



讀好書！智慧及美好心靈跟著來！

Cdcclimax轉捩點國際訓練機構董事長
關渡基督學院兼任講師 ◎ 張瀚升

走進書店，看到書架上琳瑯滿目的書籍，雖然不能每一本都買回家細細品味閱讀，但從中費心挑選個幾本，滿心歡喜的帶走，並抽空好好閱讀，藉著閱讀好書來成長智慧並美化心靈，也算是人生另一種積極正面的享受，不是嗎？

不定期的買幾本好書，放在已成為擺飾品的書櫃中，心中常會有另一種滿足。不管是教科書、工具書、工作及工作之餘所必備的書，看見他們整齊的一本一本放在書櫃中，心中頓時感到滿足外的另一種豐富。從這許多年來閱讀的習慣及經驗中，自己的確深刻的感受到常常閱讀好書，可以使知識愈加廣博，個人心靈變得充實。甚且精益求精，透過擴張閱讀的層面及深度，進一步使心靈因成長而蛻變得更美好！

讀好書，有一個竅門，便是讀完後要反覆的推敲，默想其中的潛在意義和對自己人生各大領域的幫助為何？可以擷取哪個部分加以應用，進而得到生活品質的提升？也就是將「知識轉換成力量」的意思。文字的力量，從表面上分析與評論，也許只不過是不同的字的一種組合罷了，但若從潛意識的角度來作探討，那可是一種「思想的替換」。有時潛藏在內心中的錯誤信念根深蒂固、難以改變，但因為有緣買下好書，勤加閱讀，細心咀嚼、品味與消化，潛移默化中產生思想的替換作用，好的幼苗逐漸在內心中發芽茁壯，當替換的次數多到可以取代過去錯誤或不清不楚的思維時，有一天會發現頭腦中的價值觀似乎也起了變化，與過去大大不同了。

所以，基於此種原理，更要提醒自己：「吾日三省吾身，必須更加注意，並善加選擇自己平常閱讀的書籍！」「你練習什麼，你就成為那種人！」似乎也讓我們更加驗證，當我們常常接觸或閱讀特定種類的書籍，鑽研其中，而不是三天捕魚，兩天曬網，相信有一天，自己也會變成該領域的小專家呢！

那麼到底什麼樣的書，才算是好書呢？這個問題很難叫人回答的恰當。因為文章的價值，如果是靠銷售數字作為評估的法則，一般是較不客觀的。「叫好，不一定叫座；叫座，不一定叫好」總是令許多人可以了解、明白好書不一定是賣得最好的；賣得最好的，也並非一定是好書。

一般而言，好書可以從幾個角度來思維，即：

1. 可以使自己每天充滿積極正面思考的書，每一個文字的描述都是以光明面的角度出現，可以讓讀者的思想天天向陽，不會有陰暗日落之感。
2. 在應用方面，對自己工作或專業進修有所助益、加分的書，也算好書。學而後知不

足，並且因學習閱讀此種書而提升個人特定的專業技能或知識，可以貢獻更多個人的才華和能力在工作的各個層面。

3. 經過生活及各個層面的多方驗證，書中所描述的的確是符合真理不變法則的道理，使閱讀者更進一步感受到理論與實務合一的正面意義與價值。
4. 從歷史的角度而言，不管是橫切面或縱切面的報導或論述，使我們可以回溯過往，了解更多前人或歷史的足跡、事實與經驗，並從中得到許多歷史的交待與脈絡，清楚了解不同時代與國度的文化差異與互動關係。這種書，對讀者而言，也是一種好書。
5. 所謂的好書，其好的程度，不一而是。基本上而言，能夠對個人、社會、國家，產生更多加分結果的書，不管銷售數字是否令人滿意，也可以稱之為好書。有時，曲高和寡的一些書，因為受特定讀者有限之因素的影響，不是很普遍化，但稱之為好書，一點也不為過！

此外，讀好書的最終目的，不外乎：

1. 增廣見聞，了解社會潮流脈絡與趨勢。
2. 增強個人實力與技能，提升個人競爭力。
3. 美化生活，增加生活樂趣。
4. 培養個人內在氣質與涵養，提升EQ。
5. 增長智慧，美化心靈，達到個人成長的目的。
6. 追求真理，驗證知識的背後有乙項永恆不變的人生法則。

為了讓自己在讀好書的道路上不氣不餒，多加思考及選擇何為好書，應該是一件不容輕忽的大事。因為一個不小心，如果映入眼簾及心理的是會產生負分影響的文字，自己的潛意識也會不知不覺的被該文字注入看不見的負面影響力，在自我暗示被負面的文字或情節描述不斷地影響與操縱下，思想也會產生化學變化，緊接著行為也跟著發酵，久了就變成另一種負向的習慣，真是不可不加关注！

從事教育訓練十幾年來，深覺書籍中的文字語言或圖片影響人至深，特別提出自己對閱讀好書的一些簡單看法，期盼每一個希望生命變得更美好而有智慧的朋友，都能常常選好書、讀好書、分享好書、寫好書，並有好智慧！

像三千年前的智慧國王所羅門所著的箴言，他曾提到他寫下箴言的目的：「要使人曉得智慧和訓誨，分辨通達的言語，使人處事領受智慧、仁義、公平、正直的訓誨，使愚人靈明，使少年人有知識和謀略，使智慧人聽見，增長學問。使聰明人得著智謀，使人明白箴言和譬喻，懂得智慧人的言詞和謎語。」像這樣的文字傳達用意，相信也是激勵其他書籍之作者與吸引讀者最好的一個示範。因為讀好書最終的一個目的，是要我們每個人從中產生好智慧，用好智慧來成就我們的人生成為好人生！並服務更多人，使社會變得更美好！不是嗎？

最近一本頗受媒體青睞的好書：《輪椅上的公主》，作者江偉君小姐秉持著積極正面思考及愛人如己的精神與信念，分享了她生命中因意外車禍受傷，導致下半身癱瘓，需終身與輪椅



為伴的重創下，她如何重新調整心態及作法面對生命，堅強獨立的生活、工作、照顧自己，自我激勵及重生的心路歷程故事與真情流露的筆調，使很多人讀後既感動又落淚且敬佩不已。

書中敘及她對家人的愛、社會的關懷、朋友的體貼與對未來永不放棄的希望，在在都鼓勵了許多被困在自我負面信念的朋友，重新思考自己的問題與偉君小姐相比，真的是太微不足道了。在書中她被朋友稱為「陽光女孩」、「上帝派來的天使」、「臺美小姐——輪椅上的公主」……，可見一場橫禍，雖將她的肉體折成了兩半，人生卻因逆境的磨練而成長許多。表面上雖失去了雙腳站立的能力，在心靈上卻站的比以前更穩固，不會輕易倒下。

當這種高難度的「困難」被轉化為「禮物」，透過此書呈現在許多讀者面前時，可以體會陳水扁總統以「超越障礙，永不放棄」八字相贈的肯定及關懷勉勵，而這也反映了許多讀者的心聲！因為陳總統夫人吳淑珍女士也曾有一段類似的苦難遭遇。對陳總統而言，相信他看到偉君小姐的故事，心中必有「如人飲水，冷暖自知」之五味雜陳的感動與感觸才是。身為關懷弱勢族群的社會人角色，特別分享自己的感動與祝福，期盼每位生命遭到困難的讀者或朋友，都能因許多好書的見證勉勵、激勵，而為自己、家人、社會帶來光明的貢獻與難以量化的正面效應！

參考書目

1. 聖經（全世界最暢銷的書） 國際聖經協會出版（www.ibs.org） 8708 5版 ISBN 9625130268
2. 輪椅上的公主 江偉君著 二魚文化 9406 ISBN 9867237064。

