

卓越生命月刊：Dec 23 2009

讓你提升你自己的生命而發行的電郵月刊...

目錄：

- I. From the edesk of Keith To
- II. Bi-Weekly Cut & Paste: 種花的郵差
- III. Program You Can Enroll : **ETC Level 2**
- IV. My Personal Development Tips: **Top 5 Ways to Use Your Mind**
- V. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To : **NLP** 中的語言部份
- VI. 我的觀點：什麼是既包含，又包含

I. From the edesk of Keith To

Hi,

1. **聖誕快樂**，一年容易又聖誕（有這句說話的嗎？是但啦！），大家也知道，聖誕節除了是紀念耶穌誕生外，也同時是在紀念天主/上帝給予世人的一項救贖，當然，不是我們每一位也是教徒，但是，我們也可以給予自己另一種更生救贖，每年在這一天，不妨放棄一種**障礙自己的習慣**，開始另一種**幫助自己向前的新習慣**，我想你我也可以做到！

2. **新年發展**，不是新年進步嗎？發展當然比進步更進步吧！本月剛完成了小弟籌備十年的最新課程—**發展動力學Developmental Dynamics**，那是小弟多年研究所得，能與和同學分享，可以就是小弟給了自己最好的聖誕禮物，特別是小弟還未說要辦 **Level 2** 課程，已有好幾位同學向我查詢了！

你有沒有為自己來年的發展，做過什麼打算呢？

3. 今期的文章—[種花的郵差](#)，繼上個月的郵差故事，再為大家送上另一個平凡的郵差故事，很明顯，這個故事跟上月的最大不同之處，就是這是一個虛構的故事，而且其寓意明顯得很，但我卻覺得也非常不錯，為自己要行的路種花，不是很好的主意嗎？你又有沒有為自己的路種花呢？

Keith

Explore, Exceed & Excel

II. Bi-Weekly Cut & Paste: 種花的郵差

作者：Unknown

有個小村莊裡有位中年郵差，他從剛滿二十歲起便開始每天往返五十公里的路程，日復一日將憂歡悲喜的故事，送到居民的家中。就這樣二十年一晃而過，人事物幾番變遷，唯獨從郵局到村莊的這條道路，從過去到現在，始終沒有一枝半葉，觸目所及，唯有飛揚的塵土罷了。

「這樣荒涼的路還要走多久呢？」

他一想到必須在這無花無樹充滿塵土的路上，踩著腳踏車度過他的人生時，心中總是有些遺憾。

有一天當他送完信，心事重重準備回去時，剛好經過了一家花店。

「對了，就是這個！」

他走進花店，買了一把野花的種籽，並且從第二天開始，帶著這些種籽撒在往來的路上。

就這樣，經過一天，兩天，一個月，兩個月……，他始終持續散播著野花種籽。沒多久，那條已經來回走了二十年的荒涼道路，竟開起了許多紅、黃各色的小花；夏天開夏天的花，秋天開秋天的花，四季盛開，永不停歇。

種籽和花香對村莊裡的人來說，比郵差一輩子送達的任何一封郵件，更令他們開心。

在不是充滿塵土而是充滿花瓣的道路上吹著口哨，踩著腳踏車的郵差，不再是孤獨的郵差，也不再是愁苦的郵差了。

III. Program You Can Enroll: 人生經營者思維課程第二階 – Ahead & Beyond 向前與超越

想通，才能想到，想到更多，才能想通！世上沒有掌握比思維技術更重要的技術，沒有比投資於自己的大腦獲取得更大回報！

如果你已修讀了本課程的**Level 1**，你自會察覺她已讓你想得更快、更多、更準、更中，**Level 2** 將更進一步，要你想得更**完滿**、想得更**深藏**、想得更**前端**！

如果你未曾修讀**Level 1**，可能你仍未能體會到，想得更快、更多、更準、更中為你帶來的好處，以及其奧妙，那麼，參與學習**Level 2** 將讓你親身體會得到！

全新資訊，**全新技術**，你絕不能在其他地方學到，絕對不是那些老生常談的所謂思維技術！每一項你將學到的技術也能令你受用一生，你只需運用其中任何一項，即能想得更多、更闊、更深。

日期：2010年2月6-7日

查詢及留位：ask@keithto.com

詳情：<http://www.ExecutiveThinkingCourse.com>

IV. My Personal Development Tips: Top 5 Ways to Use Your Mind

如何思維？如何用腦？這不是本文要說的要點，我只想談及的是如何**控制自己的思維**，來令自己生活得更開心、更自由。

1. **想你想想的**：只想你希望想的人事物，你是你自己思維的主人嘛！
2. **不想你不想想的**：不想想的，就告訴自己停止想它！
3. **想，當你想想**：當你想想時，你就開動你的腦袋！
4. **不想，當你不想想**：當你不想想時，你當然能夠像電腦般，把它進入休眠狀態，好好休息一下吧！
5. **察覺自己在想**：連自己是否在想、以及在想什麼東西也攪不清楚，還談什麼思維！

V. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To

NLP中的語言部份

Neuro-Linguistic Programming 身心語言程序學，顧名思義，可有三處不同的**著手點**，亦即**身**、**心**及**語言**來影響自己或他人的**身(行為)**、**心(思維)**及**語言**。

大多數人把 **NLP** 重點聚焦於身及心，但前者的技術，很多時用起來較為突兀，後者則難於觸摸掌握，故學者多，用者少，誠可悲也。

至於**語言**，很多朋友誤以為只得『語言模式』可用，查語言這一部份，以 **NLP** 英文名稱原意，實佔了整個學問整整二份之一，只可惜 **NLP** 源自英語世界，不同語言，受者不同文化影響，語法、語義、語用、修辭亦不盡相同，絕不能搬字過紙，照版煮碗。

管你是師承什麼紅鬚綠眼外國大師，**NLP** 放諸於中文時，運用起來則截然不同，舉一簡單例子，近日乘搭地鐵時，聽見列車廣播，你說下列那一句聽得更令人舒服呢：

請各位乘客落車
各位乘客**請**落車

記著，小弟說的是聽起來更舒服，而不是更順耳，其中一句，已經聽了十多年，肯定更為順耳，但那一句更令人舒服呢？

換一個講法，可能你更能察覺：

請各位朋友上座
各位朋友**請**上座

那一句呢？

只是其中一字位置不同了，卻引致不同的感覺，這是 **Linguistics** 中的語法差異 (**Syntax**)：日常運用**NLP**的**語言**部份，反正我們就是要以說話來溝通的，用了也不會因此多花氣力，而且也不易被人察覺，這才是上乘之選啊！

Source: www.keithto.ws

Keith To (Posted on: Nov 29 2009)

VI. 我的觀點: 什麼是既包含，又包含？

在包含與排除一文中說到，要能真的做到突破發展，就是要既包含，又包含！

有朋友問我：什麼是既包含，又包含呢？

當我們要注意一項事物，我們就得忽略另一項，得一而失一，那會是什麼發展進步？

當我們能同時注意兩項不能並存的事物時，這種同時性，就是發展的基礎。

簡單地說，我們能否同時察知黑白、同時貫穿真假？

Keith

Explore, Exceed & Excel