生命的設計師

《希臘人為什麼有智慧──生命應該打造的八根柱子》讀後感

【佳作．張瓊璽】

壹、前言─生命是一篇小說，不在長，而在好[1]

一個人只要充滿自信地朝夢想前進，
努力過著想像的生活，
他將在某一天得到意想不到的成功[2]。

金保羅曾說：「人生就像一本書，愚蠢的人一頁頁很快的翻過去，聰明的人則會仔細閱讀」，每一個人都是一個獨特的個體，從人類的 DNA 到個性行為，都顯示每個人的獨特性，每個人的存在，理當都有其目的性。我們如何讓生命活得精采，法國作家羅曼．羅蘭曾說：「生命像一股激流，沒有岩石和暗礁，就激不起美麗的浪花！」，未知生、焉知死[3]，希望死而無憾，就必須努力生而無悔，若活的無明懵懂、醉生夢死，很可能到老就會倉皇失措、憂患恐懼。愛因斯坦也說：「生命會給你所需要的東西，只要你不斷的向它要，只要你在向它要的時候說得一清二楚」，人生的目的不一定是偉大的構想或革命性的發，相反的，它往往源自於我們對毫不起眼事務的執著[4]。

---

1 羅馬哲人，辛尼加語錄。
2 亨利．大衛．梭羅，《湖濱散記》。
3 孔子，《論語》。
4 伊德雷，毛雅琴譯，《生命的意義─尋找人生目的》。

本書是探討希臘智慧的傑作，以帕德嫩神廟八根柱子爲喻，輔以古希臘神話故事，道出希臘智慧八大生命之柱的啓示，以信手拈來的希臘神話與文學故事爲例子，一一陳述人本主義、追求卓越、中庸、自我認識、理性、永保好奇、自由去愛、每個人都是獨一無二等八個智慧，如同列柱撐起希臘神廟一般，這八大準則也成爲我們生活的基石，每個人都可以成爲自己的建築師，打造出足以自豪的神殿與生活。阿基里斯曾說他寧願在人間爲奴，也不願在地獄稱王，這句話再度提示我們要珍惜此生，善度每一天，不斷地實現天賦的能力，追求心靈上的卓越。

羅馬哲人辛尼加「生命是一篇小說，不在長，而在好」，我們如何像書中的古希臘人一般打造屬於自己的生命之柱，活出獨特的生命色彩，值得你我一同探討與共勉。

貳、本書摘要—生命應該打造的八根柱子

一、人本主義

NACS
NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE
國家文官學院

只有日復一日征服自由和生活的人，

才得以享受他們一浮士德

作者指出人本主義就是昂然面對人類的未來與責任，在各種圖像和故事中盡情的揮灑天分，人本主義強調人的重要性，把人的價值和人的欣賞列爲首要地位。人文學科建立在人性、人情之上，以人爲尊，重視現世生活，這種強調入世精神的教育有異於近代職業或專業的訓練，而是使人走向美感、德性、圓滿、和諧的理想狀態。古希臘人製作的陶器最能說明他們對生命的禮讚，他們將生命注入無生命的物品中，讓死氣沉沉的陶土栩栩展示出生命無限的可能，在彩繪的花瓶微型宇宙中，人性之光熠熠生輝。

〈阿基里斯的抉擇與尤里西斯的誘惑〉

書中傳說在阿基里斯年少時，掌握命運的三女神給他一項稀有的特權，讓他自行抉擇生命的長短和結局，他可以選擇乏善可陳卻長壽的生命，也可以選擇流芳百世卻英年早逝的命運。阿基里斯最後選擇以短暫的生命留名。尤里西斯從特洛依返家的途中遭遇海難，來到女神卡莉普娑的島上並和女神陷入愛河。但卡莉普娑知道，尤里西斯身爲凡人終究會離開人世，女神爲了讓尤里西斯能永遠陪伴左右，於是送給尤里西斯長生不死的食物。但是隨時間過去，尤里西斯卻經常獨自在海邊眺望著遙遠的另一端垂淚，因爲他知道只有回家，他才能再度爲人夫、人父及人王，只有回家他才能扮演他應當扮演的角色，成爲他應該成爲的人。希臘人相信，人的存在是爲了完成某項未完成的任務，即使這個任務難以達成，但是正因爲身負重任，生命才有意義。

作者以阿基里斯的抉擇告訴我們，阿基里斯爲了留名青史而願意付出早逝的代價，僅管我們遠比英勇的阿基里斯更爲脆弱，但和他有一個共通點，我們都有自己看不見的弱點，然而，沒有這樣的弱點，我們也不算是人類了。另外，我們在人生中也常常和尤里西斯一樣面臨抉擇，我們必須面對，是否終其一生只追求安樂，逃避憂患，或是在小島的海灘之外，還有一個更寬闊的海岸。

人本主義首先要探索自我，發現我們所擁有的特殊才能，並將這種才能應用到日常生活中。如同蘇格拉底所云：「沒有經過反省檢查的人生，是不值得活的」，藉由這種向上提升的過程，瞭解生命存在的意義，成就自我。

二、追求卓越

生活中最大的悲劇，不是暫時的失敗，

也不是暫時的貧窮，而是習慣寒酸，甘於平庸！[5]

史詩詩人荷馬：「永遠要超越他人、勝過其他人，不要讓你的祖先蒙羞」，在這幾行詩句中掌握了驅動希臘文明的精神：追求卓越、領先群倫。

〈奧運精神〉

書中根據希臘傳說，奧林匹克運動會發源於西元前776年，運動會的創辦人據說是希臘神話中最著名的大力士海克力斯（Hercules），也是宙斯之子，和阿基里斯一樣，海克力斯是半神半人，他爲了贖罪必須完成某位國王一連串異常且艱辛的任務。儘管任務困難重重，海力克斯仍然憑藉著過人的毅力及努力，完成了各項幾近不可能的任務，因而激勵了希臘人，讓他們相信自己也能超越人性的限制而表現傑出。同時，這也代表著奧運的精神，奧運不僅是運動會，也是最重要的宗教慶典，運動會以人類的成就向宙斯致敬。

作者指出在西元前第四世紀遭羅馬基督教君主廢止之前，舉辦超過一個世紀的古代奧運是追求卓越的最好證明。儘管希臘因戰爭頻繁而四分五裂，每隔四年就會慎重公告休戰，好讓所有城邦派遣代表參與奧運競賽，每項比賽的優勝者的獎賞是以野生橄欖葉編成的頭冠。儘管這項獎項並不值錢，卻爲優勝者和所屬的城邦帶來最高榮耀，賦予個人成就不朽的價值，並永存於城邦人民的記憶中。

「一個人生活的態度決定他人生的高度。如果你真的是一匹千里馬，就不要消極地等待伯樂的賞識。去爭取屬於你的勝利，只有勝利能夠改變一切」。當然，每個人不可能都是贏家，即使是輸掉戰爭的赫克特（Hector），

[5] 徐憲江，《善待自己，追求卓越》。

仍是希臘人心中的大英雄。古希臘人以最極致的熱情度過人生，他們知道除此之外別無他法，就算追求卓越的代價是當下的挫折，依然值得。追求卓越與達成目標是兩回事，重點在於追求二字，生命是用來發掘我們能力所及的事，並全心全意投入，無論面對什麼樣的工作或角色，都應該全力以赴，才能體驗生命完整的意義。人類內在靈魂都有神聖的小火苗，如何讓小火苗變成火焰是每個人的責任。

三、實行中庸之道

即使是善舉，若是超過限度，也可能轉化為惡[6]。

如同中國儒家思想奉行中庸之道，作者指出位於特耳菲阿波羅神廟入口處之箴言：「凡事適度」，道出了希臘智慧的第三根石柱實行中庸之道。在追求卓越的同時，更應該保持平衡，避免極端。人類常常勇於嘗試偉大的行動，當澎湃的情緒矇蔽雙眼時，就很難看清冒險所帶來的危險。就像古希臘神話中伊卡路斯陶醉在飛翔中，忘卻危險而越飛越高，特洛伊戰爭中帕卓克斯也因爲渴望全面大勝而得意忘形。如何在危險的兩極中找到安全的中間路線，中庸之道才是上策。

《伊利亞德》與《奧德塞》

書中荷馬的詩作《伊利亞德》描述的是特洛伊戰爭，希臘人爲了奪回被拐走的海倫皇后，發動上千艘船隻組成的戰艦，爲了攻克特洛伊堅固的堡壘，困在這場戰爭中長達 10 年，最後希臘人雖然獲勝，但是希臘人以武力討伐他國，後來卻也被武力所征服，引發他們攻打特洛伊的貪慾，也同樣推動了敵人前來攻打希臘。而

[6] 子思／原著、丹明子／解譯，《中庸的智慧》。

《奧德塞》則是敘述英雄尤里西斯的故事，戰爭結束後尤里西斯因爲部屬的貪念損失了一趟原本輕鬆返家的航程，整整多花了 10 年才得以回家。回家之後發現王國裡傲慢的貴族竊取了他的宮廷，最後尤里西斯在血腥的對決中勝利，報復了他們貪圖王權的罪行。

兩首史詩的主題都是在闡述貪慾及其後果，因爲忽視中庸之道而導致悲劇的發生。追求卓越與中庸之道看似矛盾，實爲互補，如同油門與煞車缺一不可，對於汽車駕駛而言同等重要。柏拉圖也認爲正直的生活顯然需要內在的理性支撐、自我克制，每個人都須保持中庸之道，因爲這是得到心靈平靜與永恆快樂的唯一途徑。

四、認識自我

生活是一面鏡子，

我們夢寐以求的第一件事情就是從中辨認出自己—尼采

〈命定的旅程〉

書中柯林斯王子伊底帕斯爲確認身世，求助於女祭司，卻因爲女祭司的一句話：「如果你回家，將會弒父娶母」而不敢返回柯林斯，轉往底比斯，希望可以避開神諭。伊底帕斯在前往底比斯的途中殺死了一位乘馬車旅行的老人，也因爲在途中殺死出謎題的怪物而受到底比斯人民的熱烈歡迎而娶了新寡的皇后，卻也同時發現他曾遭人棄養，在途中殺死的老人正是自己的親生父親也就是底比斯的國王，而娶的守寡皇后也正是自己的母親，最後伊底帕斯因爲無法接受事實，刺瞎自己的雙眼，痛苦的在世界各地流浪。

特耳菲阿波羅神廟入口處所刻的第二句箴言是：「認識自我」。書中《伊底帕斯王》的故事指出，伊底帕斯如

NACS NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE 國家文官學院

果可以像他了解人抽象的定義一樣認識自己，也許所有的悲劇就可以避免了。個性和環境的交互作用造就了我們的命運，儘管我們不能選擇環境，卻可以改造個性。克里薩斯也和伊底帕斯一樣，根據錯誤的推斷行事，只看到自己的優點卻沒認清致命的缺點，因爲草率的決定而付出沉痛的代價。認識自我是預知未來的最佳途徑，瞭解自己的優點可以堅定追求卓越的決心，承認自己的缺點能避免陷入極端的弊病。人生真正的悲哀不在於缺乏足夠的能力，而在於未能利用與生俱來的天賦[7]。

喬治．韋爾曼說：「找到自己的強項，發揮自己的強項，那麼，你必定會得到這樣的結果—成大事。」，造物生你，是讓你成爲真正的自己，每個人都有天才！只是大部分的天才不是被擺錯了位置，就是沒有努力或利用正確的方法發掘自己的內在天才[8]。一個人一生最大的不幸就是找不到自己的優點，進而擺錯了自己的位置[9]，只有真正認識自己，瞭解自己，才能準確地定位自己，設立出適合自己的目標，進而發揮自己的優勢，贏得成功。

五、理性主義

感情世界就像一個天秤，
理性與感性各占一邊。
太多的理性缺少浪漫與激情；
太多的感性讓人迷失[10]

---

7 馬克斯．巴金漢，唐諾．克里夫頓，《發現我的天才—打開 34 個天賦的禮物》。

8 王大慶，《35 歲以前成功的 12 條黃金法則》。

9 許竹，《認識自己，準確定位》。

10 珍．奧斯汀，楊淑智譯，《理性與感性》。

NATIONAL CHIANG KAI-SHEK MEMORIAL HALL
國家文官學院

〈地獄般的瘋狂〉

書中阿基里斯和安蒂岡妮這兩位神話人物，闡明了激烈的感性要付出的代價，他們以令人印象深刻的方式告訴我們，生命受制於原始激情時，將會被不理性的熊熊火焰吞噬了他們。

阿基里斯在特洛伊戰爭打了九年的仗，冒著生命危險追求榮譽，然而卻因爲一次瓜分戰利品，阿加曼農挑選了阿基里斯所挑選的女人而退出戰場，希臘軍隊也因爲阿基里斯的退出而不斷受挫，最後阿基里斯的好友帕卓克斯爲了提振士氣請求代他出戰，阿基里斯因爲憤怒而變的鐵石心腸，最終卻也讓自己的最好的朋友戰死沙場。

安蒂岡妮是伊底帕斯的女兒，她爲了下葬自己的哥哥而遭冷酷固執國王克瑞翁的活埋，克瑞翁的兒子與安蒂岡早有婚約，因爲營救不及自己的未婚妻進而跟隨安蒂岡以劍自殺，克瑞翁的妻子聽到兒子的死訊，接著成爲下一個自殺的人。故事最後克瑞翁獨自坐在王位上，成爲自己固執的最大受害者。在傷害自己或所愛的人以前，務必以理性控制情感。人類，摻雜一半理性一半感性，理性和感性哪一面會占上風，終將決定我們的命運以及文明的發展。

儘管古希臘人熱切致力於應用理性，但他們同時也承認非理性的重要，因爲不理性，人生更滿意[11]！理解我們非理性行爲的固定軌跡，可改進決策品質、改善生活[12]。作者更指出除去情感，希臘文明就不會這麼多采多姿，但是黃金年代的希臘人相信，如果文明要延續

[11] 丹・艾瑞利，姜雪影譯，《不理性的力量》。

[12] 丹・艾瑞利，《誰說人是理性的—聰明消費者與行銷高手必備的行為經濟學》。

NATIONAL CHENGCHI UNIVERSITY 國立政治大學

昌盛，理性必須控制不受約束的感性。理性必須以邏輯式的原則領導感性，就像以馬韁控制馬一樣。我們的生活就是感覺和邏輯的拉鋸戰，只憑感性行動不會保證快樂，但若只有理性也不足以成爲人類。

六、源源不絕的好奇心

不斷引起他好奇的問題和現象，
總讓他能不斷思考[13]

巴爾扎克：「問號是開啓所有科學殿堂的鑰匙」，而源源不絕的好奇心是瞭解事實的強烈渴望，也是希臘智慧的第六根石柱。書中指出，如果我們知道的事情是一個圓，不知道的事情是和這個圓相切的面，圓圈越大，切面也就越大，我們懂得越多，就會發現需要學習的事情也更多。

〈追求真理〉

作者指出蘇格拉底認爲我們的道德責任就是找出照耀宇宙的真理，沒有真理，生活將失去意義，也會失去方向，只有透過心靈的對話與爭辯的民主交流才能發現，即使面對死亡他仍堅持：「不能接受檢證的生活是不值得活的」，身爲人類就要提問，不能默不作聲，不能接受質問的生活毫無價值，這樣的生活也將出賣我們的人生。而十九世紀英國詩人丁尼生「奮鬥、追求、探索，永不屈服」的詩中，也栩栩如生的描述了尤里西斯的個性，深思熟慮卻又渴望探索未知的冒險，正如古希臘人是熱愛探索的民族，探究物質宇宙的外在世界，以及人類靈魂的內在心理，天生熱衷於開發未知的國度。

愛因斯坦曾說：「我們思想的發展在某種意義上常常

[13] 7 Brains 創意小組，《達文西能力系列 1 豐富你的好奇心》。

來源於好奇心」，亞瑟．史考洛也說：「最成功的科學家常常不是最有天分的人，而是好奇心最重的人。」，有好奇心、有求知欲、有想像力，才有探索、追究的精神，有好奇心才有進步、發明的成果。科學家、探險家，都是因爲有好奇心，才會有研究與冒險的精神[14]。居禮夫人：「好奇心是學習者的第一美德」，人從小就有好奇心，一個人少了好奇心，只會老得更快[15]。正如書中埃加士因爲黑暗而痛苦不已，即使光明可能帶來死亡，他仍祈求光明，強烈渴望看清事實正是古希臘的民族特性。

七、愛好自由

只要是人，
那麼他對自由的渴望，
就是任何欺騙和收買所無法長期蒙蔽的，
也是任何刺刀和監獄所無法長期壓制住的[16]

〈波希戰爭〉

作者指出在西元前 490 年，希臘的自由飽受外來侵略者波斯的威脅，儘管如此，希臘人並未躲在城牆後發抖，而是和盟軍一起進軍到登錄的地點，希臘人最後能獲勝是因爲他們爲保衛家園而戰，也是爲保衛自己的生活方式而戰。美國革命時的一句口號，派曲克（亨利（Patrick Henry）：「不自由，毋寧死」，正如作者指出，對古希臘人來說，自由之於生活就像每天呼吸的空氣一樣重要。

但是自由之於個人，如同民主之於國家，自由和民

[14] 星雲法師，《迷悟之間 11: 成功的理念》。
[15] 橋田壽賀子，《一個人最好少了好奇心老得更快》。
[16] 劉曉波，《追尋自由：劉曉波文選（精裝）》。

NACS NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE 國家文官學院

主若要對人類有所助益，必須在自我紀律與約束的控制下，畢竟自由只是一種狀態，它從未告訴我們該如何處理我們所擁有的自由。英國學者彌勒：「一個人的自由以不侵犯他人的自由爲範圍，才是真自由」，自由也

可能會變成自私，或是犧牲他人的利益，這是我們所必須面對的抉擇，就像裝著臘製翅膀的伊卡路斯，我們可以掠過波浪也可以追逐太陽，兩者都是險路，但我們也可以選擇中間平穩安全的道路，自由意味著我們對選擇的生活負責。如果自由是川流不息的江水，那麼兩岸的河道，就是自律。只有沿著河道而行的江水，才能順勢而行，而不至於氾濫成災。因此自由必須規範在自律之下，才能享受到真正、長久的自由。

我們都有選擇態度的自由—在所有情境下，不論它們可能看似或確實有多麼危急，我們永遠都有絕對的自由可以選擇自己的態度[17]。莎士比亞：「人們可支配自己的命運，若我們受制於人，那錯不在命運，而是在我們自己」，如同樹的方向由風和陽光決定，而人的方向由自己決定。人生旅途中充滿無數個交叉路口，每一次的抉擇會面臨不同的人生功課、不同的風景，無論我們選擇哪條道路，每次的選擇權都掌握在自己的手上，也是自己該負的責任。我們向外找尋，並且發現了我們存在與生命經驗的真正意義時，就明白是我們遇見了生命，並且使它充滿意義。

八、個人主義

所有人都身懷獨特的天賦與熱情，
能夠驅使我們創造超乎想像的成就。

[17] 艾歷克斯・佩塔可斯，陳筱宛譯，《活出工作的意義》。

一旦意識到這點，一切都將因而改變[18]

偉大的劇作家莎士比亞曾說：「你是獨一無二的」，本書中也指出個人主義是希臘智慧的第八根石柱，個人主義意味著以身爲人類的獨特性與個人能力而自豪，每個英雄都需要追尋，不是因爲他是英雄，而是爲了在追尋過程中成爲英雄。就像柏休斯在面對女妖梅杜莎時，並沒有選擇正面迎戰，而是利用本身的智慧及勇氣，戰勝梅杜莎。

〈亞歷山大的教育〉

書中指出亞歷山大並非天生偉大，他是逐漸成爲偉大的人，亞歷山大的個性在成長過程中慢慢成形，父親菲利普是他的典範，母親奧林匹亞絲教導他敢於夢想，老師亞里斯多德則灌輸他高尚的文化且深具啓發力量的價值。亞歷山大認爲自己是理性的個體，自由奔放且好奇心十足，他追求卓越以測試自己的局限，因而認識自己，同時在過程中實踐了人性。雖然他終究非完人，他的目標太高、野心太大，最後還是無法完成偉大的夢想，不過這也說明了他有希臘人的精神，如果目標訂的太低，將永遠不會達到標準，動力太弱，也永遠不會達到目的，如果不敢夢想，那麼直到死時仍將一無所成。

創造自己不可取代的條件。無論景氣如何，只有你是自己的救星，人生永遠不嫌遲，只要我們願意傾聽生命的聲音，發掘屬於自己獨一無二的天賦，人類的生命是一個不停循環的整體，你的能力有可能在不同的生命階段，以不同的強度展現。青春之泉確實存在，就是你的心靈、你的天賦，還有你爲自己與所愛的人發揮的創意。只要懂得探索這股泉源，每個人都能超越年齡的限

[18] 肯・羅賓森、盧・亞若尼卡，謝凱蒂譯，《讓天賦自由》。

NATIONAL ACADEMY OF CULTURE AND ARTS
國家文藝學院

制，活出真實的自我，成爲每個人理想中的自己[19]。

參、對本書的見解與評價

一、善用譬喻手法，富創意及啟發性

〈古希臘智慧〉

個人主義肯定我們個性中獨特的潛力，
愛好自由，鼓舞我們發揮潛力，
源源不絕的好奇心，引導我們探索一切，
透過理性主義，我們得以解決問題，並瞭解自我，
自我認識，讓我們瞭解個人的優缺點，
行中庸之道，使我們處事合宜，
追求卓越，鞭策我們勇往直前，
人本主義讚美我們的成就。

本書善用譬喻手法，以帕德嫩神廟的八根石柱爲喻，提出希臘智慧八大支柱的理論，既富於創意又深具啓發性。希臘人爲榮耀而造的神廟，是爲了讚揚人類的能力，分開來看，本書的每個準則都各自代表一個完整且充滿活力的理念，就像列柱撐起希臘神廟一樣，這八項準則也可以成爲每個人生活中的基礎，實現個人夢想。每根列柱都是由一個個鼓狀石塊堆疊而成，都是逐步累積的過程，須以無比的耐心和技術來完成。

然而就像許多前人智慧一樣，作者指出古希臘智慧並非告訴我們人生必須遵循的一定法則，而是提供人們參考的智慧結晶。人生的美好在於它的無限可能，若不給自己設限，則人生中就沒有限制你發揮的藩籬。人生是可貴與難得的，縱使它充滿痛苦與考驗，也是爲了淬

[19] 嚴長壽，《御風而上—嚴長壽談視野與溝通》。

煉出生命的豐富潛能，也是做爲完美人生的試金石[20]。每個人的價值觀、審美觀不同，人剛出生就如同一張白紙，如何下筆，如何上色完全操之在己，如同羅斯福總統所云：「生命給予我們最好的禮物，就是讓我們有機會努力去做自己認爲值得的事」。

二、以說故事方式，深入淺出引人入勝

不同於許多沉重且艱深難懂的人生哲學理論類書籍，作者將古希臘神話拆解爲一個個有趣的個案，重新組合成一個新的系統，輔助說明希臘智慧八大支柱理論，兼顧一般讀者自我勵志與人生意義雙方面的需要，深入淺出，引人入勝，使人在品嘗希臘神話的同時，進而也吸收了古希臘人所要傳達的人生智慧。就如同許多小朋友喜愛的童話書籍一般，作者也以說故事的手法，生動地描述讓人愛不釋手，以一篇篇引人入勝的希臘神話故事淺淺道出許多前人所累積的人生哲學，看似平靜卻張力十足，達到深植人心的效果。

三、構思取材，新穎豐富

作者史蒂芬．博特曼（Stephen Bertman, PH. D.）兼具哥倫比亞大學希臘與拉丁文學博士、紐約大學古希臘羅馬文學博士以及布蘭迪斯大學近東與猶太研究博士等學位，身兼教師、作家、教育諮商者和演說家等多種角色，以深厚的學養基礎，成就了本書。本書內容構思取材極爲新穎豐富，文筆生動流暢，我們一般所知道的希臘神話幾乎盡在於此，深刻的含意更是讓人目不暇給，使人在每一頁每一段都要稍作省思才可繼續前進。現代

[20] 杏林子，《美麗人生的 22 種寶典》。

NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVANTS
國家文官學院

人閱讀本書，宛如希臘智慧一一展示於眼前，會覺得美不勝收而回味無窮。

肆、讀後感—人固有一死，或重於泰山，或輕於鴻毛[21]

人的一生可能燃燒也可能腐朽，
我不能腐朽，
我願意燃燒起來！—奧斯特洛夫斯基

一、人有無限的可能

本書中無論是「人本主義」、「認識自我」亦或「個人主義」都說明了人有無限的潛能，證嚴法師：「不要小看自己，因爲人有無限的可能」，人本主義就是一種無限可能的哲學，就像基托（H.D.F. Kitto）所言：「這是兩種力量的拉扯，一方是享受生命的激情愉悅，一方是洞悉生命中無可改變的限制」。蘇格拉底說：「真正認識自己的人，才是最有力量的」，他也把它當作自己的人生哲學。蘇格拉底常在街頭與人聊天，從一些簡單的日常生活用語追問探索，深入每一個字的原義，一步步的迫使對方承認自己的無知。蘇格拉底認爲，當人知道了自己的無知之後，才算是真的「認識了自己」，這也才是最高的知識。丹麥哲學家及神學家齊克果曾在他的日誌中寫著：「要認識我自己，就是要知道神要我做什麼，去發掘對我來說具真實性的真理，並去尋得讓我可以爲此而活或爲此而死的信念。」。

嚴長壽先生 23 歲時從美國運通公司的傳達小弟做起，28 歲，他已經是美國運通的總經理，32 歲，他成爲

[21] 司馬遷，《史記》。

NACS NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE 國家文官學院

亞都飯店的總裁。只有高中畢業的他，是怎麼辦到的？他曾說「把自己當垃圾筒，把握每一個學習的機會，找工作、發展自己能力之前一定要先認清自己，注視自己的優點，同時也注視自己的缺點，因爲沒有人是十全十美，成功不是傳奇，只要不斷的用心學習，並且力求表現，在短期中脫穎而出，絕非難事[22]！」。魯迅曾說「所謂天才，只不過是把別人喝咖啡的功夫都用在工作上了」，嚴長壽先生傳奇的故事，讓我們相信，堅定的信心也能使平凡的人們做出偉大的事業，每個人都有自己的長處，只要能肯定自己、盡情發揮，就一定能找到屬於自己的成就[23]也正如居里夫人「我們應該有恆心，尤其要有自信力！我們必須相信我們的天賦是用來做某種事情的，無論代價多大，這種事情必須做到」。人生不設限，如果沒有得到奇蹟，就成爲一個奇蹟[24]，力克・胡哲用行動表示，什麼叫作永不放棄，也用自己的故事證明，什麼叫作不設限的人生！

二、凡事勿過度

特耳菲神殿除了「認識你自己」之外，還刻著「凡事勿過度」的箴言，19 世紀日本以軍國主義號稱，在極端思想下大張旗鼓發動侵略戰爭，致使亞洲許多國家深受其害，甚至引發第二次世界大戰，不但造成人類歷史上的浩劫，最後也導致了自身的失敗。就如同日本帝國因極端思想導致失敗的例子，近年來人類因尋求高度文明、經濟發展，不斷開墾礦石、石油以及林地等自然資源，造成全球暖化問題，進而引發臺灣莫拉克颱風風

---

22 嚴長壽，《總裁獅子心》。
23 陳敏利，《成功無上限—陳敏利的挑單之路》。
24 力克・胡哲，《人生不設限：我那好得不像話的生命體驗》。

NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE
國家文官學院

災、巴基斯坦、澳大利亞水災等極端氣候現象，天災不斷。人類如何在追求經濟與環境永續發展兩者間取得平衡，已儼然成全球性亟需解決的問題。凡事勿過度，小至個人，大到全世界，無論是「理性主義」或「中庸之道」都提醒了人們在追求成功的過程中應遵守的法則、界線，適度的中庸及理性，可以讓自己以及他人避免陷入極端的困境中。

《中庸》也指出：「喜怒哀樂之未發，謂之中。發而皆中節，謂之和。中也者，天下之大本也。和也者，天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育也。」所謂「致中和」，也就是「中庸」，即以「中」爲用。所以中庸的思想方法就是不走極端，凡事要做到合情合理。凡事過猶不及，不論是樂極生悲或是善泳者溺都告訴我們，人生在世，什麼叫做「恰到好處」，實在是很大的智慧[25]。

三、泰山、鴻毛？

NAcS NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE 國家文官學院

海倫．凱勒女士出生於美國阿拉巴馬州的塔斯比亞城，從小因高燒失去了所有視覺、聽覺以及說話能力，靠著頑強的毅力，學會了說話，憑藉著過人的意志，還學會了五種文字，最終成爲一位著名的作家和教育家，爲世界各地的盲人福利和教育事業做出了卓越的貢獻。海倫．凱勒女士是位用心去感受生活的人，她的生活經歷是如此翔實、生動，她並不因爲自己是的殘疾而放棄人生，靠著自己的一雙手、一雙腳認識了周圍的世界。即使跌倒，爬起；再跌倒，再爬起；失敗，重來；再失敗，再重來，她憑藉著奮鬥不懈的精神克服了種種障礙。她曾說：「失敗和疲勞常常誘惑我打退堂鼓，但又

[25] 吳豐山，《過猶不及》。

一想，再堅持一會兒就能把音發準，就能讓我所敬愛的人看到我的進步，我就有了勇氣。我急切想看到他們爲我的成功而露出的微笑[26]。」，愛因斯坦也說「不放棄嘗試，你就不是失敗者」，人生沒有絕對，正所謂古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有堅忍不拔之志。[27]

正如海倫・凱勒面對生活勇敢的態度，本書中「追求卓越」、「好奇心」以及「愛好自由」也代表了人生中應有的態度，伽利略「生命有如鐵砧，愈被敲打，愈能發出火花。」，我不知道我能不能贏，但我知道我會堅持到最後，而那本身就是一種勝利[28]。泰戈爾「天空雖不曾留下痕跡，但我已飛過」，生命如此寶貴，卻也短暫、易逝，富蘭克林「浪費時間是所有支出中最奢侈及最昂貴的」，人的一生都在面臨抉擇，要如何度過，每個人有不同的見解。

人要活得有意義、有目標，依自己的能力盡情的揮灑，美國，林肯總統曾云「生命有如文章，在乎內容，不在乎長短」。每個人價值觀不同，沒有所謂絕對成功的人生，只有找尋出對自己最重要的核心目標[29]，勇往直前。法國作家蒙田「生命的價值不在於活多少天，而在於我們如何使用這些日子」，美國 19 世紀作家梭羅「一個人滿懷信心，朝自己的夢想前進，並努力活出自己想要的人生，就會獲得意想不到的成功。」，生命要如泰山抑或鴻毛只有我們自己可以決定。

---

26 海倫・凱勒，《海倫・凱勒：我生活的故事》。
27 宋・蘇軾，《晁錯論》。
28 Bill・Phillips/Michael・D'Orso，《魅力男人—健身日記》。
29 陳安之，《超級成功學》。

伍、結論—做自己生命的設計師

生命就像一部縫紉機，

希望裁出些什麼，

就得放進什麼—美國作家　李勒

「生命本身的豐富變化、曲折起伏以及無限的可能正是令我著迷的地方。我把自己當成一個實驗品，想要看看這個有限的個體中能發揮到怎樣的極致，人對痛苦的負載量，人對壓力的承受度，人在困境中展現的韌性與潛能又是多少，說是實驗，不如說是一場興致盎然的遊戲。」[30]，劉俠女士一生和疾病奮戰的經歷、對生命不屈的意志讓我們知道生命沒有不可能，貝多芬曾說「我要扼住命運的咽喉，它休想使我屈服」，吉鴻昌先生也云「路是腳踏出來的，歷史是人寫出來的，人的每一步行動都在書寫自己的歷史」，劉俠女士用自己的毅力克服種種困難，透過她的筆，安慰了許多身心障礙者，和許多生命遭遇逆境的朋友們，她更捐出多年的稿費，成立了伊甸社會福利基金會，奉獻她的人生下半場，終其一生，她就是自己最出色的生命設計師。

蘇格拉底「每個人身上都有太陽，主要是如何讓它發光。」，山頂或標示著可停止的終點並不存在，即使真的有終點，生命如此短暫，根本來不及抵達，我們的目標應該是不斷努力的過程，而不是抵達巔峰的結果。赫曼．赫塞「生命究竟有沒有意義，並非我的責任，如何去創造它的意義，才是我的義務。」，一粒貌不驚人的種子，是隱藏著一個花季的燦爛；一隻其貌不揚的毛蟲，將蛻變爲五色斑斕的彩蝶。每一個人的生命都可以歌詠出生

[30] 傅佩榮，《面對荒謬人生》。

NAPS NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE 國家文官學院

命奇蹟的奧秘[31]。人的內在都有沉潛的力量正默默地茁壯著，一旦時機成熟，成功的夢想終會實現，所以我們要相信自己必定有能力改變生活，並發展出更堅強的內在力量[32]。

人生其實就是一連串抉擇的過程，不同的選擇，都迎向不同的方向和未來，生命是我們自己的，每個人都是自己生命中的主人，必須決定自己的人生，規劃屬於自己的劇本，決定角色、演員，並主導這一切，就如同沙拉斯特所說「每個人都是自己的命運建築師」。

陸、參考文獻

一、羅馬哲人，辛尼加語錄。

二、亨利．大衛．梭羅，《湖濱散記》，1998 年 7 月，理得出版社。

三、孔子，《論語》。

四、伊德雷，毛雅琴譯，《生命的意義—尋找人生目的》。

五、徐憲江，《善待自己，追求卓越》，2004 年 07 月，海洋文化（旭昇代理）。

六、子思／原著、丹明子／解譯，《中庸的智慧》，2010 年 02 月，大地出版社。

七、馬克斯．巴金漢，唐諾．克里夫頓，《發現我的天才—打開 34 個天賦的禮物》，2002 年 11 月，商智。

八、王大慶，《35 歲以前成功的 12 條黃金法則》，2004 年 1 月，新華出版社

九、許竹，《認識自己，準確定位》，2006 年 12 月，全品圖書。

十、珍．奧斯汀，楊淑智譯，《理性與感性》，2007 年 10 月再

[31] 杏林子，《生之歌》。

[32] 亞歷士．羅維拉，《這一生都是你的機會》。

版，遊目族出版社。
十一、丹．艾瑞利，姜雪影譯，《不理性的力量》，2011 年 1 月，天下文化。
十二、丹．艾瑞利，《誰說人是理性的—聰明消費者與行銷高手必備的行爲經濟學》，2008 年 5 月，天下文化。
十三、7 Brains 創意小組，《達文西能力系列 1 豐富你的好奇心》，2007 年 7 月，中國生產力中心。
十四、星雲法師，《迷悟之間 11: 成功的理念》，2004 年 9 月，香海文化事業有限公司。
十五、橋田壽賀子，《一個人最好 少了好奇心 老得更快》，2010 年 8 月，香海文天下雜誌。
十六、劉曉波，《追尋自由：劉曉波文選（精裝）》，2011 年 2 月，勞改基金會。
十七、艾歷克斯．佩塔可斯，陳筱宛譯，《活出工作的意義》，2009 年 9 月，啓示出版社。
十八、肯．羅賓森、盧．亞若尼卡，謝凱蒂譯，《讓天賦自由》，2009 年 6 月，天下文化。
十九、嚴長壽，《御風而上—嚴長壽談視野與溝通》，2002 年 07 月，寶瓶文化。
二十、杏林子，《美麗人生的 22 種寶典》，2006 年 9 月新版，九歌。
二一、司馬遷，《史記》。
二二、嚴長壽，《總裁獅子心》，1997 年 12 月，平安文化。
二三、陳敏利，《成功無上限—陳敏利的挑單之路》，1999 年 12 月，平安文化。
二四、力克．胡哲，《人生不設限：我那好得不像話的生命體驗》，2010 年 09 月，方智出版社。
二五、吳豐山，《過猶不及》，大紀元 3 月 10 日訊。
二六、海倫．凱勒，《海倫．凱勒：我生活的故事》，2004 年 5 月，華威文化。
二七、宋．蘇軾，《晁錯論》。

NACS
NATIONAL ACADEMY FOR CIVIL SERVICE
國家文官學院

二八、Bill．Phillips/Michael．D'Orso，《魅力男人—健身日記》，2002 年 9 月，凱信出版。
二九、陳安之，《超級成功學》，1995 年 10 月，平安文化。
三十、傅佩榮，《面對荒謬人生》，1996 年 7 月，明田出版社。
三一、杏林子，《生之歌》，2009 年 2 月新版，九歌。
三二、亞歷士．羅維拉，《這一生都是你的機會》，2005 年 3 月，圓神出版社。

NACS
NATIONAL ACADEMY OF CIVIL SERVICE
國家文官學院