高英高級工商職業學校101學年度第1學期班級讀書會

閱讀心得報告

班　　級	汽車2-4	學生姓名	簡志隆		
研讀書名	重新看見自己	書籍作者	吳淡如		
出版單位	方智	出版年月	2000年07月25日	版次	初版
班級導師	戴良運老師	國文老師	楊勝宗老師		

心　得　報　告　內　容

一、圖書作者與內容簡介：

我們在生活中，總會聽見別人對自己的評斷，以及一些流言蜚語；我們無法封住別人的嘴巴，要求他不準說，我們沒有任何的權力阻止他，但是換個角度想我們反而要感謝他，因為它的流言蜚語讓我可以知道說自己還有哪裡沒有做好，要是做好的話就不用怕任何人的風言風語，學習換個角度想會有不一樣的結果。

二、內容摘錄：

有時候該靜下心來想問問自己 :『我有必要那麼在意別人對我的想法嗎？』有時候可以站在別人的角度想想 :『為什麼他會這麼想呢？會不會他在過去遭遇到同樣的事情呢？』所以他才對這件事的看法有所不同，所有人的意見聽一聽就好，並且把它輕巧的放在心裡面，需要的時候拿他出來當做參考是伊健不錯的選擇與方法。

通常缺乏自信的人，會容易的憎恨別人，其實看看自己身旁四周，這個世界是很光鮮亮麗的，就如同第二段所提到的你真心喜歡這世界，外在的世界必然會喜歡你，尤其你若去憎恨別人時，也就等於是再折磨自己，那人生這說長不長說短不短的道路上何必的搞得自己那麼的不愉快呢？

三、我的觀點：

從一開始的出生，我們就和自己相處著，學習著如何認識自己、發現自己，但我心中總有一個問號問著自己真的了解自己嗎？在人生這一條路上總是有許許多的問題在迷惑著自己例如有從古至今的傳統、一生下來的習慣、深根蒂固的人性令人又愛又恨的愛情等等・・・總總的原因都會使我們看不見自己的心。

我們每個人的心就像是一口水井、水井底下總是會有著青苔，會有青苔是因為當陽光無

法照射到的地方就有青苔，有些人就是在陽光無法照射到的地方下成長，但是總是有機會了解到承認自己的問題，就等於看清自己的一半，那剩下的另外一半就必須交給行動力了，如果你是真心的喜歡你所在的世界裡，那麼外在的世界必然會喜歡你，但是你打從心底就不喜歡這世界，那很快的外在世界也會討厭你

做任何事情首要的條件就是自信心，如果沒有自信心做任何事都無勝任的，只會覺得我這麼做對嗎？好嗎？回想國中時候看過一本吳淡如的書，有一句我覺得說的很對，我們在生活中，總會聽見別人對自己的評斷，以及一些流言蜚語；我們無法封住別人的嘴巴，要求他不準說，我們沒有任何的權力阻止他，但是換個角度想我們反而要感謝他，因為它的流言蜚語讓我可以知道說自己還有哪裡沒有做好，要是做好的話就不用怕任何人的風言風語，學習換個角度想會有不一樣的結果。

有時候該靜下心來想問問自己 :『我有必要那麼在意別人對我的想法嗎？』有時候可以站在別人的角度想想 :『為什麼他會這麼想呢？會不會他在過去遭遇到同樣的事情呢？』所以他才對這件事的看法有所不同，所有人的意見聽一聽就好，並且把它輕巧的放在心裡面，需要的時候拿他出來當做參考是伊健不錯的選擇與方法。

通常缺乏自信的人，會容易的憎恨別人，其實看看自己身旁四周，這個世界是很光鮮亮麗的，就如同第二段所提到的你真心喜歡這世界，外在的世界必然會喜歡你，尤其你若去憎恨別人時，也就等於是再折磨自己，那人生這說長不長說短不短的道路上何必的搞得自己那麼的不愉快呢？

有一句從古至今的俗語 :「謠言止於智者。」只要你做的是對得起自己也對的起別人，那何必理會流言蜚語，不可仍討好每個人，但總是要盡心盡力去做，只要自己有盡力之後，就不用多做解釋了。

這一本書給我最大的啟發就是給予自己是當的自信心，讓我可以更自在快樂的活下去，但是要提醒自己適可而止就好了，有了足夠的自信心，就不必憎恨別人了，為了自己人生偉大的道路開起一扇窗。

四、討論議題：

如果沒有自信心的話，是不是一切都從原本的可能變成不可能？