**學會愛惜自己**

**──我看《想念，卻不想見的人》**

書名：《想念，卻不想見的人》

作者：肆一

出版社：三采文化

帶領人：四技餐飲一乙 顧欣如 40434218

參加人員：

四技餐飲一乙 王韻涵 40434215 四技餐飲一乙 林昕諭 40434219

四技餐飲一乙 蔡依真 40434245 四技餐飲一乙 張　筠 40434246

四技餐飲一乙 李虹霖 40434231 四技餐飲一乙 陳冠云 40434248

研讀時間：民國104年12月16日

研讀地點：國文教室

愛可以是習慣，但習慣卻不一定是愛。對於失戀，渴望愛情，不懂愛是什麼的人，我極力的推薦這本「想念，卻不想見的人」，讓我們了解自己對愛的看法，知道愛是什麼，不讓不了解愛的人受傷，讓受傷的人了解自己真正要的愛情是什麼。讀了這本書，就好像自己曾經體驗過戀愛的酸、甜、苦、澀。作者用巧妙文字，和利用第三者旁觀人的角度分析愛情的過程，把為感情受傷害的人，從掉落地獄的絕望，帶到快樂天堂的期望，讓失去信心和希望的人找回以前對愛情的憧憬和期待。更重要的是作者清楚的分析大多數人對愛情的看法。愛沒有對與錯，也絕不是你付出多少，回報就有多少。當然，在愛別人之前，要先學會如何去愛惜自己，保護自己，而不是無條件的去付出。看完這本書，才知道原來愛有那麼多的學問，作者清楚的告訴了我們，如何去分析自己的愛情，如何保護自己、了解自己。「想念，卻不想見的人」，讓我也明白了一些事情，有些人，有些事，不是一定要堅持己見的去翻開它，不是一定要理解清楚才明瞭，寧願把回憶美好的收藏在心中，也不願意再去翻個究竟，而把回憶打碎，現在想不通的事，經過時間慢慢的磨練，有一天，就會清楚的看見當初想破頭也想不出的答案。

一開始，看到這本書的書名，還在猜想什麼是「想念，卻不想見的人」，閱讀過後，才知道原來是以前的戀人，作者透過男人對失戀最誠實的告白，點出女人對愛情的盲點，讓我們知道愛情是多麼的殘酷與現實，但是他卻用正面的寫法來寫，讓我們不會害怕愛情，還能勇敢的去找屬於我們的愛情。讀了「想念，卻不想見的人」，不見得每篇都能感同身受，或是認同其想法，但作者在每一篇投注的情感都能給人窩心的感覺。時間在跑，也許人會變，世界會變，感情也會變，但被誰幫助過的溫暖感覺，是最刻骨銘心的記憶，就像卡布奇諾上濃醇的奶泡，散發著馥郁的香氣，讓人回味再三。

　　戀人分手後會想念著對方，但卻不會刻意再見面，可能怕尷尬，或是見了之後會更想念對方。這本書告訴我這是正常的，那不是因為他或她的好，而是因為之後再也沒有一個人可以讓你覺得好，我們懷念的是以前的美好。聽說在大學裡戀愛是必修的學分，每個人都會從中體會到不同的東西，每段戀愛不都是甜蜜的，有人可能從中得到一身傷痛，這本書可以帶你走出這個傷口。

　　在愛情的世界裡，沒有對與錯，也沒有誰對不起誰，只不過是誰比誰先放棄彼此之間的感情罷了。讓人不禁體悟到愛情的殘酷和現實，往往傷心難過不在於因為自己沒有什麼，而是在於自己失去什麼，愛情雖然不是人生的全部，但也是不可或缺的一部份，其實這本書的作者是一位男生，他在裡面用的全是＂妳＂這個主詞，他把女生的想法跟心態寫的鉅細靡遺，彷彿，他就是女生一樣的了解女生，閱讀這本書時有一句話是讓我印象最深刻的：「他的離開並不是帶走了什麼，而是留下了什麼，所以妳才會覺得他始終還在。分手從來都不難，真正難的是，放手。」女孩最放不下的就是過去美好的回憶，放手，就是放下心中所牽的他的手，「因為每個人都只有一雙手，一隻手妳要拿來對自己好，而另一隻手，妳必須要先鬆手，才能有天再牽起另一個人的手。」

這本書曾經高中看過一次，那是一個充滿青春的一段生活，戀愛、暗戀、愛人、被愛。這是一個青澀的高中時段，高中3年都處在暗戀的階段，像草莓一樣酸甜，也有苦過的時候，痛苦的時候看到這本書，裡面每句話都說到心坎去了...，當初就是因為書名而被吸引，看了內容被深深的吸引，不管是分手還是暗戀或是戀愛中的人，作者說出每個人的心聲，在這個角色上遇到的事情，作者為你解釋、也撫慰你的心靈，曾覺得無助不解這種心情，傷心痛苦。但是看了這本書後，會讓人得到一種解放，放下一切，迎接新的事物。

**（指導老師：陳秋虹）**