

打造市场赢家系列丛书

林志诚
著

心灵放射线

激·发·生·命·动·能

他用文字,深入解读生命的深度

他用音乐,丰富心灵渴求的温度

他用书笔,描绘人生鲜丽的彩度

这是一本用『心』阅读的心灵读本



大众文艺出版社

心灵放射线

林志诚 著



大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵放射线:激发生命动能/林志诚著.

—北京:大众文艺出版社,2002.9

(打造市场赢家系列丛书)

ISBN 7-80171-143-2

I. 心…

II. 林…

III. 心理学—通俗读物

IV. B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 045314 号

心灵放射线

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区东四府学胡同甲 1 号 邮编:100007)

华北石油廊坊华星印刷厂印刷 新华书店经销

开本 850 × 1168 毫米 1/32 印张 10.75 字数 205 千字 插页 2

2002 年 9 月北京第 1 版 2002 年 9 月河北第 1 次印刷

印数:1-5000 册

ISBN 7-80171-143-2/B·13

定价:20.00 元

版权所有,翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话:84040746

北京市东城区东四府学胡同甲 1 号 邮编:100007

★作者：林志诚

★学历：

美国威斯康辛协和大学 企管硕士

日本管理者养成学校 专业讲师训练

★资历：

◎国内少数赴日本接受全系列教育训练讲师课程之专业讲师。

◎引进多项日本企业训练课程，并主持一千场次以上之国内企业经营管理系列训练。

◎主持美国CRESTCOM“防弹经理”课程，并训练国内一千位以上企业经营者及高层经理人。

◎辅导上百家企业，做经营问题诊断及策略规划，现任赫通企业管理顾问公司总经理，成智集团、台湾澳黛莉、阿瘦皮鞋、台基建设经营顾问。

◎国内首创为激励业务行销人员心灵而创作歌词、歌曲之专业音乐CD。

◎曾于中国时报、工商时报、经济日报等报系及各公开场合举办大型演唱会。

★其他著作：

有声书——《成功销售的心灵小语——起航》

★经历：

《企业之专业训练》

指导力开发训练：声实企业、捷和建设等

企业策略规划及管理：长荣海运、和成集团等

Top Sales 推销训练：和泰TOYOTA、功学社等

地狱训练：台湾华歌尔、台湾樱花等

内部讲师培训：中国生产力中心、职训中心等

行动力训练：台湾人寿、三商行等

服务礼仪及技巧：西华饭店、渣打银行等

主管人员管理技巧训练：中国时报、未来百货等

《企业训练及讲座》

SOGO、安丽、中国信托、金鼎证券、东帝士、

国泰人寿、郭元益、宏基、四维企业、联强国际、

三阳工业、统一超商、怡富证券、唐荣、

中国制釉、IKEA、信义房屋、TVBS、联电、

新竹货运、宝岛眼睛、北京一信、捷运局、日

盛证券、统一期货、全家便利等数百家。

生命与心灵的对话

中美娇儿股份有限公司
JOICO, Taiwan 总经理

郑淑芝

人生无法彩排也不可能重来,所以如何让自己活得愉快,享受成功的人生,便是一个很重要的课题。《心灵放射线—激发生命动能》这本书是一本完整而且循序渐进地探索生命、开启心灵之窗的书。

我很喜欢犹太哲学家史宾诺莎的一句话“不要哭,不要笑,要理解”,而林志诚教授所写的这本书,就是要我们遭遇挫折时不要无助的哭,成功时不要骄傲得意的笑,而是要去理解事情的前因后果,以健康、正确的心态面对一切。字里行间更勉励大家平常要多去提升知性,以理性的态度面对一切,更要以感性、热爱生命的态度去过一个丰富而多彩多姿的人生。

林教授到底是何许人?在台湾受教于他的人起码几万人以上,但有多人没有机会认识他,在此简述与林教授结缘的经过:



在一次到某连锁美容院体系讲授专业产品课程的时候,为了解学员对上课的感受,因而问:“你们最喜欢听哪一位老师上课?”大家不约而同地说“林志诚老师!”又问为何喜欢,“上得很好,很有趣,想打瞌睡都没办法!”

当过老师、演讲者,或任何必须上台说话超过半个钟头以上的人,最大的梦魇莫过于台上讲得汗流浹背,而台下目光呆滞、面无表情,甚有闭目养神者。

对一般人来说,上课不打瞌睡或许不稀奇,但对美容院从业人员而言,在工作长达约 10 小时后再听演讲能全体不打瞌睡实在不容易,所以一句“想打瞌睡也难”使我印象深刻,想一听为快的心情油然而生……

经过情商,有幸于 84 年底林志诚老师再度到该美容院体系上课时参与听讲,当晚的讲题是“如何处理顾客抱怨”,看来严肃的题目,经过林老师娓娓道来,长达三个小时的课,从头至尾言之有物且生动有趣,绝无冷场,当下立刻决定这么好的课程当与全体同仁分享,于是下课后,马上向林老师自我介绍,并邀请他到公司演讲,当员工教育训练很重要的一部分,这就是与林老师认识的开始,从那时候一直到现在我们公司每年都邀请林老师做演讲/教育训练,公司的员工、顾客只要知道林教授要讲课,都感到兴奋与期待。

林教授平日是经营管理顾问,更是激励潜能帮助引导人们走向成功的导师,阅历极为丰富,对人心、人性、人生了解透彻,也有感于人生的困境与障碍其实不是来自

于外,而是源生于生命体自身,是发乎于心的,因为对每个人来说最困难的事便是战胜私心,去除成见恶习以及克服自己的七情六欲。所以这本心灵放射线就是林老师的生活体验与感想,提供给大家参考,用来帮助去除将我们隔绝于成功人生外的负面因素,如开始时所讲林教授以循序渐进的方式来探索生命。

全书共分七部:

第一部《生命的原动力》:从生命的源头讲起,到生命的传承。生命本身就是奇迹,有其绵延不绝的神秘力量,而这些力量则是来自于爱,来自于希望;没有爱,没有希望,人生是黑暗的。

第二部《生命成长的基础》:从生命成长的关键力量谈到成长的极限,“你的想像(思想)有多远,你的世界就有多大”,期勉大家去除“无形的障碍”,到追求生命领域的扩充,对于急欲突破瓶颈的人极具参考价值。

第三部《成长历程中的障碍》:人生最可悲的莫过于年龄不断地增长,而智慧没有增加,思考品质没有提升,那么阻碍我们成长的障碍是哪些?从本部里我们可以找到答案。

第四部《生命力之试炼》:生命力的表现来自于健康的身体,来自于承受压力、苦难的能力,我们如何承受压力渡过难关呢?

生命中充满难关,从面对隘口到处理难关的能力与态度,我们可以分析出一个人的生命品质,因此,我们岂



可不好好准备自己去面对难关。

第五部《生命的正向动力》：消极负面的力量导致失败，那么我们该以哪些积极的正向动力寻求成功呢？重点在于以“积极、乐观又进取”的态度承担生命的责任，能够做某些事情并不足为奇，重要的是要有责任感地去完成它、去贯彻它，失去了责任感的人，连母鸡都不如，林教授如是说。



第六部《心灵的成长与成熟》：什么样的人会长成？有宽厚的心，能架构良好心灵沟通网的人；而沟通网包含了四大层次——与自己沟通；与别人沟通；与大自然沟通；与信仰（良知）沟通。能好好沟通，是好好相处的基础，不能与自己、与别人、与大自然、与良知好好沟通，活在世界上就是处处有冲突，到处是矛盾，生活必然辛苦无趣。

第七部《激发生命动能》：生命可以如敝屣、似草芥，也可以如珍珠、似宝玉，端看我们以什么方式去实现它。在本部“挑战压力、克服挫折”这章节里，林教授说：“美好的生命，需要一座坚固的、完美的桥梁来衔接各个不同层次的生命领域”，我推荐读者好好的做自省，看我们在事业、婚姻、感情、健康、家庭、朋友、宗教、信仰、兴趣、成就感、人际沟通、社交、自我认定、安全感……这么多的人生领域中，你是以什么方式建立这座跨越领域的生命之桥呢？

这本书不是消遣性书籍，是关于生命与心灵对话的书，是应该摆在身边，随时翻阅用来谘商的好朋友！

序二

5

序

序

陪您走过

太平洋崇光百货(股)公司

贩卖促进部顾客服务课 课长

魏君莹

如果有人告诉您：“竟然有人每年把西装穿破！而且他的职业是讲师。”您相信吗？不要怀疑，真有其事，他就是林志诚老师。

林老师的讲课风格非常生动有趣，不论多么抽象艰深的主题，他都能以轻松易懂的譬喻，一针见血地诠释得清清楚楚。举的例子包罗万象，举凡：科学、政治、自然、宗教、新闻、音乐、广告、电影、教育、台湾谚语、武侠小说，以及古今中外的史实等，取材之丰富、运用之微妙，令人叹为观止！再加上全心投入的热忱与卖力演出，当然轰动武林，成为国内影响力最大的讲师之一，以及老是把西装穿破的讲师。

欣见林志诚老师继《打造销售战将》、《成功销售的心灵小语——起航 有声书》之后又一巨作问世，《心灵放射线》总共三十六章节，引导我们从36个角度，来探讨生



命本质,只要您遇到任何人生的难题或不愉快,不妨给自己一个机会,打开《心灵放射线》,接受心灵的 X 光照射,或许答案就自动浮现出来、或许心情就顿时豁然开朗!勇于面对挫折与压力。

不仅如此,《心灵放射线》也将成为教育训练者的最爱,书中琅琅上口的心灵小语、古今中外生动活泼的小故事,以及搭配的感人肺腑的音乐、各章节团体讨论的教师手册……深具参考价值。

最后如同书中林老师作词“陪你走过”的这首歌:

拥抱你的伤痛 抚平你的伤口
陪你走过 悲欢离合
擦拭你的泪水 紧握你的双手
千山万水 陪你走过

希望《心灵放射线》这本书,陪您走过人生的云霄飞车,陪您尝遍人生的酸甜苦辣,进而激发生命中的无限动能,终能活出您生命的意义与光彩,自由自在挥洒得淋漓尽致!无怨无悔!祝福您!

序三

序

重新体验生命

陈德璋

有一次我经过“北二高”的高架桥下，看到一辆货车载满了椰子，一位老先生坐在旁边。我和老先生打招呼并询问椰子的价格，双方谈好以后，我买了四粒椰子，老先生就拿起菜刀开始劈开椰子，等到第四颗的时候，老先生不小心弄伤他的手指，当他把椰子水交给我的当时，血渍还沾上瓶子，我清楚地看到他的拇指流着鲜血，接过了钱，他还说了声“谢谢”！

在回家的途中，一直回想着刚才的画面而心悸不已。老先生不顾受伤之苦而仍然从容的完成他的“工作”，我相信他有生命的原动力，而且是在不经意间流露出来。

在认识林老师之前，我患得患失了一段时日，我从不知道生命的表现能有那么的多样性与潜在力，我试着从林老师的故事中找到其寓言式的生命哲学，并经由画笔把它呈现出来。在一张张的画稿中我有着先人一步的阅读机会。再回头省思自己的生活经验，我觉得轻松许多，



因为结打开了,压力也降低了,生命的潜能也在微笑中绽放开来了。

本书分为七部,每一部都有一些小故事,由故事指引出一些生活建言及词句优美的诗文,再搭配故事插画,使我们能更容易去了解、体认生命。全球性的经济衰退,使许多产业萧条,失业率骤增,社会动荡不安,人心惶惶。在这时候正如林老师所指的“疗伤的山豹”在隐密的角落,思考自己的败因及养精蓄锐,等待下一次出击。假如我们能谋定而后动,相信横隔在面前的障碍都会解决。

最近在新闻报导中有许多自杀的案件,其原因有家庭、课业、感情等因素,这些案子的凶手,也就是杀自己的人,选择逃避来处理他们的烦恼,他们在瞬间否定了生命的价值及生命的意义,十分令人惋惜。假如他们运用生命的动能及接受挫折的挑战,把痛苦当成人生的一种经历,因此而改变偏激的手段,相信会为自己也为周遭的人创造出一股力量。圣严法师认为人有三种生命,一种肉体的生命,一种历史的生命,和最后一种智慧的生命。它以佛法的立场来解释这三种生命,我们除了有肉体和历史的生命外,还有永恒的、无限的、超越时空的智慧生命,我们称它为法身慧命。是的,我们都需要这三种生命去开创自己、改造未来。而我们要如何去执行及寻找呢?

现在我们就随着林老师的妙语如珠、趣味隽永的文章及小故事,配合绘画一起去探讨、发现生命的动能,让我们都能找到自己的智慧生命,建立更清净的人生观。

自序

林志誠

前几天,我到某企业主持一场经营管理的训练,在座有位经理戏称自己是公司的“老芋仔”,他说他来公司快20年了,许多和他一起进入公司的人,早已四散各地,有的自己当了老板,有的转到其他行业,也有些人好像消失了一般,想要联络也不知从何找起……他还拿出一张几乎发黄的照片,是他们那一些人刚进公司时的“新进员工”合影。

这种情形也会发生在你我的身上,“学生时代的同学照”、“当兵时同袍的留影照”、“上班时的同事照、朋友照”……如果你有时间拿出这些记录“生命轨迹”的照片,仔细地品味一番,你会发觉岁月的痕迹,清清楚楚地烙印在我们心灵的轴线上。

经过了科技革命后的20世纪,整个社会的风貌为之大变。在变动剧烈、步伐加快的生活基调中,开始有很多人警悟到,物质文明没有办法丰富人类的心灵,甚至有太



多的事件一再演绎着“物质愈发达,心灵愈饥渴”的事实。当我们抚往追昔,品味高中时代的同学照时,内心是不胜唏嘘,感叹世事之无常,还是心灵满足,充满了人生的希望……

每一个人的际遇不同,生命所展现出来的风貌也完全不一样。但是个人相信,生命的轨道是有迹可循的,心灵的领域是可以找得到其放射与回归之轴线的,个人也深信——“生命的价值是可以被塑造出来的。只要掌握生命的步伐,便能拥抱富裕的心灵,活出人生的光与热。”

“激发生命的动能”,让“心灵放射人生的价值”应该是每一个人在成长的过程中,必须严肃又认真地去探索的课题,因为,当你失去了每一次激励自我、刺激心灵成长的机会时,你便容易让悔恨占据你的心灵。

机会是短暂的,岁月是无情的,我们必须放射能量,才能真正掌握生命。

面对这么严肃的课题,笔者尝试以“绘画”、“心灵话语”、“音乐”三大主轴来阐释生命与心灵的对话,并以36种角度反复地陈述“激发生命动能”与“心灵放射”的概念。整本书籍的内容穿插有生活上、工作上……的各种故事,期待读者能在“轻松,有趣”的情境中,一起来浏览“生命”。这与我们息息相关的主题。

在本书付梓的同时,特别感谢陈德璋老师幽默又风趣的插图,让本书“活”了起来;彭达烟老师的音乐创作,让书也可以有一连串音符与音乐的串连,也要特别感谢

内人的字字推敲,并提供很多我们共同走过来的“人生故事”。

生命无法驻足,要活出生命你必须把握现在!

衷心地期待《心灵放射线》里的故事,能带给您更多的启发,并有效地激发您的生命动能,让您能迈向灿烂、亮丽的人生!

序



目 录

序一/《生命与心灵的对话》	郑淑芝(1)
序二/《陪您走过》	魏君莹(5)
序三/《重新体验生命》	陈德璋(7)
序四/《自序》	林志诚(9)

第一部 生命的原动力 (1)

第一章 源头—生命的根	(4)
第二章 根性—生命的本质	(12)
第三章 希望—生命的光	(22)
第四章 向力—生命发展的向量	(31)
第五章 起伏—生命的现象	(40)
第六章 调适—生命的适应力	(48)
第七章 孕育—生命的内蕴力量及传承	(57)

第二部 生命成长的基础 (67)

第八章 生命成长的关键力量	(70)
---------------------	------



第九章 成长的极限	(77)
第十章 生命的张力	(86)
第十一章 生命领域的扩充	(93)
第三部 成长历程中的障碍	(103)
第十二章 环境的厚壁	(106)
第十三章 无形的藩篱	(115)
第十四章 心理流沙	(124)
第十五章 生命中的惯性作用	(131)
第四部 生命力之试炼	(141)
第十六章 压力是生命成长的动力	(144)
第十七章 竞争是成长的催化剂	(151)
第十八章 To Be or Not To Be 在一念之间	(158)
第十九章 考验中的抉择	(166)
第二十章 挫折使生命更成熟	(175)
第二十一章 生命中的苦难与难关	(182)
第五部 生命的正向动力	(195)
第二十二章 爱、关怀与付出	(198)
第二十三章 希望的驱动力	(205)
第二十四章 责任感	(212)
第二十五章 乐观、进取、幽默	(221)
第二十六章 疏通、宣泄与学习	(230)