

A photograph of a man in a dark suit, white shirt, and red tie with white polka dots. He is looking off to the side with a slight smile. The background is blurred, showing what appears to be a city street at night with lights.

The
Capital of Men

《女人的资本》绝配篇

男人的资本

——成为优秀男人的十种智慧

The
Capital of Men

九州出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男人的资本：成为优秀男人的 10 种智慧/王继勇主编 .
—北京：九州出版社，2002.10

ISBN 7-80114-827-4

I. 男… II. 王… III. 男性-成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 076613 号

男人的资本：成为优秀男人的 10 种智慧

王继勇 主编

出版：九州出版社（北京市海淀区万寿寺甲 4 号

邮编：100081 电话：68706019）

经销：全国新华书店

印刷：大厂回族自治县彩虹印刷有限公司

开本：850×1168 毫米 1/32

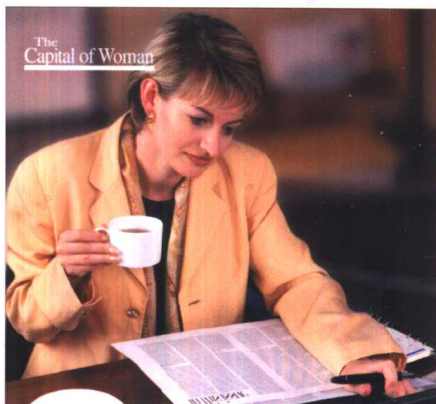
印张：14

版次：2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

书号：ISBN 7-80114-827-4/C·48

定价：23.80 元

男人的资本
The
Capital of Men



The
Capital of Woman

女人的资本续篇

——决定女人一生的十种智慧

The
Capital of Woman

九州出版社



The
Capital of Women

女人的资本Ⅲ篇

——女人幸福生活的11种好心态

The
Capital of Women

九州出版社

责任编辑：林欢

李棟設計
BLUE FLOWER



目 录

第一章 杰出男人的心理强势

1. 是信念使男人变得强大 (2)

(1)使男人弱化的两大心理弱势/(2)胸无大志、心的贫穷,使男人注定了厄运/(3)“只要你肯做,你就能做到”,一句话改变了里根的命运/(4)成功与失败有时就在一念之间/(5)男人请记住“一念之差”的深刻意义

2. 男人要用狼一样机敏的眼光捕捉生存机遇 (12)

(1)亚默尔:不爱黄金偏爱水/(2)靠泰森咬耳朵发财/(3)金庸15岁的经济头脑/(4)被冰雹打坏的苹果更好卖/(5)让克林顿“帮忙”赚钱

3. 愿望的高低造成了男人的优劣 (17)

(1)愿望是男人的推动力/(2)愿望越高,成就越大,男人的差别也越大

4. 男人不必每个方面都优秀,但一定要追求某一方面优秀 (23)

(1)坏牌未必输,看你怎么打/(2)女人可以“一白遮十丑”,男人则须“一强盖十弱”/(3)把缺陷变成一种资本/(4)战胜自己的智商才了不起/(5)男人只要做最好的自己,就能立于不败/(6)杰克·



2 男人的资本·成为优秀男人的10种智慧

韦尔奇以口吃为骄傲/(7)罗慕洛愿生生世世为矮子

5. 忍耐是男人的基本功 (35)

(1)詹姆斯甘心做清洁工而成大器/(2)想获得长久的快乐就要忍受暂时的痛苦

6. 反败为胜是卓越男人的坚强心理特征 (39)

(1)要善于在失败中看到“时来运转”的契机/(2)从来不曾失败的人,不是傻子就是卑鄙小人/(3)比尔·盖茨害怕失败才很少失败

7. 成功男人自我心理训练的18项法则 (45)

和成功的优秀人物比较,是自我训练和塑造的最好的手段。
要仔细注意他们的品质、性格、习好。除非你不想成功,否则这是自我训练的最好的方法。

8. 男人要懂得放弃 (49)

(1)岛村芳雄放弃今天赚取明天的钱/(2)比尔·盖茨放弃哈佛大学建成微软帝国/(3)肯德基拒绝送上门的生意,以质量换取数量

9. 优秀男人的11个心理特征 (52)

成功的途径可能各不相同,但有人研究发现,成功人士都有一些共同的心理特征。你是否也拥有这些能促人成功的优点呢?

10. 测测你的成功心理 (54)



第二章 成熟男人的品性风格

1. 大丈夫能屈能伸城府深 (62)

到底一个人要能屈能伸到什么程度？在哪一方面能屈能伸，才算真的大丈夫？是颇费思量的事情。

2. 极品男人的两种雅量 (64)

男人最需要，但也最难得的品德是雅量。有雅量的男人也自然器宇宏大，令人望而生敬，是男人中的极品。

3. 男人要深谋善断 (66)

杰出男人的突出特点就是性格果决，多谋取善断。

决策果断是人格心理的优良品质，它影响到人的行为的成败。

4. 是男人就要敢负责，不诿过 (69)

抱着这种“永远别怪我”的哲学，我们就永远无法找到问题中真正可以解决的一面——我们自己怕责任。一旦去除恐惧，承认自己有时候也应该为生命中行不通的那一部分问题负责时，我们就打开了一扇全新的大门。一个男人责任感越高，他的成就也越大。

5. 拘泥小节的男人绝难成功 (72)

一个人每天小心翼翼地墨守成规，毫无创新，虽不会与人发生冲突或得罪他人，却难有发展的机运，更无法期望能力的提升。



4 男人的资本·成为优秀男人的 10 种智慧

6. 脾气也是一种能力 (74)

并不是说脾气越大越好。每个人都有其优点与特长,应认识自己并活用自己的特长,自勉自励,并且恪守《犹太法典》中所列的 7 个项目。

7. 男人应避免的 12 种性格 (76)

(1)马上反抗型/(2)依赖强势型/(3)性情易变型/(4)评论家型/(5)冥想型/(6)牢骚满腹型/(7)自我表现型/(8)精打细算型/(9)理想狂信型/(10)法则顽固型/(11)溺爱宠物型/(12)自我陶醉型

8. 男人的性格与职业选择 (82)

要认知人的性格是可以改变的,是具有可塑性的。只要逐渐了解社会对自身职业岗位的要求,经过一定的磨炼,性格往往也能发生适应性的变化,从而胜任某种职业。

9. 让自己的风度受人赞美 (84)

我们要使自己的风度得到别人的赞美,就应该像托尔斯泰要求的那样:胆大而不急躁,迅速而不轻佻,爱动而不轻浮,服从上司而不阿谀奉承,身居职守而不刚愎自用,胜而不骄,喜功而不自炫,自重而不自傲,豪爽而不欺人,刚强而不执拗,谦虚而不故作,认真而不迂腐,活泼而不轻浮,直爽而不幼稚……

10. 赞扬声中识别 9 种男人性格 (86)

你可以把男人受到表扬时的 9 种微妙的反应作为镜子,照照自己,看看别人,然后对号入座,就能了解到每个男人的性格特征。

11. 人才佼佼者的性格特征 (88)

这独特的性格,对他们成功起着相当重要的作用,在某种意



义上说,甚至起有决定性作用。

- (1)对待现实的态度/(2)意志特征方面/(3)情绪特征方面/
(4)理智特性方面

12. 成熟人格与异常人格的判断标准 (91)

人格成熟有不同的标准,美国心理学家奥尔波综合过去各学者的研究成果,提出了6条人格成熟标准:

13. 测测你的性格 (94)

第三章 明智男人的情绪管理

1. 认识情商(EQ)的5个方面 (98)

每个人在这些方面的能力不同,有些人可能很善于处理自己的焦虑,对别人的哀伤却不知从何安慰起。但人脑的可塑性是很高的,某方面的能力不足都可加以弥补与改善。

2. 情商高的男人易成功 (100)

每个人的身上都带着无形的护身符。一边是“积极的心”,能够招来财富、成功、快乐和健康,使人登峰造极,并且屹立不摇;另外一边是“消极的心”,阻挡所有美好的事物,使人一生庸庸碌碌,甚至从云端跌至谷底。



6 男人的资本·成为优秀男人的 10 种智慧

3. 男子汉要镇定自若 (103)

这些人从不亏待自己,使自己保持着一种愉快的心情。他们把压力拒之门外,即使他们闲坐不动,心理活动也联想让人愉快的事情。像这样的镇定自若,其实是情绪自我调控的一种成功策略。

4. 男人怎样克服自卑 (105)

(1)男人自卑的 3 个根源/(2)汤玛斯克服自卑成为参议员

我这样作,只是希望能为一些目前为烦恼和自卑感所苦的可怜小伙子们灌输新勇气和自信心。

5. 善于将愤怒的坏事变成好事 (111)

(1)别做愤怒的鱼/(2)愤怒时多来些幽默/(3)以乐观和宽容的心态看事情,是平息怒气的最佳武器/(4)在愤怒中找到不愤怒的理由,坏事可能变成好事/(5)把生气的时间用在别的地方/(6)专家指导:怎样才能不生气/(7)男人的发脾气守则

6. 男人不要总是后悔 (119)

但对男人来讲经常的后悔,是对自我的一种否定,也会引起他人对自己的否定。经常后悔意味经常决策失误,考虑问题欠妥、不成熟、不堪重用。

7. 在争论中以退为进 (121)

和别人争得脸红脖子粗,坚持自己是辩论的胜利者,这是一种愚蠢的作法。如果你经常和别人无谓的争论,还是改一改吧!否则你难以成为一个成功的男人。



8. 男人调控自己情绪压力的两种方法 (124)

我们一旦发现自己有上述的心理行为发生时,就应该自觉自己的行动已经是有点怪异和偏差了,因此必须尽早去求教心理顾问或是精神科医师等专家。并应想办法消除这种压力。

9. 情绪管理能力测试 (127)

第四章 “新贵”男人的才学资本

1. 谁将成为新的有钱人? (134)

(1)袁隆平值1000亿/(2)比尔盖茨,世界首富/(3)王选与张玉峰,北大方正两巨头/(4)丁磊,年轻的亿万富翁

2. 才学是男人真正的财富 (138)

“郎才女貌”是中国传统的婚姻的最佳组合,在这里评价男人的标准,才学似乎成了唯一或说是最高的指标,拥有才学自然可以拥有娇妻美眷。除此之外呢?你丰收的还有无穷尽的、永久的精神和心理财富。

3. 俞敏洪谈年轻人事业成功所需的5种能力 (141)

新东方学校校长俞敏洪认为,一个人要想事业成功,只要获得几种能力就行。一是自然能力;二是技术能力;三是知识能力;四是与社会和人打交道的能力;五是人的生理承受能力和心理承受能力。他对此进行了详细的解说,值得年轻人认真领会:

4. 现时代真正的成功男人是有特殊知识的人 (145)

现代社会的竞争极为残酷,所以,为了成功,你要在你那个行



8 男人的资本·成为优秀男人的10种智慧

业或部门中成为一流的人才,必须要拥有知识并且还有行动能力,更重要的是它们能最好都高别人一筹,拿破仑·希尔告诉我们:“你若要成功,一定要将你做的事情专业化。”在当今世界,没有知识是万万不能取得事业的成功的,你一定要具有科学上的、社会上的相当的知识,才有可能成功。

5. 让才识改变你的命运 (148)

(1)超越别人的捷径/(2)最聪明的学习/(3)巧做“第二个吃螃蟹的人”/(4)学习能改变你的命运/(5)读书和吃饭一样重要/(6)为自己挖一口井

6. 学习能力的测试 (159)

第五章 风度男人的魅力资本

1. 男人的六大魅力资源 (166)

那些能够自豪地认为自己富有魅力的男人,确实得到了生活的诸多报偿。

(1)自信的男人有魅力/(2)刚中有柔的男人更具魅力/(3)不可抗拒的男性气质之美/(4)男人的形象魅力/(5)男人幽默的魅力/(6)完美的魅力——成熟男人的魅力

2. 女孩心目中魅力男人的20种个性 (173)

男人的个性较之女人更为明晰得多,在优秀男人身上,我们不难挖掘到他们令女人们不得不叹服的个性特征。



3. 59种最叫人反胃的男人毛病 (177)

香港的《清秀杂志》曾经列出 59 种“最叫人反胃的男人”：

这些所谓“反胃”的不妥之处，其实若是涉及男人生理先天禀赋之处的，我看就太过于苛求了。但对于心理品性方面的“反胃”处，还是劝男人们多加小心为好。

4. 发现你的魅力的 6 个方法 (180)

被自己掩盖和忽略的东西当然别人更难发现。你真的没有发现自己很有魅力吗？跟我们来，让我们一起发掘你的魅力。

5. 做高雅男士要注意 10 个标准和 10 个破绽 (183)

举止高雅的男士总散发着迷人的魅力，引得众多的异性为之倾倒。但是，如果你还没“高雅”到家，露出破绽，那样不仅“高雅”不成反而是大煞风景了。

6. 赢取女人芳心的十四秘笈 (185)

现代的女性很不喜欢负担过重的关系，所以“朋友之上，情人之下”的关系是女性最喜欢的男友关系。所以刚开始不一定要用“爱情”来拉近距离。

第六章 好运男人的职业智慧

1. 职业好运要从“处女地”开始积累 (190)

成功男人十分注意在职业的第一个“处女岗位”上体会积极有益的经验。正是他们最初的职业体会，使他们最终走向了成功。

(1) 杰克·法里斯的第一课：在加油站建立了终身理念/(2) 戴



10 男人的资本·成为优秀男人的 10 种智慧

维·托马斯的第一份工作启示录/(3)第一次诚实考验的价值

2. 善与上司相处是成功男士的职场第一大原则 (193)

(1)让上司同意你的观点/(2)怎样和老板谈加薪/(3)与上司相处的 9 个准则/(4)与老板相处当心两个雷区/(5)批评老板、上司的技巧/(6)假如你“得罪”了上司

3. 如何在公司获得晋升? (204)

(1)获取晋升机会的 6 种策略/(2)升职有方者的四大心理优势特质

4. 易遭排斥淘汰的 7 种职员 (208)

(1)不遵守约定的人/(2)什么事都说“我不行”的人/(3)把失败归罪给别人的人/(4)没有自主性的人/(5)在事后批评的人/(6)联络态度不佳的人/(7)自以为是的人

5. 成功男人如何把事业做大 (214)

(1)发展事业的十大方法/(2)选工作究竟选什么?/(3)不利职业前程的 10 种想法/(4)提升职场人气指数的九大路径/(5)未来职业经理人必备的十大素质/(6)获得高薪的 7 种途径

6. 使你成为不被“炒鱿鱼”的“明星”职员 (225)

(1)积极进取,言听计从/(2)“千手观音”,人见人爱/(3)安其天下,舍我其谁/(4)核心人物,稳坐泰山

7. 你该另谋职业的 5 种迹象 (228)

(1)怀疑自己的能力/(2)你与上司关系开始微妙/(3)你与同事之间有些不合拍/(4)你奇怪自己为什么会干这一行/(5)你闭着眼睛都能工作



8. 高等男人的成功前提:知道自己想要什么 (230)

有人说,人分三等,一等人立常志、二等人常立志、三等人不立志。你要做个高等男人,就必须知道自己想要什么并坚定你的目标。

(1)我只看到了野兔/(2)100 万美元:比尔·盖茨 25 岁前的目标/(3)规划好你的职业生涯/(4)经常修订你的目标

9. 你绝无退路,要做竞争强者 (235)

凡是那些在艰苦的环境中成长起来的人,都是比较坚强有活力并能取得成功的人;而在舒适安逸的环境中成长起来的人通常都是没什么出息的人。

(1)温柔的熊猫和强悍的北极熊是同一个祖先/(2)感谢你的对手

10. 中国最赚钱的十大职业 (238)

(1)计算机软件开发商/(2)建筑承包商/(3)律师/(4)体育明星/(5)注册会计师/(6)证券经纪人/(7)广告人/(8)特种养殖(种植)主/(9)整形医生及美容师/(10)公关人

11. 职业适应能力测试 (242)

第七章 富裕男人的聪明“财智”

1. 致富的根本在于掌握创富理念 (248)

(1)激发强烈的求富欲/(2)更新你的财务观念/(3)集中力量致富/(4)不要为金钱而找钱,让金钱为你工作/(5)获得个人的财务自由/(6)构建个人的金流系统/(7)留住你的财富/(8)让财富与善举同行



12 男人的资本·成为优秀男人的 10 种智慧

2. 男人要有敏锐的致富意识 (252)

几乎所有的男人都在(或曾经)想尽办法使自己更富裕,不过不是当你变得“富裕”时你才突然产生富裕意识,而是你拥有了你的富裕意识,真正的富裕就离你不远了。

3. 贫困孕育财富 (254)

生而富有当然更好,由贫变富更值得崇敬。从某种意义上说贫穷是人生的一种资本,似乎正应了那句话:“有钱难买少时贫。”

4. 富裕男人的财富观 (256)

要想成为富人,首先要学习富人、了解富人,富人能成为富人,自有他们的独到之处,包括他们怎样看待财富。

(1)要拥有稳定的业务/(2)做一个英雄还是成功者/(3)对钞票的态度

5. 富人的金钱哲学 (258)

(1)赚钱的自然法则/(2)如何培养金钱意识/(3)用 50 万美元贷 1 美元的启示/(4)钱不是省出来的/(5)两个老太太的对话:攒钱不如借钱/(6)要招财,不要拒财/(7)订立目标/(8)善于投资

6. 美国的百万富翁是什么样子? (267)

美国可以说是百万富翁集中的地方,你能想象出他们是什么样子吗?和他们对比一下,你是否也有几分相像。

7. 男人理财的十大忠告 (270)

爱钱如命的男人能成为富翁吗?除非你的收入足够高,否则如果不会理财,也难以成为富翁。有专家对个人理财提出十大忠告:



8. 亿万富翁的理财三条件和六方略 (272)

智商反映人的知识能力,情商反映人的社会生存能力,而财商则是理财的智慧,男人要作为经济人在社会上提高生存能力,那么就需要良好的财商。

9. 美国家庭理财 3 个原则 (275)

(1)夫妻账户自立/(2)一家人三本账/(3)礼金分担 感情共享

10. 男人理财心态最重要 (278)

每个人在进行个人理财之前,必须深刻地反思一下自己的理财心态,以一种良好的心态去进行个人理财,可以相信,钱财自然顺理成章,不请自来!

11. 男人六大理财阶段的特点 (280)

(1)单身期/(2)家庭形成期/(3)家庭成长期/(4)子女大学教育期/(5)家庭成熟期/(6)退休期

12. 成为百万富翁的八大步骤 (282)

《成为百万富翁的八个步骤》这本人人都可实践、晋身 7 位数身价的行动手册。从他们的行动中,你或许能得到些启发。

13. 美国人致富的九大原则 (284)

(1)量入为出/(2)制定储蓄计划/(3)投资共同基金/(4)要及时支付信用卡欠账/(5)留意节税/(6)立遗嘱/(7)弄清保单/(8)久居一地务必购房/(9)深谋远虑