「中華民國陸海空軍軍人讀訓」釋義

第四條：盡忠職守，奉行命令，不容有延誤怯懦之行為

（第一週研讀）

軍人之所以特重忠貞志節，實乃因為軍人承擔著國家生存發展與百姓安全福祉的重責大任。軍人是擁有合法武裝力量的團體，在執行任務所冒的生命危險遠高於其他各行各業，因此特別重視紀律、強調服從，尤當國家面臨外敵入侵時，軍人執行保國衛民的職責是沒有「說不」的權利；相反的，軍人愈是在國家面臨危難時，愈是要抱定捨生取義的信念和決心，澈底奉行命令，誓死達成任務，自然不容許任何人有延誤怯懦的情事發生；假如一個軍人沒有在平日養成極嚴格貫徹命令與效忠國家的志節，在危疑震撼之際，就無法擔負起捍衛國家的神聖使命。因此，愈是民主國家，對軍人的忠誠要求愈嚴格，才能使軍人在國家危難、戰況慘烈之際，以責任、榮譽、志節、勇氣與犧牲的精神，堅定戰鬥意志，奮戰到底。

（本文節錄自國防部 93 年 10 月 27 日勁勤字第 0930015577 號令頒「中華民國陸海空軍軍人讀訓實施辦法」）

唯有鍥而不捨才能有所獲得

想要成功，當然要懂得方法與手段，然而，在諸多手段與方法之中，最重要的一種，就是恆心；凡事只要有心去做、能持之以恆，即使遇上再大的困難，終究有成功的一日，堅持到底，目標終會到達，夢想終會實現。

（第二週研讀）

莎士比亞說過：「千萬人的失敗，都是失敗在做事不澈底；往往做到離成功尚差一步，就終止不做了。」

想要成功，當然要懂得方法與手段，然而，在諸多手段與方法之中，最重要的一種，就是恆心。

人，只要能用「鍥而不捨」的精神奮鬥，最後就一定能取得成功。

著名的思想家荀子曾經寫過一篇名為〈勸學〉的文章，其中他就以鏤刻金石來比喻學習要持之以恆、堅持不懈的重要性。荀子強調，如果刻了一刀就停下手，那就算是爛木頭也一樣刻不斷，但是如果一刀又一刀不停地刻下去，那麼就算是硬如金石，也照樣刻得穿。

荀子說：「不積跬步，無以致千里；不積小流，無以成江海」，意思是沒有一步一步地走，不會到千里之遠；不是一條一條小河的水匯合起來，不會成為江海。它用來比喻學習是一個由少到多、日積月累的過程；高深的學問和淵博的知識，也是一點一滴積累起來的。

讀書一定要努力不懈，不斷將從前所學與新的理論加以融會貫通，才能將學問真正深入瞭解，如果半途而廢，原先的努力因此而中斷，下一次想再學習時又得從頭學起，豈不是白白浪費了時間嗎？

滴水穿石，繩鋸木斷，若真能鍥而不捨，持之以恆，再難的事又

有什麼做不到的呢？反之，得過且過、因循苟且，最終不免功虧一簣，前功盡棄。

美國詩人艾默生寫過這樣的句子:「如果我們在心中有個目標，就像是提出一個飛行計畫，並從直線的路線穩定地朝前方飛去。如果我們能夠堅持穩定的心態朝向目的地前進，即使有亂流來襲，我們也可以飛得更高或平穩地穿越它。」

堅持到底，目標終會到達，夢想終會實現；想要高飛遠颺，唯一的方法，就是發動引擎，不斷加油。

涓滴細流終究能匯聚成海，凡事只要有心去做、能持之以恆，即使遇上再大的困難，終究有成功的一日。

（本文節錄自黛恩著，《改變心境，就能改變處境全集》，普天出版家族有限公司，2016 年 2 月，頁 222-223。）

當上帝關上門，卻也打開另一扇窗

不要輕言放棄生命，每個人都會有困難，必須去積極面對，當生命遇到缺口，你一無所有時，這時你向窗外看？你會看見什麼？滿目蒼涼？還是蔚藍天空？我們也許無法改變出身，但卻可以做自己生命的掌舵者。

（第三週研讀）

「有志者自有千方百計，無志者只有千難萬難。」

不要輕言放棄生命，每個人都會有困難，必須去積極面對，做好每一天，很多時侯人們的最大敵人，來自於無法克服自己內心的怯懦。

上帝關閉了波伽利的眼精

被譽為聲樂家帕華洛帝接班人的男高音安德烈・波伽利出生於義大利。不同於一般孩子，小波伽利的眼球看起來混濁，且畏光、常流淚、紅腫，他的父母向醫生求助後才發現，原來他是先天性青光眼。醫生說：「遲早，這孩子會喪失視力。」

上帝關閉了波伽利的眼睛，卻也給勇敢的波伽利打開了另一扇窗。

儘管醫生預告了兒子未來的命運，但哪怕只是多爭取一些光亮、多點時間都好，波伽利的父母不辭辛勞地帶著6個月大的兒子四處求醫，前後總共動了20幾次手術，總算為波伽利保留少許些微的視力。

但有一天，波伽利望著鄰居的房子問媽媽：「我長大以後是不是就可以看清楚那房子？」母親心想，這是沒有希望的，我不能騙他。

於是，她答道：「你永遠也看不到，但是你會看到我們無法看到的。」

在音符中找到生命的避風港

波伽利的母親不斷的告訴自己：「不能同情他，我必須要有力量。

如果我要我的兒子成為一個男人，沒有別的選擇，我必須放下傷痛，從內心尋找力量，但這是很難的，尤其當你看到一個活潑的男孩眼神日漸空洞時……。」從小，母親就發現音樂可以撫慰眼睛劇痛的波伽利，因為只要有音樂，哭鬧就立即停止。於是，一面上學，波伽利也從7歲開始學鋼琴。普通人看樂譜，休止符、快板、慢板等符號一目了然，但是波伽利卻必須熟記用文字做成的點字樂譜方可演奏。

念中學的時候，除了沉重的書包，波伽利還得抱著重重的盲人打字機去上學。高中時，老師曾經對他的特殊感到厭煩，還百般刁難，波伽利只好轉學。但他並沒有被打倒，反而以優異的成績從高中畢業，並順利進入歐洲最古老的比薩大學就讀法律。16世紀著名義大利物理、天文學家伽利略就是這裡畢業的。

自己才是阻礙生命之路的大石頭

大學時，波伽利開始在鋼琴吧唱歌，一方面磨練技巧，一方面補貼家用。他不停的寫歌、練唱、到處寄錄音帶，尋找機會。為了維持生計，波伽利還把音樂器材放在父親車上，再由父親載著他，到處去婚禮、餐廳、露營區趕場唱歌。

冬天，為了減少開支，只要太太一出門，他立刻把暖氣關掉，自己穿上外套保暖。由於一次偶然的機會，一位調音師聽了波伽利的歌聲之後驚為天人，於是主動推薦一位老師，並且願意替波伽利引薦。就這樣，波伽利加入義大利大師貝瑞塔尼的門下。

終於，長久的努力與等待換來了一個生命的轉捩點。有一天早上，電話鈴聲吵醒了波伽利，電話那頭說：「我是帕華洛帝！」剛睡醒的波伽利心想，這鐵定是惡作劇。但那聲音又重複了一次：「這是帕華洛帝！」原來，帕華洛帝親自打電話邀請波伽利參加在義大利舉行的音樂會，因為不久前他碰巧聽了波伽利錄製的《求主垂憐曲》後，渾厚的聲調令帕華洛帝大受感動。

這個機會，把波伽利推上了國際舞臺，一位不可多得的男高音終於在全球音樂界發光發熱。回首來時路，成功並不偶然。一路走來始終沒有失去勇氣和樂觀的天性，支持著他一路向前不退縮。

當生命遇到缺口，當你一無所有時，這時你向窗外看？你會看見什麼？滿目蒼涼？還是蔚藍天空？我們也許無法改變出身，但卻可以做自己生命的掌舵者。

（本文節錄自李哲霖著，《在逆境中，找到自己的方向》，果實文化出版，2017 年 9 月，頁 60-64。）

用正向能量，讓問題變成機遇

人的大腦具有不可思議的靈性，當你不再怠惰，努力思考想要有辦法時，大腦會一直在工作，用正向思考能幫你找出解決問題的方法，以力取勝永遠都是愚者所為，唯有以智取勝才是真正的上上之策。

（第四週研讀）

如果有人問你，迴紋針有多少種用途？第一反應你也許只能說出：夾文件。打開思路，其實它的用途多種多樣：做繩子、釘子、導線、紐扣、首飾、髮卡、魚鉤、牙籤……有人宣佈已列出 2,400 種，還有人宣稱他能列出 30,000 多種！只要你願意去找，答案一定更多。

一個問題，可以用不同的方法來解決。既然迴紋針能有無數種用途，那解決一個難題，怎麼就不會有「無數種」方法呢？該選擇什麼樣的方法呢？

當然是既省力又有效的方法了。這就需要你動腦筋，讓你的正向思考發揮作用。這樣，你就可以從問題中贏得機遇。

人的大腦具有不可思議的靈性，當你不再怠惰，努力思考想要有辦法時，大腦會一直在工作，用正向思考能量幫你找出解決問題的方法。

我們的生活中，沒有什麼事情不需要你去動腦筋思考，有很多兩全其美、三全其美的辦法等著你去尋找。它們確實存在，只要你肯動腦筋，開啟思維的潛能。以力取勝永遠都是愚者所為，唯有以智取勝才是真正的上上之策。

如果你遭遇到了一個問題，不要立刻把它當成是壞事，或者忙不迭地把它推給其他人去解決。冷靜地判斷問題可能產生的影響，思考問題發生的原因以及以前是否出現過類似問題。研究導致問題的環境

因素，弄清楚這些因素是如何隨著時間變化的。對問題有一個前瞻性的預測，看前景會向好的方向發展還是壞的方向發展。然後，開動腦筋思考，如何才能把問題轉變成一個積極的機會。

紐西蘭的一個政府機構印刷了大量的小冊子，但不幸的是，小冊子上的一個政府免費電話號碼是錯誤的，結果，當小冊子分發到全國各地後，錯誤電話號碼的所有者—克利爾通訊公司遭到了公眾電話的狂轟濫炸。公司的一名銷售人員靈機一動，將這個令公司苦不堪言的問題轉變成了一個機會。他打電話給這個政府機構，乾脆將那個錯誤的電話號碼賣給了它，此舉不僅僅解決了兩個組織的難題，而且從他人的錯誤中促成了一筆買賣。

學會變通尋找方法，不僅能把面臨的難題變成機會，還能改進工作中的問題，給自己的工作增加價值。

美國一位年輕的鐵路郵遞員，和其他郵遞員一樣，用陳舊的方法分發信件。大部分的信件都是憑這些郵遞員不太準確的記憶撿選後發送的。因此，許多信件往往會因為記憶出現差錯而無謂地耽誤幾天甚至幾個星期。於是，這位年輕的郵遞員開始尋找另外的新辦法。他發明了一種把寄往某一地點去的信件統一彙集起來的制度。就是這一件看起來很簡單的事，成了他一生中意義最為深遠的事情。他的圖表和計畫吸引了上司們的廣泛注意。很快，他獲得了升遷的機會。5 年以後，他成了鐵路郵政總局的副局長，不久又被升為局長，從此踏上了美國電話電報公司總經理的路途。他的名字叫希歐多爾・韋爾。

一個個事例，都在向我們顯示：任何問題都是可以有方法解決的，你的任務是找到更好的。正如英國有句諺語所說的那樣，上帝每製造一個困難，就會同時製造三個解決它的方法來。所以，世上只要有問題，就會有解決的方法。而且方法總比問題多，只是你暫時沒有找到合適的方法而已。

雖然方法找起來不很容易，但總是有的，只要我們努力地思考。對於解決問題，你可以採用這樣一種簡單有效的方式：把問題寫在一張白紙的最上面，然後絞盡腦汁去想解決方法，並寫在問題的下面。

一開始，你可能很輕鬆的想到 3 到 5 種方法，但是那些真的就足夠解決問題嗎？不一定。所以，你必須努力嘗試列出 10 到 20 個方法，雖然越往後越困難，但是你會驚奇的發現，到最後總能找到你想要的答案出來。

請堅信一點，難題是上天賜予我們的禮物。正如人在快要淹死之際學會了游泳一樣，許多人就是在危難之時發現自己的真實本事，發揮出自己的潛能的。

那麼，現在你就可以嘗試一下，提出一個日常生活中經常困擾你的問題，然後給這些問題尋找答案，越多越好。如果你真的這麼做了，你所面臨的問題會越來越少，而機會卻越來越多。

（本文節錄自周景山編著，《用思考擊敗你所有的問題》，閱讀名品出版有限公司，2018 年 1 月，頁 188-192。）

看清自己，才能做最好的自己

其實人生的樂趣不僅在於目標的到達，更在於「盡全力」攀援的過程，當你在整個過程中盡全力的向上攀登時，無論結果是怎麼樣的，都不要太過強求。如果勝利了，那麼說明你的努力有所回應了。

（第五週研讀）

人，不能改變人生的長度，但能拓寬人生的寬度。於是大多數人都明智的選擇後者，暗暗立定自己的鴻鵠之志。然而，這只是一個開端，就像你在荒原裡得了一張通往遠方城市的地圖，你決定往那兒走，但路需由你自己開闢，前途未知。那地方你可能一時半會兒到不了，也可能永遠也不能到達。人生就是這樣，不可能所有人都滿載而歸，總是幾家歡樂幾家愁。人畢竟是環境的產物，因而總要受到某些制約。無論是環境條件，還是自身的因素。當你所處的環境不容許你實現你的理想，或是你的自身條件不足時，你的理想將暫時不能實現，甚至理想將成為空想。有了這些限制性因素，好比是讓你戴著腳銬來跳舞，能不能跳好這支舞，關鍵在於你是否量力而行，盡力而為，在你所處不斷變換的每個環境中做最好的自己。

首先，你應該瞭解客觀的環境條件—要知道，給你的是木材，你永遠也製不出金雕工藝品，但你可以把他雕琢成八面玲瓏的木雕藝術。當然，你還應該瞭解自己，清楚自己的實力，知道如何在所處的環境中向目標邁進一步。在這樣的量力而行，給自己一個清醒的定位之後，再做到盡力而為。

世界上赫赫有名的鋼鐵大王安德魯・卡耐基一生換的職業很多，卻因為他是力爭上游，力爭做最成本行業好的，結果鮮花和掌聲就始終伴隨著他。12 歲時，他是一家紡織廠的工人。小小的他決心做全廠最出色的工人。他這樣想，也這樣做了，最後，他成為了全廠最出色

的工人。後來，命運又安排他當郵差，他想的是怎樣做全美最傑出的郵差，他又成功了。安德魯・卡耐基的一生就是在不斷依據環境和自身的地位，量力而行，盡力而為，爭做最好、塑造最佳的一生。他的座右銘就是「做最好的自己」。

在現實生活中，當人們做某一件事情失敗時，常說的一句話「我做xx事已經盡力而為了！」或在開始做某件事時就會說「我會盡力而為做好！」等等，盡力而為故然好，也很有必要，也是較好完成工作必須具有的態度，他能較好的說明一個人在處理某一件事情或做某一項工作時，已經發揮了自己主動性，證明自己已經在主動工作而不是被動工作，即使這件事情或這項工作沒有做好，也是值得肯定的，在一定範圍內，特定的條件下，還可以發揚光大。

但盡力而為在某種情況下卻成為人們為沒有完成自己分內之事時的一種托詞、一種藉口，千里之堤，潰於蟻穴，長期下去，必然給工作帶來影響，也會增加自身的惰性，與其盡力而為何不如竭盡全力呢？竭盡全力才能發揮人的主觀能動性，才能把別人甚至連自己都不相信自己能做到的事情做的更完美。

我們也只有量力而行，盡力而為，爭做到最好，才能更好地實現自我，發展自我。所以，是工人的就要先做好工，是農民的就要先種好地，是軍人的先當好兵，是做生意的，就先當一個最好的商人。即使，實現不了最初的夢想，我們也可以拍著胸膛說：雖然我還不是所有人中最好的，但我是最好的自己！

正如道格拉・拉赫在他的文章中寫道：「如果你不能是一隻麝香鹿，那就當尾小鱸魚—但是要當湖裡最活潑的小鱸魚。」量力而行，盡力而為，讓我們做一個自己滿意的自己吧！當我們苦苦奮鬥之餘，仍覺得既定目標遙不可及時，是不是感歎成功與己無緣呢？是不是就應該怨天尤人呢？這樣做的人其實是一個愚蠢之極的人。雖然人的潛

力是無窮的，但是總有解決不了的事情，因此當盡全力辦完一件事時，就讓結果順其自然好了。

如果把追求成功的過程比作登山，那我們就是在崎嶇人生路上勇敢的攀登者。在登山的過程中難免有這樣的體會，當我們在山腳下仰望高山時，覺得高可比天，然而又不得不往上攀；當我們一步一步艱難地攀援時，更覺前路茫茫，難以到達頂點。如果我們沒有因此而回頭放棄，只是在半山腰小憩時，回首旅程，才快樂於自己的每一分辛苦都築成了一步道路。這時，是不是感覺到成功已在光臨你了？

其實人生的樂趣不僅在於目標的到達，更在於「盡全力」攀援的過程，當你在整個過程中盡全力的向上攀登時，無論結果是怎麼樣的，都不要太過強求。如果勝利了，那麼說明你的努力有所回應了。

如果失敗了也並不代表自己沒有努力，在以後回首這件事時，你也會覺得很欣慰，因為你找不到任何理由去埋怨自己，那麼你也就只有讓它順其自然了。也就像是希臘神話中的西西弗一樣，好不容易才把石頭推上了山頂，但那無形的手卻又將它推落谷底。這時，西西弗的所有努力是不是就付之東流了呢？試想，許多人都會認為不是的，因為「到過便是到過了」，雖然結果又回到了原點，但是盡全力的過程卻是任何人也抹煞不了的事實。西西弗所開闢的那些血跡斑斑推石頭上山的路，將是一些努力的軌跡和見證。西西弗盡了他最大的努力，他是成功的。

人生的成功，不僅在於目標的實現，也在於順其自然的結果，更在於為了目標的實現而盡全力努力的過程。人生需要順其自然，難道要悠然自得的讓自己輕鬆下去嗎？

當然不是的，因為這個順其自然不是表面意義上的順其自然，而是對你想做的一切都努力去做，不遺餘力，但是對於結果的期望，要保持順其自然的心態。我們只能掌握自己的事情怎樣去做，但對於最

後的結果卻永遠無法控制。誠然，「順其自然」如果你不能成為傲立山巔的松柏，就作谷中的灌木，但是要做河邊長得最好的一叢灌木。如果不能成為樹，就做一叢灌木。如果你不能成為一叢灌木，就作一片小草，為別人貢獻一點綠意。

如果你不能成為麝香，就做湖邊最好的一顆菩提樹！我們不能都做船長，有些人必須當水手。每個人都有事情可做，只不過是有些事情重大，有些事情微小，但是那是我們盡全力，量力而行努力所得到的結果。

每天結束時，你望著鏡中的自己，並且知道你已經竭盡所能，那時可說是過了一個滿意的人生。永遠盡力而為—誠實努力，如果你確實遵行，到了最後你一定會得到豐碩的果實。

（本文節錄自章心妍著，《改變心情，一切都會變的不一樣》，
大智文化有限公司，2017 年 11 月，頁 168-174。）

國防部「奮鬥月刊」民國107年11月號嘉言選讀選篇內容意旨分析表			
篇目	選篇來源	選篇題目	選篇概要內容
一	本文節錄自國防部93年10月27日勁勤字第0930015577號令頒「中華民國陸海空軍軍人讀訓實施辦法」。	「中華民國陸海空軍軍人讀訓」釋義，第四條：盡忠職守，奉行命令，不容有延誤怯懦之行為－第1週研讀	軍人是擁有合法武裝力量的團體，在執行任務所冒的生命危險遠高於其他各行各業，因此特別重視紀律、強調服從，尤當國家面臨外敵入侵時，軍人執行保國衛民的職責是沒有「說不」的權利；相反的，軍人愈是在國家面臨危難時，愈是要抱定捨生取義的信念和決心，澈底奉行命令，誓死達成任務，自然不容許任何人有延誤怯懦的情事發生。
二	本文節錄自黛恩著，《改變心境，就能改變處境全集》，普天出版家族有限公司，2016年2月，頁222-223。	唯有鍥而不捨才能有所獲得－第2週研讀	想要成功，當然要懂得方法與手段，然而，在諸多手段與方法之中，最重要的一種，就是恆心；凡事只要有心去做、能持之以恆，即使遇上再大的困難，終究有成功的一日，堅持到底，目標終會到達，夢想終會實現。

三	本文節錄自李哲霖著，《在逆境中，找到自己的方向》，果實文化出版，2017年9月，頁60-64。	當上帝關上門，卻也打開另一扇窗－第3週研讀	不要輕言放棄生命，每個人都會有困難，必須去積極面對，當生命遇到缺口，你一無所有時，這時你向窗外看？你會看見什麼？滿目蒼涼？還是蔚藍天空？我們也許無法改變出身，但卻可以做自己生命的掌舵者。
四	本文節錄自周景山編著，《用思考擊敗你所有的問題》，閱讀名品出版有限公司，2018年1月，頁188-192。	用正向能量，讓問題變成機遇－第4週研讀	人的大腦具有不可思議的靈性，當你不再怠惰，努力思考想要有辦法時，大腦會一直在工作，用正向思考能幫你找出解決問題的方法，以力取勝永遠都是愚者所為，唯有以智取勝才是真正的上上之策。

五	本文節錄自章心妍著，《改變心情，一切都會變的不一樣》，大智文化有限公司，2017年11月，頁168-174。	**看清自己，才能做最好的自己—第5週研讀**	其實人生的樂趣不僅在於目標的到達，更在於「盡全力」攀援的過程，當你在整個過程中盡全力的向上攀登時，無論結果是怎麼樣的，都不要太過強求。如果勝利了，那麼說明你的努力有所回應了。