

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：甲
科 別：
名 次：第三名
作 者：林萱旻
參賽標題：卸下盔甲，做自己
書籍 ISBN：9576797187
中文書名：為自己出征
原文書名：The knight in rusty armor
書籍作者：Robert Fisher
出版單位：方智
出版年月：1998 年 08 月 20 日
版 次：初版

一●圖書作者與內容簡介：

美國著名作家羅伯·費雪將一個個深刻的人生哲理化成一篇文章，透過本書，讀者將隨著一位遭自己的盔甲所束縛的騎士，一步一步邁向真理之路，穿越三座古堡——「沉默之堡」、「知識之堡」、「志勇之堡」，學會面對自己、認清目標、克服疑慮，最後踏著堅定的步伐登上真理之嶺，找回真正的自我，而由心中深處湧出的喜悅之淚終於將生鏽堅硬的盔甲融化，一路跟著騎士的我們似乎也將自己所包覆的層層防護一一卸下……。

二●內容摘錄：

他靜靜的坐下，聆聽寂寞。他發現自己這一生，從沒有真正聆聽過任何人說話，或是聆聽任何聲音——風吹過的沙沙聲，下雨的淅瀝，還有溪水潺潺流過的聲音，這些聲音一直存在著，但他從沒認真聽過。（p.101）

由腦而生的野心可以帶來美觀的城堡，也可以帶來雄偉的馬匹，但是由心而生的野心還可以帶來快樂。（p.149）

含著淚，武士笑了，沒有發覺到有一道明亮、新生的光芒從他身上放散出來，這道光，比它的盔甲擦的最亮的時候更光亮、更美麗——像小溪般閃爍，像明月般皎潔，像太陽般耀眼明亮。（p.187）

三●我的觀點：

當我們呱呱墜地時，我們就被眾人冠上了許多期許，男生要勇敢，女生就溫柔，我們便在一遍又一遍的修正，逐漸茁壯成人。上了高中，我們一樣追著成績排名跑，為的是能讓自己不違父母師長的期許，在自己的肩上扛了一擔擔別人付予的名字及樣貌，久而久之，這些外界給予的稱號逐漸反客為主取代了我們真正的名字，為外界而粉飾的妝容掩藏了我們真實的樣貌，自我慢慢的消失，但我們卻因此受到了眾人的讚許，而我們便在這矛盾且復雜的世界中遺失最初真誠的自己。

有多久沒有到鄉下幫阿公割下一把把金黃的稻穗？有多久沒有抬頭看看變化萬千的雲又變成了什麼模樣？又有多久沒有敞開心胸與家人朋友來一場促膝長談？我們在社會中嶄露頭角，馬不停蹄的工作著，就像一名騎士披著堅硬的盔甲日夜征戰，漸漸的忙碌的戰役讓我們忘了除去盔甲，便包覆著厚重的盔甲生活下去，以致於身邊的人忘了我們真正的臉龐，而我們也忘卻世界真實的樣貌。我們被自己所建立的理想給困住了，遺失自己內心最深處的想法，用一層一層的束縛把自己絆住，使我們在人生的路中躊躇不前。

忙亂的生活中，周遭充斥著都市喧囂嘈雜的喧鬧聲，我們缺乏獨處，也缺乏沉默，生活周遭的蟬鳴、鳥啼不曾進入過我們忙碌的雙耳，而我們更是遺忘了自己的聲音。書中的騎士不曾認真聆聽過周遭的任何聲音，直到他隻身走入了寂靜的沉默之堡，他才真正學會聆聽，聆聽自然，聆聽自己。我們也不曾聆聽過自己，只知一味前進，忘卻了什麼才是自己真正要的，當我們學會聆聽寂寞，將會發現內心深處傳來的聲音，讓我們重新認清自己的目標，帶著真誠的自我，堅定的向前。

我們不愛自己，因此我們在自己的身上罩上了一層厚實的金盔甲，阻止任何人看到真正的自己，用這些裝束妝點自己，隱藏自卑的自己，靠外界的認同來證明自己存在的意義，而真實的自我也在層層的遮蓋下逐漸模糊。書中的騎士總是在證明自己比別的騎士驍勇善戰，沒有欣賞過自己，一味的想成為別人，直到他進入了知識之堡，他才終於明白真正的真理便是愛。我們需要愛，因此我們努力的成為一位值得被愛的人，改變自己，成為他人，那是因為我們不愛自己，認為原本的自己不值得被愛。學會愛自己與聆聽自己真實的想法，便是邁向真理與擺脫束縛自己的盔甲。

在生活中，我們也常被自己的疑慮及恐懼困住，杞人憂天，而不敢往前邁進，但唯有自知才能使眼前被誇大渲染的困難現出原形。書中的騎士進入了志勇之堡便受到疑慮之龍攻擊，但當騎士認知這隻巨龍不是真實時，巨龍便消失了。疑慮在我們的路途中堆砌了一道厚實的牆，讓我們對眼前的目標感到害怕遲疑，而躲在牆後不敢前進，但當我們知道這些疑慮都是不需要的、不真實的，那道原本攻不可破的牆便不攻自破了，因為我們已有了自知。

害怕朋友的背叛，我們在自己的心前築了一道銅牆鐵壁，拒絕放逐自己最誠懇的一顆心；職場中的利益糾葛，我們被迫粉飾了一張笑臉，說出言不由衷的話語。我們都將自己罩上了太厚的防護，阻隔了自己與外界的聯繫，取代了真實的自己，從這本書中，我發現了現在的「我」是用別人對我的標準建築的，而非真實的我，真實的我已被密不通風的盔甲緊勒住，與外界隔了一道隱形的厚牆，與家人朋友產生隔閡。

隨著騎士經歷了一場真理之旅，我宛如也與他一同剝去自己沉重的盔甲，將最真實的自己釋放出來，擺脫不必要的束縛，放縱自己的心去愛自己、愛別人、愛世界。我知道，我的下一場戰鬥將不再為別人的期望奮力一搏，我要為自己——真正的自己勇敢迎向任何挑戰。

四●討論議題：

真實的自我常與社會的理想標準互相拉扯，我們要如何不違背自己，又能達成眾人的期許呢？