

破繭而出

知性的自我啟發

江川純／著

翁瑋麟／譯



現今快速化、無疆界化、
資訊化的工作職場中，墨守
成規的工作意識已不合時宜，
蛻變才是求生之道，而蛻變之鑰
就在知性的自我啟發。

生 活 大 學

勵志潛能開發 A55

破繭而出 — 知性的自我啓發

著者：江川純

編者：翁璋麟

編輯：黃敏華、羅煥耿、賴如雅、石尚儀

美術設計：林逸敏、鍾愛蕾

發行人：簡玉芬

出版者：世茂出版社

負責人：簡泰雄

登記證：行政院新聞局登記局版臺省業字第564號

地址：台北縣新店市民生路19號5樓

TEL：(02) 22183277(代表) • FAX：(02) 22183239

劃撥：07503007 • 世茂出版社帳戶

電腦排版：繁簡通電腦排版公司

印刷：三華印製企業有限公司

初版一刷：1998年（民87）六月

合法授權 • 翻印必究

CHITEKI JIKOKEIHATSU NO HOUHOU by Jun Egawa

Copyright © 1995 by Jun Egawa

All rights reserved

First published in Japan in 1995 by Nippon Jitsugyo Publishing Co., Ltd.

Chinese translation rights arranged with Jun Egawa

through Japan Foreign-Rights Centre/Hongzu Enterprise Co., Ltd.

Printed in Taiwan

• 本書如有破損、缺頁，敬請寄回更換 •

定價：180元

破繭而出

—知性的自我啓發

作者：江川純

譯者：翁瑋麟

序言

現在薪水階層所身處的環境正在急劇地變化。

舉例來說，首先是終身雇用制出現動搖。這也就是說，是不是能一直工作到退休，已經是没有保證的事了。

其次，是實力主義的貫徹。對有實力和幹勁的人而言，這是他們機會的到來。相反地，對那些打算輕輕鬆鬆、只求做的差不多就好的人來說，卻絕對會是個教他們難過不已的世界。

不過，儘管難過，要是還能擁有一個立足之處那也不錯。怕只怕到了那一天，突然連這個立足之處都會消失不見。

如果真是這樣，該如何是好呢？

那只有竭盡全力使出幹勁，努力不懈地工作以求保全了。不過，稍等一下喔，如此一來，豈不是又恢復成公司的工蜂族了嗎？

這的確是讓人擔心的。

不想變成這樣，應該是所有上班族所共同擁有的心聲吧！尤其是年輕一輩的上班

族，通過對前輩先進的觀察，更是領悟到那些被工作淹沒而無所剩餘的所謂工蜂族，過得是何等淒慘。

薪水階層，都必須要成爲工作上的能手，以求保住自己的飯碗。但是又要小心，不要讓自己變成所謂的工蜂族。

身處在這種狀況中，每一個上班族不禁要問，該如何才能不迷失自我，確立自我，並且充實走過今後的人生。更廣泛地說，也就是人生哲學的自我詢問。

隨著時代，環境也在發生很大的變化。變化的浪潮，大概可以用快速化、無疆界化和超資訊化這三個關鍵字眼來涵蓋。

對於快速化，人類的需求是永遠不會滿足的。其中，又以移動、通訊、事務及商業的快速化尤爲顯著。

無疆界化則正在各個領域中進行發展。企業超越國界活動。男性與女性、專職和兼職、大學和社區、白天和晚上，工作場所和自家住宅、工作和遊戲以及企業的內與外等等，無疆界化的例子可說是不勝枚舉。

此外，「超」資訊化的主流則是多媒體。

以這三者爲主要因素，經濟社會的變化一言以蔽之，是正朝軟體化發展。價值的泉源逐漸由事物轉向心靈，由硬體轉向軟體，由目力所及的物體轉向無形存在。

尖端化與變革，這些正是軟體化的特性。國人「軟體化」的口號喊了許久，如今終於躍進了世界的最前端。嶄新創造的時代也已到來。

舉凡組織和制度，以及在其間活動的人們意識、工作和生活方式，商品和服務的提供，這種種的一切都要經過變革；換句話說，唯有在大肆地破壞後，方能呈現嶄新的創造。

身處於這樣的一個時代當中，薪水階級如果不能夠儲存實力，並擁有一套自我充實的人生哲學的話，恐怕會被變化的潮流所翻弄，到最後失去目標、漂浮於人生的波浪之中。

但是，反過來說，對於保存實務、充滿幹勁，對工作、對人生積極挑戰的上班族而言，這卻是機會的到來。

只不過，在這種情況下存在的意識，已不再是工蜂族所曾擁有的那一套了。而是非得有獨立自我的意識來面對。換句話說，不再是有公司才有自我。而應該是先有自我而後才有公司。擁有這般自主意識的工作態度，換言之，也就是獨立自我的生活方式，是今日上班族所強烈企求的。

事實上，本書主題的知性自我啓發，就是希望能夠達到這種生活方式的確立。

● 藉由知性的自我的啓發，學習工作上必要的知識和技能，以拓展能力並使其發揮

到最大極限。

● 藉由知性的自我的啓發，擴展興趣和才華，以豐富自我的人生。

● 藉由知性的自我的啓發，重新審視並革新自我的想法和生活方式，以確立獨力自主的生活方式。

單就這些而言，自我啓發是和年齡沒有關係的。儘管如此，對剛剛成爲上班族的人士，以及那些爲因應環境和時代變化而意圖自我革新的年輕一輩上班族而言，自我啓發所擁有的意義還是格外的宏大。

我再強調一次，今後的上班族，一定要是一個擁有自主意識的工作能手；換句話說，也就是非得做個獨立自主的人不可。唯有獨立自主的人，才會是一個擁有快樂、豐富人生的主人翁。但真的可以成爲這樣的主人翁嗎？一切就要靠你自己的意志和努力了。

重新審視我的思想和生活方式，日常可以實踐的事情，切實地做它個一件、兩件都好，以獨立自主的自我朝目標穩健地向前邁進。

這本書如果能夠對這樣的舉步有所助益的話，便令人慶幸不已。

一九九七年四月

江川純

《目錄》

序言 / 3

第一章 掌握目標 / 13

一、千里之行始於足下 / 15

二、效法先賢 / 19

三、自覺短處 / 22

四、做一個開朗的人 / 25

五、實在為優先 / 29

六、交際應酬適可而止 / 33

七、清廉保身 / 36

第二章 獲得信賴 / 39

- 一、掌握自己的工作／41
- 二、懂得「報告」才算成熟／44
- 三、OJT——經常擺出學習姿態／48
- 四、成爲挨罵高手／50
- 五、切忌自視過高／54
- 六、批評的同時要有對策／57
- 七、爲人流汗／60

第三章

行為習慣化／63

- 一、上班前從報紙獲知世界動態／65
- 二、會議中一定發言／68
- 三、比約定時間早卅分鐘到達／71
- 四、謹慎使用電話／73
- 五、想到的事立刻記下來／76
- 六、每週到書店一次／79

七、笑臉迎人／81

第四章

知性生產技巧／83

- 一、架起天線收集資訊／85
- 二、高明的讀書法／88
- 三、寫文章的方法／90
- 四、高超的歸納法／94
- 五、訂定良好企劃方案／98
- 六、工作上的良好溝通／102
- 七、確立自我整理方式／104
- 八、因應多媒體時代／107

第五章

拓展能力／109

- 一、能力開發就是「腦」力開發／111
- 二、必備能力隨立場不同而改變／116

- 三、磨練經濟感覺／119
- 四、學習軟性思考／123
- 五、培養影響力／129
- 六、向資格考試挑戰／131
- 七、參加徵文比賽／134
- 八、不吝惜自我投資／136
- 九、接下演講任務／138

第六章

成為職業好手／141

- 一、絕不敷衍工作／143
- 二、了解自己擅長領域／145
- 三、將問題和人際關係分開思考／149
- 四、向能力極限挑戰／152
- 五、進行工作革命／155
- 六、工作革命①／158

第七章

鍛鍊心志／175

- 一、逆境是鍛鍊心志的機會／177
- 二、藉由工作磨練自我／180
- 三、巧妙地處理壓力／182
- 四、受恩勿忘報／187
- 五、保持幽默／189
- 六、熱忱感召／192
- 七、豐富的感性來自幸福／195
- 八、避免無德行徑／197
- 七、工作革命②／161
- 八、工作革命③／163
- 九、工作革命④／167
- 十、培養危機管理意識／170

第八章

活出自我／201

- 一、做一個自立自主的人／203
- 二、下了班之後，就把工作忘掉／207
- 三、技藝的另一層妙用／209
- 四、享受烹飪的樂趣／211
- 五、著眼社區活動／213
- 六、朋友少也無妨／215
- 七、將書本當作終身的朋友／217
- 八、豎立兩道人生標竿／219
- 九、精氣的根本／223
- 十、不要執著追求名利／225
- 十一、通往幸福之路／229

〈附錄〉「自主性程度檢驗表」／232
作者簡介／238

自己到底想學習些什麼？希望度過什麼樣的人生？希望擁有什麼？又期望成爲一個什麼樣的上班族呢？……首先，就朝這些目標向前邁進吧！

第一章

掌握目標



① 千里之行始於足下

在聖經舊約的《創世記》中，有這樣的一句話：「上帝說，要有光，就立刻有光。」因為，神是萬能的。但對於不是神的人類而言，自己所想要的卻未必都能百分之百地被實現。

雖說不一定能夠實現，但如果因此什麼都不去想，到頭來自然也就什麼都做不成。基於慾望和需求，我們在感到不滿足和花費時間的同時，終會讓自己到達自己所設下的目標，擁有自己所想的東西。

首先要擁有慾望，慾望既是夢想也是目標，也可以說是志向。可是，人們一旦被正式問到志向是什麼的時候，卻常是意思想不到地張口結舌。

這是發生在最近的一件事。我對一位認識的某中小企業的總經理提出了這樣的問題，「你對年輕一輩的公司人員都說些什麼啊？」這是他給我的答覆，「我總是告誡他們，你是睡著還是醒著？活著還是死了？對自己的人生感到滿意嗎？」

換句話說，現在沒有精神幹勁的員工是越來越多了。為什麼呢？多半是因為，不論是工作上，或者下了班以後，都找不到足以供自己遵循的目標。