

◎ 尺幅千里

【釋義】 在尺長的畫面上，描繪著萬里般寬廣的景物。指篇幅雖短而內容豐富，氣勢遠大。語本《南史·卷四四·齊武帝諸子列傳·竟陵文宣王子良》。

【近義】 咫尺萬里

【典故】 根據《南史》記載，竟陵文宣王蕭子良的孫子蕭贛，身高不滿六尺，為人剛正不阿。年幼時好學，有寫作的才能，寫得一手好字，並且擅長繪畫。他的繪畫功力能夠使篇幅不大的扇面上畫的山水畫，看起來好像是畫著萬里般寬廣的景物。後來「尺幅千里」這句成語就從這裡演變而出，用來指篇幅雖短而內容豐富，氣勢遠大。也作「咫尺萬里」等。

【用法】 指篇幅雖短而內容豐富，氣勢遠大。用在「小而壯闊」的表述上。

【例句】 1. 這幀玉山風景照片，尺幅千里，鉅細靡遺。
2. 詩詞是一種精鍊的語言，能在短短的幾十個字中，表現出尺幅千里的畫面。

◎ 一日千里

【釋義】 一日能行千里之遠。形容良馬跑得很快。語本《莊子·秋水》。後亦用「一日千里」形容速度極快。亦用於比喻進步極快或進展迅速。或比喻人才出眾。

【近義】 日新月異、日新月盛、突飛猛進

【反義】 一落千丈

【典故】 大哲學家莊子曾經寫了一篇《秋水》來說明萬物齊一的道理，裡頭舉了許多例子：同樣是禪讓天下，堯舜就能稱帝，而之、噲（ㄅㄨㄛˋ ㄨㄛˋ）就被滅亡；同樣是用兵爭天下，湯武就能稱王，而白公就失敗。可見「禪讓而稱帝」、「兵爭而稱王」，因時而變，不能作為為常態來看。又例如：大屋的梁柱可以取來衝撞城門，卻無法用來填充小孔穴，這是因為不同的器物有不同的功用。騏驥（ㄑㄩˊ ㄩˊ ㄌㄧˊ ㄩˊ）和驎騮（ㄌㄩˊ ㄨㄛˊ ㄌㄨˊ ㄨㄛˊ）都是千里馬，一日可跑千里之遠，但要他們捕捉老鼠卻就不如野貓，這是因為千里馬與野貓專長不同的技藝。貓頭鷹在黑夜裡可以抓到微小的跳蚤，看到細小的毫毛，但一到白天，即使張大眼睛也看不到龐大的山丘，這是因為他特有的性能。從這些例子可以得知，萬物從其各自擁有的特長去看，當然都具有「有用的能力」，但是換個角度，就可以發現每樣事物也都有它「無用的地方」。所以觀察事情，不能只守住一個立場，那只會得到一偏的結論。要試著超越「有無」、「治亂」等這些觀念，試用齊一的眼光來看萬物，才能漸漸突破原有堅持的偏見。後來這裡的「一日馳千里」，演變成「一日千里」這句成語，用來形容馬跑得很快，亦用於形容速度極快或比喻進步極快或進展迅

速。另外還可用來比喻人才出眾，如《後漢書·卷六六·陳王列傳·王允》中便記載了東漢時的王允，才智出眾，卓越超群，同郡的名士郭泰見到他時，曾讚嘆道：「王生一日千里，王佐才也。」就是說：王允像是千里馬一樣的與眾不同，絕對是個輔佐君王的人材！

【用法】 一、形容速度很快。用在「疾迅快速」的表述上。

【例句】 1. 《水滸傳》有位神行太保，走路速度一日千里。
2. 現代飛機的速度，用「一日千里」已不足以形容它的快。

【用法】 二、比喻進步極快或進展迅速。褒義。用在「進展神速」的表述上。

【例句】 1. 電腦科技發展一日千里，汰舊更新的速度快得驚人。
2. 突破了學習的心理障礙後，她的進步可以說是一日千里。

◎ 態度

態度是一件奇妙的東西，它會產生神奇的力量。美國哈佛大學的一項實驗，證實了態度的魔力。

若干年前，羅伯特博士在哈佛大學主持一項為期六週老鼠通過迷陣吃乾酪的實驗，其對象是三組學生與三組老鼠。

他對第一組學生說：「你們太幸運了，因為你們將跟一群天才老鼠在一起。這群聰明的老鼠將迅速通過迷陣抵達終點，然後吃許多乾酪，所以你們必須多準備些乾酪放在終站。」

他對第二組學生說：「你們將跟一群普通的老鼠在一起。這群平庸的老鼠最後還是會通過迷障抵達終點，然後吃一些乾酪。因為牠們智能平平，所以期望不要太高。」

他對第三組學生說：「很抱歉，你們將跟一群笨老鼠在一起。這群笨老鼠的表現會很差，不太可能通過迷障到達終點，因此你們根本不用準備乾酪。」

六個星期之後，實驗結果出來了。天才老鼠迅速通過迷陣，很快就抵達終點；普通老鼠也到達終點，不過速度很慢；至於愚笨的老鼠，只有一隻通過迷障抵達終點。

有趣的是，其實根本沒有什麼天才老鼠與笨老鼠，她們全都是同一窩的普通老鼠。這些老鼠之所以表現有天壤之別，完全是因為實驗的學生受了羅伯特博士的影響，對他們態度不同所產生的結果，學生們當然不懂老鼠的語言，然而老鼠知道學生對牠們的態度。

此一實驗證明了「態度」的神奇力量。

你用什麼態度去面對你的人生，你就會有什麼樣的人生。

◎ 突破習慣、激發潛力

當我們執著於表相，習慣於舊有的思考模式而無法跳脫，走不出一條新路來時，何不換個角度來看，為自己的慣性思考加些創意？以下三則故事可以給我們一些啟發。

有位富商在退休之前，將三個兒子叫到跟前，對他們說：「我要在你們三個人之中，找一個最有生意頭腦的人，來繼承我的事業。現在我各給你們一萬塊錢，誰能拿這筆錢把一間空屋填滿，誰就能贏得我全部的財產。」

大兒子買了一棵枝葉茂盛的大樹拖回空屋裡，把屋子占了大半空間。

二兒子買了一大堆草，也將空屋填了大半。

小兒子只花了二十五元，買回來一根蠟燭。等到天黑了，他把父親請到空屋來，點燃了那支蠟燭說：「爸爸，您看看這屋子還有哪個角落沒有被這支蠟燭的光照到？」

富商看了非常滿意，遂讓小兒子繼承了事業。

有一個餐廳生意很好，門庭若市。有一天，餐廳的老闆因為年紀大了，想要退休，就找了三位經理過來。

老闆問第一位經理說：「先有雞，還是先有蛋？」

第一位經理想了想，答道：「先有雞。」

老闆接著問第二位經理說：「先有雞，還是先有蛋？」

第二位經理胸有成竹的答著：「先有蛋。」

老闆又叫來第三位經理，問：「先有雞還是先有蛋？」

第三位經理認真的說：「客人先點雞，就先有雞；客人先點蛋，就先有蛋。」

老闆笑了，於是擢昇第三位經理為總經理。

美國奇異公司曾經有這樣的例子。

一位經理因表現優異被提升為副總經理，但做了二個多月馬上被撤換下來。這個老兄很生氣的直接去找威爾許（總裁）申訴，威爾許淡淡的告訴他：「你的表現確實和當經理時一樣賣力，但是你忘了你現在是副總經理。」

一個成功的人往往是能隨時調整和改變自己的習慣和思考去應付更多、更艱難的挑戰。一味的複印以往成功的影子而不思自我突破改變，還在表現你所謂最擅長的部份，往往最後會淪為時勢下的波塵。瞬息萬變的現代，你將要如何應對？

唯有不斷努力學習！透過學習，改變自己，提昇自己的能力；充實自己，增加自己面對瞬息萬變的能力。

◎ 大師的學生

文·朱家賢·節錄自《把這份情傳下去》

一位音樂系的學生走進練習室。鋼琴上，擺放著一份全新的樂譜。

「超高難度。」他翻動著，喃喃自語，感覺自己對彈奏鋼琴的信心似乎跌到了谷底，消磨殆盡。

已經三個月了，自從跟了這位新的指導教授之後，他不知道，為什麼教授要以這種方式整人？

勉強打起精神，他開始用十隻手指頭奮戰、奮戰、奮戰！

琴音蓋住了練習室外、教授走來的腳步聲。指導教授是個極有名的鋼琴大師。授課第一天，他給自己的新學生一份樂譜。

「試試看吧！」他說。樂譜難度頗高，學生彈得生澀僵滯錯誤百出。

「還不熟，回去好好練習！」教授在下課時，如此叮囑學生。

學生練了一個星期，第二週上課時正準備中，沒想到教授又給了他一份難度更高的樂譜，「試試看吧！」上星期功課，教授提也沒提。

學生再次掙扎於更高難度的技巧挑戰。

第三週，更難的樂譜又出現了，同樣的情形持續著，學生每次在課堂上都被一份新的樂譜剋死，然後把它帶回去練習，接著再回到課堂上，重新面臨難上兩倍的樂譜，卻怎麼樣都追不上進度，一點也沒有因為上週的練習而有駕輕就熟的感覺，學生感到愈來愈不安、沮喪及氣餒。教授走進練習室，學生再也忍不住了，他必須向鋼琴大師提出這三個月來、何以不斷折磨自己的質疑。

教授沒開口，他抽出了最早的第一份樂譜，交給學生。「彈奏吧！」

他以堅定的眼神望著學生。不可思議的事發生了，連學生自己都訝異萬分，

他居然可以將這首曲子彈奏得如此美妙、如此精湛！

教授又讓學生試了第二堂課的樂譜，仍然，學生出現高水準的表現。

演奏結束，學生怔怔地看著老師，說不出話來。

「如果，我任由你表現最擅長的部份，可能你還在練習最早的那份樂譜，不可能有現在這樣的程度。」教授，鋼琴大師，緩緩的說著。

人，往往習慣於表現自己所熟悉、所擅長的領域。但，如果我們願意回首，細細檢視，將會恍然大悟，看似緊鑼密鼓的工作挑戰、永無歇止難度漸升的環境壓力，不也就在不知不覺間、養成了今日的諸般能嗎？

因為，人，確實有無限的潛力！

有了這層體悟與認知，會讓我們更欣然樂意，面對未來勢必更多的難題！

這篇文章讓自己醒悟到要不斷進步的原因，希望也能鼓勵正在辛苦進步的你！