

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-20	繳交日期	113/05
讀者姓名	謝宜璇	單 系	位 所 應用外語系所
書名	最後 14 堂星期二的課		
心得	<p>由於在大一的國文課上看過這本書的影集，我在閱讀清單中再次看到此書名即決定要借閱這本書。一邊看著這本書，腦袋一邊浮現影集的畫面，好多時刻令我覺得更加栩栩如生、為之動容。我很佩服書中教授墨瑞的人生觀，即使已經得了無法痊癒的病，且在極短的時間內就會面臨死亡，他從未怨天尤人、自暴自棄，反之，他覺得自己是幸運的，因為他有充分的時間可以好好說再見，他也利用這段時間讓自己發揮最大的價值、活出生命最精采的樣貌。書中墨瑞也提到他面對情緒的處理方式，他說：「你若全心全意投入這些情緒，讓你自己整個人沒入其中，你就完完全全體驗到它。唯有如此你才能說，很好，我體驗了這個情緒，現在我需要從中脫身。」，學習接受自己各類情緒，並嘗試調解一職是我在努力的目標，看完墨瑞這段話，我更有目標去學習。我認為現代人包含我自己在內，都與米奇一樣，一生中一直在追求著更好、更多，但仔細思考，這都不一定是自己內心所嚮往的，也許只是為了融入文化、社會而不停地邁進，我們都在這個過程中迷思自己。莫瑞說：「學會死亡，才能學會活著」，所有人都知道生命的盡頭為死亡，但大家都避免談論它、害怕它，當有一天我們學會面對，那我們也會開始知道生活中哪些是應該屏除的，而那些是我們該好好把握、專注、投入的。</p>		