

<<试着多跑10米>>

图书基本信息

书名：<<试着多跑10米>>

13位ISBN编号：9787508831787

10位ISBN编号：7508831780

出版时间：2011-9

出版时间：龙门书局

作者：金英植

页数：183

译者：张晓辉

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<试着多跑10米>>

前言

只跑100米与多跑10米的区别一位男子在首尔江南区驿山洞的一个小巷深处的一家旅馆里哭泣。他曾是釜山财富榜前100位的人物，而投资于非专业领域的事业，一夜倒闭，沦落到欠债榜前100位的境地。

仅是要还的债就有20亿韩元之多，手中毫无分文。

他连5000韩元的饭钱都没有，只能用一瓶烧酒和一根600韩元的香肠填饱肚子。

他就是我，这不是很久以前的事情，不过10年前而已。

从过去“挣一个，花一个”到如今展望未来十年的经营者，现在我是健康食品公司泉湖食品的经营者。

200余名员工生产150多种健康食品，其中有几个产品已成为所谓的畅销产品。

只要说出名字，消费者都知道是什么。

当时我连打车的钱都没有，现在开着奔驰（请不要误解，我并不是要炫耀自己的车）。

当时虽然我连自己吃饭的钱都没有，但现在却给很多家庭提供粮食。

当时我因交不起女儿的学费而左右为难，而现在资助公司内外的很多困难家庭的子女，帮他们交学费。

不仅如此，当时我只能挣一个花一个，而如今我考虑的是未来的10年。

当时梦想着与所剩无几的职工吃一顿烤五花肉，现在我梦想着成为韩国福利最好的公司。

生活环境变了，看待事物的视角变了，思维方式变了，所有的一切都变了。

但是不管是那时还是现在，有一直没变的东西，那就是多跑10米。

我绝对没有觉得已经取得了这些成就而自大或挥霍钱财，我只是尽我所能再多做一点。

尊敬的读者，尤其是年轻的读者，不要因为现在没有工作，因为手中没钱，因为生活窘迫，因为没脸见朋友而失望，也不要绝望，你的人生一定会有收获。

知道是为什么吗？

因为你打开了这本书。

在1997年亚洲金融危机的时候，我完全变成了穷光蛋。

背着近20亿韩元债务辗转街头的我是怎么走到现在呢？

谁也没有料到它能够东山再起。

但是，我一直坚信：过不了多久，我一定会重新站起来，我一定能够把事业做得更大。

当时，我没有资本，而不幸中的万幸是我有健康的身体，还有强烈要成功的欲望。

岁月如梭，真的没过多久。

从我在首尔江南地铁站入口发传单到还清20亿韩元的债务，正好过了1年零11个月，在江南驿山洞修建自己的公司办公楼也仅仅用了5年时间。

如果现在下定决心，你也可以很快做到的。

当时为了印制宣传单去了新沙洞的典当铺把我的戒指给当了，显然，你现在的处境比我当时的处境明显要好。

分出人生成败的“10”米那么，别说什么废话，先试着多跑10米吧。

如果让一个跑100米的人再多跑200米，谁都会放弃，但是，如果你鼓励他多跑10米，估计就能做到了。

区别就在这里。

像昨天一样只跑100米和再多跑10米的区别。

这决定了人生的成败。

不管是谁都能够多跑10米。

我在这本书里介绍了多跑10米的方法。

全部都是我的亲身经历。

绝不是从别处抄来的故事，如果你买了这本书哪怕是仅从中吸收到一点，我相信你的人生道路就会走得更远。

<<试着多跑10米>>

所以，哪怕是一条也要学到。

试着再多跑10米！

本书《试着多跑10米》并不是我一个人的成果。

DAUM网站有我运营着“拙劲社区”，已经有15000多名会员加入。

梦想着成功的年轻人，在看了我的经验之谈之后，不止一次邀请我写成书。

我非常感谢在我最黯淡的时候，在看了我的文章之后给我留言支持我的社区会员们。

我想把这本书献给他们。

在首尔江南区驿山洞和釜山沙上区德浦洞的我的公司，200多名职员们，在为了把公司建成韩国福利最好的公司而夜以继日流汗努力。

他们就是我的事业伙伴。

我很感谢和我一起成功的员工们，还有让我和我的员工得以生存的客户，铭记着他们的恩德给予他们“加油”助威。

我想说，在我犹豫不决不知该让公司破产还是继续坚持的时候，送给我不倒翁当礼物的已故的父亲，就连买米的钱都给不起的时候也没有半句怨言而一直信任我、给予我力量的妻子，小学二年级的时候问我“为什么咱们家这么穷？”

让我落泪的女儿贤珠，他们都是本书的作者。

以此来回报和我讨论并且一起整理要给读者写的内容的泉湖食品的首尔法人朴庆旭社长，还有这本书的出版商中央Books的宋美珍总编的出众的策划能力和合适的时间进程，经过她孜孜不倦的努力才让这本书如期和读者见面。

尤其感谢读者们对这本书的喜爱，愿读者健康。

太阳一定会升起！

<<试着多跑10米>>

内容概要

将从最底层一步步走到最高峰的过程和饱经风霜换来的成功经验传给大家是作者撰写本书的目的。作为战胜失败重新崛起的人，作者要为希望东山再起的企业家和白手起家的年轻人提供能够即学即用的实践指南。

通过在跌到的地方重新站起来的人生大逆转的故事，将学到什么都能卖得出去的销售秘诀，联络对方站在自己一边的人际关系法则，战胜困难勇往直前的最佳竞争经验。

本书是一本畅销韩国的励志书，相信读者能够从作者的经历和经验中学到有益的东西，并且运用到自己的工作和生活中，试着多跑10米，你的人生更精彩。

<<试着多跑10米>>

作者简介

作者 金英植

被人冠以绰号“韧性队长”，“人力发电机”的金英植现在是韩国著名健康食品泉湖食品的会长。但是，仅仅在十年前，他的事业沉没，连饭钱都没有，就喝一瓶烧酒吃一根香肠来充饥。也常在首尔地铁江南站里发传单。

从完全的人生低谷到人生的顶点，作者想传授亲身体会到的成功的专业技能（know-how），作为一个碰到悲惨的失败的亲历者，为想要东山再起的企业家，向白手起家的年轻人实时转达自己的实战指南。

他没有提及自己没有亲身经历过的事情。

本书里提及的人生成功的内容并不是从哪里抄来的理论，而是作者亲身经历的记录。

在自己的非专业领域的不切实际的投资，在1997年金融危机的时候完蛋的金英植会长典当了自己的戒指准备了130万以东山再起，“江华狮爪艾草精”，“山茱萸丸”“大蒜津液”等健康食品作为公司的成名作连续冲击市场是公司的明星产品。

通过他在摔倒的地方坚强的站起的人生逆转故事，我们能从中获得向任何人销售任何东西的秘诀，把对方拉到你自已阵营的的人际关系法则，以及深处惨境也能拨开乌云见日明的最高的生存技能。

1951年出生于庆尚南道高城郡，从军队退伍后很早就投身销售事业。

1984年创建泉湖食品，现在经营状况很好。

现为东亚大学名誉经济学博士，多家大学、大企业、国家机关的特约讲师。

<<试着多跑10米>>

书籍目录

- 第1章 决心是让你伟大的第一要素
认真过好每一天的人生VS多跑10米的人生.
拥有欲望已成功了一半
以人生为赌注拼搏6个月
到达最终目的地的力量——韧劲
不要骂“打高尔夫的家伙，开奔驰的家伙”
恳切的希望才能发挥忍耐的能力
致贫困的你
- 第2章 跌倒了，就在原地一决胜负
像马蜂一样往前冲，你能做得到
惊涛骇浪造就出色的船长
体验是最好的商业资源.
胜利的女神总在最后微笑
不无正业的瞬间
“还会像不倒翁那样重新站起来”
“就在原地一决胜负”
在江南站的地铁散发传单
- 第3章 为多跑10米给予力量的11种人生智慧
一旦确定了目标就清晰明确地设置你的手机屏幕上 / 61
沉溺在以前则什么事都做不了 / 65
幸运是从脚底走出来的 / 70
专心做事就会幸福 / 75
奔跑问题就会迎刃而解 / 80
广泛传播你的目标 / 85
千万不要从脚蹬上放下脚 / 91
从两位大婶那里学到的商业智慧 / 94
做到这种程度才叫沉醉 / 97
出示你已经沉醉其中的证据 / 99
因为沉醉所以才这样 / 102
- 第4章 哪怕只遵循一条也会让人生顺利的处方
约会时间的15分钟前，你在哪里？
/ 109
短信的威力，让人吃惊 / 114
日记改变你的人生 / 120
电话号码和名片要这样！
/ 124
缓解郁闷心情的三种方法 / 128
言谈代表着你自己 / 132
这样做将财源滚滚 / 137
绝对不要借银行的钱 / 140
给自己颁奖 / 144
换个角度思考 / 146
按下希望的按钮 / 149
准备好的发言会为你营造特别的人生 / 152

<<试着多跑10米>>

第5章 “你是我的生意伙伴”

处在困境的时候多去见见朋友 / 159

你可以信赖的人 / 161

“你是我的生意伙伴” / 164

为了家人！

/ 167

唯一值得相信的同伴——妻子 / 169

附录 你的梦想是什么？

/172

后记/181

<<试着多跑10米>>

章节摘录

版权页：认真过好每一天的人生vs多跑10米的人生无论在什么领域，取得伟大业绩的人无一例外都是下定莫大的决心，伟大的决心的人。

是决心将人引到成功之路的。

他们大部分都是偶然碰见某种事件后，做出了改变人生的决定。

苹果公司的CEO史蒂夫·乔布斯在某本书里写道：“如果把每一天都当成是生命中的最后一天过，这样你一定会成功的。

”我看到这句话大受启发，于是就开始实践这句话，到现在都没有忘记。

他还在斯坦福大学的毕业典礼上说过：“你的人生怎么度过，取决于你有什么样的决心。

”26年前，上小学二年级的女儿的一句话让我备受打击，从此决心多跑10米，我下定决心要在最短的时间内成为有钱人。

这个决心一直支配着我此后的人生，就连生意破产，在别人看来“金英植已经玩完了，没指望了”的时候也没有倒下，就是因为这个决心。

“我们家为什么这么小？”

”1982年，我在釜山南区大渊洞的一个拥挤的胡同里交着100万韩元保证金加4万韩元租金的单间里。家人有四口，我，妻子和女儿、儿子。

在那里度过冬天并非容易的事。

那时的当务之急就是备足大米和蜂窝煤。

有一天，妻子买了一箱有瑕疵的苹果，因为有瑕疵的苹果的价格便宜。

妻子总是削苹果吃得很香。

看着妻子吃有瑕疵的苹果，让我心疼不已，忍不住说道：“你就买没有瑕疵的苹果吃嘛。

”妻子不以为然地回答道：“稍微有点瑕疵的苹果更好吃。

”有瑕疵的苹果真的比好苹果好吃吗？”

妻子是怕我心里难受才这么说的。

有一天，上小学二年级的女儿在家里和小朋友们开生日宴会。

可是，我一回家女儿就很委屈地问我：“爸爸，我们家为什么这么穷？”

”瞬间，我感到无比的彷徨失措，问她为什么这么问，她说来家里玩的同学都问：“你们家为什么这么小，只有一个房间吗？”

”“我们家为什么这么小？”

”这句话像刀子刺痛了我的心。

这对于我是一个打击。

我含糊其辞地说：“咱们家不是穷，为了明天只是暂时忍忍而已。

”当家人都睡着的时候，我扪心自问：“我只有这点能力吗？”

”女儿如刀子般的质问在深夜依然在我的脑海里挥之不去。

那天我暗下决心，决定多跑10米。

踏上有可能性的路途决心的力量是惊人的。

让你的大脑高速运转，精神紧绷。

成为有钱人的所有智慧的源泉就是决心。

下决心第二天，要给女儿说明我们家不穷，我要向她证明这一点。

于是我脑海里涌现一个主意。

我把那一段时间以来攒下的想作为事业本钱用的300万韩元从银行里全部取出来，换成1万韩元一张的纸币，这是我全部的财产。

我拿着一个很大的信封，一回到家就把女儿喊来，说：“来，看看，爸爸让你看看咱家有多少钱。

”接着我就从信封里把钱取出来，然后当着女儿的面拿出两三张钞票洒在地上，我不停地洒出去。

手从信封里进进出出足有100次，洒完一看，钱都快把这么小的家铺满了，这样做很有震撼作用。

女儿睁大了圆圆的眼睛。

<<试着多跑10米>>

“哇！

爸爸，咱们家原来有这么多钱啊？

” “贤珠，咱们家不是因为没钱才在这么小的空间里生活的，只是为了买很大的房子把钱都攒了起来。

” 这就是我决心多跑10米，想更快成为有钱人的契机。

租房子住，并且还胆战心惊地想着怎么熬过冬天，这样的人生，在女儿的面前让我感到如此的惭愧。

“再这样下去不行，从现在开始要多跑10米”，这是我下定的决心。

如果说从此后我的生活变得有什么不同的话，也仅仅是因为每天怀着努力生活和怀有成为有钱人的想法，每天开始多跑10米而已，仅仅如此，而之前和之后的生活却发生了180度的大转变。

既然说了，那么就一定要做到。

运气随之而来也开始遇到贵人，适合我的项目也滚滚而来。

首先要下定决心成为有钱人我现在也在煽动我的职员们成为有钱人。

我告诉他们，首先要有成为有钱人的决心。

这是成功最先也是最重要的一个因素。

生而为人，要做的事情很多。

想多学点东西，想结交很多好人，想环游世界，想帮助贫困的人……那么，就从下定决心成为有钱人开始吧。

这个决心能够实现你的所有愿望。

如果你要问：“仅仅有决心就行了吗？”

” 我无话可说。

真正下定决心的人都知道要去努力把所有的事情都变成现实。

这不是经过分析或者推理就能得到的知识。

都是来自于自己的经历才能有这样的感悟。

现在还不晚。

只要下了决心，即便是你已年过花甲，也能偿还债务。

这样的人在实际生活中并不少见。

<<试着多跑10米>>

后记

尊敬的读者，如果让我从这本书所传达的信息中选出一条，如果用一句话来概括这本书，我会毫不犹豫地用这句话：“卖不掉就死。”

”这个是让我置之死地而后生的檄文。

这个不是我从哪里抄来的，也不是谁写给我的。

这个是我内心深处的想法的真实涌现，是我本能的呐喊。

我把这个激励的句子设定在我的手机屏幕上，每当有时间时就会看一看，以此激励自己。

实际上，卖不掉产品，我就活不下去。

所以为了生存我必须进行销售。

如果没有这样能够煽动热情的动力，我也成不了企业的拥有者，甚至都可能变成街头露宿者。

所以我把这句让我东山再起的檄文分享给这本书的读者。

实际上，没有什么事情是做不了的。

如果有人拿着枪在你身后指着你说：“如果你做不到这个我就会扣动扳机。”

”有人这样威胁你，我想不会有什么做不到的。

又有几个人说“我做不到呢？”

”如果你明知道要做什么，却还是身体不动，脑子也不想。

那就只有一个原因，就是你的愿望不强烈。

并且你自己也没有体会到自己的那种迫切感，所以才会犹豫不决。

一直在背后支持我的家人们，一直记得我的朋友们，养育我的祖国，这所有的存在都是我行动的源泉。

读者也可以环视一下周围所有和你有关的人，好好去体会一下你周围的人的感受。

现在不是你什么都不做的时候，也不是像牛一样仅是默默工作的时候。

你的家人不是在期待着你吗？

他们不是很信任你吗？

他们不是很支持你吗？

如果是这样，你就不要再犹豫，向着你人生的顶峰勇敢地奋斗吧。

卖不掉就死，做不到就死。

做一个勇士，高举胜利的旗帜，一路前行吧！

中国有句古诗：“花无百日红。”

”好花不常开，好景不常在，正所谓时间流逝得很快。

早晨懒惰的话必然会面对繁忙的夕阳。

不想着未来，蜷缩在那里不动，是不行的，也不要推到明天。

现在就要做，就是现在。

读了我这本书的读者都知道 我现在的格言是：“想到了就行动！”

”我不会一直让想法停留在心里的。

一定要付诸行动。

只要想到就行动。

所以即便是你的想法还不是那么卓越，也不要踌躇，这样一点一点地积累，你就会多进步一点，不知不觉你会发现你的万里长城已经建成。

我相信你读过这本书之后，只要你能有哪怕是一种习惯上的改变，你的人生就会绽放出异样的光芒。

这一点我深信不疑。

当然，把自己的想法立即付诸实践的失败几率也很高。

但是，如果你只把想法停留在大脑里，那么就只能虚度年华了。

你有本垒打的想法吗？

日本国家队教练王贞治被称作是本垒王。

你可以看一下他的记录，他也有过三振出局的不良记录。

<<试着多跑10米>>

美国的本垒王贝瑞·邦兹也有过三振出局的记录，但其本垒王的地位无人撼动。

韩国的张钟熏也是本垒王，也常有三振出局的记录。

贝比·鲁斯也是如此。

就像这样，本垒打打得多了，就一定会对三振出局有所感受。

如果担心三振出局而不敢挥动球杆，那是打不了本垒打的，连安打都打不好。

现在就挥动你的球杆，这是成功的捷径。

经济依然停滞不前，竞争也是越来越激烈。

这些可以夺走我的财产，夺走我的运气，却夺不走我的精神。

精神反而会在实践中让我得到提升，让我以钢铁之身得到重生。

如果现在你还没有能力，你的条件还不是很好，那么你就努力从坏的条件里走出来。

磨练会提升你自己。

磨练才会让你了解一个人的真面目。

我希望你能够乘风破浪，喊出：“我就是这样的人！”

”我喜欢能够展示自我的人。

我愿意和那些不惧怕挫折、在磨练中不断前进的读者成为朋友。

我想支持那些为了摆脱自己无力感而通过锻炼增强自己能量的读者朋友。

如果想和我成为朋友，想得到我的鼓励，就再读一遍这本书。

如果你是在推动自己向前的时候心生懈怠，想给自己加油的人，那么每当你疲惫的时候都再看一眼这本书。

如果你想再仔细了解我是在什么样艰难的处境中重新站起来的话，请进入我的社区。

在DAMN网站上进入“拙劲社区”就行。

在“拙劲社区”里从“成为富人”栏目的第一篇开始看。

因为各种各样的原因我没法全在这本书里展现出来。

社区里也收录了我大部分的日记。

你看了这些内容会有“这个我也能做到”的想法。

我想通过这本书，通过我的拙劲社区，通过我的公司以幸福的心态等待着读者。

我相信，通读这本书的读者一定会成功的。

加油，我会在背后支持你们。

在最后，我想再向读者们强调一句话：“有了想法就付诸行动，现在马上！”

<<试着多跑10米>>

媒体关注与评论

我们读一本书有的时候能获取新的知识，有的时候能体验到生活智慧。金英植会长的《试着再多跑10米》正是向我们传递生活智慧的书。金会长在这本书里陈述了他在逆境中取得今天成功的过程和方法。他以自己的经历来讲述如何度过困难和挫折，这些我们都可以在实际生活中活学活用。所以，我才向读者推荐这本传递生活智慧的书。

——釜山大学校长 金仁世我和金英植这个“人间不倒翁”相识已经10年了。当时，他为了事业的东山再起正在底层拼搏。他在濒临破产的境地竟然在两年里偿还清了几十亿韩元的债务，五年之内在首尔建立了自己公司大楼，事业完全走上了正常的轨道，我一直都关注着他。

这本书是他血泪的记录。他是我所钟爱的后辈，我向他致以掌声。我想告诉读者，哪怕从书里学到一条也会让你受益匪浅。

——韩国著名演员 李顺载金会长一直都自信，不轻易放弃。所以，他能够一路奔跑，再困难的事情也能够轻松搞定。他待人真诚，非常爱护年轻人。这是一本给世界未来的主人看的书，鼓励他们从内心愿意去努力实践。读过这本书你会备受鼓励，奋勇向前！

——三星人力开发院顾问，前日本三星株式会社社长 郑俊明你知道在飞机里散发传单的人吗？就是金英植。我认识很多的成功人士，但是像他这样的人，我是第一次见。虽然他已经拥有了一家发展非常稳定的公司，但是他仍然会把机场商务中心的公共电脑的桌面设置成公司的网页。不仅是奇思妙想更是源于对自己公司的深深的热爱。请听一下我的朋友金英植的故事吧。我确信你也会感到意外的。

——第一企划社长 金乐熙很多人都是具有独特的创意，过人的才能，但是依然和成功无缘。“我以前曾经……”这样的话经常是没有成功的人在回忆过去的时候经常说的话。想法好但是错过了时机无法成功，没有勇气而无法成功，因为不好意思而无法成功，种种顾虑让时间悄然溜走。

如果你是这种人就好好听听金英植会长的箴言。他告诉你要把想法变为行动。一直以来看着他的各种尝试，我不止一两次的感叹“竟然还可以这样做呢！”

——首尔大学经济学院教授 安重浩读完初稿甚觉喜悦。这是一本给那些遭遇挫折的人以鼓励的书。“你也可以做到”。不管是谁，如果处境变坏都会回避见人。但是金会长越是在困难的时候越要多见人，是勇气成就了今天的他。他把自己的所有经历都写在书里，对于那些想要冲破自己樊笼的人真的是雪中送炭。认真阅读这本书，把里面的东西消化掉，会成为你宝贵的知识财富的。我劝大家好好阅读。

——大韩律师协会会长 李相禧

<<试着多跑10米>>

编辑推荐

《试着再多跑10米》正是向我们传递生活智慧的书。

这是一本给世界未来的主人看的书，鼓励他们从内心愿意去努力实践。

读过这本书你会备受鼓励，奋勇向前！

和韩国总统李明博一起用餐，把产品卖给美国总统小布十，给三星电子、电代汽车等世界五百强企业授课，金英植做到了，你也可以做到。

百万册畅销书《细节决定成败》作者汪中求《水煮三国》作者成君忆《向解放军学习》作者张建华倾力推荐。

和韩国总统李明博一起用餐，把产品卖给美国总统小布什，给三星电子、现代汽车等世界五百强企业授课，金英植做到了，你也可以做到。

从现在开始，试着多跑10米，你的人生会更精彩。

<<试着多跑10米>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>