



《我“疯狂”我成功》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老师的巅峰之作！

在过去20年中，中国亿万青少年因为疯狂英语和疯狂人生奋斗哲学而获得了巨大的改变和辉煌的成功！爱国、感恩、尊师、重教、艰苦奋斗、自强不息，这就是疯狂英语所传播的价值观！

请继续关注李阳老师最新著作《我坚持我成功》、《我相信我成功》！你就是下一个传奇！

Practice 操练    Passion 激情    Patience 耐心    Persistence 坚持

 天津科技翻译出版公司



李阳老师自传体成功学著作！影响中国亿万青少年的励志经典！  
中国家庭、学校及企事业单位必备的励志手册！  
这是一本值得全书背诵的经典疯狂汉语教材！这是一本集励志、英语学习和英语教材为一体的宝典！

## THE SECRET OF SUCCESS

# 我“疯狂”



# 我成功

李阳 编著

——成就非凡人生的13条成功法则



第1辑  
VOL.1

欢迎到广州全球总部基地以及中国最大的国际语言村  
来实现你彻底征服英语的梦想！

Practice 操练    Passion 激情    Patience 耐心    Persistence 坚持



天津科技翻译出版公司

## 图书在版编目(CIP)数据

我“疯狂”我成功/李阳编著. ——天津:天津科技翻译出版公司, 2010.4

ISBN 978-7-5433-2705-4

I. ①我… II. ①李… III. ①成功心理学—通俗读物  
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第060570号

---

The one thing we can never get enough of is love.  
The one thing we can never give enough of is love.

我们永远得不够的一样东西是爱。  
我们永远给不够的一样东西也是爱。

## 我“疯狂”我成功

---

出版发行 天津科技翻译出版公司

出版人:蔡颢

地址:天津市南开区白堤路244号

邮编:300192

电话:(022) 87895650 87894896

网址:www.tsttpc.com

经销:各地新华书店

印刷:北京中科印刷有限公司

版本记录:880 mm×1230 mm 32开本 10.25印张 257千字

2010年5月第1版 2010年5月第1次印刷

定价:50.00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!请作者速与广东李阳文化教育发展有限公司联系,领取稿酬。



# 欢迎您到

**李阳疯狂英语广州全球总部基地  
以及中国最大的国际语言村  
来实现你彻底征服英语的梦想!**

**只要全力以赴，奇迹就会出现！  
只要爱你的学习和工作，生命自然精彩！  
这就是疯狂的精神！**



## **把爱和信念传到千家万户!**

李阳疯狂英语唯一官方网站：[www.crazyenglish.com](http://www.crazyenglish.com)

李阳老师新浪博客：<http://blog.sina.com.cn/lyce>

李阳老师腾讯微博：<http://t.qq.com/CrazyEnglish>

**关注李阳老师微博，随时随地吸收英语知识以及人生成功的力量!**

让三亿中国人讲一口流利的英语! Help 300 million Chinese people speak English fluently!

真爱无敌  
TRUE LOVE  
HAS NO ENEMIES

---

LOVE IS PATIENT,  
LOVE IS KIND,  
BEARS ALL THINGS,  
BELIEVES ALL THINGS,  
HOPES ALL THINGS,  
ENDURES ALL THINGS,  
LOVE NEVER FAILS.

爱是有耐性的，爱是仁慈的，  
包容一切，相信一切，  
希冀一切，忍耐一切，  
爱，永不言败。

欢迎随时登陆李阳疯狂英语官方网站：

[www.crazyenglish.com](http://www.crazyenglish.com)



# DREAM BIG! ACT NOW!

吃苦就是吃补！吃亏就是吃福！野蛮其体魄！文明其精神！  
每天疯狂锻造自己！成为真正的世界英雄！

**Conquer English!  
Make China Stronger!**  
征服英语，让祖国更强大！

无论多么辛苦，还有比你更辛苦的人！  
刻苦学习是中华民族永不过时的伟大时尚！

**What pains us trains us!**  
使我们痛苦的东西在真正锻造着我们！

我要为在中国普及英文，  
向世界传播中文的事业奋斗终身！  
我愿意战死在讲台上！

#### 特别提醒：

这是李阳老师在雪地中苦读英语的情景，这张照片曾经激励了全世界成千上万的英语学习者！  
请时刻朗读，时刻提醒自己，直至刻苦学习融入你的血液，成为你的习惯和性格！

永不放弃！永不言败！永不后悔！

永不感觉恐惧！

永不怀疑自己！

永不失去希望！

永不说不可能！

永不害怕挑战！

永不接受失败！

总是看到人生的光明面！

总是积极向上！

总是严格要求自己！

总是目标远大！

你是世界上最伟大的人！

**Never give up! Never say die! Never regret!**

**Never feel afraid!  
Never doubt yourself!  
Never lose hope!**

**Never say impossible!  
Never fear challenges!  
Never accept failure!**

**Always look on the bright side of life!  
Always be positive!  
Always be tough on yourself!  
Always aim high!  
You're the greatest person  
in the world.**

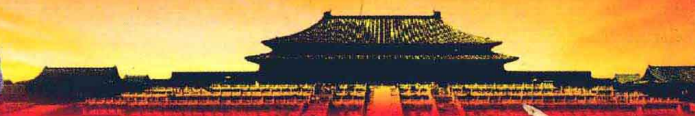
天才就是重复次数最多的人！要时刻坚信自己就是伟大的天才！

如果你希望获得人生奋斗的动力和英语学习的方法, 请每天登陆李阳老师的博客!

<http://blog.sina.com.cn/lyce>

热烈祝贺李阳老师顺利完成北京2008年奥运会志愿者英语口语培训!

Congratulations



向国际奥委会主席罗格先生汇报工作



国际奥委会终身荣誉主席萨马兰奇先生  
为李阳老师题词留念



奥运成功我有份!  
李阳老师与国际奥委会市场开发委员会主席海博格先生



“微笑北京 志愿奥运”北京奥运会、  
残奥会骨干志愿者导师大会



长城脚下大喊英语——北京奥运会、  
残奥会骨干志愿者核心暑假集训营



李阳老师作为三星奥运火炬手  
参加阿拉善地区慈善活动



北京奥运会、残奥会骨干志愿者外语冬训营



与国际奥委会官员  
一起参加北京奥运会倒计时一周年纪念活动



参加“北京问候全世界”——市民外语学习活动



参加奥运会志愿服务启动仪式



爱国理想飞翔正式成为  
北京奥运会语言培训服务供应商



参加北京市民讲外语游园会



让北京的公务员都说一口流利的英语



在国际奥委会总部展示五星红旗



出席奥运培训工作研讨会



激情洋溢在国家队运动员英语培训活动启动仪式上



大喊英语理奥运

让我们用奥运精神征服英语! Let's Conquer English with the Olympic Spirit!



欢迎随时登陆中国第一成功励志博客 李阳老师博客:

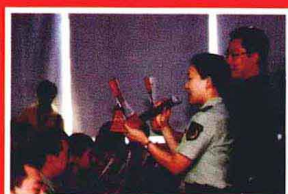
<http://blog.sina.com.cn/lyce>

## Help One Million PLA Soldiers, Armed Police, and Police Speak English Fluently!

帮助百万中国人民解放军、人民武装警察、  
公安干警讲一口流利的英语!



海陆空三军学英语!



新时期的武警部队也需要掌握英语!



中央政治局常委机组全力以赴苦练英语!



维护中国现代化经济建设秩序的公安干警已经成为英语学习的模范!



# 李阳疯狂英语畅销书

重磅好书!

## 一、《李阳国际英语教程》系列 原《李阳快捷英语》——中国版的《新概念英语》



这是一套系列教材，共分8级，每级30课，级级递进，词汇量、结构难度层层上升，让你从对英语一无所知，慢慢渐入佳境，最终成为英语大师(English Master)，同时，你还将成为语法专家、考试高手，纵横“考场”、“职场”，让英语成为你人生的助力，成功的翅膀!

你可以选择两天学习一课，两个月学习一本书，16个月学完所有的8本书!

本套教材适合所有立志学好英语的学习者!

1~8级学生用书每级定价: **¥120.00**  
(2本书, 1本练习册, 4张CD, 特别赠送1张MP3)

## 二、《脱口而出》系列——全国重点中学、重点大学必备口语教材!



单套定价: **¥28.00**

第1~7辑: 1本书、2盒带/2CD、20张卡片  
第8辑: 1本书、1张MP3

**学习英语口语的最佳选择!** 《脱口而出》第1、2、3、4辑全面改版升级! 欢迎大家8本书一起学!

《脱口而出》系列曾经帮助了无数的中学生、大学生摆脱了聋哑英语! 创造了英语的奇迹!

《脱口而出》是全国各地英语培训班最受欢迎的口语培训教材!

《脱口而出》是中国人的口语宝典! 是中国人学习英语的最佳选择!

《脱口而出》系列在各地一再脱销, 是李阳疯狂英语最畅销的产品之一! 应广大英语学习者的要求, 我们对《脱口而出》系列进行了全新包装, 以崭新的面貌奉献给大家!

**第8辑  
隆重上市  
敬请关注!**

## 三、《口语突破》系列——畅销10年, 帮助千万人!



磁带版定价: **¥300**

全套教材(6本书、19盒带)

特别赠送: 48张学习卡、6张李阳老师现场讲学VCD

CD版定价: **¥365**

全套教材(6本书、19张CD)

特别赠送: 48张学习卡、6张李阳老师现场讲学VCD

这套教材将帮助你奠定最坚实的英语功底!

突破单词、突破口语要素、突破句型、突破语法、突破功能、突破对话, 层层递进, 让你彻底告别破烂英语! 每两个月攻克一本书, 一年时间轻松突破英语难关!

随本套教材附送6张耗巨资拍摄的李阳老师现场讲学VCD, 将给你人生和英语成功的巨大动力!

NEW

## 四、《跟李阳老师学中学英语》系列

### 1 人教新目标



七年级·上、下

### 2 人教版实验版



必修1、必修2、必修3、必修4

### 3 牛津译林版



模块1、模块2、模块3、模块4

### 4 北师大版



必修模块1、必修模块2、必修模块3、必修模块4

### 5 外研版



必修1、必修2、必修3、必修4



八年级·上、下



必修5、选修6、选修7、选修8



模块5、模块6、模块7、模块8



必修模块5、必修模块6、必修模块7、必修模块8



必修5、选修6、选修7、选修8

每册定价: **¥19.80** (1本书)

**中国第一套以操练为主的教辅!**

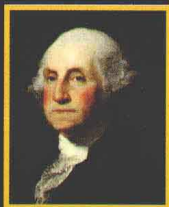
**中国教辅的伟大革命!**

这是一套全新的“操练型”教辅! 地道实用的例句、经典常见的句型、精彩实用的对话、精选课文背诵精华、琅琅上口的励志短文和诗歌, 以及经典的英语演讲材料, 无不体现了李阳疯狂英语“操练型”教辅的鲜明特点。我们的教辅培养的是具有超强听、说、读、写、译能力的高素质学生, 而不是只会用“淘汰法”或“排除法”做选择题的低能儿。

# 十大美国总统名言

## 【李阳老师的话】

我特别喜欢读美国总统的名言！每一句都铿锵有力，振奋人心，充分体现了作为世界上最强大国家领导人的口才、胆识与智慧！每天朗读和彻底背诵十条美国总统名言，不仅能提高你的英语水平，更能培养你的领袖气质！



### 1. Undertake not what you cannot perform, but be careful to keep your promise.

不要承担你完成不了的事，但一定要信守诺言。

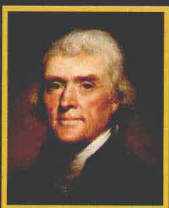
— George Washington 乔治·华盛顿（美国第1任总统）



### 2. Our obligations to our country never cease but with our lives.

我们对祖国的义务永远都不会终结，直至我们的生命尽头。

— John Adams 约翰·亚当斯（美国第2任总统）



### 3. Nothing can stop the man with the right mental attitude from achieving his goal; nothing on earth can help the man with the wrong mental attitude.

没有人能阻挡有正确态度的人获得成功；  
也没有人能帮助有错误人生态度的人。

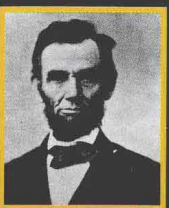
— Thomas Jefferson 托马斯·杰斐逊（美国第3任总统）



### 4. Take time to deliberate; but when the time for action arrives, stop thinking and go in.

考虑时不要匆忙，但是一旦行动的时刻来到，  
就要毫不犹豫地付诸行动。

— Andrew Jackson 安德鲁·杰克逊（美国第7任总统）



### 5. Always bear in mind that your own resolution to succeed is more important than any one thing.

永远铭记：你要成功的决心比任何东西都更重要。

— Abraham Lincoln 阿拉伯罕·林肯（美国第16任总统）

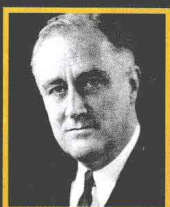




**6. When you play, play hard;  
when you work, don't play at all.**

玩耍的时候，尽情玩耍；工作的时候，不要儿戏。

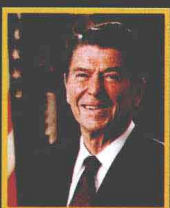
— Theodore Roosevelt 西奥多·罗斯福（美国第26任总统）



**7. The only limit to our realization  
of tomorrow will be our doubts  
of today. Let us move forward with strong  
and active faith.**

今天的怀疑是对明日成就的唯一限制。  
让我们怀着坚定而主动的信念前进吧。

— Franklin D. Roosevelt 富兰克林·D·罗斯福（美国第32任总统）



**8. Every new day begins with possibilities.  
It's up to us to fill it with the things  
that move us toward progress and peace.**

每一天的开始都带来各种新的可能。能否在每一天  
都做一些让我们走向进步与和平的事情，这都由我们决定。

— Ronald Reagan 罗纳德·里根（美国第40任总统）



**9. If you live long enough, you'll make mistakes.  
But if you learn from them, you'll be  
a better person. It's how you handle adversity,  
not how it affects you. The main thing is never quit,  
never quit, never quit.**

只要你活得够久，你就会犯错误。但是如果你能从中吸取教训，  
你就会变得更加优秀。关键在于你如何面对困境，而不是让  
困境影响你。最重要的事情就是永不放弃，永不放弃，永不放弃。

— Bill Clinton 比尔·克林顿（美国第42任总统）



**10. Change will not come if we wait for some  
other person or some other time. We are the  
ones we've been waiting for. We are the change  
that we seek.**

如果我们总是等着别人或是其他时机，改变永远不会到来。  
我们自己就是我们一直等待的人，我们自己就是我们所寻求的改变。

— Barack Obama 巴拉克·奥巴马（美国现任总统）



人除了精神，  
一无所有！

MAN POSSESSES  
NOTHING  
BUT SPIRIT


---

向毒害中国青少年的  
游戏机、懒惰、自卑、懦弱和逃避责任宣战！

Let's unite to fight a war  
against poisoning video games,  
laziness, inferiority,  
weakness and irresponsibility.

---


这本书已经成为  
全国亿万大中小学生的每日必读材料。  
请务必坚持朗读、背诵、探讨、实践  
本书所介绍的成功法则！  
这样，你每天都可以获得巨大的精神力量！  
让我们一起全力以赴，  
投入到改进自我、完善世界的洪流中去！



**I am willing to learn  
something new every day.**

**我愿意每天都学习新的东西以充实自己!**

这本书是一座巨大的宝藏，  
只要你书中的任何话脱口而出，你就可以成为世界级的演讲大师  
和受人崇拜的巨人！只要把其中的英语脱口而出，  
你就能讲一口纯正的，让西方人震惊的普通话！  
如果全国的中学老师和大学生脱口而出这本书，  
那么他们就能成为超级考试高手！



**Education  
doesn't do us much good  
unless it is mixed with sweat.**

只有浸透了汗水的教育才是真正的教育。

——奥巴马

李阳疯狂英语  
Li Yang Crazy English  
让三亿中国人讲一口流利的英语

让三亿中国人讲一口流利的英语!

Help 300 million Chinese people speak English fluently!

让中国之声响彻全世界!

Make the voice of China be widely heard throughout the world!



## 李阳老师特别学习建议：

请用最快的速度反复阅读这本励志宝典，并用红色的笔勾划出重点内容！

这是一本使无数人从平庸、失败和沮丧中疯狂崛起的书；

这是一本让亿万青少年成长、成功、成熟的书。

谨以此书献给所有为梦想而奋斗的人：你们都是我最热爱和崇敬的人！

天才就是重复次数最多的人。

请务必反复阅读、朗读本书，直至烂熟于心，成为习惯。

也请反复听本书英语名言和小诗部分的录音，让你人生的每一天都充满力量。

## 李阳老师最爱名言特别奉献

1. Whatever<sup>1</sup> you're going through<sup>2</sup>,  
tell yourself you can handle<sup>3</sup> it.  
Compared<sup>4</sup> to what others have been through,  
you're fortunate<sup>5</sup>.

不管你在经历什么，告诉自己你一定能应付。

相对别人所经历的而言，你是极其幸运的。

2. Challenges<sup>6</sup> are what make life interesting;  
overcoming<sup>7</sup> them is what makes life meaningful<sup>8</sup>.

挑战让生命充满乐趣，而征服挑战使生命富有意义。

3. Every single<sup>9</sup> day, every single person,  
and every single experience  
is a unique<sup>10</sup> and wonderful gift.

每一天、每个人、每件事都是一份独特而精彩的礼物。

4. I'm alive<sup>11</sup>, so I'm lucky.  
I'm healthy, so I'm blessed<sup>12</sup>.

我活着，所以我幸运。

我健康，所以我幸福。

### 【疯狂注释】

1. whatever [wə:'tɛvər]

pron. 无论什么

2. go through 经历；经受

3. handle ['hændl] v. 处理

4. compare [kəm'peɪ] v. 比较；相比

5. fortunate ['fɔ:rtʃənət]

adj. 幸运的；幸福的

6. challenge ['tʃæləndʒ] n. 挑战

7. overcome [əʊvə'kʌm]

v. 战胜；克服；胜过；征服

8. meaningful ['mi:nɪŋfl]

adj. 意味深长的

9. single ['sɪŋgl] adj. 单个的

10. unique [ju:'ni:k] adj. 独特的

11. alive [ə'laɪv] adj. 活着的

12. blessed [blest] (pp.) 有福的

# Teacher Li's Classic Words

特别  
推荐

## 李阳老师经典语录

每一个人都应该有这样的信心：人所能负的责任，我必能负；人所能负的责任，我亦能负。只有这样，你才能磨炼自己，求得更高的智慧，进入更高的境界。

——美国总统 林肯

★ 拥有梦想只是一种智力，实现梦想才是一种能力！

这是我们需要修炼一生的能力！

★ 人只要不失去方向，就不会失去自己！

人生中最重要的是现在所站的位置，而是所朝的方向！

★ 人的一生就是历经痛苦、磨难、挫折和失败  
而逐渐走向成熟、成功的一生！

★ 逆境是一所最好的学校！

There is no better school than adversity.

★ 百折不挠、坚持不懈

是人生最重要的品德、武器和财富。

★ 热爱祖国从来都不需要理由！

尊重父母从来都不需要理由！

自信坚强从来都不需要理由！

★ 我们就是中华民族的希望！

★ 国家与国家之间的竞争就是年轻人之间的竞争，  
就是刻苦学习的竞争，就是体能健康的竞争，就是人生态度的竞争！

★ 艰苦奋斗、自强不息是我们永恒的旋律！

★ 做中国人、会讲中国话是我们最大的财富和骄傲！

★ 精通汉语，顺便掌握英语！

★ 在中国普及英语，向世界传播汉语！

★ 语言是团结世界的工具！

★ 我们中国人学英语绝对不是为了崇洋媚外！

我们中国人学英语是可怜外国人不会汉语！

我们中国人学英语是为了促进世界和平！

★ 我们每个人都肩负着振兴中华的重任！

我们的生命不仅属于我们的父母，更属于我们伟大的祖国！

★ 品德比能力更重要！责任感高于一切！

★ 自律是人类最大的美德！

★ 孝敬父母，报效祖国！

★ 人民的利益高于一切！

★ 好习惯比好成绩更重要！做人比做学问更重要！

★ 知识不能改变命运！技能才能改变命运！

★ 成功的秘诀就是在某一个领域刻苦修炼、技高一筹！

★ 强国、大国需要大量的国际化人才！

只有中西合璧、互相融合，才能造就一个伟大的国家和民族！

★ 中国的教育必须全面改革！

★ 我们肩负振兴中华的光荣使命！

★ 每个人都是一座宝藏、一个天才、一个奇迹！

★ 逆反是愚昧和狭隘的表现！

★ 我们要主动忍让、关心和帮助父母！

★ 家庭强，则孩子强！家庭强，则国家强！

★ 每个人都有责任、有义务为祖国建设最和谐、最强大的家庭！

★ 爱是征服一切障碍、战胜一切困难的最强大武器！

★ 世界上的每一个人都是我们的兄弟姐妹！

爱人要胜过爱自己！

★ 无私就是世界上最大的自私！

★ 自信的人从来都不受伤害！

★ 一切源于爱！一切源于责任！

★ 让中国充满爱！让世界充满爱！

接受世界上最先进的魔鬼训练！

成为让家长放心、让祖国骄傲的国际化中国人！

欢迎到李阳疯狂英语国际语言村来彻底突破英语！

李阳疯狂英语官方网站：[www.crazyenglish.com](http://www.crazyenglish.com)

欢迎随时登陆中国第一成功励志博客

—— 李阳老师博客：<http://blog.sina.com.cn/lyce>

如果你随时随地想获得智慧和激励，请关注李阳老师的微博：

<http://t.qq.com/CrazyEnglish>