



論及人生，也許真有人會暗自好笑：「我一天二十四小時都活得好好的，何苦還煩人生不人生的問題，豈不是庸人自擾嗎？」畢竟，生命並不是很單純的，自呱呱落地以至進棺材止，不經艱難波折，不歷風雨摧殘，而能活得有意義且充實，那是罕有的。何況人生就是一場奮鬥，到處充滿了各式各樣的戰爭，奈何許多人稍受挫折，逆境的打擊，一點點小刺激，往往變得似乎迷失了自我，~~懷憂喪志，喪失了我的~~支持，甚至懷疑自我的生存。本書旨在引導我們培養正確的人生觀，克服種種心理上的障礙，撥開生命旅程中種種的雲霧，尋回自我，堅

定自我，而創出光明的未來。大體上，本書的中心思想如下：

一、培養健全、快樂的心理：許多人往往把權勢富貴奉為一生追求的目標，且以此來衡量別人，最後所發現的只是被功名利祿沖昏了頭，絲毫不懂得生命的價值。整天但求拋頭上報，玩的是「金元政治」，活著究為了什麼？殊不知思想的運用和思想的本身，既能把地獄造成天堂，也能把天堂造成地獄。拿破崙雖擁有一般人所望塵莫及的榮耀、權力、財富，還嘆自己沒有過一天快樂日子。為求得永遠的平安快樂，首在讓我們找到自己，因為光羨慕就是無知，而一味模仿往往是步上自殺之道。人與人之間，難免會起衝突，甚至出現種種報

復的念頭。須知當我們恨我們的敵人時，就等於給了他們能勝過我們的力量，到頭來所傷害的還是只有你自己，學學艾森豪將軍，不要浪費一分鐘去想我們所不喜歡的人。施恩毋望報——只為施予的快樂而施予，才有真正的快樂可言。「知足常樂」儘管是老生長談，做起來還很難，種種非分的妄想，只有使你墜入更痛苦的深淵罷了。

二、如何不為別人的批評而憂慮——人既為萬物之靈，偏偏有些人聰明才智不能用得其所。庸俗的人，喜在偉人的錯誤和愚行中得到快

的常為經營不善而皺眉頭……。記住！只要你能先正確查明你煩惱的究竟是什麼問題，次而找出問題的原因，最後立刻進行一些建設性的行動，如此種種煩惱便可迎刃而解。有些人但見自己某方面能力不如他人，便大嘆天資不好！時運不濟啊！命苦啊……，沒有與人比較的機會。事實上天生我才必有用，他人不見得樣樣比你強。天才、聖人都有某方面的缺失，更何況常人了。也許別人的缺失就是你的優點，你又何必如此在意呢？腳踏實地，發揮自己的潛在能力，取長補短，萬事又有何難呢？

## 「快樂的人生」讀後感 · 賴敏雄 ·

感。為什麼某些處於勝利的巔峰狀態，結果有時却弄得很悲慘呢？還不是傲慢的人其嫉妬與羨慕心作祟使然。任何事我們不可能做得十全十美，其實只要盡人事，聽天命，想辦法將你的破綻收起來，則批評的雨水自不會流過你的後頸。不公正的批評通常是一種掩飾過的恭維。但是記住，沒有人會去踢一隻死狗。也讓我們留下自己幹過的傻事記錄，批評我們自己，且請別人給我們坦誠而帶有建設性的批評，如能在批評中求進步，倒不失之為上策。

三、如何克服你的煩惱和祛除自卑心理——人生在世，難免十有八九不如意。譬如做學生的常常擔心考試不盡理想；做農夫的唯恐老天爺一盛怒，長期以來的心血付諸流水；做商人

有些人對於人生充滿了幻想，有些人一生充滿了樂觀進取，也有消極頹唐，更有人以通宵達旦作樂來滿足人生。須知短暫的歡樂只能企求一時不成熟的安穩，長久慎固的生活有待你堅定而縝密的思想，配以實踐的行動。朋友們！光講自己是迷失的一代，不作實際的探討，那真是萬劫沉淪，永無恢復的餘地。命運既操之在我，何不拿出勇氣，把握及時，好好體會人生的真諦，乘長風破萬里浪讓生命的火花放出萬丈的光芒吧！