



西加风采 第91期

### 毕业纪念册里的回忆

共同希望语言学院大二学生  
林志彬 Dennis Ciepin  
辅导老师:林德源



今天在家里找文件的时候,不小心翻出来了初中毕业典礼的相册。打开第一页原来是我们班在海滩上的合影,那时候我们笑得很开心,那时候我们对未来充满了憧憬。

接着在第二页,是我和好朋友在海滩的合影。他们脸上的笑容使我想起了我们一起打球时光,一起被老师罚的时候,一起逃课、打游戏、戏弄班中女孩的时光。在第三页是我和一个我暗恋许久的女孩的合照,她也是我的同桌。那时候我很喜欢逗她,每天不是吓她,就是作弄她,戏弄她,她每天都会被我弄得满脸通红。慢慢地我发现我爱上了那个每天被我调戏到满脸通红的女孩,可惜我慢了一步,她先被别的男孩追到了,我只好把我对她的爱意深深埋进了我的心里。

是好学生,值得被他那样对待。他还说他已经老了也没有什么子女,早死晚死都一样,而我可就不一样了,我还小,还有很长的路要走。虽然那事情已经过去十多年之久,我也深深地明白我的班主任从来没怪过我。可我为什么还是难以释怀呢?

当我翻到了最后一页时,在那里我发现了一封以前我写给我自己的信。信上写着:“嗨,未来的我,你好呀。你现在过得怎么样了?是不是越来越幸福了?你现在是不是还在上大学或者已经工作了呀?还是已经结婚了?要是还在上大学,上大学好不好玩儿呀?学习压力大不大呀?有没有交到很多的朋友呀?要是工作了,工作累不累呀?领导对你好不好呀?要是结婚了,那现在你一定很幸福吧?快说说哪个瞎了眼的姑娘会嫁给你。未来的我,对不起,我的问题是不是太多了?总之,我想告诉你的是,无论你现在过得怎么样,每天都要按时吃饭哦,不要经常熬夜,妈妈说熬夜对身体不好。还有,最最最重要的是永远永远幸福,坚强,面带笑容去面对新的每一天。”看完这封信,我的眼泪止不住地流了下来,说实话,我真的非常怀念小时候无忧无虑的生活。



每个人一生中都会经历不同的生活阶段。在这个过程中,必然有欢乐,也有悲伤。最近,我经常听见人们诉说生活的烦恼,这使得他们压力重重,瞻前顾后,总是担心和质疑自己在生活中所做的一切。但是,我相信一定有很多方法可以让我们渐渐地学会享受生活。现在我将与大家分享如何享受生活的一些方法。

首先,我们必须感谢现在所拥有的机会,比如工作和上大学的机会。能够工作和上大学,我感到很幸福。尽管我很累,但我很高兴能在二十岁左右的年纪同时经历工作和上大学的重要阶段。因为对我来说,不是每个人都能得到这样的机会。我为什么这样说呢?因为进入职场并获得一份体面的工作并不是一件容易的事,尤其是在如今经济不算非常好的情况下。再就是并不是每个



小时候的生活就像一个梦。有时候未能实现的愿望对一个还小的孩子来说是一种悲伤。小时候就是因为不能用自己的双手做任何事情,身体太小了,无法在没有父母帮助的情况下独自行走。长大后开始反抗和表现出高傲的态度,让我觉得没有



我们每一个人或许都听过“知足常乐”这四个字,但是我们每一个人有时候不知道生活往往需要知足。因为我们习惯了活在美好的环境。就比如说谈到学习的问题,人们对“成绩”的评价标准不同。有些人以成绩,学习环境等为指标,把成绩看得比什么都重要。

所以你们是否要因为成

### 享受生活的过程

共同希望语言学院大二学生  
周翠芳 Marissa Anastasya  
辅导老师:任德玲



人都能上大学,要么是因为他们没有良好的学习技能,要么是因为经济问题。尽管我有时休息不够,但我很享受工作和学习的每一个过程。同时工作和学习,可以为我们的生活增添经验,也可以教会我们如何管理好自己的时间。

其次,不要吝啬,适当休息。当人们步入成年,忙碌也接踵而至。比如忙于工作的父亲、忙于照顾家庭的母亲、忙于工作和学习的学生等。要知道,忙碌绝对不会结束,所以我们一定要在忙碌的生活中学会爱自己,不把这种忙碌当作生活的负担。那如何让自己休息一下呢?我们不应该吝啬时间,而是给自己适当的休息时间,感觉累了就可以请假休息几天,毫不犹豫。你可以做你喜欢的事儿,去散步,去咖啡店喝咖啡,在家里听听音乐,甚至只是在家里睡觉

也就足够了。当你感觉自己精神又高涨起来的时候,你就可以愉快且顺畅地做任何事情了。

第三,与鼓舞人心的人交朋友。如果你和那些鼓舞人心的人做朋友,他们会对你有帮助,他们会永远支持你,并且在你犯错时坦诚地给出建议。我们还需要和好人做朋友,因为你难过的时候,他们会安慰你,给予你精神的动力。如果你有这样的朋友,我想你一定会更加顺利且愉快地享受生活。

最后,从失败中吸取教训,变得更强大!很多人经历失败后就立马放弃,有的人不想再继续奋斗,有的人甚至会自杀。然而还有一些人,虽然失败了很多次,但仍然能重新站起来,继续努力,直到成功。以前我经常参加比赛但总是失败,可是我相信“失败是成功之母”,所以

一直坚持着。直到有一天,我赢得了一场写作比赛。我当然很高兴,因为这是我第一次赢得比赛。对我来说,这一生中我们要先感受失败,感受生活的辛酸和悲伤,因为如果我们不曾经历这些,我们将永远无法感恩并享受我们奋斗的每一个过程,从而走向成功。我相信失败之后一定会有成功和幸福。

总之,我们要享受生活的过程,不犹豫,左顾右盼,而是坚定自己,做自己喜欢的事。我们要相信“风雨过后一定会有彩虹。”我们应该享受生活的过程,这样我们才能过上幸福的日子。

### 我以为长大很幸福

共同希望语言学院大四学生  
Novi Marsela 洪婷婷  
辅导老师:林德源



人完全爱我。其实父母所做的一切都是出于对我的好意,那时候我是一个不懂得生活的孩子。总是想得到我眼中美好的东西,但却不明白这些物品有否用处。

随着年龄的增长,开始变得更加理解和自私,渴望时间能够快速流逝,心里只想迅速长大成人。但无奈,时间不会因为这个自私的孩子的愿望而变得加快。我每天都希望长大,以便能够自己实现所有的愿望。但当我长大了,却觉得自己是世界上最愚蠢的人。我觉得我从未好好享受过自己的童年时

光。因为只想快速长大成人。现在我已经成年了,却感到后悔了。

我曾经以为成年是一件很有趣的事情,但事实证明我并不了解成年意味着要承担的责任有多重。没有人可以帮助和陪伴我们走向前方,只有鼓励的话语和忠告在耳边响起。甚至为了接受教育,我必须工作赚钱付学费,我必须让已经为我努力奋斗的父母感到幸福。

成年后的生活只会让人疲惫不堪。我希望世界上再也没有另一个我。美好的童年时光只会经历一次。应该

享受那段美好时光,因为在童年,我们不会感受到沉重的负担,甚至不会感到悲伤,可以自由自在度过每一天。如果童年充满了泪水,那只是想要一块糖果的眼泪。以前被父母批评觉得好像我是最可怜的人。现在就明白了什么是长大。这时,挨父母批却觉得是一件很幸福的事,因为这是父母对我们表达爱的方式。谢谢父母一直以来给我最好的生活。

### 知足,才能常乐

共同希望语言学院大三学生  
温晓丽  
辅导老师:温世忠

绩而羡慕别人?其实这个问题很难回答。但以前的我,不瞒大家,我总会跟其他同学相比成绩。让我在漫长的学习过程中常常感到不安,以前的我不能接受别人比我更好,哪怕是稍微好一点。以前的我还是不懂得在人生当中总会有比我们更好的人。这件事我们也控制不了,也避免不了。

我还记得每次小考大考结束后,我都会与同学比分数。多数情况下,我同桌的考试分数都会比我好一点。每次我分数不如他的时候,我都会感到失落,感到辜负了家人,感到自己学习能力

比别人差很远,总会想到我自己怎么这么笨。下课回到家,不想跟任何人说话,从来

没跟他们坦白学校发生过什么,放下书包就干脆进去房间自己哭闹,哭到眼睛变得红红的。我总是在朋友面前不停地抱怨生活的不公平。但我不轻易放弃,还是坚持下去。每天加倍努力、认真学习和复习。但是结果还是一样。终于,同桌发觉了我的心思。于是,他劝我说,何必总与成绩优秀的同学比分数呢,每个人的能力不可一概而论。我若是与成绩差的同学比就会自信一些。我试着听从同桌的劝,按照同

桌的建议自己开导着自己。不知不觉,他的意见也产生了有利影响。我心里想着,虽然我和同桌相比成绩时感到十分不满,但我在班级的排名也不差。与排名靠后的同学相比,我优秀多了呢。这么一想,突然想起,自信满满,身心畅快无比。

后来,我的成绩比以前进步了很多,竟多次超越同桌。同桌教会我知足,愉悦了我疲惫的身心。直到那时,我越来越懂得把“知足者常乐”的理论使用在我们学习的过程中,懂得学习的过程本身就在于获取新知识。最后我终于想通了,知足是最好的选择。过度逼迫自己,总会毁掉我们自己。

所以说,知足者常乐,只要我们懂得珍惜所拥有的一切,我们就能感到快乐,感受到生活的精彩与意义和创造更美好的生活。

### 中文教学路上的点点滴滴

松柏港时代华文补习班:梁柳青



脚冰冷的。起初我真的想拒绝老师给的好机会,我也没想到老师会让我来代课。但老师们不断地告诉我教课的好处,比如可以重复那些忘记的词语,可以学习到更多的知识,锻炼表达能力,让自己更自信等等。想来想去我就只好答应了。在教课过程中,我一直怕会做错事儿,我怕我说错了,说的话不清楚,担心学生会很难理解我说的话。有一回,带学生读生词和课文的时候,因为太紧张,我读得太快,我说话也说得也太快了,学生们好像听不太明

白。我发现他们一个个盯着我,我当时就慌了,幸好那个时候,老师还带着我,老师一直告诉我该怎么做,告诉我课堂的重点,怎么安排时间,怎么和学生有效地沟通。老师也提醒我好几次,要把话说得慢一点,不要紧张等等。老师让我慢慢学,让我学会自己安排练习。

一开始是补习班的何小芬老师带着我。她不在的时候,老师让我做她平时做的,告诉我平时怎么教就怎么教,老师也我自己布置练习。我自己进教室,没有人陪我,所以我要学会自

己面对学生了,而且课堂上的情况也要学着自己解决。温老师会经常到教室来看看,提醒我有哪些细节要注意的,有时还会帮忙管那些不认真的学生。我做了老师平时做的,带学生们读课文,做练习,检查他们的功课等等。我渐渐习惯了,但偶尔还是会非常紧张,我总是担心自己会犯错误。我紧张的另一个原因是因为有学校的同学,我怕他们会看不起我或者不认真上我的课。幸运的是他们不会这个样子,反而在教课过程中,他们挺认真的,

还叫我“老师”。他们真的把我当作他们的老师了,其实我不太舒服,有点儿不好意思,也有点儿尴尬。但是有时候他们也会在班上跟我开个玩笑。这样的话他们能让我的紧张感慢慢消失了。

有一天,老师告诉我,何老师大学那边要开学了,所以她得马上去中国。我当时一听,心里就慌了,不想让她走。如果她走了,谁来陪我教课呢?谁来告诉我该怎么教?谁来鼓励我呢?

何老师去中国后,我开始自己教课了。虽然很不习惯,但是在温老师的指导下,我跟学生的关系处得挺不错的,我跟学生越来越熟悉了,所以那种紧张和害怕的

感觉也越来越少了。过了一段时间,我习惯了,不再感到紧张和害怕而且明白了要怎么做。而且补习班也没有因为何老师离开发生多大改变,温老师还开始带着我们去干嘛何老师以前负责的工作,这样一来我们反而学得更多了。

天天过得挺顺利,但偶尔也会有些学生让心情不好的,但没关系!一切都可以改善,最重要的是知识和更多的感觉也是快乐。现在我不仅知道该怎么教课,也明白了要怎样面对学生,自己安排练习,做好学生考勤,记录成绩了。再回想起来,以前有点傻,原来紧张、害怕是没用的,最重要或最有用的是自信!