

爱立信、松下、亚信、华虹NEC人力资源主管强力推荐

10只魔戒的力量

成功学顶尖人物访谈录

鲍云帆 著

一段
脱胎换骨的传奇

一种

石破天惊的

观念

一套点石成金

法方的



同心出版社

鲍云帆 著

10只魔戒的力量

成 功 学 顶 尖 人 物 访 谈 录

同心出版社

图书在版编目(CIP)数据

10 只魔戒的力量/鲍云帆著.

—北京:同心出版社,2002

ISBN 7-80593-686-2

I . 10… II . 鲍… III . 名人—访问记—中国 IV . K820.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 084912 号

10 只魔戒的力量

策 划: 沧浪书业

责任编辑: 童 欣

出 版: 同心出版社

北京朝阳区和平里西街 21 号

邮 编: 100013

电 话: (010)84276223

印 刷: 北京忠信诚胶印厂

经 销: 新华书店

版 次: 2002 年 11 月第 1 版

2002 年 11 月第 1 次印刷

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 11.5

印 数: 10000 册

定 价: 25.00 元

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载!



寻找成功的“魔戒”

还记得电影《指环王》中那只具有神奇魔力的戒指吗？谁得到它，谁就能改变整个世界的命运，“魔戒”由此得名。多年人才、教育领域的记者生涯，见惯了逐梦途中的悲与喜、汗与泪，使我越来越对破解这道难题产生了浓厚的兴趣：为人们去寻找能够揭开成功奥秘的“魔戒”。

由此我开始了生命历程中的一次“长途跋涉”，在《北京青年报》开设的“云帆才经”专栏便是这次“跋涉”的一个见证。在都市的丛林里，在茫茫人海中，我努力地搜寻着。我现在还清楚地记得第一次听到周士渊先生传奇经历时的那种

激动心情，“坏习惯”曾经使他走到了生命毁灭的边缘，但他最终依靠长期修炼的“好习惯”战胜自我，迎来了生命的春天。从此后，他通过现身说法强调习惯的价值，又改变了很多人的生命轨迹。那一刻我知道自己终于找到了梦寐以求的第一只“魔戒”——这便是“习惯改变命运”的周士渊，这只“魔戒”的力量中不仅蕴涵着让人们敬佩的传奇经历，更包含着由之生发而成的一整套走向成功的理念和方法。我相信，只要被这三重“魔力”所感染，生命的航标必将会指向成功。

从此，传奇、理念和方法便成为我寻找成功“魔戒”的一个坐标。我是幸运的，因为此后一只又一只这样的“魔戒”被我发现：从推崇“做积极人，走积极路”的易发久，到倡导成功需要行动的李践；从把生命看做是一场极限运动的王辉耀，到鼓励做你自己生命“冒险家”的鲍博睿。在他们每个人的身上，你都能发现这三重“魔力”的完美组合，同时他们又站在不同的角度、从不同的侧面帮助我们完整而又深入地理解了什么是成功、怎样才能成功。

这次“长途跋涉”是异常辛苦的。它不仅是一种体力的付出，因为每只“魔戒”的寻找和发现都不是轻而易举、一蹴而就的。加之工作繁忙，本书的材料搜集、大量作品的阅读、写作只能放在所有的周末、节假日和晚上下班后进行。从早春二月动笔，到秋意深深结束，不经意间正应了“春华秋实”四字。而且，它也是对我智慧的一种考验，可以说每一只“魔戒”都是“法力无边”的，想要吃透这些内容，将之消化浓缩进而准确清晰地传达出来绝不是一件容易的事。能够有幸走到今天，我想也是成功“魔戒”的“魔力”使然。

那一段段传奇经历、成功理念和行动方法化作了力量与智慧,鼓舞我走到了今天,走到了终点。

在此,我发自内心地感谢本书的十位主人公,感谢他们为缔造这十只成功“魔戒”所付出的努力和探索,感谢他们在这过程中所展现出的勇气与执著。

在与命运的角斗之中,你们让我对生命更加肃然起敬。

鲍云帆

2002年10月26日

目录

- 第一只魔戒：周士渊/1
第二只魔戒：汤小明/41
第三只魔戒：李 践/77
第四只魔戒：王辉耀/111
第五只魔戒：易发久/141
第六只魔戒：杨 滨/179
第七只魔戒：王小平/215
第八只魔戒：许金声/251
第九只魔戒：程社明/289
第十只魔戒：鲍博睿/325

我跋涉在都市的丛林
我穿越茫茫人海

.....



终于,我找到了
第一只魔戒.....





习惯是无比神奇的新大陆

周士渊

1946年生于上海宝山。1970年毕业于清华大学并留校任教。1983年至1988年为北京大学旁听生。1990年从清华园投身商海。目前主要从事“成功要素”研究,并作为自由演讲人到各地演讲。同时在清华大学、北京大学职业经理培训中心等单位兼任教授会会员、培训师、客座教授等职。周士渊阅历丰富,经历坎坷,曾一度陷入九死一生的绝境,肉体和精神备受折磨。但在许多善良人的挽救、关爱下,在清华园自强不息精神的激励下,加上他自身的顽强拼搏,终于在生命的废墟上重新崛起。这使得他结合自己亲身经历所作的演讲《终生的财富》、《让心灵洒满阳光》、《一个无比神奇的新大陆》、《挑战人生》等既真挚感人、催人泪下,又激动人心、催人奋进,深受社会各界的欢迎。著有《终生的财富——习惯、性格、命运》(广东经济出版社)。

魔戒的诞生

2000年夏天,《北京青年报》和北京电视台共同举办了一场以青少年心理健康为主题的教育活动电视论坛。记得现场录像的那一天,设在北京电影制片厂内、能容纳100人的摄制棚被挤得满满的。当活动进行到最后,主持人请现场观众即兴发言时,有三位观众踊跃举手赢得了这个难得的机会。其中一位风度儒雅的长者的发言尤其吸引了全场的关注。

与其他发言者不同的是他没有对活动本身大加赞赏或是阐述一下心理健康的重要性,而是在电视摄像机和在场的上百名观众面前娓娓讲述了自己的亲身经历:30年前,由于自己性格上的缺陷,他是如何从全国最高学府的天之骄子走向毁灭自己的自杀境地,并为此付出了浪费整个青春岁月的沉重代价,现在他虽然已经走出了失败的阴影,但他希望以己为鉴,从而唤起人们对健康人格的重视。

他那情真意切、感人肺腑的发言令在场的广大观众深受感动,同时大家更被他能够坦然面对

过去、为人格健康而呼吁呐喊的勇气和执著所折服。当他讲话结束的时候,全场报以热烈的掌声。

这位长者便是周士渊,而摄制棚中的这段小插曲也使我和他由此结识。

●悲剧性格使他的生命几乎走向“废墟”

事过半年之后,有一天我突然接到周先生打来的电话,告诉我他即将在北京大学医学院(原北京医科大学)做一次演讲,问我有没有兴趣去听一听。出于对他经历本身的浓厚兴趣,我欣然应允。

记得那是一个既寒冷又阴沉的冬日的上午,但报告厅里的气氛却显得异常热烈和温暖。周先生的演讲极富感染力,一会儿他那低沉、凝重的声调会使人们感受到生命处于低谷中的那种痛苦与彷徨,一会儿他那激昂、欢快的节奏又会使人们重新感受到与命运抗争的那种力量与坚强……无疑他那坎坷的人生经历打动了在场的每一个人,他们都在凝神屏气地听着周士渊的演讲,会场内没有一点嘈杂的声音。当演讲即将结束,周士渊充满激情地将《世界上最伟大的推销员》一书中的最后一卷《我要用全身心的爱来迎接今天》全文朗诵出来作为献给在场所有人的礼物时,我看到很多人的眼中都开始泛起了晶莹的泪花。

“……

我要用全身心的爱来迎接今天。

从今往后,我要爱所有的人。仇恨将从我的血管中流走。我没有时间去恨,只有时间去爱。现在,我迈出成为一个优秀的人的第一步。有了爱,我将成为伟大的推销员,即

使才疏学浅，也能以爱心获得成功；相反，如果没有爱，即使博学多识，也终将失败。

我要用全身心的爱来迎接今天。”

与其说这是在朗诵，倒不如说周士渊是在借此来倾吐他的心声，因为是爱的力量使他从死神的魔爪中挣脱，使他超越了自己、创造出人生的奇迹。正像他在《终生的财富——习惯、性格、命运》一书中所写的：“……爱无疑是一种人类最渴望、最美好、最能温暖人心、最能激励斗志的感情！她深藏在我们每个人的内心，人人渴望爱，人人渴望被爱。她可以使人绝处逢生，使人枯木逢春，这不是神话，这是人间奇迹。因为她那么真实地发生在我身边，出现在我身上！”当他心存感激、发自内心地又把这种爱传递给每个听他演讲的人的时候，大家又怎能不被他这种精神所深深感动呢？

演讲结束后，在北京大学医学院的食堂中我和周士渊边吃边聊了起来，这使我得以第一次对他的身世有了一个比较深入的了解。

30多年前，出身于上海宝山一个普通家庭的周士渊令人羡慕地考入了全国最高学府——清华大学水利系，按理说，展现在他面前的已经是一片光明前景。但谁能想到，仅仅由于人格上的一些缺陷，周士渊的命运便发生了根本性的转变。

1970年，毕业留校的周士渊被分配到校汽车厂的总装车间工作，这在当时已经是非常不错的出路了。而在去车间前，他又去校机关工作了一年多。有一天，组里的一位

领导问他：“小周，我要去参加学校‘五一’游行筹备工作，你要不要和我一同去？”周士渊听后连想都没想就答道：“你是我的老上级，你叫我去我就去。”这时在场的另一位女同事说他话中对领导有吹拍之意，本无此心而又年轻气盛的周士渊便和对方争执起来。

后来周士渊也清楚这完全是一场误会，但不知怎的，他的心中常常为此莫名地感到难受。爱多想的他开始怀疑自己得上了肝炎，上医院一检查，果然肝大，而血液检测的结果又证明没有问题。过度的神经紧张闹得他开始失眠。而正好在这时，他从机关回到了他从未上过一天班的车间。面对汽车总装车间的工作，封闭内向的他由于不懂又不问而经常出错；政治学习中轮到他发言时也是吞吞吐吐，完全失去了当初在学校中当班长时的风采——凡此种种，让他的心理压力越来越大，悲观至极。

持续失眠、精神萎靡将周士渊折磨得痛不欲生，在他的眼中周围的世界似乎变得很灰暗，看到的也总是些消极的东西，他感到再这样下去就要变成精神病了。这令他无法忍受。1971年8月4日夜，他终于下定决心走上自我解脱之路。然而命运似乎不愿将他抛弃，他三次上吊绳子都断了，摔得浑身是伤；不甘心的他就又撞墙、吞沙子，但也无济于事；最后他又顺手抓起一个瓶子，拧开盖子喝了下去。哪知道喝进的竟是浓度为98%的浓硫酸！硫酸入口后立刻像火山爆发后流出的熔岩一样划过他的口腔、嗓子、食管……很快他昏迷了过去……

后来是工厂中好心的工友发现了昏迷中的周士渊，他们及时地将他送进了北医三院。他的生命是保住了，但在不少人的眼中，周士渊这回不死也要变残废了，不残废也

要变成“药罐子”了。然而 30 年后,当这一切“预言”都被奇迹般地证明是错误的时候,人们非常好奇地想知道:到底是什么力量改变了周士渊?

在周士渊的记忆中,至今还记得自杀后刚刚醒来睁开眼睛的时候,主治医生齐国英大夫在他耳畔一声声地发出“小周,小周”的呼唤。她还总是慈爱地对他说:“小周,大家都说你很坚强。”他还记得多少天打点滴、喂流质、半流质后第一次开始能吃软质食物时,负责送饭的胖乎乎的徐大姐特地给他做了一碗热腾腾的细挂面,还打上了两个鸡蛋。还记得多少天后第一次解大便时,可能由于长期不解,因此肠中大便已干结,一时真有说不出的狼狈。后来是值班的毛节明大夫用自己的手抠出了他干结的大便,帮他摆脱了又一次尴尬的困境。

还记得他的三姐夫和弟弟特地从上海赶到北京,日夜守护在他的病床前;车间的师傅和留校的同学三班倒为他值班;回家后父母对他没有一丝的埋怨。还记得在复旦大学工作的老同学沙似鹏闻讯后给他写来的长信,其中有一句令他至今难忘,沙似鹏说:“过去的就让它过去吧,但将来对你还是一张白纸,你可以画上最美的图画,写上最美的诗篇。”还记得朱自清先生的夫人陈竹隐用孟子的话鼓励他:“天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身……”

● 爱的力量令使他重获新生

而周士渊在这段时期还有一个最大的收获,那便是遇到了一位邻床病友的可爱而善良的妹妹——刘雅冬女士,

是她的出现给周士渊的精神上带来了巨大的安慰。因为在他身心已变成如此血迹斑斑、伤痕累累、连今后的人生之路都不知该怎么走的时候，周士渊哪里还敢奢望再得到一份宝贵的感情呢？但住院期间刘雅冬一家人对他的很多照顾，已使他们之间产生了一种微妙的感情。出院后周士渊的脑海中也总浮现出刘雅冬的情影，同时他对她的思念也在与日俱增。于是，周士渊鼓足勇气给刘雅冬寄去了一封表达爱意的书信，随后他便陷入了急切的等待之中。

终于有一天，邮递员送来了刘雅冬的回信，而且信中还根据周士渊的要求附上了一张她本人四寸的照片。看到这一切，周士渊的喜悦之情简直是无以言表。就这样，他们从相知、相恋，直至有情人终成眷属。

在受到众多白衣天使和亲朋好友的巨大关爱之后，又增加了这样一种牧马人式的、或者说是董永与七仙女式的自天而降的爱，周士渊那冰冻的心能不慢慢溶化吗？是周围众多亲朋好友的关爱、挽救、帮助，使周士渊从自己的过去中“苏醒”过来，在对这一切爱心充满感激的同时，他开始认识到，要把自己的亲身经历告诉更多的人，使他们不再重蹈覆辙，以此实现自己余生的价值。

于是，他开始尝试着结合自己的亲身经历，同时搜集国内外有关励志、做人方面的书籍、资料来进行分析研究，并将这些研究、总结的结果讲给更多的人听。刚开始进行演讲的时候，虽然内容都是围绕有关成功学方面的，但总的来说显得比较庞杂，后来有一部看似是商业方面的著作，而实际上谈的都是做人做事准则的书给了他很大的影响，这便是美国人奥格·曼狄诺所写的《世界上最伟大的推销员》。也正是从这本书中周士渊悟到了对人生来说几乎

是最重要的两个字——“习惯”，并在他眼前展现了一个关于人生成功的无比神奇的新大陆。

● 改变源自习惯的力量

在周士渊看来，解决德育、素质、法治乃至企业管理这些问题的突破口都在习惯上。如果说观念是种子，那么习惯就能将种子变为果实，否则任何好的观念都只能停留在书本上。不怕千招会，就怕一招灵，于是周士渊便专心研究起这一课题。他不仅钻研理论，同时也是这一思想的忠实追随者和受益者。

周士渊曾坦言自己过去是最没有毅力的人。高考前半年，很多同学都经常熬夜复习，而他却从来没有熬过夜，星期六下午也照常回家，还从不带书本回家复习，甚至到临近高考了他还经常在教室里打扑克。上了清华大学之后，每到下午体育锻炼的时间，校园中到处都是身穿运动服进行锻炼的学生，而周士渊直到大学毕业时单杠也拉不了五六下，他感兴趣的只是乒乓球、唱歌等轻松愉快的东西。那时他也常为自己缺少毅力而自责。

但获得新生之后的周士渊则把培养习惯看成是培养坚强毅力的同义词。他虽然已是快 60 岁的人了，但在演讲台上，却能向在场的观众表演自己经过苦练练就的一个“绝技”：只见他双腿左右叉开，形成大八字形，两手则抓住后脚跟，然后慢慢弯腰，最后头顶完全触到地面。这个让身体具有很强柔韧度的年轻人都难以完成的动作，周士渊做起来却十分轻松。

其实这是他有一年回上海过春节时，当时已年近 60

的四姐表演给他看的，看后令他大为惊讶。回北京后，他也尝试着先去养成一个习惯。习惯一旦养成，每天自然会坚持去做，没想到经过不到一年的时间，他的头也能碰到地面了，这使他惊喜万分。

除此，周士渊还每天都坚持早上5点钟左右起床，然后散步10里地左右；坚持每天吃10个枣、10个枸杞子、10颗花生、3个核桃以锻炼自己的毅力；坚持每天记第二天要做的六件事；坚持每天散步时背一些精彩的诗歌、散文以及幽默小段。他觉得有些很精彩的文章是无法用自己的语言传达给听众的，那还不如让他们在欣赏之中领略这些文章的美妙和深邃，于是每当他见到能够打动自己的文章时就会抄下来，并争取背下来，而他在演讲中之所以能够花上十几、二十多分钟大段大段地背诵《我要用全身心的爱来迎接今天》等美文，正是得益于这种不懈的努力。周士渊认为，他得到的这些收获，最初都来自于一个个习惯的养成。因为一旦习惯养成，坚持就是自然而然的事，而收获也就水到渠成了。

在培养习惯的过程中，周士渊非常推崇美国著名教育家曼恩的一段话：习惯仿佛像一根缆绳，我们每天给它缠上一股新索，要不了多久，它就会变得牢不可破。周士渊说，从这句名言，从这个比喻，他对“信念”这个词有了真正的了解。一根缆绳，天天缠，不断缠，粗到一定程度，一定牢不可破，这就是信念。有了这个信念，就给我们培养习惯指明了方向。

周士渊在刚刚学会开车时就是靠着这种方法帮助自己养成了系安全带的好习惯。第一天开车时，他一边系安