

# 寧園傳播 98

創刊 86年11月25日

出版 110年5月20日

發行人：蔡枳松

策劃：陳武男

主編：陳武男、郭玲玲

發行單位：國立嘉義女中  
圖書館

# 走讀全台服務的多元學習



小太陽：208 李宸仟

指導老師：吳豪哲老師

## 科學創作助弱童

以108課綱的核心素養為出發點，我希望能透過自創的科學小活動讓偏鄉孩子們有個不同的體驗。同時啟發他們的想像力、創造力與好奇心，主動探索未知領域。

我挑了一個比較少見的科學手作親自嘗試製作，找出了最方便操作與攜帶的裝置。為了能夠一次因應眾多小朋友並兼顧環保，我以廢棄寶特瓶、竹筷還有吸管製作另一組支架，在科創小活動之餘，順手帶給孩子們環保的概念，讓他們懂得珍惜不浪費。

趁著社團課邀請大崎國小的弱勢孩童參加小太陽舉辦的幸福學堂週三課後營，讓孩子們有個充實的課後輔導。並利用暑假期間的小太陽公益環島，我將科學創作帶進苗栗通霄的彩虹希望之家還有屏東高樹的善導書院，希望活潑的他們能保持熱情邁向下個里程碑！



↑幸福學堂指導受助學童製作乾洗手



## 攜「手」防疫助老少~ DIY乾洗手

初逢疫情期間時，我在一次社課中偶然接觸到月桃故事館的手作乾洗手液，它易於製作且方便攜帶，能即時進行防疫，因此我想推廣給孩子與長輩們。

我利用放學後將手作乾洗手的體驗帶到嘉義市僑平國小課輔。雖然孩子們人數眾多，但都很配合活動進行。在活動最後贈送孩子們自製的鬆餅，讓他們吃的開心又安心，他們幸福的表情，就是最好的回饋。

一個週六的早晨，我在經國新城街頭搭起一張小桌子便開始製作乾洗手分享給眷村的爺爺奶奶們。另外我也將製作完的乾洗手親手分送到常樂園、祈樂園與日照中心。在與眾人分享後我也更懂得感恩、珍惜身邊一切。



← 班學童製作乾洗手  
嘉義市僑平國小指導課後

## 紙芝居水土保持小劇場

暑假環島期間我們在花蓮卓樂部落舉辦小型的團康活動。我運用嘉義市農事所提供的紙芝居劇場說故事給他們聽，和小朋友互動並建立他們水土保持的觀念。

嘉義市農試局在去年十月舉辦了「說故事給狗狗聽水保閱讀親子體驗活動」，期間我擔任水土保持的環教小尖兵，分享紙芝居劇場給所有來參加活動的親子們，最後開放有獎徵答，獎勵認真聽講的孩子，也藉此機會讓小朋友認知到水土保持的重要性。



↑ 花蓮卓樂部落布農族學童進行水保講座

## 關懷社區老寶貝

近年來，台灣老齡化現象日益嚴重，而我認為老人的照護與關懷並不只是政府的工作，因此我想以不同方式來關懷長輩，一方面減輕社服機構些微的負擔，另一方面陪伴長輩度過一段快樂的時光！

我將虎尾蘭種植在彩繪過的廢棄花盆內，並分享給長輩，希望他們能因這一小株植栽多到戶外走動、呼吸新鮮空氣、多多感受陽光的懷抱。

在今年寒假過農曆年前，趁著寒營期間，我將文房四寶帶到台東的旭海，在現場擺桌揮毫。寫了應景的春聯送給當地的老人家們，祝福他們歡喜過個好年！



►屏東牡丹鄉旭海社區寫春聯贈送給共餐的長輩





# 讀書心得分享

\*你不需要很厲害才能開始  
\*但你需要開始才會很厲害

## 雲淡風輕的美學人生

作者：201 林妙音

中文書名：雲淡風輕 談東方美學

書籍作者：蔣勳

出版單位：有鹿文化



「雲淡風輕近午天，傍花隨柳過前川……」翻開蔣勳《雲淡風輕》一書，伴著東方文化之美，體悟恬淡、體悟自由、體悟愛恨、體悟夢幻……在世俗的大框架下，什麼是雲淡，怎麼能風輕？像芒花一樣，柔軟？像文人一樣，享受天地大美？還是像鯤一般，不被成見拘束？

小時候的我們愛作夢，什麼都覺得可能，甚麼都相信。有著千百個夢想，傻傻地不清現實。隨著歲月推移，學了越來越多的東西，也知悉了所謂的對錯。有了更完整的思想，創造了生命的更多可能。但同時，腦子裡那深層的成見、偏執也漸漸成形。無論是世俗、知識或是我們自己，都給自己的思想和心靈套上了層層的、牢固的框架。它限制了我們的想像，它讓我們不再逍遙。

長大後的我們學會了分析事務，衡量一切。我想這固然是好的，畢竟剖析事物往往能使我們更加清楚事物的真相。但我們常常忽略了，在分析事務的同時我們是否過於被外界也好，本身也好，所框定出的框架給限制住了？我們是否常在分析的途中，忘卻了事物的本質，而只是一味的追求它字面上的涵意呢？就像是當我們看到「蒹葭蒼蒼，白露為霜」時，是要不斷拘泥於蒹葭到底是蘆葦？或是芒花？抑或甜根子草？還是要去體會它的情境，享受並優游於其中。

的確，在我們的成長過程中，因為考試等種種緣故，需要不斷的在乎事物的對錯。這個社會像惠子一般，教導著我們，看到湯匙就選擇吃飯；看到鉛筆要和擦子來配對……漸漸地，我們看到瓠瓜想到水瓢，但是出現不能作為水瓢的大瓠瓜時，我們便陷入了困頓。因為我們從來沒有想過大瓠瓜還能有別的使用途，像是當江面上的一方船隻，或是……這，大概是我們都忘了吧！我們都忘了回歸事物的本質去思考，我們憑藉著既有的知識和觀念，直覺地用表面的用途去定義大瓠瓜，用自己認定的理所當然把思想限制在狹小的框架之中。



書中提及，許多父母喜歡將兒子命名為「國棟」或「國樑」。亦即希望這個孩子長大以後能做一棵參天的巨木，成為有用的人才，成為國家之棟樑。或許是我和作者的童年時代相距甚遠的關係，我沒有遇過名為國棟或國樑的人。但不可否認的，時至今日，仍有千萬的父母望子成龍、望女成鳳，他們傾盡一切心力栽培，只期其子女未來能成為「有用」的人。我們不難理解這些父母的苦心，畢竟在這世俗功利的網綁之下，成為「有用」的人才會為世界所接受，未來才有希望，才能有光明的前途。達成「有用」的目標，深愛子女的父母也才放心。

但是，作為子女的們，真的有必要，那麼容易就被他人所附加給我們的價值框架所限制住嗎？放棄能好好做自己而順從成為棟樑之材的你我，在終於長得「筆直」而被「砍伐」去作為棟、樑之時，我們會甘心嗎？放棄了自己的渴望，去成就他人的期待的同時，我們或許會羨慕做那棵歪扭的「樗」，能讓人舒適的寢臥於下，達到裡外的逍遙吧。

「……時人不識餘心樂，將謂偷閒學少年。」擺脫框架吧！不管時人認為如何？只是剝去外在藩籬，探詢內心，解放那被許多框架壓縮的想像，我們便能讓生活多點雲淡漢風輕。



# 倒數七天

作者：207 劉宇昕

中文書名：倒數七天

書籍作者：吉卜勒

出版單位：飛燕文創



人們最大的遺憾往往都是想彌補過往犯下的錯誤決定。倒數七天，若以人的一生來看，極其短暫，比起「彌補」我覺得這更像是「道別」——希望人們能用七天的時間來放下從前的種種，在最後以自身認為最美好的方式揮別此生。

故事的其中一位主角是名藝人，曾為了追逐名利而犧牲一切，在倒數七天，已經一無所有的她最想挽回的莫過於是那曾被她拋棄的親情。離我們越近、越容易獲得的，就越不懂得珍惜，親情就是其中之一，但當遇到困難，會無條件站在自己身邊的，也是親人。人家常說：「陪伴是最長情的告白。」，在追求夢想的路上，應該時不時停下腳步回頭關心家人，珍惜那平凡卻又彌足珍貴的親情。

書中有位孤苦無依的小勇士小武，但他仍抱著希望，期盼有朝一日能逃離叔叔的虐待。充斥著暴力的童年，難以想像小武有多麼無助和害怕，但他勇敢的站出來抵抗命運，他的堅持最終獲得響應，戰勝了死亡。另一名主角是有著同樣悲慘命運的范雁滋，雖然一生都在社會底層痛苦掙扎，但她依然懷抱夢想，倒數七天正是她實現夢想的時間。她和小武一樣選擇向命運發起挑戰，證明了雖然出生無法決定，但人生可以由自己掌握。再來是唯一走向滅亡的角色——范姜奕澤，一位飽受社會不公平對待的白化症少年，雖然上天為他安排了兩次轉機，但痛苦的人生經歷還是使他拉著所有厭惡的人一起陪葬。





命運其實很公平，它給你關了一扇門，也會為你開啟另一扇窗，一切操之在己，心態將會影響選擇間接改變命運，只要懷抱希望，堅持下去不被現實所打敗，把握每次機會，生命有無限可能，就像范雁滋和小武，心態將會決定人生。天堂和地獄就在一念之間，范姜奕澤選擇非法正義，一步步走向萬劫不復的地獄，如果當時能向左轉，走向他的轉機，結局就又是另一個截然不同的故事了。有時轉個念頭，世界就會不一樣，努力選擇美好的未來，當終老的那天到來，能笑著回憶往事，就是對仇人最大的報復，不必為了那些人讓自己過著猶如地獄般的生活。但追根究底，是什麼造成范姜奕澤如此偏執？我想這個充滿歧視的社會難辭其咎，如果當時，哪怕只有一人，能給予他足夠的溫暖，他就不會走到這個地步。人與人之間多一些關愛，一個暖心的問候，對於某些人來說是多麼大的力量，說不定在無形中已經拯救無數人了，如果我們能多一分關心，少一分傷害，或許悲劇就會減少。

「怎麼死的，根本不重要，重要的是，這一生，我們是怎麼活的。」，每個人終有一死，連拯救過無數性命的鄒醫生也難逃死亡的命運，但他卻不像前面幾位人選有許多的遺憾或悔恨，鄒醫生把一生奉獻給社會，他活的問心無愧，受到子孫們的景仰愛戴，在眾人的陪伴下安然離世。時間稍縱即逝，若沒有好好把握，最終只能感嘆船過水無痕，這趟人間旅程就白白浪費了。相反的，如果可以腳踏實地的過好每一天，積極的面對人生困境，努力堅持下去，即使下一秒意外發生了，我們仍能笑著離開，因為沒有愧對任何人、過的無比充實。



**館藏借閱排行榜**

# 110年01月~110年05月館藏借閱排行榜

## 圖書借閱排行榜

名次	書目
第 1 名	SCI 謎案集：第一季
第 2 名	魔道祖師
第 3 名	遊龍隨月
第 4 名	SCI 謎案集：第三季
第 5 名	一生一世美人骨
第 6 名	美人為餡
第 7 名	誰的情歌那麼甜
第 8 名	一如初見
第 9 名	倒數七天
第 10 名	何以笙蕭默

## 個人借閱排行榜

名次	單位	名字
第 1 名	213	陳妘溱
第 2 名	101	蔡昀倩
第 3 名	總務處	姜惠軒
第 4 名	114	陳姿佑
第 5 名	204	蕭昀希
第 6 名	305	許婷渝
第 7 名	203	劉若暄
第 8 名	107	鄭安妤
第 9 名	國文科	高淑冠
第 10 名	306	陳韋綦