

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 1 班 座號：15 姓名：黃璽恩

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：我覺得你好勇敢，又非常的樂觀，雖然下半生只能坐輪椅，丈夫也離你而去，但你用樂觀的方式去克服，我真的為你開心，加油！

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是能當一位厲害的廚師，能做出美味的料理，雖然我還小，但我會和媽媽一起製作甜點、晚餐，希望長大後做的料理能更加的好吃。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 一 班 座號： 18

姓名： 盧令潼

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答： 雖然你的腳不能動也不能生育，但你還是要往你的夢想前進，不能因為你的腳去限制了你想做的事情，你的丈夫離開了你只能靠自己，要好好的努力喔！你領養到小孩我為你感到很高興，要照顧好他，也要照顧好自己，上帝給你的考驗真的很不易，我在這裡也幫你加油打氣，祝 天天開心、平平安安！

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答： 我的夢想是成為一位護士，我現在要做的事情只有一個，就是認真讀書，打好好的成績，為什麼我會想當護士呢？因為媽媽現在也是護士，我覺得很勵害我想和她一樣，我一定會往我的夢想前進就算卡關了我也不會放氣。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 1 班 座號：21 姓名：林伊伊

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：我很佩服妳的想法，雖然妳的丈夫因為妳變的不完美而離妳而去，但妳在他結婚時，卻祝福他，妳選擇放開妳的心結，如果是我發生這種事，我有可能一生都無法放開那心結。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是成為一名動漫家，我會去多看一些課外讀物，增加漫畫的內容，我還可以去外面走走，去觀賞大自然，增加畫圖的背景。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 二 班 座號：16 姓名：范姜斐喧

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：聽完妳的故事，我非常佩服！如果是我的話，聽到一生說不能畫畫和走路，可能已經絕望而不想活了吧！妳真的很勇敢！能在重男輕女的國家堅強而努力的活下去真的很厲害！如果可以，長大我也要當像妳這樣的女性！

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當室內設計師，所以需要先學好畫圖的方面，基礎要先打好才有機會當，不過在這之前要好好學習，尤其是數學，我覺得像是牆壁的瓷磚要先計算要多少公尺、距離之類，還要學如何利用空間的大小擺放物品，這樣設計起來更方便。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年二班 座號：26 姓名：陳語菲

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

★看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：你強大的勇氣，讓我感到我也要努力的克服困難。
我還想問問題：你受到失去生育能力的消息，你為什麼還有心情畫畫的？

★「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我想當熱舞練習生，我會在家一直努力練習，還有不會的地方也會請老師幫助。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 二 班 座號：11 姓名：陳豫潔

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：在傷心時最容易成功，而你在最痛苦時找到生命的意義，在過程中不段的面對難題，也不知你人生有多少傷痛與挫折。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想也是當藝術家，我不知道在後要面對多難題，所以現在的我只能好好準備。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 3 班 座號：15

姓名：呂妤婕

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：你很勇敢，你畫的畫很好看，你也長的很漂亮。不要因為坐輪椅而放棄自己，你很堅強。我希望你能好好活下去。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我想成為一位優秀的老師教導學生。我要好好學習，希望能實現這個夢想。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 3 班 座號：20 姓名：徐宇安

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：你太厲害了，那麼堅強，我以後也要跟你學習。
我會跟她這樣說是因為我覺得她非常厲害，很值得學習。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當一位飲料店店長，我會採取每天開始練習泡咖啡、紅茶等的行動來實現。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 3 班 座號： 21 姓名： 葉宇綾

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答： 我雖然不知道你為什麼想當藝術家，但你能畫畫，或當藝術家，我很開心，你畫的畫很漂亮；你不會為了一場車禍而放棄，我覺得你很勇敢，我因該跟你學習。我們一起活下去吧，加油！

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答： 我的夢想是當一位老師，我因該用功讀書，當一位好老師。

加油!!!

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 四 班 座號：23

姓名：周芯禎

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：一件車禍雖然改變了你的人生，但是你還沒有絕望，要勇敢站起來，就算沒有人幫你，可是你活下來了，雖然你的丈夫丟下你，但你並不是一個人，要堅強的活下去，我知道你可以的！

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是成為一位能和動物相處的動物園員工，我會多讀一些有關動物的書，並且努力了解動物們的生活環境和習性，也會去查詢相關的資料來了解動物園的員工要做些什麼事情。

：你要勇敢邁進！

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 四 班 座號： 17

姓名： 洪嘉明

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：穆尼巴·馬扎里，我替你感到難過，我敬佩你，你能從那麼大的打擊走出來，你那堅持不懈的精神是全世界的每一個人都應該要學習的，現在，我要跟你說聲：「加油！」
再

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我想當歌唱家或小提琴老師，我會努力的練習唱歌，我有時候甚至會一邊寫功課一邊練習唱歌呢！若歌唱家當不成，那我就當小提琴老師，因此，我也要勤練小提琴！

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 四 班 座號：13 姓名：李宇宸

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

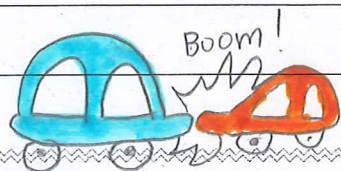
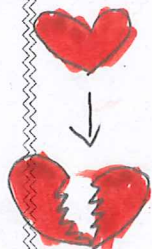
☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：你的精神很值得我們學習，你的不幸我們都看見了！
雖然你多次受到挫折，但卻仍然一天一天的度過，你並
沒選擇輕生，而是快樂的生活，加油！保持你這樣的精神

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我想當一位賽車手，因為我想要開著賽車在賽道上
取得佳績，並且我還喜歡聽到賽車在加速時的聲音。
行動：先把父母給我的零花錢存起來，長大買車時
就不用太辛苦了！



新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 五 班 座號：17 姓名：林子暉

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：我想對她說：「你經歷了一場生命的考驗，但你把故事分享出來，激勵人心，也讓我認識了你和你的故事。」

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當一名醫生，所以我會努力讀書，如果發生了什麼不合理的事情，我也會向穆尼巴·馬扎里學習，克服困難，堅持自己的夢想。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 5 班 座號： 23 姓名： 楊雅晴

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：我非常的感謝您告訴我們要努力的活下去，雖然我沒有辦法親眼看見您，但是我會一直記得您說的話和您為這個世界所做出的貢獻。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：甜點師，努力學習。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 六 班 座號：22

姓名：張羽潔

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

★看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：Mazari 謝謝您分享這麼感人的故事，您的故事讓我學習到生命總是會遇到一些不如意的事情，但如果自己不解決問題，反而放棄了機會，就真的無法解決問題了，加油！謝謝您堅強的活了下來，讓我們了解生命是如此重要的。

★「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當一名作家，為了實現我的夢想，我會努力寫作文，增強自己的寫作能力，也會多看別人的文章，從別人的身上學習到寫作的技巧，希望以後我可以成為一名有名的作家。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 六 班 座號：16

姓名：羅海靜

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：我覺得妳非常勇敢，發生了那麼多的事情妳都沒有放棄，我看完妳的生命教育影片後，妳帶給我很大的啟示，讓我學會了遇到了困難我也不要輕易的放棄。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當室內設計師！因為有一個遊戲讓我想當設計師這個職業，那就是 mine craft，有一次我在玩的時候發現它有很多的巧思，所以讓我覺得我一定要當設計師，不管是電腦程式或室內設計我都會有一些興趣，我發現我們做的每一個動作都有可能改變人生！

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 六 班 座號： 1

姓名： 莊子淳

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：人生總是會遇到不順的事情，雖然妳傷到脊椎，和丈夫離婚，而且不能生育，但妳從挫折中成長，變得更勇敢，也許妳可以鼓勵更多的人，讓他們有希望，加油！妳可以的。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是當動物保育員，我採取的行動是多了解有關動物知識的書，要了解動物，才能保護牠們，打擊盜獵集團，讓那些瀕臨絕種的動物們能夠生存下去。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 七 班 座號：15 姓名：陳禹晴

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：人的一生是無法自己掌握的，但如果努力的學習、堅持自己的未來，那夢想總有一天會實現；但沒有給自己一個要求，那夢想就不會有實現的那一天。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：①我的夢想是成為一位律師。②我會努力學習以及多給自己實現夢想的空間。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 7 班 座號：21

姓名：黎序恬

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：很勇敢，面對事情，會努力以正面的想法來告訴自己。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：可以出國讀書，要先存錢，以及學會一些那裡的語言，也要知道那裡的規定。

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 七 班 座號：5 姓名：朱子齊

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：不要懷疑自己的存在，幾年後，你有可能不用坐車輪椅，也可以畫畫，當正常的人。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：會開車的人，我會去考駕照，這樣就能去我想去的地方。

新屋國小 112 學年度 生命教育課程學習單

五年 八 班 座號：23 姓名：連心寧

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「**生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！**」

★看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：穆尼巴·馬扎里 你真的是太偉大了！謝謝你讓我知道生命是如此的
重要，你說：生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你
酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水這句話
就是你告訴我生命的重要性的來源，謝謝你。

★「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是成為一名舞者，所以我要更認真的學習舞蹈
，等待著舞蹈來迎接我！

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 八 班 座號：14 姓名：謝安

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：妳非常的勇敢，妳的生命力非常堅強，妳雖然身軀受傷，但是妳仍然不屈不撓，我做不到像妳一樣那麼勇敢，雖然妳面對巨大的挫折但是妳還是堅持夢想，謝謝妳讓我學到無論如何，都要勇敢的生存下去，妳是我心目中的英雄，妳好棒，加油!!!

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想是做一位醫生，我要努力唸書，長大考上醫學科，還有家人來看病時，我會給他們半價優惠!!!

新屋國小 112 學年度生命教育課程學習單

五年 8 班 座號：6

姓名：涂孝睿

穆尼巴·馬扎里·巴洛赫 (Muniba Mazari Baloch) 是巴基斯坦活動家、主播藝術家、模特兒、歌手和勵志演講人。在被 BBC 評選為 2015 年 100 位勵志女性之後，她成為聯合國婦女署巴基斯坦國家大使，還躋身 2016 年富比士 30 歲以下年輕領袖之一。此外，穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 還是巴基斯坦首位使用輪椅的模特兒兼主播。

穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 18 歲時奉父母之命走入婚姻，2 年後丈夫駕車時不慎打瞌睡，出了一場嚴重的車禍，坐在車內的她傷到脊椎，接下來的人生都得在輪椅上度過。丈夫離她而去，醫生也宣判她失去生育能力，且再也無法作畫。曾經，她懷疑自己的存在；現在，她告訴你，「生命是一場考驗，你不能期待考驗容易；它給你酸澀的檸檬，你就做出酸中帶甜的檸檬水！」

☆看完穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 的生命故事，如果有機會，你想對她說什麼？

答：妳很厲害，就算行動不方便，但妳也靠著堅強的意志走到現在，雖然我身體很健康，但我的心態卻不如妳，因為妳不曾抱怨，反而還用正面的想法來面對生活，而且就算不能做畫，也可以想辦法繼續做畫。

☆「人的一生當中會發生好事，也會發生壞事。你無法控制會發生些什麼，但你一定可以掌控自己的處理方式。」穆尼巴·馬扎里 (Mazari) 雖然面對巨大的傷痛與挫折，但她克服身體的限制，堅持並實現了自己的夢想！

你的夢想是什麼？你會採取什麼行動來實現？

答：我的夢想和穆尼巴·馬扎里的夢想一樣，都是當一名藝術家，我因為小時候喜歡作畫，我還上了美勞課，所以我的繪畫能力還不錯，但實現夢想卻不是一個簡單的事，所以以我現在的年紀，應該先練習繪畫，希望這個夢想可以早點實現，成為一位有名畫家。