

決定一生的 86個觀念

86個新新的觀念，
例如：什
麼是以退
為進的溝
通法？什
麼是成功



談話的新法則？什麼是排除萬難的先決
條件？什麼是
重要的素質？
功和失敗的主
要因素？



什麼是要什麼就有什麼的秘訣？就看你

如何運用這些新觀念開展你多彩多姿的豐富生活！

決定一生的 86個觀念

■江凌 編譯



國立中央圖書館出版品預行編目資料

決定一生的86個觀念／江凌編譯，--初版，--

臺北市：圓神，民81

面；公分，--(勵志書系；1)

ISBN 957-607-072-4 (平裝)

1. 修身

192.1

81002469

©圓神出版公司 1992

版權所有・翻印必究

「勵志書系」

決定一生的86個觀念

定價
140
元

編譯——江凌

版本參照——廣東旅遊出版社《理想的人生》

校對——江書梅、張幼梅、李志隆

發行人——陳達成

出版者——圓神出版公司

社長——簡志忠

監製——林永潔

編輯——唐欣珠、吳玉文、林素美

美術編輯——陳正弦

發行部——黃國興、姚一心、王朝聖

財務部——簡玲觀、江麗英、陳月麗

地址——新店市寶橋路235巷6弄4號6樓

電話——九一七八八一(代表號)

郵撥帳號——一〇〇九三六八五 圓神出版社

排版——正豐電腦排版有限公司

印刷——祥峰印刷廠

行政院新聞局局版台業第三四七五號

中華民國八十一年五月 初版

中華民國八十二年十月 五刷

ISBN 957-607-072-4

Printed in R.O.C

※本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換

前言

思想是建立人生的資源。

這是一本討論思想的書。思想和人生關係密切，因為人的個性、品格、生活無不受思想影響。

思想決定了我們的形象，也影響未來的一生。所有偉大的宗教家、哲學家、思想家及建大功立大業的人士，都不約而同地承認思想支配了我們的一舉一動。

聖經記載：「他心裏怎樣思量，他為人就是怎樣」——舊約箴言廿三章七節。佛經也說：「我們的一切表現，完全是思想的結晶。」

羅馬皇帝奧里留斯(Marcus Aurelius)說：「我們的生命是由思想建造的。」美國教育家阿考特(Amos Bronson Alcott)說：「思想就是生命，沒有思想的人只好糊裏糊塗過日子，可見沒有思想也就沒有人生。」

因此，我們可以肯定地說，思想和人生是息息相關的。

讓我們再看另一種說法：思想是建立人生的資源。

沙拉(George Sala)道：「思想連綿不絕……，想得越多，便越能表現自己。」

思想也是個人的力量，愛默生(Emerson)說：「思想統治世界。」

著名的心理學家史考特(Dr. Walter Scott)說：「事業上的成功或失敗主要取

決於思想，而不是能力。」

孔子說：「學而不思則殆。」

愛默生又說：「任何訓練、協助、練習都不能取代思想。」

總之古今中外的有識之士，都認為思想支配着我們的現在和未來；歷代聖賢認為思想是個人力量的來源、決定成就的主要因素，也是快樂和幸福的泉源。這些人物代表了千百年的智慧、經驗和觀察，他們都異口同聲地認定思想對人生的影響重大，不由得我們不信。

如果你讓自己的思想飄游不定，今天的思想和明天的思想不同，後天的思想跟今天的思想差別更大，那麼你將不知何去何從，結果只好渾渾噩噩過一輩子了。

本書便是要開導你的思路，為你提供實用的幫助，使你的思想能納入正軌，以

便有個更有意義的人生。

不過，本書並不想越俎代庖，因為你有你自己的想法，你的思想將形成你獨特的人生。本書文章旨在觸發你的靈感，讓你自由構想和沉思，特點是簡短精悍、自成一個獨立的單元，彼此沒有聯繫，所以你可以在方便的時候任意選讀任何一章，也可以略讀、精讀、甚至重讀。

本書為你提供了無數的構思，肯定能使你感興趣，同時也能激發你自己的思維，並讓你有機會盡量發揮自己的構思。

我們都需要思想，因為我們渴望有一個多彩多姿的人生。

目錄

前言.....	001
頂天立地.....	011
分而治之.....	013
導向飛彈的啓示.....	015
無可奈何之時.....	017
虛實不分.....	020
黑白之間.....	022
克服恐懼.....	024
靈芝妙藥.....	027
不勝其煩.....	029
精神病患.....	031
挫折和暴力.....	033

無理取鬧·····	036
幸運之兆·····	039
手腦並用·····	041
生存有道·····	043
絕處逢生·····	045
芝麻小事·····	047
量力而為·····	049
敬重別人·····	051
知足常樂·····	053
化敵為友·····	055
玩火自焚·····	057
回味無窮·····	060
回眸一笑·····	062
反躬自問·····	064
恆心和毅力·····	066
惱羞成怒·····	068

遷就別人·····	071
口才伶俐·····	073
說話與健康·····	075
多聽有益·····	077
爭執的新技巧·····	079
吸引對方·····	084
耕耘與收穫·····	086
笑的好處·····	088
改過自新·····	090
領袖精神·····	092
抓緊不放·····	094
威脅的後果·····	096
請你注意·····	098
寂寞和無聊·····	100
追根究底·····	102
矯正偏差·····	104

窮途末路之時	106
不要同情	108
大公無私	111
生命的鏡子	113
自欺欺人	115
建立形象	117
笑逐顏開	119
成功的保證	121
不管電腦	123
放縱與約束	125
精益求精	128
疾風勁草	129
活了兩次	131
心浮氣躁	133
勤奮好處多	136
希望和力量	138

不進則退·····	140
安全地帶·····	142
性命攸關·····	144
說聲謝謝·····	146
小雞和老鷹·····	148
種瓜得瓜·····	150
壓力和抗力·····	152
無知之害·····	154
「但是」的妙用·····	156
消除壓力·····	158
累贅的翅膀·····	160
生存之道·····	162
避免自殺·····	163
解決困擾·····	168
面對討厭的人·····	171
成功的因素·····	174

疾病和健康·····	177
處理閒言閒語·····	181
愛之不足·····	185
爲錢擔憂時·····	189
爲何英年早逝·····	194
面對年老·····	199
睡着的人笑了·····	201
當犧牲造成傷害時·····	206
夫妻之間·····	208
遠離寂寞·····	217
婚嫁問題·····	221

頂天立地

在不算短而豐富多姿的一生中，我學到不少東西，其中我認為最有價值的是做人要能「頂天立地」！一個「頂天立地」的人常常站得高、走得直，態度自然、從容不迫，讓人一看就知道是個清高絕俗的人。

然而所謂「頂天立地」，並不單指在行為表現上能給人不平凡的印象，還必須具備崇高的思想和偉大的精神。

一個「頂天立地」的人，在別人的心目中總是信心十足、敢作敢當，是個令人十分敬仰的人物！還有一點與眾不同的是他充滿活力、幹勁十足！

「頂天立地」的人物常常要高人一等、出人頭地。一個人對自己要求很高或是只求過得去，所作出的努力是相等的，但所得到的成果卻有很大的差別，即所謂「人往高處爬，水往低處流」。「頂天立地」的人經常盡力而為，決心要獲得盡善盡美的

成就，他們隨時隨地不忘進修、充實自己，要求自己有更更大的能力和更高的表現。許多負責人事的經理人員都不約而同地表示：「大部分的人都只申請低薪工作，少部分人要求中等待遇，認為自己有資格做高收入工作的人更是鳳毛麟角！這不是好現象，希望你能夠鶴立雞群！」

「頂天立地」的人思想開明、氣量寬大，不為芝麻小事耿耿於懷，更不會讓膽怯、憤怒、仇視和忌妒，醜化自己的形象。

在漫長的人生中，道路坎坷多變，誰也說不定自己會有怎樣的改變。因此，人們在順境中表現得清高不是難事，但要在逆境中守身如玉、保持節操就不容易了，所以，要能自強不息、寧死不屈才算偉大！

能夠在行為上、思想上和精神上都有超凡脫俗的表現，才是真正「頂天立地」的人！

分而治之

大家也許以為「分而治之，逐個擊破」只是統治者和軍事家的戰略手段，目的都是要克敵制勝！事實上，即使是盟友之間、國家內政，或是在一個機構中，也可以採用「分而治之」的手法以反敗為勝、轉危為安。至於個人方面，更是不能不知道「分而治之」的方法和好處。

健康可以說是現在人類的大敵，無論是肉體或精神上的健康，都是經常困擾人們的大問題。其次是成功，學業上的成功和事業上的成功都直接受健康的影響，所以如果能確保健康沒有問題，做到身強體壯、精神飽滿，便已成功了一半。

名醫威廉奧斯樂(William Osler)開了個簡單但是療效很好的方子：「過一天算一天！」原因是：「明天的工作和昨天沒完成的工作，都希望在今天做完，負擔太重了，一定會累壞人！」從醫學的角度來看，的確如此。

許多專家認為，疾病都是因為壓力造成的。工作繁重、精神不安、情緒不寧，這些都是扼殺健康的兇手，不可不防。

昨天的工作沒有做好，今天又有許多工作要完成，還有明天的工作等著要做，真要命！怎麼不叫人憂心如焚呢？難怪奧斯樂醫生要勸人們過一天算一天了。

戒酒協會常勸酗酒的人別太苛求，如果能決心今天口不沾杯就好，先別說從此不再喝，一天一天慢慢來，總好過誇下海口卻辦不到！

工作也一樣，要量力而為，不要只管貪多。每一次只做一種，既然決定了，就專心致意地進行，不要胡思亂想，完成了規定的工作就收工，不要太在意是好是壞，接著再開始另一件。像這樣化整為零，堅持下去，你便能完成全部工作，輕鬆自如！工作的壓力消失了，精神的負擔減輕了，不再為工作煩惱、也不再因健康而擔憂，於是生活充滿了希望，成功自然便與你同行！