

# 道德

Morals  
月刊

No. 195

2024年3月號

2008年1月創刊

本月主題：夫婦和睦——夫妻相處要互敬互愛



財團法人張榮發基金會  
CHANG YUNG-FA FOUNDATION



## 封面故事

## 划船

自古以來人類運用船隻捕魚、運輸貨物，進而探索地理、發展科學技術。在英國倫敦的泰晤士河上，每年上演牛津大學與劍橋大學的賽艇對抗賽，至今已有兩百年的歷史。



划船是奧運會傳統比賽項目之一，由一名或多名選手坐在船上，背向船前進的方向，運用肌肉力量，透過槳和槳架的槓桿作用划水，使船前進。有人將划船稱為肺部體操，選手的肺活量可達7000毫升，為各體育項目之冠。

雙人以上划船除了考驗選手的耐力和毅力外，還需要協調隊友之間的呼吸及動作節奏，就像本月主題：夫婦和睦。夫婦相處必須同心協力、互相配合，遇到困難時同舟共濟，才能乘風破浪，攜手前進。



## 閃婚的真愛

很意外地知道，雙親的婚姻，竟是傳統的媒妁之言！

他們都來自純樸的務農人家，有著雷同的成長背景與相仿的年紀，因此在媒人的遊說下，兩人答應第一次見面。當時爸爸二十七歲，媽媽二十六歲，在民風保守的農村已經算是晚婚的年紀。

雙方約在一家餐廳相見，爸爸穿著整潔的襯衫，態度從容。媽媽一身俏麗的洋裝讓人驚豔。雖然才第一次見面，卻

在言談之中發現兩人擁有許多共同興趣，

爸爸的健談幽默，和媽媽的活潑善良，讓彼此都留下了好印象。

他們相識

不到幾個月就結婚了。以現代人的詞彙稱作「閃婚」，看似十分衝動，卻能攜手超過二十年的相知相惜。媽媽曾開玩笑



文／王之諾



說她和爸爸是「先婚後愛」型的婚姻，所以在浪漫的蜜月期後，也曾經歷「牙膏擠哪裡」的爭執磨合期，所幸兩人一心，才通過生活的層層考驗。

剛結婚時爸爸在臺北的藥品公司工作，媽媽則在宜蘭的學校任教，只能當假日夫妻的他們，卻懂得把握時間，盡情在週末相見與約會。結婚第二



年，我出生了！爸爸總是帶著大包、小包的尿布與奶粉，每週末趕搭乘火車回來與家人團聚；隨著弟弟的出生，爸爸不願再與我們分隔兩地，決定返鄉展開全新的職涯生活。

當時父親剛剛從大城市回鄉，一時之間難免會找不到適合的工作，讓家中經濟重擔瞬間全落在媽媽身上，龐大的日常開銷多少會成為夫妻吵架的導火線。但幾次爭執不下後，他們卻選擇坐下來溝通，才發現彼此都是出於善意，主要是擔心對方吃苦而著急，所以才



會發脾氣上火。只要將壓抑心中的困惑說開之後，兩人原本的埋怨、焦躁，瞬間都化作柔情的絲線，將全家人的心更加緊密地繫在一起。

爸爸種過水果、待過養殖場，雖然換過不少行業，重心卻總是一直圍繞著家庭打轉；這期間，媽媽也伴隨著我們姊弟的升學，從一間學校跳槽到另一間學校，只為了無微不至地照顧孩子。記憶裡，我的父母總是一起分擔家務、窩在廚房做出大桌的年夜飯、載著全家人到處兜風……二十年來，



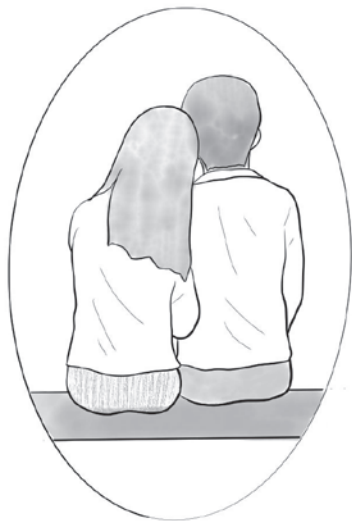
共同支撐起家庭的運轉。

尤其爸爸是個非常有儀式感的人，他會在結婚紀念日、媽媽生日等特殊的日子送上禮物。不論是一束花、一支手鐲或是一盒簡單的巧克力，都讓媽媽驚喜不已；他也是一個體



貼入微的丈夫，不只做一手好菜，還十分細心照顧媽媽的生活，例如天氣變化時，會提醒她添加保暖衣物。而媽媽的性情，則像是隨和、開朗的綿羊一般，全心全意打理著全家上下的日常，穩定又溫柔地陪伴著爸爸。

父母展現出來的夫婦和睦



關係，令我非常羨慕，他們互相支持又互相指引，彼此愛慕又尊重對方，更讓我與弟弟從小就沉浸在充滿愛的氛圍中，培養出樂觀又開朗的個性。幸福對我來說，並非家財萬貫、豪華名錶，而是能找到一個志趣相投、價值觀相近的人，共同分享生活中的喜怒哀樂，相愛一輩子。就像父親、母親日復一日演繹的童話故事一樣。



### 道德魔法師問問你：

- 你認為文中爸爸為何頻頻換工作？
- 文中父母維持婚姻的祕訣有哪些？



# 那些人溫暖了我的國三生活

文／臺中市光正國中 · 陳湘璇

每個人的的人生裡，都會經歷大大小小的事情，有的如過眼雲煙不值一提，有的像驚天雷霆成為人生轉折關鍵。發生這些事情時，身邊總會有一些特別的人，默默的陪你度過，上天眷顧且幸運的話，會有人關照你，給你鼓勵，陪你度過人生的關鍵期，這樣溫暖的人同樣出現在我的國中生活中。

社會上有很多的標籤，上天巧妙的安排在我身上貼了好



幾張，由於母親的身分，我出生就先有了外配子女的第一



張標籤；當我還在襁褓之中，母親的離開讓我再貼上了單親家庭的第二張標籤；父親的離

去，為我貼上隔代教養的第三張標籤。老天爺在我還不懂事的時候為我貼了三張標籤，卻也為我安排了最溫暖的兩個天使——爺爺、奶奶，陪著我踏上人生的旅程。

國三這年，每個人卯足全力要在會考中拼個好成績，錄取好學校。因為我的成績還不錯，爺爺、奶奶為了讓我能夠跟上別人的腳步，早就打定主意要讓我參加國三的加強班，他們拖著年邁的身軀努力的積攢補習費。奶奶明明已屆齡退休，白天卻依舊日復一日四處





檢回收，晚上回家不只要整理回收物，也要照顧我和姊姊的生活起居，經常夜已深沉，當我複習完一天的課業關上燈，卻仍見她的身影忙碌著。

爺爺身體並不健康，理應頤養天年的年紀，卻日日在天色微亮時早起上班，等到太陽西沉才踏進家門。這份工作並不輕鬆，還容易受傷，但是，我從未聽過他半句怨言，反而還以輕鬆的語氣分享工作的佚事、同事的趣聞。工作的艱辛好像不曾存在他的記憶裡。下班之後又匆匆出門，在星光下

騎乘機車趕著接回加強班下課的我。這一切讓我知道，為了會考努力的，不僅僅是我，還





有身後的爺爺、奶奶，他們的汗水一點一滴落下，滋潤我的心，他們的付出也鞭策著我，成為我前進的動力。

爺爺嚴肅地叮嚀我：「這些錢是我們付出時間與勞力所換來的，是要培養妳的本錢，但是，不可以濫用它，不要讓爺爺奶奶的心血付諸流水。」這些話激勵我用功學習，因此每次的考試，我都不敢稍有輕忽，我要讓他們知道，他們的努力絕不會白費。

我不是最優秀的一個，但絕對是最努力的；我不是含著

金湯匙出生，卻絕對是最幸福的人之一。在國三每一個挑燈夜戰的日子，我知道我不是獨自面對排山倒海的課業壓力，而是有爺爺和奶奶最溫暖的支持，相信我能在這樣的燃料添加中，燃燒出最璀璨的人生。

### ◎評審團講評：

作者用三張世俗的標籤，交代出他是外配、單親與隔代教養下的弱勢背景，卻在破題時就採正向以及心懷感恩的態度面對，是很厲害的鋪陳；文句沒有過多華麗的詞彙卻細膩生動，結論帶出國三生活的學業壓力與自我期許，字裡行間充滿正向力量，值得鼓勵。



# 上坡的路

文／臺中市石岡國中·張冠一

每日返家途中總要經過一

段上坡的路，山路蜿蜒，黃土漫道，下過雨後更是佈滿寸步難行的泥濘。以至於這段路雖然不長，走起來卻足以讓我累得上氣不接下氣、大汗淋漓，小腿肌肉鼓得如拳頭般大。雖說是女兒身，但這幾年的鍛鍊也使我的力氣不容小覷。我常自嘲：若孟夫子見了這般「苦其心志、勞其筋骨」的光景，非誇我是能承擔大任的棟樑之

材不可。

「青年才俊」如我，卻常忽略他人求救的隻字片語、對旁人漠不關心。細數我的成長過程中，蒙受他人恩惠的時刻





宛如恆河沙數，無論是父母的養育之恩、師長的諄諄教誨，還是抱病住院時護理師無微不至的照顧、同窗好友溫暖的關心，都讓我在夜深人靜時湧出萬分感激。捫心自問，自己是否「得之於人者太多，出之於己者太少？」

某天傍晚我一如往常獨自回家，赫然聽見山路前方傳來陣陣金屬敲擊的聲音；一道佝僂的背影映入眼簾——只見一位老爺爺正艱難地拉著滿載回收物的三輪車，獨自往山腰社區的方向走去。我得償所願地

像根箭矢  
竄到老人  
身旁、二  
話不說幫  
忙拉車。  
老爺爺詫  
異地回頭  
看了看，  
仍然咬著  
牙努力前  
行，我們  
就這樣一路無話語，直到目的地，他才強忍疲態對我露出一抹寫滿感激的微笑。

隔天我還是在山路上遇到





了他，大老遠就能聽到三輪車「鏗鏘鏘鏘」，又一次，我們使出吃奶的氣力合作將車子拉上山坡。日復一日，放學回家順便為老爺爺拉車似乎已成習慣；後來他也會在山腳的路口等我，我們一起把他今日收穫的一戰利品——帶回基地——一處年久失修的鐵皮屋，就是他的



暫棲之所。

某天，熟悉的街角突然不再佇立那年邁的身影、上坡的路途沒了鐵、鋁罐組合成的交響樂，我也不必再拉著整車的資源回收物上山。我不曾深究老爺爺離開的原因，只想起公民老師曾播放一部關於無家者的紀錄片：有人生不逢時，因而窮困潦倒；有人生來不羈，活得灑脫逍遙。老人家留給我最深刻的印象，就是每當我們汗流浹背抵達終點時，他臉上那道感激的笑容，彷彿有道光將它鏤刻在我心底。



啟蒙時代著名德國哲學家康德認為：「人只有在追求道德的幸福感時，生命才具有意義，只有將每一個人的福祉相連，我們才能由內而外地散發永恆不滅的光輝。」老爺爺薛西弗斯式的拉車未嘗不是種修行，而我有幸能在懵懵懂懂的一年紀遇見這麼一位智者，身體力行教導我何謂「善」的真諦。



最近學校輔導室正在招募小志工，到社區裡的獨居老人家中探視兼打掃環境，平常總是獨善其身的我竟搶著報名，讓不少師長和同學跌破眼鏡。我想，每個人或許都要經過一段上坡的路，才能明白「為善最樂」的道理。

### ◎評審團講評：

● 很吸引人的題目設定，使用非常生活化的身體力行經歷來描述為善最樂。文字透露出行動的持續性，從中探究善的真諦，並在結論時帶出自己的改變。文字順暢優美，是篇難得的佳作。



# 競速毛毛蟲

文／陳宇碩

結束春節假期重返學校，蕭瑟的校園煥然一新，原本光禿禿的樹枝上綴滿綠芽，鳥兒在枝頭盡情高歌，學生們站在陽光怡人的運動場上，準備參加一年一度的校慶趣味競賽。趣味競賽的確饒富趣味，個人與團隊的項目不只豐富多元，也讓整場競賽笑聲不斷。經過一上午的征戰，我們系隊準備迎接下午賽程的第一個項目：競速毛毛蟲。競速毛毛蟲

和兩人三腳有異曲同工之妙，是由參賽隊伍所有人跨坐在充氣毛毛蟲上，雙手拉著蟲身上的提把，一起邁著相同節奏的步伐前進。因為每個人體力、腳步速度不盡相同，卻要連成一個共同體前進，難度不可小覷。

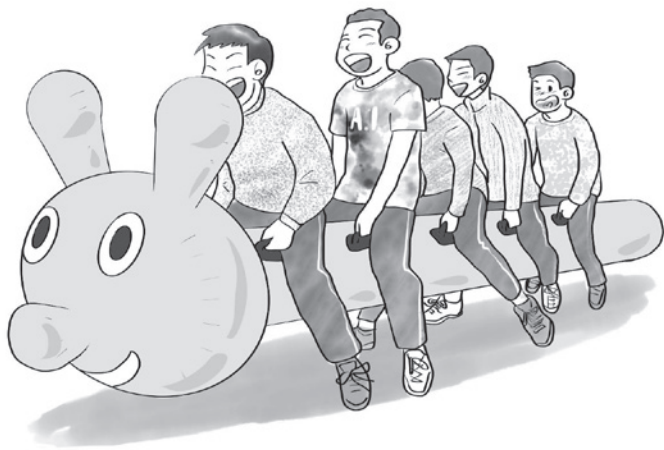
幾位女生一看到在地上的巨大充氣毛毛蟲，便興奮地大喊：「好可愛啊！」紛紛圍在毛毛蟲旁邊，伸手戳著比賽道



具。我環顧一下我們的隊伍，男生女生的身高都參差不齊，最高同學的一個步伐大約是隊伍裡最矮的一點五倍寬。而且大家坐在毛毛蟲上面，其實很難看得到其他同學的腳步落在哪裡。一群人坐在軟綿綿的毛毛蟲上，前進的時候勢必會左搖右擺。我們試著往前走了一下，差點沒集體摔倒在地上。

充氣毛毛蟲沒多久就得歸還主辦單位，接下來只能拿長板凳來假裝代替。我們聚在一起腦力激盪，用心思考取勝的好辦法，首先要安排陣形，誰

前誰後與前進的速度息息相關。因此我們不斷討論，不斷試驗，最後決定把隊伍中最高男生分開坐，中間再交錯安排高個子與矮個子的座位，







以兩人為一組，統一各組之間的步伐距離，最後透過喊口號讓所有人的節奏保持一致！

比賽開始，我坐在毛毛蟲的最前面，大家事先說好了要控制速度，既不能讓有些人跟不上腳步，也不能跑得太慢名次過於落後。口哨一響，我就邁開了腿，與隊友齊聲大喊著「左、右、左、右」同時也努力控制著速度。關鍵過彎環節非常考驗大家的默契，每個人內側的腳小步踏，外側的腳則要大步往前踏，隊伍前面的同學們一定要轉得又快又穩，後

面的人才可以順利跟上。轉彎後，因為大家適應了腳步，於是我們開始趁勝追擊加快了速度，一下子就衝到終點。

抵達終點，我們竟然拿到了全校第三名！大家互相攙扶著從充氣毛毛蟲上下來，每個人歡欣鼓舞地回憶剛剛比賽的經過，一同吐槽自己坐在毛毛蟲上面的「身不由己」、左支右絀，大家一起笑、一直笑。春日午後的陽光如同勝利的披風穿在我們身上，那一刻我們體會到了團隊合作的溫暖，還有團結的力量。



# 自制力就是超能力

文／江韜

「最大的敵人是自己」是我們常常聽到的勵志金句，而戰勝自己的關鍵就在於良好的自我約束力。我從小生活在鄉下，家居生活向來十分規律。長輩們沿續古老傳統，何時播種，何時收穫都了然於心。他們也從來不熬夜，總是日出而作、日落而息，無論起床、吃飯、耕作等，事事有條不紊、從容不迫。

但我們的日常生活並非一

成不變，忙完農務後，阿公就會到廟埕跟朋友泡茶、聊天或下象棋，阿媽也會守在電視前看著八點檔鄉土劇，可以說每一個人的情緒與興趣都能找到抒發的管道。

從國中起我就離家寄宿在學校，老師也幫大家把時間都安排得井然有序，固定的時程表雖然沒有主動權，但相對而言，只要好好地配合學校照表操課，就能充實度過六年的中



學時光。

等上大學後，我卻像一隻被放出籠子的小鳥，雖然真正獲得了對生活的自主支配權，但毫無約束的日子竟然變成一場惡夢，像是玩手机到天亮、來不及吃飯、上課睡過頭等，可說是狀況百出。

我開始懷念起中學住校的日子：從不熬夜、從不錯過三餐、時間一到就去做該做的事情，這也讓我認知到規律生活的重要性。尤其長大後更需要自律，因為外界的約束只會越來越少，誘惑卻越來越多，一

不小心就讓人放縱自我、誤入歧途。

想要妥善安排每天的生活看似容易，卻要做到不晚睡、不賴床、按時吃飯、固定時間讀書、適度的休閒娛樂但不沉溺其中，這些說來瑣碎但需要強大自制力來約束，表面微不足道，長久堅持卻很困難。

蕭伯納說：「自我控制，是強者的本能。」謹言慎行、規律作息，在拘謹的生活中也可以找到自由與安寧。自制力就是超能力，自制的的生活就是為了有更大的自由呀！



# 本會頒發112學年度獎助學金 學生感恩獻藝

文／財團法人張榮發基金會

本會日前舉辦「一一二學年度獎助學金頒獎典禮」，有近三百位學生與親友應邀出席。典禮最大亮點包括邀請獎助生上台獻藝，演出中提琴、現代舞、空手道及歌唱等。另外還有四位就讀臺灣戲曲學院的獎助生，更全部帶妝粉墨登場，演出唱作俱佳的「山伯英台」歌仔戲表演獲得如雷掌聲。也有就讀政大與淡大的同學上台分享生命故事，勵志的精

本會日前舉辦「一一二學年度獎助學金頒獎典禮」，有近三百位學生與親友應邀出席。典禮最大亮點包括邀請獎助生上台獻藝，演出中提琴、現代舞、空手道及歌唱等。另外還有四位就讀臺灣戲曲學院的獎助生，更全部帶妝粉墨登場，演出唱作俱佳的「山伯英台」歌仔戲表演獲得如雷掌聲。也有就讀政大與淡大的同學上台分享生命故事，勵志的精



· 張榮發基金會「112學年度獎助學金頒獎典禮」邀請得獎者與親友共同出席，分享榮耀。



神與生命歷程深深打動其他有著類似境遇的孩子，甚至有人聽到最後還微泛淚光，現場可以說既歡樂又感人。

本會獎助學金已有三十九



·張榮發基金會執行長鍾德美（第二排中）邀請基金會多名獎助學生在頒發典禮上表演歌仔戲、中提琴、空手道與唱歌，並於會後合影留念。

年的歷史，一一二學年度補助全臺超過百所大專與高職海校共四百五十四名學生，提供金額超過新臺幣二千萬元。基金會傳承了張創辦人的志業，自一九八五年成立至今，扶助兩萬名以上學生，捐贈超過新臺幣五億元的獎助學金。

執行長鍾德美在致詞時，以戰勝AlphaGo的世界圍棋棋王李世石勉勵現場的學生，忍受挫敗，尋求翻盤是潛藏在每個人類心底的超能力，此時的磨練都會變成未來的競爭力。希望基金會的獎助學金可以讓



同學求學無虞，專注課業。

表演歌仔戲的學生群，會後不忘分享演出心得，他們認為身為基金會的獎助生，能在頒獎典禮上表演更具意義，同時心中也無比興奮！因為這是另一種挑戰，不只讓基金會知道自己學習狀況，也希望不要辜負別人的幫助。同



· 獲得「張榮發基金會112學年獎助學金」的四位台灣戲曲學院學生粉墨登場，演出經典歌仔戲「山伯英台」。

時還能讓與會者認識歌仔戲四大經典戲曲的精彩橋段，為推動傳統藝術盡一份小小心力。

就讀政大的陳同學則說，有時候在學習路上感到困境重重，甚至想要放棄，感謝社會上仍有許多人的鼓勵，得以繼續追求學業。這份獎助學金不僅是經濟上的支持，更是對他堅持努力的一份鼓勵！就讀淡大的林同學也表示，有時困境也會成為向前的動力，尤其常會反思自己的初衷和目標，與家人的辛勞，或是閱讀勵志書籍，成為自我激勵的力量。



# 媽媽的情書

又到了了一年一度的全家

大掃除，芸涵被分配打掃書

房，她將每一本書拿下來仔

細擦拭，突然有一封信掉了

出來，信封上面寫著：「親

愛的明純收」芸涵興奮地跑

到客廳詢問：「媽媽這是你

的情書嗎？」

正在拖地的爸爸湊過來

一探究竟，媽媽看著信封上

的字，露出神祕的笑容說：

「這封信改變了我的人生方

向呢！」不顧爸爸的阻攔，

芸涵在媽媽的鼓勵下打開信



來看，爸爸工整而青澀的字跡躍然紙上。

高中時爸爸出於興趣加入鋼琴社，

但因為對樂理一竅不通，總是跟不上進度，

所以社長就指派媽媽教他。

媽媽的耐心指導讓爸爸的技

巧突飛猛進，一個月後就能

獨自彈奏一首簡單的歌曲。

因此爸

爸寫信

感謝媽

媽不厭

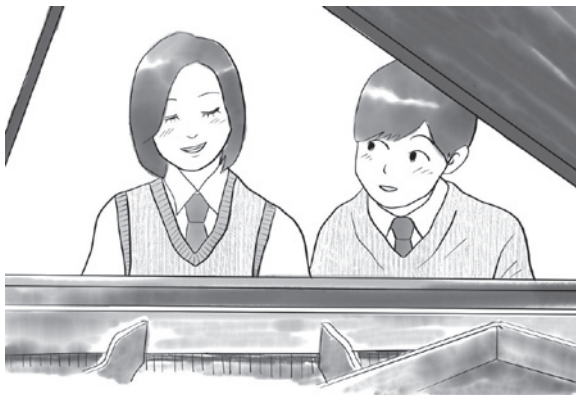
其煩的

陪著他

反覆練

習、回答各種問題，並且表

示跟她一起彈琴的時光非常







快樂。

原本對大學是否選讀音

樂還在猶疑不定的媽媽，看

完爸爸的信之後，也下定了

決心報考音樂系。媽媽笑著

說：「每當我遇到了挫折，

你爸就

會認真

地看著



我說：『妳連我都教的會，

還有什麼做不到！』這句話

比世界上任何的甜言蜜語都

好聽。」爸爸害羞地說道：

「妳居然到現在還記得！」

芸涵說：「我也想聽你們一

起彈琴！」媽媽欣然同意：

「等我們打掃完就來開一場

春日音樂會吧！」

# 《道德月刊》

從小我們就接受著道德教育的啟發，隨著時代演變，「道德」已在各學科教育中，逐漸喪失以往的重要性。但是在亂象頻出的現在，社會上已經失落的「道德秩序」絕對值得我們費心重建。我們以嚴正的態度發行這本《道德月刊》，但是我們試著以輕鬆的角度，詮釋隱含在道德裡、足以提升人格、改善社會風氣的力量。道德絕不是八股名詞，而是建構和諧社會時，每個人都需要的自覺。

《道德月刊》提出「人生十二堂道德課程」的概念，以「十二品德」樹立道德精神的標竿。本刊不僅探討人際關係處事之道，也探討臺灣社會現象，挖掘各個角落的聲音。

道德就是力量，相信透過「十二品德」的省思，我們可以找到面對問題的態度，以及遭遇逆境時解決的方法。在此，每個故事的邂逅都是啟迪心靈新生的開始。衷心期盼透過《道德月刊》，每個人都可在道德中找到一份安定的力量。

(舊訂戶無需重複索取)

我要：索取    取消    紙本《道德月刊》

姓名： \_\_\_\_\_ 性別：男    女    電話： \_\_\_\_\_

地址： \_\_\_\_\_

本表單填妥後請選擇郵寄、  
傳真或 e-mail，任一方式提供給本會，  
若有未盡事宜，  
歡迎與本會文教部聯絡。

電話：(02) 2351-6699 分機 6107  
傳真：(02) 2391-5176  
E-mail: ccd@cyff.org.tw  
地址：10048 臺北市中正區中山南路 11 號 9 樓

# 人生啓訓



莫過於說謊  
在這個世間上  
最悲哀的事

莫過於對萬物皆有情  
在這個世間上  
最美麗的事

莫過於為別人奉獻而不求回報  
在這個世間上  
最令人尊敬的事

莫過於羨慕別人的生活  
在這個世間上  
最醜陋的事

莫過於沒有工作可做  
在這個世間上  
最空虛的事

莫過於做人沒有教養  
在這個世間上  
最悲慘的事

莫過於一生中都有工作  
在這個世間上  
最快樂且最棒的事



## 道德月刊 2024年3月 No.195

ISSN 2070-9722

發行：財團法人張榮發基金會

創辦人：張榮發

發行人：鍾德美

編輯：文教部

美編：曾揚華

插畫：楊入凡

封面：侯彥禎《划船》

製版印刷：長榮國際公司文化事業部

中華郵政臺北字第1188號執照登記為雜誌交寄

地址：臺北市10048中正區中山南路11號9樓

電話：(886) 2-2351-6699 分機 6107

傳真：(886) 2-2391-5176

E-mail: ced@cyff.org.tw

網址: www.cyff.org.tw/morals

馬來西亞地區讀者服務處 | 新加坡地區讀者服務處

電話：(60) 4-2177-833

電話：(65) 6347-7328

傳真：(60) 4-2177-846

傳真：(65) 6347-7329

《道德月刊》與警察廣播電臺 FM104.9 合作製播「為道德按讚」單元，於每週三 20:45 及每週日 20:45 節目中播出，歡迎收聽。

《道德月刊》由財團法人張榮發基金會出版發行，版權所有，請勿翻印。

真·情·傳·真



長榮海事博物館第十一屆彩繪船奇比賽得獎作品  
臺北市立人國小一年級—江國華

免費贈送，歡迎傳閱