

LANGWANG FAZE

狼王 法则

王宇◎著

——生活中的狼道的至高智慧

《狼王法则》是一本关于个人生存与竞争的奋斗书

《狼王法则》是一本关于企业领导和员工的培训书

人活着，

不能做只为一日三餐而忙的“**尾狼**”，

而应争做世间最卓越的“**狼王**”

狼王从这里诞生，

命运的突变从这里开始！

中国商业出版社

LANGWANG FAZE

不良王 法则

王宇◎著

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

狼王法则 / 王宇著. —北京: 中国商业出版社,

2010.9

ISBN 978-7-5044-6856-7

I. 狼… II. 王… 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 (2010) 第089180号

责任编辑: 孙锦萍

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(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

北京燕旭开拓印务有限公司印刷

* * * *

710×1000 毫米 16 开 18.5 印张 字数 260 千字

2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷

定价: 35.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

版权所有 翻印必究

前言

群狼的领袖就是狼王，作为狼群之首，它所具备的素质不是一般的狼可以拥有的，凶残、敏锐以及无与伦比的洞察力，还有那一呼百应的号召力。这就是狼王——草原图腾之最。

美国《国家地理》杂志拍过一部纪录片，讲述生活于美国黄石公园的郊狼的故事。郊狼是一种群体内部竞争激烈的动物。这部片子讲的是一只小狼如何成长为狼王的故事。

巴音在狼群中只是一只不起眼的小狼，而狼群有严格的等级制度，每次吃猎物，巴音都只能夹着尾巴等到最后，有时好不容易自己捕到猎物，还会被别的狼抢走，在半饥半饱被狼王欺负的情况下，巴音渐渐长大并进入青春期，本能的冲动使他寻找伴侣。但不幸的是他居然动了狼王的老婆，巴音为自己的鲁莽付出了代价，狼王发现后怒不可遏，将它逐出狼群。狼是一种依靠围猎捕食的动物，一只孤狼能独立存活下去的可能性很小，而此时黄石公园正进入寒冷的冬天，公园里的生存地盘被各个狼群所占领，巴音走进任何一块领地都会受到驱逐和追杀，所以它只能小心翼翼地游走在狼群领地的边缘。为了生存，他几乎走遍了黄石公园的每一个角落，无数次陷入危险和绝境之中。但巴音具有极强的学习能力，通过观察狐狸捕鼠，巴音学会了捕捉深雪下的小动物；为了生存，巴音甚至与水獭合作，一起分工守住藏身地下的猎物洞口，一起分享逃出来的动物。

六个月过去了，巴音经受住了漫长寒冬，成为一头勇猛强壮的公狼。在春暖花开的日子里，他遇上了也四处漂泊的年轻母狼，他们相依为命，共同



生活。为了自己和他们的后代，巴音必须拥有自己的地盘，他决定回到原来的狼群，向驱逐他的狼王发起挑战，一场厮杀之后，巴音最终取得了胜利，整个狼群拜服在他的脚下，他成为了新的狼王。

和狼群一样，人类汲取了经验教训，变得越来越文明。

稚弱年轻时，父母会保护你，给你无微不至的关怀和支持，但终有一天，自己要走出家门，独闯世界。像巴音一样，一路上会遭受各种考验，但这个过程能学会各种生存的技巧，学会坚守信念忍耐孤独，我们也将变得更加勇敢和聪慧。不仅收获了敢于直面惨淡人生的勇气，还承受着出师未捷或黎明前的黑暗，我们洗刷征程后，便无怨无悔。

狼的精神是可贵的，狼的种群是优秀的，很值得我们人类借鉴。当今社会竞争十分激烈，优胜劣汰已成为不可抗拒的时代洪流，狼王的精神便是一种竞争的精神。人的成长要经历很多阶段，而永不放弃的狼王精神必须贯彻始终。从弱小到强大，从一无所有到事业有成、大成，不管出身如何、背景如何，我们都要像巴音那样去战斗！

狼王从这里诞生，命运突变从这里开始！

· 目 录 ·

第一章 强者——颓废中依然能够崛起

我们不要做只为一日三餐而忙的“尾狼”，我们要做世间最卓越的“狼王”！

在狼群中，一只弱小的狼要变成狼王、成为强者，必要经过无数的挫折和磨难，才能变得更加勇敢和智慧。

——狼的自述

狼作为动物界中的肉食者，在这个弱肉强食的残酷环境中，为了能延续自己的生命，在种种恶劣的逆境下，凭着坚忍不拔、百折不挠的意志，始终都没有放弃自己的目标，即使在自己的生命一度遭受重创，生命的最后一刻，也不会轻易认输。它们会勇敢地面对失败的废墟中崛起，这就是狼的生存法则——在颓废中崛起的精神。

- | | |
|------------------|-----|
| 1. 失败铸就强者 | 002 |
| 2. 草原上的屹立者 | 006 |
| 3. 不朽的草原传说 | 011 |
| 4. 跌不倒的巴特尔 | 018 |

第二章 以“狼子野心”挑战王者之位

在未当上狼王之前，成与败、得与失总是伴随着我。但一时的成败得失算不了什么，在我的世界里，没有“惧怕”两个字，有的



是勇往直前的气概和“永争第一”的精神，我坚信，只有敢于挑战、勇于拼搏，才能登上“狼王”之位。

——狼的自述

在狼的世界，只相信强者。要想脱颖而出，就要有非凡的气质和敢于挑战的本质。但要想叱咤风云，屡战屡胜，就必须拥有狼王的血液和精神。要成为狼王，就要敢于向狼王挑战。当然，狼王并非天造地设的。有勇气就能叩开成功之门，当然还需要有强者的心理素质，更要懂得技巧，全力以赴才行。

- | | |
|------------------------|-----|
| 1. 成功需要奋勇向前的拼搏精神 | 024 |
| 2. 无畏，所以无敌 | 028 |
| 3. 从心理上强大起来 | 032 |
| 4. 破釜沉舟，弱者不亚于强者 | 036 |
| 5. 时机是成功的跳板 | 040 |
| 6. 挑战强者，让自己遇强越强 | 044 |
| 7. 全力以赴才能成为狼王 | 049 |

第三章 组建自己的港湾与团队

狼亦有道，我们绝不会为嗟来之食而不顾尊严，向主人摇头摆尾；逆境中，懦弱的动物选择逃避和放弃，我们只会一路高歌……

在我们的生存之路上，没有道义只有成败，输与赢、生与死是我们所信奉的惟一结果。但别以为我们会去做以卵击石的傻事，当对手极为强大时，必会群起而攻之……

狼群是我们永远的港湾，当我们并肩作战的时候，凶狠程度超强，爆发力达极限，每一次进攻的目的只有一个——致命！

——狼的自述

想成为一个杰出的狼王，就要学会自尊独立。要明白，自己是群狼的精神。更要明白，团队是生存的需要，你的团队就是你最大的资产。



1. 孤独的领导者	054
2. 自尊——不食嗟来之食	059
3. 领导风范	064
4. 团队——生存之道	068
5. 重视团队效率	072
6. 调动团队的积极性	076

第四章 机会是关乎成败的第一步

我从不认为机会是从天上掉下来的，那是自己努力付出的结果；只有不断进取，才能捕捉机遇；我更明白，以智、以变才能取得自己生存的权利，才能把握自己的命运；为了生存，我学会了灵活多变，用变通来适应这个多变的世界。灵活应变，以智取胜，是我当上“狼王”的前提。

——狼的自述

狼的天敌——人类，让狼明白，在恶劣的环境中，真正的机会是不会自己到来的，它就在前方，只有不断进取，才能捕捉到。更让狼族学会了，只有用“智”才能赢得生存的权利，只有以谋才能主宰自己的命运。要成为狼王，达到目标时所使用的策略是要千变万化的。

1. 猎物不会自己送入狼口	082
2. 机遇随时在，只要懂得主动出击	086
3. 不断进取，捕捉机遇	091
4. 没有谁是永远的强者	095
5. 寻找到自己的位置	099

第五章 以“智”强食“弱肉”得生存

我们狼是食肉者，这是自然界给予我们的权力，我们由此而生存着，延续着我们的生命。我们遵循着“物竞天择，适者生存”的自然法则，处处充斥着血腥和弱肉强食。我们狼群在捕食猎物时，总是选择一头弱小或年老的动物作为猎取的目标。开始我们会从不同方向包抄，然后慢慢接近，一旦时机成熟，便突然发起进攻；若猎物企图逃跑，我们便会穷追不舍，而且为了保存体力，往往分成几个梯队，轮流作战，直到捕获成功。

这就是我们狼的品性和精神——逆境生存、王者必胜。

——狼的自述

优胜劣汰，是大自然生存竞争亘古不变的法则。作为一匹弱小的狼会有生存的压力，对此不要消极。任何冲动鲁莽的行为都会付出代价，要明白，竞争中不会有谦让，让环境把你磨练成一位强者。能知进退方为强者，同时也要记住：靠自己争取才可以得到一切。

1. 遵循活下去的“不二法则” 104
2. 上帝不宠爱，更应该做个强者 108
3. 控制自己的行为，少冲动多忍耐 112
4. 竞争中不需要谦让 116
5. 借助环境让自己更强势 120
6. 真正的强者知进退 125

第六章 困境面前，将行动执行到底

在我们的世界里，“适者生存”的大自然法则持续运行着，如同最虚弱的羊和鹿会被我们所捕获一样；在我们的团队中，弱者也会消失。我们的生存主要是依托在战胜对手、吃掉对手的方式上，否则就会被饿死。为了能够捕到猎物，我们必须在困境中奋起，用

积极的心态来面对挫折，用行动去战胜挫折！.....

——狼的自述

狼在捕猎成功的同时还必须警惕其他想不劳而获的动物的袭击。这些动物还经常袭击、捕杀狼的幼崽，狼必须时刻警惕来自不同方面的侵袭。最后，狼还必须与人类抗争，人类无疑是狼繁衍生存的最大威胁。正是在这种险恶的环境中，狼才得以战胜对手。因此，面对困境时，最好的解决办法就是行动，只有奔跑才能捕到猎物。

1. 学会在困境中奋起 132
2. 挫折是强者的垫脚石 136
3. 用积极乐观的心态面对挫折 141
4. 永不言败是狼成功的哲学 145
5. 行动是战胜挫折的有利武器 149
6. 只有付出才有收获 153

第七章 懂得学习，善于合作

我们狼多是群居动物，我们的团队中有严格的纪律。在出去围猎时，我们都有自己的任务，任何狼都不能擅离职守。只有众狼一心，密切配合，我们才能猎取到足够的食物，才能在自然界中生存下去。我目前还只是一匹幼狼，只能去猎杀相对弱小的猎物。当然，在分食猎物时，我也只能得到很少的一部分，勉强填饱肚子。为了生存，我必须向那些强大的狼学习，与他们合作。我相信：只要我用心学习和锻炼，就一定能变得强大起来。

——狼的自述

面对强大的对手，打无准备之仗是不会成功的。应该学会向他人学习，善借他力，知己知彼，谨慎出击。要想成为强者，就要学会合作。只有懂得合作，才会成功。

1. 学会有备而战 158
2. 不断学习, 提升自我 163
3. 知己知彼, 团结合作 167
4. 学习“善借他力” 172
5. 为利益而合作 177
6. 合作是成功之道 181

第八章 不可忽视的精神力量

命中注定我将处于孤独、荒凉与寂寞中, 我学会了忍耐, 我盘居荒原一角, 养精蓄锐, 屏息以待。终有一刻, 激情与体能会全面爆发, 支持我那勇猛一击。

——狼的自述

不屈不挠、忍辱负重是狼的一大特点。几乎所有的狼在生存环境和各种挑战的严峻考验面前, 都已经习惯了坚韧和忍耐, 没有轻言放弃的狼。它不会为了所谓的尊严在自己弱小时攻击比自己强大的东西。它会忍辱负重, 等待自己强大到可以发动攻击的那一天, 这也是成为狼王应具有的成功品质。

1. 信念是一种无形的力量 186
2. 耐心才能取得长远的胜利 190
3. 血战到底, 绝不言弃 195
4. 在坚忍顽强中求得胜利 199
5. 强敌面前, 绝不言败 203
6. 忍辱负重, 创造美好未来 208

第九章 团结互助, 感恩为怀

我们狼同其他动物相比, 实在没有什么特别的个体优势, 在生存、竞争、发展的动物世界里, 我们都要靠团队生存。因为狼多力

量大，在残酷的大自然中我们狼要想生存就必须要以团队生活为主。在团队生活中最重要的就是要和同伴处理好关系。我们在团队中和同伴和睦相处，而且在狩猎时共同合作、互帮互爱，我们才能在残酷的大自然中生存、成长。

——狼的自述

狼是群居动物，它们互相团结互助，有很强的战斗力，在捕杀猎物的时候都是有步骤有计划的。想要成为狼王，就要忠诚于团队，学会感恩。

- | | |
|---------------------|-----|
| 1. 相信自己，信任同伴 | 214 |
| 2. 合理分工，恪守职责 | 219 |
| 3. 懂得感恩于他人的帮助 | 223 |
| 4. 换个立场思考问题 | 227 |
| 5. 忠诚于团队 | 231 |

第十章 忧患意识决定兴衰存亡

我懂得“生于忧患，死于安乐”这样的道理，要想保持狼王的地位，就要在任何情况下都不自满，且要有一颗归零的心态，不断进取和完善自己。只有做到这些，才能使自己长盛不衰。

——狼的自述

站在狼王的位置，就要居安思危，有一种超前的忧患意识。《易经》云：“安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘乱。”说的就是居安思危的道理，居安思危者，则昌、则盛；反之则衰、则败、则亡。

- | | |
|--------------------|-----|
| 1. 超前的忧患意识 | 238 |
| 2. 拥有一颗归零心 | 242 |
| 3. 永远专注，精益求精 | 246 |
| 4. 成功就是不断超越 | 250 |
| 5. 不知足，长盛不衰 | 254 |

第十一章 智慧是永胜不败的法宝

虽然我是一匹勇猛的狼，在极其恶劣及竞争激烈的生存环境中，我在运用自身力量的同时，更是靠着谋略及智慧使自己在残酷的竞争生存下去，并永远立于不败之地。

——狼的自述

古人云：上兵伐谋，其次伐交，其次伐兵，其下攻城。要永保不败，就要懂得用谋略经营一生，再创辉煌。

1. 用智慧经营你的一生 260
2. 冷静应对一切变数 264
3. 以长远的心态看竞争 268
4. 上善若水，因势利导 272
5. 做一个谋略家 276

方寸豪兴宝尖財意患財

財意患財財財財 財意患財財財財 財意患財財財財 財意患財財財財 財意患財財財財



第一章 >>>

强者——颓废中依然能够崛起

我们不要做只为一日三餐而忙的“尾狼”，我们要做世间最卓越的“狼王”！

在狼群中，一只弱小的狼要变成狼王、成为强者，必要经过无数的挫折和磨难，才能变得更加勇敢和聪慧。

——狼的自述

狼作为动物界中的肉食者，在这个弱肉强食的残酷环境中，为了能延续自己的生命，在种种恶劣的逆境下，凭着坚忍不拔、百折不挠的意志，始终都没有放弃自己的目标，即使在自己的生命一度遭受重创，生命的最后一刻，也不会轻易认输。它们会勇敢地失败的废墟中崛起，这就是狼的生存法则——在颓废中崛起的精神。



1. 失败铸就强者

只有经历过失败的强者才是真正的强者，因为他们一旦成功，就很难再被打倒，他们知道失败的苦涩，所以决不会再让自己轻易被打倒。失败是通向成功的垫脚石，要在失败中总结经验教训，要勇敢面对失败，做永远的强者，屹立于成功的巅峰！

没有任何一匹狼是天生的强者。

一望无际的大草原上，可能会分布着数十群强大的狼族。这里的每匹狼王都是大草原的骄傲，因为他们的经历和成长过程往往伴随着失败和痛苦，他们的一生充满着神奇与迷惑，他们的个性为整个大草原增添了英雄般的色彩。

在草原的深处，一条小河穿过了一座不高的山坳，层层叠叠的灌木丛组成了草原上另外一种景色。

这里生活着草原上最有影响的一群狼，这群狼的活动足迹几乎涵盖了小半个草原。他们“创造”出来的“事迹”几乎已经引起了大草原的公愤。但他们依旧很好的生存着，他们不会惧怕任何的威胁和打击，因为他们是强者。

在这群强者中，他们的狼王高大而威猛，凶狠的眼神中充满了智慧以及对大草原无限的感恩，他就是胡克。

胡克是狼群的悲剧，因为他是天生的“残障狼”。一头残障狼很难在狼群中有出头之日，更别说成为狼王了，但胡克却做到了。没有任何一只狼比胡克更明白什么是失败、什么是生活的艰辛。他经历了太多的故事，他的身体已经融入了大草原，因为只有大草原才会有如此可怕的生命力。

一头残障狼是得不到足够的食物保障的，但胡克从一头小狼开始就下定决心改变这种状况。他的一条腿比另外三条腿短了一些，这使他奔跑时远没有其他狼的速度和敏捷。但小胡克有足够的耐心和恒心，他知道，在大草原上，落后就意味着死亡。

一次次的冲刺，一次次的摔倒，一次又一次的爬起来。每次的训练失败都意味着需要抛弃精心想到的姿势，艰苦的训练并没有让他的速度比别的狼更快，但却让他有了最强壮的身体。

需要自己出去猎取食物了，但胡克的第一次依旧是失败的。因为他的庞大身躯总是最早暴露在猎人的眼中，胡克甚至看到了黄羊和牧羊犬们对他的嘲笑和讽刺。第二次依旧失败，第三次依旧……可是半年后，他就成为了整个狼群中猎取食物最多的狼。

每匹狼都有追求成为狼王的资格和雄心，胡克当然也不例外。可是当他要参与竞争时，所有的狼都露出了鄙夷的目光。胡克的心在这样的眼神中受到了深深的伤害，他突然感到了害怕。

他独自流浪了一段时间，他需要思考失败的含义，他更需要明白，为什么失败总会伴随着他。

大草原上的晚霞是最美的，轻风吹拂着嫩绿的草，高傲的草随着晚霞的光在摇曳着。胡克此时却在看一群蚂蚁捕食，一条肥大的虫子总能轻而易举地掀下爬在它背上的蚁群。胡克很感兴趣地看着，他几乎已经认为蚂蚁毫无胜算。但当他打个盹再看这场不“合理”的决定时，却惊奇地发现，那条虫子只剩了一具外壳。胡克被震撼了，他突然明白坚持的重要性，他明白他缺少了什么。

是的，没有永远的失败者。胡克回到了竞争者的行列，这次，在他的内心深处，一点也不惧怕那些强大的对手。

决斗在所难免。

胡克有最强壮的身体，但却并没有最强大的智慧。当他勇猛地冲向对手的时候，他被甩了出去，当他第二次冲向对手的时候，他的另外一条腿被撕开了……胡克很狼狈地逃走了，他再次成为了一匹流浪的狼。

“是需要思考一些问题了，为什么我总是打不赢那个该死的混蛋。”胡克有些气急败坏了。

“我有最强壮的身体，我有最雄心的勇气，我有志在必得的信心，可我怎么还会失败？”胡克对着大草原怒嚎着。大草原上的每匹狼都会遭遇很多的痛苦和磨难，而胡克所面对的似乎更加残酷。大草原的春夏秋冬改变着草地的色彩，远处和近处的山坳在大雾中显得有些迷离。这样的天气不适合任何动物的外出，但草原的魅力就在于它永远充满了不确定的因素。

胡克就是这样的因素，他是一个不认输的家伙。此刻的他伏在一处山坳里，远远地注视着另外几只大草原的“不确定因素”。

两只大狼正在和一只矫健的豹子对峙着，很显然，豹子已经处于上风。一只强大的花豹甚至敢于攻击强大的鳄鱼，它们敏捷的身手是动物界的噩梦。两只大狼身上鲜血淋淋，但他们精神很强，没有退却的意思。胡克已经观察了很长时间，他已经在这场搏斗中学习了许多的东西。豹子的攻击和狼的躲闪都是胡克从来没有见到过的技巧，胡克已经看呆了。他已经明白，自己之所以会在竞争中失败，是因为自己的攻击技能远远不够成熟。

两只狼有计划地逃走了，而花豹也因为狼的斗狠而停止了追击。胡克却很精神，他的内心像烈火一样燃烧着，是的，再次决斗的时候到了。

狼王之争总是大草原上最惊心动魄的事情，胡克已经做好了最充足的准备。他不想做一个永远的失败者，他已经恨死了该死的失败。所有的狼依旧抱着怀疑的目光看着胡克，但却都被他的精神所打动，这是一场势均力敌的竞争。

战况很激烈，在数次竞争中失败却又屡败屡战的胡克终于打倒了对手。很少有狼能够拥有花豹的攻击技巧，而残障的胡克却做到了。

胡克成了一名成功的狼王，他知道失败者是什么滋味。所以，他不允许自己轻易失败，“励精图治”和“居安思危”成了他永远的座右铭。其实，每一个强大的成功者都是在失败中学会坚持和珍惜的。一个成功的“失败者”，一旦成功之后就很难再被击败，因为他们所拥有的不仅仅是强大的体格，更重要的是他们已经把成功的精神融入了身体。

而胡克就是这样的成功者。