

學校名稱：私立曉明女中  
年 級：二年級  
班 級：丁  
科 別：  
名 次：優等  
作 者：陳韻蓁  
參賽標題：找尋生命的色彩  
書籍 ISBN：9578468512  
中文書名：最後 14 堂星期二的課  
原文書名：Tuesdays with Morrie  
書籍作者：米奇·艾爾邦  
出版單位：大塊文化  
出版年月：1998 年 7 月  
版 次：初版

### 一、圖書作者與內容簡介：

米奇·艾爾邦是一名美國體育記者，同時是報紙專欄作家和小說家，最後十四堂星期二的課是他著有的回憶錄，記載他和生命即將走到盡頭的大學教授重逢後的故事，教授在生命的最後與作者探討了許多人生道理、價值觀，也帶給作者許多啟發，這本書後來也出版成舞台劇作品以及電影作品。

### 二、內容摘錄：

如果你和死亡四目相對，想法反而近乎神奇的變得透明澄澈，那麼我知道，墨瑞希望將想法和人分享，而我也希望將之詠志心中。(p.83)

只要你學會死亡，你就學會了活著。(p.104)

因為我們大多都像是在夢遊。我們事實上沒有完全體驗這個世界，因為我們在半醒半睡，做著自以為非做不可的事。(p.105)

知道你的家人總是在一旁守護著你。這沒有別的東西可以取代，金錢不行，名聲也不行。(p.115)

我悲歎自己所剩不多的日子，但我也珍惜這個機會，它讓我可以把事情做對。(p.204)

### 三、我的觀點：

這本書的內容讓我理解許多道理，教授墨瑞的許多觀點也令我幡然醒悟，書中作者和大部分的人過著相同的生活，日復一日為了賺錢工作、奮鬥，而他的大學教授墨瑞發現自己罹患疾病即將死亡，這位教授在作者的生命中扮演著像是智者、恩師的角色，引領作者理解許多道理，比起師生，他們更像朋友，或許也是這個原因讓作者願意敞開心胸聆聽與討論。

對於教授認為人生的價值、生死觀都給了我新穎的感覺。在他發現自己剩下不多的生命時，他一樣有恐懼、不甘、悲傷的情緒，但不同於一般人的是他選擇先正視、承認、體會這些情緒，再脫離他們，讓我想到面對失敗、不如預期的事時，對於自己的負面情緒我通常選擇直接逃避，看到教授講述應該體驗這些情緒才能從中脫身，我才恍然大悟，原來我一直以來的做法都只是不去面對，而非真正釋懷，這樣的做法並不能讓我們解決問題。

教授並沒有因病而放棄自己剩餘的時間，反而在自己體力限度內接待朋友、客人，甚至接受了採訪，他珍惜最後享受生命的時光、接受面對事實，而不是怨天尤人、意志消沈的把自己封閉，即使他清楚地知道自己將要死亡，若是我知道自己的生命就要結束，一定沒辦法像教授一樣坦然接受，且不說生死關頭面前，對於不願接受的失意、小小挫折甚至於別人一句不經意的話，都能讓我陷入情緒裡好一陣子，現在回想起來有時根本沒有想像中嚴重，不過是和自己過意不去而已，因此教授通透豁達的態度也令我十分欽佩。

書中另一個教授反覆提到的議題：生命要如何擁有意義？他說道：「我們的文化讓人無法自知自適。你要十分堅強，才有辦法拒絕這錯誤的文化。」在我們的生活裡好像一直都在追求這個社會認知為有意義的事，追逐金錢、名聲、物質上的滿足，像是為了滿足虛榮心購買名牌、為了賺錢拼命工作，只為了活成我們的文化認可的樣子。人們往往在現實、時間、生活中將自己的夢想及熱忱消磨殆盡，在利益面前低頭，但這種生活真的是自己想要的嗎？看完這本書後我這樣問自己。求學階段的我想的往往是做這個對我的升學有什麼幫助、什麼對未來更有利？而不是符合我的理想與夢想？經過這本書的閱讀後，擺脫現今被多數人認同的框架，更加願意嘗試各種可能，不再局限於利益的考量，而是針對自己的志趣探索，這讓我感到更加輕鬆自得。

人生終歸會走向死亡，但是墨瑞教授用他的方式延續生命的價值，將他的人生啟示、經驗、生活態度傳承給他人，帶給作者許多啟發及力量，而透過這本書籍也帶給很多讀者新的視野和不同思考角度，這也是教授希望用來證明即使過世，他一樣以不同形式存在，看完這本書雖然心情十分沈重，但確實讓我明白許多生命的真理，學會正視情緒、找尋夢想，這些都是教授切身經歷、沈澱而成的，透過淺顯的例子及對話點破許多道理，教我們理解生命、面對死亡。

#### 四、討論議題：

你認為生命要如何擁有意義？對於死亡可以抱持著什麼樣的態度來面對？