

高英高級工商職業學校 100 學年度第 2 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	資處 3-2	學生姓名	晁悅慈、翁巧宜 許郁慧、江以諾		
研讀書名	最後 14 堂星期二的課	書籍作者	米奇 艾爾邦 譯者:白裕承		
出版單位	大塊文化	出版年月	1998 年 03 月 01 日	版次	初版
班級導師	盧沛明老師	國文老師	李宜瑾老師		

心 得 報 告 內 容

一、相關書訊：

看完了這本書，對我們有莫大啟示與體會，書中讓我們了解到，面對「死亡」不必懼怕、恐慌，而是樂觀的面對和妥善的運用剩下的時間來安排人生最後的道路並過著充實的生活。不是一定要人生低潮或萬念俱灰時才能領悟出生活的道理，如果產生恐懼，只會打壞你的人生與情緒。世界上有千百種人，有些人的生命如地獄中受著無止盡的折磨，但只要有信念，把苦難漸漸變成一顆寶石。如果我們懂得去「欣賞」那顆珍貴的寶石，就是體會到人活著的「真諦」，才是真正的「上了一課」。

二、內容摘錄：

我是要日漸萎靡不振，或是要善加利用時間(p.19)。

我們的文化讓人無法自知自適。你要十分堅強，才有辦法拒絕這錯誤的文化 (p. 58)。

太多人像是行屍走肉，就算她們坐著自己認為重要的事情，也似乎是半睡半醒 (p. 59)。

老師作的是百年樹人的長遠工作;他對後世的影響永無止息 (p. 101)。

因為我們大都像是再夢遊。我們事實上沒有完全體驗這個世界，因為我們在半醒半睡，做著自以為非做不的事 (p. 105)。

你得要找到像你現在生命中這樣的善、真、美。回顧過去讓你滿懷鬥志，但年紀不是與人拼鬥的事 (p. 151)。

三、我的觀點：

墨瑞教授不像一般人得知自己生病了，不會怨天尤人地說：為什麼是自己？他反而接受了這項事實，用樂觀的態度看待自己且不畏懼死亡。他甚至還為自己舉辦生前的告別會，覺得這麼辦法令人敬佩！因為這些話就是要說給當事人，這樣他就能夠知道大家的心意。就像墨瑞自己說的，我也覺得他很幸運，在某方面來講。因為知道自己的時間所剩不多，所以他可以把握剩下的「人生道路」。但許多人確認為剩下的時間還很多，什麼事都不會想要積極一點，就好像在浪費自己的人生與青春年華，那些然就走的人，就沒辦法交代自己身後的事，但是墨瑞他還能紀錄下來，做自己最後想做的事。我很喜歡墨瑞和米奇的微妙關係，亦師亦友的感覺，互相分享彼此的想法、喜樂與恩典，我想不是每個人都能這樣做的。

書中指出：『我們的生活中不該只有批評與享樂，我們更應該「相信他人」、更應該與他人「分享我們的幸福及快樂』。這樣一來，不只有我們自己快樂，別人也會感到快樂。這個世界也就因此而更美麗了。這本書，帶給我的是對生命的尊重，以及生活的動力。只要一點點的肯定感、一點點的信任感。就能夠讓一切變得更完美！這本「最後 14 堂星期二的課」有些論點讓人印像深刻！

第一：學會死亡，才能學會活著。當你面對了死亡你才會更珍惜更把握現在的時光。

第二：死亡結束的是生命，不是關係。墨瑞最後還是死去了，但他對身邊的人的影響卻是永遠存在的。

第三：生命中最要緊的是，是學會付出愛，以及接受愛。當你學會了付出與接受你會發現這世界是很好的。

書裡頭表達出「正面能量」的精神，無論從什麼角度看，墨瑞教授永遠是充滿光明，雖然得知自己生病的事實，卻以更積極的態度活出自我！而且，他不但樂觀面對自己未來的日子，更用力的去珍惜出現在他身邊的人、事、物與愛他的家人及身邊的朋友，每天並不是讓恐懼戰勝他，而是用愛心征服了內心的恐懼，就像書中，我非常愛那一段！墨瑞教授說的，他不是不害怕。每天起床後，雖然有時他會用力的哭泣，也會害怕，可是他接受「害怕」，並且體會了解這種感覺，所以他知道這感覺後並不管一切會如何。如此認真的「生命」！反之，我們也會努力的活出自己，認真對待自己才對，有人說過，「把每一天當作是最後一天來活！」，這麼看來這話也是頗有道理的。

「死亡並不是一切的終點」，而是人生另一個開始與轉折，墨瑞先生得知罹癌的消息後，從開始的難過到接納，從恐懼變樂觀，甚至為自己舉辦了生前告別式，墨瑞先生也說一段令我印象深刻的話，就是「學會死亡，才能學會活著」，往往一般人很難做到，得知消息也許會崩潰恐懼，人生就開始墮落與怨天尤人等，墨瑞先生也說：「在人的生活中，不應該只有批評他人」，就是人要「將心比心」，多為他人設想，墨瑞先生也說更應該要尊重他們與幫助需要幫助的人，要分享我們的幸福與快樂，墨瑞先生的人生觀，是每個人需要去學習，面臨疾病時他把自己想要做的事一一列下，就怕那一天「上帝的召喚」而沒有完成的遺憾，也與學生分享喜悅與快樂。

這本書猶如一部電影「終極假期」裡的女主角，得知自己已經活不了多久，她坦然面對，

並且開始享受生活 and 做自己想要做的事情，即使最後得知是醫生誤診，但她還是繼續充實的過生活，並完成她自己的夢想『開一間餐廳』。每個人應該去好好體會這世界的「真理」，每個人活在這世界上都是有意義的，上帝賦予每個人有不同的角色扮演與任務，任務完成前，上帝都不會把你(妳)「徵召」回去，這本書讓我感受到如何去體會出一個生命的「珍貴」與真正的「充實」。

我們總是在畏懼死亡，但人總是有生老病死。我們要如何像墨瑞教授一樣坦然的接受死亡，而不是一直在逃避死亡，死亡並不是人生的終點，也要學會珍惜生命，不要隨意的揮霍，等到為時已晚時已經來不及了，生命可以長久，但也是很脆弱的，不要等到生命面臨危急時才體會到真正的「珍貴」。

四、討論議題：

我們總是在畏懼死亡，但人總是有生老病死。我們要如何像墨瑞教授一樣坦然的接受死亡，而不是一直在逃避死亡，死亡並不是人生的終點，也要學會珍惜生命，不要隨意的揮霍，等到為時已晚時已經來不及了，生命可以長久，但也是很脆弱的，不要等到生命面臨危急時才體會到真正的「珍貴」。