

和“看似不可能的未来”建立联系

在我教练生涯中我曾问过很多客户
这个问题——

“你认为对你来说一个看似不可
能的未来是什么样的？”



Robert Hargrove 在他的著作“出色的教练”中创造了“看似不可能的未来”这一词。我对此的理解就是我们作为教练必须意识到，教练实际上就是帮助人们与“看似不可能的未来”建立联系的生意，这也是我们需要努力达成的目标。

你已经和自己“看似不可能的未来”建立联系了吗？我已经建立了，甚至哪怕它还是不太清晰，但我却感到我比以往任何时刻都接近它。今年是我从事教练行业的第 15 年，这其实是我“看似不可能的未来”的计划中的一部分。

你知道吗，在我创办公司的四年前，我正在和疾病做斗争，我的身体虚弱到不足以继续工作。事实上，我的家庭医生和内科专家都告诉我，我的身体状况将不允许我回到工作岗位了。



这段时间是我人生中一段非常黑暗的时间，因为我的健康状况，我不得不暂停了我蒸蒸日上的，十分成功的人力资源工作生涯。严重的症状成为我在人力领域中光明的职业发展的阻碍。

那时候，我用尽了所有的传统药物治疗方法，我转而向使自己的身体，心灵和情绪和精神复原的方向努力。我发现并参加了一个帮助人们对抗健康问题的活动，这个活动每周举办一次，连续十周。

这整个活动对我来说十分有用，它改变了我的人生，因为它帮助我找到了希望。对我而言，在我知道了自己的身体状况并被通知不可能再工作了的时候，我已经近乎绝望。

“白日梦”活动包括想象有一天，再没有任何阻碍的时候生活会是什么样子。我们开始想象我们赢得了大额彩票，没有疾病以及我们所渴望的极限是天空。这个练习是记录你对看似不可能的未来”，这包含着一个类似拓宽视野的基本概念。



我运用了自己作为一个 NLP（神经语言程序设计）认证的专业人员的背景并设想。我运用了我所有的感觉去展望和与它产生连结。

我梦想中的生活包括我和家人幸福和健康，在各方面的成功，并且世界和平，人人平等和全世界都摆脱贫困。

对我梦想中的日子，我把多年前已经完成的事情加上我对未来的设想，如下展开，用现在时进行分享：

我和我的丈夫米歇尔正在我们海边的美丽的梦想家中。从起床开始，我们沉浸在幸福的感觉中，身体，心灵和情绪和精神都完全放松，感觉自在。

我发现阳光通过屋前的水面反射，穿过窗户的玻璃像是在闪耀。



我们都准备好了迎接这令人兴奋的一天。我所穿着的令我看上去神采奕奕。（我们的车库中停了一辆属于米歇尔的保时捷）我能感觉到当我和米歇尔牵着手心怀激动地走向我们梦想中的车时爱意的传递。我们把打包好的行李放在捷豹内并启程前往和我们的家人碰面一起吃早餐。

在景色绝佳的酒店内，我们每个人都度过了一段美好的时光，彼此聊天接触，谈笑风生，直到食物的香味飘满了整个酒店。

在一顿美味的早餐后，我们彼此亲吻和拥抱。之后我和米歇尔驱车去机场，一路上放着我们最爱的音乐。

一到机场，我们登机前往一个热带岛屿。我要去那里进行一个会议的主题演讲。我很激动，因为这场演讲和我的激情以及多年的工作成果，付出的努力和积极的信念息息相关。



这次飞行一路都很顺利。我们打出租车从机场前往宾馆，并在沿途美丽的风景中喝了一杯。在我们走向灯火辉煌的宾馆大堂进行登记时，我感到我的脚步有一些凌乱。

在我们的海景房中，我已经准备好并且温习演讲中的要点，然后我和米歇尔就分开行动了。作为一个成果的职业摄影师，当我前往会议所在地去发表我的演讲时，他在岛上寻好的拍摄机会。

当我到达会议地点，在上台前，我花了几分钟去品味这个经历：我梦想中的这一天真正地呈现在我面前了！在台上，我向着一大片人做演讲并且我完全地把控了整场演讲，我用幽默的，有激情的和权威的语言传达我想表达的东西。听众们都近乎疯狂了，他们热爱我所分享的！这是设想的一大引人之处：当你想要它的时候你看到它。

之后，我和米歇尔在一个可以看到海景的酒店用晚餐。我十分兴奋地和他分享我的演讲多么棒，米歇尔也与我分享他拍的很棒的照片。

晚餐后，我们沿着海岸线散步，拉着手，并且在散步时分享彼此的故事。月亮在水中闪闪发光，照亮黄昏的天空，慢慢变成午夜的蓝。



在月光漫步后，我们回到了我们的旅馆，这是我梦想中的日子的分享的结尾。啊，我是多么喜爱想到我梦想中的日子。它能够立刻把我带到一个充满快乐、平静和希望的地方。

尽管我梦想中的日子仍然需要更多的细节去确定，但是，与你们分享我很高兴，因为我在年复一年中越来越接近它。这是很令人振奋的，因为我一度以为它是完全不可能的。

你可能发现了我没有分享呈现我梦想中的日子的热带岛屿 ——一旦那天到来这就能立刻确定！

你的“看似不可能的未来”是什么样的？