

國立嘉義大學師資培育中心 『教育足跡』 徵文比賽
《她只是個孩子》讀書心得報告

著作人：A.作者：桃莉•海頓〈Torey L. Hayden〉

B.譯者：陳淑惠

C.編輯：余佩玲

出版者：新苗文化事業有限公司

出版日期：2002年3月 二版五刷 台北市

頁數：三百一十頁

大綱：

桃莉是個教師，而她的主要工作是幫助情緒失調、學習障礙的學生。桃莉曾在報上看過一則報導，報導內容是一位六歲女孩綁架鄰居小孩的事件。在冷冽十月的夜晚，她帶走一個三歲小男孩，然後綁在樹上，用火燒他。這個令人髮指的小女孩，就是席拉。席拉的母親在 14 歲時生下她，二年後又生了吉米，爲了擺脫經常進出牢房的丈夫，她帶著兩個孩子離開，沒想到她卻又在高速公路上將年幼的席拉推出車外。從此，幼小的席拉在各個幼稚園、醫院附屬的兒童機構、小學資源班中輾轉，沒有一個機構能夠容忍她的殘暴個性，直到被塞到桃莉的班級，也就是人們所稱的「垃圾班」。「垃圾班」裡收留了八個有特殊身心障礙的學生，垃圾班也是席拉真正轉變的開始，更是她與桃莉精采互動的開始。席拉初到這個班級，她拒絕做任何考卷、作業，只要有考卷在她桌上，馬上成爲一堆碎片；她破壞教室裡的所有課桌椅，搗毀大家的作品；她將魚缸裡的金魚全部抓出，並用鉛筆把金魚的眼睛戳出來.....一件件可怕的事考驗著桃莉，爲了帶領這群特殊學生，桃莉必須封鎖住自己的某部分感情，否則過度的沮喪、震驚會使她身心趨於崩潰。

席拉總是一個人坐在角落裡，看著大家玩樂、學習，大大的眼睛裡充滿了怨恨和憤怒，或者應該說那是一種恐懼。桃莉在此時也逐漸發現到席拉和其他孩子不同，她沒有其他缺陷或毛病，她能夠完全的控制自己的行爲、情緒。只是她拒絕被愛並且將自己披上了防衛的外殼。

在幾次偶然的機會裡，桃莉發現到席拉擁有異於常人的特殊閱讀能力，經過幾次的測試之後發現：席拉竟然是一個智商超越 170 的天才！當桃莉發現席拉的智商竟然高達 180 的時候，她一度擔心自己無法適當的教導這樣的天才。

席拉起初拒絕寫作業，還因爲誤解桃莉不管她、以爲桃莉會像她母親一樣遺棄她而有自殘的行爲，但是在桃莉的耐心、愛心、關心之下，桃莉慢慢的突破席拉的心防以及席拉對人們的不信任。於是席拉努力堅強偽裝成野蠻的心變得柔軟、並且有很大的改變，也漸漸可以被其他同學接受。

心得：

「她只是個孩子」這本書的書名與內容緊緊相扣。此書以第一人稱(桃

莉)書寫，並且以席拉和桃莉的互動為主軸，生動的描述特教老師辛苦的一面。

我想，席拉會有一些異常的行為與「她的母親在她四歲時只帶走她的弟弟，留下她和她的父親」以及那些年來「她的父親一直進出於牢獄」有很大的關聯性，也因為生長在這樣複雜的環境，使的她有粗野、暴力的個性。席拉也因為家庭的關係，所以每天都穿同樣的衣服、沒有洗澡、沒有洗頭以及梳頭、不知道如何與人相處、不知道何謂基本禮儀.....等等，因為眾多的原因讓桃莉面臨許多困難以及挑戰，桃莉利用學校資源讓席拉能夠在學校梳洗以及更換乾淨的衣物、桃莉甚至自掏腰包買了漂亮的髮夾給席拉。

席拉一直認為自己是被拋棄、是個瘋小孩，所以當席拉感受到桃莉對她的付出時，她非常困惑、不知如何是好。席拉一直小心翼翼的保管著桃莉送她的髮夾、她也深怕自己的行為會讓桃莉生氣，所以每當她做錯事就非常害怕。

其中特別的是桃莉用小王子的故事（以小王子與狐狸的友情）來比喻自己和席拉之間的關係，就像小王子馴服了狐狸。經過桃莉一個學期下來的耐心教導，已經使得席拉在學期末即將離開之際（因為學校要將垃圾班解散），成為了一個成熟、活潑、能夠自我控制情緒的小女孩了，以後席拉將以跳級生的身分上普通小學的三年級，儘管她的身材是如此的瘦小。在那即將分離的晚上，席拉強忍著淚水答應桃莉：從今以後她會當一個乖女孩，為了桃莉！看到這段讓我非常感動，因為桃莉無私的付出終於有成果。

此外，我還看到席拉勇敢的一面，她只是個小孩，但是卻有著令人同情的遭遇，為了讓自己不遭受傷害而必須偽裝自己，必須讓自己看起來很堅強很勇敢，就算受了傷害（不論心理或身理）也不能在大家面前哭，她只是個孩子卻如此勇敢真的讓我尊敬、佩服卻又不捨。

書中有一段提到－在替席拉爭取避免讓她到州立醫院所成立的收容所中，桃莉拜託她的男朋友－查德（職業為律師）幫忙申訴，對於桃莉願意主動站在席拉的角度替席拉爭取權利的舉動非常讓我佩服。慶幸的，桃莉以及查德爭取到了讓席拉能繼續留在學校的權利。經過了這次的相處、會面，查德非常喜愛席拉，席拉也是如此。查德甚至帶著席拉以及桃莉去慶祝當天所爭來的權利（查德帶席拉去吃 PIZZA，沒想到席拉沒有吃過 PIZZA），席拉要求桃莉答應讓她假扮成桃莉與查德的孩子一個晚上，這個部份深深表達出席拉渴望得到親人的關懷愛護，而作者在此描寫的非常動人。最後查德送席拉一件美麗的洋裝，故事在此留下伏筆，因為此洋裝讓席拉的叔叔傑利有機會對她性虐待.....

席拉的父親也是可憐的受害者之一，席拉並非他的親生女兒，但是他還是願意撫養席拉，雖然管教的方式不正確以及席拉父親常酗酒，對席拉

來說，父親是沒有拋棄她的人，所以就算父親怎麼打罵她，她都能夠接受，並且不會反抗父親，但也由於父親的不當管教（甚至不讓女兒洗澡、換洗衣物.....等等），也造成席拉的學習產生困難。一開始桃莉到席拉家裡做家訪，席拉的父親非常的不友善，但是到了最後席拉的父親也被桃莉的態度以及耐心改變了。他變得願意接受別人的幫助、願意去看席拉的演出、願意承認席拉並非瘋小孩.....等等。

社會上有許多跟席拉很像的小孩需要被關心，但是由於父母的問題、社會資源、教育制度、教育者本身的問題導致許多被放棄的孩子更墮落、無未來可見。社會上需要更多像桃莉·海頓這樣的老師，讓被放棄的孩子得以重生。從此書中可感受到小孩的成長環境是非常重要的。我們應該要期許自己能夠像桃莉一樣有耐心以及愛心、願意拋棄先入為主的觀念、以平等的態度去對待每個小孩。沒有教不會的孩子，只有不會教的老師，只要願意用心，給孩子一個機會，其實也是給了自己機會。

國立嘉義大學師資培育中心

『教育足跡』徵文比賽

芬蘭驚艷讀後感

林嘉祥

中教二乙

數學教育所 0970642

嘉義縣民雄鄉文化路 26-5 號

0912204821

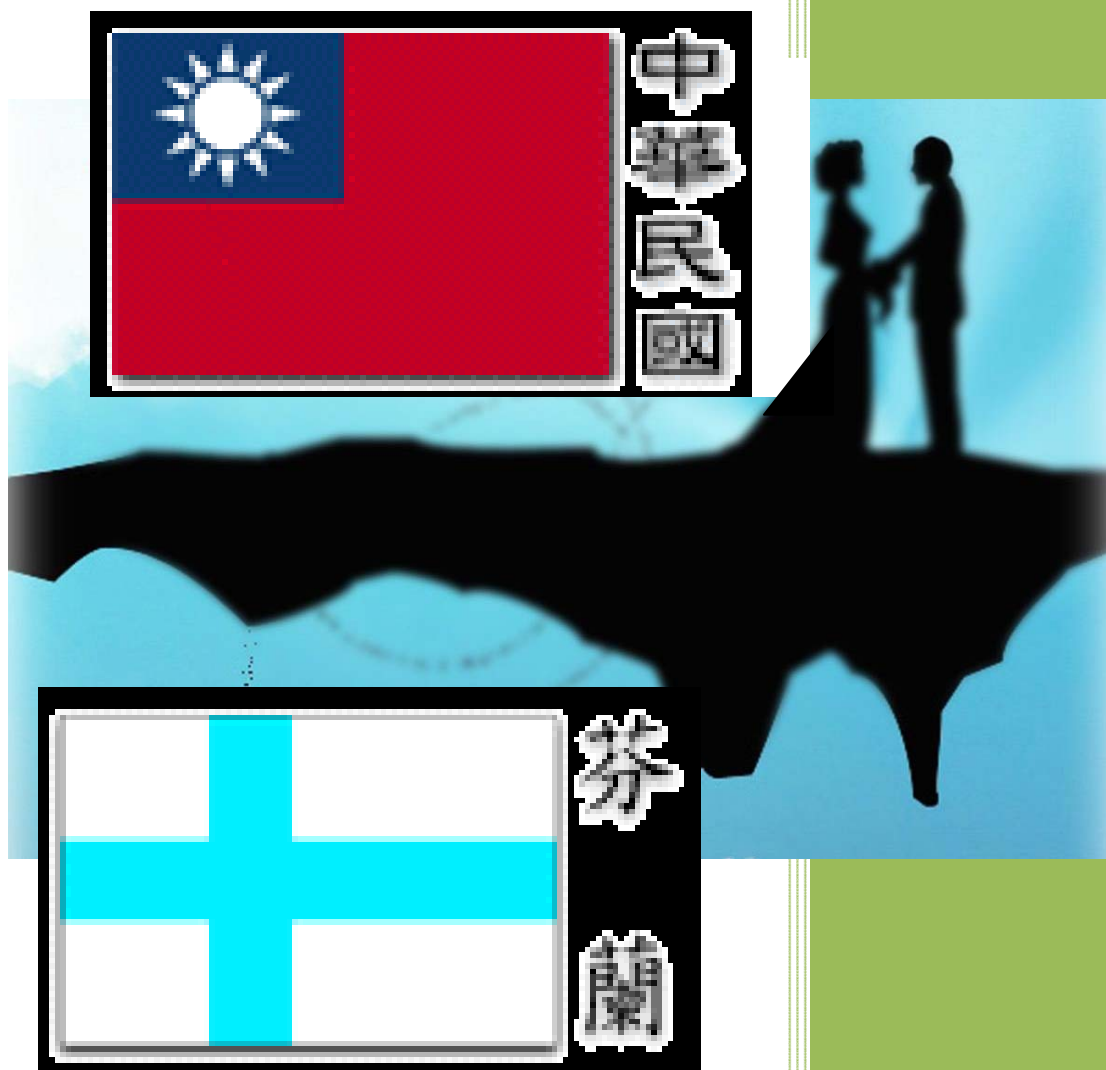
ricklin821@yahoo.com.tw

2009

『教育足跡』徵文比賽

當「海角」 邂逅「天涯」

芬蘭驚艷讀後感：全球成長競爭力第一名的故事



當「海角」邂逅「天涯」

~我讀芬蘭驚艷：[全球成長競爭力第一名的故事](#)

芬蘭，高掛北方「天涯」；台灣，孤懸東南「海角」。

白雪皚皚的芬蘭，土地三十三萬八千平方公里、人口五百二十餘萬，一年中下雪的日子佔了八個月，面積約臺灣九點四倍大，人口則不及臺灣四分之一，對臺灣而言，芬蘭是在地球的另一端，也是十分陌生的國度，然而，芬蘭的人民卻個個幸福、充滿希望、勤奮工作、知足常樂。

讀完這本書就像經歷了一場旅行。如果…，有機會我一定要去芬蘭看看……

【台灣芬蘭大不同】

「花長時間紮紮實實地做好一件事」是芬蘭人的堅持。這句話深刻我心。

在書中我看見了芬蘭是個帶著濃濃人性、親切、質樸的國家，這是號稱擁有人情味的台灣需要深思反省的。芬蘭成功的建構出屬於自己的「識別典範」，最令我敬佩的是他們對生活的態度。例如：芬蘭人的「互信互賴」，在芬蘭租房子，即使是外國人也是不用先付押金或押證件；租車行交車給你時也會忠實地指出車子既有的小瑕疵；芬蘭人說這是因為從小看父母親做事的態度學習而來；在芬蘭不會有人告訴你要誠信，要誠實，因為這和呼吸一樣的自然。另外，芬蘭人的「和善」，幾乎人人都會說英語並誠懇的嘗試以對方的語言與你溝通，幾乎人人有禮貌地跟你問安；在芬蘭沒人會隨便按喇叭，都是行人優先，當不小心發生車禍時，芬蘭人與警察不慌不忙的處理態度，

是以確認人身安全第一、車輛安全第二、車禍責任第三、自己賺不賺錢第四，這是無論利害衝突與否，友善待人的快樂生活基礎。

芬蘭人的快樂是我印象深刻的，彼此互信的關係是自由自在的。他們重視的不是銀行裡有多少存款，夠用就好是他們的生活識別。我羨慕芬蘭人的生活，尊重多元的價值及多重選擇，是一個和平共存的生活環境。

我想這些都是目前台灣所缺乏的特質，想想我們對這片親愛的土地——台灣，有多少關心、付出與了解？

何謂「台灣識別及台灣精神」呢？台灣給世界的觀感及印象又是如何呢？台灣人自己又是如何面對生活及未來呢？台灣人正失去正向的眼光、原則的堅持及正確的價值觀，失去創新和勇氣。我深深相信，芬蘭人做到的，台灣人也一定做得到！所以，我們必須從現在新一代的爸媽做起，以身教來教導孩子，恢復台灣識別及台灣精神。

【教育衝擊】

教育是會影響一切的。

台灣是在讀書，芬蘭是在學習。

台灣應該學習芬蘭在教育孩子們的態度。芬蘭在國民稅收上不比台灣少，而其投注在教育身上更是豐厚，所謂苦不能苦孩子，窮不能窮教育，臺灣投注在教育的經費，實在仍需要再考量，以與韓國相比為例，台灣投注在學童身上的花費，就有 80:800 美金的十倍之別，更不說與芬蘭來相比。

根據經濟合作發展組織(OECD)2006年主辦的「學生基礎素養國際研究計畫」(PISA)國際評比芬蘭學生在自然科學能力位居榜首閱讀和數學方面名列第二，這是芬蘭高度重視基礎教育，並提高基礎教育

預算總額之下所交出來的漂亮成績單。在書中提到了芬蘭提供了學生優質的教育環境，例如：學生活動式的教室、尖端的教學配備、就地取材的生態教材，都是為了讓教學更為生動，學習樂趣提高，強調在做中學，讓學生親手實地操縱。他們不會一昧的要求孩子讀書，但芬蘭是當今全球圖書館借書率最高的國家。下午三點下課後，沒有所謂的安親班文化，但會見到孩子們悠閒的嘗試新事物或閱讀多元的書籍。

另外，芬蘭的教育特重多元、創造與想像。以教科書為例，芬蘭的教科書具國際觀以及賞心悅目。在教導數學的「比例」概念，教材中融入了十面世界各國的國旗，讓小朋友計算「各種顏色在國旗中所佔的比例」，包括中華民國國旗也出現在他們的書本上，讓孩子實際操作。教地理，用的是歐洲地圖，順便標上各城市之間的距離，也可以練習千位數的加減法。然後把城市標出人口，可以教萬位數的比大小，還有將不同國家代表的建築物高度拿來練習加減，包括台北 101 大樓，你發現了嗎？他們的每一道數學題目都是一扇打開孩子國際視野和認識鄉土的窗戶，而且是有趣又生活化的教學材料。

芬蘭除了強調知識和技能的培養外，更重視學生自主學習的能力以及成為道德、負責的人格教育，這是教育的重點。在如此的教育環境下培育出來的孩子是「自由」的，是「快樂」的，思想上是不受限制，創意是無限的。難怪芬蘭可以開發出全球市佔率第一的 Nokia 品牌，而且繼續在高度成長，並成為該國的最大企業；另外，關於耶誕老人的傳說很多，芬蘭人卻借力使力、無中生有，創造聖誕老人新故鄉，這個偉大的創意為冰天雪地的芬蘭，帶來源源不絕的觀光收益。如同愛因斯坦曾說：「想像力比知識更重要」，真正的力量來自於創造，創造源自於想像。

看看芬蘭反思台灣，台灣的教育欠缺創意、彈性的教學，都是照著別人訂定的規格、標準去做，再去理解什麼是重點，跟著做出別人所創造的，雖然因此少有國家可以比臺灣強，然而，台灣的教育制度無法鼓勵原始創意，雖培養出高度的知識理解力，但無想像力，如此將只有模仿，沒有創意；只能跟隨，無法開創。

台灣的教育制度以升學為導向，考試至上，學生受限於考試之中，追求分數，以及被社會上急功近利的價值觀影響。導致台灣的孩子，成為考試的機器，往往壓縮了學生真正學習的時間，造成學習是為了應付考試，課後的補習文化亦是如此，因此，大部分的學生總是被動學習而不喜歡學習。因為受限於太過僵化的教育制度，導致學生往往無法站在以自己個人的角度看待事情，多為被動接受而非主動出擊。讀了很多的書，卻往往使自己過度僵化無法提出自己的想法。這也就是為什麼台灣不能提出像芬蘭原創性的東西，臺灣人總是在舊有的東西上面做推翻，沒有注入新的力量，這實在值得我們痛加反省

另外，現在台灣教育需要新的啟示，更需要美德當藥方，就像芬蘭的教育目標是「培養高品質的國民」。我想品格是教育的基礎工程，小時候電視常有的廣告宣傳語：「多說，請、謝謝、對不起」早已銷聲匿跡，筆者遇過的學生「請、謝謝、對不起」已甚少掛在嘴邊，不知從何時起，三字經竟然變成問候語（「國」語），聲音大變成有理，我們的孩子生活在多變、複雜的世界中，充斥著錯誤的示範，大人怎麼表現，孩子就怎麼學。我們的社會讓孩子變得虛無，讓價值觀變得「只要我喜歡，什麼都可以」，說謊、作弊樣樣都來，這都是孩子孤寂的表現，他們內在缺乏道德感的指引。品德要從生活中去體驗，進而內化成行為的準則，所以像是誠實、禮貌、勤勞、孝順、勇敢、負責、務實、誠信…等品德教育必須從小教起，給孩子一個正確的成長

環境，不是光用教條宣傳就可以得到的。教育不能跟生活脫節，尤其品德教育更要從生活實做中去落實。以後我們的孩子競爭的對象絕對不只我們台灣人，還有世界各地的菁英，只有知識教育事實告訴我們，是絕對不夠的。

【未來想法】

寫到這裡，筆者深深嘆了一口氣自問：「什麼是台灣根本的問題呢？我對台灣的過去認識不夠，我對台灣的現況認識也不夠，我對台灣的未來的想法更不夠，我做了多少事去促進台灣的未來更美好？」努力讓自己成為教師的我，深知教育的重要性，每個國家未來的主人翁，掌握在我們這群教師手裡，雖然我們每一個人都很渺小，但可以把一點點留給我們的土地，留給我們的孩子，從我自己做起，以身教來教導他們，讓他們知道愛自己、愛別人、愛這片土地，珍視並享受生活的美好，凡事用「心」將生命放大、發出光芒。並且暗自為台灣禱告祈福，台灣加油！

瑞克林 筆

「讓高牆倒下吧」之觀後有感

進輔諮四 0956572 黃邁慧

喜於閒暇之時，拜讀李家同的文學創作，雖時而感動的淚眼盈眶，但一本好書，一杯濃茶，恆是滿滿的精神享受，不僅喚醒了沉睡的心靈，也滌清了混濁的思維，真如杏林子所說：「他的文章，總能觸動你心底最敏感的那一根弦，讓你不得不去省思一些早已在這個社會上存在，但卻一直被我們漠視的現象。」因此，伴隨著一股莫名的感動，牽引著自己的思緒，讓一陣陣溫馨的悸動，隨著《讓高牆倒下吧》這本書，更貼近自己的心靈。

牆，隔開了危險與安全；隔開了自由與限制；隔開了文明與落後；隔開了財富與貧窮；隔開了高尚與卑賤；隔開了喜好與厭惡；也隔開了我與你。人人的心中皆有一道牆，牆的另一端是我們所不能想像的苦難世界，一直拒絕去看那些窮困人家，拒絕相信世界上有人過著如此慘不忍睹的生活，所以衣索比亞的難民和印度的窮人對我們來說，彷彿虛幻的惡夢，有著不真實的觸感，他們的煩惱在於基本生理需求的不滿足，社會弱勢族群一直存在，但人們心裡似乎築了一道高牆，遮蔽視線、蓋住黑暗面，便以為困厄不存在；並相信只要往好的方向想，不幸就會消失不見，不復存在。而這一切，只因我們沒有親身體會。

我們在富裕的象牙塔裡，做著四海昇平的春秋大夢，將窮人家的悲泣阻絕於外。但卻沒人願意把這高牆推倒，因為害怕看到高牆外的世界，或許是因為自己正過著舒適安逸的生活而不敢面對無法想像的貧困，良心不安在隱隱作祟吧！高牆內，生活舒適而安定，而高牆外，卻是完全不同的世界，唯獨走出高牆，才能看見人類悲慘的一面。但若有一天，我們親眼見到街上無家可歸的人們，看到喝不起自來水的小孩用水溝中的水解渴，見到骨瘦如柴的病人以雙眼望著天，看到死去的人們的屍體被雨淋、被鳥獸啃、見到連衣服也沒得穿的窮人從死人身上剝下禦寒的衣物……也許我們才會體悟，明白唯有一顆寬廣、懂得愛的心才能消除世上所有的痛楚；然後，我們才能明白，生命的真諦在於付出那最真實的愛！

假使我們每一個人都在心裡築起了高牆，在高牆內過著天堂般的生活，而將地獄推阻於高牆之外，自以為是的認為人間沒有悲慘困頓，倒不如就讓這面高牆倒下吧…德蕾莎修女的牆倒了，她走出清靜的修道院，觸摸了千萬個在垂死邊緣掙扎的窮人的心，讓瀕死的人感到人間的溫暖，這何嘗不是人性大愛的最高發揮，也是生命的最大意義與價值？

唐吉訶德曾說過：「跋涉那不堪跋涉的泥濘，負擔那擔負不了的風雨，忍受那無法忍受的苦痛，探索那索尋不到的晨星。」我認為，德蕾莎修女成功的走出高牆、打破高牆、也超越了高牆，將關懷和愛帶到人間最黑暗的角落裡。

環境的惡劣、物質的貧乏以及人性的黑暗，這些全部在我們的生命中徘徊，一而再、再而三的顯影於生活當中，但我們時常充耳不聞、視而不見，讓這些惡勢力一天又一天的壯大，也一點一滴的吞噬掉你我的世界。然而我們卻故步自封，把自己關在高牆的彼端，安逸的、自私的、冷酷的過著屬於自己的生活，從不曾敞開心胸，將愛放逐至每個角落，每個需要愛的地方。德蕾莎修女說過：「愛的反面，不是仇恨，而是漠不關心。」由此可見人與人間的冷漠是多麼的可怕，對人類社會具有多麼大的殺傷力啊！

有人說，人類的文明使人變的肆無忌憚；也有人說，人的慾望使人變的貪婪；更有人說，人類的驕傲讓人與人之間變的冷漠；但卻有人說，唯有「愛」可讓人類迎向美善。印度詩人泰戈爾也曾說：「當我愛這個世界時，才真的活在這世界裡。」當高牆倒下之際，我們將能看的更寬、更遠；當我們為需要幫助的人付出關懷，自身也能獲得心靈上的回饋。而最重要的，該是盡自己的力量把愛散播出去，讓需要的人得到協助，縱使是在街角的陌生人，只要記得用「愛」將高牆推倒，伸出雙手去溫暖別人，大家一同匯聚起來的力量可以使其生活有很大的改變，使其充滿了希望，知道自己並不孤單且被關懷，人生的風景也將會有所不同。就這樣，高牆倒了，愛也被證實，是無私、是無所不在的！

從李家同的文章中，深感他對人類社會最自然的關懷；而他悲憫的情懷，讓我們見到了人性的光明面，就如同孫越所言：「他的文章表達了對人類至善、至愛的堅持。」相對於現今的社會，經濟起飛、科技發達，在繁忙的時空中，科技引領著你我追逐時代的尖端，無時無刻地催促著我們前進、再前進，否則將會被現代文明所遺棄。可憐的我們成了時間的奴隸，被科技文明所奴役，在這樣的時代腳步變遷中，讓人們親近了科技卻遠離了人群。人與人之間充滿了不信任感，貧富之間差距的加大，內心無形的牆垣也愈築愈高，惡性循環的結果，使對立變得更多，社會問題也愈形嚴重。誠如李家同所說：「讓高牆倒下吧！只要讓高牆倒下，我們就有一顆寬廣的心；有了寬廣的心，我們才會看見世上不幸的人；看見了人類的不幸，我們會有熾熱的愛；有了熾熱的愛，我們便會開始替不幸的人服務。」

其實，人生最大的快樂來自給予，而非得到，當我們有所付出貢獻時，自然而然就能感受到一股快樂的清泉自心底流淌而過，它不僅來自

受患者的歡樂，也源於自身的努力，因為「施比受更有福」。只要我們願意付出，相信目標必可達成，有愛則無礙，讓彼此間的心靈不再築有高牆。只要我們願意嘗試走出心中的那道牆，貢獻自己的一份愛，人人都能卸下心防、坦誠相見，去關懷他人，去愛別人，而這個世界也能夠少了點悲慘，多了些溫暖。但反觀現在的學子，每每埋首於課業之際，卻往往忽略了自身對人文素養的重視，而「書中自有黃金屋」的讀書觀念，更加深了現代人對社會的冷漠，於是人人心中築起了一道高牆，看得到自己卻看不到他人。社會也充滿了功利，一切「向錢看」的結果，是人們缺少同情心，也欠缺了關懷，更造就了社會的病態與不安。我想，這點是值得大家深切省思的。

閱畢《讓高牆倒下吧》這本書，我想，作著寫的不只是一本書，他寫的是愛、是生命，也是對這個紛亂世界的一種關心與關懷，讓我從不同的角度更了解這個世界：正因為受苦，我們瞭解人類的有限，便對上天多一分敬畏與虔誠；也因為受苦，讓我們發現人類的無限，便對生命多一分尊重與珍惜。由這本書，我看到了愛、尊嚴與關懷，也學會了尊重，因為真正有意義的生命，是來自於對身邊人的關心，再擴展到對每個人的關心，最後則是對大自然萬物的關心。我們不能決定生命的長度，但是可以改變生命的寬度；活著，我便擁有助人的能力，以更多的服務來回饋大眾，而這個社會的確有個洞，需要用「愛」來填補。我想，我會毫不猶豫的把愛的種子灑下去。

「奉獻」是愛的一種境界，像一泓清泉，真實的流過每個渴望被滋潤的心靈；像風霜背後恆久的等待，留下一個柔軟而真摯的擁抱，於困苦的孤單後緊緊將我們環繞。或許我們對社會的貢獻只是些微，但對需要幫助的人卻是一大助力；或許我們能做的努力看似渺小，但讓我們擁有寬闊的心胸去面對這世界的各個角落，去看清這個世界，而不是只沈溺於自己的太平天國。「我的一小步，將是人類的一大步」，只要大家多一點努力，感受到自己生命中所存在著的溫度與熱度，我相信，這社會將不只有條件與利益；就好似一個破掉的杯子，換個角度看它，仍是完美無缺的。

「我是幸福的！」在閱讀完此書後，我更加的確信這句話。很多人，是我們在黑暗之中唯一的燈塔；許多人，是我們在絕望深淵遇見的天使。讓我們將心靈的瓶子浸入愛的水塘，汲取一瓶愛的清泉，澆灌那些枯萎的心田；讓愛在廣大的世界馳騁、散播人間至美的福音，向宇宙宣告出最美的獨白；讓愛無止盡的延續，一顆顆真心代代相傳永不停歇吧！

旅行與人生

環遊世界是很多人的夢想，想想足跡踏遍世界各地，飽覽各地風情，聽起來多麼誘人。我沒有所謂的旅行經驗，從小總覺得旅行應該要花大錢，才算是旅行，對於旅行抱持著「可遇不可求」的態度，等著畢業旅行的到來，或者是抽到旅遊券再去的想法，好似自己跟旅行沾不上邊。然而看完大前研一的《旅行與人生的奧義》後，對旅行的定義大大地改觀，以及對於人生的看法有所改變。

前一陣子《M型社會》的議題，引發大家熱烈討論，談到貧富兩極的現況，大家開始正視這個社會問題，因而我對作者大前研一的印象，一直停留於日本經濟學家，以及日本管理顧問的角色，從來沒有想過我和大前研一的關係，會因為一本書結緣，迅速拉近我們的距離。

他是我的領隊大前研一，人生歷練很不凡。大學時他專攻原子力工學，理工系畢業，大學期間，為了買兩支合計要價十四萬日圓的豎笛，努力考取「口譯導覽員」，十九歲的他成為日本史上最年輕的口譯導覽員，成為領隊。然而面對實務工作，新手難免會遇到障礙，像是適應不同腔調的英語，想出能與觀光客產生共鳴的話題……等，在在考驗新手領隊的功力。既然用講的講不通，他就乾脆繪製一本圖文並茂，一目了然的風景名勝地圖，及講解日本的歷史，但並不是滔滔不絕地講下去，有時他也是個傾聽者，觀光客常將看到的景點，與自己的國家中的景點做對照，在這個過程中，領隊大前研一無形中擴大了視野，學到如何和他人應對。最讓人意想不到的是，每年大前研一都會寄聖誕卡給遊客，即使這些遊客已經去世，緣份仍是會繼續延續下去，他們的子女至今仍與大前研一有往來。

而這種精神奠基於小學時代，獨自從橫濱搭火車到北九州門司找祖父母的經驗，他的父親自是不可能讓他沒做足功課就出發，他必須背出中間停靠的所有站名，以及周邊的地理資訊與古蹟名勝，並且詳細描述車窗外的景象才行。他費盡心思，拼命地埋首於地圖與社會課本中，最終得到他父親的認可順利出發，而這讓他的旅行更有意義，窗外的景象至今深深烙印於腦海中。在大學時，他的北海道之遊，即使用掉最後回程的車錢，為了完成旅程，也在所不惜，因為他的字典並沒有「找一天再……」這些字。

這個震撼重重地敲擊我的心房，因為同樣地，我的字典裡也不會有「找一天再……」這些字，我不能得知生命消逝的那一天，我不能知道自己是否有機會去完成，不想在最後懊悔不已，把握當下付諸實行。從中我看到「行動力」，這是我非常缺乏的力量，常常花很多時間去思考，但是最後總是無疾而終，事後再來後悔，想說與其花心力來想，倒不如去做其他有意義的事。然而什麼是有意義的事？我現在覺得是自己曾付出心力去做的事，就是有意義的事。加上領隊大前研一「努力不懈」的精神，願意付出心力達成目標，我相信生活會更有趣。然而挫折常讓我們對於自己的決定有所猶豫，長大後我們知道努力和收穫有時並不成正比，人生道路上我們可能去採道旁的小花，就像迷途羔羊跌跌撞撞，但反觀起來，我們應該值得慶幸，因為最終我們仍是朝著心所嚮往的目標，勇往直前，就像大

前研一，理工科畢業，意外地當成領隊，之後進入全新領域，到麥肯錫成為企業顧問，迄今到世界各地演講。

領隊大前研一嚴選十五個旅遊地點，在前往旅遊地點時，謹記兩個準則：(一) 做你想做的；(二) 斬釘截鐵的說「絕對沒有比這個更好玩的玩法了」。根據這兩個準則，自然而然就能排出旅遊動線的優先順序。跟著領隊大前研一繞著地球跑吧！首先他介紹世界上頂級美景，從南法的蔚藍海岸，再到南義的阿瑪菲海岸，並且千萬不能錯過水都威尼斯，因為隨著全球暖化以及地盤下陷，威尼斯在未來可能沒入海裡，來這裡乘坐貢多拉 (gondola)，聆聽船夫高聲唱著義大利民謠，眺望運河沿岸的景觀，絕對不虛此行。接著是前往北法的布列塔尼與諾曼地，有鋸齒形海岸，儼然是海產的寶庫，饕客們若對生蠔大感興趣，這邊的生蠔料理是非常值得品嚐一番，藉由搭配不同食材，淋上美味的醬汁，及獨特的料理方式，將生蠔的美味發揮到淋漓盡致。大前研一極力推薦，直接用味蕾來記錄旅行中的點滴，即便是多年後，這些美味仍然具有喚起記憶的魔力，有時甚至不會比視覺饗宴來得遜色，這就是飲食文化的魅力。

領隊大前研一常常到各個國家出差，對於渡假天堂，自是甚為熟悉，當中不乏沙漠中的綠洲—杜拜，我的領隊去過，給予的評價是全球酒店中豪華度、絢爛度之最，對於杜拜建造的人工島，他未免也幽默地說道：「有誰會買這種不方便的島嶼呢？」對照現今杜拜面臨破產危機，我覺得領隊大前研一的話，具有弦外之音。岔開這些話不談，帆船酒店仍是令人嚮往！然而若一味追求華麗炫爛的度假勝地，或花大錢來旅遊，這樣旅遊不就成了富者的休閒。大前研一在此聲明絕非如此，因為「所謂的『擅長旅遊』，在於知識是否充足、是否玩得有效率。」人生苦短及時行樂的同時，我們應該反芻自己的知識具備與否，以有涯追無涯，透過知識和效率能讓我們一一完成想做的事。

最後有別於前面提到的天然美景或度假村，領隊大前研一引領我們到他最愛的旅遊休閒勝地，到澳洲黃金海岸，玩一次就會上癮一輩子的沙灘駕駛，奔馳於這無邊無際的沙漠上，享受海風的吹拂，體驗疾駛的快感；加拿大滑雪夢幻天堂，體驗俯衝而下的快感；而巴西的伊瓜蘇瀑布，氣勢萬鈞之景，搭船靠近瀑布底部，感受人的渺小，以及大自然的鬼斧神工，讓遊客帶著滿滿的感動離開；最後一站是中歐，其歷史文化豐富、人文薈萃，捷克的布拉格尤須細細品味，漫步於巷道中，感受這質樸踏實的城市，其內在的生命力。

這麼多站的旅程，我們留下來的的是什麼？正如先前所提到，旅遊重質而不重量，藉由知識與效率，讓我們更快地吸收成長。這是事前的準備，也是旅遊中的憑藉，但旅遊後我們除了靠記憶貯存外，仍可以藉由照片、餐廳收據，車票、機票或當地的介紹手冊，來喚起記憶。隨著網路的普及，上載影音至部落格，與大家分享，我覺得也是個不錯的方式。畢竟屬於自己的寶藏，值得珍藏一輩子，而這樣的記錄過程，讓旅遊增值許多。

衝擊與感動不斷在心中迴盪，旅行不再只是單純的旅遊而已，我認為旅行即是人生，正如學騎腳踏車時，即使跌跌撞撞滿身傷，仍是抱持壯士斷腕，力圖殺出

重圍，勇往直前決不後悔的決心，找尋未知的憧憬點滴累積，因而環遊世界是絕大多數人的夢想，因為旅行多少帶著向未知新奇的世界做連結，以實際行動讓自己的想法與世界接軌的意涵。然而人生遇到的挫折，有時會讓人喘不過氣來，我覺得更需藉由旅行，來找出屬於自己的人生目標，亦或是一種生活方式，不斷的探索，藉由不同的衝擊，激盪出自己真正的想法，所以旅行不僅是娛樂休閒，也是具體地與人生對話的好機會。畢竟人生奧義本來就不是三言兩語，就可以講得清，人生的浩瀚無邊更是我無法以有生之年去窺探，但旅行能讓思緒更為清晰鮮明，做出一個較為完善的人生規劃，讓自己無憾此生！

讓高牆倒下吧讀後感

媒體是第四權，本應善盡責任為人民監督政府，但是由於利益關係，媒體無所不用其極的報導色、羶、腥的新聞，或是維護其所傾向的政黨，一打開新聞媒體，無論是平面還是影音，所見可及皆是負面新聞，性侵、虐嬰、殺人等社會事件，充斥各媒體版面，尤有甚者，甚至製作成「動」新聞，模擬真實場景，讓人看了膽顫心驚，而政客間互相攻擊、抹黑的話語，也可以被媒體拿來大作文章，現代人生活已夠緊張忙碌，再看到這些新聞，會使人欲振乏力，也會讓社會風氣更惡壞，個人越來越自私，保護自己以免惹禍上身。

世風日下，人心不古，現代社會的高度競爭，使人們漸趨冷漠，大家都自掃門前雪，不管他人瓦上霜，作姦犯科之事頻傳、失業率屢創新高、天災人禍不斷、疾病散播傳染，這些事使芸芸眾生的心靈得不到平靜，終日惶惶恐恐，也逐漸瓦解人與人之間的信任，每個人變得自私自利，只想保護自己免於傷害，沒有犧牲奉獻的精神，人人唯利是圖，科技給人們帶來便利，促進人類文明發展，但卻也帶來了傷害與疏離。

心可以左右一個人的行為，是要行善或為惡，只在一念之間，社會上之所以動蕩不安、各種駭人聽聞事件屢見不鮮，正是因為人心不純、人的意念紛雜，思想影響了行為，不好的念頭如影隨形，心無法清淨與寧靜，在如此的煩擾之下，終究採取了行動，行惡就此產生。

人類是萬物之靈，與其他飛禽走獸不同之處就是我們的心，人心會思考創造，所以使人類發展出高度文明，人類利用科技可以移山倒海、登陸外太空，人類無所不用其極要讓自己的生活，過的更好、更舒服，表面看似強壯，但在大自然面前卻脆弱無比，毫無抵抗之力，天地不仁，以萬物為芻狗，人類應深痛反省自私的行為，並多耕耘自己的心田，這樣社會才不會充滿暴戾之氣。

英國著名小說家狄更斯在其著作—雙城記寫到：這是一個最黑暗的時代，也是一個最美好的時代，正是當前社會的最佳寫照！科技日新月異的在進步，但是金融海嘯的衝擊，使失業人數屢創高峰；大自然的反撲，使台灣由美麗變成千瘡百孔；疾病的擴散，人心惶惶，在這搖擺不定的時代裡，我們需要多讀好書使心靈澄淨，才能安身立命，並為兵荒馬亂、焦躁繁忙的生活中，注入一股活力與清流，讓自己可以呼吸新的氣息，讓精神為之一亮。

而李教授的書正是這樣一本好書，透過他的小說式故事，我了解到自己是多麼幸福，可以安穩穩的在大學殿堂裡汲取知識，也體認自己對不幸的人缺乏關懷，他的書讓我的心靈有感動、有反省，也覺得很寧靜，我覺得我們的社會真的需要多一點祥和與愛，但絕不是空談，所以身為學生的我，加入基金會成為課輔員，教導弱勢學童，希望能為社會付出一點小小的愛，且希望藉由教育，能改變弱勢學生的命運。

李教授的文筆清新雋永，溫馨故事中，有著警惕的意涵，令人省思，也餘韻無窮。因此，他常常使用映襯、對比修辭法，來加強警惕的效果，例如在「我的

盲人恩師」這篇文章裡，他說過度的關心其實也是一種歧視，關心與歧視形成強烈對比，藉此希望能夠讓大家毫無保留的接受盲人。在另外一篇故事-「十全十美的一天」，寫道「如果你一早醒來，發現世界美的不得了，一點牢騷都沒有，那你就完了，只有死人才會有這種十全十美的日子。」短短的數十字，卻讓人當頭棒喝，我們不應該一味的埋怨，而是應該珍惜自己所擁有的一切，平凡中見幸福，知足常樂。

許多人一輩子汲汲營營，只為求名、求利，與他人勾心鬥角、不擇手段為達目的，讓自己身心俱疲，但名利生不帶來、死不帶去，人死後回歸大自然，在「我是誰」這篇文章裡，李教授用一個教宗的故事，闡述不忘本的道理，教宗對著得愛滋病的七歲小孩約翰說：「我的確是教宗，可是我也沒忘記我是一位神父，來自普通鄉下的一位神父。」人不該只注重頭銜上的光芒，而是該問自己能對別人做什麼好事，這樣的人生才有意義，國父也曾說過：「不要立志做大官，而是要立志做大事！」

李教授也常善用摩寫，來刻畫他筆下那些不幸、悲慘可憐的人物，在「我只有八歲」的故事裡，描寫一位被禿鷹緊緊跟隨的小孩時，他生動描述那位小孩骨瘦如柴、形影瘦弱，讓人彷彿真的見到那小孩一樣。使用寫實的摩寫手法，讓讀者更能體會與感同身受、並更觸動他們的心靈。這篇文章最讓我震撼，在豐衣食足的台灣，山珍海味不缺，但在貧窮落後的地區，能吃上一碗香噴噴、熱騰騰的白米飯都是奢侈，生活如此幸福的我們，是否應該更感知足與珍惜呢？

李教授的書震聾發聵，為這骯髒污濁的社會，帶來沉澱與反思，喚醒大眾的良知，值得細細品嚐與體會，多讀益書，可以淨化心靈、掃除塵埃，實現德雷莎修女悲天憫人的精神，就讓我們從日常生活中去實踐，勿以惡小而為之，勿以善小而不為，付出真心的關懷，將拉近人與人之間的距離，發揮人飢己飢、人溺己溺的精神，貢獻一己之力，讓人間的愛更豐盈，施比受更有福，播種自己的心田，就是體驗生命的開始，人生也將更精采豐富！

誰搬走了我的乳酪？讀後心得

中教二乙 數位學習設計與管理研究所碩二 周佳瑩

「誰搬走了我的乳酪？Who Moveed My Cheese？」一書由史賓賽·強森（Spencer Johnson）所著，游羽蓁翻譯，於1999年奧林文化出版。此書為紐約時代雜誌排行榜暢銷書，書中可看到兩隻老鼠和兩個矮人截然不同的思維，其實都為現實生活裡的典型縮影。

一、內文簡介：

有四個小人物，名字分別是「好鼻鼠」和「飛腿鼠」的兩隻老鼠，另兩位則是「猶豫」和「哈哈」的小矮人，他們處在同一個迷宮來尋找喜歡的乳酪。

好鼻鼠和飛腿鼠靠著聶齒動物本能來尋找，從不斷嘗試錯誤獲得學習，而猶豫和哈哈靠著充滿點子頭腦來尋找，則是運用思考和經驗分析，但偶爾也會產生困惑迷惘，最後，他們都在C區找到各自喜歡的乳酪，吃著甜美可口的乳酪。他們從不知道乳酪出現的原因，也不知道乳酪由誰而創造，他們知道乳酪永遠安穩的躺在C區，但他們認為自己的努力是值得擁有這些乳酪，並安穩享用這些乳酪。

有天，乳酪不見了！好鼻鼠和飛腿鼠卻不覺得訝異，先前就有注意到乳酪越來越小，判斷環境脈絡做好準備，在乳酪最後消失的時候，接著尋找下一個的乳酪區，而矮人則持續吃著乳酪，不知道乳酪正持續減少，以致乳酪最後消失時，到處找尋曾經存在過的乳酪，矮人越不想失去乳酪，害怕改變的心態，讓矮人被制約到而不能注意外在事物變化，所以就在毫無頭緒的慌亂時，認為自己的聰明才智必定可以找到消失不見的乳酪，在當下不理性的憤怒和沮喪糾結著，害怕失敗和渴望安全的心態讓他們陷入痛苦的迴圈，哈哈歷經內心掙扎來讓自己改變，他也瞭解到乳酪的消失是有徵兆，他也鼓勵著猶豫可以改變，小改變可以帶來大改變，事情可以單純化而不複雜，讓自己高度適應環境，並實踐自己所擬訂的計畫，哈哈盼望著猶豫能夠「跟著乳酪移動並享用它！」。

二、心得反思

代表期望的乳酪

乳酪是理想願景的象徵，每個人喜好的乳酪都不一樣，隨著人生階段而追求的乳酪也不同，但是在追尋乳酪的過程，總有著迷惘混亂的心情，如何提起勇氣並在適時的契機點上找到人生的出路，究竟我要成為什麼樣的人？

我要釐清思辨很多問題，來找尋自己夢想的乳酪，什麼事情是想做還未做？找出並發揮自己優勢長處，所以努力嘗試去自我做有意義的改變，每個人都有著自我生命歷程，可能會因環境而被形塑，但會有能量讓我們不斷回顧反思，而在

回顧反思的過程中，就是種自我覺察、對話、思考和自省，要去找到屬於自己生命中最美好的乳酪。

提升乳酪的價值

我們都處在同一個地球，當找到乳酪的時候，不忘分享給更需要的人，雖是微薄的一小塊，但卻可能幫助別人很多，施比受更有福的心情，將會讓乳酪的價值更加倍提升，人生的意義也會更豐富，像非營利互助之幸福團體會關注社會生存問題，他們看到政府未注意的面向，然後去「注意」來「助人」並「創造幸福」，並甚而影響政府的決策來解決根本問題，他們願意把乳酪帶到社會每個角落。

僵化固執的思維

他們長期安於穩定的心態，無法讓他們有深層去仔細思考，透過鉅觀和微觀來探討環境變化，有著只知其一而不知其二的僵化思維，猶豫和哈哈純粹是因為乳酪曾經在那裏而停留不移動，也認為憑著自己努力和堅持，乳酪可能依然會在燈火闌珊處等著他們，然而絕不能靜待時間無情淘汰，當畏懼任何變化將制約自身思維，也會因沮喪難過情緒而擊垮自己，認為持續做同樣的事，可以讓結果獲得改善，而這樣不會讓自己有所進步，不要讓不理智的感覺主宰自己，而是要有破釜沉舟的決心解決問題，重新回到原點去審視自己的思維。

積極變革的態度

態度決定了一切，積極的思辨要能從先整體、後部分，先具體、後抽象，先結構、後探索，先系統、後多元，要能不斷地發展、修正和精鍊個人的知識範疇，矮人老鼠和整體環境積極互動的歷程，必須要注意到自我管理與自我調整的能力，而這些能力正跟後設認知有相關，要知道並能認自己的認知。

事先有願景的希望和計畫，以及洞悉可能的變化，並有動力的往目標邁進，每個創新變革都像是一部車，而車行進的方向必須一致，缺少其中一車輪都會無法行進，小細節可以成就創新變革，創新變革不是一朝一夕，但是是個有志竟成的志業，清楚變革的方向在哪裡，也瞭解變革必遭遇的一些挫折，都是必備且必須的，要因環境有彈性的改變，任何因環境而下的決定都是艱難的，不過這已經踏出一大步，不管多晚下的這個決定，都是為自己負責的態度，不斷勇於改變、突破現狀，因應這全球化、跨邊界的世界，為自己做好萬全的準備。

變與不變的環境

不景氣的環境裡，必然會有前因後果在其內，就像乳酪的消失是有跡可循，乳酪慢慢的因時間而減少，有些霉菌散布在乳酪上，乳酪變質而不再美味，若是在之前觀察到這些細節，就能預先讓自己做好準備，機會是留給準備好的人，並讓自己另闢新的方向來前進，運用藍海策略來調整自我步驟，在現在的社會裡，持續學習近程和遠程遷移，並培養擴散性思考和聚斂性思考，從和他人乳酪分享

及追尋乳酪的過程中，可用腦力激盪法衍生更多想法，來持續找乳酪位置。

乳酪在每個人心裡是個美好的夢想，然而在追尋乳酪的過程，也是種追求自我實現的過程，猶豫和哈哈有著充滿點子的頭腦，認為大多數的任務問題都由一些複雜的概念結構組成，所以猶豫和哈哈往往抽絲剝繭的找出事情的共同原理原則，但這會讓他們拘泥於單一和片段的知識得探討，而只會鉅細靡遺的針對特定的任務問題，當環境有些微改變，他們彷如溫水煮青蛙般陷入問題。

而好鼻鼠和飛腿鼠雖只有嚙齒動物本能，若從他們認知思維來探討訊息處理歷程，會發現好鼻鼠和飛腿鼠從微觀處理的單一策略，利用分析或比較並經過重組、統合，進入鉅觀處理來運用數種策略，深入正解決中的問題以及更多錯綜複雜的問題，他們因應這改變的環境，而改變指引他們找到更好的乳酪，他們嘗試去踏出改變之路，故能夠找到下個乳酪放置之所，並享用美味的乳酪。