

人生中的 10 商(摘錄自 facebook 讀書會)

我深覺得人生有十商，您有幾商呢？

1、德商 (MQ)：指一個人的道德人格品質。德商的內容包括體貼、尊重、容忍、寬恕、誠實、負責、平和、忠心、禮貌、幽默等各種美德。

2、智商 (IQ)：是一個表示人智力高低的數量指標，也可以表現為一個人對知識的掌握程度，反映人的記憶力，觀察力，思維力，想像力，創造力以及分析問題和解決問題的能力。

3、情商 (EQ)：指管理自己的情緒和處理人際關係的能力。EQ 高的人，人們都喜歡同他交往，總是能得到眾多人的擁護和支持。同時人際關係也是人生的重要資源。良好的人際關係往往能使人獲得更多的成功機會。

4、逆商 (AQ)：指面對逆境承受壓力的能力或承受失敗和挫折的能力。苦難是人生最好的教育。偉大的人格只有經歷磨難，潛力才會激發，事業才會開闊，靈魂才會昇華。

5、膽商 (DQ)：是一個人的膽量膽識膽略的度量，體現了一種冒險精神。膽商高的人能夠把握機會。凡是成功的商人政客，都具有非凡的膽略和魄力。

6、財商 (FQ)：指理財能力，特別是投資收益能力。財商是一個

人最重要的能力，但往往被人們忽略。

7、心商（MQ）：就是維持心理健康，緩解心理壓力保持良好的心理狀況和活動的能力。21世紀是抑鬱時代。心商的高低直接決定了人生過程的苦樂，主宰人生命運的成敗。

8、志商（WQ）：指一個人的意志品質水準。包括韌性，目的性，果斷性，自製力等方面。小志小成，大志大成。許多人一生平淡不是因為沒有才幹，而是缺乏志向和清晰的目標。

9、靈商（SQ）：就是對事物本身的頓悟能力和直覺思維能力。量子力學之父普朗克認為，富有創造性的科學家必須具有鮮明的直覺想像力。

10、健商（HQ）：指個人所具有的健康意識，健康知識和健康能力的反映。幸福的前提是關愛、珍惜自己的生命。