

第六課

心

囚

杏林子

學習重點

- 一、認識杏林子以樂觀的心態，超越逆境的精神。
- 二、學習正反對比的寫作技巧。
- 三、能以正向思考的處世態度面對生活中的困境。

課文前哨站

劉俠正向思考改變人生

劉俠十二歲罹患類風溼關節炎，長年與病痛為伍，但她總是樂觀面對生活。有一次更換坐骨大關節，劉俠向醫生要求把鋸下來的腿骨還給她，醫生問要做什麼，她笑著說：「用來燉蘿蔔湯呀！」有時，朋友打電話關心病情，她幽默地用播報氣象的方式說：「我的頭部是晴、無雲，腳部卻是陰雨，積水嚴重。」雖然她飽受病痛煎熬，但從不向逆境低頭，不僅積極從事公益事業，還努力創作，透過作品激勵人心。



題解

本文選自杏林子小記。作者因疾病而行動不便，但她體會出真正能囚禁人的，不是身體的病痛，而是心理的不健全。因此，鼓勵人們要有積極、樂觀的心態才能享有真正的自由與快樂。

作者

杏林子，本名劉俠，陝西省扶風縣人，生於民國三十一年（西元一九四二年），卒於民國九十二年（西元二〇〇三年），年六十二。她雖然罹患類風溼關節炎，全身關節逐漸損壞，幾乎無法執筆，但仍熱愛生命，創作不輟，更成立伊甸基金會，為身障同胞謀求福利，展現生命的大勇及至美。

杏林子的作品以散文為主，常藉生活中的小事體悟出人生的啟示，充滿積極正向的力量。著有杏林子小記、感謝玫瑰有刺、生之歌、俠風長流——劉俠回憶錄等書。

杏林子



課文·注釋

閱讀小叮嚀

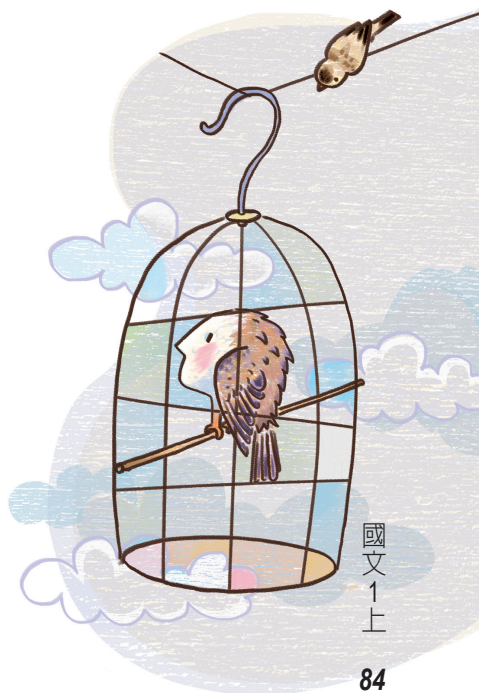
作者生了什麼病而行動受到限制？
閱讀時請找出她克服這個困境的關鍵。

一 在許多人眼裡，我看來多麼像是一個囚犯，一個被病禁錮^{ㄅㄧㄣˋ ㄣㄩˋ ①}在床的犯人。

二 是的，自從小學六年級時，我被一種叫做「類風溼關節炎」的怪病纏身^{ㄘㄢˊ ㄩㄣˊ ㄕㄨㄢˊ ㄩㄣˊ ②}之後，就逐漸失去活動的自由。年復一年，我全身的關節都受到病魔的「轄^{ㄒㄧㄚˊ ㄩˊ ③}制」，有如戴上一道道無形的鐐銬^{ㄌㄧㄠˊ ㄏㄨㄟˋ ④}。

三 腿不能行，肩不能舉，手不能彎，頭也不能自由轉動。甚至，我連吃一口心愛的牛肉乾的權利也被剝奪了，因為咬不動。

四 二十多年來，生活的天地僅限於六席^{ㄉㄧˊ ㄒㄧˊ ④}大的斗室^{ㄉㄠˋ ㄕㄨˋ ⑤}。



國文 1 上

84

① 禁錮 囚禁。錮，音ㄍㄨˋ，監禁。

② 轄制 管轄限制。轄，音ㄒㄧㄚˊ。

③ 鐐銬 音ㄌㄧㄠˊ ㄏㄨㄟˋ，刑具，比喻為束縛^{ㄅㄨˋ ㄩˋ}。



④ 席 量詞。日式房間的大小用「席」來表示，一席的長、寬各為一百八十公分與九十公分。

10

5

之中，屋外春去秋來，花開花謝，似乎都與我無干^⑥了。就像一個被判無期徒刑的犯人，不知何年何月才能重見「天日」。

【五】想像中，這樣的「犯人」一定是蒼白憔悴^⑦、鬱^⑧

鬱寡歡的吧！剛剛相反，因為我了解真正能夠囚住我的，不是身體上的疾病，而是心理上失望、悲觀、頹喪^⑨、憤怒、憂慮，築成了一面看不見的網，

隨時準備將我陷在中間。一個人只要能突破心靈的枷鎖^⑩，這個世界就再也沒有什麼能困住他的了。如

今，我活得無憂無慮，也自由自在。而世上多的是身體健康，卻心理不健全的人；多的是表面歡樂，卻心中痛苦的人；多的是行動自如，卻找不到一條正確人生方向的人。



枷，古代套在犯人脖子上的木板刑具。

鎖，即腳鐐。

⑤ 斗室 狹小的房間。

⑥ 無干 沒有關係。干，關聯。

⑦ 憔悴 音くゑぢゑ，面色黃瘦，沒有精神的樣子。

⑧ 鬱鬱寡歡 悶悶不樂。

鬱，音い。寡，少。

⑨ 頹喪 音たへふ，情緒消沉低落。

⑩ 枷鎖 刑具，比喻為束縛。枷，音い。

〔六〕 有些人看似生活得繁華熱鬧，卻往往是天底下最寂寞的人，因為他們把自己的心封閉了。

〔七〕 還有那些沉溺^⑪在罪惡中無法自拔，迷戀在情慾中無法脫身，以及為名利權勢所左右^⑫迷失了自己的人，他們看似自由，卻心陷囹圄^⑬。

〔八〕 比起我，到底誰更像是囚犯呢？

⑪ 沉溺 指陷於不好的嗜好或境地中。溺，音ㄋㄧˋ。

⑫ 左右 影響、控制。

⑬ 囹圄 音ㄌㄧㄥˊ ㄩˇ，牢獄。



課文賞析

本文為作者分享自己面對疾病的轉念歷程。可分兩個部分，前四段為敘述，後四段著重議論、抒懷。此外，文末以「到底誰更像是囚犯」作結，使文章產生首尾呼應的效果。其寫作特色如下：

一、**以己身為例，極具說服力**：本文以「我看來多麼像是一個囚犯」作為開頭，引起讀者注意。作者因疾病而行動不便，所以看似一個被禁錮的囚犯，但她卻告訴我們，囚禁的方式有很多種，任何疾病、痛苦、挫敗都不能真正限制、困住一個人，除非他的心先被沮喪憂傷所囚禁。這種以己身受困於病與正向思考現身說法的方式，使文章深具說服力。

二、**透過正反對比，以凸顯題旨**：人生究竟是光明美好、充滿希望，或者是頹喪陰暗、毫無生氣，往往取決於「心態」。作者雖患有疾病但卻擁有自由自在的心靈，與那些身體健康卻心理不健全的「心囚」形成強烈對比，使得主題分外凸顯。

作者認為只要有積極、樂觀的心態，就能享有真正的自由與快樂，這是她因病而獲得的啟示，值得我們深思。

讀後檢測站

請根據文本，將正確答案打✓。

快篩訊息

1. 本文包括了哪些題材內容？（多選題）

- ☐ (A) 積極樂觀的心態
- ☐ (B) 保持謙卑的姿態
- ☐ (C) 積極尋求治病的管道
- ☐ (D) 突破困境的心理歷程

瞄準文心

2. 本文所要傳達的意旨為何？

- ☐ (A) 永保不服輸的態度
- ☐ (B) 勿小看自身的潛能
- ☐ (C) 有仁愛慈悲的胸襟
- ☐ (D) 正向思考改變人生

文意理解

3. 下列何者不是作者所謂的「心囚」？

- ☐ (A) 表面很歡樂但內心很痛苦的人
- ☐ (B) 身體有缺陷卻能樂觀度日的人

4. 「一個人只要能突破心靈的枷鎖，這個世界就再也沒有什麼能困住他的了。」作者

- ☐ (C) 追求權勢名利而迷失自我的人
 - ☐ (D) 行動自如卻不知人生方向的人
- 所謂的「枷鎖」指的是哪些？（多選題）

- ☐ (A) 深陷負面情緒無法自拔
- ☐ (B) 不能從惡習中自我解脫
- ☐ (C) 身體殘疾而無法行動自如
- ☐ (D) 被虛華的名利權勢所左右

作法探討

5. 「比起我，到底誰更像是囚犯呢？」作者以反問手法作結，其作用為何？

- ☐ (A) 揭示人生觀
- ☐ (B) 增添趣味性
- ☐ (C) 引人再深思
- ☐ (D) 營造懸疑感



問題討論

一、作者身有病痛，但心境並沒有因此而消沉的原因是什麼？

二、作者說：「有些人看似生活得繁華熱鬧，卻往往是天底下最寂寞的人。」你同意這個觀點嗎？請說說你的看法。

三、若周遭的人陷溺在某種不良嗜好中無法自拔，我們應如何幫助他？請舉例說明。

語文小視窗

譬喻修辭

凡兩件或兩件以上的事物中有類似之點，說話、作文時將這些「類似之點」拿來打比方，內容將更顯生動，也讓人更容易理解。例如：

- (一) 我全身的關係都受到病魔的「轄制」，有如戴上一道道無形的鐐銬。
- (二) 平靜的湖面如鏡子般，倒映著青山綠樹、夕陽彩霞，美不勝收。
- (三) 鞋是雙腳最溫暖的家，有了它，雙腳不會再受寒。

應用練習

一、譬喻妙用

善用譬喻可讓所描述的內容更加具體而易懂，請根據各題文意，找出適當答案填入（ ）中。

憤怒 歲月 好友 書本 悲傷 火車 自誇的人 自卑的人

1. () 像陳年老酒，越陳越香。

2. () 像面鼓，聲音大大，肚子空空。

3. () 就像是降落傘，打開來才能發生作用。

4. () 彷彿火山，一旦爆發往往造成極大的傷害。

5. () 是雕刻家，在我們的臉上鑿下深深的刻痕。

寫作

二、對比透視鏡

寫作時運用對比手法能使事物的形象、特點鮮明顯著，所論述的事理也更具體深刻。本文即透過「人與自己」、「身體與心靈」的對比，帶出正向思考的重要。請先完成表格內容，再進行寫作。

甲、根據文本，歸納作法。

身	杏林子	心陷圈圍的人
疾病纏身 失去活動自由		身體健康 ()

監牢與刑具——人在牢籠，身不由己

「囚」字外頭的方框像一圈圍牆，中間是一個人，合起來表示人被關在牢籠中，它的本義是拘禁，後來引申為被囚禁的人，即「囚犯」。

此外，與「囚」意近的字還有「牢」。「牢」的字形上方像有屋頂的圈欄，底下關著一頭牛，指飼養牲畜的柵欄，如「亡羊補牢」的「牢」。後來將囚禁犯人的地方也稱作「牢」，如「監牢」、「囚牢」等。「囹圄」也是牢獄的意思，「身陷囹圄」就代表被囚禁。

古代拘捕犯人的刑具有「枷鎖」、「桎梏」、「鐐铐」、「銀鐺」等。「桎梏」是木製刑具，「桎」是腳鐐，「梏」是手铐。後來「枷鎖」與「桎梏」二詞皆引申為束縛人的事物。漢代以前，常用黑色繩索來綁縛犯人，後來則改用鐵鏈，稱為「銀鐺」，所以我們現在用「銀鐺入獄」表示坐牢的意思。



▲亡羊補牢——丟失了羊，就趕快修補羊圈，還不算晚。比喻犯錯後及時更正，尚能補救。



杏林子小記

■ 杏林子著 ■ 九歌出版社

■ 民國98年

本書收錄六十餘篇短文，是作者患病二十多年來的所見所聞，說的都是人生中的大道理，文筆詼諧幽默且發人深省。



你想活出怎樣的人生？

■ 吉野源三郎著、陳昭蓉譯 ■ 先覺出版社

■ 民國107年

本書講述一位十五歲少年在舅舅智慧引導下，思考了勇氣、友情、貧富、霸凌、人與社會等課題，進而釐清「人之所以為人的價值」和「生而為人應有的態度」。



奇蹟男孩

■ 西洋電影

■ 茱莉亞·羅勃茲、歐文·威爾森等主演

本片講述一位天生顏面殘缺的男孩奧吉，十歲才步入學校讀書。面對同學的異樣眼光，他努力融入群體，克服萬難，勇敢長大。