

學校名稱：私立曉明女中  
年 級：一年級  
班 級：丙  
科 別：  
名 次：第二名  
作 者：林妤潔  
參賽標題：愛、人生與死亡  
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：

作者在大學畢業後，整天忙於公事卻忘記了與老教授保持聯絡的約定，他們再度相遇竟是老教授生命所剩無幾之時。本書描寫作者陪著教授墨瑞度過他人生的最後一段旅程，並從他身上學習面臨死亡和各種人生議題的態度。

米奇·艾爾邦是美國的一位體育記者，也是位作家、音樂家。他小時候自學彈鋼琴，長大後有段時間以音樂表演者為職，最終投入寫作的行業。著名作品包括《最後 14 堂星期二的課》、《在天堂遇見的五個人》。

### 二●內容摘錄：

生命若要有意義，就要投入去愛別人，投入去關懷你周遭的人，投入去創造一些讓你活的有目的、有意義的事情。（p.59）

生命中最要緊的事，是學著付出愛，以及接受愛。（p.69）

愛是唯一理智的行為。（p.69）

年老並不只是衰老。它是成長，它不止是你年復一年離死越近的消極面，年老也是你了解到你將要死亡的積極面，而你因此懂得好好過活。（p.149）

### 三●我的觀點：

人生如詩，回過頭來細細咀嚼能夠感受到屬於你的一番風味；人生如戲，我們是主角而高潮迭起的人生經歷是情節。現在的我，有時覺得這齣戲的句點離我遙不可及，我還有大半輩子的時間創作，但又未嘗不對死亡悄悄地帶走週遭生命感到恐懼呢？

死亡，對我身旁的人來說，是個禁忌的話題。也許是文化背景的緣故，我們總是避免提及死亡的議題。習俗上送禮不送鐘，飯店與醫院沒有四樓……但，一味的逃避真的有幫助嗎？我們對死亡不認識源自於對他的恐懼，但假如

今天是生命的最後一天，你該如何認識你將經歷的一切呢？

家庭、愛、婚姻、工作、物質的渴望、年老、寬恕、死亡……作者與教授之間的對話所涉及的主題涵蓋了人一生中大部分的議題。求學過程中，成績與未來的工作在無形之中變成首要目標，而其他議題總是被我們忽略，但人生的意義並不止是名譽與地位的追求吧？

愛，是墨瑞用來面對死亡的最佳態度。幼年時母親過世、父親對他的冷漠，成長的過程裡，對於愛的缺乏使小時候的他提早成熟，他也下定決心在長大後要付出自己滿滿的愛。「如果沒有家庭的話，今天我們根本沒有立足之地。」而家庭的連結便是那感性卻又同時理智的愛。除了家庭，社會的聯繫是人們對彼此的同理心，也是愛的延伸。有能力時，我會將自己的零錢捐贈給福利團體，讓他們幫助需要的人，我們素昧平生，但我不需要其他的理由來解釋我的作為，這一切都是因為愛。因為愛，我們有擁抱困境的勇氣，有保持樂觀的動力，最後才能以正向的態度面對人生的終點。

整本書中，令我最有同感的是墨瑞對於自怨自艾的形容。悲傷時，我總是陷入負面的情緒中而無法脫離。有人說：「不要哭泣，要學會變的堅強。哭是弱者的行為，把眼淚收起來。」這句話，聽起來十分合理。但，人非聖賢，我們會感到挫折，感到難過。哭泣本質上是一種發洩情緒的行為。上述那句話甚至會導致反效果，過度壓抑而找不到宣洩的出口。那麼老教授是怎麼面對負面情緒呢？他會限制自己自悲自嘆的時間，然後以樂觀的心境邁向新的一天。即便他隨時都可能離開這個世界，他仍將自己的注意力專注在自己還未失去的好東西。看來，老教授和樂觀是好朋友呢！

我從這本書裡看見死亡的樣貌，從教授的話語中看見生命的真諦。我或許還不清楚此趟人生旅程的目的，或許還在遊蕩著，但那又何妨？當時間一點一滴的流逝，我能感受到愛包圍著我，身旁的家人朋友是我的老教授，我隨時都在上課。這堂名為人生的課，沒有特定的老師，也沒有學分，你只需要將這份愛傳遞下去，就像老教授將他的心得分享給我們一樣。

#### 四●討論議題：

人生對你而言的意義是什麼？面臨死亡時你會如何向身邊的人道別呢？