



# 讀書會專刊

國立臺南高商圖書館發行

第 117 期

105 年 10 月 15 日

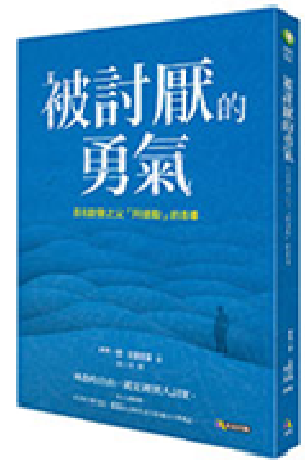
編輯：黃裕雯 老師

## 《被討厭的勇氣》讀後心得

賀三丙 郭俞均

### 一、內容簡介

「被討厭的勇氣」以哲學家與年輕人輕鬆對話呈現。書中的年輕人從小被長輩同儕看輕，覺得自己的人生過的不如意，親自拜訪一位提倡「世界單純無比，人人都能幸福」的哲學家，打算前來推翻這種謬論，於是他們開始了你來我往對於人生的辯論。年輕人剛開始認為哲學家不過是一位昧於現實的老頭，但是在幾次的辯論及思考後，年輕人漸漸對自身的命運改變想法，勇敢地跨出面對這個世界的第一步。



### 二、讀後心得

「你之所以無法改變，是因為自己下定決心『不要改變』。」阿德勒倡導的「目的論」，讓我對自己的不滿意、對過去的抱怨、對現在的失望……種種藉口皆無落腳之地。閱讀這本書前半部時，心裡總會出現一種莫名不舒服的感覺，可能我主觀的認為，為了某種目的而使用某種手段，這樣的事有些卑鄙、不善的意味，我就像書中的年輕人一樣，反射性地想提出反駁：「我才不是這樣！」但事後想想，或許那不舒服的感覺，只是事實被赤裸地揭開後產生的不適應感而已，沒有好壞善惡之分，只是單純探究人類行為最根本的原因而已。

「我們不要因自身經驗所產生的衝擊也就是心理創傷而痛苦，而要以經驗中找出能夠達成目的的東西。不要由經驗來決定自我，而是由我們賦予經驗的意義來決定。」「如果過去決定了一切，過去又無法改變的話，那麼在此時此刻的我們，對人生就完全束手無策了。」這兩段話有如當頭棒喝，好像在我心中某個房間開了盞燈似的，而很多事都是一體兩面，我在另一本書上讀過一段話：「回顧過去能讓人回憶並學習很多事，但過

去只能探訪，不能滯留。」過去對現在的影響可好可壞、可大可小，端看你如何定義？而阿德勒所強調的現在不是過去堆疊而成的，所以不能抱怨過去的種種，只要專注於此時此刻，努力好像都有了希望和方向。這時我們需要的就是「被討厭的勇氣」，這和書中提到的課題分離有所關聯，「別人要對你的選擇做出什麼樣的評論，這是別人的課題，你是無法干預的。」而我決定朝哪個方向邁進，這是我的課題，別人是無法干預的。沿路可能不時會面對別人的抨擊、失望的表情或是各種令人喪氣的人事物，但只有我能走在自己的人生路上，只需要一步步、直直地往我所知所想的方向前進就行了。相信我也可以改變——變的快樂、變的自由。

要無條件的信任他人，才可能建立深厚的關係。在某些親密關係中應當如此，但是我無法再次相信一個曾經欺騙過我的人，也可以說我決定不要相信，或許我的無條件信任也能換來對方的真誠，這個世界或許就是如此單純又快樂，但是為什麼要用自己的受傷和失望換來一段深厚的關係呢？我認同這個想法，基於美好的理想我也喜歡這個想法，但實際面臨各種狀況時，我可能無法付諸實行。

最後，阿德勒提到，所謂的幸福，「就是貢獻感」，把對自己的執著切換成對他人的關心，不求回報的貢獻他人，而只要我們存在，必有價值。「幸福」在阿德勒的世界無比的簡單，我相信有那樣的世界，也希望我有機會成為那世界的一份子。然而，那裡是理想，這裡是現實，我還是免不了要考慮一些自私自利的因素才行動，但阿德勒帶給我的勇氣，讓我找到了通往心中理想世界的捷徑。

## 《人間失格》讀後心得

賈二甲 林詩音

### 一、內容簡介

《人間失格》從字面上來解釋，即是失去做為人的資格。這是太宰治生平最後的一部作品，也是他最重要的作品。全書由作者的序言、後記，以及主角大庭葉藏的三個手札組成，描寫主角從青少年到中年，為了逃避現實而不斷沉淪，經歷自我放逐、酗酒、自殺、用藥物麻痺自己，終於一步步走向自我毀滅的悲劇，在自我否定的過程中，同時也抒發自己內心深處的苦悶，以及渴望被愛的情愫……

## 二、讀後心得

看完這本書後，我深深地感到驚訝。在讀這本書之前，我曾看過別人介紹這本書，說這本書是太宰先生的半自傳。他用一個虛構的人物，把自己的生活與際遇寫在裡面。步調幽暗緩慢、引人入勝。等你看完後，就會發現，自己已經深深地陷入這昏暗的泥沼裡，好似冷水煮青蛙一般。

這是我從來沒有看過的小說文筆。令我感到驚訝的是，雖然不知道是否完全一模一樣，但他以一種客觀的角度去看待自己的人生，並鉅細靡遺的書寫出來，好像這是別人的故事。我覺得要是他真的認為本書是他的自傳，他成功地把他的所作所為記錄下來，並且攤在陽光底下讓人檢視，這是多麼的不容易。他的一生竟然如此鮮活的在眼前呈現，深深撼動著我，使我無法停下閱讀。能夠將本身人物的心理描寫得如此真實而直白，實在太驚人、太深刻、太感動了。



一開始，他描寫孩提時代的生活。主角是個彥扭又聰明的孩子，他不善於表達自己的心情，雖然家庭富裕卻常常被家人冷落，而且也沒有傾訴的對象。只能偽裝自己、自己摸索、探索這個世界，導致他對自己的生活產生迷惘而開始墮落。酗酒、花天酒地、不務正業，使得一個原本前途無量的青年，變得失去自己的價值。害怕孤獨的主角害怕這個人生，因此想了結自己的人生。

作者數度帶著身邊的女性自殺，但都沒有成功，反而是跟著他的女性死去，這是一件很殘忍的事情。我覺得，他要是能從寂寞中走出，就能避免這些悲劇；主角就是無法參透這點，才會對人生失去希望。原來孤單是會殺死一個人的，但孤單是自己給的；不要去在乎那種不好的感覺，而是去尋找好的感覺，才能讓自己脫離這種困境。

雖然小說的結局是這麼寫的，可是主角真的失去在人生道路中的意義了嗎？他擁有聰明的頭腦、清秀的外貌，還有優秀的家庭背景，難道這些都不能為他帶來什麼幫助嗎？這些條件他不去正視，也不去發揮，是多麼可惜啊。我們應該珍惜身邊所擁有的，而不是汲汲營營去追求我們一輩子也不可能得到的東西。

主角不直接表現出對人的厭惡，而是用耍寶般的玩笑迎合別人，因此他的行為總是與他內心的想法有所疏離，或許他與內心真實想法落差太大的表面功夫，才是讓他痛苦的原因吧！但他描寫的，何嘗不是最真實的我們呢？

古語云：「不經一番寒徹骨，哪得梅花撲鼻香？」經過努力後所得來的成果，才是最美味且令人覺得驕傲的。不要氣餒，唯有不斷的學習與成長，才能對得起自己。所以，拋開一切枷鎖，努力邁向全新的道路吧！

## 我的家鄉—臺南

綜三甲 許天林

臺南位於高雄的北邊，在嘉義的南邊，我覺得臺南最美的地方，最美的應該是臺南的人情味。臺南人都很熱情，又有愛心，臺南有超多在地小吃：有蚵仔煎、棺材板、豆花等等，有各式各樣的小吃，還有許多一級古蹟可以逛。來到我們臺南走一回，收穫一定滿滿。

我對臺南的感情是很深厚的啊！從出生就住在臺南，是在臺南土生土長的小孩。我很喜歡臺南，臺南除了有美味的小吃，也有赤崁樓、安平古堡等景點和古蹟，伴著我長大，更可以聽到臺南悠久的歷史。在臺南出生真的真的超幸福的，在臺南找不到不好玩的地方，在臺南隨時隨地都可以玩，來了就知道，絕對會讓你收穫滿載。



圖片來源：台南市政府觀光旅遊局