

周錦榮博士

夢遊天下

一段尋找快樂的旅程

阿哈



目錄

CONTENTS



引言	004	第六章 以色列人的普世價值	
作者自序	006	文學家：快樂是人本精神的體現	054
第一章 混沌中的覺醒		宗教家：快樂是獲得永恆的生命	057
忐忑不安的精靈	012	經濟學家：快樂是用財富滿足慾望	061
第二章 尋找我是誰		第七章 意大利人的審美觀	
尋找快樂的夢幻旅程	019	藝術家：快樂是抽象的感官愉悅	066
第三章 探索快樂的奧秘		女權運動家：快樂是接受自己不完美	069
《翻生侏羅館》的精靈森林	025	第八章 美國人的探索精神	
第四章 奧地利人的唯心主義		科學家：快樂是探索過程產生的刺激	074
音樂家：快樂是在音符中享受寧靜	030	夢想家：快樂是弄假成真的興奮	077
心理學家：快樂是成功跨越成長門檻	032	第九章 物質世界難有真正快樂	
第五章 法國人的存在主義		低調和諧的不丹精神	082
社會學家：快樂是身處於和諧社區中	042	世上最小的四個國家	084
哲學家：快樂是成功創造自己的價值	043	第十章 平衡與和諧的心靈世界	
教育家：快樂是在遊玩中學習成長	049	光環劇場與大屋根的啟示	090
		在夢洲發現「俺」的真諦	092
		第十一章 屬於全人類的歡樂頌	
		烏托邦與理想國的啟示	096
		建立一個快樂王國	099
		結語	103
		世博相片集	106

引言

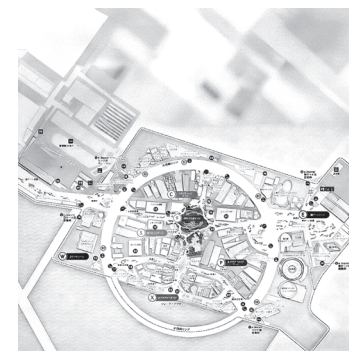
這一部《啊哈夢遊天下》是以「快樂」為主題的創意作品，講述兩位活潑可愛的精靈啊啊與哈哈，在日本大阪世博會展開了一場奇幻有趣的遊歷故事。這場旅程不僅充滿歡樂和驚喜，更帶領讀者探索快樂的多元層次。

透過輕鬆幽默的敘事風格，深入淺出地討論快樂從何而來、如何表達、如何維持，以及如何實現長久的心靈愉悅。

在遊歷世博的過程中，啊啊與哈哈遇見了許多來自哲學、心理學、社會學、教育學等多個領域的知名學者，並通過與不同年代的專家學者的真誠對話，汲取他們關於快樂的獨特見解。同時，故事中還穿插了許多與音樂家、藝術家、文學家等搞笑又調皮的互動，讓讀者感受到不同領域的歷史名人對快樂的主觀體會。這

些交流對話的知識含量豐富，又妙趣橫生，將「快樂」這一人生重要課題分析得非常透徹，內容淺白易明，兼具人本的溫度。

《啊哈夢遊天下》是「啊哈夢遊天下系列」的第一部作品，兼具思想性與娛樂性。作者希望這部創作不但能夠引發讀者自我探索的好奇心，而且能夠陪伴讀者們一起快樂地追求自己的人生夢想。





CHAPTER

1

混沌中的覺醒

在某個混沌未開的神秘時空裡，住著一對從未相遇的精靈啊啊和哈哈，他們雖然住在同一片森林，卻從未有機會碰見對方。

在某個混沌未開的神秘時空裡，住著一對同根同源卻從未相遇的精靈啊啊和哈哈。兩人性格截然不同，啊啊生來偏愛左腦思維，凡事習慣邏輯分析；哈哈則是天生的右腦思維，憑直覺與感知行事。

由於他們的出生年代久遠，啊啊和哈哈的出生與成長地同樣沒有留下半點痕跡，沒有族譜，沒有長者的口述，甚至沒有什麼物件及證據能證明「我是誰」，因此他們終日被我是誰這個問題困擾。啊啊相信現在不快樂的原因是與失卻過去的記憶有關；哈哈則把內心的空虛歸咎於自己沒法與過去連接，所以無法開心，內心像斷了線的風箏，焦慮不安。他們兩隻精靈不約而同都為「忘了我是誰」這件事感到非常懊惱。

他們雖然生活在同一個時空，卻像是被命運擺弄，啊啊出門喜歡向左走，哈哈則喜歡向右走。半個世紀以來，他們走過同一片森林，喝過同一條河流的溪水，卻從未相遇。直到那個晨霧未散的清晨，啊啊為了親身驗證「太陽由東方升起」的理論是否正確，罕見地向右側走偏了幾步；而哈哈被一隻向左飛的彩蝶吸引，也離開了慣常的右側路線，兩人就這樣在一棵猴麵包樹下撞個正著。

「哎喲，你是誰，你怎麼會在這裡？」兩人幾乎同時開口，又在對方的語氣裡聽到了熟悉的口音，啊啊的話裡帶著理性的質疑，而哈哈驚奇的顫抖，眼睛亮得像發現了新宇宙。當下，猴麵包樹的枝椏間漏下了幾縷晨光，照亮了兩人眼睛上的隱性特徵，

這些深色眼窩、藍色瞳孔，都是兩人屬於同一族群的有力印記。

啊啊先是警惕地退了半步，見對方沒有惡意，才開聲道：「問得好，你問我是誰呀？我都好想知道我是誰。」哈哈亦回應說：「我不是不想告訴你我是誰，可是我連自己姓乜名乜都唔知道。」啊啊見對方提起了這個話題，感覺對方是一個有共鳴的傾訴對象。因此從胸前的布囊裡，慢慢掏出一本用樹皮裝訂的記事本，翻開內頁，密密麻麻的字跡全是表格與邏輯圖，啊啊希望藉此向對方解釋我是誰：第一頁是「家族族譜溯源表」，橫向列著「族群特徵」等筆記，其中一欄，用紅筆批註著「推測：誕生地，成長地」。

哈哈則摸出一本畫冊，裡面藏有一疊卷著的畫紙，她小心翼翼地攤開，晨光下的畫面瞬間漾起溫柔的色彩。第一張畫著模糊的光影輪廓，中心是一顆發光的種子，周圍環繞著跳動的光斑，旁邊用炭筆塗著歪歪扭扭的草圖寫著：「第一次有『我』的感覺」；第二張畫著一片搖曳的草葉，下方批註「空落落的時候，我感到非常孤單」；最後一張畫著兩條向左右延伸的曲線，曲線盡頭都指向一棵猴麵包樹，正是他們此刻身處的這一棵。

這個時候樹頂正在灑下漂亮的光影，兩隻精靈悠閒地躺在草地上，當啊啊把記事本放在畫紙旁時，奇妙的事情發生了：記事本裡的批註，恰好對應著畫紙上的光斑；啊啊的筆記與哈哈畫紙中的曲線完美契合；就連上面標註的「情緒低谷期」都和啊啊筆

記中的時間線隱隱重疊。

啊啊指著畫中的圖案，聲音有些發顫地說：「我在山谷發現過這種發光植物，年輪的圖案與我記錄的完全一致。」哈哈則指著畫冊裡的猴麵包樹驚叫道：「我也夢到過這棵樹！樹洞裡有和我們身上一樣的光！」兩人對視了一眼，忽然意識到在記事本與畫冊的交織中，露出了一些我是誰的線索。這一瞬間他們忽然有所感悟，知道如果要找到「我是誰」的答案，不可能固執地向左或向右尋找，答案應該是在兩條路徑相遇的交叉點。

忐忑不安的精靈

這一刻兩人都生出相逢恨晚的感慨，他們有著共同的願望，就是要尋回自己的過去，搞清楚「我是誰」，並將這心願視作必須完成的人生使命，對此一拍即合。他們覺得，與其獨自孤獨尋覓，不如結伴同行。哈哈對這個提議格外贊同，直言兩人合作肯定能夠事半功倍，更何況在這片神秘時空裡，本就很難找到契合的夥伴。

就這樣，啊啊和哈哈敲定了結成夥伴，成為旅遊搭子的想法，兩人興奮地著手籌備，即將踏上這場既能夠尋回自我，也能夠追尋快樂的旅程。出發前，兩人都想加深對彼此的瞭解。理性的啊啊想了些加速瞭解的辦法，比如做性格測試、玩心理遊戲、

填問卷，還信心滿滿地掏出計畫表給哈哈講解方案：出發前一週開始，週一我們聊世界觀和人生觀，週二探討價值觀，週三下午談存在的價值，每月十五號復盤人生意義。哈哈叼著棒棒糖拍手附和：好呀……那剩下的時間，是否可以用來打滾曬太陽？起初兩人本以為相遇是天作之合，相處起來應該非常順利，可偏偏由於性格關係，他倆關注的事不一樣，性格也差得太遠，沒幾天就差點成了小冤家。

為了減少衝突，理性的啊啊主動擬定了三十頁的「和諧共處二十項原則」。可哈哈壓根沒當回事，看著嬉皮笑臉的哈哈，啊啊滿是無奈，他覺得哈哈的行為怪異，像個任性的小孩，感到日後相處的日子將會很難過，實在沒法和這樣率性隨心的夥伴合作。可哈哈完全沒察覺啊啊在生氣，還扒著螢火蟲興奮地喊：「啊啊，快過來看這屁股發光的小蟲子，牠傻乎乎地追著我，太好玩了，我好開心啊！」這兩位精靈一個唯物，一個唯心，搭配起來像西裝褲配拖鞋，怎麼看都不協調。

另外，兩人的生活習慣更是格格不入，連早上先刷牙還是先洗臉，都能吵到掀桌子，兩天之後哈哈終於意識到，自己的任性會破壞兩人的關係。為了滿足啊啊想深入瞭解彼此的心願，哈哈從口袋裡掏出一張畫著「約哈里之窗」(Johari Window)的漫畫，難得認真起來，乖乖答應按照啊啊的計畫做性格測試。

一小時後，性格測試結果出來了，啊啊和哈哈的性格果然是

兩個極端。先看啊啊，他是 MBTI 典型的 ISTJ，主觀固執，理性得像台精密電腦；在九型人格裡屬於 1 號，一心追求完美，什麼事都要做到極致，做事講究邏輯，凡事總提前規劃得明明白白。啊啊求知慾極強，總愛琢磨生命的意義、人生的價值等高深的哲學問題，有時想得出神，連飯都忘了吃，滿腦子全是這些抽象命題。

再看哈哈，和啊啊截然不同，她性格率性隨心，做事先發射後瞄準，做了再算，隨遇而安。作為 ENFP，她隨性得像隻小天使，風吹到哪就玩到哪；九型人格裡算是 7 號，每天想著怎麼開開心心地過活，在她眼裡人生該像迪士尼樂園，到處是快樂的點子。她性格直白，想法都寫在臉上，吃喝玩樂是她人生最重要的信條，做事全憑感覺，只要開心熱鬧就好。哈哈最大的夢想，是找到能讓自己永遠快樂的魔法，讓她可以每天都過得像過生日一樣。

書名 啊哈夢遊天下——一段尋找快樂的旅程
作者 周錦榮博士
圖片提供 周錦榮博士

責任編輯 Joyce Shum
美術編輯 Dawn Kwok

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

香港總經銷 聯合新零售（香港）有限公司
台灣總經銷 貿騰發賣股份有限公司
地址：新北市中和區立德街 136 號 6 樓
電話：(886) 2-8227-5988
網址：http://www.namode.com

出版日期 2026 年 4 月
I S B N 978-988-8917-86-0
上架建議 心理勵志／散文
定價 港幣 78 元正／新台幣 310 圓正

《啊哈夢遊天下》以「快樂」為主題，兩位可愛精靈啊啊與哈哈，帶領讀者走進大阪世博會，展開一場奇幻有趣的冒險旅程。

這不單是一部寫給成年人的暖心童話，更是一本為具有好奇心及求知慾的讀者量身訂做的快樂字典！是一張展示如何尋找快樂的思維地圖，內容深入淺出地描述快樂的各種面貌，為讀者提供多個不同的思想入口。內容沒有枯燥說教，只有輕鬆逗趣的對話，讀者可以跟著兩隻小精靈啊啊和哈哈，跨越時空與古今哲學家、心理學家、文學家、藝術家等交流，通過輕鬆幽默的辯論，探索「快樂」的多元層次。

《啊哈夢遊天下》是「啊哈遊天下」系列首部作品，誠意邀請你和精靈搭檔一起，快樂地奔赴自己的人生夢想！



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台

加入我們：www.red-publish.com

Mod. E.

上架建議：心理勵志 / 散文

定價：港幣 78 元正 / 新台幣 310 圓正