

2月「幸福心工程」

前言：每一個人都想出人頭地、光耀門楣。當然是好，可是如何真的能做大事，卻是一件需要仔細思量和努力的事。

大標：做好人，不要做偉人！

★張傳琳 攝影／李昌元

諮商心理師；前清華、陽明心理諮商中心主任

小時非常好強，總想考高分、搶第一名。每次如果沒有達到理想，就會哭上好幾天！

媽媽對這好勝個性的我非常苦惱，一方面高興自己的孩子肯努力，一方面卻也心疼過分好勝的我帶給自己的傷害。我記得，媽媽總是捧著我哭花了的小臉，心疼地對我說：「孩子，我要怎麼幫妳？我只希望妳做個好人，不需要妳做偉人！」

小小年紀的我，一直想不明白媽媽的話。做偉人，不好嗎？為什麼媽媽不鼓勵我做偉人？因為在我的心目中，好人似乎就等於平凡人，平凡人似乎就是一個無用的人！？

不是每一個人都應該立大志做大事嗎！記得小學時寫作文，每逢寫到「我的志願」，幾乎所有的小朋友都會為自己立下一個高遠的志向，有的是要成為「誨人不倦的老師」，有的立志要成為「犧牲奉獻的南丁格爾」，更多的人甚至為自己立下宏偉壯志，要成為「偉大的科學家」、「衝鋒陷陣的將軍」或「為國爭光、為民謀福的總統」…。

但，逐漸長大了，志願也隨著時日不斷地轉型。及至成年，再見當年的老友時，似乎並非每一個人都成了當年志願中的鏗鏘人物，甚至大多數人早已忘了當初所立下的壯志。

慢慢地，也是在成長中逐漸瞭解了當年母親的提醒，更深覺母親的智慧。

其實，媽媽最希望我建構的是一個務實的人生。雖然得高分是好，但更需要瞭解、認識自己的能力，只有將努力建立在務實的能力上，在自己的能力下享受努力的過程，才是最重要的學習。而非一味地強求、好高騖遠，反而徒增自我的傷害！過去二十多年來，在大學諮商中心的工作中，常常遇到跟我當年一樣，在志氣上

被打敗的學生。當他們考進人人稱羨的頂尖大學後，竟發現人中有人，人上有人；雖然過去一直是努力的好學生，可是現在無論自己怎麼努力，都無法爭到第一名，於是，就從高度的自我期待中，跌落到自暴自棄，恨自己無能、恨自己不夠聰明，甚至有一些人因經不起壓力就生病了。

所以，認識自我是極重要的，若一味地渴求高分，卻忘了自己努力的目標，反而失去了努力的意義。

努力讀書、考高分，原是為了獲得知識。高分原本代表的意義，是努力成果的標記；是讓自我瞭解已經完全懂得所學習的，並非為了炫耀。每當這些學生清楚瞭解學習的意義之後，才會恍然大悟，從迷思中走出！

更重要的是，長大後心智更成熟了，也慢慢才發現，想出人頭地並非一蹴可及，而偉人也並不是每一個人都可以做到的。

做一個偉人，不僅需要有過人的聰明才智，還要加上機會和努力。即便如此，也不一定就能成為偉人。

每一個人都想出人頭地、光耀門楣。當然是好，可是如何真的能做大事，卻是一件需要仔細思量和努力的事。人必須先瞭解自己，認識自我的能力、毅力與才智，經過不斷地奮鬥，有一天也許可以達成目標。若不然，成為一個好人，能貢獻一己、盡心盡善的人，也是一件重要的事。

好人雖然平凡，但好人應該也要是一個好用的人，是一個好心的人。

其實，做好人，也並非一件容易的事，因為好人雖平凡，可是並非不用努力。做好人，不僅需要有一顆善良的心，還要能負責任、有熱誠待人的態度，也需要有能力可以幫助人，更需要能盡責，凡事用心。

因此，做好人應該是每一個人應該有的目標，更是人人需要一輩子努力去達成的，雖然並非簡單，可是若願意用心去做，人人都可以達到的！

所以，為自己築一個踏實的人生，瞭解自我，在自己的能力中去努力，盡心盡力讓自己的人生對人有益，才能讓自己擁有一個快樂、充實的生活。

讓自己的人生成為他人的祝福，這不正是現今這社會更需要的嗎？新的一年初始，祝福每一個人，為自己立志，做一個「不平凡的好人」！

——轉載自《張老師月刊》2016年2月號