

附件一：心得寫作表單

姓名：蔡○伶

書名：夢想這條路踏上了，跪著也要走完。

心得撰寫(500字)：

人生這條道路上永不會是平坦的，這本書，裡面充滿許多勵志話語，每當心情感到低落時，隨意翻開一篇，裡面滿滿能量，能陪伴人走過人生的過渡期。當一個人走路跌倒時，因身旁沒人，所以不會抱怨，會站起來繼續走。不管傷有多痛，也會靠自己想辦法撐過。相同的，人生是自己選的，不管路有多遠，即使以後會跌倒，會受傷，也都要學會自己承受，自己療傷。在迷路時只能不斷地告訴自己，想想當初自己為了什麼而堅持，是為了什麼而走到今天。

每一次，遇到挫折令我想放棄時，我都會想起這些話激勵、鼓勵自己，放棄不比堅持容易多少，只是比較方便；堅持不比放棄困難多少，只是不願改變。很多時候，放棄之後先前的努力將會功虧一饋，說不定再堅持下去，就到達目的地了。成長這條路上，走的不僅是一段漫長的距離，而是一種經歷的累積，夢想不是一段距離所能測量的，是一種抉擇，因為有決心走下去，所以夢想才會存在，堅信著夢想終有抵達的一天。

人生最精彩的片段不是抵達夢想的瞬間，而是堅持走在夢想道路上的過程，所經歷的酸甜苦辣，箇中滋味如人飲水，每個人的感受都不盡相同，所獲得的成就不是筆墨三言兩語所能形容的，就像雨天過後的彩虹，總要經過狂風暴雨的洗滌才有澄淨明亮的天空與絢爛奪目的彩虹。只要有心，每個人都可以到達夢想所在之處的。