

用愛  
化解  
*SARS*  
吧！

分享給全國教師 《第二輯》



教育部補助

福智文教基金會編印・中華民國92年6月15日 出版

我

們越是關懷他人的快樂，自己也就越快樂滿足。

親愛的老師們：

您辛苦了！突如其來的 SARS 對於每個人來說都是生命中的一大考驗，感謝您站在教育的第一線，穩定了家長和孩子的心，在此向您致上最高的敬意。

當「用愛化解 SARS 吧！～分享給全國教師（第一輯）」在 6 月 1 日出刊，呈現在您面前時，不知您的感覺如何？福智文教基金會全體義工老師們非常歡喜地將我們的學習點滴與您分享，也期待您的經驗回饋。

欣聞 SARS 疫情已漸趨緩和，我們和您一樣鬆了一口氣，很高興透過全國人民上下一心的努力與祝福，終於得以遠離病毒與恐懼對我們的傷害。但內心也同時出現一個問題：「還要為 SARS 風暴進行生命教育教學嗎？我們還要出版第二輯嗎？」

在一次聚會中，大家認真的討論著這個問題，每個人都深刻地感受到：SARS 雖然漸緩，但生命教育是永不停歇的。我們更可將這次人人經歷的 SARS 考驗做為教材，深入思考：「到底我們在這個事件中學到什麼？」以做為往後面對類似困境的借鏡。

當 SARS 疫情正在發燒時，我們要教導學生正確的防疫知識及心態；在疫情緩和的現在，疫情後的心理輔導及信心重建更不容忽視；而如何透過長期的生命教育，培養孩子面對生命挫折的智慧與能力，更是根本之道。

## 目 錄

本輯承續第一輯的架構繼續提供心靈防疫～老師別怕、教學小點滴、以古人為鏡、善心小故事、讓愛傳出去、解惑集(Q&A)等單元，內容將鼓勵老師們繼續教導學生將「愛與關懷」的內涵實踐於生活中。

SARS 的出現，讓親師生的生命串聯了起來，讓老師學會了勇敢、學生學會了包容、家長學會了配合、同事之間學會了關懷。每個人彼此真誠的關心和源源不斷的善心善行，才是讓我們真正遠離災難恐懼的不二法門。

就這樣子「用愛化解 SARS 吧！～分享給全國教師（第二輯）」出現在您面前了，期待這個即將來臨的暑假，親師生仍可共同學習生命成長的課題，共享心靈開展的喜悅。盼望您繼續與我們在一起，共同堅守教育的第一線，用愛化解 SARS，用「愛與關懷」溫暖杏壇！

請您繼續將寶貴的經驗回饋給本基金會(E-mail 帳號：[life@elife.edu.tw](mailto:life@elife.edu.tw))，以饗全國教師。感謝您加入我們的行列，最後獻上我們最誠摯的祝福與敬意！

福智文教基金會敬上

92.06.15

### 一、心靈防疫～老師，別怕！

生命的答案，水知道 1

善的波動，愛的綿延 4

### 二、教學小點滴

愛與信任 8

忍耐與包容 10

愛與祝福 12

反省與學習 14

### 三、以古人為鏡

窮人的母親-德蕾莎修女 17

阿耳楠麥穗場的啟示 20

### 四、善心小故事

抗疫英雄-陳靜秋 22

當仁不讓-葉金川 24

救父小英雄-金華國中陳同學 27

### 五、讓愛傳出去

讓 SARS 的高牆倒下吧 29

抗煞善行大集合 32

小善化大願 35

SARS 風暴中，一位發燒學生的心情日記 38

### 六、解惑集 (Q&A)

41

## 生命的答案，水知道

人體百分之七十是由水組成的，我們終其一生，不論身體或外在生活都與水息息相關！水蘊藏著生命的答案，您相信嗎？且看看水的奧妙吧！

在「生命的答案，水知道」一書（註）中，作者江本勝博士在他所做的實驗中證實，心念的力量可以改變水的分子結構，使水結晶呈現不同的面貌。他發現將水冷凍至攝氏零下五度，以各種能夠影響情緒的字眼，或讓水分別聽各種不同的音樂後，透過顯微鏡，將有結晶的冰，用 200 至 500 倍的倍率，拍攝水的頂端部位，取得其結晶照片。實驗結果發現，水結晶所呈現出來的面貌別別不同，原來，生命的答案，水真的知道！

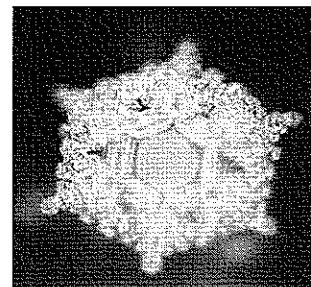
清淨的山泉水結晶優於一般的自來水，因為有些自來水用氯消毒，破壞了水原本的清淨；如果水源污染，水不但無法形成結晶，反而呈現扭曲的現象。當水看到二次大戰進行大屠殺的「希特勒」的名字，水所呈現的結晶，竟然和看到了「煩死了，殺死你」的結晶相似；看到一生努力為印度貧苦無依的窮人貢獻心力的仁者「德雷莎」修女的名字時，水所呈現的結晶，竟與她少女時代的善良容顏相似；當水看到寫有「愛與感謝」的字時，水在歡愉之餘，竟也綻放出花朵般美的絢爛結晶。

日本科學家發現了心念的力量足以改變許多物理現象，他們繼續做實驗。將一杯東京品川的自來水，擺在辦公室，通知各個

不同地方的五百人，同時為這一杯水發出「我們愛你、喜歡你、感謝你」的祈禱與祝福，十分鐘後，拿到顯微鏡下觀察，這杯水的結晶是最美的，原來意念集中祈禱的力量不可思議，尤其是在同一時間祈禱！



火冒三丈，宰了你

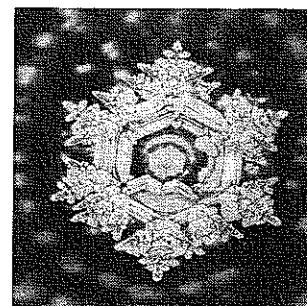


愛與感謝

西元一九九九年七月，江本勝博士擔任召集人，發起淨化琵琶湖的集會，並在高齡九十七歲的鹽谷先生指導下，三百五十人共同齊聲高誦「世界和平」，對琵琶湖發出衷心的感謝。在集會順利結束的一個月後，琵琶湖發生了不可思議的現象，每年覆蓋在湖面並散發惡臭的藻類，奇蹟似地不見蹤影，同時在這一年也未聞湖水臭氣薰人的抱怨！

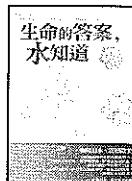
從江本勝博士他的實驗結果顯示，水能感受到心念的力量，而產生不同的結晶，善的結晶美麗，惡的結晶則醜陋。在我們體內，分分秒秒都有眾多的水分子不停地流動，它同樣會隨著我們所接收到外在的種種訊息，同時我們自己不同的心念，也不間斷地影響著我們的身心健康。因此，心懷善念，常懷感恩心，身體所有的水結晶都是美好的、健康的。內在的水

分子晶瑩美麗，散發於外就是精神奕奕、笑容可掬，快樂、健康的訊息也在無形中影響著周圍的人，他們也會帶著你所傳遞的美麗訊息，處處散發！這是多麼美好的良善循環啊！



祈禱前、後的水結晶

只要我們能體會善心善行的不可思議，地震水災、病毒瘟疫、地球污染、社會動亂也都有解。「愛」只要有開始，人與人之間瑰麗的漣漪就能相續不斷！SARS 固然可怕，善的心靈力量更是無窮！



《生命的答案，水知道》  
作者／江本 勝  
翻譯／長安靜美  
如何出版社有限公司

## 善的波動，愛的綿延

台北縣板橋國中為了帶動全校師生「用善心面對 SARS」，輔導室規劃了一系列感恩祈福的活動，鼓勵大家製作祈福卡，廣邀親朋好友、街坊鄰居一起來祈福，將內心的虔誠祝福透過每個人的心念波動傳達到身邊的人，傳達到社會上各個角落。

我們也在許多學校看到類似的做法，像：光復國小摺紙鶴、明倫高中的「愛與感謝」……等不勝枚舉。到底是哪個學校先開始已經不重要了，重要的是像這樣的愛，已經形成一股力量，在杏壇綿延不絕、生生不息。

在教育家海倫凱勒的著作「我的信仰」中有一則動人的故事：

一個旅居義大利的 13 歲小孩羅伯•赫爾，知道「非洲之父」史懷哲博士在非洲極需藥物和醫療器材，羅伯費盡九牛二虎之力趁空軍司令林德賽將軍經過羅馬的時候拜託他：「如果您有飛機飛過非洲，請幫我順便把這一小瓶阿斯匹靈投下去。」這個消息一發佈出去，傳遍全球，不到半個月史懷哲在非洲收到了總共美金四百萬元之鉅的捐贈，其中包括伊莉莎白二世的一百英磅。海倫凱勒說：「一個孩子的小靈感，一份比鵝毛要輕的禮物，會激起全世界的同情共感。」這樣的力量真是不可思議！

類似的事情也發生在日本的科學家的實驗中，在「第 100 隻猴子」這本書裡面記錄了日本科學家們長期的觀察追蹤：

研究人員長期每天在孤島 A 上方投下蕃薯給野生的猴子吃，並不干擾地觀察牠們的行為表現。空投的蕃薯沾滿了泥土，猴子在吃的時候，總是會吃到這些泥土。這個工作持續了好幾年，直到有一天他們發現，一隻年輕的母猴，在無意中把掉在河裡的蕃薯撿來食用，牠發現經過水沖洗過的蕃薯竟然好吃多了，之後不論牠是在哪裡撿到蕃薯，都會拿到河邊洗一洗才吃。許多的猴子看到母猴這麼做，牠們就有樣學樣，大家都享用到美味的蕃薯。日子一久，這個行為成為孤島 A 上每隻猴子的習慣，大家都知道在食用空投的蕃薯前要先清洗過，才會更好吃。

從這個觀察，研究人員可以完整地了解猴子的行為學習模式。而他們也發現，猴子的其他行為也有類似的學習歷程。除此之外，他們還發現一件驚人的事：

當孤島 A 上有 100 隻猴子學會吃洗乾淨的空投蕃薯後，無獨有偶地，另一個孤島上的野猴子也開始學習這個行為。深入探究，當學習此行為的猴子數目達到一個臨界點，這個龐大團體似乎有著一股無形的力量，不用任何實體的媒介，就把洗蕃薯的概念傳達到遙遠的另一個孤島上。

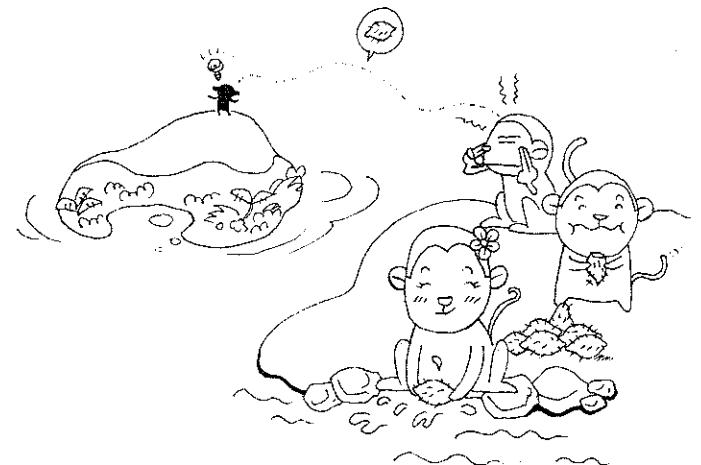
科學家嘖嘖稱奇，這個島是孤立的，猴子的一生都是在島上度過，牠們不可能自己游泳涉過長程的距離到其它的島去。原來，一群猴子的影響力量竟也是如此的無遠弗屆，不用飛機傳達、不用船隻運送、更不用人為的教導，牠們就自然創造了

族群的行為文化。他們把這個現象戲稱為「第 100 隻猴子的效應」。

這真是有意思！到底是怎麼一回事呢？

日本經營之神--船井信雄在「波動讓生活更美好」一書中提到：這個世界的所有的事都以某種方式振動著，每個事象都有其固有波動。人的意識、心靈、物質和經濟活動，甚至人類的歷史都具有固定的波動。就好像將小石子投入池子時，會產生陣陣漣漪一樣，各種波動相互交集，形成了這個世界的波動構造。我們活在波動的世界裡。

心念的力量看不到、摸不著，但是感受得到。如果用科學角度來看就是--波動。我們的一念善心，可以引動另一個善心，將之無限延伸可以造就愛的世界。善的波動，愛的綿延--不要輕忽自己小小的善心善行，用愛化解 SARS，就在你我的起心動念之間。

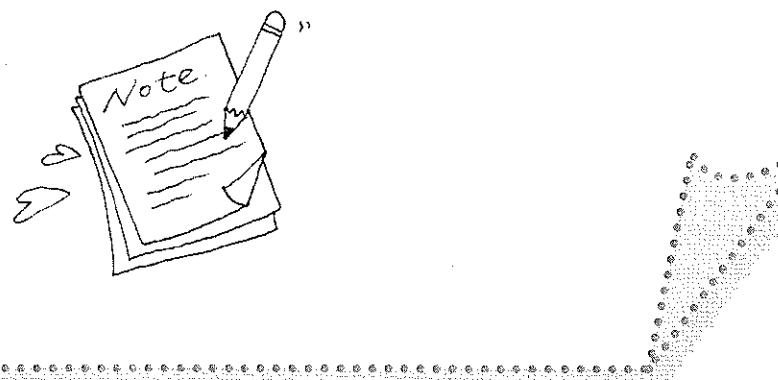


當 SARS 疫情稍趨緩和之際，  
身為老師的我們可以帶領孩子學習什麼？

在 SARS 的震撼中——人們失落了信任、忘掉了關懷。如何重拾人類珍貴的愛心與良善、信任與互助——是 SARS 災後的首要任務。

危機就是轉機，困境正是生命教育的最佳時機。當我們面對死亡的威脅、生離死別的恐懼，我們是否更認真去思惟「生命的意義」或「活著的目的」？

以下是幾位老師在 SARS 疫情稍趨緩和後的教學，藉此引導學生學習「愛與信任」、「忍耐與包容」、「愛與祝福」、「反省與學習」。



## 愛與信任

台北市老松國小張靜娟老師

SARS 緩下來了，可是學習可緩不得喔！所以，之前用一連串時事、故事引導關懷別人、信任別人、多行善、祝福大家的教學之後，依然必須持續進行。因為，孩子面對的不是只有 SARS，而是在無限的生命，學會用愛與信任去面對週遭的一切。與您分享一則故事，可在上課時使用引導學生：

### 保險箱的秘密

有一對夫妻，婚後一直是非常的恩愛，且依舊是無話不談，彼此之間幾乎是沒有什麼秘密。直到有一天，妻子發現先生經常悶悶不樂的坐在書房，不再像以前一樣笑口常開。當妻子關心的問先生是否遇到什麼困難時，先生總是苦笑著說：「沒什麼！」日子一天天過去，妻子的心愈來愈不安，她開始懷疑先生是不是有什麼事情瞞著她？是不是有了新歡，不再愛她了？

後來，先生帶一個保險箱回家，妻子好奇的問：「為什麼要買保險箱？這裡面要裝什麼？」

先生只是輕描淡寫的說：「沒什麼，裝一些機密文件。」奇怪的是，先生每天開啟保險箱拿出裡頭的東西時，總是沉溺在其中，好久好久才會把物件放回箱子裡，然後小心翼翼的鎖好保險箱，每當妻子突然出現時，他總是神色匆忙的把物件塞回保險箱……妻子愈來愈好奇，於是趁先生不在時，偷偷的打開了保險箱。

妻子緊張的拿出所有的物件，裡頭有好多封信，幾乎都是以前她和先生婚前往返的書信，有一封是新的...她好奇的打開新的信件，仔細的閱讀—

「親愛的，當你看到這封信時，我應該已經不在你身邊了，請別難過，也請不要怪我沒有事先告訴你，我只是不想讓你擔心.....」

信中訴說了很多先生對妻子的愛與不捨，對於先生這幾個月來的異狀，妻子終於懂了，她的淚水一滴滴的滑落，難以接受先生將不久人世的事實，而令她更難釋懷的是這一段時間她給先生的只有一連串的懷疑與不諒解。

以下是我設計的問題引導：

- 1 這對夫妻的互動不再像以前那樣甜蜜恩愛，原因是什麼？
- 2 保險箱的秘密解開了，妻子為什麼還要傷心流淚？
- 3 你有沒有懷疑別人的經驗？請說明當時的狀況及心情？
- 4 從這對夫妻的故事中，你學到什麼？

在 SARS 中，因為必要的隔離防疫措施，讓我們看到人類互助互信美德的可貴。而「愛與信任」是維繫人與人之間堅固情誼的基礎，更是人之所以為人的光彩。

## 忍耐與包容

桃園縣新明國小張慈方老師

在班上推動生命教育將近兩年，孩子已經有「無限生命」、「做善行可以使自己的福氣變大、改善生命」的概念。近來，雖然 SARS 漸漸穩定下來，但天氣日漸炎熱，孩子難免心浮氣躁，於是和孩子分享了一個「書生與挑大糞」故事：

從前有一個挑大糞的人行經市場時，不小心將大糞潑灑到一個書生，書生見挑大糞窮酸的模樣，一定賠不起自己穿的好衣裳，心裡想：「算了！算了！不和他計較了！趕快回去換洗一下！」沒想到挑大糞的撞到人不但沒道歉，還拿起扁擔追著要打書生，書生見狀就拼命跑回家，路上的人看了都笑書生傻，天底下哪有這樣的事？「明明吃了虧，不但不討回公道，還怕對方！」

書生回家梳洗一番，當天半夜休息了，聽到有人在敲門，出來開門一看，原來是早上那個挑大糞的人，書生覺得很奇怪，心頭納悶著：早上我是可憐你賠不起我，不和你計較，沒想到你竟然追到家裡來，難道你是存心找麻煩的嗎？沒想到挑大糞的說：「請你別生氣！今天早上我在追你的路上突然感到一陣暈眩！回家後，身體極感不適，一位精通醫理的大夫為我治病時，勸誠我為人不可莽撞、不可衝動！從脈相上來看，我的血氣上衝，嚴重時隨時都可能暴斃而死！這全是由於我好勇鬥狠的個性所致，今天如果不是因為你不與我計較，沒有向我報復，我可能會因此而命喪黃泉。也就沒有機會發現自己的疾病

，沒有機會反省自己的缺失，更沒有機會改善自己的生命！大夫特別叮囑我，務必前來向你道謝，謝謝你的忍耐與包容，免除了我今日的壽難，也免除了我日後的病難！」

書生聽後心裡歡喜極了！「還好！還好！今天忍了這口氣，否則麻煩可大了！忍耐真是好，不僅可以免除一場災禍！更能幫助別人改善生命！」於是，他又拿出了一筆銀子，送給挑大糞的，讓他能安心治病！兩人握手言和，還成了好朋友，一時在鄉里間傳為美談！

說完故事，我和孩子們討論，如果能對冒犯自己的人生起一個善念，憐憫他、不和他計較，而忍耐下來！當時看似吃虧了，但不知不覺中卻因為這樣的忍耐與包容，做了善行，保護了自己，更能保持愉快的心情，擁有融洽的人際關係！

隨後我和孩子一起反省：近來我們是否常為了一些小事和人起衝突？最容易和誰吵架？吵架的原因是什麼？以後可以如何改善、努力？請他們把努力的情形記錄在聯絡簿裡。以下分享孩子們的努力：

- 今天，快要放學的時候，老師帶我們去打足壘球，我們這一隊打輸了，可是我沒有生氣，也沒有責怪別人，因為我們不能發脾氣，發脾氣對我們的身體不好，所以我就忍耐不要一直去責怪別人。(鄭皓駿)
- 妹妹把我的書亂畫，我大發脾氣。但是發脾氣也不能使書恢復原狀，反而我和妹妹的關係變差，父母心裡也不好受。所以我下次應該不要亂發脾氣，因為老師說過，發脾氣，福氣包會漏洞。(黃萱瑄)

- 今天上體育課時，我組成一個接力賽讓大家加入行列，比賽完畢，我們這一隊輸了，但是我沒有生氣，因為我們這一隊生氣的話，我們的福氣包會破很大的洞，也會讓爸媽和老師操心。(黃享惠)
- 今天晚上，媽媽帶著我和弟弟一起去吃素食，我們快吃完的時候，服務生就拿三塊餅乾給我們。媽媽把她的餅乾給弟弟，我沒有馬上罵出去，有先緩一下再說話，因為我改這個壞習慣已經改很久了，應該要有成果，而且我直接罵出去的話，媽媽也會很丟臉。(麥哲軒)

我和孩子們都體會到：真的，不論是面對 SARS 的情境，或是生活中諸多不順心的人事物，如果我們可以不抱怨，學習忍耐與包容，可以讓我們的內心得到更多的平和與快樂。

## 愛與祝福

台北市西松國小吳欣緯老師

最近受到 SARS 的影響，學校陷入一股緊張的氛圍，身為老師的我，其實比學生還要緊張呢！

為了幫助自己和孩子，所以我每天都會花一點時間跟他們分享 SARS 小故事(也就是一些醫護人員或者有心人士的善心善行)，透過這樣的過程，我們彼此都對社會更有信心，也懷抱無限希望。

此外，我們效法袁了凡（請參考了凡四訓這本書）的例子，全班一起發願--願 SARS 早日平息；願人心不再恐懼、安祥平和，為了達成這個心願，我們全班一起行一千善，使這個心願達成。

每天，孩子自己拿愛心卡片，寫上自己的善行，並把它貼在門上，實行了四天，孩子已經寫了 60 幾張小卡了，只要達成一千善，我們便以全班的名義捐一千元給慈善團體，孩子和我都很歡喜這麼做。

後來，台北縣永福國小也開始了「行百善」活動，以下提供他們的「愛與祝福」聯絡簿輔助教學範例供參考，真的做得很棒！

### 愛與祝福（聯絡簿輔助教學）

利用聯絡簿，每天每個小朋友做 3~5 條善行，全班 34 人，每日也累積了 100 善，我們把這些善行化做愛的祝福，送給需要的人。

例：台北縣永福國小 2 年 15 班 王昱

我昨天做了哪些善行？

- 1 幫爸爸搬床
- 2 幫全家人倒垃圾
- 3 幫妹妹洗澡
- 4 幫哥哥收書
- 5 幫妹妹收拼圖

願將這些善行，化為愛的祝福。

祝福語：希望全國的人能平平安安，不要得 SARS。

## 反省與學習

台北市明倫高中鄭琇玲老師

前段日子 SARS 疫情蔓延，令人憂心忡忡，雖然現在疫情已稍趨緩和，但世事無常，實難預料，如果有一天這事件突然又降臨到我們身上，我們該如何面對呢？可以如何引導孩子們正確、正向的思考，不被憤怒、指責、恐懼、對立淹沒，並能從中學習到愛護自己和關心別人呢？

以下是本校呂郁瑩老師帶領學生所作的反省，學生有很多的迴響，我們摘錄其中一、二則：

- 一、如果有一天，你到醫院去看病，突然告知要封院，那時你會有什麼反應、想法？
  - 我會害怕，害怕自己一生的夢想都還沒完成，便痛苦的死去。我希望死得快樂一點，但我最怕的其實是讓外公、外婆擔心，他們僅有的兩個兒子都英年早逝，再承受這樣的刺激，我很怕他們受不了。在我死前，我希望能做些有意義的事再走。但如果被封起來，我哪也不能去，那就寫些鼓勵大家的話吧！（翁千惠）
  - 自己及家人會不會在無意間染上？又怕是只有自己得，而傳染給別人，或別人傳給自己，好像是站在崖邊，一不小心就會掉入黑暗。（許書豪）

**二、如果早上量體溫，發現自己的體溫達 38 度，你會怎麼想？你的心情如何？你想你的家人、同學會有什麼反應？**

- 父母應該會很緊張吧！如果我告訴他們的話，但我可能不會說吧！我不想讓他們擔心。至於同學應該都嚇得落跑了吧！這是很現實的問題。(劉蕙心)
- 去隔離，他們會以異樣的眼光看我吧～我會有死的心理準備，但我也不怨他們，因為他們怕我傳染給他們的心理也是很正常的。(陳珮嫻)

**三、如果自己或家人得到 SARS 被送入負壓隔離病房，可能面對插管治療或死亡，你會有何感受？有何想法與做法？**

- SARS 這麼嚴重，也許是來自於大自然的反撲吧！如果是我得到了 SARS，我雖然會感到難過，難過自己的理想、抱負都還沒有實踐；但是我並不會害怕，我也只能聽天由命。為了避免這樣的遺憾，我選擇有意義的過現在每一天的生活！(黃柔茵)

**四、SARS 事件到今，你的感覺和學習是什麼？**

- 之前常常發生很多新聞案件時，總覺得事不關己，但如今卻是活生生地愈來愈接近我們，危機意識就會突然侵入腦中，我常在想每一次的天然災害或是瘟疫，總會帶走一些人的生命，而且年年趨多，是不是一種提醒，告知我們在目前的時代，為了個人的利益，犧牲了很多大自然的生靈，而且要藉機使我們反省，淨化我們，再度團結在一起！重新認知真正發出內心的感謝、關心和愛，這些災害才能告一段落呢！(陳伊文)

藉著上述主題的思考，透過大家共同的反省與學習，我們凝聚了師生的力量，一起來關懷身處第一線的醫護人員、政府官員，以及被居家隔離的人，同時也為這多災痛苦的社會祈福，注入了一股善良溫馨的力量。



## 窮人的母親—德蕾莎修女

在印度加爾各答貧民窟有許多飢餓的人民，他們在生死邊緣掙扎，每天靠著檢拾垃圾維持生命；也有許多生病的窮人，只能任由病菌在他們身上不斷的侵蝕、擴散，甚至忍受蛆啃咬著傷口。

德蕾莎修女看到印度窮人向她乞討時，孱弱的聲音不停的說著：「我很渴」。她也看到垂死的人躺在路上與死神搏鬥，無人理會。有一次到大吉嶺隱修的途中，德蕾莎修女感受到天主要她為世上最窮的人服務。在堅定的信念、慈悲與勇氣的策動下，她毅然決然走出修道院，開始她無怨無悔，濟世救人的工作。即使後來遭遇到種種的困難及他人的排斥，堅定的信仰始終支持著她，在挫折中堅持不退。

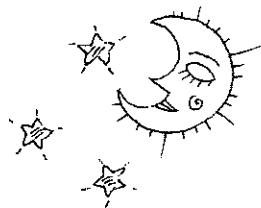
當時麻瘋病是一種很可怕的傳染病，一旦染上，即使是親人也不敢接近。這些麻瘋病人除了身體遭受無比的痛苦之外，被人視為洪水、猛獸，被社會大眾所鄙棄，才是他們感到最深沈的苦痛。

德蕾莎修女與其他修女、醫生、護士及義工們無畏麻瘋病的高度傳染力，在簡陋的醫療設備下，用心的照顧這些病人，讓他們重新感受人性的溫暖，重拾人類的尊嚴。即使因病重無法救治，在臨終前，德蕾莎修女總會將他們抱在懷裡，像個慈母一樣，呵護著他們。她緊握他們的手，讓他們不會感到恐懼與無助，在生命的終點得以安心、平和的離開人世。奇怪的是，

這些接觸麻瘋病患的醫護人員或義工們竟沒有一人受到傳染，這是因為他們心中愛的力量，化解了病毒對他們的傷害。

此外，德蕾莎修女和其他修女、義工們每天在街道上、水溝裡抱回許多病人，她們也從垃圾場撿回無數的棄嬰，也抱過傷心絕望的孤苦者，抬過街上垂死的窮人，讓他們在受照顧當中，感受到人性的尊嚴與溫暖。

德蕾莎修女在全球成立上百個替窮人服務的處所，每個處所都有耶穌被釘在十字架上的塑像，一旁都有「我渴」兩個字，這也是耶穌在十字架上臨死前最後說的兩個字，意謂著人類除了生理上需要水喝之外，在受苦的時候，更需要他人的愛心與關懷。



一顆純潔的心，很容易看到基督  
在飢餓的人中 在赤身露體的人中  
在無家可歸的人中 在寂寞的人中  
在沒有人要的人中 在沒有人愛的人中  
在麻瘋病病人當中 在酗酒的人中 在躺在街上的乞丐中  
窮人餓了，不僅只希望有一塊麵包而已，更希望有人愛他  
窮人赤身露體，不僅希望有人給他一塊布，  
更希望有人能給他人應有的尊嚴。  
窮人無家可歸，不僅希望有一間小屋可以棲身，  
而且也希望再也沒有人遺棄他，忘了他，對他漠不關心。

(德蕾莎修女的默想禱文)

每一個人都需要他人的尊重與關懷，憑藉著愛，我們可以形成保護的力量，共度難關。希望大家都能推倒心中的高牆，看到他人的「渴」，幫助身邊的人，形成一個愛的防護網，讓SARS從此銷聲匿跡。

◆ 想一想：

1. 為什麼德蕾莎修女和她的義工們不會被傳染瘋癲病？
2. 你有感受到周圍的人的「渴」（需求）嗎？你都如何關懷他們？
3. 在這次SARS疫情中，有很多醫護人員像德蕾莎修女一樣用心地照顧病患，請分享你聽到的小故事。



## 阿珥楠麥穗場的啓示

愛永遠是建造一切的根基！這是以色列歷史上真實發生過的事：

在西元前九百七十年，以色列境內發生嚴重的瘟疫，造成社會很大的恐慌，人人自危，深怕被傳染。或許是因為人們的內心充滿了恐懼，忘記要彼此關懷、互助，因此豎立起一道道心防，造成三天內就有七萬人死亡。奇妙的是，瘟疫傳染到阿珥楠麥穗場就停止了。原來，這個麥穗場曾經發生一則溫馨感人的故事。

那裡住著兩兄弟：阿珥楠和亞勞拿。他們兄弟雖已分家，卻非常友愛。哥哥阿珥楠家中人口多，弟弟亞勞拿家裡人口少，二人的麥穗場相連在一起。收割的時候，弟弟心裏想：哥哥家裡人口比自己多，況且哥哥從小到大都非常照顧他、愛護他，遇到任何困難時，常常挺身而出幫他解決。弟弟平日總是不知如何回報哥哥，現在機會來了，他決定挑幾擔麥子送給哥哥。於是到了夜晚時分，弟弟就暗中搬了一些麥穗到哥哥那裏。哥哥望著場中滿滿的麥穗，心裏也想：弟弟家人口雖少，總還是比自己年幼，何況今年大豐收，上天賜予如此豐盛的麥穗，理當送些給弟弟。就在夜晚時分，哥哥半夜悄悄挑幾擔麥穗送給弟弟。

第二天，兩兄弟都發現麥穗一點也沒減少，心裏都很詫異，不知怎麼回事，到了晚上，他們又這樣暗暗的互送麥穗，一連好幾天都是如此。有一天晚上，在黑暗的夜裡，只有月亮

和星星灑落微弱的光芒，兄弟兩人肩上各自挑著麥穗擔子。雖然汗水溼透全身，但是他們的心中卻充滿喜悅，最後，終於在送麥穗的時候相遇了。當他們各自說出送麥穗的原因，都是為對方著想時，不禁相擁而泣。兩兄弟友愛的事蹟因此成為美談。

後來大衛王要尋找一塊地建造聖殿，就選上了這塊兄弟相愛的麥場，這就是史上著名的阿珥楠麥穗場。

要戰勝瘟疫，沒有「愛」是辦不到的。任何一個微小的善行，都能產生不可思議的力量。如果你做善事，人們恥笑你、說你別有用心，不管怎樣，總是要做善事；即使你所做的善事明天就被遺忘，不管怎樣，總是要做善事；因為一個人做好，整個世界都會因而發光發亮！

#### ◆ 想一想：

1. 為什麼兄弟友愛的行誼能讓麥穗場免去瘟疫？
2. 聽了兩兄弟的故事，你覺得從現在開始，自己可以為周遭的人做些什麼事呢？



## 抗疫英雄--陳靜秋

民國 65 年陳靜秋畢業於耕莘護校，七年後便到和平醫院從事護理工作。民國 78 年調派到急診室服務，對於如同戰場的急診業務，陳靜秋從不掉以輕心，遇到新進同仁，總是親自指導、說明，直到同仁完全明瞭為止。對於處理急診業務容易緊張、害怕的新進同仁，她更是經常握緊他們的雙手給予打氣與鼓勵。

在繁忙的急診業務下，好學不倦的她不忘再繼續進修，於民國 88 年還考上了台北護理學院二技護理系臨床組，歷經三年，她再次以高分畢業。期間在一堂老人故事的課程中，讓評分的陽明大學教授認為她的作業比研究所還好。她將自己所學奉獻於臨床，表現非常傑出。私底下她更經常鼓勵同事繼續進修，甚至主動拿著講習報名表要大家報名。

平日認真又負責的態度使陳靜秋在民國 89 年晉升為護理長，她待人誠懇，尤其對待新進的護理人員更是視同姊妹。不自私的她當大家忙不過來時，會像大姊姊一樣，二話不說地幫忙，假日更以護理站為家，平常也對護士們嘘寒問暖，對他們的關懷可說是無微不至。她對中正區與萬華區的遊民更是賦予愛心，每當送來遊民病患時，總是搶先親自為他們梳洗、餵飯，從不因為他們的髒、臭而歧視他們，對待病患更是視病猶親，是同事們心中的好護理長，深獲病患、家屬和同事的愛戴。

89 年她被調派到 B8 病房，今年 SARS 事件，她積極努力蒐集許多 SARS 相關資料，安排各種防護流程，奔走於同事與病患之間。對於同事或病患忘了戴口罩，她會親自為其戴上，處理每一項業務，她更是身先士卒，率領 B8 同事們，日以繼夜，不眠不休，克盡天職，照顧住院病患，奮抗 SARS。

終於，陳靜秋累倒了。在救治患者的過程中，她，受到了感染，在和平醫院封院前四月二十日突感身體不適，發病後自己提高警覺，居家隔離，於二十一日回該院看診。二十二日病情開始變得嚴重，先轉到台大就診，因為無床位，當天又轉到長庚醫院住院治療。不幸，五月一日上午五時因為呼吸衰竭導致休克，在林口長庚醫院病逝，成為第一位為抗「煞」而犧牲的護理人員。消息傳開，全國民眾及醫護人員與親友們都為之扼腕。她這種視救人為天職，犧牲奉獻的精神，可謂求仁得仁。

陳靜秋，勇敢無私的護理長，對抗 SARS 發揮護士精神，真是台灣的「南丁格爾」。

#### ◆ 想一想：

1. 陳靜秋一生的行誼中，讓你最感動的有哪些？
2. 要命的 SARS 病毒雖打垮了陳靜秋的軀體，卻擊不倒她什麼精神呢？
3. 「死有重於泰山，輕於鴻毛」，陳靜秋護理長屬於哪一種呢？為什麼？

## 當仁不讓—葉金川

九十二年四月廿七日，在和平醫院封院的第四天，當全臺灣的人民都籠罩在 SARS 疫情擴大的陰霾之中，當和平醫院的醫護人員和病患正身陷不見天日、不知是否有明天的恐懼之中時，他，出現了。

「在電視上看到全副武裝的他，才知道原來他已經進入和平醫院！」這是抗 SARS 英雄葉金川太太說的話。在不讓家人擔心的狀況下，葉金川毅然地到達最前線和 SARS 作戰。的確，這就是葉金川，一個用心和 SARS 對抗的英雄。

「我會和所有的人員一起出來的！」

留下一句簡潔而堅定的話，穿著隔離衣，戴上口罩，便逕自往人人避之猶恐不及的和平醫院走去，自願進駐和平，並擔負起分配院內隔離及安撫人心的工作。剛進入和平，院內可謂一片哀淒。醫護人員面對頑強的病毒，本已戰戰兢兢、千頭萬緒，又面臨突如其來的封院消息，更是方寸大亂。葉金川的到來，無疑是一劑強心針。

他首先鼓舞大家：與其恐懼、沮喪讓病毒擴大勢力，不如確實防範和面對，大家才有生機。穩定人心之後，接著便是採取一連串的感染控制措施。對內，要求每人一張體溫記錄表，以了解每位人員的健康情形，實施分棟、分層及分級管理，以

使院內疫情快速獲得控制；對外，每天透過視訊會議，讓外界了解院內的狀況，以安定國人的心。

面對院內、院外所有事務，他總是穩定、冷靜的分析、應對、處理，終於平復院內每顆不安的心，並且凝聚起所有醫護人員及全國人民對抗 SARS 的決心。在葉金川、醫護人員，以及許許多多有心人士的付出、努力下，和平醫院的 SARS 疫情，總算趨於緩和。

聽葉金川的朋友說：「平常的葉金川就是一個很能為別人著想的人，假日時的他，最愛的休閒運動就是爬山。蜿蜒的山路上，你會看見背著大包小包的他，雖然留著汗，卻甘之如飴，特別的是，他身上背的東西竟沒有一件是他的。在遇到陡坡時，他願意伸出自己的腳，讓別人踩著他的腳上去，他就是這樣的一個人，用歡喜體貼的心去幫助別人，所以面對 SARS，他挺身而出，面對人人聞之色變的和平醫院，他不顧一切，毅然決然，貢獻一己之力，這些力量，完全來自於他那顆善心善念。」

葉金川，雖曾任衛生署醫政處長、衛生署副署長、中央健保局總經理及台北市衛生局局長等職務，但目前他只是慈濟大學醫學院的一位教授，本著醫護人員救人的天職，在最緊急的時刻，置個人死生於度外，投入防 SARS 的前線，當仁不讓，肩負起重大的責任，他的精神，著實令人感佩。當別人讚嘆他時，他卻只是輕鬆地說：「我只是扮演好自己的角色！」這句話點醒了我們：SARS 是大家的事，在這個時候，我們是否也做到照顧自己、關心他人，扮演好自己的角色了嗎？

#### ◆ 想一想：

1. 你覺得葉金川是一個怎樣的人？他現在既不是醫生，也不是政府官員，而是個大學教授，為什麼他要冒著生命危險，進入和平醫院呢？
2. 在 SARS 疫情尚未全平息的現在，你覺得自己可以怎麼「扮演好自己的角色」呢？為什麼？



## 救父小英雄—金華國中陳同學

九十二年五月五日一大清早，住在台北市大安區的陳爸爸突然昏倒在地，呈現休克狀態，就讀金華國中二年級的陳同學奮不顧身地運用學校教過的 CPR（心肺復甦術），替爸爸作口對口的人工呼吸急救，沒有一絲一毫的猶豫，只想著：我要救爸爸！

「爸爸對我們那麼好，看他不支倒地，我一心一意想要救他，剛好學校教過CPR，我馬上替爸爸人工呼吸，可惜還是救不回爸爸……」

「即使爸爸得到 SARS，我還是會盡全力救他，只可惜沒把爸爸救回來，我相信，換成是我得病，爸爸也一定會做同樣的事……」

雖然陳爸爸送醫後，仍因疑似感染 SARS 不治死亡，陳同學與媽媽、妹妹也因為發燒而被送進醫院，接受隔離治療，但他沒有埋怨，即使染病在身，依然不忘擔負起安慰媽媽及妹妹的責任，他叮嚀妹妹要勇敢、不要哭！他安慰媽媽日子仍然要過下去，如果爸爸知道心愛的妻兒在哭，會很難過……他是一位孝悌雙全的孩子，在危難中表現出來的勇敢與承擔更是令人讚嘆！

年少的陳同學曾在午夜夢迴時想過，萬一有一天突然沒有了爸媽該怎麼辦？此次事件後，當初找不到的答案，如今都有了。人的一生中，有太多的變數，當考驗來臨時，必須接受事實，勇敢面對！消沉，不是解決問題的好方法，唯有打起精神，振作給爸爸看，讓爸爸在天上安心，讓媽媽和妹妹有所依靠，才有希望！

陳同學和媽媽、妹妹現在都已經出院回家團聚了，他們一家人會繼續經營陳爸爸遺留下來的事業，相信經過這一段生命的大考，這個家庭的每一個人會更珍愛彼此，也更珍愛自己的生命！雖然陳媽媽謙虛地說：「兒子以口對口救父，別人眼中是『勇敢』，兒子自己看來只是『份內、應該』的事！」但，因為這樣一位勇敢的男孩，著實讓大眾對於這次的疫病重新懷抱希望、對人心懷抱希望，更為社會投注一股良善的力量，為現今的青年學子樹立了一個良好的典範！

### ◆ 想一想：

1. 如果你是陳同學，遇到家人這樣的突發狀況，你會怎麼做？
2. 看了陳同學的故事，你對平日該如何與家人相處是否有更深的體會呢？請說說看。

## 讓 SARS 的高牆倒下吧！

台北市西松國小因夜校有一名學生疑似感染 SARS，經衛生局通報後，學校立刻採取相關措施：除了與該名學生有接觸的老師進行居家隔離外，並進行「疫區班級」教室消毒，校長更用心揭示幾項處理原則：「透明公開」、「依法行事」、「謹慎不恐慌」，而老師們更決定用愛心面對 SARS，期望用愛讓 SARS 的高牆倒下。以下是宋松錦老師分享他的實踐經過。

台北市西松國小宋松錦老師

### 低氣壓籠罩

週四下午，空氣似乎瀰漫著一股不安的氣氛，只見走廊上老師們三五成群，竊竊私語，此時，沈老師慌張的走到教室門口，示意招手請我出來。

「學校已有四位老師被通知居家隔離了」，原來是因為夜校一位同學，今天早上發燒被衛生局通知為疑似 SARS 病例，因此凡是擔任該生班級授課的老師都要被隔離。「我昨天和被隔離的阿春老師在 IS 咖啡廳近距離長時間聊天耶！我是否也應該請假？」沈老師這樣問，不一會兒學年主任和多位老師也湊過來，大家你一句我一句，不安恐懼的臉色溢於情表，此時突然聽到廣播：「全校全體教職員工請於 4：15 放學後到辦公室召開夕會，有重要事情轉達！」，緊張的氣氛達到最高點。

捱到最後一節，各班已經無心上課，當然班上的孩子也嗅出異於往常的氣氛，紛紛詢問，發生了什麼事！當時我實在無言以對，可是內心卻有一股強烈的衝動：我此時可以為學校做一些事情！最需要做的又是什麼？我的心中不斷問自己。

### 英勇的主任及校工們

我走向開會的路上，主任們已經帶著幾位校工前往「疫區班級」，我看到他們在裝備不全的情況下，進入教室去消毒，並且引導慌亂的師生到安全的教室。當天消毒完畢後，一名校工就莫名的連續咳嗽，但是當四位居家隔離的老師返校後，這位校工也就不再咳嗽了，真是讓大家又驚又喜。

### 黎明前的一道曙光

走到大辦公室，只見大家整齊劃一的帶上口罩，肅穆的氣氛傳來校長第一句話：「當校長 17 年來，第一次召開夕會……」當各處室主任各自報告處置措施後，校長揭示幾項處理原則：[透明公開]、[依法行政]、[謹慎不恐慌]。大夥兒彼此交換意見後，加上教師會長適時安定人心的一番話，使得當天不安的疑慮得到極大的紓解。校長並要求各位老師耐心對家長做正確的資訊傳遞。第二天開始，我更用心的引導學生做善行，並宣導用愛心面對 SARS，也盡心向家長說明學校的政策及做法，請家長支持配合。

### 主動送溫馨與關懷

回想在疫區教室消毒及學生遷移後，疫區附近班級的老師彼此擁抱安慰，相互打氣；但是，疫區班級的老師卻再也壓抑不住情緒哭泣說：「為什麼是我……？」我又想到被居家

隔離的四位老師，心情一定五味雜陳，這正是我可以學習用愛化解 SARS，為學校同事做點事的時機！

對居家隔離的老師，我打電話關懷他們有無需要幫助，如：經濟、親人照料……等，並了解家中的狀況。在電話交談中，讓我深深的體會到：他們犧牲自己的自由、保護大家的安全與消除大家的疑慮，這種捨己為人的精神，真是一件善行。我看到居家隔離老師對大家最大的恩德，誠摯表達對他們的謝意。

不只對隔離的老師，那些惶恐的老師及承受行政壓力的校長主任們，也是我要送溫馨的對象！所以我對其他老師們轉贈安心面對 SARS 的相關資料。對校長主任，我持續關懷他們，提醒在面對極大的行政壓力和家長詢問時，要留意身心健康。

#### 雨過天晴

四位居家隔離期滿的老師返校後，和校長主任溝通協調結果，決定為這些老師舉辦一場適當的歡迎活動，因為四位老師是為了大家的安全和疑慮而被隔離，是對大家有恩的。我們絕不可以就這樣讓他們靜悄悄地回來，因為該各夜校學生尚未被公告為排除 SARS 病例，大家都不太放心的情況下，學校採取以下措施：製作海報、卡片及送鮮花，校長主任當面的支持、慰問和鼓勵，吃碗豬腳麵線壓壓驚。最重要的是校長帶動全校展現溫馨的關懷，我們要打敗人性的黑暗、對立與冷漠。讓我看到西松真是個有情有義的地方。

事後詢問四位老師心情如何？他們由衷感覺他們並沒有被排斥，而是被接納，這種溫馨的感覺真的很棒！

## 抗煞善行大集合

面對 SARS，在抱怨、指責聲中，老松國小張靜娟老師卻另闢蹊徑，以散發好心念，做善行來鼓勵學生，希望大家積福氣，發揮好的影響力。但願不管 SARS 這個投手投出什麼變化球，我們都能以善心接掌每一粒球。

台北市老松國小張靜娟老師

面對 SARS，抱怨、指責是沒有用的，每個人的責任都很重大，該做的是包容、體諒和關心、祝福，當我們不斷散發出正面的好心念，才有辦法有好的影響力。這一點我們知道了，就要去做，還要多做善行為自己也為大家積福氣，把每天積到的福氣送給需要祝福的人。

#### 行善、送福，大家一起來

5/13 今天我看電視時，幾乎每一台都在報導 SARS，我看了好心酸，所以每一個人都要勤洗手，我要以真心誠意的心，祝福他們可以免於病死，拜託！拜託！（林家妃）

5/13 今天周欣儀說如果沒有班上某一位同學，我們就不能練習不生氣和其他我們應該學習的項目。她說世界上的每一個人、一隻動物或昆蟲都很重要。我覺得這一句話很重要，是我應該要學習的。（杜羿嬪）

5/16 今天我做了很多善行，因為我想送福氣給別人，一想到就快樂！（蔣承樸）

5/17 今天早上，我有很認真的把珠算功課打好，因為那些在和 SARS 病魔抗戰的病人、醫護人員、義工…等，都非常需要福氣，如果我不爭氣一點，就太對不起那些人了，所以我決定要努力多爭取一點福氣。(林冠廷)

5/17 今天我要回家時，經過和平醫院，我看到好多人跟我們班一樣在祝福，所以我也要一起祝福。(洪穎瑄)

5/19 有一位學童在上完補習班時，突然昏倒了，那時有一位護理長給學童做 CPR 人工呼吸，最後總算保住性命，我覺得她很偉大，不管小男孩是否是 SARS 患者。(林冠廷)

5/19 今天下午我看見有一位同學臉色不好，我就跑過去安慰他，安慰完的時候，我想到我又做了一件善行，將來我怎樣的時候，別人也會安慰我。(周王騰)

5/19 今天放學時，有一位同學把我的硯台摔破了，我沒有生氣，因為老師說我們沒有本錢生氣，而且可能是我上輩子有弄壞別人的東西，所以迴力鏢又飛回來，換別人弄壞我的東西。經過這件事，我學到你要得到別人的好，就要自己種好種子，好的迴力鏢才會飛回來。(陳廷懋)

5/19 今天打掃完時，我看見有一位同學做了一件惡行，而那件惡行就是他把座位的垃圾踢到謝宇的座位，我看到時不但沒生氣而且還把垃圾拿去丟，這樣我就多做了一件善行，可以把福氣送給 SARS 的病患了。(陳震綸)

### 行善抗煞的成長

看完這些善行紀錄，您一定覺得學生好可愛，但其實他們也常犯錯或懶得做善行，不過只要有人在一旁叮嚀鼓勵，他們的善行會超乎想像喔！透過了這一次的 SARS 疫情更激發起學生那份想祝福別人的心，也因此更加懂得克制自己去惡為善、為人著想：

- 學生們大多會在情緒快爆炸之時，想到要煞車，因為這樣才有福氣可以祝福大家。
- 一位行為粗暴、缺乏耐心，幾乎一下課就急著跑出去打球的孩子，漸漸習於做善行，聽老師的話。
- 四年級的男女生經常會為了雞毛蒜皮的事吵起來的，不過這一連串的互相學習，他們開始看見彼此的優點！例如：冠廷：我發現映彤看到垃圾，會主動去做垃圾分類，而且分得很清楚，如果是我一定不會這樣，所以從今天開始，我要對映彤刮目相看了！

映彤：上英文課時，老師叫我發表，我不敢！冠廷鼓勵我，我還是不敢，後來震綸說：「勇敢一點，不要怕！錯了就算了，下次再改。」我就勇敢上去說了，我很謝謝他們。

### 但願行善的心，是一盞永不熄滅的明燈，散發亮光

在 SARS 疫情逐漸趨緩的現在，相信大家緊繃的神經也逐漸放鬆了，但我們仍不能掉以輕心，回首看看來時路，發現 SARS 真像是個善於投出變化球的投手，它考驗著人們的心，看看我們到底是以善心或惡心來接掌每一粒球。我很讚嘆學生們藉由這次 SARS 事件而激發出來的善心，看來這是抗煞收穫外一章！只是生命無限，不管有沒有 SARS，也不管 SARS 如何變化，希望大家心中那盞善良的明燈，永遠能散發讓人溫暖的光亮！

## 小善化大願

張凱莉老師帶著一群 e 世代新新人類，從戴口罩、量體溫、說好話、做好事到公共服務、善心護生，一言一行，表現謙謙大度的風範，令人刮目相看。

台北市明倫高中張凱莉老師

每天打開電視，連續幾週 SARS 的新聞報導令人恐懼，彷彿 SARS 就在你身邊，有沒有「明天」，都不再是可以確定不疑的，我生平第一次感覺到生命的脆弱與渺小，似乎只能等待著未知的宣判！心頭的沈重，真是難以言喻！所幸，教育部生命教育學習網 (<http://life.edu.tw>) 及時提供了對抗 SARS 應有的正確態度及作法，我們學校也利用週會時間做宣導，並在川堂設立了祈福看板，全校齊心齊力為對抗 SARS 的病患、居家隔離者、醫護人員們祈禱祝福，重新為身陷惶惶憂谷的人心注入一活水源頭。

同時，我們班也開始記錄善行條目，展開了善行日記的首航。我們的善行分三級：

- 初級版的善行——每天量體溫、戴口罩、勤洗手、不去網咖、「今日事，今日畢」等都算。
- 中級版的善行——多說好話、做好事、主動關懷他人、追蹤正確 SARS 的疫情與知識等。

- 高級版的善行——「利他大於利己」、「知其不可，但合於情理，而必先為之」的行為，依個人所定之標準而行。

我們全班每個人將一週所累積的小善化作大願，每個星期五利用五分鐘時間祝福大眾得到平安喜樂。從實施善行記錄至今，學生們深深覺得原本以為能做的善行不多，沒想到可做的還真不少，「善行」已落實在每一位學生的生活中。

我們學校沒有疫情，但是偶有小感冒及發燒的事例，也曾有令人頗多揣測的擔憂，孩子和我都學習沈著的面對疑似狀況：發現自己體溫超過標準值，不慌張；口罩片刻不離口，勤喝水，選擇在家休息觀察，每隔 3 小時再量一次體溫。只要衛生保健做得好，SARS 是可以痊癒的。

相信自己，配合所有安全隔離政策。我們或許仍會疑惑，當危機十面埋伏時，如何才能與己隔緣？我的學生和我都選擇相信「善有善報」，而且「遇『報』不逃」，讓心緒保持平穩地度過每一天。

當我們班做公共服務時，一想到能夠利益全校師生六百多人時，這些高中的大孩子們表現的善意和大度，令人感動！紛然飄下的落葉，不論在晴天或雨天，他們勤奮地掃乾淨；儘管廁所清潔保持不易，他們「三班制」保持整潔，認真的態度，相信天地足以為證。偶然碰到瀕死的毛毛蟲、金龜子或「擋淺」的蚯蚓，他們小心翼翼地「移動」牠們，替牠們找到回家的路！我們的學生——e 世代的青年，擁有古今皆然，人皆有之的

「善心」，他們對大自然的尊重，對人的觀待，只因善心引發善念，更進一步，引出正向的善行。對抗身體病毒的 SARS，我們需要精湛的醫術；對抗人心幽微的 SARS，我們需要淨化的善心。

殷重地祈禱，努力地行善，你、我都能做得到，因為只要我們相信，我們可讓萬事互相效力。祈盼大家平安喜樂，SARS 速速平息！



37

## SARS 颶暴中， 一位發燒學生的心情日記

佩美是張凱莉老師的學生，乖巧的她從 SARS 疫情以來，一直在老師的指導下天天做善行，直到有一天，她發現自己發燒了……

台北市明倫高中謝佩美同學

### 我的善行條目(5月24日～5月30日)——

戴口罩、量體溫、保持衛生，勤洗手、和公車(計程車)司機說謝謝、準時回家不讓媽媽擔心、不出入不良場所、監督妹妹的功課、多喝水，讓自己趕快退燒，不讓家人及長輩擔憂、分攤家務、多說好話，幫助別人。

### 我的反省與祝福——

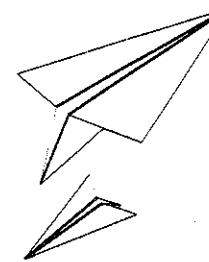
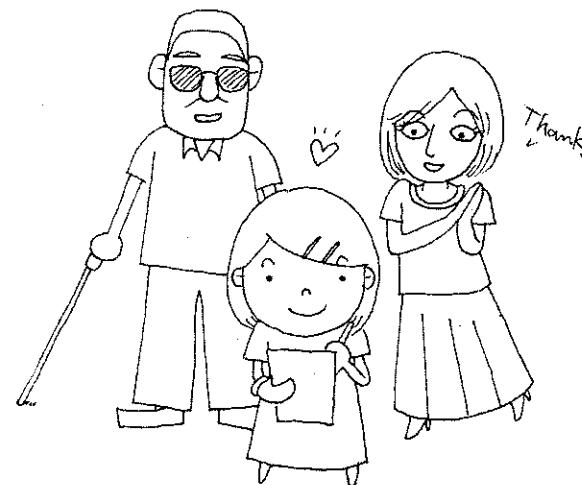
早上量體溫原本都還好好的，後來不曉得為什麼一直頭痛(心想可能會發燒)，量體溫 37 度，但平常我量都是 35~36 度，所以我那時就想回家(因為我不想等到發燒才害大家忙來忙去)，可是在護士阿姨那兒量是正常溫度。護士阿姨叫我先休息，沒想到我一覺起來就變 38 度(早知道我當時就多些“堅持”要回家，我就不會被救護車載，也不想害大家這麼忙)。謝謝老師、教官和同學的關心，逸群、涵瑜、彥文還有手語社的學姐都有傳簡訊來關心我的狀況，竹涵、姿妤、育銘他們也有打來，雖然那天晚上電話不斷，但很高興有那麼多人關心我，真

38

是謝謝他們，育銘還不斷叮嚀我要讀書！

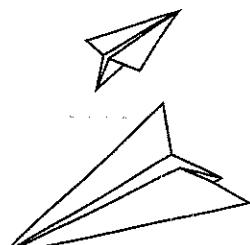
早上的時候到台安醫院做檢查，抽血、照X光，看到和原子筆筆頭一樣粗的抽血針，我嚇都嚇死了！後來在等候看診時，看到有一對夫婦在測量血壓的機器前徘徊好久，我上前去時才發現她是外籍新娘，而且他的丈夫失明了，所以我就幫她操作機器並且幫她抄好數據，我覺得很高興，因為只是小小的舉手之勞就幫到他們了，不然不知道他們要在那裡站多久。

真高興最後我檢查出來的一切正常。



## • NOTE •

真正的慈悲來自於看見他人的苦痛時，我們有一種責任感，希望能夠給予對方一些幫助。



## Q1. 對於居家隔離結束的學生， 應如何給予輔導和關懷？

♥他是我的學生，經歷這場隔離正是我了解他、關懷他的時機，不但可以培養我對學生的愛心、耐心、也可使師生的情誼更加濃厚。

- 1 設身處地為這位學生設想他可能產生的心情：如很高興終於可以跟同學玩、擔心同學排斥他、害怕功課趕不上……等。
- 2 打電話問他或他的家人，了解他的心情，給予最適合他的教育方法，使他學到對他無限生命最有價值、最有意義的課程。
- 3 引導班上其他學生關心他。趁機教育學生在同學有事時，如何發揮同學愛，熱情地歡迎他回校上課。

## Q2. 如果我的學校不是疫區， 需要教育孩子如何面對 SARS 嗎？

♥要。因為什麼時候、什麼地點、什麼人、會被 SARS 感染，誰都無法預料。所以要未雨綢繆，教育孩子正確的認知和行為去面對無常的人生。

- 1 教育孩子認識無常的概念，平常就做好萬全的準備。
- 2 讓孩子了解恐懼擔憂是無濟於事的，如果恐懼擔憂可以解決事情時，你又何必擔憂呢？如果恐懼擔憂不能解決事情，你擔憂又有何用？
- 3 樂觀面對一切。

在個人方面：積極造善、注意個人衛生習慣

在團體方面：整個台灣乃至於全世界 SARS 未消除時，我也無法免於這樣的恐懼，我應為全人類多祈福，希望 SARS 早日平息。

### Q3. 疫情緩和下來，應如何建立正確認知，並接續疫情蔓延時的教學？

♥ 緩和不代表平息，平息不代表不會再發生，即使不再發生了，也不代表不會用另一種面貌呈現，所以不能掉以輕心，還是要有危機意識，應持續「愛、關懷、包容」的教學；更何況教育是用來改善人心，故不會因事情的解決，就不再教化人心。

1. 舉證：多倫多疫情原已控制住，但又再度復發，而登革熱、腸病毒也發展出更多類型的病種。
2. 持續作生命教育的教學，尤其是因果法則概念的建立及體會，帶領孩子學習如何種善因~存善念、說好話、做好事。(請參考第一輯解惑集 Q4)

### Q4. 暑假到了，應如何關懷學生的學習，使其免除傳染病的傷害？

♥ 教育是志業不是職業，對學生的關懷是永恆的，絕不會因暑假而停止，相反的，學生放假時更容易涉足公共場所，增加染病機率，所以更要關懷他、教育他。

1. 放假前：(1)用心設計活潑、有趣、生動的暑假作業。  
 (2)向學生說明老師設計暑假作業的用心和目的，引發學生想學、想做的心。  
 (3)向家長說明暑假作業的意趣，共同關心、教育孩子。
2. 暑假中：(1)打電話關懷，了解他的作息、生活狀況。  
 (2)不定期的邀約聚會、心靈對談。  
 (3)若學校允許，可與家長舉辦有意義的小型活動。  
 (4)為學生祝福、祈禱。

•NOTE•

當

我們對他人無微不至，且由衷的關懷油然而生時，

我們的心靈立刻就覺得自在了。



**財團法人福智文教基金會**

基金會會址：台北市南京東路四段137號12樓 電話：(02) 2545-2546 傳真：(02) 2545-2547  
台北辦事處：台北市南京東路四段137號10樓 電話：(02) 2545-6535 傳真：(02) 2545-6533  
台中辦事處：台中市中港路二段一之十八號三樓 電話：(04) 2326-1600 傳真：(04) 2319-7605  
高雄辦事處：高雄市大順二路417號3樓 電話：(07) 380-5895 傳真：(07) 385-4956