

學校名稱：私立曉明女中  
年 級：一年級  
班 級：己  
科 別：  
名 次：第二名  
作 者：徐詩姍  
參賽標題：心靈的秘密小巢  
書籍 ISBN：9570349506  
中文書名：少年小樹之歌  
原文書名：The Education of Little Tree  
書籍作者：Forrest Carter 佛瑞斯特·卡特  
出版單位：小知堂文化  
出版年月：2000 年 2 月  
版 次：再版

### 一●相關書訊：

少年小樹之歌描述的是叫小樹的印地安男孩，五歲那年父母雙亡後跟隨祖父祖母至山林中生活，爺爺教導小樹如何和大自然共存，自成一套依附自然生存的生活哲學，奶奶則告訴小樹生命的意義與生活哲學。祖孫倆時而有趣、時而深奧的對話和樸質的生活方式，並幫動植物、大地之母和春天之神取了獨一無二的名字，優美文字刻劃出如虛如實的山中美景，生動描繪深山裡動植物的千變萬化，增加貼近大自然的感覺。在現代急遽變遷的社會中，彷彿注入一股清流，留給人們的不只是讀完後深刻的體會，還有純粹的感動。

### 二●內容摘錄：

奶奶說人類身體裡有兩種心靈，其中一種和肉體生存有關。我們利用這種肉體心靈尋找遮風避雨的地方，還有填飽肚子的糧食。我們依靠這種心靈來尋找伴侶、繁衍後代。人類必須有這樣的心靈才能讓自己在這個世界殘存下去。

我們還有另外一種心靈，它和這些肉體的需求毫無牽連，那就是精神心靈。奶奶還說，當驅體死亡時，肉體心靈也跟著死了，但精神心靈卻是永遠存在的。精神心靈就像我們身體上的肌肉，常常使用它，它就會愈來愈強壯。唯一可以鍛鍊精神心靈的方法，就是運用它來體會事物的內在。但是你必須先掙脫貪婪和其他肉體心靈的束縛。當體察內在的心開始萌芽，你也愈常試著去了解別人，你的精神心靈就會愈強大了。(p.98-100)

### 三●我的觀點：

什麼時候我們用「肉體心靈」去思考？外在物質不就是肉體心靈的另一種層面？

例如購買名牌商品，帶有一種比較的心態，競爭誰夠美、夠高尚，一味盲目的追尋，最後「窮的只剩下錢」。對注重內在心理層面的人來說，那樣奢華、糜爛的生活態度看起來既不實用又輕浮。相對之下，精神心靈的「高峰經驗」就充實許多了，他們可以時時體察萬物的改變，用內在的力量去感受。心裡時時保持著秘密的力量，如湖水般透徹的鏡子一樣反照自己的內心，具有向內自省的能力。我們自己的高峰經驗通常是在什麼時候？做完工作後充滿成就感時、面對大自然奇景壯闊的驚豔感歎時、用感恩的心感激一切事物時，物質的需求

也不那麼重要了。

書中的奶奶提到，體察內在的心和愛是相同的事情，如果一個人的精神心靈變得十分強壯，最後，他甚至能了解自己的前世，並且把自己提升到肉體也不會死亡的境界。這種提升內在心靈的解釋雖然還是個謎，無從追溯，但我承認心同等愛，愛人愛己愛大地，用澄淨的心去瞭解別人，不帶一絲的猜忌，只用愛去捉摸，談何容易！一顆真心是物質怎麼樣換也換不來的，再多的錢也買不到的，人與人之間之所以聯繫，不是因為我貪圖你的財富，是因有情感這張緊密的網，我用心去了解一個人，不就是因為我「喜歡」他嗎？至於用金錢去衡量，社會上許多政商名流，許多女生因為對方有錢而跟不喜歡人結婚，一開始就違背了自己的真心，二來犧牲自己的幸福，背叛自己只是純粹想要有一個真正被愛的信念，根本徹底的遺忘精神心靈的內涵了。

肉體精神死了就無法留存，物質是會腐敗的，但是精神心靈可以永遠長存，世世代代永恆不朽，無論是某一句名言，還是紀念事跡，那些將事跡名言留下來的人們，多半肉體已隨風而去，但是心靈生命永遠隨風流傳，在大眾的心裡的秘密小巢留下連我們都不見得會發現的種子，偶爾我們會發現，那是千古不變的道理或是真實存在我們內心的一股熱情澎湃激動，緩慢的滋長著。在充斥著外在世界許多迷惑之中，真有恆心往內發展的人並不多見，要追尋充實的心還是虛渺的外在呢？答案已經很明顯。每個人心裡都有一處秘密小巢，將心放在這裡來看世界，萬物都會顯現美好，做什麼事心都是充實且賦予意義的，將心放在對的地方，專注於對的事、對的人，秘密小巢的力量將無所不在，你空有的外在軀殼將會被填滿美麗的色彩。此外，也去尋找一處真正存在的秘密小巢吧！一個可以沉澱內在不乾淨的想法，在感到內在煩悶時，是需要一個空間好好休息的，書中的男主角和爺爺奶奶在山林裡都有自己獨立私密的空間，讓我讀到他們的心靈力量是來自壯闊的山谷、清新的山澗、鳥兒花兒歌聲的耳濡目染。在世俗的汙染下，我們可以隨著心裡和外在的秘密小巢互相做結合，打造「想」出來的美好世界。

所謂的精神心靈，處處存在我們的內在中，你一天不發掘發展，那一天心情將會是空虛的。好好利用身旁事物去觀察，「萬物靜觀皆自得」的哲學就在一念之間，刻骨銘心。

#### 四●討論議題：

- 1.人類現今爲了工商業發展，國與國之間有了相對的競爭，對地球沒有感謝她造福的一切反而濫墾濫伐、工廠工業四處林立，農業農藥大量噴灑，許多國家面臨大自然反撲更何只是溫室效應，還有無數的天災人禍。我們要怎麼做？才能防止這些傷害大自然的情形繼續運作？
- 2.爲了物質更多的需要，許多動植物目前瀕臨絕種的狀態，我們要抱予怎樣的態度和行動來杜絕這樣的傷害？
- 3.我們能用什麼方法來擴充自己的精神心靈，在現今肉體物質心靈逐漸著重的世代，找尋自己最單純內心？