

◆ 分享與討論：



(一) 電學之父法拉第曾在日記中寫道：「人生有苦難，有重擔；人性有邪惡，有欺凌，但是到後來這些都對我有益處，苦難竟是化了妝的祝福。人生，在一連串不完美中，最後總是完美。」

／ 當人生面臨無法逆轉的困境，你會……？

唉聲嘆氣，自暴自棄。

沉著忍耐，持續學習。

坦然接受苦難，讓苦難成為豐富生命的養分。

其他 _____

／ 面對滾燙的熱水，堅硬的蘿蔔會變得軟爛；脆弱的雞蛋在外殼的保護下變得Q彈；而粉末狀的咖啡則改變了熱水，變得香濃迷人。當你遭遇有如滾燙熱水的困境，你是看似堅強的蘿蔔、有潛力彈性的雞蛋還是懂得轉變逆境的咖啡呢？

		我	會	選	擇	轉	變	逆	境	的	咖	啡	，	因	為	我
覺	得	我	自	己	的	未	來	從	森	開	始	，	也	要	為	我
的	生	活	改	更	大	的	改	變	，							

(二) 海倫·凱勒：「當一扇門關起，另一扇門便開啟。但我們總是懊悔地看著關起的門，忽略了為我們而開的門。」

／ 你曾經為了失去珍貴的東西而難過嗎？那項東西對你而言為什麼珍貴？(人、事、物皆可)

是，失去的心情如何？如果失去的東西再也無法再度擁有，你又有什麼感覺？

否，對於已失去的你用什麼心情看待？對於目前仍擁有的，你又會怎麼做呢？

／ 失去燈光後，才發現我們擁有滿天星斗。

你覺得面對「失去」跟學會「擁有」，哪一樣比較重要？為什麼？

		我	失	去	了	我	最	愛	的	外	公	，	外	婆	，	
我	想	，	外	公	每	次	都	很	疼	我	外	公	，	外	婆	都
是	在	隔	天	死	的	外	公	傳	死	隔	天	外	婆	。		
		擁	有	，	因	為	不	要	等	到	失	去	才	懂	得	珍
惜	。															



(三) 愛默生：「失敗也是我需要的，它和勝利同樣對於我有價值。」

/ 你是否同意，挫敗是成功最好的禮物？

- 同意；遇到越多挫敗，承受打擊的能力也會越強，累積的經驗自然也就越多。
- 不同意；挫敗越多表示自己越沒用，也意味離成功越遙遠。

/ 你認為自己是個可以忍受挫折的人嗎？你受得了……

- A、被拒絕
- B、被誤解
- C、被挑出錯誤
- D、失敗的打擊
- E、期待落空
- F、不完美的存在
- G、其他 _____

/ 你覺得所有的付出與努力都一定要得到他人的肯定才算真正的成功嗎？為什麼？

- 是；有別人的認可才能顯示出成功。你曾試著肯定自己嗎？
- 否；過程中的收穫比結果更重要。你用什麼態度從失敗中體悟、反省呢？

		毋	用	毋	一	定	改	過	的	態	度	，	毋	如	果	不
毋	變	毋	知	毋	一	切	，	毋	沒	有	意	義	毋	...		

◆ 我有話要說：



/ 閱讀完〈林書豪：挫敗教我勇氣與謙卑〉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。

		第	二	段	落	，	因	為	我	鍛	練	我	無	命	鍛	練
五	個	月	也	不	法	先	發	。	林	書	豪	學	會	了	勇	氣
9	吧															



老師評語： _____