



零與人生

蔡家寶 著

前言

本書敘述的是一個經常在我們日常生活中出現的數目字——零（0），它跟人生意義、目標、情緒、健康有密切的關係。書中用簡單的文字，具體的東西，對零加以綜合論述。透過書中內容，使我們更瞭解自己。

望各位讀者閱後，能對零產生興趣，並每當看到數字零時，能喚起去確立屬於自己的人生方向的意念。

作者介紹

蔡家寶，生於香港，1998年畢業於本港一所大學，電子工程系。在港從事電子工程相關工作超過20年。

除電子學外，對東方哲學、中醫學、內家拳術、養生、旅遊等頗感興趣。

目錄

前言	2
作者介紹	3
1.) 零	5
2.) 零應用	7
3.) 絕對成功與失敗	11
4.) 順和逆	14
5.) 內心零	16
6.) 健康	25
7.) 情感	34
8.) 情緒	36
9.) 人生目標、意義	45
後記	48

1.) 零

亞拉伯數目字零（0），經常出現在我們生活中，如銀行存摺上，移動電話及計算機上的零，等等。無論小學、中學、大學，數學課裏總有零出現，簡單的例子是1減1等於零。

自然界沒有絕對零，也沒有絕對小或大存在，只有相對更小，例如0.00...0001，或相對更大的東西，例如從前的科學家發現地球上最小的物質是原子，後來發現中子、質子，其後再發現希格斯粒子、上帝粒子等。上帝粒子是目前被發現最小的物質，萬物是由它組成。可是是否有些物質比上帝粒子更小呢？暫時不得而知，所以世上只有相對，而沒有絕對的存在。零並不是以實物形式存在，我們看不見，觸不到，也不能用儀器去測量。但它確實存在於日常生活中。其實，如果某東西並不存在，那便是沒有或無，也稱不上是零，用零只是將

某東西具體化，正如 $1 - 1 = 0$ 等於零，從數值上告訴我們某東西沒有了或不存在。零看似簡單，但它意義重大，可能因為零過於簡單而一直被大眾忽視。我們不分性別、年齡，無論我們是什麼膚色的人，有權勢、有學問、有財富或貧窮的，一律不能獲得零。雖然用零只是將某東西具體化，零並不是一個能讓人看得見的實體，但透過本書，我們可以感受到零的存在。

2.) 零應用

在日常生活、工作中也可以運用零。在以上章節，提到零是觸不到的。零可以喻作完美，人們想達致完美是非常困難的，因完美代表沒有瑕疵，各方面令人滿意。

設定 $0 \approx$ (接近) 完美

$$0 \approx 0.0000\dots001$$

點數位後越多零，代表越接近完美。雖然我們沒可能獲得完美，但我們可以假設滿足某幾項條件，就算是暫時達致完美。一般我們可以因應個人需要，而訂下自己目標，例如小數位後十個零代表完美，等等。

零與人生

作者：蔡家寶

編輯：青森文化編輯組

設計：4res

出版：紅出版（青森文化）

地址：香港灣仔道 133 號卓凌中心 11 樓

出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517

電郵：editor@red-publish.com

網址：<http://www.red-publish.com>

出版日期：2020 年 4 月

圖書分類：哲學

ISBN：978-988-8664-50-4

