



曉明女中校友會



國內
郵資已付

台中郵局許可證
台中字第166號
台灣郵政中字第1518號
執照登記為雜誌郵寄

TAICHUNG(37)TAIWAN
R.O.C.
POSTAGE PAID
LICENCE NO.TC 166

(AIR MAIL)
Newspapers and periodicals

註：本會訊所用之外包裝
為環保塑膠封套，可
自然分解

STELLA MATUTINA



- 校長：朱南子 總幹事：蘇美活
- 理事長：張素貞
- 編輯組：丁玲、李宜芳、劉黛麗
- 一九九四年四月創刊
- 校友會網址：<http://203.72.96.2/sm/default.asp>
- 曉明校友會：E-mail: alumni@mail.smgsh.tc.edu.tw
- 秘書：黃琪琇 (04)22925640 • 22921175-514
- 校址：404 台中市北區大雅路452號
- 劃撥帳號：21212512 戶名：蘇美活

第五十九期會訊 2012年11月出刊

2012 曉明女中校友日茶會

12月16日

誠摯邀請您



TeaTIME 校友日活動說明

- 時間：101年12月16日星期日，上午9:30-10:00報到
- 地點：曉明女中大禮堂 志英樓
- 電話：04-22921175轉514或04-22925640校友會秘書黃琪琇
- 回郵地址：404 台中市大雅路452號 曉明女中 校友會收
- E-MAIL：alumni@mail.smgsh.tc.edu.tw
- 報名截止時間：12月6日（以便統計茶點份數）
- 費用：永久會員免費，非永久會員酌收200元
現場可報名參加永久會員（會費5000元）



TeaTIME 回函

1. 傳真04-22960518
2. E-MAIL：alumni@mail.smgsh.tc.edu.tw
3. 至臉書 曉明女中校友會粉絲團留訊息

親愛的學姐妹們：

主佑平安！

12月近了，我們相約見面的日子又即將到來。等您回來，盼望了一年、二年……三十年……，請不要再猶豫地回來看看；我們會認得您的，讓我們一起在記憶的迴流中歡笑，就這樣瀟灑地回來吧！

在繁忙的日子裡，”曉園”是否偶然地在您的腦海裡閃過，播種壁畫、聖母像、志英樓、游泳池……是否歷歷在目？

猜一猜曉明有幾歲了？您畢業了，您的小孩畢業了，您的孫子是否也準備要入學了呢？明年我們即將慶祝創校五十週年，請回來共商慶祝大計，校友會需要您的支持！

錯失這回，您將再等50年！

二十年來，在校友會永久會員們的參與關照之下，校友會會務得以順利推動及穩定成長；在今年的校友日這天，我們將以茶會的方式，邀請所有永久會員回娘家一敘，讓曾經在這裡一起成長的曉明人、年齡可能差距五十歲的永久會員們，能在時空中相聚，聊一聊曉明五十年的古往今來，並期待曉明未來的永續發展！

12月16日希望能見到您!!!

敬祝

平安 健康 快樂

校友會理事長

張素貞 敬上



副校長



葉麗君女士對曉明人的深切期許

葉麗君女士是曉明創校以來第一位副校長，她在教育界服務有三十多年豐富的經歷，先後擔任過台東女中導師、基隆女中導師及主任、屏東女中校長、台中女中校長、文華

高中校長、宜寧高中校長，東海大學附屬實驗高中校長。

她回憶初入教育界時，印象中曉明是一所「中部地區的明星女校」。初任屏東女中校長，在一次校長研討會中，一位氣質清新的修女發言談到生命的價值與全人教育。當年各校尚未重視生命教育，修女的談話鏗鏘有力，堅定的信念與使命感令人佩服。從此她對曉明有了深一層的印象：一所「重視學生品德發展，致力生命教育的教會學校」。而曉明與校長修女的典範，也開始導引著她的成長和辦學理念。

民國80年她調任台中女中校長後，近距離的感受到曉明是一所「學生嚮往、家長放心的好學校」。如今，進入曉園，她更貼切的看到一所「外有亮點，內有真愛的學校」。她確信這真是一所以學生為珍寶，願以愛琢之、磨之，使女孩生命豐富而顯風采的教育園圃。

曉明人的獨特氣質

副校長認為曉明「堅持以愛為核心的全人教育」，讓每一位孩子都能享有「豐富生命」的學習內涵。師長們珍賞著每一位曉明人，使發展潛能，兼顧品德與能力的培養，這份精神是值得學習的。她常聽大學教授們說：來自曉明的學生，品行端正，學習認真，而且待人處事的能力和態度都很令人激賞！

副校長先前曾服務過四所女校，加上曉明共有五所，每所學校的老師和同學，都在她生命中譜寫成長的音符，綴成涵泳喜悅的樂章。她覺得五所學校的共通點是：女孩們細心懂事，認真勤懇的學習，帶動師長熱誠付出，有著教學相長的喜悅，呈現出「弦歌不輟」的校園寫照。

她說最初服務過的三所女校(台東女中、基隆女中、屏東女中)不屬於都會區明星高中，成績最好的國中畢業生多半到都市升學。留在當地高中念書的孩子們少了一點自信與鬥志，卻多了一分質樸與認份，願意接受師長的教導且充滿感激，因此，師長需要常常肯定和激勵她們。

在台中女中，她看到同學們都擁有成功學習的經驗，自我要求一切要做到最好，因此校園凝聚出振奮向學、主動自信的風氣。但是菁英群集，同儕比較與團體定位的壓力大增，難免會有失落、沮喪，因此，師長必須幫助她們心理建設，提升挫折容忍力，來面對人生每一階段的挑戰。

而我曉明的孩子，她覺得個個優質靈慧，能積極學習，展現自信、從容。在曉園的生命教育澆灌下，更培養出一份獨特、純善、優雅的氣質。她曾聽說：「從背後都能猜得到是曉明的學生。」就是那一分清新脫俗、進退有度的氣質使然。那天在「為世界祈福禮」的現場，看到同學們主動關懷濟助遠在天涯的非洲災民，真誠而自然地流露著憫人助人的情懷，她非常感動，這是其他學校望塵莫及的。

掌握全人教育的綜合性內涵

談到曉園的全人教育，副校長說：是以「人」為本，追求受教者全方位發展的教育，也包含著家庭教育。基本觀念是：尊重每一位孩子的「唯一性」，並視為上天所賜予的獨特珍寶。

師長們在珍賞中，適才適性的激發每個孩子的潛能，使成為有尊嚴、有能量的獨立個體。同樣的，父母也必須給予無條件的關愛與信任，讓孩子依照自己的興趣、能力，充分的發展，選擇一條想走、能走的道路，並給予鼓勵、支持、掌聲。

至於同學們，開學典禮時她曾說過：「鍛鍊

明智的頭腦及一雙向上飛揚的翅膀，以迎向成功的未來。」明智的頭腦是有正確的價值觀和人生目標，要勇於築夢；一雙翅膀就是品德行為和知識能力的雙軸並進，更要踏實的追夢。

具體而論，她肯定曉園的全人教育，重視倫理品德，也重視學習競爭力，使學子蓄積成功人生的能量。

曉明十分重視學生「身、心、靈」的均衡發展，希望學生多元發展，因此規劃了許多活動與社團，但同學們在活動和課業的均衡上，不易掌握，對此，副校長和大家分享一個「正式課程」與「潛在課程」的觀念：

正式課程是課堂學習，就是課業，憑藉每一堂課、每一個單元，透過課程、教材、教與學、評量(考試)，使同學獲得知識與能力。而潛在課程，常以活動、社團、情境設置等方式呈現，大多屬於延伸性、整合型的學習，旨在培養同學們的綜合能力，就是「解決問題的能力」、「帶著走的能力」。

這兩樣課程都非常重要！但是一天只有24小時，人只有一個，分身乏術，怎麼辦？她想建議的是：務本為先。如何務本？她說：

一、專注而有效的學習：

課堂專注，即時吸收，發揮最大吸收量的學習。讓思考隨著老師每一字、每一句的講授，進入知識庫海，務實做好學習扎根的工作，就是兼顧課業與活動的第一步。

二、明辨主從而調整比重：

了解自己課業的學習狀況，適時調整投入活動與社團的時間量和參與度。在課業與活動很「多」，時間不夠而自己很「忙」的窘迫中，懂得主從之分而知所取捨，檢視時間精力的投入比例，學會區隔，這是兼顧課業與活動的第二步。

至於主從之分，全看同學們智慧的判斷與抉擇了。她要提醒同學的是：有些學習是為了累積必要的知識、觀念、語文和邏輯推理能力等，務須把握在校時光，循序漸進的學好；有些學習是為了增廣視野或點綴生活，這就可以淺嚐即止，或納入終身學習，隨著人生的歷練，將來還有機會可以體驗。

三、時間管理與把握片刻：

規劃好課業與活動的份量比例和學習目標後，要落實於時間管理，因為時間常在指縫中流逝。我們不僅要抓住完整的時間，還要善用零星的時間，如隨手摘錄學習重點，發揮口袋書、便條紙的功能；早讀時間不等鈴響才念書；等車時的思考和記憶；洗澡時的大聲背誦；好友同行時的互問互答等。

處在講求速度的時代裡，時間是最寶貴卻也是最容易遺失的資產，唯有掌握時間，才能夠游刃有餘。這是兼顧課業與活動的第三步。

四、迅速切換動靜雙軸：

大體來說，課業需要專注思考、精熟記憶與同儕討論，多屬於靜態的學習，需要一顆安靜的心。活動與社團則大多在動態中進行，須要熱情投入、激發氣氛，需要一顆躍動的心。

然而，課業與活動往往同時進行，導致顧此失彼，在課業中懸念著活動而降低學習效率，在活動進行中又為了書沒念完而忐忑不安。如果我們能學會迅速切換「動軸、靜軸」，該讀書時專心讀書，該活動時就能安心活動。這是兼顧課業與活動的第四步，也是最重要的一步。

珍惜與回饋

曉明是一所天主教學校，校內也設有宗輔室，會將一些天主教的文化融入校園中，至於宗教信仰對學生的影響。副校長表示：

宗教信仰是人類文化的一部分，也是人性追尋生命來源與歸屬的信念，當發展到與宇宙萬物契合而堅定不移時，即為信仰。其中許多思維與中國人法天、敬天、畏天的態度相近，在面對生命的無常、無助與無力時，常給予一個人安定與依靠。

曉明以天主對世人的愛，透過教育融入教化，豐富孩子的學習內涵與生命。學校重視品德、倫理教育，常以生命的角度，引導同學們學習與自己和好、與他人和好、與萬物和好、與神和好，這是人生的課題，也是現今面對複雜的社會時，常被呼籲的主流價值。

副校長告訴我們：台灣高中生命教育的開宗

始祖就是曉明女中！

當年本校推動生命與倫理教育深具效果，在混淆紛亂的社會現象中形成一道清流，因而被視為珍寶。各校紛紛跟進效法，教育部也非常重視，不斷地推廣研習，進而納入高中的正式課程中，影響非常深遠！

與自然合好的環保教育

談到環保教育，副校長表示：環顧四周，全球許多大旱災、大水災、超級地震等異常現象，均是前所未有的環境亂象，反應出人類不重視地球、不注意環保所帶來的災難。

曉明基於「與自然和好」的理念，前瞻性的將環保教育融入校園中，德不孤必有鄰，目前有許多團體也在倡導，教育界也相當重視。

副校長說：日常生活中，隨手關燈、提高開冷氣標準、減少垃圾量、資源回收、生態保育……等，使人覺得不方便，但是珍愛地球的觀念及環保工作的推動，正是全球的趨勢與主流價值。曉明倡風氣之先，認真推動，身為環保小尖兵的曉明人，更須常自勉與規勸他人：舉手之勞，為自己 and 子孫留一片清新大地與可用的資源。

對曉明人的期許

副校長以一個新鮮人的敏感度與三個多月的觀察，提出她對曉明人的期許：掌握生活的節奏、定睛更高遠並踏實以求、做個值得寵愛的女孩！

第一個期許：掌握生活的節奏

若以「軌道、節奏、旋律」來檢視曉園，整體而言：

軌道——同學都在向上向善的道路上努力學習、追求成長，值得肯定；

旋律——師生共融，優雅的校園常常洋溢著和諧愉悅的旋律，令人羨慕；

節奏——同學自動、自律，生活有序，令人激賞。但有些同學較為鬆散，讓人掛慮。

同學們可以從「鬆緊、快慢、群己」來檢視自己的生活節奏，是否能以「時而鬆，時而緊；時而快，時而慢；時而配合群體，時而顧及個人」的原則，安排自己的學習生活。凡事不能夠一鬆懈，就完全卸下而慢下來，但也不能夠過於緊張，快得喘不過氣來，她建議掌握生活的節奏，適時的安排與調整，什麼時候要以團體為重？什麼情況要思考自己？聰明的同學們應能體悟。

第二個期許：定睛更高遠，踏實以求

「勤耘足下一塊田，亮麗頭頂一片天」，副校長希望同學們仰望更高處，設定一個理想目標，相信自己將來一定能淑世濟人。也希望同學們腳踏實地，認真每一個細節，她常聽人說：「魔鬼藏在細節裡」，意即小疏忽可能導致大失敗。相反地，若能精緻、精準、細緻的完成每一個細節，那麼「成功也藏在細節裡」。所謂「築夢踏實」，同學們一定會成功。

第三個期許：做個值得寵愛的女孩

副校長期許我親愛的曉明人，能夠珍惜受到寵愛的福分而及時回饋，當一個寵得起的孩子：可以做個優雅乖巧的女孩、可以做個能幹獨立的女孩，當然也一定是個關懷感恩的女孩，「父母師長寵愛我，我就要做好，越寵我，我就越做好。」總之，她希望同學們發揮無可限量的潛能與特質，成就美好的人生，來回應關愛自己的人。

曉明給人一整天的溫暖

副校長喜歡曉明，珍賞每一位孩子，也謝謝大家對她伸出溫暖的雙手。每天來到曉明，她最喜歡繞著校園與教室巡看的感覺。

一大早在校門口的交通安全維護，導師陪伴的早讀開始，師長、同學、愛媽愛爸們，為同學們拉起曉園一天的序幕，迎著朝氣暖流在校園流動。

上課時，她儘量走在長廊的外側，唯恐腳步聲驚擾了教室裡的師生。看到老師熱誠的教導，同學專注的聽講，彷彿「知識轉成話語，話語揚起音符，化為小精靈，鑽進同學的腦裡，啟動思考的偉大工程」。看著大家，就看到希望，她深信，未來的世界會在曉明人的光芒中欣欣向榮。這種感覺，總是帶給她一整天的溫暖。

(文章整理轉載自校刊社採訪稿)

松鶴部落秋日遊

初中第13屆 董季琪

曉明的記憶是什麼？

自離開學校後，已相隔三十多個年頭，101年10月6日因為參加校友會所舉辦的秋季遊活動，再次回到曉明校園；訝異校外因都市的開發暨校園內的整建，環境已經有了很大的變化。試圖去尋找校園昔日的景貌，沒多久就發現椰樹、禮堂…還是記憶中熟悉的那模樣。近在眼前的校園，激動之餘，昔日初中三年在曉明的記憶，就這麼一點一滴，慢慢浮起…。記憶中的學校，是一個充滿「愛」的學習園地，我們領受著師長們無微不至的照顧、關愛與教導，就在這個環境裡，學校將愛和智慧一點一滴，傾注在我們的身上…。親愛的師長們，就是因為有您們的以身作則，今日我們才懂得應該感恩，也才懂得把愛傳遞出去，這是身為一個「曉明人」的特質，更是我們所自傲與榮耀的性格！「松鶴部落一日遊活動」幕後推手是我們曉明的校友會，執行團隊由朱老師帶領四名子弟兵親力親為；在朱老師的領導下，這群有為的年輕人，替這次秋季遊活動，服務到最高點；這裡，不是遊樂場所，也非觀光區，理所當然不是谷關地區最熱門的景點，但在這裡有的是，好山、好人及當地特有的新鮮山蔬、野果；我們走進的是與大自然，零距離的接觸，體會到的是完完全全的，自然生態味。

根據山主林先生說，為了事



瞧！這顆巨大絲瓜可是受足我們這群人的歡迎，爽朗的吳修女左觀右察，修女您可是?!想要摘下來~煮來吃！



水果玉米園—現採生吃，味美多汁



無具野炊—控飯 利用香蕉，月桃葉DIY

業版圖的開拓，這個山頭除主要柿子園外，另營建數個親山親水的蔬果區，只要大家來到這裡，得到的蔬果，保證是百分之百的有機食物。

完成了繞步山嵐，聞足山野的芬多精，大夥回到活動的用餐地點「鶴芝」，山主林老闆的休憩中心，棚架下幾張桌子，師長、學姊妹們圍坐，妳來我往地，我們討論起彼此的「過去、現在」，氣氛熱鬧非凡…。

一旁，活動的團隊幫忙張羅著我們的午膳，忙著掘地、起火、堆石塊、揉麵糰…；值得一提的是，由於本次活動秉持愛自然的心，採無具野炊，團隊利用山野間就地的材料，護持自然的初心，就從一片葉子的開始，摘出野炊的好生活及新價值，好樣人生就在這裡無限延伸啊！

對於植物的栽種，我可以說幾乎都不清楚，在「鶴芝」小棧簡單的搭棚下，我們順著山路往上走，做更深入的探索。沿途，一邊林先生在旁解說，一邊我們忙著摘山蔬與野果，樣樣新奇。這位山主說：「甜柿收成節氣，是老祖宗的生活智慧；在每年4月開始整枝，歷經開花、結果、套袋，到10~12月才能分批孕育出，甜而多汁的頂級甜柿，是秋冬最受人們

喜愛的水果之一」。

山野·自遊自在

把深耕山野當成休閒，令人好生羨慕！但好山水的山野生活，看的容易，真要做起來，受制於對耕種技術的不懂，及體能的不足，若貿然為之，必然挫折連連！但在現今社會物質過多的生活裡，人們被太多的壓力包圍，反而更加渴望接觸自然界，或許不能當耕農，偶而上這兒，感受那山野的氛圍，享受假日的休閒，相信也可以獲得同樣的快樂。

在這曠野山林間，眾人氣定神閒，遠眺山谷，享受著大自然的氣息，不平凡的「視覺」與「味蕾」，我們受之雙重！！專屬這裡的風味佳餚有：滷的入味的客家豆乾，現摘新鮮的過貓與龍鬚菜，還有山野鱒魚，土窯雞…，整個行程是，上完一道菜，還沒吃完，動作很快的又遞上另一道，從頭到尾不曾停歇；實在撐到不行，但嘴饞~還是繼續吃…；在那滿滿的一整桌的菜色外，還特別為我們端上手工咖啡、五葉松汁，以

及來自梨山學妹家自種的好茶（甘醇順喉），到最後實在吃不下，也不得不投降，兩眼只好與菜對望。

行程尾聲

相信今天大家和我一樣，為這一整天的活動感到相當的興奮，因為這不只是喚回年少的情懷，更是讓我們對生活重新看見。然，天下無不散的筵席，隨著時間消逝，行程到了尾聲，大夥揮手說再見！歌星張學友的一首歌，這麼唱著：「……離別雖然在眼前，但相信再見不會太遙遠，我們有緣，有緣就能期待明天，你和我重逢在燦爛的季節那一日…」今天我們共同偃著青山綠意，愉快渡過，彼此的笑容，點點滴滴全在心頭，永遠留著…。在此，我對敬愛的朱校長、修女、師長們暨親愛的學姊妹們，獻上我最誠摯的「祝福」，並期待與您再相逢！

最後，致親愛的校友們

親愛的校友們，回來吧！回來尋找那一年那一月的那一天，在曉明，有著一個故事，在那故事裡，你我都是其中的一位要角…。



生活經營在於「有心」，一盆盆的麵粉，在朱老師的手裡，費勁的揉成麵糰，再捲鋪在竹桿子上，置放在火堆旁悶烤，味道有甜有鹹。整個製作過程，好玩又有趣。



曉明家族，凝成一幅情逸悠悠的團圓

曉明人

高中第30屆 何琬菁



最近學插花遇到了同是曉明畢業的淑薇學姐，一見如故的我們叽叽喳喳聊了起來，她問我不想投稿，因為這個緣故，讓我有機會坐下來認真想想「曉明人」這三個字……。

「曉明人」，這三個字在唸書的時候我並不覺得如何特別，只覺得這是國中認真唸書應得的結果，高中三年下來書倒不怎麼認真唸，現在出社會工作賺錢了，知道錢難賺才覺得愧對父母的血汗錢，不過這三年中雖然沒長什麼知識，卻擁有一些一輩子的朋友，直到現在偶爾還會互相為彼此的人生加油打氣，我想我父母應該會安慰些，那些貴桑桑的學費為我換來了生命中的貴人們！！

一直到出了社會後，反倒是有小孩的朋友一聽到我是曉明畢業的，馬上對我另眼相看，樸實的我好像鍍了一層金似的，追問之下才知道原來他們都希望小孩能進曉明就讀，覺得那是一種「優秀」的象徵。沒有小孩的我很難體會那種望子成龍，望女成鳳的心情，對我來說，「曉明畢業」成了某種註冊商標，每當有人發出讚嘆之聲，謙虛的我都不禁在心

中偷偷地，低調地驕傲了起來！！

另一方面，或許是學生人數較少的關係，出社會後遇到跟曉明相關的人事務，反應都會特別大，特別熱情。最近吃飯遇到了以前的化學老師孫旭初，我是社會組，只有高一給他教過，但是他的笑容及綽號「蛋頭」（以前那年代虞澄慶的綜藝節目，蛋頭這名詞可是很紅的，也不知道是哪個同學給他取的綽號，老師像蛋嗎?? 哈哈…）每次看到他都覺得這老師怎麼這麼有喜感，不用講話就覺得很开心。沒想到畢業將近15年再遇到老師，他一點都沒變，一樣的有喜感，巧的是今年我才剛接台中女中的學生保險，而老師就在台中女中任教，人生樂事之一就是他鄉遇故知，二話不說趁著工作之便溜去找他，還帶了15年前的照片去，讓他認認班上的同學。緣份真奇妙，時間也真的是一件神奇的事，以前的師生關係變成了朋友關係，喝著老師親手煮的咖啡，東西南北地聊天，少了距離，多了跟平輩相處的自在感，但心中不變的是那份一日為師，終身為師的尊敬之情！問老師在曉明和在女中教書最大的不同是什麼？他說曉明比較重視師生關係，或許是這個緣故吧！總覺得能遇到老師，是件非常開心的事！在此要特別感謝偉伶（班上同學）把孫老師帶出場吃飯，我才有機會遇到老師！老師啊，謝謝您親切的招呼……

當初傻傻的我比較想唸的是文華高中，感謝父母的堅持讓我選擇曉明女中，「曉明人」這三個字現在對我來說，是我生命中一個很重要的身份之一，因為它在職場上或多或少為我加分，因為它讓我生命中多了許多良師益友，很开心我是「曉明人」!!!

欺騙的種子

高中第16屆林育慈

食品安全的警戒

你有曾經佇立在超市或賣場的物架旁，為了想購買的品項要選擇"基改"或"非基改"而思慮過嗎？我最近和一群朋友共讀了一本"欺騙的種子"作者是傑佛瑞·史密斯，他曾經任職於一所基因改造有機體檢測實驗室，非常熟悉基因改造產業不為人知的內幕，閱讀的過程彷彿像是經歷一部如電影般上演FBI的驚悚謀報片，我瞠目結舌陷入極度驚悚的靜默中，心中以為除了毒品這種可以讓人銷魂，產生噬血的毒物，才得以製造電影驚悚駭人的素材，原來在我們現實生活中，才猛然驚覺基因改造食品就如同電影情節中的毒品，活生生在我們生活中上演一幕又一幕光怪陸離，駭人聽聞的黑幕，人類正在接受大規模"食物毒品"的餵食實驗？

充滿緊張，刺激，懸疑的情報片，一定有一位偏執的狠角色，才能形成共犯的絕佳組合，"欺騙的種子"也不脫窠臼，首先上場的是頂尖的科學，對基因工程的狂熱，專業上的偏執，有可能是人類大躍進，也有可能是大災難的開始。書中有一例子將魚抗凍的基因植入蕃茄，期待產生抗凍的蕃茄品種，此種作為很明顯是跨越自然界物種的演化過程，而創造出新的物種，有無引發生態、環境、食用安全或產生新的病毒的疑慮，使人類陷入災難性的危機？再來登場的是貪婪偏執成性的跨國基改作物龍頭"孟山都公司"，企圖以欺瞞消費者、利誘農民、遊說政府、造假實驗資料、賄賂官員、控制媒體、恐嚇學者，白道、黑道伎倆它都運用嫻熟，野心勃勃想成就基改作物的科技神話，全面掌控全世界

農作物的種子，其囂張惡劣的行徑，讓人陷入最靜默的沈痛，您、我或許都不是食品安全的專家，如果基改食品真的安全無虞，又何必上演一幕又一幕醜陋不堪的卑劣作為？而我疑惑不解為什麼像"孟山都"這樣的公司竟然是設立在民主價值人權最為彰顯的美國？所幸在2011年"孟山都公司"獲選為全美最受人討厭的公司。最後壓軸的大角色呼之欲出，是FDA美國藥物食品管理局，又是公器被私用操弄戲碼，無法對人民食品的安全作審慎嚴密的風險控管，卻陷入政商勾結的操作中，讓有可能危害身體健康的基改食品陸續在各國上架販賣，美國人民淪為實驗的天竺鼠，你、我是否也變成黃皮種的天竺鼠？目前美國已商品化的基改作物有黃豆、棉花、芥花、玉米、夏威夷木瓜、美洲南瓜以及菸草，還有基因改造有機體的酵素，美國是我們大宗物資的進口國，影響我們的食物及用品可能涵蓋食用油、豆製品、糖漿、奶粉、麵包、餅乾、冰淇淋、起司、發酵粉、化妝品、洗潔劑、洗髮精及沐浴劑等等，涵蓋面之大，緊緊包圍著我們的生活，在主管機關無法全面為人民食用安全把關的情形下，我們為家人選購食品上要多一份警戒。

基改食品到底如何影響我們的身體，書中有廣納專家討論，其中我印象最深刻的是基因改造的食品中，可能會產生不同程度的毒素而影響身體健康，老鼠餵食基改玉米有出現免疫系統受損的傷害，食用基改玉米餅發生過敏休克，基改豆奶引發唇疹過敏，製造左旋色胺酸使用的基改菌株與嗜伊紅球

增多肌痛症候群脫不了干係，造成全美各地受到使人衰弱不明病症的侵襲，我們環顧周邊的親朋好友，罹患免疫系統缺損與過敏困擾的人數，是否有逐年增加的趨勢，與基改食品逐漸進入我們的生活，是否也應該建立一些關聯性的想法與探討？

食物與身體健康、行為、情緒有自然的關聯性，我們每天和食用的食物有最親密的接觸，是否應該多關切食物如何影響我們的身、心、靈，書中曾提出美國一對主張健康飲食的夫婦，在高中學校與假釋犯中實施飲食治療計劃，拿掉加工食品，搬走自動販賣機，為學生準備營養豐富、安全新鮮的食材，證實孩子與假釋犯有行為正面的轉變，專心、快樂、互動性更好、更容易溝通，如果你、我都相信食物會影響我們的身、心、靈至深，讓我們一起多關心目前在國內由民間團體"主婦聯盟保護基金會"所積極推動的"綠食育法"，在家由一家之婦為家人食用安全把關，在學校我們共同推動"綠食育法"，照顧我們的孩子在學校的營養午餐，飲食的安全與教育，上可涵蓋國家的農業政策，下及人與自然的人文教養，台灣人如何關心自己的飲食，從你我共同的參與，大家一起來關心"綠食育法"。

徵稿啟事

這個地方 一旦離開
就有了回憶與鄉愁

這個地方 一旦回來
就有了擁抱與溫暖

這個地方需要你的餵養
以書寫 以影像

這個地方需要你的灌溉
以熱情 以行動

曉明會訊需要您的支持
歡迎隨時來稿
題材不拘 字數不限



鄭凱云，不就是那位聲音清亮，長相甜美，口條清晰，一大早就精神飽滿的播報TVBS晨間新聞的主播嗎？原來她也是曉明女中畢業的校友！

什麼！她要回學校跟小學妹們座談，OK！我這老學姐且就回來會一會主播學妹囉！

初見面，點頭、握手、寒暄、交換名片，她身穿灰黑灰紫幾何格紋的絲質上衣，黑色俐落長褲，襯著完美的妝容，果然有著主播的專業氣勢！

「學妹們，午安！」神清氣爽地拿起麥克風留著清湯掛麵娃娃頭的鄭凱云又變成鄰家親切的大姐姐，台下議論紛紛交頭接耳的小學妹一陣騷動，「是主持健康兩點靈的那個嗎？」「是TVBS的主播啦！」小學妹們和我這老學姐也有一樣的感覺嗎？哇！從螢光幕跳至眼前的主播耶！頓時有小小追星族的FU~~~~！

「再次回到學校，有點感傷…」感傷？不是應該高興嗎？且聽下去。

「因為我懷念起過去在曉明生活讀書的那段歲月，那是我求學生涯中最喜歡的一段特殊美好的時光！」喔！原來如此。

「生命最重要的Moment都會留在記憶中…」陷入回憶中的她不斷想起在曉明讀書的點點滴滴：最愛在草地上彈吉他唱民歌，最記得修女們對學生的愛與包容…。

「曉明是一塊沃土，那些年學校教會我的，都成為我日後努力的根基…」她說自己像一塊海綿，不斷吸收各方知識，盡力投入嘗試各種興趣的可能，最重要的是探索自我的無限潛能。憑著一股衝勁，她有別於一般大學生"由你玩四年"的心態，大學時期同時修完新聞系與中文系的學分並拿到學位。在學其間，擔任政大之聲的實習台長，寫企劃書，規劃廣播節目，到正聲廣播電台實習，擔任網路記者，跑美食新聞…，還沒畢業就已經錄取TVES的工作。她用自身努力的經歷鼓勵小學妹們：光鮮亮麗外表的背後，是要付出更多的努力。

「我為了早上的7點到9點的〈早安台灣〉，每天凌晨4點多就摸黑進公司開始工作，先快速瀏覽吸收各報精華改寫成播報稿，然後快速連寫十幾條稿子再用有活力的聲音跟觀眾說早安…」。

認真讀書認真玩樂，是鄭凱云跟小學妹們分享的人生態度。

短短的3、40分鐘的座談，這位我每天可以在電視中見到的學妹，雖然實際也許只能有一面之雅，而她本人所散發的自信認真的光彩，已經讓我印象深刻了！在這座談會後的每天清晨，我打開電視新聞，都會對著電視裏的鄭凱云說：「學妹妳好！」。

認真讀書

認真玩樂

鄭凱云

學姐與學妹的對話
座談側記

高中第17屆
李宜芳