

道德

Morals
月刊

No.215

2025年11月号

2008年1月创刊

本月主题：遵法——遵守法律，维护社会秩序和谐



財團法人張榮發基金會
CHANG YUNG-FA FOUNDATION



封面故事

管风琴

管风琴常被誉为「乐器之王」，历史可追溯至西元前三世纪的古希腊时代。中世纪之後，因其与高耸建筑的空间共鸣交织，展现出庄严而震撼音效，成为宗教音乐的重要象徵。

作为世界上体积最大的乐器，管风琴的运作原理并不简单。它透过送风装置将空气引入音管，演奏者以双手操控多层键盘，同时还需使用双脚演奏「脚键盘」，才能完整展现其广阔音域。这种「手脚并用」的演奏方式，不仅需要高度的协调性，也让演奏者宛如在乐器上舞动。

更令人赞叹的是，管风琴的音栓（stops）能控制空气流向不同音管，模拟各种乐器音色。一座拥有二十二个音栓的管风琴，就能创造出二十二种音色效果，如同一座隐形的交响乐团。

管风琴不仅是建筑的一部分，更是跨越两千多年历史的艺术结晶。它的声音，至今仍在教堂与音乐厅间回荡，持续感动著一代又一代的听众。





双边站立双倍温馨

在台湾台北市当一名通勤族，每天穿梭在捷运站内已成为日常。近期，台北捷运宣导「手扶梯双边皆可站立」，掀起不少热议。

有一天下班，我照常排队搭手扶梯。突然，左侧出现一名乘客，安然站在我身旁，前方空无一人。我心中不禁浮现一句话：「真是勇士啊！」等到下一段手扶梯时，我又见他稳稳站在左侧，眼看就要抵达出口。那一刻，我竟升起「真

羡慕啊！」的心情。为什么会羡慕呢？明明我也能选择站在左侧，却下意识地不敢。这让我开始思考：我们是被习惯框住了，还是被「不想挡人」的心态牵绊？



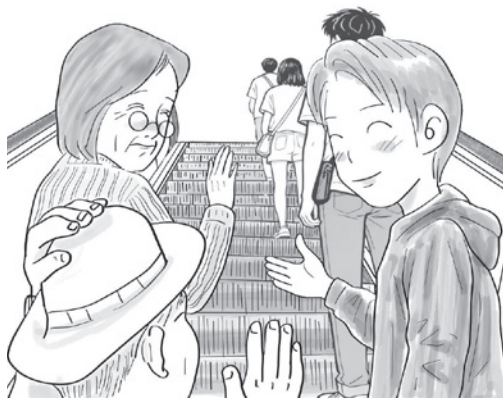
文／陈婷



事实上，从法律的角度来看，手扶梯从不是设计来让人行走的。依照公共安全规范，乘客应该「站稳扶好」，才能避免跌倒或碰撞。过去「靠右站立、左侧通行」的默契虽然方便，但没有任何法律依据，也无法保障安全。真正合法的行为，是双脚站稳，而非在手扶梯上快步移动。如今捷运公司鼓励「双边皆可站立」，正是回归到安全的初衷。

然而，法律是道德的最低标准，无法触及人心的细腻。大多数通勤族在意的，是「不

挡路、不添麻烦」。有人担心双边站立会影响那些赶著转车或上班的人，於是即使站在左侧，也会刻意靠边一点，或在需要时主动让道。这种行为并非法律要求，而是一种善意——尽量不让自己的选择影响他人。





我记得在台北车站，曾看到一位年轻人站在左侧。当他注意到后方两名乘客焦急看表时，他微笑着往前挪动一点，腾出空间。虽然手扶梯原本就不鼓励行走，但这个小小的举动，却传递一种理解与体贴。

这也让我体会到：法律与善良并不是对立的。法律是基本框架，提醒我们别因为追求便利而牺牲安全；善良则是人们柔软的回应，让规范不至于僵化，也让公共空间多一点人情味。唯有结合两者，社会才能既安全又温暖。

手扶梯上这场小小改革，其实是城市文化的缩影。遵守法律，使人安心；而善良不挡路，则是互相体谅的表现。当我们愿意在日常中抱持这样的态度，冷硬的规范便能转化为一种有温度的哲学——提醒著我们，生活不只是一「到达目的地」，更在於如何与身边的人一起安心前行。



道德魔法师问问你：

- 为什么会有人选择在手扶梯上快步前进？你觉得这样有危险吗？
- 如果你，会选择站在手扶梯的哪一侧呢？为什么？



善意如潮，悄然綻放

文／台灣彰化縣鹿鳴國中 · 叶瑞庭

辽阔深邃的大海里，海葵给了小丑鱼一个温暖的家，帮助它安然成长；郁郁葱葱的森林里，高大的树木成为松鼠的

游乐场，让它们无忧无虑的玩耍。同样的，在同学之间也应该互相扶持，携手共进，才能打造出一个愉悦而和谐的学习环境。

「登登登……」当你走近我们班级时，耳边响起阵阵悠扬乐声，那便是我的教室。我们是音乐班的学生，乐器是我们最忠实的夥伴。高亢的唢呐、柔情似水的扬琴、低沉浑厚的大提琴，由这些不同的乐器交



织成一首首动人心弦的乐曲。然而想要演奏出如此美妙的音乐，绝非一蹴而就，这需要长期的练习和不懈的努力。

记得有一次练琴时，我遇到了一个巨大的瓶颈，好似面前有一堵无法翻越的高墙，无论我做任何努力，就是无法突破。正当我心灰意冷时，一位学姐走过来，轻声问道：「有什么不懂的地方吗？」接著她耐心地指导我，使我瞬间豁然开朗。

这时，我也在心中默默许下一个愿望：当我有能力时，

也要如她一般，帮助身边需要帮助的人。这颗善意的种子，悄悄在我心中萌芽。

「再过两周就要表演了，你连这么简单的拍子都还打不好！」指挥老师怒气冲冲地责备同学，我们像惊吓的小鸟般一言不发，整个教室仿佛连空





气都凝结了。

大家垂头丧气回到座位，步伐沉重如同脚上绑著石头。为了不让更多老师失望，我们开始自主练习，但由于缺乏指挥协调，整体表现乱成一团，毫无章法。

此时，我注意到身后的同学脸色不对，宛如木鸡般呆立不动。我走过去，轻声告诉他拍子错在哪、音准哪里不对、弓法该如何改进。随著他的表现逐渐提升，我的心情也随之飞扬，助人的快乐就像一股暖流，悄然在我心中流淌，逐渐

成为一种深刻而持久的喜悦。

今年，代表学校参加日月潭展演。演出前，团员们的心情如十五个吊桶打水般七上八下！最後我们决定彼此分工，携手对抗「紧张」这个无形的敌人。力气大的同学负责搬运乐器，经验丰富的学长姐安抚大家的情绪，其他人则相互加油打气。

登上舞台的那一刻，清亮的笛声衬托出胡琴的气势，古筝琴声悠扬，增添了整首曲子的美感，而打击乐则震撼了全场观众的心。当台下爆发出如



雷的掌声，那一刻，我们深深感受到，团队合作与互助的力量，开出了最灿烂的花朵，结出了最甜美的果实。

社会上，无数人以实际行动诠释著助人的精神。刘侠女士不畏身体残疾，创立伊甸基金会，为身心障碍者点亮希望



的明灯；美国女孩凯瑟琳，年仅五岁时，便为非洲居民捐赠蚊帐，长大后继续筹募资金，被誉为「蚊帐大使」。这些人看似微不足道的举动，却积沙成塔，持续为社会带来无比的温暖。

俗话说得好：「助人为快乐之本。」今天我们不吝伸出援手，明天或许也会有人在需要时拉我们一把。这股善意的循环就如同涟漪般不断扩散，将互助的温暖传递至世界每个角落，点亮每一颗渴望被关怀的心。



对不起与原谅

文／台湾台北市东湖国中·张宏瑞

古人常言：「人非圣贤，孰能无过。」生活中亦不乏劝告他人接受道歉，如此来看，道歉就会被原谅似乎是理所当然的事。一旦受害者不接受，往往被贴上不近人情、尖酸刻薄的印象；反之，便是「完美结局」。但鲜少有人会体认到过程中自我调适的艰辛，难道一定得原谅？受害者不能拒绝接受吗？

生活中时不时上演「对不

起、原谅你」的戏码，在教育中不乏教导我们要把「请、谢





負荊請罪



謝、对不起」挂在嘴边，但是否思考过道歉与原谅究竟代表什麼？原谅并非廉价的，应该是加害者主动且发自内心真诚的行动；不是不明就里的希望对方把珍贵的宽恕交出来；不是任何「有说出口」的道歉，就非得要对方「立刻原谅」。

做错事理当勇于认错，接受处罚，但对受害者更应该给予时间和空间，考量其内心感受；而受害者不应过於纠结在原谅与否及其後果，而是遵从内心的感受，才能对事情真正的释怀。

战国时期，武将廉颇与上卿蔺相如不合。当时，久经沙场的廉颇见到蔺相如明明没有战功，短时间内居然官阶能跟自己平起平坐，内心嫉妒且不服，便对外宣称若是看见蔺相如，必对其加以羞辱。

蔺相如听闻此事後低调回



避廉頗，好友及下屬皆感到羞耻，质疑蔺相如胆小怕事，他无奈道：「强秦之所以不敢攻打我国，是因有我俩在，如果我跟廉将军闹翻，众心不一，正好称了秦国的意，必定趁机出兵攻打。我躲避廉将军，实是因国家大事远较个人恩怨为重。」后来廉颇听到这番话，惭愧不已，前往蔺相如门前负荆请罪。这样诚心的道歉，加上蔺相如释怀的原谅，两人成了最互补且要好的挚友，这才是道歉与谅解的真谛。

对不起与原谅虽是不同的

立场，却是同理的心态。真正的道歉，不仅是对受害者的愧疚，更重要的是发自内心的想与以往的错误就此别过，纵使大众不愿意原谅，自己也要有「洗心革面」的决心；而所谓的原谅，是对自己的救赎，也是对加害者花费时间精力弥补的「评分」，纵使外界的流言蜚语环绕，也能不受影响而做出真诚的释怀。

人非尧舜，谁能尽善？若行动之前，能先同理审思，少一些失误，少一点纷争，那麼道歉与原谅何难之有？



真心不用交换——谈网路交友

文／虞正雄

在学校辅导工作中，常常接触到学生的心事与烦恼，其中也有些故事令人忧心，却也提醒著我们，不可忽视青少年在网路世界的风险。

近年来，随著智慧型手机与社群媒体的普及，网路交友已经成为青少年生活中重要一环。然而在便利与即时交流的背後，却潜藏著层出不穷的陷阱与危机。

曾经有位女同学，在网路

上认识一名自称二十多岁的男子。对于正在探索自我与人际关系的青少年来说，陌生朋友的关心与甜蜜言语，往往比父母、师长的提醒更撩动心弦。她在这段网路恋情中，逐渐产生依赖与情感的投入。当对方提出「如果真的爱我，就给我一张专属於我的照片」的要求时，她虽然心有挣扎，但还是因为害怕失去而选择妥协。

在这过程中，女孩陷入了



强烈的焦虑：如果不提供，对方是否就不再爱她？是否会被认为不够真心？这种情感勒索的压力，对一名十三、四岁的孩子来说，是生命不可承受之重。幸运的是，透过辅导介入与家长陪伴，女孩即时获得支

可以拒绝吗？
这样好吗？ 会从此绝交吗？



持，避免了更严重的伤害。然而，我却深深体会到，这样的案例并非个案，而是青少年常见的脆弱与危机。

为什么青少年容易陷入网路交友诈骗？首先，青春期正是自我认同逐渐成形的阶段，他们渴望被肯定与理解，当现实生活中缺乏足够归属感时，网路世界就成了寄托心灵的出口。其次，青少年对于风险的判断能力尚未成熟，很难意识到自己正在被操弄。当对方以「爱」为名提出要求时，他们往往误以为这是关系中的「正



常表现」，而忽略了其中隐藏的危机。

数位世代的孩子，亟需建立基本素养，能懂得辨识「不合理的要求」并保持警觉，例如友人要求提供私人影像、转帐金钱、借用帐户、保密见面等。同时，师长必须让孩子相信：「出事不是你的错」，并鼓励他们愿意说出来；唯有建立安全、信任的对话空间，孩子才会在第一时间寻求协助。

若能在生活中拥有良好的人际支持与师长关怀，孩子就不易依赖陌生网路关系。师长

应该积极鼓励青少年参与社团活动、发展兴趣，让他们能在现实世界中找到价值感与归属感。最重要的是，青少年与家长也要具备法律常识，知道散布或持有不当影像会触法，遇事时应勇敢寻求专业人士与警方协助。





这个案例提醒我们，网路世界的爱情不见得单纯，特别是当中伴随著要求、威胁与不对等的权力关系时，更是潜藏危险。青少年需要的不仅仅是「不要做坏事」的口号，而是具体的指引与陪伴。要让他们明白，真正的爱绝不会以威胁或交换为条件；真正的关心，应该让人感到安心与自由，而不是焦虑与恐惧。

身为教育工作者，我深知单靠一个学校、一次性辅导，无法全面解决问题。但如果家庭、学校与社会能共同努力，

持续传递正确观念，并给予孩子一个安全的成长环境，那么青少年面对网路交友的风险，才能更有抵抗力。

最後，也想提醒正在阅读这篇文章的青少年朋友们：你的价值，不需要靠任何人的认同或要求来证明。爱自己、保护自己，才是你人生中最重要的一课。

愿我们每一位大人，都能成为孩子的守护者，陪他们在真实与虚拟的世界里，学会分辨真爱与陷阱，走向更健康、更安全的未来。



金色的跑道

文／阿洁

耳畔风声呼啸，夕阳下跑道晕染著金色的光芒。发丝飞扬，汗水滑落，跑步的时候，我心里满是激情和自由。

校庆运动会报名时，面对长跑项目，同学们个个都面露难色，我头脑一热，倏地举起手。教室里一阵骚动，「她这个身高很费劲吧」、「别人两步是她的三步了」众人质疑的目光耳语像把利剑，尖锐的刺穿我的自信。但是也听见有人

说「她跑得还可以吧，反正也不是要拿第一。」我心中五味杂陈，真的做不到吗？可是，都报名了怎麼甘心呢？

於是，每天清晨及傍晚，操场上多了一个奔跑的身影。汗水顺著额头、沿著胸口滚滚滑落，脚步从未停歇。我知道早晨的空气如何潮湿且厚重，我知道夕阳落下如何绚烂或者平淡，我知道一件衣衫被汗水浸湿留下如何的痕迹。



因为个子矮小带来步幅更短的劣势，看著别人的长腿，轻松跨步的模样，心里泛起一丝酸涩。

我想起自己爱看赛跑，电

视里来自牙买加的博尔特，是历史上最伟大的短跑运动员，当时他身著黄色国家队服，在跑道上英姿矫健，如一道金色闪电。他曾说：「我是一个挑战者，我从不会说我不能。」从菜鸟到飞人，他成为跑道的主宰，跑道上只有他的颜色。於是，一个人训练的孤独感，肌肉的酸痛、内心的迷茫，全都一扫而空。步幅不够，那就拿步频来凑，日复一日，我終於跑到了比赛的日子。

天气晴朗，四周满是喝彩舞旗的观众。站在起跑线上，



我的心如击鼓般砰砰作响。当枪声响起时，我不急不徐的起跑，默默藏在队伍中段。跑出半圈之後，众人步伐慢下来，我明白验收的时刻来了，告诉自己保持节奏，稳扎稳打。渐渐的我超越了一个又一个高大的选手，不知不觉，即将最後冲刺。紧握的拳头，指甲几乎掐进肉里，我听到自己的呼吸声，像风箱一样厚重。坚持！再坚持一会儿。意识开始感到模糊，双腿已不受控，只是拚命的往前奔跑，双眼紧盯著朦胧的前方。

忽然听到一片欢呼声，是我冲过了终点线！第二名！时间仿佛凝结，脚下一软，我瘫倒在终点线後。心里紧绷的弦终于松弛下来，取而代之的是新的悸动。站在领奖台上，握在手中的奖牌在阳光下熠熠的散发光芒。抬起头望向眼前那片跑道，此刻它是我的颜色，是努力与汗水的金色。

金色的跑道，见证了我的成长与蜕变。即使身在逆光之中，也有飞翔的权利；只要心中有梦，脚下有力，就有超越的希望。



让海洋进入我们的「声」活圈

文／财团法人张荣发基金会

今年台湾大学学测国语文写作，以「五十二赫兹鲸鱼」的故事为题，要求考生藉此写出属于自己故事。据说这头世界上最孤独的鲸鱼，声音频率与其他鲸鱼不同，所以别人既听不到它的声音，也不明白它想表达什么。相信有不少人都有过这样的经验，想要分享所见所闻，却总是不得其法，就像那头孤独的鲸鱼。



· 钟德美执行长颁发奖金及奖座给第二届海洋永续特别奖得主—台湾艺术大学广播电视学系：王霏涵、高翊诚、潘雨柔、郭水月等同学。



张荣发基金会的创办人张荣发先生，凭藉自身不懈的努力，白手起家创立了横跨海、陆、空的长荣集团，让来自台湾的声音，也能传送千里，被世界各地的人们听见。时至今日，我们仍然持续努力——为弱势族群发声、为艺术文化发声、也为张荣发先生毕生最爱的这片海洋发声！

本会长期关怀社会公益、推广艺文活动，对于环境保护更是不遗余力，自去年起，和教育广播电台合作制播「海洋公民」节目，聚焦永续城乡与

海洋保育，透过专家学者的访谈，呼吁阅听人以海洋公民自居，共同守护这片抚育我们成长的海洋。

而教育广播电台每年举办的「金声奖」，则是让更多分散在各个角落的五十赫兹鲸鱼，有机会找到同频的夥伴！本会亦有幸共襄盛举，设立了「海洋永续特别奖」，希望带动年轻学子思考海洋议题，让海洋进入「声」活圈，勇于发表自己的看法。正所谓「海纳百川，有容乃大」，这是海洋教会我们的事！



分享的快乐

从小到大，父母都会教导孩子，要学会分享。

不过分享这门学问，或许连许多大人都还不明白。

璇子从小就是个爱分享的孩子，即便家中多了个弟弟，她也总是愿意把自己的玩具、零食分享给

他，不会觉得舍不得。妈妈看在眼里常感到欣慰。

上小学後，妈妈每天都会帮璇子准备水果当点心。有一天，璇子走进厨房对妈妈说：「明天可以帮我多带一份水果吗？」妈妈以为她只是想多吃一



点，於是便答应了。

接下来几天，璇子每天都要求多带一份水果。妈妈好奇的问：「为什麼



每天都要多带水果呢？」璇子笑著回答：「因为我的同学也很喜欢吃水果，我想带给他们一起吃！」妈妈听了真是哭笑不得，但也感受到孩子的善良。

不只是水果，妈妈发现璇子的文具经常无故消失。某天璇子放学开心的跟妈妈说，今天邻座同学



忘记带橡皮擦，璇子二话不说，把自己的橡皮擦给了她，那位同学很高兴，

也有说谢谢，璇子觉得很开心。

妈妈反问道：「你把橡皮擦给了同学，但自己却没有可以用了，该怎么办呢？」璇子天真的回答说：「请妈妈再买一个给我就好啦！」妈妈笑著告诉璇子：「分享，是一件快乐的事情，但我们也应



该要量力而为。」你把橡皮擦给了同学，自己却没有可以用，这不是分享的目的。真正的分享，是要先照顾好自己，再去帮助别人。璇子点点头，似乎明白了。

从此以后，璇子依然喜欢分享水果、文具或玩具，但是，在分享之前，

她会先想一想自己是否足够，也会观察同学是否真的有需要，她依旧是那个既快乐又贴心的小朋友。

分享不只是给予，更是一种让自己和别人都开心的小智慧。只要懂得先照顾好自己，也愿意关心别人，快乐就会慢慢在心中蔓延。

《道德月刊》

从小我们就接受著道德教育的启发，随著时代演变，「道德」已在各学科教育中，逐渐丧失以往的重要性。但是在乱象频出的现在，社会上已经失落的「道德秩序」绝对值得我们费心重建。我们以严谨的态度发行这本《道德月刊》，但是我们试著以轻松的角度，诠释隐含在道德里、足以提升人格、改善社会风气的力量。道德绝不是八股名词，而是建构和谐社会时，每个人都需要的自觉。

《道德月刊》提出「人生十二堂道德课程」的概念，以「十二品德」树立道德精神的标竿。本刊不仅探讨人际关系处事之道，也探讨台湾社会现象，挖掘各个角落的声音。

道德就是力量，相信透过「十二品德」的省思，我们可以找到面对问题的态度，以及遭遇逆境时解决的方法。在此，每个故事的邂逅都是启迪心灵新生的开始。衷心期盼透过《道德月刊》，每个人都可在道德中找到一份安定的力量。

(旧订户无需重复索取)

我要：☐索取 ☐取消 紙本《道德月刊》

姓名： 性别：☐男 ☐女 电话：

地址：

本表单填妥後请选择邮寄、
传真或 e-mail，任一方式提供给本会，
若有未尽事宜，
欢迎与本会文教部联络。

电 话：(02) 2351-6699 分机 6107
传 真：(02) 2391-5176
E-mail: ced@cyff.org.tw
地 址：100012 台北市中正区中山南路 11 号 9 楼

人生启训



莫在这个世间上
说过於说谎
最悲哀的事

莫在这个世间上
说过於对万物皆有情
最美丽的事

莫在这个世间上
说过於为别人奉献而不求回报
最令人尊敬的事

莫在这个世间上
说过於羡慕别人的生活
最丑陋的事

莫在这个世间上
说过於没有工作可做
最空虚的事

莫在这个世间上
说过於做人没有教养
最悲惨的事

莫在这个世间上
说过於一生中都有工作
最快乐且最棒的事



道德月刊

2025年11月 No.215

ISSN 2070-9722

发 行：财团法人张荣发基金会

制版印刷：长荣国际公司文化事业部

创 办 人：张荣发

中华邮政台北字第1188号执照登记为杂志交寄

发 行 人：锺德美

地 址：台湾台北市10048中正区中山南路11号9楼

编 辑：文教部

电 话：(886) 2-2351-6699分機6107

美 编：曾扬华

传 真：(886) 2-2391-5176

插 画：杨入凡

E - m a i l : ced@cyff.org.tw

封 面：侯彦贞《管风琴》

网 址：edu.cyff.org.tw/monthly

《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·传·真



长荣海事博物馆第十二届彩绘船奇比赛得奖作品
低年级组特优：台湾台中市忠明國小—洪婉宸

免费赠送，欢迎传阅