

大一週會演講 吳若權：你不僅是浪花，更是壯闊的海洋

發布日期：2023-03-07 文／校園實習記者鄭焯好



暢銷作家吳若權在中央大學週會演講，鼓勵學子學習解除限制性的信念，學會無條件的愛自己。梁恩維攝

中央大學3月7日大一週會演講，邀請到暢銷作家吳若權以「其實，你不是你以為的自己」為題精彩演講，大禮堂學生、教職員工和社區民眾參與踴躍，開放進場時人流絡繹不絕，除一睹作家的丰采之外，也聆聽他對於人生智慧的看法。

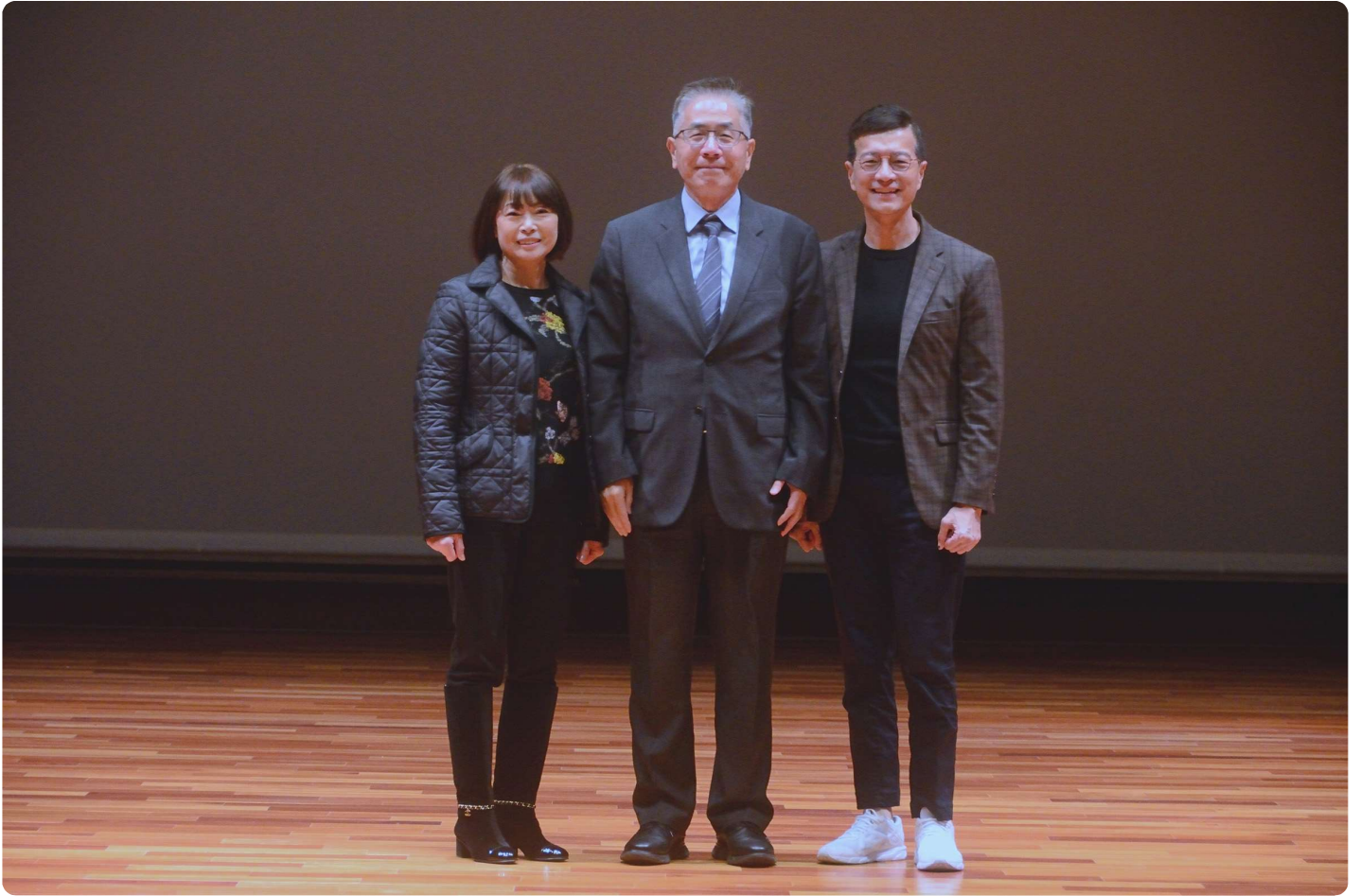
周景揚校長表示，吳若權是暢銷作家、金鐘主持人、成功的企業行銷顧問，是不折不扣的「斜槓」典範。感謝吳老師蒞臨中央大學演講，也感謝中大社區聯誼會黃秋庭女士牽成，贊助舉辦這場講座。「愛，是最高的修行。」祝福在座的每一位同學，透過老師的分享，內化自己的心靈，行走在愛的路途。

「生命裡的遭遇，未必是最好的安排，但一定是有意義的安排。」吳若權一開場重新詮釋「一切都是最好的安排」這句大家熟悉的名言。他希望大家在大家心中種下一顆種子，常常對自己提問：為什麼？不一定每次能得到肯定的答案，但每一次的答案，都可以幫助自己在未來作出更好的決定。

「你不僅僅是浪花，更是壯闊深厚的海洋。」吳若權鼓勵年輕學子，在人生的階段裡高低起伏，可能是被打擊的浪花，會有害怕、擔憂的表層，但生命本質是遼闊深厚的海洋，表層的浪花讓你去經歷、度過挑戰，從而成為更有內涵的自己，如同大海一般。

吳若權也以心理學家所提出的「周哈里窗理論」來介紹自我認知。其中最特別的是「盲目的我」，人都怕缺點被發現，想在人群中隱藏自己。他提到，虛心請教別人很難，牽涉到他人對你的信任度，以及自己的自信程度，建議可像餐廳填寫回饋表一樣，詢問周遭的親朋好友，自己有甚麼需要改進的地方，從而成為更好的自己。

大一是告別青春期的第一年，要對高中生涯作出一個總結，迎接成年後的人生，這也是一個必須做出許多決定的轉捩點。吳若權希望同學們意識到自己的每個抉擇，都造就了「獨特的自己」，學習解除限制性的信念，學會無條件的愛自己。



中央大學周景揚校長（中）感謝作家吳若權（右）的演講，並感謝中大社區聯誼會黃秋庭（左）的牽成贊助。梁恩維攝



作家吳若權在中央大學大禮堂週會演講，吸引滿場的聽眾。梁恩維攝

更新日期: 2023-03-07

文章分類: 焦點新聞