

# 惜緣



2022.7

南投縣政府，彰化縣政府指導 新三才文化協會，大紀元時報承辦

# 讀好報激發善念

 <b>讀報佳作</b>	
黃明志堅持音樂自由.....	3
換個位置	
馬療法緩解情緒.....	4
全然的信任	
米開朗基羅的毅力.....	5
不努力一定不會成功	
媽媽的信心和善念.....	6
肯定與支持	
我是上帝的奇蹟 .....	7
自我訓練能力	
白手起家美國夢 .....	8
思念是一種幸福	
挑食小孩的最愛.....	9
學會與正念相處	
Omicron 來勢洶洶.....	10
陸快遞動物 成防疫漏洞	
防疫做好生活才會好.....	11
前世業力和今生疾病	
富含禪理的經變畫.....	12
被上帝拉出死關	
為自由而戰.....	13
北京故宮-陰兵借道	
魷魚遊戲-反映殘酷的現實 .....	14
魷魚遊戲-現實版的賣器官	
面對世紀瘟疫的省思.....	15
賣場百貨 疫苗隨到隨打	
美國撤離阿富汗的省思.....	16
威脅下美國保衛台灣?	
臉書 IG 大當機 .....	17
無私的愛	
 <b>讀報分享</b>	
台灣不是阿富汗.....	18
阻敵攻臺北. 模擬生化戰	
中共整肅娛樂圈. ....	19
慎防影像操弄. 撻伐活摘器官	
郭婞淳舉重奪金. ....	20
戴資穎首闖羽球世錦賽. 獨攀馬特洪峰	
瞬間浪花之美 .....	21
獨特風味葡萄酒. 草編自娛娛人..	
原物料的節約使用.....	22
牛糞充電電池. 一歲童捐腎	
堅定信仰現奇蹟.....	23
果販為家鄉建學校. 施恩勿念受惠莫忘.	
我們彼此相依.....	24
愛面子. 為阿富汗求平安	
熱愛工作. 求職碰壁自救 .....	25
謹慎書寫履歷 人際慢熟的小蝸牛.	
令我回味的仙楂糖.....	26
環保小志工. 浴室常保潔淨.	
 <b>媒體報導</b>	
修德成就了長今 沉默的呼聲 奇異恩典	27

# 南投縣品德教育結合讀報教育計畫

新三才文化協會為推動「讀好報得好報」活動，特訂定「南投縣國中小學品德教育結合讀報教育」計畫，函送南投縣教育處於99年10月19日公告，序號：34276在案。茲為擴大實施對象及增加活動項目，修訂辦理。具體方案列於次：

## 一、依據：

- (一) 教育部 95.11.03「品德教育促進方案」
- (二) 教育部「國民中小學九年一貫課程綱要」。

## 二、實施目的：

- (一) 培養學生反省、思辨及實踐品德的能力。
- (二) 營造優質的「品德本位校園文化」學習環境。
- (三) 結合社區資源，推動學校法治教育。
- (四) 增進教師落實品德教育的能力。
- (五) 結合學校、家庭與社會，發揮社會教育的功能，提昇全民的道德文化素養，建構學生國際視野、增進對世局應變能力，共創祥和社會。

## 三、辦理單位：

- (一) 指導單位：南投縣政府教育處
- (二) 主辦單位：社團法人新三才文化協會
- (三) 協辦單位：南投縣各級學校、各基金會協會
- (四) 承辦單位：有意願辦理之各級學校、大紀元時報

## 四、實施內容：

實施策略	執行項目
1. 推動讀報教育	研訂品德教育結合讀報教育計畫
2. 宣導讀好報	讀報期間，每學期四個月(3~6月、9~12月) 以品德或正向報導的好報供師生閱讀 將讀報活動融入品德教育
3. 辦理讀報教育研習	規劃品德教育與讀報師生講座研習 加強師生品德觀念並身體力行
4. 實施品德教育與讀報活動	讀報心得徵文活動 推動品德教育親職活動
5. 讀報教育成果發表	讀報心得分享，並選登於大紀元時報 學生讀報剪貼作品分享 大紀元時報彙編專輯，分送各相關單位

## 五、預期效益：

- (一) 透過讀看報紙、動畫，知道敬天重德、尊師重道的重要性。
- (二) 藉由時勢新聞、寬廣資訊，有助讀者的國際觀，幫助思辨與分析能力。

六、經費來源：匯集各方認同閱讀好報之公民營企業團體、社會人士贊助大紀元時報之經費。

七、各校得參酌上述執行項目，並配合本位課程擇定幾項推動實施。

(南投縣政府 105.08.31 府教社字第 1050183427 號公文)

## 讀報心得：黃明志堅持音樂自由

南崗國中許媛媛

指導老師：黃思純

黃明志身兼歌手、導演、網紅等身份，新作品上架，由於歌詞大多帶有諷刺小粉紅及中共政治狀況的意味而為人廣知，歌曲發布後迅速走紅，不到一星期就突破一千萬觀看人數。時常在爸爸車上聽到《玻璃心》這首歌，歌詞讓我覺得非常幽默有趣，看到報刊新聞，就細細閱讀，想要對黃明志有更深的了解與認識。



《玻璃心》以輕鬆的方式傳達出「中國境外的人不小心就辱華，也不知道為什麼辱華就被出征的心境」讓外界更了解中國極權專制的狀態。黃明志透過唱作藝術表達對這個世界、社會的看法，雖然《玻璃心》爆紅十分受歡迎。但因隱喻中共小粉紅到處出征的現象，涉及到中國（中共）的禁忌話題，遭中國大陸的影音平台將其作品全面下架、禁播，在新浪微博的帳號也被封禁。

黃明志接受採訪時談及「當他們越敏感的時候，我們更要去這些東西，讓大家知道這個問題是存在的。如果他越打壓你，你越收的話，那有一天，遲早會打壓到全部人頭上的，當大家都不敢講的時候，遲早會到你頭上的」。

黃明志說台灣是他的第二個家，給了他無拘無束的創作自由環境，生活上的大小事都能變成靈感，不怕被限制，當你這樣想的時候，你的靈魂就自由，就不會有任何靈感枯竭的狀態。近年來中共「戰狼」形象惹怒全世界，各國公眾人物言行稍不合小粉紅心意，就遭抵制報復，難道為了中國市場，只能忍氣吞聲，將自由人權噤聲？不，黃明志就是最好的例子，現在已有越來越多人「覺醒」，對中共惡行惡狀不再沉默。

## 讀報心得：換個位置

大成國中伍雅潔

指導老師：施欣萍

爸媽帶小孩到遊樂園玩，那天很熱，小孩自己進去玩，媽媽則坐在一旁咖啡杯遊樂設施上。咖啡杯只有部份在陰涼處，其餘都在陽光底下，不久風把媽媽坐的位置吹轉到太陽底下，於是媽媽移動咖啡杯再坐上去，再被吹轉又下去移動咖啡杯。爸爸說：「為什麼不直接換坐到陰涼的咖啡杯座位呢？」媽媽恍然大悟，樹蔭是固定的、人是活動的，茶杯轉動，人如果相應動一動，同樣可以留在陰涼裡的。媽媽在上上下下忙碌的過程中，絲毫沒意識到自己的可笑。



俗話說：「山不轉，路轉；路不轉，人轉；人不轉，心轉。」外境不轉時，心念轉一轉便豁然開朗。煩惱不斷是人生的真實，生活中有很多情非得已的事，就算我們再努力也無力改變，這時與其鑽牛角尖，不如放下執著！有些看似不可能的事，只要心境一轉，逆境也能變成機遇，只要在心裡學會轉彎，就能發現很多不一樣的事物！

執著在某些時候真的要放下，不然一直執著，什麼都沒有，執著了不是該執著的是負擔，放棄了本該放棄的是解脫。懂得見好就收，結局就是「好」，太執著的人往往過盈而虧，沒有甚麼好下場！不要執著，人生有很多不如意，世界不會迎合你，地球不是為你轉的，所以不要執著於擁有，連我們都只是紅塵的過客，生是赤條條的來，死又能帶走什麼呢？

## 讀報心得：馬療法緩解情緒

福興國中曾沛穎

指導老師：陳志源

疫情爆發後，美國患心理疾病的人大幅增加，就有用「馬療法」來幫助人們恢復健康的機構。客人僅通過傾聽馬緩慢而有節奏的呼吸聲，感受馬的溫暖，專注於當下發生的事，這像一種舒緩、平靜的活動，有助於人們降低心率和血壓及減慢呼吸，真是讓我大開眼界。



我一直認為緩解焦慮情緒，要靠自己克服，不然就是看心理醫生，從來都沒聽過「馬療法」，這麼新奇的詞彙。心中也產生了疑問，馬到底要怎麼緩解人類的焦慮？仔細看報導，才知道馬是通人性的啊！牠們不懂語言，卻可以從人的肢體動作，看出我們的心情，並且做出反映。這讓我感到好溫暖，人畜彼此完全不同，卻能了解對方、安慰對方。

佛羅里達州國際治療馬術專業協會，啟發「馬治療計畫」的執行長說：「馬活在當下，牠們不在乎10分鐘前發生了什麼，或者10分鐘後會發生什麼」。我竟然有點羨慕牠們了，馬一定活得比人類開心多了。人總是會對過去的時事感到後悔，對未來感到不安，時時揪心，反而沒看到當下身邊美好的東西，這就是一個正常人會有的情緒。現在的人如果甚麼都不管的活在當下，反而讓人覺得比較奇怪，但我想偶爾學學古人說的「車到山前必有路、船到橋頭自然直」，那麼日子會更輕鬆。

## 讀報心得：全然的信任

浦雅國小林育陞

指導老師：邱舜桃

北一女全盲生林立翹參加高一帶動唱比賽，帶動跳的每個動作都努力做到位，獲得滿堂彩。如果不告訴大家她是全盲生，我想大家一定不會發現她的與眾不同，而最令我感動的是，當作家採訪她，會不會擔心在跳舞過程中撞到其他同學呢？



而這位全盲生回答說：不會，因為我信任我的同學！這句話簡單而有力量，我雖然不是她的同學，都因為這句話而感到熱淚盈眶。這是跟同學們有著非常深厚的情感與信任，才會說出的話！我相信她的同學們也都是非常體貼她的，才能讓她如此全然的託付！

我曾經玩過蒙眼的聽聲辨位抓人遊戲，依然記得那種不安全感，雖然場地空間很小，但是當我的視線被完全布條遮住時，我雖然可以分辨出聲音的來源方向，但要跨出步伐去抓人，還是好害怕，因為，我不確定我的前方是否有障礙物，即使知道沒有也還是非常害怕。有一次，停電時一片漆黑，是在最熟悉的家中，我也會因為黑暗異常的害怕。我實在很難想像，一位全盲生能夠跟大家一樣帶動跳，雖然她的舞步有的時候也會左右邊相反，但是，完全不影響她的表演精神！影片還是引起了超過萬人的迴響。

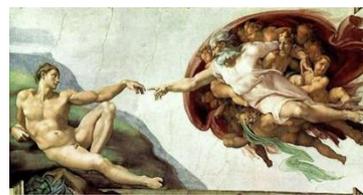
林立翹不將自己的缺陷當作藉口，反而更加努力要做到跟大家一樣，不論唱歌、跳舞、日文、游泳都有優異的成績！非常令我敬佩！！

## 讀報心得：米開朗基羅的毅力

竹山國小黃斐靖

指導老師：吳秋薇

米開朗基羅出生於 1475 年，是義大利文藝復興時期的畫家，在梵蒂岡宮殿內的西斯汀禮拜堂，繪出《創世記》穹頂畫，及壁畫《最後的審判》。從神的開天闢地，神與人之間的誓約到人類的墮落與未來救贖，宏觀的註譯了宗教本身的意涵，並串聯成偉大的宇宙史詩。



他在繪圖期間，不僅要構思圖案、克服作畫的困難，還要應付他的對手、試圖玷汙他的名譽，處理兄弟去世、弟媳起訴要求還嫁妝等家庭及疾病、金錢等問題？真是又苦又累！想想看、繪製天花板壁畫多麼艱辛阿！必須爬上高高的腳架，站在那、頭向後傾斜來工作，每天需工作到很晚，導致以後的視力受損。忙累了、全身酸疼的回到家，卻要聽另一半和你抱怨錢的問題、還要處理孩子的不受教。在這樣的環境下可以堅持 15 年，真的在考驗他的心性，這就是他偉大之處。耐力與毅力完成西斯汀天花板壁畫時年僅 37 歲，之後他又活了 51 年。



我們在生活中，遇到苦難掙扎時覺得很苦很累、活著毫無意義時，那是想逃避把苦難放大了。從米開朗基羅的故事中，我體會到想要取得偉大成就，就必須願意犧牲舒適並忍受艱辛，解決困難的過程，都是在幫助自己了解真實的潛力。

## 讀報心得：不努力一定不會成功

大成國中李宜芳

指導老師：許淑君

以前我對登山沒有興趣，也不會去關注登山的文章。但讀了大紀元刊的文章，登山忽然有點「色彩」出現了。作者因為疫情的關係，無法出國旅遊，就安排爬山的行程，因台灣高山上的景色不輸國外，之前也有很多外國人專程來台灣爬山，多親近大自然，也讓生活更加豐富。



登山不但可以訓練堅持與耐力，還能與大自然親近、呼吸新鮮的空氣。山友能住在由林管處管理的山屋，可以遮風擋雨的，也能減少意外的發生。作者提到有些較偏遠的山屋沒人管理，很髒亂。作者呼籲山友務必要把垃圾帶走保持清潔，讓下一位山友有乾淨的地方休息。也提到：登山途中看到霧霾，表示臺灣的空氣已汙染到一定的程度了！這件事值得我們好好省思？在高山上，空氣清新，視野遼闊，可是往山下住屋處一看，卻看到霧霾罩頂，真的令人感到擔心害怕。

這讓我心生警惕在享受時，應該要設身處地替下一位使用者著想？讓我了解了登山的意義，在登山的過程中，就好像體驗了人生，面對困難要用何種態度來應對！一步步堅持往上爬，登頂後就會發現原來自己是做得到的。我學到：「努力不一定會成功，但不努力一定不會成功。」學到人生的價值觀，學到面對挑戰自己要有永不放棄的堅持。

## 讀報心得：媽媽的信心和善念

南崗國中林柏程

指導老師：李曉昀

盧戈出生時患有莫比烏斯綜合症，不能微笑、皺眉、移動臉部，不能眨眼。出生時畸形的臉有個凹陷下巴、帶蹼的小手。需要打石膏將腳向外翻，需手術分開手指。但做媽媽看到的是「如此快樂和可愛的孩子」



伊麗莎回顧做媽媽的最美好時刻，就是盧戈接受三年的語言、進食、職業、物理的治療期間做一個慈愛的媽媽陪伴在他身邊。每天 14 小時穿著醫鞋，是個挑戰。看到他「在做自己的同時，茁壯成長」，保持耐心，所有這些掙扎都是暫時的。讓盧戈知道生來就與眾不同，他很特別、很獨特，與當今社會中的任何其他一樣重要。



兒子患有罕見疾病，母親也從一開始的震驚、悲傷到後來的耐心撫養，雖然兒子無法微笑和做其他的臉部運動，也知道兒子的未來可能會發生很多事，但做媽媽的沒有放棄，用信心，善念慢慢教導，讓盧戈從認知上的遲緩到理解力越來越好，讓穿著醫療鞋的挑戰變成生活的一部分，一切治療都是暫時的，讓兒子走出陰霾，把自己和社會中的每一個人畫上等號，和其他人一樣都是千金不換的寶貝。

我看到一個願意捨棄一切的超人媽媽，耐心的照顧和教導能治癒受傷且弱小的心靈，縫補那一顆被惡言相向所劃開的心靈。我想我媽媽一定像伊麗莎一樣，要我對未來充滿希望。不管面臨什麼困難，都要用自己的方式去克服。

## 讀報心得：肯定與支持

彰德國中林姝璇

指導老師：鄭伊玲

我們常覺得安靜的人很孤僻，會用異樣眼光看待他們，或者想改變他們，真的需要改變他們嗎？其實世界上少部份的人內向喜歡安靜，覺得別人沒法理解他們，所以避而不談，對他們來說寧靜就好像一片玻璃般，而你卻拿著棒球棍，將它打破。

我自認非常健談，但遇到很安靜的人時，我並不會想要打破他們享受的寧靜，而是默默在他身邊觀察他，看令他感興趣的事情是什麼，耐心的觀察，趁機說出自己內心真正的想法和他搭起話題，會發現他也是可以滔滔不絕的和我聊天。



透過和他們談心，給他們肯定支持，建立自己的價值。其實內向的人心裡世界很豐富，或者他們更喜歡思考，而思考就需要一個安靜的空間，這種人真的沒必要試圖改變他。所以說安靜不是等於沒有自信心，常因為否定他們的想法，才會造成他們之後不再和別人訴說自己的想法、不與他人交談，只和自己的內心交談。

每個人都有不相同的性格特徵，才造就了這個多姿多彩的世界！我們不需要試圖改變他們，他們並不奇怪，只是我們並不了解他們，我們需要做的是時常肯定與支持他們，而不是改變他們。

## 讀報心得：我是上帝的奇蹟

南崗國中陳亭均

指導老師：張欣仔

上帝是大家敬仰的神明，當我們有迷茫的時候，誠心誠意的祈禱，就會得到他的幫助，就像來自烏克蘭的娜塔麗婭。11年前，懷有女兒的她，在醫生的告知下，得知孩子的腎臟長滿了囊腫，腹部腫脹，膀胱看不見。可以期待的「最好結果」是活著生下來，但會很痛苦。醫生和家人都勸她去墮胎，她沒有聽從反而轉向了她的信仰尋求指導。

《聖經》中路加福音 1:37 寫到『對於神來說，沒有不可能的事。』因為嬰兒的腹部很大，所以剖腹生產。出生後安娜沒有死。也不需要一輩子待在病房裡，只被要求每週進行尿檢。這就是相信上帝所發生的奇蹟。

值得我們學習的是新媽媽的信念，學會相信奇蹟並期待奇蹟。即使在艱難的環境下！安娜是個害羞、安靜的孩子。兩歲開始學走路，但很快就像她母親所夢想的那樣，愛上了讀書和繪畫。如今安娜 11 歲，她會畫一些令人愉快和目不暇接的畫，陳列在醫院的兒童病房裡。在她的作品展上，她選擇了「我們為生活祈禱，我們為創造而生活」的口號。安娜的故事記載在烏克蘭語的書《別胡說！我是上帝的奇蹟》，不久將以英文出版。



## 讀報心得：自我訓練能力

彰德國中沈宜庭

指導老師：林郁娟

每個人在生老病死的過程中，一定會經歷手上的拿著自己的履歷到企業公司應徵。如何讓自己的履歷減少出錯率？讓自己的履歷脫穎而出，就成為一件非常重要的事情。

到一家完全不熟的公司面試時，務必先仔細閱讀徵才內容，並且注意企業的要求條件和細節。不要粗心的求職信僅寫姓名和電話，忽略了個人服裝儀容、沒看清楚徵才內容，就投履歷而後表示無法接受條件等等，一時的疏忽、可能是重要細節，因此失去工作機會，還造成雙方耗損時間的結果。

很多人因為緊張丟三落四的，在面試前寄了求職信後又要補資料，這些小插曲往往會影響人的形象，令面試官對他的評價變低。怎麼樣才能提升被面試官青睞的機率呢？其實只要平日細心準備並且練習好口條、眼神及內容的表達方式，就不用怕 NG 的機率大。

每個人都有經歷艱難找工作的過程。誰沒有失敗過呢？知道自己缺失並努力改進，一定可以成為最閃亮的求職者。現代的社會競爭很激烈，要讓自己在職場之中發光發亮真的很不容易。求學階段的我們可以模擬提早準備。自我訓練能力，參加學校舉辦的朗讀比賽練習膽量，多寫作可以練習文筆，平常走路可以練習走姿和站姿，時時刻刻，隨處隨地都能成為練習最佳時機和場所。



## 讀報心得：白手起家美國夢

南崗國中楊欣語

指導老師：曾月賞

羅馬尼亞的21歲年輕人遠赴美國追逐夢想，當時身上只有祖母給他的500美元而已。英文不好，搭乘計程車錢就用掉約100美元，餘款僅能睡公園板凳、買1美元餐點來吃，過得非常辛苦，但想辦法打工賺錢，努力生活下去，隨著英語的進步，也取得房地產仲介的證照、嘗試在網拍平台販售產品，不斷嘗試新事物，從來不怕失敗，如今已擁有許多亞馬遜和沃爾瑪的網上商店，成為大富翁。



年輕人將學習當成人志業，也願意幫助別人，他說：「她們臉書上的快樂讓我更努力的為他們工作。」常常提供資金給別人做投資，讓別人也可以達到財富自由的目標。看出他能站在別人的角度思考。我覺得他能成功是因為他不怕失敗，有毅力絕不放棄。他永遠感激當年給他五百美元的已故祖母。感謝生命中曾經幫助他的人，他說：他們都是我生命中的貴人，在我需要的時候拉我一把，沒有他們就沒也現在的我！

看了文章，我很汗顏，必須改掉受挫就放棄的習慣，俗話說：「有志者事竟成。」這位青年追逐他的夢想，憑著五百美元在美國闖天下，不怕苦，不怕髒，有恆心，有毅力，最後白手起家，成了大富翁。他那堅持的正念、永不放棄的精神，值得我學習。

## 讀報心得：思念是一種幸福

彰德國中胡祐禎

指導老師：陳郁芳

在台南前往關子嶺的山路上，有位老伯伯在販售自家種的芭樂。賣了20幾年了的芭樂，不論是珍珠、紅心、帝王、香水等芭樂，都是用牛奶奶發酵的液肥澆灌的。芭樂的菸鹼素、葉酸含量都高於蘋果，維生素C更是蘋果的65倍！是非常健康又低熱量的水果，含膳食纖維，吃了有飽足感，所以很適合減肥時當作零食。



種植芭樂的那片土地，是當年林阿伯和妻子省吃儉用買下的，想到妻子早逝，無法和他分享往後幸福的生活，就有說不盡的嘆惋。對芭樂的情感，其中有著對妻子數不盡的思念！我覺得思念是一種幸福，不論你想念的是人或事物，只要能讓你想起她，在做那件事時，應該是非常開心快樂的事！

想起我小學三、四年級時，大家一起在教室外的花圃上種植向日葵的场景。我們天真無邪、毫無煩惱的笑容，就像綻放的向日葵，朝著世界的光放肆地笑。但是升上五、六年級後，大家就因為分班、轉學等因素分開了。那教室外的向日葵呢？它陪著大家過完暑假後，就被學弟、學妹們剷平種植其他的植物了。那株植物也會給學弟、妹們留下一個美好的回憶吧！就像向日葵一樣，在我心中已不再只是向日葵，而是我和小學同學們純真的笑與回憶。

## 讀報心得：挑食孩子的最愛

南崗國中林宥辰

指導老師：張欣仔

對付挑食小孩的方法就是煮他喜歡的料理。義大利麵是許多小孩都愛的食物，但是加入了菠菜後，他們還敢吃嗎？當然是敢！報刊美國明星主廚做了「鳥巢義大利麵」，加了菠菜，小孩子看到綠的東西便問：「這是什麼？」機智的主廚說：「這是舖在鳥巢裡的草喔！幼鳥舒服又安全。」這讓小小孩感受到愛的溫暖囉！



弟弟小時候什麼果汁都不喝，只對西瓜汁「情有獨鍾」。有一次，奶奶帶我和弟弟去淡水玩，在漁人碼頭的路上有移動攤販，有賣魚酥、鐵蛋、阿給、甘蔗汁…印象中最深刻的是，奶奶買了甘蔗汁給我們喝，我毫不猶疑一口喝下去了，而弟弟怎麼說都不肯喝，最後奶奶使出了絕招，說：「這是西瓜汁啦！不喝拉倒喔？」誰知道一聽「西瓜汁」，弟弟二話不說就把他喝光了。長大後，弟弟已不記得這段往事，這件事讓我知道，有時權宜之計也無可厚非。



其實「挑食」是自己要面對的，因為沒有人能幫你吃。每一個人一定都有不喜歡的食物，你可以選擇面對或逃避，這裡有兩個你可以試試的方法：一、請大人幫忙，記得找一個「嚴厲」的人呵！在他的堅持下，你一定可以把不喜歡的食物吃光。二、打碎或打散並放在味道香濃的湯裡。俗話說：「眼不見為淨」，真是一大真理呀！

## 讀報心得：學會與正念相處

大成國中江寬睿

指導老師：石嘉程

因為對世界的好奇、為了夢想，我們離開了原本的舒適圈，這時可能會感到恐懼、害怕，就會產生依賴他人的心。不僅浪費大量時間，也錯過了許多現在正在進行的事情，但是「我們只有『現在』」要吸取教訓學會獨處，先好好愛自己，再去想別人對自己的愛！唯有自己一切準備就緒，方能放膽去愛，而非自己覺得寂寞，才想找個人愛。



我喜歡一個人獨處，覺得一個人很好，可能因為我是獨生子、也可能是個性，看完文章後，我在想，是不是每個人內心都有一個洞、一個需要他人來填補的洞，這樣其實是最危險的。因為某天可依賴的那個人突然離開了，你失去依靠，就像房子失去柱子般可能就倒了！

我們不見得有能力改變現況，但絕對有能力改變心境。每個人的內心都有股力量，這股正念的力量可以幫我們面對恐懼。當你的心境是健康的，正念思考問題時，你的身體也會受到影響。它就是一股推動你向前的力量。心境往往是最重要的，它控制了你对事情的觀點，更可能影響你的思想，以健康、正向的角度看事情，很重要。長久的孤獨並不好，但學會享受孤獨也是一種快樂，事情有很多面，換個角度看事情，也許會看到不同的風景。

## 讀報心得：OMICRON 來勢洶洶 南崗國中 柯妘真 指導老師李曉昀

OMICRON 至今皆突破性感感染，雖然病毒量偏高，但現階段都能在入境後及早驗出，沒有爆發嚴重危機，但絕對不能掉以輕心，目前在歐美國家，每天都是發生幾萬例，如果我們防禦沒做好，這樣的情況也可能在台灣發生，指揮官陳時中呼籲，居家檢疫應落實一人一「室」。



從去年二月開始，疫情不斷的升溫，降溫，反反覆覆，中間也包刮病毒變種等問題，讓人生活過得心驚膽戰，回想去年暑假前那段生活，學校實施線上教學課程，不能天天到學校和同學見面，也不能實際與老師互動上課，只能待在家裡面對著無趣的電腦，上著課，聽著熟悉的聲音，思念著老師與同學，也不知道這種無奈的生活還要過多久，還好身為體育班的我，每天還是遵循教練給的訓練菜單，和同學一起線上練體能，才讓我撐過那段容易讓人焦慮的日子，我真的不希望這種日子再捲土重來。

接下來快要過農曆新年了，返鄉的人數會爆增，居家檢疫一定要落實，遵守「足不出戶，」原則上一人一室，否則就要一人一「戶」，防疫是需要大家一起配合與自律的，千萬不要心存僥倖的心態，否則會害人又害己，正所謂，「己所不欲，勿施於人」，每個人應當做個防疫的小尖兵，時時刻刻互相提醒週邊的家人與朋友，一定要記得「勤洗手」，「戴口罩」，非必要時不要群聚，這樣就會降低疫情的傳染，相信大家謹遵這些防疫原則，台灣人民一定可以過得平安、健康、無憂，大家一起努力吧！也祝大家過著沒有疫情大散的好年。

## 讀報心得：陸快遞動物 成防疫漏洞 大成國中莊雅涵 指導老師：許淑君老師

看到標題〈陸快遞運送動物 成防疫漏洞〉，讓我非常驚訝。描述中國大陸的「寵物盲盒」，收貨者不知道會收到什麼樣的寵物，尋求刺激感。把動物當成商品，放進完全密封的盲盒內，會被悶死，真的活下來，也不知身上有沒有傳染的疾病。最糟糕的是，買家可能因不滿意品種而隨意丟棄，使流浪動物增多，還可能造疾病的散播。



中國四川省快遞活體「寵物盲盒」引發輿論關注。所謂的「盲盒」，最初是把各種不同的小玩偶隨機放進盒子裡密封、銷售，而消費者在購買最後打開盒，才能知道是哪一款玩偶，用以激發消費者好奇心、促進銷售。後來，盲盒裡的商品擴展至餐飲、美妝、圖書、文具等；近年來更發展至把活體動物封裝、銷售。每隻小動物就是一個生命，把生命當成貨品，其實真的滿缺德的！為了滿足自己的快樂，造成動物的痛苦、死亡，「己所不欲、勿施於人」，這一個基本的觀念，應該適用於每一個生命，這個寵物盲盒的出現，就是一種都是對於生命的不尊重，是不應該存在的商品。

喜歡養小動物，可用領養代替購買，希望中國大陸的政府能正視這個寵物盲盒的問題，將有關動物的保護法律建構更完善與周全。更要落實對生命最基本的尊重，給動物們一個最起碼的保護。根據《動物防疫法》，動物和動物產品的運輸，必須有檢疫證明方可託運和承運。特別是當前人畜都可能被感染的中共病毒（COVID-19），用普通快遞「盲盒」運送，往往會繞過這些規定，形成檢疫缺口。

## 讀報心得：防疫做好生活才會好

大成國中王字鈞

指導老師：許淑君

「逛夜市沒戴口罩開罰—禁試吃」、「百貨啟動人流管制—餐飲業者須加裝隔板」、「落實實聯制」、「內政部：宗教活動請暫停」，由於新冠肺炎疫情延燒，防疫的規定公布，讓我打心底希望大家能徹底遵守，讓台灣這個防疫優等生繼續下去。



在疫情不斷延燒時，唯有戴口罩勤洗手，維持個人衛生良好習慣，才是防疫最基本的要求。當然出門沒戴口罩者那就是開罰。還嚴禁脫口罩試吃，但在疫情稍稍解封時，就可使用隔板吃飯，讓大家享受外食的樂趣。雖然使用隔板當然也會有疑慮，不過用隔板不外乎就是防止飛沫傳染和享用久違的外食喔，不用關在家裡，相信大家都已期盼很久了！

連去百貨公司也要實行人流管制，避免在空間內有太多的人，這也算是防堵疫情擴散的方法吧！看到這些防疫措施讓我知道，平常我們享受到的日常生活的便利，都不是憑空掉下來的，為了這些日後的便利，現在的防疫工作一定要確實遵守，這樣才會有安全及方便的生活。



在疫情嚴峻時共同防堵疫情，依靠的不僅僅是遵守防疫規定的民眾，還有許多在第一線辛苦幫忙的醫護和警消們，若非他們擋在防疫的最前方，恪守職責，努力地維持台灣的醫療與環境，我們就沒法可安心的過活。最後我想跟您們說：謝謝您們，辛苦了！

## 讀報心得：前世業力和今生疾病

南崗國中林思函

指導老師：黃思純

什麼是前世？說人死後又會再進入下一個輪迴，就這樣一世又一世的經歷下去，告訴我們人的行為影響巨大，你的上一世作為，將會造就這一世的結果。



報導講述從 2 歲起就一直尿床的小男孩，3 歲時父母就帶他四處尋醫，直到孩子 10 歲遇到預言家凱西，對小男孩的前世進行「解讀」。才發現男孩前世的罪業，造成腎臟上被打上了印記，今生必須償還。在治療過程中，凱西讓男孩知道在十六到十七世紀他是英國教會的主教時，總喜歡對犯人實施浸水刑法，將犯人捆綁在池邊蹺板的一端，時起時落的將人快速浸入冷水池中。

找到根源後，凱西請男孩的母親重複：「你是仁義善良的，你總是為人著想，讓大家都快樂，並盡力幫助身邊的每一個人。」這段話正向的意念，啟迪孩子回到真我，找回本源的善心與慈悲。從此男孩不僅性格令人喜愛，對人非常寬容，且熱心公益事業，無私奉獻。

其實世界上真有很多我們不知道的事，就像男孩一樣，他的行為竟然和前世有關連，真的是很神奇，讓我理解到真的有輪迴，只是還沒有感覺、察覺不到。到底我的前世是甚麼？如果有前世的記憶就可以解讀了！只不過我們還沒找到方法。

## 讀報心得：富禪理的經變畫

南崗國中余承翰 指導老師：張欣仔

報紙對經變畫的介紹，講兩千五百年前古印度釋迦牟尼證悟佛法，出現了供人修行的正教。佛教徒奉獻了畢生的心力，從譯經到說法，從立塔到造像，在敦煌石窟內，大師級的繪畫、直觀而強烈的視覺震撼，把純文字的佛經變成了壯麗無比的圖典-經變畫。

在介紹一幅畫時，不只有故事，還介紹繪圖使用的技巧，特色及賞析，如《維摩詰經變》，畫出維摩詰居士樂善好施，不僅向神魔講述佛法，還為執迷塵世的王宮貴族和平民百姓講述佛法。在敦煌莫高窟第 276 石窟，構造簡潔，僅西壁開龕，龕外左、右兩側繪製「維摩詰經變」；南、北壁各有一鋪說法圖，窟頂有二佛並坐圖與飛天像。寥寥數筆，勾勒出人物靈魂，呈現出另一種審美趣味。是「疏體畫」的代表作。

《涅槃經變》畫的是釋迦牟尼佛八十多歲時，預知自己將入涅槃的消息告訴弟子。眾弟子們不同表達哀戚的情態及大弟子迦葉從外地趕回時再現神蹟，佛陀從棺內現出雙足讓其見最後一面的場景。其實是以涅槃相為眾生說法，畫中眾人的表現，恰恰反映出眾生對涅槃的不同理解。



看著二幅畫，回味文章說到的「佛法不是艱深古奧的說教，而是貼近世人同時引導生命不斷昇華的心靈寶藏」。讓我對佛法有新的體會，也對中華傳統繪畫的手法有新的認識，使我獲益良多。

## 讀報心得：被上帝拉出死關

南崗國中吳睿緯 指導老師：張欣仔

「人生太短暫了，不應該讓自己有一分一秒生活在恐懼之中。」這是一位從死門關生還的人--哈利斯對大家的建言，他從來不將任何一天視為是理所當然的。



在他 20 歲的那年，他是一位石油鑽井工，他和夥伴大衛坐上了改變他們未來的卡車。發現煞車出問題，但為盡快將管道送至建築工地，還是繼續開上公路，快到達目的地時，大衛換檔、踩煞車，但是車停不住，眼睜睜地看著車穿過工地，撞飛兩條車道，頭朝下倒扣在路旁的溝渠中。大衛被鋼管從車後插入駕駛艙擊中了後腦勺，哈利斯居然沒有受傷。當時哈利斯筋疲力盡的無法砸開車窗及擋風玻璃，而頭髮已著火，臉也被灼傷，想到「我沒救了」即向上帝求救，「就在那一瞬間，窗戶玻璃爛了，就好像上帝伸手將我拉出了地獄之門。」

大火造成哈利斯有 85% 的肌膚燒傷，100 多次外科手術，在手術臺上死了 4 次。他說：那種痛苦太真實了，必須改變我的人生了。因為在事故前，他既吸毒又喝酒。事故後意識到能夠活著就是一種祝福。在後來的歲月中，他結婚又離婚，還曾經在越野摩托車賽中，跌斷了鎖骨，失去了一根指頭，但他還是覺得自己的人生非常美好，而且沒有後悔過每一天。

我們要慶幸自己，沒有碰到像哈利斯一樣的遭遇，但要學哈利斯的樂觀面對生活、生命，好好珍惜一分一秒，快樂開心的面對每一天！

## 讀報心得：為自由而戰

大成國中黃映慈

指導老師：石嘉程

在中國有數百萬名法輪功學員遭受共產政治的迫害，被拘留的學員不得已投入看守所、監獄和勞教所等場所，遭受酷刑，甚至還有的被活摘器官，種種不人道的行為引起了在西方法輪功的學員的重視。



三十多名來自不同國家的海外人士，帶著各自的國旗聚在一起，呼籲停止迫害，他們來到天安門廣場，打坐在地上、高舉寫這「真善忍」的黃色大橫幅，藉此呼籲中共停止對法輪功的迫害。不久警察把這些修練者押進派出所，面對警察的虐待，他們不低頭，依然堅持自己初衷。二十年後，他們再提起這件往事，瑞典的國際交換生哈科薩洛說「我面臨選擇，在好人受害時要採取行動，聲明我不允許這種情況發生」，說自己並不是英雄，在中國的法輪功修練者才是，那刻我們只是做了我們認為必須做的事而已，希望能阻止迫害的發生。

信仰是支持我們內心世界的東西，可以給於我們心靈上的慰藉，它對我們有正向的影響，好的信仰能給我們道德規範，不應該因為想法不同而去迫害。中共對法輪功的暴行非常不人道，一個人應該有選擇自己信仰的權力，因為思想的不同，而去危及到其他人的性命是如此的殘忍。我們應該要維護能自由選擇信仰的權力，保護它不受政權、外界的影響，為自己的自由努力。

## 讀報心得：北京故宮-陰兵借道

大成國中熊家萱

指導老師：石嘉程

大自然有很多奧秘是人類無法解釋的，也有不能利用科學來闡述的神秘現象。就如在北京故宮常出現的靈異現象「陰兵借道」，所以通常下午五點便會關門，雖經專家研究解釋，但對他們的說法還是有人反對。據說陰兵借道往往都是出現在偏遠無人的地方，由於死亡的士兵，怨氣沒有及時揮散或是有大災難死了很多人，才又看到這些魂魄。是否真有就見仁見智了。



有人相信神鬼，也有人不信邪，認為可以用科學的研究找出答案，相信許多人都都很難斷定哪一種才對。我們常在網路、電視看過相關的影劇，像曾引起騷動的歌曲「掌心」，在錄影時無意間拍攝到窗戶突然的關起來，又像日本女優拍攝時看見了日本武士的頭，光聽就起雞皮疙瘩了，若是親身體驗，恐怕就嚇的魂不附體。

用科學來證實，也需要符合可能性及合理性，陰兵借道現象提到可以看見宮女、太監一閃而過、聽見哭聲。專家認為是宮牆裡富含一種四氧化三鐵的磁性物質，可以記錄聲音因而產生這種現象。我覺得也待考證，如果這牆已經粉刷多次，那四氧化三鐵早已被覆蓋，根本起不了作用，除非唯獨漏刷那個地方。因此不論是科學實證、神鬼說法也都是一個參考。但人都有好奇心！只要是發生在自己身旁的事，都會讓人想要去追根究柢。

## 讀報心得：《魷魚遊戲》現實版的賣器官 南崗國中黃芷涵 指導老師：吳美貴

看到大紀元新聞標題 [現實版的《魷魚遊戲》中共賣器官年賺 280 億]。我覺得很奇怪，為什麼中共要賣器官。看完文章後、才知道為什麼韓劇《魷魚遊戲》，一推出便迅速爆紅，因為其中活摘器官並販賣的情節被指出是當時的中共當局。

我覺得賣器官很殘忍，在《魷魚遊戲》影片中，遊戲的工作人員把還沒死去的參賽者送去活摘器官，再把器官拿去賣掉賺錢。而英國《每日郵報》報導刊人權組織稱：一些囚犯不放棄自己的信仰或是拒絕與警方合作，就受到死亡及摘除器官的威脅。中共每年從 10 萬名持不同政見者和政治犯身上，摘除心臟、腎臟、肝臟和眼角膜…等器官。那被摘除器官的人不是很可憐又可悲嗎？

報導指出政府運作的「按訂單殺人」器官販賣網絡在大規模運作。聯合國人權事務辦事處發表聯合國專家聲明，中共從被拘留的特定民族、語言或宗教少數群體的活摘器官計畫，每年賺取 10 億美元(約新台幣 280 億元起跳)。每日郵報揭露，中共以國家之力進行器官販賣，幾十年來一直有據可查，但北京通過向世衛組織 (WHO) 低報移植數據，來掩蓋其侵犯人權的行為，而 WHO 則被迫接受成員國的官方數據。看了報導覺得真的可怕，盜賣自己人民的器官、天理能容嗎？



## 讀報心得：《魷魚遊戲》反映殘酷的現實 南崗國中鄭梓瑩 指導老師：吳美貴

2021 年韓劇《魷魚遊戲》是在敲響警鐘。對許多人來說，該劇只是反烏托邦的小說，劇情圍繞著一名司機成奇勳展開。他剛離婚又債台高築，和其他 455 個玩家，被邀請參加一檔電視節目，共同爭奪巨額的現金獎勵。勝利者將得到超乎想像的財富、而失敗者將面臨死亡。它反映的是殘酷的現實、人性化的問題，在現實生活中，有數百萬人正被債務侵吞，每天都過著壓力山大的日子。



隨著中國經濟受到各方面的衝擊也影響全球。隨著實際工作人數不斷減少和債務的增加，似乎正接近經濟上的清算。報告顯示，在美國介於 24 至 40 歲的千禧人群有 44% 願意為了享受而負債，所以他們的青春期和成年期會被困在某種煉獄中，這就是自食其果。有一名四十多歲的家庭主婦就說：我們家就感到像「在高空走鋼絲」，她擔心家人「還不起貸款」。我想經歷過債務惡夢的人就清楚，資產上的不安全感會讓人發瘋和絕望、就不會有成功。

長大後的世界也許是我現在無法想像的、人都會有貪念，當然在我們準備進入「疫情後」的世界時，許多人都渴望享受生活，但不要忘乎所以，因為貪念被債務吞食，有時還是買不到真正需要的東西，繼而產生絕望。有債務的壓力都很大，所以我的選擇是先苦後甘，不如腳踏實地的賺錢才能持久。

## 讀報心得：面對世紀瘟疫的省思

大成國中黃詠蓁

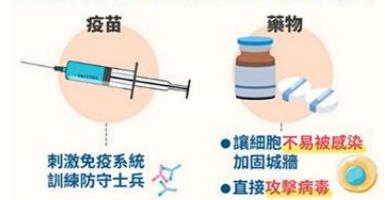
指導老師：許淑君

以前放假大家都往外跑，現在因疫情都在家上班上課，好像又習慣在家的生活了！此外，百工百業也都受到影響，世界上的每個國家都無法逃離疫情帶來的風暴，果真是全球化的世代，牽一髮而動全身。

疫情，也讓我們看到人與人相處的問題。新冠肺炎起源於武漢，所報導開始一直稱為「武漢肺炎」，這樣的名稱讓一些歐美國家歧視黃種人，尤其在美國已經有好多起攻擊華人的事件。同樣的，臺灣最近也因為埃及爸爸帶來最新的變種病毒，造成某些臺灣人對外國人會帶著害怕與歧視的眼光。

病毒真的是超級“厲害”，有形的方面帶來身體健康的迫害甚至死亡；無形的方面，人們因為恐懼它而帶來憤怒、猜忌還有分裂的情緒傷害。全球化關係密切的地球，各國經濟及社會變化，使企業型態、商業模式也面臨著巨大的轉變。病毒一直不斷的在變異，而且變異之後傳播的速度更快，全世界的各種疫苗也都無法完全阻擋病毒的擴散。我深深覺得在這個時候，全世界的人不應該被病毒控制，造成世界更大的混亂。各國若能以自己國家最好的科技與醫藥及大愛的心，一起研發更好的疫苗與治療藥物，相信很快人類就能戰勝這場世紀瘟疫。

### 藥物vs疫苗對新冠病毒作用區別？



## 讀報心得：賣場百貨 疫苗隨到隨打

南崗國中張栗喬

指導老師：李曉昀

我們能在學校打到疫苗，既快速又方便，那大人們呢？據我所知，大家都在衛生所、醫療院所，自己預約施打，但也有些人因種種原因而不施打，如以主觀的角度，我覺得廣設接種站而提升接種率的點子還不錯！但會不會引起群聚還待思考？



很多人覺得打疫苗會使亡，打疫苗還是會感染，所以責怪疫苗是沒用的，進而對疫苗產生種種謎思，其實打疫苗是保護你我、抗疫的最佳方式。為了不讓確診人數暴增，各國管理相關事務的人員，會叫我們「打疫苗」，政府也鼓勵「失聯移工」出來打疫苗，如果被抓到失聯移工的話，就是遣返回國，在這裡我看到的！是人道方面的表現，我認為很好。倘若真的可以在賣場，百貨、隨到隨打，優點是政策的方便性極高，在民間的普遍性也高，缺點就是人多事雜、可能會有群聚感染發生。

「陳時中部長」是我非常敬佩的人物，帶領團隊會解決方案。我國防疫有成，讓世界看見台灣。因為各階層工作人員的努力防疫、抗疫，我們才能復學，才能有自由的休閒空間，我要感謝最熱門的話題人物，對部長說聲：「辛苦了，謝謝您！」

在文章中，我學到要為別人立場想的心態，各階層的每一位角色，都是盡可能的服務大眾，在為大家爭資源，在第一線遮風擋雨，他們很厲害，也很偉大，我們應該要體認這種精神！因為疫情他們的工作負擔變的頗重，小小年紀的我們，若想幫上一臂之力，最好的做法就是戴緊口罩了！少一份自私、多一份包容，攜手營造健康家園！

## 讀報心得：美國撤離阿富汗的省思 大成國中洪維辰 指導老師：許淑君

美國 911 恐怖攻擊事件，造成人民損傷慘重、無比哀傷的歷史。主導恐攻首領潛逃至阿富汗被塔利班保護。於是美國要求阿富汗交出兇手，導致美軍進攻阿富汗，才抓到恐攻首領—賓拉登。試圖安定阿富汗的局勢，防止塔利班再度控制阿富汗，扶植了新的阿富汗總統，不過新政權始終無法自立，讓花大筆金錢物力的美國大失所望，最後由拜登總統決定放棄阿富汗，2021 年 8 月 31 日美軍結束長達近二十年的阿富汗駐紮。現西方武裝力量「真空」的阿富汗新局面，令世界高度關注。

新聞事件讓我知道，國家要富強，不能依賴別人的國家援助，一定要自立自強。阿富汗當家者無法好好管理國家，鎮壓不住境內持續猖狂的恐怖組織。美國總不能扶持一個「永遠扶不起的阿斗」吧！鑒於龐大的軍事成本，基於國家利益考量，最後只好放棄援助阿富汗。



塔利班用武力壓境，雖然可以不靠美國便得以統治阿富汗，但恐怖份子迷信宗教、濫用武力、操勞百姓，卑鄙作為實在讓人嗤之以鼻。取得統治權又有何光榮？就像做人一樣，圖短暫的安逸，依賴別人的幫忙，這不是長久之計。人的生活操之在己，生活要充實有目標，而不是充滿仇恨。要治本，懂得自立自強斬草除根，才是解決難題的方法。

## 讀報心得：威脅下美國保衛台灣？ 大成國中田杰恩 指導老師：施欣萍

隨著中共軍力不斷的擴張，美國也加大了對台灣的支援。同時，中共不斷膨脹的軍事實力，加上咄咄逼人的戰狼外交，要麼是武統台灣，要麼是留島不留人，核平台灣。中共這些行為正在不斷打破台海地區的軍事、政治以及外交上的平衡。這時，美國通過政治和軍事等渠道放出聲音，將會保衛台灣，正是做給中共看。不要僅僅因為所謂的戰略模糊就低估美國保衛台灣的意願。



我個人覺得維持現況最好。為什麼中共要武統台灣？他們認為台灣是自己的，不停的向外說：「這是我們中國台灣省，我們曾經統治過台灣，所以台灣是我們的！」但事實並非如此，他們只是統治過台灣一段時間而已，並非是他們的，加上在甲午戰爭輸給了日本，簽了馬關條約把台灣割讓給了日本。既然要「收回」前朝曾統治的地方，為甚麼不先統治蒙古呢？蒙古是和中國大陸完完全全連在一起，為甚麼不先統治蒙古呢？不但沒統治還讓蒙古獨立了，而台灣卻是和中國隔著海，這樣不是很奇怪嗎？

就算武統了台灣，實質上到底能得到甚麼呢？只是多了一個省，來增加中共的收稅而已。我不願意和中共統一，統一會使台灣的文化會受到約束，會失去中華傳統的文化與自由。美國想要保護我們，是因為知道我們台灣是不屬於中國的，我們台灣擁有自己的文化，自己的社會，不需要的別人來控制，台灣是民主的國家。民主很可貴，是先民流血流淚換來的，中國是共產國家，沒有自由可言的，我們要捍衛民主。

## 讀報心得：臉書 IG 大當機 南崗國中陳伶新 指導老師：張欣仔

臉書、IG 是現在年輕人最常用的社交平台，對某些人來說又非常重要，他們用這些軟體來從事商業交易。2021年10月4日當機近6小時導致35億用戶無法使用。是有史以來最大的網路平台當機事件，甚至連工作人員要進入主機房也困難重重，根據監測網路狀況的設備儀器說，他們收到1060萬件的出包通報，許多發展中國家依賴這些通訊軟體提供醫療保健、教育資源等服務，中斷服務會造成嚴重影響。



我自己也有在使用臉書和IG，所以是非常有感的，時不時就會看一下訊息，結果突然發現不管怎麼打開，介面都是全白的，當下非常緊張，趕快上網去爬文，才發現原來程式有問題的不只我一個，在網路上很多人也無法查看，也因為這件事情，全球大約因為臉書當機，賠了10億，專家也警告，人們過度依賴社交軟體，使得原本應該要出門的東西，例如買三餐，但因為外送平台興起，加上人們的懶惰，出去採買食物的人，也變得愈來愈少了！

現在科技愈來愈發達，人與人的關係愈來愈疏遠，大家都說台灣最多的是人情味，現在也一樣嗎？你是否除了上學上班之外，其他的時間都在家裡？如果是這樣的話，動動你的雙腳，拉近我們的距離吧！

## 讀報心得：無私的愛 大成國中吳恭誼 指導老師：施欣萍

威爾許化學獎的目的是促進和鼓勵基礎化學研究，以實質性方式承認化學研究對造福人類貢獻的價值，翁啟惠研究橫跨化學與生物科學領域，與基因體研究中心研究員馬徽團隊積極開發廣效疫苗，找到超級單株抗體「m31A7」，對抗武漢病毒的能力，較現在全球所有單株抗體療法優越百倍以上。



近來的疫情越發嚴重，有一部份人漠不關心，四處遊玩，但大部份的人為了不增加感染的機會，做著繁瑣的防疫工作，最重要的是各個學者為了疫苗，做出非常多的貢獻，減少休息時間，把所有可能是抗體的材料試了千百遍，有時也許只是徒勞，但他們從不放棄，因為他們要找到正確的抗體，拯救全人類，幫助所有的人脫離病毒的桎梏。

目前的我，正處於水深火熱的國三生涯中，每天大大小小的考試，分秒必爭的生活，常使我覺得受壓甚重，有時想要脫離這樣的日子，打混摸魚去，但是想到許多醫護人員，都是身經百戰，過關斬將，才能取得醫護人員的資格，為人類貢獻自己的所學，而我這點壓力，又算得了什麼呢？我希望能像翁啟惠如此大的成就，為台灣爭取榮耀，使世人看見台灣，讓台灣在世界舞台上發光。

## 大成國中湯雅雯讀報分享：台灣不是阿富汗

美軍 2021 年 8 月 31 日飛離阿富汗喀布爾國際機場，讓美國史上耗時最長的戰爭畫上句號。在塔利班即將重新掌權之際，阿富汗或再次成為國際恐怖主義的溫床。



阿富汗的事件後，中共一邊攻擊美國，一邊想把台灣一起打下來。不過台灣真的不是阿富汗。第一，台灣有自立自強的精神，人民都很團結願意保護自己。第二，台灣民主自由，有著信仰自由、言論自由、免於恐懼、匱乏的自由。第三，台灣經濟科技實力居世界領先地位。第四，台灣奠基在傳統價值與普世價值之上。第五，美國視台灣如同以色列。

我覺得這次的事件原因，有一部份真的是因為阿富汗不團結，而我們台灣算是很團結的國家，人民也很自由，並不會發生阿富汗的那種情形，中共也許把我們想得太簡單了，台灣是蠻多福利的國家，基本上是不會發生這種事，更何況我相信人民都會維護好台灣的。對於這起事件，算是蠻多人關注的，在學校老師偶爾也會提起這個事件，也算一個教育題材，我覺得主要阿富汗的人民真的不愛國，都只選擇逃避，明明就有資源可以戰勝，卻因為害怕而造成這次悲劇，假如他們團結起來，也不至於會這樣，就必須反省一下。

## 福興國中讀報分享：漢光 37 號演習 龔恩弘：阻敵攻臺北

「漢光演習」包括台北關鍵基礎設施防護、台南海灘的阻絕設施設置、花蓮戰術機動及夜間防空攔截，及阻止敵攻大台北及總統府的反突擊作戰等。其中為阻止敵軍由淡水河直攻大台北及總統府，陸軍指揮部動員雲豹甲車進行「淡水河防」操演，在沙灘架設阻敵搶灘的防禦工事，並預置兵力進行演練。此次操演整合警、消及民防組織，形成重層保護基礎民生設施，維護政軍指揮體系正常運行。

指揮是最重要的，如果沒有指揮，整個軍隊就會群龍無首，亂成一團，而重要機房如被入侵，全國就完蛋了，所以策略才會是「外層警戒、中層攔截、核心防護」，不僅裝甲車所載運的步兵下車進行演練，裝甲車也發射空砲彈，來模擬強大火力，展現捍衛國家安全的決心，打仗最重要的是士氣，只要第一個衝後面的也會跟著猛攻，運用強大攻擊震撼對手！讓敵軍措手不及！



## 黃炯融：模擬生化戰

模擬生化戰的「生物疫病軍民醫療能力整合」演習，參演人員克服現場大雨完成爆炸、檢測、除污及傷患後送等項目。醫療能力整合演練場地，在台南市水交社文化園區旁空地，在大雨及爆破聲響中，國軍部隊遭受敵軍生物戰劑武器攻擊情境，而化學兵部隊檢測車輛到場進行環境偵測，再由身著全套防護衣的人員進入現場搶救傷患。



軍方救護車送往檢傷站，經除污、檢傷及緊急處理後，轉由一般救護車送往民間醫院治療。整段過程讓參演人員熟悉傷患後送及裝備除污流程，雖在雨中進行增加演練困難度，證明國軍部隊能力克服天候等環境因素。報導的過程讓民眾了解國軍的實力，讓我們感動。

## 大成國中林允歆讀報分享：中共整肅娛樂圈

連日來，大陸演藝圈風聲鶴唳，多名藝人遭封殺。中共這次打壓娛樂圈明星，可以造輿論、平民憤，又可以收割大筆錢財。中共似乎不喜歡偶像，好像比較忌諱非常深入民心的人，想盡辦法要把他毀掉。



中共這次整肅娛樂圈，打壓他們不喜歡的偶像，是一種很惡劣的作法。用盡方法，毀掉明星，抹掉明星們的影響力。為的就是不讓人民的心跑走，極力造輿論，還能從明星那裡收取錢財。

明星的言行會被效仿，對於許多人都有影響，甚至影響了價值觀。明星的存在，對於粉絲來說，是一種救贖，因為他們影響了人民的行為；對於中共來說，是一種殺戮，因為人民的意識一旦被明星帶走，中共的話沒有人會願意聽。中共把自己當作唯一的神，不准人民敬拜其他偶像，而他們的做法卻是殘暴的，手法是粗劣的。那些遭整肅的明星就像不存在過一樣。沒有人為他們發聲，只希望自己不要受波及，這種中共的「自我中心」思想，已經深植人民的心。

## 福興國中粘芷菱讀報分享：慎防影像操弄

網紅小玉以 AI 深偽技術 (Deepfake) 換臉影片牟利，上百位藝人、網紅、政治人物受害，數位性暴力引發社會關注。換臉深偽技術影片進行科技暴力，連總統蔡英文、民進黨立委高嘉瑜都是受害者。



網路出現將蔡英文臉部合成至溜滑梯女子或戴兔耳朵女子的影片在抖音、臉書流傳，展現了假影片、假訊息的威脅。利用科技造假威脅民主制度，政府研擬推動修法蔡英文呼籲，網路平臺業者關心新型科技犯罪，有責任阻止錯假影像傷及無辜。

深偽技術將知名女性的面容與成人影片合成，並以會員制在社群軟體中提供會員觀賞，已有上百人受害。由於涉及網路性暴力，盤點現行相關法規，僅有《刑法》中散布猥褻物品罪、妨害名譽罪可罰。屬非告訴乃論者，最高僅可處 2 年以下有期徒刑、拘役或併科 9 萬元以下罰金；妨礙名譽罪則是告訴乃論，需有受害者提出告訴，且最高同樣僅可處 2 年以下有期徒刑、拘役或併科 3 萬元以下罰金，刑責相當輕微。依照現行法規處罰確實是太輕了，希望提出草案後，能快速送到行政院審查。

## 福興國中施皓歲讀報分享：撻伐活摘器官

2021 年 9 月聯合國大會召開期間，5 個來自歐、美、亞洲的非政府組織聯合舉辦「反活摘世界峰會」，6 場會議，19 國 38 位專家與會。就中華人民共和國活摘器官的行為，放大了活摘器官的議題，也使更多人撻伐及與論活摘器官的國家。



想到「那個人的血還在流動，那個人的心還在跳動，可他身上的部分器官早已被摘除…」心裡就發毛。中國活摘器官，然後以低價售出牟利，這是一件暴戾恣、不人道且違反了人權的行為。在臺灣活摘器官是違反「人體器官移植條例」的第四條，且強制摘除他人器官之加害人必會受社會大眾的輿論。但在中國，人治獨裁的社會，人民都噤若寒蟬，因此自身權利常被政府羊狠狼貪。

害人之心不可有，防人之心不可無。我們不該去剝奪他人的財富、自由或是伐害他人的身心、迫害他人的安全，造成他人的危險，不要成為這種卑鄙齷齪的人。同時要有警惕心多留意周遭的陌生人，身之髮膚，受之父母，要保護好自己、免得父母掛腸懸膽的，放不下心來。

## 南崗國中謝承宏讀報分享：郭婞淳舉重奪金

台灣之光——郭婞淳勇於追夢，造就了今天的成就，2021年在東京奧林匹克運動會舉重女子59公斤量級，以抓舉103公斤、挺舉133公斤，總和236公斤奪下金牌並刷新奧運紀錄，不只國人興奮，也引起國際關注。



早在半世紀前，國際奧會在中共抗議下，不讓台灣以「中華民國」名義出賽，因此台灣抵制1976年和1980年奧運。1979年，國際奧會通過名古屋決議案，台灣的中國奧會改名為中華奧會，日後須使用中華台北名義參加奧運，不得再使用中華民國國旗與國歌。不論被賦予什麼隊名、飄揚什麼旗幟、領獎時演奏的樂曲為何，我想運動員都樂於為自己的國家感到自豪。

我要學習郭婞淳堅忍不拔的毅力，雖然從小沒有父親的陪伴，曾不斷在親戚間流浪，她卻用舉重翻轉命運，高中開始拚獎金養家，替自己舉起一片天，成為整個家族的榮耀，所有家人因為她每次的出賽而凝聚在一起。在練習過程中曾被一百四十一公斤重的槓鈴壓碎大腿內側肌肉，只能以輪椅代步，而不服輸的信念、自律與愛心正是她重回世界舞台的原因。

## 彰德國中洪紫涵讀報分享：戴資穎首闖羽球世錦賽

戴資穎參加2021東京奧運世錦賽女單八強賽，戰況緊急時，小戴穩住逆轉，終於突破障礙挺進四強，成為我國女單在世錦賽的最佳戰績，打敗了辛度奪下銀牌。印度名將辛度賽後將她擁在懷裡，發自真誠鼓勵，戴資穎表示：「那種真誠的鼓勵，害我直接爆哭…真的太難過了，因為真的很努力了。」



堅強的國手戴資穎真的很棒，總能給台灣新的希望。她不僅是國手，更是很多人的偶像，她永不放棄的精神總能帶給我們振奮人心的感受。小戴歷經千辛萬苦的努力，終於突破了「要求完美陷入自責」的障礙！

每個人都有屬於自己的超能力，而小戴的超能力就是堅持不懈的心念和厲害的運動神經。她讓台灣在國際上被世界看見。我相信不只是台灣人喜歡，別的國家也有很多小戴的粉絲！她的堅持改變了很多人，包括我。她讓我知道堅持與努力可以讓事情成功，我想和她一樣成為世界有名的人，成為一個永不放棄的人。

## 大成國中黃湘紜讀報分享：獨攀馬特洪峰

阿爾卑斯山脈最著名的山峰——馬特洪峰，位置在瑞士、義大利邊境。攀登者忘卻一切肉體的疲倦感，在異常規律的節奏下行進著。頭燈光線打在腳尖，黑夜裡，就像是在跳一支與山的獨舞。感覺走了很遠，不過抬頭看看馬特洪峰，還是那樣遙不可及。越是困難的事，越有吸引力。這條道路，就像是無數前人走出的朝聖之路，攀登者就像虔誠的使徒。前往目標的道路必定危險重重，但唯有能夠面對挑戰的人，才能夠獲得成就感。



光看大紀元報上馬特洪峰的圖片，就能感受到馬特洪峰的宏偉與大自然獨特的美感，那高聳的山峰彷彿一位不可侵犯的女王，不願屈服於那些傲慢無禮的登山者，故意將這些企圖攀爬她的螻蛄逼入絕境，如此高傲的山峰，不論從何種角度看都越看越美。不願與世人分享妳那獨特美貌的馬特洪峰啊！妳是那樣的殘忍卻又讓人無法不去親近妳，妳是多麼的自私，即使我無法認同妳，但我的目光卻也無法離開妳這殘忍又美麗的女王。看了文章內容，我又更加地沉迷於妳那帶有危險氣息的美了。

## 福興國中粘芷菱讀報分享：瞬間浪花之美

澳大利亞攝影師伯吉斯，用獨特的視角展現浪花特有的美感，彷彿浩瀚的大海也有自己不同的情緒，尤其是在日出和日落時分，他用手中的相機記錄下海浪與光線交相融合的精采瞬間。

海浪的起伏難以受到人為的控制，拍攝過程一不小心攝影器材就會被海浪捲走。經常冒著危險在原地蹲守很長時間。真的讓我們感受到成果的可貴。正是伯吉斯的堅持不懈，我們才能看到這些光影與海浪交織互動的驚人之美。

大海時而寧靜，時而奔放，時而簡單純粹，時而色彩斑斕，雖是靜態的畫面也展現出大海所蘊含的無窮無盡的力量。拍攝的浪花，擁有形態各異的姿態，連色彩上也顛覆了我們的想像。大海所擁有的並不僅僅是蔚藍，還彰顯不同情緒的濃墨重彩。感謝攝影師傳遞大海所蘊含的豐富感情，能讓我感知人類有多渺小。



## 南崗國中李宇翔讀報分享：獨特風味葡萄酒

歐洲東南部的克羅地亞有兩個酒莊，在亞得里亞海海面下 20 米處，陳釀 700 天釀製出獨特海洋風味的美酒，在 2021 年度美國葡萄酒大獎還贏得了兩枚金質獎章。售價 100 歐元（約約新台幣 3158 元）。而一般的 Navis Mysterium 才賣 35 歐元呢。

美酒是結合潛水和釀酒熱情的產品。從探索水下壓力和溫度、再到研究酒的合適放置位置，反覆試驗找到適合的地點，全年須保持 14 到 16 攝氏的恆定溫度。還找到能承受這種 20 米深處水壓壓力的瓶蓋，使用塗有三層蠟的特製葡萄牙瓶蓋，以及「比利時專門製造的特殊塗層」，才免受海洋電流影響。紅酒要保存在黑暗中，在海中存放的 700 天，每 15 天需潛入水觀察，瓶子要保持靜置；還必須確認瓶底朝向海面，真的很不容易。

要完成一件事，都沒有我們想的那麼簡單！總以為大人們想做甚麼就做甚麼，多自由！而我們做孩子的，到處被限制不能為所欲為。其實高山還有一山高，大人們的辛苦，是為了找到好工作能賺更多錢，就如學生想讀好學校，為升學而準備，我想欣然以對比抱怨拼命的想法要自在的多？



## 福興國中莊淳羽讀報分享：草編自娛娛人

在過去農業的年代裡，一片葉子就可以編成一隻栩栩如生的蚱蜢。草編蚱蜢不僅拙樸可愛，且生動有趣，深受大人與小朋友的喜歡。老一輩的人總在農忙閒聊之餘，將隨手可得的葉子，編出一些可愛的造型，作為孩童的玩具。

從簡單的「手作」培養小孩手腦並用，5 歲時，媽媽就教他用芒草做成生活中會用到的牙刷。比買現成的玩具更能刺激頭腦的思考力。林三元從高科技產業闖進了草編世界，就是想認真找回母親年代的手藝。讓孩子完成有趣的玩具，除了訓練孩子安靜下來，還把童年變得生動又活潑有趣。就像日本、德國他們從小培養小孩「手感做的細節」。讓孩子從小做摺紙，在玩樂中學到作業程序。

多數現代人喜歡滑手機，無論上課、坐捷運、公車、走路都在滑手機，或許已無法像爺爺奶奶那一輩可以在鄉下隨手捻來芒草、稗草做童玩，但是可以學學林三元老師在都市裡以草編自娛娛人唷！



## 大成國中蕭家瑄讀報分享：原物料的節約使用

中經院指出原物料價格指數飆破 90%，應重視物價警訊。上漲只是先鋒，探一下路罷了，起不到很大的波瀾，但假如我們不去做任何防備，那麼將會在不久的將來讓我們明白，末日已經一步步的向我們走來。



台灣沒有颱風降雨量少，導致物價上漲。最近去逛福利社一飽口福時，總會發現，商品價格又上漲了！讓我不禁感到害怕，對於食物也越加珍惜。我明白，生活中渺小的不平常，會有多麼的嚴重！應該反思，未來該怎麼辦？因為有些原物料只會越來越少，價格相對就會提高，這只是往最好的方向想，如果再長遠深思的話，就會知道我們還有地球暖化的問題。

地球暖化導致了原本易取得的原物料變得跟珍寶一樣稀有。當然，同學會說：「我們有減塑啊！我們都用紙袋代替塑膠，而且紙袋是可再生利用的！」用紙袋當然比用塑膠袋還環保，但其實塑膠的出現，就是因為紙袋不夠用了，樹快砍完了，才有了塑膠的誕生。現在不是本末倒置嗎？現在是要減塑而使用紙袋。所以重點不是材質，而是如何利用，不管是何材質，我們都應發揮它最大的使用價值並節約使用。

## 南崗國中劉宥辰讀報分享：牛糞充電電池

牛糞!利用牛糞來發電，這個方法我想破頭也想不到？大紀元時報報刊：利用沼氣來發電，還真的滿特別的!講述英國的一家乳製品公司 Arla，他們為了解決英國的能源問題，想利用牛糞的沼氣來做再生能源，和一家電池公司 GP 攜手合作，決定把牛產下的牛糞，經過處理後，能當做火力發電的原料，打造出能重複使用的「牛糞充電電池」。



利用「厭氣消化」的方式分解沼氣，並把沼氣淨化後燃燒產生電力，然後再製造成可充電電池。一頭牛可產生的電力可供應三個家使用一年，所以可以想如果有一大片農場的牛，產生出來的能量有多麼驚人。除了牛糞可以發電，那養牛的農夫還可以利用此機會發展商機，製做過的副產品能作為土地施肥的天然肥料，從而達到生態循環的部份，真是一舉三得啊!

為了全國的溫室氣體減量的議題，各國都有不同的方法，但是英國的牛糞發電是很特別的，他們用不起眼的東西來發電，讓我覺得驚訝又佩服，把畜牧業現代化，除了增加農民收入，還有助於全球能源多元化的發展，從這篇報導中，我學到了不少知識，真是獲益良多。

## 南崗國中林宜蓁讀報分享：一歲童捐腎

2021 年有位 15 個月大的幼兒捐出兩顆腎，救治了四歲的李童及九歲的許童。術後 3 個星期，許小妹就順利出院；而李小妹接受捐腎手術後發生嚴重急性抗體排斥，歷經 12 次的血漿置換與抗排斥藥物齊下，於術後 1 個月成功脫離透析治療。



好在經過一段時間後，兩位小妹妹的身體都有好轉，原本 5.8 公分的捐贈腎臟，隨著兩位受贈者一起成長，目前已長成 10.5 公分與 8 公分的健康腎臟了，兩名妹妹也快樂長大，只需固定回診吃藥。

看完新聞我得到啟發，就是做善事不一定要有金錢，也不一定要是成人，不管是男女老少，不管是貧窮富裕，也不管年紀大多小，只要在自己能力範圍內，只要有心，就可以做善事，就如幼童捐腎，幫助兩位小妹妹擺脫了終身洗腎的痛苦。

## 南崗國中簡湘玲讀報分享：堅定信仰現奇蹟

Angel 年僅 37 歲，罹患嚴重的腦動脈瘤，幾乎變成植物人，不過在深切治療度過漫長的 4 個月後奇蹟般康復。治療時，每天都有人去探望關心他，為他祈禱。七個孩子們也在努力適應，在他的窗外討論誰給他換尿布、刷牙梳頭等個人衛生事宜。情況不見好轉，他妻子幾乎要放棄了！有一天在跟 Angel 坦言非常懷念跟他手拉手的感覺時。話剛出口 Angel 就捏了她的手，再試、他又捏一下。從那一刻起，他妻子決定堅持下去，不再輕言放棄。在醫生們的照顧下，他的病逐漸好轉，Angel 說這一切都歸功於信仰和家庭的力量。



在台灣有位軍人也是這樣，他從飛機上跳傘，傘沒完全展開，從高空快速墜落，導致全身癱瘓，但他持續復健，在爸爸的鼓勵支持下，已經可用輔具嘗試站立，跨出艱辛的步伐。我們不管做甚麼事，都要像他們兩個人的家人一樣，要堅信，不放棄一定會發生奇蹟。

## 竹山國小黃斐靖讀報分享：為家鄉建學校的果販

印度賣水果小販，沒有機會受教育，不希望村裡的孩子也和他一樣。雖然每天只能賺 150 盧比（約新台幣 56 元），但他勤儉儲蓄為家鄉興建了小學，獲印度總統頒發蓮花士獎章。有著同樣善心的台灣菜販陳樹菊，她解衣縮食，透過賣菜奉獻無數的存款做社會公益事業。她的愛心永遠存在人們心中。她曾說拿錢去幫助別人，其實自己收穫很大，那種快樂的感覺，很平靜是從內心裡發出的快樂。她因長年行善展現「利他主義」，在榮獲 2012 年麥格塞塞獎後，再次捐出獎金。



善心人士，願意盡自己最大的力量，讓那些比自己更需要幫助的人，能好好過原本就屬於他們的生活。有些人生下來就與我們不同，不管是弱勢兒童，殘障人士，或是雙親離世無人養育的孤兒們，他們都努力的在適應生活，堅持不懈的精神，值得我們幫助。雖然是學生無法捐出大量的金錢，但只要隨手捐個三、四十元，透過我們每個人的隨手樂捐、積少成多就能幫助有需要的人。

## 福興國中江昀蓁讀報分享：施恩勿念受惠莫忘

江宏祥在小二時，爸爸因為被酒駕車撞傷下半身癱瘓，以輪椅代步，由媽媽照顧爸爸及四個小孩，一肩扛起家中經濟重擔。國中時，班導當著全班的面問：低收入戶的同學請舉手，當下江宏祥感到非常自卑，因而高中時選讀技職體系，希望學習一技之長，可以改善家中經濟情況。

接受家扶中心的認養扶助，江宏祥因緣際會參加高中生成長營，認識「家友會」的大哥大姐，在社工帶領下從事志工服務，發現雖然我不是最差的，但比我更不好的大有人在、學會了「惜福」。透過中原的社團活動，覺得溫暖，到現在都還是家友會成員，幫忙修繕做愛家服務。



從國小我一直接受大家的幫助，閱讀了文章，我體會「吃人一口、還人一口」。接受幫助時要心存感激，更要用感恩的心溫暖需要幫助的人。更要聽媽媽的話，好好讀書，充實自己、有能力時要好好回饋社會。就像江宏祥先生一樣，雖然金錢上不允許，但從事志工服務，用勞力來回饋，加入「認養人」行列，就是無法與孩子通信，也在默默的鼓勵他們。

## 南崗國中潘冠宇讀報分享：我們彼此相依

已是兩個孩子的母親貝瑟妮·霍普，患有先天脊柱裂，藉助手動輪椅生活。和丈夫泰森都有碩士學位，兩人都有工作。23年婚姻生活受到不少歧視。貝瑟妮說：身為殘疾人，培養積極的關係和處理好婚姻，在公眾的目光下做和大家一樣的事，對我遇到的大多數女性來說，是令人反感或感到威脅的。



我很佩服貝瑟妮的心境，接受自己的不完美，能夠忍受著麼多的言論壓力，遇到的問題，都不是三言兩語就能解決的，她卻可以撐下來，如果是我，可能就直接放棄生活了！更敬佩她的丈夫，在大學教授鋼琴調律課程時，撞見了彼此，泰森：說相遇的那天就知道會娶貝瑟妮！

我覺得很棒！泰森願意陪伴貝瑟妮，一起承受生活得壓力，解決出現的糾紛，小事如牙膏放的方式，大事如管教孩子。還必須面對更多的醫療問題，我學到了他們的家庭哲學「霍普一家永不放棄」，還學到沒辦法改變他人，但可以改變自己，讓自己變得更好，更高興能與大家分享它們的故事。

## 滿雅國小林建緯讀報分享：愛面子

在班上有人因為出糗被班上的人嘲笑，導致勃然大怒，也有看過媽媽在跟鄰居說話，當說到某個話題，對方覺得有點丟臉，就會草草結束話題且不是很愉悅的離開，我覺得真的很莫名其妙，如果自己地雷那麼多，到底該怎麼聊天呢？



飯後跟爸爸媽媽聊到這個話題，他們很意外我的觀察。就說許多人因為自尊心高、臉皮較薄，會希望自己在他人眼裡都是自己所塑造的樣子，希望自己在他人眼中是很好的樣子，一但感到形象破滅，就會惱羞成怒。難道不會生氣的人就是厚臉皮嗎？媽媽說是選擇不在意，或懂得巧妙轉換自己的狀態，甚至說出自嘲的話，畢竟與其由其他嘴裡說出來，還不如自己說，讓大家當個笑話嬉鬧一下就過了。

其實我也相信沒有人喜歡被人當眾取笑或做出丟臉的事，但事件真的發生，當下只能面對人的言語時，那只會是自我難受罷了。我覺得懂得自嘲的人蠻厲害，他懂得在需要時自我解釋或不讓場合弄僵、還讓人覺得適度彎腰的人很有禮。

## 大成國中陳好淇讀報分享：為阿富汗求平安

美國《新聞週刊》報導加利福尼亞州薩克拉門托市的教育官員表示，該學區仍有 29 名學生身在塔利班統治下的阿富汗，他們未能在美國的撤離行動結束前離開。



在網路上看到阿富汗人在逃難的影片，那時很好奇為甚麼好好的大家都要擠上飛機，冒著生命危險有些是用爬的爬上去。直到看到了這篇文章，報導美國派出許多架的飛機，要幫助阿富汗的難民逃離危險，所以那些阿富汗的人才會那麼的拼命地爬上飛機，哪怕是一丁點的希望，能逃到可以生存的地方。

怵目驚心的報導，我毛骨悚然，在自由民主的氛圍下長大的我，很謝謝台灣先祖的努力，因為老一輩的鮮血，換來我們的寧靜和平，這種逃難的生活，出現在阿祖的回憶中，聽阿祖講他逃離中國的歷程，身上的彈痕槍傷，至今歷歷在目，年幼的我不懂，但現在我慢慢長大了，才知道能夠生活在安居樂業的社會中，是一件何等幸福的事情！且願阿富汗能早日恢復平靜，擺脫恐懼。

## 竹山國小黃彩珣讀報分享：人際慢熟的小蝸牛

話說皮蒂是個安靜的孩子，總是自己一個人獨處。讓她的早教老師擔心她缺乏自信，但在一次野餐時，老師發覺她擁有小貓頭鷹般的智慧，就是有持續往外探索的勇氣。所以個性不同表現也不同。內向的人有豐富的內心世界，喜歡安靜、思考和想法但不一定愛閒聊。家長不用因小孩的安靜向別人道歉。



我在低年級時和皮蒂一樣很安靜，總喜歡獨處，也常被人說缺乏自信，看了故事，才知道我只是一隻人際慢熟的小蝸牛，不是沒自信，只是在花很多時間沉浸在自己喜歡的閱讀、繪畫…等，但是當有次看到大家玩得很開時，跑過去一起玩，自然就玩在一起了，發現活潑外向也很有趣。而安靜內向沒有不好，只是需要被理解和關心、需要支持及鼓勵！

## 大成國中羅珮瑜讀報分享：熱愛工作

在過去上個世紀 20 年代的經濟大蕭條發生前，捕龍蝦被視為男人的工作，但現在奧利佛可是這項工作的佼佼者，奧利佛的兒子說母親 7 歲就開始捕龍蝦，她是個不會輕言放棄的人。如果他想退休母親會就會勸阻他。而問奧利佛的退休日時？她說：「當我死了。」這個日期只在一個地方找得到，那就是在她的墓碑上。



老人真的非常厲害，從 7 歲到現在都 110 歲了，還繼續捕龍蝦，雖然行動不便，中途歷經受傷縫針但依然堅持，讓我覺得很汗顏。報導開拓了我的眼界，使我知道要如何好好計畫我的人生，雖然我現在年紀很小，但是我要忠於我所熱愛的餐飲，先好好念書，扎下厚實的基本功，再持續研發新口味的餐點，使我能在我的人生版圖上，打造屬於自己的餐飲帝國，嘉惠民眾。

## 南崗國中葉宇揚讀報分享：求職碰壁自救

由於疫情的影響，衝擊的就是工作和經濟問題。年輕族群中以畢業面試機會減少，工作的理想和現實差距大，也有對未來缺少方向感。還有是自由工作者，收入不穩定、沒有固定雇主，不像父母的年代有固定工作就做到退休。加上居家防疫，容易放大相處問題，增加爭執衝突。

讓我預知未來生活造成的壓力、可能陷入焦慮情緒。報導說年輕族群增加約 30% 出現焦慮、失眠症狀。我從中學可以提早規劃的好方法：

1. 學習將注意力轉移到其他興趣。
2. 增加與親友間的互動。
3. 提升競爭力，預先進修、考證照、培訓課程。
4. 善用網路資源，利用徵才網站、政府徵才資訊等。
5. 多方面嘗試，了解自己的意向。
6. 培養正向思考增加自信。



## 彰德國中陳冠宇讀報分享：謹慎書寫履歷

履歷，是求職人通向面試的重要文書評比，書寫一個人的教育與工作經歷。誰的履歷好，就有比別人更勝一籌的機會。文章中分享了許多令人傻眼的 NG 求職狀況，如寄出求職信後再補寄資料或面試時無法接受預訂的影音拍攝。

想起父親說過，曾去面試一份夢想的工作，但因為個性散漫拘謹，第一輪就被刷下去了，所幸父親有了經驗，之後就順利度過層層關卡進入職場。這讓我知道面對這種攸關人生大事，需要謹慎書寫履歷、絕不能馬虎隨便送出。也學到求職需注意：一、求職信內容完整；二、記得附上履歷；三、確定職缺的要求條件；四、面試前多練習，面試時注意服裝儀容；五、影音履歷千萬不要超時。能做到這五點脫穎而出就沒那麼困難了。

## 大成國中彭上瑀讀報分享：令我回味的仙楂糖

食物的影響力其實非常奇妙，特別是有故事和回憶的食物，常一入口，便已甜進心坎裡，不在乎嘴裡是酸甜還是苦辣了。現在平時隨處可見的核桃，在作者小時生活物資匱乏年代，竟是奢侈品。一句「這小小的核桃讓我想起的是當年父親愛憐的目光，和母親遞給我一小包琥珀核桃時，那沉甸甸的關愛和期望」足見此物對作者連結之深，令人動容。



這種心情於我是心有戚戚焉。小時常愛向保姆討仙楂糖吃，因為我愛吃甜的恰好合我的味。總是一吃就吃下十幾顆，直到保姆急匆匆地跑來，將剩下的仙楂糖收起來，皺著眉說：「麥擱呷啊，會蛀牙！」我才邊哭鬧著邊又在嘴裡塞幾顆，保姆總要嘆著氣說：「下次不能再買了！」我就會拉著保姆的衣角撒嬌，保證下次絕不多吃……想來這點點滴滴，回憶起總會心頭一暖。現在每每到保母家，她便拿出仙楂糖，只是現在我愛漂亮，想要保持身材，不敢多吃高熱量的零嘴了。但是仙楂糖的甜，與我已經有了特殊的意義，我不會忘記。兒時甜在舌尖上的仙楂糖，現在可是甜到心裡！

## 雲林國小楊菴瑄讀報分享：環保小志工

學校常常宣導環境汙染與資源回收再利用的重要性，呼籲我們要愛護地球，不要資源浪費。有人會把廢棄的果皮和菜葉拿來推肥做成有機肥料，但弘光科技大學可不一樣！他們把哈密瓜、草莓花萼、豆渣、橘子葉等各種素材，變成清潔保養品，讓它們有了第二生命。



我家經常把蔬果廚餘當成地瓜葉的肥料，使地瓜葉長得既翠有可口。洗米水拿來澆花讓植物長得高又壯；把榨完汁的檸檬皮放在冰箱除臭，買東西自備購物袋、選擇包裝少的商品。上學上班或出遊多用走路或搭乘大眾運輸工具，這些生活中的環保舉動，既省錢又省工，真是一舉多得啊！還可以參加淨灘活動，讓自己做個愛護地球的環保小志工，使生活環境更美好。

## 南崗國中洪端蔚讀報分享：浴室常保潔淨

走進浴室時看到地上的髒污，洗手台裡的黃斑，就感到十分惱人，當下就想：「等到假日有時間，一定得好好的將浴室清潔一翻。」然而，話雖是這麼說，不過人的惰性，總是能戰勝一切！

以前都是等到浴室有了異味、有了霉斑才清理。直到那天看到標題寫著「每天十分鐘，浴室保持潔淨」天啊！簡直太吸引我了！所述與我思恰恰相反，強調，即使每天花十分鐘清潔，像是簡單的擦水槽、將濕答答的地板拖乾等，這些看似微不足道的小動作，卻往往是造就浴室整潔的一大功臣。讓我有了一個很重要的觀念，就是每天定期清潔。

工欲善其事，必先利其器，搭配適用的清潔工具，或是利用小蘇打粉的「摩擦性」抹掉污垢後，接著使用檸檬酸，利用酸鹼中和的反應產生的大量氣泡，使污垢浮起，能讓惱人的污垢輕鬆去除。維持浴室整潔使我的盥洗方式更加舒適，已不是夢。



## 修德成就了長今

在朝鮮歷史上「前無古人，後無來者」的是長今。她曾擔任御膳廚房的最高上宮，又是皇帝的主治醫官。唯一的女性御醫，在那樣一個女性不為重視的社會，是什麼讓父母雙亡的孤兒，能有如此的成就？

御膳廚房的韓尚宮教童年長今的第一課便是「去拿水來」。連端了幾天的水，卻被退了回去。苦思冥想，就是搞不懂為什麼。當她遇到「土雨」事件時，終於開竅，問過韓尚宮得知喉嚨痛時，便端了一碗淡鹽水給她喝。綻開笑臉的韓尚宮是教長今做飲食的人，哪怕是呈上一碗水，也要為對方的身體著想。



在競賽中，長今求勝心切，用了不符合考試要求的名貴食材駝酪來熬牛骨湯時，遭韓尚宮嚴厲斥責：你的才華成了你的毒藥，並將長今趕去寺院反省。韓尚宮是要長今懂得：做人要堅持原則，不要因為眼前的緊需要而做不符合原則的事。長今終於領悟了人生哲理，並且在自己和師傅生命處於危急之中時，仍然奉行這一原則。

當韓尚宮得知來訪的大明國使臣有消渴症(糖尿病)時，以素食呈上，使得喜愛山珍海味的使臣勃然大怒。長今再做素食呈上時，解說特製的食材對使臣病情有好處。長今不是不擔憂自己的性命，但要守住做人的理念「富貴不能淫，威武不能屈」。善意的將野菜化成美味廚藝終於化了使臣，他讚揚長今的寬廣胸懷、學會了愛護自己的身體。

長今的誠心和善意在一場御膳廚房最高尚宮競賽中，也使她打敗了比自己的經驗豐富，但心術不正的崔尚宮，奪得了頭魁。她精心烹製了梅子甜點，希望皇帝在享受美點時，不忘天下的百姓。皇帝深為她的巧思和廚藝感動，讚揚她是「朝鮮御膳廚房最好的宮女」。

在長今學醫的過程中，內醫官鄭主簿發現她有對殺母仇人崔尚宮的復仇之心，就嚴厲的警告長今如不去此心，馬上停止學醫。醫學教授申主簿，覺察到長今的自負和自以為是。在第一堂課就告訴長今，她將不能從醫女班上畢業，無論她的醫術多麼拔尖。

長今在與同學一起診病時，看到同學的不厭其煩記下患者各種各樣感覺，啟發下領悟到，同是藥材，用在不同的場合，和不同的藥物結合，有時會產生毒藥的效果，那樣是致命的。就更細心和謙虛、在以後行醫中得以找到皇帝的狐惑症病是因硫磺中毒，全國流行疫病的病因是蔬菜有病及治療(天花)時，用不同於古醫書上的醫療方法……

去掉主觀和自負容易，去掉復仇之心可是剜心刻骨。畢竟崔尚宮害死自己的生母和韓尚宮，又害得自己淪為官婢，遭受流放。自己不但不能殺她，還得幫她針灸治病？長今拿著銀針的手微微發抖，變換了幾次穴位還是不能進針。終於，她人性中的善念戰勝了復仇之心，她鎮定下來，給崔尚宮做了針灸治療，去掉了用醫術復仇的心，但一直堅守除惡揚善之心。

在老師們「修德在先，學藝在後」的言傳身教之下，長今不斷提高自己的道德修為，不容許御膳廚房的人在飲食上玩弄權術和害人，也不容許內醫官和醫女用醫術來害人。面對有錢有勢的崔尚宮、吳右相集團時，心存正義與善良用智慧與惡人周旋，最後使惡人繩之以法，讓母親和韓尚宮恢復了名譽。她清除了內禍宮廷、外害國家的惡人，用廚藝和醫術來造福人類。

<https://www.epochtimes.com/b5/5/10/26/n1097874.htm>

## 《沉默呼聲》

榮獲2021年奧斯汀電影節(美國最大影視編劇盛會)故事長片類「觀眾選擇獎」的《沉默呼聲》，在臺灣取景拍片時，電影劇組也遇到臨時被取消場地取景或答應演出演員臨時取消合作，他們受到中共因素影響而沉默或保持距離的原因顯而易見。觀眾福爾摩沙國際電影節創辦人洪馬克說：「我們感覺，好像這種東西距離我們很遙遠，其實它就在我們的身邊。」

前外交官呂慶龍表示：珍惜臺灣自由要有行動。生活在中共那種制度之下，很多人都言不由衷，他必須去圓自己的謊話，去執行他不開心的、違背傳統優質中華文化的事，那是制度造成的，這也對比出在臺灣所擁有自由的可貴。看到片子在某些地方播映遇到困擾，並不覺得悲觀？因為更多人了解、更多人在意！大家都是有良心的、有理性智慧的人，可以去省思，難道我們繼續讓它惡化嗎？還是，我可以善盡一些社會責任。綜觀來講，兩年來，法國人也更進一步的認清，中國大陸的政權是怎麼一回事。我們在做我們該做的事情，因為自由、因為公平正義絕對是普世價值，是我們該去捍衛、追求的。」

中共對於法輪功的造假案例無計其數，偽造天安門自焚的新聞影片，更在中國大陸洗腦了幾億人。好的電影勝過千言萬語的新聞報導，就像被迫害8年逃到海外的故事主角所說的，探索真相、堅持真相、傳播真相，我們希望讓千千萬萬的人看到真相，不再沉默。因為對法輪功學員的迫害仍在進行中。



福爾摩沙國際電影節視覺總監零幼姍表示很震驚，藉由《沉默呼聲》影片，才知道原來這麼令人Shock的事情，是曾經真正的發生。很感謝李雲翔導演受到人身安全威脅也努力完成影片。印象最深的是法輪功學員被抓進牢獄遭受折磨酷刑的時候，令人覺得很像真的身在那個情境之中。就覺得，背後有更多是我們不知道的，更想要了解其真相，過去的50年、100年，中共到底做了哪些不為人道的的事情？如果公開之後，那一定是中共破壞整個全世界人權的真相。」



零幼姍表示，電影是一個很好的工具，希望透過電影，讓更多年輕人認識到，可以更注重人權。而且中共透過娛樂或者是影視科技，譬如抖音，深入到全世界，侵犯了很多我們的隱私。我們可以跟身邊的人去分享，中共到底是怎麼樣破壞，而我們可以怎麼樣去改變這個事。



看過影片的國中歷史老師表示，社會上很多人對許多迫害的事情不是漠不關心，而是因為不知道真相。在課堂上與學生分享中華傳統文化時，學生會質疑，「懷疑古人真的是這樣嗎？」這是因為現在的道德觀和古人是有差異的。看這部電影時我一直落淚，很想把這部電影帶到校園讓學生觀看，因為影片中有學生在課本裡得不到的知識，平日獲得的訊息很多都被媒體誤導了，一定要電影傳遞出去，讓大眾知道更多的真相。

## 奇異恩典

為什麼信仰的力量，竟然如此巨大？由此產生的智慧和勇氣，竟能解決看似只有戰爭才能平息的矛盾。英國約翰·牛頓牧師的作品《奇異恩典》，這首詩被譜成歌曲，傳唱了兩百多年，傳遍了整個世界。

十八世紀末期是奴隸制盛行的時代，販賣奴隸是一個大買賣。在約翰·牛頓即將離開人間的最後日子，他完成了自己的回憶錄，這份回憶錄作為對奴隸制暴行的一個真實見證，被交給了英國議會，成為英國廢除奴隸制的契機，在良心政治家的努力下，英國的奴隸制度被終結。

販奴船滿載著槍枝彈藥和消費品，從歐洲港口出發，航行到西非海岸，在非洲用貨品換來大批奴隸，然後橫渡大西洋，駛往美洲，用奴隸換取美洲的各種原料和金銀運回歐洲。一次完整的三角航程需要六個月，奴隸販子一次航程便可以做三筆買賣，獲得100%甚至1,000%的利潤。牛頓剛滿20歲，就成為冷血的奴隸販者，從非洲到南卡羅萊納港的這個橫跨大西洋的死亡航程中，會有四分之一的奴隸因霍亂、痢疾或營養不良而死亡，被牛頓拋進冰冷的海水中。經他的手販賣的奴隸，多達兩萬人。

有一次出海，被英國徵兵船攔住，牛頓被抓去參加王家海軍。不守紀律被交給一個貨船當水手。他還是刁蠻搗亂就被船主賣給了奴隸販子，成了「黑奴的奴隸」。他被鐵鍊鎖在甲板上，終日忍受日晒雨淋，得跪下向主人乞討食物。黑奴看了都可憐他，白人更是嘖嘖稱奇「嘿，是白奴！」

上帝是多麼的慈悲，牛頓居然在茫茫大海上，遇到了他父親派來找他的船而得救。當牛頓再次出海時遇到風暴。風吹斷了船桅杆，巨浪把船首拍得支離破碎，船艙多處漏水。握著那根本不起作用的船舵，牛頓情不自禁的呼喊：「神啊！饒恕我，憐憫我！如果你在，請給我這個罪人一次生命，我將重新活著！重新活著！」他剛喊完，奇蹟出現了，船裡的貨物倒下來了，正好把漏洞堵上了。牛頓被震撼了，他明白，在死亡拖走他的時候，是神的手抓住了他！



經歷了神蹟的他成為一名牧師苦讀希伯來文和拉丁文，並把廢除奴隸制作為自己畢生奔走努力的目標。牛頓將自己一生墮落、劫難和屬靈的生命，濃縮在一首詩歌裡，就是《奇異恩典》：

奇異恩典，何等甘甜，我罪已得赦免；前我失喪，今被尋回，瞎眼今得看見。  
浩大恩典，使我敬畏，使我心得安慰；初信之時即蒙恩惠，真是何等寶貴。  
經過許多危險網羅，飽受人間苦楚，此恩領我平安渡過，他日歸回天府。  
將來在天安居萬年，恩光如日普照，好像最初蒙恩景況，讚美永不減少。

約翰·牛頓，他是神的使者，他小時候誦讀經文，結下聖緣，年輕時販賣黑奴，雙手沾滿血腥卻也了解了奴隸之苦，成年之後蒙主恩典，他的一生似乎就是準備為了解救另一群苦難中的人。他秉持著善念，向世人講述黑奴悲慘命運的真相，喚醒當時國力處於世界最巔峰的、號稱「日不落帝國」的英國這個國度裡，那些高貴公民們內心的善念。1807年牛頓為自己準備好墓碑上的碑文，然後安然離世。也正是這一年英國議會41票對20票通過廢除奴隸法案。英國的奴隸制也悄然離世。

<https://www.epochtimes.com.tw/n370430.html>