

Finding Your Way in a Wild New World

Reclaim Your True Nature to
Create the Life You Want

狂野的 觉醒

[美] 玛莎·贝克 著
秦昊 译

再造你的真如本性，
创造你想要的生活

现实版“少年派”的野性之旅！
让你成功的奥秘就在门外，
但它也可能伤害你。
你会鼓起勇气，
跑出去看个究竟吗？



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

Finding Your Way
in a Wild New World

Reclaim Your True Nature to
Create the Life You Want



狂野的 觉醒

再造你的真如本性，
创造你想要的生活

[美] 玛莎·贝克 著

秦晔 译

图书在版编目 (CIP) 数据

狂野的觉醒：再造你的真如本性，创造你想要的生活 / (美) 贝克著；秦昊译.
—北京：华夏出版社，2013.10

书名原文：Finding Your Way in a Wild New World: Reclaim Your True Nature
to Create the Life You Want

ISBN 978-7-5080-7794-9

I. ①狂… II. ①贝… ②秦… 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(2013)第203068号

Copyright © 2012 by Martha Beck

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in
any form whatsoever.

All rights through the world are reserved to Proprietor.

版权所有，翻印必究

本书中文版权由北京掌娱互动文化传播有限公司所有

北京市版权局著作权登记号：国作登字 - 2013 - A - 00081840

狂野的觉醒：再造你的真如本性，创造你想要的生活

作 者 [美]玛莎·贝克

译 者 秦 昊

文字编辑 王占刚

运营推广 北京掌娱互动文化传播有限公司 

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市李旗庄少明印装厂

装 订 三河市李旗庄少明印装厂

版 次 2013年10月北京第1版 2013年10月北京第1次印刷

开 本 670×970 1/16开

印 张 22

字 数 293千字

定 价 49.00元

华夏出版社 网址：www.hxph.com.cn 地址：北京市东直门外香河园北里4号 邮编：100028
若发现本版图书有印装质量问题，请与我社营销中心联系调换。 电话：(010) 64663331 (转)

序言

找到你的犀牛，治愈你的人生

冒着随时都有可能被犀牛杀死的危险，我并没有预期中那样惶恐不安。诚然，当我第一眼看到它的时候，我的心不禁感到震颤，但是我的震颤不是源于恐惧，而是出于敬畏。

好吧，也许也有那么一点恐惧。

直到这一刻，我的朋友克勒·辛普森（她的名字听力来像诺勒，但却是以K开头）还是集中精力盯着地上犀牛的足迹，以至于都忘了应该抬头看一眼——这是人们通常易犯的错误，就像我们俩一样，一心只想着追踪。当克勒抬起眼睛的时候，她猛地向后退了将近两米，几乎跟我撞个满怀，此刻的我们与犀牛的距离几乎超不过六米远。

请相信：在动物园观察动物跟在森林里亲眼见到是完全不一样的，尤其是见到像斯巴鲁森林人一般大小的动物。平日里，一只相当大的蜘蛛就足以把我吓出心脏病来，而此刻，我居然距离这个长着尖锐犀角的庞然大物如此之近，近得我都可以朝着这个山一样高大的动物吐口水了，当我意识到这一点的时候，我感到……惶恐不安。我像一只受伤的狮子狗一样，张嘴大叫。但随后，敬畏之情油然而生，我闭上嘴，盯着它一动不动。

半隐藏在荆棘丛中的犀牛，翘起它那看起来还没进化好的头——差不多有超市购物车那么大，然后将卫星碟一样的耳朵转向了我们。它似乎心急火燎。很快我就明白为什么了。从丛林中的沙沙声就可以听出，第二

2 狂野的觉醒

只动物来了，那就是它的孩子。就犀牛而言，这只小犀牛太小了，它还没有沙奎尔·奥尼尔高大。它在我的身后盘旋，把我们四个圈在了它和它妈妈之间。虽然我不是住在森林里的人，不懂得什么森林知识，但是我也能猜想得到这只犀牛妈妈马上就要采取手段了，它会找到机会和动机刺向我们，甚至踩死我们。

但是此刻，我却只是感到伟大。

这像不像一觉醒来后，发现自己身处欧仁·尤内斯库（译者注：罗马尼亚及法国剧作家，荒诞派戏剧最著名的代表之一）荒诞的戏剧《犀牛》中？我不仅没有感到恐惧，反而觉得如果能被刺死在非洲荒野是一件令人愉快的事。我的意思是，能有多少来自菲尼克斯的中年妈妈能以这样的方式死去呢？

犀牛妈妈紧张地用爪子在地上乱抓，我感到脚下的地面都发生了震颤。它非常巨大，它也非常紧张。它可以轻而易举地杀死我，就像我修剪指甲一样轻松。但是我的脑海里充满了疑问，最后精炼成两个问题。

问题1：我到底是怎么来到这儿的？

问题2：我现在到底该怎么办？

这两个问题似乎都非常难解。噢，当然了，我可以选择像童话故事里那样一路跟着面包屑来到这片非洲原野上。但是，是什么在无意中促使了我作出这样的选择呢？把第1个问题放一放，让我先来回答第2个问题，因为第2个问题似乎更紧迫：如此近距离面对一头受惊的犀牛，该如何逃脱？此刻，看着犀牛不断地朝我们挑起牛角，就像一个球员在开定位球前做着热身运动，我真希望我的非洲朋友们至少能想出一个双管齐下的对策来应对这样的紧急状况。

仿佛读懂了我的心思一般，从小就在这片非洲丛林里长大的博伊德·瓦提勾勒出了一个逃生计划，他低声对我们说：“呼吸。”

噢，没错。原来从最初吸进的那一口气到现在，我一直都屏住呼吸

呢，这是典型的“打或逃”反应，刺激了肾上腺素的分泌，也加快了心跳。从严格意义上来讲，我知道比这更好的逃生计划，但是我忘记了。毕竟我的大多数知识都是二手的。过去的几年里，我采访了各种研究人类意识的专家，包括神经学家、心理学家、僧侣和女巫医，得到的答案并没有什么特别之处，他们都一致同意深呼吸是强有力的行为，是长寿、快乐等一切的基石。在如此近距离面对一只比你全家人的总重量还重的野生动物时，这一点表现得尤为真实。

呼吸，仅仅一个长呼吸就能改变我的整个身体：改变我的大脑、我的激素平衡、我的直觉能力，还有我对其他生物的影响。我是在理智上明白这一点，而我的朋友们却是发自内心地明白这一点。也许克勒就是一个非常好的模型，只不过作为现实生活中的“马语者”，在经过了数千个小时的训练后，她在面对紧张的庞然大物时异常冷静。博伊德与这片荒野已经非常和谐了，实际上他自己就是一只非洲野生动物。我们小组的第四名成员——也是最后一名成员——叫索利·穆朗戈，他是一位尚迦纳族追踪者，拥有传奇的技能和勇气。他曾经以百米冲刺的速度飞跃过一条河，把博伊德从鳄鱼的口中拽了出来。当时的情况非常凶险，鳄鱼就像咬鸡腿一样咬着博伊德的腿，幸好博伊德脑筋转得快，他用脚猛踩鳄鱼的喉咙，使它的黏膜打开，水从肺部（所谓的喉咙带或喉囊）流出，这才得以脱身。从此，《踢它的喉囊》这首歌诞生了，每逢节日场合，博伊德的整个家族都会喝酒欢唱此歌，还把它编成一曲欢快的嘻哈。

但是我要说的不是这个。

我想说的是，在我们的四人探险小组中，毫无疑问我是最弱的那一个。不过，我却觉得自己像是四美元一瓶的气泡酒一样，冒着幸福和欢乐的泡泡。我笨拙地向博伊德伸出大拇指，他回敬给我的是电影明星一样闪耀的微笑（这看起来也太不公平了，这些人已经够勇敢、够聪明了——他们怎么还这么漂亮呢？）。这时候，犀牛妈妈发出呼哧呼哧的喘息声，摆

好了架势准备跟我们开战，而小犀牛则继续在我们身后两侧徘徊。博伊德悄悄地启动了第二个逃生计划，那就是慢慢地向一边移动，进入荆棘丛。我们小心地移动脚步，生怕踩上岩石、动物的洞穴和蛇。荆棘撕裂了我的衣服，划伤了我的头发和皮肤。我心里很清楚，此刻任何的失误都可能会导致异常危险的后果。

但是我还是止不住嘴角的微笑。

我到底是怎么来到这儿的？我现在到底该怎么办？

当蹑手蹑脚前进的时候，我突然想起来，在我的一生中，我都在问自己这个问题，从学龄期就开始了，那时候我就开始怀疑我是否脱离了宇宙的轻轨系统，登陆上了错误的星球。在慢慢躲避犀牛的过程中，几十年前的一幕幕闪现在我的眼前，我的头发直立，我的胳膊上布满了划痕，我的注意力完全放在了鸟儿、松鼠、小野猫身上，我愿意跟它们成为朋友，哪怕冒着死亡的危险。

我是怎么来到这儿的

在我四岁的时候，我已经能够记住大多数事情了，我仍然对自己最喜欢的书半信半疑：童话故事里面的老鼠和鹿会说话；梅林可以将曾经与未来之王——亚瑟——变成任何野兽；泰山和莫戈里是由动物们养大的。当人们问我“当你长大了，你想成为什么”的时候，我的回答都是“一名弓箭手”。并不是因为我想用弓箭射击什么，而是因为我记得只有成为弓箭手，我才能够像罗宾汉（译者注：12世纪英国民间传说中家喻户晓的绿林好汉）一样，跟一群理想化的朋友们在森林里玩耍。

这不仅成了我正式的人生志向，也不可避免地成了我生活的整个重心，我的“真如本性”。这完全是我自己思考出来的。从来没有人告诉过我要这样思考，没有人告诉过我要记住几百种哺乳动物的名称，花上几个小时待在户外观察鸟儿，津津有味地咀嚼各种各样的植物，看看会发生

什么。没有人催促我去读书，但是我却痴迷于读书，因为除了读书，我如何还能到遥远的荒野旅行？如何经历大冒险？如何了解我可能永远都无法指望在现实生活中见到的动物？我家一共有八个孩子，作为老七，我得到的最伟大的礼物就是绝对的自由，我可以阅读任何我想阅读的书籍，钻进任何我能找到的荒野之中，于是，我以为我的整个人生都将会这样继续下去。与我成年之后辅导过的数千位客户不同的是，那时候从来没有人试图阻止我追随我的真如本性，直到我长到五岁。

令人困惑的是，我刚开始上学后发现，我的第一任老师们并不相信我是在树林里学习动物语言长大的。遭到了大人們的挖苦和批评后，我才意识到我的文学英雄和他们在森林里的生活方式都不是真的。在这个文雅的社会里，围着空地追逐流浪猫不会让我有任何发展，要想成功，我必须全心全意地专注于我的学业。我也确实做到了。事实上，我不仅做到了，而且长期以来我一直都高度专注于学业，在经过刻苦努力后，我获得了三个哈佛学位。在我快三十岁的时候，我已经成功地成了一名专家，是社会学、社会心理学，还是组织行为学，或者是社会行为组织心理学来着？管它到底是什么呢，反正是个专家。

在我的职业生涯中，只有一处小小的美中不足，那就是一想到我的整个人生都将在创作学术期刊、参加教师会议中度过，我就恨不得用鞋子敲死自己。因此，在三十出头的时候，我回归了五岁的自己，回到了那个指甲脏兮兮、对野外生物学充满了激情的小女孩时期，我问她，她想做什么。当然，在理智范围内。她说，有些人被办公室、官僚机构或家庭压力所囚禁，她想写东西，给这些人以希望。她想写书，让这些人感受到自由，就像《人猿泰山》和《丛林故事》让她感受到的自由一样。她想告诉读者们，自己的规则可以由自己来定。

对于受过教育的我来说，这种言语听起来勉勉强强能够接受。我想象着自己生活在城市里，过着我的写作生活：穿着肥大的衬衫，笔耕不辍，

写着散文，从家门前古雅质朴的邮箱里查收支票。等我意识到我已经加入了娱乐行业的时候，都有点来不及了。但是作为一名作家，我是幸运的。我结束了无休止的巡回售书活动，结束了不断地四处奔波，结束了午宴会上的会场演说，也不再在电视上露面。然后，互联网时代来临，信息开始以新的方式进行传播。如今，除了写作、演讲、媒体采访，人们告诉我我还要通过博客、推特和脸书发表东西。尽管我尽力了，但是每当我试图跟上互联网的潮流，我就会感到毛骨悚然，就好像我那可怕的高中老师突然出现在同学们的啤酒聚会上一样。我正在尽我所能地奋力奔跑，但是我又一次感受到了痛苦和过度劳累，我被困住了，困在了如何通过真正努力获得商业成功的规则之中。

在这期间，我收到了一份不寻常的邀请。有一个叫做亚历克斯·范·登·西瓦的男人，他是位狩猎区护林员（管它是什么职位呢），他邀请我去参观南非一个叫做伦多洛里的禁猎区。我曾经去过伦多洛里，不过是在书中的畅游，那时候我就完全爱上了这个地方。正因为如此，亚历克斯的邮件才格外吸引我的注意——或者更确切地说，是吸引了我身体里那个身上带着被刺划伤的伤痕，头发像树枝一样根根直立的四岁小女孩。“伦多洛里”这个词听起来仿佛从我自己的身体里发出，它像一个清晰的音符，一个与我的真如本性完美和谐的音符。读着读着亚历克斯写给我的邮件，我就开始哭了起来，我自己都不太清楚这是因为什么。

但是等我回复了亚历克斯的邮件，成了伦多洛里的常客，与母犀牛和小犀牛面对面接触之后，此刻的我才明白了自己流泪的原因。我小心翼翼地把脸颊上的刺拔下来，希望犀牛不会扑过来，但就算它扑过来，我也不会真的介意。过去的场景一个一个地浮现在我的脑海里，就好像拼图碎片找到了各自恰当的位置。

伦多洛里属于祖鲁语，意为“万千生灵的守护者”。为这片荒野命名的人们把他们的生命奉献给了这片土地，他们说自己在“修复伊甸园”。

我脚下的土地曾经是一片贫瘠的牛场，几乎是不毛之地。然而，就是这几个人将这个生态系统恢复到了原来的状态，他们是亚历克斯、我的朋友博伊德·瓦提及他的家人、像索利一样的尚迦纳族追踪者们。尽管这些人已经修复了一块面积大过瑞士的土地，但丝毫不见他们有要停下来的意思。

所以此刻一切看起来都清晰明了了，是四岁那个未受到文明世界熏陶的我带我来到这片土地的，她对动物充满了热情，她喜欢跟这几位朋友四处跑来跑去，正是因为这样，她才愿意被这几位朋友拽到万里之遥的荒野，在这片神奇的土地上，与这些狂野神奇的人们待在一起。眼下，我悄悄地潜入灌木丛中，跟我在在一起的有一位非洲追踪者、一位环保主义者，还有一位能够真正跟动物交谈的女人。这个事实像坚硬的犀牛一样重重地向我砸来：我所相信的世界，早在我最天真、最不明就里、最幼稚的心灵里所相信的世界；早在很久以前我就已经不抱希望并停止寻找的世界；早在几十年前，因为我一心向着“文明”的目标，被我埋葬在了劳而无功的文明工作背后的世界，原来是真的。这就是为什么，就算这一刻死去我也觉得无比开心，比这四十几年来的任何时候都要开心。能与这些朋友，还有这些原始动物待着这片土地上，为了这一刻死去也值得了。我的心脏欢喜得怦怦直跳。我终于体会到找到真如本性后有多快乐了。这是我经历过的最美妙的时刻之一。因为独乐乐不如众乐乐，所以我也希望你也能感受一下。

而此刻，这个21世纪的狂野新世界正是找回你的真如本性的最好地方。如果你听从真如本性的指引，你的人生将会变得更美好。它会为你带来自由、安宁和欢喜；为你带来创造美好生活的最佳机会；为你周围的一切带来尽可能好的影响。我不能确定在你的生活中，它会怎样发挥出它的作用，但是此刻我所知道的是：是时候遇见你的犀牛了。

你是怎么来到这儿的？你现在该怎么办？

不管是什么，只要能满足你人生的真正目的，那它就是你的“犀

牛”。如果有人告诉你：“它就在外面——但是当心，它能杀死你！”你依然会等不及把门打开，干脆直接赤着脚破门而出，那你就找到了你的犀牛。其实你现在已经知道什么是你的犀牛，但也许你还不知道你已经知道了，因为清楚地看到你正确的人生的那部分正是常常缄默不语的真如本性（稍后我们会看到）。你的犀牛也许不像我的犀牛那样显眼，但是它会唤醒你渴望一遍又一遍回味的幸福。

也许你也会经历你的犀牛时刻，比如玩一场很酷的新视频游戏，与你的灵魂伴侣一起装饰房间，帮助孩子种植一棵花，鼓励那些一直面带笑容、乐于助人的朋友。也许你的犀牛还没有被挖掘出来。当我的二女儿问我大学应该选什么专业的时候，我告诉她：“你要自己设计你自己的专业。然后选择所有能让你在早晨，或者下午，不管什么时候，只要一想到就兴奋得从床上一跃而起的课程，因为也许你能从事真正属于你的职业的年头是有限的。”

当我们开始21世纪里第二个十年的时候，技术的进步和社会的变迁已经达到了统计学家口中的“转折点”，呈指数增长模式。这意味着，从最基本的钻木取火到后来的工业革命，经过了多个世纪缓慢的进步后，如今的我们已经发明了更先进的技术，技术发展的速度如此之快，以至于很快人类的大脑就将无法跟上自己创造的机器的脚步。即使是专业的未来学家，都不知道在未来的几十年里世界将会变成什么样子，尽管他们可以非常肯定地指出一些关键趋势几乎会毫无疑问地继续进行下去。例如：

- 像你我这样的小个体如今有能力做一些以前做不了的事情了，比如获取数十亿人的信息，要知道在早些时候，只有像政府和企业这样的大型机构才能做得到。
- 这意味着，如今人们可以通过更便宜、更方便、更普遍的方法来实现这类目的。
- 知识已经不再是力量了，因为知识已经不再稀缺，稀缺的是人类的

注意力。引导大众的注意力成了人们在狂野新世界里进行商品和服务交易的手段，也是人们赚钱生存的方法。

- 如今，能吸引大众正面注意力的不是华而不实、平淡无奇、大众舆论的东西（无聊的），而是真实的、创新的、幽默的、美丽的、独特的、诙谐的、移情的、有意义的东西（有趣的）。

- 最稀缺、最令人垂涎的资源不是高科技和高度发达的城市，而是“未受污染的”地方、人物、动物、物体和经历。

一旦弄清楚了什么是你的犀牛，要想生活蒸蒸日上、幸福快乐，最好的选择就是跟你的犀牛进行连接。要说正面注意力（狂野新世界里最宝贵的资源），其实最强烈的无疑来自于你自己，它从你的真如本性中来，到人们、动物、植物、事件和情景的真如本性中去。

真如本性的作用

因为接受过社会科学训练，所以在最终遇见了真正属于我的活生生的犀牛之前，我就已经知道了这一点。我还知道所有人的真如本性，确切地说是广义上的真如本性，一直都受限于生存压力，包括德国社会学家马克斯·韦伯指出的理性化“铁笼”。韦伯写道，只要人们不停止通过理性化手段赚钱，那么社会的铁笼就会一直将他们囚禁，扼杀他们的愿望，消除个人特征，把作为工人的人类变成社会这个巨大的金融机器中微小的颗粒。

作为一名毕业生，在读韦伯的作品时，看到这个伟大的理论笼罩着一丝忧郁，我一点都没觉得惊奇。实际上，有时候他会在自己的房间里连躺数日，把人类的未来看成“冰冷黑暗的极夜”。我也丝毫不惊讶韦伯（像我一样）患有慢性身体疾病，残废了几十年。每当我放下手中的研究生课程，躺下来观赏野生动物纪录片时（更好地忍受慢性疾病带给我的疼痛），我总会听到同样的预言：“冰冷黑暗的极夜”就要来了，也许会是核冬天（译者注：指核武器爆炸引起的全球性气温下降），也许会是其他形式的全球性灾

难。我们到底是怎么走到这一步的？我们现在到底该怎么办？

作为当事人，我觉得其乐无穷。

尽管我很早就接受了一个事实，即你的、我的、大地的真如本性已经被破坏得再难修复，但是当我到达伦多洛里的时候，我听到我的真如本性在我耳边传达给了我一个新消息。我还以为这次出行只是从工作的铁笼中偷得浮生半日闲，看一眼最后一块即将消失的自然世界，但是就在我坦然接受即将被犀牛杀死的瞬间，我的意识中浮现出了不同的想法。在这无言的瞬间，我卸下了一直追随着我脑海中的虚假自我。伴随着宁静后的第一声心跳，我听到了当年那个晒得黑乎乎、指甲脏兮兮的四岁小女孩的声音，听到了伦多洛里这片特殊的土地的声音，听到了修复这片土地的那些朋友的声音，听到了焦急的犀牛妈妈和它健康魁梧的小犀牛的声音，他们都在对我说：自然可以治愈。

治愈你的真如本性

短短一句话却成了我生命中的分水岭。它告诉我，如果我们给生态系统一次机会（就像人们给了伦多洛里机会一样），那么整片土地都能自己进行自我修复。它告诉我，尽管这么多年来我一直被困在各种各样的铁笼里，但是我的真如本性还可以自我修复。所以，你的也可以。即使你是一位虔诚的都市人，即使在你的眼中，整个大自然已经完全被鳞次栉比的高楼所占据，就连去一次飞机场，都得开车穿过一栋栋高楼才能到达；即使你像威廉·克劳德·菲尔兹一样，认为“痛恨孩子和动物的人并不一定都是坏人”，认为你所表现的出来的这种独特的偏好是你的真如本性的一部分，也不要紧。你现在和你余生的任务，就是治愈你的真如本性，并让它茁壮成长。

如今，许多行业的铁笼纷纷坍塌，许多自以为牺牲了幸福，就能确保经济安稳的人也纷纷失去了工作。改变正在大范围迅速进展着，大部分社

会机构和经济机构都已发生了改变，只剩下少部分还没变（这少部分也即将面临改变）。21世纪狂野流动的世界意味着，你不仅可以将自己从你的铁笼中释放出来，你还必须这么做。给最深处、最真实的自己以自由和健康，是在这个陌生又新奇的时代蓬勃发展的根本，在这个时代（我们稍后就会看到），真实往往等同于注意力，注意力等同于价值，价值又等同于繁荣。

你到底是怎么来到这儿的？你做了所有能做的努力，穿越了一连串破坏你的真如本性的社会压力才到达这里的。你现在到底该怎么办？寻到一条新的道路，一条更好的道路。在狂野新世界中，这条神秘未知的路会帮助你，独一无二的你，完完全全地召回你的真如本性。

你能接受这个挑战吗？如果你不能，那我希望你就舒舒服服地守在你的笼子里，然后睁眼看清与日俱增的变革浪潮如何将你的笼子粉碎。如果你能，那么祝贺你，你的未来将充满冒险和刺激。你还会在同龄人小组中找到自己的方向。这一决定会治愈你的真如本性，当然，也会使你成为大自然的治愈者。正如我们看到的那样，治愈者们在狂野新世界中扮演着独一无二、空前重要的角色。

要想做成某件事，就像每起神秘谋杀案告诉你的那样，你需要动机、方法和机会。你的真如本性正为你提供了动机，鼓舞你创造你真正想要的生活。我们文明的流动性恰好为你创造了机会。至于实现“正确人生”的方法，也许就没有那么明显了。但是我相信，这些方法一定来自于古老的传统，是由许多不同文化和地方的治愈者们用他们的智慧创造并且亲身使用过的。治愈者们研究出这些修缮方法来帮助修复任何宝贵、复杂的破损之物。我们的文化，尽管它对于物理世界的掌控远远超过了先前的社会，但它却将抚平人类和世界伤痕的方法遗失了，或者说，是故意丢弃了。而这本书的主要目的，就是教你如何重拾并使用这些方法。

治愈小组

遥想当年我在大学和商业学校任教的时候，我的身上发生了一些奇怪的事情：不知道是什么原因，人们开始不停地出现在我的办公室里问我问题，不是关于学校的问题，而是关于生活的。他们会问我：“我到底是怎么来到这儿的？”“我现在到底该怎么办？”

我不知道。不过幸运的是，我发现我坐在那里就可以，人们总能自己为自己寻找答案。这就是为什么我最终成了一名人生导师的原因，这是一个非常低级的行业，它被埋在蔑视之下（有些人确实这样认为）。我并没有把人生导师当做一种职业，我想变得更有声望，比如当一名教授、一位便利店店员，或者一个瘾君子。但是作为一名教练，我渐渐发现许多聘请我的人都惊人的相似。尽管他们表面上看起来非常不同，他们的性别、年龄、种族、国籍、职业都不同，但是他们说的话都惊人的相似。这里有一些例子，看完后你就会明白我的意思了。

- 肯德拉是一位19岁的大学生，她在哥伦比亚大学第一学期的成绩一塌糊涂，她的父母将她送到了我这里。肯德拉以前是一位非常出色的学生，她告诉我：“我无法集中精力，我在纽约行走的时候，感觉自己就像是被困在了混凝土之中。我不属于这里。我想，我应该在别的地方，做别的事情。至于做些什么，我不知道，反正是一些有帮助的事情。”她在说这些话的时候，声音颤抖，这倒是没什么，但是显然，这背后隐藏的情感却强大得不容忽视。

- 杰克出生在纽约市一个富裕的家庭，他曾经渴望成为一名骑警或者中央公园的遛狗师。“这是我所知道的唯一能与动物们待在一起的户外工作。”他笑着说道。在15岁的时候，杰克遇见了一个患有自闭症的男孩，于是他的脑海中冒出了一个新想法：“我看到了丹尼与动物待在一起时有多放松，我开始对此痴迷。”杰克在大学和研究生时期接受了特殊的教

育，最终成了一名职业治疗师，专门为需要特殊护理的儿童提供治疗，其中，与动物互动就是他们的一项疗法。杰克说：“在我这样的家庭里，我们完全不应该干这一行，但这却是我唯一想做的事情。”

- “我整日忙得离谱，但几乎每一天，我都会把自己的事情都放到一边来聆听别人的倾诉。”洛丽是一位中年妈妈，她告诉我，“有时候甚至我几乎不认识的人都会来找我倾诉。我不知道他们为什么这么信任我，但是他们确实非常信任我。然后，我听到自己竟然给出了建议，这些建议以前我想都没想过，是这一刻才出现在我脑海里的。我觉得似乎该做的事情我都没有去做，却把时间花在了其他事情上，但这又何妨？我是怎么了？”

- 在卡茨基尔山区开完会议后，由皮特开车载我去奥尔巴尼机场。他从小就以狩猎为乐趣，但当他参与反对越南战争的活动的時候，他开始对自己不道德的杀生行为进行深刻的自我反省。由于对政府感到失望透顶，皮特选择生活在阿帕切族（译者注：墨西哥北部和美国西南部的印第安人游牧民族）保护区，在那里，他跟当地的巫医成了最好的朋友。许多年过去了，皮特依然居住在那里，与那片荒野打着交道，并常常惦记着治愈这片土地。他告诉我：“每到狩猎时节，我就会穿上我的迷彩服，把自己伪装起来走进丛林中吓唬动物，好帮它们远离猎人。”当我指出这听起来有一点危险的时候，他笑了起来，“虽然这不是我该冒着生命危险报效国家的方式，却是我所知道的最好的方式。”

- 阿普里尔曾经只想要一份安稳的好工作，有不错的工资、福利和晋升空间。但是她在一家著名银行的工作并“不能完全满足自己的愿望”，她说，“实际上，要是我当时勉强留下来，我应该早就忍不住胡乱扎人了”。阿普里尔在别处找到了圆满，她说：“我喜欢跟朋友们谈论如何改变这个世界。虽然闲聊只是为了打发时间，但我却有一半是抱着认真的态度。我真的能感觉到有什么事情正在发生，我不应该还留在企业里隔岸观火。”

所以你明白我的意思了吗？尽管按照人口统计数据来看，他们迥然不同，但是他们不断地冒出同样的需求，他们自己也不知道这是怎么回事，只知道自己迫切地需要连接自己的真如本性。随着越来越多的人给我讲述他们的故事，我开始意识到他们还拥有一些共同的特点，只不过我们在人口统计数据上看不出来。这些特点几乎总是可以归结于下：

- 有一种特殊的使命感或目的感，只知道人类要发生一场重大转变，却无法说清楚这场转变可能是什么。
- 有一种很强烈的感觉，这个使命离自己越来越近了，不管它到底是什么。
- 强烈地想掌握某种技巧，想成为某一领域或专业的大师，不仅是为了职位的晋升，也是为似懂非懂的个人使命做好准备。
- 有很强的同理心，能够与他人感同身受。
- 迫切地渴望减轻人类、动物，甚至植物的伤痛，使他们或它们免受苦难。
- 尽管经常参加高层次的社会活动，却还是因为意识到自己的不同而产生孤独感。一位女士曾完美地总结了这种感觉，她说：“每个人都喜欢我，但却没有人真正像我。”

除此之外，这些人还具有下列特征，少数人下列特征全部具备，剩下的都能具备大部分特征：

- 高创造性，对音乐、诗歌、表演和视觉艺术充满激情。
- 强烈地热爱动物，有时候渴望与动物沟通。
- 经历过艰难的岁月，通常遭受过虐待或童年创伤。
- 与某种自然环境紧密相连，比如海洋、高山、森林。
- 抵抗传统宗教信仰，却又自相矛盾地追随一种强烈的感觉，也许是精神使命感，也许是精神向往。
- 热爱植物和园艺，若是不能与绿色生物待在一起，或者不能帮助它