

3HAC17484-6 工业机器人电机集中销售

产品名称	3HAC17484-6 工业机器人电机集中销售
公司名称	德星（广州）工业机器人有限公司
价格	面议
规格参数	品牌:ABB 型号:3HAC17484-6
公司地址	广州市天河区凌塘村12号大院7区5号
联系电话	020-29131671 18175761650

产品详情

ABB机器人伺服电机3HAC17484-6

====各型号电机现货销售，还可以维修！

技术支持：13543455804

- 1 目标：你必须知道希望追求的最后结果，并决心达成这些结果。
- 2 行动：你必须根据目标拟定计划，并以果断的行动执行计划。

3 认知：你必须观察行动的结果，评估成功或失败的程度，这不仅是就物质的角度而言，也包括个人的情绪层面在内。

4 改变：如果你遭逢挫折，必须重新检讨目标与行动，判断问题的所在，并愿意修正。

这四者都是成功的必要因素，设定目标是最根本的程序。设定目标的本身，看起来或许相当容易。任何人都可以拿出纸笔，写下他希望的事物。然而，白纸黑字并不代表建立目标。目标本身并没有任何力量，除非你认为它们非常实在；这并不仅仅是欲望而已，它们应该是你赖以生存的必须对象——就如同食物一样。

如果目标被视为是一种根本的需求，并设定在超级电脑的程序中，它会尽一切所能驱使你朝目标迈进，而其余的三项步骤也变得相对简单。这种心境称为“投入的决心”，它是一致性表现的根源，也是情绪纪律的依据。

“决心投入”是来自拉丁文的，它的本意是“结合在一起”。在这层意义上，投入的决心是指将意识与潜意识（包括情绪在内）结合在一起，追求你的目标。达成投入的决心，这是使目标变为可能的关键步骤，它也会使目标具备力量，并使你有能力执行计划。

请留意，我说“达成”投入的决心，而不是说“拟定”投入的决心。因为如果你的心智取向不正确，经常无法“拟定投入的决心”。在追求目标的过程中，涉及的并不仅是坚决的“意志力”，或抗拒“诱惑”而是寻找一种方法改变心智的内容与联想，以确保真正的动机。

人类具有自由意志，通常是指个人在任何时间与任何议题上，都有力量选择或控制他的活动。例如，我可以或不可以拿起面前的杯子，我可以或不可以回补目前的空头头寸，我可以或不可以维持减轻后的体重。我不认为情况如此单纯。

以心智的超级电脑来说，你的行为——心智活动的产出——取决于输入的资料，取决于你的感知，取决于你的意识如何看待现实，取决于你如何训练潜意识发滑功能。自由意志并不代表你可以做任何想做的事，也不代表你可以随意选择何时与如何；它仅代表你可以选择心智的程序。

归根究底，自由意志仅有一项基本的抉择：思考或不思考。这并不是说在你清醒的每一时刻与每一议题上，你都必须在意识中以逻辑判断思考与行动的这项抉择——意识的运作太过于缓慢。这项抉择是要求你了解与认知动机的性质与根源，并在必要的时候修正。它代表内省——以意识认知来辨识与评估潜意识的内容。所以，让我们来讨论潜意识的性质，并探究动机来自于何处。

情绪决定动机。特定而言，我们受到情绪上的两种根本力量驱动：追求快乐的欲望与避免痛苦的需求。不妨想一想。我们希望某件事物时，我们是否真正想要这件事物的本身？不，我们想要的是达成目标后的结果，它对于我们生理与心理将产生的变化，才是我们想要的。例如，许多人想要减轻体重，他们对于实际的脂肪并没有兴趣；他们是希望改变对于自己的感觉。他们实际想要的是对于生命的控制感、健康的感觉、身材更吸引人、觉得较有活力、可以长寿

再举一个例子，大多数人都希望与异性保持良好的关系，但我们真正想要的是被了解与尊重的感觉、享受相互照顾的温馨、一种朋友与知己永远在那里的安全感、性交的快感

所有这些希望都蕴含着改变现况的欲望。特定来说，它们蕴含着由不满意至满意的欲望，或由满意至更满意的欲望；由痛苦至快乐的欲望，或由快乐至更快乐的欲望。快乐的潜在感觉才是真正的目标，才是欲望的直接对象。然而，这些欲望的本身却未必可以形成动机。我们还有相互冲突的欲望，它们来自于避免痛苦的需求。

犹如交易获利一样，节制饮食以保持健康是大多数人的理想之一，而且人们也具备成功需要的知识，实际成功的比率却很小。一般来说，失败的理由并不是因为人们不能做到，而是他们不愿意做；缺乏真正

的动机。

一位节食中的人，啃着他的红葡萄与莴苣，配着柠檬汁，当他看见香喷喷的16盎司牛排送到隔桌时说道，“搞什么鬼！我受够了！”或者，另一位男士遇到一位他很喜欢的女士，甚至于还拿到她的电话号码，却不曾拨过电话，因为他想，“如果她不喜欢我怎么办？”或，“我只会再度失望。”

就第一个例子来说，节食是一种痛苦的程序，它代表由愉快的事物移开，而不是移往更快乐的事物。在他的心目中，达成减肥的目标并不真正代表快乐，而是痛苦！

第二个例子中，这位男士的行为几乎完全由避免痛苦的欲望主导；被拒绝的痛苦、失望的痛苦、发生错误的痛苦、失去“自由”的痛苦……同样地，采取行动以追求目标，这关联着心智中的痛苦，而不是快乐。在心智中存在一种快乐/痛苦的矛盾，潜意识无法有效处理这种困境：移往目标将造成痛苦，维持现状又不满意。在可以选择的情况下，潜意识通常会让避免痛苦的需求，压抑追求快乐的欲望；所以，他在追求目标时将遭受失败。

观察人们从事当日冲销的交易时，我经常发现许多人呈现类似的状况，包括我个人在内。在一份获利的交易记录中，亏损交易的笔数往往多于获利交易。若是如此，获利交易的利润必须大于亏损交易的损失。然而，交易者经常触犯一项错误：过早获利了解或过迟认赔。何以如此？因为他们没有遵循交易守则的动机。他们了解交易守则，但并不体认它们。

如果你根据1:3的风险/报酬比率交易，平均每笔交易的获利至少应该是亏损的3倍。然而，上述比率演变为1:2时，交易者经常无法忍受些微小的不利走势。他的潜意识投射出痛苦，并列印出许多错误的资料，在恐惧与混淆中，稍微出现不利的行情时，便仓促了结头寸，可能仅实现一笔1:1.5的交易，当价格恢复原来的走势，到达原订1:3的目标价位时，他只能破口大骂。

另一方面，行情立即出现不利走势而触及停损价位时，交易者不愿认赔，而开始期待情况会好转，希望幸运之神的照顾。可是，市场显然不够体贴，将原本1单位的亏损扩大为1.5, 2, 甚至于更严重。避免痛苦（亏损与错误）的需求，使他违反他明知道正确的交易守则。这便是不同形式的相同矛盾：执行交易守则造成痛苦，不执行它们又增添不满意的程度，并剥夺交易的资本。

如果你自我反省，我想你将发现，当你迈向目标而发生困难时，往往便是这种快乐/痛苦的矛盾在做祟。假定你具备正确的知识，而在执行上发生问题，这是因为动机产生冲突，潜意识中存在两种对立的需求；一般来说，避免痛苦的需求往往会占上风。

非常讽刺地，在这种情况下，结果总是挫折与不满意的痛苦。为了避免某一类型的痛苦，潜意识却造成另一类型的痛苦，并进一步强化挫折与不满意的感受。这种程序若不修正，将导致恶性循环而侵蚀个人的价值感、破坏成就、遏阻个人的成长；使你陷入失败的命运。

为了建立积极而不矛盾的动机，潜意识必须将追求目标视为是一种快乐——而不是痛苦——的程序。如果你可以创造这种心境，采取行动达成目标的抉择已经完成；抉择已经不复存在。基本上，坚持既定的决策，便是投入的决心——在这种心智状态下，知识、动机与执行都指向相同的目标。这是一种完全整合的境界，你的心智将驱使你迈向成就与必然的成功。

结论

成功是以目标为导向的一种动态行为程序，不断地追求个人的成长、成就与快乐。成功的最关键因素是追求目标的决心；换言之，在共同的目标下，将意识与潜意识结合。许多人无法下定决心，这是因为动机的冲突，而这又是因为情绪的冲突，而后者又是起源于相互冲突的价值观与信念。一旦了解这种状况之后，积极修正的处方便很明了：

- 1 辨识局限性与破坏性的价值观与信念，排除它们。
- 2 采纳崭新而有益的价值观与信念。
- 3 排除那些造成局限性情绪反应的潜意识联想，代之以崭新而有力的联想。

犹如大多数处方一样，说起来相当容易，实际运用却很复杂。下一章，我将说明如何将这个处方转化为积极而有益的活动。