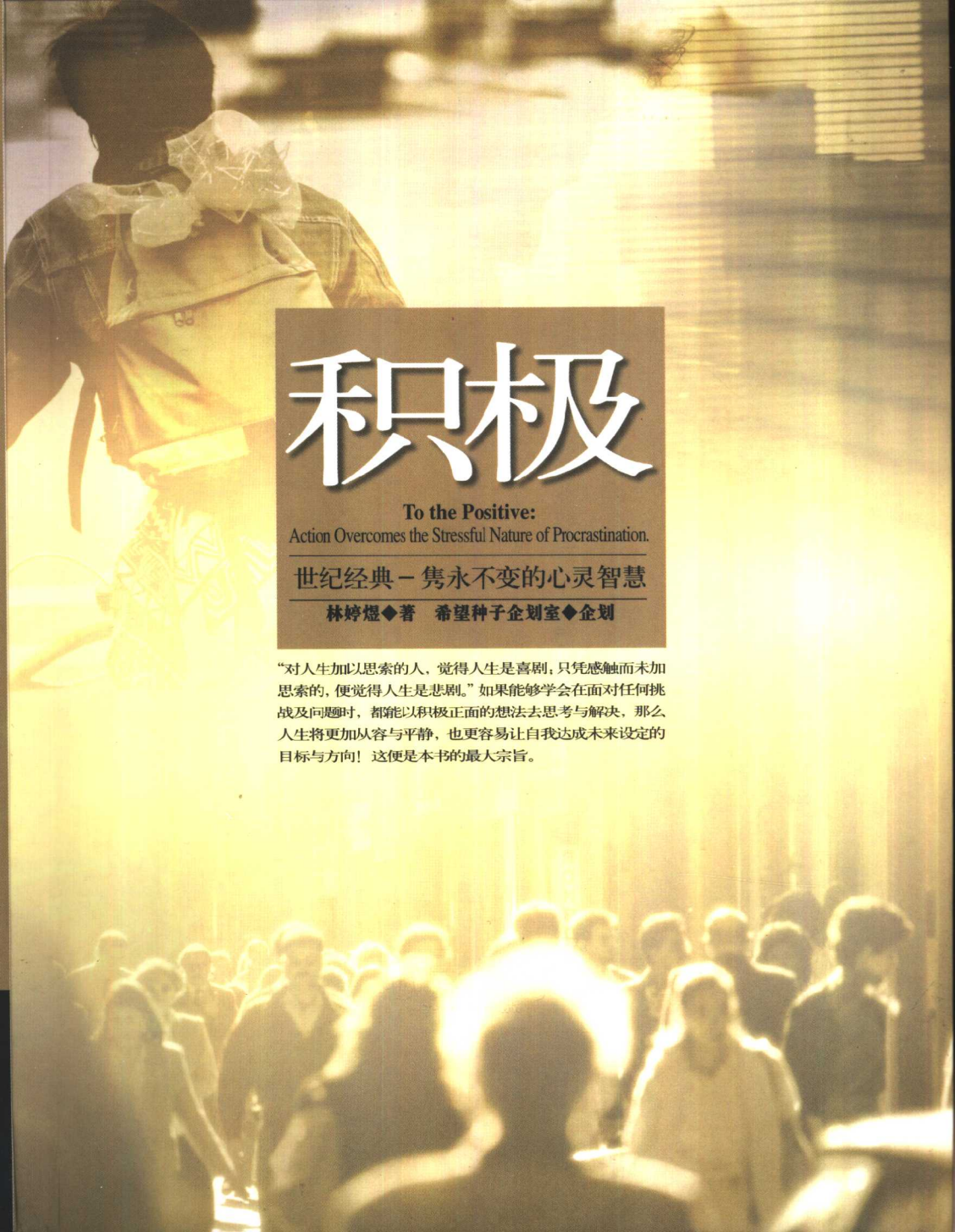


The background of the entire page is a warm, golden-yellow photograph. In the upper left, a person is seen from the back, wearing a light-colored shirt with a large, white, ruffled collar. In the lower half, a large crowd of people is visible, their figures silhouetted against a very bright, hazy light source, possibly the sun, creating a strong lens flare effect.

积极

To the Positive:
Action Overcomes the Stressful Nature of Procrastination.

世纪经典—隽永不变的心灵智慧

林婷婷◆著 希望种子企划室◆企划

“对人生加以思索的人，觉得人生是喜剧；只凭感触而未加思索的，便觉得人生是悲剧。”如果能够学会在面对任何挑战及问题时，都能以积极正面的想法去思考与解决，那么人生将更加从容与平静，也更容易让自我达成未来设定的目标与方向！这便是本书的最大宗旨。

心灵种子④

积极

To the Positive:
Action Overcomes the Stressful Nature of Procrastination.

世纪经典—隽永不变的心灵智慧

林婷煜◆著 希望种子企划室◆企划

“对人生加以思索的人，觉得人生是喜剧；只凭感触而未加思索的，便觉得人生是悲剧。”如果能够学会在面对任何挑战及问题时，都能以积极正面的想法去思考与解决，那么人生将更加从容与平静，也更容易让自我达成未来设定的目标与方向！这便是本书的最大宗旨。



中国纺织出版社

《积极》 林婷煜著

本书中文简体版经城邦文化事业股份有限公司授权,由中国纺织出版社独家出版发行。本书内容未经出版者书面许可,不得以任何方式或任何手段复制、转载或刊登。

著作权合同登记号:图字:01-2002-3146

图书在版编目(CIP)数据

积极/林婷煜著. —北京:中国纺织出版社,2003.1

(心灵种子④)

ISBN 7-5064-2359-6/B·0042

I. 积… II. 林… III. 个人—道德修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 049651 号

策划编辑:李陵申 曲小月 责任编辑:王安平 内文插图:王 峰
责任校对:楼旭红 责任设计:何 建 责任印制:初全贵

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

电话:010—64160816 传真:010—64168226

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing @ c-textilep.com

中国纺织出版社印刷厂印刷 各地新华书店经销

2003年1月第一版第一次印刷

开本:889×1194 1/32 印张:8

字数:128千字 定价:20.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

[出版缘起]

十根火柴,一线光亮

何飞鹏

20年来,我接触过无数的年轻人,也与无数的年轻人一同工作过,他们有梦、有想法;他们天真、纯朴,也浪漫;他们期待富有,希望成为焦点,也渴望成功。

我有两个年轻的女儿,20岁与14岁,她们对未来充满幻想,急着表达自己的意见,也有着许多在成人看起来不切实际的执著(也许是我们现实而世故)。

不论是我的工作伙伴还是我的女儿,在我眼中,他们都有相似之处,浪漫、天真,对未来充满幻想是他们的共同之处。而我与他们也常有争论(或许觉得我在教训他们),我常想把我30年来的经验,让他们知道,但经常找不到共同的沟通频道。

直到有一次,我接受电台访问,深刻地谈到一些我对工作的看法与曾经经历的惨痛故事,我只是述说我自己,我只谈我相信的事。其后,我大女儿极幽怨地告诉我:“爸爸,我躲在床上听完您的访谈,为什么我是你女儿,我仍要在广播



中才能听到这些话？”

我无言以对，我不能告诉她，我曾尝试，但我们无法心平气和地沟通。从那时起，我觉得易子而教或许是对的。也从那时起，我下决心出一套书，尝试让年轻人看得下去，有所收获。

我们组成了一个工作小组，找寻十个永恒不变的工作原则，并尝试把这些略为八股的想法，转换成符合现代的词语，并且用现代的故事、人生体验作为注解，希望这十本书能成为十个工作锦囊，在他们挫折时、彷徨时、犹豫时，或在困难中、在孤独无靠中，能有所帮助。

我们不敢讲这些书会帮助大家立即开启成功之门。我们只希望每一本书像擦燃一根火柴，伴你在黑暗中渡过困难，启发灵感，重燃希望！

[作者序]

一个消极者的积极思考

老实说,事实上,我并不算是一个积极的人。

这世上比我积极的人,起码占世界人口总数的 95% 以上。甚至更多。以“消极”形容我,可能还恰如其分些。

然而,相当不可思议的是,这样的我,在断断续续思索与写作《积极》的这段期间,竟不时遇上许许多多必须积极、否则即可能无法应对乃至度过的情境——

先是工作上的一团混乱。它们导致我原本恬淡平静的生活情调,犹如突然被迫搭上一列即将脱轨的云霄飞车,处处充斥着令我慌张、不知所措的氛围……

接着,是我原本从未间断的法文课。它在被迫调整一段时间后,终于因故停开,令向来视之为生活中重要部分的我,不禁顿失所依……

其后,是那趟历经种种波折,终于得以实现的小旅行。

在前往欧洲进行那趟小小自助旅行之时,我不仅始终晕头转向,便得处于“迷路”的境况与心情下度日。同行的朋友因长途飞行体力不继,在旅行之初便生了病。直到旅



程的最后,我一个人由西班牙巴塞罗那转搭三班飞机回家的途中,居然在离家不足两小时航程的香港,遇上了国泰航空喧腾一时的罢工事件……

当我从欧洲回到家中的电脑前,重新开始进行这本《积极》的思索与写作工作时,朋友意茹的“命运作家”论,不由得第N次浮现脑海……

我想,这些都是上天不吝赐予要消极的我从中学习积极的契机吧……

于是,一向不怎么积极的我,至此才真正让自己静下心来,并全心思考到底何谓积极,以及其意义与价值究竟何在。

于我而言,“积极”除了是一种勇于面对黑暗、克服挫败的实际行动,它更应该是一种时时提醒自己面向光明和幸福的美好心境!

一如上天将这段时日曾经发生的一切,带进我生活与生命中的一番美意那样……

在失业率居高不下、人人论及未来不免面容惨淡的今日,希望这本书,能够多多少少发挥些许鼓励与温暖人心的小小作用。

无论自己在过去还是现在的每一天,到底过得顺遂与否、欢愉与否,也暂且不论不可知的未来将会如何,都真心期盼这世上愿意用心生活的每一个人,能在日复一日的生活中,始终积极,为自己的生命与人生再创新局面,觅得长久久的幸福……

加油! 每一个正在阅读的你是,我更是!

在此,也要特别谢谢总比我积极得多的妈妈、杜马,以及好友慧茹。没有你们,我想,极易陷于焦虑与不安之中的脆弱的我,恐怕什么也做不成。



[作者简介]

作者：林婷煜

林婷煜是一个总觉法兰西语文的有趣程度远远超过大英帝国语文的女生。

也是以前的唱片公司企划，以前的杂志编辑，现在的所谓文字工作者。所以写过一些文案，写过一些刊载于报章杂志上的文字，想过写过一些不曾公之于世的玩意儿，编过一些杂志和书，出版过四本五本小书。喜欢散步，喜欢写信收信，喜欢看电影听音乐，喜欢制作赏心悦目的饮食与其他，更喜欢闲散地阅读世上形形色色的人事物。

由于出生时受到强大的双鱼力量牵引，因而总希望这世界，能够一天比一天，多一些些幸福的味道……

目 录

第一章

积极是……

Better to light one candle than to curse the darkness.

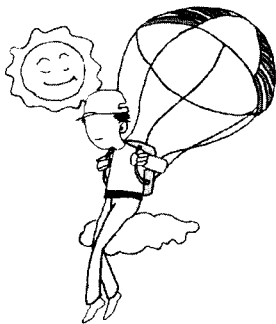
- 积极是凡事正面思考 3
- 积极是不怕苦,不怕难 7
- 积极是不带功利心的尽心尽力 12
- 积极是对自己有信心 16
- 积极是从不松懈个人意志 21
- 积极是勇于筑梦 25
- 积极是绝不迟疑 30
- 积极是不辜负生命的美意 35

第二章

积极不是……

Footprints on the sands of time
are not made by sitting down.

- 积极不是冲动 43
- 积极不是营造自欺欺人的假象 47
- 积极不是三分钟热度 51
- 积极不是耍诈 55



HE IS MOST POWERFUL WHO HAS HIMSELF IN HIS POWER.

目 录

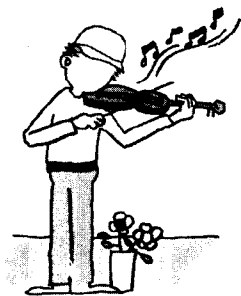
- 积极不是沉醉于白日梦中 60
- 积极不是自虐 64
- 积极不是乱窜的无头苍蝇 69

第三章

拥有积极,美丽人生指日可待!

Don't waste life in doubts and fears.

- 积极化不可能为可能 75
- 积极为生命开创全新场景 79
- 积极可使顽石点头 84
- 积极让脑筋愈显灵光 89
- 积极者毋需杞人忧天 94
- 积极使困难迎刃而解 98
- 积极令生活充满幸福愉悦 102
- 积极成就梦想 107
- 积极者终获最后胜利 112



第四章

踏出积极的步伐,就从这儿!

Success is achieved by converting each
step into a goal and goal into a step.

- 首先,立定目标 119

目 录

- 要有详尽的计划辅佐 124
- 行事处世必富含远见 129
- 需以实际行动展现决心 134
- 以坚定不移的意志为后盾 139
- 无时无刻,不忘充实自己 143
- 勿“临时抱佛脚” 147
- 在过程中,需得不断尝试 152
- 以柔软的行动向前迈进 157



第五章

积极者翱翔人生的姿态

He that would have what he has not, should do what he does not.

- 面对困境,一如迎接朝阳 165
- 无论如何,绝不轻言放弃 169
- 身处人生顺境,莫忘持续前行 173
- 尽忠职守,勇于任事 177
- 不慌不忙,步步为营 181
- “主动”打破僵局 186
- 即知即行,从不虚掷生命 191
- 生活,不在他方 196

HE IS MOST POWERFUL WHO HAS HIMSELF IN HIS POWER.

目 录

第六章

给积极者的窃窃私语

The man who has on future loses his grip on the present.

- 积极,但不能错置方向 203
- 行动之前,需看清情境 208
- 时时面对真实的自己 213
- 执行计划,必聚精会神 217
- 有疑问,就打破沙锅问到底 221
- 积极,且需留得青山在 225
- 亡羊补牢,犹未晚矣 229



第七章

听听他们怎么说——

关于积极的名句(中英对照)

第一章

积极是……

Better to light one candle than
to curse the darkness.





积极是凡事正面思考

不知为何，开始学法文至今，也不过才短短一年多，同班同学与我，竟已换了五位法文老师！

由于课程一期仅约两个月，所以，授课老师更换如此频繁的结果，便是——同学与我几乎每隔两个月，就得被迫重新适应新老师（可能与先前老师截然不同）的法语发音、教学方式等等。

对此头痛不已，却又无计可施且备感无奈的我们，只能在每一期开课之初，竭力地默默调整自己，以适应环境……

一次，在教室外的走廊上，碰巧遇到教过我们第一级课程的美丽法文老师时，对“频频更换老师”始终感到大惑不解的我，终于忍不住娓娓向她道出这困惑。

“这样啊……”老师听完我的话，顿了一下。

然后，她以和蔼而严肃的语气，微笑着对我说：“常换老师，的确容易有这样的问題。可是，毕竟每位老师都



积极是……

有其不同的优点与专长，你要不要在适应新老老师的同时，先忘掉自己对这些不适应的反感，并试着想想：‘这回，我能从新老师这儿学到些什么呢？’因为，即使新老老师的发音或教学方式，让你觉得不太习惯，甚至上课时因而听不太懂，但是，你却可以把这些并非自愿所遇上的状况，当成一种全新的经验与挑战，对吧？”

确实，不是每个人说话的发音、为人处世的行为模式等等，都必定整齐划一。中外皆然。

自然，每个人一生的境遇，也不必事事顺遂、如己所愿。无论是在校园里、职场上，乃至于情场中……

一如流传久远的那句古谚——人生不如意事十常八九。

然而，倘使我们可以稍稍调整自己观看世界的焦点与角度，尝试在这些看似充满挫折与沮丧的遭遇中，发掘出属于它们的正面价值，让自己能保持着积极的心态，面对自己往后的生活与生命，不较之我们放任自己、沉沦于怨声载道中，日复一日，要有益而开心得太多太多了吗？天无绝人之路。再糟糕透顶的状况，也一定会有一条羊肠小