

#103期愛，生活與學習讀書會

人生如球場-愛，生活與學習讀書會

文 / 輪值故事長 2016-12-17



103期 愛生活與學習讀書會

洪蘭團長推薦：

任何一本書經得起時代的考驗就一定有它存在的價值，
這本《愛·生活與學習》是一本可以傳家的經典了。
只要像作者一樣，從愛出發，
接納跟你不同的人，學習聽自己內在的聲音，
相信自己，付諸行動，就能創造你自己的生命。

日期：12/17(六) (1-3章)、12/24(六)、12/31(六)
時間：9:30~11:30
地點：愛團總團部 (士林區中正路104巷1弄2號)
聯絡人：秋芳輔導長 0918-083-609



洪蘭團長推薦：

任何一本書經得起時代的考驗就一定有它存在的價值，

這本《愛·生活與學習》是一本可以傳家的經典了。

只要像作者一樣，從愛出發，

接納跟你不同的人，學習聽自己內在的聲音、

相信自己，付諸行動，就能創造你自己的生命。

日期：12/17(六) (1-3章)、12/24(六)(4-8章)、12/31(六)(9-13章)

時間：9:30~11:30

地點：愛團總團部（士林區中正路104巷1弄2號）

聯絡人：秋芳輔導長 0918-083-609

103期「愛，生活與學習」讀書會，在兩天培訓完的的第一週起分三次(12/17、12/24及12/31)在總團部B1舉行，三場讀書會由學姐們帶領這本近三十年前的經典名著闡述的正是「愛你一輩子」理念。從愛出發，接納跟你不同的人，學習聽自己內在的聲音、相信自己，付諸行動，就能創造你自己的生命。

就如同第二場讀書會中學員的分享一樣：「人生(生活)就像是打一場球，每一次投來的球有好球也有壞球，每個人能接到的球都不同，但透過學習就是要讓大家能夠將壞球打成好球，祝福大家能夠場場打出漂亮的好球。」

是的，透過共學分享交流彼此的觀念與感受，相信就如同車子定位般..整理好自己再好好面對不同場次的球賽。在愛團常說：「有快樂的父母，就有快樂的小孩」，如何成為快樂的父母就是要搞定自己，怎麼搞定自己？這本愛，生活與學習就是一本葵花寶典，雖然讀書

會結束了....但仍可透過每次不同的月聚會好好體認這愛，生活與學習。

103期第一次讀書會 活動報導

文 / 輪值故事長 2016-12-17



更多心得分享：

鳳雯

對於這次本書裡最引起我注意的一句話是：

{有愛的人，他必定會先愛自己}。

為何喜歡？因為....

10多年前就常聽到有人告訴我要愛自己，為了學會愛自己，我尋找了這麼多年，這次透過書中的這句話[奉獻出來的自己]。我終於

明白了，現在的我正愛著自己，因為我做了書中說的學習、創造及吸取並把[這樣的]我奉獻了出來。

久未參加讀書會與眾人一起讀一本書並分享心得了。為了參與12/17日的讀書會，認真的把前三章讀完並做了不少的重點整理，但在眾人的分享裡發現了許多人對同樣的句子裡有相同及不同的觀點，從不同的面向切入，引起我不同的反思。

秋妹

寫下今天這本書裡你最喜歡的一段話：

愛♥的光芒源自獨特的你

為何喜歡？因為.....

愛，因為你能愛，不是因為你必須愛。花開，因為他們自然開放展露，而非取悅人群，你生活和愛，因為你要如此，這是生命的本質。來晒一下恩愛，愛♥生活與學習。很久沒和老公一起出門散步了，記得有一句話是【山不過來，我過去】，老公不愛抱抱，我每次討抱抱，他都不要，我就會說，你不抱我，那我抱你好了，就過去抱他（馬上行動），很喜歡嚴長壽先生的「你就是改變的起點」，從自身做起~是很重要的

欣怡

親愛的大家：

很高興17日的讀書會和大家一同品味愛、生活與學習，聽到大家的分享收穫良多，

分享書中最喜歡的一段話：

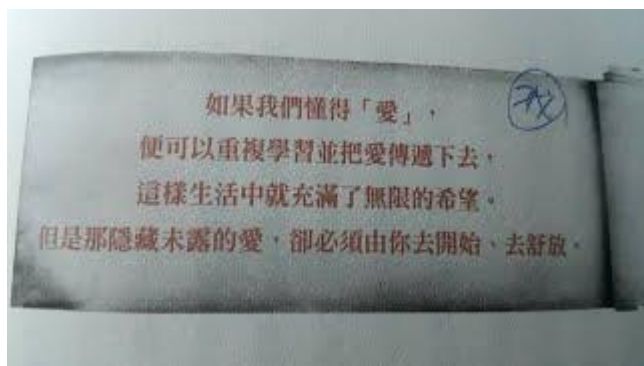
[當我說愛自己時，我是指愛那個唯有妳能奉獻出來的自己，所以你必需盡力去學習、去創造，這樣才能成為一個有智慧，有學養，多才多藝的你。]

這個觀點，翻轉了我的想法，原本以為的愛自己，是單純在物質上的滿足、寵愛自己，這種愛是一個淺質、短暫的，真正的愛自己是努力的去學習、去創造、給自己很多機會，只有不斷充實、提昇自己，才是實質的愛，才有能力將更多的愛傳送出去。

與大家共勉～～

敏莉

透過執行長的導讀，我對這本書有了初步的概念。再透過大家的分享，縮短了我看這本書的時間。我覺得作者的文字極為平易近人，又深富哲理。



這是我今天分享的一句話，也分享了由我開始，由我舒放的那隱藏未露的愛的故事。

欣琪

讀書會大家一起分享真的很棒!這本書裡我最喜歡的一段話就是『父母也像我們一樣是平凡人,有煩惱,有錯誤的見解,也有喜怒哀樂!』

我們常常以自己的觀點來教育小孩,來評斷是否對錯,但常忽略了自己並非聖賢,也有錯的時候,小孩也有很多讓我們學習的地方,就像小孩學走路一樣,跌倒了還是會勇敢爬起來;就如我們遇到挫折一樣要勇敢去面對~

曉雲

給親愛家人最棒的禮物是陪伴.....

雖然事先已跟孩子說好要去讀書會,來不及去校慶看她賽跑,但爸爸會去全程錄影,

但當天孩子出門後我還是改變主意先去觀賽後延遲半小時去讀書會,孩子在賽場上意外看到媽的眼神是發亮的,結果孩子參賽的大隊接力跑出第一名,而另一項四百接力更是跑出了破開校以來紀錄的好成績,班上也奪得總錦標,很高興在孩子發光的時刻,我沒有缺席^^

愛惜一輩子守護團同學會讀書會心得

日期: 2023.10.27 主題: 愛惜一輩子守護團

請將下列心得書寫在最後一頁的背面

我讀完自己的書後,我對自己的家庭,感到,有人能成為我的人生,

我對自己負責,明天是新的一年,我對自己的未來負責

為何喜歡了這本書...

人類需要改變,調整自己的方向,面對改變的社會,自己的方向自己訂,

自己的人生掌握在自己,勇敢做自己,不會有遺憾

您是否同意將心得分享在網路上? ☒ 同意 ☐ 不同意 (只公佈名不公佈姓)

愛你一輩子守護團同學會讀書會心得

日期: 12.17 主題: 愛·生活與學習愛 姓名: 陳信倫

請寫下今天這本書你最受感動的一段話

唯經過挫折、學習、漫遊，他們才會去愛自己，願意去愛
他人也因此才會更溫柔。

為何喜歡？因為...

人需要不斷學習和成長，進而運用能家庭、朋友、
老師的幫助，讓小變化成大量，無限延伸下去，你希望以怎
樣的方式，給予孩子怎樣的引導。

您是否同意將心得分在網路上？ ☒ 同意 ☐ 不同意 (只公佈名不公佈姓)

淑暖

很開心有這個管道(臉書社團)可以讓我分享我的讀書心得報告，
12/17因故無法參與讀書會，但仍在家看了《愛·生活與學習愛》這本書，不是很用功的我，尚未看到範圍，但今早的偶翻開書本的觸動，卻讓我有想執筆寫下的衝動，同時我也將我的感想化作文字的敘述，傳給我的寶貝女兒~~~

今早在上班的捷運路程中，打開了放在我手提袋的這本書來看，這些天與女兒的戰爭，令我心煩至極~~~，但當我一打開書本時，印入我眼簾的幾段短言，卻深深的觸動到我~~~，覺得吳昊之中就是上天要我在今早看這本書，更覺得吳昊之中上天要我看到這些句子，以前上心靈成長班的課程時，常跟老師反應，我是極為無慧根的人，我無法感受到守護天使給我的提點~~~，但今天一打開書，我深覺這些話是專寫給我看似的，要我在這段與女兒的冷戰中，劃下一個句點~~~

*没人能教别人做任何事,除非他自己願意去接受,否則生吞活剝.強行灌輸的填鴨式,都不是教育的目的(P78)

*從互相學習中,我們有了尋求的樂趣和學習的友伴,這才是教育的真諦(P79)

*有「心」的路,會引你向前,引你抵達完善,除了「心」,大大小小的路全都一樣,終究會令你迷失,所以一定要找出自己的「心路」(P82)

.想想有那麼久的時間,女兒已經不喜歡賴在我身旁撒嬌了,隨著年紀的增長,課業的繁多,我們親子之間的情感一直在流失中~~~,今早竟有股衝動想抱抱她,想撫摸她柔順的髮絲,告訴她"孩子,做你自己吧,媽媽不再迷失在現今的教育體制裡,追逐分數的高低及名校的迷思,只要你有"心",必會走出一番不同凡響的自己,因為你是聰明有智慧的小孩~~~",

雖然我身為母,但我仍在學習,學習這塊親子的課程,上天讓我加入這團體,我想必定有它一定的道理,今早發給女兒的line中,我告訴我的寶貝,我們不只是母女,也是同學關係,因為在親子關係裡我們是一起學習相長的~~~^^

總召雪蘭

特別想要留下印記的一天

第一次單獨坐上兒子開的車～平穩舒適上台中市區！

記得兒子滿18歲考上機車駕照，第一次載我時，我緊張到不行.....也同時感慨，從小載進載出的孩子，長大了！

兒子問：「你很緊張嗎？」是的！不放心是其中之一，再來是這種年紀實在不適宜年輕人的「車速」

從此當我懶得連機車都不想騎，就是賴著兒子載時，他總會記得以我能接受的速度.....

昨天才在讀書會分享時憶起陪伴他成長的點點滴滴～抽籤抽了不下籤，那一路留著淚的歲月.....那到處跟人陪不是的日子.....終在他槌背當中.....嗯！還是慶幸自己是陪伴他長大的媽媽！



更多第一場讀書會的活動照片連結：

<https://goo.gl/photos/i8djuFyPbydueYJv5>

103期第二次讀書會 活動報導

文 / 輪值故事長 2016-12-24



更多心得分享：

秋妹

愛💕💕生活與學習 Part2

Living, Loving & Learning

早上參加愛團第二次讀書會📖📖，下午和小鮮肉喝下午茶🍵🍵

.....

第四章

用自己的心，找到失去的「心」~

我們受限於許多規矩，要解除這些束縛，我們必須從自我桎梏中走出來，只有用自己的心才能找到失去的「❤️♥️」。

第五章

三座通往幸福的明日之橋~

「把你放出來，溶入我們」，是力量的來處，也是助人的基本。所以，開始築一座橋給你自已，讓他延伸出來，不要停止、不要放棄，然後繼續為別人築橋。

第六章

讓自己幸福、也讓別人幸福的藝術~

我們可以一起伸展、成長，我伸出我的手，讓我們的想法、見解交流，我們的憂喜哀樂與共。因此，我們有了向前拓展的方向和力量。

第七章

給孩子最珍貴的傳家寶~

我們要告訴孩子，他們可以選擇作為愛人者或失落者。沒有了愛，也等於沒有了人生，桑頓.懷爾德說：「愛是通往生與死之間的橋樑，

也是我們唯一活著的意義。」讓我們告訴孩子這些真諦！

第八章

享受親密關係的快樂與痛苦

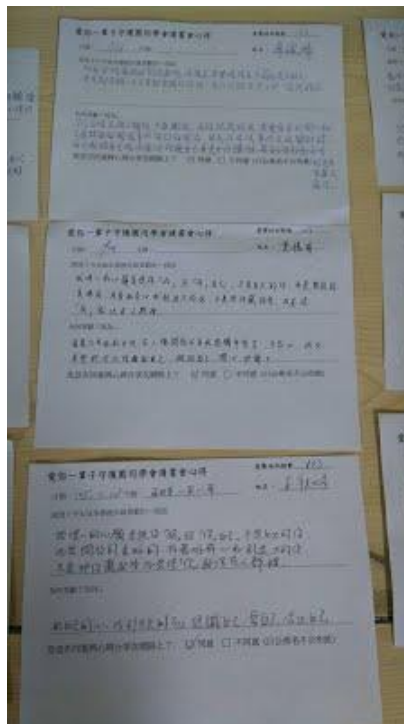
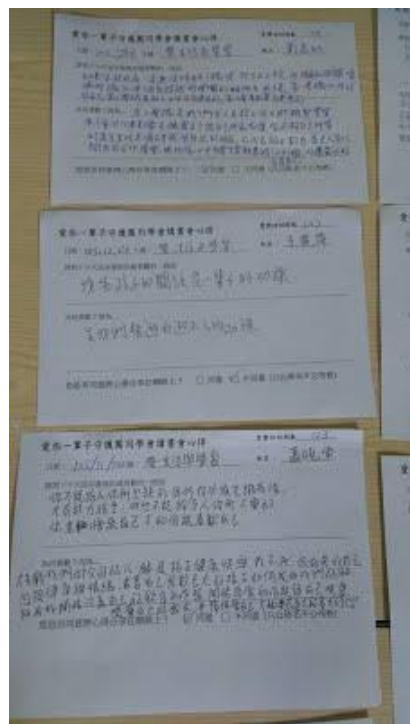
當我們相愛時，我們就像彼此的鏡子，反映著對方，且看到無限無盡的空間和未來！

今天讀書會，夥伴分享，我最喜歡的兩個字句：

- 1.想像是靜態的，生活是動態的
- 2.情緒沒有對錯，只是表達的方式，恰不恰當

感謝聖誕節前夕鈴升的帶領~

感謝今天參與愛團讀書會的所有夥伴~



更多第2場讀書會的活動照片連結：

<https://goo.gl/photos/U1GwxJGLKAHdtwySA>

103期第三次讀書會 活動報導

文 / 輪值故事長 2016-12-31



總召雪蘭

103期三次的「愛生活與學習」讀書會，今天在榮煌班長(99期)帶領下，圓滿完成！

期望2017年每一個人都是全新的自己！

更多第3場讀書會的活動照片連結：

<https://goo.gl/photos/6ats78xUEspodkxP8>