

一年前和指導老師雅文聊到，我只要好好生活，就能做好想做的事——但好好生活對我而言從不容易。

近一年，我逐漸長出能好好生活的力量。

一方面，開始音樂創作，使我能以其他方式觀看及詮釋自身痛苦；另一方面，雅文及諮商師的支持，使我能有安全感地面對權威。

因為如此，我才能更自在地做研究——更重要的是，不倚賴標籤或外在評價，也能自我肯認的自己，真的比較開心。

藉此機會，由衷謝謝老師。

宗欣