學校名稱：國立台南高商
年　　級：二年級
班　　級：甲
科　　別：會計事務科
名　　次： 優等
作　　者：顏妤樺
參賽標題：為自己出征
書籍ISBN：9789861754710
中文書名：為自己出征：燙金珍藏版
原文書名：The Knight in Rusty Armor
書籍作者：羅伯‧費雪
出版單位：方智出版社
出版年月：2017年9月
版　　次：初版

一、圖書作者與內容簡介：
羅伯．費雪是美國著名的喜劇作家，曾獨自或與人共同創作超過400齣廣播節目和近千齣的電視節目，《為自己出征》是他探索生命本質的經典之作。

故事內容是在訴說一位武士四處拯救公主，只為了證明他心地善良，直到有一天，武士的盔甲無論用什麼辦法都拿不下來，於是他決定去找梅林法師求助，接著踏上了真理之道。他穿過了三座城堡，抵達了真理之巔，最終重獲了自由的身體，更藉由全然自由的心靈，體會到與宇宙融為一體的深刻感受。

二、內容摘錄：
人不能邊跑邊學，一定要在一個地方停留一會兒。（p.41）

我們設下障礙來保護我們自己所謂的自我，然後有一天，我們就給關在這些障礙裡面，無法掙脫。（p.95）

「沉默不只是不說話而已，」國王回答：「我發現只要和別人在一起，我就只會把最好的一面呈現出來，不能把障礙放下，讓自己或是別人看看想要隱藏的是什麼。」（p.97）

你有沒有把需要當作愛？ （p.127）

由腦而生的野心可以帶來美觀的城堡，也可以帶來雄偉的馬匹，但是由心而生的野心還可以帶來快樂。（p.149）

從這一刻起，他不會再為了自己的錯誤或苦難，而責怪任何人或任何事。認識到自己是因而非果，讓他感覺到一股新生的力量，不再害怕。（p.183 ）

三、我的觀點：
在這繁忙的人世中，我們為了保護自己，已經習慣穿著厚重的盔甲來待人處事，就算其他人訴說他們對我們的感受時，我們也會選擇去逃避，從而慢慢的，便忘記了心靈深處的自我。為了脫下盔甲，我們需要重新認識自我，第一步就是下定決心走上崎嶇難走的真理之道 ，在這條路上，會經過三座城堡，通過層層困難，最終抵達真理之巔。

第一座城堡──沉默之堡， 在這座城堡中，我們需要沉默，我們需要一個人靜靜地思考我們到底需要什麼、懼怕什麼，在這副盔甲內，我們到底隱藏著什麼。我們越理解自己，就會開啟越多小門，直到我們真正的了解，並聆聽到內心的聲音時，我們才能發現更多世間上的美好人事，看到更多世間上美麗的風景，理解他人的感受及想法。

第二座城堡──知識之堡，在這座城堡中，沒有任何光線，在這裡，知識就是指引前路的光，我們知道內心的自己越多它就越亮。第一個我們需要思考的問題：「你有沒有把需要當作愛？」，很多時候，我們對他人的需求更甚於愛他人，舉例來說，我們需要家人，好在我們受傷難過，需要避風港時，能在身邊陪伴我們，我們固然愛他們，但這些其實也回應了我們心中的需求，我們愛自己多少，就只能愛別人多少。第二個我們需要思考的問題：「我們的野心是由腦生，還是由心生？」，每個人都是有野心的，但大部分的野心都是由腦而生，由腦而生的野心是為了獲得更多利益而進步，雖然得到的利益比較大，但只索取而不奉獻，則會物極必反；相反的，若野心由心而生，雖然利益可能較小，但當你在進步的同時，也在奉獻，這會使自己比較快樂，也比較被大自然接受。

第三座城堡──志勇之堡，在這座城堡中，有一隻會噴火的疑懼之龍，牠代表著我們內心的恐懼，要打敗牠我們必須要有志氣和勇氣；恐懼是一種心靈幻象，我們越怕它，它就越真實，當我們下定決心去面對後，它就會漸漸消失，我們就會有更大的勇氣去面對更多挑戰跟難關。

在去真理之巔的路上，有一塊巨石擋在路中間，上面寫著：「雖我擁有此宇宙，並無一物為我有，因我不可知未知，如我不願棄已知」，所謂的已知便是我們所有害怕的東西，所有我們知道以及擁有的東西。只有放下，我們才能抵達真理之巔，並且清晰地看見自己的一生，對它負責，我們不再為了自己的錯誤及苦難去責怪任何人、任何事。樂意擁抱未知，使我們能盡情地去享受這個世界的美好。

一開始，在閱讀《為自己出征》這本書時，我只覺得內容好看，卻不太明白其中的寓意，所以我反覆閱讀邊看邊思考，直到看到第三次，我終於明白其中的寓意。故事中的騎士就像現在的我們一樣，為了迎合外界的想法，常將真正的自我隱藏在內心身處，從而慢慢的，便忘了真正的自我。當我靜下心時，總會感到有些失落，卻無從得知這種失落感從何而來，直到翻開了這本書，我跟著它一步一步走進自己的內心，聆聽內心的聲音，慢慢去發掘內心深處的自己害怕什麼、喜歡什麼、需要什麼，並從中反思、學習、改變，慢慢找回真正的自我。

四、討論議題：
在這繁忙人世中，我們是否像武士一樣為了保護自己，而穿上沉重的盔甲，再也感受不到一個吻的暖意，聞不到空氣中傳來一朵花的香氣，也聽不到旋律優美的曲子，這個現象是好還是壞？我們又該如何改善這種現象？