

# 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	資處 2-1	學生姓名	陳姘名		
研讀書名	不曾心碎，就不知什麼是幸福。	書籍作者	黃桐		
出版單位	人本自然文化事業有限公司	出版年月	2011 年 10 月 01 日	版次	第一版
班級導師	黃英宗老師	國文老師	王千銘老師		

### 心 得 報 告 內 容

#### 一、相關書訊：

瓶頸跟挫折的出現，不是什麼世界末日，它只是一個巨大的轉捩點，讓你好好的去反省，給自己一個機會去學著長大。也許，有時後失去，並不是表面上看起來那樣，它讓你繞個彎，總要吃過苦在來嚐甜甜的滋味，因為這樣才不會忘記苦的感覺。

很多時候，我們為了願望成真那一刻的快樂，即使現在再怎麼苦在怎麼難過，所有的付出都是值得的，歷經過那些人生低潮，反而更能清楚了解到自己要的是什麼。上帝替你關了一扇門，必定為你開啟另一扇窗。

#### 二、內容摘錄：

親情不講理由，沒有條件，是一種最純粹、最無私的愛。(p. 42)

只要，我們所愛的人還在；只要，我們自己還能夠呼吸，就已經是老天賜予的莫大幸福。其他的，又有什麼好計較的呢？(p. 69)

如果怨懟與仇恨可以改變曾經的傷害，那麼就盡量地怨、儘管地恨吧。只可惜，緊抓著過去不放，卻不可能改寫自己的「昨天」，只會親手摧毀了自己的「今天」與「明天」。(p. 142)

一個故事的結尾，也許讓你憤恨，也許讓你傷痛欲絕。我們可以選擇背負著這些情緒，待在原地哭泣，卻也可以選擇將它們拋諸腦後，大步向前走——別忘了，一個故事結束，才有可能開始。(p. 158)

#### 三、我的觀點：

時間在走，任何人事物都在變，我們不停的追求，不停的找尋，只為了填滿心中未填滿的

那一塊。在我們人生中這條漫長的道路上佈滿了障礙，在經營我們自己的人生過程中，總要嚐過幾次的酸甜苦辣才能知道幸福與快樂其實唾手可得，只在於我們要不要去面對去找尋而已。

每個人都會面臨挫折，又或許每個人的心裡都有幾個大大小小的傷口，聰明的人會拿快樂掩蓋那些傷痕；愛駐足停留的人總是會舔舐自己的傷口，可憐自己，有事沒事就愛拿過去來當口頭禪讓自己淚流滿面，這樣又怎麼可能會痊癒呢？只是增加傷口潰爛的速度罷了。也許傷口好了之後會留下痕跡會有疤，不過也許那些痕跡可以用來警惕自己，而能不再犯下同樣的過錯，不再重蹈覆轍。所以不要再拿過去的傷痛來折磨自己了，過去就讓它過去，何必因此丟了自我呢？我們還是要為了明天而活，別讓全部的快樂跟著死去的回憶一起陪葬。我們都要當個真正的自己，不要為了別人改變自己，更不要因為別人而放棄自己。

人與人相處無論什麼關係，友情也好、親情愛情也好，人跟人相處都是互相的，每個人心裡面都有一把放大鏡，我們是要用放大鏡去看看別人的優點，還是用放大鏡去挑出他們的缺點，決定權都在於自己，只是，每一個人都不可能是一百分，就如同自己也不可以百分之百完美一樣。別人有的優點，我們沒有的話可以檢討、可以學習；別人的缺點，我們沒有的話可以警惕、可以預防。當別人批評自己，我們仍然可以虛心領教，就因為自己哪裡不好別人才會批評，這樣我們才可以改善並悔改。但我們最常見的就是自以為可以摸透別人的心，而胡亂的將罪名亂栽贓在某些人身上，要了解別人之前，最重要的，還是要先了解自己。

快樂的人容易有良好的人際關係，因為他們喜歡將自己快樂的狀態表現出來，散播快樂給大家，與大家分享著他的喜悅他的笑聲，對於自己的生活具有信心而將每一天活的有意義，常常與樂觀的人相處，就會變成一個隨時都能保持微笑的人，有時候，連一個微笑也具有威力強大的傳染力呢！快樂是一種「選擇」，經常「想像」著快樂，就會讓你真的快樂起來。

請停止抱怨吧！別再怨天怨地怨別人了，既然覺得你的人生不完美那就要付諸行動，改變你的人生都要靠你的努力讓你的世界不再烏煙瘴氣，誰都沒辦法幫你的忙，就如同別人無法幫你過完你的人生。丟掉那些不該有的習慣與讓自己滿是傷痕的過去，快樂，其實很簡單！我們要相信自己，只需要一點點的改變，我們就會成為自己想成為的那種角色。放了自己與回憶，才會在人生旅途中看見更美麗、更清晰的風景，而當我們鼓起勇氣，穿越新的出口繼續前進，必將更接近幸福的目的地。

#### 四、討論議題：

我們要怎麼拒絕現實的誘惑？我們都希望有個色彩斑斕的彩色人生，要怎麼實現怎麼去做才會擁有？