



献给——

一定要成功却找不到有效方法的人

# 实践才能成功

国家认证培训师 由佳静 著



中国商业出版社

献给——

一定要成功却找不到有效方法的人

# 实践才能成功

由佳静 著

中国商业出版社

## 图书在版编目 (C I P) 数据

实践才能成功/由佳静著. —北京:中国商业出版社,  
2005. 6

ISBN 7-5044-5423-0

I. 实... II. 由... 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 (2005) 第051157号

责任编辑 刘树林

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京中创彩色印刷有限公司印刷

\*

640×960毫米 16开 10.75印张 110千字 6页彩插

2005年6月第1版 2005年6月第1次印刷

定价:29.00元

\* \* \* \*

(如有印装质量问题可更换)



# 序 言

我是一名成功学专职讲师，在一年零十个月之中，我培训过珠江三角洲超过800家企业，在全国举办公开课程超过50场，有近10万人在现场听过我的演讲，我也到很多大学去演讲过，为此，河南平原大学还聘我为学校的“成功学研究员”，并且有多家电视台都对我进行过专访，报纸杂志也纷纷报道，一时之间，在业内我被他们称为“美女讲师”。

今年，我还在香港理工大学攻读“工商管理MBA”硕士学位。在不到两年的时间里，我的个人成长超过了过去12年的累积，我的个人收入也在2001年的基础上增加了40倍。很多学员非常羡慕我今日的成就，每天有许多来自全国的学员朋友给我打来电话，或者发电子邮件和手机短信，向我倾诉他们在实际生活中面临的种种困惑……可在三年前，我自己却还在工作、家庭、人际关系、经济等方方面面承受着沉重压力，情绪低落，精神很沮丧，感觉成功离自己很远很远……

今天，在我从事专职讲师的工作时，当我面对着台下几百人侃侃而谈时，每次都会有很多朋友在听完演讲后流着眼泪对我说：看到你的成长，使我们也有了信心不断追求成功，让自己变得越来越好；可也有很多朋友对于成就自己的梦想和走向成功依然缺乏信心，甚至还抱着莫大的怀疑态度，不断重复着没经验、没学历、没背景、没钱、没机会、没朋友、没体



力、没这个、没那个的老调，他们都用羡慕的眼神看着我，问我以前是不是就会演讲？还有很多学员朋友对我成长起来的点点滴滴都感到很好奇……鉴于以上几个方面的情况，我才产生了要将这本书写出来的初衷。

通过对我这样一个普通人的成长心理路程的记录，我衷心希望看过这本书的朋友们也能对生活和你现在所从事的工作更加充满激情，并始终保持追求进步、追求完美的状态。每天在希望中体会到生命的无限潜能，从而热爱你身边的每个人，更加欣赏自己也欣赏别人，富有一颗包容的心，在一种平和的心态中，使自己不断超越自我创造奇迹，相信你的付出一定会有回报。

在我成长的过程中有太多的人需要感谢：首先感谢我的好朋友张中武，是他坚持让我去上陈安之老师的课，他堪称我生命中的第一个贵人；我还要感谢罗宇鑫老师，是他打电话告诉我陈老师在深圳的公司红红火火，问我愿不愿意将自己的成功构筑在帮助别人成功的基础之上，这才有了我进入陈安之机构成为一名讲师的结果，他是我生命中又一位贵人；我感谢机构的同事、朋友杨娜老师，在我第一次讲课时，她给了我极大的鼓励：不但把讲课的麦克风借给了我，还借给了我一名助教，使我有莫大的勇气迈出成功的第一步；我感谢机构所有的同事们，是他们不断鼓励我，监督我，才让我有了今天的成长；我感谢所有的学员对我的支持和信赖；我感谢与我一同努力的所有助理们：吕欣榕跟我的时间最长，她帮我分担得最



多，她是我的好助手，好朋友；黄译颖虽然年纪小，可他非常成熟，进步很快；很多助理虽然来到我身边的时间都不长，但都具有良好的态度，非常努力，也令我很感动……我感谢我全国的代理商，他们凭借着对成功学的热爱，愿意承担风险举办课程，把成功的观念和技巧带给更多的普通百姓；我感谢我父母，他们不仅把我生在城市里，而且还教给我做人的道理，为我付出了太多太多；我感谢我可爱的宝贝女儿安妮，她是我前进的动力，随着她渐渐长大，我也觉得需要为她建立一个优秀母亲做事做人的标准，因此我必须做得更好；我感谢我生命中出现的每一个人，但在此时此刻，我最要感谢的就是我的启蒙老师，我的恩师——亚洲成功学权威、全球华人成功学先驱——陈安之老师，是他改变了我，也使我选择了教育产业，老师的使命是“在最短时间内帮助最多人走向成功，使中国成为世界第一强国”，在两年中，他时时影响着我，我下定决心要将成功理念传播给更多的人，为中国的繁荣和富强贡献自己的绵薄之力！

本书一定存在很多不足之处，还望广大读者朋友热心指正，让我们以此共勉！



# 目 录

|     |     |
|-----|-----|
| 序 言 | 001 |
|-----|-----|

|           |     |
|-----------|-----|
| 第一章 实践出真知 | 001 |
|-----------|-----|

|             |     |
|-------------|-----|
| 第一节 向成功的人学习 | 003 |
|-------------|-----|

|           |     |
|-----------|-----|
| 第二节 成功四步曲 | 005 |
|-----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第二章 走出困惑 | 011 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第一节 我的困惑 | 013 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第二节 初识恩师 | 016 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第三节 改变信念 | 020 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第四节 不找借口 | 023 |
|----------|-----|

|            |     |
|------------|-----|
| 第五节 寻找正确方法 | 032 |
|------------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第三章 走近成功 | 045 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第一节 迈进大门 | 047 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第二节 精神升华 | 053 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第三节 善抓机会 | 060 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第四章 开始起飞 | 067 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第一节 进入机构 | 069 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第二节 潜心修炼 | 072 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第三节 操刀上阵 | 081 |
|----------|-----|

|          |     |
|----------|-----|
| 第四节 遇到挫折 | 086 |
|----------|-----|

# 目 录

## 第五章 不断升华 ————— 093

第一节 价值观和使命感 ————— 095

第二节 人格特质 ————— 107

第三节 永远积极乐观的态度 ————— 112

第四节 学习、学习再学习 ————— 115

第五节 运用潜意识的力量 ————— 120

第六节 言行一致 ————— 126

第七节 认真、用心、努力、负责任 ————— 131

## 第六章 实现自我 ————— 135

第一节 勇于承担是成长的开始 ————— 137

第二节 不断自我完善 ————— 141

## 附录：顾客见证 ————— 145

学员感悟 ————— 156

## 后记 ————— 163



# 第一章

## 实践出真知





## 第一节 向成功的人学习

关于成功这个话题，从古至今一直备受人们的关注。在成功的过程中，自有无数人感受着成功的喜悦和追求成功的艰辛，那到底什么叫成功？却是众说纷纭，有人说成功就是干一番大事业，扬名天下；有人说成功是朋友满天下，拥有那份豪气；有人说成功是家庭和睦，儿女有成；有人说成功是身体健康，无病无灾，一生平安……无论你对成功的理解是什么，但有一点是肯定的，那就是每个人都渴望成功，都愿意享受成功带给自己的那份快乐、成就……

在我和许许多多的渴望成功的学员们交流的过程中，我看到了很多人热衷于成功的梦想当中，在实际工作和生活中却不太愿意为成功付出实质上的努力，总在为自己找借口和理由，当他们遇到很多困难和挑战时，就又会会有很多人选择逃避。我的很多学员在给

我的电邮、手机短信、电话中都大讲特讲他们的无奈、困惑，希望我能帮助他们，使成功能有一天降临在他们自己身上。

我参考了很多成功人士成功的经验，研究了类似像安东尼·罗宾这样的潜能开发大师，他们为什么可以在比较短的时间之内有那么大的迅速飞跃，一年中从10平米大的小房子到住在自己的别墅里，收入迅速倍增到月收入百万美金；也研究了类似像李嘉诚这样的企业家为什么可以一直在商界占据领头羊的地位，人品和商术都备受认同，成为一代企业家学习的榜样；同时我还研究了我国历代的哲学家，像孔子、老子、庄子等，我也研究过西方很多大企业包括IBM、微软、通用、星巴克咖啡等成功的案例，来研究成功的精髓到底在哪里。当我看过了古今中外非常多的成功故事后，我悟到了一些东西，并结合在我自己身上，竟然发现成功的事实在我身上体现得越来越多，成功速度也越来越快，因此我深深觉得我应该把我领悟到的东西和大家分享，以帮助最多普通人快速迈向成功。

### 感悟：

1. \_\_\_\_\_；
2. \_\_\_\_\_；
3. \_\_\_\_\_。





## 第二节 成功四步曲

我总结一个人要想成功，不外乎以下这四步：

### 一、动机

你为什么要成功？成功的理由是什么？也就是我们常说的成功要有一个迫不得已的理由。李嘉诚之所以要成功，是要证明自己的实力，告慰自己的父亲，所以他才能从底层做起，从学徒做起，创业初期一个人又做老板，又做采购，又做会计，又做业务，每天都很勤力，打造自己的事业基础，才会有他扎实的根基，成就他今日的辉煌。

日本保险巨子原一平之所以成功，并不是他有很好的个人条件或背景，而正是因为他身高只有1.45米，体重只有52公斤，在他去明治保险公司面试时遭到主考官的轻视，激发了他内心深处的“永不服输”的劲

头，可以自己逼自己每日一定要拜访15位顾客，并数年如一日，终于在他45岁时连续15年保持全日本寿险推销业绩的第一名，曾创下世界寿险推销员最高记录20年未被打破的奇迹。

安东尼·罗宾之所以会成功，是因为他23岁时向女朋友求婚遭到拒绝，引发他无比的痛苦，看着镜子里面的自己，不能接受自己住在10平米大的房间里，在浴缸里洗碗和一身肥肉的事实，发誓要迅速改变，下定决心北上俄罗斯学习，才会有他24岁境况的飞跃，并从此处于事业的颠峰中，连续25年成为60亿人口中心灵潜能开发领域的第一人。

.....

鉴于以上所列的几个例子，我想问你：你的动机在哪里，是什么？我从没看见有任何一个人是稀里糊涂成功的，因为在成功的路上伴随你的一定是挫折和崎岖，假如没有内在的那股力量支持着你，你一定很难坚持到底，难道不是吗？

## 二、目标

我发现任何一个成功的人士都很清楚地知道他们要做什么，什么时间之内完成，他们做所有的事情看起来都是那么胸有成竹，一切好像都尽在掌控之中。他们会合理安排自己的时间表，知道事情的轻重缓急，一切都按部就班，从容地向目标迈进；相反，一个没有明确目标或根本就搞不清自己要做什么的人，通常做事情时就会带有很大的盲目性，显得匆忙、杂乱、犹豫不决、困惑、不自信，甚至做着做着，就开





始怀疑自己为什么要这么辛苦地去做这件事情。

一个有目标感的领导人会给下属带来对未来的美好憧憬和希望，大家会愿意跟随在这样的领导人身边，觉得心里踏实，有方向，有前途，就好像一些大企业的领头人，比如海尔集团的张瑞敏、联想集团的柳传志、微软的比尔·盖茨、通用公司的前CEO杰克·维尔奇等这些领袖人物，都是把自己追求的目标通过他们的企业得以充分的体现，成就了一个又一个商业佳话。同时我们也看到一些企业家在带领企业往前走的过程中因为自己对市场的变化应对不够及时，阶段性的目标不够明确，导致企业最终走向败落，就像我们知道的秦池酒业、巨人集团、三株集团、红桃K集团等。我们也应该感谢有它们的存在，能使我们从中吸取到一些经验和教训。

可见，一个明确的目标对我们而言有多么的重要，请从现在开始立刻制定你的人生目标，包括工作、家庭、人际关系、身体健康、个人成长、社会贡献等全方位的目标，不断地问自己“我要成为一个什么样的人，我要在什么时间内达成这样的目标？”

### 三、实践

当你学了任何的一门技能和学问，无论你学得有多好，多优秀，哪怕你掌握得有多娴熟，甚至你都可以滔滔不绝地把你学到的理论讲给任何人听，但假如你不能把它付诸于实践，你自己成为理论的受益者，让结果来说话，那你学的就等于完完全全失去了意义。我就经常看到很多朋友，他们很博学，知道的很

多，对很多事情甚至都有些不以为然，总以为自己很厉害，比别人都强，但就是懒的去做事，就像俗语讲的“眼高手低”，大事做不来，小事不爱做，一直在抱怨机会不佳，运气不好，领导无能，身边人水准太低……

我们身边的很多例子都能告诉我们一个真理，那就是“成功来自于实践”，比如下面的这句话就很有代表性：“我们所做的最糟糕的事情是躺在水里一动不动，对问题置之不理。该解决的问题尽快解决，解决得对与错都没有关系。如果解决错了，它会回头对你惩罚，随后你就解决对了。”这是小沃森的一段精彩表白，这些表白显然是出自一个敢于迅速行动的管理者之口。这也就是IBM公司为什么能够一直提出大胆设想的原因，就像在1996年突然转型到IT服务领域一样果敢。还有像李嘉诚在一次销售行为中，他贩卖的五金铁桶输给了一个贩卖塑料桶的人，通过这件事，引发了他转行的想法，并了解到塑料行业是未来的一个大趋势后，当机立断成立自己的公司，在条件不是很成熟的情况下，艰难起步，但随着李嘉诚不断的学习、考察，学一点回来立刻就使用一点，使他的“长江实业”迅速壮大起来，如果没有他的行动力和大胆尝试、勇于实践和不怕输的劲头，我们很难看到今天的李超人。你们说有道理吗？

因此我在这里，再三地告诫正在读此书的朋友，“坐而言永远不如起而行”，这个世界是公平的，只要你有付出，就一定会收获累累硕果。今天请你记住，当你收获得不够多时，它只代表了一件事情，那





就是你付出的还不够多，切记切记：实践，实践，再实践！

#### 四、反省

每一个成功人士都有这样的习惯，他们每做过一件事情后，一定不忘回头看看自己做的一些细节，及时总结和反省，以保证自己可以一直保持着清醒的头脑，胜不骄败不馁，得意时不忘形，失意时不变形。纵观古今中外成功人士，从他们的一些言行、自传故事等方面不难看出无一例外都对自身修养的重视程度，比如安东尼·罗宾就曾说过“一个人成功开始于自我分析，结束于自我反省；假如一个人一天可以自我反省、检讨1次的话，那他一年就比别人多出365次成功的机会；假如他一天检讨2次的话，那他一年就比别人多了700多次成功的机会。”包括我们伟大的毛泽东主席也说过“失败是成功之母”，讲的就是我们如何从失败中吸取宝贵的经验，可见反省有多重要。甚至连孔子都说过“人贵在一日五省”，孔孟之道一直在倡导人自身的提升，否则怎会有古话要我们“修身齐家治国平天下”，把修身放在首要的位置呢？

我希望大家都能养成每日反省的习惯，不断问自己“我哪里还可以更好？”

我相信你们在做了以上四点之后，一定会发现成功离你越来越近了，我在这里预先恭喜你超级大成功！下面借助我自己的一些成长经历来阐述实践成功学的精华之所在，希望能对大家有所帮助！也许并没有太多人对我的故事感兴趣，但相信我的成长经历对于那