告诉他们，那是雪条、雪条……

这个世界永远不会有真正属于你的玫瑰图，除非你肯自己去种玫瑰。

教练技术是一种针对人的心态的新兴管理技术。

掌握并运用这种技术的人就是教练。

Lawrence 是教练，汇才的首席教练。

《羊城晚报》这样形容他："梁立邦，从外表看来没有什么特别，个子不高，带着眼镜，胖胖的。梁立邦，特别，全世界只有5 000名教练，他是其中一位。"

梁立邦是Lawrence的中文名。那么，这位首席教练跟雪条有什么关系呢？事情是这样的。

在某次训练的间隙我听到有学员在和Lawrence聊天。于是我凑上去听，心想这是个免费索取首席教练的大好机会，不索取白不索取。做不了首席教练，做个首席索友也不赖啊。据说乐百氏集团主席何伯权聘请Lawrence作私人教练，每小时的费用数千元呢。

于是听到了Lawrence八几年在北京买雪条的故事。当时北京人不知道冰棒还有另一个雅号叫作雪条。因此Lawrence总会遇到这样的问题：雪条是什么？接着会有人告诉他：你说错了，那叫冰棒。"后来我不断地告诉他们，那就是雪条、雪条、雪条……。慢慢地，人们就知道什么是雪条了。我再说买雪条时，别人都会觉得我讲得对、讲得好了。"讲到这里，Lawrence孩子般得意地开怀大笑起来。

我不知道与Lawrence对话的那位学员有何感想，反正我自己是感触良多。这虽是件小事，但Lawrence那种认真、负责任和坚持的态度令人起敬。难怪他的企业会如此成功！有这种精神，还有什么事做不到？在那种情况下，通常人们（包括我）会买了雪条就

需要全本请访问 www.ertongbook.com

走了，或是下次改口说买冰棒了。或许，就因为这一点，决定了谁是首席教练

联想到我很多写现代诗的朋友，经常会抱怨读者层次太低，读不懂自己的作品。因此，要么降低品味、迎合读者，要么孤芳自赏、拒绝读者。

但我们为什么不可以耐心地教育他们，让他们懂呢？

这个世界永远不会有真正属于你的玫瑰园，除非你肯自己去种玫瑰。

曾看过某传媒一则消息，说欧洲某些著名交响乐团为了让大众理解交响乐，每年都会特别去一些社区演出、普及交响乐（原来欧洲人也并非天生就懂交响乐的）；很多成功企业也是不断“教育”消费者，而培育出一片又一片的市场的。我觉得他们的做法和 Lawrence 如出一辙，都是自己去负责任，去开垦玫瑰园。

如果再有写诗的朋友遇到别人不懂什么叫超现实主义或深度意象之类的东西，我会请他先不要埋怨中国的农民太多或者慨叹怀才不遇，也不要退缩回去，搞小圈子艺术。我会给他讲 Lawrence 在北京的故事，并请他想象一下 Lawrence 开心地吮吸着雪条而不是冰棒的样子，和那种——



确实不一样的滋味。

健康的习惯

成功就是一种健康的习惯。

"我们饿了之后要吃饭，这是一种自然。但吃什么，却是一种习 惯。"这是 Lawrence 所做的一个区分。

区分这二者有什么作用呢？

实际上，做这个区分的前提是，我们常常把自己的习惯当作自然。也就是说，我们觉得很多事情都是必然的，是不可改变的。这就抹杀了我们主动选择的可能。

在内地的时候，一些做业务的老手总爱说做业务的人一定要擅长抽烟喝酒打麻将，这样才能和人搞好关系，做成生意。用一句方言说，才能"吃得开"，意思是才会受人欢迎。

其实，这就是把"习惯"当"自然"的一种表现。没错，我们需要和别人搞好关系，但不一定非要通过抽烟喝酒打麻将这样的方式才行。

教练黄荣华（英文名 Eva）在谈到她的一个理想时说，她想建立一个各方面生活素质都很高的社区。因为她发现，某些地方在发展经济时，总是会出现"黄、赌、毒"的现象。Eva想用自己的成功来证明，要发展经济、赚钱并非只有一种选择：做健康、高尚的事情，同样可以赚钱。

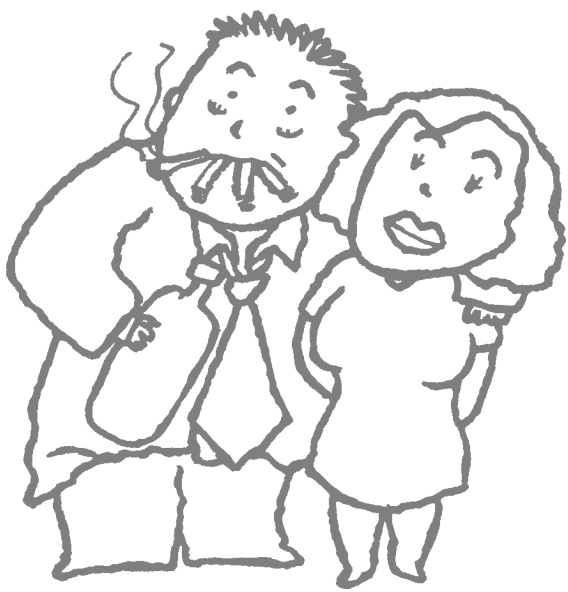
我们可以有另外的选择。

这又是一个"习惯"与"自然"的区分问题。

Lawrence 在有一次训练结束时总结了一句话，我觉得挺好。他说：我们训练的目的就是为了培养大家健康的习惯。

实际上 ，成功就是一种健康的习惯。

那么，最后一个问题就是，你是否想要成功？



镜子

教练的作用就是让被教练者自知。

古往今来，关于镜子的比喻，也许最有名的就是唐太宗李世民的那段了：

以铜为镜，可正衣冠；

以人为镜，可知得失；

以史为镜，可鉴兴衰。

唐太宗作为一代名君，创建了“贞观之治”的盛世，使中国的国力在当时的世界上远远领先于其他国家。他的话，我们应该认真聆听。

从唐太宗这三个由小及大的比喻中，我们最少可以得出一个结论，那就是：镜子的作用非常重要。

那么，为什么镜子的作用如此重要呢？

我们还是先看看历史人物是怎么说的吧。

老子在《道德经》中说：知人者智，自知者明。（我猜"明智”一词就来源于此。）

《孙子兵法》里的"知己知彼，百战不殆"就更为脍炙人口。

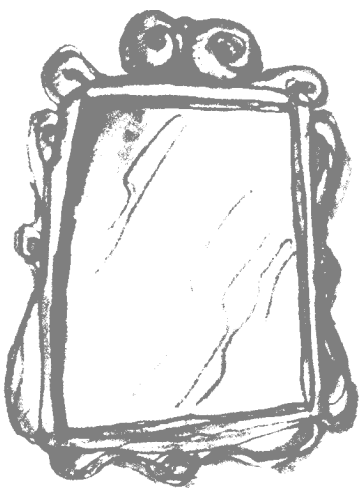
统计一下就会发现，在两位古人的话中出现频率最高的就是"知”字。镜子的作用，正是在于“知"。

Lawrence 说：作为专业教练，我们相信其实每个人都是愿意进步的。一旦他真正看到自己的位置或者状态，他完全有能力去做出选择、去自我改善。人们不去改善自己，往往是他们没有真正看清自己是怎样的。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

教练的作用就是让被教练者自知。

因为教练不是别的，正是现代社会中的一面镜子。



以铜为镜，可正衣 冠，

以人为镜，可知得失；

以史为镜，可鉴兴衰。

心　态

心态的变化是决定性的因素。

周末，两个朋友约我去田贝打乒乓球。他们两人中一个水平比我高，另一个则不如我。不过奇怪的是那天我和他们比赛的结果却恰恰相反——我常常打败水平高的，却输给水平低的。

我反省了一下，发现了其中的奥秘。

我们三个人水平虽然有高低之分，但实际上差距并不大。平时大家经常在一起打球，互相的特点都比较了解，谁发挥得好一点，谁就可能赢。我和水平高的打，心里特别重视，所以打得比较好；和水平低的打，觉得自己赢定了，不是太在乎，于是输掉不该输的比赛。

在这个过程中，心态的变化是决定性的因素。

可能很多人都听过下面这个的故事：

有两个推销员去非洲推销鞋子。到了非洲之后，他们发现原来非洲人是从来不穿鞋的。其中一个沮丧地说，这里的人没有穿鞋的习惯，肯定没有鞋的市场；另一个则非常高兴，他说，非洲人没有穿过鞋，正说明了这里很有潜力，市场大得很呢！

可以想象得到，第二个人在事业上比第一个人更容易成功。因为只要你愿意去积极地发掘，就会有可能性，就会有机会。

不同的心态带来不同的行动，而不同的行动又会带来不同的结果。我们自我改善的时候往往容易从行动上入手，但如果心态没有改变的话，效果是有限的。教练技术就是针对人的心态，从根本上解决问题。

同样乘坐在一艘船上，同样遇到不好的情况，不同的人会有完

全不同的态度。

有人会抱怨：这个鬼天气，为什么没有风来帮助我航行。

有人会等待风起。

有人会努力划船。

还有人说：没有浆，用手划。

可爱的怪兽

烦恼其实是一次很好的机会。

Elsie是一名教练。下面要讲的是，她是如何教儿子面对困难和烦恼的。

生而为人，每一个儿子都会遇到困难和烦恼，每一个母亲都要面对这样的儿子。只不过，不同的母亲会有不同的处理方法。Elsie 是怎么做的呢？

她告诉儿子，不要把困难看成困难。

"那把它看成什么呢？"儿子问。

把它看作你平时最爱玩的电子游戏中的那些怪兽。当它来的时候，你不要怕，你只需要用力地打它，打败它。你甚至可以想：呃，又有得玩了。你玩游戏的时候，不是越大的怪兽越刺激好玩吗？

"如果我打不过它，失败了怎么办呢？"

那又有什么关系呢？你平常是怎么做的？不就是重新开始游戏，再玩一次吗？

我相信，Elsie的孩子在遇到困难时，肯定和别的孩子有所不同，因为听完这番话，连我自己也觉得玩电子游戏有崭新的意义了。

佛家说：烦恼即菩提。

我对这句话的理解是：烦恼其实是一次很好的机会，可以让我们重新审视自己和世界，思考如何解脱。事实上，如果没有烦恼，也就不需要什么解脱了。正如在一场游戏中，没有怪兽就没有什么好玩的了一样。

而说到失败，那不过是我们每天要面对的众多结果中的一种而已。

烦恼也好，困难也好，怪兽也好，失败也好，关键是你以什么态度来对待它。

如果你愿意换一个角度，换一种心态，你会发现，我们生活中有很多形形色色的怪兽，原来都可以是那么可爱的。



大象与狮子

有时候，经验会成为障碍。

人们曾观察到这样的现象：牵一头大象，用一条细绳就可以了。而牵一头小象，却需要粗绳。因为大象已被约束惯了，它没有想过自己的力量完全足以挣脱绳子的控制。而小象则不一样，它没有形成被约束的惯性思维，尽管力量小，反而比大象危险。

还有一个现象，也和动物有关：一头狮子，在铁笼中呆久了，哪怕你放它出去，它也不愿意。它觉得外面太陌生了，还是笼中更安全。它没有看到，在笼外，有着那么辽阔的世界。

在《第五项修炼》中，有一章是关于心智模式的，作者写到了人在生活中形成的固有观念是如何限制我们发展的。佛教中也有"知见障"一说。意思是，有时候，我们的知识、见识或者过往经验会成为我们了解真相的障碍。

所谓"无知者无畏"，就如那些小象。

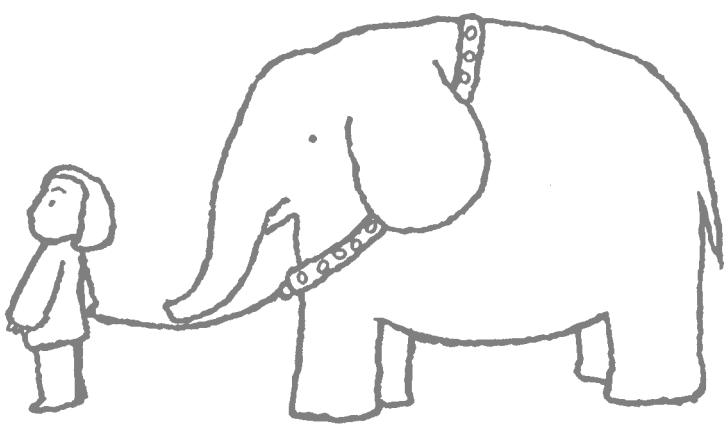
而大象和狮子枉为地球上重量级的动物，却臣服于一个小小的固有观念。

当然，人的智商（或许还有情商）显然比动物高多了。瞧，我们不是提出了心智模式，我们不是在更早之前就知道有"知见障"的存在了吗？

铁笼的门早已打开，那些绳子也细得和我们增长的力量不成比例。

只是，为什么你还要呆在那里呢？

需要全本请访问 www.ertongbook.com



打开笼门

打开笼门
让鸟儿飞走
把自由还给
鸟笼

这是台湾诗人非马的一首小诗。这首诗的点睛之笔是最后的"鸟笼"二字。如果写成"把自由还给鸟儿"的话，这首诗就没什么出奇，甚至算不得是诗。

那么，"把自由还给鸟笼"又有什么特别呢？

特别之处就在于，我们往往只看到打开笼门，鸟儿获得了自由。而很少看到鸟儿获得自由的同时，鸟笼也获得了自由。诗人通过精练的语言向我们展示了出来。

一些夫妻或者情侣总希望能看牢对方，外面的世界靓仔靓妹太多，仿佛一不小心对方就会鸟儿似的永远飞走。于是在日积月累的担心中将自己异化成一只鸟笼。殊不知，在囚禁对方的同时，你自己也失去了自由。因为你不信任对方，总要时时刻刻看管、监视、提防，使得自己也耗尽心机、耗尽精力和时间。

然后，这只鸟笼还会慨叹：活着真累啊！

你肯定会累的，除非你愿意打开笼门，让鸟儿飞走，把自由还给自己。

还有一种可能性就是，当你打开笼门，鸟儿反倒愿意回来了。因为敞开的鸟笼已不再是牢房，而成了一个温暖的窝，或是一棵舒适的树枝。



汤勺的形状（一）

我们对事物的观念，决定了它所能发挥的作用。

在电影《黑客帝国》（又名《22 世纪杀人网路》）中有一个细节，男主角碰到一个小孩，他能让手中的汤勺随意弯曲成各种形状的。男主角也想能像他那样，但却怎么也做不到。

后来对方告诉他：你已经把这个汤勺固定地看作汤匙了，所以不能让它随意弯曲；而我头脑里没有这个固定概念，所以能让它随意弯曲。

这是一部科幻电影，情节自然荒诞离奇。但它包含的寓意却给了我们不少启发。

当我们给身边的人、事物贴上某个标签的时候，就不会有什么其他可能性。而我们开放地去看事物，不局限于原来的观念时，就会拥有很大的弹性、很多的可能。

比如，作为一个企业领导者，当他用一个固定的概念、一个框框来看他的员工的时候，他的员工是很难有自己的创意、突破或者作为的。反过来，当他愿意"空"掉或者说放下自己固有观念、概念、假设去对待员工时，员工就有了发挥潜能的空间了。因为你的观念会直接地影响到你对待员工的行为，也会影响到员工自己的行为。

一张纸，当你把它只是看作纸的时候，它就只具有纸的普通功能。但是小孩子可以将它折成纸飞机，成为心爱的玩具；有的国家用纸来造桥，人、车都可以从上面通过；在艺术家和魔术师手里，纸又会有种种不同的用途。

我们对事物的观念，决定了它所能发挥的作用。

世界就是一只汤勺（一只喂养大全人类的汤勺），它愿意为你展现那么多奇妙的形状。

不过，你是否已在你的心头为它准备好这样一个巨大的舞台？

汤勺的形状（二）

只要有益于达到目标，不必执著于是与不是。

汤勺（或者别的事物）可以有不同的用途，完全不必局限于固有的概念。

那么，它在什么时候需要有什么可能性呢？

那要看你的目标是什么。

曾有人问我："你说打破人的框框，但从辩证法的角度来说，打破框框本身又何尝不是一个框框。而且，打破框框，也可能进入另一个框框啊！"

我回答她："没错，你说得很对，每个人都有自己的框框。你可能会在突破某框框的时候进入另一个框框。不过，我们打破框框是有一个方向的，而不是为了打破框框而打破框框。选择哪一个，关键在于哪一个可以更有效支持你达到目标。"

只要有益于达到目标，你不必执著于它是，也不必执著于它不是。

当你的目标是需要有新的功用的时候，你可以打破框框，撕掉你为汤勺贴上的标签，去发挥汤勺的其他可能性。

当你的目标是要喝一口汤的时候，那么再简单不过了，它就是一把汤勺。

需要全本请访问 www.ertongbook.com