



書名：《跑在黑暗找到光》

作者：傅提芬



25-26跨校閱讀報告比賽 初中組季軍

2E 李子萱

書籍摘要

這是作者傅提芬的自傳，她從 16 歲確診青光眼，視力逐漸衰退，到 26 歲時完全失明。書中記錄了她失明後的掙扎、與導盲犬 Nana 的相依相隨，以及她跨越困境的整個過程，讓人看見黑暗中的光芒。

讀後感

我翻開書本，跟隨著作者的文字，與她走進了一段黑暗低谷奔向光明的旅程。她的故事最打動我的，就是那份貫徹始終、近乎倔強的堅強。無人教曉她如何面對自己的困境，她卻以坦然面對的堅強，與 Nana 一起邁步向前，彷彿生活本該如此，勇往直前。

Inti 的人生挫折，始於 16 歲那年的確診。自幼近視快 2000 度使她的視力欠佳，進行多項檢查後，她確診了罕有的青少年型青光眼，這打破了她青春鮮艷美好的生活。在長達十多年的視力衰退中，她的世界從模糊到失色，從灰白到全黑，上天仿佛不斷奪走對她的恩惠，使她慢慢墜入黑暗的煎熬。禍不單行的是 26 歲的巴士事故進一步導致她失明，在此之後，她徹底失去了光明，世界步入了黑暗之中。

失明帶來情感與色彩的缺失，她沒有勵志主角的體面，留給她的只有無盡的哀傷。過後的一段時間，她鼓起勇氣，直面生活中的挑戰與不易。面對社會的歧視、求職時屢屢碰壁，她也曾感到迷惘、無助，懷疑自我的價值。但她沒有沉溺在負面情緒中，而是爭氣地用行動打破偏見。在這個過程中她愛上了跑馬拉松，她從一個不喜歡運動的人，一步一步成為香港首位完成「六大馬」馬拉松的大滿貫視障跑手，在日常生活中通過她的導盲犬朋友 Nana 相互陪伴，她嘗試了各種運動。



書名：《跑在黑暗找到光》 作者：傅提芬



25-26 跨校閱讀報告比賽 初中組季軍

她的經歷和其他勵志故事的主角不同，Inti 的堅強裡滿是真實的「煙火氣」。也正是因為這一份「不完全的堅強」，成為了此書最珍貴的地方。她沒有把自己塑造成一個遙不可及的勵志符號——她不是沒有迷惘與脆弱的時刻，只是在經歷挫折之後，悄然咬牙站起來，用勇氣的力量向前邁進。這不是像天生強大的人設般，只要努力，未來就會一路通暢；而是在一次次挫折中努力掙扎，摔倒了就爬起來向前走。這就像我們每一個平凡人的生活一樣。所以我明白原來堅強不需要完美和不需要毫無破綻，它可以帶著踉蹌、笨拙的，只要不放棄，每一個平凡人都能走出自己的困境。

讀完這本書，我重新理解了真正的堅強，它從來不是不曾跌倒、從不脆弱，而是在每一次脆弱跌倒、一次又一次迷惘中，毅然選擇站起來，用勇氣與力量向前走。她從 16 歲確診青光眼到 26 歲徹底失明，再一步步與她的「朋友」Nana 成為香港六大馬拉松的選手，她用十年的堅持告訴我們，人也可以活出第二次人生，平凡人也能靠不服輸的韌勁在黑暗中跑出屬於自己的光。

<完>