



臺北市立古亭國民中學

# 心苗月刊

【生命教育專刊】

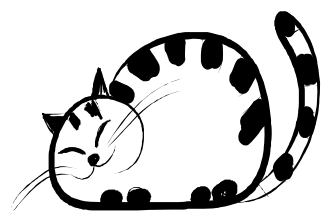
發行人：林泰安 校長

編輯者：輔導室 王培玲主任

徐敏媛組長

108 學年第 1 期 108 年 10 月出刊

## 活動報馬



### 輔導組

1. 本學期陸續辦理 2 場親職講座，第一場將於 10 月 25 日晚上 7：00～9：00 舉辦，講題「父母的眼界與高度，決定了我的建築師品牌之路」，由日常經典 TAGather Goods 生活品牌創辦人黃金樺先生主講，歡迎有興趣的家長及同學一起來參加喔！

### 資料組

1. 高職端「職群試探課程」準備開跑囉！  
10/18 滬江廣告設計科、11/15 金甌應用日文科、12/06 耕莘護理科、妝管科、幼保科、12/13 開平餐飲管理科，尚有名額，如要參加，請於 10/08（二）前至資料組領取報名表。
2. 想了解自己嗎？接下來即將進行各年級的心理測驗，七年級語句完成測驗、八年級學習與讀書策略量表、九年級生涯興趣量表，機會難得！施測期間務必用心填寫，讓輔導老師一同協助你喔！



## 生命教育書本推薦

### ~在咖啡冷掉之前~

在朋友的極力推薦下，有幸讀到《在咖啡冷掉之前》這本翻譯小說，書中描述一家可以讓人時光旅行的咖啡店，名叫「纜車之行」……

在某條不知名的小徑上，有間咖啡店，有著不可思議的都市傳說。當中有個神秘座位，只要坐上那座位，就能回到你所希望回去的那一天。

不過，回到過去是有代價的，也有著非常麻煩的規則……

1. 就算回到過去，也無法見到不曾來過這家咖啡店的人。
2. 回到過去之後，無論如何努力，也不能改變現實。
3. 神秘的座位有人，必須等到那個人離席時才能去坐。
4. 即使回到過去，也不能從座位上離開。
5. 回到過去的時間，只從咖啡倒進杯子開始，到咖啡冷卻為止。

親愛的孩子們：

想想看：如果能讓你回到過去，

你想要回到哪一段時光呢？



\* 書中將在咖啡店短暫時光旅行的人們，分為以下四個小故事，  
充滿愛也參雜著悔恨：

**第一話【戀人】：**跟打算結婚的男朋友分手的女人的故事。

- 職業女強人放不下自尊向即將要去美國工作的男朋友要求，請他留下來，不要離開。因次想藉著回到過去的機會向男友坦白心意。也因為藉由回到過去，才真正瞭解了男朋友的心意，也獲得了承諾。

**第二話【夫婦】：**慢慢喪失記憶的男人跟看護的故事。

- 一位罹患阿茲海默症的老人，一直想回到過去將手上遲交的信交給他的太太，而他的太太就是一直在他身邊默默照顧他的護士，但老人失去了對太太的記憶，故在一次機會下，他的太太回到過去，收下剛發現罹病的先生所要交給他的信。回到現實，讀信之後，太太明白了先生對她愛的方式，也改變了跟先生的相處方式，心情也豁然開朗了。

**第三話【姊妹】：**離家的姊姊跟食慾旺盛的妹妹的故事。

- 姐姐為了不想繼承家業，任性離家出走，而妹妹為了想勸姐姐回家，從姐姐離家之後，有機會就會去勸說姊姊回家，在最後一次去找姊姊的回家路上，妹妹發生了死亡車禍，姊姊對妹妹充滿了愧疚，故決定坐上了回到過去的座位，見妹妹一面。回到過去，知道了妹妹的夢想，也答應妹妹回家去，並去實現與妹妹的約定。

**第四話【母女】：**在這家咖啡店工作的孕婦的故事。

- 心臟不好的咖啡店老闆娘懷孕之後，被告知生產很難母女均安，故感到不安，不知道小孩生下來之後能不能獲得幸福，所以決定前往未來去看看她的女兒過得如何。到了未來，與女兒短暫的交談，她明白現實無法改變，但「心」的變化是可以幫助克服困難的。



## 未曾說出口的話



書中最後提到「只要有心，無論多麼艱難的現實，都可以克服。所以就算現實不會改變，只要人的心能改變，這個座位就一定有非常重要的意義。」

回到過去或未來的人們，雖然明白無法改變事實，但仍選擇坐上能夠短暫時光旅行的座位，見到已出國的男友、收到老公遲來的信、見到已故的妹妹以及見到在未來的女兒，雖然無法改變男友已出國的事實、改善老公罹患阿茲海默症的病況、阻止妹妹車禍身亡，但時光旅行的人們都在「心境」上有所轉變，原本充滿後悔的低潮心態，隨著回到過去或未來，見到想見的人，確認對方真正的心意，而重新調整了心態，充滿信心去迎接未來的挑戰。

人生處處是選擇也是種挑戰，很多事就算努力了，也是很有可能難盡如人意，但境隨心轉，面對挫折，調整心態，明天又是嶄新的開始。

請同學想想看：在未來你有什麼夢想？你想成為什麼樣的人？



書中名言：「不該讓自己的人生總是在後悔中不斷循環」……  
你曾經做過最後悔的一件事是什麼？如果能夠重來，你想要做甚麼改變？

