細小我也幫不上。如果他面對小事都辦不到，只會尋求幫助，我更會拒絕此人的要求，一個人如果完成不了小事，如何成為大器之人面對大事，拒絕是為了肯定自己和否定他人的行為。

第七天 拒絕他人即善待他人

肯定自己和否定他人的行為是拒絕，也是一種表達對待他人的善意的方式為他好，也要適度，就像植物需要陽光與水，但陽光不能太多、水也不能太少。假如一位朋友他總是向你求助，並習慣了你的幫助，這反而害了一切。拒絕也是對身邊的人的一種善意。

第八天 拒絕與拒絕

我瞭解到每個人理解都不同，不論是承認接受或是拒絕一切。面對拒絕的含意不同，若能辨別被後意義，就能讓人理解你所做的一切，不是害而是救。學會如何拒絕，如何讓人信服自己的決定，目的是讓人獨立，而不是過度保護。曾經愚昧的接受，只會讓人身心更加懶惰，此事永遠刻印心中作為警惕。

我的青春態度

303 張詠晴

青春，就好像狂放的熱情，雖然眼底盡是隨意，但卻又帶著一絲不苟的認真，似有浪跡天涯的決心；青春，就有如濤天巨浪裡的諾亞方舟，不管海浪多次揚起大口，吞噬掉了船，船卻依然從無底的深海浮了起來。我想，這就是我的青春態度。

「請問這次的運動比賽有誰要參加？」班長在講桌前大聲喊叫，雖然班長看似用了八分力氣，但仍舊無法勝過下課的喧鬧聲，看著班長將報名表貼上黑板後，我低著頭走了過去，望著表單上的跳高項目，躊躇不決的拿起了筆，心想會不會引來他人的嗤之以鼻，最後還是毅然決然地填上自己的姓名，雖然自己的運動細胞比別人差，基本上沒有信心能做好，但是我還是想挑戰自己……。

「請參加跳高預賽的同學…」體育組長的聲音在廣播中清晰地響起，雖然心中萬分的不安、緊張，但也只能握起拳頭上場，「三班選手上！」，我快速往前衝，用了剪刀式過桿，只聽見宏亮的拍手聲在耳畔響起，我緊閉的雙眼頓時睜開，只見體育組長嘴角勾起了一個大弧度道：「雖然你的姿勢還不是很標準，但是你有驚人的爆發力。」組長的話，讓我的信心從桎梏裡掙脫。啊！原來是我一直畫地自限。

熱騰騰的預賽名單出來了，我開心的歡呼著，我盯著腳尖，下定決心，我一定要好好加油。距離比賽只剩一個月，此後的每節體育課，我總是請人一起搬墊子，也請教老師以糾正我的缺失，但怎麼跳都無法利用背向式躍過。眼看著比賽將近，我垂頭喪氣的靠牆，淚珠無情的浸濕了雙眼，心情簡直盪到谷底，這時一抹熟悉的身影替我擋住了熾熱的陽光，抬起頭，黝黑的臉頰在陽光下閃閃發亮，「沒關係！做不好再重新做就好了！」是啊！再試一次，又如何？

我重新振作起來，變得更勤於練習，頂著毒辣的驕陽，即使汗水滴在手上，也絕不退縮！終於到了比賽這天，我奮力一跳，跳出了第二名，雖然不是第一名，但至少努力過。

乘著青春的諾亞方舟，最終迎來了朝陽，揚起帆向一望無垠的汪洋駛去……。

不容忽視的小細節

303 蘇秋熒

古代有東施效顰這件事，東施想模仿西施，卻意外在眾人面前出糗，那是因為她忽略了自己與西施的先天條件是有差別的。古代也有人去邯鄲學步，想模仿別人的走路姿勢，後來不但沒有學成，反而遺忘了自己原本走路的方式。其實這兩件事都是要告訴我們不要忽視了小細節，導致事與願違。

很多時候，我們常覺得別人的言行舉止很令人嚮往，因而開始模仿了起來，但做出來的成效總是感覺差那麼一點，你有沒有思考過是哪裡出問題呢？還是固執己見，硬逞威風呢？我也曾發生過這樣的問題，當時我在思考過後，改變那致命的小細節，真慶幸當時的選擇是正確的。

那天，依舊是微風吹拂，晴朗無比的天氣，跟三五好友一起出門寫生，其中有一位同學的畫風我非常喜歡，因此當他們在作畫時，我試著描摹出跟他一樣的風格，但接下來的結果卻與自己想像的不一樣，我的資質原本可以排在第二，但那天我卻排在了眾人之下，回家之後，我想了想「到底哪裡出錯了？」，「為何明明已經照他的方式畫了，卻徒勞無功呢？」心中的疑問千頭萬緒湧了出來，疑問也接踵而來。

回想那天，我和他紙張材質，水彩筆材質也都相同，為什麼效果不同？那天，我畫的是人物而他畫的是景色，景色需要的是水分高於人物，而人物需要表現紋路，因此需要用較乾的水分乾刷，原來，我遺忘了這個致命的小細節，只是一味想模仿別人的畫風，因而導致實力下降的情況。

這就有點像東施效顰和邯鄲學步了，為了模仿別人，卻忽視了小細節，但我該慶幸我沒有迷失本來的自己，而是一再的思考，不是坐以待斃的面對這過失，由此可見細節真的不容忽視。

面對未來，我應該具備的能力

304 李稚瑩

現在的社會網路資訊、3C 產品都很發達，有時候會依賴 3C 產品，身為國三生即將畢業的我，應該要好好思考未來。

語言是人與人之間的交流；溝通，是建立和他人良好關係的一座橋梁。溝通也能使我們和他人更加的親近，而溝通也是在生命中不可或缺。往後的我們依然要繼續充實知識和自己的內涵，某天當我們開始踏入社會中，工作的能力也很重要，但是與人擁有良好的溝通，是必須的。

透過了【溝通】我們能改掉自己的錯誤，多接納他人的意見，讓自己更好。或許我有著很棒的技術，但是缺乏了與人溝通，這樣就無法和他人切磋琢磨是一件非常可惜的事情。工作上，有時需要溝通來吸引客人，在公司上班，一直用盡全力努力工作，卻無法和上司溝通和他人和諧相處，這一切的努力都白費了。

假設某一天，我們成為了他人的上司，但卻無法和公司裡的部屬們一起協商如何讓公司的未來發展能夠更好。或許大家都盡心盡力的堅守好自己的崗位，公司也有可能因為少了【溝通】，使的產品發展越來越差，遠離了目標，是一件非常可惜的事情。

培養與人擁有良好的溝通能力應該要從現在開始學習起，同儕們的相處、和師長們的交談，都對於溝通能力有好的提升。往後也應該由不同的角度去面對他人，接納他人給予我們的諫言，拿出友善、誠懇的態度及優秀的【溝通能力】。和他人良善和諧的相處和溝通，把自己在人生道路上遇到的挫折和困難當作成功之母，讓自己朝向未來邁進。

國中生美工刀事件之我見

304 蘇容嬋

一把美工刀，突然變成飛鏢，帥氣的飛了出，這一飛，帶走了一條性命，近日新聞報導有兩名國三男學生，疑似與對方起了口角，其中一方因遭受到刺激，朝著另一方丟擲美工刀，美工刀就這麼剛好的正中紅心，一刀見血，而遭受刺擊的男同學，因大量出血，送醫不治，從此，世間再無此人。

雙方因為綽號的紛爭，劉姓學生持著自稱做美勞用的美工刀威嚇，李姓學生見此景，又以言語再次激怒了對方，造成無法挽回的憾事。校方指出兩人平時放學都會一同回家，但是李姓學生的父親卻說：「我兒子從小就有妥瑞氏症，大家都常嘲笑他。」，並且指出自家兒子和劉姓學生並不是朋友，警方還在調查。

綽號？人與人之間會常互相取綽號，對於對方不喜歡的綽號，我們應適可而止；而對於遭受刺激，拿起美工刀朝對方丟擲，真的只是因為一個綽號嗎？在學校日常生活中，稱呼別人綽號的情況常常出現，一個綽號，真的會把人搞成此態嗎？雙方吵架時，見對方持危險物品，表情轉變時，我們就不該再去刺激他，遠離他，才是最佳的方法。

這件美工刀事件鬧得沸沸揚揚，各個學校也都特別關注，經過這件事後，也給我們一個警告，與他人發生爭執時，切勿衝動行事！

那份觸動我的人間情份

305 黃于芬

熟悉的嘮叨聲在心中不斷的迴響，嚴謹的神情在腦海中逐漸浮現，緩慢的行走彷彿在眼前，那是我這輩子想再見卻見不到的身影，想感謝卻無法及時的人——我的爺爺。

幼稚園的校車在外等不及的發出許多叭叭叭的聲響，而此時家裡的情境卻

大異其趣。我仍在吃著早餐享受卡通人物的美好，而正此時，爺爺拿著我的書包讓我背上，不是嚴厲地催促我，而是和藹地叮嚀我必須出門了，雖年歲已增，以緩慢的腳步前進時還不忘拉著我的小手。

那是一次做錯事被教訓的隔天，我頂著腫脹的雙眼在沙發上坐著，正對面坐著的就是爺爺，他拿了一塊餅乾倒了一杯茶，用著慈祥的眼神看著我且低沉的說：「快吃吧！不然等下吃不到囉！」，身受百般委屈的我有點害羞的拿了過來，嚐了著痛苦後的甜美，終於破涕為笑一口接著一口吃下爺爺的疼惜。接著，爺爺帶我到附近的小路散步，路程不忘唱起他年少時的瘋狂，一字一句地安慰著我不要再難過了，那是一次充滿溫暖的午後。

隨著時間流逝我也逐漸成長，我不再是那年幼的小女孩。當爺爺的嘮叨聲再次響起時，我不再去傾聽他的用心了；當爺爺邀約一同去散步時，我不再充滿喜悅的陪伴他。但是他仍然無微不至的關懷我，沒有因我的一點改變而減少。

好景不常，當時爺爺也年老體衰而行將就木，還記得我和他在病床旁強忍淚水的話中，爺爺仍不忘提醒我：「該動作就要趕快去，不要拖拖拉拉又被罵了。」這句話或許很稀鬆平常，但在我眼中並不平凡，彷彿告訴著我：爺爺要離開了，沒有人再如此護著寵著自己了。看著爺爺拖著沈重的身軀撒手人寰，留下的情感我仍謹記在心。

爺爺那雙厚實永遠向我伸出的雙手，現在想握也握不住了，那份嚴肅又溫柔的情感，那個溫暖的身影，雖然再也無法真實感受，但回憶起那份無私的關愛，成為往後無數日子中，暗夜裡的一盞明燈，寒冬時源源不絕的暖流。

關於計畫與變化，我的想法是……

306 江庭葳

有句話是「計畫永遠感不上變化」，的確是這樣，就像預先擬定好計畫，雖然感覺起來很踏實，但如果遇到突發狀況呢？是不是有計畫和沒計畫都變成相同情況，而且也好像白費前面那麼辛苦的規畫了。

對我來說，計畫僅僅只是人類們給自己的安全感而已。所謂的計畫，是事先擬定流程，讓自己明白下一步該怎麼做，或者還有什麼要做的代辦事項，通常不會有所改變，就像制式化的生活般，讓我感覺特別古板的乏味。對於我這種風象星座的人來說，計畫是一種拘束，平時飄浮不定的我，根本不可能就這麼被框架住。就像一早起床時，父母就是個「計畫」的鬧鐘，一直在耳邊響起：「要先做什麼，或是該先做什麼？」的警鈴，讓我就像個未甦醒的木偶，被不斷搖擺著。

再來，若是規劃好的旅遊或是行程，突然被意外打亂，這會令我非常不悅。明明已經說好，逛完街後，就要去吃好吃冰淇淋，卻因為逛得太晚，冰淇淋店早已打烊，只能兩手一攤！那原本規畫好的、答應好的事，到最後是否如同包裹著謊言的計畫？歸根究底，其實我一直清楚自己該做什麼，就不用像是拿著「掃把」，在後面追趕我似的。因此，看起來不怎麼「安穩」、充滿「變化」的計畫，在我來說，才是最好的狀態，做出來的事情也才是最完美的啊！

以我為例，不知道為什麼有了眼前的計畫，或者是到了該做計劃上要做的時機，我反而不會按照牌理出招，隨性想到要做什麼便先做什麼。就如：某天早晨，父母大概是累了，沒有叫我趕緊起床，也沒叫我快點洗漱，更沒提醒我迫在眉睫。我就在床上坐了整整五分鐘，但，相反地，不到二十分鐘，我便準備就緒，揹著書包提著餐盒要爸爸載我去上學。平時的我，常常要拖更久的時間才能準備好，但，在沒計畫下的我，以自己的「計畫」完成一件事，不僅是更快速且完美的完成。既然要達到的目標都是一樣，那麼，過程怎麼樣根本無所謂，而且要能多輕鬆就多輕鬆。

我認為在生活中要受拘束的事情就已經這麼多了，何不在能自己作主的時候讓自己過得輕鬆呢！計畫就如同一個畫框般，要跳脫框架，才能激發不同可能，也能在無邊際的藍圖中碰撞出不同色彩。計畫永遠趕不上變化，那又何必計劃呢？千變萬化的生活，才是最有趣的，一成不變的計畫，只會讓我覺得被生活壓迫得無法喘息。

生活中幸福的小事

306 葉崇誠

小草往往在不起眼的牆縫中長大，幸福亦是如此，常常在生活中不起眼的地方發芽，雖然僅是一芥小草，綻放出生命的光彩卻是不可忽視的。

順著風，騎著腳踏車，對我來說，也是生活中的一個小確幸，不用吃力地踩著踏板，迎風暢遊，這只不過是每天上學途中的功課，卻能讓我整天的心情充滿喜悅。幸福就在生活的體會上，在這個時間點上我是這麼認為。

夜晚的一杯熱牛奶，也是家人給我最好的問候，疲勞的心猶如凝華般，像固體成了氣體一樣的消散，這顯然是個小事，但卻讓我躁動不已的心，沉澱了下來，喝了一口，從喉嚨深處得到的是滿足。「幸好還有你們」，從嘴巴浮出的第一句，竟是這樣！微不足道的小事情，我依舊可以感受到幸福，如渺小的草苗，依舊會綻放生命之光，對我來說這就是生活中的幸福小事吧！

今天的夜晚，比起平常又顯得與眾不同，不過是比起平常少一個人，心情卻顯得跌蕩，今天一早奶奶跟我們說，娘家有事要處理，要先回家一趟，起初的想法是不以為意，畢竟早上還有課要上，當我回到家的第一句話「我回來了！」，顯得多麼的可笑，可以回應的那一頭當然沒有出聲，我獨自打開冰箱，「哈哈哈哈！」，嘴角原本毫無生氣的在嘴邊掛著，如今卻大聲笑著，冰箱裡放著的是晚餐。明明只是一件小事，卻讓我感到無比的溫暖。但，真的讓我感到幸福，是人，就因為是人，生活中的幸福小事，在快樂之餘，才會感到如此的溫暖。

美就在你們的身旁，不過美德不是事物，是人們，就因為是人們，所以生活才會增添顏色，幸福才會發生，及時是小事也會幸福，美麗的事物不必遠求，因為最美的顏色就在你們的身邊。

在書本以外的學習

307 沈怡廷

在日常生活中，知識遍處，一首歌帶來的啟示、一處風景帶來的靈感，一個人物經年累月的經驗……關於知識汲取，只在用心觀察體會。

音樂會是一場聽覺的饗宴，用於欣賞和享受，聽眾能從演奏者的神情與曲子的節奏、旋律認識其故事，是活潑喜悅？亦是悲情催淚？深入其中的話，甚至能從曲子中發現人生的影子。而對演出者而言，台上從容的笑容曾是汗水堆積而成，或許能就此明白「台上十分鐘，台下十年功。」的涵義。

在大自然中總是充斥著奇景，若無親自看見，怎能體會鬼斧神工的鉅作？其實對自然界的觀察也並非只能是遠方的高山深海，路旁的枯枝落葉也是有激發靈感迫使人去創作的動力，古時的詩人也只是藉一處田園就能作詩，畫家也是，路旁的花叢也是能成為躍上畫布的顏料，在數十年後成為價值連城的名畫。

家中的成員大多是務農經驗老道的長輩們，時而會跟著他們一起去工作，但總埋頭讀書的我哪懂得種田，只能一個指令一個動作的聽命於爺爺奶奶，有時還會被嫌棄，說是「生雞卵無，放雞屎有。」雖然很不甘心，但也無法否認，經驗的累積是在書本上學習不到的。畢竟這種前人的智慧已隨著時間的嬗遞，逐漸淡出了這個世代，老農夫們傳統種田方法已是現代科技社會的奇景。

對某些人而言，知識只從書上得來，能達到快速和簡便，甚至讓你擁有高學歷，但書本以外的學習卻是可貴及難得，所謂「讀萬卷書，行萬里路。」有時走出去看看，有時體會周遭人、事、物，都能豐富我們的視界和想法。

在友善校園裡，我看見…

307 陳至嫻

校園中有空曠的的操場、綠意盎然的草地和樹木，這些是校外人士看見的景象；而在校內的人，實際景物已經難抵擋校內最美的景觀——人。「台灣最美的風景是人」這句話在看到校園景象後，完美印證。

在校園中可以看到籃球場上同學間完美無瑕的合作，也看到互相切磋的同學、走廊上談天說地的朋友甚至在做錯事一起承擔的同學。也許就因為這樣才有「台灣最美的風景是人」這句話。

一個人也許可以做好一件事，但一群人因為每個人的優劣，在相互扶持之後也許可以做更多事。在班上，我沉默寡言、自信心不高，但在二年級時，因為一場比賽使我有所改變，那是班際的排球賽，我是先發之一，當時的我自信心不高，害怕幫倒忙而挨罵，因此我沒有「互助」的概念，直到一句話「不要怕，沒打好，也不會怪你的。」這句話將我從害怕的深淵撈起，我開始嘗試。起初救球都失敗了，但換取的不是同學的責備、挨罵，而是一連串激勵的話。

在學校的口琴社團有一項傳統，就是必須和一位後輩一組並指導口琴，但我比較內向，除了練習時間外，不太會主動搭理學妹，但是在某次觀賽時，突然有一隻手搭在我的肩膀上，隨後是一聲「學姐」，驚訝的我內心起了一些波瀾，原來人和人之間的陌生，其實可以透過些微的互動而化解，雖然一開始只能勉勉強強說些話，但久而久之，就能拉近彼此間的距離。

又如升上三年級後，導師為了提振班上原本沉悶又安靜的風氣，讀了一堆心理學和勵志的書，大家都認為老師是一時心血來潮才看的，但我看見的是老師無時無刻的牽掛與煩惱，為了有效解決自己內心的問題才去找了如何幫忙我們的書。科任老師課堂上和學生的互動中，學生所聯想到的遊戲、電影和書籍，都能跳脫原本教科書內容的沉悶和嚴肅，使課堂風景多樣化及有趣。

在友善校園中不只同學間互相合作，在此工作的老師也付出她的情感、時間和不同的性格同事、學生相處。

回到沒有手機的生活會更好

308 江晟安

手機的出現使人類進入不一樣的世界，不僅讓我們進入科技的時代，而且還讓我們邁入更先進的世代。可是你有沒有想過，手機雖然造福了人們，使生活上的通訊、交往更加便利，而智慧型手機更是帶來許多新科技的發明，種種便利讓現代比以前進步，不過手機帶來不是只有厲害，還帶來了傷害。

現今的人類大部分都依賴著手機，手機的功能多樣化，不但有通話、簡訊、上網、遊戲……等功能，甚至還能解答你身邊的所有問題。人們通常只認為這個發明很棒，天天機不離手。「水可以載舟，亦可以覆舟。」它不僅幫助了人們，也默默傷害著人們。長輩們時常叮嚀我們不要整天使用手機不是沒有原因的，手機隱藏著各種看不見的威脅。現代人有事沒事就盯著手機滑，更是長時間在使用著，藍光對我們的眼睛造成視力傷害，甚至有些幼兒還因此需要戴眼鏡。輻射也是問題之一，常常接觸可能會傷害腦部，種種病因就在我們常使用的手機上，所以父母們時常提醒我們要適時休息，到戶外走走，避免手機綁架了我們的生活。

我回想起以前沒有手機的生活，一有時間，總是吵著家人帶我們出去玩，在家也開心的聊天、玩耍，以前都以自然為我們的玩伴，更是自由自在、無憂無慮。如今手機的出現，我們不再是出門玩耍，而是待在家裡玩手机。更誇張的是，人與人明明相距不遠，卻還要用手機傳遞訊息，所以人們便開始依賴手機，不常開口、不常聊天，甚至忘了如何與人互動。

如果手機從生活中除去，雖然會少了一點便利，不過相信我們可以回到以前樸實的生活，說不定我又能回復以前的天真，與家人又能相處得更融洽。不必等，現在我也要減少使用手機的次數，多陪伴家人，不僅能使生活更幸福，也能找回以前的初心，充實美好的青春。

我的青春態度

308 洪湘蓁

青春對我來說是人生裡最重要的時期，在這個階段會發生許多的事情，有些人可能為了未來的夢想打拚下去，有些人透過學習慢慢地蛻變，要求自己精益求精，為未來的前途鋪路，有些人挑戰自己的極限，到世界上不同的地方冒險。我對青春的態度是在每一次失敗、挫折中努力的爬起來，不被這些一點點小事打倒，從哪裡跌倒，就從哪裡爬起來，隨時警惕自己不要再犯同樣的錯誤，而且要更進步更謹慎。

青春是每個人一生中最精華的部分，它沒有設置一個按鈕可以重來，所以在青春時期，你沒辦法做出讓你後悔的事情，因為過了就是過了，你想要再讓它回來是件不可能的事情，就算到了世界末日也不可能再重新走過一次，所以在青春時一定要及時把握機會，不要讓它就這樣無聲無息的消失。在這段時間我一定去追求我的夢想，勇敢接受任何一次的挑戰，不管結果是成功還是失敗，我一定不要留下一點遺憾和人生上的污點，也不管在這段時間發生過什麼事，一定要樂觀進取，不要因為一點點的挫折而讓自己受到傷害，不然永遠都走不出去這道門。

我的青春態度是用正面的想法去迎接任何挑戰，不要害怕嘗試、失敗，有時我會想這是成功前的一些小挑戰，只要勇於面對，找到失敗的點，並且跨過去，那麼你離成功的道路就不遠了，只要你的態度是樂觀、正向的，不會一遇到事情就先往壞處想，你一定會有另一條路慢慢的指引你走出失敗的出口，而且對青春的態度不可以是很懶散的，要積極去追求，更加勤奮努力，那麼你的青春一定不會留下遺憾。

在青春的這段時間，一定要勇敢的去嘗試你從未嘗試過的事，試了有可能對你以後有幫助，若不去嘗試一定不會有希望，所以我的青春態度是積極進取，正面迎接挑戰，並且對我的所作所為從不感到後悔，這才不枉費此生。

當我陷入兩難時

309 江文萱

當我陷入兩難時，我的心情是很掙扎的，不知道如何選擇是好，就好像一個白天使和一個黑惡魔在吵架一樣，都在拉扯我！

每到假日時，睡覺就變成我的生命重點。一早醒來，就在想：「要多睡一會兒？還是要起床讀書了？」疲累不堪的我，當然想睡個飽，但剩不到幾天就是會考……最後還是認命的起床，趕緊去讀書了！魚與熊掌不能兼得，還是先把重要的是做好才正確。

在平日的時候，偶爾也會浮出這種想法，尤其在星期一，珍貴的星期假日哪裡去了？怎麼又要上學了？想到這裡，心都涼了一半。又是這個猶豫的畫面不能停留太久呀，因為「校車」是不等人的，所以也只襖心不甘情不願的半睡半醒起來整理儀容囉。

「人生中一個決定牽動另一個決定，一個偶然注定另一個偶然，因此偶然從不是偶然，一條路勢必走向下一條路回不了頭。」如果晚起就少了讀書的時間；如果再睡一下子就坐不到校車；如果有太多猶豫太多理由和藉口，就沒有機會讓自我突破窠臼，一個環節扣著其他環節，牽一髮而動全身，面對看似簡單卻不容易解開的兩難問題，應該好好思考再抉擇才不致因一時感情作祟或意氣用事，而做了草率的決定，衍生出令自己後悔莫及的後果。

不容忽視的小細節

310 何悅瑄

在日常生活中，我常常在做事時，忽略了一些細節而導致事與願違。

還記得有一次，我和弟弟在家閒聊時，暢聊到一半，他突然臉色大變，滿臉漲紅，原來他生氣了，我不明白為什麼他要反應這麼大，徒留摸不著頭緒的我，想著：「我並沒有說錯什麼話呀！」後來我打破僵局，主動詢問弟弟：「你到底在生什麼氣？我說了什麼惹你生氣的話嗎？」接著他開始滔滔不絕的向我解釋他生氣的原因，聆聽完事情的來龍去脈，我終於懂了！原來是我提到了關於「身高」的問題，才使他火冒三丈，因為我說他太矮了，一不小心我沒忍住就噗哧的笑了起來，这下慘了，導致弟弟更生氣的轉身離開。我再次感到不解，難道是我太不解風情嗎？就在一來一往的溝通中，才知道我一直都忽略了弟弟的感受，我的率真傷害了他的自尊心，我向他道歉，讓他知道我並不是故意的，並且允諾再也不會有類似的狀況發生。

經過這件事之後，因為忽略弟弟的感受讓我學到了一課——說話是門藝術。我意識到自己常常心直口快，說話太衝，正所謂「禍從口出」，我開始在說話前先經過大腦思考，分清楚哪些話該說，哪些話放心底就好，我不再忽略別人的感受，為了避免重蹈覆轍，也格外的注意自己的言行舉止，學習將心比心，唯有先反省自己才能避免誤會的產生。

或許一句不經意脫口而出的話，對我而言是微不足道的，但對別人來說可能就已經傷透他的心了，所以在與人相處或處理事情時，千萬不可以輕忽小細節，否則事情可能會無法如願以償喔！

支持無塑生活

310 林曉君

在環保教育講座上，講師播了一部影片供大家觀賞，其中一幕畫面在我腦海中揮之不去，環保團體幫海龜從鼻子裡夾出吸管時，牠的鼻子還流著血，那痛苦不堪、似乎要流淚的神情，深深的烙印在我的記憶中。

起初，臺灣的塑膠問題沒那麼嚴重，有一年B型肝炎入侵臺灣，在對未知病毒一無所知的狀況下，政府鼓勵大家使用免洗餐具，以避免造成人與人之間的傳染，在醫學研究證實B型肝炎不會有口沫傳染的問題後，免洗餐具的使用習慣已一去不復返，各家商店都以免洗餐具取代能重複使用的碗筷，就只因為貪圖一次性的方便。近年來，政府積極推廣「減塑運動」，塑膠對地球的污染越來越嚴重，要使塑膠完全分解就像是要一個小鳥胃的人，吃下大胃王的食量那樣久，所以讓我們不得不正視這個問題。

近期政府雖然有著禁止提供免洗餐具的政策，但至今仍成效不顯著，為了地球的永續發展，我支持推廣「無塑生活」，徹底禁止使用塑膠用品。人類一直都朝更便利的生活發展，卻忽視了自然生態的保育。以我從前的經驗來說，我在吃早餐時，常常以附贈的免洗筷用餐，日復一日，我從沒有打算使用鐵筷、鐵湯匙，只因為我懶惰、嫌麻煩，邪惡的念頭不斷在我腦子裡盤旋：「免洗碗筷很方便啊！用完就可以丟掉了，有何不可？」

但隨著時間逝去，環境污染一年比一年還嚴重，我們不該好好反省嗎？不該重視環境問題嗎？當我懊惱不已時，才明白人總是習慣「蒙上眼」，視而不見的鋁罐、竹筷、塑膠水瓶……等，就連我媽媽也不例外，她也曾貪圖方便，某天她帶我去書局買文具，結帳時竟向店員抱怨：「唉！難道不能給個塑膠袋嗎？」我愣著看她，恍然大悟，想起政府大肆呼籲，喊著「減塑運動」的口號，如果不從你我的生活真正落實，終究淪為一場空。

要實現友愛地球的「無塑生活」其實不難，出門購物時，可以自備環保提袋裝物品；喝手搖飲時，可自備水壺與能重複使用的吸管；外出吃飯時，可以自備碗筷以取代免洗餐具，用實際的行動去落實無塑生活好處多多，不只能避免塑膠製品帶來的生態浩劫，還能與下一代共創美好未來，守護地球，人人有責！

當我陷入兩難的時候

311 李子璿

隨著全球化的發展，現今的台灣也有相當豐富的異國文化，充斥在我們的社會裡，其中最受年輕人喜歡的，莫過於來自美式文化的黑色幽默，這幾年迅速竄紅於網路上。

所謂黑色幽默，是指帶著負面、現實、諷刺的幽默，也就是它本身雖然給人帶來快樂，內在卻是黑暗的、負面的，有時也是在警惕我們。就拿知名脫口秀主持人博恩來說，他那幽默風趣的主持風格，深受大家喜愛，而我本身也是此節目的愛好者。就在幾個月前，他因為開了民主鬥士鄭南榕的玩笑，而丟了主持棒，也證實的這原汁原味的美式幽默，並不合每個台灣人的胃口。在美國，所有能成口立足的單口喜劇演員，對於尺寸拿捏都有深厚的功力，因此，他們既能讓觀眾捧腹大笑，在第二時間又能馬上聽出笑梗的弦外之音。身為觀眾之一的我，這便是所謂「兩難」，在聽到黑色幽默的笑話時，我該在一無所知的情況下，跟著大家一起笑，抑或停下來反面思考它是否逾越了底線？

畢竟，這種「地獄梗」，只不過是沒發生在我們身上，而當我們在哈哈大笑的同時，對於受害者來說，又是什麼樣的感受？若當事人是你，你還笑得出來嗎？

「幽默感是建立在尊重和理解上，把被害者的尊嚴踩在腳底下，那叫無知。」當我陷入在灰色地帶的兩難時，試著思考事情的正反兩面，不要一股腦兒的跟著大家笑，否則輕鬆可真的要變低級了。

回到沒有污染的生活，會更好

312 吳珮慈

現在的科技越來越發達，生產的物品也越來越精緻，與此同時帶給地球的污染也越來越多，地球在好幾萬年前曾是一顆耀眼無暇的星球，但人類的不珍惜，帶給它的污染讓它從耀眼無暇慢慢的變成暗淡無光。

小時候外婆家後面的樹林是我最愛去的秘密基地，那裡深綠的樹葉讓人看了總會有一股身心放鬆的快感，那裡也是我會和姐姐、弟弟們一起玩樂的地方，我們時常在那裡玩躲貓貓，一玩就是一整天，有時膩了就會到另一處外公種田的地方，我們會在那空洞的田野間自由自在的奔跑，玩累了就會直接躺在路上，抬頭仰望大自然的美妙之處，白天裡的天空就像小河一樣的清澈，湛藍的天空再搭配上暖橘色的陽光，總會讓人覺得非常有活力，黃昏時的天空，就像畫家用暖色系的顏色為天空畫上溫暖的色彩，而夜晚的天空雖然很黑，但卻在星星和月光的襯托下，顯得十分明亮，童年裡外婆家四處撒滿有孩子們清麗的笑聲。

隨著日子一天一天的過去外婆家早已不是我童年裡那憧憬般的景象，現在四處可見的都是灰黑色的柏油路，深綠的田野早已消失的無影無蹤，我最愛的樹林中那個秘密基地也因蓋新的房子而摧毀，現在抬頭仰望天空，早已不是那湛藍的天空，而是四處可見的高樓大廈，這些大樓擋的不只是天空，更是一份對自由的嚮往，以前的小伙伴也因拆房子而被迫遷離，童年裡的那些歡笑聲一點一滴的在流逝，而我的夢也一點一滴的在甦醒。

科技雖帶給我們無限的方便，但也為地球造成了無盡的傷害，俗話說：「天空是鳥兒的家，河流是魚兒的家，地球是我們的家」，地球就像我們的母親，守護地球就是在守護母親，所以在進步的同時，也應該要做好對環境的保護，珍惜現在所擁有的。

面對未來，我應該具備的能力

312 陳好瑄

毅力，就像稻草堅忍不拔，不輕易被壓倒；創新，彷彿是一顆衝向地球的隕石，努力突破大氣層，衝出一條新道路。因為如此，我也要突破自己，求新求變；包容力，它象徵著度量，俗話說：「宰相肚裡能撐船」，唯有如此，我才能接納他人的意見與缺點。所以，面對未來我認為需具備以上三種能力。

社會上充斥著許多努力的人，但真正能持之以恆、堅持到底的又能有幾位呢？我得屹立不搖，擁有耐心和恆心以及毅力，在職場生活上，或許會想半途而廢，或許會怨天尤人，又或許能堅忍不拔，咬緊牙關，最後換到的就是屬於自己的成功與榮耀。

我必須多元學習才能創新，在社會上，有很多死命讀書、墨守成規的人，但那樣既沒效率又古板，我得賦有天馬行空的想像力以及創造力，與眾不同就有可能激發出獨一無二的想法，引領大家走在時代前端，在這瞬息萬變的社會中，隨時都可能被淘汰掉，但一個人若有著獨特的創新能力，那他必然能斬除前方荊棘，為此開闢新的康莊大道。

而我認為，除了毅力和想像力，我更應該具備的就是「包容力」了，從小母親就教導我為人處事應該學會尊重、友善、包容，擁有一颗豁達的心很重要，當自己長嘆碰上不如意的事情時，不要責怪他人，而是要接納社會的不完美，「就算再怎麼失望，也不能失去希望」，所有的偉人他們的成功都有個共通點，就是他們能夠包容，就算小人將他們陷害的顛沛流離，他們想的並不是恨，而是想著要原諒小人的罪，既能包容又謙虛，這就是促使他們成功的原因之一，我想，我應該也要好好效仿這些偉人。

我期盼著自己在未來能夠具備毅力、想像力以及包容力，好讓我能社會上步步高升，也期望自己能夠展翅高飛且飛黃騰達，遇到再困難的瓶頸也能成功突破，打造出自己的一片天空。

關於我的二三事

304 吳聖冠

我的家裡四代同堂，共有八人，我排行第一，有一個妹妹，就讀新港國中一年級，她非常優秀，和我很不同。家人大多重是務農的工作，包含花卉（波斯菊、向日葵）種籽買賣外銷（配合產銷班），以及種植水稻、馬鈴薯、番茄、玉米…等，因為屬於體能工作，長輩們的身體皆硬朗健康。

父親除了農忙，也受雇於製造汽車零件工廠，工時固定，每日往返新港和太保；母親則服務於水林的電子工廠，兩人為了家計，不辭辛勞的付出，我很感謝他們對我的照顧與管教。

我在學校的體育班專長是排球，長期訓練下來，我的身形比別人更有優勢，也代表學校參與許多比賽，最佳成績是樸子腳盃第三名，排球對我來說可以增加體力，也可以讓我學習跟隊友合作、與人相處，為了共同目標一起努力。我的個性熱心助人，是學校老師和同學的好幫手，三年已累積超過 100 小時的服務學習時數。

學校從國三開始安排技藝學程，我在上學期選修食品群；下學期選修餐旅群，在課程中，老師使用許多新鮮的農產品去製作成食物，譬如紅蘿蔔炒蛋、蔥油餅、赤肉羹…等，將來我想利用這些所學，帶入農場經營。

最讓我最快樂的事就是做菜，因為可以讓我去觀察植物的生長過程，怎麼讓植物長得很漂亮又不用農藥，這是我們想研究的，而且種出來的東西可以很好吃又不用基因改良，於是我想慢慢去嘗試看看，雖然要花很多的時間和金錢，但是有很大的成就感，希望在未來每一個週六我可以種出屬於我自己的菜園，也可以做一個年輕的農夫，也是一個好方向。所以可以在家中開一個很大的農場，還可以在我們那裡經營一間很大的餐廳，讓台灣人民有一個認識新港的美食和風景的好方式，還有一級古蹟王得祿墓園，是嘉義的一級古蹟，還許多的廟，新港奉天宮，北港朝天宮，溪北六興宮等等廟，還有一個放著很多的古物的博物館－南故宮可以參觀，另外，板頭村的交趾陶也值得走走看看。

農場經營應是結合初級生產和三級行銷，我擁有幫忙家裡農務的經驗；技藝學程則讓我懂得加工製造；在蝦皮販賣商品使我懂得營運商場，這些歷練都會讓我在未來的日子更順利。

關於計畫與變化，我的想法是

314 莊宗勳

我覺得計畫雖然重要，更重要的不是計劃而是有沒有完成獲達到目的，雖說人生無常也必須注意輕重緩急還有比較規劃來適應這個變化。

假如禁見話要做某點公車，但卻錯過了，可能是有更緊急的事或路塞車，因此計劃就可能耽誤了，因此就要做下一班次了。第二：我的血親我爸爸的哥哥也是有計畫買一輛貨車，可惜還沒花甲之年就死亡了，人生還沒達到最高峰死神就來迎接，他以前是做鐵工、門窗和電鍍的人，就在2018年2月27日早上8點多因踩空而頭破血流，也是一場意外，因有計畫買車但還來不及買就死了而且造成全人的哀傷除此之外更少了一名勞動者。

說了如此悲哀的事件，也讓我人生就是要把握當下所做過有用或對人有幫助造成他人的成就或用心體會當下的美好回憶，或對社會有幫助，雖然現在是個學生，但也是一種投資不宜電要計劃的很多，但也要想未來要做什麼，往什麼方面，這是我抉擇的問題，所以計劃就也很重要了！

我覺得變化還是比不上計畫還要重要因為變化會帶來許多無法如期完成解決的問題，總而言之計畫不如變化，凡事都要了解沙盤推演，所以如果想掌控好的人生，那麼就要習慣入手吧！讓好習慣為自己插上成功的翅膀，擁有美好的未來！

【2020/6】

since 1955

熱誠 · 關懷 · 審美 · 健康



壯哉
新中

Hsinkang
Junior
High
School

