

## 校內活動

### 1. 2015 大學暑假營隊活動

為協助高中生認識大學校系，諸多大學於暑假期間辦理大學營隊，透過實際課程、活動之參與，增加對大學學系之認識。輔導處鼓勵高一、二同學，可於暑假期間透過參與營隊活動增進自我探索。營隊相關連結路徑：生涯輔導資訊網→最新公告→大學營隊一覽表（或從大學查營隊）。

### 2. 服務學習資訊

你對服務學習或志工服務感興趣嗎？暑假期間除了可參與大學相關營隊增進自我探索外，亦可把握時間參與服務學習或志工服務，透過參與活動增進自我認識與成長。校內外服務學習資訊查詢路徑：文華首頁→行政單位→輔導處→生命教育→服務學習→服務學習地圖。

### 3. 104 學年度同儕輔導「微笑天使」錄取結果

恭喜通過第二階段面試錄取為同儕輔導「微笑天使」的同學！（錄取名單公告於輔導處外）預計將於暑輔期間辦理「助人技巧小團體」，請錄取的同學密切注意後續消息！

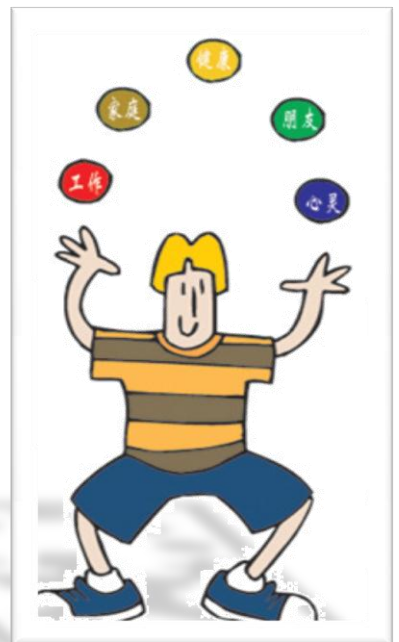


## 生命教育文章

### 生命中的五個球

幾年前，在一所大學的開幕典禮中，可口可樂的執行長(CEO) Brian Dyson，講到生活與工作的關係：想像生命是一場不停丟擲五個球於空中的遊戲。這五個球分別為工作，家庭，健康，朋友和心靈。而且你很努力地擲著這五個球，不讓它們落地。很快地你會了解工作是一個橡皮球。如果你不幸失手落下它，它還是會彈回來。

但是家庭，健康，朋友和心靈這四個球是用玻璃做成的。一旦你失手落下，他們可能會少了一角，留下無法挽回的記號、刻痕，損壞，或甚至碎落一地。他們將永遠不會跟以前一樣。你必須了解這個道理，並且致力為平衡你的生命而努力。但要怎麼才做得到？



別拿自己和他人比較，這只會降低了你原有的價值。因為我們都是獨一無二的，因為我們每一個人都很特別。別人認為重要的事不是你該列為遵循的目標。只有你才知道什麼最適合你。不要將貼近你的心的人事物視為理所當然的存在。你必須將他們視為你的生命一般好好地抓牢他們。沒有他們，生命將失去意義。別讓你的生命總在依戀過去種種或是寄望未來中逝去。如果你活在每個當下，你就活出了生命中的每一天。

當你還能給予的時候別輕言放棄。只要你不放棄，就有無限延伸的可能。別害怕承認你並非完美。正因如此，我們才得以藉由這脆弱的細絲緊密地串綁在一起。

別害怕遇到危險。正因如此，我們才得以藉由這些機會學習勇敢。別拿愛太難找到當藉口而緊閉你的心門。最迅速找到愛的方法就是散佈你的愛；最快速失去愛的方法就是緊緊地將守著你的愛不放；維持愛最好方式就是給它一雙翅膀。

莫要匆惶地過著你的一生，那匆惶讓你忘了曾經到過哪裡，也讓你忘了你要去哪裡。

莫忘記，情感上最大的需要是去感恩。

莫害怕學習。知識沒有重量，它是可以隨意攜帶的寶貝。

莫漫不經心地蹉跎光陰或口無遮攔。時間與言詞兩者都是，一放便收不回來。

生命不是一場賽跑，而是一步一腳印的旅程。昨天已是歷史，明天尚是未知，而今天則是一個上天的禮物：那就是我們為什麼稱它為「現在」(Present) 的原因。

如果你活在每個當下，你就活出了生命中的每一天。



資料來源：<http://www.wlsh.tyc.edu.tw/files/13-1002-2831.php>