

閱讀是最浪漫的教養

作者/李偉文

◆上學之後——讓書無所不在，讓孩子跟我們一起愛上閱讀！

讓孩子養成的一生閱讀的好習慣，只要大人辛苦兩、三年就能養成的，尤其以開始有能力閱讀文字的小三、小四最為關鍵，這關鍵時間一旦錯過，以後要培養就會更辛苦、更不容易了。

但是要如何開始，如何讓孩子喜歡，還要等待機緣，沒有機緣，對孩子來說反而會變成一種壓力。記得 AB 寶小三時，還不大肯看文字書。這時我剛好發現九歌兒童書房出版了一本雙胞胎故事的小說，就買回家送女兒。AB 寶立刻被吸引。這就是所謂的機緣：讓孩子先愛上一本書，愛到等不及讀完就急著想和人分享，這書就會成為觸媒，帶領孩子到下一本書、下一本書、再下一本書。接著，就要乘勝追擊，我把九歌兒童書房的小說一一買回家。AB 寶因為看完生平第一本純文字書，對自己有了信心，馬上又連著看了三、四本。其實，孩子都愛書，大人唯一要做的就是——等待機緣、創造機緣，然後為他們挑到一本「對的書」。

◆父母要以身作則——千萬別讓看書變成孩子的懲罰！

近十年來，全世界各個國家都深深了解到閱讀能力的重要，所以積極推展兒童閱讀運動，這些年在台灣也是如此，從都市到偏鄉，從山上到海濱，都有許多懷抱熱情的故事媽媽或來自企業或大學的志工到各個小學陪伴孩子閱讀，各級教育體系也使用很多獎勵辦法來鼓勵孩子多讀書，這些努力雖然達到某些效果，但是或許大部分的活動就只是活動，無法養成孩子長期且自發性的閱讀興趣。

因為這些活動都是在學校的場域發生，是課程的一部分，當孩子回到家之後，若家長沒有在生活中示範，讓孩子感受到閱讀真正的興趣時，那麼學校的活動可能就會像放煙火一樣，一閃即逝。

假如父母整個晚上都在看電視，卻叫孩子進房間讀書，或者孩子不乖闖禍了，父母的處罰是：「進房間讀書，三個小時不准看電視。」孩子無形中就會認為讀書是處罰，是痛苦的，於是就會離書本愈來愈遠了。像我家在孩子出生之後就把電視機拿掉，家裡沒有電視機之後，多出了很多親子互動親子一起學習的機會，全家人也可以安靜地進入書中的美好天地。若是孩子從小就看見父母有空就陶醉在書裡的世界，然後家裡也有適合他們年齡閱讀的有趣書籍，不必我們「推動」或用言語訓誡，孩子就會跟著我們愛上閱讀。

◆營造情境式學習：把家裡變成圖書館，增加孩子翻書、閱讀的機會！

養成孩子閱讀習慣很重要的條件是，在孩子的日常生活範圍中有書，不管是班上的班級圖書館，或是住家旁邊的公立圖書館，或者是把家裡變成很多藏書的圖書館。

● 心理學的研究不斷證明人是情境的動物，我們的行為反應會隨著所處時空與場景氛圍而改變，若以更長的時間來看，人的性格甚至外貌形體也會隨著我們生活的環境而改變。換句話說，人可以選擇環境甚至改變環境，可是一旦住進去之後，環境就會回過來改變我們，這也就是建築學大師萊特所說的「人塑造環境，環境塑造人」。

因此，讓孩子的生活環境中充滿了書，是一個「讓孩子愛上閱讀」非常簡單、非常有效的方法。

環境除了我們看得見摸得著的實體空間之外，我們每天所接觸的訊息，我們的生活，我們的文化，也都是環境的一部分。人真的很難逃脫環境的影響，除非我們能非常自覺的察知我們與環境的關係，並且透過閱讀或真實體驗來建構對另一種生活的想像，那種憧憬我認為是超越環境限制的唯一力量。

這就是閱讀可以改變我們人生的原因，因此若是我們想讓偏鄉或文化刺激不足地區的孩子減少城鄉差距，培養孩子閱讀習慣是最有效，也是耗用資源最少的投資了。

除了公家或學校的圖書館藏書要增加，同時也要想辦法增加學生的使用率之外，如果父母經濟能力許可的話，盡量要多買書，至少要幫孩子準備他自己的書架，上面擺放的不是教科書而是他喜歡的小說，當然是可能的話，這個圖書架能擴大成書房，或者把家裡的空間都擺滿了書，像是圖書館一樣，那就更棒了。

像我家除了沒有電視機，也沒有酒櫃或沙發椅，只有像圖書館有張超大的閱讀桌（乒乓球桌般大），四周都是書牆，孩子回到家裡就是端坐在桌前看書。

有人會說為什麼要買書，反正書可以從圖書館借就好，幹嘛花錢買？我覺得建立屬於每個人自己的藏書有兩個目的，一是任何值得看或自己喜歡的書，一定有重讀的必要，最好隨時擺放在自己身邊，二則是有些好書目前或許沒時間讀，但是我們想看或值得我們看，這些書若沒有時時刻刻出現在我們的生活範圍，在視野所及之處，閱讀的機會當然就少了許多。

尤其孩子進入青春期的後，多多少少會有點叛逆，往往我們愈要他們做的事，他們愈不想做，我們愈是推薦他們看的書，他們愈是排斥，所以我建議千萬不要勉強他們，只要悄悄的準備一些有趣的書或希望他們看的書，隨意置放在家裡、餐桌旁、玄關上，或廁所裡，反正若是家裡四處都是書，現在的書封面都設計得很吸引人，書名也取得很有創意，孩子總有窮極無聊或無所事事的時刻，他們或許就會隨手拿起來翻閱，若是其中一句話，或一段故事引起他們的興趣，或許就這麼一頭栽入書中的動人世界了。●

~摘自《閱讀是最浪漫的教養：AB 寶的親子交換日記》~

給家長的一封信…

謝謝您耐心讀完這篇文章。孩子最早接受教育的地方其實是「家庭」，孩子們閱讀家人的情緒、行為、生活等等，進而從中學習。「愛」與「關懷」也是如此習得，成人生活的示範與演出遠比用嘴巴說的還有用，也是給孩子最好的榜樣。世代的變遷、大環境的改變讓現代的父母普遍疏於和孩子作心靈上的交流與溝通，我們陷入無限循環：花了大量時間賺取金錢，又花錢去換取給家人的愛，孰知把時間還能換取有意義的陪伴，從陪伴中建立「愛」的關係和信任，這份無價的禮物將帶給處於風暴中的青少年孩子更多安定的力量。

邀請您可以每天撥出「愛的 10 分鐘」時間和孩子一起充電，透過閱讀培養親子互動與對話，雖然萬事起頭難、會有許多不習慣，不過慢慢地，相信內心的充實會帶來改變---您改變了，孩子改變了…進而家庭氛圍也改變了！可以的話，也歡迎您動筆與孩子一同記錄文章中的感動或給孩子的勉勵。

再忙，也要陪陪孩子…

NNJH Library

給南寧人的一封信…

正值青春年華的你/妳是否正經歷一場又一場的風暴：為了交友而傷神？為了課業而煩躁？不懂自己為何會有這樣的情緒和反應？找不到目標？與家人時常衝突？

想邀請你/妳進入閱讀的世界。

其實，「閱讀」本身就像是接受了古人聖賢、智者、知者的邀請，讓自己有機會站在這些巨人的肩上看世界、或是參與在他的思想經歷中，因此我們有機會為心中的困惑找到答案、讓心底最深的感受被理解而得到釋放，進而帶給自己改變的勇氣；「閱讀」也是排解孤單、紓解壓力、讓自己轉換心情的好管道。

洪蘭老師的文章中提到：「青春時期，神經迴路密集的與別的迴路連接，心智開始開竅，過去聽不懂的話，現在開始有意義了。」除了老師的引導之外，透過閱讀你能夠快速地將別人的知識內化成自己的，一點一滴地在大腦中留下痕跡，慢慢累積成你的人格，最後成為現在的你。

熱情地邀請你每天撥出至少 20~30 分鐘來閱讀，每天讀一些，聚沙成塔。藉由圖書館挑選出的短文閱讀，搭配讀後回答幾個小提問來提升自己的思考、理解能力。這些精選出的短文、提問不只希望讓你「知道什麼」，更希望你能「想到什麼」，放下對、錯，以及對分數的執著，在認真閱讀、仔細思想後，真誠地寫下你的想法和感受吧！

NNJH Library



親子共讀暨晨讀手冊 使用指南：

- 一、本手冊內含圖書館精選 10 篇文章(上/下學期各 5 篇)，包含時事、文學、科普、品格等等主題。每次段考期間至少完成 1~2 篇。
- 二、圖書館會請各班圖書股長協助，統一交給導師批閱，於期末收回進行檢查、認證、統計、蓋章並敘獎(獎勵辦法另行公告)。
- 三、**內容評分**由各班導師執行，請導師依學生閱讀回答狀況給予 0~3 分。
認證需包含「**確實**回答問題」(非敷衍式回應)、「**家長簽名**」、「**導師簽名**」才予認證通過。
- 四、本手冊使用期間為 107 學年度。學期中若有遺失，可自行影印或至圖書館購買。

107 學年度第一學期

編號	篇 名	閱讀日期	認證	評分 (0~3 分)
1	成功之鑰-找回內心的召喚		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
2	為什麼壓傷的蘆葦，祂不折斷？		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
3	在台南陰魂不散的鄭成功		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
4	誰說讀書沒有用		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
5	天才棒球手大谷翔平是怎麼練成的？		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
總通過篇數：			篇	評分加總

107 學年度第二學期

編號	篇 名	閱讀日期	認證	評分 (0~3 分)
6	牛背上的呀喝		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
7	移工血汗：誰是逃跑外勞？		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
8	拯救生命的圖表 — 南丁格爾玫瑰圖		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
9	人正真好，顏值到底多重要？		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
10	新詩二首		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過	
總通過篇數：			篇	評分加總

※閱讀時的小訣竅：

1. **圈點、圈生詞**：閱讀第一次時，跟著文中的標點符號圈圈點點，並把自己覺得的生難字詞圈起來。
2. **畫重點**：畫出關鍵字(前因後果、時間、人物、事件、轉折點等可以幫助你回想、記憶、專注、聯想的字或句)。

成功之鑰-找回內心的召喚

文/洪蘭 (2013.3.15《聯合報》名人堂)

我去蘇州演講，在機場碰到一位來蘇州視察工廠的朋友，因為我人生地不熟，他便邀我晚餐。

吃飯時，他的廠長一邊吃，眼睛一邊盯著手機。我想，大老闆在座，怎麼敢做低頭族呢？再一看，台幹皆低頭，陸幹在大吃，正疑惑間，廠長突然舉杯大叫一聲「乾杯！」我嚇了一跳，發現全體台幹笑逐顏開，個個一飲而盡，才知道那天中華隊在日本打世界棒球經典賽，剛剛進了一分。

廠長說，日本人非常挑剔，產品只要有一點瑕疵，就整個貨櫃退貨，還不客氣的寫信來指責，因此他們發憤圖強，把工廠的衛生和品管弄得滴水不漏，讓日本人無可挑剔。他很自豪說，他們的食品得到日本認證，是不必經過檢查就可出口的大陸廿七家工廠之一，也因為被最嚴苛的認可了，他們可直銷歐洲和美洲。

他邀我演講完去參觀他的工廠，我欣然答應，很想知道這位念紡織染料的廠長是如何研發出各種暢銷口味，尤其一天可做出五十萬個蛋撻。

第二天下午，他如約來接我。工廠的對面是個小學，到處車水馬龍，他說廿年前買地建廠時，這裡是一片農田。大陸的發展這麼快，令人擔心台灣的競爭力。

進門後，他要我戴網狀帽，束住髮，再加一個連肩的帽子，因為食物中最忌有頭髮。穿上鞋套、長統膠鞋、白色的罩袍，洗完手再用酒精消毒後，一女工用滾筒在身上碾過，確定沒有毛髮才准進入工廠。我看到一切自動化，只有蛋撻皮的部分是人工切，秤重，確定每張皮等重後，才去平，捏成蛋撻皮。我不解，既然所有東西都機械化了，為何這部分要人工呢？原來蛋撻皮有五十四層油酥，無法用機器，只能靠人工。難怪他們的好吃，一般的皮怎麼比得過五十四層的油酥？所有食材都是要用時，才從冷藏庫拿出來，不給細菌任何孳長的空間。

他們今年要包一千萬個粽子來應端午節之需，我看到工人在挑米，因為米中偶爾會有砂子，他們設了三道關口，六隻眼睛仔細看，挑出不應有的雜質。整個過程讓我感到：人必自重，然後人恆重之，自己先做到無瑕疵，別人再挑剔也沒話講。廠長說得對，抱怨沒用，有本事做給人家看，抱怨就像騎木馬，它讓你有事做，卻不會前進一步。

我跟幾位台幹談了一下，發現沒有一個是食品營養系畢業的（除了老闆夫人外，而她卻在銀行上班）。從這方面來講，我們的教育要檢討，所學非所用，是浪費了國家的資源；從另一方面來說，這證明了大學念什麼都沒關係，只要肯學、不怕苦，在職場上一樣有片天。

我問朋友，為什麼他的員工肯這麼賣命？他說，當員工把工作當成內心的召喚（calling）時，工作就有意義，生活就有目的了。職業（Vocation）這個字在台灣常被人瞧不起，其實，它源自拉丁文 Vocatio，也就是召喚的意思，朋友和他的員工把做出日本人無可挑剔的食品作為他們的召喚，這個召喚使他們成功。任何人能找到他們內心的召喚，也一定會成功。

學生的話

1. 【找一找】文章中提到的食品公司提到哪些作法，得以將工廠的衛生和品管弄得滴水不漏？請從文章中找出答案，以條列式填入下表。

衛生	
品管	

2.(1)作者的廠長朋友很自豪他們的食品得到日本認可，不必再次檢查，即可直接銷往歐洲和美洲，他以此自豪的理由是什麼？

(2)該蘇州台商工廠員工為何願意賣命地工作？

3.【想一想】作者在參觀工廠後得出的體悟：「人必自重，然後人恆重之，自己先做到無瑕疵，別人再挑剔也沒話講。」「抱怨沒用，有本事做給人家看，抱怨就像騎木馬，它讓你做事，卻不會前進一步」

- (1)「人必自重，然後人恆重之」作者看到了甚麼，為何會有這樣的感受？請你用自己的話來解釋一下。
- (2) 承上題，仔細想想看，你覺得一個「自重」的人會具備有什麼樣的特質？
- (3)「抱怨沒用，有本事做給人家看，抱怨就像騎木馬，它讓你做事，卻不會前進一步。」你認不認同這句話？請說出你的理由及想法。

家長的話

閱讀日期： 年 月 日

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

※107 親子共讀文章(二)※

為什麼壓傷的蘆葦，祂不折斷？

文/張文亮(摘自《聖經與植物》)

● 親愛的小蟲：

我是個水生植物迷，二十年在水邊調查水生植物，我不只能夠辨別一些水生植物，也知道不少水生植物生長的習性。水生植物的研究，是非常冷僻的領域，平常無人問津，所以當你來信問道蘆葦的特性，讓我高興了一整天，不禁手舞足蹈唱起了歌：

「如果你在水邊要開道路，就先請蘆葦弟兄來，能夠減弱水邊的浪，攔截水裡的砂。砂粒沉降，逐漸形成灘地，水邊灘地才多一些，魚類會至此產卵，貝類到此爬動，蟹類到此覓食，水鳥到此來棲息。

即使世人不寶貝蘆葦，以為到處生長，是水邊的雜草；以為在風中搖晃，是沒有立場的搖擺者。只有創造蘆葦的那一位，才知道蘆葦真正的價值，難怪先知說：『壓傷的蘆葦，祂不折斷』。」

挺出而長的蘆葦

蘆葦 (*Phragmites australis*) 是一種非常奇特的水生植物，能夠生長在水邊，又能生長在沙漠地；能夠生長在平原，又能生長在高山；能夠生長在熱帶、溫帶，又能生長在寒帶；即使已經遍布全世界，也只有一个品種，沒有因著環境的改變而有變種。蘆葦是多年生的植物，每一年到了春天長新芽，夏天旺盛生長，到了秋冬之間就枯乾，隔年又再長。其根系盤繞交錯，可以伸至地下三公尺，即使有洪水沖刷，也不易沖走。

蘆葦在聖經裡的希伯來文稱為 *kaw-neh*，意即「挺出而長」，這是非常恰當的敘述，在河邊水深一公尺之內，蘆葦的根都可以自水底冒出長芽，挺出水面，一直長到三至四公尺高。由於蘆葦的植株生長茂密，很容易成為大型野生動物，如水牛、河馬、鱷魚等隱藏與棲息的地方。此外，有無數的小動物、昆蟲生活在其間，是水陸交界最好的生態棲息所。光是這些功能，豈不叫人為蘆葦著迷。

我是個蘆葦迷，不過這種人好像不太多，否則我們可以組成一個「我愛蘆葦俱樂部」，大家一起到水邊觀賞蘆葦在風中的搖曳，或是傾聽蘆葦中的蛙鳴。我多年的研究與觀察，知道安靜的蘆葦每天自空氣中傳輸大量的氧氣，經由根系，滲入底泥，能夠氧化底泥中含量過多的甲烷與硫化氫；因此多長蘆葦的地方，底泥不易臭。有些氧氣可以氧化水中的有機質，減少水中蚊子的滋生；因此水邊有蘆葦的地方，蚊子不會多。

蘆葦莖的傳輸結構

蘆葦莖有個獨特的傳輸結構，使 60% 的植株體積都可以傳送氧氣。覆蓋地面 18 平方公尺的蘆葦，每日釋放到底泥與水體的氧氣，相當於一個人的呼吸量。所以一根根的蘆葦，就像一台台的曝氣機，免費幫助底泥與水體呼吸。但是蘆葦植株的強度比較弱，很容易被經過的動物折傷或壓傷，植株的傷口使體內的水分外溢，造成植株體內的負壓，反而能自傷口處，吸收更多的空氣進入體內，增加氧氣的傳輸量，這是壓傷蘆葦奇妙的功能。但是如果植株折斷了，植株會死亡，空氣傳輸的功能就大減，甚至停止。

親帶的小蟲，你猜蘆葦知道這些作用，與自己對周遭環境的幫助嗎？雖然世人不知道，但是上帝一定知道，「壓傷的蘆葦，祂不折斷。」；人也像蘆葦一樣，外表看來高大，但是能夠承受的壓力不大，平凡又容易受傷，但是上帝奇妙的、長期的、默默的扶持，使受傷的部位永不折斷，幫助了蘆葦，也使蘆葦成為周遭環境的祝福。（此段部分摘自河馬教授的網站）

我思，故我在

閱讀日期： 年 月 日

1. (1)【找一找】請你根據文章內容找出關於蘆葦的介紹，並試著歸納填入下表。

	名稱	蘆葦	生命力指數	弱-----中-----強 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
	種類	植物	品種	
生長地	◎生長地點： ◎生長氣候帶：		生長 特性	
生長高度				
獨特性			水域 生態/ 環境	

(2)「壓傷的蘆葦，祂不折斷。」為何蘆葦受傷的部位不折斷，不但幫助了蘆葦自己本身，也讓它成為周遭環境的祝福？這在說明蘆葦的什麼奇妙功能呢？

2.承上題，認識了蘆葦後，請你仔細想想這位植物好友有哪些特質是值得你學習的地方？你會如何轉化、應用在你的學習、日常生活當中呢？

蘆葦的_____ (特點)

很吸引我，因為_____，

我想_____

_____ (轉化、應用在生活中的作法)

家長的話

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

在台南陰魂不散的鄭成功

文/魚夫

台灣最早是荷蘭人準備要和清國做生意的基地，接著是鄭氏王朝要反清復明的基地，然後是日本要南進的基地，1949年後，是國民黨要反攻大陸的基地，總之，走了豺狼，來了虎豹，所以台灣人率皆沒有自己的史觀，統治者說了算，原住民也自以為是炎黃子孫，漢人自認是皇民，最後大家都是「中國人」，更有甚者，自己尋根湊上去，所謂「溯本正源」，別的不說，表現在飲食文化上也是如此。

我在府城住了六、七年後，漸漸的了解一些飲食掌故，更是發現紫朱奪赤、鄭聲亂雅樂(註1)；先說台語形容一頓飯很豐盛，音發成：thsinn-tshau，那麼漢字便有人主張應寫成「差操」，說是當年鄭成功為了反清復明大業，只准文人在完成「差事」、武人在完成「操事」之後才能享用美食，故名「差操」。

註1：出自孔子：「惡紫之奪朱也，惡鄭聲之亂雅樂也，惡利口之覆邦家者。」此指以是為非，以非為是、邪說冒充真理的說法。

鄭成功活在台灣的時間並不久。1662年的2月1日據守熱遮蘭城的荷蘭「台灣長官」揆一正式修書跟鄭成功議和，從此退出台灣，可是到了該年的6月23日鄭成功就一命歸西了，如果把他在1661年的4月30日登陸抵台的時間算進去，大概就約是一年兩個月的光陰罷了，前半段在打仗，後半截在宮廷鬥爭，並且開始掛病號。

然而鄭成功卻從此陰魂不散。「差操」教育部定的寫法是「腥臊」，所謂「差操」實在很難令人相信咱鄭成功不來台灣前，住在台灣島上的人就從沒吃過一頓豐沛的好料的吧？如果有，那時候並無「差操」一詞，難道要比手劃腳？

蚵仔煎也是鄭成功在圍荷蘭守軍時的發明。當時圍城的軍隊缺少响糧，鄭成功向上天禱告，便有了將台南盛產的牡蠣煎而食之的點子。這也是實在是太唬爛了，蚵仔煎是閩南一帶的庶民食物，從前只消插竹枝即有，或烤或煎，烹調小事，何勞鄭成功祈神發現？

虱目魚是因為廚師奉上鮮魚，鄭成功嘗之，深感此魚應屬人間極品，脫口發問：「什麼魚？」，下人以為國姓爺要將此名取為「什麼魚」，年久訛音，乃成「虱目魚」，又有「國姓魚」之稱。

《維基》百科上很不留情面的發表打臉文說：「虱目魚」的名稱可能源於臺灣原住民西拉雅族的語言「麻薩末」，而臺灣的虱目魚(日本人中野民考證 *Sabahe* 為荷蘭語發音)養殖技術，被認為最早係由荷蘭人自印尼引入臺灣。

現在去台南的菜市場逛，老一輩人真的是說「麻薩末」而不是「虱目」二字而已。「國姓魚」其實還有一種魚，名喚「香魚」，連橫寫《雅言》也有聞必錄瞎起鬨，記載「新店溪香魚」根據《淡水廳誌》謂鄭氏至臺始有，所以亦名「國姓魚」。

說到台南特有的「意麵」之名，鄭成功又顯靈了。謂「意麵」乃鄭氏的福州籍伙頭兵來台時在鹽水所創作的麵食。其實在縣市尚未合併前的官方刊物《南瀛小吃誌》就有記載，係1923年一位福州人名喚黃忠亮隻身來台時所製作出來的，以其製作時加入全鴨蛋汁而不加水，因此擀起麵來必須特別出力，發出「噫、噫、噫」聲，乃呼之為「意麵」。

有人將「意麵」引申為清·伊秉綬官府裡的「伊麵」(註2)的轉音，那是不了解日治時期高級餐館裡也真有「伊麵」，不過那是列在昂貴的菜單裡的佳饌，一般百姓是吃不起的。

日治時期那位福州人黃忠亮來台時的身份是外國人，當時正值歐戰，日本乃趁而入，掌握了遠東的海上貿易，並與中國沿岸通商，有句老話說：「一府、二鹿、三艋舺」，中國東南沿海的移民首選當然是府城(當時的神仙府)，就像今天的台北集中了各省以乃世界各國料理一般，台南的人口最多，也最繁榮，料理自然最多元。

註2：相傳「伊麵」為清代官員伊秉綬發明。因伊府上常常是賓客滿座，就連負責準備宴飲的廚師也跟著忙碌。伊秉綬為了給家中的廚師減輕負擔，命人把麵粉和雞蛋摻水和勻，擀成麵條狀後捲曲成團，晾乾後再下油鍋炸至金黃色撈起。這樣的雞蛋面因含水量極低，可保存較長時間不變質。而客人一到，便可隨時取用。後來為紀念伊秉綬，此種麵食得名「伊府麵」。(摘自維基百科)

「意麵」之名既已定調，隨後而來的汕頭人也稱他們所作的麵食是「意麵」，其實要是去汕頭，哪來的意麵，只有乾麵；去福州也沒意麵，且今之台北所謂「福州乾拌麵」或「傻瓜麵」事實上都是台灣族群融合後的創意麵品。

無奈的是將飲食種種來源都連結到鄭成功，好像鄭成功沒來台灣，老百姓就沒好東西吃；鄭成功死在台灣後，留下來的人及其後代似乎從此不吃不喝，國民黨政府刻意「遺忘」台灣曾被日本統治的事實，教育讓我們看不到日治時期的人民生活，所以要一直到1949年後才又開始了飲食這回事。

譬如說「滷麵」，這是台南人在喜慶宴會裡經常出現的一味佳餚。這是漳州人的傳統美食，傳說從唐朝「開漳聖王」陳元光時代就已流傳開來，我去漳州，當地專家也是這麼說的，隨漳州人移民來台的滷麵，何必等待 1949 的外省新移民來傳授？許多台灣文學家如葉石濤老先生也在小說裡曾經描繪滷麵，根本不待終戰已是文學的題材。

而且不只是鄭成功本人神威顯赫而已，鄭氏王朝其後的大小歷史人物也都左右了台南的飲食文化史。

土魷魚是打敗鄭氏王朝的施琅愛吃的。施琅官拜水師提督，「土魷」乃「提督」魚的轉音，實則清朝時期移民來台的「三邑人」（晉江、惠安、南安）人稱土魷為 Thòo-thú，漢字作「頭魷」，不信跟我去三邑走走，隨便找人來問問，或者去台南的水仙宮市場逛逛，聽濟歲的資深國民如何發音？至於為何轉出如今的 Thòo-thoh？很簡單，不知是哪位仁兄望見「土魷」二字，不知台語如何發音，只好就字面來推論罷。

台南人愛吃一種「皇帝豆」，傳說是寧靖王的最愛。寧靖王哪有那麼好命？連雅堂的書中說嗜此物者為鄭成功的兒子鄭經：

「皇帝豆」乃因「嗣王經嗜此，因以為名。按鄭氏居臺，保持正朔，未嘗帝制自為；或因肇造東都，便宜封拜，為其代行天子之事而附會歟？或曰：豆本名『黃筴』，呼音訛為『皇帝』；猶『承天府』之為『神仙府』也。豆筴長三、四寸，仁偏而大，皮有紅紋；作饌極美。冬、春盛出，他處未見。」

連雅堂著書不用心考究，然後搞不清楚鄭經愛吃的豆子怎可稱為「皇帝豆」，這豈非僭越？然後之乎也者的丈二金剛摸不著頭腦，真是作繭自縛。皇帝豆依我看，就是長得超大一顆罷了，搞得疑雲重重，何苦來哉？

總之我寫此文不是來跟美食家們找麻煩的，美食連結歷史人物的「文化創意」也多不勝數，只是我想知道的是先民的生活，而連結帝王將相就看不到真象。有人問我台灣的小吃為什麼這麼多？我這樣推測：可能跟先民是「羅漢腳」來台華路藍縷，以啟山林有關，先講速食，再慢慢發展成更為講究的味道有關，至於鄭成功，咱們現在吃得到的，他當年可能都無福消受，當然，我不是文史工作者也不敢斷言，要不然，咱們去觀落陰問看看？
(摘自獨立評論 @ 天下 <https://opinion.cw.com.tw/blog/profile/194/article/2193>)

我想，故我在~

1.【想一想】(1)根據文章內容，本文標題「在台南陰魂不散的鄭成功」是指在哪一方面的影響呢？

(2)在第一段中，為何作者說台灣人沒有自己的史觀？

(3)承上題，作者接著說「表現在飲食文化上也是如此」，請用你自己的話說明對這句話的理解。

2.【找一找】請根據本文找出提到的飲食/小吃名稱(用螢光筆標示)，與跟鄭氏之間陰魂不散的理由或其他的傳說關係，並填入下表。

關聯 飲食名稱	與鄭氏的關係	其他傳說

家長的話

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

誰說讀書沒有用

節錄自呂捷《哥教的不是歷史，是人性》

1 學生上課跟出社會上班是一樣的，都是一件該做的事。先做該做的事，再做想做的事，這本來就是天理。你說不喜歡上課怎麼辦？

2 我們向來對擁有的人、事、物不懂得珍惜，所以容易抱怨。你只要換個角度想，一切就會不同！不要覺得你是被逼著去上課的，你應該要想，你是在經營自己的人生。你學到的這些知識，未來的人生都會跟著你走，它們將成為你人生旅途中打怪闖關的技能和武器。而且父母給你零用錢，供應你的花費，還出錢讓你去進修補習，這麼好的事，你是不是該請吃消夜咧？

3 當你未來工作發現專業能力不足時，你一定會後悔當年上課為什麼要睡覺，甚至咒罵蹺課的自己。至於如何兼顧課業、事業、愛情與娛樂呢？活在當下吧！上課時專心、工作時專注、玩樂時放鬆。不要上課時想睡，工昨時想玩，玩樂時又想起一堆正事沒做，這樣你永遠只是半調子，還談什麼快樂呀？

為什麼要讀書？

4 這幾年出現一種奇怪的論調叫「讀書無用論」。網路上會看到這樣一組照片，第一張是比爾蓋茲（休學），第二張羅傑斯（休學），第三張，穿著便利超商的制服當店員（大學畢業）。

5 其實我滿討厭這種論調的。很多年前我在上前三志願班的時候，有個學生來找我：「老師我最近在看比爾蓋茲傳耶，我想學比爾蓋茲。」我問他：「你知道他創建哪家公司嗎？」「我知道，微軟。」「比爾蓋茲念哪一所學校？」「我知道是哈佛，但是他休學了，所以我覺得有能力的人不一定要大學畢業！」「那你知道比爾蓋茲的第一張訂單是誰給他的嗎？」「ㄟ……」「是 IBM。你知道 IBM 為什麼給他訂單嗎？」「ㄟ……」「因為比爾蓋茲他媽媽是 IBM 董事。」

6 過了兩個星期，他又來跟我說：「老師我在看巴菲特傳。」「你知道巴菲特第一次進證交所幾歲嗎？」「我知道，十二歲。」「那你知道他第一次進證交所的時候是誰接待他？」「ㄟ……」「是證交所的董事長。」「那你知道證交所的董事長為什麼要接待他嗎？」「ㄟ……」「因為他爸爸是美國參議員。你還想學他們休學嗎？」

7 有學生會問我為什麼要讀書？我會說，人世間沒有什麼是你的全部，只有你自己是自己的全部。所以讀書的確不是人生唯一的一條路。但是你能不能告訴我，如果不讀書，你想幹什麼？如果，你也不知道要幹什麼，那要不要先把書給讀好啊？不管你喜不喜歡、願不願意、相不相信，我都認為讀書是件好事，不管是體制內的（升學），還是體制外的（閒書），都是如此。你覺得讀書沒有用，是因為你把書給讀死了。當你在讀書的時候，不是讀這本書在跟你講什麼，而是要讀它的作者在想什麼！

8 你一定看過哆啦 A 夢（沒有的話應該是外星人）。哆啦 A 夢在寫什麼？白癡廢物加低能的小朋友，養了一隻奇怪的貓，打造頭跟身體一比一的完美身材，你小時候看哆啦 A 夢一定覺得可愛有趣。可是當你長大後讀大學、研究所修到馬克思資本論，或是出社會經歷了磨練，你會發現，哆啦 A 夢的作者藤子不二雄先生是個社會主義者，哆啦 A 夢從頭到尾在講述一個社會主義的實踐。誰象徵受壓迫的中下階層？大雄。誰象徵對中下階層同情者？靜香。誰象徵地痞暴力階級？胖虎。誰象徵富豪階級？小夫。誰象徵知識分子階級？小杉。誰出來解決所有的事情？哆啦 A 夢。

9 哆啦 A 夢的角色分配很明顯，在講進化為社會主義的過程中所遇到的事件。但是我覺得最好的一點，就是大部分搞砸事情的都是自認受壓迫的階層，也就是大雄。當然，或許藤子不二雄先生並不是這麼想的，但這就是我讀書的心得。所以我不會覺得讀資本論要幹嘛？因為它讓我讀書讀活了。

10 記得我讀研究所的時候，系上開的書單都看不懂，怎麼辦？我求助了楊維真老師，老師告訴我：「量變帶動質變，當你讀的量夠多的時候，你對書的見解跟看法就會改變，你看不懂，其實是因為你看的不夠多。」我後來才發現，原來這就是朱熹所強調的治學方法「格物致知」。

11 所以我常叫學生看書，學生說看不懂、看不下去，那就表示量是不夠的。不要怕挑戰大部頭的書，把它整本看完會很有成就感，這對現在的孩子來說有點難，但我覺得有些事是要不要做而已。所有事情都要紮紮實實地來，速成沒有好東西！

12 當你看到職棒游擊手在球打過來時飛撲過去接球，滾兩圈站起來後快傳一壘，你以為他是特別去練這個動作嗎？不是，那是無數基本功的累積。正所謂，練拳不練功，到老一場空！你有時間打電動、上網跟不認識的人聊天，怎麼不花一點時間看看書，投資一下自己呢？

13 讀書其實是一件容易的事，至少大部分的成敗掌握在自己手上。出了社會之後你會發現，你已經很努力了，但是天時地利人和都沒有站在你這邊。反觀讀書，付出多少努力就有多少回報，CP 值真的很高啊。

我思，故我在

1. 【摘要】請你試著將文章 13 個段落摘要重點(寫在各段落前面)，並將段落分類、合併濃縮成 3~4 大段落，用簡短的話來統整出各大段落的重點。

範例： 第 1~3 段	對學習的正確態度。轉念看待上課、活在每一個當下。
第 段	
第 段	
第 段	

2. 【想一想】(1)作者在第四段提到「讀書無用論」，請問他用了哪兩個名人來論述？舉這兩個人的例子是想說明些什麼？

(2)請你從文中第七段中找出作者認為「要讀書」的理由。

3. (1)作者認為看不懂書的原因何在？該怎麼做？請從文中第 10~11 段中找答案。

(2)作者認為「所有事情都要紮紮實實地來，速成沒有好東西」，你是否認同這句話？為什麼？

4.看完本文作者對於讀書的一些想法後，請你稍微沉澱一下，反思自己對於讀書的態度與想法，請你以「我認為讀書是~~~~~」為開頭，寫下你自己的觀點(約 150 字以上)。

(可以針對作者的想法作延伸、進一步論述贊同或反對的理由；也可以反觀從過去到現在，自己讀書的動機與盲點來分享)

我認為讀書是_____

家長
的話

閱讀日期： 年 月 日



圖片下載自 <http://www.01hn.com/meitudaquan/d3frs3uiwzpnj2k2242.html>

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

天才棒球手大谷翔平是怎麼練成的？

文/林欣靜

①「怪物」、「外星人」、「二刀流少年」、「貝比魯斯二世」……這些滿溢著驚奇讚嘆的綽號，統統指向同一個人——那是甫在 2018 年美國大聯盟球季初登板，卻已創下多項驚人紀錄的洛杉磯天使隊日籍投手大谷翔平。

②不管你平常看不看棒球，在 2018 年的球季，你一定會無可避免的經常聽到「大谷翔平」這個名字。為什麼大谷翔平能在一夕之間「洗版」呢？原因很簡單，大谷翔平是繼近百年前大聯盟史上最知名的球星——貝比·魯斯 (Babe Ruth) 之後，首見投打俱優的「二刀流」，更在初登板的幾天內，創下許多球員終其一生不可得的記錄。

③首先，剛踏上大聯盟戰場時，連續 3 場大谷翔平都轟出漂亮的全壘打。而站到投手丘時，他又會搖身一變成為操控「惡魔指叉球」的王牌投手，不但在初登板的前兩場賽事中就三振 18 名打者，漂亮拿下勝投；第 3 場擔任先發的比賽中，更演出 6.1 局「完全比賽」和「無安打比賽」。

● 養成心法一：家學淵源的啟蒙



(照片載自 <http://t.cn/RdOR8oe>)

④大谷翔平的「二刀流」，究竟是如何養成？這得從他的家庭開始說起。大谷翔平的父母——大谷徹和大谷加代子，分別曾是日本社會人球隊的外野手與羽球選手。也因此，大谷翔平先天就有優於一般人的運動基因。

⑤身為家中老么的大谷翔平，從小就是個活潑、意志力堅定的孩子。小學二年級，他參加地方上的硬式棒球隊，從此開啟對棒球的興趣。升上國中時，大谷對棒球的熱愛更是與日俱增，更加入了鄰近城鎮的「一關少棒隊」。父親大谷徹則順理成章成為一關少棒隊的監督。他特別重視投打姿勢的正確性——每當翔平擔任投手，他一定要求兒子務必將「手指頭確實握在球的縫線上來投球」；而擔任打擊手時，則必須掌握球棒中心來擊球，同時也要學會左右開弓的技巧。

⑥另外，大谷徹總是不斷提醒兒子：就算比賽結果不盡人意，也絕對不能拿球員來出氣，因為這種舉動只會影響團隊的士氣，對自我實力的提升毫無助益。

● 養成心法二：九宮格目標達成法

⑦在父親的嚴格訓練下，2010 年，大谷翔平如願進入棒球強校花卷東高校。當時日本的王牌左投——菊池雄星，就是大谷翔平矢志追隨的偶像。曾創下「日本最快球速 163 公里」的菊池雄星，同樣畢業於花卷東高校。他在高中時就曾被球探評為「可在大聯盟登板的投手」。在 2009 年選秀會上，更一連獲得日本職棒 6 球團同時指名。

⑧不過，志氣更遠大的大谷翔平，顯然不以菊池的成就為滿足，他早在高一時，就雄心萬丈的訂下了「超越菊池的八球團指名」目標。一個 16 歲的少年，該怎麼實現這個看似天方夜潭的夢想呢？這時就不得不提大谷翔平以「九宮格」為基底寫下的「目標達成表」(如下)。

⑨此表中央列著他高中畢業前的終極目標——成為「八球團的第一指名」。環繞這個終極目標的角落，則是鍛鍊體格、控球、球勁、球速、變化球、運氣、人品、心理等八個次目標，涵蓋了頂尖球員必須具備的球技與人格特質。例如他為了在球場中展現健全的心理素質，要求自己「設定明確目標」、「體諒夥伴」，且要有「冷靜的腦和炙熱的心」，還要「對勝利執著」。在「運氣」這項，他的練習項目則是「珍惜球員」、「撿垃圾」、「對裁判的態度」及「讀書」，其中「珍惜球員」這項，顯然是受到父親從小要求的影響；要求自己必須要「讀書」，更是運動選手中少見的自我要求。

身體保養	攝取營養 保健品	頸前深蹲 90kg	改善內踏 步	軀幹強化	穩住身體 重心	角度控制	提高球的 轉數	放球點往 前
柔軟度	A. 鍛鍊體格	傳統深蹲 130kg	穩住放球 點	B.控球	消除不安	不過度使 力	C.球勁	下半身主 導投球
體力	身體可動 範圍	吃飯(早 3 碗/晚 7 碗)	強化下盤	用全身而非 手臂打擊	控制心理 狀態	加強手腕 力量	由上往下 擊球	身體可動 範圍
設定明確 目標	保持平常 心	頭腦冷靜 炙熱的心	A. 鍛鍊體格	B.控球	C.球質	用身體軸 心旋轉	強化下盤	增加體重
危機應變 能力	D. 心理層面	不受時勢 影響	D. 心理層面	8 個球隊 第一首選	E.球速 160km/h	軀幹強化	E.球速 160km/h	強化肩膀 周圍肌肉
體諒夥伴	對勝利的 執著	不掀起紛 爭	F.人品	G.運氣	H.變化球	身體可動 範圍	長傳接球 練習	增加球路
感性	為人所愛	有計畫性	打招呼	撿垃圾	打掃房間	增加拿到 好球數的 球種	完成指叉 球	保持與直 球相同姿 勢
為人著想	F.人格	感謝	珍惜球具	G.運氣	對裁判的 態度	從好球區 到壞球區 的控球	H.變化球	緩慢有落 差的曲球
禮貌	為人所信 任	毅力	正面思考	受人支持	讀書	滑球的球 勁	對左打者 的決勝球	想像球的 行進深度

● 養成心法三：火腿鬥士隊傳說中的「大谷翔平育成方針」

10 後來，大谷翔平果然在高中時就投出比美學長菊池雄星的球速。不過，相較於菊池後來選擇留在日本發展，大谷卻一心嚮往著大聯盟。然而在選秀會上，他仍然成為北海道日本火腿鬥士隊的第一指名。

11 火腿鬥士隊最後到底如何說服他呢？關鍵就在他們提出了一份多達 30 頁的「大谷翔平育成方針」，這份文件不但大量蒐集了與大谷同世代選手的資料，讓他很明確看到：「目前在大聯盟成績較穩定的日籍選手，全數都是在日本打過職棒的」，以及「高中畢業就赴美發展兩名韓國強投，最後都在 1A 階段就打包回國」的事實。另外更提供他可以當極少見的「投打二刀」的選項，還讓他繼承已赴美發展的王牌投手達比修有的「11」背號。此舉果然成功打中大谷非常想成為「第一」的夙願，最後他終於點頭加盟。



(照片載自 <http://t.cn/RdOR8oe>)

12 在火腿鬥士隊的栽培下，大谷逐漸成為可以同時兼顧固定先發投球與常態性打擊的「二刀流」。2016 年，大谷投出了時速 165 公里的日本職棒最快球速紀錄、拿下超水準的 10 場勝投；打擊也再度進化，打出生涯新高單季 22 支全壘打，也幫助火腿隊贏得太平洋聯盟優勝與日本大賽冠軍。

如今的大谷，除了天賦外，他的堅強意志、從不懈怠的努力，還有背後的父母、教練、球團的訓練栽培，才是造就這個非凡球星的關鍵吧！

(摘自親子天下出版《晨讀 10 分鐘：運動故事集》)

我思，故我在~

1.【找一找】(1)本文中提到的成就天才棒球手大谷翔平的三個養成心法可簡單歸納為哪三個層面呢？

	層面
家學淵源的啟蒙	
九宮格目標達成法	
火腿鬥士隊「大谷翔平育成方針」	

(2)大谷翔平的父母親如何在他的棒球路上啟蒙&幫助？(請用條列式)

2.【找一找】(1)「大谷翔平育成方針」這份文件是怎麼吸引、說服大谷翔平加盟火腿鬥士隊？(請用條列式)

(2)有很多因素形塑大谷翔平的成功，請你根據文章內容來找證據(請在文章中畫線)、分析，寫下大谷翔平具備的 3 樣特質，並填入下表。

段落	證據	特質
第 段		
第 段		
第 段		

2.【說說看】大谷翔平自訂的九宮格訓練目標中兼具球技和人格特質，哪幾種是你看完覺得印象深刻的？為什麼？(請列出 1~3 項，用字母標示出)

項目	印象深刻的理由
例：G-撿垃圾	一個明星球員還能如此注重小細節，而且是一般人不會特別願意去做的，覺得很不簡單

3.身為國中生的你/妳，是否也在知道自身基礎下，為自己設立一個短期目標，並用九宮格來作規劃，試想可以如何參與和帶出實質的行動，讓自己有機會成為更好的人。(不管是外在或內在、有形或無形、自己課業、性格上、人際關係、行為上、身材上...等等方面的目標都可以)

	短期目標：	

家長的話

閱讀日期： 年 月 日

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

※107 親子共讀文章(六)※

牛背上的呀喝

文/李潼

有個童伴(註1)的親戚住在壽豐鄉間，七月暑假，他家的西瓜正在大量採收，特地邀請我們去作客。他親戚開出來的作客活動，相當誘人：住農舍或西瓜田的工寮，任君選擇；一天供應五餐，連續七天；半天幫忙抱西瓜，半天游泳或釣魚；牛車或黃牛，任意坐騎；作客結束，每人奉送兩粒西瓜到家。

我們不認為這和「剝削童工」有什麼關係。大夥兒去體驗一種新的生活，寓工作於娛樂，何況還可以騎牛！這些度假活動樣樣新鮮，而最讓我心動的畫面是：我戴了一頂雙頭翹的草帽，騎在一頭健壯高大的黃牛背上，甩動童軍繩，一路呀喝叫，嘹亮的吶喊，響徹原野，所有人以景仰的眼神對我行注目禮。我呢，風馳電掣(註2)幾千里直到黃牛氣喘不住，眼見牠要討饒休息了，才驅駕而回，再度接受夥伴們的歡呼，就像美國西部電影那些策馬馳騁的牛仔一樣，風光哪！

抵達西瓜度假鄉村的當天下午，慷慨的主人隨即答應實現我的美夢。他派遣了他兩個騎術精湛的小兒子，和我們那一夥神色十分曖昧的夥伴(又愛又怕的德行)，一齊護送我坐上牛背。

我依照計畫，頭戴草帽、手持童軍繩替代的皮鞭，才坐上牛背，忽然發覺這高度好像不對，牛毛怎麼這樣扎人！扎著兩腿內側，還扎得屁股坐不穩，幸好我處變不驚，靈機一動，問：「怎麼沒有馬鞍呢？」

主人的小兒子向我解釋，我騎的是黃牛，不是馬，騎牛是不加鞍的。

「那應該有韁繩呀！」

他們又解釋一些道理，說是駛牛車，才用牛鼻索，騎牛散步，沒人這麼用的。我愈想愈不妥當，這不跟騎馬一樣嗎？而那些騎野馬的，哪個不摔得難看！我騎牛難下，很努力地想著，要如何在安全下牛和不負觀眾期望中，找到兩全其美的說詞。

正在喘氣思索，黃牛居然全自動地開步走，而且四蹄有力，噠噠巨響，我聽見自己的慘叫和童伴們追隨歡呼，河山變色(註3)之際，似乎還從半空看見自己趴在牛背上，讓受到鼓噪而奮勇向前的黃牛，直向未知的遠方。看來，牠是一頭存心要我告饒哀求，才做停步考慮的風光黃牛。

那頭黃牛是怎麼停下的，我是怎麼下來的？至今仍是一個謎(誰會無聊的去探索惡夢呢?)，只記得我被眾人扶持下牛後，有人可恨的問我：「怎麼樣？感覺怎麼樣？」我強作鎮定，回說：「還好。」只說了半句，其實全句是：「還好沒摔死！」

多少世事看來都容易，而一旦身歷其境，親身去體驗，才發覺其中各有竅門，說是各有學問，也不是誇張之詞，雖然看來只是輕輕鬆鬆的騎牛兜風，也是這樣。

【閱讀小幫手】

註1：童伴，此指童年的玩伴。

註2：風馳電掣，比喻快速。掣，音彳ㄗˋ。

註3：河山變色，原指國家面臨敗亡，此指美好的想像幻滅。

我思，故我在...

1.【找一找、想一想】

(1)為何作者在代價只有獲得兩粒西瓜的情況下還願意去他童伴親戚家作客，其原因為何？

(2)作者騎牛時，童伴們追隨歡呼，他卻覺得河山變色、發出慘叫，其原因為何？

3.請你根據本文所描述的故事(事件)來創作四格漫畫。(試著找出文章中的起、承、轉、合)

1.

2.

3.

4.

2.作者經歷騎牛事件後，說：「多少世事看來都容易，而一旦身歷其境，親身去體驗，才發覺其中各有竅門」。

(1)為何作者有這樣的體悟？經歷前與經歷後，他的心情有什麼樣的轉變？

(2)你是否與作者也有過類似的經驗？請想想自己生命中的經歷，有什麼事情讓你在經歷的前後有很大的體會和轉變，並請試著寫下你的分享。

家長的話

閱讀日期： 年 月 日

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

移工血汗：誰是逃跑外勞？

文/黃馨儀

2012 年《四方報》出版了一本集結「逃跑外勞」投稿的書信集《逃：我們的寶島，他們的牢》。台灣人一向以人情味、親切自豪。但這本薄薄的書，卻讓人無法一口氣讀完，甚至感到羞愧，每看一篇投書就像是聽著傷痕累累的外籍移工親口訴說那些難以想像發生在台灣的事情——鞭打、虐待、冷言冷語，而這些卻都是真實的發生在你我周遭的故事。

誰是「逃跑外勞」？

1 好不容易合法來到台灣工作，為什麼要逃跑？要從輸入勞力的制度談起，以最近可能即將解除輸入限制的越南家庭勞工為例，在越南欲來台灣工作，循合法途徑，必須透過在越南持照的仲介公司媒合，先付一筆仲介費（約 6000-7000 美元，折合台幣 20-22 萬左右）才可以來台工作，這可能是他們抵台後一年的收入總計，而當時來台一次約簽兩年，等於必須先做一年白工才能開始賺錢。許多人甚至因為付不出這筆錢而貸款，抱著先來了再一點一滴還清貸款的希望簽約。

2 不料來到台灣之後，發現當初談的工作職務可能是家庭照護，卻還要負起打掃、洗碗、洗衣服、買菜等不在工作範圍內的雇主家務。更甚者，可能被查扣護照、薪資帳本、以不合理理由扣薪等等。債務壓力、薪資不如預期、又無法自由轉換雇主之下，一些移工選擇逃跑以轉換工作，打黑工以求償還債務並且存到一些錢。

3 逃跑之後的命運一樣坎坷，除了必須躲避警察查緝之外，更可能因此被迫流落至更壓榨的工作環境，譬如在沒有任何職災保險的狀況下從事粗工，居無定所，因而暴露在更大的風險之中。2005 年，台灣政府就因越南籍家庭看護工逃跑率居高不下，最後凍結越南看護工來台。

4 然而事情出現轉變。去年，佔台灣家庭外籍看護比例高達四成的印尼，自去年底便研議停止輸出女性勞工至他國，一方面是國內勞力需求，但更多的理由是「保護尊嚴」，印尼總統 Joko Widodo 在二月份的演講中提及：「我們應該保有自尊」，並已指示印尼勞動部規劃未來停止輸出女傭至亞洲其他較富裕國家的方案。

5 今年臺灣政府為了因應此一可能的勞力短缺衝擊，考慮解凍越南看護工，加上越南政府提出一套「防逃」政策——高額罰鍰，逃跑者若被警察查獲，遣送回越南後將要面對一筆約台幣 12-15 萬左右的鉅額罰鍰，等於是用高額罰鍰逼迫移工們留在原崗位咬牙撐住。而那些最根本的問題：高額仲介費、不合理的工作內容、薪資休假毫無保障、無法自由轉換雇主等問題卻沒有解決。歸結到底，「逃跑外勞」是結構性問題，是人與制度交互運作下的一種選擇，而制度困境加上種族優越感、歧視等壓力更惡化外籍看護處境。

勞？牢？當你看到的是人 不再只是數字

6 如果一份徵人啟事寫著「徵：24 小時家庭看護，月薪一萬五，包吃住，需按雇主需求額外處理交辦家務，無週休。」看似荒謬，在外籍看護工身上卻是平凡的景況。潛意識裡，外籍看護工就是被期待著要負擔種種無理的要求。

7 移民工的問題必須等到哪一天，這些人不再被視為只是帳本上啃食利潤的數字、不再只是不斷竄升該被罰鍰壓制的逃跑率、不再是 24 小時隨傳隨到的僕人；當我們懂得體會這些為了照護家人付出勞力的價值、家務勞動的價值、作為人的價值；在口口聲聲提倡國際觀的當口，不再視這些同樣來自國外的移民工為無物；當你開始對這些穿梭在我們日常生活的異鄉客感到好奇，願意傾聽他們的故事、對他們的家鄉文化感到興趣、對施壓在這群人身上無聲的枷鎖感到不平時，或許就是轉機的開始。

(摘自 <https://aseanplusjournal.com/2015/05/01/161/>)

學生的話

1.【找一找】請從文章第 1~5 段中找出答案。

(1)好不容易合法來到台灣工作的外籍勞工，為什麼要逃跑？(請用條列式)

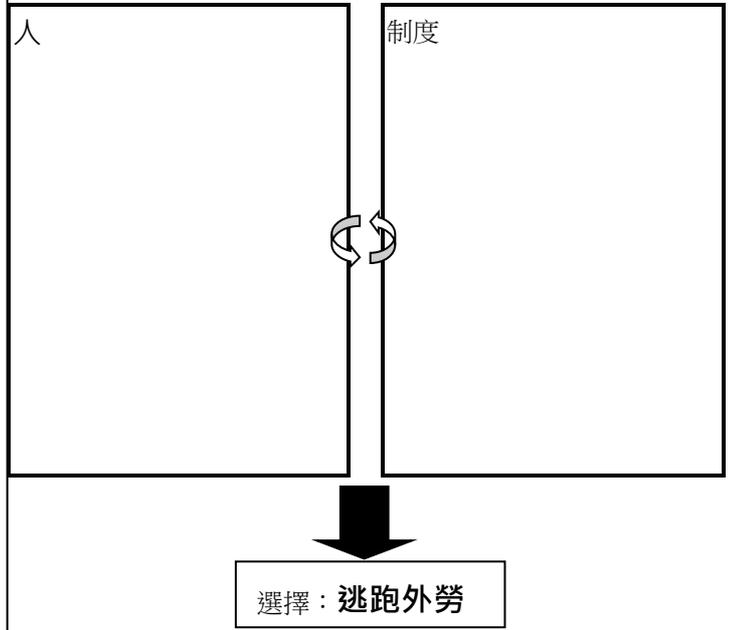
(2)承上題，逃跑後的外勞面臨什麼樣的風險？

(3)印尼總統為何規劃未來停止輸出女傭至亞洲工作？

(4)承上題，印尼政府這樣的政策造成台灣政府什麼樣的衝擊和因應動作？

2.【想一想】作者認為「逃跑外勞」是結構性問題，是人與制度交互運作下的一種選擇。

請問作者提到這樣結構性問題中的「人」、「制度」分別具體指的是什麼？(請從第 5 段中找答案，填入下表)



3.【反思】勞？牢？當你看到的是人 不再只是數字

(1)請你根據本文想傳遞的重點，試著幫文中這個小標題歸納出結論。

勞？牢？當你看到的是人，不再只是數字時，_____。

(2)原本的你是怎麼看待外籍移工呢？讀完本文後，是否又有不同的眼光或觀點呢？請你寫下自己的想法。

閱讀日期： 年 月 日

家長的話

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

※107 親子共讀文章(八)※

拯救生命的圖表 — 南丁格爾玫瑰圖

長得很像圓餅圖，但概念更接近直方圖——這樣的極區圖又被稱做「南丁格爾玫瑰圖」，他與南丁格爾有什麼關係呢？今天的《圖表 101》就來為大家介紹這個曾被譽為世界上三個最偉大圖表之一的南丁格爾玫瑰圖，是怎麼被設計出來的。

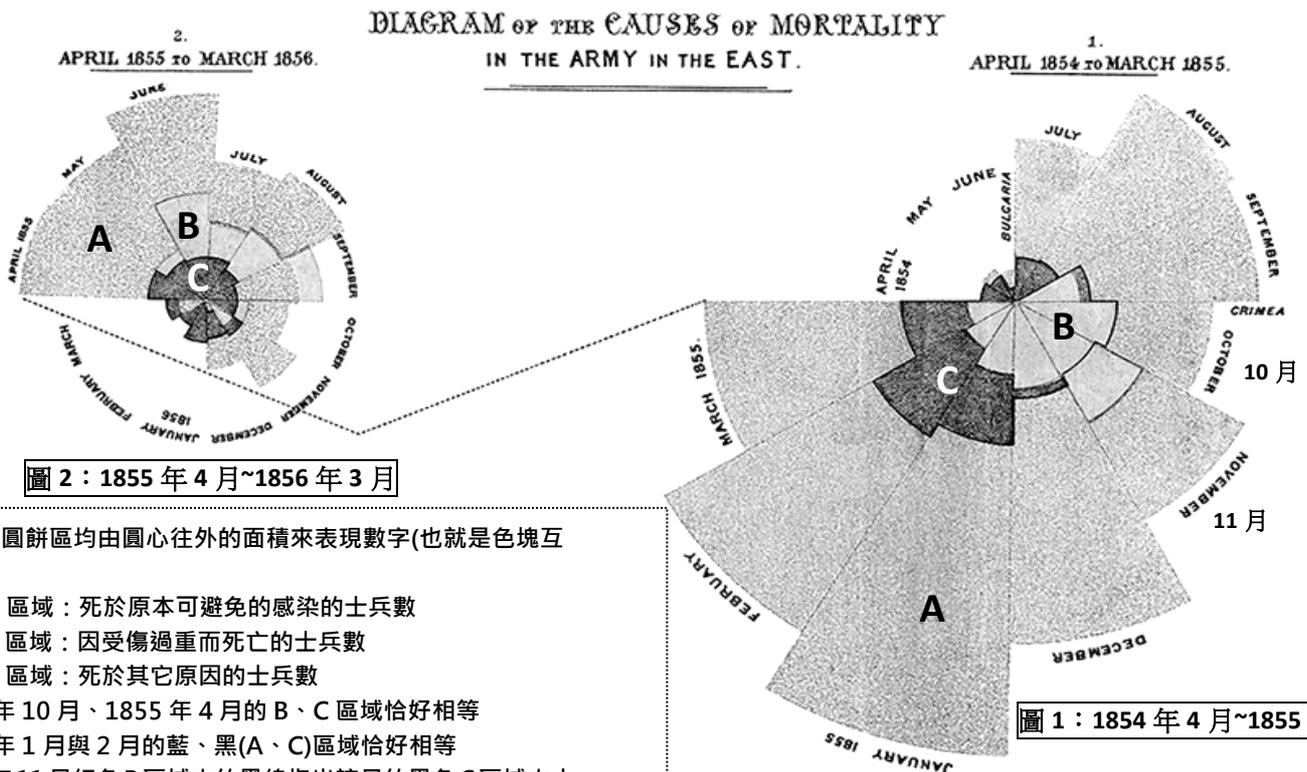
「極座標餅圖」、「南丁格爾玫瑰圖」、「Wind Rose Chart」、「Nightingale's Coxcomb」、「Circular Histogram」——做為一種與圓餅圖極相似的統計圖表，極區圖 (Polar Chart) 有著許多的別稱。其中，大家最有印象的應該就是「提燈的天使」南丁格爾這個名字。1820 年出生於義大利的英國人弗羅倫斯·南丁格爾畢生致力於推動護理制度的發展與改革，因此被人們視做護士的精神代名詞，甚至連國際護士理事會也為了紀念南丁格爾所付出的貢獻而以其生日訂為國際護士節。

然而，一般人比較不知道的，南丁格爾除了是位護士，其實也是一位統計學家，也是英國皇家統計學會的第一位女性會員。在某一網站中保留了許多南丁格爾的原始著作與書信，從其著作中我們可以看到，南丁格爾除了對護理制度的改革貢獻了極大的心力以外，對社會改革、女權運動與統計等領域也都相當有貢獻，而她在統計學界最著名的貢獻，便是今天的主题——「南丁格爾玫瑰圖」。

適逢 1854 年的克里米亞戰爭，南丁格爾與其它 38 位女性志願者的身份來到英軍位於俄國克里米亞半島的野戰醫院；當時的野戰醫院衛生條件極差，甚至連乾淨的水源與廁所都沒有，讓 1854 年冬天的傷士死亡率高達 23%，直到 1855 年 John Sutherland 博士等土木、水利工程專家所帶領的衛生委員會來到醫院改善整體的衛生環境後，才將死亡率戲劇性的降至 2.5%。當時的南丁格爾注意到這件事，並認為政府應該要改善戰地醫院的品質來拯救更多年輕的生命。從她於 1857 年所寫的一封信中我們看出他對政府所表現的不滿：

「我們的政府什麼事都沒做，也因為如此，在這樣的情況下，我們實在無法再去預防另一個軍隊遭遇之前被摧殘的慘況。我們每一個人都知道，如果戰爭明天就爆發，1854 年的整個情景會再重現。」

戰後，南丁格爾寫了一本堪稱其一生最長著作、厚近 900 頁的報告書，指出衛生條件等原因造成了戰地醫院的高死亡率，並使用了極區圖來說明這件事情，下圖即為當時所使用的圖表：



這張圖中，左右兩塊圖表各包含了一年份 12 個月的資料，右圖為 1854 年 4 月~1855 年 3 月，左圖則為 1855 年 4 月至 1856 年 3 月。南丁格爾刻意以 1855 年 4 月做為分界，將 24 個月的資料切分為左右兩張圖再用黑色線條連結，是因為這大約便是衛生委員會來改善環境時的日期，也因此我們可以比較兩個年度的死亡人數與其原因的概略比例。

這樣的圖表將複雜的統計資料以容易閱讀的形式遞到了不善於閱讀統計資料的國會議員面前，也影響了許多國家的護理與衛生狀況。這正是資料視覺化所希望做到的一降低資訊解讀的門檻、提升訊息傳播的效率。

此後，南丁格爾在印度花了四十年的時間，持續關心與改善從英軍到印度人民的公共衛生、健康與饑荒的狀況。南丁格爾玫瑰圖比起南丁格爾一生所做的奉獻的一切來說，真的是微不足道，但我們仍從圖表中看到了她的故事。這個圖表以現代的眼光來看，也許不是那麼美觀、有效，然而他卻成功的傳達了作者想要訴說的故事，在充斥著圖表糟粕的現代，我們應該要好好思考，什麼樣才算是好的圖表。

我思，故我在

~本文摘自 <http://blog.infographics.tw/2016/02/nightingale-rose-chart/>

1.【找一找】(1)請你從文章中找出南丁格爾的貢獻有哪些？

(2)請看圖回答問題。

(1)圖中將圓心角分為_____等份，每塊扇形代表著各個月份中的_____，面積越大代表_____。

(2)從右圖中看到，在_____月份後(含該月份)，士兵傷亡人數大增。

2.(1)南丁格爾為何以 1855 年 4 月做為分界，切分為左右兩張圖？

(2)南丁格爾使用了極區圖試圖說明什麼事？

(3)這份圖表發揮出什麼樣「具體」的影響力？

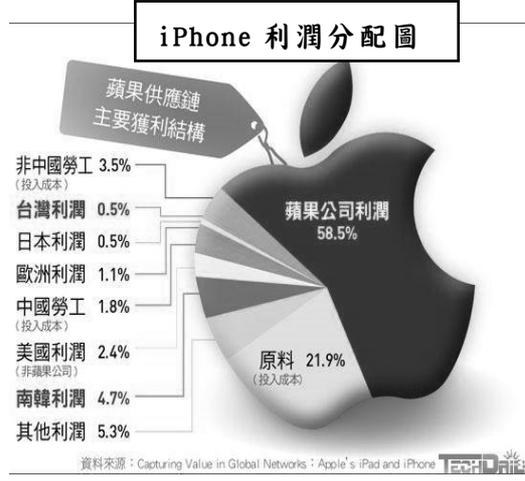
3.製作圖表的目的不外乎要傳達一些事情或現象。請你練習閱讀一下圖表，試著從下面的圖表讀出至少 2 種訊息(現象)，並試著提出 2 個問題。

訊息 1：

訊息 2：

提問 1：

提問 2：



家長的話

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

人正真好，顏值到底多重要？

文/呂秋遠

Q：人正真好，顏值到底多重要？

律師大嬸，我常常看你的臉書發文，有空的時候也會聽廣播，這樣應該可以算是你的小粉絲吧！我最近在學校遇到一個很困擾的問題，就是我們班有一個很正的女生，很多男生都喜歡她，她也靠著長相接受男生對她的好，不管喜不喜歡都不拒絕。

雖然這個涉及私德而且很主觀，但是要像我這樣為了愛情汲汲營營的普妹情何以堪，難道男生看到正妹就分辨不出來個性好不好？顏值很重要，但是究竟要一直重要到什麼時候啊？啊！對了，我只是一個小小高一學生而已，問的問題沒什麼深度也很不成熟，謝謝你百忙之中抽空回覆我。

A：越來越好的心，沒有人可以取代

親愛的孩子，先講結論，容我殘忍的告訴你，顏值很重要，而且會重要到你一百二十歲為止。至於一百二十歲以後，為什麼不重要，是因為對你而言，那時候你只希望快點死，而不是高顏值。

你問的問題很有深度，而且很多成年人也對於這個問題很困擾，不然為什麼這麼多成年人會沉迷在整型、化妝與易容術？難道是他們不成熟嗎？當然不是，是因為他們知道，這世界上，大部分的人都加入了外貌協會，就像是「許多」（不是全部）男人很專一，從二十歲到八十歲，他們愛的人，都是二十歲。

不過，就這麼解決你的疑惑，總覺得有點空虛，所以我決定跟你多聊一些。是自己的人生。

我在高中的時候，大概也是普弟，跟你一樣對愛情汲汲營營，不過，跟你一樣，高中時也沒有什麼女生喜歡我。

說真的，你不要太傷心，高中生的交往對象，成為終身伴侶的機會，大概低於百分之十，而且到了我這個年紀的時候，你可能都還早已忘記當時交往對象的名字是誰，即使當時覺得是驚天動地的舞台劇，最後你也會覺得，不過就是內心裡的一齣小劇場而已。

然而，我不是勸你不要談戀愛，戀愛這種事，從小就要練習，不然長大以後，怎麼面對這麼險惡的人生？你現在談戀愛，不會有小孩監護權、不會有剩餘財產分配、不會有買房子登記誰名下的問題，這麼好的機會不練習，難道等著以後越級打怪嗎？

有機會，就多談點戀愛，縱然你以後會忘記那個人叫什麼名字，但是你一定會記得當年為了他跟爸媽鬧翻的往事，還有那種酸酸甜甜的痛苦。

我知道，你的問題在於外貌，讓我來告訴你一個故事。

漢武帝劉徹時代，有個音樂家叫做李延年。有天他寫了首歌獻給皇上，歌詞是這樣的，「北方有佳人，絕世而獨立，一顧傾人城，再顧傾人國。寧不知傾城與傾國，佳人難再得。」

漢武帝這個豬哥亮，聽到有這種正妹，感動不已。平陽公主立刻稟報大哥，這個人就是李延年的妹妹。漢武帝當然要求李延年介紹認識，認識以後，就是他的人了，也就是李夫人。

不過，李夫人好日子沒過多久，就不幸生重病。漢武帝非常關心正妹的死活，於是前去探望。但是李夫人堅決把漢武帝擋在門外，漢武帝多次哀求，都不得其門而入，只好悻悻然而去。

李夫人的姊妹都責怪她，認為她不識抬舉。李夫人淡淡的這麼說，「夫以色列事人者，色衰而愛弛，愛弛則恩絕。上所以拳拳顧念我者，乃以平生容貌也。今見我毀壞，顏色非故，必畏惡吐棄我。」意思大概是說，如果一個人靠外貌過活，不正以後，粉絲的愛就會衰退，衰退以後，就會不再照顧我。皇上之所以這麼愛我，就是因為我長得正。當他看到我現在這個樣子，他肯定會半夜作惡夢，怎麼可能還會照顧我的家人？

在李夫人死後，漢武帝果然很難過，不僅以皇后的禮儀厚葬，還把她兩個兄弟都封官列侯。根據《漢書》的記載，漢武帝甚至還曾經為李夫人舉辦招魂大會，而她還真的現身，讓漢武帝為之落淚。

外貌確實很重要，而且大部分男生看到正妹，就會忘記自己今年幾歲，當然更不會在意她的個性好不好。但，人生最重要就是這個 but，你不要傷心，你是可以改變自己的外貌的。讓我告訴你一些有意思的觀察：

1. 出來混，終究是要還的，利用自己的優點欺騙別人，最後終將要還回去，而且是連本帶利。
2. 肆無忌憚的讓別人飛蛾撲火，最後經常會引火自焚，情殺或潑硫酸，大概就是這麼一回事。
3. 鼻翹沒有落魄的久，色衰而愛弛，愛弛則恩絕。
4. 要當正妹，其實投資的經費就好比一帶一路，看起來好看，做起來好貴。而且，還不一定有效果，特別是卸妝以後。
5. 也許有一天你棲上了枝頭，卻成為獵人的目標。你飛上了青天才發現，自己從此無依無靠。
6. 正妹最大的困擾，就是不知道自己應該跟誰在一起，但是普妹最大的好處，就是知道自己可以吸引哪一種人。
7. 你應該不喜歡那些只有看到外表的男孩，對不對？所以，正妹被那些人喜歡，你有什麼好難過的？
8. 你要堅持自己原本的外表與個性，不要為了誰而改變自己，因為假裝是一件很累的事情。相信我，這世上「至少」一定會有個人，非常愛你。
9. 曼菲士愛上凱羅爾（註 1），並不是因為她長得正，也不是因為她可以預知古埃及的命運，而是她不眠不休的照顧被眼鏡蛇咬傷的他。
10. 孩子，不用整型、不需化妝，你是可以靠著心來改變外貌的。所謂相由心生，大概就是這麼一回事。

註 1：出自少女漫畫作品《王家的紋章》

這句話一點都不是安慰你，因為出了社會以後，維繫愛情的因素，不會在於外貌，永遠都有比你正的女孩出現。但是，你越來越好的心，是沒有人可以取代的。

我思，故我在~

1.【找一找。想一想】

- (1) 作者在回應的文中提到漢武帝劉徹的故事，他與李夫人的感情是建立在甚麼上面？

- (2) 李夫人生重病時，為何堅決把漢武帝擋在外面，不讓他入門關心？

- (3) 漢武帝為何在李夫人死後以高規格厚葬她，並幫李夫人的兩兄弟封官列侯？說說你的想法。

2.【說說你的想法】(1)你贊同在青少年時間談戀愛嗎？為什麼？

- (2)你覺得維繫愛情的因素有哪些？
對你來說，哪一項是你最重視的？為什麼？

3.作者列出了自己的 10 點觀察，邀請親愛的你挑出你最有共鳴的 2 點，並細細琢磨，寫下你的體會、感想或對你的啟發與影響。

編號	共鳴的字句	你的理解、體會或感想

4.請你檢視一下處於青春期中的自己~

(1)你覺得顏值重要嗎？理由為何？

(2)承上題，請從你的生活經驗中觀察顏值這因素在社會中到底存有什麼樣的影響？

(3)你覺得自己顏值如何？你覺得顏值會影響你對待別人的方式或態度嗎？請試著舉一個自身的例子來說明。

(1)

(2)

(3)我覺得自己的顏值_____，是個_____ (型男/美女/普弟普妹...可自己寫)
 我覺得顏值_____ (會/不會/有一點)影響我對待別人的方式和態度。_____

_____ (舉自身例子說明)

家長的話

閱讀日期： 年 月 日



圖片下載自
<http://www.youyix.com/jianbihua/1062.html>
<http://3png.com/a-30942770.html>

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

新詩二首

〈愛情馬戲團〉

鯨向海

年輕就是
愛情的馬戲團
老鼠和南瓜一起排排坐
初戀的故事像是一粒灰塵轉眼不見為你表演
連西班牙蒼蠅都勇敢地為你跳火圈

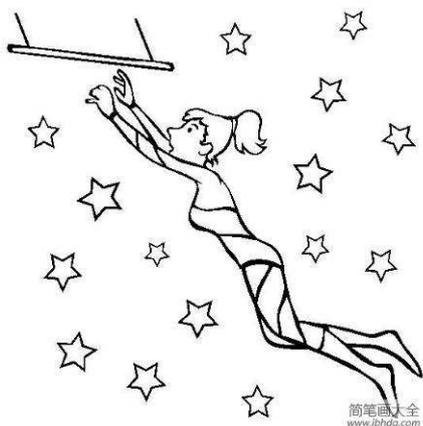
年輕就是
雙腳倒勾在吊環上的日子
每一個空中飛來的愛人哪
都嗯嗯啊啊好害羞很難接

年輕就是
一吹口哨你就穿著泳褲往下跳
拍拍手就把你從另一頂帽子拎出來

經常鞠躬問候人生百態各位觀眾

為了愛情
你又何嘗不願意

翻一輩子的跟斗



〈溫泉〉 ---致阿傑

羅葉

Ⓐ
來信說起山居生活
說起深夜之冷水坑少一個我
地名沁寒而有溫泉汨汨
如你孤傑身影下火熱的心
木屋外慢慢漆黑許是停電了
仰望中有半月印天
遠近的曠野兀自潑墨
芒草在幽暗中勾勒著風

Ⓑ
來信說起時間之謎
說起白天的衣衫夜的裸體
沒有燈的溫泉池引來更多人
陌生的交談加倍擁擠
兩支燭火點亮水面
氤氳中竟似獸眸
看穿角落陰暗處的你
浸泡於不必講話的幸福

Ⓒ
來信說起好久不見
說起無垠的夜空要與我分享
星光般的友誼不怕停電
你是我夢中的溫泉

- 兀自：音ㄨˋ\ㄇˋ，尚、還是。
- 氤氳：音ㄩㄣ ㄩㄣ 煙雲瀰漫的樣子。
- 眸：眼珠，眼睛裡的瞳仁。

我思，故我在

1.【找一找、想一想】在〈愛情馬戲團〉一詩中

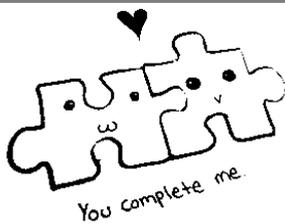
(1)運用了哪些修辭法？(至少寫出二種)

(2)詩中提到哪些特技表演？

(3)承上題，作者利用這些特技表演的意象來傳達愛情中的什麼呢？

(4)「為了愛情/你又何嘗不願意/翻一輩子的跟斗」這幾句詩句中，作者試圖想向讀者說些什麼？請寫下你對當中的理解。

(5)你覺得這首詩是以男生 OR 女生的視角為出發點來寫的呢？請說說你觀察的根據和理由。



2.【找一找、想一想】在〈溫泉〉一詩中...

(1)這首詩是在描寫人與人互動的哪一種情感關係？

(2)運用了哪些修辭法？寫下答案，並試著直接標示在詩中。

(3)A 段中提到漆黑、半月、曠野、芒草、幽暗，你覺得作者想傳達什麼？

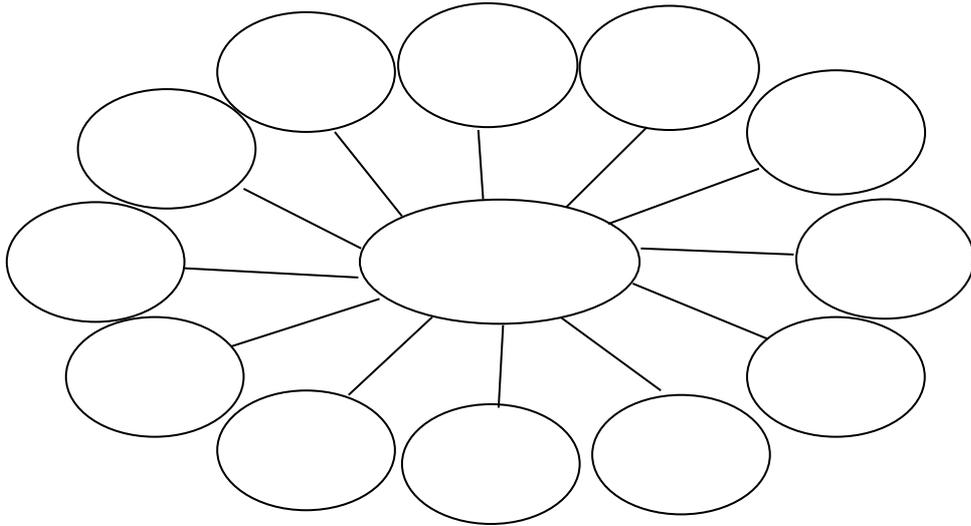
(4)B 段提到陌生的交談會有加倍擁擠的感覺，為什麼呢？但來信者卻能浸泡於不必說話的幸福，這是什麼原因？

(5)請試圖從 A、B、C 三段中的開頭中「來信說起~，說起~」找出此段的關鍵字詞，分別道出這段情誼中的什麼？

段	來信說起~	傳達出~
A	<ul style="list-style-type: none"> 山居生活 深夜之冷水坑少一個我 	
	關鍵字	
B	<ul style="list-style-type: none"> 時間之謎 白天的衣衫夜的裸體 	
	關鍵字	
C	<ul style="list-style-type: none"> 好久不見 無垠的夜空要與我分享 	
	關鍵字	

3.【新詩練習。仿作】人類的情感分為：親情、友情、愛情。身為國中生的你對於情感的體會是什麼？請試著按照步驟，練習寫出屬於你的新詩。

步驟一：請選擇一種情感作為主題，進行創意發想。(至少聯想出 10 種，若不夠可自行畫)



步驟二：請發揮你的創意，將上面的發想組合(可以 2 個或 3 個一組)，造一句長/短句子(可重複配對)。請至少造出 5 句。

發想元件	組合造句
(範例)「花」+「蝴蝶」	蝴蝶是花的翅膀，完成花兒飛翔的願望

步驟三：請從以上句子中做順序的排列，也可以自行再加其他句子。Congratulations!! 這樣便完成一首新詩囉!!

家長
的話

家長簽章：

導師簽章：

評分(0~3)：

延伸閱讀：

編號	書名	作者	出版社	主題備註
1	河馬教授說故事：大自然裡的生命教育	張文亮	親子天下	自然
2	當河馬想動的時候再去推牠：52 個科學家的趣味思考，改變了這世界!	張文亮	國語日報	科普
3	當先知以賽亞遇見火燄飛龍：以賽亞書中的動物與植物	張文亮	校園書房	自然
4	有誰聽到座頭鯨在唱歌	張文亮	字畝文化	自然
5	哥教的不是歷史，是人性	呂捷	圓神	
6	樂居台南：魚夫手繪鐵馬私地圖	魚夫	天下雜誌	
7	晨讀 10 分鐘：人物故事集	王文華/編著	親子天下	
8	晨讀 10 分鐘：運動故事集	黃哲斌	親子天下	
9	晨讀 10 分鐘：《青春無敵早點詩》	洛夫/ 席慕蓉/ 楊牧/ 林婉瑜/ 陳黎/ 等	親子天下	
10	神奇樹屋 51：南丁格爾的夢想	瑪麗·波·奧斯本	小天下	
11	南丁格爾與近代護理	張文亮	校園書房	
12	李潼少年小說創作坊	李潼	九歌	
13	油條報紙·文字夢	李潼	國語日報	
14	第一顆青春痘	李潼	國語日報	
15	孩子，我聽你說：為什麼孩子寧願問陌生人問題?呂律師深談那些青少年不願說的真心話	呂秋遠	三采	
16	逃/我們的寶島，他們的牢	逃跑外勞/著、四方報	時報	社會議題
17	離/我們的買賣，她們的一生	外籍配偶、四方報	時報	社會議題
18	外婆家有事：台灣人必修的東南亞學分	張正	貓頭鷹	社會議題
19	跨國灰姑娘：當東南亞幫傭遇上台灣新富家庭	藍佩嘉	行人	社會議題