

青少年如何確立積極人生觀

4A 盧詩鈺

近年香港經濟不振、失業率高企，初出茅廬的青少年備受打擊，「雙失青年」成為了流行用語。青少年是香港未來的主人翁，他們處身於逆境之中，應當如何確立積極人生觀，奮發自強，迎向未來呢？

我認為青少年要確立積極人生觀必先從鍛煉體魄開始。古代希臘極為注重體育，他們強調「健全的思想寓於健康的身體」。蘇格拉底相信：長期堅持參與體育鍛煉的人比起缺乏體育鍛煉意識的人，更能抵抗疲勞和各種考驗。事實上，香港青少年生於安樂，亦成長於安樂，幾曾試過挫敗的洗禮？一旦逆境驟然而至，難免被殺個片甲不留。因此，從身體的鍛煉開始來磨練自己的意志，增強自己的體魄，是建立積極人生觀的第一步。

再者，閱讀有益的課外書籍，尤其是偉人傳記，是提升心靈質素，培養積極人生觀的不二法門。要知道，歷代偉人一生必然經歷過無數困厄，他們在面對險阻時都絕不退縮，甚至化危為機，當中的勇氣與智慧肯定值得參考借鏡，多讀多想，必然有所領悟。何況偉人的性格總有過人之處，通過閱讀來親炙他們的精神面貌，久而久之，積極人生觀自然陶鑄於其中。

最後，要確立積極人生觀不單要靠個人的努力，更要同道者的支持。子曰：「無友不如己者」，意思是指與志同道合者交往，可收切磋砥礪的功效。可不是嗎？一班朋友圍在一起，互訴心曲，了解到世上原來「吾道不孤」，既避免自怨自艾，又可以同舟共濟。需知道單打獨鬥最易鑽入牛角尖，有同路人相扶相助，悲苦自然得以分擔，最重要的是知道有人關心自己，再大的不幸也可以安然渡過。因此，尋找同道者一起對抗逆境，對確立積極人生觀實在有所裨益。

總括而言，青少年要確立積極人生觀必先要有意志毅力，這點可以由鍛煉體魄開始；其次通過閱讀來親近偉人，恢宏志氣；再加上與同道者互相扶持，共同邁步前進。這樣，就算天掉下來也「無有怕」，因為，我們有的，我們已經實實在在擁有的——就是「積極人生觀」這件無敵法寶。

教師回饋：能緊扣題目「如何確立」四字，從體魄、閱讀、同道者三方面申述，論點堅實，不落俗套；結構嚴謹，井然有序。（黃桂秋老師）

賞析與思考：假若欠缺了「積極人生觀」，對個人以至整個社會有何影響？