



班級：餐一乙

姓名：簡宜瑋

書名－死亡的藝術

我的觀點

我會選擇這本書是因為我家只有這種書，我爸爸都會去內觀，有時我也會被牠拉著去，所以去的時候我都是臭臉，可是我在家找到了這本書，真的覺得道理很深，看了之後覺得很像聖經，而且他把人的死亡寫的超藝術，她還有另一本書叫「生活的藝術」，覺得作者很愛藝術。

有人曾經精確地說：「早晨來臨，黃昏來臨；生命的盡頭同樣會來臨。」因此別讓這寶貴人生枉然告終。造就會收成善果的善行，縱使僅僅出於對死亡將至的恐懼。倘若我們造作良善的行為，將會招致快樂；倘若我們造作部良善的行為，將會為自己招來痛苦，因此，為了避免痛苦並享受快樂，最好是造作善行，而非作惡。這本書的道理和觀點很多，例如：「受慾望纏縛，受存在牽制，受邪見牢牢羈絆，受無名套牢、役使；正因如此，眾生在輪迴中漂泊，生死流轉。」我覺得這句話非常棒，人常常會被自己的慾望所套牢，所以每個人都在生死輪迴轉著，我也是都不知道自己輪迴幾次了，聽過通靈者說：「我是恐龍時代的原始人。」挺酷的不知道當時我都在做些甚麼事情，但我想應該是假的，如果是真的那我還真是頭很多次胎，說不定我在每個時代都出現過。

還有一句話是：「藉著學習生活的藝術；那就是學會做當下的主人，我們便是在學習死亡的藝術。只有學會生活的藝術，才能圓滿掌握死亡的藝術。」這句是這本書的主旨，在講生老病死都是自己要面對的，不管親近的人有多少，都沒有人能幫忙分擔，還有人人必須面對的挑戰，不論是我們自己，或是所愛的人死亡，都要覺知與平等心來親身體驗死亡，並呈現期間的承轉脈絡，因為「每一生都在為下一生做準備。」要是智慧的人，將會最為妥善運用此生，並且為善終做準備。

說到這個又想到了一句話「一刻之後又一刻，生命不斷流逝。善泳每一刻；逝去的一刻永不復回。」這句話講得非常好，很有技巧，但是卻很明確地告訴你每個人會慢慢的變老，時間每一分每一秒都在流逝，失去的這些時間不會回來了，人不能回到過去，除非有哆拉A夢的任意門，所以要把握當下，當下想做甚麼事情就去做，不要老了才後悔，例如：「結婚了想去度蜜月想出國，可是卻想著還是先賺錢，以後再去，一直到上了年紀還在賺錢，然而已經到白髮蒼蒼的年紀了想出國玩，可是卻無法走太多路，才後悔當初為甚麼不去做，只想著當下很困難完成，而不想著未來會失去更多更困難，所以不要浪費人生剩下的光陰。這是要投入精力，堅定奮進的時光。你確實必將死亡，卻無法確定自己的壽命還有多長，要記得把握當下，覺得你做這件事情很有意義很快樂就好。

這本書告訴我死亡並非是壞事，因為每個人中就會生老病死，年輕時，秀髮烏黑，年紀大了，髮質變的粗糙如麻，這都只是個過程，重點是在這過程中快不快樂，學習到了什麼。

