

班 級：廣設 2-2  
名 次：第二名  
作 者：林宜青  
參賽標題：平常心有情味  
書籍 ISBN：9576071593  
中文書名：平常心有情味  
原文書名：平常心有情味

書籍作者：林清玄  
出版單位：圓神出版社有限公司  
出版年月：1994 年 11 月 1 日  
版 次：初版

### 一●圖書作者與內容簡介：

林清玄是「平常心有情味」這本書的作者，他生於高雄旗山，曾經擔任為主筆和報社主編，這本書凸顯著生命的意義與幸福的生活。作者在這本書中層層剖析讓人建立屹立不搖的平常心，進入到「生命需要管理」的重責大任，使生活有更豐富的人情味，可以面對人生的種種可愛與種種遺憾。

### 二●內容摘錄：

「在這個世界上有八種無法避免的痛苦，就是生、老、病、死、愛別離、怨憎會、求不得、五蘊熾盛。」這我們一生都要經歷的痛苦，活在當下珍惜每一秒。(p.27)

「因為外在的環境是不可管理的一朵花的凋謝，不能管理一個東西的毀壞。」先管理自己的心，在看見自己的心，才有辦法看見和管理的東西(p.41)

「因此放棄人生、躲避人生，不要和人生發生關係，但這是經不起考驗的。」人生再我們意識中很重要，無因便無果。(p.50)

### 三●我的觀點：

閱讀完這本書後，發現大多數的名言佳句都有關信仰，例如：佛教或基督教，書裡不斷地描述生命的到理，大多數人對生命的道理一問三不知，但看完這本書之後就深深了解到生命要多珍惜。多數人都想放棄人生、躲避人生，可是人生是我們生活上最重要的把關，沒有人生就沒有現在完美的我們了，而作者把他所寫的這本書剖析到讓我們看完都很容易了解到它的意思，

他讓我們建立了一顆聖潔的心，就算天崩塌下來，我們的心也不會因此而破碎，因為我們擁有一顆不動如山的心，我覺得我們應該向作者好好學習如何享受生命中的好處，他讓我們進入到「生命需要管理」的重責大任，然而我們要研究如何體會這個心靈旅程！

作者說明了：「一日不作，一日不食。」這句話的由來是一個老師父已高齡，但他不願意因為行動較緩慢，而放棄工作，於是他持續一直不間斷工作，而在他身旁的弟子看不下去

了，然而弟子把工具藏起來，直到師父在尋找工具尋找不到，老師父決定不吃東西了，這故事就引申了這句名言出來。

我很慶幸有這本書可以讓我深深感觸到生命有多重要，以前還小的時候，對生命的想法是：生命很無趣、沒什麼！但漸漸長大後，生命的考驗接二連三的出現，那時才知道生命不是無趣的，體會生命可以帶給我們無限的所有。所以我從小時候的懵懂無知，轉換為會珍惜生命的我。因此，作者把生命敘述到連幼小孩子都能了解生命並知其重要性，即使每個即將邁入到極樂世界前那一刻，都要保持著樂觀的姿態，如果到臨死前都還有絲毫的創造力，就表示都還有希望的預果。

每個人都有屬於自己的創造力，假如自己的創造力都未曾光芒過的話，就沒機會看到世界的輝煌的美麗景觀，所以我們居住在這偉大的世界上，一定有自己的價值與意義，但有些人認為自己在這生活上沒有用處，因為他們未發揮屬於他們的創造力，若有天他們一顯現創造力，或許會令人出乎意料。

生活上一定會出現創造品，有東西的出現就代表還有人在保持創新的觀點，隨時可以顧及到新生命的意義，把大家極容易小看的東西透過創造力而轉換為人人都訝異的物品，但很多人高枕無憂，還是有很多人在煩東煩西，可以慢慢調整自己的情緒，因此得到新的見解而提升自己。

總而言之，生命的管理與創造力的意義，讓我進入到意想不到的世界，因此也得到無數新的見解與觀點，用坦然的態度來面對一切，幼小的心靈就會靜靜處在廣泛的世界裡，能像作者一樣保持生命的活眼金睛的態度，那樣有多好呀！這本書真想讓人值得去推薦給更多的人們來體會這本書的意境。

#### 四●討論議題：

放下並擁有一顆屹立不搖的心是在甚麼時候？

在什麼情況下有「一日不作，一日不食」呢？