失敗是通向成功的階梯

跌倒以後，立刻站立起來，向失敗奪取勝利，這是亙古以來偉大人物的成功秘訣。不管失敗的次數有多少，時間怎樣晚，勝利仍然是可期待的。

（第一週研讀）

檢驗一個人，最好是在他失敗的時候，失敗了以後看他要怎樣做。失敗能喚起他更多的勇氣嗎？失敗能使他發揮出更大的努力嗎？失敗能使他發現新力量，挖掘潛在力嗎？失敗了以後，是決心加倍的堅強還是就此心灰意懶？

愛馬森說：「偉大、高貴人物最明顯的標誌，就是他堅韌的意志，不管環境如何惡劣，他的初衷與希望不會有絲毫的改變，最終克服阻力達到所企望的目的。」

有人問小孩子，怎樣才能學會溜冰。小孩回答：「每次跌倒之後，立刻爬起來！」使個人成功或軍隊勝利的，實際上也是由於這種精神。跌倒算不得失敗，跌倒後而站立不起來才是失敗。

假使你在失敗之後，從此振作不起，放手不做而自甘永久屈服，那別人可以斷定，你不是個大不了的人物；但假如你能雄心不減，進步向前，不失望、不放棄，則人家可以知道，你的人格之大、勇氣之大，是可以超過你的損失、災禍與失敗的。

人的根性，可以由惡劣轉變而為良善；人的事業，又怎麼不會由失敗轉變為成功？常常據報章記載，或親身見聞，有許多男女努力把自己從過去的失敗中拯救出來，忘記失敗，奮力拼搏，獲得成功。有千萬的人已喪失了他們所有的一切東西，然而他們還不算是失敗，因為。他們是有著一個不可屈服的意志、不知頹喪的精神。

人格偉大的人，對於世間的成敗榮辱，不甚介意。雖然災禍和失

望頻頻降臨，然而他總能超越和克服它們，他從來不會失卻鎮靜。在暴風雨猛烈的襲擊中，心靈脆弱的人唯有束手待斃的時候，他自信的精神、鎮定的氣概仍然存在；偉人可以克服外界一切的境遇，使之不為害於己。

「什麼是失敗？」愛格說：「不是別的，失敗只是走上較高地位的第一階梯。」許多人之所以成功，就是受賜於先前的屢屢失敗。假使他沒有遭遇過失敗，他恐怕反而不能得到大勝利。對於有骨氣、有作為的人，失敗反而足以增加他的決心和勇氣。

對於那自信其能力，而不介意暫時成敗的人，沒有所謂失敗！對於懷著百折不撓的意志、堅定目標的人，沒有所謂失敗！對於別人放手，而他仍然堅持；別人後退，而他仍然前進的人，沒有所謂失敗！對於每次跌倒立刻站起來，每次墜地，反會像皮球一樣跳得更高的人，沒有所謂失敗！

本文節錄自：秦明君著《態度對了，人生道路才會正確》，大智文化有限公司，2017 年 2 月，頁 91-95。

不為薪水而工作

工作固然是為了生計，但是比生計更可貴的，就是在工作中充分挖掘自己的潛能，發揮自己的才幹，做正直而純正的事情。

（第二週研讀）

年輕人走出校園時，總對自己抱有很高的期望值，認為自己一開始工作就應該得到重用，就應該得到相對豐厚的報酬。他們在薪資上喜歡相互比較，似乎薪資是他們衡量一切的標準。但事實上，剛剛踏入社會的年輕人缺乏工作經驗，是無法委以重任的，薪水自然也不可能很高，於是他們就有了許多怨言。

也許是親眼目睹或者耳聞長輩和他人被無情解雇的事實，現在的年輕人往往將社會看得比上一代人更冷酷、更嚴峻，因而也就更加現實。在他們看來：「我為公司工作，公司付我一份報酬，等價交換，僅此而已。」他們看不到薪水以外的東西，曾經在校園中編織的美麗夢想也逐漸破滅了。沒有了信心、沒有了熱情，工作時總是採取一種應付的態度，能少做就少做，能躲避就躲避，敷衍了事，以報復他們的雇主。他們只想對得起自己所賺的錢，卻從未想過是否對得起自己的前途、是否對得起家人和朋友的期待。

之所以出現這種狀況，原因在於人們對於「薪水」的定義缺乏認識。大多數人都因為自己目前所得的薪水太微薄，而將比薪水更重要的東西也放棄了，實在太可惜。

一些心理學家發現，金錢在達到某種程度之後就不再誘人了——即使你還沒有達到那種境界，但如果你忠於自我的話，就會發現金錢只不過是許多種報酬中的一種。曾有人訪問那些事業成功的人士，他們在沒有優厚的金錢回報下，是否還會繼續從事自己的工作？大部分

人的回答都是：「絕對會！我不會有絲毫改變，因為我熱愛自己的工作。」

想要攀上成功之階，最明智的方法就是選擇一件「即使酬勞不多，也願意做下去的工作」。當你熱愛自己所從事的工作時，金錢就會尾隨而至，你也將成為人們競相聘請的對象，並且獲得更豐厚的酬勞。

人生的追求不僅僅只有滿足生存需要，還有更高層次的需求，有更高層次的動力驅使。不要麻痺自己，告訴自己工作不是只為賺錢，人應該有比薪水更高的目標。

工作的品質決定生活的品質。無論薪水高低，在工作中盡心盡力、積極進取，能使自己得到內心的平靜—這往往是事業成功者與失敗者之間的不同之處。工作過分輕鬆隨意的人，無論從事什麼領域的工作都不可能獲得真正的成功。將工作僅僅當作賺錢謀生的工具，這種想法本身就令人蔑視。

成功人士的經驗向我們揭示了這樣一個真理—只有經歷艱難困苦，才能獲得世界上最大的幸福，才能取得最大的成就；只有經歷過奮鬥，才能取得成功。

本文節錄自：阿爾伯特・哈伯德著、陳書凱編譯《自動自發》，靈活文化事業有限公司，2018 年 10 月，頁 82-85。

恪遵性別平權，共創優質環境

性別平權已是國際重要的趨勢和課題，政府透過各種管道積極推動性別主流化，我國過去 20 多年來在性別平權的議題上努力耕耘，而性別平權教育的推動與發展，也隨著性別相關法律的頒布施行，進入到法制化的里程碑。

（第三週研讀）

性別平權教育的深化，須透過培養批判思考、洞察能力來提升性別敏感度，跳脫性別框架，因此性別意識必須藉由各種課程及活動潛移默化對性別的認識和可能面臨的問題，也必須包含批判性思考的訓練，挑戰過去習以為常的性別刻板印象，以提升見識，培養宏觀視野與開放心靈，從自我理解、反省到實現正義，進而建立和諧社會。

行政院性別平等處也配合聯合國「UN Women」發起「HeForShe」活動精神，未來將持續推廣人人均具備性別平權觀念。政府也將持續支持更多女性就業及參與經濟活動，提供具體有效措施協助女性，例如建構完整照顧服務體系、倡導家務分擔、工作時間與地點更具彈性、營造友善家庭職場環境，以及提升女性在公私領域的決策參與，使男女人力資本均能充分發揮且兼顧工作與家庭，提升經濟及社會發展。

過去 20 年在政府的努力下，陸續修訂憲法、民法及制定性別平等教育法、性別工作平等法、防暴三法及消除對婦女一切形式歧視公約（CEDAW）施行法，更建置了「性別平等觀測站」，引領各級政府機關積極推動各項性別平等政策，使我國在女性權益及性別平等的推動上具有亮眼的表現，包括縮小男女性教育落差、提升女性參與決策的機會與管道、女性勞動參與率逐年成長與性別薪資落差日益趨近等，使我國的性別平等狀況逐步提升。

隨著募兵制推動，愈來愈多女性官兵加入國軍，軍隊雖然是以男性為主團體，但每位國軍弟兄姊妹們從事各項任務，只有能力之分而不應該以性別帶有先入為主的觀念，尤其軍隊講求階級服從，具隸屬關係之異性長官、部屬間，更應嚴守公私分際。事實上，每位國軍官兵，不論在兩性或同性之間的相處上，都應秉持「相互尊重」的精神，行為舉止發乎情、止於禮，不可因為彼此階級之不同，而輕忽在公私領域上應有的分際，造成逾矩情事發生。

國軍官兵應建立正確性別意識，相互學習、尊重及包容，以創造和諧環境，塑建國軍優良風氣與形象。其實，職場性別本無差異，只要努力、用心，不論何種性別都能在工作崗位上，有所貢獻，也只有大家消除刻板印象，共同創造優質的服役環境，方能廣納優質人才，提升團體工作績效，進而打造新一代國防勁旅，共同捍衛國家安全。

本文節錄自：政治作戰局政戰資訊服務網/文宣推廣專欄/精神教育宣教主題「恪遵性別平權，共創優質環境」，文宣心戰處供稿，2018 年 3 月。

人生中的GPS

當我們迷路，唯一能救你離開的，就是找出方向，即使無法靠自己的力量走出，也能讓別人知道你的所在位置而前往相救。可見「方向」之於我們的重要性，而人生的目標就跟地標一樣重要。

（第四週研讀）

一旦生活建立目標，你就會在充滿希望中，創造更好的明天。如果你的人生有明確目標，就不會讓你迷失在茫茫人海中。人天生都有惰性，當你失去了奮鬥的目標，整個人也會因此變得散漫頹廢，以下這個故事也許就是最好的借鏡。

在一個破舊的酒館裡，經常看到一名醉客醉倒在吧台，在人群散去後，必須由服務生協助叫車送他回家。那些外地來的過客，經常因為不了解，而和這名醉客大打出手。

後來透過酒店老闆的說明，這個醉鬼是當地最知名的薩克斯風手。他因為車禍意外，失去了妻兒，於是開始沉迷酒精，好讓他逃離現實。

一個正好經過的小販知道了這個故事，走向那名醉鬼說：「先生，不如你跟我走吧！」

醉鬼看了這個穿著寒酸的好心人一眼，嘲笑的揮揮手說：「你這個窮鬼，我跟著你能得到什麼好處嗎？」

「沒有好處，先生。」那名小販誠懇的說：「但是我可以讓你致富。」

醉鬼狂笑了三聲，忽然心中起了詭異的念頭，他竟然真的答應。「我倒是想看看你能做些什麼？」

小販帶著他先來到他位於貧民窟的家中，一個小小的、不到十坪的地方擠滿了他的家人，有八個孩子、雙親、他的弟妹，唯一能擠出來的空間則堆滿他擺攤的小玩意兒。

但是小販很樂天，告訴醉鬼說：「我最大的希望，就是能換一間大一點的房子，讓家人都能吃飽。」醉鬼突然清醒過來。

過了一年，醉鬼不再是醉鬼，當他再回到酒館裡時，又恢復往日的神采，而且還錄製了個人唱片，在世界各地大受歡迎，原來那名小販還成了他的經紀人。

酒館的老闆很訝異他的轉變，問他怎麼辦到的。那名薩克斯風手說：「因為責任！當我想到有能力給別人更好的生活，為什麼不做呢？」

有些人擁有得不多，也不是特別聰明，卻因為那份理想讓他力爭上游，最後超越比他優秀的人。而天生條件不錯的人，卻可能因為缺乏人生規劃，讓資質在無形中白白浪費掉。

有史以來，人類已把不可能逐一變成可能。有人白手起家得到財富和權力，也有人從社會的最底層，攀上一國之君的巔峰。新創意與新發明層出不窮，十年前不可能完成的事，現在卻是理所當然。所以，人具備無限的可能性，擁有改變的力量。

找一個你需要成功的理由，成為你人生中的GPS，那可以是為了能舒服的過日子，或是為他人帶來更多幸福，這將成為推動你最大的動力，可以讓你不畏懼艱難，也能持續下去。

不過，別一次就把目標設定的太遠大，可能會因為短時間難以達成，而容易讓人放棄。先替自己設定階段性目標，那些短期間容易達成的事情，一步一步去完成，自然就能朝理想前進。

本文節錄自：徐竹著《令人挫折的不是跌倒，而是從來不敢向前奔跑》，晶冠出版有限公司，2018 年 8 月，頁 219-222。

生命不能計算

一個人的快樂，不是因為他擁有得多，而是因為他計較得少。珍貴的生命不能是計算的，而應該是一種溫馨而輕鬆的享受。

（第五週研讀）

在華盛頓經營服裝和鞋襪的超市和商店有成千上萬家，但他能準確知道哪家店面的襪子最便宜，差價可能只有兩美分或一美分。在方圓數十公里內，他知道到哪家速食店用餐最適合，因為那家速食店可以多給顧客一包餐巾紙。在華盛頓市，他知道坐公共汽車從哪一條大街走，要比走另外的街道可以節省下幾美分，甚至知道哪條街的某個地方有免費公廁，哪個報刊亭在下午五點後出售的日報和晚報降價處理。

在他三十五歲前，他購買的東西每一種都是華盛頓最便宜的，他的每一種消費都是全華盛頓最低價的，沒有人敢和他比計算，從衣服鞋襪到理容、理髮，他都是計算最周密、付出的報酬最低的。鄰居和朋友都個個自愧不如，說他有著和電腦一樣的腦袋，和外星人一樣的精明。也是全美國甚至全世界的第一計算高手，他也曾為此而洋洋得意。他，就是過去大名鼎鼎的計算魔鬼，現在著名的美國心理學家威廉。

但是三十五歲時，他毅然拋掉了自己的精明，和從前相比簡直判若兩人。在三十五歲前，他雖說總是事事占盡了便宜，但身體卻特別的差，看醫生、吃藥、住院治療等等全纏上了他，焦慮、失眠、憂鬱是家常便飯。三十來歲，風華正茂，正是一個人生命朝氣蓬勃的黃金時期，但他卻未老先衰成了一個風燭殘年的老人。他去看一位著名的心理學專家，專家說：「這一切全都是因為你太精明，太熱衷於計算

了。雞毛蒜皮的小事把你的心給塞得滿滿的，放不下一點點生活的陽光和歡樂，怎麼能健康得起來呢？」

為了生命，三十五歲時他斷然改變了自己過去的思維習慣，不再為節省下幾美分絞盡腦汁了，不再為多得到一包餐巾紙勞心費神了，他讀了大量的心理學著作，改行做了一名心理醫生。在給病人提供心理治療的同時，他開始了一項別開生面的「能計算者」研究，他的研究發現，對生活利益太能計算的人，實際上都是很不幸的人，這種人心胸常被堵塞，每天只能生活在具體的事物中不能自拔，習慣看眼前而不顧長遠。這種人在生活中很難得到平衡和滿足，常常與別人鬧意見，分歧不斷，內心布滿了衝突，他們常常掉在一事一物的糾纏裡，心情常常是灰色的。這樣的人心率跳動一般都較快，是疾病特別喜歡光顧的溫床。

威廉自從丟掉了自己內心那些種種計算後，他變得開朗和幸福了，身體狀況也有了明顯的改觀，在他出版的書籍《拔掉草，給心靈一座花園》中，他寫道：「生命不能是計算，而應該是享受，心靈裡長滿太多斤斤計較的雜草，就灑不進快樂而幸福的陽光了，拔淨心靈裡的生活雜草，你的心靈就會成為一個幸福的生命花園」。

本文節錄自：李禮文著《轉身就是重生》，大都會文化有限公司，2017 年 11 月，頁 24-27。

國防部「奮鬥月刊」109 年 12 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：秦明君著《態度對了，人生道路才會正確》，大智文化有限公司，2017 年 2 月，頁 91-95。	失敗是通向成功的階梯	跌倒以後，立刻站立起來，向失敗奪取勝利，這是亙古以來偉大人物的成功秘訣。不管失敗的次數有多少，時間怎樣晚，勝利仍然是可期待的。
二	本文節錄自：阿爾伯特・哈伯德著、陳書凱編譯《自動自發》，靈活文化事業有限公司，2018 年 10 月，頁 82-85	不為薪水而工作	工作固然是為了生計，但是比生計更可貴的，就是在工作中充分挖掘自己的潛能，發揮自己的才幹，做正直而純正的事情。
三	本文節錄自：政治作戰局政戰資訊服務網/文宣推廣專欄/精神教育宣教主題「恪遵性別平權，共創優質環境」，文宣心戰處供稿，2018 年 3 月	恪遵性別平權，共創優質環境	性別平權已是國際重要的趨勢和課題，政府透過各種管道積極推動性別主流化，我國過去 20 多年來在性別平權的議題上努力耕耘，而性別平權教育的推動與發展，也隨著性別相關法律的頒布施行，進入到法制化的里程碑。

四	本文節錄自：徐竹著《令人挫折的不是跌倒，而是從來不敢向前奔跑》，晶冠出版有限公司，2018年8月，頁219-222。	人生中的GPS	當我們迷路，唯一能救你離開的，就是找出方向，即使無法靠自己的力量走出，也能讓別人知道你的所在位置而前往相救。可見「方向」之於我們的重要性，而人生的目標就跟地標一樣重要。
五	本文節錄自：李禮文著《轉身就是重生》，大都會文化有限公司，2017年11月，頁24-27。	生命不能計算	一個人的快樂．不是因為他擁有得多，而是因為他計較得少。珍貴的生命不能是計算的，而應該是一種溫馨而輕鬆的享受。