

风靡全球 • 改变世界

潜意识

THE SUBCONSCIOUS

突破阶层之墙

高原 • 著



金字塔尖人物都在运用的成功力量

突破意识的墙，做富有的自己
你的命运是由5%的潜意识决定的

CTS | 湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

博集天卷
CS-BOOKY

风靡全球 ● 改变世界

潜意识

THE SUBCONSCIOUS

突破阶层之墙

高原 ● 著



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



图书在版编目 (CIP) 数据

潜意识:突破阶层之墙/高原著. —长沙:湖南文艺出版社, 2012. 7
ISBN 978-7-5404-5615-3

I. ①潜… II. ①高… 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 (2012) 第 106872 号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 励志·成功心理学

潜意识:突破阶层之墙

著 者: 高 原

出 版 人: 刘清华

责任编辑: 丁丽丹 刘诗哲

监 制: 一 草

特约编辑: 刘 霁

版式设计: 张丽娜

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 北京世纪雨田印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1270mm 1/32

字 数: 190 千字

印 张: 9

版 次: 2012 年 7 月第 1 版

印 次: 2012 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-5615-3

定 价: 32.80 元

(若有质量问题, 请致电质量监督电话: 010-84409925)

风靡全球改变世界的神奇力量

已经改变全球9600万人的命运 ●你不可不知的超级神秘力量！

◆ 19世纪最伟大的发现不是在物理学领域，而是在精神领域，那是人类的潜意识在信仰的触动下所产生的力量。在每一个人身上，都储存着无尽的潜意识力量，它可以战胜一切困难。

◆ 如果将人类的整个意识比喻成一座冰山的话，那么浮出水面的部分就是属于显意识的范围，约占意识的5%，而 95% 隐藏在冰山底下的意识则属于潜意识。

◆ 潜意识聚集了人类数百万年来的遗传基因信息。它囊括了人类生存最重要的本能与自主神经系统的功能与宇宙法则，即人类过去所拥有的所有最好的生存情报，都蕴藏在潜意识里。

◆ 爱因斯坦、爱迪生等天才人物，一生中只不过运用了他们潜意识力量的2%不到。因此，任何人不论才智的高低、背景的好坏，也不论你的愿望多么遥不可及，只要懂得驾驭这股潜在的力量，就可以左右自己的命运。

◆ 《潜意识》为你揭开“心想事成”的秘密！如果能灵活地运用潜意识的力量，就能够游刃有余地操纵命运，实现愿望、获得财富及健康。

◆ 几百万年前，在宇宙万物中，蕴藏着一股神秘的力量。这种力量可以改变世界，创造一切。一百六十多年前，科学家发现了这种神秘的力量。近十年，它在美、加、英、法、德、意、葡、日、韩、丹麦、荷兰、巴西、爱尔兰、西班牙、澳大利亚、马来西亚等一百八十多个国家流行开来，它风靡全球，改变世界！

◆ 全球越来越多的人成为这种力量的倡导者与追寻者——弗洛伊德、爱因斯坦、爱迪生、威廉·詹姆斯、柏拉图、伽利略、贝多芬、卡耐基、比尔·盖茨、奥巴马、奥普拉、克林顿……许多非凡的发明家、卓越的科学家、伟大的思想家都运用这种力量获得了成功。它就是潜意识！

◆ 在欧美国家，有太多的CD与图书对潜意识这种神秘力量进行科学的理论阐述。然而却没有一本书，没有一个人，对如何激发潜意识，如何运用潜意识获得幸福、快乐、健康、爱情乃至改变命运，进行细节性的阐述。本书作者高原融合各位励志大师的理论思想，潜心修行三十多年，并通过潜意识的力量获得了心灵上的富足与事业上的成功。在本书中，他将以亲身体会告诉我们隐藏在潜意识中的成功秘诀！

潜意识，也就是人类原本具备却忘了使用的能力，这种能力我们称为“潜力”，也就是存在但未被开发并加以利用的能力。

——精神分析学派创始人 西格蒙德·弗洛伊德在

其著作《精神分析引论》中首先提出

倘若你想达成目标，便得在心中描绘出目标达成后的景象；那么，梦想必会成真。

——英国当代动机大师 理查·丹尼斯（Richard Danny）

一个人的人生幸福，只靠道德方面的努力是不够的，我们必须经常描绘自己将来的幸福形象，并依靠万能的潜意识来帮助实现。潜意识一旦接受事情后，就会想尽办法去实现它，之后你只要安心等待就可以了。

——世界著名精神法则研究权威、潜意识权威

约瑟夫·摩非博士（Joseph Murphy）

我这一生不曾工作过，我的幽默和伟大的著作都来自于求助潜意识心智无穷尽的宝藏。

——美国幽默大师、著名作家 马克·吐温（Mark Twain）

那些能干的人，往往是那些即使在最绝望的环境里，仍不断传送成功意念的人。他们不但鼓舞自己，也振奋他人，不达成功，誓不休止。

——世界潜能激励大师、Unlimited Power 作者

安东尼·罗宾（Anthony Robbins）

灵感并不是在逻辑思考的延长线上产生，而是在破除逻辑或常识的地方才有灵感。

——相对论创立者、物理学家 爱因斯坦（Albert Einstein）

19世纪最伟大的发现不是在物理学领域，而是在精神领域，那是人类的潜在意识在信仰的触动下所产生的力量。在每一个人身上，都储存着无尽的潜意识力量，它可以战胜一切问题。

——美国心理学之父 威廉·詹姆斯（William James）

潜意识的力量比意识大三万倍以上。所以，任何的潜能开发，任何的希望要实现，都是依靠你的潜意识。

——世界潜能大师、成功学权威、博恩·崔西（Brian Tracy）

潜意识的力量无远弗届。我愈是深入研究心灵层面，就愈见识到潜意识的强大力量。

——华语世界首席身心灵作家 张德芬

每一个人都具有特殊能力的电路，但大多数人却因为不知道而无法充分利用，就好像怀揣宝物而不自知；只要能发掘出这项秘藏，人类的能力将会完全大改观，会展现出超乎寻常的能力。

——《超右脑革命》作者、日本科学会顾问 七田真

如果每个人都能想象自己的梦想，梦想就可能出现。尽量试着在脑海里具体地拼凑它的雏形。

——《脑内革命》作者 春山茂雄

● 序 从乞丐到总裁的心灵距离

当我和公司的合伙人杰米·普利斯在位于华盛顿波托马克河畔的高大写字楼里庆贺一个新的项目签约成功时，他突然饶有兴趣地问我：“一个人从山脚走到山顶，需要经历些什么呢？”

我想起的是自己过去的十年。从中国东部海岸的一座小镇刚来到美国时，我不过是一个拿着国内普通大学本科毕业证的愣头小子，怀着无穷大的梦想，希望干一番大事，功成名就，改变自己的生活，挤入上流社会，但找工作时却四处碰壁，甚至不能稳定地解决自己的温饱问题。

在那段时间里，我每天都感觉自己生活在地狱，得以维持生计的工作不过是在肯德基做六小时的“清洁工”。当我马不停蹄地穿梭在各个座位之间的时候，心灵是麻木的，梦想是破碎的，我认为自己没有希望了，这个毫无生机的阶层将完全锁住我，认定自己

将要做一辈子穷人。我能听到的只是大堂经理恼怒的催促：“喂，高，那边的客人因为桌子不干净没办法落座，你没有看到吗？赶快过去！”

当我因为第二次“偷懒”被发现的时候——其实我只是在一个可爱的小女孩面前稍微停顿了一会儿，因为她手里的迪斯尼玩具实在太有趣了。大堂经理毫不犹豫地把我请到了只有一张桌子和一把椅子的简陋办公室里，用铁一般的腔调告诉我：“你被炒了。”

我没有任何留恋地离开了这份工作，因为那时我开始知道，生命不该浪费在这种毫无意义的生计上。任何看不到希望的工作，都将是一个人的噩梦，除非你马上开始改变——而且，你的心底要生出无穷的改变的欲望。

这是一段彻头彻尾的失败经历，但是却给了我极大的启示，就像上帝赋予我的礼物：在这里，有钱人和穷人肥瘦不一的屁股同样都坐在这些角度和规格完全一样的硬板凳上，没有谁是特殊的。我恍然明白，之所以那么多人把肯德基这种快餐厅作为格调的象征，不过是因为在这里没有阶层之分，穷人和富人被平等对待。不管你是穷人还是富人，你都需要亲自点餐，自己端着盘子找位子。

这道墙真的难以突破吗？不是的，我的绝望是多么可笑。只能做一个充满抱怨和愤怒的服务生，是因为我的思维和行动还停留在穷人的牢墙里，而不是因为我没有资格或者能力。所以，我决定开始创业，四处找朋友借钱和融资。

在美国社会，借钱是一件充满风险的事情。如果你表现不出足够的说服力，没有谁会施舍给你，哪怕你雄心万丈。我在这里举目无亲，在国内也没有房子，所以没有一位华人愿意帮助我。后来，我联合了一位叫做凯特的美国人，他和我一样激情四射，充满着改变命运的欲望，而且他有无穷无尽的自信。他认为自己天生就是一名强人，不应该待在底层世界每天混点儿失业保险金。

当凯特与我见面时，他的第一句话是：“我能帮助你成功，你能帮助我吗？”

我顿时笑了起来，哈！真是一幕让人“耻笑”的场景——两个一无所有、希望获得他人资助的笨蛋，互相之间交谈的第一个话题竟然是要帮助对方成功。可是，我们随后表现得无比严肃，一拍即合，花费了两周的时间去做市场调查，然后熬了几个通宵，做了一份近乎完美的商业计划书。我和凯特凭借这份计划书，从风投公司融资30万美元，成立了一家不大不小的广告公司，为华尔街的那些证券公司和各种从事股票交易的投机商提供网络营销服务。

我很快就以为自己已经成功了，从此不再是那个端盘子的穷小子了。成功真的这么简单？就像天上掉馅饼一样，只要心有所思，就一定心想事成！我当时差点儿信以为真了。但是突然有一天，席卷全球的金融风暴发生了，我和凯特所有的钱化为乌有，甚至连买一个汉堡的钱都拿不出来。不但如此，我们还欠了银行以及风投公司上百万美元。这就像一个人瞬间从地面飞到天空，然后立刻又狠狠

地摔了下来。没有人再来帮我，就连一间地下室我都租不起。朋友和亲戚都不再与我联络，因为我是他们眼中最唯恐避之不及的人，一个欠了一屁股债、没有丝毫前途的瘟神。

随后的几个月，我变成了一名华人乞丐，穿着一身四季不换的风衣，努力遮住脸，每日行乞于华尔街的闹市，不管日晒雨淋，刮风下雨，都得伸手向匆匆而过的白人可怜巴巴地要一美元，但通常得来的，不过是几美分或者一记白眼。甚至有一次，一个长相凶悍的白人冲上来揪住我的衣领，把我丢到墙角，很小声但又无情地对我说：“小子，这条街不允许带颜色的皮肤行乞，滚回你的老家去。”

那是我最无力的时刻，既受到了奇耻大辱，又在痛苦之中发现了一个真理：当你落水的时候，没有人同情你，只有靠你自己，才能从河里爬上来，重新穿上衣服。我告诉自己，想让人尊重，就不能将自己视为一个“一无所有只能被人怜悯的穷人”。

“我有什么？”躺在附近公园的长椅上，我开始思考这个问题。我很年轻，只有三十岁；我的英语也不错，如果运气好，可以做个翻译；我在国内从事过半年的矿产出口的咨询工作，这是不可忽视的经历。对，没错，我应该先综合这些优势，为自己谋得一份工作。

当你冷静下来思考未来的时候，当你开始理性地判断自己的能力，当你平心静气地与自己的潜意识进行交流时，你总能发现事情

并没有像你想象的那么绝望。挡在面前的墙壁，高大厚实，任你如何冲撞都不会倒塌，但你却可以沿着墙角耐心寻找，总有一个出口容你通过。我很快平静下来，带着之前积攒的生活费，每天寻找适合我做的工作。终于有一天，我进入了KDF矿业集团，从一名普通的翻译做起。这里成了我人生的重要起点，通过两年的辛苦工作，我积累了足够的人脉资源。等到一个天赐良机降临时，我果断地抓住了，在力所能及的范围内融资100万美元，集合一批同道中人，在美国成立了ONG广告公司。

今天，你正在阅读我的故事。这是一个穷小子的心灵励志传奇——不，也许他只是有一些走运，习惯并且擅长挖掘自己的体内全部的能力；他对潜意识有着强烈的兴趣，每天都在跟自己的心灵对话；他不喜欢失败，但他能够接受任何挫折，并充满欢乐地面对人生路途上的一切麻烦。他不是一位排得上号的成功人士，但他知道应该如何逃离人生的困境。

相信我，当你读到这里时，如你回视自身，请确信，有一天，你也可能会变成一个以乞讨为生的乞丐，或者被各种失败打击得垂头丧气，失去希望。但这并不重要，只要你在命运面前不失去理智的判断，变成一个身家千万的富翁，冲出人生的亚马逊之河，可能只需要短短的几年甚至更少的时间。但是，打破这道阶层之墙的前提就在于：

你必须时刻准备着，清醒地知道如何改变自己，展示自己的聪

006 慧、耐心以及果敢，并抓住一切稍纵即逝的好机会。对于我们每个人来说，这都不难，因为上帝是公正的，他已经将这种神奇的力量深深地埋藏在了你的心灵之中。本书将带你去寻获这些助你突破命运之墙的武器，和你一起思考并且实现心灵的富裕。



第一章

你为什么是穷人

80%的人不知道自己为什么穷

你，为什么是穷人呢？

你，为什么总有一种强烈的感觉，认定自己是一个没有机会好运连连的穷人？

谁都可以这样问问自己：“我，为什么我是穷人？”

长久以来，我都在做着一项关于贫富形成的潜意识角度的心理分析。我走访了国内外几千名生活窘迫的工薪阶层，他们有华尔街的银行失业职员，洛杉矶唐人街的餐馆服务生，上海的保险公司业务员，北京的书城营业员，得到的结果很奇怪，但并不出乎意料：80%的人不知道自己为什么穷，而且大多数人都在为自己的贫穷寻找借口。

他们众多的借口归结起来，琳琅满目，五花八门，每一个借口都看起来像是铁定无法改变的事实，比如天生胆子就小、没人脉、没钱、机会没有降临、没有当官的亲属、有钱的爸妈……每个人都

有一肚子的委屈要说，好像生下来他就只能做牛做马，赚取一点微薄的薪水，买不起房子，娶不起媳妇，每日量入为出，身上戴满了镣铐。诸如此类的种种借口，构成了穷人的“贫穷心态”。

但是，在所有的理由之中，我唯一没有看到的，是他们对于自己的反省。他们知道自己穷，但却不知道为什么穷，穷在哪里。穷人总是在嫉妒富人，或者说，失败者总是在可怜自己，把责任推卸给那些已经成功的人，认为是他们抢占了自己的机会。

这就是绝大多数失意分子的理由：虽然我不知道自己到底能干什么，但我看见你们不让我干什么。

在人的潜意识中，始终存在一个区域，它负责帮助我们的大脑分析事件的原因，并对“自我”在事件中的定位进行确认。在这个过程中，潜意识自动行使着两种功能。

一、帮你找到“责任人”。

你应聘一个重要的职位失败时，大脑浮现出的第一个念头是什么呢？“我为什么失败？”到底是谁的责任导致了这种局面？无须你发布命令，潜意识会自动开始这一过程。不管是成功的还是失败的事件，当它确实地发生时，我们的潜意识就将开始寻找责任，帮助你弄清原委，确定来龙去脉，给你一个交代。

二、帮你做下一步决定。

当责任明确时——80%的人会将责任推到心灵的门外，归咎于外在的因素。大部分人在这种时刻，都会首先安慰自己，啊，不是我

的因素呢！随后就是告诉自己：虽然不想过这样的生活，虽然我也想求得那份薪水很高的工作，但鉴于挑战的难度实在太太大，还是凑合着过下去好了。

于是，他的潜意识能量团没有发生任何波动，奇迹在他的生活中是不会发生的，尽管那不算什么惊人的变化，只是一个人切实拥有的一种能量。他做出的决定将是坦然地从这家公司离开，转而去一家收入低微的普通单位，企望得到一份养家糊口、不会轻易失业的工作。薪水低一点没关系，只要让我填饱肚子就可以了。

没错，这是他做出的决定，是潜意识给出的答案，同时也是他这一生最真实的写照。

我的朋友凯特是一个另类的例子，虽然他和我一样曾经跌得很惨，但他找到了真正的原因，而且他一直很自信。不是每一个人都可以做到像他那样自信，几乎没有一位老板愿意给他一份体面的工作，他屡遭打击，但是他始终相信自己可以做些与众不同的事情。他将潜在的能量发挥到了极致，虽九死犹未悔。在金融危机过后，凯特卷土重来，他的好运气也跟着来了，很快在一家证券公司得到了一个非常重要的位置。

证券公司的老板邀请他出任理财顾问的理由是：你经历了那场最严重的危机的所有的细节，所以你比谁都明白客户的心理。这就是凯特的收获，只有当你明白自己为什么需要改变，以及为了什么去改变的时候，才能在迈出步伐的同时还能找到准确的定位，并成

功地收到上帝的礼物。

当我明白自己为什么穷时，我没有再犹豫下去，立刻开始了改变自己的行动。人生只有短短的几十年，晚一秒钟都不行，我穷在没有剖析内心的弱点，忽视自己的优势和未来无穷广阔的可能性。许多穷人都在盲目中不自觉地给自己戴上沉重的镣铐，但我不会。我轻装上阵，带着极强的目的性去理性地和富有行动力地准备人生的每一步。

所以现在，我才有机会给各个年龄段的人提出我的建议和劝告，人们的经历一直在不停地告诉我一种真实存在的现象：每一个人都有自己的自我定位，在潜意识中，对于自己为什么穷，都有一个明确的定位。但是不幸的是，他们意识不到这一点，而且事实上，他们实际上的定位往往是错误的，这就是穷人为什么总是一直穷下去的主要原因。

这个定位深深地隐藏在你的潜意识里。人们在生活中一贯的体验是，自己为了实现一个既定的目标，付出了超出想象的艰苦的努力，但却收效甚微甚至毫无收获；付出惨重的代价，却得到一个让人沮丧的下场。有些人投资失败，一夜变成赤贫；有些人挣扎十几年，还在原地踏步。原因在哪儿？他的潜意识中的自我定位与他真正的目标并不一致，于是极大地削弱和降低了他的努力和付出。

如果你将自己定位为一名不可改变命运的穷人，你这一生都会在失去了赚钱动力的基础上度过，就算有赢利的机会你也视而不

见，抓不住那些上帝送给你的绝好机遇。

012 如果你认定自己让人讨厌，简直可恶极了，那么即便别人对你真心地夸奖，你也将强烈地感觉到他在说谎，不自信笼罩在你的心头，觉得自己一无是处，前途没有一点希望，还会将责任推给外界的各种因素，并且决定就这样浑浑噩噩地度过一生。

过时的和错误的心态，以及不擅长分析原因的坏习惯，是潜藏在穷人的内心、影响他走向成功的最为致命的负面因素。当你试图探析自己的潜意识，更新自我定位，并且做出第一步改变的时候，一个迫切而必要的目标就是——你要找到真正适合自己的人生方向，明白你现在的处境是什么原因造成的，因为它直接关系到你付出的效率，决定着你的下一步的成败。只有这样去思考并形成习惯，激励自己付出不懈努力，梦想才有实现的可能性。

揭开“底层噩梦”的盖子

在我从国内来到美国接近二十年的时间，我观察到，不管是华人社会还是西方社会，在阶层分化中，都有一个普遍的现象。底层噩梦和富裕症相互交集，产生了一种隐性不可见的潜意识世界：人们对于金钱既渴望又恐惧。

不过，相对于华人社会，西方社会又有一些不同。穷人和富人的距离相对接近，而且西方穷人的底层噩梦并不鲜明地存在于社