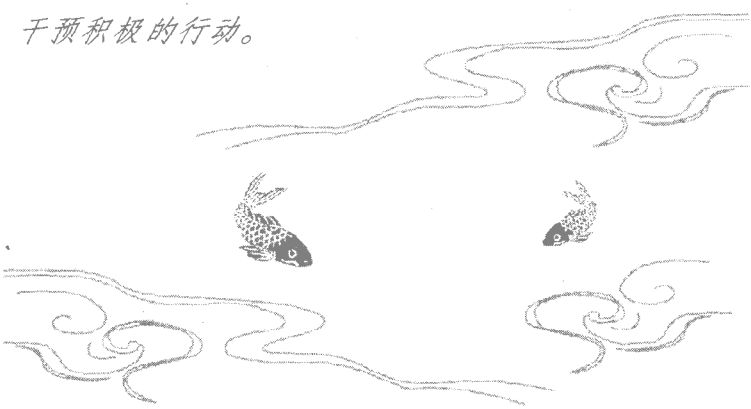
第一辑　如何开发自己的潜能

每个人都有潜能，如果你能够很好地发掘和利用这种潜能，你就会走出忧郁的沼泽，实现你的梦想，成为自己梦想的主人。

如何打破囚禁潜能的枷锁呢？最重要的，就是把“不可能”这三个字从日常谈话中除掉。这样，当你受到鼓励去实现某些目标或是向你自己发问时，不可能的观念将不再有足够的力量，去干预积极的行动。



需要全本请访问 www.ertongbook.com

敢于去设计未来

智慧是一切力量中最强大的力量，是世界上最有力量的力量。

1. 掌握改变自我形象的秘诀

在做事之前,要多问问自己到底该做什么？

“如果有个柠檬,就做柠檬水。”这是一名伟大教育家的做法,而傻子的做法正好相反。要是你发现生命给你的只是一个柠檬,你会不会自暴自弃地说:“我垮了,这就是命运,连一点机会也没有。”然后你就开始诅咒这个世界,让自己沉溺在自怜之中。可是,当聪明人拿到一个柠檬的时候,他就会说:“从这件不幸的事情中,我可以学到什么呢 我怎样才能改善我的情况，怎样才能把这个柠檬做成一杯柠檬水？”

伟大的心理学家阿佛瑞德·安德尔花了一辈子的时间来研究人类的潜在能力之后说:“人类最奇妙的特性之一就是

‘把负变为正的力量’。”

美国作家威廉·波里索曾经说过“:生命中最重要的一件事就是不要把你的收入拿来算做资本。任何一个傻子都会这样做，但真正重要的事是要从你的损失里去获利。这就需要有才智才行，而这一点也正是一个聪明人和一个傻子之间的区别。”

在现实生活中，许多在事业上获得大成功的人，他们在开始的时候也会遇到一些阻碍，然而他们能将这些阻碍化为迈向成功的动力。

要培养能带给你平安和快乐的心理，其秘诀是：当命运交给你一个柠檬的时候，不妨试着去做一杯柠檬水。

心理学家指出：一位学生对某学科有困难，可能是因为他觉得这一学科不适合自己。其实，只要能改变这个学生潜伏着的这种消极想法，使他转变对此学科的态度，他的那种不良情绪就会慢慢地改变过来。

关于这些问题，并不在于他们的思想迟钝或基本能力的缺乏，而是在于自我心像的不适合。所谓的自我心像，其实就是“我是何种人”的自我观念，这是由我们的自我信念所塑成的。

生活中，不管你是贫穷者，还是富有者，离开了思想的力量，将是你最大的损失。也许，你不相信这一点，但是当你一旦去接触了那些曾对历史产生过巨大作用的名人时，你就会发现他们之所以成功，就在于他们是思想者——他们靠着这种信念，度过了人生的黑暗和困苦时光。因此，他们也

就成为了巨人！

求索人生是一件痛苦并快乐的事。也许你问了成千上百次，其实人生的始端只有两个：一是思想，二是双脚。

有了思想，人生就不会平庸；有了双脚，人生就会走出一条成功之路。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

2. 学会接纳真实的自我

心理学方面的研究发现，一个人无论年纪大小，都可以改变他的自我形象，并借此开拓新的生活。

一个人的习惯、个性和生活方式之所以难以改变，其理由之一是：他从事改变的努力，几乎都只在自身的圆周上，而没有在圆心上。很多人说：“以前我也尝试过‘积极思考’，可就是无效。”但当你进一步了解后就会发现，这些人虽曾运用或试图运用“积极思考”以改变外在的境况，或革除特殊的习惯和个性缺点外，并没有使自我形象得以改变。

耶稣警告我们，以旧衣补新衣或以旧瓶装新酒，都是不聪明的，拿“积极思考”弥补陈旧的思想，也是无效的。事实上，如果你还秉持着否定自我的观念，而又想要确实地达到某种肯定自我的特定情境，那是绝对不可能的事。生活中就有许多不胜枚举的实验显示出这样一个道理：自我观念一旦改变，那么，与自我观念相关的其他事物，都可以迎刃而解。

只有敢于改变自我形象的人，他的成功系数才会越大。

一个人缺乏某种程度的自我容纳绝不可能有真正的成功可言。

世界上最可怜、最痛苦的人，莫过于那些竭尽所能使自己与别人相似的人。一个人只有放弃了羞愧与矫饰而成为真正的自己时，他的满足与轻松才是无与伦比的。表现自己所带来的满足，绝不会降临于那些想成为“某个人”的人身上，它只会降临于情愿放松身心“成为自己”的人身上。

我们大多数人本来比自己心里所了解的更美好、更聪明、更强大、更能干，能创造出更完美的才能、天赋、能力，然而就是因为太刻意去改变自己的现在，盲目地模仿别人，而使自己成了一个不伦不类的人。

我们可以改变个性，但是不能改变基本的自己。个性是我们处在世界上“自己”的工具与焦点，它是我们所用到的习惯、态度与技巧的总和。

人的潜能是无限的，我们可以充分地发挥自己的主观能动性，倾注自己毕生的执著和追求，一步步地朝着理想的目标推进。

是的，对自我潜能的开发，不是静止的而是活动的，它不会是完整的，也不会是确定的，但它确实是我们生命中不可缺少的一种理想和信念。

如果你背对着自己，对自己觉得羞耻，拒绝看清自己。那么，你就无法发挥你所特有的潜力和创造力。

2. 将梦想提升为真实的人生目标

任何人的心中都会有无数的欲望和梦想，但是，并不是所有的人都能脱颖而出，成为杰出的佼佼者，这其中的原因大多是没有将这种欲望与梦想提升为自己真实的人生目标。

雷妮女士现任美国 DOB 公司总裁。

童年时期的雷妮过着艰辛的生活，她幼年就失去了双亲，被一位亲戚抚养，但这个监护人却将她作为一个女佣来对待。在苦难的生活面前，她也曾经绝望，也曾经丧失信心，甚至还有过轻生的念头。但她最终还是坚持了下来，她下定决心，以后一定要干出一番事业，让自己的子女不再过这种艰苦的生活。

长大以后的雷妮毅然离开了那个名不符实的“家”，独自去闯荡人生。走进社会的雷妮，被人笑过，被人骗过，被人抛弃过，但每当遇到困难时，她就会想起以前的生活和给自己定下的人生目标，于是便一次次地挺了过来。如今她所创立的 DOB 公司已在欧洲、中东、亚洲建立了自己的十几

个分部，成了一个小有名气的金融投资公司。

成功的人生始于策划。当一个人选择了对自己的人生进行策划的时候，基本上就可以说选择了成功。成功的人士，无论是在生活还是在工作上，都能够把这种积极的成功精神一以贯之，仿佛成了他生命的一部分，如同呼吸一样。

梦想是比较模糊的，短暂的，具有强烈的不定性，许多人今天对自己的未来充满着憧憬，但也许一夜之间，就忘得一干二净，又重新对另一种生活开始执著起来。而目标能够帮助你将这种梦想的不定性消除，使你前进的道路变得有序和清晰，每一阶段的任务都一层层推开展现在你的面前，让你知道如何去行动。

如果你想成为一个成功者，就一定要预先规划，确立阶段性的明确目标。没有明确具体的奋斗目标，你会一事无成，毫无建树。

只有确立了前进的目标，一个人才会最大可能地发挥自己的潜力。只有在实现目标的过程中，我们才能够检验出自己的创造性，调动沉睡在心中的那些优异、独特的品质，才能锻炼自己、造就自己。

4. 把自己推到激流中去

时刻以积极进取的精神去做每一件事,你会发现这样做能使你顺利而且愉悦地做好原来可能做不到的事情。

拿破仑·希尔曾经说过，进取心是一种极为难得的美德，它能驱使一个人在不被吩咐应该去做什么事情之前,就能主动地去做应该做的事。

拿破仑·希尔曾经聘用了一位年轻的小姐当助手，替他拆阅、分类及回复他的大部分私人信件。当时,她的工作是听拿破仑·希尔口述，记录信的内容。她的薪水和其他从事相似工作的人大约相同。有一天，拿破仑·希尔口述了下面这句格言,并要求她用打字机把它打下来:"记住 你惟一的限制就是你自己脑海里所设立的那个限制。"

当她把打好的纸交给拿破仑·希尔的时候,她说:"你的格言使我获得了一个想法,对人、对我都很有价值。"

拿破仑·希尔对她的话并未十分在意，但从那天起，拿破仑·希尔可以看得出来，这件事在她脑海中留下了极为深

需要全本请访问 www.ertongbook.com

刻的印象。她开始在用完晚餐后回到办公室来，并且从事不是她分内而且也没有报酬的工作。她开始把写好的回信送到拿破仑·希尔的办公室里。

她已经研究过拿破仑·希尔的风格，因此，这些信回复得跟拿破仑·希尔自己所能写的一样好，有时甚至更好。她一直保持着这个习惯，直到拿破仑·希尔的私人秘书辞职为止。当拿破仑·希尔开始找人来补这位男秘书的空缺时，他很自然地想到这位小姐。在拿破仑·希尔还未正式给她这个职位之前，她已经主动地承担了这个职位的任务。由于她在下班以后，以及没有领加班费的情况下，对自己加以训练，终于使自己有资格出任拿破仑·希尔属下工作中最好的一个职位。

实际情况还尚不只如此。这位年轻小姐的办事效率太高了，因而引起其他人的注意，开始提供很好的职位请她担任。拿破仑·希尔已经多次提高她的薪水，她的薪水已是她当初来拿破仑·希尔这儿当一名普通速记员薪水的 4 倍。因为她使自己变得对拿破仑·希尔极有价值。因此，拿破仑·希尔不能失去她做自己的助手。

这就是进取心。另外值得注意的是，这位年轻的小姐的进取心，除了使她的薪水大为增加外，还为她带来一个莫大的好处。在她身上，已经培养出来一种愉快的精神，为她带来其他速记员无法体会到的幸福感。她的工作已经不是工作了，而是一个极为有趣的游戏，由她自己去玩。

在你工作的每一天你一定要使自己获得一个机会，使你

能在平常的工作范围之外，从事一些对其他人有价值的服务。在你自动提供这些服务时，你当然明白，你这样做的目的并不是为了获得金钱上的报酬。你之所以提供这种服务，因为它是你练习、发展及培养更强烈的进取心的一种方式。你必须先拥有这种精神，然后才能在你的工作或事业上有突出的成绩。

如果一个人要做好一件事，必须一心朝着有利于事态发展的方面去想，不要管它最后的结果是成功或失败。这种成功的想法在你的心中越来越强烈，当然你会随着这种强烈的进取心而发挥出自己的潜力，那事情成功的可能性就会增大。

“总是试着超过你自己很有必要，人的一生都应该如此。”我们相信17世纪瑞典女王克里斯蒂娜的这句话，对今天每一个积极上进的人而言，依然具有非常积极的意义。

在这个世界上，每个人都是独立存在的。若想发展自己的事业，只能靠自己积极的努力。

生命的能量来源于自信

自信是一种吸引力，只有当你有自信的时候，你才会成为别人注目的焦点，并且当你有自信的时候，别人会放弃他们那游移不定的意见来附和你。

5. “塑”个最棒的自己

每个人都希望自己是世界上最棒的。但如何才能使自己真的成为最棒的天才或艺术家呢？这是一个很关键的问题。要想破译它，就必须要有一些手段和技巧。你在想象之中希望成为什么样的人，不仅要“看到自己”扮演哪个角色，还要看自己适不适合这个角色。只有做自己适合的事，你的才华才能发挥到极致。要改变个性，除了治疗方法之外，一定要在心里先“看清楚”自己要变成的是哪个角色。

下面让我们看看刘邦是怎样从一个市井平民，登上了至

高无上的皇帝宝座的。

当时，秦的暴政使天下一片混乱，民不聊生，人们渴望更好的生活，希望推翻秦朝的统治。刘邦就是在这种情况下，参加了农民起义军，并当了一名头领，这对他后来组建自己的队伍很有帮助。

其次在于他具有一定的韬略，善于用人。他广结豪杰，生性豁达，这使许多有才能的人，都集聚在他周围。

他出身贫苦，在对待百姓上总是比项羽仁厚。项羽坑杀秦降卒 20 万人，后来入咸阳，大烧一番。刘邦入咸阳却约法三章，封存府库，面对珍宝而不为之放弃事业，人们早已不堪忍受秦的残暴，希望一个仁厚的杰出人物来安定天下，刘邦的仁厚获得了人民的拥戴，因而人们就把刘邦当作了理想中的杰出人物。

在具体策略的采用上，刘邦比项羽技高一筹。项羽爱孤军作战，东杀西挡，把部队搞得十分疲惫；刘邦则善于搞统一战线，与彭越等人联合，并从对手的内部着手，劝降了项羽的大将司马周殷，离间了项羽与范增的关系，使项羽失去了一个得力的助手。

项羽在用人的问题上，刚愎自用，拒谏饰非，而且多疑好忌，用人唯亲，失去了大批人才，像韩信、陈平这样的良将都叛项羽而投刘邦就是明证。

刘邦具有较高的战略眼光，善于听取谋士们的意见，能抓住良机，巧于利用对手内部的矛盾，以获得各种力量的支持，从而在战争中取胜。

替自己画一幅失败的画像，就足以使你不可能胜利；替自己生动地画一幅获胜的画像，就足以助你大步地迈向成功之路。

有人说：伟大的人生始自你心里的想象，希望做什么事，就会成为什么样的人。想象虽说不能给你带来什么，但她可以给你一种无形的信心和勇气，使你在不知不觉中产生力量，从而使你走向成功。

想使自己成为内心想象中的自我，就要学会在内心的画像之外，积极地付诸于行动。

6. 做自己命运的舵手

一个人要想做一个随波逐流的人，要比做依照自己的鼓点节奏前进的人容易得多。

美国著名思想家爱默生在一篇谈自信的文章中曾经写道“:要成为一名顶天立地的男子汉,就必须不随波逐流。”当你在攀登顶峰时，你是站在某个“机构”的最上头；它可能是某个部门、某个工厂、某家公司或者某个代理商。爱默生同时指出，每个希望成功者都必须认识到：“一个机构就是一个人加长的影子。”

在你攀登顶峰的路上，你不要拒绝别人的帮助，但要记住，从长远来看，你依然是自己那艘船的船长，掌舵的是你，而这艘船是驶向你要去的地方——一你必须是发号施令的人。因为你未必喜欢他人的目的地，你绝对不能随着他人的节拍起舞。

在你一路攀向顶峰时，很多时候当你环顾四周，你会发现自己竟然是如此的孤独，就像人们所形容的：“高处不胜

需要全本请访问 www.ertongbook.com