

道德

Morals
月刊

No.226
2026年10月號
2008年1月創刊

本月主題：公益世務——從事公益活動，為社會為人群服務



財團法人張榮發基金會
CHANG YUNG-FA FOUNDATION



封面故事

普契尼

文／林煜智

普契尼的歌劇充滿激情與張力，其中《蝴蝶夫人》與《托斯卡》更是動人至深。但他的私生活，卻比歌劇還戲劇化。

他是十足的花花公子，身邊總有許多女性圍繞。太太也因為爭風吃醋，天天和他爭吵，家裡宛如小劇場。普契尼雖然在感情裡一團亂，但他卻能把濃厚的情感與愛情的悲劇都轉化為藝術，寫進歌劇作品裡。

有人說，普契尼的歌劇之所以能那麼真實，是因為他自己就活在一齣永遠上演不完的爱情大戲中。





公益，從看見需要開始

文／靖光

美國有位五歲的小女孩凱瑟琳，在紀錄片裡看見非洲每三十秒就有一名幼童因瘧疾去世，原因竟是買不起昂貴的蚊帳。她沒有選擇漠視，而是主動跟父母



討論，並在父母的協助下省下點心錢購買蚊帳，之後更寫信給比爾·蓋茲：「沒有蚊帳，非洲的小孩會死掉，可是聽說錢都在你那裡。」這封純真直白的信，震撼了比爾蓋茲基金會，促成三百萬美元捐款。

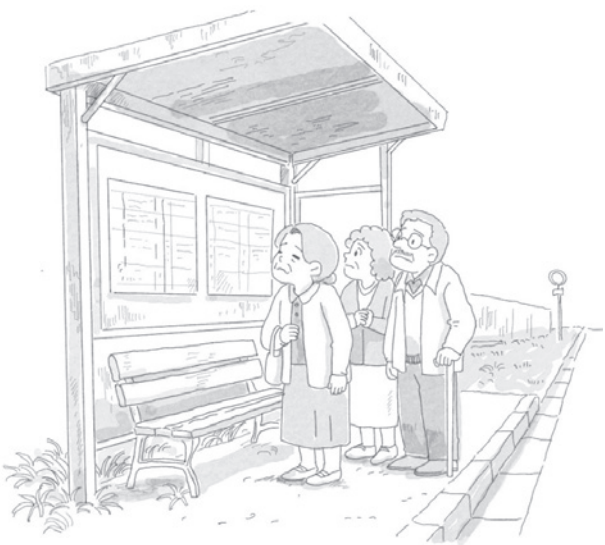
一個五歲的小女孩，憑藉「看見」苦難的敏銳與家庭的支持，改變了數萬人的命運。回溯這場善舉的源頭，不過是一個單純的念頭——看見對方的需要。



凱瑟琳的故事深深啟發了我：公益世務，從來不是遙不可及的浩大工程。我們常以為做公益必須具備豐厚財力，彷彿非得要做出驚天動地的大事才算數。然而公益最核心的本質，既非居高臨下的施捨，亦非自我感動的展示，而是同理心。當我們願意從冷漠的日常抬起頭來，去觀察身邊隱而未現的痛點，善意便有了發芽的土壤。

這樣的體悟，也實踐在我自己的生活中。幾個月前，我注意到社區公車站牌旁，總有

幾位長輩在烈日下焦急等車。路線圖字體過小且褪色，手機APP對不熟悉的長輩而言，更是難以跨越的數位鴻溝。我看見了他們的困頓與無助——





那不僅是等車不便，更像是被時代浪潮邊緣化的失落。這不是大問題，卻是真實存在於日常裡的微小匱乏。

於是我決定付諸行動，利用課餘時間整理公車資訊，繪製一張

字體放大、搭配清晰色彩的
大字版路線圖
並張貼在站牌



旁；同時也在社區活動中心開設課程，教長輩查詢班次。當我看見長輩們露出釋懷微笑，並能精準掌握公車班次時，我頓時明白：發現身邊微小的痛點並起而行之，就是最真切的公益實踐。

公益的美好，在於它是雙向滋養。在為他人伸出援手的過程中，我們其實也悄悄充實了自己。走出個人的小圈圈，讓我們得以看見世界的真實樣貌，並在付出的過程中學會感恩與珍惜。這種「看見」，讓我們懂得將擁有的餘裕轉化為



照亮他人的微光。提供幫助的人，也在行動中收穫了踏實。這個世界不會因為一個人做了很多大事而變好，卻會因

你還好嗎？



為每個人都做了一點小事而變的不一樣。無論是關注社區設施的完善，抑或是替被冷落的人遞上一份關懷，處處都是公益的舞台。公益，從看見需要開始；最動人的改變，永遠始於我們願意跨出舒適圈、伸出雙手的那一瞬間。



道德魔法師問問你：

- 你曾經像凱瑟琳或跟作者一樣主動「看見」問題嗎？你有為此提出解決辦法或是做出改變嗎？
- 如果你是凱瑟琳，你會像她一樣寫信給比爾·蓋茲嗎？還是會採取什麼行動來幫助他人呢？



眾力成城

渺小的螞蟻齊聚一堂，便能搬起千鈞萬鈞的食物；溫順的羚羊只要成群結隊，就能攜手穿過廣漠的荒原；悠然的大雁如果群集飛翔，甚至能穿越半個地球。我們不難窺探，一個人的影響雖微不足道，若是匯聚起來，便能創造出不容小覷的力量。

我自幼學鋼琴，對音樂有著濃厚的興趣，在小學四年級就參加國小樂隊，開啟忙碌的

「音」生活。起初，大家的表現都略顯生疏，不是拍子在前面跑，我們在後面追；



文／彰化縣立鹿鳴國中·葉瑞芸



就是樂譜在向我招手，而我卻不認識它！一個個手忙腳亂，就像迷路的小孩找不到回家的路。經過日復一日的練習，我們和樂曲才稍微變成好朋友，隨著指揮的手勢如同波浪般，將每一種截然不同的樂器和旋律完美融合，交織成動人的樂章。此時，我更加期待嶄新的未來，成功融入這個大家庭。

校慶將至，校園內每個角落都被點綴上繽紛的色彩，大家摩拳擦掌準備大顯身手，好不熱鬧。在學期活動中，至關重要的當然就是運動會，為了



不日將至的開幕合奏表演，雖然我們已經忙的焦頭爛額，也會運用課餘時間，召開團體練



習。只是百忙之中難免疏失，但誰也沒料到，有人會假借老師名義，犯下雞鳴狗盜之行，成天推脫練習，結果進度嚴重落後。某天，指揮特地集合大家，語重心長的說：「你們每個人都是樂隊的一分子，如果僅因為少數人的惰性而壞了一鍋粥，豈不是蹉跎光陰？」「一榮俱榮，一損俱損」唯有大家同心協力，才可以嘗到成功甜美的果實！」聽完這一席話有股暖流沁入心田，讓我感觸頗深。在這之後，無故缺席的人愈來愈少，每當演奏遇到挫折

時，大家總會想起這句話，迎難而上，團結一致，問題便能迎刃而解。

「典禮開始！」眾所矚目的運動會隆重登場，我們被安排 in 典禮中段表演，在等待演出時，我的內心宛如十五個吊桶打水七上八下，既緊張又期待。「歡迎樂隊進場！」我們雙腳踩著整齊劃一的步伐，也帶著這段時間的心血結晶，浩浩蕩蕩前進。站定位後，大家屏氣凝神，專注凝視著前方，「唰！」指揮棒劃破全場的寧靜，優美的旋律線條隨之起伏



流淌，時而輕快靈動，時而渾厚柔美；有時如蒼鬱森林中清脆鳥囀，有時又如熱情奔放的海浪。在這一片悠揚樂聲中，凝聚的是每個人的努力：響亮的鼓聲、婉轉的笛音、悅耳的鐵琴……，璀璨的時光，也在這一刻綻放出喜悅的煙火。一曲終了，贏得滿堂喝采。

透過這次的經驗，我們真正體會到「團結就是力量」的道理。打掃教室時，唯有大家盡心盡力，才能讓上課的環境一塵不染；小組報告時，透過彼此分工合作，才能讓報告內

容更加精彩；布置教室時，只要大家集思廣益，就能共同創作出令人驚豔的作品。所以日後和同學相處時，我會秉持互助合作的精神，與大家齊心協力，一定能一起走出屬於我們的康莊大道。

俗話說：「二人同心，其利斷金。」日常生活中，人們往往容易忽視合作的重要性，其實，許多事情只要透過彼此合作，都能變得更加簡單。在表演中，我學到和他人合作的經驗，而這種精神，定能為我們帶來更美好的人生！



我被上了一課

文／高雄市立國昌國中・翼品芊

熱鬧喧囂的城市裡，車水馬龍的路旁，有座身影靜靜佇立著。它每天準時「醒來」，睜開雙眼迎接嶄新的一天，將大大的「肚子」分享給大家。它有著透明的身體，裡面裝滿各式各樣的食物——有分裝好的小菜、水果、便當等，身旁掛著黃色看板，寫著「愛心冰箱」四個大字，默默為需要的人服務，傳遞愛與溫暖。

坦白說，在造訪這座冰箱

前，我對它一點興趣也沒有。那天，太陽像顆火球般炙烤著大地，萬物彷彿要被高溫融化了。正當我想待在家裡悠閒的吹冷氣時，媽媽卻提著一袋即期食品，說要帶我去個神祕的地方，我皺著眉頭抱怨：「外面很熱！要去哪裡？一定要去嗎？」媽媽只淡淡的說：「妳平日裡總是浪費食物，今天就去看看別人怎麼珍惜它吧！」我嘆了口氣，心不甘情不願的



跟著出門。

到了現場，看見幾位身穿紅色背心的志工，有的彎著腰井然有序地在整理物資；有的

在狹小的廚房裡盛裝便當，神情專注。冰箱旁不時有民眾上前捐贈物資，手與手的交接間傳來細碎的「辛苦了」，一股暖意在人群中流動。媽媽把我們帶來的麵條交給志工阿姨，對方笑著道謝，並且和我們聊起愛心冰箱的成立過程。原來這個愛心站是站長自掏腰包成立的，每月除了要負擔高額水電費外，還會篩選與整理所有食物，以確保安全衛生。志工們不求回報，只希望讓需要的人能安心的飽餐一頓。聽到這裡，我原本的浮躁與不耐煩，



慢慢被撫平了。

這時，看到一位滿頭白髮的阿嬤小心翼翼的取走我們帶來的麵條，臉上露出靦腆又感激的笑容。她說：「這可以煮給孫子吃，謝謝你們啊！」我愣了一下，腦海中閃過許多畫面——那些被我嫌棄、嚥不下的剩飯剩菜、餅乾櫃中過期的零食、冰箱裡餿掉的飲料……原來我輕易浪費的東西，對別人來說卻是幸福的滋味，我忽然覺的臉頰發燙，心裡湧上一股說不出的羞愧。

離開時，我回頭望著那座

冰箱，它散發著光芒，像一顆溫暖的心。從那天起，我學會不再浪費，也懂的主動分享。偶爾還會和媽媽一起整理家裡的食物，再送去那個角落。

愛心冰箱讓我上了一堂沒有教科書的課，它教會我懂得感恩、惜福。那天，我被媽媽及那些默默付出的志工們與笑著道謝的受贈者感動。原來最珍貴的不是擁有，而是願意分享，正如梵谷所說：「愛之花綻放的地方，生命便能欣欣向榮。」在那一刻，我感受到愛在每個角落悄悄綻放的力量。



只是多做一點

文／睿杰

我在醫院當志工，主要負責協助病人使用自動報到機，以及為病人指引路線。每天上班，我會先開啟電腦、補充影印機耗材，再到門診大廳開始一天的服務。

遇到站在自動報到機前不知所措的病人，我會主動上前詢問，陪著他們完成報到。年長者操作較慢，我就會放慢速度把步驟說清楚，也提醒他們確認掛號資訊。列印檢查報告

時，如果有人分不清楚單據的用途，我會幫忙說明，提醒他們看診時帶好相關資料。

醫院裡樓層多、科別也多動線複雜，第一次來的人很容易找不到診間。這時我會告訴他們怎麼走，也會提醒沿途的標誌；如果遇到行動不便的長者，則陪他們走到電梯口，確認他們知道要去幾樓後，再回到服務位置。

有時，我會多做一點。比



如長輩等待報告時較著急，我會告訴他們大約還要等多久，

也陪著聊幾句。有些人記不住路線，會回頭再問，我就再說一次，直到他們確定方向。這些看似簡單的工作，其實需要十足的耐心。

志工服務中，我常會收到一些簡單卻讓我印象深刻的回應。有人完成報到後對我說：有你們的幫忙，省去了好多麻煩，也有人離開前向我點頭道謝。這些話雖然平常，卻讓我知道了，自己所做的事情確實幫上了忙。

以前我以為，幫助別人一定要做什麼大事才有意義。成



為醫院志工後，我才發現，很多時候，人們需要的只是有人願意停下來。其實，只要多花一點時間、多一點耐心，就能讓原本焦急的人安心一些。

對我而言，志工服務就是把眼前能做的事做好，在別人需要時多走一段、多陪一下。也許我只是幫一個病人找到方向，但這一點小小的幫助，就能讓他的就醫過程順利一些。這也是我在志工服務中學到的事：善意不一定要很大，有時候只是多做一點，就能讓別人少一點困難。



從一本書開始

文／弘謙

大學裡有許多志工活動，我在大二時積極投入其中，也參加了幾次讓我印象深刻的服務。其中一次是我們到一所偏鄉小學，發現學校圖書室裡的書比較老舊，有些甚至已經用了二、三十年。看到孩子們可以閱讀的書不多，便和同學一起想辦法，希望能替他們多準備一些書。

利用課餘時間開始募書，也聯絡出版社，在學校裡設置

捐書站。原本以為把書募集起來就好，真正做了才發現，還要整理和挑選，看看內容是否適合孩子閱讀，而不是把所有收到的書直接送過去。

經過一段時間的準備，第一批五百多本書終於送到了學校。看到孩子們手捧著書開心不已的模樣，讓我們很有成就感，也發現一本書對我們來說也許沒什麼，但對沒有足夠閱讀資源的孩子來說，可能是很



珍貴的禮物。

除了募集圖書，我也參加過校園流浪貓的照護活動。以前看到流浪貓，我只覺得牠們很可愛，真正參與後才知道，照顧牠們並沒有想像中簡單。活動中請動物醫學老師教導正確的方法，替校園裡的流浪貓建立資料、安排絕育，也製作宣導看板，讓同學知道應該怎麼和流浪動物相處。

這次活動讓我學到，想幫助別人或動物，光有善心還不夠，也要學習正確的方法。就像照顧流浪貓，如果只是一味



餵食，可能不一定真的能解決問題。先了解需要，再想辦法幫忙，才能把事情做好。

參加這些活動後我發現，志工服務不一定要做什麼大事。有人整理一本書，有人多捐一本書，有人花時間照顧一隻流浪貓，每個人的力量雖然不大，合在一起卻可以完成一件原本一個人做不到的事。

對我來說，參加志工活動最大的收穫，不只是幫助了別人，也讓我學會了合作、耐心和負責。以後如果還有機會，我希望自己能繼續參加志工服

務。也許能做的事情很小，但只要願意從身邊開始，就能讓需要幫忙的人得到一點幫助。





張榮發基金會推教育平權 助偏鄉童掌握想像力之鑰

文／財團法人張榮發基金會

藝術，是開啟孩子想像力的一把鑰匙。但對於偏鄉學校的孩童而言，藝術卻像是遙不可及的夢！面臨城鄉發展失衡，藝文師資聘任不易、課後多元發展資源匱乏的窘境，張榮發基金會再次挺身而出，秉持創辦人回饋社會的大愛精神，助



· 張榮發基金會執行長鍾德美（中著背心）與所有參與計畫之師長，一起體驗南埔國小「茶香小學堂」課程。



力苗栗縣政府辦理學校課後社團的藝術與人文教學計畫，兩年累計投入超過新臺幣四百萬元，共計造福七十所學校。

張榮發基金會執行長鍾德美於六月二十五日受邀參加南庄鄉南埔國小舉辦的捐贈感謝儀式，並親自體驗「茶香小學堂」課程，與該校學童一起認識臺灣茶文化，學習茶藝與茶桌禮儀。這堂課正是得益於基金會的挹注，引進專業師資，讓孩子能在課後社團中探索陶藝、書法、舞蹈、音樂等多元的藝術形式，提升洞察力與創

造力，更進一步在師生交流中建立起完善的藝文教學體系。

看著孩子們專注聽課的模樣，鍾德美有感而發道：「藝術教育不只是技藝的培養，更是品格與生活教育的延伸。唯有親身體驗，才能感受藝術的魅力，讓美學持續在孩子心中萌芽。」她指出，基金會相信教育能翻轉偏鄉孩童的未來，因此今年計畫特別關注師資不足的學校，期望透過藝術課程拓展學生的美學視野、激發適性潛能，陪伴孩子開發潛能、增強自信心。



苗栗

縣長鍾東
錦特別感
謝張榮發
基金會，
持續贊助
苗栗縣藝
文教育，
一一五學
年度將協
助四十二
所學校師
生推展課
後社團活
動，共同
打造屬於
苗栗的文
化教育品
牌。各校
也因為獲
得這項計
畫的支



·南埔國小學童以太鼓表演震撼開場，充分展現課後社團的豐碩學習成果。

持，得以推出多元藝術課程，回應一〇八課綱精神，結合在地文化特色，同時將學習主權回歸學生。

張榮發基金會多年來深耕藝文教育，攜手地方政府與學校推廣教育平權的理念，因而屢獲文化部「文馨獎」以及教育部「藝術教育貢獻獎」的肯定；除此之外，每年四月至六月更舉辦「張榮發基金會藝術季」，邀請全民免費參觀長榮海事博物館，以及參與各類藝文講座、展演活動，盼將藝術融入大眾日常生活。



尋寶市集

文／小榕

一年一度的校慶園遊會

即將到來，早自習時全班一

起討論攤位規劃，有人提出

賣餅乾、飲料，也有人提議

要準備遊戲攤位，這時老師

說不如舉辦尋寶市集，市集

內的義賣品是來自家中的閒

置物品，不論是玩具、故事

書或是文具用品，只要沒有

破損、能正常使用的，都可

以捐出來當義賣品，最後再

將義賣所得捐給公益團體，

集眾人之力幫助他人。

聽完老師的提議後，同



學們一致表示贊成，更有同學
 學提到除了義賣外，還可以
 準備滿額活動，像是消費滿
 壹佰元，還可以額外獲得小
 禮物，藉此吸引更多入。放
 學回家後，我迫不及待和媽
 媽分享園遊會時班上要舉辦
 尋寶市集，媽媽聽到後，稱
 讚這個想法不僅能讓資源再

利用、不隨意浪費，更重要
 的是能學習如何透過自身行





動幫助他人。

園遊會當天，看著同學

們熱情的招呼客人、介紹義

賣品，許多民眾聽到我們會

將義賣所得捐出時，紛紛表

示這麼棒的活動一定要捧場

支持！

園遊會結束後，老師除

了公布當天義賣所得外，也

請大家分享心得，有同學提

議下次要多準備宣傳海報，

還有同學提出要設計抽獎活

動，但討論到最後，我們一

致同意不論明年規劃什麼樣

的攤位，都要將義賣所得捐

出去，因為能用自己的力量

幫助他人，真的是件很快樂

的事。

《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) 2391-5187
E-mail: ccd@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10月 No.226

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) 2-2391-5187

插 畫：王意評

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

封 面：侯彥禎《普契尼》

網 址：edu.cyff.org.tw/monthly

2026
09.01

12.31

全臺國小學生
熱烈徵件中！



用聲音， 說出好品格



《道德月刊》
小小配音員徵選競賽



詳細資訊

主辦單位

財團法人張榮發基金會
CHANG YUNG-FA FOUNDATION

協辦單位

親子天下

整合傳播中心