

台北市私立景文高中

107 學年度第 2 學期

人間福報讀成果

班級：高二 2

導師：蘇明慧老師



讀報心得

俯拾即是應景布置

這篇文章描述如何簡單的佈置，讓自己擁有簡單的生活，像是換張紅色的桌布，春天時可以換張綠色窗簾，我覺得這些做法非常的有創意，可以降低經濟負擔有兼顧環保，值得我們嘗試，在假日時我們可以在家佈置，這真是一篇不錯的文章。高二 2 陳錦新

藏在鞋墊裡的愛

這篇文章讓我感觸很深，因為我也可以算是奶奶在養的，小時候跟奶一起住，但後來我跟爸爸媽媽還有妹妹一起搬了出去，只是後來爸爸跟媽媽離婚了所以我們又搬回去了，就這樣所以我主要都是奶奶在顧，奶奶從小就很關心我，甚至是我忘記了生日的隔天她還拿著蛋糕幫我補過生日，到了現在雖然奶奶過世了但她的諄諄教誨我依然忘不了。高二 2 宋相緯

無價的愛心

當我們在外時，不能只在乎、照顧自己，要看到需要的人，且去盡力的幫助他們，讓他們能夠不至缺乏；當然，我們在幫助別人之時，不能想著人的回報，乃是要因著愛人才去幫助人，不是因著利益；我們也要保守我們的心，不要把目光看在人情冷暖，而是要看我們自己的初衷，愛。高二 2 林文心

舊有舊的好處

很多人都認為東西用久了就要換新的，但是卻不知道有時候舊的物品反而比新的好用，因為有些新研發的東西往往比舊的東西複雜許多，舊的物品有時比新的耐用，而且舊的物品可能會常有許多美好的回憶使我們回想起往日的時光，可見舊的東西也有我們沒想到的意義。高二 2 高御祐

臺灣媽媽資助 翻轉衣國貧童

衣索比亞是最貧窮的國家之一，光生存就已經很困難，當中一位男生叫做丹尼爾，他父親早逝，其他家人一起住在貧民區，家境也非常不好，錢也不足以養活全家，於是丹尼爾決定就學。

好在臺灣家扶基金會在他們最難過的時候給予幫助，從他 1995 年讀小學開

始，長達 11 年的認養資助，直到大學畢業，改變了他的一生。

看了這篇文章，讓我了解到，有毅力真的什麼事都辦得到，只是要做跟不做而已，只要有心大家都可以。 高二 2 陳柏霖

看見教育的真諦

每一個人都有自己適合的教育方式，同一種方法不一定適合同一個人，找到自己的方法才是正確的方式，這樣的學習方式才會對你有效，有效的方法對你生活才會有幫助，每一個人都要熱愛自己的工作，找到自己有興趣的工作才是最重要的，如果你給一個孩子他不喜歡的方式去讀書，那只是在浪費時間而已，給他一個正確的方式，不止讓他學業進步還可以讓他更熱愛讀書這方面，讓他從不愛讀書變得有點喜歡讀書。高二 2 吳宸業

幼時學畫受阻 她偏鄉教畫 14 年

黃謹丞在小時候因為大人認為學畫畫沒前途，看到有偏遠國小長年招不到美術老師，決定去幫助他們，因為偏遠地方的小孩較缺乏文化刺激，親自引導。

她從畫畫中看出喜怒哀樂，給予他們最適時的關心。讓人間有了不少溫暖，如果大家都有這份溫暖的關心，世界會更美好！真的很謝謝這些人們！高二 2 洪宇翔

空氣品質

很多人都說出去戶外走走，呼吸新鮮空氣對學習都有幫助，其實也不只是這樣，多運動也可以對學習有幫助，或是吃一些堅果類。

所以才說憂鬱症的人會影響學習，因為都不願意出門之類，自己也都充滿陰沉的氣息，所以大家都要多出去走走，對於我們這些考生也都很有幫助。高二 2 李紫嫻

那亮著紅燈籠之處

家族旅行是什麼呢？也許很多人說，是個能增進與家人之間情感的好方式，雖然文中的爸爸在外打拼很累很累但還是帶著家人出去旅行，也沒有對他的家人有一絲絲的抱怨，但是他的小孩還是希望自己能夠早日獨立，不讓爸爸媽媽擔心，如果能在自己肩膀上扛些什麼東西，也就能幫爸爸多分擔一些，在生活中也要多為別人找想。高二 2 戴彤恩

英國賣車輪餅 吃出台灣文化

看完這篇文章之後，我感到非常的高興，因為把車輪餅帶到英國去賣也是一個文化交流成功的一個實際例子，我覺得要把一樣東西帶到另一個不同文化的地方去賣是一件相當困難的事情，因為有的地方因為文化上的差異所以會被人們排斥。有時候從吃的東西或口味就可以知道兩個文化上的差異，比如文章上提到的，亞洲人偏好抹茶和紅豆，台灣人喜歡奶油，但外國人比較偏好巧克力和奶油。希望之後還可以聽到更多類似的好消息。高二 2 范智皓

親情

從小沒跟父母住在一起，是爺爺奶奶撫養長大的，對我來說他們的養育之恩更是重要，可是近幾年來，他們年邁了許多，在我能力有限的年紀，沒辦法讓他們過上好生活，只能讀好書，讓他們覺得這幾年的教育是有用，很能體會一句話「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，希望不要留下遺憾。高二 2 徐子茜

小學生體驗活動好好玩

這篇文章在講讓學生走出教室學習，讓學生學習變快樂不會那麼得死板，以互動的方式來教學，但是要让學習變得有趣要事先設計過，會比較麻煩，而且又要管秩序，所以台灣的老師比較喜歡以傳統的教學方式來上課，希望台灣的學習可以多用互動的方式來進行。高二 2 王文德

減肥與性格有太大的關聯

為什麼人類要減肥呢？我覺得有三點 1.為了健康,當胖到有害健康的體重時,就需要減肥,或是有一些疾病的人 ex：糖尿病 2.為了追求目標的身材 3. 參加對體重、外型有限制的職業和活動。

現代人常常以 BMI 來做為身材的標準 不過 BMI 適用於”大樣本統計”而不是”個人” 所以如果用 BMI 來判斷要不要減肥的話 強壯的人都會被要求減肥 而那些真正需要減肥的人 卻因為達到所謂的正常體重 還以為自己很健康。世界衛生組織計算標準體重之方法。

男性：（身高 cm－80）×70%＝標準體重

女性：（身高 cm－70）×60%＝標準體重 高二 2 林芷儀

柯潔 還想再戰 AlphaGo

人不可以遇到了失敗就放棄…遇到了問題當然就是要去解決，我覺得柯潔很棒，沒有因為輸而放棄繼續比賽，雖然當然心情會很不好，也會很難過，但隔了

一年他又再次回到了場上，重新比賽！在那一年之中，他不是放棄自己，而是努力讓自己變更强，他的精神值得我們學習。高二 2 高婕芹

單親媽推腦麻兒瘋路跑

覺得他母親非常的偉大因為兒子不是天生的腦麻兒是後天造成，要接受這個人生中的失誤且包容真的是不容易，連一班人都不一定能跑完的10公里馬拉松，她卻帶著自己和孩子一起跑完，理由竟然是孩子愛吹風所以參加，因為孩子的病情造成的負擔所以患有重度憂鬱症但現在卻可以跟孩子面對陽光跑下去。高二 2 項語

失業情緒障礙

對於即將大學畢業的畢業生們，他們即將面臨人生中最大的難題「就是找工作」。然而許多畢業生畢業後找不到工作所以引發了許多的精神病，希望父母能夠幫助自己的孩子踏入社會，給他或她一個正確的方向來解決問題。我也很怕以後出社會時找不到工作、沒有人生方向，希望以後爸媽能夠給我一個方向或建議讓我去朝著那個目標發展！高二 2 黃少謙

教會我們的 10 年事情

這篇文章是在講說李嘉誠事業成功的原因，他 17 歲時就開始當推銷員，而那時就體會到掙錢的不容易、生活的艱辛，人家做八個小時，他就做十六個小時。他在二十歲前的事業上的成果白粉吧靠雙手勤勞換來；而他在事業已經不錯的階段，還在不間斷的持續學習新的技能與知識，他不想與與時代潮流脫節。而他認為知識不只是課本內容，包括社會經驗、文明文化、時代精神等整體要素，他覺得知識是新時代的資本。做生意最講究誠信了，一旦失信於人一次，別人下次就不會在找他做生意了。他認為健康就是工作的本錢，如果沒了健康一切都不值得。而他有十句經典格言：成功為勤、勤力之後，要學會把我時機、不斷學習，自我增值、不能死讀書、做生意最講信字、誠信是名譽的根本、用人唯才、對事業有興趣才能做得好、健康是工作的本錢、職場友誼，這些就是他的格言。高二 2 黃燁軒

日騎 130 公里淤泥路段

看完這篇文章，深深的體會到人性本善，主角每天清晨五點起床，騎 2 小時摩托車的山路，通往學校的路上有多層難關，有重重的森林還有顛簸不平又崎嶇的泥濘道路。每天那麼辛苦的去學校，就是為了偏鄉小孩的教育

問題，山區的資源非常的不足，老師們早已習慣這一切，並加以利用山區特有的天然資源，帶小孩去山區體驗大自然，對於他而言，最大的心願莫過於能替學生們準備豐富的餐點以便填飽肚子，也讓這些小孩能受到足夠的教育。
高二 2 劉育祈

3c 不停看 視網膜剝離

3c 產品，是現代人不可或缺的生活用品。但往往，大家會忽略了使用的時間、空間和光線，在文章中提到，一個男生在使用手機的時候，忽然發現左眼視角湧進一堆黑點及泡泡，一下消失後又出現。經過醫生的檢查才發現，他是左眼視網膜剝離。而視網膜剝離嚴重者會導致失明，所以，即使 3c 產品再怎麼方便，我們也不能忽視眼睛的任何不適。高二 2 蔡一瑄

阿爾卑斯山的試煉

做任何事情，從來都沒有性別之分，只要男生做得到的事情，女生也一定做得到，這個世界把女性貶低得太嚴重，藉由這篇報導讓我們知道，其實女性在從事運動或著任何事物的時候也是不輸給我們的，甚至比我們更加的厲害，更加的卓越。高二 2 黃致偉

就孩子一輩子

有些父母有時心情不好時，就會把脾氣抒發在孩子身上，只是一些小事就可能讓父母發怒，孩子就會受到驚嚇，更可能留下心裡陰影，每個人都會有情緒，但是我認為不應該發泄在孩子的身上，這也會導致和孩子的衝突增加，讓誤解更多，文章中提到了三個關鍵的問題，當缺乏情緒管教時，不知道如何抒發情緒，就只能用最原始、簡單的暴力來抒發情緒，欠缺同理心時，就無法設身處地的理解別人的感受，不知道如何化解衝突時，只需要一個小動作，就可能讓場面更混亂，我認為這幾個問題並不只會發生在父母和孩子的相處上，只要是人與人之間的互動，都有可能導致這些衝突，所以下次和別人發生衝突時，最好先冷靜想想，就可以化解很多衝突。高二 2 邱柏瑞

電腦畫風景 87 奶奶成網紅

有夢最美”邁入老年時期的奶奶，雖然年輕時未能完成該夢，但在一個機緣巧合下，奶奶重拾了當初的夢，完成了它，又為自己的人生增添了一些色彩，正所謂“天下無難事，只怕有心人”即使年紀已大，但那並不會成為追夢的絆腳石。高二 2 林淇美

世足太 high 心肌梗塞多四成

上屆世足巴西門將西薩在 16 強賽事中對上智利的比賽中驚險接下二球，賽後西薩說希望不用在 pk 不然家人一定心臟病發。德國研究發現他沒在開玩笑報告顯示世足其間心肌梗塞有明顯提升。慕尼黑大學研究 2006 世足其間醫院內心肌梗塞病患是平常的 3 倍而發病率高達 4 倍。而阿根廷衛生部提醒球迷少攝取特定高糖食品並鼓勵大加的多準被一些健康食品，在中場修休習時應該多走動緩解壓力，平世時多運動也可降低發生機率。高二 2 張文碩

別人被乘法表 他背化學元素表

看完了這篇報導，我覺得這些從小就自發性學習知識的人很厲害，相較於同年齡的其他孩子，能夠學習更高層次的東西。然而學校內的教育體制並不允許這樣的情況，於是他們選擇離開教育體制，朝向自己適合的領域發展，這樣的方法另我十分羨慕，但我想我或許也沒有那樣的能力，暫時只能按照正常管道升學，但在這個過程中，我會試著努力學習自己有興趣的事情，讓自己變得更好。
高二 2 籃天爵