《相约星期二》读书报告

《相遇星期二》讲述了一个老教授患上绝症后，面对进入倒计时的人生，向他曾经的学生传达的他对人生的看法和思考。莫里教授一生过得智慧而安适，他对物质和精神的看法，对生命、对爱的看法给现代社会带来一阵清风。全文谈论了世界、自怜、遗憾、死亡、家庭、感情、衰老、金钱、爱、婚姻、文化、原谅，以及莫里在生命最后想要的“完美的一天”，涉及了生活的方方面面。

看完全书，我感受到莫里对人生的所有态度都在一条贯穿始终的轴上——“爱”。他怀着对这个世界、这个社会，对每一个人的爱去看待问题。

爱自己，所以接受每一个阶段的自己。

“你应该发现你现在生活中一切美好、真实的东西。回首过去会使你产生竞争的意识，而年龄是无法竞争的。当我应该是个孩子时，我乐于做个孩子；当我应该是个聪明的老头时，我也乐于做个聪明的老头。我乐于接受自然赋予我的一切权力。我属于任何一个年龄，直到现在的我。我不会羡慕你的人生阶段——因为我也有过这个人生阶段。”

爱这个世界，所以能把死亡看作自然的一部分，平静地面对死亡，平静地与生活讲和。

“一旦你学会了怎样去死，你也就学会了怎样去活。”

“如果我们知道我们可以平静地面对死亡的话，那么我们就能应付最困难的事了——与生活讲和。”

“死是很自然的，我们之所以对死亡大惊小怪，是因为我们没有把自己视作自然的一部分。我们觉得既然是人就得高于自然。我们并不高于自然。有生就有死。”

“死亡终结了生命，但没有终结感情的联系。”

爱这个社会，所以站出来质疑这个社会的文化，坚定地建设自己的小文化，不被世界改变。

“我认为逃避并不是解决的办法。你应该为建立自己的文化而努力。”

“在大问题上——如何思想，如何评判——你必须自己选择。你不能让任何一个人——或任何一个社会——来替你做决定。”

爱每一个人，所以在生命的最后告诉每一个人“需要”和“想要”的区别，唤醒盲目忙碌的人。

“拥有越多越好。钱越多越好。财富越多越好。商业行为也是越多越好。越多越好。越多越好。我们反复地对别人这么说——别人又反复地对我们这么说——一遍又一遍，直到人人都认为这是真理。大多数人会受它迷惑而失去自己的判断能力。”

“我们过多地追求物质需要，可它们并不能使我们满足。我们忽视了人与人之间相互爱护的关系，我们忽视了周围的世界。”

“人生最重要的是学会如何施爱于人，并去接受爱。”

谈及“需要”和“想要”，我非常赞同莫里教授的看法。在这个物欲横流的社会中，分清这两者的区别并不容易。我需要的是食物，但我想要的可能是圣代；而在纷繁声音的不断重复中我们会逐渐混淆“需要”和“想要”，然后盲目地追求更多的金钱，更大的房子，更高的社会地位……甚至到老都没有怀疑过我们的追求。可是静下心想想，我们在物质上的“需要”真的不是攀比后的“想要”吗？

莫里说要把每一天都当作人生的最后一天，问问肩膀上的小鸟，“是今天吗？我准备好了吗？”。只有这样，才能从内心出发，分清自己的“需要”和“想要”。人的物质要求其实并不高，事实上，我们应该更加注重自己的精神需要。对物质的追求在攀比中永远不可能满足，但在精神上获得满足最好的方式就是给予。去给予别人需要的东西——给敬老院老人以陪伴，给精神病院的病人以平等的关注——进而获得精神上的满足。而对于家庭、儿女，年轻人想要逃避的“家长的责任”其实就是一种给予，给予你的孩子爱、照顾，在爱孩子的同时，精神上也是富足的；多年以后当你老去，他们会回报你爱。亲情是友情无法替代的。这种满足是大房子和存款给不了的，是精神上的满足，是真正的富足。

除此之外，莫里的“超脱”理论给我留下了深刻印象。他提出应该超脱情绪——不要逃避情绪，去感受它，然后告诉自己，离开它。这与他所有的态度都是一致的。他离开前的每一节课都在认认真真地备课，备课的方式是在这一种特殊状态、特殊心态下去细细地感受：感受生活，感受身体，感受情绪。而且他从一而终的“爱”也体现其中，因为爱所以敢于面对恐惧、哀伤，因为爱所以可以细细感受这份情绪，因为爱所以可以离开这种情绪，用积极的心态拥抱余下的生活，去爱死亡，爱自然。超脱的意义不在于逃避，而在于感受，只有直面情绪、感受情绪，才能超脱情绪。如果逃避它，这种恐惧会人永远也超脱不了。人生中我们常常需要主动去超脱。我们害怕表现出孤独，害怕表达爱对我们的感情伤害，因而不去表达；莫里则教我们“打开水龙头”，“用感情来冲洗”。我们不能沉浸于悲伤、恐惧和痛苦，而逃避帮助不了我们，只有敞开心扉去接受它，感受它，才能超脱，才能将这些情绪弃之一旁，去体验其他感情，去感受自然，感受生活。

从书的一开始莫里就是以一种绝症的形象出现，但存在在米奇回忆里那个快乐、鲜活的教授同样进入了我的脑海。莫里教授始终积极、始终热爱，他用他的爱，乐观和尊重赢得了每个人对他的尊重。他对人生的总结我可能还没有足够的经历去体会，但他的态度与观点将深深地影响我的观念，让我在未来的人生中有意识地提高格局，去关注自己的精神，去原谅，去感受，去接受，去超脱，去尊重，去爱。

“爱会赢。”