

誠語

誠正中學期刊第 05 期

在慾望面前

或唯諾 或妥協 或忘了自己

千種答辯 萬般姿態

或許 有一種風貌

誠實 誠意 誠惶誠恐

誠之語 正面交鋒 與更好的自己 相遇

送給誠正所有小孩

發行人 陳宏義
顧問 陳明筆、吳上星
主編 吳芷函
執行編輯 劉思如
出版日期 113 年 1 月 16 日

03 - 557 - 5845

新竹縣新豐鄉德昌街 231 號

鳳崎的彩虹 / 陳明筆 副校長

在這裡每個同學都是與眾不同，帶著不同的故事和生命旅程，有些人可能因為家庭、環境、性情的挑戰，走過比你我更艱辛的路程。當你我能夠理解這種不一樣的存在是必然的時候，或許在鳳崎一隅的相處，不會只有黑與白，而會發現令人振奮的彩虹。

當看到別人負面行為未受到責罰時，內心總是不平懷疑著紀律規則的用處：「他可以，為什麼我不可以？」想著自己也要放手一搏。這真的是你想要的嗎？這樣彩虹會更遙不可及吧。

我們需要理解行為和言語是彼此情緒的鏡子，粗暴地對待旁人，怎能期待獲得善意的回應呢？先理解別人「或許不是不努力，只是做不到你滿意的樣子」，需要同學展現更多的包容、

關愛，陪伴彼此的成長，彼此不是競賽中的對方，而是生命的良人。

曾經聽過一個隱喻——在森林裡，孔雀自豪地展示美麗的羽毛、華麗的尾巴，其他動物都感到驚奇，想要擁有或知道為什麼孔雀能夠有這樣獨特的外表。然而大象疑惑詢問道：「你的羽毛和尾巴真是令人驚嘆，但是我不太理解，你的美麗外表是否意味著能夠更好地飛行或者在森林中生存？」孔雀微笑著回答：「這確實無法讓我比其他動物更好地飛行或生存。但這就是我與眾不同的特點，就像你長長鼻子可以觸及高處樹枝一樣的特別。」

斑馬沒有長的鼻子，猴子也沒有華麗的羽毛，但有斑斕交錯的外衣，或空手攀高枝的技能。只要用心理解和欣賞其他人獨特之處，尊重與包容彼此的不同，相信鳳崎除了落日還會有彩虹。☘

培訓與演出的點點滴滴

/ 高○洵 同學

首先，要感謝學校和師長給我們機會出去表演，從未想過走進誠正中學感化，能有機會到校外表演。雖然練習時，面臨很多問題，甚至很累，有時真的練到很不想練，直到出去表演，感受到聽眾及家人的回饋，發現很有成就感。之後同學陸續出校，以為就不能再出去表演了，老師找了愛班同學加入，沒想到師生的努力，在短時間內，能達到原有的水準以及意外的驚喜，即使經歷了，如：大魚這首歌，貢丸老師就多花了一萬多元，讓我們唱的歌可以更加的好聽。愛班同學在演出前發生了一些事

等，讓人以為不能出去表演了；沒想到，經由老師協助與溝通，學校讓我如計畫進行，出校表演。為那位出事的愛班同學感到可惜，但也真的很開心最後能如願出校表演。因為人真的太少了，已出校同學，原以為他會顧著玩就忘記回來和大家一起表演的約定，而且還很認真的唱，因為有他，讓那天的表演更加完美。現在回想，那天在台上和在遊覽車上好緊張，上台前一直告訴自己不要緊張，卻還是緊張的說不出話了。最後，還是在台上把三首歌都唱完了，表演當然也是圓滿落幕了，出去表演真的很開心，希望下次表演可以比這次的還要好聽。☘

培訓與演出的點點滴滴

/ 莊○宇 同學

剛下到班級就聽見邵老師說我們是合唱班，我心想哇完蛋唱歌那麼難，而且我唱歌非常沒有自信，我覺得自己唱的非常不好聽。

第一次練唱時，貢丸老師要我唱歌，要聽我是唱第一或第二部，我分到高音。剛開始我非常不喜歡合唱，也不認真練。第一次的善耕 365 因為疫情所以用錄影的，就這樣混了一次。直到有一次貢丸老師教我如何拉高音，我才發現，我的聲音怎麼可以拉那麼的高，連我自己也嚇一跳。但其實起初我高音是沒有很優秀的，在老師耐心的教導下，每次都誇獎我，讓我更敢唱、更會唱。這時才發現自己是可以唱好聽的高音，也徹底愛上了合唱團。

在聽老師們說要代表誠正中學出去校外參加善耕 365 辦的 2023 音樂節後（重點是能坐遊覽車），我更加努力練習，因為我愛上合唱了，每週五都是我心情最好的一天，演出前才得知表演有 2 天，一天在桃園、一天在台北。

到了表演那天，大家穿上了帥氣的西裝，走向遊覽車，坐上去出發，看著沿路的風景，走到了桃園婦女館看見了那些設備，才發現是玩真的，從未想過自己能走上這麼大的舞台。第二天來到了台北心想「哇！場面更大了！」上台時，那些觀眾都為我們拍手，而不是那種異樣的眼光，表演結束時，大家也為我們歡呼。說真的，當下我感動的快哭了。

回來誠正的那幾天，我時常想起那些觀眾給我們的回應，真是永生難忘啊！這次的表演讓我從一個沒有自信又不敢上台的人，變成了有自信還敢獨自上台獨唱。這是一個非常大的改變，是 121 共玩合唱團讓我找到了自信，沒有 121 共玩就沒有現在的我。會有這樣的我，當然要感謝貢丸老師的教導和鼓勵，也要謝謝邵老師和惠鈞老師一路上的陪伴與支持，還有捐給我們西裝的善心人士，謝謝您！沒有您也沒有現在上台能那麼帥的我們，我要再謝謝我的同學們，沒有大家的認真，也不會有觀眾那麼大的回應，謝謝。☘

誠
正
中
學
121

共
玩
合
唱
團



善耕 365 公益媒
合平台 x 誠正中學

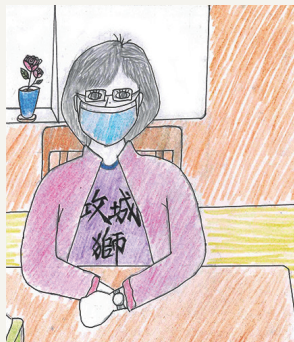
班級： 學號：
座號： 姓名：

誠正中學 112 學年度第 1 學期
期末測驗 輔導科試卷

得分

一、配合題：

輔導教師連連看。張○鈞：「輔導處——沒有光的地方有你／就有愛」



我們的輔導老師有一雙大大的眼睛，對我們很有耐心。在我們心情低落時會關心傾聽，遇到困難時也會伸出援手一起討論解決的方法。感謝老師對我們的照顧，她在我們心中不單單是老師，也是一個神力女超人。

我們的輔導老師是一位人美心也美的好老師，前陣子我們出了點狀況，只要有發生什麼事，她都會在第一時間來輔導，用溫柔的口語說問題出在哪，很高興我們的輔導老師是永芳老師，謝謝您的陪伴，您辛苦了～



我們的輔導老師是位貼心又美麗的人，她會替大家著想，有任何問題也毫無怨言地幫大家處理，也常常和我們說很多道理、未來規劃的建議之類的，謝謝老師的照顧，杰伶老師是我們心目中最漂亮的老師！

我們的輔導老師會聽我們說內心的話，也會將我們心裡想什麼都可以說出來，給我們方向與溝通，有時像一把鋒利的刀，能一針見血卻也可以點醒夢中人，也像我們班上的媽媽會時常關心大家。



子文老師是一位善解人意的輔導教師，每當我們心事且糾結解不開時，老師會指引我們往正面方向思考，協助我們抒解。每當我們表現好或是在比賽中取得好成績，會給予我們實質上的獎勵，以及精神上的鼓勵，是位寓教於樂的輔導老師。

從老師說話的方式與邏輯中，發現是一個邏輯清晰且明事理的人，和老師談話時讓我們的身心靈感到非常放鬆和愉悅。老師也曾跟我們說：「不要別人叫我做什麼，就去做什麼。」這句話點醒了我們。



勇

子文

愛

思如

真

子文

溫

永芳

望

永芳

善

思如

儉

吳吟

信

杰伶

良

杰伶

仁

子文

智

吳吟

恭

子文

我們說髒話或動手動腳時老師總會嘮叨我們，大型活動或特別節日時，也會大方地請我們吃很想吃的東西。最重要是她很關心我們，不管是上愛舍或另案借提的煩惱時，她會陪我們一起度過。她就是我們智班的老媽——吳吟老師。



我們的輔導老師是個挺照顧學生們的老師，她不但會關心同學，也會願意花時間去陪伴與傾聽，與同學們一起聊天、談心，替同學們解決困擾或適時讓我們抒發心理壓力；永芳老師是我們心目中最喜歡的輔導老師！

我們的輔導老師是美若天仙、有如仙女下凡的——杰伶老師；只要班上有糾紛，就絕對少不了她。她不只是輔導老師，更是良班的保母，細心地照料我們，無論什麼問題的學生，她都有辦法解決，真令人敬佩。看見她有如遇見初戀，心情都 100% 的 GOOD。（嗯嘛～）



我們的輔導老師對大家都不陌生，也了解我們的生活與需求，理解我們的想法，她會想辦法解決我們的困惑與疑問。

我們班的輔導教師是子文老師，她是位講話溫柔、聲音讓人放鬆、總是把我們的事放第一，就算有一點難度也會盡全力幫助我們的老師。她對我們的個性瞭若指掌，能遇到溫柔、做事積極的子文老師，我們覺得蠻幸福的。



平時大勒勒不做作，但做事很細心、善解人意，會想盡辦法了解、傾聽我們的內心話。軍歌比賽很認真的教唱，上課幽默風趣。當班上出現人際問題時，會教導溝通相處的方式，常說要包容不一樣的同學。在感到難過或煩惱時，總會第一時間伸出援手、安慰我們。是一位溫暖且關心學生的輔導老師。