



中華民國 107 年 03 月

羅工輔導通訊

九十年三月三十日創刊
一百零七年三月 出刊
發行人：校長 張以方
指導：羅東高工輔導工作委員會
執行編輯：羅東高工輔導室

點綴生命音符的樂曲

心的溫度，自己決定～資料來源：網路文章

一位白髮 蒼蒼的老 教授在學生畢業的最後一節課時說：「這是我給你們上最後一堂課了，這是一堂簡單的實驗課，也是一堂深奧的實驗課，我希望你們以後能永遠記住這最後一堂課。」教授說著，取出一個玻璃容器，又注入了半容器清水。教授把盛水的容器放進一旁的冰櫃說：「現在我們將它製冷。」過了一會兒，容器取出來了，裡面的水凝結成了晶瑩剔透的冰。教授說：「0℃以下，這些水就成了冰，冰是水的另一種形態，但水成了冰，它就不能流動了。」

「現在，我們來看水的第三種形態。」教授邊說邊把盛冰的玻璃容器放在酒精爐上，並點燃了酒精。過了一會兒，冰漸漸溶化成了水，後來水被燒沸，

咕咕嘟嘟地翻騰出一縷縷乳白色的水蒸氣，在實驗室裡靜靜地氤氳著、瀰漫著。過了沒多久，容器裡的水蒸發乾了。教授關掉酒精爐，讓同學們一個個驗看玻璃容器，說：「誰能說出這些水到哪兒去了呢？」學生盯著教授，他們不明白這最後一堂課，學識淵博的教授為什麼給他們做這個最簡單的實驗。

教授看著那些不願回答這個問題的學生說：「水哪裡去了呢？它們蒸發進空氣裡，融進藍藍的遼闊無邊的天空。」教授微微頓了一頓又說：「你們可能都覺得這個實驗太簡單了，但是……」教授口氣一轉，嚴肅地說：「它並不是一個簡單的實驗！」

教授瞟了一眼那些迷惑不解的學生說：「水有三種狀態，人生也有三種狀態。**水的狀態是由溫度決定的，人生的狀態是由自己心靈的溫度決定的。**」教授說：「假若一個人對生活和人生的溫度是0℃以下，那麼這個人的生活狀態就會是冰，他的整個人生境界也就不過他雙腳站的地方那麼大；假若一個人對生活和人生抱平常的心態，那麼他就是一掬常態下的水，他能奔流進大河、大海，但他永遠離不開大地；假若一個人對生活和人生是100℃的熾熱，那麼他就會成為水蒸氣，成為雲朵，他將飛起來，他不僅擁有大地，還能擁有天空，他的世界和宇宙一樣大。」教授微笑著望著他的學生們問：「明白這堂最簡單的實驗課了嗎？」「不，這不是一堂簡單的實驗課！」學生們異口同聲地回答。

水的溫度靠火的加溫達到100℃，而人心靈的溫度則靠正面的思考、樂觀的心、親友的關懷、溫柔體貼的心、對這世界的好奇心、勤奮努力等等來加溫。

不要在忙碌的生活中，失去了活著的感覺～資料來源：網路文章

有一個人很害怕死亡。

他心裡想著：「死亡是在前面呢？還是在後面呢？」他想到：「人總是在往前跑的時死亡，例如飛機失事、車禍喪生。所有的動物也都是在往前逃命的時候，被捕殺的。從來沒有動物是在後退時喪生，所以，死

亡是從後面追趕的。」

他得到一個重要的結論：「要避免被死亡追上的唯一方法，就是走得更快、更匆忙。」於是，他每天總是行色匆忙，不論是吃飯、工作或走路，都比從前的自己快了三倍。

有一天，他匆匆忙忙的趕路時，突然被一個百鬍子的老人叫住。

老人問他說：「你如此匆忙，是在追趕什麼呢？」

他說：「我不是講追趕，我是在逃開呀！」

「逃開什麼呢？」老人問。「逃開死亡！」老人說：「你怎麼知道死亡是在後面呢？」

他說：「因為所有的動物都是在往前逃命被死亡追上的。」

老人說：「你錯了！死亡不是在起點時追趕，而是在終點時等候的。不論你跑快或跑慢，都會抵達終點。」

「你怎麼知道？」「因為我就是死神呀！」老人說。

那個人大驚失色的說：「你今晚會出現，莫非我的死期到了？」

死神說：「喔！你不用害怕，你的死期還沒有到，只是你一直跑得太快，我的兄弟「活著」一直向我抱怨趕不上你，如果你不和他會合，和死亡又有什麼兩樣呢？他特別請我通知你慢一些呀！」

「我要如何才能和「活著」會合呢？」

死神說：「首先，你要站著不動，把心靜下來，然後你要環顧四周，用心體會、用愛感覺、用所有的力量來品味，活著就會趕上你了。」

當他把心靜下來的時候，老人說：「你回頭看看，我的兄弟來了。」

他一回頭，老人不見了，卻看見了從來沒有看見的、美麗的街景。

幸福並不取決於財富、權力和容貌，而是取決於你和周圍人的相處。

在平凡的日子裡，珍惜週遭的人事物！



金曲歌王 蕭敬騰：成就感救回叛逆兒

15 歲的蕭敬騰常跟人打架，因為輔導員一句「為什麼不把打架的力氣用到音樂上？」讓他找到人生的目標。

「切斷了所有退路，我的劇情已落幕，我的愛恨已入土……」

還未走出「超級星光大道」的那塊紅布幕，那股渾厚、具爆發力的嗓音已先讓參賽者與主持人瞠目結舌。之後正式比賽的那曲「世界唯一的你」，更是讓評審頻頻點頭，台下觀眾熱烈鼓掌。

2006 年 5 月 11 日，大家第一次注意到「蕭敬騰」這號人物。那一頭很 80 年代搖滾風的髮型，還有被評審評為有「凌晨式滑音」的特色唱腔，蕭敬騰再再讓大家驚豔。許多瘋狂的歌迷也就從這時開始追逐蕭敬騰的身影，

到他駐唱的餐廳逗留，並在網路上成立家族。在第二場 PK 賽結束後，從美國回到台灣的蕭敬騰歌迷更笑說：「感覺那陣子路上常常看到蕭敬騰式的辮子頭。」

第三次參加踢館賽時，蕭敬騰把一頭長髮剪了，露出清秀白淨的臉龐，雖然當時節目製作

人認為「比之前好看六千萬倍」，但他接受陶子訪問時的音量卻也明顯變小。從此，這彷彿成為「蕭敬騰」的正字標記——音量不大，回答簡短，大多是「不知道」、「忘記了」、「都很好」，覺得好笑時就會搗嘴竊笑；但只要他一開口唱歌，似乎全身力量瞬間爆發，「感動得讓人淚眼迷濛」的歌聲，深深撼動許多人的耳朵。那嗓音，很難讓人聯想到他身形是如此瘦弱，而且是個才剛跨過青春期的「小夥子」。

從邦喬飛的 CD 開始

雖然蕭敬騰是用歌聲征服大家的耳朵，但他一開始對音樂的喜好並不是唱歌，而是從打鼓開始。因為無意間在家裡發現的一張 CD，當時只知道是邦喬飛，但不了解那是誰，也沒很注意聽，只覺得他的節奏很重，就是那片 CD 讓蕭敬騰「突然想做些什麼」。他跟媽媽幾番要求說要學鼓，才在家附近找到了教爵士鼓的 Ali，踏上學習音樂這條路。

「他很有天分，也很瘋狂，很努力，常常在這裡練到半夜，」Ali 說，他看蕭敬騰就像自己的兒子一樣，所以給了他音樂教室的鑰匙，讓他隨時想練習就能練習。就在我們採訪 Ali 的前一天晚上，蕭敬騰還跑回教室，「玩」到凌晨三、四點才離開。

但蕭敬騰並非一開始就全心投入。Ali 說，他那時才 14 歲，難免叛逆，不懂得尊重老師的要求，學鼓三個月，就離開教室；只是過沒多久，他發現自己真的對音樂很有興趣，又跑回來找 Ali，希望能繼續跟他學鼓。

從那時起，蕭敬騰一頭栽進音樂的世界，只要一有空，就會跑到教室練上五個、八個小時；高中時組了樂團，待在教室的時間更長了。如果到晚餐時間，媽媽還沒看到他，就知道敬騰一定又待在教室玩音樂了。

蕭媽媽回憶蕭敬騰國中時候，因為不愛唸書，常泡網咖或撞球店，爸爸因為擔心他染上壞習慣，交壞朋友，還跑去說要跟他一起打撞球，讓他自覺沒趣，而不再流連撞球店。

所以，當蕭敬騰開始玩團時，蕭爸爸反而高興，他的人生終於找到了一個著力點。「玩團、學樂器至少不是壞事；而且玩音樂是需要投入的，會佔去你大部份的精力，就沒時間亂跑，」蕭爸爸說。

Ali 也說，面對蕭敬騰，他採取隨性的方式，他彈琴，敬騰打鼓，不時鼓勵他，讓他在其中找到成就感，「成就感很重要，能讓叛逆的孩子回頭」。

就這樣，蕭敬騰對音樂的投入愈來愈深，學了鼓還不夠，又學了鋼琴、key board（電子琴）、吉他，看到其他樂團有人在玩薩克斯風，他也跑去跟人家拜師學藝??「會因為學習音樂而要求自己，逼自己愈來愈進步，而在每一次的進步與成長的過程中，我得到很多的成就和滿足，也得到很多的快樂，」這就是蕭敬騰熱愛音樂的理由。

蕭媽媽說，敬騰第一次彈琴給她聽，就彈了一首高難度的邁可森的「大黃蜂」，把她嚇了一跳。後來她才知道，因為家裡沒有鋼琴，敬騰都是在學校的音樂教室偷偷練習，練到自己滿意了，才彈給媽媽聽。

叛逆得徹底

不過爸媽總還是希望兒子能以唸書為重。蕭敬騰也因為畏懼父親的嚴肅，父子間不太談心事，甚少溝通，「常常跟爸爸同坐車上，卻講不到一句話」。不愛唸書但又熱愛音樂的蕭敬騰因此曾跟家人

多次起衝突，還一度從家裡搬出來獨自在外居住，只為了「有自己的空間做自己想做的事」。聽蕭爸爸提到這段故事時，蕭媽媽紅著眼眶說，她那時因為心疼哭了很久。

這樣的衝突反而逼出蕭敬騰執拗、不服輸的個性，也造就今天的蕭敬騰。蕭媽媽透露，不管是學樂器、玩樂團，就連駐唱，敬騰都是偷偷做了一陣子，做到有點成績之後，才敢跟爸媽講。她笑說，一直到敬騰跟二哥一起跟她要求說要買鼓跟吉他時，家中二老才曉得這兩個兒子居然組了個樂團，「小孩子都是需要錢時才會想到父母」。

就連駐唱也是一樣。那時，蕭敬騰每天騎車趕場，晚上很晚回家，卻完全沒給家裡知道。蕭爸爸透露，是一直到有次媽媽生日，蕭敬騰邀請他們去餐廳吃飯，才發現敬騰已經駐唱兩年了。蕭敬騰的歌聲讓爸爸驚訝，還偷偷問蕭媽媽：「敬騰什麼時候去學唱歌的啊？」

現在回想起來，雖然家人擔心，但蕭敬騰的表現也的確證明了他的能力。蕭敬騰不止一次在接受採訪時提到，他了解爸媽的擔心，而他唯一能做的，就是好好做給爸媽看。「這孩子一直到現在都還很叛逆，又好面子，」蕭媽媽說。

在採訪過程中，蕭爸爸、蕭媽媽不止一次形容蕭敬騰人小鬼大，很聰明，會默默觀察，有自己的想法，言語中不自覺流露出對兒子的關愛與信任。

蕭敬騰的爵士鼓老師 Ali 則形容他具有「雙重人格」，在他的身體裡，住著一個成熟的老人，以及一個活潑可愛的小男孩。

15 歲時的蕭敬騰，只是個學鼓資歷僅三個月、老是跟人打架的徬徨少年，為此曾接受校外輔導員輔導。因為輔導員一句「為什麼不把打架的力氣用到音樂上？」讓他終於找到了人生的目標，甚至誇下海口說：「我 21 歲要成名。」

正因為經歷過這樣的「突變」，蕭敬騰希望能以自己為例，所以答應輔導員，在有空的時候幫忙輔導一些青少年，教他們打鼓。那年，蕭敬騰只有 16 歲。這是他做過最勇敢的事。看在 Ali 的眼中，這也是他最成熟的一個舉動，「年紀輕輕就能有這樣的領悟與想法，真的很了不起，」Ali 談起這段故事，不住嘉許。

但蕭敬騰目前畢竟還只是個剛滿 21 歲的孩子。Ali 說，他跟你熟了，玩開了之後，是可以很瘋的。私底下的他則稱自己是「冷笑話第一名」，最經典的要屬「我不是藝人（薏仁），我是紅豆」。

從蕭爸爸秀給我們看的一段蕭敬騰彈鋼琴的影片中，也看到了他活潑的一面。一開始，蕭敬騰還很正經八百、深情款款地彈著鋼琴，到了中後段，彈琴的手勢開始變多，還會不時把頭轉向鏡頭，作怪表情，最後結束時，他更學邁可森耍帥，瀟灑地把手高高舉起，讓在一旁看到這段影片的歌迷們直呼「敬騰真是可愛！」

從零跨出

在許多人眼中，蕭敬騰的音樂之路或許很順利，還未正式出道，就已經累積不小的知名度。而在短短一年內，蕭敬騰不僅與張惠妹合唱了「一眼瞬間」，更在金馬獎頒獎晚會上獨挑大樑，演唱四首電影主題曲。

但他曾表示，他的路程走得沒有想像中順利，「曾經，我有段時間茫然又艱難地摸索，也曾經想要放棄過，但最終我都沒有放手，只是選擇埋頭苦幹。」現在，蕭敬騰即將推出他的個人專輯，「21 歲要成名」的夢想已經幾乎要實現了，他終於要從「零」跨出，有自己的作品。

看父母眼中，是欣慰的。「我不會用『驕傲』來形容現在的心情，只是很欣慰孩子闖出自己的
一片天，」蕭爸爸高興地說。親子間雖然不會說甜言蜜語，但父母以實際行動支持兒子。蕭爸爸在蕭
敬騰的每場演出時都會拿著 V8 在旁拍攝，兩老還為此學習上網，每天一定會瀏覽完所有家族裡的新文
章，並不時在蕭敬騰的家族留言??，蕭敬騰最大的歌迷就是蕭爸爸與蕭媽媽，也是父母對孩子最大的
鼓勵。

不太上網、不太看電視，一個人的時候喜歡有貓的陪伴，對生活簡單的蕭敬騰而言，音樂可以說
是他生命的全部，而他也正用他全部的力氣努力著。《佐賀的超級阿嬤》有句話：「人到死都要懷抱
夢想！即使不能達成也無妨，因為終究是夢嘛！」讓他印象深刻。下一個目標是什麼？蕭敬騰承認，
那離他還太遠，他還沒想過，他只想把握現在，努力做自己喜歡做的事，然後一直做下去。能找到自
己喜歡的事情，並以此為目標開心地努力著，真的很幸運。雖然，往後還有更多嚴苛的考驗等著他，
蕭爸爸也不諱言，演藝圈的競爭激烈，蕭敬騰最令他擔心的時刻就是現在，但他們始終祝福孩子，只
要他開心、平安、健康就好。