

閱讀分享：201 陳詩穎－影響力與環環相扣（中學生網站 1070331 梯次 甲等，指導老師：洪阿李老師）

### 一●圖書作者與內容簡介：

作者是對繪畫極度狂熱的藝術家，曾在美國紐約哥倫比亞大學藝術研究所碩士、紐約古柏聯盟學院藝術系學士及紐約曼哈頓音樂學院大學先修班學位等的學校待過。她有著不同的身分，是大學教授、藝術家，等多種角色。本書主流分為兩塊：做自己、面對失敗，它給讀者更多的是曲老師以真摯的心情、過來人經驗傳播好的影響給更多人。這樣的書籍很值得閱讀後沉思一番自己的人生，書中也讓我看見一位平凡人，她如何做到超越自己、挑戰自己！

### 二●內容摘錄：

1.需要經得起時間的考驗與失敗的磨練，一旦找到熱情所在，加上百分之百投入，這樣的人生，才是最值得的！（P.132）原因：人一生中，其實不斷在磨，沒那些失敗的經歷、各種的考驗，也不會促進自己進步，甚至投入熱愛的事。2.你一定得出發，才可能從過程中體會到「發現」的樂趣，原來自己竟然有這麼多面向！（P.100）原因：尋找自己是必要的，不論從哪裡開始，我想都是創造自身的無限可能，所以機會來臨時，大步邁出那一步吧！3.學習獨處，學會沉澱，和自己對話，是我們給自己最貼心的禮物。（P.165）原因：經常與自己溝通、面對內心真實的自己我覺得很重要。只有自己最清楚內心深處的想法，讓心沉靜下來能幫助思路更清晰。

### 三●我的觀點：

這類的書籍我很喜愛，就以本書來說，它有一種獨特的魅力，使我陶醉享受這樣的作品。作者以自己當例子，在書中不僅是教導讀者，更描述她一路走來的不易過程，在青澀的求學階段，她在自己的興趣與父母之間兩難，但她最後仍堅持走自己的舞台、闖自己的事業，雖然作者曾坦言自己也經過最初的困難——懷疑自己、覺得自己平凡無奇，但我佩服的是作者那份敢拚的心，因為相信自己可以，我認為態度更為重要。

人為什麼需要不斷追求、尋找自我，其實我認為在過程中除了會進步、會發現各面向不一樣的自己外，自己的心態會隨著經歷、還有思考逐漸改變，就連作者也不例外，人這一輩子我覺得每個人要學的課題基本上都是相同的，只是時間的先後順序，還有因為個人特質的不同，因此每個人需要修的課題時間也有所異，當你今天學完一門課程並且通過生活中的考驗，不論心態亦或是整個人都獲得了提升，有的時候自己或許沒有感覺，但你的影響力是不可否認的，也許我們一般人的生活圈不及公眾人物來的大、多，但每個人都有相同、平等的權利與能力去改變自己、改變身邊的人，使生活更美好。而在此書中也頻頻談論要做自己，不管他人眼光，但作者亦點出了現代年輕人普遍的詬病，就是太過於在意他人看待自己的眼光因而失去自我。我非常贊同作者想表達的想法，且做自己不代表得一

意孤行。而是試著讓心真正的靜下來，發揮熱情、直覺、努力以及身邊貴人的相助尋找人生之方向與目標。

有的時候我聽見身邊的朋友們總說自己沒有目標，甚至敷衍的在大家面前展現自己，這與我沒有絲毫關係，我也可以不改變現狀，但當我靜下來，我的直覺靈敏地告訴我，自己是會影響到其他人的，能帶動正能量、傳播它，這樣也算是種生活中的小樂趣了。我相信這是會循環的，自己帶給他人好的影響，未來當遭遇困境時，身旁的親朋好友也會以此帶給自己益處。這就是貴人相助的一種形態吧。在閱讀完畢後，我深有感觸，那種似湧泉一般的感動湧上心頭，並且溫暖了我，終於找到有個與內心如此契合的人，將心裡的想法幫你表達出來，特別在閱覽每篇章的黑字佳句時。此書涵蓋範圍其實不少，對我們正在求學階段的青少年來說，這樣的書籍能幫助不少，在書中的曲老師更讓我明瞭做什麼是一回事，有沒有熱忱與興趣是最大的關鍵。

在這本書裡我感受到作者的人生，也更能了解到人生百態與新想法，當然生活是人活出來的、人生亦是嚐出來的，每個人每天都在挖掘不同的驚喜，然而如何面對每個關卡、打理好自己，進而將正向影響他人又是個嶄新的挑戰。

#### 四●討論議題：

- 1.在追求興趣或理想時，你是否會因為異樣眼光或考驗而放棄？
- 2.你是否會經常懷疑自己、不肯定或因過度在意他人眼光而迷失自我？