

The Inner Edge—Effective Spirituality in your life and work

做自己的CEO

激发内在的优势

[美] 理查德·温迪米耶 著

[美] 罗纳尔多·朱

浙江教育出版社

做自己的CEO

张其成 著

北京联合出版公司



ISBN 7-5502-0000-0

Effective Spirituality in your life and work

做自己的 CEO

激发内在的优势

[美] 理查德·温迪米耶 著

[美] 罗纳尔多·朱

柴慧清 董国文 戴望云 译

浙江教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

做自己的 CEO: 激发内在的优势 / (美) 温迪米耶, (美) 罗纳尔多著;
蔡慧清, 董国文, 戴望云译. —杭州: 浙江教育出版社, 2003.12

(个人发展书系. 生涯管理)

书名原文: The Inner Edge

ISBN 7-5338-5102-1

I. 做... II. ①魏...②罗...③蔡...④董...⑤戴... III. 成功心理学

IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 111092 号

著作权合同登记号 浙图字 11-2003-31 号

The Inner Edge

Original Edition Copyright ©2002 by Richard

A. Wedemeyer and Ronald W. Jue

Original Language Published by The McGraw-Hill Companies, Inc.

Simplified Chinese Translation Copyright ©2003 by

Zhejiang Education Publishing House

ALL RIGHTS RESERVED

做自己的 CEO——激发内在的优势

ZUO ZIJI DE CEO

著 者 [美] 理查德·温迪米耶 罗纳尔多·朱

译 者 柴慧清 董国文 戴望云

责任编辑 王晴波

装帧设计 朱科夫

出版发行 浙江教育出版社

印 刷 杭新印务有限公司

开 本 880×1230 1/32

印 张 7.625 插 页 4

字 数 170 000

版 次 2003 年 12 月第 1 版

印 次 2003 年 12 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5338-5102-1/B·49

定 价 18.50 元

版权所有 翻印必究

目录

The Inner Edge

前言	1
第一部分 内在的优势	
1. 内在的优势	7
2. 生活与工作中的灵性	11
3. 实效灵性之概观	17
第二部分 个人维度的实效灵性	
4. 未竟之事:其本质及解决之道	27
5. 自我负责,自我维护,自我约束	46
6. 本体:实效灵性的第一层面	54
7. 整合:第二层面	68
8. 灵感:第三层面	78
9. 激发内在的优势:一个充分发挥能力的人	88
第三部分 职场实效灵性	
10. 把实效灵性运用到你的工作中去	109
11. QDM:恰当决策	122
12. 适应力、亲和力、决策力	135
13. 忠诚和责任新说	148

14. 责任心	155
15. 实效灵性与你的生涯管理循环流程	163
第四部分 在组织中实施实效灵性之可能性	
16. 从传统组织到新型组织	181
17. QDM: 直觉的“决定性因素”力量	187
18. 在组织中实施实效灵性之可能性	200
19. 把实效灵性应用到组织中去	211
20. 结束语	221
附录 A 实效灵性想像	225
附录 B 剧变的职场	234
附录 C 老板的期盼和爱好	238
附录 D 积极的形象	241

前言

The Inner Edge

提线木偶面对梦想、追求、尝试、失败——无论面对的是什麼，他们总是毫无怨言，幽默诙谐，亲切可爱。我们（生活和梦想与木偶们并没有什么不同）完全可以像他们那样生活，并从他们那儿获取生活的激情。

——《笨拙》周刊编辑艾伦·科伦

生活不容易，但我们每个人都能鼓足勇气承认：其实我们共同经历着这样的状态——笨拙摸索、蹒跚迈步、跌跌撞撞，就像英国传统木偶剧《潘趣和朱迪》中的提线木偶那样。但是，当我们渴求更高质量的生活，渴求为我们的付出注入更深刻的意义时，我们可以遵循木偶们“不是生存，而是生气勃勃地生活”的个性：无忧无虑、适应性强、乐观向上。如果我们能从他们的世界中得到什么的话，那就是他们的希望意识——这也正是本书所要阐发的精神。

市场上陈列着大量关于商业社会、关于灵性的书刊。有人称颂它们益处多多，有人则嘲弄它们不知所云或毫无益处。但似乎还没有书能将商业性和灵性整合为一个行之有效的整体。我们写作本书的目的正在于此。我们的观点衍生于我们对商业社会、心理、灵性和脑科学诸领域的研究心得。我们俩都强烈地渴望能

同大家分享我们的发现——通过这几年组织研讨班，通过与那些试图对这个复杂世界多一些理解的人们共事中获得的发现，成就了这本《做自己的 CEO》：一条帮助你实现生活中各方面更深层次的平衡与和谐的简单而有序的道路。

我们在本书中提供的种种概念和技巧已经成为改变我们和其他人生活的因子。我们希望能够开阔你的视野，并通过实际操作发现自我的更富有延展性的层面——这些发现将使你像一束清晰稳定的光柱，使你在这个躁动不安的世界，不再会因为恐惧、责任和因日常生计所引起的烦恼而紧张焦虑。

本书构建于实效灵性这个概念之上。这一概念与任何宗教信仰或实践都毫无联系，而与灵性的一般意义有关，比如追寻愿望的满足、探索人生的意义、发现个人的全部潜能。实效灵性的目的是当你使用超越你理性思维极限的资源和尚未发挥的天资时，在你所做的每一件事情中实现一种业已提高的真实性和恰当性。在形成实效灵性这一概念的过程中，我们借用了东方的修行实践、心理学和左/右脑理论，以及其他的人们用来发现其自身潜质的方法。同时还运用了我们自己这些年来个人生活和职业生涯方面的经验。

在书中，我们着重强调的恰当决策过程（即 QDM 过程）诚邀你通过想像、虚构和中介技巧把你的直觉当做一项资源来运用，罗纳在组织背景下成功运用恰当决策（QDM）过程——一个预示直觉潜力对于组织机构其他方面有利的先兆——提供了关于这一过程的可靠事例。

我们深知，以本书的方式来呈现我们的种种概念和技巧存在很多局限。在一对一的情形下，实效灵性过程可以同环境、需要以及个人信仰、价值观的变化节奏以及同自我意识的水平相

匹配。

本书分为四个部分：

第一部分，将实效灵性置于一种可接近的背景中讨论。

第二部分，在个人层面讨论实效灵性的种种概念和技巧。

第三部分，考察实效灵性在严酷的职场中的运用。

第四部分，探究组织机构中实效灵性的潜力，以求真正实现“商业中的灵性”的优越性。

我们得到忠告说，这不是一本能在短时间敲定的书，也不是一本容易作出结论的书，实效灵性过程需要一种坦诚评价自我的庄严承诺和在日常基础之上的必要时间的诚心付出。实效灵性的整个过程也包含耐心和责任。如果你愿意作出那种承诺，实效灵性就是你生活重新开始和完全实现自己的一种途径，同时还使你的所有付出变得更富有成效。

我们也十分清醒地意识到，本书不可能改变世界，但我们坚信商界人士一定有这样的要求——他们需要去改变属于他们的世界（并可能朝着那改变中的世界迈进一小步）。对那些勇于冒险的人们来说，我们在本书中提供的实效灵性权当是提供了一位向导。我们也把本书献给所有灵性的探求者——包括那些可能经历过生活中不如意之事，但从来没有从灵性角度去探讨“不如意之事”的人们。我们热切企盼着与他们分享我们所学到的、所体验到的一切。当然，不是像老师面对学生那样，而是如同一个朝圣者面对另一位同路人。我们以“我教我所欲学”的精神向你呈上本书。

The Inner Edge

Effective Speech for the Professional Speaker

第一部分 内在的优势



1

内在的优势

你必须离开你舒适的乐土而进入直觉的荒野。你的发现将会是伟大的。你的发现将会是你自己的。

——艾伦·阿尔达

在今天这个变化快速的商业社会中，成功取决于诸多因素。其中的一些大体是在人的能力范围之内的，比如勤奋、经验，以及所拥有的资源、资格证书等。另外有些因素是远在人的能力范围之外的，比如运气、机遇、经济形势和公众态度等。

然而，还有一系列的因素与如今快速变化、混乱无序的商业状况的关系越来越密切。这些因素是内在的，其影响力却是强大的，深深地影响着生活的方方面面。

我们所指的内在因素包括本能、直觉、内在平衡、动机、激情、自信心、适应力、创造力等等。很有可能，你的逻辑思维程序意识不到它们潜在然而有力的影响。即使能够直接控制它们，所能控制的也是少而又少。但是，学会怎样更好地激发和调整它们以达到你的目标——即激发你内在的优势，还是有可能的。

在古老的东方文化中，对内在因素的认识比较深入，而在一个习惯于用左脑进行理性思考的世界里，人们长期以来总是带着怀疑的眼光来看待内在因素。不过，近年来，对内在因素的兴

趣和认识日益增长，其原因可能在于许多尖端科技领域中发现的一些逻辑矛盾与悖论，比如量子物理学和混沌理论。这些日益增多的很有说服力的论据证明了西方传统的理性思维方式存在着缺陷，从而激发了人们对直觉潜能和意识资源这片未开发的处女地的兴趣。

激发内在的优势所能带来的益处

我们很多人从小就学会了不相信甚至否定直觉的作用，但是在做决定前，人们经常会这么说：“凭直觉办事”；“搁一天再说吧”。这证明了人们在无意识中对直觉作用的重视。由五种感觉器官获取的客观数据已经先入为主地占据了我们的头脑，我们便忘记了或者说根本没有意识到那么多的内在因素。它们长久地影响着我们，无论这种影响是好是坏。本书将帮助你以一种新的意识水平来认识这些内在因素，并为你提供工作和生活中的种种技巧，以唤醒、激发你内在的优势，其途径有二：

1. 界定并超越行为的模式（一些是你很少意识到的），正是它们使你自己扼杀了个人的兴趣，从而限制了潜能的发挥。

2. 发现并运用超越日常理性思维程序的新资源，从而开辟出感知觉、决策、处理人际关系等方面的新能量、新技能。

这么做的最终结果是对“你是谁”这一问题本质的全面描述。这与利用权力和权威控制他人、掌握局势无关，它所涉及的是利用你自身的力量与天赋，超越那些对你无用的行为态度和

1. 内在的优势

方式,也就是个体自我中真正阻碍个人能力发挥的方面,使之不再阻碍人成为独立的个体,成为对家庭、组织和社会中有一员。就像我们将在第二章中讨论的,这一切都关乎自我的回归。

以内在的优势处理灵性问题

可以理解,激发内在的优势需要走入内心世界,处理许多使人成为独特个体的因素。其中包括这样的问题:“我是谁?”“我怎样才能最好地分配时间和运用才能?”“我的命运是怎样的?”这些问题的核心就是灵性。这种灵性不同于任何形式的宗教信仰与宗教行为,而存在于现实的自我意识中(我们将在下一章详细考察这一区别)。

我们相信,关注灵性的问题是一种日益增长的需要,它们潜藏于日常生活的喧闹背后,许多人都经历过内心的空虚和无所依托的不踏实感。在过去的几十年中,对于与个人和群体层面上的“精神”有关的讨论日益增多,人们的兴趣在持续上升,表明了人们寻求精神满足的迫切需要。

实效灵性

在本书中,我们提供了一种有效的练习形式,它可以使你认识到你的本质问题,并在你的内在潜能和外在现状之间架起一座桥梁,我们称之为实效灵性(Pragmatic Spirituality)。实效灵性的目的在于利用内在的稳定性和内在资源,使人即使在最困难的情况下也能可靠、恰当地发挥自身的能力。

实效灵性让人们看到并了解自己的欲求,从而增强了个体的本体意识,此外,还将现实与工作中的潜在资源(逻辑性的、定量的)联系在一起,并且扩大了灵性的领域(直观的、定性的)。逻

辑和内在知觉的资源能成为互补性很强的两个视野，或者说两个系统。这一新的范例，实际上是一个更为广阔的新视野，这当中，考虑到了个体固有的差异，我们的创造力和其他能力，我们的梦想和渴望，以及个体不仅是要“生存”，而且还要“发展”的需求——在工作过程中并不降低自己的价值、放弃自己的信仰。通过这种实效的途径，将商业事务与精神合而为一，真正激发出你内在的优势。

就像商业事务与灵性似乎有着天壤之别，“内心世界”与“潜在优势”也好像完全是两码事。然而，当两者聚拢时，就创造了一个新的概念：从一个更为可靠的来源获取信息和有创造性的灵感并将之储存起来，这个可靠的来源与人们对尊敬、责任、诚实的普遍原则是一致的，并与我们周围的世界有着深刻的联系。“内在的优势”不是要把我们所知道的全部抛弃，而是在一个客观的语境中，将我们所知道的、与一幅“完全开放的理解”这一内在景观中衍生而出的巨大图片合而为一，以达到在个人努力中保证生活更为充实、丰富的目的。

在第二章，我们将对实效灵性、其核心要素以及怎样将其运用于日常生活的各个方面做一概述。但在此之前，我们觉得先探讨一下灵性的某些方面，以确保清晰交流有一个坚实的基础是很重要的。

2

生活与工作中的灵性

灵性是“内省和信任的勇气”。看到的和所信任的似乎是一种归属感、充实感、联系性和面向无限的开放性的深层意义。

——加利福尼亚州立心理学会灵性与心理学专门小组所采用的灵性定义

所有的言语都是象征了一定涵义的符号。在有效的交际中，某个言语词汇的有效性取决于这个词所包含的各部分与它所唤起的意象的相似程度。简而言之，言语作为交际的中介物是不可靠的。

灵性一词对于有效的交际会产生两个问题。首先，它所象征的不仅不可触摸，而且不可言说（无法表达的、无法描述的、先验的）。其次，因为灵性更多的是与代表宗教概念的词语联系起来，所以对许多人来说，灵性一词能唤起强烈的情感体验，正面的负面的兼而有之。

尽管灵性一词已经承载了那么多的人为因素，但是仍然很重要的一点值得注意：在这个变化纷繁的世界上，灵性是人们在生活和工作中寻求自我意义与自我认同过程中的共同特征。我们在本书中正是基于这一意义使用“灵性”一词，同时也包含