

全國高級中等學校讀書心得寫作比賽
彰化女中一〇七學年度優勝作品精選集

全國高級中等學校 讀書心得寫作比賽

國立彰化女子高級中學
107 學年度優勝作品精選集

【第 1071031 梯次】

【第 1080315 梯次】

目錄

第 1071031 梯次

特優-我要帶你回家(江芳瑜)	2
特優-烏托邦國度芬蘭(楊芷琳)	4
特優-不乖閱讀心得(李翔雲)	7
特優-邁向美好未來的路上，我所必備的態度錦囊(謝姪穎)	10
特優-擁抱失敗的力量(洪伊伶)	13
特優-不糾結，找到自己的出路(林雨麒)	16
特優-「不乖」的眼界創造不同的世界(邱筠淇)	19
特優-新的性別關係(吳翊萱)	22
特優-那憂患重重的時代(蕭煜葶)	25
特優-傾聽自己的心(邱婉瑜)	28
特優-跟著謝金魚造訪長安城(王芊云)	31
特優-當下的自己就是全世界(王嫻芳)	34
特優-心靈之旅(張孟桓)	37
特優-歷史——一場人生的學習(韋人瑀)	40
特優-面對複雜的自我(林宜蓁)	42
特優-在夜中閃耀的勇氣(蘇芸平)	44
特優-從反面思考「不乖」(陳宛均)	47
優等-博士熱愛的算式閱讀心得(林姊浓)	49
優等-談深夜加油站遇見蘇格拉底之啟示(曾鈺欣)	51
優等-流(周宜萱)	54
優等-跨過陰影的勇氣(林芸萱)	57
優等-兩個媽媽(蕭欣容)	60
優等-共好！朋友！成功路上你我他(傅郁珊)	62
優等-跨越天秤的乖與不乖(黃婷禹)	68
優等-羈絆(姚瑾儒)	71
優等-「派特的幸福劇本」閱讀心得(鄭毓馨)	74
優等-一天是人類累積的百萬年(江欣儒)	77
優等-遇見，親愛的小王子(陳昕媛)	80
優等-不乖：比標準答案更重要的事(江文綺)	82
優等-動物農莊(黃育靜)	85
優等-大醫院小醫師閱讀心得(覃寧萱)	88
優等-那些音符、文字，與自由(曾怡嘉)	91
優等-閱讀心得-被討厭的勇氣(汪昱秀)	94
優等-罪惡，以愛為名(楊采妮)	97

優等-勇敢做自己(陳冠婷)	100
優等-活在當下，珍惜此刻(姚佑芯)	103
優等-為自己的人生掌舵(謝宛妤)	105
優等-二二八的真諦(王映云)	108
優等-深夜加油站遇見蘇格拉底讀書心得(曾憶慧)	111
優等-擁有一樣看不見的武器(葉玟慧)	113
優等-古典詩詞的啟發(洪郁嫻)	115
優等-所謂的不乖(林亭羽)	117
優等-成功的必要條件 堅持(陳怡蓓)	120
優等-就是要闖出不同的路！(謝旻蓁)	122
優等-不被時代淘汰之道(林玉瑾)	125
優等-課本以外的智慧(李勁苒)	128
甲等-姊妹閱讀心得(洪于筑)	130
甲等-《耳朵借我》觀後感(李家伶)	133
甲等-試著「不乖」(吳玟蓁)	136
甲等-被討厭的勇氣(施宣仔)	138
甲等-貓的眼中(黃晴筠)	141
甲等-秦始皇閱讀心得(顏莉諭)	143
甲等-迷路的詩 楊照(曾苔湘)	146
甲等-被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導(王筠妮)	149
甲等-《被討厭的勇氣》讀書心得(張書育)	152
甲等-心靈、體會(曾于倫)	155
甲等-房間裡的秘密(何苡琳)	158
甲等-吶喊中的狂人日記(李思璇)	161
甲等-放下過去，迎向未來(蕭阡洧)	163
甲等-半生緣——錯過的緣分(胡荅好)	166
甲等-我們所認知的，是對是錯？(黃筠茹)	169
甲等-全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽(楊欣庭)	171
甲等-我的哲學定義(梁又璟)	173
甲等-〈擦肩而過的愛情〉(書名：《半生緣》)(黃芊甯)	176
甲等-不乖——比標準答案更重要的事(昌玟萱)	179
甲等-堅持與謙虛(顏佳菱)	182
甲等-不可能的流浪(何晨菱)	185
甲等-改變生命的勇士(楊師遙)	188
甲等-何謂正義？(陳渝絜)	191
甲等-傳奇中的傳奇-唐代傳奇(江梓綾)	194
甲等-歷史中遇見未來(黃羿瑄)	197

第 1080315 梯次

特優-青春第二課(陳泳蓁)	200
特優-通往世界的路上(施景淳)	203
特優-從平凡中看見不平凡(吳翊萱)	205
特優-生命的热情(王芊云)	208
特優-你所固執的到底是什麼?(林宜蓁)	211
特優-巨塔背後的省思(林倪玉)	214
特優-音樂、生活與理想(羅彥蓉)	217
特優-看問題的角度—答案只有自己才能找到(梁婷如)	220
優等-水澤文具店(江芳瑜)	223
優等-自我省思與啟發(何宜芸)	226
優等-牧羊少年奇幻之旅(張雅靜)	229
優等-堅強不拔的意志(陳冠婷)	232
優等-我要勇敢做自己!(何苡琳)	235
優等-靡愛(陳凱琳)	238
優等-半生歲月，愛何在?(黃廷恩)	241
優等-樂園；勒園(陳玟萍)	244
優等-父母的愛(邱羿慈)	247
優等-一本人生的答案書(李宜蓁)	250
優等-一場和自己的思辨之旅(王馨旻)	253
優等-人生你作主(黃琦雅)	256
甲等-道德辯駁(劉嚴應)	258
甲等-信任兩難(黃婷禹)	261
甲等-臺北人(劉芷柔)	264
甲等-自己的人生故事自己寫(謝宛妤)	267
甲等-愛，讓世界亮起來(韋人瑀)	269
甲等-和自己面對面(林予心)	272
甲等-轉山—流浪中看見生命新視野(廖昱涵)	275
甲等-你所不知道的獸醫(林昀萱)	277
甲等-我們到底該如何面對「情緒勒索」?(蕭薇珊)	279
甲等-從黑面慶仔看社會的縮影(許芯華)	281
甲等-性別不設限—挺身而進(陳柔樺)	284

閱讀心得

第 1071031 梯次

年 級：二年級
班 級：5 班
名 次：特優
作 者：江芳瑜
參賽標題：我要帶你回家
書籍 ISBN：9789869563642
中文書名：我要帶你回家
原文書名：When Friendship Followed Me Home
書籍作者：保羅·格里芬
出版單位：小麥田
出版年月：2018 年 3 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

從小在育幼院長大的小班，總是緊閉自己的心扉，在養母的陪伴下，才漸漸解除自己的防衛。小歪是小班從巷子裡帶回家的流浪狗，牠默默地陪伴小班，也從此改變了他的世界。因為小歪，小班認識了開朗的少女哈蕾，她雖身患重病卻總是抱持著希望，用樂觀的態度面對人生。認識哈蕾後，小班漸漸學會梳理自己生命中的困境，並勇敢協助弱勢者，進一步從成長的陰霾中看見自己獨特閃耀的價值。

二、內容摘錄：

有些時刻或將完美至極，充滿光亮、希望與笑聲，它們會永遠永遠留存心中。
(p29)

我知道這只不過是影像投射的假象，但它是如此亮眼炫目，讓我全心渴望這一切都是真實。那令人天搖地轉的雲霄飛車以及目不轉睛地閃爍燈光。(p158)

我需要好好把握這種感覺，因為這就是生命中最美好的時刻，而你全心全意愛著的人們的確會永垂不朽。就像哈蕾所說，你唯一該做的，就是牢記著他們的一切。(p198)

三、我的觀點：

小班在好友凱拉因魔術表演而過度興奮氣喘發作後，便不再相信魔術，甚至痛恨起魔術。過去的陰霾和打擊，往往使我們沒有勇氣再去面對相同的事物和困難，故步自封的將自己留在舒適圈內，只因為害怕再次受傷。但成功一直都不

是條一帆風順的路，而是充滿了曲折，嘗試或許會失敗，但若不願意勇敢的放手一搏，就永遠沒有機會成功。人生的旅途中，只要真心想抵達夢想的遠方，即使一條路斷了，繞著也要走完。

哈蕾雖然罹患癌症，卻還是永不放棄的度過每一天，甚至用這份樂天感染了周遭的朋友們。在成長的探索裡，夾雜了挑戰與未知，路途中更佈滿了困難和逆境，往往使我們陷入恐懼和迷惘，但樂觀者總能在危機中看見轉機。我們無法改變生活，卻能選擇我們面對它的心態，快樂與幸福一切都在於自己，有時只要轉換角度思考，保持平和的心態，學會苦中作樂，就能在失去中找到幸福，在挫折中發現寶藏。一個人是否能擁有繽紛燦爛的幸福人生，取決於他面對命運的態度。

小班因生命不斷經歷失去與創傷，便從此深信世上沒有什麼是不會消逝的，不再依賴任何人，緊鎖自己的內心。再美的花朵，也有凋落的一刻，或許我們無法將片刻的美好永遠珍藏起來，卻能將這段回憶深植在心中，作為最寶貴的記憶。且人生真正可貴的，不在於有限的生命能有多長，而在於是否能活得光彩。然而我們總不免要面臨生離死別，也正因緣分有限，才使我們明白要更珍惜把握當下所擁有的，用心陪伴身邊的人，因為生命中真正重要的是能善待每一段相遇的緣分，真心經營每一段感情，成就生命最璀璨的花火。

在彩虹女孩哈蕾和小歪的陪伴下，小班開啟了他內心光明柔軟的一面，更讓他相信了永恆存在的奇蹟。我們都曾因為許多不如意而喪失希望，而擁有一個知心的陪伴者，能使我們在絕望中有個可以依靠傾訴的對象，變得堅強而不被困境擊倒，也更有勇氣和精神繼續往上爬。有時關愛一個人，並非只是無止境的對他付出，而是讓他有機會給予和付出，成為一個有愛的人，因為在付出的過程中，他才會更相信愛，也才能發掘自己的溫暖及價值。

面對霸凌，小班從未恨過欺負他的人，因為他明白知識才是能真正壯大自己的力量。在面對不公的情況下，我們總無法諒解他人帶給我們的傷害，將仇恨放在心中，然而仇恨有如星星之火般，會不斷蔓延擴大，將我們拉進憤恨的無底洞。原諒不是件容易的事，若能發自內心的寬容和容忍，不計較自己的吃虧，能使自己不必困陷於負面的陰霾之中，覺得更快樂、平靜，也是對暴力者的憐憫。原諒別人不僅是一種豁達，更是對自己的寬恕。

四、討論議題：

在人生的情緒幽谷中該如何做，才能開啟那一道溫暖人心的陽光？

年 級：二年級
班 級：209
名 次：特優
作 者：楊芷琳
參賽標題：烏托邦國度芬蘭
書籍 ISBN：9573257785
中文書名：芬蘭驚艷：全球成長力第一名的故事
原文書名：
書籍作者：吳祥輝
出版單位：遠流出版事業股份有限公司
出版年月：2006 年 5 月 1 日
版 次：初版一刷

一、圖書作者與內容簡介：

作者吳祥輝因對台灣的政治、社會現象等等他關心的議題失望而出走台灣，到芬蘭這個遠在地球另一邊的國家體驗他們是在什麼樣的識別價值與典範中生活。

作者藉由旅行多方面介紹芬蘭，包含其識別價值、民族性、歷史、政治與教育制度，呈現這個過去歷史悲慘的國家是怎麼培養出優異的國際視野及競爭力，成為全球成長競爭力第一名的國家，並與台灣時時比較，寫出自己對台灣的看法，往往一語道破，指出問題，發人深省。

二、內容摘錄：

人生就像旅行。不！人生就是旅行。(P10)

只有一條路最安全。這是台灣的教育方式。其他一百種走法都是不對的或危險的。能夠記住這條標準路線的每個細節，就是第一名。台灣的教育讓孩子失去獨立思考的能力。(P51)

真正的力量來自於創造，創來自於想像。(P104)

台灣的教育與芬蘭有一個最大的不同。台灣是在讀書，芬蘭是在學習。(P121)

三、我的觀點：

芬蘭，是現實世界中的烏托邦，是個理想之國，它的教育制度世界各國群起效

仿，終身福利制度使世人稱羨。它跟台灣同樣擁有著被殖民的歷史，民族性和歷史造就了現在的芬蘭，建立起了這先進、幸福的國度，是個令我嚮往的所在！

「教育，影響著整個社會。」這在芬蘭是最顯而易見的。

芬蘭人民族性：誠實、和善、喜愛閱讀。租屋者與被租者之間的信任，使我這個台灣人和作者一樣驚訝，芬蘭人相信每個人都是誠實且有操守，在芬蘭租房的人想必也沒有破壞他們的信念，所以才會一直都是這樣的模式吧！這麼單純和諧的社會，我覺得與他們的教育絕對是密不可分。從作者的租車事件來看，從租車人員到出車禍後到場處理的警察，都可以明顯看出芬蘭「和善」的民族性，又是一個與教育密不可分的特質了。說到教育，就拿日本和台灣舉例吧！大家都知道，日本人做事仔細謹慎，原因除了民族性之外，影響最大的就是教育了，從小就開始教養他們做任何事情的態度：不偷懶、腳踏實地。造就了現在先進的日本，與教育是緊緊相依的。台灣從小則是教導「團結」，班上團結可以促進同學間的和諧，每個人皆和善待人，這讓台灣以「友善」揚名國際。不過填鴨式教育也使我們不善獨立思考，容易隨波逐流，而這似乎已經是台灣人的民族性了，例如手機 499 事件、衛生紙搶購事件，台灣人真的很愛跟風，這就是教育造成的思維模式。

作者眼中的芬蘭教育制度是我最羨慕的，有以下幾點：一、小班教學。二、沒有資優班，幫助學習程度落後的學生。三、作業少，確保戶外活動的時間。四、沒有高壓性的測驗。並且有國際化、生活化的教材、活潑的教學方式，使學生們有好的學習經驗。台灣的教育是「填鴨式教育」，充滿著高壓考試，通常老師們只會告訴我們該怎麼想，而不是鼓勵我們思考，這使得台灣的學生不太會獨立思考事情。已經接受台灣教育十年的我，早已習慣了老師在台上說，學生們則在台下悠哉聽講，甚至可以睡個覺。這樣的我，若是接受芬蘭教育是不是適合的呢？會不會懶的討論與思考呢？這個問題，思考至今我已有了答案，想要獲得更多知識的話，就必須主動學習與付出，若永遠都是被動的在填鴨式裡遊走，那就永遠得不到學習的真諦。被動接受、沒有思考過學習的意義，那才是最大的悲哀。活在台灣的教育制度裡，必須有自己的原則，要適度的調整自我，期許自己能有芬蘭學生的三分之一！

先進的國度、平等的社會、沉靜的民族、世界的冰櫃，是四個最適合芬蘭的詞了，真的很想到芬蘭生活，去了解芬蘭是不是真的如作者說的一樣呢？最想體驗的莫過於當地的民族性，一窺這個對我來說是個神祕國度的地方是不是樸實、節儉、和善的？我覺得作者在本書中的論述多偏向芬蘭，十分主觀，要適時地將自己的想法與作者做比較、分析，才能真正創造出屬於自己的國際觀。同

時我也被作者對台灣的熱情與關心感染，誠心希望台灣能越來越好，而不再向
下沉淪！

四、討論議題：

台灣的填鴨式教育若要改革，教科書怎麼改？師資將如何重新培育？該從何時
下手改革？

年 級：一年級
班 級：8
名 次：特優
作 者：李翔雲
參賽標題：不乖閱讀心得
書籍 ISBN：9789573326
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠叢書
出版年月：2011 年 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者侯文詠，臺灣嘉義縣人，台大醫學博士，現專職寫作。寫作領域橫跨小說、散文、社會文學、評論，並經常在廣播電台節目擔任特別來賓。

如果他乖乖當醫生，就不會有現在的侯文詠了，當時的臺灣社會不認為寫作是個「有前途」的職業。在父母、師長的壓力下，侯文詠進入醫學院就讀，且成為一位醫師；但他沒有因此放棄寫作。在充滿變數的時代下，今天的標準答案，明天可能就會改變，唯有「不乖」的想法存在，才會讓你不斷前進。

二、內容摘錄：

熱情與迷戀，像是為「願望」而生的一雙強而有力的翅膀，只要相信它，它真的會用一種我們不明白的方式，帶著我們一步一步接近我們想去的地方的。

(p.66)

封閉的知識，就算擁有一百分的高分，能達到的頂點，最多只是上一代知道的一切。(p.110)

人生前期越嫌麻煩，越懶得學，後來就越可能錯過讓你動心的人和事，錯過新風景。(p.130)

人之所以會在別人的故事裡留著自己的眼淚，唯一的理由當然是——我們也有著相同的情感。換句話，當我們被感動時，我們就和這個共同的經驗、情感連結上了。也因為這樣的連結，當我們看到別人的同時，也看到了自己。(p.220)

三、我的觀點：

生活中有很多選擇題，好不容易，選出了一條路走，又不禁想著，如果當初我選另一個呢？而我們選擇的那個往往都是社會大眾看起來「乖的」、「聽話的」，即使內心不斷地一直有「不聽話」的選項出現，到最後還是不會選擇它。我想，這就是每個人的心境吧，我認為作者要表達的，就是要我們不去在意多數人所認為的，而是正視自己內心。

那麼，不乖的定義到底是什麼？難道想法非得符合社會的普世價值，才算「乖」嗎？作者提了好多例子，其實，判斷行為乖或不乖的前提是可以違背主流標準的，但絕不是違反道德。在社會的薰陶下，我們的思維彷彿定型了。似乎做了些非一般人觀點的，就會被當成頑劣之人。但若是這個世界所有人，都遵守那些傳統規則，不冒險、不嘗試，沒有創新、沒有思考、沒有曾經為了年少輕狂的無知而摔了一跤、沒有這些為成累積經驗的敗，怎麼去累積未來的成功？

作者說，他對「不乖」之所以能有這麼多的寬容，最大的理由是：由這個過程得到一種某人對某事之間更深度的思考…，唯有自己思考過，才可能對自己人生的選擇有更深刻的認知。他對他的小孩有這些寬容，為的就是讓他們去「思考」。大部分父母面對小孩的「不乖」時，嘮叨、處罰啊樣樣來，但於事無補，可能還會讓小孩更叛逆。從小到大，我的父母對於我和弟弟並沒有給我們很大的限制，給我們很多的自由，鼓勵我們去嘗試、去冒險，他們說只要不幹壞事，都舉雙手贊成，一定支持我們的決定與想法。我很慶幸他們的觀感和作者如出一轍，是如此的開明，現在的我敢放手去闖、去以各種角度認識我所存在的世界，都要感謝他們，每件事當我提出要求，他們同意之後，都會要我再好好想，告訴我可以後悔，但不能要他們善後，學會對自己的選擇負責。

我選的內容摘錄其中一句「人生前期越嫌麻煩，越懶得學，後來就越可能錯過讓你動心的人和事，錯過新風景。」像作者說的，如果人生一定得事先把所有能力準備好，那真的太可怕了，當你發現「哪件事」很重要了，卻還遲遲不行動的話，那麼到最後的「遺憾」、「後悔」都是多餘的。雖然成功哪有比失敗好，可是失敗的最終目的，就是要成功呀！那些不想改變的人，除了作者提到的「精神勝利法」，扭曲事實去合理化自己的懶惰外，我認為，他們只是想逃避現實而已，會怕受傷、會怕失望，以至於不斷在原地踏步，不肯改變。

所以，生了一個享有各種自由權且不用受到別人百般審核的時代，當然更要試著去當個不乖的自己呀。不管會不會經歷世俗的摧殘，又或者會不會遭到觀念的阻礙，都要先擁有快樂、保持心靈的愉悅，還要多點自信，再盡情的表現那

「不乖」的自己吧！

四、討論議題：

什麼樣的「不乖」，才是作者要我們表現的？

年 級：一年級

班 級：4

名 次：特優

作 者：謝姪穎

參賽標題：邁向美好未來的路上，我所必備的態度錦囊

書籍 ISBN：9867574591

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Peaceful Warrior

書籍作者：丹·米爾曼

出版單位：心靈工坊

出版年月：2007 年 09 月 12 日

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

丹·米爾曼身兼前世界級彈簧床錦標選手、美國頂尖的心靈講師、史丹佛大學的體操教練，更是歐柏林學院的教授和武術指導員。

故事中，追逐夢想的丹·米爾曼在他認為所謂巔峰的時期之後感到迷惘，在外出散心時遇見改變他一生的人——蘇格拉底。蘇格拉底以亦師亦友的身分陪同在迷失方向的丹·米爾曼身邊，陪伴他並扶持他，教導他如何從淤爛腐敗的人生中活出更好的自己。

二、內容摘錄：

第 128 頁：一切事情都有目的，就看你怎麼去善用他。

第 139 頁：人人都想得到尊重，可是光講「請尊重我」並沒有用，你必須以值得尊敬的行為，來博取他人的尊重。

第 168 頁：寧可盡全力而犯錯，也不要瞻前顧後、小心翼翼地避免犯錯。責人意味著同時領悟到歡樂和代價、行動和後果，然後做出選擇。

第 202 頁：你可以控制你的努力，卻無法左右結果。盡你所能，其他的就交給上蒼。

三、我的觀點：

「書乃良師益友」，這句話大概可以體現《深夜加油站遇見蘇格拉底》這本書的主題；而「教學相長」這個成語更是可以表現書中主角丹·米爾曼與被他稱為蘇格拉底的這位老師之間的羈絆。從最初的迷茫、無法理解和半信半疑，到最

終的頓悟和感情的滋長茁壯，如風一般的蘇格拉底讓丹自己去尋找所有他拋出的問題的解答。在循循善誘之下，丹逐漸習慣並接受由蘇格拉底所提出的種種問題，更進而對人生提出思考。

一開始故事中的蘇格拉底這個人真的是有如站在霧中，而丹則是站在濃霧之外；直到真正開始踏上所謂「勇者」這條路之後，丹才慢慢地走進這團稱為蘇格拉底的濃霧。蘇格拉底像風，他無憂無慮的生活，來無影去無蹤，是微風，一如輕輕拂過臉頰的微風，不知不覺就會慢慢的習慣他的存在。就像丹習慣了蘇格拉底的指導後，哪怕是在多少年之後回想起這段過去，仍然會對這段回憶會心一笑。因為蘇格拉底對丹而言就像是陽光，是茫茫大海中的一座燈塔，指引丹的生活，把他從逐漸腐敗的生活拉出，使他獲得新生般的享有生活的美好。而他不只指引著丹，也指引著我們這些讀者。蘇格拉底說的話及他的身教和情緒表達，都讓我在閱讀這本書的過程中難以忘懷。讀完這本書後，令我印象深刻的是我彷彿能想像蘇格拉底的笑聲迴盪在我身旁，那一種充滿爽朗的感覺，使人無比忘憂。和丹一樣，我也是半夜才遇見蘇格拉底，因為我也經常在大半夜才拿起這本書閱讀。事實顯示，這本書著實值得我看個通宵，手不釋卷的感覺也就差不多如此而已，而他帶給我的哲學思考就更非一般了。

蘇格拉底教導丹去聆聽人心底的聲音，聽見他們的喜怒哀樂，聽見眼底的情緒；他教丹脫離那些生活的幻境，他說：「你的娛樂、風流韻事，甚至是體操，都只是治標不治本的方法，用來躲避隱藏在你心底的恐懼。」他的真知灼見及人生智慧，透過用言語包裝，句句經典的送給了沒有方向的丹。而當丹打算結束自己的生命時，蘇格拉底不只是一味的勸說，他反而要丹去拯救那些也同樣想不開的人。後來，蘇格拉底更進一步教丹靜坐，要他放棄心智，要他重新學會呼吸，學會如何吃，如何享受進食的感覺，而不是單純地咀嚼。

然而，越到後面，蘇格拉底教丹的東西看似是越來越少，卻也越來越深。他讓丹自己去領悟出言語之中所蘊含的那些真理。漸漸地，丹慢慢的頓悟出——蘇格拉底教的不只是哲學，更是一種生活態度及人生觀。

「人生沒有平凡無奇的時刻」，這句話是其中一件蘇格拉底要教授予丹的一件事。他讓丹知道，人生的每分每秒都是精彩的、特別的。這時，他的教育早就不是單方面的教授，而是教學相長了。他亦告訴丹一個很重要的道理：「快樂＝滿足慾望」以及要他活在當下。再後來，蘇格拉底不只參與了丹體操的練習，作為一位老師，他認為要有身教，儘管他自己早就知道他有心臟病而且他還非常年長，他依然每天都跟丹去跑步，直到當時尚未知道他患有心臟病的丹發現蘇格拉底患有此疾。儘管跑步讓他心臟病發作，他依然要丹微笑的面對死亡。而在那之後，是長達 8 年的分道揚鑣，直到他真正的跨越對於死亡的恐懼。

在我看來，蘇格拉底不僅是丹的老師，丹的貴人，更是指引我們這些讀者人生的一盞明燈。他的智慧，化為有形的文字，再萃化成無形的記憶，被我飽收在我前往未來的錦囊。

四、討論議題：

蘇格拉底所謂的勇士到底是一種什麼樣的人？

年 級：三年級
班 級：10
名 次：特優
作 者：洪伊伶
參賽標題：擁抱失敗的力量
書籍 ISBN：978-986-94275
中文書名：擁抱失敗的力量
原文書名：
書籍作者：章心妍
出版單位：閱讀名品出版有限公司
出版年月：2017 年 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

章心妍，心理學碩士，資深撰稿人，在處事為人及人文哲學上有很深的造詣。著有多本勵志及個人成長方面的書籍，見觸獨到，很受讀者青睞。作者認為失敗是人生必修的功課，成功都是出於失敗中的學習，藉由從失敗中獲得的經驗與壓力，才能激發我們的潛力。因此若能正視失敗的逆境，學習將自己遇到的挫折轉化為成長的動力與信念，那麼大部分的失敗都會帶給我們意想不到的好處。

二、內容摘錄：

一．對遭遇的失敗與不幸，我們應該重視它的存在及利用價值，而不是一味躲避退縮。 P.79

二．害怕失敗，其更恐懼的恐怕是失敗後的冷嘲熱諷，而這些是造成一個人心裡失敗的根源。 P.167

三．犯錯不要緊，關鍵在於怎樣對待失敗，找出其中失誤的原因，就能在以後避免犯相同的錯誤。 P.190

四．成功者和失敗者的區別就是，失敗者總是把挫折當成失敗；成功者則是在一次次挫折前，告訴自己：「我不是失敗，而是還沒成功。」 P.191

五．當我們面對失敗時，一定要堅信，逆境是暫時的，風雨之後一定有彩虹。
P.230

三、我的觀點：

求學的過程中，師長們總是耳提面命的告訴我們要勇於嘗試，不要怕失敗，因為「失敗為成功之母」甚或說「失敗是成功的踏腳石」，並舉出不少偉大的發明家、科學家、政治家是如何的經歷了多次的挫敗，最後才獲得成功的例子作為佐證。彷彿只要經歷了失敗，就能迎向成功，如此說來失敗反而是件可喜可賀的事，但現實裡更多的是陷入屢戰屢敗，屢敗屢戰的循環裡，不禁要埋怨老天爺的不公平。雖說失敗是成功之母，但以為歷經失敗就必然能品嚐成功果實的美妙，將兩者視為因果關係，那可就大錯特錯了，因為沒有從失敗中去深入的了解及反省自己失敗的原因，並從中吸取寶貴的教訓，即便再從新來過，迎接他的必然還是失敗。因此如何從失敗中思考及獲得成功的鑰匙，就是一個很重要的課題。

「擁抱失敗的力量」這本書中並不只是在述說如何避免失敗獲得成功，作者是先提出論點再佐以故事，來證明並闡述自己的觀點，而這些探討正是人生經驗的縮影。上天賜予我們許多美好，譬如生命、健康、聰明等，但同樣會有困苦和失敗的考驗。但困苦和失敗能算是美好的賜予嗎？答案是肯定的，這就是生命的真實，因為這些困境的存在，才會讓我們更有力量。不要害怕失敗，因為失敗是如此稀鬆平常，所以區別你我的不是失敗者或勝利組，而是我們因應失敗的方式，只要一步一步往前去努力嘗試、堅持不懈，從逆境中激發我們無窮的潛力，堅定信念，終會到達成功的彼岸。

失敗總是令人難過失望，失敗的感覺常會重重打擊我們的信心，而使我們對自己的能力或努力產生懷疑，也對自己的性格與能力做出負面的結論，因此就出現了自稱魯蛇、邊緣人等等對自己沒有自信的名詞。俗諺「你認為自己是怎樣的人，就會真的成為怎樣的人。」這句話意即如此，若你一開始就認為自己是失敗者，那麼你終究會成為失敗者。所以千萬不要失敗的負面情緒堆積在心裡，因為這會讓我們變得憂慮或憤世嫉俗。書中引用了傑克威爾的將失敗轉化為成功的契機的三步驟，第一是坦然接受批評並客觀審視失敗的原因；第二是不要將過錯歸咎他人，而應反省自己；最後則是吸取教訓及經驗，重擬計畫，以求改正。我認為這可算是「從失敗中學習」的涵義及標準流程。

從小我的成績總是名列前茅，但上了高中，班上同學都是各國中的佼佼者，因此成績單上有時不盡如人意，這讓向來對自己極有自信的我，也開始焦慮，對自己產生懷疑，但家人總是無條件的鼓勵我、支持我，給予我極大信任，要我繼續努力，別輕易放棄，並以古人說的「不積跬步，無以致千里；不積涓滴，無以成江海」來提醒我、勉勵我，學習是一點一滴慢慢累積，即便是失敗或挫折，也是一種成長。

香港企業家李嘉誠曾說：「因害怕失敗而不敢放手一搏，永遠不會成功。」所以

他總是盡最大的努力，做最壞的打算。我認為他的成功就是嘗試、失敗、再嘗試，而他對每件事情盡最大的努力去做，是我一直想學習的榜樣。在我看完書之後，覺得即便是人生勝利組，也有歷經挫敗的時候，但他們從逆境中學習及成長，這樣的精神是鼓舞我前進的動力；而家人的陪伴與情感上的支持，則讓我能肯定自己，相信自己，並努力去達成自己的目標。

四、討論議題：

- 一．遭遇失敗挫折時，如何保有正向的心態去面對？
- 二．成功是達成自己的目標還是符合他人的期望？

年 級：一年級

班 級：1 班

名 次：特優

作 者：林雨麒

參賽標題：不糾結，找到自己的出路

書籍 ISBN：9789863208723

中文書名：成大事者不糾結

原文書名：成大事者不糾結

書籍作者：羅振宇

出版單位：遠見天下文化

出版年月：2015 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者羅振宇是脫口秀「邏輯思維」主講人，他對商業和網路有一套獨到的見解：人類正從工業化時代進入網路時代，而身處日新月異的網路時代，想要開創出新格局，則需擺脫妄念，把心放在今天、現在、此刻。

在此書中，作者引用了多則中外歷史名人典故，並以現代人的觀感，精闢的分析它成敗的關鍵，因此，此書乍看之下是談歷史人物的境遇，實際上則是在探討人生該有的思維及態度。

二、內容摘錄：

他一生都在追求一個身外的目標，並且用這個目標殘害自己的生命，像個雜技演員戰戰兢兢走鋼絲一樣平穩度過一生，最後卻被這個妄念給害死了。（P・36）

未來不迎，當時不雜，過往不戀。這就是說，未來發生的事情，我根本就不迎上去想它；當下正在做的事情，不讓它雜亂，要做什麼就專心做什麼；當這件事情過去了，我絕不留戀它。（P・59）

一方面，用我們的身體、用我們的善意去抵擋我們的父母；另一方面，放過我從遠古到今天、用愛的名義去綁架他人的鏈條。我們這一代人應該能夠做得到。（P・183）

三、我的觀點：

唐太宗曾說：「以銅為鏡，可以正衣冠。以古為鏡，可以知興替。以人為鏡，可以明得失。」唐太宗貴為九五之尊都有如此自省的雅量，更何況平凡如我們，更要懂得從周遭的人事物中，仔細的觀察其成敗的關鍵，並從中找出新思維，藉此檢視自己，培養出更好的人生態度。但這並不是要找出很多行事準則來禁錮自己，而是要讓自己的頭腦更清晰、更靈活，在遇到麻煩時能不鑽牛角尖，不被妄念所困，能馬上冷靜的分析原委，並讓自己釋懷且重新振作。

在我求學的一路上，學校的師長，周遭的親友總是常常告誡，要努力用功讀書，考上理想的高中，考上頂尖的大學，將來才會有前途。我思考著：什麼叫做所謂的有前途呢？是成大名、賺大錢還是當大官呢？這個答案絕對會因人而異，畢竟人各有志，每個人天生的才能不同，興趣也不同，怎麼可能人生的目標會相同？有人汲汲營營，也有人淡泊名利，有些工作需要頂尖的學歷做後盾，但也有些工作更看重手藝及實際操作能力。不管是靠頭腦運籌帷幄，或是靠勞力工作打拚，都只是在分工合作的社會上各司其職罷了，不應該有高低貴賤之分。現在流行的行業中，如美甲師、美睫師，他們所需要的反而是時尚的美感及熟練的技巧，甚至如「台灣之光」吳寶春師傅，還有陳樹菊阿嬤，他們也都沒有傲人的學歷，但是他們的成就及貢獻卻是常人難以望其項背的。

所以不需要用功讀書，只要每天開開心心的過日子就好了嗎？當然不是！學習是學生的本分，當然要努力做好，更何況學問是通往世界的橋樑，怎可荒廢？我們在求學的過程中，不但要努力的吸收知識，更重要的是要找出自己的定位，之如吳寶春師傅為了得到世界冠軍而做了兩百分的努力，陳樹菊阿嬤為了幫助學童而縮衣節食，每個成功的人的背後，都是先有了目標，再朝著目標努力前進，而且一路上披荊斬棘，不輕易動搖自己的決心。反觀當下學子，很多是為了父母的期望而讀，撐過去的，茫茫然的隨波逐流，撐不過去的，結束自己年輕的生命，還要被譏為「草莓族」，實在令人扼腕。

找出自己的人生目標就一定能有志者事竟成了嗎？那可不一定！很多人好高騖遠，替自己規劃出一幅遙不可及的藍圖，像有些人明明五音不全，卻期待自己當周杰倫第二，對基本的物理、化學一竅不通，卻妄想將來成為醫生，他們達成理想的機率高嗎？我想答案是否定的。我認為在我們求學的過程中，我們應該常常做自我審視的動作，找出哪些是自己的長處，哪些是即便卯足了全力仍舊事倍功半。充分的認識自我之後，再找出最符合自己能力範圍而且也感興趣的目標，一旦下定了決心，就全心全意的為它做準備，努力的充實自我，就算到最後失敗了，在過程中所學習到的一切，終究成為生命中的養分，會幫助自己在另一個地方發芽茁壯。

認清自己後，別再糾結於過去的成功與失敗，也別在意對未來的無知與茫然，唯一要做的事就是把握當下，盡心盡力做好眼前該完成的事項，看清眼前的路，勇敢而穩健的一步一步往前邁進，以務實的行動累積出燦爛的未來。

四、討論議題：

(一)學校教育要如何更實際、有效的讓學生做好生涯探索？

年 級：一年級
班 級：114
名 次：特優
作 者：邱筠淇
參賽標題：「不乖」的眼界創造不同的世界
書籍 ISBN：
中文書名：不乖:比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠為台灣著名作家，寫作領域橫跨小說、散文、社會文學、評論，目前專職寫作。《不乖》為他在2010年出版的暢銷書之一，文中以詼諧逗趣的口吻及生活中隨處可見的有趣故事交織而成，大多是探討習慣隨波逐流，盲目地跟隨主流習慣的我們該用不同的想法去感受這個瞬息萬變的世界，以及對應不同想法所窺見的眼中風景。

二、內容摘錄：

p74 生命無非只是不斷地選擇的過程，失敗的遺憾是錯過了成功，但成功的遺憾卻是不知道自己到底錯過了什麼。

p130 人生前期越嫌麻煩，越懶的學，後來就越可能錯過讓你動心的人或事，錯過新風景。

p136 一旦少了「心甘情願」的理由，就算是自己「硬逼」自己，到最後，還是會想出很多逃避的藉口來自我欺騙的。

p171 就算有比海洋還多的淚水，就算有那麼多必須接受的生離死別，只要是活著，呼吸著，在這場人生的盛宴裡，有什麼理由不能開開心心的？

p226 我們只有在旅程中，經歷累積了足夠的智慧之後，慢慢的在複雜的人性中學會豁達，在險惡中擁有了智慧，才能慢慢又回到某種無掛無礙的天真。

三、我的觀點：

在《不乖》一書中，我尤為喜愛作者不按牌理出牌的各式跳脫想法，以及閱盡千帆後的豁達灑脫。在國中時，接觸了很多有關社會黑暗面的書，那時對未來該面對的一切充滿了徬徨不安，心想「我真的得要面對如此深不可測的社會嗎？」「我真的得為了在未來生存而做出如此多違心之舉嗎？」但侯文詠先生提出了不同的看法：「正因為未來無可預期，因此答案並不在未來。」一瞬間驅離我心中所有的不安。的確，我們距離未來不遠，也得要面對如洪水猛獸般的深潭，但苑子文苑子豪兄弟在《不好意思，我也是第一次當大人》一書中曾寫到「什麼都不要害怕，我們生來就是要尋找光芒的人。」與其因為害怕未知的挑戰而畏畏縮縮，裹足不前，不如鼓起勇氣，邁步向前，畢竟「『嘗試過而失敗』，當然是遠勝過『連嘗試都沒有』的人生啊。」

曾在一篇文章中看到「在這個成長的過程中，我們逐漸成熟，看似越來越遠離兒時的『單純』，事實上卻是越來越趨近淳厚而圓滿的『天真』。我們從童年走向成熟，恰是由相對『狹隘的單純』走向『博大的單純』；從童年走向成熟，我們正是由相對『無知真空的清澈』漸入『雜而不亂、豐富和諧的清澈』。」是的，我們童年時的單純天真多半是因為父母師長無微不至的呵護照料，使我們彷彿溫室綻放的嬌花，如同我們之所以只見到光明，是因為有人把黑暗擋在身後一般。這時的天真，更像是處於「無知懵懂」的狀態；而後我們歷盡風霜，看透世態炎涼，我們更懂得包容，但並不動搖我們堅守的立場，不改變我們安身立命的底線，胸襟也更加豁達。其實我是很喜歡這種天真的，並不是那種「不知者無畏」的天真，而是在閱盡千帆，看見了這世上最為濃重的黑，也看見了人性的貪婪、慾望、狡詐，卻還保留著童稚時的清澈，願意相信著這世界不只有這些深不見底、隨處可見的黑暗，還有鳥語，還有花香，還有數不清的美好事物，閱不完的絢爛風景，並且願意用自己的心去尋找去感受，而不是自欺欺人的不斷催眠自己「這都不是真的，一切都是虛幻的。」然後放逐自己，也澆熄了自己生命中的那一盞燈。

侯文詠先生在「想事情要用自己的腦袋啊」一章中曾寫到十分弔詭的情況：因為自己和別人想的都一樣，因此得到一種安全感。讓我不禁開始思考：對於歸屬感這樣看不清摸不著的感受，身為人類的我們對它的想法是什麼呢？我們在生活的每分每秒，每時每刻，都在不停的和人產生連結，有時我們會想和對方拉近關係而做出違心之舉，只為了能和對方相同，卻在有了歸屬的感受之後，逐漸被同化，變成了另一種陌生的模樣；有時我們封閉自我，渴望到一個沒有任何人，只有自己的地方，我們選擇了孤獨，卻又被孤獨啃食殆盡，好似想要擁有耀眼奪目陽光的人，最後卻被灼傷的體無完膚。我個人認為最好的做法是：不要想方設法地想跟全世界好好相處，畢竟我們不是新台幣，無法做到人見人愛，在生命的旅程中，我們會遇到形形色色的人，我們該在意的、該珍惜

的、該視若珍寶的，只有我們該關愛的人而已。

何權峰先生在《放對地方，就是人才》一書中也曾提到「不要活在別人眼裡，死在別人嘴裡。」我們不必不用也不需要委屈自己去融入不屬於自己的社交圈，畢竟有句話這麼說的：「有些人認為社交很累，是因為他們嘗試表現出自己沒有的特質。」而真正吸引你周遭的人前來靠近的特質，往往都是你獨有的特質，而非你所認為得「只要和大家一樣，就可以和周圍的人群相處融洽」，雖說在某種層面上我們得考慮別人對我們的想法及觀點，因為人是一種群體的生物，我們會產生雙向的互動，當然你的一舉一動也會如水波般擴散，如果只為了自己的喜怒哀樂而不顧他人，這便不是我們所追求的豁達灑脫，只是無法自控的放縱罷了。但生命是自己的，我們大可不必因此束縛於他人的種種看法，而成為我們自己都陌生的模樣，否則，別人喜愛的也只是你的假象而已。

四、討論議題：

我們總是不自覺地如文中所說「用別人的大腦來思考」，在資訊爆炸，信息流通迅速的此刻，我們要如何不如浮萍般隨波如流，落入別人思考的窠臼之中？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：特優
作 者：吳翊萱
參賽標題：新的性別關係
書籍 ISBN：9867574265
中文書名：空間就是性別
原文書名：
書籍作者：畢恆達
出版單位：心靈工坊
出版年月：2004 年 10 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

畢恆達大學時因社會的性別刻板印象選擇就讀台大土木系，畢業後由於不想當土木工程師，研究所便選擇都市計畫組，隨後出國留學，進入紐約市立大學主修環境心理學。

也因此，他接觸到更多不同的人物，開始從邊緣的角度看待事物，也大量閱讀女性主義著作，回台任教後，投入性別與空間的研究領域，這本書就是他這些年閱讀、研究、與實踐性別的成果，內容包含了性別平等、性別刻板印象、同性戀等話題。

二、內容摘錄：

性別的語言，其實無所不在。它反映的當然是性別的詮釋和權力結構。(p.11)

「世界上最遙遠的距離 / 是我就站在你的面前 / 告訴你我是同性戀 / 而你卻假裝沒有聽見」，這是許多同志共同的悲哀。如果不告訴父母真相，會離真正的自己愈來愈遠；如果選擇面對自己，讓自己過得踏實，卻可能離家人愈來愈遠。(p.122)

防治性騷擾，需要的是教育、司法及社會總動員！強化女人的能量，支持女人連線，並深化性別平等的教育，才是根本之道。(p.143)

三、我的觀點：

我們的生活中，存在著很多對於性別的不正確觀念或關係，這本書就清楚地列出問題所在，有些甚至是身為女性的我也不曾想過的，像是引用作家史坦能的

短文「如果男人有月經」，那會發生什麼事呢？她認為月經從此就會變成值得羨慕、大肆吹噓的事，而社會將認真、嚴謹的對待，舉辦成年禮以及贊助衛生棉、研究停經。雖然這僅是猜測，卻深刻地反映出性別的不平等，為什麼同樣的事件發生在不同的性別上會有如此巨大的差異？是不是在社會上女性的地位就比較低呢？

家，應該是一個避風港，一個可以休息的地方，但是對於大多數婦女而言，她們要負擔許多家事，煮飯、打掃、洗衣服、照顧小孩，有些還要服侍長輩，永遠有做不完的事，每天忙得不可開交。也因此，婦女們會減少自己的交友空間或是興趣、人生目標，我看過最多的就是不敢出遠門，原因……都是那句「放不下心」，但是相對來說，丈夫好像比較少有這個問題，顯示出婦女在家庭中是抱著「重責大任」的。

性別造成的差異，在身體語言中也能看見，通常女性採取保守的坐姿，腳併攏是基礎，這除了保護自己之外，也是我們從小就被教育的「要淑女」；可是在男性身上，蹺腳或張開雙腳卻是常態，也是權力、自信的象徵。從生活上的小細節就可以看出社會對性別的差異，這就表示著性別的問題已在人們的印象中根深蒂固了。

其實性別的刻板印象在國小就能明顯體會到，作者多次請小學生寫作文，題目是「假如我是男生／女生」，從回答中能看出，是女生就要溫柔、幫忙做家事、打扮的漂漂亮亮；是男生就要強壯、運動能力強、賺錢養家。我國小的時候常常想著，如果我是男生就好了，可以無拘無束的過每一天，沒有很多限制、可以到處去玩，父母也不會過度擔心，不過長大後才發現，這也是一種刻板印象，因為並不是每個男生都像我想的一樣，自由自在的生活著。

性別的偏見也不只發生在女性身上，男性也有被限制的地方。在大眾的觀念裡，男性要堅強、要賺錢養家，成家立業就是人生的目標，如果又是長子或長孫，那肩負的責任就更重大了，社會上就有很多兒子為了繼承家業而放棄夢想的實例。可見，不論性別，我們都被社會賦予的「規則」給困住了。

也許，我們的生理性別有所不同，但是心理性別並不是天生的，男生不一定要剛強，女生不一定要柔弱，有人可能會說大部分的男女就是如此，少數的是特例，可是這個「普遍」就必定是真正的定義嗎？每個人的個性是會因為家庭、學校、所見所聞……這些外在因素而改變，那會不會就是社會的既定印象造就了現在這個「制度」呢？

在這個漸趨開放的社會，我們必須屏除對性別的刻板印象和歧視，落實性別平

權，而不是將特定事物的責任推到某一性別身上，或硬性規定性別特質的展現。也要尊重、包容與自身不同性別價值或性傾向的人，讓他們可以自在的生活，行使他們應有的權利，把社會塑造成和睦、溫暖的平等性別關係。

四、討論議題：

當自己受到性別上的歧視、排擠時，要如何做出正確的應對？

年 級：一年級
班 級：105
名 次：特優
作 者：蕭煜葶
參賽標題：那憂患重重的時代
書籍 ISBN：9787549540341
中文書名：台北人
原文書名：台北人
書籍作者：白先勇著／喬志高主編
出版單位：桂林：廣西師範大學出版社
出版年月：2013 年 10 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

白先勇，小說家、散文家、評論家、劇作家。著有短篇小說集《寂寞的十七歲》、《台北人》、《紐約客》，長篇小說《孽子》，散文集《驀然回首》等，電影劇本《金大班的最後一夜》、《孤戀花》等。短篇小說集《台北人》是白先勇的代表作，它濃濃的歷史感、圓熟的小說技巧與典雅流麗的行文風格交相輝映，構成了永恆的魅力，在世界各地華人所到之處擁有廣大的讀書群。

二、內容摘錄：

1. 「白先勇把這些飽經戰亂的角色羅列在我們的面前，使他們所用的語言時而質樸無文、時而光芒閃爍、時而粗鄙、時而生動多彩，然而總是恰如其分地和各人的身分口吻相稱。作者就像天際的一顆孤星，以堅冷如鑽石的目光注視著下界光怪陸離的人世萬象。」(p.9)

2. 費茲羅傑：「於是我們繼續往前掙扎，像逆流中的扁舟，被浪頭不斷地向後推。」(p.13)

3. 「赫然看見那百多株的杜鵑花，一球堆著一球，一片捲起一片，全部爆開了。好像一腔按捺不住的鮮血，猛地噴了出來，灑得一院子斑斑點點都是血紅血紅的……她們在那片血一般紅的杜鵑花叢中穿來穿去。女孩們尖銳清脆的嬉笑聲，在春日的晴空裡，一陣緊似一陣地盪漾著。」(p.249)

三、我的觀點：

白先勇說：「《台北人》對我比較重要一點。我覺得再不快寫，那些人物，

那些故事，那些已經慢慢消逝的中國人的生活方式，馬上就要成為過去，一去不復返了。」白先勇先生在《台北人》的十四則短篇小說中，用他的文采，刻畫出處在那世代中形形色色的人物，並來「紀念他的先父母及他們那個憂患重重的時代」。

姿態風迷的舞女——尹雪艷，她有著大家說不出的迷人，或許是因為那自然天生的美貌；或許是因為她善於與人交際，將伊公館的每個客人招呼得妥妥帖帖，更能讓男人拜倒在她的石榴裙下，為了她，而傾家蕩產。她身旁的女人們雖然常暗地裡嘆氣道她是掃把星，但幾十年那群太太卻總搶著和尹雪艷逛街、訴苦，他們都不得不承認尹雪艷擁有著她獨特的魅力。在一次派對中，新來的客人——徐壯圖，他本來家庭美滿、事業亦充滿前途。但在派對後，徐壯圖也迷上了尹公館，漸漸變得脾氣暴躁，在公司裡與同事不合，回到家更是家暴、摔碗盤，甚至因此被同事刺殺，結束了他的一生。在〈永遠的尹雪艷〉裡，吳婆婆說：「褒姒、妲己、飛燕、太真——這起禍水！你以為都是真人嗎？妖孽！那個尹雪艷還不知道是個什麼東西變的呢！」但，真的「自古紅顏皆禍水」嗎？「天生麗質難自棄，一朝選在帝王側。回眸一笑百媚生，六宮粉黛無顏色。」曾經楊貴妃被丈夫當成了禮物，卻不能吭聲，面對權高厚重的帝王，為了保命，她能做的何不也只有取悅呢？但命運終沒站對邊，付出了她未半的年華；徐壯圖因貪歡賠上性命，真的錯在尹雪艷嗎？自古以來，女人想掌握命運，卻得付出代價。當男人犯錯時，難道還應找藉口讓女人成為大家口中的妖禍嗎？而不是，男人才是男人的絆腳石嗎？

偌大的身影——王雄，他飄洋過海來到了台灣，沒有家人的音訊，但卻有個像他故鄉小妹仔的麗兒——是個長得白白胖胖，卻很傻氣也很公主的小女孩。他們常常玩在一起，王雄為了讓麗兒開心，完全聽從麗兒的指示，他在院子裡種滿了杜鵑花、送麗兒上下學，或者用他的巨掌來幫麗兒串珠子，甚至被麗兒欺負了，他也陶醉其中。但，當麗兒漸漸長大，她更在意學校的同學，漸漸地遠離王雄，甚至鄙視王雄。她打翻了杯，杯碎了；摔了王雄單純的關心，心也碎了；魚不跳了，王雄失了自我、失了情緒，心臟更如那魚，不再跳動……在〈那片血一般紅的杜鵑花〉裡，雖然王雄與麗兒是主僕關係，但王雄也就如我們的父母般，小時無微不至的照顧著我們，更會為了我們去嘗試從未嘗試的事物，只是為了我們開心。但，當我們長大了，我們有了更多自己的審美觀或自我價值時，我們卻如麗兒的態度，排斥爸媽的關心，認為那是退時的、是幼稚的。但我們從未想過，對父母而言，我們永遠都只是他們眼中的小孩，他們給予我們的，即使不起眼，卻可能他們付出許多的心力的成果，而一切，還是只希望我們能夠開心。

白先勇的《台北人》，篇篇讓人為之動容，沒有誇張的故事起伏，不摻雜個人主

觀的意見去評論那些故事的對錯，而是走單純樸實的風格來描述那戰亂頻繁的年代。我不曾親眼見過尹雪艷，但我卻彷彿能在作者白先勇的字裡行間中看見她的美貌和魅力；我不曾見過王雄，卻能看見他的粗獷，更能感受到他的心碎。白先勇用最簡單的話語，充分描述了那世代的心情，述說了他們的辛酸；也讓活在數幾十年後的我，彷彿悄悄地搭上了時光機，回到了過去，品嚐了一回，活在二十一世紀中卻不可解的酸甜苦辣。就如，喬治高在編者序(p.11)中所說的：「他（白先勇）所寫的既非社會史也非政治史，而是福克納所說的” 人心的自我掙扎” 的歷史。」

四、討論議題：

- 1.雖然「男」與「女」的確在生理上有著不同，但一樣都是人，真的存在所謂的階級嗎？
- 2.當我們長大後，是不是也忘了曾經默默支持與關心我們的人呢？

年 級：一年級
班 級：111
名 次：特優
作 者：邱婉瑜
參賽標題：傾聽自己的心
書籍 ISBN：978-957-33-31
中文書名：請問侯文詠：一場與內在對話的旅程
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠文化出版有限公司
出版年月：2015 年 1 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠，臺灣嘉義縣人，台大醫學博士，現今專職寫作。寫作領域橫跨小說、散文、社會文學、評論，並經常在廣播電台節目擔任特別來賓。

此本書共分十個篇幅，使用分篇式論述與分享作者演講、日常生活中碰到的各種問題，並從各角度探討問題之不同面相。

二、內容摘錄：

「每個人生命真正能擁有的只是時間。我們不但無法累積什麼，從時間的角度來看，生命其實是每分每秒都在變少的。」(p.50)

「如果未來不存在『一定成功』的保證，很務實地想——我是不是不應該把一切希望都放在哪個成果之上——而是，在做這些事情的當下，就應體會到這個過程本身的快樂。」(p.74)

三、我的觀點：

此書舉了相當多例子與問題，都恰恰是我曾經疑惑、迷茫過的。而讀完每段，總有種恍然大悟，禁不住想拿出筆記將每段文字抄錄下來的衝動。其中最引發我共鳴的是內在價值 v.s. 外在價值。國小、國中，「我的志願」這類經典至極的作文，予我而言是完全不陌生的，甚至信手拈來，便能寫出各式或穩定、或富有、或為家人爭光的職業。但看到作者對內在與外在價值的看法，使我不禁思考：這真的是我內心想要的嗎？或者是在社會價值觀的洗滌之下，而被染上了不屬於我的色彩？

猶記得小時候最嚮往的職業是賣場工作人員，原因挺簡單也挺天真的，因為曾經看到工作人員拿著梯子居高臨下地站在上頭，這樣的畫面立刻就吸引了從小就被父母喝斥不准爬高的我。但隨著時間推移，如今的我卻不會有這種想法了，在外在價值觀的浸染下，這似乎就是家中長輩所認定的「無前途也無錢途」的工作吧！這是一項「內在價值 v.s. 外在價值」的博弈，而內在價值已然動搖。

由於作者職業是醫師，他提到他問過所有臨終前的病人，最想達成的事無一例外，全是「內在價值」，即是最希望做的事。有些病患想體驗其他工作、有些病患想好好對待與處理人際關係……，沒有病患提出希望賺更多錢、擁有更多權勢、受人尊敬等的願望。也讓我反思究竟人活著追求的是什麼？到底該如何讓自己在即將走完人生旅途的那一刻，能夠安詳且無遺憾地離開？活在當下僅僅四個字，卻是一個相當難以抵達的境界。讀完這本書，這些問題仍在我腦中迴盪。

除了價值這部分之外，作者也舉了個我認為相當有趣的例子，即是關於「口水」這回事。它在我們心中的看法，莫不過是髒、不衛生……，但在影劇中男女主角於螢光幕前熱吻，卻又覺得浪漫、感動……。同樣本質皆為口水，居然會產生如此截然不同的巨大差別。而我在閱讀此段文字前，從未曾思考過「為什麼」。在一般人，也包含我的既定印象中，這彷彿是再正常不過的事了。陌生人的口水向來是噁心的，愛人間理所當然是美好的，不是嗎？

作者提出陌生人可一夜之間變成愛人，愛人也可以反目成仇成為陌生人，相當於噁心與美好是可以互換的。而這一切發生原因，即是在我們的「一念之間」。念頭會影響我們欣賞時的感受，進而改變看待事物的觀點，這段打破我貫有的思考方向，使我印象相當之深刻。也想到了是否內在與外在價值，也可以用所謂的「一念之間」將以論之？

到底該如何在即將走完人生旅途而不後悔，或許換個角度思考、觀察，有遺憾，或許才是人生啊！有了遺憾，才有了往後日子可以回憶的點滴。從未經歷過遺憾的人生也相當於是不完整的。若以此觀點論之，似乎所有問題都變得簡單多了。還年輕的我們，正是可以多闖、多認識這個世界的年紀——當然不是要刻意製造遺憾，而是勇於面對它，並且記住這刻骨銘心的記憶。

東野圭吾曾說：「其實所有糾結做選擇的人心裡早就有了答案。詢問只是想得到內心所傾向的選擇。最終的所謂命運，還是自己一步步走出來的。」我想，作者想表達的就如同這句話吧！人生旅途就是「一場與內在對話的旅程」。

即便問了再多人、得到了再多經驗，最終結果，終究得聆聽「自己」的心。

四、討論議題：

如何分辨自己的內在價值與外在價值？當迷失自我時，又該如何認清自己、尋找到自己的興趣？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：特優

作 者：王芊云

參賽標題：跟著謝金魚造訪長安城

書籍 ISBN：978-986-133-6

中文書名：崩壞國文：長安水邊多魯蛇？唐代文學與他們的作者

原文書名：

書籍作者：謝金魚

出版單位：圓神

出版年月：2017 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者為謝金魚，是「故事：寫給所有人的歷史」網站創辦人，致力於歷史普及的作家，專長為唐代史，其中又特別研究中唐、敦煌學以及粟特族。內容收集了每個人物生命中的一部分，並呈現這些聖賢脆弱平凡的一面，全書以輕鬆活潑的方式敘事，揭露古人的真實樣貌，彷彿置身其境，回味無窮。

二、內容摘錄：

(一)宦海中浮浮沉沉，誰都不得不學會忍耐，學習把嚥不下喉的吞入腹中，即便是韓愈，即便是柳宗元，即便是今日的你、今日的我。(41 頁)

(二)魏徵與李世民，都不完美，他們是兩個需要掌聲、需要被肯定的男人，在政治場上你進我退地跳著權力的舞步，博取當代與後代的美名。或許這是一種虛偽，但在貞觀時代，對於名聲的追求，促使他們往世人肯定的方向前進。最終，成就了一個時代。(186 頁)

(三)當元稹寫下〈連昌宮詞〉、當白居易寫下〈長恨歌〉時，並不只是單純地批判或緬懷過去，他們代表了新的世代、新的美學。那是破壞之後的新生。(232 頁)

三、我的觀點：

一場午後的演講讓我認識這位想把歷史寫給所有人的作家——謝金魚。第一眼看到書名，就非常合我心意，尤其是對於我這種極度厭倦古代詩文的學生，面對古文，除了考試還是考試，實在很難對那些憂國懷鄉的心境產生共鳴，或許是

年代久遠，就算讀再多詩篇、傳記，也無法深刻感受，所以我倒要看看古代聖賢們到底有多崩壞，脫下歷史的盛名，究竟還剩下什麼？與我們又有什麼不同？了解這些國文課本上不曾提及的故事，以及古文背後的生命，一切都將赤裸裸的呈現。

唐朝史上最多情的才子—元稹，曾經在出身高門、溫柔賢慧的第一任妻子過世時留下這樣的名句「曾經滄海難為水，除卻巫山不是雲」任誰讀到這都會認為元稹十分的鍾情，但是在作者詳細卻又帶著吐槽口吻的描述下，元稹的情史一一被揭露，一場迷幻又浪漫的夢驚醒，原來在妻子過世不久，元稹到四川工作，傳說中就與名妓薛濤大談了一場戀愛，緊接著又是始亂終棄的開始……在作者的筆下，聽著這些過往娓娓道來，愈讀愈深陷不可自拔，整個長安城就像是搬到眼前，天龍國人的生活飲食透過作者扎實的書信考證，全都一一揭曉，從那些繁雜又龐大的書史資料中細細推敲、推測出那些詩人文豪們崇高理想的背後除了有一顆堅毅不拔的心，更有脆弱、無助的一面如同我們也會遭逢失意挫折，以前我常覺得這些聖賢就像神一樣，高尚完美，但多方認識他們後，才體悟到他們並不完美，也會迷失在欲望裡，也會自負輕人以致於被貶謫，在還原那個時空的一切場景時再閱讀一次名留千古的詩集，會發現所有悲歡離合都有著緊緊相扣的故事，如同我們一樣。

在中國史上，最出名的明君賢臣莫過於唐太宗與魏徵，談到唐太宗，總會提及他的名言「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興衰；以人為鏡，可以明得失。」當然也不忘介紹這兩句「魏徵逝，朕亡一鏡矣。」表面被認為是君臣相知的模範，甚至是貞觀之治的基石，但事實真是如此？玄武門之變後，李世民殺害了哥哥李建成，也是當時魏徵侍奉的主子，對年近半百的魏徵來說，唐太宗的信任與任用將會是他最後翻身的機會，而魏徵也深深明白，於是他非常賣力的進諫，博取唐太宗的信任，也表明他對皇帝的期許，他希望做一個良臣，而不是一個忠臣，兩個人卻也因為這樣互相的期待，造就了如此榮耀的大唐盛世。世人常常以榮耀與事蹟去斷定一個人人物的思考脈絡，卻忽略那些微不足道的故事，所有來龍去脈都是關鍵，沒有了解他的生活背景又如何置身於他們的思想脈絡呢？這對明君賢臣其實都跟我們一樣需要美名與掌聲，活在權力的時代，追求名聲或許過於汲營，卻也是進步的動力。我們常犯的通病就是琢磨在名譽上，卻不曾了解其中的價值，常常以偏概全去否定一個囚犯會去稱頌一名文豪，在不同的時空中，是否該去探討事實的真相？重新了解聖名下的不完美？

讀完這本書，不能奢望能一覽整個大唐帝國的樣貌，因為每個人觀點不同，整個的崩壞也會有所不同，十分佩服作者的敘事文字，張狂有趣卻又不失真，脫下包裝的古人或許個個都比我們還平凡又粗俗，但不完美的古人背景卻帶領他

們走向另一個更高的境界，所以「崩壞國文」並不是真正的崩壞，只是作者帶著我們穿越歷史，讓我們看見課本都沒教卻最珍貴的故事，這些貼近我們的故事讓詩人們不再是遙不可及的偶像，而是同時空的好朋友。

四、討論議題：

作者提到唐太宗與魏徵的故事，並講到魏徵想當一個良臣而不是忠臣，所謂良臣到底需具備什麼？而太宗是為了名聲才任用魏徵？還是真的發自內心尊敬魏徵的才華呢？

年 級：一年級

班 級：11

名 次：特優

作 者：王嫻芳

參賽標題：當下的自己就是全世界

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣

原文書名：被討厭的勇氣

書籍作者：岸見一郎/古賀史健

出版單位：究竟出版

出版年月：2014 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

岸見一郎，哲學家，高中開始以哲學為志向，擔任多家醫院精神科的「年輕人」心理諮商，同時也是阿德勒心理學會認定的諮商師與顧問。古賀史健，自由撰稿人。

《被討厭的勇氣》這本書內容說明年輕人對於哲學家種種說法的不滿，而年輕人的想法就和大多數人的想法一樣，哲學家是以阿德勒心理學的「面相」一一解開年輕人的疑問。

二、內容摘錄：

你不是為了滿足他人的期望而活，我也不是為了滿足他人的期望而活。我們沒有必要去滿足別人的期望。(p.139)

關於自己的人生，你所能做的只有「選擇自認為一條最好的路」。另一方面，別人要對你的選擇作出什麼樣的評論，這是別人的課題，你是無法干預的 (p.151 - p.152)

人生是一連串的剎那，過去和未來都不存在，想要藉由

回顧過去、預見未來，給自己一個免除責任的藉口。事實上，過去發生了什麼事，和「當下」一點關係也沒有；而未來會如何，也不是「當下」要考慮的問題。當你認真地活在「此時、此刻」，根本不會想到這些事。(p.277)

三、我的觀點：

讀完《被討厭的勇氣》這本書，我發現大多數的人其實就是那位年輕人，年輕人所提出的舉例，其實就是我們所認同的，而我們都是以「決定論」為出發點，哲學家以「目的論」來解釋年輕人提出的問題，例如文中所提到的，年輕人的朋友，他把自己關在家裡好多年，可是他想走出去，更希望有一份工作，可是他對屋外有種恐懼感，只要踏出一步，就會開始心悸、全身發抖。但如果是哲學家的角度來說明的話，這位年輕人的朋友是先有了「不要出門」的目的，為了達成這個目的所以製造了不安和恐懼。同樣的問題「決定論」和「目的論」得到的結果截然不同，決定論是我們大家都認同的，那目的論是否會讓年輕人信服呢？

在本書中我最喜歡的部分是哲學家說：「如果為『此時、此刻』點上閃亮的聚光燈，應該看不見過去也看不見未來吧。」和「不要用直線去衡量自己已經到了裡，而是要看見每一個剎那是如何度過的。」或許這些句子看起來都沒什麼，但是活當下是一件非常重要，當你曾經經歷過了一段非常快樂的剎那、一個非常生氣的瞬間、一件非常悲傷的事件，又或者是一生難忘的回憶，重點是他已經過了，人生沒有像哆拉 A 夢的時光機可以穿梭過去、現在、和未來，不要去在意過去發生了什麼，也不要妄想知道未來會發生什麼，做好當下想要做的是最重要，也要珍惜當下美好的時光。

在這本書中最令我印象深刻的是另一個主題：自卑感這是一種主觀的認定。我們每個人都會因為自己的某一個部位產生自卑感，例如：身高不高、外表肥胖、眼睛很小、鼻子很大、嘴唇很厚、手臂很粗之類的原因，讓我們害怕和別人接觸，但是在這本書中認為問題在於：你賦予這樣的特徵什麼意義？給他什麼樣的價值。例如：身高很矮的人會給人一種放鬆、無拘無束的感覺，但是身高高的人反而會給人一種壓迫感，所以不管我們身體上有什麼樣的特徵，重點不是別人如和看你，如何嘲笑你，如何批評你，重點是在於你如何看待自己，如何欣賞自己，如何表現自己。

哲學家曾送年輕人阿德勒說的話，他說：「必須有人開始去做。就算其他人不配合，也和你沒關係。這就是我的建議。應該由你開始，完全不必考慮其他人是否提供協助。」，每一件事都應該要有一個人開始去做，就算覺得不會被任何人同意，就算沒有任何人的協助，就算會徒勞而功，也要去試試，不要被動的等著別人，應該要學學主動的開始，哲學家也曾說過：「只要『我』改變了，『世界』就會改變。所謂的世界，不是其他什麼人可以幫我改變的，而是只有『我』才能改變他。」每一件事情都不要等著別人來處理，不要被動的等著，而是要主動地去做，因為只有自己去做才可以改變，只有自己才可以改變自

己。

四、討論議題：

人是可以改變的，但是為什麼人常常決定「不要改變」？

年 級：一年級

班 級：10

名 次：特優

作 者：張孟桓

參賽標題：心靈之旅

書籍 ISBN：9789866782107

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior: a book that changes lives

書籍作者：Dan Millman

出版單位：心靈工坊

出版年月：2007 年 9 月 12 日

版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

作者丹·米爾曼為全美頂尖身心靈導師。幸運之神雖然眷顧著他，但外在的榮耀和光環始終沒有為他的內心帶來永恆的寧靜與滿足。直到遇見亦師亦友的蘇格拉底，他開始學習某種看待世界的方式，從此過著快樂、單純的生活。

內容簡介：在某個深夜，作者丹遇見一位特別的老人，那老人身手矯健，引起丹對他的好奇，最後丹成了他的徒弟。師徒互動中，曾發生了多次的爭吵，但同時也存在著許多令人感動之處，是一本能夠豐富心靈的好書。

二、內容摘錄：

1.生命並不是苦難,我只是說,你會因它而苦,而非因它而樂---除非你掙脫內心的執念,不論發生什麼事,只管自由自在、御風前行。p.73

2.身體是意識，它不生、不死，只會改變。然而心智，也就是你的自我、個人想法、歷史和身份，終究會死亡，誰需要它啊？p.112

3.從以前、現在到未來,永遠都是當下這一刻!當下這一刻就是時間,時間就是當下這一刻。p.214

三、我的觀點：

看完這本書之後，我那心中對於高中生活的畏懼感便逐漸消失了，它就像是一盞燈，指引著我向著未知的道路前進。

接觸這本書前，我是一個很在意別人如何看待我的人，為了得到別人的認同，我努力的參與各項競賽，為的就是為自己爭光，來換得他人讚嘆的眼光，而這本書讓我重新審視自己一番，這期間，我並不快樂，雖然獲得許多獎項，也如願獲得同儕的贊同，但是這卻滿足不了我，有股莫名的悲傷湧入心中。

升高中的那個暑假，偶然的閱讀了這本書，我發現主角與我有許多共同點，那就是我們一直都在為我們的外在打拼著，而卻忽略了一件事：名與利在人死後並無法帶著走，在生命結束的那一刻到來，一切的一切都將成為浮光掠影，就像一陣風悄悄吹過一般，那麼不起眼。而這本書對我而言，就像故事中的蘇格拉底一樣，提點了我，不要被光鮮的外在沖昏了頭，那只是個幻象，於人世間的影像，沒有所謂的勇者，真正的勇者是不會稱自己為勇者的，而且在通往勇者的道路時，也從不認為自己站在勇者的道路上，但是他們都擁有著平凡的快樂、平靜的生活，在心靈上，他們超越了自我，而不與他人比較，若要做到如此，我還需要花上不少時間呢！

故事中令我最感動的一幕就是：丹的師父蘇格拉底，罹患心臟方面的疾病，卻還是陪著主角爬山修煉，這種精神，便是書中所提到的一大師把修煉奉獻給生命，這是一般人做不到的事，或許連身旁的親人，在自己病危時，也不會想著說我要陪著家人修煉。而世界上，能擁有和蘇格拉底一樣那偌大胸襟的人，能有多少呢？我認為世上並無所謂的自私，那只是人內心裡的幻象，能否突破它，就取決於自我的修煉，而修煉大概就是我們所說的修養，若要到達那境地，付出的不只是時間，還要克制自己的慾望，並且要有堅定的意志，以堅持著持續修煉的決心，雖然在目前這麼短的時間我還做不到，但是一點一滴的進步足以使我有一天成為那樣的人，期許自己有朝一日能夠辦到。

「騎驢覓驢」最能夠用來形容當今社會，人們汲汲營營於功名，卻忘了最初的根源，一味的向外追尋，獲得的並不會是幸福，到頭來，才發現這輩子都追尋不完，留下的只有遺憾。或許世界並不存在真理，那是人們為了定義幻象而出現的，幻象又只是思想之物—無根本的事物，這讓我因此聯想到，越富有的人，生活越是樸實，就像是一碗美味的青菜豆腐湯，那麼的撼動人心；就像熱呼呼的烤番薯，口感綿密且溫暖人心；就像冬天的陽光，使我渾身充滿幹勁，我們要追求的事物就在身旁，但無窮的慾望掩蓋了我們的雙眼，使得我們忘卻身旁的美好。

著名的雕塑家羅丹曾說：「生活中不是缺少美，而是缺少發現美的眼睛。」將這句話套用在此書所要傳達給我們的意思就是：生活中不是缺少快樂，而是缺少發現快樂的心。我想：擁有單純的生活，就是一種美好吧！

四、討論議題：

這世上每個人的拼搏、努力，幾乎都是為了名與利，處在這樣現實的社會中，深陷泥沼的我們，應該要怎麼做，才能跳脫出這個框架呢？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：特優
作 者：韋人瑀
參賽標題：歷史——一場人生的學習
書籍 ISBN：9789578039117
中文書名：秦始皇：一場歷史的思辨之旅
原文書名：
書籍作者：呂世浩
出版單位：平安
出版年月：2014 年 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者呂世浩運用目前所知古文獻中，對秦始皇一生描寫最全面也是最詳細的一篇文章——《史記·秦始皇本紀》來分析秦始皇及秦二世時秦國的滅亡。透過不同時期秦始皇對事情的處理來探討他的心裡想法與其性格的轉變。再藉由秦始皇時期的奢靡引出秦二世時期的衰敗，一步步導出最終亡國之因。

全書善用問題讓讀者站在歷史人物的角度思考，從中學習由各個觀點找出事情的核心，學習從更多元的角度看事情。

二、內容摘錄：

唯有「忍」，才能讓敵人失去防備。敵人沒有防備，你才能出乎對方意料之外，才能佔住「先」來出奇制勝。(p.75)

面對真實的自己、甚至是醜陋的自己，就好像傷口結疤以後，要把疤撕開一樣的痛苦。活在自己的幻想跟美夢之中，永遠是比較快樂的事情，沒有幾個人有勇氣去面對真實的自己。(p.151)

三、我的觀點：

這本書的前言就讓我對於「學歷史」有了不同的想法。曾經我也認為歷史不過就是應付考試的工具，順便當作閒暇時的娛樂。然而作者在書中一句話引起了我的興趣，「不是歷史沒有用，是我們學習歷史的方式出了問題。」現代的人幾乎說不出學習歷史的具體價值，甚至認為根本沒有用。可是看看古人的想法，卻完全不是這麼一回事。宋代史學家呂祖謙說：「觀史如身在其中，見事之利

害，時而禍患，必掩卷自思，使我遇此等事，當作何處之。如此觀史，學問亦可以進，智識亦可以高，方為有益。」當我們將自己當作歷史主角，一次次深思熟慮的思考問題解決方法，再與歷史做對照，不知不覺中自身能力也會有所增長的。

始皇二十二歲才行加冠禮將政權拿回手中，面對即將造反的嫪毐，始皇佯裝不知，故意讓嫪毐舉兵造反，才有了正當理由將其除去、奪回實權。一位年紀不過大學畢業的人明知王位將動搖，卻能做到從容不迫、隱忍不發。雖然秦法殘忍，但是秦始皇這種冷靜沉著的應變態度非常值得學習。甚至在聽到臣子諫言請他把背叛自己的母親接回咸陽時，放下自己的怨恨接受了提議，因為想一統天下就必須維護始皇的良譽、大秦的名聲。再和善的人也難免有情緒高漲的時候，但現實卻容不下衝動行事的後果。生活常常就是這樣，再生氣，也不得不低頭，多少人嚥不下那口氣，白白斷送了自己原本美好的生活。書中作者提出：「決定你成功或失敗的，往往是你的理智控制感情或是感情控制理智。」當我們無法調節情緒而選擇追求自己內心的釋放，就像是新聞上的恐怖情人，不只造成無可挽回的悲劇，也把自己傷得體無完膚。將目光放遠、想想自己嚮往的光明未來，忍一忍，終將值得的。

越聰明的人越習慣自欺欺人。當一個驕傲的人發現現實中的自己不如心中所想的那般完美無瑕，多半選擇繼續相信心中的自己。只因太過驕傲、太習慣身邊人一味的誇讚使得他再也無法冷靜地聽取建議，情感已高高凌駕於理智之上。稱霸天下後，始皇奴役人民、草菅人命，只為滿足自己的私欲；各國的阿諛奉承讓他自負到眼中再無旁人，甚至將唯一肯說真話勸諫的長子扶蘇發配邊疆。正是始皇這樣的性格轉變才注定了秦國的衰敗。我們何嘗不是如此？獲得了一點成就後就目中無人，因為怕受傷害而不願向前看更困難的挑戰，失去初衷。看完秦始皇的成功與失敗使我更謹慎，勉勵自己勇往直前。人外有人，天外有天，多方面的學習才能創造出更好的自己。

唐太宗說過：「以人為鏡，可以明得失」。作者透過這本書想傳遞的概念正是藉由古人的智慧來啟發我們適合現代的智慧，看清局勢，我們最終將獲得成功。仔細閱讀這本書，我獲益匪淺，盼在未來也能以這樣的態度看歷史、學人生。

四、討論議題：

謙虛不等於自卑，自信亦不代表自負，有什麼方式或想法可以幫助我們為人處事恆處於不卑不亢的態度呢？

年 級：一年級
班 級：1 年 14 班
名 次：特優
作 者：林宜蓁
參賽標題：面對複雜的自我
書籍 ISBN：9789573272175
中文書名：轉山
原文書名：
書籍作者：謝旺霖
出版單位：遠流
出版年月：2015 年 09 月 01 日
版 次：四版

一、圖書作者與內容簡介：

作者謝旺霖為桃園人，興趣是寫作、閱讀、電影及音樂。曾榮獲多個獎項，並擁有學位數個。「因為流浪，開始邁出文字創作的生涯。」

轉山主要在敘述作者在無法充分準備行囊及進行完整心理建設的情況下，騎乘單車開始漫漫的流浪長旅，以一己之力攀爬險惡的山勢、度過無情風雪摧殘。並在過程中，正向提升人生的意志力，感受到最原始、樸實的人情溫暖，歷經自然洗禮，和命運磨練。最後成功抵達朝思暮想的神聖之地——拉薩。

二、內容摘錄：

「邊境已在心裡成為一道疤痕。方向從面向它的時候，時間重新倒數計時。你還不明白自己究竟在對抗些什麼。下一刻是一種發生，開始，結束。」
p102

「一場生命從有到無，又從無至有的過程，膚肉裡有些微微的痛楚。這是真的嗎？是幻覺，亦或是你當場觀臨的切膚之痛？但死人哪裡會痛，不過都是你的想像罷了，你對於肉身仍是一種執念。但你竟有些甚麼從內部裡悄悄溶解，並感到一股暖流。死亡所給你的暖流。他們在草原上奔跑，在帳棚裡打酥油茶，在寺院前磕頭，然後回到這裡，死亡。」 p263

三、我的觀點：

書中，作者在進行單車遊歷時，因為面對的關卡十分凶險難料，所有的挫折衝擊著他的意志力，當中數次都想放棄堅持之尊嚴，在內心拉扯撕裂著毅力。對此，我深有感悟，正如我不是一個心寬的人，不論是雞毛蒜皮的瑣碎小事，又或者是震天撼地的緊急要事，在做相關決定時，我必然會思前想後，將

可能發生的結果都經過深慮。雖然可能較為周全，但是同時也為自己增加了不少的擔憂，以致於有時會想不顧一切，拋開所有枷鎖、顧慮或原則而一意孤行，前往不知是否正確的路途。

以當初我在選擇學校為例，有兩所學校可供選擇，為了做出不後悔的決定，我曾為此煎熬數月。那時我的內心，吹響了戰爭的號角，分成了兩股勢力相互大打出手，爭奪著大腦的認同和肢體的配合以得償所願。一方面想著種種離家讀書的艱辛，在外地生活會如何孤獨寂寥，而在家人的身邊卻是受到完善的照顧以及固若金湯的保護。然而，另一方面卻又思索，是時候該出去陌生的地方闖一闖，經歷磨練，待在舒適圈內的收穫遠遠抵不上遠方的豐富，而且無法完整見識大世界之繁華奧妙。歷經天人交戰，使我的思緒煩雜不已。曾經很努力的想要冷靜下來，仔細分析優劣，甚至拿出紙筆悉心記錄，但隨著時間的流逝，我漸漸失了耐心。也曾一度想要放棄一切，管什麼安全與否，理什麼生活複雜，更不考慮所有人的擔心，妄圖一心前往那遙遠的彼方。

然而，和謝旺霖先生相反的是，我承認了自己的懦弱，我做不到放棄所有安逸，我無法義無反顧的獨身一人踏上未知旅途。於是，我便換成開始思索在近處就讀，會遇到什麼難關？是否宛如西藏巍峨的山勢難以跨越？同時，亦會有怎樣的優點可取？結果，我理解了，人生從來就沒有非黑即白、不可轉圜的道理，沒有任何人能永遠的走在康莊大道上，不受波瀾驚擾。不論是哪一個選擇，都有其要承擔的風險以及無盡的不順心。同時，正所謂「天無絕人之路」、「有志者事竟成」我也相信，只要用心祈求，沒有邁不過的坎兒，希望斷然不會棄我而去，拋我於無盡的黑暗中。但是，知曉歸知曉，我的腦中仍像風暴來臨時的大海，波濤不絕於心，難以平息，令人煩躁不已。

於本書之起頭處，作者曾在「流浪者計畫」面試中為了回答評審老師們的問題而說：「當我出發時，我才會知道我已經準備好了。」這句話，彷彿為我注入了一支強心針。我決定不再多做糾結。過多的顧慮以及思考，將有極大機率反而成為人生中的絆腳石。雖然對我來說，探求自己內心真正的想法，以目前而言仍是遙不可及的神祕境界。腦中的思緒更仍為一團難解的絲，但「船到橋頭自然直」直到面對的那一天，我相信著，我就會知道答案了。

四、討論議題：

- 1、如何才能以清透的目光探求得自己內心真正的想法，實踐真正的渴望？
- 2、有什麼方法可以使人們能夠坦坦蕩蕩的面對自己的恐懼，而不會一味逃避？

年 級：一年級

班 級：114

名 次：特優

作 者：蘇芸平

參賽標題：在夜中閃耀的勇氣

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣:自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：

書籍作者：岸見一郎/古賀史建

出版單位：究竟出版

出版年月：2014 年 11 月

版 次：185 刷

一、圖書作者與內容簡介：

這本書討論有關人生中將會遇到或正困擾著人們的難題與挫敗，書中主角哲學家提倡「世界無比單純，人人都能幸福」的理念，一位無法接受這個觀點的年輕人前來拜訪哲學家，書中以哲學家與年輕人的對話呈現，年輕人激動地提出許多誠懇而現實的問題，而哲學家的回答更是對我投出了一枚震撼彈，一字一句都像細針般精準的刺到問題盲點，顛覆了以往人們對許多一般觀念的看法，被討厭的勇氣，究竟是哪種勇氣因為什麼原因而被討厭呢？

二、內容摘錄：

你之所以沒辦法無法改變，是因為自己下定決心「不要改變」。(p56)

健全的自卑感並不是和別人比較而產生的，是跟「理想中的自己」比較後的結果。(p95)

所有人際關係的紛爭，差不多都是因為一腳踩進人家的課題裡，或是自己的課題遭到干涉。(p145)

如果你無法不在意別人的評價、無法不害怕被人討厭，也不想付出可能得不到認同的代價，就無法貫徹自己的生活方式；也就是，得不到自由。(p168)

人生的意義是什麼？人為了什麼而活？阿德勒曾如此表示：「普遍來說，人生沒有意義；人生的意義，由你自己給予」。(p283)

三、我的觀點：

枯燥乏味的字句與令人百思不解的觀點讓我對哲學書抱持著敬而遠之的態度，

而與這本書的邂逅是因為書名，深深吸引住我的目光，什麼是被討厭的勇氣？為什麼要抱持會被討厭的勇氣？是什麼原因而被討厭呢？一連串的疑問在頭上冒出，逐步帶領我翻開這本特別之書。

「其實，心理創傷並不存在」雖然我並沒有特別的心理創傷，但也常常因為過去的不好回憶而逃避現在一切有關的事物與問題，翻開書，我不禁愣住了，「並非心理創傷或是任何不幸造就了現在的我們，而是我們為了眼前的需求，而自己『創造』了心理創傷和不幸」仔細沉思，我才發現，原來，自己是藉由過去不好的回憶，而否定並逃避了現在必須面對的問題，讓自己了解，是因為「過去」，造成「現在」的我沒有辦法克服。還記得小時候因為參加一場表演，而拼命練習跳舞，但是練到全身痠痛、揮汗如雨，都沒辦法精準到位的做出正確動作，同手同腳更是常常發生，在表演當天，還差點摔了一跤，從那時開始，有一長段時間我都十分抗拒跳舞，一想到跳舞便會想起那時表演時的挫敗，於是抱持「因為過去那段不好的經驗，所以現在不接觸跳舞是正常的」的消極心態。看著書，彷彿看到那個仍自怨自艾的我，試圖以過去的挫敗說服現在的自己放棄，這才驚覺，那段時間的抗拒，原來只是一個小小藉口。

「不是因為你不好而有自卑感，無論看起來多麼優秀的人，多少都會感到自卑。」書中有這麼一段話，彷彿當頭棒喝般點醒了我，看到光鮮亮麗的別人站在台上接受眾人的掌聲與喝采，我常常沒辦法給予真心的祝福，只有沉甸甸的自卑感，當自卑感越積越多，我越感覺自己越來越渺小，想要急於擺脫，卻發現離成功仍是好大一段，陷入無限迴圈。讀了這本書，我才發現，其實自卑感是促進人們成長與努力的契機，「因為自己的不足，所以更努力」正因為自己的不完美，才有源源不絕可以追求的目標，讓我開始正視自己的缺點、不再逃避或當成藉口來說服自己安於現狀。

「擁有被討厭的勇氣，就是自由活著的證明」就是這句話，曾讓我苦思不解，闔上書，輕輕將書放在腿上，我陷入思考。在這世上，免不了被人討厭或無法被理解，而他們的一字一句都會讓人在意不已、難過不已，那種巨大的壓力曾逼得我順從他們的看法，然而，這麼做，真的好嗎？書中提到具備「被討厭的勇氣」是非常重要的。是啊！世界這麼大，不可能讓每個人都喜歡自己、接納自己，以自己喜歡的方式活著，抱持自己認為好的理想邁進，不必害怕被討厭，只要對結果負責，擁有這樣的勇氣向前的話才能活出自己的人生。雖然這對於我來說，可能還有一大段距離，對於別人的言論仍可能無法視而不見，但是，這段話已在我心中深深烙印下來，就像阿德勒所說的「我們不是為了追求他人認同而活在這個世界上」，我已具備改變的勇氣！我想，這是一個好的起點。

闔上書，夜幕已低垂，興奮之情仍在心中萌發，我彷彿不是看了一本書，而是

換了一個世界般，作者引領我一步步思考人生中的阻礙難題，一步步解開平常不曾注意到的、或是困擾已久的疑問。「生命總會設法延續下去，而且在面對外來阻礙時，生命的力量絕不會還沒掙扎就先高舉白棋」，或許未來將會遇到更多更大的阻礙、挫敗，但已不再畏懼。我會抱著「在夜中閃耀的勇氣」用微小、但明亮的勇氣在無盡黑夜中，邁步向前。

四、討論議題：

當周遭的人們都反對自己的理想時，要用什麼態度面對他們，並在眾多壓力下堅持自己的夢想呢？

年 級：一年級
班 級：13
名 次：特優
作 者：陳宛均
參賽標題：從反面思考「不乖」
書籍 ISBN：978957332684
中文書名：不乖:比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠文化出版有限公司
出版年月：2010 年 7 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠從小就對寫作有很大的興趣，但當時的人們都覺得寫作並不是個有前途的職業，所以他進了醫學院就讀，成了一名麻醉科醫生，但在這期間，他還是持續的在寫作，後來在牙醫妻子的支持下，辭退了醫生的職業，專注在文學創作上。

這本書在敘述侯文詠對於乖和不乖的論點，「乖」的確可以讓我們安逸的與人相處，之間會少了糾紛和爭執，然而有時跳脫別人對於我們乖的定義，選擇「不乖」得到的或許是更寬廣的視野。

二、內容摘錄：

生命無非只是不斷地選擇的過程，失敗的遺憾是錯過了成功，但成功的遺憾卻是你不知道自己到底錯過了更多的什麼。(p.94)

行動上沒作為，並不是表示忍耐、退讓，而是把情緒暫時留在心裡，讓理性思維有時間追上來。等理性思維可以開始運作，經過思維與判斷之後，再出手反應。(p.162)

三、我的觀點：

從小，父母就教育我們要好好的乖乖的長大，並且逐漸灌輸了一個知識給我們，就是「聽話的孩子才是個乖孩子」。但在讀完了這本書後，讓我有了很多從來沒有思考過的問題與想法，並且產生了共鳴。

「不乖」並不代表著肆無忌憚、為所欲為的做盡各種壞事，而是在自己所在的環境中，學會獨立思考，不是一味的聽從別人的指令做事。大部分的父母都希

望兒女的未來一路順風，希望在同儕之中能更具競爭力，便在他們小的時候就給予各種看似對他們有益處的幫助，像是去到補習班、才藝班，但這些幫助真的對孩子們來說都是好的嗎？

現在的社會漸漸變成了一個「成績」、「升學率高低」就是一切的時代，學習國文的目的本來是為了培養學生欣賞作品的能力，並且在欣賞的過程中學習到用中文表達的能力，然而在臺灣嚴苛的考試制度下，學生的獨立思考全都被文法、詞性這些問題給侷限住了。在學生們眼裡，膾炙人口的著作也不過是考試的題材罷了。這時「不乖」就能派上用場，我們要用自己的腦袋去挖掘每件事情背後的疑問，這樣才能拓展我們的視野，並且讓自己的應變能力得以提升，而「乖」可能使我們在遭遇挫折時選擇放棄，且失去了可以思考、學習的機會。

除了獨立思考外，「熱情」也是不可或缺的。就像書中所提到的「認真是拚不過迷戀的」，意思是一件事情的成功與否，熱忱與喜歡是遠比努力與認真的更重要許多的。在自己擅長或感興趣的領域或是科目中，我們較能覺得無壓力並有堅持下去的動力，相反的，在不擅長、不感興趣的事情上，我們便會感到煩惱，覺得非常棘手，畢竟每個人的天份都不同，不擅長的人就算再努力再認真也不見得做得來的。就「前途」的角度來說，以前的人或許會覺得「認真」，未來才能有個好的職業，而「迷戀」就是個不切實際的夢想而已，但現在這個世代「迷戀」可能已經能遠遠的勝過了「認真」，因為熱情才能化為能力，而能力就是決定競爭力的關鍵。

這本書讓我們學會「不乖」也能有出人頭地的一天，在一個今日的標準答案很快就會被取代的巨變時代中，「學思並用」遠比平順的道路更讓人有學習的機會，也唯有不斷的學習，我們才能順應這個時代，不被淘汰。想要不被這世代給淘汰，「想像力」也是一種能力。在兩個人經驗、資歷都不分軒輊的情況下，那勝負的關鍵便是想像力了，因為想像力能使我們用不同的角度、不同的觀點看見別人看不見的可能，不去用大家覺得理所當然的方法去想事情，漸漸的讓想像力也成了拓展視野中的一項能力，所以不要再被束縛了吧！去追求屬於自己的人生，開創一個不平凡的未來吧！

四、討論議題：

雖然我們這個世代的父母漸漸的讓孩子們有自己的想法，但是當父母已經為你鋪好未來的路了，你會選擇接受呢，還是會依照自己的想法，去選擇一個未知且可能困難重重但是自己感興趣的路呢？

年 級：三年級
班 級：15
名 次：優等
作 者：林姊浓
參賽標題：博士熱愛的算式閱讀心得
書籍 ISBN：9867537904
中文書名：博士熱愛的算式
原文書名：
書籍作者：小川洋子
出版單位：麥田出版
出版年月：2008 年 6 月
版 次：一版十刷

一、圖書作者與內容簡介：

小川洋子，早期的作品多描寫人性的陰暗面和殘酷，後期則開始撰寫與記憶有關的主題，在世界各地受到極大的迴響。

只有八十分鐘記憶的博士，一旦超過時間記憶就會自動歸零，本該悲慘的度過餘生，卻在與女管家的相遇後，以一個簡單的數學公式，驗證了愛的永恆。

二、內容摘錄：

1.「永恆的真實是肉眼看不到的，也不會受物質、自然現象和感情的影響，但數學可以解開真實的奧秘，也可以用數學來表現真實，任何東西都無法阻擋。」(p.153)

2.「對。無論再怎麼走，也看不到質數。放眼望去，四周都是沙漠。太陽無情照射，喉嚨乾渴，睜不開眼睛，眼前一片矇矓。以為『啊，是質數』，走近一看，卻是海市蜃樓。伸出雙手，只抓到一片熱風，仍然不肯輕言放棄，一步一步向前走。直到在地平線的那一端，找到有著一大片清澈的水，名為質數的綠洲。」(p.81)

三、我的觀點：

當你的記憶只剩八十分鐘，你會選擇擁抱生命的熱情抑或是孑然一身的孤寂？每個逐漸拼湊的輪廓，陌生而熟悉，分離，對一個僅存八十分鐘記憶的博士來說，是一個既悲傷又無可奈何的詞，曾經像漂泊的船隻迷失在漫漫數海中，直到遇見了根號和女管家，或許他才終於明白，歸宿不再是奢望，一束溫暖柔和

的光芒從此照亮了博士自我封閉的內心。

無論是博士和根號相處的溫馨點滴，和不時出現關於數學的奇思妙想，在閱讀此書的過程中，我不僅深深地被那些細膩的情感所觸動，還讓過去被我視為深仇大恨的數學換上了全新的面貌，原來密密麻麻難懂的數字和符號，搖身一變，如同變魔術般，孤僻的質數不再執著於追求完美，根號的堅強是博士最無私的祝福，歐拉恆等式的美麗和諧則為整篇故事畫下扣人心弦的句點。「我的記憶只有八十分鐘」，對熱愛數學的博士來說是多麼哀傷的詛咒，泛黃的紙條裡透出的是長久歲月以來壓抑的痛苦，隱隱暈染著博士蒼老的身影，更顯得悲淒，孤獨的十年裡，博士只能自己默默啃食被時間拋棄的自憐，但是溫暖開朗的女管家的出現，滋潤了博士久未灌溉的心田，也重新找回博士失去已久的發自內心的笑容。

最讓我深受感動的，是博士即使遭遇記憶有限的困境，也要懷著滿腔熱血繼續喜愛數學的精神吧！不禁使我想到霍金，一位被譽為天文物理界傳奇的天才科學家，同樣有著無比的熱誠和卓越的頭腦，卻被漸凍人的身軀所困，在幾乎所有感官知覺喪失的時候，只餘依舊清醒活躍的意識是多麼悲哀的一件事，可是霍金並沒有屈服，他發表的理論一次又一次的撼動整個學術界，證明了他一直以來頑強對抗病魔的堅強意志，更因為有著無人可匹敵的熱情和喜愛，才能突破身體上的限制完成夢想，而博士打從內心對數學的真情，緩緩流淌在我感觸極深的心裡，一股暖流，承載著無限的熱情，在黯淡中努力的綻放光芒，那麼璀璨，那麼耀眼奪目。

「我已經沒有什麼可以失去的東西，但是我想接納萬物應有的樣子，把一切交給自然，度過生命的每一刻時間。」故事的最後，博士拿掉身上的紙條，不再為逝去的回憶感到悲傷，而學會享受當下的幸福快樂和張手擁抱一個永遠歡迎他的歸宿，在放下之後，得到的是比起之前更加開闊的心境和視野，生命難免會有挫折難關，如果一味的沉溺於泥沼裡，那麼雨過天青的日子又怎麼會來臨呢？人們總是讓自己陷入無解的死胡同中，在鑽了無數的牛角尖後，到頭來才豁然開朗，原來問題真正的解答，一直都是自己。

八十分鐘不再是記憶的終點，而是創造幸福的起點，博士的愛成為了永恆的真實，而真正打動我的心的，是數學與博士激盪出的美麗火花，如此溫柔震撼的美妙旋律，此刻仍縈繞在我的心頭。

四、討論議題：

請你像書中的博士一般，試著以全新有趣的角度解釋一個數學公式或定理。

年 級：二年級

班 級：212

名 次：優等

作 者：曾鈺欣

參賽標題：談深夜加油站遇見蘇格拉底之啟示

書籍 ISBN：9867574591

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior: a book that changes lives

書籍作者：丹·米爾曼 Dan Millman

出版單位：心靈工坊

出版年月：2006 年 01 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書描寫一位體操選手丹在大學二年級時就拿到世界彈簧錦標賽冠軍，使他覺得自己彷彿置身於世界的頂端，但在接下來的日子裡，儘管生活順遂，他卻越來越憂鬱，直到在一個輾轉難眠的夜晚，漫無目的地來到光火通明的加油站，在那巧妙的邂逅下，遇見他夢中曾經出現的老人－蘇格拉底。後來因為一場突如其來的車禍，右側大腿骨折徹底將丹擊垮，從此，他在蘇格拉底的教誨下，學會放下，逐漸找到人生的價值，體會生命的意義。

二、內容摘錄：

「勇士並不尋求痛苦，但是如果痛苦找上門來，他會加以利用。」(p.128)

「勇士的生命與想像中的完美或勝利無關，而是與愛有關。愛就是勇士的劍，劍揮向哪裡，就把生命，而非死亡帶到哪裡。」(p.232)

「別受華而不實的事物所矇騙，勇士所能仰賴的，只有愛、仁慈與服務的力量，還有快樂的力量。你無法得到快樂，而是快樂得到你，可是，只有在你放棄其他一切以後，快樂才會上門來。」(p.236)

「愛是世界上僅有的真實」(p.260)

三、我的觀點：

《深夜加油站遇見蘇格拉底》書中提到：「無論你遇見誰，他都是對的人」每個人的出現都不是偶然，而是必然的註定，也許是要教會我們什麼，我們發生的

一切事情也都有目的，如書中主角丹因車禍骨折被迫放棄他最熱愛的運動，正是因為這樣才能使他學會放下，跟著蘇格拉底展開心靈之旅，最終體悟到生命帶給他的快樂。其實我們面對生命中任何的挫折和苦難，都是帶著任務而來，因為它要你能從中成長，並得到智慧。蘇格拉底說：「人生是個謎，你永遠猜不到會發生什麼事」，我想畢竟生命本身是一趟長長的旅行，旅途中不管發生什麼，都是屬於自己生命的故事，重要的是努力的過程，而不只是結果，途中為夢想揮灑的汗水，與沿途雀躍期待的心情交織的過程，這才是真正的收穫。

現在身為高中生的我，每天汲汲營營吸收新知，只在記誦書中的文字，而口說說的智慧不是智慧，而是要真的起身去做、去體驗，將所有知識長期累積並實踐，我們應該將個人意志凌駕於課本知識之上，發揮思想靈魂去感受生活的美好，而不是如書中主角丹一味的只在追求訓練身體的強度，只希望自己總是世界第一，而忘了初衷，失去了身邊的朋友，忘記生活價值。

我們總是受到過去的牽絆，循著過去的習慣往前走，走到了錯誤的道路卻從不停下來思考，我們為了曾經的傷痛而哀愁，為了過去的成就而歡喜。為了未來而充滿幻想，為了未來而擔心害怕。我們，是否正忘記現在？在書中蘇格拉底告訴丹說：「相信每個時刻都是不平凡的時刻，唯有專注於當下，才能夠做出最準確的判斷」心平靜氣享受當下就能擁有一顆清明澄澈的心，心無旁騖的激發出驚人的潛力與不可思議的能力。但活在當下當刻，並非止水的狀態，而是風動的現象，宇宙風向永遠在變，能聞風起舞的人才能不是只在等待暴風雨過去，而是能夠在雨中跳舞。每個人都有七情六慾，要如何超越、放下這些感知也是一大學問，學會不為勝利而驕矜自滿，不為失敗而垂頭喪氣，不被喜怒哀樂束縛，不被世俗價值綁架，要拋開雜念，專注於目前所要做的事情。蘇格拉底對丹說：「丹，你就像個油箱，充滿了太多先人為主的觀念，還有毫無用處的知識，在學習之前，你得先清空你的油箱。」我們也是時候清空自己的油箱了，撫平心中雜亂的思緒，用心去體會生活，當你選擇改變現狀，就可以改變未來，書中提到「勇士之路的秘密不在於你所知道的事，而在於你所做的事」，任道重遠，願意從當下開始，或許愛和快樂就在拐角處，而我則願意轉身。

《深夜加油站遇見蘇格拉底》這本書告訴我們日子並不是只有日曆上的數字是紅色時才是美好的，也告訴我們世界無時無刻都正在運轉著，更告訴我們沒有人知道結局會是柳暗花明又一村或只是一片虛無，最重要的是方向，永遠在你的心裡，如同蘇格拉底曾說的一樣：「死亡並不令人遺憾，遺憾的是未曾好好活過」。

四、討論議題：

1.為什麼人們有了眾所羨慕的房子、車子、家庭卻仍然睡不著，仍然憂鬱呢?

2.我們面對人生低潮時，所該抱持的態度是什麼?

3.對我們每個人而言，生命是什麼?

年 級：二年級
班 級：13
名 次：優等
作 者：周宜萱
參賽標題：流
書籍 ISBN：9789861335
中文書名：流
原文書名：
書籍作者：東山彰良
出版單位：圓神
出版年月：2016 年 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者東山彰良，本名王震緒。一九六八年出生於台灣，五歲隨父移居日本。祖籍山東，「東山」二字由此而來，「彰」則因其父母曾任教於彰化高中而得。

一九七五年，戒嚴時期的外省後代主角葉秋生，從小聽著祖父在故鄉的種種英勇戰績長大，在十七歲那年在家中發現祖父死亡。對於從小就最寵溺自己的祖父的逝去始終耿耿於懷，即使生活的混亂讓此事一度失焦，終於在隨著時間的推進，漸漸撥開事情的真相。

二、內容摘錄：

人間本來叫苦境，快醒快悟免傷心。我的孩子也死了，只剩下腦袋不太靈光的小兒子。即使這樣，也要一碗一碗賣豆花努力活下去。雖然賺不了大錢，但至少可以糊口。這件事很重要，不是嗎？如果逃避今生的痛苦，在那個世界也無法當清淨的鬼魂。(P.125)

歸根究底，文學和打架一樣，必須懂得虛張聲勢，在該進時前進，千萬不能錯失退場時機。(P.240)

我彎下身體，撿起地上的大石頭。我覺得必須殺了叔叔，才能結束這所有的一切，才能原諒宇文叔叔。宇文叔叔的血是對我的疑問、欺騙和憤怒唯一的答案。這是斬斷連綿不斷的憎恨最美的方式，我們可以不流血，但不流血到底能證明什麼？(P.342)

三、我的觀點：

在這本以第一人稱觀點白描構築的荒誕故事中，字裡行間，都是耐人尋味的；透過文字，反映了那個富有泛黃的歷史色彩的年代最尋常的場景。不同的面向與議題，在幾經翻閱和思索過後，能得到屬於那個時代的河流給的解答。

故事發生在老蔣總統逝世的那年，戒嚴期間家家戶戶都得沈浸在總統逝去的悲傷，主角的爺爺就是在那時遭人殺害的。

對於一個高中生而言，最重要的家人以死亡的形狀冰冷的躺在眼前，大概只比天塌下來要不那麼糟而已。就算當時的台北再怎麼混亂，也沒人會覺得這種事會發生在自家中。身為第一發現人，主角秋生總有種使命感，想親自揭開祖父的死亡之謎。

在近十年間，一件件荒唐的事發生，看似無關，卻總有一點蛛絲馬跡緊扣謎底，連看似無意的話語也耐人尋味。而這些經歷一定都一點一滴地在使少年發酵。「成長」是這本書構成的重要元素，祖父之死是最根本的催化劑，促使他去思考，若沒有這件事，他會平凡的讀高中、考大學，變成一個無聊的大人。雖然他終究是輾轉成了個無聊的上班族，但他的青春卻是充滿著豐富的色彩，帶著點玄幻以及悲傷。思想中交織著本土思想、思鄉情結，以及年輕人的叛逆。這大概就是名為葉秋生的文化。

作者說過，這個故事幾乎就是其父年輕時經歷的翻版。背景是二十世紀的台北，那個年代的外省人後代活在一個自我認同極為混亂的年代，生長的家庭中的氛圍是一種聲音，出了家門，卻是別樣的光景。台灣雖是他們從出生就待著的地方，他們卻總有一絲追本溯源的想法。只在長輩的話語中看過的地方，卻能成為他們的家鄉。

葉秋生曾在飛到山東，聽到周遭充斥著自然地說著「俺」等大陸用語的時候，在第一次踏上的土地，感受到了故鄉的氛圍。從小帶大自己的祖父，還有祖父周遭的爺爺們都是這麼說話的，然而在台灣這樣的景象雖然自然的發生，放大來看卻格格不入，本省人的家中，台灣國語才是主旋律。

原來，所謂的故鄉都是活在想像裡的。不管是離開家後活在回憶中，又或是在生活的環境中聽著周遭的聲音而構築出來，無法身處心目中的家鄉，外省人及其後代的鄉愁總是如此厚重。

祖父是跟隨國民黨來台的老兵，年輕時結交許多的拜把兄弟，那時的人只要能混口飯吃，什麼事都幹得出來，戰爭的背景下，誰殺了誰一家子，某些人毀了

某個村，到處都是披著軍袍的土匪。迫於戰爭，流離失所只能說是平常，憎惡活在每個人的心中。當所有謎底漸漸明朗，困惑的烏雲卻又籠罩整個腦袋，像宇文叔叔這樣的人，竟然會殺了祖父，找出真相後的秋生，兩個同樣重要的「家人」，那樣既悲痛又憤怒混雜不解的情緒，肯定是我們這樣安逸的人所無法體會的。

仇恨大抵如此，以悲憤為燃料，爭個你死我活，在平靜下來後陷入後悔的深淵。你有你的理由，他也有它的原因，他們往往把仇恨與義氣搞混，做盡了不人道的事，卻還有滿腔的藉口。好像流了血，才能為整件事情給個交代，卻不想，這樣只是憑添仇恨與悲傷。

秋生在王家村時聽見了仇視祖父的話語，惱怒地反駁，這不禁讓我思索，這些年，宇文叔叔到底是怎麼忍下那口氣的。殺他全村的仇人把他誤以為是兄弟的兒子，待他極好。怎能不恨？他能把朋友的兒子當自己的孩子養，卻不能對他們村中的老弱婦孺有點同情心，那得變成多麼扭曲的心靈。

所有的事情都是一體兩面的，祖父對王家人來說是一輩子的敵人，但於秋生而言那是最寵愛他的爺爺，他最敬愛的長輩；然而，長輩口中的叛國賊，卻也是宇文叔叔心中最深情、最愛家的父親。只能說，混亂時代的血與淚終究匯流成河，一切都只能歸咎於戰爭，最後便融會成老人們茶餘飯後的老生常談。而你我都不過是時間洪流之中一尾魚，流連於台灣、中國、抑或是日本，尋找著自我以及故鄉，然而，在水中，又有誰知道那是水還是淚？

四、討論議題：

1. 成長時常是必須付出代價的，人為何總要在經歷了許多磨難才能醒悟？
2. 為何經歷過戰亂的人總是特別的迷信？

年 級：二年級

班 級：213

名 次：優等

作 者：林芸萱

參賽標題：跨過陰影的勇氣

書籍 ISBN：9789866503290

中文書名：皇家騎士 12 皇室遊俠

原文書名：RANGE' S APPRENTICE 12 : THE ROYAL RANGER

書籍作者：約翰・弗拉納根

出版單位：核心文化

出版年月：2017 年 6 月

版 次：初版五刷

一、圖書作者與內容簡介：

約翰・弗拉納根，寫過電視報導、涉足電影。有著陽光笑容和深邃嗓音的他，寫《皇家騎士》系列是為讓兒子明白，英雄不總是彪悍勇猛又高大魁武的。

一場意外維爾失去摯愛。被仇恨沖昏頭的維爾一心復仇，不僅私捕罪犯，更違抗指揮官。為使維爾轉移注意力，大家讓他收學徒。驕縱卻勇敢的梅笛融化維爾冰封的內心。新的任務中兩人前往調查孩童失蹤案，面臨巨大考驗。挑戰背後，還有對忠誠及默契的試煉。憑藉合作和機運，最終贏得喝采。

二、內容摘錄：

他發覺這個人是極其殘忍無情和冷酷的。

聰明，但有一個致命傷，不能忍受挫敗。如果遇到挫折，魯爾就會被一種盲目、喪失理智的憤怒和復仇的慾望所征服。(p.354)

卡桑卓爾的一生中很少有不知道該說什麼的時候，他環顧每一張熟悉的臉龐。

突然，他有一種時光錯置的感覺，他回憶起很多年前的那一天，當時她還是個年輕的女孩，站在阿拉倫城堡的陽台上，賀瑞斯陪著她，他們看著維爾騎著馬跟霍特離開。他選擇成為一個遊俠，不願意留在阿拉倫的宮廷裡。

現在，這種事又再度發生。(p.414)

三、我的觀點：

痛失愛人的維爾被復仇的狂熱吞噬，陷入幾近病態報復癡迷；另一方面皇家公主梅笛，一個驕縱任性的公主受不了各種宮廷的約束，不斷違反宮廷禁令……兩大主軸揭開故事序幕，譜成精彩故事的樂章。兩個激進瘋狂的人湊在一起卻解決眾人束手無策的問題，是作者全篇的基礎概念。

主角兩人自知貴為王國權力核心，也清楚明白此身份代表的是肩負著使命與保衛國土的義務。梅笛不僅是維爾的徒弟、教女，更是王位的唯一接班人。她深深了解自己的存在十分重要，然而在維爾下落不明時，她義不容辭的犯難救援。她想到他們在雷德蒙森林裡一起度過的時光，他是如何平靜耐心地教導她，每當她有點小小的進步，即使不說，她也看得出他的開心，她知道她不能拋下他。即使他死了，她也要知道是怎麼死的。如果她拋下他，便可能永遠也不會知道。另一方面如果她只是一直不採取行動，被幾個未受過訓練的烏合之眾嚇倒，她將辜負整個遊俠組織，她會證明那些對女孩持懷疑態度的人是對的，女孩無法成為一名遊俠！

維爾本身已經是個傳奇，在他那個時代，一介連自己姓氏都不知道的孤兒，竟然改變了世界，他帶給人們希望、給他們信念，對成千上萬的人而言，他是個英雄。然而他的機智、熱忱，顯然在愛麗絲走後了無行蹤，他的遺憾很容易理解——歷經苦難後終於修成正果兩人還沒嘗夠幸福的滋味就被迫永遠分隔，我想任誰也難以接受。跟梅笛在一起的生活，就像為枯萎老樹重新注入活力，維爾彷彿重返學徒生涯，那無憂無慮、全心投入訓練的日子使他心無旁騖，沒時間、也沒心思一再翻攪過去的甜蜜與現實的痛苦。熬過悲傷令人很難承受，但生活還是必須繼續，也不意味著我們要被它吞沒；對過往永遠珍惜、並以此為傲，才是緬懷逝去光陰的正確行為。

在故事背景的基本設定下，阿拉倫王國頗似中古世紀歐洲：封地領主們各自為政，儼然無數小型政體；人民對領主效忠，自給自足。這樣的社會既嚴格又傳統，最明顯的便是階級制度與對女性的諸多限制。

階級無所不在，它是一道無形的高牆，村夫儘管再驍勇，也只能一輩子當個中尉；王子就算再窩囊，寶座卻永遠收拾好等待。階級帶著隱形的強制力，有時力量甚至遠遠高過法律；貴族視其為鞏固權力的手段，人民將它當作晉升之路的底線。當兩方都謹守這道藩籬而不思破解之道時，社會永遠不會進步——而反抗之焰卻已然燃起。

妙的是，作者卻將這種角色設定在一個公主身上，這意味反抗對女性壓迫不僅是下對上的訴求，而是上對上的公然挑戰。梅笛的刁蠻，基本上不為什麼，是

種為反抗而反抗的舉動；雖然她自己沒有察覺，但事實上，梅笛的傲慢和自大來自於她的自卑和自我價值一事的缺乏。身為一個女孩，她勇敢、堅強、忠貞、機靈，卻只能過著天天做女紅、學禮儀的生活她；渴望的僅僅只是騎馬、練劍和挑戰未知……若她是個男孩，這些事也就變得理所當然。遭撤銷頭銜的梅笛，如自天堂墜落地獄；僅僅一張命令，象徵的是社會階級的界線，是王公貴族與市井小民的分野。少了尊貴身分的束縛，她似乎更能留意、關心身邊的人。最終成功拯救師傅的梅笛也獲得眾人一致的認同，為阿拉倫女性史上寫下一頁輝煌的歷史。

四、討論議題：

故事最後一集，作者也讓古老的阿拉倫有了重大的的全新突破—讓女孩加入遊俠組織，我想這可能包含了些許女權主義成分。養尊處優、擁有臨駕王國大部分權力的公主何故一次次公然違抗父母指令？身為一名女性，梅笛用行動抵制種種對女性的壓迫，更不惜賠上皇家公主的名號，所求究竟是什麼？故事最後，事實已經明顯地浮上台面。作者在主線為冒險與忠誠的故事中試圖拉開一個不同的高度，就連堅守傳統的遊俠組織，也跨了史上最大的一步。

年 級：二年級
班 級：213
名 次：優等
作 者：蕭欣容
參賽標題：兩個媽媽
書籍 ISBN：9572964070
中文書名：兩個媽媽
原文書名：
書籍作者：徐月娟
出版單位：福地出版社
出版年月：2004 年 8 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

進喜有兩個媽媽，一個是悔恨拋棄親生肉肉的媽媽，她用歲月彌補過錯，希望能得到兒子的諒解；而另一個媽媽，咬牙面對生命的苦難，將愛與希望寄託在養子的身上，掙扎著是否該讓養子知道他的身世。

而這兩個女人在進喜的生命中重逢了，兩人都因為害怕對方和自己受到傷害而不敢將真相告訴進喜。

二、內容摘錄：

當天際最後一抹殘暈寂然沒入暮色，孩童的嘻鬧聲也隨著母親的叫喚藏進一戶戶亮燈的屋子；迂迴的巷弄裡，蕭瑟寒風吹得院落裡探出頭的老樹惶惶不安。
(p.6)

幸福？此時此刻，這樣的祝福就像送了副華麗的手套給斷了手的人那般諷刺呀！(p.14)

靜淑仍坐著等待，心情一如等待聆聽最後宣判的死囚。(p.15)

三、我的觀點：

書中的第一個媽媽：靜淑，也就是主角進喜的生母，因為遇人不淑，未婚懷孕後得不到父親的諒解，看著曾經和她互許相愛不渝如今卻讓她心痛的男人，看著為她心痛的父母，她決定隻身一人離開自己熟悉的家鄉，離開這個讓她心碎的城市，到一個沒有人認識她的地方，幸好她遇到了一位好心的婦人收留她，

讓她安心地把孩子生下來，但是新生命的到來並沒有讓靜淑對人生充滿希望，每當她看見孩子的臉，心理的煎熬與痛苦就更多，最後她做了一個沉重的決定！將孩子丟棄在某戶人家的院子後，便跳下眼前冰冷的河水裡。

而書中的第二個媽媽：美枝，因為巧妙的緣分收養了進喜，一直懷不上孩子的美枝將進喜當作她手中的一個寶，但是經濟拮据的她和丈夫原本生活已經不易，此時多了一個小孩要撫養，對美枝家的情況根本就是雪上加霜，她拼命的工作來換取進喜生活的一切開銷，但是命運卻沒有對她心軟，丈夫的過世讓她必須獨自一人撐起家裡的經濟重擔，幸運的是，進喜的早熟與乖巧讓她不必費心思在教養小孩的事情上面。還有許多貴人默默的幫助她，讓她們家的情況能夠好轉。

進喜則是一個懂得體貼孝順父母的孩子，他了解爸媽工作的辛勞，所以了解自己只有認真念書才能讓爸媽不再吃苦，乖巧的他總是受到大家的疼愛。

雖然靜淑遺棄了自己的孩子，但是她事後必定非常後悔，為了找回自己的孩子，她用盡了一切辦法，她甚至因為無法克服拋棄親生兒子的罪惡感，一直不願生孩子，也因此受到了婆婆的責難，我想她在找到進喜後無法親口對美枝說出真相，必定也是因為對她的愧疚感吧，一個照顧她親生兒子這麼久的人，忽然告訴她一切事情的真相，且跟她要回一個這麼多年朝夕相處的兒子，雖然沒有血緣關係，但是他們兩人之間的感情早就像真正的親生母子一樣了，假使今天靜淑說出了真相，她應該也無法坦然的面對自己的兒子，因為自己過去對他做出了如此殘忍的事：棄養。所以他只好選擇一個折衷的辦法，就是暫時當進喜的乾媽媽，如此一來，她不但可以名正言順地看著他長大，美枝也不用和進喜分開。

看完了這篇故事，我更覺得自己已經非常的幸福，雖然我的家庭也不是十全十美，有時也會發生爭吵，但是我的父母沒有遺棄過我，也沒有讓我捱餓受凍過，雖然他們沒辦法像其他同學的父母一樣給我很多很好的資源，但是我想要的，他們也總是會盡量的滿足我，所以我也會珍惜他們，感謝他們每天陪伴著我，讓我在長大的路上不是一個人，讓我知道我難過時有人陪著我，願意聽我說我心裡的話，家人們就是一生中遇到的，最珍貴的人。

四、討論議題：

當自己的家人彼此不和睦，或是性格行為惡劣時，我們是否還是要對他有尊重的態度？

年 級：三年級
班 級：305
名 次：優等
作 者：傅郁珊
參賽標題：共好！朋友！成功路上你我他
書籍 ISBN：9 5 7 9 4 3 6 6 6 5
中文書名：共好！
原文書名：Gung Ho！
書籍作者：Ken Blanchard/Sheldon Bowles
出版單位：哈佛管理叢書
出版年月：1 9 9 8 年 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者一：Ken Blanchard 是國際知名的作家，與他人合著的一分鐘經理人、顧客也瘋狂、教練、灌能，都名列在同一份暢銷書排行榜中。作者二：Sheldon Bowles 最初擔任報社記者，後來成為多摩石油公司的執行總裁。本書敘述印地安人的祖先得自中國人的傳說，而有了共好的生活智慧。內容透過兩位主角，以說故事的方式，敘述他們如何共同拯救一家瀕臨倒閉的公司，並重新創造高生產力的員工。

二、內容摘錄：

(一)最後一個工作天，同時也是最有效率的一天，我在那一瞬間暗自決定，我這回也許是完蛋了，不過一直到最後一秒鐘，我都要奮戰到底！（第 8 頁）

(二)松鼠的本質：有價值的工作 1、重要性 2、引人朝向共同的目標 3、以價值為動力。（第 48 頁）

(三)海狸的方式：掌控達成目標的過程 1、範圍界定清楚的場地 2、想法、感受、需求與夢想，受到尊重、獲得關心、並付諸實現。3、培養能力，同時面對挑戰。（第 93 頁）

(四)野雁的天賦：互相鼓舞 1、無論是表態式的肯定或是意識形態式的認同，都必須是真正的鼓勵。2、得分是比賽的原動力，針對過程表示讚美。3、 $e=mc^2$ -熱情等於任務乘以現金與喝采。（第 150 頁）

三、我的觀點：

我從小就喜歡數理，但父親怕我過於理性缺乏感性，常提勉我要文理兼容並蓄，所以我也常常閱讀文學的書籍。近來對於企業管理也感到興趣，因為企業重視績效與管理，看到企業不斷創新進步，善用科技提升了生活品質，無形中其精髓也引航著教育的方針。最近閱讀了 **Cung Ho** 共好一書，感觸與受益良多！我覺得學校與學生也是一個組織所以值得探索。若能科技與人文並蓄，將人類物質與精神一起提升，讓每個人都能樂於學習樂於工作，這也是現代公民學生應努力的方向與責任。

「共好二字源於生存法則-印地安人克服天然條件」，延伸出「松鼠的精神、海狸的方式、野雁的天賦」，即為本書的中心思想。書中部門督導安迪從困境中花了 5 年的時間，將所轄部門達到共好；而新上任的總經理佩姬只有 6 個月至 1 年的時間，卻須及時拯救即將倒閉的華頓二號整個公司，並重新創造出高績效與高生產力的員工，真令人激賞與感佩！其精要如下：

一、發揮「松鼠的精神：做有價值的工作」

松鼠努力的工作，是源於有動機、有明確目標，為達成儲存食物的目標以渡冬，因而松鼠全都願意為了同一個目標盡心盡力，這就是松鼠的精神。因此要大家願意盡心盡力、設法實現既定的目標，這目標才算是大家共同的目標。

(一)「促進共好的必要條件：了解自己的角色和重要性」-我們可以讓世界變的更好。

(二)「確認共同的目標-並朝目標前進」。

(三)「所有計畫與行動以價值為依歸」。

(四)「價值遠遠超乎重要，但卻始於重要」。

(五)「目標可以折衷，不一定是直線；但價值觀只有直線-必須堅持」。

(六)「價值觀必須統攝一切，否則就無法達成共好」。

(七)深究松鼠的精神：

1、運用馬斯洛的需求理論：滿足員工生理上→安全→愛與隸屬→尊榮感→自我實現的需求。

- 2、善用學習型組織五項修煉的意涵-自我超越、改變心智模式、建立共同願景、加強團隊學習及運用系統思考，兼顧個人與組織目標，推動全員與全方位之學習。
- 3、價值觀：布魯克斯博士曾說：「一個人的價值觀往往決定了他的性格，而一個人的性格也往往決定了他的命運」；因此想要有好的命運，就必須隨時反思建立起正確的價值觀。
- 4、當價值觀成為一種生活態度時，目標也就在無形中達成，不必鞭策，一切都是水到渠成！
- 5、教育的堅持-該做的事就要去做：只要對學生與學習有利、可行性高、時間點對的，就責無旁貸努力去做。
- 6、聰明的人由他人身上學到東西-典範與楷模學習。

二、善用「海狸的方式：掌握達成目標的過程」

海狸非常勤快，好像永遠都不會感到疲倦？因為海狸的方式就是每個人自己發號施令。「每隻海狸面對自己的命運，都發揮了自己的最佳判斷力，由自己決定工作要如何進行，就像獨立的承包商一樣」。

(一)「界定清楚的場地」：用目標與價值觀界定比賽的場地與規則，「決定好誰打那個位置後，主管就必須退出球場，讓球員自己去打球」。

(二)「尊重、傾聽、並實踐員工的想法與夢想」：員工將會樂於配合主管的步調，真正掌握工作，發揮實力。

(三)「資訊是權力的守門員，每個人都應能充分掌握所有資訊」：「主管應樂於放棄一輩子才掙來的權柄，放手讓員工去做」。

(四)注意細節：魔鬼藏在細節中，唯有留意細節才能成就品質：

- 1、「主管若心胸狹窄，沒有容人的雅量，則員工的自尊心會傷害」，共好精神迅速分崩離析。
- 2、「每個人都賦予發揮自己的最佳判斷力」，要給予尊重與空間。
- 3、「規定工作內容一定要在員工能力範圍之內」：若超出範圍不僅無法提高生產力，反而容易使員工產生倦怠感；但若目標太低，則對員工也是一種侮辱。
- 4、每個人的天份不同，思考的方向也會有所差異，但大家有共同的目標與價值觀時，大致能收殊途同歸之效。

(五)「培養工作能力，迎接新挑戰」：共好需要員工全心全力完成工作，但須提

供員工學習發展與永續學習的機會。

三、「運用野雁的天賦：互相鼓舞，可以為松鼠的精神與海狸的方式點燃熱情的火花」

野雁光是一天內就可以飛越好幾百英里的距離，真是人世間的一大奇觀，而牠們靠的就是隨時不斷的互相鼓舞到達目的地。「領頭的野雁偶爾會刻意放慢速度，讓所有野雁跟在後面成 V 形」，且常見到所有的野雁都在叫，而不只有領頭的野雁在叫，因此可以借鏡為不是只有主管才能鼓勵手下的隊員，我們可以讓每個人都互相鼓舞。

(一)「無論表態式或意識形態式地鼓勵喝采，都必須符合 TRUE 的原則」：

- 1、「鼓勵喝采是對他工作的一種肯定」：是在告訴對方，他對達成共同任務具有重大的貢獻。
- 2、「告訴他的工作表現有多傑出，或者頒個獎，這是表態式的鼓勵」；「意識形態式的喝采是站到一邊，讓隊員自己去進行一項巧妙、複雜的計畫，不加以操控」。反觀在教學過程中，老師往往迫於進度的壓力，而縮短學生探索的過程，主動給予提示，而使教學過程順暢，但也減少了學生探究的機會。
- 3、「TRUE 的鼓勵喝采永不嫌多」：應是「及時的、有回應的、無條件的與熱情的」。

(二)「得分是比賽的原動力，針對過程表示讚美」：班級中「揪出罪犯」的方式，往往揪出成串的問題學生或行為，而使班級氣氛顯得凝重；而「找做對事情的人」的方式，往往能達到事半功倍之效，班級氣氛也隨之祥和。

(三)野雁的領袖，不只一隻。牠們不會因領頭的野雁換了，而改變飛行速度，叫聲也依舊嘹亮，這就是領導團隊的概念。而班級幹部群，也是領導團隊可以借鏡。

(四)深究野雁的天賦：

- 1、你得練習以正面態度看待事物，若你認為自己的職責是在挑錯，那要做到這點就有困難。
- 2、你隨時可以鼓勵員工，這是很有效的喝采方式。可以傳達「你很行，我知道你能辦到」的訊息。
- 3、「不要等到目標已經達成，才開始為組織中的成員加油喝采」。讚美過程，不要只讚美結果，而且從頭到尾，都要表達讚美之意。
- 4、在讚美時，記得這個公式：「 $E=MC^2$ ，亦即熱情等於任務乘以現金與喝采」。

5、「金錢回報和工作得到的成就感，促使人們對工作保持熱情」，因此員工表現良好時，先給予現金鼓勵，然後再加以喝采。

共好的秘訣，適用於各類組織，對你我他也一定有用。只是需花點時間，不是一蹴可幾，而是一種生活方式。共好！朋友！順利時及時讚美，不順時給予支持鼓勵，就能創造出令人興奮與充滿挑戰的情境，也要常常創造成功經驗，因為成就讓人樂於跨步向前。更要努力找做對事情的人，當個好教練，只著重找問題解決困難，而不是當警察，只顧著揪罪犯。成功完全繫於一個人的態度、能量以及與他人的互動，讓我們發揮「松鼠的精神做有價值的工作」，善用「海狸的方式掌握達成目標的過程」，運用「野雁的天賦點燃鼓舞的熱情」，並經常反思修正養成生活習慣，深信小成就與大成功必然接踵而來與應接不暇。共好！朋友！你好我好大家好-成功路上你我他-----

四、討論議題：

議題(一)共好如何實施在學校中？

我認為落實在學校中的可行作法：

- 1、認清工作的重要性：學校教育對學生很重要。
- 2、明確的教育目標-五育均衡發展的全人教育，兼顧認知技能與情意，培養學生解決問題及與人合作的能力。
- 3、所有教育計畫與行動以價值為依歸。
- 4、全校親師生共同訂定有效可行的校規、學生自治幹部辦法及學生學習與活動要點，使學生能有參與感，進而養成自治自律自省的習慣與態度。
- 5、讓學生參與訂定學校學生獎勵制度及推行三好運動-「說好話存好心做好事」，且行政、教官與導師能持續多公開表揚與讚美，以蔚成良好校風。

議題(二)共好如何實施在班級中？

- 1、建立松鼠班級：
 - (1)讓學生瞭解，自己在班級中為什麼重要，即使你並不是最好的，但只要盡了全力，在班級中你就是被接納、尊重的。縱使是弱勢學生，也應該盡量放在對的位置。
 - (2)讓學生都清楚明白瞭解班級共同目標，不只是老師訂定的班級公約，而是全體師生期望共同達成的目標，我們希望學生對自己的班級甚至全校或社會所造成的影響。
 - (3)建立自己的價值觀：即使在最艱困的時候也必須緊抓住不放，老師透過自己的行為，以及堅持學生表現出的行為來具體表現出價值觀，例如誠實、勤奮，目標只要訂定即可，價值觀卻必須透過生活體現，以價值為動力，引人朝向共同的目標。

(4)讓學生經常反思：我們為什麼在這裡？短中長程目標為何？我們應該遵從哪些價值觀-做人、做事與讀書方面？

2、建立海狸班級：

(1)與學生討論班規，訂好整年的遊戲規則，在範圍之內給予學生適當的自主行為。

(2)無論是課業或工作，儘量給予具有挑戰性的課題，以提升自我期許的榮譽感。

(3)尊重且聆聽學生的需求，適當給予關懷和幫助。

(4)時間和空間允許的話，多給予學生改變、嘗試的機會。

(5)營造良好的班級氣氛：教師勢必要調整自己的角色，尊重學生自我學習的能力，把班級經營的權利與責任交付給班級中的每一分子，讓學生從享受權利與承擔責任的學習中得到成長。除了教師，尚可參與班級經營工作的成員還包括：班級幹部、小老師、魅力或領袖學生、每一位學生。

3、建立野雁班級：

(1)老師要真愛學生，多發現與放大學生的亮點與光點，不要只是抓毛病與指責。

(2)不要只讚美結果，開始就要讚美，過程中也要不斷讚美與激勵。

(3)及時讚美與獎勵，精神與物質並重。

(4)養成榮譽感與我能感的班風-每位學生都是領導者，都可以各司其職作出貢獻。

(5)常玩優點大轟炸遊戲，大家輪流當幹部，當志工，幫助同學與社會上的人。

(6)揚善於公隱惡於私：常公開表揚學生優點，缺點則私下勸勉。

年 級：二年級
班 級：208
名 次：優等
作 者：黃婷禹
參賽標題：跨越天秤的乖與不乖
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

「乖」與「不乖」一直是師長們評斷每個人的行為是否合宜的一項標準，「乖」就是一位不會有過多怨言且聽從指示的小天使；「不乖」則是一位處處都有疑問，甚至喜歡挑戰權威的小惡魔。但是，當我們持續徘徊於「乖」的領地，我們是否就欠缺了看清事情兩面的能力？相反地，若我們一直處在「不乖」的狀態，我們是否會與人群愈來愈疏離？本書將帶領讀者領悟為何我們要具備不乖的思維。

二、內容摘錄：

太乖當然不好。但談來談去，談到最後，聽不聽話或者是不是和前人意見一致已經不是重點了，重點是：要「想過了」才好。（P.38）

就算從前途的角度來說，迷戀還是比認真重要。因為熱情才會化為能力，而能力才是決定競爭力的重要指標。（P.50）

一旦冷靜地想好對應的行動方案時，先前被切割的行動與情緒自然可以再度連結，一起努力，找出新的、更好的出口。這才是真正的「化悲憤為力量」的態度。（P.166）

三、我的觀點：

什麼是乖？什麼是不乖？以前的我認為乖就是當個老師引以為榮的優等生，還能獲得老師的獎勵；不乖就只能永遠被叫起來罵、永遠被針對，毫無出息。但事實上，乖和不乖從來就不是單方面的事情，而牽扯到更深層的含意。

在我的生命中，就有一件把我心中的「乖」徹底改革的事。

每位讀過小學的朋友，一定都嚐過老師們特製的「竹筍炒肉絲」，雖然現在的教育體系是不允許師長們打罵，但回想起以前心不甘情不願挨的那記棒打，真是不堪回首。

學生時期，就好比現在，有了慘痛經驗後我一路上都盡可能避免被老師斥責，因為「不乖」的後果都是挨打、甚至是劇烈的羞愧感。但我們是否思考過，「挨打」是否比「沒被打」還要好？「不乖」是否比「乖」好？

回想起那次最不甘願的挨罵，就是在國小的國語考卷上把「滅」寫錯了，左手手心被木棒狠狠的「啪」了下去。然而這個錯字，卻是在習作裡面沒被挑出來的錯字，老師流利的打了一個大勾勾，我也順理成章地認為「我寫對了！」。為了嘗試把分數要回、以及見識師長勇於認錯的精神，就鼓起勇氣拿著習作簿去找老師。沒想到老師只是把錯字圈起來要我重新訂正，而一句抱歉都沒有提起，這件事即不了了之的劃下句點。心中不禁浮現了長長一串老師提醒的「做人的大道理」：大家要誠實、對就是對、錯就是錯、做錯事要誠實說、做人不可以說謊……

要是我那時讓「不乖」的小惡魔跑出來幫我伸張正義，不只可以讓老師認錯，我的心裡也能舒服一點吧！但我依舊太乖了，不只畏懼老師手上的木棒，也害怕老師因顏面盡失，以後對自己惡言相向。從此之後，我下定決心要把心裡「乖」的比率調降、「不乖」的比率升高。不乖對我而言，不再是調皮、欺負弱小、違反規則的象徵，而是一種為自己奮戰的精神——也就是看清事情的兩端的能力；「乖」也不再是單單的順從，取而代之的是評斷對錯的天秤。如果我們一直害怕而不敢有所作為，他人也不會來幫助我們。不乖不是壞，是為了幫助自己而演化出的一種技術；不乖使我們學會了思辨的能力，對與錯並非單方面就能評斷，而是經過看清事實脈絡並思考過後才能下定論。乖了好久，我們何嘗不去體驗不乖的感受？

現在再次想想，因為老師的「不乖」，那時的「乖」反而在我心中深深植入「犯錯就要認錯」的原則，這項原則一直跟著我到今日。那個「滅」扣的分數固然不重要，重要的是這件事帶給自身的影響。被打又如何？至少我不再把「滅」寫錯；被罵又如何？早就當耳邊風吹到遠方去了。乖和不乖的滋味，不只對一件事有了新的領悟，也給了我們經驗再去應對其他事。「不乖」是我心中期盼的發展，如果讓愛面子的老師認錯，那可會變成一件在學生間廣為流傳的笑話，但老師的公信力也會瞬間消失，對班級可能也有不良的影響，惹怒長輩說不定還要多吃幾盤竹筍炒肉絲，需要承擔的風險太「痛」了。

當然，我們的認知不能被「乖不乖」侷限住，而是衍生出自己的方式，去追求屬於自己的答案。如果再問我一次要不要挨打，我依舊選擇「要」。

四、討論議題：

是什麼原因讓你從「乖」轉成「不乖」呢？乖和不乖之間有一定的答案嗎？當我們面對問題時，需要一直堅持乖或不乖的立場嗎？

年 級：二年級

班 級：十三

名 次：優等

作 者：姚瑾儒

參賽標題：羈絆

書籍 ISBN：9571031011

中文書名：遠古幽暗的紀年 I：狼兄弟

原文書名：

書籍作者：米雪兒·佩弗

出版單位：尖端

出版年月：2006 年 1 月 9 日

版 次：一版

一、圖書作者與內容簡介：

《狼兄弟》是遠古幽暗的紀年（Chronicles of Ancient Darkness）系列第一集，被英國報章媒體譽為「石器時代的哈利波特」，同時，《狼兄弟》也是一個關於友誼、生存與背叛的故事。引領你回到數千年前的幽暗森林：一個充滿著自然魔法和根本恐怖的世界：這個世界棲息著古代野狼、野牛、樹靈，以及深不可測的「隱匿人」。在這樣的一個世界，信任朋友的代價很可能就是隨時準備犧牲自己的生命……

二、內容摘錄：

當他傾聽著狼歌唱的旋律，又有更多的狼聲加入，狼群的歌聲此起彼落，高低起伏，但從未淹沒托瑞克心目中摯愛的那個聲音。原來，狼並不孤獨。(p.376)

他很想以嗥叫回應狼，告訴狼這不是永遠，總有一天，他會設法和狼團聚。但他不知道要怎麼說，因為，在狼的語言中，沒有未來。

於是，他決定用自己的話說。他知道狼聽不懂，但他也知道這個承諾與其說是為了狼，不如說是為了他自己。

「總有一天，」他呼喊的聲音在空氣中迴盪，「總有一天我們會團聚。我們會一起在森林裡狩獵。一起——」他的聲音哽咽了，「我承諾，我的兄弟，狼。」(p.377)

三、我的觀點：

每一步都踏在前頭小狼留下的足跡上，小心翼翼不讓腳下發出致命的聲響，將五官的敏感度調至極致，鼻間是森林獨特的草木清香，在不能被那隻邪靈附身的熊追上的情況下，找尋三個「納路亞克」，也就是世界的靈魂，將之帶至聖山尋求世界靈的協助，我是「傾聽者」，被選中將要解決這場危難之人。在驟然寧靜的森林中，只能聽見我緊張的喘息聲……

翻開第一頁，隨即被吸入西元前四千年的世界，化身為主角托瑞克冒死前去消除邪靈。故事開頭，托瑞克的父親被惡熊攻擊而死亡，失去唯一的親人，托瑞克心中不只悲傷，還充滿了無助，即便如此，他依然帶著父親給予的教誨勇敢地前往聖山。面對至親的離去，我們理所當然會感到難過，但悲傷後我們又該何去何從？托瑞克選擇了抬起頭，堅強地面對挑戰，並且心中常懷父親的愛，親情的羈絆，父親的叮囑，多少次幫助了托瑞克逃過危機，親情永遠是我們最大的依靠，也是最無私的奉獻。

令我印象深刻的是在冰天雪地中，托瑞克與小狼已身處在安全的雪洞，此時出洞極有可能有生命危險，托瑞克仍奮不顧身地選擇外出尋找朋友芮恩，最後成功救下快因寒冷而死的芮恩。先不提願意幫助別人是多麼高尚的情操，當我們身處舒適圈，要摒棄所有的安樂去幫助別人，跨出這步需要多大的勇氣？在路上看見需要幫忙的人時，我最常做的就是躊躇不前，想幫忙卻遲遲邁不出腳步，最後就這麼失去了時機，在托瑞克的情況下，若他再多猶豫一段時間，芮恩將會葬身於雪地，寧願做了再來後悔，也不願因不做而悔恨，托瑞克的精神使我深受感動。

托瑞克小時曾住在狼窩，因而聽得懂狼話，在父親過世後遇見了小狼，使他的生命再度有了光彩，小狼的活潑天真常惹得他放聲大笑，人與狼之間建立了深厚的情感。在故事最後，邪靈被消除了，小狼也找到了狼群，離開托瑞克回到屬於牠的家，此時托瑞克心中雖有不捨，但他始終認為，小狼還活著，這才是最重要的。我想這就是最深切的愛吧！重要的並不是長久的陪伴，而是看見你的幸福快樂，愛並不是固執的佔有，而是給予牠渴望的自由。不管相隔多遠，他們的心中始終有著彼此，總有一天，他們會再一次在森林肆意地玩鬧，作為彼此最深愛的兄弟。

不可思議的羈絆將托瑞克與他人連結，和父親的親情，和芮恩的友情，以及和小狼的兄弟情，每一種感情融合塑造出我們所見到的托瑞克，有同理心、機智、感情豐富，為了守護自己的珍視的事物挺身而出，種種羈絆造就了他的強大。或許在與人相處中，我們會難過，會憤怒，會失望，但若試著從中學習而成長，生命的意義就由此而來。

試著和他人建立羈絆吧！那是你與這個世界最溫暖的連結。

四、討論議題：

一、當生命中重要的人遭遇危險時，你是否願意冒著生命危險前去相救？如何擁有跨出這一步的勇氣？

二、面對與摯愛的生離死別，你會以什麼心態來克服？

年 級：二年級
班 級：13
名 次：優等
作 者：鄭毓馨
參賽標題：「派特的幸福劇本」閱讀心得
書籍 ISBN：9789866319617
中文書名：派特的幸福劇本
原文書名：The Silver Linings Playbook
書籍作者：馬修·魁克
出版單位：馬可孛羅
出版年月：2016 年 6 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

本書的作者馬修·魁克，他的作品曾被翻譯成數種語言，而《派特的幸福劇本》為其中一本頗受好評的小說。故事由派特的母親從精神療養院接他出來為起點，描述了派特在情緒不穩困擾中，逐漸休養復原的過程，透過當時派特堅信著的一句話「The silver linings 一線光明」為串起整個故事的主線，以及當中他和身邊的人細膩的情感交流，深刻的描繪出了一個親情、愛情以及友情相互成長、動人心弦的故事。

二、內容摘錄：

「我一無所有，只有愛能給你。」 p.31

「我不是說她的手法很正大光明，但你真的必須接受發生過的事，派特。你需要一個完結。」 p.272

「讓我們面對現實吧，我們兩個都得奮戰不休，才能維持自己對現實的掌握。」 p.285

「人人在這世上走一遭的經驗可能會天差地別，就看在人腦裡肆虐的是什麼樣的化學物質。」 p.135

三、我的觀點：

這本書是我今年看過最感動人心的一本書，這本書的題材特別，而且我覺得當中最值得一提的是作者在處理人物情感時的細膩程度，都是非常令人佩服的，

當中親情、愛情的描寫，更是深深打動我的心。

親情，是本書最重要的一個環節，派特在遭遇人生中極大的挫折後，不但要面臨失去婚姻、金錢、房屋，甚至是過去幾年的歲月，周遭的人對於他的事情似乎又是刻意隱瞞，他無法知道自己究竟發生了什麼事，他只知道，自從他離開精神療養院、也就是他口中的鬼地方後，爸爸疏離自己，媽媽把自己當小孩看待，當時派特的人生目標就是要努力鍛鍊自己，成為更好的人，就為了能夠和懷念中的妻子妮基復合。在此時我覺得對於派特的狀況，爸爸扮演了很重要的角色，因為當時派特的生活重心除了妮基以外就是美式足球，美式足球是他們家唯一會讓爸爸和派特有相處機會的活動，在這裡可以看到，雖然爸爸一開始對派特不聞不問，但是透過美式足球，他會開始把報紙運動版留給派特，這也象徵著父子親情的建立，這個部分是我在當中印象很深刻的一個部分，因為這裡可以察覺的不只是派特的成長，甚至是他父親也在逐漸改變，我覺得親情是與生俱來的，或許隨著時間的演進，可能會發生一些事情增加了彼此的距離，但是在這背後，家人間斷不了的羈絆是絕對無法取代的，這也是我在書中看到的一個最棒的故事。

接著，在派特身上的另一個幸運就是蒂芬妮了，蒂芬妮同樣身為精神疾病的患者，對派特的復原扮演了很重要的角色，一開始對於派特而言，她只是一個朋友妻子的姊姊，也和自己一樣吃著一堆奇怪的藥，而且每次慢跑時總是像個怪咖一樣跟著自己，殊不知她對自己會帶來如此大的影響。在整本書中，蒂芬妮是我最欣賞的一個角色，因為她與眾不同，她就是她自己，很堅強、懂得享受人生，她知道自己並不完美，但也不希望自己完美或是別人覺得她好，我覺得這是我在蒂芬妮身上看到最吸引人的人格特質，也是我非常嚮往的，除此之外，她和派特之間的情誼也是很值得稱道的，當時她透過教派特跳舞，對於派特的病情有了很大的幫助，或許是因為同樣都生病，有著相似的背景，他們之間反而更能懂彼此的態度與想法，更能像夥伴一樣的相處，後來派特也意識到，比起不斷追求著不會回頭的妮基，其實蒂芬妮才是真正會了解他、支持他的人，也許比起愛人，我覺得他們更像知己。

「The silver linings」是這本書的靈魂，也是我最喜歡這個故事的原因，因為這整本書的核心價值就是對人生樂觀的態度，在每朵烏雲背後，都有一道銀色的幸福線，就像派特，或許在他的人生中遭遇了如此大的挫折，我們又怎麼知道這不是下一個幸福的開始呢？一直以來，派特把他的人生看成一部電影，這也是為什麼本書取名為幸福劇本的原因，他始終相信他的人生會有一個美好的結局，如果一個像他一樣經歷了這些事的人都如此樂觀了，我們又有什麼悲觀的權利呢？永遠保持正向思考，我相信總有一天，我們都能夠創造出屬於自己的幸福劇本。

四、討論議題：

對於在生命中遇到能夠影響自己的重大事件，我們該如何應對，才能活出自己真正的樣子呢？

年 級：二年級

班 級：13

名 次：優等

作 者：江欣儒

參賽標題：一天是人類累積的百萬年

書籍 ISBN：978986357229

中文書名：用一天說歷史

原文書名：A Million Years in a Day: A Curious History of Everyday Life

書籍作者：Greg Jenner

出版單位：馬可孛羅文化

出版年月：2016.07

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

這本書希望以全新的視角，帶領我們重新探討歷史的洪流。透過每個人平凡一天的作息與時間安排為出發點，看著在各國不同的文化背景下，每件物品不同的發展和變遷脈絡。Greg Jenner 也以幽默、輕鬆的筆法由古至今一一介紹，因此在書裡的歷史不會是硬題材。

二、內容摘錄：

1.在我們這個時代，時間就像我們人生永不停歇的節拍器，如果旅行的路程只有一百哩，我們就不必再調整手錶的時間。可是當我們盯著這些細微數字的時候，就會清楚地發現我們校準時間的方式大多是妥協、實用性和盡力而為的結果。現在電子時鐘的誤差不到一毫微秒，沒想到即使在這樣一個世界裡，我們分割時間的方式仍然深受理智的實用主義所影響，計時不只是科學研究的領域，也是我們文化遺產的一部分。我們定義時間，時間也同樣定義了我們。 - p.41

三、我的觀點：

隨著歷史的推進，人類的文明越來越發達，透過不斷的發明與淘汰創造出如今龐大的生活圈。《用一天說歷史》彷彿是台時光機，帶我們從遠古時代走到 21 世紀，採以一種獨特的角度看歷史。談到一天的生活，無非是起床刷牙、吃早餐、吃午餐、吃晚餐、遛狗，最後上床睡覺，結束一天。在這樣習以為常的一天，卻是人類累積的百萬年。作者葛瑞格·詹納便藉由充斥在人們生活環境的事物、行為，一一書寫出新奇特別的歷史故事。

在書中提到新石器時代沒有相當的衛生概念，當古人有內急時，是直接在自己附近排放，就像心理學研究的「破窗效應」，一個有排泄物的地區，過一段時間後，出現的便是一座座的糞便山。為了避免到處是糞便山，便有一群倒楣人三不五時被哄去壓平糞便。在古埃及文明、希臘文明、及羅馬時期的男女老少有著對如廁不同的價值觀。最有趣的是，在希羅多德的論點中：埃及婦女是站著小便，反之，男性卻是坐著小便。因為希臘人深信神祇存在於他們周遭，因此在戶外尿尿是大不禁的行為，即使再急，也要忍著到了適合的場所。羅馬和希臘對如廁的觀念南轅北轍，羅馬人認為大家成群結隊在上廁所並且邊聊天再正常不過，可以說是一種社交活動也不為過。我感到最吃驚的是，在羅馬如廁後的人是以在棍子末端綁上海綿來擦拭，而且用完洗過放回原處留給下一個使用者，想到那畫面，胃裡總一陣翻攪。

以前在歷史課本上看見凡爾賽宮金碧輝煌的鏡廳，總是被路易十四奢華的建設所震撼。但看過《用一天說歷史》後，我不再如此感嘆，反而感到噁心……。因為路易十四居然想大號就大，即使在臣子面前他也絲毫不在意自己的隱私，這麼看來當時凡爾賽宮肯定隨時瀰漫著令人做嘔的氣味。糞便可以用來替農作物施肥和染製布料，賣給農夫及漂布工的金額也相當可觀，使得維斯帕先皇帝（羅馬皇帝）對人民徵收糞便稅，很難想像，糞便竟然會需要課稅。

透過這本書，我了解到前所未有的歷史秘密，因為作者詼諧幽默的筆法，引起讀者更多對歷史的好奇心，因此在閱讀時並非嚴肅看待過去，而是以一種輕鬆的心情閱讀書籍，享受在過往的歷史列車。而且作者以迥然不同的角度剖析歷史，相對於以編年體記載的歷史事蹟，改以從生活周遭下筆，反而更有一種親近感，歷史不再是一個抽象的名詞，彷彿觸手可及。

在歷史洪流中，我們每個人都很渺小，可是往往一個不起眼的轉折卻改變了流向。因為需要了解時間而創造出計時方式；因為想要清潔身體而製造出公共浴場或私人浴室；為滿足生理需求而開創食物更多的可能性，在時間持續演進下，人類不斷將許多器具、行為發展完全，可能從許多錯誤中找到解決方案，希望創造出一個完美的生活空間，因此造就了如今網路猖獗、科技健全的世代。

法國作家雨果曾在《笑面人》寫下「歷史是什麼：是過去傳到將來的回聲，是將來對過去的反映。」我的一天，是人類累積的百萬年。在一個平凡無奇的一天中我看到了歷史附著於每件事物上、藏在生活縫隙中，再簡單不過的一道菜餚，可能就見證了人類蛻變的過程。然而現在的我們同樣尚未停下前進的腳步，依然努力在改變未來，依然在累積歷史。

四、討論議題：

你認為歷史的意義在哪?

年 級：一年級
班 級：2
名 次：優等
作 者：陳昕媛
參賽標題：遇見，親愛的小王子
書籍 ISBN：9789865657574
中文書名：遇見，親愛的小王子
原文書名：遇見，親愛的小王子
書籍作者：張曼娟
出版單位：原點出版
出版年月：2015 年 9 月 3 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

內容述說作者張曼娟與孤獨的小王子在沙漠中相遇了，接著他們互相聊起自己的星球，並想起以前的往事，作者想起以前孩童時期的記憶，小王子則是想起與還沒離開玫瑰花時的記憶。後來又遇到了狐狸讓他了解玫瑰有多重要，便回到自己的星球。過了十九年後作者與小王子在小王子的星球重逢，但是玫瑰消失了。突然原作聖·修伯里開來一架飛機帶他們來到海邊並展開一連串的旅程，最後小王子豁然開朗，決定和原作一起飛行，並與作者道別。

二、內容摘錄：

數目字往往是容易遺忘的，並不可貴。我們會記住的，常常是一閃而過的影像、縈繞耳際的聲音、令人癡迷的氣味。P.30

如果用心聽的話，我們就可以聽見，別人聽不見的聲音。P.36

有時候，淚水也是有益處的，可以讓心靈，更明澈。P.46

我開始思考，我以為我擁有的東西，是不是只把它們當成財富來累積，真正的擁有，應該是有所付出的，否則便不夠資格擁有。P.73

真正重要的是，是眼睛看不到的。必須，用心靈去感受。P.87

三、我的觀點：

這是我第一次接觸有關小王子的書，覺得張曼娟老師真的把我帶進奇妙的故事中，一同與小王子展開冒險，有很多情節都讓我不禁流下幾滴淚水，像是小王子獨自一人坐在沙漠中的小山丘上，呼喊著：「我好孤獨。」我就會想到現實生

活中的自己，有時也這麼覺得，但是只要一想到孤單的感覺是自己覺得地，如果這時候不在執著於有多孤單，反過來思考我擁有些什麼，當下的心情就不那麼憂傷並覺得一切都是希望的。書中的小王子決定離開玫瑰花，其實玫瑰花是愛著小王子的，只是它的愛太堅強，使小王子心力交瘁，就像書上寫：「愛一個人，有很多種不同的方式。當我們戀愛時，常常會覺得自己不好，恐怕愛情不長久，所以有了一些偽裝。」如果現實中的我們也對自己坦承一點，把最真實的自己展露出來，或許對方就能理解了。

有時候我們就是需要一些指點，經過別人的說教後便豁然開朗，眼前一片光明。猶如狐狸對小王子的啟發，使小王子再度了解到玫瑰花與他之間的感情是無可取代的，但是當他回去時玫瑰花卻不在了。雖然行星的變化讓小王子傷心不已，但它並沒有就此沉浸在悲傷的情緒，在作者的領導下理解過去的事不能再回來，於是放下一切展開新的旅程。在現實生活中要我放下過去的一切是非常困難的事，過去的回憶是如此的美好，要有多大的勇氣才能夠忘卻並面對殘酷的事實，但畢竟過去已經是過去，留連忘返也不能解決。

書中有寫到：「單純的人，是不必尋找平衡的，平衡就在他的心中。」我想，在現在的社會中這種人是絕無僅有，只有小孩擁有單純的心靈吧！隨著年齡慢慢增長，學習到的事也慢慢變多，童真也在不知不覺中慢慢消逝。我認為，想要保有單純，內心必定有著澆不熄的熱情、對一切東西感到好奇、不畏懼任何事物。就像小王子一樣，感覺是永遠長不大的小孩並且永遠存在於每個人大腦的深處。作者以做了一場夢的寫作手法描述與小王子的相遇，讓我覺得雖然是一場夢，但醒來時歷歷在目，有如剛結束一趟旅程，而且是一個經歷許多冒險的奇幻之旅。

看完這本書，讓我非常好奇小王子接下來的旅程，不知道他會不會又遇到狐狸和作者，好像還意猶未盡。第一次看小王子才發現，原來小王子是那麼深奧的一本書啊！藉由小王子流浪時所遇到的事，顯現現實生活中有可能會遇到的困境，並一一克服。好像在告訴我小王子都做到了，而你又何嘗不可以呢！在書中也讀到許多佳句，讓我最印象最深刻的事：「真正重要的事，是眼睛看不到的。你必須，要用心靈，去感受。」我想這句話我現在可能還不太懂，但是未來經歷過很多事，慢慢成熟的我應該就會理解了，希望到那時候我還能保有一顆單純的心。

四、討論議題：

要如何像小王子一樣，放下過去，把握當下所擁有的一切，並往前走？

年 級：一年級
班 級：4
名 次：優等
作 者：江文綺
參賽標題：不乖：比標準答案更重要的事
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2017 年 07 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書以「不乖」為中心，探討許多面向的問題。例如：為什麼「認真」拚不過「迷戀」？「乖」就一定能成功嗎？為什麼我們不用「自己的腦袋」想事情，而是用「別人的腦袋」來想事情？為什麼我們要尋找「標準的答案」？作者試著用「不乖」的角度看待問題，告訴我們如何應付巨變的時代、如何造就一個與眾不同的自己，帶領我們省思比標準答案更重要的事。

二、內容摘錄：

我覺得「迷戀」比「認真」更重要的第二個理由是：「認真」需要報酬的誘因，但「迷戀」卻不需要。p.54

「嘗試過而失敗」當然是勝過「連嘗試都沒有」的人生啊。p.65

既然知道「成功」與「失敗」都是人生之無可避免，何不換個態度，想辦法給自己找到一種面對成功、失敗都能夠坦然的態度呢。p.71

生命無非只是不斷地選擇的過程，失敗的遺憾是錯過了成功，但成功的遺憾卻是你不知道自己到底錯過了更多的什麼。p.74

當你問問題時，「問題」的層次，也決定了你思考的「深度」，同時，很可能地，也決定了你人生的方向。p.108

三、我的觀點：

由於書中內容是跳脫現今人們思考的方向，改用「不乖」這樣特殊的角度去探

討各種問題的答案。如此的寫作手法和我以往閱讀的書本相差甚遠，簡直有天壤之別，不過我也因此拋開顧忌，不害怕錯誤，開始學習思考：思考我一直很聽話，很聽話的不去懷疑父母和老師們語重心長告訴我們的話這樣的行為，究竟是對或不對？如果是對的，那麼雖然他們的話都正確，但卻讓我習慣不經證實就輕易相信，然後儲存進腦袋中，這樣的我又對了嗎？如果是不對的，那麼假使我不遵照他們的話去做，會不會令他們無比失望，認為我不知好歹，這樣的我又錯了嗎？

書中有個部分提到，許多想法透過傳播、教育、文化.....的力量散佈，有形無形地告訴我們應該怎麼看、怎麼想，到最後，我們聽多了難免信以為真。一旦信以為真越來越多，大家看到別人都和自己一樣，就相信這應該是真的，因此就不再思考了。不思考當然有很多好處，很省事，因為不會有機會遇到和自己想法產生矛盾的時候，也就不需要去解決，而且也能得到一種安全感，更能進一步結交氣味相投的朋友。有句話說：「生於憂患，死於安樂」，我們可能因為盲目接受外界給我們的資訊，這樣的「乖」使我們處於安逸的環境，雖然感覺起來很不錯，但我們卻因此頹廢了，試想以後，說不定我們會因為不用「自己的腦袋」想事情，而讓自己沒有足夠的應變能力、沒有辦法適應日新月異的社會，導致深陷於困境中，無法逃脫。

即使「不乖」比較能讓我們順應時代的變遷，但有時「乖」也是不錯的事情。這裡的「乖」指的是凡事事先構想規劃，就像手上有張地圖，事情在執行時會更順利。為此，作者提出了三個理由，首先，「有了全面的構想規劃，自己對於時間、資產可以有更完整的掌握。別人也因為清楚你的構想規劃，因此可以適度地加入必要資源和意見。」除了排定計劃外，也能提早發現不足，並預做補救。此外，「就算預定的情況發生了變化，事先有構想規劃的應變能力，還是比沒有好很多。」雖然有時天外飛來一筆，有了突發狀況，計劃趕不上變化，但因為事先做過演練或蒐集過相關的資料，有初步的了解，所以應變起來也比沒準備的人從容自在些。最後，也是最重要的，「構想、規劃是一種面對自我的書面承諾。」也就是說，計劃好比是對自己的期望，正是現在的自己和未來的自己所簽訂的契約。

然而，事先做好的計劃也未必能通往成功之路，有可能儘管經過努力，仍然還是失敗，和預期的落差令人失望不已。不過作者卻有不同的見解，他認為「成功哪有失敗好」，失敗可以激發我們的鬥志，找出錯誤後，及時補救，有機會東山再起。人生有點像是玩遊戲、打關卡，當我們在玩遊戲時，沒有過關時頂多大叫一聲：「啊！」想想其他方法後，重新再來一次。因此「失敗」就不再是「失敗」，它變成了一種「練習」，藉由練習，我們從中不斷獲得進步。「勝不驕敗不餒」，贏了不驕矜自滿，輸了不一蹶不振，我們應該要善用「失敗」這個

元素，並轉換成正面的動能，給自己帶來無比強大的力量與樂趣，也能藉此學會和生命中必然的「失敗」坦然相處。

四、討論議題：

有句話說：「人不輕狂枉少年。」作者也說：人不「叛逆」枉少年，人無「不乖」枉少年。「不乖」指的是有別於主流思考，做出「不順服」、「不聽話」的行為，未必是「不對」的事情。但是嘗試於創新或和他人不同，萬一做錯了、失敗了，我們真的有本錢去接受該付出的代價；我們真的有能力去承擔該得到的後果嗎？

年 級：二年級
班 級：213
名 次：優等
作 者：黃育靜
參賽標題：動物農莊
書籍 ISBN：9789861247144
中文書名：動物農莊
原文書名：Animal Farm: A Fairy Story
書籍作者：喬治·歐威爾
出版單位：商周出版
出版年月：2016 年 8 月 25 日
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

本書創作的歷史背景是俄國大革命，喬治·歐威爾用不隱晦的諷刺筆法寫出這部作品，讀者不難將書中角色與當時蘇聯政治人物聯想在一塊。

老豬在過世前，埋下了革命的種子。雖然日後動物們起義成功，但很快又陷入窘境，先是互爭領導的權力鬥爭，接著是威權統治。動物們不禁懷疑這是他們當初追求的自由、平等嗎？

二、內容摘錄：

那一天我們將自由解放，陽光普照英格蘭大地，水會更純淨，風也更柔逸。P36

所有動物一律平等，但有些動物比其他動物，更加平等。P137

外面的眾生靈從豬看到人，又從人看到豬，再從豬看到人；但他們已分不出誰是豬，誰是人了。P143

三、我的觀點：

就目前為止，烏托邦不存於任一時代或任一國家。既然人民生活有所缺失，那勢必得改變些什麼。每一項改變，也許改善了某些人的生活，但必定犧牲一部份人的利益。或許這如同老驢班傑明的想法：不管日子怎麼變，將來也不會有什麼更好或更壞之分。

但我仍認為，改變是必要且是必然的。不管是否變得更好或更壞，當人民有了

改變的念頭，維持現狀必是不可行的。不過，也許起初的改革是理想的，但誰能保證這份理想能一直持續到兌現的那天，甚至更久？

故事裡的動物們，他們一直追求的理想，反成為統治者用來操縱他們的枷鎖。或許我們堅信地大喊著的口號，也正讓我們自己受到束縛。有人認為故事中的動物是愚蠢的，服從已成天性，反抗意識也輕易被三言兩語說服。那我們自己呢？我們確實比動物有主見及思考能力，但也造就了自以為是。抗議、遊行、請願是人民對政府的控訴。但是這些活動有的盛大，有的則是默默進行，難道不公義還有上下之分？這不正表示，我們也是受媒體渲染、知識分子鼓吹的操縱，依據事件的曝光率，決定我們投入的程度。

在書中真正主導事情的，從頭到尾只有兩個人。這代表，僅有少數菁英有權決定國家一切事務，儘管那關係著大多數人民的利益，民眾通常扮演著服從的角色。而我們託付給政府的理想，則淪為政客貪婪的包裝。

還有一點我覺得諷刺的是，一開始老豬樹立了人獸對立的思想，動物們紛紛點頭叫好。但在動物們開始自己治理莊園時，卻去學習認字看書，運用人類所學，建造人類世界的建築物，甚至與人類進行貿易。也暗指生活有時便是如此，理想畢竟是理想，人無法事事按著心之所向。剛開始追求的熱情，使我們相信「天下無難事」，但過了幾次春夏秋冬，才明白，要達成目的，犧牲某一部份的堅持是必然，終究有些事，是理想無法克服的。

我認為，動物農莊中的角色不僅只能比喻史達林、托洛斯基等人，情節也不僅單指當時蘇聯政治情況，我們每個人都有與其相似之處。例如，當彼此理念不一時，常陷入拿破崙及雪球間的意氣之爭，只是為了反對而反對；某人的建議對團隊有益，卻因為好勝及嫉妒心，而堅決反對，就像雪球的風車計畫，被拿破崙批評，卻又在他大力推動下執行；老豬除了代表列寧，有時候我們也會扮演他啟蒙者的角色，也許是對親朋好友，也許是對當時社會，也許是對下一世代。

這部小說在隱射一段真實的歷史，作者卻在命名上標註「童話故事」，可能是擔心蘇聯的找碴，可能想告訴讀者童話不盡是歡樂收尾，又或許可能用幽默暗諷人們，對於痛苦的歷史仍可以像看童話一般的輕鬆帶過。

但是歷史仍在繼續，歐威爾讓我們看到需要改革的、需要淘汰的，只要我們願意改變，就算天真地堅信理想又怎樣，雖然有些事是理想無法克服的，但正是因為有了理想，我們才能不斷向前。

四、討論議題：

歐威爾是以主觀的歷史觀點去書寫這段故事，裡頭不乏批評共產主義，但共產主義是否有可取之處？

年 級：二年級
班 級：十三
名 次：優等
作 者：覃寧萱
參賽標題：大醫院小醫師閱讀心得
書籍 ISBN：9789573322429
中文書名：大醫院小醫師
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠文化出版有限公司
出版年月：2006 年 6 月
版 次：十二版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠原本是擁有內科及麻醉科資格的醫師，後來棄醫從文，選擇和自己的興趣相伴、成為作家。

《大醫院小醫師》為作者回憶當年擔任實習醫生時的種種經歷，有些讓人忍不住會心一笑、令人莞爾，有些卻使人不住感嘆、為其扼腕。除了難忘的不凡事件，其中也有描述在這白色巨塔中鮮為人知的弊病、意想不到的「最高指導原則」，而作者在描寫這一樁樁案例的同時，也道出光鮮亮麗後辛酸的一面。

二、內容摘錄：

- 1.一個美麗的早晨，可是卻是一個很爛的開始。(p.44)
- 2.我看見他身後掛在牆上那張騎馬校閱部隊的英姿大張黑白照片。歷史與時光是這麼無情，一個生病的老人，給自己找一些方法抵檔孤寂，似乎也是無可厚非的事…… (p.79)
- 3.生命有許多時候即使是舒伯特也無言以對。(p.95)
- 4.我們想讓他活在希望裡。我們都需要才能活下去，對不對？(p.135)
- 5.我彷彿可以感到死神正在另一端和我拔河，每次我輸進一點血把病人的生命拉回來，死神便流出更多的血，把他的生命往另一端拉過去一點點。(p.172)

三、我的觀點：

醫師，對於以前的我而言，是個令人尊敬、社經地位高、資優生才能當的不凡職業。他們總有人人欽羨的優渥高薪，在眾人眼中，是人生勝利組的集合。但讀完這本書，我才深深地感覺到，「醫師」這個行業，不是只會讀書便足以勝任的。

一群青澀的學生們，穿上白袍、掛上名牌，進入名為白色巨塔的高塔，開始如候鳥般的生活，在各個科別來來去去，等待著媳婦熬成婆的那日到來。可作者才剛踏入這嶄新世界，便挨了不少罵，丈二金剛摸不著頭腦的他找了住院醫師談話。這時，令人驚訝的「PMPMP」最高指導原則粉墨登場！想在塔中有個好模樣，實習醫生們還得懂得花花轎子人抬人，將此原則奉為主臬、貫徹始終才行。一開頭便讓眾人了解到在職場上的大不易，兼顧課業之餘，也要逐漸適應不同於校園的文化，學得如何在大醫院中存活。

在實習過程中，不聽話的病人、不配合的家屬、要求不合理的上司，形形色色的人總在麻煩事上更添複雜。從一大清早的巡房，接下來晨會、報告、開刀、再迴診，忙得像只陀螺團團轉，不論身在何處，呼叫器從未停止。沒有休息、沒有用餐，甚至有時在崗位上生了病，晚上還得和主管們應酬，而回到宿舍才發現還沒準備隔天的大考。如此累人的生活在實習生涯中屢見不鮮，身體健康有時便陪在大醫院裡的也不在少數。醫院提供醫療場域，醫師給予診療，可他們治好了病患，自身健康卻無保障。我不禁思考著這些年來醫護人員的過勞情況，何時他們才能擁有合理的勞動條件呢？

從前親人逝世，看著那些醫生，總覺得他們好無情、好冷酷，彷彿一位病患的離開與他毫無關係，沒有任何感覺。但讀了這本書，才發現他們不是沒有感情、不是漠不關心，而是看了太多生離死別，如果不讓心麻木些，那又不知要痛多少回。有一段話始終讓我難以忘懷，侯文詠曾在書中寫過，當一個罹癌病患的去世，他反而有如釋重負的感覺。因為在這行業裡，有太多的責任要擔，唯有調整自己的心態、讓自己的內心強大，才足以繼續在行醫路上走下去，去拯救更多人、完成更大的使命，而非被小事所牽絆。看似殘酷，卻也是門實習醫生的必修課。

醫院裡每日不同的病人來來去去，上演溫馨又或感傷的舞台劇，偶爾穿插著令人啼笑皆非的病患家屬，和半路衝出的凶神惡煞。種種關卡不僅考驗小醫生們的醫術，也試煉著那顆選擇從醫的心，幫助他們在行醫路上更順遂，更懂得高塔中的醫界規則。放下書本的那刻，我才真正體悟到高薪背後的不易。原來，幽默風趣的筆調下，藏著多少不為人知的汗和淚。

四、討論議題：

在台灣，醫病關係一直是個待解決的問題，有什麼方式能改善目前的情況呢？

年 級：一年級
班 級：8
名 次：優等
作 者：曾怡嘉
參賽標題：那些音符、文字，與自由
書籍 ISBN：9789865824211
中文書名：耳朵借我
原文書名：
書籍作者：馬世芳
出版單位：新經典文化
出版年月：2014 年 05 月 30 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者馬世芬先生出生在一九七一年的台北，作家、廣播 DJ、音樂評論家，現在是電台節目主持人，《耳朵借我》也曾為他拿下《中國時報》開卷好書獎。《耳朵借我》主要是在說在各種抗爭、革命、追求民主的過程中，「音樂」以及「歌曲」對人們帶來何等影響，又是如何振奮人心。

二、內容摘錄：

看著怵目驚心的影像，我想說：這些青年的鮮血，是為了我島的未來、為了你我的生活而流。民主和自由，不是天上掉下來的，是一代代「暴民」被殺、被關、流亡、自焚，用鮮血和青春換來的。如果可以，請關掉胡說八道的電視新聞，親自去現場看看吧。不然，「要是無法伸出援手／就請讓到一邊去／畢竟時代正在改變」，五十多年前，巴布迪倫就唱過的。／p.21

面對煽起的仇恨、鎮暴警察的棍棒、水砲的轟擊、黑道的恐嚇，誰不害怕？那就再聽一次這首歌吧。只要知道我們緊緊握著手站在一塊兒，全世界都在看，你我畢竟並不孤獨，那麼或許便沒什麼好怕的了。／p.31

三、我的觀點：

「耳朵借我」一詞靈感來自披頭的〈靠朋友幫忙〉林哥所唱的 *Lend me your ears and I'll sing you a song .And I'll try not to sing out of key.* 也像是作者馬世芳想跟讀者們說：「耳朵借我，我來說說故事給你聽。」書中講述了從戒嚴時代到 2014 的太陽花學運、從〈美麗島〉唱到〈島嶼天光〉，這之間經過了多少年華，而一首振奮人心的歌曲又是扮演了多大的角色。馬世芳的青春，正是後解

嚴的狂亂時代，而那個時代，吹起了一陣狂風，喚起人民的民族意識，以及對自由的渴望。這些勇敢與政府抗衡的人們，對我來說都是民族的英雄，他們為了共同的目標奮鬥，寧鳴而死，不默而生，而這力量強大到足以將這些素昧平生的人們相聚在一起。一首好的抗議歌曲，其實不用多華麗的和弦和複雜的旋律，只要簡單而朗朗上口、歌詞使人感同身受，就能夠更凝聚人們心中的力量，而我對太陽花學運的感受甚是深刻，或許也因為它與我生活的年代較相近吧。當在位者忽視民意，當民主程序崩壞，當國家主權被私相授受，當壓不住的民意終將爆發，他們不過是想捍衛民主，捍衛應當屬於人民的一切。

我在網路上找了一些過去歷史上革命的影片，即使隔著螢幕，也能感受到人們追求及渴望的心是多麼迫切，不論是戒嚴時期、太陽花學運、甚至是核四廠的安全疑慮問題事件，都有那麼幾首歌曲，唱出人們心中滿腔的怨以及想要吶喊的一切。就像書中寫到，「我們這群各自攜帶著不同身世記憶、吹不同的風、喝不同的水長大的孩子，在這一夜，因為同一首歌而一齊留下了眼淚。」我想或許是因為這些人心中都有著相同的夢相同的感受，只是還差一個環節將這些從他們心中放出來，而這重要的環節，其實就是一首簡單而樸實的歌。當影片跳到太陽花學運的主題曲〈島嶼天光〉時，看著螢幕裡的畫面，心中有說不出的澎湃和感動，但卻也帶了一點沈重，我們都是未曾經驗戰爭與饑餓的新生代，但歌聲攪動起來的記憶，儘管遙遠，卻仍真真實實，這也是歌曲神奇的地方吧。

「天色漸漸光，遮有一陣人，為著守護咱的夢，成做更加勇敢的人／天色漸漸光，咱就大聲來唱著歌，一直到希望的光線，照著島嶼每一個人」這個時代裡的這些勇敢的人們，延續了上個時代的精神，繼續追求著公平，馬世芳在書中說到，「一首歌也可以是啟蒙的神諭，一張唱片也可以是一樁文化事件。一個音樂人不但可以是藝術家，更可以是革命家、思想家。」書中提及的每一位音樂人，都在做著這樣的事，像是李宗盛、胡德夫，像是羅大佑、李泰祥，抑或是劉偉仁、林生祥、以及張懸，他們都在自己的時代裡唱著自己、人民的歌，他們是藝術家，同時也是革命家、思想家。

歌曲的力量有多強大？在革命中有多重要？李宗盛在草創時期曾寫下，「這世界是如此喧嘩，讓沉默的人顯得有點傻；這些人是不能小看的啊，如果你給他一把吉他。」我想問題的答案，大概全都含括在這句話中了吧。

最後引用書中寫到《滾石三十：專輯全記錄》書腰所印：你聽到了嗎？在我們的歌裡，最好的部分是自由。

四、討論議題：

過去因為有著戒嚴的專制，限制人民的種種自由，所以才進而有類似〈美麗島〉的抗議歌曲出現，但現今的台灣已是民主專政，卻還是有學運等等抗議活動的出現，是現今這個時代的人民太不知足不滿於現況，還是說即使台灣進步到了民主的一步政府卻還是始終沒有起色呢？

年 級：一年級

班 級：107

名 次：優等

作 者：汪昱秀

參賽標題：閱讀心得-被討厭的勇氣

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：嫌われる勇氣：自己啓発の源流「アドラー」の教え

書籍作者：岸見一郎/古賀史健

出版單位：究竟

出版年月：2014 年 4 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

(圖書作者)岸見一郎為一名哲學家，除了專攻西洋古代哲學之外，1989 年開始研究阿德勒心理學，現在是日本阿德勒心理學會認定的諮商師與顧問。/古賀史健為一名自由撰稿人，專門以聽寫紀錄的方式從事書籍撰寫，以他特有的寫作風格而頗受好評。

(內容介紹)一名 憤世嫉俗的年輕人來到了哲學家的小屋，他聽聞哲學家主張「世界無比單純，人人都能幸福。」，便決心來來推翻這種理論，就此展開了一場漫長的辯論。

二、內容摘錄：

1.重點的不是你經歷了什麼，而是你如何運用它。(p.48)

2.無論之前你的人生發生過什麼事，那對你將來要怎麼過日子一點影響也沒有。決定你人生的，是活在當下的自己。(p.62)

3.倘若你不為自己的人生而活，究竟誰要為你的人生而活?(p.139)

4.因為過去和未來都不存在，所以我要告訴你，關鍵的一刻，不在昨天，也不在明日，就在此時、此刻。(p.282)

三、我的觀點：

看完這本書之後，我覺得心裡感到十分溫暖。當初會看這本書的契機是因為書

名寫「被討厭的勇氣」，我以為這是一本解析”為何自己會被他人討厭?要如何改善?”的書，結果看了才知道，這是一場探討「要如何得到幸福?’的辯論，雖然內容和我原先預想的有落差，但故事卻是令我感觸良多，再三回味不已。

故事是以一個年輕人拜訪哲學家的小屋開始的，他聽聞哲學家提倡「世界無比單純，人人都能幸福。」，然而憤世嫉俗的年輕人無法接受哲學家的觀點，於是便前去他的小屋，試圖推翻哲學家的觀點。整場辯論伴隨著年輕人和哲學家展開，從哲學家解釋何謂「阿德勒心理學」開始，以你來我往的方式對答辯論，探討理論的正確性。

這本書最讓我印象深刻的觀點有兩個:一是阿德勒所提出的「目的論」，他否定一般人習以為常的決定論—「因為之前發生過 A，所以導致現在 B 的局面」，他認為「過去發生過的事，和現在完全沒有關係。」，並且明確否定心理創傷。在阿德勒的相關論述中是這麼說的:「無論任何經驗，他本身並不是成功也不是失敗的原因。我們不要因為自身經驗所產生的衝擊(心理創傷)而痛苦，而要從經驗中找出能夠達成目的的東西。不要由經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義來決定。」不是因為發生了這些事就一定有甚麼樣的結果，我們是由「賦予過去的經驗甚麼意義」來決定自己的一生。這種講法我是第一次看到，雖然有種莫名奇妙的感覺，但聽了哲學家的舉例卻意外的感到可以接受。

二是關於”煩惱”的論點。阿德勒曾經說過:「人類的煩惱，全部都是人際關係的煩惱。要除去所有煩惱，唯有獨自一人存活在宇宙中。」，不過那是不可能的。但要怎麼解決呢?猶太教的教義有一句是這麼說的:「倘若你不為自己的人生而活，究竟誰要為你的人生而活?’只有自己可以改變自己，關於自己的人生，能做的只有「選擇一條自認為最好的路」，至於別人選擇怎麼評論你，那是其他人的事，我們是無法干涉的。所以我們必須「接納自我」，在自己無能為力的情況下，坦然接受那個「辦不到的我」，並且盡最大努力朝目標前進，不欺騙自己。書中的哲學家說過:「所謂的自由，就是被別人討厭。」想要解決人際關係的煩惱，並不是去迎合他人，是要讓自己”自由”，而自由是需要勇氣的，這也呼應了作品的標題—被討厭的勇氣。

從這本書中，我學到了該如何面對人生上所遇到的種種難關。一直以來，我因為不善於與人群接觸的個性，加上對自己的自卑，我總是對我的人際關係感到憂慮，但自從我看了這本書，我學會如何釋懷，正如哲學家所說的:「問題不在於”世界”是甚麼樣子，而在於”你”是甚麼樣子。」不是一貫的去迎合他人，而是要接納自我一看到這裡時心中感覺有股暖流湧上心頭，一直令我煩惱不已的問題，頓時煙消雲散。

雖然看完了這本書後我還是無法真正讀懂「目的論」的意思，但我想這是需要時間去慢慢消化、理解的。最後，還是回歸到哲學家所提出的論點—「世界無比單純，人人都能幸福!」

四、討論議題：

人人都希望得到幸福，但如何能得到幸福?幸福的意義又是什麼?

年 級：一年級
班 級：07
名 次：優等
作 者：楊采妮
參賽標題：罪惡，以愛為名
書籍 ISBN：9789869452489
中文書名：別相信任何人
原文書名：Before I Go To Sleep
書籍作者：S.J.華森
出版單位：寂寞
出版年月：2018 年 2 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

S J 華森出生在英國中部，他的處女作《別相信任何人》，一出版就一鳴驚人、獲獎不斷。驚悚小說天王李查德曾說：「我們可能正目睹一位名家的誕生！」

每次睜眼，記憶在腦內格式化。日記、班恩、奈許醫師，成了患有失憶症的克莉絲汀最後的希望。但隨著時間的推進，三方的說辭逐漸變得矛盾。誰竄改了記憶？誰重建了歷史？面對撲朔迷離的真相，克莉絲汀努力抱著殘存的記憶撥雲見日。書中曲折的劇情，讓人心跳加速！

二、內容摘錄：

1.不知道為什麼，讀信時我的世界似乎瓦解了。悲傷的情緒像手榴彈在我胸口炸裂。我本來一直很平靜——不是快樂，甚至不是無奈，而是平靜——如今那份祥和消失無蹤，彷彿蒸發了。底下的我赤裸裸。(P.113～P.114)

2.不只是他們，一切的一切，全都是捏造的、無中生有。我渴望能找到堅實的土地，找到一點真實的東西，不會趁我睡覺時消失的東西。我需要讓自己碇泊。(P.205)

3.一個畫面，顫巍巍地懸在我面前。我別過頭去，暗暗禱告它永遠別再出現。有些記憶最好不要擁有，有些事最好永遠忘掉。(P.217)

三、我的觀點：

（一）關於本書

闔上《別相信任何人》最後的封底，內心翻騰的波瀾仍然無法平息。從沒有如此精湛的推理小說，能掀起我內心的瘋狂。

一開始，我是被這本書的題材所吸引。以一個失憶症患者的角度去找尋真相，而找到的真相往往是自圓其說的產物。書中女主角，宛如一具虛無的空殼，只能接收外人不斷填塞的記憶。雖然有那本女主角親手記錄日記本，但女主角每天記錄下的記憶，亦真亦假，也無從分辨。或許是因為那句「別相信班恩」，讓我從頭到尾都把班恩放在一個騙子的位置。在閱讀的過程，我不斷尋找著蛛絲馬跡，能夠推導出班恩是犯人的證據。也不斷的思考著，班恩的動機。但結局還是讓我震驚了，書中描寫的「班恩」，從來就不是真正的班恩。

（二）人物剖析

我認為這本書除了劇情撲朔得讓人上癮，還有作者刻劃人物的心境。他筆下的女主角並不完美，也不算是一個堅強的角色。以我的觀感，她像是一個瘋子，因為她的患得患失。真相似乎觸手可及時，她就會變得歇斯底里，逼問班恩她那些消失的記憶。但班恩給她一套說辭，她又用一堆的想像來填補一切的不合理，相信班恩給她的一切理由。我想作者是想描寫女主角內心的矛盾。相信或者不相信？若是相信，她要怎麼無視一個又一個的謊言；若是不信，她又相信誰？或許這本書的魅力就在這裡。把自己帶入女主角的角色，去感受女主角的惶恐不安。

另一個讓人印象深刻的角色，就是一直冒充班恩的麥可。現代社會對愛的定義就是「不強求、適時的放手」，「若你愛她，就要給她空間生長」。所以在現代人的觀點下，麥可「得不到她就毀了她」的行為，是令人不齒的。況且，麥可是個人人唾棄的第三者。對於麥可的行為，我也是極度不認同。但試問他是不是真心愛女主角的，我認為這點是不可否認的。只是他在愛上抹上一層自私和血腥。他在女主得到失憶症後，仍然沒有選擇拋棄。但他的暴力相向，又讓人憎恨無比。「罪惡，以愛為名」這個標題，其實就是以麥可為出發點定下的。只能說作者塑造的這個讓人又憎恨又憐憫的角色，又抓住了我的記憶點。

本書的主角之一奈許醫生，一直都是女主角的精神支柱。他不斷的鼓勵、引導失憶的女主角。他對女主角的溫柔，甚至讓女主角對他產生了不該存在的情愫。我覺得奈許這個角色，像一股清流。若將劇情比喻成一片雷電交加的夜晚，他永遠是藏在雲後，最恬靜又最神秘的那輪月。作者塑造這個角色，或許是想在瘋狂中加入一點抑制劑，使女主角能冷靜思考。其實對奈許醫生來說，

女主角是一名病患。但在幫助女主回復記憶這部分，他幫助了女主角許多超出醫生職責的事，因而成了找尋真相的鑰匙之一。因為他的不求回報，所以我覺得他是個值得打從心裡讚揚的人物。

（三）我的觀點

以我的觀點，女主角能找到最後的真相，幸運佔了很大一部分原因。若是她沒有遇到她的閨蜜，是否就要當一輩子的傀儡人，一輩子在謊言下苟活？雖然經常這點被忽略，但記憶的累積和堆疊，一直是人們進步的動力。即使是偉大的愛因斯坦，若是沒有每天堆疊的記憶，又如何寫出有名的《相對論》，影響後代深遠？每天自然而然形成的記憶，其實就是經驗的累積。透過一次又一次的經驗堆砌，進而讓我們學習新事物。對於人類來說，記憶就是如此重要卻一直被忽視的存在。

一般的正常人，很難去體會所謂的失憶症是怎麼樣的感覺，所以有人開發出一個手機軟體，名叫「Sort Me Out」。只要你按下同意讓這個軟體連接你的社群網站，它會一點一滴的刪除你的貼文和相片，彷彿記憶慢慢的消失，直到一切歸零。聽起來有點可怕，但你能體驗到失憶症患者，每天睜眼就會丟失記憶的恐懼。當你感同身受時，會明白自己現在的處境是多麼幸運。或許有想忘掉的，恨不得失去的記憶。但要記住，你擁有的，是別人奢求的。真正的失憶是令人恐懼、寂寞的，彷彿被全世界拋棄，剩下自己隻身奮鬥。不妨想像，一醒來身在一個陌生的空間，連自己都不認得的感覺。迫切想失去記憶是無謂的想法，與其回憶著不堪的往事自怨自艾，不如把它化為前進的翅，自由的去翱翔。

四、討論議題：

1. 假設你和女主角一樣有失憶症，你會用什麼方法存下你的記憶？
2. 說說你從書中了解的麥可是怎麼樣的人？
3. 現實中的失憶症患者或許沒有書中描寫的誇張，但它還是一個值得關注的議題。如果你身邊有一名失憶症患者，你該如何幫助他？
4. 再試著為這本書定一個不一樣的標題

年 級：一年級

班 級：10

名 次：優等

作 者：陳冠婷

參賽標題：勇敢做自己

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：嫌われる勇氣：自己啓発の源流「アドラー」の教え

書籍作者：岸見一郎/古賀史建

出版單位：究竟出版

出版年月：2014 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者岸見一郎是位哲學家，他大學時期不時與老師展開唇槍舌戰，跟本書的形式有些許相似，都是以兩人的對話方式呈現。除了專攻哲學外，他也研究阿德勒心理學。另一位作者古賀史建，專門以聽寫紀錄的方式從事書籍撰寫，頗受大眾好評。書中以一位對於世界感到迷茫的年輕人與一位發表「世界無比單純，人人都能幸福」的哲學家，藉由面對面談論這論點背後真正的涵義，並由引導式的談話使我們找到真理，進而更了解自己。

二、內容摘錄：

1. 否定原因論、否定創傷、採用目的論、認為人類所有的煩惱都來自於人際關係，還有不尋求認同以及課題的分離等等概念，這些都可以說是與常識對立的。P160
2. 其實首要關鍵還是在自己。一旦被認同的需求所束縛，人際關係的王牌就會永遠落在對方手中。這張王牌是要交給他人，還是自己掌握？P174
3. 如果把我和情感切割開來，認為是情感讓我這麼做，我受了情緒的驅使，就很容易陷入人生的謊言。P182
4. 把別人當成夥伴，並感覺到有自己的歸屬，就稱為社會意識。P185
5. 你希望給別人好的觀感，才會在意他們的目光，那樣的做法並不是對別人的關注，只不過是對自己的執着罷了。P189

三、我的觀點：

被「世界無比單純，人人都能幸福」兩句論點吸引著的年輕人，在神祕的牽引之下他帶著疑惑的心情想把這歪理推翻，因而踏上了一場激烈卻又使自己冷靜思考的辯論之旅。然而感到興趣的哲學家接受了年輕人的挑戰，並與他攜手重新探討人生的各種意義。年輕人對於自己的現況如同無法動彈的蝶蛹而感到焦慮，一來父母期望他能以哥哥為榜樣繼承家業，然而現職工作是一個阿貓阿狗也能勝任的勞力工作；二來自我的人際關係更是跌到谷底。但在談話的過程中，他一次又一次的蛻變，漸漸找到真實的自己，轉為自信，並綻放自我的嶄新生命。

在現今的社會之中，想必「做真實的自我」這個課題，是每個人都想拿到滿分的科目。但是我們總是說這是不可能的，過去的我也有同感。對於班級事務的討論，我總是會遲疑是否要提出我內心深處的想法，故而糾結許久。一方面害怕同學不喜歡我提出的建議，另一方面對自己的提議沒有信心，導致日後不敢表達想法的壞習慣。但是這些習慣並非永恆不變的，阿勒德心理學家曾經說到：「不要由經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義來決定。」過去的種種因素並不會決定我們未來的任何命運，雖然會造成些許的影響，但是自己的未來是由我們掌握、選擇而編織成，現在的我鼓勵自己去克服「表達想法」這件事，就算被拒絕也不氣餒，反而從中找到錯誤，檢討問題所在，變得更加進步。

年輕人在探索自我的旅途中慢慢改變，一一找出自己錯誤的觀念，並學習新的理念。我認為一個人能針對自己的缺點找出不對的地方，坦然面對，是需要極大的勇氣。敞開心扉承認自己不夠好，並不是失敗的象徵，有些人認為承認曾經所犯過的錯誤就是示弱，是弱者的表現，其實不盡然。承認自己的缺點是接納那樣的自我，並努力改進、奮發向上，希望達到更好的結果。

整個旅途中，哲學家耐心、熱切地引導年輕人尋找出他心中的疑問，做為一位學生，我們常會疑問：「老師不是應該回復給學生完整的答案嗎？」仔細想想，如果我們總是一味地接收理所當然的答案，腦中就不會有思考的運作。但是運用引導式的對話，這方法不但拉近了談話者之間的關係，也讓彼此有想法的交流，進而使對方慢慢卸下心房，說出內心的話，是非常不錯的方案。

雖然這本書告訴我們不要為了想得到其他人的認同而做出他人所期望的舉動，但是我覺得希望自己的表現符合一般社會的期望不一定完全強人所難，比如，在學校，我準時完成功課，課堂上回答老師的提問以達到老師對我的期待；在家裡，我幫忙家人分擔家事，做好該做的事，不讓他們為我掛心，上面這些例

子都是我自己為了被師長們認同而做出的舉動，藉由這些行為，我達到他們對我的期許，另外還得到師長們對我的稱讚，進而變得更有自信，這樣不是利人，也利己嗎？或許每個人的觀點各不同，但我相信在獲得他人認同與做自己之間找到平衡是最重要的。

在生活中，我們時常會遇到不順心、令人煩惱事物，這時找到適合自己的舒壓、放鬆的方法是很重要的，可以冷靜下來，慢慢思索，抑或尋找專業人士諮詢，只要對自己有助益，都是可行的方法。人生是掌握在自己的手中，你認為世界熱情無比，那麼所見所聞就會充滿了生氣，如同證嚴法師所說「心美看什麼都美」，世界應由我們自己來改變！

四、討論議題：

當我們做了錯誤的決定後，該如何坦然承認自己的過錯？並展現出積極、向上的處理態度？

年 級：一年級
班 級：11
名 次：優等
作 者：姚佑芯
參賽標題：活在當下，珍惜此刻
書籍 ISBN：9789866782107
中文書名：深夜遇見蘇格拉底
原文書名：Peaceful Warrior
書籍作者：丹·米爾曼
出版單位：心靈工坊
出版年月：2007 年 09 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

丹·米爾曼，是前世界級彈簧床錦標選手，此外，更擔任過體操教練、歐柏林學院教授及武術輔導員等。在書中，主角彷彿是作者的化身，雖然是備受矚目的選手，但他卻對「贏得勝利」越來越渴望，逐漸的迷失了自己。直到某天遇見了加油站的一位老人，也是他生命中最重要的心靈導師——蘇格拉底，在那之後，丹總在深夜時到加油站找蘇格拉底，而蘇格拉底也會適時幫助丹並給他啟示，丹也因而變成可以看透一切、體悟人生的勇士。

二、內容摘錄：

「寧可盡全力而犯錯，也不要瞻前顧後、小心翼翼地避免犯錯。責任意味著同時領悟到歡樂和代價、行動和後果，然後做出選擇。p.168

只要你有足夠的錢來滿足你所有的慾望，你就是富有的。因此，有兩個辦法可以讓人變得富有：一種是賺取、繼承、乞討，甚至是偷竊足夠的錢來滿足你所有的慾望；另一種是，清心寡慾，生活簡單，如此一來，你永遠都會有足夠的錢。p.216」

三、我的觀點：

「活在當下」是一件聽起來貌似簡單但是卻很難達成的目標。在這個充滿物質誘惑的世界，你是否曾因為某個虛幻的勝利或名聲，讓自己掉入瘋狂追求的陷阱裡而無法自拔？認真活、用心活，靜靜聆聽周遭的聲音，慢慢的感受當下，在這一瞬間，你終將會找到真正的自己。

丹·米爾曼所遇到的各種問題，藉由蘇格拉底適時的指引，最後成功地成為了能夠心無旁騖的和平勇士。或許不一定每個人都能像丹一樣遇見這麼一位充滿智慧的心靈導師，可是卻可以學習他那堅持不懈，不到最後關頭絕不放棄的態度。雖然，你可能會覺得丹這一路是非常順利平穩的，然而，事實上，他所走的路並不是我們認為的那麼順遂，也好幾次幾乎都快跌進危險的深淵，但他憑藉著一顆不服輸的心，總在痛苦的掙扎中，再次克服，繼續向前。我想，這對於大多數的人是非常困難的，因為半途而廢的心態在這個社會裡，到處都有、隨處可見，所以，唯有鍥而不捨，才是解決問題的良方。

「當下這一刻就是時間，時間就是當下這一刻。」出自這本書，告訴了我活在當下的重要性，也提醒了我在面對事情時，絕對不能舉棋不定，並且須將注意力全部集中在「現在」，而不是「過去」或「未來」。因此，不論當下自身是處於順境或逆境，都要有自在快活的能力，就像《中庸》第一章曾說到：「喜怒哀樂發而皆中節謂之和」，過度的喜不叫喜；過度的樂也不叫樂。凡有表露出來不偏不倚，才稱為和諧而協調。所以我們必須在喜怒哀樂的當下就有調和的能力，而不是在之後才驚覺自己表現得太過頭，而後又沉浸在過去的懊悔中。

亦師亦友的蘇格拉底曾在書中說過：「快樂等於滿足除以欲望。」這套公式對我來說實在是受用無窮阿！在現今這個極易受到物質誘惑的社會，讓我想買東西的慾望日漸增大，這也讓我付出了不小的代價。買了東西必然是要付錢的，然而可能會因為慾望變大了而不容易感到心滿意足。不過，在讀了這本書之後，我也因而明白了需求跟欲求的不同，基本上，大多數人都只有極少的需求，卻有無窮的慾望，因此，清心寡慾、自在生活才是快樂的王道。

在人生中，每個人都應步上屬於自己的勇士之路，即使它是多麼艱辛、多麼遙遠，都要堅持下去。只要細心體會、減少不需要的慾望，答案自然就會浮現出來。但是答案可能不會這麼顯而易見，或許就如書中所云，可能是風、是雲、是樹、是鳥。雖然不易發現，但是只要好好培養自己的察覺能力，用心觀察周遭事物、用心認識自己，並且將注意力全部投入在此時此刻，相信在不久的以後，我們也能從這些經驗中找到生命的方向。雖然了解生命的本質並不是那麼的容易，又或許我的人生歷練還不夠豐富，但我會試著去理解、實踐蘇格拉底那睿智且深具意義的教導。

四、討論議題：

- 1.如何有效克制自己「想要而不是需要」的購物念頭？
- 2.要怎麼讓自己在這步調越來越快的社會中持續保持心無雜念？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：優等
作 者：謝宛妤
參賽標題：為自己的人生掌舵
書籍 ISBN：978957332684
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠，臺灣作家、醫師○擁有內科、麻醉科專科醫師資格，曾任臺大醫院麻醉科主治醫師及臺北醫學大學醫學人文研究所副教授○寫作領域橫跨小說、散文、評論，常在廣播電台節目擔任特別來賓○《不乖：比標準答案更重要的事》為其作品，內容主旨探討在現今多變的社會中該如何讓自己跟著精進，發展獨立思考的能力，不盲從社會給的標準答案，而去懷疑、證實，培養適應變動的競爭力，利用這些獨特的思維，開創自己嚮往的人生○

二、內容摘錄：

- 1、一旦主流思考錯了，我們就再也萬劫不復了○(14 頁)
- 2、順服主流，並且取得領先不是重點，重點是這個主流的標準，是不是大自然生存競爭的標準○(16 頁)
- 3、每個人都必須給自己的天賦一個機會○(46 頁)
- 4、熱情才會化為能力，而能力才是決定競爭力真正的指標○(50 頁)
- 5、儘管我們追求的是「成功」，但真正刺激、提升我們的，卻是「失敗」○(78 頁)
- 6、只要把心念綿綿密密放在「這一步」，再遠的路，不過就是剎那之間的距離○(151 頁)

7、事實上，擋住我們視線的不是別人，而正是我們自己○(208 頁)

8、當我們具備了鳥瞰自己生命的能力時，我們才得以逃脫我們的限制○(232 頁)

三、我的觀點：

現今千變萬化的社會，猶如浩瀚無垠的海洋般，浪朝不曾一刻停息，激起的波濤令人膽顫心驚；洶湧的暗流無止盡的變化，伸著墨黑的魔爪，眨眼間，就將漫無目的的漂流者扯向流水停滯的深淵○我們像是茫茫大海中的一位航行者，當烏雲逐漸壓頂，在還沒意識到即狂風驟雨的變幻中，浪潮在彈指間疊起，張開大嘴欲一口吞噬應變不急的人們○在失去方向、伸手不見五指的黑暗壟罩下，沒有燈塔的一絲光芒；沒有星月的一點明亮，我們該如何面對現實生活中的種種變化，擊退這場風暴？我們該怎麼拓展視野，航行在時代前頭？又該如何擁有獨立的思考及符合即時趨勢的創意，保證我們不會被老舊呆板的既有價值蒙蔽而隨波逐流，被變化的世界淘汰，成了暗流爪下的犧牲者？

在這樣一個人人一出生就歷經制式社會化過程世界的我，經常有意無意的思考這個身不由己的難題○我經常覺得世人們總將過去累積的老舊經驗以及代代相傳的習慣風俗，完全原封不動、不接受外來提議，封閉性的傳給下一代的孩子們，有些甚至強迫性的要我們接受所有的舊思維、世人一致認同的「標準觀念」，導至沒辦法來得及讓還充滿著各種可能的我們發揮自身的潛能，就已經被傳統已知的觀念給束縛住了○其實並非古代先賢流傳下來的知識不好，而是時代不同了，需要的是不斷的創新與進步，否則只知“學習”知識而不知「創造」知識與「思考」知識，在現代的社會是很容易被淘汰的○

想到「學習」這兩字的定義，想必每個人想法不同；但這讓我想起國中表藝課時，看那相聲影片裡的兩個人聊到「說，學，逗，唱」的意義，只聽回答的那人不假思索的說：「學，就是模仿嘛！」是啊！如果像相聲那樣，學學聲音、學學語調、學學肢體動作，那「學習」當然是模仿，照本宣科，沒一絲渲染呀！但要邁向社會的學習，是要激發自我人格特長的；是要展現自己的獨特；是要發揮個人的專長，才會有人生的舞臺給我們演出○在這個舞臺上，沒有劇本給我們模仿，是要靠自己的頭腦思考並創造出屬於自己的演出，讓人生繪出前所未有的色彩！

因此，當身邊人們的思維還不夠開放，那種被逼著的壓迫感彷彿讓人喘不過氣○我想說的是，每個人的思想作為都有些許差異，即使是背道而馳，只要無傷

大雅，任何人都應放下自己先入為主的己見，讓自己有肚量接納他人的創想吧！畢竟這個世界也將越多采多姿，何樂而不為呢？

接著，在我生活中的觀察，發現人們有「盲從」的習慣，所有一時流行的事物、一時的風花雪月，就讓所有世人們搞得暈頭轉向，不斷的追求新穎的事物而不稍加思考，盲目的跟著一股潮流而沒任何懷疑，就這樣與這紅塵俗世的浪潮起起浮浮○更可笑的是，若有人對這襲風潮有了不同的見解，常淪陷於所為「大多數暴力」，反而被人藐視和羞辱，這樣的社會簡直就是如同一個大染缸，所有的思想都被修化成一致，因此擁有獨立思考是非常重要的、也非常可貴的○我想，古代聖賢就是為了脫離塵俗的喧囂並且有獨自的主張，才會紛紛歸隱深山不出仕啊！

一位敏捷的的航行者，一定要擁有隨機應變的能力；一位深謀遠慮的航行者，一定要擁有預知前線風浪的能力；一位有著遠大目標的航行者，一定要擁有嶄新的創造力○讓我們為自己的人生掌舵，勇敢的掙脫岸邊的鎖鍊，駛離古老的小島，在無邊無際的海面上，用我們勇於冒險與創新精神，尋找下一個彩虹島○我們每一艘獨立的船隻，都一定能在海洋這樣寬廣的舞台上，滑航出獨一無二屬於自己的波痕；在這湛藍的畫布上，開創自己美麗而充實的人生！

四、討論議題：

- 1、現在網路資訊隨手可得，如何訓練青少年凡事思索而不靠別人解答的那股意念？
- 2、科技日新月異，智慧型手機不斷推出新款，多數青少年喜愛盲目的跟從潮流，購買最新款的手機，如何幫助他們思考需要與想要的差異，不再盲從於流俗？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：優等
作 者：王映云
參賽標題：二二八的真諦
書籍 ISBN：9579361746
中文書名：解讀二二八
原文書名：
書籍作者：李筱峰
出版單位：玉山社
出版年月：1998 年 1 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

歷史學者李筱峰教授在這本書中分別從政治、社會、文化與經濟等不同面向仔細刻劃國民政府接收台灣初期與台灣人民之間的衝突，精闢地說明二二八事件的社會背景及發生始末經過，也對事件如何影響台灣有深刻的分析評論。

《解讀二二八》鮮明地描繪了距今已有整整七十年的二二八事件，訴說了民國初期台灣人最刻骨銘心、難以忘懷的悲痛過去，與教科書截然不同，這是每個台灣人都應該從閱讀中體會一次的歷史震撼。

二、內容摘錄：

「『想像中的祖國』與『實際的祖國』之所以不同，乃是因為台海兩岸的社會，到了終戰之後，已經發展成兩個體質想當不同的社會了。」(p.74)

「再提起日本投降時所自設想的美麗遠景，那只有痴人。人民現在沒有絲毫的奢望，只求在最底限度的安定生活。」(p.143)

「二二八事件帶給台灣的，不只是家破人亡的悲劇而已，還為台灣往後的政治與社會，種下既深且鉅的影響。」(p.200)

三、我的觀點：

過去提到「二二八」，我的第一個想法無非就是放假日！歡樂的象徵、迫不及待想迎來的日子。對大半的民眾應該也是如此吧？而若真要探究「二二八」的內涵，我也只能從歷史課本上簡略的一個小段落、小到不能更小的篇幅中去

理解：戰後政府查緝私菸、爆發警民衝突、死傷慘重．．．雖然反覆讀過，也確切地記在腦海裡了，但聽老一輩的人們談論「二二八」時，我還是無法理解任何傷痛、無法體會那些憤怒和委屈，更無法賦予這個日子什麼意義。

然而，在看了《解讀二二八》後，我第一次看見了民國三十六年，國民政府如何橫行跋扈、軍隊如何目中無人；二月二十八日，查緝私菸時粗暴的言語、漫天的子彈、政府毫無歉意的解決方式、被掩蓋的聲音、被漠視的想法、數百數千條被殘忍殺害的性命．．．

一九四五年，二次大戰結束，台灣的知識菁英及多數民眾在告別日本五十一年統治殖民後，以極度歡迎與期待的心情來迎接中國政府。那種歡迎與期待的熱烈程度，在中國大陸上其他任何一個光復區是找不到、也難以想像的。我彷彿真的能感受到當時大家擺脫異族、回歸祖國那種強烈的民族意識和期待興奮的心情。然而，台灣人被政府視為被日本奴化的次等公民，剛打完八年抗戰的軍人們對穿著木屐、說著日語的台灣人毫無尊重可言，舉凡一點不服從便把槍口指向同為一個民族的同胞。物資不斷被運往中國，台灣民不聊生、物價暴漲、政府官員不公平的對待導致失業率上升．．．我開始對於兩個隔閡了五十年的文化重新碰撞、磨擦甚至是互相仇視的結果感到心痛又難以理解。是不是當時賦予行政長官的權力實在太大？還是當時沒有一位願意約束軍人行為，真正為台灣人發聲的領導者？抑或是當時雙方都因為彼此外省人、日本人的標籤而無法溝通、聆聽彼此的訴求？在腦中不停冒出各種疑問與傷心的想法的同時，我得到一個結論：當時的台灣人並不是回到祖國的懷抱，而是被中國統治著。

談起「二二八」事件帶給台灣的影響，我不禁想起過去和爸爸的一次談話中，我提出了「為什麼阿公阿嬤一直以來都是深綠，無限支持民進黨？」這個問題。當時我對爸爸激動的情緒、逐漸提高的音量、字句中對國民黨的憤怒與仇恨不以為然。如今回想起來，雖然對當時無知愚蠢的自己感到羞愧，卻也慶幸自己能在成為可以行使投票權利的公民前真正了解了我的深綠家庭的政治立場。在這之後，我開始更深入地思考「二二八」事件與臺灣現今政壇的連結，以及老一輩的人們在思想上，似乎無法抹滅的那些隔閡與誤會。如今，在 1947 年之前，那些欺壓台灣人民的政府官員，許多人後來早就離開台灣，他們的惡行惡狀似乎不應該成為撕裂族群，激化政治對立的理由。更重要的是，現在再來談省籍與族群的分隔好像已經沒有什麼意義了，比起算清早已物非、人也非的那些舊帳，把「二二八」定位成國民黨的原罪，我認為更迫切的是釐清歷史的真相，換言之，便是在台灣遲遲不能被實現的轉型正義。

在讀完這本書後，除了認識了這段隨著時間逐漸被人們遺忘的殺戮血腥歷

史之外，我觸及了以前未曾好奇過的兩岸關係，這不僅僅帶給我思想上的巨大改變，也第一次感受到了歷史的重要性。今年是「二二八」事件七十一周年，沒有人可以改變七十一年前其所帶來的傷害與裂痕，也沒有人可以撫平那些勇敢的抗爭者們的後代的傷痛。然而，我覺得如今談起這起「二二八」事件時，身為台灣人民的我們，不管流逝了多少光陰，都不應該遺忘如今這個帶給人們歡樂的「二二八」背後所紀念的歷史意義。也期待有一天，轉型正義真正落實在台灣，人們才能和解共生。

四、討論議題：

1.台灣對於「二二八」事件一直是各說各話，除了只聽教科書和權勢者說了什麼，人民有什麼方法可以還原「二二八」事件的真相？

2.近十幾個年頭來，總統代表政府為「二二八」事件道歉，立法院也修法通過，受難者家屬可以得到相關的賠償，二二八紀念日訂定，各地也看到紀念館、紀念碑紛紛成立，很多人會認為「二二八」事件已經得到平反。但是，這件事真的得到轉型正義了嗎？

（附註：轉型正義是民主國家對過去獨裁政府實施的違法和不正義行為的彌補。）

年 級：一年級

班 級：12

名 次：優等

作 者：曾憶慧

參賽標題：深夜加油站遇見蘇格拉底讀書心得

書籍 ISBN：9867574591

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior:a book that changes lives

書籍作者：丹米爾曼

出版單位：心靈工坊

出版年月：2006.1

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

丹·米爾曼曾是世界級彈簧床錦標選手，原本的生活一直都過得很順遂，但在1996年的初秋，他從宿舍搬出去後，每天晚上都坐著一樣的惡夢，且被驚醒，有天他又再度驚醒時，他索性起床，走入夜色，進而在加油站和蘇格拉底相遇，開始了他們的旅程作者面對蘇格拉底所教導的道理的態度，從一開始當耳邊風，到後來領悟到那些道理的重要性，而改變了自己舊有的想法並知道的什麼才是人生的意義。

二、內容摘錄：

(一)你只要沿著這條路走，就是個和平勇士。過去八年中，你放棄了你的『勇士身分』，好去追尋這條路，但是這條路就是當下——它一直都在那。(p.250)

(二)勇士的生命與想像中的完美或勝利無關，而是與愛有關。愛就是勇士的劍，劍揮向哪裡，就把生命，而非死亡帶到哪裡。(p.232)

(三)盡量使用你擁有的知識，可是要看出他們的限制。光有知識還不夠，知識沒有心。再多知識也不能滋養支撐你的心靈，它永遠無法帶給你終極的幸福或平靜。生命所需的不僅是知識而已，還得有熱烈的感情，感情和源源不絕持續不斷的能量，生命必須採取行動，才能讓知識過來。(p.36)

三、我的觀點：

書中的蘇格拉底所擔任的角色是丹·米爾曼的心靈導師，改變了他的人生且幫助他很多，但整本書給我的感覺是蘇格拉底是丹·米爾曼所想像出來的人物，

他和自己的內心溝通，且努力的試著突破難關，訓練自己，當丹·米爾曼真的看透了人生，成為了一個真正的勇士，蘇格拉底渾身都散發著比以前都明亮的光芒，走入一扇標示著「非請莫入」的門並且消失，而他在消失前最後說的話：「我對你的工作已經完成，我的債還完了」讓我更加相信自己的想法。而蘇格拉底究竟是不是虛構的人物，我們也無從得知，可能只有作者自己才知道答案，但無論如何能有一位像蘇格拉底一樣的心靈導師，能在我瞞遇到困難與挫折時，伸出援手，給予我們幫助與鼓勵，而在我們獲得榮譽時，又能明確的指出我們不足的地方，使我們能保持謙虛且學習的更多更加進步，讓我們不會迷失了方向。我們都是平凡的人，所過的人生和書中的丹·米爾曼一樣，不可能永遠都保持在顛峰的狀態，一定會有起伏，遇到困難與挫折，這是必經的歷程，雖然每次遇到困難與挫折時，心情總是非常難過，情緒跌到谷底。我們應該把這些困難當成是一種磨練，使我們更加進步，我們不能總是把那些困難和挫折當成絆腳石，因為那些都是成長的一大要素。

每個人的人生中，都會遇到困難挫折，只是取決於是否能勇敢的面對它。面對挑戰時，未必能成功。但在跌倒後站起來，更會得到意想不到的收穫。並且發現自己正面對著陽光。在書中蘇格拉底一直想要讓丹米爾曼了解活在當下的重要性。我覺得我們的人生也應該這麼做，沒有必要為了過去所發生的事感到懊悔自責。如果展開一場過去與現在的爭執，你會發現你已經喪失未來。能懂得反省過去是好事，但如果太過於執著的話，反而會像是跌入萬丈深淵一般，陷入自己的世界，無法自拔。

能計畫未來固然是件好事，但計畫往往趕不上變化。既然無法預知未來，那倒不如樂的活在當下。書中有提到一句：「死亡並不讓人悲傷；讓人悲傷的是，大多數的人根本就沒真正活著。」我們無法提前知道何時會去世，不如就拋開一切，不管悲傷、快樂、過去、未來、成功或失敗，只要用心活在當下，不管過程是好或不好，至少我們經歷過。人生的過程中總會有許多變數，就直接採取行動面對它，像個勇者一樣，而不是向患者一樣只做出反應。要如何面對都是人生中要學習的課題。有時結果不盡人意，有時會嘗到甜頭，不管如何，這些經驗都會成為日後面對更多挑戰時的養分。面對問題時，應該要靈機應變不要猶豫不決，做出決定之後也不要後悔。

四、討論議題：

人生中有許多問題，你面臨最大的問題是什麼？而又是怎麼解決的呢？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：優等
作 者：葉玟慧
參賽標題：擁有一樣看不見的武器
書籍 ISBN：978-986-137-1
中文書名：被討厭的勇氣
原文書名：被討厭的勇氣
書籍作者：岸見一郎/古賀始建
出版單位：竟究
出版年月：2014 年 11 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

1956 年，岸見一郎生於京都，從京都大學文學研究科博士課程修畢現任日本阿德勒心理學會認可諮商師、日本阿德勒心理學會顧問等職。古賀史建是一名自由撰稿人，專門以聽寫紀錄的方式撰寫書籍，撰寫的訪談稿以臨場感與節奏感十足而頗受好評。

二、內容摘錄：

不要由經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義來決定 p35 阿德勒心理學並不是一個改變別人的學說，而是為了讓自己改變的心理學 p119 別人要對你的選擇做出什麼樣的評論，這是別人的課題，你是無法干預的 P151 人，只在覺得自己有價值的時候，才会有勇氣 p211

三、我的觀點：

問題不在於世界是什麼樣子，而是在於你是什麼樣子。不用在意別人的眼光，大膽地做你自己。許多人都曾經因為他人的批評或是攻擊而變得畏畏縮縮，不敢勇於追求自己，在這樣的情況下慢慢地感到自卑還有封閉自己的心。像我自己上了國中逐漸變得沉默起來，看到班上同學的表現活躍、開朗，自己卻那麼陰沉就會有一種無法自拔的自卑感，開始對自己越來越厭惡，也會想說為什麼我不是那樣的人呢？而本書說所有煩惱都是人際關係的煩惱，人們害怕在人際關係中遭受傷害、背叛，害怕被討厭而去討好他人。可是世界上有那麼多的人，我們能夠一個一個都討好嗎？

而我是屬於慢熟的人，認識新的朋友一般都幾天就能夠混熟了，但是我可能需

要好幾個月。努力跟朋友混熟後又會聽見誰誰誰討厭我，我就會想明明我什麼都沒做為什麼你要討厭我。後來長大了知道別人討厭我那是他的事根本沒必要花時間在這件事上，只要我喜歡的人不討厭我就好，其他的人要怎麼想就不是我能管的。所以不需要害怕被討厭，這只是我們人生中的一小個任務而已，完成了後面還有更多的任務等你去解鎖。

阿德勒曾說：「無論之前你的人生發生過什麼事，那對你將來要怎麼過日子一點影響也沒有」，決定你人生的是活在當下的自己。也許過去的事會影響你，但決定事情對你的影響的還是自己。

把握當下綻放你自己的光芒，人生也許會有不一樣的色彩。哲學家主張「世界無比單純，人人都能幸福」而在年輕人的眼中的世界充滿矛盾、一片渾沌，書中又說不是「世界」複雜，而是「你」把世界變複雜了。其實很多事情都非常簡單的，只是因為自己胡思亂想而變得複雜，沒有人逼你去做你不喜歡的事，沒有人有權利去對你的人生指手畫腳。你的人生掌握在你的手中，你想過甚麼樣的生活，你想追求甚麼樣的夢想，不後悔自己當初的抉擇，不要回首自己的過往，不要為了別人而放棄你自己應有的人生，珍惜當下的每分每秒，為每一個時刻都撒上絢麗的色彩。這是在這本書中所理解到的意義。

往往人們因為現實的殘酷而對現狀感到不滿，但說起來還是因為我們不願接納自己，自小時候開始就被大人灌輸一些你跟別人都不一樣、你是最特別的這種思想，但這個「特別」卻是束縛你的枷鎖，一旦你沒有達到「特別」的標準，便會被指責、斥罵，所以這種「特別」是你想要的嗎？每個人都有自己的人生，但不應該由他人來掌控你的人生，你是有自我意識的人類，不是傀儡任人擺布。最後這本書讓我學習到以往我從來不曾知道的理論，雖然很深奧難懂，但只要反覆的咀嚼、思考，腦海中雜亂的想法便會被一絲一絲的整理清楚，讓我從書中見識到了不一樣的世界。

四、討論議題：

你對現在的生活滿意嗎？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：優等
作 者：洪郁嫻
參賽標題：古典詩詞的啟發
書籍 ISBN：986741392X
中文書名：人間好時節
原文書名：人間好時節
書籍作者：張曼娟
出版單位：麥田出版
出版年月：2005 年 3 月
版 次：初版 66 刷

一、圖書作者與內容簡介：

作者因為喜歡李白、李後主，和李清照的詩，而變得多愁善感，直到有個同學抄了一首詩給她：「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若無閒事掛心頭，便是人間好時節。」才意識到詩詞不只提供多愁善感而已，反而有很多人生啟示。並以「人間好時節」作為書名，希望能還給自己一個鳥語花香的好時節。

二、內容摘錄：

我們不知道的事，永遠比知道的多得多。(P.16)

沒有什麼比生與死更重大的事了吧，然而，在那個時刻來臨之前，我們竟是如此蒙昧無知。不管是多麼有權勢的人；多麼有智慧的人；多麼富有的人；都是一樣的。(P.16)

我們可以要求自己進步，要求自己成長，不是與他人比較，而是與自己競爭，只要與昨日的自我不同，便值得慶幸，應該獎賞。(P.50)

外表的改變是顯然易見的，內在的改變，卻更為強大。(P.72)

三、我的觀點：

這本書節錄了很多古典詩詞，每一首詩都有其相對應的故事，從故事引導出古典詩詞的道理，在寫出整首詩和作者，完整的敘述整首詩的內涵，還有當時詩詞作者的想法和感受，讓原本對於古典詩詞一竅不通的我，感受到其實這些詩詞並沒有離我們那麼遙遠，是一直存在我們生活當中的。

其中有一個章節，作者以《超人特攻隊》的小倩舉例，讓我想起剛進國中的我，當時我自願當歷史小老師，第一次上台對答案時，看到底下有那麼多人盯著我，嚇得直發抖，一句話也說不出來。在二年級的數學課裡，數學老師幫我們每個人分組，身為組長的我要負責教導組員，原以為會像上台講話一樣困難，不過試了一次之後發現沒有我想像的那麼困難，反而比較喜歡和朋友互相教導的這種成就，也在和組員互動之下找回自己的信心，不再是那個躲躲藏藏、不敢出聲的「小倩」了，也因為分組，讓我重新鼓起勇氣在全班面前大聲說話，開始熱愛我的「小老師」生活，也因此蛻變成一個人人稱讚的小老師，不再是那個不敢發聲的小女孩了！

作者提到「知足常樂，便是富豪。」，這是我非常認同的一句話，我是個只要有一點點好事就能開心很久的人，我認為「知足」這件事是相當重要的，這句話也因此成了我的座右銘，因為「人生不如意十常八九」，如果常常在意生活中令人覺得煩躁的事，那麼就會一直很不開心，倒不如敞開心胸，開心得面對所有的事，這樣才不會一直被不開心的情緒所束縛，這也是一種解脫吧！只要能心胸開闊的面對所有的挑戰，就算失敗了也不會為此失志太久，反而能比老是在意芝麻小事的人，更能找到自己接下來的目標，並且勇於接受下一次的挑戰！

這本書內有很多很有道理的名言佳句，閱讀這本書可以清楚的了解每一首詩之中的涵義，從名言佳句開始，由淺入深的了解整首詩，帶領讀者循序漸進地走入詩詞的世界，原以為這是本枯燥乏味的書，一打開書的那一刻起，連原本對詩詞絲毫不感興趣的我，也被作者細膩的寫作手法所感染，被他筆下那一則又一則的故事所吸引，還有那一句又一句的古典詩……。

最後，因為有這本書才讓我知道每首詩詞背後的涵義竟然那麼的深，也讓我對古典詩詞大大的改觀，讓我開始對古典詩詞產生興趣，開始想了解每首詩背後所蘊藏的涵義，想了解詩人當時創作詩詞的心情與想法，並從詩人的角度思考，徹底的瞭解每一首詩背後的涵義，成為一個有文學涵養的人，了解更多古典詩詞背後的「人生哲理」，也給自己一個春暖花開的「人間好時節」，更加積極努力的面對未來的所有挑戰，永不畏懼！

四、討論議題：

請問你認為古典詩詞重要嗎？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：優等
作 者：林亭羽
參賽標題：所謂的不乖
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月 5 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠，台灣嘉義縣人，台大醫學博士，目前專職寫作。

從小到大我們一直被要求做乖寶寶、乖學生，最好大家都一輩子照著主流價值觀活到老、乖到老！那麼，為什麼現在卻反過來要「不乖」？

作者藉由這本書，讓讀者思考屬於自己的答案，追求自己的人生。

二、內容摘錄：

生命無非只是不斷選擇的過程，失敗的遺憾是錯過成功，但成功的遺憾卻是你不知道自己到底錯過了更多的什麼。P.74

是啊，就算有比海洋還多的淚水，就算有那麼多必須接受的生離死別，只要是活著，呼吸著，在這場人生的盛宴裡，有什麼理由不能要開開心心的呢？

P.171

所有那些我們覺得重要的、非贏不可的，到最後，無非都只是人生這個多采多姿的風景裡的一部分。P.180

三、我的觀點：

一開始會閱讀這本書只是因為它的書名吸引了我，讓我好奇作者想藉由這本書表達什麼？

從以前到現在長輩們總灌輸我們一個觀念：別人怎樣做，你就跟著那樣做就好了。照著同樣的方式處理一件事或許可以免除很多的麻煩，成功的機率也會提高很多，但我們真的要乖乖的照做嗎？我們難道就不能按照自己的方式來處理事情？與其模仿他人的方法來處理事情，倒不如想出一個更好的辦法來解決事情。「不乖」並非是做不對的事情，而是將事情加以思考，得出一個更好的結論。

作者在這本書內提出了「成功哪有失敗好」，成功固然好，但失敗也沒有不好，一個人成功了，如願的實現自己的理想，但也因為成功，而滿足於現狀，看不見自己的缺點，無法精進自己，同時也讓自己錯失了更多的機會；一個人失敗了，在理想的道路上跌倒了，但也因為失敗，進一步的意識到自己不足的地方，更加的精進自己，同時也讓自己多了選擇和機會。我很喜歡作者在這個章節提到的一句話「成功也好、失敗也好，無非都只是人生的風景之一而已。只要盡心盡力努力過了，無論命運讓我們見識的是什麼樣的風景，何妨就這麼瀟灑、自在地繼續走下去吧。」無論是成功還是失敗，只要在過程中付出了全部的努力，那也就問心無愧了。

作者也提到了「知道是一回事，做到又是另一回事」，很多時候明明知道那件事情一定要做，往往都沒有實際的付出行動，把那件事情擱在那裡，等到要做的時候，有時候發現已經來不及了。像我有時候提醒自己要早點完成功課，但我卻沒有做到，等到真正要寫功課的時候，才發現好多功課進度都被我一拖再拖，後悔也來不及了。除了知道也是要做到，不然就會後悔莫及。有時候要學習一件新的事物，發現它沒有想像中的簡單，於是就找了各種理由來安慰自己，但到後來也沒有學會它。這樣不但對事情沒有任何的幫助，也會讓自己相信一定也有人很多人像自己學不會，就沒有學習新事物的熱情了，到頭來什麼都學不會。

「想事情要用自己的腦袋啊」這也是作者在書內提及的一句話。要了解一個人並不是藉由別人的嘴巴，別人說他怎樣，你就信以為真了，也跟著別人說著他的不是，要真正的了解一個人，不應該是和他真正相處過嗎？怎麼可以沒有相處過就隨便評定一個人的好壞呢？

看完這本書我有了新的想法。我們不應該把自己侷限在「乖」的範圍裡，偶爾也要「不乖」一下，就如同作者所說的：「拋開繩結，駛離安全的港灣，準備好勇氣去面對前方種種的困難」，為自己開創一條多采多姿，只屬於自己的路，以後回頭看自己的時候，不讓自己的人生增添了後悔，而是多了許多豐富的色彩。

四、討論議題：

到目前為止你有什麼後悔沒做的事嗎？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：優等
作 者：陳怡蓓
參賽標題：成功的必要條件 堅持
書籍 ISBN：9789865922153
中文書名：不放手，直到夢想到手
原文書名：
書籍作者：景美女中拔河隊
出版單位：春光出版
出版年月：2013 年 1 月 29 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

一群正值花樣年華的少女，在同儕正在努力打扮自己比美之時，為了自己的夢想、當時的初衷，不惜增加自己的體位，只為了能參加具有勝算的量級比賽。景美女中拔河隊，一群十六到二十歲的女孩，用著佈滿繭的雙手，一點一點將粗重的繩子向後拉，也用不服輸的意志，將台灣推向全世界。

二、內容摘錄：

1.有種病毒的名字叫作「堅持」，一旦染上就會無可救藥的往前邁進；有種氣體的名字叫做「勇氣」，具備這樣的氣，雖面對強敵，仍有無懼的氣勢；有一種溫度的名字叫作「態度」，從練習到比賽，都可以發現這群女孩子們認真的表現。
(p.3)

2.沒拼過怎麼知道自己行不行?拼了才知道你們的價值在哪裡!(P.6)

3.一時的輸或贏都不會是真理，因為 戰勝別人只是比賽裡的相對強者，唯有戰勝自己，才是人生中的贏家。(p.68)

4.什麼是「犧牲」?什麼是「責任」?如果一直相信有更好的結果在等著我們，大家又何必計較究竟犧牲了多少呢?(P.96)

三、我的觀點：

第一次接觸到景美女中拔河隊是郭書瑤主演的志氣，其中一句話令我印象深刻，「教練，我可以！我可以的！這是我自己的未來～我要自己拼！」為了拔河，他們的玉手，長了一層又一層的厚繭；為了拔河，他們犧牲了睡眠時間，只為了抓緊時間訓練；為了拔河，他們拋掉了個人，不顧家人的阻擋，完成了

夢想。

書中的拔河隊教會我們人生中重要的 24 件事。是希望，拔河是夢想實現的門票；是信任，「相信自己與團隊」；是服從「拔河沒有個人的英雄」；是輸的起「與其想著哭，不如把時間都拿來想想如何改善」；是志氣，面對國際賽時，外國選手的人高馬大，沒關係！我人小志氣高；是不辜負，「謝謝所有提供資助的人，帶著希望，努力奮戰」；是犧牲「練習時間不比別人多，但休息時間卻比別人少」；是喜悅「耕耘的過程越是辛苦，收穫與喜悅會倍數成長」；是認同，「用行動來認同，學習爭取認同」；是不驕傲「贏，高興一兩天就夠了，之後冷靜下來，迎接下一次挑戰；輸，要記得這個感覺，直到下次拿到好成績」；是鼓勵，一旁給我們信心，幫我們加油打氣；是運動家精神「只要盡全力，輸也要輸的漂亮」；是未來，「不為甚麼而拔河，把拔河當興趣」；是團隊「一個帶一個的連鎖反應」；是破繭而出，努力爭取能讓自己進步的機會，「教練，我行！」；是光榮，在打敗瑞典的那場比賽，華僑對著教練說：「我來了南非好幾年，的一次感到台灣人可以如此的驕傲」；是爭取「不做不符合規定的事，我們就有資格爭取我們應得的」；是企圖心「做到最好，才會從零到有。我們不能預計別人有多強，但我們能掌控的是自己」；是道德「我們不在意多了一個敵人，但是卻怕少了一個隊友」；是持續「不論動機是什麼，出於自動自發的持續練習，經常是讓成績由劣轉佳的決勝點」；是紀律「在追求技術與成績的同時，沒有嚴明的紀律，絕對培養不出優秀的選手」；是凝聚，「一個眼神互換，無需言語的默契就會讓大家達到共識」；是堅持，想走又走不掉的心應該也是堅持，「寧願燒盡，不願朽壞，即使自己不夠好，也要盡全力去做」；是串連關懷「因為有了四面八方湧入的關心，在乏味的練習生活中不停的被激起善意的漣漪」

景美女中的故事令我振奮不已，也讓我學會在人生中遇到各種挑戰、困難中必須有耐心，想起初衷，一切的一切似乎只要用著最大的努力，持續努力的奮戰，總有一天會到達夢想的成功殿堂。以後回過頭來，便會覺得這些回憶特別美好，挫敗也只是成功路上的小石頭，沒有跌倒就不會汲取經驗。另外，團隊的故事更令我感動，在國中因為班上曾參加跳繩比賽，更讓我深深體會到團隊的重要性，沒有個人的英雄在團體比賽中是最重要的觀念，如果沒了團隊就算隊伍裡有最厲害的選手，也沒辦法發揮最大的實力。在這本書我學到最重要的就是「初衷」

四、討論議題：

在經費缺少、師長不看好的重重困難下，要如何堅持下去，開創屬於自己的未來？

年 級：一年級

班 級：113

名 次：優等

作 者：謝旻綦

參賽標題：就是要闖出不同的路！

書籍 ISBN：978-957-33-26

中文書名：不乖：比標準答案更重要的事

原文書名：

書籍作者：侯文詠

出版單位：皇冠

出版年月：2010 年 7 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠，作者在本書主要想跟讀者述說一個概念：「現今這個巨變時代，唯有不乖才能讓你與眾不同」，在本書中，作者穿插了許多他所經歷的故事，每個都顯示出來了大眾對乖與不乖的刻板印象，書中占最大篇幅的是作者在醫院從實習到主治的心路歷程，藉由他對同事和病人之間的交流，凸顯出本文的標題並延伸，讓人更相信他的觀點。

二、內容摘錄：

沒有輕狂少年的經驗，就不可能造就出一個深思熟慮的成人。就像許多植物都必須受到溫度或光照的刺激之後才能開花一樣。叛逆、不乖也是生命之中開花、結果必須的「生長激素」阿。(p11)

認真是拼不過迷戀的 (p41)

人生更像是「化學變化」，一個人變成了什麼，其實是很多看得見與看不見的因素，因緣際會變化出來的阿。而在這樣的「化學變化」裡，喜歡與熱情，正式促成這個「變化」，做重要的催化劑啊。P (41)

從握來的角度來看，現在的「標準答案」其實一點也不標準的。因此，上學的目的，與其說是學習「知識」，還不如培養一種「獲得知識」的能力。(p95)

三、我的觀點：

在讀完此書後，我頓時覺得心有戚戚焉，由於鹿港是比較傳統的鄉鎮，所以使

用的教育方式是「填鴨式教育」，這種教學也許在短時間內能看到不錯的成效，但是時間一久，又會是原形畢露，全部都還給老師了，原本我也是挺贊同這種教學方式的，但是讀完這本書後，我開始懷疑起自己所大學的是否自己真的了解，背的那些解釋是否真的都懂，還是只是應付考試而已，就像侯文詠所說：「想事情要靠自己的腦袋」如果永遠都是別人事先給予解答，其實運用自己的頭腦想事情，是很有成就感的，就好像做了一件偉大的事一樣。

在現今的社會中，如果總是模仿和抄襲，是會被隱沒的，即使學歷再高，勝利都會跑向那些富有創意的「不乖」人士，到頭來，你只能怨嘆自己的盲目跟隨，但並不是說不乖就得跟長輩作對，而是要合理的反對，比如說女生不能玩鋼鐵人，針對此事，就能提出異議，對於我，乖與不乖並不是行為的差異，而是意見上的差異，乖的人較不敢提出意見，而不乖的人則是理性的反駁，兩者相較起來，不乖顯得略勝一籌，但大家卻都相信乖才是好的。

在本文中，有個令我印象深刻的地方那就是作者一行人去爬玉山，大家都知道玉山很難爬，要有堅強的意志力和惡環境的適應力，但少了這樣是不行的，那就是「無知」，因為無知，所以無所畏懼；因為無知，所以不怕辛苦，作者他們因為無知而去爬了玉山，而有些一直想爬卻不敢爬的人，則是因為他們缺少了自信和無知的心，這裡讓我想起曾經學過的課文，兩個南海和尚要取經，一個準備了很久都不敢去，另一個則是簡單的裝備就去了，多年後，去取經的回來了，而一直想去的卻還是沒去，有時候，一場未知的冒險，反而會成為一生中最美麗的一瞬間，不需要太多的計畫，說走就走的旅行，也是不錯的。

看完作者在醫院的心路歷程後，我發覺當一位醫生比我想像中的困難多了，一開始作者當實習醫生時，比較緊張，但是他聽了一個資深學長的意見，做了一個表格，只要每被罵一次，他就在表格上打勾一次，沒想到最後當上主治醫師後的打勾次數還比資深學長少呢！但是當上主治醫生後，卻變得要負更多責任了，一條性命就交在自己手裡，這樣龐大的壓力足以壓垮一座山，可想而知，這種壓迫感多麼逼人，對我這個旁觀者，都忍不住的擔心，有一次作者去探望一個癌末的舞蹈家羅曼菲，她問作者為什麼他會發生穿刺後頭痛，作者像他解釋：「通常這種情況比較長出現在年輕人和孕婦身上」她於是雲淡風輕的說：「我不是孕婦，哈，這倒是最近發生最好的事」作者很佩服他的樂觀和坦然面對的心，這並非任何人都能做到，對於我，可能內心會有許多遺憾、疙瘩，總之，就是會無法接受，我想，唯有已經看開人見世俗的花開花落，才能放下吧！

人生在此世間中，本來就不公平，有些人不需讀什麼書，就能很優秀，有些人拼死拼活就是無法達成目標，但我們必須要思考一件事，你所做的一切都是心

甘情願的嗎？還是只想滿足別人的期待，如果並非自願，那做再多也只是事倍功半，「認真是拼不過迷戀的」，唯有真正的興趣，才能夠激發出自己最大覺得潛能，就好比游泳，一個一心想出去玩，卻被研究所考試給限制住的學生，每天關在一個地方死沉沉的讀書會有效果嗎？換個角度想，先讓他出去盡興的遊玩後，再回來讀書，不僅如願以償，也能更專注的投入在自己的功課裡，這樣才能事半功倍。

這本書影響我最大的就是我的思考邏輯，以前我總是走到哪讀到哪，而現在我可以兼顧玩和讀這兩種，在做事的方面，我也是多元的嘗試，先不想著失敗，盡心盡力的去做，才能沒有後悔，很多事都是這樣，唯有拼了命的去完成，才會得到更完美的自己！

四、討論議題：

社會中，是否有許多人都有乖才是最好這種觀念、如果迷戀和現實衝突，該如何解決。

年 級：一年級
班 級：113
名 次：優等
作 者：林玉瑾
參賽標題：不被時代淘汰之道
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠文化
出版年月：2010 年 07 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者為台大醫學博士，目前專職寫作。

本書探討多數台灣人沒有的觀念，作者帶領讀者用「不乖」的角度思考：為什麼「認真」拚不過「迷戀」？失敗又怎麼會比成功好？為什麼我們總是用「別人的腦袋」，而不是「自己的腦袋」想事情？為什麼「視野」遠比「眼界」更重要？進而突破所謂的「標準答案」，培養競爭力，開創自己想要的人生。

二、內容摘錄：

「乖」的文明固然能夠擁有穩定性，卻缺乏變動的適應能力。這樣無法「自我改變」的文明當然是危險的。(p.15)

如果真的一定得有犯錯的經驗，當然是越年輕代價越小啊。(p.22)

一個在台灣被視為不會念書的小孩，為什麼能夠變成了英國一流大學的教授？／重點不在這個小孩聰明不聰明、認真不認真、努力不努力，重點是他如何、以及在什麼樣的評估標準之下，發展出他自己的生命。(p.45)

當你問問題時，「問題」的層次，也決定了你思考的「深度」，同時，很可能地，也決定了你人生的方向。(p.108)

三、我的觀點：

這本書中，作者的觀點和多數台灣人所持有的觀念大不相同。自古以來，人們

不斷告誡晚輩，要乖、要聽話才會有前途。然而作者認為，在這個變化萬千的時代，唯有「不乖」才有突破自我的機會，且不被時代淘汰。

在台灣的教育體制下，學生不斷被要求要用功讀書，考上好的學校、好的科系，才能有好的將來.....在這樣的制度下，學生成了只會拿高分地的考試機器。但是，現在的趨勢是，要「不斷創新」、「不斷改變」，而我們的教育卻交出了只會死記答案的學生，這樣一來，一味遵循前人腳步的「乖」學生，只能遭到淘汰。儘管事實如此，我們還是不斷被要求要用功，彷彿這是不可動搖的真理，不少「不乖」的人就此受到社會主流的影響，失去探索自我的機會。

值得慶幸的是，我的家長都是很開明的。他們對我們的成績沒有很大的要求，認為只要我們盡力就好，也因此沒有強迫我們去補習。我爸爸更是寬容，記憶中有一次，我和弟弟做史萊姆一直失敗，為了重作而用掉半罐膠水，他知道後不但沒罵我們，反而還很高興我們在家做實驗哩。因為家住田中央，生態就豐富了些，爸爸也會找些我們沒看過的蟲子或其他動物叫我們近距離觀察，甚至讓我們抓抓看。爸爸也很鼓勵我們追求自己的興趣和培養專長，像我喜歡畫漫畫和學外語，他會幫我購買相關書籍和用具；妹妹要畫水彩，他二話不說就買了好幾盒顏料；弟弟喜歡做模型，他也會在網站上有新模型上市時間他要不要買；因為我們喜歡閱讀；他就訂了不少雜誌.....。應該有不少抱持傳統觀念的人會這麼問我爸爸，小孩沒事不好好念書，反而去玩膠水、畫圖、玩模型，怎麼做家長的就這麼成全他們了？因為這也是一種學習，多一次嘗試就多一次經驗，所以爸爸才會讓我們這樣做啊。

記得國中上自然課時，老師常常會要同學回家做實驗，而這些實驗通常都得用到食物，就有同學問，如國回去被阿嬤罵怎麼辦？老師回答：「那就跟阿嬤說，您現在不讓我做實驗，以後搞不好就少一個科學家了。」用食物來做實驗，一般老一輩的都會覺得是「不乖」、「浪費食物」的行為。但就像老師說的一樣，搞不好那個人的興趣、才能就因此而被抹滅了。如果就因為這樣而少了一個人才，不是太可惜了嗎？就算沒有成為科學家，從實驗的過程中，也能學到當個「乖孩子」所無法學習到的事，得到其他人所沒有的體悟。

在這個不斷變動的時代，很多事情不再有標準答案，需要更多「不乖」的人來創新，因為現在台灣社會的主流，並不是現在生存競爭的標準。這已經不是以往只要乖乖聽話就能醫生順遂的世代，必須要有更多的改變，我們的文明才能進步。因此，不要害怕失敗，大膽嘗試，做個「不乖」的人，找到真正屬於自己的答案及未來，人生才有它該有的價值。

四、討論議題：

如果想「不乖」地嘗試某件事，畝畝卻要你「乖乖」地不要冒險，你會怎麼做？

年 級：一年級

班 級：13

名 次：優等

作 者：李勁芮

參賽標題：課本以外的智慧

書籍 ISBN：9867574591

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior: a book that changes lives

書籍作者：Dan Millman

出版單位：心靈工坊

出版年月：2006 年 1 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

傲慢的丹·米爾曼，一開始對「蘇格拉底」的，話是半信半疑的，直到他平順的人生有了意外之後，才開始改變他內心的想法，領悟到人生的快樂，不單來自名譽和聲望。

丹·米爾曼是前世界及彈簧床錦標選手、史丹福大學體操教練、歐柏林學院教授、武術輔導員。

二、內容摘錄：

死亡，可能是一種比青春更激進的蛻變。但是也不必特別沮喪。死亡並不可悲，可悲的是，多數人根本沒有真正活過。(p.374)

所有你需要知道的一切，都在你的身體裡面；宇宙的奧秘就銘刻在你的身體細胞當中，可是，你還沒學會怎麼去讀取身體智慧，所以你只能閱讀書本，聽從專家的意見，並祈禱他們說的正確無誤。(p.30)

最好不要開始；一旦開始，最好完成。(p.245)

三、我的觀點：

在推薦的書單中，我一眼就決定要閱讀《深夜加油站遇見蘇格拉底》，因為這本書名字中的「蘇格拉底」相當吸引我的注意，他是我們國中歷史有學到的一個哲學家。在還沒讀這本書之前，我以為這本書和蘇格拉底本人有關的自傳或是故事，但很顯然的我錯了。因為這是比起自傳更發人深省的故事。這本書甚至還在 2006 年翻拍成電影。

這本書的主角——丹·米爾曼是一位驕傲自負的體操選手，藉由他和他取名為蘇格拉底的心靈導師互動的過程，引導出許多普通人內心錯誤的觀念和價值觀，相當值得我們好好的反省檢討並且改進。書中的主角個性十分心浮氣躁，對此蘇格拉底反而用了自己的方法，悄悄的讓主角學會面對自己的問題，重新了解自己。本書中剛開始作者認為實際上的功課考試更勝於原來內心深處的想法，因此時常認為蘇格拉底正在浪費他的時間，直到有一次蘇格拉底告訴了他「身體智慧」的概念，他才有些微的反觀本身。而在這本書影響我最深刻的也是這個片段，蘇格拉底說：「了解是智力單一面向的理解，它帶來知識；領悟則是頭腦、心靈和本能三個面向同時都能理解。只有直接的經驗才能讓人有所領悟。」，在看這本書之前，我一直認為「了解」和「領悟」是相同的意思，到了今天我才深刻的體會到「領悟」是比「了解」更上一層、更為重要的。

現在的我們心態就好比書中的主角，認為課本上的學習才是最重要的，卻也不求甚解的一味追求課本內的知識，忽略了學習的本質以及課本外更多值得我們探討的事物。書中一再強調「思考」的重要，孔子也曾說過「學而不思則罔，思而不學則殆」，這是處於現代學生的我們該反思的，為了應付考試而囫圇吞棗，靠著死背硬記的我們並無法學習，學思是並重的。

在蘇格拉底的眾多金句中，影響作者最深刻的無非是「一切的事情都有目的，就看你怎麼去善用它」，徹底的讓他發現曾經讓他引以為傲的那些榮耀似乎已經不是最重要的，他還有更多尚未探索的事物，也漸漸地改變曾經讓他深信不疑的正常生活。人生會有許多轉折點，每個當下做的選擇都是相當重要的，而書中的主角也做了一個好的選擇，透過這個心靈導師，讓他學會「轉念」的重要。

對我來說這本書就和蘇格拉底一樣，啟發了我很多，深深的顛覆了我的觀念、理念，導正了我很多錯誤的想法，讀完之後我發現原來我也是像主角一樣是個自以為是的傻子，到頭來我們都是錯得一塌糊塗。因為這本書讓我知道何謂真正的勇士，什麼是我們應該珍視的，以及比起表面上的富貴榮華，是否還有什麼是值得我們追求探討的。也許人生中遇不到像蘇格拉底一樣的心靈導師，但從這本書上我獲益良多。

四、討論議題：

「宇宙的奧秘就銘刻在你的身體細胞當中，可是，你還沒學會怎麼去讀取身體智慧，所以你只能閱讀書本，聽從專家的意見，並祈禱他們說的正確無誤。」何謂真正的學習知識？

年 級：二年級
班 級：13
名 次：甲等
作 者：洪于筑
參賽標題：姊妹閱讀心得
書籍 ISBN：9789861202174
中文書名：姊妹
原文書名：The Help
書籍作者：凱瑟琳 史托基特
出版單位：商周
出版年月：2010 年 10 月 6 日
版 次：十七版

一、圖書作者與內容簡介：

作者凱瑟琳 史托基特，1969 年生長於密西西比州，也就是本書內容的發生地點，此書為作者在紐約時寫的，離著一段距離以旁觀的角度更能寫出故事的真實性。故事每一章皆以不同人物的角度去述說所發生的事，主要內容呈現白人與黑人間的隔閡，以及大多數白人對黑人的欺壓，但在此書中亦能看見許多跨越種族的友誼和愛，其中也展現了女主角和一群黑人幫佣們的勇氣，因為有她們勇於改變，不屈服現況的精神，才造就了如此精彩的故事。

二、內容摘錄：

我們只是兩個人。我倆之間並有那麼多不，遠遠不如我們想像中的不同。
(p.497)

而我才看到她其實有多年輕。那些一起工作的夜晚、那些一起分擔的疲累與憂心，叫我好久好久不曾看到這一切底下，那個其實還好年輕的女孩。(p.517)

艷陽高照，我卻睜大雙眼，我站在巴士站，一如過去四十多年歲月。短短三十分鐘，我這一生便……告了段落。也許我該繼續寫，不只給報社寫，而是別的，寫給我認識的人，寫我做過的事。(p.527)

三、我的觀點：

種族歧視在美國的普遍和在此之下仍然存在於不統種族間的愛與友誼，掙脫傳統思維束縛、重新思考、改變世界的勇氣。我想這三點是姊妹這本書最想傳達給讀者的道理，作者在書中並沒有敘述過多的道理，而是透過發生在不同人身上的事去設下問題，引導我們思考。

在故事的開頭，作者已經埋下了許多伏筆，如最早開始配合女主角史基特寫出黑人幫傭故事的愛比琳，在整本書的第三頁，愛比琳早已說道：「我便發現自己已經變了。我心裡給種下一顆苦籽，我就是不像從前那樣你來順受了。」儘管力量不大，想改變這個世界一點事的想法早已深藏在她心裡，缺少的就是那麼一點刺激，也因此，在摯友米尼遭受白人誣衊時，她能鼓起勇氣配合史基特的寫作。而從故事的第一章節便能看到每一位角色鮮明的人格特質。希莉，她是與女主角完全相反的存在，她在密西西比州中佔有崇高地位，在她們的交友圈內，可以很明顯看到大多數人對她盲目的崇拜，其中又以愛比琳所服侍的白人太太李佛小姐最為明顯，也許她們之中許多人並不那麼討厭黑人，但對希莉的崇拜卻驅使她們的思想扭曲，就像故事第一章節所說的，黑人廁所與其他廁所分開，房子的價格便能提高；而此外，在希莉身上我也看到了許多矛盾和缺點，她一方面募款著捐助非洲兒童的基金，另一方面卻是欺壓身邊的黑人。作者在許多方面都寫出了西莉的缺點，她的自私，待人粗俗虛偽，對待母親的刻薄，這些也讓她成為此書下場最悲哀的角色，沒有親人的支持，也沒辦法跟自己所愛之人在一起，只能整天以守住自己那虛有其表的名聲為目標過活，在故事最後，愛比琳曾向她問道：「用盡心力去害人不累嗎？」我想西莉人格特質上最大的缺陷就是不肯承認自己的過錯，永遠都是做出更惡劣的事去掩蓋她的過錯。

縱使故事中大多數是描述白人對黑人的欺壓，但在這之中仍然能看到許多跨越種族的真情，女主角史基特不惜放棄所有去為女傭們寫下故事，也許是因為她對家裡女傭的懷念以及愛，在她身上，我認為其實她對女傭還是有憐憫同情的成分在，相較之下，我更喜歡米妮後來所服侍的西麗亞，她是發自內心的將米妮視為朋友，將黑人視為和自己一樣的人，但我想，如果西麗亞是希莉的朋友，她還能保有如此的善良嗎？而此外，我想此書還有一個值得我們思考的，那就是在一開始愛比琳所說的，女傭們用她們真心的愛去扶養每一個白人小孩，卻總是需要看著她們一天一天長大變成和母親一樣的人，她們被黑人帶大，但卻被教育歧視黑人，這也是個十分值得深思的問題。

讀完這本書，感覺到的不是結束，而是一個開始，姊妹這本書有太多值得我們去思考、去探討、去了解和去研究的事。這本書讓我更深入真實的了解到那些曾經出現在公民課本上的種族問題，也讓我開始思考許多看似理所當然卻隱藏著許多問題的事物，也許不是種族問題，但我們身邊許多人與人之間存在的問題也許遠嚴重於種族問題。但作者想告訴我們最重要的一點也許是，不管這個世界存在著再艱難的事，愛仍然永遠存在，沒有甚麼是勇氣和愛無法克服的。

四、討論議題：

1. 種族歧視的產生原因？
2. 現今社會是否仍然存在種族歧視？
3. 跳脫主流社會想法的勇氣和刺激？
4. 如何思考看似理所當然的事？
5. 父母教育對小孩的影響

年 級：一年級
班 級：113
名 次：甲等
作 者：李家伶
參賽標題：《耳朵借我》觀後感
書籍 ISBN：9789865824211
中文書名：耳朵借我
原文書名：耳朵借我
書籍作者：馬世芳
出版單位：新經典文化
出版年月：2014 年 6 月 24 日
版 次：初版二刷

一、圖書作者與內容簡介：

馬世芳，一九七一年生於台北，現仍持續撰寫雜文、專欄與音樂文字。著有散文輯《地下鄉愁藍調》、《昨日書》、《歌物件》。大學時代開始在電台引介經典搖滾樂。曾與社團同學合編《一九七五——一九九三台灣流行音樂百張最佳專輯》，編纂《永遠的未央歌：現代民歌／校園歌曲二十年紀念冊》。與友人合著《在台北生存的一百個理由》，合譯《藍農回憶》，統籌編輯《一九七五——二〇〇五台灣流行音樂 200 最佳專輯》。

二、內容摘錄：

自古以來，從來沒有哪個政權是被音樂唱垮的、沒有哪場革命是靠歌成就的，不過，一場沒有歌的革命，在集體記憶裡該是多麼失色呢。（p.18）

書寫所謂的音樂文字，總想把聽覺具象化，企圖「翻譯」停聽當下從耳輪直抵靈魂的那股激動，這樣的嘗試或許注定徒勞無功。（p.147）

三、我的觀點：

看著書名《耳朵借我》，彷彿作者學著歌手們在台上高喊著：「把你們的雙手借給我！」，請讀者們耳朵借一下，聽聽幾首歌與它背後的故事。榮幸的是，在最後一篇〈作者跋〉應證了我這突如其來的想法與作者不謀而合，我也早已將耳朵借給作者到故事尾聲……。

從戒嚴、白色恐怖——那個對我們來說不遠卻陌生的時代——至今，有多少抗爭與革命，或許就有多少歌曲被傳唱。「抗議歌曲」就如刀子一般的風：無

形，卻殺傷力十足。從在〈美麗島〉盛開的「野百合」，到面向〈島嶼天光〉的「太陽花」；從〈We Shall Overcome〉改編的〈咱要出頭天〉到吳志寧改寫父親吳晟詩作的〈全心全意愛你〉……，每個時代的故事正在展開。「民主和自由」，這是青年們用青春與血淚換取的，我島的未來，又掌握在下個世代手上。

作者在透過縝密描寫來介紹曾於音樂界留下痕跡之人的同時，往往將故事寫入他的生活，讓讀者們體會當時時代壓力下如何產出結晶。在政府穿鑿附會——只需一字，便可能被判為階下囚——的思想下，許多歌曲不是最後無聲無息，就是能發行卻不能傳播，無奈之下只能錄個「潔本」，掩蓋了原著應有的寓意。縛在政府的網下，幸虧文思泉湧的音樂人們總能在字裡行間「偷渡」思想，只要能「解碼」，心境便能與創作者相連結。時代背景下的哀歌，往往是最最深刻、嘔心瀝血之作，而李雙澤的「唱自己的歌」，喚起多少人的「尋根意識」，足夠的本土化，才能走出國際；充分的在地化，才能尋到屬於臺灣囡仔的立足點。

你我或多或少都有那滿腔熱血、充滿衝勁的年華。如同作者作為「樂迷」，失心瘋買了足以築牆的卡帶，作為文字紙本愛好者，我也像書蟲般渴望書籍——我還有個壞習慣：見著書名起的有 sense 就想多看幾眼，看到封面設計唯美就想帶走——購買的也好，借閱的也好，恨不得將眼前相中的書全納入行囊中，卻怕到頭來內容跟本不合胃口，也無奈自己沒有如此大的包能帶走，更別說其實自己有沒有那麼大的能耐能讀完也是未知數。

說來慚愧，作者細細提到的歌曲，或歌手，或製作人……我是幾乎未耳聞過的，只有些許名稱稍稍在腦海裡浮現——「啊！我聽過這人！」或是「這首歌好像有印象……」不過，在作者巧妙帶領下，我走進了他們的故事，沉浸在他們的詞中，久久不能自己，彷彿聽到他們的無奈中帶著堅毅，只為留下一絲音韻。或許，我們該有一場屬於台灣的「文藝復興」，讓時人回味時日的經典，讓新生代體會昔日音符與文辭交織成歌的溫存。

「耳朵借我」不僅要聆聽經典的旋律，更要傾聽時代的故事。作為「樂迷」要懂行，要挑剔，甚至對音樂人的背景保持好奇，才可能激出真正精彩的作品。

若在翻完最終章後再次回味首篇的推薦序，或許會如李宗盛認同馬世芳一般地認同大哥：「我的耳朵無需借你，你的耳朵當真不賴。」

四、討論議題：

過去經典如今乏人問津，而現代不經思考的一句話、未經潤飾的一首曲卻能一夜之間竄紅，我們是否該獨善其身來陶冶自己？還是沉淪於世俗得過且過？

年 級：一年級
班 級：4
名 次：甲等
作 者：吳玟蓁
參賽標題：試著「不乖」
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者侯文詠是台灣嘉義縣人，台大醫學博士，目前專心於文學創作。

在本書中，作者告訴讀者叛逆、不乖是每個人在成長之中重要的一部份，如果每次都「乖乖」的接受任何事物，不經思考，這樣就無法把這些經驗轉變為自己的智慧。書中還有其他作者在生活中發現的道理、處事態度…。

二、內容摘錄：

1.沒有輕狂少年的經驗，就不可能造就出一個深思熟慮的成人。就像許多植物都必須受到溫度或照光的刺激之後才能開花一樣。叛逆、不乖也是生命之中開花、結果必須的「生長激素」啊。(p.23、24)

2.「熱情」、「喜歡」之後一定會跟隨著「認真」，但「認真」之後不一定會有「熱情」相隨。(p.51)

3.「認真」需要報酬的誘因，但「迷戀」卻不需要。(p.54)

三、我的觀點：

在現實生活中的每一個人都有可能叛逆或者是不乖，有可能是因為自己的意見或是想法和其他人不同而導致。不乖常常被人認為是負面的、不好的，我原本也是有著這樣的想法，但是閱讀完這本書後，讓我對「不乖」有了不同的想法。

我認為如果每個人都只是「乖乖地」接受任何外在環境給予我們的資訊或看法，這樣雖然會比較不需要思考太多事情而顯得簡單，但是因為只有接受資訊而沒有思考這些事物的真實性或是可以改進的地方，就可能會使自己失去思考或是表達內心想法的機會。作者說：「正因為我們開始『思考』、『懷疑』既有的價值所以看起來『不乖』。」是的，雖然看起來不乖，但是如果我們沒有自己想一想，就沒有辦法學到事情背後的道理、智慧，這樣在遇到不同困難或事情時就沒辦法靠自己想出解決辦法。

我在國中一年級時常常因為害怕失誤，所以比較不敢把自己的想法表達出來，只是乖乖的把老師交代的事和份內的工作做好，在上課時也比較少舉手回答老師問的問題。升上了二年級後，對老師和同學有進一步的認識，才開始比較敢嘗試和同學一起討論，一起分享自己的答案。試著說出自己的看法能學到很多事，不僅可以聽見多方面的答案，也可以知道我的看法是否有缺少的東西，更能訓練自己思考與表達方面的能力，就算有說錯的地方也不需要感到不好意思，經過大家一起討論問題，就能即時改正錯誤。

國中老師有時候會出一些申論題讓大家思考並說出自己的想法，我覺得經過多次的練習後，我的思考能力及表達能力真的有比較進步，而且在討論的過程中還可以聽到其他同學的答案，讓我學到更多的知識，這樣子的學習方法也讓我對課文內容更加了解且印象更加的深刻。

我認為書中的「不乖」，就是不要一味的接受外界所給的資訊、看法，應該要試著自己思考，才能確認事情的真實性，且真正思考過後也能發現不同看法，更能將其化為自己的知識智慧。所以「不乖」，真的是人生中十分重要的事，在這個世界上許多的新興事物會不斷出現，許多事情也不一定有標準答案，尋找答案時也可能有許多的思考方向，只要嘗試「不乖」，我們就會開始思考，也會在這些思考的過程中學到許多知識。國中畢業時，我的老師曾告訴我說我是一位有領導能力的孩子，只是在國中比較少將這個能力表現出來，希望我到了高中後，可以把我所思考的想法多多表達出來，在參加活動時也可以說出想法並領導同學一起實踐，所以我想在高中試著實踐書中所指的「不乖」，多加思考且說出自己內心的想法，也試著領導同學，在這些過程中多聽、多看、多想，累積學習經驗，使自己在這方面的思考與表達能力一天一天慢慢地成長、進步。

四、討論議題：

如果一個人在一生中一直「乖乖地」接受外界的任何資訊，那比起另一個會真正思考事物的「不乖」的人，他可能會失去哪些東西或能力？

年 級：一年級

班 級：3

名 次：甲等

作 者：施宣仔

參賽標題：被討厭的勇氣

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：

書籍作者：岸見一郎／古賀史健

出版單位：究竟出版社股份有限公司

出版年月：2014 年 7 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

岸見一郎，1956 年出生於京都，專攻哲學，1989 年起開始研究阿德勒心裡學，積極從事阿德勒心裡文學的著述、演講。

古賀史健，自由撰稿人，以聽寫方式撰寫書籍，所撰寫的訪談稿向來以臨場感及節奏十足而頗受好評。

此書主要是寫一名憤世嫉俗的年輕人來到位哲學家小屋，對於哲學家「世界無比單純，人都能幸福」的說法抱持著懷疑的態度，決心前來推翻他所認為的謬論。經過一夜又一夜，年輕人也逐漸理解其中的道理。

二、內容摘錄：

問題不在於世界是什麼樣子，而在於你是什麼樣子。

不要由經驗來決定自我，而是們賦予的意義。(p.35)

自卑感，是一種主觀的認定。(p.77)

我們「並不是為了滿足他人的期望而活」。(p.139)

所謂的自由，就是被別人討厭 (p.167)

如果你無法不在意他人的評價，無法不害怕被別人討厭，也不想付出可能得不到認同的代價，就無法貫徹自己的生活方式。(p.168)

人，只有在覺得自己價值的時候才会有勇氣（p.211）

關鍵不在於你經歷了什麼，而是如何運用他（p.232）

三、我的觀點：

剛開始，看到這本書名「被討厭的勇氣」時，內心湧上一個念頭，為何要有被討厭的勇氣呢？誰喜歡被別人討厭呢？也對書上「所謂的自由，就是被別人討厭」，這句話感到很困惑，因此開啟了我對這本書的好奇心。翻開書來，發現裡面是描述哲學家及一位年輕人的對話，來表達書所要傳遞的訊息，我覺得用對話來表達不僅內容變得生動活潑，也使原本較難理解的道理更好理解。

第一夜，在講述「目的論」，人們常會利用不幸，使自己變得特別，為了保持特別，而讓自己一直處於不幸的狀態，進而達成目的。也因為害怕選擇新的生活型態，會使自己更加不幸、未來會變得難以預料，而不斷找尋藉口，讓自己保持現在的自己、不做改變，這都是因為自己不斷決定要改變。許多人常會埋怨自己的生活，卻又沒有勇氣做出實際行動來改變，才會使自己一直沈浸於不幸中。

第二夜，說明「所有自卑感都來自於人際關係。」，書中舉到的例子，讓我彷彿看到小時候的自己，常覺得自己身高不夠，羨慕那些身高比自己高的人，也因此產生自卑感。但這本書告訴我，其實這些折磨我們的自卑感，常是自己主觀的認知，而不是客觀的事實，我們自己所認為的缺點也許在別人眼中是優點，完全是取決於我們給予這樣身高什麼樣的價值，只要我們試著改變自己的想法，不執著於站在別人的角度想，缺點也可能不再是缺點。然而，自卑感也不完全是壞的，有時，它也是促使我們改變自己，自我成長的動力。第二個論點「自卑情節」，內容在說人們常將自卑感作為逃避事情的藉口，而我自己也曾經這樣過，像是考試考不好，就用因為自己當時感冒來做為藉口，而不是承認自己不夠努力，合理化自己的失敗。

書中，最令我有感觸的一段，是「割捨別人的課題」。許多社群網站的網紅，或是我們一般人也時常因為太在乎別人的眼光、看法，壓抑自己、改變自己，想要得到別人的認同，將自己變成符合別人期待的人。然而，有時大眾喜歡的樣子未必全然是正確的，到了最後，也許會在過程中逐漸失去自我，迷失方向，變得更加不快樂。我自己，也時常為了得到別人的認同改變自己。而這本書告訴我們應該為自己而活，沒有必要去符合他人期待。人生是自己的，當你為了得到別人認同，而迎合別人、改變自己時，結果未必是好的，需要承擔後果的

往往也是自己，當你有了「被討厭的勇氣」也就不必因為時刻在乎別人的想法而困擾。

最後一夜，是告訴我們要認真活在當下，接納自我，最讓我感同身受的，是裡面其中一個例子，當我們一心想要考上好大學，卻又不用功讀書，這就代表我們並沒有活在當下。書中告訴我，每天做一點題目或是背背單字，就是今天完成的成就！今天是為了的成就，而不是未來的那場考試。要是我們一直將今天做為未來的準備，這樣就會使我們產生一種等時機到了再準備的心態，因此浪費許多時間。

看完這本書後，仔細的思考內容，發現只要我們願意改變，不被自己設立的許多枷鎖束縛，不再過於在意別人對自己的看法，這個世界也會隨著自己的心態還有心境改變而變得不一樣，也能感受到如同哲學家所說的「世界無比單純」。一時要改變確實很難，但更重要的是，一點一點真正的藉由行動來改變自己，活在當下，勇敢做自己，讓自己擁有「被討厭的勇氣」。

四、討論議題：

這個世界，究竟是單純還複雜？如何能夠改變自己，為自己而活？

年 級：二年級
班 級：二年十三班
名 次：甲等
作 者：黃晴筠
參賽標題：貓的眼中
書籍 ISBN：9789863842
中文書名：我是貓
原文書名：吾輩は猫である
書籍作者：夏目漱石
出版單位：野人文化
出版年月：2018 年 3 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

《我是貓》一書作者為日本知名大文豪夏目漱石。夏目漱石本名夏目金之助，生於十九世紀的東京，有「國民大作家」的美譽，開私小說之先河並影響後世之作家，如芥川龍之介、魯迅等。《我是貓》是夏目漱石第一本中長篇小說，以貓的視角觀察人類的行為，讓貓將人類的本性一覽無疑，透過詼諧有趣的氣氛，引領讀者窺察人性中的缺陷。

二、內容摘錄：

由此可見，人類從利己主義發展出來的公平原則或許比貓族來得優越，但是智慧卻比貓族還低等。(p.55)

我安安分分地依序聽完三個人的故事，既不覺得可笑，也不覺得可悲，只感到人類唯一的本領就是為了消磨時間而刻意做口舌運動，不好笑的事情也笑，無聊的事也高興。(p.95)

三、我的觀點：

《我是貓》這本書以一隻無名的貓作為旁觀的角度觀察人類在生活中的言行，作者運用隱喻諷刺的筆法揭露人性中的缺陷，在對話中流露出的本性再透過貓的闡釋，描寫出人的本性。

書中的貓是一隻有智慧的貓，牠雙眼所見的是人類看不見的盲點。書中的各個角色，每一個身上都有作者想讓我們知道的那些「盲點」，以貓的主人來說，雖然他是一名老師，在世人眼中屬於高知識分子，然而貓的眼中所看見

的，卻只是一名幼稚且分不清事實與謊言的人，書中曾提及，貓認為人穿上衣服是多此一舉，這也顯示出人總是帶著一層偽裝的面具，脫掉偽裝後本性便暴露無遺。再說另一名書中荒誕的人物—迷亭先生，迷亭先生總是一本正經的誑騙他人且以此為樂，他的外貌是一名成年人，然而行為卻與一名孩童無異，更以此自豪。

我想，作者想透過貓來告訴人們的，便是這荒唐可笑的情狀，夏目漱石想揭露的，是人刻意忽略但卻真實存在的人性。作者想探討的，是人性中幼稚且矛盾的一面，以書中的例子來說，就是貓主人、寒月與迷亭先生的對談，三人各自講著荒誕不經的故事，期望自己的故事能吸引他人，暗自做著較勁，在貓的眼中那是十分愚蠢且幼稚的。作者想告訴我們的，是當代知識分子的荒謬與他們偽裝下的真面目，不只是知識分子們，人們也容易在無謂的事情上做無謂的較勁，只是人們並沒有意識到這一點，作者透過貓的視角，點出這一點，就是期望人們能看到自身的缺點。

在現實生活中確實不乏這般現象，不只是在作者身處的年代，在我們周遭，這樣的情況仍不斷發生著，只是我們都沒有意識到，同樣的景象正在重複上演，在看這這本書的同時，我們可能覺得書中的人物很可笑，但如果反過來省視我們自身，或許也會看到書中角色的影子，這正是夏目漱石想要提醒人們的，寫下這本《我是貓》，不只是寫給當時的人，更是給未來的人們看的，書中人物的荒唐醜惡的面貌，愚蠢的言行，是給每個人的警鐘，透過客觀地述說更能感受到來自作者的抨擊，他希望能透過這隻無名的貓，讓人們覺悟自己的缺陷，當我們看著這隻貓冷靜的分析每個人物時，我們會認為牠說的十分精闢，甚至覺得很有趣，但當我們這麼想的時候，其實身邊也有如貓一般的人正審視著我們，在他們的眼裡我們也如書中人物般的矛盾。

透過這本書，是一個讓自己正視自身缺陷的契機，不只是單純的嘲笑書中人物的荒唐，更要深刻理解作者想傳達之意，化身為貓檢視自身，而非一味地看牠人笑話，卻忽略自己本身的問題，這與書中人物的模樣無異，作者著書，無非是想助世人看清自己，所以我們更應該時刻提醒自己，想想書中人物，不成為下一個令貓嘲弄的主角。

四、討論議題：

作者的想法一定是正確的嗎？是否會有偏頗？

年 級：一年級
班 級：7
名 次：甲等
作 者：顏莉諭
參賽標題：秦始皇閱讀心得
書籍 ISBN：9 7 8 9 5 7 8 0 3 9 1 1 7
中文書名：秦始皇：一場歷史的思辨之旅
原文書名：
書籍作者：呂世浩
出版單位：平安
出版年月：2 0 1 4 年 0 6 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

此書將作者於MOOC上的文史課程——「中國古代歷史與人物——秦始皇」以文字的方式表達、呈現。有別於一般教授歷史「知識」、「內容」，著重於「記憶」的方式，作者認為歷史學應該強調的是「思辨」，簡單、入門的藉由各種歷史事件，帶著讀者思考、分析古人的選擇和情況的發生，以及如何透過這些經驗、道理，應用到我們現在的生活。

二、內容摘錄：

1. 「在中國傳統的語彙中，『巔峰』並不是一個好詞，因為這代表了接下來只能走下坡。所以在過去，很少會恭維人『如日中天』，這等於咒他後面只會『夕陽西下』。」 p144

2. 「『時』就是我們所處的環境，藉由古人的智慧來啟發自己『先時』、『治時』的智慧，最起碼得能『因時』制宜，一定要避免去做『違時』的事情，我們最終才能獲得成功。」 p242

三、我的觀點：

以前在學歷史時，總是強記什麼時候、在哪裡、誰發生了什麼，卻很少會去思索為什麼事情會發生？是從哪裡開始？面對問題時為什麼做出這個決定？總是把重點放在答案、放在結果，因為這樣比較快，反正知道答案就好了。就像作者說的，我們現在的所受的是「短期而資訊量大的工匠教育」。然而想要真正學習歷史，我們需要「設身處地的思考古人每一次的抉擇」，將古人的前車之鑑化為智慧、道理，並應用於現在。

1. 學習思辨：

在看這本書時，作者循著時間，追溯秦朝從開始到滅亡經歷的事件。先拋出情境，再讓我們闖上書，試想事情的走向，給出答案後帶著我們一步步分析，而平常在學習時總是在知道答案時就結束了，很少思考。我覺得作者的作法很好，跟隨著他的腳步思考，可以看到很多以前忽略的、平常卻重要的細節主導了事情的發生或改變，就像個偵探一樣，抽絲剝繭的逐步找出真相，把許多不相關資料，理成一條合理的脈絡，一切都變得有跡可循了。那代表著只要腦袋有事情的起因，就可以一直往後推倒，不需要再把每一件事都塞在腦袋裏了。記住一個故事總是比記住很多故事還來的簡單。

2. 洞悉人性：

第一次看到這種互動性這麼高的書，在閱讀的過程中彷彿身歷其境，摸不著頭緒的頭腦也漸漸在作者的一問一答下漸入佳境。在張良圯上納履的故事中學會了「忍」和「先」的道理，「忍」讓對方放下防備，「先」使對方毫無防備。何為道理？就是可以有無數的事蹟驗證，於是作者在後面的許多事情都代入了這個道理解題。我覺得這種方式很有趣，好像在算數學一樣，把道理當公式代入就可以解出答案了。就像作者說的其中一件事，嫪毐明明舉兵造反，為何秦始皇還能順利行冠禮？因為秦始皇早就知道了，所以他先準備好了！於是他把嫪毐的軍隊全部殺光，還包含了和他們有血緣關係的人。

秦始皇如此嗜殺的個性讓我印象深刻，而且不僅他嗜殺，他的小兒子秦二世也有樣學樣，在作者提出的許多的問題中，惹他們不高興的人，結果很簡單，就是被殺掉。可是秦始皇在統一天下前並非如此，有的時候他不殺人，為什麼？因為他的目標還沒完成，還沒一統天下，而殺了人可能破壞計畫，於是乎即使他看對方再不順眼，只有利益足夠，他會留下對方，直到對方沒用。秦始皇嗜殺，但在統一天下前，曾有個人騙他，作者問：你會怎麼做？我的想法是：殺。但是秦始皇並沒有殺那個人，因為那個人對秦國統一有利。

3. 審時度勢：

所以代道理公式還是有條件限制的，題目變了，盲目的代入，答案是不會對的。所以作者說「審時度勢」也是歷史學的功用。讀完這本書後，不僅將秦朝歷史重新複習，也透過了解了許多不曾發現過的細節來體會歷史的有趣，在每一次的換位思考模擬古人的思維，更貼近的學習讓留下的印象也都變得深刻了。在現實中，沒有上帝視角，無法很清楚自己會遇到什麼，為了因應變幻無

常的人生，我們應該藉著歷史，洞見底蘊，吸收其中的精華，並審時度勢，成功的在多變的時代下好好的站穩腳步，因為「一切都未成定局」。

四、討論議題：

作者說我們正活在歷史上的第三次巨變中。面對尚未穩定的局勢，我們可以有什麼作為呢？可以如何改變？

年 級：一年級
班 級：101
名 次：甲等
作 者：曾苔湘
參賽標題：迷路的詩 楊照
書籍 ISBN：9575221427
中文書名：迷路的詩
原文書名：
書籍作者：楊照
出版單位：聯合文學
出版年月：1997〔民 86〕
版 次：初版九刷

一、圖書作者與內容簡介：

（一） 作者簡介：

本名李明駿，台大歷史系畢業，現為美國哈佛大學博士候選人。著有長篇小說，中短篇小說集，散文集，文化評論集等。曾獲賴和文學獎、吳三連文學獎、吳濁流文學獎等。

（二） 內容簡介：

作者以六零年代台灣的政治和外交背景為時間點，描寫少年年少輕狂不願遵守「規矩」，在白色恐怖政治動盪不安的時節，和一個女孩間的距離以及多年後在書桌的最下層抽屜沉積已久未送出去的詩。

二、內容摘錄：

（一）有些謎更遠跨一步進入禁忌的領域，制扼住了去猜探的念頭，只在心底沉澱化為不時嚙咬著感官的奇異刺激。p.27

（二）這些名稱顯然比較適合輕輕地唸出，讓音聲摩娑過舌尖，讓意象象徵在腦中連絡起一網詩的現實，而不適合拿去查對草木目錄綱鑑。p.116

（三）走離開學校的軌道，我們傾聽自己騷動叛亂的心跳。那裡面有一種海嘯來前的雄渾低音頻率，波波濤濤嘈嘈切切捲捲然轟轟然，怎樣的一隻怪獸將要脫柵而出。p.209

三、我的觀點：

看著這本書封底的簡介吸引著我，但翻開書本一探究竟時，卻完全顛覆我的想像。這本書帶領我回到六零年代的台灣，瞧瞧當時的社會動盪不安與人民又是如何在這個世代裡翻滾。書中的世界並不像社會課本上輕描淡寫地寫過這段歷史而是引領著我們身歷其境得體驗，用時隔已久偶然翻找到書桌最後一格抽屜裡的詩，告訴我們就算是在動盪不安的年代，少年也是與我們一樣有著叛逆的心理、有著那似有似無的愛情以及摸不透自己的內心，但卻堅信著自己喜愛的事物。也曾有過遲疑，遲疑自己喜愛的事物是否真的與自己的想像相同、遲疑自己的決定。

雖然我們身處看似和平看似民主的台灣，但從大人們的嘴裡也能略知這虛偽和平的真面目，在這真面目的背後也不過就是利益與面子的糾葛，我們也依然與當初一樣在這個世代裡翻滾掙扎著，我們有時也會叛逆也會調皮搗蛋，我們也會在我們青澀的青春裡談著似有似無的愛情，想像著我們也是大人這樣似乎能更靠近那我們不了解的世界，我們也有著曾經堅信自己的未來與自己喜愛的事物，但在現實的驅使下或許漸漸的有人遲疑了、有人放棄了。

書中寫到「什麼時候停止寫詩的？美麗島軍法大審那年。不是徹底的停止，句子還是一行一行潦草地抄錄在本子裡，然而卻徹底失去了發表、整理成篇章的動機。有一些別的事情干擾著我的浪漫詩人夢幻。我的詩，別人的詩都少了些什麼，一些我愈來愈覺得不應該缺少，偏偏卻無從予以掌握的東西。」就如同在詢問我們什麼時候停止追夢的？雖然現在並不像當時的年代是紀律與軍事在脅迫我們，但就如同慢性病一樣漸漸的、悄悄的，我們在不知情的情況下還是在我們的青春裡用我們的步伐一步一步的走下，然而卻不知失去了結果。雖然不是明白的恐嚇卻是在無形中的同化、灌輸想法。我們缺少什麼？或許是勇氣，你說勇氣是可以自己掌握的，但是事實真的是如此嗎？在經濟、家庭、長輩和生存的無形壓力下，那逐夢的勇氣卻消失的無影無蹤想掌握卻無從予以掌握的勇氣。

「迷路」這兩個字可能形成一個誇飾的意象，因為它太容易融入世俗生活情態的任何角落並形成解釋，但這兩個字卻是最好的詮釋。書中的少年在迷路中最終在某個秩序裡終究找到了自己的位置，即使少年並不樂意這終須到來的「位置」，於是書中最後問到

詩人迷路了嗎？

詩人在巨大卻遙遠的時代符號之前迷路了嗎？

詩人在茫昧卻深植的愛慾感傷之中迷路了嗎？

詩人在頑強卻卑微的美學信仰之下迷路了嗎？

詩人在辯護卻抱歉的坦白供述之後迷路了嗎？

就如同我們長大後在迷路中最終找到了自己的去處，但這個位置卻不是年少時我們的「夢」，那我們是否也該問問自己

「我們迷路了嗎？」

四、討論議題：

「書中活在六零年代的少年與現在的我們到底有何不同？」

年 級：一年級

班 級：3

名 次：甲等

作 者：王筠妮

參賽標題：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：

書籍作者：岸見一郎/古賀史健

出版單位：究竟

出版年月：2014 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

岸見一郎是一個 1956 年生於京都的日本人。京都大學文學研究科博士，專攻西洋古代哲學史。寫過很多很棒的作品如《我只是敢和別人不一樣》《被討厭的勇氣》《面對父母老去的勇氣》。

古賀史健是一個自由撰稿人。在 1973 年岸出生。專門以聽寫記錄的方式從事書籍撰寫，參與過許多暢銷書的商業書刊，所撰寫的訪談稿向來以臨場感及節奏感頗受好評。

二、內容摘錄：

「我們無法搭時光機回到過去，時鐘的指針也不會倒轉。如果你一直停留在決定論的觀點上，就會受到過去束縛，未來也永遠得不到幸福。」(p. 43)

「答案，不是由誰來告訴你，應該自己親手去找才對。從別人那裡得到的答案，不過只是頭痛醫頭，腳痛醫腳，一點價值都沒有。」(p. 45)

三、我的觀點：

《被討厭的勇氣》以語錄方式輕鬆呈現，收錄一些阿德勒心理學的內容，與一名憤世嫉俗的年輕人討論哲學，男子聽到「世界無比單純，人人都能幸福」，變想推翻這種謬論。

「如果你一直停留在決定論的觀點上，就會受到過去束縛，未來也永遠得不到幸福。」決定論也就是「因為「過去」發生的事情決定了人的「現在」。」所以

人確實可以改變，心理創傷並不存在，心理創傷只是為了讓人們有理由去解釋自己做的事，好達到想要到達的目的。

「答案，不是由誰來告訴你，應該自己親手去找才對。從別人那裡得到的答案，不過只是頭痛醫頭，腳痛醫腳，一點價值都沒有。」年輕人認為只要自己成為像 Y 先生這樣的人生勝利組就可以變得幸福，急著想知道如何變成 Y 先生，卻被哲學家拆穿「你感受不到幸福，是因為不愛你自己，所以把「變成別人」當做愛自己的手段。你想變成 Y 先生一樣，選擇拋棄現在的自己。」但是在阿德勒心理學裡認為這只是為自己不想改變的理由罷了，讓年輕人心裡存在著「如果可以成為像 Y 那樣的人，就能變得幸福。」但是哲學家說「只要你一直活在「如果怎麼樣的話……」的可能性之中，就不可能改變」因為人會把這個當做不改變的理由。因此幸不幸福都是自己選擇的，並不是出生背景，就算是含著金湯匙出生的人也可以選擇讓自己不幸福，反知如果出生環境不是那麼好也許有一頓沒一頓的，也是可以努力改變現況讓自己成為「人生勝利組」。

「重要的不是你經歷了什麼，而是你如何運用它。」阿德勒曾說過，每個人都只關心「經歷了什麼」卻不曾想過「如何運用」。要運用自己的經歷成為改變現在的動力，才能得到想要的幸福。

阿德勒認為「任何人都可以成就任何事，只要有克服困難的勇氣」這句話我非常喜歡，這句話也是本書最大的重點，若是沒有克服困難的勇氣，就一定沒有辦法成就任何事，因為在人的淺意識中一定會幫自己找各式各樣的理由讓自己認為那是一個遙不可及的目標，夢終究還是夢。卻忽略了沒有嘗試就絕對不會有希望，唯有放手一搏，不為自己留下任何退路，才有克服困難的勇氣，讓成功的可能性大大提升。

《被討厭的勇氣》中提到不需要在乎別人的眼光，因為別人怎麼看你是他的事。在這個世界上不可能被每個人喜歡，一定會有不喜歡自己的人，但是不需要在意他們的眼光他們的想法，因為就算在意了也於事無補，不可能拜託對方喜歡自己，我們能做的就是「接受」，只有接受才能讓自己變得幸福，被討厭又怎樣？被批評又怎樣？討厭自己的人不能變成妨礙我前進的絆腳石，畢竟前進是必要絆腳石只要跨過去之後又是平坦大道了。

《被討厭的勇氣》這本書真的是一本很有趣的書，雖然是一本哲學書，卻跟心理學密不可分，告訴我們沒有事情無法改變，只要有勇氣。讓年輕人慢慢的接受阿德勒心理學，慢慢的知道覺得自己不幸福的原因。

四、討論議題：

阿德勒認為只要有勇氣，就可以成就任何事，但勇氣要從何而來呢？

年 級：一年級

班 級：106

名 次：甲等

作 者：張書育

參賽標題：《被討厭的勇氣》讀書心得

書籍 ISBN：9 7 8 9 8 6 1 3 7 1 9 5 5

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：

書籍作者：岸見一郎/古賀史健

出版單位：究竟出版

出版年月：2014年11月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

岸見一郎：哲學家。高中開始以哲學為志向，進入大學後，常與老師展開唇槍舌戰。除專攻哲學外，1989年開始研究阿德勒心理學，並擔任精神科的「年輕人」心理諮商。

古賀史健：自由撰稿人，以聽寫方式從事書籍撰寫。所撰寫的訪談稿，以臨場感及節奏感而頗受好評。

《被討厭的勇氣》內容簡介：

以一對一對話，教導人不要在意別人的看法，從擁有被討厭的勇氣開始，減少不必要的麻煩開始，進而朝向幸福美滿的人生邁進。

二、內容摘錄：

P 6 1～6 2 無論你之前的人生發生過什麼事，那對你將來要怎麼過日子一點影響都沒有。

P 7 5 人類的煩惱，全都是人際關係的煩惱。

P 1 2 0 人只有在感覺「只要和這個人在一起，就可以自由盡情地展現自我」的時候，才能真正感受到愛。

P 1 4 7 只有自己可以改變自己。

P 1 6 4 沒有任何理由不讓自己隨著喜好過日子。

P 1 6 7 所謂的自由，就是被別人討厭。

P 2 0 0 在害怕關係崩壞的恐懼下過日子，其實只是為別人而活，是不自由的生活方式。

P 2 4 1 只要你害怕信任，終將無法和任何任建立深厚的關係。

三、我的觀點：

每個人都希望人生便是幸福的，但要從何改變起呢？

這本書一開始先從改變我們的想法開始。不能以過去的事來思考現在及未來之行為的「決定論」，而要想說你是為了什麼「目的」而有了這種行為的「目的論」，不要以經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義來決定，重要的不是你經歷了什麼，而是你如何運用它。

人們也是很容易在平常生活中就做出一些讓自己邁向「不幸福」的決定，雖然無人自願為惡，但那些都是人們認為他們選的「不幸」對他們是一種「善」。假設現在的你非常不完美，但因為現在的生活比較容易受控制，而未來新的環境很多變數，讓你感到不安，所以你才選擇了維持現狀，也就是選擇了「不幸」。

然而這些煩惱都來自於人際關係。為什麼覺得自己不幸福？為什麼你討厭自己？因為你羨慕身旁比你優秀的親朋好友，還有大家總是不小心會有比較的行為出現，使你不安於現況，討厭自己。為了讓自己變得更好，就會有追求卓越的行為出現，但當理想無法達成的時候，就會產生自卑感，而健全的自卑感是跟「理想的自己」比較後的結果，只是大部分的人們都不知道。當一個人比別人差的時候，就會想盡一切辦法去吸引他人注意，所以當對方挑起這番鬥爭時，我們也絕對不要隨之起舞。

接著是要學習課題分離，也就是，所有人際關係中的紛爭，差不多就是因為一腳踩進人家的課題裡，或是自己的課題也遭到干涉所引起的。舉個例子：別人要看你不順眼那個就是他的課題，我們不需要因此感到生氣或難過而去改變自己，如此一來就是進入別人的課題了。正如文中提到的「我們可以將馬遷到水邊，卻不能強迫牠喝水」、「只有自己能改變自己」。所以我們要學著不去畏懼別人對我們的看法，別人怎麼看我、評斷我，我無能為例，我們要學習表達

自己的看法。想要自由?那就要有做自己的的觀念，和被討厭的勇氣。

要記得，我們並不是世界的中心，所以不用去在乎別人的看法，只要我們能把別人當成「夥伴」，就可以找到自己的歸屬，也就是「社會意識」——人際關係的終點，社會意識是我們在思考「幸福的人際關係時」最重要的指標，當你對自我的執著轉為對他人的關心，漸漸的也會得到歸屬感，要了解人際關係是橫向的，彼此要互相鼓勵，人就是因為鼓勵，才感覺到自己是有價值的，接納得了自己後，就會甘於平凡，進而感覺到幸福。

雖然這本書利用年輕人和哲學家的對話將一切我們在追求幸福人生的道路上所有可能遇到的問題都講得清清楚楚了，我也能看得懂這本書所想傳達的思想及道理了，從何改變起大家也都一目瞭然。但倘若要真的去實踐這一切，定是沒有我們所想像、所說的那麼容易，阿德勒也說過要懂他的思想必須花上你現在歲數一半的時間才能融會貫通。

四、討論議題：

幸福的定義是什麼？要如何得到它？

年 級：一年級
班 級：1
名 次：甲等
作 者：曾于倫
參賽標題：心靈、體會
書籍 ISBN：9 7 8 9 8 6 1 7 3 9 1 6 8
中文書名：靈魂的領地：國民散文讀本
原文書名：
書籍作者：凌性傑/楊佳嫻
出版單位：麥田出版
出版年月：2013年4月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書由兩位中文所畢業的編者所編著而成，分別是中正中文所碩士畢業的凌性傑及台灣大學中文所博士畢業的楊佳嫻，兩位都是高雄人，也都分別著有許多作品，分別任教於中學及大學。

本書是以五個主題編成，分別是成長、情感、飲食、移動及文化抒寫，每個主題都會有6～8個散文，文章後面都會有編者的筆記以及作者的簡單介紹，使讀者更能夠了解故事之中的涵意，並反覆咀嚼文中的意境。

二、內容摘錄：

還好，夜裡，溪水自己來找我，把我喚醒，讓我在別人的黑夢中，卻聽見下午的細碎晃漾陽光。(p.23)

夜裡，大雨又忽忽起，整個空氣都是揚起的塵埃和植物的濃烈氣味，豬籠草在陽台上放出氣味肆捕著蚊子，殘餘的九層塔香散在黑夜裡，不散的夜市饗宴在那晚飄散著一種奇特的疏離與溫暖並置的一夜。(p.30)

直到，你醒過來，我便闔上書，結束漫遊，回到車廂來。陽光淡淡，染亮你手臂上細細的汗毛，現在，你已經健康而豐腴了。我側過臉餵你一個微笑，嗯，我從未離開，而你一直都在。(p.123)

三、我的觀點：

在這本書中，有許多的主題，而我最喜愛的便是飲食及文化抒寫、情感。每

當在閱讀這些主題時，都會特別的感興趣，也會讀得比較雀躍一點，畢竟，飲食與文化是在我們生活周遭圍繞著的，與我們息息相關，遇到熟悉的事物，便會使我擁有親近的氛圍。

詹宏志的〈筍滾筍的滋味〉是讓我印象很深刻的一篇，裡頭那等待、緊張、逃避，都讓我有著相同的感受，等待，等待著心中的冀望實現；緊張，緊張著期望是否落空；逃避，逃避著將與最熟悉的校園、同學分離的事實，種種心情的描述，使我再度回憶起。〈筍滾筍〉這道菜，也代表著新與舊參雜的複雜心情，或許看似平淡，只是一樣道地的佳餚，但卻隱含著未來未知的方向，藉著與同學們的登山旅遊，想要忘卻一切的不順心，時光的流逝，卻也帶領著這種一切，回到再也回不去的過往。

而在書中吳億偉所寫的〈軟磚頭〉，呈現了生活中的經驗，或許那一串串堆疊起來的衛生紙，是會讓人難以說出口的，但那卻是一個父親辛苦所建立的軟磚頭、辛苦所建立的家，或許小時候，會覺得不想接受這一切事物，但到了長大才發現這是最難能可貴的，因為，那看似軟弱的軟磚頭，才是最堅強的城堡，是父母為了孩子辛苦所建造的，揮灑自己的汗水，就是為了建立一個你。

張曼娟的〈誰願意活下去〉，講述著人因為壓力而選擇放棄自我，或許已經擁有財富，也擁有成就，但在那心中充滿著沉重的感覺，壓在自己的身上，快喘不過氣來，因此，就此選擇解脫這監牢，那又為何會出現那沉重的感覺？為何想要選擇離去？難道沒有其他解決方法了？事實上，是要看自己是否有辦法釋懷，釋懷這偌大的壓力，釋懷精神上的沉重。生活並不會事事如意、一帆風順，挫折是必然的，失敗是必定會經歷的，不同想法會造就不同的結果，假如你若覺得失敗是一種經驗、是一種學習，擁有失敗，說不定將來會勝過那至今不曾擁有過的人，那將帶給你越挫越勇的精神，但你若覺得失敗是不可被允許的，是不可以出現在你面前的，那在你面臨時，精神、情緒就會瞬間失控，心裡不斷說服自己，這不是真的，但回到現實狀態，就會被再度發現失敗的自己，壓的喘不過氣來，想當然，恐懼就會隨之擴大，吞噬著你的心靈，兩種想法，使的生活全然不同。那為何人會願意活下去？是因為努力過著當下的生活，因為擁有最重視的那個需求，擁有一個動力去滿足，那就會使人們願意活下去，當人因為滿足需求時，心中的雀躍，是被無法其他事物取代的，因為是自己努力所獲得的，有著苦盡甘來的美好滋味，盡情享受著，絢麗的生活。

心靈、體會，是我對這些故事的感受，無論是生活、情感或是滋味，都觸動著我的內心，每讀一次，都會使我回味許久，或許，我追尋的需求，就是如此，才會讓我對於生活更多采多姿吧！抑或，我選擇努力過著生活，學會接納失敗，生活才會如此截然不同，創造獨一無二、最特別的自己。

四、討論議題：

在自己內心的世界，是否願意與失敗及恐懼並存呢？還是想要不顧一切的不承認它們的存在？

年 級：一年級
班 級：06
名 次：甲等
作 者：何苡琳
參賽標題：房間裡的秘密
書籍 ISBN：957615247
中文書名：自己的房間
原文書名：A Room of one's Own
書籍作者：維吉尼亞·吳爾芙(Virginia Woolf)
出版單位：探索
出版年月：2000 年 02 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

維吉尼亞·吳爾芙，他生於 1882 年，在經歷一連串打擊挫折後於 1941 年自殺身亡。他是寫作小說、短文的佼佼者，也是當時最佳文學評論者。著有 3 篇自傳及多本書信集。

吳爾芙筆下人物探究了文學的程序，以及他因為教育水平低落、缺乏自由、過度挫折所造成的影響。在有關女性解放的議題上，吳爾芙以她文學的想像及令人折服的機制，大聲說出她的觀點——針對性別、金錢與天才巨作之關聯性。

二、內容摘錄：

1.沒人應該擋住別人的視野；我們若是真切面對現實，以現實為現實；不再摟著別人的肩膀；願意孤身前行；願意自己和這世界的關係辨識和真實世界的關係，而不在只是和男男女女的世界關係；那麼，機會就會降臨，死去的詩人，死去的莎士比亞妹妹，就會重現血肉之軀，化成她先前老是丟掉的軀體。從前人的吳明生命力汲取生命，就跟她兄長做的一樣，她便得以誕生。(p196)

2.心智自由，端賴物質供應。詩歌創作，端賴心智自由。(p188)

4.人心裡的男性和女性這兩邊，一定先要有合作，創作活動才能開花結果。(p183)

三、我的觀點：

100 年前的社會，女性是飽受歧視的角色，但在那混沌的時代中，卻有個勇敢

的女性來寫這本書為女性發聲，她就是維吉尼亞·吳爾芙，走在時代的尖端，道盡所有不為人知的黑暗面。藉由這本《自己的房間》來揭曉 100 年前所有兩性不平等的現象，再比較，現代的女性是否真的克服了這些困難？

1.吳爾芙所見：維吉尼亞·吳爾芙用她在大英博物館看書的經過，寫出女性在寫作的弱勢，但她並沒有直接以「女性與寫作」來寫，而是以「自己的房間」帶出她的觀點。一開始她漫步在草坪上，卻被趕走，因為草皮被認為是高級的教授及學生才能走得的地方，而要進到圖書館，卻也遭受相同待遇，100 年前的這個現象，是正確的嗎？這是女生應得的嗎？

後來她想藉由各類寫作來看看女性是否真的處於弱勢，但她完全無法下手，後來當她開始看書，但卻都看到對女性不利或完全在貶低女性的評論，一般人看到應該會大罵這個作者，或氣得把書丟掉，但吳爾芙不是，她思考到底為什麼會造成這個現象？後來她發現--其實只要女性說出真相(女生沒有比較差)，這時男性就會開始縮小，就跟鏡子一樣，因為一直以來都是男性在霸佔著這面鏡子，當說出真相後，男性就會慢慢從鏡子中消失，女性拜開始浮現在鏡子裡，所以這大概就是為什麼男性要一直貶低女性的原因了。

2.女性的困境：在維吉尼亞·吳爾芙的時代，當丈夫不高興，就對自己的妻子上下其手，甚至毆打，女性完全沒有任何人權可言，但如果在現在的社會，這種事情的發生機率確實小了許多，在提倡性別平等時代的我們，女性的待遇確實不比男性差，但卻還是有者許多的不利，在職場上也有著「透明天花板」，當升遷或加薪，女性的所得卻還是比男性低，我想吳爾芙在書中說道的「鏡子」還是存在現實社會中，為了男性的虛榮心，還是拿女性當犧牲品。

3.要有自己的房間：但到底為什麼要有自己的房間呢？吳爾芙其實在書中有為我們解答：「每個人也都有自己的房間；我們若是養成了自由的習慣，以及切實寫出所想的勇氣；我們若是能夠稍稍逃開共用的起居是，多看看世人和現實世界的關係……」我們能在自己的房間做任何事情且不受拘束，的到適當的休息及安寧，在自己的房間，女性可以任意寫作，寫出所有不滿，可以批評時政，告訴男性他們的不足，可以寫出女性的真面目，告訴男性我們不為人知的秘密。在自己的房間可以跳脫世俗觀點，看見很多平常看不見的事物，在自己的房間可以思考許多事情，我們可以努力使自己被看到，不讓前人白白犧牲，所以女性其實只要想做，任何事情都不會比男性差。

4.現在的女性：在這百年來，女性的地位漸漸受到重視，女性也得到許多之前不能得到的東西，我很高興我生存在現代，現代可以看到許多女性作家的作品，做自己想做的任何事情，因為是在百年前，女性可以做的事情實在是少之又

少，與現在完全不同，雖然有時還是會看到所謂的性別歧視，但是這些事情都會被制止，帶給人們正確的價值觀，但修法、價值觀這些議題的矛盾現階段還是吵不完，因為每個人都有不同的觀點，我想要大家的觀點同時存在，才有辦法帶給這世界所謂的多樣性，才能從中取得平衡，雖然如此但就算修了法，也不一定能遏止所有的性別歧視及霸凌。

5.感謝吳爾芙:在現代我們可以看到許多女性作家的作品，有張愛玲、簡嫔與J.K.羅琳等，寫出風花雪月、人生經歷、社會價值觀，女性的作品往往都能寫出男性沒有的細膩，在看女性作品的時候，都能沉浸在作者描寫的細膩情緒中。在男女平等的時代，我們真的證實了女性不比男性差，但男女看事情的觀點有所不同，我們可以在許多不同的作品中都可以看到這件事，我想世界上要有男性與女性的價值觀同時存在才能取得平衡吧!而我們要感謝維吉尼亞吳爾芙帶給我們如此作品，才能看見女性在寫作的弱勢、女性的真面目和男女不同的觀點。

四、討論議題：

男女真的有辦法的到完全的平等嗎?

在生理與心理，男性與女性都是不同的，要怎麼做才有辦法自造雙贏呢?

年 級：二年級
班 級：215
名 次：甲等
作 者：李思璇
參賽標題：吶喊中的狂人日記
書籍 ISBN：9789861466569
中文書名：吶喊
原文書名：吶喊
書籍作者：魯迅
出版單位：風雲
出版年月：2013 年 4 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

魯迅，原名周樟壽，字豫才，浙江紹興人，魯迅為他著名的筆名，是新文化運動的領導人之一，原本赴日學醫，後因觀看影片時，看到日本人欺壓一位替俄國做軍事偵探的中國人，而一旁的中國同胞卻視而不見，便棄醫開始抨擊中國舊文化的弊病。講述由辛亥革命至五四運動的社會生活，揭露了當時中國傳統文化的弊端，批判國民相互麻木不仁的態度。

二、內容摘錄：

P23 我翻開歷史一查，這歷史沒有年代，歪歪斜斜的每頁都寫著仁義道德幾個字。我橫豎睡不著，仔細看了半夜，才從字縫裡看出字來，滿本都寫著兩個字是吃人！

P28 自己想吃人，又怕被別人吃了，都用著疑心極深的眼光，面面相覷。

三、我的觀點：

「吶喊」屬於一本小說短篇集，內容收錄了 14 篇的小說，其中的「狂人日記」最讓我詫異，當我觀看第一遍時，我完全一頭霧水，不知究竟有何寓意，只著重於「吃人」二字，但我心想這並非平淡無奇的著作，一定有更晦澀的隱喻，便又琢磨了許久，後來才深切體悟到魯迅先生所要表達的種種憂心。

回到家鄉的心情應是洋溢著期望，但主角卻是受到議論紛紛，眾人以異樣的目光時刻盯著他，彷彿一群飢渴的獵豹準備蓄勢待發，主角也疑心重重打量每個人，而膽顫的過著每個日夜，甚至就連至親兄長也同謀策劃吃人之事，看到這

裡，讓我想起白色恐怖時期，眾人為了自身利益，笑裡藏刀，不惜誣陷罪名而獲得獎賞，後來主角開始懷疑妹妹死因是被哥哥殺來吃的，自己可能某天也把她的肉吃進肚子，則間接隱含著魯迅也在想他是否曾經受到舊制度的迫害，書中寫道「我翻開歷史一查，這歷史沒有年代，歪歪斜斜的每頁都寫著仁義道德幾個字。我橫豎睡不著，仔細看了半夜，才從字縫裡看出字來，滿本都寫著兩個字是吃人！」，這段話讓我莫名感到一股難以言喻的心酸，在生活中，朋友與親人都是自己重要的依靠，而在那時竟因受制度的影響，出現各種偽君子，大大淹沒了孟子所說的「人性本善」，違背善良風俗，上演一場人肉宴，這慘不忍睹的弊病讓我看了提心膽跳，若是換作是我，可能我會先因這驚悚的陋習而瘋癲，無法繼續待在這思想愚拙的村內，最後書中寫道「沒有吃過人的孩子，或者還有？救救孩子……」還未親自接觸到儒家思想的年幼的小孩，並未讓此種想法深深扎入腦海中，所以還有轉圜的餘地，這些孩子經過不同的文化、語言的學習，皆可能成為未來國家的棟樑，是現代社會不可或缺的奇才，每個人都應拓展更遠的視野，而不是膠柱鼓瑟，沉浸在過去腐爛的思想中。

在「吶喊」的序言中，魯迅「認為我們的第一要者，是在改變他們的國民精神，而擅於改變精神的，我那時以為當然要推文藝」，我十分讚賞魯迅為了國民不惜犧牲自己的前程，為現代文學史寫出許多不朽之作，像是阿 Q 正傳、狂人日記、孔乙己，他強調「揭出病苦，引起療舊的注意」，在中國歷史上，有許多專制讓許多經典文學煙消雲散，正如焚書坑儒，而舊有的傳統觀念便會漸漸讓其根深蒂固，我常常在想，台灣雖然因中國而受到控制、打壓，在國際上甚至遭受不平等的待遇，但是至少我們屬於民主國家，所有台灣人都受到人權的保障，不會受到共產黨的限制，眾多的傳統觀念，像是「重男輕女」、「男主外，女主內」等性別歧視，都已大大改觀，且創造更美好的未來，我只能說，身在台灣我很榮幸。

四、討論議題：

現代社會上的制度，仍有一些不合時宜的想法，導致眾多人意見與眾不同，像是最近的文言文與白話文的爭吵，是否該改變甚麼？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：甲等
作 者：蕭阡漪
參賽標題：放下過去，迎向未來
書籍 ISBN：9789576393327
中文書名：臺北人
原文書名：
書籍作者：白先勇
出版單位：爾雅
出版年月：2002 年 02 月 20 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

白先勇先生以說故事的方式，娓娓道出那些國共內戰失敗後，隨著中國國民黨移居臺灣的人們，五味雜陳的心情，今昔的鉅變，以及忘不了的過去所引出的渴望。同樣是順著這一波移民潮來臺的白先勇，站在與故事角色們相同的角度，用十四則短篇小說濃縮他們人生中的苦與淚。故事多以暗喻傳達角色們的心境變化，唯有將自己融入其中，才能心領神會，感受到這群「臺北人」的辛酸。

二、內容摘錄：

朱青聽了我的話，突然顫巍巍地掙扎著坐了起來，朝我點了兩下頭，冷笑道：『他知道什麼？他跌得粉身碎骨那裏還有知覺？他倒好，轟地一下便沒了——我也死了，可是我卻還有知覺呢。』(p.81)

不過那時她還年輕，一樣也有許多傻念頭。她要替她那個學生愛人生一個兒子，一輩子守住那個小孽障，哪怕街頭討飯也是心甘情願的。難道賣腰的就不是人嗎？那顆心一樣也是肉做的呢。(p.126)

三、我的觀點：

「悲歡離合總無情。一任階前 點滴到天明。」——蔣捷《虞美人·聽雨》。《臺北人》的角色們各有各的故事，有的外表光鮮亮麗，有的平庸不起眼，他們表面上似乎毫不相干，但仔細讀過就會發現，這群人之間有著共同的連結——他們都來自中國大陸，而且都有過一段難忘的過去。來到台灣之後，這些回憶就像卸不下的沉重枷鎖，如影隨形地藏生活中的每一個角落，就連空氣也變的

感傷，彷彿周遭的一切都瀰漫著一種淒涼的味道，他們目前的處境將淒楚的回憶襯得更加令人心痛，激起每一個讀者的同情心。

歷史課本上寫的抗日戰爭、國共內戰，雖然大家耳熟能詳，但心靈並沒有真正被觸動。讀完《臺北人》後，再回想開放返鄉探親時，那張老人激動的與其家人互擁的照片，突然覺得好感動，並不是每一個人回大陸後都能見到他們的摯愛，就算見到了，彼此也一定變了很多，再也不是當年那個年輕的小夥子了。我覺得被迫與愛人分離，是一件比死還痛苦的事情，更遑論當事實與理想大相逕庭時，那「物是人非事事休，欲語淚先流」的感慨，讓人要多失望就有多失望。

看完《臺北人》後，我心裡有點悶悶的，雖然這些故事都和我沒有牽連，淡淡的悲哀卻從小說裡洩了出來，滲透到每一個讀者的心坎裡。他們經歷過我們這一代不曾體會的無奈與磨難，可是有耐心聽他們用滿口鄉音大談年輕時的豐功偉業的人卻是寥寥無幾，沒有訴苦的對象，只能不斷努力掙扎，煎熬、微渺地生活著。他寫一個人從榮華到失勢，如〈遊園驚夢〉的錢夫人，丈夫死後，亮麗的外表與權勢化作空殼，歲月帶走了太多東西，她知道她再也無法唱出那黃鶯出谷般的歌聲了，就如同她再也無法回到自己年輕的時候。她就像自己身上穿的那件墨綠杭綢的旗袍，以前在燈光下照起來綠汪汪的如翡翠一般，現在卻舊得發烏，早已失去了當初的璀璨光彩。

那些阿姨伯伯們的故事，也許我還不能完全體會，但我也感受過白雲蒼狗的無奈。回味小時候的照片，開心與感傷同時襲來——開心是因為發現自己有所成長，而且看著孩提時代那張燦爛的笑臉，許許多多的回憶被勾起，無論苦或樂，我都安然度過了，使我產生「關關難過關關過」的自信；感傷則是因為發現過去和現在的自己差得太多，當初天真、無憂無慮的我，現在卻浮沉於錯縱複雜的塵世中，被各種要求壓得喘不過氣，我好想回到過去，卻回不去……。

令人無奈的現實一直都在，要擺脫苦痛的輪迴，我們要學習看淡，而且必須不斷向前，因為時間並不會因為你而稍作停留，就像電視劇「一把青」的片頭曲所唱：

「看淡了絕望才不濃 無奈才不痛

敢親吻 下一陣風起和雲湧

能幸福一分鐘 甚至一秒鐘

就快幸福吧 趁還能抱緊 未亡的夢

看淡了才不再奢求 才迎向自由

肯接受 只有無形的能不朽

用眼裡的空洞 去無視沉重

歲月不倒流 就讓淚倒流 醺漬離愁」

四、討論議題：

前美國總統艾森豪的母親曾說過:「人生不如意的事十之八九，你要努力運用僅有的條件，才能創造出新的人生條件。」遇到困境時，我們應以何種態度面對呢?

年 級：一年級
班 級：13
名 次：甲等
作 者：胡荅好
參賽標題：半生緣——錯過的緣分
書籍 ISBN：9573305453
中文書名：半生緣
原文書名：
書籍作者：張愛玲
出版單位：皇冠
出版年月：1991 年 08 月 01 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者張愛玲，本名張瑛。文學作品類型包括：小說、散文、電影劇本及文學論著。代表作：《金鎖記》、《傾城之戀》、《紅玫瑰與白玫瑰》等。《半生緣》一書主要在敘述男主角沈世鈞與女主角顧曼楨相識相戀再到錯過的愛情故事。

二、內容摘錄：

「也許她也要他吻她。但是吻了又怎麼樣？前幾天想來想去還是不去找她，現在不也還是一樣的情形？所謂「鐵打的事實」，就像「鐵案如山」。他眼睛裡一陣刺痛，是有眼淚，喉嚨也堵住了。他不由自主地盯著她看。她的嘴唇在顫抖。

曼楨道：世鈞。她的聲音也在顫抖。世鈞沒作聲，等著她說下去，自己根本哽住了沒法開口。曼楨半晌方道：世鈞，我們回不去了。」—p.91

三、我的觀點：

在讀完這本《半生緣》後，故事裡十幾年的愛恨情仇、彼此相遇以及錯過，著實令我唏噓不已。

這本書故事內容的描述現實直白，比如一開始沈世鈞說當曼楨問他甚麼時候喜歡上她的時候，世鈞口上雖說從第一眼就喜歡上了，心裡卻想只不過是隨便說說的，實際上第一次見到曼楨是什麼時候早就都忘記了。「第一次見到就喜歡上了」的一見鍾情固然很羅曼蒂克，然而就像世鈞心理所嘀咕的一樣，現實中哪有甚麼一見鍾情，這點我是很認同的。

說到現實，就不得不談到我在這個故事中印象最深刻的角色——顧曼璐，顧曼楨的姊姊。我對這個角色的印象即是：一個為現實生活所迫，被迫成為犧牲品、迷失方向的可憐女人。作為全家人支柱的父親過世了後，為了一家大小而犧牲，當了一名受人鄙視的舞女。當了舞女後的曼璐，為了生存，經過現實的磨練，性格大變，從一名天真善良的少女轉變成一個現實自私、連自己的親妹妹都利用的可憐女人。在嫁給祝鴻才後，雖然當上了闊少奶奶，卻被丈夫冷落，最後落得鬱鬱而終的下場。

她的變化實在太大，豫瑾回想初識曼璐是純良的，再到如今的認不出來，實在令人嘆息。從曼璐擔下責任當上舞女時，她放棄的是一紙與豫津安穩一生的婚約，她寶貴的青春，她的人生，她同時也放棄了自我。說她可悲吧，可悲至極，為了家人淪落至此；說她可恨吧，可恨至極，自己留不住丈夫還要陷害自己的親妹妹來挽留丈夫。

當然最可恨的，即是祝鴻才這個人了。還記得他初見曼楨，對她的評價竟是「她做（妓女）肯定做得起來」實在猥褻下流。自此覬覦著曼楨，導致了後續許多事情。曼楨遭受性侵，世鈞曼楨的錯過，之後世鈞翠芝結婚，還有曼璐的死，最後祝鴻才落魄。一環接一環，緊緊相連。一瞬間，甚麼就都改變了，緣分也就在這時候悄悄地溜走、錯失。

故事中有很多現實的方面與情節：姨太太為了錢與嘯桐搶起了股票和存摺，害得病中的嘯桐差點兒跌倒阿寶為了飯碗把曼楨給她的紅寶石戒指和請求交給、告訴了曼璐，顧太太為了生活接受了祝家的幫助並不出手相救自己受了委屈地親女兒。

也有很多反轉的劇情：曼璐出嫁前表示自己能掌控住祝鴻才，出嫁後卻管不住也留不住丈夫、世鈞在故事中第一次回南京，被他人有意和翠芝搓合時，極其厭惡此事，心裡堅決反對與翠芝結婚，然而最後還是跟翠芝結婚、曼楨盡其可能遠離祝鴻才，不答應嫁給他，最後為了還孩子仍是嫁了。

人生太多意外，沒有人能夠掌握未來，隨時都有改變的可能性。即便現在你說不可能，你敢保證將來也會是不可能嗎？十幾年很短暫也很弱，那些發生的事仍歷歷在目，彷彿還是昨天剛發生，然而實際上已是物是人非了。半生緣——緣分太容易錯過，太難維持一生了。

四、討論議題：

性侵是常發生在社會上的問題，就像故事中曼楨被祝鴻才性侵，怎麼自救，怎麼求助，怎麼防衛、保護自己很重要，然而比起這些，我們是不是更應該著重在教育每個人尊重他人？如何教導正確的價值觀，降低犯罪率，從根本解決問題，營造一個安全的社會環境。而非比如：限制可能被害者晚上不能出門等，採取被動措施，造成大家的困擾？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：甲等

作 者：黃筠茹

參賽標題：我們所認知的，是對是錯？

書籍 ISBN：9575452917

中文書名：百年孤寂

原文書名：Cien años de soledad

書籍作者：加布列·賈西亞·馬奎斯

出版單位：志文出版社

出版年月：1984 年 2 月

版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

因決鬥而殺了人的老邦迪亞，不敵其冤魂的騷擾，帶著家人與夥伴翻山越嶺，到荒涼的沼澤地建造村落馬康多。作者以「魔幻寫實」的手法，描述在一百年間，邦迪亞家族六代經歷的各種興盛與衰落，以及人性好色貪婪的一面，使其最終還是難逃悲慘的命運，自取滅亡。

二、內容摘錄：

但是別忘了，只要上帝讓我們活著，我們就仍是母親；不管你們有多強的革命性，只要你們有一點兒不尊敬我們，我們仍有權利把你們的褲子拔下來打一頓屁股。p.167

人不可以在此時死，而是要在能死的時候才死。p.241

這家的歷史有如一架反覆旋轉的機器，一個旋轉的輪子，只要軸心不要轉得太迅速，不要磨損到無法修復的程度，它便會繼續向前去，直到永恆。p.362

三、我的觀點：

〈百年孤寂〉是馬奎斯最著名的作品，整個故事以孤寂為主題，作者在真實和虛幻之間，以六個世代每位角色的一生來代表著不同的孤寂，包括老年的孤寂、權力的孤寂、自尊的孤寂、美的孤寂……等，每一種孤寂都用了充滿幻想的方式表達。整個家族經歷了起起落落，曾經受人尊敬也曾遭人唾棄，最後仍像是註定好的一樣，只能以悲劇收尾。

整個故事看似在表達一個家族六個世代註定悲慘的命運，但是他們的慘況真的是一出生就決定的嗎？我覺得其實不然。第一代女主人易家蘭因為相信傳說，害怕生出畸形兒，因此害老邦迪亞被嘲笑，而跑去決鬥；第六代倭良諾因為身世而被祖母虐待，一生都在研究遺稿，最後因為相信預言而使邦迪亞家族滅亡。故事裡有些人因為太過相信自己所看到、聽到的各種訊息，而相信自己的命運也會是如此；有些人因為生長在頹廢的環境中，而有了怠惰的性格，而這些是一生出來就註定如此，連一點都無法改變的嗎？

從小到大，我們都在向周遭學習，因此小時候生活在什麼環境裡，長大後一定多多少少會受到一些影響，因而發展出相對應的性格，有時候我們應該反過來想一想，自己從小到大所認知的世界全部都是對的嗎？我們常常因為大家都這樣做，自己就跟著這樣做，從來不曾仔細思考這種做法到底正不正確，有時甚至直接認定自己所相信的以外的事物都是錯的，而去打擊其他與自己不同的想法。或許出生在什麼樣的家庭裡，並不是我們可以決定的，但我們卻可以決定自己要接受什麼樣的觀念，我們必須學會內省覺察，一旦發現我們的思維不太好，就要試著改變，或許改變後，會和自己從小到大所學到的不一樣，但是可能會有更不一樣的感受。

另外，現實生活中，我們是不是也曾經太過相信來自四面八方的訊息呢？是不是沒有經過仔細思考及確認呢？現在這個世界，資訊的取得變得太過容易，各式各樣的消息流通在網路上，除了真實的訊息外，其中當然也包括了不少誇大的假消息，越誇張的消息，人們越喜歡看，當然只用來娛樂還好，但是人們都很容易把它當真，而且人類是喜歡分享的動物，得到消息後自然會想把它傳出去，就這樣以訛傳訛，傳到最後就算不是真的也被當成真的了。

因此，我們生活在這個社會，需要培養識別真假的能力，對於得到的知識或訊息，不能全然接受，必須先仔細思考其真實性，再決定要不要接受。俗話說：「謠言止於智者」，真正的智者聽到一段訊息後，應該會先去查證，而不是不經思考的把它傳下去。在告訴別人訊息前，都應該先想一想，這些話是真的嗎？這些話真的有必要說嗎？這樣或許就能減少一些社會上假訊息的流通。

〈百年孤寂〉除了讓我見識到邦迪亞家族一百年來的興衰外，還有許多不同的面向值得我們去探討，而最令我深刻思考的就是“我們所認知不一定是對的”。

四、討論議題：

當周遭的人向你傳播不實的謠言時，要怎麼去分辨並矯正它呢？

年 級：一年級

班 級：1

名 次：甲等

作 者：楊欣庭

參賽標題：全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽

書籍 ISBN：9789865933593

中文書名：誰在銀閃閃的地方等你

原文書名：

書籍作者：簡禎

出版單位：印刻文學生活雜誌出版有限公司

出版年月：2013 年 3 月/2016 年 8 月 2

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者畢業於國立臺灣大學中文系，自詡為：「無可救藥的散文愛好者」。其散文風格多變，而這本書涵蓋許多日常生活中所會歷經的過程，可謂是本「百科全書」，講述著「生老病死」這四字的意涵且將其轉化為一座蘊含智慧的寶庫。

二、內容摘錄：

天色未暗，且歡歌暢飲吧，生命之杯已為你滿溢。P127

想像著。彼時天光未透，幽冥無邊，你是一縷未散盡的魂，眠息於荒涼一隅，不尋找，亦不被尋找。寂靜如流水，載著你漾漾。你僅剩的魂如絲縷，被不可指名的流動帶著，時而蜷縮，時而舒展，有時被扯去半寸有時又添來一分。

P128

而慾望，最後一抹霞影將溶於滾沸的夜色之中，當此時，慾望現身，以統治者的威權，宣告御駕親征。P264

三、我的觀點：

人，終有一天會老，會嘗盡人世間各種酸甜苦辣，也會看到人之善惡溫情，並尋求自己的生活之道。雖然說，我年僅十六歲，以現今人們的壽命一百歲來看待，資歷尚淺，還未能完全體驗我的人生，是所謂的初生之犢。不過，歲月流逝有如梭影一般，稍縱即逝，相信我很快便能體會到作者所想表現的情感。

剛開始，我看見書名的時候，以為這是一本浪漫且充滿少女情懷的書籍，抱持著屬於我的年齡的心態將它翻閱。可是就在我瀏覽過目錄的當下，竟然發現這

是一本述說生老病死及老年生活的感慨和想法，令我十分震驚，而驚嚇的同時，也讓我了解到了作者——簡嫔。

作者是一名年過五十的婦人，用字遣詞皆優美得宜，沉浸在閱讀之中，便可感受到書寫者對於文句修飾美化的用心，偶爾會在文句旁邊附註解釋，內容雖多是談及老年後的幻想和生活，但是因為其寫法幽默而不時能令我看得會心一笑，所以在閱讀的過程中並不會感到厭倦及無聊。雖然說可能是我成熟了些，能細想她所要表達的意涵是什麼，努力反省文中所提及的不被欣賞的態度，並加以改正。然而，從中學習到的不只是態度使我獲益良多，更多的是作者所引用的文句，讓我增廣了文學常識。

文中曾提及：「生者為過客，死者為歸人。天地一逆旅，同悲萬古塵。月兔空搗藥，扶桑以成薪，白骨寂無言，青松豈知春。前後更嘆息，浮榮何足珍。」人的一生就如同這首由李白所寫的〈擬古〉，活著的時候所得到的榮華富貴，在人死後回歸塵土，轉眼便是一場空，不足以視財如命。雖說錢財如驥土，但是我覺得，人們是可以追求自我的夢想，奮發向上，達到那在自身心中的目標，進而產生任何人都給予不了自己的成就感，可說是相當榮耀且欣慰的感覺啊！

回歸此書的主旨，我感到「生老病死」這四個字聽起來有如針在刺，因為是人們在世無可避免的存在，卻在這本書中給予我另一個看法，它們是值得自身去研究並探討的寶物而不是避之不談的禁忌。作者付予了這四個生命之字珍貴的存在，即便我還未成年老，也使我改變了對於將來的自我規劃。

對於我在往後的日子裡是否會有珍愛的另一個伴侶是很難確定的答案，但是我知道，親情是不可抹滅的情感，當自己遇到難跨過的門檻，家人總會在身邊給予你支持和鼓勵，像冬日裡的陽光一樣，溫暖又充滿希望。直至我年老，也不會拋棄我，仍會愛著我、包容我……等。一想到這裡，便感慨萬分，嘆道平時應多珍惜與親人相處的時光、少些爭執，也就多了些甜蜜的美好回憶；少了些心中遺憾。

幸好我要走的路還十分長遠，能夠彌補兒時的無理取鬧，多花些心思陪伴親人。希望我能在將來，不會對過去抱持遺憾和後悔，勇敢並堅定的往未知的方向走下去，面對老死時能夠坦然，安然離去。

四、討論議題：

我們都會面臨老死，也許在未來可以避免，但以現今的科技只能增長壽命、維持短暫的容貌，而不會長久。那又該如何面對老化和離世所帶來的煩惱呢？

年 級：一年級
班 級：11
名 次：甲等
作 者：梁又璟
參賽標題：我的哲學定義
書籍 ISBN：978-986-9051
中文書名：16 歲的哲學課
原文書名：高校教師が語る 16 歳からの哲学
書籍作者：手島純
出版單位：蔚藍文化出版股份有限公司
出版年月：2015 年 5 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

手島純

1954 年出生於日本，福岡縣。大學主修哲學、研究所主修教育學。畢業後任職民間私人公司，之後轉任教師。目前於普通高中、定時制高校、高中函授課程擔任社會科專職教師，並兼任神奈川縣高等學校教育會館教育研究所研究員。屬日本通信教育學會、日本教師教育學會成員。著有《在 M 型化社會中擺盪的定時制高校》、《這就是函授制高中》、《你所知道的函授制高中》；編著《放學後的教育論》。---資料出自書內作者介紹

二、內容摘錄：

- 1.哲學不但歷史悠久，更是所有學問的源頭，所有知識的基本元素。P.22
- 2.事實上，真正的智慧並沒什麼了不起，就是--「承認自己的無知」而已。智慧是「無知之知」。P.49
- 3.佛陀說，決定一個人的，不是他的出身，而是他的行為。P.94
- 4.人與物品不一樣，不是先有了本質才存在，而是先存在，然後才出現各種存在的目的。P.170
- 5.心理問題往往不只肇因於心理層面，而是關係到社會的問題。P.217
- 6.我們如何思考自己身處的社會，是非常重要的。當我們把眼光投向社會，就

能反過來看清自己的處境。P.240

7.一旦開始思考，你就在哲學中了。P.240、241

三、我的觀點：

哲學，其實很簡單，每個人一出生就已經接觸了，只是我們都沒察覺而已。手島純在書中多次提到「思考」，也有清楚說明哲學是所有學問的起源，意味著有了思考，人們才開始對各種事物抱持懷疑，並發現、發展出其他門學問。這麼偉大的學問，我為何會說它很簡單呢？而我們每個人，每天都在接觸？我覺得人活著，大部分時間都在思考，研究也有發現：在人體各器官中能量消耗最多的是大腦，它耗用了人體中三分之一的能量，我們人在還沒出生之前，大腦就已經開始運作了，從媽媽的肚子裡到出生、成長，直到人生的最後一刻，每個過程中都有「思考」的參與。而哲學的基礎就是---思考。

不同的處境，會發展出不同人生的價值觀、宗教信仰、對事物的看法與心態。手島純在書中提到了許多重量級的哲學家，大部分都有出現在我們曾學過的課本內，例如：蘇格拉底、柏拉圖、亞里斯多德、笛卡爾、培根、霍布斯、洛克、盧梭、馬克斯……。同時也提了幾個有著龐大信徒的宗教信仰，像是：基督教、佛教、伊斯蘭教……。但這些例子其實都只是參考用，目的就是為了讓大家能更進一步地了解哲學的代表人物、歷史發展和影響力罷了，因為哲學並非是一門「絕對」的學問。就像公民課講過的主流文化與次文化，兩者都沒有所謂的對或錯，哲學也是如此---沒有「絕對」正確的理論或價值標準，只有「相對」來說是大部分人們認同與接受的概念和理想而已。

16 歲，青少年期，我覺得這是追求獨立自主的階段，容易面臨到許多內在的矛盾和外在的衝突。心理層面上，青少年極力想擺脫長久以來父母、家庭的保護和管束，想趕快變成「真正的大人」，但在許多現實面上，仍不能完全獨立、自主，如同作者所說：「現在的高中生乍看之下很自由，但事實上活得很不自由。」且當大人無法認同或瞭解青少年在發展過程中的需要和面臨的困境，而以權威的態度溝通、對待時，便造成彼此間的衝突。但這種「叛逆心理」也不是完全是壞的，青少年在試著擺脫家庭、傳統教育文化的束縛和保護的同時，其實也會開始對自己的過去、現在和未來給予置評，並試著建立一個「自我」的概念，以及對自我的認同。過程中也會對於「我是誰？」、「我的人生哲學」、「我對世界的看法」、「我的理想和目標」、「我要如何活出自己」等等問題作探索。

全書的最後，作者以他身為教育者的角度，分析了高中生所處的環境現狀。除了深入的解釋貧富差距問題和智慧型手機的普及，也由社會層面談到了現在的

高中生或者是年輕人未來必然會面臨，或者正在面臨的情況，這些情況，將不再是「議題」，而是我們要好好面對且思考的「生活問題」。

閱讀《16 歲的哲學課》這本書，我不斷地在反覆思考各種問題，有些是平時不會想到的，有些則是邊讀邊偷笑：「跟我想的一樣！」。哲學就是這麼有趣，突然看到一句話就能讓你回憶起你走過的路程、感受過的溫暖或疼痛、在你人生中經過並留下各種滋味的人。說得幽默一點，如果你想要氣一下自己的老師，又不想透過任何非理性的手段或話語，那麼哲學會幫助你說出言之有理的回話。我想，這麼靈活的思考方式正好是近幾年的教育目的，而這本書可以是你學習哲學思考的第一步。

四、討論議題：

哲學引導你思考，思考引導你批判，批判引導你行動。

法國、義大利、西班牙、德國、英國、日本、……，都在高中設哲學課。為甚麼哲學課在亞洲比較不普遍？台灣該不該設？

年 級：一年級

班 級：13

名 次：甲等

作 者：黃芊甯

參賽標題：〈擦肩而過的愛情〉（書名：《半生緣》）

書籍 ISBN：9573305453

中文書名：半生緣

原文書名：

書籍作者：張愛玲

出版單位：皇冠叢書

出版年月：1969 年 09 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者名為張愛玲，《半生緣》是她第一部完整的長篇小說。原名《十八春》，經過修改後，更名為《半生緣》。故事的發生背景為民國時期的上海和北京，劇情圍繞著沈世鈞和顧曼楨這兩個主角。兩人的關係從一開始和許叔惠的三人行，到之後的坦誠相見、兩情相悅，再到最後的種種誤會和層層阻礙，曼楨在多年後的重逢也只能說一句：「世鈞，我們回不去了。」徒留傷心和悔恨。

二、內容摘錄：

日子過得真快，尤其對於中年以後的人，十年八年都好像是指顧間的事。可是對於年輕人，三年五載就可以是一生一世。 p 3

是這樣的，在學校裏的時候，禮拜六比禮拜天還要高興。禮拜天雖然是紅顏色的，已經有點夕陽無限好了。 p 8

從前他跟她說過，在學校裏讀書的時候，星期六這一天特別高興，因為期待著星期天的到來。他沒有知道他和她最快樂的一段光陰將在期望中度過，而他們的星期日永遠沒有天明。 p 0 9 2

她不知道感情這東西是很難處理的，不能往冰箱裏一擱，就以為它可以保存若干時日，不會變質了。 p 1 2 8

這世界上有一個人是永遠等著你的，不管是什麼時候，不管在什麼地方，反正你知道，總有這麼個人。 p 3 3 9

三、我的觀點：

一開始翻閱這本書時，可能是開頭採倒敘法的緣故，總覺得劇情瑣碎，角色間的愛恨糾葛很複雜。但不知為何，越看越覺得感同身受，彷彿真的在同樣的環境下體會同樣的苦痛一般，在讚賞此書的同時也想流淚。

曼楨和姐姐曼璐都是較悲劇性的角色，曼楨雖和世鈞心意相通，卻因姐姐的青梅竹馬張豫瑾的來訪和世鈞產生誤會，又因母親的愚昧和姐姐的算計下，懷上了姐夫祝鴻才的骨肉，還被囚禁導致無法逃脫。等到生下孩子並遭到救助，到好友叔惠家詢問世鈞的去向時，卻得知他早已跟從小相識的翠芝結婚了。傷心欲絕的她，在姐姐死後為了孩子嫁給了鴻才，最後仍落得離婚的下場。曼璐則是因父親過世，為了撐起一家子的家計，毅然決然的成為舞女，遊走在燈紅酒綠之中，迷失了雙眼。不僅嫁給一個花心又不老實的人，還放棄了青梅竹馬張豫瑾。因為她當舞女時曾墮過胎，因此失去了生育的能力，我懂擁有一個孩子對她來說多麼迫切且具重要性。曼璐對家人既憐惜又自卑，擔心家人看不起她，但是事實上「家庭」也是她犧牲了自己所換來的，這使她鐫刻在心靈上的自卑無處發洩。在曼楨指責她的自私時，曾大吼「我也是跟你一樣的人，一樣姐妹兩個，憑什麼我就這樣賤，你就尊貴到這樣地步？」雖然我也覺得曼璐因為私心毀了妹妹的一生，無可否認的是她對家人的付出和供弟妹上學，即使曼楨十分努力、兼好幾份工作也一樣。

世鈞的個性優柔寡斷，但很老實耿直。當曼楨被曼璐囚禁時，因為以為曼楨嫁給張豫瑾才會不告而別而心灰意冷，在回鄉時與翠芝結婚。叔惠家境不好，但是相貌好又會說話。世鈞和叔惠是在工廠結識的一對朋友，當世鈞因父親生病要回南京探望時，叔惠也順便去遊玩，並遇見了世鈞的青梅竹馬翠芝。我認為他對翠芝的戀慕是有跡可尋的，在世鈞向他抱怨翠芝的嬌縱行為時，他想：世鈞怎麼老是在背後議論人家，不像他平常的為人了。感覺得出來，翠芝當時比起木訥無味的世鈞，更欣賞機伶英俊的叔惠。因為家世的懸殊，翠芝的母親不能接受叔惠，在最好的年華，他們沒有在一起。

在世鈞和曼楨數年後的相逢中，曼楨問道：「世鈞，你幸福嗎？」，世鈞想：怎麼叫幸福？這要看怎麼解釋。她不應當問的。又不能像對普通朋友那樣說「馬馬虎虎」。又想：也許愛不是熱情，也不是懷念，不過是歲月，年深月久成了生活的一部份。他只能說：「我只要你幸福。」；在叔惠和翠芝數年後的相逢中，因為世鈞出去見曼楨的緣故，這場飯局只剩他們兩人。在一度沉默之後，才互訴未了的情意。看著燈下的窗簾，兩人都若有所失，有此生虛度之感。在一片笑聲中，翠芝卻感到一絲淒涼的勝利和滿足。

讀完這本小說，我覺得人生有太多錯過與缺憾，有些事並不是就這樣一輩子的。愛情如花般綻放，卻無可避免的凋謝。如果注定失去，當初為何要相遇？也許這一瞬的交會，能帶來一些慰藉。即使世鈞和曼楨仍愛著對方，也回不去了。誤會已經造成，事件無法重演。無庸置疑的是，他們的心中，一定會有對方的一席之地。甜蜜也好，傷痕也罷，一定是再難忘懷的吧！

四、討論議題：

民國是一個新舊交替的時代，傳統的「父母之命，媒妁之言」依然存在，新式的自由戀愛也開始盛行。世鈞和翠芝就是傳統婚姻的代表，由於是青梅竹馬，又門當戶對，從小開始親朋好友就想撮合他們。但後來世鈞喜歡上了曼楨，想徵求家人同意並且結婚，他們是自由戀愛的。相愛固然重要，但是若只有愛情沒有麵包，能有信心愛情真的那麼堅定，在柴米油鹽醬醋茶中仍不移嗎？如果婚姻只講求物質，也太過冷情了。「擇你所愛，愛你所擇」這句簡單的話，又有多少人能做到呢？願天下有情人終成眷屬。

年 級：一年級
班 級：113
名 次：甲等
作 者：昌玟萱
參賽標題：不乖——比標準答案更重要的事
書籍 ISBN：9789573326847
中文書名：不乖：比標準答案更重要的事
原文書名：不乖：比標準答案更重要的事
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：2010 年 7 月 5 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

在現今台灣的社會裡，許多的孩子一出生便被期待、也被要求著要「乖」。乖固然穩定，能使人有安全感。但是，「乖」這個主流真的能帶領我們在這個資訊巨變的時代迎向成功和幸福嗎？侯文詠在本書中將帶領我們用「不乖」的角度思考：認真為什麼比不過迷戀？成功為什麼比失敗好？快樂為什麼不能輸在起跑線上？

二、內容摘錄：

我們的人生太害怕「錯誤」了，覺得在嘗試錯誤的過程要付出太多無法預期的時間與代價。可是如果嘗試錯誤是學習過程呢？我們是不是得預留一些「錯誤嘗試」與「不乖」的空間與機會給自己呢？(p.22)

太乖當然不好。但談來談去，聽不聽話或者是不是跟前人意見一致已經不是重點了，重點是：要「想過了」才好。(p.38)

生命無非只是不斷地選擇的過程，失敗的遺憾是錯過了成功，但成功的遺憾卻是你不知道自己到底錯過了更多的什麼。(p.74)

本來，對物質、名氣、權力的追求，只是得到幸福的手段，然而高度競爭的結果，這個追求手段的過程，反而本末倒置地犧牲了真正的目的——幸福和快樂。(p.178)

三、我的觀點：

在本書裡，侯文詠所謂的「不乖」並不是鼓勵我們去做殺人放火，諸如此類「不對」的事情，而是希望我們能「思考」、「懷疑」既有的價值和觀念，而非一味的聽從長輩的建議。

在這本看似說理的書中，侯文詠卻運用他自身的幽默和日常的經歷，帶給讀者毫無壓力的環境去理解那些看似平凡卻最容易讓我們忽略的道理，甚至更深一步的使我們感到認同、產生共鳴。他提出了八個觀點，最先探討的便是「不乖」的想法。乖的意思是孩子懂得道理而不淘氣，作者認為這樣的乖確實沒有什麼不好，但是前提是孩子所學到的「道理」到底有沒有道理？他舉出他的兒子是第一屆讀到有收錄他的文章的課本，要考試時他的兒子便問他考試會考什麼，作者卻只能回答說他不知道學校老師會出什麼題目，因為他當初寫文章時的目的並不是要讓人出考題的。之後，他還親自寫了那份考卷，但是依據配分，他竟然只得了八十七分，在兒子的班級裡更是只有第十三、十四名。侯文詠開始擔心這樣的教育制度最後會把孩子帶到哪裡去？當所有的孩子都很

「乖」的聽從老師家長的話，但是這些主流思想卻錯了的時候，我們的社會或許就會萬劫不復了。我們的社會常常把不聽話，或者說，跟家長意見不一致而做出抗爭的孩子稱為不孝順，但是當所有的孩子都很「乖」的毫無思考、全盤接受前一輩的觀念時，卻難保能夠跟上這個巨變的時代，在前幾輩受用一生的想法，在現今的社會卻不一定適用。而「不乖」的孩子會開始懷疑跟判斷這些觀念的對錯，進而做出選擇及嘗試，儘管可能是錯誤的，但換個角度想，這個不乖的孩子卻比乖孩子多了一次對事物的認識跟掌握，也更具有隨著時間改變的變革能力，因此更叫人放心不是嗎？要是我們永遠當個乖小孩，總是無思考的接受別人帶給我們的觀念，那麼豈不就像個機器人似的，失去人們能夠懷疑、思考的能力了嗎？而也正是因為這些「不乖」才能帶給我們成長跟學習，進而適應那持續改變的環境，這也是為什麼作者認為沒有輕狂少年的經驗，是不可能造就一個深思熟慮的成人，因為我們正是因為這些「不乖」而開始嘗試冒險，又在這些或許成功或許失敗的冒險中學習成長茁壯。

作者也在本書中提到「別讓快樂輸在起跑線」，這點讓我深感認同。快樂，是一種帶領我們對抗悲憤、挫折的能量。作者認為，不快樂的人內心世界是狹隘的，因此受挫的時候便意氣用事，冒然行動。但是快樂的人心胸是寬闊的，因此遇到挫折的時候，擁有能夠自我緩衝的氣度跟空間，使自己的情緒得以消化，讓理智思維能有時間跟上來，再開始行動。我覺得，快樂更是一種寶貴的能力。因為快樂並不會因為你的擁有而導致別人失去，反而會因為分享而擴散。競爭固然能帶來進步跟成功，進而邁向我們渴望的幸福，但是要是在競爭中得犧牲掉快樂，那麼這樣的競爭還有意義嗎？反之，要是在追求幸福的過程中，除了考慮自己之外，也將別人考量進去，那麼在追求自己的夢想時，不但不會有人與你為敵，更會幫助你一同達成目標。作者說：這個世界上，人流的

眼淚，比海洋的水多的太多了。那麼，在這個相對短暫的人生裡，為什麼不快樂樂的開心過呢？當我們無法改變周遭的一切時，不妨轉個心念，用積極樂觀的態度去面對，讓自己的生活變得更加愉悅。

讀完了這本書，我的內心萌生了許多想法，原來所謂的不乖並不是忤逆，而是學會用自己的頭腦去思考生活中的一草一木。而「不乖」更是值得我們一生去學習、實踐的人生大事。

四、討論議題：

升學主義裡，大家重視的皆是主流觀點的認真讀書、考上好的大學，找到一份「眾人」認為的好工作，而並非「自己」喜歡、擅長的工作。然而，我們真的應該這樣依照社會觀點乖乖的順從嗎？

年 級：一年級

班 級：12

名 次：甲等

作 者：顏佳菱

參賽標題：堅持與謙虛

書籍 ISBN：9571344370

中文書名：靠志氣，別靠運氣！：不被擊倒的信心與勇氣

原文書名：

書籍作者：戴晨志

出版單位：時報

出版年月：2006 年 2 月 7 日

版 次：初版一刷

一、圖書作者與內容簡介：

戴晨志老師於西元 1959 年生於台灣花蓮，國立藝專廣播電視科畢業，擁有美國威斯康辛州馬凱大學廣播電視碩士與美國奧瑞岡大學口語傳播博士學位，曾擔任世新大學口語傳播系創系主任，華視新聞部記者、編譯，和「華視新聞雜誌」執行製作，現在是自由作家，出版過許多作品，如：《人際溝通高手》、《不生氣，要爭氣！》等。

《靠志氣，別靠運氣！》中收錄了許多戴晨志老師的學習經歷和實用的道理，生動有趣，且發人深省。

二、內容摘錄：

出自第 120 頁：「有一天，當我正專心地 K 托福文法時，有位管理員走到我身邊，輕拍我的肩，問說：『你是台大的學生嗎？』」

我愣了一下，答不出來，紅著臉搖搖頭；旁邊有許多台大的男女學生都轉過頭來望著我。館員對我說：『考試期間，只有台大學生才能進來。』

我低著頭，也點點頭，表示『我知道』。沒有爭執。

我將托福字彙、托福文法、閱讀測驗等書籍收進背包，一言不語地走出台大總圖書館。走在寬敞的椰林大道上，我深深地吸一口氣，看著蒼天，忍住眼中即將掉下的淚珠……

是的，我不是台大學生，沒有學生證，沒資格進入圖書館念書，但，我告訴

自己：『今生今世無法成為台大人，但有一天，我一定要站在台大的講台上！』」

三、我的觀點：

「靠志氣，別靠運氣」，戴晨志老師的英文雖然不好，但是他想出國留學，於是他每天努力不懈地練習英文，托福考考不過就再考一次，書念得不好就再念一次，不氣餒、不放棄，一次又一次地練習、考試，靠著他的志氣、靠著他的毅力堅持下去，最後終於在第八次托福及格了、如願到國外留學，現在也有了很好的成就。

他不是因為運氣好剛好考上，而是靠著志氣，憑著那股拼勁，才能在托福考及格，出國留學。如果當初戴晨志老師沒有堅持下去，而是考了幾次就放棄的話，他就不會有今天的成就，有可能只是一個平凡的、忙碌的上班族，不會受邀去演講，也無法站上台大的講台演講，沒辦法實現當年的願望。

所以，「堅持」是很重要的，我們做任何事情都應該堅持，不要只試了幾次就認為自己不行、運氣不好，然後就半途而廢。試想：如果戴晨志老師只考了七次托福就放棄，或者國父起義只做了十次就不做了，那會有什麼結果？有時候有些事情只要再堅持一下，結果就會完全不同，所以千萬不要輕言放棄，要做就要做到最後、做到最好，才不會功虧一簣。

第二篇的第四章《千萬別好了瘡疤忘了疼：「柔軟，也是一種力量！」》中寫著，作者的功課一向不好，不過，國文是他比較擅長的，尤其是作文，在考私立初中與高中聯考的時候，分數都接近滿分，因此，作者常常志得意滿。但是高二的老師是個六十餘歲、外省口音非常重、讓人聽不懂他在說什麼的老先生，作者便有點看不起他，還經常在課本中找一些困難的問題來考老師，讓老師回答不出來。某次，作者的作文被批了個大大的「丙」，他的作文通常都是拿「甲」，這次卻因為沒有認真寫而得了「丙」。拿「丙」之後有一天下課時班上一如往常散漫地鞠躬後，老師卻很嚴厲地把作者叫到走廊，並當眾甩了他兩個巴掌，責問他為什麼對他這麼不禮貌，沒有起來敬禮？作者心裡雖然很不服氣，卻自知理虧而沒有回嘴，等到老師罵完才離開。

從此之後，作者不再發問考老師，但是心裡暗自下定決心：「我一定要做給你看！」後來他真的拿到全校作文比賽第一名，並獲得全台中市作文比賽第一名，一雪作文拿「丙」之恥。國文老師的兩個巴掌讓戴晨志老師印象深刻，是這兩個巴掌打醒作者，讓他不再驕傲自大、目無尊長，並了解「滿招損，謙受益」的道理。

農夫插秧必須一邊插一邊後退，最後才能看到排列整齊的美麗稻田；越是飽滿的稻穗，頭便低的越低。莎士比亞說：「『智慧』越是遮掩，越是明亮，正像你的美貌，因為蒙上黑紗，而十倍動人。」人應該要適時的謙虛，太過自大會給自己引來麻煩，別人的對你的觀感變差，不想靠近你，人際關係也就受到影響，反之，謙虛則可以給人好的印象。《聖經》中也有許多關於驕傲和謙卑的勸勉：「雅各書 4:5-7 ____你們想經上所說是徒然的麼？神所賜住在我們裡面的靈，

是戀愛至於嫉妒麼？但他賜更多的恩典，所以經上說：『神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。』故此你們要順服神，務要抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。」、「箴言 13:10 ____驕傲只啟爭競，聽勸言的，卻有智慧。」、「箴言 16:5 ____凡心裡驕傲的、為耶和華所憎惡，雖然連手、他必不免受罰。」

驕傲自大不可取，從很久以前人類就有這種概念了，而現在我們應該聽取古人的教訓，不驕傲、不自滿，凡事要謙虛，要知道：一山還有一山高。

四、討論議題：

堅持是一件很重要的事，輕言放棄是愚蠢的行為。但是現人卻沒什麼抗壓性，常常一下子就放棄，令人擔心。

年 級：一年級
班 級：112
名 次：甲等
作 者：何晨菱
參賽標題：不可能的流浪
書籍 ISBN：9789573262435
中文書名：轉山：邊境流浪者
原文書名：
書籍作者：謝旺霖
出版單位：遠流
出版年月：2008 年 01 月 25 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

謝旺霖，曾獲選二〇〇四年雲門舞集「流浪者計畫」，文建會「尋找心中的聖山」散文首獎、國家文化藝術基金會文學類創作及出版補助。因為流浪，開始邁出文字創作的生涯。

一年秋天，他意外獲得一筆十萬元的補助，他決定單騎從雲南麗江古城出發，最後到達西藏拉薩。長途漫漫，他會餓、會累、會病，深刻體會「每天十個小時卯囊下持續頂著石頭的滋味」。風來了，雨來了，雪也下了，路途一段比一段艱難，但他也堅強的繼續走下去。

二、內容摘錄：

「出發了就是準備好了」所有來得及與來不及的，都將在出發時一切就位。
(p.29)

逛遍了整座寺院，你根本看不到他的內裡，只能獨自待在它的外頭，審視著一些斑駁的表像和色彩。你很想找位耆老坐下來，聽聽他述說這裡的故事。
(p.150)

你只知道她們確實緊緊依靠著土地，面貌語氣都和山水風雪一致，血乳交融的生命姿態，古老而踏實。一代接一代，不表露一滴血跡一絲淚痕，她們像一支時代遞變中的永恆隊伍，象徵對抗物質發達世界裡的永不妥協。(p.230.231)

三、我的觀點：

作者在這本書中把自己稱為了「你」，而不是「我」，像是正與自己面對面對談，看著自己走過的，去而反省、檢討。作者要出發去西藏前，身邊大部分的人都是反對的，認為他做不到，根本就只是去送死，唯一不知道自己旅程的是母親，對著母親撒了謊「對她充滿了不捨與歉疚，也許是出於一份對她的擔憂。」

作者在這流浪的旅途中，曾多次經歷了生死一瞬間，一個不小心，人可能就已經不見了。在梅里雪山，因騎了一整天體力早已消耗殆盡，天色也早已黑的伸手不見五指，加上夜晚的溫度與強風，身體完全凍僵，這樣的環境下，差一點就從斷崖邊緣跌落。「不哭，路途上不哭，只有放心時才哭。」，在驚嚇後的自我安慰，讓自己能先擺脫掉快要死了的想法、恐懼，但在看見城鎮的燈火，還是壓抑不住那情緒而放聲大哭。後面也多次生病，甚至是食物中毒，上吐下瀉的不成樣子，孤獨、恐懼、痛苦、無助，重重困難出現在自己的眼前，他還是忍下來了，忍著痛，咬牙堅持了下去，努力往前，突破考驗，完成了這樣一個「不可能」的旅途，這樣的毅力和勇氣都讓人敬佩。我自己很多時候都會因一些芝麻小事、小挫折就輕言放棄了一些大好機會，現在看到了作者的這種精神，是非常值得學習的對象。

印象最深的是〈朝聖者〉和〈直貢梯寺的天葬〉這兩章，描述了藏人們那虔誠的信仰與文化習俗。作者遇到三位女子朝聖者，看著她們三步就一次五體跪拜，經歷各種氣候地形，從家鄉要往聖地拉薩朝聖，她們說這樣一路磕著頭步行至今，過了一年多了，那樣真誠，樸實，刻苦耐勞。在直貢梯寺親眼見證了天葬，鷹鷂撕咬爭奪著死者的屍肉，直到那肉身變為一付白骨。這是藏人們長久以來回歸大自然的方式，「也許對西藏人來說，死亡並非生命的終結，而是預示新生命的開始，所以他們才能無眷顧地捨下死後的大體，進入自然的循環」，變成自然中的一部分，活在這無邊無際的自然中。

在沿途那西藏的秀麗山川的陪伴下，身體的飢餓勞累似乎都被這美景吞噬，享受著當下。最終抵達西藏，季節已經入冬了，作者跨越了九座都高達四千公尺的高山，剛開始覺得遙不可及的路程，在汗與淚夾雜的日子中，結束了。最後作者把帶著他從雲南到拉薩的那台自行車，賣掉了，捨不得嗎？他當然捨不得。作者在一年多後收到了買主的信，寫著他也成了一位「流浪者」，從成都騎到了探險者都嚮往的最高聖地—珠穆朗瑪峰，佩服他的果敢與毅力。

讀完了這本書，覺得自己被激勵了，內心激起了一陣陣波瀾，雖然不會去做像作者那樣「瘋狂」的事，但也期待自己能不要因藉口、挫折而停止自己的步伐，堅持理念，朝著夢想邁進。

四、討論議題：

住在瀘沽湖的摩梭族人傳統習俗—走婚，近代已被漢化和當初文化大革命影響，許多人開始辦理結婚，面對外來文化的強勢侵入，這項習俗還能流傳多久呢？

年 級：一年級

班 級：13

名 次：甲等

作 者：楊師遙

參賽標題：改變生命的勇士

書籍 ISBN：9867574591

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior:a book that changes lives

書籍作者：丹·米爾曼

出版單位：心靈工坊

出版年月：2006 年 1 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者是前世界級彈簧床選手、史丹福體操教練、武術指導員。他的演講深深影響了來自社會階層的各年齡讀者，其著作發行人數超過上百萬冊，翻譯多達二十九種語言。

這本「深夜加油站遇見蘇格拉底」主要在敘述一個年輕的體操選手一生順遂，才大二就已贏得世界級彈簧床錦標賽冠軍，直到他遇見了一位被他稱作「蘇格拉底」的老人，讓他領悟了許多道理，從此改變了他的一生。

二、內容摘錄：

P.74:『心智』是在腦部浮盪的虛幻投影，包含了所有隨機出現、未加控制的思緒，這些思緒從潛意識潺潺湧進知覺狀態中。意識並非心智，知覺並非心智，專注力並非心智。心智是障礙，是使情況惡化的事物，是在做造人實驗時產生的原始弱點。

P.92:沒什麼事是非怎樣不可的。

P.102:無聲是勇士的藝術，靜坐是勇士的劍。你擁有了這把劍，就能切斷幻象。不過，有一點你必須明白：劍是否有用，取決於拿劍的人。如果你不知道如何恰當地使用劍，它就會變成危險、騙人或無用的工具。

P.128:沒有所謂的意外，每一件事情都是一項功課。相信你的生命，一切都有一個目的。勇士並不尋求痛苦，但如果痛苦找上門來，它會加以利用。

三、我的觀點：

這本書教會了我放下追尋成就，因為那始終是一場空，要活在當下，善用當下；不需要抗拒生命，盡力而為就好。不必控制情緒但要善加利用，不要總是抱怨要去尋找問題的源頭，我們必須自己找到人生的道路，沒有人可以告訴別人如何生活，快樂不是感覺到的一種事物，快樂就是自己本身。在這本書裡，蘇格拉底一直糾正作者的錯誤，從來沒有給他鼓勵或讚美，也使得作者一再地逃離他，直到他發現他失去了自我，失去了人生的方向。我覺得忠言總是逆耳的，大多數人都不相信智者說的話，所以真正有把握人生並把它活的有意義的人少之又少。

我一直相信書本裡的答案是最完美的，但沒有答案是絕對的，真正的答案是在身體裡面，而你必須去尋找、探索；我一直相信快樂是要付出才會得到，其實只要培養少欲得能力，全神貫注於每一時刻，就是喜樂。

我一直以來被心靈所禁錮，但我卻渾然不知，是這本書點醒了我；我一直以來都被幻象和欲望所迷惑，是它告訴了我如何獨善其身；我一直以來都在試圖改變我的壞習慣，是它告訴了我好習慣才是攸關緊要的，因為好習慣必須變得強而有力，好消除那些沒有用的習慣；我一直以來都很在意別人的眼光，只要做得別人不喜歡或別人討厭我時，我就會馬上道歉，是它教會了我如何放下，好好善待自己。

蘇格拉底不只是書中作者的勇士，也是我的勇士，它告訴了我許多變成勇士的方法和勇士之道，勇士會採取行動、改變自己、將痛苦加以利用、將怒火轉為笑聲；勇士的行動是有意識、自發、刻意並且完整的；勇士既不求死，也不逃避死亡；勇士活在當下，不讓任何人、任何事物、自己的思緒帶離當下；勇士的生命與想像中的完美無關，而是與愛有關。愛就是勇士的劍，劍揮向哪裡，就把生命、而非死亡帶到哪裡；勇士看見光明，掙脫束縛，放棄一切，因而能笑著走進永恆。勇士的修煉分為個階段，第一是先學會尊重老師，對老師有禮貌，第二是自然地呼吸，因為呼吸是身心之間、感覺與行動之間的橋樑，第三是恪守戒律，要有健康的飲食，第四是無聲、靜坐、冥想與頓悟，無聲是勇士的藝術，靜坐是勇士的劍，在靜坐時要內觀，注意冒出的情緒，再來是放下，放下對冒出的思緒的罣礙，然後用靜坐之劍攻擊心智之結，第五是開拓通往新的大門的內在道路，表現快樂、感到快樂，不須任何理由，如果能完成修煉，就能成為真正的勇士。

看完這本書後讓我大開眼界，獲得了許多道理，作者將這些道理寫成人物的對話，看似普通但卻隱藏著深奧的道理，整本書的內容也包含了一些詼諧的對話

和故事，也使這本書部不過於無趣、呆板，讓人不僅學到了道理也獲得了快樂，值得一再回味。

四、討論議題：

成為勇士雖然利己不害人，但勇士多半只在乎自己，若每個人都變成勇士，那社會該如何運作呢？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：甲等
作 者：陳渝絜
參賽標題：何謂正義？
書籍 ISBN：9789868271265
中文書名：《正義：一場思辨之旅》
原文書名：JUSTICE: What's the Right Thing to Do
書籍作者：邁可・桑德爾
出版單位：雅言文化
出版年月：2011 年 03 月 01 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

所謂的正義，到底是什麼？

邁可.桑德爾為當代知名哲學家，2009 年《華盛頓郵報》稱他為「也許是全美國最知名的大學教授」；2010 年被《中國新聞週刊》選為「最有影響力人物」。

作者運用新聞舉例的方法，引導讀者去思考一連串的議題：何謂正義？正義建立的基礎應該在哪裡？當正義跟法律起衝突時該如何？藉由探討問題激發讀者的思考，作出自我檢視，了解自己抱持的是哪些信念，何以抱持這些信念。

二、內容摘錄：

疑惑令人煩憂。為這種煩憂所苦，我們也許會自我修正原先判斷，或重新思考原來遵奉的準則。不同的情況一個接一個，原先的判斷與準則經過一再反芻，隨情況調整。這種真實世界與理性領域之間的來來回回再思考，這就是道德思辨。(p.35)

理性與自由，人這兩種能力是密不可分。整體而言，兩種能力使人脫穎而出，異於一般禽獸。理性自由把人變得不再停留於食色性也的等級。(p.122)

三、我的觀點：

當我們追求所謂的正義時，它真的是對我們有利、公平的嗎？

書中的開場先由一則例子「電車事件」開場，假設一台失控的電車即將撞到前

方正在施工的五名工人，可是只要把車子轉到叉路口的另一條路，只會撞到另一個人。在這樣的情況下，多數人會決定把車子轉到另一邊，畢竟一個人的命可以換五個人的命，聽起來整體狀況比較好。我看著這則事例思考了許久，如果是我會怎麼做？把車子轉到另一邊或許對大局來講是好的，但這對那位被撞的工人公平嗎？人人生而平等，每個人都有等同的權利活在世界上。今天不管電車即將撞到的是幾個人，我不認為把車轉向另一邊看似損失較少的方向是對的。就算多數人得以倖存獲救，但我想他們仍會有道德上的良心譴責。

這情況可以和傑瑞米·邊沁的「功利主義」一起討論。邊沁的功利主義，強調道德的最高原則就是幸福的最大化，重視最多數人的最大幸福。我非常不認同這樣的想法，功利主義這樣看大局的作法，明顯忽略了一部分被犧牲的人，並不尊重個人權益。如同前面提到的電車事件，為保障多數人的性命而犧牲少數人，就像是他們的命不值得留下，能讓我們操控主宰一樣。試想今天如果被犧牲的是我們，我們還有辦法認同功利主義嗎？多數欺負少數這樣的行為為何是「道德」的表現？

本書最讓我印象深刻的案例是，1884年英國發生的上殺人事件。四名船員因為遇到船難而在海上漂流，他們又餓又累。其中一名孤兒船員因為不聽勸其他人的勸告喝海水而生病，在整整八天沒東西吃的情況之下，船長做出了一個決定：他要把生病的船員犧牲掉。理由是這位船員因為生病的關係也活不久了，犧牲他能夠救下三個人。再者，這位船員是個孤兒，不像他們有妻室需要照顧，消失在大海中或許也沒人察覺。他們在獲救之後，其中一位船員因為受不了良心的譴責而將事情公開。作者到這裡提出了一個問題，「假設你是法官，你會做出什麼樣的判決？為了簡化問題，暫且不理會法律規定，假設你只須決定殺害那名船艙服務員是否為道德上可以接受的事情。」

如同上述我對「功利主義」及「幸福最大化」的看法，這種犧牲弱勢而顧大全的做法我相當不認同。就功利主義的點來討論，如何才能判定這位被吃掉的船員價值低於其他三人？人的價值是不能隨意決定的。就算他沒有家庭、身體狀況當下並不好，但沒有人能夠評斷他是一個不必活在世界上的人。因此對我來說，這並不是道德上能夠接受的事情。

本書我最認同的應該就是康德的理論了。康德的定然律令之中有一項為「把人當作目的」，康德說：「我說人就是目的，所有理性動物亦然，不是此意志或彼意志可任意差遣的手段。」理性動物有絕對價值和內在價值，我們絕不能把人當做手段，而是把人當作目的去達成。康德用這套理論用來反對自殺，他認為透過自殺免去痛苦，就是把自己當作一個手段去達成目的，違反定然律令。對於這樣的解釋我第一次看到，覺得非常有道理也很有意思。

看完了各個哲學家所提出的見解，我突然明白了作者在書的序章提到的話：「本書的目的正是邀請讀者做個自我檢視，搞清楚自己抱持哪些信念，何以抱持這些信念。」在了解這些理論的內涵時，我也正在檢視自己的內在，思考我為什麼這麼認為。我想，書中的理論並沒有誰對誰錯，很多時後它們甚至可以互相通用解釋，或放在一起討論。我們可以透過這些理論，去釐清自己的價值觀，創造出所謂的「理性思辯」。

四、討論議題：
何謂正義？

當我們面臨顧慮大部分人或顧慮少部分的人的狀況，究竟怎麼選擇才是最好的？當道德和法律起衝突，該怎麼解決？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：甲等
作 者：江梓綾
參賽標題：傳奇中的傳奇-唐代傳奇
書籍 ISBN：9789571355368
中文書名：唐代傳奇：唐代的短篇小說
原文書名：唐代傳奇：唐代的短篇小說
書籍作者：廖玉蕙
出版單位：時報文化出版企業股份有限公司
出版年月：2012 年 05 月 18 日
版 次：五版一刷

一、圖書作者與內容簡介：

這本書的作者是廖玉蕙，筆名唐生、柳映堤，東吳大學中國文學博士，現任國立台北教育大學語文與創作學系教授。是一位散文家及教師。她曾獲得中山文藝獎、吳魯芹散文獎、中國文藝獎章及中興文藝獎章，並有多篇作品被選入高中及國中課本。本書前故事多出於《太平廣記》，此書是宋朝李昉等人編著的大型類書，因編成於太平興國年間，故名為《太平廣記》，全書五百卷，專收也使集小說雜著，而書中故事均為不同人所作。

二、內容摘錄：

「我來了，我來了，你看，我不是在這兒嗎？」

一邊流淚，一邊喚著。一會兒，那女孩竟然睜開了雙眼，怔怔地看著崔護，依然是那年清明的模樣。調息了半天，女孩居然又活了過來。崔護又驚又喜，女孩的父親更是高興得不得了。這一段天賜良緣，便在桃花從李生了根，結了果。（第 227 頁）

三、我的觀點：

上面這一段文章是出自於這本書中的〈崔護〉，而其中最膾炙人口的部分，我想就是「去年今日此門中，人面桃花相映紅。人面至今何處去？桃花依舊笑春風。」這一首詩了吧！書中的女孩看了此詩之後，而勾起了一場心病而死去，不過到最後崔護回來呼喚她時，又奇蹟般地活了回來，這一段，正式第三點所摘錄的內容。

這個故事，不禁感到他們之間的愛還有緣分真的很令人佩服。一面之緣而互相產生的愛慕，並且持續了整整一年，然後過了這一年，又因為一首詩，使他們常相廝守。

我覺得這個故事，有點像是〈白雪公主〉和〈霍小玉傳〉兩個故事的綜合體。女主角像霍小玉，雖然我認為她並沒有向霍小玉那般的偏激，不過她們都為愛而亡。但是與兩個故事最大的不同之處，我想就是〈崔護〉的結局是圓滿的吧！

不過比起那廣為人知的〈題都城南莊〉，最讓我感到印象深刻的，其實是男主角去看望已死的女主角的那一幕，男主角在呼喚女主角的那種語氣，彷彿那既期待又祈求般的話語就在我耳邊一般，使我不自覺地也希望女主角能醒過來，心情也跟著緊張了起來。真的是讓人身歷其境的一段文字啊。

但還是不得不感嘆一下，古代的人真的很保守，其實換作現代，喜歡就去追，就不會如同故事中那般，繞了一個大大的彎，兩人才在一起。

另外，除了〈崔護〉外，我也很喜歡〈訂婚店〉這個故事，故事裡是在說一位想要趕快娶妻的男主角——鞏固，有天夜晚在宋城的旅館中遇到一位老人，坐在月光下，翻看著一本書，鞏固問老人，老人回答是鴛鴦譜——記載天下人的婚姻的書。老人又告訴他遠處那個賣菜老嫗的女兒，現在才三歲，正是他十四年後老婆。鞏固嫌女孩年幼醜陋，派人刺傷。十餘年後結婚，發覺妻子正是當年被自己傷害的小女孩。宋城的縣宰知道這件事後，把那間客棧定名為「定婚店」。牽紅線的老人，從此稱為「月下老人」。這個故事，是個讓人感到男女主角之間的緣分是注定又匪淺的，使我不禁也想著我的緣分什麼時候才會到呢！

除了前兩篇故事之外，我覺得更吸引人的，就是這本書裡還介紹了唐代的「傳奇」，包括了它名稱的由來、產生的時代、形成的原因、以及特色，內容極其詳盡，讓人在閱讀的過程中，邊看邊學習，真的令人受益匪淺。

此外，這本書的故事都已被翻譯成白話文了，所以看起來完全沒有負擔，不過此書也附錄了一些故事的原文，讓讀者可以先看完白話文的故事，再看一次文言文版的，我覺得這樣很好，因為不僅可以對故事印象深刻，還能順便練習看文言文，是一本可以讓人輕鬆閱讀的一本好書。

雖然整本書我只取了一部份出來表達心中的感想，但是其他的故事也非常的有趣、奇妙，真的是本值得去閱讀的一本好書呢！

四、討論議題：
唐代傳奇故事的思想背景

年 級：一年級
班 級：13
名 次：甲等
作 者：黃羿瑄
參賽標題：歷史中遇見未來
書籍 ISBN：9879578039117
中文書名：秦始皇：一場歷史的思辨之旅
原文書名：
書籍作者：呂世浩
出版單位：平安出版
出版年月：2014/06/03
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者，呂世浩，現任國立台灣大學歷史系專任助理教授，同時也是國立台灣大學歷史學博士、北京大學考古學及博物館學博士，更曾在傳統私塾中習四書五經長達十多年。呂老師「中國古代歷史與人物」課程被台大學生譽為「四年修不到，成終生遺憾」

內容如書名，讀者會跟著呂教授的腳步，一步一步地展開思辨之旅，讓讀者以當時人物的角度去思考作一件事的決策，進而培養思辨的能力。

二、內容摘錄：

所有的人在做事的時候，其實難免都會碰到挫折。挫折是小事，更重要的是常常在你努力做了很多事後，最後才發現結果完全不像你想像的那樣。

別人對你的實際評價和你自己認為的價值完全不一樣，有時是天壤之別，甚至是背道而馳。(P150)

人或多或少都會碰到這樣的問題，但人跟人之間的差別往往不在於遇到不同的問題，而在於面對問題的態度(P151)

三、我的觀點：

秦始皇是一位受爭議的君王。有人認為他焚書坑儒、好大喜功，實施郡縣制，是建立兩千年獨裁統治的始祖，故他是位暴君；又有人認為他統一六國，實行車同軌、書同文，建立中國統一的基礎，是一位勇於改變世界的強者。

他的成功，建立在他能以大局為重，懂得控制自己的情感。虛心的接見賢士、禮遇他們，也頗具慧眼，提拔了許多能人英才，最終統一中國，建立秦這個前所未有的朝代。但拘束已久的秦始皇，在成為六國之主後開始放縱自己，讓慾望凌駕了理性。他將其他五國的宮殿全部搬到咸陽城，又覺不夠符合他這位千古一帝的身分，故又另再建造了極度奢華的宮房——阿宮房。他又有一股成功人士必須的態度「為了達成目的，不折不撓」，他想建一條直道，就是能從咸陽城筆直的通道北方邊塞的一條路，但中國地大物博，無論如何避免，總會碰到山或河谷，怎麼做呢？始皇說：「塹山湮谷直通之」。由此可知，為達到目的，他會不擇手段的達成，就算此時天下早已民不聊生，他仍堅持百姓們須按著他的想法做。

正所謂：「慾壑難填」，是秦始皇的寫照，但其實上天是有給他機會挽回的。在他手下的能人那麼多，如果他能傾聽他們的建議，再以柔和的手段治理秦朝，要說千秋萬世也非不可能，但就是被他的自大和驕傲之心毀了那強盛的秦國。

本書雖是在探討戰國末期秦統一天下的歷史，但更多的是作者教我們如何讀歷史，甚至能獨立思考、客觀地思辨歷史上的是非對錯。一開始的章節中，作者先說明貫通歷史的好處，「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替」，如果我們能以史借鏡，可以避免走前人走過的錯路，以精確的達成目標。

當讀到某個段落，書中的人物要想出政策解決問題時，作者會先停著，慢慢整理當時的情境，一步步的引導我們一起思考，最後看看我們和他的想法有無相同之處，甚至更好。藉由一次兩次的累積，這就是呂老師要我們培養的邏輯模式，還有要以不同角度去看待一件事物。如果以道德的方面看秦始皇，他殺了六國的兵士和儒生們，是個殘忍的暴君；但若論以成就方面，他做到了當時古人所無法達成的，統一了混亂的戰國時代，又統一中國的文字和道路的寬度，他是個有遠見的君王。

然而，這是本講解歷史的書，我很熱愛歷史，喜歡看歷史中的故事，也喜歡其中人物之間的互動模式，但當我翻開本書的第一頁，彷彿有個魔力一直牽引著我翻頁似的，無法停止直到翻到最後一頁。呂老師讓我了解到歷史並不是死背硬記的科目，原來可以這麼有趣的方式讀歷史。

四、討論議題：

客觀地剖析秦始皇，你認為他是功大還是過多？

閱讀心得

第 1080315 梯次

年 級：二年級
班 級：5
名 次：特優
作 者：陳泳綦
參賽標題：青春第二課
書籍 ISBN：9789578795334
中文書名：青春第二課
原文書名：
書籍作者：王溢嘉
出版單位：野鵝出版社
出版年月：2014 年 09 月
版 次：初版第八刷

一、圖書作者與內容簡介：

本書的作者王溢嘉原本該是在杏林界行醫的醫師，但他台大醫學院畢業後，只短暫行醫，毅然決然地決定棄醫從文，專注於寫作上。而寫這本書的目的是讓現處青春年華的我們，從閱讀他人中，尊重個別生命體的差異；也從閱讀他人經驗中，學習做人處事的道理。

作者藉由此書，提供過來人的切身經驗，及可以學習的榜樣，並如蘇格拉底般，為讀者「點燃一個火苗」，期許身為讀者們的我們，能在看完名人的青春後，能發現並創造屬於自己的青春！

二、內容摘錄：

- 1.法國小說家普魯斯特說：「真正的發現之旅捕是去尋找新的景觀，而是擁有新的眼睛。」「見多」固然能讓人「識廣」，但重要的其實不是你「看多少」，而是「怎麼看」。(p.29)
- 2.人生有很多經驗不僅不是出於自願，而且還讓人有所逃的痛苦，但凡走過的必留下痕跡，所有的經驗，都能成為自己獨特性的素材。(p.49)
- 3.每一個勝利者身上都帶有傷疤，每一個英雄都有不為人知的痛。(p.121)
- 4.李嘉誠說：「人，第一要有志，第二要有識，第三要有恆，有志則斷不甘為下流。」(p.129)
- 5.贏，不是靠運氣，而是靠準備。路是人走出來的，但充分準備的人能走得更

自在，也走得更遠。(p.205)

三、我的觀點：

正值青春的你，是否也跟我一樣，對於所謂的「青春第一課」，即學校所教的學業感到不耐煩？不知學那些學術課程要做什麼？但在村上村樹的〈挪威的森林〉裡，小林綠子問男主角渡邊徹，「我們學那些數學英文要做什麼？生活上又用不到。」而男主角回答：「我們學英文數學，不是要學文法或公式，而是學習它的邏輯，以後在生活上遇到問題，我們也能運用邏輯思考來簡化它！」因此，學校所教授的知識固然煩悶無趣，但卻是將來我們解決問題與開創未來的基石！也正是這樣的基石，才讓我們有能力開創屬於自己的青春第二課！

看完〈青春第二課〉這本書後，讓我不禁思考，青春到底是什麼呢？要如何揮灑青春，享受青春，甚至追逐青春呢？有人說：「青春就像一盒彩色筆，每個人都有屬於自己的顏色」，正如「年輕不要留白」這首歌裡面所說的一樣，青春的我們應該要「盡情揮灑自己色彩，年輕不要留白！」也有人說：「青春就像阿甘正傳裡面所說的，是一盒巧克力，但你永遠不知道會吃到什麼口味的！」作者王溢嘉更說：「你只能年輕一次，但只要你善加利用，一次也已足夠。」因此，在青春第二課後，我更抱持著〈易經〉所言，「天行健，君子以自強不息」的精神，來努力、嘗試，並耕耘我的青春。

〈青春第二課〉這本書中，介紹了九十六位在各領域表現亮眼的國內外知名人物，他們的成長經歷往往不是一帆風順，等待他們的多是困苦的，且充滿荊棘的道路。但他們並不因此臣服於困難之下，而是一路掙扎、學習與克服，英勇地殺出一條屬於自己的道路，並在其大放異彩。

我印象最深刻的是，書中提及魔術界叱吒風雲的劉謙。在一次正式的表演上，因過度緊張而搞砸了，但他愈挫愈勇，反而更積極地研讀各種相關書籍，且每天不厭其煩的對著鏡子日復一日，年復一年的反覆苦練，才終於擁有出入人化的魔術技巧。每每讀到劉謙的故事，總讓我想起剛進高一懵懵懂懂的自己，誤打誤撞加入了口琴社。對於口琴一竅不通的我，在學姊的指導下，總算摸熟每個音的位置。不久，學姊拿給我兩份樂譜，並囑咐我：「這是即將到來的彰化縣音樂性比賽的曲子，你好自為之吧。」於是，我秉持著「勤能補拙」的原則，每天一放學就巴著口琴不放，一遍遍的練習，遇到困難的部分，重複練習幾百次更是家常便飯。到了學姊驗收成果的日子，我帶著忐忑不安的心情吹給學姊聽，學姊聽完後頻頻稱讚我進步神速，並讓我參加縣賽，我心中的大石頭才終於放下。

人云：「通往機會的每扇門上都寫著『推』。」在學姊的激勵鼓舞下，我反覆練習，因為我想跟美國花式溜冰皇后關穎珊一樣，「不想等到失敗，才後悔自己有潛力卻沒有發揮」，我努力不懈，克服困難，最後在全國賽中拿下了「優等」的佳績！在拿到獎狀的那一剎那，我不禁喜極而泣，因為浮現在我眼前的，是艱辛的練習過程，此時，我更體會到「贏，不是靠運氣，而是靠準備。路是人走出來的，但充分準備的人能走得更自在，也走得更遠。」

此外，我十分贊同作者的觀點：「只有青春能啟發青春，也只有青春能說服青春。」因為從上高中以來，我常常與父母因觀點不同，而時有摩擦。父母總是希望我依循著他們所認可的、傳統的「成功」道路，但我總是不以為然。因為傳統雖然是「養分」，但也可能是「束縛」。如村上春樹般，雖缺凡傳統的薰陶，卻讓他與眾不同，並異軍突起！看完這本書後，我發現成功或是自我實現，並沒有固定的軌跡，而是我們在選擇中，做了自己的選擇，且我們為了這個選擇所做出的努力，這才是重要的！若想要成功，條條大路通羅馬，只要如美國作家盧思所言，帶著勇氣與能力，方能實現偉大的夢想，因為「勇氣是讓所有其他優點攀爬的階梯」。

〈青春第二課〉這本書，賜給徬徨無助的我極大的力量，讓我從名人的青春裡，找到了屬於我的青春！我發現「沒有目標的人生就像沒有羅盤的航行」，所以凡事立定志向為首要。〈中庸〉說：「凡事豫則立，不立則廢。」古人也云：「學者必先立志，志立則心定，心定則事成。」因此，看完此書後，我設立了將來要進入物理系就讀的目標。我要像荷蘭畫家梵谷一樣，「凝視星星」，追尋我的夢想！我也要像來自宜蘭的舞蹈家許芳宜一樣，自律的自我管理與自我鞭策，全心全意的去實現這個目標，但同時，我更要像股神巴菲特一樣「享受動腦筋、花心血去克服困難的過程」，證明自己也能成功！狄更斯曾說：「青春的故事，是人類所說過最動聽的故事。」因此，我也要學李嘉誠，要志、有識、有恆地努力奮鬥，說出屬於我自己動聽的故事！

我，也有自己的青春第二課！

四、討論議題：

- 1.從名人的青春中，你印象最深刻的是哪一位名人？從他身上，你學到了什麼？
- 2.李嘉誠說：「人，第一要有志，第二要有識，第三要有恆，有志則斷不甘為下流。」那我們該如何做，才能達到此目標，並開創屬於自己的青春呢？

年 級：二年級
班 級：8
名 次：特優
作 者：施景淳
參賽標題：通往世界的路上
書籍 ISBN：9789863610410
中文書名：我的世界在路上
原文書名：
書籍作者：鍾一健
出版單位：高寶書版
出版年月：2014 年 8 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

來自台灣的大男孩鍾一健（Terry）二十九歲時辭去了工作，兀自帶著烏克麗麗與相機，從澳洲開始了打工度假之旅；然而此時，卻得知摯友罹癌的消息，他於是決定開始拍攝一千張微笑照片獻給摯友。隨後也於紐西蘭、日本進行蒐集微笑計畫，在世界探險之路上，同時替基督城大地震、東北大地震災民盡一份心力。

二、內容摘錄：

當你有能力為他人付出時你就是富有的，當你無法給人愛時才是真正的貧窮。
（ p 4 6 ）

當你勇敢踏出第一步後，你會發現比停留在原地還要簡單。重要的是，當你嘗試過，也許結果沒有預期中的美好，但至少，恐懼已不會再出現你的生命裡，而這份曾經的勇氣讓自己更值得驕傲。（ p 6 1 ）

多麼美好的一天，很高興我們今天仍然活著。（ p 1 3 8 ）

三、我的觀點：

面對未來，我無從得知，然而面對掌握於手中的現在，卻又太輕易地讓它流逝於時間的洪流中。順著不斷被灌輸的觀念:成就學業，成就事業，這一生似乎已別無所求。但，一生所追求的著實是如此平淡走過？

作者選擇辭去穩定工作，離開舒適圈，看似往世界出走的過程中，其實也往自己心靈深處走得更踏實，更明瞭。礙於錢、時間、體力、語言等等因素，相較於作者，這一切純粹是自己給自己設下的囹圄罷了。同樣沒有充沛的旅

費，他透過搭便車遊走於世界各地，冒險途中，充滿著不信任與不被信任。每每遇到願意載自己一程的駕駛，無一次不是內心掙扎、對於未知充滿不安的場景：駕駛或過於熱情，則思自己是否正成為落入他人手中的肥羊；或告誡近期發生多起搭便車殺人事件，單獨面對車內這位正經不過的中年婦人，令人不寒而慄。民眾對於作者拍照蒐集微笑的行為感到疑惑，假如換作是我，同樣會思考他無償替人拍照，是否會在事後敲竹槓？是否會將照片做不正當的使用？這般防人思維隨著年齡越長，齊步越發猖狂。因為陌生，所以不信任，為了保護自己，此乃人之常情；過度的不信任，反而容易失去人與人之間最可貴的情。看了這本書，內心竟感到一絲羞愧，倘若我相信人心之善遠大於惡，聽曉蒐集微笑幫助災民的活動必即刻毫不猶豫地投身其中，與其說是被社會的黑暗面荼毒，更不如說是自己內在修養過於貧瘠，看待事情時，總繞了一大圈，卻忘記了——愛，其實質樸簡單。

書中令我訝異之處：在舊有的觀念裡，付出的一方多為經濟能力較好的人們，而書中出現頻率最高的助人者卻以常被認為是接受幫助之方的殘障人士、原住民、經濟狀況拮据者，即所謂「弱勢族群」為大宗。有一張照片是紐西蘭一位衣褲因泥沙而灰黑、雙手布滿污垢的身障人士，在雙胎漏氣乾扁不已的輪椅上靦腆微笑，這幕是如此溫暖人心，同時也多麼震撼人心——他手中握了五元紙鈔要交給作者。即使可能這是他身上僅有的五塊錢，可能他比所有人都更需要這五塊錢，他卻要付出這份力量，幫助更多的人。他們或許才真正是世界上最富足的一群，物質上不是，心靈上，是。

「很高興我們今天仍然活著。」，這是從一位高齡九十幾歲的奶奶以愉悅口吻吐露出的話語，看似簡單，卻餘韻無窮，好好活著，才會覺得活著好好。面對未來的迷茫，前途一片空白，但正因為空白，於是留給每個人無限機會順著心的方向彩繪自己的未來。

人生最大的成就並非財富多寡，名望高低，畢竟離開塵世時什麼也帶不走，反觀生命旅程上身旁形形色色的人們，一抹淺笑，一句問候，甚至一個擁抱，自認為再渺小不過的舉動，兩條平行線可能就此交會，在相同的時空下，激盪出兩個截然不同的生命樂章。

四、討論議題：

是否認同蒐集微笑鼓勵災民的活動？倘若遇到類似活動時願意為災民付出行動嗎？

自己的人生清單應該是什麼模樣？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：特優

作 者：吳翊萱

參賽標題：從平凡中看見不平凡

書籍 ISBN：9789866858574

中文書名：讓你瞬間看穿人心的怪咖心理學

原文書名：Quirkology：how we discover the big truths in small things

書籍作者：李察·韋斯曼

出版單位：漫遊者

出版年月：2008 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者李察·韋斯曼是位心理學教授，曾經是職業魔術師，因此他致力於鬼怪、騙術、直覺等方面的心理學進行研究。他的研究方式是透過大規模的實驗推論其中隱含的思考邏輯與意義，雖然這些實驗看似無趣、搞怪，但是最後卻能得到十分有力的研究依據，這就是「怪咖心理學」。

本書講述了六個面向的心理學，分別是時間、欺騙、靈異、決策、幽默和自私。沒有生澀難懂的專有名詞，讓大家都能淺白的了解心理學的概念。

二、內容摘錄：

我們的想法與感受常在不知不覺中受到其他因素的影響。名字影響我們的自信與職業選擇，光是讀一句話也會影響我們的感覺與回憶。簡單的微笑或微妙的觸摸會影響我們在餐廳與酒吧給的小費多寡。商店裡的音樂會在無意間潛入我們的心靈，影響我們的消費額度。（p.150）

人口多的城市通常有「感官負荷超載」的現象，他們經常接收別人、手機、交通與廣告的資訊轟炸，所以會出現系統接收太多資訊時的反應：決定事情的輕重緩急，以較少時間處理多種不同的事情。米爾格蘭認為這原因導致大家看到需要幫助的人卻過路不停，把助人的責任轉給其他人承擔。這也造成一種矛盾的現象：空間裡愈多人存在，大家的感覺愈空虛孤立。（p.254）

三、我的觀點：

你曾發掘生活瑣事的背後藏著什麼不為人知的奧秘嗎？你知道看似再平凡無奇

的小事裡也蘊含許多道理嗎？你是否懷疑過為什麼自己會是這樣想的？別把一切都視為理所當然，每一件事情經過抽絲剝繭，都會得出它的前因後果，那可能是我們想像不到的。

不論是在網路、電視、書籍、商品等地方，有關星座的資訊處處可尋，「2019年星座運勢」、「星座個性分析」、「12星座配對」、「誰是12星座的貴人」…各式各樣的評論應有盡有，每次看到這種評論，我心裡就在想，真的是這樣嗎？全世界不知道有多少個同樣星座的人，他們的個性都一樣？他們都會在今年遇到貴人？大家的另一伴都會是在榜上的人嗎？其實並非如此。

我不是全盤否定星座這門學問，我相信他們有一定的專業，只是有很大部分的文章是利用讀者會「對號入座」的特質去撰寫，當我們看到某些符合自己認知的項目就會覺得上面說的很對，但是看到不符合的卻不會去在意，這便是導致我們認為很準的原因。因此，星座這類的資訊可以參考，可是不能過於迷信，非要做的一模一樣。

從這本書裡，我也得知了一件我從未想過的一件事，那就是一笑話給人越強的優越感，就會讓人笑得越厲害。一看到這個論點時我是十分驚豔的，後來回想起那些讓我覺得有趣的笑話，才發現原來書上說的沒錯，就拿日常生活中的例子來說，我們想要逗別人笑的時候，應該是拿自己開玩笑比較有用吧？或是當我們看見別人不小心出糗時，是不是容易笑出來？我想，是這樣的吧！這些就是無形中的優越感，因為比較起他人，自己顯得不傻，或許我們都沒有這個意思，但是在潛意識中我們還是受影響了。

這種潛意識的例子在生活中也很常見，像「第一印象」就是。我們對別人的第一印象是從面相判定的，最直接反映出每個人對於外貌的刻板想法，當我們看到一個長相不錯的罪犯時，很多人會冒出「怎麼會這樣」的想法，而如果是個長相普通的人就不會有這種念頭。潛意識往往是在無意間發生的，既然無可避免，那我們就必須養成不靠印象評斷一個人好壞的習慣，更不能抱持成見，要實際的去了解他人的個性，才不會誤解了別人。

在日常生活中那些古怪、不起眼的事情，卻都含有它本身的意義與邏輯思考，所以面對任何事物的時候，我們都應該保持著一顆好奇、疑問的心，不要一味的相信得到的資訊，試著從中發現問題並主動尋找出答案，做個有思辨能力的人，如此一來，才不會變成盲從的大眾，也能夠看穿其中隱藏的知識與道理。而當你能夠看到別人所看不到的，是好的就加以利用，不好的就思考要如何改善，再加上持續努力不放棄的研究，就像這本書的作者一樣，那我想，你離成功應該不遠了。

四、討論議題：

生活中有什麼曾經讓你深信不疑，但後來才得知那是錯誤的事情？你從中學到了什麼？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：特優

作 者：王芊云

參賽標題：生命的熱情

書籍 ISBN：9789863209362

中文書名：勇往直前:腦神經科醫師 奧利佛・薩克斯

原文書名：On the Move:A Life

書籍作者：奧利佛・薩克斯

出版單位：遠見天下文化

出版年月：2016 年 1 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

一位紐約的流浪醫師，生於醫學世家，在不確定的未來不斷的尋找自我，年輕時，騎車、舉重、游泳樣樣來，有著各式各樣的朋友。他出版過十二本醫學人文暢銷書，甚至成名作《睡人》還搬上了大螢幕，在紐約，巡迴關懷弱勢精神病人，他不只是「看病」而已，而是看病人、醫病人的病。他的一生多采多姿、各種冒險，他是絕無僅有的薩克斯醫師。

二、內容摘錄：

(一) 學生不能淪為數字或考試成績，病人也是一樣。如果沒有在各種不同的情況下看這些學生，我如何判斷他們？他們的同情心、關懷、責任感、判斷力，這些特質該如何分出高下(198 頁)

(二) 我們每個人都在編造、過著一段「敘事」，並且以這段敘事來定義自己。(293 頁)

(三) 再怎麼糟，人在動著，而再怎麼好，也達不到絕對，可就此停歇，人只要不保持靜止，總會更近一些。(300 頁)

(四) 科學是公共事業，科學家是情同手足的國際社群，共享並思考彼此的研究工作。(372 頁)

三、我的觀點：

出生於優渥的醫學世家，就讀劍橋大學，畢業後順利當上醫師，這是多少人夢寐以求的成功路，但，到底什麼是成功？對薩克斯醫師來說，這種勝利之路並非他所想，他的一生，說是傳奇嗎？不！是尋找自我的旅程，薩克斯醫生極其一生

追逐自己、照護病人，不屈就、不掩蓋，沒有定點的四處旅行，做自己發自內心喜歡的事，沒有一天違背自己的心意，短短四百頁，卻帶我縱覽他的一生，沒有誇大、華麗的詞彙，用真摯的言語娓娓道來他那看似平淡而字句深刻的人生。

年少的薩克斯熱愛力與動，充滿熱情，隨著大學畢業未知的未來及一連串的問題接踵而至，志向到底在哪兒？若當醫生好像是被安排好的，當化學家？但對神經生理學非常感興趣又很喜歡海洋生物學，他就像是我們一樣，對未來會迷惘也會徬徨，不同的是，薩克斯沒有就此失去熱情，反而透過旅行找尋自己，我認為這正是故事動人的原因，滿滿對生命的熱情，寧願用大半時間旅行，也不願屈就自己到一個非自己所愛的崗位，尊重自己、追隨內心，只要沒有停止，就是在前進。誰能想像在美國一日雙城，一個週末騎了一千多公里，大白天穿著白袍的薩克斯醫師，夜幕降臨時，搖身一變，換上摩托車皮衣馳騁天涯，就是這麼熱血！這種態度正是我們應該學習的，不單單是騎車，而是不讓任何事阻擋夢想前進的堅持，正如同賈伯斯的至理名言：「求知若渴，永保傻勁。」不論在看病還是寫作，薩克斯終其一生沒有拋棄這股傻勁，可以為了出書抵抗上司而遭解雇，可以游泳游到一半衝到岸邊寫書，沾的整張紙溼答答，何嘗不是個精神模範？

其實在熱血的背後，他還是一個溫柔敦厚的醫師，他不只是「看病」，而是「看見」病人、「聽見」病人，身為一名醫師，最重要的不是知識多高深，而是傾聽，觀察病人，看了書裡面薩克斯醫生與病人的互動，雖然不是最高明的醫術，卻是傾其所有的付出，徹夜值班，研究、記錄病情，為了病人，為了自己求知的渴望，在不被任何人看好的情況下，還能堅持自我，換做是別人，可能早就放棄了。他來曾以身試「藥」親自體驗各種感官的幻覺，後來集結各種幻覺現象成一本書，他把幻覺刻劃的相當巧妙，讓人彷彿身歷其境，不可自拔，他的醫學生涯中，出版了十二本醫學人文暢銷書，獨樹一幟，有著不可取代的回憶與重大發現，字裡行間不單單有對疾病的描述、研究，更重要的是與病人的「對話」了解病人的背景、想法，令我驚奇的是薩克斯醫師讓我知道每個病人，巴金森氏症也好，妥瑞氏症也罷，被囚禁的靈魂裡，都有一份異於常人的天賦，又為什麼大家之前都只看見疾病的表面，並且壓抑他，而忽略那想要掙脫枷鎖的靈魂呢？即便到了老年，薩克斯仍不斷寫作，甚至是到鬼門關前走了一遭，也沒失去研究精神，所有的損傷、疾病都構成了一片任他探索的沃土，承受著病痛也要完成一本書，與其說他是一位稱職的醫師，我倒覺得他是一位講故事的人、一位生命的老師。

薩克斯醫師的一生多采多姿，結交了許多各式各樣的朋友，這留給後人的不僅僅是醫生的模範，也是追夢青年的精神典範，在寒假讀完這本書，感覺十分暢

快，也重新充滿了活力，發自內心的由衷佩服薩克斯醫生，佩服他永不消逝的熱情，佩服他對病人的無私，喜歡冒險，不斷勇往直前，如此誠懇真摯的情感，他是獨一無二的薩克斯醫生。

四、討論議題：

(1)什麼是「好」的醫生?應該具備什麼特質?

(2)作者回憶起他為了出書而醫院上司反對且威脅要解雇他，但作者仍選擇毅然決然出書，果真遭到解雇，若是你?會怎麼做呢?

年 級：一年級
班 級：1 年 14 班
名 次：特優
作 者：林宜蓁
參賽標題：你所固執的到底是什麼？
書籍 ISBN：9789863020165
中文書名：燕侯君
原文書名：
書籍作者：蝴蝶 Seba
出版單位：雅書堂
出版年月：2015 年 11 月
版 次：五版

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者蝴蝶寫作風格多樣，並且涉獵眾多領域。不論是奇幻、浪漫、陰鬱、風趣、寂寞……等等豐富的情感，都可以駕馭自如。融合其龐大獨特的世界觀，創作出一部又一部扣人心弦的佳作。

《燕侯君》主要敘述，一群被社會禮教拋棄的女人，如何倚靠自己堅韌的信念，從腥風血雨中驕傲的站起，為了自己的榮譽、為了救贖他們的國君、為了為他們犧牲付出的教官而戰。即使「馬革裹屍，戰到最後一滴血流乾」也決不退縮至他人身後。

二、內容摘錄：

「我是，大燕的燕侯君，哀軍的李教官。我會馬革裹屍，戰到最後一滴血流乾。

娘，我是軍人。妳口中真正的軍人啊！

所以娘，妳一定不要悲傷。就是因為我背後有這麼多人，我才會笑著去死……一定一定，不要悲傷。

哥哥們，再會了。

她繼續哼著《滿江紅》，微微的笑了起來。」 p244

「其實，她知道為什麼六屯的人都不見了，只是已經不想追究。李瑞一死，賢

良屯哭聲震天，怒喊『國何負我』，素車白馬的載著李瑞的屍體，扶輦北去，誓言燕侯君絕不葬燕土，六屯隨行守墓幾乎傾巢而出，才會空虛到去接任的駐屯官找不到幾個兵。

罷了。由他們去吧。國已負了他們，無顏強留。」 p253

三、我的觀點：

在本書架空的歷史時代中，已經出現了女皇的制度，然而即便如此，男尊女卑的觀念還是根深蒂固的扎根在朝中多數文武百官的心中，成為他們抨擊女人的利刃，攻擊賢良屯的火炮，指責君主的無恥之理由。這種固執成為了整個社會集體的病癥。

在時間的長河中，不論在何時何地又或者是何人，總有些不想拋棄、不能放棄的執念。所有人守著它們一輩子，但在蓋棺論定之時，得到的評價卻有著雲泥之別，原因在於他們所固執的到底是什麼。歷史上眾多的悲劇，追根究底都只是錯誤的堅持罷了。以本書為例，歧視的形成，是因為以前的男性國君想要保有自己九五之尊的地位，認為自己是神選之人，而對女性輕視、瞧不起甚至視為玩物，認為其不可上廳堂，只配躲在閨閣之中啼哭。上行下效，從所謂的天子、世族、普通官員下到黎民、布衣甚至是奴隸，全都染上這種頑固不通的思想。在以男性為尊的社會中，女性就只剩下貞節的價值，可笑的是，所謂的貞節，也只是男人們訂下的枷鎖，從來沒有人在意女性真正的想法。就這樣一步一步逼死了多少人，卻從未有人為他們悲傷哀悼，一顆顆淌血孤獨的心，硬生生被埋沒在以男性為主軸的丹青之後。大家都選擇視而不見。而其殘害之深，直至出了三代女皇也未能抹滅！百官忽視女性的才能，一心只想扶持無什長才的皇子奪位。視天下蒼生為無物，一心只想完成自己那可笑固執的，其名為恢復正統的「大業」。

時至今日，也依舊存在著各種固執的心態。這些固執或許不是什麼影響整個社會的大事，但卻足以左右一個人的生活。以我自己的經驗為例，我一直以來對寫筆記這件事有著莫名的執念。每次只要寫筆記，我都必須做到自己順眼而滿意的程度——什麼科目是什麼樣的格式，哪樣的重點就一定要用哪種方法抄寫。若舉國文筆記為例，遇到段落大意就一定要用橘色的筆寫，修辭就必須用紅色的筆寫。不只對顏色的固執，而且每一頁的字絕對不能糊開，不能沾到其他墨水，兩頁的字不能互相印過去……等等不成文的規定深深的強迫烙在腦中，操控著我的學習生活，只要沒有照著它來，就會覺得渾身不對勁。雖然筆記或許整齊美觀，但是這種龜毛的固執卻大大拖累了我上課的速度，反而得不償失，捨本逐末，失去了原本抄筆記的用意。就如同中國歷史幾千年來的陋

習，這樣的固執，已經不可能從我的生活中抹滅乾淨，反而成為我的一部分。

因此，我認為，我們應思考的不是如何一次將固執連根拔起，而是該思考如何在和其和平共處的同時，慢慢的修正它，潛移默化之中，將它變成我們的助力。比如我會保留我對於追求完美的堅持，像松一樣挺拔不屈，但同時融入柳可隨風搖擺的柔軟，即多一點應變的空間，視情況選擇固執的程度，不是一味的冥頑不靈，不知變通。既保留了優點，又修正了缺失。過猶不及，都不是我們應該追求的處事態度。

正視自己所固執的事物，才有真正面對自己的一天；正視自己的錯誤，也才能有更趨近完美的一刻。所以仔細想想，我們所固執的，到底是什麼？而它的意義又何在呢？

四、討論議題：

1、如何挖掘、發現自己所固執的盲點？又如何轉化為幫助我們的助力？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：特優
作 者：林倪玉
參賽標題：巨塔背後的省思
書籍 ISBN：9573316188
中文書名：白色巨塔
原文書名：白色巨塔
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠
出版年月：1999 年 5 月
版 次：五版

一、圖書作者與內容簡介：

作者侯文詠先生，曾經是一位優秀的麻醉科醫師。在從醫十幾年後，他重新思考醫生帶給他的價值，決定聽從自己內心的聲音，不顧旁人的反對，毅然決然辭去醫生的職位，轉而當一個全職作家。這本書是他的第一篇長篇小說，書中用戲劇化的方式，具體描述了醫院裡的金錢爭奪及權力鬥爭，將醫院生態完整的展現。

二、內容摘錄：

(1)深夜的病房裡，只有電視機一閃一閃的發出幽微的光，照在小女孩淺淺的笑容，也映著懸在點滴架的化學針劑，顯現出透明而詭譎的顏色。(p.80)

(2)回憶像是一長串的鞭炮，不能輕易點燃引信，否則便惹得到處砰砰碰碰，根本無法自制，直到煙霧迷漫為止。(p.176)

(3)那些漾開來的感傷很快變成了狂風暴雨，動盪的侵蝕了他的內在，甚至變成了一種椎心的刺痛。(p.411)

(4)四季都是漫天的紙灰揚塵與無盡的枯黃綿延。濕冷而勁韌的山峰，刀刃般地吹過臉頰，吹過有知覺，沒有知覺的一切，連帶把狂囂、哭泣、吶喊也都一起吹走。(p.396)

三、我的觀點：

在閱讀這本書以前，我認為醫生是一個很偉大的職業——一個以患者為出發

點，不求回報的職業，但在看完這本書以後，我才知道：原來看似寧靜的醫院裡，隱藏著許多利益上的糾紛，以及名利上的爭逐。

這本書描寫了許多關於醫界的種種惡習及人性的黑暗面。書中的兩位主任為了搶奪院長寶座，用盡心機，就連總統女兒的手術，也成為他們角逐權力的戰場。這時，病人的健康已不再是他們關注的焦點，對他們而言，這只不過是一種武器，是讓他們獲得勝利的工具。在這樣的環境下，病人的權益該由誰來保障？有一些醫生並不希望升官，只希望能盡到一位醫生的責任，然而，混亂的環境迫使他們不得不做出選擇：盡力向前衝，或者退出。兩個截然不同的選擇，造就了這些醫生不同的下場。

在許多人的眼中，名與利是畢生追求的目標。有些人為了名利，拋棄親情與友情；有些人為了名利而不擇手段，踏上犯罪的道路……對於他們來說，只要擁有名與利，就可以成為人生勝利組，享受大家的掌聲。但當這一切遇上病痛或死亡，都顯得微不足道，花費畢生的心血也將化為烏有。那麼，追求名利有甚麼意義呢？為了名利而汲汲營營的過生活，無形中損失的快樂與幸福，是無法用任何物品取代的。

書中我最佩服的角色，非關欣醫師莫屬。在一場手術意外中，他不因為上層階級的壓迫而屈服，反而鼓勵讓病人做病理解剖，釐清手術失敗真正的原因，她為了避免讓同樣的意外再度發生，不畏強權而追求真相的精神，值得我們學習。故事的最後，她為了避免捲入爭權的戰爭中，於是她離開了「白色巨塔」，到鄉下避開風暴；反觀蘇怡華醫生，他容易受別人的影響，任上層階級擺布，最後他雖然獲得外科醫生主任的職位，卻也在不知不覺中，捲入了風暴的中央。關欣堅守自己內心的原則，不因別人的想法而動搖，令我深深佩服！

書裡面有一句話，我覺得很有意思：「人生實在沒有那麼多好怕的。如果再重來一次，我一定盡量按照自己的意思，更勇敢地去追求自己內心的渴望。」如果一個人總是遵循別人的道路與經驗，卻與自己的意願相違背，那麼，想必他的生活會過的非常不愉快，甚至失去自我；相反的，如果能聽從自己內心的聲音，照著自己想法努力實踐，即使過程再辛苦，也會甘之如飴。創辦雲門舞集的林懷民先生，在年輕時照著家人們的期望，到美國攻讀新聞及小說創作，回國後，當上政大當時最年輕的講師。但他憑著一顆熱愛舞蹈的心，放棄了之前的種種成就，一切從基礎開始，即使有時一天要練習二十小時，但他堅持不放棄。經過不間斷的苦練，終於有今天亮眼的成績。他今日的成功，有一大部分在於舞蹈是他內心潛藏的目標，促使他咬牙撐過一次次艱苦的訓練，並不斷精益求精，做到最好。如果他沒有堅持自己的理想，舞蹈對他來說，可能就會變成一種終生的遺憾。

這本書的內容緊張刺激，令人一看再看，欲罷不能。書中提到醫院的種種弊案，也值得我們用心去思考。「這是最壞的時代，也是最好的時代。」或許，我們能從這一個個問題中，提出比以往對醫病雙方更有利的解決方法。

四、討論議題：

我們該如何避免讓名利牽著鼻子走？

年 級：二年級
班 級：8
名 次：特優
作 者：羅彥蓉
參賽標題：音樂、生活與理想
書籍 ISBN：9789865824211
中文書名：耳朵借我
原文書名：
書籍作者：馬世芳
出版單位：新經典
出版年月：2014 年 05 月 30 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

馬世芳是位音樂評論家，也曾任廣播電臺流行音樂節目主持人，對音樂的了解不可謂不深，他寫下了多篇文章，紀錄數十年來樂曲前行的軌跡。

《耳朵借我》一書中收錄的多半是他在二〇一〇至二〇一四之間刊於雜誌上的專欄文章。他認為許多音樂人都曾被誤解、被輕蔑，而馬世芳希望能藉由這些文字，喚起深埋在人們心中，不應被忘卻的記憶。

二、內容摘錄：

面對政客煽起的仇恨、鎮暴警察的棍棒、水砲的轟擊、黑道的恐嚇，誰不害怕？那就再聽一次這首歌吧。只要知道我們緊握著手站在一塊兒，全世界都在看，你我畢竟不孤獨，那或許便沒什麼好怕的了。（p.30－31）

我想讓他知道：這種種不堪，我們這輩人其實也有份。我真想讓那個孩子聽一聽這個老歌手在他出生前好幾年就寫下的歌詞，在這已然充滿了陌生旋律的世界。（p.115）

在我心目中，一座像樣的城市，總該有若干邊緣的、地下的、不乖馴的聲音。真正大度的市民，即使未必能欣賞，也總該理解或包容那樣的生活樣態。唯有如此，這座城市才能成就其「多元」，也才有資格自稱「偉大」。（p.175）

三、我的觀點：

音樂擁有能夠輕易撼動人心的力量，因此在各式集會中時常伴有帶動氣氛

的樂曲，也導致音樂的發展總跟政治、社會脫不了關係，一路伴隨著抗議和鬥爭成長。

每位音樂人都是懷抱著滿腔熱血與夢想才踏上這條路，他們堅定的信念展現在所譜出的詞曲中，將他們的精神寄存於歌曲傳播給大眾，只願能在茫茫人海中尋得一知音。路途顛簸，卻未見他們放棄希望——掙扎著走來的那些人，最後也在台灣的音樂史上添上濃重的一筆。或許走紅並非這些音樂人創作的初衷，但那確實是他們樂曲成功的證明，更為他們增添了尋到知音的可能性。

我相當佩服能夠自臺灣戒嚴時期便一直唱下來的歌手們，那是段艱苦的日子，為了透過歌曲表達想法，那些嚴苛的審核必定惱了他們，絞盡腦汁多次更動好通過審查，只為讓更多人能聽見自己心中的歌謠。更改後的歌曲或許失去了原本的樣貌，但他們的意志從不曾動搖，樂曲中飽含的心意一如既往，始終堅定。而他們的堅持並沒有白費，當年的那些歌曲奮力探出了嫩芽，時至今日，已然在所有人的腦中深深扎根，那是一段段傳承的樂章，傳承的是精神、是愛。書中的每一篇散文皆以音樂牽動，同時帶動的亦有歷史的信念，如此的信念賦予了樂曲獨特的意涵，縱使時代的浪潮在翻湧，多少事物在洪流中被摧毀、湮沒，歌曲卻能夠在其中屹立不搖。經歷了風雨的音樂人，用歌聲傳遞自己經歷的過去、憧憬的未來，毫無保留的將自己的意念傳遞給聽歌的每個人，無論是悲傷抑或喜悅，都分享予世人。

上個世代的歌者往往樸實，歌曲中僅有的是誠摯的感情，書中提到的每首歌曲皆是如此，書中文字亦是如此，沒有絲毫譁眾取寵，單純的紀錄下每件事。現今的歌手們多已失去了初衷，為金錢、名氣而創作，這些曲子依然能帶動氣氛，卻再也無法讓人投入其中，歌曲沒有了靈魂。我多麼嚮往那個純樸的年代，那個為了夢想而歌唱、為了理念而歌唱，沒有雜念的，僅僅為了歌唱而歌唱的年代。現代人生活便利又快速，對一切的思考總是只浮於表面，盡是走馬看花之輩，失去了從前那般的刻骨銘心，膚淺地生活著。上個世代的歌曲中刻畫的生活痕跡，在這個世代的歌曲中幾乎失去蹤影。

直至現在，音樂與人們的生活依然密不可分，也許有人認為音樂在生活中並非必要，但其未曾能夠自人們的生活中抽離，足見音樂「不易覺察的不可或缺」。有多少人的悲痛是藉由歌曲才得以發洩？又有多少流淚的人因樂曲而重新展開笑容？音樂是傷藥，是暖心的咖啡杯，其影響力之大，成為了多少年輕人的理想，這是個講求表達自我的時代，音樂的力量必不可少。

四、討論議題：

音樂能影響人們的情緒，因而改變人們的生活，什麼樣的樂曲能夠減少人們的壓力與負面情緒，使生活更和諧美好？

年 級：一年級

班 級：106

名 次：特優

作 者：梁婷如

參賽標題：看問題的角度－答案只有自己才能找到

書籍 ISBN：9789573331278

中文書名：請問侯文詠

原文書名：

書籍作者：侯文詠

出版單位：皇冠

出版年月：2015 年 1 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠自小對寫作產生興趣，但是當時的臺灣社會一般並不認為寫作是個「有前途」的職業。在父母、師長的壓力下，侯文詠進入醫學院就讀，並且成為一位醫師；但是他並沒有因此而放棄寫作。他的學業成績優異，但仍熱愛寫作。

侯文詠以優異的大學聯考成績錄取臺北醫學院醫學系（今臺北醫學大學），但仍不忘情寫作。在取得博士學位、及妻子的支持下，侯文詠辭退了醫療及教學等方面的工作，專心於文學創作。

二、內容摘錄：

1.只有先讓自己變成一個幸福、有能量的人，才能用同樣的方式，去扭轉這個世界的自私、墮落、黑暗……（p.23）

2.在生活中，為了財富、名氣、權勢，我們總是佔用了與自己最親密的人的相處時間。為了維護自己的尊嚴、驕傲，我們總是輕而易舉的就傷害了別人的情感。為了維護自己的最大權益，我們總是以競爭為名，理直氣壯地就犧牲了他人的權益……（p.49）

3.我們總是把「得到」、或者是「擁有」當成快樂唯一的根源，並且用這個來衡量自己人生的成功和失敗，卻很少想過，這樣的想法，其實是有極限的。（p.117）

三、我的觀點：

看完這本書之後，我理解到，問題，並不是只有一個答案。而我已經從這本書中得到我要的答案了。「興趣可以當飯吃嗎？」這是裡面最觸動我的問題。興趣可以當飯吃嗎？我也無數次的疑惑過。我和侯文詠先生一樣，對寫作抱有極度的熱情。寫小說是興趣，為此我寫出了數本上萬字的小說。在朋友和老師的借還之中，從他們不經意的口吻裡，我總能聽到這個問題。是前（錢）途比較重要，還是興趣比較重要？興趣有沒有前（錢）途，就如同書中所說得那樣：你根本不可能知道。而我一直相信著的便是跟從本心，我不知道有沒有前（錢）途，我只是想做能讓自己開心的事，僅此而已。既什麼都無法知道，那麼就跟從本心吧。更重要的是要相信自己。

堅持到底還有可能成功，放棄就什麼都沒了。人生之中難免都有遇到低潮的時刻，而心情的轉換，取決在自己看事情的角度。書裡說：「情緒」對應的不是「發生的事」，而是對於發生的事的「看法」。當我們用負面的角度看待時，我們感到難過。當我們用正面的角度看事情時，我們感到快樂。在現實生活中，我們無法改變發生的事，但我們能改變自己看事情的角度、層面和看法。

這樣的話，自己的心情也會隨之改變。那麼，擺在自己眼前的「事情」，是不是看起來就沒有那麼糟了呢？從負面的角度來看的話，自己也只會感到不开心而已。那何不改變自己看事情的角度、改變自己的看法，反正事實擺在眼前無法改變，那就改變自己的心境吧。

同樣的，在看事情的角度上，在挑戰一件又一件事之於時，是否又給自己設下了限制？「要讓一個思維和自己發生關係。最簡單的方法，就是拿這個你覺得對格局有用的思維，去檢查自己——包括了你的習慣、處理事情的方法、或者決定。」書中，侯文詠明白的說了——要用『跳脫想像力』的思維。而為了去做一件事，總會有一個作為動力的力量，或者說目的。力量分為負面和正面，被動和主動。我認為，自然是『正面』和『主動』的力量要強多了。如果是被迫去做一件事情，誰都無法打從心裡全力以赴吧？當你對一件事情渴望時，那件事對你而言就有價值了——這正是正面且主動的力量。「因為『渴望』，所以你想改變。也因為想改變，因此你尋找不同的思維。因為尋找，所以你發現。因為發現，所以你展開了學習與行動。你必須讓你的『渴望』成為你的動力。」侯文詠的這番話，給了我一個新的啟發。

這本書，紀錄的是侯文詠對於每個讀者所提出的問題的回答。無意之間，也順帶回答了我一直以來的困惑——不是每個問題都會有答案。而每個問題，也不一定只有一個答案。端看自己怎麼想，是站在怎樣的角度，又有著怎樣的看法。只有自己才能找到對於自己最好的解答。

四、討論議題：

- 1.當今的教育制度真的是最適合學生的制度嗎？
- 2.在考試課業等沉重的壓力下，我們又可以做些什麼來活出我們自己呢？
- 3.內在價值和外在價值，哪個是重要的？
- 4.興趣和課業、將來，真的可以兼顧嗎？

年 級：二年級
班 級：5 班
名 次：優等
作 者：江芳瑜
參賽標題：水澤文具店
書籍 ISBN：9789869639644
中文書名：水澤文具店
原文書名：
書籍作者：安澄加奈
出版單位：博識圖書
出版年月：2018 年 10 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

一間坐落於商店街的「水澤文具店」，門口貼了張獨特的廣告單「購買筆和筆記本的顧客，只要您有需要，我會為您寫個故事。客製小說。」。聽說看過故事的人，都能解決煩惱。因工作不順利的小學老師桀無意間走進了文具店，並因老闆為他寫的故事而被療癒，卻也發現總是以故事帶給大家溫暖的龍臣，竟也困在自己的夢魘中無法走出。在桀的幫助以及為顧客撰寫故事的同時，龍臣開始面對他的過去，並在身旁的人陪伴下，跨出自己的人生。

二、內容摘錄：

人之所以煩惱，大抵上是因為已經對於最後的答案與必須採取的行動有定見了。只不過，在搞懂這點之前格外痛苦(p153)

你失去了很重要的東西，過得比其他人辛苦許多，所以你必須比別人更加倍幸福。(p153)

就算失去的東西無可取代，不過接下來一定會有絡繹不絕的新發現。(p204)

這隻手以前總是在投球。知道無法再打棒球時我心如刀割，放棄了棒球。可是現在我的右手竟在不知不覺間握住了當時完全不曾想過的東西(p205)

這世上充滿著無法如願的痛苦，所以人們要從中選出自己願意相信的事物，繼續向前走，同時永遠誠實面對眼前的路，並在佇足的地方撿拾一個個的答案。(p205)

三、我的觀點：

龍臣所寫的故事，沒有華麗的情節和結局，僅僅是顧客們經歷過的往事和所延伸出來的故事，但總能扣人心弦，讓顧客感動。或許有時當我們遭遇困境，需要的並非有人提供正確的解答，指引我們該往哪個方向走；而是有個人能夠推你一把，帶你回頭正視之前不願意面對的事實，給你作出決定的勇氣，接受生活中遭遇的各種挫折。且龍臣總能貼心的在結尾留給顧客一個自我夢想的空間，因為即使是遭遇相像的兩個人，他們也會有完全不同的選擇。真正能為自己人生找到答案的，只有我們自己。

到店裡要求寫故事的顧客們，通常是失去了某些非常重要的東西，因此前來向龍臣傾訴，並尋求心靈上的慰藉。人們會選擇發出求救信號，代表著他們仍對困境抱有一絲希望，大抵對於必須採取的行動有所定見，只是他們還沒有足夠的勇氣放棄原本已習慣的生活，轉而面對未知的挑戰。龍臣曾以爺爺的口吻說道：「就算失去的東西無可取代，不過接下來一定會有絡繹不絕的新發現。」因為當我們歷經波折而終於擁有幸福之後，便僅會著眼於當下所擁有的東西，而曾經經歷的痛苦回憶，將會以美好的形式留存在我們的腦海中，成為刻骨銘心的一段往事。

故事中的女學生優希，因遭受霸凌而對學校生活產生陰影，或許她難以改變總是欺壓她的同學的行為和想法，但她能改變自己，選擇到另一個新地方從新開始。改變固然痛苦，因為得面臨未知的挑戰和陌生的環境。但很多事我們無法單單依靠別人的救援與幫忙，必須加上自己的行動和努力，才有突破的機會。我們也許無法改變周遭的環境，卻能轉換自己的心境；我們可能無法改變周遭的人，卻能改變我們自己。與其等待別人的改變和接納，不如用自己的雙手開創出新的道路和新的機會。

批發商藍先生曾告訴龍臣：「你失去了很重要的東西，過得比其他人辛苦許多，所以你必須比別人更加倍幸福」。當你比任何人更加了解失去的痛苦時，你便會比別人更明白擁有的可貴，因此更懂得珍惜當下的幸福，努力追求舒適而快樂的生活。儘管這世上充滿許多無法如願的痛苦，正因為這些痛苦，我們才有磨練自我、精進自我的機會。雖然偶爾會被挫折打倒，卻不該畏懼，應在跌倒之後繼續向前，在生命的道路上摸索出專屬於自己的人生解答。唯有快樂和悲傷交織出的樂章，才是最真實且最美妙的。

閱讀龍臣創作的故事而感動的人，有時心境仍會因環境的再度改變而感到不安定。真實世界亦是如此，我們無法一蹴可幾解出所有問題的正確解答，只能逐步找出眼前問題的解決方法後主動出擊，在一步步的探索中，獲得更明確的回

報。這樣的人生，才會充滿驚奇與未知的神祕感。

四、討論議題：

面對人生的挫折與挑戰，我們應該如何因應，才能開創屬於自己的未來？

年 級：一年級
班 級：109
名 次：優等
作 者：何宜芸
參賽標題：自我省思與啟發
書籍 ISBN：9789861371955
中文書名：被討厭的勇氣
原文書名：
書籍作者：岸見一郎、古賀史健
出版單位：究竟出版社股份有限公司
出版年月：2014 年 11 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

岸見一郎與古賀史健，分別是哲學家與自由撰稿者。透過阿德勒心理學以及古代哲學，帶我們跳脫既定思想，生動的筆法與細膩的情緒表現，彷彿讓讀者親鄰哲學家。人人皆可改變？誰都能得幸福？無法接受這種虛無主義的年輕人決心要推翻此謬論。

沒有一個人是住在客觀的世界裡，我們都居住在一個各賦予其意義的主觀世界，當你帶著墨鏡，不必嘆世界昏暗。只要拿掉即可，問題的根本回到個人，你有勇氣面對刺眼的太陽，直視這個世界嗎？

二、內容摘錄：

我們需要的不是更換，而是更新。—P.50

阿德勒的目的論反而是說：「無論之前你的人生發生過甚麼事，那對你將來要怎麼過日子一點影響也沒有。」決定你人生的，是活在「當下」的自己。—P.61

如果有人自吹自擂，不過是因為他感到自卑罷了。—P.91

我們「並不是為了滿足他人的期望而活」。—P.139

別人也「不是為了滿足你的期望而活」。—P. 140

如果你認為自己是對的，那麼不管其他人的意見是什麼，都應該在這裡畫下句

點。但大多數人會進入權力鬥爭中，想讓對方屈服。—P.111

悲傷時，就盡情悲傷。正因為想逃避痛苦或悲傷，才會綁手綁腳，沒有辦法和任何人建立深厚的關係—P.242

三、我的觀點：

我們總是在茫茫人海中尋求認同，在公司想獲得上司與同事的肯定，在愛情想獲得另一半的專一與安全感，在團體想被尊重與受歡迎。為了擁有這些認同感，學會了迎合他人卻學不會拒絕，在意別人對自己的看法與評價。但是這樣不自由像被束縛的鳥兒般的生活真的是我要的嗎？

我是一個很容易自卑的人，因為怕被否定，害怕在大家面前表現；因為怕失望，害怕我的付出不被肯定。在讀這本書前，我總是很憂鬱又沒安全感，雖然外表總是向著太陽，但內心深處的我卻是被細雨與眼淚醃漬，將那些懦弱用開朗的外表包裝起來，放在心中的一個盒子，任他在我面對壓力無法喘息時，姿意咆嘯。我曾以為這是因為我沒有自信的原因，然而，現在我發現這些不愉快的日子，是我「選擇」將自己的生活悲傷化的，因為這樣才有理由解釋那些挫折。我總認為是因為過去的經歷，使得我無法擁有更快樂的自己。

在阿德勒的「目的論」裡，我看到了過去的自己，總是習慣用「決定論」去面對一件事，雖說當下不需要花太多時間思考問題本身，但之後卻為此苦惱許久。例如和對方吵架時，即使對方已經認錯，可是我還是會發脾氣，甚至遷怒他人。如果是「決定論」就會想：「因為他惹我生氣，我才會聯想到其他事情，導致關係惡化，兩敗俱傷的。」但反之我用「目的論」的觀點去想，卻發現是「因為想導致關係惡化，所以無視對方的歉意，又藉其他事來生氣。」然而很多時候我們不是真的想鬧翻，只是藉著情緒發牢騷，卻一發不可收拾，愛面子而不肯認輸認錯，這時我又在書上學到了一句話：「承認錯誤，表達歉意的言詞，還有脫離權力鬥爭，這些都不是挫敗。」如果一心只想著贏，就會走錯路，好好的感情也會因此斷送，若本無意，又何須鬧到如此場面？

當我想著：「那如果我改善了我的作法，其他人不改怎麼辦？」書中「課題分離」這個單元提到。別人要對你的選擇作什麼反應，是無從干預的，只有自己可以改變自己，我們必須站在這是「誰」的課題的觀點上看，因為這個決定帶來的結果，最後會由當事人來承受。當道歉或意識到自己的情緒超越事情本身，我們可以選擇緩和場面，把話說開把問題解釋清楚。但是，對方的反應不在我們的課題裡，如果認為「我放軟了態度，對方就應該接受。」這是以自我為中心的想法，因為追根究底，這也是為了自己被原諒，而非為了他人或大局

著想。越是關係親近的人，越要將課題劃清界線，才不會導致我們常犯的一個錯誤「對越親近的人越容易動怒，對不熟的人卻意外有耐心。」因為心中認為他跟我那麼熟悉了，應該知道我的感覺、應該替我著想，這是自己的糾結，自己打得結，怎麼能希望別人來解呢？所以釐清問題的根源，以及這個決定對我的影響是什麼，我是為了達到什麼「目的」去執行的，這些是我學會的事。

如果在感受不到幸福的狀態下，繼續做現在的你也不會好到哪裡去，問題是有沒有勇氣面對自己問題，可能不喜歡現在的自己，但不要想變成別人，而是要接納「這樣的我」，最大的不幸就是不喜歡自己。我不完美，但我願意努力。

四、討論議題：

在這個脫離不了人際關係的社會裡，如何擁有被討厭的勇氣？

年 級：二年級
班 級：13
名 次：優等
作 者：張雅靜
參賽標題：牧羊少年奇幻之旅
書籍 ISBN：9789571341712
中文書名：牧羊少年奇幻之旅
原文書名：The Alchemist
書籍作者：保羅·科爾賀
出版單位：時報
出版年月：2009 年 11 月 5 日
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

保羅·科爾賀 1947 年生於巴西里約熱內盧。作品以小說為主，榮獲多項國際大獎，風格清新雋永。

西班牙牧羊少年做了多次相同的夢：金字塔附近藏有寶藏。遇見了一個老國王後，他放棄了牧羊的日子，去追尋夢中的寶藏。他渡海來到非洲，加入橫越撒哈拉沙漠的駱駝商隊。在住著煉金術士的綠洲，男孩遇見一個女孩，與之一見鍾情。在邂逅傳聞中的煉金術士後，男孩在煉金術士的教導下體悟生命的真理並繼續踏上尋寶之途……

二、內容摘錄：

當一個人真心渴望某樣東西時，整個宇宙都會聯合起來幫助他完成夢想。

(p.140)

「魔鬼不是喝進人們嘴巴裡的東西，」煉金術士說：「而是從人們嘴巴裡說出來的東西。」(p.141)

是我們在滋養著天地之心，而我們所存活的這個天地究竟會變的比較好或比較差，就端看我們是變的更好或者更差。在這裡扮演關鍵性角色的，就是愛的力量。當我們心中有愛時，我們就會努力去使自己更好。(p.185)

三、我的觀點：

《牧羊少年奇幻之旅》描述一個牧羊少年追尋夢想的故事。我覺得夢想是指人們費盡千辛萬苦也想要達成的目標，為了這個目標，甚至願意放棄安逸舒適的

生活。在故事中，牧羊男孩一直重複做著一個有關寶藏的夢，他不知道究竟要不要去尋找這個寶藏。直到他遇見一個自稱是國王的老人，老國王教導他如何解讀預兆並幫他下定決心去找尋寶藏。我相信在事情發生前都會有一些徵兆，壞預兆可以讓我們面對或處理事情時更加小心；好預兆能夠使我們有好心情，事情在不知不覺中也會跟著變美好。

男孩越過海峽到非洲後，才想起自己並不會說當地的語言，但他遇到了一個會講西班牙語的男孩，因此鬆懈了自己的防備心，還被騙了所有的積蓄。做任何事情前，都應該做好萬全的準備，防人之心也不可無，以免因一時大意而鑄成大錯。為了賺到足夠的錢，男孩到一間水晶店工作，水晶商人讓男孩幫忙擦拭水晶。擦拭水晶就像是從心中消除了雜念，每個人都應該有一些興趣，在心神不寧時能夠幫助理清思緒並產生正向積極的力量。

男孩在和駱駝商隊橫度沙漠的旅程中，有一個英國旅伴，他總是埋首於書堆之中，錯失了欣賞沙漠壯闊景致的難得機會。大自然能教給我們的東西有時候比書本還要多，我們應該把握當下，欣賞沿途的風景，以及圍繞於我們周圍的美好。

沙漠中發生了部落戰爭。駱駝商隊中有人說，未來是屬於上帝的。我認為儘管上帝主宰人們的命運，人們還是能夠創造機會來突破難關，所以未來應該是掌握在每一個人的手中。

男孩在綠洲遇見了沙漠的女孩，和她一見鍾情。他想留在綠洲與她長相廝守，女孩也想如此，但她希望男孩繼續找尋寶藏。愛一個人並不是自私的將他困在自己的身邊，而是懂得放手，讓他去追尋他的夢想。

男孩遇見一位騎士，而騎士就是傳聞中所說的煉金術士。煉金術士告訴了男孩許多生命的祕密。在旅程上，他們被軍隊擄獲，煉金術士用男孩的錢財獲取了三天的時間，只要男孩能夠將自己變化成風，他們就能重獲自由。煉金術士對男孩說：「當一個人真心渴望某樣東西時，整個宇宙都會聯合起來幫助他完成夢想。」在經過與沙漠、風和太陽富含智慧的對話後，男孩轉向求助於註寫一切的手，接觸到了天地之心，發現那就是神之心，也正是他自己的心靈。他成功變成了風。當我們想做一件事時，除了請求上天的幫忙外，同時也應盡自己的全力，因為天助自助者。

男孩去了吉薩，欣賞了金字塔的壯麗。部落戰爭的難民搶走了煉金術士送給他的金塊。當難民離開時，難民領袖告訴男孩他也重複做了一個夢：有寶藏藏在廢棄的教堂裡。那就是男孩曾經夢過金字塔及寶藏的教堂。男孩回到了教堂，

在教堂的無花果樹下找到了寶藏。

我想，《牧羊少年奇幻之旅》的故事就像《青鳥》說的：快樂就在我們身邊，我們只是沒有意識到它。但是如果沒有這趟旅程，男孩就不會學到這麼多事物並遇到女孩。最後，男孩決定回到女孩的身邊。這個故事有一個圓滿的結局。

四、討論議題：

一個人如果沒有努力，能找到屬於自己的「寶藏」嗎？

年 級：一年級
班 級：110
名 次：優等
作 者：陳冠婷
參賽標題：堅強不拔的意志
書籍 ISBN：9789579128711
中文書名：小公主
原文書名：A Little Princess
書籍作者：朋尼特 著
出版單位：漢風出版
出版年月：1991 年 07 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者朋尼特生長在一個繁榮卻又有著美麗景致的城鎮，如此宜人的環境造就了她豐富的想像力，使她作品裡的角色生動靈活，往往直深入讀者們的心。在陰雨濛濛的英國街道上，莎拉乖巧地坐在搖晃的馬車上，僅僅七歲的她有著成熟、穩中的臉龐，旁邊坐著的是她最愛的父親，他們相依為命，從來沒有離開對方過，但是分離的一天即將到來，莎拉就要到米琪女子學校展開她的新生活，在陌生的環境她該如何適應，並且克服自己思念家人的心呢？

二、內容摘錄：

如果我是個公主，一個真正的公主。我要對人民寬宏大量。但即使我只是一個假扮的公主，我也可以為人們做一些小事情。P.54

倘若上天使妳成為一位給予者，妳的雙手生來就是開展的，妳的心也一樣；別人可以從妳的給予得到溫暖的東西、好的東西、甜美的東西、幫助、安慰和歡笑，有時快樂、和善的笑容是最好的幫助。P.64

逆境考驗人們，而我的逆境已考驗了你，並且證明你是個多麼好的人。P.107

我不知道動物們是如何去了解事情，但可以確定的是牠們的確了解。也許在世界上有種非文字的語言，而使得每種東西都能夠了解它。也許世界上每樣東西都有靈魂，秘密的隱藏者，它能不藉助任何聲音就可以和另一個靈魂說話。
P.117

三、我的觀點：

在讀這本書時，我覺得書裡的每個人物都具有各自的獨特性，並且反映在他們的行為舉止上和服裝打扮上，但作者的描述不會太抽象也不會過多讓讀者厭煩，反而使角色營造出栩栩如生、躍然紙上，還有書中的劇情發展令人想繼續一窺究竟，不知不覺就被吸引進去，耽溺在書香當中。

日子一天天的過去，莎拉在學校備受矚目，尤其是米琪院長的關注，全因她的家世背景雄厚，但是莎拉並沒有因此感到驕傲，反而，她待人的心胸有如她的寢室般寬廣，就連對待她的女僕也彬彬有禮，因此大家稱她為公主，然而這些舉動反而招來少數同學嫉妒的眼光。我覺得莎拉是一位謙虛，又有雅量的女孩，她並不會仗恃著自己家庭的富有，到處欺負經濟上較清貧的學生，她反而去關懷他們，並且總是把自己的點心分享給大家，從這一個舉動看來，莎拉不但實踐子路的願望「願車馬、衣輕裘，與朋友共。敝之而無憾。」更達成了顏淵的期望「願無伐善，無施勞。」這些是古人們一生致力實行的目標，然而莎拉竟然在無意之間就實現了，可見有著一顆純真、自然的心是最根本的要素。在人世間，能夠放下自己的私慾，替人著想是難能可貴的，以我為例，在學校與朋友相處時，我總是會先考慮自己的所作所為是否對自己有益，才做出行動，然而當我顧著自身的利益時，根本就忘了顧慮別人的感受，但這本書適時的提醒我，讓我領悟到表面上我們的确是受益了，但其實在背後我們可能面臨失去友情的代價，到頭來根本得不償失。

望著搖椅上的洋娃娃，莎拉無時無刻不想念爸爸的身影，就算交到了新朋友，也無法彌補她內心的空洞，直到收到父親的死訊，她才明白她已成為一個無依無靠的孤兒，當米琪校長得知這個消息，她立刻對莎拉改觀，並將她視為僕人，但莎拉有著堅強的意志，她不僅不沉浸於悲傷，反而馬上振作起來，接受現實。我認為自己會有怎樣的結果往往取決於我們抱持著哪種心態來面對事實，如果在挫折中還心存負面的情緒，無非是雪上加霜，最後終將自取毀滅；如果抱持著正向的理念、態度，或許還能化悲憤為力量，就如「臥薪嘗膽」這句成語，當時越王勾踐敗於吳王夫差，他為了時時刻刻提醒自己收復國土，於是每天夜晚都睡在柴草上並且嘗苦膽以不忘自己目前的困境，而不是自甘墮落，我們應當把自己推向前而不是停滯原地，更為自己開闢更多道路。

在人生旅途中我們永遠不知道下一步會發生什麼，但是我們有能力決定當下的自己，我們可以時常關心我們身旁的家人、好友，甚至是不相識但需要幫助的人，為社會付出，讓街道上充滿關懷的心，而不是冷漠、抱怨的眼神。雖然意料之外的狀況帶給我們毫無防備的感覺，但正是因為有這些驚喜，我們的人生才能多采多姿像湍流上的一葉扁舟，充滿刺激卻還是一如往常地向目的地前進。

四、討論議題：

人生變幻無常，面對突如其來的挑戰，我們如何具備隨時應變的能力和自我調適的措施？

年 級：一年級

班 級：106

名 次：優等

作 者：何苡琳

參賽標題：我要勇敢做自己！

書籍 ISBN：9789861371955

中文書名：被討厭的勇氣：自我啟發之父「阿德勒」的教導

原文書名：

書籍作者：岸見一郎/古賀史健

出版單位：究竟出版社股份有限公司

出版年月：2014 年 11 月

版 次：16 版

一、圖書作者與內容簡介：

這本書是由岸見一郎、古賀史健合作完成，在古賀先生到岸見先生的書房時說：「我想成為老師的柏拉圖。」牽起兩人的緣分並且為這本書奏出序曲。

岸見老師是研究阿德勒心理學的權威，研究阿德勒與古希臘哲學數十載，而古賀先生則是受到岸見老師的書的激勵，而投入阿德勒心理學，與岸見老師攜手完成此書。

這本書透過哲學家與年輕人的對話，帶領我們走進阿德勒心理學的世界中，過程中有許多看似不可能的事情，其實一點都不難！

二、內容摘錄：

- 1.不要由經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義決定。(p.35)
- 2.重點不是你經歷了什麼，而是你如何去應用它(p.49)
- 3.決定你人生的，是活在「當下」的自己(p.62)
- 4.比現在的自己更往前一步，才是它的價值所在。(p.97)
- 5.只要可以感受到「人人都是我的夥伴」，對世界的看法會有所不同(p.102)
- 6.我們可以將馬牽到水邊，卻不能強迫他喝水(p.147)

7.只有自己可以改變自己(p.147)

8.所謂的自由，就是被別人討厭。(p.167)

三、我的觀點：

為什麼我們會需要被討厭的勇氣?沒有人希望自己眾叛親離，但…阿德勒要告訴我們的是，遠比被討厭，更值得我們省思的事情。

一開始，年輕人以「世界怎麼可能無比單純」的論點來反駁哲學家的觀點，就我來看，世界確實不可能無比單純啊!官場上的政治勾結、女人們的勾心鬥角，社會新聞中的打架紛爭，都在闡述著這個社會是多麼黑暗，為甚麼哲學家能一直堅持自己的美好信念?也令我匪夷所思。

在看完這本書之後，我終於了解哲學家的論點了，在看書的過程，我也像年輕人一樣，有種種疑問，但作者好像能聽見我們的疑惑，馬上就安排哲學家來為我們解答，彷彿作者就在身邊。在年輕人與哲學家相處的這五個夜晚中，我終於了解阿德勒心理學的奧妙。

我自己並不是一個擅長交朋友的人，交到朋友後，最不希望的就是朋友離開我了，所以總是變成「別人想要」的樣子，有時候覺得自己好累，看完阿德勒的論點，覺得人生頓時都豁然開朗!

在讀完這本書，我學到了以下 5 點:

(一)被囚禁的自己:

我們時常希望能改變，改變生活方式、飲食習慣、讀書方法……，但為何我們都無法順利跨出改變的步伐呢?其實是因為我們總是「安於現狀」，其實雖然你很想改變，但你的心裡還是會覺得:其實現在不錯啊!為甚麼要改?所以你還是會遲遲無法跨出這一步，所以改變沒有我們想像的簡單呢!

(二)自卑情結:

我們總是希望自己能得到別人的關心，這時我們會表現出我們最弱勢的一面，好像在昭告天下:我的人生很失敗快點來關心我。而這時或許你得到了關心，但同時你也越來越悲觀，越來越渴望別人的認同。在此同時，也有異曲同工之妙的「優越情節」，總是表現得自己比別人優秀，但也渴望別人認同，反而會越來

越自大，讓我不禁思考，我們是不是常常想要別人的認同，變得越來越自卑或自大了呢？

(三)對方的課題:

而其實人際關係的煩惱都是來自別人的眼光，就像自卑情結，我們總是希望得到認同，但縱使被說壞話，被討厭，又有何關係呢？因為那都是別人的課題，別人要如何看待你，其實不關自己的事情，我們只要表現出最好的自己就可以了！

(四)夥伴與敵人:

我們時常因為某種因素而去討厭與我們作對的人，但轉個念，為何要為人生多製造一個敵人呢？或許你不喜歡他，但你可以把它當成人生中的夥伴，或許他可以給你一些不同的意見，而多一個夥伴，又何嘗不是好事呢？

(五)接受不完美的勇氣:

沒有人是完美的，而其實史努比也說過：「人生只能玩你手上的牌」，其實不完美又有何關係呢？我們只要盡我們自己所能的貢獻，最重要的不是我們擁有什麼，而是我們如何運用，而如果總是害怕自己的不完美，這時就會落入自卑情結，阿德勒的論點其實是環環相扣的呢！

看完阿德勒的論點，真的對人生有一種豁然開朗的感覺，其實人生都是不完美，而我們要有可以去接納不完美的勇氣，這樣才能走出最好的人生旅途。

四、討論議題：

1. 如果不能一直依賴別人的讚美，要如何面對讚美這件事情呢？
2. 如果真的能有被討厭的勇氣，是否就可以迴避旁人目光呢？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：優等

作 者：陳凱琳

參賽標題：靡愛

書籍 ISBN：978-986-93314

中文書名：美少年的腐歷史:原來我們已經腐了兩千年了

原文書名：美少年的腐歷史:原來我們已經腐了兩千年了

書籍作者：桐生操

出版單位：月之海

出版年月：2016 年 11 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書將歷史上著名的男男之愛羅列出來，橫跨了兩千多年最真實，最赤裸，深深影響著人類文化的同性之愛。從古到今，從禮俗到信仰，從真實到扭曲，從甜蜜到酸澀，從迫害到解放，揭開歷史上各式瘋狂的少年之美、說出名人內心無法訴諸於世的真愛、掀開那些人們受宗教迫害而與摯愛分離的傷口，帶我們踏入同志們用血和淚，破開前方佈滿荊棘的道路，充滿血與愛的世界。誠如這本書封面寫的一樣，「為你揭開三觀盡毀卻無比真實的愛。」。

二、內容摘錄：

柏拉圖在《會飲篇》中，曾敘述「如果誕生了一個由同性戀組成的國家與軍隊，他們的統治肯定是最優秀的。只要每個人都能與心愛的人一同並肩作戰，即使人數很少，或說得更極端一些，即使與全世界為敵，還是能夠戰勝敵人。」 p.23

戰爭過後，在現場清點戰死人員的國王腓立二世，看到這三百具，也就是一百五十對同性戀情侶相擁而亡的底比斯聖隊戰士屍首，停下了腳步當他得知這些人是同性戀情侶時，不禁感動落淚，並說了這句話：「任何質疑這些人的行為或經歷是不得體的人，都應該被殺死。」 p.24

三、我的觀點：

既唯美又絕望，既神聖又不潔，矛盾至極卻能呈現出同性之愛一路走來的辛酸與苦澀。

從古希臘到二十世紀，作者桐生操用雙手刻畫出了一幕幕神聖的、溫馨的、殘酷的、變態的、真實的，同性之愛。帶領我探索了一個鮮為人知的世界，我才發覺原來歷史上喜歡年輕的男孩子的名人，不在少數，其中不乏文學家、藝術家，像是：米開朗基羅、莎士比亞、達文西、王爾德，都名列在冊，但在對於同性之戀不寬容的時代，這些喜愛之意只能透過隱晦的方法表現或傳達。但若是把時間往前推到古希臘時期就會發現，在當時少年之愛是天上之愛，同性戀被視為理想的愛情形式，在古羅馬時代也有許多同性之間的唯美愛情，甚至在古日本同性戀也被融入到社會制度中。可是在中世紀宗教崛起後，同性戀就被當成迫害的對象直到今天，宗教打著的名義是上帝說一男一女的結合才能繁衍後代，但神愛世人不是嗎？尤其是前陣子的公投，我看見了兩種義無反顧的人，一種義無反顧的追求和愛人結婚的權利，另一種義無反顧的阻止相愛的人結婚的權利，而後者，大多都扛著宗教的旗幟。我一直不懂那些打著保護家庭的名號，做的卻是拆散家庭的舉動的人內心是怎麼想的，僅僅是兩個人相愛而已就要遭受他們異樣的眼光和偏激的言語。經過了當初白人迫害、歧視黑人，女性無才便是德，以夫為尊的時代後，大家難道都還沒認識到錯誤嗎？這本書提到了當時納粹屠殺猶太人，眾人都說希特勒殘暴，但他們卻沒提到同性戀和某些少數民族也是被屠殺的對象，但現代許多人做的事和希特勒又有何區別，他們認為同性戀亂交、吸毒、不自愛，於是不斷詆毀、傷害他們，卻往往忽視了異性戀中做這些事的人比比皆是，甚至做的更罔顧人倫，那麼說著這些傷害同性戀者的話語的人究竟是沒想到還是刻意忽視異性戀的所作所為，來捍衛他們所謂的家的幸福呢？而在公投之後有許多自以為是的分析者說同志們舉辦公投是愚蠢的行為，說這樣反而會讓政黨為了迎合反同團體而不修法。這豈不是很荒謬嗎？，為什麼只是相愛的人想要結婚而已，也能和政治掛鉤呢？他們都不明白，同性戀者想追求的不過是希望未來的某一天，帶著伴侶在街上遇到朋友時，向他們介紹說：「嘿！這是我的愛人，在我家戶口本上的那種！」。套句我曾看過的一本書裡面的話：已然相遇，相知，相愛，怎麼捨得不相守。而這種相守是能大大方方、堂堂正正的！

但是這個社會的某些群體對同性之愛的不友好導致許多同性戀者不敢大方表明自己的性向，或是不敢公開戀情，造成很多有情人終不能成眷屬，不過近年來有很多人不再畏懼別人不友善的眼光，站在陽光下勇敢地承認他們的性向，也有越來越多人願意為了同性戀站出來，找回屬於他們的權益，這樣的現象也和書中檢察官以艾弗列的詩作《兩種愛》中的「不敢說出名字的愛」是什麼，來訊問因身為同性戀而遭受非難的王爾德時，他的答案十分相像，他說：「那是年長男性對年輕男子所展現的愛，如同柏拉圖為他的哲學所打下的基礎，也像你在米開朗基羅或莎士比亞的十四行詩所見的，近乎完整的純粹之愛。然而，這份愛在本世紀遭受嚴重的誤解，因此除了將它寫成『不敢說出名字的愛』之外別無他法。現在，我為了這份愛站在這裡。」現在，我們也為了這份愛，站在

這裡。

這本書不單單只是告訴我們同性之愛的歷史及事件而已，它想讓我們看到的是同性之愛在很久以前也是被人們所認同的，雖然在這幾千年中遭受到了非常多的磨難，失去了許多擁抱未來的機會，但他們在這千年的逆境中努力地伸出手抓住所有能抬頭挺胸的機會，好不容易的撐到了終於有人能接納他們的現在，怎麼能讓那些存有偏見的人們把他們用血淚好不容易爭取來的，將一條名為愛的道路毀掉呢？這樣豈不是將文明的社會倒轉成了「吃人」的社會嗎？希望未來的某一天不會再有所謂的異性戀或同性戀存在，有的只是相愛的人們而已。

四、討論議題：

在文明的現代還有人認為同性戀是不合常理的，我們應該用什麼方法才能讓他們知道，不合理的其實是他們迂腐的想法呢？

年 級：一年級
班 級：5
名 次：優等
作 者：黃廷恩
參賽標題：半生歲月，愛何在？
書籍 ISBN：9789573326212
中文書名：半生緣
原文書名：
書籍作者：張愛玲
出版單位：皇冠文化
出版年月：2017 年 8 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

從小便接受極好教育的張愛玲在二十歲時便完成一系列的小說，震驚當時的文壇。她筆下男女的愛恨糾葛與時代的盛衰緊密結合，刻畫出一個個動人的故事。

《半生緣》原名《十八春》，為張愛玲初露鋒芒的長篇小說。故事描寫一對民國男女互相產生情愫而後交好，卻受到種種的阻撓，在炎涼的時代下，這段戀情終究消磨殆盡，只留下空落落的感慨。

二、內容摘錄：

- 1．一樣東西一旦屬於她了，她總是越看越好看，以為它是世界上最最好的。
(P.10)
- 2．火車的行駛的確像是轟轟烈烈通過一個時代。世鈞的家裏那種舊時代的空氣，那些悲劇性的人物，那些恨海難填的事情，都被丟在後面了。火車轟隆轟隆向黑暗馳去。(P.79)
- 3．他所愛的人也愛他，想必也是極普通的事情，但是對於身當其境的人，卻好像是千載難逢的巧合。(P.89)
- 4．他喝過的茶杯還是熱呼呼的，他的人已經走遠了，再也不回來了。(P.189)

三、我的觀點：

（一）人性的無奈與選擇：

閱讀完這本書後，心中總是空落落的，就如同書中的角色顧曼楨及沈世鈞一樣，我的心裡似乎也留下一個偌大的遺憾。曼楨與世鈞在同事叔惠的牽線之下互有好感，進而交往，甚至已經到了論及婚嫁的時候，卻發生一件件意外。兩人的情意在十四年的時光中，終究無法留下幸福的結局。隨著張愛玲的一筆一畫，故事的開頭，即使沒有華麗詞藻的襯托，仍然勾勒出戀愛甜甜的滋味；但是到了故事中段，曼楨與世鈞的家庭背景漸漸揭曉，這也成為他們之間的阻礙，字裡行間彷彿都能感受到兩人對於雙方家人的無奈。但是，身為成年人的他們對於養育自己的家庭，也必須一肩扛起養家糊口的責任，他們之間充滿了身不由己。身不由己多了，時間久了，原本心中那分初心也淡了，他們終究得捨棄天真，面對事實，再也沒有單純的地老天荒了。

羅曼·羅蘭曾說：「即使一動也不動，時間也在替我們移動。而日子的消逝，就是帶走我們希望保留的幻想。」倒轉不回的時間，依舊前行著。十四年的歲月，曼楨與世鈞始終走在自己該走的道路。曼楨受到祝鴻才的迫害之後，被關押在一個暗無天日的房間中，那時，她的人生也許就像那間小房間一樣，黑暗且布滿了骯髒。她拼命的想逃出去，而世鈞在聽信曼璐的三言兩語之後，就怯弱的打退堂鼓，如果當時他能相信曼楨一點，那麼曼楨對於愛他的信念，是不是不會逐漸消磨殆盡？一段感情看似固若金湯，世鈞卻做不到最基本的信任，那麼感情終得如雪夜中的火柴，雖能暫時溫暖人，卻也容易灰飛煙散。「信任」便是感情中的必備品，我想這是無法否認的。

大部分女孩子心中都有一個公主夢，她們普遍認為在未來一定能遇到自己的白馬王子，然後像童話故事一般，從此過著幸福快樂的日子，我也不外乎。一齣齣偶像劇上演一次次醉人的愛戀，卻也不切實際。《半生緣》中，張愛玲運用她的文字，一筆一筆寫下了所有更加現實的愛情，在縱橫交錯的複雜關係之中，每個角色在張愛玲筆下有了更生動的個性，若真實存在一樣，上演一幕幕人生的酸甜苦辣故事。扣人心弦的描繪逐漸揭開民國社會神秘的面紗，也毫不留情地戳破我心中一個個粉紅色美夢。原來成年後的世界是慘烈的，卻又是溫暖的，別人能捧著一杯溫水對你噓寒問暖，就如同故事中的何豫瑾，即使得不到曼楨的心，仍然雪中送炭；也能如書中的顧曼璐，為了自己，對毫無防備的妹妹設下圈套，甚至欺騙世鈞，好讓兩人分散。明明是至親，卻成了幫凶，這如何不讓人感到淒涼？

（二）人物分析－顧曼璐

故事中我印象最深刻的便是顧曼楨的大姐，她在我心中既可恨又覺得可

憐。自從顧家的頂梁柱辭世後，顧曼璐肩膀扛下了一家子的生計。奈何民國時代，一個學歷不高的女子，能賺較多的錢的方法並不多。所以顧曼璐走進了舞廳，當起舞女。一疊又一疊的鈔票塞在曼璐手裡，是救命錢，卻也交付出她的尊嚴，她始終覺得顧家虧欠她。青春歲月對於舞女是何等重要，曼璐終究年老，濃妝豔抹之下，是一具羸弱的身子，後半輩子，她把自己全部託付給祝鴻才。但夫妻關係卻因為曼楨降到冰點。她起了壞心思，第一次，她極力壓制這一個骯髒的想法，奈何只要想法起了，它就如同沉睡在身體中的怪獸，隨時會甦醒。在受到祝鴻才的壓迫後，曼璐仍然做了錯事。曼楨與鴻才的孩子出世後，她把所有的愛都投注在孩子身上，除了滿足自己的缺憾之外，也想奢求曼楨的原諒。

曼璐前半生的付出，不可否認是令人感動的。一個女人願意付出自己僅有的幾年美麗在養育家庭之上，弄壞自己的身子也在所不惜。她的前半生著實令我欽佩，能讓曼璐付出至此，是她對於顧家多大的愛才能做到？但是她的付出，在後半生卻得不到同等的報酬。她的怨恨轉移到妹妹身上。她眼紅，所有怨恨蒙蔽了她原本的內心，她是否忘了前半生對於顧家的無條件的愛？在這件事上，曼楨恨極了曼璐，但是對於我來說，卻是矛盾的。不是每個人都能用大愛無條件包容所有，就平常人的心理而言，曼璐是嫉妒曼楨的，同是顧家的女兒，卻是不同的出路。在這件事上如何不讓人心酸？可是她偏偏走上最錯誤的那條路，這件事如果放在現代來看，又是多令人不齒的？

讀完《半生緣》後，心中充滿無限多的感慨。書中一對對的戀人，有的最終仍然戰勝時間，修成正果；有的卻是背負太多重擔和心結，就他們而言，時間如一片砂紙，摩擦一次，似乎沒有缺少，但日子久了，終究磨光了所有的愛。那麼愛究竟在哪裡呢？目前的我還不能了解，但在張愛玲心中，也許她的愛就是歲月吧，它久而久之的成了生活的一部分。就如同書的最後結局，十四年的別離，最終讓曼楨與世鈞「再也回不去了」。

四、討論議題：

人的感情是否終會在歲月的消磨下而消失，徒留一聲聲無奈地嘆息及遺憾？又或者該選擇什麼，遺忘什麼？

年 級：一年級
班 級：一年十三班
名 次：優等
作 者：陳玟萍
參賽標題：樂園；勒園
書籍 ISBN：9789869236478
中文書名：房思琪的初戀樂園
原文書名：
書籍作者：林奕含
出版單位：游擊文化
出版年月：2017 年 02 月 07 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

林奕含為臺灣女作家，《房思琪的初戀樂園》是她生平唯一的長篇小說，她在完成這嘔心瀝血的巨作後，不堪於憂鬱症的煎熬而上吊自殺。

她宣稱，《房思琪的初戀樂園》改編自真人真事，內容提及補習班名師李國華，不斷利用各種手段誘姦無數學生，為了滿足他的淫慾，毀了許多來不及盛開芬芳卻已枯萎凋零的女孩子。

在她自盡後，大家紛紛開始猜測「李國華」一角的原型，揭開了一場眾說紛紜的師生不倫戀之慘劇。

二、內容摘錄：

p.39 一生中最美的時刻。她後來才了解，說婚禮是一個女人一生最美的時刻，意思不但是女人裡外的美要開始下坡，而且暗示女人要自動自發地把所有的性吸引力收到潘朵拉的盒子裡。

p.112 她愛老師，這愛像在黑暗的世界裡終於找到一個火，卻不能叫外人看到，合掌圍起來，又鼓頰吹氣攪長它。蹲在街角好累，制服裙拖在地上像一隻剛睡醒不耐煩的尾巴。但正是老師把世界弄黑的。她身體的傷口，像一道巨大的崖縫，隔開她和所有其他人。

三、我的觀點：

我始終沒有澈底讀完這本書。

無論在翻開這本書前做了多少次的深呼吸，多少遍的心理建設，卻仍然在翻開它的剎那後全然崩塌。

這本書含有太多黑暗與絕望，與對這個世界的無法苟同。不知道林奕含在撰寫這本書時，案頭前皺了幾次眉、心頭絞痛了幾回。

林奕含說她不是房思琪，但房思琪在世界上的各個角落，都真正地存在著。她們深陷絕望，無法自拔。林奕含也說，特別標注「改編自真人真事」，是要讀者在讀到令人痛苦、絕望的段落時，不要幸虧「呼，幸好這只是一個故事」，她要讀者相信，這些痛苦都是真實地存在著。

到底經歷過什麼傷痕，才能說出如此令人戰慄的話？書中的思琪，在十三歲那年的教師節，失了自己。無論是身體，抑或靈魂。李國華一直徘徊於思琪的腦海中，我不認為思琪非常恨他，甚至，思琪對他是有「愛」的成份。

思琪被侵犯了，她卻不得不逼自己愛李國華，因為如果她不那麼做，一切會令她不堪承受。如果恨他，李國華就是一個罪犯的立場，而她是受害者。她無法令自己恨他，她害怕讓自己淪為任人操控的傀儡，而她卻沒自主權。如果愛他，而李國華就是她的愛人。她認為，只要李國華愛她，那麼無論李國華對她做了再天理難容的事，那都是建立在愛上面的。世俗的眼光就是如此病態，而或許思琪也罹患了斯德哥爾摩症候群，種種因素，思琪被迫要愛李國華，愛那個毀了她一生，令她終生不得綻放的人渣。

思琪愚蠢嗎？我不認為。這是她保護自己的方式，雖然她最後仍然崩潰了，她瘋了。但她已經承受夠多了，她的文學夢，她對文學的熱愛與憧憬，都在李國華的出現後，一夕之間化為泡影，連一點微小的泡沫都了無痕跡，也代表在李國華出現前她安逸青春的人生，也須臾化為烏有。

而思琪不敢放聲傾訴她內心的痛苦，也是害怕世俗的眼光。太多人檢討受害者了，怪她們穿著清涼、姿態撩人，才會引人犯罪。為何許多人要在被害者的傷口上灑鹽呢？難怪許多人寧願熬著辛酸與痛苦，也不願向他人求助和傾訴。

世上有太多房思琪需要去拯救了，她們都蜷縮在黑暗的角落，不願將痛苦的經歷公諸於世，這對許多犯罪者都是僥倖，認為既然受害者都不敢訴其苦楚，就能繼續為所欲為。這不該是這社會的風氣，任何人都不該助長這樣的犯罪心理蔓延，我們的一言一語都有可能在無形間對受害者產生二次傷害。

如果你發現你身邊中的人，開始沈默，開始不願留心於身旁的一切，那他或許是經歷了什麼不願讓他人得知的痛苦，請你伸出雙手，將他從黑暗深淵中拉起，無論是一個擁抱，或只是一句問候，都能讓人從心底感受到真正的溫暖。

四、討論議題：

社會上檢討被害者的風氣，產生此種心態的立場為何？

年 級：一年級
班 級：12
名 次：優等
作 者：邱羿慈
參賽標題：父母的愛
書籍 ISBN：9789865823610
中文書名：小兒子
原文書名：
書籍作者：駱以軍
出版單位：印刻文學
出版年月：2014 年 1 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

駱以軍生於 1967 年，1989 年開始寫作，生於臺北市，臺灣專職作家。駱以軍的寫作作品體裁包括小說、詩、散文、劇本、童話及文學評論，曾獲全國學生文學獎、時報文學獎、紅樓夢獎等重要華文文學獎，且作品多次獲選《中國時報》與《聯合報》年度十大好書，他的代表作有《降生十二星座》、《西夏旅館》，目前有兩個兒子。本書書寫駱以軍與兒子、妻子以及三隻狗逗鬧的生活瑣事，而生日快樂這篇文章主要祝福自己的兒子生日快樂。

二、內容摘錄：

雖然你是這樣一個傻瓜

又讓我憂心忡忡如此廢柴

如何在未來的亂世

保有你的像大水壩一樣的快乐

但我如此愛你

非常感激很多年前意外有了你

且在一籌莫展、前途茫茫時

伸手接下了上蒼贈予的

古靈精怪的禮物

我有時感嘆

我都沒有你的能力

讓從前的我父親，如你給我的

溶解冰封之憂懼，惶然

像小太陽那樣的蹦蹦跳跳的暖(p.149)

三、我的觀點：

小兒子這本書主要書寫作者駱以軍與妻子、小孩的日常生活，而書內生日快樂這篇文章所描寫的是駱以軍身為父親，祝福自己的小孩生日快樂。雖然孩子有時精靈古怪，有時調皮搗蛋，常常讓他擔心不已，但是駱以軍也希望兒子在未來凌亂的大人世界，可以保有赤子之心，擁有傻子般的快樂；再者駱以軍也感激上蒼，讓他在窮途末路之時，找到了一個人生的目標：擁有了小孩可以去愛，讓他可以更勇敢的面對所有困難的挑戰，也讓他感受到來自小孩如陽光般溫暖燦爛的愛，讓他所有的辛苦在看到孩子微笑的那一刻全都被融化。

其實每個小孩都是上天給予父母的一份禮物和一個美好的祝福，願他們能夠和孩子一起創造美好的生活，也是爸爸媽媽彼此相愛的證明，證明他們一起渡過了戀愛的時期，即將為人父母了，也該開始照顧孩子，為孩子著想，不再只是在乎自己和另一半了。

媽媽挺著一個跟籃球一樣大的肚子，做任何事情都非常不方便，例如：彎腰撿東西、爬樓梯都需要花費極大的力氣，忍受著身體的不舒服：頭暈、孕吐，歷經了九個多月的折磨，最後才生下小孩。可是辛苦卻不會因此而結束，在這之後還有更多艱難的考驗，新手媽媽的試煉才剛剛開始。要喂奶、換尿布、哄寶寶睡覺，必須二十四小時隨時待命，累到筋疲力盡、彷彿身體被掏空，只為了讓孩子平安健康且快樂的長大成人；爸爸也為孩子付出了不少汗水，為孩子的出生做了不少準備：在媽媽辛苦懷孕時，他必須辛苦照顧媽媽，打理媽媽的生活，陪媽媽渡過宮縮、分娩等每一個痛苦的時期。與此同時，爸爸還必須努力賺錢，賺取孩子的奶粉錢、尿布錢以及未來的學費和補習費，不求家財萬貫，只求衣食無缺，努力辛苦的工作賺錢，不是為了炫富，買名牌跟

朋友炫耀，而是為了給孩子一個安心成長的環境。孩子出生後，爸爸也必須幫忙照顧小孩，有時媽媽也會上班賺錢，兩人共同分擔苦累，也一起享受幸福，共同為愛的結晶打造幸福美滿的生活！

有哪個父母是天生就懂得照顧小孩？每個爸爸媽媽都是在有了孩子之後才開始瞭解怎麼照顧小孩，在有了孩子之後才更懂得分享，也更懂得付出；與孩子和另一半分享生活的趣事，也付出一切只為給家人過上更好的生活。

我的爸爸媽媽都非常愛我，雖然家裡不是很富有，他們卻總是想盡辦法給我最好的、最多的愛；雖然在我生日時沒有買生日蛋糕、沒有生日禮物，但一句簡單的「生日快樂，我愛你！」讓我真真實實的接受到了爸爸媽媽的愛意。在我上幼稚園的時候，爸爸媽媽已經帶我遊遍整個臺灣；從北部的臺北動物園，到南部的屏東鵝鑾鼻，從西部的嘉南平原，到東部的花東縱谷平原；我們一起去了全臺大大小小的觀光景點，看了許許多多優美的景色，拍下了一張又一張的回憶照片。雖然我那時候年紀還很小，不太記得到底去了哪些地方，看到了什麼風景，但我紮紮實實的感受到了爸爸媽媽給我的滿滿的愛。每個小孩都是爸爸媽媽的寶貝，希望世界上每個孩子都能在父母的悉心呵護下茁壯的長大。

四、討論議題：

當父母給了我們所也想要的，是否曾經真心的說聲謝謝？

父母總是希望孩子能夠平安的長大，而身為子女的我們長大後是否也該孝順父母？

年 級：一年級
班 級：5
名 次：優等
作 者：李宜蓁
參賽標題：一本人生的答案書
書籍 ISBN：9789573331278
中文書名：請問侯文詠：一場與內在對話的旅程
原文書名：
書籍作者：侯文詠
出版單位：皇冠文化出版有限公司
出版年月：2015 年 1 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

侯文詠先生本是台大醫學博士，在大學時期有了「看電影」這個興趣，甚至在大三、大四時一年看了三、四百部電影，進而興起了想當導演的念頭，不料卻遭家人反對，他退而求其次，最終成為了一個作家。在侯文詠先生每場演講的最後，總是會有「問問題」這個橋段，然而因為時間的關係，根本就回答不完所有的問題，這本書集結了侯文詠先生最常被問及的問題，希望在這本書中每個人都能尋得專屬於自己的、最好的答案。

二、內容摘錄：

- 1、當你渴望做一件事情，不需要任何理由、也不需要任何報酬，甚至讓你花時間、付錢，你也願意做的事情，就是呼應你內在價值的事。(p · 45)
- 2、只要用自己一念之間的力量，我們就可以改變我們的認知。只要認知改變了，情緒自然也就隨著轉變了。(p · 110)
- 3、因為「渴望」，所以你想改變。也因為想改變，因此你尋找不同的思維。因為尋找，所以你發現。因為發現，所以你展開了學習與行動。(p · 166)
- 4、你變成一個怎麼樣的人，就決定你存在一個怎麼樣的世界。而這一切，其實是由你自己的選擇所創造的，(p · 239)

三、我的觀點：

內文中有許多常見的問題，也有侯文詠先生給出的答案，他深知自己的答案不

一定是最好的解決辦法，但是基於讀者對他的信任，以及「這也是一種可能、一種希望」的想法，他開始書寫他的答案。整本書看下來，並沒有非常濃厚的說教意味，反而更像是與讀者分享自己的想法、看法、故事，並一步步引導讀者思考，細細道出其中的道理。我認為，就算侯文詠先生的答案並非最好的答案，但總會是「具有參考價值」的答案，因為這是他從過往經驗中學習到的、想告訴我們的。

我在書中找到許多也曾有過的疑問。其一，「我就是忍不住會緊張，怎麼辦？」我曾是個上台報告手、腳、聲音都會抖的人，之後雖然情況有比較好轉，但到現在，上台時還是會緊張，一緊張時就無法拿出最好的表現。像國中時音樂課要在全班面前吹直笛，我的手是在輕微顫抖的，高音部分也有破音的情形，「明明自己練習時就好好的，怎麼上台就開始緊張起來了呢？」這件事讓我很是鬱悶。侯文詠先生在這裡的答案是「不期待，並接受所有的結果。」這句話有如當頭棒喝，「對啊，就是這麼簡單的道理！」我總是糾結自己能不能表現好，結果卻因為太過擔心而緊張，這豈不是本末倒置？我應該學會放下多餘的煩惱，專注在應該做好的事情上面才是。

其二，「怎麼度過低潮時刻？」在這裡，我認為侯文詠先生所使用的譬喻非常的貼切。我們對事情的看法，就如同可以改變、切換的「開關」，當我们用負面角度（關）看待，我們就感到難過、氣憤；但如果我們用正面角度（開）看待，反而得以釋然，甚至感到高興。這全都看你一念間的選擇，當事情發生時，你要選擇開還是關呢？抑或者是，你要如何轉念，讓關轉變為開呢？答案是，跳脫自己的看法，從其他的角度來想。我們不該只是侷限在自己的視界裡，那樣的視野該會是多麼的狹隘阿！讓心情快樂起來的好方法之一，「多一點別人，少一點自己。」，多站在對方的立場想一想、幫助別人、為他人付出，到最後，得到的往往更多。

書中有些章節非常具有感染力，我印象最為深刻的是，在侯文詠先生大四時，曾想過要放棄醫學、去美國學電影，當時遭到侯媽媽的指責「你這一輩子，到底是想救人還是害人？」，認為唯有當醫生才能幫助他人。經過十年，侯文詠先生撰寫的小說《危險心靈》大放異彩，甚至翻拍成電視劇，引起高度關注，也因為如此，當現實世界中的男孩，受到與小說主角「連同課桌椅被移到教室外上課」一樣的待遇時，有鑑於小說及電視劇的關注度，社會大眾很快就有了共鳴感，在各方輿論壓力下，一天之內，校方很快出面道歉，男孩的課桌椅也搬回了教室。侯文詠先生也沒想到，自己撰寫的小說，真的對社會發揮了正面的影響力，幫助了一個男孩，還給他本應有的受教權。整整經過十年，侯文詠先生才有辦法打這通電話給侯媽媽，和她說，「我救了一個人……」，向他媽媽證明「作家」這一條自己選擇的路是有意義的，絕對不會遜色於醫生這個職業。

在真正遇到煩惱時，不妨拿起這本書看看，它為你提供了參考答案；如果沒有，當成有點另類的寓言故事看也無妨，讀完這本書一定獲益良多。最後，引用侯文詠先生的一句話，「如果人生是一道證明題，你自己，就是最好的答案。」，努力找出自己滿意的答案、活出自己想要的人生吧！

四、討論議題：

在書中提到，對事情的看法就如同可切換的開關，想法的積極與消極往往在一念之間，只要我們掌握了「開」的訣竅，也就是跳脫自我，以他人的角度來思考，很快就能在低潮期振作起來。

試問：如果正陷入「讀書」的低潮期，要如何轉念？又如何將理想化作實際行動呢？

年 級：二年級
班 級：208
名 次：優等
作 者：王馨旒
參賽標題：一場和自己的思辨之旅
書籍 ISBN：9789578039117
中文書名：秦始皇:一場歷史的思辨之旅
原文書名：
書籍作者：呂世浩
出版單位：平安叢書
出版年月：2014 年 06 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者藉由《史記》中秦始皇的故事，希望讀者透過邊閱讀邊思考，進而逐漸培養出思辨的能力，且能從故事中體悟到為何先人要流傳這些經典給身為後代的我們，並帶領讀者打破對於學習歷史這件事的舊有框架，重新認識歷史的價值。

二、內容摘錄：

1. 讀書，是為了做知識的主人，不是為了做知識的奴隸。(p32)
2. 一個人會被騙，絕對不是因為他「笨」，而是因為他「貪」。(p167)
3. 你可以不接受那個道理，可是你要尊重他，千萬不能有「天下之人自古未及己」的想法。(p202)

三、我的觀點：

身為學生的我們，到底真正該學習的是甚麼？是課本字裡行間的知識？還是老師想傳達給我們的處事態度？我常常思考，為甚麼要讀書，為甚麼要學習那麼多的科目，我們現在學到的這些對於未來的人生真的有所幫助嗎？反覆思考加上看完這本書後，我想那些我曾經懷疑過的答案都是肯定的，為了吸收知識和態度而學習。對於歷史這門科目，許多人的既定印象就是：背，背了就能拿高分，卻也讓這門科目喪失了它原有的意義，顯得枯燥乏味，但我想這並非學習歷史真正的意義。如同書中呂世浩教授所說的：「歷史就是磨刀石，它最大的功用就是用來磨利我們腦子中名叫智慧的那把刀。」

提起「秦始皇」這三個字，古今中外，無人不知無人不曉，想必大家肯定也和我一樣，對於大名鼎鼎的他的一生已經瞭若指掌，但，我想我們都只看見了他的所作所為，卻從未更仔細、更深層的去思考過，為何他會做出這樣的決定，或是什麼原因造成了曾經輝煌一時的秦朝落得這般下場。作者藉由無數的提問反問讀者：如果是我，我會怎麼做，活在過去的那些歷史人物們又為何會這麼做。唯有自己闔上書思考過，才會真正的對於學習歷史有所幫助。關於這些已經發生過的歷史事件，我們能做的，就只有如同唐太宗所說過的：「以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」

秦始皇十三歲繼位，二十二歲剷除權臣親政，創造了「皇帝」這個名號，自認為是古往今來最偉大的人，是人類文明的巔峰，沒有其他人能比他更偉大。但就因為這個「驕傲自滿」的心態，將嬴政推向了懸崖邊。聖經上曾說過：「驕傲在敗壞以先，狂心在跌倒之前。」秦始皇焚書坑儒，認為五帝三代是已腐朽的過去，認為只有他才明白何為新時代，沒有人比他更高強，只要稍稍有人持反對或是相反意見，下場一律都只有：「死」。為了做到天下無異意，秦朝的治術就是那招：「殺」。殺，就對了，這也是秦始皇後來碰到事情的一貫解決辦法。除了驕傲自滿，造就秦朝走向滅亡的還有一個，就是嬴政的「慾望」。只要是人都會有慾望，但秦始皇在繼位之前，一直將理智擺在感情之上，所以他才會成功，但現在他卻放任他的慾望，遠遠的壓在理智之上，永無止境的擴張，他北伐匈奴、南征百越、築阿房宮、築始皇陵、築長城、築直道，接著還要長生不死。一個如此驕傲的君王和一群只懂得迎合他的臣子，秦朝會陣亡一點也不令人意外。

最讓我覺得扼腕的是，當秦朝在最後已經要瀕臨潰敗時，秦始皇不可能沒有發現，他是一位能統一天下的君王，智慧肯定高於一般人，但他在面對問題的時候，卻選擇了自欺，而非誠實面對自身的問題。真實的那一面可能是醜陋的，未必像自己想像中的那般美好，但當我們都只選擇逃避，選擇眼不見為淨的話，那麼後果你我可知，絕對不會是太美好的結局。當我們在巨變的洪流中好不容易已經成功了，但卻如此的放縱自己，驕傲自大，這只會讓自己從山頂一路滾到山腳下。

從秦始皇的成功和失敗的轉變中，我看到了個性和態度是真的會決定一個人的成敗和生死的，很多時候他人的意見並非絕對的對或錯，但適時的接收他人的想法並非壞事，反而還能從中知道自己的問題和錯誤並及時修改，虛心接受，才能讓自己越來越進步。

四、討論議題：

如何從過去的歷史事件學到教訓，並應用於生活當中？

年 級：一年級
班 級：114
名 次：優等
作 者：黃琦雅
參賽標題：人生你作主
書籍 ISBN：9789861336312
中文書名：斜槓青年
原文書名：斜槓青年
書籍作者：Susan Kuang
出版單位：圓神
出版年月：2017 年 9 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

Susan Kuang

留美 MBA，Linkdin 專欄作家，自媒體人。

【斜槓青年】代表的是一種全新的人生價值觀，它的核心不在於多重收入，也不在於多重職業，而在於多元人生。它是對工業時代「一個蘿蔔一個坑」的工作模式，以及用單一職業來定義個人的一種反思與挑戰；同時也是對人類的好奇本能，以及個人想發揮多種潛能的內在衝動的一種尊重和釋放。

二、內容摘錄：

「活著就是為了受苦，苦受完了，生命也就該結束了。」 P.22

「生命原本就沒有意義。」 P.24

「經驗的價值正在下降，市場規則正隨著技術的進步、傳播方式的改變，以及消費者的意識和行為轉變而發生改變。」 P.46

三、我的觀點：

在看完這本書之後，我感受到生命的光輝與力量，從作者描寫的一字一句，我看到了未來生活的願景，每個人心中都有著知識的海洋，每個人都希望徜徉其中、享受知識竄流的奧妙。我願景中的教育，應該從小開始選修多元課程，培養從不同角度看世界的習慣，也訓練各種面對未來困境的技能。

再者，我在書裡看到了中國智慧的結晶，就像魯迅在阿 Q 正傳裡說的「精神勝利法」，也就是一一心態致勝，比如說我在打報告的這個時間點，肚子很餓，但我想著我已經吃飽了，就不會餓了，真是實用呢！要是把這種方法推廣至普羅大眾，那麼台灣的年度代表字可能就不再負面了。書中提到兩種思維，一種是僵固型思維，另一種是成長型思維，僵固型思維的人著重在「證明自己」，而不是「發展自己」，他們迴避失敗而且容易被限制成功，成長型思維則相反，我自己就屬於僵固型思維的人，常常因為害怕失敗留在原地，不想改變也恐懼改變，我在意別人對我的看法，我在意別人注視著我的糟糕、我的不好，所以往往只聚焦在曾經做過的事上，只對學過擅長的東西有興趣，躲掉了一切可能失敗的原因，我知道這樣會阻礙自己很多的可能性，甚至錯失很多機會，所以我正在盡我最大的力量改變，我不想讓未來的我後悔，更不能讓那些重要的人因為對我失望而難過。

作者認為未來的人才會漸漸往通才發展，我覺得這是我可以努力的方向，要是我在不斷嘗試的過程中，找到自己喜歡熱愛並且擅長的方面，那麼說不定未來也能成為「斜槓青年」。我十分認同一句話「人放在對的地方就是人才」，斜槓青年的中心概念是讓各領域的人才集中，進而發揮它們最大的能力，所以我們在學生生涯當中、繁忙課業之餘，要記得不斷的找自己，找到自己適合的方向，像是我，而我至今還很不確定我擅長熱愛的事有哪些，因為還有很多尚未嘗試、接觸的事物職業，漸漸培養未來能夠與他人合作、充實自己的競爭力。

我讀完這本書之後，有一些該被更新的想法全都被顛覆，像是有經驗的人也必須面對新的問題，「經驗的價值正在下降，市場規則正隨著技術的進步、傳播方式的改變，以及消費者的意識和行為轉變而發生改變。」還有警醒我時代正在悄悄變換，要跟緊世界的腳步、補充新的常識，不要只耽溺在象牙塔裡的虛幻妄想，踏踏實實地盡該階段的本分、多讀點書投資自己往全才發展才是我現在必須做的。「你要做一隻在猴群裡爬樹的魚？還是也同時痛快地游水？」我認為這是每個人自己的選擇，你的人生你做主。

四、討論議題：

社會趨勢正在慢慢地改變當中，未來的職業走向可能會和現今有所差距，像書中所述，「斜槓青年」正在崛起，很有機會成為以後工作模式的主流，但現在的教育編排卻是等到高中、大學才開始摸索自己的志向，是否應該提早或加開讓學生探索興趣的多元課程？

年 級：二年級

班 級：8

名 次：甲等

作 者：劉嚴應

參賽標題：道德辯駁

書籍 ISBN：9789864774548

中文書名：道德抉擇的艱難：經典法律案例中的道德思考與決疑論判斷適用

原文書名：

書籍作者：雨果·亞當·貝鐸

出版單位：商周出版

出版年月：2018 年 6 月 7 日

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

雨果·亞當·貝鐸是一位哲學家、教授，也是博士。畢生致力於廢除死刑，作品包括了刑罰和政治哲學。本書透過一個實際案例，和兩個虛構案件，一層層抽絲剝繭，帶領讀者們推敲。在釐清問題的同時，也培養了理性琢磨、道德思考、邏輯辨正的能力。

二、內容摘錄：

1、順帶一提，請注意，不管決定依據哪一種選擇原則行動，實際執行時必然都會有灰色地帶。(p47)

2、不論抽籤多麼公平，只要有一個人不同意，它的正當性就不比其他原則好到哪裡去。(p61)

3、道德標準或道德原則所扮演的角色，是限制我們的選擇以保護我們的價值。(p65)

4、一個人不能侵害自己的權利，也不能讓自己成為不公義的受害者。(p88)

三、我的觀點：

在這裡，我想討論第二個案件，也就是「洞穴奇案與羅傑·惠特摩之死」此章。這項事件，是朗·富勒在一九四零年杜撰的。

經過大致如下：惠特摩和四位洞穴探險協會的成員，進入了石灰岩洞。但

是很不幸的，發生山崩，造成山洞出口堵塞。屋漏偏逢連夜雨，救難進度非常不順利。經歷一段時間，探險成員們已是又飢又渴，生存機率渺茫。

此時，惠特摩提出透過身上的骰子，決定生死，死者將成為同伴果腹的食物。起初，其他人是不同意的，畢竟有些殘忍，但後來也一個個接受。然而，在擲骰子之前，惠特摩卻臨時想退出。相反地，成員執意進行這場賭局，所以成員再次詢問其有無異議後，替惠特摩擲骰。

結果，惠特摩犧牲，成為同伴生存的糧食。

話敘至此，雖然是虛構的故事，值得思索的地方卻很多。

我想到的第一個點：由擲骰決定去路，公平與否？

也許有人會想，方法是惠特摩提議，而骰子也是他帶的，整個過程都在他面前進行，更不用說「中獎」機率都一樣，那麼此事應該是公平的。但是別忘了，惠特摩曾經反悔，曾經表示退出。換句話說，即使惠特摩接受了由旁人替他擲骰子，並不代表他得一概接受這個結果。由於他清楚說明想退出，也沒有承諾要接受任何的結果，可見此事對他而言，是不公平的。

既然結果是不公平的，又衍生出來第二個問題：這算謀殺嗎？

我想了許久，一開始我認為這四位成員一定不知道進入洞穴會發生災難，再者，這個方法也不是他們提的、骰子也沒動手腳，他們是為了生存，才執行此下策。但話鋒一轉，為了自己的生存，殺害了惠特摩，正當嗎？或許我們能說，人性使然，不過深入想想，似乎不那麼單純。

如果你持有的想法是只要犧牲一條人命，就能換回四條人命，按照這個邏輯，惠特摩的死是為了挽救其他人。但，他其實不需要承擔這個責任吧？雖然事實是他的死亡遷就了旁人的生存，不過他為什麼一定要做這種犧牲小我，完成大我的事呢？更不用說，他早就已經不想參與這場賭局，不願參加這場賭局的因素，可想而知。

然而，成員強迫了他。推測他們認為五個人的參與，比四個人參加的選中機率來得小。他們在經過一番思索後，迫使了惠特摩的死亡、漠視了惠特摩的權利、「謀」殺了惠特摩。照理說惠特摩沒有必要喪失性命；其他人沒有資格要求他犧牲。成員的行為，違反了道德。

書名「道德抉擇的艱難」，告訴了我們，在各種情況之下，人們是很難理性、清晰、按著邏輯脈絡詳細思考。如今我們身為局外人，當然能有足夠的時間忖度合理與不合理之處。

在案件中，倖存者表示罹難者的死是萬不得已，他們為了活著不得不選擇一條血淋淋的路。但我想，極有可能是當下人們認為：只有別人死，我活著的機會才大。也就昧著良心，自然而然接受這樣的結果。我們很難去批判這些人，因為換做是自己，當下到底是無法道貌岸然的成為「英雄」。

讓我最感到驚喜的是，表面上看似沒有弊端的事，原來細細揣摩大有問題。閱讀此書，使我發現，一件事有很多角度可以觀察，而道德方面的問題，總是困擾著大眾，因為它是極全面卻又細緻的想法混在一塊。如同千綹絲線繫成的繩索，要解開它，必得仔細為之。

四、討論議題：

平時看似「公平」的事，是否其實違反了道德？

年 級：二年級
班 級：8
名 次：甲等
作 者：黃婷禹
參賽標題：信任兩難
書籍 ISBN：9789863105350
中文書名：魔女之家：艾蓮日記
原文書名：
書籍作者：ふみ一
出版單位：青文
出版年月：2014 年 10 月 25 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書以一位臥重病在床的女童——艾蓮的視角，描述她的病痛以及雙親關係的分裂，到最後走投無路時遇見惡魔的化身——黑貓，而完成她逃離痛苦的夢想的一段過程。

然而完成夢想的她並非脫離困境，接踵而來的是必須汲取他人的魂魄，以延長自己的壽命。隨著肉體逐漸凋零，「為了生存」的想法使艾蓮步入第二次的絕境。此時，意料之外結識另一位年紀相仿的女孩：維歐拉，而艾蓮卻利用人的同情心，換取自己的自由……

二、內容摘錄：

- 1.我放聲吼叫。同時高舉小刀，親手結束這於我如地獄之光景。(P.45)
- 2.黑貓的話語輕柔地觸進我耳裡，在我腦裡如花綻放。宛如溫暖的陽光。(P.55)
- 3.山風吹不停，持續拂過我的身子，樹木枝幹互相摩擦發出如囁語般的聲響，聽起來像是在歡迎我。(P.62)
- 4.想要什麼，就全部拿到手吧！妳可是魔女呢。(P.111)
- 5.要是我能承擔她一半的苦楚，就能兩個人一起走下去。(P.225)

三、我的觀點：

在人與人的關係上，最重要的就是具有對彼此的信任，才能更進一步的交流、討論，而建立親密的友誼。然而當今社會，信任卻變成一種被操縱的工具，情感上的詐欺、金錢上的詐欺、甚至騙取他人的同情心，無疑讓大眾對於陌生人的信任感持續低落，這終將導致人的決裂。

在本篇小說中，女主角艾蓮確實是個悲劇人物。母親為了照顧罹患重病的她而心神俱疲，最後選擇拋棄丈夫和患病的女兒，想遠走高飛。這樣對親人的消極態度造成艾蓮心中的一方陰影，見證了母親對自己的愛已經消失，憤怒的艾蓮衝動殺了母親。這是她第一次信任被背叛。當我們盡全力相信一個人時，我們總是毫無防備之心地跟別人來往，甚至沒想過會被他人背叛；當自己用盡全力為對方付出時，換取的不是讚賞，而是不理不睬，我們真的能夠繼續一味地付出嗎？破碎的信任導致關係破碎，難受的自己緊緊握著難受，不放過他人，也不放過自己。

雙親死後的艾蓮，感受到生命的脆弱。此時卻遇見了自己的唯一希望——黑貓，他告訴她，會給艾蓮「她想要的東西」。為了脫離病痛，為了實現女孩心中天真的夢想，她什麼都不管了。於是女孩跟貓簽了契約。殊不知，有了獎賞能拿，代表自己必須付出代價。黑貓——是惡魔的象徵。人被逼到絕境時，總是莽撞地做出決定而不三思，因而造成自己挽回不了的結果。尤其人對生命是極度在乎的，為了保住自己而完全無法考慮到別人，這是人類的堅韌，也是人類的悲哀。

艾蓮完全料想不到之後的發生。她成了魔女，有了屋子、有了庭院、廚師、精緻的家具，卻沒有任何親人。本來想好好享受得到永生的快感，卻一天天發現自己的肉體逐漸腐爛——回想起以前的她。艾蓮對貓的信任，破碎了。這是她第二次被背叛。此時她猛然想起自己心中真正的願望——「愛」，她想要一份家人的愛、純粹的愛，而不是永生這種荒謬的事物。因為情緒而做錯決定的人，最後還是必須為自己負責。不斷地竊取他人的靈魂，艾蓮的心智已經不是那天真可愛的孩子，她，踏上了魔女的道路。兩次的信任消失殆盡，心魔在她耳邊低語：為了生命、為了理想，妳要想出辦法。

魔女的運氣非常好。她結識了年齡相仿的另一位女孩：維歐拉。維歐拉和父親相依為命，兩人的感情非常好。在魔女了解這位女孩的時分，看見了她所盼望的家庭溫暖，也看見了解脫自己的一線生機——把自己的靈魂和這位女孩對調。由於身體日漸被腐蝕，艾蓮只能虛弱地躺在床上，這激起了維歐拉的同情心，憐憫的感情成了魔女手中的棋子，和維歐拉約定好「只換一天」。她們兩個的靈魂最終互換了，永遠的互換了。

承受不住魔女肉體的疼痛，維歐拉用力地抽動身體，這才發現「想要幫別人承擔痛苦」這件事太過自以為是。互換靈魂的艾蓮享受到自由的軀殼，開心地跳舞著，躍動的裙擺像是在向維歐拉炫耀般，也一併毀掉了先前的約定。被背叛兩次的艾蓮，最終也選擇背叛維歐拉。如果這不是悲劇，那什麼才是悲劇呢？

消失的信任讓人們疏遠，最後讓整個社會滅亡。若沒有人願意失去，那這個世界就沒有和平的到來。追求心之所向並沒有錯，錯的是挑撥離間的偽善者。被欺騙的七歲小孩，內心被折騰成一位魔女，這並不是一個孩子在這個年紀需要經歷的事。

四、討論議題：

如果妳是艾蓮的母親，妳會繼續照顧艾蓮嗎？

如果你是維歐拉，在看到艾蓮身體的缺殘，妳還想跟她交換嗎？

信任使人們疏離，有什麼方法能挽救這樣的關係嗎？

年 級：二年級
班 級：2
名 次：甲等
作 者：劉芷柔
參賽標題：臺北人
書籍 ISBN：9789579159883
中文書名：臺北人
原文書名：
書籍作者：白先勇
出版單位：爾雅
出版年月：1983 年 04 月 20 日
版 次：新版

一、圖書作者與內容簡介：

這本書的作者白先勇，作者用此書以紀念先父母以及他們那個憂患重重的時代。此書由十四個短篇小說所構成，每篇小說的寫作手法及長短皆不同，但都有兩個相同的連結——其一是個故事的主人翁皆為隨國民政府撤退來臺的中國人，其二是每位主人翁都有一段刻骨難忘的過去。

二、內容摘錄：

一場難逃下來，甚麼都光了，只剩下一對翡翠鐲子，卻還一直戴在手上。那對翡翠，是五寶的遺物，經過多少風險，我都没肯脫下來。P195

盧先生房裡，甚麼值錢的東西也搜不出，我便把那幅照片帶走了，我要掛在我們店裡，日後有廣西同鄉來，我好指給他們看，從前我爺爺開的那間花橋榮記，就在漓江邊，花橋橋頭，那個路口子上。P235

三、我的觀點：

從簡介可以知道，這本小說是由十四個短篇故事所組成，每一篇都給我不同的感受，即使只是閱讀其中一篇故事，也可以有許多不同的解讀。而在這十四篇故事中最觸動我的心靈的，又或者是給我帶來的衝擊最大的是三篇故事是——〈一把青〉、〈那片血一般紅的杜鵑花〉、〈孤戀花〉。

首先，在〈一把青〉這篇故事中，我真正地感受到了戰爭為人們帶來悲哀與陰影，故事中生動描繪在時代的動盪中，人們如何咬牙生存，這遠遠超過了在歷史課本中的陳述。故事的敘述者是一位空軍的眷屬，並以一個過來人的身分安

慰另一位剛新婚不久且還不適應眷屬生活的女學生——朱青。

我認為朱青是一個特別勇敢的女孩子，不顧家人的勸說及反對，堅持要嫁給一位空軍——郭軫，畢竟，在那時所有的空軍都需要上戰場打仗，長時間不在家，且出了家門並不保證一定回的來，所以，作為空軍的家人，是格外的辛苦和煎熬的。到了故事最後，郭軫並沒有回來，朱青也從最初以淚洗面的女孩，變成對生死已經麻木的女人。看完了這篇故事，我也看到了朱青的改變，內心既感傷又感慨，我覺得等待真的是一件特別煎熬的挑戰，更令我難過的是，即使接受了這項挑戰，且有毅力的持續堅持著，最後得到的結果，也未必是甜美的。生命無常，我們無法自行操控生命的長短，只能交由命運決定，就算再不服氣，也只能無奈接受，作為一名軍人的親屬，更要有這種覺悟及準備。

其二，在〈那片血一般紅的杜鵑花〉中是以一具「屍體」做為開頭，並用倒敘法揭開故事的序幕。主人翁是一位男工——王雄，在這篇故事中，我一樣看到了王雄的變化，他從一個有情緒、會笑的人轉變成了一位對任何事開始不聞不問，漸漸封閉自己內心的人。我想，可能是因為原本關心的、從小看到大的小女孩因為逐漸而開始對自己的嫌棄和鄙視，因而造成了心靈上的受傷，看到故事裡小女孩對王雄銳利的批評，我的內心也莫名的痛了好久，那對王雄的傷害，不就更刻骨銘心？

看完這篇文章，我覺得最重要的就是「對待他人的態度」，自己喜不喜歡，每個人都應該要得到應有的尊重，即使是自己不喜歡的人，也不能以極端過分的言語加以傷害，雖然在表面上，我們看不出來受傷的痕跡，但是我相信，這對心靈上的衝擊絕對是不小的。因為自己也有這方面的經歷，「己所不欲，勿施於人」，所以我對自己更是嚴格要求遵守這個原則，希望這個世界能因為這項舉動而變得美好、和善一點。

第三篇故事，是我以一位女性的角度來閱讀後得到的感想。這篇故事是在敘述酒家女的生活，看完之後，真的令我非常難受，因為跟著國民政府撤退來臺，所有事物都得再一次從頭建立基礎，對於那些酒家女也不例外。犧牲自己的身體，來養活自己，可是每個人都知道對於聲色場所這種地方，肯定是危機四伏的，對女人更是如此，我們無法知道自己所接觸到的人是好是壞，所以也就很難保護自己的生命安全。果然，在這篇故事中主人翁所關心的女孩子，就因為這樣每天傷痕累累，最後受盡了欺辱而成了一個瘋子。作者以極為露骨的文字和生動地描繪，讓我身臨其境。被欺負的那種煎熬，絕對不是一個女人所能堅持住的，但是她們卻咬著牙挺過。看到最後，我已無法言語，比起欽佩，它帶給我的更多是心痛……。

《臺北人》這本書，帶給我的不僅是許多值得閱讀的故事，更是一本能讓我探溯歷史的回憶錄，藉由著過往人們的生活，研究民國初年的人們是如何在戰爭及煎熬的壓力下努力的為自己餬口飯吃。我多麼希望我能穿梭到那些磨人的時光，即使我無法給予實質上的幫助，我還是想給予安慰和擁抱，讓那些初年的人們，能更快樂一點，能感受到更多的愛，可惜我不行，我也沒有時光機，我所能做的只有看著書，跟著一起難過。我的能力是如此的不足，此刻，我第一次覺得自己對一件事情是多麼的無力。現在，我期許未來我能以自己的一份心力，做出對這個世界有幫助的舉動，歷史已經無法改寫，但是未來我可以憑藉著自身微薄的力量，一點一滴的讓社會變得完美和樂，或許，我們和這一天到來還有一段距離，但是我相信，只要保持著一顆堅持且有熱忱的心，這一天終究會來臨！

四、討論議題：

我們該以哪一種具體行動讓世界更進步？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：甲等
作 者：謝宛妤
參賽標題：自己的人生故事自己寫
書籍 ISBN：9789570918236
中文書名：我的人生，我作主
原文書名：
書籍作者：彭慧玲匯集名人故事而作
出版單位：正中書局
出版年月：2008 年 12 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

此書匯集了八位名人的人生故事，包括了聖嚴法師、傅佩榮、侯友宜等。介紹他們在經歷他們的一生中所面臨的挫折與挑戰，以及解決之道、過程中的心境轉折，讓我們去尋找成功致勝的生命力量。雖然我們不能複製他人的成功，但我們可以利用從他人身上學習到的方法與態度，創造自己非但成功且獨特的人生故事供他人參考。

二、內容摘錄：

一 人生不能沒有考驗，尤其少年時的經歷，最能塑造自己的人生態度。

二 多次的生涯轉換中，做自己人生的選擇，都是靠著極大的信心與獨特的判斷，以及一份對生命與愛的堅持。

三 在實現不斷追尋夢想的歲月中，接納並敬畏生命的脆弱，卻能不斷挑戰超越自己的極限。

四 面對未來生命的諸多不確定，把握機員及多元彈性，順勢而為的智慧。

五 認識自己、了解自己並接納自己的獨特性，願意與眾不同去體驗自己生命的高峰經驗值達內在自我建構的聖母峰。

三、我的觀點：

人生是一則故事，多少都要有逆境挫敗的起承轉合，故事才會精彩動人；人生是一則故事，當主角在最危急、低潮的時刻，總能用他最正向的能量，最堅定的勇氣，一一化解生命中的挑戰；我們的人生都是一場故事，你我是生命中的

主角，也是彼此的配角，我們掌控著自己的人生，而又互相牽連影響。我們在各個生命階段中一一寫下自己的一頁故事，這些故事都是屬於自己獨一無二的經歷。透過他人的故事，則可以為自己找到持續為生命奮鬥的意義，活出精采人生的因素，給我們前進的動力，為自己的人生故事寫下更充實的一頁。

人生中的各種考驗，往往會讓人感到挫敗、消沉，甚至持續沉浸在頹喪的氛圍當中而一蹶不振。然而任何人都不能逃過逆境的錘鍊，沒有一個人一生中從不遭遇過低潮。因此，學習如何與逆境共舞，是每個人一生中須不斷學習的課題，也是創造成功的道路。逆境會引領著我們成長，有如風雨摧殘著小草，卻使它更堅韌般；如果人生的浪潮沒有重重的摔在岩岸上，哪能激起美麗的浪花？這些艱困的時刻將磨練我們養成面對現實的態度，激盪出對生命的熱情，因為經歷考驗而得的成就往往是更珍貴的。

當人生的劇本發展到了低潮，我們必須要有應對的能力，使自己重燃對生命的渴望。因此，平常的時候要多接觸一些新穎的事物，為自己多累積處理不同方面事物的能力，遇到狀況時便能保持冷靜，臨危不亂。況且機會是留給準備好的人，比別人多會一點，就比別人多一些機會。我們要擁有堅強的意志力，以便在這個變化快速的社會中不斷的學習。用這種堅定的勇氣勇往直前來追尋夢想，也較能夠達成自我實現。追尋理想的過程縱然會遇到許多阻礙，但只要活在當下，全心全意處理當前的事務，就不會感到禍不單行而放棄。積極的人會欣賞、接納自己，並時時刻刻充實自我，他們成功的因素在於他們不在乎終點有多遠，卻願意在此時此刻不放棄，把現在的自己盡心盡力的往前推進，並在困難的時候保持樂觀，去面對、去突破，便能走比別人更長遠的路，活得比別人更有自信，更加精采！

好的人生該為自己而活，用自己所學去面對困境；用自己的方式去創造生活；用自己所熱衷的去追求夢想。遇到挫折時，唯有以堅定的勇氣和積極的態度，方能度過生命中的磨練而成長。在人生的低谷哩，反而能挖掘出更甜美的果實。一生中不得不面對困境，但當我們有勇氣的面對而度過它，我們將會發現，這些困難都是我們生命中的貴人，它激發我們對理想堅持的態度，創造出超越我們預想的成就。當我們回首人生，我們會發現這些艱難時刻，將會是我們寫下的人生故事中，最美麗、最精采的一頁！

四、討論議題：

每個人的抗壓性不同，如果遇到了前所未有的重大挫折(如親人過世)讓自己無法跳脫當下情緒重新向前走，有什麼最好的具體方法能夠讓自己慢慢走出來？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：甲等

作 者：韋人瑀

參賽標題：愛，讓世界亮起來

書籍 ISBN：9789862418833

中文書名：在愛裡，我逆著光飛翔：音樂夢想家黃裕翔的成長故事

原文書名：

書籍作者：黃裕翔/李翠卿

出版單位：天下雜誌

出版年月：2014 年 5 月

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

全書主角為因先天性「視網膜細胞色素病變」，註定一生失明的音樂夢想家黃裕翔。在母親無怨無悔的愛與奉獻中，黃裕翔克服生活中各種困難與不友善的眼光，挺過一路上的挫折，成為台藝大音樂系首位主修鋼琴的盲生。在各階段老師用心教導下，善用令人稱羨的音樂天賦，譜出自己最獨特的生命樂章。

主角黃裕翔因於電影《逆光飛翔》中飾演自己而廣為人知。現在他依舊用他溫暖療癒的琴音，逆光飛翔，追尋自己的夢。

二、內容摘錄：

「堅持比放棄困難太多了。我可以選擇放棄，大不了不念、大不了不拍，一走了之最輕鬆，但如果我當時這麼做了，就什麼都學不到了。」張榮吉告訴黃裕翔，他很慶幸自己選了比較困難的路，所以才能繼續做他最喜歡做的影像工作。」(p.151)

雖然未來之路，可能會像是那充滿石礫、消波快的險峻下坡路，但是一步一步走，總會走到那片寧靜的海灘。(p.191)

三、我的觀點：

這本書一開始描述黃裕翔的家庭就讓我驚訝不已。異於社會新聞上常常看見先天有缺陷的嬰兒遭到遺棄，或是父母因受不了壓力而吵架離異的案例，不只是黃裕翔的父母，甚至阿姨、舅舅、外婆這些長輩對於家庭中這麼一個「特殊」的孩子，他們用滿滿的愛與關懷將他包圍，也因為如此溫暖快樂的童年，黃裕

翔擁有純真的心且相當愛笑。我很欣賞這樣樂觀的心態，還有一家人互相支持的親情，一切疼愛與照顧並非出自同情，而是出於一份疼愛晚輩的真心。要是連家人都以異樣眼光看待他，我想這世界便不會出現這樣溫暖的黃裕翔了。

黃媽媽的教養理念也讓我相當敬佩，她堅持「怎麼養姊姊的，就怎麼養裕翔」，她認為孩子不應該因為看不見就無法擁有和明眼人一樣的童年，像是在黃裕翔的生日蛋糕依舊插上蠟燭，讓他依舊可以感受到吹熄蠟燭後那淡淡的燭煙味，還有滿屋子的歡笑，是一種與「幸福」的連結。很多人無法理解，曾經我也是，畢竟他看不見那閃著火光的蠟燭。黃媽媽說：「以為盲人看不見，就無法理解這個世界，真的是明眼人先入為主的偏見。」我們忽略的是吹蠟燭對生日有著重要的祝福意義，在一個年幼的孩子心理會留下多麼美好的回憶。對於這樣的視障族群，我們往往有太多先入為主的想法，自以為理解他們的世界與我們的差異，然而那些歡樂的聲音、滿屋子的溫馨，帶給他們的訊息與我們並沒有什麼不同，只不過少了畫面罷了。

相信有不少父母會覺得帶失明的孩子出門所遭受的異樣眼光，很難堪且丟臉。那些「異樣眼光」確實仍存在於我們的社會，但是黃媽媽選擇常常帶黃裕翔出去走走，感受微風徐徐、蟲鳴鳥叫，遇到他人刺探性的詢問時，她都帶著笑容，爽朗以對。為了讓黃裕翔有健康平和的人格特質，即使因惡意的諷刺而受傷，在孩子面前，她總是爽朗、溫柔的母親。我們在生活中不也如此嗎？若過度在意每個外界的眼光，那大概沒有人能真正做到真正的「做自己」吧！當你願意面對自己的一切，對自己有自信，那麼就再也沒有任何人能夠打擊你、傷害你。

雖然看不見，也不是從小栽培，但黃裕翔對音樂的熱愛並不亞於音樂班出生的人，每場表演都是那麼的動人心弦。台上三分鐘，台下十年功，除了勤練曲子，對他來說更為困難的是自然的身體姿態與臉部表情，因為看不見，他的肩膀較僵硬，連對於明眼人來說再簡單不過的普通微笑，他都要慢慢學習，為了不要讓觀眾覺得不自然。有些人，吝於給人好臉色，成天繃著一張臉，連最簡單的微笑也不願意，他們可曾想過：有些人，竭盡全力的學習與練習，只為了擺出一個令人愉悅的笑容，這對他們來說是多麼的不容易……要是生活中大家都願意給彼此一個簡單的微笑，生活中充滿愛，相信會減少很多不必要的衝突的！

這本書鼓勵了很多正處於逆境的人，誰說有缺陷就不能活出精采人生呢？身邊還有很多愛著你的人關心你、支持你。我們應學習黃裕翔的精神，不被困境擊敗，帶著愛勇敢追求夢想。逆風的方向，更適合飛翔！

四、討論議題：

除了盲人，對於生活周遭許多類似獨居老人、班級中的邊緣人物等需要關心的人，許多人是既以既不靠近、也不傷害的保守態度面對他們。除了這樣，還有沒有更多的方法可以讓他們感受溫暖、活得更開心呢？

年 級：二年級
班 級：14
名 次：甲等
作 者：林予心
參賽標題：和自己面對面
書籍 ISBN：978-986-137-1
中文書名：被討厭的勇氣
原文書名：
書籍作者：岸見一郎／古賀史健
出版單位：究竟出版社股份有限公司
出版年月：2014 年 11 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

阿爾弗雷德·阿德勒出生於維也納，是一位醫師、心理學家、兒童教育家，也是「個體心理學」的創始人，與佛洛伊德、榮格同為心理學三巨頭。他相信人的一切行為都有目的，並認為每個人都是不同的個體，研究過程也應該以個人的特殊心理經驗為對象。阿德勒的學說讓心理學從「生物性」轉向「社會性」，他亦被視為人本主義心理學的先驅、現代自我心理學之父，對心理學發展具有相當重要的意義。

二、內容摘錄：

P.55 如果生活型態不是天生的，而是自己選的，應該就有重新選擇的可能性。

P.111 承認錯誤、表達歉意的言詞，還有脫離權力鬥爭，這些都不是挫敗。

P.140 老是想要尋求別人的認同、在意別人的評價，到最後你過的就是別的人生。

P.211 人，只有在覺得自己有價值的時候，才会有勇氣。

P.244 所謂的「貢獻他人」並不是捨棄「我」去為某人鞠躬盡瘁，說穿了，是為了實際感受「我」的價值才做的。

P.287 所謂的世界，不是其他什麼人可以幫我改變的，而是只有「我」才能改變它。

三、我的觀點：

趁著假期空檔，我在書店買下了這本《被討厭的勇氣》，從此給了我對人生不同的解釋。當初我對這本書本興趣缺缺，雖每次經過暢銷排行榜上都能看到它的身影，但那時覺得哲學類的書籍，也許對成年人來說才較合適。後來看到學校開的推薦書單上竟然出現了這本書，好奇心驅使下便買下了，原以為可能會有些艱深，但是這本書是以對話的方式表達，不但好懂，竟也趣味十足，甚至像是在讀一本小說，而又能打動人心並讓人隨書中主角思考，能長期蟬聯暢銷排行榜實在無庸置疑！

《被討厭的勇氣》整本書都在講述「阿德勒心理學」，其實阿德勒和佛洛伊德、榮格足以並稱「心理學三巨頭」，但是常被世人遺忘這個學派的存在，不過有許多哲學、心理家的著作，都反映了阿德勒的思想，其中包括了「人際關係學大師」卡內基的作品，可見這位「自我啟發之父」的影響力不容小覷。

阿德勒的學說和佛洛伊德最大的不同在於，前者認為人類的每個行為都是有目的的，甚至連情緒也是為了達到某個結果，也就是「目的論」；而後者則是「因果論」，顧名思義就是每件事一定是由某個原因造成的。書中的年輕人對於這個說法十分無法接受，因為根據這項理論，甚至連「憤怒」都是自己選擇的，而我看到這裡時也感到不解，我們的情緒難道不是由事情影響的嗎？而哲學家便解釋了，像是「憤怒」其實只是一項工具，為了讓別人達成自己目的，就如嬰兒會以「哭泣」來引起大人們的注意，達成他們要「吃」或「睡」的目的，這實在是非常獨到而有道理的見解，令人大開眼界；而同樣的「目的論」，也能套用在其他事情上，像是書中的年輕人表示自己很自卑，很想擁有像是某個同事那樣開朗的個性，而他自己認為，是因為小時候家裡的環境導致他內向的個性；但是哲學家卻說，其實是因為他自己本身沒有勇氣去改變現況，而將無法達到的理由推卸給幼時的遭遇，認為「如果小時候沒有遭遇這些的話我也可以」；的確，我們總是把「無法做到」合理化，總是有很多理由來證明自己不行，但其實我們只是沒有去改變的勇氣罷了。

說到自卑，書中哲學家的見解讓我別有一番領悟，他說：「這些折磨我們的自卑感並不是『客觀的事實』，而是『主觀的解釋』。」，一件事本身並無意義，全取決於我們怎麼定義，而這又衍伸出了「自卑情結」，意指一個人靠著突顯自己的可憐之處來產生優越感，我想，每個人身邊一定有這種案例，也許自己也會發生幾次吧？哲學家一語就道破這種現象，他指出發生這些情結，都是因為找不到自己過於別人之處，只好到處宣揚自己的弱點，我覺得這說法完全解釋了這種現象，使我又長知識了！

當然除了上述這些，書裡還有很多深刻的道理使我驚豔，我想這本書之所以能得到如此高的評價及銷量，完全不讓人意外，無可否認它是一本可以找到人生盲點的好書！

四、討論議題：

既然阿德勒和佛洛伊德的學說有這麼多對立之處，那麼在生活上的遭遇，兩派學說都能解釋嗎？

年 級：二年級
班 級：8
名 次：甲等
作 者：廖昱涵
參賽標題：轉山—流浪中看見生命新視野
書籍 ISBN：9789573262435
中文書名：轉山：邊境流浪者
原文書名：轉山：邊境流浪者
書籍作者：謝旺霖
出版單位：遠流
出版年月：2008 年 1 月 25 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者謝旺霖在 2004 年意外獲得雲門舞集創辦人林懷民的十萬元資金，他決定利用這筆資金從雲南騎單車前往西藏拉薩。當他做出這項決定並告訴週遭親友時，卻幾乎沒有人看好他，認為他的想法太冒險，但作者仍不屈不撓的騎車翻過一個個高山，在路途中的各種險惡與飢寒交迫下仍咬牙苦撐，一路上作者看見了世間無數的人情冷暖，最終抵達了拉薩，不僅使自己成長，也留下了生命中難忘的記憶。

二、內容摘錄：

山巔上就你一人，你平靜的佇立在一處至高點上，展臂想像整個世界都是你的，彷彿再也沒有令你激動的消息。想來當初不過一時介入的決心，翻身剎那便已成行，原本只是紙頁上一筆又一筆描繪的線條，卻顯影成一座又一座的山脈，讓你付出難以計數的汗與淚。它不再只是抽象，而是化為具象；不再只是概念，而是落為實體，雖然你還在想像它，但你已經確確實實的站在這裡眺望著它了。(p.275)

三、我的觀點：

我認為作者能有獨自騎車上山的勇氣是一件十分了不起的事，即使作者當初也曾擔心、徬徨過，但還是願意前往，即使周遭的人都不看好作者，認為他一定撐不下去西藏酷寒的天候，作者最後還是完成了這趟旅程。唯有像作者經歷過旅途中的各種痛苦，最後才能看見痛苦背後的美好。如果作者沒有騎車過程中的意外及挫折，那當他抵達拉薩時還會感動的落下淚水嗎？

書中最令我印象深刻也最驚恐的，就是作者隻身一人在隧道中與兇猛的藏獒對峙吧！即使感到再怎麼害怕都不能後退，因為在這深山裡也沒有別人會來

救你，一切只能靠自己，也只有自己能帶領自己脫離險境。想必在這趟旅途中，作者也要有過人的意志才能抵達拉薩，途中大大小小的阻礙，只有意志夠堅定的人才能撐過，也須付出許多的汗水和淚水。

作者從在旅途中遇見的人，感受到這世間的人情冷暖，從最初熱心幫忙最後卻伸手要錢的女孩，到願意收留陌生人（作者）的農家婦女，都看的出即使人們生長在同樣的土地，吃著同樣的食物，但每個人看待事物的眼光和方式都截然不同。不耐煩的招待所服務生和伸出援手的兵營，或是不忍心看到作者在大雪紛飛的夜裡辛苦騎車的司機，都能感受到每個人面對生活的態度有所不同，也能看見即使作者在異地，與當地人有著語言隔閡，但溫暖的幫助卻是不分語言不分種族的。哪怕只是給予一塊乾糧，都能使對方感到無限的感動及溫暖。

最特別的一點是，作者並不是唯一踏上這條道路前往拉薩的人，還有其他因為宗教信仰而徒步前往拉薩的人，他們對於宗教的意念很深，是他們人生中很重要的大事，他們推著裝滿糧食和必須品的推車徒步跨越一座又一座的高山，每隔幾步就停下來跪下膜拜，耗費數個月甚至數年只為到達屬於他們宗教的聖地朝聖，因為宗教已經成為他們生命中不可或缺的一部分，也是他們情感的寄託。

作者在旅途中也造訪了許多城鎮，有些城鎮還保有農村的面貌，當地的居民過著淳樸簡單的生活。但有些城鎮卻被過度的開發，滿街的霓虹燈明亮的招牌及喧鬧的市集，與純樸的農村形成極大的對比，這些都是過度的人為開發造成的。也許我們為了方便，創造我們認為「文明」的城市，不斷的進行開發，與自然爭地，卻逐漸淡忘了與水泥叢林不同的美好事物。人文景觀也是，中共政府壓迫藏人們的信仰，雖然表面上給予他們許多的自由，但事實上許多的官員都是中央派來的。當我們追求現代科技與文明時，也該維護傳統，在傳統的基礎上創新，才不至於忘本。

而最感動的部分一定是作者抵達拉薩，看見布達拉宮的瞬間，我彷彿能跟作者一樣感受到他的欣喜以及這一路以來的辛勞，我也了解到如果夢想不去實踐，那它就永遠只是個遙不可及的夢。還有完成夢想是要付出極大的努力和痛苦的，只有堅定自己的信念，才能完成夢想，看見與以往不同的視野。

四、討論議題：

如果你今天得到這十萬元，你願意將這筆錢用來隻身前往異地冒險嗎？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：甲等
作 者：林昀萱
參賽標題：你所不知道的獸醫
書籍 ISBN：9789573328858
中文書名：大地之歌(全新版)
原文書名：
書籍作者：吉米·哈利
出版單位：皇冠文化
出版年月：2012 年 4 月
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

1937 年吉米剛從獸醫學院畢業，當時絕大多数的獸醫都找不到工作，他卻幸運的在英國北方約克郡鄉間得到獸醫助手一職。在他的筆下，看到的不只有鄉村獸醫的工作，更像是進入一間立體電影院，可以看到綠地、看到草原、看到鄉村中的一切風景……他幽默生趣的筆調，讓讀者跟著他一起進入了英國鄉間的獸醫生活。

二、內容摘錄：

吉米，永遠記住，你必須出診，不管天晴天雨，不管天亮天黑，你必須去，而且得高高興興地去！你認為不是什麼急病，要知道，你只不過是聽牠主人的敘述而已，而農夫又不是專家，他們哪懂什麼是急病，什麼不是？別忘了，說不定動物會死的！（p.47）

金錢常常在農民與獸醫之間構成了一道壁壘。我認為這是由於農民腦海裡深埋了一種信念——也可以說是深藏在他們潛意識之中的——他們自以為對牲畜的了解遠超過局外人，因而以為付了錢請人來診治他們的牲畜，無異於自承對於牲畜的了解是完全失敗了！（p.292）

三、我的觀點：

在看到書名的當下，我並沒有想到我竟會如此沉迷於這本書！剛開始只以為這是一部單純描寫獸醫工作內容的書籍，雖然獸醫是我未來的志向，但卻怕書裡枯燥乏味的內容或各種艱深的醫療名詞會讓我暈頭轉向，但當我開始閱讀後，卻發現裡頭所描寫的並不是什麼專業的術語，而是關於一個剛從獸醫學院畢業不久的新鮮人在英國鄉間中發生的許多有趣故事。

書裡一開頭就先敘述了在作者當時所處的三〇年代，獸醫是個剛踏出校門便會面臨就業困境的行業，而吉米卻幸運的得到了一個鄉村獸醫助手的工作。在他滿懷興奮與期待開始這份工作後，才發現與當初的潔白夢想差很大，不僅沒有乾淨的手術室，動物屎尿味更是終日不離身，而且幾乎要全天待命，即使在三更半夜，只要動物一有狀況就必須隨傳隨到，絕對不受時間及氣候限制。雖然理想與現實相差甚大，但吉米卻逐漸愛上了這風景宜人的鄉間田野，心甘情願地待在這一輩子。他也遇到了一個不錯的老闆——西格，雖然西格有時記性很差，卻從不吝於傳授自己的技術，而吉米在與西格與屈生兩兄弟一起生活的過程中，常常發生許多有趣的事情，也學會了很多寶貴的經驗，豐富了自己的生活。

其中最令我印象深刻的便是吉米每一次在診治動物的歷程，雖然常常會遇到被動物踢咬，或是主人不願配合的狀況，但他從未因此放棄，從他的身上，我看到的是對於動物真正的熱愛，可能身上早已惡臭不堪，多了許多腳印、傷痕，但他依舊義無反顧的持續做下去。換作是我，要是身上沾滿了動物的屎尿或味道，一定會忍受不了，在看到吉米能毫無顧慮的把手伸進動物身體內時，不禁讓我開始思考，我是否真的能做到他這樣、是否能下定決心克服那種恐懼？

而書中許多農人與動物之間的情感也讓我感動不已，在繼續讓狗痛苦地活著或安樂地死去中，老人選了後者，在吉米做完安樂死手術離開後，在街上穿梭的人們及耀眼的陽光下，他的眼睛只看到一間黝暗的小屋、老人，和他死去的狗。吉米能理解老人的心情，而我也能理解，在經歷寵物曾經走失的心情，我了解一時間失去最心愛的東西是什麼感受，這時候，動物與人不再只是所謂的主與僕，而早已是在生活中陪伴多時的家人、朋友，在吉米樸實的筆觸下，我感受到老人與狗之間真摯的情感。

「你永遠不知道前面有什麼在等著你」閱讀這本書時，在你還沒翻到下一頁之前，永遠猜不透吉米又會遇到什麼有趣的事情，或是碰到什麼樣的動物病人，但別擔心，跟著吉米的腳步，你會漸漸發現身上多了許多歡笑及滿滿的感動。書中沒有什麼深刻的大道理，卻有無數溫暖人心的故事，譜成一首又一首動人的「大地之歌」！

四、討論議題：

在與動物相處的過程中，人們應以什麼態度對待牠們？

若你身旁的人或動物在面臨死亡的那刻，你會以什麼方式面對？

年 級：一年級

班 級：14

名 次：甲等

作 者：蕭薇珊

參賽標題：我們到底該如何面對「情緒勒索」？

書籍 ISBN：978-986-406-0

中文書名：情緒勒索：那些在伴侶、親子、職場間，最讓人窒息的相處

原文書名：

書籍作者：周慕姿

出版單位：寶瓶

出版年月：2017 年 1 月 25 日

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

周慕姿是名諮商心理師，在職涯中，她了解到並非每個遇到人際關係問題、心理疾病的人都有勇氣或有打算心理諮商，以致興起了創作此書的念頭，讓更多的人理解自身現在的情緒代表何種意義。此書分成三個章節，她先帶領我們理解何謂「情緒勒索」，再告訴我們什麼樣的人最容易成為被情緒勒索者，進而教導我們如何找到自我價值感以走出情緒勒索的恐怖情境；她在書中加入人人都會遇到的故事情境，讓人忍不住大嘆：「原來這就是情緒勒索！」

二、內容摘錄：

互動關係是需要，也可以討論與協調的，修改自己的行為，並不代表自己就是「錯了」，是「很糟糕的人」。 P.77

情緒勒索的手段，可能只讓他們暫時獲得了表相的滿足，但卻讓他們失去了真正害怕失去的「重要事物」：親密關係，以及對方的愛。 P.80

三、我的觀點：

你知道何謂「情緒勒索」嗎？有意識到自己很有可能正身處在「情緒勒索」的囹圄嗎（不論是情緒勒索者抑或被情緒勒索者）？「情緒勒索」簡單來說就是一種無法處理自己的負面情緒並且使用要求、威脅、施壓、沉默等直接或間接的「勒索」手段迫使他人順從自己的一種行為模式。在閱讀完此書後，我才頓悟原來生活中與人的各種互動都極有可能是屬於情緒勒索的範疇，也從沒想過或大或小的各類衝突的背後含意，甚至也沒想過這些衝突有可能被化解的可能。

作者提到情緒勒索者時常是無意識做出情緒勒索，他並不會意識到自己正在傷害他人，其實每個人對於一件事的反應大多都與他的童年或是往事經驗有關——不安全感，或是曾經被虧待過都有可能是情緒勒索他人的主要源頭。其實想一想之後我突然發現，這好像就是個惡性循環，因為對方可能在童年有過傷痕或有過被情緒勒索抑或被不友善的對待過，以致立場交換時，有極大的可能會沒有意識的做出相同的舉動。當然我知道，要從根源改善這個循環並不是件容易的事，但我們還是可以為自己甚至是身邊的人做些什麼——就像作者的初衷一樣，讓身邊的人知道情緒勒索是什麼，學會如何因應，以及什麼樣的行為就是所謂的情緒勒索，給自己跟對方來個當頭棒喝。下次若又遇上衝突時，在「停、看、應」之後，或許就能發現自己可能就是身在情緒勒索的迷霧中，並且找出改善的方法。

但非常矛盾的是，隨著此書的宣導，越來越多人理解情緒勒索的定義以及各種情境後，便開始以「情緒勒索」為擋箭牌，拒絕與身邊的人交流，認為身邊的人都在辜負他。其實作者的本意不是如此，人與人建立的關係本就十分複雜，哪能用「情緒勒索」輕描淡寫而過？每個人表達愛的方式不同，那些貌似是「情緒勒索者」說出看似傷人的話，他或許是出於愛，所以我們不能在知道真相前就直觀的認為「他就在傷害我」。作者是希望遇到衝突時我們或許能離開你我目前的所見所感，分析一下自己是否正深陷泥淖而不自知，而非用情緒勒索四個字去「反擊」對方，這幾乎可說是本末倒置，關係也不會因此改善，甚至越鬧越僵，雙方都下不了台。

其實我們要一直記得，情緒勒索者不一定是個惡人，他跟我們一樣是人，他可能比較不會處理情緒（你也可能不擅長），或是內心受過傷，甚至有我們都沒想到的理由，而且，很有可能我們其實正在互相傷害。有很多時候我們無法就這樣直接判斷誰對誰錯，因此我們或許都不應該太過依賴書中的資訊，要學著思考各種可能，因為人際關係裡多的是書上沒告訴我們的事。

四、討論議題：

我們如何在不傷害到對方，不讓衝突擴大的前提下讓對方意識到他正在「情緒勒索」我們？

年 級：一年級
班 級：106
名 次：甲等
作 者：許芯華
參賽標題：從黑面慶仔看社會的縮影
書籍 ISBN：9789576391095
中文書名：黑面慶仔
原文書名：
書籍作者：洪醒夫
出版單位：爾雅
出版年月：1978 年 12 月 25 日
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者洪醒夫出生於彰化二林，有「農民作家」之稱。作品多以小說形式呈現，著有小說《黑面慶仔》、《田莊人》，及散文集《懷念那聲鑼》等。

《黑面慶仔》由許多小篇章集合而成，其中〈黑面慶仔〉講述的是黑面慶仔之女——阿麗，既是傻子，又有著美麗的容貌，卻被無賴姦污，產下一子。黑面慶仔知道孩子是無辜的，卻無法接受孩子是雜種，曾想了結孩子的生命，幸好在下手時幡然醒悟，了解生命無對錯之分，並決心撫育孩子成人。

二、內容摘錄：

1、她什麼都不知道，什麼念頭都沒有，該打的，該殺的，是那些糟蹋她的人，怎麼可以把她關起來呢？人是神管的，神都可以讓她無憂無慮的活著，我黑面做人阿爸的，怎麼可以對她那樣？ p.188

2、嬰仔既然已經被生下來了，一個生命已經開始，清清白白乾乾淨淨一無所知的開始，你又怎麼可以叫它結束？誰給你這麼大的權利？一枝草一點露，不管是貓是狗他們會有自己的天地！ p.189

三、我的觀點：

作者寫的不是故事，是活生生的人，而且生動得可怕。

〔一〕為受害人伸張正義：

一開始黑面慶仔知道阿麗被玷汙時，有作為父親對加害者的氣憤，也有無處發洩的恨，於是他忍不住遷怒，即使知道女兒對這些行為的意義一無所知。村子裡甚至有她「自己願意」的傳言。這怎能不恨？明明不是受害人的錯，而受害的往往都是受害者及其家屬，加害者卻逍遙法外。

這反映了現今社會中充斥的病態觀念：兇手有錯，但受害者自己也有責任，即為什麼要給兇手犯罪的機會？

多數人都加倍的檢討受害人，認為受害人品格有問題，更成為另類的加害者——但這是不對的，沒有人應該為「被害」這件事套上一輩子的枷鎖。

〔二〕認清生命的可貴：

黑面慶仔不識字，只能做著卑下的粗工度日，從小就被人看不起，所以養成了有點自卑的性格，因為經濟的弱勢、外人的看法，原選擇將孩子送養，沒想到沒有人願意收養這個孩子，所以他想了結孩子的生命，但在千鈞一髮之際，他又猛然清醒，意識到生命是珍貴的，沒有人有權力剝奪其他人的生命，我想這就是作者想要表達的，對於生命的觀念。

在世俗的有色眼光下，被貼上雜種、父不詳的孩子無疑是不幸的，一輩子，連同家人，都會被戳著脊梁骨罵，但生命並不會因為我們強加的意識變得更加骯髒或高貴，也沒有對錯的道理，每一個生命都是純粹又獨立的存在，值得珍惜與尊重。

{三}黑暗中的溫暖人情：

在整個故事中，有兩個人在旁一直幫助著他們。從幫阿麗接生到協助黑面慶仔找收養的人家——這兩人就是罔市嫗和賣魚溫仔。

賣魚溫仔個性海派，願意幫助人，在阿麗要生產時，只有他去找罔市嫗幫忙，才令阿麗平安生子，之後又趁著賣魚替黑面慶仔找收養的人家。作者取名為他為「溫仔」，實有溫暖他人之意，是書中的正面角色之一。

罔市嫗是一名難得的性情中人，憐憫阿麗的遭遇，也為她打抱不平，嘴上罵罵咧咧的，卻會對黑面慶仔一家伸出援手，屬於刀子口豆腐心的最佳模範。

在這兩人身上我看見這世界為數不多的溫情，雖然自己沒有太大的能力卻願意做出別人眼中「多管閒事」的舉動，在別人的低谷伸出手，擁抱他們，略盡自

己微薄的力量，使身陷黑暗中的人看見一絲光明。賣漁溫仔和罔市孀在一片冷漠的人群中顯得有點突兀，或許是作者特意的安排，相信這樣的溫暖人物仍處在社會中，希望能讓讀者在遇到處於低谷中的人物時能伸出援手吧！

四、討論議題：

在〈黑面慶仔〉中，可以感受到當時社會對身心障礙者的不尊重及其原生家庭的傷痛。時至今日，社會大眾對身心障礙者仍有許多不友善的舉動及稱呼等不公平的對待。是否能從制度開始，將尊重及友善的態度普及到台灣各個角落，使同樣的悲劇不再發生？

年 級：一年級
班 級：14
名 次：甲等
作 者：陳柔樺
參賽標題：性別不設限--挺身而進
書籍 ISBN：4717211018583
中文書名：挺身而進
原文書名：Lean in
書籍作者：雪柔.桑德柏格
出版單位：天下雜誌
出版年月：2013 年 09 月 04 日
版 次：二版

一、圖書作者與內容簡介：

桑德柏格為現今臉書執行長，她在本書中描寫了女性必須要展現自信，改變從古至今對女性的刻板印象，及女性在面對家庭與職業所必須面對的問題，提出不同以往的觀點，給出了新的詮釋，並鼓勵女性「往桌前坐」，成為各方面的領導者，懷抱更高的自信，不再自我設限。

二、內容摘錄：

- 1.想把握機會，就要有信心，獲者假裝有信心。雖然這聽起來像陳腔濫調，但真的很少有機會是自動送到面前的，都是要靠積極伸手去抓、才有機會。(P.65)
- 2.要知道，不確定該如何著手進行，是非常普遍的感覺，我也經常如此。徵詢意見不是示弱，那通常是尋找前進方式的第一步。(P.117)
- 3.最有效的溝通結合得體合一與真實，找到能夠細緻、優雅地說出真實情況的甜蜜點，而不是大刺刺地殘酷說實話。(P.127)
- 4.真正的領導力，是來自於個人的真誠表現，有時候甚至是不完美的。他們認為，領導者應該努力追求真誠，更甚於完美。(P.144)

三、我的觀點：

《挺身而進》是一本對女性受益良多的勵志書籍，雪柔.桑德柏格，用自身在職場的經歷與觀察，寫下它，對於女性而言，它講出了我們的心聲，因為在現實生活，鮮少有人能夠如此詳盡的描寫出，在現今的環境仍有性別刻板印象與差

別待遇，職場上的歧視以及在工作與家庭上的既定觀念，而這些深深地影響著這世界上近幾一半的人口。

人們常因自身的能力不足而裹足不前，而據調查顯示，女性在工作上比男性更容易退卻，即使兩者的能力相當，限制住女性的並不是能力，而是我們無法堅定自己的勇氣及相信自己。就如同我們在競爭一個機會，擁有同樣的舉手發問全，但只要把手放下了，我們就失去了展現的機會，然而在放手的同時，限制住的，是自己，我想，這跟女性本性比較保守有關，因此，毫無畏懼是我們所該學習的。

而女性所缺乏的自信，其實可以由信念而生，想要把握機會，首要便是信心，因為機會都是要積極地靠自信來抓住的。就像雪柔所說的：「『把手舉著，不要放下』以及『往桌前坐』」帶著能力與自信，積極地展現自己，相信女性也能有和男士一樣的優異表現。想要打破男女之長期以來優勢的不平等，需要女性為自己去爭取，而並非懷疑自己而畏首畏尾。

書中也提到，在職場上，我們很難以誠實的言語表達，因為我們從小被教養說話要有禮貌，要注意用字遣詞，且話語中切記不可商人，但這謝，卻阻礙了不論家庭或是事業的運作，因為不說真話，常常被視為可以保護自己。但在去掉語言的潤飾，以簡單的語言、傾聽對方的言談，以幽默、溫和的語氣，是可以表達出真實訊息的，也意即真正的領導能力，包含了真誠的表現，要追求進步，首先我們必須追求真誠，無論男女。

自古以來，女性都被視為照顧家庭的重要一員，很多女性在家庭與事業的選擇中，他們往往放棄後者，但在同樣的問題丟給男性，似乎他們選擇事業曬被世人所理解的，但女性應該切記，不要在還沒開始之前，就讓自己想著離開。

而書中最後提到，即使男女有別，女性能做的事情，男性也可以做到，例如家務，其實是可以與伴侶討論且平分的，在尋找另一半時，我們就當將另一半視為與我們能力相當的個體，這樣才能面對家庭與事業，都能讓彼此不要那麼的勞心勞力。

在為婦女運動努力的同時，我們希望能獲得各方的支持，不論男女，而是互相尊重、支持，並且為壓抑已久的女性發聲，打破長久以來那些被默許已久的成規，在現代社會的女性並沒有劣於男性，兩者都可以站同樣的位子，為家庭和事業努力，依循著自己想法而活，女性如此，男性亦然。

四、討論議題：

在現代社會中的女性，是否能被尊重及支持？若無足夠的支持，她們是否有勇氣在自己的未來挺身而進呢？