



班級：餐三戊

姓名：陳明楷

書名－誰搬走了我的乳酪？

我的觀點

讀完本書後，印證了古語「書中自有黃金屋」的說法。此書內容孕藏無限寶藏等我們挖掘，書中佳句及故事中主角之一「哈哈」留在牆上的標語，隨時都能引導著我們省思生活中的各種行為。

書中提到的「改變自己」，我覺得這點很重要。與其像「哼哼」一樣漫無止境的坐在 C 號乳酪站等待乳酪搬回來，不如像「哈哈」一樣提起勇氣，踏出舒適圈，早一點動身，跟著乳酪跑。

例如動漫「航海王」中的劇情，主角「魯夫」也是接受了改變(艾斯之死)，跨越哥哥艾斯之死，在無人島修煉，才能與伙伴們持續航向偉大的航道。倘若「魯夫」像「哼哼」一樣一直沉浸在失去哥哥(乳酪)的痛苦中無法自拔，那麼就沒有新世界航道了。

除了改變外，我覺得我們的行為模式不能像「哼哼」一樣，遇事則「怨恨老天爺不公平」「要有賠償？權利」。像今年 7 月的高雄氣爆意外及最近的餽水油事件，許多新聞媒體的思考模式與行為，與書中「哼哼」極為相似，老是分析個不停、談論權利與賠償，抱怨業者政府、要對政府追究到底……。最終對事情並無實質的幫助。

如果社會大眾能像「哈哈」一樣勇敢面對，重新反省問題原因，從事件中有所學習與警惕。

能因氣爆事件而重新正視長久以來忽略的石化管路安全問題。

或因餽水油事件而更重視食安問題、啟動監督機制。

像哈哈牆上的標語「監督變化——時時嗅嗅你的乳酪，才曉得它是不是不新鮮了」一樣，隨時關心眼前的事實，留心觀察，用不著像新聞媒體般把事情複雜化，或者傳播恐懼的信念耍得大眾團團轉。

對我們而言，這些社會事件發生的警訊，讓我們學會因應變局，日後就比較能夠應付可能降臨的巨大轉變。

如書中所說「世事變化無常」，任何改變只要我們願意用正向思維、態度去接受、面對都是好的改變。就像社會上許許多多的生命鬥士。他們失去「乳酪」(身體健康)所承受的痛苦，遠超乎我們想像，但他們還是能改變自己(跟著乳酪跑)，接受新的轉變(找到新的乳酪)，最後熱愛生活。

如書中所言，改變這件事沒有人可以代勞。唯有自己開始改變，才能體認到改變的益處。人生路途難免會遇到障礙、挫折(乳酪會一直被搬來搬去)，我們都要隨時做好乳酪被搬走的準備。而且越快放下舊乳酪，越早找到新乳酪(就像遇到生活變故，如果一直執著過去，停留在原地，不肯向前邁進，那麼要怎麼面對未來的人生呢)。

如果你意識到有人「搬走了你的乳酪」，想提起勇氣改變生活圈，那麼就從你自己先開始改變，進而影響父母、兄弟姐妹、甚至朋友……。讓改變像漣漪一般，從自己開始向外擴展至家庭、學校、社會、國家乃至世界。

讓這股「正向改變」的力量像「蝴蝶效應」般擴散。不管是學校、家庭或是你的朋友圈都一樣，只有夠多的成員改變，一個組織才能真正的脫胎換骨。