

《深夜加油站遇見蘇格拉底》

再興中學 八平 14 號 游雨晴

一、兩人初次見面時

背景
丹在大學時期極其受歡迎，他不僅富有、學業優良，甚至還有無數的追求者，以及全美體操冠軍的實力。但在這星光閃閃的背後，丹卻一直飽受噩夢與空虛的困擾。在一次失眠的凌晨，丹漫步時走進了加油站，遇見一位看似平凡卻舉止怪異的夜班老員工。丹發現這位老人有著敏捷的身手跟看穿人心的智慧，這使丹對他很崇拜，並決定給他取名為蘇格拉底。
兩人對話
雖然丹給人一種陽光開朗的感覺，但蘇格拉底很快就看出他的焦慮，直接點出：「你有很多知識，但知識不等於智慧。」 蘇格拉底也告誡丹，他自以為自己知道很多東西了，心中有太多雜念，但事實上這只是一個幻覺罷了。 丹看到蘇格拉底竟然可以躍上屋頂，非常激動的問他是如何做到的，而蘇格拉底只回丹：「你的心智太吵雜了，你現在唯一要做的，就是學會倒空心中的垃圾。」
回應與反思(具體例子)
我平時是很外向的，認識我的朋友也都這麼評價我。「外向」這個詞，甚至能成為我的代名詞。但其實我也會有焦慮的時候，只是我不太想讓這個情緒影響到大家，所以我在朋友和家人面前一直都是很樂觀在面對的。但如果只有自己時，我可能就會常常反省自己，是不是最近有做不好的地方，雖然這樣能更精進自己，但我時常會有很負面的情緒，可能會把一件不起眼的小事掛在心上，這樣反而就本末倒置，失去了反省自己真正的意義。 我就像丹一樣，明明帶給人一種陽光的感覺，但實際上，可能並不是大家看到的這樣。我覺得蘇格拉底對丹的告誡一針見血，一句話就點出丹目前最需要改進的地方。我也覺得挺有感觸的，感覺就像是蘇格拉底也正在和我說這句話。我一定要對自己有信心，相信自己能把事情做好，不要有太多負面的想法。要學會如何把不好的東西排除掉，就像光合作用一樣，把多餘的氧氣和水排掉，並吸收養分，把不必要的雜念清除，留下對自己真正有用處的東西。

二、丹車禍受傷後

背景
正當丹開始體會內心的平靜後，卻突然遭遇一場嚴重的重機車禍。這場車禍導致他的大腿骨碎裂，醫生判定丹可能終身殘疾、無法再重體育界。這讓丹的體育夢就此碎裂，他也陷入絕望之中，並有了想放棄生命的想法。

兩人對話

丹痛苦的問蘇格拉底，如果自己不再是體操選手、無法奪得金牌，那還有任何意義嗎？但蘇格拉底反問他：「如果你不是體操選手，你就不是你了嗎？體操只是你做的事，並不是你的本質。」

蘇格拉底在丹絕望時點醒了他：「過去的你已經死了，現在你才有機會重新誕生。」

蘇格拉底也告訴丹：「這場意外是你遇過最好的禮物。過去那個自負、盲目的你已經死了，現在才有機會重新看清生命的真實面貌。」

回應與反思(具體例子)

我在國小時，曾是法式滾球校隊的其中一員。我在有一次的練習中，因為同學手滑沒拿穩球，就朝後方的我砸過來。一顆將近七百公克的滾球，就這樣砸向我的胸口，當下直接痛到眼淚止不住的流，甚至還有一陣子呼吸困難。當下其實非常害怕，因為自己年紀還小，深怕未來會有後遺症的可能。

後來父母透過老師知道了這件事的經過，這讓他們開始擔心可能會再有第二次類似的情況發生，竟然開始考慮退隊的問題。當時我雖然很熱愛這項運動，但其實我跟父母一樣也很怕再次發生這類問題。但當時的教練覺得我是很有天賦的球員，以後一定能打出好成績，希望我能留下來。後來經過我和父母的討論後，我們決定不被傷痛打倒，得以讓我繼續朝著這段路繼續走下去，也算是一次重新開始。「這場意外是你遇過最好的禮物」，我覺得這句話說得很好。因為這也讓我開始重新思考，這項運動我自己是不是真的很熱愛，如果是真的，那我就好好的練習，認真看待這項事物。但同時我也要知道，若有一天，我沒辦法繼續打球，那我也不能自暴自棄，因為這並不是我的本質，沒有這項運動也不至於影響我一生。

三、丹在一九六八年全國大學錦標賽奪冠後

背景

車禍後，丹在蘇格拉底的幫助下，展開了很長一段的復健時間和心靈的修練，在這漫長的時間中，丹逐漸探索出生命的本質，最後甚至奇蹟般復原，終於在1968 年全美大學錦標賽復出。在這場比賽中丹完成精采表現、為隊伍奪得冠軍，總算是完成自己的夢想了。

兩人對話

蘇格拉底提醒丹，拿到金牌並不是最重要的，最重要的是努力復健、克服傷痛和整個訓練的這段過程，他領悟到了什麼。蘇格拉底也讓丹明白，這個金牌並不是為了向大家證明什麼，而是給自己一個心靈的沉澱。

回應與反思(具體例子)

在那次的受傷後，我停練了一陣子，那陣子除了養好傷，我也沉澱了一下。慢慢的我知道，有時候不要衝太快，不然原本想達成的目標就會被打亂，夢想就

是要一步一步慢慢來，把一步都做到最好。回歸球隊之後，我更認真在打球了，每次團隊練習都盡量提早到，雖然都要頂著大太陽練球，但是打球會使我快樂！後來一聽說我們有出去比賽的機會就非常興奮，這是我一進校隊後第一個正式比賽，對我來說意義非常重大，同時也是我第一個市賽。比賽當天雖然會很緊張，但必須要穩住自己，若自己沒有信心，那就先輸掉了。後來在經歷一整天的比賽後，竟然拿下了第三名！這對我來說非常不可思議，畢竟是我第一次代表學校出來比賽。之後的比賽我也有好好的發揮，每次的成績都還算很滿意。而在我國小最後的三年當中，我不僅接任了校隊的隊長，也登上兩次全國賽的賽場。真的很感謝教練對我的提拔，這是對我最大的鼓勵。

在這收穫滿滿的一路上，家人、朋友和教練一路上都很支持我，若是比賽拿到好成績，也是他們為我感到開心。我在意的從來都不是最後的結果，而是一路上幫助過我的人，沒有他們，就沒有現在的我。他們一直為我遮風避雨，希望有一天，我也能幫助到曾經幫助過我的所有人。

丹很像我鏡子中的另一面，我跟他一樣有體育夢，卻也都因受傷而沉澱了一陣子。最後我和丹都有很好的結果，但也不能忘記一路上以來自己的努力和旁人的協助。人們往往都只追求最後的結果，但都忘了最重要的過程，因為我們都是從這段過程中學習到新的領悟。希望我自己在對待任何事情時，不要過度追求最後的結果，而是要享受其中的過程。

