



化繁為簡， 策劃幸福人生

黃忠臣

每個人無論是時間、空間與精力總是有限，我們要如何把握光陰、好好規劃人生，讓日子過得愉悅幸福、更有意義呢？

分享一個故事：日本有位熱愛書本的森岡先生，曾在二〇〇六年開了一間十五坪大的書店，希望能讓更多讀者深入書中世界，領略閱讀之美。初始時，森岡認為書愈多愈能達成目標，可事實上讀者並沒有隨之變多，來的人也多半只是走馬看花；而他則是處理龐雜書籍到焦頭爛額。這時，他發現在新書發表會上，雖然只有介紹推薦一本書，卻更能引發眾人對書的興趣與喜愛。

於是在二〇一五年，森岡大膽實踐了「一室一冊」的構想，新書店只有五坪大，沒有琳瑯滿目的書籍，每週僅聚焦在「一本書」，並從書中內容策劃相關的布置、展覽或活動。曾經，他把詩集中的文句，幻化成真實場景；花朵專書，不單只在紙上談花，更讓小小空間充滿繽紛與花香……森岡把時間與心力貫注在挑書與創意發想上，全心全意打造一個讓讀者與作者深入對話的平臺，當看見眾人能夠徜徉於「一書一世界」的精彩，深刻體會到書本帶來的喜悅美好，他也感到無比幸福！

有些人認為擁有的愈多愈好，卻常在過程中迷失了目標，陷入忙與盲的泥淖，與理想漸行漸遠。而森岡經營書店，突破慣性思維，審慎精選，勇於化繁為簡，將時間和精力投入、深耕於真正有意義的事情上，反而能獲得更滿意的成果。

所以，大家在日常生活中，不妨適時靜下心來自我探問：目標為何？哪些是核心課題？哪些瑣事應該割捨呢？在去蕪存菁之後，這些生命中重要的人、事、物，我們就要「用心規劃」與「努力做到」。好比希望與家人情感融洽，那麼就要多些時間陪伴，且重視相處品質，專注傾聽、好好說話；期望身體健康，就要有紀律地執行運動與膳食計畫，保持恆心毅力，朝目標一步一步邁進。

行天宮平安心語：「善用時間，片刻抵萬金；積極規劃，人生不留白。」光陰稍縱即逝，我們都是自己生命的策展人，期盼大家都能找到目標方向，心無旁騖、全力以赴，相信工作效率與生活質量定能有所提升，展現精彩豐富、有意義的幸福人生！