



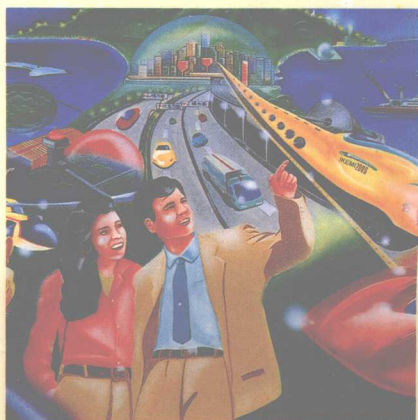
雄心勃勃

如何掌握一生的成敗

發掘「成長」與「挑戰」

1
1
7

- ◎釐清中年危機的迷思
- ◎尋找「適足以應付困境」的地位
- ◎解析輸贏得失和企圖心的複雜性
- ◎探討人類性格鮮為人知的一面



美國社會科學泰斗

吉伯特·布林／著
鄭天凱／譯

本書經由大蘋果
公司代理授權



雄心勃勃

著者／吉伯特·布林

譯者／鄭天凱

編輯／黃素妮·羅煥耿·賴如雅

美編／沈虹

出版者／世茂出版社

發行人／林正中

負責人／簡泰雄

地址／台北縣新店市民生路十九號五樓

電話／(〇二)二一八三二七七(代表)

傳真／(〇二)二一八三二三九

劃撥／〇七五〇三〇〇一七

登記證／新聞局登記版台業字第三二〇八號

電腦排版／辰皓電腦排版公司

印刷／三華彩色印刷公司

初版一刷／一九九三年九月

二刷／

定價／一四〇元

※版權所有·翻印必究

· 本書如有破損、缺頁，敬請寄回本社更換

PRINTED IN TAIWAN

實用心理叢書

49. 做個真正的談判家	江淑芬/編	定價 110 元
50. 做個真正成功的人	諾曼·文生皮爾/編	定價 110 元
51. 真正的創造自我	林慶旺/編	定價 120 元
52. 做個集中力滿分的高	多湖輝/編	定價 110 元
53. 做個真正有魅力的人	席塵亮/編	定價 110 元
54. 成爲一個真正的強者	陳奇麟/編	定價 120 元
55. 化逆境爲順境	周薇薇/編	定價 110 元
56. 成功的人際關係	洪偉智/編	定價 110 元
57. 外交家給兒子的人生建言	柴斯特·菲爾德/編	定價 110 元
58. 曼陀羅筆記學	席塵亮/編	定價 130 元
59. 做個具有外交手腕的人	鍾桐和/編	定價 110 元
60. 現代禪	劉子仁/編	定價 110 元
61. 汲取他人的智慧——速聽術	李國清/編	定價 110 元
62. 積極的光明面	諾曼·芬生貝爾/編	定價 120 元
63. PMA 計畫成功祕訣的體系化	林曉雲/編	定價 120 元
64. 卡耐基 5 分鐘人物傳	楊鴻儒/編	定價 120 元
65. 一本令人氣度恢宏的書	楊鴻儒/編	定價 120 元
66. 彼得法則——帖人生良藥	許銘福/編	定價 120 元
67. 中學生輕鬆讀書法	林貽彤/編	定價 120 元
68. 人生法語集	瀨戶內寂聽/編	定價 110 元
69. 透視心目中的男人	廖瑩珠/編	定價 110 元
70. 成事在人	張奇麟、林傑斌/編	定價 130 元
71. 做個傑出愉快的職業婦女	張康樂/編	定價 120 元
72. 一休禪師的人生智慧	張康樂/編	定價 120 元

實用心理叢書

73.青春少年的心事	李秀霖／編	定價110元
74.現代人與古笑話	李英豪／編	定價130元
75.禪與現代人	李英豪／編	定價130元
76.成語與現代人	李英豪／編	定價130元
77.莊子與現代人	李英豪／編	定價130元
78.內向型人的生活藝術	楊鴻儒／編	定價120元
79.做個家庭事業兩得意的人	柯素娥／編	定價110元
80.成功的戀愛	王玉馨／編	定價130元
81.達摩祖師的人生智慧	唐竹君／編	定價130元
82.卓越個人生涯設計	今泉浩晃／著	定價120元
83.自我表現與人際關係	長尾晃／著	定價110元
84.道元禪師的人生智慧	江支地／編	定價130元
85.高中生必勝讀書法	李國清／編	定價120元
86.給自己一分鐘停・看・聽	張康樂／編	定價120元
87.自私的哲學	江 稜／編	定價120元
88.善於冒險	江 稜／編	定價120元
89.道元禪語錄	赤根祥道／著	定價130元
90.生活中不可錯失的享受—獨處之美	傑佛瑞・柯特勒／著	定價150元
91.品茶話禪	禪雲居士／編	定價120元
92.創造奇蹟的潛能開發訓練法	羅依・韓特／著	定價140元
93.不可思議的人際心理學	涉谷昌三／著	定價140元
94.追求卓越的技巧	珍妮特・莫里斯／著	定價140元
95.腦力規劃	喬伊絲・威克芙／著	定價150元
96.心有靈犀—積極的占卜術	迪克・舒特芬／著	定價150元

[illegible]

© 2006 The Authors
Journal compilation © 2006 Blackwell Publishing Ltd

雄心勃勃

如何掌握一生的成敗

吉伯特・布林／著◎鄭天凱／譯



AMBITION

how we manage success and failure throughout our lives

by Gilbert Brim

Copyright © 1992 by Gilbert Brim

Chinese translation Copyright by Gilbert Brim

arranged through Big Apple Tattle-Mori Agency Inc.

Chinese publishing Copyright © 1993 by Shy Mau Publishing Company.

All Rights Reserved

前言

從生到死，所有人類都汲汲於追求成長發展和優勢支配，吾人皆經歷過——而且也必須學習處理成功與失敗。我們是怎麼做到的呢？當別人頻頻對我們隱瞞訊息時，該如何來評估自己的成敗？吾人又該如何對自我及他人解釋自己的功績和不幸？最重要的是，我們要如何學習掌握自己的企圖心和發展出因應成敗的策略呢？對某些人而言，對應成功的策略甚至是更為困難的事，當我們逐漸老邁時，這種對應的形式是否也會跟著改變呢？

我們天天都會面臨許多重要的問題。作者借重心理學和社會學的研究，並從任何可擷取的社會關係，如學校、戀愛及婚姻、工廠、運動和遊戲、賭博……等背景中捕捉生活實例，為其陳述勾勒出圖像，並藉此彰顯出我們在面臨得與失時，如何隨著失敗而降低自我的期望，隨著成功而提升企圖心，並將自己設定在「適足以應付困境」的地位。

本書不但揭示了掌握成敗的策略，同時也說明了另一項事實：我們改變自己一生的能力遠比我們所想像的要大得多。此外，作者還釐清了中年危機的迷思，稱它爲比真實「更有用的虛構」。

這本由社會科學界泰斗所撰述的作品深入而睿智，除了對我們本身如何改變投下深切的關注外，同時也是有關生活發展歷程在文學領域中的絕妙佳作。

* * * * *

本書的誕生有賴於多位朋友的協助，他們在重要的資訊上不斷地給予我指示與鼓勵，自始至終閱讀繁複的手稿，同時以誠懇的諍言和有用的建議作爲回應，並適時地在字句上予以巧妙的修飾。我要特別感謝的是：Paul B. Bates, Paul Cleary, Howard E. Freeman, David A. Goslin, Judith Greissman, Patricia B. Gurin, Mary Agnes Hess, Margie E. Lachman, Wilbert J. McKeachie, Robert K. Merton, John Robert Newbrough, Alice S. Rossi, Carol D. Ryff, Richard Shweder 及 Heidi Sigal。

安·羅珊菲德(Anne Rosenfeld)以其專業編輯的豐富經驗，將許多有關心理學的晦澀詞句轉化成有趣而具可讀性的現貌。馬丁·凱瑟勒(Martin Kessler)在扮演發行人兼總編輯的角色之外，還撥冗為這本書的手稿進行寶貴的校訂。福比·霍斯(Phoebe Hoss)是位盡職的編輯，他逐行逐句地編審和校正，並且作了一些修改與潤飾，最後才有如此精鍊的成品。

瓊·琵佛(Joan Pifer)一開始就擔任打字和規劃，使手稿有井然成序的初貌。卡蜜勒·耶季(Camille Yezzi)在最緊要的一年裏擔負起後續文稿打樣的責任。在最後寫作階段，芭芭拉·梵然特(Barbara Van Zandt)由布蘭達·夕兒(Brenda Theall)協助，以細心和奉獻的精神完成打字和一連串校正的工作。感謝這些親密的伙伴！

更要致謝的是一九八三年冬，有幸參加社會科學研究會在聖塔芭芭拉所舉辦的「失與得」(Winning and Losing)研討會，在那兒我初次提出了本書的構想。而我也將永遠感激「羅素哲人基金會」(Russell Sage Foundation)，它提供了一九八五年(1985-86)訪問學人的機會，我才得以展開本書的寫作。

緒論

——父親窗台上的花盆箱

我的父親於數年前夏天去世時已是一百零三歲。他在俄亥俄州的一個農場上長大，卻是家裏七個小孩中唯一離開農場，找尋自己前途的人。幾經波折之後，父親進入哈佛和哥倫比亞大學與約翰·杜威(John Dewey)一起攻讀農村教育的博士學位，並且任教於俄亥俄州立大學直到六十歲為止。之後，他便與母親在康乃狄克州買了一座佔地數百畝、老舊而廢棄的農場，構築新居，遷移至此。

他開始用童年時代在俄亥俄學到的方法來清理成排成列的圍籬和樹木。他徜徉於山峰溪谷之間數十寒暑，砍伐大樹、修剪灌木，望著大門外這片被他整理得井然有序的坡地而感到洋洋自得。父親逐年地老邁，常常一早就覺得腿與背疲累不堪，因此有

時候他會邀請朋友或雇個工人來幫他整理園地。

數年之後，這座山的高處已不再是他的勢力範圍，他只好將自己的熱情抱負降低到山坡地，也就是在房子周圍的樹林和土地，以一種全新而且煥發的力量投入園藝，蒔花植蔬。

他曾種植一些蘆筍、數排覆盆子果樹和幾畦劍蘭，康乃狄克州西北部的朋友們偶爾還會收到父親所餽贈——被他稱之為「欣喜」(glads)——盛開的劍蘭。他培植花草的熱勁比勤快有力的農夫看起來更像是一部剪草機。其後，他愈來愈難以彎腰去處理那些折枝扶嫩的工作，也就任由成排的短籬日益擴展。九十歲生日那天，他便買了一部小型的自動曳引機。

父親足足有一年沒有再去林園裏種花植草。他的注意力轉移到房子周圍那些小小的裝飾性花草，還有四個窗台上的花盆箱。它們的高度及腰，無需屈膝照料。有好幾年窗台上的花盆被照顧得很好，但是當父親的視力和體力都退化了以後，他就不得不付出更多的心思去整理它們。最後，護林、下田和園藝等工作他都放棄了，卻把焦點轉移到一項新的活動上：聽「有聲書」；小說、名人的傳記及世界各地出色的劇本皆在其列。

父親在一百零二歲一次輕微的中風之後，就無法再隨興所至的看電視和聽有聲書了。窗台上的花盆還在，他仍然會到屋外看看它們，但只能朦朧地加以欣賞。有必要時他就施點肥，澆澆水。雖然照料它們已是別人的事，但它們仍是父親成就感的來源。父親甚至將園藝的工具好好的收藏，特別是鎬鋤仍不時地保持晶亮，偶爾也會把玩一下。

瀏覽過他戲劇性地退縮至狹窄領域的一生，我們可以發現，父親在他百歲時所感受到的快樂與充實和他六十歲的時候是一樣的。在彌補期望與滿足之間的鴻溝時，他有一種朝向發展及支配但不屈服的傾向，同時具有理性與改變的能力。然而這並不是父親所獨具的特性，而是每個人本身所擁有的一部份。

本書要告訴您的便是關於人的本性與雄心。我們如何在日復一日的生活中掌握成敗與此相關；我們這一輩子怎麼來回應得失以保持成長與改變亦與此關連。我們這一生的企圖心——如何維持、怎麼提昇、怎樣掌握，還有如何使之消失？我們的本身和年輕的夢想到底是怎麼回事，皆與本書有關。

在第一篇中，我提出有關人類企圖心範疇的幾項根本事實：

1. 我們都有一種朝向發展和支配的傾向，這種傾向經由多種獨特的期望、企圖心

表現出來。這是人類共同的通性，公平地賦予男人與女人，而且不因歷史的演進或相異的文化而有太大的改變。吾人追求的目標也許林林總總——健康、財富、創造力、助人行善等；但是我們卻被同一種人性的支配力所驅使。

2. 我們都寧願讓自己處於「恰可應付困境」的地位，而以此方式過活。吾人皆欲接受挑戰；但假使生活太過艱難就會試著打退堂鼓，如果日子過得悠游適意，我們又會嘗試發掘更大的挑戰，做更多的自我要求。

3. 在一種恰當的困難度——也就是難易適中——的地位上工作，是人類愉悅的重要根源之一。只要是生命中不被忽視的處境，都有可能在吾人遭遇成敗之後，重組我們的生活，以迎接新的挑戰。因此，窮人與富人、體健者與受創者、年輕人與老年人，他們之間的愉悅滿足並無太大差異。

第二篇說明我們對得失的態度，也就是如何分析我們的成功與失敗。因此吾人如何認定自己得失的原因及如何採取下一個步驟，都得加以檢驗。事實上，人類終其一生所具備之改變能力遠比過去科學家所相信的要大得多。我們在人生的各階段會做出一些重大的改變，而早年的許多事件遺留下來的影響力也不斷地被後來的經驗所轉化。除此之外，個人的價值標準、具重要性之他見，這些對我們所產生的制約都該一

併列入考慮。

這部份的主要觀念是：人之所以為人，絕大部份是因為我們有目的和有理性的來面對自己的生活。我們的思想中大多有關於意圖、目標、期盼、願望和信仰。我們發展出行動的策略來獲取想要的東西；我們的所作所為幾乎都有計劃和時間表。

有位年輕的朋友說：「大部份的人無法說出他們所為何來」。多數人沒有長期的生活目標，而且目標也相當地游移不定，不管一個特案能否完成，我們都能適應。吾人期待敞開的門，溜過門又到了下一個房間找另一扇門。但是我們一次只能看到一個房間，除非來到一個某些事情是可能的地方，否則我們的眼光總是會被侷限，無法獲知某些秘密，甚至永遠被蒙在鼓裏。

上面的說法或許適用於某些人和某些時候，然而吾輩之中絕大部份的人追求的卻是更長久性的東西。想像一下自己的生活歷程，想像一下我們要去那裏，在將來想做什麼，這些未來生活的圖像或許模糊難辨，也許不可能實現，卻因此有了許多可供追求的長遠目標和時間表，將它們整合起來就是名符其實的人生計劃。成功或失敗時我們會再回頭一次又一次的校正，憑著一點經驗和些許簡化的工夫，或許再借助於一些圖表，可以將此計劃列在紙上，經過數百次的修訂之後就成了「人性計劃便覽」。

第三篇敘述我們如何維持挑戰，亦即吾人面對生活中的輸贏得失時所習於採取的處理方式。輸贏會促使我們尋找一個恰足以應付的困難度。每一次行動之後都不會回到原來固定的點上，我們的地位經常改變。而最令人振奮的則是增減壓力使之維持在我們自認為可以應付挑戰的點上。如果贏了就嘗試更多挑戰，如果敗了就偃兵息鼓。我們蓄意的行動具備四項要素：

1. 追求的目標。
2. 滿足我們慾望——理想、最低要求、現實要求的程度。
3. 花多久時間來完成目標的時間表。
4. 完成目標的行為與手段。

我父親對山頂到窗台上的花盆付出心力的轉變過程顯示，在面臨手中籌碼流失時，我們首先改善自己的行為，其次更改時間表以爭取時間——我們降低了自我的抱負。如果仍舊失敗，我們就暫時將這個特殊的目標拋棄，轉移到某些較易處理的事情上。面臨成功時也是採取這些方法，但途徑相異。成功之後我們很少改變自己的行為模式，取而代之的是縮短時間表和加速推動計劃。這時候我們的抱負提高了，且增加了新目標。就某些方面而言，贏了之後比輸了之後更令人傷腦筋。

寫就本書時，我有時覺得自己正在探索人類性格鮮為人知的一面，憑著粗糙的地圖和前人遺留的斷簡殘篇，發掘不尋常的習慣、族群和經驗——「一些奇特而令人驚異的脈動」。

我援引現代心理學與社會科學最好的知識，輸贏挑戰最易呈現的世界性運動比賽，以及生活中形形色色的故事和個案。如此一來，只要我沿著曼哈坦東邊高地走過去，立刻就察覺到目標、期望及夢想伴隨著輸贏得失充塞在空氣中的那股厚重之感：報紙小販和計程車司機逡巡於人行道旁招攬顧客；慢跑者與馬拉松健將穿梭在公園裏；蹣跚的老人努力地趕在燈號變換前越過馬路到達對街；無家可歸的乞丐與流浪漢一頭栽進垃圾筒裏翻尋值錢的東西；街角一個兩歲大的孩子領頭找尋祖父的影蹤，當他們會面時，孩子的母親卻叫小孩的行為收斂一點。

如果我在此所說的讓您覺得似曾相識，那麼其意味就深長了。我相信這種熟悉感（我們認為已經知道的），常常會出乎意料地被牽強附會而扭曲。分析我們日常生活中的企圖心彷彿用三稜鏡折射光線一般，過濾出新穎而出人意表的洞察。我在此將它們提出來並非企圖告訴別人如何生活，而是基於一種信念：不論我們對人性的看法為何，瞭解人類如何主宰成敗，我們就更能主宰自己的生活。