

智慧人生悅讀會

原來生命中最重要的事情之一：開心的笑，其實一點都不難~

(第一次讀書活動)

書名：我就是忍不住笑了(侯文詠)

日期：101年11月15日 地點：人力資源處

出席人：林惠蓮、李淑碧、吳佳芬、陳秀娟、孫千惠、王文惠、王淑雯

【讀書心得 / 討論內容】

本書是侯文詠先生把在臉書上的小文章、自己與藝人相處經驗以及發生在網頁上的小故事集合整理而成的一本作品集，與其說是一本書倒不如說是一個生活記事本。

少了文以載道，把閱讀空間留給想像和驚喜，直接寫出有趣輕鬆的快樂，一篇篇念過去就像看臉書一樣，故事只有"按讚"沒有"劣"，在不需聚精會神狀況下，腦袋自然而然對某些主題起了反應，閱讀中常不自覺的~~笑了。

文中像他講起言承旭在日本很瞎的 shopping 經驗、蔡康永與粉絲妹妹的問答題、親愛老婆雅麗看電影的怪習慣……文中每位主角的神情、動作鮮活逗趣，讓人簡直親臨現場！內有好幾篇故事讓我或是大笑、或是莞爾、或是觸動心有所感~

我就是忍不住笑了一文：在不對的場合笑出來也是情有可原，祖母喪禮肅穆哀戚進行一半，會場後方突然來一群人無預警聲淚俱下，嚎啕震天，詢問才知是五子哭墓團，後經溝通才知~~"哭錯家了"，一位認真的團員眼睛已然哭的紅腫，聽到消息時，停下哭聲抬頭看團長那種「哭錯家，哇哩勒.....」的表情，讓人噗哧笑了出來~~看完這小故事，我是不由自主大笑一場，想想那場面，太有畫面了~真是三條線Y!!

有一篇談到王偉忠先生，提到讀書人與電視人的差別：讀書人最在乎完整，甚麼都想看過、都想讀過、講出來的時候也在乎講的完整；電視人知道電視的時間是有限的，因此不在乎完整，只要播出來的部分好看，就是好節目。其實從某個角度來說人不必計較太多，不管是到夜店泡妹、談戀愛、讀書或做電視、到好玩的地方去旅行、收藏藝術品、吃好的餐廳等都一樣，因人生真的太有限了，只要追求的過程或者經歷是有趣的，心甘情願的就是好人生Y，何必一定要豐富完美勒!!~~我要自我檢討勉勵，少點完美主義囉!!(>_<)

另外一篇犧牲和奉獻的差別：我做的事情是對方需要的就是奉獻；但當我做了很多事情是對方不需要的就是犧牲了。這地方我還覺得，當我做了很多事情雖是對方需要的，卻不是自己心甘情願去做的，這也是一種犧牲呀!!況且我也不認為盲目崇尚"奉獻是美德"，而忘記奉獻是一種"練心"，把自己重視的他人需要的一起分享，不求等值回應，若只把它當成形式，那就失去很多原本的意義。

這本書有很多很多的小故事，非常的幽默詼諧，閱讀時會很輕鬆愉快，書中有段話是這樣說的：「任何的作者或讀者，只要被故事中的人物感動，他們的內心世界都曾將心比心與那個角色合而為一」。在看這本書過程中會發現嘴角會不自覺一直往上揚，噗哧一笑次數多了，對生活也多了很多正面能量，讓生命幽默下去。

智慧人生悅讀會

教養，不必總是筋疲力盡、兩敗俱傷。以「尊重小孩」為內涵的教養，是從信任、接納，甚至欣賞小孩的能力前提出發，從孩子的「需要」來理解他們的行為，進而幫助孩子認識自己、成為自己。

(第二次讀書活動)

書名：《讓孩子安心做自己》 天下雜誌

日期：101年12月12日 地點：人資處

出席人：林惠蓮、李淑碧、吳佳芬、陳秀娟、王文惠、孫千惠、王淑雯

【讀書心得 / 討論內容】

幼兒需要的養護與教導原本該從家庭得到最多的資源與關懷。他們從父母身上領會被愛的感受而自然地模仿愛人的舉動；他們因為被聆聽而慢慢累積真誠表達的方式；他們在一個溫和寧靜的環境中確認自己身處安全的美好，這一切就是所謂的「生活教育」，是每一個父母都能做得也應該做的事。而真正持久的教養，從愛出發；真正的愛，又是從了解開始。

書中內容的幾段話：1. 我們的情緒，不管是哪一種，善用它們，都是有利學習生存之道的成長機會。壓抑孩子的生氣，並不會讓它消失，反倒是在累積它，直到爆發；壓抑孩子的生氣，也並不會讓它匿跡，反倒是在讓它變形，然後以另一種方式出現。2. 在「關愛」環境中長大的孩子，便能學會如何關愛自己和他人；在「批評」環境中長大的孩子，學會的是如何挑自己和他人的缺點。3. 挫折就像是成長的有機肥，要學會與挫折相處，接納自己在嘗試後的失敗。…等，都是跳脫我們傳統教養的「模子」及「框架」，很值得我們現代父母省思的一個課題。

所以，只要方法用對了，孩子走得路會不一樣，也因此能夠安心做自己，創造生命中更多的美好和驚奇。

智慧人生悅讀會

從他十歲事故發生後至今，一路上顛顛簸簸，敲開一扇窗，又被上帝關上一扇窗；但也一路上貴人不斷、順風重重，讓劉偉由衷感到「活著，已值得慶祝」。因此，他用腳打字，花費整整四個月，修改了三遍書稿，成就了此書。

(第三次讀書活動)

書名：《我就要一個精采的人生》

日期：102年01月07日 地點：人資處

出席人：林惠蓮、李淑碧、吳佳芬、陳秀娟、王文惠、孫千惠、王淑雯

【讀書心得 / 討論內容】

本書是一本能激勵讀者活出精采與美好的心靈勵志書。

中國電視節目「中國達人秀」第一屆落幕，自幼失去雙臂、用雙腳演奏鋼琴的青年劉偉奪得了冠軍。各大西方媒體美聯社、法新社等，對此事爭相報導，認為劉偉是「不離不棄，追逐夢想」精神的最佳詮釋，並稱他為中國新一代的勵志榜樣。

在十萬字的自述中，看不見悲切的怨艾、理想與困境的撕擄；相反卻充滿了戲謔、自嘲和「鳳翼天翔」。從他十歲事故發生後至今，一路上顛顛簸簸，敲開一扇窗，又被上帝關上一扇窗；但也一路上貴人不斷、順風重重，讓劉偉由衷感到「活著，已值得慶祝」。因此，他用腳打字，花費整整四個月，修改了三遍書稿，成就了此書。

「我的人生中只有兩條路，要麼趕緊死，要麼精彩地活著」，這是無臂鋼琴師劉偉的勵志名言。劉偉 10 歲時因一場事故而被截去雙臂；12 歲時，他在康復醫院的水療池學會了游泳，2 年後在全國殘疾人游泳錦標賽上奪得兩枚金牌；16 歲他學習打字；19 歲學習鋼琴，一年後就達到相當於用手彈鋼琴的專業 7 級水平；22 歲挑戰吉尼斯世界紀錄，一分鐘打出了 231 個字母，成為世界上用腳打字最快的人；23 歲他登上了維也納金色大廳舞台，讓世界見證了中國男孩的奇蹟。

用近乎幽默的方式表達了所有的苦難，讀完此書我們會發現，生活永遠充滿希望和力量，活著，就是最幸福的事；活著，就要燦爛渡過每一天！