

## 助人快樂多

五甲廖鈺珍

俗話說：「助人為快樂之本」、「施比受更有福」。幫助他人，被幫助的人可以得到好處，我們的心情也會跟著變好喔！

臺灣有一位善心慈善家—陳樹菊。在陳樹菊的年幼時期，母親在流產過程中，因家裡付不出保證金給醫院，與腹中胎兒一同喪命。在那之後，陳樹菊一肩扛起家中生計，在母親的承租菜攤開始她的賣菜生涯。陳樹菊長大後，曾捐無數金錢給眾多單位，更花費數萬元領養多位孤兒院童。陳樹菊雖然家境不好，但她能利用積少成多的力量，一點一滴的存錢，並且把錢捐給其他更需要幫助的人們。

在臺中，還有一位可敬的善心人士—趙文正。他三十三年來捐款超過四百萬元，自己卻是家徒四壁，只有一箱來自慈善單位的感謝狀，而這箱感謝狀，就是他這輩子最大的資產。趙文正出生在貧苦人家，家中的經濟資源只足夠讓他念完小學畢業。長大後，趙文正在鐵工廠當清潔工，三十五歲時，他開始實踐自己小時候的理想：捐錢助人。為了能夠多捐一點錢，他開始在路上撿垃圾，做資源回收，就這樣日積月累，存到一筆整數就全部捐出去。他已獲得「男版陳樹菊」的稱號，得到了全臺灣人的尊敬。

看完了陳樹菊和趙文正的故事，我很認同「施比受更有福」這句話，今後我也要多多助人，日行一善，對需要幫助的人伸出援手！

看到需要幫助的人，就要友善的協助別人；幫助別人，自己的心情也會變好、變快樂。

## 閱讀快樂多

五丙王惟煦

閱讀，是一種能夠放鬆身心，且能獲取許多知識的休閒活動。因此，我非常的喜歡閱讀。

我喜歡閱讀，閱讀是可以改變人一生的命運的，像古代的詩人蘇軾的爸爸「蘇洵」。蘇洵從年幼時就不愛讀書，只喜歡到戶外玩樂，因此成績非常的差。不過，在他長大後，卻領悟到讀書學習的重要，因此發奮苦讀，從一個沒有出息的少年，再經過不停地日夜苦讀後，考取到了進士、官員等。這讓他的人生有了重大的轉折，不再是一位默默無名的少年，而是一位光榮耀祖的名人。

周處除三害裡的「周處」，也是因為讀書而改變了自己的命運。周處年輕時，是個街上有名的不良少年，時常找人打架，或搶劫他人財物，令大家十分討厭，有一天，橋下突然出現一隻蛟龍，令大家十分害怕，但周處卻自告奮勇的要下去殺蛟龍，他下水後，就沒有再上來了，居民們都很高興，但在這時，周處卻拿著死蛟龍上來了，居民們既驚訝又高興，而在這次的殺蛟龍事件中，周處也體會到自己要好好的讀書學習，這種認真的態度，讓他扭轉了他的情勢，也因為讀書，

改變了他的命運。

從這兩個故事中，我發現讀書對每個人來說都是有利的，多讀點書，或許能改變自己的情勢，改變自己的一生。

我非常喜歡閱讀，閱讀能讓我再遇到困難時，幫我解決問題。例如有一次我在寫作文時，突然想不出來要用什麼詞語時，腦中就突然想起了以前課外書書中的內容，填入了適當的語詞，順利完成了作文。這令我非常的開心，心想著：「沒想到讀書可以解決問題，還能令人開心，讀書真有用！」我真的非常喜愛閱讀。

閱讀，能讓我獲取豐富的知識，閱讀，也能豐富我的想像力，它是最喜歡的休閒活動，且老師曾說過：「讀了一本好書，像交了一位益友又。」書是我們的好朋友，這個好朋友讓我在難過時、生氣時，都能恢復好心情，它不但是一位益友，還是一位心靈導師。閱讀令我快樂，往後我還要乘著閱讀的翅膀，飛向廣大的知識之島，這就是閱讀「非常快樂」多！

## 助人快樂多

五乙魏穎晞

人們常說：「贈人玫瑰，手留餘香。」就像七色玻璃，折射出七彩的陽光，我們每一個人，都有不同的閃光點。有的同學心靈手巧，多才多藝，有的同學天資聰穎，學習名列前茅，而我也不例外，我擁有一顆善良的心。

在市場賣菜的陳樹菊奶奶，在市場賣菜 47 年，小小的菜攤，賺取微薄的利潤，13 歲開始平日省吃儉用，透過辛苦賺來的錢。捐做公益，前前後後共捐出將近千萬的新臺幣，認養孤兒，救助貧困學童和興建仁愛國小的圖書館，這些善行，讓她成為家喻戶曉的人物。

沈芯菱靠著自己的資訊技術和努力，她從國小就開始用愛心關懷弱勢族群。不忍鄉里老農的文旦代銷，她架設了農場網銷平臺，也幫助弱勢兒童，架設了安安免費教學網站。且紀錄臺灣底層社會人們的[草根臺灣臉譜]，讓更多人關注這些弱勢民眾。對沈芯菱而言幫助別人這件事和年齡、種族、性別、身分都沒有關係，只要有心，人人皆能讓世界更美好。

俗話說:[施比受更有福。]在我們的生活周遭有那麼一群人，長時間以來默默的貢獻、付出、做善事，或許他們的物質生活並不富裕，但仍然選擇幫助那些更需要協助的人們，也讓我們的社會更加溫暖祥和。

## 運動快樂多

五丙陳睿浩

運動是一件快樂的事，因為有益身體健康，也可以強健體魄，它也讓我找到可以盡情揮灑的舞台。

像我們台灣的田徑好手楊駿瀚，他曾經在世大運的一百公尺的比賽上獲得第一名，也在全國運動會上獲得一百公尺和二百公尺的冠軍。

練習時，他不怕苦不怕累，不怕火紅的太陽，他的努力，帶領中華隊進入了二零二零的東京奧運會，也燃起了全民在運動上的狂熱。雖然在一百公尺的準決賽上就止步於此

，但這也證明了他非凡的實力，要知道可以參加奧運會的都是各國的田徑好手，能在這麼多的田徑好手當中殺進準決賽，他的努力已經很值得了。

桌球國手林昀儒，他也曾獲得了桌球鑽石聯賽的單打冠軍，和男女混雙的亞軍，他也拿下了本次奧運會的門票，要知道桌球的訓練非常辛苦，但是他不管再累再難他都不怕，為的是在比賽中可以獲得很好的成績，終於在東京奧運會嶄露頭角，獲得了男子單打的第四名與男女混雙第三名。

我自己也是一名桌球選手，我也有在比賽中獲得了第二名，我覺得訓練很辛苦，但獲得成績的成就感，催促著我要更努力練習，贏得更多的榮耀，俗語說：「天下沒有白吃的午餐」有努力就會有回報，練球時可以讓我熱血沸騰。一進到球場，我的雙腳就止不住想上場練球，就算練球再累再苦，也打敗不了我對桌球的熱愛。

運動的快樂在於能夠跑得快、跳得高，打球打得好。在場上能夠獲得佳績，能獲得了滿滿的掌聲。有努力就會有成果，贏球時的快樂，讓我喜歡了打球，也讓我找到運動真正的快樂。

