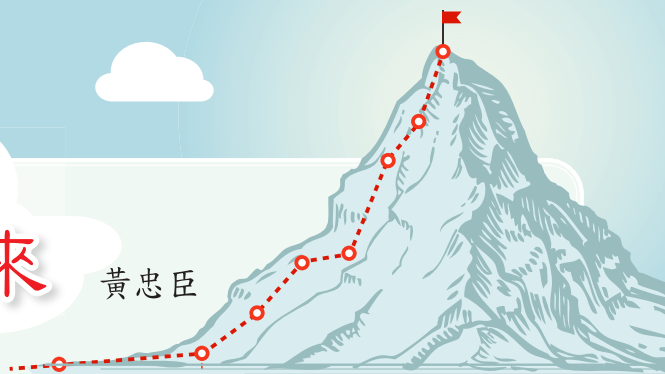


# 勇於突破， 造就美好未來

黃忠臣



陽春三月，繁花盛開，令人心曠神怡！猶記得〈桃花源記〉文中，漁人探索未知方能看見落英繽紛的美景；當我們對人生前路茫然之際，如何能夠柳暗花明又一村呢？

小瑜年屆中年，在出版社擔任企畫編輯的她，工作對她來說輕鬆簡單，然而近幾年書市冷清，老闆想增設播客頻道拓展年輕客群，接到新任務的小瑜害怕萬分，自認為個性內向害羞、聲音也不好聽，一定應付不來，失眠了好幾個夜晚。她懷著擔憂接受訓練課程，開始時小瑜說話聲音顫抖、坑坑巴巴，有一次老師讚美她說：「你的企畫能力很強，介紹的內容也非常豐富、有條理，只要我口說我心，就是很棒的節目！」

自此之後，小瑜漸漸發現恐懼感雖然沒有消失，但只要她用心準備與勤加練習之後，緊張度自然降低，說話的流暢度也愈來愈好；公司的官方頻道正式開播，由小瑜擔任主持人，充實多元的內容，不僅讓公司銷售業績增長，她也獲得大家讚賞肯定，再度在工作上如魚得水！

巴菲特曾說：「做你沒做過的事叫成長；做你不願意做的事叫改變；做你不敢做的事叫突破。」故事中的小瑜，突破心防，因而能將工作技能向上提升，讓自己更加進步。在心理學中有個譬喻：將世界想像成一個大圓圈，靠近圓心的是舒適區，中層是學習區，最外圍的則是恐慌區。如果總是待在舒適圈，安逸於現狀，久而久之很容易失去動能，難再進步，劃下的「界限」，也成了我們的「極限」；相反地，若能踏向學習區，以積極心態追求成長，在不斷嘗試挑戰的過程中，進入良性循環，那麼我們的極限就會愈來愈朝向「無限大」。

行天宮平安心語：「勇於探索嘗試，開啟成長契機。」勇氣的英文是 **Courage**，拉丁文的字根是 **cor**，即「心」。勇氣，是從「心」上生來的。要如何鍛鍊我們的心念呢？不妨先列出想嘗試，卻因沒信心而腳步遲疑的事，試著主動去接觸，一次只要一小步，不求多、也不用快，規律地學習，持續累積經驗，慢慢就會發現那道心牆退後了，世界原來比想像的更寬廣遼闊。

展望未來，祝福每個人都能鼓起勇氣、突破自我，讓計畫與理想一步步實踐，精進成長、躍向嶄新世界。

