

第三屆「醫學人文經典閱讀」徵文比賽得獎作品：省思生命的意義

醫技二 黃韻竹

醫學組 第二名

一・摘要

《最後的14堂星期二的課》書中，作者米奇在畢業十六年後，偶然下與老師墨瑞重逢。此時他的老師卻罹患肌萎縮性脊髓側索硬化症〈ALS〉，這是一種可怕的精神系統重症，沒有方法可以醫治，他的生命只剩幾個月。於是作者又上了14堂老師的課，這次，課堂上的學生只有他一人。不用任何教科書，老師用他的人生經驗當作教材，內容涵蓋了死亡、家庭、衰老、愛、婚姻、寬恕…等。課程可稱為生命的意義，學習生死之智慧。

二・作者介紹

Mitch Albom (米奇・艾爾邦) 畢業於麻薩諸塞州瓦森市的布蘭迪斯大學，期間他遇到了最好的老師墨瑞・史瓦茲後，他修了一個新聞碩士，成為一位體育記者，為美國《底特律自由報》的體育專欄作家，曾十度被美聯社選為「最佳體育專欄作家」。目前在底特律WJR電台主持節目，並固定接受ESPN電視台的「體育記者」節目邀約。《最後十四堂星期二的課》是他的第一本非體育文章的作品。亦著有《在天堂遇見的五個人》，暢銷全球逾一千五百萬冊。另也撰寫電影劇本與舞台劇本。在多個慈善機構裡擔任董事，創立了三個慈善組織。現與妻子住在美國密西根州。

三・心得

這是一本偉大的書，讓我真正上了生命一課。本書裡寫了許多令人深思的哲理，句句都可當作座右銘，穿插其中的寓言小故事使我頓悟生活的道理。這是本讓人讀完後，會重新思考人生，並尋找生命所應賦予的價值。

e 愛V.S金錢 f

我認為許多讀過《最後十四堂星期二的課》的社會人士，都會像作者米奇一樣，猛問自己：「我到底怎麼了？」，日子填得滿滿的，但大半時間卻總覺得不滿足，為了更多金錢，扼殺無數的夢想。墨瑞說：「死亡是件悲傷的事，活得不快樂也是悲傷。」及「文化讓人們無法自知自適，你得十分堅強，才有辦法拒絕這錯誤的文化。」，我也會在社會的染缸中，放棄自己的夢想嗎？也許我沒墨瑞那無比堅強的勇氣，或許這亦是我們文化所不可避免的現實。

真的如同墨瑞所說，在生命一連串的來回拉鋸中，愛會得勝？難道錢就真的不重要嗎？可能它不是最重要的，但沒有錢的支援，卻也是會扼殺萬萬個夢想。如同許多貧苦兒童，因為家境因素，而放棄讀書。有時錢並非用來滿足物質的享受，而是為解決生活基本需要，當因貧窮而無法溫飽，或是身陷飢荒戰爭中，此時就算有愛為後盾，也不能當飯吃。所以現實仍有它的殘酷面，那是理想所無法超越的。但雖如此，愛還是一切的基礎，德蕾莎修女曾說：「世界上有許多人渴望著一小塊麵包，然而卻有更多的人渴望一點點的愛。」

e 人性 f

動畫版「螢火蟲之墓」，描寫一對在戰火下相依為命的兄妹，在失去家人和住處後，為了生存而堅強求生的故事。這與今年寒假我觀看的「螢火蟲之墓真人版」有所不同，真人版以阿姨的角色為出發點，敘述在戰爭的殘酷下，原本一開始親切地呵護著兄妹，但隨著戰爭日漸激烈，物資極度缺乏的環境下，她為了保護自己的兒女，不得不鐵石心腸的對待小兄妹。戰爭造成的人性扭曲，就如同墨瑞所說：「人只有在受到威脅時，才會變得醜惡，這都是被我們的文化所害」，他簡簡單單的解決了「人性本善」或「人性本惡」，這長期困擾著我們的問題。

e 擁抱衰老 f

墨瑞還提到嚮往年輕的人是對生命的不滿意，對生命的抱憾，沒有找到生命的意義。這點醒了人們從古至今追求返老還童的迷思。他解釋到，若你找到生命的意義，你將不願重新來過，你想要繼續向前，你想要看更多。

看到小朋友，都不自覺的羨慕起他們，覺得他們好快樂，無憂無慮，好想回到從前童年的歡樂時光。也許，我還尚未找到人生的目標，因為未來茫然，所以嚮往重返過去。但時間過去就是過去了，並不能回頭，現在我能做的只是把握當下，用功努力的讀書，好在大學中有所成長與進步。

e 家庭 f

墨瑞曾說：「如果你沒有家人的支持、關愛、照顧和關心，你就幾乎什麼也沒有。」

在《愛在生命的缺口》一書中，我也看到家人的偉大與真誠，作者張瑛娟的女兒患有嚴重的先天性心臟病，從獲知這殘酷事實的降臨到走出憂傷與感謝，這其中的種種心酸血淚，全家人同甘共苦，以源源不絕的愛互相扶持，也因為這樣才能一路堅持到現在。

家庭是支持一個人最大的動力，家人會永遠守護你的，精神上的避風港，那朋友所無法取代的。現在離開爸媽到台中來讀書，一遇到不順心的事，就莫名的想家。墨瑞之所以那麼堅強的面對死亡，他太太夏綠蒂必佔了很大的原因。

並不是每個人都能在家人的陪伴下渡過病痛與衰老，《選擇生命被看到》一書中，那些老人就沒那麼幸運，他們沒有有家庭的溫暖作為後盾。因為在達悟族傳統觀念中，生病被視為惡靈附身，人們畏懼接近，怕有不好之事發生。而重病瀕臨死亡的老人便注定在孤獨、無助且毫無尊嚴的境況下走完生命的旅程，他們是被遺忘的一群，孤寂令人難以承受，在蘭嶼，死亡是件可怕的事。

e 學會死亡，你就學會活著 f

墨瑞說：「學會死亡，你就學會活著。」他說，人們對死亡是害怕的，但死亡只是自然的一部份，有生必有死，那是一種循環。我們每個人都知道自己難逃一死，所以應該為這一天準備好，把每天當作人生的最後一天來生活，把握每一刻，愛你週遭的人，用心傾聽他們所說的話，彷彿這是你最後一次和他們說話。

我們往往身在福中不知福，縱使每天有24小時健康的時間，但我在做什麼呢？如果醫生宣判我是末期病人時我該如何面對？大家都希望遠離這一天，但它是那麼的不可知，病魔潛伏在我們的四周，隨時可能選擇一個人作為侵襲的目標。疾病並不會寬容的留時間給你思考或是調整心情，它一天一天的啃食你的健康，攻陷你的勇氣…。這對大家來說是恐慌的，應學習如何以正確的心態面對才重要，然而要修滿這學分並不容易，克服心中恐懼，需要極大的毅力與智慧。所以在身體狀況日漸萎靡不振時，應當善加利用剩餘的時間，與其一味的傷心哭喊，怨嘆上天的不公平，還不如爭取時間，完成你人生中的夢想，把自己心裡話，說給每個你所愛的人聽。

e 自殺！？ f

世界是如此的奧妙。一個垂死老人能體會生死的價值，然而一些身強體健的年輕人卻不珍惜生命，遇到挫折就選擇逃避，用自殺來結束這一切。最近打開電視與報紙，除了政治新聞依舊紛擾，就是連續的自殺事件。目前台灣經濟低迷，政治更是鬧哄哄地，藍、綠已展開大戰，硬生生將社會撕裂成兩半，讓人無所適從。有人推說，這就是那麼多人自殺的原因之一，整個社會不能掌握現狀動態，大家沒辦法思考未來，失業與生活的壓力遽增，人民滿腹無奈對生活感到沒有希望，導致近年來自殺的比率日益上升。前幾年更有集體自殺的傳聞出現，網友在網路上以相約自殺為題，找伴自殺。不禁令人感嘆網路世界還真的可以載舟，亦可覆舟。

可悲的人們，死後的世界難道會比較好嗎？自殺會留給家人和朋友難以承受的痛苦和悲傷，這是一種自私、懦弱的行為，總是有更好的方式，可以和失敗、痛苦以及任何令人難以忍受的事物共存，自殺是「痛苦」與「處理痛苦」，這兩股力量不平衡所導致的結果，所以不是要找方法降低痛苦，就是要提高處理痛苦的能力。生命尊貴，且是唯一；由於唯一，生命無法重來一次。人們通常想藉著死亡得到解脫，解脫是一種感覺，但你必須活著才能感受到，如果你死了，就什麼都感覺不到了。

現在的人們就是不了解死亡，所以不知道如何去活。我們該羨慕墨瑞，至少他是快樂的。太多人像是行屍走肉，侷限在文化的籠子裡，被灌輸著錯誤的訊息，盲目的追求著自以為想要的東西，如賺更多的錢，擁有更大的房子，買更大的車子。然而我們真正需要的是「愛」。我們渴望被人所愛，才拿這些東西作為替代，以為這樣就能獲得愛的擁抱，但物質的東西永遠無法取代愛，內心只會越來越空虛。不快樂的空氣瀰漫著整個社會。我們大多的人做著自己認為重要的事情，卻處在半睡半醒之間，因為我們追逐的目標不對。墨瑞說：「愛是唯一理智的行為。」生命若要有意義，就要懂得去愛別人，去關懷週遭的人，創造一些讓你覺得有目的、有意義的事情。因為一旦你死了，世界不會因此有改變，路上的人依然從容的走在街上，太陽依然燦爛。或許我們該到醫院走一遭，體驗一下生與死的滋味，領悟箇中滋味，重新找到人生的新方向。

四・結論

我常在想為什麼每個人的人生都不一樣，有些人可以每天生活得很豐富精采，有些人則生活得空虛無趣。這是對生活所抱持的態度所決定的，我們應當要開懷心胸，積極的面對人生，把每天當作人生的最後一天來活，珍惜每一刻，愛你週遭的人。雖然生命不能重新來過，但『生命中沒有什麼「太遲了」的事。』應當學習墨瑞，直到生命的最後一刻都能活得充滿意義。尋找那屬於自己生命中的意義，不要讓社會的浮沉蒙蔽了自己的理想，用愛來享受人生。

五・參考資料

- ± 《選擇生命被看見—拍紀錄片的護士》顧景怡 著，台北市，天下雜誌股份有限公司，2005
- ± 《愛在生命的缺口》張瑛娟 著，台北市，天下雜誌股份有限公司，2006

[回瀏覽中山醫學大學電子報](#)