

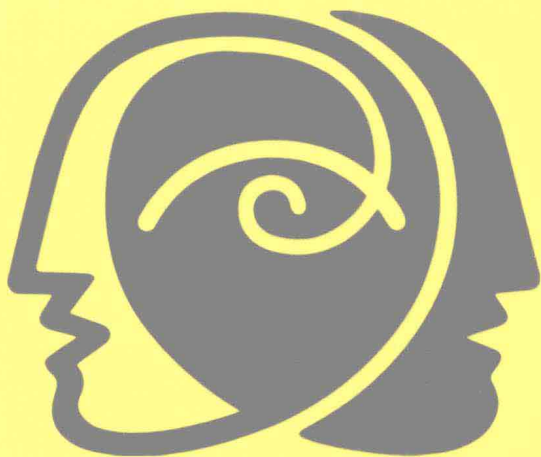
你

身上有几个口袋

——激发沉睡的潜能

我们想什么我们就是什么。
我们是什么源于我们想什么。
用我们的思想，我们造就了这个世界。
——佛 陀

陈 肃 刘 刚◎编著



NISHENSHANG
YOUUDUOSHIAOGE
KOU DAI



华文出版社

你

身上有几个口袋

——激发沉睡的潜能

陈 肃 刘 刚◎编著



NI SHANG JI GE KOU DAI
YU JI FA XING DE QIAN NENG

图书在版编目(CIP)数据

你身上有几个口袋:激发沉睡的潜能/陈肃,刘刚 编著. - 北京:华文出版社,2008.11

ISBN 978 - 7 - 5075 - 2466 - 6

I. 你… II. ①陈…②刘… III. 成功心理学 - 通俗读物 IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 177146 号

你身上有几个口袋——激发沉睡的潜能

著 者 陈肃 刘刚 著

选题策划 中保图书

责任编辑 方明亮 姜艳艳

特约编辑 文 林

出 版 华文出版社

社 址 北京市宣武区广外大街 305 号 8 区 2 号楼

邮政编码 100055

网 址 <http://www.hwbs.com.cn>

电子信箱 hwbs@263.net

电 话 总编室:010-58336255

责任编辑:010-63998217 58336260

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

开 本 710 × 1010 1/16

印 张 16

字 数 210 千字

版 次 2009 年 1 月第 1 版

印 次 2009 年 1 月第 1 次印刷

定 价 28.80 元

版权所有,侵权必究

本书若有质量问题,请与中保图书 010 - 63998217 联系调换

目 录

序章

1. 一篇令人心动的奇文 / 1

按照科学家对人体基因 DNA 结构图的研究，我们每个人，无论智商高低，他的身上都存在着许多的潜能。

2. 关在笼中的虎 / 3

我们想什么我们就是什么。我们是什么源于我们想什么。用我们的思想，我们造就了这个世界。

3. 潜能如何释放 / 7

如果一个人相信自己内在的力量，即使处于艰难困苦之中，也一定能够创造奇迹。

第一章 充满“无限”的世界

1. 没有“终结”的大脑 / 12

大脑是一个黑箱，如果我们有一天能够有效地打开这个黑箱，那么，人类社会将获得巨大的进步。

2. 灵魂栖身地 / 14

生理科学家在大脑里发现了更重要的东西：原来人类思维和情感的秘密就在大脑里，因此可以说大脑本身就是一个巨大的秘密。

3. 大脑的结构 / 16

人类之所以被称为“万灵之长”，就是因为人类的大脑皮层能够使人们产生动物所没有的各种高级神经活动。

4. 最美丽的花朵 / 18

认识大脑，保护和开发大脑的潜能，让大脑充分发挥出它应有的作用，关系到一个人的身体健康、事业成败以至于人生幸福。





5. 左手思维 /22

那是一个夏天的下午，爱因斯坦躺在长满青草的山坡上，眯起双眼，观察着天空的太阳。阳光像一束金线，穿过空气和睫毛射入他的眼睛……

6. 生锈的机器 /25

勤用脑的人脑血管多处呈扩张状态，脑组织有足够的血液、营养供给，为延缓大脑衰老提供了物质基础。

第二章 你以为你是谁

1. “我能吃几碗干饭” /29

苏格拉底说：“认识你自己，才能认识这个世界。”

2. 画出一个真实的你 /36

很多人失败后，总感觉自己怀才不遇，空有一副好本领，却无缘得人赏识，要不就是自怨自艾机遇不足，或者到处求神问卜，祈求时来运转。

3. 你能否得高分 /40

高度自信，比较自信，相对自信，不自信——你是哪一种？

第三章 鉴别

1. 测一测，评一评 /47

通过科学测评，做到心中有数，有助于进一步达到了解自己、挖掘潜能、开发创造性行为的目的。

2. 测验方法 /50

人与人之间的差异，主要表现在能力和人格两方面，因此测评内容包括个体能力测验和人格测量。

3. 气质 /54

气质本身无好坏、优劣之分，任何一类气质都有利有弊。人的气质是在神经生理基础上形成的，是神经活动类型特征在人的行为上的表现。

4. 能力 / 57

人的能力包括内在的能力和实际的能力。前者是智力天资和体力天资的结合；后者强调培训学习和经历经验。

5. 性格 / 59

性格特征是千姿百态的，世界上没有性格完全相同的人。因此，性格也就构成个体差异的重要内容。

6. 对症下药 / 60

人的差异是绝对的。大到事业的成功，小到办一件事情，我们都要将人的这种差异因素考虑进去，才能达到预期目的。

第四章 充满魅力的旗帜

1. 面对镜子 / 63

强烈的自我意识使我们充满了激情、意志和战斗力，没有什么困难可以压倒我们。

2. 最优秀的 / 67

信心是一种心灵感应，是一种思想上的先见之明。

3. 自卑的谦虚 / 69

就像没有脊梁骨的人要站得挺直一样，没有自信的人是很难成功的。

第五章 激发潜力的契机

1. 顺逆一视，欣戚两忘 / 72

要生存，要有所作为，就必须战胜失败。

2. 凤凰涅槃 / 76

巨人，你注定要辗转反侧，在痛苦和意志之间，虽然不死，却历经磨难。

3. 肤色的幸运 / 79

暴风消逝时，晴空必然出现；冬雪融化时，生机必然展现。





4. 小女孩 /81

“实际上，我也和妈妈一样，只想哭，可是哭有什么用？”

5. 如何面对挫折 /85

不幸只是暂时的，心里一定要坚信黎明过后的曙光依然是灿烂的。

第六章 一生的目的地

1. 他的儿子很出色 /87

有了目标，才能知道劲往哪里使，才可能为了实现目标而发挥出自己的潜力来。

2. 胡子问题 /97

我们在赞叹目标终于成功时，不能不想到，人的潜力是由设定的目标“勾引”出来的。

3. “吃饭”和“活着”的顺序 /101

伟大的目标要求你解决大问题，也就要求你要有大本领，要有非同寻常的知识、技能、胸襟和魄力。

4. 张仲安的目标 /103

一次次的失败，却使他的成功欲越来越强，他坚信有一天一定会取得成功！

第七章 兴趣让你废寝忘食

1. 快活的人生 /109

兴趣是一个神奇的百宝箱，里面总能飞出许许多多不可能的奇迹。

2. 查理士的故事 /112

工作兴趣的确是可以培养的。以前对工作不大感兴趣，是因为自己的理想太高，老是觉得有更好的工作机会在前面等着他。

3. 无心插柳柳成荫 / 114

选择了真正感兴趣的职业，工作起来就会特别卖力，精力充沛，精神焕发，不会无精打采、垂头丧气。

4. 找上门来的 / 117

很多琐碎细小的事情，都会成为我们获得某种职业的决定性因素，这就好像许多微不足道的问题能影响到一生的命运一样。

5. 心理学家的讲述 / 120

世界上的每一份工作都很好，但是，没有任何一项工作比我目前所做的更有意义。

第八章 飞向成功的翅膀

1. 培养特长 / 123

发挥你的特长；只有在发挥你的特长的过程中，你的潜力才能更充分地激发出来。

2. 老本行 / 126

搞政治、开银行、参加陆军、又开银行，然后去挖石油，然后颓丧地走进玛布雷旅馆想找个房间休息休息……最终，他还是干起了老本行。

3. 失败的选择 / 129

你能吃一碗干饭就吃一碗干饭，不要这山望着那山高，去干你没有把握的事。

第九章 关键在干

1. 穷困者 / 132

想吃到花生仁就必须先剥开它的皮。不付出心血和劳动是做不成大事的。

2. 拳击手 / 134

人最忌满足于现状，最可贵的是要有改变自己现状的强烈欲望和动机，然后脚踏实地地去做。





3. 在实践中激发潜能 /136

空有信念而不去实干，一切都等于零；你的潜能还是激发不出来。这是因为：实践不仅仅出真知，也出潜能。

第十章 激励篇

1. 人需要激励 /139

人被激发的动机越强烈，激励水平越高，完成目标的努力程度也越高，预定目标完成得越好，取得的绩效也会越大。

2. 需求——激励的基础 /140

人都有不同的需求，也都需要得到满足。有了需求，才能促使他有目标导向的行为，以便满足他的需求。

3. 马斯洛的需求层次论 /144

人的需求从较低的层次逐级向上，各种需求只可能有部分的满足，同时也都有部分不满足。

4. 赫茨伯格的双因素论 /147

调动员工积极性应从激励因素入手，使人们对工作产生兴趣和热情，从中体验到责任感，获得成就感的满足。

5. 弗鲁姆的期望理论 /149

对目标价值看得越大，估计实现的可能性越高，其激发力量就越大。

6. 亚当斯的公平理论 / 150

奖励必须通过科学的考核和计算，使员工收入同劳动差别、实际贡献、经济效益或社会效益挂起钩来。

7. 强化理论 /152

没有强化，就不可能有正确的行为，更谈不到行为和目标的一致性，这也正是激励的目的所在。

8. 波特——劳勒综合激励模式 /154

激励不是一种简单的因果关系，要处理好各种变量，把“努力—绩效—奖励—满意”这一连锁关系结合到整个管理系统中去。

9. 行为模式 /155

员工在企业中的价值和作用越来越大，迫使管理者的管理思想和管理方式发生改变，越来越重视对员工的人性化激励。

第十一章 暗示篇

1. 心灵的力量 /159

看到大海，你就会顿觉开阔，这种开阔感，给了你有力的暗示，你的烦恼立即荡然无存，心情变得愉快起来。

2. “穿骨术” /161

当心态处于昂扬状态时，全身的电流便会改变，使我们做出先前认为自己办不到的事。

3. 自我暗示的五条原则 /163

选择一个你能够接受的目标，在脑海里清晰地形成意象。

第十二章 期望篇

1. 松下幸之助与员工 /165

许多人并不完全了解自身的实力，领导者必须引导他们去发现自身的潜力，否则他们将难以得到发展。

2. 彼此满意 /167

斗志激昂的人更喜欢迎接挑战。如果企业能不断地提出高标准的目标，他们的潜能就会不断地释放。

3. 看手相 /168

从那天起，纽约州州长就像一面旗帜引导着他。

4. 朝中无大将 /169

适度施压并寄以厚望，这是培养人才，建立大业的一大法宝。





第十三章 选才篇

1. 向上的动力 / 171

没有谁愿意永远生活在别人的光辉之下，没有谁愿意永远躬身谦卑、经年累月地重复着昨天，没有谁愿意一把交椅坐到老，抬头看不到自己的天。

2. 机会均等 / 172

如果他们认为自己公司中的道路已被封死了，他们自然会另寻出路。

第十四章 责任心

1. 做应该做的事 / 175

人会因为一些原因而做错事，但也会因为一些原因而制止自己去做错事。在你让员工做事之前，要让他们知道为什么要做他们应该做的事。

2. 工作的意义 / 177

如果员工没有真正因为工作而得到任何荣誉，对他们中的一些人而言，工作就毫无意义。

第十五章 赞美

1. 真希望我也有你这样的头发 / 179

人类天生有一种被人称赞的强烈意愿。所以，能否获得称赞以及获得称赞的程度，便成了衡量一个人社会价值的标尺。

2. 学画画儿的孩子 / 181

当你消极对待别人，当你贬低、小看他们，就是在破坏他们对现实的自我形象。

3. 赞美与恭维 / 182

赞美要公正、公平，做到一碗水端平。

第十六章 动之以情

1. 奖赏的方式 / 183

要调动员工的积极性，实现对他们有效管理，重要的是使员工发现自己所从事的工作的乐趣和价值，能从工作的完成中得到一种满足感。

2. 情感管理方式 / 186

韦尔奇强调文化和情感管理，认为这是医治拖垮大企业的官僚主义顽症的“良药”，也是减少内耗、理顺人际关系的“润滑剂”。

3. 因为有了爱 / 187

奇迹往往孕育在不幸的境遇中，不幸的境遇并不意味着可以轻易放弃执著的梦想。在这个过程中，因为有了爱，梦想才不会为挫折所击碎。

第十七章 竞争

1. 不进化的鲨鱼 / 190

没有竞争，就没有活力、没有压力，组织也好、个人也好都不能发挥出全部的潜能。

2. 能者上，庸者下 / 192

办事效率不高、效益低下，不求进取、懒散松懈，从根本上说，是缺乏竞争的结果。

3. 克服竞争之弊 / 195

要内部创造出的一套公开的沟通体系。要让大家多接触，多交流，有话摆在明处讲，有意见当面提。不能鼓励搞背后整人的小动作。

4. 相马与赛马 / 198

在这里，不看身份的贵贱、年龄的大小、资历的长短，只看技能、活力、创造精神和奉献精神。





5. 世上没有“桃花源” /200

既然怕竞争不管用，那么，最聪明的办法就是勇敢去面对它，力争在竞争中充分地发掘出自己的潜能来，从而提高自己的竞争力。

第十八章 创新的启发

1. 充满惊喜的环境 /204

没有创新，企业就必然失去前进的动力。要使企业的创新行为顺利进行，就必须最大限度地释放员工的工作热情。

2. 允许“跳槽” /206

要创新，就必然会对传统提出挑战，就会对传统的事物持“怀疑”态度，正是这种怀疑精神激发了人的创造力。

3. 先锋公司 /208

直觉可以帮助人们敏锐地发现问题，从而为创造性地解决问题打开突破口。

第十九章 物质刺激

1. 没有金钱是万万不能的 /211

有竞争力的薪酬，会让员工自觉地保持工作热情和积极性，并且能够增强员工内心的公平感和满意度。

2. 薪酬制度的原则 /213

为人才提供有竞争力的薪酬，就会使他们感到自己的价值得到了承认，因此就会竭尽全力，把自己的才能全部贡献出来。

3. 蛋和鸡的关系 /215

从“高效率到高薪资”是合理的，但从“高薪资到高效率”却更能激发员工的热情和干劲。

第二十章 在逆境中奋起

1. 挫折激励 /218

对于受挫折者予以必要的关心、劝慰和鼓励，使他们从挫折感中摆脱出来，振作精神。

2. “广汇” /221

世界上不是只有一条路可走，凭你的能力，到地方照样大有作为。

3. 置之死地而后生 /224

生存是任何生命最基本的要求。生存受到威胁的时候，就能发挥很大的潜力。

4. 十年磨一剑 /227

玛丽亚在艰苦的环境中学习，从不曾退缩，她时刻不忘自己的决心。

第二十一章 目标

1. 梦想 /230

在学校里，老师们总是给新生以美好的梦想，一个企业的领导者，也应该使自己的员工拥有梦想。

2. 员工自己的目标 /234

让企业上下都愿意为企业目标奉献力量，并让这样的努力持之以恒，应该是管理者追求的目标。

3. 目标管理 /237

把做事的目的告诉员工，让员工知道自己从事的工作是公司整体目标中的不可缺少的一部分。



序 章

1. 一篇令人心动的奇文

按照科学家对人体基因DNA结构图的研究，我们每个人，无论智商高低，他的身上都存在着许多的潜能。

有一次我翻阅2001年第7期《各界》杂志，看到上面载有一篇题为《你身上有多少个口袋》的文章（作者高建群）。我读过之后，脑子里一时若有所动，就像在雾气蒙蒙的天气里，突然有一丝阳光刺透云层射下来的那种感觉。后来不知怎么，这个问题经常跃上我的脑际。我知道，这个问题纠缠上我了。既然这样，就必须有一个了结了。这就是我编写这本书的缘起。

奇文相与析。这样一篇好文章我不能藏之书房里独自欣赏，因此转录于下，与读者共享：

出一个问题给你。这问题就是：你身上有多少个口袋？尽管我们须臾离不开口袋，我们的手经常做的一件事情就是囊中取物。但是，你身上有多少口袋呢？相信很多人都不太清楚。当然，也许我们不屑于知道，也许我们没必要知道，我们只用就对了，何必那么认真呢？这是我的第一个问题。

第二个问题则是，请你统计一下，看哪个口袋用得多一些，哪个相对用得少一些，哪个几乎没有使用过或根本没有使用过。





你身上有几个口袋

第三个问题则是一个悲哀的问题，这问题是：你身上还有没发现的口袋吗？

要知道，这第三种情况是常常有的。比如你的裤衩上，有时会有一个暗兜，提供给你远行时装钱用的。比如，你的时尚裤子的膝盖上有一块皱褶，但是那可能不是皱褶，而是一个口袋。这样隐蔽的口袋有时还会出现在袖管上，裤脚上，衣襟上，等等。当然，最常见的暗兜，是在皮衣或西装的胸前，第二颗纽扣位置，袄襟上有一个缝隙。

作为主人，你对待你身上的很多口袋是不公平的。你非但没有使用它们，你连它们的存在甚至都残忍地不曾知道。

这是今天早上我从口袋里给儿子掏零花钱，当手塞到口袋里时，我产生的想法。其实这个关于口袋的想法，不完全是我的，而是一个叫索洛乌欣的前苏联诗人的。

索洛乌欣说，我从保加利亚买了一套上等的西装回来。开始我是出席宴会时穿，后来就经常穿，再后来，就不经常穿了，最后，当我整理旧物，准备将这套西服扔掉的时候，才发现西服上有许多兜。尽管，在过去的日子里，没有用过这些兜，我也过来了，但是此刻想来，总觉得有一种深深的遗憾。

第一次接触索氏的这段话时，我只觉得很有趣，只觉得“我也过来了”这句话里面有某种东西刺痛了我。后来这几十年中，在我平庸的死气沉沉的人生中，这段话又时时地蹿出来，骚扰我。而它也不单单是口袋问题了。

它令人想起了我们每个人身上的潜能。按照不久前六国科学家对人体基因DNA结构图的研究，我们每个人，无论智商高低，他的身上都存在着许多的潜能，而在他的漫长的一生当中，这些潜能只用过百分之一，千分之一，甚至万分之一，而将更多的潜能带回了坟墓。这情形，宛如将我们衣服上的口袋，没有用过，甚至连知道也不知道，就让它结束使用一样。

“尽管没有用这些口袋，我也过来了！”这是一句过而知之的痛苦而无奈的话，这也就是我们平庸和之所以平庸的原因。如果，试想一下，这些口袋都物尽其用了，我们人人也许都会成为爱因斯坦，成为毕加索，成为人类中这些半人半神的人的。

拿我来说吧，如果我小时候能有一个好的足球环境，我也许会成为马拉多纳，因为我绝对地有一种运动的激情和才华。如果能有人教我唱歌，我会成为一个好的歌唱家的。据说王昆被关在“牛棚”里的时候，听到看守她的那位小女孩的中音区很美，于是教那小女孩唱歌，这女孩后来成为一名著名歌唱家。其实我的中音区也很美，可惜没有遇见王昆。又比如，如果没有父亲当年那一耳光，我也许会成为机械专家。那时我正上小学二年级，我觉得父亲的打火机很好玩，于是便偷了出来，在街上边走边向同学们炫耀。这时父亲迎面过来：“原来你偷了打火机，怪不得我找不着！”父亲说完，就给了我一个耳光，夺走了打火机。这是一件小事，但这件事给一个少年的心灵造成深深的伤害。从此我远离一切机械的东西，小时候，家里的闹钟我从来不去上发条，而现在，家中摆了两台电脑，但是我怎么学也学不会。我有一种心理障碍。

尽管没有动用这些口袋，我也过来了。但是，已走过生命大半程了的我，此刻面对自己，心中也不能不像素洛乌欣那样发出一声长叹：真遗憾哪！韩愈老先生说过：天生一物为竞一物之用，而我，并没有能更好地使用自己！

读者朋友，当读完了上面这篇文章，你有什么感触？你有没有想过：你身上有多少个口袋？我不知你今年年龄几何，但这并不妨碍我问一句：你有没有“更好地使用自己”？

2. 关在笼中的虎

我们想什么我们就是什么。

我们是什么源于我们想什么。

用我们的思想，我们造就了这个世界。

很多人都知道人是有潜力的。潜力是什么？发生在东北某地的一件真实的事作了回答。

