

惜緣



2023. 7

南投縣政府，彰化縣政府指導 新三才文化協會，大紀元時報承辦

讀好報激發善念

 讀報佳作	
幫助孩子學習.....	3
臨危不亂	
樂於助人	4
如何面對問題	
相信明天會更好	5
蛹之聲音樂培力營	
女媧造人	6
十八年的等待	
世間男人國	7
不宜繼承家業	
台商難為	8
中共監控大學生	
美國懲罰中共活摘器官法	9
青少年頻失蹤	
黑箱移植	10
桌星張繼科涉賭	
大陸的民間運動	11
致命龍捲風	
北京提高退休年齡	12
地球暖化	
 讀報分享	
天堂是什麼地方	13
走進希臘神話殿堂. 戰勝自己	
活到老學到老	14
接受事實學到自信. 換位思考	
跳脫手機	15
抖音如鴉片. AI 搶工作	
民法修正父母懲戒權	16
苦盡甘來. 安心赤足的海灘	
寫好事日記好事來	17
咖啡因代謝物減緩近視. 放音樂改善挑食	
天助自救者	18
史上最長陸龜. AI 假圖致美股崩跌	
中國疫情升溫	19
乾旱拼水情. 夏威夷火山爆發	
 媒體報導	20
回歸閱報紙	
人必須敬天地	
古風悠悠 百忍堂	
女孩的不凡人生	
青少年身邊的隱形殺手	

南投縣品德教育結合讀報教育計畫

新三才文化協會為推動「讀好報得好報」活動，特訂定「南投縣國中小學品德教育結合讀報教育」計畫，函送南投縣教育處於 99 年 10 月 19 日公告，序號：34276 在案。茲為擴大實施對象及增加活動項目，修訂辦理。具體方案列於次：

一、依據：

- (一) 教育部 95.11.03「品德教育促進方案」
- (二) 教育部「國民中小學九年一貫課程綱要」。

二、實施目的：

- (一) 培養學生反省、思辨及實踐品德的能力。
- (二) 營造優質的「品德本位校園文化」學習環境。
- (三) 結合社區資源，推動學校法治教育。
- (四) 增進教師落實品德教育的能力。
- (五) 結合學校、家庭與社會，發揮社會教育的功能，提昇全民的道德文化素養，建構學生國際視野、增進對世局應變能力，共創祥和社會。

三、辦理單位：

- (一) 指導單位：南投縣政府教育處
- (二) 主辦單位：社團法人新三才文化協會
- (三) 協辦單位：南投縣各級學校、各基金會協會
- (四) 承辦單位：有意願辦理之各級學校、大紀元時報

四、實施內容：

實施策略	執行項目
1. 推動讀報教育	研訂品德教育結合讀報教育計畫
2. 宣導讀好報	讀報期間，每學期四個月(3~6月、9~12月) 以品德或正向報導的好報供師生閱讀 將讀報活動融入品德教育
3. 辦理讀報教育研習	規劃品德教育與讀報師生講座研習 加強師生品德觀念並身體力行
4. 實施品德教育與讀報活動	讀報心得徵文活動 推動品德教育親職活動
5. 讀報教育成果發表	讀報心得分享，並選登於大紀元時報 學生讀報剪貼作品分享 大紀元時報彙編專輯，分送各相關單位

五、預期效益：

- (一) 透過讀看報紙、動畫，知道敬天重德、尊師重道的重要性。
- (二) 藉由時勢新聞、寬廣資訊，有助讀者的國際觀，幫助思辨與分析能力。

六、經費來源：匯集各方認同閱讀好報之公民營企業團體、社會人士贊助大紀元時報之經費。

七、各校得參酌上述執行項目，並配合本位課程擇定幾項推動實施。

(南投縣政府 105.08.31 府教社字第 1050183427 號公文)

讀報心得：幫助孩子學習 彰德國中邱子恬 指導老師：鄭伊玲

孩子上課覺得累可能是功課太多了！有些父母沒察覺反而還買一堆講義、補一堆科目，適得其反。幫助孩子學習，家長要善用認同和安慰：



親子互動，用指責口氣，只會讓小孩的心裡難受，還會造成他的不想讀書、不想再去學校上課的拒學也懼學的狀況。長期用督促課業的方式交代孩子，久而久之小孩會越來越不耐煩，跟家長的感情會變越來越差，甚至不太想跟家人說話，也可能會因此而有憂鬱的傾向。換用鼓勵小孩的對話，比較有激發小孩去學習的動力。除了語氣外也可善用獎勵，寫完一張考卷時給個小鼓勵，可以是玩具、手機玩半小時，或是帶他吃一些好吃的，心情開朗也會有繼續學的動力！

學會包容自己小孩，欣賞每個孩子的長處。每個人性向不同，認知有差距，認為成績差就是不認真，對已經認真讀但讀不來的小孩會很受傷；更不要動手，「不打不成器」的觀念真的過時了！試著站在小孩的立場想，不要苛責，也不要太寵，不是不能要求，只是要適度。青春歲月只有一次，就是在該玩的時候玩、該學習的時候學習呀！

小孩考試不理想，不要在第一時間開罵？先安慰、鼓勵，肯定他已經很努力做的很好了。適時再說：「我們慢慢來，每一次都比這次進步就好了。」尊重鼓勵的話可以讓他在面對家人的時候，不會那麼的害怕，而是覺得自己有被安慰、有被肯定、有被接納，他內心才不會受傷。願這世上所有的小孩都能被溫柔對待。

讀報心得：臨危不亂 滿雅國小林育陞 指導老師：潘宇藏

美國密歇根州校車司機開車時突然昏倒，所幸車上七年級學生衝上去踩煞車，讓校車安全停下，這名男孩的機警反應被譽為小英雄！依校車上的監視器拍攝顯示，女司機打電話到辦公室，說身體不舒服，需先將校車停在路邊，但過沒多久，她便昏了過去。



男孩叫做里維斯，當時坐在車上第五排，見到司機昏倒後趕緊衝到駕駛座，一手握著方向盤，一腳踩住剎車，讓車子成功停在馬路中央！他還對著後面驚慌的其他同學們大聲說：趕快打電話叫救護車！天啊~這是連大人都讚賞的臨危反應。

事後男孩的母親問男孩怎麼會知道當下該做什麼？男孩說他每天都在看爸爸媽媽開車呀！男孩的父親也說：他大概從四歲起就坐在我大腿上看我開車了！每天行經鄉間小路和開回家裡的車道，也許就是這樣才造就今天的英雄事蹟！

事實證明了小孩子的學習力是很強的，只要父母親在安全的範圍內教導他們正確的事物觀念，更要鼓勵讓他們勇於嘗試、學習，他們有朝一日也能將所學用在緊急狀況下的！

讀報心得：樂於助人

竹山國小林辰翰 指導老師：張淑貞

報刊李大師發表的《為甚麼會有人類》中說：人生在世無論你的生活貧富，一定要做好事，不做壞事，保持善良，敬天敬神，樂於助人。這樣就會積下福德，來世就會有福報。還說在中國過去的老人們經常講，今生苦點不要怨天怨地，多做點好事多積點德，下一世就好了，也就是說上一輩子沒幹好事，沒積福德，你求神來幫助也沒用。

有些人因為做壞事或貪心，才會關進牢裡。人要累積善業，所謂行善就是幫助別人，善待別人，只要心存善念多做善事，嚴以律己寬以待人就是一種福報，我想不管是家人或朋友，送給你東西，都要以禮相待，這樣關係會變得更好。為善助人，是人生必須經歷的課題之一，不管是幫助他人或被幫助的人，都會心存感謝。



最近學校發關懷獨居老人公益捐款活動，我跟媽媽說：想幫助更多無依無靠的阿公、阿嬤，雖然捐款金額不多，但能盡自己的一份心意，去幫助更多需要的人，心裡會更踏實、快樂。我們要時時刻刻關懷別人，才能把助人的力量散播給更多人，多做善事，自己也會得到福報。

讀報心得：如何面對問題

大成國中廖宥婷 指導老師：施欣萍

現代科技產品幾乎無所不在，許多孩子從一出生就曝露在電子設備中，生活在資訊量爆炸的時代，到了青少年時期更要面臨最大的改變，不論是課業、感情或者壓力。這時與家長的溝通就會出現一些問題，不然就會造成很大的影響！前波士頓大學兒童行為發展系的講師瑞德基提醒：孩子透過電視及影片的學習，是無法與真實生活的互動相比的。科技會「妨礙」孩子培養同情心及解決問題的能力。



人生就像一場練習，大家都在學著如何做人，如何解決問題，如何選擇那些決定。我想，那些問題來自於對未來的迷茫，情緒起伏大時，就會選擇自己獨處。那些壓力不是擊倒我的藉口，畢竟紓壓的方式很多，聽音樂、去運動、把煩惱寫下來、找朋友傾訴…，避免被負擔給束縛，讓事情惡化，最好的方法就是去面對。

我不要把問題複雜化。首先會選擇與問題正面對決，而不是畏畏縮縮的在後面等待別人的「救援」，等待別人救援的人是不會成長的，人是在不斷的錯誤中學習，沒有什麼事情好逃避的！逃避並不會解決問題。當我能力不足，真的無法自己解決時，我會去尋求幫助。當局者迷，旁觀者清，或許我被那些像海嘯般的問題給蒙住了雙眼，我將選擇找人為自己指點迷津，那是一件多麼幸福的事情呀！

讀報心得：相信明天會更好 竹山國小辜祺云 指導老師：吳秋薇

35歲的斯塔西與丈夫帶著3~14歲的七個孩子，從華盛頓州西南部搬到威斯康辛州北部的農村。搬家時孩子還小，但是他們自理能力很強，大的會自己煮飯，小的會學習如何種植、加工和保存食物。

斯塔西與丈夫都在華盛頓郊區長大，對養動物又髒又臭的家務活不感興趣。他們吃的水果和蔬菜就是罐裝的青豆、水果，櫥櫃裏塞滿了含防腐劑的糖果和穀物。15歲時就患神經性厭食症，導致她放棄了芭蕾舞的夢想。2017年丈夫失業，重新評估他們的抵押貸款和成堆的東西，意識到該力求簡約的生活。

選擇自耕農生活方式，是源於鄰居送來的自製的蘋果醬，讓他嚐到如此美味得健康食品。新生活讓他們全家一起收穫莊稼，並把新鮮的蔬果擺上自家的餐桌、以堅強得毅力蓋好了農場，也治好自己的病。還拍下農場耕作的紀錄片，上傳網路希望激勵一些生病的人。

文章讓我體會遇到困難和失敗，都要努力面對、不能逃避。要有斯塔西一家的精神，在下大雨、蓋房子、睡在拖拉車的最艱難期間，還有疫情時，也是在家教導孩子。沒有永遠的晴天，也沒有永遠的黑暗，困難會迎刃而解，要勇於嘗試，相信自己、相信明天會更好。



讀報心得：蛹之聲音樂培力營 大成國中黃亭瑄 指導老師：施欣萍

無意間看到這張舊報紙，想起5年前參加的蛹之聲音樂培力營，姐姐是A團，我和哥哥是B團的團員，利用假日和寒暑假參加集訓，才國小二年級的我，看到這麼多來自不同學校的學員一起學習，有大哥哥和大姐姐帶著，讓我覺得很溫馨。後來我也升到了A團，拉得曲目也越來越難，感謝有很多老師的指導，才能讓我琴藝更進步。



我從幼稚園開始接觸小提琴，一開始覺得很好玩，學到現在也參加了演出和愛心義演，發現學樂器也可以帶給別人快樂，尤其是在為長輩們義演時，我非常喜歡和他們互動，希望常常有機會表演給大家欣賞。

記得去年國小六年級第一次參加南投縣音樂比賽，每天很認真的練琴，在縣賽中得到個人賽第一名，那時候我真的很開心又很驚訝，沒想到我也有機會在A組音樂班中脫穎而出，這要特別感謝我的個別課老師劉妙紋和我的媽媽，一路支持鼓勵我。今年三月的全國音樂比賽，每個選手都非常強，真的是開了眼界，非常難得的經驗。

台上一分鐘，台下十年功，這句話我終於懂了，在每一次演出前，每天都要抽出很多時間練琴，才能把最好的琴藝呈現給大家！在學琴過程中，也認識很多學琴的朋友，大家一起切磋琴藝，媽媽常說：「學音樂的孩子不會變壞。」我也是這麼覺得，希望我能一直保持初衷，讓音樂能陪伴我一生。

讀報心得：女媧造人

滿雅國小林建緯 指導老師：潘宇藏

上課時老師要我們準備紙黏土跟塑膠的切割刀，說要教我們怎麼捏人偶，順便要告訴我們女媧娘娘造人的故事！

老師先撥放影片：古色古香氛圍的場景跟音樂，由盤古爺爺開天的畫面，奇幻的美景，萬物復甦生長，世界變得美輪美奐又帶著奇幻的色彩，過程隨著宇宙的生命流轉到了終點，慢慢的失去生命力。接著美麗的女媧娘娘到來，她感到世界變得很孤獨，就按照自己的形象，捏出一個又一個精緻的小泥人，然後慢慢的越來越多，之後向天帝禱告讓自己有婚配的能力，就能讓小泥人自己有繁衍後代的能力，還為這個世界添了美妙的音樂，讓大家過得更快樂！



我們聽完了盤古爺爺開天跟女媧娘娘造人的故事後，我突然覺得好感動，我們什麼都沒有付出，但天上的神仙都好有愛，跟爸爸媽媽愛我一樣，用盡全心全意的心愛著我們，還心力交瘁的為這個世界上的一個人，細心雕琢還為我們設身處地的著想，創造出萬物復甦跟音樂美景陪伴著我們，只希望我們能過得開心過得好，這樣的幫助我們！帶著這樣的心情，我看成眼前的紙黏土，我突然下定決心想要好好的捏出漂亮的小泥人，感受一下女媧娘娘造人時的心情，讓自己也身歷其境，捏出一個美麗的世界出來給大家看看！

讀報心得：十八年的等待

滿雅國小林建緯 指導老師：潘宇藏

今天跟阿嬪一起看歌仔戲王寶釧，她信守承諾等了她的老公十八年，堅持到最後才團聚。其中王寶釧都沒有變心也沒有改變自己的想法，就是一直很單純的等待跟過生活，不論外界有何誘惑或原是威脅她都無動於衷，觀賞後我感覺很神奇，原來大人世界的感情會如此堅定，而阿嬪看著看著竟然還默默流下眼淚，讓我嚇了一大跳！



我問阿嬪也是這樣愛著阿公嗎？阿嬪說當然呀，不然怎麼會有這麼多的子子孫孫呢？阿嬪有點害羞的說以前的人，感情都很專一又單純，很多時候心裡只會想著要如何維持生計，讓子孫能夠存活下去，對於感情反而沒有想得太多，因為老一輩的婚姻很都是媒妁之言，只要父母指定相親後，就認定跟對方過一輩子，都不會改變心意的。

我聽了覺得這樣的感情很棒，現今社會只要一言不合，就算結婚了也會馬上離婚，大家都是衝動性的在一起或分開，我很好奇？如果個性不合不是該要磨合嗎？如果決定在一起，不是該向對方負責嗎？我看了王寶釧的故事，又聽了阿公跟阿嬪的故事，我覺得心裡突然安心起來，以後我也要經營這樣老派的愛情，成家立業讓我的家庭和樂永久，這樣才是我嚮往的家庭生活與愛情！

讀報心得：世間男人國

大成國中朱巧軒 指導老師：林汶芳老師

《西遊記》中有「女兒國」，大家也許覺得，那只是憑空想像的故事，然而在當今世界上卻存在著一個「男人國」在神祕的阿托斯島上，也稱作「聖女的後花園」。它位於希臘海岸的哈爾幾季基州，主峰海拔高達 2033 公尺，是希臘唯一完全用於向上帝祈禱和膜拜的地方，被譽為「聖山」。島上坐落著 20 多座樣式各異的修道院，根據修道士的體能及特長，分配從事耕種、繪畫、釀酒、雕刻、管賬、做飯等工作。每天工作、禱告、休息各八小時，做重複性的功課，只開放男性觀光客。



一開始看到文章，我覺得很酷，我知道《西遊記》有女兒國，現在知道現實生活中有男人國，真得超級酷。而他們一出生就會被送去修道院，留著長鬍鬚，表情嚴肅。他們這座島上沒有收音機、電視、電話、電報、報紙，而他們僅有一輛汽車用於交通。他們也有嚴格的法律，禁止所有的樂器、吸菸、騎馬、唱歌。令我很驚訝的是，這個島上女性都禁止進入，但母雞卻可以，因為每天都為早餐提供雞蛋。

蛋提供給大家蛋白質，這個問題很值得思考，這是我的想法，不知道真正原因是什麼！來到這個男人國，需要很多的手續呢！要先通過希臘外交部的檢查，每天的觀光客只限 25 人，而且需要年滿 18 歲。警察也會檢查是否有女扮男裝的情形，如果有發現，就要立即抓住等待遣返。而男性遊客也不能攜帶女性用品和雌性動物，由此可知，這個法律是非常嚴格的。

讀報心得：不宜繼承家業

南崗國中張庭軒 指導老師：李曉昀

家族企業，顧名思義就是由一個家庭組成，代代相傳的家業。雖然平均家族企業才維持 24 年，且近 60% 的家族企業無法傳承到下一代，但還是有很多人希望自己的孩子能夠延續自己打下的一片江山。



看了報導我認為子女不宜繼承家族企業的原因：

1. 子女有探尋人生目標的自由。人都有夢想，可能是馳騁杏林的醫生、立志助人的警察，做不喜歡的工作，空有資產又如何？生活肯定生不如死吧！與其培養孩子進入家族事業，不如讓他們探尋自我。
2. 家族企業可能讓子女失去幸福感。父母都希望孩子過得幸福快樂吧！心理學家提出幸福五要素簡稱 PERMA，包括正向情緒、全心投入、人際關係、生命意義和成就感。接管家族企業、或做到父母期望，可能使繼承者感到沐浴在層層的壓力中無法逃脫。
3. 裙帶關係惹人嫌。我們常聽到「空降」二字，入職就任管理階層，不免招致同事白眼，憑個人的努力得到獎賞晉升，才能維護家族關係。

事情總有正反面相，當然在自家企業工作，可以受到較多保護，但也可能因此變成一株溫室裡的花朵，中看不中用。但如有先知之明，不怕吃苦從基層學起磨練自己的實力，才是雙贏。

讀報心得：台商難為 滿雅國小林育陞 指導老師：潘宇藏

全球供應鏈去中化、在地化的生產已經逐漸成為趨勢。許多台商選擇回到台灣，原因之一是覺得與中國的社會環境格格不入。其中被採訪的台商說：台灣人做生意，競爭對手都是台灣人，我們知道底線在哪裡，但跟中國人競爭，會發現他們沒有底線，奉勸想進入中國的台商，現在貿然到對岸，必死無疑！

這位台商有三座工廠，製鞋、運動用品與化工產業，他決定放棄中國市場的原因，是近年中國為了保政權，視企業與經濟發展如糞土的態度。而且中國其實不缺電，卻在去年大限電，工廠一週必須停電二到三天，政府無法給出合理的理由，台商們只能延期產品交貨。



打價格戰是中國商人最擅長使用的市占率模式，不過惡性循環最終會被打成剩一、兩家，而且打價格戰會導致自身面臨高成本、低利潤的窘境，市場萬一出現一點風吹草動，就難以再走下去。中共文化使得他們無形之中在教育人們：不是你死，就是我活的商業文化，這是一種鬥爭文化，與自由社會倡導的民主、平等的理念截然不同。

今年中國的清零政策封鎖了經濟中心，影響進出口物流，讓中國經濟直接被凍死，中共仍然不放鬆對疫情的管制，讓台商深受其害，連鴻海旗下的富士康也因為中共的清零政策面臨生產難題，市場也被高度關注。

讀報心得：中共監控大學生消費行為 竹山國小林品妍 指導老師：吳秋薇

中共透過大數據管理模式，即時監控學生的動態，由於武漢大學在資訊化方面處於領先地位，因此武漢大學建構資訊化學生管理系統，全方位採集學生學習、消費、宗教信仰等方面的訊息，預測和防範學生的「異常」行為。該系統透過輔導員這個專門職務，負責學生的思想政治工作。



前學校輔導員裴女士在接受《大紀元》採訪時，說因為武漢大學的學生普遍比較有思想，為了維穩工作和維護學校的「榮譽」，中共一直對大學生群體不放心，所以嚴密監控，當局其實就是害怕學生造反，害怕造成學潮運動。裴女士還告誡，不要用學校的網路去翻牆。大陸每個大學都是有警察介入的，如果用學校的公共WiFi的話，大數據可以看到學校有多少老師多少學生在翻牆，可以看到帳號。

我覺得中共表面上說是關心學生的各個層面，藉助「今日校園」等軟件或平臺讓學生簽到，發布通知等。實際上都在往大數據資訊化管理的方向走。而學生包括武漢大學的學生本身都不知道被這麼嚴密地監視。這樣的行為表現出人民沒有自由和人權，我慶幸我們身處在台灣，很自由這需要我們一起守護。

讀報心得：美國懲罰中共活摘器官法 南崗國中孫誠佑 指導老師：李曉昀

2023年3月美國聯邦眾議院通過 H.R. 1154 號法案，懲罰中共活摘良心犯器官的暴行。H.R. 1154 號法案被稱為「2023年停止活摘器官法案」，通過制裁所有參與這一駭人行為的人，並要求美國政府每年報告在各國發生的這類非法活動。法案對參與活摘器官者的懲罰，包含最高25萬美元的民事罰鍰，以及最高100萬美元（約新臺幣3千萬元）、20年監禁的刑事罰則。



2004年韓雨19歲時，她父親韓俊清因為修煉法輪功被捕，兩個多月後去世。父親的遺體冰冷的躺在法醫中心的房間裡，變得極為消瘦，臉上青一塊、紫一塊，左眼底下的組織不見了。身上長長的刀口，用黑線縫合，從喉嚨一直延伸到腹部，裡面沒有器官，只有冰塊。2006年，多名舉報人首次向《大紀元時報》揭露活摘器官黑幕。從活人身上摘取器官，是這個星球上從未有過的罪惡，而且還在持續發生。韓雨希望美國政府幫忙「立即制止這種反人類罪行，追究中共和所有肇事者的責任，並肅清仍在犯罪的國營機構」。

活摘器官這是反人類罪也是一種戰爭罪，這是對中國無辜人民的戰爭，那些甘願從事這種行為的人也將被咎責。任何參與活摘器官者，包括接受器官移植的人，若知情但仍從法輪功學員或其他任何人那裡偷竊(器官)，他們將被追究刑事和民事責任。現在法律已立法，讓活摘器官者受到懲罰，也可讓受害家屬得到保障及該有的補償了。

讀報心得：青少年頻失蹤民眾心慌 竹山國小林彥瑩 指導老師：吳秋薇

近期中國青少年密集失蹤，民眾擔憂被摘器官，網路上提醒家長保護好孩子。報刊江西15歲高一生胡鑫宇，10月14日傍晚，離開宿舍去教室上晚自習，然而就在不到100公尺的距離裡他消失了。學校的6個監視器檔案都丟失了事發當天的檔案，傳孩子屍體被找到時「器官都沒了」。另外湖北武漢14歲男孩劉奧成於11月12日晚間8:30左右下樓扔垃圾，隨後離奇失蹤。八天後在天興洲的江中發現屍體，但公安不讓家屬看屍體。2022年7月至11月失蹤孩子21人年齡最小8歲、最大17歲。

旅澳歷史學者李元華11月21對《大紀元》表示，中共拐賣人口、販賣器官一直存在，而且成了集團系統犯罪。一些移植中心的器官來歷不明，比如像武漢，很多年來一直有大學生失蹤。法輪功學員被活摘器官消息披露出來後，很多人難以置信，以前很多人沒意識到這個問題的嚴重性，現在已經成為黑色產業鏈了，更多的百姓就可能成為無辜者，失蹤後被盜賣器官。



看完報導真的很害怕，怎麼有這麼狠那麼沒有人性，把孩童活活殺死。由案例，我才知道外面的世界有多麼不安全。明白以前晚上跟弟弟出去玩，也算離危險那麼近，雖然台灣治安比大陸地區好，以後再也不敢單獨行動、除非有大人陪著。

讀報心得：黑箱移植 浦雅國小林育陞 指導老師：潘宇藏

中國大陸的器官移植數量呈現爆炸性增長，但是有移植就要有捐贈，等待捐贈真的那容易嗎？捐獻人可能因為生病、不健康的生活、年齡問題、死亡和器官摘取的時間差等等原因，最終只有百分之一~二的志願者符合提供移植器官的條件，尤其是心臟、肝臟這些大器官的移植，尋找器官、等待器官或器官移植的配對是相當困難的。

中國大陸的移植數量卻可以與捐贈者的數量相當，這就非常令人匪夷所思了！主要是他們的供體來源一直不透明，現在官方報的捐獻數量，是接近一萬多例移植的數量，但是並未提出有多少人是自願捐獻，而且對捐獻器官的人或事也都不公開透明。



有人分析中國根本是企圖用愛心捐獻來掩蓋活摘器官的罪惡，更可怕的是，中國要在 2023 年成為世界第一器官移植大國，器官移植要逐步發展到一年五萬例的規模！要達成這個目標，除了必須培養更多的醫生、增加更多器官移植的醫院，而瓶頸就是器官的來源，想到這裡就更令人毛骨悚然了，這不就是代表之後會有更多不明的捐贈者，被移植到他人身上去。

原本以為器官移只是為了中國之間權貴的使用，沒想到他們早已用一代一路的上把器官賣到全世界去了，這些活摘器官的傳言，從來都不是空穴來風，希望他們能被制裁，不要再做如此喪盡天良的事情了！

讀報心得：桌星張繼科涉賭 416 竹山國小林朔緹 指導老師：吳秋薇

中國桌星張繼科醜聞纏身，被記者曝光賭債及用女星的私密視頻抵債。另媒體爆料：張繼科 16 歲時就涉賭，2004 年底，因為借某位乒壇大腕的銀行卡參與賭性的「遊戲」，輸錢後無法面對殘酷的現實而在外出比賽的過程中離隊出走。2015 年中新網報導，3 月份在德國參賽期間，張繼科偷溜出酒店，和一群人去賭場。雖然張繼科被頻頻被曝涉賭，但不影響他的吸金能力。2017 年，《體壇週刊》公布的中國體壇財富榜，張繼科 2016 年以 6,000 萬元收入排在第二。



看呵整篇報導，我想不透球技高超名揚國際，應該是光宗耀祖的好事，竟因為涉賭身敗名裂。讓我學習到賭博的禍害，沉迷賭博令自己失去學習和工作的樂趣，影響工作能力、使人沒有理想，變的意志消沉，迷失自我流連於賭場，運氣不好時向朋友借而不還，這是賭博少不了的實際情況，更可能造成家庭社會的慘劇。心理師表示，「再一次就好」這是所有賭徒最常見出現的心態，研究證實，賭博影響大腦使得成癮的機制，在追求刺激與滿足的過程中，確實與毒癮非常相似，更應該防患於未然。

讀報心得：大陸的民間運動 南崗國中林緯綺 指導老師：李曉昀

歐榮貴先生廣西農村人，16歲去派出所辦身分證時，就感覺派出所的人是在統治人民，根本不是為人民服務。於2011年廣州抗爭時多次被抓，2016年參與廣西拆遷維權案被判刑一年。每年的六四前夕，都會被國保騷擾，以至在廣州租不到房子，電子門卡經常被封，回不了家。2020年5月交警甚至扣歐先生的貨車，讓他離開廣州。

歐先生表示維權是在共黨設計的範圍內去爭取，而街頭運動是要民主權利。10年來，從茉莉花運動、南方街頭運動，到新公民運動、白紙運動，再到方興未艾的拆牆運動，都是要達到一定的目的。白紙運動原是解封。如果有民運大佬去引導的話，那就不是要解封了，就是要民主自由的問題。這樣子中共它很快可能就會出問題，它就會面臨倒台的。



實際上中共一直在主導運動，利用運動去主導人民的力量，要保持它的穩定就不斷去發起運動，比如說文革、打黑、掃黃運動、疫情封控運動。疫情時強制性的維穩，能把十幾億人同時關在家裡。它是把奴隸（老百姓）的錢拿來給奴才（官員、警察等）發工資，是一個邪惡的權力中心。就如歐先生所說，中國大陸的系列民間運動，是前面敢於上街的人起了帶頭作用。中國人一直是覺醒的，只是被利益捆綁，多少人想往體制內擠？他們可不蠢，當利益被觸犯時比誰都反共。其實這是一個要不要做人的問題。

讀報心得：致命龍捲風 彰德國中鄭忻盈 指導老師：鄭伊玲

龍捲風的危險熱浪在美國德克薩斯州和佛羅里達州帶來威脅，美國國家氣象局敦促民眾在這個假期長週末限制戶外活動時間。龍捲風的威力很強大，如果靠近中心的話，風速可達100~200，破壞力極強，風吹過的地方拔起大樹、掀翻車輛、吹毀建築物，也有可能把人吸進去等等。



世界上發生過最多次龍捲風災害的就是美國，美國每年出現的龍捲風大約有1500~1600次，肇因與美國的地理位置、氣候條件以及大氣環流有關。如果在戶外遇到龍捲風，要觀察龍捲風動態，及時避開它經過的路徑，且不要留在頭頂有木板、玻璃、易坍塌房屋、易斷樹枝的地方。如果是在室內，要遠離門、窗，避免被窗和門砸碎後的玻璃割到。在室外的人，要在發現龍捲風第一時間就近躲到鋼筋水泥構造的建物裡，記得找堅固東西保護頭部；如果是在開車就要降低車速，行使的車子更易被砸壞；若遇到冰雹，不要加速離開，應就近停在地下停車場或是停在背風的地方。

龍捲風形成是因大氣的不穩定性產生強烈的上升氣流，再被急流中的最大過境氣流影響，才進一步形成了龍捲風。除了南極洲以外，每塊大陸都有發現龍捲風，只是美國比其他國家或地區都多些。真心覺得大自然的力量非常大，希望所有人在大自然面前能以謙卑的心態來與它共榮、共存。

讀報心得：北京提高退休年齡 大成國中涂修維 指導老師：林汶芳老師

北京為了提高壯年人口而提高退休年齡，預計方案會從 2025 開始實施，2055 年前後實現 65 歲男女同齡退休。根據中國養老精算報告，中國在 2028 年後收不抵支，並且 11 個省市區的養老預算呈現赤字，年度缺口將達到 1181.3 億元，全部年資在 2035 耗盡。

其實是整個中國的社保資金中，機關公務員、事業單位還有國企的社保占用太多，又沒交社保金，不改變的話，很難由貧窮的老百姓來撫養一個如此龐大的官僚體系和黨務體系，這是一個『本』的問題。美國經濟學者黃大衛認為，要治這個『本』中共當局還沒看到有政策能夠做到。



台灣總體經濟學專家吳嘉隆表示，延遲退休是中共中央應對財政壓力的辦法。他推測，中共當局可能像清朝末年一樣，把財政權下放給地方，讓各個地方政府自己承擔起自己的某些財政支出。

隨著醫療進步的發達人們壽命也跟著延長，人口老化在全世界蔓延，壯年人口的扶養比逐漸升高，負擔愈來愈重，台灣未來可能會面臨勞動人口過少的問題，經濟發展也會跟著下降，所以解決人口老化是現在的重要議題，養老機構的增加必須更加快速。台灣目前面臨少子化的威脅，未來壯年人口會減少。希望未來會有解決人口老化和少子化的問題，這樣不但能促進經濟發展，也能使人們壽命提高，對北京的做法我覺得是蠻正常的，因為台灣已經提高退休年齡到 65 歲了，所以中國要提高也不奇怪。

讀報心得：地球暖化 大成國中張玉燕 指導老師：施欣萍

電、塑膠製品成為我們人類生活中必不可少的東西，雖然有了這些東西讓我們的生活變得很方便，但卻嚴重影響地球生態！不僅影響人類、也對一些動物造成了很大的傷害。地球暖化，北極冰山融化，造成了地球的海平面上升，除此，還有臭氧層破洞等問題，都已經對生活在地球上的任何生物造成威脅了。科學期刊曾發表北極海冰最快可能在 2030 年 9 月份完全消失，並提到即使從現在開始大幅減少導致地球暖化的污染，北極海冰仍可能在 2050 年的夏季消失。

人類真的有辦法改變地球，讓它不再繼續暖化嗎？有辦法，就像我的導師說過的，好好把自身的能力發揮到極致，不試試看怎麼知道會不會成功！只要我們平常買飲料或是出去吃飯，自帶杯子、餐具，既衛生又能夠減少垃圾量。出門多搭乘大眾運輸，減少汽機車在空氣中排放的二氧化碳量。



我們應該要好好的愛護以及珍惜這顆獨一無二的地球，地球是大家的，一個人力量小，但大家一起力量就變大了，集合大家的力量，改變就能成功，所以我們應該要一起共同努力，而不是只有一些人在執行這些事情，雖然每個人的能力不一樣，但還是能為保護地球這件事盡一分心力，提出一些貢獻喔！

滿雅國小林建緯讀報分享：天堂是什麼地方

我跟媽媽在百貨美食街吃東西時，看著電視螢幕播放著神韻的視頻，雖然只有短短的幾分鐘，但其中採訪的觀眾都說出為之動容，很多外國人特地買票去觀賞神韻劇場，說演出的內容就好像天堂一樣的美妙？看著電視播放的歌舞劇，我好像也能想像這部歌舞劇堪比天堂一樣美好，希望我們以後的世界，也能這樣子開心自在！



我不知道天堂在什麼地方？現有的記憶，有充滿小天使跟外國人的西方華麗天堂，也有羅列很多神明莊嚴的中式像廟堂。是分古今中外、還是依照不同的宗教種族，有著不一樣的環境嗎？但唯一相同的是，我看到的神仙們都面帶微笑，非常安詳、慈悲，祂們都過得很開心，有著自己的想法跟目標，用善心幫助很多需要的人，所以不論是天使或是神仙應該都是一樣的吧！

我心裡的天堂，是個很寧靜安詳的地方，那個地方的神仙沒有人性、也就沒有爭吵。沒有不開心或任何負面的事情，沒有病痛飢餓及戰爭，大家都能互相理解，一片祥和安樂，大家都為了讓自己更好而互相幫忙，不斷努力的生活成長，這就是我心裡的天堂吧！

大成國中王品云讀報分享：走進希臘神話殿堂

奇美博物館是臺灣最豐富的私人博物館、美術館內有兵器廳、動物廳、樂器廳、羅丹廳與藝術廳等，介紹各廳的特色、展出包羅萬象。還刊出的夜空中鳥瞰的奇美博物館，竟是一把美麗的小提琴，真是讓人大吃一驚呢！

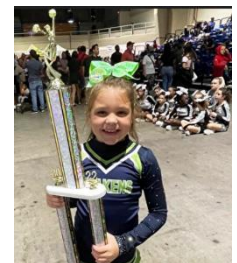


文章讓我了解奇美博物館裡各式各樣的展覽品，報導中最讓我感興趣的是樂器廳，許多不同的樂器，有的是中國傳統樂器，有的是西洋樂器，還有的是我沒聽說過的，每一個的音色都不同，讓人忍不住去研究，其中提琴展示數量是樂器廳居冠，每把提琴都是製琴師智慧心血，包括小、中、大提琴及低音大提琴，都是一鑿一銼手作出來。希望如果真的去到奇美可以好好看看它們。

連外觀也如此奇特，希望有一天可以去奇美博物館逛一整天。沉浸於藝術美學的薰陶，可以安定心神、提升精神層次，這一直都是我想做的。以後討論要去哪裡玩時，我一定提出去博物館。我喜歡博物館的氣氛，那裡不會嘈雜，可以靜下心好好地觀賞藝術作品，想想都讓人感到舒適呢！有機會我也想成為一個收藏家，把自己家變成博物館，這好像也是個不錯的辦法。

大成國中黃金晶讀報分享：戰勝自己

美國一位僅有 8 歲的女孩，她在她的團隊都缺席比賽的當下，勇敢的做出一個決定：她想要獨自上台表演！老師本來要棄權的，可是這個女孩獨立的想法卻又讓大家燃起了希望！最後她竟然奪得第一，跌破眾人眼鏡，連女孩自己也不敢相信，但她卻真的做到了！



這讓我想起國小時的比賽經驗。國小時我參加直笛隊，每當要去比賽時我都會特別緊張，尤其是六年級時，我的國小最後一次比賽，那時最緊張，因為我希望在最後一次可以拿更好的成績。當天站上舞台時，我緊張到腳都麻掉了，但是我還是努力吹完曲子。成績公布我們竟然得優等！這是學校多年以來都沒有得到過的好成績，宣布的當下，我們整隊原地傻住，接著大家激動地又叫又跳！最後老師買了超多食物為我們慶祝。相信每個人都有過在台上緊張的經驗吧！希望再次上台都能克服，好好表演，享受舞台、享受掌聲！

滿雅國小林建緯讀報分享：活到老學到老

國外有個很厲害的 82 歲老奶奶，參加 24 小時跑完 125 公里的馬拉松賽，絕佳成績打破世界紀錄。讓人讚嘆，這個年紀的人都在家含飴弄孫，過著愜意的生活，但這位芭芭拉·亨伯特老奶奶打破大家思維，她被採訪時談到：當我在街上奔跑時，有一種自由的感覺，我會進入一種冥想狀態，能把腦中所有的雜念都清除掉，不會感到疲憊。



很多人熱愛跑步，從 50 公尺到 100 公尺，再 400 公尺，漸漸到 800 公尺，就是會不斷的精進自我，挑戰自我極限，不知不覺中設立的目標越來越遠，甚至參加馬拉松比賽。

我們從馬拉松比賽中，發現有的一家大小都來跑，參加的年紀越來越廣。有人因為健康、有人就是愛跑步，還有人是挑戰自己，讓想做的事情實現，運動不但能健身，也能增加自己的自信心。我覺得老奶奶真的很厲害，她不被年紀束縛，證明了只要有心，任何事都能做到，我要以她為目標，讓自己也能活到老學到老，也能為自己破下一個世界紀錄。

大成國中林宸筑讀報分享：接受事實學到自信

五歲男孩名叫恩佐，臉上有一個非常獨特的胎記，是先天性發育異常造成的良性腫瘤，是一種超罕見的疾病。他媽媽覺得對於這麼小的孩子來講，要在同儕中生活是一種挑戰，所以費盡千辛萬苦，幫恩佐找了一隻臉上和他有同樣胎記的狗，儘管這隻狗離他家有九百公里遠，父母決定帶恩佐去看看，最後這隻小狗陪伴恩佐一起成長。



有些人常常因為有個小缺陷，或在失敗時就垂頭喪氣！像我之前跟朋友在玩時，沒注意到坑洞，踩空摔了下去。雖然傷口好了，但是有個疤在臉上，總是覺得大家都在笑我，每次到學校就低著頭不敢直視同學，連老師都問我怎麼了，經過大家開導、關心，我才放下心裡的石頭。

恩佐不會因臉上胎記佔了臉部一半多，一輩子都沒辦法改變，而感到自卑、憂鬱，反而開朗的接受事實，我覺得很值得大家學習！更何況我的疤痕只是指甲那麼小，又是自己不小心造成的，有什麼理由自卑、抗拒呢？文章讓我深思，讓我學到了自信。

竹山國小陳芊樺讀報分享：換位思考

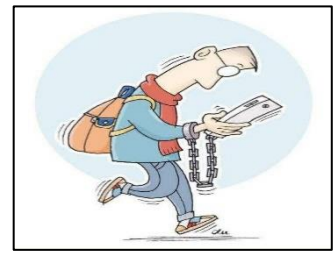
在生活中，很多事我們都要學會換位思考。例如今天外面太陽很大，有人會想到太陽太大會把水蒸發光後，我們不就渴死了嗎？但是換的角度想，就是太陽會把水蒸發光，但是還會下雨啊！

報導說顧客通常要餐廳提供「精準有效」服務，然而假日人多時，滿意度就會下降。此時，顧客應適時「調整預期」，用同理心體諒店家辛勞，這就是「換位思考」。凡事用寬廣的包容力與同理心，去對待所發生的人事，那麼便可以減少人與人間的磨擦。

有時候我會把事情往壞處想，害自己煩惱很多事，事後發現擔心的事都是多餘的。以後我要換得角度想，遇事要正向思考，往好的面向去想，還可以通過看書、畫畫做一些自己喜歡的事就能忘掉煩惱了，讓自己的生活過得自在一些。

滿雅國小林育陞讀報分享：跳脫手機

現在人手一機，我幾乎是手機不離身，只要手機不在身邊就會沒安全感，也沉迷於社交媒體，不停地滑手機，坐車滑手機、吃飯滑手機、睡前滑手機，根本手機成癮啦！生活就像被手機控制一樣。滑手機更破壞了正常的生活規律，人與人間疏遠了，對我們的影響很大。



所以我給自己一些挑戰，我會把滑手機的時間，先減少一個小時，然而我會利用這一個小時，去幫助自我成長，一個小時不多不少，但其實可以在這一小時完成很多事情喔！就像是花十分鐘寫個日記、花十五分鐘做居家運動、花十五分鐘背個單字、花十五分鐘閱讀課外讀物等等，看似十五分鐘的時間，可能以為很短，但是日積月累的成效可是很大的喔！正所謂的積少成多呢！學會控制自己使用手機的時間，我們的生活會變得不一樣。

先從細微的小改變開始，改變已有的習慣，去建立良好的新習慣，慢慢開始培養，我們的生活自然而然就會越來越好，而且整個人的氣質也會跟著不同喔！改變可以提升自己，對身心皆有益喔！

大成國中林宸筑讀報分享：抖音如鴉片

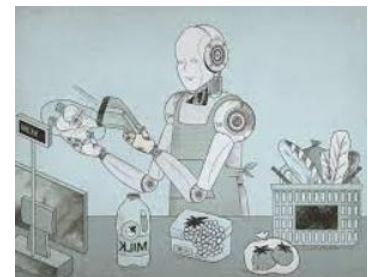
隨著網路的發達，現代流行一個叫「抖音」的東西。它是一個短影音平台，可以錄自己喜歡的影片、照片等等。有一個影片叫「窒息挑戰」，它是在鏡頭前面演給觀眾看，當場閉氣到昏迷！看似這麼危險的挑戰，卻吸引了許多小孩的嘗試。而義大利有一名女童，被這個影片所吸引，用線網綁自己的脖子，當場昏迷，最後不幸去世了，所以不管青少年，兒童都要很小心使用這個程式！



常常聽到同學、朋友間談「TikTok」，也就是抖音。雖然我沒在用這個程式，但是看了報紙，讓我了解抖音的可怕，在其「洗腦」下，義大利女童想當網紅，用麻繩將自己的脖子網綁，昏迷後不幸過世，我也看到美國也有兩名女童因為這樣的影片，模仿時結束了生命。這種事在生活周遭一直發生，大家卻都沒把這些當作一回事，家長也沒注意社群軟體、影音平台，對小孩得影響，導致發生遺憾時也來不及了。我們必須意識朋友的個性及自己的行為。抖音如小孩的精神鴉片，影片中危險的動作千萬別模仿！有空可以跟父母聊聊天，讓父母知道你都觀看什麼影片、交友狀況等等，這樣互動能拉近親子關係。

南崗國中陳芷廷讀報分享：AI 搶工作

馬斯克在美國財經頻道說：如果 AI 比你更能把工作做好，我們如何找到成就感，我們如何找到生活的意義？我為建立這些公司付出了很多血汗和淚水。然而我想，『我該這麼做嗎？』我犧牲了與朋友和家人在一起的時間，但最後，AI 可以做這些所有事情，這有意義嗎？AI 技術是「雙刃劍」，AI 可寫出令人難以置信的好文章，並藉此操控輿論，很難預測發展會如何。建議人們選擇一個既可以造福他人，又能滿足內心熱情的職業，來定位人生價值。



AI 的科技能載舟亦能覆舟。研發 AI 能讓人類更方便，但重要的是這項技術需符合道德規範，否則它也可毀滅人類。我認為過度開發做出機器人真的太恐怖了，人壓不住、子彈也打不穿，要制伏它不是那麼簡單。它取代很多人類的工作，從需體力的工人、溝通服務的治療師，到設計師、軟體工程師也無法例外。越想做輕鬆工作的人，越有可能被社會淘汰。所以現在要努力去學一技之長才有未來。

大成國中潘詠歆讀報分享：民法修正父母懲戒權

法務部提《民法》第1085條修正草案，刪除原本的「懲戒」文字，改為父母保護及教養未成年子女，尊重子女人格，不得對子女為身心暴力行為。家扶反映體罰教育方式，潛藏暴力循環風險，影響兒少的人格發展。而國教行動聯盟王瀚陽強調，家長團體絕對反對體罰、精神凌辱，但現在少子女化嚴重，標準訂的太嚴厲，恐怕會更多人不敢生，擔心修法後使親子更易發生衝突。兒福聯盟表示，要有完整的配套措施，給家長更多支持、能有友善育兒的環境，加強親職教育，鼓勵家長以正向教養取代體罰。

在新聞中，我們常常可以看到一些校園的體罰事件，其實體罰不能解決問題，我想和學生談談，如學生沒寫作業，就可以詢問：甚麼不寫作業？理由是：在家要照顧爸媽到很晚等，可以試著幫助他。如果是看手機看到忘記寫，可嘗試和家長聯絡，討論最適合我們的方法來解決問題。



我認為明理的家庭，都明白實施體罰的當時都是衝動的，不僅傷害幼小的心靈，還破壞了家庭的氣氛，更讓兒女變得不喜歡你，對你從此沒了信任，所以我覺得正向溝通比較好，要學會理性思考。

竹山國小林辰翰讀報分享：苦盡甘來

以前常聽爸唸「愛呷苦當做呷補」，不明所以。看到報刊的生活正念覺察，提到一味不讓孩子吃苦，這世界就會讓他很苦。讓我了解到吃苦是生活必須經歷的過程。我也聽阿公說：以前的人生生活很辛苦，要靠種田省吃儉用才能養活全家大小，不像現在的我們過得那麼幸福。



記得小時，我學騎腳踏車，爸媽耐心不斷說：「站起來不要害怕跌倒、要不斷反覆練習」。終於在跌跌撞撞的學習過程中，讓我學會了怎樣掌控腳踏車。對我來說是一個很棒的回憶，原來辛苦是有代價的。生活中沒有任何事是一帆風順的，每個人都會遇到挫折，有困難時，要是能把吃苦當成磨練，也就是一種成長。

爸爸開店在賣苦茶，常跟我說：「人生就像喝苦茶、終究會苦盡甘來。」告訴我做任何事都有辛苦的過程只要盡力去做一定會有回報。看到爸媽賺錢很辛苦，就為了讓我和弟弟過好生活，我更要好好用功讀書，才能回報爸媽的用心。

竹山國小林朔緹讀報分享：安心赤足的海灘

幼兒園江昀蓓老師經常到海邊散心，看到寬闊的沙灘充斥了許多垃圾。產生「給孩子一片安心赤足的海灘」的想法，持續發起「海邊接力賽」開始撿拾海邊垃圾。令人驚嘆！她一小時就撿拾320公斤的海廢量，都是民生用品、塑膠瓶罐，其中漁業用保麗龍特別多。漁網和保麗龍被打得很細碎後，變成塑膠微粒，威脅海洋生態。除了規劃行動、舉辦親子體驗營，並參加活動講座，推廣「海邊接力賽」理念。



很佩服江老師努力不懈的精神，我們可以從生活中做起，把看到的垃圾隨手丟入垃圾桶，把垃圾分類便於資源回收，維護環境人人有責，我想人人有敬天重德行善的價值觀，旅遊景點時隨身帶走垃圾，就很容易做到了。希望有一天，我們相聚在海邊，不再是撿垃圾，而是手牽手，在沙灘上盡情奔跑，無憂無慮。

竹山國小蔡玉瑩讀報分享：寫好事日記好事來

看了報紙後我學習記錄每天發生得好事，報導說記好事，自我肯定感跟著提高了。還提到如果容易忘記小事，就在遇到好事時，立刻用手機記錄。雖然我還沒有手機，但我可以拿張紙，馬上把好事記下來，回家再把它統一記錄到好事日記本中。



今天早上發生的第一件好事是：上學時沒下雨也沒遲到。第二件好事就是：上體育課學做毬子。真的好神奇今天可以上我最喜歡的畫畫課，也是一件開心的事。原來一天中有發生那麼多的開心事可記錄。

雖然今天也發生不好的事，但報紙要我們只記錄發生的好事。再回家的路上想今天發生的好事，回到家又可以看到日記中所發生的好事，就把不開心的事忘了！原來寫好事日記，讓自己沉澱在好事的氛圍中，可以讓自己發現有這麼多的開心事情發生。

竹山國小黃彩珈讀報分享：放音樂改善挑食

孩子吃肉不吃蔬菜，會導致營養失衡。爸媽別急！研究顯示，在用餐時，播放特定的音樂就能改變意願，讓小孩食用蔬菜。研究員讓 106 名受試者，聆聽不同類型音樂，聽甜美音樂時，會感覺食物甜度提高 5%。想讓食物更甜、可播放有叮噠聲或高音調的音樂。不愛吃花椰菜、甘藍菜，在吃飯時聽歐菲爾德的管鐘，可改善。



報導讓我開眼界覺得真神奇！竟然只要在用餐時，播放特定的音樂，就能使食物變得更甜。也讓我認識到飲食是一種多感官體驗，我們所認為的風味，其實是味覺、嗅覺和所有感官的結合。我們使用「聲波調味劑」，並不需要在食物中加糖，卻似乎能有效的增加甜味。這樣藉增加對低糖產品的接受度，幫助減少糖的攝取，我特地把文章推薦給不愛吃蔬菜的弟弟和親朋好友看，讓大家都身心健康！

大成國中陳了玄讀報分享：咖啡因代謝物減緩近視

科學醫療的進步，研發出 7-MX 的咖啡因代謝物可以抑制人體眼軸增長，能起到減緩近視的作用。對 711 名近視兒童研究，平均 3.6 年的隨訪實驗，最終結果為 7-MX 治療與近視進展率降低和眼軸長度減少有關，且劑量越高似乎越佳，這項藥物經實驗目前是無副作用，但是沒有在長期研究中得到充分驗證，假如因果關係和療效在未來實驗中得到證實，7-MX 可以成為一種優良的近視治療方法。



眼睛是讓人生活在有色彩的情境，有缺失會使生活黯然失色。科技發達產出傷害眼睛的藍光 3C 產品，使近視的比率越來越高，有人看書看太久或是保持的距離不夠，近視加深，甚者會使視網膜退化剝離、會造成青光眼、會提前發生白內障，嚴重至失去雙眼。

人生就像一幅畫一樣，沒有了雙眼，人生就會黯然失色；近視使畫變的像水潑過一樣雲霧迷濛，我認為近視不能單靠藥物，必須先預防視力降低，不要用眼過度。多看遠處的山景。假如眼睛乾巴巴或者一直眨眼，就是眼睛有點受不了，可以喝亞麻仁油或魚油，平時攝取有 A, C, E 的蔬菜水果，對眼睛都很好，必須切記養成適時讓眼睛休息的習慣，千萬不能把營養品當作靠山。

竹山國小辜祺云讀報分享：史上最長壽陸龜

烏龜喬納森高齡 190 歲的，1832 年出生於在印度洋的塞舌爾群島。50 歲時被送到英國領地聖赫勒拿島，作為贈送總督威廉的禮物，就在總督的植物園生活，見證了三十一任總督的更替，成為島上七大奇蹟之一，目前失去視力和嗅覺，聽力還很好。身體很強壯喜歡睡覺、喜歡吃黃瓜、紅蘿蔔、萵苣、蘋果和香蕉，根據專家的研究，喬納森的實際年齡可能比我們想像的還要古老！



喬納森之所以活得那麼久，是烏龜原本就很長壽，環境又好天天的曬到太陽，加上牠的獸醫霍林斯非常認真的照顧，每週餵食一次，增加它的卡路里、維生素、礦物質和微量元素攝取。我希望牠破 200 歲，更羨慕每一位照顧長壽龜的人，從 1 歲到 190 歲真的不簡單。就如他的私人獸醫兼飼養員霍林斯說：我感到非常榮幸！我能夠有機會在這裡認識並照顧世界上最長壽的陸生動物，這難道不令人驚喜嗎？

南崗國中陳思源讀報分享：AI 假圖致美股崩跌

五角大廈爆炸的假照片在網路上瘋傳，這是在今年五月二十二日發生的事，大部分的人都沒有查證就轉傳，但其實這是一張用人工智慧 (AI) 所合成出來的假圖，雖然後來國防部長和消防局長都出面澄清，五角大廈並未發生爆炸、這是假圖，但是美國股市卻崩跌 10 分了鐘。



雖然不清楚爆炸照片的來源，不過已知道最早釋出該照片的帳號，是先前散播過假消息的陰謀論團體「匿名者 Q」的帳號，近期在網路造成轟動的假照片，還包括川普被逮捕，及教宗方濟各穿一件很時尚的羽絨外套的照片。在科技發達的時代，一味的和眾人分享錯誤的資訊，將導致嚴重的後果及造成損失。我們可學偵探般找出事情的原因，思考傳來訊息的真實性？培養媒體識讀能力，增加認清事實的能力。

竹山國小林品妍讀報分享：天助自救者

國軍金門防衛指揮部二膽兵穿著軍服、救生衣泅渡至廈門，事件持續受關注。專家認為伙房兵不會有機密交換問題，但會被中共當作統戰樣板，打擊國家形象，這屬於認知戰的一環。國際法學會林廷輝認為中共刻意製造風險，分化臺美間團結、信任感。讓美方擔心在美中對峙之際，臺灣是否會成為中共統戰的破口，這將左右美國對臺灣國防策略。前國防部長馮世寬質疑一連串事件密集出現，的確不太尋常，還需要查明是否背後有策劃、計謀？需緊盯後續是否還有類似情況發生。

身為軍人應該保衛國家，為國家盡忠。面對中共企圖分化台灣，打擊我們士氣時，國人更應該要團結一致，不要受到對岸不實訊息的干擾，也不要成為中共的打手。同時要加強與盟友的關係，讓彼此更團結相互信任。同時要加強自己的防衛能力，面對威脅要能自救。要像烏克蘭一樣，面對俄羅斯進攻時全國上下一心，團結一致，讓歐美大國也願意提共武器協助，正所謂「天助自救者」。



南崗國中柯妘蓁讀報分享：中國疫情升溫

中國疫情升溫，網紅醫師許超發微博講述，身邊有不少人陽了。一陽的走了一遍去年 12 月那時的流程，二陽的大多反映症狀比第一次要輕但還是挺難受。中國工程院院士鐘南山指出，第二波疫情高峰將在 6 月底出現，屆時每週新增感染人數將達 6500 萬。



新冠疫情造成全球貿易發展明顯趨緩，物價上漲對本來就經濟困難的民眾，何以再撐下去？大家總是特別關注中國的疫情主要因是發源地吧！美國俄亥俄州立大學研究病毒的劉善慮博士說：在中國已經檢測到許多 Omicron 變體，包括 BF.7——它非常善於逃避免疫，被認為是推動目前感染病例激增的原因。約翰霍普金斯大學的傳染病專家坎貝爾-雷博士說："中國有非常龐大的人口，而且免疫力有限、這似乎是我們可能看到新變種爆發的環境。"

只僅是中國的問題，雖然身在疫情管控良好的台灣，我也經歷了二次確診，甚至身旁朋友還有三次的呢！雖然症狀比第一次陽性恢復得快，但還是蠻痛苦的！只能說為他人著想、人人要健身加強免疫力，才不會時不時衝上熱搜。

大成國中湯宗霖讀報分享：乾旱拼水情

旱災應變中心決議，台水公司表示，工業區、南部科學園區（高雄園區）及楠梓、前鎮科技產業園區，將採總量管制方式實施節水 10%；每月用水量 1 千度以上的工業用戶，實施節水 10%。而每月用水量 1 千度以上的非工業用戶、游泳池、洗車、三溫暖、水療等業者及其他非生活必需用水，將從減量供水 10% 循序漸進至減量 20%，以減少產業衝擊；一般家戶維持夜間 10 時至隔日清晨 6 時減壓供水。



缺水對我們的生活影響太大，乾旱問題令人擔憂。雖然最近有許多鋒面來台，但只有局部降雨，並未對台灣水情有太大的貢獻。看到網路上：翡翠水庫更是在 3 月到現在跌了將近 10%，水庫上游集水區出現黃土石，讓原本高枕無憂的北部也開始出現隱憂。

看了電視新聞、網路報導，我為水情感到擔心，賴以為生的水在我們的消耗下悄悄減少甚至消失，才發覺平時我可以無憂無慮，完全是爸媽獨自承擔任何問題與煩惱。直到缺水，才覺得事態嚴重，自然的水資源總會被消耗殆盡。有人認為水情吃緊只是今年沒什麼下雨的關係，即使是氣候異常所致，也是我們人類的責任？我們該養成惜水的好習慣，保護好我們的地球。

大成國中潘詠歆讀報分享：夏威夷活火山爆發

世上最大活火山—夏威夷毛納羅亞火山，2022 年 11 月 28 日爆發出一波波橙色、熾熱的熔岩和滾滾火山灰已遷移到火山東北側，以後會轉移到西南側的裂谷區，熔岩流位置和推進，可能在數小時或數天內到達附近的社區，雖然沒立即威脅到城鎮，但要求居民提前做好準備。



38 年前毛納羅亞火山上一次噴發時，住民不多但人口快速增加，從 1980 年的 9.2 萬人增加了一倍多。官員最擔心的是火山以南約 30 英里（約 48 公里）處的幾個區，那裡居住著大約 5 千人。

天然災害讓人沒了性命、沒了家庭，所以平常要做好準備，就像台灣常有地震發生，家裡都會準備避難包，學校會做防災演練以防萬一。就算災害真來了，就不會手忙腳亂。我常胡思亂想睡前想著：會不會地震？、在三樓耶，該怎麼避難？為甚麼床在晃？我認為夏威夷的民防部門有開設避難所是不錯的準備。



回歸閱報紙 看見美好的轉變

齡慧老師，從學生七上的課程開始，三年期間都運用《大紀元時報》進行讀報，現在，學生已經是自動自發美日在聯絡簿上寫讀報心得了，任課老師說：「很喜歡到你班級上課，雖然學生課業表現尚可，上課態度卻很好。」

以下是曾齡慧老師提供班級讀大紀元時報的方法與好處

老師只需教學過程中多些關注

1. 聯絡簿示好幫收，養成天天閱讀的好習慣：每天在聯絡簿寫一篇讀報的短篇作文，大約寫二行的新聞重點、二行的個人心得。目前進階寫三行心得三行讀報，但大多數的同學都寫滿聯絡簿，一點也不敷衍。
2. 營造午餐好氛圍，輕鬆吸收國際含金訊息：美日中午吃飯時間，安排學生輪流進行讀報主播，簡短的播報新聞。
3. 善用早自修黃金時段，累積文字基本功：每週四早自修寫一篇長篇作文，至少150字重點，佳句兩句，心得至少150字。

學生正向改變 快速地翻轉班級氣質

1. 原本好動、上課會亂接話的學生，漸漸的變安靜與專注。
2. 其他的任課老師都表示喜歡上本班的課。
3. 學生上課有良性的反應，會跟老師做正向的課程互動。
4. 班級學生整體顯得既有氣質又有禮貌。



運用《大紀元時報》融入課程
從七年級到現在九年級持續進行讀報

人必須敬天地

對於當代社會中頻頻出現違背人類善良本性、挑戰人類和平願望的事件，洛杉磯台灣會館副董事長吳兆峯憂心忡忡。最近全球籠罩在疫情陰霾下，加上俄烏戰爭和遍及全球的通脹危機，人類正在經歷現代史上最大的危機，在此時看到李大師發表《為甚麼會有人類》文章，認為能夠給人們一個希望，一個可以指導人們在未來走向正途的指南。

吳兆峯說，做人最重要的就是「必須敬天地」，只有真正理解宗教，才會懂得這一點。在人口最多的中國，由於中共政權打壓信仰自由，很多人受到迷惑，覺得信仰沒有意義，卻相信共產黨的一套。而人沒有信仰，慢慢就會走入歧途。如果不能去除中共這一政策，它們會變成全世界最大的危機。



基督教徒吳兆峯，認為信仰對真理有不同的詮釋，每種宗教的價值觀都會有一點差異，而李大師這篇文章，「去除了很多不同文化、不同宗教外加給人的一些價值觀，回到人性中最原始的問題」。其實就是回到最原始的理念 → 法輪功的核心理念『真、善、忍』。這也是中共為什麼要迫害法輪功：「因為你回到最原始的理念後，它(中共)原形畢露，沒有辦法去欺騙人。」

過去的先知或宗教信仰創始人，留下很多精神財富，但他們所說所講都是結合當時人類的思維方式，現代人看了之後往往一知半解。由於對教義的誤解或分歧，歷史上還發生過很多宗教衝突甚至戰爭。而李大師文章看後很容易懂，不會發生誤解，洞察到現代人的思想和價值觀，很多部分都是現在人類能夠感受得到、能夠去省思的；如果你行善，不做壞事，你為未來做準備，今生的每一分每一秒，你都要把握著，對親子教育極有助益。



為甚麼會有人類
全文掃 QR Code

吳兆峯認為，孩子的知識絕大多數來自家長，隨著成長，孩子也會有自己的思考，父母沒有辦法給子女所有問題的答案，但可以教他們怎麼樣去看待這個世界。

隨著科技發展，兒童易沉迷網路、電玩，更受到外界影響，被YouTube、被抖音、被他的朋友等影響，可能造成在做人處事上非常偏差的觀念。家長需身體力行，做事講誠信，教子女保持誠實善良。吳兆峯經常帶女兒參加洛杉磯中共領館前的抗共集會，聲援維吾爾人、西藏人、臺灣人、香港人等等。希望在她們小時候就可以了解人生最重要的道理：『如何行善、如何保持一顆善良的心』

<https://www.epochtimes.com.tw/n410193.html>



前幼稚園司徒校長拜讀《為甚麼會有人類》後，感到神對人類的慈悲。神告訴人生活的世間是宇宙的最低層，體會在考驗人能否在惡劣環境下仍然潔身自愛。就如宋代哲學家周敦頤的《愛蓮說》，有蓮花一樣的品格「出淤泥而不染，濯清漣而不妖」。行事端正，不受世俗歪風感染，不隨波逐流，堅守道德操守，人便會步向光榮的樂土，去到更高的層次。

<https://www.epochtimes.com.tw/n407506.html>

古風悠悠 百忍堂

張公藝生於北齊承光年(公元577~676年)，是漢初三傑之一張良的第26世孫，一生經歷了北齊、北周、隋朝，於唐高宗儀鳳元年去世，享年九十九歲，一生正德修身，重禮重義，家道和睦仁善，被世人譽稱“九世同居”。

隋朝末年，秦王李世民曾單騎刺探軍情，不幸遭圍攻殺出一條血路，來到壽張縣張家莊前，被河擋住去路，經獨木橋人困馬乏，跌入水中。這時張公藝正帶人在河岸邊習武，忙叫人救起養傷。不幾日，李世民恢復健康，不便說明自己的身份就拜辭啟程。但一直沒忘張公藝救命之恩，在貞觀九年特賜親書「義和廣堂」金匾派使臣前去旌表。

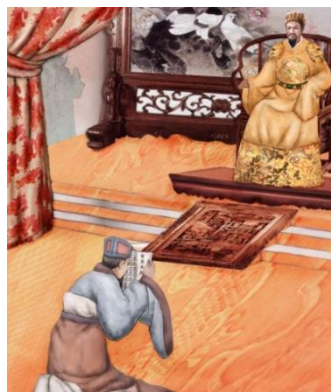
唐高宗李治當朝時，一次從泰山回來，親自來到張家詢問義由。張公藝向唐高宗介紹了家裡的一些情況：我們九世同堂，全家有900多人口共享餐飲，每到吃飯時間便以擊鼓為令，群坐餐廳，予以內外，男女分別入席，老人在上，晚輩在下，兒童另設桌凳，謙恭禮讓，上下仁和，雍睦諧和。



唐高宗暗暗讚嘆，也想考驗張公藝治家本領，便取了兩個梨，讓他分給全家吃。張公藝接過，讓家人用石臼粉碎，入缸注水，鳴鼓集合全家，每人用小匙飲汁一口。高宗看到後，對張公藝連連稱讚。這些記載，至今仍畫在「百忍堂」的牆壁上。



唐高宗問到張公藝治家秘訣時，他寫了「百忍」的具體內容：



百忍歌，歌百忍；忍是大人之氣量，忍是君子之根本；
能忍夏不熱，能忍冬不冷；能忍貧亦樂，能忍壽亦永；
貴不忍則傾，富不忍則損；
不忍小事變大事，不忍善事終成恨；
父子不忍失慈孝，兄弟不忍失愛敬；
朋友不忍失義氣，夫婦不忍多爭競；
劉伶敗了名，只為酒不忍；陳靈滅了國，只為色不忍；
石崇破了家，只為財不忍；項羽送了命，只為氣不忍；
如今犯罪人，都是不知忍；古來創業人，誰個不是忍。



百忍歌，歌百忍；仁者忍人所難忍，智者忍人所不忍。
思前想後忍之方，裝聾作啞忍之准；忍字可以走天下，忍字可以結鄰近；
忍得淡泊可養神，忍得饑寒可立品；忍得勤苦有餘積，忍得荒淫無疾病；
忍得骨肉存人倫，忍得口腹全物命；忍得語言免是非，忍得爭鬥消仇憾；
忍得人罵不回口，他的惡口自安靖；忍得人打不回手，他的毒手自沒勁；
須知忍讓真君子，莫說忍讓是愚蠢；忍時人只笑痴呆，忍過人自知修省；
就是人笑也要忍，莫聽人言便不忍；世間愚人笑的忍，上天神明重的忍；
我若不是固要忍，人家不是更要忍；事來之時最要忍，事過之後又要忍；
人生不怕百個忍，人生只怕一不忍；不忍百福皆雪消，一忍萬禍皆灰燼。

《百忍歌》還是個人修身的準則，反映了人生的一種精神境界，它激勵家庭成員成為優秀成員，由此可知《百忍歌》是構建和諧家庭的精神力量，也體現了家訓文化中重要的一員。

女孩的不凡人生

莊慧敏出生在台灣，家有兄姊妹四人，父母親都是老師，對教育有自己一套獨到的心得，四個孩子要輪流洗碗、煮飯。在他們5、6歲時，父母開啟「超級生活」實驗：夫妻倆離家探險一個月，把孩子留在家中獨立生活。每週由阿公、阿嬤來看顧一次。就這樣，當爸媽回來後，看我們完好無恙，自覺教育成果不錯。



約在1980年代，年輕的父母懷著追夢的心，舉家前往阿根廷首都展開新生活。當時通貨膨脹嚴重，一家人落地後才發現一切並非自己想像中的那麼美好，在陌生的環境中賺錢養家有困難，語言不通更是難題。在當地生活半年後，父親提前回臺灣工作，母親又接著回臺灣開幼稚園，賺錢養家。四個孩子又面對父母不在身邊的日子，當時他們僅8~15歲而已。

父母在離開前，約定他們每天都要報告生活作息，且要得到他們的批准。隨後，訓練我們分配家事，比如：我是負責管帳的，為了添購家中生活用品，我會去比價，雖然很不喜歡做這樣的事情，但是如果不做就沒有東西吃，硬著頭皮也要做。這樣的生活報告，我們一個月要提交一次。在這樣的培養下學習獨自在外國過生活。

由於父母的支持，他們就在當地定居下來。三年後，因為哥哥去美國念大學，莊媽媽便飛到阿根廷照顧三個女兒。當時12歲的莊慧敏向媽媽提議開一間雜貨店，下課後就要去看店，工作辛苦，而且碰到貨膨脹！年輕的她，便要處理複雜的買賣問題，如果賣出東西，要立刻換成美金，以便保值。如果多日沒賣出去，就會虧本。這個12、13歲歡樂的童年，整天與商品和鈔票打交道。原以為可以貼補家用，卻成了沉重的負擔。一年後，莊媽媽將店鋪出租，自己回臺灣賺錢養家。

同時初到阿根廷時，慧敏對西班牙文一竅不通，為了融入這個社會，進學校學習。從當初考0.5分(滿分10分)開始，慢慢一個個背單詞，並請邊旁同學修改作文，終於一分一分的進步，用了兩年的時間，變成第一名的學生。

就這樣，到了15歲，當她逐漸適應阿根廷的生活後，被父親要求「換跑道」：你也去美國吧！她當時百般不情願。初到美國念高中，入學時，校長笑話她的英文，建議她讀髮型設計，提議先去學語言課程，再學主流課程。校長的態度令慧敏感到不平：給我六個月時間，看看我的表現再說，如果我不能讓您滿意，我再轉去對面學校讀書。

六個月後，慧敏的成績令校長刮目相看。兩年後，慧敏已經躋身優秀學生行列，以全校第一名的身分畢業，被保送到布朗大學讀書。畢業後進入華爾街工作，年薪超過10萬美元。

莊慧敏在臺灣、阿根廷度過童年，在美國讀高中和大學，又留學德國、西班牙，獲得3個學位。談起學語言的經歷，她相信這一切與自己獨特的生活環境和不服輸的性格有關。她鼓勵年輕人，要珍惜身邊磨練自己的機會，遇到困難不要退縮，迎難而上，努力闖出屬於自己的一片天。



青少年身邊的隱形殺手

目前在TikTok上尋找這類危險的挑戰，會直接轉入一個網頁，告訴人們如何評估一個挑戰是否有危險。但是，挑戰是經常改變的，可以說是防不勝防。網路世界充滿讓青少年好奇的東西，四處隱藏著危機。如何幫助涉世不深的孩子，避免這些危機呢？請家長們關注：

1. 孩子們喜歡看什麼，不喜歡看什麼，為什麼這樣。
2. 找機會讓孩子們知道哪些是對的，哪些是錯的！
3. 加強跟孩子之間的關係。

暫時失去意識挑戰

2022年4月媽媽發現12歲的阿奇在家中昏迷、失去知覺，脖子上有一個繩索。探究發現阿奇參加了所謂「暫時失去意識挑戰」，出了意外導致腦死。他的父母走遍所有法律程式，包括英國的上訴法庭、最高法庭、歐洲人權法庭，甚至求助了聯合國，但都沒能成功。高等法庭也不允許他們把阿奇送到臨終關懷醫院。直至8月6日維生呼吸器被關閉結束生命。

由社交媒體受害者青少年家長組成的機構認為，TikTok「危險的演算法，故意而且反覆」向青少年傳送危險的挑戰的內容，刺激他們參加挑戰。美國兩個家庭在法庭上控告TikTok的「危險演算法」，導致他們的女兒死亡。據其中八歲女孩家人講述，當女孩得到手機當生日禮物時，便迅速沉迷於TikTok。2021年7月，家人發現她的脖子上有瘀青，女孩說是不小心弄的，實際上，她那時已參加這個危險挑戰了。女孩死亡當天，她隨家人出門，在路上看了幾個小時的TikTok影片，包括「暫時失去意識挑戰」。她的家人猜測女孩認為參加這個挑戰的影片上傳到TikTok上，自己也會出名。



冰凍挑戰

英國英格蘭郡有名婦女表示，有一天突然發現女兒的兩隻手背上，出現了兩個深紫色的圈。一開始以為是女兒在學校用筆在手上畫的圈，所以沒有在意。實際上，那兩個圈是十歲的女兒和同學從TikTok上看冰凍挑戰。就嘗試了一下，導致皮膚出現類似凍瘡的痕跡。凍瘡非常疼痛當晚就被送進醫院。醫生警告可能需要進行植皮。最後在醫院治療了五週才痊癒。醫院護士表示，她在醫院工作20年，從未看過這樣的情況，但最近她遇到了三、四個類似的病人。

點火挑戰

2020年10月，美國12歲的男孩尼克參加「點火挑戰」。後來瓶子著火爆炸就被燒傷了。身上35%燒傷，在醫院住了六個月，還必須重新學習如何穿衣服、站立和行走。

雖然這類危險挑戰在其他社交媒體上也在流傳，甚至在TikTok出現前就存在了。但社交媒體行業分析師納瓦拉表示：「TikTok的演算法跟Meta或Instagram不同，在很短的時間裡，平臺會迅速知道一個人想要看什麼，會傳送更多這類內容。這似乎就是導致這些挑戰迅速傳播的原因。」