

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：乙
科 別：
名 次：優等
作 者：張○○
參賽標題：最後 14 堂星期二的課
書籍 ISBN：9578468512
中文書名：最後 14 堂星期二的課
原文書名：Tuesday 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：

米契爾在大學時期曾是個對未來充滿期待、夢想的年輕人。但畢業後經過現實的戰場歷練之後，卻也因為世故而變得老氣，完全不復當年想以一己所學為國家貢獻那樣的意氣風發。他變得跟大多數的人一樣，不停地追求物質生活，成了大學時自己口中所唾棄的「那種人」。直到再次遇見了大學時的教授墨瑞，但他卻已得了肌肉萎縮症且在死亡的邊緣遊走。墨瑞傳授他所有人生的經驗給米契爾。他們時而像是師生、時而像是家人、時而像是老朋友。

二、內容摘錄：

「你害怕痛苦，你害怕悲傷，你害怕愛所會帶來的易受傷害的心。但你若全心全意投入這些情緒，讓你自己整個人沒入其中，你就完完全全體驗到它。你就知道什麼是痛苦，你就知道什麼是愛，你就知道什麼是悲傷。唯有如此你才能說：「很好，我體驗了這個情緒，我很好，我體驗了這個情緒，我認出了這個情緒，現在我需要從中脫身。」（p.129~130）

學著如何死亡，你就學到如何活著。（p.106）

三、我的觀點：

很不幸地，墨瑞得到的是 ALS 肌肉萎縮症。他註定會看著他自己的身體一點一滴地被病魔侵蝕，直到病毒到達了他的肺，哮喘而死。墨瑞選擇了善加利用剩下的時間，所以他另闢蹊徑，以死亡作為他生命最後的計畫。墨瑞認為這樣他就有更多的時間可以與死亡共處，並且研究它，把它當作是一本活教材。我和作者還有大部分的人都一樣，我們對死亡都好像是在矇騙自己，並且逃避它。但是墨瑞不一樣，他以開放的態度，一個相當不同的角度來看待生命。他和死亡面面相覷，想法反而變得更透明、透澈了。其實，我們都是大自然的一部分，我們本來就會死。只是人類認為自己是不平凡的，所以認為只要不去面對就不會有這一天似的。我亦是如此，我很擔心我哪天會離開這個世界，離開所有愛我的人、我愛的人。我很疑惑為何墨瑞不會留戀這個他所生活了一輩子的世界？墨瑞認為只要大家還會想到他的聲音，那他就還活在這個世界上。

生命若要有意義，就要投入去愛別人，去關懷你周遭的人，創造一些讓你

活得有目的、有意義的事情。」作者聽了這句話後心虛了，他並沒有投入。的確，我們就像機器人般，每天埋首在工作堆中不停歇。為的就是希望每月看到自己的帳戶多一些數字。然後去購買自己認為是「需要」的東西，人們總是認為自己需要敞篷跑車、豪宅、一櫃子的衣服……那其實並不是必要的，只是我們想要的，因為我們並不會因為沒有了這些物品而對自己有什麼危害。現代人有一個大缺點，那就是永遠填不滿的心。等我們努力得到了一樣東西以後，我們便會想要開始尋找下一個目標。這種感覺我真的不能再苟同了，因為我亦是如此。人們盲目地追求更稀有、珍貴的事物，得到了好像就會顯得更尊貴。至於得不到的人呢？就只好眼巴巴的看著擁有那些的人在一旁嘆氣。我覺得生命應該要用在可以讓心靈真正滿足的地方。比如說，我可以花更多時間陪伴我的家人跟他們聊聊天，增進家人間的感情。我相信只要降低心中滿足的門檻，我會活得更開心、更有目的。

墨瑞的一生是不幸的。他不是聖人，因此也會怨天尤人，但是他只允許自己在早晨時掉幾滴眼淚為自己的遭遇感到悲傷，之後便打起精神迎接全新的一天。墨瑞的樂觀令我感到佩服，換作是我的話，我應該會覺得很絕望，可能一蹶不振的過完病中人生。而他卻可以好好利用剩下的生命，盡力向世人宣揚他的理想。把握時間和學生們聊天、開導他們，作者米契爾也是其中之一。還記得米契爾曾問墨瑞他會不會羨慕自己年輕，墨瑞回答老年人不可能不羨慕年輕人，但重點是要接受你就是你，並且要樂在其中。沒錯，老年人可能會羨慕年輕人擁有強健的身體、有力的雙腿。但千萬不要忘了每個人都會老，總不能一直悶悶不樂的吧！要能接受無論是幾歲的自己，八十歲也好十八歲也好，珍愛每個階段的你。讀完了這本書，我體悟了許多，也對生命有一個新的詮釋，凡事都要以正面的態度來面對。很感謝墨瑞教授讓我領悟到那麼多道理，也很謝謝作者願意向全世界傳達了教授的話。

四、討論議題：

墨瑞教授將他生病後剩下的人生運用的淋漓盡致，我們要如何規劃自己的人生使以後要離開人間時無悔恨？