

致敬軍人父親，感謝軍眷無私包容

在國家安全與家庭責任之間，軍人父親以無聲的堅持詮釋何謂奉獻與愛。他們肩負保家衛國的使命，常將思念深藏心中；而軍眷則以無私包容築起最堅強的後盾。在這份相互守護中，看見責任的重量，也感受親情的溫度。

（第一週研讀）

當父親與軍人這兩種被認定為堅毅的特質合體，「軍人父親」角色所帶來的考驗與挑戰，似乎更有相乘的可能性。軍人是一項神聖的志業，從穿上戎裝的第一天，每位軍人的內心，早已建立「效忠國家、保護人民」信念；而在服役的每一天，身為人父的軍人，應當更有深刻的體會。在他們的認知裡，國家必定擺在家庭前面，為守護國家安全與民眾福祉，他們義無反顧，必須全心全意專注心思在戰訓本務上；他們或許可能因此對家人、子女感到虧欠，卻也明白，這是身為軍人，必要的承擔。

為了完成永不停歇的戰訓任務，每位軍人父親在面對所有的挑戰與考驗時，依然甘之如飴。近年來，中共持續派遣各式機艦侵擾臺海，甚至假藉各種名義舉行軍演，文攻武嚇愈發猖獗，國軍官兵夙夜匪懈監控共軍動態，為了任務與訓練，無法如一般上班族，按時返家與家人團聚，辛苦不言而喻。

許多軍人的子女，年幼時記憶最深刻的父親樣貌，就是父親收假返營的背影，充滿思念與不捨；軍人父親早已習於將個人對親情的不捨放在內心，而把保家衛國責任扛在肩上，堅定地站在每一個天涯海角的崗位上。面對敵人的威脅和大眾的危急時刻，他們的心中雖然掛念著兒女，仍會以達成任務為優先考量。

回顧爆發於民國 44 年的「一江山戰役」，守軍司令王生

明將軍在敵人不斷進逼下，仍堅守到底，誓與陣地共存亡；其子王應文多年後憶起父親與他告別的最後時刻，是在基隆港碼頭上，軍艦已然靠泊，父親正要返回小島的情景。當日下著大雨，王生明將軍內心必然深知，此去未必能再回，殷切期許兒子努力讀書，好好照顧母親，而這些話就是父子最後的訣別。對於王生明將軍「只見一義，不見生死」的精神與典範，我們如何能不動容？

父愛的偉大與寬廣，也常讓人想起麥克阿瑟〈為子祈禱文〉內容：「主啊！求您塑造我的兒子，使他夠堅強到能認識自己的軟弱；夠勇敢到能面對懼怕；在誠實的失敗中，毫不氣餒；在勝利中，仍保持謙遜溫和…」若說這是全天下父親共同的期盼，那麼子女能回報父親最好的方式，就是要愛護自己、勤於學習、端正品行。

再觀諸每位軍職父親，經常會因任務因素，成為節假日歡聚場合中缺席的那一位；然而，這從不減低他們對於家人滿滿的愛。因為有家人的支持，他們方能無後顧之憂，成為無所不在的衛國英雄；他們用生命捍衛國家與人民，所要保護的，正是生活在這塊土地上的每位子民。

在父親節前夕，多數軍人父親仍堅守在國防最前線，一刻不鬆懈地為國家安全付出心力；每位軍眷則時刻擔綱最堅強的後盾，經營著家庭。此時此刻，讓我們大聲說出：「感謝您衛國辛勞！父親節快樂！」

1,029 字

本文節錄自：青年日報，民國 113 年 8 月 8 日社論。

傳承笕橋精神，擔負衛國使命

從笕橋與平潭空戰的輝煌戰果，到今日空軍官兵堅守領空、日夜待命，代代承繼的不僅是精湛戰技，更是忠誠愛國、勇敢無懼的信念。在變動不居的國際局勢下，這份精神提醒我們，唯有強化國防、凝聚全民力量，方能確保民主與自由永續發展。

（第二週研讀）

8月14日是空軍節，回顧89年前抗戰期間迄今，我空軍先賢先烈先後締造2次「八一四」空戰勝利光榮戰史，不僅是踵武前賢、繼志承烈的榮耀傳承，更是捍衛空防安全重責的賦予。

首次「八一四」空戰勝利發生於民國26年，時值抗戰初期，我空軍相較日本空軍戰機數量、訓練質量與後勤維保，均處於劣勢。日軍為摧毀我甫創建的空中戰力，由鹿屋航空隊自臺灣直往杭州笕橋機場轟炸；我空軍第4大隊大隊長高志航率隊分途攔截日機，在敵強我弱的懸殊狀況下，歷經激烈空中纏鬥，終能以寡擊眾、以少勝多，亦激勵全國軍民抗敵意志。此戰役是我國首次空戰勝利，政府遂將8月14日明訂為「空軍節」。

約20年後，我空軍健兒於民國47年締造了第2次「八一四」空戰勝利。空軍第5聯隊第5大隊所屬8架F-86戰鬥機，於馬祖平潭島上空偵巡期間，與從浙江而來的一批共軍米格17型戰機遭遇接戰，並於空中纏鬥約7分鐘後，我方共擊落3架共機，不僅確保臺海空防安全，相關捷報也令全國軍民士氣高昂。

時至今日，相關建軍備戰、扎實的戰演訓任務不曾停歇，「笕橋燃薪火，精神永不滅」的笕橋精神，深植每位空軍健兒

心中。而武器裝備方面，無論抗戰期間立下輝煌戰績的霍克 III 型機、「一一三空戰」大捷中擊落共軍米格 19 型機的 F-104G 型機，乃至現今 F-16V 型機，都伴隨著國軍官兵一棒接一棒，在各項演習與任務中扮演要角，為中華民國生存發展而戰、為臺澎金馬百姓安全福祉而戰，持續做出貢獻與努力。

近年來，中共持續派遣機、艦侵擾我領空、領海，空軍健兒須隨時待命，及時升空攔截，飛官的壓力遠非常人所能想像，但全體官兵仍堅毅勇敢，站在捍衛領空前線，令人由衷欽佩。

在「笕橋空戰勝利 89 週年」紀念日的今天，我們追憶戰爭，用意絕非鼓吹戰爭，而是要大聲疾呼：「維護和平自由，必須建立在強化國防建軍的基礎上。」古聖先賢告訴我們「無敵國外患者，國恆亡」、「忘戰必危」，在充滿詭譎的國際現況中，每一場戰事的爆發，都提醒著我們，烽火與硝煙隨時都有可能出現，唯有做好準備，方能確保國祚民命。在紀念「八一四」的同時，我們亦須謹記，唯有強化「全民國防」理念，壯大國防，展現無畏無懼的精神與決心，方能讓敵人不敢輕舉妄動。

879 字

本文節錄自：青年日報，民國 113 年 8 月 14 日社論。

一定要討好同事，才能在職場生存？

職場中的人際關係，常被誤解為必須主動拉近距離或刻意經營，但真正的關鍵在於能否促進工作順暢與有效溝通。與其勉強迎合他人或模仿外向者，不如專注提升自身能力。只要具備專業實力與清楚表達，並保持禮節及友善態度，就能建立穩定而長久的職場關係。

（第三週研讀）

「跟同事們維持好關係也是一種工作能力」，這句話沒錯，但要是錯誤解讀，反而會讓職場生活過得更辛苦。

在職場上，人際關係之所以重要，是因為一旦順暢，工作時就能有良好溝通，較能獲得協助。這與「希望能拉近距離」是截然不同的意思。

在我認識的人裡，有些人在公司會展現自己陰暗的一面，有些人則給同事留下強烈的負面觀感。但即便如此，這些人在跟上司或下屬進行工作上的溝通時，總是能夠說服對方。他們會讓人覺得，確實這個人在個性上不太討喜，但為了自己的利益，會希望能跟他好好相處。為了讓工作順利，他們能夠用自己的方式維持必要的人際關係。所以雖然個性不算好，但職場生活相對平靜。

在職場上只要能做好自己的事情，所需的人際關係自然會形成。面對在公司共事的人，只要維持一定的禮節，保持適當親切的態度就好。如果再多做些什麼來示好，反而會適得其反。

公司裡有形形色色的人，有些人喜歡跟他人來往、善於表達個人想法。這些人大多是天生就擅長這些，而且從小就習慣主動親近他人。至於那些不擅長經營人際關係的人，就不該輕易模仿這種人。

當然，職場也是由人組成的地方，因此並非完全沒有情感上的聯繫。只要在工作中保持良好表現，並抱持「與其刻意親近，

不如選擇友善待人」的心態，逐漸就會有關係更親近的同事出現。可以將這視為人生贈與的一份禮物。

如果「距離感」是因為對你抱持較差的印象所致，那首先應該要提升自己的工作能力。在職場上，能把事情做好讓大家都輕鬆的人，自然容易讓人抱持好感。在職場上遇到工作能力差的新人，試圖為了拉近距離而接近自己時，的確會有不少人因為擔心受牽連，而選擇刻意保持距離。所以，無論如何都要記住，職場是大家討生活的空間，如果你因為很久沒有工作，導致難以適應職場生活，那首要之務就是盡快成為一個不需要他人幫助的人，而不是期待與同事建立良好關係，期待同事在有困難時來幫你。

如果你的工作能力提升，同事卻依然不喜歡你，那就不再是努力的問題。一個人會被喜歡還是討厭，並不是當事人努力就能改變。無論原因為何，當對方已經不太想與你拉近距離時，你卻過度親近或試圖送禮，反而會給對方造成負擔。

想在職場上建立不彀扭的人際關係，只需在溝通上努力，清楚表達自己的意見、保持親切的態度就好。如果想努力在短時間內博得他人好感，可能就要失望了，因為這些行為對人際關係沒什麼幫助。

※當你在職場上感到被疏離時，如何應對？

- ❶ 記得，在職場能把工作做好的人就是好人。
- ❷ 不要為了獲取對方的好感而努力。
- ❸ 比起刻意親近，不如友善待人。
- ❹ 不必認為自己一定要跟所有人都變親近。

1,042 字

本文節錄自：南仁淑著/陳品芳譯《有些關係，再善良也不必留：擺爛同事、有毒情人、自私朋友…，不必迎合他人的 26 個練習》，民國 114 年 8 月初版，頁 146。

意向

Intention

(第四週研讀)

在有限的人生中，我們往往在不經意之間，重新看見時間與自我的價值。本篇以「意向」為核心，透過「時間有限」與「選擇成為誰」兩個視角，引導我們反思生命的珍貴，並提醒自己主動選擇成長與珍惜關係，活出真正想成為的樣貌。

我們的時間有限

We have limited time.

我們總會在意外的時間點得到領悟，我在閱讀《人生真諦》這本書時就曾親身體驗。書中說到：「我們時常忘記自己在地球上的時間有限。」這個簡單的事實令我大吃一驚。意識到在地球上的時間有限，可以讓我們重新審視自己的價值觀，幫助我們對親近的人際關係產生感激，也能讓我們的生活變得更加豐富。這就是我能建立圓滿關係的秘訣，每當我發現自己把家人或朋友的存在視為理所當然，我會深呼吸，並告訴自己能和他們相處的時間有限。如果能充分理解這個事實，你的人際關係會有什麼變化？

We come across epiphanies at unexpected moments. I had one of them when I was reading a book called “Life Lessons.” It said something like, “We often forget that we have limited time here on earth” and that simple fact just struck me. Being aware that our time here is limited can help us reconnect with our values and appreciate the people close to us. That can bring tremendous abundance to our lives. This is my secret to having fulfilling relationships in my life. Whenever I find myself taking my family, or friends for granted, I take a deep breath and remember that I only have a limited time with them. How would your relationships be different if you let this fact

sink in?

選擇你想成為的人

Choose who you want to be.

想像一下你最棒的樣子，哪三個單詞最能貼切形容這個未來的你？你充滿動力嗎？你很熱情嗎？你待人親切嗎？我有個好消息要告訴你：你不需要經歷等待才能成為那個人。現在開始，你就有成為那個人的選擇權。實際上，你需要從今天開始練習，為什麼呢？因為就算你擁有完美的職業、愛你的人，如果你無法刻意的展現出你努力想成為的模樣，你永遠無法真正地成為那個人。你不會成為渴望的樣子，只能維持原本熟悉的模樣。每天早晨用這個問題開啟一天吧：「今天的我選擇成為哪一種人？」

Imagine the best version of yourself. What are the three words that best describe the characteristics of this future you? Are you driven? Passionate? Kind? I've got news for you. You don't have to wait to be that person. You can choose to be that person starting right now. Actually, you must practice starting from today. Because the truth is, even though you have the perfect job and people who love you, if you don't have the skills to intentionally show up as the person you strive to be, you'll never become that person. You don't become what you want. You become what you are accustomed to. Start every morning with this question, "Who do I choose to be today?"

443 字

本文節錄自：莉亞著/樓艾苓譯《抄寫勵志英語，換來百日奇蹟》，民國 111 年 7 月初版，第四章第 34、35 篇。