



## 快樂勝過獨自擁有

學生發展中心實習諮商師(96) 吳淑琬

以前，有一位猶太教的長老，很喜歡打高爾夫球，但猶太教規定安息日必須休息，甚麼事都不能做，就在一個安息日裡，他因手癢而偷偷去高爾夫球場揮桿，卻被天使發現了，天使到上帝面前告狀，說某某長老不守教義，在安息日出門打高爾夫球。上帝聽了，就跟天使說，祂會好好懲罰這個長老的，從這時起，長老全部都桿桿進洞，成績比任何一位世界級的高爾夫球手都優秀，這把長老給樂壞了。但是天使很納悶地跑去找上帝問：「上帝呀！你不是要懲罰長老嗎？為何還不見有懲罰呢？」上帝說：「我已經在懲罰他了。」天使好奇的問：「到底懲罰在那裡？」上帝只是笑而不答。天使很疑惑地問上帝：「這就是你對長老的懲罰嗎？」上帝說：「正是，你想想，他有這麼驚人的成績，以及興奮的心情，卻不能跟任何人說，這不是最好的懲罰嗎？」

聰明的你，一定可以想像長老回去有多痛苦，他必須隱瞞這件事一輩子不能跟任何人說，沒有辦法分享的人生，即使有多大的快樂和成就，都會變成一種煎熬，我們可以想像如果事情發生在自己身上時會是怎樣嗎？顯然是很可怕的，所以更加地突顯出「分享」的重要性。其實，分享的經驗充滿在我們生活中，像一起看電視、提供好的點子或文章、看電影、聽音樂或到野外踏青...都是分享的過程，而時下最流行的，就是透過網路的MSN、即時通、部落格等，和大家分享自己快樂、委屈、幸福、難過的心情，因為，可以和他人一起分享快樂是真的遠遠超過獨自擁有，在分享裡，我們不僅更貼近和瞭解彼此，同時也從他人的回饋裡更認識自己。

台灣卡內基大師－黑幼龍先生，就很大方表達最可以代表自己的話，就是「喜歡分享的人」，經由分享，讓他擁有了成功的事業、美滿的婚姻、活絡的人際關係，我很喜歡他的經驗「分享」，因為我發現當我樂於開放自己和人群接觸，我的生命是活過來的，可以看到家人對我的愛與陪伴，朋友給我的支持和鼓勵，而他們也更願意敞開自己讓我了解他們，所以我們可以更貼近彼此，同時也增加了包容，減少了許多的衝突，你看「分享」是不是有很大的魔力呢！我們每個人其實都擁有分享的潛能，就看你是不是願意相信自己和別人囉！



以下是黑幼龍先生提供，如何提昇分享潛能的小撇步：

- 1、真心接納別人的優點和成就。
- 2、相信自己有不同於別人的長處。
- 3、學習傾聽。
- 4、善於問問題。

因此，可以發現只要你願意，其實「分享」是無所不在，因為有了「分享」，讓我們的生命更佳富有活力和感動，這時候，你的腦海中是否出現了某個人，你曾經和他分享生命中的點點滴滴，他用心的陪伴你，你也願意傾聽他的心聲，於是，你們也分享了彼此的生命。