

道德

Morals
月刊

No.224
2026年8月號
2008年1月創刊

本月主題：智能啟發——廣泛吸取知識以發展才能



財團法人張榮發基金會
CHANG YUNG-FA FOUNDATION



封面故事

德弗札克

文／林煜智

德弗札克雖然是捷克人，卻在美國寫下最有名的《自新大陸交響曲》。

當時他住在紐約，時常搭火車四處旅行。據說他特別喜歡聽鐵軌發出的轟鳴聲，覺得那節奏充滿力量。他甚至告訴學生：

「火車聲，也是音樂！」除了火車，他也被黑人靈歌與印第安旋律打動，把這些元素融合進作品裡。《自新大陸》首演時，全場觀眾爆滿，大家都覺得這是「美國的聲音」。

很有趣的是，這部曲子成為經典後，反而讓很多人忘了他其實是捷克人！德弗札克用音樂告訴世界：靈感可以來自任何地方，甚至一列呼嘯而過的火車。





被「零基礎」撞開的成長門

文／璜瑞

剛進入大學時，面對多到令人眼花繚亂的課程，我曾一度感到迷茫，不知道該怎麼做選擇，擔心自己負荷不了，不論是論文寫作、文獻閱讀、小組討論報告，或是程式碼撰寫等，這些都令我深感困惑、頭昏腦脹。

以程式設計來說，身為一個對於程式語言知之甚少，可說是「零基礎」的初學者，光是下載軟體就花費許多時間和精力。雖然在理論課上總是聽

得津津有味，但到了實作課，就不知所措了。每一次上機練習，撰寫出的程式結果常常是紅字「Error」（錯誤）。為了讓自己有所突破，我開始從題庫本裡找相似的題目練習，雖仍是錯的多對的少，成績也不理想，但我還是學到了許多之前從未接觸過的知識，涉獵了不曾觸碰過的領域。

文獻閱讀和論文寫作也讓我吃盡苦頭，文獻細讀會太花時間，但又怕速讀難以掌握主



題，反而找不到適合的文獻資料，進而影響論文寫作。

撰寫論文時，總感覺論證不夠充分，也時常無從下筆，好不容易寫出一些後，又覺得邏輯混亂論證不清晰，太過流於表面。

因此我開始留意作者在論述問題時的邏輯脈絡，從如何深入分析，到過渡轉折。明白論文不只是文字的堆砌，而是用邏輯把資訊碎片織成網，再經過反覆推敲，把每段文字都連結到研究主題。

小組報告對當時的我來說

也很陌生，因為自己不擅長與人交流並表達個人的觀點。記





得在第一次參加小組討論時，僥倖的被分到一個氛圍很好的組別，討論時大家都會暢所欲言，盡情表達個人看法、提出建議，而我也被這輕鬆又主動的氣氛所感染，慢慢嘗試表達意見，和組員們交流自己的想法，因為有他們積極的回應，使我受到極大的鼓舞，也從中逐漸找回自信，能勇敢的將自己的想法說出口。原本的一「緊張」在同伴的支持以及鼓勵之下，逐漸蛻變成「從容」。

成長就是把「我不會」，慢慢變成「我試試」，最後變

成「我可以」，那些對著程式碼冥思苦想、在圖書館苦讀文獻，以及和組員們反覆討論的每一刻，這些都將成為讓自己成長的養分，不是突然變的厲害，而是在每個「笨拙」的時刻裡，一點一滴把「難」磨練成「會」，把心中的「怕」轉變成「敢」。



道德魔法師問問你：

· 學習新事物時，你曾像作者一樣感到苦惱嗎？你會用什麼心情樣的去面對呢？

· 小組討論時，你喜歡擔任分享者還是聆聽者，為什麼呢？



螢光幕之下

文／南投縣日新國中·林旻威

我們在網路上看到的都是真相嗎？

有些媒體以增加點閱率為目的，下了言過其實的標題，或加入一些聳動誇大的字眼，利用民眾的好奇心，驅使他們點進網頁閱讀，更誇張的是有些媒體會「選擇性報導」，給瀏覽者錯誤的資訊，然而大部分的人都未經思考就相信了，進而做出錯誤的判斷與決定，這種環環相扣的事例在我們周

遭屢見不鮮。

現代人生活步調之快，人們往往為了省時間，只大略的看文章標題。對媒體來說，下標成了一門困難的課題，他們必須在短短幾個字內達到吸引目光，讓人願意點閱的目的，那要如何定出一個「好」標題呢？隱瞞成為最好的選擇，首先在標題上加入「這句話」、「這件事」等文字，以提高民眾的好奇心，只要滑鼠一點，



目的就達到了，然而這種不當做法，雖在短期內能有效增加點閱率，但會影響眾人判斷，根本失去了大眾傳播的意義。

有些媒體為了吸引觀眾，常挑選只對自己有益的內容來報導，忽略或隱藏其他相同重要的事實，透過選擇性報導，操控讀者思想及觀點，讓讀者只能看到部分事實，產生偏頗的認知。就像我曾在網路看過一篇文章，內容是描述海龜被魚線纏繞，一隻熱心的海豹要幫助牠脫困，當下我覺得動物世界很美好，但事實是在侵犯

海龜。媒體把它美化了，以致我未經查證就這樣被媒體牽著鼻子走，這讓我覺得我們就像一隻被關進無形籠子的鳥，能看到什麼是取決於媒體，他們想要讓我們看見什麼，我們便





只能接收到那些部分，沒有思考、沒有查證，只能隨著媒體的安排飛行，也漸漸失去探索籠外世界的的能力。當媒體不再客觀，一味篩選吸睛內容，這種作法早就失去了媒體「傳播真相」的使命。

因此媒體的素養和自身的倫理道德就顯得格外重要，因為他們能夠輕易的「操控」我們。不只媒體要做好，讀者也要有明辨是非的能力，不要什麼都照單全收，要學會懷疑媒體。就像是我們看到一則新聞時，不妨多看看其他媒體如何

報導，或找資料比對，就像買東西時會去比價、看評論。當我們學會多方查證與對照，就能避免被錯誤的資訊影響。

總而言之，報導內容有真有假、媒體有好有壞，它可以成為傳遞知識的橋樑，但也可以成為隱藏真相的黑洞。活在資訊爆炸時代的我們，在閱讀時能獨立思考，不宜一味相信網路單一資訊，以免被蒙蔽，甚至誤導。希望未來媒體能變的更加真實透明，讓光鮮亮麗的表象背後，不再隱藏深不見底的深淵。



泥濘中的光芒

文／高雄市民族國中・梁品宣

曾經我以為「道德」只是師長口中的規範，直到那天，看著花蓮光復鄉被豪雨吞噬的新聞，才發現「道德」存在於那些即使冒著生命危險，仍然義無反顧的留下來、為災民盡一份心力的人心中！

中秋連假那天，我一邊吃飯、一邊看著新聞播報花蓮地區居民的房子被泥濘吞噬、生命危在旦夕、家鄉一片狼藉的畫面，心裡頓時湧上一股說不

出的酸楚，那時我想：「如果我也能像那些救災的人，用行





動幫忙，該多好啊！」

隔天一早，爸爸說要帶著全家出門，手上還拎著大包小包，我不假思索就跟著出發，上了火車後才知道，他要帶我們去救災。一路上我既好奇又擔心，當車上廣播聲響，告訴我們目的地到了，那一刻我更是忐忑。走出車站，印入眼簾的不是高樓大廈，而是一棟棟低矮的住宅，再往前走，抵達了重災區。那些住宅有的埋在厚厚的泥巴下，看到的不是冷氣，而是沾滿泥巴的電風扇；不是磚頭屋頂，而是生鏽的鐵

皮，還有散落一地的碎木板，現場雜亂不堪，空氣中夾雜著濃濃塵土味，腳踩著又濕又黏的泥地，讓人不禁感到噁心。那裡已沒有我們平常爬山時，聽見的悅耳鳥鳴，只有此起彼落的吵雜聲，讓人想逃離。

這比我在電視新聞上看到的畫面還要落魄、震撼以及悲傷。那場大雨，沒收了居民原本的幸福與歡笑，將悲傷的氛圍留在那盤旋不去。爸爸看出了我的心思，察覺到我想逃離的眼神，於是拉著我到救助中心登記，詢問有沒有我這同年



紀能夠幫忙的工作，打算直接讓我投入救災。從小住在

城市的我，根本沒有在爛泥地上走過，一開始完全不敢動，就連發放礦泉水都怯懦不已！這時一位不認識的阿嬤走了過來，用不標準的國語對我說：「謝謝你們的幫忙啊。」我不好意思的點點頭，便將目光轉



向那些正在泥地裡埋頭苦幹的鏟子超人，看他們用一滴又一滴的汗水，換來了一鏟又一鏟的泥漿。那一刻，我心中情緒翻騰，而更多的是慚愧，明明昨天才想著要幫忙，可是真的來到現場卻退縮了。我深呼吸一口氣，不再掙扎的一起投入救災行列，化身為鏟子超人的最強隊友，幫他們送水、拿毛巾、發糧食，雖然沒有冷氣，汗水浸溼了衣服，但我感到大家團結一心的力量。

臺灣真的是一個「推己及人」的所在。那一股同理心，



從來不是嘴上說說而已，而是付諸行動，這份熱情深深打動也改變了我，或許臺灣人的缺點，仍如夜空的星星一樣不知凡幾，但臺灣人的愛，絕對像



太陽般熱情四射，足以趕走寒冬，也溫暖了大家。我想這份願意為他人付出的精神，就是最誠懇的「道德」。

不過，真正的道德不能只在災難中出現，如果每一次風雨過後，我們又回到冷漠與自私，那這份善意就會和泥水一起流逝，唯有在日常中保持同理和熱情，才會是最長久的道德之光。我也希望未來不論在任何時候，都能像鏟子超人，讓道德成為行動而不是口號，讓這個世界時時刻刻充滿著愛與光熱！



從小鄉鎮到大學

文／育凱

站在大學校園內，看著高聳的教學大樓及生意盎然的草木，總是忍不住想起這一路走來的日子——從故鄉的小學，到繁華都市的明星高中，再到如今的大學。可以說每一步都離不開自己的努力外，更離不開社會大眾的幫助和支持。

我的故鄉並不繁榮，學校就坐落在小鎮的中心，校舍雖然經過翻修，使用多年後，許多設備也逐漸老舊，雖沒有新

穎的多媒體設備，但明亮的教室和牢固的書桌，是我努力的起點。因為我知道，讀書是獲取知識和成長的唯一途徑，所以我立志要效法古今聖賢，勤學不輟。

記得讀小學時，每天我總是第一個抵達教室，預習當天的上課內容。放學回家寫完作業，還會再次複習上課重點，這當中沒有特別的讀書技巧，就只有一股「加倍努力」的幹



勁。因為我知道能夠有安穩的學習環境，和學校提供的課後輔導，這些看似平常，卻都是在為我們建立基礎。

國中畢業後考上市區的明



星高中，學習環境變的更好。剛入學時，我的數學程度無法跟上其他同學，看著同學們熟練的解出習題，心裡既著急又不服氣。下課時，除了找老師詢問聽不懂的地方外，也會跟同學討論課本習題，還有參加針對基礎薄弱學生組成的學習小組。那段時間，我幾乎把所有時間都用在加強數學上，每天晚自習結束後，還會多留一個小時，只為了練習考古題；週末抱著參考書在圖書館裡複習，遇到卡關的地方，就對照課本、講義一點一滴琢磨。同



樣一道習題別人做一遍，我就做兩遍、三遍，憑著這份「加倍努力」，慢慢把成績提升上來。後來才知道，老師的耐心指導、班上的學習小組，都是為了讓每位學生能夠有機會跟上進度，這份不願放棄每位孩子的用心良苦，讓我的接觸特別深刻。

如今在大學，我依然保持著「加倍努力」的習慣，課堂上認真學習，課餘時去擔任志工，在服務偏遠地區孩子時，也會告訴他們「只要肯努力，機會總會出現」。我知道，當

初是社會給了我走出小鎮的機會，現在我能做的，就是把這份溫暖傳遞下去——用自己的努力提升能力，用實際行動幫助更多像我一樣的孩子，讓他們能在社會的支持下，一步步走向更遠的地方。

從小學到大學，我走過的每一段路，都包含著社會的善意。這份感恩，不是一句簡單的「謝謝」，而是藏在自己每一次「加倍努力」的堅持裡，也藏在我想向他人傳遞溫暖的行動中，成為我一生都不會忘記的初心。



那一次拍肩的分量

文／小霖

回想高中的一堂歷史課，老師以「是否以成敗論英雄」為主題，讓我們進行辯論。我這隊是反方，以「不以成敗論英雄」進行辯論。這是我第一次參加辯論賽，卻沒想到會被安排擔任反方二辯。二辯這個角色需要承上啟下進行論述，讓我緊張到雙腿顫抖、手心冒汗，只能不停的轉筆來緩解情緒，也在心裡再三提醒自己：別慌，記得要論述的重點。可

是教室裡窸窣的翻書聲、同學們低頭竊竊私語，這些細微聲音都像是被放大後傳入耳中，敲擊著我的腦袋。

輪到我上場辯論時，感覺心跳加速、千頭萬緒。我下意識的看了看隊友，想抓住點什麼，卻什麼也沒抓住。進入辯論時，我不但沒順著隊友原先鋪陳的邏輯走，反倒被對方的句話帶偏，踏進了自證的陷阱。語速不自覺愈來愈快，錯



誤也愈堆愈多。坐下的那一刻，我的臉頰紅的發燙，雙手還不自



覺的在顫抖，甚至連頭都不敢抬起來，心裡反覆自問：「我是不是拖累了大家？」

忽然間，肩膀被隊友輕輕拍了一下，我抬頭看向他時，他雙手豎起大拇指給我打氣，然後說：「講的挺好的，待會再把重點整理一下。」那句話

就像一杯溫水，不炫目、不刺激，卻能讓人慢慢冷靜下來。我深呼吸一口氣，整頓自己。再次抬起頭時，發現隊友正看著我，目光平靜，卻讓我感受到被支持的力量。

再次發言時，雖然還是會緊張，但已不再慌亂。我提醒自己：把語速放慢，把論述說清楚。於是我先回應對方的質疑，再補上自己的論點，每一句都比前一次更踏實。雖然聲音還有一點顫抖，但語氣已不再飄忽。知道自己在說什麼，也知道我不是孤單一人。等我



講完，原先那股堵在喉嚨與胸口的緊繃感終於鬆開，就像憋了很久的一口氣被輕輕吐出。

最後我們還是輸了！當老師公佈匿名投票結果時，我們與勝方僅僅毫釐之差，雖然遺憾，心卻不苦了，輸贏之外，這種被人支持的感覺，比起結果更在我心裡留下深刻感受。

回想起那個雙腿顫抖的午後，我發現它其實比記憶中更加溫暖。一次拍肩、一句不加修飾的提醒，在我最慌亂的時候，有人替我穩住陣腳。那一刻讓我明白——團隊不只是喊口號時的熱鬧，而是當你快跌倒時，哪怕只是輕輕一碰，也能給你重新站穩的力量。



善不止息十五載！

張榮發基金會在大武山腳下續寫愛的故事



文／財團法人張榮發基金會

十五年前，
歷經莫拉克風災
摧殘的屏東縣瑪
家鄉長榮百合國
小，在張榮發基
金會的援建下，
不但擁有嶄新的
校舍，更滿載祝
福，重新出發！
然而位在偏鄉的
小學，如何翻身
成為屢獲教育部
教學卓越金質獎
肯定的常勝軍？
答案就藏在——



· 張榮發基金會執行長鍾德美與全校師生及與會貴賓於新校車前大合照。



四月三十日盛大舉行的「十五周年校慶——校車捐贈儀式暨《maljimalji 未來的光》新書發表會」。

這場名為「善不止息十五載，長榮有愛·百合領航」的活動，除了感謝張榮發基金會十五年來不間斷的關懷以及支持，也讓校方因此更有底蘊推動各項校務發展，辦學成果深受各界注目。當日包括基金會執行長鍾德美、校長陳世聰、家長會長賴翔軍，及屏東縣政府縣長室祕書江漢、教育處督學林淑真與多位部落耆老皆親

自出席，陪伴全校師生見證這份深具意義的時刻。

今年張榮發基金會也贊助學校購置符合最新安全標準的中型巴士，解決學童通勤安全與校外教學接駁的需求，讓非居住於學校附近的學童可以平安上下學。新校車不僅載送學生往返住家與學校、進行部落踏查等戶外教學活動，更可支援接送社區部落長輩，擔負起守護眾人安全的重要使命。

此外，在校內設施修繕方面，基金會亦投入經費改善原本龜裂的籃球場地坪，並且增



變，雨天所造成走廊積水的問題，設安全圍籬；因應山區天候多



· 張榮發基金會贊助長榮百合國小出版發行原創繪本《maljimalji 未來的光》，執行長鍾德美（中著背心）與師生全體大合照。

題，而增設延伸採光罩雨遮，保障師生擁有安全無虞的活動空間。

校慶當日的另一個亮點為原創繪本《maljimalji 未來的光》新書發表會，由三個故事主題小組的代表同學，進行故事導讀與分享。該書起源於二〇二五年由英國威爾斯UWC高中生張世沛，與長榮百合國小學生舉辦的「陽光綠能工作坊」。繪本內容收錄了〈木蜥村不再睡眠不足了！〉、〈光與Yuvu〉以及〈太陽的神聖之光〉等故事，探討太陽能建



設與原住民部落文化間的包容與衝擊，由張榮發基金會贊助發行。

校長陳世聰在致詞時，對

於基金會的長期支持表達感謝。他指出，長榮百合國小之所以能夠接連榮獲



· 張榮發基金會贊助屏東縣長榮百合國小購置校車及校園環境修繕等經費，4月30日該校舉辦15週年校慶及感謝儀式，由校長陳世聰（左一）、家長會長賴翔軍（右二）及師生代表們頒贈感謝狀給執行長鍾德美（左三）。

獎項，展現實驗教育的豐碩成果，正是因為有張榮發基金會長期而穩定的資源挹注。

本會執行長鍾德美致詞時表示，基金會多年來履行創辦人張榮發先生「回饋社會」的遺志，啟動善的循環，就如同這本繪本不僅是孩子們創意的結晶，更是環境與文化永續的具體展現，出版後將會贈送給全臺近千所的偏鄉小學，盼藉此讓學童建立「世界公民」意識，不再因為身處偏鄉而限制了夢想，在大武山腳下開出一朵朵堅韌的百合花！



我在美術課學到的事

文／湘湘

「同學們準備開始上課

囉！」——聽到台上老師的聲

音，就知道每週一次的美術

課要開始了！

為了讓我們學習各種類

型的藝術，老師每隔幾個禮

拜就會規劃新的課程主題，



有時是需要發揮創意的黏土
雕塑，有時是考驗耐心的水



墨畫，還有色彩豐富的蠟筆畫，不論是哪個主題，對我們來說都既新鮮又有趣。

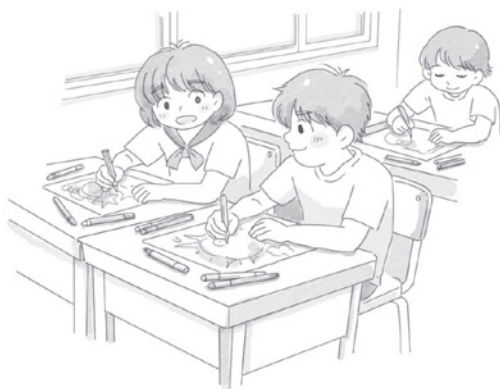
其中，讓我印象深刻的主题是畫作鑑賞。記得那堂課，老師先向大家介紹畫家的生平故事，接著請我們開始觀察課本上的畫作，並分享觀察到的內容，不論是畫

作顏色或是人物表情，只要有想法都可以舉手跟班上同學分享。這時大家彷彿都變





身為偵探，睜大眼睛仔細觀察，有同學發現畫家喜歡用鮮豔明亮的顏色，也有同學透過服裝來猜測畫中人物的身分，聽著同



學們的分享，才發現原來同一幅畫會因為觀察的角度不同，而有不一樣的發現。

現在，美術課已經是我

最喜歡的一堂課，不但能學習各種知識，還可以發揮想像力去創作，讓我們與藝術的距離不再侷限於課本，而是在生活周遭處處可見。

《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: ced@cyff.org.tw
地址：100012 臺北市中正區中山南路 11 號 9 樓



人生十二堂道德課程



孝 行 孝順父母，對父母盡奉養義務

友 愛 兄弟姊妹之間要相親相愛

夫婦和睦 夫妻相處要互敬互愛



朋友互信 朋友交往要互相信任



謙 遜 自己的言行舉止要謙虛恭順

博 愛 對眾人廣施愛心，伸出援手

修學習業 勤勉向學，培養職業技能



智能啟發 廣泛吸取知識以發展才能

德器成就 致力於成就人格道德精神之提升

公益世務 從事公益活動，為社會為人群服務

遵 法 遵守法律，維護社會秩序和諧



義 勇 秉持勇敢正義的精神，為社會奉獻心力

道德月刊

2026年8月 No.224

ISSN 2070-9722

發 行：財團法人張榮發基金會

製版印刷：長榮國際公司文化事業部

創 辦 人：張榮發

中華郵政臺北字第1188號執照登記為雜誌交寄

發 行 人：鍾德美

地 址：臺北市100012中正區中山南路11號9樓

編 輯：文教部

電 話：(886) 2-2351-6699 分機 6107

美 編：曾揚華

傳 真：(886) 2-2391-5176

插 畫：王意評

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

封 面：侯彥禎《德弗札克》

網 址：edu.cyff.org.tw/monthly



長榮海事博物館第十三屆彩繪船奇比賽得獎作品
高年級組優選：臺北市東園國小—張旆綺