

## 18 고독은 생활필수품, 벗삼아 즐겨라

- 사색, 명상, 일기 쓰기, 예술감상, 독서 등 정신활동으로 극복 가능 •

### 고독에 관한 명언

우리 모두 좋은 본성과 너무 오랫동안  
떨어져 시들어가고 일에 지치고  
쾌락에 진력이 났을 때  
고독은 얼마나 반갑고 고마운가. ----- 윌리엄 워즈워스

인간은 누구나 홀로 있지 않을 수 없다.  
결국 인간의 행복은 얼마나  
홀로 잘 견딜 수 있는가에 달렸다. -----아르투어 쇼펜하우어

고독함 속에서  
강한 자는 성장하지만  
나약한 자는 시들어 버린다. ----- 칼릴지브란

- 사색과 명상, 일기쓰기, 예술작품 감상, 독서등 정신활동을 통해 고독에서 은밀한 즐거움을 구할 수 있다.