



品德好榜樣

堅持

榜樣人物：**鄭豐喜**

定義：意志堅定並能努力不懈。

具體作法：

1. 我要相信自己做得到。
2. 我遇到挫折也要繼續努力。
3. 我不畏懼發生的困難。
4. 我不理會別人的負面言語。
5. 我盡力把事情做到更完美。



《汪洋中的一條船》雖然孤單，卻不絕望

鄭豐喜，出生於 1943 年，住在雲林縣口湖鄉的小村子。出生時雙腳畸形，沒有辦法走路，只能在地上爬。從小受到別人的冷嘲熱諷，但是他並沒有怨天尤人，反而勇敢面對坎坷的命運。他以一篇自傳小說《汪洋中的一條船》參加徵文比賽，內容描述自己成長和奮鬥過程，在當時引起了很大的社會迴響也廣為流傳。這本書被一再印刷出版，因為真實記載下肢殘障者的奮鬥過程，銷售排行榜長年不衰，至今仍是國民小學品德教育指定出版品。

書中提到鄭豐喜六歲時，因為家裡實在太窮了，父母把他交給賣藝的老伯帶走，到處靠表演賺一點錢，過了一段流浪的日子後才又回到家中。之後，鄭豐喜和哥哥在郊外養鴨子來賺錢養家。有一次，颶起颱風，狂風大雨把鴨子沖走。鄭豐喜為了搶救鴨子，自己也差點淹死，幸好爸爸和哥哥及時趕到，救了他一命。鄭豐喜九歲才念國小一年級，學校離他家很遠，他只能爬著去上學。他一點兒也不覺得辛苦，不管晴天雨天，一直都努力地學習，因為他一心想要讀大學，改變自己的命運。最後，他終於考上中興大學法律系，成為大學生。當時能讀大學，是一件很了不起的事，再加上他坎坷的遭遇，更是讓人敬佩。

鄭豐喜大學畢業後結婚，和太太一起在雲林縣口湖國中教書。但是結婚後沒多久，不幸因肝癌去世，一生只有短短三十一年。為了紀念他的精神，在口湖鄉創立鄭豐喜圖書館。館中除了藏書之外，陳設鄭豐喜使用過的書籍、義肢等遺物供人參觀。1977 年成立財團法人鄭豐喜文化教育基金會，是台灣最早從事身心障礙公益活動的基金會，更設立獎學金鼓勵有肢體障礙的學生繼續升學、出國深造，也幫助身心障礙者實現夢想。

《汪洋中的一條船》是鄭豐喜的自傳，他覺得自己就像大海中的一條船，雖然孤單，卻不絕望。因為沒有雙腳的他，都可以靠著雙手，堅持走出自己的路，更何況是好手好腳的我們呢？





品 德 好 榜 樣

勤 奮

榜樣人物：吳寶春

定 義：全力以赴並完成目標。

具體作法：

1. 我要完成我應盡的義務。
2. 我要學習正確的方法來做事。
3. 我要遵從良善的建議。
4. 我在課業學習上要努力。
5. 我能不偷懶也不推卸責任。



冠軍只是當下，學習才是永遠

吳寶春 1970 年生於窮困的屏東鄉下，在那個時代，雖然讀書可以學習到知識和技能，但並沒有辦法立刻賺到錢。因此，家裡窮、學校成績不好、強烈的自卑心作祟下，吳寶春索性自我放棄學習，讀到國中連九九乘法表都不會，認識的國字還不超過五百個。一畢業，他就離家去台北當麵包學徒。

為了讓母親過好日子，每天從凌晨三點半開始工作，一直做到晚上七、八點才能休息，每個月只休兩天假，一個月薪水六千元。每次一拿到薪水，立刻寄四千元回家。後來，獲得機會免費到日本進修，解開他學習烘焙的困惑，真正體會到烘焙的藝術和深奧。2010 年，吳寶春終於在法國世界盃麵包大賽獲得個人賽金牌，成為名副其實的台灣之光！更以媽媽的名字，回到自己的母校成立獎學金，希望鼓勵更多孩子力爭上游。

開始學做麵包，吳寶春才知道學習的重要。因為做麵包必須會數學、算重量，要看懂日文烘焙書就要學日文。第一位開啟吳寶春成為愛閱讀的人，是他當兵時在部隊認識的大專兵。原本識字有限的吳寶春，二十歲開始重拾書本，也培養了學習的興趣。吳寶春退伍之後的工作兼負管理職務，讓他更深刻體悟到，企業管理知識還是必須有系統地學習才能連貫。雖然自己有心進修，但因為只有國中學歷，所以無法踏入大學修課。為了一圓大學夢，他每天念書二十小時，終於申請到新加坡國立大學 E M B A 課程，2016 年取得管理碩士學位。

吳寶春曾說：「到台北之前，我以為當個麵包師傅就成功了，可是後來發現，如果我不讀書、不認識字是不可能成功的。」當成功後的吳寶春停下腳步，問自己：「今日我何德何能可以站在這裡？」於是，他對著那個曾在台北中正紀念堂，傷心又茫然的十七歲少年說：「謝謝你！謝謝你當年沒有放棄！」幸好十七歲的吳寶春沒有放棄，不然四十歲的吳寶春就不會有機會進到總統府、被總統接見，也因此能將他勤奮向上的精神傳達給每一個正在努力的人。





品德好榜樣

專注

榜樣人物：戴資穎

定義：全心投入並發揮專長。

具體作法：

1. 我在上課及學習活動要專心。
2. 我要注意聆聽師長的指導。
3. 我寫功課時專心做好複習。
4. 我不過度使用手機及網路。
5. 我不受其他人的負面影響。



做我最拿手的事，就是做自己並且樂在其中

戴資穎在 2018 年奪得台灣亞運史上第一面羽球項目金牌。2021 年舉辦的東京奧運是她第三次參加的奧運比賽，她在球場上揮灑汗水且全神貫注，即使膝蓋早已磨破皮，仍維持高水準表現、展現強大心理素質。在這場爭金奪銀的金牌戰因雙方實力不分軒輊，讓全台觀眾情緒高昂。最後榮獲羽球女單項目銀牌，不僅創下台灣羽球單打的最佳成績，同時也是她個人生涯的奧運最佳成績。

戴資穎一步步從「台灣史上最年輕的球后」登上「台灣史上首位世界球后」，父親是重要的影響人物。從小活潑好動的她，因為看著爸媽打羽球，進而開始接觸這項運動。從國小三年級決定打球，就讓她進入專門訓練羽球的學校。從國中開始出國比賽，球團希望戴資穎多報女雙、混雙等項目，父親堅持只讓女兒專心打女單這一項。父親說過，人生不可能每一場都擊出好球，但必須隨時都有擊出好球的準備。因此，不間斷地專注訓練，是為下一次比賽累積能量。

羽球比賽是技術及耐力的拉鋸戰。戴資穎球路多變且步伐輕快，擅於使用假動作並配合細膩的網前手法打亂對手節奏而得分。經驗累積下，即便落後對手好幾分，她仍專注在球場每一個動作，可以面不改色的一分一分追回來，勇敢打出每一顆符合她要求的球。但是，在她過去的世界比賽經驗，也曾發生因為接連失誤及現場的球迷聲浪太大而無法專注比賽，讓她沒有辦法發揮實力。即便遇到挫敗，她會加倍努力重新站起來，每度過一個困難，都能讓自己更強大，且邁向成功一大步。

戴資穎的人生觀鼓舞了許多人，她認為比賽就像是一場模擬的人生，有一些你可以努力的地方，也有一些不可控制的因素，贏了值得開心，輸了也不必難過，因為只要你沒有輸了自己，比賽就會一直持續下去。「只要是對的事情、是你喜歡的事，心已定，就勇敢追吧！」是戴資穎對自己期許的金句。就算你的決定不被看好，但只要對得起自己，做著讓自己快樂的事情，那就關起耳朵向前看，專注且勇往直前做下去吧！





品德好榜樣

勇敢

榜樣人物：**郭泓志**

定義：勇於承擔並做正確的事。

具體作法：

1. 我做事要勇於承擔責任。
2. 我要主動表現自己的專長。
3. 我要主動表達自己的需求。
4. 我要記取教訓遠離錯誤。
5. 我要注意周遭的警訊而不魯莽。



只要沒有放棄，就沒有失敗這回事

郭泓志是台灣第四位在美國職棒大聯盟出賽的球員，也是台灣第一位在美國職棒大聯盟登場的左投手。在國小時，為了打棒球而轉學加入少棒隊，獲得全國軟式少棒冠軍，代表台灣參加世界軟式少棒錦標賽，這是他第一次入選中華隊並拿下冠軍。國中時，因為家庭變異而一度放棄練習，還好在教練及輔導老師勸告下重回棒球場。在國中棒球聯賽冠軍戰飆出 13 次三振擊敗對手，球隊因而獲得世界青少棒賽中華隊代表權，在青少棒階段再次穿上中華隊戰袍。

國中畢業後的郭泓志因為有著明顯超出高中生等級的投球能力而入選中華成棒代表隊，於代表隊培訓期間更將個人球速紀錄推進到 152 公里的新高；以一個青棒左投手來說，可以說是極其難得的豪速球左腕。因擁有「速球」與「左投」的雙重優勢，1999 年與洛杉磯道奇隊簽下小聯盟合約。在 2006 年球季，首度在大聯盟先發。2007 年更成為台灣球員中第一位在大聯盟擊出全壘打的選手。

但是，郭泓志在旅美投球生涯並非一路順遂，屢受傷勢困擾，多次手術及遭遇挫敗。他都能憑靠強大意志度過術後復健、重返球場，成為台灣球迷口中的火鳳凰或不死鳥。很多球員都會受傷，許多人更從此一蹶不振，為何郭泓志能夠創造「不死鳥傳奇」？他為自己下的結論是：「我認為這是命運註定，會受傷的就是會受傷，重要的是如何去面對。」他勇敢面對挑戰且堅持到最後，具備如鋼鐵般的勇士精神。

郭泓志球員生涯歷經多次手術，卻始終能克服傷痛，重新站上投手丘，他從中體會到並常用來勉勵自己的一句話就是：「沒有失敗這件事，只要你能從中學到一些事情，就是成功。」他也認為：「不管在哪裡打球，出身並不重要，因為都是打棒球，我只是想要沒有負擔的享受棒球。」勇敢奮戰的郭泓志，永遠是大家心目中的勝利投手。





品德好榜樣

自省

榜樣人物：**高肇良**

定義：反省錯誤並改過向善。

具體作法：

1. 我要勇於承認自己犯的錯誤。
2. 我要虛心接受別人的指正。
3. 我要隨時檢視自己的表現。
4. 我要向品德典範人物學習。
5. 我要改變過去不好的習慣。



從拖著腳鐐手銬的毒蟲 翻轉人生成為反毒大使



高肇良出生於彰化縣純樸的農村，國二時誤交損友接觸毒品，18 歲時因毒入獄，前後 7 次進出監獄，浮沉毒海近二十年。為了買毒，高肇良將父母的金飾拿去賣，姊姊無助之下只好大義滅親報警讓他入監服刑。鄰居親友勸說：「放棄肇良吧！你們還有其他 3 個優秀孩子啊！」但家人仍想方設法盼他回到正途，只是高肇良卻一次次傷透家人的心，陷入戒毒、染毒、入獄、出獄等無窮盡的循環。

高肇良將自身經歷出版成書《阿良的歸白人生》，書中敘述，他的青春年華幾乎在獄中度過，名字不是被編號取代，就是被稱為毒蟲，「陷入毒海浮浮沉沉近二十年，我非常痛苦，有如掉入急流漩渦中。每次父母伸手想拉住我時，我因為難以忍受毒癮發作的痛楚，而一次次地甩開他們的手，放棄求生意志。」直到在獄中得知父親病逝，他見不到父親最後一面，光著頭、戴手銬與腳鐐跪在父親靈堂前，承受外界的指責，後悔沒能盡孝。出獄後毒癮發作，發生重大車禍，鬼門關前撿回一條命，讓他重新省思，自己的人生意義到底是什麼，從此徹底醒悟。

終於，他戰勝了毒品誘惑，還一步步在家鄉創業經營「阿良古味生活館」，將盈餘的 1 成用來幫助出獄且貧困的更生人、受毒受害者，還擔任監獄志工、毒品防制宣導講師，遍及全國各地及學校單位演講，受益人次近百萬人，榮獲總統接見表揚旭青獎、反毒真英雄獎。

高肇良躍身為反毒大使，走遍校園分享生命故事，警惕孩子不可以嘗試毒品。他更希望幫助所有陷入毒品、在獄中的收容人及更生人，找到人生新方向。他的故事也被拍成勵志電視劇，讓眾多誤入歧途者以他為鏡、及早回頭。高肇良能在經歷人生最低潮後深刻反省自己並重新開始，過著穩定且樂觀積極的生活，讓我們明白一個道理：「人不怕犯錯，就怕不改過」。