

高英高級工商職業學校 100 學年度第 2 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	餐管 1-5	學生姓名	劉瓊心		
研讀書名	做自己與別人生命中的天使	書籍作者	嚴長壽		
出版單位	寶瓶文化事業有限公司	出版年月	2008 年 05 月 15 日	版次	初版
班級導師	王千銘老師	國文老師	王千銘老師		

心 得 報 告 內 容

一、相關書訊：

這本書，是以說故事的方式，告訴讀者，引領讀者在這多元化的社會，找出、並活出自己的價值。無論從事哪個行業，光有能力還不夠，光是夢想也沒有用。有沒有全心全意投入的熱忱，才是工作成敗最重要的關鍵。這本書的內容分為兩部：第一部是說在人才濟濟的社會中，了解自己的專長，尋找優勢，發掘自己的潛能，只要慢慢訓練，假以時日，必定可以派上用場用最大的熱忱對待周遭的每一樣事物，無論遭遇任何挫折或失敗，都不能輕言放棄，用熾熱的心，照耀自己也照耀別人，讓生命燃出最燦爛的光采。第二部則是在了解自己的存在的意義後，秉持著幫助他人的精神，拯救社會上許許多多遭遇困境或是在社會黑暗的角落中，需要別人拉他們一把的人，多一點付出、多一點關懷，只要伸出善意的，就能讓他們了解世界的美好。

二、內容摘錄：

仰賴大環境自然的改變，是不可能培育出有思考力的下一代。我們要做的是自我的訓練，培養觀察與分析能力，讓你不管面對任何的議題與事物，都能夠具有深度的思考，也才能掌握事情真正關鍵的核心。(p. 53)

這就是熱忱啊。而那些細微的報怨，都悄悄的暴露了你內心底層對工作的熱情與否。無論你是藝術家或從事服務業，也無論你是科學家或是園丁，如果沒有以熱忱的心投入其間，夢想的花朵絕不會在現實中綻開。(P. 105)

好比今天你學會了一身好泳技，可是你只敢再泳池裡面游，你不敢游向大海去，因為你怕風浪，那麼你將永遠無法體會徜徉在大海中的風光。(p. 169)

涓涓滴滴，如人飲水，只有你自己靜下心來時最知道。(p. 224)

你的出發點，會決定它的價值。(p. 164)

心態不能改變，生命就是一灘死水。(p. 168)

三、我的觀點：

看完這本書之後，我的心裡只能用感慨萬千來形容，雖然平日會看一些課外書籍，但，看這一類的書籍，到還是第一次。其實之所以會接觸到這本書，是因為作業的關係，但我沒有很感興趣，因為作者身為亞都飯店總裁，想必這本書定會稍稍的枯燥乏味吧，但並不是，這本書的一字一句，緊扣著心弦；每句話都講入心坎。一開頭的「序」，就帶給我很大的震撼，場景是在南藝大的畢業典禮，嚴長壽先生受邀上台演講，他所說的，並不是滿滿的祝福，而是給在場的畢業生，敲了一記警鐘。不論是誰，畢業後離開了學校，十之八九必定是出社會，找尋工作，只有10-20%的人，會選擇繼續研究學術；但，研讀結束後，依舊得出社會。就業的考驗，常會讓許多人遭受一連串的打擊，但，回過頭看看，你過去所學，其實並不只是用來就業、用來謀生的工具而已，的確如此。進一步的看了序和目錄後，我卻像著魔似的想更進一步的閱讀這本書。

這本書，作者分享了很多自己的見聞，也穿插著一些小故事，並且很巧妙提出看法引導讀者省思，書中提到了一個很大的重點，也是我們常常忽略掉的一個重點，那就是我們都忘了問問自己，自己想要的是什麼？想做的是什麼？在現今無國界的競爭，人人都忘了最初的自我，只是時代改造出的無頭蒼蠅，一味的四處尋找，根本不知道自己該去的，是何方。現在，我們該看清楚自己的優勢，放大心中的視野，找出自己的價值，突破性格的侷限。瞭解自己還不夠，還要有深度的思考，學習如何觀察、分析、判斷，這才能應對瞬息萬變的社會，面臨新資訊也能夠擁有新的判斷力。當你面對人生中的挫折，每個人都該問問自己，「你曾經鬥志昂揚為了什麼？」、「你曾經為了什麼這麼做？」，每個人都曾是璞玉，也只有自己，能夠給予自己多少價值；你可以是人人爭奪的鑽石，也可以是路邊隨便一塊小石子，這一切，只有自己本身能訂定標準。

有句俗話說「人不如意，十之八九」，所以，懂得「自療」也很重要，書中有證嚴法師說過的一句話：當我們碰到問題的時候，要「面對它，接受它，處理它，放下它」（於書中 p. 119），我們常常因為，不敢面對、不敢接受，所以常常被小小的問題侷限住，「恐懼往往是事情還未發生時，人們心中想像出來的，它大過於事情真正發生時所帶來的恐懼」（於書中 p. 112），問題總是肆無忌憚的煩惱著我們，但其實總是我們自己想的太誇大其辭，因為我們總是不想、不敢面對，所以總會讓小小的問題，衍生為更大的問題。其實，不妨往另一個方向想，不要再畏懼，所有的問題，將會迎刃而解。學習做個平凡的人，過個不平凡的人生，『禪的故事』有一篇關於誠拙禪師的故事：有位富人捐獻了五百兩黃金，要為誠拙禪師建一座較寬敞的講堂，誠拙禪師並不太在意，只簡單的說一句「好吧，我接受」，但富人卻對禪師的態度不太滿意，自己捐了五百兩的黃金，卻沒有一句謝謝！

於是富人暗示禪師袋子裝的可是五百兩黃金，誠拙禪師於是問到「你是否因此要我向你致謝？」「你是應該感謝」富人回答，誠拙說「我為什麼應該感謝？」「施主才應該感謝！」，沒錯，俗話說：「施比受更有福」，有很多的機會，可以替自己增加很多的福分，而你那無私的愛，「感同身受」的慈悲心，你會有許許多出乎意外的回禮，你只是輕輕把一顆星放在夜空中，這根本不是什麼了不起的事，卻得到了整片星空，這是一種人與人間的微秒的互動，人人都可以是自己與別人生命中的天使！

四、討論議題：

在這個無國界競爭的社會，世界就像一個村落，無論是任何人才都有，那麼身為新新的社會人，又該如何發現，並加以利用自己的價值呢？

施比受更有福，在現在的生活中，總有很多的機會能夠幫助他人，那你能做哪些事情，幫助大眾呢？