

李阳疯狂英语
Li Yang Crazy English



一个疯狂的方法和精神改变了中国人语言学习的观念与命运!

我“疯狂” 我成功

The Secret of Success

李阳 编著

这是一部揭示成功真谛、激发成功潜能、
塑造英语和人生成功的“圣经”!

这是一部被誉为中国
“英语和人生成功学”
第一人的英语教育专家李阳的
最新巅峰之作!



果用出版公司

我“疯狂”我成功

The Secret of Success

李阳 编著



世界图书出版公司

广州·上海·西安·北京

图书在版编目(CIP)数据

我“疯狂”我成功/李阳编著.-广州:广东世界图书出版公司,2004.3
ISBN 7-5062-6289-4

I. 我… II. 李… III. 成功心理学-通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第009099号

我“疯狂”我成功

出版发行:广东世界图书出版公司
(广州市新港西路大江冲25号 邮编:510300)

电 话:020-84451969 84453623

<http://www.gdst.com.cn>

E-mail:pub@gdst.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:广州金羊彩印有限公司

版 次:2004年3月第1版

印 次:2004年3月第1次印刷

开 本:880×1230 32开本

印 张:7.25

书 号:ISBN 7-5062-6289-4/H·0429

定 价:20.00元

如发现因印装质量问题影响阅读,请与承印厂联系调换。

由于部分作者的工作单位和地址不详,编者一时未能与作者取得联系,在此敬请谅解!请作者速与李阳公司联系,领取稿酬。

(联系人:刘春森 电话:020-87626630)

赠给 _____ :

_____年____月____日

疯狂建议：

请你买上10本、100本《我“疯狂”我成功》，送给你的员工，送给你的同事，送给你最好的朋友！送给你苦苦挣扎的朋友，送给你遭遇困境的朋友，送给你面临人生转折的朋友，送给你面临考验的朋友！你会发现，你正在营造一个成功的氛围，你正在营造一个让许多人跟你一起走向成功的环境！

本书是我为大家准备的中国人自己的心灵鸡汤！
我本人就是这心灵鸡汤的受益者和坚定不移的实践者。

虽然在很多人眼中，我已经非常成功，
但我仍然离不开这心灵鸡汤的滋润，
我每天还在读她，还在感悟她，还在实践她！
在她的鼓励和滋养下，
我不断成长！
她是我终身的伴侣！

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

请记住：无论你多么不幸，
这个世界上还有大量比你更不幸的人，
他们的不幸远远超出你最悲惨的想象！
无论你多么成功，
这个世界上还有大把比你更成功的人，
他们的成功远远超出你最狂野的想象！
亲爱的朋友，不要再自怜自贱，不要再狂妄自大，
请热爱生命！请善待他人！请不断学习！请疯狂超越！
这就是疯狂的幸福人生！
我疯狂我成功！





我“疯狂”我成功

The Secret of Success

我的感想

当我写完这本书的时候，
我终于明白了我为什么不是很成功的原因。

比起那些真正成功的人，

比起那些真正伟大的人，

我的努力还远远不够，

我的付出还远远不够，

我所经历的挫折还远远不够，

我所经历的磨难还远远不够。

我还不够坚定，

我还不够投入，

也就是说，

我还不够疯狂。

大成功就需要大疯狂，

大成功就需要有置之死地而后生的勇气和魄力！

让暴风雨来得更猛烈些吧！

因为我一定要做一个真正成功的人！





序言1：将疯狂进行到底

今年元旦，我和赏识教育创始人周弘老师，送给李阳一块匾，作为祝福，上面刻着一句话：**将疯狂进行到底！**

这里的“疯狂”指的是做人做事的一种精神和品质，那就是忘我、忘物、忘时，坚持到底的执著和拼搏！

经常有人问我：李阳成功的秘诀是什么？我总是真诚地相告：李阳成功的秘诀就是两个字“疯狂”！

李阳是疯狂的。十多年来，为了推广疯狂英语，李阳进城市、下乡村，风中、雨中，白天、黑夜，李阳那颗为英语而疯狂的心永远奔腾着！为了讲课，他几乎用遍了所有的润喉片、风油精、眼药水！即使是最寒冷的冬天，他也常常是汗流浹背！而在炎热的夏季，他有时一天要换五套衣裤，每套都浸透着汗水！有好几年时间，他每天都在演讲，有时一天演讲3个城市，最多的一天讲5场，最大一场4万人，最多一天讲10万人！李阳不是铁打的，没有“疯狂”的精神，他恐怕走不到今天！

李阳是伟大的。李阳的伟大不是他有多成功，而在于他奋斗的过程中，那种战胜困难、享受痛苦的能力！为了让学员学到最时尚、最地道的口语，他白天上课，晚上辅导，深夜编写学员第二天用的教材，连续20天，每天只睡两三个小时！最让我刻骨铭心的是：每天清晨我都不忍心将李阳叫醒，痛苦地强迫自己让李阳多睡哪怕几分钟！而李阳一旦醒来，便急切地冲进卫生间，发狂似地呕吐着！因为长年累月地超负荷讲学，导致他的嗓子常



常一夜醒来，由于充血而奇痒无比……我不想过分渲染李阳的成功经历了多少痛苦，但从李阳身上，我见证了他的成功与伟大，是与他经受的苦难成正比的！而李阳自己也常常跟他的朋友和学生们念叨：伟大是熬出来的

李阳是平凡的，他只是在做“让3亿中国人说一口流利的英语”的梦，然后致力于把这一梦想分享给所有的人。为了实现这个梦想，他和普通人一样，不断地和自己身上的惰性以及各种各样的人性弱点做斗争！为了养成自己坚持记工作笔记的习惯，他甚至买来财务用的账簿，忠实地记载着每天发生的事件和感悟，很多英语教学的新思路、新方法都是从这里开始的。为了让自己的英语水平不断精进，他从不放弃坐车和乘飞机的任何空隙，总是从他的大背包里装载着的大批最新英语图书中挑出一本，孜孜不倦地阅读甚至朗诵，直到实在抵不住疲劳，埋头在书本上睡去！

李阳是成功的。李阳的成功不在于他到底教会了多少人英语，而在于他用疯狂的激情，唤起了一代学子学习英语的信心和兴趣。李阳深谙中国聋哑英语的“症结”，不是英语知识学得不够，而是英语技能练得不够！他结合自己突破英语的成功经历，原创了疯狂英语学习法，为正在寻求突破英语学习困境的中国人带来了希望！李阳效仿古人孔子，拉起“大篷车队”，游学中华大地，还走出国门，轰动了韩国、日本和美国。历史终将载明李阳在激发国人攻克英语的信心和兴趣，在转变国人学习英语的观念在提升国人英语口语水平上所做出的巨大贡献！

我无比庆幸，在自己生命的旅途中，能追上李阳这位名师益友！我们同甘苦，共患难，同吃过一碗米粉，同翻过一部汽车……我为伴随李阳一起走过的疯狂岁月而无比自豪！

我想趁机感激两个人，一个是《南风窗》的秦朔先生，96年他写的

序言1：将疯狂进行到底



文章《为热爱丢脸的人喝彩》，让我认知了李阳；另一位是李阳和我都敬为大姐的原长沙外国语学校李夕庆校长，是她把我引进了李阳的讲学会场，从而让我的命运因李阳而疯狂！

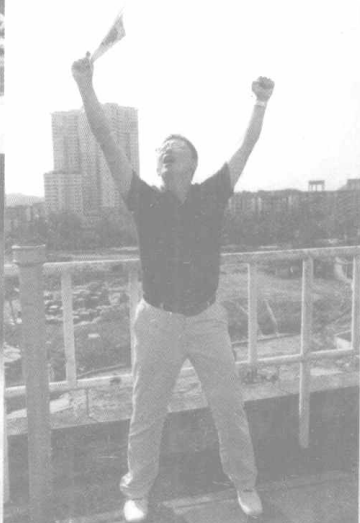
时代呼唤更多像李阳这样的青年英雄！愿李阳将疯狂进行到底！



欧阳维建
2008.2.13

欧阳维建

著名教育活动家、教育品牌推广家、演讲策划家，疯狂英语和赏识教育两大教育品牌的奠基人。他在成功推广李阳疯狂英语后，全身心地致力于周弘赏识教育品牌的全球推广。他的梦想是：搭建中国最大的教育名师推广平台，倡导不追明星追名师的社会新时尚。在故宫、长城、首都体育馆、清华大学，在马来西亚、新加坡以及台湾等国家和地区，到处都留下他推广教育名师和策划教育演讲的身影。



英语就是这样炼成的！

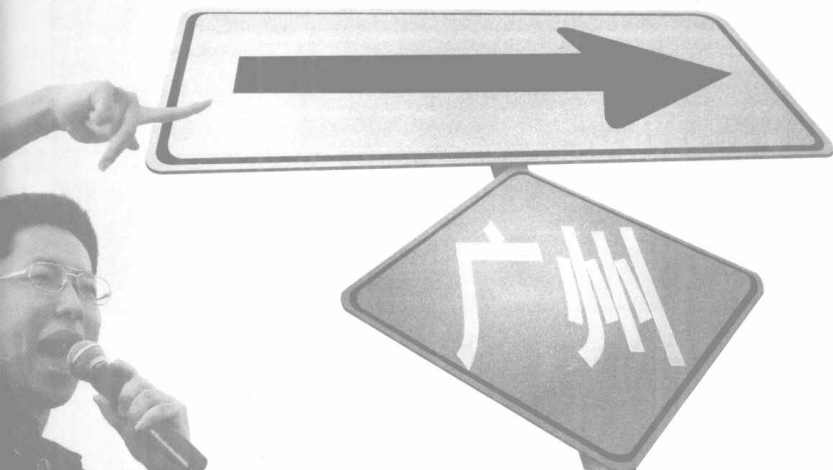


序言2：孤独而幸福的勇士



算起来我与李阳认识快10年了。1995年10月，他来找我，希望我去参加11月底他在广州图书馆举办的“疯狂大喊学英语”活动。那之前，我们曾经见过，大概是在一次采访活动中。他是1992年离开西安一家电子研究所，只身南下广州的。当时，从外地正式调动进广州，而且进的是中国第一家省级英语电台广东电台英语台，是很不容易的。但是李阳因才华而特批调入。他是英语台的新闻播音和“Talk show”节目主持人，很快他又被广州电视台看中，去主持英语新闻节目。在广州，李阳已是身价最高的口语翻译之一，一天的口译工作可以得到8000多元收入。

1994年下半年，李阳出人意料地从电台辞职，在离我工作的《南风窗》杂志对面不远的粤北大厦7楼租了一间客房作办公室。他成立了“李阳·克立兹英语口语推广工作室”，克立兹，当然就是crazy的意思。当时只有三四个员工，白天是办公室，晚上是卧室，大家一有流感就集体感冒。他们依靠疯狂的信念艰难前行。





我在1995年11月底的那个晚上，和另外的2000多人一起在广州图书馆报告厅参加了李阳的活动。由于人太多，塞满三楼报告厅之后，人流又挤满了走廊和二楼楼梯。在喊声震天的气氛中，我感受到了李阳疯狂式的追求：“为了一句地道的英语，我就有听100遍录音带的决心，就有复述100遍的恒心，就有疯狂100遍的痴心。”

请记住，李阳并不是英语专业出身，他本人还曾是一个无比平庸的英语学习者，大学一二年级时连续英语不及格。1987年冬，在兰州大学工程力学系二年级的他痛定思痛，决心彻底改变“在英语面前抬不起头”的窘境，以“长痛不如短痛”的心态去冲击横亘在眼前和心中的英语堡垒，这才开始了他“靠英语打天下”的第一步。

我相信，历史一定会证明，1987年、1988年冬春之交的那4个月里，李阳在兰州大学苦学英语的伟大价值。他像一个苦行僧，由口语入手，大量进行背诵复述和自我对话，口袋里装满了抄着各种句子的纸条，从宿舍到教室，从教室到食堂，嘴里不停地快速运动，进行“口腔肌肉训练和自我改造语言环境”。在兰州大学烈士亭，4个多月，无论风霜雨雪，他每天中午都在别人午睡时赶来，和同伴大声复述了十多本各种类型的原版英语书，并合作进行模拟同声翻译训练。这4个多月的疯狂使原来内向无比的李阳具备了演说家的感召力，他厌倦恐惧的英语竟成了他的最佳伴侣。不久，全国六级考试答卷时，他50分钟就交卷并获全校第二名，随即又在全校演讲比赛中一举夺魁。





我“疯狂”我成功 The Secret of Success

差不多10年来，我和李阳一直保持着联系，但因为都忙，也是聚少离多。我有时在想，要是没有这个人，在中国，英语依然是一个很大的市场，各种各样的英语学习法还是会层出不穷，但是，这个市场上一定会缺少一种力量，一种和我们的生命、意志、情感血肉相契的力量。这种力量隐藏在每个人的灵魂深处，但是，能把它开发出来成就一番伟业，却终究是只有少数人能够做到。伟业不在能知，而在能行；伟业如冰山之尖，其基础却浸泡在苦苦的海水里，不为常人所见。

我们这个时代，急功近利和享乐色彩正越来越浓厚，各种快速取胜的“方法”越来越流行。可是，正像李阳说的：“无论多么有效的方法，都无法代替人对自身的斗争和在斗争中的自我超越！”

李阳，这永远在与自己斗争的勇士，他是多么孤独，痛苦，但又是多么超拔，多么幸福！

假如你的身边有这样的人，你，至少有可能成为和你现在不一样的人！

秦朔

《南风窗》总编辑





自序：成功秘诀大放送

我曾经是多么地痛恨自己！曾经是多么的自卑！多么的绝望！

我现在仍然在自我怀疑的漩涡中挣扎（struggle）！

我怀疑自己的能力、我怀疑自己的品格！

从当年电话都不敢接、陌生人不敢见的小男生，

成长为今天的李阳；

从英语不及格，

到今天在全世界教授英语，

我已经超越了很多艰难险阻，

在很多人眼中，

我是成功的榜样，

我是被崇拜的对象，

虽然我每天都在激励着成千上万的人，

而事实上我还在苦苦挣扎、拼命超越。

但有一点，我感到非常兴奋，

在这十多年的奋斗之路上，我发现了一个真理：

人的潜能无限！

相信自己，就能创造奇迹；

怀疑自己，人生就会在可怜、悲惨中度过！

每个人其实都是一座宝藏！





我“疯狂”我成功

The Secret of Success

“相信自己”是人生最重要的品格，

“I can 是家庭给孩子最宝贵的财富”

而可悲的是，我的父母并没有给我这把“最重要的钥匙”，
因为他们的父母和他们所处的时代也没有给他们这把钥匙。

我在黑暗中苦苦摸索，

当我发现这把钥匙的时候，已经年过30！

成功根本不用等到30，

10岁、20岁，就可以很成功！

“相信自己”就是人生最大的成功！

我非常急切地将我成功路上的感受与大家分享，
于是就诞生了这本《我“疯狂”我成功》。

我的信念

There is a giant asleep within every man.
When the giant awakens, miracles happen.

每个人的心中都有一个沉睡的巨人。

当巨人醒来时，奇迹就会发生。

李阳

疯狂英语创始人

著名英语口语教育家、爱国演说家

被誉为“万能翻译机”、“英语播种机”、“人生激励专家”



优惠订购办法

这本书的试印本引起了读者的巨大反响，有不少企业订购了数百甚至数千册，来激励整个团队。本书是每个人、每个家庭和团队的必修课！

欢迎学校选购，全面提升学生的学习动力和学习热情！

欢迎各大单位、企业集体订购，激励团队动力，创造业绩提升！

批量订购《我“疯狂”我成功》可享受以下优惠：

- ① 一次性订购100-499册，优惠价为八折；
- ② 一次性订购500-999册，优惠价为七折；
- ③ 一次性订购1000册以上，优惠价为六折。

以上三项全免邮寄费，款到三个工作日内发货。

咨询电话：020-87769688-44 020-87626630

联系人：符老师

订购办法：1. 填写以下订购单，并发传真到020-87627310

2. 将应付款全额汇入指定帐户。

订 购 单

订货时间：____年____月____日

订货单位：_____

教材名称	作者	定价(元)	订购量	单位	折扣	折后单价	应付金额
《我“疯狂”我成功》	李阳	20.00		册			

收货人姓名：_____

收货地址：_____ 邮政编码：_____

联系电话：() _____ 传真：() _____

汇款时间：____年____月____日

汇款地点：_____

汇款总额：_____元(人民币)

广东李阳文化教育发展有限公司

Li Yang Culture & Education Development Co., Ltd

本订购单复印有效！



特别好消息

为答谢广大读者对李阳疯狂英语的大力支持，凡订购李阳英语成功学系列丛书任何一册，均可享受前页所述优惠。



李阳英语成功学系列丛书

- ★《我“疯狂”我成功》 定价：20.00元
- ★《我爱背诵》 定价：16.80元
- ★《英语是这样炼成的》 定价：16.80元
- ★《李阳英语背诵文选》
- ★《背诵单词的十大方法》
- ★《如何把你的孩子培养成英语天才》
- ★《如何做一个受人欢迎的英语老师》
- ★《学会学习》

前三册已经正式出版上市，后五册
将在2004年陆续出版，敬请关注！





目 录

第一部分 疯狂释义篇 1

见到书名不要怕，因为疯狂是走向成功的必要前提。大凡成功的伟人，都是疯狂的人！本书的目的，就是颠覆普通人的价值观，彻底抛弃那些让人“普通”的错误信念，注入成功者的全新理念，那些被普通人认为是疯狂的优秀思想。

什么是疯狂	2
疯狂真言一	3
疯狂真言二	4
疯狂真言三	5
疯狂真言四	6
成功的定义	7

第二部分 黄金法则篇 9

用坚定的信念，非凡的意志，克服“重重困难”，坚持不懈、坚定不移地朝目标进军！我们都是与生俱来的胜利者！

引言	10
第1黄金法则 成功就是苦练 成功就是苦干	13
第2黄金法则 成功就是坚持	25
第3黄金法则 成功必须如痴如醉	39
第4黄金法则 信念——人类最伟大的财富	53
第5黄金法则 一定要疯狂	63
第6黄金法则 短期疯狂突破 长期全面征服	75