

《深夜加油站遇見蘇格拉底》

八孝 33 號郭品陞

一、兩人初次見面時

（一）關鍵對話

丹第一次在深夜加油站遇見蘇格拉底時，最吸引他的就是蘇格拉底不可思議的身手。丹明明看見他原本還在地面上，轉眼間卻發現他已經出現在加油站屋頂，因此忍不住追問他到底是怎麼上去的。蘇格拉底沒有認真解釋，只是用帶有哲理的方式回答。兩人後來談到知識與智慧，蘇格拉底指出：「**知識**」與「**智慧**」**並不是同一件事**。丹雖然讀過很多書，也是一名優秀的體操選手，但他擁有的只是大量資訊，還沒有真正把知識轉化成生活中的智慧。蘇格拉底甚至用加油的比喻提醒丹：就像**汽油可以加進油箱，知識也可以不斷灌進人的腦袋，但是如果一個人沒有真正去實踐，知識再多也沒有意義**。

（二）例子與反思

我認為這段對話最重要的地方，是提醒我們不要把「知道」誤認為「做到」。在生活中，我也常常有類似的經驗。例如，老師曾經提醒我們考試前要提早準備，不要把所有事情拖到最後一天。我其實知道這個道理，也知道提早讀書會比較有效率，可是有時候仍然會因為其他事情而拖延，直到考試前才開始緊張。這時候我才發現，「知道時間管理的重要性」和「真的做好時間管理」是完全不同的兩件事。

這件事讓我想到蘇格拉底所說的「知識不等於智慧」。如果我只是知道很多讀書方法，卻從來沒有真正實踐，那些方法對我而言仍然只是資訊。真正的智慧應該是在生活中把知道的事情做出來。例如我現在會嘗試把大作業提前分成幾個小部分，每天完成一點，而不是等到最後才趕工。雖然這只是一件很普通的小事，卻讓我體會到，智慧不是講出漂亮的道理，而是把道理落實在自己的行動中。

二、丹車禍受傷後

（一）關鍵對話

丹原本是一名非常有天分的體操選手，人生目標就是不斷突破自己、贏得比賽。然而，他發生嚴重的機車事故，腿部受到重創，甚至被認為可能再也無法回到原本的體操生涯。對丹來說，這不只是身體上的傷害，更像是人生目標被整個摧毀。

在這個時期，丹曾經問蘇格拉底：「我現在要怎麼辦？」他因為失去原本的能力而陷入痛苦，甚至認為自己的人生已經失去了意義。蘇格拉底卻告訴他：「**每一件事情都有它的目的，包括這場事故，而找出這個目的，是你自己的責任。**」後來當丹說自己已經受傷、不可能再訓練時，蘇格拉底進一步告訴他：「**事故就是你的訓練。**」他提醒丹，人生是由自己的選擇所構成的；人可以選擇成為受害者，也可以選擇用另一種方式面對發生的事情。蘇格拉底也說，真正的戰士不是追求完美、勝利或永遠不受傷，而是在脆弱與不確定中仍然有勇氣繼續前進。

（二）例子與反思

這段對話讓我想到自己曾經遇到的一次挫折。以前我曾經很努力準備一場重要的考試，花了很多時間讀書，卻沒有得到自己預期的成績。看到成績的那一刻，我第一個想法是：「我已經這麼努力了，為什麼還是考不好？」那時候我很容易把注意力放在失敗本身，甚至覺得自己的努力沒有意義。

後來我冷靜下來，開始檢查自己到底錯在哪裡。我發現自己雖然讀了很多內容，卻比較重視把答案背起來，而沒有真正理解。因此，那次失敗其實讓我看見自己的學習方式有問題。如果沒有那次挫折，我可能會繼續用同樣的方法準備下一次考試。

所以我對「事故就是你的訓練」的理解是：不是說挫折本身很好，而是我們可以選擇如何使用挫折。失敗不能改變已經發生的事情，但是我們可以從中學習並記取教訓。就像丹無法讓自己的腿恢復成從未受傷的狀態，但他可以決定要不要重新開始訓練。我也無法把考差的成績消除，但是可以把它當成一次了解自己盲點的機會。這讓我明白，真正的成長並不是人生永遠順利，而是遇到不順利時，仍然能夠找到下一步該怎麼走。

三、丹在一九六八年全國大學錦標賽奪冠後

（一）關鍵對話

經過長時間的復健與訓練，丹最後重新回到體操場，並在一九六八年帶領加州大學柏克萊分校的隊伍贏得全國大學錦標賽冠軍。這原本應該是他一直夢寐以求的時刻，因為過去的丹一直相信，只要自己得到冠軍、得到掌聲，就會真正感到幸福。

可是令人意外的是，當丹真的完成這個長久以來的目標時，他並沒有想像中的快樂。他甚至發現，掌聲、分數與勝利已經不再像以前那麼重要。他回顧自己一路追求成功的過程，終於明白自己一直相信著一個錯誤的想法：「等我成功了，我就會幸福。」然而真正得到冠軍之後，他卻發現幸福並沒有因此自動出現。他開始明白蘇格拉底所說**快樂並非來自終點，而是來自追夢的過程**，而自己以前只學會了如何「達成目標」，卻沒有學會如何「享受人生」。

（二）例子與反思

這一段讓我想到自己在學習上的經驗。有時候我會告訴自己：「只要拿到第一名，我就會覺得自己的努力值得。」當我真的達到目標時，確實會開心一下，但那種快樂通常維持不了多久，很快又會開始擔心下一個目標。

回頭想想，我在準備的過程中，常常只是一直想著「趕快完成」，卻沒有好好享受自己學習、修改和進步的過程。這和丹的經驗非常相似：如果一直把幸福放在「下一個目標」上，那麼即使達成目標，也很容易馬上產生下一個目標。

因此，我現在比較能理解蘇格拉底所教導的「活在當下」。目標當然很重要，但不能把人生的快樂全部押在結果上。考試時，我可以努力爭取好成績；比賽時，我也可以希望自己獲勝，但同時應該把注意力放在現在正在做的事情上。真正值得珍惜的，不只是最後拿到的獎狀或分數，也包括過程中學到的東西、和同學一起努力的時間，以及自己比過去更進步的地方。