

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：鍾佳穎
參賽標題：勇敢面對死亡的鬥士
書籍 ISBN：9 5 7 8 4 6 8 5 1 2
中文書名：最後 1 4 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：1 9 9 8 年 7 月
版 次：初版

一●圖書作者與內容簡介：

米奇·艾爾邦是本書的作者，除了本書之外，《在天堂遇見的五個人》也是他的著作。現在為報紙撰寫專欄，也主持廣播節目。

米奇·艾爾邦在收看《夜線》節目時意外看到他大學教授墨瑞·史瓦茲上此節目，因此開始跟他聯繫。墨瑞因為得了肌萎縮性脊髓側索硬化症，被醫師宣佈僅剩兩年的時間可以存活，他開始向米奇說起他的人生哲學，他們最後十四堂星期二的課也就此啟程了！

二●內容摘錄：

如實接受你做得到的事和你做不到的事。(P.28)

過去就是過去，接受它，不否認也不揚棄。(P.28)

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得有目的、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)

只要你學會死亡，你就學會了活著。(P.104)

不相愛，即如死滅。(P.115)

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

在你死前寬恕自己，然後寬恕別人。(P.200)

三●我的觀點：

人的一生中，生、老、病、死是無可避免的。說到死亡，是大部分人類最害怕的事情，有些人害怕在死亡之前會遭受到很大的痛苦；有人擔心自己死後會不會被打入十八層地獄；也有人擔心死後會很快就被別人遺忘等等。不過也有人能坦然面對死亡，且以不屈不撓的精神奮鬥，成為生命的鬥士。

當醫師宣布死亡期限時，我想那種痛是無法用言語形容的。不過，該用什麼方式度過剩下的生命全掌握在自己手中。你可以選擇就此萎靡不振，整天活在自己小小的封閉世界之中，消極地走完這一生；或者，你也可以像電影《一路玩到掛》的主角一樣，選擇寫下臨死前想做的事情，並以實際行動一一使之實現，用「不留下任何遺憾」的態度轟轟烈烈過完剩下的日子；亦或是想想自己可以為這個世界留下什麼，像是將自己的經驗或知識傳給更多人，以造福社會。

對於這本書的主角墨瑞·史瓦茲而言，他選擇上《夜線》這個節目，透過螢光幕將他的人生哲學傳給各處的人。雖然他的身體狀況一天比一天還要差，到最後連排泄、翻身這種簡單的動作，都需要藉由其他人的幫助才能完成，但他堅持他的理想，在他生命中的最後一段路程，為他摯愛的學生米奇上完最後十四堂星期二的課。這門課不需要寫論文，也沒有任何測驗，而是透過他們師生兩人之間的對話，讓米奇的心得得以沉澱，讓他用不同的角度看生活。

其中讓我印象最深刻的是墨瑞舉行一場「生之葬禮」。他在他同事的葬禮上，聽到許多親朋好友對死者的好話，他感到很惋惜，因為死者自己聽不到。對我來說，我認為這是一個十分特別且有意義的活動，也可以藉此在現今低頭族的冷漠世代，找回更多溫暖。因現代科技發達，不管是出門在外還是窩在家中，幾乎每個人都人手一「機」，甚至在朋友或家人的聚餐時都拼命滑手機，產生心靈最遠的距離感。在這樣的環境之中，人們彼此面對面溝通的機會減少，更不用說與人面對面來互相讚美了！透過這樣「生之葬禮」的活動，除了能在自己死前了解別人對自己的看法，更可以重新加熱這個科技冷漠的時代，我認為這是一個值得我們效仿的活動。

在這十四堂課之中，我特別喜歡第九堂課，主題就是愛。墨瑞對米奇說：「愛讓你活在人間，就算你死了也活著。」如同有句話說：「天主是愛，在愛內，我們活出更豐富的生命。」世界上不是缺少愛，而是缺少知足和珍惜。愛無所不在，它帶給我們更多喜樂，更多溫暖。但是除了愛人，我們也必須學習如何接受愛。

看完《最後 14 堂星期二的課》這本書之後，彷彿旁聽了一門「勇敢面對死亡」的課。隨著課程中不同的主題，我學到「寬恕自己，寬恕別人」、「金錢無法代替溫柔」等的人生哲學，對於死亡這個議題不再只是恐懼和絕望，而是以正面的態度來看待它。我想，將墨瑞所秉持的信念和態度傳出去，便是對他最大的尊敬和紀念。看完此書，讓死亡不再是一片黑暗的深淵，讓我們讀者能成為勇敢面對死亡的鬥士！

四●討論議題：

假如你也像墨瑞得了絕症，只剩下一段時間可以存活。你會用什麼方式或態度來面對接下來的生活和死亡呢？