

<<勇于真实>>

图书基本信息

书名：<<勇于真实>>

13位ISBN编号：9787506048347

10位ISBN编号：7506048345

出版时间：2012-9

出版时间：东方出版社

作者：白崇亮

页数：205

字数：90000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;勇于真实&gt;&gt;

## 前言

白崇亮是我在政大企研所硕士班、博士班都教过的学生。

我还记得他决定接受“邀请”到亚洲化学当总经理助理时，意气风发、兴高采烈地告诉我这整个因缘际会的历程。

我当时心里这么想：“他将来会有出息的。

”就像他十二岁时，在警总监狱的暗角，最后一次探望他当时完全不知原因，却在白色恐怖下即将被枪毙的父亲，对看守所的人所说的如出一辙。

父母、兄长、老师、老板以及其他长辈和朋友同学，几乎都深信他会有出息的。

出人头地，追求成就，一直是他追寻人生大梦的动力。

尤其在人群中，他的公共自我给人的印象几乎都是外表体面、待人体贴，在工作和人际上的应对进退非常得体。

白崇亮当然是智商高、读书好和有创意的年轻人，但他从比常人更两极化的高峰和低潮的情绪体验中，累积了待人处事的智慧。

在台湾主流的升学通道上，从高中到大学的联考，从硕士到博士的学位，他都是一帆风顺，以第一志愿完成学业。

而在事业上，他的体面、体恤和待人处事的得体，加上有目共睹的工作表现，让他到现在为止，几乎不必亲自找事，而都是事找他。

当了奥美集团董事长之后，他“跨出了公共关系的领域，进入品牌传播的世界”，他的确是在从事另类的“外交”工作，追逐实现小学三年级时的志愿。

今天的台湾非常需要公关和品牌传播的高手，他仍有机会为曾经让他饱受惶恐、忧伤、孤寂的台湾当局，去做可能更有效的另类事务。

崇亮在“出人头地的渴望”中隐藏了“表现以求生存”的自我防卫，在阳光的笑容中，也隐藏了忧伤惶恐的不安情绪，在人际关系的圆融中，隐藏了孤独呐喊的求助心声。

他不知道这样投射在外的形象，正是他讨喜受宠的气质，这种气质是所有在人生不幸的遭遇中，蓄势待发、准备恢复心理元气的人，所共同拥有的。

他们在面临苦痛、威吓、灾难、压力时，不被打倒，反而会愈挫愈强，从逆境中反弹回来，再走向健康之路，心理学家称这种心理特性为复原力（Resilience）。

人生再怎么顺畅也难免遭遇挫折、压力和困境，尤其这几年，来自自然的风暴海啸、洪水火灾以及人为的恐怖、战乱、仇恨和冲突，已经造成多少家破人亡，以及伤心恐惧的逆境感受。

包括美国心理学会在内的学会、NPO和大学，都从心理学的研究发现中，特别归纳出几种建构复原力的方法，协助需要的人参考使用。

十二岁以前的崇亮，在名导父亲的会客中，耳濡目染制片人、明星和俊男美女之间的高谈阔论，陶醉在这样光鲜亮丽的生活中，没想却毫无预示地深陷在恐惧里，必然觉得孤独无助。

所有之前的座上客几乎不再上门，家庭的情绪和沟通也变得暧昧不安，在这样的逆境中长大成人，他却能走向阳光大道，在事业上成为整合营销的领导人，生活上成为整合资源的创意人，在内心的世界也成为整合经验的自我实现者。

他的这本传记极大地丰富了心理学家建构复原力的方法之实证。

他（一）接受不能改变的情境，也集中自己可以掌控的条件；（二）相信逆境的感受可以克服并寻找自我发现的机会；（三）选择可欲可求的目标，努力追寻并面对问题，将其视为挑战，且采取积极行动逐步实现；（四）培养解决难题的能力与信心，并信任自己的本能和直觉；（五）保持希望乐观的世界观，面对逆境时，将不幸遭遇视为单一事件，而不将其类化至生活全部；（六）能从不同脉络的视野和长远时间的角度，重新诠释感伤的心事；（七）懂得照顾自己、注意自己的需求和感受。

（八）乐于参与可以发挥所长，又能建立人际网络的活动。

他积极参加学习团体、文艺团体、宗教团体、成长团体，在丰厚的人际网络中获得扶持。

为了“出人头地”、为了“表现以求生存”，他和多数成绩优秀的学生一样选择了台大工学院，而由土木系转到机械系后，差点被退学。

## &lt;&lt;勇于真实&gt;&gt;

在面临这样的挫折时，他仍然会去和教授积极沟通，甚至创意地提出“借”“还”分数的方法，他应该走上企业舞台发挥所长，果然在政大企管所如鱼得水。

在寻找学业和事业的大梦时，他定位清楚，他的功课以“国文”、“创意工学”和“营销管理”表现特别突出，而这三项专长的组合，正好为公共关系和品牌传播奠定扎实的基础。

他的广结善缘、建构并结合友谊与成长的学习团体，如合唱团、编辑校刊、讨论个案等，都能让他不再孤立无援，进而得到社会支持。

然而这些社会支持并不能扫除他内心压抑的恐怖、疑惑与焦虑。

换句话说，他成功地向外拓展人际网络，但还是不能自在地跟自己相处。

在对的时刻，由对的朋友催化，与对的人恋爱结婚，不仅实践了人生追求爱情的大梦，更重要的是他生命中的女性贵人，重新开启了他与母亲因恐怖阴影而阻碍的沟通渠道。

朱丽文的“我们照常结婚吧，这件事（指白色恐怖事件）不用告诉我家里”，在当时实在是非常适当而睿智的建议，崇亮内心的压力不安顿时降低不少。

但太太毕竟不是母亲，在他已事业有成时，仍然回到出演心理剧的老伙伴中，通过“绘画团体”“完成了与母亲的关系，再无任何遗憾”。

解铃还须系铃人，曾经是心中偶像和安全护法的父亲，深藏在崇亮的某个内心角落，在那个还是戒严的时代，他不能对人表白，只有两种人可以寻求协助：宗教家和心理学家。

宗教家的确助他净化情感，发现意义，但有谁可以扮演父亲的角色呢？

崇亮可能不记得他每次表示对心理学的兴趣时，都会在语言和肢体中透露些许的讯息。

有时用假设性的语句，有时用第三人称询问，他一方面要找心理学家帮他解脱，一方面也在寻回他儿时最快乐的时间，踩在父亲的脚上，“抱着他半个身躯”，“享受这种靠近他的感觉”，让他重温“安全的感觉”。

我当时也常在那个白色恐怖的紧张氛围中隐瞒心事，因而特别能够拼凑出崇亮的惶乱。

我不能取代他父亲，也担心他养成诉怨的习惯，说不定另外的不安会跟随而来，他必须亲自体验父亲的心路历程，就像他太太说的，她对他的感觉“很像看一幅滚动条画册，一路展开，还有无尽的丰富”，一路展开就是参与心理剧的工作坊，无尽的丰富就是经验的创意整合，这本书只是其中的一部作品而已。

所以我几经思索，觉得参与吴就君教授的心理剧团体，是当时最需要的体验。

在心理剧的舞台上，他必须亲自走过父亲的受难之路，才能领悟“父亲的灵魂，不屑屈服于对他人生的指控”，“从死亡里面得到安慰与自由”，最后他“终于了解父亲，人生无法弥补的遗憾仍能寻回完整”。

崇亮也因此一路展开滚动条画册，逐步地寻回自己人生的完整。

这是面对逆境、勇于真实、接受挑战、发挥创意、完成自我，因而成为最佳的心理复原力之典范。

（吴静吉 学术交流基金会执行总裁）

## <<勇于真实>>

### 内容概要

白崇亮在他成功的光环下，逐次剖析自己最真实，也可能是最黑暗的一面。他的父亲在他十二岁那年，因[莫须有]的罪名入狱，最后被执行枪决，突如其来的变故，让这个家庭长期笼罩在阴霾之下，这也成为作者心中最沉重的痛，让他在以后的时光里，一直困在悲愤的漩涡中，难以自拔。在人群中，他是一个乐观开朗的人，在独处时，他又是另外一个截然不同的人……

## <<勇于真实>>

### 作者简介

白崇亮，现任台湾奥美整合营销传播集团董事长，并兼任台湾奥美公关公司暨廿一世纪公关公司董事长，领导集团内九家公司近五百名传播专业精英。

曾担任咨询顾问的企业包括：诺基亚、IBM、福特汽车、渣打银行、可口可乐、苏格兰国际发展局等。

在加入公关专业领域之前，白崇亮博士积累多年国际营销及管理咨询经验。获得台湾政治大学企业管理硕士学位及管理学博士学位，并于加拿大英属哥伦比亚大学研究进修。

## <<勇于真实>>

### 书籍目录

- 序一 最大的力量是爱，不是恨
- 序二 面对逆境勇于真实、复原力强的最佳典范
- 自序 打开内心的视界
- 第一篇 跌落谷底
- 1 冰封的十二岁
- 2 最大的恐怖是隔绝
- 3 我逃避了选择的自由
- 4 成为不想成为的人
- 5 年少时受苦，原是好的
- 第二篇 寻找自己
- 6 学习做自己
- 7 经验是最好的老师
- 8 在黑暗中描绘人生愿景
- 9 认识总经理的世界
- 第三篇 展开的世界
- 10 世界展开在我眼前
- 11 信任，是最大的资产
- 12 爱情的美丽与哀愁（上）
- 13 爱情的美丽与哀愁（下）
- 14 手中拼图，该在哪里落下？
- 15 最神奇的礼物
- 16 “我的志愿”实现了
- 第四篇 内在的力量
- 17 ActingOut：演出自己
- 18 在愿景中缓步前进
- 19 闻到一点“成功”的气息
- 20 做真诚有光的领导者
- 21 精彩演出一台戏
- 22 真诚共识与创造学习
- 23 重燃热情，再上层楼
- 24 找到内在的力量
- 附录一 生之追寻——父亲与我
- 附录二 长存的希望——纪念母亲

## &lt;&lt;勇于真实&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：台大离家太近了。

我原本希望上大学后，就能够到外地去，暂时离开家里的阴郁情结。

这下子没了借口，只得每天坐车上下学。

注册那天，母亲要送我去学校，我不肯，哪有上大学还要妈妈陪的呢？

母亲轻声说道：“孩子，就让妈陪你这一次。

”我这才意识到，我考上台大，对母亲一定有特别的意义。

当她和我们一起走进台大校门，走在那著名的椰林大道时，她的心中是何等骄傲啊！

在那个时刻，她心中是否也想念着父亲？

觉得把小儿子送进了大学，足堪告慰父亲在天之灵？

男儿志在四方 大一新生的生活，没有想象中的兴奋。

也许是建中的自由风气原就接近大学吧！

我继续高中时期就习惯的课外生活，受邀代表台大参加校际辩论比赛，在新生杯合唱比赛担任指挥，向大学新闻社投稿，偶尔参加男女生的郊游和舞会。

整个新生阶级最快乐的一段，是土木系和中文系合组了一个合唱团，参加台大为新生举办的第一届合唱比赛。

我又义不容辞，负起组团、选曲、练唱和指挥的责任。

我铆足了劲，使尽浑身解数，把这支合唱队伍带得有声有色。

每次站上指挥台，我就仿佛变了一个人，幽默风趣，热情洋溢，活力十足。

我心里怀着极简单的意念：我能够领导着一群青年男女，快乐地唱着歌，人生是多么单纯而美好。

十八岁的青春年华，是应该充满诗章与歌声的。

我在这一群男女同学中，很受大家喜爱。

一位中文系名叫张恕的女生，忽然跑来对我说：“白崇亮，我有一个好朋友朱丽文，我觉得你们两个人好像耶。

她这次也做历史系合唱团的指挥，我介绍你们两个人认识好不好？

”我顺口应了一声：“好啊！”

”也没怎么放在心上。

直到比赛前一天，我们在文学院教室排练，终于见到了刚好在隔壁教室练习的朱丽文。

那天她穿得一身白，显得很有气质，一看就知道是那种成绩顶尖的学生。

我们简短交谈了几句，比赛在即，没有机会深谈。

往后四年，我和朱丽文也只在校园里碰过几次面，点过几次头。

万万没想到的是，十年以后，她将成为影响我一生最重要的一个人。

在学业上，整个大一我最喜欢，也读得最好的是国文。

学校选《史记》做教材，我每每被司马迁笔下一个个豪情壮志的英雄人物所吸引，更不时被他对人性的掌握、文字运用的细腻，和替人物进行历史定位的气魄所折服。

我找了本《司马迁传》，在图书馆里从头读到尾，才发现司马迁之所以成为司马迁，与他人生早期的所有经历都相关。

<<勇于真实>>

编辑推荐

《勇于真实》由东方出版社出版。

<<勇于真实>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>