

生命教育融入教學教案設計甄選

得獎作品

臺北市 99 年度公立高職生命教育融入教學教案設計甄選
優等 育達商職 高月娟

主 題	困頓而達觀的生命導師		適 用 年 級	二	
			教 學 時 間	200 分鐘	
融 入 科 目	國 文	融 入 單 元	第三冊第一課 單元名稱：黃州快哉亭記		
設 計 理 念	國文教學向來具有著思想啟迪、人文教育和文化薰陶的重要功能，而生命教育是對生命主體的認同、對存在的意義的探知、對心靈的安頓和生命歸趨的體會和實踐。黃州快哉亭記一文中對於生命中的困頓以「其中自得」自放、以「不以物傷性」自適，是生命昂揚的瀟灑和曠達。透過此文的樂觀思想及各單元提問加強高中生對範文的深究及欣賞豁達生命的體悟進而能超越憂患以建立自由心緒的成熟人格。				
教 學 目 標	認知教學： 1、了解蘇轍的文章風格。 2、了解本文以貶官不得意著眼，卻一一扣住「快哉」落筆。 情意教學： 1、深入思考外在境遇、內在心靈、自然山水三者之間的互動關係。 2、學習以開朗豁達、感恩惜福的心態，面對人生的挫折、逆境。 技能教學： 1、從寫作學習單訓練語文表達能力 2、從寫作學習單促進思考、創造、想像之能力。				
參 考 資 料	翰林版 高職國文課本、教師手冊、教師用書（黃州快哉亭記） 閱讀篇章：天下雜誌、親子天下（李安、魏德聖） 影片教材：網路 YU TUBEU 影片（馬凡氏症） 電腦多媒體教材製作與整合（PPT） 書籍：蘇東坡傳、唐宋八大家				
教 學 活 動			教 具	時 間	備 註
一、課前準備： 學習條件： 1、學生學習過〈岳陽樓記〉（第一冊）、〈與元微之書〉（第二冊）、〈醉翁亭記〉（第二冊）等貶謫文學。 2、請同學指出同是貶謫之作，其處世態度的異同何在？ 閱讀目標： 1、本文以自然之樂為襯，逐步轉至人生之樂的表現 2、文章中呈現哪些「快哉」之事？「快哉」的原因何在？ （第一節上課） 壹、準備活動：引起動機－結合生命教育 李安、魏德聖兩位導演故事分享 1. 請寫出你曾經遭遇的困境及克服困境的成功經驗。 2. 你認為李安、魏德聖兩位導演所以成功的原因為何？ 3. 你曾經設想未來可能遭遇哪些困境？ 4. 對未來可能遭遇的困境你會如何解決？			投影片 1 投影片 2 課本 課本 文章分享 學習單一 投影片 3	10'	

教 學 活 動	教 具	時 間	備 註
貳、發展活動			
一、講解文題：	課本	5'	
(一) 教師板書題文：「黃州快哉亭記」指名學生解釋，提付共同討論，教師補充訂正。			
◎教師補充資料：			
1. 黃州：今湖北省黃岡縣，並指出其地理位置。	投影片 4		
2. 快哉亭：張夢得所建、蘇軾命名。			
3. 記：記敘。蘇轍作記。	課本	5'	
二、講述題解：			
1. 指名學生朗讀題解。			
2. 指名學生講述作者寫作本文的動機，提付共同討論教師補充訂正。	課本		
3. 指名學生講述本文主旨。			
◎教師補充資料：			
1. 「記」體文章	投影片 5		
2. 烏臺詩案	投影片 6		
3. 筠州。	投影片 7		
三、講解作者生平：		10'	
(一). 指名學生朗讀課文作者欄。	課本		
(二). 指名學生就預習所得講述作者的字號、籍貫、時代背景、經歷，及在文壇上的地位，教師作歸納補充。	課本		
(三). 指名學生說明作者之重要著作，教師補充說明。			
(四). 介紹三蘇父子的互動與文學風格。	投影片 8		
(五). 介紹唐宋古文八大家、三蘇父子生平，及與歐陽修、王安石等人互動關係，點出包含張夢得等人在政治生涯失意之主因，乃與王安石政改立場不同之故，使學生日後讀三蘇父子文章時能對其寫作背後有所了解。		5' 10'	
參、綜合活動：			
1、如果你是蘇轍，被貶到筠州，你會如何安排生活？	學習單二	5'	
2、黃州快哉亭記一文為作者「慰人勉己」之作，你也曾有突破困境後，以己身經歷幫助他人的經驗嗎？			
3、人有樂觀、悲觀等不同心緒作用，請同學思考平時是如何與不同面向的自我相處。			
— 第一節下課 — (第二節上課)			

教 學 活 動	教 具	時 間	備 註
壹、準備活動：作業檢討 請學生主動分享第一節課所發學習單內容 貳、發展活動： 一、概覽課文： 1. 分段指名學生試讀，教師補充訂正訂正讀音。 二、講述全文字詞及段落大意： 第一段：記快哉亭由「謫居」之張夢得所建，而由蘇軾所命名蘊義。 江出西陵，始得平地，其流奔放肆大。南合湘沅，北合漢沔，其勢益張。至於赤壁之下，波流浸灌，與海相若。清河張君夢得，謫居齊安，即其廬之西南為亭，以覽觀江流之勝，而余兄子瞻，名之曰“快哉” 第二段：說明快哉亭命名的意義在於既可觀覽江流之勝，亦可使人興懷古幽情。 蓋亭之所見，南北百里，東西一舍，濤瀾洶湧，風雲開闔。晝則舟楫出沒於其前，夜則魚龍悲嘯於其下。變化倏忽，動心駭目，不可久視。今乃得翫之幾席之上，舉目而足。西望武昌諸山，岡陵起伏，草木行列，煙消日出，漁夫樵父之舍，皆可指數。此所以為“快哉”者也。至于長洲之濱，故城之墟，曹孟德、孫仲之所睥睨，周瑜、陸遜之所馳騁，其流風遺蹟，亦足以稱快世俗。 1. 教師解析：作者以「舉目而足」、「翫之」表現其一覽無遺、爽適舒暢之心境，再以觀覽三國英雄馳騁之遺跡說明稱快世俗之因。 2. 詢問學生：生活中你有沒有特別喜歡的地方或喜歡做的事，讓你在面對生命的憂恐時足以安頓心緒、面對困頓時可以化解抑鬱。（高中學生年紀輕，對困頓的體驗可能不多，但是如果能在面對困頓時有理想的安頓之所，那不安心緒亦應能有所撫慰。） 參、綜合活動： 1. 心靈小語分享 — 第二節下課 — （第三節上課） 壹、準備活動：前二段課文複習 指名同學陳述各段要旨及感想 貳、發展活動 一、課文概覽與思考 第三段：借楚襄王與宋玉的對話，說明人生的憂樂取決於自身，與外物無關。 昔楚襄王從宋玉、景差于蘭台之宮，有風颯然至，者王披襟	課本 課本 課本 投影片 9 投影片 10 課本 課本	5' 5' 10' 10' 5' 10' 5' 5' 10'	

教 學 活 動	教 具	時 間	備 註
當之曰：“快哉此風！寡人所與庶人共者耶？”宋玉曰：“此獨大王之雄風耳，庶人安得共之後”玉之言蓋有諷焉。夫風無雄雌之異，而人有遇不遇之變；楚王之所以為樂，與庶人之所以為憂，此則人之變也，而風何與焉？ 1. 教師解析：借宋玉與楚襄王的一問一答說明憂樂懸殊，憂樂的關鍵在於人事的變化，而非大自然的景物。此段借宋玉與楚襄王對「風」之不同的看法，作為第四段抒發議論之過渡。 2. 詢問學生：人往往因為遭遇的不同，而對外物產生不同的感受。你曾經因為成功而忘記謙遜、因為遭遇失敗而忘記自信嗎？你平時如何與不同的自我相處呢？ 第四段：藉讚美張夢得隨遇而安故能「不以物傷性」引出只有「自得」才是快之與否的主因。若能自得，則風景能輔之以成快；若不自得，則風景反而成其悲。 士生于世，使其中不自得，將何往而非病；使其中坦然，不以物傷性，將何適而非快！今張君不以謫為患，竊會計之余功，而自放山水之間，此其中宜有以過人者：將蓬戶瓮牖，無所不快；而況乎濯長江之清流，揖西山之白雲，窮耳目之勝自適也哉！不然，連山絕壑，長林古木，振之以清風，照之以明月，此皆騷人思士之所以悲傷憔悴而不能勝者，烏睹其為快也哉！ 1. 教師解析：此段為全文主旨一說明讀書人唯有心中坦然，不為外物所役，方能無往而不快。物泛指有形的物質、功名利祿等，快哉不是因為風景的壯闊秀麗，而是在自我以外的物是否會傷人內在的性，應以心靈的自在坦然去面對遭逢有形的物方是洞見生命實相的表現。 第五段：註明寫作時間與作者。 二、分析黃州快哉亭記文章架構 參、綜合活動： 一、影片欣賞—罕見疾病患者馬凡氏症張瓊玉的故事 二、回饋與分享： 1、你認為張瓊玉具有何種生命特質？ 2、詢問學生如果不會因為外在物質的得失或他人的評斷而感到憂憤歡喜，那要以什麼信念經營人生呢？ 3、你是否曾經在遭遇困境時接受他人的幫助？ 4、你是否曾經以感恩的心回饋曾經協助你走出困境的人？ —第三節下課— (第四節上課)	投影片 11 課本 投影片 12 投影片 13 投影片 14 影片 學習單三	5' 10' 5' 5' 5' 5'	

教 學 活 動	教 具	時 間	備 註
壹、準備活動： 一、你認為自己在面對挫折時是草莓族或水蜜桃族或…族？為什麼？ 2、你都如何處理自己的負面情緒嗎？你覺得這樣的處理方式恰當嗎？為什麼？ 貳、發展活動： 一、講解黃州快哉亭記一文主旨 二、問題與討論： △提出下列問題，指名學生回答，教師作歸納說明。 △教師隨機補充面對挫折應以迎接挑戰的心態樂觀面對，切勿自怨自艾。 1、三位失業的好朋友相聚，你認為他們會有什麼對話？ 2、如果你失業或失戀了，你會怎麼樣？ 3、想像你現在正在高山上，你認為山下會有那些景緻？ 參、綜合活動： 一、問題延伸： 指導學生思考以下問題，並能表達出來。 1、請就本單元所舉的名人及其達觀面對生命困頓的例子中選出你最欣賞或敬佩的一位？ 2、最敬佩這位不向困境低頭鬥士的理由為何？ 二、教師總結： 人生旅途中難免會遇到風雨與險阻，這時應該學習蘇轍坦然接受困境的考驗與不為物役的爽颯，方能隨遇而安、無往而不快。 三、寫作練習： 莫聽穿林打葉聲，何妨吟嘯且徐行。竹杖芒鞋輕勝馬，誰怕？一蓑煙雨任平生。料峭春風吹酒醒，微冷，山頭斜照卻相迎。回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴。 此詞原題：「三月七日沙湖道中遇雨。雨具先去，同行皆狼狽，餘獨不覺。已而遂晴，故作此。」此詞作於宋神宗元豐五年（1082），貶謫黃州後的第三年。寫眼前景，寓心中事；因自然現象，談人生哲理。屬於即景生情，而非因情造景。作者自有這種情懷，遇事便觸發了。《東坡志林》中說：“黃州東南三十里為沙湖，亦曰螺師店，予買田其間，因往相田。”途中遇雨，便寫出這樣一首於簡樸中見深意，尋常處生波瀾的詞來。 同學讀完這闕詞後請寫一篇不少約 150 字的讀後感於下次課堂上繳交。 — 第四節下課 —	投影片 15 投影片 16 回饋單 投影片 17 投影片 18 學習單四	5' 5' 5' 15' 5' 5' 10'	

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

歷代貶謫文學名篇：

篇名	作者	寫作背景	心境態度	佳句名言
<u>離騷</u>	戰國 屈原	第一次放逐漢北時	忠而被貶	何所獨無芳草兮，爾何懷乎故宇？
<u>琵琶行</u>	唐 白居易	因政敵謗毀，貶任江州司馬時	抑鬱遠放、感慨人生遇合	同是天涯淪落人，相逢何必曾相識。
<u>永州八記</u>	唐 柳宗元	參與王叔文政治革新活動失敗，貶永州司馬時	初惴惴後心凝形釋、與萬物冥合	悠悠乎與灝氣俱而莫得其涯，洋洋乎與造物者遊而不知其所窮。
<u>黃州新建小竹樓記</u>	宋 王禹偁	貶官黃州知州時	隨遇而安、通達開闊	夏宜急雨、冬宜密雪、宜鼓琴、宜詠詩、宜圍棋、宜投壺。
<u>岳陽樓記</u>	宋 范仲淹	貶官鄧州知州時	先憂後樂的歷史使命	居廟堂之高則憂其民，處江湖之遠則憂其君。
<u>醉翁亭記</u>	宋 歐陽脩	貶官滁州知州時	縱情山水、與民同樂	醉翁之意不在酒，在乎山水之間也。
<u>黃州快哉亭記</u>	宋 蘇轍	貶官筠州時	坦蕩豁達、不以物傷性	使其中坦然，不以物傷性，將何適而非快？
<u>赤壁賦</u>	宋 蘇軾	貶官黃州時	隨緣自適、超然物外	自其不變者而觀之，則物與我皆無盡也。

2010/10/15

1

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

- 閱讀目標：
- 本文以自然之樂為襯，逐步轉至人生之樂的表現
- 文章中呈現哪些「快哉」之事？「快哉」的原因何在？

2010/10/15

2

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

李安、魏德聖故事～

- 1. 請寫出你曾經遭遇的困境及克服困境的成功經驗。
- 2. 你認為李安、魏德聖兩位導演所以成功的原因為何？
- 3. 你曾經設想未來可能遭遇哪些困境？
- 4. 對未來可能遭遇的困境你會如何解決？

如果電影是遺憾的藝術，現實人生則是面對遺憾的藝術～李安

2010/10/15

3

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計



周瑜操練水軍之處——今江西省九江市的甘棠湖和煙水亭。
（錄自 中華古文明大圖集）

西陵峽（三峽之一）

黃州赤壁磯

2010/10/15

4

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

「記」體文章

古人將以「記」為名篇的文章，稱為「雜記體」。通常可分為山水遊記、亭台名勝記、書畫雜物記和人事雜記等四種（前著唯一大類，後三者為一大類）

- （一） 山水遊記：以描寫山川勝景、自然風光，表現自然美為其內容和藝術特徵。我國山水文學始於魏晉，而成熟於唐宋。山水遊記和亭臺名勝記不同之處，在於遊記必須是作者親身經歷，而亭臺名勝既卻可以間接蒐集資料寫成。柳宗元的〈永州八記〉、王安石的〈遊褒禪山記〉、袁宏道的〈晚遊六橋待月記〉，皆遊記之名篇。
- （二） 亭臺名勝記，是指古人在修築亭臺、樓觀，以及觀覽某處名勝古蹟時所寫下的文章。內容一般是記敘修葺的的過澄、歷史的沿革；以及抒發對歷史或現實的感慨；或暢述個人的懷抱。如范仲淹的〈岳陽樓記〉、曾鞏的〈墨池記〉、蘇轍的〈黃州快哉亭記〉。
- （三） 書畫雜物記，是指專為記述書畫和器物而題寫的文章。一般是記述書畫器物的內容、形狀或藝術特點、流傳情況等。有的則借題發揮，抒情述志或闡述藝術見解。如韓愈的〈畫記〉、劉敞的〈先秦古器記〉。
- （四） 人事雜記，指專以記人敘事為內容的文章。多以「記」名篇，少數標為「志」。如方苞的〈獄中雜記〉、規有光的〈項脊軒志〉、錢公輔的〈義田記〉。

2010/10/15

5

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

烏臺詩案

一、緣起：發生於宋神宗元豐二年（1079年），為蘇軾政治生涯重大轉折，幾至於死亡，後經力保，改謫黃州團練副使安置。所謂「烏臺」，即御史臺，因官署內遍植柏樹，又稱「柏臺」。柏樹上常有烏鴉棲息築巢，乃稱烏臺。

二、過程：

蘇軾於當年移知湖州，到任後上表謝恩，朝臣以其上表中用語，暗藏譏刺。御史何正臣等上表彈劾蘇軾，指其「愚弄朝廷，妄自尊大」，又以蘇軾動輒歸咎新法，要求朝廷明正刑賞。御史李定曾因不服母孝，受蘇軾譏諷。神宗下令拘捕，太常博士皇甫遵奉令前往逮人。蘇軾時在商邱已預知消息，託王適協助安置蘇軾家屬，並上書神宗陳情，願以官職贖兄長之罪。蘇軾被捕，寫信給蘇轍，交代身後之事，長子蘇邁則隨途照顧。押解途中，蘇軾與蘇邁約定，如有不測，則單送魚至牢中。親戚送飯時，一時不查，蘇軾以為將死，遂寫下二詩與蘇轍訣別：

「聖主如天萬物春，小臣愚暗自亡身。百年未滿先償債，十口無歸更累人。是處青山可埋骨，他年夜雨獨傷神。與君世世為兄弟，又結來生未了因。」

「柏臺霜氣夜淒淒，風動琅璫月向低。夢繞雲山心似鹿，魂驚湯火命如雞。眼中犀角真吾子，身後牛衣愧老妻。百歲神遊定何處，桐鄉知葬浙江西。」

三、結果：

後因太皇太后曹氏、王安石等人出面力挽，蘇軾終免一死，貶謫為「檢校尚書水部員外郎黃州團練副使本州安置」，前往黃州，為其文學創作生涯的重要階段。蘇轍被貶江西瑞州任筠州酒監，與蘇軾平日往來者，如曾鞏、李清臣、張方平、黃庭堅、范鎮、司馬光等29人亦遭處分。張方平、司馬光、范鎮都是罰紅銅三十斤，其餘各罰紅銅二十斤。

2010/10/15

6

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

筠州～

- ◎唐武德七年（624年）改米州置，治高安縣（今江西高安市）。「以地產置，治高安縣（今江西高安市）。「以地產筠篁為名」（《太平寰宇記》）。次年廢。五代南唐保大十年（952年）復置。轄境相當今江西省高安、宜豐、上高、樟樹、萬載等市縣地。北宋分樟樹市置臨江軍，割萬載縣屬袁州，轄境縮小，屬江南西路。南宋寶慶元年（1225年）避理宗趙昀諱，改名瑞州。
- ◎唐置羈縻州，治今四川省筠連縣南。屬戎州都督府。元至元中以羈縻筠、連州二州改置筠連州。

2010/10/15

7

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計



三蘇圖

姓名	蘇洵	蘇軾	蘇轍
風格	1. 通六經百家之說，為文古勁簡直 2. 與二子軾、轍皆為古文名家，有先秦之風	1. 軾與弟轍，同法其父洵之文，一時知名，世稱三蘇 2. 才氣橫溢，文章汪洋宏肆，如行雲流水 3. 字云文如萬斛泉源，不擇地皆可出 4. 軾博通經史，兼常詩詞，又工書法、繪畫，兼善圍棋，並精研佛學，可為全能之士 5. 詞風豪放	轍性沉靜高潔，資秉敦厚，既有父洵為師，又有兄軾為之友，故發為文章，汪洋淡泊，寓意深遠，以策論見長
相同處	1. 三蘇之文出於國策、莊子及縱橫家，尤長於策論 2. 諺云：「蘇文生，喫菜根；蘇文熟，喫羊肉。」足見三蘇之策論，最受士子重視，以為應制之範文 3. 以蘇軾之才氣最為橫溢 4. 三蘇皆為唐宋八大家之一 5. 皆受歐陽脩拔擢		

2010/10/15

8

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

生活中你有沒有特別喜歡的地方或喜歡做的事，讓你在面對生命的憂恐時足以安頓心緒、面對困頓時可以化解抑鬱。（高中學生年紀輕，對困頓的體驗可能不多，但是如果能在面對困頓時有理想的安頓之所，那不安心緒亦應能有所撫慰。）



大霸尖山

教師分享個人經驗：心情失落時尋一處高點登高以消憂

2010/10/15

9

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

智慧小語分享

- * 有福有禍，有喜有悲，這才是人生，才是彩色的人生。
- * 生命需要經過嚴格的淬鍊，才能展現它耀眼的光華和純美的質地。
- * 生命中沒有巨石當道，是激不起飛揚的浪花
- * 面對陽光，陰影就在你背後。
- * 「麻煩」到你門口，「希望」就會從窗戶進來。
- * 你不能決定生命的長度，但你可以控制它的長度。
- * 你不能左右天氣，但你可以改變心情。
- * 感恩就是回饋的開始。

2010/10/15

10

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

人往往因為遭遇的不同，而對外物產生不同的感受。你曾經因為成功而忘記謙遜、因為遭遇失敗而忘記自信嗎？你平時如何與不同的自我相處呢？



2010/10/15

11

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

第四段為全文主旨

說明讀書人唯有心中坦然，不為外物所役，方能無往而不快。物泛指有形的物質、功名利祿等，快哉不是因為風景的壯闊秀麗，而是在自我以外的物是否會傷人內在的性，應以心靈的自在坦然去面對遭逢有形的物方是洞見生命實相的表現。

第五段：註明寫作時間與作者。

2010/10/15

12

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

黃州快哉亭記全文結構：

全文以「快哉」二字為線索，依次展開快哉之勢，貫串全文。本文分段向有三段、四段、五段之說，筆者依教學所用版本，將文章共分四段，其結構如下：

第一段—建亭—先景後人事（起：建亭者、亭的位置、建亭之緣由、亭之命名者）

第二段—亭景—先景後人事（承：日夜之景—兼聽覺、視覺之摹寫，歷史事蹟—書三國史事）

第三段—亭名出處—先敘後議（轉：典出宋玉風賦，為下文之主旨預留伏筆）

第四段—亭名寓意（合：全文主旨所在）

2010/10/15

13

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

在高處唱歌～罕見疾病患者馬凡氏症張瓊玉的故事（影片欣賞）

2010/10/15

14

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

1、你認為自己在面對挫折時是什麼族？（草莓族、水蜜桃族、榴槤族…族）為什麼？



2、你都如何處理自己的負面情緒嗎？你覺得這樣的處理方式恰當嗎？為什麼？

2010/10/15

15

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

1、三位失業的好朋友相聚，你認為他們會有什麼對話？

2、如果你失業或失戀了，你會怎麼樣？

3、想像你現在正在高山上，你認為山下會有那些景緻？



2010/10/15

16

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

結語：

人生旅途中難免會遇到風雨與險阻，
這時應該學習蘇轍坦然接受困境的考驗與不為物役的爽颯，方能隨遇而安、無往而不快。

2010/10/15

17

困頓而達觀的生命導師 — 生命教育融入國文科教學活動設計

莫聽穿林打葉聲，何妨吟嘯且徐行。竹杖芒鞋輕勝馬，
誰怕？一蓑煙雨任平生。料峭春風吹酒醒，微冷，山頭斜照
卻相迎。回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴。

此詞原題：「三月七日沙湖道中遇雨。雨具先去，同行皆狼狽，餘獨不覺。已而遂晴，故作此。」此詞作於宋神宗元豐五年（1082），貶謫黃州後的第三年。寫眼前景，寓心中事；因自然現象，談人生哲理。屬於即景生情，而非因情造景。作者自有這種情懷，遇事便觸發了。《東坡志林》中說：“黃州東南三十里為沙湖，亦曰螺師店，予買田其間，因往相田。”途中遇雨，便寫出這樣一首於簡樸中見深意，尋常處生波瀾的詞來。

同學讀完這闕詞後請寫一篇不少於二百字的讀後感於下次課堂上繳交。

2010/10/15

18

困頓而達觀的生命導師－生命教育融入國文科教學

故事分享一

※奧斯卡金像獎導演李安

李安因家庭的遷徙，小學起就經歷文化衝擊，在外省中原文化和日式本省文化間尋求平衡。自小是家中最受寵愛與期待的長子，卻連續兩次大學聯考落榜，無顏面對擔任高中校長的父親。在藝專找到舞台與信心，一路擔任男主角，還曾獲大專話劇比賽最佳男主角獎。赴美留學時，卻因語言問題，只能演默劇或小配角。專心朝電影導演發展後，找到最適合自己的表現方式，畢業作在紐約大學影展得了最佳影片與最佳導演兩個獎，美國三大經紀公司之一的威廉·莫瑞斯當場要與他簽約，沒想到在美國一留六年，一部片子也拍不成。眾人無法想像，三十好幾、有妻有子的男子，如何能熬過六年失業在家的日子，而不認賠殺出。李安卻說，「這是我要做、是我愛做的事情，毫無反悔。我不會說這把我撒錯地方，我後悔，從來不會。」（天下雜誌 400 期 2008 年 6 月）

※舉債也要堅持理想的魏德聖

「去看『海角七號』了沒？」已經取代「吃飯了沒？」成為今年度最熱門的問候語。一部沒有大明星、充滿著「台味」小人物的正統國片，預計票房將破兩億，打敗好萊塢大片，成為近十年來影史奇蹟。…海角七號導演魏德聖是台南廟口前長大的小孩，家裡開鐘錶印章店。從小功課不好，別人上課聽老師講課，魏德聖上課只能看老師「表演」：「因為聽不懂老師講的內容，又不能分心，只好觀察老師做了什麼動作、有什麼口頭禪或習慣，下課模仿給同學看，就覺得很有成就感。」被考試逼怕了的魏德聖，「勉強」念完了遠東工專電機系。五專混了四年，每天吃喝玩樂打屁聊天，懵懵懂懂地去當兵。卻在當兵時認識了世新畢業的同胞，放假時拉著他去看MTV，把小魏拉進了電影的世界。

退伍後，魏德聖並不知道自己要什麼，只知道對電機完全沒興趣，但看電影很快樂，單純地想在這個快樂裡找到一個職業方向。「就像你在大海裡抓到一根浮木，雖然不夠支撐你，但你怎麼也不肯放棄了，」魏德聖形容。

接下來的電影人生，卻一點也不快樂。有兩到三年的時間，魏德聖寄了上百張履歷表，找不到工作，經常在圈報紙人事版。從搬貨、倉庫管理、送報紙、牛奶……，什麼都做過。好不容易找到「接近」電影圈的臨時演員公司，卻在買便當、做道具、製作助理、場布……，在一人身兼六職的辛苦工作中耗費青春。

「當時我後悔得要命，這個環境會讓你想，我千方百計進這行幹什麼？花了那麼多時間入門，鬧家庭革命來台北，就為了一個愚笨的夢想，付出那麼多，弄得滿身傷痕，值得嗎？」落魄時窮怕了的魏德聖，還曾經和朋友接過購物頻道「賣馬桶」的企劃案，忙了一個多月後被拒絕，只領到五千元。

直到遇見導演楊德昌，魏德聖才算真正入了電影這行。脾氣不好的楊德昌，也讓魏德聖真正接觸到電影創作的藝術與堅持。

…很難想像，三十歲之前的魏德聖，從來沒有「在沒人要求的狀況下，主動看完一本書」。直到一九九七年，魏德聖在電視新聞裡看到原住民的抗議事件，一群孔武有力肌肉糾結的原住民站在風雨裡，在城市裡卻顯得那麼卑微，引發了他對這個題材的好奇。

那一年，他第一次站在書局裡，完完整整看完一本論述霧社事件的書，好奇心讓這個從小被認定不愛念書的孩子，進入了鑽研台灣歷史的研究中。他讀四百頁的史料，讀枯燥無味的、荷蘭人在台灣的日記……。經常失業的那幾年，他不只寫出了莫那魯道的故事「賽德克巴萊」，也寫出了史詩般的「台灣三部曲」劇本。接下來的際遇比較耳熟能詳：他希望籌資兩億，計畫拍攝「賽德克巴萊」。「七月天」、「賽」片五分鐘預告片的成功，並沒有讓投資人相信他執行兩億夢想的能力。經過四年的碰壁，魏德聖只募到了十五萬，負債累累，卻離夢想很遠很遠。

多數人大概就放棄了吧。但是魏德聖不甘心，他於是抵押了房子，負債三千萬，開始了「海角七號」。一直支持著他的妻子也忍無可忍，說他這次真的太過分了。但妻子還是流著淚，簽下了一千五百萬元的貸款保證書。

記者問魏德聖：「你有沒有看到隧道盡頭一點光那種感覺？」魏德聖說：那時候真的沒有什麼光。只覺得說完蛋了，怎麼辦？但是那時候只有一個信念，沒有看到光的時候怎麼辦？無路可走的時候，你要死在隧道裡，還是繼續往前爬？往前爬還有一點點機會，找到有光的地方。

…網路上傳頌著魏德聖美夢成真的奇蹟故事，但很少人知道他怎麼忍耐過奇蹟發生前那黑暗的十年。

我從小就沒有過生日的習慣。除了小時候在教會及當兵時，會有一種叫「當月壽星」的慶祝之外，我從沒在我生日的當天過過生日，直到我認識我的妻子。

當時我們還是男女朋友，那時我還是一個連三餐都成問題的窮光蛋；那時我獨居，當天我甚至是忘了是我的生日，天還沒黑就肚子餓了，我拿著全身上下僅有的十五塊錢，我已經管不了明天的肚子了。我打算買一包泡麵九塊錢，再奢侈地加一顆六塊錢的茶葉蛋，剛好十五塊錢。我為了可以加一顆蛋而興奮地邊走邊搖晃著口袋裡的兩個銅板，卻一個不小心讓一個銅板給掉滾進水溝縫裡。

「為什麼掉的不是你……」我竟然開始對手上的那個五塊錢銅板講話。我不排斥掉錢，因為人總是有倒楣的時候，可是為什麼掉的是十塊錢銅板而不是五塊錢銅板。誰告訴我五塊錢到底能買到什麼？我現在連一個茶葉蛋都買不起了。

（摘自「小導演失業日記」八月十六日（星期四）海角七號魏德聖導演的自傳）

困頓而達觀的生命導師－生命教育融入國文教學

故事分享二

罕見疾病患者－馬凡氏患者張瓊玉小姐的歌唱故事

張瓊玉：「我一直都覺得，現在小孩子很奇怪，一天到晚喊無聊？怎麼會有無聊？這兩個字呢，哪有時間無聊啊，太多值得去做的事情，我覺得人生很好玩，如果我是一個健康的人，我有太多太多，想要做的事情了，我都不知道，怎麼會有人在浪費時間。」

不能浪費時間，張瓊玉從小就有這樣的認知，罹患罕見的馬凡氏症，瓊玉得不斷跟死神拔河，她也認知到，想做的事不能拖；這一早，瓊玉要到興雅國中講課，不到半小時的車程，她卻得提前1個多小時上路。

張瓊玉：「看公車有時候，會比較不方便，因為就是看不見幾路公車，那我在這邊等的好處是，我要搭的這般公車，它的顏色，跟其他公車不一樣，因為它是綠色，其他公車是紅色。」記者：「你這樣看的到嗎？」張瓊玉：「這也是紅色的，就是轉彎過來的，就不會是，那台車是直行的。」

因為生病，瓊玉的視力不斷退化，右眼已經失明，剩下左眼0.2的視力，就算只靠「經驗」，沒搭錯車，上車對瓊玉而言，也還是考驗。記者：「差點上不了？」張瓊玉：「對，太驚險了。」記者：「常有的事喔？」張瓊玉：「對啊，有些車都亂停。」

除了視力持續惡化，瓊玉最大的隱憂，是在心臟，馬凡氏症會讓主動脈不斷擴大，手術可能也無法控制，所以他得好好珍惜當下，像是今天到校園演講，就是她自己，向學校提出的企劃，提前到學校，就是怕自己少準備了些什麼。

張瓊玉：「我今天妝化的還好吧？要知道在矇矓當中化妝，是一件很挑戰的事，不小心會刺到眼睛之類的。」記者：「真的喔？」張瓊玉：「對啊，因為我會刷睫毛，就是常常會戳到。」記者：「喔。」張瓊玉：「可是還是愛漂亮，所以還是要化，就算會把自己戳瞎，還是要化。」馬凡氏症，讓瓊玉從小就比一般人高出許多，也因此，瓊玉在大學以前，自悲、不敢走入人群，讀書時被欺負，是家常便飯。張瓊玉：「他每次在走廊看到我，不管多遠，他只要看到我出現，他就會說怪物，他覺得很好玩，所有人就會停下來看我，你知道那種感覺是什麼嗎，就是希望自己立刻死掉，你會覺得，你為什麼要這樣對我，我有欺負你嗎？我惹到你嗎？」

瓊玉形容那是一段，只有黑與白的童年歲月，她多希望，當年隔壁班的同學，知道她生病，可以多體諒她一些，因此她才決定，走入校園，讓學生們認識馬凡氏症。張瓊玉：「你們猜猜看，我身高有幾公分？」學生：「180！」張瓊玉：「目測一下。」學生：「200！175！」張瓊玉：「不要猜200，我最愛聽到175這個答案，答案是182啦！」學生：「哇。」

這是瓊玉不想承受的高度。張瓊玉：「我長這麼高呢，並不是因為我很愛喝牛奶，或是我很喜歡打籃球，其實我罹患一個非常罕見的疾病，叫做馬凡氏症候群，我給這個病，取了另外一個名字，叫做麻煩事一大群，因為它是一個，很麻煩的病，

這疾病會影響病人的骨骼，眼睛跟心臟三大系統的問題。」

正因如此，瓊玉必須站著說話，因為坐著肺活量不夠，她的聲音會不響亮，演講、趕場，常常讓她的體力負荷不了，但她堅持不能浪費任何一天，因為過去她已經因為自卑，浪費太多時間，還曾經因為被同學欺負，休學躲在家裡，整整4年。張瓊玉：「在我休學，到我10幾歲，那個很憂鬱的時代，其實我不喜歡任何的色彩，在我的房間裡，以前我的房間，只看的到黑色白色，就是很素很素，而且我不喜歡，任何的花樣跟色彩，我的衣櫥裡面，永遠都是深藍色的。」

23歲開始，這10幾年來，瓊玉動了大大小小的手術，一直到3年前，第6次手術，整整18個小時，跟死神搏鬥，讓瓊玉徹底決定，擺脫自卑。

張瓊玉：「我一直在我生命當中，在我23歲，我右眼失明的時候，其實我也還是非常絕望，我一直耿耿，我會慢慢失去我的身體，我會失去我的視力，失去我的這些行動能力，可是我覺得，我是到了我3年前，心臟開完刀之後，我這個擔憂，就完全瓦解了。」

手術前，瓊玉特地把房間重新粉刷，勉勵自己撐過來，過「彩色」的生活。張瓊玉：「就像紫色，我以前很討厭，現在也會開始覺得，這些顏色，也會開始讓自己，心情有些不一樣的變化，像我現在最喜歡的顏色，是橘色，就覺得那種軟色調，會讓我覺得很，很有朝氣。」

瓊玉意識到，自己就好像，跟上帝借時間，她必須讓自己開心的活。張瓊玉：「不知道，我從那次手術之後，我對自己的人生，忽然有一種豁然開朗的感覺，就覺得大不了，就是這樣子了，其實這就是我的人生，我沒有辦法抉擇，我知道，麻煩不會就此停止，這不會是最後一次手術，那又怎麼樣呢，那就是在準備好，迎接下一次，在下次還沒來到以前，你就是快樂的過吧，因為這就是我的生活。」快樂過生活，瓊玉開始接受自己，喜歡自己。張瓊玉：「我常常也是，因為身高太高，所以我很容易，比方說，我蹲下來，站起來，我就開始暈，所以我覺得，我很能了解一隻長頸鹿，有一個這麼龐大，這麼瘦長的身軀的，那種行動上的不便，所以我非常喜歡這個長頸鹿，再者，他好像比我高，所以我就非常的開心，看到它就把它帶回來了。」

接受自己的不同，也接受脆弱的事實，一直到視網膜剝離、右眼失明，瓊玉陷入半邊的黑暗，他決定拿起畫筆，為左眼還能看到的事物，留下紀錄，像是這一幅面具素描，只畫了半臉，這是她的心情轉折。

張瓊玉：「我以前會覺得，我需要很多面具，來武裝自己，讓我可以面對，這些生活當中，我不喜歡的事情，我以前會戴眼鏡，沒有度數的眼鏡，就是把眼睛遮起來，對，後來我發現，現在不需要這些東西，來偽裝我自己，我就是如此，你可以接受也可以不接受，那我喜歡我現在的樣子，所以，我化妝不是為了要去取悅別人，就算化壞了，反正我自己開心就好了，就是當下我是愉快的。」

從手術後，瓊玉就天天靠著她左眼，只有0.2的視力，盯著電腦忙碌，她開始訂計畫，寫了滿滿一疊企劃書，分享自己的故事。

計畫當中包括，唱歌，病痛讓她的肺活量不足，但從小愛唱歌的瓊玉，就是要挑戰病魔，她決定當街頭藝人。張瓊玉：「並不是每天起床的時候，身體狀況都是好的，可是就算是身體，有一些微恙，我還是要上街唱歌，因為上街唱歌，對我

來說，是一件很快樂的事情。」

花了好大的勇氣，瓊玉才克服別人眼光，站上舞台，為了能唱歌，每個週末，瓊玉一大早就出門；歌唱的路，有非常多的挑戰，早起是因為，必須排隊登記，才有演唱的地點，可是休息時間就被壓縮了。

張瓊玉：「其實因為，我的視力比較不好，所以我走路可能都會，我會盡量先看地上，因為地上離我有點遠，因為我 182 公分，所以有時後，顧著看地上，我就看不到頭上的東西，所以我就常常會，顧到了腳，可是撞到了頭，可是跌跌撞撞，算是滿稀鬆平常的事情啊。」

體力的考驗，還在後頭，瓊玉必須走過兩大條街，把重重的「傢俬」，搬到演唱的地方，常常累了，就找個地方坐一下，休息夠了，她就又馬上開始工作。張瓊玉：「我自己覺得我很聰明，想到這個方式，可以收起來，打開這麼大張，然後折起來就小小張。」體力常常不足，就不能白白耗費精神，瓊玉運用小聰明，省空間和來回奔波的次數，放好海報、擺好桌子，還有很多小細節，不能忘掉，像是少了「工作小助理」歌就唱不下去了。

張瓊玉：「馬凡的手指頭，都比較長，所以，如果沒有這一隻啊，我這樣握麥克風，握久了，我的弧口會非常的痛，所以我就找一隻，軟軟的東西，這樣子握著，握久了才不會痛，然後我換過非常多的助理，這是最近新來的，叫玉兔，呵呵。」剛開始，路人會遠遠的張望著，仔細打量，眼前這位特別高的女生，究竟在做些什麼，但等到瓊玉開始唱歌，人潮常常會，立刻聚集起來。張瓊玉：「失敗無所謂，有你在左右。」

瓊玉的歌聲，能夠讓離她遠遠的路人，慢慢靠近她，甚至互動開始變熱絡；許多人在聽完，我身體狀況之後，就會問我說，那你有沒有談過戀愛，我覺得很有趣，因為似乎在某一些人的觀念裏面，身體不好的人，是很難找到對象的。分享生活經驗，分享生病的痛苦，還有走過來的喜悅，在街頭唱歌，已經是瓊玉，不能放掉的快樂了。張瓊玉：「就算是不舒服，我還是要出門啊，因為唱歌，讓我覺得很快樂，因為工作，才會讓我有種存在感，那透過每次來唱歌，我常常是，本來是心情很沮喪，或是身體極度不舒服，可是我唱著唱著，就覺得突然好了，那種心會慢慢的開朗，或者說安定下來。」唱歌，真的讓瓊玉安定下來，也讓聽歌的人快樂，儘管歌聲背後，她要克服的，是外人難以理解的病痛。張瓊玉：「灣灣月光下，我輕輕歌唱，從今以後，不會再悲傷。」

她可以走出自己的人生低潮，然後就是勇敢面對大家，成功要靠努力，他是我們的典範，他很堅強，我希望能變的，像他那樣子，我覺得瓊玉姐姐，非常勇敢吧，然後她讓我，有完成自己夢想的動力，然後覺得，沒有什麼是不可能的，然後非常敬佩他，非常佩服他。

醫師：「來，請往下看，這樣會痛嗎？」張瓊玉：「有點。」醫師：「這樣壓會不會痛，不會了喔？」張瓊玉：「不會。」

還是要繼續邊唱歌，邊和病魔奮戰，張瓊玉這一個高高的女生，把握每一天，要唱出生命的高度。人或許沒有辦法決定未來成

就的高度!!但是一定可以決定未來人生的寬度!!

(摘自 2009.07.11 T V B S 一步一腳印訪問文字稿)

困頓而達觀的生命導師－生命教育融入國文教學活動設計

學習單一

看完兩位導演的故事，請回答以下問題：

1. 請寫出你曾經遭遇的困境及克服困境的成功經驗。(100 字以內)

2. 你認為李安、魏德聖兩位導演所以成功的原因為何？(50 字以內)

3. 你曾經設想未來可能遭遇哪些困境？(100 字以內)

4. 對未來可能遭遇的困境你會如何解決？(100 字以內)

困頓而達觀的生命導師－生命教育融入國文科教學活動設計

學習單二

1. 如果你是蘇轍，被貶到筠州，你會如何安排生活？

2. 黃州快哉亭記一文為作者「慰人勉己」之作，你也曾有突破困境後，以己身經歷幫助他人的經驗嗎？

3. 人有樂觀、悲觀等不同心緒作用，你平時是如何與不同面向的自我相處？

學習單三

1、你認為張瓊玉具有何種生命特質？

2、如果你不會因為外在物質的得失或他人的評斷而感到憂憤歡喜，
那又是以什麼信念經營人生呢？

3、你是否曾經在遭遇困境時接受他人的幫助？

4、你是否曾經以感恩的心回饋曾經協助你走出困境的人？

回饋單

1、請就本單元所舉的名人及其達觀面對生命困頓的例子中選出你最欣賞或敬佩的一位？

2、最敬佩這位不向困境低頭鬥士的理由為何？
