

台北市私立景文高中

106 學年度第 2 學期

人間福報讀報心得



班級：室二 2

導師：徐琬伶老師

## <重溫打彈珠失智長輩找回歡笑>

這讓我想到了的一部紀錄片「被遺忘的時光」這部影片記錄著失智長輩的生活大小事，也透露出人生無常的道理。人生中沒有甚麼事是一出生就計畫好的，當遇到困難才更要去克服、接受，一件一件事慢慢解決，才會使自己成長變得更強壯。面對長輩時最重要的就是陪伴，陪伴就是最好的關心，讓他在剩下的歲月中能帶著笑容的過著每一天，因為人生只有一次不可回逆，所以常說把握當下，珍惜每一天，才不會留下遺憾。室二 2-14 廖嫻語

## <罕病兒忘記痛>

台灣其實有不少的罕見疾病兒童，信義公益基金會邀請紅鼻子醫生登上月亮公車，陪伴他們學習，也在遊戲中加入許多教育的元素。其實這些罕病兒大數以醫院為家，無法像一般兒童一樣快樂成長，所以公益基金會盡可能透過一些闖關遊戲使這些兒童，能夠重展笑容，也能夠暫時忘記疼痛，每個孩子都是喜愛快樂的，其實他們也像和正常人一樣，開心地玩耍，而不是就像一個被拘束的小鳥，憧憬外面的生活。室二 2-05 李莉婷

## <艾瑞絲·愛普菲爾>

從設計師到時尚天后的艾瑞絲·愛普菲爾，他達到了自我實現讓我很佩

服。從一開始的刊物編輯轉型成室內設計師，再從設計師界轉換跑道到時尚界，

這都是很不容易的。我是一個不敢嘗試新事物的人，大概除了新衣服、新手機、新鞋子……，之外的，「新」，我都討厭。所以要是我是愛普菲爾，是絕對不可能從設計界跨到時尚界，或是從刊屋編輯成為室內設計的。文章裡愛普菲爾提到，自己小時候並不漂亮，不漂亮就算了，身材也不纖細，但她卻對珠寶和衣服很有興趣，如果是我肯定會將那樣子的興趣隱藏，因為自卑，因為自己長的不夠漂亮，配不上那些東西，淺意識是這麼告訴我的。閱讀完她的文章，我認為應該要再多給自己一些自信，長的不漂亮又怎樣，讓自己發光發熱，活得精采才是重點。室二 2-04 李珮嫻

### <心血管疾病將有標靶藥物>

全台有百萬名糖尿病患者，糖尿病容易造成下肢缺血、無法行走、傷口癒合不良。中研院成功研發「心血管標靶藥物系統」。這是中研院生物醫學科學研究所研究員研究四年的成功開發品。心血管疾病高居全球死亡率第一位，人體心血管組織再生不易，所以這項實驗對未來很有幫助，最快2、3年內可以進入人體實驗中，除了心血管疾病患者也可以應用在心肌梗塞、癌症等疾病上，也將申請全球專利、能降低心血管疾病癌症的死亡率，讓人民的壽命更長。室二 2-17 鄭巧玲

### <戴資穎羽球年終賽奪冠>

戴資穎是我國 22 歲羽球「世界球后」，她真的很厲害這已經不是第一次奪冠了，她在 2012 日本公開賽，2013 馬來西亞超級系列賽，2014 超級香港系列賽……都有亮眼的成績，她在 2016 年 12 月對上南韓名將成池弦第一局以

12:4 領先，經過激烈的比完之後，最後以 21:14 首局勝利，戴資穎在晉級四強時，早就確保守住球後位置，將以世界第一的身分迎接 2017 年的新賽季，我相信拿冠軍沒有那麼容易，她一定是經過無數次的練習才能擁有今天這成就，不管是羽球還是甚麼運動，都是需要流汗的。室二 2-39 陳正皓

### <智慧的安慰與挫折>

我覺得安慰這個詞不能用來抹去別人的不舒服，而是去陪伴他人好好品嚐當下的挫折，挫折是不能逃避的，但可以利用安慰來平衡，但這也是現代人缺陷的，自己因為課業、家庭、工作受到挫折時，旁人給的一句安慰就成了一個強大的動力，但安慰與分多種，好的安慰才能成就一個人，充分覺察挫折的身體感覺與心情、想法，從挫折中找到隱藏其中的意義與資源，不只能接受別人的安慰，還可以在他人困頓時安慰她，我相信，如果安慰和挫折成正比的話，那這個世界遇到挫折的人就會慢慢的飛消雲散。室二 2-18  
王昱智

## 〈為孩子成為更好的人〉

看完這篇文章後，覺得作者王雙雙的價值觀是很好的，她在文中提到「我在養育他們的同時，從來也不會任命的接受生活帶給我的不公，

反而是以低到塵埃也要努力開出一朵花的韌性，讓女孩們看到我的改變和成長。」她並沒有因為自己有了小孩，就放棄自己原本的夢想和目標而是為了孩子們，努力讓自己成為更好的人。作者還經歷過創作的瓶頸，家濟的壓力，同事間的相處問題，這時孩子們成為她最大的支柱，另作者感到非常欣慰。以後如果我變成孩子的母親，希望我也能像這篇文章作者一樣，不要為了家庭而放棄自己的理想並且讓孩子擁有正確的價值觀。室二 2-13 黃瑄 涓

## 〈奔波〉

今天在報紙上看到天氣反常，不適艷陽高照，就是傾盆大雨，在外討生活的人也格外辛苦。常常在紅燈時，老媽的車外就會有人在發傳單，或是見到婆婆媽媽們在外賣花，以賺取為薄工資，頂著大風大熱天一天下來也只有幾百元養家。尤其在交流道口，或大馬路中間穿梭車陣，令人膽戰心驚。可以路過的車輛大多都甘願放下車窗，或是接受那點小小的舉手之勞，讓他們一趟趟空跑而無法早點結束工作。看到他們不斷地為了養家活口而在大車隊之間奔波，我想，或許下次再碰到他們時，我也會放下車窗主動跟他們索取，

讓他們早點下班跟家人團聚。室二 2-47 謝宗佐

### <台灣三個孩子一個胖>

台灣的含糖飲料以及零食太過於普遍，使台灣的每一所小學都有高達三成的小孩都是小胖子。我認為現在的父母都太過於照顧小孩子了，使他們想要時麼，一下子就得到了，造成小朋友的健康安危，應該適量的給於小孩甜食飲料，家人安心、小孩也安心，畢竟現在小孩都還在發育成長中！小孩子的健康是不可忽略的，所以說大家一起努力，為孩子創造無限美好未來吧！

室二 2-02 何好婕

### <南極暖化>

西南極洲有一塊冰和消融，七年來厚度縮減多達 0.5 公里，變薄速度比科學家預期的快，冰河持續所減的原因有一半以上的原因都是因為人類的人為壞所造成的，因為人類不斷的排放廢氣和廢水讓地球平均溫度一直上升，也讓海水變成暖海，讓冰河的面積逐年縮減，也影響到許多動物的棲息生態，我希望全世界都要有環保的共識，全世界都要做環保保護我們的家園，我們現在應該要環好愛護地球。室二 2-27 李昶麒