

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 3-3	學生姓名	柯宇燕		
研讀書名	逆風，更要勇敢飛翔	書籍作者	余秀芷		
出版單位	春光初版	出版年月	2007 年 05 月 31 日	版次	初版
班級導師	林玉婷老師	國文老師	李宜瑾老師		

心 得 報 告 內 容

一、相關書訊：

輪椅天使—秀芷因不明病因，突然雙腳再也無法行動，從一開始無法接受，在這過程中從怨天尤人、緊閉心門，到迎向陽光、堅持要看見 20% 希望，嘗試著各種可能努力不懈，如今他靠著不同方式，或演講，或寫書，或上節目，或發行電子報，遠比生病前去過更多地方，接觸更多人，腳不自由，心卻比生病前自由一百倍，人生之路因而更開闊、更精采。

二、內容摘錄：

如果你沒有花心思去感受，那麼風景再美，也只是過眼雲煙。(p. 48)

沒有達不成的目標。只要每一步走的踏實穩定，縱使緩慢了些，總會達成的。(p. 51)

無論辛苦或悲傷，至少陽光依舊存在，累的時候，只要抬頭望，即使烏雲密佈，也會感受到溫暖。(p. 58)

沒有嘗試過的事情，永遠不知道結果會如何。所以不要預設立場，自己嚇自己。(p. 87)

「機會，就像等著看法國環島單車賽，等很久，卻在瞬間消失於眼前。」所以，與其等下一次，不如「現在」把握機會就做。(p. 103)

生命中的無常，其實是給我們機會反省。(p. 121)

三、我的觀點：

從中我學習到，即使遇到困難也要努力不懈的把問題找出來去解決它，不要對自己輕言

放棄。而余秀芷這位輪椅天使，就是我們可以學習的對象之一。

她在 1998 年生了一場怪病，找不出原因，卻再也不能行走打擊下，雖然一度封閉了自己，但是最後他終於走出來勇敢面對這個事實，不再悲傷過日子。如果是我突然生了這種不知道原因的病，我可能會崩潰吧！也不可能像他一樣積極勇敢過生活。說真的，有點羨慕她，因為她過的很開心、很充實，雖然我們有個健全的身體，但卻總是在抱怨中度過日子，嫌這不好嫌那不好的，但現在看了這本書，對人生也有點改觀了，要珍惜接下來的日子，未來是個未知數，沒人知道下一秒會發生什麼事情，會不會有明天，我很欣賞他把握每一分每一秒的時刻。

雖然不能行走的她，應該很嚮往再像以前一樣能走、能跳、能跑，但是她現在擁有了一樣大家都不會的，就是一飛，她忽然想到窗外看到不知名的鳥兒，牠優雅飛行的姿態。再反觀自己有缺陷的身體，換個角度、換個方向告訴自己，既然「不能行走，那就飛。」吧！這種積極的態度真的很值得去學習，很多事情只要我們換個角度想一想，就會有意想不到的結果發生，或許在未來的某一天，余秀芷就能不再依靠輪椅，而能靠著自己的雙腳行走了。

雖然她身體有缺陷，但是勇敢面對，這點是可取也值得學習。所以我們要好好珍惜自己的身體，有很多弱勢團體他們也是從一開始消極變積極，也是需要親朋好友的鼓勵和自己的努力，才有現在的自己，所以在路上或者是電視上看到弱勢團體，不該同情她們，更不應該去歧視他們、嘲笑他們，而是給他們鼓勵，因為他們都跟我們一樣，沒有什麼差別，只是他們需要我們的幫助與加油，才會對自己更有信心，也相信自己做得到。作者在自己生病之後，父親也在幾年後過世了，兩種悲傷加注在身上，很痛苦，可是她並沒有倒下，反而更努力的活著，雖然看著父親留下的車會想到他，但是嘴角是上揚的。

我們有個健全的家庭和身體，就該好好把握住，不該讓自己留下遺憾，想想那些想行動自如，卻沒辦法，一般人走路很輕鬆，可是她呢？連走路都很困難，我們覺得是小事情，可是卻對她來說是一件及困難以及難辦到的事情，我們不該貪心，應該要懂得知足了。所以我們要迎向陽光、迎向未知的未來、勇敢的面對一切，不管遇到挫折、困難，跌倒了拍一拍勇敢的站起來，開心的往前走，雖然很多事情改變不瞭，但是絕不回頭，直直的往前衝，每天充實的過日子、開心的過日子，陰天了遲早也會雨過天晴的。

四、討論議題：

現在的人抗壓性很低，一點小挫折、小困難、小事情，就很容易有輕生的念頭，所以我們要向余秀芷學習，當然不只可以向他學習，還有很多人，例如：誤觸高壓電而失去手腳的謝昆山、口足畫家吳恩典，等等的人他們也是經過很多努力，說沒有遇過挫折和瓶頸是騙人的，但是他們撐過來了，而現在他們活的很充實很精采，是個值得大家學習的對象。