

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：甲
科 別：
名 次：第一名
作 者：葉書亞
參賽標題：大雨過後,必有藍天
書籍 ISBN：9789869060776
中文書名：不流淚,那就下雨吧
原文書名：
書籍作者：何厚華
出版單位：大於創意文化有限公司
出版年月：2015 年 05 月
版 次：初版

一●圖書作者與內容簡介：

何厚華，是一位資深的音樂人、廣播媒體人、作詞人、演講人，也是一位作家。他不習慣用較長的文字書寫，所以這本書是他人生中數量不多的第五本。

這本書是作者彙集了他癌症康復之後，十年間的人生與感情的描寫，這對他而言是宛如重生般的體驗，從許多事情中不斷的反思、檢視。由起初的懵懂，到後來因年歲日漸增長，而對看事情的角度有所不同，每件事在他細膩的描寫下，讓我身歷其境。

二●內容摘錄：

越難走的路，越銘心刻骨；越想看清楚，越容易迷路。（p52）

生命中，即使匆忙的過客，更加豐富了我原本不堪的靈魂，並且，更加懂得珍惜。（p126）

生命有趣的地方往往就在這裡，當你猶豫或遲遲不想做出改變的選擇，便會出現類似不得不的恐怖情節，而當下我們也被驚嚇著控訴生命的不公平，最後轉個彎又是另一片風景。（p141）

當一切都束手無策時，為什麼一定假裝勇敢？尤其當你越是否定，折磨可能糾纏你越久。如果可以早點面對的話，讓自己走出陰霾，也不會辜負老天爺的美意。（p181）

我們都有不同的過去，悲歡交錯是必然，都曾在某段旅程上狂喜或哭泣。（p206）

三●我的觀點：

九二一那年的十月，母親經過懷胎數個月後，生下了一位健康的小嬰兒。沒錯，那位嬰孩就是我。來到了這個未知的世界、踏上了一場漫長的人生旅途，我們每個人都在這世上懵懵懂懂的探索、經歷各種不同的試煉與考驗，而這些考驗可能並不都如我們的願，但在這當中總有些可以學習之處，等待我們

經過反省、思考，從中獲得。

從小被愛與呵護照顧之下的我經常經不起一些細微的挫折，只要一有人點出我的錯誤，我便如同遭天打雷劈，而這一劈便劈入我的心坎裡。或許是因為父母過於疼愛，又或許是因為我的自尊心太強所致，這些小挫敗一直深藏在我的內心深處，因而造就了我多愁善感的「憂鬱體質」，常因為芝麻綠豆大的事而哭泣。在我就讀幼稚園時，有一次帶班的老師請假，當我得知這消息時，竟然在下課時坐在樓梯上哭泣，現在回想起實在很可笑。當我閱讀第一篇章「你看到的我是藍色的」，便在心中起了共鳴，也許，我們都只是因為內心深處的孤獨而流淚吧！

小學時期，我經歷過了一次友情上的變質，我遭到排擠，而那位同學是我最要好的朋友。一般人若遭遇到這種事必定會難過，況且我又有那「憂鬱的體質」。這次的打擊不只劈到心坎，更有如刀割，狠狠地在我心上劃了好幾刀。我哭了好幾天，也不太想去學校，但，這是不可能的，每天都還是得踏入教室，面對曾經一起擁有美好回憶與歡笑的他。一段時間後，我決定改變自己的心境，不再消極，畢竟我用了再多的淚水，也無法改變什麼。我決定就趁這段期間好好的充實自己，將自己變得更好。於是，我將自己埋入書中，從書裡的字字句句學習。漸漸地，我發現，我，不一樣了，變得比較開朗，也看得比較開，開始會檢視自己，並且改進自己的過錯，難過的感覺也減少了。我開始會去關心其他的人，不再只是看見自己的需要，而更加懂得「愛」。

「愛」是很重要的功課，不僅僅是同學之間的愛，男女之間的情愛，更是與家人或關心我們的人的愛。這個在人生中最重要元素，是溝通人與人心門的橋樑，它可使一段關係變得很要好，也可化解許多衝突或誤會。此書的作者，在書中談到了幾段感情，然而，我們可以發現他因為自己的改變，從一開始的責怪，批評，到後來學會感謝，一切都是因為自己的體悟和將心中的那憂鬱感除去。放下，才懂得如何前進。

我們必定會遭遇瓶頸，也可能在感情上有所挫敗，我們必須面對它、正視它，不要只是一味地逃避。我們也許會認為避開它是最好的方法，但，終究是有累了的時候，有再也躲不掉的時候。所以我們要試試用不一樣的角度、不一樣的方法來解決。捨不得流淚，那就下雨吧！在這雨中散步，感受此刻的溫度，回想那些記憶中的美好片段，歌頌著生命與愛的美好。細細咀嚼後，你將發現，雨過天青，又是一個美好的日子。

四●討論議題：

倘若我們遭遇到了困難，該如何面對呢？