

## TED-Ed：熱情的力量

---

上週與各位分享了 Richard St. John 所研究出的八項成功特質，而這八項特質中最重要的就是「熱情」！這次的影片中，Richard St. John 將更詳盡的分析並分享追隨熱情而成功的故事、熱情與工作的關聯、找尋熱情之道、以及成為億萬富翁的方式！

<https://www.youtube.com/watch?v=tNu6on8dk2o>

熱情能使一個平凡無奇、甚至被社會低估的人，在某個領域綻放最耀眼的光芒！

首先，我們所知的許多名人，例如演員羅素克洛、天文物理學家 Jaymie Matthews、作家 J. K. Rowling、以及運動家 Michael Phelps，都是追隨著自己的熱情、在特定領域發揮長才後才成為家喻戶曉的人物的。而 Richard St. John 不只分享大人物的經驗，他也在訪談一般民眾時發現，傑出的人士都對自己的職業保有極大的熱忱！歷史學家 Margaret Macmillan 說：「我終其一生都在做我喜歡的事。」公車駕駛 Carlos 則說：「我愛我的工作，而這使我四年內只缺席過三天！」牙醫 Izzy Novak 則說：「我無法想像一個不當牙醫的人生！」

若是沒有「熱情」這份驅動人們全心全意投入特定領域、要求自己並臻至完美的原動力會如何？而我們又要怎麼辨識出它的存在呢？

美國奇異公司（General Electric）的 CEO Jack Welch 說：「我不是『喜歡』這工作，我『熱愛』它！」WorkCard 的首席顧問 Kathleen Lane 則說：「做一個你所熱愛的工作 15 小時可不會造成壓力；而是做一個你討厭的工作 15 分鐘！」演講中，Richard St. John 更舉了數個例子，詳盡的依照熱情所投注的對象將熱情分為：對專業技能的熱愛、對特定人群、對某樣產品、或是一個特定領域！銷售吸塵器的 James Dyson 就說：「我會愛著吸塵器直到我死去的那天！」當然，有時候人們為了從事自己所熱愛的工作，必然會遇到一些不怎麼和自己胃口、卻非處理不可的事物；Richard St. John 給大家的建議則是：確保你熱愛的工作內容佔全部的 80%，而那些不喜歡的部分只佔 20%!

相信各位現在一定迫不及待地檢視自己的工作與生活，思索你是否將生命投注在熱忱上了吧？然而，長期被社會價值和教育體制所捆綁的我們必然會在此刻面臨一個龐大的挑戰：「我想拋下此刻這個我不熱愛的工作，但我卻不知真正的熱情在何處！」

Richard St. John 鼓勵大家：別緊張！也許有少數人能從小便立定志向、明瞭自己的渴望；但大多數成功找到熱情所在的過程都是蜿蜒崎嶇的！

甚至，有些人是在不知不覺中遇上的呢！嘉信理財（Charles Schwab）的 CIO Dawn Leopore 就說：「在我一不小心陷進這領域之前，我根本不知道我會如此喜愛它！」

尋找一個你的熱忱作為此生志業就像尋找伴侶一樣，有時我們就是得經歷過無數次糟糕透頂的約會，才會遇到那個對的人吧！

暢銷童書作者 Robert Munsch 分享到：「我曾學習神學，但牧師之路卻變成一場災難；我也曾在農場工作卻無法獲得青睞；我試圖在船上工作，那艘船最後沈了。然而，在這麼多次失敗的嘗試後，我並沒有放棄，最後我終於找到一件能做得還不錯的事！」因此，千萬別因為幾次的失敗就裹足不前，也別因為旁人的冷言冷語就半途而廢；**持續不斷的嘗試所有曾有過的夢想**，才有可能在這一生結束前感受到那份熱情才有辦法帶來的振奮與喜悅！

若是各位讀者左思右想，認為「成為億萬富翁」才是你此生的目標，那麼請聽聽 Richard St. John 的建議！

美國一項針對研究 18-25 歲青年的研究指出，有 81% 的青年認為生命首要或次要目標是成為百萬富翁；但卻沒有一個已經成為百萬、甚至億萬富翁的人，把金錢當作生命的首要目標！他們追隨的是興趣與熱忱、而不是一般的社會價值所尊崇的金錢與權力！

舉例來說，當比爾蓋茲創立微軟時，他和共同創辦人 Paul Gardner Allen 從未想過要藉此大賺一筆：「我們只不過是喜愛撰寫程式而已。」而 J.K. Rowling 也並非先設定了「成為暢銷小說作家」後才寫出哈利波特，而只是單純的喜歡寫故事所帶來的樂趣，並希望透過寫作「賺取足夠的生活費」好讓她繼續寫作！我們通常只看見成功者努力後的成果，卻從未參與他們在發達之前的努力；若去檢視他們走上成功之道的經歷與心境，我們可以清楚看到，金錢從不是這些成功人士最初所追尋的人生目標！

電影及小說《蘭花賊》中，曾對「熱情」有這麼一段精闢的比喻：每一個造型特殊的蘭花品種都演化出一種獨特的動物為之授粉，而昆蟲追隨著貌似同類型體的蘭花、與它跳起愛的舞蹈；不管是花或昆蟲都僅只是追尋自己的天性，卻使得這世上最繽紛美好的生命力與景色綿延不絕！

曾經被認為是發展遲緩的小孩、長大後成為專利技術人員的愛因斯坦，利用空閒時間追尋他所熱愛的物理學，寫出了四份物理學界最重要的論文、奠定了現今科學的基礎，也因此成為至今最重要的科學家，而他所做的不過是追尋自己的熱情！唯一的度量衡不是他人的標準，而是你的心；當你找到生命的熱情時，任何人事物都沒有辦法阻擋你！

# 「人生・工作的結果」=「思考方式×熱情×能力」

- 2010-03 Cheers 雜誌 114 期
- 作者：編輯部 <http://goo.gl/HUQBS4>



只要從這個方程式著手力行，上天一定會許給你一個結果纍纍的美麗人生。

稻盛和夫素有日本「經營之聖」的美譽。27 歲創辦日本京瓷（Kyocera），現在是年營收高達 130 億美元的日本電子大廠；52 歲創辦第二電電（KDDI），2000 年時，與國際電信電話（KDD）及日本移動通信（IDO）合併為 KDDI 電信集團，目前排名全球前 500 大企業，78 歲的稻盛和夫至今仍擔任最高顧問。連日本首相鳩山由紀夫面臨日本航空公司（Japan Airlines）破產的燙手山芋時，唯一想到的救兵，也是請託稻盛和夫出馬。

於是今年開始，稻盛和夫又多了一項新頭銜——日航執行長。經營哲學被日本企業奉為圭臬的稻盛和夫，進入職場初期，卻是一連串不順遂的道路，他憑藉努力與熱情，不但走出黑暗，更扭轉自己的命運。這些珍貴的經驗都在《天下》雜誌 3 月出版的《稻盛和夫工作法》一書中揭露。《Cheers》雜誌搶先刊登精采書摘，讓讀者先睹為快。

我的工作觀以及人生觀可以用一個「方程式」來表示：

**人生・工作的結果=思考方式×熱情×能力**

## 為什麼我會歸納這樣的方程式？

因為我從考國中到考大學，乃至於出社會後的就職考試，沒有一個如願，於是我不斷思考：「像自己這樣平凡的人，如果要過精采美麗的人生，到底需要什麼？」環顧四周，我發現有人不斷成功，有人則屢屢失敗。我心想：「為什麼世界上有人生一帆風順的人，也有處處碰壁的人？」從這些思考出發，在我成立京瓷後沒有多久，我便想到這個方程式，之後奉為圭臬。光是自己努力實踐還不夠，每當有機會，我都會苦口婆心地對員工們闡述它的重要性。

這個方程式是由「能力」、「熱情」和「思考方式」3個要素構成的。

所謂「能力」，指的是父母或上天的賜予。帶著優異的資質出生，對走在漫漫長路的人們來說，像一開始便獲得極大的資產。如果用分數來表示這種天賦的「能力」，因為其中有個人差異，所以分數範圍是從0~100分。這個「能力」要乘上另一個要素「熱情」。

所謂的「熱情」，可以換成「努力」。下從毫無幹勁、自甘墮落的人，上至對人生和工作充滿火燄般熱情的人，這其中有明顯的個人差異，所以分數範圍也是從0~100分。不過，「熱情」是可以由意志決定的。長久以來，我都企圖將「熱情」發揮到最大極限。現在，我試著用分數來說明「能力」和「熱情」。

有個人身體健康、頭腦聰穎，「能力」上是90分。但是如果他過分相信自己的才能，心生懈怠，他的「熱情」就只有30分。也就是說，這個人是「90分的能力」乘上「30分的熱情」，所以得到的結果是2,700分。相對的，假設另一個人認為能力只有60分左右，但正因為沒有出類拔萃的才能，必須拼命努力，「60分的能力」乘上「90分的熱情」，就是5,400分。比起前一個人，反而能創造加倍的結果。

這個方程式最後還要再乘上「思考方式」。而且「思考方式」最重要。

有別於「能力」和「熱情」，「思考方式」有從負100~正100分的極大振幅。舉例來說，對辛苦甘之如飴，希望「兼善他人」的思考，就是「正面」的思考方式；相反地，對世界冷眼旁觀，忌妒他人的思考，則是「負面」的思考方式。

因為這方程式是乘法，有正面的思考方式，人生、工作的結果就會變成更高的正值；要是負面的思考方式，不但數字一口氣逆轉成負值，而且愈有「能力」、或是「熱情」愈強烈的人，愈會在人生和工作上造成龐大負值，徒留無限遺憾。

只要從這個方程式著手力行，上天一定會許給你一個結果纍纍的美麗人生。

# 看完這 15 句名言，就燃起自己的熱情出發吧！

編譯 / 王紫妍

我對電子商務有熱情，我對投資理財有熱情，我對和家人相處有熱情，我愛看球賽、喜歡攝影、熱愛閱讀，每個人都對不同的事物感到熱情。那麼，你對什麼充滿熱情呢？

熱情，是推動我們前進的動力，讓生活充滿意義、快樂、興奮與期待。你想完成什麼事，熱情都是你最有力的推手。所以，想同時獲得快樂與成功、過更好的人生，或許你該去尋找你熱情的所在。

以下是一些和熱情有關的名言，希望這些名言為你的人生帶來一些啟發：

1. 「每一個偉大的夢想都由一個夢想者開始。永遠記得，你內在有力量、耐心與熱情，去完成壯舉、改變世界。」——哈莉特·塔布曼 (Harriet Tubman)，美國傑出黑人廢奴主義者

"Every great dream begins with a dreamer. Always remember, you have within you the strength, the patience, and the passion to reach for the stars to change the world."

2. 「如果安於現狀，生命就會失去應有的熱情。」——曼德拉 (Nelson Mandela)，前南非總統

"There is no passion to be found playing small—in settling for a life that is less than the one you are capable of living."

3. 「開發你對學習的熱情，你將永遠不會停止成長。」——Anthony J. D'Angelo，作家

"Develop a passion for learning. If you do, you will never cease to grow."

4. 「熱情就是能量。專注於令你興奮的事情，你就能感受到那股力量。」——歐普拉·溫芙蕾 (Oprah Winfrey)，美國電視脫口秀主持人

"Passion is energy. Feel the power that comes from focusing on what excites you."

5. 「如果熱情驅策你，那就讓理智握住韁繩。」——富蘭克林 (Benjamin Franklin)，美國政治家

"If passion drives you, let reason hold the reins."

6. 「我們必須先把熱情表現出來，才能感受到熱情。」——沙特 (Jean-Paul Sartre)，法國思想家、作家

"We must act out passion before we can feel it."

7. 「很明顯地，我們無法向沒有經歷過熱情的人解釋熱情，就像我們無法向盲人解釋光。」——托馬斯·艾略特 (T.S. Eliot)，英國詩人

"It is obvious that we can no more explain a passion to a person who has never experienced it than we can explain light to the blind."

8. 「沒有什麼比熱情更重要了。無論你的人生想做什麼，帶著熱情去做。」——瓊·邦喬飛 (Jon Bon Jovi)，美國搖滾樂團主唱

"Nothing is as important as passion. No matter what you want to do with your life, be passionate."

9. 「你無法裝做熱情的樣子。」——芭芭拉·柯克蘭 (Barbara Corcoran)，美國投資家、顧問、專欄作家

"You can't fake passion."

10. 「你必須對一個想法、一個問題、或改正錯誤感到熱情。若你一開始沒有足夠的熱情，便無法堅持到底。」——史蒂夫·賈伯斯 (Steve Jobs)

"You have to be burning with an idea, or a problem, or a wrong that you want to right. If you're not passionate enough from the start, you'll never stick it out."

11. 「是的，在我所有的研究中，偉大的領導者會反省自身，並能夠說出充滿真誠與熱情的好故事。」——迪巴克·喬布拉，印度裔美國作家

"Yes, in all my research, the greatest leaders looked inward and were able to tell a good story with authenticity and passion."

12. 「如果你覺得某件事你必須去做，而你對此又有熱情，那麼別再想了，快去做吧。」——汪達·賽克斯，美國作家

"If you feel like there's something out there that you're supposed to be doing, if you have a passion for it, then stop wishing and just do it."

13. 「如果你不愛你做的事，你不會帶著信念與熱情去做它。」——米婭·哈姆 (Mia Hamm)，美國女性足球運動員

"If you don't love what you do, you won't do it with much conviction or passion."

14. 「靈魂的責任，是忠於自己的渴望。但在主人"熱情"的面前，它也必須拋棄

自己。」——瑞貝卡·維斯塔 (Rebecca West)，英國作家

"It is the soul's duty to be loyal to its own desires. It must abandon itself to its master passion."

15. 「我沒有特殊的天份，只是熱切地充滿好奇。」——愛因斯坦 (Albert Einstein)

"I have no special talents. I am only passionately curious."

想一想，你對什麼有熱情，然後一分鐘都別蹉跎，立刻朝著這熱情的所在出發吧！

原文出處 [/Inc.](#)

# 我很髒，我是快樂工作人

- 2013-05-01 Cheers 雜誌152 期
- 文/陳雅琦 <http://goo.gl/TQjxfW>



旅遊節目的訴求通常是亮麗的畫面和人物，但來自美國的主持人麥克·羅（Mike Rowe），總是帶著觀眾去看所謂的「骯髒」差事。在探索頻道（Discovery Channel）的實境秀《幹盡苦差事》（Dirty Jobs）裡，他體驗過挖礦、捕鱷魚、鑽油井、修鐵路等 300 種一般人眼中的「辛苦工」。

從原創執行製作到節目主持，麥克·羅一手打造了這個實境秀。2003 年時，他本來只製作了 3 小時短片，卻因為觀眾反應太熱烈，從此催生出一系列影集。他走遍世界各地，尋找不畏艱辛、不怕骯髒的工作人，擔任他們的一日學徒，將最真實、驚人的工作實況搬上螢幕。

## 將蛆打汁做鳥食、洗小強下水道

在節目中，麥克·羅總是吃盡苦頭，把自己搞得髒兮兮，究竟是什麼原因使他堅持不輟？麥克·羅接受越洋採訪時笑著說：「我很榮幸能透過我，將鎂光燈打在這些人身上。跟他們一起徹徹底底的弄髒全身、辛勤工作卻樂在其中，是我學到最大的一課。」

對麥克·羅來說，這些人才是節目真正的主角。他們的工作充滿令人無法想像的惡臭、恐懼和危險，在他們的帶領下，麥克·羅曾在 600 英尺高的橋上工作、走進廢水處理場更換幫浦、也曾撲殺 2 萬隻蛆打成汁做為鳥食、清洗大群蟑螂進攻的下水道。他記憶中最「髒」的經驗，是走進蝙蝠洞穴、從 3 英尺高的蝙蝠排泄物中跋涉而過。然而，在親身體驗這些看來苦不堪言的過程後，麥克·羅反而對所謂的「苦差事」有了完全不同的想法。

5 年前在科羅拉多州的牧羊體驗，讓他重新思考苦差事的本質。他回憶起牧羊人亞伯特（Albert）教自己替羊去勢的過程：「他教我用刀切下羊尾巴、再用牙齒咬下牠們的睪丸。當時我覺得實在太瘋狂了！那是我唯一一次在節目裡喊暫



停。」

麥克·羅當時吃驚的拒絕亞伯特，堅持遵照動物保護機構都認同的人道做法，用橡皮筋替羊去勢，但這麼做卻讓小羊無比痛苦，而亞伯特的方法，反而把對牠們的傷害減到最低。於是，在嘴裡咬住東西的那一刻，麥克·羅開始思考：「過去我們對這些工作的認知究竟有多少錯誤？」

### 看見苦差事背後的認真與笑容

那一刻起，麥克·羅開始用全新眼光看待這些「苦差事」。當時他已做過 200 多個工作，儘管大多數人都避之唯恐不及，但是若沒有這群人默默付出，就沒有所謂乾淨、進步的現代生活。他看見每一份苦差事背後，都有無可取代的價值，與一群真正樂在其中的人。

比起節目中的主角，麥克·羅承認自己並不勇敢：「有時候我一覺醒來，會為自己前一天做的瘋狂事感到不可思議。」但他總是看見這群人邊工作邊哼著歌，開朗又自豪的模樣。儘管工作在旁人眼中又髒又累，他們卻始終甘之如飴。麥克·羅說：「他們比我們想像中快樂很多，是我見過最快樂的一群人。」

他回憶起在拉斯維加斯遇見的康柏斯（Bob Combs）。康柏斯在賭城附近養了 300 隻豬，每天從賭城帶回大批廚餘餵飽牠們，除了把豬隻養得又白又胖，更解決都市中最讓人頭痛的食物浪費與環保問題。麥克·羅回憶：「他其實很有錢，卻貢獻所有時間在這項了不起的事情上。他身上的氣味聞起來真糟，臉上卻總是掛著爽朗笑容，我想我會永遠記得他。」

人們總是說「跟著你的熱情走」，但是熱情在哪裡？往往被各種有形、無形條件決定，甚至逃不開刻板印象的局限。麥克·羅透過他的節目，找到最有熱情的一群主角：不管舞台多險惡，他們的熱情永遠不減，因為，熱情不在遠方，熱情就在他們心裡。

**Don't follow your passion, but always take it with you.**

別朝著熱情的方向前進，而是不管往哪走，都讓熱情與你同行。  
——麥克·羅（Mike Rowe）