

發行單位：揚子高中  
發行人：魏本洲校長

# 揚中輔導專刊

主編：輔導室

103 年度第 1 學期

第六十二期

民國 103 年 10 月 3 日

## 生命教育專刊

編輯/韻如老師 排版/文蓉姊姊

### 偶成

少年易老學難成，  
一寸光陰不可輕。  
未覺池塘春草夢，  
階前梧葉已秋聲。  
宋 朱熹

空氣中有著秋天微涼的氣息，又到了審視生命的季節。高三的同學一定能感受白駒過隙、光陰如梭的意義了。本期生命教育專刊，特別選出高二同學參加讀書會的心得，以及高一同學在生命教育課程中，寫下的自我期許「給三年後的自己」佳文，期待同學們都能珍惜時光，把握少年時。

## 「深夜加油站遇見蘇格拉底」心得分享

高二孝班 楊雅雲

### 一、第一個問題：「你快樂嗎？」

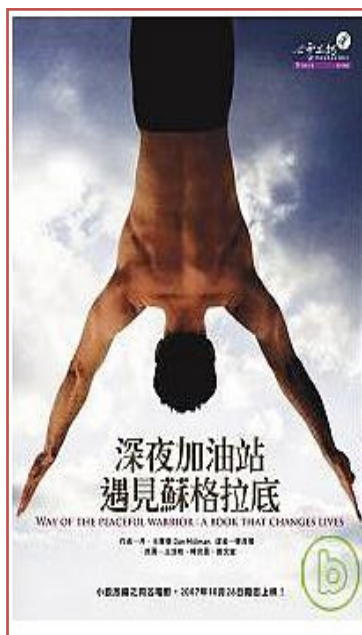
快樂。曾經，我因為前一秒、前一刻發生了什麼事而一直悶悶不樂，但現在的我，只想活在這一刻，認真、專注在此刻的工作、活動，當自己忘記煩心的事物只專注於此時的任務時，就不會不快樂，在一天的結束時，我會回想今日整天發生的所有事，當然一定會有一些不開心的事，但既然都已經過了，再多的不快樂也沒有任何意義了。

### 二、整部影片中，最讓你難忘或感動的是哪一部份（幕、情景）？原因為何？

丹心無旁騖，順利的挑戰鞍馬成功時；曾經有位老師告訴我：「生活中的意外來自於不認真、不在乎，人存在世間上不一定有什麼偉大的意義、價值，但認真生活便是最大的意義、方向，當你全心投入當下又怎麼會讓它出錯呢？」

### 三、蘇格拉底問丹：「如果你沒獲選奧運代表怎麼辦？」，甚至丹也問：「無法發揮天賦怎麼辦」，接下來這是一個「自問自答」題，題目為「如果我讓父母失望了怎麼辦」，你一定想過，請寫下來。

我一直以來都沒有明確的目標，我一直順著父母所希望看見的楊雅雲邁進，但我一直以來都很害怕，如果我讓父母失望了怎麼辦？我也不知道有一天這個如果發生了，我會怎麼做？我很明白爸爸、媽媽對我的期望也非常知道他們對我的支持，只要我開心即使要他們放棄所有，他們也在所不惜，所以我要努力不辜負他們。



## 「白日夢冒險王」心得分享

高二忠班 盧輝安

### ◎請分享片中你認為最經典的對白或幾句話：

1. 美麗的事物總是不喜歡被吸引。
2. 我在拍照時不習慣被干涉，所以，我留在，那一刻。就像現在。
3. 開拓視野，突破萬難，看見世界，貼近彼此，感受生活，這就是生活的目的。

### ◎寫出3個你曾看過或聽過最不可能實現的白日夢

1. 我想找一個朋友，能陪我到靈骨塔探險，能跟我到墳墓尋寶。
2. 進衣櫥能發現一個截然不同的世界—Narnia。
3. 能掩人耳目，闖入牆壁裡的9又4分之3月台。

### ◎你的白日夢是什麼？要怎麼做才會成為真實的理想？

我曾幻想自己的工作能讓我只在晚上忙碌，白天能允許我盡情享受外面世界的光鮮亮麗，無憂無慮。後來，我突發奇想，有個職業能滿足我日夜顛倒的白日夢—補習班老師。不過，這個職位所扮演的角色較一般的老師更為重要，須讓學生的程度短期間內提升，故須有相當的實力方可出道。



## 「有些事，這些年我才懂」心得分享

高二忠班 謝孟翰

### ★相關書訊：

1. 閱讀書名：有些事，這些年我才懂
2. 作者：小野
3. 出版社：究竟出版社股份有限公司

### ★重要內容：

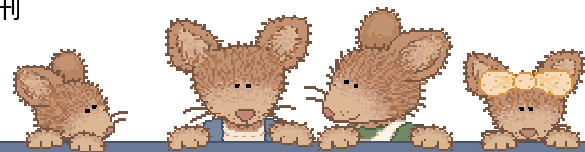
1. 幸福就是這樣隨手可得的，每個人每時每刻都有可能體會到幸福，除非你是一個非常頑強又自以為是的人。
2. 「必敗之役」讓我學會尊重和自己不同想法的人，也學會謙卑認錯，更學會如何承受巨大痛苦和折磨。
3. 第一、這世界沒有你，所有事情還是會完成。第二、機會雖然要好好把握，但匆忙上陣，機會也許會變陷阱。

### ★我的觀點：

1. 在生活中，幸福是隨手可得的，如果珍惜週遭的幸福，就能常保持快樂的心境，遇到逆境也能以樂觀的態度輕易度過。
2. 如果我們一直處於成功的狀態，往往都會讓人產生錯覺，當被突如其來的失敗襲擊，都難以承受，唯有碰上失敗，才能讓我們知道我們的不足。
3. 我們不該凡事以自我為中心，而且在平常的時候，應該不斷的充實自己，做好最充足的準備，一旦機會來臨，就能一躍而上。



## 給三年後的自己



### 親愛的伊玳：

謝謝妳在國中時有努力學習，選擇留下來在這個好學校，使高中的我不必再去適應新環境、新老師，使我在這安定的環境下成長。

以前的我是否太愛玩而沒打好基礎，讓現在的你沒考到你理想的大學？又或者使你就學的這段路程更加的曲折？是否放下自己的脾氣不和爸爸爭吵？還有沒有因為同學不理妳，使你沮喪、挫敗好幾天呢？

現在的我過得很好，我正為以後的你在認真的打基礎中，雖然目前的我還是會覺得爸爸說的話傷人，忍不住還是會發脾氣，不過我相信以後的我已經成長了，高中的我已不再因為朋友而放空好幾天了，代表我在成長了。

希望未來的你學測可以考 60 級分以上，和找到你的方向，去努力一次吧！

祝：鵬程萬里，步步高升

伊玳 敬上

### 親愛的稜：

希望三年後的我是一個對於各方面事情都能夠理性處理的人，然後已經有一個好學校可以就讀，三年是一個蛻變的過程，希望十八歲的我是一個成熟懂事的人，並且學會善待自己，也善待別人，感謝三年來曾經愛我的人、喜歡我的人、善待我的人、對我好的人，你們是使我變好，變努力的動力，也希望自己不要去在意那些煩雜的、討厭的人事物與感情，三年前我可能歷經挫敗，遇到困難，但是希望三年後我能突破困境，勇於面對，並且是一個各方面成功的人，過去國中三年是如此放縱自己，使自己墮落，難過且懊悔為什麼當初不好好讀書，使自己高中三年需要更加努力，現在只能告訴自己，好好加油吧！

林芷稜 敬上

### 給未來的鈺庭：

謝謝妳這三年來的努力以及投入，為了學測和班級活動積極熱心參與，上課認真聽講，對朋友也是能幫盡量幫，因此交到很多很多的好朋友，此時的妳，就要畢業了，謝謝妳做了這麼多，都是為了三年前的我感到光榮、驕傲。

三年來我有時候會做些小壞事，有一次老師說我作業未交(國中時候)，可是我明明有交，頓時又氣又委屈，到底是哪個環節出錯了呢？被老師訓了之後生氣的不理人，好朋友關心的問怎麼了，那時候我想也沒想把她當出氣筒，從此我們鮮少有交集，我很後悔，可是這些都已經過去了，我也該加油了，不該沉迷於過去。

我現在的心情百感交集，我知道妳很有能力，只是有些被動，有些懶，妳要改掉這個壞習慣，這樣子，妳才能成為一個品學兼優的人，妳要畢業了，要更加堅強才行。

希望妳此時看到信已經錄取了好大學，而且是充滿自信的，而不是擔憂著會被比下去，凡事要用心、細心、少出錯，如此，定能順順利利，最後，祝福妳能飛向最高、最遠的地方！

By 鈺庭

### 給親愛的詠涵：

謝謝過去的你為了目標那麼努力，就算上課到眼睛快要閉起來了，還是努力不讓自己睡著。為了喜歡的事情，每天寫完作業，也會撥一點時間去做自己想做的事，充實自己的內涵。即使有時候不想念書，坐在書桌前發呆，考試前還是會用功一下。雖然有時候會跟媽媽吵架，令她傷心，但我知道你是很愛她的。對不起曾經那麼任性、曾經那麼自私，沒有考慮到旁邊的人會不會受傷，只想到自己。對不起明明要會考了，心思卻不在讀書上，考了令媽媽失望的成績，也讓自己失望。

現在拆開這封信的你，已經過了第 19 個生日，相信你也成長了許多，希望你看著這封信的時候，已經考上國立大學，朝著你的目標更進一步。希望你考完學測就順利上了想要的大學，然後和仔仔一起去看演唱會，一起去看 SHINee、INFINITE、EXO。也期許你可以考到汽車駕照，載著奶奶、媽媽和爸爸一起上山下海、到處遊玩，也常常去陪伴奶奶，聊天、回味奶奶的好手藝。

當你實現目標、完成夢想的時候，不要忘了你當初所付出的努力和心血，不要忘了在你身邊陪伴你走過的所有人，記得向他們表達你的感謝。

最後，謝謝看著 16 歲的你為 19 歲的你寫下的這封信。

前程似錦

16 歲的你 敬上

2014. 09. 11(日)

### Dear 劉有騰

三年後的你在哪，在幹麻呢？這三年學的東西對你有幫助嗎？還是你還在混呢？現在的我還對未來很迷惘呢！還是你突然奮發向上的學習呢？看看以前學長的帥氣戰績，沒上成績的紅榜也好，但至少也要上體育的紅榜吧！想想以前進田徑隊的心情，進去田徑隊後你有練到高中結束嗎？還是很在意自己的頭髮嗎 XD 你有認真的練習嗎？

想到之前常常都很不認真，每一天都很混的過日子，或許想說有個大學讀就好了，還常常不聽課睡覺，或許對以後的你非常不利吧哈哈~

現在有很多的好朋友陪著我度過這三年，有許多的點點滴滴讓我依依不捨~以後不知會不會上你所想要上的大學，有自己的目標，勇往直前，不要放棄，未來是自己所選擇的，所以要對自己的未來負責，『成功的人往往是最後離開的』讓我打造自己的王朝。

現在我很無能為力，常常迷茫許多的事，所以假如你有目標就不要放棄，勇敢的去執行~不知你是否找到那一個「她」，還是你還是在妄想那個她呢？你如果已經有目標了，就勇敢去追不要執著，或許這三年你已找到？但你選擇了就要好好的負責。

還有不知你三年後的個性還是那麼得衝嗎？假如還是記得要改一改，還有不要這麼害羞了，開放點，這樣對以後也會有好處，你還要幫我找到一個好的她。

By 劉有騰

