



在红尘中修行

苏引华○著

大脑工程师

修行，并不专属于出家人。身处红尘中的凡人们，只要不断吸纳人生智慧，时常修正自己的言行，幸福就会在不知不觉间到来。

我真诚希望，本书能帮助你在不知不觉中达到灵魂的觉醒，获得幸福、快乐与成功！

在红尘中修行

苏引华○著



 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

在红尘中修行 / 苏引华著. — 北京: 新世界出版社, 2012.9

ISBN 978-7-5104-3329-0

I. ①在… II. ①苏… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 216224 号

在红尘中修行

作 者: 苏引华

责任编辑: 余守斌 曲静敏

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京联兴华印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

字 数: 200 千字

印 张: 13.5

版 次: 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-3329-0

定 价: 32.80 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



自序一：缘起

“在红尘中修行”这句话挺有意思，一提到“修行”二字，很多人或许会马上联想到出家人。其实我要说的修行，是“修正自己的言行”。

什么是“红尘”？我们生活在人与人组成的社会当中，有人的地方就有江湖，有江湖的地方就会有爱恨情仇。爱恨情仇皆是我们的心理反应，这些基于我们的想法、感觉、情绪所组成的大千世界就构成了“红尘”，正所谓“红尘来去一场梦”。

为何要在红尘中修行？因为在生活中，我们需要时时地觉察自己的心灵、情绪和身体。为了达到人生目标，我们需要不断地改变自己，调整自己的言行以适应生活、事业的需要。这就是所谓的“身是菩提树，心如明镜台；时时勤拂拭，勿使惹尘埃！”

其实，每个人的人生都是修行的过程，我们所做的事情就是我们修行的“法门”，虽然每个人所从事的行业不一样，但我们都力图通过自己的努力实现财富自由、时间自由、身体自由，最终获得幸福、快乐、成功的人生。这就是佛家宣扬的“极乐世界”。

为了达到这个境界，古圣先贤早就提出了修身、齐家、治国、平天下的理念，修身是为了齐家，齐家是为了治国，治国是为了平天下，而平天下又为什么呢？我认为平天下，是为了证明自己的价值，让自己不再恐惧，因为很多人都活在恐惧之中。

人活在世界上都是在找寻一个“出口”，让自己出离俗世的羁绊。只是每个人所采取的证明方式不一样而已，所以这个世界上没有绝对的好人也没有绝对的坏人，因为所谓的好坏只是基于时间、空间和立场的不同所做出来的区分。

不论红尘如何转变，我们都要有自己的目标和立场，不断地和自己的内心对话，不断地调整自己的思考模式和行为模式，进而改变自己的语言表达方式和做事的方式，从而实现自己的人生价值，活出真正的自我。

人生需要不断地向前走，但是也要时常回头看看走过的路，因为只有回顾历史才能更好地创造未来。但也不要沉浸在往事之中，我们需要从过去沉淀属于我们自己的思想，然后把这些沉淀出来的智慧变成前进的动力，让自己充满能量，带着勇气去面对未来的挑战。

这本书撷取了我 2005 年以来的日记精华内容，都是基于我一路成长过程中的思考，也算是我人生经历的思想沉淀，为您展示了我在红尘中修行的轨迹。如果这本书能给您带来一点点的思想启迪，能为你的生活、事业提供一点点的帮助，那么我的记录就有了价值。

好了，还是让我们一起翻开新的篇章，开始在红尘中修行吧！



自序二：在红尘中修行

人生是一个过程。

在这个过程中，有的人表面很快乐，但其实内心很痛苦；有的人表面快乐内心喜悦，别人也能感受到他的快乐，并且快乐着他的快乐。你希望成为哪一种人呢？

我想当然是第二种。和大家分享三个法门，让大家都能在人生的过程中享受快乐，同时让身边的人快乐着我们的快乐！

第一个法门——投入。人生是修行的过程，每个人都必须投入其中，让自己百分之百融入，这就是“进入状态”。一滴水只有融入大海才不会枯竭。你把心交给什么，你就能获得什么！你就是你思想的产物，你关注什么，就会成长什么！你注意力在哪里，哪里就会改变！

无论做什么事，都要全力以赴，百分之百投入其中，这就是人生修行的法门。刘翔获得世界第一，张艺谋的电影部部叫座，周润发的演技炉火纯青，关键还是他们投入其中。

人要有所成就，就要把自己的心交出来，交给自己的事业，这样才能做到“无我”。只有进入无我状态才能让自己有无限的力量，才能让自己专注于一个目标，一份事业，从而修成正果。大部分人之所以失败，就是败在不务正业上。很多人之所以不快乐，就是不够投入。不投入就会去和别人对比，有对比就会产生落差，从而痛苦纠结。

第二个法门——持续。太阳每天东升西落，冬去春来，周而复始，

几万年、几亿年如一日持续运行，这就是宇宙的规律。一个人做事要成功，必须专注于一个点上持续不断地进行，也就是人们常讲的“成功就是简单的事情重复做！”

试想一下：如果刘翔不再跨栏，张艺谋不再拍电影，章子怡不再演戏，他们也将不再是过去的自己，很有可能迅速被人们遗忘。没有持续就没有力量，不能持续就不会长久，不持续就会失去方向。

要做到持续只有一个方法，那就是“排满”。把自己的所有时间都排满，全力以赴去投入到自己的“能量磁场”中，让自己燃烧，在燃烧中实现灵魂的升华，进入另一种境界！这也是我在2011年持续讲解老鹰训练营的原因所在。2011年我安排了十届为期21天的“老鹰训练营”，另外还安排了四届为期5天的“思维导图讲师培训班”，还有二届3天的“中国青年创业论坛”，这样加起来，我持续演讲近300天。

这就是持续，这就是把自己排满，这就是让自己充分地燃烧，只有这样才能修成正果！

第三个法门——自然。前段时间我看到李连杰的访谈，感觉得出他在红尘中修行的最高境界就是：没有任何目标，也没有任何目的，“我没有想过要超越谁，只是觉得，能够勇敢地超越自己就好了！”

李连杰是一个有智慧的人，他认为人生最重要的是不能限制自己，按我的理解就是人生一切都要“顺其自然”！

世事一切皆正常，宇宙的一切都按规律运行，所以我们只要顺其自然，做事顺应宇宙规律，不强求，不限制，用一个词来形容就是“洒脱”。

洒脱，是我人生的最高追求。一切行为随心所欲，让自己活出真实，这样才是真正值得追求的人生。大部分人之所以活得压抑就是不够洒脱，为名利所累，为私欲讨好别人而忽视了自己真正的内心追求。

一直以来都有很多人说我很“天真”，这或许是“不成熟”的表现。但我坚定地认为：要想获得幸福，永远不要忘了孩子般的天真！要想事业成功，永远不要忘了最本真的内心需求！



要活得洒脱，先要做到“目中无人”，所有成大业者都是目中无人的人。目中无人的意思就是不要把人当作“人”，而是把人当作物，人也只不过是宇宙间的一粒尘埃而已，人都是生而平等的。

很多人因为太把人当“人”了，所以遇到比自己强的人就会忽略了自己，让自己成为了别人的陪衬。遇到比自己弱的人就会看不起别人，从而经营不好自己的人际关系。

我们要把自己当成宇宙的一份子，明白自己来到这个世界上都是带着目标和使命的。忠于自己的目标和使命，百分之百地投入其中，持续地燃烧自己，这就是没有生，也没有死，没有开始，也没有结果。没有目标，也不想成为什么，看淡生活中的一切，顺其自然，才能在不知不觉中达到灵魂的觉醒，获得幸福、快乐与成功！



自序一：缘起	001
--------------	-----

自序二：在红尘中修行	003
------------------	-----

第一章 有梦想更要执着于梦想

找寻人生的梦想	003
重拾昔日的梦想重新上路	005
不要让人偷走你的梦想	007
当面对挫折和失败的时候	010
成功就在你准备放弃的那一刻	013
你的信用价值几何	016
生命的无奈和感动	017
带着“信念”后退	019
“笨”也是一种智慧	021
依赖别人还是让别人依赖	022
世界上什么人最穷	024
经营好自己的能量磁场	026
为什么你的大脑中充满恐惧	027
人生得意须绽放	030

第二章 在学习中觉醒

人生最大的学问就是“问”	035
学智慧要学道理	037

成熟意味着妥协	039
心灵的觉醒	041
活到老，学到老	043
人生的路	045
为目标而活	047
活着，活在当下	049
冬天来了，春天还会远吗？	051
这是一个奇妙的世界	053
创业和博客都是一种生活方式	055
追求完美的过程而非以完美为标准	058
工作的三重境界	061

第三章 赚钱是一门艺术

经商不可缺少“商业思维”	067
月赚一百万秘诀	070
想赚钱先学营销	072
不断学习的人才能成功	074
成功的秘诀	077
产品如何转换成财富	079
心中无敌，方能无敌于天下	082
冯仑的演讲	084
营造“社区”，打造“形态”	087
网络时代看重的是创造力而非记忆力	090
商业的杠杆	092
商业的发展趋势	095
21 世纪终极商业预言	098
为什么一定要收钱	099



伟大的“大脑联网工程”	100
大脑方程式之自信心程序	102
大脑方程式之说服力程序	106
大脑方程式之归零程序	108
大脑方程式之领导力程序	110
建立成功的思维模式	112

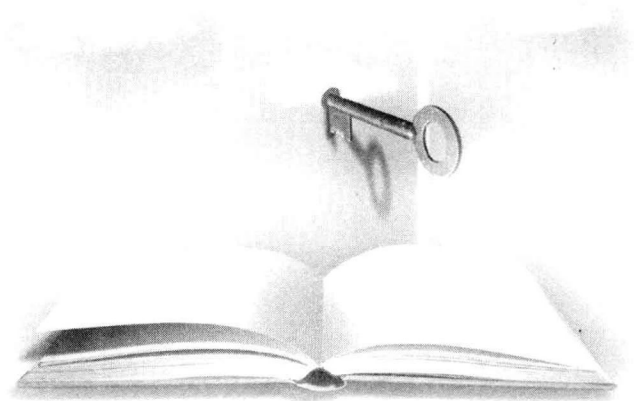
第四章 有智慧的人生才有品质

为人处世的原则	117
人在江湖漂，怎能不挨刀	119
江湖有多远（一）	123
江湖有多远（二）	125
培训公司为什么做不大	128
对中国教育培训界的一些看法	132
商道的智慧	134
分享的智慧	136
行走在爱与痛的边缘	139
领导者的胸怀是委屈撑大的	142
男人一生要过的几道坎	145
修路而非制定交规	148
企业家的社会责任	150

第五章 不断提升人生境界

阳光普照大地	155
聚焦	156
你是那只鱼吗？	158

人生的境界	160
突然有点孤独感	163
贫穷和富有	165
写在生日之际	168
坚定的信念是人生最重要的资产	170
优秀业务员的最大资本	173
成功是可以复制的	174
不要追求幸福，而要幸福地追求	176
好孩子是教出来的	178
“世界首席大脑工程师”	181
人生要经历的三个阶段	182
人生的终极意义	184
在红尘中修行的七种境界	186
后记一：感恩出现在我生命中的每个人	193
后记二：送给自己 30 岁的生日礼物	195



第一章 有梦想更要执着于梦想

生命是一场修行，重要的不是命运，而是全然接受的勇气。

你经历的所有事情都是自己导演的戏。

“自己”才是我们最大的因果，只要你改变你的思维方式，

你就能改变自己的生活方式！



找寻人生的梦想

心理学上讲：“你会成为你持续不断重复思考的结果。”也就是我们会成为我们心目中想成为的人。不过并不是每个人的人生走向都是这样，我们身边人的期望也有可能影响我们的一生。无形中我们经常会为了迎合别人的期望而否定自己的目标，甚至成为了别人期望我们成为的人，最终遗失了自己的人生梦想。

在尊重别人期望的前提下，我们应该尽力做好自己，朝自己内心期望的方向，一步步前进。只有这样才能对得起自己，在临终的时候才可以说：这辈子没有白过。只有这样才不会虚度年华，不过世上没几个人能做到，因而大多数人都是带着遗憾离开人世的。

其实每个人都该写写自己的墓志铭，来思考自己这辈子要成为什么样的人，到底要做什么事情才算活得有意义。有段时间我一直思考这个问题，却难以确定答案。一个人爱好或是特长太多的话也是一种缺点，常让人不知道自己该往哪个方向发展。

我的思维和一般人不太一样。很多时候，我的策划方案在别人看来可行性不大，但我却取得一个又一个阶段性的胜利。我的特长是用一个“点”做出一个“面”来，所以，我认为自己还是比较适合做企业家，更适合做“带头人”。始终对自己的言行负责，哪怕是失败了，也由我来承担责任。

除了企业家，其他的角色都是配角。有段时间我演讲的感觉不好，

就有点不太自信了，但后来有人告诉我，他在我的演讲会现场感受到了我身上的那股激情，并因此备受鼓舞，他说我还是站在讲台上比较好，可以激励更多人。这样我重新找回了自信。

我本来没想到要当作家的，但有些人说我写的东西不错，能给他们带来力量。当然也有不少人批评我的文采，不过这些都不是很重要，因为我知道自己的斤两，不会因别人的赞美而迷失，也不会因别人的打击而消沉。做真实的自己，用心去写自己的感悟就可以了，至于其他的都不是很重要。

我们在不同的时间或空间中会扮演不同的角色，没有一个固定不变的角色伴随我们终生，但这些角色可以很好的整合成一个整体，彼此间不冲突。就像一个朋友和我说的：鱼与熊掌可以兼得。要做到这些，我们必须坚定我们的人生价值观：做一个对社会有益的人。帮助每个自己能帮助到的人，不光是金钱上的帮助，还包括精神上的鼓励。要想实现这个目标，就要想方设法让自己变成“水”，宽广时如大海包容万物，柔软时作溪流顺其自然。

想明白了，人生的梦想其实很简单，就像《士兵突击》里的许三多说过的话：“好好活着，多做对社会有贡献的事。”许三多这么做的，他活得很幸福，大家呢？

2008年1月20日



重拾昔日的梦想重新上路

这几天上海的天气实在是太热了，我从家里步行到公司楼下不过 8 分钟，却汗流浹背。这几天的气温在 39℃ 左右，像极了 2003 年我刚来上海开始创业时的天气。

那时候的天气也非常热，和最近这几天差不多。那时我做陈安之系列产品的上海总代理，每天一大早只匆匆吃一点东西，就背着一大包书，跳上公交车去拜访客户，有时甚至顾不上吃早餐。天气非常炎热，但并没有阻挡我的激情。每天我都要忙到晚上六七点才回公司。当时不熟悉路况，有时候坐错车了，还要步行加打的。因为上海的路很奇怪，比如称作“环路”其实根本不算是“环”，原本是一条路可能叫好多名字，也可能几条路却只叫一个名字，同一条路还有十字交叉等等。而且当时刚来上海并不了解上海人的语言习惯：比如往左拐他们说是“大拐”，往右拐他们说是“小拐”。当时也不好意思多问，以为大的路口拐弯就是“大拐”，小的路口拐弯就是“小拐”，结果走了不少冤枉路，也正因为如此，现在我对上海的道路非常熟悉。这也算是人生的另一种风景吧，按成功学的说法就是：“假如没有得到我要的，我将得到更好的。”当然话放在这里只是个玩笑。

经过这 4 年的磨砺和积累，我也成长了不少，再也不是 4 年前的那个我了。回头看看我这 4 年来所做的事情，我一直在按设定的目标行动，虽说现在还在奋斗中，但这段时间却是我一生中最快乐的时