

# 迎向改變

The Principles And Benefits Of Change

**麥斯·蒙洛** 博士 著

By Dr. Myles Munroe

吳美真 譯

在這動盪的時代，實現你生命的目標！

CHANGE

# 目錄

## CONTENTS

前言..... 6

導言..... 8

### PART 1 | 改變的因素

01 一切都會改變 ..... 15

02 抗拒改變 ..... 31

03 回應改變 ..... 43

04 為改變作好防護措施 ..... 51

05 充分利用關鍵性的改變 ..... 61

### PART 2 | 改變的目的

06 改變中的常數 ..... 73

07 季節或時期的本質及特性 ..... 85

08 改變的世界潮流..... 99

09 個人的目標和改變 ..... 127

10 正面改變的最大阻礙 ..... 147

11 改變的挑戰 ..... 163

## PART 3 | 在你的世界製造改變

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| 12 作為改變之媒介的心態 .....   | 181     |
| 13 訂立通往更美好未來的路線 ..... | 193     |
| 14 管理你的世界中的改變 .....   | 207     |
| 15 當你需要修正路線 .....     | 219     |
| 16 領袖回應改變的十個方式 .....  | 237     |
| <br>興起的領袖應遵循的原則 ..... | <br>247 |
| 注 釋 .....             | 271     |

## 前言



沒有一樣東西和改變一樣持久。明白這個似乎矛盾的真理改變了我的生命。在我年輕時，這個真理保護我；而在我進入成年時期，這個真理引導我。

對於存在而言，改變是一件自然而然的事，而對於所有的受造物而言，改變是一件司空見慣的事。改變證明了我們活著，也證明了我們是有限的，因為萬事萬物都有定時，世上沒有永久的事物。

改變是創造的原則。簡言之，一切都會改變。

**一切都會改變**這句簡單的話，傳達了一個為我們帶來極大平安和理解的原則。如果我們接受一個無可避免的事實：生命中沒有永久不變的事物，那麼我們就可以抱持實際的期待，並將我們的失望降到最低。

一般而言，我們會在生命中經歷四種改變：（1）發生在我們周遭的改變，（2）發生在我們身上的改變，（3）發生在我們裡面的改變，（4）我們所造成的改變。

生命中最大的悲劇之一就是：世界上只有一小部分的人有效地回應改變。許多人是改變的受害者。有些人害怕改

變，有些人拒絕改變。這些態度必然會導致挫敗感、沮喪，以及浪費潛能。

你是否在一個新時節的門檻上游移不定？改變可能讓你感到驚慌而不是信任，然而，你可以學習以正面的態度迎接改變，並利用改變讓你和別人的生命受益。

或者你期待未來的改變，並對此感到非常興奮。當你閱讀這本書，並從一個新角度來看轉變的時節，你將會發現個人成長、專業上的成長以及群體成長的大好機會。這些新的可能性包含著你的一個令人振奮的命定。

要大膽迎接生命的下一個時節。這是發揮潛能的惟一途徑，也是你對你的世代作出獨特貢獻的惟一途徑。

**失去機會意味著犧牲命定。**

——麥斯·蒙洛 博士

的生命就變得比較容易了。相信生命永遠不變是不健康的。或許，現在一切似乎很順利，但未來我們可能面臨轉變或壓力。生命充滿了意外，在某個時刻，我們都會面臨改變。

5. **改變是生命和創造的原則。**最後的這句話確實是上述的總結：改變是生命的一個原則。改變是這個世界運作的方式，並且影響了每一個人。就某一意義而言，改變是你活著的證明。你所經歷的一切都是某種形態的改變，而且只是生命的一部分。

## 改變使人類變成平等

這些改變的原則強調了一個事實：改變使人類變成平等。改變不是僅僅發生在某些人身上，而是影響地球上的每一個人，不管他們是誰。我認識一個人，他擁有數百萬美元的財產，但是他發現自己得了令所有醫生都束手無策的重病。當他告訴我這件事，我心裡想，**改變確實影響了每一個人。**有時候，人們以為如果自己富有，就可以不受改變的影響，但事實並非如此。

我想像另一個人得了相同的重病，此刻正躺在醫院裡，但是，他沒有錢支付家裡的帳單，更別提支付醫療費用。這兩個人一個是百萬富翁，另一個是窮光蛋，但是由於兩人的生命都面臨了健康上的變化，所以，他們就變成平等。改變

就是有這種作用。

因此，改變是每一個人類的經驗。如果你以為此刻你的生命沒有任何改變，只要再等一個星期、一個月，或一年。財富、青春、才華、智慧、受歡迎度、成功、抱負或者善意，並不會使你免於改變：不管你是誰，你會經歷改變。因此，每當你面臨改變（尤其是面臨你認為造成破壞或痛苦的改變），不要以為只有你碰到這樣的事。我們都會面臨改變！

## 我們對於改變的態度搖擺不定

既然改變是無可避免的，而且我們的生命充滿了改變，那麼，為什麼許多人認為改變是一種威脅？當我們看到周遭發生的改變，為什麼我們期待情況維持不變（除非我們自己嘗試改變）？這個現象有幾個重要的原因，而我們將在後面的幾章探索這些原因，但是現在，讓我們來思考這個問題的一個層面：我們對於改變的態度搖擺不定。

在許多方面，人們滿足地和改變共存，並且歡迎改變：他們想要穿最新款式的衣服，想要使用最新的科技產品，想要以更簡單的方法完成每日的工作。在美國總統選舉期間，總統候選人常常會問人民：「你們過得比四年前好嗎？」如果他們不覺得自己過得比四年前好，也許他們會把票投給他們認為可以為國家帶來正面改變的候選人。

有些人喜歡懷舊。他們會穿「重新流行」的衣服，看

老式的電視節目，或購買讓人想起往日時光的傢俱。然而，他們多半不是真正想要活在那些時光裡。他們喜歡最新的科技，喜歡方便，並歡迎創新——即使這些新事物讓舊事物顯得過時，或者即使這些新事物是在經濟需要的壓力下發展出來的。然而，當改變以一種他們沒有料到或不受歡迎的方式進入生活，他們以為這是針對他們個人的，即使有時候，一些相同的社會力量可能正在起作用，帶來了方便也帶來了不便。只要改變沒有帶來不安，我們就喜歡改變。

因此，我們對於改變的態度是搖擺不定的。「好的」改變可以發生，但是，如果我們認為某些改變是不愉快或負面的，我們應該沒有必要處理這些改變。

## 沒有人教導我們處理改變

我們的態度之所以搖擺不定的原因之一就是：沒有人叫我們坐下來，然後說：「你知道，事情不會永遠不變。改變勢必會發生，你必須學習回應改變，並嘗試從改變中獲益。」父母沒有教導孩子這個觀念，學校沒有將這個觀念納入課程，而人們並非天生就擅長應付改變。這不是我們裡面的一種直覺。我們得吃過一番苦頭（靠著經驗）才明白有關改變的事，然而，大多數人並沒有學會有效回應改變。

同樣地，許多人沒有被教導必須學習某些技術，讓自己能夠**主動製造**可以改善生命的改變。即使人們渴望正面的改

變，他們仍會因恐懼和不確定、或者因行事急躁魯莽而非果決明智，因而無法獲得改變。

## 改變是否為你效力？

你的生命中經歷過什麼改變？一般而言，你是否覺得改變為你效力？或者你認為改變的影響對你不利？你是否知道如何讓負面的改變轉變成你的好處？你在什麼程度上曾在自己生命中主動製造正面的改變？

以下是人們面對改變的五種典型態度。

### 五種面對改變的態度

1. 人們看著改變發生。這是一種消極、冷漠的態度。改變發生了，但人們沒有反應，因為他們對於改變或改變的影響沒有真正的興趣。
2. 人們任由事情發生。這是一種屈從、被擊敗或宿命論的態度。或許人們會猛烈抨擊改變，但最後，他們的心態是：「我對此束手無策。」
3. 人們會問：「怎麼了？」這是一個喜歡追根究底的回應，但這只是一種好奇，或對於最新的八卦感興趣。這也可能意味著人們沒有看出改變發生了，因而沒有準備回應改變。
4. 人們反抗發生的事。這是當人們嘗試抗拒生命中無可避

免之改變的時候，他們在這個過程中浪費了寶貴的時間和精力。

5. 人們讓事情發生。這是人們一種前瞻性的回應，他們改變發生在他們身上之改變的品質或程度，或引發之新改變的品質或程度。具有前瞻性的人，通常就是面臨極大困難仍然能夠成功的人。我是指那些「改變世界」的人。

如果你不明白改變的本質以及如何塑造改變的結果，你就無法真正認識你的身分，以及你可以成為什麼樣的人。每當我們身上、我們周遭或我們裡面發生改變，我們可以……

1. 學習界定並詮釋改變。
2. 找出實際的方式以執行明確的計畫，為要實現這些目標。

每當我們希望在生命中主動製造改變，我們可以……

1. 明白創造改變如何使我們實現生命目標。
2. 發現執行實現這些目標的明確計畫的實用方式。

## 改變——敵人或朋友？

將改變視為朋友，而不是敵人。改變不是那種在「失意

派對」(pity party)中和你坐下來、對你表示同情的朋友，而是會鼓勵你盡力而為的朋友。我希望藉由本書，你會開始將改變視為機會的到來，而不是毀滅的侵入。

大多數人不會自動或輕而易舉地以正面方式回應改變。然而，有一些明確的改變原則使我們能夠處理改變

並從中獲益。要達成你渴望的生命目標（不管環境為何），惟一的途徑就是：主動製造你所渴望的改變，並以建設性的方式處理不受歡迎的改變。你必須明白改變的本質和回應改變的原則，否則轉變的時期會讓你走岔、或將你擊敗，或者使你無法採取改善生命所需的個人或專業的行動。

是的，**一切都會改變**。現在，讓我們來探索如何讓改變為你效力。

---

向前邁進的惟一途徑就是主動製造你所渴望的改變，並以建設性的方式處理不受歡迎的改變。



你無法兩次走入相同的河水中，  
因為他處的河水會持續流進來。

——赫拉克利圖斯（Heraclitus），希臘哲學家。

# 迎向改變

原 著 / 麥斯·蒙洛

譯 者 / 吳美真

編 輯 / 張珮幸、陳靜怡

版面編排 / 張欣怡

封面設計 / 洪正一

發行人 / 章啓明

出版總監 / 黃聖志

出版者 / 財團法人基督教以琳書房

地 址 / 臺北市10686忠孝東路四段210號B1

網 址 / [www.elimbookstore.com.tw](http://www.elimbookstore.com.tw)

讀者信箱 / [reader@elimbookstore.com.tw](mailto:reader@elimbookstore.com.tw)

臉 書 / [www.facebook.com/elimfb](https://www.facebook.com/elimfb)

電 話 / (02) 2777-2560 轉211、215

傳 真 / (02) 2711-1641

郵政劃撥 / 0586363-4 財團法人基督教以琳書房

登 記 證 / 局版臺業字第2854號

版權所有·請勿翻印

出版日期 / 2013年5月一版一刷

再版年份 / 19 18 17 16 15 14 13

再版刷次 / 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

原著書名 / The Principles And Benefits Of Change

Copyright © 2009 by Dr. Myles Munroe

Originally published in English under the title "The Principles And Benefits Of Change" by Whitaker House

All Rights Reserved.

Chinese Edition Copyright © 2009 by

Elim Christian Bookstore. Printed in Taiwan.

---

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本書房更換。

ISBN 978-986-6259-59-3 (精裝)

# 在一個瞬息萬變的世界獲得成功

## 我們都必須面對改變——不論是否作好準備

我們如何處理無可避免的改變（不論改變的來源是什麼），決定了改變最終將成為我們生命中的一股正面或負面的力量。暢銷書作者麥斯·蒙洛博士說明了如何在一個瞬息萬變、不穩定的世界中，獲得安全感、信心和自由。你可以藉由這本書明白如何：

- 在改變中扮演一個積極的角色，而不是成為改變的受害者。
- 在動盪不安的時刻免於恐懼。
- 實現神給你的目標。
- 開發改變的正面力量。
- 將改變的好處發揮到淋漓盡致。
- 積極主動地追求神給你的目標。

你可以為前面的改變時節作好準備。

「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按祂旨意被召的人。」  
(羅馬書八章28節)

麥斯·蒙洛 博士 Dr. Myles Munroe



擁有許多恩賜，是一位勵志型的國際演說者、暢銷書作家、講員、教育家，以及企業顧問。他在世界各地旅行，處理影響個人社交和屬靈發展的重大議題。他信息的中心主題就是：追隨者如何變成領袖，領袖如何變成改變的媒介；如何將個人潛能發揮到極致。他是巴哈馬國際信心事工（Bahamas Faith Ministries International）的創辦人 and 總裁，也是世界各地許多廣播和電視節目的創辦人和監督。他從歐若·羅伯茲大學和土爾沙大學取得學位，並獲頒歐若·羅伯茲大學的榮譽博士學位。

著有《神國新發現》、《了解你的內在潛能》、《認識天國法則》、《神偉大的計畫》、《活出男人本色》、《活出女人真我》、《你也可以成為領袖》（以上中文版皆由以琳書房出版）等書。蒙洛博士和他的妻子露絲（Ruth）以研討會講員的身分在全世界旅行，育有兩名子女克莉莎（Charisa）和凱羅（Chairo）。

ELIM  
以琳書房  
屬靈甘泉·來自以琳

ISBN 978-966-6259-59-3  
00300  
9 789666 259593  
ET062