



生命教育影片欣賞

『人生四季之歌』討論與分享



▲班會時間導師和同學一同進行題綱討論。

10月26日(三)班會時間，全校同學欣賞由安寧照顧基金會所製作的「人生四季之歌」，介紹人的一生，藉由春夏秋冬四季來比照人生。由孫叔叔跟一個小女孩的對話來鋪陳人的一生。欣賞完影片之後，全班討論，現在將大家討論的結果分享，整理於後：

一、你覺得生命是什麼？

- * 生命就是可以感受到事物、愛情、朋友、家人。
- * 生命像沙漏，一點一滴的流失。
- * 生命就像一張紙，可用鉛筆輕描淡寫，也可用色筆塗滿的很豐富。
- * 生命就像一場遊戲，有開始也有結束。
- * 生命就像一朵美麗的花，當花開得燦爛之時，就有人欣賞；當枯萎之時，就不會再開花。
- * 生命就像是一個過程。
- * 生命是父田陽與我們的，所以應當把握時間及時行樂，以及對社會付諸行動去做善事，最後要把握住的是享受生命和還諸愛予父母。

編按：

輔導室於12月12日至12月21日午休時間辦理學習輔導週活動，講師、講授內容精采而充實，參加同學十分踴躍，感謝主講者的用心準備，讓學生獲益良多，在此特別徵得陳怡君老師的同意，將其講稿刊登在此，與同學共同勉勵。

如何學好國文

陳怡君老師

一、前言：

「國文」可謂本國文字的學問、藝術，是國人必備的基本知識。中國有五千多年優美的文化，文學知識更形浩瀚，其實用性亦不會因時代遞嬗而磨滅。復加傳播的文字或口語表達，乃人類來往必需工具，各行各業的事務皆需要自身的文學根基，故其重要性不可等閒視之，國文能力的提升乃當務之急！

二、從周杰倫、方文山合作的歌談起

隨著周杰倫的竄紅，方文山的文字魅力亦隨之席捲全台，是否思考過何以方文山所撰寫的歌詞總是這麼不落俗套？他曾回憶者說：「我從小就喜歡文字！」點出了他悠遊於文字領域的關鍵。而學習國文亦然，「試著去喜歡國文」即為學好國文的墊腳石。

接著我們以方文山知名的作品「髮如雪」，分析一下歌詞中究竟蘊含哪些國文元素！

髮如雪 作詞：方文山 作曲：周杰倫

狼牙月 伊人憔悴 我舉杯 飲盡了風雪
(柳永「衣帶漸寬終不悔，爲伊消得人憔悴。」)
是誰打翻前世種惹塵埃是非
(六祖慧能偈詩：「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃！」)設問
緣字訣 猶眷輪迴
(曾國藩用語簡練，喜歡將成功經驗用一個字或幾個字來概括，他稱之為「字訣」。有「二字訣」、「三字訣」、「四字訣」，甚至「六字訣」，用一個字歸納，可以統稱爲「一字訣」。這是曾家的一個傳統。)

你鎖眉 眼紅顏喚不回
(蔣捷<梅花引>：「心若留時。何鎖眉頭。」) 借代
縱然青史已經成灰 我愛不減
(于右任：「不信青春喚不回，不容青史盡成灰。」) 借代
繁華如三千東流水
(李商隱<鵞湖美>：「問君能有幾多愁。恰似一江春水向東流。」) 明喻

我只取一瓢愛了解
(《紅樓夢》九十一回，賈寶玉對林黛玉言：「任憑弱水三千，我只取一瓢飲。」) 補充
只恐你化身蝶
(莊周夢蝶：莊子夢見自己化成蝴蝶，忘了自己是莊周。醒來後，又覺得自己是莊周。到底是莊周夢蝶，抑或是蝶夢莊周？<齊物論>)

* 你髮如雪 淬美了離別 我焚香感動了誰
明喻、設問

潘秀貞老師整理

- * 死亡是一顆催淚彈，它會讓你身邊關心你的人，爲你流淚。
- * 死亡是大海，由高山歷經了高高低低的地形，最終還是會流入海，雖入海時是沉靜憂傷的，但蒸發降雨雨又是另一個美麗境遇。

三、看完影片後，你有何感想？

- * 生命就是要把握活著的每一天。
- * 要時時刻刻關心身旁的人。
- * 生命是很珍貴的。
- * 生命有長有短，我們應該注重生命的精彩度，而不是生命的長短。
- * 人生短短數十年，想做的事趁早完成，不要到了最後才在遺憾。
- * 死亡雖死了，但精神是可留下的。
- * 不必害怕死亡，因爲這是每個人都會經歷的，既然遇到了就應該坦然面對。
- * 死亡不可怕，可怕的是浪費生命，白活每一天，這樣的活到快結束生命時，一定還會有許多後悔。
- * 一個人的生命要自己掌握，不要因爲小事就去尋死，而是要讓自己的生命更精采。

* 在片中看到有關「安寧病房」，真是一種貼心的服務，讓患者和家人都有很好的照顧，對患者是一種溫馨的照顧。

* 人生就像一艘正在大海上航行的船，時有大風大浪，時有晴天，陪在自己身邊的船可能翻覆、沉船或者離去，但在悲傷之餘，不要忘記繼續努力自己的人生。航路必須走下去，會行到自己的理想港口，會發現人生之可貴和美好，絕不能看輕。

* 每個人都會死，但要死得有意義、有尊嚴，這才是人生的眞諦。

* 我們應該活在當下，扮演好自己在每個階段所該扮演的角色。當我們慢慢走向死亡時，就將它當作是一次探險吧！如果在一生當中，每一幕、每一個橋段都有靈心靈力去扮演，那死亡就是一個完美的劇終，幕落了，掌聲如雷。

* 每天都要快快樂樂，並用心去感受。

* 生、老、病、死是每個人都要經歷的，在這趟旅程中會遇到許多挫折都需要一一克服，如果因爲無法克服，而提早結束生命，這就太可惜了。

各班同學用心討論，呈現結果十分豐碩，藉由資料的呈現，增進同學對生命教育的認同。

- * 生命是人活著的象徵。
- * 生命就像四季變化無常，有時候冬天，有時候春天。
- * 生命就像是一個舞台，表現的好不好就全看自己。
- * 生命就像火花一樣，會有燐燐的時候，也有黯淡的時候，但至少你把最美的那一刻留下來。
- * 生命是一切的開端。
- * 生命就像一顆初發新芽的種子，經過環境的歷練：曰曬、風吹、雨打，而成長茁壯。從根、莖到葉，每一處都代表了生命的伸展，由此延伸到人的身上，生命的定義就更明確了。
- * 生命是一塊璞玉，要它變成美玉或是一塊石頭，就看你如何應用。
- * 生命是一次旅行，每到一個地方都有不同的感想，希望旅行結束時，能有滿載而歸的心情。
- * 生命如同春天一般，是新的開始，處處充滿希望。
- * 生命是美麗的馬賽克，由每一次的經歷慢慢累積，到最後就成了一幅漂亮的圖畫。

二、你覺得死亡是什麼？

- * 死亡是另外一個旅程。
- * 死亡是生命的止符。
- * 死亡是蠟燭燃燒殆盡。
- * 死亡就像飛走的氣球，怎麼抓都抓不回來。
- * 死亡是回歸自然。
- * 死亡是生命離開的象徵。
- * 死亡是一件令人痛苦的事。
- * 死亡就是人生的盡頭，有些人的盡頭是在老年，有些人是在幼年，有些人是在中年。
- * 死亡是離開人間中陪伴你的人，獨自去旅行。
- * 死亡是離開人間到別的地方去。
- * 死亡就像一本被翻閱的書，書的內容代表這一生走過的片段及人生中多采多姿的旅程。
- * 死亡對一個肉體而言是一個句點，但對整個大自然來說卻是另一個開始。
- * 死亡就是一切歸零，一輩子的總檢討。
- * 死亡是解脫。

邀明月 讓回憶皎潔 愛在月光下完美
(李白，月夜獨酌：「舉杯邀明月，對影成三人。」)轉化
你髮如雪 紛飛了眼淚 我等待蒼老了誰
明曉、倒裝
紅塵醉 微醺的歲月 我用無悔 刻永世愛你的碑
轉化

◎所謂「作者未必然，讀者何必不然！」在這裡要特別強調的是，方文山先生撰詞的靈感來源不一定和括號內的一致，筆者的是希望讀者能從中覓得文學的知識與趣味，國文這一科才顯得靈活躍動，更增強學國文的動力！

[牛刀小試] 試著分析方文山的第一首歌，尋找出文字的趣味吧
東風破(東風吹)
作詞：方文山 作曲：周杰倫 編曲：林邁可
一盞離愁 単獨佇立在窗口 我在門後 假裝
人還沒走 舊地如重遊 月圓更寂寥 夜半
清醒的燭火 不忍寄我 * 一壺漂泊 浪跡天涯
難入喉 始走之後 酒暖懷 念遠
水向東流 時間怎麼偷 花開就一次成熟
我卻錯過誰在用琵琶彈奏 一曲東風破
歲月在輪上刺落 看見小時候 猶記得那年我們都
還很年幼 而如今琴聲幽幽
我的等候 始沒聽過 誰在用琵琶彈奏
一曲東風破 楊葉將故事染色 結局我看透
離芭外的古道我牽著你走過 荒煙漫草的年頭
猶记得手都(很沉默)

三、學好國文的具體方法

(1)試著去喜歡國文：誠如上段所言，「喜歡」可形成探究國文的動力，更能將所學的國文知識轉爲實用的語文，融合於日常生活之中。

(2)課前預習：先將課文瀏覽預讀一遍，得到梗概的脈絡，再將生難字詞圈選作記號，先查閱之，正式上課時加以對照修正，你會發現讀書變得事半功倍喔！

(3)上課全神貫注聽講：專心才能更有效率地吸收知識！對老師更是一種尊重。

四互換角色：

1.假想你是課文的主角或作者，將自己融入其歷史背景與當時心境，會如何涵泳文章意境。
2.假想你是老師，你會如何教這一課，也會有助於你反向思考。

(4)課後複習：當天所上的課程一定要馬上複習，才能轉爲長期有效記憶。如果等到考前再臨時抱佛腳，效果鐵定大打折扣！

(5)時時自我驗收學習成果：勤做題目可以得知你學習上的盲點，不可省卻。

(6)勤做筆記、培養摘錄的習慣：作筆記可培養手腦並用的理解能力，摘錄嘉言則能提升語文能力。

(7)廣泛閱讀有益的課外讀物：課外讀物可擴大我們的視野、增廣我們的見聞。但在選擇閱讀之前，不妨請教師長的意見，以免誤讀劣質書籍。

(8)多問勤查：所謂「學問」，就是要「學」要「問」，一遇到疑惑一定要馬上請教師長或同學，或是自行查詢相關資源，若未及時解決，一旦時日

一久，疑惑愈積愈多，將必須耗費更多的時間和精神去挽救，那可是得不償失。

(9)善用工具書或其他資源：不可免俗地還是要套用一句耳熟能詳的老話：「工欲善其事，必先利其器」。要能有效精簡讀書時間，手邊就一定要有各類工具書（推廣使用五南圖書出版社的高中國文主編百匯國學常識或漢欣文化事業有限公司的名句活用辭典等）或其他知識獲得資源（如網路）。

(10)善用聯想以記憶：

1.人名字號：細心的你，一定會發現古人的「名」及「字」，常有出現義近、義反或相輔的現象。善用這種特性，記他們的名字將會更得心應手！

(1)義近：a諸葛亮，字孔明、b孫權，字仲謀、c班固，字孟堅、d董鑑，字子固、e孔融，字伯魚、f杜直，字子美、g禡衡字正平、h岳飛，字鵬舉、i歸有光，字熙甫、j周瑜，字公瑾（皆美玉）k鄭玄字太玄（就是鄭成功）、l辛棄疾，字幼安（棄疾與幼安，都是希望他平安長大之意）。

(2)義反、互補：a韓「愈」，字「退之」、b陶「潛」，字「元亮」、c趙「孟頫」，「子昂」、「朱」，字「熹」，字「元晦」。

(3)相輔：蘇「軾」，字「子瞻」（憑軾而望）、蘇「澈」，字「子由」。

2.諺音記憶：有些看似死板的國文知識可憑諺音去加以聯結，進而有助於記憶，更可活絡你的思維。

(4)把握任何寫作機會：舉凡週記、作文、報告、剪貼心得、投稿等，皆為極佳的語文提升契機，要用心去投入。

(5)積極參與藝文活動：行有餘力，可去參觀文物展覽、觀賞歷史影片，或其他文藝性的活動，可培養我們宏觀的視野，亦可使自身的知識層次更深加廣。

四、結語

只要用心，人人都是國文高手！



▲學習輔導週。