

閱讀分享：164 劉姿妤 — 學著不先吃棉花糖，做個成功的人（中學生網站 1060315 梯次 甲等，指導老師：董雅蘭老師）

一●圖書作者與內容簡介：

本書其實是在講一個簡單的道理，就是「為了大理想，放棄眼前的小利」及「先苦後甘」的過程及好處。誠如本書所說：工作與人生得以成功的祕訣，常常就是抗拒誘惑；或是，忍痛放棄眼前的利益，以追求更大更有意義的目標！

以一個有趣的實驗為導引，藉由說故事的方式，提供讀者一項可以運用在理財、工作及人際關係處理上的理論，假如你能把書中的觀念落實在生活中，絕對能幫助自己累積「吃到更多棉花糖」的本錢，掌握開啟成功之鑰。

二●內容摘錄：

要預測一個人未來成不成功，能不能延遲享樂是很重要的指標。（p.30）

成功的人願意做不成功的人不願意做的事。（p.58）

我願意在今天做些什麼，來獲得明天的成功？（p.71）

成功看的不是你的過去或現在。當你願意開始去做別人不願意做的事時，就是成功的開始。

（p.79）

三●我的觀點：

看完了《先別急著吃棉花糖》這本書後，提醒了我很多事情，這本書用了許多我們在生活中常常會發生的一些例子，而藉由這些例子用說故事的方式來描述給我們看，讓我們從這裡面去知道一些觀念，而這本書也寫了很多的名言佳句，這些句子也可以讓讀者們反省到一些事情，在書中裡的那些句子有很多是我很喜歡的，例如：「成功的人願意做不成功的人不願意做的事。」、「成功並不是靠過去或現在如何，成功靠的是你願不願意去做那些必要的事。」、「太陽出來後，你最好拚命地跑吧。」等等。

「不要一開始就把棉花糖吃掉。等待對的時機，這樣才可以吃到更多棉花糖。」我覺得在現在的社會中應該很少人會不先吃掉棉花糖，而等待著更多的棉花糖吧！幾乎都是看到了棉花糖就想要急著吃掉，因為人們只會先想到眼前的那些利益，不願意再多等待，等待著對的時機，而如果人們選擇不先吃掉棉花糖，會發現到結果比原本所看到的那些東西更好。書中的喬納森·沛辛說過他四歲時參加過一個實驗，這個實驗是有一個大人在他面前放了一塊棉花糖，大人說她得離開十五

分鐘，如果她不在的這期間，沛辛沒有把棉花糖吃掉，她就會給沛辛另一塊棉花糖當作獎賞。如果是我，我會選擇不吃掉棉花糖，雖然過程中很痛苦，但是我會為了想吃到更多的棉花糖而忍耐著。

「成功的人願意做不成功的人不願意做的事。」我覺得這一句話很棒，因為其實要成功是一件並不容易的事情，我們可能都以為現在成為那些有名的運動員、演員、歌手等，好像很容易就成了明星，但事實上不是這樣的，那些明星還沒有成名之前，一定是有做過那些不成功的人不願意做的事。像是書本中說到波沙達年輕時想成為專業的棒球員，而他爸爸就要求他去當捕手，去用左手揮棒，一開始波沙達跟爸爸抗議，但後來同意了爸爸的話，雖然在過程中他一定失敗了很多次，但從失敗裡他可以得到很多的經驗，後來他入選了全明星賽，還跟球隊簽下了年薪五千一百萬的合約，厲害的是，波沙達一共打出了三十支全壘打。所以這個例子也可以告訴我們，那些成功的人背後付出了很多我們所不知道的努力，才有現在的成就。這一句話是我們應該要學習的。

我覺得這本書真的可以改變人的一生，裡面很多的句子是可以讓我們感受到，我們真的應該要這要做才對，原來我們的觀念都錯了，如果我們可以把書中的「棉花糖守則」運用在生活中，那麼我們一定會比以前更好，獲得更多的收穫，這本書適合企業家、上班族和創業者，也適合運動員、老師、青少年，還有那些總是在人生中超越別人的人，「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」。只要我們現在肯不先吃棉花糖、先苦後甘、延遲享樂，你我都可以成為一個成功的人。

四●討論議題：

你會想先吃掉眼前的那一塊棉花糖，還是等待著更多的棉花糖呢？