

從前從前自傳書介紹



從前從前自傳書

《從前從前自傳書》是台灣第一本自傳工具書，是為生命留下寶貴紀錄的絕佳方式，只要填寫回答200個引導式問題就能完成個人自傳。不是只有偉人需要自傳，你的珍貴記憶、想紀錄的生命故事，透過撰寫《從前從前自傳書》，都會成為自己和至親好友最棒的禮物。

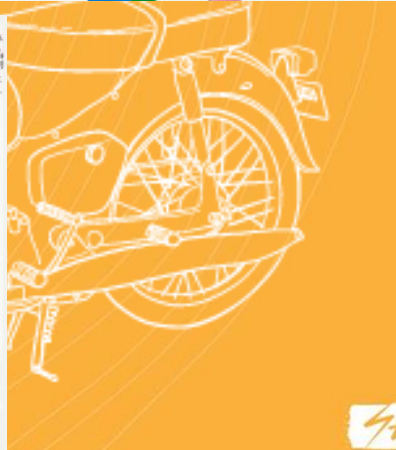
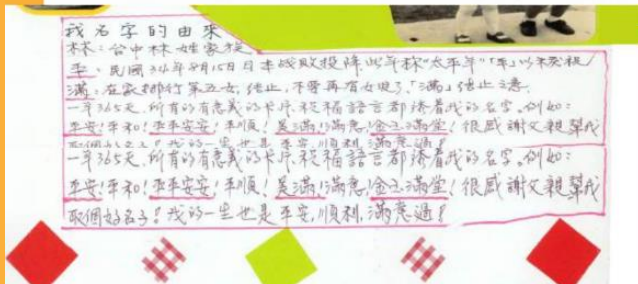
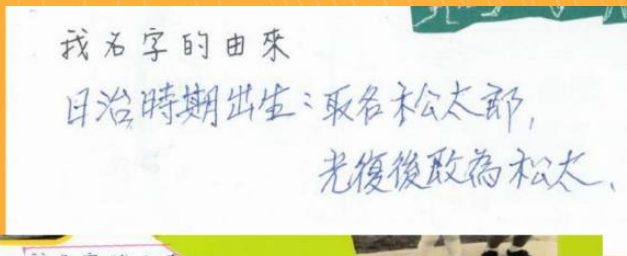
誰適合書寫《從前從前自傳書》

- 想留給孩子寶貴的人生經驗，但不想被嫌太囉嗦
- 人生經歷豐富，不記錄下來超可惜
- 想更了解你最親愛的家人，卻不知道從何開始
- 其實想陪爸爸媽媽/爺爺奶奶好好說話，只是找話題很困難

多年前引進荷蘭從前從前自傳書，因為這本書我們聽到太多好故事，也讓更多子女有機會重新認識父母，更讓許多長輩梳理人生沉澱回憶，

全台第一個互動式自傳工具書課程

如果你有不想忘記的回憶，也有想紀錄的生命故事，只要跟著課程指導，完成書中的問題，就能珍藏每個珍貴的人生片刻！透過書寫，重新整理自己的生命經驗，也是與至親長輩溝通、了解與和好的美好過程。課堂中將採用對話引導的方式，將劇場藝術、自傳體文學及視覺藝術的觀點再造所喚起的記憶化作文字，共想對話，經驗交流激發回憶，為自己立傳。



過去的作品集錦

if

如果
可以為
自己命名
我要給自己
取的名字
是：

沒有，我沒有想過自己取名。
因為我很喜愛父母給我的名字。
朱奇奇——奇觀世界和奇
樂無窮樂事。

謝謝老師，謝謝您命名我以奇觀世界奇樂無窮
奇奇，我這一生和您，我們是多麼好！

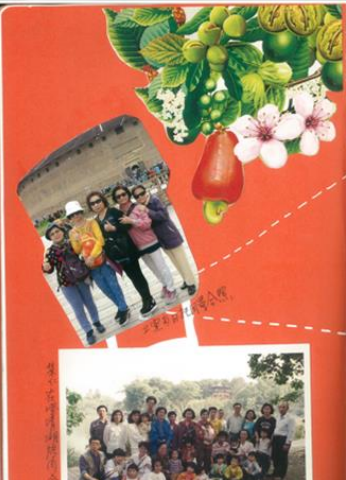


心結開自己這兒就是平安安
1984.10.18

我可以這樣描述我和孩子的關係。
應該是親的，在兒子的成長過程中，我是
很善心的陪伴與關心。小時候他們下課
回家都喜歡向我報告在學校的點點滴
滴，靜靜聽完也很開心。現在一個兒子都
已成家立室，也學著獨立與我們相處，我非
常欣慰。
我和孩子的美好時光
兒子的成長階段，我記得是他由幼稚園
開始，小學時帶着他們學習各種才藝，功一
專而精，日趨上進，講笑話，玩，講笑話，講
話長的各個單單樂樂，我都有參與，也
他們的樂此不疲。

我可以這樣描述我和父母的關係。
我是老大，父母對我的期望也較高，我
和父母的關係也較深。我大學畢業，工作一
直往我家裡，結婚後才離開家，生子後，又搬
到，時常回去，媽媽幫我做飯，爸爸幫
我帶小孩，心細心，把兒子帶得非常好，我才安心
上班，所以爸爸，媽媽的恩德，如山高，比
水深。

父母親教養我。
已銘記不能忘記於人
一、一念起，一塵不起。
一、有仁愛的心，便能心寬向德義的道路。
一、有仁愛的人，以禮心，敬重，正直，預示，世
間的禮貌與倫理。溫柔善良的性情。
一、有仁愛的心，和善與群的行為，皆
出自仁愛。善仁愛的人，才有仁愛而不再嫉妒。
一、身教於言教。
一、昨天是夢，明天是遠夢，只有今天才是最真實的人生。
所以活在當下，珍惜每一個今天。
我可以這樣描述我和 媽媽的關係
媽媽小教養我們學英文學藝，所以
我們三個兄弟姐妹在媽媽「慈」





透過創作自傳 回顧了家族歷史
發現自己是生長在非常有愛的家庭
藉由課程 挖掘埋藏已久的回憶
是非常值得寫的一本書

很感謝做了這本書
我發現我是個可愛的人
也是被人疼愛的人



聽聽壯世代



透過創作的過程回想反省、療癒放下，
讓人生健康地走下去



創作這本書是一段非常值得的過程，
刻骨銘心的寫過，
老了就用這本回首人生

他們怎麼說？

過去的作品集錦

我可以這樣描述我和孩子的關係



我和孩子的美好時光



我可以這樣描述我和父母的關係

義父



每個月供給她生活費
面談我
及送終
(她只有同居人及3個小孩)

父母親教導我

客誠懇 熱忱待人
不說謊話，平易近人
善良。

我可以這樣描述我和兄弟姊妹的關係




生母

生母即前香港70年代
的人到美國與合小島地
教書(但有人因有事缺席)


我可以這樣描述我和孩子的關係

孩子是我心中的寶貝，他們的存也是我內心的寶！
他們教會我們如何去愛。




我和孩子的美好時光

我一生百感交集童年一半一次從沒有過的童年。
第一次自己帶孩子，雖然他們長大也在思念他們的童年。
第二次在台北過年期間，也在多倫多過年期間。




我可以這樣描述我和父母的關係

父母親教導我如何的社會，我們五個就讀於及就讀轉校。





父母親教導我

隨處一顆善良的愛心！
善心既善既善人！



我可以這樣描述我和兄弟姊妹的關係

我們從小就與多父母到陸軍中，而陸軍中則，也當然就讀中校。
小的時候可以說，公債，雖然有些理性。

寶來



20歲



36 42 58 75歲



黃山 木柵







美好
時光




母親教我






「我常想起往事，
我想把我努力長大的
過程寫下來。」

*16 MARCH 2022



*16 MARCH 2022

「一生雖然平凡，
但回首過去的歲月，
還是有很多值得
回味的往事，無論是
快樂、悲傷、還是遺憾。」

「若能記錄下來，
也算是對自己做個告白，
療癒自己。」



「能完整地追憶記錄是
美事一樁，理應把握，
努力地留下蛛絲馬跡。」



*16 MARCH 2022

「我的一生像一列火車，
有許多的故事，
所以想記錄下
自己的自傳故事。」



「...為了讓子子孫孫
能認識祖先，
所以我也想將
我精彩的人生
留給後代子孫...」

「重拾兒時的歡樂
和人生的酸甜苦辣，
使人生重新啟航。」



「細數荒沙中值得
撿拾的片斷碎石，
也許... 也許...
可以拼出一幅貼畫，
留給夕陽窗櫺邊
的自己，細細品味」

*16 MARCH 2022

