

如果只剩下24小時

您有多久沒吃到母親煮的家常菜了？
有多久沒和好朋友們見面了？
有多久沒對喜歡的人說我愛你？
倘若生命只剩下24小時，
您會如何珍惜度過剩下的時光呢...？

永憶國際有限公司彙編

永憶國際
Yung Yi International Co., Ltd.

前言

有些事，我們常以為自己已經規劃好了；有些事，我們會想等到有空時再去做。但突如其來的變故，卻往往讓人措手不及，無從應對。這時，「早知道…就不會…」或「早知道…我就…」，也只不過是讓這些遺憾一直牽絆在心中罷了。

「人生」只有一次，許多事錯過了，或許就再沒有機會重來一次。

每一天，我們為自己編劇，努力扮演好每一個時空場景的不同角色，好兒女、好情人、好伴侶、好朋友、好長輩等。期待在每個人生的階段裡活出自我，充分準備；希望創造並留下美好的回憶。但在每天的生活中，我們有沒有真正想或做到「把握現在、抓住每一刻、及創造美好回憶」呢？

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」，或許是值得我們停下腳步來稍作思索的問題。

永憶國際有限公司以莊嚴完善的生命禮儀服務為職志。然而，我們不只尊重往生，更強調應該要好好把握今生！為此，我們特別於102年9月初主辦以「如果只剩下24小時…想做什麼事？」的網路徵文活動，希望每個人能花些時間想想：「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

徵文活動於102年10月4日截止投稿，截稿後，我們將投稿的文章經彙整篩選後，整理出191篇文章，製作了初步的電子檔，並上傳至永憶國際有限公司的FACEBOOK粉絲專頁。整理的文章中有人提及想陪父親帶著最喜愛的單眼相機，記錄生命中的美好；有人想辦一場溫馨的聚會，互道出對彼此想說的話；有人想走進令其著迷的咖啡小站，喝完人生最後一杯拿鐵咖啡；有人想到海邊看夕陽，完美的結束上天賜予的最後時光…每個人對於此議題都表達出自己不同的想法及看法，也懷抱著各自不同的心情面對假想可能的生命盡頭，我們也看到一些文章表達出與永憶國際深信及推廣之「珍惜及把握現在」的相同理念。

10月12日起至10月25日止，們進行了第二階段的網路票選活動，由網友們票選出其認同之投稿文章。最後於11月1日結合網路票選及書面評審結果，選出並公佈10名優良撰文者，提供精美獎品。

我們無法預測自己何時要為人生謝幕，但我們能為自己的謝幕做準備。準備不是單單為了告別及儀式而做，而是在日常生活中把握現在、抓住每一刻並創造回憶。當告別時能更無憾且感恩的下台一鞠躬，也能讓我們所愛的人及愛我們的人存著對我們永遠的回憶，更安心踏實的向前行。我們希望藉由這次的活動引起大家對人生議題的關注，也希望更多的人能夠有機會閱讀到這些文章，進而引發思考生命及珍惜生命，共組回憶並活出精彩人生的共鳴！

如果今天是我人生的最後一天，我會想做什麼？想對誰說什麼？想吃什麼？想去什麼地方？…我們無法預測未來，不知道下一步會發生什麼事，但永憶國際有限公司的同仁始終認同：「我要把每一天都當成是生命中的最後一天來珍惜度過。」

下一頁

最後，謹以此電子書獻給活動期間所有參與的民眾，並特別對以下撰文投稿者，致上永憶國際有限公司最誠摯的感謝。因為有你們，我們才能夠完成此電子書。謝謝！

20歲以下之投稿者：

Air Water，Catherine，hiha，Jessica Jarvis，Mark(敏嘎)，RU，Ryan George(蔡忠憲)，Ullr，乙未，上官空靈，子子，小之，小肉包，加菲，白光，朵拉，朵莉，老人，呂欣恬，李芯儀，李雨樂，空海，芽芽，阿帝歐斯，阿冥，柔櫻，柳玹夜，胡桃鉗，茹茹兒，御瑋，章魚，笨蛋郭，許家彰，郭美樺，陳威丞，陳政國，晴泉，曾正昌，絨毛雞，舒憶，黃政華，黃珮瑜，黃韻如，黑翼，楊繩繩，趙從燁，銥，領獎，暮思妮，躺著兔，蕭庭宜，貓僕人，戀光

21歲至25歲的投稿者：

C.C，Dimor，Iris，KH，Liddy，owl，Ringo，小羊，小草靜，小華，王芃諠，王錫恩，北條申旭，伏筆，吳西瓜，吳宜榛，吳昆霖，吳俊宏，呂家慈，林小野，林美沂，林郁文，林益如，狗魚/微諭，亭辛，侯俐瑄，律音，洛洛，洪睿語，苜苜，海漢子，班神，馬秋，副製品，張哲綸，張祥瑞，笨笨熊，陶雨晶，魚，博思瑞，紫狐，紫顏，菲，楊瑋傑，楓漪，落山風，葉小梢，劉依依，鄭雅涵，曉瑀，熾心，織羽，羅絲釘，蘇亞

26歲至30歲的投稿者：

Ariel，CHA，Mars，MICKEY，Pey，Rebecca Li，Sandy，小天使，小雨，小草，左岸印象，伊凡，佐雲霏，吳昌憲，貝加加，金門仔，阿愷，阿楊，雨下，宣學，特麗莎，茗蕪，迷你豬，馬場詩人，彩虹，陳大俠，賈德，蔣育儒，曉惠，穎媽咪

31歲以上的投稿者：

A-wei，Claire，Kevin Chen，M，TSJ，VITA.VITA，Zero，三姐，凡媽，小方，小妮，小藍，方晴君，水瓶兒，王宗仁，王昕琦，曲明，米嚕，冷色鉛筆，君小魚，呂蓬仁，宋玉澄，李31，沙舟，杰夫，林老大，林佳燕，牧野，阿保，阿信，洪品臻，洪麗雯，流雲，翁淑禎，康康，梁迪兒，陳小喵，魚國，湯瑪士，發哥，舒涵，雲，黃良慈，黃湘，奧古，寧語凡，廖麗端，瑪西，銀鈴，鄭凱文，盧元億，賴志誠，謙牛花，驍龍



失去了才知道珍惜，
錯過了才知道遺憾，
充分準備、把握現在、活出自我

永憶國際 王永生

目錄 CONTENTS



前言

一、20歲(含)以下(53人)

AIR WATER
CATHERINE
HIHA
JESSICA JARVIS
MARK(敏嘎)
RU
RYAN GEORGE(蔡忠憲)
ULLR
乙未
上官空靈
子子
小之
小肉包
加菲
白光
朵拉
朵莉
老人
呂欣恬
李芯儀
李雨樂
空海
芽芽
阿帝歐斯
阿冥
柔櫻
柳玹夜
胡桃鉗
茹茹兒
御瑋
章魚
笨蛋郭
許家彰
郭美樺
陳威丞
陳政國
晴泉
曾正昌
絨毛雞
舒憶
黃政華
黃珮瑜
黃韻如
黑翼
楊繩繩
趙從燁
錶
領獎
暮思妮
躺著兔
蕭庭宜
貓僕人
戀光

二、21~25歲(54人)

C.C
DIMOR
IRIS
KH
LIDDY
OWL
RINGO
小羊
小草靜
小華
王芃諠
王錫恩
北條申旭
伏筆
吳西瓜
吳宜榛
吳昆霖
吳俊宏
呂家慈
林小野
林美沂
林郁文
林益如
微諭
亭辛
侯俐瑄
律音
洛洛
洪睿語
苜苜
海漢子
班神
馬秋
副製品
張哲綸
張祥瑞
笨笨熊
陶雨晶
魚
博思瑞
紫狐
紫顏
菲
楊瑋傑
楓猗
落山風
葉小梢
劉依依
鄭雅涵
曉瑀
熾心
織羽
羅絲釘
蘇亞

目錄 CONTENTS



三、26~30歲(30人)

ARIEL 左岸印象 特麗莎
CHA 伊凡 茗蕪
MARS 佐雲霏 迷你豬
MICKEY 吳昌憲 馬場詩人
PEY 貝加加 彩虹
REBECCA LI 金門仔 陳大俠
SANDY 阿愷 賈德
小天使 阿楊 蔣育儒
小雨 雨下 曉惠
小草 宣學 穎媽咪

四、31歲(含)以上(54人)

A-WEI 王宗仁 阿保 黃良慈
CLAIRE 王昕琦 阿信 黃湘
KEVIN CHEN 曲明 洪品臻 奧古
M 米嚕 洪麗雯 寧語凡
TSJ 冷色鉛筆 流雲 廖麗端
VITA.VITA 君小魚 翁淑禎 瑪西
ZERO 呂蓬仁 康康 銀鈴
三姐 宋玉澄 梁迪兒 鄭凱文
凡媽 李31 陳小喵 盧元億
小方 沙舟 魚國 賴志誠
小妮 杰夫 湯瑪士 謙牛花
小藍 林老大 發哥 驍龍
方晴君 林佳燕 舒涵
水瓶兒 牧野 雲

公司簡介
附件一 徵文活動內容
附件二 徵文網路票選活動內容
附件三 徵文活動獲獎名單

20歲以下



AIR WATER
18歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事

如同日復一日的平凡，如同年復一年的平常，今天也不例外。

一樣是6:10分起床，一樣的刷過牙，一樣的吃早餐，一樣的以滿心喜樂開啟這一天。

大大的太陽在空中微笑，彷彿世界就是如此簡單的得到快樂。雲朵在天空中漫遊，互相牽手，一起流動，分分合合，就像是這世界的真理。微風在身邊拂過，青草隨之伏仰。有樹，有花，有草，有鳥鳴，一切還是這樣的普通。

這個地方真是悠閒啊。

慢行在河堤路上，一個破破的背包，一個剩下一半的水，一頂黑帽子，幾滴晶瑩的汗水從臉上滑落。

就算是秋天，還是像夏天一樣……

「唉呀！又要來不及了！」

加緊了腳步，時間還是一樣在滑落。

景色從眼底快速放映，沒讓任何一點被遺落。

熟悉的鐘聲在耳邊響起, 噹噹噹噹，噹噹噹噹。學生啊，一天又是這樣……

「不以物喜, 不以己悲……我們人啊！太容易被外在的事物影響，要像范仲淹一樣，有這樣的精神:遇見事情可以有超然的態度……」國文老師的話在心中暈開，不以物喜，不以己悲啊……

時間總是在手上拂過，從昨天到明天，從過去到未來……即便是最後一天也是這樣。

秋天的夕陽是善良的，而我走在回家的路上，感激地看她在這裡彩繪出來的另一片丰采。

「今天的飯菜好像特別好吃呢！」

「今天怎麼了, 平常不是都不吃青椒嗎？怎麼突然感覺好吃了呢？」

「哈哈, 因為要珍惜啊！」

「唉呀，我們家小孩長大啦！可以娶老婆了」哈哈哈，爸爸爽朗的笑著。

「又再亂講, 真是的。」媽媽一邊收著碗盤，一邊說著。

我的思緒逐漸淡出美好的餐桌情景……

「人生無常」這句話，可以用在千百人身上，但絕對不會是我。這思想再無數人中滋長，而我也不例外，但到了事情發生的時候，除了接受以外，也沒有其他的辦法了，因為命運會使你接受。

爸，媽，我愛你們，晚安。

一顆塵埃從空中飛落，而地球仍然在轉著……

CATHERINE
20歲
學生

如果剩下24小時，想做甚麼事……

光陰似箭，時間好似流沙，所以我們要活在當下、把握每一分每一秒創造令自己此生難以忘記的美好回憶。人生太倉促，有些事也發生的太倉促，時光飛逝，有些事錯過就是錯過了而且無法挽回了，沒有人想要留下無限的遺憾，所以我們要珍惜生命，並且珍惜我們所擁有的一切。

國中的時候，突然聽到我的同班同學得了血癌，我僅跟他同班兩個月而已，聽到此消息的當下覺得早知道我應該要對他更好，我很同情他這種處境的人，還來不及享受人生就要跟這個世界說再見，這是多大的遺憾呀!

我的阿嬤近幾年剛過世，聽到她的癌症的那一刻真的很震驚，當下真的好想要帶阿嬤出國去看看這個世界美麗的風景、體驗國外的風情，或是玩遍全台灣，去吃台灣道地的小吃，然後再去對我阿嬤而言有意義且充滿回憶的地方，重溫以前美好的回憶。

經歷了生離死別，讓我體會到能夠活著就是一種福氣，也讓我更加珍惜生命以及更懂得生命的可貴。

如果只剩下24小時，但願我能夠與我最親愛的人們聚在一起，我會跟他們說我到底有多愛他們還有一值回憶彼此之間美好的回憶，家人之間沒有背叛只有彼此信任，感謝上天讓我們在此生相遇，也感謝這奇妙又美好的緣分讓我們能夠當家人，希望我能夠與我們的家人有很長很長、長到無盡頭的緣分，像一條剪不斷的線，或是像用很堅硬的材質做的物品，無論多大的力道都無法破壞.如果有來生希望我還能夠與我的家人們當家人，我一直都很珍惜也很高興我能夠擁有這樣的家人，我的家人一直都是我最重要也是最珍貴的東西。

HIHA
19歲
學生

如果只剩下24小時，我想做甚麼?

如果生命只剩下24小時，我想要和我愛的還有愛我的人在一起，度過這最後時刻。

或許一開始我會怨天尤人，為什麼還有大半的日子沒過，卻被宣布只剩下一天的壽命！不過後來就會妥協了，命運就是如此安排，能有甚麼辦法？台語有句俗諺：「未註生，先註死。」意思是一切命中注定，誰也逃離不了宿命，既然逃不了，那就坦然接受命運。

世間是不公平的，每個人應受到的待遇不同，遇到了困難就接納他、包容他，利用剩下的時間好好規劃如何把這24小時發揮得淋漓盡致！我想要好好的待在家裡，甚麼也不做，看著我的家人、朋友在身旁，問誰有不論是經濟上、生活上的困難，只要我的東西能夠幫上忙都可以拿去，不過我的家人優先。

記得照顧彼此、照顧我最愛的小狗，還有每個人在每年的今天都要做一件善事，不論多微小，那天也不可以吵架，心平靜和的度過，還要記得我死後要火化，並葬在我家田裡。棺材裡邊不用放甚麼貴重物品，只要放家人、朋友的照片就好。

我走後不要太過傷心，一切命中注定如此，有人能長生不老不死嗎？很高興遇見大家，我愛你們，希望下輩子還能再當家人、朋友、知己。雖然到了生命盡頭時才說我愛我的家人朋友有些晚，但是這輩子一直很珍惜與大家相處的日子、那段時光。

請不要忘記我！我喜歡和大家聚在一起的時候的感覺，一切是那麼的和諧、溫暖，雖然有時會吵架、冷戰，但那正是在乎彼此的證明。如果真的有一天我的生命只剩下24小時，不需要做任何事情，只希望陪伴在我身旁的是我所在乎的一切。

JESSICA JARVIS
19歲
大學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

才過了十九年的光陰，原本最能揮霍的青春頓時只剩二十四小時，我最先想的恐怕不是想做什麼，而是根本無法接受這件事吧！

到了盡頭，總要做點什麼吧？本來想把書本都燒掉，大玩特玩，快樂過完最後的時光，但這樣的二十四小時又太浪費了。那把儲蓄全部領出來，大花特花，買了所有想要的東西，但到頭，這些身外之物一樣也帶不走。還是要在網路上寫一篇文章，用最後的時間把一生化為文字，和世界道別、和親友交代，期待二十四小時後，這些文字可以改變世界，讓人記住自己嗎？很多瘋狂的、不切實際的想法充斥在腦海裡，卻抓不到一個令自己滿意的想法去做。

像我一個十九歲的年輕人，在龐大的世界裡就如螻蟻一般，想撼動世界是不自量力，而逝去也不會影響什麼，最終自己留不下，身外之物也無法帶走，即使親友會記得我、為我傷心，但終將在歷史的洪流裡掩蓋。

原本最能揮霍的青春沒有了，在死亡之前體認到自己只擁有這二十四小時，其他什麼也無法揮霍的我，就好好的過完這一天吧！起床好好享受晨曦的陽光，好好地為自己畫一個美好的妝容，背上自己最喜歡的背包，欣賞沿途風景，和同學好好的談天說地，上課認真的抄下筆記，放學和家人好好吃一頓晚餐，最後，為自己好好的泡個熱水澡，窩在被窩裡面，沉沉睡去不再醒，可能只留下一顆捨不得的淚珠。

可能這樣很自私，到了最後才知道把握這些平凡的小確幸，在最後的時光裡，我只能好好去過原本屬於我的每一天，因為只剩最後一次機會過完這平凡的一天，把來到這世界上受到的溫情和溫暖烙在靈魂上，這或許是十九歲的自己，只來得及想到自己，自私的過完了這二十四小時了。

MARK(敏嘎)
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事 …」

我會想帶爸媽出國。

小時候爸媽讓我去澳洲留學一個月，回來時我這樣跟爸媽說：『我以後一定帶你們出國。』

兒時誇下海口時，心裡覺得如果長大有能力讓爸媽在國外看新世界，在社經地位要多麼的高，也正因如此一直覺得這是一件遙不可及卻又帥氣的事，但我迷失了方向，和爸媽出去是感謝他們讓我出生，讓我認識這個世界，所以我想用雀躍的心跟他們一起認識新的事物並感受那種幸福。

平常有一日復一日的安樂，未來有好多24小時在迎接，總覺得死亡這件事，不會發生在我身上，但在看到 『如果只剩下24小時，想做什麼事...』這題目，卻勾起我那時童言童語，但認真地對爸媽許下的諾言。人生無常這句話早聽膩了，迎接而來的是改天再說!現在想想『等一下』是我的口頭蟬，這隻『蟬』也陪伴了我6年，如果一天存10元，也夠讓爸媽去內地走一遭了。

今天看到這篇徵文，第一個念頭是，要怎麼打動制作單位的心，讓自己出國，但就在絞盡腦汁想題目的過程中，發現了自己對父母的承諾默默地來到了第6年，詫然發現自己很不知羞恥，永遠只想到自己，並且在現實生活中，如果我真的只剩24小時，也來不及帶父母出國了吧！因此有個計劃在心中霸氣的說：『今年存好錢 隨時出國！』。

RU
20歲
學生

「最愛的人」

如果只剩下24小時，我會把這24小時拿來陪伴家人，來到這個世界上，活到了現在，很感謝生我養我辛苦把我拉拔長大的父母，及陪伴我成長過程的弟妹。

新聞總會爆出一些媽媽去墮胎、小孩被虐死諸如此類的例子，看到這些無辜小孩就會覺得自己很幸運還擁有這24小時，這些時間對他們來說是比給他們無上限的金錢還要珍貴的禮物。

時間就是金錢，當今天只剩下這麼一天，我會把我的所有都給我的家人，把心裡憋著的話、說不出口的話都說出來，讓他們知道我心裡是怎麼想，我是如此的愛他們，對我來說，家人是我這一生的金錢，比時間來的要寶貴的一個寶藏，我所剩的每一分每一秒，都想與我最愛的一家人在一起度過。

RYAN GEORGE
(蔡忠憲)
20歲
服務業

倒數的二十四小時。

我們都曾妄想過，
如果還能重來的時候。

就在一早我接到生命最後的二十四小時的訊息，
那是我生命可能會被畫下的句點，
一個甜甜圈被印在紙上的記號，
句點。

二十四小時我用了八個小時再睡眠，
補充著最後一天的體力，
我開始梳洗、換上印有(MY 16 LIFE.)的T恤，
然後穿著深藍色的七分褲，
拿著我的相機，準備紀念我生命的最後一天。

從街角咖啡店裡的十五張椅子、
再到教室黑板上的第十四題國文題，
它寫著：「何謂人生？」

每一個步伐，沒有失望與絕望，
因為死亡不是最終的遺憾，
遺憾的是最後一天你沒有紀念它。

我拿起筆寫下十三個微笑的理由，
然後在中午的十二點拍下工人吃飯的畫面，
十一號公車開始讓我雙腳出現痠痛的知覺，
就在一棵樹下的長椅，我歇了回。

如果，休息是為了走更長遠的路，
那麼，死亡能不能代表迎接下一段旅程的意義。

轉角看見十字架莊嚴佇立在教堂屋頂上，
照射出希望的光影，
九步之間的距離，
我遠見第八月台下的人群，
有人分離、有人相聚。
我寫下第七個理由後，
看見手錶垂直指到六點，
我看見了直線的終點永遠，
而我會再停止心跳的那一刻通往另一個世界，
正是天堂遊園。

在倒數第五第四的時間裡，
我在家裡陪著家人度過，
老爸、老媽、我，
三個傻瓜，
終於忍不住淚在這時候落下。

鐘下剩兩個小時，
我用一個小時過目今天所做的一切，
我做成一本名為：最後一天。

鬧鈴提醒了我生命最後一個小時的到來，
我用三十分鐘寫完了十五張卡片，
感謝幫助過我的十五人，
眼看剩下三十分鐘，
我卻可以不為所動的走進浴室洗了二十分鐘的澡。

下一頁

生命逝去，十分鐘的最後氣息，
我穿上了高中制服，
用五分鐘時間想想過去，
還有什麼好後悔甚至沒有珍惜的，
幸好的是，
我都活在當下了。

將歸於生命的起點，
最後五分鐘，
我聽了一首五月天的乾杯。
就這樣，
活在這二十四歲的人生裡。

我不後悔死去，
只怕自己沒有真正活過。

完。

ULLR
19歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事……

如果生命只剩下二十四小時，我只想好好地說聲謝謝……

當死亡還未離我這麼近時，我總是將自己陷入名為「繁忙」的泥沼裡，忙碌將我雙眼蒙蔽，讓我忘了身邊關心我及愛我的人，像隻無頭蒼蠅匆匆忙忙地不知道自己到底在忙些什麼，把所謂的關愛視為理所當然，把所謂的關懷當成天經地義，然而真的是如此嗎？

於是老天賜予我一天的時間讓我空下來思考，我停下腳步看看周圍的世界，看看那些生在我腳邊，而從未正視過的花朵；聞聞那些存在我周遭，而從未注意過的甜蜜芬芳……這時我明白我忽視了很多生命的感動，每一份愛都值得珍惜、值得重視，因為愛是互相的，在這匆忙之間讓自己忘了什麼才是對自己重要的，每一天都會有日出，每一天的日出都是獨一無二，然而我錯過了許多……錯過了不會再回頭，但現在到來的日出便要好好把握。

因此，剩下的時間我只想好好地說聲謝謝。謝謝你關心過我，讓我度過悲傷；謝謝你害我跌倒，讓我學會爬起；謝謝你給予我歡笑，讓我知道生命的美好；謝謝你……謝謝你讓我活著的每一天都充滿了意義，這份感謝會延續下去，用不同的形式流傳在每一個生命的時刻裡，因為即使是不起眼的小草存在這個世界也是一種感謝。

死亡並不事一件可怕的事，因為一個故事的結束也會是另一個旅程的開始，生命就是不斷的在這個循環裡生生不息，但沒有一個給予是理所當然，每一份付出都值得感謝，所以我只想在生命的最後說聲——謝謝。

乙未
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下２４小時，我想好好地和親愛的大家道別。不論是我愛的人還是愛我的人，我都感謝他們。有他們的陪伴讓我覺得很幸福，而不虛此生。

我想寫信給每個人，告訴他們很多很多的話，回憶過往並期許他們未來都能平安順利。並向他們道歉，因為我的個性，讓他們受了不少苦。但是我對待每個人都是真心的。並送給他們一張我自己畫的圖，鼓舞他們。也希望他們看到這幅畫就能想起我們曾相處的點點滴滴。

謝謝曾參與我生命的每個人，我愛你們！

上官空靈
18歲
大學生

如果只剩下24小時，想做什麼事

剩下了最後的24小時的人生，我要告白、我要做很誇張的事、說一件早就該講的事、我要孝順父母，仔細想想這些事情不是平常也能做嗎?!

如果說我剩下最後一天，我想必是很驚訝又錯愕又生氣又遺憾又傷心，說甚麼陪伴父母，做好事都是假的，我只想跟我最愛的人度過這一天，就像A.I人工智慧的情節，讓愛的感覺昇華在最後的夢裡，最多幾通電話問候一下親人，分分自己僅剩的東西。

國中的時候，也遇過這問題，那時我們老師答到:我會裝作沒事，跟昨天一樣過一樣的日子，等待一天的結束，因為我每一天都一樣幸福。

說真的，我覺得我的國中老師這種聖賢的想法，實在是高不可攀，當生命來到了最後一天，何嘗不自私一下，做自己想做的事，跟平常一樣，我是不可能的，我知道我的最後一天，一定要很精彩，我不想倉促，我想慢慢來，體會這每分每秒，和我最喜歡的家人、愛人、朋友一起度過。

生命給了我們一次的機會，這一點是公平的，要如何活著，怎樣設定自己的人生?這些選擇都掌握在自己手中，人生本來就很短暫，在這短暫的時間裡，找到自己人生的滿足跟幸福就是最大的目標。

不過人是很矛盾的，雖然說平常都能做的事，是該平常去做，最後24小時的最後1小時，我想我會去跟我最喜歡的女孩告白，告訴她，從國中到高中在從高中到大學這些點點滴滴對我多重要，告訴她，倘若我的人生沒有妳，想必我的人生是少了盛艷的紅色，告訴她，其實妳的惡作劇我都是故意中招的告訴她，洋傘下的妳踏著的步伐是最美麗的，告訴她，我只剩最後的一小時，妳是否也曾經跟我有一樣的感覺。

如果只剩２４小時，想做什麼事？寫信。

子子
19歲
學生

杜杜：九年了，打從國小畢業後，我們的交情一天比一天好，唉……以為能有好多話要跟你說，但一提起筆，卻又不知道要與你說什麼。啊！對了，以後我不在了，你這個傻女孩，可別再為了愛情迷失自己啊！你還是可以繼續在聊天室裡打出你想說的話，就如以往一般，等我回來看，只是以後可能無法再將你罵醒了，你也該長大了，不能總是投入愛情裡無法自拔，知道嗎？也不要只一味的遷就對方，不喜歡就要懂得溝通，也許是我為人自私比較護短，我希望在愛情裡你永遠是愛得少的那方，希望你是先不愛的那一個。唉……再見了，希望你未來能活得開心，也很抱歉要當你伴娘的這個約定，我食言了，祝你幸福。

子凌筆

珍珍：沒想到我在臨死之前，竟然最想念你每次喊我”黃子寧”，如果可以，在告別式時，你能像以前一樣笑著天真的叫我”黃子寧”嗎？我實在不習慣你難過，也一直深信你會一輩子快樂沒有煩惱，好了，對你我實在無法太感性，望你能永遠保留這份單純，掰掰了～

子凌筆

唉……以為會用到好幾包面紙的，卻沒想到越寫越冷靜，還有好多人要寫，但我……都快要離開人間了，留太多話給人似乎突增他人感傷罷了，其實我很想留話給我媽媽，但我真的很怕他晚上看著信偷哭，曾經嫌他們太嘮叨，以為有好幾個明天可以聽他們廢話，但現在明天只剩一個，不免有些空虛。

突然有點想好好大吃一頓，牽了車，開始朝每天曾經喜愛的店騎去，奇怪，明明只剩不到２４小時，應該把握時間才是，但此刻的我卻騎的出奇的慢，靜靜的看著平日從不注意的街景，以前討厭的喧鬧聲，現在聽來卻格外想念，花了好長的時間買了黑輪、肉圓、割包……等，回家吃，明明已經很撐了，卻不願將他們剩下，一口一口的吞下，並不覺得痛苦，反而讓曾經的回憶湧上心頭。還記得那時，明明不餓卻老吵著要媽媽帶我去吃黑輪，只為了那杯多點的紅茶；明明喜歡吃別家肉圓，阿嬤卻總是買錯；明明要去聚餐，阿姨卻硬是買了割包要我填飽肚子。早已分不清吃進去的是食物還是回憶。

吃飽後，漫無目的的在家裡亂晃，突然看到曾經在學校做得生不如死的模型，便在上面寫了張便條紙，要家人不必再花錢買紙厝了，畢竟我欠他們的已經夠多了，又看了看剩下的奶瓶紙，拿了些便又開始做簡單的家具，這次總算能快樂做設計了，不必遷就於老師及題目，現在一想，已經好久不曾想起當初設計的熱情，現在總算了卻了設計之夢了。

一做又是幾個小時，把模型整理後，看了看鏡子，拿起化妝品，開始為自己上妝，希望能在臨終前美一點，上了最後的蜜粉，便又走出了家門，跑去觀夕平台，坐在沙灘上，用手指寫下：

”媽辛苦了！恭喜你解脫了”

女兒子凌

寫完便伴著海聲，睡去。

小之
19歲
學生

如果只剩下24小時

如果只剩下24小時，
我要回到那充滿童年記憶的故鄉，
起個大早欣賞那未曾相遇的日出，
帶著輕鬆愉悅的心漫步大街小巷，
重返佔我人生一大半時間的母校，
倚坐那張刻滿我青春印記的書桌，
望著靜謐的窗外回憶著所有曾經，

最後，
陪伴在家人們的身旁，
享受天倫之樂的時光，
依偎在溫暖的懷抱裡，
讓這一天過得更快樂，
更加充實，更無拘束，
讓生命在燦爛下平凡逝去...

小肉包
18歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

這個世界一直在變動，每天每天的，地球轉動，人也隨著改變，科技不斷進步，無時無刻地變化，不知不覺間什麼都變了，有時候連自己做了什麼，都驚訝原來曾經的自己是這樣的，回頭看看，原來我曾經做了那麼笨的事，才會有著「後悔」。如果我的人生在下一秒開始，只剩下24小時的時間，我想我會原地逆轉，希望有些事，可以隨著逆轉，而倒轉到原點。

我的家人都健在，身邊也有個愛我的男友，真心朋友有了，酒肉朋友也夠了，課業沒有壓力，我的生活平淡無奇，安然中庸，但我很滿足，貴婦生活我並不渴望，這種生活我過得很開心幸福。因為身邊總有個叫做「家人」的稱謂在守護著我，這卻是我上大學，離鄉背井、獨立自主之後，才知道原來擁有家人，是多麼需要珍惜，多麼幸福的事。

「吃米不知道米價」媽媽常常這樣跟我說，我並不覺得有什麼感觸，也沒有更珍惜待在家的日子。很多人都希望有個哥哥，我不覺得有什麼，把哥哥的保護當作空氣，在他上大學後，他空蕩蕩的房間讓我感到他變成空氣消失了似的。一直以為爸媽不夠愛我，一直以為我的家庭很無趣，沒有過生日，沒有家庭聚會，更不會一家人聚在一起看電視聊天，除了過年過節，不然平常我在我的房間，哥哥在他的房間，爸爸又跑出去閒晃，媽媽在睡覺，阿公在一樓打盹，一切都好安靜。

直到我上大學後，我才知道「家」是多麼珍貴的，才知道「家人」是需要被呵護的。在我找不到工作時，媽媽會傳簡訊鼓勵打氣，爸爸體諒我電話費變多，哥哥也關心我中秋回不回家，要趕快訂票，在路上看到阿公騎腳踏車在孫子的畫面，總會不自覺感動起來，想起小時候的我和阿公的相處，國中時，阿公曾經用台語跟我說：「你若讀大學，我就請你吃冰。」那時我不知道為什麼突然心酸了起來，其實冰淇淋並不貴，並不是讓我讀大學的動力，我在害怕大學時阿公依然健在嗎，在這之前才腦中風一次，現在走路、眼睛都不好。好想去跟那個小孩的阿公，要一個擁抱。

把每一天都當成是生命的最後一天，珍惜每分每秒地度過並不難，不需要金錢、工具，只要「願意做」就可以做到的事情太簡單了，但是這種容易而抽象的事情反而更難做到，因為它容易被忽略，儘管已經在身邊一直呼喚著你，喉嚨都沙啞了，你依然不在乎。「如果只剩下24小時，想做什麼事?」這句話很老套，卻一直是人類在省思的問題，對每個一樣是生命卻擁有不同人生的人類來說，人生無常，下一秒突然剩下24小時都有可能。

「後悔」對我來說不是一個停留在過去的詞，而是拿來警惕自己的詞。很多人，我都是在上大學之後才知道他們的好；很多物，我都是在上大學之後才懂得人事已非；很多事，我都是在上大學之後才更珍惜我的家人。在原地逆轉之後，我會回過頭，好好的看看愛我的家人，擁抱著他們。

加菲
19歲
大學生

如果只剩下24小時，想做什麼事...

人生，有多少讓我們回首卻後悔不已的往事。曾經，說不出口的愛戀；曾經，刻骨銘心的悲哀；曾經，痛苦不已的別離；曾經，難以忘懷的逝去，卻總在寂靜深夜時才將這深藏內心的情感宣洩而出。然而，生命並不是永恆！如果，人生只剩下24小時，你，將會做出什麼事呢？

若我只剩下24小時，我會將所有的時間陪伴我的家人。我會替健朗但年邁的阿公捶捶腿，摸摸他因種田而長滿厚繭的手；陪著總是牽掛家庭成員的阿嬤，唱著她最愛的歌，讓她可以露出笑容，不必整日擔憂這個那個。我會扛著釣具，和像大樹一樣的父親到魚池邊等待魚兒上鉤，看他那因有了收穫而誇耀著他的技術，充滿自信光彩的臉龐；陪著母親去租小說，和他討論著哪一本的男主角比較吸引人，幻想著最想當誰的妻子，但最後往往選擇的會是專情的父親。

我會勾著姊姊的手去逛街，和她爭執哪件衣服好看，一起睡午覺，卻不閉上眼，而是說說心事，但因為兩個人哭點都很低，而相互替對方抹去眼淚。陪著弟弟們打電動，手笨的我，每每看著兩個弟弟在網上橫掃敵軍，總會升起崇拜的心，聽他們說著我不懂的電動用語，卻還是感興趣的提問，雖然常被罵笨，但我認為這便是和弟弟們的相處模式。

最後的最後，我要抱緊他們，和他們說「我愛你」，對他們訴說我所有的感謝和歉意。

也許，有部分的人認為「家」只不過是成長會經歷的一小段旅程，因此只會將一些心神放在家，而專注於其他的人事物，但往往總會在最後發現，唯一不會離棄自己的竟是自己最不在意的家和家人。

對我來說，在外面所遇到的一切，不論是摯友、情人、老闆、同事，以及其他的人事物，都是讓我的人生多彩多姿的糖，然而家人卻是身為人最不可或缺的鹽，也是我人生一切的原點。因此，我會將我所剩的24小時拿來陪伴他們，我的家人。

白光
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

我會告訴所有我愛的人，
我愛你們，對不起，我先離開了，
我會祈禱，希望你們要永遠快樂，
要連我的份，替我好好活著，
一定要幸福，別忘了我永遠支持你們，

謝謝你們的照顧...
請記得，你們的生命中，曾經有我的存在，
如果想我，就仰望天空，我會默默地守護你們，
請記得，要樂觀面對生活，
沒有我的陪伴，也要快樂。

朵拉
18歲
學生

如果只剩24小時，想做些什麼事？

我夢想做一位藝術家。為自己畫了一張方向仍自由的藍圖，因為不急著為自己的藝術定位，但如果只剩下24小時，那一切的人生藍圖似乎都顯得不重要了。

想完成的事太多太多，24小時根本不夠。如果，僅存24小時，那還做甚麼人生規劃？還企求多少夢想？

既然只有一次機會，那就勇敢的放手去做吧，我想。在24小時裡，夢想就先暫時放在一邊，畢竟那些成就是野心，不是生活裡的七情六慾，我想在最後重新審視自己，不是過去，也不是未來，審視的就是現在真實的自己，心底的感情、慵懶的自在、放縱的享受。

第一件事，向傾慕已久的妳告白。愛情，一直是我極力去壓抑、忽視的，也許是不再相信愛情，也許是厭倦了愛人與被愛，那都不重要了。和妳，有著若有似無的好關係，欣賞妳的開朗個性、灑脫情懷，讓人不由得的多關注一點、多期待一些。這一次，自私的希望讓這份情愫有個宣洩的出口，也不期待妳的回應，因為「告白」才是我此行的意義，想親口說聲：喜歡妳。

第二件事，到最近的博物館裡走一趟。也夢想環遊世界，而博物館，就是最袖珍版的世界，收藏了自古至今的多元文化、考古探就的歷史痕跡、資訊爆炸的科學新知、包羅萬象的藝術風格…。就讓自己細細履過每個展覽廳，在離開前，重新認識這個還豐富美麗的世界。

第三件事，選一間咖啡廳享受下午茶。想坐在昏黃燈光下，伴著爵士樂的咖啡廳裡，品嘗一杯拿鐵。奶泡香濃的甜味，綿密的在口裡化了開來，像一股得來不易的放鬆，讓全身癱軟的慵懶。也許可以來一份甜點提味，就選櫥窗裡的蛋糕吧！千層蛋糕、起士蛋糕、或是黑森林都好。一份優雅的下午茶，讓沉悶的午後多了幾許享受，咖啡裡相融合的和諧和蛋糕甜而不膩的口味，使得自己顯得有些沉醉，溺在這片閒情逸致。至少，在離開前，我會記住世上最耐人尋味的雅致。

最後，帶上一杯茶葉現泡的熱茶，在任何看得見天空的地方漫步。天空，總是囂張的遼闊，看雲朵的悠遊，都不禁有些嫉妒，渴望自己也有那樣的自由。但黃昏時刻的天空，格外謙虛，蒙上一層渲紅的雲霞，彷彿是用他獨有的溫柔，擁抱每個疲憊的靈魂。我也想被這片不做作的紅擁入懷中，也許漫步能拉長你我相處的長度，讓自己錯以為，時間並未流逝。也許有人納悶，喝完咖啡了，何必再喝茶？你應該要懂的，咖啡或許香醇，一如初戀那樣令人回味，但最後會發現，茶，才是伴你走過人生的絕佳人選。

應該好好規劃的24小時，就這樣讓我揮霍了。但也不想戀棧些甚麼，不想再汲汲營營些甚麼。一直奮鬥的人生，也該是喘息的時候了。選擇一種退休模式的生活，不只是單純的享受，更希望能好好地走過最後。走過，讓自己滿懷笑容的、愉快的迎向另一片的天空。

朵莉
20歲
學生

如果只剩下24小時，我想做扭轉未來

日復一日，太陽月亮相繼搶著天空的舞台，面對理所當然的明天、面對未來的漫漫長日，很難想像生命中會有突然來臨的末日，然而，如果當我的生命只剩下二十四小時，我會想做些什麼？

勇敢向心儀的人告白、做一件一輩子都不敢做的事、順其自然等待生命終結……，不同的人有不同的想法，每個人都想為自己的人生畫下一個滿意的句點，我卻想不到一個自己想要的結局，或許是一種不甘心、一種不認命，面臨著最後一刻的我依然不服輸，如果得面對突然降臨的末日，我的第一個想法竟不是想著要如何終結，而是異想天開的想著如何在這短短二十四小時內找到活下去的機會，或許一切都將是徒勞無功，但我只求了無遺憾。

戰場上奮勇殺敵的將士、抵抗病魔的抗癌鬥士、極地沙漠裡超越自我的勇士，這世界上有許多人在生命的最後一秒都仍然拼命奮鬥著，伴隨生命的來臨與淡出，我漸漸了解人的一輩子或許很長、或許很短，認真活出每分每秒，就是我所期許的一生，我還有二十四小時，為什麼要輕易放棄呢？慶幸完老天爺給我的並非只是二十四秒，我還有二十三小時五十八秒的時間，我還可以用三分之二的時間去尋找擁抱明日的機會，哪怕這機會多麼渺茫，但我相信心中的那股信仰會帶給我希望，生命中有很多意想不到的火花，有悲有喜，說不定就因為心中的那股不放棄，我可以呼吸到明天的空氣，可以繼續去完成出國留學夢想，可以再一次幻想我靠著自己的努力，在太平洋的另一端展開人生中第一次壯遊，那麼我在生命最後一刻的所作所為將會是多麼值得，但也許一切都是天意，過了這十六個小時後，我仍然輸給了命運，我也還有八個小時可以和身邊的一切好好道別，我會擁抱身旁每一個我摯愛的人，跟他們一起回憶曾經的種種，甚至讓微風替我捎個口信，望著湛藍的天，大聲對我曾經失去的親人們說：「要記得來接我」，我會到戶外大大深呼吸好幾口氣，隨著空氣佔滿胸腔每一處角落，體會心臟每一次怦然的跳動，我想這應該會是往後會讓自己最為懷念的那一種滿腔熱血的感覺吧！

經過自我努力、嘗試後的結局，無論是通往哪一個方向，我都無怨無悔，因為至少我在最後一秒仍盡了全力，希望在短暫譯或是長遠的未來裡，我都可以抱持著現在的這種心情自我警惕，不讓自己後悔的活。

老人
18歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

每一天都是24小時，不多也不曾少過，但一個人會有多少24小時？如果今天我只剩24小時，我會跟我的室友告別，告訴他們謝謝他們當我的室友，立即坐上飛機回台南與我的家人相處，寫下明信片寄給我親愛的朋友、錄下一段又一段的影片告訴他們我很愛他們且我永遠與他們在一起、拍下一張又一張的照片我每一刻最真實的表情，最後跟我家人吃上最後的晚餐，並在睡前為我所見過或未見過的人祈禱他們的人生也很精彩。

我的24小時不是很忙碌也不是擁有遠大的願望，我只是想過一天很幸福日子，想給自己留下一點我曾存活在這世上的痕跡。

如果剩下24小時，想做甚麼事……

呂欣恬
20歲
學生

如果我的生命只剩下24小時，我要買張飛往成田機場的來回機票，最好能乘上早班的飛機；最好能是個天空淨亮，萬里少雲的清爽天氣。能在這種天青氣爽的白日裡遠行，總是我夢寐以求的。

到達目的地後，也許在機場裡琳瑯滿目的免稅店逛逛(此時買得起與否對我已沒再多分別。想像自己買下整個機場裡的禮品，讚嘆自己竟如此富裕！)；也許在附近散散步，放鬆心情。(偶然遇見問路搭話的陌生異國旅客，用我那瘸腳的英文與日語，再加上笨拙的肢體動作。不再為語言能力不好而羞澀，用心專注地聆聽，盡一切努力做出完美的答覆。據說有一種世界共通的語言，不是英文或其他各國的語言，而是萬物之間與生俱來就能相互了解的語言，不倚仗學習而是感受。我想在生命的最後習得這種世界共通語。如此我便能了解天地之心，更親近這慣養我十多年衣食無缺，安全無虞的世界。)；又或許我只是悄然地坐在機場餐廳一處角落，看著人來人往的行色匆匆，為他們設想前方旅途的美麗與艱辛。(對了，我該買一份地圖，最好有能介紹各地風景名勝的導覽。我得好好思索下一次的旅程，起點該訂在何處。待我走後，願上帝憫我一番苦心的預習，讓我下一世轉生到那裡。)

爾後，我要買一杯CAPPUCCINO，坐在理想中空無一人的展望台上，看著飛機的起落，冥想此生的種種：許多匪夷所思的謎團仍無人為我解惑。過去我總習慣用紙筆紀錄一切以免遺忘。然而「如果我的生命只剩下24小時」，今後我又能如何翻看那些提醒著不安與焦躁，繁忙並瑣碎的備忘錄呢？於是我只能坐著，觀看眼前透明玻璃外的景象。一直不明白，為甚麼沉重如飛機，能輕盈地飛上藍天與白雲？比之於飛機的笨重，人們的聰慧竟無法為自己安上一對翅膀，自由在空中飛翔？

有人說死亡不是結束，而是開始，正如飛機降落一樣。飛機承載著的不只是歸鄉的遊子，也有遠遊的旅客。不管是哪一種，他們的旅行都將持續進行。他們的未來盡皆是未知。即便是有了周全旅行規劃的，也拒絕不了意外的強行擅闖。死亡也是一樣，不過是另一種形式的旅程罷了。然而在那之前，我想任性地安排最後的旅遊，如歸家的遊子在返家以前最末的、瘋狂的、盡興的，結束旅程。

至於為甚麼在生命的最後一定要去成田機場呢？記得我母親說過：貴婦的生活，便是在百無聊賴的周末飛往此處，喝杯咖啡，血拚完便回家。盡管我對貴婦的生活並不嚮往，但在生命的最後，我仍希望自己能如貴婦般生活著。我是個平凡的人，仍不免平凡的夢想。

李芯儀
19歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

太陽東昇西落，月有陰晴圓缺，人有生老病死，宇宙萬物每天在變化，自古以來所追求的長生不老至今在科技發達如此的世代仍然無法突破，因為會消逝生命才有它存在的可貴價值，這就是所謂失去過後才懂得珍惜。

我們都無法預測下一秒會發生甚麼樣的事，往往意外就這樣發生了，如果我只剩下24小時的生命，盡情將它發揮至極致璀璨，是我的目標。當然每個人對於極致璀璨的定義不同，有些人或許會覺得轟轟烈烈地結束才是璀璨，我卻選擇平淡的璀璨，我不想要花大筆的揮霍也不想要甚麼都不做的等生命消逝，我想要的只是跟父母三人幸福的過一天，如同平常一般全家開著車到郊外去，坐在青翠的草地上微風徐徐的吹來著談論著生活上發生的趣事，下午到山上享受下午茶順便俯視著我即將要離開的世界將最美好的一面保留在心底，傍晚到海邊看夕陽完美的結束這上天賜予的24小時，這24小時讓我有時間可以無憂無慮待在我最愛的家人身邊而不是孤零零的離開，這樣就心滿意足了。

重要的不是剩多少時間而是如何無憾的將時間運用完，我們永遠都在遺憾中反悔，往往在失去之後才懂得可貴，如果只剩下24小時我想做的是「沒有遺憾的結束」。

李雨樂
19歲
設計系學生

如果只剩下24小時

哇哇哇，這一刻，我們開啟了旅程，每個人來自不同的家庭，不一樣的特質，都是獨一無二的個體，有人過得自由、有人過得緊繃、有人被約束著、有人崇上自由，世上很多事由不得自己，所以常有人說著命運這檔事，如果只剩下24小時，我想做得事很平凡卻從未做過。

我常想著人為何要出生來面對死亡這件事，死後又是怎樣的世界，雖然都沒有結論，但總會想到這方面而感到憂傷，總覺得自己命很差，甚至帶點恐懼，永遠無法知道下一刻會有什麼事發生；足漸長大的我們，看了很多聽了很多，死亡這件事我無法坦然面對，因為我害怕無法掌控的感覺，所以比起虛實的下一刻我寧願擁有著實的24小時。

我不覺得24小時很短，至少我不用擔心會因為熬夜做作業而暴斃，死得非常冤枉，連做自己想做的事都無法，而我反而希望有這樣的24小時，我最想做的就是放膽嘗試，做事三思而後行的我，常顧慮人事物而忘記最初中的自己。最近，面對在外租房這件事和爸媽起了爭執，而我也壓抑不了多年來藏在心中的悶屈，失控的大哭說著我很在意卻始終未能說出口的心情，那天真的是我最舒坦的一天，爸爸聽完我的話只說:「先斬後奏他不喜歡，你說我們總是對你表示否決，還記得你小時候想要個MP3嗎？你撒嬌的求我的樣子，爸爸還是買給你了，你有多久沒撒嬌了，今天把放在心裡的話說出來很好，為何要悶在心中呢？你很久沒跟爸爸說心事了。」爸爸這話點醒了我，從何時我把自己隱藏起來，把自己活在世上當做事件很痛苦的事，對爸媽說我愛你變得是這麼遙不可及，怨懟許多事，變得如此扭曲。

經過這件事，如果剩24小時，我想做回最原始的自己，那個笑容滿面的女孩，那會能坦然說出自己心裡話的女孩，珍惜時間是必然，但比起做一些刺激能留下紀念的事，我最想要的還是回到最原始的自己；會寬心大笑的我、能和爸媽說我很謝謝他們的我、能坦然面對死亡的我、能勇敢去愛的我，我們有多久沒卸下面具好好檢視真正的自己，而這24小時絕對足夠讓我們去面對去體會。

空海
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事 …」

常常每天都過得很沒有意義，因為不管如何，明天都會來臨，但是假如今天，此時此刻，只剩下二十四個小時可以活，那該做些什麼？

一定是，得做一些不會讓自己後悔的事吧，或是嘗試一些從未做過的事情，大部分的人都是這樣想的吧。

但是我卻只想要，到外頭走走，盡量的放慢腳步，不用沉重，也不需輕盈，就只是緩緩的走著，看看四周，那些以前以為已經看過千百萬次都早就記住的風景，在那熟悉的景色中，尋找著一絲不同之處。

找到後，輕輕的仰起嘴角，對著天空也好、對著電線杆也好，又或者是對著附近的人也好，自己的淡淡的笑意也傳染給別人，讓笑聲繼續延續下去。

走累了就到附近的便利商店或雜貨店，在裡頭稍稍逛逛，買些冷飲、零食、糖果，或是玩具，有的時候在不經意的情況下都會發現，以前小時候還玩著玩具、吃過的零食、喝過的飲料，其實都還一直留著，不會像身邊的人變得這麼快。

在外頭流浪夠了就回家，在家裡總會有媽媽為家人煮的菜，吃著從小就習慣的菜餚、看著擺在飯廳的電視、偶爾突然聊起有趣的事情，感受一直以來的幸福，那個今天過後，就感受不到的幸福。

讓它深深的刻在心上。

晚上的時間，一如往常的聚在一起看電視的時間，對著電視裡頭的內容哈哈大笑著，有的時候批評著新聞裡頭莫名其妙的事情，淡淡的有如棉花糖的感覺，讓它發出來的甜味，深深的記在腦袋中。

睡覺的時間，躺在床上，盯著黑色的天花板看著，腦袋中想著今天過得事情，有好、有壞，看似平凡，卻一點也不平常，想著每一天都是不一樣的日子，雖然今天過後，我就不在了也一樣。

地球不會為任何人的消失停留，而我也是。

今天，剩下二十四小時的生命裡頭，我花了六小時體會流浪，我用了十二小時跟家人聚在一起，最後的六小時用來想著曾經。

想著，下一個未來。

下一頁

死去的肉體就不管了，那靈魂呢？下一個旅程呢？
是天堂的玩樂，還是地獄的磨練，抑或是人間的徘徊？
讓人有些興奮的冒險，但是心裡還是擔心著，被留下來的人。
走的人，總是灑脫，留下來的人就得承受一切。
但是我想告訴留下來的人一些話，不用真的說出口給別人聽，就在心裡默念就好。

『對不起，謝謝你們，我很幸福，真的。』

真的。
這輩子，已經夠了，下次一次再相遇。
下一次，一定會到來的。

一定。

ＴＨＥ　ＥＮＤ

芽芽
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果我的生命只剩下短短的24小時，我身邊的三五姊妹都說應該是趕快把自己人生終沒有見到的光景，或是最懷念的地方走走逛逛，更為奇妙的是，朋友說：『他要把自己身上塞滿滿的錢，然後把自己吃飽飽的，這樣才好上路』。可是我什麼也不要，因為只剩下緊緊一天的時間而已，我要陪伴在最重要的家人身邊!因為跟家人的緣分眼睜睜的就要結束了，這緣分比榮華福貴更加重要，特別在剩下這24小時裡面，把這最後一段路陪伴在自己家人身邊，利用最後一段路，陪伴著照顧與互相扶持的家人身邊，是我最夢寐以求的事情了。從小，家裡父母幾乎天天吵架，吵得轟轟烈烈，家裡壓力加上在學校被排擠的我，也因此變得叛逆無比、抽菸、翹課、翹家，用來抗議我的家人告訴他們...我受不了了!!直到現在長大了，我漸漸懂事的時候，光陰似箭，媽媽也變老了，臉上逐漸流露出了母愛偉大的細線，使我更加珍惜這份親情，也更加珍細這份緣份。如果上天讓我知道我的生命只剩下24小時，那我要陪伴著我媽媽，告訴我嚴父兼慈母的媽媽：『媽媽，對不起！來生有機會，一定會做更孝順乖巧的小孩，不像這輩子讓他那麼擔心，讓您壓力那麼大!!最後媽媽謝謝您！永不放棄的把我養大，教導我很多人情世故，這份溫情，我會一起帶著離開!也請媽媽不要掛念！更別為我掉眼淚，因為這樣會使身為子女的我感覺更加難以離開。』

阿帝歐斯
20歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

據說再過沒幾個時辰就要世界末日了，而我仍然在處理廣告文案以及些許工程構圖，看似超脫芸芸蜚語，然而都不過是偽裝下的鎮靜罷了，我還是挺在意這回事的。或許明早世界依然平靜如昔，可惜自己有些神經質過分，想趁著為數不多的時日記錄下絲毫感觸。獨自坐在電腦螢幕前，與螢幕將我反射的映像大眼瞪小眼，過了約莫一小時吧？終究還是不知道該如何下筆，畢竟我才剛耳聞這個消息幾分鐘而已，連震懾的時間都顯得短暫。世界末日了，妳會想要再做些什麼事情呢？

我無意識地點開自己的網路日曆，看著時間被既定行程壓縮著昏厥，似乎開始騰不出喝杯咖啡的時間了。接下這樣多的勞務，美其名開拓視野，最後不過翻滾成一種限制，我想要做些什麼，大事小事也好，然而給出去了卻又認為不夠多，終究推著我不斷地忙碌，無所思索的忙碌。那諸多責任部分都來自於義務上的、事務上的，卻鮮少有件真正驅使自己行動，也能夠充分享受過程的會則。我覺得這麼沒時間好沒意義，真的由衷感覺自己不懂自己要的是什麼。

世界走得太快，當我們汲汲營營不知道為什麼而生活時，總是容易迷失自己。其實，我就是這樣。

區間列車鏗搭著響，隨手拿著幾件衣服就搭車回台南去了。這短暫的時刻，我只想要好好陪陪我的家人，告訴老爸我過得很充實，提醒老媽其實我沒吃很多有瘦一點，順便帶著老妹逛逛書店。等到晚上妳排球聯賽結束之後，再打一通電話聽聽妳的聲音。

能抱著我家可愛的狗狗看看電視，這樣就夠了。事情做得越多，總發現自己想要的越是簡單呢。其實世界末日前，我才剛完成一件自己很期待也很快樂的事情，那種感覺真的很棒。結果我做的這些事情只是希望延續那分快樂呢。

妳會想做什麼呢？如果世界沒末日，那記得去吃碗好吃的湯圓暖活一下自己唷！

阿冥
20歲
學生

未能實現的夢

如果剩下24小時，遺留下只有茫然，努力到一半的夢想，過去想做而沒去做的事一個個閃過眼前，為何自己會沒去做?疑惑一閃而過，現今要做也來不及，想出國、想成為導演，但現在自己又在哪?只是一家貿易公司的小職員，如果當初肯勇於追夢，現在自己是否就不會如此懊悔?庸庸碌碌的一生，到底為了什麼事而忙碌?數完自己的人生中有多少後悔，24小時已悄然溜走，最後一個念頭是”為何自己從來不行動呢?”

如果只剩下24小時，我想與家人同聚

柔櫻
18歲
學生

人生，如同一齣戲劇、一場電影、一個美麗卻短暫的夢。有人說：「人生短暫，當及時行樂。」但陶淵明卻說：「盛年不重來，一日難再晨，及時宜自勉，歲月不待人。」也許有些人覺得，人的一生是短暫的，應該盡興的玩樂，讓自己享受，甚至追求虛榮，學會浮誇；但有些人卻認為人生無常，我們不應該浪費這些無價的時間，不該虛度光陰，反而應該要認真、努力得過每分、每秒。

二十四小時，對於那些不懂得珍惜光陰的人來說，只不過是時鐘「滴答滴答」的聲音，只不過是漫長無聊的生命，只不過是多餘的空檔；但對我來說，每天的二十四小時皆是我珍貴生命的來源、根基，假使少了它們，我該如何享受這個繁忙卻令人迷戀的世界？

如果只剩下二十四小時，或許我不能做很多事，但我希望能夠在這僅剩的時光中陪伴著我的家人。從小到大，在我遇到挫折時，他們給予我鼓勵；在我難過時，他們給我最溫馨的安慰；在我無助時，他們給我依靠；在我生病時，他們給我陪伴；在我開心時，他們與我一同分享。那些與他們在一起的點點滴滴總是無時無刻出現在我的腦海裡，以前總覺得他們很嘮叨，總覺得他們的叮嚀是多餘的，但現在離鄉背井到外地讀書的我，開始明白「家」永遠是我的歸屬，無論我去何方，我永遠都有一個不斷等待、包容我的家。

在我來到這個大城市讀書前，我總認為我不會想家，但來到這裡時，我看到了陌生的人、陌生的環境、陌生的一切，我開始想起過去與家人相處的時光，他們總是對我說：「不管你以後去了哪裡，這永遠都是你的家，而這個家也永遠是你最大、最可靠的避風港。」現在的我開始明白異鄉人心中對家鄉、家人的想念，如果我只剩下二十四小時，我只希望能夠與家人再聚，我想看到他們的笑容、他們的臉孔和他們的一切，儘管只是短暫的看到對方，我也心滿意足了。

在這個僅剩的二十四小時中，我希望能夠與家人再創許多美麗的回憶，即使我們只是聚在一起談天說地，即使我們只是坐在一起默默地等著末日接近，那些與家人共處的一切我永遠都不會忘記，現在的我明白以前是我不懂得珍惜，現在，我要把這個短暫的二十四小時給我的家人，讓這個二十四小時成為大家心中最美好、最美妙、最值得、最幸福的時光。在這一天中，我想嘗嘗媽媽的菜、我想陪著爸爸去買宵夜、我想幫妹妹檢查功課、我像去看看年事已高的外婆最近有沒有失眠、我想去看看奶奶，跟她說：「辛苦了，謝謝您總是為我準備我喜歡吃的東西，謝謝您這十八年來每天為大家煮飯。」、我想感謝爺爺一直以來對我的支持與關愛、我想感謝乾媽對我無微不至的照顧、我要感謝好多人，感謝他們陪伴在我身邊。

或許最後只剩下這二十四個小時，但我會努力，珍惜上天留給我的最後一天，在這天當中我不想去思考塞涅卡：「內容充實的生命就是長久的生命，我們要以此為而不是以時間來衡量生命。」我也不想思考「及時行樂」，因為這些對我來說，永遠都不及家人在我心中最重要、最不可動搖的地位。

柳玹夜
18歲
學生

如果只剩下24小時，我希望有場魔法般的相聚

「女孩將最後一根火柴點燃，在歡笑過後和奶奶到了夢想國度……」闔上書，如果童話是真的，是否也能實現我的願望呢？一邊想著一邊將書籍擱在一旁，起身走向外頭，喧囂四起，伴隨著陣陣烤肉香，隨即映入眼簾的便是夜裡的煙火絢爛，此刻的火樹銀花像是灑了粉似地，映照在相聚的人們身上；而我悄然走向公園一角，靜靜地點燃小小光芒，拼湊著屬於我的願望碎片。

鬧鈴聲在耳邊響起，使我不得不睜開沉重的雙眼，看著時間指向七點整，瞬間睡意全消，飛也似地梳洗完畢，撈起書包及早餐衝出家門，總算在七點半以前安全達陣，走進教室才發現異狀——公園？放眼望去盡是在公園烤肉的人群，回頭一望，後面已沒有所謂的教室門窗和課桌椅，好吧！「既來之，則安之！」安慰自己，「嘿！你站在那做什麼？」熟悉的爽朗聲在背後響起，心底一陣著急的回過頭，視線聚焦在發出聲音的人身上，「妳不是出國留學了？」對著兒時玩伴道出心中的疑惑，「妳發傻啦？這次的活動可是妳主辦的耶！結果全世界都在等妳一個。」順著手指的方向望去，一個個模樣像是倒帶般地在眼前清晰呈現，小學、國中、高中的朋友和老師，還有一直陪伴我的家人們都來了，再朝前方望去——是爺爺奶奶！他們還是如同記憶中那樣慈祥和善，激動地跑向他們，在觸及手掌的瞬間眼淚止不住地奪眶而出，用力地擁住他們感受那真真實實的體溫，我好怕這一切都只是虛幻，好怕所有的人在下一秒都離我而去，你們知道嗎？沒有你們的世界，縱使再漂亮再華麗，我仍舊是孤獨一人，我好怕失去因你們而歡笑溫暖的地方，你們可不可以不要離開，可不可以不要消失？

「好孩子，快讓我們看看妳，別哭了，是妳的祈求，讓我們來到了這裡相聚。」奶奶用著一貫的客家語向我說道，「孩子啊！長大後的世界很不一樣，要記得『莫忘初衷』忠實真正的自己，我們雖然處在不同的地方，但我們一直都在。」爺爺沉穩的語氣猶如鎮定劑，使抽泣的我逐漸平復，「對啊！我們一直都與妳同在。」抬頭望向大家，是啊！我不是一個人，我的家人、我的夥伴們都在啊！「嘿！快過來，要放煙火囉！」

煙火四起，在夜空中絢爛而美麗，映照出所有人洋溢著幸福的光景。二十三小時過去了，時間來到午夜十一點，我靜靜走出這片美景，用力將這一切烙印在腦海，謝謝你們走進我的生命，使我的人生更加完整絢麗，再度燃起手中的魔法，在最後一個小時裡，我選擇一個人，靜靜凝望手裡閃亮亮的光芒，願它能像那月光般照亮這片幽幽的夜。

胡桃鉗
18歲
餐廳員工

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

城市裡面看不到星星。

城市裡面繁忙的無法歇息。

想要睡掉一整個白天，醒著看一整個鄉村的夜晚。

也許會想讓自己相信，如果只剩24小時，我們還是存在的。無論用何種方式、存在哪裡？
在這世界中，我們總是曾經在過，而且以後也一直會在。

當看著繁雜又有秩序的星星，就好像可以看穿這個宇宙。

當閉上眼睛想著過去，就算未來沒有未來，都曾經有過最好的回憶。

當相信將來還是會在哪一處重新燃起生命，也許就不會落淚。

不會後悔有什麼事不能做到，因為它在夢裡實現了。

所以，想要睡掉一整個白天，

然後，醒著看一整個鄉村的夜晚。

茹茹兒
19歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

我常問自己：「如果只剩下24小時，我會做什麼？」

我有很多不同的夢想，夢想著環遊世界、想著去好多好多地方玩，但如果真的只剩下最後的24小時，我想.....我想先洗一堆照片然後寫封信給我愛的所有人，感謝他們在我有心跳的時候給我的一切，不管是物質的感受上的，甚至是曾經給過我的一抹微笑，我也依舊感謝，感謝他們用彩色填充了我黑白的生活；再來，我會親筆寫下器官捐贈卡，只要是好的器官，能幫助到人的！我也希望能藉由這樣，讓我還能在這世界上多留一段時間，感受這世界的美好。

最後，我如果真的只剩下24小時，我不會依舊懷念我以前的夢想，而是保存現在平淡的幸福，想待在家開著電腦臉書用著滑鼠滾盡所有一切，開起手機的相簿把相片一張一張的印進腦中，我會想，「原來，這就是我的一生阿！」

然後，在這樣的念頭中，慢慢沉睡.....

走到生命盡頭，不要留下遺憾

御瑋
18歲
大學生

我是一個初步入大學的新生，對於未來的未知是不知所措及緊張興奮。十八歲這個年齡，有許多沒做過的事，也有許多想完成的事。但是，如果只剩下二十四小時，如此短暫的時間，我要做什麼？或著應該問，我能做什麼？

我想，如果我知道自己在過了二十四小時之後將會離開這個世界，我不會想要做太過瘋狂的事情，也不會想有多麼偉大的創舉，因為我習慣低調，即使是面對死亡，我也不願意去做一些太過引人注目的事情。不過我想做的事情，對我而言最有意義的事情，或許就是向每個幫助過我的人說一句謝謝你，以及向每個我愛的人說一句我愛你。

許多時候，明明心裡想對他們說，但是總是說不出口，因為感情太好而不知道如何開口。家人就像是開水，平常總是感覺理所當然，但當沒有的時候卻極度需要；朋友就像是雲朵，每一朵都用不一樣的方式在天空中展現，但是當天空沒有雲朵時，顯得天空好空白。如果我的生命沒有家人及朋友，生命會多麼空虛無聊？對於人生又有什麼意義？

我不用證明自己存在過，只要身邊的人記得我，我就會很謝謝這些記得我的人。在生命即將劃下句點的時候，我只想跟這些對我而言很重要的人相處，因為這是最後一次，除了珍惜所剩下的時間之外，也珍惜這些人。面對死亡，當下會感到恐懼，但是或許，在我做完這件事情的時候，我會不留遺憾並且笑著離開這個世界。

或許在最後的前五分鐘，我會希望我是能夠選擇死亡的方式及地點，因為我不想自私的先離開，留下這些會因為我離開而難過的人，所以我不希望讓他們知道。如果人生真的只剩下二十四小時，不管做什麼，只要沒有缺憾就好。

章魚
18歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

「瞻前顧後」，這是大多數人生活的方式。早上起來匆忙吃忙早餐、趕去上班，接近中午就想如何以最快的速度解決午餐，不要拖延下午的工作進度，回家後好不容易跟家人團聚，大家卻各忙各的。想著未來要怎麼進行又怨嘆日子過得太快，都還沒有做好準備頭髮就白了一半。這不只是你，也是我。

題目：如果生命只剩一天，要怎麼過?
(A)：回家和爸媽撒嬌
(B)：和老婆談情說愛，告訴他你有多愛她
(C)：努力做好公司的職員，讓自己以這一天為榮
(D)：和孩子好好相處，告訴他「你是最棒的」

這些選項很普通，普通到每天生活都不會注意它們；反過來，生命如果只剩一天，它們又是樣樣都想做到的選項。不如這樣吧，選(E)把握當下，做好自己。

笨蛋郭
18歲
大學生

如果只剩下24小時，我想陪她到最後

如果只剩下二十四小時，我懇求老天下場雨，讓我與她再次體會淋雨的暢快，雨讓我們相遇，用雨畫下最後的句點。也許老天不憐憫我，我也很樂意牽著她的手，看著晨曦、晏晝、黃昏，聊著我們之間不可能的未來，也許是含飴弄孫，又或許攀登高山，一旦在她的陪伴下，畫下了最後最完美的句點。

許家彰
18歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事 …

一天有二十四個小時，如果只剩下了二十四小時那就剩一千四百四十分鐘八萬六千四百秒可活，如果我知道自子剩下二十四小時可活命的話，我想我自己也子能夠坦然的接受吧，我自己覺得人生阿不要要有太多的計較，因為生、老、病、死是人需要去面對的至於死亡只是時間早跟晚的問題而以，知到自己所剩下的時間並不多時，雖然會很不甘願，怨天怨地的說位甚麼是我不是別人，而且我還有很多事情都還沒去做，我都還沒有取到老婆也還沒有享受到為什麼我就要這樣辜獨的死去我不要，雖然知道自己即將死去在死去之前還是會報怨東抱怨西的，不如以歡喜的心情去接受這個事實，視著將這一切給放下，就算人生即將到了終了那一刻，也不用去想甚麼，當我死了之後，又將會如何最重要的事，就是要看自己如何去面對這剩下不多的時間，如果是我我會把剩下的時間用來陪父母，靜靜的待在爸爸媽媽的身邊，靜靜的牽著他們的雙手，訴說我對他們的愛，雖然成經對爸媽有很多的不滿很多的報怨，但是到了這個時候心中的那些不滿那些抱怨都不見了，只會剩下說也說不完的感謝。

如果只剩下24小時，想做什麼事…

陳威丞
18歲
學生

滴答滴答，時鐘運轉著，代表時間正在前進，也代表著，我正在一點一滴的浪費時間，從未珍惜過時間，因為年輕，所以揮霍，不曾想過，如果我只剩下24小時，我會怎麼做？

人生下來，就是為了迎接死亡的到來，而這其中的差異，就是當你活著的時候，做了些什麼？舉凡愛因斯坦，他活著期間改變了世界，死後仍然影響著世界，可我們平民老百姓，改變不了世界，只能任由世界改變我們，讓『活著』都變成了行屍走肉，因此，我只想要認認真真的『活過』一次。

不再為了工作而早起，我要睡到自然醒；不再有任何金錢壓力，我要滿足僅存的慾望；不再拘束著許多禁忌，我要隨心所欲，做任何想做而沒有做或者不能做的事情，儘管只是小小的心願或事情，卻也能令心裡頭的世界有著巨大的改變，我無法改變全世界，因此，只要填滿我內心的小小世界，對於自身而言，已經是改變世界了。

生命中，有著許多愛我和我愛的人們，到了最後，只想和他們一起，度過這最後的時光，告訴他們，人總有這麼一天，毋須難過，至少這一天，我真真正正的『活過』了！終於，成為一個人了。

郭美樺
19歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

早上八點鐘，路上行人臉上掛著的面具、錯過的人擠人公車及電梯、滿滿排班加班的打卡、接踵而來堆疊如山的文案、上司的臉色、同事間的競爭、複雜的人際關係、責任的重擔….，我們早已習慣看著報章雜誌旅遊專欄的文章與美景發呆，習慣以還有機會還有時間的藉口安撫欲望的心，習慣以說出口的承諾好讓當下的自己不再感到愧疚，內心卻都明白沒有賺錢沒有享樂的道理，正因為我們都明白苦痛才襯托了快樂，因此不放棄更放不下這樣的生活，但如果生命只剩下最後24小時，我們還會做同樣的選擇嗎？

我們有選擇，但那些出門卻捲入無妄之災發生意外的人沒有，他們知道嗎，知道今天眼睛睜開後映入眼簾的將是人生最後一個早晨？知道路上經過的那些花花草草將是再也無法看見的美景？知道這些平常沒交集沒聯絡的同事和機車自以為是的上司將是人生最後的回憶？無法把握時間把握機會，將每一天想像成是自己的最後一天，在生命走向盡頭闔上雙眼的剎那，我們要承受多大的遺憾與後悔？人生是一場無情的賭注，真正的贏家，是那些將每天當成最後一天而活的人。

如果人生只剩下24小時，我選擇與家人一同共度最後的時光，並以世上最令人屏息的風景和最觸動味蕾的食物作料，將自己小學時期因為不懂表達情緒而沒說出口的話、中學時期忤逆卻沒勇氣拉下面子道歉的話，大聲暢快一吐而盡。記得你曾經說過，從沒出過國，當時我只是天真的回應你，長大後要帶妳出去玩，現在有能力了，能帶你出國玩，到處享樂看風景，你卻告訴我沒體力再玩。我想說對不起，如果我早一點長大早一點懂事，我就不會再讓你以這種理由回絕。如果生命只剩下最後24小時，我要對親愛的家人說出內心最肉麻最噁心卻最誠實的話並讓全世界知道我最愛的就是我的家人。

我不要生命中再有任何的遺憾，那些曾經幻想過的畫面，閉上了眼是那麼的真實那麼的幸福美好，張開了眼，卻不過是一個從未實現的白日夢，如果生命只剩下24小時，我會盡全力、不惜一切代價，將美夢成真。如果生命只剩下24小時，你不會再以沒有體力遊玩而拒絕我，不會再以搭郵輪會暈船而拒絕我，不會再以課業要緊不能請假拒絕我。如果，生命只剩下最後24小時，我要和家人，一起乘坐遊輪，到堪稱世上最美的海島「，菲律賓薄荷島遊玩，我要吃盡所有郵輪上來自泰國、西式和中式各國料理，不用再為保持身材而拒絕美味的甜食與點心，我要和家人一同到甲板上看著一望無際的海洋與接近黃昏的夕陽吹吹風，聊聊心事，大哭大笑，告訴你們其實我高中一直在暗戀某個男生暗戀了三年卻不敢說出口，在告白被拒絕後我喝了酒，因此回家對著你們發酒瘋，才會發了瘋似的拿著刀子威脅不要再逼我，甚至將妹妹推倒害她頭摔破流血到醫院縫了好幾針，我要為當年那件事正式道歉，其實在那一刻，我心中怕得要死，好怕失去妹妹，好怕看到不應該發生的那件事，但是表面上卻裝作不在意，死賴著不認錯只是因為拉不下面子低不下頭，我好恨好

下一頁

恨當時的自己，其實我心中覺得好愧疚好難過，因為我是這麼的愛你們，卻這麼重重的傷害了你們。

到了菲律賓的薄荷島，我不要再因為懶的走那幾步路，就錯過那片最美麗的風景，我要衝到海岸線，像小時候那樣，在沙灘上寫字、畫畫、堆城堡，還要做我從不敢做卻一直好想嘗試的事——跳海。每次看到電影中的這一幕，我總是閉上眼想像那是怎樣的感覺，是不是鼻子不捏起來真的會被灌水？被推落海跟自己跳下海感覺有什麼不同？一起跳下去那一刻我們的表情到底會是驚嚇恐慌或者是極度興奮？好想知道好想體驗，就算是有生命危險也在所不惜，我只想知道，跳進我這輩子最愛的地方——海洋，會是怎麼樣的感覺？如果旁邊長了椰子樹，我可不可以像泰山一樣爬上去一棵跳過一棵，同時發出泰山式豪爽的笑聲？如果生命只剩最後24小時，我要大口吃肉大口喝酒，像電影神鬼奇航中，以史傑克船長式的瀟灑把整瓶酒灌進肚裡，大口大口地啃雞腿，大聲唱歌大聲叫囂，用盡生命所有精力大吼大叫，吼出生命走到盡頭的不甘心，吼出面對死亡及未知的害怕，吼出我對家人對這個世界的眷戀與不捨……。

如果生命只剩下最後24小時，我要努力實現這個夢，就算只是個幻想的美夢，就算荒誕而不切實際，在生命即將走到了終點，任誰也無法阻止我。

陳政國
18歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果生命只剩下24小時，我會想要飛去香港，去陪伴我的女朋友，她目前正在香港念書，畢竟她對我來說是很重要的依靠，去看看我們曾經去過的景點，去看看維多利亞港的迷人夜景，拍下最後的合照，最後在她的身邊聊天，等待生命畫下了休止符。

如果只剩下24小時，請讓我緊緊擁抱你。

晴泉
19歲
學生

曾經在書中看過一句話語：『當愛逐漸死去，人心不過是活著的墓穴。』如果哪天睜開雙眼，錯愕地發現自己的生命只剩倒數24個鐘頭，我第一件想做的事，便是找到那些給了我愛並教我如何去愛的人們。父母、摯友、情人.....給他們一個緊緊的擁抱，並且把埋藏在心底的話語毫不保留地訴說出來，坦然面對過往的疙瘩，然後釋懷。

接著我會回到我生命的起源地，我的故鄉。沿著舊家的鄉間小路行走，探訪擁有記憶碎片的每處角落，或許是學校的後山、神秘陰暗的地下室、堆放廢棄物的回收區、校隊的練習室.....隨著年幼的我的步伐，再次問候記憶寶盒底部最珍藏的童年。席地而臥，任由青翠的氣息和赭紅的芬芳灌入鼻腔，傾聽頑皮的風在耳邊嬉鬧的聲響，用純真赤裸的心感懷一切。

最後，我將走回我最愛的高中母校，循著熟稔的腳印巡過每間教室、每個曾經。我將臥仰在操場正中央迎接夕日與夜空，如同高中時的我所做過的。也許會巧遇跟我一樣的追憶者，我會找她們攀談，分享彼此高中生涯中絢麗繽紛的色彩，在星光點綴的墨夜下談笑，給素不相識的她們一個擁抱，在緬懷輝煌的青春中靜待末日的到來。

如果只剩下24小時，有些人會趕著嘗試以前想做、卻不敢或來不及做的事，有些人會把時間耗費在抱怨上，有些人則拒絕相信時間所剩無幾而一如既往的虛擲光陰。

而我，雖然有點遺憾沒有機會體會各種文化、來不及突破原本生活的框架就得撒手離開，但我不會急著想趁這24小時內完成夢想，因為很多願望必須有人陪伴才算完美地實現了，而你不能要求別人捨棄他想做的事，一時間要找到志同道合的夥伴也不是那麼容易。所以我選擇擁抱，擁抱十九年來的回憶、擁抱生命中的愛戀、擁抱每個曾經歡笑曾經揮淚的瞬間、擁抱構築自己生命記憶的過客們。

敞開雙手，擁抱我生命的最初與最終。

曾正昌
19歲
學生

【如果只剩下24小時，想做什麼事】

如果我的人生只剩下24小時能活，其實我也難以想像，但是我應該會很後悔，以前的我是否好好的珍惜過去，是否把握當下呢!然而現在是否與以前有所不同，是否有成功的一面讓我一生都有白活呢!

如果只有一天的時間，那我會盡我所能的，去做我人生中沒有想過的事，或者是我從未做到的事，我也會把我一生中所有的一切，不管是金錢，或所剩不多的時間與能力，人生道理與知識，只要是我能做到的，都貢獻出來給世界上需要溫暖的地方，更需要無形的〝愛〞才能溫暖到他們，才能影響到他們不同的未來，不過有人會疑問著，那不把金錢留給後代嗎，我必定會回答說，不可能，因為我始終相信，「富不過三代」此句話，我能留下的是，能讓後代有訓練自我的空間，不因為富裕而造成一生無用之地，不能靠自我能力去應付所存在的世界，那更不能應付的了，以後的變遷，另一方面，我的想法是，〝金錢〞這此物，是原本就不存在的東西，只是用來衡量的工具，更是用來連接友宜的工具罷了，所以我不會去在乎身外之物。

人生如果剩下不少時間，或許是選擇隱瞞而慢慢等待時間，最後離開人世間，或許有人會把所有的遺言，想做的、想說的、想看的通通想辦法達到目標，如果是我，我一定不會把最後目標放在自己身上，因為我認為，人雖然為自己而活，為自己而打拼，為自己而爭取，但總沒想到，人生最快樂的，最令人欽佩的，就是為世人而活，為世人而做，帶給世人快樂，帶給世人未來的希望，這才是真正的人生啊!

絨毛雞
20歲
藝術工作者

《如果只剩下24小時，想做什麼事？》

「如果還有明天，你想怎樣裝扮你的臉」這是薛岳的歌裡的一段歌詞，同時也是讓我印象深刻的一句話。

如果我只剩下一天的時間——我會提早把工作辭掉，給自己放一個假；我會在清晨的時候醒來，打開窗戶用力的深呼吸，告訴自己至少現在還活著，要好好的去享受這一天。我會到附近的公園走走，躺在柔軟的草皮上，讓草地上的露水輕輕的沾黏在我身上，鼻腔吸收植物的芬多精，眼睛看著天上的白雲悠閒的飄著，心情不免得放鬆起來。

度過悠閒早晨後，我會回到家裡，替家人準備早餐。這是我第一次下廚也是最後一次，所以我要好好把握，用心的去準備，儘管可能只是簡單的菜色，但做起來一樣甘之如飴。將每道菜擺在餐桌上，家人們圍在餐桌旁，一邊享用餐點一邊談天。

吃完早餐後，我要去見一些想見的人。那些人是誰呢？是我的仇人還有恩人。我要感謝那些幫助過我的人，在我有困難的時候伸出援手；同時我也要感謝仇人，雖然他們曾傷害過我，但也因為他們讓我能夠成長，才有現在的我。

拜訪完那些人後大概也下午了，我想去教會，我要跪在那十字架面前虔誠得禱告。我要感謝上帝給予我生命，感謝祂給我很棒的家庭，很棒的人生，就算這是我的最後一天，我也感謝祂讓我能夠擁有這閒適的一天；我也要懺悔，對於人生中的遺憾和錯事表示悔過，懇請上帝原諒我讓我能夠在最後一天獲得救贖。

離開教會，我要帶全家去餐廳吃飯。工作繁忙的關係，讓我沒辦法好好跟家人相處，而這個夜晚我要將生命全奉獻在家人身上。品嘗美味的餐點，坐在氣氛良好的餐廳裡，開心的聊著我們早上沒聊完的事，一直聊到餐廳打烊才不捨的離開。

到了夜晚，入睡之前還有件重要的事情要做。那就是打電話給喜歡的人，向他大膽的表達出我的愛意，把心中澎湃的情感全部透露出來。告白之後，也該就寢了。這時我希望家人能圍在我的身邊，緊緊得握住我的手，讓我能夠在溫暖的氣氛中緩緩進入夢鄉，當然這一覺就不會醒了。

這就是我最後二十四小時的行程，可能平凡、可能簡單，但我相信這天肯定是生命最豐富的一天。到時候我也會莞爾著去裝扮我的臉。

舒憶
20歲
門市人員

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

如果剩下二十四小時，我想把這二十四小時，和我生命中最重要的人、事、物分享。

第一個是最好的知己，她大我六歲，是我在這一路上最好的榜樣，有時候我也可以是她的榜樣，我們倆互相學習對方的優點，並且告知對方有哪些缺點應該要改進，因為妳很重要，所以我剩下的二十四小時，第一個就想到妳。

第二個是我的母親，我要親口告訴她，別再擔心生病的事情了，只要過的開心，病魔就不會再來擾亂妳了，開朗的過每一天，可以讓擔憂拋到九霄雲外，我會牽起媽媽的手，給她一個擁抱，在她耳邊輕輕的告訴她，「媽，我愛您」。

第三個是我的父親，從事裝潢的爸爸，雙手長滿厚厚的繭，他送給客戶一個溫暖的家，也常常在我們家發揮創意，省下許多添購新家具的費用呢!在這一個小時裡，我要和爸爸一起工作，遞工具給在鋁梯上的他，看著他將一塊塊木頭變成嶄新的桌子、椅子，和他一起共進午餐，摸摸爸爸的手，告訴他「爸爸，謝謝您」。

第四個是妹妹，從小吵到大的我們，現在她嫁人了，我也沒有人鬥嘴了，害我的生活少了許多精采，一直以來，妹妹都是運動健將，游泳、網球、短跑，十八般武藝樣樣精通，我還真羨慕呢!這一個小時，我不跟她吵架，我想好好看看她女兒，聽聽她肚子裡的兒子，一起拍張照片，留下幸福的合影。

第五個是弟弟，他正和他的女朋友約會，我很不好意思的當了一下下的電燈泡，我們坐在咖啡廳聊天，想想他小時候曾經被我講的鬼故事嚇哭，我們對蟑螂都束手無策，說到這裡，我們頓時哈哈大笑，互相說了一句「膽小鬼」。

第六個是外婆，看到她又在沙發上打盹，拎了件毯子幫她蓋上，舅舅總是在上班，外婆常常一個人在家裡，很不忍心看她總是吃的簡單，怕她營養不良，總是會唸唸她「要多吃點青菜啊!」外婆有點健忘，說過的話自己會忘記，也因為這樣，常常爆出意外的笑話，逗的我們笑的合不攏嘴，真可愛。

第七個則是我的老公，我無時無刻不想他，我任性的時候，他的耐心總是比別人多一百倍，我生病的時候，他也是細心的照顧著我，雖然，我們也是常常挖苦對方，不過，也因為這樣的對話方式，讓我們的生活更加多采多姿，一起度過幸福的每一刻。

第八個是我從幼稚園到現在的同學，她跟我一樣嗓門好大，曾經一起騎車去海邊吹海風，輪流成年去學車，考駕照，約好買車的那一天要先載對方，儘管現在見面的時間少，在臉書上也不忘聊聊天，敘敘舊，透過電腦，我們還是一樣關心對方，我的好朋友，要繼續加油哦!

下一頁

第九個是我的寵物們，牠們是我每天回家第一個迎接我的好伙伴，我喜歡用手捏著飼料餵牠們吃，牠們會從我手上搶走食物，抓在手上慢慢啃，真的是太可愛了!我無法接受沒有牠們的日子，跟牠們說話可以讓我把一整天的疲勞忘掉，這是我每天必做的功課，我想跟牠們說「謝謝你們的陪伴」。

第十個是我自己，我想去遊樂園玩一次，我一直不敢玩的雲霄飛車，也想不顧熱量吃下一整個我最愛的乳酪蛋糕，還想穿著比基尼去墾丁的沙灘上做個日光浴，最後回到我溫暖的小窩，讓他陪我渡過餘下的時間，能在快樂的時候把我的時間耗盡，那會是我這一生最幸福的事。

黃政華
20歲
學生

如果只剩下24小時...

今天我很早就回家了，大學裡似乎也沒有幾門課照常上課，老師如往常般地問候，只是今天的告別來的特別快。

「明天後就不用在上課了！今天趕課也沒意義吧。」教授很坦然地笑了。「同學們再見，好好享受這24小時吧。」

我搭上公車，它今天顯得特別擁擠和沉默……。玻璃窗外的街道也是如此，店家都關上了門，在僅剩的一天裡，本來想像的應該是人們在狂歡；台北成了喧鬧的不夜城，但是此刻，我想整個城市渴望的，是一天的平靜。

推開門，爸媽和哥哥都在家，等待著一家人相聚的用餐時光。其實「最後一天」就如同「週日晚上」般，過了，家人們道別後各自回到工作崗位，只是今天特別地強烈——因為我們不能再期待即將到來的下個週日了！菜色如往常般，媽媽呈上記憶中不變的美味，我想吃慢一點兒，因為今天不用再因其他瑣事影響吃飯的時間，這一分一秒足夠我們，去細細品味母親在菜餚的用心，讓這份回憶入口即化，化進心坎裡……。

如果可以，在僅剩的幾小時中再去看一場煙火吧！雖然不知道世界的最後一秒鐘會是如何度過的，但是我寧可在腦海中留下一抹絢爛的煙火而不是毀滅的爆炸。正因為是今天，所以不再有多餘的時間去挑剔一場煙火的顏色和設計；不再感嘆這場煙火的美中不足，我們會只記得每一朵在黑暗中怒放的花火，用短暫的絢麗帶走了最後一日的不安；只會記得身旁的人的笑容如煙火般燦爛，這抹笑容即使面對最後一日也不再孤單。牽著家人的手沿著大稻埕河堤漫步，看著他們的側臉，我把手握得更緊了。

道過晚安，各自回到房間，我想，等沉睡後，今天之前的種種都會在夢裡相見吧！它們會因為「這一天」而變得更珍貴；我想，也許閉上雙眼，是讓自己更清楚地看見曾經擁有的美好，不再因為費心猜想最後一秒如何毀滅而恐懼。雖然今天我再也無法期待明天、期待下個週日，但是，我認真地走過了最後一次、純粹感動的週日。於是，我輕輕闔上了眼……。

如果只剩下24小時，我想我還是會這樣愛你

黃珮瑜
19歲
學生

當時間開始倒數我的24小時，我的下一秒都奢侈。

第一個小時，我踏進我的家跟我的父母閒話家常，跟我的兄弟姐妹們拌嘴吵架，尖叫著你快去買今天的第一餐。

在第五個小時，去找到離我最近的朋友們，大吃一頓美味的垃圾食物，抱怨我現在的老師和另我難堪的瑣事，要道別前，先說我們在約下次見。

第八個小時，我開始翻找電話簿裡最想聽見的聲音，找到他們的名子，告訴他們我要出國念書了，終於邁向我最大的夢想。

結束語音對話的第十個小時，我在馬路上大哭，眼淚和鼻涕都混在臉上，走在路上的路人都以為我剛剛失戀，然後生氣的抱怨有多不公平我的人生。

第十一個小時，我回到我的租處，跟我的室友們例行的口水戰，直到叫對方閉嘴順便把家裡好好整理乾淨，他們會嫌我的笑聲像一隻擱淺的海豚然後命令我今天想吃拿手的咖哩飯。

時間過了一半了，我想到我最後絕對應該親吻的男人，打扮妥當後，出發。

在聊天裡面掙扎、猶豫，死命看著那兩片我沒有接觸過的柔軟，趁他疏於防備時偷襲接著 趕 快 跑 。

倒數三萬兩千四百秒，腦袋還在轉剛剛的一幕幕，到底哪裡可以讓他之後記得，加快腳步，找到美味的巧克力蛋糕，入口的甜遠不上剛剛的那個吻。

還是去了約好的唱歌，大學同學唱歌裡最深情的、最亢奮的、最掩耳閉目的，嘶吼到最後的1分鐘，為了拖時間的尾曲”情歌王”，為了大家一起唱每個人都肩併著肩隨著旋律左右搖晃。

推掉了吃消夜的邀約，回到房間，提筆寫下我離開前的最後一段話：

媽咪，我愛你和爸爸，愛我的朋友，我沒辦法跟你說抱歉，因為我已經用盡我最後的時間去愛你們，用我一直愛你們的方式，或許這些生活的小細節可以在離開後去醞釀，也是我存在你們身邊的曾經，我知道世界不會因為我的離去而有所改變，終究我想你們知道一件事，我的人生在句號了，但是你還有很多句子。

黃韻如
20歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

人生就像場表演，永遠沒有彩排的機會，表演完，就收藏在回憶裡，回憶稱作收錄表演的錄影帶，每個人的錄影帶都乘載著不一樣的表演，喜、怒、哀、樂樣樣俱全，我在我的回憶裡找答案，如果我的人生、我的表演只剩下24小時，我想做些什麼事？

坐在房間裡翻閱著媽媽收集的相冊，我的回憶快速地隨著一張正印入眼簾的照片，倒轉到小一的那一年暑假，那一年我六歲，捷運淡水線正好開通，爸爸媽媽興奮地帶著我和妹妹出遊，我們去到了一個海水浴場，在我腦海裡浮現的畫面是很會游泳的爸爸，還有站在岸上為我們拍照的媽媽，而手中拿的這張照片，正是當年媽媽鏡頭中遙遠處的我們，爸爸雙手夾著我們的游泳圈，而我們在海上飄著。這張照片沒有清晰地記錄下我們的當年、當時的表情，可是我想那時候的我們，肯定是笑著的，像此時此刻看著照片的我一樣，笑著的，幸福的。

我對那趟旅行，記憶其實很清晰，因為後來爸媽的分居，那趟旅行就成了我到現在記憶中唯一的一次的全家旅行，我甚至還記得那天我們的晚餐，是淡水的一間鐵板燒，我不記得當時個性海派的爸爸為我們各點了什麼餐點，可是我還記得那間鐵板燒的擺設，我還記得當時爸爸為我夾了一口菜，空心菜，那時候的我笑得好開懷。

雙眼看著那張照片十幾分鐘、我把照片放回相冊的那一頁第二格，頓時我找到答案了，儘管爸媽分居，他們的感情多年來也不再吵架了，如果我還剩下二十四小時，我想要邀請爸爸和媽媽以及妹妹，再一次陪著我體會六歲時的幸福和感動，我們再一同搭乘捷運淡水線，再到海水域場，這次我想要我們四個人牽著手，在海邊踏踏浪花，在夕陽的照耀下，我想和我的回憶說，我把那一年夏天又再一次重演了，而這次的我依舊和六歲的我一樣笑的很燦爛。

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

黑翼
18歲
學生

須臾的光陰 似夢又非夢
永恆的晝夜 也將悄悄降臨

光陰似箭、歲月如梭，每分每秒都顯得可貴。天有不測風雲，人有旦夕禍福，誰又能知曉下一秒我們是生亦是死呢？如果生命只剩下24小時，我將會和我最愛的人一起度過這一日，這便是我最大的願望了！我無法渴求生命的永恆，至少我還能保留一絲絲的溫暖，烙印在心底深處。然而對於現在的我而言紛爭、心機、謊言等，早已不重要了！在這說長也不長，說短也不短的時間裡，只要有你一起陪我笑陪我哭…如此我便覺得心滿意足了！可是我現在唯一能做的就是〝面對〞，在這浮浮沉沉的旅途中，安穩地畫下休止符。

也許在那天真無邪的年代裡，我曾真心地歡喜也珍惜過，我所擁有的一切。
但事到如今，卻又不知為何讓人如此蠢動難耐，甚至後悔…
這夜令人輾轉難眠，呼吸也慢慢地凍結…
赫然一道白光襲擊而來，那是多麼的溫暖卻又如此冰冷，彷彿將我拉回迷茫的靈魂，一瞬間，名為人生的跑馬燈湧現…

窗外的花落了，而我的淚也停了，滿溢著瞬息萬變的生命，沉沒於土，輪迴。

楊繩繩
20歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

最喜歡在忙碌的日子裡停下腳步等待太陽漸漸落下那刻，霞光四射隨著不同的天氣改變，可見火紅的火燒雲，或者是薰衣草紫混著天藍色魔力般混搭的天空，每天計劃著未來目標，朝著自己的夢想一直不斷前進，如果未來只剩二十四小時……而我該做什麼？

這暑假踏出家門去體驗打工換宿的生活，拎著行李不顧一切的風雨便踏出家門，原本以為踏出去後父母便能釋懷，讓我勇闖這陌生又帶有很多溫暖的世界，只見我手機簡訊一封一封傳出去，沒有任何回應，內心就像外頭的天氣，陰天細雨，懂多少擔心卻不懂體諒，孩子與父母之間的認知鴻溝，誰能填滿？說那是幼稚的想法，是我在踏出家門後才體認的，當時只覺得那不是稚氣而是勇氣，是脾氣也是志氣，凝重氣氛就這樣維持了三天，簡訊不斷卻沒有回音，第一次感覺自己像走失的鳥兒，想飛卻失去了動力，想認輸卻有不甘心，簡訊打一段這樣的話:「爸，請不要再生氣了，在這我過得很好，請回電話給我，不溝通也不是辦法，我願意聽你的安排」，終於……傳送出去。

只見父親依然以憤怒的語氣請母親回話，要我明天立刻回家，在我走進這家民宿後，就把心給穩穩地種在這，落地生根的脾氣硬是要待在這裡享受我的渡假，電話播打過去，父親終於接聽了，只見我們倆爭吵不休，誰也不讓誰，我終於崩潰的說:「每次出門都不放心，那你何必支持我讀觀光休閒科系呢？」我的不諒解，父親的擔心成為彼此的痛點。店長只見狀況越來越不穩定，請了資深員工幫我接過電話，沒有太多爭吵，一切都只為我認了錯，掛掉電話那刻，我哭紅的雙眼不安好意的瞪著他，只見他跟我說電話那頭的父親哽咽了，要我好好跟他在談談，比了個大姆指的手勢跟我示意，我有機會能待在這一陣子，心很痛……豆大般的淚水不停跌落眼眶墜落破碎，空氣凝重到好稀薄。

誠實地跟父親認錯，我心軟了，他心疼了，第一次聽他哽咽，也誠實表示自己對於轉學考沒成功逃避現實的一種放鬆方式，才找了打工換宿填滿自己心中的空虛，心煩的我就像迷失的鳥一般無助，父親告訴我說：「爸爸沒有一刻不擔心你的心情，好好去玩，支持你，記得回來要繼續好好念書，找回正軌……」。

回頭想想，如果我的生命只剩二十四小時，我會陪著我的父母，他們用一生陪伴我，不管還有多少時間，孝順不是金錢可以滿足，最重要的是陪伴，會陪爸爸去玩他的單眼相機，記錄著生命中的美好，陪媽媽到田裡種有機蔬菜，最後一次平淡的生活，沒有太多華麗高貴的計劃，因為他們選擇過平淡的一生，剩下的心力都用在培養我，而我會一起陪他們過生活，只要能讓他們感覺到我的成長，最後能夠放心，那一切便會是值得的，在父母親眼中我是永遠的孩子，擔心了一輩子，而我……會盡全力陪伴他們走到最後，儘管是我先離開，都要牢牢抱緊他們的心，因為離開後父母會將孩子埋在心裡，所以我哪兒都不去，就待在他們身邊，那樣簡單，那樣自然。

錤
19歲
學生

限時人生

生命之所以可貴，就在於它是有限的而人的願望是無限的，如何在有限的時間完成更多更重要的願望，這便是人努力活著的意義吧！

如果現在我的生命只剩下２４小時，我希望好好地看看我在乎的人，將他們的笑深深地烙進我的腦海中，然後我會帶著他們的笑一個人去好好地看看著個世界，雖然知道這時候的我能看到的其實不多了，但我想這就跟旅行的意義是一樣，重點不在你看到了什麼，而是你發現了什麼，在這短短的自我探索時間，或許我會重新找回初衷－那個在俗世中漸漸被遺忘的自我！

在最後的一小時，我會努力的讓自己入睡，因為我怕痛，所以一直以來就希望自己可以在睡夢中死亡.....然後~還有一個更重要的原因，我怕會捨不得，我希望我記得的是大家的笑容，當然我也希望大家在遺忘我之前對我的印象會是一個笑臉！

趙從燁
19歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事？

我喜歡怎樣的自己？

生命的悲劇不在死亡，而在於還有一口氣在，卻活得像行屍走肉。人都會害怕，害怕失去，害怕遺憾。活著，本身就是份責任，只要活著就須背負無數責任，每個決定下都牽絆著上千萬個顧慮。沒死，既然不代表活著，那麼，會不會死去才能真正的活呢？

我想，如果生命將走到盡頭，在毫無牽絆之下我會選擇在結束前竭盡全力綻放人生最燦爛的色彩，試圖離開的不留遺憾。離去已成定局，未來只剩今日，我選擇回頭綜覽此生面對最真實的自己，盡力彌補曾留下的憾事，勇敢追逐未完成的夢，試法尋回世界的溫暖。

最後的這一天，我把手錶留在家裡，不隨著時間安排的行程走而是依靠著心的感覺。享用一頓難得悠閒早餐的同時，翻閱著腦海中美好的回憶，列出一份清單是心的地圖。出門前，把SIM卡從智慧型手機拿出放入傳統型手機，接著拿出久違的相機放入背包中，開啟未知的旅程。

第一站，拜訪曾提拔過我、有恩於我的人們，向他們致上最真誠的謝意，讓他們明白，那些年對他們不以為意的小作為對我影響何其大；讓他們明白，他們的能力比想像中的還要偉大。第二站，拜訪人生不同時期的摯友們，向每人獻上大大溫暖的擁抱，打破成年後忙碌帶來的距離感，說出內心的話找回當初最單純的友誼，找回當年那個幼稚無憂慮懂得大笑的自己，提醒他們莫忘初衷。第三站，回到此生永遠的避風港，好好的陪家人享用幸福的一餐。

最後，我要面對此生最深的遺憾。在我生命中曾有一位特別的女性，在我最低落的時期扮演著對我舉足輕重的角色。那時，我剛失去我曾視為比性命重要的珍寶，我將自己完全封鎖、沉淪，沉浸在悲痛之中。而他就在此時出現，他的出現帶領我跨出重新走向世界的第一步。沒有他，我無法是現在的我。他，拯救我、信任我，帶我重新體會「快樂」。可是，我卻辜負了他對我的信任！在某個可以是歡樂的夜晚，因為我的疏忽、不自量力、識人不清，使他受傷害。我理解他，那感受像被狠狠背叛、外衣被剝至一件不剩赤裸的擺在眾人眼前，那會是個永遠的陰影，他想忘，卻永遠忘不掉。我理解他，卻永遠無法真正體會他，我的心很痛，像被用針磨心般一直壓在心底揮之不去，他一定比我痛上千萬倍。無能為力令我無所適從，在他最需要我的時候，我懦弱的選擇了逃避！

我無法面對因我而受傷的他，也無法面對害她受傷的自己，自私的選擇了不聞不問，愚蠢的希望時間能沖淡一切傷痛，甚至治癒一切。直到隔年她的生日，因一個意外事件，我才驚醒。逃避、無人陪伴，悲痛無處宣洩的重重堆疊之下，時間，只會讓他的傷口在深處潰爛。那時，我的覺醒為時已晚，我已經喪失陪伴的資格，他也早已將我拒之在心門之

下一頁

外。此後我心底除了隱隱作痛的悔恨，還多了我永遠無法忘懷的，她崩潰痛哭吶喊無助激恨的臉孔。那畫面那嗓音，成為我長久以來午夜夢迴時的常客。

其實，直至今日我依然不太知道要如何去面對回不去的那晚和深受傷害的他，若不是生命即將走到盡頭，我想我依然沒有勇氣去面對那晚及那晚帶來的一切。我始終欠他一個真誠的道歉及彌補，無論我的補償是否有作用，我得讓他感受到我的誠意；無論是否及時，我得讓他知道只要他願意，我永遠會對他伸出援手，只要我能力許可，我會是他永遠的依靠。

在最後的這一天，陪伴我遠行的只有真話，對每位在我身邊的人們，我絕不秉持中國人的本性，我必給他們真切的讚美，找回那溫暖的互動及似太陽般的笑容，努力將此生所有的美留在世上，以完成我最初的夢想「獲得心的平靜及滿足」，無憾於世。

如果只剩下二十四小時，我想追求此生心靈最富足的時刻。

領獎
18歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

一生於我們而言，何其長久，卻又何其短暫？

千載年前，關雲長威武英勇協助劉備攻天下，依舊敵不過歲月洗滌，終將回歸塵土，化為民間忠義神話。如此一說，人生在世猶如蜉蝣般縹緲，堆疊如山的豐功偉業最終皆沉沒於時間洪流裡。因此，生命裡似乎沒有什麼事情放不下，或是需要執著一世的。

如果只剩下24小時可以活，我不追求賺取財富、不渴望遊遍他國美景、不期盼能舉辦轟轟烈烈的告別式、或完成足以讓芳名流傳久遠的壯舉。我想要做的，即為離開喧鬧人群、拋開所有俗世念頭，平靜安穩地回到老家，陪伴在母親及摯愛的人身邊。

此舉並非對自己人生毫無志向與遠大理想，而是在經歷過病痛折磨後使我了解，無力闔上雙眸前，眼前略過的跑馬燈不會顯現出學業成績或財富珍寶，反而是清楚地浮現心坎裡讓我最眷戀在乎的親人愛人，那與其共處時歡笑流淚的每個片段。

面對死亡，活下來的人最痛苦，因此除了陪伴，我也會在有限的時間內，剪下長髮全部捐給專屬機構，讓癌症病患擁有一頂假髮；並簽署器官捐贈同意書，讓身上健全的部分幫助需要的患者足以重新綻放光輝，延續生命。

同時，也盼望患者康復後，能更加充實珍惜他的人生，因為相信摯親看到對方幸福的畫面時，心中必定會感到一絲欣慰。而透過這些作法，其實我最希冀的目的，乃是能讓自己用另一種方式活下去，無論捐出頭髮或心臟，都能對家人象徵我存在著，並告訴他們，我只是以不同形式陪伴在他們身邊。

若生命剩下24小時，我願今生所奢望所追求所擁有皆隨風而去，但讓自己在離開前，為社會、為家人、為愛，做最後的付出。

暮思妮
20歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

人們常說:「人生有大志，千金萬擔也挑起，人生無大志，一根稻穗也折腰。」，人們的生命旅成只有一次，也只能走一回，有時候人生變了調、約定變了掛，變的不只是周圍也改變了氛圍，人的生命百態充斥著酸甜苦辣，從沒有誰能改變人生或是預測下一秒，也沒有誰可以把握自己的人生永遠一帆風順，只是盡所能的去扮演自己早已規劃好的角色蹉跎著每一天，日復一日，年復一年。

我不是名人，也不是偉人，只是活在社會基層的平凡人，儘管是個相貌平凡、家世平凡的百姓也會有自己未完成、完成的願望或是夢想，活在當下卻沒有認真的去把握每個得來不易的機會，最後徒留滿滿的牽絆和遺憾，但如果有一天真的只剩下24小時，我想親口告訴我的父母，這麼多年來，我一直很愛他們，無論喜怒哀樂，我比誰都在乎他們，當年的年少輕狂和無知做了讓他們痛心的錯事，心寒到讓他們操煩的幾乎快一夜白頭，縱使大家不斷的批評我不孝又愚昧，我依舊明白全世界會讓我永遠依靠的最終還是養育我多年的父母，行孝不能等，也希望週遭的人們可以把握當下，別繼續蹉跎人生，也別錯過可以愛著別人的機會。

躺著兔
18歲
學生

如果只剩下24小時

如果只剩下24小時，想做什麼事？我要牽起「媽媽」的手，帶她到那座她最喜歡的山踏青。

她不是我的親媽媽，卻待我如親生女兒，如果我的生命只剩那麼一天，我會願意用它來陪伴我的「媽媽」；跟她聊聊天，讓她知道她的「女兒」曾經生活得多采多姿；幫她搥搥背，讓她緊繃的肩膀能夠從此放鬆。告訴她從前不敢說出口的親密話語：自己有多感激、多愛她。

如果我不在了，妳也要很好喔！不然我會很捨不得，甚至很難過的。

我快樂地走，你也要快樂地繼續走下去喔！

蕭庭宜
18歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

我要寫下所有來不及完成的夢想。

二十四小時後的我即將迎接旅程的句點，才驚覺汲汲營營追求的名和利，再沒有意義，回過頭看看那些為了生活、因為現實，而被深埋在心裡的理想、夢想，再也來不及實現了。

我要寫下所有來不及完成的夢想。用鉛筆在心上劃下一道深深的傷，提醒自己：如果還有來生，記得珍惜所有當下，傾聽心的聲音、追求心之所向。「生不帶來，死不帶去。」那像無頭蒼蠅般的日子，再也不過了。

我要完成，那些尚未完成的夢想。

貓僕人
20歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

有人說過:「NOBODY CAN GO BACK AND START A NEW BEGINING,
BUT ANYONE CAN START NOW AND MAKE A NEW ENDING.」
如果生命只剩24小時，我只希望我能平靜地看完一本書，
其實我也想留在我的家人和我的愛人身邊，
但是我害怕離別的鐘聲在我們的耳邊敲響，
彼此之間的不捨才是令我最為痛苦的事情，
希望在最後，
帶走文字的溫度和深度，
然後把一切的幸福都留給身邊的人。

戀光
19歲
學生

如果只剩下24小時

如果我的生命只剩下24小時
我會先用1小時靜下來思考這19年來，所遇到過的人，所到過的地方，所處理過的事情。

如果我的生命只剩下23小時
我會再用1小時去連絡曾經討厭過我的人、恨過我的人，我會跟他們說希望他們能放下仇恨，謝謝他們曾經花費心思在我身上。

如果我的生命只剩下22小時
我會再用1小時去連絡曾經我恨過的人、我不理會的人，我會跟他們道歉，並原諒他們曾經對我所做過的傷害，也謝謝他們讓我成長。

如果我的生命只剩下21小時
我會再用3小時去感謝所有教過我的老師們，謝謝他們在我求學的路上幫助過我，或許教得好、教不好，但是我都從他們身上學到很多。

如果我的生命剩下18小時
我會再用2小時去見我所有的老同學、老朋友，來彌補我這19年從來沒有出席過的聚會，跟他們道歉，也謝謝他們曾經幫助過我，一直以來仍然都記住我。

如果我的生命剩下16小時
我會再用2小時去吃所有我曾經想吃卻因為某些原因而無法吃到的食物，也會去吃許久未吃到並且令我懷念的食物。

如果我的生命剩下14小時
我會花2小時做一桌飯菜給我家人吃，因為很久沒有煮給他們吃了，這次是最後一次了，要讓他們好好的記住兒子的手藝。

如果我的生命剩下12小時
我會用3小時陪在我家人的身邊，跟他們聊很多很多的過去，以及描摹很多美好的未來給他們聽，抱抱他們，親親他們，給他們看我最燦爛的笑容，但是我不會讓他們知道我的生命即將結束，我知道這樣他們會傷心，所以我會保守這個秘密。

下一頁

如果我的生命剩下9小時
我會花4小時去買很多東西送給曾經愛我的人，並且好好的陪他們聊天，謝謝他們曾經愛過我，也請原諒我無法愛他們，我也不會讓他們知道我即將死去的消息，因為我不想看他們再為我難過。

如果我的生命剩下5小時
我會用4小時30分去找一直以來我深愛的人，送給她一個我親手做的，並且是跟我有關的禮物，然後笑著跟她說:「對不起，這輩子不能再愛妳了，我不能在等妳了，對不起，答應要等妳一輩子、陪妳一輩子、愛你一輩子，我必須食言了，不過我有做到我所說的承諾，這輩子我只會愛妳一個，不會再愛上別人了，我做到了，妳是我這輩子最愛，也是最後一個愛的人，謝謝妳讓我了解什麼叫做愛，謝謝妳給我一個愛妳的機會，這輩子愛上妳、等待妳、思念妳，我不後悔，『對不起、謝謝妳、請原諒我、我愛妳』」，並隱瞞我即將死去的消息，因為我也不希望看到我愛的人傷心。

如果我的生命剩下30分鐘
我會用剩下的25分鐘去躲起來，不讓任何一個認識我的人找到我，因為我知道離別是感傷的，死亡是痛苦的，我不想讓她們看到我痛苦的樣子，我希望在他們的腦海中存在的是我快樂的笑容，是我永遠都成功的樣子，所以我會躲起來自己一個人偷偷哭泣，然後把所有別人給過我的紀念品、禮物，通通都毀掉，因為這些東西的意義，是在我活著的時候才有它的美好，我走了留下這些只會是悲傷。

如果我的生命剩下5分鐘
我會用剩下的時間聽一首歌(如果還有明天)，邊跪著跟上天說:「謝謝你給了我如此完美的人生，也謝謝你讓我知道死亡的期限，我這一輩子不後悔，我很高興能夠擁有這19年的生活，只有兩個遺憾，第一個是無法在家人死去時在他們身邊，另一個是無法牽著我最愛的人一起走完人生，
所以如果可以，下輩子請讓我完成這兩件遺憾，我的人生真美好!嘻嘻」

如果我的生命剩下0分鐘
此刻的我已是閉上眼笑著離去。

21~25歲



C. C
23歲
兼職人員
（半公務員）

「如果只剩下24小時…」

如果我人生從現在起開始到數24小時…

一輩子這麼辛苦都是為了迎合別人，在學期間為了家人期許乖乖待在教室；在外遊玩為了朋友拼命搞笑。考試好可以得到老師一句嘉獎、比賽得獎似乎就成為了親戚好友茶餘飯後的談資，甚至努力工作換來的不過是老闆拍肩一句做的好。

在人生的最後24小時我要放下手邊所有工作，將時間留給自己。

我要把時間分成三等份，將第一份時間用來擬定「所有想做的事」的清單。列出長長一條想做的事情，但並不打算完成任何一樣，要知道人生如果剩下24小時當然不可能做完所有想做的事。然後用這段時間拼命幻想”如果我的人生夠長，或許我也能做得到！”

再拿一份時間用來睡覺，這天我要把手機關機，確保工作同事或老闆不會打亂我的睡眠。如果有作夢那很好，證明自己還不算太浪費時間。如果沒有作夢也不錯，畢竟出社會以後還真少睡一場無雜念的覺，那會讓我看起來精神很好，不用拿粉底遮掩黑眼圈。

最後一份時間跟家人膩在一塊，等到24小時的最後一分鐘、最後一秒鐘，我要跟媽媽說:「我愛你。」然後就什麼都不用管了。這樣很任性我知道，可是感性的話不在最後一刻根本說不出口，害羞難過什麼的我一項都不想面對，再來一百遍也一樣。個性使然讓我不會把感性的話時常掛在嘴邊，相信最後的24小時可以幫我鼓起勇氣。即使家人在我背後哭得唏哩嘩啦，但感謝24小時過完了，我什麼也聽不到。

DIMOR
25歲
服務業

如果只剩下24小時，想做什麼事…

人生如浮雲如流水，像一場戲中的哪一畫面，一瞬間如火車窗外的景色般，”嘩”一聲就這麼過去了。為了留住它，我用一張照片、一首旋律，幫助我記住它最美麗的樣子。誰又不想為自己留下最美的回憶呢?

『人因夢想而偉大』是所有人對夢想的定義，我卻認為『夢想因實現而美麗』更叫人動容。如果我只剩下24小時，我想達成我的夢想—擁有一首屬於我的歌。

人的年紀越長越大，心裡的感情就越來越不會說出口。小時候常常跟家人說的「我愛你」一句話，漸漸地只埋在內心裡，卻不覺得這樣的一句話是越說越有價值，就在這24個小時之前，任誰都會跟我一樣。也許有人認為剩下24小時卻只為了一首歌而活根本沒有什麼意義，但是對於我來說，這一首歌可以表達對我的家人、朋友，以及所有愛我和我愛的人，藏在我裡面很深很深的愛意，以及獻上我最後24小時的祝福。

IRIS
22歲
自由業

如果只剩下24小時，我想留下愛的生命力

如果生命剩下24小時，我會仔細回顧每個日常，並利用這特別的時機做不一樣的事。

一早，我會跟隨著日光起床，幫家人和自己做一頓早餐，
和他們共享早餐時光，和他們邊吃邊談天，仔細記下他們日常的笑容。

之後和家人出門散步，欣賞自家附近的沿途風光，
望向我最喜愛的綠色田地，視線隨它們蔓延到山邊，享受生命最後的遼闊，
我希望這廣大的生命力，永遠生生不息，不受到任何威脅。我們走到自家的田裡，看看我們的樹，那些樹和花是爸爸留下來的，而我只能留下文字了。我要將昨晚寫給家人的信，裝進鐵盒埋在土壤裡，就像爸爸將樹和花種在田裡，彷彿代替他留下生命，讓在世上的家人、朋友發現雋永，陪他們走未來的路。

我在信裡向他們道謝及道歉，對於家人，我所付出的少於我所得到的，感謝他們如此的愛護我，我要告訴他們，我也愛他們，希望他們今後少了一個要照顧的對象，更要好好照顧自己，別再逞強做身體能負荷的工作量，我捨不得他們有任何病痛。我還要道歉，因為我愛他們，所以總是以白色謊言掩蓋會讓他們生氣的舉動。

中午，請朋友來和我一起吃中餐，我希望我從小到大的好朋友可以
各個互相認識，我相信她們也會很契合。她們可以一起討論我以前到現在的糗事，因為我想要留給她們更多的笑容。

另外，我要讓我喜歡的人看我寫的小說，裡面的主角，都是以她為原型，
在現實裡，不能與她為伴，也答應過她不再提交往這件事，所以這些想望，
都留在小說裡實現。這些小說也會給家人看，讓他們知道，我是同性戀，
那是最真實的我，卻也是最美好的我，我想讓他們了解同性戀並不可怕或者邪惡，期許他們可以支持同性戀，也希望在我走後的台灣，同性戀也可以有成家的權利。

之後我要搭高鐵北上，去總統府求見總統，所謂「人之將死，其言也善」，
我想要以將死的人民身分，向總統表達最真摯的意見，希望他可以正視法律漏洞，起碼讓其他人民可以救助急難的少數人民，不管生命的多寡，都有它存在的重要性。少數人民面對的不公不義，那不是真正的民主，那會讓其他人民過著膽顫、鬱悶的生活，不幸福的人民，擁有再多錢財也是徒然。

最後，我要和家人朋友們一起吃晚餐，大家開心的聊天，並告訴他們我有留信給大家。希望我的朋友們可以像家人們的女兒、妹妹，大家互相扶持。告訴他們在我走後，不要傷心太久，要為生活努力，為社會貢獻，我有最愛的人團聚在身邊的一天，已經沒有遺憾。

KH
22歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下二十四小時，我想做的事是，再一次騎著機車載著我這輩子認定的伴侶，到任何想去的地方，伴隨著沿途風光、日出及日落，共度這輩子最後一場，也是最快樂的末日旅行，也許當生命到了終點，對於這份美好，再也記不得了，但我依舊會用笑容，倒數及接受生命的殞落。

LIDDY
24歲
公務員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

滴答、滴答，滴答…..我隱約聽到從身體傳出的聲響，這固執的生命時鐘不停地倒數著，而我，卻未有一絲力量，將這該死的時針倒轉，此刻我感到嘔吐、無奈，以及一點點奇妙的感動，這感覺是感動嗎？我也說不上來，反正我也無力去仔細思索，這刻焦躁以外的情緒，我的無奈，是一切真實到連自己都分不出此刻的真假，無力抗拒生命時鐘的巨輪輾下僅剩的時間，感動的，是多年未曾再相聚的家人、寵物，在此刻為我而出席，交雜的情緒，眾多熟悉、過度關懷的面孔與目光，竟顯得疏離，於是，我開了口。

「昨晚，我說的那本相冊有找到嗎？」我說，哥哥臉上擠出了那誇張的笑容，拿到我面前說：「妳看，我在房間找了好久，順便也把其他的照片按年齡順序放入」他在我面前，翻開了第一頁，那張，皺皺的皮膚，小小的手掌蜷曲著，我還閉著眼，像張白紙，我模擬那時的感覺也閉上了眼，哥哥說：「那時候，我最喜歡捏著妳的臉，嚷著要保護小妹妹，這時候媽就會對我說，哥哥手這樣髒，如果不洗乾淨，妹妹不但沒辦法被妳保護，還生病了呢，這時，我就會趕緊跳起來，拿著肥皂仔細洗手，我想妳一定不知道這件事情」，我對他笑了笑，說：「不知道媽離開時，是不是也跟我現在的心情一樣。」哥哥把手放在我肩膀摟了摟我，我們快速翻閱著，過往的一幕幕在我面前快速閃過，畢業、寵物、男朋友、死亡、工作、結婚、退休…「我想回家」我小聲的說。

我感到身體的時鐘愈走愈沉，沉的卻不減緩他計畫的速度，在副駕駛座的我，看著哥哥又一如往昔的開著車帶我回家，我對著他笑了，靜靜的、靜靜的笑了，他也回我一個溫暖的笑容，我喜歡這個笑，比起還在病院時那假笑來的舒服，來的真實，我知道這一切都是真的了。

「我們放慢點，我想好好看一下家裡附近」我說，慢慢減緩的速度，將我的思緒轉回了好久以前的模樣，景物已經全非，但我看到的，還是小時候爸媽牽著我，哥哥拉著我嬉鬧、曾經的男朋友們送我回家的那些場景，還有結婚那刻媽媽灑出那盆水的地方，以及伴著老公一同回家的記憶。「妹，妳要不要吃那個阿婆芋圓，那是妳最愛吃的點心呢？」我望了望攤販的位子，以前的阿婆已經不在，這些攤販還在，像在迎接著我回來似的，我笑著對著哥哥說：「好哇，那我們要像以前那樣一起搶著一碗吃喔」裝著俏皮的我，但還是藏不住那沉重的喘息聲，哥哥快速的開車門跑向攤販。

時間又走得更沉了，我看著曾經靈活的手腳，如今卻無法活動自如，但我也不在忽了，我只想快速回家，哥哥停好車扶著我下去，其他家人也安靜的走在後頭，一同陪伴我這最後一次的回家。

下一頁

我坐上熟悉鋼琴前面，那陪伴我走過各種情緒的位子，掀起琴蓋，想彈點甚麼，呆呆的這樣，望了黑白的鍵盤不知道多久，回頭看著家人說到：「謝謝妳們陪我走，這輩子有妳們真好，我有點累了，可不可以陪著我回房間睡覺？」餘光看見哥哥眼眶泛紅，而他快速的閃開視線起身，扶著我走向陪著我長大的房間，床單還是那條我最喜歡的粉紅色。

我這輩子第一次這麼累，大家靜靜的，好像一種默契般這樣陪伴著，我努力的睜著眼睛想將身邊人的容貌刻在心裡，時鐘滴…答…滴……第一次，我感覺到被身體強迫的閉上了眼，第一次全身失去了控制，第一次想說的話說不出，我眼前一片黑，抽離了、空洞了、無意識了，一切煙消雲散，靜止了。

「謝謝你們，我親愛的人」。

OWL
21歲
學生

[背影]

如果只剩下24小時，我想要漫無目的地走在路上尋在需要幫助的人。常常坐在車上欣賞沿途的人事物，看到的是老人家獨自漫步的背影。孤獨的背影讓我不禁流下眼淚，想起家裡的爺爺奶奶爸爸媽媽需要我們來呵護。 趁能力所在，幫助關懷他人。

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

RINGO
22歲
社會新鮮人

如果只剩下24小時，或許我會向小學暗戀的男孩告白，質問他，當初為什麼總跟在辮子別著蝴蝶結的女孩身後；又或者，在現實中過過當半澤直樹的癮，用恨意滿點的嘴臉向上司「討回公道」。

八萬六千又四百秒，寫成數字是86400，是22K的四倍。太浪費了，把1秒花在其他人身上都感覺到心痛。在2012末日說猖獗的時候，我幻想過各式各樣瘋狂的舉動，裸奔、剃光頭、吃甜點吃到爽……。因為畸形的審美觀，因為「健康」的旗幟，毫無顧忌的大口吃肉是蠻荒時代的故事了。後來，不知道是誰發明了「羞恥心」和「流行」，用布料遮蔽了曲線，用鈔票展現了虛榮；當阿伯坐在街頭打赤膊時，女生的乳房被鋼圈錮住，緊貼的布料一點點地被汗水攻下……，「熱啊！」連脖子都想探出黑色的長直髮吶喊著。

但是，支撐著我安於這些「社會文明」的，容我小小叛逃的，是我的家。或者更精確的說，是家人。所以，請允許我將最後的86400秒，讓我與我的家人一起享用。

我們會擠在父親的老爺車上，將車窗搖下，開過鄉間，沿著海岸線，在一個天時、地利、人和的地方歇腳，搶食著母親一大早做的三明治。野餐，平常日可沒有的一餐。如果天還是那樣地藍，草還是那樣地綠的話，就太好了。

如果我生命的最後24小時，真的如我所希望的度過，那我願意用22K的四倍……，不！十倍來買下它。

小羊
22歲
學生

【如果只剩下24小時...】

對不起，請讓我自私到最後。

如果只剩下24小時，我想要站在音樂祭舞台上，帶著自己的樂團與創作歌曲，演奏給台下所有愛音樂的聽眾，讓他們被我的堅持震懾住。

如果只剩下24小時，我願意放棄感情的羈絆，也要將全部心力投入至音符與文字，聲嘶力竭唱出最後的信念。

如果只剩下24小時，我不要平凡無奇的活著，我要站在屬於音樂人的祭典上，將自己的生命燃燒殆盡；哪怕如煙火般短暫，也要在花火消失前，留下最美麗的一幕。

音樂是永續的生命，就算人不在了，但作品永遠留傳，而我想要的，就是用我的音樂，改變那無力的世界，奏出最動人的安祥曲。

如果只剩下24小時…想做什麼事？

小草靜
24歲
門市行政人員

鬆開緊握的拳頭，黃沙像金子一樣灑落，在夕照下顯得微醺，細碎的沙沙聲響凝結一遍安靜，令人著迷。最終，塵歸塵，土歸土，而我略濕的手掌上，沾黏執著的痕跡，還沒看清顏色已深的沙粒羅織出何等星河，海浪一打來，手上的沙頓時被沖刷的一乾二淨，連同唯剩的執著，一點不剩。

曾經想過，一個人為了什麼因緣而來到這世上？佛教說是六道輪迴的前世因果，那我是為了什麼因果而有此生？償因報果後是否真能脫離六道輪迴？不管怎麼說，因果之事離我太遙遠，我所能做的僅是把握這一生，做自己能做的事、做自己想做的事，而生死，或許就像海水或落沙，終究要回到孕育它們的地方，就算懼怕死亡，也逃離不了生命的迴圈，總有一天，人終歸要與這個世界說再見，必須與熟悉的環境、親愛的人們訣別，也總要放下打拼一生的事物——無論那是功名或利祿。走與不走並不是自己能決定的事，自己能決定的僅是走的是否快樂而已。

生命如果僅剩二十四小時，我想做的，是感謝過去所有照顧過我的人們，謝謝生命中有他們的陪伴、支持；而我所必須做的，或許是放手吧！世界並不會因為一個我死亡而有不同，一個死去之人能帶走並且留下的，就只是回憶罷了！也許還有很多地方沒去玩過，有很多風景沒看過，有很多人被我錯過，但這樣的懊悔顯然已不重要了，畢竟短暫的二十四小時，豈能跑遍全世界？與其去悔恨這些事，不如將許多沒出口的話說出來。

我總歸是沉默的，也是內向的，有很多話想說，卻總是猶豫、躊躇，一但過了當下，就錯過了說出口的時機，於是，心裡總是堵的，看著對我伸予援手、給我鼓勵的人們，看著對我很重要的、我喜歡的人們，我很難道出內心最真誠的話語，那些話就被我埋藏在心中，忘不了，也找不到適當的時機再提起，也許，我這此生的債就是償還此生未出口的言語吧！

人生的最後二十四小時，我想宣洩話語，將囤積多年的感謝傳達給許多人，像黃沙一樣，在回歸塵土前，我可以一一細數對著個世界的眷戀，我可以帶著這份溫暖離開人世，也許隨著海水的沖刷，有一天關於我與我愛的人們的故事，將在時光荏苒中湮滅——就像歷朝歷代所有人們一樣，我也不悔，因為我已說出重要的話語，那是某個陽光隨和的早晨，我說：「感謝一路有你（妳），我愛你們。」

小華
25歲
會計

如果只剩下24小時，我想勇敢做自己

如果，我只剩下二十四小時可活，我會勇敢做自己。

首先，我會穿著一件漂亮的連身裙，走在街道上，讓大家看到我兩腿上各兩條長七公分疤痕。然後，我會在一間燈光柔和、設計簡約的咖啡廳坐下，優閒看落地窗外的街景，觀察人們的表情，告訴自己：自己很幸福。接著。好姊妹們微笑向我走來，然後各自品嚐手上的咖啡，時間一點一滴的流逝……

最後，回到家，擁抱奶奶，以及所有愛我的家人。然後，撥起電話，告訴他：「謝謝你當我的朋友。」然後靜靜的、靜靜的，等待黎明的到來……

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

王芃諠
22歲
服務業

利用那一天的時間裡，先坐公車去淡水，跟著車子走走停停，看看沿途風景。

對我而言；就像是人的一生中總有一段時間，看著紅燈；等著綠燈。

到了淡水，總會有街頭藝人在那裏展現他的技藝，停下腳步欣賞。

那裡風帶著一陣陣涼爽吹佛我的臉頰，好像什麼壓力都被這風帶過，我特別想讓街頭畫畫的藝人就由他的手描繪我的五官，透過那張能看見自己的笑容多燦爛、多美！拿著畫，看著山、河還有人潮，心裡會有種平靜，享受這簡單平凡的美好。

這時我想高舉我準備的板子，「FREE HUGS !!」用熱情擁抱人群，擁抱陌生人!!

我覺得人跟人之間透過擁抱傳達情感，當你帶著熱情和笑容擁抱一個人，感染了他的心，他也會回應你的熱情，讓你我更親近，讓心靈有個慰藉。

王錫恩
22歲
研究所碩士

【如果只剩下24小時，想做什麼事】

「看阿!兒子，這葉子上的青蛙叫莫氏樹蛙，注意看牠的側邊腹部有黑色的斑點，牠的腳跟肚子都濕濕黏黏的，因為這樣才能好好附著在樹葉上!很奇妙吧?青蛙是生物五大界中的兩棲類，記得要圖畫簿上貼上綠色的標籤喔!」

「好的!爸……爸?」手上黏著綠色的標籤，可是面對著眼前這位大人，我心中的意識漸漸模糊起來。

「您的小孩患了腦部嚴重的急性衰竭，這種疾病除了使腦經衰竭，運動神經會逐漸緩慢，我很抱歉，您的孩子可能只剩下一天的生命，而在這期間，因為腦部機能的關係，它的記憶會慢慢消逝，請兩位家長在這段時間，就陪著他好好度過這段時光吧。」聽著醫生的敘述，媽媽握著我的手，眼角的淚水早已流遍了整隻手臂，而站在一旁的父親轉過身去，我看不見他臉上的表情。

簡單的釐清一下，我好像只剩下一天的生命了，一切就像是一部以你的名字命名的話劇，從站在台上與大家問好，經過短暫的互動，而隨著布幕的下降與觀眾們的掌聲，歡送你離開這個舞台般。我感到萬分不捨，但心情竟是如此平靜。這時母親對我說道:「兒子，你想要吃什麼或做什麼就跟媽媽說，媽媽在這，媽媽會一直陪著你」我一臉感到茫然:「不用啦…..阿姨!我想出去走走!」

（公園裡，我牽著小表弟的手，跟他走在石頭的步道上，他興高采烈的跟我討論著昨天電視節目播的卡通：「哥！昨天的卡通你看了嗎？達比機器人又出了新的玩具耶，百貨公司現在都有在賣，你改天有空待我去看好不好？」「好阿！只要你乖乖做家事，就帶你去喔！」看著這個天真無邪的小表弟，我在他的衣領上貼上紅色的標籤），意識漸漸模糊，一瞬間我不再認識這個小男孩。

（在教室的窗前，跟我同班四年的小珍把她參園歌唱評選的照片遞給我：「你看，很厲害吧！，當時比賽隊伍有四十組，我整個人超緊張的耶！之前你教我用兩隻手的食指交扣做一個太極的手勢，可以緩和緊張的情緒，根本就沒效嘛！」「不會啦！小珍你那麼厲害，品審一定會很欣賞你的歌聲的！」我安撫著她，將照片中有她的身影上貼上了綠色的小標籤。）意識開始飛逝，一瞬間我不再認識這個女生。

（在百貨公司裡，落單的我，在電梯門前緊張得快要哭出來，不斷的找尋熟悉的背影，就在心中的不安極度高脹時，廣播播報了我的名字，我四處的跑著，跳著，終於在遠方的服務台上，我看見爸爸媽媽站在那裏對我笑著，他們的身上都各貼上了黃色和藍色的小標籤，我衝上前去擁抱著她們。）意識開始破滅，一瞬間我不認識這兩位大人。

下一頁

時光快速的前進，我在意識的海洋裡看到了各種人，有老人，有小孩，他們的身上都被我貼了五顏六色的貼紙，我依然記的他們，可是這些人影漸漸在我腦海消失，我開始感到不安，我很想叫他們的名子，但是我叫不出來，我的臉頰不斷冒出水汗，人在一生中最重要的不就是與愛你的家人，與跟你友好的朋友們，那最深刻的羈絆嗎？我的身體不斷的抽動，期望有人能帶我離開這場噩夢，我奢麼希望這些美好的記憶都能從新來過…

「兒子！快起來　大家來看你了！」我曾開了眼睛，發現我躺在白色的床上，身邊圍了一群人，有拿著玩具的小男孩，有拿著歌唱比賽獎狀的女學生，以及一位坐在我旁邊握著我的阿姨，和一叫醒我的中年男士，而他手中拿著一本圖畫本。他們開始把身上的貼紙，依依貼到我的身上，有紅色，綠色，黃色，藍色和各式各樣的貼紙。原來即使我不認識他們，但他們依然記得我當時在他們身上別上的貼紙，這些記憶再度回到我的身上，我不再感到孤單，不再覺得可惜，難過。他們都是我在這部人生的話劇裡，為我掌聲的觀眾們，我很高興能認識他們，我珍惜這每一份七彩貼紙。布幕下垂，我閉上了眼睛。

北條申旭
25歲
創業家

【如果只剩下24小時，想做什麼事，就是什麼都不做】

我會先獨自走到深山，坐在河堤旁的那座岩石上，
全神感應當下大自然的律動，享受最後的蟲鳴、鳥聲及樹葉被清風吹拂的聲音，
然後什麼都不做。

什麼都不做真的需要很大的作為及勇氣，
這也表示在人生還未剩下24小時之前，
我都是毫無遺憾盡情的去做自己喜歡的事情
而不是剩下24小時才發現還有好多之前沒做、想做確不敢做的事，
然後對自己說:哇!剩下24小時了我該去做點什麼。

什麼都不做必須拋開所有的執著，
不要說只剩下24小時，就算只剩下24分鐘，
我仍會什麼都不做順應著時間最後的流動，
在所有人面前此時此刻的我看似浪費、毫無留念，
但不執著便是對所見所聽之物，毫無慾望。只要沒有慾望，其實你反而擁有了一切。

伏筆
23歲
門市人員

如果只剩下24小時，想做什麼事…

帶著我的家人與朋友到福隆一處名為桃源谷的地方，先爬過一段步道，感受心臟跳動的頻率、感受汗水滑過背脊的暢快。步道的盡頭是一片遼闊的大草原，山頂佇立一座涼亭，遠遠望去，在群山環繞的後方還能看見海面波光淋漓閃耀著。感受著山風撫著臉龐，思緒、煩惱感覺都被帶離，此時此刻就和家人朋友分享著自己生命中的美好片刻，數著一路走來的痕跡與成長，累了就躺在自然的草墊上休息，用身體去體認自己也是蒼天萬物中的一部分，記住自己生命綻放後的美好絢爛，不刻意放大或貶低，在最後的時刻只要有自己最重要的人陪伴，懂得知足，簡單就好……

吳西瓜
22歲
業務員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

點一支短短的心愁，
吸入 百轉千迴忘不了的容顏，
吐出 萬語千言說不出的思念。
點一支長長的信念，
那裊裊白煙是否能傳至有你存在的世界。
如果我的宇宙僅剩二十四小時即將毀滅，
我會去看你，
隔著冰冷的透明窗，
感受著.....
感受著你不存在的暖暖心跳。

如果只剩下24小時，想做什麼事…

吳宜榛
22歲
學生(實習生)

如果生命進入最後倒數，我想再過一次今天……。

幸福是一種選擇，也是一種態度。剛進醫院實習時，總是覺得腳步格外沉重，除了繁多的處置與病例要看，也要面對許多莫可奈何的事，儘管盡了最大努力，總有些生命無法挽回。強褓中的嬰兒未必充滿新生的喜悅、青春的少男少女可能因為一場意外就再也無法醒來，誰也無法預料下一秒會發生什麼事，生命原來是充滿著不確定，唯一能把握的也只有現在了，我所選擇的現在，是一種幸福的狀態，也希望這樣的狀態能維持到生命的最後一刻。

一大清早為自己所熱愛的工作早起，不是被金錢脅迫的噩夢驚醒，而是迫不及待想好好大展身手一番，雖不可能每分每秒都是充滿樂趣，但卻比誰都清楚自己的定位與方向，肯定自我存在的價值，上班其實是一種享受。打卡後的時光更為珍貴，和同事們打打牙祭，慰勞一下五臟廟，也在這樣的說說笑笑中拉近彼此的距離；換上運動衫到附近的校園跑跑步或打個球，是維持健康，也是維持好心情；找種喜歡的語言或書籍，安安靜靜地沉醉在文字裡的浪漫；回到家陪陪家人，聊一聊整天的喜怒哀樂。雖然都是看似微不足道的小事，但人生不就是由一點一滴的小小幸福所構成的？平常多存一點錢，難得的假期就放逐自己到陌生的國度；偶然冒出的癲狂想法，是提醒自己要跳出框架；突然想起什麼人就趕緊連絡；多和情人與家人說一次愛你，雖然有些肉麻，但心裡的澎湃情感卻益表露無遺；說不出口的道歉也不必勉強說，一張小卡、一封簡訊，乃至於一個擁抱，都勝於滿腹愧疚。至於那惱人的留言蜚語就讓它過去吧，可以做的事情有這麼多，何必花費心思和自己過意不去？一天進入尾聲，舒舒服服地洗好澡，身體暖暖的，心裡也暖呼呼，躺在床上酣然入夢，這一覺，其實醒不醒也都沒有遺憾了。

想不出什麼偉大的抱負理想，即使到了生命的最後也不知該做些什麼驚天動地的大事，紀念自己生命的最終章，但對我而言，用扎實認真的態度過完每一天，就是無可取代的幸福，即使生命充滿種種不可預測的可能，都將如同童話的結局，從此過著幸福快樂的日子，直到永遠，到最後一刻……。

吳昆霖
23歲
學生

如果只剩下24小時 雨天晴

「忘了這天吧，離開他。」
踩著沉重的步伐，帶著傷痕的我。會脫去衣服，步行離開城市。
一個充滿灰塵、銅臭、虛假的集會所，我會忘記每個充滿哀愁的面龐
每個競爭下的關愛阿，是如此的矛盾
到每個人專注自己影子的時候，我正在離開
我不逃　我沒目的　也沒有束縛
這時候迫切的心，是回到自然的心情
那才是人類真正的母親

如果累了就坐下
希望身旁有一渠深邃的湖水
能夠洗淨我那雙手
曾經寫考卷，寫期待，寫文字的雙手
我要淚水比湖水還要藍
因為有智慧並不快樂
腳痠了就站著

此時旁邊如果有青山
我會希望他的雄偉
能夠壓倒我那食物鏈之首
人類的身分、人類的傲慢和這種複雜
然後深深的把我埋下
何況心碎了
不管是晴天雨天
我要大笑
笑那在抱頭痛苦、在犯罪、在逃避的人群
看阿!人類為自己訂了那麼多的規矩，
曾經享受過那短暫的生命，那超越過比較、生存和口慾之外感動嗎?

下一頁

並且我要大哭
哭那曾經忘記過的美好:
人存在的靜默
人存在的思考
人存在的愛戀
然後想起自己是大自然的動物
就盡情的躺下吧
那綠油的草地
頭枕著不論是熱騰的牛糞或混黑的土堆
我會希望放手
有個人能在我身旁
和我相是微笑以後靜靜的沉睡
就這樣精神終於回歸平靜
也沒有遺憾了

吳俊宏
25歲
服役中

如果只剩下24小時，我想說「我愛你」

二十一世紀，那是個人與人之間近在咫尺的「時」代，卻是個心與心之間距離遙遠的「年」代。交通與通訊機械的積極組裝，縮短了這世界的度量衡，創造了地球村的奇蹟誕生，卻改變不了冰冷制式的機械本質。每個人如同齒輪一般，無疑地週而復始轉動，卻忘了自己的轉動是由許多其它齒輪所牽動，更忘了其馬達為生命轉動的根本。人們忙著觸碰螢幕與遠方聯繫，卻錯過了身邊許多邂逅，冷漠得只剩下鍵盤文字的溫暖。

那天，地球不再轉動了，不再牽動生命的齒輪了，只留下滴答滴答倒轉的時鐘，是生命時計的倒數，也是機械文明的嘲諷。人類，停下了繁忙的齒輪，才發覺到彼此的存在。

我拭去眼角的潰堤，對著自己、對著親人、對著愛人、對著朋友、對著陌生人、對著萬物生命、對著太陽、對著地球大聲說:「我愛你！」

呂家慈
22歲
行銷企劃

如果只剩下24小時，想做什麼事

如果人生只剩下24小時，我想要辦兩個活動。一個是詩歌演唱會，和所有的人道別。由於我很喜歡彈吉他以及現代詩寫作，我希望我能辦個演唱會，彈奏我自己寫的歌，唱我自己寫的詩，並且發送我自己的專輯和詩集。從以前到現在，不管家人，朋友，還是長輩，是對我好，還是不好的人，我都邀請他們一起來，讓他們看我完成在這個人世裡最大的夢想，並且和他們一起分享過往的回憶，感謝他們的照顧，人生相逢自是有緣，善緣是我的福氣，惡緣是我的磨練，我要感謝每一個我遇見的人。

另一個我要辦一場時事講壇給國中小的小朋友以及家長參與，近來台灣有非常多的問題，像是美麗灣事件，六輕汙染，兩岸服務貿易協定，大埔事件，還有核四等等，讓我們的下一代生活在陰影之中，我希望能廣邀各界人士，用圖畫或是影片的方式呈現給小朋友知道，台灣的教育只教孩子們要認真念書考好學校，我認為這是不對的，能夠從小愛護環境，了解時事，參與公民行動，長大之後這些孩子才不會變成像我們這代的許多人對甚麼事情都漠不關心，以為會有別人去處理就好，我還希望能邀請我的記者同學來幫助我宣傳消息，讓更多人來關心並表達抗議，這樣我才不會覺得愧對台灣這塊生養我的土地，雖然只剩24小時可活，沒辦法做太多事情，但是我願意辦這樣的活動，並把我的所有積蓄都捐出來支持一些像綠色公民行動聯盟的組織，以期能夠讓我們的寶島重新恢復它原本和平美麗的樣貌，也能夠重新找回人與土地緊密連結的關係。

做完了這兩件事情，我就能好好的長眠了，有句話說「昨日種種，譬如昨日死」，這個死講的是放下，不再追究，不是打死結，固執的死，我以前有過的美好的，或痛苦的回憶，我都要放下了，等我死了，去到另一個世界，可以在死亡之中，享有永恆的寧靜的喜悅，回歸整個宇宙，就算身體化為塵土，對此生不再有記憶，也不會留戀，傷心。

林小野
23歲
服務業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果生命只剩下24小時，我會想盡辦法找到這輩子所認識的每個人，
跟他們各說一句話，不管是愛我的人，我愛的人，或者我討厭的人。

親情，愛情，友情。
如果父母還在，我想跟他們說：「謝謝你們創造了我，謝謝你們交會了我很多事，我是你們的驕傲。」
如果曾經交往過的情人還在，我會跟他們說：「謝謝你們讓我成長許多。愛，很無限。我在這無限的迴圈裡，換來的是你們使我蛻變的力量。」
如果朋友還在，我會跟他們說：「謝謝你們一路上的支持我，我才有辦法自信的過每一天。」

二十四小時雖說很短，但我會把握這每一分鐘，告訴他們每個人，他們曾經給我過甚麼力量，甚麼夢想。

「如果只剩下24小時…想做什麼事？

林美沂
21歲
學生

「人生」只有一次機會，許多「人事物」如果錯過了，就再也無法再從頭來過了！
有些人，常在發現自己做錯事之後才來後悔，但是卻不知道事情已經到無法往回的地步了，有一句話說的沒有錯，「不管說了幾次對不起，都已經沒有用了，因為並不是每一句對不起，都可以換來一句沒關係」。
有些事，常以為都已經計劃得很完美了，但是卻不知道計劃往往都趕不上變化，一個突如其來的變化，常常都會讓人不知道應該如何面對。
如果今天是我人生的最後一天.....
我想做的事：
能夠和我最親愛的家人一起開開心心又毫無顧忌的出遊.....
我想吃的東西：
能夠在我人生結束前親口吃到媽媽為我煮的拿手菜.....
我想去的地方：
能夠和朋友一起相約到海邊，然後一起散步，一起看日落，一起踏踏海水.....
我想對誰說的話：
（爸爸媽媽）
很高興這輩子能夠當爸爸媽媽最聽話、最可愛的女兒.....
「謝謝」，我的爸爸媽媽對我的養育之恩，如果還有下輩子，就換我來當爸爸媽媽的「母親」，換我來照顧他(她)們、疼愛他(她)們.....
「對不起」，我常常讓我的爸爸媽媽在為我擔心，害怕我隨時會受到傷害，但是我知道就算不小心跌倒了，還是要勇敢地站起來.....
（知心朋友）
很高興這輩子能夠交到你(妳)們這些最知心的朋友.....
「謝謝」，我的朋友不管在我發生什麼事，你(妳)們都還沒有放棄我，而且還會一直在我身邊陪伴著我，幫助我走過心裡最低潮的時候，當我選擇自我放棄的時候，是你(妳)們一直在鼓勵我、帶著我向前跨出第一步，就算我的人生走到盡頭了，我也永遠都不會忘記你(妳)們對我的付出.....
「對不起」，我常常讓我的朋友在為我擔心，因為自從受過傷之後，我心裡也留下無法抹去的陰影，相對的，也讓我變得很沒有自信，都是你(妳)們教我怎麼做，我才能勇敢的去踏出第一步，但是我明明知道受傷是很痛的，可是我卻別無選擇被迫著要去傷害別人，如果在我的人生走到盡頭，時間還能從來的時候，我想要跟被我傷害的那「一個人」說最後一聲「對不起」.....
每一個人都無法預測未來，也都不知道下一步會發生什麼事，唯一能做的就是把握當下所擁有的幸福，然後面帶微笑的過完人生最後的24小時.....　　SMILE

林郁文
22歲
自由業

如果只剩下24小時，想好好地向身邊的人道謝

在喧囂的社會裡，有太多的雜音，使我們很少擁有平靜的一天或寧靜的時間，來好好的沉澱自己的心靈，和自己的靈魂對話。面對世界的洪流，我們既逃不了也躲不過，只得被它硬生生地捲入那既湍且急的漩渦中。生命是一篇漫長的詩篇，需要仔細推敲、琢磨，耗費極大的心力，才能成就不凡的經典詩句。可是這種耗時費力的事，卻很少人能有這樣的心力以及運氣，於是我們只得被時代的洪流所淹沒，烙上「平庸」。

如果有一天，被告知生命只剩24小時可活，我會說那真是上帝的禮物，祂使我們省去了許多面對日常生活，瑣碎惱人事務的煩憂，幫我們除去了許多人生的雜音，讓我們靜下心開始思考，和自己的靈魂進行一場對話，並急迫的讓我們抉擇自己生命中的最後風景是哪種的模樣？你的是怎麼樣的呢?

或許你的，會是去看看從未看過的陡峭巨石、大山大海的風景，讓自己去體驗上帝的鬼斧神工，或是一趟浩大的旅行，來成為自己生命的句號。但那些都不會是我的選擇。在數位時代的現在，任何風景只要動動一指神功，按鍵一按，不管天崖海角的風景，都會馬上躍上螢幕，呈現在眼前，雖比不上親臨現場的感動，卻也八九不離十了。

當生命變得純粹，沒了負擔和束縛，我們便會開始省思什麼才是自己最想要的最需要的，最該被珍惜的？ 我要的很簡單，也很困難—人最溫暖的心。在人生生命的最後，想向所有遇過、見過的朋友，好好道謝。人與人之間相處難免會有所摩擦，礙於面子，有時少了一些對不起和謝謝，讓原本的友誼出現了一些裂痕。我要好好地抱緊他們，感謝他們的包容，以及重溫我們所有再一起的感動時刻，好好的敘舊。因為有他們，自己的生命活得不孤單。在最後人世的倒數幾小時，我則自私地的保留給最重要的家人。因為有他們一起陪伴我，才會有今日的我，因此最後的最後，也想和他們一起渡過。帶著感謝這所有人世間的一切，以及懷著仰不愧於天，俯不怍於人的心情，來作為自己生命的末卷，如此，嘴角一定也會銜著幸福的笑容。

如果只剩下24小時，想做什麼事…

林益如
23歲
研究生(學生)

如果只剩下24小時，想做什麼事？我想...我會整個大解脫吧！如果...真的只剩下24小時，我最想做什麼事？我會想好好放縱自己，想吃什麼就吃，把最愛的布丁甜點吃透透，不用擔心吃多了會胖、會壞了身材，我會翹班翹課，想去哪裡就去哪裡，對我愛的人大聲說出我的心情，對曾經傷害我的人，好好訴說自己當時的心情，搞不好會因此釋懷合好也不一定，對我所敬愛、幫助我的師長再好好感謝一番，對親朋好友說出：「能夠認識你，真好！謝謝你帶給我的一切和美好的回憶，在我需要幫助的時候鼓勵我、扶持我，謝謝你們！」，最後向我的父母親說聲：「謝謝你們生下我，然後抱一抱他們，表達許許多多的感謝和愛，謝謝你們讓我來到這世上，能夠看看這世界，認識這世上的許許多多的人，走遍這世上的一草一木...」，當...時間真的只剩下24小時了，我發現整個心情變得不一樣，原本常常抱怨的事，現在變得微不足道，原本還對某個人還在氣頭上，現在卻覺得沒有什麼好生氣的，原本還對現實生活不滿意，但現在我卻滿足、慶幸我擁有的一切，有愛我的家人、互相扶持的朋友、疼我的男友，很久以前的我會覺得生活無趣，時間好漫長，但當自己曾經遇到突如其來的危機時，很有可能就突然離開了，你會發現...你有好多好多的事、好多好多的話，還來不及說來不及做，現在的我每天都盡可能用「如果只剩下24小時」的心情，去做我想完成的事，讓每一天的生活都不後悔，讓每一天都好好的過，用樂觀的心情過每一天，用心對待身旁的人，不讓自己後悔，我想做我現在不做就會後悔的事！

微諭
23歲
行政人員

人生最後的24小時與蔥油餅

藉由這次的主題，我想像自己的生活在賈斯汀主演的電影"鐘點戰(IN TIME)"的背景空間裡，如果某天清晨六點，心臟突然狠狠用力的跳一下，在那一刻嚇醒的自己，看著手腕上的時刻開始倒數24小時，再望著鏡子中的自己，錯愕的發現自己僅剩短暫的一天可活，我還能做什麼呢？

當我還在思考到底要如何利用所剩的生命做什麼有意義的事情時，滴滴滴滴，每一秒都像是坐著噴射機一樣，音速的流逝，這種快消失在這美食爆炸的美好的世界裡的恐怖壓力，就像是背著一座金字塔一樣沉重。

腦中不停閃過的畫面，就像賭桌上，正在轉動的輪盤中的那顆小球，為了尋找著最終的目的地，而不斷快速的跳躍著，到底要做什麼事?那是什麼?要做什麼才不會後悔浪費此生?最後命運的小球停在一隔畫面，那是什麼，到底是什麼，在我人生的最後還是讓我念念不忘的，沒錯，那是又香又酥的蔥油餅。為什麼是蔥油餅呢，因為身體一直不大好，所以醫生特別交代盡量少吃刺激性食物，但是我很愛吃蔥油餅，如今生命不長了，就狠狠的吃一回吧!

看看牆上時鐘，從驚嚇起床到思考結束，再加上整裝出發，花了一些時間，但目標確定，朝蔥油餅邁進。首先，第一站是我家附近的永和豆漿店的蔥油餅加蛋，因為早上只有早餐店有賣蔥油餅，於是我點了一份蔥油餅加蛋及一杯冰豆漿，結束了滿足的早安時光，現在時間是九點四十五，散步回家，順便為下一份蔥油餅消化一下。十點半準備出發到第二站，"蔥油餅的故鄉"，此店就在我家板橋萬板路上，騎機車到那剛好十一點，我是第一位，這個夾著三星蔥的香酥口感蔥油餅再配上一碗酸辣湯，真是絕配呀！現在時間快十二點，帶幾份回家給家人享用，順道聊聊美好的從前幸福時光。快要兩點了，向第三站行天宮附近的"溢香蔥油餅"出發，點了一份肉鬆捲餅，一口咬下，肉鬆香交織著蔥油餅的香酥脆，特別的搭配，有著特別的幸福感。第四站是士林的忠誠山東蔥油餅店，此店的明顯特色是他的"此燈亮有餅"的綠色招牌，當然蔥油餅才是他的最大招牌，一樣香酥但沒有很油的口感超讚的。現在時間是晚上六點，準備去中壢吃"一心蔥油餅", 這是我最愛的蔥油餅，因為整張餅皮，從邊緣到中間都是酥脆到不行，加上他的獨門蒜味醬油膏，吃完這份蔥油餅，我此生無憾了。

在返家的火車上，吃著劉家潤餅解解膩，順便回憶著，今天與蔥油餅相處美好的點點滴滴，回到家快九點了，洗完澡，與家人道晚安後，躺在一樣舒適的床鋪上，望著夜空星光點點，睡意慢慢的爬上床，我與蔥油餅安詳幸福的遨遊在無邊無際的甜美夢鄉中了。

亭辛
25歲
職員(行政人員)

如果只剩下24小時

雖然常常會說：計畫趕不上變化；但還是會每天拿起SCHEDULE，一一的規劃什麼時候該做什麼，有什麼該在哪天之前盡快完成。然而如果生命的期限，從現在開始到結束，只剩下了最後的24小時，我在第一時間裡只想起了薛岳的「如果還有明天」。

如果還有明天，你想怎樣裝扮你的臉？

如果沒有明天……

這一天，我一定要好好的、用心的唱一次這首歌，去感受他當時的心情，將所有事情都放下，去一一實現許下的承諾。

這一天，我一定要好好的、用心的打扮自己，用深邃的紫色勾勒眼睛，用飄逸的長裙營造氣質，踩著15公分高，擦的又黑又亮的高跟鞋，帶著父母去吃一次王品。

這一天，要將自己寫下的記憶拿去印成書；這一天，要和所有的親朋好友說謝謝，我愛你；這一天，要給你一個大大的擁抱……

但在最後一秒來臨之前，我只想靜靜的一個人看星空。

因為想做的事情還很多很多，但時間已然不夠用，只好一遍又一遍的告訴自己，下輩子別再遺憾。一遍又一遍，一遍又一遍，要讓這領悟刻骨銘心，就算喝下孟婆湯也能不忘卻。

侯俐瑄
25歲
研究生

如果只剩下24個小時，那就出發吧！

如果生命只剩下24小時，我會出發在旅行的路上。24小時，雖然不夠走一次長征，可卻足夠一趟精彩的旅行，甚至足夠完成在人生歲月裡所做的第二值得說嘴的事，第一，或許能矯情的說是活著。

2012年世界末日的說法開始預熱，韓寒說「再不瘋狂青春就老了」，要是生命只剩下24小時的話，那就不是老了，而是「再不瘋狂生命就沒了」，在這樣的強盜邏輯下，一趟旅行就箭在弦上了。人的一生用了太多心力在背負他人的期望，為了升學考試、為了升職加薪、為了家人期待，我們在這個忙碌的城市努力生活，如果生命只剩下24小時，我會選擇一個人踏上旅行的路。

我，其實在內心深處曾蠢蠢欲動，幻想做一個流浪歌手，做一個愛情詩人，在無人熟識的地方賣唱，如果只剩下24個小時，我會帶上一把吉他，到一個陌生的城市，把自己唱給這個世界。常常在心裡給自己描繪著飄渺的未來，幻想著那些我從未去過的地方是什麼模樣，小學課本告訴我這個世界幅員遼闊，地大物博，可是她到底有多美，到底有多廣，到底有多遼闊，我想用我的雙腳去丈量，去得到自己的答案。一顆流浪的心，就是全部的行囊。

未曾踏過的地方，都叫做遠方。勇者無畏，美景相伴，人生怎有遺憾？

一個人在路上的時候更能讓自己內心安靜，尤其是當面對陌生事物的時候，能夠更冷靜的想想自己和這個世界的關係。我想與世界的關係不應該是苦大仇深，這個世界不欠我們什麼，它已經夠優待我們了，提供我們衣食住行，而我們卻一直在滾滾紅塵中為了無窮的物慾和它勢不兩立，人何其渺小，無論生滅，這世界依然如故。最好的東西往往都是免費的，陽光、空氣、藍天、白雲、沙灘，它對所有人開放，可有時候卻又是最奢侈的。

沒有人能準確知道生命的長度，但我們能掌握生命的廣度，增添生命的彩度，如果我不在旅行的路上，就會在為了下一趟旅行而努力的路上。

律音
22歲
剛畢業

如果只剩下24小時，想做什麼事…

時針和分針重疊，指著十二的位置，生命如沙漏般開始倒數。在城市仍沉睡的時候，抱著絕不浪費分秒的心情，坐在書桌前，開始書寫一封封給家人的信，寫給父母各自二十封信件，每年兩封，剛好十年，代替無法陪伴的自己，能心裡有個慰藉。

字字句句寫出假想的未來，天氣如何?父母是否健康?愈寫心裡的悲傷和惆悵愈濃，只能希望當他們打開書信時，表情並非是悲傷，而是些許懷念的愉悅。

天光已亮，將每封信摺疊收放好，我起身走向廚房，開始為家人準備美味豐盛的早餐。能預見家人驚愕的表情，畢竟一向懶惰的不孝女，竟然早起做早餐，是多麼令人震驚!這念頭浮現腦海，感到好笑的同時，也是有對家人的愧疚。

家人，總是為自己做最多，可是自己卻是忽略最多的。充滿內心的除了感謝，還有不捨以及眷戀；自己何其幸運，擁有這個幸福的避風港，但無法再為這個家做甚麼的悲傷，圍繞著我。

早上到下午的時間，我努力和每個至交好友見面，奉上自己準備的禮物，寄托著對他們滿滿的祝福。將他們的面容深深刻印在腦海中，謝謝他們在我人生路上的陪伴，謝謝他們和我一起創造的回憶，而我只能將對他們未來的祝福，提前給予。

我最後的晚餐，不是悲傷，而是充滿愉悅的。餐桌上的笑語，如同往常一樣，對我卻更顯珍貴，每個人所說的每句話，都比平常更清晰，記在我腦中，無法言喻的幸福和感謝，不停流轉在我的心裡。

離十二點剩不到三小時，我將好不容易完成的遺書，和給家人的書信，整齊得放在一起。遺書的內容，寫得是我想要的喪禮，一個歡樂的喪禮，希望我的家人雖然會哭泣，但有微笑、有釋懷，不會因為我的逝去而難過悲傷。

躺在床上開始到數，明天仍會到來，只不過我無法再睜開眼睛，去看這個世界的轉變；無法活到頭髮斑白的歲數；也無法去實現，藏在內心裡無數的夢想。雖然因此而嘆息，心裡卻不會抱有遺憾。

因為我真正想做的是，想要表達對我身邊的人，滿滿的感謝和祝福、想要讓他們的笑容，深深烙印在我腦中、想要讓他們知道，我因為他們感到的幸福和快樂。

然後在他們的將來，希望他們參加我的喪禮時，只有懷念沒有悲傷、希望他們想到的我，是我非常開心的笑臉、希望他們看到我送的禮物時，感到的是欣喜。

如此一來，我是懷抱著滿滿的幸福和眷戀離去，而沒有一絲遺憾。

洛洛
25歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時，多數人想的，都是與家人相聚、告別吧！與父母吵架、與妻子冷戰，很多對不起沒講，很多我愛你未說，只能用最後24小時表達。

多麼可悲！這些事，我們平常就能做，拿起電話打給自己的親人吧！

世界很美，在最後24小時，看看每個美麗的角落；如果還有餘力，想想如何讓世界更美，認養一坪草皮、種下一棵樹苗……關心我們的親人，也關心我們的世界。

洪睿語
21歲
學生

如果只剩下24小時…

生命是如此地短暫。
人類面臨無能預測的未來時，總是懷著不安與恐懼。
原因在於人生當中，賺取的財富以及獲得的權利……面對生命熄滅的那刻開始，都無法一同帶走。而且不知道自己將何去何從。
人生苦短，一百年和二十四小時在造物主眼中，沒有半點區別。
不論人類如何掙扎、反抗、哀求，定調的軌道依然會如時運行。
所以想要在知曉自己即將往生為前提之下，是沒有任何人可以坦然地面對死亡的。
關於人性的這點，包括以前的我在內也是如此——
不過，
當人生步向盡頭時，我不會感到恐懼。
而讓我恐懼的是，我無法再追隨師父。
我追隨了一位師父，他讓我瞭解到了人生的真實意義。
透過師父的開示，讓我更加清楚人生為何而來。
明確的方向使我感到安定；
曉得真理使得我不再迷茫。
因此如果剩下二十四小時，我會繼續追隨師父。
讓我的此生……沒有遺憾。

苜苜
23歲
學生

現在開始的24小時

如果只剩24小時的時間，想必去不想太遠的地方，我截至目前為止的人生相當平凡，相信未來的24小時也不會改變。我不會見太多的人，感傷的心情將使我喋喋不休，以至於不捨分離，這樣將打亂我所有的安排。

現在時間14:08，剛好是一個美好的午茶時間，街角是我最愛的一家飲料連鎖店，永遠的中杯波霸綠微糖微冰。等我買了飲料，我將搭捷運去車站，搭上15:20的普悠瑪自強號，前往我熟悉又陌生的故鄉—花蓮。我想再看一次幼年成長的環境，聆聽記憶中寬闊的太平洋的聲音，在七星潭的岸邊，讓海浪拍打赤裸的足跡。直到晚霞落盡了色彩，再到市區吃些記憶中的味道，或許是扁食或豆花或者其他，我不確定還有哪些店，仍在記憶中的位置。

晚上，我將回到幼時的居處，用印象中的溫暖，填補夜晚的空虛，在殘存的時間裡，睡上一頓好覺。我不會知道我將幾點醒來，但我會讓手機在八點的時候響起，這樣我才有時間吃些早餐，因為我又要移動了。

車票是10:15的太魯閣號，我將返回台北，在搭車之前，我會在家裡附近走一走，或許會遇到久未蒙面的鄰居，又或許不會，我只想加深對於這裡的印象。12:25左右，我將在台北車站下車，中午應該會吃麥當勞，那是我小時候最渴望吃到的食物，雖然上星期才吃。然後，我將前往101大樓，搭瞭望電梯到觀景台，希望能在14:00前趕到。

趁剩下的幾分鐘，我將待在這個絕對高點，眺望各種景色，不論是山川風景或都市叢林，這都會是我最後的記憶。我想藉由俯視的眼神，找尋寬闊的態度，迎接那未知或已知的生命歷程。

現在已14:40，我該到街角去了。

海漢子
23歲
自由業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果我只剩下24小時，我一定要吃媽媽吵的蕃茄炒蛋；因為番茄的鮮豔紅就如同我讓她傷心時我淌的血；而蛋的味道就像她的關心；無所不在的味道。

如果我只剩下24小時，我會問問今天以前的自己，既然財富地位都無法帶走，人生在世是不是把更多的力氣花在愛惜身邊的人事物；這趟旅程會不會更美麗？

如果我只剩下24小時，我想瞧瞧每個珍惜我的臉龐；因為我真的相信來生再續。

如果我只剩24小時，我一定會把現在這段話分享給我的好朋友，我想告訴他們：生命有限，上帝並不會給你無限的時間，但他很公平的讓大家都擁有著回憶；雖然大家都擁有它；但能為它彩繪著色的人很少；而真正能與你化為雲煙的只有名為回憶的雲彩，所以活著應該為自己而活。

班神
24歲
待業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時，我想回埔里一趟，大學就讀暨南大學的我，對於清境、武嶺相當懷念，那兒風光明媚。只剩24小時，我想再用我的眼睛享受那美麗的風景和畢業的回憶、朋友出遊的回憶，以及在山上看流星雨的回憶，這些點點滴滴我都希望在最後的24小時，把我人生最精華的片段再重現一次，此生亦無憾矣。

馬秋
21歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時，不管這最後24小時會以甚麼樣的方式結束，我想我會好好珍惜地擁抱我身邊的每一個人，跟他們說聲謝謝，感謝他們曾經陪我渡過我的人生，把我對每個人深埋心裡的話都說出來，然後一一告別。再來，我會將我電話裡的通訊錄聯絡人一一聯繫，不管是家人、朋友、情人、前女友、老同學或同事，都要撥個電話，聊聊天道別我們曾經擁有的那段歲月，輕輕地說聲再見。我想生命到了盡頭，我已經不會再追求物質上的享受，只要好好地跟身邊的所有人來個告別就足夠了。

副製品
24歲
教師

如果只剩下24小時，我想舉辦告別式。

凡事都有定期，天下各樣事務都有定時。
生有時，死有時；栽種有時，拔出所栽種的也有時；
殺戮有時，醫治有時；拆毀有時，建造有時；
哭有時，笑有時；哀慟有時，跳舞有時；
拋擲石頭有時，堆聚石頭有時；擁抱有時，不擁抱有時；
尋找有時，失落有時；保守有時，捨棄有時；
撕裂有時，縫補有時；靜默有時，說話有時；
愛有時，恨有時；戰爭有時，和平有時。

《聖經•傳道書》

死，之所以令人厭惡或害怕，一部分來自於措手不及的徬徨，就像突然站在萬人前，講台上卻沒有講稿甚至主題，那麼令人崩潰；而另一部分是對於離開溫暖血群以後未知的害怕，「無知使人恐懼」維繫眾多宗教千年的歷史。

凡事都有定期，然而曉知自己的定期卻是萬分有幸。可以為遺憾的、來不及的，費盡心思然後萬分珍惜。沒有比心滿意足的離開，更莊重美麗了。我是這樣認為。然而，既然擁有信仰，擁有未知方向的確信，那麼生命如果只剩下八萬六千四百秒，就應該全心全力籌辦人生的句點。

拜科技進步所賜，動如參與商的生離已經過時，但是十年生死兩茫茫的死別，終究無法克服。我們在照片中參與出生、在回憶中重溫成長、在親友中經歷婚喪，但悲哀的無法出席人生的畢業典禮。讓永遠的道別不那麼心碎，我選擇揮霍剩餘的時間，籌辦自己的告別式。

邀請卡取代訃聞、蘋果綠調取代死白、優雅桔梗或玫瑰取代百合、輕搖滾取代哀樂，離別已經夠苦澀，需要一點快樂平衡。尤其，在還沒真的離開的時候。用人生的分段，聽聽一生的故事。同事眼中的我、同學眼中的我、父母兄弟姊妹眼中的我、愛人眼中的我，以及我眼中的他們。他們會認識不同的我，我會擁有客觀的自己。我們一起沒有遺憾的接受離別，一起在心中以我的名字為題的故事結尾，踏實得畫下句點。

廿四小時內籌備舉辦告別式也許匆促乏備，但儀式上的缺遺，遠比離別後心中的缺憾圓滿許多。

如果我只剩一天，那麼我會即刻且堅決的開始籌辦我的告別式。闔上眼之後，我看不到不捨的眼淚、聽不到聲聲呼喚，但在闔上眼之前，讓我再一次也最後一次參與我人生中有如畢業典禮重拾零碎回憶、感謝人生際遇以及不捨離別的謝幕。一如我的堅持，莊重美麗的散會。

張哲綸
25歲
教師

如果剩下24小時，想做什麼事…

周而復始的朝九無限晚，該死的責任制及不怎麼豐厚的薪水，像我這般的社會新鮮人為死守在天龍國中，而日日花一小時，自城市的邊緣往市中心移動。我的生活一成不變，變的只有下班時間，不變的仍是一成不變。

人生需要改變的契機，抓住生命的轉捩點，亦故是好。但對日日接受這結構下壓力的我們，卻需要面對所謂「最後的24小時」。我想正如一句俗語所言：「人生本來就非公平。」，畢竟在這動盪的社會中，苟言殘喘地征戰了幾年，也了解與其想改變整個體制，倒不如切換自我的心境，不如歸去。「臺北不是我的家……」，羅大佑的歌聲絲絲入扣；自我少小離家，一意孤行闖入天龍國的藩籬中，儘管看似被城市中的七彩霓虹，及酒氣煙硝所惑，但我的內心仍有一個聲音低語：「臺北不是我的家。」。

那日離家的背包躺在套房的角落，沾滿了灰塵；脫下慣例的西裝制服，丟了那張家鄉無用之悠遊卡，拿起我的背包，「還是回家去吧!」的聲音牽起我的手。倚著車窗，101大樓、美麗華摩天輪及棟棟高樓大廈皆諸拋在腦後。歷時五個小時，換了兩趟火車、兩班公車，映入眼簾的是黃澄澄的稻田，親新的稻香撲鼻而來，空氣好甜，有別於台北。那年甩開的大門佇立在前，抽油煙機排出熟悉的味兒，電視機傳出的新聞播報聲，及廳前的月曆彷彿訴說離家的歲月已兩年。霎時，一股鼻酸卻上心頭，手不由地推開門扉，「我，回來了。」我大聲地說著。　母親自廚房探頭出來問道：「吃了嗎？」；父親睜開惺忪的睡眼，在沙發上說著：「東西快放著，坐這麼久的車也累著了。」。沒有一句為什麼，完全不會追根究底加上冷嘲熱諷，沒有原由地關愛你，血濃於水，一輩子切不斷的羈絆。

我躺在自個兒的房裡，看著自己待了26年的房間，儘管鮮少返家，但床單仍充滿陽光的味道，床頭及書桌竟看不到一絲塵埃，窗台上地欅木也依舊長青。家是一輩子的避風港，只有家人會為你無償地付出，儘管你總是以不成熟的言語相向；能體諒你，且無條件地包容你，就算你當年貿然離家，如今徒勞而返。微涼的風喚我入睡，家的味道哄著我，悄悄入夢。

一陣冷風竄入我的心口，微微張開雙眼，我卻還在陰冷的套房。拿起我的背包，擦乾臉龐上的淚痕，「我，要回家！」，頭也不回地甩上門，踏上回家的路上。

張祥瑞
23歲
剛退伍

〈如果只剩下24小時，我想微笑〉

一輩子我們錯過了太多愉快，我們愁著一張臉過了上半輩子，
如果已經走到了最後的這天，我想飛往世界各地蒐集大家的微笑，
想讓大家知道不用著急，最後的時間，我們只需要保持一顆開朗的心，
因為錯過了太多自己開心的時候，想想這最後24小時，
怎麼不就讓自己微笑，開心的結束，讓世界知道我們不是沒時間，
而是珍惜最後的時間，好好讓自己把握最開心的面容。
讓微笑走過，留下一份愉悅。

笨笨熊
23歲
學生

如果只剩下24小時…

如果我生命只剩下24小時，我想跟所有我愛的人不管是父母、弟弟還有好朋友們說：感謝有你們的陪伴，在我身邊照顧我，因為有你讓我過得很快樂，謝謝。

因為我是一個很害羞又口拙的人，受到了他們很多照顧，但又不知道該如何對她們說出我的感動，只能在他們默默的為我付出時給他們一個微笑而已，但我剩下的生命已經不多了，在不對她們說出我對她的感謝與感動，那就真的沒有機會說了。我多麼的希望可以繼續的在她們身邊一起看這美好的世界久一點，既然所剩的時間不多，我想要去冒險，去做以前不敢做的事情，不要讓自己留下遺憾！想去玩滑翔翼，一直都對這運動很好奇，但我太害怕了不敢嘗試，就這次放膽去玩，不僅可以讓我變勇敢一點也要在空中把台灣看的更清楚一點，讓她在我心中長存。

陶雨晶
21歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事

如果只剩下24小時光陰，我覺得我首先會回到我出生的城市，再去一次我出生的醫院，以前住過的家，到國小、國中、高中以及以前小時候最喜歡去的地方，逐一瀏覽每一處充滿回憶的地方。人生想做的事情太多太多，我們每天都在為生活而拼命的向前衝，卻忘了觀賞周遭的風景。既然只剩下24個小時，想要完成更多的事情已不太可能，但我希望可以用那些時間來停一停，好好休息一下，慢慢的回顧以往的點滴。

其次，我會拿出手機，翻閱通訊錄，撥通每一個通訊錄上的每一個電話，哪怕是只有相處幾個小時，甚至是沒見過面的人的電話，跟他們聊聊天或問聲好，因為他們曾經都出現過在我的生命中，那都是一種緣分，我希望在最後的時光內再跟這些有緣人聯繫，跟他（她）說一聲，謝謝你出現在我的生命裡，豐富了我的生活！

最後，當然是要和家人在一起，要和家人吃最後一頓晚餐，跟家人說一聲“我愛你”，然後手牽手，用最後的時光跟他們好好聊聊天。

最後的24小時，我不想把自己搞的太忙，非要去完成太多未嘗試的事情，我只是希望可以放慢腳步，來好好珍惜身邊的一切，謝謝這些所有豐富了我的人生。

魚
22歲
大四生

「如果只剩下24小時，想做什麼事？」

如果生命在短短幾小時就結束，那麼會二話不說選擇鼓起勇氣，做自己這一生從未做過的事情，了卻心中的遺憾。從小到大，遇見許多人，有的只是擦肩而過的過客，有的卻是在遇到困難的時後願意拉一把的好朋友，有的更是那一生最珍貴的知心，又或者會是成為自己初戀的對象……於是，在外面傷痕累累的時候，總會哭著跑回家，也許會遭罵，又或許會被安慰。

從身邊的親朋好友感受了幾次的生死離別，總是會問著為什麼會發生？或者是從戲劇、書本中描述的情景也總能哭到不能自己，對於這一些，也不是沒有設想過，尤其看見此次的文章標題，才恍然大悟，瞬時一股悲傷席捲著全身，整顆心揪成一團，假想過如果真的發生了，那麼，是不是還有什麼人還沒有遇見，什麼理想還未達成，什麼話還沒對該說的人表達。

現在，剩下沒有多少時間，是時候該一一了卻心中的遺憾，其實，想去的地方、想看的事物多著不可數，但是，更想做的事情是想與過去發生不愉快的朋友說聲對不起，因為當時的膽怯與愛逃避的個性所以造成之間的疏離。接著還要對著那「曾經」說聲謝謝，因為在一起的時光讓彼此成長了不少，儘管最後是互相傷害。但是因為你們，所以回憶裡增添了不少美麗的色彩，想起總會莞爾一笑。

在最後只剩一個願望，就是用剩下的時間陪著母親，曾經嘴硬的母親雖說著不需要任何人陪伴，卻還是厚著臉皮賴在母親身邊，一輩子都在為子女付出，會難過若老年時都一個人的她，會不會感到孤單？更曾想過一輩子不婚，就陪著母親去未曾去過的地方，但在此刻，會擔心母親是否會責怪說話不算話的我呢？是啊！哪裡也不去，在最深愛的家，就靜靜的坐在沙發上，聽著母親述說小時候。

魚

博思瑞
21歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

當生命只剩下二十四小時，這代表著不必再諂媚阿諛於世俗的雜物，貪婪已經失去自身意識的主導權，得失心終將歸於塵埃，而自己將陷入無我境界，進入一個未知且無從規劃的世界，不!也許那只是個不存在的假想空間。我所能做的，就是沉默的回顧生命奧秘，尋求最後的心靈慰藉，彷彿終點前的寧靜，不追求期望的屏息。

按下倒數計時器，我就坐在木椅上隨手拿起一支筆和一本筆記寫下自呱呱墜地以來生命的高低，將所有環境、情感和事件重新經歷，我能感受到媽媽把我捧在懷裡時那雙手的溫暖，我能看見爸爸在我學會爬行時那充滿成就感的笑容，我能聽見奶奶在公園門口對我憂心的呼喚，我能嗅到青澀初戀裡那女孩的髮香，此刻筆記本記錄了所謂的過程，眼淚也不自覺的開始往下掉，我知道我並不害怕即將結束的一切，而是放下的勇氣讓我重新定義了情感的奧妙，解讀了生命的偉大。

拿起計時器，發現僅剩的時間不多了，便急忙將計時器放入口袋，起身前往回家的路途，一路上周遭萬物是那麼縹緲的空洞失落，是陽光難以接近的稀薄冷漠，當身體漸漸地習慣這溫度的同時，我能看見離家不遠的一處隧道入口，是我媽媽，我倆沒太多表情，我只是默默躺在她懷裡，她也只是用雙手緊緊環抱著我，這是溫暖。接著在隧道出口，我走向爸爸工作的場所，那裡充滿嘈雜的機器聲響，我沒上前就只是在角落默默看著爸爸那沾滿油垢卻認真的臉龐，然後引以為傲的笑，這是快樂。走回家中，奶奶就在客廳泡茶，我拿起小板凳坐在奶奶身旁，聽著她述說早已提起無數遍的故事，而我只是默默的仔細看著奶奶，這是關懷。回到學校，那情竇初開的秘密基地，女孩早已不再，我只是想告訴她，對不起那稚氣的佔有慾，但妳教導了我，這是幸福。

心平氣和地，拿起看著計時器顯示最後的半小時，提醒我前往生命之湖，甘願的珍惜、甘心的放下，體悟情感帶來的滿足，接下來我只須理性的面對結局，然後釋懷的舒服。

於是我赤腳走到了清澈的湖泊旁，湖面能清晰看見回憶的倒影，滴答的計時器也走到了讀秒階段，閉上雙眼，咬著下嘴唇，告訴自己洗滌一生功與過的時間到了，沒有悔恨糾葛，沒有世俗羈絆，豁達的超脫歸零，然後……。

紫狐
21歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

如果我只剩下２４小時，我不想再當別人眼中的好人，不想再為了討好他人而偽裝自己，我會對著我的朋友把平時為了顧及友誼而不說的話全部說出來，我不想在生命的最後一秒後悔我那麼隨波逐流的人生。如果我只剩２４小時，我想玩高空彈跳、滑翔翼、跳傘……等，所有任何極限的活動，我想體驗、想享受那種生命中的刺激和快感，我不想因為我的懦弱和沒有勇氣而後悔。

紫顏
22歲
待業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

當人生只剩下最後24小時的此刻，我卻沒有任何急迫。

是的，人生最後的24小時，我不願去多做些什麼，因為再多的言語也無法名狀我此時的心境，再多的行動也無法挽回即將逝去的生命。

思考，是我最後所能做的一件事情。

思考著我曾經做過的對與錯，思考著我與他人之間的恩怨情仇。

有時候，當你清楚自己生命終將結束時，你反而能夠清楚思考許多事情。

我的人生有太多時間耗費在了忙碌的工作，人際間的互動以及瑣碎的生活雜事。

因此，在最後的一刻，我選擇讓我的大腦清醒，思考一切我曾經不曾用心去思考的問題。

或許我會突然為過去的某個失誤而苦惱，或許我會因想到了解決我一生中難題的方法而雀躍——這就夠了，因為我已經沒有時間再去多做些什麼，但是這樣的思考，已經將我的人生歸納總結了一次，這樣就夠了。

如果只剩下24小時

菲
24歲
銀行行員

2043年7月25日星期六正午十二時，太陽高掛在藍天白雲上。

沙灘上滿是白玫瑰搭配粉紫色繡球花，映入眼簾的是五顏六色的氣球，遠遠的就可聽見當時最流行的韓劇那個女人的主題曲，兩條台北捷運一樣長的英式餐桌卻擺了各式各樣的家常料理，撲鼻而來的是爸媽清晨五點就開始準備的香菇雞湯、滷梅花肉還有我那百吃不膩的羊肉爐;琳瑯滿目的還有親戚們為我準備的牛肉麵、台式烤肉等等…國中死黨們也是一大清早就去漁港為我買幾條鱸魚幾條石斑，只不過幾乎到要散場時都還清晰可見整條魚的體態，不只如此還煎了八成焦的牛排，真的有夠硬!對於戴牙套的我簡直是場考驗，相較之下高中的姊妹們就對這場聚會重視多了，她們跑去COSTOCO買了五隻烤雞、三盤披薩和八盒生菜沙拉，因為他們的廚藝連他們自己都不敢恭維，免不了的還有五六箱的約翰走路、台灣啤酒、威士奇;大學的朋友、銀行的同事則是左手扛著小孩右手提著禮物來，小玶帶了一個迷你電鍋，因為她知道我媽媽一直想買一個三人份的小電鍋，長大以後我和哥哥很少回家吃飯，家裡的大同電鍋顯得特別不圓滿，小瑄則帶了當紅電影鋼鐵人全系列被套組送給我那才讀小學四年級的弟弟，她總是用著我結婚前在家裡用的那套粉紅色HELLO KITTY被套，這下他真的樂歪了。

忽然間燈樂燈燈~燈樂燈燈~結婚進行曲放下，冬冬請大家脫下搭配著婚紗和燕尾服的鞋子席沙灘而坐。冬冬是我交往八年結婚半年的老公，從我20歲到現在。

冬冬:謝謝大家攜家帶眷抽空前來參加這麼有意義的”眾人二次婚禮”，先給自己的伴侶和小孩一個吻吧。大家都知道我老婆生病了，她希望在她僅剩下的時光大家可以團聚在一起，看見全部人穿著婚紗禮服，看見每一個人幸福喜樂的模樣。

愛要及時，把握當下。

其實結婚不到一個月時我們就發現我得了乳癌末期，當時的我很痛苦很消極，是冬冬帶給我勇氣給我依靠，所以我希望大家可以看見我的堅強更珍惜彼此，我想將我們的愛感染給每個家人朋友，而我也想回味那永恆的時刻。

去年的婚禮我哭到不能自已，這次我不只勇敢更充滿歡樂，終於平常大家各自忙碌，現在我所愛的人可以全部團聚在這裡重回承諾的初衷 ，這一刻我不懼怕面對死亡。

楊瑋傑
24歲
替代役

「如果只剩下24小時，想做什麼事…

如果只剩下24小時，什麼都不想做，我只想好好睡一覺再起來。

難得有時間可以沒有煩惱地入睡，在一個與世隔絕的地方來完成這個等了一生的小夢想，來好好地作一個夢，再來什麼的都不用再做，也用不著再說遺憾。

寧願回憶空白也不要是傷害，應該放心的地方也許本來就空無一物。在一個只有自己的地方靜靜地看著時間結束也是一種幸福。自己從來就只屬於自己，剩下的時間就好好給自己，人的一生也難得陪自己這麼久。

這一刻我只屬於我自己。

直到永遠　你都是唯一

楓漪
25歲
網路業

如果只剩下24小時，我想我會像2012年世界末日的前一天一樣，為你親手做一桌菜，不是特別的佳餚，就是簡單的一盤青菜、一鍋肉、兩顆荷包蛋。然後打開我們的百寶箱，細數涓滴過往：紅色愛心卡片是第幾個紀念日、簽名棒球是哪一次的約會、太陽眼鏡是為了哪一次的旅程.....因為對我來說，在你身邊的平凡日子，直到末日，都是我最大的心願。

落山風
24歲
教師

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

數著原以為流不盡的歲月，延展在眼前的時間卻再不是步向天涯，足夠揮霍幾個寒暑的虛無未來，僅許諾我們共守一次日升月落。當眼神不再一味癡望遠方，才看見身旁親愛的妳每一張表情，都是給我的，最好的愛。

如果只能再看一次朝陽，我會在天亮之前就任性地把妳叫醒，看妳睡眼惺忪像隻柔軟的貓，然後和妳一起等待晨曦照進窗子，可以的話，請老天贈我一道顏色最溫柔的晨光，我想在最後一場日出裡，好好記著這女孩美麗的樣子。

如果能夠，我會選擇妳做得不好的美式漢堡當作早餐，我就有機會教妳更好的做法，看著妳略皺的雙眉掩藏著不服，為了給妳反擊的機會，我會用最老套的玩笑討妳嫌棄，說完後，妳就願意聽我說更多話了，我會告訴妳從前的我是如何喜歡上那個愛妳不遜於我的人，聽妳問我自己會不會遇見這樣的人，就像我遇見他。我要不停不停告訴妳，關於妳的美麗與懂事，與妳回憶所有成長的點點滴滴。

說第一次在世界上遇見妳，我的世界就再也不是一個人的，它和宇宙一起濃縮進一個小小的、柔軟的女孩身體裡，從此以後，妳就是整個世界屬於愛的線索。

我想花一整個上午和妳一起待在家裡，好好想一次妳初開口的聲音、每一寸成長的身影。逛遍家裡每一個角落，手裡輕輕牽著妳。

午飯後，我想和妳一起到妳的學校，看著大禮堂的舞台，想像穿著畢業服、頭戴學士帽的妳，臉上會有怎樣好看的笑容。想像著美好的那一刻，一面先對妳說：妳要記牢，妳是媽媽永遠、永遠的驕傲。

就算成長過程必須經歷改變，有一些夜晚妳會覺得不像自己，沒有可以回去的地方、沒有可以好好傾訴的對象，記得這些話，我就會在這裡，在妳的記憶裡守護著遙遠未來的妳。

我要拍一張最好看的相片，相片裡有最開心的我和最美麗的妳。如果成長必定得經歷孤獨，那麼當未來的妳看著此時此刻微笑的我們，會不會想起妳曾經擁有我的愛，而記憶裡愛妳的我，是多麼希望再看到妳笑，就像我不曾離開。

最後，我想用生命剩下的所有時間，將這些話說給妳聽，然後握著妳的手，和妳一起躺在那張年齡與妳相同的老舊木床上，像小時候哄妳睡覺那樣輕輕吻妳的額頭，要妳不能忘記，就算我不在，也要把自己活得比現在更美麗、更好。還要記得，有妳的每一刻，都是媽媽最幸福的時刻。

如果只剩24小時……

葉小梢
21歲
學生

夫天地者，萬物之逆旅也；光陰者，百代之過客也。人的一生，說短不短，說長吧，常常是那麼一眨眼的時間，生命的蠟炬便悄然熄滅。如果只剩下一天，如果，只剩下24個小時，我會將自己最美麗的時刻，留給我所愛的人們。

剩下24小時……

我會留六個小時給自己，一個全然獨處、全然純淨的時光。只是安靜的坐著，在綠蔭的涼椅上；或是街角的咖啡館，感受著涼風與陽光，細數從指縫流走的時間，靜靜的只是品嚐光陰流逝的滋味。天地間充滿無盡的能量，而我微小的生命，即將回歸於自然。我將打點好身邊所有的物品，讓他們在我離去之後，能有更好的歸宿；我會寫下一封封的信件，與遠方朋友輕聲道別。

剩下18小時……

是時候該起程了。我踏上火車，回到熟悉的故鄉，回到親人的懷抱。我會陪伴他們，去做日常生活裡會做的一切事情：奶奶在廚房煮菜，而我在旁邊幫忙。晚餐過後，與家人坐在客廳的沙發上，閒談生活，聊聊趣事。我會與親愛的家人們，細細傾訴我對他們的愛與關心。這份愛，是永不停歇的，即使我的形體已滅。夜晚，我深深擁抱每一位親愛的家人，透過肢體的接觸，傳達我無盡的愛與支持。然後在熟悉的床上，珍惜的度過我的最後一夜。

剩下8小時……

生命的最後一段時光，我願與我的愛人度過。他是我靈魂的另一半，我的生命因為有他的出現而完整。我們手牽手，十指交扣，在清晨微涼、陽光使人微醺的街道上緩緩散步，在他的耳邊絮絮叨叨，聊著生活中的細小瑣事，品味單純而令人陶醉的幸福。我們在家中一起吃早餐，安靜的凝望著彼此，話語在這個時候顯得太聒噪。我要將他的容貌仔仔細細的刻印在心裡，若有來生，願能再次聚首。而後，我將依偎在他的懷裡，在天父喚我回去之前，我要用每一吋肌膚感受到他的熱情、他的愛意，我也將奉獻出我最後的生命力量，熱烈的擁抱他；我流下炙熱的眼淚，為我無法陪伴他走完一生而感到抱歉與遺憾。我是多麼的幸運，能在漫漫的時空當中遇見你；而上天卻那麼的殘忍，在你我相遇不久後，卻要我們分離。當一切終歸平靜，我的愛呀，請原諒我的自私。也許，當我生命消逝得那瞬間，會使你撕心裂肺，但是你的臂彎，是我永恆的淨土。請讓我待在你的懷裡，直到我生命的最後一秒鐘。

劉依依
23歲
咖啡店員

如果只剩下24小時…想做什麼事?

清晨七點鐘，陽光正清澈，街道上沒有太多車輛，前一晚沉澱了塵囂，以至於這個時間的我還能趁著一切又再度被打亂之前，好好地，好好地再看一次陽光照耀大地，微風吹著，海浪拍打，街貓打盹，地球持續公轉及自轉著，今天將過去，並且不會帶來任何改變。

我的黑白色賓士貓今年五歲八個月，最喜歡吃鮭魚罐頭，不喜歡柑橘類的味道。牠是一隻好奇心旺盛，喜歡在陽台往外看風景的貓，牠習慣在太陽升起後依偎在我的身邊，有時我的身體太疲累，睡晚了，牠會緊張地不斷喵喵叫，用牠毛茸茸的頭摩擦我的肩膀，我的臉。我們最喜歡的溝通方式是撫摸。我們直視著彼此的眼睛，眨眼，然後眨眼。牠會發出輕微的叫聲，然後伏在我的腳邊，等我邊按摩著牠的脖子一邊和牠說話。

我記得我所買過的每一本書的書名，我記得我是如何從各大書局或是各種隱密的二手書店帶走他們，先是觸碰書背，仔細感覺書封的材質，書腰的標語，還有當時遇見每本書的情節味道顏色。我想起我曾經讀過的哲學書，這時候剛好派上用場，書上說了什麼我有點忘了，只記得死亡好像沒什麼好怕的。

我已經懷念過每一個我曾經遇見的人。每一張好的壞的臉，笑的哭的臉，美的醜的臉，善的惡的臉，喜的悲的臉。今天我決定將他們都忘掉。

我的薄弱的呼吸已經聞不出任何藥物或是瀕臨死亡者身上所散發的味道，在醫院的期間，我還有嗅覺的期間，那曾經是我最熟悉的味道。在我隔壁床位的鄰居來了又走。緩步走在走廊時我也獨自察覺到這樣的味道飄散在每一樣器具上，連護士使用的廉價原子筆上都是。我想我的身上現在一定也是散發著濃濃的接近死亡的味道，只是人到最後，竟鈍得連自己的味道也察覺不到了。

身為人類，在八大行星之中最耀眼美麗的一顆裡誕生，感受世界給予的富饒的生命力與壯闊，也體會萬物的生息之間雖無常，卻因此格外美麗與值得珍惜，我們出生的那一刻多麼激烈，哭泣、顫抖著，幸好活著時每一天，每一天都也都用力地活著，好讓死亡時，我能如此平靜，彷彿回到母體，那個蜷曲在子宮內安靜汲取養分的我。

如果只剩下24小時，想做什麼事

鄭雅涵
21歲
學生

我們知悉，知悉生命的盡頭必然有光，長路漫漫，就算是活上了一百年，從軀殼中脫世，也只是一眨眼。

如果只剩下24小時，就請讓時光倒流到初中的時刻吧，我想再穿上那鵝黃的制服，跳上那肯定得花上一個鐘頭才能到達學校的公車，搖阿搖的晃進這年少的回憶。初中的校園很小，教室內的課桌椅全都是木作的，窗外有樹，樹是靜止的，有風吹過時總會微微的動著，然後拂過陣陣的涼意。坐在三年十四班裡，第三排的最後一個位子，我們都知道這張桌底下藏有秘密，而一藏，就是八年了。

「ONE LOVE, ONE LIFETIME」

中文是此生此情不渝，用立可白燙上了這樣的痕跡，約定好有一天要一起回來，回來。而終究是回不來的，就在升上大學的那個夏天，海逝去了你。爾後，當肉體結束認知，痛苦遂往你愛的人身上去，像被撕裂般，心開始蜷曲、變形，漫天的心傷從此罩住了兩個世界，一半是你，一半是我，死亡在我們彼此的生命裡拉出一條鴻溝，明白你從此就不再離去，也不再回來。所有的淚水都孤單的棲息著。

如果生命只剩下最後的二十四小時，我想回到這個地方，回味我們所有的溫度、記憶，然後重新，遇見你。

曉瑀
21歲
學生

如果只剩下24小時，我會更完整的過完這一天！

華人的平均年齡是72歲，也就是26280天、630720個小時，在這幾十萬個小時當中，有多少時間你是認真的活著？認真地體驗這個世界的美好？

小朋友總是很容易對生活感到滿足，因為他們總是在玩耍的時候很認真、很投入的詮釋自己扮演的卡通人物；會在吃飯的時候認真地品嘗而感受到苦瓜的苦、玉米的甜。而長大的我們，對這一天的生活已經漸漸失去了熱情，我們已經多久沒有在早晨抬頭看看太陽在你家的哪個方向？

已經多久沒有中午時慢慢、細細品嘗媽媽幫你帶的便當味道是不是和小時候一樣？有沒有多了幾樣你沒看過的菜？已經多久晚上回到家只是漫無目的的轉著電視遙控器、順手摸摸朝你熱情而來的狗狗的頭？

如果只剩下24小時，我不會一如以往對生活得過且過，早晨我會看看射進窗簾的陽光；我會細細品嘗三明治的蛋跟起司融合的美妙口感；我會注意巷口轉角的野草開了可愛的小黃花；我會看見路上準備上學的小學生倆倆手牽手朝學校走去；我會跟打掃的阿姨微笑說聲辛苦了；我會細細觀察捷運上在講手機的高中生、在滑手機的上班族、在看報紙的伯伯；我會注意停在路邊的車有幾台紅的、幾台銀的；我會回家後跟爸媽一邊吃著飯後水果，一邊討論今天發生的所有的生氣的、好笑的事情。如果只剩下24小時，我會讓在我身邊發生的小確幸，成為生活的大幸福，帶著彎彎的嘴角，沉沉睡去。

熾心
22歲
學生

如果只剩下24小時，想做什麼事

如果我的生命只剩下24小時，我會花2個小時的時間吃一頓美美的晚餐，感受餐廳的氣氛，感覺食物的美好，慢慢的吃，放下平日的忙碌也不用擔心繁瑣的事務，真真正正的享受一個屬於我的晚餐。

如果我的生命只剩下24小時，我會花6個小時的時間去拍美美的沙龍照，記錄下自己也可以這麼美，留下照片告訴大家其實我很漂亮，感受一下穿禮服的感覺，不知道新娘子拍婚紗時是不是也是這樣？

如果我的生命只剩下24小時，我會花6個小時去欣賞風景，眺望遠方，或許那是我下一個會到的地方，看著太陽西沉那會是多麼隆重而莊嚴的一刻，然後把這一刻鎖在腦海中，原來世界是這麼的美麗。

如果我的生命只剩下24小時，我會花4個小時來整整理舊照片、舊衣服、舊書，這些都是多美好的回憶，小時候被罵、跌到，家人為我買的書或是我為家人買的書，回想一下買書時的心情，穿上衣服的溫暖，這些多溫馨呀。

如果我的生命只剩下24小時，我會花1小時寫留言，想說的、沒說的、暗戀對象....等等，但是我一定不會說「再見」這個詞，太沉重了。

如果我的生命只剩下24小時，我會花最後的時間好好睡一覺，然後想想醒來時睜開眼睛世界還是一樣的美麗。

織羽
22歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

看著這行字，心理其實有著很大的感觸，還記得”明天過後”那部電影的深刻劇情，在環境的破壞下、自然災害發生、人類的哀號聲….對於死亡的恐懼，日本的311大地震也是如此，那時看著電視的轉播新聞也是覺得很擔憂，雖然事情已經過去兩年，但相信很多人都還記得

有時、事情就這樣發生了...

我還記得國中級時去新加坡玩時差點溺水在游泳池的事情，腳踩不到地、奮力掙扎時，意識好清楚！當下喝到好多水，還不知道到底會不會獲救...幸好那時認識的爺爺就在附近，趕緊把我拉上去才沒真的出事，不過就算忘記了，身體也會記得當下的感覺，所以有陣子很怕水，之後暑假去上了游泳課，才把怕水的部分給改了過來。

死亡，真的只有瞬間而已…從那次以後，就對這句話有了很深的體悟。

如果只剩下24小時...放在生命的結尾時，對我來說、這是件很沉重又很重要的事，

有陣子我會在睡夢中清醒過來，會望著身旁熟睡的妹妹，或是去看隔壁房間的父母，會想著如果明天就世界末日了。

我應該如何帶著家人逃出這間住了20幾年的房子？或是就乾脆跟著家人一起在這間20幾年的房子裡禱告，保持心情的平穩，直到明天的末日到來？日本大地震時還曾照著日本人防震須知準備東西、藏在只有自己知道的地方，因為被知道了可能會被說大驚小怪，

但就單單以這24小時的寶貴時間來算，我想我第一件事一定要對家人說....

「我愛你們，希望你們活的長長久久」我不想在家人其一、或是我離開時沒有說到等同”我愛你”的重要話語，當然、趁著在世時，每天都要對家人說過一遍－我愛你、或是擁抱才是最完美的。

再接著、我會把身上的所有財產花光，拿去買忍著沒有買又喜歡的畫冊，至少在最後的24小時前，我希望還可以在紙上做我最喜歡的事情－畫畫，

假設能有多的錢財，我想去日本的出雲、法國的羅浮宮、愛爾蘭、米蘭大教堂、如果可以，還想去梵蒂岡看看，世上有很多建築、畫作，以往只能在書裡探訪的古蹟、能親眼見到是很令人興奮的事情，但不可能在24小時內全部都看過，所以上述能去的地方都要去，接著還要去找交情最深的朋友聚會、聊天，最後回到溫暖的家，希望最後能跟家人在一起。

最重要的人、事、物，不想等到最後再來決定，在我的人生中、經歷過很重要的一件事、在國小六年級時，我從被霸凌時學到自我堅強還有傷害他人所造成的傷害，所以長大後才更看得清怎麼保護自己也珍惜與他人相遇的緣分，我只是個普通的學生，但、我了解"死亡"、還有"珍惜生命"這兩個詞語的意義，每一天我都會選擇快樂的過，雖然人生有喜、有悲、有哭、有笑，但我要選擇、「我這一生會過得很值得。」這條路。

羅絲釘
23歲
學生

如果只剩下24小時

「如果只剩下24小時」，當我思考這件事時，不禁想起在我小學六年級，寫過一篇文章登上校刊，標題是「當我只剩下三分鐘的生命」。

那時還是小六的我，在文章裡寫道:「我要告訴大家，我即將要去遙遠的地方旅行，而且是有去無回的旅行。而我現在要開始收拾行李，那就是對你們的回憶，將陪伴我一起去旅行」。這已是十年前的事了，如今，十年後的我將面臨類似的課題:「如果只剩下24小時」，這時我的心態還跟十年一樣嗎?還把死亡看作一趟旅行嗎?我細細的思考，終究否定我小學時部分的價值觀。就現在的我來說，死亡是未知的，是有恐懼的。沒錯!比起孩提時代，當發現自己的時間越來越少，就比以前更加害怕死亡。這或許不是一個好現象，如同那純真受到了現實的摧殘，然而正因如此，在面對死亡的恐懼之下，才能更加體會生命的有限，且更為珍惜。

如果說以前我把死亡看作一趟旅行，那麼現在我則認為人生才是一趟旅行。一般而言，一趟旅行的結束是回到家的那一刻，現在我將死亡作為旅行後的歸宿，面對人生，則是要尋找這趟旅行的意義。沒有人喜歡空無的旅行，旅行總是在追尋，就像有人追尋平靜，有人追尋刺激。然而，多數人在旅行的最後一天，當踏上回家的路上時，不管過程精不精采，心裡總會閃出如夕陽西下般，讓人感到一股惆悵與空虛，因為這意味著結束，而結束前，又總會讓人想在最後留下些甚麼。來到最後一天，我在想我到底能做些甚麼?我還想做些甚麼?也許我甚麼都做不了，因為一天的時間根本不夠用，也許我還能做很多事，做一些一天之內能做完的事。

但我想做的事能在一天之內完成嗎? 有些事情顯然沒辦法完成了，剩最後一天，我沒辦法再出國旅行，沒辦法寫完那本未完成的書，沒辦法看到前天種的種子開花，沒辦法參加兩天後的聚會。剩最後一天，我想，我能做的就是吃一頓平常吃的午餐，也許今天的菜會比平常豐盛些。唱一首平常唱得歌，也許今天的合聲會比平常多一些。在休息前打掃一下自己的房間，也許今天房間裡的人會比平常多一些。最後，在我睡前，也許是睡前的三分鐘，會有一雙手緊緊握住我。這時，我就會在那雙手的主人耳邊親親地說：「謝謝你陪我走了一趟旅行，我要回家了」。

蘇亞
21歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

我實在難以一一列舉想做的事，若是細數下去也許會用罄24小時；但能肯定的是前一晚我定會失眠，翻來覆去隔不了多少時間又上下顛倒換枕頭，末了忍不住睏意而沉沉睡去。

那隔天醒來，我想做甚麼?

我會像平常一樣過完那一天，好似往後悠悠而時光芒苒還有數十年。

和家人共享三餐，但絕不會是猶大的背棄讓我夜半後與世長眠；和家人拌嘴，但絕不會是明朝的文字獄讓我夜半後噤若寒蟬。所見

在睡前和往常般，對他們說：「爸媽還有小弟，晚安但是我愛你們。」他們會笑嘻嘻說我好肉麻會戲謔會故做戲劇化表情，但我會很想哭地想起小王子和狐狸分別的場景，因為小王子最後馴服了牠，在牠心中小王子不再是千千萬萬個男孩的之一，而是能透過心描繪出那缺一不可的美麗意義。

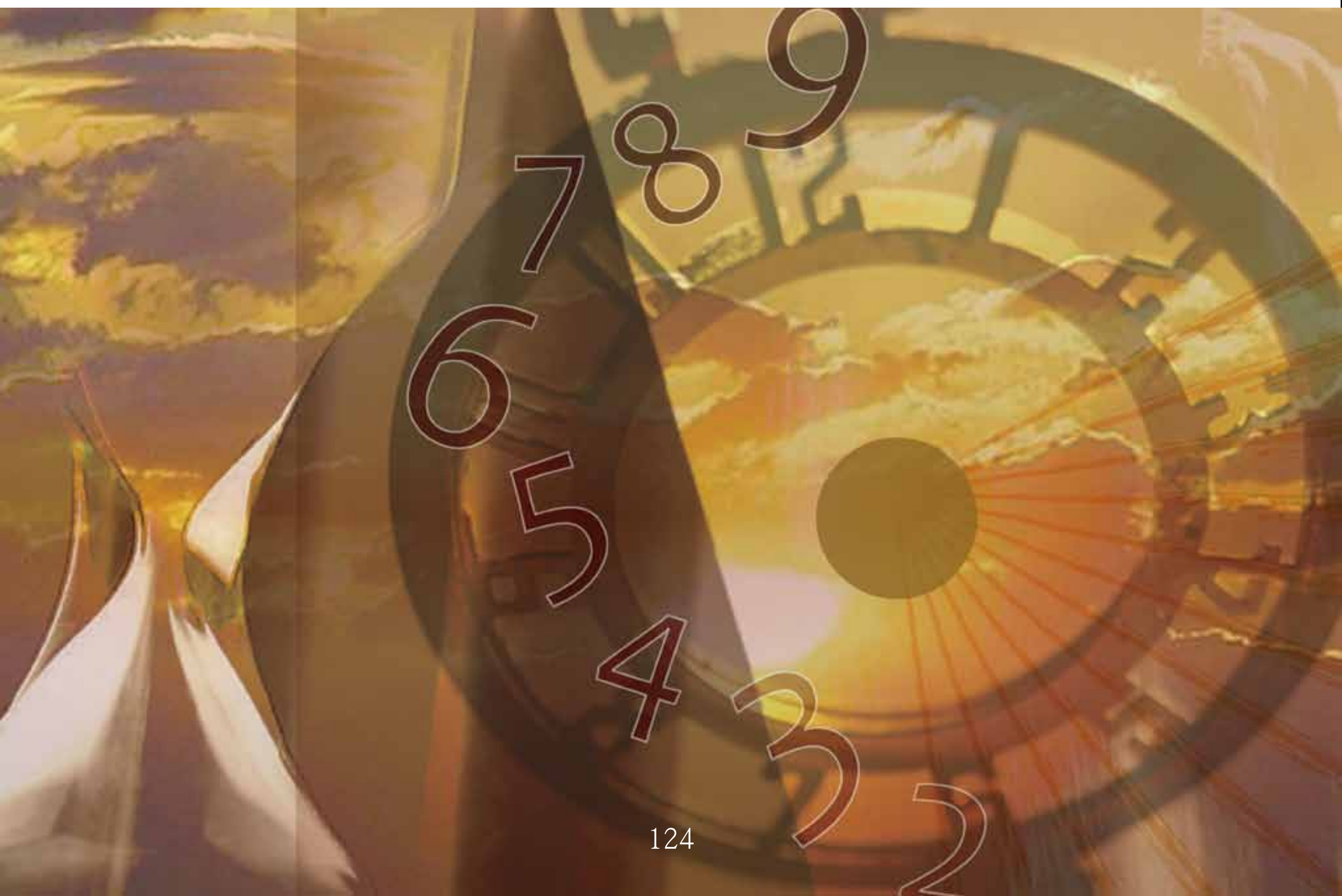
我會像平常一樣過完那一天，好似往後悠悠而時光芒苒還有數十年。

可是沒有了今晚就結束了，但所有所見一如平常。

說到底的我只是想感受看看，在死亡前是健康無苦痛的活著，或許猜測的是外婆死前的感覺，她在疼痛與呼吸困難下嚥了氣，而斷氣前永遠是輾轉難眠和恰似無境的迷宮於白日盤旋。一個人待在幾近說不出話的身體，究竟會想什麼？連復原都談不上只是倒數般的算著日子，那時候我一直認定她會好轉起來，無論情況幾次都危急萬分，所以從沒想過她會走得如此失準又如此如預想的安排。

我只想過平常的日子把，然後餘下時數用罄，活著是健康不讓人擔心，這樣在我離去時，家人會知道我是不受過苦難的靜靜熟睡。

26~30歲



ARIEL
27歲
國貿人員

在人生最後24小時戰勝猶豫

一直以來，我都是個猶豫的人。對小至午餐的口味猶豫，大至是否放棄現狀、追求夢想更是猶豫。有的決定五分鐘就可以做出、有的長至一年也想不通。我在各種想法中間感到徬徨、難以抉擇--是不是該這麼做？要顧慮一下現實？應該省錢一點？這樣做別人會怎麼想？種種顧慮化成各種聲音在我腦海沸沸揚揚，讓我不得安寧。這樣的我若只剩下24小時的人生，我一定要逼出魄力做阿莎力的決定！

醒來後，我不要花費時間想是不是要多睡點美容覺？還是早餐要吃什麼？或是要不要等太陽小一點再出門……？我要第一時間回到爸媽面前，親口告訴他們，我好愛他們，雖然和他們經歷的喜怒哀樂還不夠多，也還沒有好好孝順他們，但這輩子我最愛他們！說出心底話的我會感到坦誠的快樂。

在也許是這輩子雙眼最清明、思緒飛快、最敢下決定的時刻，下一步是解除我緊繃的金錢觀。我不要再同以往對存款簿數字乾瞪眼，在心裡怨懟自己花太多存太少，應該聰明點做些投資而不是靠銀行升利息，或是早該拿這筆錢出國好好見世面……. 我要將一半的錢捐給社福團體，剩下的一半買旅遊行程送爸媽去嚮往許久的張家界一趟。我將因為我大膽快速的決定感到驕傲。

兩袖清風也沒有眷戀之後，我要安心步入人生的最後半程。我要穿上最喜歡的那件裙子--不是朋友說我穿起來最好看的那件、也不是花費最高的那件、更不是店員說最襯我膚色的那件，而是我發自內心最喜愛的那件白色裙子！然後，走向我嚮往許久的那間牛排餐廳，點一客我最感興趣，而不是標價最低、或是服務生說最熱賣的那款牛排，好好品味一次我欽點的滋味！也許最後我會因為口味不理想感到氣餒、或突然想吃火鍋，或突然想到紅肉不環保，這些都無妨……我也不要再突然擔心起吃完會不會變胖？吃完是不是該去運動？或是，吃完大餐我月底就要吃泡麵了！

在這人生最後24小時，我只要真真實實做我自己的主人就夠了。

CHA
26歲
研究所學生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

人生只剩下最後一天，即倒數最後的24小時，人生已經無法再往前邁進的此時，只好回顧自己一生過往的林林總總，伴隨著回憶推移到自己有記憶的最初時光，想起幼稚園時的我，總是坐在客廳腳踏墊上面，透過一格格網格的紗窗向外看著媽媽細心又勤快的晾著衣服，那時的生活總是眼睛緊緊跟隨著媽媽，彷彿世界就是繞著媽媽旋轉和運行一般；小學低年級只上半天的時候，總是小手抓著媽媽的衣服，眼睛直視著媽媽的背，當個坐在媽媽腳踏車後座的買菜小跟班，而不知何時，逐漸長大的我，國高中甚至大學之後，除了媽媽和家人們外，生活周遭還出現了許多個時期陪伴成長的同學朋友們，想起過往的點滴，嘴角還會不時上揚。

也許無法改變生命只剩最後僅存的24小時，但我想藉由回憶滿足自己心靈的空洞，也算是自己對自己生命的回顧，接著我會嘗試去聯繫所有在剛剛回憶中出現的人，和他們一一的告別，感謝曾經有他們陪伴的日子，感謝他們豐富了我的生命，也期許他們能珍惜活著的每一天，盡力的去做任何事，如果有夢想也盡可能去追尋，以免當生命走到最後才覺得空留遺憾。最後，我想緊緊擁抱我的家人朋友和另一伴，希望藉由最後的擁抱將體溫的溫暖化做永恆的回憶，陪伴他們能心暖暖的好好生活著。

MARS
27歲
國外研究員

如果只剩下24小時，我想跟爸爸說

第一幕:
她搭著爸爸的車前往機場 ，她低頭看著自己最喜歡的那把傘，傘骨已經被折斷了。臨走前 ，她重重的將車門關上，她抱怨爸爸弄壞她最喜歡的傘 ，爸爸意外的動怒 ，他說：不過就是一把傘 ，有必要生氣那麼久嗎 ？她瞪著爸爸許久，最後 ，他們沒有擁抱 ，沒有道別 ，就這樣 ，她頭也不回的走進機場。
第二幕:
她扁著嘴，內心還是氣 ，默默搭了20個小時的飛機到了歐洲 。她看到好多新鮮的事物，認識好多新朋友，她漸漸忘記那把傘 ，也忘記爸爸 。
第三幕:
爸爸回到家裡，爬上頂樓，翻開女兒小時候的照片 ，他突然發現，懷抱中那個小女孩 ，已經長大 ，飛到他無法觸及的地方 。爸爸拿起那把壞掉的傘 ，靜靜地打開工具箱 ，試圖修好它 。
第四幕:
歐洲的天氣多變，某一天下雨了，她想找出那把她最喜歡的傘 ，才發現傘不在身邊 。她突然想起爸爸 ，想起那一天 ，爸爸會不會是不捨她的離開 ？ 爸爸會不會難過 ？ 為什麼要為了一把傘而吵架呢 ？
第五幕:
這一天，她接到電話通知 ，爸爸心臟病發作，病危 ，她搭上最快的飛機想馬上趕回台灣。在飛機上她緊緊握著圍巾，眼淚一滴一滴的掉下來。那20幾個小時的旅途中 ，她在飛機上想起小時候爸爸帶她去看恐龍展 ，她害怕得哭了 ，爸爸摸摸她的頭 ，告訴她 ，爸爸小時候也害怕恐龍喔 ！我們一起跟恐龍當朋友吧 ！她想起 ，爸爸為她解釋宇宙太陽系 。她想起 ，當她生病時 ，爸爸抱著她到醫院 。她想起 …
終幕:
她奔跑著趕到醫院 ，發現爸爸戴著氧氣罩 ，床畔放著她那把傘 。那把已經被修好那把傘 。她握起爸爸虛弱的手，將它放在臉頰旁說: 爸爸對不起。

REBECCA LI
27歲
宗教團體職員

如果只剩下二十四小時，想做什麼事?

當生命進入最後倒數的二十四小時，這一天也強烈感受到人生的跑道即將抵達終點，再幾個步伐就完成人生的個人賽程，心想自己是否真的完成了該盡的本分? 想做的事都做完了嗎?得好好規劃這黃金二十四小時。

每個人的二十四小時，若不仔細去算還真無法感受到它的珍貴性，在最後的二十四小時，我切畫了三等份去使用，百分之五十我將留給與我最親愛的家人，婚後的我，彷彿瞬間了解許多人生的道理，那就是父母家人對我的付出及愛，讓我明白要成立一個新家是多麼的不容易，養育孩子是要花費多少的金錢、心思及體力等等無法用文字描寫的愛，將百分之五十分給家人感覺起來很多，實際上也只不過是十二個小時，所以要趁著還有今日，我會多陪父母、公婆、先生等家人並且常常關懷他們的近況給予協助。

第二部分的六小時，我將保留給我身邊默默關心給予支持的好朋友們，也許因為距離的關係而無法面對面談話，以電話、簡訊或是E-MAIL方式告別及感謝過去的照顧，其中也更要安慰他們別過於傷感，反而是要更珍惜當下，讓自己生命的每一刻都是做有意義的事情，朋友在我們生活中時常給予我們很大的歡笑，但有時也會有爭吵或是誤會的事情發生，若在最後階段這個大心結還未解開，一定要去化解，人生很短暫，當我們的生命消逝那刻，其實那些愛恨情仇也瞬間的消失，這點也是我正在學習的功課，我也必定要做好這項人際的功課。

最後一部分就是將自己的內心做好準備，我帶著無愧的心回去天家，面對我所相信的神，當我做好了以上的事情，我想我的臨終的心必定是很平靜安穩，曾經聽一位朋友分享，她比起婚禮，她更願意去參加告別式，因為在那當中，活著的人可以思想人生這個課題，並且內心時時都有所準備，做對的事情、愛自己的家人、熱愛工作並且負責到底，最後要更愛自己多一點，讓自己處於在正向的狀態，過著喜樂的每一天。

MICKEY
28歲
貿易

〈THE LAST DAY〉

打開水龍頭淋浴，早上七點半，這是我人生的最後一天。終究是因為怵惕恐懼，所以醒來的特別早，透過起霧的鏡子望著滿臉刮鬍泡的自己，一張驚懼而顯得憔悴的面容，死亡的窒息感大舉逼近，濃稠黏附在心坎深處，掐得人喘不過氣。死亡帶來的邏輯相悖是難以調和的————其痛苦的根源，並不來自死亡本身，而是人活著時還能意識的悲苦痛楚，畢竟已逝之人是無從畏懼的。

「你就要死了啊…剩下24小時而已，如果能夠的話，誰可以暫停時間呢？我是說…如果能夠的話。」關掉熱水，霧氣消散後的鏡面反射時鐘，秒針機械式向前奔馳，並沒有因為我的哀求停止運作。

我下樓買了報紙，頭版的新聞依舊充滿紛擾腥羶，過去總會掀起心底一陣波瀾，左派或者右派，帶著搖擺不定的立場剖析評論，猶如切身權益被侵損云云。如今，卻也只像個局外人莞爾一笑而已，直到現在我才恍然大悟，不該把美好人生消耗在無關緊要的批判論辯。蘇格拉底不也死了嗎？化成灰燼，死了個徹徹底底。我想，讓人不經意地，再三忽略「思索死亡」這事兒的關鍵，恐怕是害怕自己會發現什麼。

煮沸的咖啡壺在爐上咆哮，我咬了一大口可頌，鮮黃的柳橙汁逐漸沉澱，犒賞自己一頓還算豐盛的早餐，要迎接什麼重大的關隘，舒緩一點總是好事。打著赤腳走進工作室，冬天的台北既潮濕又冷，透過玻璃向外遠眺，企業廣廈林立，晦澀死寂的水泥森林毫無生氣，看來總覺得晦澀不堪，也難怪自己老往羅馬和巴黎逃跑；沒想到臨死前，卻意外對這圍城感到依依不捨。牆上滿佈的獎盃跟表揚狀，現在看來都顯得格外揶揄諷刺；「死亡」讓名片上的頭銜不再具有意義，成就事業的人脈成就不了我的生命；資產淨值再高，也高不過「活著」的可貴，動產、不動產都無一倖免，心靈跟生理的定義，也毋須再爭執。

辦公桌上，我列了一張清單，寫滿要道別的朋友們，親手撥通電話號碼，許久不見的喜怒哀樂，從通話筒的對面滿溢過來，惋惜的是，我錯過了一些朋友的葬禮，我安慰自己總會如此的，公車走了一班，還會有下一班。我感到行將就木的疲倦，翻閱手邊一本插著書籤的舊書，看到過去的自己用筆畫下，那早已被遺忘珍藏的詩句————「我們是死去的人。不久之前，我們還活著，觀看夕陽的餘暉，我們有愛，我們被愛。而現在，我們在法蘭德斯的田野死去。」

多美的詠嘆啊，自言自語闔上書本，我想，我是沒有機會讀完它了。

我準備了一套西裝跟襯衫擺在床的中央，雙排釦的合身款式，手肘有愛爾蘭獵裝的防磨補丁。其實，我從未穿過這套西裝，連摯友結婚也不破例。雖說沒有人硬性規定，過世時得穿著體體面面，火化也就成灰，歸於塵土。大底我只是不想造成任何人麻煩，獨自走入未知甬道的彼端，或地藏菩薩，或撒旦，或閻摩的審判面試。

下一頁

無神論者如我，這麼寂寞，又該往哪裡去呢？

真好，我沒有忘了妳，我把頭依偎在妳肩膀，旋轉的摩天輪上，我們俯瞰一整片延伸到市中心的繁榮閃爍。妳親吻了我的額頭，我感謝妳在離婚後還願意來見上我最後一面，並賦予了安心的別離，生命衰敗的速度總是比人們預料的快上許多；就像妳的美麗凋零了，我們倆婚姻失敗了，樓去人空了。

我，憑什麼置身事外？

回到家，已進入生命最後倒數的階段，時間緊迫，我趕忙換上先前準備好的西裝，一面別上袖扣，一面捻香，祭拜早已仙逝的父母，每個迎接死亡的步驟，其實都和平日生活的動作相差無幾，真正造成內心衝擊的，是同一個動作，在當下湧現的不同感受。過去，我上香感念父母養育之恩，今日上香則是憂喜參半，憂得自己一身孑然的死去，喜的是親子終將在冥土彼岸相見歡。兩老的遺照泛黃，生命的共相、殊相，是因為每個人都將繁花落盡，我們才知道死亡，還是死亡的絕望早已充斥瀰漫，我始終不知道答案。

「會有人來幫我撿骨嗎？」我躺下，眼前漸趨模糊。

「別想了，孩子，就樣子睡去吧。」祂現身，風塵僕僕的模樣。

「我想知道有誰會來參加我的葬禮？」

闔上眼，這樣就夠了，祂說：「你會知道的。」

於是我放手死去，就像每一個正在閱讀的你一樣平靜。

PEY
27歲
商品開發

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

——倒數20:25

書櫃旁散落一地的紙張與書籍，是我半小時前翻找留下的殘跡。此時我正把一張筆跡泛黃的紙條，靜靜的壓在書桌前，抱著我的吉他，對著鏡頭按下錄影的按鍵。

「當你看到這段影片，也許我已經不在了。我知道這段話聽起來很怪，但我想說的是，我希望有人能夠聽到我的創作，然後幫我完成它。我曾經因為某些原因，失去完成它的勇氣，它是一段還沒有被填詞的曲… …」我不自主的露出了尷尬又僵硬的笑容，畢竟現在鏡頭裡的我看起來活脫像個傻子一樣！一個默默無聞的素人，拍影片上傳到YOUTUBE，希望地球村上的人們發揮友善的愛心，一起幫她完成歌曲接力遊戲，聽起來就像個爛到極點的芭樂劇。但是除了這樣，我想不到還有什麼更好的辦法！我的時間正在一分一秒消逝，再猶豫遲疑下去，就真的什麼都沒了。「DA LA LA LA～DA LA LA LA LA DU LA LA～」閉上眼睛哼唱著，世界一片黑暗，只剩下旋律飄盪在空氣中，彷彿也把時間推擠到了7年前。

「鈴！！！！！！！！！！！」

「這位同學，你可以下台了。」睜開眼睛，是三個穿著西裝，面無表情的評審坐在台下。我才唱了三句阿！這是我第一次鼓起勇氣拿著吉他，站在台上唱我的歌，但是… …我慌亂失神的走下台，一雙小手把我拉到了一旁。「妳的麥克風根本就沒什麼聲音阿！在台下根本就聽不到什麼！是音響的問題啦！」聲音聽起來比我更加慌亂的，是我大學室友小英，她是第一個鼓勵我上台的人，每當我在宿舍練歌時，她都是我最好的聽眾，我們都很喜歡創作型歌手MISS CHEN，是她說我絕對可以成為第二個MISS CHEN。我突然有點羞於看到她的眼神，我覺得自己好丟臉，什麼不成氣候的創作，還敢拿出來代表系所參加跨校的歌唱比賽，真是瘋了我！「我可能，不適合唱歌吧。」我用細微到不行的音量吐出了這兩句話，眼神飄過小英，不敢稍加停留。但我意識到，我所說的話彷彿默默的把我倆從水平線上狠狠扯開，在那之後，我們就很少再說話了。

——倒數12:00

感謝如此進步的科技，我把錄好的影片後製以後上傳到網路上，花不到一小時。透過FB的貼文轉貼，影片的點閱率開始慢慢爬升。這個曲埋在我的書櫃裡7年了，從那次歌唱比賽以後，我好像就把內心裡那個有創作能量的靈魂，鎖進深不見底的箱子裡。從此人生就是剩下讀書、考研究所、再讀書。獲得名校文憑，看起來風風光的，可是只要回想到那次上台的回憶，就會不自覺的顫抖，沒有勇氣去面對那個被緊鎖的靈魂。

下一頁

現在我這個把歌曲公諸於網路世界的動作，也太不像這幾年的我。但是當我知道自己只剩下這些時間的時候，我真的怕… …怕什麼都沒有留下，從此就消失在其它人的記憶裡。反正就算有毒蛇網友給惡評，把我的創作罵到翻，我也不在乎了，畢竟12小時後的我就要消失在這世界上了，拘泥於那些小人的耳語也太可笑！我只想要有人能聽見真正的我、完整的我、靈魂被釋放的我。只要有一個人懂，我就心滿意足了。

——倒數03:23

手機突然響了起來，是一通不知名的來電。「喂？你還記得我嗎？我看到妳的影片了，妳真的唱得很好。」我記得！我記得那真誠的語調，我記得那溫暖的小手，我記得那曾經錯過的眼神：是小英。

「我就說你就是這塊料！你知道嗎，那次你參加比賽，因為一點小失誤就像喪家犬一樣，我真的好氣你，你明明就這麼有才華，為什麼不相信自己，我真的不知道該說你什麼了！」電話中小英的聲音越說越急促，到最後好像哽咽了起來。我的眼眶也不自覺的被溫熱的淚水覆蓋，斷斷續續混著啜泣聲的對話，曾經破碎的回憶慢慢的重組了起來。

「小英，對不起… …謝謝… …我真的很對不起你… …」「現在說這些有什麼用啦！你影片裡說你可能已經不在了是什麼意思？哎！你看一下！！！MISS CHEN有回覆影片也！！！天啊！！！」我的腦袋還在緩慢分析著『MISS CHEN』這個單字意義時，右手已經下意識的點開了連結。MISS CHEN抱著吉他坐在螢幕的那一端，她看起來是多麼從容自適，和影片原始檔的我那副蠢樣真是天差地遠。

「我從創作者的眼神中，感受到這首歌的誠摯、熱情、夢想，這首歌很美，所以我也配著旋律寫了一段詞，和大家一起分享。」MISS CHEN的手靈巧的在琴格上動了起來，她悠悠的張開了口，用她獨有的口氣唱著。添加的幾個修飾音讓歌曲的轉折更加流暢，我屏息的聆聽著，世界也彷彿停止了運轉。從沒想過有這麼一天，淚水再度遮蔽我的視線，是委屈、是困惑、是訝異、是懷疑，我不自覺的顫抖著，回想著跟這首歌有關的曾經，MISS CHEN的歌聲漸弱，慢慢消逝而去。

——倒數00:00

SANDY
27歲
幼教老師

如果只剩下24小時，想做什麼事

如果生命只剩下24小時，想做什麼事?我想大聲的對自己所認識的人(家人、朋友、同事、敵人、情人...等)說：「我很愛你們」。謝謝你們走進我的世界中，因為有你們使我的生活過得很精彩、很豐富。謝謝你們帶我走遍各地、嚐遍各地的山珍海味。我會用所剩的生命來陪伴你們，直到最後一步。我們沒有辦法預知未來，因為人生如戲，戲如人生，誰也沒辦法預知下一步會發生什麼事，只有努力的過活每一天，創造每一天，只要活得漂亮、活得精彩，才能讓自己創造出無限美好的回憶，讓我們一起努力的活出生活吧!不要因為我的離開而難過，我只是化作天使陪伴著你們。或許我只是短暫的離開，總有一天我們會再相見的。

小天使
27歲
自由業

如果只剩下二十四小時，想做什麼事?

若生命只剩下24小時
倒數第23小時, 盡情呼吸周遭新鮮的空氣
倒數第22小時, 跟親近的家人聊天
倒數第21小時, 看有趣的書籍
倒數第20小時, 好好吃頓想吃的美食
倒數第19小時, 撫摸心愛的寵物
倒數第18小時, 把收藏已久的收藏品拿出來觀賞, 再放回去
倒數第17小時, 外出散步, 並將美景拍照留念
倒數第16小時, 在紙上畫畫和填寫文字, 完成一件圖文並茂的作品
倒數第15小時, 將電視打開, 看好笑的節目和感人肺腑的連續劇
倒數第14小時, 打開電腦, 聽好聽的線上音樂
倒數第13小時, 跟朋友玩撲克牌
倒數第12小時, 將塵封已久的服飾都拿出來一一試穿, 並一邊照鏡子說怎麼這麼好看
倒數第11小時, 到便利商店買零食, 順便愛心捐款一下
倒數第10小時, 衝進浴室洗個舒適的溫水澡
倒數第9小時, 拿起乳液按摩全身的皮膚
倒數第8小時開始, 躺在床上等待著睡著, 直到時間結束
生命快結束的一天, 也別忘了享受生活, 24小時是短暫的一天, 但也是精采的一天

小雨
26歲
行銷企劃

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

走進誠品買下那個昂貴的信封與鋼筆，散步到轉角的那家咖啡館，點一杯最愛的焦糖瑪琪朵，寫一封信給曾在我心裡留下淡淡痕跡的每一個人，僅用一句詩道盡我的千言萬語。那句詩會很短很短，夾雜著多年來我複雜埋藏的情緒，卻沒有絲毫的造作矯情，因為這是最後一個能夠據實相告的機會，用生命中最後的幾小時，對你們坦白，也給自己一個交代。

將信封與提款卡放在爸媽的書桌上，附上提款卡的密碼，再走到離家最近的醫院，趁著最後能夠任性的機會，簽下這輩子最重要的簽名- 器官捐贈同意書，用生命中最後的24小時延續別人正在倒數的24小時…….

當夜晚來臨，我會邀請一直沒能夠介紹給父母認識的男朋友來家裡用餐，穿他最喜歡的那件碎花洋裝，努力的維持用餐的氣氛，讓父母中意眼前這個我原本渴望托付終生的男人，餐後游說大家拍下一張即可拍，好讓我能夠為自己準備一張笑得最美、最開心的照片，你們之後才不用煩惱沒有照片好挑。

最後剩下的一小時，我會回到自己的房間，看看那些生活過的角落與存在的證明，整理一些想一起帶走的東西，把長得歪斜的仙人掌移到陽台，讓它重新接受陽光的溫暖，抬頭看看今晚的夜色好不好，吹吹風喝點小酒，回到最熟悉的房間，好好的睡上一覺，關掉永遠在早上八點響的鬧鐘。

小草
28歲
自由業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

那一年我們分開了，你回到法國，留我在澳洲。為了能和你在一起，我提早結束了我的旅行。我們說好了，一起去德國。回到台灣的我，興高采烈地準備前往法國與你見面。那是情人節，你三十歲的生日。電話中我聽見你爽朗的笑聲，這頭的我卻哭著請你原諒我。我的愛呀！對不起，請給我一點時間留在台灣陪爸爸媽媽。我去不成了。你說不，不會吧！你問我需要多久的時間，「兩年，好嗎？請給我兩年。」兩年後，我來到了法國，你問我這次是否願意留下呢？我說：「再給我一些時間好嗎？就快了。」

一直以來，支撐我活下去的力量，就是為了等待那一天，不顧一切的飛到你身邊。

在你要來台灣之前，你對我說你已經遇到了另一個人，你感到很抱歉，你不能來了。環境改變了我們，你說這不是我們的命運，只是我們誰都無法知道在一起的那一天，何時會來到。

從不曾埋怨你，你對我是這麼的好，一直想著如果只剩下24小時，我想做什麼事呢？

這24小時裡，從台灣飛到法國的時間已用去了18小時。在這18小時裡，我會好好的想你，把我們的過去寫成詩、寫成小品。思念你的分分秒秒就如同和你在一起。

剩下的6小時，能不能讓我緊緊的牽著你的手？一起漫步在塞納河畔，坐在聖母院旁的階梯上吃著馬卡龍。最後，回到北法里爾，在那間你成長的屋子裡，訴說著我們的地久天長。

左岸印象
26歲
學生

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

＜一般人想做的事＞

審視平常人夢想做的事，猶如繁星數不清，有的夢想賺大錢、有的夢想環遊世界，而讓我們存在這些希望的原因是，我們認為自己的生命，還擁有不止一天的時間。

假設，生命只剩下24小時，沒有人還想環遊世界吧？人之將死，不想客死他地，但求葬於故鄉，回歸到屬於自己的地方；還會想上班嗎？除非是救難、醫療等職業，能在生前固守崗位，則是為社會鞠躬盡瘁，我們向這樣的人致最高敬意，能有如此情操之人卻寥寥無幾。

死前千萬別顧著賺錢，古希臘國王亞歷山大，國富兵強擁有無數財富，他臨死前囑咐道：「死後要將我的棺材兩邊，鑽開兩個圓洞，將我兩臂兩手放在棺材外，為要喚醒世人，空手來到世界，仍舊空手離世，一切榮華、富有、皇宮、美女、金銀、財寶、盛譽、美名，一點也帶不去！」誠如其訓示，錢是帶不走的。

＜我想做的事—懺悔與感謝＞

而我一介升斗小民，認為人要走無牽掛、走得逍遙自在，我欠錢還錢，別人欠我錢，死都不還就算了吧！而曾與誰過節所欠的道歉，看在「人之將死，其言也善」，讓我能賠個不是。

曾受惠於誰，也該一一道謝，人生路上的貴人、友人、兄弟都道謝完，一天也接近尾聲，最後應該陪陪父母，最該感謝的大恩人，沒有他們，我就無法到這世上，感受人間冷暖，踏入並享受生命之旅，雖然無法健在，竟讓長輩送晚輩，但至少在雙親面前，讓他們看過我這輩子的來臨與別離，而我有簽下器官捐贈，將把父母給我的身軀—他們的愛，遺留人間。

伊凡
30歲
自由業

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

早上起床，和家人一起到田裡抓抓菜蟲，追憶童年，好像很久沒有一起全家總動員。還記得…每年春天都會種些高麗菜、花椰菜、青江菜；夏天則要整理棚子，種冬瓜、絲瓜，更要準備整地；秋天可以種很多菜，包括韭菜、地瓜葉等；冬天栽植番茄、草莓。

接著，約三五好友閒話家常，如同過去一般，聊聊過去、談談工作、分享對未來的期盼。

再花兩小時，開車帶家人到枋寮海邊的「觀海亭」看海，天氣好也許還能遠眺小琉球嶼，或看到偷偷摸摸的小螃蟹。

傍晚，和家人在家中陽台欣賞晚霞後，把場景拉回餐桌，笑談生活趣聞。

趁著安靜的夜晚，把最喜歡的書細細品讀。最後，靜靜躺在床上，榻榻米…這個從小陪伴我的味道，今晚一定能睡得又香又濃，肯定有個好眠！

佐雲霏
26歲
自由業

如果只剩下24小時，我想回到最初的起點

當時間慢慢倒數時，那些時光回憶瞬間瀏覽一遍，最後的24小時。早知道當初就這麼做，只可惜現在說這些也無濟於事了。因為我只剩24小時了，整理了一些簡單的用品放進包包裡，往著高鐵站出發，我想迅速返鄉，一刻都不想浪費，我想見家人，在這最後的終點再見一面也沒有什麼遺憾了。返鄉的路途很沉重，我無法分辨是行李的重量還是內心的恐慌讓我備感壓力，一切來的太突然，任誰也無法接受這突如其來的消息。到了久違的故鄉，風景依舊，不時聽到鳥叫聲，兒童嬉鬧的聲音，沒錯！這是我的家，我的避風港，微微傳來陣陣的海風，還帶著那麼一點鹹味，我很喜歡這個感覺。一進家門，我看到爸媽，一種說不出的鼻酸感，讓我的眼淚不禁流下來，爸媽看到我很高興，終於，這個浪子回來了，我很後悔沒有好好陪著爸媽，我想跟他們說聲對不起，原諒孩兒不孝，現在我只剩這麼一天了，我要好好珍惜。我跟爸媽聊了很多，好像從來都沒聊這麼多話，似乎把我這好幾年的故事訴說一番，像在欣賞一部電影一樣，非常精采。我很後悔當初沒能好好盡到子女應該有的孝道，我只能用這最後的24小時陪伴家人，珍惜我的最後一站，下輩子我還要再當你的孩子，而我下輩子一定會好好孝順你們。

吳昌憲
30歲
學生

如果只剩24小時，我盼與家人同在一起

如果沒有親愛的父母親，我不可能活在這世上，體驗人生的奧妙；如果沒有兄弟姊妹的陪伴，我的童年將是多麼的空白。

然而人生總有生老病與死，如果今天僅剩24小時，我只盼望能與家人多相處一點點時光，或許啖些從不曾吃過的美食，或許一同到一個不曾去過的地方，然後將不曾說出的話，勇敢地表達。

我想在那時，我一定會痛哭流涕，感謝父母之恩，兄弟姊妹之情，我真的很愛你們，如果有來世，希望我能再做您們的親人，彌補過去的不及之處。

貝加加
29歲
客服人員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果你/妳的生命只剩下24小時，你/妳會想做什麼？

人在英國的貝蒂：我會立刻飛回台灣陪我媽媽

看到這個問題時，我第一個想到的是家人，在生命最後的時刻，無論如何，都想要跟最親愛的家人一起度過。

注重身材卻又嗜美食如命的琳達：我要大吃特吃！尤其是平常很想吃又不敢碰的那些甜食，反正也沒變胖的時間了。

然後我希望可以享用全世界僅此一味的母親的手藝。

自稱宅男的小恩：要去一直想去或是喜歡的地方走一走，然後獨自到山裡等待最後的時刻。

但也許，在最後的最後，我會想要與自己對話，追求身心內外的絕對平和。
一個人來，一個人走。

最後，在人生分水嶺的生日這天，我想著：生命中的最後24小時，我要告訴每個我愛的人，我愛他們。並且盡可能協助他們達成各自懷抱的那些樸實的、異想天開的，或大或小的願望。因為我想要看見他們的笑容，然後和他們一起發自肺腑的大笑。
是的，親愛之人的笑容，是我會努力爭取的最後回憶。
有了這樣的認知，即使面對生命的倒數，我也能微笑以對。

金門仔
28歲
教師

如果只剩下24小時...

若命運捉弄，時間珍貴的只剩一天，我將選擇回歸。離開台北，前往摯愛的金門。我會以最後的體力登上太武山，鳥瞰整個島嶼，或許還能望見遠方的大陸。我會在山頂的海印寺佇立，雙掌合握，虔誠的呢喃，吐出我對這片土地的愛戀。將身上僅存的紙鈔擲入香油箱，化為與旅人結緣的素齋。最後悄悄的至一顆大石旁打坐，回憶宛若浮光掠影的一世。

阿愷
28歲
進修部學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時…
在使人麻木的時間洪流裡，默默的，我28歲。
人生除了經驗，什麼都沒有累積。
夢想早以被束之高閣，口號流於不足的行動力。
有愛，有恨。有自由。
應該負擔的責任，不被要求負擔的責任。
我的人生，已經選擇在28歲，重新開始。
如果在這個時刻，我只剩下24小時。
我會和我單身的朋友一起成行。
開始另外一種開始。
拋開人生的，換上找尋自我的。
我們會立即到台北機場買兩張到巴黎的機票。
在14個小時的距離中。
在另一個國家哀悼。
如果幸運的話，
馬上就可以登機。飛機沒有延遲。
我們還有10個小時可以擁有。
時差的不適感，在有限的時間裡應該很好克服。
到達戴高樂機場的那一刻，
我應該會開心的抱著我第一眼看到的陌生人。
親吻著我的好友。
開始最浪漫的法國之旅。
曾經旅行巴黎的夢想，我卻留到了最後24小時才履行。
我想我臉上只剩下了一抹微笑。
一抹幸福的微笑。
也算不後悔的人生到此一遊吧!

阿楊
27歲
補習班老師

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

我愛你
我愛你，愛到不能自已
可是你卻毫不知情

我愛你
愛你的氣質
愛你的涵養
愛你的幽默
我愛你
愛你的不修邊幅
愛你的偶爾粗口
愛你的吞雲吐霧
我愛你
甚至愛你身邊的那個她

如果可以，我想陪你喝一杯咖啡
在你最愛的咖啡館裡什麼也不做，
就看著你，一杯咖啡一本書

如果可以，我想陪你參加一場遊行
在你最關心的議題中陪你抗爭，
就跟著你，一身汗水一段爭取

如果可以，我想陪你看一場演唱會
即便是我從未聽過的樂團歌手，
就拉著你，一晚搖滾一場盡興

如果，只剩下24小時
我只想告訴你，我愛你
用這最後的時光，用盡此生的力氣，
我只想告訴你，我愛你

雨下
27歲
半公務人員

如果只剩下24小時，想留給父親最後的撒嬌

如果知道是自己的最後一天，最後的24小時，我真的想好好的陪在父親旁邊撒嬌。

大男人的父親總是和我們女兒間有種說不出的距離，那種距離明明看起來只有一腳步的距離，心裡的感覺卻好遠好遠；也許是從小的板著一張嚴肅的臉孔教育我們，也許是一段時間相隔兩地錯過了成長中最重要的時光。最懷念的記憶總是停留在6.7歲，父親還在台灣工作時每天晚上雖然都要應酬，但回家總是會帶禮物給我們，假日總是帶我們去戶外玩。隨著青春期與父親的距離越來越遠，很多話都放在心裡，很多時候因為這樣造成了很深的誤會。

在這最後的24小時裡，我想抱抱父親想像小時候依偎在他身旁，看著覺得很偉大的父親釣魚或是陪著他看著最愛的棒球，即使什麼話都不說..就這樣陪著他做他喜歡的事，因為我知道心的距離會變近。

吃著他不熟悉廚藝煮出來的料理，即使不好吃笑著說好吃看著他滿足的表情，這24小時真的真的很值得。夜晚，看著他入睡..默默期許著一覺好眠不要再失眠了，在他耳邊告訴他自己很幸福，幸運當他的女兒讓他疼，有來生還想再被他疼。

宣學
26歲
文教基金會志工

如果只剩下24小時，想做什麼事?

生命中總有許許多多的第一次，,無可幸免的是有來即有去。
還記得父親生病時，我總會在旁邊，問他好多好多問題。
我好想知道爸爸喜歡什麼，最想去哪裡，還有他的夢想是什麼？
看著他興致勃勃的眼神，我明白，那是一股內心深處的願望。
也許裝載著的夢想會因為無常而難以實現。但那一刻卻深深印在我心。
於是我問著自己……. 當生命只剩一些時間，想做什麼？
看著天空看著人來人往穿梭十字入口，每個人都有要前往的目的地。
我想生命的盡頭會是下一個旅程的開始，所以我希望我可以一直感恩的走下去。
不論到哪？就用一顆最樂觀的心面對。
讓自己變成一個更有愛可以分享給人的人。

特麗莎
30歲
新聞工作者

如果只剩下24小時...

下班回家，看到六十一歲的母親累得在沙發上打盹，她一臉蒼老，蓬頭垢面，讓我眉心緊蹙。她八年前因為脊椎手術後，行動不便，心態自卑，就此過著「宅女」的生活。

看到母親多年來神情日益憔悴，和人說話時甚至目光呆滯，記憶力更衰退得厲害，連女兒的名字都還會喊錯，讓我十分焦慮惶恐，彷彿已提前在她身上看到父親離世前的影子。我曾苦勸母親去社區大學上課、找朋友聊天、當義工奉獻，她始終強硬地拒絕我，關起門來自憐自艾。我很自責，明知道最終結果是什麼，卻無力阻止它發生。

如果生命只剩下24小時，我們能夠做些什麼？親愛的母親，或許妳覺得時間太短暫，無法計畫，那麼請先耐心地聽我說幾個故事。幾周前，我上佛學課時，認識一個同學，他大約年近五十，略帶病容，說話總像隱忍著痛苦般，不時會靜默停頓，但仍試圖露出和藹的笑容。他告訴我，他以前在大陸工作，事業順遂，精通各種職務，過著吃香喝辣的生活，直到有天身體不適去求診，醫師沉重向他宣告：「你已罹癌末期，生命只剩下半年。」他頓時陷入一片黑暗，生命無所依歸，不知道他的明天在哪裡？

「面對死亡，我們會開始思考自己以外的事物」，當他開始檢視人生時，驚訝發現自己沒對社會作出太多貢獻，生命活得並不踏實，「如果我還有餘生，每活一天，我希望為別人多付出一天，妳有什麼工作需要，請隨時告訴我，我願意傾囊相授。」他臨終的希望，是期盼善用自身最後的價值，遺愛人間。

我沒想到，佛學課所教給我的，第一堂就是生命的課題。當我們想到要作生命中最重要的事情時，往往為時已晚，但妳會說這樣的領悟太遲嗎？我衷心期盼能和他一起結業，但前天上課時，他並沒有出席，我只能默默為他祈禱。

另一個高中同學的母親罹患子宮頸癌，今年她動手術拿掉子宮，並結束令人難挨的放射治療。飽受病痛折磨的她總心懷怨懟地說，自己平時很注重飲食和運動，作息也很正常，看別人三餐不忌口又生活序亂，為什麼生病的人是她呢?

這讓我感到很慚愧，也對她的病痛很不捨，我並沒有珍惜自己的身體，卻享有這樣的福報。

我和大學同學年初聚餐時，她掉著眼淚告訴我，她的父親去年車禍，不到三天就往生了，事情發生得很突然，完全無法預測，「前腳才剛打完招呼，後腳就離開人世了」，她前三個月都以淚洗面，覺得一切只是在作夢。她的父親為人善良慈藹，她還有很多話想跟對他說，但他已經聽不到了。

七月時，我遇到一對看起來鬱鬱寡歡的夫妻在寺院當義工，丈夫陪著憔悴的妻子作愛心拼布包。我經人轉述才得知，他們唯一的兒子往生了，生命失去重心，所以來這裡療傷止痛。那位妻子，現在還是經常恍恍惚惚，無法接受現實。

下一頁

經歷這些事件，讓我開始深思，我們不能決定生命的去留，我們也無法預測命運的好壞，那麼究竟有什麼是我們可以掌握的呢？我總是期望母親妳能夠走出生命的第二春，用熱忱勇於活在當下，做自己喜歡的事情。因為妳為我們付出太多，自己卻獲得的太少，那種「獲得」不是金錢、物質上的擁有，而是生命重心與心靈滿足。妳是這麼的空虛、懼怕，所以夜夜失眠，永遠在擔憂還未發生的事情。

親愛的母親，無論人生是過得精彩燦爛或戰戰兢兢，我們都得接受生命的無常，去迎接逆境所帶來的考驗與挑戰。生命末期，妳總以為是黑髮人送白髮人，事實上，沒有人能保證誰可以待到人生最後一刻。現在妳還會覺得，24小時太短嗎？

我始終深信，只要知福惜福，懂得珍惜生命中美好的事物，即使是活在頃刻的瞬間，都不會留有遺憾。假如我的生命只剩下24小時，妳猜我的計畫是什麼？就讓我先跟妳分享吧！

第一個計畫，我會帶妳去盡情地游泳。因為在水中妳的行動輕盈自由，我可以揹著妳四處行走。記得妳曾說，來到更年期，自己體溫偏高，浸在水中感到特別舒服，尤其暢游在透涼的水池裡，彷彿在多的煩惱都能被消融，活得輕鬆自在。

第二個計畫，我會在家煮一頓健康養生料理，邀請周邊鄰居、電召親朋好友來聚餐，大家談天說地，分享趣味見聞。有次小阿姨來家中，私下跟我說了個笑話，妳聽我轉述後，嘖嘖稱奇，表示親妹妹從不曾跟嚴肅拘謹的妳講這些。我想，這應該會是個妳親聞的好機會。

第三個計畫，帶妳去聽一場臺語演唱會。從我有記憶開始，舉凡看電影、看電視，每次妳都半昏半醒，從不曾把一齣戲完整看完，但偶爾會聽妳哼上幾句歌。那天帶妳去聽某位歌手的演唱會時，妳居然看得目不轉睛，整整三個小時半，妳比我還熱情投入。原來，妳愛聽歌。難得看到妳開心振奮的模樣，比我像個孩子，我們就來聽一場演唱會吧。

第四個計畫，我想要為家人畫一幅自畫像，這是最後能記住你們的方式。兄弟姊妹的五官都有父母的基因雛形，我對著鏡子笑，彷彿也看到父親露齒微笑。我希望用畫留住彼此現世的模樣，如果有來世，期盼能記住筆下的痕跡。

第五個計畫，握著母親的手，請妳為我說床邊故事，大家一起安眠。童年的時候，妳常說虎姑婆、鄉野傳奇等恐怖靈異故事哄我們入睡，很奇異的是，每晚我們都睡得很香甜，讓我長大總是分外懷念。自從父親往生，妳開始生病以來，看妳鮮少安眠，夜晚似乎變得難熬。如果在生命中的最後一刻，還能聆聽母親妳溫柔的聲音，一起安眠入睡，我想，這一定是最大的幸福了。

親愛的母親，不曉得妳生命中最後的一天怎麼度過，但我想妳一定有很豐富的計畫了，是吧？

茗蕪
26歲
會計

如果只剩下24小時，想充實美好的過完它…

每位生命的來臨，都是親愛的母親用寶貴的努力換來的，因此得來不易，而當面臨了生離死別，自己必須要更堅強，自己旅程的終點，也許也是別人的起點.....

問到我生命最後的24小時要做些什麼事??來不及寫遺書了，先出門吧!我一定會翹班，然後我要帶攝影機和相機，開著我的愛車，載滿我愛的零食，化上我愛的眼妝，和我愛的人一起渡過這一天，也許是開車到深山裡，躺在涼爽的竹林裡，衣服髒了就算了我不在乎，放下沉重的任何壓力，今天的日子，我要充滿開心的過，途中經過的景色，我雖然全部都帶不走，但是我會記得此時最快樂的心情和幸福，我想擁抱沿途經過的任何人，提醒他們活著真好，告訴他們要每天都快樂!吃頓美好的午餐吧，下午我要泡在海水裡，徜徉海水的冰涼，我要記住大海寬闊的胸襟，我要記住海裡看到的所有美麗的生物，我要潛水然後試著在海裡大笑著，嗆到海水了!沒錯，我要記住海水的鹹味;傍晚就和你一起坐在海邊看日落，別想著這是最後一個夕陽，要記得今天的落日是最美麗的，因為她帶給我們的美好深刻在彼此心裡夜晚，你該休息了，我捨不得閉上眼，想再多看看你，想記住這讓我幸福的臉，輕輕的吻上你，離別該是要大哭的可是我卻哭不出來，應該是因為我想讓你記住我的笑臉，然後，躺在你肩膀安靜的睡去吧，醒來我已經離開了你，但是我們在一起的烙印，就像太陽，每日依舊升起.....

生命走到盡頭，究竟是開始還是結束?大部分看起來是結束，但也許是在另外的地方開始新的旅程;每天重複的生活也許一成不變`了無心意，但卻也存在一種時間的肯定;回頭想想，出生的時候，我們背負著旁人的愛而生"為愛而生"，生命終曲的時候，我們還是背負旁人的愛而去"擁愛而逝" 人從生到死，從小到大，身邊都擁有源源不絕的愛，也因此"愛"是人一生中最重要也最離不開的課題，珍惜身邊的人事物，希望各位不枉此生。

迷你豬
26歲
行政人員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

每次看到架上的高級糕點總在想，要是每天能換一種吃該有多幸福？翻出家裡那本落滿灰塵的西點食譜試著烤一個吧，烤一個五人份的，就選我最愛的乳酪口味。攪拌材料、倒入模型、之後放進烤箱烤25~30分鐘。

記得去年母親節，媽媽拿出三個小孩從小到大寫的卡片，寶貝似的一張張細細閱讀、細細回想收到時的感動。長大有了固定收入後，變成用冷冰冰的禮物或吃飯代替了。再作張卡片給媽媽吧，作張高中美術老師教過的立體愛心卡片，原本在封面的大愛心，隨著卡片的開啟會翻轉到內頁，卡片做好了。蛋糕因該烤好了，家裡二老不下百次的說過想吃我煮的飯，用乳酪蛋糕代替因該可以吧，再叫上弟弟妹妹一起吃。現在，我還剩多少時間呢？

還想學英文、想出國看看、想交男朋友、想學好還半生不熟的古箏.....雖已沒時間去實現，但我很幸福，還有24小時，但又有誰能預知自己剩下的時間呢？

馬場詩人
30歲
文教機構講師

〈生命僅剩一天〉

蒼天若賞賜一日
那必是生命週期
愚人將虛心接受
停駐腳步思緒棄

我定會攜兒帶眷
徹夜前往蘭陽城
住那眺海之民宿
渡過最後時光情

子夜破仰望星空
擁抱著熟睡娃心
伴妻子喝忘憂茶
數著天空滿星辰

訴說著認識軌跡
從一更直到三更
有歡笑夾雜淚水
有綺麗伴隨傷心

待三更後醒吾兒
喝奶換布安撫悉
端看細緻俏臉龐
笑看人生已足矣

四更一到暖筋骨
洗臉淨身喝溫水
攜手併踩腳踏車
欣賞山巒與田野

卯日一亮用早膳
清粥小菜味蕾淡
仰躺涼椅閱讀樂
書中盡藏智慧言

讓文字蔓延血液
帶我們身歷其境
走一趟人生旅程
經歷那山窮水盡

午時飢腸轆轆來
山珍海味滿漢席
嚐盡人間美味餚
八分飽足腸胃壁

細嚼品嚐留齒香
莫忘前人耕耘辛
待至天堂仍感恩
來世切記珍惜心

未時催人入眠意
樂躺水床沁心涼
一覺好夢到申時
儲備體力下半場

穿上泳衣奔大海
海闊天空使心善
群鳥翱翔天邊際
鯨豚跳躍海平面

拾沙頓悟放手樂
人生何須爭輸贏
裸露身軀歸自然
坦誠相見是純真

沙灘追逐腳足跡
汗水浸濡骨子裡
仰天長嘯回音起
波濤洶湧浪潮意

酉時出現夕陽曬
晚霞籠罩天地海
西日沉中央山脈
餘光通任督二脈

黑夜悄悄地來臨
點亮燭光四人餐
鋼琴音樂伴耳裡
舞台人生入眼簾

前菜沙拉好滋味
主食茶點留齒間
飯後逛那夜市潮
體悟民以食為天

癸時來臨即倒數
齊坐客廳玩兒趣
笑聲充耳忘憂愁
筋疲力盡仍再續

同泡溫泉浸身體
擁抱彼此喜而泣
換件美裳歸天去
期盼來生再相聚

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

彩虹
27歲
行政人員

我們總是後悔還未說再見就分離，若只剩下二十四小時，第一件事是想想和身邊的人好好道別。在我的生命裡，因為有愛我的人給予溫暖與祝福，我能擦乾眼淚繼續往前走；謝謝我曾愛過的人，有淚有笑讓我的生命更加精彩。

接著，我想將所有收藏品分送給其它人，這些小物雖然不是很貴重的東西，但各有不同的意義，分散出去才能繼續維持它的價值。

最後，回到那充滿歡笑的小學，想著過去天真的自己，這時的心情特別平靜，能夠沒有遺憾的離開已經是最大福氣。我們總不知道什麼時後是最後的二十四小時，因此沒辦法真正倒數自己的生命，為了感恩這一刻依然呼吸著，就讓我們認真活過每一秒，每一日都能對自己的心交待。

陳大俠
26歲
塔羅牌老師

「如果還有二十四小時，想做的事情…」

急什麼，明天再說啦！
那年九歲，與最銘心的初戀在美術館錯失，因為留學航班即將起飛
那天一十八， 錯失了最喜歡的校運角力賽，為了課業
那夜而立，錯失女兒的第一道哭聲，因高鐵駛往一場又一場的股東會議
不惑的年紀，為了政商名流的酒宴邀約，錯失了岳母的最後一面
人這種動物，是不是錯過了每一次，到了下一次仍是學不會
可能吧，我們總是自滿在花不盡的二十四小時而持續上演錯失的戲碼
如果只剩二十四小時，想做的事情……
我猜，就是再拼命貸款更多的二十四小時吧。

賈德
27歲
待業中

二十四朵玫瑰花

這一天清晨，我走在出生地的太平洋沙灘上眺望著日出，當明日太陽東昇時也是我的忌日，不急不徐的計畫最後這二十四小時。決定到市場買了一束玫瑰花，共二十四朵，每一個小時我想見到伴我成長的每一位親友，感謝生命的陪伴我每一位是我最想做的一件事情。

道別了最後一位朋友，橘黃的天空伴隨最後一夜的星空，玫瑰花剩下九朵，我走回了家中，妹妹跟媽媽準備好了晚餐，如常的家常菜並不因為今天而特別豐盛，我們的微笑滿盈，打從心底的珍愛著彼此，共度最美好的時光。我獻上了各三朵玫瑰給媽媽和妹妹，親吻他們後，便梳洗整裝道別。在靜默的午夜，一個人悄悄緩緩走出家門，走向今晨的海邊，還剩三小時，到了我將會最思念的太平洋，我躺著仰望著天空，看星星閃耀，想著到了天堂，要跟爸爸說些什麼，再獻上最後這三朵玫瑰。

天空漸漸微微亮了起來，我閉上了雙眼，沉靜的，也留下了淚水說再見。三朵玫瑰，一朵一字，我愛你。

蔣育儒
26歲
佛光山人間
通訊社記者

屬於我，最後二十四個小時

人生的終章，我如往常般，在熙來攘往的車鳴喇叭聲中甦醒；睡眼矇矓間望向床頭櫃鏡中的自己，最後一天，感覺好不真實……為自己泡了杯熱紅茶，我在這紛擾的倘大宇宙中，體會塵世最後的悠閒寂靜。

總希望心中的那個他能留下些什麼，我翻開食譜，穿戴起手套圍裙；經過一次次揉捻，所想傳達的語言在麵糰中逐漸發酵，最後變成了圓。烤箱的鈴聲響起，空氣中所瀰漫著的，是記憶中的溫暖；你說過愛吃波蘿麵包，我永遠記在心裡。希望多年後當你再次想起，依舊是溫的。

還剩下多少時間？我想提起筆和相機，從踏出家門的第一步算起，記錄生命的點點滴滴。那，來收藏一百個人的微笑和故事吧！我順著最熟悉卻又逐漸陌生的街角遠去。嚴先生手上被歲月及皺紋劃裂，早已望不清的愛國標語；許奶奶對我點了點頭，說還記得當年吃過你的滿月紅蛋；外出撿回收物的趙媽媽剛回到家，額頭帶著汗珠……家人，鄰居，過往；兒時踩在上面練平衡的惡臭水溝，曾經遊滿魚蝦；枯黃停車場草皮上，孩子們撲著蚱蜢螢火蟲的童年影像猶在；滄海桑田，枕邊幾時圍起了水泥高牆？多想再看一眼，那毫無光害的星空！

夜深，尾聲。生命的最後一夜，希望失眠的老毛病別再犯了！微微閉起雙眼，回味著今日所複習的過往片段，生命拼圖，正緩緩拼湊成形；輕輕哼著搖籃曲，我將睡了，世界。或許百千年後，在某個考古遺跡或科學實驗室中再次醒來，我會很自豪地為其訴說著，屬於這個時代的故事；屬於，我的故事。

時針邁過第二十四，我沉睡的臉龐帶著微笑，但或許尚未完結……

穎媽咪
26歲
準備開店做生意

「如果只剩下24小時，我想在孩子心中留下美好回憶…」

人們常常在後悔中渡過，也常常在埋怨著時間不夠用，卻不好好的把握當下。如果只剩下24小時，我想我心中會產生恐懼和害怕，但卻不得不面對眼前的這一切，放不下的是我的孩子，因為假若我僅剩這24小時可以活，我的孩子還小，我也是他唯一的親人，我會很傷心，因為無法陪他一同成長，但是我會趕緊寫下一封信給他，並把所有我要給弟弟的東西合照片交給媽媽保管，當我離開人世的時候，我希望這封信和這些東西能陪同他長大告知他媽媽有多麼的愛他，多麼的不捨得離開他。

我將會在把我一生為他所存下的積蓄及密碼交給媽媽，請媽媽他們照顧我的孩子，原諒我的不孝即將離去，雖然我也知道媽媽將會越來越老，但我僅剩下這些親人而已，我已經讓孩子沒有一個完整的家庭了，現在我將又離去我知道在弟弟的心理將會影響他非常的大，但我不能表現出我害怕的樣子，我只能堅強的活到最後一刻。

我會帶著弟弟去他想去的地方，放下一切，陪他盡情的玩到最後，並且把我心理所有對弟弟的思念及希望他長大以後可以當個懂事聽話的孩子，幫助他人的心願告訴他，並且和他說媽媽有一天到了天堂的時候，雖然媽媽不在你的身邊，但是媽媽的心會永遠和你在一起。

在來在夜深人靜的時候，好好的看著我的寶貝的睡臉，紀錄下這些點點滴滴，並陪家人聊上一會兒，我不能哭不能傷心，因為家人只會更加難過而已，我只能把傷心的時間好好的用在這短暫的片刻裡，交待完一切，心裡就不再有擔憂了，因為弟弟是我離開人世時的唯一牽掛……我不僅是他的媽媽也是在他心中扮演著爸爸的角色，無法給他一個完整合樂的家庭，是我在世上時唯一的遺憾與抱歉。

所以我想用這剩餘的時間，在弟弟的心中留下美好的記憶，而不是彼此的淚水與不捨。

曉惠
30歲
學生

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

很好、很好，一道題目擺在眼前：如果只剩下24小時，想做什麼事？陪我一起來想想吧！

先分析一下，正值壯年的我，面臨生命僅剩24小時的情況會有幾種？一，最容易想到的就是有隕石要撞上地球，在政府想盡辦法也得無其解時，自故作從容的新聞主播口中，一字一字地吐出地球，同時也是這顆星球上所有生命的大限之期，將至。

很好，24小時，要計算也很容易，就是明天的這個時候，大家就要互道再見了，想想，全球60億人一瞬間陷入同樣的恐慌與困境，也許有人會覺得依靠無用的政府還不如自己找出路，也許也有人會跟我一樣，想要回家與家人團聚，或是同我的第二個願望：去未曾到過的土地遊覽，畢竟馬上就要被毀滅了。總之，我假設，假設路上海上空中的交通會大亂，但，先跳脫出這層現實，我想我會先回家見見我媽，然後坐火車下南部，從桃園、新竹、最後到度過大學四年歲月的台南。途經每個地方我應該會留下一些東西，不管是麵包屑或在牆面塗鴉，我發現自己會想要留點記號，儘管幾個小時後這一切也將與我陪葬。

摀住耳朵拒絕面對道路上應該吵雜且危險這項事實，我想我會在台南的旅館住上一夜，靜靜地度過這一晚，當然，現實是我會因為窗外的喧囂與即將面臨死亡的不安而無法順利入眠，但先不要想，眼前乾淨的夜空閃爍著亮眼的星辰，每一顆都擁有著誘惑人心的美麗，也許是那一顆會墜入地球將其毀滅……不想了，若是一直在乎著死亡是無法盡情享受最後的時光，隔天早晨，吃完勝利豆漿後坐高鐵回家，然後在菜市場盡可能地購買新鮮的魚貨海鮮，因為我們一家都很愛吃蝦蟹類的；邊啃著螃蟹腿邊看隕石墜落的實況轉播，也算是一種小老百姓的風雅了吧！5、4、3、2、1，歡迎地球末日的來到！好吧，我少講了一項心願，在出發前往台南之前，我想我應該會跟，倘若那時還是沒成為交往對象的他告白，然後親吻，祝他幸運。

第二種情況有可能是，這次我們實際一點，是我得了絕症，被醫生告知僅剩24小時。我媽應該會強迫我繼續接受治療，但，這又分兩種情況了，一，若我還有力氣、可自己走動的話，可能不會像上面地球末日時，跑去這麼遠的地方，我會去看能力範圍內所有美好的事物，像是花、動物，或是美食，然後買很多的衣服讓自己漂漂亮亮地；去找好友們且如果她們不知道就不要告訴她們我即將死去的事實，一一向她們道別。

回到家，抽點時間畫畫，因為我喜歡畫畫；挑選陪葬的東西，如我最喜歡的熊貓玩偶，好像終於可以理解為什麼古代人總是愛找人陪死，因為不像世界末日，只有自己的逝去是很寂寞的，且你也很清楚你的消失對這個世界來說，不痛不癢，真的，想到就好寂寞。二，如果全身已插滿管線，無法順利下床，那這24小時該如何消耗呢？大概會先痛哭一場吧，反正能做的事也不多，先好好地替自己哀悼，然後請家人推我離開病房，生病的人最

下一頁

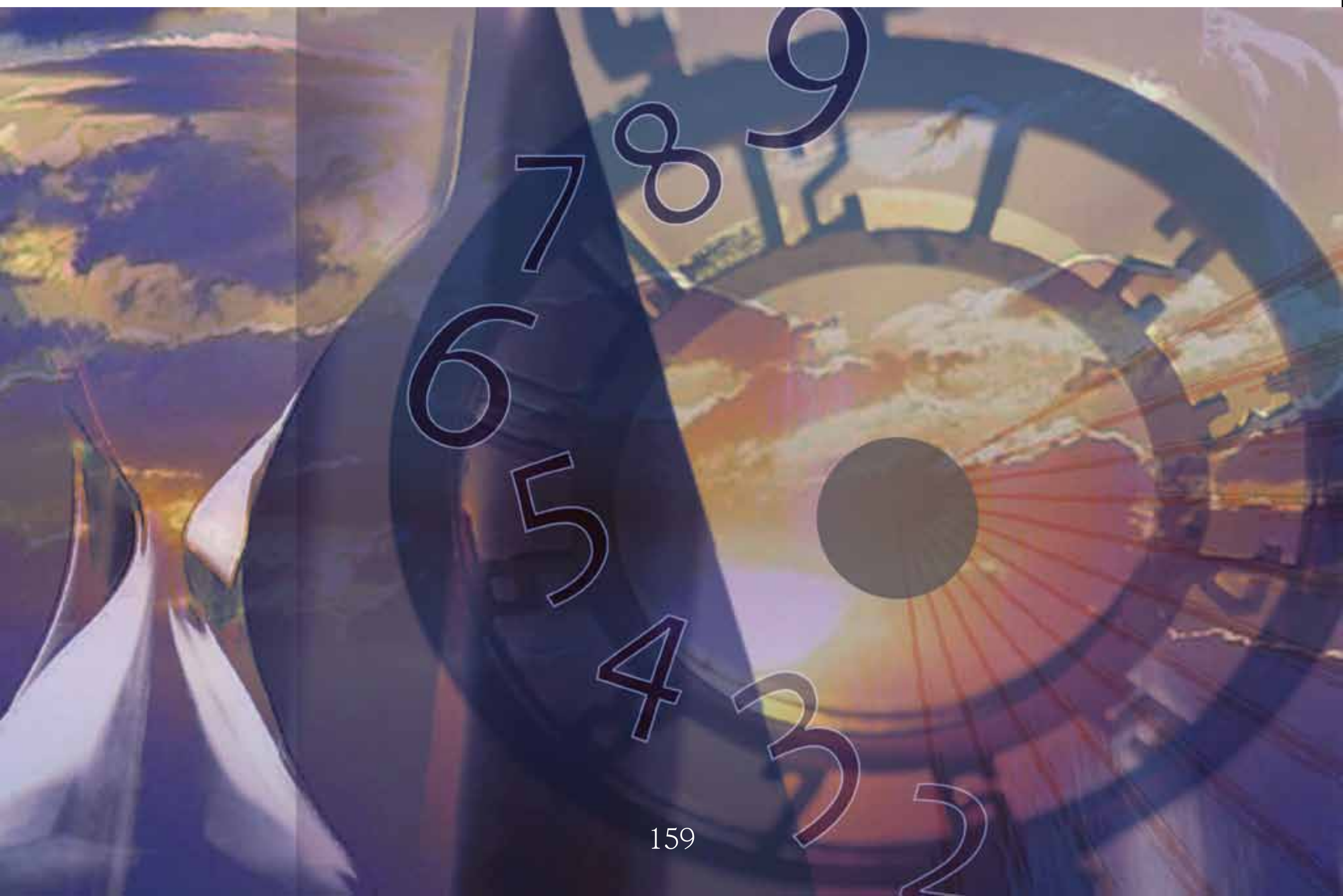
不想待的地方就是醫院了，我想呼吸新鮮空氣，然後交代遺言，也許可以的話，我不想以被病魔打敗的姿態死去，跳個樓還能兼體驗高空彈跳其實滿不錯的，只是這不可能發生，對吧？

最後，再假設一下若我是肉體壽命將盡的90歲老人的話，嗯，屆時對自己的死亡大概也不會如此不安，且想必早早就有心理準備了！如果能夠得知距離嚥氣還有24小時，我想還是會跟上面所說的大原則一樣：跟親愛的人們道別，分遺產。含根棒棒糖看著夕陽西下……不，這樣一定會開始檢視自己的一生的，還是看部好笑的影集或動畫比較有用，嚼著平常擔心消化不良而多年未碰的爆米花、牛肉乾，暢飲汽水或是馬丁尼，舒舒服服地放縱自己，然後再緩緩闔上雙眼……

人生，不也就如此？以上數種情形，在動筆之前曾用腦袋將其上演過一遍，越想越覺得，其實死前的24小時，受制於現實因此能做的事並不多，就像世界末日前，路上必定充滿著罪惡與混亂，如果想要保有那24小時，或許最好的方法是待在家裡哪都不要去；得了絕症，全身倍感不適，又有多少餘力得以完成心願？耄耋之年，如果仍有願望尚未達成，這是為什麼？為什麼有那麼長的人生卻一直懸著心頭？若是某些難以突破的原因，你會不會選擇帶進棺材？

藉由這次徵文，我更清楚地了解到，我希望我的心願能夠在行有餘力之時便完成，不要久久掛在心弦徒增困擾，也不要懷有因大期將至，方才獲得足夠勇氣去完成的掛念。言云「隨心所欲，不逾矩」，如果又苦又短是人生的本質，那是否應該讓自己少點束縛，依著自己的想法行事，且不偏離法律這條軌道，我知道很難，但值得努力。

31歲以上



A-WEI
36歲
自由農

如果只剩下24小時，想做什麼事…

想與愛的人孤獨的，紀錄一一的，一樣的動作，語言，做一樣的事，在星空下神遊，製造甜蜜的回憶。做沒做過的冒險，學稀少的異國語言，去沒注意去過的認真的小地方。試著像螞蟻，蜜蜂，風，蝴蝶，樹，花，石，鳥一樣自由盡情沉浸在短暫的生命裡。

CLAIRE
31歲
金融業

如果只剩下24小時，我會……

如果我的生命只剩下24小時，我會買下最近的一張機票，飛往澳洲墨爾本。

我會在往墨爾本的路上，用電話和我最親愛的家人，表達我對他們不變的愛和關心；我會在轉機等待的時間裡，寫信給愛我的每一個朋友；我會立下我簡單的遺囑，簡單的海葬就好，並且將剩下的金錢來照顧姐姐剛出生的寶貝。

過了12小時，我會滿心喜悅又興奮的出現在我未婚夫的公司門口，等待他上班時意外見到我的驚喜，就如同他曾帶給我的驚喜一樣。然後我們會一起去我們第一次見面的壽司店共進午餐，漫談著當時他怎麼鼓起勇氣想認識我的過程。

我會督促他早點下班，在家為他做出一桌菜，然後在他懷裡看著他愛的老電影，最後沉沉睡去。

最後他會找到一封信。我會告訴他：愛，是我們一輩子的功課。

KEVIN CHEN
32歲
助理工程師

如果只剩下二十四小時，我最希望做什麼事呢?

大家應該都有看過”世界末日”這部片子，當全世界的人，只剩下一天的時間時，會選擇跟自己的親人、愛人或朋友在一起，還是做個趁火打劫的罪犯，或是做一個拯救世界的英雄，都是值得我們去探討與深思的。

當我只剩下二十四小時的生命，我想我會選擇一半的時間，陪陪我的父母、小孩、與朋友，齊聚一堂，用平常心去面對這件事情，用自己剩餘的思考，去昇華愛我的人跟我愛的人。讓他們放心，並且放下對生命的執著。

至於另一半的時間，我則是用來安排救助他人，比如用自己身體的部分去幫助其他人重建生命的意義。因為我沒有很好的經濟能力，所以我希望能夠鼓勵更多人去接受大體捐贈這個有意義的活動。

如此，我將不枉此生。

M
31歲
某電子業務

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

對於這個明確又飄渺的標題，讓31歲的我回想起短暫且無為的過去……
從小不完整的家，普普通通中上的成績，平庸再不過的外表，是個存在感很低的存在
看到這裡，我無疑是一個灰色的腦女!
如果有一天我要離去，老無所歸，我會告別昨日，迎向嶄新的明日!~
畫上最美麗的大濃妝，帶著一台我最愛的破鋼琴，隨意的演奏著，一抹笑著..
在夢想的自由國度裡，起風了...
「剩下的，我擁有的不會只有24小時了 …」

TSJ
46歲
工

「如果只剩下24小時，想做什麼事…

踏過人生的歷練，若上天賜予公平，不突發性地招回我們，每個人總會經過一段「最後地24小時」。

最後地24小時，對自己是寶貴地，當然是要做到分秒必爭，讓自己能夠不帶著遺憾而離開人世：

・受困時

若求救無門，已知必死時，自己的心，如同遭受冰水沖擊；在心灰意冷下，我會在僅剩地24小時，回億此生所經歷地美好與驕傲！

(1) 回憶自己此生地「快樂往事」，讓「快樂」驅趕自己的「落寞」
(2) 回憶自己地好：回憶此生地成果與善事，用『自己的驕傲』洗淨心中的無奈，讓自己在黑暗中，展現一絲地光芒，不致落寞而終。
(3) 回憶未解決地問題：此時的腦細胞必然爭氣，願助自己破冰；解惑後，為自己帶來幾許地「歡樂」與「驕傲」。

・有親友在兩旁時

(1) 為親友解惑、並讚揚親友地好，讓他們少一分我為他們帶來的痛！
(2) 與親友一起回憶從小到大地「快樂往事」，讓「快樂」帶走我倆地「悲哀」；最後能以「歡笑」作道別，並相互期許：『有緣來世再相見！』

・孤寂時

最後地24小時，為何此時僅我一人？

(1) 回憶從小到大所做地「傻事」，探討那些「傻事」中自己所犯地錯，並予以懺悔，願來世不再犯，讓自己的心，能在離世時，能夠更晶瑩剔透！
(2) 回憶從小到大地「快樂往事」，想著那些甜蜜地「快樂往事」，讓自己感到不枉此生，趕走自己頹廢的心！
(3) 回憶從小到大所獲得地「成就」「驕傲」，從「成就」想到自己所作地「努力」，喚起自己「驕傲」，趕走自己沮喪的心！
(4) 若有紙、筆與好的空間讓我寫字：
    (A) 若紙張夠，我會寫出和各位親友地感謝與道別信
    (B) 若紙張不夠(無)，我會用筆、手、血....，寫下「永別了！」這三字，並在心中說聲「謝謝大家！」

圓滿地用完最後地24小時後，能讓我在踏別離世的那一刻，微笑地向這個世間作道別，並謝謝那個動也不動地軀體，謝謝它陪伴我度過此生.....

VITA. VITA
40歲
行政人員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

只剩下24小時在這世界上的我，要怎樣裝扮自己的臉呢？

我會用最開心的臉跟我親愛的家人與最好的朋友道別，把每位家人與朋友緊緊的擁抱一次，好好和他們道別，感謝他們出現在我生命旅程，讓我的人生過得精采。

只剩下24小時在這世界上的我，要怎樣裝扮自己的臉呢？

我將找一個空曠無人的地方，讓自己憤怒的臉用盡全身力氣向天空怒吼，然後躺臥著夜晚的來臨，默默的仰望星空，放下所有的情緒，等待自己的生命畫上句點。

記憶的強光慢慢變弱，漸漸消失在無邊的黑暗之中。

ZERO
36歲
自由工作者

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

台灣最美的風景是人，
生命最後的風景也是。

如果～也真的希望只是如果～
生命只剩下最後的24小時，
我想這一路以來，所有還未完成的夢想，
會被瞬間壓縮到一個難以承受的密度，
但是～
殘存的理性會告訴自己，
只剩24小時，
是不可能都把它們一一做到的。

雖然～
我很想立刻飛去北極，
很想爬上東京天空塔，
很想立即在非洲草原裡奔馳，
很想好好在西藏高原上寧靜。

但～我沒有時間了～
24小時裡，我必須盡量扣掉無意義的交通時間，
當然，睡眠這件事情也就更沒有其必要性了。

於是～
開始思考那些真正"緊急"而"重要"的
人 事 物。

在把複雜給予簡單化之後，
最後的生命之水過濾出來的，
終究還是"人"。

謝謝老天，更謝謝你們。

下一頁

所以~
就讓自己好好地，好好地陪著就在身邊的人。
至親的人，親愛的人，珍惜的人，無法遺忘的人，有些遺憾的人…
也許是直接對話，也許是透過電話，
有些可能要留下訊息，有些只能一起帶進生命盡頭裡~

陪伴你們，也讓你們陪伴著我，
這是最後，也是最重要，該做且必須做的事情了~

最後的24小時，
每一分，每一秒，甚至是每一毫秒，
都是如此地珍貴。
也許略帶著些悔恨與遺憾，
但仍享受並認真地品嚐這最後24小時，
在我闔上眼睛的最後一刻，
我知道~
我曾被愛過，也愛過，笑過，哭過，痛過，
也因為如此，我知道 我活過。

三姐
48歲
幼保

如果只剩下24小時...

如果我還可以有所選擇，我要告訴你們，孩子：我孑然一身來到世間，受世間人關照而成長，有什麼能是最好的回饋？記得我的託付「器捐及大體捐贈」，救活著的人，成就志在行醫的學子們。

如果我還可以許願，願天下蒼生皆平安。我的孩子們，願你們真正懂得愛別人就是愛自己；付出就是獲得。

愛你們的媽咪

如果只剩下24小時，我想要帶著

凡媽
31歲
幸福小家庭之全職媽媽

如果只剩下24小時，我想要帶著我的孩子和老公尋找一個可以服務的地方。單身時，我時常會到療養院或是孤兒院做一些簡單的服務，我想要讓我的家人留下最美好的一天、充實的一天。我們會一起為老人唱歌、為他們按摩，之後我們會到孤兒院發送我自己手作的編織玩偶送給每個孩子。我也會讓我的孩子知道媽咪是個喜歡服務的人，也希望此特質可以在我結束生命前送給孩子們。當我們做完服務後，我和老公將帶著孩子去我們平常愛去的海邊，陪著孩子和老公一起在海邊追逐玩耍。簡單的享用一頓美好的晚餐。在孩子睡前，我會唱出我今生最後為他們唱的搖藍曲、為他們說出最後一則天馬行空的故事。我會輕吻他們。告訴他們我有多愛他們。

當孩子熟睡了!我會和老公一起回顧我們這些年來的成長，並且互相訴說彼此的感恩之事，我想我不會捨不得要離開，因為我擁有的已經足夠了!我只想在睡前和老公最後的牽手、最後聽他為我唱出的情歌、最後我會獻上我最後一次幫他按摩及洗腳的睡前儀式。這是我們一直以來婚姻的模式。因為我只想要他感受我的愛永遠不變，即使我即將離開，我們卻是永恆的家庭。短暫的離別不代表悲傷，卻是新的重生。

小方
60歲
退休教師

如果只剩下24小時…想做什麼事？

風拂過草場，雲飄過山巒
人生歷盡千帆，終須停泊休憩
24小時？？腦海中閃過多少人~~連思考半小時的時間都沒有曾看過的”愛在黎明破曉時。日落時及黃昏時”，即使半天數小時，依然能浪漫而坦然的過渡。活在當下，是眾人朗朗的成語，而最後一天的當下，會是怎樣的場景？

假如時間起點可以選擇

清晨六時，是我慣常的起身時間。我會用LINE邀請我的四位好友共享這最後的一天。由我開車，選擇一個靜謐的海邊，吹風看海敘舊道別。我會贈送我的摯友每人一幅我的畫作及一封信。共享美食美景。大口的呼吸。聆聽自然的聲音，嗅聞自然的味道，漫步海邊的步道。午后，我會獨自進電影院，看一場電影。然後搭車至101登上高樓欣賞夜景，用手機拍下我開懷的身影傳給朋友們，向他們告別！！！ 再到誠品翻翻書看看人~~百態啊！！

沿著林蔭徒步，我會找來家人並行，在路邊的小店敘寫我~~最後的話語及祝福。將我的珍愛的物品，贈與我愛及愛我的人。

剩下的時間？？我盡情的唱歌跳舞拉琴吧~~累了酣然沉睡至終點

多麼簡單的放下~~ 簡單最美　無所牽掛

小妮
37歲
商

如果我的生命只剩下24小時

如果我的生命只剩下24小時，其實我是會很害怕的。在這麼短的時間內，我又到底該做些什麼事？首先，我會先狠狠的哭過。身邊的人也哭了，鄰近的人也哭了。似乎在流淚的時候，全世界全都模糊成一片。五官莫名其妙的變的更加敏銳了，我會用力地看著、聽著和聞著，之後就再也看不見、聽不到和聞不著，想著怎麼阡陌縱橫的道路，這麼輕易的就劃下了句點？

如果我的生命只剩下24小時，我會安靜待在家中整理自己的東西，整理留給家人。我會跟家人在一起觀看曾經相處的照片與影片，我會回憶曾經開心的往事，我會擁抱我的家人，我會告訴我的家人，我會笑著告訴他(她)我有多麼愛他(她)。

如果我的生命只剩下24小時，我會打電話給昔日的戀人、知己與朋友，說著曾經想說卻又未說出口的話，不管是對他(她)的感謝，抑或是與他(她)的不悅，很多話一錯過機會就說不出口，所以我選擇在人生最後的時刻把話說清楚。我不希望當我離開時，他們仍不了解我的心意，也不希望我留給他們的是誤解與怨懟。

如果我的生命只剩下24小時，我選擇把我的一生寫下來，我要把我一生所體悟到、發生過，令人印象深刻的故事寫下來，讓世人知道曾經有我存在的故事。然而，最冷的時刻即將來臨，看不到盡頭的那條路，終於出現了終點。即使我的時間剩下的最後一秒，我也要努力走完自己的生命！

小藍
50歲
教師

如果只剩下24小時，想做什麼事…

人的一生有太多的24小時，活在當下忙、盲、茫…無止境的忙似乎未曾想過「如果只剩24小時，想做什麼？」；若我真的走到那僅有的24小時的生死關卡時，我該怎樣過？

平凡簡單的生活，是我一生的寫照。即使過往的每一天都是如此的忙碌但內心充滿的幸福與感恩；而臨終的最後一天。。。 我一如往常的早起寫「心經」沈澱自己的心，點燒一柱香與菩薩談心。推開房門親吻熟睡著中的先生與兒子，輕聲說著：「我愛你們」。

早上的太陽總是那般的溫柔，空氣中散發出清新、乾淨的氣息；沒有一絲紛紛擾擾的氛圍。搭上公車走著已熟悉數十年的路子，親切司機的問候語；這又是一天的開始…

我的工作是以週為單位，因為每天有不同的教學課程、不同的班級與不同人生的體驗，身為老師的我熱愛這份工作。而最後一天上課感受一定不一樣…因為，眼前的孩子我會多一些叮嚀與鼓勵希望他們要懂得珍惜當下、及時表達對週遭朋友、師長及父母的愛與關懷！我也巡視了校園的每個我曾走過的足跡，曾經有過的人事物一一浮上腦海；這段回憶總是那般的幸福。

夕陽西下，僅剩幾小時我一定要做的事…走進令我著迷的的咖啡小站，點了人生的最後一杯拿鐵咖啡；心中有些許的不捨只因它陪了大半輩子…而今我在它的陪伴下喝完人生的最後一杯咖啡也走完人生。我毫無遺憾只因我能無疾而終且在此氣氛離開人世間，真是有福報啊！

方晴君
35歲
助理

【如果只剩下24小時，想做什麼事 …】

如果只剩下24小時，我會馬上回到南部，和我的兩個孩子在一起！

沒有什麼事比能在一起最把握當下的了，或許在預設立場時，我會有很多，想要做的事，但抉擇只有一個，也就是這一輩子，在生命中最重要的事了。

我的孩子在去年失去了疼愛他們的爸爸，為了生活，我們必須分離兩地，颱風下大雨成災都會讓我擔心，還好有網路連繫我們，但是…真的剩下了24小時的時間，我一定會飛奔到他們身邊！這是無庸置疑的。

人~一生中，有多少幸福和悲傷的事！

我們或許悲傷的是時間只剩下不到24小時，但幸福的是…我們直到時間的盡頭，都在一起。

水瓶兒
39歲
人力資源管理師

「如果只剩下24小時…想做什麼事？

若能預知天命，就如同中了頭彩般好運，有幸好好規劃即將終結的時光。懶散遲未見面的親友，有了一盞茶的時間；而因怠惰未作的事，突然降臨完成的機會；連那在腦海中一直以為還有明天可建築的夢想，也將獲得脫離不可能的命運。

自許珍惜光陰的我，曾試想若沒有明天，什麼是我想把握的？或許是過於自信，「在最後一聲鐘響前如常過生活吧！」成了千篇一律的回答。然而聽著秒針滴答前進，閉眼真正進入模擬情境中，在倒數計時紅色警戒下，後悔的心躍然而生~~~我想擺脫自律的性格，找回青春時期叛逆的我，展開隨心所欲的放肆行動…

任性地想走就走，不管離職需完成交接的程序，放縱不想負責任。

耍賴地要飛就飛，無受現實中任何環境之拘束，坐擁加拿大湖景。

不孝地可用就用，不惜身體髮膚受之父母順意，要奇蹟眼明心動。

最後一個心願我想留給自己，但求能實現所有願望的小叮噹，不動聲色地按下ID4星際終結者「記憶消除器」，希望在那閃光的一瞬間，自私地略奪所有人腦內心海裡關於我的全部記憶，永久封包起來隨我而去，因要如徐志摩那般瀟灑不帶走一片雲彩真的很難，貪婪的我想取走這一生最寶貴的財富。

如果只剩下24小時…想做什麼事？這句話再也不會左右為難令我遲疑，因為它，那內心深處成為作家的夢想漸漸萌芽，結實的第一步已在不知不覺中穩穩的邁出。

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

王宗仁
43歲
文化工作者

如果生命只剩24小時，我會輕輕握住妻子的手，看時間緩緩展示窗外那片美麗的斜陽，然後與她相視而笑。

如果生命只剩24小時，我會將過往的驕傲剪成碎浪，勇敢道出所有來不及說出口的抱歉，在那些寬恕的眼光中，重新找尋到心的遼闊。

如果生命只剩24小時，我會寫出自己最後的詩句，告訴人們，只要曾努力留下跡痕，凡看起來深陷、卑微的，都將在時間洗禮後，聳立成為島嶼。

王昕琦
38歲
自由文字工作者

如果只剩下24小時……

如果只剩下24小時……

我會緊緊的抱著你好好的看著你，直到最後一刻閉上眼睛，一如你平安降世最初的擁抱與凝視。

倒數計時開始，往事如潮洶湧襲來。

數不清的美好舊時光裡，我曾在你耳畔如是細語呢喃：「孩子，你永遠都是我的心肝小寶貝！」

我一直深信這是一種魔法，能驅退所有暗黑世界的鬼魅怪物，得令你免受驚嚇悠悠的墜在美好眠夢當中；在我離開前，我會重新施法穩固結界，讓你夜夜安心的入睡，毋須驚慌，一如往常有我守在身旁。

少了張嘴嘀咕嘮叨，也許一開始你會很不習慣，沒關係，久了便會習慣，相信我，時間會沖淡一切，就像你拿水彩塗鴉畫紙，調水稀釋慢慢褪淡色彩濃度那樣，只是一個念頭的轉變，全由你主宰。

嗯，這幅畫也差不多該是時候大功告成了，咱們先打勾勾約定好，無論如何一定要微笑著告別彼此喲。

倒數五四三二一，讀秒結束。

孩子，勇敢的放開你的雙手！

再見了——

曲明
58歲
退休教員

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

常以歡顏解愁眉

FB好友們拜拜，即將遠行，謝謝你們，讓我擁有一個無比綺麗的向晚霞天，魂縈夢繫…

依約！我願器官捐贈，若乏人問津，給醫院做大體解剖，若已掛此號者太多，輪不到我，或院方嫌棄；則投入海中餵魚，因我一輩子愛吃生魚片，今以臭皮囊回饋它們，若魚兒嫌乾癟無肉，則改放在高山，讓飛禽走獸打打牙祭，倒味口？則樹葬。礙於世俗，以上皆非時，請委託禮儀服務社，做場莊嚴完善的後事亦可。

孩子們期待你們笑著送我，否則家裡有個一萬歲的阿公，你會嚇得不敢回家。紙短情長，滄海一聲笑，難得來世走一回，請常以歡顏解愁眉。

米嚕
31歲
藝術創作者

如果只剩下24小時，想做什麼事？

假如我只剩下24小時，我會先深一口氣，體驗地球上甘美的氣息。想想從生命裡第一天張開眼睛到現在，我到底做過了什麼？最深刻和最有收獲的事是什麼？

我在別人生命裡留下什麼痕跡？創造出什麼？有什麼最想做但還沒做的事？列下一張清單放在案頭。並且表達對家人、愛人、朋友的感謝，謝謝他們讓我曾走入他們的世界，一起歡笑、哭泣、扶持、感動。

我會丟掉不想讓人看見的日記、交代後事、去擁抱一棵樹、跳一支舞、畫一張畫、拍一個 小短片，記錄留在世界上的最後一點笑容，告訴看到的人要好好活著，因為他們是最美麗的存在。倒數時刻即將來臨時，我會找個安心的地方躺下，用溫柔的聲音對愛的人、自己、這個世界說聲我愛你，感謝老天曾賜予的一切禮物，帶著輕輕的微笑，安然睡去。

冷色鉛筆
31歲
博士生

如果只剩下24小時，想做什麼事…

到底生命的意義是什麼？很難回答。也許到了生命的最後一天也找不到答案。如果到死的那一刻能一生無悔，也就值得了。但人生怎麼可能沒有後悔的事？曾經後悔的事的太多，最終也沒有能力去挽回、去改變暨定的結局，能做的只有看淡與釋懷吧。

有個人曾傷過我的心，即使我當時明知她對我滿懷愧疚，也無法克制自己不去生氣。但時間真的過的太久了，久得讓我沒有力氣再去生氣，再去執著，久得讓我－－釋懷了！當時相處的太過尷尬，我們再也沒有聯絡。

人生後悔的事很多，但如果我生命只剩下24小時，我想到的不是我的人生有沒有發光發熱；而是想她是不是到現在仍然對我感到過意不去？至少讓她知道，我對她已經沒有任何喜歡的感覺，也沒有任何怨恨的情緒，祝她萬事順利、順心。

總期望自己能用更宏觀的角度來看人生，尋找出偉大的生命意義，但讓自己擁有強烈活著的感受的，盡是那些曾激起心情波動的人、事、物，最後留下活過的證據是曾經的刻、骨、銘、心。

君小魚
32歲
表演者

如果只剩下24小時，想做什麼事？

如果只剩下24小時，親愛的好友們，這輩子和你們一同歡笑一同淚水，你是否願意在倒數的日子裡陪我呢？或許時間剩下一點點，但你們的歡笑卻永駐我的內心……

最照顧我疼我的爸媽，剩下不多的時間裡，我能關愛你們的時間變得好少好少，遠不及你疼愛我的幾十年啊！

剩下的時間，陪在你們身邊，看著你們生活的樸實點滴，框著此刻的時間……我，很幸福。

陪我經過風風雨雨，在我身邊甘苦與共的年輕老伴，不是只有老了才做伴，而是從相遇相知到相惜，都願和你長相為伴，剩下來的時間或許不多，但願牽著你的手到盡頭的最後一秒鐘，告訴你，我愛你~

如果只剩下24小時...我可能什麼都不太想做

呂蓬仁
52歲
退休公務員

只剩下24小時陽壽，那不是災難片「明天過後」劇情真實上演？不然就是恐怖之「預知死亡紀事」，否則怎麼可能知道自己只餘留24小時有生之年呢？被醫師宣佈死刑的癌末患者偶爾超過時辰都還活的好好哩！如果只剩下24小時，我最想做的事情可能是—「什麼都不想做了」！因為不管立什麼偉大志氣、發什麼崇高心願，皆為時已晚，無甚意義也。

如果只剩下24小時，首先我想跟太陽打個商量，今天僅此一次勿夕陽西下，黑夜不要來。

如果只剩下24小時，我想重回度日如年的新兵訓練中心，因為那裡分秒度過，24小時換算成秒是86400秒，仍有長壽「錯覺」。

雖然睡不著覺，如果只剩24 小時，我想養精蓄銳以便黃泉路上氣色好。

最後，如果所有人都只剩下24小時，極想寫信問總統跟首富們，權勢財富「即將歸零」之感想如何，不過他們鐵定來不及回覆。尤其想把握僅剩時間親友聚集，若有輪迴，為保證來生再續親情緣，父母妻小攜手同行，以免走散。

宋玉澄
62歲
文字工作

「如果只剩下24小時…想做什麼事？」

如果只剩下24小時，又如果沒有失智，沒有阿茲海默症，沒有帕金森症，也沒有中風；不在加護病房，也不在安寧病房。那麼，感謝上帝。

真的，感謝！讓我頭腦清晰、手腳健壯，如常的可以三餐與睡眠之外，我會去拜訪那些我一生中曾傷害過的情人。儘管，她們已雞皮鶴髮、已滿面皺紋、已背駝腰彎的如我一樣蒼老，變成了老嫗。

我仍要杵著枴杖，一一的登門，一一的親口對她們說，對不起！在那段年少的歲月，妳曾給了我一段美好的時光，我卻沒有接受，甚至逃避的讓妳哭泣，像我手中沒有拿刀，卻割裂了妳的心。可是，如今在我生命的最後，知道人生應該是付出，是犧牲，是謙遜；不是佔有，不是驕傲，更不是自大。

而那些曾辜負我，欺騙我、傷害我的人，那是前世的因，今世的果；一切就一筆勾消吧！最後，我仍有希望，希望在自己的摯愛的妻子身旁，握著她的手，告訴她，勿悲！勿哭！我的後事，你作主，我們來生再見。

回。憶

李31
35歲
自由演繹作家

回憶一場回憶、一場在世前的告別式。
放空　凝定後聆聽世人對我的回憶，然後再由自己道出自己僅存的回憶。

你們回憶的酸甜、讓我帶著笑走；
我自己追溯的苦澀、讓我夾含著淚走；
對於我們彼此未知的、那就讓我帶著驚喜走；
而最後，
我想這一切的空，會讓我幸福的…捨不得走。

沙舟
42歲
自由業

當黃昏擱淺在窗外

今日你的心情格外沉重，像是被鐵鍊纏著並用力的扯著，你的人生只剩下24小時了，剛知道的你腦筋一片空白，無所適從。尤其，在你希望好好地活下去，學會微笑的時候。死亡即將在24小時後到來，你格外想念著故鄉的家人，你決定來場回鄉的旅程，心情忙著打包。

「我就要離開這個塵世了嗎？」你在火車車廂裡看著自己過去的人生向後飛逝，沒來由地一陣心悸。現在好恐懼好迷惘啊，眼前你看到的是陰影與微光，那個曾經使你成為獨特存在的角落。空曠的車廂，只有寒風在你耳邊響著，仿佛有一股強大的力量在掐著你的脖子，令你窒息。你知道，那是自己的靈魂，輕飄飄的靈魂還遲疑著不肯落下，儘管你竭盡全力來挽救也無濟於事，只能眼睜睜地痛苦地離去，留下了太多的來不及，太多的還沒有，還有那些不曾綻放的微笑……

當黃昏擱淺在窗外，寂寞就只剩黃菊花的高度。回到老家，家人們緊緊握著你的手，你只想好好和家人吃著團圓飯，炊好的米飯傳來陣陣香氣，溫暖著你幾十年來流浪的心。夜很靜，你的思緒駛過稍遠的小徑，一如你過往經歷的人生。夜很深、很沈了，你走累了，聽得見風穿過樹梢的聲音，那裡仍然有著不安的魂魄，各自曳著冗長的不被理解的騷動。你只想在故鄉的山間小屋歇腳，讓你不安的靈魂，在清晨的風景中緩緩沉睡。

杰夫
60歲
商

回家

午後5點25分。

此刻我正端坐在街角的小餐廳裡，看著窗外雨中的熙攘行人，我喜歡看人，應該說喜歡觀察人。

久候的公車剛靠站，騎樓內的人潮就蜂擁而出，猴急搶上公車，偶爾和匆促下車的乘客擦肩撞擊，人生也總都要在某個站點下車。

而我也將在24小時後抵達人生的終點站，此刻我挪用寶貴的些微時間，讓自己在餐廳角落沉思，我想靜思我一生中最後的24個小時，應該要做些什麼？

首先我承認我不是一個稱職的家長，但是家人都順從我，甚至有些懼怕我，然而家人也好像從未跟我揪心地分享過他們的喜怒哀樂；

我也不是一個成功的職場主管，但是公司還是繼續提拔我，部屬也對我唯唯諾諾，可是好像他們在公餘之外都刻意婉謝我的存在；

我也不是一個受青睞的友伴，但是友好間也依然行禮如儀，只是好像未曾剖心置腹地分享過彼此的心情故事。

我頓時明白了，原來我一生中喜歡觀察人，卻忽略了觀察自己，讓自己始終存活在優越感的束縛裡。

『冷漠』當成『穩重』，『固執』當成『威權』，『剛烈』當成『正直』，『責難』當成『關懷』，『包容』當成『臣服』。這就是我粗陋的處事原則，卻留下一生傲慢的虛名。

因為沒有起身而行的覺悟，讓我虛擲了諸多歲月，現在我的時間僅剩23小時，我最想做的事，就是讓關心我的家人和友伴們，知道此刻我的內心充滿感恩和歉疚，雖然時間緊迫但我願意改變。

雨停了。對街的天色灑下一片紅霞。

午後6點35分。

我起身回家，輕盈的步伐，連路上行人都感受到我的和悅眼眸。

林老大
40歲
教師

如果只剩下24小時

如果只剩下24小時，我想…我的腦海會一一浮現這些畫面。

可能像死亡預告中，從接過逝紙那一刻開始，開始思考人生盡頭的最終日，究竟要為誰而活，最後必須做的是哪件事？

可能像倒數毀滅28小時中，因為被殭屍追趕，驚惶失措奔逃，害怕失去生命，變成行屍走肉的軀體？

可能會像多桑的待辦事項中，寫下終活筆記，一件件檢核執行，才能死而無憾離去？

可能會為自己舉辦一場生前告別式，然後遇到像送行者中帥氣的禮儀師，心滿意足地見證生命的ENDING？

如果只剩下24小時，我想，我會和愛我的及我愛的人說再見…。

林佳燕
40歲
美語老師

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

24小時，其實不算太長的時間，簡單的換算就是閉起眼睛、靜下心來、把右手指放在左手腕。然後聽…邊跟著數一聲一聲的心跳…不多…86400次。

整理紛亂的心思，這花了我30次的心跳。因為恐懼…又多了20次。突如其來的死亡，有點讓我措手不及，但因為時間有限，悲觀的感傷死亡只會浪費時間。

很多事情沒完成:客廳的地板該用漂白水拖一次、書架上的書要趁有太陽去曬曬、即將到期的電話費帳單要繳、工作需要交接、存款密碼要寫下來、還有…有好多要交代的事情，不是24個小時不睡不吃能處理完的。

靜下來，我決定做一桌好菜。

媽媽愛的香菇雞蘿蔔湯、爸爸美餐必備青蔥炒蛋、老公喜歡炒高麗菜、涼拌小黃瓜、女兒喜歡入口即化的清蒸鱈魚、兒子迷戀的香濃咖哩、公公逢年過節不可少的蒜蓉白肉、婆婆一手調教的筍絲控肉…我小心的拍蒜、薑切絲、泡蝦仁、剝高麗菜、洗羅蔔…忙的不可開交。

死亡是消逝，但生命不會抹滅。我用我的方式，一分一秒注入一桌好菜，用味道緊緊鎖住我愛的人，也謝謝你們愛我。

牧野
47歲
服務業(保全業)

如果只剩24小時

自從搬到板橋的新家以後，除了每天上下班以外，每逢例假日總會回老家新竹湖口一趟，與鄰居鄉親泡茶聊天，享受一下大都會所缺乏的閒情逸致的時刻，順道來到老同學的農場，聽聽那群雞鳴豬叫的聲音，看看田野裡的蔬果，品嚐原味的果實，回味一下童年的農家景象，是多麼快樂的事。

初夏的清晨來到農場旁的紅土墩，成群的栗喉虎蜂正在峭壁上掘洞築巢，偶爾飛上樹梢停留，展示那美麗的衣裳；環頸鴴探首探尾遍地找尋牠的食物，成了田裡的常客，看到人來時便急速躲進樹林裡；褐翅鴉鵑常在叢林裡出沒，發出扣扣的叫聲，引人注意牠的存在。每當清晨漫步在這林野間，呼吸大自然的空氣，鳥兒們環繞在身旁為你歡唱，唱出大自然的樂章。

路過小溪的沼澤地，地形改變了不少，偶然間發現了罕見的長葉茅膏菜，枝葉流出黏液，正等待昆蟲上鉤；植物葉上的露珠迎著朝陽微笑，生氣盎然；田野上的黃牛旁，幾隻白鷺絲正等待找尋牛身上的牛虱，成了親密的夥伴；紅土墩是我們兒時嬉戲的地方，松樹林布滿期間，這一帶自然景觀仍保持原有風貌。

如果只剩24小時，我要回到兒時與童伴嬉戲的紅土墩，回到過去，回到無憂無慮的童年。

如果只剩下24小時，我想告訴妳：我喜歡妳

阿保
38歲
專案管理師

專科時，我喜歡上坐我隔壁的女孩子，
她的笑，可以燦爛我好幾天；
她說的每一句話，可以讓我作夢都咀嚼整夜；
我們很快就變成無話不談的好朋友。
好幾次，我想偷偷牽她的手、想偷偷搭她的肩膀，但是，我不敢！

那天，在球場聊天時，我想對她說：我喜歡你！但是，我不敢；
那天，在她高興上榜時，我想對她說：我喜歡你！但是，我不敢；
那天，在她告知有新戀情時，我想對她說：我喜歡你！但是，我不敢；
那天，在她失戀難過時，我想對她說：我喜歡你！但是，我不敢；

甚至，到我當她婚禮主持人，當她小孩乾爹時，我還是不敢跟她說：我喜歡妳！

如果只剩下24小時，我不想有遺憾，我會勇敢跟她說：
雖然，我們一直都是很要好、無話不談的好朋友，
但我要告訴你：我喜歡你！
從以前到現在都一樣，不管你是同學、朋友、或是孩子的媽都一樣，
我喜歡你！真的好喜歡好喜歡你！
但是對不起，我沒有勇氣告訴你！
在我人生最後的24小時，我希望你將來把我忘記，不要讓悲傷懷念，掩去你那燦爛幸福的笑。

阿信
69歲
無

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時的生命，我想要再遇見那個綁麻花辮的小女孩。

如果我只剩下24小時的生命，我要回到兒時常去遊玩的市場，輕輕撫摸著市場內沾塵的屋簷，角落裡藏有我少年點點滴滴的故事。

我穿越美好過去，時間放慢了腳步。記不清楚自己是什麼時候開始留意她的，她，那個綁麻花辮的小女孩，那個惹人喜愛的單純、天真無邪小姑娘。是的，一個天真無邪的小姑娘，眉宇之間、舉手投足間還帶著一縷淡淡嫣然，水汪汪的大眼睛在她身上看來是如此惹人憐惜。

然而，幼時的我因為羞澀，只知道遠遠望著她，不敢趨向前去。

而她，在一次偶然中，她在固定的攤位看到我出現後，送給我一個盒子。「送給我」，她說完後便一溜煙地消失在路的盡頭，只留下雙頰羞紅來不及說一言的我。

我漫步在清晨的鄉間田路，七月的微風，多了一些炙夏奔放的味道。微風徐徐吹拍臉頰，晨霧濛濛，混合著晨間清新的空氣。我在鄉間看到了一個動心的身影，是她，點點的榕樹葉也隨之擺動，而我緊跟著她美麗的身影跟她問好。

那日午後我跟她說了好多，心微怔怔地跳動著。除了幾聲零碎的狗吠聲外，四周交織著輕脆的鳥聲、還有賣力呼喊的蟬鳴，四周交織輕揚起伏的田園交響曲。荷葉田田，充斥著嫣紅的、粉紫的、嫩白的，我看著她的笑容，拾起一株含苞待放的花朵；花香並不濃鬱，卻讓人著迷，彷彿跌進那一幅中國水墨畫之中。是一種喜悅，也是一種幸福。

然而，人生總是有著短暫喜悅，相遇之後便是相思。記憶中某一天，她突然不在固定的攤位出現，我等待著每一分每一秒的流逝，一天、兩天一連好多天之後，空虛感充斥於心。

之後，我總會找機會路過市場的攤位，有時更會反覆翻弄著這個盒子，不甘心的想找出什麼來，我的心中像是缺了一角似的沒有個踏實感。說也奇怪，愈是抗拒它或掩耳不聞，卻怎麼也逃不開它的侵逼。它似乎早已看透我會茫然失措，它似乎就是要我和自己纏鬥。

如何去認識自己以及這場記憶？成了我那年整個夏天的功課。走在回家寂寞的大馬路上，迎著南風，我張開臂膀試圖捕捉些什麼，擁抱些什麼，結果卻只是徒勞無功。我還找得到她嗎？日子，始終還是不急不徐的走著。看著那個小盒子，我不斷地問著自己一遍又一遍。

如果只剩下24小時的生命，我想再見到那個綁麻花辮的小女孩，拿著那個隨身的小盒子，訴說多年來的思念。

「如果只剩二十四小時，我想…」

洪品臻
40歲
待業中

人生，到底是未來先到？還是無常先至？我不知道。
如果，生命旅程即將結束，
二十四小時，是我此刻唯一的擁有，
我只想—把時間留給自己，
一個人、靜靜地—打包回憶、整理行囊。
這段旅程中，有笑、有淚；有喜、有悲；有聚散、有離合。
我想帶走每段過程的愛、喜悅、成長、與感動，
將所有悲傷、苦痛、紛擾與不屬於我的一切全部留下，
因為那太沉重，我帶不走，
我要揹起滿載美好回憶的快樂行囊，
輕鬆踏上歸程，回到最初的家。
並告訴所有人，
這趟旅程中所學到的智慧、成長、經與領悟，
這趟學習如何愛與被愛的生命旅程，
我真的—不虛此行。

洪麗雯
39歲
手工藝創作

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果生命進入倒數計時，我會很慶幸自己還有24小時可以向我最親愛的人道別。

此時，我最想跟親友說我是多麼的愛他們，當黎明破曉時，即便我不在他們身邊，我的愛就像清晨的露珠，滋潤著他們。我知道他們會傷心，會不捨，但人生在世，該承擔的責任還是要擔下，陷入無底的悲傷漩渦只會讓人一蹶不振，愛你們的我怎麼會忍心、放心呢？

我想，在我從這個世界跨入另一個世界之際，我親愛的家人朋友能幫我穿上我最愛的那一套衣服，你們知道那套衣服對我的意義，那是我愛上他的回憶。我希望我的肉體墊的是「鳳尾絲」，這不僅是有「骨白蔭子孫」的意涵，還有你們知道我曾對蓪草付出的心力。

當我的皮囊化回灰燼後，我希望，能回歸自然，不管是大樹的腳底、山谷的清泉，亦或廣闊的海洋，我最親愛的親友們都能微笑歡送著我，一如我微笑的向大家道別。

沒有華麗的靈堂，沒有喧鬧的告別式，一切都如同我的個性，恬靜、溫馨、儉樸。請記住我的美好，忘掉過去的紛擾，我，永遠都在，永遠都在。

流雲
60歲
紡織廠退休

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

我已臥病多年，雖然床前仍有孝子，老婆也是不離不棄，但生命總有走到盡頭的時候，我早就準備好了。假如還剩下最後的24小時，我要再一次和身邊所有的人快樂的道別，感謝他們曾經豐富了我的人生，我即將脫離病苦，隻身遠行，心中再無罣礙。

翁淑禎
34歲
市場行銷管理師

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

爸爸您的突然離開在我心中留下了憾，如今我的生命只剩24小時，我不畏懼，最想做的事就是穿著白紗來到您面前，讓您看看自己的女兒有多美。

房間那溫馨的壁紙上鑲上佈滿我的成長，家人與朋友，淺綠色的沙發希望讓大家對我的思念不那麼沈重，而是明白我所希望的開懷。

寫下六十百封信請郵差先生每月幫我寄送一次，讓家人知道我的在乎與用心，即便離開也依然與你們心同在。

最後，最後一餐要吃飽撐肚地裝滿我喜歡的海鮮料理，滿滿的美食幸福與家人、朋友的陪伴，直至最後一刻那生命的慢慢流逝。

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

康康
51歲
工程師

如果我的生命僅存24小時…
剛開始聽到時會腦筋一片空白，無所適從。
在這麼短的時間內我該做些什麼事，
我會很快樂的面對這24小時
讓大家不替我擔心、難過
我會告訴我的家人我有多麼愛她們甚至擁抱每一個人，
在24小時裡我會待在家，
回憶我所開心的事，
整理自己的東西，
把值錢的東西留給老公、女兒，
把實用的東西捐給孤兒院的小朋友。
24小時說長不長
說短不短
就看你怎麼去善用它
做一些有意義的事
即使時間剩下最後一秒…

梁迪兒
45歲
老師

我只要真情

如果只剩二十四小時，我想跟人在一起，跟誰呢？

跟我最親愛的家人在一起，我會緊緊的擁抱我的先生，心中有好多感謝要對他說，感謝他陪我走過這一大串日子，感謝他從不限制我，不論在家、在教會我都有自由發揮的空間。我也想好好抱抱我的孩子，把心裡的最深的話跟他們說，為了養育他們，日子過得忙忙碌碌的，但是看見他們一天一天成長，乖巧上進、會幫忙家務，會服務他人，會搞笑，為家裡帶來歡樂，便覺得我忙得好值得。

我也想跟我的父母、兄弟和姐姐聚一聚，長久一來，一直想跟他們說：自從接受耶穌之後，我的生命不一樣了。軟弱時，我禱告，上帝幫助我度過；我若有一點成就，我感恩，那是上帝的恩賜；我不足，上帝補足，祂使我的生命豐盛；我雖不完美，但在上帝眼中，我是獨一無二的，我的生命並非一帆風順，但是這一路走來，上帝的祝福滿滿。此生對我而言，是客旅，我不怕面對死亡，因為我確信耶穌已經為我預備了天家，死後我將到那裡去，那裡好得無比，我不擔憂，不懼怕，我心裡滿有平安。我好想把我的信仰介紹給我的家人，我希望他們知道我這個「信基督教的」在信什麼。

若是可以，我也想跟我的同學、我的朋友、我的同事、我的學生一一擁抱、感謝、話別。若是可以，我想用我生命中的最後一天，辦一個溫馨的聚會，在這個聚會中，我要跟我所愛的人說最想說的話，也希望他們跟我說他們心中最想說的話。我也希望讓他們知道我不害怕死亡的原因，希望他們把握住耶穌所賜的福分和確據。

我也想寫，我想親筆想一封信，謝謝我的親人、朋友在生命的每個階段，陪我走一程；也請他們別為我難過，因為我即將移民，要到更美的地方定居，只要相信耶穌，就有盼望，以後我們一定會在天家再相會的。

最後，我慶幸我還沒有被下最後通牒，我還有很多個「二十四小時」，我應該把握時間，常常跟我的親人、朋友相聚，跟他們說我最的真心話，也希望他們跟我說他們心中最想跟我說的話。我也要給久未連絡的或住得遙遠的親朋好友寫信、寫卡片，把我的感恩、祝福及真心話寄予他們。

陳小喵
32歲
服飾業

有你們，真好

5個月前，一次瑕疵醫療使原本簡單的門診手術轉為必須動大刀的療程，我也因此險些回天乏術。至今100多個日子過去，我漸漸體會珍惜的重要。寶貴的24小時，我想一一獻給所有親友最大的擁抱與笑容。擁有多麼美好，即便人生短短也不足為懼！

魚國
34歲
自由創作者

「如果還有二十四小時，想做的事情…」

你來了，又走了；你出現，然後消失。

這是生命裡最後的24小時，我卻還是選擇讓你離開。撕裂的軌跡從我的眼角迅速漫延，劃破了唇緣，灌進黏稠的喉頭。我彷彿看見你模糊的身影，怔怔地看著我的世界，無以遏止的破碎，你低喃自語的說：「即使生命走到了盡頭，你還是一個膽小鬼，沒有勇氣的失敗者。」

我來了，我又走了；我出現，然後消失。

即便讓你知道，我的生命只剩下最後的24小時，你依然選擇原有的姿態。

如果只剩下24小時，我希望我能有勇氣，走出那一步。

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

湯瑪士
32歲
門市人員

“人生如同故事。 重要的並不在有多長，而是在有多好。”

作者LICIUS ANNAEUS SENECA

二十歲時描繪著未來的藍圖:找一份有前景的工作、閒遐時約三五好友聚聚、能夠有緣找到真命天女共組家庭、幫父母換間新房、每年存錢出國旅遊…。等。
三十歲時回頭檢視過去的成績只看到了在做著不怎樣的工作、每天過著一成不變的日子、朋友早不再聚首、旅行的計劃一直都只是計劃。

人生中總有太多太多未完成的計劃，追根究柢就是顧慮太多也少了點衝動。如果現在躺在病床上的我只剩一天的生命，最讓我掛心的肯定不會是這些數也數不清的夢想和計劃，反而是每天最常見面卻又不常放在心上的家人。

雖然僅有二十四小時，我要全數用來陪在家人的身邊，聽聽老爸老媽的戀愛史，聽著他們訴說要如何辛苦才能養大我們、陪著老婆細數相識的過往，第一次的約會，第一次為了芒果冰吵架，第一次的國外旅行……

總是要在有了一點人生歷鍊後，才會真切的明瞭唯有家人才是人生道路中最重要也最該珍惜的，希望每個人都能好好珍惜身邊的人。

發哥
51歲
公務員

如果只剩下24小時，想做什麼事…

如果，生命只剩下24小時，我希望能夠奢侈地從凌晨就開始醒著，直到我終於闔上眼不支倒地。

在這段時間內，我要和我的家人先去一個他們最想去的地方玩。

大概八個小時過去了，接著我想要和我在各個人生階段認識的好朋友們再見一次面，聽他們談笑風生，看他們笑容滿面。

然後又過了約八個小時，接著我要和我最愛的人一起到某個天涯海角度過最後的八個小時，我們聊天，如往常一般，然後我會說些祝福的話，請她努力加餐飯。就這樣我們一起迎接最後的時刻降臨，可能或多或少感到悲傷，又可能會淚流滿面地相對無言，但起碼我們在一起。

這整個過程我一定都會用相機記錄下來，算是一個要走的人所留下的最深眷戀。我希望那個時候不會再有人不看我的鏡頭了……

如果今生只剩下24小時，我想尋找無限生命的起點。

舒涵
50歲
教育服務工作者

這個世界沒有真正公平的事，唯有「死亡」這件事人人生而平等。有些宗教相信有輪迴，有些則不承認有輪迴的觀念，我相信有。如果今生只剩下24小時，我想尋找無限生命的起點。

面對死亡的時候，害怕是難免的，因為不知道未來面對的是甚麼，所以恐懼，因為一生就結束了，還有好多的心願未了，所以不甘心放手離開，這時候宗教信仰便可以幫助吾人度過無助又無奈的困境。

很多人都以為佛教是悲觀的、是被動的，其實不然。佛教認為人是會輪迴的，所以人有無限生命。無限生命是一種時空的概念，有無限生命的概念和沒有無限生命的概念，在面對生命課題時，兩者的處理態度會不太一樣。如果沒有無限生命的概念，時間到了，該做甚麼就做甚麼，做得到就做，做不到也就算了。但是如果有無限生命的概念，就會認為該做的就要做，而且會積極並努力地去完成，因為此生不做完，來生還要繼續做。

不同宗教都有差異性之啟發人性潛能的功能。而佛法的價值觀就是要解決一些造成痛苦的問題，希望人的生命能夠得到一種永恆的快樂，這種生命的狀態叫做「永恆」（涅槃）。如果生命層次不夠的話，無法達到永恆，生命會永遠地在歡喜與別離不斷周旋的過程中度過。

我想，我的生命層次在今生是到不了涅槃的，而下一生會出世在六道輪迴的哪一道呢？人的記憶力有限，需要外在助力提醒吾人宇宙真相的生生不滅與無常，在最後的24小時裡，除了向親愛的家人與朋友道別之外，我會不斷地持誦《心經》也希望能在助唸團體的誦經聲中嚥下最後的一口氣，我期待透過《心經》誦持而不忘卻佛陀教法，並於來生重回人間，因為今生不完美，如果今生只剩下24小時，我想尋找無限生命的起點，經由輪迴轉世間與我最愛的家人朋友們再續前緣。

雲
40歲
工

「如果剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩24小時，我先好好響受一頓豐富美味的早餐，感受一下食物的甜美，感受和家人一起用餐的氣氛，充實一天的精神，補足一天的精力，好好的讓這一頓成為 倒數:24小時的反應爐。
23小時計劃22份計劃每份計劃要非常充份，力求不重覆。
22小時尋問周遭人他們的心願，及要表達的感覺。
21小時通知所關心的人拜訪計劃。
20小時做自已想做的事情。回想自已做錯的事
18小時和之前學校同學師生敘舊
12小時和親友一一拜別
09小時把父母安頓好，照顧好分配好，二個小時懷念。
06小時和自已的兒女一起品茶，把對子女的期望全數講出，提醒擔憂的地方，把一些人生經驗和知識轉移給子女，最重要的把失敗的經驗分享出去，在最後一刻所有不為人知的自身失敗經驗，毫無保留的告訴子女，引以為誡，盼能踏上失敗的墊石，一步步的成功。
03小時生命最後時段，好好陪伴自已的另一伴，把所有的資產交附，把所有美好相處的記憶共同回憶，過往錯誤誤會解開，聊到忘了時間。走的自身不覺。

黃良慈
50歲
公

如果只剩下24小時，我希望走的完美，並作不同嘗試

若只剩24小時有限餘生，有點不甘心，可能會想找絕交者商量復交，畢竟已沒有拉不下臉來面子問題，挽回失去友誼，希望能走的完美無憾。也想大口享用平時愛吃又禁忌吃的高熱量美食，因為不怕再變胖了。

把畢生積蓄捐一半積陰德「立即享回饋」亦不錯構想，留一半給子女盡養兒育女責任即可矣。

此刻，毫無顧慮豁出去感覺真好！可以跑到街坊向每個路過行人說聲「我愛你〈妳〉」，即便被當瘋子或被告騷擾也在所不懼，反正保留顏面尊嚴也就只剩這麼一天罷了，況且台灣法院判決曠日廢時，怕什麼哩！

另，羽化升天的姿勢須講究點，故而最重要是最後要留五分鐘打坐，以便如高僧自然安詳「圓寂」去也。

黃湘
44歲
英文老師

如果只剩下24小時，想做什麼事

如果只剩二十四小時的生命，我會做什麼？老調牙的問話，就正如地球將毀滅的感覺一樣。但是，除了發生意外無法預知外，如若生病了，也知道自己死期將至，會選擇如何過？以現時面考量，生病到快走了，應該是躺在醫院動彈不得吧！ 因此，我們的題目是假設題，有人預知明天是世界末日，且一定會發生，那麼我自己最想做什麼？

我仔細並認真的想一些問題，來幫助自己釐清一些事：

1、什麼是我最在意的？即使只剩一天也一定要做的。

2、誰是我最後最想和她(他)在一起的人？

3、什麼遺憾是我最想彌補的？

4、什麼話是我最想對朋友，對親人，對愛人說的？

當答案漸漸浮現時，或許就是我該改變的時候了。

在明天不是世界末日時，提醒自己快說吧，快做吧，快彌補吧！

或許。。。。。之後不會再有來此一生，枉為人的感嘆了。

問題是，在年過四十的今日，有什麼事是自己未完成的夢想？那些真正未完成的夢，也無法在一天內完成，這樣的遺憾，不是一天可造就的。如果題目，再加入我們可以擁有飛天入地的本能，能有穿越時空的能力，那麼，我的答案，將是無語倫比的讚。

小女子不才，雖有小小的身軀，卻有遠大的志向。

我想，上帝願給我機會，在最後關卡賜我無上力量，濃縮我身為人類身軀的限制，給我雖只有二十四小時，卻能讓我在二十四小時內的八萬六千四百秒中的每一秒，去完成並挑戰每一項極限，那麼我將在最後的這一天之內，完完全全改變人類的歷史。我可以完成八萬六千四百件事，而且是八萬六千四百件足以讓世界起死回生的大事。我不要地震海嘯的發生，我不要戰爭的發生，我不要南北極冰山的融解，我不要周遭親友的死亡，我不要有SARS及H1N1 ，如果，我的夢是一場夢，如果我的世界和平是一場永不可能實現的夢，那，至少給我一天這樣的夢吧！給我一天佛陀的極樂世界，給我享受天倫之夢，給我高山怡情，給我大海養性。讓我在這樣的美夢中，離世。

得不到神蹟，至少，給我一場美輪美奐的幻象。我寧願在睡夢中度過最後的一天，也不願在最後一秒鐘看見世界在我面前毀滅。

如果是你，將如何抉擇？ 我的答案，將不是唯一，而那永不可能實現的夢想，誰，來完成？一直深信，只要有夢，即使只剩二十四小時，心中懷抱著夢想離世，至少，人生還是美好的。而心中這樣的美好，將永久停在當下，變成永不磨滅的印記。

黃湘

奧古
39歲
公

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

不管是誰，談論「死」，
總有許多負面情緒：
畏懼、無奈、喟嘆…；
更不用說是即將面對了，
也許有人能勇於面對、樂觀看待，
但在時間分秒的流逝、催促下，
對於某些心有餘而力不足之處，
內心難免有所遺憾。

是呀，如果人生只剩下24小時，
自己最想做什麼事呢？
拜科技所賜，現代人有很多聯繫管道：
電話、電腦、手機。。。。
所以透過畫面與親友面對面講話，
或是請對方拍攝當地或特定的照片，
這些都是可以當下滿足的；
然而有些事則是必須親自去做才行。

如果我只剩24小時的人生，
我會錄製一段影片，把我「身前」想講的話錄下來；
我會跑去父母的墳前，告訴祂們我即將去陪伴祂們；
我會跑去附近醫院的安寧病房，給病友們鼓舞打氣。
其實對我來說，這樣就足夠了。

香港電臺知名主持人梁繼璋給兒子的信裡說道：
《下輩子，無論愛與不愛，都不會再見…》
這話聽來無限哀嘆，但卻也是殘酷的事實，
像我與我的爸媽，不正是這樣嗎？

所以，如果您只剩下24小時的人生，
您會想做什麼事呢？
我誠摯地告訴您：無憾、心安就好。
祝福您唷～

寧語凡
34歲
工程師

最後24小時的陪伴

如果只剩24小時，超過90%的人都是長期臥病，大概沒能做什麼，只能希望好好做一個夢或安穩的睡上一覺吧！

如果有健康的最後24小時，這對我們意義重大，也許24小時後要為國捐軀，24小時後要出發去火星，24小時後結束自己的生命。

這24小時也許會改變許多事情，突然發現自己的重要意義，應該要給自己更多的時間，來完成許多事情。

最後的24小時我想大部分人都會是
1. 結束階段性的任務，交接職務、
2. 建立最後的回憶相本、
3. 給親朋好友最後的禮物、
4. 寧靜和平的結束、
5. 跟大家SAY GOOD-BYE。

太多想要的事要做，但卻沒有好好規劃，只剩24小時往往不知所措的讓寶貴的時間悄悄流逝。不是欠缺目標導致過於空閒，就是目標太多以致分身不暇。

最後24小時其實只要能好好的做兩三件事，就像旅遊一般，只玩一個點過於空閒，玩太多點，流於趕路，不如好好的玩兩三個點。最後24小時，我就希望可以開車帶老婆好好的玩幾個點，就喜歡載老婆兜兜風，看老婆開心的樣子，老婆累到依偎在你的胸膛，跟老婆一起浮潛、散步、吹風。最後24小時，我只想跟最喜歡的人一起渡過。晚上累了也就可以帶著微笑睡了。

其實，人的生命非常渺小，有很多的意外，突然就發生，如果有24小時，那還可以做一些想做的事，就怕意外突然發生，就只剩1小時或連1小時都沒有。從現在開始，把握當下，開心就是最重要的。

寧語凡 2013/10/02

廖麗端
36歲
補教業

生命最後的24小時…

「我都還來不及道別，交代事情就這樣死了！」這是我去年做胃鏡時，經施打了鎮定劑睡著後，醫護人員開始為我進行胃鏡檢查時，我突然醒來，感覺呼吸困難，眼前的畫面是醫生、護理師，幾個人壓著我的手，然後對我說：「妳放輕鬆，不要緊張！」心想呼吸不到空氣我都快死了，你們還叫我不要緊張？何況我只是做個胃鏡檢查，就這樣死去，我還沒來的及交代呢！之後又失去了意識，其實原本在我鼻子下人中之處已事先準備氧氣管，輸送氧氣有助於受檢者呼吸，因此我還是平安完成胃鏡檢查，結束一場虛驚。

對我而言死亡不可怕，讓人害怕的是有些事還來不及做，有些話來不及說，所以如果我只剩下24小時生命，我要先回家找我的父母向他們道別感謝雙親養育之恩，看看他們、抱抱他們，姊弟親朋好友一一道別，主要表達我愛他們，請他們不要為我難過、傷心，希望他們明白我只是到另一個空間，在這是死亡，在另一個世界是出生，生死是必然。

如果我只剩下24小時，我要把所有的物品整理後，向家人交代金錢狀況，決定以後的住所和喪禮儀式，以避免造成他們的困擾，然後將我的收藏品，找到適合且喜歡它的的主人。其實每個人想做的事很多，經歷親友生病、變故死亡後深刻體會，人世無常，要及時行善，及時行樂，愛要及時，孝順更要及時，善待自己和身邊的人，把握當下認真過每一天，在要離開人世的那一刻，便可以坦然面對，死而無憾不是嗎？

瑪西
36歲
家管

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時，只想要將自己放在最親愛的家人身邊，靜靜地和他們在一起，作人生最後的相處。

以往的時光都過去了，只有這一刻最真實，希望他們永遠只需要在這一刻記得我。

以後的時間裡，請遺忘我，

我已過去，存活在記憶中，但活著的人有權利為自己的生活再創幸福，

所以，我只願他們在我最後的時光中，一起度過。

銀鈴
34歲
護理師

如果只剩24小時

如果只剩24小時，那我真是一刻也不想再浪費了，因為，我所剩的時間不多，這時，從早上五點開始，我會馬上起床，打起精神準備去爬山，小小的山都無所謂，因為我希望能最後一次地再迎接一次日出，讓日出的美麗深深烙印在我眼底；七點，太陽出來後，我一定要和家人一起吃早餐，因為這是我心中最幸福的畫面，我希望看見大家吃著早餐、說著今天的期待那種美好；吃完早餐我還是想繼續每天都會做的上班、上學這樣的事，因為我希望最後一次再看看這些同事、同學，順便一一道別，告訴她們，這一生能夠認識他們是多麼美好，也希望藉此時刻把誤會解釋清楚，不想帶著遺憾離開；上午的行程大約從工作、大學、高中、國中、國小、幼稚園。。。。。這樣一一去走動拜訪，順便看看老師是否依然健在，給予問候與告別。

中午，我希望去吃一頓大餐，因為這是我向食物表示敬意的方式，雖然，我不一定會吃得很撐，不過，我無非就是希望自己還是地球上的一份子時，能夠和大家一樣，融入在這花花世界中，至少，我曾經活過。

下午，我希望給自己2個小時的沉澱與寧靜，因為，今天已經過了一半了，我知道有太多的事還沒做，不值得我一直浪費下去，所以，晚餐前我希望和媽媽一起準備晚餐，讓家人知道我的心意，我是多麼的愛妳們呀！！

晚餐，我希望和家人一起渡過，因為這個最後一餐，我希望它是屬於我最親密的人，進餐期間，聽著大家輪流說著今天遇到的新奇有趣的事，是我心中最溫暖的畫面；晚餐後，我會向每一個家人一一道別，希望給每一個家人擁抱，接著勇敢的告訴他們，我好愛好愛你們，因為你們讓我這一生美麗又幸福。

九點到十二點這段時間，我希望能和家人在空曠的草地上，仰望星空，數著星星、聊天，我一直記得，媽咪曾經對我說的那句話：妳喜歡哪一顆星星呀？我摘下來送給你。這是我一輩子最快樂的回憶。

十二點到三點的凌晨時刻，說真的，我也好累、好累了，可是，我還是不想輕易的睡著，我希望能再聽聽夜晚寧靜的大自然呼吸聲，也許，有時還會有零星的汽車聲呼嘯而過；啊…。這個我曾經活過的世界，我好希望能有更多的時間，和最愛的人在一起，原來，平靜的生活也有一份恬適，一種舒服的幸福。

最後倒數的幾個小時，我會先梳洗完畢、穿上我最喜歡的衣服，然後，安靜的躺在床上，靜靜的聽著自己的呼吸、感受自己的心跳，等待最後一刻的來臨，我想：我準備好了！！再見了！！我最愛的人、最愛的世界、最愛的點點滴滴回憶。

我希望我的離開是輕鬆的，希望大家記得的我，是那個每天都笑容滿面的女孩，是那個總是說著笑話渲染歡樂給人的人，我希望大家只記得我的美好，然後開心我的離開，不要哭泣！！

鄭凱文
31歲
工程師

如果只剩24小時，我會提筆寫下我的遺囑

如果只剩24小時，我會提筆寫下我的遺囑

寫遺囑這件事情，我每天都會花一點時間思考。我思考的不是要留給子孫多少錢財，而是要留給後代多少智慧。如果我的人生只剩24小時，我的遺囑便是如下五點：

一、有一天我走了之後，所有人不需為我哭泣。

人生自古誰無死，人走了僅是回去。人的身體是由地水火風假合而成，緣起緣滅，一切僅是外相的改變。須放下色相，體認自性本空，如此就算我走了，對你們也是一種教育，對靈魂更是一種昇華。

二、後事辦理，一切從簡，禁止殺害生靈來當作供養

若各位了解第一項的立意，便知死亡是我對各位的最後一項教育，希望我的走喚醒各位的自性。一切從簡，是不希望死後帶給各位額外的負擔，更不需要用牲禮來祭拜，因為我的關係而讓無辜生靈失去生命非我本願，如此做也是一種慈悲。

三、日後祭祀僅需鮮花、水果、淨水

把握一個精神，所有的一切都是教育。貢品皆是表法。鮮花、水果代表因果，看到鮮花要想到凡是起心動念都要謹慎，勿因善小而不為，勿因惡小而為之。看到水果時，需內自反省，期有朝一日能證佛果，了脫生死，永離六道。淨水代表清淨，看到淨水時需檢視我的心是否能夠如水一般清淨，處事是否有如水的智慧，容剛柔於一身，上善若水。

四、我後子孫，須力行《弟子規》並以此為家訓

弟子規，聖人訓，首孝悌，次謹信。汎愛眾，而親人，有餘力，則學文。

總敘中道出做人的根本，先做好生而為人的本分，有餘力再讀書。讀書首重讀聖賢書，所謂「非聖書，屏勿視，蔽聰明，壞心智」的道理。未來世代，資訊肯定更加氾濫，好的書本更是遇之不易，故希望你們日後能夠常讀聖賢書，力行弟子規，對這個世界做出榜樣。

五、勉勵後輩學習聖道

找一位聖賢來學習，孔子、孟子、佛陀都好。學之道，貴以專。專一持久方能成就。譬如學佛，實為學習釋迦牟尼佛一生行儀，行住坐臥都在學習佛陀，佛陀一生講經說法四十九年，實為多元社會教育家，我們所有的一切皆取之於社會，故後人須將一生所學、所得全數回饋給社會，自己死後不取分毫。

以上五點，願後輩謹記在心，力行此文即為荷擔我先人智慧，為真我輩傳人。

鄭凱文
立於 2013年9月17日

盧元億
32歲
補貨員

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

世界有多大，大到我不放在眼裡，人有多渺小，小到光一個人就佔滿我所有思緒。站在門外，我不相信有寧缺勿濫，人性本貪婪，說故事的人都沒有坦白，直到發現妳的存在，才驚覺，我已陷入永恆不變的愛，雖然結局是遺憾，感覺早已濃到化不開，現實吹不散，明知時空不會重來，心中還在期盼，神蹟會到來。

時間可以毀掉一切，卻不能淡化我對妳的思念，反而越來越強烈。想妳，是我每天的例行公事，想妳，是我的生命力，支撐我不被過勞帶回去，想妳，除了想妳，我只能更想妳。

如果只剩下24小時，我只想靜靜看著妳，讓妳成為我永遠的回憶、唯一的記憶，這樣我就能帶著微笑做一場不會結束的夢，在夢裡，我們就能在一起，這希望看來雖然簡單、渺小，但卻能讓我感到不可名狀的幸福。

賴志誠
42歲
公

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

生命不到24小時，你該怎麼辦？做平常不敢做的事？說平常不敢說的話？盡情享樂？做盡善事？不！我不敢想，也不願想。

生命是美好的，一旦失去生命就等於失去一切，24小時能做的事有多少？能夠做的事多到你不知從何著手，時間就悄然離去，然而24小時對我而言是絕對不夠用的！

我不忍一對寶貝兒女沒有父親；我不願親愛的牽手獨自撐天；我不甘年邁雙親白髮送黑髮。

『死亡』並不可怕，可怕的是你知道何時會死，而自己卻又無可奈何，生命誠可貴，尊重生命，珍惜光陰，讓24小時能不斷地延續、傳遞，代代相傳，反覆循環，做對的事，做該做的事，不浪費時間，就算僅有24小時，也能過得有意義、有價值。

謙牛花
34歲
服務

「如果只剩下24小時，想做什麼事…」

如果只剩下24小時……？「如果」是一個不切實際的用語，所以當人生只剩下24小時，我已經來不及後悔了。我應該接受的、家人朋友能夠接受的，就是坦然的接受這個事實。

人生的每一個階段都應該好好規劃，未及，儘管人生「還」剩下240小時、2400小時，那又如何！24小時扣除吃、喝、拉、撒、睡，剩下不到12小時，在這僅剩的12小時裡，還在想著要做什麼事，只會讓自己覺得焦躁、憂慮和不捨。儘管許多人往往說要在這24小時裡盡情的玩、盡情的吃，哈！那只是空口白話，有能力做到的人，人生絕不會只剩下24小時。

24小時，24小時只適合在放鬆的地方，靜靜的享受這24小時的心跳和氧氣供給量，並且懂得放下，學會放下。

人生該學會的是活在當下的規劃，當以後還有人發傻的問你：「如果只剩下24小時，想做什麼事 …」，你就該回答他：「我活在當下，而且我享受我每天的24小時！」。

驍龍
35歲
技術員

如果只剩下24小時，想做什麼事

人生規劃是長久的，我也規劃好了人生旅程，但如果我只剩24小時，有些計畫根本就無法實現，有些規劃必須仰賴時間累積，但現在已沒時間，只好請父母兄弟幫我完成可以實現的人生規劃：

1、首先我會告訴他們，我希望能成立永久性的獎助學金，除了灌輸：「天下沒有白吃的午餐」觀念外，也希望讓弱勢的學子能有一個經濟挹注，而那辦法就是徵文寫作。

2、金山、銀山也總有坐吃山空的時候，所以請託有股票經驗的哥哥幫我選穩定配息的股票，然後等那股票相對低點時買進，之後依靠每年配息來資付獎助學金運作。

然而中間會有許多細項需要交代與討論，如果時間夠，我能完成信託，但現在只剩24小時，時間根本不夠，可是我希望的「留大愛在人間」的願望不變，又怕有不肖子孫圖謀不軌，所以剩餘的24小時，就是努力說服父母兄弟完成我的願望。

附件一：“如果只剩下24小時…想做什麼事？”徵文活動

一、 主辦單位: 永憶國際有限公司。

二、 活動簡要說明: 只要寫下「如果只剩下24小時，想做什麼事 …」作品， Email至24hrlife@yy-int.com，並於標題註明「參加永憶國際如果只剩下24小時，想做什麼事 …徵文活動」即可。請注意，參加者僅限18歲以上中華民國國民。
活動截止後，永憶國際將對投稿之撰文進行彙集，經篩選及整理後編製成一本電子書，書名為"如果只剩下24小時"
(請注意:書中將會引用投稿者之名字、年齡及職業)。
電子書將會上傳至主辦單位於Facebook上之『永憶國際粉絲專頁』，並會Email給徵文及問卷調查活動所有投稿者及問卷填寫者，最後將於電子書中選出前十名優良撰文者，贈送精美獎品。

三、 活動時間: 102年9月5日~102年10月4日止

四、 徵文題目: 寫下「如果只剩下24小時，想做什麼事 …」，字數不限，但須至少一百字。

五、 投稿方式: 請E-mail至 24hrlife@yy-int.com 且留下您的真實姓名、暱稱或筆名(若不想於電子書中出現您的真實姓名請務必填寫此項)、年齡、職業(如工程師、醫師…)、聯絡電話及E-mail (供中獎時永憶人員簡訊及Email通知得獎用)。

六、 評審辦法: 題目意涵呈現30%、內容呈現70%

七、 贈獎說明: 活動截止後，永憶國際將彙集所有撰文，經篩選及整理後，編製成電子書【請注意:文中將會引用投稿者之名字(真實姓名、暱稱或筆名)、年齡及職業】，再上傳至我們於Facebook上『永憶國際粉絲專頁』，最後我們會由電子書中選出前十名優良撰文者，贈送精美獎項如下。
●澳門台灣(桃園)來回機票 一張1名
●香港台灣(桃園)來回機票 一張1名
●北新溫泉SPA游泳池招待卷6張1名
(http://www.swimmers.com.tw/northnew/index.php)
●YM-62防身噴霧一個7名(http://www.yy-int.com/defenseproduct/ym62_d.htm)

八、 得獎公布: 102年11月1日將公布於Facebook『永憶國際粉絲專頁』，同時以電子郵件及手機簡訊通知得獎人，得獎人須於102年12月1日前至永憶國際有限公司領取獎品，否則視同放棄得獎。

九、 注意事項:
1.報名者於參加本活動之同時，同意接受本活動注意事項之規範，如有違反本活動注意事項之行為，主辦單位得取消其參加或得獎資格。
2.參加者僅限18歲以上中華民國國民。 下一頁

3.參加者保證所有填寫之資料均為真實且正確，供得獎時通知領獎相關事宜；如冒用或盜用任何第三人之資料，或有不實或不正確之情事，將被取消參加資格，如為得獎者則取消得獎資格。

4.參加者視同同意授權(著作財產權以及版權)主辦單位無償使用其參加作品於主辦單位所製作之電子書及其他出版品，且參加者視同同意主辦單位將參加者姓名(真實姓名、暱稱、或筆名)及年齡和職業資訊置於所製作之電子書及其他出版品中，並公開於大眾媒體。

5.參與本活動者之作品不得同時參加其他活動競賽，或已公開發表過之作品，若經查證屬實，主辦單位有權取消其參加得獎資格，已得獎者即追回所得獎品。

6.本活動主辦單位有權決定取消、終止、修改或暫停本活動。

7.活動期間為維護公平性，禁止網友發表不當內容、從事任何非法程式、假藉不實身份參與本活動，等其他任何影響活動公平性或破壞本活動進行之行為，一旦查證或告發，將取消其參加資格，並追究法律責任。

8.參加者得保證參加作品絕無侵害他人著作權或其他違法之情事，如有發現有抄襲情形，經評審裁定認定，或遭相關權利人檢舉後，主辦單位得取消其參加資格或得獎資格，並由參加者自行承擔一切法律責任。

9.得獎獎項有關稅額扣繳部分，主辦單位依照中華民國稅法相關規定辦理，得獎人須配合辦理，如不配合辦理者，則視為自動棄權，不具得獎資格。

10.依據二代健保規定，得獎獎金或獎品價值超過5,000元(含)以上，需將得獎獎金或獎品計收2%作為二代健保補充保費。此費用由得獎人負擔。

11.為保護其他參加者權益，所有資料填寫必須負擔法律責任，如有欺瞞，主辦單位將保留法律追訴權。

12.主辦單位對於參加者所留存之個人資訊，除上述參加之活動視同同意事項外，其他資訊在未獲參加者同意前，不得對外揭露公佈，且參加者之個人資料依法受到保護。

13.活動結束後，本活動小組將以電子郵件及簡訊通知得獎者。請得獎者收到通知後，依通知說明完成領獎相關手續，逾期視為放棄得獎資格。同時得獎人亦不可要求將獎品兌換現金。

十、 聯絡方式

主辦單位:永憶國際有限公司

電話: (02)2700-8682

E-mail: service@yy-int.com

附件二:“如果只剩下24小時…想做什麼事？”徵文網路票選活動

活動說明：
您有多久沒吃到母親煮的家常菜了？有多久沒和好朋友們見面了？有多久沒對喜歡的人說我愛你？倘若生命只剩下24小時，您會如何珍惜度過剩下的時光呢？永憶國際藉由「如果只剩下24小時」徵文活動，彙集了將近兩百位民眾心中的想法，在此藉由所延伸之網路票選活動，邀請全國民眾一起閱讀並為您所認同的文章，投下寶貴的選票！

一、票選活動內容：
本次徵文網路票選活動為配合永憶國際有限公司「如果只剩下24小時」徵文活動，詳情請閱 http://www.yy-int.com/new/news09021301.htm 。
步驟一：
請至「永憶國際有限公司粉絲頁」徵文活動之相簿
https://www.facebook.com/media/set/?set=a.566129346775718.1073741831.540618492660137&type=3 針對投稿文章進行閱讀。
步驟二：
閱讀文章後請至
https://docs.google.com/forms/d/1_yqz5j3mxkFnMAItXprFitdu9RGzDwm1Y3oUN1F3dLE/viewform 進行票選動作並填寫基本資料(姓名、性別、年齡、E-mail)即完成投票。

二、票選時間：
自102年10月12日00:00起至102年10月25日中午12：00截止。

三、票選辦法：
閱讀投稿的文章後，邀請您針對喜歡的文章進行票選，每人最多不可超過十票，最後我們將結合網路票選的結果(占20%)及書面評審結果(占80%)選出前十名優良撰文者。結果將於102年11月1日公布，所選出的十名優良撰文者將得到：
●澳門台灣(桃園)來回機票 一張1名
●香港台灣(桃園)來回機票 一張1名
●北新溫泉SPA游泳池招待卷6張1名
(http://www.swimmers.com.tw/northnew/index.php)
●YM-62防身噴霧一個7名(http://www.yy-int.com/defenseproduct/ym62_d.htm)
※請注意：本網路票選活動每人僅限投票乙次（每人僅能投相同一篇文章一次，最多可投十(票)篇不同的文章），本活動嚴禁以惡意之電腦程式或其他明顯違反活動公平性之方式進行投票，如經主辦單位認定屬實，將有權刪除該不正常票數與投票者資格。

附件三:“如果只剩下24小時…想做什麼事？”徵文活動獲獎名單

我們很榮幸能獲得將近200位撰文者的迴響，投稿參加此徵文活動。每位投稿者用自己的文句表達並詮釋自身對此議題的想法，各有其特色，所以當活動進入選擇優良撰文這一階段時，講實話，真的是很難作決定！

然而，活動還是必須依照當初所訂下的規則，結合網路票選結果及書面評審結果選出十位獲獎投稿者。以下為十位經評選出的獲獎撰文者：

第一名：	林美沂	21歲	學生
第二名：	特麗莎	30歲	新聞工作者
第三名：	吳宜榛	22歲	學生(實習生)
第四名：	小肉包	18歲	學生
第五名：	林益如	23歲	研究生(學生)
第六名：	小羊	22歲	學生
第七名：	梁迪兒	45歲	老師
第八名：	郭美樺	19歲	學生
第九名：	CATHERINE	20歲	學生
第十名：	廖麗端	36歲	補教業

最後，永憶國際有限公司再次感謝所有參與本活動的撰文投稿者、讀者、網路投票者、以及從活動籌備規劃執行到結束期間所有曾協助我們的親友及同仁們，我們在此致上最誠摯的謝意。因為有你們，我們才能夠成功舉辦並順利完成此活動，謝謝！

永憶國際有限公司簡介：

永憶國際有限公司成立於民國九十八年七月一日。榮譽董事長王鴻葵先生在生命禮儀服務有超過四十年的資歷，為台北市葬儀商業同業公會發起創始人之一，並連續十屆(三十年)當選過公會常務理事(常務監事)或理事(監事)等。創辦人暨董事長宋良蘭女士在永憶成立前跟隨著王榮譽董事長於恆安禮儀服務多年。總經理王永生為殯葬服務領域的第二代(現為台北市葬儀商業同業公會第十一屆理事)，具有美國南加大電機工程碩士及中原大學機械工程碩士學位，曾參訪日本、中國、土耳其、德國、美國等殯葬產業，更從美國購入殯葬科系學程教科書以供永憶從業人員參考學習。在董事長的帶領之下，永憶所有同仁將憑藉著高度的服務熱誠，期望為現代的殯葬服務帶來不同的氣象，讓逝者能在親友的心中留下"永遠的回憶"。

地址：106台北市敦化南路二段一號九樓之一
消費者一般諮詢及申訴電話：(02)2700-8682
臨終關懷及接體免費電話：0800-090-091
電子郵件：service@yy-int.com
網址：http://www.yy-int.com

永憶國際有限公司在編製本電子書時已力求審慎，並且盡可能的確保電子書內投稿者所提供的文章、資訊及相關資料的正確無誤。

惟永憶並不保證電子書內資料在各方面絕對正確、毫無錯漏。若投稿者或讀者有發現任何漏失或錯誤的地方，我們在此先跟您說聲抱歉，同時也希望您能與我們聯繫並告知遺漏或錯誤的地方，我們將於下一版進行更正，謝謝您的幫忙。

永憶國際
Yang Yi International Co., Ltd.



永憶國際

Yung Yi International Co., Ltd.

彙編者/永憶國際有限公司
發行者/永憶國際有限公司
策劃/王永生、宋良蘭
美術設計/Ling
地址/106台北市敦化南路二段一號九樓之一
聯絡電話/(02)2700-8682
非賣品，有著作權，侵害必究
中華民國102年10月31日第一版

回首頁