

Z H U A N D O N G R E N M A I

李华◎著

鼎力推荐

天一集团总裁——孟庆龙

百度培训主管——张超

醒狮教育集团总裁——张京梅

聆听大师的经验 拓展自己的人脉 构建超级人脉网 赢得辉煌的未来

构建超级成功人脉网的3个技巧

转动人脉



九州出版社
JIUZHOU PRESS

李华◎著

聆听大师的经验 拓展自己的人脉 构建超级人脉网 赢得辉煌

构建超级成功人脉网的73个技巧

转动人脉



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

转动人脉:构建超级成功人脉网的73个技巧 / 李华著.

—北京:九州出版社, 2010. 8

ISBN 978 - 7 - 5108 - 0592 - 9

I. ①转… II. ①李… III. ①人际关系学—通俗读物

IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 134611 号

转动人脉:构建超级成功人脉网的73个技巧

作 者 李 华 著

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)

发行电话 (010)68992190/2/3/5/6

网 址 [www. jiuzhoupress. com](http://www.jiuzhoupress.com)

电子信箱 [jiuzhou@jiuzhoupress. com](mailto:jiuzhou@jiuzhoupress.com);

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 16 开

印 张 15.5

字 数 210 千字

版 次 2010 年 9 月第 1 版

印 次 2010 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5108 - 0592 - 9

定 价 30.00 元

★版权所有 侵权必究★

前 言

当你迈入社会后，在待人接物或是与世人相处交往的过程中，不知不觉你身边的一系列关系就像一张巨大的网紧紧地将你包围。无论脱离了哪一层网，都是丢掉了人生中最重要财富。

在好莱坞，流行一句话：一个人能否成功，不在于你知道什么。而是在于你认识谁。卡耐基训练区负责人指出，这句话并不是让人们不要培养专业知识，而是强调“人脉是一个人通往财富、成功的门票”。

人脉即人际关系、队际网络，可以体现一个人的人缘以及社会关系的好坏。根据辞典里的说法，人脉的解释为“经由人际关系而形成的人际脉络”，经常用于政治或商业的领域，但其实不论做什么行业，人人都会使用人脉，而且使用率也相当之高。

一个成功的人士，他的能力未必超群，但其往往是懂得一些为人处世技巧，人脉网络非常发达的人。斯坦福研究中心曾经发表一份计查报告，结论指出：一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自关系。这个数据是否令你震惊？

一个人在社会中想要找到并且实现、释放自我价值，不但要有经济方面和物质方面的需求需要得到满足，更重要的是有社会方面和心理方面的需求需要得到满足。无论社会如何发展，人际关系永远都是一门最重要的

学问，是人生在世必须要涉及的学问。一个人从生到死，都处在“关系”之中。家庭中的亲情关系、上学后的同学、老师关系，步入社会的同事和上下级关系，朋友关系，爱情关系等等，谁也离不开“关系”。

人脉具有较强的神奇效益，对于个人来说，专业是利刃，人脉是秘密武器，如何以极自然的、有创意的、互利的方式去经营人脉，是人生胜负的关键。

《转动人脉——构建超级成功人脉网的 73 个技巧》这本书是从三个阶级——基础篇、修炼篇、实战篇循序渐进地为你介绍人脉的重要性、人脉网络如何养成和实战技巧。书中将大量的案例与社会学、心理学理论结合在一起，详尽地讲述了转动人脉的 73 个策略技巧，为读者全面剖析人脉如何建立与如何维护，在实际生活中该如何运用人脉技巧。教你巧挖人脉黄金，熟攒人脉存折，利用人脉网络获得成功！

目 录

基础篇:把握人脉等于把握人生

第一章 人脉是你一生中最重要的财富

朋友可以决定你的“富贵指数” / 3

朋友的数量与机遇成正比 / 7

人脉,让事业领先一步 / 10

多一个朋友不只多一条路 / 13

没有交流就没有成功 / 16

第二章 自己走百步,不如贵人扶一步

每个人都可能成为你生命中的贵人 / 19

通过好人认识好人 / 22

拥有几个“死党” / 25

与其等待机遇,不如创造人脉 / 28

修炼篇:超强人脉术养成计划

第三章 打造人脉,从打造自己开始

个人魅力,是最值钱的一张名片 / 33

注重自我形象,展现最完美的一面 / 37

实实在在地付出才能得到认可 / 40



- 诚信是交友的基本准则 / 43
- 控制自己的情绪,学会自我管理 / 46
- 保持谦逊,赶走嫉妒 / 49
- 积极创造自己被“利用”的价值 / 53
- 真正的聪明人从不会轻忽小人物 / 56

第四章 有效接触自己想要认识的人

- 见什么人说什么话 / 59
- 尊重朋友是成功交往的基础 / 62
- 有时候,倾听比表达更重要 / 65
- 微笑是全世界的通用语言 / 68
- 亲和力是一个人无形的魅力 / 71
- 宽容一寸,关系就会拉近三分 / 74
- 把握交往的尺度 / 78
- 有“礼”走遍天下 / 82

第五章 建立人脉必备的心理术

- 不要显示你比别人聪明 / 85
- 从对方角度思考,顺着别人的意图 / 88
- 猜疑是人脉的腐蚀剂 / 91
- 投人脾气,喜人所好 / 94
- 适度暴露自己,缩短心理距离 / 97
- 切忌逞口舌之快 / 100

第六章 掌控扩展人脉的关键力量

- 找到你人脉网中的关键人物 / 103
- 学会在感到口渴前挖井 / 106
- 人情做足才有“杀伤力” / 110
- 平时留下人情债,求人办事口好开 / 113

第七章 巧妙沟通是建立人脉的基础

- 赞美是人与人之间感情的桥梁 / 116
- 偶尔沉默,给自己多一些保留 / 119

	谈话应该三言两语,不要唠叨	/ 122
	婉转地拒绝是一门艺术	/ 125
第八章	有效扩展你的朋友圈	
	走出自我封闭的小圈子	/ 128
	结识一个朋友等于连接一个圈子	/ 132
	让网络成为你打通人脉的八爪鱼	/ 135
	社团是你的人脉制造机	/ 138
	参加派对,让人脉像雪球一样越滚越大	/ 141
第九章	人脉是长期投资	
	管理名片,就是管理你的人脉资源	/ 144
	不断完善自己的人脉标签和内容	/ 147
	别急着拿投资回报率来计算你的付出	/ 150
	重视人脉“保鲜”功夫,经常联络	/ 153
	及时加固人脉网,做个勤劳的维修工	/ 156
	与翻过脸的朋友重新联络	/ 159
	面对解不开的死结	/ 162

实战篇:书本上学不到的人脉经验

第十章	成功的人脉投资术	
	一人独乐不如众人皆欢	/ 167
	吃亏才能占便宜	/ 170
	雪中送炭比锦上添花重要	/ 173
	帮助朋友要顾及他的自尊	/ 176
	积累人脉也要讲“势利”	/ 179
	慧眼识友,远离小人	/ 182
第十一章	谈判桌上的对手可能是永远的朋友	
	避免争论,冷却处理对立情绪	/ 185
	从对方的观点出发	/ 189



寻找共同利益,实现双赢 / 192

第十二章 在职场中同样能够如鱼得水

你的上一级就是你的衣食父母 / 195

不要去和你的上司抢风头 / 199

适当表现自己,赢得老板的青睐 / 202

职场中,老板不喜欢“喜羊羊” / 206

与同事交往要讲求“同流” / 209

不搞小帮派,避免破坏团结 / 212

对同事适当地“让利”,以求双赢 / 215

不要冒犯同事的“领地” / 218

让同事表现得比你更优越 / 221

第十三章 良好的人脉让你的业绩更上一层楼

与人方便,与己方便 / 224

投客户所好,成功签单 / 228

人脉传播,可以攻效 / 231

养成和客户交朋友的习惯 / 234

基础篇：把握人脉等于把握人生

人脉是你一生中最重要的财富

自己走百步，不如贵人扶一步

<< 第一章

人脉是你一生中最重要的财富



朋友可以决定你的“富贵指数”

人脉即人际关系、人际网络，通俗一点儿说就是很多的朋友，它决定了一个人的“富贵指数”。根据辞典里的说法，人脉的解释为“经由人际关系而形成的人际脉络”，经常用于政治或商业的领域，但其实不论做什么行业，人人都需要朋友，人人都需要使用人脉。

案例分享

世界首富比尔·盖茨之所以在事业上取得了前无古人的成功，很多人都说是因为他掌握了世界的大趋势，以及他对电脑的智慧 and 执著。事实上，除这些原因之外，还有一个最重要的原因，那就是他拥有相当丰富的人脉资源。

比尔·盖茨在 IT 界人缘非常好，他是软件开发协会主席，并无偿公



布了微软所有软件的源代码。比尔·盖茨最重要的朋友，也是他的合伙人保罗·艾伦和史蒂夫·鲍默尔，不仅为微软贡献了他们的聪明才智，也贡献了他们的人脉资源。同时，比尔·盖茨还经常发展国外的朋友，让他们去调查以及开拓国外市场。

经验总结

比尔·盖茨说：“在我的事业中，我不得不说我最好的经营决策是挑选人才，拥有一个完全信任的人，一个可以委以重任的人，一个可以为你分担忧愁的人。”

不难看出，比尔·盖茨极其看重人脉。“谋事在人，成事在天”这是一条已经被验证的“真理”。其实，这里的“天”就是人脉，因为有人脉就有机遇，有机遇才有可能成事。

斯坦福研究中心曾经发表一份调查报告，指出：一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自关系。可见，人脉是一张人通往成功的门票，是人一生中最重要的财富。有了人脉，你可以利用别人的时间、知识、智慧、人际关系，来实现自己的目的，也就是说你具备了成功最重要

的条件。

我们在日常工作和生活中，最大的收获不是赚了多少钱，积累了多少的经验，而是你认识了哪些人，结交了哪些朋友，积累了多少人脉资源。因为人脉资源是一种潜在的无形资产，是一种潜在的财富。人脉资源不仅会对你现在的工作和生活有用，在日后的工作和生活中，它也会发生作用，甚至成为你创业的资本之一，成为你日后受用一生的一笔财富。

《红楼梦》第七十回大观园的最后一次诗会中，薛宝钗《咏絮词》的最后一句是：“韶华休笑本无根，好风凭借力，送我上青云。”这句词的本义是别笑柳絮无根无底，也别笑柳絮太过轻微，如果它被一阵好风送上青云之间，那么它就会显得与众不同。这里，“好风”就是柳絮的人脉，如果没有好风，那么柳絮是不会飞上青云的。对于我们每一个人来说，涉世之初，我们和柳絮是一样的，人微言轻，渺小如沧海之一粟。然而，如果我们能够不断发展自己的人脉，多结识一些“好风”，那么，在适当的时候，我们也可以凭借“好风”而直上“青云”。

人脉资源不像货币，也不像黄金，让人们能看得到，摸得着，它是一种潜在的无形资产，从表面上看，它不是直接的财富，因为它不能给你实实在在的利益的，可没有它，就很难聚敛财富。即使你有很精湛的专业技术，而且口才一流，能够舌战群儒，同时，你还拥有彬彬有礼的君子之称，但你却不一定能够成功地完成一次商谈或外交业务。而此时，如果你拥有一定的人脉关系，并且在你的人脉关系中有一位关键人物肯帮助你，在关键时刻为你开开金口，相信你得到的结果一定会是惊喜和完美。

没有人脉，只能是一分耕耘，一分收获，但若加上人脉，我们将是一分耕耘，数倍收获。可以说，人脉就是能让我们终身受用的无形资产和潜在的巨大财富，是一种成功的“乘法”。

人生在世，会有多种财富，比如金钱、健康、知识、人脉等等，它们都可以为我们更好地生活而服务。但是在这些财富中，人脉正成为其中最重要的财富，同是它也是最保值的一种财富，更是最具有竞争力的财富。

现在的社会，从一定意义上说社会的竞争在一定程度上是人脉的竞争。人脉的高手可以左右逢源，四通八达，对于他们而言没有不可能、办



不到，你解决不了的事情我可以找别人，领导解决不了的事情可以找领导的领导，朋友帮不上忙可以找朋友的朋友，最终都要达到自己的目标。

人脉资源是我们到达成功彼岸的帮手，是一笔看不见的无形资产。在日常生活中我们应该把维护和拓展人际关系当成日常功课，让它成为自己的一笔巨大的财富，让它能开启通往成功的每一道门，成为未来成功的基础。

专家点拨：

1. 提升人脉竞争力是一辈子的功课。
2. 成功=20%专业能力+40%人脉关系+40%观念想法。
3. 一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自关系。



朋友的数量与机遇成正比

朋友的数量越多，即人脉资源越丰富，那么你的机会就越多。美国钢铁大王及成功学大师卡耐基说：“专业知识在一个人成功中的作用只占15%，而其余的85%则取决于人际关系。”所以，扩展自己的交际圈，不断地结交新的朋友，是事业成功的必要条件。

案例分享

一个美国富商，在事业上取得了非常大的成功，积累了一千万的财富。临终前，他把几个儿子叫到床前，向他们公布了他的遗产分配方案。他说：“我的财产有1000万，你们每人可得100万，但有一个人必须独自拿出10万为我举办丧礼，还要拿出40万元捐给福利院。作为补偿，我会介绍十个朋友给他认识。”最后，他的小儿子选择了这个方案。于是，富商把他最好的十个朋友都介绍给了他。

富商死后，儿子们过着各自独立的生活。他们早已养成了大手大脚花钱的习惯，几年后，他们花光了父亲留给他们的钱。小儿子也是如此，于是，他想起了父亲给他介绍的十个朋友，并且把他们请到了家中。这十个朋友非常愿意帮助他，每个人给了他一头怀有牛犊的母牛和1000美元，还在生意上给了他很多指点。从此，小儿子开始逐步进入商界。若



千年后，他成了一个比他父亲还要富有的大富豪。并且他一直与他父亲介绍的这十个朋友保持着密切的联系。这个小儿子就是美国巨商费兰克·梅维尔。

经验总结

费兰克·梅维尔获得了事业上的成功后，曾经说过：“我父亲告诉我，朋友比世界上所有的金钱都珍贵，朋友比世界上所有的财富都恒久。这话一点儿也不错。”可见，没有朋友，机会就永远也不会降临。

朋友的数量与机遇成正比，丰富的人脉能为你带来更多成功的机遇。就算你只不过是一名普通的公司职员，每天过着朝九晚五的生活。但请不要忽略人脉对自己的功用，只要多结交朋友，总会有一个人为你带来你梦想的机遇。现代社会分工越来越细，人与人之间的合作关系越来越紧密，人与人之间的情感沟通和智力沟通使一些工作出现了质的飞跃。在交往过程中，人们互相学习，共同提高，可产生 $1+1>2$ 的智力共振。

俗话说：“在家靠父母，外出靠朋友。”一个人不可能一辈子都待在家里，更不可能一辈子依靠父母。一个人能力再强，也不可能万事不求人，正所谓“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮”。朋友是交往中不可缺少的社会资源，朋友们各有所好，各有专长，和他们交往能够开拓我们的视野。而遇到困难的时候，朋友之间会相互帮助，同舟共济，共渡难关，所以“多个朋友多条路”。朋友当然是越多越好，但是，“交友要交心”，那些酒肉朋友是靠不住的，我们在增加朋友数量的同时还要重视质量。

有这样一句名言：“谁要在世界上遇到过一次友爱的心，体会过肝胆相照的境界，就是尝到了天上人间的欢乐。”所以，朋友要多，但可以共患难的朋友才可贵，只有这样的朋友才与机遇成正比。

面对一些成功人士，我们也许会说：“那还不是因为他的机遇好！”事实也的确如此，但是你为什么不问：“为什么他的机遇好？”难道是上帝对他偏心？当然不是。机遇对任何一个人都是公平的，不同的是朋友的数