

白崇亮 \ 著

勇于真实

这个世上，要找到自己真正的角色，
最大的挑战在于——真实。
对自己真实，对朋友真实，对生命本身真实。

台湾奥美集团董事长……白崇亮……的内心视界



東方出版社

白崇亮 / 著

勇于真实

台湾奥美集团董事长——白崇亮——的内心视界

东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

勇于真实 / 白崇亮 著. —北京: 东方出版社, 2012. 4
ISBN 978-7-5060-4834-7

I. ①勇… II. ①白… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 106813 号

白崇亮著

中文简体字版由台湾天下远见出版股份有限公司授权出版

中文简体字版专有权属东方出版社

著作权合同登记号 图字: 01-2011-5395 号

勇于真实

(YONGYUZHENSHI)

作 者: 白崇亮

责任编辑: 查长莲

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

版 次: 2012 年 9 月第 1 版

印 次: 2012 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1—8 000 册

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张: 7.125

字 数: 90 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-4834-7

定 价: 28.00 元

发行电话: (010) 65210059 65210060 65210062 65210063

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65210012

序一 最大的力量是爱，不是恨



在诸多相识的朋友当中，奥美集团董事长白崇亮是近期认识的一位。认识之后，立刻被他的才华、创意、热心及气度所吸引。阅读本书之后，更了解了他的成长及奋斗过程，对他今天的成就更多了一分尊敬。

崇亮的父亲是名导演白克，在台湾开启了盛极一时的台语片时代，却在白色恐怖时期，因匪谍罪名被捕入狱，最后遭到枪决。那一年崇亮只有十三岁。

那真是现代人很难想象的一个时代悲剧，也是一般人无法体会的家庭悲剧。从崇亮的自述中，我们才知道，这样的伤害可以是如此深、如此久、如此巨大。

对照这样的身世遭遇，这本《勇于真实》显得格外得感人。一个曾经遭逢如此“人祸”的年轻心灵，竟依然坚信“即使在黑暗中，我也很清楚，我的动力在于‘助人’，我要做一个最好的企业顾问。”为了这个愿望，他不但在学业与专业上努力，更

在自己内心进行着另一场更艰苦的战争。

这一场战争的目的，是要把恨遗忘，把爱重生。他用尽了心力与半生的时间，将自己从“隔绝”的状态解放出来，放开心胸、超越报复、热心助人、拥抱社会，从事最需要与人建立信任关系的公关事业。其中的挣扎与煎熬，并非所有人都能承受。

如果说，父亲的遇难，是上帝给予崇亮最大的考验；那么，在心底根深蒂固的“爱人”的信念，就是上帝赐予他最大的恩典。

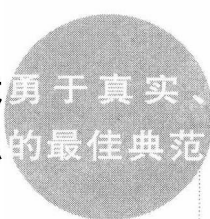
二〇〇六年底，天下文化出版了蒋家第四代友柏与友常的新书《悬崖边的贵族》。新书发布会上，崇亮到场致贺。那是一个令人感动的场景，两方先人在政治立场上的鸿沟，在后代三位都拥有创意才情的更宽广的坐标上化解了。

崇亮在致词时说：“我们都是创意人，而创意，是唯一一个权力没有发言位置的地方。”从这句话里，我知道他已经完全走出了家变带给他的桎梏，从一个更高的观点，看待别人的后代，看待自己的人生。

对于所有深陷仇恨无法自拔的人、所有利用仇恨贪取利益的人，崇亮的这本书，会使每一个人——特别是那些以牙还牙的人——开卷有益。

（高希均 天下远见文化事业部总裁）

序二 面对逆境 勇于真实、
复原力强的最佳典范



白崇亮是我在政大企研所硕士班、博士班都教过的学生。我还记得他决定接受“邀请”到亚洲化学当总经理助理时，意气风发、兴高采烈地告诉我这整个因缘际会的历程。我当时心里这么想：“他将来会有出息的。”就像他十二岁时，在警总监狱的暗角，最后一次探望他当时完全不知原因，却在白色恐怖下即将被枪毙的父亲，对看守所的人所说的如出一辙。父母、兄长、老师、老板以及其他长辈和朋友同学，几乎都深信他会有出息的。

出人头地，追求成就，一直是他追寻人生大梦的动力。尤其在人群中，他的公共自我给人的印象几乎都是外表体面、待人体贴，在工作和人际上的应对进退非常得体。白崇亮当然是智商高、读书好和有创意的年轻人，但他从比常人更两极化的高峰和低潮的情绪体验中，累积了待人处事的智慧。

在台湾主流的升学通道上，从高中到大学的联考，从硕士

到博士的学位，他都是一帆风顺，以第一志愿完成学业。而在事业上，他的体面、体恤和待人处事的得体，加上有目共睹的工作表现，让他到现在为止，几乎不必亲自找事，而都是事找他。

当了奥美集团董事长之后，他“跨出了公共关系的领域，进入品牌传播的世界”，他的确是在从事另类的“外交”工作，追逐实现小学三年级时的志愿。今天的台湾非常需要公关和品牌传播的能手，他仍有机会为曾经让他饱受惶恐、忧伤、孤寂的台湾当局，去做可能更有效的另类事务。

崇亮在“出人头地的渴望”中隐藏了“表现以求生存”的自我防卫，在阳光的笑容中，也隐藏了忧伤惶恐的不安情绪，在人际关系的圆融中，隐藏了孤独呐喊的求助心声。他不知道这样投射在外的形象，正是他讨喜受宠的气质，这种气质是所有在人生不幸的遭遇中，蓄势待发、准备恢复心理元气的人，所共同拥有的。

他们在面临苦痛、威吓、灾难、压力时，不被打倒，反而会愈挫愈强，从逆境中反弹回来，再走向健康之路，心理学家称这种心理特性为复原力（Resilience）。

人生再怎么顺畅也难免遭遇挫折、压力和困境，尤其这几年，来自自然的风暴海啸、洪水火灾以及人为的恐怖、战乱、仇恨和冲突，已经造成多少家破人亡，以及伤心恐惧的逆境感受。包括美国心理学会在内的学会、NPO 和大学，都从心理学的研究发现中，特别归纳出几种建构复原力的方法，协助需要

的人参考使用。

十二岁以前的崇亮，在名导父亲的会客中，耳濡目染制片人、明星和俊男美女之间的高谈阔论，陶醉在这样光鲜亮丽的生活中，没想却毫无预示地深陷在恐惧里，必然觉得孤独无助。

所有之前的座上客几乎不再上门，家庭的情绪和沟通也变得暧昧不安，在这样的逆境中长大成人，他却能走向阳光大道，在事业上成为整合营销的领导人，生活上成为整合资源的创意人，在内心的世界也成为整合经验的自我实现者。

他的这本传记极大地丰富了心理学家建构复原力的方法之实证。他（一）接受不能改变的情境，也集中自己可以掌控的条件；（二）相信逆境的感受可以克服并寻找自我发现的机会；（三）选择可欲可求的目标，努力追寻并面对问题，将其视为挑战，且采取积极行动逐步实现；（四）培养解决难题的能力与信心，并信任自己的本能和直觉；（五）保持希望乐观的世界观，面对逆境时，将不幸遭遇视为单一事件，而不将其类化至生活全部；（六）能从不同脉络的视野和长远时间的角度，重新诠释感伤的心事；（七）懂得照顾自己、注意自己的需求和感受。（八）乐于参与可以发挥所长，又能建立人际网络的活动。他积极参加学习团体、文艺团体、宗教团体、成长团体，在丰厚的人际网络中获得扶持。

为了“出人头地”、为了“表现以求生存”，他和多数成绩优秀的学生一样选择了台大工学院，而由土木系转到机械系后，差点被退学。在面临这样的挫折时，他仍然会去和教授积极沟

通，甚至创意地提出“借”“还”分数的方法，他应该走上企业舞台发挥所长，果然在政大企管所如鱼得水。

在寻找学业和事业的大梦时，他定位清楚，他的功课以“国文”、“创意工学”和“营销管理”表现特别突出，而这三项专长的组合，正好为公共关系和品牌传播奠定扎实的基础。

他的广结善缘、建构并结合友谊与成长的学习团体，如合唱团、编辑校刊、讨论个案等，都能让他不再孤立无援，进而得到社会支持。然而这些社会支持并不能扫除他内心压抑的恐怖、疑惑与焦虑。换句话说，他成功地向外拓展人际网络，但还是不能自在地跟自己相处。

在对的时刻，由对的朋友催化，与对的人恋爱结婚，不仅实践了人生追求爱情的大梦，更重要的是他生命中的女性贵人，重新开启了他与母亲因恐怖阴影而阻碍的沟通渠道。朱丽文的“我们照常结婚吧，这件事（指白色恐怖事件）不用告诉我家里”，在当时实在是非常适当而睿智的建议，崇亮内心的压力不安顿时降低不少。但太太毕竟不是母亲，在他已事业有成时，仍然回到出演心理剧的老伙伴中，通过“绘画团体”“完成了与母亲的关系，再无任何遗憾”。

解铃还须系铃人，曾经是心中偶像和安全护法的父亲，深藏在崇亮的某个内心角落，在那个还是戒严的时代，他不能对人表白，只有两种人可以寻求协助：宗教家和心理学家。宗教家的确助他净化情感，发现意义，但有谁可以扮演父亲的角色呢？

崇亮可能不记得他每次表示对心理学的兴趣时，都会在语言和肢体中透露些许的讯息。有时用假设性的语句，有时用第三人称询问，他一方面要找心理学家帮他解脱，一方面也在寻回他儿时最快乐的时间，踩在父亲的脚上，“抱着他半个身躯”，“享受这种靠近他的感觉”，让他重温“安全的感觉”。

我当时也常在那个白色恐怖的紧张氛围中隐瞒心事，因而特别能够拼凑出崇亮的惶乱。我不能取代他父亲，也担心他养成诉怨的习惯，说不定另外的不安会跟随而来，他必须亲身体验父亲的心路历程，就像他太太说的，她对他的感觉“很像看一幅滚动条画册，一路展开，还有无尽的丰富”，一路展开就是参与心理剧的工作坊，无尽的丰富就是经验的创意整合，这本书只是其中的一部作品而已。

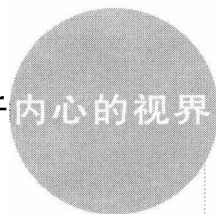
所以我几经思索，觉得参与吴就君教授的心理剧团体，是当时最需要的体验。在心理剧的舞台上，他必须亲自走过父亲的受难之路，才能领悟“父亲的灵魂，不屑屈服于对他人生的指控”，“从死亡里面得到安慰与自由”，最后他“终于了解父亲，人生无法弥补的遗憾仍能寻回完整”。

崇亮也因此一路展开滚动条画册，逐步地寻回自己人生的完整。

这是面对逆境、勇于真实、接受挑战、发挥创意、完成自我，因而成为最佳的心理复原力之典范。

(吴静吉 学术交流基金会执行总裁)

自序 打开内心的视界



我的人生，始终充满着许多意想不到的惊奇。完成《勇于真实》这本书，又是其中一个例子。

在我最困难、最无法解释自己人生的年轻岁月里，曾经自问过：“如果有一天你要向人述说这段日子，究竟会怎么说呢？”如今，我真的鼓足勇气，向人们述说我真实的故事了。

这本书前后筹划将近两年，但自己真正下笔竟只有两个月就完成全书，其中还包括我到美国、加拿大、中国大陆和韩国出差的时间。我无法解释哪来的力量，让我在繁忙的工作、会议和解决客户问题之余，还能几乎不眠不休地，一气呵成写完我这远较常人复杂的人生经历。

我只能说，从心的深处，有一股源源不绝的动力，推动着我不断向前。下笔之后，又发现自己内心的视界，走到如今已经豁然开朗，对自己过往的种种经验、疑惑与不安已逐渐散去，代之而起的是更多的释然与开朗。

于是，我真的就这样和读者们见面了。

写书的过程中，不断想起自己亲爱的家人和各处的朋友们。对每一位同伴，心中都充满无法言喻的感激。特别是奥美的伙伴们，你们开启了我对创意最大的热忱，也让我学会做一个更真实透明的人。

另一方面，随着一章又一章的完成，我也越来越想把这本书，献给那些曾经受苦或正在受苦，那些寻找心中力量却尚未找着，以及那些受过伤害身陷人生苦毒而仍然无法自拔的朋友们。

我深深相信，人们需要打开内心的视界，我们从什么角度看待自己，就决定了在自己的一生中将看见什么，并对自己怀抱什么样的期待与愿景。透过信心看人生，人们才看得见许多尚未实现之事的希望。心中有爱看社会，我们才穿得透人们因恨所设下的种种隔墙。

我也相信，要在人生中找到真正的自己，最大的挑战在勇于真实——对自己真实，对朋友真实和对生命本身真实。只有真实，我们才能认清自己的面貌，诚恳接纳自己，学会与人建立真诚的关系，并找到生命中真实的力量。也只有找到真实的力量，人们才走得过痛苦，跨越得了伤害。

我将在这本书中，用自己的故事，来和朋友们分享为什么我这样相信。

最后，我还要衷心谢谢每一位在精神上、实质上，和内容当中，支持我完成这本书的所有朋友们。

(白崇亮)

目录
contents

序一	最大的力量是爱，不是恨	/ 001
序二	面对逆境勇于真实、 复原力强的最佳典范	/ 005
自序	打开内心的视界	/ 013
第一篇	跌落谷底	/ 001
1	冰封的十二岁	/ 003
2	最大的恐怖是隔绝	/ 011
3	我逃避了选择的自由	/ 018
4	成为不想成为的人	/ 025
5	年少时受苦，原是好的	/ 030

第二篇 寻找自己	/ 037
6 学习做自己	/ 039
7 经验是最好的老师	/ 047
8 在黑暗中描绘人生愿景	/ 055
9 认识总经理的世界	/ 064
第三篇 展开的世界	/ 073
10 世界展开在我眼前	/ 075
11 信任，是最大的资产	/ 082
12 爱情的美丽与哀愁（上）	/ 089
13 爱情的美丽与哀愁（下）	/ 096
14 手中拼图，该在哪里落下？	/ 104
15 最神奇的礼物	/ 112
16 “我的志愿”实现了	/ 119
第四篇 内在的力量	/ 127
17 Acting Out：演出自己	/ 129
18 在愿景中缓步前进	/ 137
19 闻到一点“成功”的气息	/ 145
20 做真诚有光的领导者	/ 152