

2020-08-30 22:09:17

## 「再難過，也終會度過！」高市社教館講唱會



【記者王委玲 / 高雄報導】質感作家吳若權應高雄市立社會教育館熱情邀約，今(30)日蒞臨高雄市立社會教育館主講「再難過，也終會度過！」講座，與在場1100位市民朋友們分享自身的經歷與人生故事！並邀請全方位藝人錦雯擔任特別嘉賓，藉由動聽的歌曲及甜美樂音，讓所有聽眾享受一場優質講座，為高雄市民締造一個有質感的假日生活，而本場同時也是睽違3年後再次舉辦的講唱會。

講座中，吳若權與市民分享其花了三十年才得到的領悟：人生中，必須早點弄懂的三個知道 - 「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知」。他表示，弄懂以上三個知道，在面對許多難過的時刻，或許就能比較容易度過。

擁有療癒師之敏銳溫柔及創作者之細膩善感的吳若權，目前為作家、廣播節目主持人、企管顧問、生涯諮詢師等，更是獲得多張咖啡證照的咖啡師。其豐富閱歷也表現在著作上，時而寫出人生的豁達、時而寫出對於現世的精闢見解，也毫不隱藏對於與人之間的細膩情懷。

活動現場，善於處理細膩善感的吳若權即以「好久不見」這首感性的歌曲開場，迎接許久不見的高雄市民，而熱情的聽眾們也以熱情的掌聲回應！接著吳若權表示徹底解決問題的方法，就是要學會放下煩惱的智慧，隨即從此岸到彼岸，每段人生歲月，才能迎向更寬闊的天空。而時光雖無法倒回，但經驗能幫助我們重新學習。所幸人生的難題似乎很多，而解答的技巧沒有想像中複雜。

演講裡，吳若權特別提及人之所以因在難過裡，在於明明事情雖然過去了，但不肯讓情緒跟著離開，進而變成因獸猶門。而先接納一切，並用對方法因應，所有的難過將變成功課，在完成作業後，轉化為珍貴的生命禮物，成長為自己的人生智慧。

社教館表示，「再難過，也終會度過！」講座演唱俱佳，吳若權獻上最真誠的分享，那些令我們感到難過的人或事，都是此生最珍貴的鍛鍊，唯有認真面對及積極超越，讓生命擁有最獨特的璀璨。活動在聽眾朋友們回以熱烈掌聲下圓滿落幕，期許所有聽眾朋友們面對困境時，能擁有決心且願意學習，並找到方法付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也終會度過。

yahoo! 新聞

搜尋新聞

搜尋網頁

熱搜：美豬牛 高雄失聯少女 宜蘭民宿 半澤直樹女星南遊 阿里山住宿 颱風海神 水冷氣推薦 蘋果股票分割 抽

首頁 政治 論壇 財經 娛樂 運動 社會地方 國際 生活 健康 科技 天氣 影音 文學館 美豬開放

LEGO MARIO 樂高® 超級瑪利歐™ 全系列上市 立即搶購

## 「再難過，也終會度過！」 高市社教館講唱會

台灣好報

台灣好報 | 373 人追蹤

追蹤

王雯玲 / 高雄 2020年8月30日 上午 08:00

留言



【記者王雯玲 / 高雄報導】質感作家吳若權應高雄市立社會教育館熱情邀約，今(30)日蒞臨高雄市立社會教育館主講「再難過，也終會度過！」講座，與在場1100位市民朋友們分享自身的經歷與人生故事！並邀請全方位藝人錦雯擔任特別嘉賓，藉由動聽的歌曲及甜美樂音，讓所有聽眾享受一場優質講座，為高雄市民締造一個有質感的假日生活，而本場同時也是睽違3年後再次舉辦的講唱會。

講座中，吳若權與市民分享其花了三十年才得到的領悟：人生中，必須早點弄懂的三個知道-「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知道」。他表示，弄懂以上三個知道，在面對許多難過的時刻，或許就能比較容易度過。

擁有療癒師之敏銳溫柔及創作者之細膩善感的吳若權，目前為作家、廣播節目主持人、企管顧問、生涯諮詢師等，更是獲得多張咖啡證照的咖啡師。其豐富閱歷也表現在著作上，時而寫出人生的豁達，時而寫出對於現世的精闢見解，也毫不隱藏對於與人之間的細膩情懷。

活動現場，善於處理細膩善感的吳若權即以「好久不見」這首感性的歌曲開場，迎接許久不見的高雄市民，而熱情的聽眾們也以熱情的掌聲回應！接著吳若權表示徹底解決問題的方法，就是要學會放下煩惱的智慧，隨即從此岸到彼岸，每段人生歲月，才能迎向更寬闊的天空。而時光雖無法倒回，但經驗能幫助我們重新學習。所幸人生的難題似乎很多，而解答的技巧沒有想像中複雜。

演講裡，吳若權特別提及人之所以困在難過裡，在於明明事情雖然過去了，但不肯讓情緒跟著離開，進而變成困獸猶鬥。而先接納一切，並用對方法因應，所有的難過將變成功課，在完成作業後，轉化為珍貴的生命禮物，成長為自己的人生智慧。

社教館表示，「再難過，也終會度過！」講座演唱俱佳，吳若權獻上最真誠的分享，那些令我們感到難過的人或事，都是此生最珍貴的鍛鍊，唯有認真面對及積極超越，讓生命擁有最獨特的璀璨。活動在聽眾朋友們回以熱烈掌聲下圓滿落幕，期許所有聽眾朋友們面對困境時，能擁有決心且願意學習，並找到方法付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也終會度過。

愛高雄一萬個理由  
Love Kaohsiung

捷運 文教 美食 旅遊 新聞

HOME

Home » 教育新聞

## 20200830 高雄市立社會教育館 109年8月30日「再難過，也總會度過！」講座 社教館全台唯一場「再難過，也總會度過！」講唱會 吳若權與1100位市民分享人生領悟 優質內容讓聽眾享受假日午後質感時光

Submitted by 神行 on 2020/08/30 - 19:42:11

No Comment

(圖由高雄市立社會教育館提供)



質感作家吳若權應高雄市立社會教育館熱情邀約，於8月30日蒞臨高雄市立社會教育館主講「再難過，也總會度過！」講座，與在場1100位市民朋友們分享自身的經歷與人生故事！並邀請全方位藝人錦雯擔任特別嘉賓，藉由動聽的歌曲及甜美樂音，讓所有聽眾享受一場優質講座，為高雄市民締造一個有質感的假日生活，而本場同時也是睽違3年後再次舉辦的講唱會。

每一顆渴望幸福的心，都可能闕淺，但只要擁有決心、願意學習、找到方法、付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也總會度過。講座中，吳若權與市民分享其花了三十年才得到的領悟：人生中，必須早點弄懂的三個知道-「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知道了」。他表示，弄懂以上三個知道，在面對許多難過的時刻，或許就能比較容易度過。

擁有療癒師之敏銳溫柔及創作者之細膩善感的吳若權，目前為作家、廣播節目主持人、企管顧問、生涯諮詢師等，更是獲得多張咖啡證照的咖啡師。其豐富閱歷也表現在著作上，時而寫出人生的論述、時而寫出對於現世的精闢見解，也毫不隱藏對於與人之間的細膩情懷。博學幽默的獨特風格，深受廣大市民們的熱愛，創作經常榮登各大書店暢銷排行榜，是台灣最具代表性的作家之一。累積講座超過一千四百場，帶給無數人激勵與療癒的力量。109年更以「媒事來啦啦」、「青春好好Young」入圍金鐘獎生活風類節目主持人獎、少年節目獎。

活動現場，善於處理細膩善感的吳若權即以「好久不見」這首感性的歌曲開場，迎接許久不見的高雄市民，而熱情的聽眾們也以熱情的掌聲回應！接著吳若權表示徹底解決問題的方法，就是要學會放下煩惱的智慧，隨即從此岸到彼岸，每段人生歲月，才能迎向更寬闊的天空。而時光雖無法倒回，但經驗能幫助我們重新學習。所幸人生的難題似乎很多，而解答的技巧沒有想像中複雜。

演講裡，吳若權特別提及人之所以因在難過裡，在於明明事情雖然過去了，但不肯讓情緒跟著離開，進而變成困獸鬥鬥。而先接納一切，並用對方法因應，所有的難過將變成功課，在完成作業後，轉化為珍貴的生命禮物，成長為自己的人生智慧。

在活動後端，吳若權表示再難過，也總會度過。青春之所以可貴，在於時光無法倒回。他說人生最後悔的事，就是一直在後悔！為了避免後悔，要想法提早弄懂該知道的事情。生命中的每件事或每個人際關係，都是可以透過預習而熟練的。而生手也能如同老手般處之泰然。

社教館表示，「再難過，也總會度過！」講座演唱俱佳，吳若權獻上最真誠的分享，那些令我們感到難過的人或事，都是此生最珍貴的鍛鍊，唯有認真面對及積極超越，讓生命擁有最獨特的璀璨。活動在聽眾朋友們回以熱烈掌聲下圓滿落幕，期許所有聽眾朋友們面對困境時，能擁有決心且願意學習，並找到方法付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也總會度過。



NEWS ★★★★★

### 質感作家吳若權現身高市社教館 分享生命故事強調再難過都會度過

■ 2020/08/30 高培德 362

質感作家吳若權8月30日現身高市社教館參與媒事來哈啦系列講座，主談「再難過，也終會度過！」，與在場1100名聽眾分享生命故事，他舉例實時30年獲得體悟，強調人生應及早認清「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知道」，即使面對困境，也能從容應對。



吳若權身兼作家、廣播節目主持人、企管顧問、生涯諮詢師等職務，並考取多張咖啡調飲專業證照，著作書寫人生豁達、獨到見解及人際細膩情懷，博學幽默風格深獲讀者青睞，相關出版品經常榮登暢銷排行榜，迄今主持超過1400場講座，傳達正面療癒能量，109年入圍金鐘獎生活風格類節目主持人獎、少年節目獎。

吳若權開場獻唱「好久不見」歡喜迎賓，獲得台觀眾熱情掌聲，吳若權說，學會放下煩惱，才能徹底解決問題，輕鬆遊走每段人生歲月，迎向更開闊天空。



吳若權提到，人會難過，代表情緒沒有隨事件落幕遠離，甚至衍生成為因獸之鬥，他建議嘗試接納一切、正確應對，轉化負面情緒變身珍貴生命禮物，昇華人生智慧。

吳若權強調，「一直在後悔」人生最遺憾的事，提早認清生命每件事及人際關係，透過預習熟能生巧，新手也能處變不驚。圖／社教館提供、文／高培德



## 社教館全台唯一場，「再難過，也終會度過！」講唱會

台灣新生報 | 2k 人追蹤 | 追蹤 | 留言 | LINE | f | 信箱

【記者張秋香、何弘斌/高雄報導】 2020年8月31日 下午 02:42



質感作家吳若權應高雄市立社會教育館熱情邀約，主講「再難過，也終會度過！」講座，與在場一千一百位民眾分享自身的經歷與人生故事！並邀請全方位藝人錦雯擔任特別嘉賓，藉由動聽的歌曲及甜美樂音，讓所有聽眾享受一場優質講座，為高雄市民締造一個有質感的假日生活，而本場同時也是睽違三年後再次舉辦的講唱會。(見圖)

每一顆渴望幸福的心，都可能擱淺，但只要擁有決心、願意學習、找到方法、付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也終會度過；講座中，吳若權分享其花了三十年才得到的領悟：人生中，必須早點弄懂的三個知道-「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知道了」；他表示，弄懂以上三個知道，在面對許多難過的時刻，或許就能比較容易度過。

吳若權特別提及人之所以困在難過裡，在於明明事情雖然過去了，但不肯讓情緒跟著離開，進而變成困獸猶鬥；而先接納一切，並用對方法因應，所有的難過將變成功課，在完成作業後，轉化為珍貴的生命禮物，成長為自己的人生智慧。吳若權指出，再難過，也終會度過；青春之所以可貴，在於時光無法倒回。他說人生最後悔的事，就是一直在後悔！為了避免後悔，要想法提早弄懂該知道的事情。生命中的每件事或每個人際關係，都是可以透過預習而熟練的，而生手也能如同老手般處之泰然。

社教館強調，「再難過，也終會度過！」講座演唱俱佳，吳若權獻上最真誠的分享，那些令我們感到難過的人或事，都是此生最珍貴的鍛鍊，唯有認真面對及積極超越，讓生命擁有最獨特的璀璨。

## 社教館全台唯一場，「再難過，也終會度過！」講唱會

【記者陳秋香、何弘斌/高雄報導】2020/08/31



質感作家吳若權應高雄市立社會教育館熱情邀約，主講「再難過，也終會度過！」講座，與在場一千一百位民眾分享自身的經歷與人生故事！並邀請全方位藝人錦雯擔任特別嘉賓，藉由動聽的歌曲及甜美樂音，讓所有聽眾享受一場優質講座，為高雄市民締造一個有質感的假日生活，而本場同時也是睽違三年後再次舉辦的講唱會。(見圖)

每一顆渴望幸福的心，都可能擱淺，但只要擁有決心、願意學習、找到方法、付諸實踐，不僅「知道」，而且「做到」，所有再難過的時刻，最後也終會度過；講座中，吳若權分享其花了三十年才得到的領悟：人生中，必須早點弄懂的三個知道-「千金難買早知道」、「明明知道，卻沒做到」、「以為你都知道」；他表示，弄懂以上三個知道，在面對許多難過的時刻，或許就能比較容易度過。

吳若權特別提及人之所以困在難過裡，在於明明事情雖然過去了，但不肯讓情緒跟著離開，進而變成困獸猶鬥；而先接納一切，並用對方法因應，所有的難過將變成功課，在完成作業後，轉化為珍貴的生命禮物，成長為自己的人生智慧。吳若權指出，再難過，也終會度過；青春之所以可貴，在於時光無法倒回。他說人生最後悔的事，就是一直在後悔！為了避免後悔，要想辦法提早弄懂該知道的事情。生命中的每件事或每個人際關係，都是可以透過預習而熟練的。而生手也能如同老手般處之泰然。

社教館強調，「再難過，也終會度過！」講座演唱俱佳，吳若權獻上最真誠的分享，那些令我們感到難過的人或事，都是此生最珍貴的鍛鍊，唯有認真面對及積極超越，讓生命擁有最獨特的璀璨。

# 「再難過，也終會度過！」 剪影

活動日期：109.08.30

📷照片說明：吳若權老師&錦雯老師精采演說



📷照片說明：吳若權老師&錦雯老師精采演說

