

LIYU

RENSHENG



驭人生

——创始行为力学的构想

雷万里 ● 著

穿透2500年的智慧

构建新世纪的智力平台

在情感、情绪、情境、情势、情结、情致的解读中领悟成功之道

——现状怎样改变

——问题怎样解决

——目的怎样实现

广东经济出版社

LIYU

RENSHENG

力驭人生

——创始行为力学的构想

雷万里 ● 著

广东经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

力驭人生：创始行为力学的构想/雷万里著. —广州：
广东经济出版社，2004.1

ISBN 7-80677-660-5

I. 力… II. 雷… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 001827 号

出版 发行	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 5 楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	广东科普印刷厂 (广州市广花四路棠新西街 69 号)
开本	850 毫米×1168 毫米 1/32
印张	7.75 2 插页
字数	159 000 字
版次	2004 年 1 月第 1 版
印次	2004 年 1 月第 1 次
印数	1~10 000 册
书号	ISBN 7-80677-660-5 / B·25
定价	15.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与承印厂联系调换。

发行部地址：广州市合群一马路 111 号省图批 107 号

电话：〔020〕83780718 83790316 邮政编码：510100

邮购地址：广州市东湖西路邮局 29 号信箱 邮政编码：510100

(广东经世图书发行中心)

本社网址：www.sun-book.com

·版权所有 翻印必究·

前言

强与弱如何转化？ ——由一个问题而起



“黑夜给了我黑色的眼睛，我用它来寻找光明。”如果不是上面那句话能确切地表达作者的心境，作者是不会轻易引用别人的名言的。

在 2000 年报考研究生失败后，我来到深圳，那时自己已经没有心情去欣赏沿途那阳春三月的江南，那草长莺飞的水乡。面对高耸入云的地王大厦，就像在打量自己已经有点陌生的高不可及的理想一样，我现在却只能仰视这段高高在上的距离。

就像每一个追求自己理想的人一样，我也一直在度量这种现状与本应属于自己成功之间的距离。生活就这样，在一种强烈的反差和距离中逼迫着他去更加深刻地认识生活。这也是它所给我所提供的一种思考的空间。

所幸智慧这双自由翱翔的翅膀，完全可以不为形体上暂时的停滞所困。所以就像把草转化为奶一样，我把生活

也咀嚼成如下的感悟。与生活的零距离，决定了这些感悟与生活的零距离，加之对其数学公式化的归纳和表述，我希望使其成为一种人人皆可轻松学用的所见即所得的模式。

也就是在这朝花夕拾的过程中，有人感到乱花渐欲迷人眼，所以就在不断地质问，你的题目是什么？你的体系是什么？你到底要告诉读者什么？在这质问中我又想到了一个自己曾经常问及一位文科精英的问题：你烂熟于中国上下五千年，那你在纵观古今后可否能告诉我，强与弱到底依靠什么力量在转化？

我一直在寻求这个问题的答案，为此我把这个问题细分为以下三个更具有普遍意义的问题：现状怎样才能改变，问题怎样才能解决，目的怎样才能实现，于是我重新梳理全书，一个完整而清晰的脉络渐渐浮现于眼前：

从个人的内在和外在的零起点法则开始，到个人行为的惯性法则，到从已知到未知的智慧的延伸法则，到永不失败法则，到个人之内在和外在的动力和阻力法则，到打破个人阻力的资源法则，到改变个人现状的第一推动力法则，到问题的可解决性的第一制约力法则，到力量倍增法则，最后到关于目的实现的第一位移法则。我借助了牛顿力学的框架来构建自己的系统，并且发现二者是如此的相近。从惯性开始，到受力分析，一直到物理学的做功方程式，这也是自己的目的实现方程式 $W = FS$ 。这不仅是基础力学的最高点，也是个人目的实现的一般表述。

但肯定是有人要来质问：在现在林林总总的成功学的书籍中，你用什么来保证你的书籍出类拔萃？

对于以上的质问，我首先要说上述三个问题的提出具

有十分高的战略意义。因为现状的改变,问题的解决,目的的实现是普遍贯穿于个人生活和社会生活的全部的三个问题。是每一个人、每一个团队、每一个组织都要不得不面对的、不得不回答的问题。而回想我们自己,也许我们也是在一直寻找这样的答案,所以作者愿意站出来从哲理的高度来回答这三个具有很高价值的问题。这是与现在励志书和成功学书籍的根本区别。

为了淋漓尽致地回答这三个问题,作者构建了三个普遍意义的模型化的方程式。一个表述的是以均衡的观点来分析和改变世界的模型,即整个世界是一个相互均衡的体系。一个表述的是以制约的观点来分析和改变世界的模型,即整个世界是一个相互制约的体系。一个表述的是以位移的观点来分析和改变世界的模型,即目的的实现过程就是现状和期望之间的差距怎样来消除的过程。

所以我给出质与量的改变即现状的改变,制约性即问题的解决性,一定位移的实现即一定目的的实现定义之后,作者力图把复杂的问题转化为可分析、可量化、可操作的可控系统,转化为一种人人皆可学用的模式,而且作者总有着把个人行为用公式概括表达的倾向,并且给出了个人必然要面对的和要打破的均衡方程式——制约性即问题解决性的制约方程式和目的的实现的位移方程式。

这些高度概括的方程式,正因为其概括性而具有广泛的实用性和应用面,这已经远远超越了“个人成功学”的窠臼,也超越了单纯的个人人生哲理这一狭小的概念,使对理论的应用成为一种即学即用的模式,并且既然是数学方程式的表达,那么还可以从方程式本身的推导中,得出

新的启迪。方程式的实用性将会随着认识和科技的发展而发展，并且这些公式的实用性会越来越强。这在同类书中也是独一无二的。

如果要问体系，那就把这个原创性的体系称为“行为力学”——它不仅从力量的角度，而且更重要的是从力量的作用的效果——位移的角度来认识自己，认知社会，并且从力量的角度和位移的角度来给出改变现状、解决问题、实现目的的方法。如果问题目的话，那已经不太重要了，就先称其为《力驭人生》——即借助力量来驾驭人生，而作者也愿意成为这种行为力学的创始人。



前 言 强与弱到底如何转化？

——由一个问题而起 (1)

第一章 动力起于压力 (1)

1. 感受沃尔玛感受家乐福

——感受日趋沉重的压力 (1)

2. 醉人的笑容你可曾拥有？

——自我的实现是矢志不渝的原动力 (5)

第二章 个人外在与内在的零起点法则 (8)

— 个人外在与内在的零起点法则 (9)

1. 身边的就是世界的

——外在的零起点法则 (9)

2. 在追求一种真正的美丽还是一种

海市蜃楼？

——内在的零起点法则 (12)

第三章 怎样面对我们的问题 (16)

1. 从 $1+1=?$ 说起
——面对自己的问题就是面对自己的价值 ... (16)
2. 神探保罗的 5W2H 的方法
——怎样澄清我们面对的问题 (19)
3. 做最积极的努力做最坏的打算
——永不失败法则 (26)
4. 方与圆
——进退自如的潇洒 (28)

第四章 规则制胜 (32)

1. 两种永恒存在的力量
——寻找规则中流淌着的不竭的能量 (33)
2. 合理的还是不合理的?
——道与理的两个境界和层次 (37)
3. 从新龟兔赛跑的寓言说起
——通晓自己所面对的游戏规则 (39)
4. 已知 + 规则 = 未知
——智慧延伸法则 (42)
5. 白娘子与许仙千年等一回的牵手
——既定的规则即既定的行为 (46)

第五章 设计行为设计人生 (50)

1. 意识改变 (52)
2. 行为改变 (53)
3. 习惯改变 (56)

4. 人格改变	(58)
第六章 外在动力之源——利益第一法则	(60)
一 利益第一法则	(61)
1. 整体与夹缝	
——个人在利益空间中的坐标	(61)
2. 求同求变	
——利益第一法则	(65)
3. 文明的碎片	
——利益在纵向横向上的平衡	(68)
4. 谁在误导谁?	
——警惕既得利益者	(71)
二 大智慧——利益的增值模式和分配模式	(73)
1. 贾探春的利益增值和分配模式	(73)
2. 岳飞的利益增值和分配模式	(78)
第七章 内在动力之源——社会平均要求法则	(83)
1. 从一则搞笑短信息说起	
——何谓社会平均要求	(84)
2. 专业化生存	
——打造个人核心能力	(87)
3. 差异化成功	
——打造个人精品品牌	(89)
4. 秀出精彩的自我	
——用表现把机会留给自己	(92)

第八章 资源——克服内在和外在阻力的凭借 …… (96)

1. 从“最近比较烦比较烦”说起
——资源是一种克服阻力的凭借 …… (97)
2. 你看到了什么？
——什么是资源的眼光 …… (99)
3. 是富贵不全还是富贵无边？
——资源的价值在于它的关联性 …… (102)
4. 联系
——建立关联的一种有效方法 …… (104)
5. 从豪猪取暖到狡兔三窟
——以人脉资源之链带动其他资源之网 …… (108)

第九章 改变世界的上帝之手

- 第一推动力法则 …… (113)
- 一 何谓均衡 …… (114)
1. 何谓均衡 …… (114)
 2. 林黛玉进贾府
——均衡的形成 …… (116)
 3. 王熙凤进宁府
——均衡的打破 …… (119)
- 二 第一推动力法则 …… (123)
1. 从台海对峙到水的化学平衡式
——均衡方程式 …… (123)
 2. 薛公的质变与诸葛亮的量变
——第一推动力法则 …… (126)
 3. 从李晓华的电子表到冷饮机

——外界条件是个人成功的催化剂	(129)
三 均衡法则的具体应用	(131)
1. 囚徒困境的出路	
——有互动就有可能	(131)
2. 中华第一奇女武则天	
——剖析一个综合案例	(133)
第十章 制约性即问题的解决性——制约法则	(139)
一 存在即制约	(140)
1. 存在即制约	
——制约方程式	(140)
2. 成就个人的资本	
——个人对别人在利益上的制约	(143)
二 制约性即问题的可解决性	(146)
1. 司马光砸缸	
——要打破现状就要打破制约	(146)
2. 曹植的还魂大法	
——打破制约的实质就是寻找新的制约	(149)
3. 从曹冲称象说起	
——制约与反制约	(152)
4. 孙悟空百试不爽的最后绝招	
——制约性即问题的可解决性	(155)
三 制约法则的具体应用	(159)
1. 一切尽在掌握中	
——抽屉原理	(159)
2. 打破制约的坚冰	

- 用深度和精度挖掘冰面下流失的价值
..... (162)

3. 从四大刺客到市场细分
——强与弱在制约上的转化点是形成
局部制约 (165)

4. 立与破
——制约和反制约从来都是谋求利益
的手段 (168)

第十一章 虚与实——力量倍增法则 (172)

一 虚的方法 (173)

1. 真与假
——把不是真实的应用为真实的 (173)

2. 虚与实
——把不是此时此地的应用到此时此地 (175)

3. 你可否找到自己的倚天剑或屠龙刀?
——把不是自己的应用为自己的 (177)

二 力量倍增法则 (180)

1. 力量的一半来自于实一半来自于虚
——力量倍增法则 (180)

2. 对别人企图的应用
——虚的力量肯定是可以找到的 (183)

第十二章 一定位移的实现即一定目的的实现

- 位移法则 (187)

- 一 何谓目的的实现? (188)

第十三章 留一份关爱给自己

——从自我完善中超脱压力 (221)

1. 留一份关爱给自己

——内在性格上的完善 (221)

2. 留一份关爱给自己

——外在物质上的完善 (225)

后记 分享后的再分享

——构建中国通用的智力平台 (229)

第一章

动力起于压力

1. 感受沃尔玛感受家乐福 ——感受日趋沉重的压力

曾经羡慕别人在月台上离去时潇洒的背影，没想到自己的南下却是那样的无奈。当重重的打击剥去层层尊严，自己在强装镇静的面孔下选择匆匆的逃离。

虽然这一张小小的车票，就可以把自己带到南方都市里这涌动的欲望中。但当自己孤单地穿行在熙熙攘攘的街道上，即便是经过沃尔玛（Wal-Mart）那充满诱惑的橱窗，我也不愿走进去再接受一次寒碜。再以后当我终于感觉可以踏进这零售帝国没有门槛的门槛时，却感觉沃尔

玛不仅不是那样的势利，而且它往往是在充分调动起相对穷人的需求弹性后，打着 Promotion 的招牌，把穷人的钱包洗劫一空。

穷人除了钱之外什么都不太值钱。从经济角度上来看，穷人的其他都是可以牺牲的，却不愿去牺牲金钱。所以穷人的钱有时是最好赚的钱。沃尔玛每天销售的都是你每一天都不能离开的必需品，你对其有着必然的需求，它对你有着必然的诱惑。看着那排队付款的长龙，让我想到的是美国巨片中那可以吞噬一切的怪兽，也许此时你就可以理解，这样的跨国公司为什么可以叫嚣着为大连的市民涨一级工资，你同样可以明白为什么这样的企业让昆明的一个行业万马齐喑。

家乐福也是这样，为了一斤物美价廉的饺子，我可以在南山婆婆的绿荫下跑过三个街区，并美其名曰锻炼身体。当然你也可以悠闲地乘坐它的免费购物 BUS，因为即使不为了节约，在那里购物也是一种享受。你可以得到一种商业观念的侵染，得到一种受尊重的感觉。但你可知道，这三个街区街道的两旁有着多少饭店和米粮店。他们都生活在家乐福的阴影下，是家乐福的引力把他们的客户从他们的眼皮底下活生生地带走。

从经济学的角度来看，资本的惟一冲动就是挣取剩余价值，资本有着向高利润领域流动的天然倾向。当各种资源能够通畅的流动是可以把利润平均化的，即同等的资本分配同等的利润。但由于技术、管理、规模、渠道、信息等壁垒的出现，利润平均化在一定时间上受到停滞。此时同等的资本获得的却是不同的差级利润。于是沃尔玛这个