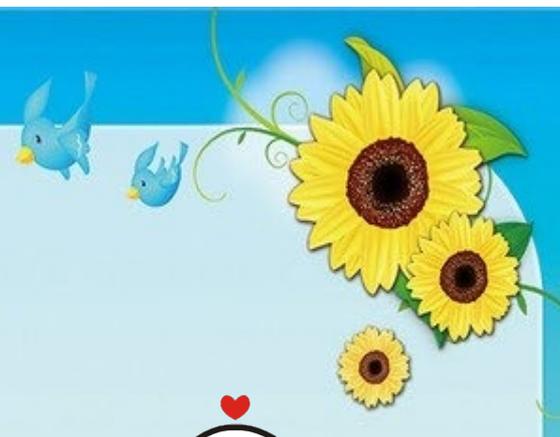


學生自主學習日誌





閱讀之書籍:



宋怡慧 著

用書脫俗

的一生閱讀術

十二年國教課綱正式上路，
如何用閱讀培養核心素養、啟動自學能力？

- 跨域閱讀，如何選書？為你精選適合青少年閱讀的200本推薦書單。
- 118位全球華文教育工作者、各界名人專家共同推薦

吳若權 作家、廣播主持、企業顧問 岑永康、張瑞珊 幸福主擔夫妻檔 汲性傑 作家
許崇智 暢銷作家、華語世界首席故事教練 張明文 新北市教育局局長 潘紅花 經驗作家
溫美玉 溫老師書讀Party創始人 彭菊仙 親子作家 蔡漢華 意文高中圖書館主任、作家
歐陽立中 丹鳳高中教師、撰文寫作教練 顏蒸齡 慈願基金會執行長 等

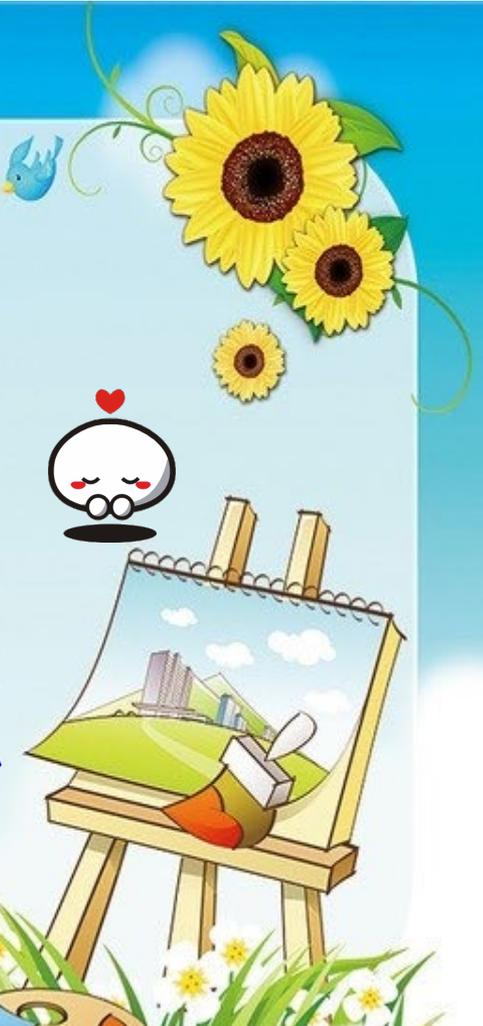


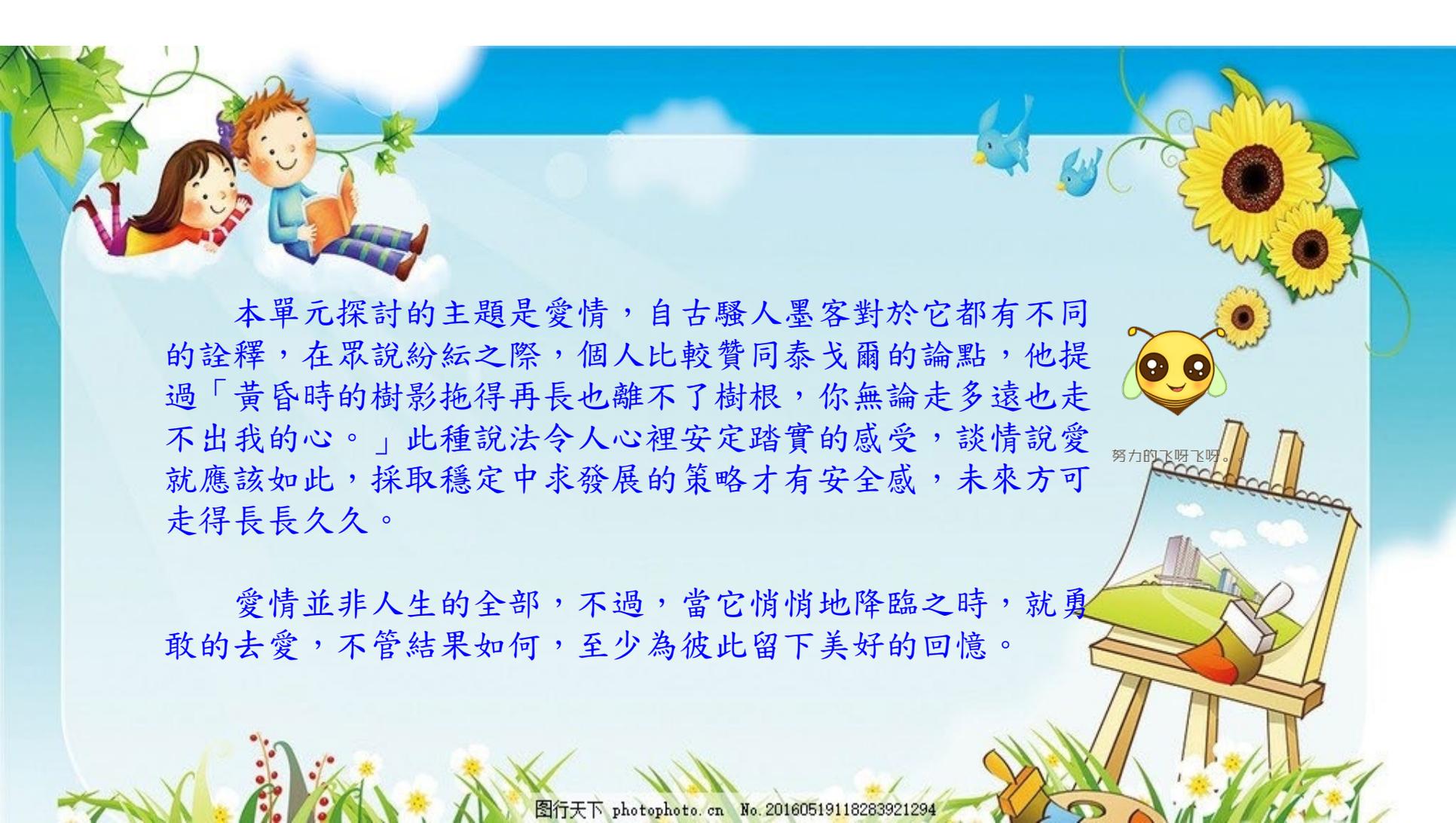


今天是上自主學習的第一天，滿懷期待閱讀的學習過程，於是，我專注的將今天的進度完成，並且完成讀書心得的書面資料如下：

自序中作者除了介紹本書綱要內容之外，還特別強調閱讀的重要，宋老師認為「無論身處哪個年代，都能靠閱讀逆襲人生，找到躍起的力量。」這麼充滿正向能量的鼓勵言詞，激勵了我閱讀時的心情，彷彿自己已經是無堅不摧，正積極的大步向前邁進，不畏困苦與艱難，只要會成功，再辛苦都值得，更何況是養成閱讀的好習慣，何樂而不為？

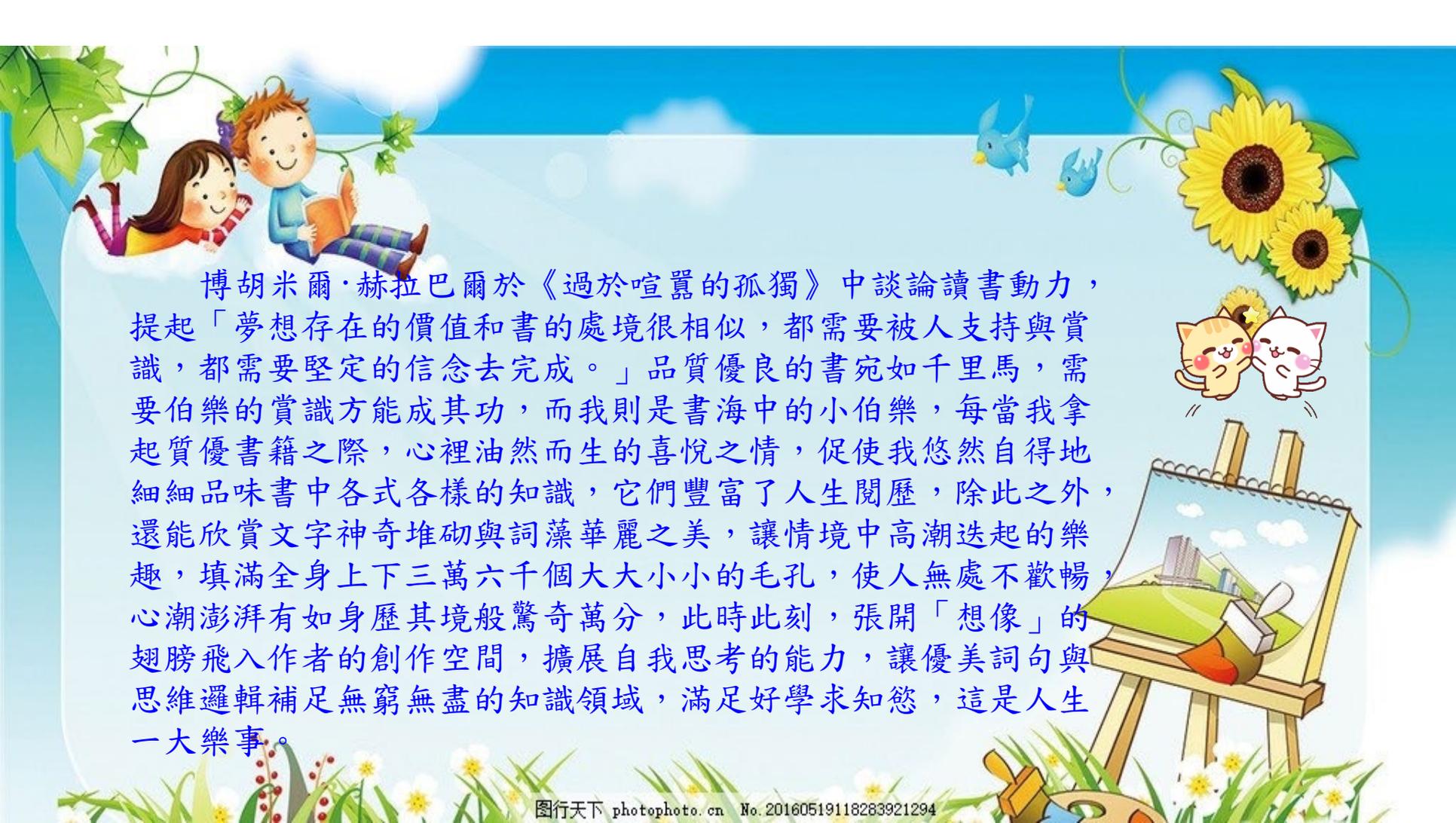
故，勿以善小而不為。



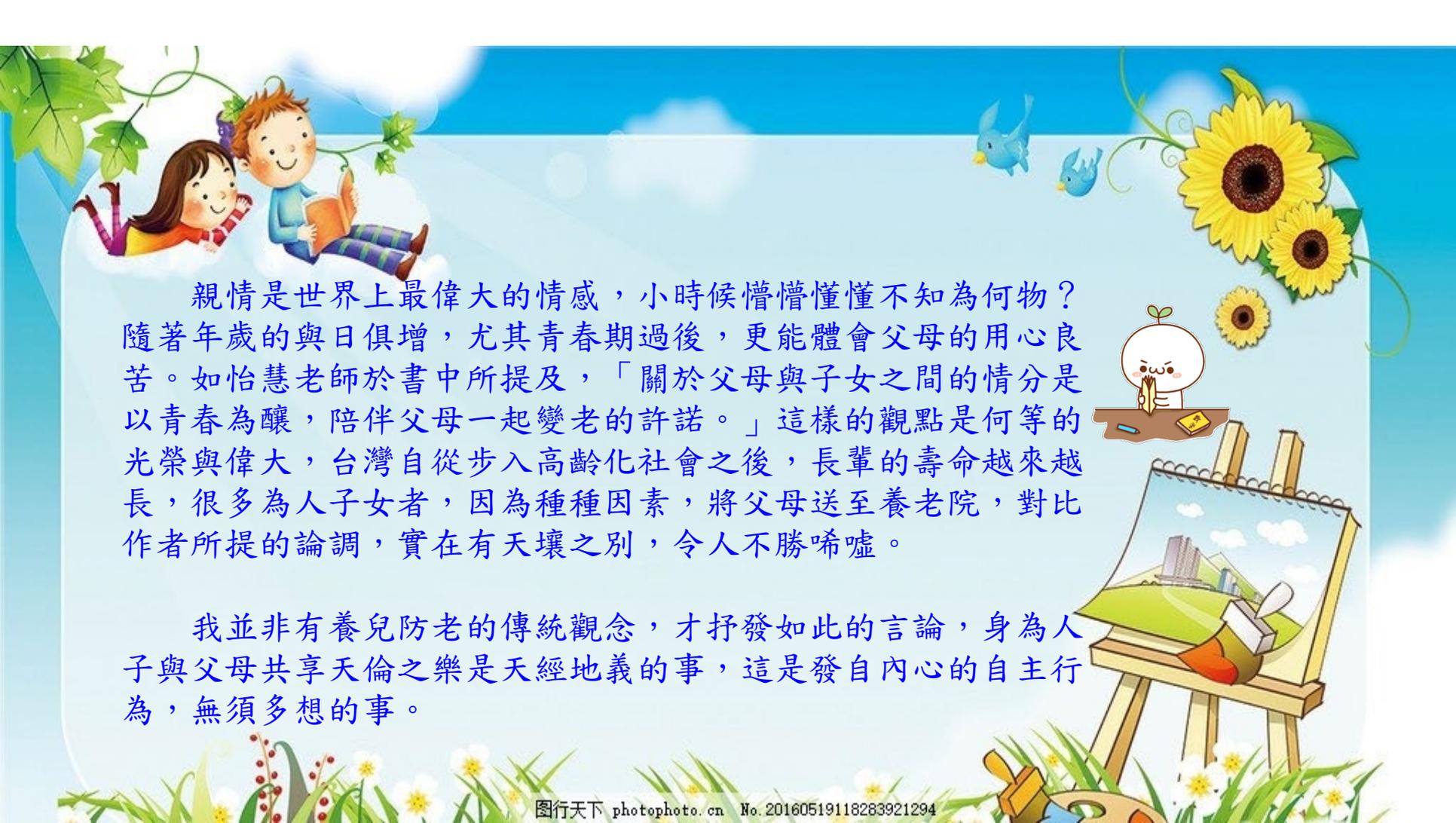


本單元探討的主題是愛情，自古騷人墨客對於它都有不同的詮釋，在眾說紛紜之際，個人比較贊同泰戈爾的論點，他提過「黃昏時的樹影拖得再長也離不了樹根，你無論走多遠也走不出我的心。」此種說法令人心裡安定踏實的感受，談情說愛就應該如此，採取穩定中求發展的策略才有安全感，未來方可走得長長久久。

愛情並非人生的全部，不過，當它悄悄地降臨之時，就勇敢的去愛，不管結果如何，至少為彼此留下美好的回憶。



博胡米爾·赫拉巴爾於《過於喧囂的孤獨》中談論讀書動力，提起「夢想存在的價值和書的處境很相似，都需要被人支持與賞識，都需要堅定的信念去完成。」品質優良的書宛如千里馬，需要伯樂的賞識方能成其功，而我則是書海中的小伯樂，每當我拿起質優書籍之際，心裡油然而生的喜悅之情，促使我悠然自得地細細品味書中各式各樣的知識，它們豐富了人生閱歷，除此之外，還能欣賞文字神奇堆砌與詞藻華麗之美，讓情境中高潮迭起的樂趣，填滿全身上下三萬六千個大大小小的毛孔，使人無處不歡暢，心潮澎湃有如身歷其境般驚奇萬分，此時此刻，張開「想像」的翅膀飛入作者的創作空間，擴展自我思考的能力，讓優美詞句與思維邏輯補足無窮無盡的知識領域，滿足好學求知慾，這是人生一大樂事。



親情是世界上最偉大的情感，小時候懵懵懂懂不知為何物？隨著年歲的與日俱增，尤其青春期過後，更能體會父母的用心良苦。如怡慧老師於書中所提及，「關於父母與子女之間的情分是以青春為釀，陪伴父母一起變老的許諾。」這樣的觀點是何等的光榮與偉大，台灣自從步入高齡化社會之後，長輩的壽命越來越長，很多為人子女者，因為種種因素，將父母送至養老院，對比作者所提的論調，實在有天壤之別，令人不勝唏噓。

我並非有養兒防老的傳統觀念，才抒發如此的言論，身為人子與父母共享天倫之樂是天經地義的事，這是發自內心的自主行為，無須多想的事。

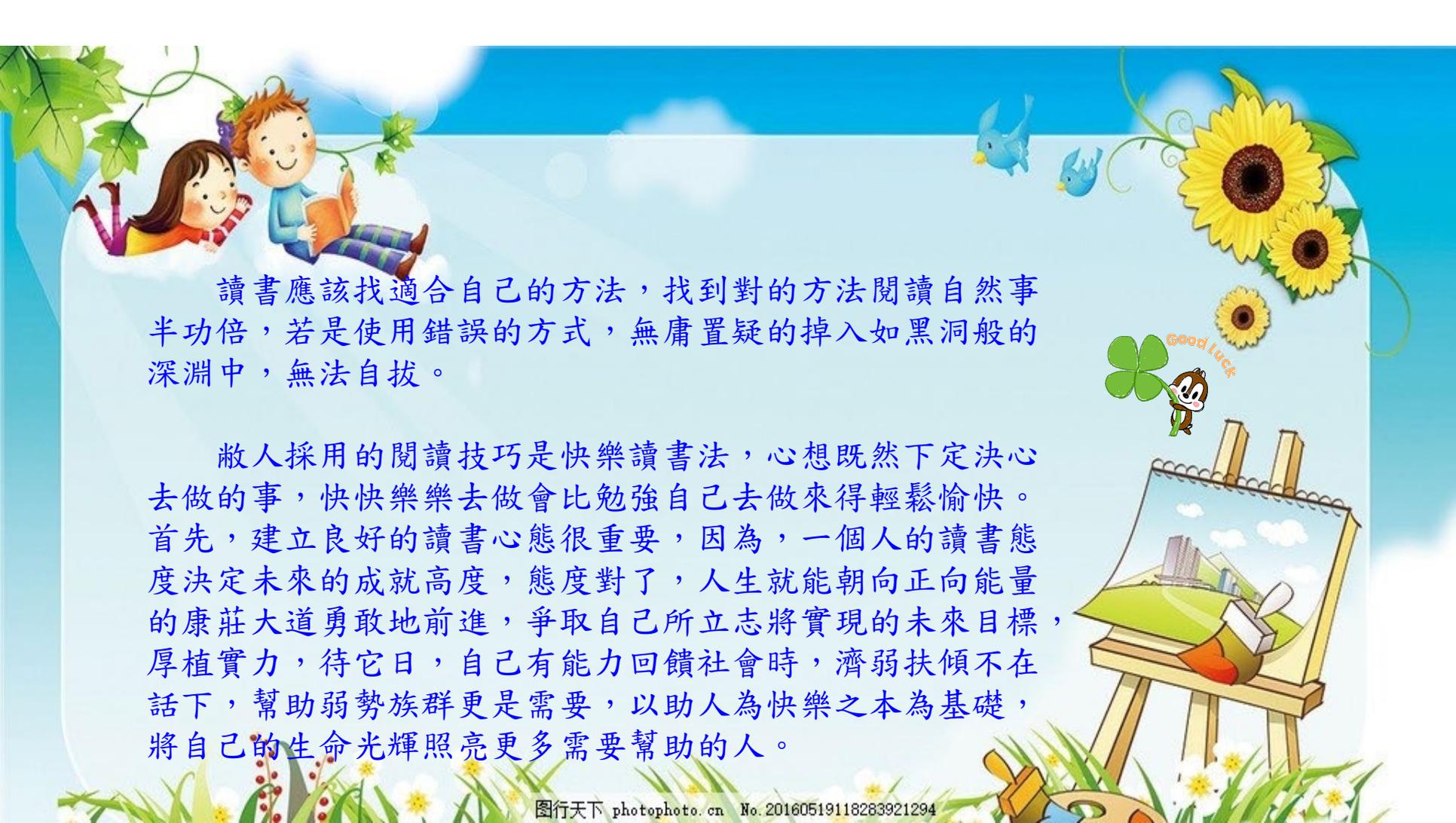


法國啟蒙時期的偉大思想家孟德斯鳩提及，「愛好讀書，就能把無聊的時刻變成喜悅的時刻。」閱讀不但可以增廣見聞、開闊視野、豐富生命，更能提升心靈與智慧的成長，除此之外，每每從書中相互得到印證，領悟之心不由自主地怒放心花，彷彿從心底綻放萬丈光芒，想把這個世界照耀得更加亮麗。

英國卓越的文學家威廉·莎士比亞對於書籍有其獨到之見解，他提到「生活裡沒有書籍，就好像沒有陽光；智慧裡沒有書籍，就好像鳥兒沒有翅膀。」對我而言，閱讀的時候往往帶來意想不到的收穫，如果生活裡沒有書籍，生命會少了許多樂趣與動力，宛如魚兒沒了水、人類缺乏空氣，令人渾身不自在。

故，閱讀的魔力如人飲水，冷暖自知，親身體驗後，相信您亦會著迷。





讀書應該找適合自己的方法，找到對的方法閱讀自然事半功倍，若是使用錯誤的方式，無庸置疑的掉入如黑洞般的深淵中，無法自拔。

敝人採用的閱讀技巧是快樂讀書法，心想既然下定決心去做的事，快快樂樂去做會比勉強自己去做來得輕鬆愉快。首先，建立良好的讀書心態很重要，因為，一個人的讀書態度決定未來的成就高度，態度對了，人生就能朝向正向能量的康莊大道勇敢地前進，爭取自己所立志將實現的未來目標，厚植實力，待它日，自己有能力回饋社會時，濟弱扶傾不在話下，幫助弱勢族群更是需要，以助人為快樂之本為基礎，將自己的生命光輝照亮更多需要幫助的人。



人的一生有很多次選擇，做對選擇上天堂，做錯選擇住牢房。古人有云：「失敗為成功之母。」挫折帶來精神上的打擊，心情總是不愉悅，如何走出這樣的陰影？論點如下：

我個人認為男子漢、大丈夫，在哪裡跌倒，就該在那裡爬起來，不該意志消沉，拿著失敗當擋箭牌而故步自封，因為，成功的人會為自己找方法；失敗的人會為自己找藉口。正如怡慧老師所言，「當失敗來臨，就是證明自己的時刻，這個時候能做的就是繼續勇敢編織夢想、並完成它。」這種樂觀進取的精神，孕育著未來成功的火種，日後，即使是面對不可知的艱難，憑藉正向信念，必定邁向康莊大道。

故，為人處事要謹慎認真，才會事半功倍，否則，用錯方法很容易變成事倍功半。



人的一生是由時間排列組合而成，能夠妥善安排時間，是邁向成功之鑰。魯迅說：「生命是以時間為單位，浪費別人的時間等于某才害命；浪費自己的時間，等於慢性自殺。」這句話更能清楚表達時間的重要性。

時間是人生的歷程，發揚生命的意義則是蘊含其內的熱情，熱情彷彿是生命中的汽油，除了加速生命的昇華之外，更能讓人感受生命的正向能量，尤其是充滿熱情的執行力，有風行草偃之功效，己達亦會達人，使更多人有機會共襄盛舉，讓有心人能夠實現理想，共創璀璨人生。





人脈的經營是屬於無形資產，除了投注時間、金錢，需要更多的用心與安排，它才有機會臻至盡善盡美。

「誠摯」是個人與人相處的最大利器，誠摯的與人共事，可以令對方感受到態度良善，進而短時間內化疏為親，讓人覺得有安全感、踏實，這是非常重要的感受。誠如好奇心一樣，擁有好奇心的人，代表此人有思考的習慣，智慧會與日俱增。

好奇心會使人精力充沛，勇於挑戰新目標，妥善發揮其功能，必定帶來嶄新的新生活。





縝密的思緒應該是多元化，在此良方妙法下，配合積極主動的執行力，可達倍數化之成效。

子曰：「學而不思則罔，思而不學則殆。」學與思兩者事相輔相成，缺一不可，遇到事情紛至沓來時，必先條理分明地列出所有的事情和類別，再按輕重緩急安排先後順序，妥善的利用正確的方法去執行，做起事來自然順心如意，如果發生比較急迫的狀況，請委託專人負責管理，叮嚀負責人提早一天完成，並且充分的運用最後的時機，親自確認結果，則凡事必定萬無一失。

學與思彷彿好兄弟，團結則力量大，各自為政則自取滅亡。





想要完成不可能的任務，知人善用是首務，組織一個良好的團隊，集思廣益接納不同的見解，如同海納百川一般，方能成其大。

科技時代強調團隊精神，於多層次思慮下，參考不同領域的專家意見，即使面對多元文化時代，亦可駕輕就熟地勾勒出解決之道，也許這樣思緒需要時間進行默契培養，不過，千萬不可漠視其功效，特別是處理繁雜的事物，會有意想不到的成效。

團結力量大及事緩則圓的穩定心態，調整好心態，整裝上路，必定收穫滿滿。



地球村的時代來臨了！由於科技不斷創新，人與人之間的距離，有如天涯若比鄰的感受，正因如此，更應該加強自己的能力，才能找到與世界接軌的機會。

除了培養國際級的競爭力之外，現代傳播媒體的影響力是不容小覷，但是，令人非常很遺憾的是假新聞的訊息一直充斥於其中，如何辨識其中的真假，每個人心中都有一把尺，衡量當今的社會局勢，洞悉未來媒體所扮演的角色，方能準確地做出應變之策，悠遊於現代生活中。

才能不怕多，如韓信點兵一般，多多益善，所以，平日裡就該增強自我修行，千萬不可有「書到用時方恨少」的遺憾，那可就後悔莫及。





「不能讓環境改變你，只能靠自己去改變環境。」這句話令人聯想到英雄造時勢的氣魄。

大時代的文化背景差異，造就推動時代巨輪的人們不同的趨勢，想成為太平盛世的明君，或是亂世之梟雄，存乎一心，只要有心追求，任何困難皆可在周詳的計畫下，按部就班的依序完成。簡單而言，承擔起自己的時代責任，無論環境有多麼艱困，盡心盡力於自己崗位上的工作，問心無愧而已。

對國家及社會大眾有利的事，要有「雖千萬人，吾往矣。」的氣魄，不用太在意別人異樣的眼光，勇敢去做就對啦！





處於「敢表達，你就是贏家」的時代裡，溝通是一種現代哲學，其中道理是真誠相待。

同理心的心態下，對人真誠相待，如古代聖賢所言：「君子坦蕩蕩」的態度，無論是為人處世，或是待人接物的層次，皆以應有的道義標準為考量，只要非棄信背義之事，皆可坦然視之，即使是天馬行空的想法，都能激發出非凡的創意。

溝通需要誠心誠意，將心比心地為他人著想，相信每一次溝通都會通暢無阻。



自幼喜歡閱讀各類書籍，從中獲益匪淺，感觸亦特別深刻，它是最喜歡的課餘活動，盡情悠遊於浩瀚的書海中，享受無與倫比的歡樂，德國偉大的作家約翰·沃夫岡·馮·歌德所言：「讀一本好書，就是和許多高尚的人談話。」一語道盡箇中滋味。

博胡米爾·赫拉巴爾於《過於喧囂的孤獨》中談論讀書動力，提起「夢想存在的價值和書的處境很相似，都需要被人支持與賞識，都需要堅定的信念去完成。」品質優良的書宛如千里馬，需要伯樂的賞識方能成其功，而我則是書海中的小伯樂，每當我拿起質優書籍之際，心裡油然而生的喜悅之情，促使我悠然自得地細細品味書中各式各樣的知識，它們豐富了人生閱歷，除此之外，還能欣賞文章中詞藻的華麗之美，讓情境中高潮迭起的樂趣，填滿全身上下三萬六千個大大小小的毛孔，使人無處不歡暢，心潮澎湃有如身歷其境般驚奇萬分，此時此刻，張開「想像」的翅膀飛入作者的創作空間，擴展自我思考的能力，讓優美詞句與思維邏輯補足無窮無盡的知識領域，滿足好學求知慾。





誠如怡慧老師所言：「書籍是人類的精神糧食，閱讀它們可以陶冶心性、提升人文素養、增進語文能力，讓人生豁然開朗。」幼年時期識字有限，但總是愛「聽」書，經常拿著兒童讀物請爸爸和媽媽敘述書中的內容，從中擷取千絲萬縷編織未來的夢想，如今習得許多優美詞句，只要手上有本好書，便可自得其樂。法國啟蒙時期的偉大思想家孟德斯鳩提及，「愛好讀書，就能把無聊的時刻變成喜悅的時刻。」的確如此，平日在校學習時，老師介紹校內圖書館羅列成千上萬本好書可供借閱，一想到學校林林總總的書籍，每天清晨都帶著愉悅的心情飛奔而去，盡情陶醉於「書香」世界，那些陳年往事雖早已逝去，如今憶當年，卻仍歷歷在目、記憶猶新。

下課鐘聲一響，立即展開歡樂尋書記，當我踏入圖書館之際，察覺館中書架上一排排整齊劃一的書籍，形形色色的新書映入眼簾令人神清氣爽，腦海裡浮現千言萬語，激盪著感動與欣喜於胸臆中澎湃洶湧，空氣裡瀰漫新書氣息，撲鼻而來的「書香味」不斷地刺激腦神經，激勵我早日將新書看完。英國卓越的文學家威廉·莎士比亞對於書籍有其獨到之見解，他提到「生活裡沒有書籍，就好像沒有陽光；智慧裡沒有書籍，就好像鳥兒沒有翅膀。」對我而言，閱讀的時候往往帶來意想不到的收穫，如果生活裡沒有書籍，生命會少了許多樂趣與動力，宛如魚兒沒了水、人類缺乏空氣，令人渾身不自在。

閱讀不但可以增廣見聞、開闊視野、豐富生命，更能提升心靈與智慧的成長，除此之外，每每從書中相互得到印證，領悟之心不由自主地怒放心花，彷彿從心底綻放萬丈光芒，想把這個世界照耀得更加亮麗。經年累月培養的良好閱讀習慣，對於學校的課業大有助益，可謂是無心插柳柳成蔭。由此觀之，「悅」讀中享受閱讀獲益無窮。





“Thank you”

