



丹斯里林伟才博士 顶级100语录

企业精神与哲学

“正面思考是最佳的零成本自我激励。”

全球最大的手套制造商：
顶级手套的智囊



与顾客用餐，2022年7月



大马福联会65周年庆，2022年8月



俄克拉荷马城市大学晚宴，2023年3月



隆雪中总慈善高尔夫球赛，2023年5月

TOP GLOVE TOWER



丹斯里林伟才博士顶级100语录，语录更新至2023年8月



实达阿南万怡酒店，2022年12月

Copyright © 2023 丹斯里林伟才博士

版权所有

未经作者丹斯里林伟才博士的书面准许，本刊物的任何部分均不能以任何形式复制、储存、传播，包括电子，机械及影印方式。

ISBN 978-629-98362-1-6

Top Value Books SDN. BHD.

201101011206 (939336 - V)

Level 21, Top Glove Tower,

16, Persiaran Setia Dagang, Setia Alam, Seksyen U13,

40170 Shah Alam, Selangor

Tel: +603-3362 3098

作者: 丹斯里林伟才博士

目录

章节	页数
1. 健康	6
2. 生活	28
3. 商业	70
4. 工作	134

1. 健康



顶级手套健康5好

我们如何愉快并健康地工作和生活直到120岁？



1. 清洁好

每日刷牙及清理舌苔三次，并洗澡两次。



2. 饮食好

多吃各类蔬菜，确保饮食均衡，
避免暴饮暴食，每日最少喝8杯 (2L) 水。



3. 工作好

更睿智、更有效率、更勤奋地工作、
更主动和机灵，并保有正面和诚实的态度。



4. 运动好

每周运动4到5次, 每次大约30分钟;
避免压力过小或压力过大。



5. 睡眠好

保持每晚7到8个小时的优质睡眠。



紫盟羽球联赛，吉隆坡，2019年

为什么大脑是人体最重要的器官？

因为大脑控制情绪和行为，控制好情绪便容易取得成功。

这意味着我们必须控制情绪和脾气，以便能够以清晰、冷静和理性的方式做出决定。

首先我们要从自身精神纪律做起。

通过管理好自己，我们才能更好地管理他人。

世界上最有营养的食物

1. 一粒**鸡蛋**可以孵化出一只有大脑、心脏、胃、眼睛、腿和翅膀的小鸡。鸡蛋可提供各种重要的营养物质，包括蛋白质、维生素 D、锌、钙和所有维生素B族。
2. 一颗**种子**可以长出一株有叶、茎、根等的植物。种子和坚果是提供营养物质的重要来源，例如蛋白质、脂肪、纤维、维生素和矿物质。
3. **牛奶**包含了蛋白质、钙质、维生素D、镁、磷等元素。牛奶可以防止体重增加，并增强身体健康，尤其是骨骼及头脑。

1

鸡蛋



2

豆类/坚果/种子



3

牛奶



我们需保持自律并且拥有知识，建议每天至少吃2至3颗鸡蛋、各种坚果、豆类、种子和饮用牛奶以保持我们的身体健康，尤其是大脑和心脏。

2. 生活



我们如何通过有效沟通做出 更好的决策？

我们需要多**倾听**，从不同的人身上获得**正确的反馈和意见**。

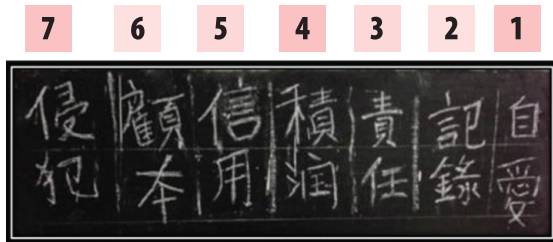
当我们不了解整体情况，单方面的决策可能会造成失误。

我们需要拥有**知识**和**智慧**来做出更好的决策。

研究 #4

丹斯里林伟才的父亲之生活原则

1. 自爱
2. 记录
3. 责任
4. 积润
5. 信用
6. 顾本
7. 侵犯



在1981年，丹斯里林伟才的父亲完成此“生活原则”于其家乡住处，马来西亚知知港。

历史固然重要，
但未来更重要。

虽然我们不能改变历史，但我们可以从中学习，
并提前计划、提升及改变未来。

我们现在拥有的是过去努力的成果，但未来
取决于现在所做的一切。



扫码浏览顶级手套官方网站



追踪丹斯里林伟才博士



Tan Sri Dr. Lim Wee Chai

生产日期：2023年8月8日
第二版

ISBN 978-629-98362-1-6



9 786299 836216