



主弦

65期



桃園縣天主教振聲高級中學

生命教育中心 製作



編者的話

那一年，趙神父對英國中學生談「王」字…… 報馬仔邱

天主教學校的責任 趙一舟 神父

影片：

修「王」者之道，為人服務。 生命教育中心團隊、游凡儀老師

【特刊】籃球夢裡的大愛

17 歲的你，懷有什麼夢想？ 庭毅媽媽

籃球夢裡的大愛 朱浩睿 同學

一次交接 邱鈞毅 同學

一次轉變 李育憲 同學

師長聊天室

陣陣花香飄振聲——

懷念郭景山神父 採訪整理·王婕齡 同學

祭天敬祖禮生命故事分享

王選賢教官專訪

採訪整理·陳毓庭 同學

實踐網路倫理讓網路世界更美好 盧錦春 主任

網路的力量 普三成 李儀珊

信心和盼望 桂永平主任

桂永平主任訪談 採訪整理·陳禹仁 同學

學生作品

65 期主弦校刊徵稿說明 邱慧娟 老師

愛的行動，使……更好 【說文組】

讓愛開鎖（進）資三甲 周羽若

一杯熱茶 國二信 謝芷仟

多觀察，多反省（進）普三甲 貓

讓愛付諸行動 國一和 黃郁豪

contents 目錄

省・思 國三信 陳亭君

活出自信，播下寬恕的種子 商三實 溫佳琦

多使用環保筷，使地球變更好 觀一雅 劉若瑜

退一步，使秩序更好 普一功 王婕齡

體諒 英二德 黃千庭

紙鶴 國二誠 莊舒評

愛・讓世界不一樣 普三甲 林奕妘

突破理化，成績變更好 國二信 葉世鼎

沒有愛，我什麼也不是 資二心 林子芸

生死關懷的故事 商二勤 張文瑜

八十年歲月中的廿六天 廣三善 林彥登

發現身邊的幸福 國二和 楊宜臻

面具 普三明 李宛昀

主弦 65期

當門打開的瞬間…… 普一勝 鄭欣宜

您的愛心有跟上潮流嗎？ 訊二樂 麥修瑜

緩緩「心」，靜靜「情」 普二成 薛江傑

多一點幫助，多一點愛 貿一慈 廖書瑄

使地球更健康 國二誠 莊舒評

愛的行動，讓校園更好 國二仁 吳珮萱

兩人 訊三業 簡禎佑

彎下腰・綁鞋帶 貿三慧 張芯瑜

「觀」愛 貿三慧 侯雅荃

人與人 訊三樂 黃教瑋

家事分配表 國一孝 莊依寧

以溫度融化。冷 國一義 余文媛

玉蘭花與口香糖 國二信 林好謙





愛的行動，使……更好 【實作組】

一聲提醒，使班級更好 普一成 小朱

祝福送出去，笑容快過來 國二愛 王韻惠・李婕寧・陳彭彭
劉雨珊・簡妍庭

禮輕情義重 國二愛 周葦亭・吳馥菱・黃麒恩・林士軒・朱罔穎

中正路尋人記 觀一雅 黃于茜

生命教育中心訊息

活動照片 圖・生命教育中心

動畫比賽

高中耕心社

國中耘心社

仁愛服務

點燈禮

聖歌比賽

聖誕大會



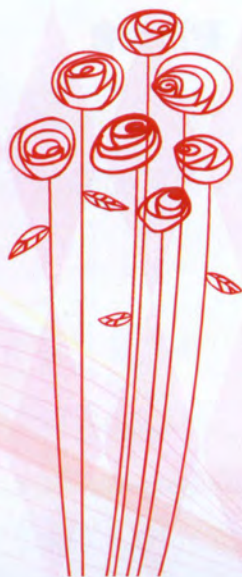
編者的話

那一年，趙神父對英國中學生談「王」字……

報馬仔邱報導

2011年11月6日教聯會彌撒中，趙一舟神父分享了協助翻譯羅馬宗座的通諭，也就是信德年羅馬教育部談「天主教學校的責任」。天主教學校的責任是甚麼？很有趣地，神父以自己在1957年於英國為一群中學生講的道理，來說明內涵。看到「責任」會感到沉重！那……先關照我們自己是不是快樂地成為 a Perfect Man / Woman？

且聽神父如何對一群英國中學生從中文字——「王」字說起！快樂地成為 a Perfect Man / Woman 後，再一起來談天主教學校教育理念。



天主教學校教育理念

趙一舟神父

振聲高中是天主教學校，學校的指標是「全人成長，快樂學習」。要如何詮釋「全人」？「人」又是甚麼？從不同的領域來看——

- 「哲學」：有理性的動物 rational animal。
 - 「宗教」：靈魂與肉身的合一體 A unity of body and soul。
 - 「社會學」：各種關係中的存在，A Being of Relationship。
- 「全人」發展在教育上的目的，即為灌輸正確的人生觀——

修「王」者之道，要修好三種關係。

以「王」字來代表，所謂「冠三為王」：首先要認識「天」、「地」、「人」，其次要與之建立關係。知識（上知天文，下知地理，環知人群）達到標準，並建立了良好的關係（崇敬上天/天主，維護大地，泛愛眾人），就可稱為「王」。

但是，所謂「稱王」並非為統治別人，而是意指為人服務。教會在敬禮耶穌君王之禮儀經文中有一句話：cui servire regnare est / to reign is to serve。意指基督為王是要給人服務的。祂曾說過：「人子來不是要人服事，而為服侍人」（谷十45）。

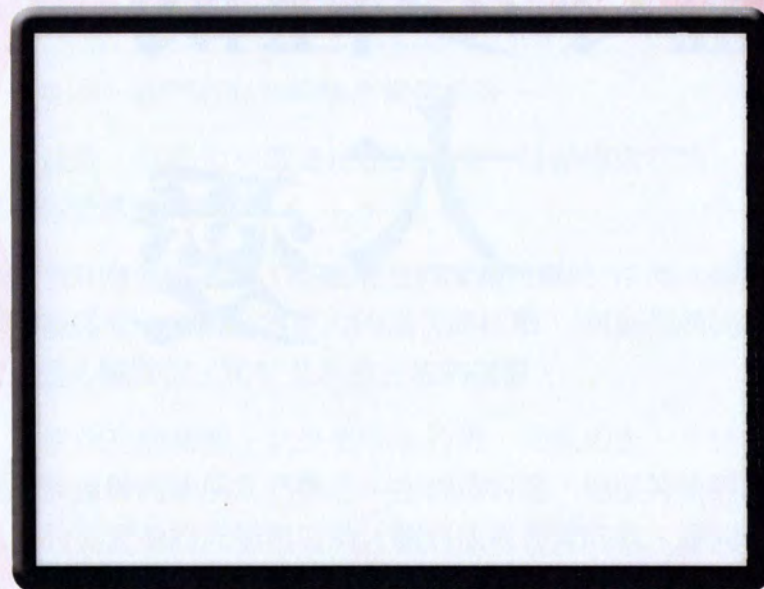
簡言之，教會學校教育的重點在於「服務」（to serve）：事天，治地、敬人。使天下一家和樂地生活在美好的「地園」——地上的樂園。這原是天主創造世界和人類的理想（參創世記）。由於人類的自私，違背天命，而喪失了享有樂園的機會。

從教育方針來看「快樂學習」，學習甚麼呢？不僅要學習知識、技能，還要學習 serve 服務，事奉上天，服務人群。如何達到此種服務的理想？即要建立自己「信望愛」的品德——

- 「信」是建立信心，藉由學習服務的知識及才能而獲得。學校的課程應是為此而設計的。
- 「望」是朝著既定的服務目標，常懷著希望全力以赴，從不失望退卻。
- 「愛」是群體生活、互相合作的凝聚力。個人不能單獨地做到有效的、理想的服務工作，單憑個人也不會快樂地生活。
- 快樂地學習達到這一切，你將成為一個「全人」a Perfect Man / Woman。

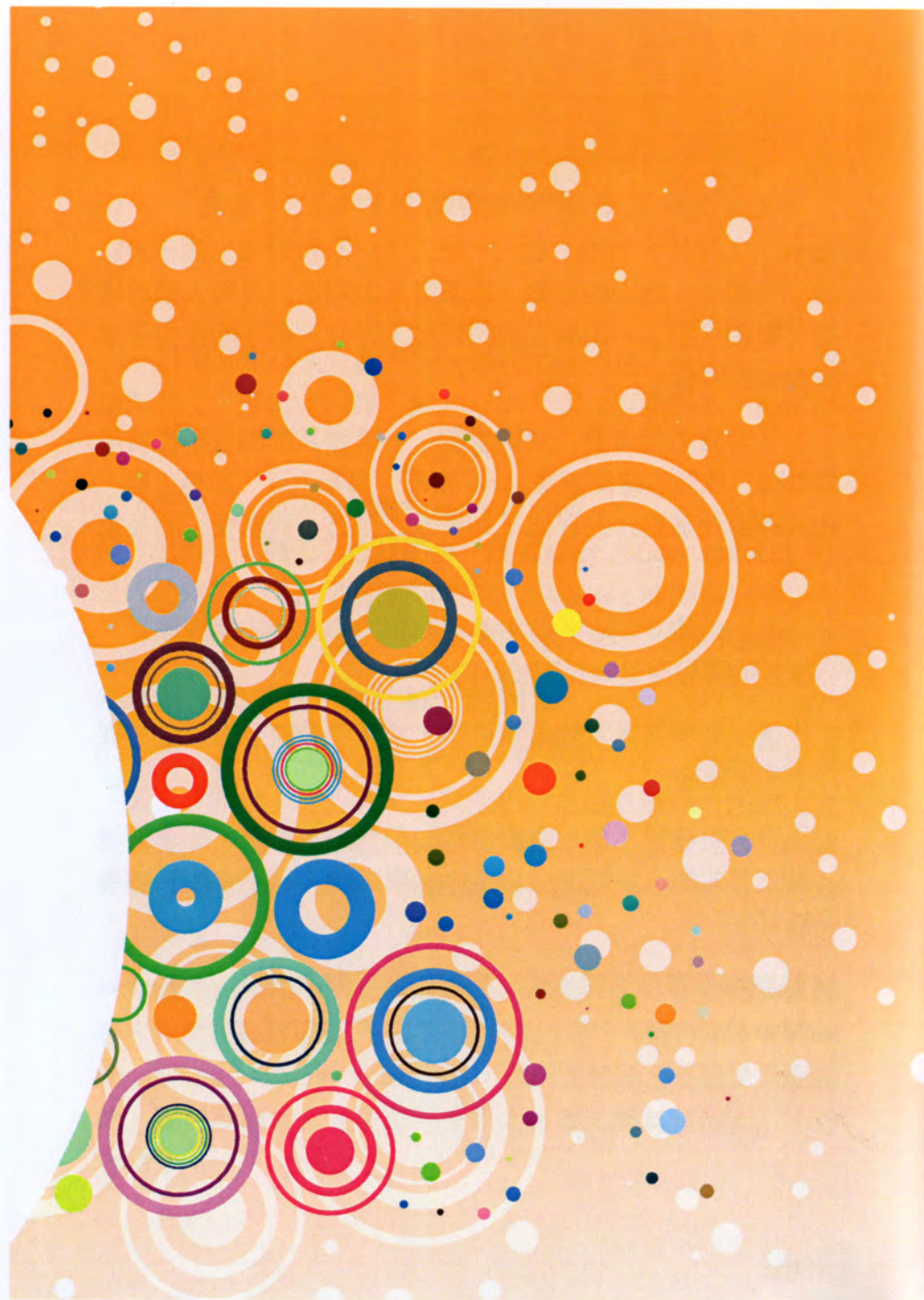
修「王」者之道，為人服務。

生命教育中心團隊、游凡儀老師 製作



特刊

籃球夢裡的大愛



17 歲的你， 懷有什麼夢想？



庭毅媽媽

庭毅，我的寶貝，喜歡運動，唱歌，英文，數學，外向卻有點悶騷，與同學家人相處非常融洽，曾經在振聲度過快樂又充實的三年國中生活。

2012 年 10 月 9 日，秋高氣爽的好天氣，預演運動會大隊接力賽，第 6 棒的他，全力以赴，完成 120M 交棒後，倒了下來。老師、校護在救護車來之前，一直持續不斷的 CPR，從頭到尾沒有停過。但是送醫後 4 天，還是離開了我們。

造成庭毅猝死的原因，“肥厚性心肌病變”急救過程太長，缺氧過久導致腦水腫，再也沒醒來了。

17 歲，再美好的夢想，都沒有機會實現了！

我們無法理解，為什麼努力持續的 CPR，還是無法挽救庭毅年輕的生命？詢問多位專科醫師，並上網搜尋，才知道有“AED自動體外心臟除顫器”，俗稱“傻瓜電擊器”這種救命的器材。在歐美日本，已經非常普及，尤其是日本，幾乎所有的公共場所，學校都有 AED。並落實教育，小學生就開始訓練 CPR+AED。從小教育勇於救人，這是對生命的尊重。

我們也無法理解，為什麼健康活潑愛運動體型標準的庭毅，會就這麼的倒下？為什麼從小學到高中的學生健檢，都

是標準數值的庭毅，患有“肥厚性心肌病變”？

因為我們的學生健檢，永遠只有身高體重視力聽力齶齒與簡易的聽診。

因為，沒有人告訴我們，無論幾歲，都需要定期檢查三分鐘就會致命的“心臟”。最佳的檢查方式是“心臟超音波”。

如果，我們也廣設 AED。

如果，我們有完善的學生健康檢查。

或許，庭毅現在還是快樂的活著，持續唱歌打球，持續演算他最喜歡的數學。

我和爸爸很高興，庭毅陪我們度過快樂的 17 年，如果他休克後醒來，必須面對更大的痛苦與挑戰，可能是植物人，可能是心臟移植，可能是永無止境的復健。

愛漂亮的庭毅，就是要帥氣的來，帥氣的走。不讓疼愛他的長輩與同學朋友們擔心。在加護病房，他堅持看到所有他愛的與愛他的同學和老師，聽到他最喜愛的歌。等同學都離開加護病房後，才慢慢減緩心跳，我們看著他慢慢安詳愉快的離開，這是完美人生最佳的結束。

希望同學們，要愛惜自己的生命、重視自己的健康。並且珍惜和身邊每一個人相處的時刻。我們永遠不知道下一秒鐘會發生什麼事，把握當下，認真踏實的過好生命中的每一天。

【17歲的你有什麼夢想】影片：http://www.youtube.com/watch?v=HBX_Off8hQ

籃球夢裡的大愛

商二勤 朱浩睿

正值青春年華的我們，人生的定義莫過於是盡情享受生命中最熱血的時刻，編織著許多夢想藍圖，期待自己用一輩子的時光去實現。有的人順利的自我實踐抵達終點；但也有少部分的人卻因意外的攔截而未能親手築夢！

今年國慶日的前三天，在臉書上看到國中同學呂庭毅，在運動會接力預賽中，意外的因為先天性心臟肥大症休克倒下，原本以為這是假期前的「黑色笑話」，但隨著留言的增加和電話求證，剎時我才接受這殘酷的現實，並衷心期盼在國慶這個普天同慶的日子，能有奇蹟出現，讓原本愛打籃球、說話幽默風趣的他，能再次唱一首他最愛的放生和天后來炒熱同學會的氣氛。

然而事與願違，經過三天眾人的加油打氣以及賣力的葉克膜維生器，仍舊不敵死神無常的召喚。此刻庭毅就像是隨風飄揚的種子，放下了人世間的羈絆，在大家的不捨與祝福聲中離開了人世，獨留他未能實現的籃球夢。

當中最令人動容的便是庭毅的父母，勇敢走出西河之痛，積極的推廣全自動體外電擊器 (AED)。除了大方捐助器材給學校外，更寫信向教育部和桃園縣政府等單位，建議學

校的健康檢查項目，應以攸關性命的心臟檢查為要，而非一般的身高、體重或牙齒檢查，以避免類似不幸事件再次發生。畢竟每個孩子都是父母們最疼愛的寶貝！

雖然逝者已矣，但昔日與庭毅同學相處的點點滴滴將永遠留駐在我的心中，除了希望他在另一個世界能如願成為 Dwyane Wade 外，更祝福化大愛的呂爸爸和呂媽媽能將 AED 成功推廣普及至社會。



一次交接

普二功 邱鈞毅

全力衝刺的責任

換來

成千上萬的淚滴

你

躺在冰冷的床上

儀器的聲音

倒數著人生最後的時間

斷斷續續的心跳

證明著你的努力

我們的聲音

是否直達你的心中

現在

你徜徉而去

到我們看不到的世界

我們不求你的祝福

只願你在那裡

是快樂的

是幸福的

你的歌聲在我們心中

是勇氣

是力量

帶我們努力活著

提醒我們你的遺憾



你的願望

我們留著

你的遺憾

我們記著

等我們團聚

等你

一起完成

不管過了多久

十年

二十年

你的身影仍會浮現在我的眼前

等待

可能因十年

五十年

我們將再次團聚

再次

用最真實的微笑

在你先到的地方

一起訴說以往的點點滴滴

等著吧

我親愛的朋友

我們要再聽你唱歌

我們要再瘋狂的胡鬧

我們要再當一次兄弟



一次轉變

商二勤 李育憲

轉變有可能是自己的因素，也可能是因為別人的影響。轉變可以有很多種，有些是思想上的轉變，習慣的轉變，而這些轉變可能使我們變得更成熟，也可能變得充滿正義感。

在幾個星期之前，我遇到從來沒有想過的事情，我國中的同學，在體育課練習接力時休克，當我聽到這件事情時還不敢相信，以為是他們在開我玩笑，但是我發現他們透露出來的感覺不像玩笑，是悲傷。我回家之後回想之前跟他有關的記憶，他是個體格不錯，愛運動的人，待人處事也很和善，是位人見人愛又會唱歌的小帥哥，怎麼會發生這種事？

事情發生沒多久之後，我和一些國中同學就約好要一起去看他，在去的路上，沒有人敢說出關於他的事，到了台大醫院後我們立刻走向櫃台，詢問他的病房，當我聽到護士說加護病房的同時，我的心痛了一下。到了病房的門前，等待著開放的時間，過了幾十分鐘後，門打開了，大家把該穿的穿起來，當我經過那扇門時，我覺得全身都好冷，那種感覺從前都沒發生過，到了他的病床前，呈現在我眼前的是滿滿的醫療設備，他的身上插滿了管子，我止不住我快溢出來的淚水，並在他耳朵旁呼喚著。

經過了這次的事件，讓我了解到人生的無常，生命的脆弱，我的想法也跟著變成熟，我希望能夠把他未完成的夢想，變成自己的夢想去實現。這是我目前人生中，遇過最艱難，最痛苦的事情，也帶給我一次重大的轉變，使我變得更堅強，而我選擇樂觀的去面對，不再被困在痛苦之中。





陣陣花香飄振聲

懷念郭景山神父

採訪整理·普一功 王婕齡
感謝資料提供·王鳳玉老師

在這世上，有多以服務為終生目的地的人。有些受世人傳唱千古，歌功頌德。有些則在暗中默默的無私奉獻。郭景山神父正是其中之一。即使神父已蒙主寵召，未能陪伴振聲繼續走下去，但神父對於振聲的愛早已悄悄的萌芽茁壯，在校園中不時飄來陣陣花香。

郭神父是一位可親可愛的長者。和同學們相處時，更能感受到他那年輕外向的心。同時，神父也扮演著慈父的角色，對於教職員們會不時的關心和問候，對於同學們則以勸說代替打，於日常生活中合宗教的化育，潛移默化的樹立學子們良善的品德，將迷失的羔羊引領回正確的道路。然而，最最令人懷念的，神父經常問候的三句話：「吃飽了沒有？今天有什麼好消息？我今天為你的家庭祈禱。」

同時，這三句話也教導了我們：知足。當我們最基本的生理而求已完成——吃飽時，便要感到滿足了。想想當我們在為虛榮心而煩惱時，是否有人仍愁著沒有食物可享用？或者，當我們在一天之中遭遇什麼好的事情時，是否有感到無



比的歡欣？還是在其它不如意的事而鑽牛角尖？是否受到天主的引領，學習堅守自己的立場，不受外在的污染。

雖然郭神父已不在我們的身旁，但他的精神仍與我們同在。而「分享」或許正是我們能將郭神父的愛繼續傳下去的關鍵吧！神父曾如此形容過：振聲就像是一塊大餅，要大家一起享用。一個小小的分享就是愛的表現。在校園中，不論是各處室的老師亦或是各年級的學生一次的分享或許只是一感覺，但兩次、三次……，彼此之間存在的不只有同行或學業上的競爭，而是處在同一個環境的包容與學習。這不只是神父對於振聲的期望，同時也是我們必須一同去努力、去實踐的，共勉之。

祭天敬祖禮生命故事分享



王選賢教官專訪

採訪整理 · 商二實 陳毓庭

引言

一個在國小時左眼暫時性失明左腿破碎性骨折，國中時參加簽賭簽本票的小男孩，在爸爸意外出車禍，讓他才真正領悟到家人的重要，於是他轉變了，他選擇進軍校，決心改變，並當個不讓父母擔心的孩子，更在幫媽媽收拾遺物時看到媽媽把自己送她的第一個禮物保存的好好的，他更加體認到家人對他的重要，並熱切的感受到家人對他的愛及包容，如何從一個學壞的孩子轉變成現在的主任教官呢？



Q 請問教官送母親的第一個禮物是？為什麼送這個禮物？

A 一個銅做的上面有一朵花，上面可以寫一些自己內心的話的小擺飾，因為當時剛好是母親節，還在中正預校念書的

我用學校給的零用錢，買了一個母親節禮物給媽媽，媽媽很高興一直把它保存在鐵盒裡，很珍惜也很在意我送她的禮物！

Q 現在回想起來您對國中的自己有甚麼看法？

A 亂來！那時候是狂飆期，血氣方剛，那時候是念市區的國中，算是跨區就讀，早上五點就要出門，七點半以前要到學校，很累，脾氣又不好，所以容易接觸到一些壞東西，在國中那段時間沒有人引導，直到進軍校才有人慢慢把我引導正確的方向。

Q 為什麼會選擇教官這條路？

A 因為從小不乖被送進軍校，還一度想被退學不唸，但最後還是很平穩地讀下去，但決定要轉教官是因為不想像自己的爸爸一樣長年不在家，一兩個月才見到面，當教官作息可以很正常，家裡也顧的到，小孩子在成長時也看的到，為了避免他自己的經驗轉到小孩子身上，才轉教官的！

Q 如果父母還在世，您最想做甚麼事？

A 我先給你看部影片，是過年時我們家自己的娛樂活動，我要做的事已經做了叫綵衣娛親，因為媽媽過世得早，所以我把所有對媽媽覺得遺憾的都轉移到我父親身上，所以我對我父親沒有任何遺憾，因為我做到了，讓父親很開心。

Q 您曾在祭天敬祖禮提到：「因為父親出車禍，才有轉變」
可以詳細說明如何轉變嗎？

A 那時候我還在念國中，爸爸在宜蘭工作出車禍，病危通知，在學校的我接獲通知就跟著媽媽緊急趕到台北榮總，後來有救回來，那時的我感覺應該算是晴天霹靂吧，那時才比較會想，原來家人在我生命中是多麼重要，有些東西在你還沒失去前，你不了解，直到你了解了！就會有所改變！

Q 您曾經在一段時間裡，身體有一些殘缺，有為您的生活造成甚麼不便嗎？如何善度自己不便的生活？

A 國小時因為一場車禍左腿穿破性骨折，左眼暫時失明，喪失信心，但基本上自己很倔強，幸好是家裡照顧得好，才慢慢復原，也很感謝媽媽的照顧。

Q 可以請教官為想從軍的同學，給一點建議和提醒嗎？

A 我不建議同學往軍人發展，因為付出太多要失去得太多了！從國中畢業就進軍校，將近三十年的時間待在軍中，一切要以國家為優先，感覺自己生命跟別人不一樣，要失去很多東西，太太懷孕都不在身邊，媽媽過世的當下，也沒辦法趕到，所以如果真的對軍人有興趣，真的要想清楚，因為要失去得太太多了！

Q 對於父母還在世的我們，可以給我們一些提醒與叮嚀？

A 子欲養而親不在，要孝順，先順在孝，要先順從父母，舉個例子：以前我回家時不只要給老婆孩子看還要給爸媽看，爸媽常會給我一些東西，我都會推掉，但現在想想，真的覺得自己很不孝順，因為在他心中他只是想要你開心的說好就好了！所以對父母要先順從，才能再做其他事！

訪問心得

經過這次的跟教官的訪談，讓我了解到一個人的一生是會經歷那麼多事的，雖然現在的我還無法感受到失去父母的感覺，但我希望我能把握和父母相處的機會，並且要竭盡心力的孝順父母，這樣我就不會有遺憾，不只在對父母上面對任何事都要有愛德行動，往往在你一個小小的舉動中，會深深地影響你周遭的人事物，感謝教官的生命分享。

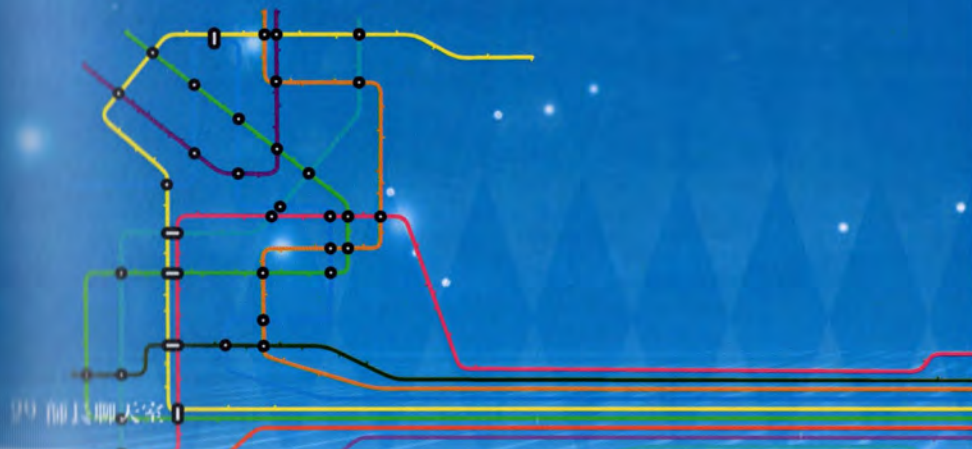


實踐網路倫理 讓網路世界更美好

商科、應英科暨觀光科科主任 盧錦春

雖然「網路世界」是個虛擬的數位環境，但是使用與操控「網際網路」的是「人」，人與人之間起碼的尊重必須存在，網路使用者必須遵守並努力實踐「網路倫理」，讓虛擬的數位環境多些「人」的溫暖，建立一個「富而好禮」的網際社會，是每個網路使用者共同的責任與義務，才能讓「網路世界」愈來愈美好。

對網路使用者而言，如果網路資源提供者能夠在「網路資源」之外，也提供「網路倫理規範」的資訊，應該能夠有效減少使用者「濫用權利」的困擾，每個網站對使用者應該做適當的身份確認，在尊重使用者隱私的情況下保留一定的追查能力與系統記錄，才是一種避免惹上麻煩並捍衛網際網路「互信」基礎的正確作法。



「網路倫理」所訴求的重點，仍在網路使用者的自我道德意識與行為規範，在網路虛擬的國度中，現實社會的身份以及人群原有的交往模式，都會遭到一定程度的挑戰，即使是現實社會中最邊陲、最底層的人，上了網之後照樣能夠產生極大的影響力，正因如此，更突顯出網路使用者自我規範、自我節制的重要性。

教育部很早就開始倡導「電腦倫理十誡」，請同學們確實遵守並努力實踐：

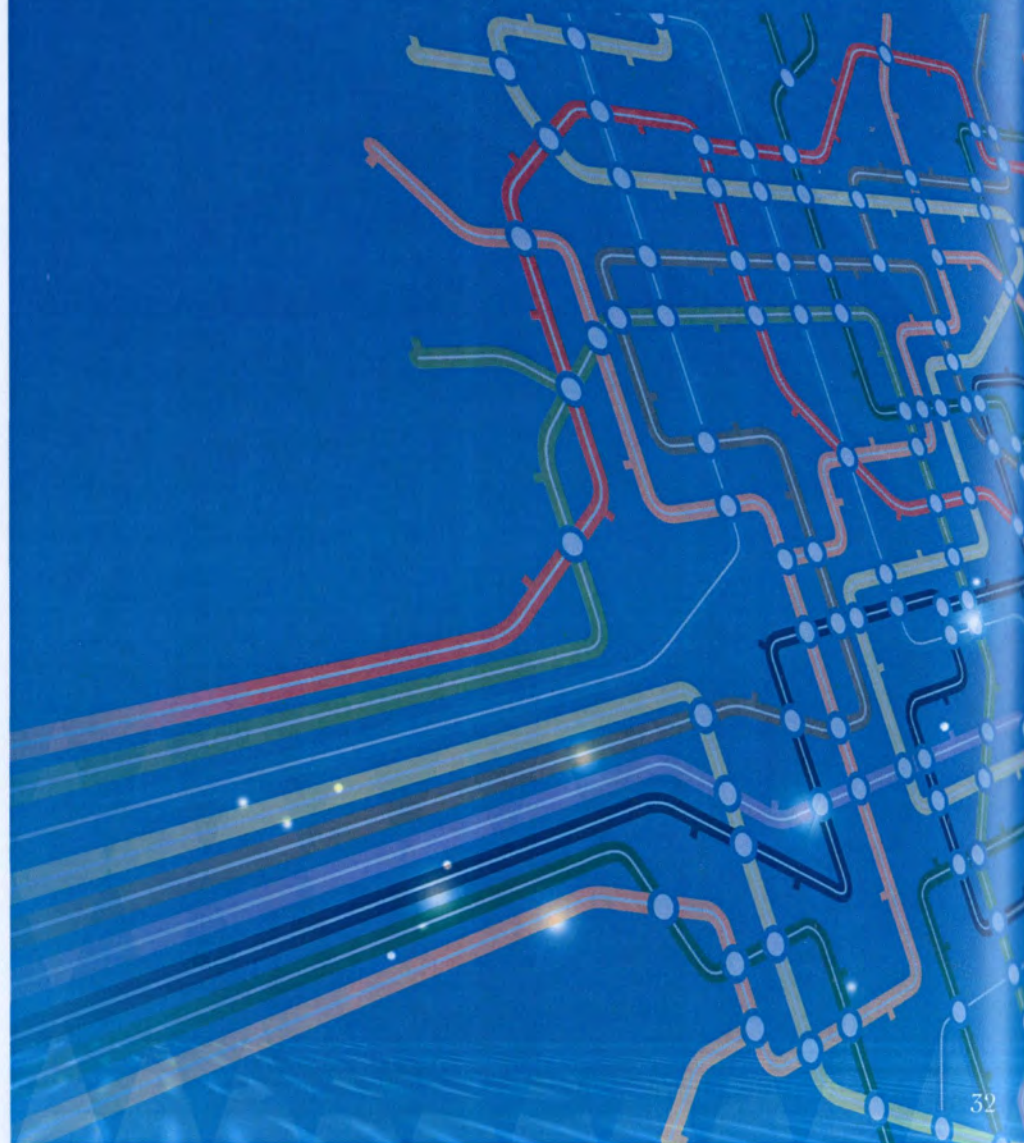
- 不可干擾他人在電腦上的工作。
- 不可偷看他人的檔案。
- 不可利用電腦偷竊財務。
- 不可使用電腦造假。
- 不可拷貝或使用未付費的軟體。
- 未經授權，不可使用他人的電腦資源。
- 不可侵佔他人的智慧成果。
- 在設計程式之前，先衡量其對社會的影響。
- 使用電腦時必須表現出對他人的尊重與體諒。

網路的力量

普三成 李儀珊

我們時常可以在大大小小、各式各樣的公務上，例如：街道旁的牆壁、公廁、公共椅上…等，看見表面佈滿塗鴉、不雅字眼，使得美好的環境受到破壞，不僅礙了觀瞻，也帶給許多人負面的影響，辛苦打掃的人、對公物付出金錢的大眾都會忍不住去抱怨一番，若無法改善就只能陷在這惡性循環中，「敬人者，人恆敬之。」對身處的環境保持尊敬應與尊敬人同為重要吧！

假如主在這件事裡，祂應會希望人們都能夠拋開既有的私利觀念，愛護自己的家園吧！或許事件總發生的太多太快，但我們還是能在盡己最大力的情況下，可以透過分享照片、文章或網路快速宣傳來達到一定的遏止效果，在大家的努力下，一定得以改善不良的風氣，只要人人都付出些尊重和同理心，世界將變得更加和諧美好。



信心和盼望

資訊科科主任 桂永平

來到振聲，才知道天主教每年到了這個時候是我們懷念已故親人的季節，而且生命教育中心會舉辦祭天祭祖禮，讓全校師生可以將心沉靜，來追想我們最親愛的人，並再一次省思生命的意義。

在華人的哲學思想裏，“鬼神”和“天”是兩種完全不同的概念，中國到周朝的時候各樣的祭禮已經達到一個高峰，那時候“天”只有帝王才可以祭祀，而且祭天的禮儀非常隆重，非常理性。之後，雖然孔子是不近鬼神的，但是對於天，孔子也是非常尊敬的。孔子曾經說過：“人不可以不知天”，“獲罪於天，無所禱也”，可見孔子對於天是非常敬畏的。儒家敬天和祭祖的觀念，都對我們的影響非常深遠，甚至維持了幾千年而不墜。

天主教依照耶穌的教導，制定了彌撒的禮儀，彌撒就是一個非常隆重的祭天禮儀，相信這會是孔子所夢寐以求的禮儀，因為這個祭天禮儀莊嚴而且隆重。

然而死亡對於基督徒的生命中有甚麼意義呢？當我們死後，我們的身體和靈魂會怎麼樣呢？

其實我們是以一種喜樂的、並且相信是回到天家的心態來看待死亡的，所以當我們的基督徒朋友和親戚死亡的時候，我們的態度會有所不同。

因為聖經告訴我們說：“在主裏面而死的人有福了……他們息了自己的勞苦”。事實上，聖經甚至還說：“在耶和華眼中看聖民之死、極為寶貴”。在這些情況下，我們會經歷真正的悲痛卻又相信他們已經與主同在的盼望。

因此，當我們的基督徒朋友或親屬離世的時候，儘管我們心裡會有真正的憂傷，但我們卻也會用聖經的話說：“死阿、你得勝的權勢在那裏？死阿、你的毒鉤在那裏？…感謝神、使我們藉著我們的主耶穌基督得勝”。儘管我們也哀悼，但我們的哀悼應該交織著對上帝的崇敬和對祂賜與我們離世的所愛的人之生命而感恩。所以，我們不但不害怕面對死亡，反而是有盼望的。並且相信有一天會在天堂和親愛的家人朋友再相會。

那要如何得著這樣的信心和盼望呢？

其實上帝照自己的形像和樣式創造我們、愛我們。並且耶穌說：「我來了，是要叫人得生命，並且得的更豐盛。」耶穌要我們享受平安、喜樂和永恆的生命。然而，很多的人生活卻過的並不快樂，其中最大的因素是……我們都不夠完全，需要常常反省自己是否有做錯誤的事情或者得罪周遭的朋友、家人，祈求慈愛的天父給我們力量去改正，這樣我們就能夠恢復上帝賜給我們原本美好的生命。

最後在這慶祝耶穌誕生的歡樂季節裏，誠摯希望每一個人可以得到這聖經裡的祝福：「上帝愛人世人，甚至將祂獨生子（耶穌）賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生。」並且可以活出那豐盛生命！

桂永平主任訪談

採訪整理・普一明 陳禹仁



Q 「當我們的基督徒朋友和親戚死亡的時候，我們的態度會有所不同」請您是否有類似的經驗？可否與我們分享您是怎麼度過悲傷的？

A 四年多以前父親過世。在情感上心裡面現在想到還是非常的激動，因為和父親的感情很好，所以每次

想到父親時心情起伏就會非常的大！不過就像剛才第一個問題所說的，我們雖然現在暫時分離，但是我一直都相信有一天我們可以再次相見。所以我們的態度就會有不一樣，但我在當下情感非常非常的激動，因為和我最親愛的親人分開。

Q 請問主任您是怎麼度過悲傷的？

A 其實還沒有。這四年多來，沒有一次作夢夢到父親。父親可能知道我很想念他，但是我從來沒有夢過他。在今年暑假去了一趟日本，到了一座高樓上的觀景台，那時突然非常非常的激動。覺得那個高樓是不是離天上最近的？我

就想說那我是不是離父親最近？那時候的想念是非常深切的。所以在情感上面一直都是非常的難以割捨，但在理智上我相信聖經上說的話有一天我也會過世那我相信有一天我還是會和父親相遇。

Q 「最近聖歌比賽剛結束，部分班級很認真練習但對於最後的成績不甚滿意，因此很喪氣。部分班級成績很好，卻開始嘲笑名次較差的班級。主任可否與我們談談，在這件事上，要如何實踐信心和盼望？」

A 我想是一定要面對挫折的，中國的成語叫做「越挫越勇」一定有挫折才會越來越進步，沒有挫折的人進步是有限的。那我覺得這次得到好的名次班級一定要「勝不驕敗不餒」知道自己的班級這次所適用的策略和方法是正確的，把好的繼續保持。那沒有得到好名次的班級，我覺得有可能是班級的凝聚力和向心力不夠，那就檢討哪裡有不足的地方！

學校三年活動非常多，這些活動就是為了讓班級可以更好團結力，越來越好。學習團隊精神和人跟人怎麼互相合作，這樣才會好。那些如果是嘲笑的，我覺得是他們的問題，不要為這個原因然後覺得很傷心。不要為了一些壞的人或者是不正確的人，然後來處罰自己讓自己喪氣讓自己心情不好。尤其，龜兔賽跑一開始跑最快的是兔子，那如果我們像烏龜一步一步走。原則上可以實踐我們的信心和盼望的！

學生作品

愛的行動，使……更好，
我（們）做到了！

♡ 說文組 ♡ 實作組



65 期主弦校刊徵稿說明

邱慧娟老師

二十世紀美國最著名的神學家、思想家—尼布爾，於1934年寫下的一篇堪稱二十世紀最著名的禱告文：「我的天主，請賜我寧靜，去接受我不能改變的一切；賜我勇氣，去改變我能改變的一切；並賜我智慧，去分辨兩者的不同。」

在你的班級中、校園中、家中，是否有令你忍不住想抱怨的人、事、物？請透過「觀察」、「判斷」、「行動」三步驟，與其坐著抱怨，不如在自己能力範圍內，以行動帶給自己與他人更好的關係與環境。

其實，在生活中處處留心，處處可以發揮創意，從自己簡單的行動做起，為你我打造更和諧的關係與環境。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

讓愛開鎖

（進）資三甲 周羽若

許多人曾因不愉快的事將自己埋在谷底，如同我所不能做到的，就是去寬恕父親，但我卻忽略了神曾對我的寬恕。

在我還小的時候，唯一對父親的印象是，那張讓我有所恐懼且帶有惡魔般的臉龐。因我做錯事而拿著菜刀將我追殺出門，從那次之後，我開始怨恨且懼怕父親，我把所有陰影埋藏在心底，用著帶鎖的箱子完全封印。

自從父親信主之後，他開始努力的改變，但是我的心卻如此剛硬，無法饒恕的痛苦裡夾雜著血恨。直到國中時，我做了一件壞事，父親竟然只是帶著我去道歉。之後，我開始認真參予各種輔導，直到我受洗，神將他的愛浸化我，使我的心靈不再只是感到受傷。

現在的我，在嘗試如何接觸父親，嘗試如何用神的愛來開啟那個埋在心底深處的箱子，與我一樣的人們啊！希望神的愛也能滋潤你們的心，放下一切重擔，抬起頭來仰望天吧！你將會發現，天是那麼的寬闊，就像神的愛能寬容我們，同樣我們一定也可以寬恕他人的。



一杯熱茶

國二信 謝芷仟

中秋節前夕爸爸將阿嬤從彰化帶來與我們共度中秋佳節，阿嬤近來患有阿茲罕默症，對周遭事物常會有失去記憶及脾氣失控發怒。

前些日子因為段考因素，吃完晚餐我和妹妹就馬上上樓去溫習功課。某些晚上用餐的時候，阿嬤突然對我和妹妹大發雷霆的



說：「你們是不歡迎我來這裡，枉費我那麼疼你們，算了，我還是回我的老窩好了。」這時，氣氛霎時凝結，我因為莫明的委屈而哭了起來。之後，媽媽告訴我，因為阿嬤在生病，所以不要放在心上。聽完了媽媽說的話，我主動端了一杯熱茶和阿嬤說：「我最喜歡你了，也喜歡和你住」阿嬤說：「傻孫子，妳是我的心肝寶貝。」阿嬤似乎忘了晚餐發生的事，我的奶奶真的病了。

雖然我不確定阿嬤的病會不會好，但我相信愛可以化解任何的誤會，使我們家人更緊密在一起。



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

多觀察，多反省

普三甲 貓

國小，班上總是會有人討厭我，到了國中，依然……

升高中的那年暑假，我不禁在思考……為何我沒辦法和同學們好好的相處呢？為何總是有人與我成為敵對關係？過了個暑假，進入高中的我，開始仿造國中班上的風雲人物，但那似乎……使我與同學的距離更疏遠，因為那時，我只想成為班上的那個「風雲人物」以致於有點過於驕傲；但不知為何，我與學姐們的關係卻是親密的。

高一下休學的那一年，我仍在思索著，後來我懂了！是「尊重」仔細想想，以往的自己在講話時，都是口無遮攔的，而太刺的話語，就這樣一點點地刺穿了友誼。但當我與學姐們相處時，或許是因為她們的年紀比自己大的緣故吧，對她們有更多的尊重與禮貌。

現在的我，懂得在出口前，先思考，說出的話語是否會如石子般砸傷了人心；也更會尊重他人的想法，而不是一昧地將自己的想法加諸在他人身上。

讓愛付諸行動 ★

國一和 黃郁豪

奉獻一生的裴多菲曾說：「生命的長短用時間計算，生命的價值用貢獻的愛計算。」今日的大都市社會人情漸薄，許多錯誤想法隨之萌芽，久而久之，就有積非成是的效果，造成愈來愈沒有好新人肯為社會付出愛、付出愛的行動。

以下是你的生活嗎？：在家裡每天嫌東嫌西，令人厭惡；在學校老愛與人吵架，引起紛爭、挑播離間；做事做不好老是怪東怪西，都沒反省自己；別人需要幫忙總推辭不主動；從來沒考慮過別人的感受。

一生樂於助人的杏林子臨死前說：「我窮的只剩愛。」付出愛，不會有太大損失，甚至還被回報，這豈不是兩全其美嗎？其實在生活中處處關心，處處可以發揮愛心，從自己簡單的行動做起，為你我打造更和諧的關係與環境吧！



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤ 說文組

省 · 思



國三信 陳亭君

每當吃飽飯後，總會看到教室的資源回收桶堆積如山，走向前看，油膩膩的，怪不得倒垃圾的同學受不了！教室是大家的，大家應該要更重視這個環境，好好維護。

這些餐盒未清洗就丟入垃圾桶，不但使環境髒亂、不美觀，也使倒垃圾的同學不方便。假如大家順手清洗吃完的餐盒，不論是對環境、對人都好，大家將心比心，只要願意行動，環境將會更美好；指要抱持著己所不欲、勿施於人的想法，人與人之間的關係也會更和諧，更充滿愛！

凱撒大帝曾說：「我來、我見、我征服。」我認為：「我見，我愛，我行動。」只要我們有堅忍與毅力付出愛的行動，將會使教室理的人、事、物更好！一起來行動吧！

活出自信， 播下寬恕的種子

商三實 溫佳琦

「人生是一奮鬥的戰場，到處充滿了血滴與火光。不要做一個甘受宰割的牛羊，在戰鬥中，要精神煥發，步伐昂揚。」郎法羅深切闡明面對人生迍邐之途時，與其坐困愁城、束手無策，還不如慷慨激昂、勇於挑戰。

在同儕之中，當有人犯了錯，倘立刻疾言厲色地加以譴責，非但不能令對方改過，反而引起反感，無法收到補偏救弊之效。然而一味地對其不聞不問，即成姑息養奸，至惡貫滿盈時，早已積重難返。

待人寬厚有如「宰相肚裡能撐船」，並將心懷憎恨的地方，「播下寬恕的種子」，善用時間當志工來化解心胸狹窄，鼓勵弱勢族群「活出自信」。



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤ 說文組

多使用環保筷， 使地球變更好



觀一雅 劉若瑜

某實驗小隊曾做過一個實驗，將許多免洗筷放入一個大桶子內加水，再放蝦子，隔天，桶內的水還是清水，但蝦子卻全數死亡，過了幾天後，桶子裡的水呈現綠色的，這是多麼恐怖的一件事？

環保筷既輕巧又不佔位置又能節能減碳，雖然一雙小小的竹筷子好像不怎麼起眼，一根竹筷子，可以輕鬆的就折斷，那一百根呢？

多一棵樹可以幫我們多吸收更多的二氧化碳，地球當然也會更乾淨、更環保呀，如果我們能多使用環保筷就可以讓身體少承受不必要的負擔，人生就這麼一次，地球也就這麼一個，我們要善待地球也要善待自己的身體，不只是環保筷，很多一次性的餐具我們能盡量避免不用就不用，不只為地球好，也為身體好。

退一步，使秩序更好

普一功 王婕齡

午餐時間，餐飲部門口的人潮總是堵的出入口水洩不通，使得其他學生購買餐點不便，導致用餐時間不夠。「己所不欲，勿施於人」，若每一個人都爭先恐後，為求自身的方便而不分出入口，不相互禮讓一步，屆時誰都無法進出。聖經記載：「神的國不在乎吃喝，只在乎公義、和平，並聖靈中的喜樂。」若因私慾而帶予弟兄們困擾，便不是按著愛人的道理。

因此，若是耶穌在這裡，我想祂會請大家排隊，不推擠不吵鬧的進入餐飲部。其實，要改這項缺失很容易，若每位同學都能自律，正如之前我曾看過一個班級的學生整齊的排成兩列進入餐飲區。有時，向後退一步，反而能海闊天空，使這個世界更大，大家更便利，何樂而不為呢？





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

體諒

英二德 黃千庭

每天搭公車上下學的我，不免會觀察到某些時時刻刻都會出現的現象。無論在早上或放學，只要公車一到，所有的人蜂擁而上、這樣你推我擠的上公車，而且奇怪的是，在公車前面可以站的地方已經沒有空隙，但是後面相較之下卻是空蕩的，沒有人願意走過去，造成公車每到下一站時，想上車的人無法站上去而只能等下一班，讓他們無法準時上班或上課。

在這種「尖峰時刻」當中，人人都不想遲到，尤其是在搭乘大眾交通工具的時候就更是如此，所以，每當遇到這種情形，我會盡量往後面的空位走去，讓下一站的人可以順利上車，我也不怕不好意思，因為人與人之間就應該互相體諒，多一點體諒，少一點私心，這個社會就會增一份和諧。



紙鶴

國二誠 莊舒評

黃昏時分，燦爛的煙霞映在一雙摺紙鶴的手上，勾勒出一幅動態的水墨畫。每個人都重覆同個動作：對折、再對折、拉開、再翻回來、摺過去……驀地一聲顫抖地大喊，吸走了大家的專注：「九百九十九、一千！我們成功了！」

民國九十六年六月三十日，那是我永遠忘不了的噩夢。我一如往常地上下學，卻在傍晚就寢時得知了一個噩耗——外公中風了！親戚們哭過、怨過、愁過，也只能含淚扛起照顧的工作，整個家族陷入一片愁雲慘澹之中。

後來大姨尋來一大疊色紙，要我們摺一千隻紙鶴，並放下豪語：「摺完了，外公就會好起來喔！」大概是被嚇昏了頭，向來信奉「子不語：怪、力、亂、神。」的我也加入摺紙鶴的行列，默默地盯著紙鶴數「一、二、三…」，說也奇怪，在大家開始摺紙祈福後，阿公的身體就漸漸地好了起來，即使醫生將之歸功於針灸復健，我寧可相信這是眾人摺紙的功勞。

我們不能改變現有事實，也不能扭轉既定命運，但我們能夠轉捩自己的心境，以愛為紙，以付出為力量，摺出希望的紙鶴，向上帝遞出求救信號——只要你願意，祂就會站在你身邊。



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

愛・讓世界不一樣

普三甲 林奕妘

冰冷的世界

形同陌路的人們

需要你我來解凍

善良的天使總與現實的惡魔在打鬥

爭執著，由誰來踏出第一步

終於，天使贏了

用那雙溫暖的手融化封閉已久的心房

童話般的仙女棒成了美好的橋梁

傳遞愛在每個人心中

愛，重新燃起對生命的盼望

愛，找回最燦爛的笑容

愛，拉近彼此的距離



青鳥帶著花送上幸福，停止抱怨付諸行動。

圖・普二利 周庭璟



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

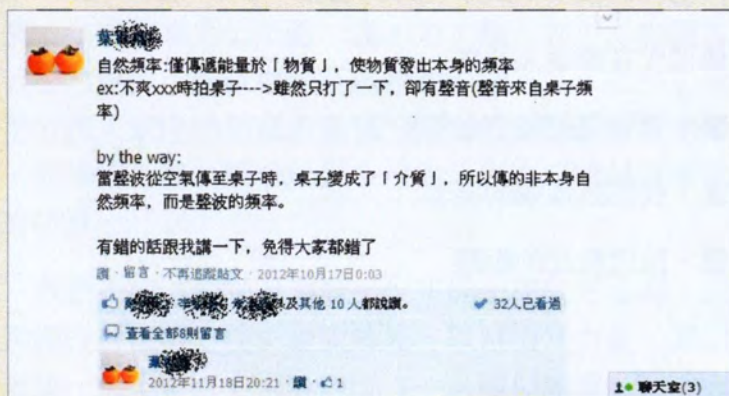
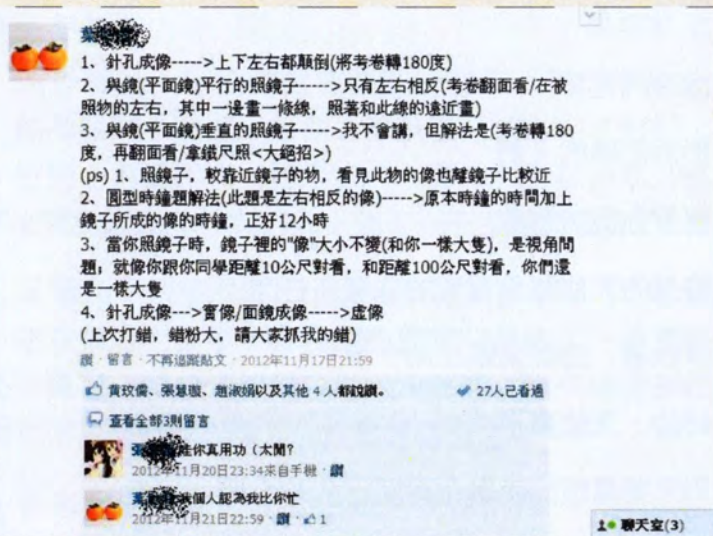
突破理化，成績變更好

國二信 葉世鼎

升上二年級，大家接觸了新的科目——理化；它就像生物結合了些微數學，只要背熟、理解就可以拿高分。

但對我們班的有些人來說，讀起來有點吃力，段考及平時班上平均七十幾分，落後了其他班級。所以我藉由「臉書」創辦社團，並在其中 PO 一些自己整理的理化觀念和筆記，希望大家能在社團裡互相討論，除去自己的盲點，讓成績進步；這個想法起初是因為自己的朋友在理化這科有些落後，所以整理出一張重點來幫他。

經過了段考，我希望大家理化不要成為自己的弱點，才演變為如此。





沒有愛，我什麼也不是

資二心 林子芸

2012 年 1 月 9 日半夜 12 點，手機突然響起，平時總是睡很熟，即使家人大叫火災也聽不到的我，居然醒來，接起了電話。「喂？爸爸出車禍了」，接下來其實我記不太清楚，我只記得，我生出來到現在都沒哭得那麼慘過。

因為爸爸很嚴重，所以住進加護病房，隔天立刻請假去看他，看見跟平常不同的他心情真的沒辦法表達出來，記得前一天晚上他還打電話來說買了我們最愛吃的牛肉麵要來給我吃，我睡著沒接到。他全身插滿了管子，我好想聽他的聲音，在發生這些事情之前我還在跟他鬧小彆扭。

到現在 10 個多月了，他還沒醒來，我都自己從桃園坐火車去看他，每天看到他心裡不捨又難過。但我不怨什麼，雖然發生這件事很不幸，但因為這件事我才知道親情多可貴，也包誇愛情昇華成的親情，小時候爸媽就離婚了，爸爸後來再婚，生了個妹妹，我和那位阿姨、妹妹的感情一直都很好，阿姨在這次爸爸車禍中付出的時間、金錢好多好多，但他不抱怨、不後悔，下班很累了，明明要開車回家休息，卻還是開往醫院，我好感謝他，感謝他為我爸付出這麼多。

媽媽跟我一起向菩薩許願，每天早上吃素，希望爸爸能快好起來，一開始覺得好苦，後來慢慢習慣，也感動媽媽願意陪我一起，並教我更多觀念。愛是全世界最偉大的，沒有愛，我什麼也不是，這是我體悟到的，也希望爸爸快點起來。





生死關懷的故事

商二勤 張文瑜

我的阿公，當初跟隨軍隊來到台灣，相遇了我的阿嬤，結婚又生子。而接著很快的我的阿嬤因病過世了，那年，我父親才三歲。阿公日日夜夜早出晚歸，夏天賣枝阿冰，冬天賣熱湯圓，沒有能放鬆的一天，而他也沒有再婚，因為怕會發生「壞繼母」的故事。

其實，我知道，他是孤單的，一直都是。

小時候總會搭公車來看我們，帶著食物和玩具，但總是恰好的，我們不在家，他就會把東西掛在門把上，這讓我媽好氣又好笑；隨著我們越長越大，見到阿公的次數越來越少了，只有每一天的過年或中秋。他卻越來越老。

而後來，國中的時候，我們變得常常去看他。但，地點卻換到了醫院，原來阿公得了癌症……。發現的時候已經太晚了。



阿公撐了很久，我知道。

最後一次看到他，還是在醫院，時間是半夜的一通電話，是我爸打來的，我們到的時候，有醫生和護士，以及那恐怖的電擊器。我從沒想過會有那麼一天看到那個畫面，我的阿公是那麼瘦小啊。

明明前一天他還好好的笑著說想抽根菸的。

送入火葬爐的那一刻全部的人都在哭著，我才真正明白，阿公，已經不會再回來了。

如果真的有天堂的話，我希望他就在那。

如果真的有神的話，我希望它可以給我阿公不傷身的菸抽。

如果我阿公有在看著我的話，我想對他說：「我很想，很想你」。

人總是要失去，才能懂得珍惜。

我也已經失去，才明白了，阿公對於我是多麼的重要。

但現在後悔也已於事無補，只希望自己好好把握身邊的親人。



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

八十年歲月中的廿六天



廣三善 林彥登

放學回到家，常常因為夜輔和補習所以很晚了，而且身心俱疲，開了家門看到父母也沒叫我就回房，也因此和父母容易起爭執，感情也漸漸冷漠。

我也思考為什麼每次都要和他們吵？但一直找不到解答，直到我在電視上看見一則新聞說道：「要是活到八十歲和父母每天相處 3 小時，那八十歲時只有陪伴他們 26 天！」。我看見時，我開始反省我的行為。我也要用我的行動改變我們的冷戰。

漸漸一天一天的互動變多，我不再對父母冷漠或反感，他們也很關心我。我的行為和行動改變了一切，愛和孝順要馬上，好好把握，錯過了誰也無法挽回，今天也很剛好是我爸生日，我想對父親說：「爸！我好愛你。」



發現身邊的幸福

國二和 楊宜臻

只要我們用心觀察、體會，會發現：幸福不是有錢或有權的人才能擁有的。錢和權力能滿足自己的慾望與虛榮心，卻無法獲得心靈上的滿足。幸福，其實唾手可得。

每天媽媽都叫我起床，但我從來沒有和她說聲謝謝，認為這是天經地義的。直到媽媽對我說她小時候外婆都不叫她起床，甚至連媽媽睡過頭也無動於衷。我才發現，其實，我身在福中卻不知福，我趕緊走過去擁抱媽媽，說著：「謝謝媽媽，您辛苦了！」

有人在乎、包容、指正和關心很幸福沒有一定的標準，只要用心體會，你就會發現自己有多幸福。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡ 說文組

面具

普三明 李宛昀

走在人擠人的夜市裡，四周都是小販吆喝、招攬的聲音。然後卻在不經意間，看到有那麼一個人，靜靜地坐在凳子上。彷彿這些嘈雜與他再不相干。我不由自主地上錢拿起他放在攤子上賣的——面具。

無論我如何捏它、揉它，紅得還是紅，白的還是白。可是人面呢？人面的顏色似乎多了份生氣，也更加多變。這讓我想到，最近班上有位同學因為戴了太多的「面具」而和其他人產生了衝突。甚至面臨了「友誼危機」。在我看來，虛偽固然不好，但適度的偽裝卻是必須的。畢竟，的確也沒有太多人能做到「愛人如己」，況且儒家也說「愛有差等」。人本來就會有自己的喜好。有句俗話說「伸手不打笑臉人」保持表面上的平和絕非壞事，不過為自己留條後路罷了！

在求學時相識、相知、相惜的友誼是最單純的。不該為了小事就讓那條牽繫彼此的線斷了。雙方各退一步為對方想想，也學著讓自己的待人處事更加圓融。如若對方不願意改變，那就從自己先開始吧！吵架得要兩個人吵，但是維繫友情卻只要一個人就能辦到了。

「世界上沒有比友誼更美麗，更會令人愉快的東西了，沒有了友誼，世界彷彿失去了太陽。」我輕輕地放回手中的面具，放下心中的煩悶。那人像是了解什麼般地對我微笑…。改變，就從今天開始。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

當門打開的瞬間……

普一勝 鄭欣宜

記得有一回在火車上，因為車內很擁擠，再加上又是下課、下班時間，上下車的人很多。於是如同在捷運上普遍遇到的「人擠人」問題出現了。當車門打開的瞬間，一群人爭先恐後地上下車。只為了自己能早一點回家。完全沒有考慮到，這樣的行為對其他人造成的不便。就在此刻，火車站的服務人員要大家按照「先下後上」的原則，因此「擁塞」的狀況大幅降低。透過這回的事件，大家知道：每回遇到困難，只要懂得「禮讓」就能化解衝突，使社會更美好。



您的愛心 有跟上潮流嗎？

訊二樂 麥修瑜

有一次我搭捷運時遇到一位老爺爺在人潮擁擠的車廂中尋找博愛座，佔據博愛座的人是一位年輕人，他閉起眼睛裝睡，不畏其他人的眼光，當然就不用讓位，而那位老爺爺只能拉著捷運的把手，搖搖晃晃很辛苦地站在博愛座旁。

我認為，博愛座是給年長的老人及懷孕的婦女；和行動不方便的人所使用的座位，所以其他的人是不應該佔據博愛座的。

我鼓起勇氣向那位年輕人說請你把博愛座讓給有需要的人。事實上，真的遇到需要讓座的時候，不管是不是博愛座，都應該要讓坐，這是一種善心體貼的表現。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

緩緩「心」，靜靜「情」

普二成 薛江傑

愛可以緩緩「心」，愛可以靜靜「情」。人要有「愛」心才最美。

現代人常常都以為自己缺乏愛，但愛常常在生活中出現，人們總是沒有去查覺它的存在。父母對子女的是愛，師長對學生的也是愛，情侶之間的也是愛，愛有非常多種。

人是一種相互依賴的動物，依附著愛來維持著社會的安定、人們的內在。沒有愛就像一個生命沒有了軀殼，再光鮮亮麗的外表，終究是虛幻的最後化為塵土，消滅在時空的荒流，真實的愛才是屬於內在，並且實際永垂不朽的，有了愛內在的心會變得五彩繽紛，這世界常會覺得冷漠無情並且難以發現別人的愛，是因為自己沒有去實踐，如果在這廣大繽紛的社會中，充滿了願意甘願並無私付出的愛，相信每一個人看世界的心都會有所不同。

所以人們要有著一顆愛人愛己、愛世界萬物的心，並且親自努力的實踐，創造出一顆愛的「心」世界。



多一點幫助，多一點愛

貿一慈 廖書瑄

人類是一種群居的動物，群居最大的特色，我想莫過於互相扶持、互相幫忙了吧。一個人的力量是有限的，但如果能互相幫忙，一定可以激發無限可能的。

就像不久前的運動會上，上面的獎狀遲遲不下來，我們下面的人也就無法順利的頒獎，這時如果我們肯多跑一些地方去詢問資訊組的獎狀是否被耽擱了，而我們願意多幫一些忙把事情處理好，不就圓滿了嗎？有些人就是會拘泥於，那並不是我的工作，我有把我該做的做好了，我為甚麼要多管閒事呢！

請記住，幫忙並不等於多管閒事，因為多一點幫助，即是多一點愛與關心。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️說文組

使地球更健康

國二仁 胡宛宜

從空中俯瞰地球，藍藍綠綠的地球早已灰頭土臉變了樣，成千上萬棟的大樓、成千上萬輛的汽車取代了青青草原，便利的生活卻讓美麗的地球「生病」了。

在這便利的時代中，「工廠排放廢水」、「汽車排放廢氣」使地球因為人類的自私而發燒，溫室效應下的氣候詭異難以捉摸，豪大雨、颶風和土石流造成無數悲慘的傷害。

如果我們多搭乘大眾運輸、自行攜帶環保餐具、工廠處理好廢水，我們做好垃圾分類勤做回收，都是對地球付出關愛的行動。

「愛的行動」，使地球更健康，舉手之勞做環保，散播愛的行動，還地球一個嶄新的面貌，也賦予人類幸福快樂的生活時空。

近年來的全球暖化日益嚴重，為了保護地球，我們要加强取締排放黑煙的機車騎士。



賈二慈史家鉸



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

愛的行動，讓校園更好

國二仁 吳珮萱

薰風徐徐吹來，漫步於校園，我瞥見地面上有著一片被人隨意丟棄的紙屑，我彎下腰將它拾起。雖然，這只是個微不足道的舉手之勞，可是，這樣的行動，卻能讓校園更美好。

校園裡，也存在著「霸凌」這種令人髮指的偏差行為，往往造成校園不安，受害的學生常常身心俱疲，無法面對學習。如果我們可以及時協助那些身體弱小的孩子，勇於揭發霸凌者的不良行為，請師長及時矯正他們，並給予適度輔導，我們就可以享受寧靜、美好的校園！

或許只是隨手拾起掉落在地上的垃圾，或許是對同儕給予一個關切真摯的眼神，或許是給予孤單落寞的同學一個友情的邀約，這些舉手之勞，卻都是有無限價值的！能溫暖人心、創造和諧。讓「愛」散播到校園的每一個角落，化作養分，蘊育莘莘學子的美好校園！



兩人

訊三業 簡禎佑

你和我，只要有愛的存在，所有的問題都不足以構成問題了。

兩人會相識是因為愛，兩人會交往是因為愛，兩人會同甘共苦也是因為愛，愛，使人付出行動，使人關懷他人，也讓你我的心昇華至更豐富的階段。

當一個人的心不存在愛時，只是一個沒有靈魂的傀儡罷了，自己在自己的舞台表演，台下卻空無一人，空虛的自己導致空虛的生命，所以心中有愛，是很重要且不可或缺的。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡ 說文組

彎下腰・綁鞋帶

賀三慧 張芯瑜

社會上有許多因困擾和負擔開始對年老的父母置之不理的案例，也因此造成了許多悲劇收場。

很慶幸地，我生活在愛與關懷的幸福家庭中，我的爸爸在我心目中是世界上最孝順、珍惜身邊的人，不僅愛護自己的妻子，對爺爺更是疼愛有加，當爺爺生病後也變得無理取鬧，家人都開始厭煩，只有爸爸一直耐心的對待，甚至肯彎下腰幫他綁好鞋帶，慢慢的帶著他一步一步往前走。儘管是碰到阻礙，爸爸總是第一個撐下天空的人。

隨著年紀的增長，經濟環境的壓力下，爸爸的白髮變得數不清了，但是他還是緊緊牽著家人們的手走下去，每天笑臉迎人的耐心看待每件事。這當中最大的動力就是一擁有家人的愛。



「觀」愛

賀三慧 侯雅荃

關愛等於觀愛，但觀愛不等於關愛。

同學、老師、家人當觀察到身邊的人有不對勁時，卻沒有主動去了解跟關心他，造成他內心的結無法釋懷而自殺。舉一個例子：有一位女學生因感情上有了問題，身旁的朋友知道這件事卻沒有時時關心她的狀況，導致她斷送自己的生命，令人嘆息。

所以每個人要付出行動去觀察和關愛身旁的人，讓愛分享在世界的每個角落，伸手幫助他人，把愛傳播下去。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡ 說文組

人與人

訊三樂 黃教瑋

人與人間，存在著某一種特殊、難以言喻的「磁場」存在。為何我會這麼肯定，人和人不管以什麼方式相處、共事……等，皆有上述之「隱形的磁場」？

人們透過各種方法，尋找伴侶、朋友；又或者是藉助各樣管道，認識不同的人們。但，現今社會漸趨冷漠、注重個人隱私；且人跟人之間關係複雜化了，難免為了己身，抹煞了他人權益或為了權勢利益，彼此各懷鬼胎、狼狽為奸，最後還是為了自己……以上種種，皆出於你的「內心」。

「內心」是複雜且無法理解的；儘管有各種心理分析或報告呈現出人的心境（態）如何，但這也只是少部分罷了！總結來說，人與人間的相處，不只是一門高深的學問，也是一個人必要學會的一項智慧。



家事分配表



國一孝 莊依寧

生活中，難免會有一些人做出讓環境、團體頭痛的事，仔細觀察，如果我能改變，且我行動，這樣不就能讓這個世界更美好了嗎？

所以我想做點什麼，有一天，我發現家裡家事總是由媽媽負責，造成媽媽很辛苦，如果你覺得你很累不用做，那別人是否也可以和你一樣，我們生活在家庭中就要懂得合作，關懷每一個人，才能營造美好的家庭。

於是我制定出「家事分配表」，家中每一個人都要善盡自己的責任，漸漸的，從一開始的不習慣，到現在做得很好。這雖然只是一件小事，但我用我的行動改變了這件事，盡我的努力，讓這個世界使我和諧完美！



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡ 說文組

生活中的小改變，就能讓我們愛的世界更美好。



普二利 左允柔

以溫度融化。冷

國一義 余文媛

億萬個光年飛逝，
生機盎然到殘破不堪，
經歷的，
不過是人性翻轉的改變，
不過是口中的科技進步，
不過是，
貪念腐蝕著愛的邊緣。

你的心始終無動於衷，
踐踏的犧牲品只是又一個，冷眼旁觀。
等著，被放逐。

捨身，只為你。

碎在一地的冰冷，
你聽不見發抖的微弱求助，
任憑聲嘶力竭、大聲吼叫，
淒冷，在背影。
辛酸的痛是你猖狂下的不屑。
我要的，不過是你那掌心的，溫度。





愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤️ 說文組

玉蘭花與口香糖

國二信 林好謙

坐在家人舒適、涼爽的車裡，正要回家。途中，時常看見在馬路中穿梭，賣著玉蘭花及口香糖的熟悉身影。買一串二、三十元的玉蘭花對我們來說或許只是舉手之勞，但對那些需要幫助的人是極大的幫助。我們姑且不論他們是否有詐騙人的善心。然而懷著「愛心」的行動，對我們只是有益無害。也不要因為一竿子打翻一船人，讓社會失去善意的互助。

我也曾在逛街時，看見一位年邁的老婆婆賣著泡泡糖。正當我購買後要付錢給她時，沒想到她卻睡著了，可見這份工作有多勞累。改日，當你在路上遇見這些不管刮風、下雨或者是在烈陽下，依然堅強地挺直身軀，賣花或口香糖的人們，或許你可以省下準備買飲料的錢，走向他們。因為，你得到的不只是一串花，還有溫暖的回憶。



觀一雅 陳宜伶



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！❤實作組

愛的行動【實作篇】

邱慧娟老師

2012 年天主教學校週主題為「I love, I light, I share」，配合這個主題，65 期主弦校刊，徵求投稿者以「更好」為出發點，執行愛的行動。這個行動的執行者，可以是 1 人，或在班上「揪團」（2 人以上）一起執行。

【行動步驟說明】

一、觀察

- （一）在觀察時，應懷著愛德的精神，而且還要關心這事情裏的人們有沒有受到影響，這件事情是否普遍。假如我們不觀察清楚而去判斷，則很容易造成錯誤的判斷。
- （二）觀察對象：可以是班級、學校、家庭……等。
- （三）觀察的面向：人與人、人與環境、人與天。

二、判斷

從觀察中我們得到一個概念去判斷。但是，我們判斷時要注意下面幾點：

- （一）這件事本身對人類(班級、學校、家庭)有何不良之處？

- （二）這件事上對尊重一個人或「愛人如己」、「己所不欲，勿施於人」的信念有何抵觸？
- （三）這件事上我們應該怎樣做會幫助當中的人更好？

三、行動

從觀察、判斷裏，我們找到行動的方法。行動是比前面兩點較為困難，假如我們有堅忍與毅力的話，事情一定會有所改變。



※資料來源：YCS 生活檢討步驟。YCS 是一個國際性天主教青少年組織，總部設於法國巴黎（亞洲總會設在菲律賓馬尼拉），“IYCS”的青年代表了有理想、有精神、有勇氣、有作為的青年學生。



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡實作組

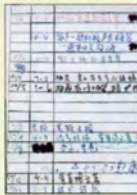
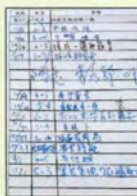
優秀作品名稱：一聲提醒，使班級更好

協助指導老師：游凡儀老師

【計畫書】

班級		普一成
行動者姓名／座號		阿朱 2 號
參與行動人數		1 人
我觀察	對象	☐ 班級 ☒ 學校 ☐ 家庭 ☐ 其他
	面向	☐ 人與自己 ☒ 人與人 ☒ 人與環境 ☐ 人與天
	觀察到的事實描述	我觀察到班上同學，常常隔天到學校後被記警告，因為他們容易把自己的東西留下來，因此被夜校登記後，就會被老師記警告。
我判斷	Q: 這件事本身對團體（班級、學校、家庭、其它）會造成哪些困擾？	A: 這件事情讓老師很頭痛，不懲罰又不行，還有對同學來說，這樣就被記警告也很困擾，還有可能成為遺留東西被退學！對夜校也是很困擾，遺留東西會讓他們很無奈。
	Q: 這件事上，我（們）應該可以怎樣做會幫助當中的人更好？請提出具體行動。【行動原則：1. 在我能力範圍內。2. 不傷害他人】	A: 我雖然沒有被記過，但是每天看班上被記同學都很無奈，也很煩。老師也是，不得不罰，老師自己也很困擾，還有夜校同學記到很生氣。於是我決定偶爾檢查抽屜，不過剛開始留下來時間太久，所以一個禮拜幾乎才留一次，雖然次數少了一點點，但是還是有人被記，於是，我更進一步直接在放學大喊：抽屜檢查一下，垃圾記得丟。終於，被記次數一天一天減少了！

【行動記錄】

照片記錄	文字說明
	【起】剛開學的我們班，混的混、吵的吵，讓身為風紀股長的我很為難。後來慢慢步上軌道，也穩定了許多，不過，在班上，有一個與夜校共用來登記，放學坐位附近有留東西的表。只要任何一小樣東西，被夜校登記，我只能說一個字：「慘」！
	【承】剛開始，我們班的狀況一週幾乎就用掉一張。然而夜校則是「凡走過必不留痕跡」完全沒被登記。而每每同學留一樣東西，就換來一支殘忍的警告，這件事不僅讓同學抱怨連連，更讓導師一個頭兩個大。
	【轉】於是，我自願在放學時提醒同學一聲：「記得把東西帶走！」並且在同學們離開後，留下來檢查一遍，雖然一星期還是有兩、三次小疏忽，但這件事真的被改善了許多。
	【合】現在，不用我提醒、不用檢察，教室也可以乾淨的發光呢！愛的行動，不僅僅是為了自己，更是為了整個班級，在這三年的生活中，我也會不斷付出，使彼此的生命更好。
請以 10 個字內描述這次行動對自己的意義	
我體會到助人為快樂之本。	



優秀作品名稱：祝福送出去，笑容快過來

協助指導老師：陳香月老師

【計畫書】

班級		國二愛
行動者姓名／座號		王韻惠 2 號、李婕寧 4 號、陳文文 12 號 劉雨珊 20 號、簡妍庭 23 號
參與行動人數		5 人
我觀察	對象	☐ 班級 ☐ 學校 ☐ 家庭 ☒ 其他：慈善機構的小朋友
	面向	☐ 人與自己 ☒ 人與人 ☐ 人與環境 ☐ 人與天
	觀察到的事實描述	上個月老師為班上認養了一位來自台中惠明機構的國一學生林〇〇，他是被遺棄的孩子，患有失明以及輕度智能障礙。
我判斷	Q: 這件事本身對團體（班級、學校、家庭、其它）會造成哪些困擾？	
	A: 他是需要關愛的孩子，因為從小到大就是去了父母，再加上一些天生的障礙，想必這種種的一切，會讓她脆弱的心靈有一些傷口。	
我行動	Q: 這件事上，我（們）應該可以怎樣做會幫助當中的人更好？請提出具體行動。【行動原則：1. 在我能力範圍內。2. 不傷害他人】	
	A: 親手製作卡片給他，儘管這只是一張小小的卡片，但只要上頭寫滿了誠心祝福的話語，想必這一切的關愛都能傳到他的心中。	

【行動記錄】

照片記錄	文字說明
	【起】看著老師介紹那位被我們認養的孩子，林冠吟內心有種說不出口的難過，想為他做些什麼，但我們不是富有的人，我們所擁有的錢都是來自於父母親，而非自己，所以我們決定親手製作一張卡片，祝福他，儘管我們所做的不像外面賣的一樣精美，但起碼這是張充滿關愛的卡片。
	【承】買好材料，大家一同製作，過程有時難免都會有些意見不合的時候，但我們都沒有忘記做卡片的意義對我們而言是些什麼，我們送卡片不是為了老師，為了成績、為了功課，而是為了那想幫助他的我們，因此我們努力的製作讓這張卡片多了我們的淚水以及歡笑聲。
	【轉】「寫祝福的話」最精采也是最重要的部分，我們都絞盡腦汁的努力想，希望自己的祝福能傳到他的心裡，希望他看到卡片會很喜歡。我們都將她當自己的朋友，一位來自遠方最與眾不同的朋友，因此我們才有了想寫信祝福他的想法，「主啊！願他過得一切順利與完美，阿們。」我們禱告著。
	【合】最後我們卡片請老師幫我們給他，或許等他收到時，已經過了一兩個禮拜，但我相信關愛是不會過期的，那份祝福只要他打開來就能清楚的感受到，或許你會覺得這份「愛的行動」已經結束了，但這只是剛開始，他是我們來自遠方最與眾不同的朋友，所以我將會延續下去，繼續送上我們的祝福。
請以 10 個字內描述這次行動對自己的意義	
祝福送出去，笑容快過來。	



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡實作組

優秀作品名稱：禮輕情意重

協助指導老師：林吟娟老師

【計畫書】

班級		國二愛
行動者姓名／座號		周葦亭 5 號、吳馥菱 30 號、黃麒恩 44 號、林士軒 32 號、朱圉穎 29 號
參與行動人數		5 人
我觀察	對象	☐ 班級 ☒ 學校 ☐ 家庭 ☐ 其他
	面向	☐ 人與自己 ☒ 人與人 ☐ 人與環境 ☐ 人與天
	觀察到的事實描述	錢欣聖主任在中午時還在忙國中部的事務，經常拖到下午才開始吃飯，十分辛苦。
我判斷	Q: 這件事本身對團體（班級、學校、家庭、其它）會造成哪些困擾？	
	A: 可能會造成主任比別的導師晚用餐，若去買午餐回來，又拖延到辦理國中部事務的時間，因而要一邊用餐、一邊工作，主任能休息的時間少之又少，對身體不太好。	
我行動	Q: 這件事上，我（們）應該可以怎樣做會幫助當中的人更好？請提出具體行動。【行動原則：1. 在我能力範圍內。2. 不傷害他人】	
	A: 可以送主任禮物表示我們對他的感謝與鼓勵。	

【行動記錄】

照片記錄	文字說明
	【起】某天的中午，我們到辦公室找班導，碰巧看見主任忙進忙出的模樣，所以我們想了一想，不知有何方法可以慰問一下國中部主任（於是請主任以「正在忙碌吃飯」的姿試演出）
	【承】我們花了幾天的討論，每次雞同鴨講，七嘴八舌後，討論不出任何結果，所以我們又再一次回到了原點，不知道有何方法可以解決（這次由吳 XX 大力演出）
	大家沉默已久，後來組長提出了辦法，那就簡單送個禮物，不必貴重，只要有我們對主任的那份心意與感謝。
	【轉】到了書局，我們買了一個星行塑膠板，會選星形是因為有五個角，可分給五個人寫，花了 32 元（是個便宜的價錢，因為有會員）。
	寫了簡潔有力的祝福，畫個圖形，有著我們這組滿滿的心意，前往辦公室。
	【合】主任非常高興，還說要把它掛在辦公室牆壁，我們也很高興。
請以 10 個字內描述這次行動對自己的意義	
學習感謝辛苦付出的師長。	



愛的行動，使……更好，我（們）做到了！♡實作組

優秀作品名稱：中正路尋人記

協助指導老師：潘于萱老師

【計畫書】

班級	觀一雅
行動者姓名／座號	黃于茜 27 號
參與行動人數	3 人
我觀察	對象 ☐ 班級 ☐ 學校 ☐ 家庭 ☒ 其他：外國夫妻
	面向 ☐ 人與自己 ☒ 人與人 ☐ 人與環境 ☐ 人與天
	觀察到的事實描述 媽媽、弟弟和我，在去年九月桃園夜市的大馬路上騎摩托車，前面有一對外國夫妻，他們的皮夾從口袋掉了出來，掉在如虎口的馬路上，不但沒發現還騎很快。
我判斷	Q: 這件事本身對團體（班級、學校、家庭、其它）會造成哪些困擾？
	A: 對那對外國夫妻來說，不見了皮夾可能會很著急吧！而且他們的重要證件都在裡面，不見真的會很麻煩！
我行動	Q: 這件事上，我（們）應該可以怎樣做會幫助當中的人更好？請提出具體行動。【行動原則：1. 在我能力範圍內。2. 不傷害他人】
	A: 幫忙撿起皮夾且歸還給他們。

【行動記錄】

照片記錄	文字說明
	【起】2011 年 9 月，剛轉秋，晚上涼涼的。因為老媽一時興起，所以我、我弟和我老媽一起去桃園夜市吃晚餐，吃完了肉丸和土魷魚羹之後，逛了短短的街，買了件秋衣，而我弟則去玩了 3 回夾娃娃機，我媽買了雙鞋，我們 3 人各自滿足後便去停車場牽車，跳上摩托車，準備回溫暖的家。



【承】因為是星期六又靠近夜市，所以中正路車子很多很多，老媽騎摩托車，我弟擠前面，而我坐後面，坐著坐著，眼睛正好向前方的時候，突然前面騎士的口袋掉出了長長的東西，我跟我媽講，便靠邊察看，發現是一個長皮夾，就護著我弟（我弟撿），小心翼翼的將它撿回，打開後，發現證照都在裡面，而且裡面是居留證（英文的），原來是兩個外國人的啊！那個皮夾就更加更加重要了！所以我們 3 人就開始想辦法還他們（夫妻）了。



【轉】原本我想說直接拿去警察局，應該會去那邊找吧！但我媽說怕外國人不熟台灣的地理，可能會很著急，而且猜測他們還沒走遠也沒有轉彎，所以便開始了中正路尋人記。因為花了點撿皮夾的時間和討論對策的時間，已和他們有段距離了，所以我媽就加速尋找他們的人影，追了一下子，終於看見他們，此時便開心了一下，不料——綠燈（原本紅燈）他們飛速的騎去了，我們傻眼了一秒，便再加速追去，他們雖老夫老妻了，卻騎得十分飛快穿梭於車陣中，所以我們也一起穿梭在車陣間，當時真的很緊張會追丟（畢竟追那麼久了，東西又那麼重要）。



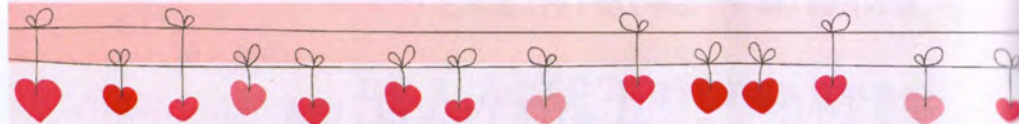
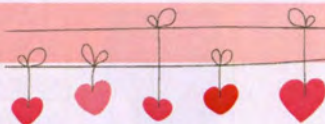
【合】覺得很刺激，也很危險，整個又熱心加乘，有熱血沸騰的感覺！終於遇到了一個時機，他們停下來，我們從後方趕上，騎到他們旁邊，我弟點了一下太太，他轉過來，我弟把皮夾給他，負責騎車的先生和坐後座的太太都先露出驚訝的臉，再露出感謝的表情，其實看到紅燈，然後由後看著他們乖乖的停在那裡，便興奮的想著：「終於追上了！能還他們了！」當下熱血沸騰，感動的熱淚差點滾出來，成功的還他們皮夾，真的很開心、很感動！

請以 10 個字內描述這次行動對自己的意義
體驗到幫助人的感動。



101 學年度第 1 學期

生命教育中心訊息



9 月 9 月 6 日朝會進行「教育部 100 年度生命教育學習網動畫比賽」優秀作品頒獎。

優勝作品名稱—「說話的藝術」、佳作作品名稱—「那一天，我和我的約定」。

9 月 17 日國中耘心社開張大吉。

9/24 (星期一) 上午 8 時 10 分至 9 時辦理本校 101 學年度「新進教師生命教育融入班級經營研習」。

9 月 21 日起協助「聖方濟育幼院」物資義賣，於校內總機會客室，開闢臨時愛心轉運站，全校同仁愛心不落人後，共襄盛舉。

10 月 10 月 1 日辦理生命教育融入各科教案比賽研習

10 月 19 日接待加拿大 Linda 老師至國二平班進行生命教育教學視導，並參觀聖堂。

10 月 20 日優質化輔助方案「靈修啟蒙教室」建置工程動工

11 月 11 月 12 日至 16 日舉行「祭天敬祖」典禮，日校一、二年級利用生命教育課進行，廿場次 58 班，共計約有 2,900 人次。進修學校於本學年度首次在生命教育課辦理祭天敬祖禮，共計四場，約 400 人次。

11 月 21 日假聖心女中辦理優質化輔助方案「人格統整與靈性發展課程種子教師培訓研習」。講師：王漪老師。

12 月 12/3 日 (星期一) 上午 9:30 分，協辦「教學大樓、科學館補強工程」暨「低碳綠能校園植生牆」、「飲料調製實習教室暨餐廳服務實習教室」落成祝聖祈福禮。

12 月 3 日 (星期一) 上午 10:10 分舉行「47 週年校慶祈福感恩禮」，由董事長劉獻堂天主教主禮，全校教職同仁受邀參與，為本校全體師生與校務發展獻上感恩與祈福。

12/10 (星期一) 晚上 6:30~7:30 舉行點燈祈福禮，參加師生約 1200 人與全台 48 所天主教學校一同分享「I Love, I Light, I Share」的聖誕精神。

12 月 16 日 (周日) 9:00~16:30 辦理優質化輔助方案—教師靈性啟蒙課程「心靈花園」工作坊第一場。

12 月 17 日 (星期一) 上午 8:00~10:00 耕心社全體社員與生命教育中心老師，代表全校至「天使發展中心」進行聖誕報佳音暨仁愛服務。

12 月 20、21 日 (星期四、五) 舉行「聖歌比賽」，表演內容精彩絕倫。

12 月 25 日 (週二) 上午 9:00~10:00 於四維樓七樓振聲大講堂舉行聖誕節天明彌撒，由普一代表參加。

12 月 25 日 (週二) 13:10~16:00 於大操場舉行聖誕節全校慶祝大會，全校師生參加，內容有聖歌特優班級表演、師生才藝表演、生命典範分享表演、祈福等……，共同慶祝耶穌誕生。



活動照片

動畫比賽



高中耕心社 /



愛與服務生命分享會。



高中耕心社？



高中耕心社——天使發展中心報佳音。



國中耕心社！



聖誕傳愛不遺餘力。



同心協力整理義賣物資，細心耐心完成服務。

國中耘心社？



與聖誕慶祝會外賓合照。



聖誕慶祝會表演嘉賓贈禮感謝耘心社員的服務。



遊戲你我他——手掌比大小。



作夥來去服務囉。



學習拿手菜。

仁愛服務



點燈禮 1



點燈禮？



師長與家長手持燭光，星火相傳。



點點燭光，讓愛生生不“熄”。

聖誕歌比賽 I



You raise me up... To more than I can be.

10 活動照片



打開心門，迎接耶穌聖誕。



主弦 65 期 102

聖誕歌比賽？



緊緊抓住祂，就會有希望；所以不要放棄，不要放棄啊！



聖誕歌比賽像太陽，帶給全班溫暖與快樂！



聖誕比賽了



大聲唱阿肋路亞，歡喜快樂吧！勇敢往前踏！



大聲唱阿肋路亞，活出神放在心中的藍圖和盼望！





聖誕大會 I





聖誕大會?





聖誕大會？



主弦^{65期}

發行單位◆桃園縣天主教振聲高級中學

發行人◆張湘君 校長

執行單位◆生命教育中心團隊：

黃淑敏 主任・邱慧娟 老師・潘于萱 老師
林吟娟 老師・游凡儀 老師

主編・執行編輯◆邱慧娟 老師

助理編輯◆江亭儀 小姐

特別感謝◆李佳穎 同學・徐霏君 同學・鄭炫文 同學協助打字

發行日期◆中華民國 102 年 2 月 18 日

電子書設計製作◆  宏馬數位科技

