



親親康橋

編輯委員／卓意翔 鄭仕飛 張雅欣 吳惠菁 張智龍 吳浩銘 莊文庭 江翠蓮 周德貞 陳筱嫻
總編輯／馮郁翎 吳蕙 余素麗
文章作者／扶志凌 饒子儀 劉胤辰 江樂晴 蔣宛霏 胡凱馨 李知遠 韓念琦 孫均睿 陳伶瓊 林大芮
翁偉璋 林以昕 林柏宇 楊筑軻 何晉霖 王晴妍 許馨云 李侑縈 王梓洋 張恩慈 關辰翰
張永怡 蔣適恒 諸元浩 劉蕙嫻 吳芷妍 侯米繼 陳冠沂 黃朱可安 周賢丞 陳星頤
陳品臻 關傳薪 柯玓婷 胡尚恩 蘇愛芸 林志寬 張睿嫻 陳品蓁 陳郁翔 邱敬媛 詹子葵
夏楚則 曾怡甄 蘇致衡 江宜蔚 涂語涵 李晨希 鍾采彤 呂沁妍 呂慕萱 Deeksha Bhaskar
林語辰 蕭文煜 李昕璇 方宗琪 陳巧樺 蔡允恬 李知穎

第 11101 期 校址／新北市新店區華城路 800 號 網址／<http://www.kcis.ntpc.edu.tw> 創辦人／李萬吉 發行人／徐文淞 發行者／康橋國際學校秀岡校區



康橋勇者征服合歡群峰

作者／扶志凌老師

在我從高中老師轉任國中導師時，就有很多人陸續告訴我：「扶老師，你知道國中的課程，有合歡群峰的登山活動嗎？導師都要一起爬山，行前訓練跟正式活動都很辛苦喔。」因為以前我一直都是高中導師，所以我接觸到的菁英課程是十二天的單車環台活動，對於國中菁英課程的登山活動從來只有耳聞，卻沒有機會親身體驗。第一次有機會接觸合歡群峰菁英課程，感覺既新鮮又很有挑戰性。

在六次的行前訓練中，我們超過一半以上的行前訓練，都受到颱風或颱風外圍環流影響，因此行前訓練都是大雨不斷的情況。在大雨中走路，不但是體力，也是意志力的考驗。很幸運的，導師班 8E 的同學，都很認真很努力的參加行前訓練，對於學校的各項要求，也都非常的配合。同學也從一次又一次的訓練中，培養出和師長及同學的默契，也對合歡群峰的挑戰越來越有信心。

11月1日，終於來到了正式的合歡群峰登山活動。我們第一天預計攀登的高山為石門山，在細雨連綿的情況下，我們順利登上石門山。在連綿的雨勢跟霧氣中爬山，真的是山朦朧人也朦朧，在朦朧中，一切似乎都是那麼的美。

第二天的登山活動，我們早上攀登的是合歡山東峰，一望無際的階梯高聳入雲，我們爬了一階又一階，一階又一階，連綿無盡的階梯似乎沒有盡頭。順利登頂後，又是一階又一階，一階又一階，無止盡的下山道路。這些階梯就像是人生中的種種考驗，能用心走過就能留下足跡，未來都是最美好而甜蜜的回憶。第二天下午攀登的是

合歡山主峰，彎彎曲曲的道路，與四周的美景，形成強烈的對比。當同學走完漫長道路順利登頂後，同學拿出登頂宣言拍照，並互相激勵彼此，讓人感覺，原來爬山也可以是一件浪漫的事情。

第三天的登山活動，是合歡山北峰，走到北峰登山口，望著眼前高聳入雲的北峰，我心裡想著，這真的爬得上去嗎？我因為國慶日確診的關係，每走一段路程，就必須停下來重新調整呼吸，因此攀爬的速度遠遠不及學生的快速。當我在山道上緩慢攀爬時，一隊又一隊的學生從我身旁走過，許多認識我或不認識我的學生，都會親切地對我說：「老師加油。」讓我感覺非常的溫暖。而當我順利爬上北峰時，真的無比開心。因為北峰的道路既崎嶇又險阻，風勢又非常的強勁。每一百公尺的界碑，我都有拍照留念，因為代表著自己，又順利通過這一段險阻山路的考驗。伴隨著一張又一張的界碑照片，最後就是北峰峰頂與小隊學生及師長的合照，超級開心自己能通過合歡群峰的考驗。

第四天課程是在台一農場的反思活動，讓學生可以反思自己在合歡群峰的課程中，究竟學習到了哪些道理，以及留下了多少美好的回憶。真的很感謝學校安排合歡群峰的菁英課程，讓師生可以一起成長，也感謝學務處的師長在活動中對於八年級師生的種種協助，讓這次活動可以順利完成。最後，「康橋勇者征服合歡群峰」，是我想為這次活動寫下的完美註腳。

榮獲「康橋三好品格獎」 築夢康橋·圓夢合歡撰寫績優同學



作者／8C 饒子儀

我印象最深刻的就是第 18 小隊有同學體力比較不好，我們班兩個體力好的同學（賴品辰、陳奕廷）就主動幫他背水袋背 40 公升登山包上山，這非常不容易，在海拔比較高的地區，你爬一下就氣喘吁吁了，還有能力幫助同學背兩個書包等登頂。我覺得他們非常了不起，在自己有能力的時候幫助別人，要是沒有他們兩個 18 小隊就不會那麼順利的登頂了。

作者／803 劉胤辰

感恩：老師和同學的幫助、禮儀：遵守師長訂下的規範、自律：規定作息並知道自己該做什麼、包容：關心體力不好或不舒服的同學並放慢速度、負責：清理自己的東西並做好該做的事、愛護：自己的東西與身邊的人。

作者／804 江樂晴

在我們爬山時，我們小隊有人體力不支而走不動，大家都會在他背後鼓勵他，還有人走到他身後推著他走來讓他可以花少一點力氣繼續走下去，我覺得這樣的舉動很好，同學之間互幫互助、不抱怨對方反而助他一臂之力，展現了同學之間互相包容的精神。

作者／804 蔣宛霏

在攀登合歡群峰的過程，這六大核心元素的發揮，最令我印象深刻的人是我們的隨隊老師。老師總是默默的付出，甚至在她自己也攀登得精疲力盡之際，還得照顧我和同學們。最令我印象深刻的事情則是在山上我們每次都有準時集合，為這次的活動負責。

作者／8E 胡凱馨

天空像是被撕開了一道口子，狂風暴雨在前兩個梯次從天而降。我們是幸運的，雨過天晴，神明像是知道我們的到來，又把口子給縫了起來，陽光從一絲縫隙中冒出頭來。不幸的是，我居然忘記帶了登山杖，大巴到石門山山腳的時候，我的內心很掙扎，來回踱步著，最後還是鼓起勇氣問我們 22 小隊的其中一個同學借了，非常感激他借了我四天的登山杖。爬東峰的時候，我們小隊的其中一個同學突發高山症，噁心想吐，我和其餘幾個同學想都沒想就主動提出幫忙背負重，雖然最後沒有第一個登頂，但這使我們更加懂得包容、負責和愛護，遺憾有時才是最好的結局。在爬主峰的時候，我因為體力不支，情緒很差，還有點亂發脾氣，但 Cindy 嚮導不厭其煩地鼓勵我，隊長也努力拉著我上山，登頂的時候，看著美麗的大自然風景，不禁有一絲「會當凌絕頂，一覽眾山小」的感覺，我們要感恩大自然給我們的饋贈，保護環境。這四天裡面，每一天老師都不斷地提醒我們「公筷母匙」，要懂禮儀，因為我們每個人都是代表康橋的一份子。同時，我們寢室也沒有一天遲到，秉持著自律的好習慣。最後感謝學校和家長給我提供這次合歡活動，給我一次走出舒適區的機會，感謝陪伴我四天的所有人！



校慶籌備

作者／12A 李知遠

自從接下學生會長一職後，我就知道要面對的是很多場學校活動，而最具挑戰的則是康橋校慶。

學生會從5月份就開始籌備這場校慶活動，連續五個月與體育組和舍務組老師們進行開會協調，同時和四大家族的幹部研擬各種想法和意見，不斷的磨合溝通討論。定調採取與以往不同的樣貌來圓滿我們康橋21歲的慶祝活動！而今年和往年最大的不同就是我們大膽加入了電子競技活動，並且由四大家族自行販售食物，而將盈利全部捐給行動勸募機構，我們也增加了獎項希望吸引同學能更熱情的參與活動。

因校慶是學校每年最重要的日子，所以活動的籌辦過程可說是非常艱辛，大小會議是日常，可行性與否都需要團隊再三模擬以期流程順暢，突破性的構想也要有說服力，細節的安排更是要謹慎規劃。

隨著校慶落幕，最大的獎項頒發給了睽違六年重新奪冠的西方家族，身為主辦方能看見同學們的笑容，我感到收穫滿滿。此外我很感恩在我第一次負責的大型活動裡有那麼多給力的夥伴共同朝目標前行，家族的美術人才更是令我佩服，不斷的修改也毫無怨言。我感受到



團隊的力量是無限大！在溝通無效時，永遠有正面思考的隊友跳出來為大家打氣，在疲累會議中沒有結論，那種無力感更是挫折，但也會有隊友拍拍我的肩膀，給我莫大的支持！我看到籌備組員每個人積極的付出，團隊的凝聚力和默契一直在增強著，內心只有滿滿感動，而我自己多麼幸運能在其中學習！

在這個活動中，大量的勞動力和想把事情做到最好的心理壓力給了自己磨練領導能力的機會，以前的我不擅溝通，然而在這次校慶活動裡，不管大小事都需和師長組員做充分的協調。我了解到真正的領導者，必須有顆柔軟的心，廣納大家的意見，再決斷出雙贏的策略，爭取更好的結果。在籌備過程中遇到的所有困難給了我突破自己的機會，吸取了寶貴的經驗，提升了自己！我相信多年之後再回想起康橋的21歲生日必定是我最快樂的回憶！



教師節活動

北方家族：春風化雨、感恩戴德

作者／11B 韓念琦、11B 孫均睿



過程中，師長得以放鬆心情，並在教師節體驗與平日不同的校園生活。最後，北方家族也和學務處生輔組合作，在當日下午於教室走廊擺設茶點與家族貼紙，並贈予路過的師長們，以感激的心情結束一系列活動。作為家族長，我們從教師節活動中收到許多師長的正面回應；這成為我們往後舉辦校園活動的動力，更增進我們的感恩戴德之心。



今年教師節之際，為感謝師長平時的細心照料與諄諄教誨，北方家族策劃了三項教師節系列活動，進而代表全體同學將感恩傳達給每位師長。首先，我們提前搜集了近六十位同學對學校師長的感謝及祝福，並製作成精美卡片，在教師節當日早晨寄送給全體師長。學生直接傳達的話語充分展現了多個角度的感恩之心，讓老師們以快樂的心情開啟教師節。接下來，我們邀請了多位師生一同參與教師節趣味賽，讓師生在輕鬆遊戲中拉近情誼並表達感恩。



萬聖節活動

北方家族：齊心協力打造「詭秘博物館」

作者／11B 韓念琦

每年萬聖節，都會迎來師生最期待的換裝和鬼屋活動。而今年北方家族也承辦了鬼屋的重大籌備，我們將主題設為「詭秘博物館」，讓參與師生彷彿在探索搜集了眾多恐怖物品的博物館。作為籌辦者，鬼屋的設計與場佈花費了許多團隊的心思與合作。除了幹部內多次的細部佈景、設計圖討論，我們也與師長評估主題、道具合適性，在多次考量下才發揮出創意又順利的完成佈置工程。在活動當天，我們更邀請多位演員同學來增添鬼屋氣氛，並安排幹部帶領動線，讓師生能在安全的引導下保有最生動的體驗。此外，我們首次設計了鬼屋預約系統，讓同學免於排隊人潮的困擾，並更快速的進入鬼屋，而原本的排隊時間也能改為參與其他萬聖節攤位活動。藉由幹部與老師們的共同努力，最終才成功創造了擁有滿滿恐怖氛圍的鬼屋。



南方家族：套圈圈遊戲

作者／11G 陳伶瓊

今年我們朱雀家族在萬聖節當天負責舉辦趣味遊戲——套圈圈攤位。遊戲規則簡單易懂，且非常有趣。我們以萬聖節為主題佈置攤位，贏得遊戲的同學都能夠拿到獎品。從遊戲的設計、试玩，到活動流程，幹部們都盡心盡力，注意每一個細節，就連獎品，也由幹部利用假日時間精心挑選，目的就是讓參與活動的師生們能夠盡興地感受節日氣氛，留下美好有趣的回憶。總而言之，活動辦得非常成功，參與的同學也很多，這是我們四個家族長和幹部們共同合作才擁有的結果。看到參與遊戲時的笑容，這一切的努力就都是值得的。

西方家族：南瓜派對

作者／11F 林大芮

雖然西方家族不是今年的萬聖節主辦家族，但我們依然有負責在學校體育館的小遊戲。在準備這些小遊戲的期間，從道具採買、加工，到最後的場地佈置，各家族長與家族幹部皆付出全心全意的努力。在活動過程中，看見各位同學穿著有創意的萬聖節裝扮，熱情參與各項遊戲，帶來的成就感是無法言語的。總的來說，這次的萬聖節因為有家族幹部認真負責的準備以及同學熱情積極的參與，成功營造出了萬聖節的氛圍，讓大家的康橋生活變得更加充實。

東方家族：萬聖拍照牆

作者／11E 翁偉瑄

年萬聖節，東方家族舉辦了萬聖拍照牆的活動，讓師生們能在這特殊的日子裡留下照片當作回憶。從最初的設計、裝飾挑選與採買，到當天實際的著手佈置，都能看到家族內各幹部和家族長們對此活動的熱情。活動前，幹部們分工合作，快速的把大片的牆面黏滿氣球和其他裝飾，瞬間使體育館後方充滿萬聖節氣氛。活動開始後，非常多同學與師長湧入體育館，各個都身著具有特色的萬聖節裝扮，並三五成群的來到拍照牆前留下美好的回憶。看著師生在東方家族精心佈置的拍照牆前展露笑容，讓我們感到深刻的成就感；正因有師生們的積極參與和幹部們的辛勤付出，這次的萬聖節活動才得以圓滿結束。

2022 行動勸募

作者／12C 林以昕

「與育成同心，與唐氏同行」康橋國際學校秀岡校區於11月12日至27日舉辦了一年一度的行動勸募活動。經過全校學生的公開投票和與校長、家長會、學校長官及師長的熱烈討論過後，今年行動勸募選擇的合作對象分別為「育成基金會」和「唐氏症基金會」，兩家機構主要象為心智障礙者提供終身完善的協助及服務。今年較於往年最主要的不同是有實體上街勸募和線上勸募同時以雙軌的方式進行。學生會在師長的引導下規劃了一系列縝密的活動宣傳與籌備，增廣活動意義也結合更多學校提倡的教育理念，使行動勸募不單純只是上街募款而已。

在活動宣導方面，為了讓學生更加深入了解活動內容，家族學生會在集會以及入班宣傳當中詳細的介紹這次合作的兩家機構和勸募的小技巧。另外家族學生會也用影片宣傳、海報及信件的方式探討了一些關於心智障礙者更深層的社會問題。透過分享國內外案例的報導以及國內外團體正在採取的行動，學生會希望帶領同學們了解除了長照及資源問題外，心智障礙者在社會上更是受到了許多不公平的歧視對待，使他們失去了基本人權。對於問題有更宏觀的了解使我們更加成為一位真正的世界公民，也為社會公平正義邁進一小步。

學生會身為主要活動籌辦人也以身作則，在活動期間帶領同學們上街勸募，在這過程中，雖大多數成員從小學到高中已經參與了無數次的行動勸募，但擔任學生會這個角色為勸募的過程讓我們領悟到康橋一年一度的行動勸募伴隨了我們的成長。回想起從小學開始參與的每一場行動勸募，還記得一年級時用崇拜的眼神看著學長姐在台上教導我們這些新手學弟妹怎麼用有禮貌的方式勸募，還有每次勸募前一晚都因為緊張興奮的心情徹夜未眠，沒想到一轉眼我們能夠帶領著全校學生，一起為我們的社會做一點改變。

許多學生也一直長期參與募款活動，在活動中逐漸成長，助人為樂是一種美德。能夠以學生會的身份主辦這次的勸募活動，帶領學生一起上街勸募是我們的一大榮幸，雖然2022年的勸募活動結束了，但讓我們一起發揮愛心，在日常生活中繼續為社會的種種問題盡一份力，帶來一個更美好的未來。



行動勸募反思心得

作者／1001 林柏宇

行動勸募一直是康橋的傳統，每年的這個時候，我總是會帶著憂慮緊張但又興奮的心情來面對，畢竟又要和陌生人溝通，手足無措在所難免。隨著年紀增長，不知不覺我已經參與了兩三屆的勸募，對於這項活動也更加熟悉了，在勸募的活動中，我每年都會給自己立個小目標，像這次就是想去耶誕城挑戰和新北市人勸募。除了是個較陌生的環境，因為攤位眾多，活動豐富，在勸募上也會加上一層難度。勸募的過程遇到挫折也是習以為常，路人的慌忙及冷落雖然的確會給我挫折感，但是每當有人願意捐出小額善款，心中的感激已經超過了失敗的疲倦。即使最終的金額不多，人們給予的溫暖終究才是最重要的收穫。後續的反思中，我總會思考今天自己的勸募方式以及技巧有什麼不足，是否在哪邊可以做的更完善，相信在重新整理後，明年的同個時刻，我一定能做的更好。

作者／9F 楊筑軒

我想大部分的同学都是以小組為形式出去募款，所以解決方式與我們大同小異，互相鼓勵和互相陪伴就是最重要的。但是，我發現因為有些小組他們真的很害怕自己在解釋的時候說錯，所以他們就用 canva 設計了一些不同的小卡片或小海報，並且用簡易的文字在紙上做出簡潔有力的說明，然後募款時就發出去，以最簡短的口述和小卡上的資訊讓募款人更快的理解我們的目的。

康橋國際學校秀岡校區榮獲「第 12 屆三好校園品格實踐學校」優質認證！

三好「說好話、做好事、存好心」

作者／何晉霖教官



同時為內化學生對當代品格的核心價值及行為準則，學務處辦理各項深化品格教育活動。諸如「微笑・禮貌 Kcis Just Say Hi」家族打招呼運動、創意「漫」活，自律說「畫」服儀漫畫競賽、教師節趣味活動融入「感恩品格」及與圖書館跨處室合作辦理「練字靜心」等活動。另外特別置放「核心品格 X DFC X 三好校園」的創新創意標語於校門口跑馬燈，讓學生在耳濡目染下，進而確立本校優質品格教育的方向與願景。徐校長也期勉全體師生持續戮力同心、發展全人教育，用良好的品格在各方面的學習歷程中追求卓越。



秀岡校區的品格教育在徐文淞校長的大力推動之下，十分重視孩子們在品格教育方面的實踐！一直以來，學校都不斷鼓勵及引導學生從「心」出發，在日常生活中融入「說好話、做好事、存好心」的三好精神。本校除取得品格實踐學校認證外，並可獲得「三好校園品格認證學校標章」乙枚及推動品格教育「補助經費 13 萬 3 千元整」，型塑本校強化品格教育氛圍及優質校譽。

我們可以在康橋學子身上看見，無論從各類服務學習行動中；還是各項菁英活動過程裡。同學們都積極發揮同理心、正義思維與對社會的關懷、推播正向循環，不論是偏鄉暑期營隊、行動勸募活動及線上英語教學計畫等等，因為有全校師生長期的付出耕耘，我們才能獲頒此項『品格教育認證學校』殊榮！

合成生物學是近年崛起的新領域，透過將改良和設計過的基因片段放到細胞裡，讓細胞呈現出想要的樣態和功能。觸及產業包括食物、醫藥、燃料等。雖然在特定議題上具有道德相關爭議，但是綜觀其效益，依舊是許多國家近年努力研究的領域。

在 2021 年，康橋國際學校秀岡校區引進了嶄新課程 - 合成生物學研究 Research in Synthetic Biology，將學生對於生物與其應用的了解提升到新的境界。學校的實驗室提供了學生完整的器材與師資，包括用來儲存細菌株的零下 80 度冰箱、PCR 儀器、離心機、微量移液器等。老師在讓同學操作前都會詳細講解使用方法，以避免器材損耗。透過實作的機會讓同學做中學，學中做。課程中，老師也會透過口頭和視覺元素解釋基因和合成生物學的相關知識，讓同學清楚了解背後的概念。

活用所學，造福社會

在學習了合成生物實驗相關知識並瞭解實驗操作後，參與課程的同學們便齊聚一堂，探討如何將所學的知識與技術用來造福社會、解決生活周遭乃至國際上的問題。在不斷的發想及討論後，同學鎖定了一個台灣及全球長期面臨的健康問題——肥胖。

近幾年來，隨著肥胖人口的激增，肥胖已嚴重威脅人們的日常生活。秀岡的同學希望通過檢測市面上聲稱具有緩解環境壓力的藥品是否屬實，檢測補充劑的有效性，進而幫助消費者分析具有抗肥胖和促進新陳代謝的特性之補充品。經過團隊一年半縝密的研究，我們發現，單磷酸腺苷活化蛋白質激酶（AMPK）具脂質代謝的調節。因此，團隊透過基因的代謝功能在酵母中過度表現 SNF1 (gene overexpression) 和營養樣品之間的協同效應，將其中可以分辨有效性的相關表型作為試劑，進而檢測台灣當地補充劑產品之有效性，例如褐藻萃取物。

合成生物學研究課程

作者／ 12B 王晴妍、12C 許馨云、12A 李侑縈、
1102 王梓洋、12E 張恩慈、1102 關辰翰、
1101 張永怡、1103 蔣適桓

指導老師／ Hui-Ching Kuo, Tarn Parker



團隊合作、努力不懈，勇奪世界金牌

團結、創新與堅持不懈的精神，開啟一群高中生改變世界的旅程。

這一面世界金牌，乘載著一群致力於提升本土製藥安全性的同學的熱忱。

在研究過程中，秀岡的同學發現一個國際合成生物學比賽 International Genetically Engineered Machine，簡稱 iGEM。iGEM 的參賽者為來自世界各地的高中生和大學生，期望運用合成生物學解決社會議題。深受比賽宗旨感動，秀岡的同學果斷決定參加。由此，漫漫研究長途便拉開了序幕。

iGEM 比賽除了合成基因的科學研究和基因片段設計，更強調了推廣、教育、跨隊合作和深度社會連結等元素。比賽評分項目包括實驗、Wiki、社群媒體傳播、學校之間的合作、以及最終成果的報告。例如：wiki，呈現專案結果的平台，便需要懂電腦編程的同學搭設；社群媒體傳播，則需要有創意和熟悉介面操作的同學。每一位成員都需要彼此配合和發揮個人的長處才能成就最後的成果。這些專案都與我們最終的成果密不可分，需要每一位成員的配合以及發揮個人的長處才得以成就我們參賽初衷的產品——創新測試補充劑的試劑。

在比賽的最後，同學創新測試補充劑的試劑，為“肥胖”這個困擾無數人的領域提供了一個初步的解決方案。從零開始，成功將理想與知識轉為具有正面影響力的行動方案，落實善用本土資源與合成生物學領域現有的科技，解決本土問題的願景，達成同學們開啟這項研究的初衷。這個最終成果在未來有一定的影響力，乃至國際上，他們的故事讓更多人看見高中生無限的潛力。

第三屆臺灣科學節

作者／諸元浩老師

在充滿競爭又重視多元學習的環境下，形形色色的科學教育模式也隨之湧出，從講述型教學、探究式學習、重視實驗與思辯的實驗教育……等都給予孩子充分的選擇權，也能讓現在的學生有更多機會獲得因材施教的學習環境，同時競賽與活動也隨著新穎的教育思潮越來越多，使學生擁有更多舞台展現自己的學習成果。在康橋，自然科依照學生的能力與特性將九年級的學生分成了四大不同的能力分組，提供學生適性學習的空間，同時學校也提供豐富的多元課程，提供孩子在課後時間多元的學習機會，本次康橋的自然科教師帶領理化超修班、理化 H 班與機關王競賽的學生一同參與第三屆臺灣科學節，讓學生有機會將所學傳遞給大眾，透過科學演示與擺攤互動，讓自己從知識的接收者變成知識的傳遞者。

起初公布這活動時，學生的反應其實並不如預期中正向，較多的孩子會因為麻煩排斥再做一項活動，但我令我印象深刻的是有孩子第一個反應是「這比賽會有獎金嗎？會得名嗎？」這相當令我震驚，現在的教育模式和環境看似多元，卻也衍生出很大的問題－學習疲倦與成果利益化。在現在多元的學習環境中，學校、家長甚至學生為了讓自己獲得更多競爭力，時間總會被塞滿各式的多元課程，又為了展現學習後的成果，就必須報名許多比賽來證明自己的實力，最終導致學生對於學習感到疲倦，漸漸開始認為比賽才是證明自己為甚麼要學習的標準，得獎才是能力的證明，這般的教育結果令人痛心，我想學習不僅僅是增加自己的競爭力，更重要的是為了貢獻天下，此刻才會感受到學習的快樂與功用，然而這場科學節活動後孩子們確實也有所轉變，從起初的抱怨到最後的想再一次，孩子們的笑容令人動容，這是一個沒有名次的活動，但孩子們獲得了大於競賽能給予的成就感。

籌備過程中，老師們並不強求學生需要做甚麼主題，

而是讓孩子們去探索有興趣的科學演示領域，在自由條件下，學生透過科普影片、科學遊戲網站與生活經驗中找到自己喜歡的演示領域，例如槿糖與晶球製作、燃燒實驗的多變性、漂浮泡泡的觀察以及氫氣槍的科學遊戲，再進而改良成適合作為與大眾互動的科學活動；有趣的是，在發想主題和試作的過程中，由於並非所有學生都體驗過科學演示，因此有學生認為科學演示就是科學研究，需要改變各式變因並有詳實的數據紀錄以展現研究成果，也有學生認為需要講解深入的原理才能有道理的進行完整說明，不過卻沒注意到科學演示的目標是引起大眾對於科學的好奇心，互動與具備衝擊性的科學現象展示才是重點，再經過幾番的來回討論後學生漸漸能抓到演示主軸，在正向肯定的學習環境下，錯誤並沒有造成學生的挫折，而是能在互相幫助與修正下完成一場有趣的科學演示。

然而，最令人感到驚艷的是學生當日的成長！每一組的同學在正式活動接待一兩組來賓後都會立即對於自己的演示內容進行修正，變的能依照不同受眾的知識背景作適當的原理講解、針對活動過程進行最佳化的 SOP 調整、將內容從原先的講述變成問答為主的互動性交流，這樣的表現與校內講解時相差甚大，即使接待外賓很辛苦，孩子們還是卯足全力的展現自己，在笑容與汗水中蛻變成，甚至活動結束後還會有學生來說：「老師，能不能再參加一次臺灣科學節，真的好好玩」，這樣的活動價值我想不輸任何一個競賽了。

臺灣科學節不單是一堂科學演示活動，更是一堂學習價值的改觀課，從學習者到傳遞者的角色轉換，不僅僅要將知識內化，更要能將內容作簡化又清楚的表達，同時顧及科學的趣味性與安全性，相信這樣的學習經驗能讓學生了解學習不僅僅是為了自己的成就或是利益，更多的是當我們將學習成果貢獻於天下時所獲得的無價喜悅。



世界機關王大賽是一項透過機械與藝術結合而成的主題性作品。在校隊中，創作機關時需要加入科學概念以及創意思考，而創作美編時需要配合組內機關設計，製作小型裝置藝術來呈現整體作品主題。其中作品包括科學概念、藝術、和我們獨一無二的創意。從中我們能增進知識、耐心、和團隊默契。其中對我們來說，心態的轉變對成敗是最重要的一個環節。

成敗不只是指我們是否在參加機關王世界賽後，獲取獎杯的成敗；也包括了我們自己是否在訓練的過程中學習並獲取經驗。就像我們國中三年所學，是否能夠運用到未來的生活裡，也是透過有無付出實質的訓練和努力，進而衡量成功與否。但我們如何透過心態轉變成功呢？

在訓練過程中，我們需要在一個作品裡投入大量的時間和心力，不只需要參加每週固定的課後社團，寒、暑期還需要到校訓練，有時在假日老師也要和我們犧牲休息的時間練習，而比賽前還有為期十天的集訓。

當我們投入大量的精力在作品裡時，心態的轉變就要有所不同。在整個作品投入的時間中大概可以區分成兩段：創作和練習拆做。創作是指我們需要做出比賽要求的作品形式，並發揮自己的創意，達到科學概念和藝術創作的結合。在參加比賽時，比賽規定參賽選手需要用積木、零件重新打造出原本創作的作品，第二部分練習拆做就是指每個隊員都需要熟悉作品，並將作品平均分配，且在訓練過程中不斷重新拆做自己分配到的機關，進而在比賽時能夠用最快的速度重組出整個作品。

有時不只需要馬達來驅動機關，隊友間的合作也是關鍵的一環。在創作過程中，若單單只發揮個人的創意是沒辦法創造出好的作品。



機關王

作者／10E 劉蕙嫻、
1003 吳芷妍

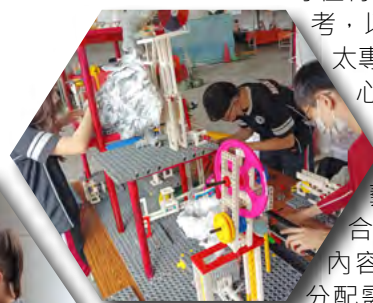
每位隊員都需要換位思考，以團隊為重，不能太專注於自我，這時，心態的轉變就變成關鍵。唇齒相依：就像科學概念和藝術創作需要結合；每個隊員創作內容需要連貫；工作分配需要完全。以一個

關卡內的美編和機關創作來說：機關的動作需要符合美編所呈現的含義，美編的大小和重量需要符合機關所能承載的極限，否則機關會無法順利運作，這時就需要雙方的配合。隊友需要互相協調，不再以自己的作品為重，而是以團隊的優劣來考量。美編需要更改材料減輕作品重量，亦或者是機關需要改裝或是增加馬達動力來驅動。這不只顯示了團隊合作的重要性，也顯現了在創作作品時我們需要怎麼樣的改變心態。而因為這些需要克服的問題，我們也經由溝通、協調和互相配合從中培養了團隊默契。

台上一分鐘，台下十年功。寒暑期集訓的一切都是為了最後的決賽，是成敗的關鍵，也將判定我們在一年中的辛酸血淚是否能夠脫穎而出。集訓一開始，光是熟悉個人的機關就花了一大半時間，串連機關電路後還需要達成零失誤的機關流暢，花費的時間遠遠超出了比賽時間，導致組內意氣消沉。於是，經過一次又一次的練習、工作分配的默契配合、反覆修復機關的順暢度、以及遇到失誤時的不氣餒，我們早已對比賽流程滾瓜爛熟，面對挫折時，心理建設起來的耐心也比從前更加的強大。

在今年十一月，我們團隊參與了「2022 台灣科學節」，在台北士林區科教館進行展設。我們身處於科技飛快發展的時代，透過作品導覽以及趣味的闖關關卡可以與民眾互動，激起科學創意在生活中的應用，是一項具有教育性的展覽。在展覽期間，我們向民眾一一解說我們作品的設計理念——被污染的地球。作品中的裝置藝術包含了被污染的心臟與肺，象徵著人體在環境污染下間接感染；吃垃圾的海鳥象徵著海洋污染下動物岌岌可危的求生方式，作品整體令民眾引發對環境保護的意識。

我們的團隊經過不懈的努力後，如願以償的拿到了 2022 世界機關王大賽的金獎。但我們得到的名次卻不是最難獲取的，從中學習到的經驗才更寶貴。今日所學習到的知識是透過努力、時間、合作、思考才獲得的，這些經歷也將持續伴隨著我們。我們也期許在未來的發展能夠繼續背負著我們今天的心態，並運用寶貴的經驗，在未來面對不同的困難時，能夠成功克服，並創造出更好的作品！





How did you get into debate?

I originally started Model United Nations in April 2021 as a ninth grade student. I had no clue what MUN was, but my classmate asked me if I would like to partner with her, so I told her, "Why not! I'll give it a try!" After numerous training sessions and guidance from the teachers and chairs, I learned that it was a simulation of the United Nations councils where delegates would go through a series of debates before writing a draft resolution. It's safe to say that I was not adequately prepared! The day of the conference, I had only one page of research: my position paper. When I looked around me, I saw that almost everyone had come prepared with a whole folder, about 50 pages of research and speeches. However, this was actually what got me interested in debate! While others had dozens of speeches previously written for the moderated caucuses, I had to improvise. We were given less than a minute to prepare, so I used all the time that I could; my arm flew across the paper, writing barely legible words in bullet points. When I went up to the podium, my brain had to fill in all the empty spots. When I went up to the podium, I felt empowered. I loved the feeling of standing before an audience. More and more topics were introduced by the delegates, including myself, and I found myself raising my hand to speak for every single one of them.

A few weeks after MUN was over, I saw a large poster hanging on the bulletin board, advertising the Kang Chiao Debate Tournament. I was walking with another friend at the time, and she asked me if I would want to sign up with her; since I had so much fun debating at MUN, I said yes! This time, I prepared much more. When the day of the tournament came, we knew exactly what we were going to say and exactly how we would respond to our opponents... or so we thought. I learned the hard way that we could never be prepared enough! But that is precisely what I love about debate.

英語辯論比賽

作者／11A 侯冰緒



What was the National Debate Tournament like?

I did not expect to get Best Debater in the National Debate Tournament. In fact, I was just there to have fun; it was only my second debate tournament after all!

After positive experiences in both MUN and KCDT, I decided to try out for our school's debate team. During tryouts there were about thirty people, and six people that would be selected. We started practice twice a week right after the selections were released, and I did not know a single one of my teammates. The tournament was in about a month, and we had lots of work to do. During practice sessions, we would research our topic, write our speeches, and of course, debate. Under the supervision of our coach, Mr. Padilla, we grew not only as individuals, but as a team. Over the course of one month, we strengthened our relationships inside and outside of practice.

On the day of the tournament, we came to school at seven o'clock in the morning, up bright and early for our exciting day. Our team consisted of three groups: two that would compete and one alternative. When it was time to compete, we walked into the room to face our opponents. The first match was very close—both sides were well prepared and well spoken. The second was our teammates' turn, so we went to cheer them on. After our two matches, it was time for lunch. Our next two matches were a breeze compared to the first two, and we advanced to the finals. My partner and I were selected to debate in the finals, and we were extremely nervous. Once the match started, we went back into serious mode and tried the best that we could. We thought we would win, but the judges determined otherwise. Our whole team was devastated. Our team only missed receiving an award by one or two points. We went to the awards ceremony anyways, not expecting anything. But then, I heard my name called for Best Debater.

How do you use the skills you have learned from debate in the real world?

Debate has taught me two useful skills: public speaking and improvisation. When I was little, I was very shy; I was afraid to speak in front of the class, afraid to speak to anyone in general. I would always hold onto my mom and avoid talking to people. As I got older, I became more social, but I still struggled with public speaking. When we had to do presentations in class, I would feel like fainting and become antsy. After years of practice, I gradually improved, and started to enjoy it. During that first MUN in April, public speaking was still not my strong suit, but I wanted to challenge myself. Ever since then, I fell in love with standing in front of a room full of people, with the power to advocate for something I care about. Don't get me wrong. I am still not the best at speaking, and I still have lots to improve, as we all do.

The next skill is improvisation. I learned, the hard way, that no matter how prepared I was, I would have to use my brain to think outside of the box. I was once scared of not knowing exactly what to do and how to do it. I am a perfectionist. Now, after participating in debate and MUN, I am confident that I can improvise. I no longer have to write down my speeches word for word, or even bring a paper up with me to speak, although quite frankly, I do still prefer to. Public speaking and improvisation are two skills that everyone is bound to use in the future, and I encourage anyone who would like to improve those skills to join debate as well!



儀典經驗分享

作者／12A 陳冠沂



深呼吸、吐氣，我邁開腳部慢慢走上體育館的舞台。我冰冷的雙手小心翼翼的拿起麥克風。「康橋國際學校 2022 年國中畢業典禮，典禮開始！」這是我第一次當活動的司儀，但是我心裡卻一點也不緊張，反倒是異常的興奮。

說實話，我從小到大都是一個非常害羞、內向、不敢說話的小透明。只要能躲在人群中，我絕對不會站出來發言。如果非要上台講話，我一定會選擇拉著我的伙伴一起。但是這個內向的小女孩卻在康橋學習的過程中，慢慢學會表達，也變得越來越勇敢。

時間轉到我七年級的時候，當班導問「有沒有人想要參加國語文競賽？」我心裡突然冒出了想要參加的念頭。在導師和父母的鼓勵下，我參加了我人生中第一場演說比賽。為了避免自己在台上出糗，我每天晚上都會關上房門，偷偷練習。隨著練習的次數增長，我心裡也產生了一點點的自信心。準備的時間就像光一樣稍縱即逝，時間來到比賽當天。我帶著厚厚的稿子，一個人坐在台下默默地練習。

「二十一號請上台！」我迅速從位子上走到台前，可是我的手和腳就像不受控制一樣不斷顫抖，身上每一個細胞都透出我內心的緊張。儘管如此，我還是鼓起勇氣，面帶微笑開始了我人生中第一場演說。我很幸運的拿到了校內的第一名，晉級到了區賽，而這也開啟了長達六年的演講之旅。這段旅程摻雜著痛苦、失望、和一千次想放棄的時刻，但是它也教會了我堅持、勇敢、和自信的重要性。

在獲得了一些獎項後，學務處也在我十一年級的時候邀請我去參加畢業典禮主持人的甄

選活動。這些年的演說比賽讓我打下了深厚的基礎，也在甄選的時候成為我最堅強的後盾。很幸運的，我成為了 2022 國中畢業典禮的主持人。這場畢業典禮對我意義重大，因為這是我弟弟的國中畢業典禮。看著他站上台領畢業證書，內心覺得興奮又感動。我希望能夠靠自己，給每一位畢業生留下一個難忘的畢業典禮。

畢業典禮不久之後，我成為了校慶的司儀。校慶當天是一個陽光明媚的大晴天。站在司令台上，我看著操場上每一位運動都聲嘶力竭的為自己的家族加油打氣。我想要透過擔任主持人，帶動活動的氣氛，讓每一位學生都能享受校慶嘉年華。在頒獎的時刻，我和台下的每一位同學一樣，懷著忐忑的心情，期待師長們宣布得獎的家族。當我聽到自己的家族得獎時，我很驕傲自己可以喊出自己家族的名字。雖然我沒辦法在比賽中為自己的家族盡一份力，但是我希望透過自己專長讓康橋的每一位學生都有難忘的一天。

在擔任活動主持人的過程中，有許多同學問我當主持人到底有什麼好玩的呢？其實答案很簡單，我希望我的專長能讓這些活動變得更順利。雖然主持人不是這些活動中最閃耀的主角，但確實是活動中不可或缺的配角。電影中的配角往往不是最耀眼的，但是他們卻能輔助主角們，為他們的故事增添一抹色彩。我享受站在台上擔任主持人的每一刻。但是吸引我的不是舞台上的聚光燈，而是站在台上能感受到觀眾的熱情。我希望自己能透過主持，為活動的主角們在生命的重要時刻畫上完美的句號。

啦啦舞推廣與經營分享

作者／10E 黃朱可安



當我初次把這個想法與一眾姐妹們分享時，大家一拍即合，有了同伴的支持，加強了我的信心，我立刻投入了創社的繁雜準備工作，在眾多人員的協助下，當時九年級的我與16位創始成員很順利的將康橋啦啦舞社在2021年正式創立！

我們幸運的請到了蟬聯12年啦啦舞全國冠軍的銘傳大學啦啦隊主教練，也是啦啦舞大賽創辦人之一的丁翠苓

教授做我們的社團總督導，冠軍老師幫我們進行社團訓練。開辦初期，大家都感覺很興奮，對啦啦隊的各種幻想和好奇，令每次訓練都充滿歡聲笑語，但啦啦隊的訓練是艱苦的，需要充沛的體力和堅持不懈的意志力，這也是啦啦隊精神能夠振奮士氣、鼓舞人心的魅力所在！而現實的問題是，在這個光環後面需要付出很多訓練的汗水和不懈的努力，為了在舞台上完美展現，同樣的一套舞蹈要練上幾十、上百次，不段的琢磨旋轉、跳躍的特技動作，可謂是「台上一分鐘，台下十年功。」

漸漸的...一些隊員因為體力不足開始有些退卻，而我作為社長，也因經驗不足沒有及時鼓勵和帶動大家，更沒有做好長遠的規劃，沒有讓大家看到辛苦訓練後的前景，隊員們在9年級畢業後陸續向我提出退社的決定，當時的我錯愕不已，儘管我提出願景並極力挽留，多數團員還是從現實層面的考量另做選擇！九升十的暑假，原本應該憧憬高中生活的五彩繽紛，但對我來說卻是黯淡無光，我的心情一落千丈...更雪上加霜的是，原本篤定要繼續參加及還在搖擺不定的幾位團員接連告知我要退社的訊息，包括副社長也在開學前夕因為個人未來規劃選擇離開！曾經多達17人的啦啦

隊社團，在一年之後，只剩下我這個社長和秘書長吳芷妍，我認為很大的責任在於我，至今我非常感謝每一位一起協力創社的姐妹，也尊重和理解她們另作規劃的決定，但這個局面仍是我始料未及的，在那段艱困的時期，芷妍始終在身邊支持我，並和我一起盤整這巨大挫折下的箇中原因，最後我們達成共識：啦啦隊的成立對於美式教育的康橋彌足珍貴！我們只能重新站起來，往前衝！一定要讓啦啦隊精神紮根在康橋！成為學校永續發展的社團甚至是校隊！

於是，我們開始動員物色適合人選，有體力能堅持的亮麗女生當然是我們的首選！天助有心人，曾經是創設團員之一的Mia原本轉學去美國，這學期剛好轉回康橋，應我之邀，果斷加入並擔任副社長，新轉生張耀儀曾是我小學一、二年級的同學好友，擅長體操的她也毫不猶豫的成為一員，還有我曾經花式滑冰的學妹鄭安妤，同為運動員，體能自然不在話下，肢體的柔韌正是啦啦隊員所需，更令人意外的是有4位男隊員（其中3位是12年級學長）因為陰差陽錯選到啦啦隊，也決定留下來與我們並肩作戰！有了前車之鑑，我和幹部團隊高效率制定了啦啦隊的近期目標和遠期規劃，大家紛紛摩拳擦掌，準備大顯身手！在學務處阿飛主任及社團老師的大力支持和協助之下，KCIS啦啦隊終於在2022校慶日的閉幕式上完成了第一次亮相！雖然只有短短1分半鐘的表現，但現場歡騰不已！我們聽到了！很多師生覺得不可思議學校竟然有啦啦隊？更令大家沒想到的是，全新的啦啦隊才剛剛組建1個多月，只上了3次社團課，團員憑靠著一腔熱忱、彼此鼓勵，用完美的默契完成了這次有歷史意義的KCIS啦啦隊的首場公演！這，是一場不可能完成的任務！但是，我們做到了！這不正是啦啦隊精神、甚至於康橋核心價值的最佳寫照嗎？

首場亮相後，很快的，籃球隊找到我們，開始了籃球隊+啦啦隊的標準美式校園合作！接下來，啦啦隊將要與熱舞社聯手在高中聖誕舞會大放異彩！

終於，啦啦隊重新出發並開始有了良好有前景的發展，未來下學期，總督導丁教授還幫我們規劃開始參加全國啦啦舞大賽，並且定期投入公益活動的演出。無論如何，九年級因為經驗缺乏造成的困境，我們用成長的頓悟以及對啦啦隊的熱忱和執著邁出了堅實的一步，啦啦隊的發展和壯大，當然需要更多同學熱情的投入，也希望大家未來能夠加入啦啦隊，一起成為KCIS核心精神的代言人！

Cheer Loud, Cheer proud!



學生會經營點滴

學生會會長

作者／12A 李知遠

在師長的支持下我們拿下了學生會選舉，而在選後我們才真正了解到經營學生會是一件不容易的事情。除了要規劃活動、管理家族和當作學生跟學校的橋樑外，我們一直期望在任期內可以提倡校園精神。在中西管理跟西式教育中，我們希望可以找出平衡點讓學生有向心力去共同創造大家想看到的校園。雖然這理想看似不切實際地，但是我認為改變已經慢慢在進行。從行動勸募的參與率到全新的校慶獎勵模式，我們已經打下了團結學生的基礎。身為會長，我了解大家都對我們團隊抱有很大的期望，希望我們可以一屆做的比一屆還要好，我當初也是這樣想。但是經過將近半年的磨練後，我了解到只有放下別人對自己的期望，實際去發掘學生的需要才是最重要的。我們身為學生會的目的就是為學生發聲，就算沒有辦法有很大的改變，但只要我們做的事情能幫助到一位學生，那就值得了。

學生會副會長

作者／12C 林以昕

從一場激烈的選舉到成功勝任學生會副會長一職，整個過程教導了我許多寶貴經驗。學生會是學生與老師



之間的溝通橋樑，而在許多活動的籌備跟政見提案的過程中，我學習到聽見和理解不同聲音和觀點的重要性。我們時常收到學生的一些要求及期望，但同時在想辦法滿足學生的同時也要考慮到實際執行層面上的困難和校方的顧慮。面臨這樣的窘境，隨著經驗的增長，學生會團隊開始理解如何顧慮到兩方的意見，滿足多方的需求。另外，學生會也給了我機會帶領及籌辦學校許多重大活動，如行動勸募。在籌備過程中，從與基金會聯絡，聆聽他們的願景與目標，到討論如何與機構合作，這個過程使我們一起慢慢帶領著全校學生參與勸募，透過每個人的力量一起支持合作機構，為心智障礙者盡一份力。從這些活動中的收穫，能勝任這個職位是我的榮幸，也是一生一次的經驗。

學生會秘書長

作者／12E 周賢丞

想要為學校盡一份力的我，很榮幸獲得了付出的機會，被賦予秘書長的職責。與會長一同為改變學校努力，學生會團隊希望透過各式活動和改變，創造學生能愉快上學、教師能與學生良好互動的環境，更希望向創造嶄新、優良的校園氣氛及精神做努力。在任期內，學生會接下了許多任務，包括規劃活動、推動政策、協調學生與學校的溝通等，而身為秘書長的我透過這一切學到了不少與時間管理、活動整理、會議統整的技巧。雖然名義上家族議會五位幹部有著不同的稱謂，但唯有一同分擔工作才能順利將我們的願景——讓學生都能有自己的聲音的校園——轉化為現實。雖然這樣說可能將目的放得很遠，但只要有了目標就會有方向，而唯有確定了方向才會有幫助到學生的方式和機會。

學生會自律長

作者／12E 陳星頤

很榮幸從選舉期間的一位支持者，轉為被會長與副會長邀請的自律長，在過去的幾個月中，以學生會的身份參與各項活動舉辦。其中，校慶舉辦過程雖然最繁忙，卻是最有趣且印象深刻的。當天看見同學們玩得很開心，就讓我感受到這幾個月來不斷地籌備、開會、討論都值得了。這樣的心態也存在許多其他的活動中，



從各式各樣的家族節日活動到行動勸募，我很慶幸能參與這些意義重大的活動籌備，讓我們的小小努力化為更多人的快樂。最後，身為自律組的幹部，在忙於活動辦理和課業的同時，培養十、十一年級的自律幹部也是我們重要的責任之一，起初大家都因陌生、害羞，不敢在開會中提出自己的意見，但是隨著時間和訓練，我很開心能夠看到越來越多幹部積極且樂於討論。

學生會副自律長

作者／12C 陳品臻

從競選時擔任助選人到成為團隊中的一份子，整個過程都能感受到學生會被賦予的責任及期望，擔任學生與學校的橋樑，並盡力地爭取學生們的訴求。歷屆學校的大型活動，例如校慶及行動勸募，很感謝老師們的用心執導及反覆的溝通，才能讓我們能達到我們理想的樣子，而看見學生及老師們踴躍的參與，更讓我深刻意識到成為學生會一員最感到開心的原因。除了籌辦活動及為學生發聲，身為副自律長，我很榮幸能為家族貢獻一份心力，活動籌辦、開例會及站崗都是我們及家族幹部們共同努力的項目，也希望藉由家族幹部們的影響力能讓校園更能充滿家族精神。我們學生會團隊一直秉持著要包含所有人的聲音的理念（inclusion of all），每一個人都值得被聽見，身為學生會的我們則是有義務讓這些聲音受到重視，才能創造一個更好的校園環境。

北方家族：團結一心、不忘感恩

作者／11B 韓念琦

作為帶領北方玄武家族的家族長，我們立志承襲康橋家族精神，以舉辦、支援各式校園活動的方式來凝聚學生。在過去的教師節活動、萬聖節鬼屋活動、與家族活動，我們透過每一次的集會，培養學生感恩與團結的心。而最盛大的家族精神展現，莫過於家族之間比拼的校慶嘉年華。在校慶中，我們和北方家族的每一位成員齊心爭取團體榮譽。同學們也在各項目大放異彩，不僅收穫女籃和尬舞大賽冠軍，更創造出園遊會的最高收益。最後，我們獲得遊戲冠軍的大獎，證明了北方家族的團結以及毅力，也充分展現共同奮鬥、萬眾一心的家族精神。為此，身為家族長的我們，十分感激一直以來支持我們的老師、家族幹部、以及全體北方家族的同學，也期盼北方家族能在未來的一年持續的大放異彩。



南方家族：尊重包容、團隊合作

作者／1101 關傳薪

我們四人都非常榮幸能擔任朱雀家族的家族長，並且也盡自己的能力來讓家族變得更好。至今家族已舉辦了許多不同的活動，其中包括了振奮人心的萬聖節活動和一年一度的盛大校慶嘉年華。我們希望能營造的家族，是能讓每一位朱雀的同學都能樂在其中的環境，都能從中學習。家族是作為學校的重要組織，重點在於在同儕間能夠互相幫助，讓彼此進步的一個環境。籌辦活

動的過程中，難免遇到意見分歧，或過程不如己意，但我們仍持續互相合作，彼此包容，進而消除歧見，相信再困難的事情最後都能達成。我們是一個大家族。不論在哪或發生了什麼，千萬不要忘了，我們永遠都是朱雀的一份子！



西方家族：自律為本，締造佳績

作者／11F 柯玆好

從加入康橋以來，我們四位家族長一直非常熱衷於家族活動，今年開始擔任西方家族的家族長後，我們也極力地將自己對家族的熱情，投入於家族活動籌辦與維持家族精神。秉持自律精神，我們重視過程的各項細節，提醒保持毅力，將負責的任務盡力堅持到最後。今年我們除了延續了以往舉辦的 KC Voice、食物銀行等的活動外，也用心共同承辦校慶嘉年華。最終在所有同學的努力下，西方家族在 2022 年的校慶嘉年華大放異彩，獲得了園遊會經營之王及運動會總冠軍的榮耀。身為西方家族的家族長，我們致力於凝聚家族的團結和提供同學們展現自己的舞台，因此未來我們也會持續秉持自律認真的態度籌畫家族活動，讓同學們有更好的家族生活，也期待繼續締造佳績！

東方家族：認真負責、積極參與

作者／11E 翁偉瑄

身為東方家族長的我們，都因秉持著想讓家族活動變得更有意思的理念而聚在一起。從 10 月份的萬聖節活

動和校慶嘉年華，到 12 月的聖誕節活動，我們都希望能透過創新和高品質的活動，來凝聚所有青龍的同學與師長。在校慶中，無論是盡力幫忙的志工，還是在機台、賽場上努力贏得比賽的大家，都展現出認真負責的態度，專注於每一項活動進度，為東方家族盡一份心力。因為有了青龍同學們的團結努力以及積極參與，我們榮獲了精神總錦標！透過了這個獎，也再次的感受到了東方家族同學們凝聚的力量！未來我們也會在其他活動中，繼續帶著青龍的同學們展現我們的家族精神！



社團經營

AI 與數據應用社

作者／11B 胡尚恩

我是 11B 的胡尚恩，AI 與數據應用社創辦人兼社長。我在 2020 年暑假參加了由 AI4kids 舉辦的「AI 運動專題實作四日營」，營隊中我除了對 AI 與數據有更深入的了解，也得到了實際操作、製作的機會，這讓我發現了 AI 其實並沒有想像中那麼遙不可及。大受啟發的我思考著如何將這項興趣帶到校園之中，於是我和 AI4kids 聯絡、籌備了一年，AI 與數據應用社便成立了。本社團最主要的目的便是啟蒙眾學生對於 AI 和數據的認識，本社提供專業且豐富的課程內容，其中涵蓋到 AI 在各產業中的應用、資料科學、生物辨識等等，課程中也盡可能地讓社員實際操作和練習，在下學期也會讓社員分組去參加競賽或製作專案當作驗收，保證同學全方面的體驗和收穫。除了課程之外，我創社的最大目標是為校園的大環境增添一點科技色彩，讓更多人感受到 AI 的有趣之處，我今年和學校的高中舞會主辦方合作，提供一台智慧點名機，用人臉辨識來取代人工點名以改善過往低效率的點名流程，同時也可以包辦量體溫的功能，期待年底實裝後會有不錯的反響。目前也正在規劃在未來安排名人講座，邀請在 AI 產業有豐富經驗的人士向同學分享產業內的種種細節。人工智慧已不再是大眾口中所說的未來科技了，而是與我們生活息息相關的技術，因此在國高中階段就能夠對 AI 有進一步的認識將會是一項巨大的優勢。加入 AI 與數據應用社，豐富你的高中生活！



VFA 模擬創業社

作者／11D 蘇愛芸

大家好！我是 vfa club 的社長！我本身從八年級就有參加 mec 的經驗，從中發現了我對 business 的喜愛和熱忱。我們每一學期都會參加至少一個比賽，在課程安排上，我們的上課模式是偏向於小組討論居多，所以課程雖然輕鬆可是大家都需要要在時間內完成自己份內的事物，通常商賽都是團體，所以在社團中團隊合作的比例會很高，同時有機會與不同年級的人互相切磋學習，一起帶隊參加不同比賽。我們的導師 Ms.Mentia 同時也是 Ap Mirco 的老師，都很樂意給予 business case 很多很好的建議，所以上課有問題都很歡迎跟 Ms.Mentia 討論、交流、學習。

Vfa club 是什麼樣的社團？

那 vfa club 是以參加商業比賽為目的的一年制的社團不但

可以豐富自己的課外活動還可以透過比賽跟來自不同國家的人互相交流，並且在課堂中學習如何寫出 business case，找出解決方法和學習到不同商業的分析手法，運用在生活中。在社團中有很多不同的比賽，可供社員自行斟酌自己想參加哪些比賽，因為沒有上限。

參加 vfa club 有門檻嗎？

G10 以上對於 business 有興趣的人都可以參與！建議還是需要一些基本的英文寫作能力加上一個有想法和創意的頭腦和一顆熱愛學習的心！

未來發展參賽規劃

目前由於疫情的關係很多比賽都是採用線上的方式而不是實體，希望未來有機會可以去不同國家比賽參加決賽，這樣同學們才能真正吸收到知識和留下一個難忘的回憶。以後也希望可以辦一個大學的交流會請大學教授來課堂上指導和演講，並且分享一些專業的商業知識。



心理研究社 作者／12F 林志寬、12F 張睿嫻、12E 陳品蓁 創社理念及願景

相信不少同學都是因為對心理學感興趣而加入了心理研究社。心理研究社之所以會成立是基於我們想要推廣心理學、心理健康等議題，因為我們發現亞洲國家對心理方面的重視不如西方國家一般廣泛、發達。我們希望能夠透過社團活動，介紹生活中常見的心理學知識來破除大眾對心理學的迷思。

課堂中，我們會討論常見的誤解，像是「學心理學就能夠讀心」、「患有心理疾病的人都是異類」；透過科普和實作活動來讓社員了解心理學這門科目的全貌和發展，從而培養社員對心理學的認識和興趣。

課堂活動之創新與改革

不同於心理研究社過去的社團活動，今年的社團中我們更專注於讓社員親身實作並從中學習。社團的運作模式也從單純的觀影分析轉變為實作活動，例如：我們邀請社員分成小組，並在討論出一個組別共同感興趣的心理學相關議題，再做更深入的資料搜集後，將其統整為海報，最後在學校各處的螢幕刊登。像是其中一組因為對「刻板印象」有興趣，針對這項主題深入搜查之後，統整成海報介紹刻板印象的影響和減少刻板印象的方法。這個構思、計畫到實作的過程不僅符合 IB MYP 的精神，還能訓練社員的統籌與應用能力，海報的主題也從興趣和生活下手，使課堂中的知識有了實際的應用管道。

除此之外，我們也讓兩位正在修習 IB 心理學的社團幹部在課堂上向學弟妹介紹自己所學的知識，並用簡單的小活動使社員更加瞭解概念的實施。例如，在主題為認知謬誤的簡報中，幹部重現了知名心理學家特沃斯基與克赫曼 (Daniel Kahneman and Amos Tversky) 關於定錨效應和框架效應實驗，並讓社員討論彼此的結果，再由兩位幹部介紹這些認知謬誤在生活中的應用，讓大家了解心理學就在我們的生活之中！課堂中也大量使用圖文並茂的簡報和 Ted-Ed 動畫影片來將複雜的概念化繁為簡，使社員能夠以多元的方式理解課堂中的概念。

以下的照片是兩位學姊進行上課內容前的暖身活動，藉此來讓社員提起對該內容的興趣，並且更好的帶入接下來要介紹的主題：邏輯謬誤。



扶輪少年服務團

作者／12F 陳郁翔、11B 邱敬媛

扶輪少年團是一個服務性質的社團，但與大多數學校社團不同的是，扶少團屬於一個更大、更廣的整體。全球總共有超過 46,000 個扶輪社，致力於創造更好的社會，包含推廣和平、救助弱勢、倡導環保等。

許多台灣的學校中的扶輪「少年」團就是專由青少年組成的扶輪社，而康橋扶少團就是其中之一。在康橋，我們共有 43 位團員，目前在執行每週兩節，共九十分鐘的偏鄉英語教學計畫。我們會透過 Google Meet 聯繫埔和國小及瑪陵國小五、六年級的小朋友。康橋的大學伴們自由的設計課程內容及教材，從發音、單字、對話等方向教導小學伴。另外，我們也會在聖誕節中，透過製作卡片和線上相見歡等活動，為小學伴帶來一個印象深刻的回憶。

參與扶少團都讓我們得到了豐富的收穫。英語教學不只是發揮英文能力的機會，也能與小學伴做朋友。每個小朋友都有很獨特、很可愛的個性；和他們聊天、熟悉對方的過程中，我們了解到了他們的生活，不論是和家人打電動或參加足球比賽。如果你喜歡與小朋友相處，對教學有熱忱，這個社團就屬於你！



童軍生活



作者／8B 詹子葵

這次的年度高級童軍考驗營讓我印象深刻，我與其他童軍伙伴們都有所成長。在營期，我們遇到了很多困難挑戰，也留下了許多深刻的回憶。考高級前，我內心是既興奮又緊張。我非常期待能夠在考驗中學習與積累不一樣的生活經驗，並通過現階段最重要的高級榮譽，同時也十分緊張害怕，因為我不知道在追求目標的同時，前方有什麼未知的變數等著我，也不清楚我是否能成為一名真正的高級童軍。



這次的年度高級童軍考驗營讓我印象深刻，我與其他童軍伙伴們都有所成長。在營期，我們遇到了很多困難挑戰，也留下了許多深刻的回憶。考高級前，我內心是既興奮又緊張。我非常期待能夠在考驗中學習與積累不一樣的生活經驗，並通過現階段最重要的高級榮譽，同時也十分緊張害怕，因為我不知道在追求目標的同時，前方有什麼未知的變數等著我，也不清楚我是否能成為一名真正的高級童軍。

高級童軍必須與小隊一起完成一段約六公里的徒步旅行，我們依照信件上的指示離開了營地，走在街上考核小隊旅行是我不曾經歷過的，這讓我十分難忘。我們一起上了新月橋，上面的風景真的很美。下橋後我們抵達橋下的關卡，有半橋墩工程及手工藝領巾圈製作。完成任務後，依照信件指引，我們又上了新月橋，我們走在橋中間有一段空中步道，算算有幾片玻璃，結果每個人算出來的答案都不一樣，小隊的學姊們還回去再數了一次。下橋後，我們中途差點走錯路，還差點沒準時到，真的是心驚膽跳！高考的第一天傍晚，已經考完的項目有十幾項，我當下超級緊張，尤其是最沒把握的估測技能。在看到我們第一次成績時，我很高興，因為自己通過了所有的考驗項目。這時團長提醒我們要留意行前觀察與資訊設計作業是否也通過。本以為一定會通過的我，看到第一審查時，整個人定住了，觀察作業居然還沒通過，山蘇的山，我打成一二三。本以為沒有挽回的餘地，也鼓勵自己做好明年再挑戰一次的打算；隔天得知行前作業還有第二次審查時，讓我有希望。

最後我們全團二十位一起來參加考驗的伙伴們也都一起成功晉級成為一名真正的高級合格童軍。經過這次的童軍活動，不但積累了許多與團隊寶貴的生活經驗，同時我也有所成長，學習到了合作的重要性，很多的事是自己一個人無法辦到的，比如說估測需要兩個人互相配合測量才能順利進行，若是沒有良好的默契與配合，在那有限範圍與緊湊的時間內測完指定高度與不可跨越的寬度真的是一大挑戰。希望未來進入聯隊群擔任幹部後，能夠積累更多的童軍經驗，將我所學應用於團內活動，幫助更多的學弟學妹也能夠挑戰成功通過高級童軍考驗，並一步步邁向國花級別，一起將童軍精神繼續傳播出去。

作者／9G 夏是則

這次的年度高級童軍考驗，我和我的小隊伙伴們經歷了很多有趣的事。在營隊剛開始就因為營地規畫位置有限，我們團的炊事帳太大頂，超出指定範圍而無法順利搭起炊事帳。這個時候協助辦理考驗的學校借我們炊事帳，雖然很感謝他們主動幫助我們，但打開拉鍊發現部分器材卻東缺西缺，繩子粗細長短不一，營釘一根彎掉，避雷帽也少兩三個；最後只好默默地從我們自己帶過去的器材箱拿繩子和營釘，突然覺得更應感謝我們的童軍團平時要求大家保養好、整理好、愛惜器材，才讓我們在考驗期間有完整的資源可以使用。颺～颺～颺～我們搭帳的速度超快，不到10分鐘就搭好兩頂炊事帳。颺～颺～颺～很快的，我們也搭完指定的工字型旗桿。考驗期間，我認為最困難的是高級繩結考核。五個指定繩結中，我像當機般的只記得兩個，還是宇倫聯隊長教我的，最後勉強在指定時間內全部考完。通過高級童軍考驗後就有機會進入聯隊群，這也代表未來的我要負起照顧我們童軍團的責任。希望擔任幹部的我，不再是個被動且沒有主見的人。而是一個認真負責，並且能做出對的決定，不要拖累團隊。聯隊群的組別我也想好，或許大部分的人會人為場器糧食組是最累人的一組，但從我眼裡，我看到的是可以學習如何設計營隊菜單、採購食材及更有效率有條理的整理與分配好團體活動器材，所以我以加入場器糧食組為自己的第一優先志願。



作者／801 曾怡甄

因為童軍活動，讓我學到課本教會不了我的真實體驗，課本沒有教我團隊合作有多重要，課本沒有教我幫助別人也能使自己成長。我發現在每次的團集會、團營隊等，慢慢成長，也漸漸感受到童軍的樂趣。

一年前，我加入了康橋童軍團，促使我參加的，除了最親愛的家人支持，還有自己的興趣，因為小學是幼童軍，其實知道童軍得來榮譽的進程並不容易，所以我的確想過，是否應該參加呢？我很慶幸自己當時選擇參加。童軍帶給我許多精彩且豐富多元的回憶，從一開始的幼童軍，到成為初級童軍，現在的我，已經是一名真正的高級童軍。這短短一年中，有許多大大小小的事，快樂、困難和成就感，都是在童軍中所體會到的，包括和隊友一起拿下小組勝利、學不會技能的挫敗，和最後看見自己努力的成果等；當然，其中不可避免的有不不斷的練習和挫折，在這段過程中，我也曾想過要放棄，但後來和伙伴們一起努力練習及相互提醒的氣氛，令彼此都擁有想一起變好的決心，這是在童軍生活中，我所學到的事。後來也發現，童軍真的能改變人和想法！

在年度高級童軍考核的這段期間，其實我很不適應，因為初中級在團內需要通過考核項目很普通，而團內已經把我們都訓練好了。到了高考，除了必考術科項目外，還有額外的資訊文書需要處理，加上高考是去校外進行考核，所以內心除了興奮外，還有更多的擔憂和期待，但我能做的，只有加強個人技能和我們小隊的默契。取得高級童軍合格後的我們，彼此的共同目標是進入聯隊群擔任幹部，盡一己之力獲得童軍最高的國花級別榮譽進程，這也是對自己另一項考驗開始，其中最重要的莫過於能力和心態。

我們都希望能爬上最高處，欣賞美麗



的风景，我們都想游到最深處，拾那珍貴的寶藏。這些很是困難，但只要我們能堅持所愛和日復一日練習的決心，必定能成功登頂，完成日後的童軍挑戰。最後，也期許未來的我和童軍團的伙伴們，能循序漸進的把這個團體越變越好，大家朝著國花級別邁進！

作者／11B 蘇致衡

我是從什麼時候開啟我的童軍生涯呢？是在七年級童軍課時，這也是我第一次知道童軍這個團體，真正參加童軍，是那年的暑假，學校舉辦一個在英國的世界童軍露營活動，而我報名參加了那次的活動，從此便開始我豐富有趣的童軍生活。那次的童軍活動，

讓我有個永生難忘的經驗，英國營區連日大雨導致水管破掉，我幾乎一個禮拜都沒有辦法洗澡，每天身體都被雨水洗禮，雙腳浸泡在南瓜田的泥濘中，還要想辦法在這種惡劣的天候下，搬運物資及生活，還記得炊事帳在第二天就倒了，那時真的很辛苦，但也讓我學習到如何克服困難，想起那七天的往事感覺就像前不久才發生的事，結果不知不覺已經過了四年。這一次活動當中讓我成長了很多，也發現許多有趣的事情，不但讓我了解到各國文化的差異，也讓我對其各個國家有更深入的瞭解。

我加入童軍社團到現在已經四年了，從什麼都不懂的童軍，到現在晉級到獅級童軍，也從一個小隊員到聯隊群，這些都是我的成長紀錄。童軍活動中要學習的

技能很多，有各種包紮、自救逃生、野外生存和戶外項目。童軍技能是我在野外活動中會用到的一種技能，每一個技能都有它的意義和會用到的地方。我學習到了受傷如何包紮自己，如何自己生火，我不僅能獨立生活，也可以照顧其他的人，這些都是我在童軍教會我的。我在童軍團裡，變得更自律，讓我能在教室外的地方，跳脫自己的舒適圈，擁有更多接觸自然、融入團隊、獨立動手的機會，在不知不覺中培養出獨立生活和團隊合作的能力，讓自己更加獨立、自律、對生活更正面。童軍讓我學習到課堂以外的生活知識、技能，並引導我利用課餘時間，循序漸進地增長自己，開闊視野、成為更好的童軍還有更棒的自己。

經過了這四年的洗禮，我也從學弟也變成了學長，而當時把我帶大的學長姐也一個一個的畢業了，這也代表著我必須要承擔的壓力及責任越來越大。我擔任場器組工作人員兩年，每次都要比別人早起和晚睡，通常第一天比較手忙腳亂，要準備的東西比較多也費時，不過我們靠著互相合作和工作分配，來減少時間的浪費，這也讓我瞭解到團隊合作的重要。印象中有一次遇到行程大延遲，但我們場器組反而行程超前，還先幫忙準備好烤肉所需要的東西，把烤肉的火都事先生好，讓活動能夠更順利進行下去，記得當時在第二天中午我們就已經把第三天的東西都準備完善。經歷許多次的童軍活動，



每次都可以發現更好更快的方法來解決問題，這是在這個團隊中所學習到的，我也希望可以將童軍所學到的技能，運用到未來生活當中，讓我的童軍生活及日常生活能更有趣。

聽見

作者／1102 江宜蔚
指導老師／孔祥如

沉悶的課堂總會造就滑稽的畫面。比如昏昏欲睡的腦袋不聽使喚，比如溢出夢鄉的津液汨濫成災，又比如，他戴著助聽器，而我戴著耳塞。

憂鬱症是一把鎖，就在正值青春之時，我被它牢牢束縛。此後，這世界的一切喜怒哀樂都與我無關，伴隨著藥物治療和無數次崩潰而來的，是已然成為必需品的耳塞。開學日的教室自然是混亂的，心情煩躁的我，自然也選擇逃避那些吵雜。我寧願那小小的橘色海綿堵得我耳蝸生疼，也不願接收外界雜亂無章的訊息。後來，我遇見了L，一個寧願捨棄難得寧靜的午休，也不願摘掉助聽器的男孩。

L的聰明才智是顯而易見的，甚至能穿越萬里、刺穿屏幕。初次見面，正逢疫情水深火熱之時，線上課程的鏡頭裡，他是唯一一個把脊椎挺直的學生。所有人都對遠在天邊的老師避之唯恐不及，只在點名的那三秒鐘把麥克風打開，剩餘的時間都在老師觸不到的舒適座椅中無所事事。不同於其他任何人，屬於L的麥克風風案倒是一直都亮著綠色，隨時回應著老師的問題，不論那是一個加分題，或僅是老師習慣性的自言自語。起初，我只聽得見他說話不是很清楚，像嘴裡含著還在咀嚼的食物，有時會摸摸自己的耳朵，輕輕蹙眉又專心投入課堂。直到疫情伴隨著暑假的烈陽趨緩，我們終於在開學那天見到彼此。我的身高恰好比較矮小，他恰好需要靠近講台，從此我們的座位只隔著不足半公尺寬的走道，可我卻覺得我們的世界被一條鴻溝割裂。

坐在L的旁邊的這些日子，我用餘光觀察著他的一舉一動。越是了解他，越是襯得我像經歷了大雨的泥一般軟爛。他總是積極地吸收知識，而我無時無刻都在想盡辦法遠離這喧囂人間。他的表現欲極強，即使發音受到聽力的影響，也耐心地傳達自己的觀點。而我只想把自己縮小，藏在沒有人能注意得到的角落。患上憂鬱症之後，我的視線被蒙上了一層霧，畫面裡的人物總是蒼白，而景物總是黯淡。唯有右手邊的他，像是一幅層層堆疊的油畫，光鮮的顏料掩蓋了原有的灰。

在認識L之前，我未曾考慮過聽覺的重要性。對生來健全的我們而言，這大自然賦予的恩賜太理所當然，以至於我們總是想不起那漫長的演化過程中，需要有多少個巧合，才能造就一個能和這個世界一起震動的器官。而L卻是用生命在享受聽覺。透過人類科技成功的產物，周圍的波動得以傳入耳膜，他無比感謝如此幸運。他上進、他認真、他求知若渴、他永遠目視前方、他珍視生命中能響起耳朵的每一秒。

L的成績名列前茅，他的成績單總是無懈可擊，甚至連相對不擅長的科目都沒有。但沒有人會說他是一個天才，因為他未曾停下腳步。午休的時候，他也會趴下來休息，但那只是為了讓身體取得必要的能量，以便讓下午的自己保持最好的狀態。下課的時候，他也會看課外書，但當你細細檢視他的書單，只會看到諸如《百年孤寂》、《二十一世紀的二十一堂課》、《反動的修辭》此類令急需放鬆的高中生嗤之以鼻的名著。閒暇的時候，他也會瀏覽社交媒體，但當你點開他分享的內容，放眼望去盡是各種艱深的哲學、史學或政治學觀點。他彷彿是為了讀書而生、為了討老師歡心而生、也為了給閒來無事的同學們一個排擠的對象而生的存在。

一個人有多優秀，他招來的惡意就會有多龐大。而L的情況更慘烈一些，黏在外耳的助聽器和講話「含滷蛋」的標籤，使得他成為箭靶中心的紅，淪為無禮嘲諷的對象。即使豎起了耳塞的屏障，滿懷惡意的同學提高分貝的指桑罵槐也能鑽進我的耳朵。我不相信L聽不懂他們的殘忍，但他從來都不會因為任何刺耳的聲音摘下助聽器。也許，一切能使耳膜震動的頻率，於他而言都是一種獎賞吧？

歷經數個世紀的更新，製造工藝在歷史的長河中漸漸成熟，當代科學給了他一個扭轉命運的機會，允許他擁有一條更接近一般人的起跑線。唯有牢牢抓住希望的人，才值得超越天生領先的跑者。而L做到了。他愛這世上所有的聲音，無論它是溫柔的旋律，或是無情的槍響，又或是枯燥的節奏。觸碰到耳蝸的點點滴滴，都是混沌命運中淘出的一粒金子。

有一回，學校舉辦了一場講座，講師用激動的語氣講述著無趣的笑話。她的唇不曾距離麥克風超過三公分，震耳欲聾的噪音不畏艱難地尋找耳塞的空隙，直搗黃龍後在我的耳膜上跳起了踢踏舞。正當我的情緒面臨著雪崩的威脅，L卻伸手轉了轉助聽器，調適了片刻後，才鬆開緊蹙的眉頭。瞬間，世界靜了下來。那只是一個很小的動作，耗時不過五秒，但這個畫面給我的震撼，讓我沉默了五個世紀。

哈佛大學的校訓中有這麼一段話：「你所浪費的今天，是昨天死去的人人奢望的明天；你所厭惡的現在，是未來的你回不去的曾經。」我用盡全力排斥的東西，竟是他用盡全力求得的珍寶。我鬆了一口氣的同時，他卻只能無奈。我們用不同的方式，錯過了很多動聽或難聽的聲音，我們自不同的起點出發，道路卻指引我們到達相同的地點。

其實，我和L屬於世界上的同一個位置，那就是無盡深淵和寬闊藍天的交界。我生於烈日，卻強迫自己走向地獄；他長於谷底，卻渴望自己翱翔天際；我們起於截然不同的人生，卻交會在地平線上，一個無比靠近又無比疏遠的一隅。而我可以預見，他頑強的生命力注定他將和美好的音符走上相近的道路；在耳蝸裡徘徊，終有一天，他將進入浩瀚宇宙般的神經系統，從此，他經過的地方都泛著微光。

L，你聽見了嗎？那悅耳的歌唱是空中的鳥鳴啾啾。你聽見了嗎？那呼嘯而過的聲響是瀟灑的風。你聽見了嗎？那是來自遠方的邀請，等著你突破這條地平線，跨越上天對你設下的阻礙，傾聽本該屬於你的天空。

櫃子

作者／1201 涂語涵
指導老師／孔祥如

門縫中竄進一小束月光，悄悄落在了床頭的矮櫃。櫃頂的木紋變得明顯，並隱隱透著一道道刮痕。淺的，纖細模糊，像是一根遺落的銀色秀髮，嵌近了木櫃。深的，些微的反光，像是一條盛著柔月的小河。那些是歲月的痕跡，宛若人生的歷練。細瞧隱隱約約可以發現飄渺的塵埃飛舞，在明與暗之間閃爍。

霎那，我恍惚間看見了自己朦朧的身影，在時空的交疊下，被吸進了回憶的漩渦。角落黯淡的陰影是遺忘淺漬或有心封印的那塊，發酵出特有霉味。

小學時，我曾把一張張不及格的考卷藏在櫃中的夾板中間。狹小的空間，囤積著數以萬計的恐懼。綿延著，蔓延著，悄然從隙縫中鑽出。那種心虛的不踏實感和犯錯不敢承擔的懦弱，也被我一網網的壓在櫃底。彷彿上演謀報載，我在打探媽媽底細的同時，也必須藏匿自己的把柄。然而，稚嫩單薄的謊言自然躲不過她敏銳的觀察和銳利的眼神，因而使我在小小年紀就掌握了處世之道的開關。從來不說謊是我的原則，因為用真相包裝的謊言比真相更打動人心。然而，能劃開所有偽裝的寶劍就是鐵證如山的證據，儘管擁有三寸不爛之舌最終也無法顛倒黑白。

那一次媽媽為了打掃移出了櫃子的隔層，滑落的考卷被曝於陽光之下，遍佈的紅墨顯得格外刺眼。我愣在了原地，直勾勾的看著那散落的紙張。日子過了太久，我竟忘卻了櫃子，忘記了藏匿其中的汙點，拋下了提心吊膽和小心翼翼。媽媽的怒吼不斷在耳邊充斥著，但無一句達到了我的心裡。只記得恨意襲捲了我的腦海，恨自己的記憶隨時間褪色，但所有的存在都不會消失。媽媽氣憤地離開了房間，那不堪入目的數字又被我塞進了櫃裡。隨著年紀增長，媽媽無心再參與成績的戰爭，而那滿江紅的考卷和一系列的思緒被櫃中無盡的黑給吞噬了。

上了國中，退去了自然率真的外表，也擔起了許多說不出口的責難。心中的鬱悶無從發洩，於是我開始寫日記。筆墨一筆一筆刻劃著剛步入青春期的不知所措，也描繪了辛酸委屈。眼淚暈染了富有情緒的文字，投影了寂凜圓月下那咬牙切齒的身影。日記是心靈的寄託，更是內心出口。我把黯淡的靈魂和破碎的軀體都毫無保留的展現在日記面前。那不堪的模樣只屬於我和它。它靜默的接受我的真實，淡定的傾聽如洪水傾瀉般的怨言，但終究用純淨的白回應我火紅的心。那些性格上的稚氣在挫敗和振奮的循環中漸漸的被磨去了稜角，體內湧動的燥熱也在打擊和鼓舞之間被緩和。那本日記不再伴我在黑夜，而成為我身後的守護者。當我轉過頭時，我都能看見它的影子，卻無法再看清它的輪廓。因為它已然成為懂懂無知的我的碎片，沉入記憶的長河。曾經的字句是我壓抑在心底的秘密，圈點成長的磨難被封存於櫃子的最底層。

房間的一角，櫃子筆直的站著，卻掩不了它的邊角已被攀附的灰逐漸淹沒，原本俐落的線條也被重物壓的彎曲凹陷。

現在的我高中了，繁忙的校園生活讓我屈膝彎背，沉重的課業壓力壓得我喘不過氣。在最迷茫的十七歲，我卻沒有時間徬徨。即將被賦予的身分是不願面對的現實，迎面而來的學測是我避不了的考驗。頃刻間我恍然發覺，原來曾經最渴望的那份自由和獨立，其實是一種被迫成長。它是刺骨寒風拂過梅的枝葉，是滂沱大雨冲刷出肥沃土壤。岌岌可危的情勢，躲得了一時卻躲不了一世。瘡疤迫使我不再退卻，也促使我不再隱藏。即使身處迷霧中，我也會化為那盞紅燭燃燒自己換取出路。以前，我依賴櫃子的幽暗來掩飾自己的不完全。如今我不再需要櫃子給予的安全感。破土而出的蟬告別了春泥，去尋匿自己的夏天。

拉上了封條，鎖上了銹。櫃子褪去柚木的色彩，慢慢變得沉寂。

皓月當空，晴空萬里。那日是國慶，社區有人放起了煙花。絢麗的色彩撒落在黑幕之上，想必是極美的景致。蜷縮在房裡，在喧囂的氛圍中體悟孤寂，是高二生獨有的淒涼。那一夜我正為期中考準備著，角落稀落的聲響和一晃而過的身影瞬間讓付在背上的疲倦煙消雲散。我戰戰兢兢的探了頭，只見一隻蟑螂壓低了身體消失在櫃子的隙縫。我打開了櫃子，卻只見那些舊物。物事人非，是所有情感中最沉重且惋惜的吧。床頭櫃是童話中的巨龍，陷入了深深的沉睡。在它身上，堆積如山的雜物是時光飛逝的腳印，也覆蓋了它的原貌。直至我回首的那刻，被喚醒的巨龍吐出腹中的珍寶，才感慨到歲月的流逝。那些被栓住的故事飄散開來，在我的眼前重複播放。我迫切的想要掙下它的一角，但終究木然的坐著。

成長是個不可逆的過程，是支流流進汪洋，是毛蟲蛻變成蝶，是鷹在峭壁的尖上學會翱翔。當眺望過山嵐與地平線交織的遼闊後，區區圈谷又怎能媲美它的野心？既然在前行的路上沒有止步的機會，那不如在踏穩腳步之餘觀望周邊風情。珍惜從來都無法挽留光陰，卻讓我深刻地活著。至少在翻閱陳舊的破事時，我還能從苦難中領會餘味回甘。

閉著的櫃，敲擊卻得不到迴響。但當我打開櫃子，輕聲低語我的疑惑時，卻彷彿有令我安心的回答從底端傳來。

回聲引領我，踏上航於時光的船。在無數暴風中漂泊，在湍急的水流中擺盪，在狂浪間浮沉，最終被推送到靜謐的沙灘。沙礫石堆中卻是晶瑩的每個自己……。櫃子的開合是生命中的起伏，但乘載的回憶卻不斷在改變它的形體。有時我總抱持著答案去詢問櫃子，所以它選擇閉上。然而，當由內心深處滋生的困惑傳遞出去時，它不停在櫃中衝撞，最後擊出一條裂縫，湧出源源不絕的能量。

那一夜我並沒有將櫃子闔上，任由月夜的嫵媚填充其中的空隙。黎明時分，東方的天空翻起了魚肚白，一束柔弱的金黃驅走了角落的陰暗，正巧落在了櫃子上。回憶重回陽光之下，晶瑩剔透且閃閃發光。我睡眼惺忪的看著，又是另一種坦然釋懷的心情。

作者／701 李晨希
指導老師／方韻萍

嘩嘩的兩聲不斷，當我走進地熱谷小舖的那一刻，世界瞬間安靜了下來。伴隨著輕悄悄的音樂聲，木製的小屋以及琳瑯滿目的小物印入眼簾，在暖暖的燈光下顯得格外溫馨。緊接著我們來到了忘憂小溪。白茫茫的一片天，把我帶入了人間仙境。溫泉散發著一股硫磺味，臭臭的，但卻更深刻的讓我感受到了北投的特色。細雨輕飄飄的落在我身上，另有一番放鬆的風味。

接下來我看到了一個小小的座椅蹲在路邊，呼喚著大家。被雨水浸泡的愛情座椅，濕答答的滴下一滴一滴珍珠，滴……答……滴……答……看著這個充滿「愛」的小椅子，心情也平靜了下來。不知道坐上這張椅子的人，會不會真的發生什麼奇蹟？地熱谷的溫泉旁，擺著一張巨大的板子，上面密密麻麻的字，正訴說著北投的故事。解說牆面的外圍是由石頭製作而成，附近還種著連綿不絕，綠油油的植物。高大壯碩的樹木下，懸掛著一絲又一絲的暗紅色樹鬚。在陰影下，發出了刷刷刷的潺潺溪水聲，再來就看見了女巫石瀑向下沖刷的樣子，奪人眼目。

北投地熱谷的步道至高處也是個景色豐麗的地方。煙霧繚漫的溫泉在這裡盡入眼底，搭配著旁邊種植的小花小草，各種深淺的綠，加上少許裝飾的顏色，在地熱谷溫泉簡直就是畫龍點睛！微風輕輕的呼呼吹，涼涼的感覺滑過身旁，站在觀景平台，能清楚的看見地熱谷暗綠色的泉水冒著熱熱的白煙，木製欄杆濕漉漉的，放眼望去的景色美不勝收。

走過北投，白晃晃的泉水飛濺，好似雪花飛揚。潺潺水聲，流入北投，流入溫泉，最後流入我心裡。熱氣蒸騰的溫泉，籠罩在迷濛的白霧中，身在人間仙境，我彷彿聽見了地熱谷訴說著北投的故事……



作者／701 鍾采彤
指導老師／方韻萍

在這一次的走讀北投，我們欣賞了許多北投的景點，也讓我更了解當地的文化。在每個景點中，都有不同的特色。地熱谷中有很多景點：

第一站：淨手礦泉湯，有著「礦泉玉露」的美稱，以溫暖的泉水浸潤肌膚，讓柔滑的泉水拂去身心疲憊，感受湯泉裡的能量，時間彷彿靜止在這一刻。第二站：地熱谷小舖，是庇護工廠，由三軍總醫院北投分院管理，販售了各地的特色商品，也提供飲品，也有販售北投湯花做成的湯花皂、湯花粉。第三站：忘憂小溪，兩側多了兩排花崗岩的石板，石板下的溝槽引進了地熱谷的溫泉水加熱石板，成為溫熱的岩盤。第四站：愛情座椅，冷空氣和溫泉水熱水相接觸之後，產生的濃濃霧氣，最適合情侶歇歇腿，觀察美景的地方。

第五站：解說牆面，地熱谷是一個火山爆裂口的遺跡，後火山現象讓它的谷底冒出溫泉水。北投石是全球唯一使用台灣地名命名的石頭。早期地熱谷本來開放給民眾煮溫泉蛋，因水溫過高使民眾燙傷，於是不再開放變成小的集水霸。第六站：女巫石瀑，北投市平埔族人留下來的地名，是巫的意思。第七站：步道至高處，在谷底做了綠美化，增添了各種色彩的花朵。這裡遠近的深深淺淺的綠，猶如中國的一幅山水潑墨畫。第八站：觀景平台，提供來觀察地熱谷的古的水的顏色。北投人稱呼青磺，就是因為谷底水的顏色是半透明為綠色的，同是一個自然從地底下湧出的溫泉。

在這麼多的景點中，我最喜歡的是溫泉博物館，從窗外向外看，外面青山綠水，配上尖尖的鳥叫聲，感覺整個人都沉浸在大自然裡了。在這次的走讀北投中，用了跟平常不太一樣的上課方式，也讓我學到了跟平常不一樣的東西，親自走進北投，令人印象深刻，雖然當天下大雨，但還是去得很開心，希望下一次還可以去別的地方上課。

作者／702 呂沁妍
指導老師／方韻萍

走讀北投的課程中，地熱谷是其一的景點。走入地熱谷，第一個映入眼簾的便是地熱谷小舖，玻璃圍繞四周，石頭製的屋頂及階梯，裡頭的商品更是五花八門，是我們避雨購物的絕佳位置。往前走，來到了忘憂小溪，清澈的溪水帶有一點點的綠色，旁邊則是佈滿了各種大小的石頭。接著，看到愛情座椅，它是一個大斜面的椅子，灰色且平滑的表面，可以讓坐在上面的情侶越靠近，感情升溫！

來到了第五站，解說牆面，這是一面充滿知識的牆面，述說著許多關於北投的歷史，幫助我們更進一步的了解北投。走著走著，聽到潺潺流水聲，看見茂密的棕色氣根和灰色石頭製的圍牆，往裡面一看，竟是黑黑暗暗的，像極了女巫的處所。沿著步道走，我們來到了最高點，可以俯瞰整的地熱谷，帶有淺綠色的水，冒著白白的煙霧，白煙裊裊宛如仙境。

最後，我們來到觀景平台，從觀景平台眺望下去，可以一覽無遺地看到整個地熱谷，綠色泉水，白色煙霧，真是山清水秀啊！地熱谷可以讓我煩惱拋到九霄雲外，可以讓心情暢快，更可以了解異地的文化，提升自己。

這次的走讀北投課程，使我收穫良多。在北投地熱谷時，可以感受大自然，在溫泉博物館和新北投火車站時則是可以看到歷史的古蹟。北投處處充滿了歷史的軌跡，一個個歷史的事件交織成我們現在所看見的北投市區！



作者／702 呂慕萱
指導老師／方韻萍

用石頭鑿的台灣造型湯池，潺潺流洩而下的溫泉水是全世界為二的青磺泉，有著「磺泉玉露」的美稱。以溫暖的泉水浸潤肌膚，讓柔滑的泉水拂去身心疲憊，感受湯泉裡的能量，時間彷彿靜止在這一刻。地熱谷旁開設的地熱谷小舖不僅具有販售觀光紀念品的功能，也可作為地方景點的迷你博物館，琳瑯滿目的商品和礦物歷史的說明標示，讓我受益良多。

走著走著來到了忘憂小溪，兩旁設立了石椅，可以坐在上面感受溫泉的熱能，就算大雨滂沱，也會覺得暖暖的。環湖步道旁也有設立愛情座椅，在朦朧的霧氣下，增添了浪漫的氛圍，有機會一定要和「他」來坐坐。在步道旁，有一個介紹北投的解說牆面，上面記載了北投的歷史，也記錄了北投小溪的形成，讓我更理解北投的文化。

在潺潺的流水聲下我們來到了女巫石瀑，在這樣子煙霧瀰漫猶如幻境的地方，是有平埔族巫師在占卜、下咒、祈福的地方，所以取了個很貼切的名稱。走到了步道至高處，可以看到許多的植物，更有著五顏六色的花朵，為步道增添了蓬勃的生機，我們在這裡拍了許多美麗的照片。最後我們來到了觀景平台，可以俯瞰地熱谷，並觀察谷底的顏色，也能感受到冒上來的縷縷熱氣。在這個平台上，更可以看見不同角度的北投，真是美不勝收啊！

這次北投文學的課程，帶領我們從新北投車站開始，用雙腳「體會」北投，用雙眼記錄生活，細細品味了當地的每個小故事。走在細雨紛飛的路上，途中綠意盎然的風景與日式舊建築交錯。一路走著，可以聞到與陽明山硫磺泉不同的碳酸泉味，清新怡人。其中我最喜歡的地方是北投溫泉博物館的望樓，因為可以眺望遠方的街景，看著古老的日式建築。彷彿能看到昔日熱鬧的北投市景，讓我有種穿梭時空之感。相較於坐在教室裡上課，我更喜歡用實際走讀的方式來學習，希望之後還有機會走訪其他地方。

作者／8E Deeksha Bhaskar

指導老師／林羿昶

康橋學校的八年級每年會去爬合歡山，這是一個菁英活動，我們為了要成功完成這個活動，上學期爬山訓練了六次，我們訓練時還遇到了狂風暴雨，但是我們都努力完成了，出發前一天，我們整裝待發，我準備了行動糧、登山包、衣服，還有許多登山用品。爬山前我迫不及待的想看美麗的高山風景，因為我從來沒有看過 3000 公尺以上高山的風景，也想體驗高山的氣候，因為我喜歡寒冷的天氣。我也有一點緊張，因為從沒爬過這麼高的山，也不知道裝備夠不夠。

我們第一天早上出發前往合歡山，下午到石門山，爬石門山的時候很冷又很潮濕，所以爬的時候手會很痛，那時候爬山霧很多，樓梯都積水了，也很濕滑，我們爬完石門山就回賓館休息吃晚餐。第三天我們 6:30 起床 7:30 在車上吃早餐，然後搭 40 分鐘的車到北峰，因為天氣的關係我們沒有去登西峰，不然要凌晨兩點起來。剛開始爬得時候路線很難，有一段路沒有抓繩子就會掉下去，危險的路爬了二十分鐘以後，就開始爬有石頭的路了，雖然這個路有比較簡單，但是石頭都很大，沒有地方可以踩穩，所以我就一步一腳印走得很小心，石頭路走了三分鐘以後我們就到了平坦的地方，休息一下。

在休息的時候嚮導叫我們看遠方的一個反射板，這是為了以前當兵的人可以簡單的在山上傳訊息，很快，我們就到了吃午餐的地點，早上上車前老師有給我們一包早餐和午餐，所以我們就把它吃完，之後，我們走了大概十分鐘我們就到了北峰了，大家都迫不及待的把他們的裝備放在草上，去拍大合照了，從北峰往下看，風景超級美，可以看到一片淺綠的山地，也可以看到一片深綠色的森林，還可以看到一大片雲海。之後，老師就跟我們說：「因為你們沒有爬西峰，所以我們去看一下西峰的路是怎樣的。」我們走了一小段路，大家很害怕，因為從北峰往下看，西峰的路感覺是 90 度掉下去。下山很順利，除了路有一點濕滑很多人有滑倒。大家爬完北峰都在大聲地歡呼。

我印象最深刻的是我們在爬第二天的東峰時大家都很累，而且我們這一組有人有高山症，所以大家就幫他背登山包包裡面的東西，減輕他要背的重量。第二個讓我印象深刻的事是要上北峰時，我們這一隊很多男生都在唱歌而且他們唱的很好笑，大家那時候都快笑死了。我遇到最困難的是在爬東峰時快要到頂的時候，我一直很喘，以為沒辦法上去，但是我一直喝很多水，再加上嚮導的鼓勵，我終於爬上東峰了。

我以為這一次爬山會很累，但其實沒有，這一次爬山我跟我們班上同學相處更好了，還認識了許多關於台灣山的知識，例如山上不同的樹種、果實等，如果還有下次，我希望可以晚上去爬北峰，因為夜晚風景看起來很美。

作者／8E 林語辰

指導老師／林羿昶

2022 年 11 月 1 號到 4 號，我們學校的菁英活動：圓夢合歡。除了受傷或有生理因素的同學，全校八年級的學生都需要參加。我們和爬山第三梯次的班級；8D、8F、8G 班級的同學一起去爬合歡山。前一天，我需要收拾大登山背包和攻頂包，裡面要有水壺，裝滿 2000mL 的水、行動糧、登頂宣言、健保卡、藥物、口罩、和登山用品。在爬山前，我覺得有點抗拒一點也不期待這次的活動。我原本認為爬山會讓我筋疲力盡，所以就不想要爬。但是後來，有一位九年級爬過合歡山的朋友和我說：「你只要努力爬上去，會感覺非常有成就感！」所以，我就相信了她的建議，帶著有一點期待的心情去合歡山。11 月 1 號當天，在學校活動中心集合完畢後，我們準備就緒，坐上了遊覽車。往窗外看，可以看見溫暖又興奮的家長們，激動的喊著加油，那時我感覺既好笑又稍稍緩解緊張的心情。

第二天，我們開始爬合歡東峰那無止盡又陡峭的階梯。在路上，有一位同學突然高山症發作，頭暈想吐。我們小隊的嚮導就停下腳步對我們說：「現在有一位同學高山症不舒服，有人自願幫他背他的登山包嗎？」有三位同學馬上就舉手，很願意的幫忙。我們繼續往上爬，但又有一位隊友有劇烈頭痛很不舒服，就這樣，我們撐著登山杖，每十五分鐘休息一下，幫彼此加油打氣，然後在繼續努力的往上爬。在路上，天氣很舒服，有一些雲、又有一點風，所以不會太熱也不會太冷，十點半左右，小隊成功登頂合歡東峰。我們小隊開心的在山頂拍團體照片。嚮導讓我們在山頂休息一會兒，讓大家拿行動糧和糖果出來吃，合歡東峰的山頂上有很多「垃圾鳥」，會來搶我們的食物。合歡東峰頂上，我們可以看到對面的北峰和主峰，還有其他的百岳。大家登頂東峰，心情都鬆了一口氣。登頂的感覺非常的有成就感，但是身體感覺非常累。

在這個圓夢合歡的菁英活動中，讓我印象最深刻的是合歡北峰。在合歡北峰的登山口，我看著巨大又高聳的北峰，心裡想：「山上的風景肯定很漂亮，我希望我們小隊可以順利的登頂！」在爬北峰的過程中，我們望向明亮的天空，強烈的陽光照射著我們，有時還有強風往我們的臉上吹過來。當雲層在我們的頭頂上時，地上的光線會產生不同的變化，顏色有時亮有時暗。山上的空氣很潮濕，有時後還會聞到同學放的臭屁味，當然還會伴隨著同學的聲音：「誰放屁啊？」

在路上，我們小隊的同學邊爬邊唱歌，當我們很累的時候聽聽他們怪異的搞笑歌，會覺得輕鬆一點。嚮導拿出大家都想要吃的洋芋片和可樂時，又累又餓的同學都用搶的，這時就會覺得普通的零食就像人間美味一樣的寶貴。終於，我們北峰登頂成功。在最高的山頂上，我往山下看，可以看見所有山下綠油油的大樹，一望無際的風景，還有很多平靜的池塘，有些比較大的池塘還可以看到天空和雲的倒影非常美麗。大家拍完照開心的休息吃東西後，再繼續往山下走。

很快的，辛苦四天過去，我們終於回到溫暖的家。在爬合歡山時，我們小隊都互相幫助，像有人高山症的時候，就有很多同學願意幫他背登山包。在路上，有很多同學邊爬邊唱歌，雖然有一些音準不太好，但是在很累的時候，這些奇怪的歌聲會讓我感覺比較有精神。在飯店的房間裡，跟我一起住的同學有點吵，但是我們都很早就上床睡覺，要封房的時候也守規矩的把手機交出來。我覺得和同學一起爬合歡山，能欣賞美麗的風景，又讓我更深入的了解我同學的特質和個性，是一個很棒又美好的經驗！雖然我的朋友都在其他班，其他小隊，但是一路上還是都有經過他們的隊伍，玩得非常高興。我原本以為我在山訓已經非常累了，現在爬四天三夜的合歡山應該不可能完成的，但是成功爬完合歡山之後，我發現只要堅持爬下去，相信自己就可以做到，當我真的完成登頂之後很有成就感。偶爾可以和同學一起出去校外，我覺得是非常難得的機會。

當我有了這樣的自信之後，我就敢勇於挑戰自己，不再那麼害怕嘗試新挑戰了。

作者／8F 蕭文煜

指導老師／林羿昶

在康橋國際學校，每一年八年級會有一個菁英課程，讓同學爬合歡山。十一月一日，天空萬里無雲，早上八點集合八年級的 D 到 G 班在活動中心。到了活動中心以後，有一位嚮導來班上簡單講解我們這個四天三夜要做什麼，以及幫我們檢查裝備。每個人的背包都要裝行動糧、水壺或水袋，隔天用的衣服與登山服裝、保暖衣、零錢、我們的個人用品和登頂宣言。過了一個鐘頭，我們就坐上了校車前往合歡山，中間有在一個餐廳停下來吃午飯。吃完了以後，我們又回到車上，直接坐到石門山登山口。當我坐在車上，我一開始我很興奮，但當我到了石門山口我才有感覺到我在合歡山，要準備爬四個峰。

這個四天三夜的過程中，我們爬了東、主、與北峰（因為路線太險峻，學校後來決定不要爬西峰）。爬完了這幾個峰，我覺得最有特色的是北峰，因為路線及風景讓我的印象最深刻。首先，從登山口就看到山上的高度與長度。路線一開始很像東峰，一大堆樓梯，中間連一公尺小休息的地方都沒有。後來有點像一個小森林，旁邊都是樹，空氣悶悶的，地上濕濕的，也聽得到小蟲的聲音。之後是最難的部分，是上坡角度很陡峭險峻的上坡路。路是石頭做的，所以在這一段，有很多的同學開始慢下來了。但這裡的風景最遼闊，不會被樹或雲擋住。然後最後一段路很像主峰跟石門山組合在一起，路段是坡路與樓梯組合在一起，不太像山的樣子。爬到山頂，嚮導還帶我們看西峰有多難爬。看著西峰讓我們了解我們有多幸運。雖然爬山很辛苦，但看著風景就讓我感覺輕鬆多了。風景美妙又一望無際，有時候爬到比較高的地方往下看，看到比較矮的山會被很多雲籠罩住，像灰灰的爆米花。空氣也很涼快，感覺像一個舒服的電風扇輕輕得吹向我的前方。北峰很像東峰，主峰，與石門山融合一起，讓我覺得很完美，所以我才對北峰的印象最深刻。

透過這次的菁英活動我覺得自己很有很大的改變，我變得更會幫助別人，整理東西變得更細心，以及把握時間（計畫）。讓我感覺自己對於人生有很多的成長，因為這些能力讓我面對未來問題或挑戰。比如說：當我未來要去國跟我家人去國外旅行，我不但可以幫爸爸，媽媽，哥哥檢查行李，我還能改變旅行行程的小細節。因為我有這個新的能力，我非常愉快，很像開了嶄新的世界。



傾吐心事

作者／11C 陳巧樺

指導老師／劉聖德

生活不可能事事順心、一帆風順，難免會遇到艱難險阻。當我們面臨生活中的不如意，因而導致情緒崩潰時，應該向自己的知心好友傾吐心事，才可以一同尋找解決的辦法以及心靈上的釋放。一言以蔽之，人在情緒潰堤時，不該隱藏情緒。說出來，身邊的人才會知道你遭遇了甚麼困難。

情緒崩潰時，必須將心事說出來才能使問題得到解決和幫助。身為學生，在校的課業壓力是必須克服的最主要部分。最常見的是老師上課時，總堅持學生在遇到課業上的問題應當立即提問去尋求解答，而非憋在心裡而導致問題永遠無法解決。將心中的不解或壓力與他人分享，能獲得他人的意見和解決方法，使問題能更快的解決和自身心靈上的解放。

反之，若不立即將心事與知己或家人分享尋求幫助，最終情緒還是會大爆發。在二十一世紀的高壓環境下，人們心靈上的壓力與日俱增。若在龐大的壓力下將心事藏於心中，即使短時間能自行消化，長期累積下來，情緒最終還是無法藏住。如壓力鍋上方的洩氣口，為了在烹飪完食物時打開以利於降低壓力。若沒有打開洩氣口，就會導致類似氣爆的情形發生。正如人一樣，長期堆疊負面情緒，就會如壓力鍋般因未開啟卸壓孔而情緒大爆炸，始終無法將內心的情緒隱藏在心裡。

生活中的壓力藏於各處，在日月的積累下導致情緒上的崩潰，如何解決這些壓力以及情緒的釋放成為現今重要的課題。遭遇心理壓力而情緒崩潰時，應尋求幫助及解決才是處理情緒潰堤的最佳方案。

成長的第一步

作者／11A 李昕璇

指導老師／劉聖德

當人遇到挫折時，最典型的第一反應就是逃避。如同一隻被追殺的鴛鴦，我們時常會下意識的把頭扎進地裡，以為只要自己看不見危險就是安全。但是，我們一旦因恐懼、痛苦、煩躁或焦慮，而不願面對真實事件的發生時，就其實已經裹足不前，並且失去分析險境、成長的機會了。只有面對現實，我們才能透過進步超越現實中的自己。

于丹，一位畢業於北京師範大學的碩士生，曾說：「承認現實生活中的不足之處，並通過自己的努力去彌補這種不足。雖然世上絕大多數的人都具備自己獨有的天賦，這些上天賜予的才能往往必須等人徹底擁抱自己的缺陷和失敗之後，才能被激發出來。若沒有面對現實，並且了解自己的不足之處，那我們就無法發掘其他的解決方式，也就親手放棄了一個尋找新方向的良機。歷史上，許多名人都是先了解並面對自己先天上的不足、用行動和努力彌補肢體上的缺陷、再用夢想添補受傷的心靈，才得以到達到現在的成就。家喻戶曉的音樂家—貝多芬，就是一個很好的例子。從小，他就遭受到酗酒爸爸的長期暴力、物質與愛的缺乏，以及身體的疾病，而飽受折磨。雖然貝多芬

現實與童話

作者／11C 方宗琪

指導老師／劉聖德

大人常常向孩子講述童話故事，像是《白雪公主》、《小紅帽》，或是《三隻小豬》，讓活潑有趣的情節與其中所蘊藏的人生哲理陪伴著小朋友長大。雖然童話故事是編造出來的，但童話故事的重點在於警惕孩童與建立品格，告訴孩童童話故事是假的反而會轉移焦點，導致孩子無法學習到故事想傳達的教訓。

在許多童話中都帶有警惕與教導的成分，讓孩童相信童話故事能讓他們在現實生活中面對類似的狀況時能夠回想起故事中的教訓，避免他們遇到危險。在《小紅帽》中，小紅帽獨自一人前往奶奶在森林中的家，路上遇到心懷鬼胎的大野狼，被大野狼所欺騙，繞了遠路。到了奶奶家時大野狼已經將小紅帽的奶奶吃了，並偽裝成奶奶試圖吃小紅帽。雖然最後大野狼的下場在各個版本中有些許差異，但是不管在哪個版本中都一樣的是象徵陌生人的大野狼會隱藏自己真正的意圖，欺騙天真無邪的小紅帽來得到利益。隨著小朋友長大，遇到困難甚至是危險時，父母與家人不一定能一直在身邊保護。這時候童話故事中的警示就非常重，能夠建立小孩子的安全意識，避免像小紅帽一樣被陌生的壞人欺騙，而這也呼應到論點。

品格是人生中重要的元素，會影響到一個人的言行舉止以及生活中各方面的人事物，而童話故事能建立品格。廢除黑人奴隸制度的美國總統林肯曾說：「品格如同樹木，名聲如同樹蔭。我們常常考慮的是樹蔭，卻不知樹木才是根本。」當許多人注重於事業、名聲與成就時，常常忽略了支撐著這些的品格。在閱讀童話故事時，也會建立孩子的品格。在《國王的新衣》中，奢侈的國

的童年十分艱苦，也因耳聾聽不見自己最喜愛的音樂，他卻還是在認清自己現實中的不足後，將原本追求音樂的絆腳石變為他走向光明的墊腳石，並且憑著他那失聰的雙耳攀上音樂界的最高點。

除了貝多芬之外，海倫·凱勒的故事也值得一提。由於在還是嬰兒時雙目失明、兩耳失聰，她無法像正常人一樣的生活。但是，就算面對這樣殘酷的現實，她卻從不抱怨，反而是以樂觀、積極的態度在現實生活中為目標奮鬥著。身為一個從小失去聽覺和視覺的殘疾人士，她就算因為受到挫折而放棄夢想、因痛苦而臥床不起、因恐懼而停滯不前，也不會有入責怪她。可是海倫卻沒有對這一切的不幸而逃避，反倒是接受並利用自己與別人不一樣的地方，以她永不言棄的信念和堅持不懈的意志增強自己的實力成為歷史上著名的作家、殘疾人權利倡導者、政治活動家和講師。從二人成功的例子中，我們可以清楚的看到：現實不是限制夢想的束縛，而是人在一生中為了成長到下一階段必然要經過的考驗。只有在了解現實處境後，才能在自己能做的範圍內努力，進而進步神速、取得成功。

在這世上，有許多人都因想維護自尊而選擇逃避。他們總認為只要藏起現實的自己，就不會受人嘲笑。從孔乙己一文中的主角那悲慘的人生中，魯迅透露出人為了守住短暫顏面而失去一輩子尊嚴的例子。孔乙己因封建科舉制度的崩壞與腐敗，而無法以讀書人的身分取得他一直以來所追求的地位和錢財。淪落為科舉

王因為不想被嘲笑，所以穿上了「聰明才能看到」的衣服，脫得光光的在大街上行走，最後才被孩童道出了國王沒有穿衣服的真相。故事中的孩童不管別人會不會認為他不聰明，誠實地說出真相，揭露醜陋。這建立了要誠實以及勇敢的品格；不要藏身在虛假的人群中，果敢地說出真相。童話故事能讓名為品格的幼苗扎根在小朋友幼小的心靈之中，隨著時間不斷茁壯，最後長成一棵大樹，讓小朋友擁有優良的品格。相反的，若孩童知道童話故事是假的，他們閱讀童話時反而會去注意每一個細節的真或假，反而不會去體會故事中所要傳達的道理以及試圖建立的品格。一個知道《小紅帽》是假的孩子，或許就會不相信故事中的情境，太過於相信陌生人而受騙；一個知道《國王的新衣》是假的小朋友，或許就不會對誠實的重要性有那麼深的感觸，並錯過了在幼年建立誠實的品格的機會。

兒時的發展對於一個人之後的人生至關重要，而童話就是能在警惕與建立品格之餘，陪伴小朋友成長的良器。如同林肯的名言，品格是成功的地基，而童話中的品格建立與人生哲理是一生受用的。我認為能從故事中學習到道理比在課堂中老師講述道理來的有趣且實際，因為《小紅帽》我學習到不能輕易相信他人，因為《賣火柴的小女孩》，我知道不是每個人生活都像自己衣食無缺，而面對困境時，要憑著希望向未來走去，因為《醜小鴨》，我了解到嘲笑與排擠能帶給人的傷害，以及在逆境中不要放棄的精神，因為《國王的新衣》，我認知到因他人眼光而不願說出真相的可笑。童話故事雖然不是真實發生的事件，但是童話故事所帶給我的道理以及建立的品格，是真實存在的。

制度犧牲者的他卻始終不願意面對自己沒有地位的現實，反而透過偷竊來苦撐他心中虛假的身分、透過一件破舊的長衫來彌補他心中的空虛。這些無謂的掙扎和偽裝使他無法放下過去，也無法向前邁進並學習營生。這樣對過去與尊嚴的執著也為他畫下人生中的句點。若孔乙己當時能過靠著自身的勇氣面對無法利用考試捷徑而取得官職的事實，藉由努力累積經驗、知識以及謀生方式來追求進步，他可能就會有截然不同的明天了。

現實雖然殘酷，卻是公平的。好比動物演化過程中的「自然選擇」，生物在變化多端的大自然中生存競爭時，那些經過自然選擇、克服多災多難並成功「適應」的物種才得以生存，其餘的則會被淘汰。人類的世界也是相同的道理，那些願意先面對實際狀況，採取判斷後並行動的人必定能漸漸成長，在社會上找到立足之地；相反的，那些因固執或恐懼而不願面對現實的人，則會因此失去進步的機會而無法跟其餘的人競爭，落得被世人排斥、嘲諷的下場。

從我們出生的那一刻就已經注定會遇上許多難以接受的事實。不管是考試不及格、失去工作或是親戚過世，我們在人生中必定會受到不斷的打擊，我們當然可以悲傷，也可以埋怨，因為我不是沒血沒淚的機器人。但是，我更希望我們能在心情跌落谷底片刻後，能將現實中的困難和經歷轉為重新爬往更高處的经验與動力。因為唯有這樣面對人生，我們才會進步、才會成長！

人性的考驗 ～芥川龍之介〈地獄變〉讀後感

作者／11C 蔡允恬

指導老師／劉聖德

〈地獄變〉不同於芥川龍之介的風格，採用了第一人稱說書人的視角窺探文中的角色，加入了主觀的看法，也以此巧妙的傳輸了偏見，使得讀者能更輕易地體會芥川對人性的想法。故事中的「我」其實是一個普通的侍衛，因此在「我」的描述下，故事必定會有空缺的內容，但也因為這些缺口，故事增加了許多懸疑性，也讓我能有更多遐想的空間。不僅如此，藉由第一人稱視角講述故事的情節，能使我更多的帶入與「我」相同的想法，引導我以特定的觀念及偏見面對書中的角色。如同「我」一再的抹黑以及嘲諷良秀時，我便會不自覺的為良秀套上反派的角色：「說到他的壞習性，吝嗇、刻薄、無恥、懶惰、貪懶——而其中最嚴重的就是目中無人、傲慢無禮，不論何時，都把自己才是本朝頂尖畫師掛在嘴上。」雖然芥川沒有明說他想要傳達的主題，但透過說書人的偏見，我便不自覺一味地跟隨說書人看事情的角度，也因此而透過這種淺移默化的說服使我更加注意到良秀的缺點，並從這些缺點找出本文隱藏在良秀身上的主題——藝術與人性。

芥川把猿猴命名為「猴子良秀」，使猴子一角色在〈地獄變〉一文中充當了與畫家良秀完全相反的映射，成為了畫家良秀各種行為的對比。我認為芥川特地用了人類的祖先，猿猴，呈現出在還沒有因「人類」進化而造成的利益衝突和利害關係前而擁有的最純粹、原始的「善」。猴子在良秀女兒受到侵犯時，陪伴在女兒身邊、保護女兒，並且向「我」求救以拯救女兒不被非禮。猴子甚至在女兒被活生生燒死時，不顧一切地撲進火裡，以最純粹的感恩心及友情展現出人與人之間的共鳴，但反觀良秀，他在看到女兒在火燒的轎子裡時，即使有一瞬間想要衝出去解救他女兒，但是他卻很快的被整個畫面所吸引，停住了腳步，讓藝術的召喚淹沒最後的一絲絲親情，使他最終放棄了父親這個角色。而猴子不離不棄的照顧便是理想父親的形象投射；牠更有情感，牠懂得感恩，牠有識人之明。芥川運用了「猿猴」這個形象代表了人性的善良，因此原本良秀還很珍惜他女兒時，他被人戲稱為猿秀，但在他女兒被焚燒後，他便不再被他人稱作猿秀。但也是因為少了這個代表人性的形象，良秀連最後的一抹人性也被拋棄、遺忘了。猴子的這一抹善在如此陰沈黑暗的故事中特立獨行，可如此獨特的它也終究沒有打敗人性的惡，保留下人類道德的底線，因此我不禁深思，芥川到底是要強調人性中的善良最後終究會被吞沒，而人類最終會活在充斥著惡意及利益的世界，還是想要抨擊如同良秀的人們，不應該為了對藝術的追求、對夢想的

不離不棄而拋棄人性？在〈地獄變〉一文最終，有生命的人類及動物都死了，但沒有生命的「地獄變屏風」卻被一直流傳下來了，並且被世人廣為稱頌。我認為，芥川一方面想要表示唯有對自己夢想的執著，最後才會因此被世界記住，但另一方面，卻也因此嘲諷著這些踩著人命、踩著道德底線的人們所得到的成就。地獄變是因為人類崇尚完美無缺的藝術而創造的，但是地獄變屏風卻一起帶走了良秀和良秀女兒，進入人類自己創造的地獄、進入良秀為自己創造的地獄。因此，從此篇小說中，芥川想要傳達「沒有人性的藝術不是藝術」，如果沒有了人類，如果人類因此而互相陷害，藝術遠沒有守護人性的底線那麼的重要。

「如果為了工作的成就，不顧親人的反對，離開家人整整一年，獲得了金錢與地位，但卻失去了親情，你會如何選擇呢？」這是在與爸爸討論〈地獄變〉一文後，他所問我的問題。在我一個高中生眼中，不被金錢所限制，不被現實所框架，似乎，親情將會是我毫不猶豫地決定，但在一家之主的眼中，這就不再是一個顯而易見的答案了。想要在這個行業得到更高的成就，不為自己留下遺憾，離開家人似乎才是最佳的選擇。但離開家人，付出的代價卻是錯過了大女兒的環島之旅、小女兒的畢業典禮、老婆的升職、以及各種具有重要意義的活動。雖然我過了這麼久才知道了爸爸當時的掙扎，但我卻很慶幸他選擇留下來陪伴我們，與我一同度過各個對我來說意義重大的日子。但反觀良秀這位父親，他就像被戴上王冠的腐敗國王，披著「父親」的稱呼，但卻做著與之截然不同的行為。而當他選擇了理想而拋棄了親情那一刻，他便不再配被稱為「父親」了。

回歸到芥川創作這篇小說的目的，在讀完這篇後，我覺得芥川與其是在說服我相信「善」終就會消失，他反而更加的想要諷刺人類的自私，抨擊那些為了追求藝術和理想而違背道德底線的「良秀」們，並且以此喚醒我的良知。〈地獄變〉以黑暗的基調展現出人性陰暗的一面，以深入我心的故事情節時時刻刻提醒著我保持著道德的底線、懷抱著純粹的善良。

在藝術的路上尋找解答～芥川龍之介〈戲作三昧〉閱後有感

作者／11A 李知穎

指導老師／劉聖德

藝術的價值該如何被衡量？芥川龍之介藉由〈戲作三昧〉一文提出了此問題。其故事始於藝術家馬琴對於創作的徬徨，透過角色安排，芥川探討不同身份、經驗的人們如何以不同的視角看待藝術創作及藝術家一職。故事中，馬琴前後遇到了書迷、黑粉、出版社老闆、拜師的年輕人、畫家、家人以及馬琴的孫子，每個角色分別代表著不同的觀點及不同價值判斷的方式。其中黑粉指責馬琴抄襲，以缺乏「原創性」為由批評馬琴的作品；出版社老闆則以「產量」來衡量馬琴作為創作者的能力；年輕人理想化藝術家一職，擅自的賦予期待，認為馬琴應獻身給藝術，並有傳承的責任；而畫家點出了當時世代藝術是如何被社會所打壓，批判創作的「自由性」；家人認為投身於藝術創作並沒有維生能力；然而最後，馬琴的孫子卻提醒道：創作需忠於自己，要「好好用功、不要發脾氣、多忍耐」才能夠在創作的路上更上一層樓，引導馬琴找回創作的初衷。

我認為藝術是沒有標準的，如同芥川所認為的，創作不應被普世價值所侷限，無論是金錢、責任，抑或是題材上的限制，而藝術也不僅僅是作品，同時也涵蓋了創作者與兩者帶來的影響。每個創作都有其脈絡，而對我來說藝術的價值往往不只是閱聽者當下的所見所聞，作品本身更像是溝通的媒介、形式上的表現，而作品在創作當下及完成之時如何與環境對話，人的思想經由碰撞後的反響才是真正賦予藝術價值的所在。以文字的創作來說，作品本身是字與句的組合，或許優美的措辭具有加分效果，但文章的價值依舊在於句子組合間夾藏的意味，需要讀者去解構，並以自身經驗加以理解，才能夠品嚐其背後真正的道理。然而，受眾如何去理解作品、而作品本身又會帶來什麼樣的影響並非創作者本身能夠操控的，而這樣的的不確定性也是藝術令人著迷的地方吧。也因此，如馬琴的孫子所說，創作時因更專注於自身，透過忍耐杜絕外界的影響，努力的增進自己、理解自己、表達自己才是所謂的藝術。我所認知的藝術包含了作品、創作者本身及兩者如何浸染環境。芥川龍之介作為創作者、藝術家也影響了我如何去解讀他的藝術。隨著劇情起伏，馬琴有了不同的體悟，而從中也不乏能夠發現芥川龍之介的身影。例如在澡堂中的黑粉責怪馬琴抄襲，正如芥川龍之介在創作時期引發的爭議，由於多篇著名小說皆取材自〈今昔物語集〉，被當時的文學評論家批評有抄襲之疑慮。芥川所安排的角色皆有其意義，而對於黑粉，馬琴的應對就如同芥川龍之介現身說法，由於身份的不對等及看待藝術的出發點不同，馬琴「怎麼樣也很難恨得起來」，反而是害怕聽了這番言論後創作動機因此不純，存心想討好讀者而忽略了藝術創作的根本在於自己。雖然說我認為創作的價值在於其背後的意涵及影響力，然而媒材的選擇也是至關重要。在繪畫藝術中，油畫、水彩、素描等雖然都可以清楚的傳達畫面，本身的質感卻不盡相同：有厚重的，也有清澈的；有的傳遞豐富的訊息，卻也有的單一且平淡。隨著選擇的不同，不同的媒材也會有各自的適性。芥川正是在理解自己並梳理想法過後，才有辦法選擇最適當的方式傳達自己的想法，而也是在創作者與作品並存的情況下，讀者才能夠藉由作者的選擇，按照作者所期望的方向、加入自身經驗，去理解背後想表達的意義，進而產生「交流」。

我們或許都有這樣的經驗，在逛美術館時，遊走於各個畫作間，明知眼前的作品各個飽含歷史及藝術價值，然而心中也只是冒出了一個大大的「蛤？」從前的我也曾質疑過畢卡索，連我都畫的出來的畫，憑什麼得到如此之高的成就？甚至對於貼在牆上的香蕉嗤之以鼻，擅自的認為一切都是炒作。然而，現在的我走進美術館，看見的是時代的改變。以畢卡索為例，他所創立的立體主義對當時純粹的模仿藝術提出質疑，利用線條的切割、幾何圖形的組合、角度的錯視來營造三維空間。畢卡索選擇如此手法是對於當時印象派過於拘謹的畫風所產生的反動。在理解歷史及創作的脈絡後，我也能夠以更廣闊的視角看待藝術，對於畢卡索所選擇的溝通方式以及創新的手法感到驚艷，更是讚嘆他為藝術歷史上帶來的改變。或許從前的我就如同書中角色，擅自用淺薄的標準去評斷藝術，看到的卻只是思想傳達的媒介，根本未曾理解創作者想表達的以及其歷史價值。

藝術富含了自身性，是一人在與人、社會及自然碰撞後所得到的「解答」。每個人的答案皆不相同，亦無法論其對錯，然而這才是藝術創作的真諦。說到底，〈戲作三昧〉何嘗不是芥川龍之介對於藝術創作、時代的藝術市場以及自己作為藝術家種種經驗及體悟後所得出的答案？