

## Excel Your Life Newsletter: Nov 24 2013

讓你提升你自己的生命而發行的電郵月刊...

本期月刊的PDF版本，可點擊

<http://www.excelcentre.net/excel11-13.pdf> 下載

目錄：

- I. From the edesk of Keith To
- II. Monthly Cut & Paste: 天很黑的時候，星星就會出現！
- III. 我的觀點: 唔知掙！Part 2—位置不同，條件有異
- IV. Ideas & Thoughts of Keith To: 協作

### I. From the edesk of Keith To

Hi,

1. **使其容易 Make It Easier**：2013年，小弟課程的主調是『容易』，這只是一個開始。不能得到更大的成果，往往是由於我們**遇難而退**，退慣了，連退了也沒察覺，還抱怨上天為何不給自己更多機會！

**遇難而退**，不是**知難而退**，『知』是察覺了，明白了，知道了那個『難』真的非自己所能，然後有意識地決定保留實力，另取他途。『退』是小弟最常用的策略，無需為者、不能為者，不可為者，退之可也，絕不糾纏。

當然論語有說『知其不可為而為之』，但聽人提到這句，小弟總是覺得，內裡有太多的無可奈何，太多的偏執逞強。

但孔子不是這樣的，而這句話也不是孔子自己說的，只是旁人對孔子的描述。孔子一生，示範的就是『知其不可為而為之』，但這個漫長示範，卻是『可為之』的事啊！

以孔子的智慧，又怎會不懂得去區分『可為』與『不可為』，否則就沒有『四十而不惑，五十而知天命』之說了；只是太多人不管可為或不可為，早就決定不為，人又怎能修身、齊家、治國呢？

2014年，小弟的主調，將由『容易』，演進為『使其容易』；先知其難，再使其容易，如此，我們便更能由『知其不可為而為之』，進化為『知其可為而為之』了。

**2. 2014年課程概略：**使其容易，一是**消失其難**，難不在，難自變易；二是**集眾之力**，力增大，難相對易。

要**消失其難**，先要找到最難，最難者莫過於**誤解自己**，[自我啟示學](#)是一個極速秘訣，來發現自己別人的性格傾向，課程中我們更會去研究經典的容格性格分類學；[命運重整工程](#)是一個以更廣更深的角度，來探索多種性格形態學，其中包括MBTI、Enneagram及 240 Personality Types，並以系統式思維來整合，讓人更輕易地掌握的更快更多。

要進一步瞭解自己別人，除了性格以外，我們更可從筆跡分析入手，[潛意識筆跡分析學](#)是通過研究人的筆跡習慣，來察知其潛意識傾向。[Master NLP Practitioner課程](#)讓人更瞭解自己的無意識 Programs，瞭解以後，**Mastering**掌控 自己就變得輕而易舉。

**消失其難**，使其容易，正正就是[註冊個人發展輔引師課程](#)的要義，困難令人向下沉淪，容易促使向上提昇，你會從這個課程中掌握去難化易的原理、方程式與策略，去難化易不只是應用於他人，更應用於己

身，與人共同向上提昇，遠離向下沉淪。

單靠自己，力量有限，要使其容易，大可以集眾之力，**[Symbolic Explore](#)**心象探尋法是促成協作的一種創新技術，心象探尋法讓你協助他人以更少時間，更具深度與廣度地探索任何問題，作出更好更快的決策；在這個找尋的過程中，眾人能協力地共創最佳方案。

**[NLP Lifenchancers NLP人生昇鍊](#)**已是第二年度舉辦，去年我們講解了以 NLP 的角度，設計的多項促進提昇人生質素的『配方』，今年多加一節課程，新增的『配方』將以如何促成與他人合作為主要目的。

更多詳情：[www.excelcentre.net/2014](http://www.excelcentre.net/2014)

3. **[高階心智描繪學 Advanced Mind Drawing](#)**：你將學懂以畫結解思結的心智描繪學高階原理，同時又學會運用 **Zentangle** 高級技法，繪製更多更富創意、更具美學觸覺的 **Zentangle** 作品。

以結解結，令你腦筋更為靈活、思維更為快捷、察覺更為敏銳；平常已有鍛練 **Zentangle** 的同學，高階課程中的大量最新 **Patterns**，能令你的創作，如虎添翼，描劃起來更為得心應手；久未執筆的同學，高階課程將是你的最佳重拾畫興之舉，把丟淡了的畫藝，復還精湛。

課程日期：Jan 9, 16 2014

更多課程資訊：[www.AdvancedZentangle.com](http://www.AdvancedZentangle.com)

4. **[心象探尋學 Symbolic Explore](#)**：這是一個小弟研究五年的成果！**Symbolic Explore**心象探尋法讓你協助他人以更少時間，更具深度與廣度地探索任何問題，作出更好更快的決策。她適合任何情境，她

能促進商業、個人、教育、家庭的解難與創新；面向一個人，小組，又或大型團隊，同樣也能發揮效果。

心象探尋法自己本身是一套完整的襄助他人獨立技術，並大大有別於小弟曾講授的任何方法；她更能結合教練、輔引、輔導、培訓、管理與領導，大幅擴大原有技術的效益。

開課日期：Jan 25 2014

課程更多資訊：[www.SymbolicExplore.com](http://www.SymbolicExplore.com)

5. **註冊個人發展教練課程Registered Personal Coach**：縱觀我們三個註冊教練級的課程，不少已全修讀三個課程的同學，都認為這個是最艱深的一個，因為你將要深入地學會如何助人，掌控自己的人生！

曾修讀註冊企業教練，或註冊事業發展教練的同學，可獲半價報讀優惠！

開課日期：Jan 23 2014

課程更多資訊：[www.excelcentre.net/rpc](http://www.excelcentre.net/rpc)

6. **轉載文章**：『天很黑的時候，星星就會出現！』又是另一個很老套的故事，既然老套，為何轉載？因為小弟喜歡她當中很老套的這一句：『一個人，不求改變，就一定會失敗呀！』。

Keith

**Explore, Exceed & Excel**

## II. Monthly Cut & Paste: 天很黑的時候，星星就會出現！

作者: 不詳

曾在報上看過一位署名「老講」的讀者提到，英文中的 **stressed**（壓力），與 **desserts**（甜點）兩字，有很微妙的相關。

是什麼相關呢？仔細一瞧，好像沒什麼關係嘛！可是，再看一下，咦，**stressed** 這個字從後面倒過來拼寫，不就是 **desserts** 嗎？所以，「**Stressed is just desserts if you can reverse.**」（壓力就是甜點，只要你能逆向觀看。）

哈，這真是有趣的妙論呀！人生之中，有許多「壓力、挫折」，但只要轉個念、換個角度看，它也就是我們生命中的「甜點」呀！

此外，也有人說：「人生就像一碗飯，一半是甜的，一半是苦的，你不知道會先吃到哪一邊，但終究必須把飯吃完。」

是呀，生命有甜、有苦、有酸、也有辣；但都必須去經歷它、走過它呀！

在北京清華大學的學生餐廳，有一位二十八歲的饅頭師傅小張，他雖然所受的教育不多，每天都在食堂裡做饅頭，辛苦工作十一個小時，但在休息時間，他自學英文，也把握各種機會開口說英語，結果，他的托福成績考了六百三十分。

小張說，他第一次開口說英語，是幾個學生在等著拿飯時，等急了，他就脫口而出：「**Would you please wait for a while? Thank you for your patience.**」（請等一下好嗎？謝謝你的耐心。）

小張這麼一說，在場的學生都大吃一驚哪，這個饅頭師傅竟然會說英語？

可是，這真的是他自修英語的成果呀！

小張說，他有三個夢想：「一是出國唸書，二是寫書，三是當一名新聞記者。」

他又說：「一輩子總要出一次國，人生才完整。」

如今，很多清大學生特別跑到餐廳，來一睹托福高手、會說英語的饅頭師傅；而小張也說：「我是一個敢於作夢的人！敢在賣飯窗口大膽地說英語，就是對我自己的最大挑戰！」

哇，我真是感動！一個人「輸在起跑點」又何妨？人生路很漫長，只要「變」，就能「通」呀！

一個人，不求改變，就一定會失敗呀！

所以，曾有一前輩說：「在天很黑的時候，星星就會出現！」

的確，在逆境中、在黑暗沮喪的心情中，只要勇敢地用腳把憂鬱踢走，那麼，星星就會出現，人的生命，也就會「發現光明」啊！

把聰明用出來，加油！

### **III. 我的觀點: 唔知掙！Part 2—位置不同，條件有異**

有一家零售店，生意滔滔，皆因她供應商眾多，以致貨品齊全；她旁邊另有一店，可惜與她南轅北轍，供應商寥寥可數，貨品來來去去，也就只得那三兩種。

前者貨品著實太多，供應商如要增加供貨品種，必須先撤換原有項目，以作交換，以免擠迫混亂。

後者見人家制度秩序井然，罔顧自己情況，又要她僅有的供應商依樣葫蘆，結果新貨無法上架，供應商也意興闌珊，逐一離去，最後結業收場。

以上不是一個故事，而是活生生**每天也在發生的現實**，不過主角未必是什麼商店，而可以是任何的一所機構、一家企業、一個家庭、甚或是一個人，他們共通之處只有一個，就是『唔知掙』了！

[前文](#)提到的『唔知掙』，指的是**位置不同，角色有別**，然而不同位置，也同時帶來**條件上的差異**。

別人做的，未必適合自己，但是我們老是想著去參照別人的方法，相互條件的差異，往往導致功敗垂成，這就是所謂的**各有前因**了。

#### **IV. Ideas & Thoughts of Keith To: 協作**

前文[集體協作，最沒創意！](#)提到『協作』一詞，朋友來電郵識問：什麼是『協作』？

協作者，**協力創作**也。

**創作並不是創新**，因此並非與設計、科技、藝術必然相關；創作只是**產生**而矣，你可與你的家人，協作產生一個和諧的家庭，也可與你的同事，協作產生一個有效益的部門，又或一個新的制度。

協作並不局限於團隊合作，但團隊合作的關鍵在於協作是否存在；你教導、指導、培訓一伙人，你與他們之間，也是協作，你在與他們協

力產生知識、方向與技術。

協作也並非必須是一群共同合作，兩個人也是協作，重點在於是否協力產生一事物；甚或你教練、輔引、輔導一位客戶也是協作，這是你與他之間的協作，相輔相成地產生了理解、方法或解決。

協力創作**難處**不在**創作**，而在**協力**；能協力，創作自然水到渠成，皆因你在同時運用了多個一個腦袋的處理能力，但如何才能協力呢？

不協力的主因，大眾皆認為是眾人各懷鬼胎，當然難於坦誠合作；每個人有不同的目的，這是現實，但現今世人，會不知合作的本義，就是要同時能達成各人與大眾的目的嗎？大家不能合作，皆因沒有一套**共融的溝通機制**，結果最經常發生的情境是：各人與大眾的目的也未能弄清，那又怎能同時達成呢？

這套**共融的溝通機制**，即是小弟[前文](#)所說的不同的協作形式了。

一套有效的**共融的溝通機制**，其一必須能讓協作者**容易表達**自己的目的與關注；個人的目的，很多時也難以宣諸於口，害怕被人標籤為自私、無聊、自我中心等等也；其二更需是讓人毫不費力便能掌握的**共通語言**，這套共通語言，就像電腦間的連線，輕易地便能掌握對方的思維，無需雙方吃力地表達、竭力地理解。

協作便是大家能從容地在這套**共通語言**中互動，力量不是耗費於溝通中，而是全力投放在停作上，這樣的話，創作焉能不輕而易舉？

協作更不限於人與人之間的合作，**自己本身**也是一個協作！

能與自己協作，自能提昇自己的效益；如何做到？下回分解。

本文原刊登於：[www.keithto.ws](http://www.keithto.ws) 2013 年 11 月

Keith

**Explore, Exceed & Excel**