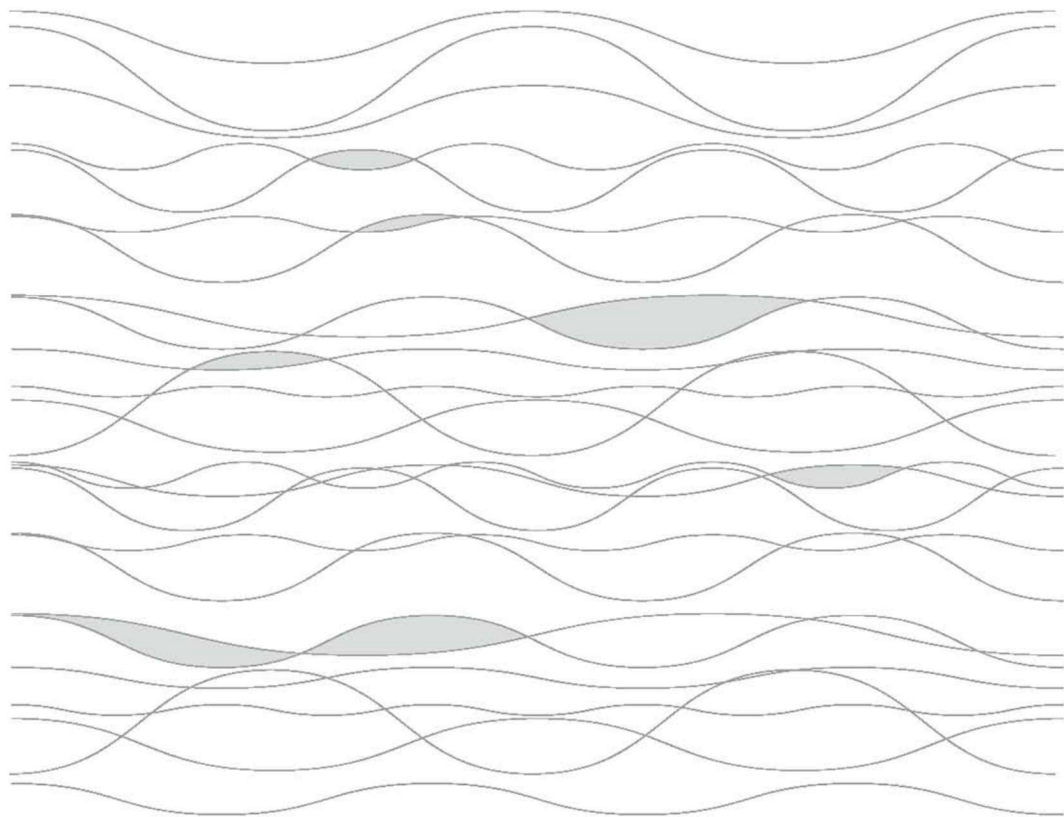


Murphy's Law

做事的方式有两种，而其中一种
必将导致灾难，且一定有人选择这种方式

人类社会千百年思想智慧的结晶 不可不知的黄金法则与生存定律

墨——菲 李原 编著 定——律



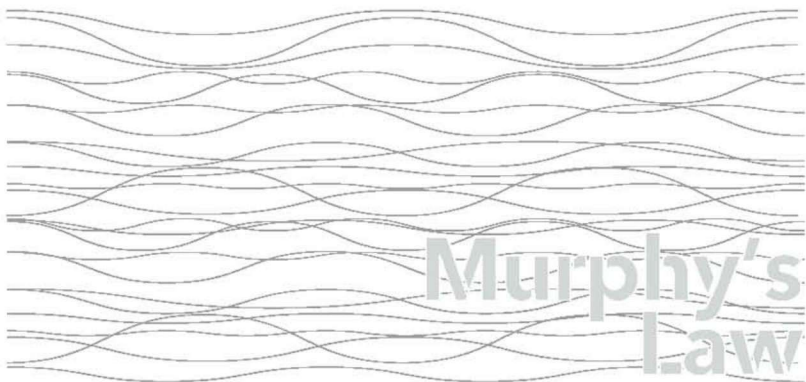


总策划：胡岳雷
责任编辑：饶晨鸣
封面设计：SBS 视觉·设计

Makers' Hood



创客读库



任何事都没有表面看起来那么简单，
所有的事用时都会比你预计的时间长，
会出错的事总会出错，
如果你担心某种情况发生，那么它就更有可能发生。

上架建议：心理学

ISBN 978-7-5178-2218-9



9 787517 822189 >

定价：52.00 元

墨菲定律

李原 编著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

墨菲定律 / 李原编著 . — 杭州 : 浙江工商大学出版社 , 2018.9

ISBN 978-7-5178-2218-9

I . ①墨… II . ①李… 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 (2017) 第 135986 号

墨菲定律

李原 编著

责任编辑 饶晨鸣

封面设计 思梵星尚

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址 : <http://www.zjgsupress.com>)

电话 : 0571-88904980, 88831806 (传真)

排 版 北京东方视点数据技术有限公司

印 刷 三河市兴博印务有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 18

字 数 266 千

版 印 次 2018 年 9 月第 1 版 2018 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5178-2218-9

定 价 52.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970



前言

世界是纷繁复杂的，很多事情，我们虽然习以为常，但并不了解其真相。我们需要用一些理论来揭示事物运行的逻辑规律，推演发展的因果关系。我们更需要用一些理论来指导我们的生活和工作，以使我们的生活更加美好，工作更加顺利。

世界上有许多神奇的人生定律、法则、效应。运用这些神奇的理论，我们能洞悉世事，解释人生的诸多现象，更重要的是，这些理论能指导我们如何去做，如何去改变我们的命运。不管你是否知道这些定律和法则，这些定律和法则都在起着决定性的作用——只是我们很少去关注它们。古今中外，那些伟大的成功者，都深谙这些定律与法则的奥妙所在。无论我们是谁，无论我们从事什么职业，我们都需要知道这些定律和法则。

为什么很多人感觉自己工作很尽力，却没有达到预期的效果或者收效甚微？这个问题可以用二八法则来解释：通常我们所做的工作 80% 都是无用功，只有 20% 是产生效果的。如何避免这种情况的发生？二八法则告诉我们，要把主要精力放在 20% 的工作上，让其产生 80% 的效果。

此外，我们还可以用奥卡姆剃刀定律来分析和解决这个问题。奥卡姆剃刀定律认为，在我们做过的事情中，可能绝大部分是毫无意义的，真正有效的活动只是其中的一小部分，而它们通常隐含于繁杂的事物中。找到关键的部分，去掉多余的活动，成功就由复杂变得简单了。

为什么很多人情绪低迷，毫无斗志，乃至平庸一生？这个问题可以用马蝇效应来解释和解决。马蝇效应认为：没有马蝇叮咬，马就会慢慢腾腾，走走停



停；如果有马蝇叮咬，马就不敢怠慢，跑得飞快。也就是说，人是需要一根鞭子的，只有被不停地抽打，才不会松懈，才会努力拼搏，不断进步。这根鞭子是压力，是挫折和困难，是危机意识。这一效应不仅适用于个人，同样也适用于企业管理。

为什么算命先生有时说得那么准？难道他们真的有未卜先知的能力吗？当然不是。这个问题可以用巴纳姆效应来解释：人常常迷失在自我当中，很容易受到周围信息的暗示，并把他人的言行作为自己行动的参照，常常认为一种笼统的、一般性的人格描述十分准确地揭示了自己的特点。也就是说，算命先生所说的话一般是共性的，即这些话对谁说都能有一定的准确性。人在那种特殊的情况下，就会在无形中把被说中的部分扩大，所以会感觉很准。对此，巴纳姆效应告诉我们：要认识你自己，要相信你自己，树立科学的人生观，才不会被一些骗子所迷惑。

.....

本书介绍了破窗理论、彼得原理、羊群效应、二八法则、木桶定律、蝴蝶效应等人生定律、法则、效应。在简单地介绍每个法则或定律的来源和基本理论后，就如何运用其解释人生中的现象并指导我们的工作和生活等进行了重点阐述，是一部可以启迪智慧、改变命运的人生枕边书。

这些定律、法则、效应风靡全世界，无论是做人还是做事，都是成功人士所必知的。只要认真阅读此书，相信你一定会有所收获。你也可以利用这些神奇的法则、定理来驾驭你的一生，它将助你改变命运。



目录

第一章 成功学的秘密 / 1

洛克定律：确定目标，专注行动 / 2

木桶定律：抓最“长”的，不如抓最“短”的 / 5

奥卡姆剃刀定律：把握关键，化繁为简 / 9

墨菲定律：与错误共生，迎接成功 / 13

基利定理：失败是成功之母 / 17

布利斯定理：凡事预则立，不预则废 / 20

培哥效应：高效记忆，事半功倍 / 24

第二章 职场行为学准则 / 27

蘑菇定律：新人，想成蝶先破茧 / 28

青蛙法则：居安思危，让你的职场永远精彩 / 31

鲁尼恩定律：戒骄戒躁，做笑到最后的大赢家 / 35

链状效应：想叹气时就微笑 / 41

反馈效应：你的沉默，会让他人很不安 / 46

拆屋效应：不要拒绝自以为不可能完成的任务 / 50

第三章 生存竞争法则 / 55

零和游戏定律：“大家好才是真的好” / 56

马蝇效应：激励自己，跑得更快 / 60

权变理论：随具体情境而变，依具体情况而定 / 64



儒佛尔定律：有效预测，才能英明决策 / 67

费斯法则：步步为营，方可百战百胜 / 71

罗杰斯论断：未雨绸缪，主宰命运 / 75

第四章 人际关系学定律 / 79

首因效应：先入为主的第一印象 / 80

刺猬法则：与人相处，距离产生美 / 83

刻板效应：别让记忆中的刻板挡住你的人脉 / 87

古德曼定律：没有沉默，就没有沟通 / 90

需求定律：欲取先予，以退为进 / 94

钥匙理论：真心交往才有共鸣 / 97

海格力斯效应：冤冤相报不如以德报怨 / 101

完美笑话公式：笑话是种救世主式的力量 / 103

第五章 经济学效应 / 109

马太效应：富者越来越富，穷者越来越穷 / 110

集聚效应：集群发展，经济更上一层楼 / 111

测不准定律：越是“测不准”越有创造性 / 115

口红效应：经济危机中逆势上扬的商机 / 119

拉动效应：经济在于“拉动” / 122

外部效应：政府为什么发补贴 / 124

阿罗定理：少数服从多数不一定是民主 / 127

第六章 决策中的学问 / 131

羊群效应：别被潮流牵着鼻子走 / 132

沉没成本：难以割舍已经失去的，只会失去更多 / 136

前景理论：“患得患失”是一种纠结 / 139

棘轮效应：由俭入奢易，由奢入俭难 / 143

配套效应：有一种“和谐”叫“配套” / 146

长尾理论：今天的“冷门”将是明天的“热门” / 150

第七章 信息决定成败 / 153

- 蝴蝶效应：用“微小”信息成就高营业额 / 154
- 名人效应：借名人信息扩大商品知名度 / 158
- 沉锚效应：成败就在于第一印象 / 160
- 逆向选择：非对称信息下的次优决策 / 165
- 冰山理论：实际存在的很多，而我们可见的太少 / 169
- 沸腾效应：临门一脚至关重要 / 172

第八章 管理学原理 / 177

- 二八法则：抓住起主宰作用的“关键” / 178
- 分粥规则：利己并不妨碍公平 / 182
- 犯人船理论：制度比人治更有效 / 184
- 鲇鱼效应：让外来鲇鱼助你越游越快 / 186
- 艾奇布恩定理：不要把摊子铺得过大 / 189
- 诚信法则：人无信不立 / 193

第九章 经营学法则 / 197

- 破窗效应：千里之堤，溃于蚁穴 / 198
- 彼得原理：晋级升迁，不是爬不完的梯子 / 201
- 赫勒法则：有监督才有动力 / 205
- 奥格威法则：善用强人，成就伟业 / 208
- 表率效应：以身作则，一呼百应 / 211
- 鲑鱼效应：火车跑得快，全靠车头带 / 215

第十章 两性关系的秘密 / 219

- 吸引力法则：指引丘比特之箭的神奇力量 / 220
- 互补定律：各有所长，互相吸引 / 223
- 布里丹毛驴效应：真爱一个人，就不要优柔寡断 / 227
- 视觉定律：女人远看才美，男人近看才识 / 231
- 麦穗理论：不求最好的他（她），但求最适合的他（她） / 235
- 虚入效应：爱就要勇敢地“乘虚而入” / 239



第十一章 家庭教育定律 / 243

期望定律：寄予什么样的期望，培养什么样的孩子 / 244

自尊定律：孩子也有自尊心 / 247

热炉法则：惩罚是孩子进步的阶梯 / 249

跨栏定理：不经历风雨，怎能见彩虹 / 253

詹森效应：教会孩子用平常心对待得失 / 257

角色效应：孩子，应扮演他自己的角色 / 260

第十二章 生活法则 / 265

酸葡萄甜柠檬定律：只要你愿意，总有理由幸福 / 266

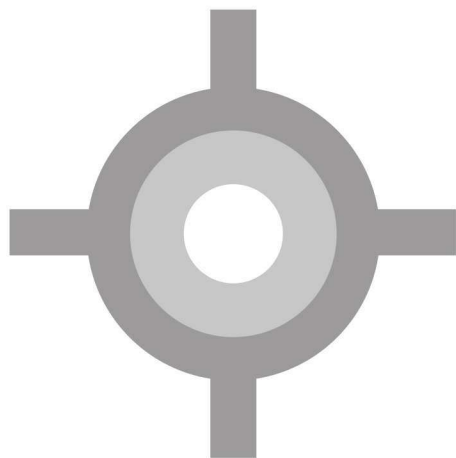
因果定律：种下“幸福”，收获“幸福” / 269

罗伯特定理：走出消极旋涡，不要被自己打败 / 273

幸福递减定律：知足才能常乐 / 276

第一章

成功学的秘密



洛克定律：

确定目标，专注行动

有目标才会成功

目标，是赛跑的终点线，是跳高的最高点，是篮圈，是球门，是一个人做一件事所要达成的自己，是奋斗的方向。没有目标，人就会变成没头的苍蝇，盲目而不知所措。没有目标，你终会因碌碌无为而悔恨；没有目标，你就很难与成功相见。

人要有一个奋斗目标，这样活起来才有精神，有奔头。有些人整天无所事事、无聊至极，就是因为没有目标。从小就要为自己的人生制订一个目标，然后不断地向它靠近，终有一天你会达到这个目标。如果从小就糊里糊涂，对自己的人生不负责任，没有目标，没有方向，那这一生也难有作为。每个人出门，都会有自己的目的地，如果不知道自己要去哪里，漫无目的地闲逛，那速度就会很慢；但当你清楚自己要去的方向，你的步履就会情不自禁地加快。如果你分辨不清自己所在的方位，你就会茫然若失；一旦你弄清了自己要去的方向，你就会精神抖擞。这就是目标的力量。所以说，一个人有了目标，才会成功。

美国哈佛大学曾经做过一项关于“目标”的跟踪调查，调查的对象是一群智力、学历和环境等都差不多的年轻人。调查结果显示，90%的人没有目标，6%的人有目标，但目标模糊，只有4%的人有非常清晰明确的目标。20年后，研究人员回访发现，那4%有明确目标的人，生活、工作、事业都远远超过了另外96%的人。更不可思议的是，4%的人拥有的财富，超过了96%的人所拥

有财富的总和。由此可见目标的重要性。

一位哲人曾经说过，除非你清楚自己要到哪里去，否则你永远也到不了自己想去的地方。要成为职场中的强者，我们首先就要培养自己的目标意识。古希腊彼得斯说：“须有人生的目标，否则精力全属浪费。”古罗马小塞涅卡说：“有些人活着没有任何目标，他们在世间行走，就像河中的一棵小草，他们不是行走，而是随波逐流。”

在这个世界上有这样一种现象，那就是“没有目标的人在为有目标的人达到目标”。因为有明确、具体目标的人就好像有罗盘的船只一样，有明确的方向。在茫茫大海上，没有方向的船只能跟随着有方向的船走。

有目标未必能够成功，但没有目标的人一定不能成功。博恩·崔西说：“成功就是目标的达成，其他都是这句话的注解。”顶尖的成功人士不是成功了才设定目标，而是设定了目标才成功。

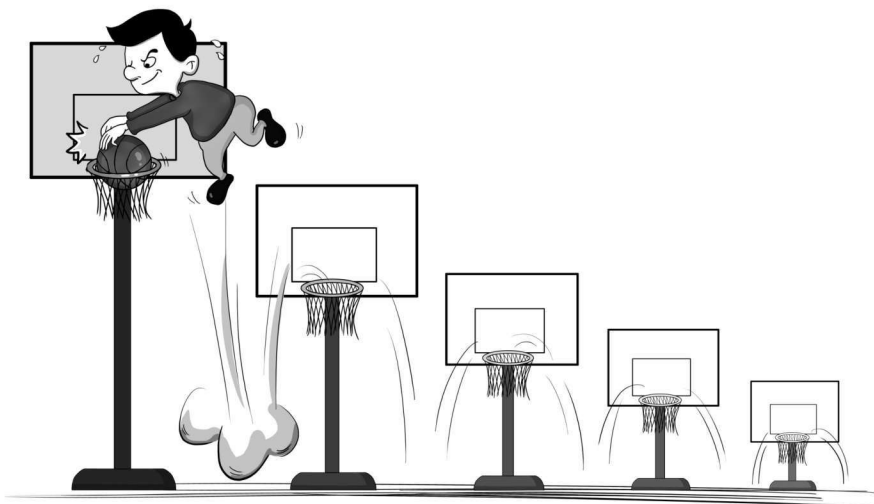
目标是灯塔，可以指引你走向成功。有了目标，就会有动力；有了目标，就会有方向；有了目标，就会有属于自己的未来。

目标要“跳一跳，够得着”

目标不是越大越好、越高越棒，而是要根据自己的实际情况，制订出切实可行的目标才最有效。这个目标不能太容易就能达到，也不能高到永远也碰不着，“跳一跳，够得着”最好。

这个目标既要有未来指向，又要富有挑战性。比如那篮圈，定在那个高度是有道理的，它不会让你轻易就进球，也不会让你永远也进不了球，它正好是你努力就能进球的高度。试想，如果把篮圈定在1.5米的高度，那进球还有意义吗？如果把篮圈定在15米的高度，还有人会去打篮球吗？所以，制定目标就像设定这篮圈一样，要不高不低，通过努力能达到才有效。

曾经有一个年轻人，很有才能，得到了美国汽车工业巨头福特的赏识。福特想要帮这个年轻人完成他的梦想，可是当福特听到这个年轻人的目标时，不



禁吓了一跳。原来这个年轻人一生最大的愿望就是要赚到1000亿美元，超过福特当时所有资产的100倍。这个目标实在是太大了，福特不禁问道：“你要那么多钱做什么？”年轻人迟疑了一会儿，说：“老实讲，我也不知道，但我觉得只有那样才算是成功。”福特看看他，意味深长地说：“假如一个人果真拥有了那么多钱，将会威胁整个世界，我看你还是先别考虑这件事，想些切实可行的吧。”5年后的一天，那个年轻人再次找到福特，说他想要创办一所大学，自己有10万美元，还差10万美元，希望福特可以帮他。福特听了这个计划，觉得可行，就决定帮助这个年轻人。又过了8年，年轻人如愿以偿地成功创办了自己的大学——伊利诺斯大学。

所以说，如果一个人的目标定得过大，听起来很空洞，没有一点可行性，那这个目标只是一个空谈，永远没有可以实现的一天。

千里之行始于足下，汪洋大海积于滴水，成功都是一步一步走出来的。当然也有人一夜暴富，一下成名，但是谁又能看到他们之前的努力与艰辛。在俄国著名生物学家巴甫洛夫临终前，有人向他请教成功的秘诀。巴甫洛夫只说了八个字：“要热诚而且慢慢来。”“热诚”，有持久的兴趣才能坚持到成功。“慢慢来”，不要急于求成，做自己力所能及的事情，然后不断提高自己；不要妄想

一步登天，要为自己定一个切实可行的目标，有挑战又能达到，不断追求，走向成功。

拿破仑·希尔说过：“一个人能够想到一件事并抱有信心，那么他就能实现它。”换句话说，一个人如果有坚定明确的目标，他就能达成这一目标。坚定是说态度，明确讲是对自我的认识程度。每个人都有自己的优点和缺点，有自己的爱好与厌恶，所以每个人所制订的目标也是不一样的。

要根据自己的实际情况，制订自己“跳一跳，够得着”的目标，首先要对自己的实际情况有一个清晰的认识。对自己的能力、潜力，自己的各方面条件都有一个明确的把握，经过仔细考虑定出属于自己的奋斗目标。有些人之所以一生都碌碌无为，是因为他的人生没有目标；有些人之所以总是失败，是由于他的目标总是太大、太空，不切实际。因此，想要成功，就要先为自己制订一个奋斗目标，属于自己的“跳一跳，够得着”的奋斗目标。

木桶定律：

抓最“长”的，不如抓最“短”的

克服人性“短板”，避开成事“暗礁”

一位老国王给他的两个儿子一些长短不同的木板，让他们各做一个木桶，并承诺谁做的木桶装下的水多，谁就可以继承王位。大儿子为把自己的木桶做大，每块挡板都削得很长，可做到最后一块挡板时没有木材了；小儿子则平均地使用了木板，做了一个并不是很高的木桶。结果，小儿子的木桶装的水更多，最终继承了王位。

与此类似，遇到问题时，我们若能先解决导致问题的那块“短板”，便可大大缩短解决问题的时间。