人生、繞路與哲學

南台科技大學通識教育中心
薛清江

【本著作除另有註明外，採取創用CC「姓名標示－非商業性－相同方式分享」台灣2.5版授權釋出】

一、導論：人生、繞路與哲學

一、生命的地圖

二、人生的十字路口

三、人生與繞路

四、哲學「指點」人生的功能

五、繞路時的建議

南台科技大學
Southern Taiwan University

一、生命的地圖

南台科技大學 薛清江老師

生理的進程：從繁盛走向敗壞之途

一、亞里斯多德曾說：人的一生不過是從繁盛走向敗壞之途。如果人要有目的，那麼最終的目的爲死亡。

二、事實上，請同學看看自己年輕的雙手，請記住，這樣肌膚和彈性，有可能是你這生中最好的狀態。

三、每天爲學業、打工在勞神傷身，這是一種損耗；每天就算什麼都不做，你也無法阻擋身體老化的過程，最多，你只能「減慢」該進程而已。

Southern Taiwan University

二、選擇的進程：人生的十字路口

南台科技大學 Southern Taiwan University
南台科技大學 薛清江老師

選擇的進程：人生的十字路口

一、打從我們懂事以來，「選擇」的問題不斷地讓我們陷入一種自己與自己的「交戰狀態」。

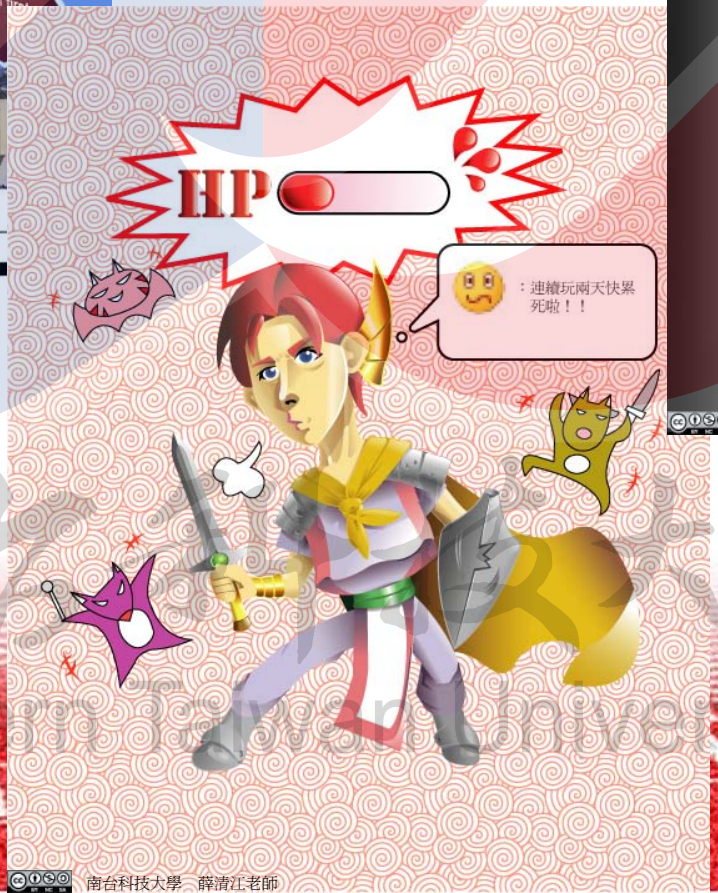
二、人生中的抉擇跟去大賣場選擇買東西大不同。東西選錯了，大不了再拿去換就好，而人生選錯了，就得爲它付出代價。

三、偏偏，許多人生的抉擇都是在我們還沒想清楚，或是在他人的建議下選擇，而後果得自己去承擔。

南台科技大學
Southern Taiwan University

三個人生十字路口

南台科技大學　薛清江老師



南台科技大學　薛清江老師

南台科技大學　薛清江老師

求有不得，故苦 (物質層面的苦)

選擇了某項東西，代表我們要去追求它。然而，在追求過程中常會出現「求有不得」的情形。

一、想換手機而不能換，故苦。

二、追求（男）女友不得，故苦。

三、想去玩而沒有錢、時間、體力，故苦。

四、遊戲愈來愈高檔，電腦卻跑不動，故苦。

南台科技大學
Southern Taiwan University

求有不得，故苦 (物質層面的苦)

一、上面提到的「求」，分別代表了對外在事物的「追求」，這都可歸爲一種「現實」層面上的追求。事實上，更苦的是對「理想」的追求不可得！

二、先就業還是先讀研究所？先當兵還是先考研究所？

三、苦衷一：先就業或當兵，好處在於增加實務經驗，比較知道自己將來想從事研究的方向；壞處則是必須考慮到現實問題，想再讀書，困難度變得相當高。

求有不得，故苦 (物質層面的苦)

四、苦衷二：先讀研究所，男生卡在兵役問題，辛苦唸完研究所後，從軍報國的結果是變笨、變呆，以前所學，可能已經過時。女生則怕一直唸上去，不好找對象。而且，長期待在學院裡，不論男女同學，普遍缺乏「現實感」，而且容易變成「逃避現實」！

南台科技大學
Southern Taiwan University

人有理想要實現，有現實要面對

先就業，或先升學？

朝三暮四

先升學，或先就業？

朝四暮三

如果三加四的結果都一樣，你爲什麼還會煩心呢？

南臺科技大學
Southern Taiwan University

煩心或焦慮的來源

1、你會煩，表示兩件事都很重要；

2、你想在某個時間點「同時」完成兩件事或下決定；

3、你在做某件事時，「割捨」不下另一件事

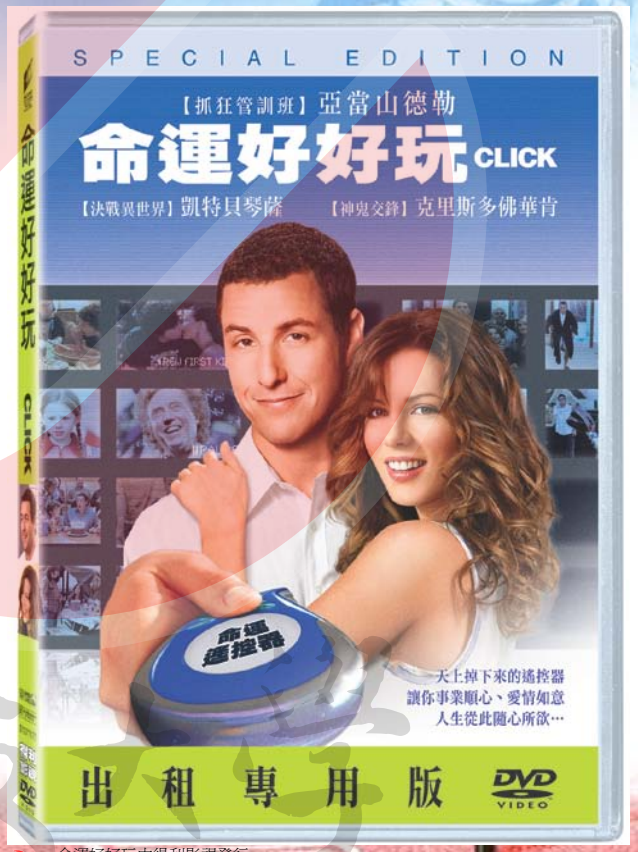
4、結果，大多數的情況是你兩件事都做不好

5、因此……大部份時間都在煩惱和逃避中渡過

南台科技大學
Southern Taiwan University

生命中沒有所謂的「過渡」

1. 兩件重要的事要完成，中間還隔著「過程」；
2. 你無法把某個抉擇切離，這兩個抉擇是有連續性的；
3. 換句話說，生命固然是由許多片斷所組成，但絕不是片斷所能代表；
4. 生命沒有所謂的「過渡」，我們所認爲的過渡，其實都是生命拼圖的一部份。



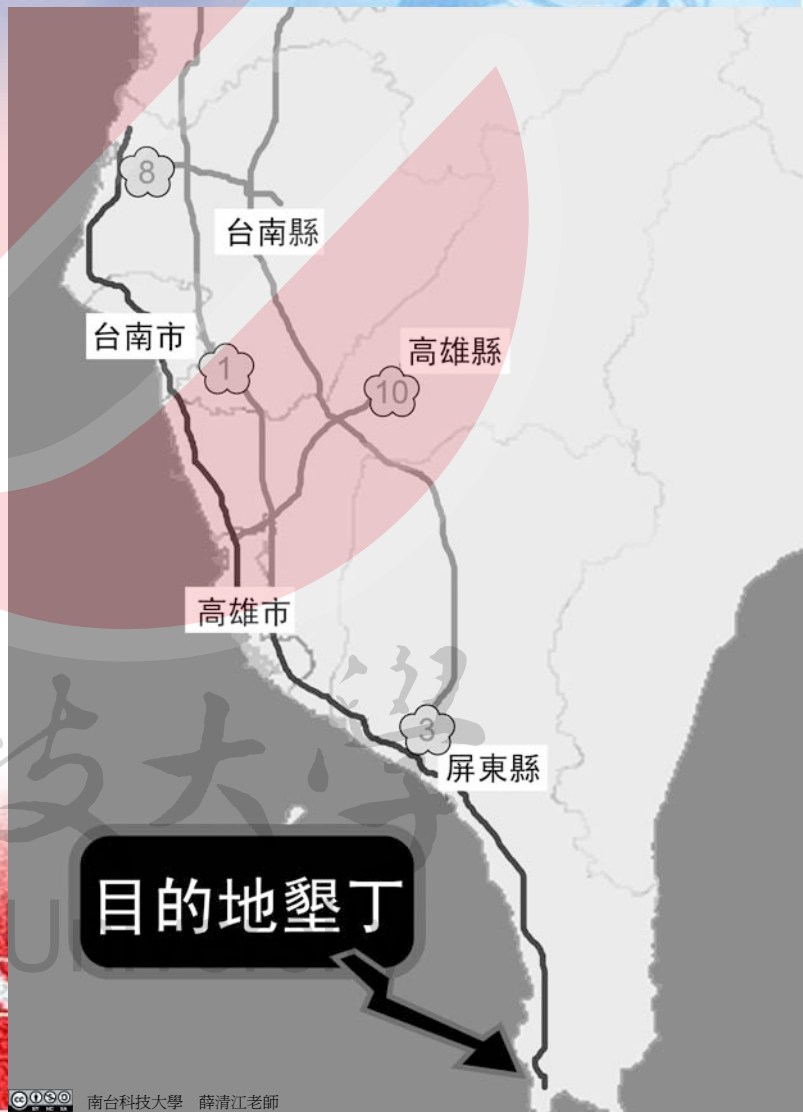
命運好好玩由得利影視發行
本作品由得利影視娛樂授權本課程：哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。

三、繞路與人生

地圖的譬喻

起點：台南

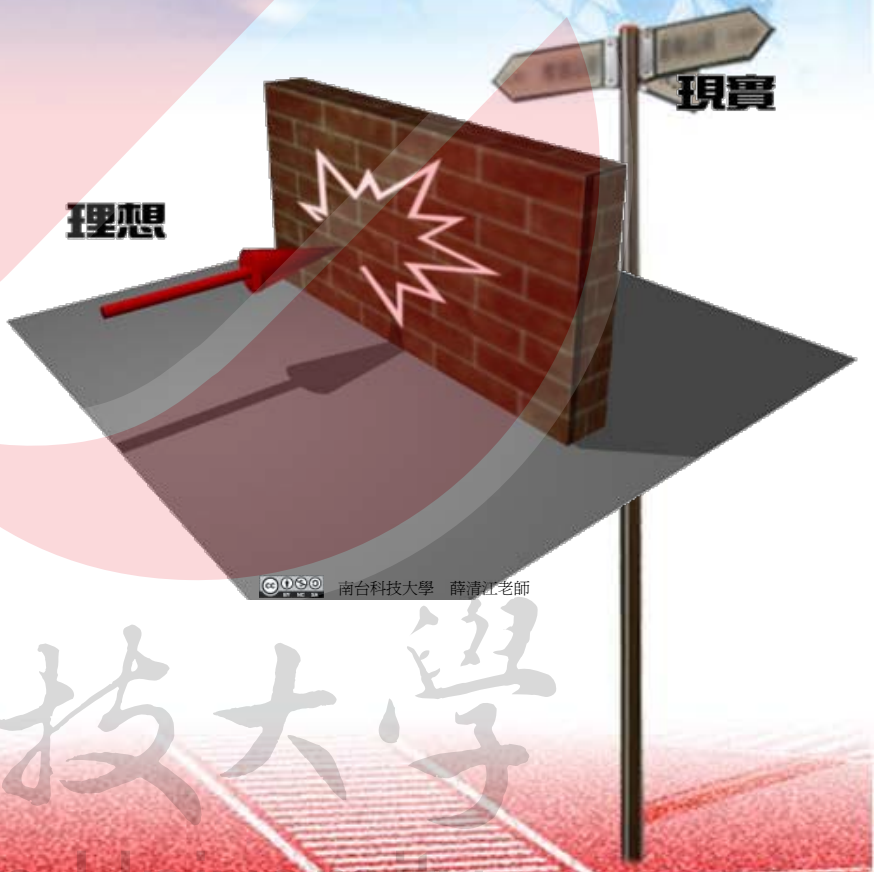
目的：墾丁

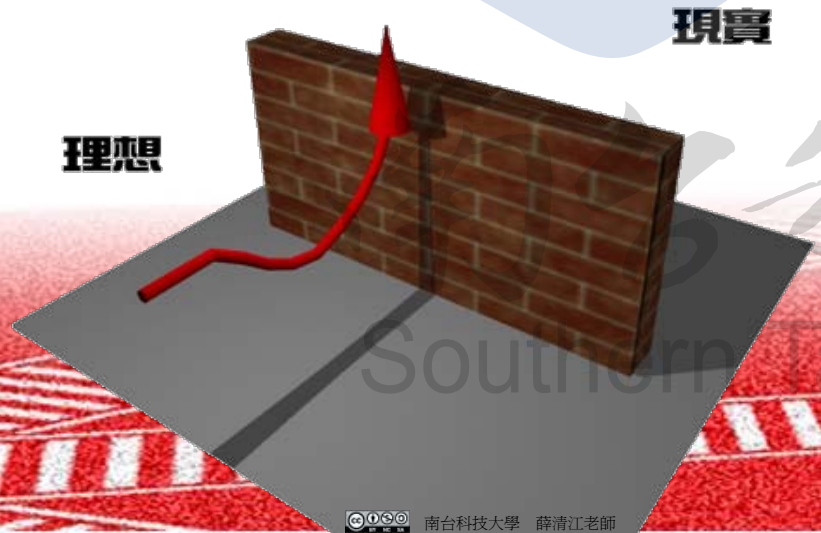


南台科技大學 Southern Taiwan University of Science and Technology
南台科技大學　薛清江老師

三、繞路與人生

- 在人生繞路時，哲學的功能就是爲我們的期望（理想）在堅硬的現實之牆上**預備一個可能是最溫和的著陸方式**。





南台科技大學
Southern Taiwan University

哲學作爲一門「指點」人生的學問

人有理想要追求，也有現實要面對，哲學的「指點」功能有二：

（一）對自己認識不清——蘇格拉底曾說「認識你自己」、「未經檢驗的生活是不值得活的」，透過哲學獨特的思考方式，有助同學更精準地爲自己人生作定位。

（二）對外在環境的現實感不足——亞里斯多德強調：「人是政治的動物」，沒有人是座孤島，可以完全免於與他人的互動。關於這個面向，倫理學、政治哲學、社會哲學、美學，能夠加深同學們的現實感。

「哲學與人生」教學內容

1、導論－－人生、繞路與哲學

2、哲學是什麼？

3、認識你自己

4、人生的無常與死亡（導論）（安樂死）（墮胎）

對自己認識不清

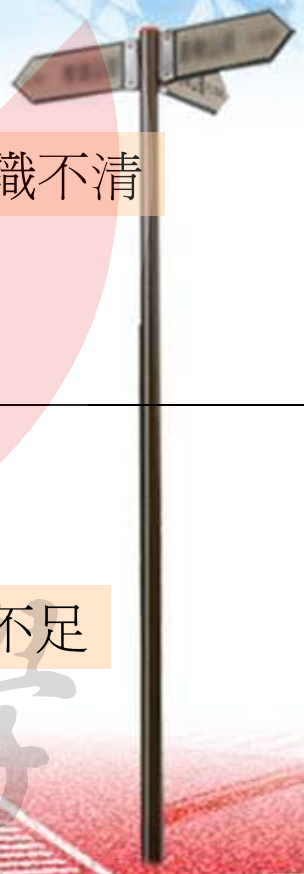
5、爲什麼要遵守法律？

6、誰在控制我們？

7、藝術與人生

8、宗教與人生

對外在環境的現實感不足



南台科技大學
Southern Taiwan University

繞路建議（一）：恐懼/壓力/希望

一、「刺激一九九五」對於「一個人處於恐懼壓力下如何重獲希望？」這個問題提供許多啓發。恐懼才是最大的牢獄！

它癱瘓我們面對問題的動力，腐蝕我們對於將來的希望。

如何在壓力下繼續前進，有如安迪從獄中脫逃，在於用希望來提昇自己的抗壓性，找到自己可以撐得下去的理由。

刺激1995DVD/藍光影片由得利影視發行
本作品由得利影視娛樂授權本課程：哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。

在壓力和看不到希望下，如何尋找自己前進的節奏？

1.找尋自己的節奏，漸漸累積面對事物的能量，並建立自信心。

2.在煩心或焦慮的過程中，我們會花很多時間來逃避現實。事實上，這是相當損耗自己面對問題的勇氣。

3.因此，儘管你很想逃避，也必須在逃避的日子中找出一點面對問題的規律時間，這樣才能重新回到問題，解決問題。

南臺科技大學
Southern Taiwan University

建議二：意識到「不去追求」的自由

一、個人除了有「追求什麼」的自由，同時也有「不去追求」的「自由」。也就是說，個人有不要前一個自由的自由。

二、在傳統教育中，我們總是被教導要去「自我實現」、「自我追求」，反而忽略「不去追求」某件事的「意志訓練」。事實上，我們在面對選擇衝突時，仍然有不去選擇某件事的「自由」。這種「不去選擇」絕不是一種消極的逃避，而是積極且正面地看清自己想要的是什麼。

海上鋼琴師電影原聲帶由Sony Music發行

本作品由Sony Music授權本課程，哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。

建議二：意識到「不去追求」的自由

三、現實上的壓力來自於精神上的惶恐，更甚於物質上的匱乏。

四、需要的不多，想要的太多！

五、「想要」多到讓我們無所適從，癱瘓「拒絕」自己慾望的自由。不懂得拒絕的結果，導致個人壓力重重，結果沒有一件事做得好。就算做得好，人也累得半死了。

南台科技大學
Southern Taiwan University

參考資料

本課程主要參考書：

薛清江著，《哲學與人生－－人生、繞路與哲學》，高雄：麗文出版社，2007。

參考影片：

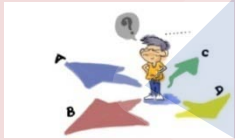
1、命運好好玩

2、刺激一九九五

3、海上鋼琴師

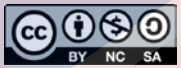
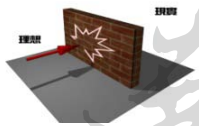
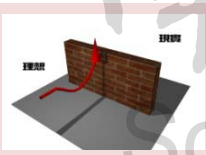
南台科技大學 Southern Taiwan University

版權聲明

作品	授權條件	作者/來源
	CC BY NC SA	南台科技大學　薛清江老師
	CC BY NC SA	南台科技大學　薛清江老師
	CC BY NC SA	南台科技大學　薛清江老師
	CC BY NC SA	南台科技大學　薛清江老師
	CC BY NC SA	南台科技大學　薛清江老師

南台科技大學
Southern Taiwan University

版權聲明

作品	授權條件	作者/來源
		南台科技大學　薛清江老師
		命運好好玩影片由得利影視發行 本作品由得利影視娛樂授權本課程：哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。
		南台科技大學　薛清江老師
		南台科技大學　薛清江老師
		南台科技大學　薛清江老師

南台科技大學
Southern Taiwan University

版權聲明

作品	授權條件	作者/來源
		刺激1995DVD/藍光影片由得利影視發行 本作品由得利影視娛樂授權本課程：哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。
		海上鋼琴師電影原聲帶由Sony Music發行 本作品由Sony Music授權本課程：哲學與人生使用，本資料庫無再授權他人使用之權利，您如需利用本作品，請另行向權利人取得授權。

南台科技大學
Southern Taiwan University