

姓名：楊維 年級：7 中心：沙德 課輔班級：215

閱讀日期：\_\_年\_\_月\_\_日 學輔員簽名：\_\_ 老師簽名：\_\_

◆文章主題：\_\_\_\_\_



◆想一想：請回憶剛剛讀過的文章，並配合上述綱要，簡單寫出文章概要

(※亦可用分組討論的方式進行，並請注意：橫式書寫由左至右；直式書寫由右至左。)



- ◆ 烏拉圭前總統荷西·穆希卡和世界上大部份的國家領導人有什麼不一樣？
- ◆ 被外界稱呼為「全世界最窮的總統」，穆希卡本人有什麼看法？
- ◆ 成為總統後，穆希卡的心態和生活方式是否有所改變？
- ◆ 穆希卡如何運用他的薪資？他為什麼要這麼做？
- ◆ 穆希卡聞名世界的兩場演說指出什麼問題？人類面臨了什麼危機？該怎麼做才能獲得幸福？

他	的	家	就	像	一	般	人	民	一	樣	。								
他	感	到	厭	煩	。														
沒	有																		
捐	出	去	。	他	的	錢	已	經	夠	了	。								
現	代	人	的	生	活	方	式	不	好	。	「	用	完	就					
丟	」	的	惡	性	循	環	。												

## ◆ 分享與討論：



(一) 對拉丁美洲的總統來說，和荷西·穆希卡一同在國際會議亮相簡直令人坐立難安。他沒有隨扈、不打領帶，身上找不出一件名牌；最糟的是，他竟然是拉丁美洲最受歡迎的總統。穆希卡的清廉，使得進出講排場的拉美政客汗顏。他宣示要當個「人民的總統」而且不能因為當了總統，就不當平常人了。事實證明，他也在確努力貫徹自己「生為平民，永遠是平民」的理念。

／ 你覺得稱呼穆希卡總統為「世界最窮的總統」是否恰當？為什麼？

／ 你認為這樣的總統對於國家、人民有什麼正面影響？

／	不	恰	當	，	因	為	他	並	不	窮	，	他	認	為	需	要
	很	多	東	西	的	人	才	是	窮	人	，	而	且	他	是	把
	多	餘	的	錢	捐	出	去	。								
／	這	樣	的	領	導	人	可	能	會	因	為	他	的	生	活	方
	式	唯	得	人	民	紛	紛	效	仿	。						

(二) 即使大權在握，穆希卡總統仍然選擇當一個普通實在的人。除了捐出近九成薪水，更以實際行動傳達人類應該互信包容、合作共生的信念。雖然他的部份政策引起爭議，但是直至 2015 年 3 月卸任時，他仍擁有超過 65% 的支持度！

／ 你心目中的好總統是什麼樣子？需要具備什麼條件呢？

／ 如果你是總統，你希望為自己、國家、人民及社會做些什麼？為什麼？

／ 如果你是總統，你會不會改變原來的生活方式？你又會如何使用「權力」？為什麼？

／	愛	民	、	懂	得	人	民	的	困	苦	、	會	接	受	人	民
	的	意	見	。												
／	重	視	經	濟	、	幫	助	有	需	要	的	人	民	、	減	少
	社	會	安	全	問	題	。									
／	可	能	會	。	用	得	好	、	用	得	讚	、	用	得	人	民
	說	棒	棒	。												

(三) 穆希卡總統：「我並不貧窮，那些欲望很多的人才是真正的貧窮，我有的已經足夠了。儉僕使我非常富足。」

身為元首，穆希卡可以過著高貴奢華的生活，但他卻選擇和一般人一樣簡單生活，他用最儉樸的生活方式回饋地球。「物質享受」與「欲望清單」是最難控制的需求，穆希卡總統告訴我們，眼前的危機，其實不是生態危機，而是我們生活方式的危機，高度消費的行為正消耗著地球的資源。

／ 穆希卡總統以身作則，告訴大家「生活」不應只是盲目追求物質，而是使身心靈富足。

「知足者，貧亦樂；不知足者，富亦憂」。想一想，在什麼時刻，你會感到「知足常樂」？(EX：計畫順利完成；主動為他人付出；身體健康、吃飽睡足.....)

／ 以台灣為例思考，你認為我們的生活方式有任何危機嗎？我們可以做哪些改變呢？

／	有	得	吃	、	有	得	睡	、	有	得	喝	、	有	得	住	、
	看	到	比	我	窮	的	人	。								
／	依	我	來	看	，	應	該	是	沒	有	。					

◆ 我有話要說：



／ 閱讀完〈總統好窮〉一文和其他補充資料，你最喜歡哪一個部份？寫出文章中令你印象深刻的幾句話或是分享其他想法。

我	並	不	貧	窮	，	那	些	欲	望	很	多	的	人	才	是	真
正	的	貧	窮	，	我	有	的	已	經	足	夠	了	。	儉	僕	使
我	非	常	富	足	。											



老師評語：

知足常樂很好，但多注意四周，目標解生活週遭發生的事，或許會看到不一樣的小事物。