



▲2020終止飢餓愛心午餐—飯前為受苦的人祈禱並珍惜食物 ▲義賣肥皂—學生送愛心到歐洲

▲班聯會錄製愛心義賣活動影片

感同身受 發願力行的靜修人

■文·圖/吳瑞玲(靜修中學學務處活動組長) 圖/靜修中學

多年來，靜修中學在教育上回應聯合國永續發展中17項議題中的：「終止飢餓」、「健全生活品質」、「性別平權」，一方面讓師生愛心不落人後，另一方面也落實「知善、擇善、行善」的生命教育精神。目前全世界都處在防疫的緊張氛圍中，靜修中學的師長們透過機會教育，讓學生們看見世界各地的需求，並讓學生體會到「身處困厄，更要常保善心，不忘關懷。」

四旬期愛德 一幣之力獻關懷

靜修中學每年3、4月份都會參與教會的「四旬期愛德運動」，內容包含愛德捐款、愛心午餐飢餓體驗、復活節彩繪比賽、復活節尋蛋、拜苦路等。以往在這個月，各班會準備一個小紙盒，鼓勵師生透過每周的「愛心零錢捐」，集結眾人的「一幣之力」，將愛心送給需要幫助的團體。今年，靜修將師生共同集結的6萬多元善款捐贈給聯合國的NGO組織「天主教明愛會」(Caritas Internationalis)、「關懷原住民教育專戶」以及靜修長期關懷的「宜蘭弘道仁愛之家」。

微飢餓體驗 惜福感恩意義深

4月6日中午，學校舉辦「愛心午餐飢餓體驗」，此活動雖為自發性參與，但師生熱烈響應。參與者可自由選擇將當日午餐費用全額捐出，或將扣除食物成本後的午餐費用捐助給公益團體。活動當天，學校準備了雜糧饅



頭和蘋果汁，師長們運用空堂時段清點、分裝，再由各班領回。透過少量的食物，讓全校師生共同體驗「微飢餓」。接近放學時刻，學生們紛紛表示：「原來這就是肚子餓的感覺。平時的自己享受到的資源這麼多，真應該好好珍惜食物。」

家長感謝校方的安排，並表示：「現在的孩子大多認為自己擁有的是理所當然。這樣的活動正好教導孩子學習感同身受、惜福感恩、不浪費。真是太有意義了。」

拜苦路靈修 為新冠疫情祈求

4月10日聖週五的「拜苦路」靈修，宗輔室以「南與北文化出版社」吳信如社長所設計的苦路默想材料，聚焦在疫情生活中的反思與苦難的意義，帶領靜修的師長們進行反思與覺察；在受苦的耶穌基督身上，看見生命



▲2020終止飢餓愛心午餐 餐前祈禱
◀口罩顏色偏見—去除性別刻板印象

的盼望與信仰的真締，保持「心中有他人」的態度。

送愛西班牙 感謝道明傳教會

今年受到新冠肺炎疫情影響，靜修校友及學生更發起手工肥皂愛心義賣，以響應「Taiwan Can Help」行動。希望集合眾人的力量，為國際修會的修女們盡一份心力。目前歐洲疫情嚴峻，在西班牙甚至有些修女因服務人群而染病過世，需要國際團體們伸出援手，提供資源，幫助她們度過這次的新冠肺炎。

由國際修會「道明傳教修女會」所創辦的靜修中學，因此號召全校師生用自身的力量，協助在西班牙的修女們，讓他們能有足夠的資源繼續完成她們的服務工作。

顏色無性別 口罩防護最重要

同樣受到疫情影響，4月中旬，在中央流行疫情指揮中心記者會上，媒體問及：「有家長反映家中兒子不敢戴粉紅色口罩上學，擔心遭同學嘲笑。」許多政府部門也紛紛響應，將頭貼紛紛換上夢幻的粉紅色，掀起不少討論。

由於靜修中學自2007年起國中部男女兼收，在防疫階段，更藉此倡導「去除性別刻板印象」。校方特別宣導：「口罩不管什麼顏色都很好，能保護我們的，就是最適合的口罩。」

▶學生自製的肥皂
愛心義賣宣導影片：<https://youtu.be/5NV7iM9Uw8g>



▲靜修女中去除性別歧視—粉紅色口罩
▲靜修女中愛心活動響應聯合國永續發展的三項議題