



人脉决定成败 人脉决定财富 人脉决定命运

一个人是否成功，不在于你知道什么，而在于你认识谁。人脉才是成功的秘密捷径，有人脉成功像坐电梯，没人脉成功像爬楼梯。一个人的人脉关系决定他的眼界和所处的阶层，人脉圈的广度和深度决定他的财富和前途。人一生中收益最大的投资就是对人脉的投资。

超值白金版

29.80

人脉决定人脉

大全集

田宇 编著



一个人事业的成功，80%归功于人脉
30岁以前靠能力，30岁以后靠人脉

中国华侨出版社



人脉决定命脉

大全集

田宇◎编著



中國華僑出版社

图书在版编目(CIP)数据

人脉决定命脉大全集 / 田宇编著. —北京: 中国华侨出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5113-1477-2

I. ①人… II. ①田… 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 (2011) 第 100931 号

人脉决定命脉大全集

编 著: 田 宇

责任编辑: 文 丹

封面设计: 王明贵

文字编辑: 胡宝林

美术编辑: 滕 霞

经 销: 新华书店

开 本: 1020mm × 1200mm 1/10 印张: 48 字数: 789 千字

印 刷: 北京中印联印务有限公司

版 次: 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-1477-2

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编 辑 部: (010) 64443056 64443979

发 行 部: (010) 58815875 传真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



美国前总统西奥多·罗斯福曾说：“成功的第一要素是懂得如何搞好人际关系。”成功学家戴尔·卡耐基指出：“人脉是人一生中最大的财富，有人脉就有力量，有人脉就有竞争力。人脉就是你的财脉，你的成功人生就赢在人脉中。”斯坦福研究中心曾经发布一份调查报告，以精确的数据强有力地说明了人脉的重要性：一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自人际关系。难怪在美国好莱坞流行着这样一句话：“一个人是否成功，不在于你知道什么，而在于你认识谁。”这些关于人脉的令人震惊的结论，无不在告诉人们：人脉的力量超乎你的想象。有人总结说：一个人30岁以前靠专业、能力赚钱；30岁以后，则靠朋友、关系赚钱。由此可知人脉在一个人的成就里扮演着多么重要的角色，可以说，人脉是一个人通往财富和成功的门票。

实践证明，能成就大业者，除了具备一定的业务知识，更为关键的还是他拥有广阔的人脉资源。现代社会的发展已经显示，在技术、资金、人力资源等生产力要素中，人的重要性越来越凸显，人脉资源的地位也越来越高。人脉资源丰富的人，才能在社会交往中左右逢源，在职场中游刃有余，生命也会因为形形色色的人脉而更加丰盈多彩。现在辛苦培育人脉资源，以后做事自然可以处处逢源，财富、成功等也都将不再是难以企及的想象。许多企业老总不惜花费巨资去名校上MBA，其主要目的就是为了培育更高层次的人脉，为自己的事业开拓更广阔的空间。无怪乎美国石油大王洛克菲勒说：“我愿意付出比天底下得到其他本领更大的代价来获取与人相处的本领。”因此，现在投资界最看重的投资不是基金投资，不是股票投资，也不是艺术品投资，而是人脉投资。人脉，这两个字蕴含了太多的价值，它的价值甚至超过黄金，可以说是没办法用物质来衡量的。人脉投资是所有投资中最值得推崇和尝试的一种。

所谓人脉，即经由人际关系而形成的人际脉络，它是人与人之间交流沟通的“血脉”，四通八达，盘根错节。血脉是人的生命赖以存活的基础，在人们追求事业成功和人生幸福的过程中，同样也存在着一个类似人的血脉那样的系统，即人脉。如果说血脉是人的生理生命支持系统，那么人脉则是人的社会生命的支持系统。一棵小树苗要想长成参天大树，成为栋梁之材，必须要有粗壮厚实的根脉给它供给大地的营养，必须要有充足丰富的枝脉和纤细纵横的叶脉给它供给自然的空气、阳光和雨露。没有叶、没有枝、没有根，也就没有树。根脉、枝脉、叶脉的死亡会很快导致树的死亡。而栋梁之才的形成必须要有根深叶茂的生命支撑环境。同样道理，“一个好汉三个帮，一个篱笆三个桩”，“一人成木，二人成林，三人成森林”，要想做成大事，必定也要有做成大事的人脉网络和人脉支持系统。我们的祖先创造了“人”这个字，可以说是世界上最伟大的发明，是对人类最杰出的贡献。一撇一捺两个独立的个体，相互支撑、相互依存、相互帮助，构成了一个大写的“人”，“人”的象形构成完美地诠释了



人脉的意义所在——人脉决定命脉。

实际上，每一个人都生存于社会之中，没有人能够独立于世界之外，因此，每个人一生下来就形成了一张属于自己的人际关系网，而且随着人的成长，这张关系网不断地得到编织和完善。人一出生，就有了父母和亲戚，产生了家族里的人际关系；一上学，就有了老师和同学，产生了师生和同学的人际关系；参加工作，有了老板和同事，产生了单位里的人际关系；此外，还有社会上的各种朋友、同乡、合作伙伴等人际关系。可以说，我们每一个人都生活在一张巨大的人际关系网之中，这张能够无限扩大的人际关系网就是我们生存于其中的人脉圈，它好比一座无形的金矿，拥有了这座金矿，你就掌握了取之不尽的财富。少数人认识到了这一点，所以他们成功了；大多数人没有认识到这一点，所以他们仍然不得志。综观古今中外，但凡成功人士，无不拥有着强大的人脉网络，而就是这个人脉网络支撑着他们在这个纷繁复杂的世界上取得了骄人的成就，并且立于不败之地。

本书将向你揭示真正的成功秘密——有人脉成功就像坐电梯，没人脉成功就像爬楼梯。全书共分八篇，全面系统地介绍了吸引人脉、修炼人脉、构建人脉、拓展人脉、运用人脉、经营人脉、管理人脉、刷新人脉等过程中的种种问题及方法和技巧，帮助读者更好地处理与各种人物之间的关系，构建一张高质量的人脉网络，不断积累人脉存折。



第一篇 投资人脉——稳赚不赔的人生经营策略

第一章 当今投资界最响亮的口号：投人投人投人	2
成功者绝对不会忽视人脉的重要性	2
人脉来了，机遇还会远吗	3
成功=85%的人脉关系+15%的专业知识	4
读MBA，学知识是次，交“人尖”是主	5
储存人脉胜过储存黄金	6
温州商人致富的人脉策略	7
人脉决定输赢，得人脉者得天下	7
人脉的力量能让你战胜你所不能战胜的困难	8
离开了人脉，你就无法生存	9
成大事者都是善于运用人脉的人	10
自我测试：你当下的人脉现状如何	11
第二章 你的命运掌握在他人手中	14
成功可以抄近路	14
学富五车，你是否仍然怀才不遇	15
5个朋友决定你的一生	16
君子善假于物	17
了解他人助你走向成功	18
巧用人脉关系才能办成大事	19
单打独斗，你早晚败下阵来	20
他人的建议也许会让你一生受益	21
与他人交往，就要懂一点人脉应酬之道	22
自助者人助，人助者天助	23
培养人脉，别输在人脉上	24



谨小慎微，别让小人毁了你的一生	25
自我测试：你是社交达人吗	26
第三章 人脉关系网，早一天搭建早一天成功	28
用比蜘蛛结网聪明的办法搭建你的人脉网络	28
6大策略助你成功搭建人脉网	29
被你忽略的人也许是个“重磅炸弹”	30
失去人脉，生命将一片荒芜	31
搭建人脉网时需要拿捏“最佳距离”	31
拥有成功人脉的三句话秘诀	33
人脉即财脉——善用人脉攀登财富之巅	35

第二篇 人脉即财脉——善用人脉攀登财富之巅

第四章 人脉如山，挖出你的无尽宝藏	36
30岁以前靠专业赚钱，30岁以后靠人脉赚钱	36
社交就像杠杆，让你轻松撬动财富	37
借到的人气越多，聚集的财富越多	38
想致富，先找准榜样	39
从周围人最需要的地方发现财富	40
自我测试：是什么阻碍了你发财致富	41
第五章 人脉价值百万，看成功者教你人脉变财脉	42
红顶商人的成功“转型”	42
华人首富李嘉诚的用人之道	43
钢铁大王卡内基——成大器，投人脉	44
迈克尔·杰克逊——善用人脉的世界舞王	45
雅芳CEO巧借贵人创造美丽	46
自我测试：你有赚大钱的能力吗	47
第六章 人脉是长期投资，时机成熟时会让你一步登天	49
拜冷庙，烧冷灶，关键时刻有人帮	49
别急着拿投资回报率来计算你的付出	50
操之过急是人脉大忌	51
耐心播种，才能收获果实	52
乐于助人=乐于助己	52
放长线，钓大鱼	53
登门拜访，温故知新	54

长久的人际关系，需要用适当的拒绝来保持	56
存够“人脉存折”，才有“财富存折”	57
自我测试：你是理财高手吗	58

第三篇 修炼人脉——提升自我才能吸引人脉

第七章 良好的形象提升你的人脉	62
形象赢天下	62
好的形象是成功的潜在资本	63
工作再忙也要注意自己的形象	64
好的形象能让你晋升为“魅力领导人”	65
有几身像样的行头	66
西装让你风度翩翩	67
休闲装让你洒脱惬意	68
适当的打扮是对人的尊重	68
好的开“头”助你一臂之力	69
让别人从你的眼神里读出真诚	71
双手是你的名片	72
站如松，坐如钟，行如风	73
鞋子——让你足下生辉	75
让香水为你锦上添花	76
让你的语调为你加分	76
女人的魅力法宝——首饰	77
男人的个性宣言——领带	78
自我测试：异性眼中的你是什么形象	79
第八章 树立良好的个人品牌就等于打造人脉	83
树立个人品牌的过程就是要做好细节	83
个人标签让你快速脱颖而出	84
你的品牌就是你的身价	84
打造你的品牌知名度	86
提升自己的价值	87
扮演别人需要的角色	87
推广你的“个人品牌”	88
建立正确的“自我观”	90
提升你的人脉竞争力	90



有风度，才有高度	92
在自己熟悉的领域作战	93
诚信会让你的个人品牌大大增值	94
给你的标签贴上“精神感召力”	95
树立目标意识	96
自我测试：你是否具有影响力	97
第九章 努力提升个人能力	100
有实力才有魅力	100
用实力证明自己	101
发掘出自己的优势	102
不断充实自己，活到老学到老	103
你才是自己生命航程的掌舵人	105
给你的情绪安一个可控闸门	106
成熟稳重的人更容易获取信任	107
拒绝借口，用能力证明自己	108
让别人追随自己的思想	109
优秀的人懂得如何重新开始	111
赢得长久人脉力的不二法门	112
优秀的人时刻保持一颗平常心	113
你的影响力决定你的领导力	114
走专属于自己的路	115
多一盎司定律	116
好人脉，从好口才开始	116
自我测试：你是哪种性格的人	117
第十章 人格魅力是轻松斩获人脉的秘密法则	119
你爱笑，别人爱你	119
坦白地说不知道	120
要想成为大海就要有大海的胸怀	121
一盎司的忠诚等于一磅的智慧	122
保持自己的独立人格	124
谦逊做人，才会受人欢迎	124
尊重他人就是尊重自己	126
自信，启动人生引擎的爆发力	127
无声胜有声的倾听魅力	128
拥有贵族般高贵的气质	129

爱抱怨会让人脉离你远去	130
鸡毛蒜皮皆幽默	131
拿得起更要放得下	132
做人要有点城府	133
放下身段做人	134
有胆量放弃，才有机会成功	135
亲和力让你和别人“自来熟”	136
一诺千金，说得出就要做得到	137
用热忱感染周围的人	138
自我测试：你是个有魅力的人吗	139

第四篇 拓展人脉——人脉越广，道路越宽

第十一章 增加曝光渠道让更多人认识你	142
给自己设计一张抓人眼球的名片	142
“秀”出个人信息收获巨大成功	143
别小看一通电话或是一封信件的作用	144
瓜甜就是要吆喝	145
不做默默无闻的小草	145
积极争取机会	147
巧借名人曝光自己	147
渲染气氛，吸引别人的注意	149
善于利用现有的资源	149
有才华，就要展现	150
木秀于林，风可助之	151
给自己打个背景光	152
过多地展现自己反而得不到认可	153
自我测试：你给人的第一印象如何	154
第十二章 让陌生人成为朋友的锦囊妙计	156
对社交恐惧症说不	156
树立正确的社交观念	157
用心结识陌生人	158
自我介绍要潇洒	159
首因效应，第一回合就要赢	160
初次见面，礼仪不可少	161



把一句话说得扣动人心	162
第一次就记住他的名字	163
社交中微笑的神奇作用	165
别小看肢体语言	166
打开话匣子	167
与人交谈，切忌自己说个不停	168
寻找与陌生人的共同话题	169
与陌生人主动握手就是送他的见面礼	170
做厚缘分，把热情写在脸上	171
自我测试：你与陌生人的相处能力	172
第十三章 多结交比你强的朋友	174
经济舱还是头等舱	174
让你的人脉纵向发展	175
同国王一起散步	176
结识元老级人物	176
闭门思过不如开门思过	177
智者的忠告值得我们一生去践行	178
好朋友要有“含金量”	179
选择一个强劲的对手去超越	180
与优秀的人共事	181
发达的朋友能够救你于危难	182
周围的朋友决定你的年薪	182
见贤思齐，见不贤则内自省	183
结交高“含金量”朋友的10个场所	184
自我测试：你愿意和谁交朋友	185
第十四章 生命中必不可少的8种朋友	187
导师——迷茫时为你指引心灵的方向	187
知己——人生颈圈上最灿烂的钻石	188
诤友——以诤友为镜可以知得失	189
开心果——让笑声洋溢心灵	191
支柱——你要倒下的时候扶你一把的人	192
挚友——缓急可共生死可托	193
推手——为你的生命带来无限可能	194
榜样——激发你生命的无限可能	195
互补者—— $1+1>2$	196
自我测试：他是你的患难之交吗	197

第十五章 情感投资网聚人脉，付出是为了更好的收获	199
好好利用“投其所好”的投资智慧	199
把人情做到沸点才有质的飞跃	200
常用“我们”这个词	201
小小礼物，大大温情	201
付出真心，收获关怀	202
平时留下人情债，有难自有贵人帮	203
不要抛弃落寞的朋友	204
随机应变，做最得人心的“第三者”	205
善用计策得人心	207
用“对不起”化解他的怒气	208
不要过河拆桥	209
给人留面子，给自己存人情	209
小人物的作用不可轻视	210
人际交往中的互惠定律	211
学着站在别人的利益上思考	212
酒，维系情感的纽带	213
第十六章 人脉场上的识人大法	215
肢体语言暴露内心世界	215
让你的眼睛成为心灵的窗户	216
从握手方式判断对方	218
别对我撒谎	219
锁腿和锁脚透露出的秘密	220
解读态势语传递的信息	221
别让眼睛欺骗了你	222
脸上藏得住，手却不撒谎	223
坐姿也可以判断一个人	224
不同的笑声演绎不同的心声	224
从口头语“听”透对方	225
从细节读懂对方	226
衣服是思想的出卖者	227
听出他的弦外之意	228
知人知面，更要知心	230
掌握读心术	230
临之以利以观其心	232



第五篇 经营人脉圈——圈子对了，事情就成了

第十七章 发现周围的圈子，别做圈外人	234
找对圈子，别让自己成为圈外人	234
多结交些带“圈”的朋友	235
巧用5个圈子	236
走出“舒适圈”，呼吸新鲜空气	237
人脉的点线布局原则	238
出门在外，朋友圈子不得不靠	240
结识一个陌生人就是链接一个圈子	241
同学少年，该靠就要靠一把	242
不可忽视的商业圈	243
重视异军突起的会员圈子	244
乡音是最动听的语言	245
亲戚亲戚，越走越亲	246
同事是你人生必不可少的依靠力量	247
同仁，人脉网中的强大助手	248
父母是你事业的强大后盾	249
爱人是你生命中的另一半	250
远亲不如近邻	251
自我测试：你容易融入别人的圈子吗	252
第十八章 寻找身边的贵人圈	255
有贵人就像乘电梯，没贵人就像爬楼梯	255
自己走百步不如贵人扶一步	256
找出你人脉网中的关键结点	257
才华与实力是结识贵人的名片	257
用“心计”结交贵人	259
“攀龙附凤”有何不可	259
不要与贵人对面不相识	260
俘获贵人身边的人	261
走老人孩子路线	262
背靠大树好乘凉	263
利用名人成就自己	264

第十九章 一个朋友是一块矿石，他身后是一座矿山	265
多一个朋友多条路	265
多结交各行各业的朋友	266
你的朋友和你的品德成正比	267
忘年交是一笔重要的财富	269
必须结交的 10 种朋友	269
朋友之间也要保持距离	271
并不是所有的朋友都是“金”	272
警惕突然升温的友情	273
有些朋友一定要提防	274
自我测试：你的交友能力如何	275
第二十章 化敌为友,把“敌人”拉入自己的圈子	278
用宽广的胸襟接纳和欣赏你的对手	278
放下仇恨，学会宽容	280
对手是你生命的推手	281
让对手激发你的无限潜能	282
以德报怨怨自消	282
与自己不喜欢的人交往会有意外的收获	283
如何与自己不喜欢的人交往	284
创业时不要因为挫折而轻易放弃	285
采取迂回策略借对手之光成就自己	287
感恩对手，拥抱对手	288
多个朋友多一条路，多个敌人多一堵墙	289
小人是必须铲除的敌人	290
承受上司的“折磨”赢得长足的发展	291
联合对手，让他进入共同的“利益圈”	292
自我测试：你是个容易得罪人的人吗	293
第二十一章 让网络成为打通人脉圈的八爪鱼	295
用网络投资人脉	295
E-mail——更为方便快捷的邮件	296
让 QQ 扣动他的心	297
MSN 让你们的距离更亲近	298
工作之余，逛逛校友录	298
在 BBS 里无拘畅谈	299
善用博客，人脉越分享越多	300



第二十二章 将滚雪球效应发挥到极致	302
主动出击，开拓人脉新版图	302
互换人脉是拓展人脉的捷径	303
别拿秘密交换友谊	304
人脉是“捧”出来的	305
社交场上，别太把自己当回事	306
放低姿态博得更多掌声	307
人脉宽，路子广	309
让自己成为人见人爱的谈话对象	309
说话含而不露让你的人缘越来越好	310
利用中间人迅速扩展人脉	312
一个人用餐太冷清，聚餐才有人气	312
在饭桌上认识新朋友	313
社交晚宴上你在做什么	314
在宴会上拓展人脉就要知晓礼仪	314

第六篇 构建战略性人脉——改变你职场命数的关键

第二十三章 人脉——人生软实力，职场硬道理	318
人脉，让事业领先一步	318
与其等待机遇不如创造人脉	319
人脉是行业信息的情报站	320
职场中互相关照	321
优秀并不等于受欢迎	323
办公室受排挤及时调整“磁场”	324
学会融入，在职场中切勿被边缘化	325
如鱼得水的智慧：做一个受同事欢迎的人	326
不要在办公室里乱发脾气	326
明智对待办公室的派系斗争	327
职场中，抱团才能赢天下	328
企业商战中的人才竞争	329
自我测试：办公室里你最容易得罪谁	330
第二十四章 有关系，就有业绩	332
客户是工作中不可忽视的人脉	332
人们更喜欢从朋友而不是销售员手里买东西	333

让客户资源为我所用	334
扩大客户身上的闪光点	335
吸引客户，不妨先设个“圈套”	336
与客户的身边人建立有效的关系	337
永远不要和客户争论	338
依附团体，结交盟友	339
职场新人，融入环境才能发挥才智	340
跳槽，辞了工作别辞了人脉	341
漂亮的公关让你在职场力挽狂澜	342
自我测试：你是事业型的人吗	344
第二十五章 职场升迁，人脉决定速度	348
让上司成为助你升迁的贵人	348
获得提拔，丰碑不如口碑	349
成功的职场人脉会让提拔的机会送上门来	350
用点人脉“手腕”助你节节高升	351
别因为升职落空而丧失人脉	352
做晋升路上的“替补队员”	353
小心上司的“忽悠”	354
功高不盖主，别抢了上司的风头	354
与同事合作的项目，别让他夺了功	355
自我测试：你善于化解与领导之间的冲突吗	356
第二十六章 读懂人情，驾驭职场人脉	358
永远别搭上私人感情这趟车	358
怨恨你的领导，会把自己逼入死角	359
轻松搞定上司一定要学会沟通	360
小人惹不起，但躲得起	361
对小人要“捧杀”而不是“棒杀”	362
对付“不倒翁”，取走他身上的“磁铁”	363
当当配角也无妨	363
利用边缘人物，攀上目标人物	364
不懂掩饰，往往会吃大亏	365
如何与竞争对手共舞	366
职场上，嘴紧才能得人心	368
对待下属，收放结合	368
上司也要学会“收买”人心	370



商量之后再命令	370
与上司关系再好，也要保持距离	371
得罪上司，要积极挽回不利局面	372
巧妙拒绝领导所托之事	373
注重同事之间的日常应酬	374
让同事愉快地为你办事	375
让领导在生活中帮你一把	376
男女同事交往，把握好分寸	377
自我测试：你在办公室的野心有多大	378

第七篇 人脉应用学——让人脉为我所用

第二十七章 保持人脉的持久生命力,千万别透支人脉	380
人情需要礼尚往来	380
别成为人见人躲的索取者	381
用人脉要有借有还，才能再借不难	382
见外有时候是一种需要	383
小心，别透支人脉	383
对于人脉的投资切勿过度	384
维护人情的“生态平衡”	385
人情，一定要记得及时储存	386
做好人情，更易成功	387
不要过分相信人脉	388
掌握火候，过犹不及	389
储藏自己的友情基金	390
哥们义气要不得	391
别让祸从口出	392
言谈间莫揭人短	392
见小利，思大害	394
自我测试：你是人脉高手吗	395
第二十八章 使用人脉，看准时机是关键	498
有决策意义的贵人，要用在人生关键时刻	398
创业时别犹豫，让人脉发挥最大的力量	399
在众人的嘈杂声中，适时的沉默会给你带来好运	400
好人不可时时做	401