

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：甲班
科 別：
名 次：甲等
作 者：戴詠安
參賽標題：你，憑什麼，不努力？
書籍 ISBN：978-986361-40
中文書名：不要在該奮鬥時選擇安逸
原文書名：最怕你一生碌碌無為，還安慰自己平凡可貴
書籍作者：老楊的貓頭鷹
出版單位：英屬維京群島商高寶國際有限公司
出版年月：2017 年 5 月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

不負責愛你，只想要喚醒你，用後腦勺盯著這功利世界 85 年後的貓奴——老楊的貓頭鷹。作者以 25 則故事、炙熱銳利的文字，讓你看清自己。他感同身受你生活所有不公與無奈，同時毫不留情地拆穿你的懶惰與藉口，讓你深深反省自己。你的無奈、焦慮、迷惘，這本書將會改變你的思維，讓你打破惡性循環！

二、內容摘錄：

這種怨念得可怕之處在於，讓你覺得「任何付出都是浪費」……讓你在機會面前、在運氣面前無動於衷，甚至抱怨一句：「瞧瞧，多麼不公平的世界啊！」(p17)

不管你了不了解這個世界，這個世界都不會彎腰來遷就你。就算你無止盡地墜入谷底，也不要覺得理所當然地會獲得同情。(p23)

人生中那些最兇猛的好運氣，最初出現在你面前的時候，往往是一副窮凶極惡、青面獠牙的模樣。它讓你覺得全世界都在跟你作對，全人類都在拚命地愚弄你。但實際上呢，那或許是驚天逆轉的開始。(p.28)

決定存在感的，從來都不是你那沒意義的喧囂和參與，而是你的能力，你被人需要的實力(p.33)

三、我的觀點：

這本書不是為了「哄你開心」，而是讓你看清自己的「照妖鏡」。不以柔情勸說，反倒以銳利、震撼人心的文字當頭棒喝，把我揭露的赤裸裸，毫不留情地拆穿我的懦弱、懶惰、藉口，在它面前只能以顫抖的跪姿臣服於其中，深深反省自己，也讓我更有勇氣邁向成功之路。

不同於其他心靈勵志文章不斷表述：「人生苦短，財富地位都是附加的，生不帶來死不帶去，簡單的生活就是快樂的生活。」，抑或「總有那麼一個人看穿你所有的偽裝，看懂你的過往，看透你的倔強，給你所有的愛和溫柔。」等諸如此類的心靈雞湯，使人看完瞬間覺得人生充滿希望或人生就是如此，拍個照片，配句雞湯文字，以示自己在努力學習。隔天，給自己做了細緻的計劃表，立志要減肥、早睡早起——可一看到喜歡的，卻選擇大吃一頓，順便發個好友圈，配圖文字是「要好好愛自己」；躺下後發現根本睡不著，翻翻手機，刷刷朋友圈，一不小心就是三更半夜了。

我是一位拖延症、懶癌的患者，且總是玻璃心的過度在意別人的言語，總是抱怨著大環境：台灣教育不夠人性化，上課時數太長、放學還要去補習班，太過「唯有讀書高」。使得過勞的學生，總是不清楚自己的未來方向以及興趣專長。進了明星高中後成了吊車尾，更是自卑，抱怨著學校把我們當考試機器人，懷疑著讀書的意義，忌妒著別人能力比我強、抱怨著世界的不公。往往周末坐在書桌前，腦袋裡閃現著各式各樣有關未來的新想法，打破了之前的讀書計畫，最後滑著朋友出遊的動態導致計畫延宕，到了晚上又得熬夜趕作業，每當看到成績時又後悔莫及，一轉身仍繼續滑著手機。

如同書中所說的「你像豬一樣懶，卻無法像豬一樣懶得心安理得」；「你成了世界上最不快樂的人：沒能力，卻有上進心；沒天賦，卻有夢想。結果是，越折騰，越難過。」深深的打醒了我，字字句句都戳中我的心：我不斷的把這些迷茫、焦慮怪罪於教育體制、大環境上，不先好好反省自己是「思想上的巨人，行動中的矮子」我總是無視這些事實，又不肯努力，那我憑什麼對這個世界埋三怨四——是啊！「雖然世界會有『不公平』，但『不公平』從來不是你『不努力』的理由！」如果停止努力，那我就會變成一個「既累，又窮，還失敗」的怨婦。世界上最公平的就是每個人每天都擁有二十四小時。「能成事和平庸的人最大差別就是：在你想放棄、想偷懶、想退卻的那瞬間，有人堅持了，儘管他和你同樣疲憊、膽怯。」所以努力吧，行動吧。期許別在未來某日後悔：「我本可以」。

該怎麼努力呢？每個人都很有目標，我卻像個無頭蒼蠅，不知道到底喜歡什麼、想要什麼。作者提出「在迷茫面前，與其坐等奇蹟主動發生，不如主動迎擊，摒棄無所謂的雜念，專注做好眼下的每一件小事」透過做好小事來積攢自己的能力，為以後謀出路，不論是認真練習寫作、繪畫、發傳單……不起眼的小事裡隱藏著財富，「就像是在沙場裡掏金子，當你沒有能力發現大寶藏時，就得多花點力氣，從小處尋找契機和經驗。」把猶豫不決的我推往前的關鍵是這句話：「所謂堅持，就是猶疑著、膽怯著、畏縮著，但還在往前走。」是啊，與其擔心著是否能做到、是否熱愛，不如直接做了，至少在往前，而不是停滯不前。畢竟試了才知道一切，才知道是否真的熱愛，靠想像是想像不出來的。於是我報名了畫室的課，想看看自己是否熱愛著童年的夢想。沒有堅持的夢想，只是夢和想罷了。「既然總有一個人能成功，總有一個人被重視，總有一個人要在人海裡閃耀，那為什麼那個人不能是自己呢？」

而書中最令我感動泛淚，反省自己的是「哪有什麼歲月靜好，只是有人替

你負重前行」——書中提到一個案例，家境並不貧困的 K 成天拚命兼職賺錢。被問起時也只是淡淡的說，因為知道每個人的生活都不太容易，這就好比兩個人用扁擔抬箱子……替她承擔的，就是她的父母。後來的她在新書上寫道：「當初你問我為什麼這麼努力，我回答得有點囉嗦，其實簡單來說，就是為了讓自己成功的速度，超過父母老去的速度。」

那麼我呢？那個不努力、不行動，只會自得其樂地說歲月靜好的人。除了伸手要錢還為父母做過什麼？我說自己上了一天課回家很累，放下東西後就什麼也不做，可他們工作了一整天，仍要為我做飯、照顧我的起居。我真的有資格偷懶，有權利怠惰嗎？我用著他們給的生活費，買了這個又想要那個，仍舊抱怨著沒有最新款手機；而他們用著自己賺得的錢，竟花得小心翼翼，分分計算。「要記住，愛從來就不是天經地義的。有人給你愛，是因為他願意，不是必須的。」作者想傳達的精神不只是親情，職涯上，你可能成為拖油瓶；情場上，你消耗的是另一半無條件付出的心意。如果你選擇偷懶，命運就會安排另一個人替你受罪，或著回到你身上害到自己。所以，這使我了解不努力是自私的行為，更讓我領悟到「現在的我不努力讓自己過上自己想要的生活，那以後就會用大把時間去應付自己不想要的生活。」

所以，悄悄地去努力吧，等變厲害之後，讓曾經看不起我的人刮目相看。「想要過自己想要的生活，想去擁有自己喜歡的人，最可靠的辦法是一讓自己配得上它。」當我受挫、低潮、毫無動力時，這本書就像鞭策我的嚴師，使我充滿幹勁！現在的我，當家人叫我做事時不再抱怨，能放下手邊事務去幫忙；遇到想買的流行衣物，會三思是否真的需要；遇到有挑戰性的事，不再害怕失敗、猶豫。因為知道這些終將成為我成長的養分，歷練出獨一無二的我！

四、討論議題：

- 1.為了拚搏事業而失去了健康；找一份安穩的工作，雖無法實現心中的夢想，但過著平凡的生活，我們該如何在奮鬥和安逸間取得平衡？
- 2.當我們又被懶惰打敗，你會如何提醒自己力行書中的精神——努力奮鬥？