



# 生物科技學士學位學程

## 畢業感言

大學四年是目前為止收穫最豐富的一段時間，在這裡我學到不只有專業知識，更重要的是怎麼得到充實的生活。經歷了四年，瞭解了對待自己的態度，對別人應該採取的態度，還有對命運和世事發展應該抱持的態度。

亞里斯多德曾言：「理性的人追求的並非快樂，而是沒有痛苦」從中能夠理解到，所有痛苦的本質是肯定的，但是快樂本質是否定的。如果我們沒有疾病纏身，但是只有一小個地方受傷或痛楚，那我們不會察覺到我們的身體健康，只會把注意力集中在那個受傷的位置。同樣的，就算所有的事情都照著我們的想法進行，只要有件事情不如意，不論他多麼微小，我們總是會不斷在意這件事情，而不會想到那些已經如我們所願發生的事。因此，在經歷不斷反思，才能瞭解到這條規則教導我不要熱切追求生活上的快感和快樂，而是要盡可能躲避那些能夠避免的災禍痛苦。如果要衡量一個人是否幸福，應該問他那些讓他煩惱操心的事，而不是那些讓他愉快的事；如果連微不足道的煩惱都可以察覺到，那就表示已經身處在安逸的情況了。

認識自己的第一步在於真正瞭解到對自己至為重要的東西，並且對排在後者的種種也要心裡有數，才可以確確實實的激勵自己，避開其他岔路。就像旅行者只有在到達目的地之後，才可以回顧自己走過的那些曲折道路，也只有當我們度過生命中特定一段時間，我們才可以把我們做、經歷的事和得到的成果連接起來，包括其中真正的因果關係，或是瞭解他們真正的價值。我們在每一個當下都是做著我們在那一刻認為適當的事情，只有事後的結果才讓我們看清到底發生了什麼事。我們也不應該只是計畫未來，或是過度沈溺在過去的回想，不論將來還是過去，都不是表面看上去那樣重要。我們應該把握此刻，有意識的感受現存的短暫時光，不要因為過去的希望落空就變的鬱鬱寡歡，也不要為了未來過度擔憂。塞內加曾言：「應該把每天都當作一段獨特的生活」我們應該永遠記住今天只有一次，但在我們的想像中，今天又將在明天重現。

在瞭解到幸福是否定而痛苦是肯定的道理後，就能發現所有的節制都可以增加我們的幸福，我們的恐懼、願望和需求，都會隨著我們活動和接觸範圍的增加而擴大。因此，限制我們的活動範圍就可以減少會刺激慾望的可能。從這四年也學到了應該要過深思熟慮的生活，從生活的經驗學習一切有用的教訓，透過不斷的反省，不斷回顧做過的事



# 生物科技學士學位學程

## 畢業感言

情和當時有的感覺跟體驗，並把以前和現在的判斷看法作比較。我們的生活經歷可以被看做一本書的正文，而對這些經歷的認識則是對這個正文做出的解釋。因此在每個晚上，都要詳細反思今日的所作所為。如果只是浪費時間在世俗事物或者感官享受，對發生的事情不做回想，那麼就是對生活缺乏詳盡的思考。

學習獨處也是構成幸福的要件之一，西塞羅曾言：「可以依靠自己，他擁有的東西就是一切他需要屬於他東西的人絕對是幸福的」因為人除了依靠自身以外，沒辦法確實的依靠別人。而在社交當中，一定會要求人們互相遷就和包容，只有當一個人獨處的時候他才能夠完全成為他自己。驅使人們渴求交往的，大多是自己沒辦法忍受孤獨的處境，因為內心的空虛糾纏著，而且精神思想也缺少了可以自己活動的能力，需要透過外在的刺激，或是和同一類人的接觸才可以活動起來。對獨處的偏好也不是與生俱來的，一個對於社交渴望會跟他的年齡成反比，讓年幼的小孩獨自呆著一段時間他就會慌張的哭喊；但是成年人卻可以輕易做到這點。對個人來說，孤獨的傾向會跟他的精神價值相關，我們並不天生需要孤獨，它只是我們生活經驗和對此經驗進行思考以後得到的結果。當然，在越年輕的時候，我們越要在各個方面學習，我們的肉體需要不斷運動，內在的精神生活也需要持續活動，可以透過思考來達成。

人跟人之間在精神或個性方面的差異，會在相互對的對談中非常輕易的發現，就算談論的只是一些表面的事物。因為我們經歷的每一個時刻都是由主體和客體組成，面對一樣的客體時，不同主體就代表所體會到的現實完全不同，反之亦然。我們能夠得到的快樂，取決於本身的精神能力，這也是我們和動物不同僅屬於人類的認知能力。因此，對有優越精神能力的人，最可以全心全意投入到認知活動去，也有著對學習、研究、觀察和實踐等需求。從而，我們不應該把希望寄於身外之物，因為當失去這些東西，我們的快樂也就消失殆盡，把重心放在自身之外，就會讓願望跟念頭不停轉換，只能從外部出發尋找滿足；若將重心放在自身之內，失去了外在事物也能得到安慰。因此，每件客觀事物必定都事先透過主體才可以發揮作用，真正的財富就是主體、內在的豐富。

如果沒有精神上的樂趣，或是說本身沒有受到任何對知識追求或對真理探索這種慾望驅使，對這樣的人來說，快樂就只能是感官上的快樂，而他們生活的目的，就是獲得所有可以幫他們身體上帶來安逸和



# 生物科技學士學位學程

## 畢業感言

舒適的東西。而且因為任何理念性的東西都沒辦法帶給他們快樂，為了逃避無聊，需要不斷獲得現實性的事物。但現實性的東西很快就會窮盡，相較而言，理念性的東西卻是不可窮盡的。這些現象很容易從課堂間專注聽講和使用手機的個人感受區別。在平庸的人當中，他們每一刻都要全方位的接受印象，會注意所有發生在他身邊的事情，連最微弱的聲響和最微不足道的事情都會立刻引起他的注意，就跟動物毫無區別。

然而，每個人都很難看到自身以外的東西。因為每個人只能根據自己的思想智力去明白瞭解他人，如果這個人的素質屬於平庸一類，他會對別人擁有的思想水準一無所覺，高級的思想能力對他而言就如光、影對盲人而言，都是不存在的。他沒辦法看見他人擁有的精神思想。而在無事可做的時候，對許多人而言，他們放棄了思考並用觀看取代。他們會試圖製造噪音，如敲桌，或用其他手段來感覺自己存在，而且基於同樣的理由，會無時無刻注意周圍發生的一舉一動。

我們帶著我們的身體卻不感覺重量，但在移動他人身體時卻感受沈重。同理，自己不會注意到自己身上的缺點惡習，只會觀察到別人的這些東西。從而，我們應該以他人為鏡，從這面鏡上可以見到自己的缺點、惡習並加以改善。但是在多數的情況下，人們表現得像對這面鏡子咆哮的狗，他覺得鏡子裡呈現的只是另一隻狗，殊不知那是他自己。事實上，挑剔別人的缺點其實是改進自己的有效手段，傾向在私底下默默留意觀察別人不良的行為，這樣的人也在改進自己。我們的眼睛設計成往外看，而不能看到眼睛自身，因此，注意和批評別人的缺點是讓我們意識到自己不足一個有效的方法，我們需要一面鏡子來改善自己。

我們一生可以視作一條船的航程，而運氣就扮演風的角色，而我們的努力就是發揮著槳的作用。在我們用盡全力划槳數小時前進了一小段路時，突如其來的風一下子就把我們吹回出發的距離是極有可能的，從而，我們應該盡可能的少任憑運氣擺佈。我們經歷過旅途，是經過一連串的外在事件和我們不斷做出的決定交織而成，這兩個因素共生共榮並相互影響。我們能做的事情就是根據當下的情況做出決定，希望這麼做能夠更讓我們接近目標。就如同下棋一般，我們計畫好了一套走法，但是是否能夠如願實施計畫的卻是由對手，即現實中的運氣，所決定的。



# 生物科技學士學位學程

## 畢業感言

最後，謝謝中興大學的老師和同學們，讓我學到專業知識並理解到要怎麼專注於過更好的生活。相處的時間雖然短暫但卻是可貴的。在這四年中，不斷的重新組合累積的知識，在各個方面進行內在修養和陶冶，讓精神獲得了滿足和充實。並祝福各位能在將來的旅途一帆風順，鵬程萬里。

煜