



班級：餐一乙

姓名：黃宇謙

書名—心靈雞湯

我的觀點

《心靈雞湯》這本書細說了一些日常生活中平凡無奇的小故事，並透過一篇又一篇的故事中凸顯了克服挑戰之後的勝利。例如：台灣棒球好手—林智勝在2013年7月17日比賽完返回中壢住處時，與計程車相撞遭受車禍後，整個球季被迫報銷，進行了一連串的復健之路，也並沒有放棄，康復後，隨即在隔年繳出漂亮的成績單，是一個很好的例子。

痛苦是不好受的，不過卻是要堅強、進步的必要道路。遇到困難絕對不能逃避，正如：「面對問題是解決問題的第一步。」如果逃避問題只會讓事情變得越來越麻煩、越來越嚴重，相反的，如果有能力來解決這些難關，那在之後處理事情也會變得更加穩重、成熟、更有效率。當人面臨障礙或是困難時，就算是一顆微不足道的小石頭，也會讓人一蹶不振，所以我們應該要有「危機就是轉機」的樂觀想法，從失敗中重新站起來，懂得從挫折中成長，我想，這應該是人生中最大的榮耀！

《心靈雞湯》這本書裡面有非常多則精采的小故事，其中對我最有感觸的一則故事是「追隨夢想」，俗話說的好：「天下無難事，只怕有心人。」努力一定會成功，如果沒有成功就代表不夠努力，所以每個人都要為自己的夢想而努力！「追隨夢想」一定記住四個字，永不放棄，就像台灣棒球好手—陽岱鋼所說的：「不放手直到夢想到手！」。「這一秒不放棄，下一秒就有希望。」人都是逼出來的，相信自己，人只有壓力才會有動力！

對我而言，我的夢想就是成為烘焙師傅，所以現在的夜間輔導課程我選擇了西點丙級證照班，就是希望能夠越來越進步、越來越熟悉每樣產品的製作過程及需要特別注意的小細節，做出好吃的產品。除此之外，我也利用週六或週日空閒的時間來練習各式各樣的烘焙產品，做完成品之後也會和家人、親戚或鄰居分享，品嚐過後家人也會告訴我哪個部分有缺點，下次再改進就好，而不是別人一句「有缺點」就輕易地擊倒了我的烘焙夢想。失敗並不是一件壞事，「失敗為成功之母」，有了失敗的經驗，才会有成功的一天，「跌倒了，再站起來就好了」，這是我做事的精神！

我們應該不斷的充實自己，讓自己活得更有意義、更有尊嚴，活出自我的生命色彩，以樂觀的態度去面對人生的各種挑戰。「每個人的潛力是無限的。」這句話鼓勵了我，希望自己在餐飲的學習路上也能夠揮灑出亮麗的色彩。

看完《心靈雞湯》這本書之後，我的收穫非常多，藉由作者親身經歷的故事以及名人專家所提供的實例，述說了很多人生中的大道理，會讓人想一看再看，也讓我學到很多，成長、懂事了不少。

