

第二節

6. 老師把學生分組，每組約4-6人，進行**（活動/遊戲3）**。各組完成遊戲後，無論有沒有組別打碎雞蛋，老師都可以指出：雖然是小小一枚雞蛋，但在脆弱的蛋殼之內，卻孕育着活生生的「生命」。
7. 除了雞蛋，老師亦可帶出植物也是生命的一種。老師可以用一般學生在小學時代用綠豆種出豆芽的實驗做例子，指出雞蛋/綠豆雖然是我們經常接觸的食物，毫不起眼，但其實寶貴的生命孕育其中；如果不小心保護或培養，生命就不能茁壯成長，甚至有可能因而失去。老師可藉此打開探索「生命意義」的話題。
- ★ 8. 老師接着指出：同學們渡過一個又一個生日，每天起來梳洗，健健康康地回到學校上課，是平常不過的事。然而這不是必然的。

試設想一下：如果有一個少女，年紀和同學們差不多，不過12、13歲時，她忽然患上罕見的疾病，醫生告訴她下半身從此不能動彈，只能一生坐在輪椅上生活。在一瞬間，她失去健康、失去所有的社交生活，也不能繼續上學。

（老師留意此示例為杏林子，可在這裏先賣關子，作後面步驟12-13講述/播放影片的伏線）

杏林子個案理念

杏林子病發時，年齡與初中生相若，相信她的故事更容易引起同學的共鳴。本節期望藉杏林子克服逆境的奮鬥故事，帶出正向價值觀，詳情於本節末詳細交代。

建議教學活動/遊戲

活動/遊戲3：

生命的探索

- (1) 課前準備：老師準備雞蛋若干隻，同時準備紙巾/濕毛巾/膠袋以備雞蛋碎裂時清潔之用
- (2) 把學生分組，每組約4-6人，每組派發雞蛋一隻
- (3) 老師吩咐各組，在雞蛋殼上寫上組別名稱、組員各在上面繪上畫像/簽名/寫上本年努力目標
- (4) 老師亦可自訂繪畫/書寫主題，或設計其他任務，目的是希望同學要小心翼翼地處理
- (5) 老師要提醒同學，雞蛋易碎，必須小心處理
- (6) 完成後，須與其他組別交換，並在蛋殼上寫上評語

活動3理念

讓學生探索、感受生命的寶貴，回應本單元第1個重點。雞蛋是普通食物，即使碎裂了，大家亦不覺可惜；但其實蛋內可以孕育寶貴的生命，若果不小心處理，便會令生命失去。



- ★ 9. 老師可進一步指出：其實生命既寶貴又脆弱，而影響生命成長的，有內在因素，也有外在因素：
 - 內在因素：例如先天的缺陷或殘障、自身患病或器官衰竭，以至需要他人捐贈器官等
 - 外在因素：例如遇到意外、疫症等
- ★ 10. 無論基於後天的意外，或者是先天的疾病，甚至嚴重到器官衰竭而需要他人捐贈器官，大部份都不是我們自身能夠控制或避免的。就如前面提及那位少女，在很年輕的時候就遇上惡疾，一生要面對逆境。因此，能否以正面態度積極面對，便成為我們能否克服困難，以至活出精彩人生的關鍵。
- ★ 11. 老師提問：如果遇到如上述少女這種逆境，同學們會怎樣面對？由學生自由討論作答。可能的答案包括自怨自艾/繼續進修以求完成學業/積極求醫；又或是申請政府綜援等等。老師可把學生討論的結果/提供的方案，在紙上/黑板上抄寫下來，然後表示這是真實的個案，是真有其人的。至於這位少女如何面對，以及後來的經歷，會在本節結束前揭盅。

建議講述 + 討論時間：合共約8-12分鐘

- ★ 12. 老師提出：人生逆境難免，但我們可以從其他人的經驗和故事學習，從中得到啟悟。無論中外，都有很多值得學習的人。老師可以進入 **(活動/遊戲4)**，用力克·胡哲(Nick Vujicic)的影片，或視情況選擇本地(例如器官受贈者陳國明、黃炎華、范成榮或嚴楚碧)的個案，闡明面對困難時應有的心態，了解這些生命鬥士如何以生命影響生命。老師可視情況播放1套或多套影片。最後，建議播放杏林子的短片(杏林子的故事與前面步驟8呼應)。

建議教學活動/遊戲

★ 活動/遊戲4：

生命鬥士的故事

老師可視乎時間和情況，播放不同生命鬥士的影片，建議的影片可於網上搜尋，各生命鬥士的影片理念請參閱左方步驟12。

活動4理念

透過多個故事，說明堅毅能克服困難、對抗逆境；而他們的經歷和鬥志、正面的態度，更顯示出以生命影響生命的美好人性，同時回應本單元第2個重點：以生命影響生命；以及第3個重點：正向生命觀。同學亦可透過器官受贈者如陳國明、黃炎華、范成榮的個案，認識器官受贈者的生活以至心路歷程，回應本單元第6個重點：生命價值與器官捐贈的關係。縱然每人的生活經歷也不同，但每個人也是生命的鬥士。

力克胡哲影片理念

兩片為英語對白，兼備中文字幕，適合非華語及華語學生。力克先天身軀殘障，一般人看來不可能有任何成就。然而，力克憑着自己的努力，現時不單成為國際知名的生命鬥士，更感染了無數消極哀傷、需要幫助的人；他發放的正向能量，有助學生建構正向生命觀。

陳國明、黃炎華影片理念

由罹患重病、器官衰竭，在生死之間徘徊；以至最後獲得器官捐贈而重生 — 獲贈器官的再生勇士，對生命的珍惜不言而喻。陳、黃兩位獲得善心人捐贈器官的生命鬥士，不單對捐贈者、對生命、對社會懷着感恩的心，更利用自身如何克服困難、登上珠峰的經歷，證明器官受贈者同樣可以創造出輝煌，以行動說明積極樂觀的態度足以令人生改觀。

范成榮影片理念

范成榮是先天性心臟病患者，自小就不能像一般小孩般生活，出入醫院是等閒事。在等待器官移植的過程中，范成榮健康情況轉差，但他仍積極面對，堅持學業，亦得到同窗好友的關心和支持。作為一個年輕人，范成榮經歷生死之間的心路歷程，與之後重獲新生的怡然喜悅，相信可以讓年齡相若的中學生容易得到共鳴。多年後，他終於獲得心臟移植，可以過一個「正常人」的生活，可以運動、進修，以至計劃未來。

本個案同時於單元四採用。如教師選擇於同一班別教授教材全套四單元，建議可留在單元四使用；如只選教本單元，則建議於此時採用。

嚴楚碧影片理念

嚴楚碧是本地人，本來是幸福滿滿的女孩，大學畢業後有無限光明的前程。然而，正當方華正茂的時候卻不幸遇上車禍，從此要在輪椅上過活。突如其來的打擊，並沒有令嚴楚碧放棄自己；她憑着自己的努力，不單踏出陰霾，更開創了新天地。她在逆境中重新站起來的故事，值得與同學分享。

建議教學活動/遊戲

(1) 力克胡哲

片名：生命鬥士 勇闖高峰
振翅翱翔(2018)
(片長：3'29")
(英語對白，中文字幕)

片名：我和世界不一樣(2011)
(片長：45'37")
(演講片段，英語
對白，中文字幕)

0'01" 分享生活趣事

4'50" 與現場觀眾互動遊戲

10'20" 初上學的經歷和體驗

18'08" 如何走出抑鬱和困境

25'35" 對聽眾的勉勵

37'41" 反思生命的意義

42'25" 總結與觀眾反應

(2) 陳國明、黃炎華

片名：器官移植康復者 —
攀上珠峰(2019)
(片長：2'00")

[https://youtu.be/
FmG5Q_NRJzg](https://youtu.be/FmG5Q_NRJzg)

(3) 范成榮

片名：一個生命鬥士的
故事(2021)
(片長：3'39")

[https://youtu.be/
lbZvpFFQ6LI](https://youtu.be/lbZvpFFQ6LI)



杏林子影片理念

杏林子發病時年齡大概12、13歲，雖然她年紀輕輕已確診頑疾，並因此造成身體殘障，但杏林子卻以無比的堅毅和努力，寫出一本又一本勵志的著作，其正向人生觀和積極的人生態度，成為不少灰心喪志者的良藥。她的奮鬥故事，對中學生來說是不可多得的上佳教材。

建議講述+播放影片時間：合共約8-12分鐘

力克胡哲、杏林子、范成榮和其他積極人生、生命鬥士的資料，請參看本冊「教師參考資料」部份，60-61頁

★13. 看過杏林子的影片後，老師可揭曉剛才步驟8提及的少女，就是杏林子。老師可在這時檢視剛才於步驟11寫在黑板/紙上有關同學的意見，強調杏林子選擇了正面、積極面對的路；她願意為生命奮鬥，勇敢地活下去。這種態度，正是她能克服逆境的主要原因。

★14. **小結：**老師向同學提問，杏林子和其他影片中的人物，有甚麼共通點？待學生自行討論、交流後，老師可以作簡單小結：

- 他們都曾/正面對逆境，卻沒有自怨自艾；
- 他們都憑着堅毅的個人意志、正面積極的人生觀，創出新路，成就斐然；
- 他們以生命影響生命，令更多人受感動；
- 他們的故事，向社會發出積極的正能量。

建議教學活動/遊戲

(3) 范成榮

片名：生命如此 唯有前行
(2017)
(片長：13'11")

<https://www.youtube.com/watch?v=S6W-he2LR1Q>

- 0'01" 學校生活與校方的嘉獎
- 1'06" 自述生活的困難
- 1'56" 成長、社交、學業、病情
- 8'35" 范成榮眼中的考試意義
- 9'45" 與病共存、對人生的反思

(4) 嚴楚碧

片名：輪上小巨人(2017)
(片長：9'24")

- 1'23" 遭逢厄運
- 3'16" 不認輸，不向命運低頭
- 4'00" 生活的種種困難
- 6'46" 為自己也為他人發聲
- 8'31" 感受與勉勵

★15. 老師指出，從他人的經驗，我們可以得到啟發。我們常常聽到有接受器官捐贈的「再生勇士」、「生命鬥士」在跨過逆境、克服困難之後，創造出更精采的人生。他們擁有正向的人生觀，對生命的熱愛、毅力與堅持，都是他們戰勝逆境的武器。這些經歷，不單豐富了他們的生命，他們的故事更能幫助別人，以生命影響生命。

★16. **總結：**老師簡單總結本節所學。老師可以提問形式，詢問同學何謂生命的價值；或直接帶出以下重點。

透過各生命鬥士的個案，包括杏林子、力克胡哲、器官受贈者陳國明、黃炎華、范成榮等的例子，可以學習到正向人生觀包涵：

- 珍惜自己的生活與生命
- 遇有挫折，保持堅毅精神，積極面對
- 困難若不能解決，勇於找人幫忙
- 努力發掘自己的潛質
- 無論何時，都抱持積極的生活態度

(1) 生命是可貴的，無論是人類、動物以至植物，就如在課堂中體驗過的小生命，像一枚雞蛋、一顆豆芽，都需要尊重和珍惜。

(2) 人生逆境難免，即如患有器官衰竭甚至嚴重至要接受器官移植，都要保留著堅毅精神，方能對抗逆境。由本課所學習器官受贈者的個案，可見即使遭遇挫折，只要積極面對，適時尋求幫助，亦能活出精彩人生。

(3) 逆境過後，必有陽光；這種人生歷煉，不但於己有益，更能助己助人，以生命影響生命，發光發熱，為社會作出貢獻。

建議教學活動/遊戲

(5) 杏林子

片名：杏林子生平介紹(2018)
(卡通)(片長：4'32")

0'38" 基本資料

0'44" 童年生活、遭逢巨變

2'18" 面對困境的方法

3'52" 行有餘力，貢獻社會

片名：知名作家 杏林子(2012)
(片長：10'09")

(建議觀看至5'04"，

之後只是重複前段)

0'02" 基本資料

1'14" 自述生病的苦痛，

克服困難的方法

2'22" 閱讀與寫作風格

3'38" 散播大愛，貢獻社會



最後總結：

生命的價值，不局限於自己；放諸四海，每個人都是有價值的。

建議講述+總結時間：合共約5-8分鐘

課後補充/跟進活動：

老師可準備底部穿孔的膠杯/紙杯若干，底部鋪墊濕棉花。學生分組，每組4-6人各獲分發綠豆若干。老師着學生小心培養，等待綠豆發芽。培養地點可以是家中或學校，若同學不清楚培養方法，可上網搜尋。一星期後/下一堂，老師可檢視生長進度(例如有多少綠豆發芽？最長的一顆豆芽有多長？)，藉此帶出生命雖然脆弱，但若能小心培養，便能茁壯成長。