

學校名稱：私立曉明女中
年 級：二年級
班 級：高二乙
科 別：
名 次：第一名
作 者：楊羚立
參賽標題：靠自己去成功
書籍 ISBN：9579279616
中文書名：靠自己去成功
原文書名：
書籍作者：劉墉
出版單位：水雲齋
出版年月：2004 年 1 月
版 次：初版

一●相關書訊：

成功不能靠別人，只能靠自己。成功不能等著成功來敲你的門，而要「去」成功！劉墉在這本書中，以不同面向來看待「成功」這件事：談睡眠、談出頭、談鎮定、談應變、談獨立、談戒慎、談師生、談失敗……。他也藉由幽默逗趣的筆法，生動活潑的寫下他與女兒間的談話，話題中不斷圍繞著人生中的許多道理，看似道理，事實上卻很貼近生活經驗的實用原則。如果我們能從他談的各方面去省思自己；改正自己的腳步，那麼，我們離成功的日子已經不遠了。還有，無論如何必須記得：「你是你。堅持作你自己，最後的成功一定屬於你！」

二●內容摘錄：

「平常心」就像那三個字，是「平常有的心」，是「平常的心情。」舉個例子，你平常早餐都吃一個蛋、一塊麵包，晚上都睡七個小時覺；考試的時候，也像平常一樣睡七小時覺，早晨吃一個蛋、一塊麵包，就是有平常心。至於沒有平常心的人，可能碰上考試只睡五個小時，早上為了增加體力，多吃了一個蛋、一塊麵包，還多喝杯果汁、吃根香蕉，到了考場，又灌下一瓶雞精。結果，你猜怎麼樣？因為他的生活方式跟平常不一樣，睡得少本來新陳代謝已經不好，又吃太多東西，不習慣，反而可能在考場胃痛。「p.35、36」

三●我的觀點：

在人生的成長道路上，有風有浪，有一帆風順時的得意，也有歷經波濤洶湧，碰觸暗礁石的酸楚。每天每天迎面而來的，都是來自四面八方不同的衝擊或是挑戰，我們無法逃避，逃避不過是種虛妄的解脫。與其視而不見，不如積極地去正視它，絆腳石終有一日會成為墊腳石的。

然而，在努力闖蕩的過程中，或多或少都會遭受到不盡人意，讓人心灰意冷的挫敗。但是俗語說：「勝敗乃兵家常事。」沒有誰是永遠的贏家或永遠的輸家，如果在整個奮鬥的過程中，已經盡了自己最大的努力和最大的極限去勇敢突破重圍的話，那麼失敗就顯得微不足道，因為你已經擁有可貴的奮鬥經驗，拋開失敗與成功的枷鎖，你能享受到名與利以外，更真切的心路歷程。你也可以選擇把挫敗的經驗，一點一滴的累積，儲存起來，做為下次再出發的力量。

不過，「盡人事，聽天命。」雖說努力和實力很重要，但機運的影響也是不容小覷的。不努力絕對不會成功，但努力也不見得就會成功。所以我們不需要懷抱太強烈的得失心，倘若失敗了，就像文中寫的：「你可以坐在地上，回頭看害你跌倒的坑洞，檢討自己為什麼失敗，你可以傷心、落淚，但是一邊擦眼淚，一邊站起身，準備再次向前衝。」如果我們爲了某次的創傷，就被擊垮或是一蹶不振話，就會辜負陪在我們身旁，爲我們加油的朋友們。而當你抬頭往窗外一望，還有向我們揮手的小草；微笑的小花，所以更要有自信的再次昂首，大步向前走，畢竟太陽明日還是會從東方露出溫暖的笑臉，照耀著大地，希望和機會還是會不斷不斷朝你而來，只要你擁有活力與元氣，且保有一個隨時接收衝擊的心，隨時掌握，把握當下，我相信你就會是下一個成功的人！

在劉墉「靠自己去成功」這本書裡，所提及的不只是失敗後要怎麼站起來，在內文也提了很多有關成功的原因。成功是由許多小小動作或是個人態度，慢慢地，一步步建築起來的，像是在睡眠方面，上了高年級，會覺得時間越來越不夠用，這常常是因爲在讀書時，三心二意，東摸摸西摸摸，白白浪費了精神正好的時間，於是我們常爲了趕作業，開夜車到凌晨，卻壓縮了我們的睡眠時間。所以我們應該要讓自己「醒著的時候」快一點，不拖泥帶水，使自己能早點上床，有了充足的睡眠才會有精神，有體力去面對隔天的學習，學習效果佳，自然就可以縮短讀書的時間，達到事半功倍的效果，這一點睡眠的小技巧在如此繁忙的城市步調中，是很實際且必要的！

劉墉「靠自己去成功」這本書，用很淺白卻富含許多道理的文字，幽默風趣的筆調，談到了很多實際生活經驗，然後再從經驗中引申出道理來，其中，也常用寫故事的手法或是對話紀錄的方式，把真正的意涵呈現給讀者。我覺得這本書很適合我們這年齡看，輕鬆不拘緊的論調，使人容易接受並且有興趣的繼續看下去。這是本值得推薦的好書！

四●討論議題：

成功不能靠別人，只能靠自己。可是有句話說：「一個成功男人的背後，一定有位偉大的女性推手。」成功的關鍵的確掌握在我們的手中，但比起單打獨鬥，是不是團隊合作或身旁有個人陪你一起打拚，來得更有動力，更有成功的希望呢？我們要成功除了靠自己，是不是也最好有個人能在你身旁陪伴呢？