

# 【校長專欄】失敗是人生的教練 陳瑞良校長:每個人要做「生命不倒翁」

2021-03-17  
香港經濟日報

【校長專欄】

## 【校長專欄】失敗是人生的教練 陳瑞良校長：每個人要做「生命不倒翁」

中小學 17:30 2021/03/17

熱門 MIRROR演唱會 校長專欄 好聲好戲 聲夢傳奇 烹飪教煮 靚太安樂窩 新冠疫苗 兒童健康 防敏

面對失敗，要勉勵自己：  
可以輸掉汗水，  
但不可以輸掉信念。

保良局黃永樹小學  
陳瑞良校長

身處逆境不等於要承認失敗

每個人都要做一個 生命不倒翁

Top 100 親子 校長專欄

▲ 失敗是人生的教練，保良局黃永樹小學校長認為，要成功必先苦幹。

誰沒有遇過挫折？誰沒有嘗過苦果？誰沒有試過失敗？

每個人的成長過程，都會有順境和逆境的時候。在順境時，我們的心情會開懷歡暢，性格也會豁達開朗；偶爾遇上逆境，也不必懷疑自己的能力，更毋須失卻自信。常言道：「失敗乃成功之母」。縱然我們身處逆境，也不等於要承認失敗。每個人都要做一個「生命的不倒翁」，無論面對多少次的打擊，也不用灰心氣餒。只要在人生的低潮時懂得咬緊牙關，終有一天會走出幽谷，看見曙光，甚至登上頂峰。

中國近代著名的藝術家吳冠中先生的藝術創作之路並非一帆風順。年輕時，他也曾遇上逆境。可是，吳冠中先生並沒有從此放下畫筆，反而每天四處外出尋找靈感，還把糞筐當作畫架，在野外寫生作畫。

其後，他更走遍大江南北，遊訪二十多個國家，成為一位學貫中西的畫家，贏得世界各地的藝術評論家的讚譽。吳冠中先生堅持創作的初心，正是他面對逆境時不屈不撓的動力泉源。

諺語說：「吃得苦中苦，方為人上人。」所以，當我們面對失敗的時候，反而要勉勵自己：可以輸掉汗水，但不可以輸掉信念。

春秋時代，越王勾踐曾經戰敗，成為吳王夫差的俘虜，飽受折磨。他決心復國，每天都臥睡薪草，舔嘗苦膽，為的是激勵自己要重新振作。

十多年後，勾踐使越國重新興盛起來，最終他成功擊敗了吳王夫差。所以，我們即使輸掉一場比賽，也不可以輕言放棄。相反，我們應坦然面對失敗，在失敗裏反省，檢討得失，把失敗的經驗轉化為改善自己的能量，為理想再作戰。

所謂「失敗」，不過是我們成長路上的足印，是我們生命的中途站，也是我們的人生教練。一個人愈能從失敗中成長，愈能把意志鍛煉得堅定無比，長大後愈能承受沉重的壓力。

《禮記》：「玉不琢，不成器。」意思就是告訴我們成功必須先要苦幹，才會成為大器。因此，與其做一朵溫室裏的嬌花，不如敢於成為一棵疾風中的勁草。

來吧！試吧！讓我們一起學會如何面對失敗，擁抱挑戰，擁有豐盛的人生！

**【hket TV家庭台】《湊得輕鬆啲》逢周三晚上10點伴你同行育兒路：**

**<https://bit.ly/35z6COD>**

**TOPick推出「Band1學堂」，更多教育升學資訊：<https://bit.ly/3a6HT6T>**

撰文： 陳瑞良校長 保良局黃永樹小學

中小學教育 家庭教育 校長訪問 壓力 育兒心得

[下載報導內容檔](#)