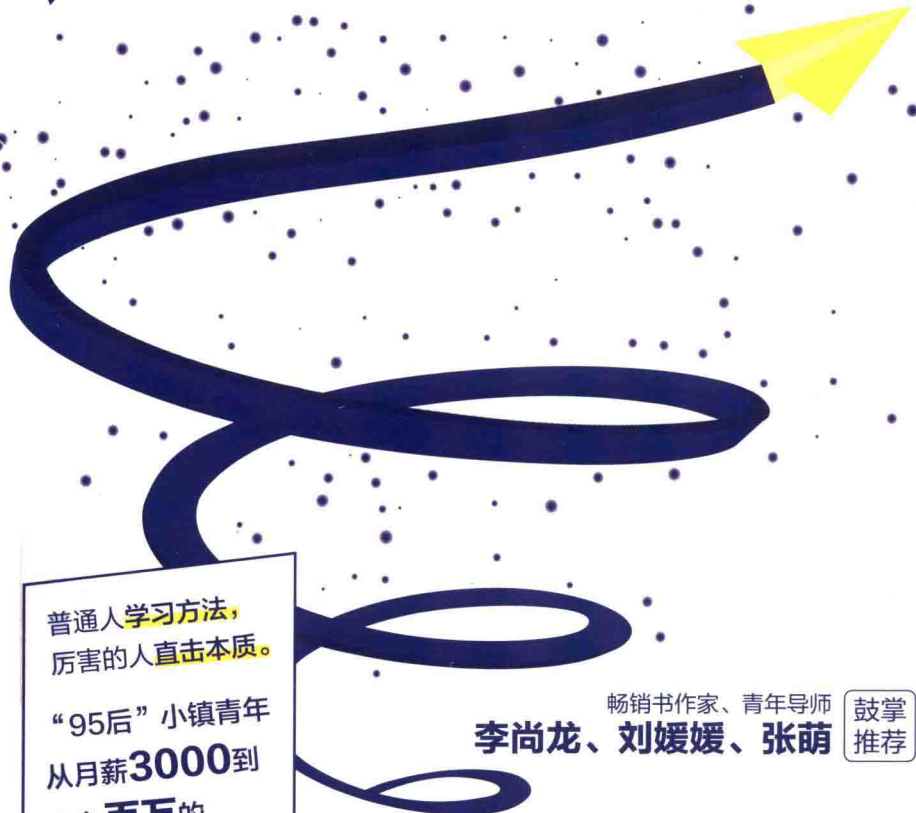


吕白 著

厉害的人
▲
▲
▲
如何实现人生逆袭？

底层逻辑



普通人学习方法，
厉害的人直击本质。

“95后”小镇青年
从月薪3000到
年入百万的
人生蜕变

畅销书作家、青年导师
李尚龙、刘媛媛、张萌

鼓掌
推荐

CTS

湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

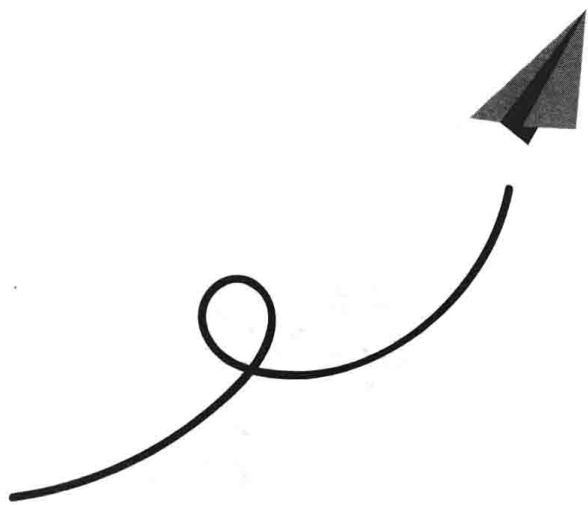


博集天卷
CS-BOOKY

底层 逻辑

厉害的人如何实现人生逆袭？

吕白◎著



CS
湖南文艺出版社

湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

博集天卷
CS-BOOKY

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可，任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容，违者将受到法律制裁。

图书在版编目（CIP）数据

底层逻辑 / 吕白著. — 长沙：湖南文艺出版社，

2021.9

ISBN 978-7-5726-0317-4

I. ①底… II. ①吕… 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（2021）第 154877 号

上架建议：畅销·成功励志

DICENG LUOJI

底层逻辑

作者：吕白

出版人：曾赛丰

责任编辑：刘雪琳

监制：于向勇

策划编辑：刘洁丽

文字编辑：赵霞

营销编辑：段海洋

封面设计：末末美书

版式设计：李洁

内文排版：麦莫瑞

出版：湖南文艺出版社

（长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编：410014）

网址：www.hnwy.net

刷：三河市天润建兴印务有限公司

销：新华书店

开本：875mm × 1230mm 1/32

字数：194 千字

印张：8.75

插页：4

版次：2021 年 9 月第 1 版

印次：2021 年 9 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5726-0317-4

定价：48.00 元

若有质量问题，请致电质量监督电话：010-59096394

团购电话：010-59320018

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com



作者简介 吕白

荣登“2020胡润Under30s创业领袖”榜，《一站到底2019》单期冠军，当当第七届年度影响力作家，爆款文章作者。

C+轮公司前首席内容官，知乎前内容营销总监，腾讯微视情感、汽车品类前负责人，一刻talks演讲人，人民慕课讲师，阿里大文娱优酷特聘讲师，腾讯新闻导师，百度百家号新媒体商学院导师，《超级演说家》超演学院导师，清华经管创业者加速器导师……如此丰富的人生经历和各种职业头衔，吕白作为一名“95后”青年，已经获得了令许多同龄人艳羡的成就。

吕白以独到的视角和颠覆性的认知思维，自成一套与众不同的底层逻辑，将其写在书中分享给广大迷茫的年轻人。人生不一定有捷径，但成功一定有方法！

已出版《从零开始做内容》《人人都能做爆款短视频》等作品。



公众号：吕白Alex

抖音号：吕白聊底层逻辑



在翻开这本书之前，你可能正满怀迷茫——

为什么学了时间管理法，还是戒不掉拖延症？
为什么每天好像做了很多事，又好像什么都没做？
为什么你苦心经营的人脉和认识的人在关键时刻不帮你？
为什么你总是束手束脚，不敢主动，害怕犯错？

看完这本书，你会颠覆以往固有的认知——

- ▲ 时间分得越细越焦虑，精力管理教你做减法，学会断舍离。
- ▲ 拒绝低效努力，专注才能让你更专业。
- ▲ 人脉只提供机会，你要有真本事才能抓住机会。
- ▲ 不怕犯错的人，比不犯错的人更容易成功。

未经思考的盲目努力，是一种自我消耗。

非常用力，却没用对力！

想得太多，却不得要领！

普通人学习努力的方法，而聪明人懂得研究事情的底层逻辑。

作者吕白分享了自己从一个普通“95后”小镇青年成长为行业精英的蜕变过程。通过介绍人生逆袭、突破阶层、向上进阶、锚定未来4大模块，传授非常实用的45个思维方法。



欲知新书信息、交流投稿、邮购团购

请发邮件至：jjaliu@booky.com.cn

本书在全国各大新华书店、书城、

天猫中南博集天卷官方旗舰店均有销售

浏览请登录：www.booky.com.cn

博集天卷微博：<http://t.sina.com.cn/booky>

天猫中南博集天卷官方旗舰店：<http://znbjtj.tmall.com>



当努力的方向是对的时，
工作能力才有被谈论的价值。

一个人自信的程度和他内心对成功的渴望程度成正比，
你不是缺乏自信，你只是渴望成功的程度还不够。



一个人要知道自己想成为什么样的人，
知道自己要去哪里，之后的每一步，都往那个方向前进。



Basic Logic



人生不能像做菜，把所有的料准备好了才下锅，
毕竟成年人的世界不会事事都等你准备充分。



无论你想要去怎样的远方，
你的出发点永远在当下。

Basic Logic



和 100 个优秀的人聊天，
你可能就是那第 101 个优秀的人。

Basic Logic



北京很冷，房价很高，工作很累，但是留在北京有 100 种好处。
在这里，可以实现我的梦想。



要去做好一件事，
而不是做坏很多件事。

底层逻辑



Contents

目录

底层逻辑

自序

野蛮生长的这5年 / 001

第一部分

人生逆袭的五个核心算法

焦虑可以被“杀死”：如何应对拖延症？ / 002

你可以“杀死”焦虑 / 003

不存在准备好的时候 / 008

拒绝低效努力：如何抓住重点？ / 015

自律是伪命题 / 016

太用力的人走不远 / 021

精力管理就是做减法 / 026

专注是稀缺品：如何变得更加专业？ / 033

做好一件事就很厉害了 / 034

专注才能让你更专业 / 039

坚守初心可能失败：如何洞察事物的本质？ / 044

重新定义问题 / 045

学会连问几个为什么 / 050

认知突围：如何提升“底层算法”？ / 056

时间观：学会把你的一份时间卖 5 次 / 057

成长观：时间 + 复利 = 原子弹爆发式的成长爆发力 / 061

事物观：用最小成本解决一件事 / 065

第二部分

突破阶层的四个关键

自我认知：影响命运走向的关键 / 072

我的自信都是骗子给的 / 073

自信是培养出来的 / 078

自他认知：你处在什么样的关系中？ / 083

你的实力就是最好的人脉 / 084

想要进入一个圈子，首先要学会让利 / 089

一生纯良，略有锋芒：如何与他人交往？ / 096

克制自己否定别人的欲望 / 097

投资未来 / 102

你的善良要有锋芒 / 107

成长监测器：自我成长的六个小建议 / 112

“蠢货速率”：过去的自己真傻 / 113

向内探寻：自己才能给自己答案 / 118

丰富阅历：不读书，就去和 100 个人聊天 / 121

简单记忆：少就是多，记住你能记住的 / 126

团队合作：加入团队，用团队化模式赚钱 / 131

关系捷径：豪门阔太的艰难生活 / 135

第三部分**向上进阶的三大思维****借“势”向上：行业思维 / 142**

选对行业：三年以内的新兴行业 / 143

跨界思维：人人都需要跨界力 / 149

审“境”自立：环境思维 / 153

迷茫的时候，不要急于合群 / 154

在北京工作的 100 种好处 / 159

住得离公司近有多重要? / 166

“职场”向上：产品思维 / 171

人生就是产品：给自己写一份产品简介 / 172

HR 最喜欢这样的简历 / 175

怎么在群面中脱颖而出? / 185

向领导汇报工作，要懂得金字塔原理 / 194

升职宝典：做好 A+B / 198

工作差异化思维：你有多努力，就有多特殊 / 202

第四部分

锚定未来的四大策略

快慢平衡：生活可慢，思维要快 / 208

二三线的身体，一线的大脑 / 209

小时候，哭笑都不打折 / 215

未来预演：成长就是自我超越 / 225

不要从别人身上找安全感 / 226

要不要当第一? / 230