

Passion@Work

My Journey from Corporate Warrior to Business Butterfly

一分钟 创业课

[澳] 席瓦妮 (Shivani) 著

孙晓燕 译

破茧化蝶，让梦想成真

开掘创业的原动力

巧用人脉关系

会花钱才能赚钱

如何建立人际关系网

挑战自己的消极想法

直面内心的恐惧

吸引正能量

东方出版社



Passion@Work

My Journey from Corporate Warrior to Business Butterfly

一分钟 创业课

破茧化蝶，让梦想成真

[澳] 席瓦妮 (Shivani) 著

孙晓燕 译



東方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一分钟创业课 / (澳) 席瓦妮 著; 孙晓燕 译. —北京: 东方出版社, 2009
ISBN 978-7-5060-3622-1

I. 一… II. ①席… ②孙… III. 企业管理 - 通俗读物 IV. F270-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 151703 号

Passion@ Work: My Journey from Corporate Warrior to Business Butterfly by Shivani Gupta

ISBN: 978-0-64648-004-6, Copyright © Shivani Gupta 2007

Arranged with Creative Intellectual Properties Company

Simplified Chinese translation copyright © 2009 by Oriental Press.

All rights reserved.

本书版权由创意知识产权代理公司代理, 中文简体字版专有权属东方出版社
著作权合同登记号 图字: 01-2009-2490 号

一分钟创业课

作 者: [澳] 席瓦妮

译 者: 孙晓燕

责任编辑: 姬 利 方 璐

出 版: 东方出版社

发 行: 东方出版社 东方音像电子出版社

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京智力达印刷有限公司

版 次: 2009 年 11 月第 1 版

印 次: 2009 年 11 月第 1 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/32

印 张: 6.375

字 数: 75 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-3622-1

定 价: 22.00 元

发行电话: (010) 65257256 65245857 65276861

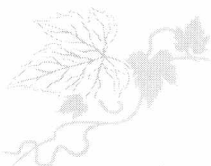
团购电话: (010) 65230553

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65266204

献 给



在我的爱侣斯科特（Scott）的鞭策之下，我才能不断挑战自我，并取得了之前难以企及的进步。没有他的鼓励，我不可能写出这本书。感谢他给予我无条件的爱和支持！



致 谢

感谢我的父母。即使在我无比困难的时期，他们也总是无私地支持我。他们时刻提醒我要真实地面对自我、不要灰心，因为凡事皆有可能。

感谢我的兄弟尼汀（Nitin）和他的妻子，跟他们的谈话让我受益匪浅。

感谢塞巴斯蒂安（Sebastian）和奥利弗（Oliver）在育儿方面给我的指点。

感谢我的朋友们，尤其是我的那些闺中密友以及她们的家人。正是大家不断地点拨、指导乃至挑战我的观点，才促使这本书得以顺利出版。

感谢那些因工作关系（商务培训、演讲、电视访谈和写作等）而相识的人们，跟大家的交流合作使我受益匪浅。

感谢我的导师们的谆谆教导，给我指明了前进的方向。

感谢那些受访者给予的帮助，相信他们的故事会给更多人带来启迪。

感谢达米安（Damien）协助我顺利完成采访。

感谢丽莎（Lisa）、梅尔（Mel）以及出版社的所有工作人员。感谢你们自始至终对这本书的支持。正是仰仗大家各自出色的工作，才使像我这样有出书梦想的人实现夙愿。



前言

在职场中，我有幸结识了许多颇有才干的澳大利亚年轻人。他们来自不同的行业——有的在大公司供职，有的在社区服务，也有的从事着平凡的工作。这些年轻人的共同特点是，当他们在工作中遭遇到重大的挑战时，均能勇敢地直面困难，甚至从中获得重整旗鼓的动力，最终，他们依靠内在的力量取得了成功。能够亲眼见证他们从青涩到成熟的整个过程，我由衷地感到欣慰。

这些青年实干家的宝贵经历印证了一个真理：一个人的背景，诸如毕业于哪所学校、第一份工作如何、曾获得多少个学位证书等，统统无关紧要。为了取得成功所保持的不断奋斗向前的工作热情、对钟爱事业的全身心投入、为达到目标不遗余力地投资并且深谙在适当之时向别人寻求帮助——这些品质才是他们可以脱颖而出、获得成功的最重要的原因！

在我多年的职场历程中，曾有许多许多能力非凡的年轻人找到我，希望我帮助他们找到自己真正喜爱的工作。对我而言，能够利用自身的职场优势以及经验向他们提供力所能及的帮助，我感到莫大荣幸。

席瓦妮就是这样一位优秀的青年。与她相识之初，她尚在位于阿德莱德市的铭德律师事务所供职。她虽然拥有工程学学位，并且年纪轻轻就跃升为企业高管，但席瓦妮内心深处最想做的是开创一份属于自己的事业，而且这种想法日渐浓烈。我记得当时曾对她说，能够在职场里获得晋升的机会固然是件好事，但关键仍在于提升自身内在的素质，这项素质的本质是通过个人的成长与不断蜕变来收获更深层面的成功。

日子眨眼间已差不多流逝了4年，坚定的席瓦妮果真兑现了自己的诺言，她走上一条通过自我提升来达到事业目标的万里征程。

本书是席瓦妮的第一本著作，在书中，她向读者坦言自己如何进行自我发现、放弃待遇优厚的工作、追求创业梦想的心路历程。在她坦率而又极富见地的叙述中，席瓦妮与读者们一道分享了她一系列经历背后的真情实感，以及创业路途中所积累的经验教训，实实在在地为那些处于创业初期的小业主们提供了切实可行的建议。

席瓦妮通过开创咨询事业，她接触到了更多的与之类似的澳大利亚有为青年。这些人的经历又反馈给席瓦妮许多启发。与此同时，她也给予对方无私的、力所能

及的帮助，不断激励大家探寻各自的工作热情。席瓦妮的许多真知灼见在本书中都可了解到。

席瓦妮并未仅仅着眼于澳大利亚本土，她希望自己的理念能给更多的人带来启迪并为他们的人生发挥积极有效的影响。这本书的顺利出版并发行，标志着席瓦妮在实现这一目标的道路上又迈向了新的台阶！

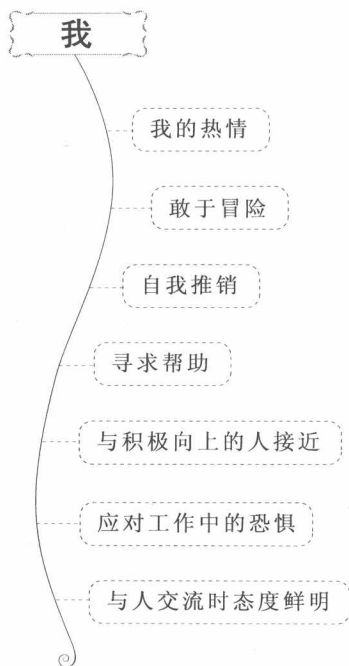
从作者白手起家创业点点滴滴的历程与心得体会中，人们可以理解要想取得事业的成功所必须具备的条件到底是什么。在本文的结尾处，真诚地希望读者们能够在这本书的启发与帮助下找到自己的工作热情。

韦恩·杰克逊 (Wayne Jackson)

铭德律师事务所主席 (澳大利亚南部及北领地地区)

(澳大利亚足协前首席执行官兼专员)

▶ 本书模式构建的基础如下：



目 录

献给 / 1

致谢 / 2

前言 / 3

创业旅程的开始 / 001

开掘创业的原动力 / 003

找到更高的人生目标 / 023

践行自己的事业目标、价值和原则 / 030

第一年：创业初期的一些心得 / 037

第一课：反馈的重要性 / 039

第二课：万事开头难 / 043

第三课：清楚自己的身价 / 044

第四课：不要孤立自己 / 048

第五课：巧用人脉关系 / 052

第六课：空余时间多动脑筋 / 055

第七课：肯定自己是成功的开始 / 059

第八课：良师益友应该是怎样的 / 066

第九课：会花钱才能赚钱 / 069

第二年：战胜困难、成长并成熟 / 071

- 第一课：关键不是我所讲述的经历，而是你
从中获得的启迪 / 073
- 第二课：遇到问题不要自己硬撑 / 076
- 第三课：找到自己的发泄方式 / 078
- 第四课：别钻牛角尖 / 084
- 第五课：情商 / 088
- 第六课：懂得合作共赢 / 091
- 第七课：如何建立人际关系网 / 095

第三年：巩固根基、应对问题 / 103

- 第一课：相信善有善报、
树立富足心态 / 105
- 第二课：懂得自我推销 / 109
- 第三课：巧妙利用媒体营销 / 115
- 第四课：你无法独自承担一切 / 117
- 第五课：打造健康的工作环境 / 119
- 第六课：不要忘记自己的价值原则 / 122
- 第七课：挑战自己的消极想法 / 126
- 第八课：不要惧怕竞争 / 132

第四年：平衡工作与生活、敢于冒险尝试 / 137

第一课：在工作中寻找乐趣 / 139

第二课：懂得和各种人打交道 / 142

第三课：认清自己的底线 / 145

第四课：敢于冒险 / 147

第五课：直面内心的恐惧 / 149

第五年：大胆追求梦想 / 153

第一课：吸引正能量 / 156

第二课：用行动让梦想成真 / 165

个人计划与灵感 / 169

你对工作计划的热情 / 172

我的个人计划 / 180

冥想练习 / 189

创业旅程的开始

旅程的开始

你的葬礼

请教得来的智慧

马斯洛“需求层次”分析模式

愿景、价值以及原则

消极被动与积极主动的用语

如果不正视你的内心，就无法获得成功。

——摘自肯·威尔伯（Ken Wilber）
《万物简史》（*A Brief History of Everything*）

开掘创业的原动力

“9·11”事件刚发生的那段时间，世界仿佛在一瞬间陷入了停滞状态。但我却选择在那个特殊时间段开始了我的尼泊尔之旅，踏上了穿越安纳布尔纳地区（Annapurna Ranges）的路程。我没有因为“9·11”恐怖袭击事件而感到害怕，只是突然觉得自己迷失了人生的方向。“9·11”事件的确是一个人间大悲剧。事件的来龙去脉、孰是孰非远非三言两语就能交代清楚。而全球范围内各路媒体铺天盖地发回的那些令人心碎的画面给人们带来了巨大的心灵冲撞，也不是轻易就能抚平的。

考虑到“9·11”事件刚发生不久以及尼泊尔动荡的国内局势，我的家人以及朋友们都劝我不要去。我记得在向政府有关部门咨询自己是否可以前往尼泊尔旅行时，他们虽然给予了肯定的答复，但也坦率地向我通报了尼泊尔王室新遭血光之灾的消息。尽管恐惧愁云盘旋脑际，但我并没有因为外界糟糕的局势而打退堂鼓。

“9·11”事件抑或尼泊尔当时的混乱时局都没有吓倒

我。我真正担心的是我自己所处的状态。当时我感到异常彷徨，丝毫找不到人生的方向。尼泊尔之行是一次重新发现自我的机会，让我能够真正静下心来思考。在那些日子里，我远离手机、手提电脑等通信工具，隔绝了一切外界纷扰，我终于有了完全属于自己的时间跟空间。经过心灵反思，惊觉我其实并不了解我自己。

我是在印度文化氛围中长大的。受传统观念影响，对于我和家人来说，教育是至关重要的大事。接受良好的教育并最终觅得一份好工作乃是我从小就立下的志向。朝着这个目标，我勇往直前、发奋努力，先后拿到了工程学学士以及工商管理硕士学位，并且在不到30岁之时就跻身大公司的高级管理层。

儿时的夙愿达成了，但我却没有感受到成功后的那份满足与喜悦。相反，我的工作状态非常不开心。我压根儿不知道到底是哪里出了问题，难道我自己做错了什么吗？可我到底错在哪里呢？一句话，我丢失了努力的方向和目标。于是我下定决心要去尼泊尔那个对我来说完全陌生的国度，希望这次旅行完成之后，自己对人生、对未来能够理出些头绪。可以不去吗？现在回想起来，我觉得当时的自己根本就别无选择，只有远足这么一条路可行。

其实，尼泊尔之旅我酝酿已久。前两次因为工作而被迫推迟计划已经让我很是懊恼，如今我一分钟也不能再等了。虽然当时如果选择不去的话，我可以有机会参与拓展海外事业，但我还是想给自己放个假，给自己一段可以静下心来思考的时间。

在尼泊尔的一些经历、片段在脑海里一直挥之不去。记得有一天我买了一袋棒棒糖。糖很便宜，一整袋 100 根售价仅仅 1 美元，算下来每根棒棒糖大概 1 美分。糖本身没什么特别之处。因为旅行途中经常有好奇的尼泊尔小孩对我这个外国游客围观，所以我想买些棒棒糖预备在背包里当作送给孩子的礼物。不用奇怪这些尼泊尔小孩不懂英语或者只知道“你好”、“再见”等几个简单的英语单词；正因为跟他们语言不通没法交流，我就想出到时给孩子们每人分发一根棒棒糖来表示友好的办法。

有一天，一个大概 4 岁的小男孩朝我走来。那是个非常漂亮的孩子。我现在闭上眼睛还能记起他的模样。当时我看见他过来，就打开背包拿出一根棒棒糖来送给他。小男孩舔着糖果时，一脸幸福的表情。但没舔几下他就把棒棒糖重新包了起来。一时间，我有点儿被他的举动弄糊涂了。

好半天我才明白过来：自己送给小男孩的这根售价不到 1 美分的棒棒糖很可能会让他“享受”好几天。他每天舔上几口，品尝糖果的香甜，然后再把糖纸包回去，留着隔天在拿出来吃两口，直到最后把糖吃完为止。

在你心目中，能给你带来享受和满足的那根棒棒糖是什么？想一想哪些东西能给你带来幸福感。把它们逐一列出，再设法将其纳入你的日常生活中。