

石滋宜博士策畫

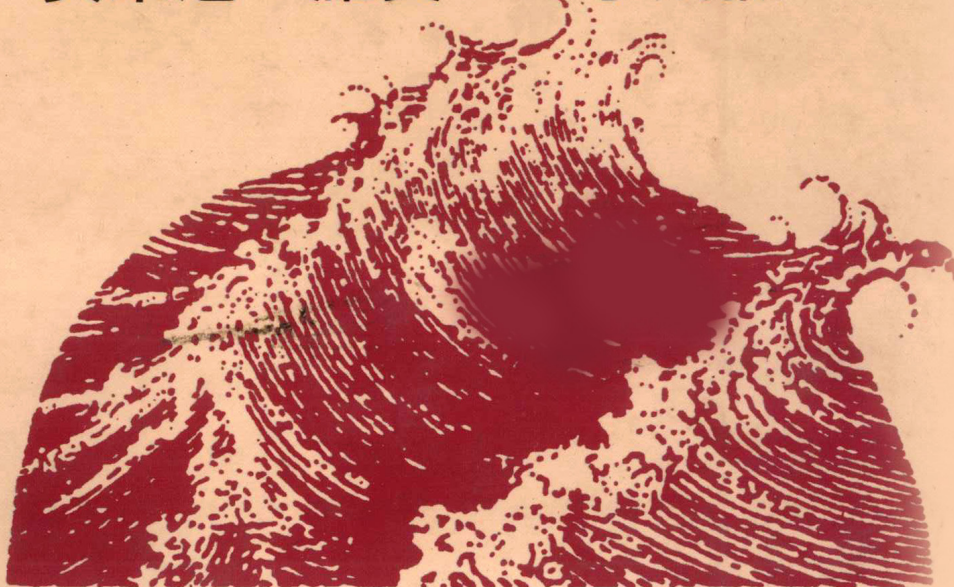
決策者叢書 1

石滋宜 推薦

UNLIMITED POWER

激發心靈潛力

安東尼・羅賓◎著 李成嶽◎譯



UNLIMITED POWER

激發心靈潛力

出版序

中國生產力中心成立的目的，是爲了配合政府經濟發展政策，協助國內工商企業提高生產力，增強產品在國際市場的競爭能力。三十年來，臺灣經濟由農業生產爲主，順利轉變爲出口導向的工商型態。而展望未來的情況，將是前有經濟強國打擊我們繼續前進，後有新興國家侵蝕我們固有市場。我國因應之道，就在於促使經濟轉型，提昇工業技術，改善產業結構。這些改變不是一蹴可成，必須假以時日。在未來長久蛻變的過程中，首先要培養的是創新與革心的心態。

民國七十三年經濟部成立「中華民國生產力運動推行委員會」，由中國生產力中心負責策劃整個運動的推行。我們認爲這個運動最主要的工作，就是全面倡導創新與革心——「好，還要更好」的心態。具備了這樣的心態，還需要有實踐的能力，也就是要在觀念知識和技術各層面上不斷的充實，而知道進步的趨勢，創新的方向？改進的重點。

爲了使推動的效果更加落實，我們除了從各方面著手努力進行之外，更鑒於書籍影響力的深遠長久，決定編輯出版「決策者」與「生產力」系列叢書。

「決策者」叢書的範疇，主要是從管理、心理、經濟、社會等不同角度，介紹環境的變遷和創新的觀念。其內容包括翻譯國外值得推薦的新書；並聘請國內專家學者，就我國目前的現況加以分析檢討，從而對未來發展應有的心態與方向予以確定。

「生產力」叢書編纂的內容，將以知識技術方面爲主。介紹國外生產管理、自動化方面的發展趨勢、以及提高生產力的實際作法。此外，生產力中心歷年來輔導廠商的實例報告，開設課程的教材精華，以及我們的心得發現，也將陸續整理編纂出版，以供我國工商界參考。

我們希望透過系列的叢書，產生觀念、知識、技術傳播上的促媒作用，讓全面提高生產力運動的效果能普遍、踏實、深遠，而促進經濟的加速升級。我們盼望一個更美好的明天，而且「好，還要更好！」

石 序

「大多數的人想改造這個世界，但卻罕有人想改造自己。」

托爾斯泰

這是一本頗具特色而不尋常的著作。我之這樣認為並不是推崇作者能從一無所有的逆境中走向成功之路所付出的努力，事實上這類成功的故事在我們的周遭是屢見不鮮的。作者目前年約三十歲，僅有高中畢業的學歷，且在他發跡之前有一段窮困潦倒的日子。但當他接觸到一門很特殊的學問後，困頓的人生因此改觀，目前在美國是一位生意應接不暇的心理諮詢專家。他的成功不像童話中所描述的灰姑娘那般突然和神奇，而是憑著他能活學活用所習得的一些學術理論，導致今日的成就。是那些學術理論能有如此

奇妙的力量，扭轉一個人的命運呢？說來很可笑，這些有關的書籍早在十數年前便已出現在臺灣的書店裏了，而於今尤盛，不過我們沒有多少人能真正的從那些學理中領悟而受益。正如作者在第一章「國王的權杖」中引用十九世紀英國著名的生物學家湯瑪士·亨利·赫胥黎的一句話：「人生偉業的建立，不在能知，乃在能行。」的確，知識若不懂活用力行，我們是永遠邁不出腳步的。

在整本書裏，作者曾少許提過他個人的成功經歷，但對於那些曾幫助他成功的理念卻描述詳盡，且引用許多真人的實例來佐證他所傳遞的訊息，使人讀來生動而不疑，益發加強了本書的可讀性。

麥斯威爾·梅爾茲(Maxwell Maltz)所著的「人性的開拓」(Psycho-cybernetics)以及約翰·葛林德(John Grinder)和理查·班德勒(Richard Bandler)共同研究出的「神經語言課程」(Neuro-Linguistic Programming)等二書的理論及概念是本書的架構基礎，逐漸引導我們進入「身心互動」的神奇境界。十多年前，梅爾茲博士從外科整型的執業經驗中，發現人類心智具有一種不斷追求目標的機能，而主宰這種機能的關鍵全在於「自我意象」(self-image)的建立；而葛林德和班德勒二人針對一些成功人士的觀察中，發現人類神經系統大大影響行為的現象，因而建立了「內心儲憶」(internal

representation) 的理論。這兩種學術上的名詞對我們而言似乎是十分新穎，若我們去深入探討比較，就會發現在我們中國人的文化中也有類似的名詞，那就是「革心」二字。為何我們常在文字中、言語間使用的這個字眼卻很少在我們的生活裏產生應有的影響力，而只能經常在口頭上說說而已呢？我們得如何正視這個字眼呢？如何去賦與它應有的活力呢？作者在自己主持的研討會裏，有一門「心靈革命」的課程，能扭轉我們舊有的觀念，使我們生鏽的腦子重新靈活運轉。

那是一種赤足過火的課程，在整堂課裏，所有的學員都得面對火紅熾熱的木炭所鋪成的「火路」，然後大膽而勇敢地赤足行過。對於沒有這種過火經驗的人而言，那是極為駭人的場面，有的人會哭，有的人會叫，也有的人腿軟，更有人發抖，甚至有人會哀求免去這種「考驗」，不過最終所有的學員還是得走過這條路，因為沒有經歷過這場考驗的人，就無法在隨後的課程中得到最大的效果。我們當中很少有人有過赤足過火的經驗，但卻有不少人見過他人赤足過火的畫面，特別是在寺廟的拜拜祭典中。當我們看見過火之人平安走過火堆之後，總以為是神明在庇佑那些人，或是有人預先在火堆中做了手腳，殊不知過火行為只要在妥善安排而不使詐的情況下，人人都能平安行過。根據美國一些科學家對過火過程的觀察與測試，發現只要步行的速度夠快，不需要用跑的，便

不容易灼傷腳底。因為每當腳掌在接觸火炭的瞬間，便會立即釋出汗水，形成一層絕緣體，在那層汗膜尚未蒸發前提起腳掌，汗水便會吸收先前的熱量而化為蒸氣消逝，因而使腳掌絲毫不傷。由於大多數人不了解人體的神奇機能，以無知來接觸那些自己視為可怕的遭遇，便容易陷入畏縮不前的狀態中。就算是真的無知吧，當那些研討會的學員在咬緊牙關平安行過火堆後，他們整個觀念會有很大的改變，因為原先認為必然做不到的事，竟然輕易可以達成，且於已毫髮無損。原來「任何的限制，都是從自己的內心開始的」。

在我們每個人的生命中，都會面臨許多害怕做不到的時刻，因而畫地自限，使無限的潛能 (unlimited power) 只化為有限的成就 (limited achievement)。當然我們無需真正去體驗過火的行為，若我們能有前述的認知，事實上我們的心靈就如同行過那先前令你畏懼不前的火堆了。也唯有這種戲劇性的領悟，我們才能從作者所詳述的諸多理念中有真正的吸收和運用。

這本書所探討的理念甚多，但都極為實用而且是讀者可以自行拓展的技巧。我們都知道現代有許多科學技術及管理技術是由歐美等國所發明，然而真正使科學商品化及管理藝術化的卻是日本，從日本產品雄視世界、日元大幅升值的事例中，可以窺得他們運

用前人理念之純熟。所以當各位讀者在細讀每段章節時，應細細體會作者所闡述的道理，使自己在吸收後能衍生出屬於自己的那一套技巧來。另外我想建議的是，我們都知道身體的鍛鍊是需要持久不懈的，方能有所成就；同理，心智的鍛鍊也是要付上代價的，絕不可以一曝十寒。

執筆至此，讓我想起一位日裔美籍前參議員的一番話，可以十分貼切地說明這本書的宗旨。這位先生就是八十一歲的早川雪參議員(S.I. Hayakawa)，他也是一位語言學教授和作家。當別人問起他如何儘量使生活有意義時，他是這麼說的：

最要緊的是不要自築藩籬，努力拓展新領域和發展自己更多方面的才能，是保持年輕、活潑和對生命好奇之道。

譯 序

對一位已經有不凡成就的人而言，要說出「我們是爲成功而生」的話，似乎並非一件難事。

然而我們之中絕大多數的人，卻不敢如此奢言，因爲「成功」似乎跟他們扯不到一塊兒。尤其是在競爭激烈的現代社會裏，成功之不可得所肇致的挫折和沮喪，使不少人衍生出心理上的失衡，形成今日社會普遍的病象。

於是許多心理醫生的生意鼎盛，門庭若市，以應付精神病人的失常現象。而更多研究心理及人類行爲的書籍便應運而生，希望能爲精神苦悶的人心中，找出一條透氣之門。然而在這些書中，許多是學理方面的研究，給一般的讀者有隔靴搔癢，沒有切身之感。另外一些較實際有關於「積極思考」之類的書籍，又偏重於得靠長期克制自己往樂

觀方面來想，效果不大。

這本書具有學理方面的基礎，且能使人很輕易地就達到積極、樂觀、進取的狀態。尤其可貴的是，本書的作者年不足三十，以自己運用書中的一套方法，獲致驚人成就的現身說法，更能使人信服每個人都擁有「必然成功」的潛能。

從他給成功與失敗二者所下的定義，就能使人在內心裏奠下一塊難以撼動的基礎。然後配以學理的分析 and 實務的佐證，逐步地引導讀者從身心兩方面上改變，打破自己過去的行爲窠臼，重新建立起對自己擁有「無限能力」的新認識，願意開創新的人生。

翻譯這本書的過程中，我深感獲益匪淺。多年以來的教育和經驗，所形成的認知模式，猶如北國冰封的河川，在譯完本書之後，心中那條冰川已然解凍。同樣地，對於任何一位有心的讀者，本書定然對你也會有一番啓示。

「若不給自己設限，則人生就沒有能限制你發揮的藩籬。」

第一章 國王的權杖

「人生偉業的建立，不在能知，乃在能行。」

赫胥黎 (Thomas Henry Huxley)

幾個月前，我就聽說他這個人了，大家說他年輕富有、健康幸福、事業成功，我不禁想親眼瞧瞧。有一次當他跨出電視攝影棚，我就尾隨其後，一連好幾個星期。在此期間他的足跡遍及海內外，接觸的對象有總統，也有病患，涵蓋社會各個階層。一路上雖是風塵僕僕，但他臉上總是洋溢著笑容，與他的愛妻如膠似漆。繁忙的工作結束後，夫婦倆就飛回加州聖地牙哥的家，那是一座可以俯瞰太平洋的別墅，盤桓數日，與家人共享天倫。

這位年輕人才二十五歲，只有高中學歷，他是怎麼能夠在這等年紀就有如此的成就？何況，就在三年前他還一貧如洗，住在一間只有十一坪大的單身公寓裏，房子小的連洗碗盤都得在浴缸中。那時的他意志消沉、身材癯肥、窮困潦倒，可說是前途暗淡；如今廣受矚目、身體健壯、交遊廣闊、前途璀璨。他怎麼會有如此懸殊的轉變？

這一切彷彿是天方夜譚，尤其令我驚訝不迭的是，這個年輕人就是我，上述的故事就是我的經歷。

我不敢說目前的我就叫做成功，因為人各有志，並且我也清楚的明白，身份、地位、和財富並不是衡量成功的唯一標準。對我而言，成功是不斷致力於更上一層樓的過程，那是去實踐修身、處世、心智、體能、學識以及財富上成長的機會，並造福人羣。這條成功之路永遠是在構築之中，不斷延伸，沒有止境。

我之能有今日，並無玄妙之處，只不過運用了某些原則，不但改變了自我看法，且扭轉了我的人生，如今這些原則我已能廣泛運用。我寫作此書的目的就是要告訴各位那些原則，並且由衷地希望各位能從本書中找出那些幫助過我，也必能有助於你的技巧、方法和理念。你可知道嗎？能把我們的人生神奇地帶入偉大夢境的力量，就在你我的心中，而此刻就是發揮力量的時機。

當我回顧之際，發現美夢得以如此迅速成真，內心油然而興起莫名的感激與敬畏，我相信這並不是上天對我特別厚愛。事實上，在今天這個時代人人都可能一鳴驚人，做出以往所未曾想到的成就。譬如蘋果牌電腦創始人史蒂夫賈伯斯(Steve Jobs)，在他還是個穿著牛仔褲，一文不名的孩子時，就抱著對家用電腦的信念，終於創立了一家排名財星雜誌(Fortune)五百大之二的企業，其成長之速，無人可及。再如泰德透那(Ted Turner)，他把毫不起眼的媒體——有線電視——發展成一個龐大的帝國。還有大製片家史蒂芬史匹柏(Steven Spielberg)、艾美獎超級歌手史普林史汀(Bruce Springsteen)，以及反敗為勝的克萊斯勒汽車公司總經理李艾柯卡(Lee Iacocca)。請問，他們除了膾炙人口的成就以外，還有什麼相同的特質呢？只有一個答案，那就是……與眾不同的能力(Power)。

能力是一個引人爭議的字眼，各人看法不一。就我看來，最偉大的能力除了能實現自己的願望外，還要能造福社會。翻開歷史，掌握人類的能力一直以不同且對立的面貌呈現。早期能力指的就是體力，最健壯敏捷的人便可指揮族人；有了文明之後，能力就成為權力，來自於繼承，由王公貴族所持有，不容他人分享；及至工業革命的初期，能力化為財力，資本家主宰了工業的走向。今天以上三種能力仍然影響人類的活動，不過

其中又興起一種最具威力的能力，那就是專業的知識 (Specialized Knowledge)。

我們多數都知道，今天是資訊時代 (Information age)。新的想法、動向、和觀念每日影響著周遭的一切，不論是深奧的量子物理學或大眾口中的漢堡。如果要形容這個時代的特色，那就是資訊的充斥泛濫。從報章雜誌、電影電視，乃至於電腦，新的資訊如狂風暴雨襲來，逼得我們必須終日去看、去聽、去想，因此造成在這個社會裏擁有資訊且能善用的人，便擁有古代帝王所執掌的無上權力 (Unlimited power)。正如蓋布瑞斯 (John Kenneth Galbraith) 所言：「工業社會的動力是金錢，但在資訊社會卻是知識，人們將會看到一個擁有資訊且不為無知所挾的新階級的出現，他們的能力不是來自金錢，不是來自土地，而是來自知識。」

令我們慶幸的是我們不是生在古代，若非王公貴族就絕無可能擁有權力；我們也慶幸不是生在工業革命之初，若非生在豪門富邸，便無聚財之力。但在今日，掌握知識力量的機會在人人的手中，任何一位身穿牛仔褲的孩子都有可能創立一家影響世界的大公司。所以說，在今日資訊就如同古時帝王的權杖，能掌握特別知識的人就可以扭轉人生，進而改造全世界。

的確，想扭轉人生的特別知識在美國俯拾皆是。在每間書局、每家錄影帶店、每座

圖書館裏，從各類的演講、研討會、教學課程中，你都能得著所需的知識。坊間的暢銷書排行榜，更不乏追求個人成功的書籍，這份書單日日增長，我們所需的知識亦在其中。然而，我們不禁要問，為什麼有人卓然有成，卻有人依然故我？又為什麼不是人人都能獲得能力、快樂、財富、健康、以及成功？

答案就在於即使是在資訊時代，單有知識仍嫌不足。經常我們在看到那些有不凡成就的人時，會有一種錯覺，以為他們擁有某些特別的天賦。可是在深入探究後，我們要說，他們之異於常人乃是知道應該採取什麼樣的行動。行動是指達成目標的做法，是成功所不可或缺的；而知識在沒有到達能活用之人的手中之前，它只能算是潛藏的力量，還不能算是利器，不過這種利器是我們任何人都可以發展出來的。難道只有賈伯斯看見家用電腦的遠景？難道只有泰德透那看見了有線電視的市場？絕對不止他們，差別就在他們知道該怎麼做，並勇往直前，進而影響我們至鉅。

既然人人渴求成功，那要如何得到呢？相信你一定同意現代生活的素質取決於訊息的傳送 (the quality of life is the quality of communication)。同樣地，我們傳送什麼樣的訊息給自己，也就決定我們要過什麼樣的人生。由此可見訊息傳送也是一種能力，嫻熟於這種能力的人不但影響他對周遭的看法，亦且影響世人對他們評斷。所以我

們若要追本溯源，一切の思想和行為都是某種訊息の傳送，而能影響一般大眾的就是那些知道使用の人。試想想傑佛遜、羅斯福、甘迺迪、邱吉爾、甘地等偉人，甚至魔王希特勒，他們那一個人不是能把自己的見解透徹地散播出去，影響大眾跟著他們走？借助他們傳送訊息的能力，使世界改觀。

然而這種能力不也是史匹柏、史普林史汀、艾柯卡、珍芳達、雷根等人與眾不同之處？他們不也是個中翹楚？既然這個能力能驅策大眾，同樣地它也是驅動你我的工具。

我們每個人的人生是奠基於兩種形式的訊息傳送上。第一種是內在的傳送(internal communication)，那是在內心裏の描繪、細語、和感受；第二種是外在的傳送(external communication)，包括言詞、語氣、表情、舉止、行為等來與外界接觸。這兩種傳送不單影響個人，也影響他人。你與外界傳送的效果，決定你成功的程度，像人際關係與財貨收入；更重要的是你內心的成功，如幸福、喜悅、快樂、情愛，以及其他所求的，都是你內在傳送の直接結果，也就是你對發生的事所做的詮釋。成功者已經一再地向我們指出，我們的人生不受制於先天環境，乃受制於所抱持的態度。所以，你是自己的主宰，除非你自己認命，否則任何事對你均無作用。遺憾的是，許多人任這能力閒蕩，但是我們卻不，我們要重掌能力，及時扭轉人生。