

国家彩票公益金资助·大字版



好书精读
Master
15'

与人接触很容易，建立
持久的人际关系很难

朋友圈 也要 经营

轻松读大师
项目部 编

良好的人际互动，可以
使我们获得好人缘

“见面识名”记忆法·人性的弱点·26铁则打造强大人际关系·5+10+100人脉活化术

建立良好的人际关系，不但使我们在社交场合更有底气，
也是开创成功事业的有效工具。

中国盲文出版社



商业新闻出版公司和轻松读文化事业有限公司提供内容支持

朋友圈 也要经营

轻松读大师项目部 编

中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

朋友圈也要经营：大字版/轻松读大师项目部编. —北京：中国盲文出版社，2017. 4

ISBN 978 - 7 - 5002 - 7852 - 8

I. ①朋… II. ①轻… III. ①人际关系学—通俗读物 IV. ①C912. 11 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 084577 号

本书由轻松读文化事业有限公司授权出版

朋友圈也要经营

编 者：轻松读大师项目部
出版发行：中国盲文出版社
社 址：北京市西城区太平街甲 6 号
邮政编码：100050
印 刷：北京汇林印务有限公司
经 销：新华书店
开 本：787×1092 1/16
字 数：80 千字
印 张：13
版 次：2017 年 4 月第 1 版 2017 年 5 月第 1 次印刷
书 号：ISBN 978 - 7 - 5002 - 7852 - 8/C · 116
定 价：44.00 元
销售热线：(010) 83190289 83190292 83190297

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

朋友圈也要经营

“见面识名”记忆法

调动左右大脑双管齐下

运用多种方式过目不忘

人性的弱点

深刻认识人性，知己知彼

学习交友处世，进退如仪

26铁则打造强大人际关系

主动结交，在对方心里占据一席之地

认真体察，将泛泛之交变为贵人好友

5+10+100人脉活化术

以质取胜，朋友在精不在多

系统管理，打造坚固人脉网

化繁为简，精炼呈现好书核心观点
明辨笃行，崇真尚实优质阅读资源

读书方恨学识浅，观海乃知天地宽。

依托海内外相关知识服务机构十多年的持续积累，博观约取，从经济管理、创业创新、投资管理、营销创意、人际沟通、名企分析等方面选取出版百余种与时俱进又经世致用的好书。本套书精准把握分散在万千书卷中的新理念、新策略、新创意、新方法，聚焦对最新知识的深度加工和闪光点提炼，真知云集，灼见荟萃，帮助读者提高阅读质量和效率，适时应用现今社会的最新智力成果。

出版人：张伟
责任编辑：马星灿
封面设计：赵苗苗

出版前言

数字文明为我们求知问道、拓展格局带来空前便利，同时也使我们深受信息过剩、知识爆炸的困扰。面对海量信息，闭目塞听、望洋兴叹固非良策，不分主次、照单全收更无可能。时代快速变化，竞争不断升级，要想克服本领恐慌，防止无知而盲、少知而迷，需尽可能将主流社会的最新智力成果内化于心、外化于行，如此才能更好地顺应时代，提高成功概率。为使读者精准快速地把握分散在万千书卷中的新理念、新策略、新创意、新方法，我们组织编写了这套《好书精读丛书》。

这套书旨在帮助读者提高阅读质量和效率。我们依托海内外相关知识服务机构十多年的持续积累，博观约取，从经济管理、创业创新、投资理财、营销创意、人际沟通、名企分析等方面选

取数百种与时俱进又经世致用的好书分类整合，凝练出版。它们或传播现代经管新知，或讲授实用营销技巧，或聚焦创新创业，或分析成功者要素组合，真知云集，灼见荟萃。期待这些凝聚着当代经济社会管理创新创意亮点的好书，能为提升您的学识见解和能力建设提供优质有效便捷的阅读资源。

聚焦对最新知识的深度加工和闪光点提炼是这套书的突出特点。每本书集中解读4种主题相关的代表性好书，以“要点整理”“5分钟摘要”“主题看板”“关键词解读”“轻松读大师”等栏目精炼呈现各书核心观点，崇真尚实，化繁为简，您可利用各种碎片化时间在赏心悦目中取其精髓。常读常新，明辨笃行，您一定会悟得更深更透，做得更好更快。

好书不厌百回读，熟读深思子自知。作为精准知识服务的一次尝试，我们期待能帮您开启高效率的阅读。让我们一起成长和超越！



目 录

“见面识名”记忆法 1

见到熟悉的面孔却喊不出对方的名字，这种尴尬和懊恼的感觉相信你一定不陌生。记住他人名字是建立良好人际关系的第一步，不但能使你在社交场合更有底气，也是开创成功事业的有效工具。记忆大师本杰明·利维倾囊相授记忆秘诀，借助 FACE 和 NAME 记忆法，大家可以有效识别对方的外貌特征、记住其姓名，并将两者联系起来。



人性的弱点 53

作者戴尔·卡耐基被誉为“人际关系学之父”。他的人际关系理论没有停留在“实用技巧”层面，而是建立在对人性认真观察的基础上。在生活和工作中，通过顺应对方心理展开人际互动，我们可以使自己有效地取得好人缘，获得大家的关注与支持，阐述不同观点而不招致反感，潜移默化地影响他人的行为……



26 铁则打造强大人际关系 101

在当今世界，想要与人接触很容易，要建立持久的人际关系却很难。作为经营人脉网络的专家，作者安德鲁·索贝尔和杰罗尔德·帕纳斯梳理了建立强大人际关系的四个步骤——与人结识、变得重要、产生共鸣和造成影响，并提出 26 项铁则帮助读者实践上述策略。如此一来，我们有望将“泛泛之交”变成自己生命中的“贵人”。



5+50+100 人脉活化术 153

人脉专家朱迪·罗比内特相信：“在别人身上可以找到你需要的答案、交易、金钱、渠道、权力及影响力。”大部分的企业经理人也承认，人脉对他们的事业影响巨大。然而，如何用一套清晰可行的策略来经营人脉网络？对此，作者提出了“5+50+100 人脉活化术”，帮助读者认清和调整自己的人际关系，建立强力人脉网络。

“见面识名”记忆法

Remember Every Name Every Time

Corporate America's Memory Master
Reveals His Secrets

·❁·原著作者简介·❁·

本杰明·利维（Benjamin Levy），美国著名的记忆专家，受益于其指导的有美国最成功企业的 CEO、政府首脑和欧洲皇室成员。利维原是受聘于企业的专业表演者及舞台魔术师，每次登台除了变魔术之外，他通常还会进行记忆表演，能一次记住 150 个以上的名字。

本文编译：张美惠

·❁❁ 主要内容 ❁❁·

5分钟摘要 | 掌握记忆秘诀，事业社交两亨通/5

轻松读大师 | 一 FACE 基本记忆法/7

二 NAME 进阶记忆法/20

三 其他记忆法与诀窍/33

专家解读 | 用心是记忆人名的最佳秘诀/41

人名是打开人际关系的第一把钥匙/49

掌握记忆秘诀，事业社交两亨通

能够记住别人的名字是一件很宝贵的事业工具，极有助于建立成功的事业。

实际操作中，有两种记忆名字的方法：

基本法

F

A

C

E

这个方法是在一开始就弄清楚对方的名字并不断重复，直到将名字印入脑海，以便日后更容易想起。

这个方法运用的是左脑的活动，或者说是一种借助语言与分析的记忆法。

进阶法

N

A

M

E

这个方法是先注意对方的脸部特征，在心里将该特征与对方名字联系起来。日后当你回想起那个特征时，便会同时记起对方的名字。

这个方法运用的是右脑的活动，或者说是借助图像与想象的记忆法。



有些人觉得学习基本法就足够了，不必学进阶法，有些人则是把两种方法融会贯通。不论你偏好哪一种，一定要坚持练习才能发挥作用。两种方法都不难理解，但要取得显著效果，就需要在平日多下功夫。

能够记住别人的名字，不但是建立成功事业的重要工具，也是很宝贵的社交技巧。记住一个人的名字会使对方觉得受到重视，于公于私都较可能对你作出正面的回应。

简言之，能记住别人的名字就有机会在对方心中留下很好的印象。