

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：戊
科 別：普通科
名 次：甲等
作 者：王襄寧
參賽標題：我與死亡並行
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：Mitch Albom
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·艾爾邦當過業餘拳擊手、畫家、音樂家、體育記者。目前撰寫報紙專欄，主持廣播節目，並曾十度被美聯社選為「最佳體育專欄作家」，且在許多個慈善機構裡擔任董事。本書以故事的形式讓人重新思考「活著」的意義。

二、內容摘錄：

「如實接受你做得到的事和你做不到的事」、「過去就是過去，接受它，不否認也不揚棄」(p.28)

對立面的衝突，就像拉長的橡皮筋，而我們大多數人都活在這其中。但愛會得勝。愛一向都得勝。(p.53)

別放手得太快，也別死撐太久。(p.197)

三、我的觀點：

人的一生，由許多風雨堆疊而成，看過的風景也不盡相同，而每個人都都具有各種獨一無二的技能。從書中我體悟到三件對我而言最重要的事。

首先，是「家庭」。大部分的人一出生最先接觸的都是自己的家，從學講話到各種品德習慣的養成，皆是從家庭教育開始的。一個家提供給一個人不只是食衣住行育樂，當我們遇到各種挫折、失意時，家永遠在那裡等我們回去，給我們溫暖和依靠，是我們的避風港。對書中的教授而言，因為病情越來越不樂觀，而這時候家人是不需要理由就會一直待在身邊的人，我覺得這對每個人來說是重要的，當一個人老了有人陪在身邊就不孤單，如果生病了會有人在你有需要的時候幫助你，這樣就減少了很多負擔，也比較不會因為孤獨而增加失智及憂鬱的機率，所以我認為家庭對一個人來說是很重要的。

再者是「愛」，要相信愛。學著對這個世界付出愛，並接受別人對自己的愛，是人生的重要課題之一。這個世界若沒有愛的存在，則人類的生活無法如此和樂，「不相愛，即如死滅。」是教授最喜歡的一句話，這句話說明了這社會若失去了愛，則目前的世界不會存在。我們要學著對別人付出愛，是同理心而不是同情心，同情只不過是人們對於有別於自身的情況而產生的憐憫之心，而同理則是投入己身在情境內，設身處地的思考，人們常常將兩者搞混，或視兩者為同一物，所以這是需要花時間學習的。再來，要將愛傳遞出去，不論是最親近的家人朋友，亦或是僅有短短一段時間一起共事的隊友，愛使得人與人間的互動更美好，紛爭也減少許多。所以愛的存在真的很重要，而相信愛這件事也是不能少的。

最後，是「面對死亡」。書中教授說：「學會死亡，你就學會活著。」這句話不難理解，大家都清楚我們總有一天一定會死，沒有人能長存於這個世界上，但很少人能夠實實在在地去面對死亡。好比疼痛來說，一輩子不會只有一次，所以我們知道什麼是痛，我們會在跌倒之後，知道傷口帶來的感覺。不過我們沒辦法經歷死亡兩次，所以我們無法得知死亡帶來的感受到底多強大，而因為對於死亡的無知，人性便會以逃避的心態來面對，這使得大多數人「知道」死亡，而不是「明白」死亡這件事。更進一步導致很多人不把它當一回事，總覺得它離我還很遙遠，殊不知死神可能就在周圍。但要與死亡並行也不是一件簡單的事，對於人類而言，這需要長久的經驗累積加上豐富的人生歷練，才能一點一滴慢慢塑造出如何看待死亡這件事。

不論是家庭、愛或是面對死亡，都是很重要的人生課題，三者環環相扣。而對於一個高中生來說，我覺得在平常生活中盡我所能的愛身旁的人，並善待家人，讓他們感受到自己想表達的愛並用心感受他們的溫暖，這樣當我面對死亡時就能問心無愧，也不會在未來的日子後悔沒有好好把握與他們相處的時光。另一方面，當我面對死亡時，有愛在我身邊，周圍有家人的陪伴，我又有什麼好遺憾，又有什麼可以害怕呢？所以好好的珍惜並愛身邊的人是我能做到的事。

四、討論議題：

書中的教授在知道自己的病情不會好轉後，坦然的接受死亡一天天離他越來越近。若換作是我們知道自己離死亡這麼近的時候，我們該以什麼心情來面對？