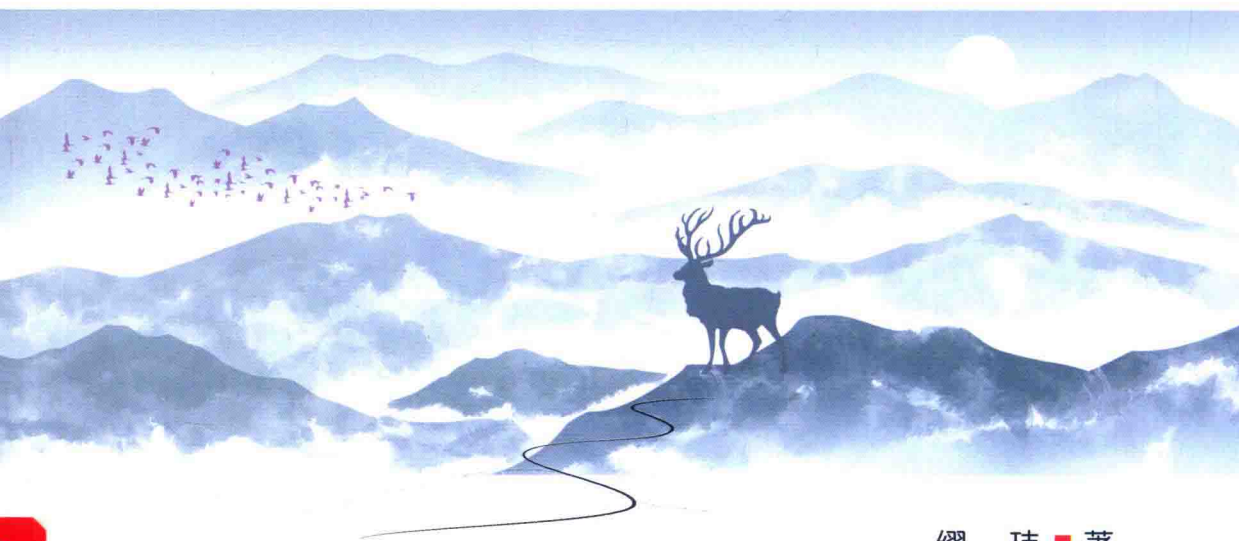


这一生， 从平凡 到卓越

百年大计，教育为本；
教育大计，素质为先。
要从根本改变社会，
必须先改变个人的意识。
管理上碰到的所有问题都是人的问题，
人的问题首先是素质的问题。



缪 玮 ■ 著

以己为师，
做最好的自己



当代中国出版社
Contemporary China Publishing House

这一生， 从平凡到卓越

缪 玮 ■ 著

贵州师范学院内部使用



当代中国出版社
Contemporary China Publishing House

2019 年 · 北京

图书在版编目(CIP)数据

这一生，从平凡到卓越 / 缪玮著. -- 北京：当代
中国出版社，2019.10
ISBN 978-7-5154-0965-8

I. ①这… II. ①缪… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 215427 号

出 版 人 曹宏举
责任编辑 陈 莎
策划支持 华夏智库·张 杰
责任校对 康 莹
出版统筹 周海霞
封面设计 李尘工作室
出版发行 当代中国出版社
地 址 北京市地安门西大街旌勇里 8 号
网 址 <http://www.ddzg.net> 邮箱: ddzgcs@sina.com
邮政编码 100009
编 辑 部 (010) 66572264 66572154 66572132 66572180
市 场 部 (010) 66572281 66572161 66572157 83221785
印 刷 天津中印联印务有限公司
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 17.5 印张 248 千字
版 次 2019 年 10 月第 1 版
印 次 2019 年 10 月第 1 次印刷
定 价 49.80 元

版权所有，翻版必究；如有印装质量问题，请拨打 (010) 66572159 转出版部。

推荐序

因为一个偶然的的机会，我走上了讲台，一晃已经过去十九年了。很多人说，我在课堂上所提的观念、思想、见解大大影响了他们原来的看法、态度、行为、习惯。其实我所讲的东西，早在2000多年前，我们的远祖就已经启示过我们了。

万科集团董事长王石曾说：“不要一味地去跟风大数据，我们应该先学习日本人的工匠精神。”有数据显示，日本经营超过100年的企业有20000余家，200年以上的也有1200余家。然而，在1400年前，日本就曾派遣唐使到大唐长安留学，论起来日本应该称我们一声老师，是我们的学生才对。

十几年来，我只要站在讲台上，莫不大声疾呼教育与科技的重要性，且其应是中国当务之急。

缪玮老师与我乃多年朋友，同样深感素质教育的重要与急切。他将多年的思索、体悟汇集成册，写下了《这一生，从平凡到卓越》这本书。

我在《管理者常犯的十一个错误》课程中曾说过：“成功者和失败者其实并没有太大的差异，真正的差别在于成功者很早就养成了很好的习惯。”其中所蕴含的道理其实就是“素质”二字。

迄今为止，本人并没有离开商场，数十年来都在办企业、干事业。但从社会意义的角度来看，我还是觉得教育才算是我真正积德并坚持至今的事情，也是在我老年的时候，愿意跟子孙聊一聊的事。

余世维教育集团董事长

香港富格曼集团董事长

印尼汉威能源集团执行董事

余世维

前言

他，二十余年来潜心研习东西方管理智慧，融管理学、国学、心灵学及践行学的智慧于一体，开创“觉学”智慧。

他，成就事业，铸就梦想，写就大爱。

他，在管理培训中，始终不忘初心，践行企业的社会使命。

面对数万学员，他是妙语连珠、侃侃而谈的人生导师；置身企业高层，他是审时度势、运筹帷幄的灵魂人物；他目光如炬，矢志不渝，见证了从平凡到卓越的一个又一个传奇。他就是“从平凡到卓越素质训练”的创始人——“大师兄”缪玮先生。

缪玮先生曾将彼得·德鲁克、余世维、曾仕强、唐骏、郎咸平、乔·吉拉德等国内外著名大师的思想和理论引入湖南。华人管理培训大师余世维称赞他“每一个细节都一丝不苟”；中国式管理之父曾仕强教授誉之为“天上之龙”。

从事管理培训行业多年以来，大师兄发现管理中绝大部分问题都是人的问题，而人的问题首先是素质问题。所以，中国有句话叫作“百年大计教育为本”，而大师兄认为“教育大计素质为先”。

多年前，大师兄在苏州太湖大学堂向南师求学，秉承南师教诲的“觉”字箴言，潜心修行，终于创建了“觉学”体系——“遵循觉者之路，利益有情众生”。在这个浮躁的时代，大声疾呼并践行“我们只有回归人性基本面，正确认识自己存在的目的和应承担的社会责任，才是未来可持续发展的唯一正确选择”。

基于此，大师兄在2006年创办了“从平凡到卓越”素质训练（含从平凡到卓越员工素质训练——迅速提升团队凝聚力、执行力；从平凡到卓越管理

者素质训练——打造管理者新思维、新格局；从平凡到卓越领导者素质训练——营销与创新；从平凡到卓越企业家素质训练——国学与管理四大模块），致力于探究纷繁世界里永恒不变的东西，践行做人最基本的原则。

可能很多人会问，“从平凡到卓越”到底是一个什么样的课程？大师兄数十年的坚持到底是为了什么？

其实，从平凡到卓越就是一个寻找自己、发现自己的过程，大师兄只是告诉了我们“素质”的重要性。余世维老师曾亲笔题下“富且贵”三个字与大师兄共勉，意为“知识与技能也许可以让人富有，但素质与涵养才能使人贵气，我们这个社会不缺富豪但极缺贵族”。对于当下的中国，我们可以从两个角度去看：一方面，国家从来没有像今天这样富强，充满机遇，而且必将更富强，出现更多的机遇；另一方面，自孔夫子时代以来，如今的教育是中国历史上空前庞大、空前繁荣的时期，也是空前荒芜、空前贬值的时期。这个时代最显著的问题就是混乱的价值观和瓦解的道德观，大家规则意识淡漠、价值观混乱、行为浮躁。国人不但对知识不感兴趣，对文化也十分陌生。虽然了解一些朗朗上口的专有名词，也通过碎片化的学习学到了很多，但细究之下会发现，这点积累就像是样板戏，架势好看却不实用，简单易懂却不深刻。如此看来，以百年中国历史变化之剧、文化断层之深、一代与一代之间教育品质的差异，造成了今日全民素质的现状，这现状，又是未来教育后果的层层前因。《管子·水地篇》中有这样一段话：“准也者，五量之宗也；素也者，五色之质也；淡也者，五味之中也。是以水者，万物之准也，诸生之淡也，违非得失之质也……”管仲以“准”“素”“淡”为例，论证水是万物不可或缺、无所不在的基本成分。那么，“素质”指的就是所有颜色的共同基本成分。“素质”不是外在的东西，而是内化为自己的那部分能力。而“从平凡到卓越”这门课程就是让我们回归教育的本质——素质。数十年的沉淀只是积累的开始，正如从平凡到卓越是一生的发展过程。

“从平凡到卓越”课程中所蕴含的智慧主要分为四个模块：

国学智慧来源于国学大师南怀瑾；

管理学智慧来源于现代管理学之父彼得·德鲁克；

心灵学智慧来源于 20 世纪最伟大的灵性导师吉杜·克里希那穆提；

践行学智慧来源于日本经营之圣——稻盛和夫，这也是大师兄主要的智慧来源。

“从平凡到卓越”是指通过体验式的训练，引发企业（个人）的觉醒和职责感，协助企业（个人）解决问题，达成目标；提升企业（个人）的业绩表现，增加效益，也就是企业与个人通过体验学习达到一个修身的目的。这是人生的一面镜子，这也是一个痛并快乐着的过程。茶叶因沸水，才能释放出深蕴的清香；生命也只有遭遇一次次挫折，才能留下人生的幽香。我们所经历的，在未来的生命中会串联起来，而所有的这一切都只为让我们成为最好的自己。

一直以来，“从平凡到卓越”素质训练的最大目标都是“迅速提升参训学员执行力和团队凝聚力”。而大师兄关注的是让参训学员了解并掌握智慧的两个途径“觉察”和“觉醒”，虽然课程中不会设置太多的关于“执行力”和“凝聚力”的内容，但参训学员能在这两个模块得到很大的提升。这也是“从平凡到卓越”课程和普通团队训练的不同之处。

每个人都在追求幸福，但幸福这个词到底如何诠释？大师兄认为幸福的人生就像是个三角形，代表幸福人生有三个要素。这个三角形，就是所有人的目标。“从平凡到卓越”课程不在乎你知道多少，而在乎你真正理解多少，做到多少，是否全力以赴地活在当下，做到最好的自己。希望每个人通过为事业、为家庭、为自己的努力，拥有幸福的人生。相信只有每个人承担起自己的责任，拥有自己的事业，实现自己的梦想，并且愿意付出自己心中的大爱，中国才有可能进入第四个“黄金时代”！

十余年来，“从平凡到卓越”仅三天两夜的公开课程已举办逾百期，帮助了 5000 家企业、5 万名优秀学员发生了“质”的改变。正当讲师事业发展如

日中天，帮助无数学员发生改变的时候，大师兄却毅然放弃了丰厚的收入，离开了灿烂的讲台，独自一人归于寂静，如苦行僧般投入时间、精力、资金，倾注无法想象的虔诚、专注和实践，终将中国传统文化与西方管理智慧熔于一炉，提炼出一套适合中国企业家和管理者的成长之道——“觉学”智慧践行系统。

2015年，大师兄讲完“第101期管理者素质训练”公开课后，便退居幕后，将授课的责任交给了精心培育过的讲师团队，自己则开始了对中国文化与素质、个人与组织之间联系的更深层次的研究。大师兄深知素质训练是一生的课题，希望为后来者分享自己的经历和得失，并以“帮助更多企业和家庭树立积极、正面思维”为使命和己任，故在走下讲台后著述《这一生，从平凡到卓越》一书，希望将课程中的所见、所感、所想、所得记录下来，与更多的人分享，帮助大家改变与成功。

一本好书，一天就可以看完，却要用一辈子回味。愿您和我们一样，从这本书开始，从走进“从平凡到卓越”的教室开始，开启自己的改变之旅。

引子

人生的路

你可以把人生当作一场游戏，肆意挥洒，但游戏不是真实的人生。同样，故事也不是人生，但人生可以是一则真人版故事。你可以把它当作一个故事来听，也可以把它当作生命中的真人真事来感受。

很多人觉得自己是独一无二的，却忘记了，每个人都是上天赐予的礼物，每个人都是独一无二的。有些人永远抱着一种“我还年轻，还有机会重新开始”的心态，却忘记了每个人都曾年轻过。

年少的时候，我就知道生命只有一次，不能虚度，要承担起自己的责任。那时，我最喜欢背着行囊到全国各地旅游，领略祖国的大好河山，欣赏自己从未见过的风景。

一天，我背着行囊走到一个十字路口，面前有两条路：一条路是阳关大道，笔直地伸向前方；另一条路是羊肠小道，弯弯曲曲不知通向哪里。我在第一时间就做出了选择，决定走那条阳关大道。因为我很清楚，自己是来旅游的，不是来探险的。同时，我还告诉自己，世上从来都不缺美丽，缺乏的只有发现美丽的眼睛，所以，走哪条路都一样。

就在我准备起步的时候，突然听到一个声音：“朋友，站住！”我才发现有一人坐在路中间，看起来很奇怪。我看不出他的年龄，只觉得他好像经历过很多事情，眼里写满了沧桑。

我迟疑了一下，然后问他：“老伯，有什么事？”听到我叫他老伯，他似乎感到很意外，好像我说错了似的。他也迟疑了一下，问我：“朋友，你现在是否面临选择？”我心想，这不是废话吗？但为了表示尊重，我依然回答说：“是的，我现在面临选择。”

他说：“你是不是准备走那条阳关大道？”

我说：“是的。”

他说：“错了，你应该走那条崎岖的小路。”

我问：“为什么？”

他说：“虽然那条阳关大道看起来很平坦，但里面充满了陷阱、坎坷；而这条小路看起来弯弯曲曲，坚持走下去终将成为一条阳关大道。”

我问：“你怎么知道？”

他说：“因为我走过。”

我大笑道：“你走过，我又没有走过，你凭什么剥夺我选择的权利？”

说完，我背起行囊，走上了那条阳关大道。

当时的我，不相信在这个世界上，还有谁比我自己对自己更好，也不相信有谁的眼睛比自己的眼睛更值得相信。但事实很快就证明，他说得没错！路上很快就出现了坎坷、陷阱。我一次次地摔倒，又一次次地爬起来；一次次地爬起来，又一次次地摔倒。在这条路上，我蹭破了皮，摔裂了肉，流出了血，甚至摔断了骨头。当我走出来时，结果发现就是最初的那个十字路口，我又一次回到了原点。在那一刻我感到好累，我告诉自己：一定要坐下来休息一下。

坐下来以后，我看到一个年轻人，就如同二十年前的我，也如同现在的“85后”“90后”，他背着包走了过来。我知道他面临选择，我也知道他一定会选择走那条阳关大道，可我还是喊住他：“朋友，站住。”

他顺着声音低下头，发现了坐在路中间的我，迟疑了一下，说了一句话，这句话到现在我还记得，他说：“老伯，什么事？”这时候，我才发现，原来我离开校门已经二十年了。在生命中，我们有多少个二十年可以错过？还有多少个二十年让我们度过？

我说：“朋友，你现在是否面临选择？”

他说：“是的。”

我说：“你是否准备走那条阳关大道？”

他说：“是的。”

我说：“朋友，你应该走那条崎岖的小路。”

他问：“为什么？”

我说：“人生就像一场修炼，以为可以完全按照自己的方式生活，以为卑微一点、怯弱一点、不负责任一点，会活得更真实。但实际上这条路充满了坎坷和陷阱。反之，如果你树立了一个目标，虽然开始的时候会比较艰难，但只要坚持下去，最后一定会走出一条阳关大道。”

他问：“你怎么知道？”

我苦笑，我怎么知道？因为我曾走过，也曾跟你们一样，自以为是、不负责任、卑微而又怯弱，固执地坚持自己认为对的选择，但结果呢？有多少人知道在三十岁之前我得到了什么？只有八个字：家破人亡，妻离子散。生活在空调房里的学员，不一定能真正了解我这种心态，也许一生都体会不到。

我苦笑着对年轻人说道：“我当然知道，因为我走过！曾经的我比你们更加自以为是！”

他大笑：“你走过，我又没有走过，你凭什么剥夺我选择的权利？”

于是，这个年轻人，就像二十年前的我一样，背着包，头也不回地走上了那条阳关大道，走向了那条不归路。

一直以来，我给自己的定位都不是讲师，所以也一直不让别人称呼我为“老师”，而是“大师兄”。因为在漫长的一生中，没有哪个老师会陪伴我们一生。如果非说有，这个老师应该就是我们自己，这也是我一直倡导的人生信条“以己为师，做最好的自己”。从平凡到卓越就是一个学习的过程，也是我们成长的过程。在培训行业中，我接触过太多的讲师，他们都是用一生去成就一门课程，是用生命在演讲，我也依然坚持站在“从平凡到卓越”的课堂上，因为我想将自己的经验分享给大家，给予大家一点帮助，让大家少走一些弯路！

目 录

第一部分 追寻生命的真谛

第一章 大师兄的学术思想体系和信仰

- 为什么要实现从平凡到卓越 / 3
- 如何从平凡走向优秀乃至卓越 / 7
- 大师兄的价值观 / 9
- 大师兄的学术思想体系 / 12
- 大师兄的信仰 / 14

第二章 从平凡到卓越的力量

- 学习之道：了解学习与修行的意义 / 18
- 和谐之道：实现团队效率最大化 / 21
- 幸福之道：领悟人生的终极意义 / 24
- 管理溯源：打造“新思维，新格局” / 26
- 人生方向：明确人生的目标 / 27
- 提升境界：塑造有规则、有纪律的职业素养 / 34

●追求完整：树立卓越的核心理念——每个细节都一丝不苟 / 36

●身心蜕变：打破固有思维，重建合一身心 / 37

●回归自我：释放心灵，找回自我 / 40

第三章 从平凡到卓越的起跑线

●我是一切的根源 / 42

●学会如何学习 / 46

●目标与执行 / 48

●做好营销 / 52

●有效沟通 / 61

第二部分 以己为师，做最好的自己

第四章 重估“人”的价值

●一个人可以改变世界吗 / 69

●卓越的真谛：要改变世界，先改变自己 / 70

●佛家两大智慧：觉察与觉醒 / 72

●世界上最大的秘密：心想事成 / 74

●“从平凡到卓越”的三重境界与释义 / 79

第五章 打破习惯的轮回

●谁在掌控你的人生 / 81

●习惯、信念、行为、结果之间的关系 / 82

●让生命选择卓越：“Yes, I can” / 84

●练好做人的基本功 / 87

第六章 完善自我，不断精进

●人生的终极目标：以己为师，做最好的自己 / 90

- 捷径：熟能生巧，脚踏实地 / 92
- 改变世界是一种信仰：乔布斯和他的苹果神话 / 93
- “从平凡到卓越”行为修炼：从自己做起，从现在做起 / 94

第三部分 卓越管理者的成长之道

第七章 卓越的个人

- 每逢大事需静气 / 99
- 幸福人生三要素 / 100
- 学会选择 / 102
- 卓越的领导者 / 104

第八章 卓越的团队

- 加强团队沟通与协作 / 109
- 明确团队目标 / 111
- 明确三项权利 / 114
- 管理者的两项工作 / 119
- 提高执行要用“心” / 120
- 知道自己属于哪等人 / 123
- 卓越团队的考验——“生死电网” / 128

第九章 卓越的人生

- 人生的三大自由 / 131
- 人生卓越的真相 / 133
- 信念与方法之间的对决 / 136
- 突出重围 / 138
- 与心灵告别 / 143

第四部分 从平凡到卓越的六大能力

第十章 活在当下

- 活在当下：实际一点，不要空想，不要拖延 / 149
- 世界从来不缺乏美丽，只缺乏发现美丽的眼睛 / 150
- 生命只有两种可能：越来越好或越来越差 / 151
- 多维思考：拆掉头脑里的墙，给思维插上翅膀 / 152
- 毛毛虫眼中的世界末日：蝴蝶 / 154

第十一章 焦点在外

- 人生有三求 / 156
- 焦点对外三个原则：利己、利他、利灵魂 / 160
- 外面没有别人，只有你自己 / 161

第十二章 尽心制胜

- 唯有尽心才能尽力 / 163
- 坚定“相信”的力量 / 165
- 尽心虽不能皆制胜 / 166
- 坚持是唯一的成功之道 / 169

第十三章 降格以求

- 生命中最大的问题，就是觉得自己没有问题 / 171
- 所有的问题都是自己的问题 / 172
- 要求他人做到的前提，是自己先做到，以身作则 / 173
- 愿意谦虚低调地做人 / 175

第十四章 以终为始

- “以终为始”——自我领导的原则 / 177

- 老祖宗的智慧：三思而后行 / 178
- 明确目标，不偏离 / 179
- 以终为始：快速达成目标的9个步骤 / 181

第十五章 履行加一

- 履行，不是偶尔，而是时时刻刻 / 183
- 不要一下子承诺太多 / 184
- 立刻行动，每天改变一点点 / 185

第五部分 从平凡到卓越属于每个人

第十六章 人生的蝶变、企业的腾飞

- 让成长永无止境的法宝：学习 / 189
- 责任、荣誉、团队 / 190
- 知道、做到，更要让周围的人收到 / 191
- 决定我们目标的是价值观 / 192

第十七章 管理者新思维、新格局

- 生命就是一对矛盾体 / 194
- 管理的本质是自我管理 / 200
- 管理者的使命：帮助平凡的人做出不平凡的事 / 201
- 这样打造团队：没有完美的个人，只有完美的团队 / 202
- 艰难的选择——最信任与最不信任 / 205
- 管理的目标：双赢 / 207
- 管理授权应该做好的六个步骤 / 209
- 管理的四个阶段、八个步骤 / 210

第六部分 生命是一场感召

第十八章 从平凡到卓越“四圣谛”

- 因爱之名，行爱之事 / 217
- 以己为师，反省深思 / 219
- 自觉觉他，终究圆满 / 222
- 度世度己，一生欣乐 / 224

第十九章 再一次出发，这一生从平凡到卓越

- 新的开始，新的征程 / 226
- 改变从此刻开始 / 226
- 快乐 = 感恩、感谢、感激 / 229
- 让心回归，让爱传出去 / 230
- 告诉自己：你最珍贵 / 234
- 我的十项承诺 / 238

后记

- 朝圣心路——自我超越，永不止步 / 243
- “从平凡到卓越”素质训练学员见证 / 250

附录一 从平凡到卓越的智慧

附录二 从平凡到卓越五步法

附录三 《这一生，从平凡到卓越》遗留十大问题