

學校名稱：縣立大園國際高中

年 級：二年級

班 級：四

科 別：

名 次： 第一名

作 者：江翊君

參賽標題：深夜加油站遇見蘇格拉底

書籍 ISBN：9789866782107

中文書名：深夜加油站遇見蘇格拉底

原文書名：Way of the peaceful warrior: a book that changes lives

書籍作者：丹·米爾曼

出版單位：心靈工坊

出版年月：2007 年 9 月

版 次：2 版 1 刷

一●圖書作者與內容簡介：

丹·米爾曼是一位傑出的體操選手，一路走來一帆風順，但他的內心始終無法獲得滿足。直到一天深夜，他來到一家加油站遇見了一位充滿神秘色彩又有哲理的老人，丹叫他「蘇格拉底」，而他的生活就此改變，從此他不再專注於物質上的享樂，而是追求著精神上的快樂，探索著他內心深處的那扇「勇士」的大門。

二●內容摘錄：

1.每一行動都有它的代價和歡樂之處。你如果兩面都有所體會，就會變得既合乎實際，又能為你的行為負責。唯有如此，你才能自由並沒有意識地做出勇士的選擇，也就是：去做，還是不去做。(P.167)

2.寧可盡全力而犯錯，也不要瞻前顧後、小心翼翼地避免犯錯。責任意味著同時領悟到歡樂和代價、行動和後果，然後作出選擇。(P.168)

3.你可以控制你的努力，卻無法左右結果。盡你所能，其他的就交給上蒼。(P.202)

4.你做什麼都無法改變過去的種種，而未來種種又永遠不會完全如你所期望。從來就沒有過去的勇士，也不會有未來的勇士，勇士只活在當下、這裡！(P.216)

三●我的觀點：

先看了電影，才想閱讀這本書，後來發現這不是一本普通的小說，而是一本足以改變你一生的書，也是一本很難讀的書，並不是因為書中字彙很艱深難懂，而是它在字裡行間透露出神秘且難以理解的訊息，在這本書裡的每一句話都是哲理，令人可以一讀再讀，反覆思索。

丹是一個從出生到大學都不曾遇過挫折的人生勝利組，但就連像他這麼優秀的人，

都需要學習如何生活，何況是我們這種平凡人呢？蘇格拉底讓丹發現了他的生活需要一些改變，而丹的這本半自傳體小說也改變了我的生活。

這本書讓我漸漸明白了一些事情：第一，知足的重要。人知足了就容易感到快樂，就像歷史上蘇格拉底所說的：「知足是天賦的財富，奢侈是人為的貧窮。」只要懂得知足，發自內心的感到快樂應該就不是難事。老子亦言：「禍莫大於不知足；莫大於欲得。」第二，習慣的重要。當你養成了一個習慣之後，很多事情就會變成生活中不可或缺的例行事務，根本就不需要多花時間思考，當然，前提是這是一個好習慣，好的習慣愈多，則生活愈容易，抵抗引誘的力量也愈強。第三，省思的重要。「未經反思自省的人生不值得活。」人常常無法發現自己的錯誤，而其他入也不一定會告訴你，所以每天花一點時間思考一下自己的舉止和言語也是必須的，曾子曾言：「吾日三省吾身」。三思而後行，可以避免造成更多誤會及憾事發生。第四，一旦做出選擇，就必須全力以赴。將所有後果都考慮過後，才做出的選擇，一定是自己認為最好的，既然是最好的決定，就應該全力以赴。「坐時就坐，站時就站，不論做什麼，都不可以舉棋不定。」每一分、每一秒都有那個時候最應該要做的事，所以要全力以赴的把它做好，其他的事是其他時間該做的。第五，「人生沒有平凡無奇的時刻」。生命中的每個時候都精采不凡，只是你不曾注意過罷了，每分每秒都要用心的去活，當我們心無旁騖認真於當下時，才算是真正的活著。最後，是對死亡的看法，沒有人知道人死後會到哪裡去，說不定是到天堂享樂去了，或者是輪迴轉世了，又或者只是回到他原本存在的地方而已，反正每個人不論活的長短，死亡都是大家必經的歷程，就像羅馬哲學家西塞羅所說的「死亡並不是生命的毀滅，而是換個地方」，並不需要過度悲傷。

這本書帶給我的當然不是只有這些，有很多更是只可意會不可言傳，像是書中對於心智的看法及討論，我想應該需要花我一生的時間去追尋我心中的答案。

我很幸運在我最需要調整我的生活、心靈時，看到了這本書，看完這本書真的會讓心靈再度充滿能量，並且會更認識自己，我在看到這本書之前，我認為世界上只有我了解自己，後來才發現我也不了解自己，蘇格拉底說「認識自己，方能認識人生。」，看來我如果想要成為一個「勇者」要做的是還有很多呢，至少我要先好好把我自己了解透徹，知己知彼，百戰不殆。

四●討論議題：

一、如何活在生命當下？請提出三項具體作法。

二、活著的定義是什麼？有人活得渾渾噩噩，如同行屍走肉；有人為義而死，雖死猶生。請說明該如何讓自己「真正活著」，活出生命的價值。