

THE POWER OF BEING YOURSELF

A Game Plan for Success—
by Putting Passion
into Your Life and Work

有激情， 才有机会

[美] 乔·潘穆利 (Joe Plumeri) ◎著
马冬梅◎译



中信出版集团 · CHINACITICPRESS

有激情，才有机会

[美] 乔·潘穆利 (Joe Plumeri) 著
马冬梅 译

THE POWER OF BEING YOURSELF

A Game Plan for Success—
by Putting Passion
into Your Life and Work

图书在版编目 (CIP) 数据

有激情,才有机会 / (美) 潘穆利著; 马冬梅译

北京: 中信出版社, 2016.5 (2017.3重印)

书名原文: The Power of Being Yourself

ISBN 978-7-5086-6012-7

I. ①有… II. ①潘… ②马… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 055355 号

The Power of Being Yourself by Joe Plumeri

Copyright © 2015 by Go Play in Traffic, LLC

Published by arrangement with Da Capo Press, an imprint of Perseus Books, a division of PBG Publishing, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group, Inc. through Bardon-Chinese Media Agency

Simplified Chinese translation copyright © 2016 by CITIC Press Corporation

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限中国大陆地区发行销售

有激情,才有机会

著 者: [美] 乔·潘穆利

译 者: 马冬梅

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承印者: 北京鹏润伟业印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 5.5 字 数: 120千字

版 次: 2016年5月第1版

印 次: 2017年3月第2次印刷

京权图字: 01-2015-8573

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN 978-7-5086-6012-7

定 价: 39.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页,由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

序

衡量一个人成功的标准在于他的存在能否为相关的个人或机构创造价值，对此我深信不疑，也一直依此教导我的孩子们。正是这一点，让潘穆利显得如此与众不同，也让这本书意义非凡。从新泽西州特伦顿街头的成长，到后来成为跨国集团的高层管理者，在潘穆利的一生中，无论是他的合作伙伴还是竞争对手，无论是与他看法一致的人还是与他意见不同的人，无论是与他一起笑过的人还是一起哭过的人，都认为与潘穆利共事的经历让他们受益匪浅。

这本书讲述了潘穆利的一生：他的成功历程，他对生活和对领导力的热情，他善于从失败中吸取教训的能力以及为达到目标破釜沉舟的意志力。我们的国家和人民正处于这样一个时代：混乱和冲突模糊了是非界限，诸多问题悬而未决，重重障碍无法跨越。此时，潘穆利分享其一生的经验与教训，帮助我们做回自己，

这无疑为众人奏响了强劲有力的希望之歌。

记得在 20 世纪 60 年代，人们虽然身处逆境，却心中满怀希望。那些年，我们要设法摆脱贫困，为老年人提供医疗服务，为孩子提供接受高等教育的机会，净化空气和水质，还要尝试登月。然而，进入 21 世纪，我们用希望换来的是绝望：城市破产，华盛顿深陷政治图囿，毒品威胁着我们的孩子，事业之路崎岖陡峭，公立学校无法教会孩子阅读、写作及运算。太多的人开始怀疑、犹豫，甚至认为“根本不值得尝试”。

潘穆利为这些人指明了方向。他说：当然要尝试，只要你投入真心和热情，敢于做自己，你就会成功。这本书或许会成为本年度你读到的最重要的一本书，因为潘穆利传递了这样的信息：我们应该重拾对民众坚定不移的信心；我们必须振作精神并相信本能；我们必须尝试沟通交流；我们必须尽情欢笑；我们需要相互接触，敞开心扉，创造机会合作，了解他人的处事方式。最重要的是，我们要寻求力量和勇气来做回我们自己。如果我们有勇气去做这一切，我们就能够彻底消除内心的绝望。

在我担任美国第 36 任总统林登·约翰逊的国内事务助理期间，他曾对我说：“听说你非常聪明，是哈佛法学院的优等生。但我想说的是，对我这个总统来讲，你在布鲁克林大街上的所见所闻比你在哈佛大学学到的任何东西都更有用。”林登·约翰逊是对的。对潘穆利而言，也是如此。作为纽约和伦敦多家公司的首席执行官，潘穆利从中受益匪浅，但他从特伦顿街角了解到促使人们做出选择的因素，这一点对民众来讲，远比他在商务套房的

走廊里学到的任何东西都有用得着。

与大家一样，潘穆利也是一个普通人，自然也会犯错。但是当他摔倒时，他不仅能学会如何站起来，还能明白自己应该做些什么。当我卸任哥伦比亚大学全美成瘾行为与药物滥用研究中心主席一职后，听到过潘穆利在纽约皮埃尔酒店主持宴会时讲的他曾犯过的一个错误。当时的发言嘉宾有林登·约翰逊能言善辩的女儿露西·约翰逊、《华盛顿邮报》的编辑本·布莱德里和他的妻子萨莉·奎因、传奇律师布伦登·沙利文，还有《60分钟》的节目主持人史蒂夫·克罗夫。但是，在璀璨的群星中，最耀眼并让听众为之着迷的却是潘穆利。

在场的每一个人都因为潘穆利而记住了那个夜晚。来参加这类正式晚宴的通常都是一些极其精明的人，许多客人显得很不耐烦，当发言嘉宾演讲时，他们也在桌旁滔滔不绝。但是，当潘穆利敞开心扉，谈到他为什么主持那场宴会、为什么会在全美成瘾行为与药物滥用研究中心任职时，观众先是感到震惊，接着便被他深深吸引，现场鸦雀无声。他讲述了儿子克里斯的故事，讲到厌食症和毒瘾带给克里斯的种种困扰，克里斯如何断断续续接受治疗，以及这一切如何随着克里斯的离开而结束——克里斯死于药物过量，当时他还不到40岁。潘穆利满含热泪，告诉所有在场的人他本该做更多的事来帮助克里斯。他希望我们都能从他的错误中吸取教训，竭尽所能帮助我们所爱的人，给他们拥抱、倾听他们的心声，从而改变我们自己的生活。这样，我们的孩子也会去帮助他们所爱的人。在他演讲的过程中，有的听众放声大哭，

有的人甚至离开会场以平复情绪。此后的几个月，许多当时在场的人都告诉我，潘穆利的演讲极大地影响了他们的生活。

在这本书里，潘穆利提醒我们，人类对真情实感的表达是个人成长的典型特征。潘穆利在书中讲述他个人的故事，旨在激发你的热情，这种热情将引领你做回自己，并将为你开辟一片充满希望和成就的新天地。

约瑟夫·卡利法诺^①

^① 约瑟夫·卡利法诺曾于1965~1969年担任美国前总统林登·约翰逊的白宫高级国内事务助理，并于1977~1979年担任美国健康教育与福利部部长，他还是哥伦比亚大学全美成瘾行为与药物滥用研究中心的创始人兼名誉主席。他曾著有《林登·约翰逊的浮沉成败：白宫那些年》等作品。

前 言

倾听内心的声音

当我的儿子杰伊告诉我，他决定以一个慈善团队成员的名义参加 2013 年波士顿马拉松比赛的那一刻，我的双眼湿润了。他并不是职业选手，只是偶尔会跑上几英里^①，却打算在那一年的 4 月 15 日，参加全程 26.2 英里的马拉松比赛，而做这一切的原因，只是为了纪念他的哥哥克里斯。杰伊说：“那天正好是克里斯的生日，我想以这种方式纪念哥哥。”

比赛那天是克里斯 44 岁的生日。多年来，一直努力戒毒的他，在 2008 年突然离世。他本可以拥有完整的一生，他的离开对我们全家来说都是沉重的打击。我无时无刻不在思念我的孩子克里斯，也时刻提醒自己，一定要从错误中吸取教训——我因沉浸

① 1 英里≈1.61 千米。——编者注

于自己的事业而忽略了他的成长，没有给予他足够的关爱和应有的陪伴。从那以后，我尽可能地抽时间陪伴小儿子杰伊和女儿莱斯莉，我要为他们做到我没有为克里斯做到的一切。

我不想错过杰伊为克里斯参加的这场马拉松比赛。那天，我们全家集体出动。杰伊参赛时手臂上写着黑色的字母“CJP”，那是克里斯全名的缩写，我和莱斯莉一边沿着跑道溜达，一边欣赏波士顿的风景。那天天气非常好，也不太热，跑道两侧挤满了前来观看比赛的观众，他们振臂欢呼，非常兴奋。参赛选手当中居然还有七八十岁，甚至 90 多岁的老人。我看到有的选手头戴钢盔、手持盾牌，像罗马勇士一样；有一个选手装扮成热狗，还有一个装扮成汉堡包。你知道“旁若无人地跳舞”这句话吧，这些选手就是在旁若无人地跑步，他们只为展示自我！

我发现，大部分选手都是为他人而参赛，并非为了自己，这使我感到非常震惊。我看到有人高举“格里芬的朋友们”或“上帝保佑莎莉”等标语。我还看到有两名选手跑在一起，其中一人手扶另一人的肩膀，我愣了一下，这是怎么回事呢？原来还有盲人参赛！你能想象在看不见的情况下跑马拉松或扶着盲人带他们跑 26.2 英里吗？甚至有坐着轮椅的参赛者，由别人推着他们跑 26.2 英里。还有一位选手推着一个坐在轮椅上的人，轮椅上面的箭头符号里写着“这是我的儿子”。

在这里，比赛本身并不重要，重要的是这些参赛者及他们的勇气、精神和决心，正是确立并实现目标给他们带来了充实感，无论这个目标看起来多么疯狂。更重要的是，他们还能帮助他人

实现目标。在4月如此美好的日子里，新英格兰地区举办的这场马拉松比赛的真实意义在于，它向我们展示了参赛者的热情、决心、坚持和专注。

我和莱斯莉在韦尔斯利一处竖着15英里标志牌的地方等杰伊，看到他的那一刻，我的欣喜难以言表。

“我为克里斯而跑，爸爸！”杰伊向我大声喊道，“这是为克里斯做的。”

那一刻，我泪流满面，无法控制自己。我紧跟杰伊的步伐，莱斯莉抓拍了一张我俩并排走在一起的照片。随后，我和莱斯莉向他挥了挥手便往前走，打算在终点线附近找个地方等他。我们穿过拥挤的人群，在波伊尔斯顿大街上的莱诺克斯酒店门前停下，这儿离终点线还有大约半个街区的距离。我们四处张望，但是被里三层外三层的人群挤得水泄不通，所以我决定找一个更佳的观点位置。

我告诉莱斯莉：“杰伊可能还要一会儿才能跑完，我们再往前挤挤吧。”

在终点，你会看到很多趣事。我们身后的一对夫妇看到他们的女儿跑到终点时激动得大哭；一些选手在冲向终点线时双臂高举，就像冲上费城艺术博物馆台阶的洛奇一样，你似乎能听到电影《洛奇》的主题曲。每当有选手冲向终点时，你都能听到人们鼓掌喝彩，你会看到筋疲力尽的选手在欢呼声中再次精神焕发，空气中弥漫着欢乐和喜悦。你能感受到这种氛围并被它感染。

我和莱斯莉一路向终点线的方向前行，直到露天看台挡住了

我们的去路。然而，就在一分钟之后，我们被爆炸声吓呆了。第一次爆炸就发生在距离我们只有 100 多米的地方。根据我在部队服役的经验，我能闻出炸药独有的气味。我抓起莱斯莉的手就往前跑。紧接着，我们又听到了第二次爆炸声——发生在我们之前停留过的莱诺克斯酒店附近，周围到处是残肢和血迹，还有人们的尖叫声和痛苦的呻吟。

“爸爸，我看到那里有一条腿，还有一只胳膊。”莱斯莉边说边指给我看。

喜悦与庆祝的泪水刹那间变成了恐惧的泪水。周围到处都是受伤的人，但是我看到伤者并没有被弃之不顾，几乎每个伤者都有人照料，大家都尽其所能地互相帮助。混乱中有些选手还用塑料纸包裹着身体，他们没有手机，无法联系到自己的亲人，其他人都尽量帮助他们与家人取得联系。在混乱与恐慌之中，看到大家团结一致互帮互助，悲剧也能让人们凝聚在一起，这让我备受鼓舞。即使面临痛苦，我仍能看到人们内心的善良。

这时，我也正在疯了似的到处找杰伊。有生以来，我第一次为杰伊跑得慢而感到庆幸，我知道第一次爆炸发生时杰伊离终点线至少还有三四英里，但在当时，一切都变得没有头绪，我的大脑一片混乱。如果我判断失误，该怎么办？万一他突然变身成为长跑冠军，在最后几英里跑得像只小羚羊那样快，提前到达终点该怎么办？万一他受伤了呢？万一他已经遇难了呢？尽管理智告诉我我不该那样想，但是失去另一个儿子的想法让我陷入了极度的恐惧。我对自己说：“上帝不会这么残忍的！”我沿着联邦大街来

回走，从我身旁路过的选手们身披塑料纸，看起来像难民一样。为了寻找杰伊，我连续走了 15 英里。他没有带手机，所以我们无法和他取得联系。他会在哪儿呢？只要碰到警察，我就上前去问因爆炸而中止比赛的选手们现在在哪儿。我不放过任何一个可以求助的对象，还问了很多路人。

我不停地看手机，希望能有好消息，后来我收到了一个陌生号码发来的一条短信，上面写道：“前往丽兹饭店。”这会是杰伊发来的吗？如果是，这似乎只是一条普通的短信。我打电话过去，听到的是一个名叫珍妮的女孩的语音留言。是不是杰伊借了手机给我发的短信呢？我冲向丽兹饭店，杰伊果然在那儿，他小口喝着啤酒，看起来很轻松，似乎对刚才发生的一切一无所知——他还没有看到爆炸发生之后的任何报道。我紧紧地抱着他，激动地留下了泪水，我这才感觉到自己还有血有肉，还是活着的，一切都还好。但当我告诉他我所看到的一切时，他却无动于衷。

直到第二天早上，他才看到一些相关报道，并对这场悲剧的惨状感到震惊。他打电话给我说：“天哪，爸爸，我才看到昨天发生的一切！”

人们常说，在离世之前你的整个人生都会闪现在眼前。那一天，我经历了人世间的各种情感，现场的每个人都是如此——起初的喜悦瞬间变成了悲痛，这让我感受到了人类的一切情感。和我的女儿、我的小儿子在一起，看到我的小儿子为他的哥哥参加马拉松，这种惊喜难以言表。最让我感到庆幸的是，杰伊毫发无损，而我和女儿莱斯莉是因为当时又往前挤了挤才幸免于难。如

果失去她，我不知道以后的生活该如何继续。此外，我有幸目睹了人们在面临噩梦般的爆炸时所表现出来的人性之善。能够在疯狂的爆炸毁掉一切之前体验到一段美妙时光，感受到那天的万里晴空，以及为他人而参赛的选手带给我的鼓舞，我感到非常幸运。

那一天，我真正意识到了一直以来存在于我脑海中的各种如标语口号般的观念，与存在于我们内心深处、不论我们愿意与否都始终与我们相伴的真理之间的区别。生活就像一位老师，在人生的不同阶段，教会了我很多不同的法则，对此，我将在本书中详细探讨。那天的经历使我更加坚信：悲喜总是并存的。如果我们想要快乐，就要做好承受痛苦的准备；如果我们想要喜悦的泪水，也要做好接受悲怆之泪的准备。只有都经历过，我们才能更加接近真实的自我，才能拥有更加快乐、更加充实的生活，才能更好地维护生活中那些重要的关系，更好地陪伴我们的亲人（而不是像我辜负我的儿子克里斯一样辜负我们的亲人）。

但这还远远不够。如果我们能够活在当下，真诚地对待自己的情感，这将影响到我们生活的方方面面，包括工作。如今，很多人既缺乏人情味儿又没有见地，他们满足于现状，深受数据分析以及那些只关心容易与否而不在乎正确与否、类似于机器人似的东西的影响。缺乏人情味的东西总能占据主导地位，短信和电子邮件就是如此，它们不带任何感情色彩；而商界和政界的领导者们做重大决策的依据也是不带任何感情色彩的调查数据或顾问的客观建议。

问你们一个问题：为什么我们的文化一方面鼓励人们表现真

我、流露真情，另一方面又让那些因真情流露而落泪的人感到惭愧呢？人们常说必须强忍泪水，这到底是为什么？流泪如同一种犯罪，在公众面前放声大哭更是“重罪”，人们几乎失去了流泪的权利。做真实、率性的自己会造成什么损失？我们的文化剥夺了人们在其他场合流泪的权利（除非在参加葬礼、婚礼或遭遇不测时），这是为什么？人人都希望做真实率性的自己，但他们仍会因为流泪而感到抱歉。

高尔夫球手弗雷德·卡波斯于2013年在世界高尔夫名人堂做了一场精彩的演讲。当提及他年轻时曾帮他渡过难关的教练“墨西哥超人”李·特雷维诺时，弗雷德曾一度哽咽，他努力克制自己的情绪才得以继续。但演讲结束时，他却放弃了提前准备好的结束语，突然告诉大家：“这是我一生中最冷静的时刻！”之后，他泪如雨下，像获得胜利时那样高举双手，走到台下。我喜欢这样的时刻，这样真情流露的时刻。他并不介意向世人展示自己真实的一面。我在家看到这一幕时，激动得说不出话来，想与弗雷德一起流泪。我一直很欣赏弗雷德，他向来很冷静，但这一次他突破自我，将真实的一面展现给世人，让人们看到了他的真性情。

然而，流泪却被普遍认为是一个人软弱或缺乏自律的表现。大家似乎总认为流泪不是好事，因为它暴露出了自己不愿让他人看到的真实的一面。但是，任何人都可以用电子邮件或短信表达自己。我确信人们会用电子邮件或短信表达他们不愿意当面表达的东西，因为对方不在现场，无法看到他们的反应，不会成为他

们泄愤的对象。现在有多少人用短信或电子邮件来解雇员工？又有多少人通过这种方式提出离婚？人们为什么这么做？他们之所以这样做，是因为他们不想当面看到对方的情绪反应。因此，只有在写电子邮件或短信时，我们才是真正的自我，因为对方在看电子邮件或短信时发电子邮件或短信的人不在场。于是，我们的社会变得越来越不真实。

我只是来自新泽西州的一个普通人，我用双手和真心表达真实的自我。我希望你们能同我一起努力，重新开始关注那些真正重要的东西。无论对于你的生活还是工作，本书都非常实用。多年来，我也做过很多艰难的抉择，并从中受益匪浅。我也曾屡屡犯错，但也努力从每一个错误中吸取教训。我可以写一本专门讨论如何在商界做出正确选择的书，但我的目标并不局限于此。我想写一本适合所有人读的书，我敢肯定这本书会让你们开怀大笑，但也会让你们潸然泪下。最重要的是，它一定会对你们有所启发。我一定会尽我所能，以一个普通的新泽西人的视角来探讨如何消除笼罩在我们心头的恐惧、仇恨以及险恶。当前，奉献、慷慨、勇气以及其他能振奋人心的品质似乎都供应不足，大家都像机器人一样，每个人都因过度恐惧、过于忙碌或压力过大而无法做回真实的自己。

我们如何才能重新找回自我呢？在我看来这很简单：倾听自己内心的声音并尽量与他人分享。抛开烦恼和痛苦，尽情享受喜悦和幸福，如此你便可以做回真实的自己，这就足够了。在我的人生中，我不断追随自己的内心，获得感完全超出了我的想象。

和预期。我是一个能够用心去感受的人，自始至终都是如此，我不愿意通过其他方式来了解自己的感觉。我喜欢笑，也比很多人（尤其是很多男性）更容易流泪。你追随自己的内心并不断充实自己的内心，便能活出内在的热情。热情不是生活的附属物，它本身就是生活，通过它可以展示真实的自我。热情不能半途而废，否则便不能称作热情，活出热情意味着全心全意地投入。无论热情将你带向何处，你都要相信自己的内心和直觉，你要尽情享受这种抛开一切只专注于你的热情所带给你的喜悦、希望和感觉。

对强烈情感的感知，即便是悲伤，也表明你还是个活生生的人，表明你真真切切地融入了你的热情。我们每一个人都拥有或者有能力拥有热情，即便遇到麻烦，即便他们对自己的工作、婚姻或其他方面忍无可忍，他们仍能找到生活的热情——这可能需要一点儿努力、一点儿勇气和一点儿耐心，但只要他们愿意寻找并付诸行动，就一定能在生活的某个地方找回热情。如果你热情不再，就要设法将它找回来！热情一定在某个地方，只要坚持，你就一定能找到它。因为无论对职业发展还是个人成长而言，如果你的生命中缺乏这种深刻的情感联结，那么你便如行尸走肉一般。如果任何事情都无法让你得到满足，你就会失去生活目标。活出热情不仅是让你感觉愉悦、充实、兴奋及强大的最佳途径，也是在你周围的人都迷失自我时，你依然能保持自我的最佳方式。热情会让你更快乐、更幸福。

目 录

序 VII

前言 倾听内心的声音 XI

“悲喜总是并存的。如果我们想要快乐，就要做好承受痛苦的准备；如果想要喜悦的泪水，也要做好接受悲怆之泪的准备。只有都经历过，我们才能更加接近真实的自我，才能拥有更加快乐、更加充实的生活，才能更好地维护生活中那些重要的关系，更好地陪伴我们的亲人。”

法则 1 激发他人内在的热情 001

“每个人本质上都是善良的，通过发现他人身上的优点以及能让我们团结一致的品质，你就可以鼓舞他人。”