

# 高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期班級讀書會

## 閱讀心得報告

班 級	餐管 2-4	學生姓名	陳珮玲		
研讀書名	深夜加油站遇見蘇格拉底	書籍作者	丹·米爾曼		
出版單位	心靈工坊文化事業股份有限公司	出版年月	2007 年 09 月 01 日	版次	二版
班級導師	吳涵潔老師	國文老師	吳涵潔老師		

### 心 得 報 告 內 容

#### 一、圖書作者與內容簡介：

本書介紹有關於有生命的心靈聖經，青年人隨風出征，中年人隨風而立，老年人隨風而逝。在不同的生命情境中，閱讀此書自有不同的心境與領悟。

加油站工人是很平凡的工作，但為汽車加油，使其能跑卻是重要的事，人人往往也知道該為車子加油，卻忘了自己的心靈如果不加油，也就不能跑了。許多人們的心靈都有如停在身體停車場內忘了加油的報廢車，但我們該如何為心靈加油呢？

#### 二、內容摘錄：

丹，你就像這個油箱，充滿著太多先入為主的觀念，還有毫無用處的知識。你有很許多事實和看法沒錯，然而卻大還不大了解你自己。在開始學習以前，你得先清空你的油箱。〈p. 29〉

你樂於換衣服、髮型、女人、房子和工作，你簡直太樂於改變任何事物，但就是不肯改變你自己。不過，你將會改變。要嘛有我，要不就是由時光來幫助你張開你的眼睛，雖然時光有時並不留情。〈p. 75〉

可是對勇士來講，這些都是不相干的事，別受華而不實的事物所矇騙，勇士所能仰賴的，只有愛、仁慈與服務的力量，還有快樂的力量。你無法得到快樂，而是快樂得到你，可是，只有在你放棄其他一切以後，快樂才會找上門來。〈p. 236〉

#### 三、我的觀點：

「重新發現人生的目的」是我讀完這本書的收穫，才知道自己盲目的追求毫無實際的想

法是多麼愚昧的，也讓我知曉並沒有所謂的意外，每一件發生在我們周遭的事都是一項功課，一切事情都有目的，端看該怎麼去善用它。

本書的作者，在青少年時期偶遇蘇格拉底，這一次的偶遇以及接下來的歷險，改變了作者的一生，在那之前，作者總以為，理當擁有一個洋溢著歡樂和智慧的優質生活，這就像已經註定好的命運。從未料想到，有朝一日得學習如何生活——必須遵守某些特定的戒律清規，掌握某種看待世界的方式，方能清醒地過著單純、快樂、不複雜的生活。

很多人總是滿足著目前的生活，沒有人想要改變它並為自己找到新的人生目標，因為人總在害怕改變後的自己。與其虛度光陰，不如自己努力開拓內在的道路。書中提到，人人都想得到尊重，可是光講「請尊重我」並沒有用，你必須以值得尊敬的行為，來搏取他人的尊重，然而想搏取他人的尊重，可不是件容易的事。從平庸為榮的行為舉止開始，不能把全副的精力都集中在摒棄舊習，而是集中在建立新的習慣。

我發覺日常生活中，原來許多人都是如此的，甚至有些人找不到新的自己和目的就自暴自棄了，人一定要變富有才會快樂，只有你有足夠的錢來滿足你所有的欲望，你就是富有的。因此，有兩個辦法可以讓人變得富有：一種是賺取、繼承、借貸、乞討……等，甚至是偷竊足夠的錢來滿足你所有的欲望，另一種是，清心寡慾，生活簡單，如此一來，你永遠都會擁有足夠的錢。本書作者糾正了現代人賺錢就是盡情揮灑或是有錢才有命的理論，和平勇士有洞見和戒律，因而得以選擇簡單的生活，得以明白需求跟欲求的不同。我們只有很少的基本需求，卻有有無止盡的欲求，全神貫注於每一時刻，就是我的喜樂。全神貫注用不著花錢，唯一的投資是修煉，要知道，快樂的祕密並不在於尋求更多想要的，而是在於培養少欲的能力，我終於不再期待世界來滿足我，放下期待的心後，我的失望就消失了。當然，我會繼續去做生活裡該做的事情，但並不是以別人的要求來做，而是按照我自己的條件去盡最大的努力。儘管我過得是平凡的生活，但我已逐漸嘗到一種奧妙、徹底的自由。

書中曾說過，兩人共同去健行，當到達目的時老人卻未表明要給丹看的東西，然而蘇格拉底卻指向丹腳邊的石頭，丹露出不解的神情，「費盡千辛萬苦只為了一顆普通的石頭？」，這時蘇格拉底答道：「重要的是過程，而不是結果。」人總是在不盡最大努力的收穫後，卻說就這樣而已或是抱怨太爛了，或者是從來只注重結果的人，從不回想這個結果的經過，可能認為毫無幫助或是太自傲，完成自己應做的事情，而非等到後來才後悔當時沒完成、或是總是要拖到最後一刻才肯做，不是我們在等事情，而是事情在等我們做，如果一直把它放在垃圾桶，你永遠不會學會東西。要在稍縱即逝的每一刻，享受生命的禮物，沒有不老青春、長生不死的人生，只有活在當下。蘇格拉底曾說過：「現在是什麼時間，當下。」，有些人在年輕時有著人人羨慕的成功事業，卻在年老時走向了下坡，總唉嘆着想回到過去年少瘋狂，為何不在所剩不久的人生為自己充實人生呢？就如同我們總是在人生過程中做出一些抉擇，然而這些抉擇必定有意義存在。

故事主角的丹，自從遇到了神祕的老人後，開始了改變他生命的冒險旅程，老人說過丹的人生緊緊抓著幻象不放手，積習難改，老在追求成就跟娛樂，從而避開使你痛苦的主要本

源，如果得不到想要的東西，就會受苦；得到不想要的東西，也會受苦；就連正好得到你想要的東西，仍然會受苦，因為你無法擁有它，你的心智就是你的困境。它想要免於改變，免於痛苦，免於生與死的必然性。然而，改變是一項法則，再怎麼假裝，都不能改變這個事實。到了丹每個人生的轉捩點，老人給予了幫助及教導，讓丹不再是以前的自己並體悟到了老人的睿智與用心，在日後的車禍、婚姻、事業，丹一步步的開始知道了人生所想要的，而在書的後半部老人讓丹獨自去找尋必須要找的然後再見面。這也告訴了我，現在的我該做出選擇，也讓我領悟心的聲音，或許我在許多選擇的後果不盡理想，一旦開始了，我就要全力去做，我不後悔以往所做的決定，希望能突破心智的關卡，尋找出自己心中的和平勇士，勇敢走上屬於自己的和平勇士之路。

不單是我個人，在各位陷入人生低潮或是永不滿足的生活時，尋求如何改變、學習，讓自己不在是之前的自己，別在固執己見，總認為自己都是正確的，重新審視自己的價值觀並歸零，重新出發像個嬰兒般的再次學習如何享受人生，希望這本書能帶你走出明暗不定、迷茫，讓你浴火重生。

#### 四、討論議題：

你是否擁有勇氣去面對真實的自己並重新發覺這世界的好與壞？

你的人生中你學到了什麼？然而這一切是否都是正確的？