

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：化二仁 座號：2 姓名：杜 0 庭

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 園二智 7 李欣怡

◎心得或感想 25%： 他的描述是從植物著手「只要受過一次的挫折，下次就能變得更加堅強，茁壯。」將天空分成陰、晴兩面，中間的一朵花象徵花朵經過日曬雨淋，才得以綻放，我認為很符合生命教育議題的畫作，就跟人生的道路上，難免遭遇挫折，但試著坦然面對那些不順利並將逆境轉化為順境，才能重新振作，繼續在人生的舞台上發光發熱。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 優秀從你忽略的小事開始 ◎作者 5%： 何權峰

◎心得或感想 30%： 這次的生命教育宣導活動結合圖書館的書展，之所以選擇這本書，便是被他的書名「優秀從你忽略的小事開始吸引」，細翻書的內容，發現當中有許多小故事與作者談論之事相互輝映，使讀者得以更加了解這本書所要表達的東西。生活上的不經意的壞習慣，有時會導致錯誤的發生，試著改掉那些長久的壞習慣或許處事就能更加順利，我想本書的主旨便是告訴我們心隨境轉吧！

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.13 堅持自己的夢想之路決不會是容易的，得一步一步踏實地走。

p.203 不是因為事情難以做到，我們才失去信心；而是因為我們失去信心，有些事才顯得難以做到。

p.193 幸福人生並非天賜的禮物，而是自己出新力後的體悟。

p.173 愛你自己。你就不會用別人的錯誤或對自己有害的怒氣傷害自己。

p.134 人生的百分之九十八都是過程，如果你把達成目標視為唯一的快樂，那你的人生十之八九是不快樂的。

p.89 選擇你所愛的，愛你所選的。人生就是自己獨一無二的創作。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：化二仁 座號：3 姓名：林 O 璿

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 化二智 翁萱育

◎心得或感想 25%： 她的話是一個愛心，裡面有一條心電圖，我覺得這是一個生命的意義，當我們活著時，要勇於挑戰人生裡的坎坷道路，不要中途放棄，這樣就是跟死人沒有兩樣。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 走吧!去做你真正渴望的事 ◎作者 5%： 艾利森·路易斯

◎心得或感想 30%： 這本書說的是我們如何創造有意義的人生，立面有很多種方法，我最喜歡的方法是:鍛鍊意志力。我們讀書時最怕沒有意志力，半途而廢，如果我們都有很強的意志力的話，也許讀書以外的事情，也可以有很好的結果。因為鍛鍊意志力我們會變更堅強，這樣才禁得起人生的磨練。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.174 你不需要極端的大變革，即使每天為小行動，很快就會聚沙成塔。

p.222 你如何管理自己的生活方式，將決定你體驗到什麼樣的人生。

p.226 接受生命帶來最好與最壞的一切。

p.241 人生就是一場電影，而我們能選擇結局。

p.250 你如何分配時間的選擇，決定了你的人生體驗。

p.94 與其逃避壓力，不如讓壓力打開個人成長的大門。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：化二智

座號：1

姓名：江 O 羽

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（圖一智 01）王毓茹

◎心得或感想 25%：「希望人生能像氣球一樣自由自在的，不受拘束的飛向蔚藍蒼穹，人生的旅途上，就像氣球飛上天的過程，充滿冒險！」這句話深深的吸引了我，希望我以後的人生像氣球一樣飛舞於天空，又充滿了大大小小的挑戰。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 柔軟成就不凡 ◎作者 5%： 吳寶春，劉永毅

◎心得或感想 30%： 看完了這本書，吳寶春會成功並不是沒有原因的。在他年輕時，別人約會遊玩，但他卻在認真學做麵包，他擁有過人的意志，又有著一定要成功的想法，所以他成功了，他靠著自己的雙手拿到了三冠軍，這不是因為什麼，而是因為他努力，他只想改變自己的命運，想著出人頭地，想證明自己不是沒用，想證明自己所擁有的實力，就是憑著這樣的想法，所以他成功了。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.98 當上帝在你前面關了一扇門的時候，必定在某個地方為你打一扇窗

P.244 人生可鄙是海上的波浪，有時起有時落。好運歹運，總嘛要照起來行。
三分天註定，七分靠打拼，愛拚才會贏。

p.54 挫折不是壞事，像就我來講，這一生促使我成長和進步的，全部都是挫折。

P.68 每個危機都是一次學習。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：化二智

座號：5

姓名：張 0 倫



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 加三智 方彥榮

◎心得或感想 25%： 他的作品中雖然只是用一些簡單的圖形和顏色所組成，但也正好表達了，雖然可能每一個人活在這世界上可能就像是路邊的小花和小草那樣的渺小，但是只要認真的去做每件事，去過每一天，人生就會像是一場絢爛的煙火，在漆黑的夜空中照亮大地，散發出光彩，讓自己小小的生命發光發熱，充滿了許多的色彩，也可以使你平凡無奇的人生，變得不再平凡。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 給予 ◎作者 5%： 亞當·格蘭特

◎心得或感想 30%： 這本書在職場的做法給予了大家全新的想法和觀念，因為通常在越大越有錢的公司背後，都藏有一段黑暗的歷史，而那段歷史是既殘忍又血腥的，但是這本書中卻養一種人，被稱為「給予者」，這種人是以幫助別人、給予別人來讓自己開心快樂，這是平常人做不到的，因為其實人都是自私的，只為了自己的事情，有利可圖的事情而行動，但是通常最後成功的，有成就的都是那些會為了她貢獻、付出自己，這故事告訴我們想要成功不一定要採取一些激進的手段，只要付出真誠的心與人相處，會是在團體中好好的分工合作、互相幫助就一定能成功。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.200 我希望所有的孩子在成長的過程中都能有所選擇，而非身不由己……

p.210 人只要了解自己工作所能發揮的影響力，就會更有貢獻的動力。

p.264 他們會先創造出更多好處，再放進自己的口袋的部分變多了的同時-他們給予的多，收穫也多。

p.274 透過想像力，我們得以設身處地，想像是自己經歷此般磨難，彷彿進入對方身心，在某程度上成為對方，領會其知覺，甚至感其所感。

p.287 我們隸屬一個團體，失去唯一性的機會就越大，越是想劃分自己和他人，就越可能喪失歸屬感。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：化二智

座號：6

姓名：郭 0 綾



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（加三仁）蔡書馨

◎心得或感想 25%：人生確實無法掌握生命的長度，卻能自我拓寬生命的寬度與厚度，就像一首歌曲，有的高有的低，精彩萬分，也像一場美妙的歌劇，若你在生命這舞台上盡情努力表演，那「人生」這場劇你必定能發揮的耀眼燦爛，而我覺得如果我們不能改變生命的一點一滴，唯一能做得是把握當下，就算我們的生命黑暗到很尖銳，但我們有愛，愛會使我們的希望成長茁壯，在黑暗中看到光芒，溫暖了自己，也照亮了身旁的人，使每個人都煥然一新！

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 柔軟成就不凡 ◎作者 5%： 吳寶春，劉永毅

◎心得或感想 30%：從吳寶春身上發現了一種現代人普遍缺乏的態度，堅忍不已及吃苦耐勞，以前的他認為，學一技之長比讀書還要來的輕鬆許多，直到當學徒一陣子，發現書到用時方恨少，後來為了朝自己的夢想前進的路上，赫然發現目不識丁的她真是寸步難行，看了這本書，沒幾頁我就眼眶泛淚了，我覺得每個成功的背後，皆有一段辛酸，感人的故事，吳寶春師傅從谷底爬到高處，開道頂端，衝向全世界，是因為他柔軟謙虛的身段，以及對麵包堅定不移的愛，種態度令人十分敬佩，也讓我看見了那在冠軍光環背後，永不像挫折低頭的吳寶春。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.18 唯有培養根本的正確，才能對跟治本的錯誤。

P.116 所有人都犯過錯誤，我們曾經錯過及搞砸的機會，常比我們所願意承受的還多。

P.107 真正的快樂都是因為分享而生，也就是所謂「布施」的精神，幸福就是由此而得的。

p.133 如果想要控制憤怒，就必須將觀察標的，從別人拉回到自己身上，專注觀自己的心。

p.82 我們需要外在的刺激，來驅動自己向前行的慾望，也需要夠強的內在企

圖心，讓自己意願擁抱與追求改變，兩者缺一不可。

p.189 如果你已經準備好突破生命的最後一碼線，就必須每天採取為行動做出選擇。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：化二智

座號：07

姓名：黃 0 芸



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（圖二智 41 號）陳穎

◎心得或感想 25%：將生命形容成煙火一般一閃即逝，該懂得感恩、知足、我覺得有句話說得非常貼切，人生就如煙火般，只要一不留神就消失了，因此我們須懂得感恩我們可以活在這個世界上，享受這世界的美好，但不可以不知足、將活在這世界上視為理所當然，要懂得，知足並散發出最美麗的色彩。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 去吧!去做你真正渴望的事 ◎作者 5%： 艾莉森·路易斯

◎心得或感想 30%：書中有句話說：「生命是由一連串的小選擇、小決定所累積組成的，每個表面上看來微不足道的微行動，會匯集成改變命運的轉捩點。」，不是所有的人都適合跟著社會的節奏來走，但只要從生活中的小地方做些改變，真的會跟這句話所說的，成為一個轉捩點。想想自己，平時的時間都在做些對生活完全沒幫助的事，真的該檢討了。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.94 逆境往往是點燃你心中那把火的火種，與其逃避壓力，不如讓壓力打開個人成長的大門，因為個人成長能重新找回企圖心

p137 讓「枯葉」充滿生命是很容易的事，但我們其實都能放手讓枯葉落下，如此才能再度體驗到全新成長的美麗。

P90 我活在當下，不斷告訴自己：「重要的是眼前的這一哩路。」

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：化二智

座號：8

姓名：劉O好



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（圖一仁）蘇宇恩

◎心得或感想 25%： 生命就像是蒲公英的種子在空中自由飛翔，自由發揮，並到達最適合成長的地方吸收大地精華，就像是吸收各種知識，抱持著一顆真誠的心，包容這個世界的優缺點，將愛傳播出去。隨著風，將飛得更遠，飛得更廣。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 在印度，聽見一片寂靜 ◎作者 5%： 黃誌群

◎心得或感想 30%： 泰戈爾說：「旅客要在每一個生人門口敲叩，才能敲到自己的家門，人要在外到處漂流，最後才能走到最深的內殿。」讀萬卷書，行萬里路，親自踏訪陌生的環境，自我探索，活在當下，腳踏實地的找尋，一步一步地摸索，一點一滴的累積，而一切的累積結果將化為精神，永遠留存在世間。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.116 千里之遙，始於當下一步，正如雲腳的過程，目標雖然在遠方，但終究會到達。

P46 我不敢教你如何聽，如何感受，我只是告訴你，打開耳朵，打開眼睛，打該你的心，打開你自己，放下過去，現在，未來，一個片刻接一個片刻地真實活在當下。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：化二智 座號：31 姓名：鄭 0 文

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 江道宏

◎心得或感想 25%： 那是一幅有許多岔路的道路的圖，人們從小時候就必須面對很多選擇，每個選擇都會失去和獲得，有時候獲得的多有時候失去的多，但是都一定有收穫，人生就像這幅圖一樣有許多的岔路，每個岔路你都必須做出選擇，而每個選擇的重要性都不一樣。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 佛陀的月日小頓悟 ◎作者 5%： 蘇曼娜沙拉

◎心得或感想 30%： 會遇到很多讓你覺得很辛苦、很困擾、很艱難的事，但你只要換個角度想一下，就會覺得還沒有那麼壞，人的本性是很單純的，常會妄想自己是很特別的存在，所以經常會一些無聊的理由，而產生競爭的心態，也因此造就了很多不幸。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

- p.29 面對出乎意料的痛苦，我們只能說句「這也是莫可奈何的事，而任他去」
- p.35 假如我們對自己所做的每件事都要思考它的意義，我們什麼事都做不了。
- p.37 個性認真的人，很容易犯下「凡事太過追求其意義」的錯。
- p.61 大家都是時而完美，時而不完美之下，活到今天的
- p.63 人生其實得要丟棄各種東西，才能成立。
- P.69 動不動就在找尋自我的人，通常都很堅持己見。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：加二仁

座號：1

姓名：王 0 好

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（加二智）張靜玉

◎心得或感想 25%：媽媽常對我說，人出生就像一張空白的圖畫紙，每個人都是一樣的，父母把你生的漂亮不代表什麼，自己活得漂亮才是真本事 ☺

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 走吧!去做你真正渴望的事 ◎作者 5%： 艾易森·路易斯

◎心得或感想 30%： 人生說長不長，說短不短，對我而言，人生多長多短並不重要，要把握每一分每一秒活得快樂，活出自己的特色，活得開心無愧不後悔。自己的人生，自己的路自己走，才有意義，這是很需要加強的，我常常在面臨選擇時，無法下定決心做決定，做一個小小的決定都要花老半天。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.139 我們重複做什麼，就成為怎樣的人，所以卓越不是行為，而是習慣。

p.10 你應該要活出你的生命，而不是像個生命的旅客，坐看時間流逝。

p.165 你需要下定決定，才能無視困難繼續前進。

p.238 決定不過是個開端而已，而真正改變的是一項過程。

p.248 時候，事情難如你所願，但你就是得再試一次。

p.250 時間是有限的，你所做的決定，你所耗費的每一分鐘，都是一個選擇。

謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：加二智

座號：3

姓名：吳O渝



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 林敬雯

◎心得或感想 25%：

每個人對事情應該都要有執著，執著比任何事都重要，突破面前阻撓，迎接的便是光明和希望，不要因為阻撓，而放棄一切的執著。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 美麗的相遇

◎作者 5%： 姚謙

◎心得或感想 30%：

人和人的相遇都是最美麗的，每個人或許都是雙面人，在扮演不同腳色時，態度不一樣，像是書中寫的歌手張艾嘉，卸下歌手的身分，形象就完全不同了！

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.57 因為我知道那些別人記憶中的自己，終將在時間裡灰飛煙滅。

p.100 眼前許多的讚美湧自自己不是結果。

p.112 表達了所有生命都無法逾越的時間性

p.148 生命永遠不會給我們公平而滿意的答案，然而卻給了我們許多思考。

謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：加二仁

座號：11

姓名：林 0 伶



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：（圖二智）王毓茹

◎心得或感想 25%：那是一幅一大串氣球飄向天空的圖，象徵著自由，人生最快樂的就是自由，像氣球一樣沒有拘束的自由飄向天空。人生也就像氣球，會經過許多風風雨雨。但如果平安度過，就會得到很多的經驗，使我們好渡過下一次的難關。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 柔軟成就不平凡 ◎作者 5%： 吳寶春，劉永毅

◎心得或感想 30%： 要成功不向想像中的那麼簡單，必須非常非常的努力，付出很多的代價，才有辦法得到更大的收穫，吳寶春他沒有過人的天賦，沒有優越的背景，他有的只是比挫折更柔軟低的身段，比困難堅毅不變的努力，這讓我體會到了，想要堅持到底的做每件事，需要很大的耐心及毅力。遇到困難時不可以退縮，要向吳寶春師傅一樣，再苦也要撐過，只要堅持過，經歷過了，就會使我通往下一片天空。成功的必備條件就是「努力」。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.62 一份夢想，萬分努力，唯勤而已

p.106 一個人如果坐在與他能力不符的位置，其實是最痛苦的一件事了。

p.127 事情沒有那麼複雜，只要去做對的事情就對了。

p.156 努力不是苦讀，而是樂在其中，享受奮鬥的感覺。

p.216 當你真心想要某樣東西時，整個宇宙都會聯合起來幫助你完成。

p.235 抱最大的希望，為做大努力，做最壞的打算。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：加二智 座號：36 姓名：陽 0 樂

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 紀彥伶

◎心得或感想 25%： 不要因為出身於窮困的家庭而覺得自己毫無用處，天生我材必有用。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 走吧!去做你真正渴望的事 ◎作者 5%： 艾易森·路易斯

◎心得或感想 30%： (創造有意義人生的七分鐘微行動)

有時候會想問自己我對人生到底有何企求？

我是不是在做我不希望的事，我的人生事不是渾渾噩噩得過完，我到底渴望的是什麼，是否是清醒地過生活。而看了這本書我的這些問題終於得到了解答，有了新的目標，有了新的方向，不再是渾渾噩噩地。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

當你的目標能支持你的人生目的時，這些目標便能解放你，讓你活出卓越人生。當你實踐自己的話語，你會發現自己開始深入下一個重要的生活狀態；成長與學習。

謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁 座號：2 姓名：O 雅

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 電三勇 邱瑋

◎心得或感想 25%：

此圖表達生命的多彩多姿，有存在的價值，所以，不要否定自己的價值，上帝賜給我們不是黑暗的生命，要肯定自己，不是從旁人的眼光，活在別人的標準。做自己的主人，在合理範圍。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 當幸福來敲門 ◎作者 5%： 克里斯·葛德納

◎心得或感想 30%：

一般來說，很多生長在暴力環境中的人，長大容易模仿，但克里斯卻立志成為更好的父親。

在人生高峰時易走偏路，克里斯走偏了一次，卻回來了，不再走偏。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.15 我奮力往前走，因為相信未來會更好。

p.18 你不可能成為邁爾·戴維斯，因為邁爾·戴維斯就是邁爾·戴維斯

p.301 不斷強調英語中最重要的兩個詞是請與謝謝。我一直謹記這點，因此我要感謝我人生中有福認識的人。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁 座號：8 姓名：林O蓁

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：房靜玫

◎心得或感想 25%：

生命是無可取代的，不要等到生命變黑白才來後悔，人生應該要無時無刻活的有色彩，讓生活過得更精采，別讓美好的人事物後悔，應把握當下的美好。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%：機車生活 ◎作者 5%：吳億偉

◎心得或感想 30%：

他能夠在生活中找到自己的方向，就算再怎麼不順利，他還是能夠想清楚勇敢去做，去找尋他所要的答案，知道自己要甚麼，去追求，勇敢走他的未來，找尋他要的一切，真的很厲害。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.215 漫遊的人，來哲人路瞧瞧吧！在山谷中，你找到答案。

書底 把負荷變笑聲，逆境中能幽默，最難。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁 座號：12 姓名：陳O萱

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 許英逸

◎心得或感想 25%：

人生總是有甘有苦的時候，在這過渡時期，雖有起有落，有不如意的時候。但總是有出路給予你光芒並指引你前進。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 我的野鳥朋友 ◎作者 5%：張伯權

◎心得或感想 30%：

鳥類與我們人相似，每個人都有屬於自己的鳥，只是我們忽略牠。但有朝一日，帶你遇見時，會發現牠便是你所尋找的「路」。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.69 我們也要像鷓鴣一樣，不時站上枝頭---我們所需要的只不過是「一」枝，昂首唱出心裡那一首埋藏了許久的歌。

p.161 想想，鳥類的親子情分，手足緣分，竟然如此短暫。同為動物，這是我們「人」與鳥，最大不同之一吧。

p.214 沒有，什麼也沒有。樹上只留著一窩空巢，空空蕩蕩，偌大一片林子，彷彿空城一般說不出的寂寥。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二仁

座號：16

姓名：楊 0 怡



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 蔡書馨

◎心得或感想 25%：

圖片中的格子象徵著人生的佈局，旗子則象徵著我們的未來，人生就像棋局一樣，下一步該怎麼走，全操控在你我的手中。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 人類面臨的重大問題 ◎作者 5%： 李家同

◎心得或感想 30%：

每個人對道德的定義可能不太一樣，可是作者相信人類有一個共同信念，那就是我們不要過分的自私，只想到自己，我們應該要想到整個社會、國家和全人類的幸福，如果每個人都這樣想的話，相信這個世界應該就不會有這麼多問題了吧!

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.30 如果我們強調人類應該互相相愛，那麼我所提出的這些重大問題，雖然不能完全消失，但至少不會有非常嚴重的不好的後果。

p.220 我們無法決定科技的發展方向，他有了自己的動力。

p.223 經濟發展建築在人類的浪費上。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁

座號：17 姓名：楊O竹

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：謝旻楨

◎心得或感想 25%：

覺得他說得很好，生命真的生生不息，後代不斷生孕產生子孫，一再循環，得來不易，所以我們不要輕易放棄生命。人無法掌握生命的長短，但可以讓自己活在當下，開心過每一天。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 佛陀教你不生氣 2 ◎作者 5%：蘇曼娜莎拉

◎心得或感想 30%：

看完這本書，覺得文字雖然淺顯但文章深遠。不生氣雖然意味幸福，但沒有憤怒就像沒有生命一樣，要消除憤怒或壓抑憤怒是不可能的，憤怒的衝動是生命本質，了解憤怒，讓心情可以盡快平息穩，這是一本值得看的書。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.173 如果自我真的存在，照理說應當可以自由操作感覺，然而實際上卻做不到。

p.161 人生，時常為了得到五分鐘的快樂，至少花上一整年的辛勞。

p.43 我們常以為的滿足、幸福、快樂全部都是妄念。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二仁

座號：19

姓名：謝 0 伶



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 謝旻楨

◎心得或感想 25%：

生命如同小草般頑強，又像陽光般閃爍，表現人的意志堅強；生命也像純淨的水生生不息一再循環，生命又像水一樣是很珍貴的，因為得來不易，久了也會慢慢地消逝。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 只要你比別人更想飛 ◎作者 5%： 黑幼龍

◎心得或感想 30%：

只要你比別人更想飛，一定可以完成你的夢想，人生只有一回，不能重來也不能倒退，只要懂得運用時間，時間就永遠夠用，而只要你想怎麼樣，就像你希望今天能開心，就會遇到開心的事。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.39 我懷有遠大的希望，雖然不一定能達成，但是我總能仰望他的每，信他，並隨他前行。

p.46 未犯下足夠的錯誤之前，不可能成為偉人。

p.57 全力以赴的人有福氣。

p.82 已愉悅信任的態度接受任事件，那麼幾乎所有的事件都會換上一幅更好的新面貌。

p.90 寬恕，使人生更美麗。

p.167 每一天都是特別的日子。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二仁

座號：21

姓名：顧O薰



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 王毓茹

◎心得或感想 25%：

這個作品的圖案是很多氣球，很多色彩。圖中的氣球象徵自由，無拘無束地到處飛翔，那些氣球也代表著我們，在生命中，充滿冒險，等著我們去一一突破。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 明天我就不追了！ ◎作者 5%： 吉爾·勒賈帝尼耶

◎心得或感想 30%：

這本書是在說作者的人，她遭遇很多事情，我們可以從一件事情學到做事的方法和解決事情的態度，看完這本書可以讓自己了解更多，看遍很多事物，學習很多知識。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.65 人生總是在逆境中，才會發現他人的天性。在黑暗的洞穴深處，人會對人性有獨到而精闢的見解。

p.24 儘管這天開始就多災多難，但我一秒鐘也沒有沮喪。我只想著一件事：今晚，我要好好守在門邊。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁 座號：29 姓名：林O民

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 李欣怡

◎心得或感想 25%：

就算真的不行了，也要繼續下去，也許成功就在不遠處，所以不要輕易地放棄自己。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 零下 40 度的勇氣 ◎作者 5%： 陳彥博

◎心得或感想 30%：

作者熱愛跑馬拉松，從小開始訓練，雖然也曾經因為挫折而放棄，但因為有教練在他落魄的時候，適時的給予提醒、關愛，讓他重拾信心，繼續往自己的目標邁進。

所以，在現實環境中不論我們碰到了什麼樣的挫折，只要我們努力面對解決，這些挫折雖然就會化為我們的助力讓我們在下次的困難時有更多的智慧去迎向她。

所有的成功背後都有辛酸淚，不必羨慕成功的人。因為他們的成功背後是無數的血汗堆積起來的。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.112 即使成功機率只有百分之二，只要咬緊牙關撐過，好運就會接二連三。

p.261 一路上一定會有很艱辛的考驗，不斷受痛苦挫折，但如果你失去勇氣，將會一無所有。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二仁 座號：40 姓名：蘇O豐

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 房靜雯

◎心得或感想 25%：

對，我們應該要好好地把握生命中的每一分一秒，在有限的時間內盡情的揮灑色彩，不要像這個作品說的：「不要等到生命變黑白才後悔莫及」。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 佛陀的日日小小頓悟 ◎作者 5%： 蘇曼那沙拉

◎心得或感想 30%： 裡面寫許多小智慧，看完之後令我思考許多事情，讓我換個角度思考，頓悟出了不少東西，看完這個後，會使人變得更加有自信、智慧、會改變人的態度。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.19 活著就是變化，無償才是真實人生。

p.86 正常過活，才能活出當下。

p.159 世界上沒有跨不過的逆境之牆。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二智

座號：4

姓名：吳O高



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 王毓茹

◎心得或感想 25%：

彩色氣球加上藍天白雲，畫面真的很美，夢想就如同氣球，在人生的天空上，愈飛愈高，只要不放棄的追逐夢想，就能創造出七彩繽紛的氣球。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 空間與心靈的淨化整理術 ◎作者 5%： Stephanie Bennett Vogt

◎心得或感想 30%： 當生活繁亂不安或趕到急躁時，真的很需要整理自己的情緒，這本書提供很多種方法去沉澱心情。我覺得這本書很重要的傳達改變自我，而非改變別人來配合自己的模式，處於人生迷途，也能透過這本書去看清生命真正的意義，縱使情況再怎麼負面，也不會失去前進的動力。當倦了、累了，那就停下，休息後再繼續往前吧!這並非停止，而是醞釀更好的態度去面對人生的難題!

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

封底 愈能鬆手放開，就愈能感受到自己的開闊性。

p.18 生不帶來，死不帶去

p.54 從心靈修練，世界也會一起轉化。

p.231 單純地接納每一件發生在你身上的事情。

p.298 自從快樂聽聞你的名子，他就穿越大街小巷要找你。

p.340 你無法獨自一個人成長。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二智

座號：7

姓名：李 0 怡

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 蔡書馨

◎心得或感想 25%：

人的生命確實就像一盤棋，下一步怎麼走要慎重，若隨便選擇，自己便贏不了這一盤與生命下的棋。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 就愛找麻煩 ◎作者 5%： 安德魯·克萊門斯

◎心得或感想 30%： 現在的青年都有叛逆期，調皮愛搗蛋，但是他們即使犯了很大的錯，都會有人來教導他，引導他到最正確的方向，並不會只有罰，反而只有罰的話孩子就會更不聽話。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.5 如果想要未來有什麼不一樣，那就一定要現在改變。只要願意有一點點改變，外在的服裝和行為、內在的想法和情緒，也都會開始變得不一樣。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二智

座號：13

姓名：葉 O 榆



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 林芮安

◎心得或感想 25%：

「雨過天晴，每個人都煥然一新。」這是一幅愛心生長出一棵樹，樹上的每片葉子都是獨一無二的，這代表著每個人都是獨一無二的。當我看到這張圖時，雖然外表看起來不怎麼樣，而且雲不像雲，但是它的內容很令人驚奇，土壤是基石，雲朵是用來遮蔽的，雨水是滋潤用來做每個人的動力。我想生命是如此的寶貴，但怎麼有些人就是不珍惜呢？每一片葉子代表一個生命，倘若一棵大樹沒有茂盛的葉子，那麼樹看起來不就像是孤獨的老人一樣，只能自己展開雙手，但沒有人陪伴，

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 二十歲的普魯斯特 ◎作者 5%： 尚帕斯卡·馬伊俄

◎心得或感想 30%：

書中主角想要了解自己，他做了 20 歲每個人都會做的事，雖然裡面有些段落我看不懂，但是我想作者表達的就是生命無限可能，生命有些時間限制，隨著時間一點一滴的流逝，人都是會老的，人老了有些事就不能做了！新聞上常常報導的自殺事件 EX:跳樓、燒炭，這些人都沒有想過家人、朋友會擔心、會流淚、且有些人還覺得生命太短暫、這世界有兩種人，一種是輕生的人另一種是重生的人。我想那些輕生的人不應該因為情傷或者欠債而去選擇自殺，不應該因為一時的衝動而真的鬧出人命，他們應該想：我現在還活在世界上，代表我的生命還未結束。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.30 成功需要意志力。

p.41 明天不會全然異於昨日，因為昨日是明日的製造要素

p.82 時間是有彈性的。

p.101 與其過生活，不如夢想人生。

p.105 當人面臨死亡時，爭執是如此微不足道。

p.107 只要難以過著值得去過的人生，這是一種必要的暫停。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校
103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得



班級：園二智 座號：14 姓名：解 O 睿

一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 蔡安定

◎心得或感想 25%：

人每天都會有好心情，也會有壞心情，所以要樂觀點，不要一件小事就壞了一整天的好心情，以笑帶人，以美麗的心情對每一天。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 我要牠們活下去 ◎作者 5%： 片野

◎心得或感想 30%：

雖然說要”零安樂死”，但是飼主一直不負責任的棄養，台灣要怎麼做到？我曾經想過，大家都說安樂死很可憐，那為什麼不把他們都結紮，再放回街上，而是要讓牠們一再地繁殖，一再地流浪，其實對於公家機關的舉動，實在是不知道他們在想什麼，說牠們結紮可憐，那牠們一直無限輪迴流浪著有比較不可憐嗎？

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.123 絕對不允許你把牠丟下來。

p.21 牠們絕對不會像人示弱。

p.89 無論如何我都想教她。

p.112 我們想要停止安樂死。

p.130 每一隻被收容的狗，早晚都會有收養狗的可能。

p.131 從今以後，絕不允許飼主棄養蠢物。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二智

座號：18

姓名：潘 O 計



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 沈侑璇

◎心得或感想 25%：

在任何一個國家，總有適應事務的問題；在這世界上，萬物都是以「適者生存，不適者淘汰」的生存法則活著。沈侑璇所繪的，是生命，小花如何在石縫中生存？這是一個思想生命意義及目標的課題，到底要有多大的生存意識才能突破種種難關？小花有如生命，石縫則是世界，在這世界要活著，是多麼不容易的事？「適應」是唯一的解決辦法！

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 二十歲的卡繆 ◎作者 5%： 馬夏·賽希

◎心得或感想 30%： 這本書有點在批判人的生命意義，但並不是全部都是壞的，他是以「卡繆」的思想在敘述，他認為人活著，就要活出自己，不要忍受惡勢力，更不可以順從，就好比書中封面所寫的「希望等於忍受順從，而活著，就是不要忍受順從」。我並未完全的將此書看完，因此，我病態能理解「卡繆」的思想，但我知道他所追求的是人的「理智」，他說：「唯有理智可以帶給人真正的愉悅」。其實，看了這本書後，發現卡繆有很多思想，跟我現在對於生命的態度很相像，也可能是因為這樣，我才會對這本書的印象如此深刻。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.67 我之所以會數度放棄耀眼的財富，那是因為我喜歡的是沒沒無名的自由，而非身處於奴隸狀態而穿金戴銀。

p.103 你要不願群體而置身事外，這永遠是虛妄的，即使是為了別人的愚蠢與殘忍。

p.73 唯有理智可以帶給人真正的愉悅，而人應該努力趨近善，直到跟善混而唯一。

p.95 人的政治活動與命運被一些沒有理想且缺乏寬廣視野胸襟的人們形塑。

封面 希望等於忍受順從，而活著，就是不要忍受順從。

p.103 一個人要不就妥協合作，要不就對抗它。

謝謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二智

座號：33

姓名：陳 0 閔



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%：王毓茹

◎心得或感想 25%：

看到藍天白雲，就感覺讓人心情放鬆的視野，一顆顆的氣球被綁在一起，共同飛向遙遠的天際，追求自己生命所要的理想，快樂人生能造就一個人在生活上能否過的喜悅，而不會感到人生不順利，而作出一些傷害自己的事，人要以好的那一面去看，轉一個彎，能使看到不同的人生世界，使人開心過美一天。

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%：築地魚市打工的幸福日子 ◎作者 5%：福地享子

◎心得或感想 30%：

書中主角從一開始沒有任何當於是員工的經驗，人都要從基礎打起，一步一步走出困難、艱辛的路途，當成功的目標達到不可以輕易放棄，要持續奮鬥下去，人生才有美好的紀錄，到最後，過著四年之久的打工生活，才慢慢發現，人沒有事情做不到，而是看願不願意付出，光說卻不做，就等於殘廢的一般，人要努力工作，才有生命的存在意義。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.44 我們互相調侃彼此的近況，說著重複了好幾次的老笑話。結果到最後，我們都覺得現在的生活，才是最有意思的，最適合自己的人生。

p.116 如果沒有能夠理解，愛護他的人存在，語言就會逐漸消失。

p.195 明明都是小孩子，每個人卻都是如此堅強，讓我聽得連心情也開朗起來。

封底 鮮活的可不只是魚，多的是他的筆下身影和人情。

p.9 對融入工作獲取尊嚴的人群抱持熱情，對魚岸的人們著墨甚深。

p.13 人類的記憶是很單純的東西。

謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！

臺北市立松山高級工農職業學校

103 年度生命教育書展暨美術設計作品展心得

班級：園二智

座號：34

姓名：陳O堉



一、觀賞完美術作品後，印象最深刻的作品是那一個？並寫下作者姓名及自己的感想。

◎作者 5%： 蔡安定

◎心得或感想 25%：

他的作品是陰雨的背後有豔陽，我就不談論藝術方面，我就從他的意境來說，人生時常會有不如意，所以我們沮喪、難過，心情就像有一層烏雲壟罩，但巫雲之上總是晴天，難過後也要振作，重新出發，看似簡單的剪貼卻有著深深的含意。我想這層道理大家都有體認過，只是有些人卻常陷入自我的悲觀想法，無法自拔，最後就可能得憂鬱症，甚至到更嚴重的地步，但其實只要心轉個念，就能擺脫陰雨，看見陽光看見希望！

二、今天看了哪些書？在這些書中，你最喜歡或印象最深刻的書是哪一本？請寫下書名、作者，看完的心得或感想。

◎書名 5%： 理所當為:成就公平正義的社會 ◎作者 5%： 洪蘭

◎心得或感想 30%：

從眾多的書中我看到了我覺得會很有趣的書，光他的書名就非常令我非常感興趣了，因為這社會缺乏的是正確的觀念，而書中就舉小故事來闡發正確的觀念，我覺得每段故事和每個其所隱含的道理都讓我心中有逆感觸，我也獲益良多，雖然沒把整本書看完，但就錦屏其中的一小段文章，就能讓人有如醍醐灌頂的感覺，我想這本書很適合給大家看，以裡面的故事為借鏡，反觀自己現在生活有那些需要改進與學習的，同時也能讓人肯定自我的價值，尊重每一個個體，以及遇到問題、困境該如何面對、突破或放下；我想裡面的人生哲理，不是一下就能體悟所有，所以需要細心品味文章傳達的意念，並以他為學習、精進自我的觀念，進而解決人的劣根性，增進社會的和諧與公平正義的社會。

三、請摘錄書中多則與生命教育相關的名言佳句，並註明出處。

p.24 其實，葬禮是做給活人看的(人死了，還管什麼死後哀榮?)，何不在活著時，讓他感受到自己生命的價值呢?「生前一粒豆，勝過死後拜豬頭」，在親友的溫情中離世勝過死後的盛大追思，我們應該趁人還活著時去探望他，不要等死後送上一束花。

p.25 你對你自己的看法，成就別人眼裡的你。

p.27 法國前總理戴高層說:「墳墓裡躺滿了不可或缺的人。」不要把自己的價值放到別人的肯定上，自己怎麼看自己才重要。

謝你的參與，好的作品得到嘉獎 1 支，歸還後可以放入學習檔案，並有機會放入輔導通訊—生命教育特輯專刊哦！並祝你平安喜樂！