

# 115年7-8月

## 《深夜加油站遇見蘇格拉底》學習單

有些相遇，  
會點亮你的人生。

班級：802

座號：2

姓名：李蒨丹

閱讀，  
是與更好的自己  
相遇。

請根據下列不同時期發生的事件，先簡述丹與蘇格拉底之間在該時期的關鍵對話，再用你生活周遭發生的具體例子進行回應與反思。



### 一、兩人初次見面時

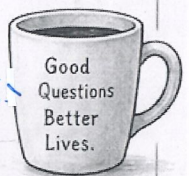
「真正重要的問題，  
往往從對話開始。」

1. 請簡述丹與蘇格拉底在兩人初次見面時的關鍵對話，並說明這段對話對丹有什麼影響？

蘇格拉底問丹：「你快樂嗎？」並指責他唯有傲慢卻不了解自己。這段話震驚了自以為擁有一切的丹，打破他的自滿，促使他開始反思內心的空虛，他發現外在的成就無法帶來持久的平靜，進而決定放下原本的居高臨下，開始向蘇格拉底請教，踏上探索自我與生命真理的修道之旅，一步步學習如何傾聽內心。

2. 請結合你生活周遭發生的具體例子，進行回應與反思。活在當下。

我曾以為段考考高分就是成功，直到朋友問我：「你是真的喜歡讀書嗎？」我才意識到自己只是為了追求別人的認同與讚許而盲目努力。這讓我深刻明白，不該再被外界的評價與標準牽著走，而是要學會停下腳步聆聽自己內心真正的需求，找到屬於自己的方向與價值，不再為了滿足他人期待而迷失自我。



### 二、丹車禍受傷後

「有時，挫折不是終點，  
而是另一種開始。」

1. 請簡述丹車禍受傷後，丹與蘇格拉底之間的關鍵對話，並說明這段對話對丹有什麼影響？

車禍後蘇格拉底告訴丹：「拋開你的執念，當下的每個瞬間都是奇蹟。」這讓原本因為車禍而無法繼續練體操而絕望的丹，學會放下過去對輝煌的執著與對未來的焦慮，轉而將全部的心力專注於「此時此刻」的當下，重新找回面對困境的勇氣與生命的韌性，並真正體會到即使失去了體操運動員的身分，自己的存在依然擁有無可取代的價值與光芒。

2. 請結合你生活周遭發生的具體例子，進行回應與反思。

練球受傷無法上場時，我曾非常沮喪與焦慮，覺得過去的努力全都白費了，甚至埋怨自己的運氣不好。但試著接受受傷的現實後，我改為坐在場邊幫忙記錄數據，並仔細觀察隊友的戰術、演練與對手的習慣動作，反而看到了過去身為球員時忽視的許多細節。這讓我體會到，遭遇挫折時若能放下內心的執念與怨天尤人，轉變心態後往往能從逆境中發現不一樣的風景與收穫。

### 三、丹在一九六八年全國大學錦標賽奪冠後

「真正的成功，  
是成為更好的自己。」

1. 請簡述丹在一九六八年全國大學錦標賽奪冠後，丹與蘇格拉底之間的關鍵對話，並說明這段對話對丹有什麼影響？

奪冠後蘇格拉底告訴丹：「旅程才是帶來快樂的事，而不是目的地。」丹終於領悟到，金牌帶來的爽快是暫時的，真正的價值在於全心投入動作的過程，而不是最後那張獎牌與名氣。這段對話讓他從對結果的執著中解脫出來，獲得了真正的心靈平靜。

2. 請結合你生活周遭發生的具體例子，進行回應與反思。

準備已久的比賽，獲勝當下雖然開心，但幾天後熱情就退去，反而是和隊友辛苦練習、互相鼓勵的時光最令人難忘。這讓我明白，結果固然重要，但努力過程中的成長與體悟，才是生活中最珍貴且無法被拿走的寶藏。

在平凡的日子裡，  
也能找到屬於自己的方向。

