



杨伟康
著

悟·破·习

悟己 悟人 悟道

破旧 破杂 破局

习新 习精 习惯

从起点到终点的
全套流程

辅助个人发展的智慧之果

诠释成功之道的
点点滴滴

悟·破·立

杨伟康
著

图书在版编目 (CIP) 数据

悟·破·习/杨伟康著. —北京: 新世界出版社, 2010. 9

ISBN 978 - 7 - 5104 - 1252 - 3

I. ①悟… II. ①杨… 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 174070 号

悟·破·习

作 者: 杨伟康

责任编辑: 闫 红

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)

网址: <http://www.nwp.cn>

<http://www.newworldpress.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 北京合众伟业印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 710mm × 1000mm 1/16

字数: 260 千字 印张: 16

版次: 2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5104 - 1252 - 3

定价: 29.80 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

前言

“如果能够让你选择回到人生中的任何一刻，去改写你的人生故事，你会选择回到哪一刻呢？”

在7年前，就有一位前辈朋友把上面的问题抛给了我。当时仅仅22岁的我，对自己的前途还没有太过明确的想法，没有事业目标，没有人生规划，对于未来的概念，可说是相当模糊。面对这样的问题，我心里迷茫地盘算着：“该不该说我想回到中学会考前的那一个晚上，多设几个闹钟，确保自己次日不会迟到呢？”想着想着，却又觉得这样似乎不妥，因为若不是当时错过了会考，我绝对不可能在21岁的时候就从美国的某所大学毕业了。继续想想自己22年的人生，似乎也没什么真的想去改变的。于是，当时的我并没有做出任何回应。

在接下来的几年里，我历经了更多的失败与挫折，而事业道路上的艰辛，令我再次回到了这个问题上，企图寻找一个让自己满意的答案。一次偶然的机，我与一位多年不见的好友相聚，顺便将这个问题搬了出来，想看看这位多年不见的朋友有什么反应。我的这位朋友也真够果断的，想也不想，就立即回答道：“我才不会想要回到之前的任何一刻。我只求今后的人生，能够不枉此生！”

好朋友随口的一句话，似乎突然将我点醒了。或许我们都有对先前某些经历的不满，都可能对某些人与事留有遗憾，认为自己如果能够回到过去，改变过去，或许今日就能够过着更美好的生活。大概我们都曾经感叹道：“唉……如果不是那样……就好了！”但是，现实根本就不可能让我们回到过去，去改变任何事情。与其去想着如何改变过去，何不努力使自己今后的人生活得更精彩？于是，当时的我给自己接下来的人生定了一个目标——不枉此生！

说到“不枉此生”，相信每个人的心中都有各种不同的想法。有些人可能觉得立于社会的顶尖，就算是做到了不枉此生；有些人可能认为能够娶到自己

心仪的对象，则今生足矣；还有许多人，只要自己的家庭成员幸福快乐，心里就满足了。每一个人的心中，都有理想与目标。人生在世的时间非常短暂，走到终点的时候，我们会如何评价自己走过的人生呢？回头品味，我们感到的是满足还是遗憾呢？

亲爱的读者，当你从琳琅满目的书架上挑选出此书时，想必在你心中，也会对于自己想要达成的目标有所想法吧！本人绝对不敢妄言成功，而这本书更不是什么高深莫测的学问。书中记载的《悟·破·习》理念，仅仅是我在历经许多失败与挫折之后，再借鉴自古以来许多伟人、圣人、贤人留下的智慧，观察而整理出来的少许心得。通过此书，希望与同样有梦想、不愿枉费一生的人共同探讨实现梦想的道路。

本人非常庆幸，在这不长不短的人生路上，有良师，有益友的陪伴。多得这些良师益友的教导、辅助和关怀，才能让我有惊无险地走到现在。为了不辜负大家的期望，我只能努力地往前冲。而希望你也一样，为你自己的理想加以冲刺。愿有梦想的人能够一起加油，一起开创属于自己的未来，再从各自的终点回头眺望人生，感叹——不枉此生！

杨伟康

《悟·破·习》

媒体和名人推荐语

中国经济时报（电子报）：

它不是一个单项成功要素，它是一个“成功系统”，即“悟破习成功系统”，它植入你体内成功所需的所有要素，让它们成为你的生活习惯和生活方式，让成功在你身上水到渠成。

中华工商时报（电子报）：

该书是一个方法论，指引着我们在成功的路上应该如何去做。

中国新闻出版报（电子报）：

对于《诗经》，一言以蔽之——“思无邪”。对于成功，一言亦可以蔽之——“悟破习”。

北京晚报（电子报）：

由香港最年轻的上市公司主席杨伟康推出的《悟·破·习》（新世界出版社）从“悟”、“破”、“习”三个字入手，剖析成功之道法：“悟”，通过领悟，从无意识的无能走到有意识的无能；“破”，采取突破性的行动之后，从有意识的无能走入有意识的有能；“习”，再通过不间断的勤练，从有意识的有能进入无意识的有能。

扬子晚报（多媒体数字报）：

该书是其历经8年集自己所学所见所历浓缩而成的成果。

重庆晚报（数字报）：

在“悟·破·习成功系统”中，杨伟康将其个人创富的实战经验融入本书，将成功的经验与规律完全传授给读者。一个如此良好而实际的学习机会，相信正是中国青年最需要的助推器。

新浪网：

由香港最年轻的上市公司主席杨伟康推出的《悟·破·习》和读者见面

了，成功人士讲述成功，言传身教。

搜狐网：

该书详细介绍了“悟·破·习”这一哲学理念，即通过“悟”、“破”、“习”三个字揭示通向成功的三个阶段的重要方法。

腾讯网：

《悟·破·习》从生活本身出发，设置了多种情景，浅显易懂的告诉你生活的哲理，成功的秘诀，人生的真谛。

中华网：

《悟·破·习》一书深入解析“悟”、“破”、“习”这三个字，非常富有逻辑地将这三个字作为三座通向成功的桥梁完整地展现在读者面前。

凤凰网：

成功是一个由欲望牵引追求而最终达成的果实，《悟·破·习》则是针对整个这个过程的心得之作。

汪中求（北京博士德管理顾问有限公司首席管理顾问、《细节决定成败》作者）：

我们都在从不同方面研究“成功”，力求将最佳方法展示在世人面前。《悟·破·习》的独特之处就在于，它把成功系统化，标记出成功的必经之路，将你一步步地引向成功。

成君忆（著名作家、《水煮三国》作者）：

《悟·破·习》是一本能启迪智慧、开拓思维的书，里面充满了人文关怀。给只沉浸在成功梦想里的人当头棒喝，给为成功付出努力却苦无门路的人指明方向，将“成功”的实践过程完整清晰地呈现在我们面前。

孙虹纲（著名人力资源专家）：

一个好的理念可以像一面镜子，通过本书折射出每一个人的不同，给出因人而异的指导思想，引领每一个照镜子的人达成自己的目标。我的员工应该读一读这本《悟·破·习》，它从一个全新的视角看待成功，相信这样一本书会给我的每一位员工以极大的推动力。

目录

绪论

如何诠释“成功” /003

“悟·破·习”——成功的方法论 /004

第一章 悟己篇

我们每一个人就好比一个杯子，各自的形状不一，质量和材料也是独特的。倘若一个塑料杯子误以为自己是铁做的，将滚烫的热水往里面倒，结果要么融化，要么就裂开。

全面认识自己 /009

了解自己，找到目标 /012

领悟自己的三大要素 /016

增强领悟力的三个必要步骤 /018

案例一 西楚霸王项羽 /026

案例二 华人首富李嘉诚 /029

篇章总结 /032

第二章 悟人篇

我们一生中的追求或大或小。倘若每一件事情都要我们自己去做，即使我们拥有三头六臂，恐怕也要忙得焦头烂额。通过悟人，我们能够找出借助他人力量的各种方式。

领悟他人 /037

借他人之势推动梦想 /039

悟人需要注意什么 /042

采取主动，制造接触的机会 /047

案例一 春秋五霸齐桓公 /055

案例二 汉高祖刘邦 /058

篇章总结 /060

第三章 悟道篇

人生中，本来就有不少的波折和陷阱。盲目行走，只会让我们跌得头破血流，伤痕累累。而睁大眼睛走，则能让我们规避风险，以最快的速度抵达我们的目的地！

- 以目标为基础，找首选之路 /065
- 消除恐惧，找准目标 /067
- 悟道所要具备的基本要素 /070
- 找对“路”要经历的四个阶段 /073
- 案例一 三星汽车李健熙 /082
- 案例二 股神巴菲特 /085
- 篇章总结 /088

第四章 破旧篇

老鹰在面临自己生命的转折点时，勇敢地选择了“破旧”，它忍受巨大的疼痛击长喙、拔指甲、弃旧羽，如凤凰涅槃一般经历了一个漫长、痛苦的过程，最终实现了生命最大的突破，重获30年寿命，再次驰骋在宇宙苍穹之间，那是何等的豪迈！

- 抛弃束缚自己的元素 /093
- 改变现状，积蓄动力 /095
- 破旧“破”什么 /097
- 破旧的三个阶段 /101
- 案例一 醉酒乱事的张飞 /109
- 案例二 学术奇人霍金 /111
- 篇章总结 /114

第五章 破杂篇

倘若我们希望达成某些更大的目标，而杯子里却装满了沙子，唯一的办法就是先把沙子倒出来。而对我们的生而言，便是将目前占据我们大部分时间的，而又与我们的目标毫无关联的人与事暂时搁置一旁。

- 舍得暂时，抛弃拖累 /119
- 全心全意为目标而努力 /122
- 妥善安排，找到平衡 /123
- 破杂的五大步骤 /128
- 案例一 隋炀帝杨广 /135
- 案例二 解救万民的甘地 /138
- 篇章总结 /140

第六章 破局篇

一个人倘若从来没有读过书，而梦想成为专业的律师，如果连一点基础能力都没有，就算把他送到最好的法律学府，也无济于事。破局，便是为了给自己奠定好基础，让自己心无牵挂地大展拳脚！

- 突破旧的局势，跳上新的平台 /145
- 站稳脚跟，不空手而归 /147
- 破局要具备什么要素 /149
- 破局的四个阶段 /153
- 案例一 Friendster vs MySpace /159
- 案例二 打工皇帝唐骏 /162
- 篇章总结 /164

第七章 习新篇

毛毛虫变成蝴蝶的时候，必须长出自己从来没见过的翅膀，才能飞翔。我们倘若希望成为一个与自己目前不一样的个体，习新，或许便是为自己打造那全新羽翼的过程了！

- 给自己的个性注入一些新的元素 /169
- 扩大承载自己成就的基础 /170
- 成功习得新概念、新习惯的标志 /172
- 习得新观念和新习惯的有效方法 /174
- 案例一 Virgin Mobile /179
- 案例二 奥普拉·温弗瑞 /182
- 篇章总结 /184

第八章 习精篇

我们每个人都有自己独特的之处，而这一区别于他人之处，是否最终化为我们在社会上的独特优势，便要看我们是否投入了足够的时间与精力，将它们培育成为真正的实力了！

- 精于此道，才能最好 /189
- 只需精一事，不必通万物 /191
- 做到最好的必备条件 /193
- 精于己道的方法 /199
- 案例一 北宋神童方仲永 /213
- 案例二 篮球之神科比 /215
- 篇章总结 /217

第九章 习惯篇

无论我们目标是大是小，我们都没有办法确定老天爷什么时候把正确的时机送到我们手里。唯有时时刻刻做好全面的准备，确保自己拥有足够正确的观念、习惯，以及足够的能力和资源，才能在机会来临的时候伸手将其握紧，实现我们期待已久的目标。

- 习惯是你的生活方式 /223
- 习惯是一种境界 /224
- 确保自己永不偏离目标的两个关键元素 /226
- 案例一 盐泉帝王张士诚 /232
- 案例二 功夫巨星李小龙 /235
- 篇章总结 /238

绪 论



原文

成功为人类欲之而追之的果实。《悟·破·习》为欲成之心得也。

“欲”为人之本性，“追”为事之实践，“果”为时之成全。

本性为地所赐，成全为天所赠，不可强求。

而实践为人所掌控，因而古人有云——谋事在人，成事在天。

成功之道，以个人为起点，以学习为路线，以成全为终点。

“悟”为此道之起步，“破”为此道之续步，“习”为此道之化步，步步向前，道可成全。

译文

成功是一个由欲望牵引追求，而最终达成的果实。《悟·破·习》是针对整个过程的一门心得。

欲望出自每个人的本性；追求体现于每一件事的实践；果实的结成则需要时间的酝酿与时机的成全。

我们每一个人的本性来自创造我们的大自然，而时间则由天所控制，这两者非我们所能左右，因此不可强求。我们唯一能掌控的，便是针对达成自己目标所采取的行动，也就是实践，因此古人经常说到——谋事在人，成事在天。

成功之道，分为三个阶段。此道路的起点是我们自己的目标。通过学习和准备，我们将开始走上这条道路，在经过了时间的磨练、能力的成长、资源的积累后，如果能够适时地把握时机，我们将最终达到自己想要的目标。

领悟便是踏上此道路的第一步，突破则让自己继续前进，而练习使得自己在这条道路上，越走越顺利，达至化境，以此步步前进，可以得到此道最终以及最全的成果。



如何诠释“成功”

在历史的长河中，“成功”二字，带来的是一种辉煌、灿烂的感觉。每一个时代，都有许多被我们誉为成功人士的典范。从各个朝代的开国皇帝、将军、宰相至现代的政治家、商人、艺人，个个都取得令人艳羡的成就。他们大多数拥有超凡的社会地位，财富、权利、名望对他们来说可谓应有尽有。这些人大概算得上是“成功”二字的代表吧！

但是，还有另外一批人，他们虽然没能享受在荣华富贵之中，但是他们仍然过得很开心、很充实。他们渴望拥有幸福的家庭、平淡的生活、健康的身心与满堂的子孙。像这样的人比比皆是，他们可能没有很高的社会地位，但是我们能够因此而断定他们就不成功吗？显然不能！那么，成功既然有如此相反的形态，我们又该如何为之作一个很好的诠释呢？

我有一位认识已将近7年的朋友。他毕业于新加坡的某所高等学府，19岁时就开始一边读书、一边创业。当时他胸怀满腔热血，成立了自己的培训公司。这家公司以“孵化青年创业”为最终目标，立志帮助许许多多创业路上遇到困难青年，实现他们的梦想。

在过去的5年间，我的这位朋友运用了很多策略，采取了各种手段，不断拓展业务。公司在他的带领下，逐渐发展壮大起来。该公司成功经营的业务包括了知名企业家与青年创业者的交流会、校园的巡回讲座、一对一的创业辅导、虚拟办公地点的提供、商业注册手续的服务等等。如果将他的公司所提供的服务资料堆积在一起的话，足足可以堆满一个20平方米的房间！

如今的他，也可以算是一位有为青年，估计身价已经超过百万。在许多人的眼里，他应该算是一个成功的典范，包括我也是这么认为的。直到有一天，我偶然在中国大陆遇见他，在简单的交谈中，我从他眼里看到了一丝丝原本不该有的失落。



于是，我问道：“兄弟，最近生意如何？”他回答道：“还好啊，最近又办了一个大活动，大众和媒体的反响都很好，也给公司带来了不少收益。”但是，从他的言语中竟发现带着些许无奈。

我有些不解，此时的他应该很开心才对，但眼神中为何没有“火”呢？我继续问道：“你看起来并不开心，难道最近发生了什么不愉快的事吗？”我这位朋友勉强笑了笑，回答道：“也没什么，就是觉得有点空虚。”

后来，在我不停的追问下，他终于透露了实情：虽然公司一直以来业绩不错，业务也在不断地扩展，虚拟办公、商业交流会、青年创业培训都做得有声有色，但是离他19岁时梦想却越来越远，始终没有孵化出一个真正的成功团队，为此，他常引以为憾。

正如之前所述，每个人都有自己的欲望。但是，因为我们所经历的人生道路各不相同，我们的欲望很自然也将有所区别。有些人，因为取得了辉煌的成绩，所以被视为是成功人士。或许他们有超过百万的身价，有奢华的房子、漂亮的太太，然而他们过得一点也不开心。相反，有些人，虽然从事简单的工作，住着普通的房子，却因为每天有老婆孩子围绕在身边而过得非常开心。试问，如果一个身价百万的人的整个人生都是不开心的，那么他算是成功的吗？

所以，我们来为“成功”的定义做个大胆的假设：成功=达到自己想要的目标。



“悟·破·习”——成功的方法论

1. 在目标和现状之间，领悟到一个可能成功的方法。
2. 为迎接机会的到来做好充分的准备，“天时”一到便可一举成功。

常言道：“谋事在人，成事在天。”我们可以通过自身的各种谋略、行动，为迎接成功做好准备。这一句的关键在于“准备”二字。美国著名哲学家Pluto也曾经说过：“做足准备的人将得到成功的青睐。”而“准备”，简

单地说便是将正确的人与事放在正确的位置上。

针对我们个人的愿望，若想将其实现，就必须在自身方面做好准备，提升自己各方面的能力。毕竟，迎接成功的不是别人，而是自己。更准确地说，我们需要做的便是提升迎接成功的能力。

能力的累积，需要一个过程。著名心理学家马斯洛曾经将此过程清楚地划分为四个阶段——无意识的无能，有意识的无能，有意识的有能，无意识的有能。而“悟、破、习”便是将这四个阶段穿插起来的三座桥梁。

