**102學年度第2學期輔仁大學「正向的力量」徵文比賽作品**

**佳作**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓 名 | 姚穎柔 | 系 級 | | 德文系 | |
| 書籍名稱 | 深夜加油站遇見蘇格拉底 | | 主題類別 | | 勇氣、專注 |
| 題 目 | 和平勇士之道 | | | | |
| 丹‧米爾曼是一位優秀的體操選手，課業上他總是無往不利，在體育場更是虎虎生風，因著他優秀的表現以及完美的體格讓他在情場上也占上優勢。外表看似光鮮亮麗的他其實內心卻十分貧瘠，儘管所有事情都如他所意，但他卻越來越憂鬱，每晚夜深人靜時夢魘總會迅速襲來──身著黑斗篷的死神站在道路的盡頭準備取走丹的生命，此時出現了一為勇者，一個老人，為他驅走了死神。某天半夜他繞到加油站撞上一位男子，驚訝的發現加油站的那位老人正是夢中拯救自己的人，丹稱他為蘇格拉底，而這位行為特別的老人也將為丹帶來全新不同的生活樣貌。  　　「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，快樂才會上門來。」  　　「你快樂嗎？」這是蘇格拉底問丹的第一個問題，丹雖然沒有正面回答，但他的答案「金錢、成績、美色」似乎讓他以為這就是所謂快樂的來源，或許不只他，就連我們可能都以為這些完美的物質要素使我們真正感到快樂，但這快樂是真的快樂嗎？三毛說過：「世上的喜劇不需要金錢就能產生，世上的悲劇大半和金錢脫離不了關係。」沒有金錢雖然萬萬不能，但多餘的金錢使人貪婪、發狂、迷失自我，甚至使我們與快樂隔絕。  　　「從來不可能沒有事情發生，從來都沒有平凡的時刻，人們都應該傾聽自己內心的聲音，專注地活在當下。」  　　蘇格拉底第一次對丹施展法術即是讓他能感覺到周遭事物的變化，要讓他了解生命中並沒有所謂的平凡時刻，那所謂的平凡只是我們因為忽略事物的存在而給予他的形容詞罷了。我們常抱怨這世界太無趣因為我們根本沒有用心感受身旁事物的變化，這世界分分秒秒都有令人驚艷的事情發生，那怕只是棉絮在空中飄動。我們總以自我為中心，認為這世界應該要為自己而轉動，但若我們連感受萬物變化的能力都沒有，那麼我們又如何能感受到世界正在轉動呢？  　　當我們學會去覺察周遭的變動時，下一步即是學習如何正確地活在每分每秒，「死亡並不可悲，可悲的是，大部分的人從來沒真正的活過。」人們常喜歡活在過去甚至是幻想未來的生活，但現實總是殘忍地告訴我們過去的事終究只存在於過往的時空，未來的事永遠不會發生於當下，既然如此，我們究竟為什麼還為過去與未來感到悲傷及憂愁或是喜樂及期待呢？「你現在在哪裡？」「現在幾點？」「你是誰？」蘇格拉底在最後問丹的這三個問題同時也教導他該如何活著。「這裡、此時、此刻」這個答案看似文不對題，但卻是人生活著的最高境界，試著用心中的劍斬斷腦中的思緒，排除心中的雜念，享受當下的每一刻、全心全意的投入，才能活出最精彩的人生！我們真正追求的是什麼？完美的定義又是什麼？只有在真正認識自己、懂得把握當下的同時，人生的火花，才會擦出最燦爛的美景！  　　「真正的勇者不在於追求完美，事實上，是在於面對自己最脆弱的一面，因為只有在那個時候，才能產生最大的勇氣。人們都害怕他們的內心而內心恰恰是他們唯一的歸宿。」  　　有些人害怕獨處，因為內心的恐懼總是在獨處時發出巨大的聲響，而且不停地擾亂我們的思緒；另外一些人則害怕與人相處，因為在眾多人群中我們害怕聽不到內心的聲音而迷失方向，並且感覺到自己越來越渺小。我們所有負面的情緒：悲傷、恐懼、憤怒、遺憾和內疚總是輕易地操控著我們的行為及思想，它們箝制我們的一舉一動，使我們對於自己失去信心而沒有勇氣去改變或是突破自我。蘇格拉底並不是要丹成為一個沒有那些負面情緒的勇士，那些情緒並不是問題的所在，關鍵在於如何將情緒能量轉化為積極的行動。當我們學會正向面對自己最脆弱的一面，我們才有可能激發出無限的可能，讓自己往更高一層邁進。  　　人常是被自己的幻象所囚禁的俘虜，我們對自己和這個世界甚至是平日的生活懷有幻覺，而且還緊緊抓著這些幻象不放。我們以為我們正享受著現在的生活，但其實根本就不是如此，我們其實正在受苦，而那些娛樂、風流韻事、甚至我們所愛的一切，有時可能都只是用來躲避隱藏在我們心底的恐懼。我們並非在享受這些事物，我們只是上了癮而無法自拔，這聽起來是件可怕的事，但這就是真相。惟有改變自己的心智才能擺脫這無形的柵欄，正視我們的軟弱，別再用那些毫無意義的行為來填補心靈的空缺，當我們除去心靈上的問題，我們的行為才會變得有意義，我們才能感受到生命帶來的快樂。  　透過這本書，我和丹一起接受蘇格拉底的訓練，我發現在某種程度上丹就像我，而我就是丹，被外在的價值觀迷惑、被自己內心的恐懼以及焦躁控制、被過去以及未來綁架，我總是對自己不滿意，追逐著別人的幻影，卻不關心自己原本所擁有的。蘇格拉底教導我清空自己的油箱，拋棄那些謬論以及成見，學習將知識轉化為智慧，並且透過那些智慧的話語改變我的生活。  　　這本書（或電影）最令我動容的不是丹最後的成就，而是他出意外後再次接受蘇格拉底的教導。當我第一次接觸這本書時，我並沒有完完全全接受蘇格拉底的話語，我曾和丹一樣放棄成為那所謂的勇士，因為我不認為那些高層的心智訓練能真正幫助我成為我想成為的人。但是當我過著自己想要的生活時我卻被巨大的恐慌壓迫著，我的心不曾安靜過，反而越來越慌亂，當我真正清醒後才發現我早已遍體麟傷而對自己的無知感到沮喪。一年後我再次拾起這本書，真正接受蘇格拉底成為我的人生導師，我開始學習禪定，每天花一點時間讓自己學會定心，讓自己體會從心而生的快樂，接著學會遺忘過去以及不想未來，只專注在此時此刻。雖然外在的一切並沒有很大的改變，但我卻能明顯感受到自己心靈的成長，這使我得到解脫，免於痛苦、恐懼與束縛。而現在的我，正努力學習和平勇士之道。  　　《深夜加油站遇見蘇格拉底》不論是書或是電影都試著傳達一種全新的人生態度，我們每個人都像丹，心靈上需要加油，在生命中需要像蘇格拉底這樣的人生導師，不只是告訴我們該如何面對自己以及這世界，更是運用那些哲學的問題與答案引領我們邁向更高層的心境。這本書對我來說算是經典，並不只是因為從中得到啟示，而是在不同的時間以及境遇中，它引領我反覆去揣摩、體悟書中所提到的人生態度，讓我有回味無窮的感觸。我想這本書適合於各個年齡層，就如韓良露曾說：「青少年讀，隨風出征；中年人讀，隨風而立；老年人讀，隨風而逝。在不同的生命情境之中，閱讀此書自有不同的心境與領悟。答案在風中。」 | | | | | |