



紐約大學研究： 夢想愈「不可能」 就愈有效

我們說，從前人，不懂得作夢，所以事情做不大。

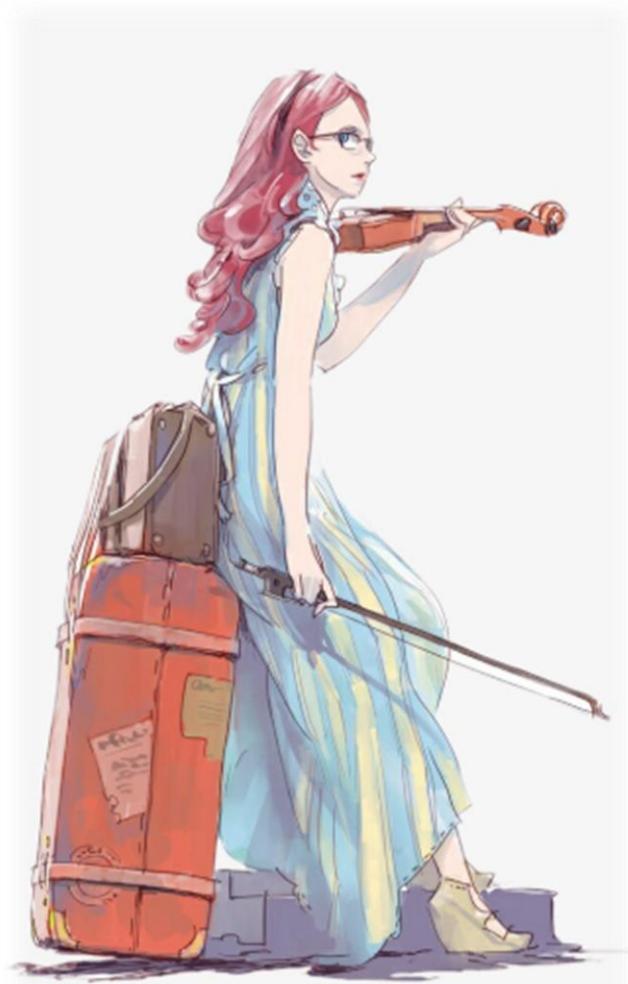
於是現代的激勵大師都教大家先「想像」，讓這個夢為你產生源源不絕的動力？

曾有一篇來自紐約大學的研究，這研究是在比較，有些人會設定目標，「想像」自己功成名就的那一天，好像得來全不費工夫。

有些人則不喜歡想像，而是「評估」這個目標，感受到自己要做到這麼偉大的成就，可能會經過一連串困難。

研究竟然顯示，前者空想像，動力竟然沒有比後者大！

這實在是一個非常詭異的研究，科學家找來實驗者，將他們分成兩組。第一組幻想他們即將出現一些好事，比方說：在這堂課得到 A，或被異性倒追，或贏得作文比賽，非常綺麗的幻想，如幻似真，然後，學者跑來幫他們「量血壓」，看看他們在幻想之後，會不會產生一些基本的「high」的生理現象？科學家駭然發現，沒有，而且這些人在「想像」完畢之後，他們的衝力竟然是「下降」的！



有趣的是，科學家故意安排第二組，不再「幻想」，而是被要求「評估」一下他們到底有沒有可能在這堂課得到 A，或被異性倒追，或贏得作文比賽？當這些人開始評估，看到了這些目標的好處，也看到這些目標的挑戰，看到了快樂與辛苦，沒想到，這些審慎評估的人所測出的血壓，竟然比第一組還高，意思是說，他們的衝力竟然比第一組還強！

關於這奇特現象，科學家有了解釋，他們認為，第一組由於完全只在想像美好，很容易就「沉溺」下去那個美好的世界，而第二組只是被「提醒」可以這麼美好，但第二組所花的時間主要是在分析「明天的挑戰」，他們不會只看到美好，而是也看到困難處。

問題是，當我們作夢、設下夢想，照理來說應該是要想像它有多簡單、好像真的會達成一樣，才對啊？

照理說應該不要去想它有多困難、多不可能達成啊？

科學家的研究，反而認為夢想就是要讓你感受到它的「困難」，而不是它的「簡單」，才有效！

怎麼回事？

我自己的看法是，這和一種「嗜血」的「困難感」有關——

雖然許多成功人士都曾說，當年他們怎麼將夢想貼在眼前、想像它的成功，但在當時，很有可能有一部份，他們忘了說了，甚至不記得了，那就是，當他們看到一輛跑車，希望實現它，但真正在背後鞭策他們的，是一種「困難感」，因為他們已經知道這跑車不容易得來，所以他們盯著跑車，告訴自己一定會得到「她」，但真正在為他們加油的是那個「不容易得來」，而不是「那輛跑車」，大家了解到這個意思了嗎？



夢想的重點，不是那輛跑車。

而是那輛跑車是多麼困難才能獲得，因此，如果真有一天他真的搶到那跑車，他等於是全世界上最厲害的人。

我認為這會是一份很重要的研究，因為我們一直都錯誤的以為，要激勵身邊的每個人、旗下的每個部屬、管理的所有工讀生，那麼，應該讓他們想像一個「夢」，甚至請來一個講師，就可以帶領大家來到夢的境地；但，這個研究告訴我們，這樣的做法是無效的，應該告訴他們一些「挑戰」，告訴他們前方有荊棘、有挑戰，還有一座山要爬，研究顯示，反而讓大家更興奮！

現在重點不再是「Yes, I can」，而是「Yes, I will go for it」，也就是「我要努力達成這個超難的目標」，這樣的態度，才是最高超的勵志方法！

舉個例子，公司要設立目標，目標成了大家就去吃牛排，把牛排貼在大家面前，這樣並不足以讓所有同事都興奮起來！反而，應該不必害怕的告訴大家，要達成目標，看起來我們還有什麼要努力的？困難點在哪裡？最後再加上一句話：「達成目標，吃牛排」，最後，真正讓這些人感到興奮的會是「努力」的部份，而吃牛排，只是最後的點綴。

這是勵志的新藝術，每個人都要想一想的：**夢想，可貴於它的「困難」**，而不是它有多簡單，別小看你身邊的人對於困難的忍耐度，對很多人來說，困難，反而都會讓人心跳加速、勇往直前！

