

## 卓越生命雙週刊

### Excel Your Life Newsletter: Jan 19 2009

讓你提升你自己的生命而發行的電郵週刊...

#### **Content:**

- I. From the eDesk of Keith To
- II. Bi-Weekly Cut & Paste: 您是否罹患了中國父母症候群？
- III. Keith's Point of View: 預測
- IV. You Can Attend: **SUPERMANager**
- V. My Personal Development Tips: **Top 5 Ways to Make Your Body Language More Impressive**
- VI. Subscribe to our "Quote for Your Soul" Service
- VII. My Free Resources for You
- VIII. Recent Posting of "Ideas & Thoughts of Keith To"
- IX. Tell a Friend

---

---

#### I. From the eDesk of Keith To

**Hi and welcome again.**

1. **新年快樂**，祝大家一年比一年，更能達成自己的目的！
2. **課程參與者的正面回饋**：最近做了一項私人調查：小弟是否一名出色培訓師，回覆者相當踴躍，小弟把部份朋友的仁慈正面回饋，記錄於小弟的網頁中，有興趣者，可往一看：  
[www.tosiufai.com](http://www.tosiufai.com)。
3. **如何應付無理取鬧的人呢？**越理會他們，等於越給予他們力量，不理他們可也！

4. **培訓師課程**：距離上次舉辦小弟的**註冊培訓師課程**，原來早已超過四年，太多朋友向小弟查詢何時再次開班，每次也只是說『稍後』，還是先還這些人情債吧！四年一度的**註冊培訓師課程**鐵定二月十二日開課。

有興趣研究如何設計令人學懂的課程的朋友，可參閱：

[www.TrainToTrain.com](http://www.TrainToTrain.com)

5. 您是否罹患了中國父母症候群？是今期 **Weekly Cut & Paste** 的文章，你是否一天到晚都在說「一切都是為了孩子」呢？如是的話，記請給自己來查一下，你是否已患上了中國父母症候群。

**Keith To**

**Explore. Exceed & Excel**

[www.keithto.com](http://www.keithto.com)

---

---

## **II. Bi-Weekly Cut & Paste: 您是否罹患了中國父母症候群？**

文：選錄自「A+ 下一個優質社會」

假呵護之名，行操控之實「一切都是為了孩子」

請東方父母 您就此高抬貴手吧！愛之適足以害之！

東方社會最常見的倫理大悲劇就是在一場父母與孩子激辯與爭論之後，激動傷心的父母總會淌著眼淚，對著滿腹委屈的孩子說：「我會這麼做，一切都是為了你啊！」接下來不論是相擁痛哭，抑或是各自心碎，這個孩子總難逃離被父母的錯愛所扭曲的人生悲劇。

東方父母 愛之適足以害之「一切都是為了你！」是許多中國父母對子女常說的話，但那其實是父母假呵護之名，行操控之實的病態犧牲，也是「中國父母症候群」（Chinese Parents syndrome）的顯著病癥。

中國父母老是把子女看成自己的財產，一心一意想要主導子女的一生，總認為子女不爭氣就是父母的失敗；而子女若能成材則是父母最大的榮耀。基於這份患得患失的憂心和企圖，使得中國父母普遍對孩子過份保護、限制太多，並且強加其個人價值觀於子女身上者屢見不鮮，殊不知這種對待孩子的方式，不但剝奪了子女獨立成長的機會，更將因此扭曲了孩子的一生。

在中國父母過度細心呵護下，「弱不禁風」似乎已成為現在台灣年輕人的最大通病。在一場管理學院師生會議上，一位女學生神情激動地責難校方的規定，她說：「星期天父母送我回宿舍，結果警衛不讓我父母進去，害我一個人得把那麼多的行李搬進宿舍？」

「這麼重又那麼遠……」面對著女學生的質問，以「顧客滿意」為經營理念的學校方面，給了相當善意的回應：「如果真的很重，可以特別允許父母的車子進入校園……」。

這件事情讓筆者感觸良深，因為那女學生口中「那麼遠」的距離，事實上是近得不可再近了，那一點點路也不肯走，真是枉費了青春年少。筆者認為台灣這一代的孩子之所以變得如此嬌弱，父母應該負起最大的責任。

台灣的生活條件是在這四、五十年來才逐漸變得寬裕，因此，父母用車子接送孩子上下學的情況應該是屬於第一代，不幸的是，只是第一代就已經被寵得不像樣了，不但體力差，也欠缺機靈的反應能力，其實，就上述那女學生所描述的情況，如果行李真的太重，設法和警衛商量一下，必能解決問題，就算真的難以通融，走一點路又何妨？難道一定要把這種小事拿到師生會議上來說？在學校生活中，其所關注的焦點就只有這些嗎？

### 學習獨立才是重要課題

筆者的女兒是在美國念私立小學，學校設置在森林之中，校園很大，基於安全考量，學校也是規定父母只能送到一

個固定的地方，就不能再進去了。這些孩子才 7、8 歲而已，不但課本重，還經常因為課外活動，需要帶其他的衣服、鞋子等，儘管如此，還是得自己走進去，尤其當冰天雪地的冬季來臨時，更是嚴苛的磨練。但人的體力原本就是靠磨練來的，人若不能吃苦，便不會耐勞，更不必說勤勞、樸實的生活了。

所以，當我看到這個女學生的個案時，格外覺得痛心，第一代就如此，將來還得了，身為未來主人翁的年輕族群，如果沒有好體力，成功的機會也就不大，那麼，國家前途還有什麼指望呢？

悉心照料孩子，表面上看來沒錯，但卻會適得其反。在孩子成長的過程中，學習獨立是最重要的課題。

我女兒是在美國長大的，在她九歲那年，由於當時我們很忙，因此就讓她隻身從香港飛到美國東部。

而當我們打電話探詢她是否平安到達時，她還很臭屁地說：「What are you worrying about?」

可見得她第一次隻身飛越半個地球這件事情本身，已經使她信心大增，很有成就感，因此，放心讓她去作，孩子就會成長，反之，如果顧得很緊，反而是在限制孩子發展的空間！

### 犧牲這一代 成全下一代？

此外，中國父母症候群的另一個症狀就是把所有的榮耀都寄託在兒女身上。如果有個孩子在國外念知名學校，那個父親就會在社交場合中眉飛色舞地談論自己的孩子，彷彿這就是他一生最偉大的成就。也就是渴望擁有這份榮耀，東方父母總會說：「一切都是為下一代！」、「我們這樣犧牲，就是為了後代！」；毛澤東也曾說過的：「犧牲這一代，成全下一代！」似乎只要聽到是為了後代，大家都能夠認同，其實這只是東方人獨特的想法。

中國父母試圖用「犧牲」的想法及作法來減少孩子在生存

競爭上的挑戰，希望孩子能低挑戰的環境下，創造高成就，其實，這是不可能的事情，因為生存的能力是靠磨練出來的，光從書本上是很難學到的。中國父母常對孩子說：「你只要好好唸書就好了，其他都別管了！」這種作法不但對孩子沒有任何好處，更是嚴重地剝奪了他們學習生存及養成獨立人格的成長機會。

在美國，哪有父母要幫孩子付大學學費的道理，十八歲以後，若要住在家裡，就得付租金，要分擔房租、水電等支出，不但對家庭要有責任感，也要懂得如何在社會上生存。

這就是典型的美國教育方式，任何事情都比不上學會如何生存來得重要。

因此，就現實的考量，美國孩子如果想要上大學，就得自己去打工、賺錢、繳學費，如此千辛萬苦才能擁有學習的機會，怎麼可能會在上課時打瞌睡？上課根本不需要點名，若有不同的意見，一定會向教師提出挑戰，有不懂的地方，也一定會問到懂，否則不是平白浪費時間以及辛苦工作才繳交的學費嗎？

東方社會的孩子，從表面上看來就幸運多了。因為東方社會的父母總認為，就算借錢也要讓孩子念大學。因此，台灣的學生大多是應父母的要求去唸書的，而且在聯考制度及父母的期望下，至少有 95% 的學生所念的不是心目中的第一志願。於是學生唸書的心態就顯得心不甘、情不願，一則是因為沒興趣，二則反正是父母送來唸書的，不想念就打混。有多少大學生都是徹夜打牌、玩樂、打電動，早上又起不了床，弄得上課遲到或乾脆蹺課，種種惡形惡狀，正凸顯了台灣教育扭曲的事實。

中國父母費盡苦心供孩子念大學，甚至幫孩子選擇了最有「前途」的科系，但卻忽略了人性的本質，那就是唯有付出，才能真正收穫；唯有發自內心想做的事情，才會激出真正的拼勁。

因此，大部分的中國父母對最後的結果都是感到失望的，

而在罹患中國父母症候群的父母所養成、教育下的孩子，不論是否做到父母的期望，都無法擁有真正的快樂！顯見這種愛的方式，只是在成就一個兩敗俱傷的悲劇而已！

往往父母的犧牲，只是為子女帶來壓力，並不會造就子女的幸福。

但是東方社會的孩子，從小就習慣聽從父母的意見去做人、做事，久了就習慣了，即使不快樂也會照做，對於人生的道路既沒有選擇的餘地，也失去了選擇的能力，也因此對生活毫無熱情，對人生充滿著許許多多的無奈與悔恨，所謂「積極開放」的人生，根本就是遙不可及的神話。

### 孩子也是獨立的個體

探究問題的癥結，那就是中國父母一直無法接受孩子也是獨立個體的這個事實，藐視孩子思想、看法或夢想，忘了孩子也有基本人權（ human right），對孩子總是處處干預，不論在學業、事業甚至是婚姻上，似乎每一件事都要讓父母覺得順心才可以，孩子不聽話，就得背負「不孝」的罪名。

當中國父母以愛為名，進行軟硬兼施的壓抑策略，如果子女同意了那份壓抑，那麼也就注定了一個扭曲、不快樂的人生；如果選擇了反叛，那麼子女將終身背負「不孝」的罪名與壓力，即使勉強擁有快樂，也難逃背後的陰影。

總之，一天到晚都在說「一切都是為了孩子」的東方父母，請您就此高抬貴手吧！放孩子一條生路，讓他們靠自己的雙手去創造一個真正屬於自己的自由、快樂、無悔的人生吧！

-----  
-----

### III. Keith's Point of View: 預測

熟悉小弟的朋友，都知道小弟每年都對香港經濟作出預測，預測的目的，在於鼓勵自己及各界友好，努力觀察，從世事變化中企圖掌握趨勢，加強自己的覺察能力。

去年的預測，除了金融海嘯外(恕小弟真的沒有這個能力)，其他的基本也能猜中。

猜錯後，檢討，就是提升自己未來觀察及預測水平的不二法門；但檢討時，我們只是**合理化**自己的失誤，還是真的在**查找不足**呢？兩者又有何分別？

把失誤推諉於**不能證實**的估計原因上，為之合理化；追查估計與現實差異的**可印證起因**，為之查找不足。

我們日常的錯失，我們事就是在合理化，還是查找不足呢？或是根本沒有放在心裡，連一丁點兒的檢討也沒有呢？

Keith To © 2009

**Explore. Exceed & Excel**

Ideas & Thoughts of Keith To: [www.keithto.ws](http://www.keithto.ws)

---

---

### IV. You Can Attend: 經營的秘訣—SUPERMANager

8 小時內完全掌握 CEO 必須學懂的、卻絕少聽聞的**營銷 (Marketing)**及**創新(Innovation)**能力。

根據備受世界各地經營者尊重推崇，當代經營學大師、管理學之父 Peter Drucker 的學說，CEO 最重要的工作，除了統領大局外，就是親自策劃企業的**營銷**及**創新**功能，**營銷**是為了今天的成功，**創新**則是為了明天的成就。

不管你已是高級行政人員，或是想希望成為 CEO，又或你的志願只是一人公司、自僱人士，你也需要顧客及生意，很多

## 卓越生命雙週刊

的顧客及生意，超卓的**營銷**及**創新**功能，明顯地就是你的必須！

本課程只作有**限量招生**，額滿即止！很可能**只辦一屆**，猶疑就會**痛失機會**！

你將學會：

1. 生意關鍵的 **X 因素**！
2. 運用**密度**、**效率**、**重生**技術於你的業務上
3. 以**胡亂詞字**來突破創新
4. 建立你的**不斷客源業務模式**
5. 設計你自己的**營銷漏斗**
6. 當然，還有太多的更多更多...

Fee: Very Expensive at HK\$10,800!

Date: **2009 年 3 月 7 日**

Time: 2:30pm-11:30pm

主辦單位: The Excel Centre (不是聖雅各福群會)

更多詳情: [www.SuperManagerSecrets.com](http://www.SuperManagerSecrets.com)

登記報名: 電郵本人留位即可 ([ask@keithto.com](mailto:ask@keithto.com)).

**特別優惠**：1 月底前報名，僅需 **HK\$8,800**，2 月 1 日以後，立即回復原價！

---

---

### V. My Personal Development Tips: Top 5 Ways to Make Your Body Language More Impressive

by Keith To © 2008

Nearly everybody understands that communication is more than just words. To impress others, the words you chose, your tonality, and your body language are all important.

Here are my top 5 ways to make your body language more impressive. You do not need any training with these 5 ways as they are just so simple, but effective.

1. **Stop Crossing your Legs and Arms.** Crossing of legs and/or arms does NOT imply defensiveness. But sadly most people think so.

2. **Reduce Touching your Face.** This makes people thinking you are nervous. This also distracts others' attention.

3. **Move back your Shoulders.** When you feel tense, you tense up your shoulder. People can easily notice this. Intentionally relax them and move them back a bit. This radiates confidence!

4. **Put anything away from your Lap.** When we are nervous, we put something on our lap and we then feel better. People won't be impressed by anyone who seems to be nervous.

5. **Put Your Hands in a Natural Position.** Most people find it difficult to find a place to put their hands. With more in-depth knowledge about body language, it seems that every hands-position has a problem. Put them in a natural position. The easiest way to do is to hold something relevant to the situation. It can be a pen or a piece of document!

Want to learn something more about using Body Language to impress: [www.BodySpeakSystem.com](http://www.BodySpeakSystem.com)

#####

This article is written by [Keith To](#), Authorized RCC Instructor of the [Worldwide Association of Business Coaches](#). Keith works with successful people and helps them to achieve even more in their lives, their careers and their businesses.

-----  
-----

## VI. Free Quote for Your Soul - Kick-start Your Day with a Great Quote

**Quote for Your Soul** is a great free service from [www.keithto.com](http://www.keithto.com). The service is absolutely Free. Everyday you receive a great quote of great people from me through email. The quotes are inspiring and energizing.

Subscribe simply by sending a blank email to [quote4soul-subscribe@yahogroups.com](mailto:quote4soul-subscribe@yahogroups.com). You will be glad to do so.

---

---

## VII. My Free Resources for You:

**Ideas & Thoughts of Keith To**：如果你有興趣了解我的看法，或想每隔數天就能收到我的有關 NLP，催眠，專業教練，輔引學的文章，不妨到 [www.keithto.ws](http://www.keithto.ws) 一看，你更可發一空白電郵至 [keithto-subscribe@googlegroups.com](mailto:keithto-subscribe@googlegroups.com)，當我加進新文章時，你即可以電郵立即收到。

**Weekly Pic. for Your Mind**：本人另一最新免費服務，當你登記以後，每週你將收到有趣圖片一幅，她或許能給你一點洞悉！登記請發空白電郵至：  
[weeklypic-subscribe@yahogroups.com](mailto:weeklypic-subscribe@yahogroups.com)。

---

---

## VIII. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To

### 齋口不齋心？

最近看了梁文道先生的一篇文章，談到有些人認為出家人吃齋，但仍吃著那些什麼齋燒鵝呀、齋乸燒呀、齋鹵味呀，實在要不得，還認為他們齋口不齋心！

梁兄文中認為，出家人在吃齋燒鵝、齋義燒、齋鹵味時，心中有沒有想著要殺死那些鵝、豬、雞、鴨呢？應該沒有吧，那又如何齋口不齋心呢？

他更認為，批評者自己是否已是齋口又齋心呢？自己也不及人家，卻肆意批評別人，這些人更是要不得也。

小弟撫心自問，小弟確曾也有這種罵人齋口不齋心的想法，想深一層，名字而矣，單憑名字/標籤就批評人，況且自己也做得不及人，慚愧也！

© 2008 by Keith To (Posted on Dec 25 2008)

Go to [www.keithto.ws](http://www.keithto.ws) to see all my other articles!  
Or you can send a blank email to [keithto-subscribe@googlegroups.com](mailto:keithto-subscribe@googlegroups.com) to receive my new articles whenever they are available.

---

---

### [IX. Tell a Friend](#)

Please kindly help us by introducing your friends to our newsletter by a simple 3-steps procedure.

1. Tell your friend about this free newsletter. You can forward this email to them.
2. Ask him/her to register by sending a blank email to [excelcentre-subscribe@yahogroups.com](mailto:excelcentre-subscribe@yahogroups.com).
3. Then, please email me with his/her email address at [keithto@keithto.com](mailto:keithto@keithto.com).

To thank for your help, we have arranged a free gift for you. After you help us to refer a friend to our newsletter, you will get

a **Free Ebook, As a Man Thinketh**. This is a fantastic book written by James Allen nearly 100 years ago.

The teachings in this book had influenced so many contemporary writers like **Norman Vincent Peale, Denis Waitley and Tony Robbins**. It is difficult to find this book in bookshops nowadays, You can get it free by just introducing one friend to our newsletter.

Keith To

***Explore, Exceed, & Excel***

[www.keithto.com](http://www.keithto.com)

[ 請轉寄本雙月刊電郵給你的家人及朋友，他們肯定會感謝你對他的支持 ]

[ 如果本雙月刊是你的朋友轉寄給你的，你只需發一空白電郵至：

[excelcentre-subscribe@yahogroups.com](mailto:excelcentre-subscribe@yahogroups.com)，即能為自己訂閱 ]