



徐偉玲諮商輔導暨校友聯絡中心 <winnie.hsu@dila.edu.tw>

寫給低谷期的自己(探索心世界~好文分享)

1 封郵件

諮輔暨校友中心 <schoolcounseling@dila.edu.tw>

2023年3月29日 上午11:21

收件者: all_students <all_students@dila.edu.tw>, 校內教職員 <all_staff@dila.edu.tw>, all_teacher <all_teacher@dila.edu.tw>, all_alumni <all_alumni@dila.edu.tw>, all_volunteer <all_volunteer@dila.edu.tw>

我知道你最近很累
是那種看不見的身體上精神上的
以及對未來的那種無力感
但·請一定要堅持下去
無人問津也好·技不如人也罷
你要試著安靜下來·去做自己該做的事
而不是讓煩躁焦慮
毀掉你本來就不多的熱情和定力

別貪心·我們不可能什麼都有;
別灰心·我們不可能什麼都沒有

世間萬物皆有其命定的規律·你只管做自己·老天自有安排·當你平靜地把該做的事都做好·生活自會把該給你的東西·在合適的時候一樣一樣都給你·好的人生不慌不忙。

餘生·願我們都能不虧欠別人·不愧對自己·活得心安理得·過得無所畏懼。

【摘自「智慧與人生」臉書文章】