讀書心得

副標題：成功的捷徑

書名：先別急著吃棉花糖

作者：喬辛‧迪‧波沙達 & 愛倫‧辛格

譯者：張國儀

出版社：方智出版社股份有限公司

作者介紹

喬辛．迪．波沙達（Joachim de Posada）擁有知名雙語演講人、電視電台媒體人、報紙專欄作 家及暢銷書作家等多重身分。

愛倫．辛格（Ellen Singer）得獎作家，擁有超過二十年的商業推廣與啟發性文學創作的高階經驗。她也是TenSecondSolution自由撰稿公司的創始人，其工作業務為提供各公司企業物超所值的宣傳文案，客戶遍及北美、南美、歐洲及亞洲。

前言

成功，成功是什麼？成功需要什麼條件？而想要成功最快的捷徑有哪些？許多成功的人，所認為最快的捷徑都大不相同，透過書中的描述，你可以找到屬於你自己成功最快的捷徑。

內容簡介

在史丹佛大學一個代表性的實驗裡，這個實驗把小孩子單獨留在房間裡，給他們一人一塊棉花糖，讓他們選擇是要馬上吃掉棉花糖，還是等十五分鐘，如果願意等，就可以再多一塊棉花糖當獎賞。研究人員發現，能夠等待獎賞的小孩，長大以後，全都比那些馬上吃掉棉花糖的小孩成功。不斷的探討為什麼會有人的成功？有的人失敗？成功與失敗的差別，並不光是努力工作的程度或是夠不夠聰明，而在於擁有「延遲享樂」的本事。

1. 成功的人不會急著吃棉花糖

當我們在做任何事情的時候，我們不能只顧著眼前的棉花糖，就馬上的想擁有，但這些卻不是長久的，不能貪圖眼前的小利，要會將眼光放遠。一個成功的企業家，可以犧牲眼前小小的棉花糖，去開創之後更多的棉花糖。宏碁集團創始人─施振榮先生，他在十年前就提出微笑曲線，看出代工遲早會沒有前途，研發，行銷才是利潤最高的地方，所以花大錢打造自有品牌，周遭的人都笑他是傻子，但是當時他的傻造就了現在的成功。藉由，施振榮先生的例子，讓我們了解到成功的人不會只想著眼前小小的棉花糖，而是思考著未來又大又多的棉花糖。

1. 成功的人願意做不成功的人不願意做的事

現實生活中，有許多成功的人，他們不是比別人聰明或是有天賦，他們只是願意付出比別人更多的努力、用更聰明的方式來努力。舉例：亞都麗緻大飯店總裁─嚴長壽，剛進美國運通公司當小弟，嚴長壽秉持「垃圾桶哲學」，把所有同事不願意做，不想做的事都接過來處理，結果他從中充分學習，得以鍛鍊出全方位的工作能力，而「永不放棄」的人格特質更是嚴長壽成功的主因。印度洋上六星級飯店的主廚─江振誠，二十歲當上西華法國餐廳的主廚，是有史以來台灣最年輕的法國餐廳主廚，在他高中的時候，同學們都是下課後去玩樂，而他是去餐廳打工，他願意花別人玩樂的時間去學習。他們兩位的成功都來自他們願意做不成功的人不願意做的事，書中的一句話「不管你過去是不是一個吃棉花糖的人，都不會影響你未來的成功。成功靠的是你今天願意付出什麼，來獲得明天的成功」，這句話就可以了解為什麼有的人會成功、有的人會失敗。

1. 目標＋熱情＋行動＝平靜

有目標是一件好的事情，但是如果你有目標卻沒有行動，那一切也是無勞無功，「行動絕對是改變一切的重點」，只要有行動，即使是很微不足道的行動，你都能夠獲得小小的收穫，因為你有付出努力做了該做的事，即使結果不如你所預期的好，但最後結果帶給你的是平靜。多肯定自己一點，碰到挫折的時候也不要洩氣，要抱持著越挫越勇的精神。

心得

「棉花糖的理論」不只是一種理論，也可以運用在我們的生活周遭，不管現在有多少的棉花糖，是你隨手可得的，你都要練習如何不急著吃棉花糖，等待對的時機，就可以享受更多的棉花糖。現在的我是個大學生，對我來說唾手可得的棉花糖就是玩樂，如果我現在吃掉眼前的棉花糖，盡情的玩樂荒廢我的學業，直到畢業後我有什麼？既沒有廣博的知識、沒有專業的證照也沒有流利的語言；假設如果我現在延遲不吃眼前的棉花糖，努力的學習大學四年中的課業知識，直到畢業後我擁有豐富的知識、專業的證照以及幾種不同國家的語言。凡事都要從長遠的角度來看，犧牲眼前小小的利益可以換來未來的成功，因此，學習「延遲享樂」是成功的第一步。

參考資料

書籍資料：先別急著吃棉花糖（圖書館書籍）