

人生最重要的70个黄金法则

· 必知必备的人生法则 · 获得事业成功的圣经 ·

康石◎主编

Rensheng Zuizhongyao De
70 Ge Huangjin Faze

黑龙江科学技术出版社

黄金法则

最重要的

人生

70

个

人生智慧



人生最重要的 70个黄金法则

· 必知必备的人生法则 · 获得事业成功的圣经 ·

Rensheng Zuizhongyao De
70 Ge Huangjin Faze

康 石◎主编

黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

人生最重要的 70 个黄金法则 / 康石主编. — 哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2008.3
ISBN 978-7-5388-5656-9

I. 人… II. 康… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821—19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 003360 号

责任编辑:张丽生 刘红杰

封面设计:王欣悦

人生最重要的 70 个黄金法则

RENSHENG ZUI ZHONGYAO DE 70 GE HUANGJIN FAZE

康 石 主编

出 版 黑龙江科学技术出版社 

地址:哈尔滨市南岗区建设街 11 号 邮编:150001

电话:0451-53642106 电传:0451-53642143(发行部)

印 刷 北京凯通印刷有限责任公司

发 行 黑龙江科学技术出版社

开 本 710×1000 1/16

印 张 17

字 数 265 000

版 次 2008 年 4 月第 1 版·2008 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5656-9/B·22

定 价 26.80 元

■ QIANYAN 前言

人生是一个不断成长和奋斗的过程，从胎儿，孩童，少年，青年，中年，到老年。这个过程诠释着生命的真谛，包含了人活着的酸甜苦辣，突显着人生得意的光芒和失意的黯淡。

我们每个人都在社会生活实践中不知不觉地书写着自己的人生，也在不知不觉中读自己的人生。有些人历经磨难，自强不息，立志拼搏，最终创造出了巨大的成绩；有些人平平庸庸，得过且过，一事无成。他们在人生的过程中有了不同的选择，走了不同的路，有了不同的付出，做了不同的事情，最后形成了不同的结局。

有这样一个故事：

鉴真大师刚刚遁入空门时，寺里的主持让他做了谁都不愿做的行脚僧。

有一天，日已三竿了，鉴真依旧大睡不起。主持很奇怪，推开鉴真的房门，见床边堆了一大堆破破烂烂的瓦鞋。主持叫醒鉴真问：“你今天不外出化缘，堆这么一堆破瓦鞋做什么？”鉴真打了个哈欠说：“别人一年1双瓦鞋都穿不破，我刚剃度一年多，就穿烂了这么多的鞋子。”主持一听就明白了，微微一笑说：“昨天夜里落了一场雨，你随我到寺前的路上走走看看吧。”寺前是一段黄土坡，由于刚下过雨，路面泥泞不堪。

主持拍着鉴真的肩膀说：“你是愿意做一天和尚撞一天钟，还是想做一个能光大佛法的名僧？”鉴真答：

“想做名僧。”

主持捻须一笑：“你昨天是否在这条路上走过？”鉴真说：“当然。”

主持问：“你能找到自己的脚印吗？”

鉴真十分不解地说：“昨天这路又干又硬，哪能找到自己的脚印？”

主持又笑笑说：“如果今天我们在这路上走一趟，你能找到你的脚印吗？”鉴真说：“当然能了。”

主持听了，微笑着拍拍鉴真的肩说：“泥泞的路才能留下脚印，世上芸芸众生莫不如此啊。那些一生碌碌无为的人，不经历风雨，就像一双脚踩在又平又硬的大路上，什么也没有留下。”鉴真恍然大悟。

是啊，只有那些在风雨中走过的人们，才知道痛苦和快乐究竟意味着什么。那泥泞中留下的两行印迹，就证明着他们的价值。

人生就是如此。“不经历风雨，怎能见彩虹”，任何一种本领的获得都要经由艰苦的磨炼，任何香甜的果实，都是勇士战胜艰难险阻，用自己的血汗浇灌的。要知道，一些非常重要的社会规律和人生法则，都隐藏在复杂的社会之中。掌握它们，将有助于你发现事物真相，更深刻地认识社会和人性的；合理运用它们，许多复杂和疑难问题便会迎刃而解。

按照本书告诉你的人生最重要的 70 个黄金法则，从小事做起，从细节做起，从现在做起，去实现你的人生目标吧。

■ CONTENTS 目录

01. 蝴蝶效应/1

——细节决定人生的成败

02. 幸福递减定律/4

——用心灵去感悟幸福的真谛

03. 帕金森时间定律/8

——时间是人类最宝贵的财富

04. 跳蚤效应/12

——目标是人生行动的指南

05. 杜利奥定理/16

——没有什么比失去热情更可怕

06. 罗伯特定理/20

——怀有希望才能成为生活的强者

07. 冰淇淋哲学/24

——天下没有逃不出的逆境

08. 塞里格曼效应/28

——人生最大的失败就是放弃

09. 马蝇法则/32

——强劲的对手能激发人的精神和斗志

10. 首因效应/36

——创造良好的人际关系氛围

11. 杜根定律/40

——自信的态度决定人生的高度

12. 王安论断/44

——犹豫不决让人失去成功的机会

13. 蜕皮效应/48

——挑战自我是生命的要求

14. 吉格定理/52

——才能的养成需要后天的努力

15. 隧道视野效应/56

——眼界决定境界

16. 跨栏定律/60

——困难是人生最好的学校

17. 特里法则/64

——承认错误是一个人最大的
力量源泉

18. 比伦定律/68

在失败的经历中寻找成功
的转机

19. 毛毛虫效应/71

——另辟蹊径,不走寻常路

20. 青蛙法则/75

深谋远虑,防患于未然

21. 刺猬理论/78

——距离是人与人交往的氧气

22. 南风法则/81

——温暖胜于严寒

23. 皮格马利翁效应/84

——不要吝啬你的激励和赞美

24. 马斯洛效应/88

——尊重身边的每一个人

25. 木桶定律/92

——劣势否定优势,劣势决定生死

26. 适者生存法则/94

——优胜劣汰,适者生存

27. 格利定理/97

——小信成则大信立

28. 卡瑞尔公式/101

——拿出置之死地而后生的
勇气

29. PMA 黄金定律/104

——心态影响一个的命运

30. 跷跷板互惠原则/108

——互助互惠,会活得更精彩

31. 卢维斯定理/112

——别让骄傲阻碍成功之路

32. 拜伦法则/116

——用人不疑,疑人不用

33. 费斯诺定理/120

——多听少说,含而不露

34. 威尔逊法则/124

——榜样的力量是无穷的

35. 卢皮扬定理/128

——积累力量,走向成功

36. 定势效应/132

——摆脱思维定式的束缚

37. 韦尔奇原则/136

——选择合适的人,做合适的事

38. 奥格威法则/140

——善用强人,才能成就宏伟大业

39. 德尼摩定律/143

——选择最适合你的那双鞋

40. 权威暗示效应/147

——敢于向权威挑战

41. 避雷针效应/151

——善疏则通,能导必安

42. 韦奇定律/155

——每个人都要有自己的主见

43. 倒U形假说/159

——让自己保持在“半兴奋”
状态

44. 蔡戈尼效应/162

——善始善终,认真对待生活

45. 吉格勒定理/166

——大鹏展翅,志在千里

46. 旁观者效应/169

——不要做冷漠的旁观者

47. 投射效应/173

——不要以己之心度他人之心

48. 竞争优势效应/176

——与其两败俱伤,不如合作共赢

49. 布利斯定理/179

——三思而后行,方能少走弯路

50. 基利定理/183

——用积极的态度坦然面对失败

51. 蘑菇定律/187

——努力为自己增值,才会得到
认可

52. “灯塔”效应/192

——远景目标为企业的发展
指明了方向

53. 临界点效应/195

——跨越人生中的“临界点”

54. 热炉规则/199

——加强企业的纪律性

55. 达维多夫定律/203

——抛弃旧观念,不断创新

56. 史提尔定律/207

——团结就是力量

57. 奥美原则/211

——对顾客保持热情至诚的态度

58. 雅格布斯定理/215

——质量是企业的生命

59. 参与定律/219

——每个人都会支持他参与
创造的事物

60. 古狄逊定理/223

把手中的权力尽可能地下放

61. 鲑鱼效应/227

——引入竞争,保持活力

62. 王永庆法则/231

勤俭是持家和经营的真谛

63. 亲和效应/235

——提升亲和力,培养好人缘

64. 瓦伦达心态/239

——患得患失的心态,终究会
导致失败

65. 洛克忠告/242

——重视制度的力量

66. 250⁴³定律/245

——善待一个人,如同点亮一盏灯

67. 囚徒困境博弈/249

——没有相互的信任,就没有
合作的基础

68. 情绪效应/253

——情绪应该时时受到理智的
支配

69. 菲米尼论断/257

——退却是防御能力的集中体现

70. 自我选择效应/261

选择决定人生的方向

01. 蝴蝶效应

HU DIE XIAO YING

细节决定人生的成败

1979年12月，洛伦兹（Lorenz）在华盛顿的美国科学促进会的一次讲演中提出：一只蝴蝶在巴西扇动翅膀，有可能会在美国的德克萨斯引起一场龙卷风。其原因在于：蝴蝶翅膀的运动，导致其身边的空气系统发生变化，并引起微弱气流的产生，而微弱气流的产生又会引起它四周空气或其他系统产生相应的变化，由此引起连锁反应，最终导致其他系统的极大变化。此效应说明，事物发展的结果，对初始条件具有极为敏感的依赖性，初始条件的极小偏差，将会引起结果的极大差异。由于洛伦兹的演讲和结论给人们留下了极其深刻的印象，从此以后，所谓“蝴蝶效应”之说就不胫而走，名声远扬了。

“蝴蝶效应”之所以令人着迷、令人激动、发人深省，不但在于其大胆的想象力和迷人的美学色彩，更在于其深刻的科学内涵和内在的哲学魅力。一件很小的事情和一件很大的事情看似完全不相关，却有着紧密的联系。在现实生活中，如果不懂得蝴蝶效应，你就可能让成功尽失在小事中。

■ 让小事成就人生的精彩

事物发展都有其自身的规律，任何一个小的失误，都可能酿成一场大悲剧。这听起来似乎有点不可思议，但是小失误确实能够造成无法想象的恶果。

英国国王查理三世与里奇伯爵亨利准备决一死战，看谁能统治英国。

决战当天早上，查理派一个马夫去准备战马。马夫让铁匠给国王的战马钉掌，铁匠说：“我早几天给国王的军队全部钉了马掌，所有的马掌和钉子都用光了，我要重新打。”

马夫不耐烦地说：“我等不及了，你有什么就用什么吧！”

于是铁匠寻来4个旧马掌和一些旧钉子，把他们砸平打直后钉上国王战马的马蹄。可最后一个马掌只钉了2枚钉子，连钉子都没有了。马夫等不及了，认为两颗钉子应该能挂住马掌，就牵走了马。

结果在战场上，由于查理的马掉了一只马掌，他被掀翻在地，因而被亨利的士兵活捉了。

马掌上一个钉子是否会丢失，本是初始条件的十分微小的变化，但其“长期”效应却是一个帝国存与亡的根本差别。这就是“蝴蝶效应”的巨大威力，它反映了万事万物都是联系、发展的这一真理。但是，我们也不要吧“蝴蝶效应”看成是一种只会带来负面效果的情况。其实，它是一把双刃剑：既有坏的一面，也有好的一面。把它应用到人生中，我们可以发现，有时一个微不足道的小事，或许都会改变你一生的命运。

美国福特公司名扬天下，不仅使美国汽车产业在世界占据鳌头，而且改变了整个美国地国民经济状况，但谁又能想到该奇迹地创造者福特当初进入公司地“敲门砖”竟是“捡废纸”这个简单地动作？

那时候福特刚从大学毕业，他到一家汽车公司应聘，一同应聘地几个人学历都比他高，在其他人面试时，福特感到没有希望了。当他敲门走进董事长办公室时，他发现门口地上有一张纸，便很自然地弯腰把它捡了起来，看了看，原来是一张废纸，就顺手把它扔进了垃圾篓。董事长把这一切都看在眼里。福特刚说了一句话：“我是来应聘的福特”。董事长就发出了邀请：“很好，很好，福特先生，你已经被我们录用了。”

这个让福特感到惊异地决定，实际上源于他那个不经意地动作。从此以后，福特开始了他地辉煌之路，直到把公司改名，让福特汽车闻名全世界。

一个看似微不足道的小动作可以使一个人平步青云，走向成功。“蝴蝶效应”能对一个人的成功，给出合理的解释，同样，它的积极效果对企业的运营也能提供令人信服的诠释。

日本某贸易公司的一位专门负责为客商订票的小姐，她给德国一家公司的商务经理购买往来于东京、大阪之间的火车票。不久，这位经理发现了一件趣事：每次去大阪时，他的座位总是在列车右边的窗口；返回东京时又总是靠左边的窗口。经理问订票小姐其中缘故，小姐笑答：“车去大阪时，富士山在你右边，返回东京时，山又出现在你的左边。我想，外国人都喜欢日本富士山的景色，所以我替你买了不同位置的车票。”就这么一桩不起眼的小事使这位德国经理深受感动，促使他把与这家公司的贸易额提高到原来的两倍。

小事成就大事，细节成就完美。有时，看似无关紧要的小事却往往关系到一件事情的成败，关系到一个企业或个人的前途和命运。因此，在工作和日常生活中，我们要真正从小事做起，从细节入手，把小事做好，把细节做得更周到细致，注意在做事的细节中找到机会，从而使自己走向成功之路。



人生感悟

RENSHENG GANWU ■

成功人生，往往就从小事开始。小事虽然微不足道，但小事不可忽视。只要善于从小事中总结经验，吸取教训，小事也可以成就伟大人生。一件小事往往可以反映出一个人对待生活的态度，可以成为我们成功的契机。

02. 幸福递减定律

XINGFUDIJIANINGLV

用心灵去感悟幸福的真谛

西方经济学界有个理论叫“幸福递减律”，是说人们对同一事物幸福的感觉，会随着物质条件的改善而降低。

明朝开国皇帝朱元璋，从小家境贫寒，常年食不果腹，衣不济身。17岁那年他又因父母双死于瘟疫，无家可归，被迫到黄觉寺当了一名小和尚，以图有口饭吃，保全性命。谁知寺庙里和尚等级森严，幼小的朱元璋除了有干活的份儿，仍是受饥挨饿，只好到寺外化缘维生。有一次，他一连三日没讨到东西，又饿又气，在街上昏倒了，后被一位路过的老婆婆救起带回家，老婆婆将家里仅有的一块豆腐和一小撮菠菜，红根绿叶放在一起，浇上一碗剩粥一煮，喂给朱元璋吃。朱元璋一阵狼吞虎咽之后，舌唇之上还残留着美味余香，回味无穷，问老婆婆是什么菜，老婆婆答道：“珍珠翡翠白玉汤”（珍珠即米饭粒，翡翠即青菜叶，白玉即豆腐块）。日后，朱元璋当了皇帝，整天吃的是山珍海味，美酒佳肴，时间一长觉得没滋没味。他经常会思念起那位老婆婆做的“珍珠翡翠白玉汤”的美妙之味，于是他命御膳师傅来做。结果一连杀了七八个御膳师傅，那珍珠翡翠白玉汤也没有人能

做得出来。最后，他便叫人把那位老婆婆请到京城来，让她再做“珍珠翡翠白玉汤”给他吃。朱元璋吃后，觉得平淡无味，没有以前那么鲜美爽口，问：“婆婆做的汤怎么没有从前那么美妙好吃了？”老婆婆笑说：“当时你正处在饥肠辘辘的情况之下，无论我给你什么吃，你的感觉都是香甜的；现在你已经当了这么多年的皇上，天底下的珍馐佳肴你都尝遍了，这白菜叶子和白面疙瘩调制的珍珠翡翠白玉汤又怎么能满足你的口味呢？……”朱元璋恍然大悟。

这便是“幸福递减律”现象在生活中的体现。它告诉我们，当我们处于较差的状态时，一点微不足道的事情可能会带给我们极大的喜悦；而当我们所处的环境渐渐变好时，我们的需求、观念、欲望等都会发生变化，同样的事物再也不能满足我们的需求，我们在其中再也找不到当初的幸福感了。这也许就是幸福明明在身边，你却依然活在一片阴影当中的原因吧。当然，如果你掌握了这个规律，并学会驾驭它，那么，你的幸福感也就会成倍的递增。

■ 幸福就是把握自己拥有的一切

幸福，在人们心里没有统一的标准，每个人都有他自己的幸福概念。有些人，在别人眼里是够幸福的了，但他们自己没感觉到，还在不停地追求幸福，到头来，还是不知道幸福是什么味。

有这样一个小故事：

一只小狗问它的妈妈：“妈妈，幸福是什么？”

妈妈说：“幸福是你的尾巴尖。”

于是小狗每天都试图咬到它的尾巴尖，以得到幸福。可无论它怎么努力，还是不能成功。

于是小狗又去问它的妈妈：“妈妈，为什么我追不到幸福？”妈妈

说：“宝贝，你只要抬起头往前走，幸福就会一直跟着你。”

人们总是在渴望幸福、追求幸福，却从来不晓得幸福就在身边，近到可以触手可及的地方。有时，我们感觉到不幸福，只是我们得到的太多，反而让它们从我们身边轻易地溜走，继而感觉不到幸福，开始抱怨起身边的一切。

幸福是一种每个人都向往的生活，但又有多少人能感觉到自己的幸福呢？幸福不是凭空得来的，也不要觉得幸福是顺其自然就可能得到的，唯有紧抓住幸福，把握现在，才是真正的幸福。

美国教育家杜朗曾叙述过他如何寻找幸福。他先从知识里找幸福，得到的只是幻灭；从旅行里找，得到的只是疲倦；从财富里找，得到的只是争斗与忧愁；从写作中找，得到的只是劳累。直到有一天，他在火车站看见一辆小汽车里坐着一位年轻妇女，怀里抱着一个熟睡的婴儿。一位中年男子从火车上下来，径直走到汽车旁边。他吻了一下妻子，又轻轻地吻了婴儿——生怕把他惊醒。然后，这一家人就开车离去了。这时杜朗才惊奇地发现什么是真正的幸福。他高兴地松了口气，从此懂得：生活的每一个平常活动都带有某种幸福。

幸福就是这样，当我们苦苦地追求时，往往却遭遇到痛苦。然而，当我们轻松愉快地活着时，却发现幸福时刻围绕在我们身边。其实，幸福可以很简单，简单到我们都忽略了它的存在！只要能够把握住你现在拥有的，便是人生最大的幸福。

很久以前，有个年轻勇士出海航行，去寻找属于自己的幸福。旅途中看到一个海岛，岛上有座雄伟的城堡，于是他下船来到岛上。城堡里有着数之不尽的财宝，还住着一位美丽的公主，如果勇士肯留下来定居，公主就嫁给他。但这位勇士没有留下，他相信前方的旅途中会有更大的幸福在等着他。

又经过长久的航行，他来到了第二个海岛，岛上的城堡比上一个海岛的城堡更大，更加富丽堂皇。城堡的国王热情地邀请勇士留下，愿意把自己的无数的宝藏和公主全交给他。看着比上一海岛的更多的财富和更美丽动人的公主，勇士有些心动，但是他还是没有留下，他坚信前方会有更好的。

终于他来到了一个更大的岛屿，城堡位于岛的中央，比前两个城堡都要高大。勇士激动的推开了城堡的大门。但迎接他的不是数不清的财宝和美丽的公主，而是一个邪恶丑陋的巫婆。巫婆用法术控制了他，强迫他做苦工，每天都过着苦不堪言的生活。他很后悔没有珍惜前面的幸福，可时光不会倒流。

在寻找幸福的路上，我们每个人都是百折不挠的勇士，但有时，却由于我们的过分执著和贪婪，使幸福一次又一次地与我们擦肩而过。其实，幸福可以很简单，就在你我的身边，只是我们一直都身在福中不知福。我们需要认真地、感激地、宽容地对待人生和品味生活，要知道，在追求幸福的过程中，只有那些善于抓住幸福的人才懂得什么是幸福，才知道如何去体味。



RENSHENG GANWU ■

人生感悟

人过得幸福不幸福，并没有什么评判标准，人对幸福的理解和追求也是没有止境的。幸福，其实就是自己的一种心态。懂得知足，把握住现在拥有的一切便是人生最大的幸福。