

美好人生 是管理出来的

一本寻找人生方向及人生定位的实战手册



陈泽义（台湾）著

隆重
推荐

李家同

台湾“清华大学”
原代理校长

徐光宇

台湾统一星巴克
总经理

侯崇文

台北大学原校长

张保隆

台湾逢甲大学校长

“管理”不只应用在企业、职场，更可以运用来管理自己的人生，本书告诉你如何活用管理学理，找到自己的人生密码，开创成功的人生。

海天出版社（中国·深圳）

美好人生 是管理出来的

一本寻找人生方向及人生定位的实战手册

陈泽义（台湾）著

图书在版编目 (CIP) 数据

美好人生是管理出来的 / (台湾) 陈泽义著. — 深圳 : 海天出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5507-0880-8

I. ①美… II. ①陈… III. ①自我管理学—通俗读物
IV. ①C936-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第252322号

图字：19-2013-117 号

本书中文简体字版由台湾联经出版事业公司授权深圳市海天出版社有限责任公司在中国内地出版发行。原著作名《美好人生是管理出来的》。该出版权受法律保护，未经书面同意，任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

美好人生是管理出来的

Meihao Rensheng Shi Guanli Chulai De

出品人 陈新亮
责任编辑 许全军 林凌珠
责任校对 陈 嫣
责任技编 梁立新
装帧设计 知行格致

出版发行 海天出版社
地 址 深圳市彩田南路海天综合大厦 (518033)
网 址 www.htph.com.cn
订购电话 0755-83460137 (批发) 83460397 (邮购)
设计制作 深圳市知行格致文化传播有限公司 Tel: 0755-83464427
印 刷 深圳市希望印务有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 13
字 数 193千
版 次 2014年6月第1版
印 次 2014年6月第1次
印 数 1-7000册
定 价 35.00元

海天版图书版权所有，侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题，请随时向承印厂调换。

『这是一本
人生管理教战守策』！

01

Meihao Rensheng
Shu Guanli Jiaozhan De

本书为陈泽义教授十七年来教学与人生的宝贵经验，其运用独特编辑方式，融入故事与案例，将生硬的理论和感性的故事顺畅融合，提供给读者一本“人生管理教战守策”。

阅读本书可以感受到陈教授对年轻学子与社会新鲜人的深度关爱与强烈使命感，诚心祝福本书能发挥更大影响力，协助年轻人找到人生方向及最佳定位。

统一星巴克总经理

徐克宇

推荐

我跟陈教授一样都是在大学里教书，也一样都写了好多本书，不同的是泽义先生的书大都是写给大学生的教科书，例如：《服务管理》《服务业营销》《科技与创新管理》《国际企业与管理：理论与实际》《国际营销》《企业诊断与绩效评估》等，他也讲授这些课程；而我写的是散文和小说类的店头书，例如：《让高墙倒下吧》《陌生人》等。

此外，他更是一位具有教学热忱的好老师，经常在讲课时提到各种管理理论，他总是想要把冰冷的理论知识，应用在日常生活当中。被他教到的学生是有福气的，无论是家庭生活的经营方向上如何重新思考，或是婚姻和感情生活的经营，乃至工作上、就业上的抉择，或是如何谦卑地和上司配合等？学生得以应用所学到的管理理论，这常使学生有豁然开朗、心领神会而受益良多的感受。当莘莘学子或社会青年面对人生前途感到茫然无助时，泽义老师的课，总会在管理理论背后，强调管理在实际生活中的应用，使学生有方向，更有勇气朝向成长的方向前进，发挥自己的潜能，活出健康成熟的生命态度。

教学多年，他总是秉持着活用管理理论的精神，

美好人生
是管理出来的

帮助各种年龄层的学生，包括大学生、进修部的大
学生、硕士生、硕士在职专班生、博士生。学生都
在老师潜移默化的教导中，有很多的收获。例如，
利用爱情生产函数来生产爱情，改善夫妻关系；利
用关系平衡原理在工作中更能够和别人配合、经营
共创双赢的局面，乃至面对棘手的婆媳问题；利
用属性权重法的决策法则来决定要去哪里工作，以
及决定相亲后要先交往的对象等。

当学生反应愈佳，就愈会介绍学弟学妹来修泽
义老师的课。因为管理课程变得更生活化，这激励
他写下《美好人生是管理出来的》这本书。泽义老
师出书的动机，是想要帮助更多人，学会如何管理
自己。这本书的架构是以“三‘生’有幸”的成功
标杆作为出发点（请见自序第6页图），透过“生
命密码”和“成功框架”的地基预备，搭配以“软
实力”和“偶然力”的二枚腰关键功力，最后成就
“人生指南针”的永续成长。如果你现在真的想要享
有美满丰富的生命，获得幸福满足的生活，泽义的
书正是为你而写的。透过这样一本书，它会使你迅
速掌握成功的框架，扩大你的视野，并且帮助你准
确地朝向上天为你预备的成功生活样式来成长。

管理是去做重要的事，并且把重要的事情做好。
《圣经》箴言：“人不制伏自己的心，好像毁坏的城
邑没有墙垣。”的确，没有管理就是混乱与失序，
自己的生活一定要好好地管理，因为生活就是一种
管理，举凡时间管理（管理你的时间）、情绪管理
（经营美好人际关系），空间管理（如何营造整齐清
洁的空间，创造出有效率的流程），健康管理（包
含均衡饮食与适当运动），金钱管理（如何增加财
富），特别是信息泛滥的时代，更需要有效管理。

因此，我十分鼓励年轻学子和社会青年，人人都能够拥有《美好人生是管理出来的》这本书，也盼望看到更多成人能够阅读此书，并且借此活出美满丰富的人生。泽义兄的这本书，确实值得您来一探究竟，是为之序。

台湾“清华大学”
钰宝科技荣誉讲座教授

李家同

解开你的天赋密码

《美好人生是管理出来的》这本书是台北大学陈泽义教授在商学与管理领域十七年的教学研究心得，同时也是他个人生活历练的汇整。全书文字隽永温润，味道甘美而意义深长，着实耐人寻味。

我翻阅这本书，发现在书中的各个章节，都先有个画龙点睛的开场白，帮助读者快速掌握要旨；接着是名人的真实故事，令人心领神会，点头称是，然后是巧思般的提问：“问得好”，切中章节核心问题。之后正文登场，言简意赅，易懂易读，让本书能吸引读者。其中并不时搭配一段生活小故事，有如可口的小点心，足以发人深省。最后的“智慧语录”，也让人回味再三。

基本上，陈泽义教授写的这本书，将许多管理学理巧妙地应用在日常生活上。这是一本好书，能够让你的人生生活得更加有目标方向、有条理次序，进一步坐拥成功人生，享有幸福、快乐、美满的“三生有幸”优质生活。

这是一本探讨人生管理的好书，铺陈出成功的人生方程式，尤其，我们要先透过发现个人的生命密码，掌握成功的框架，才能打好成功地基。其次，我们也需要发展个人的软实力与偶然力，才能为成功的人生添加炭火的火候。最后，我们要抓紧人生指南针，免得在成功的高处迷失人生方向，从高处跌落，丧失美好的人生。

总之，希望透过这本小书，使我们活用管理理论，找到成功人生的秘诀。特别在此向您慎重推荐。

台北大学校长

侯崇文

《美好人生是管理出来的》这本书，是陈泽义教授在台北大学、东华大学、铭传大学授课十七年的心血结晶。陈教授抱持着“知识也可以生活”的理念，强调理论不应只局限在知识学问上，更可以活用到日常生活作息当中。他经常将课本中所提到的管理或经济学理，广泛应用在生活上，并举实例说明，获得相当好的回应。因此，陈教授将课堂上常说的故事和例证，整理成有系统的专题，再添加新知，写成本书，期盼能影响更多莘莘学子和社会青年。

本书各章以“问得好”开端，提纲挈领地问个好问题，足以发人深省。更列举出许多小故事，虽然篇幅字数不多，但很容易消化吸收，在各个章节子题中，有着画龙点睛的效果。这些小故事，不只带点幽默，更足以让读者感触良多值得再三回味。

基本上，这本书相当值得拥有，透过这样的一本好书，帮助你更加有秩序地管理好自己的生活，进而拥有幸福美满的成功人生。在信息混乱、忙碌、匆忙的社会中，这是一本能够让我们在很短的时间里，透过管理思维，快速理清头绪，抓到生命脉络和生活本质的一本好书，特别向您推荐。

陈泽义教授，是我在“国立交通大学”经营管理研究所博士班的论文指导学生，而今，接获他的邀请，为此书《美好人生是管理出来的》作序，个人觉得十分欣慰与光荣。谨期待泽义未来在教学与研究上，都能够有更大的成就，是乐为之序。

逢甲大学讲座教授兼校长

張保隆

现代的社会，是个信息爆炸的时代，社会青年或大学生整天接触的信息多且杂，从各式的电子产品、美食介绍、旅游指南，到时尚服装、精品、酒类。加上这个世界的变化又是如此快速，没有多久，由东盟加一、加三到两岸签署经济合作架构协议（ECFA），台湾的大学已经成立一百五十所以上，大学毕业生起薪低得可怜，到内地升学和就业轻松平常；台北市的房地产屡创天价、捷运明显改变生活方式；还有，计算机观赏MV影片、iPad已经取代DVD光盘片、录像带，笔记本电脑已经变成小平板电脑等。老实说，这个世纪的年轻人，比起上个世纪，要更加困难、更不容易过日子。因为外界的信息太混乱了，而且往往前后不一致，使得社会青年或大学生不知道该怎么做决定。最常见的问题是：“我毕业后要做哪类工作？”“我要不要到内地工作？”“我现在该不该换工作？”“我该不该结婚？”“我要不要生小孩？”这些都是非常基本，但又是十分重要的决定。这时候，有个人生的罗盘来指明生命的方向，便十分重要。

我在台北、东华、铭传等大学授课教学十七年来，本着“知识也可以生活”的信念，认为理论知识不光是知识本身，也可以活用在日常生活之中，我经常将课堂中所遇到的管理或经济知识，应用在生活上，举实际例证讲给学生听，这获得很好的回响，学生们都表示受益良多。因此，这给我很大的鼓舞，遂将课堂上常讲的内容，有系统地加以整理，并增添许多新知，撰写成专书。盼望能影响更多的学子和社会青年，这是我写书的第一个动机。

我写这本书的第二个理由是，生活管理的知识，在学校中，并没有系统地教导。在中学阶段，学生们忙着考高中、考大学，整天被国英数、理化、史地压得透不过气，压根儿没有空闲来思考这个问题。好不容易上了大学，在全面压力解放、任你玩四年的声浪中，只有依赖各科教师，透过片段式、即兴式的提醒，并没有系统的教导，实在很可惜。这一代的年轻人，都习惯在网络上，透过各种渠道搜索资料，下载（download）资料档案，有多少人还愿意阅读看书呢？没错，在网络上搜寻资料、寻找解答，的确是十分简单又快速。但是，网络上获得的答案，多半是已经初步整理的“信息（information）”或尚未整理好的“资料（data）”，多半是某些人的个人经验，或网络上互相转递的消息，它的正确性有待验证。此外，这些信息并未做正确有效的编纂整理，成为一套有系统的“知识（knowledge）”，更别说是可以传诸名山、承传后世的“理论（theory）”或“定律（law）”了。

社会青年或大学生经常会面对外界的各种诱惑，例如：快速赚钱、偷窃精品、争强斗狠、酗酒吸毒、赌博彩票、迷恋名牌，以及沉迷在各种声色场所等，必须立刻做出接受或拒绝的决定，而这些决定往往是十分致命的。年轻人或大学生经常依赖片段的网页信息仓促下决定，等到后悔已经来不及了。这个时候，一本有系统的人生及生活管理用书便十分有用，这也是我写这本书的第三个动机。

至于第四个动机。影响一个人一生事业、家庭生

活的成败，学科上的专业知识固然十分重要，但是，社会年轻人如何发挥自己的专长，如何有正确的学习态度、如何做出正确的决定、如何在团体中扮好自己的角色、如何把握机会扩大自己的能力优势以及如何永续成长，这其中，看待自己的努力打拼成果更加关键。基于“态度决定高度”、“信念决定成功的界限”，年轻人需要有系统地了解这些关乎人生管理的基本原则。

因此，身为一位大学教授，基于一份使命感和责任心，遂不揣浅陋，下笔著成此书。期盼这本书的问世，不是这一季的结束，而是下一季的开始，作者希望能引起有识者的共鸣，共同来耕耘这块待开发的园地，协助莘莘学子快速找到人生的卫星定位（GPS），快速抓住成功的基本元素，不至于在茫茫人生大海中迷失方向，而是走向成功的康庄大道。

本书特色

本书可以说是有系统地将各种管理学理活用在日常生活管理上的经典。基于管理就是“房舍之下谁当官，方圆百里谁做王”的会意字。“管理”不只是管理企业，更可以用来管理好自己的人生，做你自己的主人。透过理论知识来管理你的生活，可以使你的日子过得平安、快乐且生生不息。这是本书的特色所在。

至于在各篇章节的内容安排上，是以一段开场

白、一个小故事及人物例证开场，再来一句“问得好”，透过发问使读者细思内容旨趣，接着是正文内容，简单扼要、深入浅出地说明本章要义，中间更会适时插入小故事或寓言，来启思本章要义，各章最后则是以名人智慧语录总结。

本书遂由此处出发，推演出基本架构：本书是以“三生有幸”的成功标杆为出发点，透过“生命密码”和“成功框架”的地基预备，搭配以“软实力”和“偶然力”的二枚腰关键功力，以成就人生指南针的永续成长。（请见自序第6页图）

详言之，首先，人生的成功标杆，应该是幸福生活、快乐生机、美满生命的三“生”有幸，这是幸福人生的敲门砖，也是本书第一篇内容。为了达成这样的目标，你必须先站稳脚步，蹲好马步，锻炼底盘，因为“只要树头扎得深，不怕树尾做风台”，而这一切就在于你能否解开自己的生命密码，找到自己的天命，而这正是本书第二篇内容。此外，在底盘之上，则是你自己的学习活动，这是培养你成功果实的主力框架。透过各式各样的学习活动，能使你成功学习；学习成功，是培养你迈向成功所需的实力，这是本书第三篇内容。

至于本书第四篇的主旨乃是你的软实力：决策与人脉，探讨为人处世的艺术和技巧，这更是个人在社会中行事的重要助力。第五篇“偶然力”中，则纳入环境机遇的力量，探究如何在外界环境激烈变化的“偶然”中，抓住稍纵即逝的“机会”，进一步化作自己的“实力”，建构出自己的成功“格局”。最后，

第六篇“人生的指南针”中，则再次由变动回到不变的真理。透过人生目标和价值的再思考，以及伦理与道德的反馈，和第一篇相互辉映、对照，使你整个人水清月明，能够站在巨人的肩膀上，看得更高、看得更远。

本书得以顺利完成，特别感谢爱妻彝璇近二十三年来的辛劳持家、鼓励支持和爱心包容，并教养两位孩子迦乐、以乐读大学。诚如所罗门王《箴言》所云：“得着贤妻是得着好处，也是蒙了耶和华的恩惠。才德的妇人谁能得着，她的价值胜过珍珠。”

另外，感谢统一星巴克徐光宇总经理，清华大学讲座教授、暨南大学与静宜大学前校长李家同，台北大学侯崇文校长，逢甲大学张保隆校长的赐序，以及“监察院”王建煊院长的推荐短语，皆使本书增色不少。此外，游紫云姐妹的细心校对，作者一并衷心感谢。书中如有任何疏漏与缺失，应由作者负全责，尚祈各界先进不吝指正，是感。

识于台北大学国际企业研究所

陳澤義

目
CONTENTS
录

推荐一 这是一本“人生管理教战守策”！ / 01

推荐二 活用管理学，经营好人生 / 02

推荐三 解开你的天赋密码 / 05

推荐四 善用知识，驾驭人生 / 06

自序 成功“管理”你的人生 / 01

第1篇 三“生”有幸 / 001

第1章 幸福心态的生活：“一口田”的福气 / 004

第2章 快乐满足的生机：期望确认原则 / 008

第3章 美满丰富的生命：帕累托最适、多目标规划、
平衡计分卡 / 017

第2篇 解开你的生命密码 / 023

第1章 界定天赋才能：比较利益法则 / 027

第2章 发现合适工作：因事设人原则 / 031

第3章 点燃你的热情：真正的动机 / 038

第4章 找到你的天命：追求内在声音 / 041

第5章 开创你的天生价值：独特卖点与蓝海策略 / 050

第3篇 掌握成功的框架 / 059

第1章 打破旧思维：变革学习 / 063

第2章 态度决定命运：态度原理 / 073

第3章 有效的学习方式：想象、分析、操作与整合 / 079

第4章 持续自我激励：期望原理 / 083

第5章 遵守自然法则：人类需求层级 / 088

第4篇 你的软实力：决策与人脉 / 097

第1章 你的决策质量：理性决策法则与属性权重法 / 101

第2章 团队中的你：角色地位与功能 / 113

第3章 建立人脉：沟通的广度与深度 / 118

第4章 和谐的三角关系：关系平衡原理 / 128

第5篇 偶然力 / 133

第1章 发挥环境杠杆：SWOT分析、PEST环境分析、
波特产业竞争五力分析 / 137

第2章 要事第一：80/20黄金管理法则、
BCG矩阵分析 / 146

第3章 时间管理：时间供给与需求 / 152

第4章 效率与效能：如何进行绩效评估 / 159

第5章 放下得失心：社会判断原则的迷失 / 164

第6篇 人生的指南针 / 169

第1章 人生目标与价值：利润最大化的思考 / 172

第2章 伦理与道德：正直的真谛 / 177

参考文献 / 185

第 1 篇

Meihao Rensheng
Shi Guanli Chulai De

三 “生” 有幸