

為什麼有人就是常常成功？  
找到你的魔勁，一路挺進最佳狀態

# 真正成功的人時常魔勁在身

Mojo: How to Get It, How to Keep It, How to Get It Back If You Lose It

譯者 鄭煥昇

作者 馬歇爾·葛史密斯  
馬克·賴特

UP學2

魔勁＝發自內心的正面能量，  
而且別人也能感受到

# 魔勁

李茲  
文化

# 真正成功的人時常魔勁在身

Mojo: How to Get It, How to Keep It, How to Get It Back If You Lose It

作者

馬歇爾·葛史密斯  
馬克·賴特

譯者 鄭煥昇

UP學2

魔勁

UP學2魔勁：真正成功的人時常魔勁在身 / 馬歇爾·葛史密斯著；鄭煥昇譯。

——初版。——臺北市：李茲文化，2010。10

面：公分

譯自：Mojo: How to Get It, How to Keep It, How to Get It Back If You Lose It

ISBN 978-986-86142-3-9 (平裝)

1. 職場成功法

494.35

99014865

## UP學2魔勁：真正成功的人時常魔勁在身

**Mojo: How to Get It, How to Keep It, How to Get It Back If  
You Lose It**

作者：馬歇爾·葛史密斯 (Marshall Goldsmith)；馬克·賴特 (Mark Reiter)

譯者：鄭煥昇

編輯：范彌果

總編輯：吳玟琪

出版：李茲文化有限公司

電話：+(886) 2 82189975

傳真：+(886) 2 82180043

E-Mail: [contact@leeds-global.com.tw](mailto:contact@leeds-global.com.tw)

網站：<http://www.leeds-global.com.tw/>

郵寄地址：23199 新店郵局第 9-53 號信箱

P. O. Box 9-53 Sindian, Taipei County 23199 Taiwan (R. O. C.)

定價：300 元

出版日期：2010 年 10 月 1 日 初版

總經銷：創智文化有限公司

地址：台北縣土城市忠承路 89 號 6 樓

電話：(02) 2268-3489

傳真：(02) 2269-6560

網站：[www.booknews.com.tw](http://www.booknews.com.tw)

MOJO: HOW TO GET IT, HOW TO KEEP IT, AND HOW TO GET IT BACK WHEN YOU  
LOSE IT by MARSHALL GOLDSMITH

Copyright © 2010 BY MARSHALL GOLDSMITH, INC.

This edition arranged with QUEEN LITERARY AGENCY

through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc., Labuan, Malaysia

TRADITIONAL Chinese edition copyright © 2010 by Leeds Publishing Co., Ltd.

All rights reserved.

## 名人禮讚

魔勁在身的常勝軍這麼說：

葛史密斯參加過好幾次卡內基訓練的全球大會，每次都是主要演講人。我很榮幸曾與他交談。覺得他在領導力、熱忱、溝通方面的見解與卡內基是那麼的吻合。

他的上一本書《UP學》提醒我們，以前幫助我們成功的因素，不見得就能幫助我們以後能成功。他在這本《UP學2魔勁》中更點出了，要想成功、要想完成一件大事，還需要「魔勁」。

我要舉雙手贊成他的說法。我幾乎有一種想擁抱葛史密斯的感覺。只因為我在教學、演講的時候，很明顯的感覺到魔勁在身。我甚至覺得我之所以能有今天，也是因為有魔勁。

如果很多人都常常能有魔勁該有多好。

——  
里卡

，卡內基訓練負責人

繼《UP學》後，偉大的導師馬歇爾·葛史密斯再度運用其細微的觀察與豐富的經歷，為讀者濃縮出人生的致勝關鍵——魔勁。

作者強調，在我們對幸福與意義的追尋當中，魔勁扮演了關鍵的角色，因為這意味著兩項簡單目標的達成，一是喜歡你的工作，二是將之表現出來。而根據這兩項目標，作者給魔勁的操作型定義是：「魔勁是用一種正面的態度，來面對我們所從事的工作，在這個當下，發自內心，形諸於外。」

這本書要談的就是這樣的一種瞬間，我們怎麼在生命裡創造出這種瞬間，怎麼將這種瞬間握在手中，又怎麼把這種瞬間在我們需要的時候複製出來。

書中提及發自內心而形諸於外的正面態度，不僅會改善自己的生活，也將發揮影響力，帶領周遭的友人體會魔勁的力量。

這使我想到了每一位星巴克的熱情夥伴都必讀的小冊子「綠圍裙的一天」，其中一頁說明星巴克夥伴存在的價值：「提供一種精神昂揚、道德向上的體驗，豐富每個人的生活。」星巴克夥伴的工作目的，就是展現正面的態度，迎接每一位入店的顧客，即時服務，熱情互動，提昇價值，樂於工作，分享內心的喜悅；結果夥伴反而常常從顧客的熱情回饋，得到更多的滿足感。誠如書中所言的魔勁，已在星巴克發揮影響力，不僅帶來個人工作的成就，也創造群我和諧的社會關係。

作者道出許多人對於工作現況的不滿，卻無法採取有效行動，苦尋不著人生的價值。然而作者舉出許多生動鼓舞人心的實例，還有提供完善的工具箱，可以立即讓讀者參考應用，改變生活現況。

——  
徐光宇，統一星巴克總經理

這是一本勵志的書，也是一本教人追求幸福的書。

馬歇爾·葛史密斯大師對魔勁定義是源自於對幸福與意義的追尋。用一種正面的態度，來面對我們所從事的工作，在這個當下，發自內心，形諸於外。

「魔勁」是個一瞬間的感受，在我們的行事展現出目的、能力與正向動能，而且身邊所有人都都能感受到。

讀這本書的時候，個人正經歷人生一個不算小的改變，告別了熟悉的台北與工作十年的 Yahoo! 奇摩這個舞台，落腳在北京，和家人開始一段新的人生旅程，同時開始個人網路職涯的第二章——緊鑼密鼓地建立團隊，並準備推出亞馬遜 (Amazon.com) 在中國的一項新業務。隨著書中的每一個章節，我回顧過去兩個半月的心情起伏，對自己在工作與生活的「魔勁」有更多認識，我發現我的「魔勁」在新的環境下長大，並且漸漸茁壯中。

馬歇爾·葛史密斯大師強調：行動是你開始改變自己或環境的鎖匙。希望並祝福每位讀者能開始調整、創造、掌握與複製自己的「魔勁」，讓工作跟生活都變得更好，還有讓所有我們所愛的人快樂！

— 馬歇爾·葛史密斯 —

Amazon.com 副總裁·前 Yahoo! 奇摩董事總經理

二〇一〇年八月，北京

在亞洲各國從事行銷與人際關係教育十餘年，深覺現代年輕人在職場上的迷思大多在於不了解自己這部「機器」的優缺點以及功能特性。對於「記憶我」、「真實我」、「期望我」總是混淆不清，所以容易造成職海迷航。定位不明，不是能量亂竄，就是靈肉分離。總想要上司的收入，卻拒絕走上司走過的路。

欣見《UP學》作者馬歇爾·葛史密斯的精彩續作《UP學2魔勁》推出，書中對所謂的魔勁四大支柱有相當具體詳實的描述。生動活潑的職場範例，極富創意的評分表，加上準確犀利的「魔勁殺手分析」，不時讓閱讀者有茅塞頓開的驚豔體悟，而魔勁工具箱的14項工具更是在職場上檢視自我、反覆修煉的絕佳利器。個人認為書中內容不論你之前是否已稍具概念，閱讀完後，每個人定會得到滿足與啟發。

誠摯推薦給渴望在人生戰場成功的朋友。本書絕對是近年來最值得細細閱讀的職場鉅作！

——  


4U人際教育學院創辦人，2080人才智庫訓練機構負責人

舉世三十二位最優秀的領導人與思想家如是說：

「有幸在教室裡親炙大師風采的每一個人，都知道他的教誨有多能激勵人；在《UP學2魔勁》書中，馬歇爾用更大的格局分享了他的淵博所學，告訴我們在生活中與職場上，該如何用意義與幸福去取代惰性。工作上與生活上，最重要的一課莫過於此！」——湯姆·葛羅索 (Tom Glacer)，湯姆森路透 (Tomson Reuters) 執行長

「一打開這本書，我就感到一股魔勁升起。如果實在沒機會讓大師親自指導，看這本書絕對是最佳的選擇；他筆下的智慧總能讓我轉速拉高，積極起來，讓我一心想要讓每一天的每一分鐘過得更有意義、更有樂趣。任何人讀了這本書，都能更上層樓。」——馬克·特塞克 (Mark Tercek)，自然保護協會 (Nature Conservancy) 執行長；前高盛證券 (Goldman Sachs) 管理合夥人

「馬歇爾·葛史密斯可說是獨一無二：難得的是他既知道什麼問題讓我們在夜裡輾轉反側，又能幫助我們釐清問題、解決問題！生動的文筆扣人心弦，無話可說的好書，值得一讀，身為領導人的你一定會喜歡，也一定會在閱讀中有所收穫。」——華倫·班尼斯 (Warren Bennis)，暢銷書作家；加州大學特聘教授；世界級領導學權威

「馬歇爾書如其人——有見地、一針見血、有重點、有內容、有邏輯，能啟發人正向思考，散發具有感染力的能量；如果你沒上過他的課，沒有感受過上面這些特

質，那他最新作品《UP學2魔勁》是你最好的選擇；《UP學2魔勁》就像他本人，有點瘋狂，但有益身心！」——強納森·克萊恩(Jonathan Klein)·蓋狄影像(Geity Images)執行長；《美國攝影雜誌》(American Photo)選為「攝影界最重要的人」

「馬歇爾能看穿個人或企業的成功要件，他有這種天分；《UP學2魔勁》書中所揭櫫的真知灼見，一定可以幫助職涯中各個階段的人發揮潛能，更能活出自己；又一本好書，馬歇爾！」——約翰·哈默格倫(John Hammergren)，美國麥克森公司(Mckesson Corporation)執行長；華倫班尼斯領袖獎得主

「魔勁難以捉摸，難以定義，從有人類存在開始就有魔勁……價值連城，就像黃金。這本思慮縝密又發人深省的書，可供所有嚐過魔勁，欲罷不能的人好好讀一讀。」凱文·凱利(Kevin Kelly)——軒德管理顧問公司(Heidrick and Struggles)執行長

「對於現在跟未來的領導人，還有每一位想要強化自身家庭與職場生活的人，馬歇爾可以幫助我們聚焦在有意義，能帶來幸福的行為上；《UP學2魔勁》這本書，適時提醒了我們要享受人生與工作上的成功，必須不時停下來誠實面對自己。」——克里斯·庫柏西科(Chris Kubaski)·洛克希德(Lockheed Martin)公司總裁；桑迪亞(Sandia)企業主席

「馬歇爾舉了許多案例，提示了職場上常見的挑戰，並結合我們可以運用的工具，讓我們知道如何悠游全新的職場生態；掌握這些工具，退可以獨善其身，進可以兼善

他人。感謝馬歇爾，感謝他再次寫出一本好書，讓我們知道如何去追求眼前與持續的自我成長。」——泰瑞莎·芮索 (Teresa Ressel)，瑞銀證券 (UBS Securities LLC) 執行長；美國財政部前財務長

「馬歇爾清楚地闡釋了一個更幸福、更有意義的生活，能夠給你服務的企業、深愛的家庭、居住的鄰里，還有你自己，帶來巨大的助益。書中也指引了我們為何要與如何能走上這條幸福與意義之路。」——葛雷格·布朗 (Greg Brown)，摩托羅拉董事長兼執行長

「馬歇爾好書連發！不令人意外地，內容有深度卻沒難度，訊息清晰，作者的新作能幫助我們了解、接受、提升我們的魔勁，一勞永逸改變我們的態度。」——法布里西歐·帕瑞尼 (Fabrizio Parini)，義大利瑞士蓮巧克力執行長；吉拉德利 (Ghirardelli) 巧克力前執行長

「馬歇爾·葛史密斯是ABC的第一把交椅。不知道什麼是ABC嗎？成人行為改變。這方面我們給馬歇爾最高分！」——查爾斯·比特 (Charles Butt)，美國二十大民間企業之一的巴特閣下 (Bartlett) 雜貨公司執行長

「馬歇爾是幫助人自我覺醒的能手，《UP學2魔勁》一書是靈魂的絕佳食糧，讀此書如見其人！」——麗茲·史密斯 (Liz Smith)，OSI 全球休閒飲食領導者餐廳夥伴執行長

「再次，馬歇爾完全掌握白領勞工與職場的脈動；這本易讀、有見地、有智慧的

好書能幫助上班族覓得魔勁。這本書能指引我們超越本分，在工作與人生中真正有所建樹。公司最大的資產就是員工，而馬歇爾知道怎麼讓員工釋放潛能！」——大衛·叔爾瑞奇 (David Ulrich)，密西根大學教授

愛默生曾寫說：「留在過去的與我們將遇見的，都是小事，真正重要的是此刻我們所擁有的內涵。」魔勁談的正是我們現在所有，我們怎麼去運用它，而我們散發於外的，在別人眼中是什麼個模樣。值得一讀的好書。」——亞倫·哈森佛德 (Alan Hassenfeld)，孩之寶 (Hasbro) 執行委員會前主席

「還在找尋更上一層樓的祕方嗎？《UP學2魔勁》這本書就是了。又一次，馬歇爾的智慧躍然紙上！」——啓斯·法拉利 (Keith Ferrazzi)，《別個兒用餐》(Never Eat Alone) 與《誰給你靠》(Who's Got Your Back) 作者

「馬歇爾用完備、可行的建議，用無數的實際案例，擘畫出我們該如何增進自己的幸福，如何按部就班進入最佳狀況；飛機上讀令人大呼過癮！」——喬治·波斯特 (George Borst)，豐田汽車貸款 (Toyota Financial Services) 董事長兼執行長

「現代人絕佳的生活指南！充滿讓我們找到幸福與意義的新鮮點子！」——維傑·高文達雷簡 (Vijay Govindarajan)，塔克商學院教授：通用汽車首席創新顧問；世界級策略權威

「《UP學2魔勁》彙集了各種對人類行為的深入觀察，並提供了確實可行的方法讓我們提升生活品質；馬歇爾不愧是善於溝通的名師，切身的故事與誠懇的風格讓這本書讀起來有趣又有用。不確定的時代，這本書不可不讀，你一定會邊讀邊笑邊點頭。」——大衛·文倫 (David Allen)，暢銷書《2分鐘輕鬆管理工作與生活》(Getting Things Done) 與《搞定一切》(Making it All Work) 作者

「你的魔勁該啟動了！馬歇爾大師再次鼓勵我們克服困難，跨越障礙，盡其在我。」——喬·史卡利 (Joe Scalletti)，曳引機供應 (Tractor Supply) 公司前任執行長；史卡利領導力機構 (Scarlett Leadership Institute) 創辦人

「馬歇爾果然名不虛傳！必讀好書，動人心弦，人生與職場上孰輕孰重一讀便知；個人或企業要重拾魔勁，要趁這個時候！這本書會告訴你怎麼做！」——馬克·湯普森 (Mark Thompson)，暢銷書《成功長青：每個人都可以活出不平凡的人生》(Success Built to Last) 作者；《富比士》雜誌選為能點石成金的創投專家

「我們都希望掌握魔勁，而馬歇爾·葛史密斯先是讓我們了解魔勁，然後指引我們駕馭魔勁……讓我們在職場上更具優勢、更有自信。」——吉姆·勞倫斯 (Jim Lawrence)，聯和利華財務長

「大師級的馬歇爾·葛史密斯讓我們深切自省，環顧所處的環境。《UP學2魔

勁》獨特的切入角度讓人欲罷不能——看完你更會迫不及待想大展身手。難得的好書！」——強·卡然巴哈 (Jon Katzenbach) 暢銷書《團隊的智慧》(The Wisdom of Teams) 作者：博斯公司 (Booz & Company) 資深合夥人

# 目錄 CONTENTS

## 第一部

魔勁與你 15

第一章 魔勁、你和我 16

第二章 掂量你的魔勁 36

第三章 魔勁的矛盾 59

## 第二部

魔勁的成分 69

第四章 身分：你以為你是誰？ 70

第五章 成就：你最近做了什麼？ 89

第六章 名聲：別人怎麼看你？ 100

第七章 接受：你該放下什麼？ 122

第八章 魔勁殺手 130

第九章 四種沒有意義的爭論 150

第十章 沒那麼好的活兒了！ 158

## 第二部

## 你的魔勁工具箱

165

第十一章 山不轉路轉：改變自己或改變環境

166

第十二章 身分：搞清楚自己是誰

176

工具一：建立對你有意義的標準

176

工具二：搞清楚你身處何處

185

工具三：當房間裡最樂觀的那個人

193

工具四：拿掉一樣東西

200

第十三章 成就：讓事情好辦些

207

工具五：一磚一瓦重建

207

工具六：勿因善小而不為

213

工具七：悠游藍海

218

第十四章 名聲：主導你的故事

223

工具八：知所進退

223

工具九：好聚好散

230

工具十：數字會說話

239

工具十一：少即是多 245

第十五章 接受：改變你能改變的，放下你不能改變的 248

工具十二：把老闆當成客戶 248

工具十三：名之，框之，得之 254

工具十四：給朋友一張免死金牌 263

#### 第四部 由內而外 267

第十六章 自助人助 268

尾聲 由自己做起 274

附錄一 魔勁調查：衡量短線滿足（幸福）與長線益處（意義） 276

附錄二 如何解讀魔勁調查結果 291

## 名人禮讚

魔勁在身的常勝軍這麼說：

葛史密斯參加過好幾次卡內基訓練的全球大會，每次都是主要演講人。我很榮幸曾與他交談。覺得他在領導力、熱忱、溝通方面的見解與卡內基是那麼的吻合。

他的上一本書《UP學》提醒我們，以前幫助我們成功的因素，不見得就能幫助我們以後能成功。他在這本《UP學2魔勁》中更點出了，要想成功、要想完成一件大事，還需要「魔勁」。

我要舉雙手贊成他的說法。我幾乎有一種想擁抱葛史密斯的感覺。只因為我在教學、演講的時候，很明顯的感覺到魔勁在身。我甚至覺得我之所以能有今天，也是因為有魔勁。

如果很多人都常常能有魔勁該有多好。

——  
里卡  
，卡內基訓練負責人

繼《UP學》後，偉大的導師馬歇爾·葛史密斯再度運用其細微的觀察與豐富的經歷，為讀者濃縮出人生的致勝關鍵——魔勁。