

快速提升



绿化心灵系列

你确信能完全了解现在的自己吗？
你想让自己的能力得到充分的发挥
和认可吗？

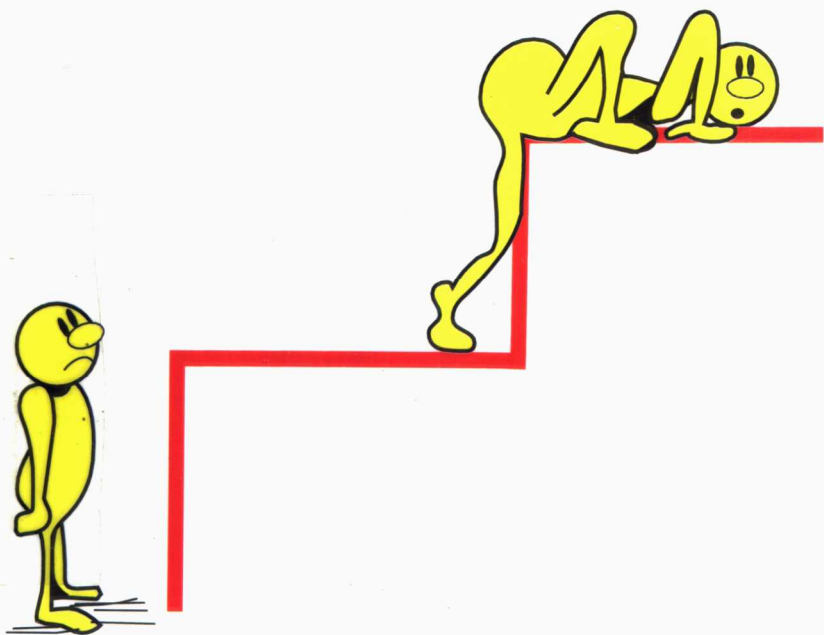
Quick Promotion: Mind Vitalization Series

【美】理查·W·杰姆 著 吴璟 译

做你的潜能主宰者

Personal Leadership

云南人民出版社





快速提升

绿化心灵系列

【美】理查·W·杰姆 著 吴璟 译

做你的潜能主宰者

Personal Leadership

云南人民出版社



34

谨以此书献给：

生活在这个星球上的每一个人。
在这样一个全新的时代，我们携手奋进，
为了我们共同的理想，为了我们的成功。

感谢

借此机会，我要特别感谢道格·库克和爱德·奥克莱，感谢他们为我们奉献了这样一本好书——《开启智能：心的转化》(Enlightened Leadership: Getting to the Heart of Change)〔纽约：塞拉盟—斯库斯特出版社 (Simon and Schuster) 1999 年出版〕。正是这本书让我们了解：

“我们相信，企业的创造力来源于它的员工的辛勤与奉献。”

“我们的宗旨在于激发员工对自己的潜能的认识，开启他们的创造性，培养他们的团队合作精神，鼓舞他们为了一种永无止境的追求而不断进取。”

“开启智能的魅力在于它将人们的心、信仰和梦想紧紧相联，只有这样，人们才能因为喜悦而做得更好，当人们为了他们的成就而欢欣鼓舞时，他们也会为了取得更大的成就而努力奋进，不断进取。”

衷心感谢国际能力提升咨询公司和塞拉盟—斯库斯特出版社与我们分享他们的信念以及他们所积攒的丰富经验。

9B2445/04

作者 简介

理查·W·杰姆 企业家，他从一家大型的会计师事务所担任经理助理开始自己的职业生涯。在随后经营私人汽车旅馆连锁店的尝试中，杰姆意识到他的生活应该是与人打交道，而不是成天面对那些枯燥乏味的数字。

后来从担任大型财务计划公司的财务经理到董事长，杰姆开始对管理和领导的艺术产生了浓厚的兴趣，在他的职业生涯中，杰姆在斯蒂芬·卡威所教授的“成为优秀的经理人才”的课程学习中受益匪浅，他坚信 21 世纪的领导者和企业的成功是建立在调动员工积极性并发挥其成员的最大能力的基础之上。

在杰姆的领导下，他的财务计划公司兼并了一家培训公司，使它在短短的 3 年中营业额从 40 万美元增至 1000 多万美元，公司后来逐步转型为一家咨询公司，旨在帮助个人或私营企业重新定位，发掘其潜能。该公司在兼并了第二家培训公司后实力不断扩充，成为了一家国际领导才能提升培训公司，杰姆亲任总经理和董事长。本书所谈到的一些原理和工具均来源于杰姆的亲身经历。

目前，杰姆正为建设他的领导才能提升培训平台而不懈

努力，该平台将为更多的人们提供一个有深度的、快速的学习机会，使他们能改变陈旧的信条、态度和行为，以发挥其内在的潜质，创立他们所期望的生活。

杰姆的信条：

- 发挥人的潜质就意味着重新审视自己能成为什么样的人，能完成怎样的使命，应选择怎样的生活，同时也帮助他人实现理想。

- 21 世纪的领导者和企业的成功是建立在调动员工积极性并发挥其最大潜质的基础之上。

- 协助机构成员在信条、态度、行为上达成共识，使他们能朝着所设定的目标而努力。

- 创建一个健康的、有益于人们自我发展的、为理想而奋斗的空间。

前言

这本书会改变你的生活吗？

答案：你的生活完全由你自己掌握！我们不想采用灌输的方式将所有的新信息传递给你，我们也不指望你的生活和工作在短期内就会发生改变。《做你的潜能主宰者》是一本关于个人能力提高及机构建设的书，它将告诉你，个人和机构的潜能如何通过放慢生活节拍、采用简单的态度和选用基准信条来得到充分发挥。通过这本书，我希望你能从中学到一些于你有用的概念，并能将其运用到你的实际生活中，我希望这本书不仅对你个人，而且对你日常的工作都会有很大的帮助。

我不是企图在为你指出正确的方向，不是在告诉你做事的最佳方式，也不是要说服你应该怎样思考、行事和为人。我要与你一同分享我的个人经历和人生体验。我真心地希望本书能帮你拓展视野，更多地了解你生活中的真实，助你在不断自我完善的过程中获取你所期望得到的结果。《做你的潜能主宰者》将助你更全面地开启你个人和你的机构的潜质，发掘内在所蕴藏的无穷的能量。

也许会有不少的人认为这本书没有什么创新，因为它探

讨的都是些他们已经听过的陈词滥调。或许他们说的是事实,他们也许知道,然而知道并不等于会利用。一个新的观念于你不仅仅只是了解与接受,更重要的是实践与运用。只有这样,你才能真正掌握它,并利用它来争取丰厚的收获。有数以万计的人接受了这些观念,他们仍然在不断地实践。

真实有多种表现方式,真实源于很多方面。如果我们保持清醒,我们注意观察,那么真实总会出现。有很多的成功人士因《做你的潜能主宰者》一书而获益。我想让书中的原理尽可能地简明扼要,随后附上有详尽注解的定义与操作方法。短短的篇幅无法涵盖我所想表述的全部内容,但它是开始,它为你指明一个方向,以后的路要你自己走下去,更多的内容要靠你自己来充实。

注:学习其实是一个重复的过程。本书中的一些概念和语句需要你不断地重复,以加快你的学习进程。要了解书中反复用到的几个特殊的概念及定义,请参读本书的“附录 A 概念与定义”。

目 录

前 言

1	体现自我，展现你的价值	1
	世界需要整合	3
	目标与信念	3
	释放你的潜能，实现你的人生价值	6
	一个瞬息万变的新时代	10
	成长的阶段——现在与未来	13
	人生的基本信念	14
	开启你的内在潜质，体现你的自我	15
	一则启示	18
	今天，通过选择，我会.....	20
2	积聚你的能量，实现你的目标	23
	怎样续写你的人生里程？	23
	今天，通过选择，我会.....	32
3	为你的未来定一个简单的计划	33
	今天，通过选择，我会.....	41
4	开掘你的潜能的 5 个主要观念	42
	学习与运用	42
	轻松一刻	46
	接受真实，体验真实	48

职责和义务	49
经验分享	52
今天,通过选择,我会.....	53

5 如何让自己成为一个有基准信条、态度明朗和对自己行为负责的人

.....	54
信条、态度与行为	54
头脑、身体与理想	55
人类的智力	60
感受与情绪	65
学习的关键	68
信念是一种精神源动力	71
今天,通过选择,我会.....	86

6 体现个人/机构的自主权

.....	87
信条:让我能自主地做出选择	87
态度:对自己负责	90
态度:勇气	92
行为模式:在每一天中的实践、再实践	93
实践:成果导向	94
实践:让我们活得有激情	96
今天,通过选择,我会.....	100

7 聚合的能量

.....	101
你了解自己吗?	102
重置零点助你提升自我	103
信条:相信自己	109
态度:所有的事都可能发生	113
实践:感知	114
实践:自我引导	116
实践:以假设的成果来引导你的行动	120

分享你的领导才能	121
建立一个有工作成效的团队	123
今天, 通过选择, 我会	126

8 增强自我, 挑战变化	127
管理与引导的比较	129
让我们的改变没有拒绝	130
信条: 持续地更新	133
态度: 为对抗祝福	134
实践: 连续地提问以增强自我认识	135
询问的主题与成效性	136
实践: 开掘个人潜能指南	142
实践: 用心倾听	148
是什么因素诱发了主要的变化?	149
今天, 通过选择, 我会	152

9 提升自我的要诀	153
信条: 保持完整性	153
态度: 顺从	154
实践: 体现和保持你的诚信	155
今天, 通过选择, 我会	159

10 转动不息, 动力长存	160
信条: 保持平衡	160
态度: 乐观积极	164
态度: 娱乐	167
实践: 持续成长的 4 个要素	169
实践: 采用象征性符号的意义	171
今天, 通过选择, 我会	175

11 在争取丰硕收成中体现自我	176
信条: 收获的法则	176

态度：感激	179
实践：为他人服务，为你的机构服务	180
今天，通过选择，我会.....	182

12 开启你的潜质，释放你的潜能

爱与怕	185
爱心果实	187
个人潜能与团队协作	187
生活是一个循环的轨迹	193
什么是真正可能的？	196
今天，通过选择，我会.....	198

后记	199
----------	-----

附录 A 概念与定义	203
附录 B 发掘你的潜质，增强你的自我	205
附录 C 影响预期成果的因素	206
附录 D 为自己定一个计划	208
附录 E 我们如何才能取得进步	210
附录 F 自我引导的 12 个步骤	212
附录 G 思维与直觉的不同导向	217
附录 H 关于潜能提升的询问方式	218
附录 I 走过去年，为新的一年做准备	227
附录 J 平衡的 12 个方面	229
附录 K 为你的个人生活制定计划	230
附录 L 机构的发展蓝图	232
附录 M 爱心增长的 60 个标识	236
附录 N 怎样增强你的自我	240
附录 O 受害心理的征兆	243
附录 P 优选推荐书目	244

体现自我，展现你的价值

你的“自我”是什么？怎样才能使自己少走弯路？怎样才能使自己更快地实现所设定的目标？怎样使自己的人生更充实？本书会告诉你。

本书给你的启发还不限于此，不管你的期望是成为别人的良师益友，还是成为你们公司的中流砥柱，或者是别的你所期望成为的，本书都能为你在确立今后的发展方向时提供箴言。

以往我们说，要实现理想，就要加倍努力地工作。而今，《做你的潜能主宰者》一书告诉我们，重新审视自己，给自己一个合适的定位比盲目地忙碌要有成效得多。

然而，仅仅考虑自己想要什么是不够的，我们还需要考虑怎样为自己创造可能的条件和机会。那么怎样做才能实现真正的自我呢？那就是成为一个“有基准信条，有积极明朗的态度，能对自己的行为负责”的人。“原则、态度和行为”正是“实现真正自我”的三个必要条件。

简单地说，“怎样做”是一个将我们全身心融入到实现自我的过程。在信念的支撑下，我们将朝着所设定的目标而努力，而“信念”正是来源于我们的价值认同。通常，价值

认同是一种意识形态，我们将这种意识形态转化为做人的原则或生活的信条去行事和为人时，我们就会生活得更富有朝气，更有价值。人类的头脑思维将原则、态度和行为这三者紧密地联系在一起。如果我们期望实现预定的目标，甚至期望得到更多的回报，那么，我们是否应该认真考虑一下，我们生活的坐标是什么，我们如何看待以及我们如何应对。

假若你对自己的认识还不是很全面，或者你不能确定自己的坐标在哪里，又或者你对生活没有太多的奢求，你只是凭着一点意愿和自信去完成你所期望的，那么，请千万要留住你的意愿和自信，因为你最终会发现它们能给你注入无穷的动力，它们将伴你成长，伴你完成你所期望实现的目标，使你能在竞争时代独占鳌头。

让我们来回顾那件发生在美国爱荷华州苏市的真人真事。杰瑞·斯格尔是1989年一起空难的幸存者。由于听到了小孩的哭声，已逃出了燃烧的机舱的他又返回了烟雾缭绕的地方，他救了一个与父母分散的11个月的女婴。在众多的传媒报道中，杰瑞的英雄事迹被广泛传颂。然而，杰瑞却说 he 当时做这件事仅仅是出于本能，当时的他并没有太多的时间来考虑是否要做或是否应该做。空难过后的几个月，杰瑞对他的这段经历做了一个很有趣的总结：

英雄绝不是通过一件简单的事件就可以塑造出来的。

真正的英雄是那些在长年累月中面对危险时，总能挺身而出的人。

而英雄主义则是人们在平常生活中的平常小事中所体现出来的精神。

总之，对于生活在地球上的每一个人，不论我们是在单独完成任务时，还是在与他人同舟共济时，无论是作为个人，还是作为一个机构的一分子，我们都应该尽其所能地做好每一件事，以求使自己能更上一层楼。

如何来体现自我和实现自我价值是通过我们日积月累的经验累计来实现的，这正是本书要告诉我们的。

《做你的潜能主宰者》能对我们的生活产生意义非凡的影响。

世界需要整合

是什么使这个世界发生着日新月异的变化，是人类；是什么在推动着社会的进步，是人类；是什么使我们的梦想能变为现实，正是我们中的每一个人。世界是一个整合体，在其中，个人的力量是微不足道的，而集体的凝聚力却有助于将个人的能量发挥到最大极至。社会的进步正是基于这种个人潜质的发挥和能量的聚合。接下来所要谈到的“共同的理想和坚定的信念”是一种独特的聚合力，将我们紧密地结合成一个整体，为实现共同的理想而不懈努力和奋斗。

目标与信念

树立人生目标：发挥个人潜能的本质所在

为了让你或你的机构的理想

在新的时代成为现实

我们需要有前瞻性，我们需要生活充满激情

无论是作为个人，还是团队的一员

我将自己最优秀的才情与智慧贡献出来
为了给所有的人，给我的机构带来效益和活力
我在努力使自己达到理想中的最高境界
我要让所有的人能因为我的努力而获益
为了实现它的基线目标
我们的机构需要平衡，即各方面的协调与融合
它将所有的人结成一个整体
它关注从团队协作中学到的有用的经验
它运用这种经验来创建团结协作的气氛与环境
它的动力源于它内部的人们的团结与协作
因为这种动力，机构得以不断地向前迈进

当人们加入一个机构时，无论他从事的是怎样的工作，无论他的职位如何，无论今后的结果如何难以预料，当他成为这个机构的一员，并以此为荣的同时，他也在有意识地将自己的未来维系在该机构的生存与发展的基础上，机构的发展将帮助他实现自己的人生价值。每个机构都有自己特定的使命，好高骛远的目标设定和空洞的口号并不能将员工们聚集在其周围，为实现自己的使命而奋斗。真正能产生内聚力的是一种坚定的信念，它是企业精神的具体表现，这种信念无时无刻不在影响着职员的思维、感觉、言语和处事行为。因而，对于一个机构而言，何为“企业精神”，如何解释企业存在的根本成为机构运作的首要任务。

本书所谈到的是如何发挥个人的内在潜能和如何树立企业的形象，使机构能在持续的运转过程中，实现个人以及机构的存在价值，这种持续的运作不是一种简单的循环运动，它是一种能量的聚集和释放的过程。

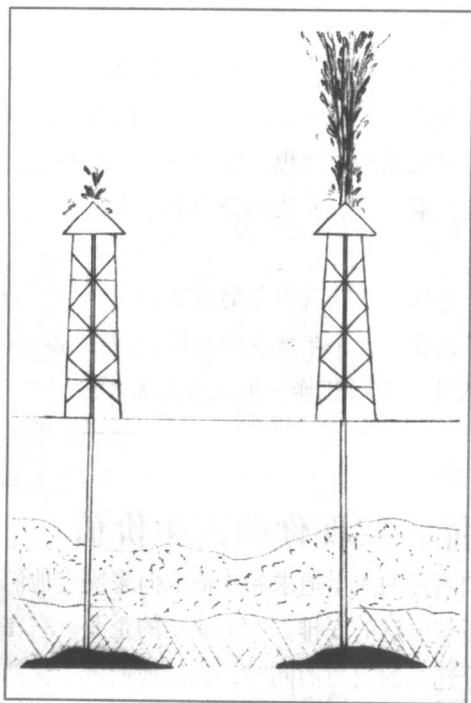
“企业精神”是产生内聚力的源泉，它赋予每一个员工相应的职责和使命，使其在团结合作的气氛感召下，竭尽所能地为自己以及机构的价值体现而努力。

信念是一种基石

“潜质是你本身所固有的一种能量，它不是别人能给予的，但有时你会需要别人协助你发掘它。”

——卡里奥·卡里莱

本书所要传达的思想其实很简单——每一个人的命运都



掌握在自己的手中，同样，一个机构的成功与否也取决于它的每一位成员的努力。我希望与您一起分享我的经验，为实现您的价值出谋划策。

新的知识和信息不见得对所有人 and 机构都有用，往往他们真正需要的是重新审

视自己，发掘自己内在的潜质和能量，并最大限度地发挥自己的优势去实现自己的存在价值。信条、态度和行为是信念的最直接的表现，而信念是一种基石，无论是个人还是机构，有了信念的支撑，才会有勇气去挑战未来。

在此，我们用一个简单的石油钻井台的例子来说明心智是如何影响身体的反应的。钻井台所喷射出的石油量象征我们可以释放的能量。

上页图中左边平台喷射的油量是我们现在所放出的能量，而右边所放出的油量显然要比左边的多得多，它所要表达的是当我们有了不一样的信念，我们的处事原则、态度和行为都会随之改变，这时，我们就能将我们体内蓄积的能量尽可能多地释放出来。

其实，我们的表现与我们所奉行的理念息息相关，有了这一理念的支持，我们会尽可能多地争取有利的机会，利用一切可能的能源去实现我们的理想。机会和能量绝不是上帝赐予的，所谓商机无限，但需要我们努力地争取。

种粮食可以让你获得一年的财富，
种树可以让你过十年富足的生活，
培养人才，可以让你一生衣食无忧。

——谚语

释放你的潜能，实现你的人生价值

各人根据他们不同的人生追求和价值取向来决定他们的生活方式，生活不是命运的安排。一个成功的企业，它在赋予每一位员工充分选择的权力的同时，也使他们为了保持这一权力的有效性而付出加倍的努力，由此形成的合力使企业