

從心出發 - 2020 第一期 特優 內壢國中 黃○祐

- 8 年級 15 班

「人生當中只有一件事不是自己決定的，就是包覆靈魂的軀體。」人先天的限制來自於器官或心靈的不健全，除了這件事，剩下的人生全是自己決定的。基本上，人生掌握在自己手中，面對先天的限制，你可以做出任何決定，而結果會影響未來的人生。所以缺陷是能夠改變的，端看個人的抉擇，可以無視它、或與它共存、甚至突破它。

堅持自己的決定，持之以恆是面對人生很重要的態度，就像她，在訪談中堅定地說：「找到自己的命運，命運永遠掌握在自己手上，在我生命裡不允許有放棄這兩個字。」她是手語主播和模特兒，同時是一位聽障人士，她是王曉書。小時的她因延誤就醫而進入了無聲的世界，為了融入群體，除了手語也努力學習讀唇語，旁人的言語也曾傷害她，不過她努力不懈，現在正常的生活著，擁有孩子，證明她也可以活出自我。我認為她能夠突破自身限制的一大關鍵是態度，她正視自己的不一樣，也理解自己必須更努力，正視問題後，勇敢去解決，不論是手語或讀唇語，這都是從零開始學習的。因此勇於面對人生的態度，積極解決問題的行動是突破限制的關鍵。

當然，所謂的突破限制並非限制就從此消失，而是能夠用另一種方式保持正常的生活。梵谷，一位大畫家，先天特殊的個性、後天精神疾病的折磨，以及環境帶給他的壓力，使其嚐盡苦頭。作畫是他唯一能排解痛苦的方法，他將自己對生命的熱情與加諸在他身上的苦痛轉變為畫作，以繪畫的方式與自身疾病共存。他曾說：「即使我不斷遭受挫折，也不灰心，即使我身心疲倦，哪怕是處於崩潰邊緣，也要正視人生。」因此他正視人生，並以熱情來平衡心靈。

那我們應如何對待人生中的不一樣呢？首先要能夠正視自己的問題，並接受自己的不一樣，要先能理解自己，別人才會理解你；接著要解決它所帶來的不便，尋找方法替代它，像王曉書一樣，或是找出口排解它，如梵谷一樣，必要時可尋求專業協助。最後，

別忘了自己是如何一路走來，鼓勵別人也要感謝自己。這都是個人的抉擇，別忘了決定權在自己手中。

人生總有不完美，重要的是我們如何面對不完美，自己的決定影響著未來。面對並理解、努力並堅持、鼓勵並感恩，這是我從許多人身上看見的，而他們都忠於自我，從心出發，努力生活，造就一個不凡的自己。