

高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	餐管 2~5	學生姓名	劉頡忻		
研讀書名	第十二個天使	書籍作者	奧格·曼迪諾		
出版單位	高寶出版	出版年月	2009 年 01 月 01 日	版次	初版
班級導師	林慧琪老師	國文老師	朱自強老師		

心 得 報 告 內 容

一、圖書作者與內容簡介：

本書用簡單的手法，描寫出一直永不放棄，在逆境求生存的孩子與在過去和未來拉扯的教練，兩人互相鼓勵，譜出感人肺腑的故事。

本書是描述一位飛黃騰達的教練，在一個意外中，瞬間失去摯愛的妻子與可愛的兒子，在那之後就自我放棄、頹廢放縱，許多次有想自我了斷的想念，然而就在提摩西的出現，一切都變得不一樣了……。

二、內容摘錄：

別為你亡故的摯愛之人過度悲傷。他們沒有死，而是完成一趟我們每一個人必須踏上的旅程。〈p. 94〉

「日復一日，在每一個層面，我會越來越進步」，它讓我保持樂觀和希望，儘管遇上一時的挫折，我的心態永遠正面積極。〈p. 108〉

我愛我的國家，我會尊重國家的法律。我會公平競爭，而且努力求勝。但是，不論輸贏，我永遠盡力而為。〈p. 118〉

用愉快的態度面對人生，即使還沒給他帶來半支安打，他也一樣積極樂觀。〈p. 171〉

大家只要用積極的想法和語句去調整自己的潛意識，做到了這一點，就有辦法在生命中創造奇蹟。〈p. 172〉

提摩西的勇氣和高昂的志氣穿透我最黑暗的絕望時刻，拉了我一把，將我徹底洗刷了一番，教我如何重展笑顏，提醒我要知福惜福，鼓勵我面對每一天，慢慢振作起來。

三、我的觀點：

在每個人人生過程中，死亡是無法避免的，而死亡後遺留下來才是最痛苦的。然而，在痛苦中有很多選擇，可以是漸漸遺忘，也可以是麻痺度日，但人們往往是選擇最痛苦的那個，而不去看看那些可把握住的機會，讓自己的人生再重來一次。選擇最痛苦的人，往往只是把自己鎖在更無底的深淵罷了，然而，選擇漸漸遺忘的人，讓自己又有了重新一次的機會。所以，不要想自己失去了什麼，而要去想自己又得到了什麼。這樣的人生才是無限精彩的。

曾經因為妻子和兒子的死而陷入人生的低潮期，甚至有死亡的念頭，但在好友的屢勸下跨出了新人生的第一步。因朋友的帶領下遇見了一位充滿勇氣與志氣的小男生~提摩西，兩人互相鼓勵，讓彼此從悲傷中走出，作者也在提摩西的身上感覺到死去兒子的背影，漸漸走出心中的悲痛。如果，當時作者沒有跨出那第一步，也不會有現在全新的他。所以，遇到任何事都要勇敢去面對，不要害怕會受傷，那就會得到成功。

每個人在面對死亡遺留下的痛苦，都是無法承受的，在自己最愛的親人離開的剎那徹底崩潰，因無法承受這些傷痛，有可能做出無法挽回的事。而作者在摯愛的親人離開後因非常的悲痛，而把自己關起來，想與世隔絕一樣，其實，這樣的做法是不對的。然而，在遇到他的小天使—提摩西與那群天真無邪的孩童後，一切都不同了。她為了讓孩子們完成夢想奮不顧身的盡力教導他們，讓他們為自己的夢想努力、實現。

這讓我想起兩年前表弟的死，因嬸嬸的不小心讓肚子還未出生的表弟離開了，在那之後的幾天，嬸嬸總是無精打采的，說話有氣無力，像只剩身體的空殼罷了。因表弟的離開，讓整個家的氣氛都靜了下來，原本是滿心歡喜，後來變成悲痛欲絕。但過了一個月終於經過了低潮期，嬸嬸開始說話了，開始會做飯了，在經過叔叔的安慰與全家的鼓勵下，終於走出失去表弟的陰影了。在那之後嬸嬸每天都很努力生活著，似乎是表弟在給她打氣似的，漸漸嬸嬸再也沒提到這件事了。從這件事過後讓我體會到失去親人的滋味是如此難受，我深深感覺到家人對我也是如此的重要，所以一直告訴自己要珍惜與家人相處的每一刻，才不會失去後再來後悔。這讓我體悟到，遇到挫折時，不能一味的逃避，而是要學著接受它。唯有這樣，才會讓人生活得更精采更快樂。

雖然死亡是無法避免的，但重要的是如何在失望過後站起來。本書裡的作者因為看到孩子們的勇敢與堅強才有動力讓自己慢慢從悲傷中走出，作者從提摩西的身上看到了他兒子的身影，還有他那永不放棄的努力而對他比較特別，也因為從他的努力更讓他告訴自己不能在這裡倒下，所以他陪著孩子們一路走過來，從初賽到決賽，從夏天到冬天，經過這一長串的練習，終於，讓他們奪下了第一面也是提摩西最後一面的勝利。提摩西的勇氣與毅力正是我最欣賞、最要學習的，看到他不論遇到何事都是積極樂觀的，這真是一般人無法做到的。

從本書中讓我深刻地體會到，真正的贏家是永不放棄的。無論遇到何事都要積極的面對，唯有這樣，才能化危機為轉機，成為真正的贏家。人的生命無常，所以要把握當下，因為人們以為，擁有的東西能保留一輩子，卻不知下一秒會發生何事，但誰也不會為誰停留。我想我的路，還是要我自己走下去，唯有這樣，人生才會活得快樂自在。

四、討論議題：

如果這世界沒有死亡，那人們活到很老很老時該怎麼辦？

人生中如果能遇到像提摩西一樣的小天使，該如何面對他？