

**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	113-47	繳交日期	113/05
讀者姓名	孫翊恩	單系	位所 全校不分系
書名	人生必修的 10 堂生死課		
心得	<p>「人生必修的 10 堂生死課」一書是用理性的角度來討論「死亡」這件事，書中提到人生是「向死而生」，我認為這句話是對的，人一出生一定會遇到死亡，不可能可以逃避調死亡，就算你努力的不去想這件事也還是會遇到它。當人一出生終點就已經設定好了，那就是死亡，人的一生的非常短，大約只有短短的 900 個月，當你拿一張 A4 大小的紙一畫就會發現人生比你想像的還要短，就只是一張紙的大小，所以當你認知到死亡這件事時就要開始為了死亡而活，這樣一來就會好好的規畫人生，而不是放任自己浪費一堆時間做很多不重要的事情，甚至是一些會影響自己未來的事情。其實很多人都非常的害怕死亡，大概是因為死亡就是終點吧，所以大部分的人才會覺得認為死亡是非常不好的，這也沒有對錯，但在現在的時代我認為有一部份的人覺得死亡其實是一種解脫而不人生的終點，當一個人在當下有著多種的困境和困難，會想要盡快的跟這些事情脫離關係，最快的方式就是死亡了，當然，或許大家會說自殺就能解決一對問題嗎，就沒有其他方式了嗎，這些都是沒有經歷過這樣的困境的人說的話，一定會有，但有時候就算你用盡的一生還是不能跟這些事脫離關係，所以我認為就是自己的決定，每個人都有自己的決定，旁人只要尊重並盡量不讓他後悔就夠了。在我閱讀完這本書之後我也仔細的往回檢討自己有沒有好好的運用人生，沒有浪費，當然是不可能有好好的利用，但也讓我決定要好好的規劃之後的時間，不讓自己後悔。</p>		