

高英高級工商職業學校 101 學年度第 1 學期三年級閱讀活動心得報告

班 級	廣設 3-2	學生姓名	林雅菁		
研讀書名	來自大海的禮物	書籍作者	林白夫人		
出版單位	遠流出版公司	出版年月	2012 年 01 月 01 日	版次	初版
班級導師	孫佩辰	國文老師	王千銘		

心 得 報 告 內 容

「簡單」兩字聽來容易，做起來卻很難，當我們面臨不快樂時，必定想找個方式讓自己平靜，能夠讓心靈沉澱的方法很多，卻老是礙於現在沒有時間、沒機會等推辭，被自己拒於快樂門外。

作者林白夫人，只是離開家半日，漫步在海邊，卻在大海中找到了勇氣、繼續下去的動力，甚至，在撿拾貝殼中頓悟了很多道理。其中，最令人難以學會的課題正是一放下，在一輩子的生活中，必定有人留下或離開，即便有在多的不捨，沒法逃只有「學習」，因為放不下，把自己的心靈封鎖，這樣不斷的讓自己陷入逆境中，只是把自己推向更不快的框架裡。

要是處在一個不快樂的框架中，久了，心也會病，這時該是出去走走的時候了，假使心情不見好轉，便是開始學習的機會，可以嘗試一個人旅行；一個人吃飯；一個人逛街；一個人……，一個人可以做很多事，在一個人享受的過程中，也許可以找到自我；也許找到問題的解決辦法，這是多麼美好的一件事！但我們卻缺乏行動的勇氣，總是給自己藉口搪塞。

大道理是亙古不變的，但能真的悟道的人並不多，的確，要學習生活帶來的種種考驗是很需要身旁的人支持與一股衝勁，但我們卻又不敢奢求。

在學習的過程中，一定會遇到什麼挫折，意志一但動搖了，就很難堅持理想，因為這樣，我們迷失了自我，總是不知所措的，擔心下一步的去向是對是錯。面對試驗的時候，試著不要找理由逃避，因為在過程中得到的遠遠比自己想的還要多！生活也更加愉悅，不要躊躇不定了，現在就尋找心的寶藏出發吧，去發掘心中未知的桃花源。