

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：丙
科 別：
名 次：第二名
作 者：江賈綺
參賽標題：面對
書籍 ISBN：9578468512
中文書名：最後十四堂星期二的課
原文書名：Tuesday With Morrie
書籍作者：Mitch Albom
出版單位：大塊文化
出版年月：2006 年 9 月
版 次：二版

一●相關書訊：

作者米奇·艾爾邦是一位在現在社會價值觀下幾近成功的人，但是他卻在追求許多理想時迷失了自我，在意外的與他的恩師墨瑞·史瓦茲相遇之後，他又開始重新檢視自己生命的價值。

當墨瑞面對死亡慢慢的接近，他誠實的接納對於死亡的恐懼與脆弱，承認自己的確對人世眷戀與不捨，但他跳脫出這些情緒，帶著幽默感洞澈人生，探究死亡對於生命的意義，並為米奇上了最後一門課，一門叫做生命意義的課程。

這門課不需要課本，也沒有期終考試，但每星期都有口試，你必須適時的回答自己的觀點及發問。雖然不用評分，但需要寫一篇報告，這本書就是米奇的報告，述說著師生兩的互動。在最後沒有畢業典禮，只有一場葬禮，但是這門課，依舊繼續上著。

二●內容摘錄：

我們大都像是在夢遊。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。(P105)

但是有個比較好的辦法，你要知道自己會死，並且隨時作好準備，這樣就好得多。這樣你在活著的時候，就可以真正的比較投入。(P103)

墨瑞說：「死亡是件悲傷的事，但活得不快樂也是悲傷。」(P48)

如果你真的傾聽你肩膀上的那隻鳥兒，如果你真的接受你隨時可能死去的這個事實——那麼你可能不會像現在這麼爭強好勝。(P107)

三●我的觀點：

常常聽到別人把生命的意義掛在嘴邊，但到底什麼才是生命的意義呢？而另一個相對禁忌的話題——死亡，又有多少人可以坦然面對？

在傳統文化的教育下，從小我們就被教導死亡是不吉利的，在他人面前提起是

種觸霉頭，忌諱，甚至不敬。一談到死亡，大人們就會紛紛警告你不準動不動就說這個字眼。在這種氛圍下，我們對死亡似乎有著濃烈的誤解。但真得是如此嗎？到底我們對死亡的誤解是怎麼造成的？死亡，真的有那麼可怕嗎？為什麼要刻意去避免它？

其實人生終究不免一死。在知道自己生命將走到盡頭時，有些人會自暴自棄，有些人會自怨自艾，有些人會渾渾噩噩，有些人會瀟灑地想好好把握這最後的時光，或許是環遊世界、或許是大吃一頓、或許是把自己賺的錢花光光——不論其羅輯為何，但就其根源或許都是從自己主觀的角度思考如何走完人生最後一程。但是墨瑞卻讓我們看到了另一種豁達的抉擇。當他被宣判得了萎縮性脊髓側索硬化症(簡稱 ALS)，又稱路格瑞氏症，他選擇了用最後僅有的時間，以平靜的態度述說著對死亡的看法。並且告訴他的星期二夥伴——米奇，其實死亡並不可怕，真正令人感到恐懼的是沒有目標的存活著。這種以充滿大愛的精神走完人生僅存的日子，是我最欣賞他的地方。

在墨瑞的論述中提到，在充斥著霓虹燈的城市裡，人們似乎都迷失了自我，在為了追求更多物質生活的同時，我們到底扼殺了多少年少時的夢想？做著自己以為有意義的事，卻總缺少些動力及方向感。這就是他所指的——目標放錯位置的緣故。在生命中什麼才是正確的目標？每個人的答案都會有所不同，也許還有人還沒找到自己的答案。為什麼我們會把目標放錯呢？正是因為我們的社會價值觀不允許我們有時間去思考這件事，社會價值觀教導我們「越多越好」的觀念，什麼都要多，什麼都要為自己著想。我們逐漸變的貪小便宜，在追求「多」同時，我們已經沒有多餘的力氣去幫助他人，所以我們逐漸冷漠。

說真的，因為沒有人真正了解死亡，所以我們對死亡一直抱持著一種莫名的恐懼態度，甚至產生一些錯誤的迷信，認為死亡是種報應。更有人還會這麼說：「死？那鬼玩意兒離我起碼還有好幾億光年遠呢！」。說穿了這些解釋或反應都是因為存在我們內心的恐懼，我們都在欺騙自己，矇蔽自己的雙眼，對現實一點幫助也沒有。其實死亡不過是一種自然現象罷了。生和死都是我們必須經歷的，當人一出生，就是開始對自己的生命倒數計時，只是沒有人可以確定倒數的天數。就像墨瑞所說，每天都該問問自己肩膀上的鳥兒：「就是今天嗎？我準備好了嗎？我一切都盡力了嗎？我是否問心無愧？」

我們的確需要一些提醒來告訴自己每一天是多真貴。世界上沒有人是可以長生不老的，與其追求不可能的超現實力量，不如學著如何讓你的生活更完整。每個人都知道自己的生命會走到盡頭，但又有誰會認真看待這個事實？在人生絕望前總以為自己有用不完的生命，沒有人懂得珍惜。如果還來得及回頭，或許我們都應該去學著愛及被愛，關懷每個愛你和值得你愛的人。

面對生死，每個人都有一套自己的哲學，沒有所謂的標準答案，你可以自怨自艾的過完一生，讓自己沉浸在愁雲慘霧之中；或者，你可以微笑的迎接每天早晨，努力充實現有的每一天。而墨瑞，他則選擇擁他最後的時間來告訴這個世界他對於生與死的看法。就如同他說的：「學會死亡，你就學會活著。」或許聽起來真的很令人疑惑。我是這麼解讀的，當我們知道死亡是怎麼一回事，我

們就不會恐懼；當我們意識到生命是有限的，我們將會更珍惜它。死亡是你我都逃不掉的，與其想著如何逃避，不如認真點去面對每天自己有的。佛教說要會惜福，天主教說要感謝主，其實都是要我們珍惜罷了。

四●討論議題：

在生活中你有自己的目標嗎？

這個目標是正確的嗎？

對於死亡你是否能坦然接受？