

112 學年度第一學期 華岡藝術學校・閱讀心得寫作 推薦作品

學生姓名	鄧茜	班級／學號	演二真／111638
指導教師	沈建興		
標 題	何謂生命？何謂活著？		
書 名	《生日快樂：生命閃耀的瞬間》		
作 者	青木和雄	編譯者	宋西美
出版單位	稻田出版	書碼 (ISBN)	978-957030207-3
出版年月	1999 年 12 月 出版	版次	初版

■ 圖書作者與內容簡介：

作者青木和雄，畢業於早稻田大學第一文學部。一九九五年起於橫濱教育委員會負責老師、親子有關虐待的諮詢及輔導，並有許多相關著作，此書為其中之一。

「沒生你就好了。」十一歲生日那天，明日香因為媽媽的話失去了聲音。在祖父母的愛與大自然中復原的明日香，領悟「要為自己而活」的真諦。然而問題不只明日香一人，幼年時心理受創的媽媽、對父母安排懷疑的哥哥，同時外公與好友接連離世。面臨種種挫折的明日香逐漸尋找自我並成長。

■ 內容摘錄：

1. 「因為來日不多就乾著急，或者因為來日方長就不在乎，都無法改變時間的長短。既然結果都一樣，抱持著一種輕鬆自在的心態不是很好嗎？」(P. 68)
2. 「心靈有愛，人才能好好地活著。最好心理能夠裝著各種事物，如果辦不到，一旦遇到緊急狀況，就會變成一個不懂得堅持到底的懦夫之人。」(P. 75)
3. 「人們的視而不見將助長欺負的歪風。不肯說住手的弱者愈來愈多，漸漸地欺負的勢力就會日益壯大。」「欺負，不是別人的問題，而是自己的問題。重視對方的存在，等於重視自己的存在。」(P. 177)

■ 我的觀點：

每一個生命都有屬於自己的閃耀點，不該因任何人、任何事物而去否定自我的定義。

每當看完這本書，心中總是五味雜陳，一名僅十一歲的孩子，從自己最依賴、最敬愛的母親口中聽到「沒生你就好了。」如此一針見血的否定話語，將會對一個孩子帶來多大的打擊。我試著將自身帶入角色之中，那句話就像是把鋒利的刀刀，狠狠得扎進我的心臟，無盡的酸楚彷彿海水般得翻湧出來，像是要把我淹沒般的使我喘不過氣，卻依舊無法澆滅那僅存的希望火苗。心向著無止盡的谷底墜去，卻依舊苦苦做著無謂的掙扎……無法相信這竟是真實事件所改編的故事。

「生氣的時候就生氣，悲傷的時候就哭泣。」書中一句看似在平常不過的話卻像磁鐵般的使我移不開眼，將思緒抽離故事之中，耐人尋味。抑或是礙於情面，抑

或是迫於生活，我們越是長大，越發覺終將無法再如同孩童時期那般無所顧慮的想哭就哭，想笑就笑。可若總是把情緒往肚子裡憋，最後只會像超越負荷的駱駝而被擊垮。我想，雖然如今的我已無法再像小時候那般，但每當我想起這一句話，我會試著像女主那樣更重視自己的內心，勇敢表達心中所想。

我敬佩同時也羨慕著這位勇敢的女孩。初始的明日香，每當內心被悲傷的情緒佔據時便會習慣性的掐住自己的喉嚨，認為藉由身體的疼痛便能忘記心靈上的痛楚，也因此媽媽的打擊下失去了聲音……可後來的明日香卻成長成了我嚮往的樣子，不僅了解了自己值得被愛，也學會了如何愛別人。

「老師，您幸福嗎？」這是明日香失去聲音後寫下的第一句話，注視著這句或的我彷彿感受到那雙渴望被愛的雙眼也正注視著我，就像那句話是對我說的，我感受到了她的無助，心中泛起了層層漣漪。

「明日香就是明日香，我會活成自己喜歡的樣子！」後來的明日香成長了。我敬佩她的勇敢；敬佩她克服了心中的恐懼像老師敞開心扉；敬佩她學會對母親的錯誤反擊。我也羨慕她擁有關心她的老師及朋友；更羨慕她擁有愛她並且帶著她領悟生命的祖父母。我也很感謝她，明日香活成了自己喜歡的樣子，也活成了我所嚮往的樣子。

何謂生命？何謂活著？每個不同年齡階段的人；每個生活經歷不同的人都會有自己不同的見解。而我對「活著」的見解，並不僅僅被教科書中那些所謂的生命現象等等所定義，我更認為是它一種信念。比外在表現更重要的是面對生活時的態度，人生必定起起落落、悲喜交集，面對挫敗時的抑郁寡歡；悠閒自在時的心曠神怡……這些瑣碎的碎片拼拼湊湊成了生活，而面對生活秉持著態度的我們，才算是真正的活著。

■ 討論議題：

1. 人無法避免生老病死，面臨親友的離去，我們該如何面對？
2. 家家有本難念的經，該如何維持家庭之間的良好關係？