

一、浴缸裡的大發現

距今二千二百多年以前，在義大利西西里島東南部的一個古城裡，有一位著名的科學家，名叫阿基米德。

阿基米德在當時是一位宮廷科學家，有一次，國王命令金匠打造一頂王冠，當這頂金光閃閃、耀眼奪目的王冠打造完成後，大臣們無不嘖嘖稱奇，認為是稀世傑作。然而，國王卻對王冠的製作材料起了疑心，懷疑金匠偷工減料，在王冠中摻入了其他金屬。於是他要阿基米德在不破壞王冠的情況下，想辦法查明真相。

這個問題可真是難倒了阿基米德，雖然他日夜不停的思考，一天到晚都在這個棘手的問題上打轉，但一時也想不出很好的辦法，來證明王冠是否摻入了其他金屬。

有一天，阿基米德覺得很疲憊，便打算到澡堂洗澡，希望藉由泡澡，讓多日來苦惱的心情鬆弛下來。當他進入浴缸時，缸內的水位立刻上升，並且溢了出來。他躺在浴缸裡，腦中仍然想著王冠。想著、想著，一個念頭閃過：「如果把王冠放入注滿水的盆子，水也會溢出來吧！」阿基米德的心裡感到有些興奮。他繼續想著：「如果王冠是純金打造的，王冠和同等重量的純金塊，體積大小應該相同。那麼，它們放進水盆時，溢出的水應該會一樣多。」「如果王冠摻了其他金屬，王冠的體積和純金塊的體積一定不一樣大，那麼他們溢出的水量就不同了。」

想到這裡，阿基米德突然從浴缸中一躍而起。他高興的向大街跑去，邊跑邊叫著：「我知道了！我知道了！」行人們看到阿基米德在街上狂奔，都以為他瘋了。

阿基米德如旋風般的衝進了王宮，把國王嚇了一跳。只見他語無倫次的反覆說著：「我知道了！我知道了！」直到國王把袍子遞給他穿上，他便迫不及待的請國王準備三個水盆及和王冠同等重量的純金塊和白銀。之後，阿基米德把王冠、金塊和白銀依次放進水盆裡，並且測量溢出的水量。最後，他發現白銀溢出的水量最多，其次是王冠，最少的是金塊。這個結果，說明了王冠確實被摻入了其他金屬，也證實了國王的疑慮，金匠因此受到了應有的懲罰。

解決了王冠的問題後，阿基米德對生活周遭環境與事物更加細心留意。他的研究與發現，對後來人類科學的進步，有很大的貢獻呢！

二十四、愛在西非

西非內陸有一個小小的國家，它的名字叫布吉納法索。這個國家的國民生活水準低落，環境髒亂，水源不足，醫療設備及人員更是缺乏，人民的健康受到嚴重的威脅。生活在富裕國度的人們，誰也不會想要到這種地方來，更別說在此居住了。然而，來自台灣的青年連加恩，卻自願加入了外交替代役，選擇布吉納法索，作為他生命中的新故鄉。

當畢業於醫學院的連加恩，毅然決然的放棄了在台灣優渥的生活條件，自願來到這個國家時，有不少人認為他是個傻子；但是這個傻子，卻把他和台灣人的愛，灑在西非這個偏僻的小國裡。

當連加恩來到布國，在滿是垃圾的市街上，看到許多人沒有衣服穿，他的心中充滿了感慨，思索著要如何去幫助這些窮困的人們。他靈機一動，想到了「撿垃圾換衣服」的活動，於是透過電子郵件，向父親表達這個點子，父親便在台北發動募捐。不久，充滿愛的六十箱衣服，經過三個月的航程，千里迢迢的送到了布國。興奮的連加恩和當地的政府人員，鼓勵當地民眾以「三袋垃圾換一件衣服」的方式，在短短的兩個小時便把六十箱衣服換光了。此時街道看不到垃圾，換到衣服的人們穿著「新衣」狂歡，場面有如嘉年華會一般。為了感念台灣的愛，布國政府把這天訂為清潔日。經過這次活動，「撿垃圾換衣服」成為了一種常態，陸陸續續有一千五百多箱的衣服自台灣送到了布國。

連加恩服役的村子裡，只有小小的兩口井，為了解決飲用水的問題，連加恩再次向台北發出電子郵件，希望能募得打井工程的費用。經過大家的募捐，不久便募集到應有的款項。連加恩趕緊利用這筆款項，進行打井的工作。也許是上天感念台灣人民的愛，很快的便挖到了一口好井，這口井雖然淺，出水量卻是一般井的兩倍，水質更可以生飲。現在，井邊立了一面紀念碑，碑上寫著：「來自台灣的愛！」連加恩打井的消息很快的在台灣引起了注意，不少人都要捐款多打幾個井，更有打井公司願意攜帶工具，免費到布國打井，對於台灣同胞的愛心，布國人民都非常感動。

「手心向下是幸福的」，這是連加恩的信念。帶著台灣人的愛，連加恩將它散布在西非的小國裡，但願有一天，這些愛，能在所有的沙漠上，形成無數充滿希望的綠洲。

三、告別童年的日記

上午幫老師送書本去辦公室，經過一年級的教室，看見小學弟小學妹們手拉手圍成一個圈，用稚嫩的聲音喊著「梅花梅花幾月開？」不知道為什麼，一股複雜的情緒湧上心頭，忽然鼻頭一酸，在朦朧的眼簾中，彷彿看到六年前的我也置身在他們之中……

還記得新生入學那天，媽媽把我送到教室後便轉身離去，原本內向害羞的我，一時緊張，就追了出去，在走廊上抱住媽媽的大腿不放，號啕大哭起來。那驚天動地的哭聲引來了圍觀的人群，現在回想起來，雙頰還是窘得像關公的大紅臉。

幸好在李老師充滿愛心與耐心的帶領下，我很快就適應新環境，也愛上小學生活。李老師上課很有趣，他喜歡用故事來啟發我們，所以我也變成了一個故事迷。後來我參加說故事比賽，以自編的故事獲得大獎，也建立了自信心。

三、四年級時，我開始接觸幼童軍社團，除了從團康活動中得到很多樂趣外，我也習得許多野外求生的技能，開拓了自己的視野；更重要的是，我學到服務與奉獻的精神，知道為善最樂的道理。

為了貫徹童子軍「日行一善」的信念，五年級時我加入「愛心服務隊」，雖然犧牲了下課時間，但是我的心中充滿了助人的喜悅。升上六年級時，我被全班推選為「輔導生」，在早自習時間到一年級教室協助照顧剛入學的小弟弟、小妹妹。

我很高興自己長大了，從一個懵懂、膽怯的小女孩，蛻變成有能力服務、照顧別人的大姐姐。下個月我就要從小學畢業，希望未來的我，秉持著不斷追尋自我成長的腳步，繼續向前邁進。

四、發掘生命的潛力

每個人都有能力和潛力，但有人將自己關在「過去的失敗經驗」裡，否定自己的能力以致於無法發揮自我潛力，多麼可惜呀。其實，只要積極學習，勇於冒險，就會發掘無窮的潛力。

馬戲團裡表演的大象，都是從小就開始訓練的。小時候的大象很調皮，玩性又大，所以訓練師常用繩子把小象拴在木樁上，由於小象力量小，經過很多次試驗都無法將木樁拖出來，當時間久了之後，只要把象繫在木樁上，小象知道自己無法掙脫，也就會很安分了。

當小象長大變成了大象後，雖然力大無窮，可以搬很多東西，但在表演時，卻很安分的被繩拴在木樁上。因為大象從小的經驗，覺得木樁的力道比自己大，沒有辦法掙脫。其實大象是被自己以前的觀念所束縛，不了解自己的體力已有很大的改變，因而放棄了想移動木樁的念頭。木樁，就像是妨礙個人發揮潛力的障礙；或許不是具體可見的阻力，而是由個人過去細微的經驗所產生的無名恐懼，過去的恐懼是成為阻礙現在進步的阻力！

以前有個生物學家做了一個實驗，他將一群跳蚤放入實驗用的大量杯裡，上面蓋上一片透明玻璃，他發現跳蚤的習性非常愛跳，於是很多跳蚤都撞上了蓋上的玻璃，不斷的發出叮叮咚咚的聲音。過了一陣子，生物學家，將玻璃片拿開，發現竟然所有的跳蚤依然在跳，只是都已經將跳的高度調至接近玻璃就煞車，以避免撞到頭。於是竟然沒有一隻跳出來，依牠們的能力不是跳不出來，只是牠們已經適應了環境。

後來生物學家，就在量杯下，放了一個酒精燈並且點上了火。不到五分鐘，量杯燒熱了，所有的跳蚤自然發揮求生的本能，雖然牠們都以為還有玻璃罩，但是每隻跳蚤再也不管頭是否會撞痛，全部都跳出量杯以外。

如果將跳蚤變成人類，把量杯變成社會。是否我們也會為了適應環境，又不願改變習性，而甘願降低才能，封閉潛力而去適應呢？哦！也許我們也像跳蚤一樣，需要來自腳下的一把火，這是一把外來的火，一把來自人群、鼓勵、肯定、關懷、指導，乃至機會的火。也許你需要一個好老師，他會告訴你朝哪個方向走會成功；也許你需要一些好朋友來提攜你、輔佐你，或者給你機會。

學習被人鼓勵，學習鼓勵人，學習從別人的需要，看到自己才能發揮的空間，為自己創造機會，時時添注生命的無窮希望，那麼天下再也沒有困得住你的量杯了。

五、雲門舞集

語言是人類溝通的橋梁，透過語言，能讓彼此心意相通。然而你知道無言的舞者是如何和我們對話的嗎？雲門舞集的舞蹈家們，隨著音樂和故事情境，在舞台上以獨舞或共舞構成一幕幕和諧美麗的畫面，隨著身體的伸展轉動，向我們訴說故事，表達心情。

你看那舞者，快速的動作，搭配著輕快的節奏，有時候凌空而起，有時候在地上翻滾，那股力與美，在肢體表演中展現出來，讓你我深深沉醉；你看那舞者，流暢的肢體律動，有時像蜻蜓點水般的輕巧，有時像孩子們嬉戲玩耍般的無拘無束，輕盈的身體，柔軟優美的線條，喚起你我的感動與讚美。

「雲門舞集」的創辦人林懷民先生，小時候喜歡寫小說，可是到後來他秉持著迎向挑戰的精神，研習現代舞，創立舞團。三十年來，雲門累積了許多著名的舞作，像「白蛇傳」、「薪傳」及「水月」等等，不但帶動了台灣的藝術發展，更在世界各地成功演出，贏得國際間相當大的肯定。

雲門舞集雖然已成功的從台灣走向世界的舞台，但每年仍不分鄉村或大都市的到各地演出，除了是抱著感恩的心回饋社會外，更是希望能讓社會大眾多接觸、參與藝術活動。當你置身其中，便能與舞者產生共鳴，感受他所要表達的悲喜，獲得心靈的感動；這種感動將引領你進入藝術的天地，發掘生活的情趣，體驗「美」的真實感受。