

學校名稱：私立曉明女中
年 級：一年級
班 級：戊
科 別：
名 次：優等
作 者：張鈺宜
參賽標題：別羨慕別人了，為自己努力一番吧
書籍 ISBN：9789861754567
中文書名：別讓現在的壞事，趕走未來的好事
原文書名：無
書籍作者：艾爾文
出版單位：方智
出版年月：2017 年 4 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

艾爾文從四年前開始在網路上分享理財以外的人生感悟，用正向的文字，幫大家排除憂慮，幫助讀者步上更精采的生命旅途。

作者將內容分成談自信、談人生、談成長、談堅持、談相處等五個主題來敘寫，每個主題中又分享了許多他的親身經歷或是其他的小故事來鼓舞讀者。

二、內容摘錄：

想要與眾不同，並不代表你這個人就有錯。(p49)

很多時候你要得到比現在還好的東西，你需要的是先給自己更高的期待而已。當你對自己的期待變高了，你就會付出更多的努力，雖然會比之前還累，但活起來卻也比之前還精彩。(p110)

你的努力不是要做給其他人看，而是為了超越自己，為了預約更美好的未來，然後與更好的自己相遇。(p171)

沒有一個舒適圈是不需要痛苦就能突破，沒有一個成長是不需要付出就能擁有，沒有一個夢想是不需要努力就能實現。(p191)

三、我的觀點：

以往我心中最常出現的聲音是：「我好像又失敗了呢。」「我的能力是不是做不到這些事...」「為甚麼別人總是這麼厲害？」，那時的我總是悲觀，只會羨

慕別人的優點和長處，眼中盡是別人亮麗的成績或頭銜，而從來沒想過為自己追求些什麼。而至今，我看過了許多書和原創圖文，更在看完這本書《別讓現在的壞事，趕走未來的好事》之後，我更加相信，我們要喜歡最真實的自己，其實自己沒有想像中的那麼糟，很多事還是值得去努力的。

書中提到了：「多相信自己，因為未來的你會比想像中還好。」以前我也常和人比較。誰的數學又比我高了五分，明明上次只有三分的；誰的單字總是過目不忘，哪像我考試剛考完記憶就自動刪除了一諸如此類芝麻綠豆大的事，我總是會自卑，不相信自己，覺得自己比不上人家，然後開始自怨自艾。但現在的我不一樣了，我會試著不去比較，並更加努力，雖然落後別人一段距離，但只要我們進步的速度比別人快一些，總有一天會追上他們，再說，進步後的自己是如此的值得期待啊。

能體會到上述這些事情，並不是一天兩天的促成，我曾經消極了好一陣子，而在那期間，我改變了一些習慣，學會了檢討自己，我養成了每週至少一個小時的自我對話，我會給自己鼓勵，並且告訴自己還需要改掉哪些問題。甚至，我會給自己想像的時間，望出窗外看看風景的同時，想像自己未來達成理想的樣子，這麼做之後，我便會充滿動力，繼續向前衝。當然，向前衝時一定會遇到挫折。人的一生不可能一路順遂，不可能風平浪靜，這段路上總是充斥著挫折與考驗，在面對這些困難的同時，好好想想，不管成功與否，只要經過這次的經驗，自己就能有所學習，就會增添一些堅韌的性格，就會凌駕現在的自己，如果能夠這麼想，也許就不會感到畏懼。而且就算失敗，仍然可以記取教訓，下次如果再遇到類似的事，可以當作是前車之鑑，自然而然就能避開錯誤。所以，不要懼怕眼前的困難，這件事是我現在最需要學習的地方。

我想，人生是一條山稜線，當我們必須到達另一端，就只有這條路線。而如何通過這條路徑是由自己決定的，或許是畏畏縮縮，走了幾步路就停滯不前；或許是低頭前行，深怕出了什麼差錯；或許是相信自己，抬頭挺胸，安穩地邁出每一步，堅持完整段路途，還能好好享受沿途的秀麗景致。一切都只有自己才能選擇要用甚麼樣的心態及多少勇氣來面對未來。

閱讀本書後，我想以「拿出勇氣不合群，至少你會喜歡自己。」來鼓勵自我。隨波逐流，似乎是現今大多數人的習性，也像是一種流行病，大概是怕被視為特立獨行，所以有很多人總是不敢提出自己的意見，委屈了自己，這樣又何苦呢？每個人都是獨一無二的個體，大家的路途都不同，沒有必要為了別人而埋沒自己，我反而認為擁有主見的人，最能明確地了解自己要的是什麼，而且在夢想的路上更能堅持下去。

我們在成長的過程中，總是會迷惘，總是會跌跌撞撞，總是會不知不覺看別人眼色，但是我們必須改變，改變這些對自己沒有益處的習慣，並且昂首看向未來，而不只是在原地打轉。我們一生都在學習，學習大聲說出自己的想法，學習相信那個其實值得期待的自己，學習成為更棒更勇敢更有韌性的人。此外，沒有人是完人，所以不要責怪自己做的不夠好，不妨抬頭看看，天空仍然白天黑夜地變換，世界仍然在運行，就算緩慢，我們也仍然會持續進步，並能張開雙臂迎向未來所有的好事。

四、討論議題：

如果聽到別人對自己的評價，會仔細思索他們說的話，還是聽聽就算了，繼續做自己？