



發行人 / 林慶國 校長

編輯主筆 / 歐陽郁文 主任

編輯指導：施志勳組長、鄭伊秀老師、林佳瑩老師

文字編輯：謝子萱、林宜霖、陳桂平、黃譯萱、吳英彰

美術編輯：謝沛琪、黃子涵、詹采璇、洪吉蒂、廖書涵

校址 / 彰化縣田中鎮員集路三段 93 號

網址 / www.hshs-chc.edu.tw

中華民國 103 年 12 月 10 日發行

金玉良鹽

愛：生命的光，生活的鹽——用光與愛編織生命精彩 校長 林慶國

在我們成長與生存的時空中，光與愛是我們生命存在的依靠。天地因為有了光，植物動物都得以代代繁衍，而生生不息。人間因為有了愛，在愛所構築的城堡裡，得以世代交替，相親相依，而人間風景無限。

光常觸動著生命最原始的渴望，我們都渴望生命的長久和生命的幸福。光也代表著一些領悟和啟示，它能滋長我們的心靈，體現生命存在的意義和價值。生命其實就是在光中行走，尋找光，發現光，給予光的曼妙旅程。這裡的光意味著光明、清亮、純潔、正向、積極、美好、善良、理想等等，有了光，黑暗退去，邪惡遠離。耶穌曾說：「我是世界的光；跟從我的，會得著生命的光，絕不會在黑暗裡走。」《約翰福音八章 12 節》因此，我們要尋找自己生命的一道光，那是你夢想與理想的方向和道路，朝著光明的大道，正向積極的路上走，讓自己也成為一道光，可以照亮別人的生命，那會是存在的深刻意義和無限的價值。

愛常驅動著生命的成長與發展，我們在愛中獲得溫暖、安全、尊重、幸福。

天地有愛，所以滋長萬物；父母有愛，所以成就孩子；人間有愛，所以人間美好。愛是我們內心裡的一股力量，是我們生命裡的一道光彩。生命就是尋找愛，發現愛，給予愛的豐富旅程。《聖經格林多前書第十三章》寫道：「愛是恆久忍耐，又有恩慈，愛是不嫉妒，愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。」因此，我們要尋找生命之愛，在愛的氛圍中領受幸福，同時也鍛造自己成為一個愛的施予者，讓周遭的人也能享有愛人與被愛的幸福。

近幾個月台灣的社會可以說是極不平靜，從南到北發生了年輕人因為情感因素傷害對方和自己的不幸事件，加上之前的北捷隨意殺人事件，更傷及許多無辜的人。而這幾年來台灣的社會籠罩在一股暗翳的食安風暴當中，從 2011 年 5 月的 DEHP「塑化劑」事件，2013 年 5 月的「毒澱粉」事件，2013 年橄欖油混充棉子油與銅葉綠素事件，2014 年 9 月以動物飼料用油與工業用油及餵水油假冒豬油的「黑心油事件」，在在重創了國內的餐飲食品事業。一些企業和國內知名大廠追求成本最低與利潤最大的同時，不但傷害自己也傷害國人健康，實在是罪無可逭。當人們的心靈沒有了光，沒有了愛，泯滅良心，泯滅人性，剩下的只有無盡的黝暗，無盡的悲哀了。

讓我們點燃生命之光，在光中行走；讓我們散播心中的愛，在愛中生活。你可以從下列幾個方向著手，讓光與愛在心中豐盈滿溢：
其一是建立正向的思維：朝向人生的光亮處，向榜樣和典範學習，打造自己人生的光明世界。凡事相信，凡事盼望，凡事努力，「與高手處於 Google 世代，我們隨時在 on-line。我們的生命思維行動也要時時 on-line，才是我思故我在。」

其二是鍛造自己的品行：勿以善小而不為，勿以惡小而為之，時時檢視自己偏差的信念和行為，光明磊落的作人，因為品格決定命運。同時我們應該「接受考驗，面對苦難，靈魂才會豐富，生命才會幸福。」

其三是飽滿心中的愛心：善良是生命中的重要價值，我們要飽滿內心無限的愛心，因為，「我們生命中的美麗姿態都是從好的心態而來的」。「當我們心中充滿愛，恨便無立足之地；心中充滿恨，愛就無進入之機。」當你心中有愛，你就有了光，有了希望，有了富足。

其四是採取付出的行動：愛是必須付出和給予的，「對人善意的付出，往往會有善意的回應，在善的循環下，就會產生 1+1>2 的神奇功效。」我想「愛很簡單，一句嘮叨，一個擁抱，一個眼神，一抹微笑。」只要願意採取行動，就能匯聚愛的力量，創造善的循環。

光與愛是天主賜予我們最美好的禮物，也是我們生命中的兩大支柱，向著光，懷著愛，走在人生的大道上，我們便能創造屬於自己的傳奇。也許「像一棵樹，寧靜、向光、安然，拂過流雲和微風；像一棵樹，踏實、勇敢、堅強，每天都在隱密的成長。」且讓我們尋找光，發現光，給予光；且讓我們尋找愛，發現愛、付出愛，在光與愛中編織、創造生命的精采。



* 忙碌時，靜下心眼，可以看見美的事物；忙碌時，靜下心耳，可諦聽美的聲音。



竹塹盃心得 「震」撼教育

文字／高二忠 楊淑晴

即便已回到彰化，那份澎湃仍在心中撼動著。這次很榮幸代表學校到國家地震工程研究中心參加抗震盃活動。這場賽事總共有 42 所高中職參加，競爭十分的激烈。除了效率比，海報及結構設計也是大家努力的方向。而最終我們獲得的是效率比佳作。

從校內比賽到這次在臺北的比賽，利用暑假兩個星期的練習，我們總共做了 9 個模型，但是真正使用比賽時的建材也只有最後一次的練習。那兩個星期的練習著實很煎熬啊！和組員每天至少八小時的長時間接觸，讓我們從第三天就開始起爭執了，原因通常是對於細節的執著，因為每個人的要求不一樣，所以每天周圍的氣氛總是火藥味瀰漫。

但是經過臺北的比賽後，那些磨合的過程已經結束。比賽當天製作模型時，我們幾乎沒有爭執，大家的目標都是在有限的時間裡儘快完成模型。憑著練習累積的基礎還有腎上腺素的催化，最終是順利的完成了我們的模型。但是完成模型後還要審查，如果審查犯規的話還需要加罰重量，所以當其中兩個組員抱著模型去審查區時，在外圍的我和另外一位伙伴焦慮地在會場繞來繞去，希望一切順利，所幸最後還是順利過關了。

最緊張的其實是星期日一大早的模型測試，建築物的每層樓都放上了震台、黏上了鐵塊，巨大的響聲還有激烈的搖晃，過程中不斷有隊伍的建築物倒塌。隨著震度不斷增強，心情除了緊張還是緊張。在這樣劇烈的晃動後，我們的建築物仍屹立不搖，先前付出的時間跟努力，在我們加速的心跳聲中一起綻放出成果。

當然，在這次的比賽裡，也有很多部份是可以更好的。像是海報的製作，看到好多學校用心製作的作品，不僅內容、色彩豐富，而且幾乎是立體呈現，相較之下我們的作品就顯得遜色。當然時間不會為我們倒轉，所以很多的感想跟經驗，我們能做的是把它留給下一屆學弟妹，希望他們能夠表現得更好。

我想抗震盃帶給我們的除了歡笑、汗水、合作，也讓我們感受抗震的意義，愛護這個多震的家園。

風雨後的晴日

文字／高二忠 蕭巧玲

初得知要代表學校參加「竹塹盃」時，我直覺認為各校代表隊伍一定都是實力堅強的，所以對於得獎與否並未抱持太大的期待，但是隨著一次次的練習，我卻漸漸地發現很多我從沒料想到的事。

在練習過程中，因為大家意見相左，難免就會有些爭吵，但在爭吵過後，我卻可以更清楚的了解大家的想法，並且藉由溝通找出最恰當的處理方式。這也讓組員們越來越團結，感情也越來越融洽，當有人受傷時，我們會像家人一樣焦急、關心。

雖然嘴上說不在乎名次，但是當看著跟大家一起完成的模型被釘在模型台上，準備開始接受耐震考驗的時候，我卻不自覺地緊張了起來。隨著時間一分一秒的過去，模型慢慢開始晃動，我的心也隨之震盪不已，那一刻的時間彷彿是一隻蝸牛，走得很慢很慢，不知道何時才能走到終點。我和隊員緊緊握住雙手，屏氣凝神地盯著，直到搖完之後，緊繃的心才安定下來。

結果，最令我感到意外的是我們得到了第六名，雖然缺少建築類科的專業訓練，但是我們努力找資料、辛勤苦練，最後證明只要有心，我們也可以做到自認為不可能的事。我真的很開心，也衷心感謝在比賽期間曾經支持我們、提供協助指導的所有人。

文興高中代表彰化縣參與 103 年全民運動會 龍獅運動比賽成績斐然

人因夢想而偉大，鼓為熱血而奔放

文字／吳英彰；採訪／劉芯妤、黃譯萱



烈日當空，教室內眾人正在度過難得的社團活動，而在寬廣的校園中，操場、川堂的角落裡，卻總是有著一群學生們正揮汗如雨，不論颯風下雨，酷暑嚴暑，日復一日地努力練習。

整齊劃一的擊鼓聲，伴隨著中氣十足的吶喊，及無數精彩的騰空、翻躍，身上無數的傷痕是豐碩成果背後的代價，這裡是——戰鼓隊員們練習之處。他們在各比賽、表演時的完美表現，皆源於此；而他們辛勤付出的背後，到底是什麼力量使他們從不喊苦，從不叫累？

It's our dream, so we've never regretted it.

他們為的，只是一份夢想，一株永恆的希望。

祥獅騰雲，文興無敵。戰鼓武術，所向披靡。

他們來自舞獅戰鼓社，獲獎無數，橫掃金銀。

在大大小小的舞獅比賽中，常可以看到文興的舞獅隊員們在屬於自己的舞台上綻放青春的光芒，無比自信與光采流瀉於他們精湛的表現中，再加上他們與戰鼓隊合作無間的搭配，這也難怪得以大放異彩。但，他們真的是從草創之初就是如此的和諧，彼此之間的默契便是那麼令人驚嘆嗎？

學長表示，「練習」是邁入成功之路的不二法門，唯有練習，才能熟稔操縱獅子的訣竅及繁複技巧。他們要扛起的絕不只是一顆重達四公斤的獅頭，而是全校所寄託於他們身上的壓力，其足以抵千斤；他們所舞的，也不僅為那威風凜凜的雄獅，還有他們的渴望與夢想。



在過去，無數個日日夜夜，他們被一波波的挫折席捲，練習不順遂，比賽不理想，種種磨難，曾在他們的心頭，刮出一道又一道的血痕，破碎的夢想，抵不住現實的巨浪。

他們想過放棄，但是，卻無法說服自己的內心。

他們開始蛻變，希望，如此能終結所有的頹喪。

苦練，及努力不懈，是他們在面對挑戰時，唯一，也最有效的籌碼。

在站上舞台的剎那間，便是他們在眾人面前創造卓越與完美的起始點，所有於練習中積蓄的能量，終在這一瞬爆發；翻滾、擊鼓……等完美動作的結合，令人看得如癡如醉。而豐碩的成果，是賽後如雷的掌聲，這是促使他們能繼續發光、持續創造不朽的原動力。

項目	名次	項目	名次
自選北獅	第三名	規定北獅	第五名
障礙南獅	第三名	競速南獅	第五名
競速北獅	第四名	障礙北獅	第六名



※ 思維如果積極，人生沒有不可能的事；思想如果消極，人生事事不可能。

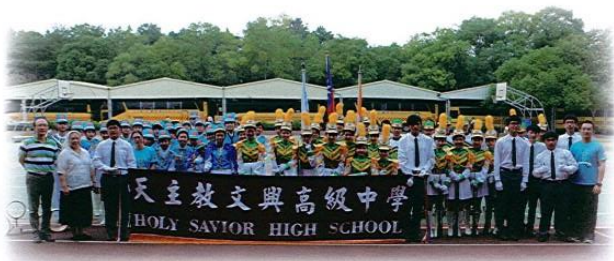
踩街樂儀 榮譽精神，熱血回憶

文字／鄭育湘；採訪／郭曉萍、馮珈玲

夕陽西下的時刻，田中正上演著盛大的活動：踩街。這次的踩街活動是為了隔天的田中路跑作開場白，所以這次的踩街非常重要，尤其是對那些正在為這次活動加緊練習演出的學生們。

空氣中熱血的精神投射在文興儀隊及樂隊身上。每個人都精神抖擻展現平時努力練習的成果，準備發揮在田中這塊戰場上。採訪的過程中，他們也說了很多平日歷經的苦訓。不管是舉槍半小時，在烈日底下練習槍法，或假日還要回學校練習等，這些對他們來說都是辛苦難忘的生活點滴。然而他們又說，雖然辛苦，但是一切都是值得的。這次完美的演出，讓他們渾身沐浴著榮光，甚至連新聞台都有報導，這是屬於儀隊的榮譽與榮譽。

為了這次的踩街活動，儀隊賣力地練習，甚至比以往更加辛苦，為的就是要拿出最好的表現，替校爭光。當然，過程中經歷一些挫折，可是只要一想到那些背負在他們身上的期盼和希望，便覺得應該更加努力，不能夠讓眾人的期盼與希望失落了。其實他們也說：「在儀隊，練習雖然辛苦，但也間接磨練我們的耐性、抗壓力，還有不服輸的精神！」一路走來，有艱辛、歡樂、痛哭、大笑，以及累人的操練、嚴厲的紀律等，但是同學們的鼓勵，和學習適度的發洩，就會發現，儀隊回憶會存在心裡長長久久。或許這會是老年後，最懷念也最難忘的一段故事吧！



齊踏腳步，咚咚咚

文字／高二和 鄭婷茹

得知 11 月 8 日當天要踩街，心裡的緊張感跑了上來，知道後大家就開始密集的訓練，中午練、假日也練，就為了呈現好的一面給大家看。

練習過程中雖然辛苦，但非常值得。學長姊們也回來一同參與這次的活動，讓樂隊看起來又更熱鬧了。而他們也教會了我們許多事，將經驗傳承給我們，將來可以有更好的方式來指導下一屆的學弟妹們。這樣的練習一直持續，很快地到了踩街的當天……

耳邊傳來大鼓的聲音，咚—咚—咚—，「跟著大鼓的節奏踩腳步，左右左右……」音樂老師這樣喊著。我們把握當天下午的時間加緊練習，也跟儀隊一起配合，時間快到了，大家就一同往踩街會場移動。好多人啊！大家都盛裝打扮得熱鬧非凡，我們帶著緊張又興奮的心開始了表演。沿路看到很多人都拿著手機、相機在拍著樂儀隊，心中感覺非常的驕傲。走到後來，疲憊感開始漸漸地跑了出來，腳也痠了起來，旁邊就有人說著：「加油！快到了喔！」就這樣在打氣聲中走著走著，我們走回了會場，心中無比歡欣喜悅，因為大家一起完成了重大的活動！

這一天，結束了，我得到了一個很特別、很值得的回憶！



校外作文比賽心得

戀戀文學，衣袂生香

文字／國二真 廖廷恩

戀上文學之初僅是單純的「喜歡」，喜歡文字鋪陳的魅力，喜歡作者建構的想像，喜歡文章吐露的思想，因為喜歡，所以義無反顧躍入文學閱讀世界，沉浸其中，無法自拔。

在不斷吸收之餘，我懂了很多，但也好像什麼都不懂，隱約中似乎少了些東西。直到受到師長鼓勵，決定參加現場作文比賽，我才恍然大悟，終於體認到自己缺少的區塊，原來我缺乏將腦中儲存的思維輸出的過程。藉由作文比賽的刺激，我在比賽前督促自己閱讀課外書籍，擴充語詞、語句的學習範疇，抓住文章亮點，學習可模仿的寫作特色，再進行仿作。我亦不偏廢之前所累積的舊有知識，「舊學商量加邃密，新知培養轉深沉」，舊瓶裝新酒，舊學新知能融合，釀出更醇濃濃郁，值得反覆飲啜的一罐「知識酒」，以此提升自己的作文素養，擁有最堅強的實學後盾作為應試準備。

在應試後，有幸榮獲佳績，對我來說，這是一個莫大的激勵，也開啟我提筆寫作的興趣，讓我御乘信心持續飛翔遨遊。爾後亦參與了數項作文競賽，不論是筆耕投稿或當場作文，我都多方面嘗試。但比賽並非每次都能成功出擊、凱旋而歸，我也曾遭遇到失敗，成績不比預期中理想，當下鬱鬱寡歡，墜入痛楚。所幸媽媽總會適時開導我，讓我在失敗中看見自己的不足之處，重新調整，再以自信揮灑妙筆，〈領略寫作樂趣〉。

「機會是留給準備好的人」，我多方涉獵與汲取，堆疊創作的經驗，也當作是磨練自我的機會。循序漸進為自我能力奠立扎實的基礎，不斷地貯存寫作能量，以期能筆耕心靈間最感人的樣貌，流淌最真摯的情感。「文興校刊徵文」是一個結合各領域文學寫作的學習園地，旨在促進校園的品德生命教育與文學風氣，撥拾潤澤身心素質之養分，更可用這些美好的智慧洗滌自我的心智，真是一大恩惠。所以莘莘學子若能縱身品德與文學的國度中，用手中最精彩巧妙的筆，寫出生命中的感動，鐫刻心靈的萬種風情，便是為自己蓄積寫作的力量，也能讓他人共享源源不絕的喜悅。

偶然間看到書上記載著：世界上有兩件東西是別人無法搶走的，一是藏進心中的夢想，二是存進腦中的知識。在文學國度中，我吸取文學的養份，為心靈開鑿出一畦沃野，逐步醞釀出思想格局，芳香滿盈，這股熱愛文學的力量持續在我心中燃燒，燃燒出美好的企盼，伸展出希望的枝芽，帶領我勇敢追夢，朝夢想大道前進。

宋代理學家朱熹〈觀書有感〉是我最喜愛的詩，詩曰：「半畝方塘一鑑開，天光雲影共徘徊。問渠哪得清如許，為有源頭活水來」。反覆吟詠，詩中包涵的雋永意味和深刻哲理，似乎在對我訴說要懷抱希望，讀書需要反芻，詩以源頭活水比喻學習要不斷吸取新知識才能有日新月異的進步。我恣意悠遊於文學天地，享受著文學的薰陶，並藉由文學賦予我的深厚思想，營造出新的思維理念，祈願在與文學共舞的歲月中，舞出動人曼妙的翩翩舞姿。

善用人生的彩筆

文字／國三智 張喬雯

我手觸碰彩色天空，眼裡閃過絢爛，如多彩水晶慢慢沉降到我的心靈之窗，我幻想自己將細心呵護那塊珍貴的心靈瑰寶。我渴望乘風翱翔，可以忘卻一切，靜靜地將心力投注於此一我愛寫作，我確信：我早已深深眷戀，如醍醐灌頂慢慢浸潤我心。

寫作對於部分人來說，可能是讓人喘不過氣的負擔，但對於我，筆耕是我生命中最有趣的經營。它是傳遞美好力量的管道、是一種美的化身，或許我就是喜歡上這種如一的幸福。它可以療癒我的心傷，它記錄我的生活點滴，它使我省思、珍惜。我和寫作的羈絆早已超載，我的付出，它的回應，或許不是實質上的支柱，但它是我精神上的祝福；或許不是全部的人生，但它足以代表我的千言萬語。

在作文過程，並不是一開始就很順利，我曾游移不定，總不知從何著手。我內心有股力量鼓勵我：「不要為此感到喪志」，且讓自己將這些挫折轉換成經驗值。寫作不僅僅在記錄生命，亦能表現人生。

當我得知我參加「溫世仁文教基金會」的作文比賽獲獎時，嘴角藏不住喜悅，竟能在人才濟濟中脫穎而出。我想，這股力量來自閱讀。一頁又一頁的翻閱，一行又一行的文字穿梭，讓那寓意的文字在心中拓印，我在字裡行間領悟，對那深切的涵意有無限的感動。我喜歡看書，在浩瀚的書海中徜徉是人生最大的享受，從中累積寫作經驗，則是意料中的收穫。當然又能在作品完成之時獲得滿滿的成就感，更令人欣喜。

我寫文章，最初的目的，只是純粹使自己更進步，活出自己的深度，這也是我為此著迷的證據。一次獲得寫作文比賽優等的經驗，是驚喜也是莫大的鼓勵。我會更加努力寫作，讓自己擁有的潛能不斷發揮，更上層樓，在心領神會之際，能夠提筆寫出夢想的彼端、編織屬於我的未來。

寫作可以帶來喜悅，可以點綴生活，更可以讓我想法豐富。有了文字的洗禮，歷經散文、小說及新詩的心靈對話過程，如感受一場櫻花雨。寫作對我的影響是無形的，在潛移默化中啟蒙了無知的自己。與寫作約會的我是幸運的，用文藻堆疊的情感，我，樂在其中。

* 在暗夜中，一點星光能照亮我們的眼；在逆境裡，一點志氣能激昂我們的心。

「食」遇而「安」

以「人良」入食—福井食堂

文字、採訪／陳桂平



近年來食安風波頻頻爆發，小吃店、超市裡的加工食品，甚至是各大知名連鎖餐廳，無一倖免！在社頭鄉中，有家家戶戶曉的火車便當店—福井食堂，今天堂主陳朝強先生，要與我們分享他的健康新「煮」張。

身為一位餐飲業者，要具備什麼樣的條件呢？朝強老闆堅定的說：「良心」！乍看之下，這項條件是如此的理所當然與稀鬆平常，但仔細想想，這不就是發生食安問題的主要原因嗎？「『食』這個字是由『人』的『良』心所組成的，我們所堅持的良心，成為了客人們長久以來的安心。」

黑心食品令人心惶惶，我們到底該如何吃出健康？「少鹽、少油、少糖、多蔬果」，這是朝強老闆的獨家祕訣，吃得健康又有助於減肥，一舉兩得！

「嘴甜、面笑、腰軟、手腳快」，這是朝強老闆心中最重要的四點待客原則。久而久之，便成了習慣，不只對待客人，連面對朋友、家人的態度，都能充滿正面的能量。

最後，朝強老闆祈求未來的食品能夠充滿熱情與良心，讓人人都能吃得健康又安心！

～朝強老闆語錄～

1. 一個人要有「良心」才有資格從事餐飲業
2. 想要進廚房就別嫌「好熱」
3. 待客守則：「嘴甜、面笑、腰軟、手腳快」
4. 飲食新「煮」張：「少鹽、少油、少糖、多蔬果」

安全至上，誠信第一—食安風暴你我他

文字、採訪／張聚貽

在這次的訪談中，我們訪問到知名連鎖餐飲店「八方雲集」。針對近來人心惶惶的食安風暴，店家也做出表示：「從事餐飲業，無時不以戰戰兢兢的心情，戮力經營，我們盡可能在市場上尋覓最優質的食材，不計成本，優先採用，將產品品質及品牌形象視為經營者的生命。縱使如此，咖哩產品仍被捲入此次風暴，任何人皆始料未及，也實非我們能力所能控管。即使紅蔥油原料僅占咖哩餡料的千分之三，所含油脂比例更是微乎其微，八方雲集仍堅守誠信原則，第一時間聯絡衛生單位，並將產品下架銷毀。這是我們做為餐飲業，秉持良心的唯一作法。我們的污染源來自最上游的誠芳，八方已是第四層的關係，身為受害者的其中一員，我們須獨立面對消費者排山倒海的抱怨，雖然無奈，但也只能謙卑面對，真心解釋並道歉。」

對於食品中標的公司，能夠主動將食品下架，就是一種負責任的行為，儘管自己不是污染源的製造者，也能給社會大眾一個合理的交代。

而在採訪過程中，我們也找了幾個正在享用美食的路人做食安問卷調查。對於全台的這個風暴，我們請問到他們有關於最近的假油事件中，誰才該負起最大的責任。有的人認為是政府的疏忽與怠慢，才引爆了此次的核彈；而有些民眾則覺得，不管是消費者、店家或是政府，都該負起一部份的責任，若消費者以追求食安為主，而不是以價錢高低來衡量好壞，那麼對於店家或是政府官員，也就更不會投機取巧，以利益為他們所向的目標，而是努力將台灣打造成美食王國，讓這個寶島更加的美麗。

其中很多的民眾也提出了自己對於此次風暴的想法，大家都認為是政府沒有將食品把關做到最好，以至於讓那些黑心商人有漏洞可鑽，久而久之，他們也越來越放肆，完全不顧此作法所引起的嚴重後果。而民眾也一致覺得政府得實際把關，嚴格控管 GPS 的認證流程，讓消費者們建立對於食安的信心。而也有民眾提出，經過了這次的風暴後，國人的道德觀皆需要加強，而這種加強，需要從小時候就培養起，由學校和政府積極推動與宣導，把國人的水準拉到最高的位階。

話，食—銘瑤老師的飲食觀

文字／吳英彰；採訪／林宴辰、謝宛庭

曾幾何時，台灣引以為傲的美食竟成為了萬惡的根源；而百姓的憂心，又豈是幾句不帶絲毫誠意的道歉便可以化解！最近，台灣的人民因為各食品大廠的接連出包而悶悶不樂，惶惶不可終日，為此，本期校刊特別採訪了本校擁有多年家政相關教學經驗的銘瑤老師，深入剖析市面上琳瑯滿目的食品中隱藏的營養、玄機與奧秘，闡述自身對於飲食的執著。

近年來食安問題的嚴重性已非往日可及，老師會建議交替使用不同的品牌，以降低風險，分散風險的理論並非只限於財經層面。因此不要購買大包裝的食品，不要囤積，以免過期，一次買適當的量即可。我們也可以改變烹調方式，以防壞東西日積月累在人體中，也可

以親自生產原料，自立自強，為食材嚴格把關！

老師提到，為了均勻攝取多種營養素，因此，青春期的孩子基本上要均衡飲食；相信大家多少都有聽親友提過，要多喝一些牛奶才能長高。無庸置疑，奶類的確供給我們豐富的蛋白質、礦物質和鈣質，但是在其他食物裡頭，也含有不少助於生長的東西，所以不單單是牛奶，甚麼都要吃，各種食物都有身體所必須的營養素，特定營養素過多或特少都不益身心，讓身體能均勻吸收各種營養才是王道。

我們學生早上八點即要上課，因此老師建議早餐可以在八點之前吃完；而午餐因是在學校吃，時間較固定，因此比較沒有時間的差異；至於晚餐最好是在七點之前吃完，也最好不要吃宵夜，如此才不會造成消化方面的問題。但是仍在成長階段的同學，如果想為自己再補充一點營養，可以在睡前喝杯熱牛奶，最好不要喝冰的，因為人體與冰水的溫度差距極大，在喝下冰水的那一瞬間，就已為身體帶來負擔，並且消耗器官能量，久而久之對身體並非好事。而相當多的同學正為了自己的相貌及身材所煩惱，為此，老師表示，戰勝肥胖及其他問題的癥結便是找出原因，若是走錯了這步，就算做了再多努力，也可能只是緣木求魚，到頭來還是一場空；注意三餐正常，飲食均衡，並求助於專業，找出問題所在，對症下藥，問題就可以迎刃而解。

此外，大家都會以為，肉類才是營養的根源，所以主餐大多選擇肉，但其實這樣是十分不正確的。要注意，如果一個人要頭好壯壯，須呼應前面所說的，營養樣樣都要均衡，所以老師的建議是可以選擇一天吃魚，一天吃蛋，一天吃肉；如果今天我們要挑選食材的話，第一點就是要選擇商譽較佳、信譽良好，且規模較大的連鎖商家，唯有如此，在發生重大食安事件之時，才能獲得較傳統店鋪多一點的安心及保障。第二便是考慮食材的保存期限，也可以看販售地的保鮮設備，冰櫃、包裝是否密封衛生等。現在我們的味覺總是被商家大把的調味品所蒙蔽，所以如果能好好利用五官去感受食物的本質那就更好了，在未調理前，食材的本身就綻放出耀眼的光芒，那是它的巔峰期，用眼睛看，用鼻子聞，用手測試，用心去感受，這麼一來，我們或許就能在成千上萬的材料中，尋找到，塊塊略經雕琢便能驚豔四方的璞玉。

由於受到劣油影響，過度香脆、色澤不自然的食品儘量少吃為妙，至於在面對香酥雞、牛排等夜市小吃的香氣四溢，我們應當如何自處呢？

「也就忍一忍吧！」老師抬頭苦笑說。

健康飲食，細心選購—玉瑩老師的提醒

有鑑於這次的食安問題鬧得沸沸揚揚，人人自危，我們訪問了中式美食 DIY 社團指導老師陳玉瑩老師。

校編社：請問老師對近幾年來的食安問題有何看法？

玉瑩老師：因為我有很多的朋友是住在外縣市，而我住在彰化。他們都會問我為何有那麼多關於食安的問題都出現在彰化？我都跟他們說是因為彰化的工廠多，所以問題可能也比較多。而且食安問題在其他縣市也會發生，不單單只有彰化，應該只是在彰化發生的頻率較高。

校編社：請問老師覺得有問題的食品會對我們造成甚麼影響？

玉瑩老師：有許多民眾並不知覺就吃進了基因改造食物，我們實在有必要對基因工程、基因改造生物、和基因改造食品進行瞭解和思考。基因改造的目的，是要提高農作物的產量，例如抵抗作物的疾病、或是增強對環境的抗性；有的是為了降低生產成本、增加營養成分，或延長儲存的期限等等。它們破壞地球物種生態平衡，也有食品安全的顧慮，我們對基因改造食品應該要更加謹慎，才能保護自身健康。

校編社：請問老師覺得該如何預防這些有問題的食品？

玉瑩老師：在買油或是買其他調味料前，應了解產品的來源及原料等，而且不是越貴，或是大廠牌就代表產品一定沒問題。在日常生活中，我們也應該少吃油炸的食物、外食、糖果或飲料。因為你永遠不知道，自己到底吃了多少有毒的食物，累積了多少毒素在你的體內，吃了這些所謂的食品會讓你的身體產生什麼變化。如果想把體內的毒素代謝掉，可以用最簡單的方式，就是多喝水多運動。

校編社：最後請問老師對這次餿水油的事件有何感想？

玉瑩老師：我覺得製造商貪念太多，不懂得知足，才會造成現在身敗名裂，還要被判刑，真是賠了夫人又折兵。然而，也因為這件事，在生活上，大家得到了一些教訓，在採買食品時會更加注意；在為人處事上，也更明白知足的重要性。



樸實的真味－頤香園牛肉麵館

文字／吳英影；採訪／林宸辰

在繁華的南北街，市場中一個靜謐的角落，有著一家遠近馳名的麵館－頤香園。它神秘隱身於不大的店面，卻總是高朋滿座；其噱頭甚少，賣的，只是一份對於美食的堅持，與那滿滿的人情。這點，在食安風暴發生後，更是明晰可見。光顧的客人們依舊絡繹不絕，高朋滿座的情形依然沒變，全然沒有任何減少的跡象。這，除了出於民眾們對老店的信任外，自然，也要歸功於長久以來頭家用心的耕耘。

到底是怎麼樣，才能造就這麼一個歷史悠久卻仍屹立不搖的店家呢？今天，我們走訪了頤香園，得到了全新的體悟。

午後時分，正是享用美食的大好時機。一走進營業地所在的騎樓，便看到了一縷縷白煙冉冉飄逸，櫥窗後的大廚正揮汗如雨，賣力的炒著一道道佳餚，辛勤的豐厚成果，便是客人們一張張滿足的笑顏，汗水所換來的甘甜，便是一盤盤令人垂涎的美味。

端上桌的麵條粗細適宜，湯頭爽口道地，漂浮於其上的時蔬更使菜色多了健康與一絲絲綠意，入口即化，咬勁鮮嫩的牛肉令人驚嘆不已，而在一旁琳瑯滿目的小菜，更是精粹中的極品，涼拌鹹淡適中，滷菜鮮美入味；在這裡，從小細節裡都能看出主事者的用心及誠意，如此店家，實可稱作食界楷模。

他屹立不搖的原因，在於全心全意的為客人著想，以及堅守崗位的負責態度，樸實的裝潢中，蘊含的卻是無窮的華麗也比不上的信念。

而店家有信心讓台灣重擁「美食王國」的光芒嗎？不會再讓黑心商人橫行於市面嗎？面對記者的提問，老闆叔叔微微一笑。肯定的回答，一抹堅毅且篤定的力量。在內憂外患不斷的台灣，百姓惶惶不安的此時此刻，卻還有一群默默耕耘卻從不聲張的堅定力量正為了重振台灣美食形象而努力，我們不須、也不必在過去的恐懼中活著，也不必怨天尤人；相反的，我們應該向前看，台灣的命脈掌握在我們自己手中。心意不再被黑心商人所左右，柳暗花明、峰迴路轉，誰說未來就是無底的深淵？停止無盡的內耗，勇敢的向未來邁步，讓我們齊心為台灣盡力！

舞動臺灣信心的麵線情——合德好吃

文字／鄭育湘；採訪／柳羿萱

「合德好吃」位於人來人往的南北街上，歷史悠久。店面小巧，空間連教室的二分之一都不到，專賣麵線糊、碗粿、肉粽。只要一走進店面，食物香氣就會撲鼻而來。尤其是它們的招牌：麵線糊。從遠處就會聞到濃郁的香氣，麵線糊的上方飄著白霧霧的水蒸氣，想必就是這些水蒸氣，將客人從遠處吸引過來的吧！

眼見鍋子裡賣的麵線糊所剩無幾，趕緊向老闆點了一碗來品嚐，深怕晚了一步就吃不到這傳統的料理。看著裡面的香菜和肉羹都快塞滿整個碗，讓人食指大動，胃口全開。上頭所點綴的幾片香菜，讓整碗麵線糊感覺充滿生命力。咬一口軟QQ的麵線，麵線似乎還在嘴裡跳動著，隨後簡直入口即化。老闆說，麵線要好吃，最重要

的就是放感情下去煮了。或許這就是每次老闆的麵線糊都可以賣光光，而且客人們吃完時，都帶著微笑離開的最重要的原因之一吧！

臺灣目前已淪為「食品『亡』國」，消費者已經漸漸不信任臺灣業者做的食品，更何況是外國顧客呢？老闆則是滿懷信心，認為臺灣美食的創意無限多，光是一個夜市，可供選擇的美食就百百種。一種食材就可以有多變的樣貌，只要團結，必定可以振興台灣的美食好形象。臺灣人一定可以重新把臺灣再次變回「美食王國」，只要大家一起努力，一定可以成功的。

雖然近幾年來，臺灣被捲入一場場超大型的食安風暴中，人心惶惶，對業者沒信心的情況下，連帶業者的生意每況愈下。縱使如此，還是要記得，臺灣的每個街角，都有著抵抗黑心食品，默默地為美食努力著的一份良心，希望這份力量可以重新為大家在心中點燃一道亮光，更照亮臺灣食品的新道路。



細心挑選，信心重建——統一冰店

文編／黃譯萱；採訪／謝子萱



近幾年來食品安全連連出問題，鬧得人心惶惶，但對我們這次採訪的田中統一冰店似乎沒有太大的影響。店家老闆表示：「這次的林鳳營鮮乳危機雖然讓大家都十分害怕，不過對我們的產品並沒有很大的影響。」可見消費者並不是對所有食品抱著恐懼之心。不過台灣已從原來的「美食『王』國」淪落為「美食『亡』國」，店家認為，首要的「台灣重生運動」不只是抵制頂新，更要找回消費者對自家商品的信心，並且請消費者在購買食品時要小心挑選，不要只看到國家食品認證就購買，才能吃得健康又安心。



Pie Lin



*清風明月知玩賞，就能擁有；浩瀚卷牒知開卷，就能獲益。

築夢拌食

書展

文興高中溫馨文興「教學資源中心」資料 2014.11.10

1. 「悅」讀書展於 10 月 27 日至 10 月 31 日在教學資源中心閱覽室展出，依師生推薦優良書籍採購 28998 元之優良圖書。



2. 暑期閱讀心得寫作比賽得獎作品共計 192 篇，特優 30 篇、優等 52 篇、佳作 112 篇，共有 939 位同學獲得認證資格。
3. 103 學年度上，閱讀活動資訊，相關辦法詳見教學資源中心網站。

項目	起始日期	截止日期	對象
暑假作業暨閱讀心得比賽	103/7/1	103/10/30	高國一、二學生
小論文校內競賽	103/7/1	103/10/30	高中部學生
悅讀書展	103/10/27	103/10/31	全校師生，由華禹文化事業股份有限公司協辦。
雪泥飛鴻閱讀獎勵辦法	103/9/1	104/1/15	高國一、二學生
喜悅讀書獎勵辦法	103/9/1	104/1/15	全校學生
文馨書閣、好書分享	103/9/1	104/1/15	每月於網路上分享
晨間閱讀	103/9/6	104/1/15	每週三、四早上 7:45 至 8:00 (國一、二學生)
閱讀認證	103/9/1	104/1/15	全校學生

為自己唱采一聖歌比賽

文字／謝芳諭

每天，每經過一個班級就會聽到美妙的歌聲，會看到每個人都為了爭取班上的榮譽而努力。

每個班級在練習時，如果有不好的地方，老師一定會挑出來告訴我們該如何改進。有些同學會覺得這是老師在批評我們，只看到不好的地方，而沒有看到好的地方。然而，倘若沒有這些批評，哪來的進步方向呢？能知道自己的缺點，在比賽前改進，就有機會在比賽時展現最好的一面，向大家展現我們的厲害，即是最好的證明，只要自己覺得精彩，就夠了。這世上，任何人都不能不看好我們，除了我們自己，因為只有自己知道，付出了多少時間、多少心力。所以在面對任何比賽時，要對自己有信心，要勇敢去做。其實我們遠比自己想像中的還要堅強，當有天回頭看的時候，會發現自己經歷了一段從來都沒想像過的精采旅程。

這次的聖歌比賽，每一班的水準都很高，每一班都不分上下，不論成績好與壞，報佳音與否，都要勇敢接受，因為這是大家齊心協力努力過的成果。



教孩子好好戀愛、好好分手

節選自 2011-06 親子天下雜誌 24 期 作者：賈靜蓀

將青春期的戀愛經驗，轉為一種美好的學習和生命經驗，化成孩子人生的養分，家長其實扮演最關鍵的角色。

孩子談戀愛，父母心情調整四原則：1、要沉着。2、在最短時間內，找到孩子信任、可以聊天的「重要他人」。3、支持孩子，讓戀情公開化。4、分享自己的戀愛、失戀經驗。**尊重自己，學會說「不」：**父母要替孩子製造機會，累積與其他同齡異性互動的經驗，避免太過倚賴一個人。黃心怡提醒少女，愛情有兩種：一種是心靈的交流，另一種是身體的探索。想保養第一種愛情就要堅持，並且請男生尊重。學會尊重自己是一劑最好的預防針，必須教導孩子有意識和有能力的說「我不喜歡」、「我不舒服」。

分手分得乾脆有三原則：1、時機，要在沒有第三者出現之前。2、地點，選在可以談話的公共場所。3、保持合理距離，堅持回復到最原始的男女關係，勿口出惡言。**分手需要時間：**好的情感教育是告訴孩子，分手不代表你不好或他不好，可能只是不適合。有滋養、穩固的親子關係，孩子在接納感情時，比較可以用理性態度去看。失去了愛情，也不會是世界末日，因為還有其他東西。

全文請見 <http://m.parenting.com.tw/article/article.action?id=5019922>

歡笑淚水交織成長營 / 責任使命成年禮讚

溫馨聞心園輔導室報導

每年升高三同學舉辦的成長營及成年禮，是文興最具特色的傳統，這兩個活動讓高三同學認知到人生一個階段的告別，同時也是另一個階段的開始，它提醒孩子們責任和義務，深刻理解生命意義與存在價值，學習感恩、愛惜自己及尊重他人，能夠以認真的態度來面對自己的未來。



此外，10 月 4 日舉行的成年禮，經由特殊的儀式讓每個同學更懂得感恩與借福並對生命與責任感有深刻體會。

今年成長營於 7 月 25、26 兩日在風光明媚的曾文水庫舉辦，其中探索教育活動中體驗自我超越與挑戰，體會合作競爭的意義；藉著燭光禮，同學彼此傾訴內心最真誠的話語，孩子們感動、落淚，有和緩有釋懷，更加凝聚班級深厚情誼。



值得一提的是每一頂成年帽都由每位孩子在生命教育課老師引導下親自摺疊而成，象徵每個人從此刻起，必須開創、編織自己的人生並為自己的生命負責任。經由各班導師為孩子們戴上更彰顯賦予使命的深層意義。



天主教文興高中 103 學年度成



用團結拔出午後彩虹—拔河比賽

文字、採訪／陳桂平

段考後的下午，稍微有點熱的天氣，學生們卻無不精神抖擻的，將燦爛的笑容綻放在所有人的臉上一是的！就算再累也甘心的拔河比賽終於開始了！

俗話說：「台上一分鐘，台下十年功。」因為有過努力，才能得到豐美的果實。優勝隊伍為了這次的比賽，無不使出渾身解數，專業的體育老師們也拿出看家本領傾囊相授，例如規劃一整套的「魔鬼訓練」——與高、國中的學長姐、學弟妹們互相切磋——此外，許多隊伍甚至放學後自動自發留下來練習，為的就是一股「輸人不輸陣」的志氣。

訪談中發現，原來多數隊伍都面臨過同樣的問題——「起內鬨」，這也是團隊比賽中最大的困難與考驗。那麼，面臨這種情況該如何克服呢？二敬的范書誠笑著說：「跌倒了要再爬起來，起內鬨就得復合。」更有人分享：「先冷戰幾分鐘也無所謂，等到氣消了，又是無話不談的好伙伴。」趣味的是，有同學提到，爭奪冠軍的時候，腦袋中只想著老師答應給優勝組別的獎賞，所以，一定要贏啊！

「隊伍之間的團結和努力的精神是我們成功的關鍵。」可見，拔河比賽不僅凝聚了班級的向心力，更讓莘莘學子們從這項運動中體會到團結努力的重要，過程中付出的滂沱汗水終將得到超出預期的榮譽！



散文類總評 蕭文琇老師

隨著寫作素材的多元化，寫作內容的生活化，「飲食」在文學殿堂中早已自成格局，佔了個色香味俱全的地位。舉凡小說、散文、詩歌、電影，無一不包；懷舊、抒懷、人情、鄉愁，羶腥不忌。飲食文學正是文壇中的一種流行。

此次徵文主題，主辦單位頗具慧心的訂了「飲食萬花筒」的主題，不但趕上這股流行風潮，也提供同學們更寬廣的發揮空間。然而令人略感遺憾的是：來稿數量少得教人憂心，內容似乎也落入懷人的俗套。飲食文學寬廣無拘束的天地，似有一種無形的束縛，莫名的網綁著同學們本應奔放不羈的心靈。這正是在此次文中所嗅到教人憂心的氣息。為此，我寧可鼓勵同學們在文思方面可以自我一點、放肆一點。在文采方面可以更華麗一點、精準一點。

所幸，尚有數顆星光熠熠閃耀，文采粲然、巧思獨俱，令人欣喜。然欣喜之餘卻也嗅出隱隱匠氣，故而也提醒同學，為文當發自內心所感，以生活體味為基礎，佐以精練的技巧方能感動讀者。去讀一讀林文月的《膳食札記》、韓良露的《微醺之戀》，甚至焦桐的《台灣飲食文選》……，其實古今中外都有不少令人陶醉、引人遐思、教人食指大動的飲食佳作。

首獎 散文類 國二真 廖廷恩〈外婆·美食·幸福味〉

我在尋找一個人，一個用心料理食材的人；我在尋找一種味道，一種值得反覆咀嚼的味道。出發，總要有個方向，從「心」出發吧！在我的心目中，外婆仿若「美食」的代名詞，經過她的巧手料理，平凡無奇的材料變身成一道道精緻可口的美食，當美味在舌尖上舞動時，咀嚼出來的不單是口感的滿足，更多了一份心靈安定的愉悅，心裡流淌著滿滿的感動。這不是錦食玉饌，只是再平凡不過的菜餚，為何擁有如此強大的魔力，讓我魂牽夢縈，使我蝕骨銷魂？隱藏於心的疑問，在我與外婆的飲食人生交會邂逅下逐步揭露顯現，綻放全貌。

外婆的童年生活貧困，近始齣之年離開親生父母，被收為養女，從小每天就要打理繁重的家務，無法求學的她，常遭人羞辱嘲諷。成家後，因外公工作較不穩定，外婆做女紅補貼家用。諸多窘迫的生活經歷，造就外婆多能鄙事的工夫，從選材做菜中，我便發現外婆的細心節約、講求效率、追求完美的特性，她傾注愛與創意羅列出一道道簡單平易而美味的家常菜，鋪陳出她性情的真善美，一碗滑潤的牛肉麵，代表她的敦厚溫情；一盤酥脆的芋頭卷，展現她的古道熱腸；一罈料多的佛跳牆，顯露她的親切寬容；一鍋濃郁的四神湯，勾勒她的善心柔和。這些看似平凡的料理讓外婆人生的豐富美好一覽無疑，深深撼動我的心。

細數大江南北各宗各派美食，外婆都能說出箇中精華，簡直就是一本美食經典，我問外婆為什麼沒有任何菜難得倒她？外婆笑稱其實做菜說穿了沒有任何訣竅，不管是什麼菜，基本道理都是一樣，至於味道，則是個人經驗的累積，加入創意去變化。我觀察外婆從挑選食材、清洗整理到下鍋烹調的過程中，她都逐項謹慎處理，務求滲入味蕾的是動人的滋味。我體認飲食的學問博大精深，不單是煎煮炒炸燉蒸燻燴烤的工夫而已，要創造回味無窮的滋味更需付出努力去琢磨，方能組合出絕妙美味。倏爾思及自己的求學，我感悟到追求不同類型的學問仿如烹煮各異的食物，要根據食材的特性加以調配出完美味道，學問也要經過慎思明辨組織出架構，才能充分吸取精華，咀嚼出學問的真諦。

英國美食推廣家 Jamie Oliver 說過：「我深信食物的力量，在我們家占有一席之地，為我們留住生命中的美好。」誠如他的這番話語，外婆賦予了美食溫度，而美食也呈現出她的人生典範。外婆雖然沒有高深的學識，但透過一道道美食，她刻劃了人生跌宕起伏的閱歷，蘊涵了行過風雨後的淡定從容，也傳遞了對我們兒孫晚輩樸實無華的愛，為我們家傳承了許多有形與無形的信念和價值觀，營造出源源不絕的幸福好滋味。

二獎 散文類 國二智 江沛盈〈阿嬤的味道〉

每到傍晚五、六點時，家家戶戶開始飄出一陣陣各具特色的香味，家中的箇中好手——阿嬤與媽媽們，都正展開身手，為了即將返家的孩子與先生，用心煮出一道道不同凡響的佳餚。

每當放學回到家時，在門口如果聞到一陣熟悉、獨特的香味，我馬上就會大聲的喊著：「耶！是炒飯耶！」那原本已疲憊的心瞬間雀躍起來，因為這道炒飯永遠是最獨特的，我都叫它「阿嬤炒飯」。這道菜的創始者就是我最摯愛的阿嬤，為什麼會如此特別呢？秘密配方就是「糖」，所以才深受小孩子的喜愛，甜蜜的感覺滲進每一粒米粒裡，讓人愛不釋手。

只要餐桌上有這道菜餚，我和弟弟的筷子就不會停住，把每盤

菜都吃到見底，在一旁的阿嬤就會笑著說：「熬孫～吃慢一點，別噎著了！」我含著滿口的飯跟阿嬤講：「不會啦！誰叫您煮得那麼好吃！」媽媽就會提醒我說：「女孩子吃飯要有吃相啦！」全家笑成一團。

在這碗看似不起眼的炒飯中，其實只有蛋、醬油和糖的搭配而已，但卻能讓人百吃不膩，我想這就是阿嬤因怕孫子飢餓而用心炒出來的，才能擁有阿嬤專屬的味道，這也是忙碌的媽媽為何無法炒出那種味道的原因所在。相同的食材、相同的份量，卻炒出兩種味道，我想是因為兩人的重心不同，媽媽雖一心想炒出阿嬤的味道，但繁忙的工作使她力不從心，所以炒不出阿嬤的味道，看來除糖以外，阿嬤的心是決定這道菜好吃與否的關鍵。

雖然長大後和阿嬤分隔兩地，但偶爾回去探望阿嬤，阿嬤依舊問：「甘呷飽阿？炒飯呼你吃好某？」聽到這句平凡不過的問候，心裡卻是百感交集，這碗帶著微甜的炒飯就像在倒映著我的童年是多麼溫馨與幸福，不禁感嘆漸漸長大的我，不能夠經常回去孝順阿嬤，再加上阿嬤已經年近八十了，身手也不比以往，無法再炒出一粒粒金黃米粒……。

現在的我把握和阿嬤每一次的見面機會，和阿嬤一起看鄉土劇、幫阿嬤「抓龍」，甚至是一起炒出專屬阿嬤與我的甜蜜炒飯，只要能和阿嬤在一起，就是我最大的願望，也相信阿嬤的味道會繼續陪伴著我。

三獎 散文類 國一真 黃子慈〈飲食萬花筒〉

飲食是人們生活中不可或缺的一部分，各種文化中的飲食習慣以及口味都獨具風味。每個人的喜好不盡相同，在各種不同的環境裡也造就了各個獨樹一幟的飲食文化。

說到台灣的飲食文化，最讓人印象深刻的即是遠近馳名的小吃。許多外國觀光客參訪台灣最鍾情的正是台灣古早味的味道。擔仔麵、肉圓、棺材板、碗粿……許許多多讓人垂涎三尺的美食，更是觀光客愛不釋手的最愛。當然也有讓外國旅客害怕、在地人卻津津有味的菜餚——皮蛋以及臭豆腐。不少外國人看見剖開的皮蛋中間那有如膠水般粘稠的液體，以及被那刺鼻的味道嚇得不停推拒；臭豆腐濃郁的氣味亦是讓他們感到害怕。但最為讓他們驚訝的，而是不少台灣人喜愛的豬血糕。

當然還有以海鮮聞名的日本文化，令人印象深刻的生魚片，加上些刺鼻流淚的芥末。當一起放入嘴裡，入口即化的口感，魚的鮮味藉由芥末提升，一股腦兒的衝上腦門，油脂分布均勻的魚肉在舌尖上舞動，挑動著舌上的味蕾。而拉麵也是日本飲食文化當中佔極為重要的一部份，各地的拉麵味道亦不相同。有的拉麵採用昆布作為湯底，鮮而不膩；有的拉麵採用豚骨熬製的高湯，濃郁的香氣也是不少饕客的最愛！顏色豐富且美味無比的壽司，更是日本不可或缺的代表性角色，壽司米有點微酸、黏密而爽口的口感，並加上裡面豐富的內餡，加些肉鬆提升香味，加些小黃瓜讓壽司加上健康概念，有些壽司加些日本道地的明太子，嘴中的明太子「破！破！破！」的從嘴中爆裂，這種獨一無二的感覺，令人難忘啊！

人們常以速食作為美國的飲食代表，但其實美國是各國飲食文化的大熔爐。

不少的華裔商人為了經商移民美國，在當地落地生根。然而，在離故鄉多年對於家鄉的佳餚仍是念念不忘，便在當地做起了家鄉的知名美食。中國餐館在美國開始愈來愈盛行，當地各州的菜餚也極為風行，使得美國的飲食更加多元。而美國都會生活相當繁忙，在各處都能看見速食店的招牌，在時間緊迫下人們選擇吃能在車上快速解決的餐飲——薯條、漢堡還有可樂。薯條脆脆的口感並加上酸酸甜甜的番茄醬，讓人不禁一根接一根的品嚐這滋味；由蔬菜、肉類組合而成的漢堡，並加上獨具風味的醬汁，往往讓人意猶未盡。

正是因為世界的飲食文化各有不同，而人們以包容、客觀以及欣賞的態度面對且接納，使得各國的飲食愈加多元。不僅僅是擁有在地特色，更是多了不同的選擇能接觸異國文化。當世界各地的飲食結合在一起，正是多采多姿，引人關注的飲食萬花筒。



*忙碌時，靜下心眼，可以看見美的事物；忙碌時，靜下心耳，可諦聽美的聲音。

佳作 散文類 國一勇 李易庭〈愛的潤餅〉

哇！好豐盛喔！餐桌都快裝不下了。滿桌的菜讓我垂涎三尺，想要拿起筷子吃時，媽媽說：「小笨蛋！這些菜是要用餅皮包成潤餅吃的。」當我還在思索時，媽媽拿著米白色的圓柱體給我，雖然看起來不太好吃，但媽媽都包了，身為乖女兒的我雖然懷疑了一會兒，還是大口咬了下去！那味道，遠遠超出我的意料，潤餅皮的鹹香提升了餡料的美味，有蔬菜的清甜，肉絲的嚼勁，蛋皮的焦香，還有花生粉的香味，不只這些，裡面還有媽媽滿滿的愛，讓我一輩子都忘不掉的好滋味。

清明時節雨紛紛，媽媽這時在廚房裡備著料，也因此潤餅又稱為春捲。自從第一次品嚐到那好味道，我就一直想動手試試看。結果第一個作品因為太過貪心，包到餡料都掉出來了，但媽媽不斷鼓勵，我重拾信心，一連包了十個潤餅給大家吃，大家吃得津津有味，讚不絕口，媽媽說：「我的女兒長大囉！還懂得分享，很棒喲。」聽到這難得的讚美，我很開心，但卻不知道要怎麼表達，只是靦腆的笑一笑，此時大家說：「不如換大師幫我們鑑定吧！」在我還來不及反應時，每個人都已經做好一個潤餅，我先品嚐哥哥的，但因為太多肉，所以淘汰；爸爸吃素，所以都是青菜，味道平淡，也淘汰；姊姊的太甜，淘汰！唯有媽媽的餡料搭配平均，所以獲得冠軍！因為快樂，讓我體會到分享美食的幸福，也因此它成為我最喜愛的節日。

清明節做潤餅已成為我成長中非常重要的過程，因為當時有媽媽的鼓勵，才能讓我做事情有始有終，不會進行到一半就放棄；因為有媽媽的教導，我才能認真做事、不馬虎；因為有媽媽的堅持，我才能得到那麼多的啟發，也才能培養出現在的我。謝謝您，媽媽！

潤餅從以前流傳到現在，中間經過很多的改變，但其中的人情味始終沒有改變，這份情一直深藏在人們的心中。只是現在科技發達，個個都是低頭族，我們可以透過這個節日聯絡感情，繼續把美食文化傳承下去。

佳作 散文類 國一勇 江芳瑜〈端午情〉

每年到了端午節，家家戶戶都會吃粽子來慶祝，當粽香瀰漫時，我便會想起外婆親手包的粽子，那份口齒留香、回味無窮的味道，充滿了外婆的愛心，如雨水般滋潤了我們的心。

小時候，有一次端午節回外婆家，看見餐桌上五花八門的食材，不禁令我瞠目結舌、口水直流，外婆看見我這麼歡喜，心中也很得意，便在我面前大展身手。外婆先將粽葉洗淨，摺成漏斗狀，再放進飽滿潔白的糯米，加上爆香過的瘦肉、花生、蛋黃等配料，用粽葉包裹後再用棉線捆綁起來。我在一旁瞧得津津有味，也想試試身手，但我不僅沒將粽葉擺放好，還將配料灑得滿地都是，縱使我將廚房鬧得天翻地覆，外婆不但沒責怪我，反而細心指導我包粽子的步驟。在我眼裡，他不僅是我的外婆，更是一位慈祥的好老師。

接著，我們將包好的肉粽放進蒸籠裡，我滿心期待的守候在蒸籠前，想要看到出爐的那一刻，但外婆總是害怕我會燙傷，不停地

叮嚀我到一旁等候，我就有如初生之犢，不畏懼灼熱的大火，好奇的湊上前觀察，過了許久，蒸籠冒出濃濃的白煙，外婆要我後退點，避免被煙霧嗆到，看到一串串親手製作的粽子，心中的喜悅不言而喻，急忙邀請親朋好友一同來品嚐我和外婆辛勤付出的結晶，看著大家都吃得津津有味，我高興地望著外婆，心中的那份成就感油然而生。

每次吃粽子，我都會想起這段和外婆一起包粽子的美好時光。雖然現在已經吃不到外婆做的粽子，但是每當我想起那滋味，就會感覺每顆肉粽似乎都包覆著外婆滿滿的愛心，也將一家人的心緊緊地繫在一起。

首獎 散文類 高一忠 張絮貽〈雞蛋糕〉

那是我童年的味道。

下課的鐘聲打起，五臟六腑像是一組默契極佳的樂團，齊敲打出飢餓的節奏。我站在校園邊的步道上，等著一個熟悉的聲音——外公的摩托車聲，興奮的心情就如同一名踩著踢踏步伐的舞者，一刻也靜不下來。

「阿公，快！」躍上機車前座，我催促著阿公快帶我到我心上的那家美食天堂。它開在路邊，店面是由卡車所建立的行動攤販，沒有特別精緻的裝飾，簡易的搭設可看出老闆娘隨意而不受拘束的個性。沒有細心去留意或許還找不到，但一走近，烤香的氣味就有如調皮的小精靈在嬉戲，一不小心就溜進了你的身體裡，誘惑著你一同來玩耍；而這也是這家店裡，最自然的誘人招牌。

「二十塊奶油的，是嗎？」老闆娘見我和阿公，親切的露出燦爛的笑容，偷走我往常停不了的聒噪。我笑著點頭，回應她一個微笑，同夕陽般耀眼。拿起瓶子，老闆娘熟練的將奶油倒上模具，而我心中的期待，就像那些奶油一樣，滿溢了出來。直到蓋子再次掀開，小精靈們一瞬間跳出，激起了我內心等待已久的浪潮。拎著剛出爐，用牛皮紙袋裝著的雞蛋糕，我伸手拿了一塊，雖然很燙，但卻是最愛的兔子形狀，焦黃的顏色使我肚子裡的那組樂團又開始唱起交響樂，敲打起節奏。

直到升上國一，我的生活有了極大的改變，原有的作息忽然間被抽離，像是整個被翻轉了一樣，只留下一個還沒習慣的我。先是課業明顯變重，後來又加上晚自習，傍晚和點心約會的時光，一時間被學校裡制式化的用餐規定給取代了。到了現在高中，似乎也就熟悉了這類模式，雖然沒有雞蛋糕的陪伴，但和同學的相處，也成了我每天的期待。夜歸途中，我偶爾會貼近車窗，明明知道那輛卡車不會在那裡，卻還是想要找尋老闆娘的身影。經過了好幾年，不知道老闆娘是否依舊準時地在三點時擺攤，等著迎接下課的人潮；不知道在她的記憶中，是不是還存著一個小女孩曾每天都到那報到的畫面。有些時候，我會想起那恰到好處的焦黃色，和那些滿溢的純白奶油，還有牛皮紙袋才有的特別摩擦聲，它們總在我心裡刻下一道懷念，懷念我童年的味道。

* 有夢就要放膽去追，有愛就要放膽去愛。

首獎 散文類 高三仁 吳亞倩〈他〉

他喜歡海。

閒來無事時，他最喜歡搭著公交車從彰化到鹿港，這個純樸又充滿歷史薈萃的地方。

路過兩側高低錯落的屋宅，門楣及樑上題著每戶人家姓氏或商行名稱，不難想見昔日風華。

初來鹿港時，因緣際會下認識一位來自泉州的師傅，雖然師傅是土生土長的台灣人，但祖上確實是從「對岸」漂洋過海來的，這讓他對師傅十分有親切感。

他喜歡到師傅店裡作客，師傅家裡開的是糕餅店，鳳眼糕和牛舌餅實得大好，可他最愛的卻是石花糕，他會在師傅店裡待幾個小時，吃著石花糕，一邊配茶。石花糕的香味就像他記憶裡家門前種的一樣，飄著淡淡的花香。他幼時家裡窮，吃糕餅是過年過節時才有的事，沒想到現在竟能如此悠哉地喝茶、享受糕餅。

下午是師傅店裡最忙碌的時候，他通常不會待在那兒礙手礙腳，逛街便成了他消磨時間最好的方法，可鹿港街上別的沒有，吃的最多，不知不覺他也成了一些小店的忠實顧客。蚵仔煎、蚵嗲、蚵仔青、蝦猴等美食比比皆是，但凡吃過的人都覺得齒頰留香，他自然也是如此，但比起那些，他更愛鹿港的燒肉圓。燒肉圓單以豬肉作餡，配以蒜泥等特製的調味醬，鮮甜不失口感，在他的家鄉，他未曾吃過肉圓，甚至連聽都沒聽過，可他到了鹿港，每每要上幾顆才會過癮。

還有一味是他必嗜的最愛——當歸鴨麵線。起初他會想吃，只是不經意看到「當歸」這兩個字，也許在一般人眼裡，當歸僅是中藥名稱，可在他心裡，這兩個字有著特別深的涵義。「當歸，不歸？」每當他吃著帶勁兒的麵線，喝著鮮甜的湯頭，總是一次又一次在心裡問著自己。他一直覺得他是遊子，可這「歸」字，究竟是「歸不得」，還是「不得歸」，他是想也不敢想。

通常一個下午下來，他便吃了不少東西，但撐是一回事，「吃氣味」又是另外一回事。他總愛在市集小販的攤上，買支俗稱「皇帝點心」的龍鬚糖。糕餅在年幼時吃不起，糖卻是常吃，他還依稀記得以前央著母親買糖吃的模樣，寵他的母親總是不忍拒絕，拿到糖的他歡天喜地的跳上跳下，硬是拽著母親，在母親的頰上吻了幾口。

之所以喜歡海，因為在海的另一頭，才是他真正的家鄉。

民國三十八年隨軍來台，彼時他還只是個意氣風發的少年，堅信過沒多久他便能再次踏上故土，可他沒想到的是，在台灣一待便是六十餘年。六十年来，有家，卻歸不得，他不敢想像，他的母親在臨終前是如何惦念著他。

他信步走到海邊，隨處找了個地方坐下。聽說這裡過幾年要蓋工業區，也不知道蓋好了之後，這裡的海景會被抹煞多少？也許，他無緣見得工業區落成也不一定。

三獎 散文類 高一忠 黃芷憶〈飲食大觀園〉

在大觀園裡，一個個扣緊我們憐憫之心的人物，沒有刻意的鋪張，他們卻悄悄的走進心裡，以小見大的刻畫出最真實的人物。食物，生活中最平凡尋常的存在，我卻深深的在大觀園裡品嚐出酸甜苦辣，一份真實的感動。

黛玉，身體孱弱，只適吃清淡之食，十頓飯吃不著五餐，一吃蟹就心上發疼，她注定了那株只用甘露水灌溉的仙草，對於水構成的她，世俗之物即是負擔。水，無色無味的平凡，不可或缺的重要。那樣純淨透明的心，如水般清澈；清麗脫俗的人格，無味卻深植人心。她不食人間煙火，帶著美麗的哀愁。

寶玉，喜吃女性胭脂，用純潔之心品嚐，恰似那味紅，只存於如真似幻夢中。胭脂讓他與女子有了一道奇妙聯結，她們用胭脂裝扮自己，寶玉吃胭脂表達真實自己，早已超越了食物境界。沒有半分雜念，對女性，一點紅，吃出深刻的疼惜。

妙玉，雖入空門，卻渴望人間情愁。對於一杯茶的執著，象徵著對世俗不忘的眷戀。茶具用的是古器珍品，積得五年梅花上的雪水，熬成甘醇甜美的茶。一杯茶苦中帶甜，人世間笑中帶淚，又哭又笑的，回甘後喝出對微塵眾生最深層的依戀與悲憐。

劉姥姥，滑稽得夾不起那顆雞蛋，成為了被捉弄的對象，卻也因此獲得大家的喜愛。是否，那一顆圓滑雞蛋代表著她處事的圓融？未煮過的雞蛋一摔就破碎，經過高溫水煮沸變得有彈性。世俗的磨練是一次次生命的累積。一口咬下，初嚐未覺有重的口味，經咀嚼後卻有齒頰留香的特別風味。

大觀園美食不是山珍海味，而是用平凡的食物卻經一道道繁雜的製工，耗費多少食材精製出家常小菜，吃的是製作過程提煉出的美味。又或者，一盤清粥小菜，一碟粗茶淡飯亦能嚐出人生之美。若未能細細品嚐，都云作者癡，誰解其中味？

佳作 散文類 高一和 張祐綫〈記憶中的美食〉

記憶中，那些山珍海味的味道有點模糊，但是有個味道怎麼忘都忘不掉，徘徊在唇齒間，迴盪在腦海中，那道美食其實很普通，家家戶戶都可以吃得到，但是那道美食的每一口都是滿滿的愛與關懷——外婆的愛與關懷——那是外婆的蛋炒飯。

顆粒飽滿熟透著金黃色澤的炒飯，濃濃的醬油香，灑在炒飯上的玉米和有如巴掌大般的荷包蛋，外婆的蛋炒飯，要說五星級的食物可能還略輸一籌，那種香味，一口吃下去嘴裡，那米飯和玉米彷彿在嘴裡跳起熱情的舞蹈，而醬油香則是迴盪在口中，久久散不去，再把荷包蛋一口咬下去，人間美味就在嘴裡擴散開來，而在那裡面還有滿滿外婆思念我們及掛念我們之情。即便肚子已撐得像個大皮球似的，但只要一看到外婆的蛋炒飯，那皮球彷彿洩了氣般，肚子又瞬間餓了起來，吃一百碗都不是問題，說到外婆那雙靈巧的手可是連阿基師都自嘆不如。

以前不常住在外婆家，久久才能吃到那色香味俱全的蛋炒飯，所以過去到外婆家一定會吵著外婆弄給我吃，還記得有一次外婆出去到田裡工作，是外公炒給我吃的，但那炒飯吃起來雖然好吃，可是總覺得少了那麼一點「味道」；而現在，天天住在外婆家，也就像天天要做的例行公事般，每天晚自習下課一回到外婆家就一定會吵著外婆炒蛋炒飯給我吃，每當外婆在炒蛋炒飯的時候，我總是默默的站在外婆旁邊看著她那雙靈巧卻些微蒼老的手握著鍋鏟攪翻著飯，外婆她從來不吃，只是每次當我吃得津津有味時，則換成外婆她默默的坐在一旁帶著慈祥的笑容看著我一口又一口吃著，就像是自己在吃一樣，而也是因為如此，有一次，我親手餓了外婆吃了一口，她只是點點頭，並沒有多少的表示什麼，但我知道她也一定覺得很好吃，而外婆的蛋炒飯也就像是有著魔法般，總能把我一天累積下來的課業壓力都拋到九霄雲外。

外婆的蛋炒飯，承載著外婆的愛，而每一口都是那樣的美味，在我記憶中所有的美食，沒有任何一樣比得上外婆的蛋炒飯，沒嘗過的人也許覺得很普通，但每個嘗過的人，沒有人不讚不絕口的，每當吃著外婆的蛋炒飯，就會想到外婆那爬滿著皺紋卻也同時帶著慈祥笑容的臉，她總是默默看著我吃著蛋炒飯，那是我記憶中最美味的美食，因為那是外婆炒的蛋炒飯，裡面有滿滿的愛與關懷，飯粒和玉米的跳動，醬油香的散發，荷包蛋的美味，我愛我記憶中那美味的蛋炒飯，但比起這個，我更愛做出那美味蛋炒飯的人——我的外婆——我很愛她。



*萬事萬物都互為緣起，要廣結善緣，生命才會風情萬千。

極短篇總評 賴幸君老師

極短篇參賽作品不多，故有些獎項「從缺」。有興趣嚐試小說創作的同學，可再接再厲！

高中部得獎作品「I Miss You」以二次大戰為歷史背景。起筆道出主角無盡的思念，即便他的兄弟已永不回來，仍精心為他準備一道道豐盛的晚餐。

因彼此對戰爭的看法及理念的不同，而破壞了兩人的手足情深。也因殘酷戰爭之下所築起的那道高牆，更阻隔了人心！從此無緣再重逢，使主角特別懷念與其兄弟的相處時光，並憶起其「與眾不同」的飲食文化。

匆匆一別已二十八寒暑，文末充滿主角無限的懷念與歡意。

國中得獎作品「回」，由名震一時的「山海滿樓」餐廳面臨倒閉危機，展開序幕。經營者對於棄守此店亦或繼續苦撐，陷入徬徨不安的抉擇。此時力挽狂瀾的救星方屏適時的出現，讓「山海滿樓」起死回生，生意興隆。

文中對富二代生活的豪華，極盡諷刺，對於美味料理的烹調過程，描述頗道地、傳神。文末美食家方立的出現，促成兄弟間的久違重逢，但情節過於跳脫，不夠嚴謹，是其缺點。

三獎 極短篇 國一真 吳英彰〈回〉

「這…這還算是個家嗎？」

一株公寓的大門前，一抹滿是傷痕的人影背著行李向著那遙遠的西方而行。

他的眼角閃爍著淚光，伴著如水的月色，似乎有說不出的惆悵。四周，只剩下他，而已。

他們面色凝重的圍繞在大圓桌前，四周一片死寂，連還在襁褓中的嬰兒都感覺到氣氛不對勁，停止了啼哭，睜大眼睛，好奇的凝望。

終於有人開口了。

「怎麼辦？」

怎麼辦，怎麼辦…這短短數字重重擊在眾人心頭，留下了無數的震盪與徬徨。

怎麼辦，怎麼辦…眾人面面相覷，沒有人知曉它的答案，正如同沒有人會料到，名震一時的「山海滿樓」餐廳會面臨即將倒閉的危機！

在很久很久以前，T國的前景仍輝煌的那些年，山海滿樓在一大群的海派餐廳內殺出了重圍，在這條臨海路創造了屬於他的歷史。大廚的刀法奇快，人影不停更迭，時光不斷的流瀉。

漸漸的，清蒸排骨再也抓不住客人的胃，而原本新鮮的海產也開始變味；漸漸的，山海滿樓流失了大量客源，大廚跑路踴躍。山海滿樓曾經的輝煌竟變成了T國美食界的一大笑話。

To be or not to be ?

棄守此店還是死要面子的苦撐？

老闆拒絕回答。

眾人的心依舊徬徨。

這時，門外侍者傳來了消息…

「你是要來我們店裡應徵的？」

老闆狐疑的望著眼前這名年輕人。

「是的。」

開口的人個子不高，貌約二十歲上下，聲音裡暗藏著無法磨滅的自信。

「那……」

老闆狠狠的瞪了眼身旁急切的正準備搬出員工合約的經理後，臉色依舊溫和，他推了推眼鏡。

「請問，你認為『飲食』是什麼呢？」

飲食是什麼……

「飲食就如同萬花筒，就算你鏗而不捨的尋找某些味道，可能還是會被那鏡筒打回票，再也見不到；但，就算你只是以管窺天，還是可以攔到這大千世界的繁華幾抹。」

方屏腦中一閃而過的，竟是……

他幾近暈眩，強自鎮定，卻於事無補。

不行，不能再想，不能再想那個人了……

發現眼前的青年臉色煞白，胖胖老闆擔心的問道。

「沒…我沒事…」

嘴裡說著沒事，他的唇上卻滿是血痕。

看透人生百態，世態炎涼的老闆不好說破，只好繼續剛剛的話題……

山珍海味滿桌席，快入山海味細品！

即日後，臨海路的居民還有遊客們，景氣的發現，沉寂許久的「山海滿樓」竟然改頭換面，不但餐廳裝潢煥然一新，而且還張燈結綵，掛上紅布條，顯得喜氣洋洋。

不知情的人，可能還會以為他家老闆中了樂透彩。

但事實上，這已是老闆傾家蕩產的最後孤注一擲。

「請問需要什麼服務嗎？」

外場經理保持著得宜的笑容，立在一名肥頭大耳客人的桌前。老大都出馬了，小囉嘍們當然不能怠慢，他們忙進忙出，端茶倒水，就怕眼前的富二代感到一絲絲的不愉快。

當然，如果他「碰巧」付不出這錢來，嘿嘿嘿……

未經世事的大少爺哪裡懂得這些老滑頭們的心思，依舊傲慢道：

「這裡上好的菜全包了！」

看來肆意揮霍是所有少爺們的通病。

而豪華菜色是他們圈子內永遠不退的流行。

當然的，對此種人經理絕對不會不高興，畢竟當年山海滿樓的榮景就是靠他們所撐起。

這種客人他們不要才稀奇。

服務生興奮的念著菜單：

「再為您確認您所點的餐點……」

炊煙裊裊，廚房內爐火正盛。

已換上一襲雪白廚袍的方屏正立在爐灶前忙碌著；他將上好的海參斜切，放進熱水中焯出，再放進高湯滾一遍。接著在鍋裡放入花生油，把切好的蔥段炸至金黃，加入醬油、清湯、鹽巴、白糖煨燒。原本光滑的臉頰因為高溫的薰陶而顯得有些狼狽，粒粒豆大的汗珠正從他的頰上滴落；這道宴客菜因其製作過程枯燥反覆，因而並不多見，但，其滋味卻絕對不同凡響。

我們的大少爺不屑的夾起一塊盤中物，用嫌棄及施捨的表情把它塞進嘴裡，他突然愣住了。

燜個透爛的海參嫩得實在入味，伴以鮮度驚人的對蝦及海蟹，實屬人間一絕，如此一味，便使那些價格高昂的飯店為之遜色。

而且……

它還讓大少爺回憶起了那段兒時的歲月，是那樣的香甜、那樣的令人懷念……



*在人生的劇場裡，要演出最好的自己，凡事盡心，凡是用力，言語謙和，對人和氣。

飲食正如同一座萬花筒，投射出了商賈們貪婪的內心與世風日下令人不勝唏噓。

T國的飲食界風聲鶴唳。
T國的美食記者也同樣遭殃。
那些早以為山海滿樓一蹶不振的人也同樣驚訝。

美食家方立決定親身試驗一
當然，如此決定當然是那該死的編輯部做的。

望著眼前琳瑯滿目的山珍海味，方立他卻全然提不起任何食慾。
當然這無可厚非，畢竟這是他今天的第五十九餐了。
而且……
他現在根本沒有品嚐的心情。
身為一個美食家的職責，便是公正客觀的評價每道料理，所以，絕對不可以因個人的心情而影響到了整體的品評；所以，千萬別以為當美食家很輕鬆——
因為那樣就代表發言者天真又懵懂。
菜才入口中，原以為會食不知其味的方立便感到陣莫名的悸動。
這，不是弟弟嗎？

「哥……」
剛剛在廚房仍運籌帷幄的方屏，到了方立的面前卻彷彿有著無限的委屈。
「你知道這些日子，我有多擔心你嗎？」
完全脫胎換骨於剛剛表面上的和藹，方立現在正疾言厲色。
怎麼會不心痛！自己最疼愛的弟弟，竟然會為了那狼心狗肺的繼父而離家……
「我知道錯了……」

人在歸途，弟弟握著哥哥的手，心中是無法言語的愧疚。
我怎麼可以忘記哥哥呢？
哥哥牽著弟弟的手，心中是前所未有的平和。
總算，可以重聚了……
那是無盡的欣慰。

二獎 極短篇 高一仁 謝子萱〈I Miss You〉

你已經在那裡等了好久好久。
多年前的戰爭畫面至今仍在腦中佔據不少空間，煙硝味彷彿還在四周侵蝕你的嗅覺，掩蓋過餐桌上菜餚散發出的香氣—那些特地為他準備的晚餐。
縱使你知道他根本不會回來。

西元 1937 年，二戰在那裡燃起屠殺的火苗，破壞原本你和他單純的生活，你為了國家拾起久未擦拭的槍，為的是守護你的信仰。
那天晚上，你和他吵翻了，因為他並不贊同你所認定的團體，憤怒使他把最心愛的啤酒灑了一地，刺鼻的酒精味慢慢擴散到整個客廳，就好像他對你強烈反對的具現—如此濃烈。

「算了，你愛怎樣就怎樣吧。」他的聲音輕輕的，像正在揮發的酒精。「只不過是個外地來的小鬍子罷了，淨會一些煽動人心的小把戲。」他啐了一口，眼裡滿是嘲諷。

從那天開始，他再也沒有和你說上一句話，你和他口中所謂「外地來的小鬍子」成為忘年之交，彼此為了國家貢獻。對方那些激動的言論深深打動你的內心，如同從未品嚐過的高檔美食，每每令你感動不已。你們和南方的靴子王國以及東洋武士之國結為盟友，試圖贏得這場戰爭，你相信會為國家帶來勝利，如你相信他總有一天會支持你的團體。

然而，「外地來的小鬍子」並沒有兌現他給所有人的承諾。
你們吃了大敗仗，你第一次知道原來戰敗嚐起來的滋味是既苦又澀，且帶了點酸味。

沒錯，就像那天晚上，被他灑了滿地的啤酒。

西元 1961 年，來自東北方的制裁降臨在你的祖國身上，命運將你和他分離—用一堵高聳的圍牆。「既然你為了小鬍子而選擇和他分道揚鑣，那我可要把他從你身邊帶走囉。」是誰對你這麼說的呢？紅色主義的士兵？你早已記不清了，你只知道你再也見不到他，你發覺少了他就像啤酒裡少了酒精，想麻痺自己卻做不到。

你懷念起與他相處的時光：你想起他最愛吃祖國的豬腳，而且偏愛北方的烹調方法，他總認為南方用烤的方式太耗時間，而寧願吃水煮豬腳，並且在它身上鋪滿滿的酸菜和芥菜醬，和著馬鈴薯一起吃；你也記得每到四旬期禁食肉類之時，他總會把洋蔥和豬肉塞進麵皮裡做成餛飩，試圖隱瞞他吃肉的事實；而每晚的宵夜時間，他便會打開冰箱拿出手指般大小的香腸，煮熟後切成薄片，每次你總看他在香腸上塗滿番茄醬，又灑上辛辣的咖哩粉，無法理解他為何能若無其事的吃下肚……

這些記憶恍若昨日，卻又像是個世紀般久遠模糊。

你每天每夜重現這些菜餚，逼迫自己相信他還在這裡，而不是那堵牆裡頭。

I miss you so much.

究竟是我思念你那麼多，還是我錯過你那麼多呢？

你好後悔在那堵牆出現之前，為何不向他傾訴你對他的思念和歉意，而是選擇錯過。

如今你每日徘徊在那道牆的西方，祈禱它能替你傳達你對他的，近二十八年的思念。

「Ich vermisse dich so sehr, mein Bruder. (I miss you so much, my brother.)」

「Mein lieber Gilbert. (My dear Gilbert.)」



*人生本來就是不公平，面對不公平，寬心以對，事事皆平。

扣入詩詩



新詩類總評 楊靜儀老師

飲食是生活的重心，台灣更是美食王國。在享受美食、上網 po 美食影像之餘，我們更可以運用審美的角度呈現感官對美食的感應與品評。以味覺、嗅覺、視覺、觸覺甚至聽覺去描摹自己的飲饌心情、抒發對於食物的回憶與感動。找找「《食在有意思》」的飲食故事，或是回味「《在味蕾的國度，飛行》」，寫下你舌尖的美妙旅行經驗。

本次新詩投稿作品不多，在取材及詩的意象營造上大致未能突顯「飲食萬花筒」主題。很遺憾一、二、三名得獎的作品從缺，盼同學們再接再厲。

入選高中部佳作的作品「宴」，能用心將國文課所學的文詞運用於新詩中且結合甚佳，最末節能化用杜甫詩也是妙筆。國中部入選佳作作品組合則童趣盎然，富想像力。

佳作 國二智 陳文〈組合〉

來吧！歡迎來到美食的世界！
這裡的食物，超乎想像
有一種在淺灘上躺著的潔白色貝殼
裡面蘊藏的不是耀眼奪目的珍珠
而是香氣逼人、微焦風味般的牛排
有一種於聳峻高山上生長的樹
吸收繚繞雲霧中的精華
經多年才熟成的果實
一咬才發現蘊含的竟是汽水
二氧化碳正四處撞擊著味蕾
有一座無人居住孤立在海洋中的小島
裡面流淌著一條河
自巧克力火山流下
經過松露森林、糕點草原
幻化成集所有甜食之大成的下午茶河流
所以來吧！歡迎來到美食的世界！
與我們共享這美味盛宴！

佳作 高三仁 吳亞倩〈宴〉

像上課的鐘聲響起 大夥兒依席而坐
今日的夫子是排場 授的課名是美食
兩排婀娜多姿的美人兒 酌了陳年桃花酒於杯中
啊！那不是杯 是白玉為雕的龍紋觥
麻辣兔 塞外鼠 冰下蝦 高山羊
依序被以象牙釉瓷碗端上案桌
食指大動吧！ 夾起名菜的是嵌玉金筷
嘖 太油膩 夾些清淡點的
美人兒們再端上水晶龍鳳糕、唐安饊
什麼？不知道那字怎麼唸？ 無妨無妨
這冷蟾兒羹和玉露團吃著可上癮了
最後再來杯清酒吧 盛的酒器是金托玉爵
宴席結束還是趕緊回家吧 春雪猶是冷的
披上大衣推開紅門跨進馬車打道回府
忽地顛了一下
車輪壓過埋在雪裡 因飢寒而死之人

* 有夢就要勇敢去追，就要放手一搏，生命才會精彩。