



班級： 普二甲

姓名： 李姿儀

書名—拿出勇氣

我的觀點

若當時有人能多諒解書中主角，她可能不至於那麼失落，然而在每個人心情低落時，最需要的是朋友與親人的支持與關懷，面對朋友的背離與不信任，內心的受創只會加倍不會減輕，痛苦的情緒也找不到出口，對於眾人的流言蜚語只有忍氣吞聲，關起門來痛聲大哭，甚至產生了不好的念頭。「我不再沉默」讓我漸漸的體會與成長，更懂得諒解他人，覺得學會體恤他人不但是種品德修養也能為自己贏得了更大的尊重。俗話說：「謠言止於智者」，因為我知道受到不真實的輿論壓力是多麼無法自拔，是多麼的痛！所以我厭惡那些道聽塗說，不認清事情真相，暗地裡的散布謠言的人，我無法忍受別人這麼做，更不願在背後說人閒話，越來越懂得設身處地的替人著想，徹底領悟了「己所不欲，勿施於人」的道理。

作者米蘭達所擁有的痛苦回憶，讓她心力交瘁，但眼看著朋友慢慢步入火坑，米蘭達不僅沒責怪朋友對他的不諒解，還挺身而出，揭發真相。讓我深知意志若是屈從，不論程度如何，它都只會幫助了暴力，當我們受到任何傷害、委屈時，唯有勇往直前，才有機會改善現況；逃脫和躲避，只會讓自己的生活越來越失去活力，意志越來越萎靡不振。面臨朋友一度的猜忌，米蘭達始終不放棄，最後不但揭發事情真相，也救了自己的朋友。滴水穿石，不是因其力量，而是因其堅韌不拔、鍥而不舍，故事告訴了我不管在什麼情況下，都不要失去希望，也不要丟失了再試一次的勇氣。

「我不再沉默」也讓我養成了一個習慣，喜歡觀察身邊的每個人，尤其是同學們，由於我不想看到任何一位朋友被孤立或者不愉快，現在每當有朋友沮喪時，我總能第一眼就發現，成為良好的傾聽者，給予適時的鼓勵與關懷，並承諾保密，希望他們能盡快恢復愉悅的心情，保持笑容。但善於安慰別人的我其實內心比任何人都還脆弱，有時太在意別人眼光，因此常常很受傷，也許是說者無意，但我也必須放開心胸，學會做自己。

為什麼這本書如此的吸引我，其實是因為它的書名「我不再沉默」，第一眼看到它，就有許多的感觸，有些事埋在心裡已久，看完了這本書後，我更覺得自己是不是也該說個清楚，別再保持沉默，勇敢面對問題，解開一切的誤會！師長們說的沒錯，我是個會逃避問題的人，許多年來不管是挫折或麻煩，我大多選擇置之不理、逃避，並愚昧的相信時間會淡化一切，但這解決問題的方法似乎不是最美麗的方式，我想現在的我必須靠著自己的力量，去戰勝我那顆畏懼的心，否則它將成為我成功中絆腳石，阻礙我前進未來，一直牽掛在我的心頭。

非凡的人生總有一段不為人知的坎坷路程，而坎坷能磨礪人的意志，只有接受它，才能成為成功者。看看她的遭遇，似乎覺得自己的問題有些微不足道，她都面對問題了，我也一定能克服我的困難。每天都是嶄新的開始，不斷求進步，就算跌倒、失敗也要勇敢站起來，昨日的失敗，恥辱都已成過去，每天超越自我，就是成功的第一步。