

# 持之以恆， 創造亮麗人生

黃忠臣



一年的光陰即將迎來尾聲，回顧年初訂下的計畫或願景，您實踐了多少呢？達成目標剩下多少距離呢？

求學階段很熱愛閱讀的明宇，婚後家庭與工作兩頭燒，離書本愈來愈遙遠。有一回，公司主管培訓課程組了個讀書會，明宇每個月得讀一本書並且分享，讀了幾本以後，重新燃起他求知的渴望。接著，他設下目標，每個月至少要讀二本書，並且寫下讀書心得分享。太太不禁懷疑：「你上班這麼忙，還要照顧兩個孩子，有時間嗎？」明宇堅定地說：「時間是安排出來的，我做得到！」

幾番思量後，明宇督促自己每天早起半小時看書，少則五、六頁，多則二、三十頁，隨時寫下心得筆記；週末則會空出至少一個小時，與孩子家人一起待在書房，各自翻閱喜愛的書。有時臨時加班深夜才返家，明宇並沒有偷懶，隔天一早依舊按時起床翻開書本，維持晨起閱讀的習慣。初始，讀書心得只在群組裡分享，後來也張貼到社群平臺，經過三年多的持續更新，累積了近百篇的文章，收到愈來愈多的關注與回響；他發現從書中獲取的知識，不僅對工作、家庭關係大有助益，也影響更多人跟著他的腳步，改變了人生，這也成為他持續閱讀與分享的一大動力。

恆心是奠定成功的基石，只要我們具備恆久、堅持的心志，鍥而不舍地努力，生命終將閃閃發光。想要培養恆心，可以像故事中的明宇一樣，先設定明確的目標，並且向自己信心喊話：「我一定做得到！」接下來，要天天採取行動，將「想做的事」變成「每天習慣會做的事」。正如《原子習慣》一書所指出，養成習慣的祕訣在於「每天做」，即使只做一點點也沒關係，若能日日行，自然會逐漸成長與進步。

有些人只看見別人功成名就時的耀眼，卻忽略了過程中蘊藏著多少的「堅持」。無論是理想的實現、知識的修習、運動習慣的養成，都需要點點滴滴的累積，這股力量正源自於我們的內心！而如果辛勤的耕耘能夠利人、幫助更多人，將更有助於熱力的維持，相信唯有步步踏實、不輕言放棄，才能走得更好、更穩、更遠。

行天宮平安心語：「美好未來，藏在持之以恆的努力裡。」祝願大家都能勤奮有恆，實現燦爛美好的人生願景。

