

激扬人生励志经典

人脉操纵术 全集

吕晓滨 主编

学会操纵人脉，打造人际关系网络，为成功添加助力；
精通人脉操纵，掌握为人处世之道，让人生变得美好。

线装书局

激扬人生励志经典

人脉操纵术 全集

吕晓滨 主编

线装书局

图书在版编目(CIP)数据

人脉操纵术全集/吕晓滨主编.——北京:线装书局,2011.3

(激扬人生励志经典)

ISBN 978-7-5120-0308-8

I. ①人… II. ①吕… 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004505号

人脉操纵术全集

主 编: 吕晓滨

责任编辑: 赵安民 孙嘉镇

排 版: 腾飞文化

出版发行: 线装书局

地 址: 北京市鼓楼西大街41号(100009)

电 话: 010-64045283 64041012

网 址: www.xzhbc.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市通州富达印刷厂

开 本: 787mm×1092mm 1/10

印 张: 40

字 数: 825千字

版 次: 2011年3月第1版 2011年5月第1次印刷

定 价: 735.00元(全15册)



在纷繁复杂的社会大家庭中，每个人都扮演着不同的角色，发挥着不同的作用，有的是大树，有的是小草；有的是泰山，有的是尘埃；有的是太阳，有的是星辰……人人都应正确理解生命辉煌的真正内涵，创造一份属于自己的独特辉煌，给人生多一份绚丽，多一份精彩！

那么如何培养自己的能力和修养，如何学会利用时间，如何抓住成功的机遇，如何选择适合的职业，如何才能走向成功？我们每个人只有不断努力塑造自我，让自己的思维、智慧、知识、技能日益充盈丰满，综合素质日臻完善，思想更加成熟，行为更加理性，不断否定自我并超越自我。并且无论什么时候，都不要对生活失去信心，不要让别人摧毁你的信心。只要有信心，任何艰难险阻都不会成为你前进路上的绊脚石！

在向成功迈进时，你也许会迷茫，看不清前方的道路，这时千万不要犹豫，不要觉得自己可能会错过什么，因为当你犹豫的时候，不仅手边的事情做不好，后面的事情也会被耽误，最终只会一事无成。有道是：双鸟在林，不如一鸟在手。认真做好一件事情比想做好两件事情可贵得多。因此，人生要合理确定奋斗目标，要脚踏实地一步一

步向前走，做行动的巨人。每条道路都可以走出属于它的风景，做什么不重要，重要的是怎么做。要做到别人没有做到的事情，这样才能站稳脚跟，获得成功的资本。

在社会生活中，每个人都有自己的思想和追求，我们只有尊重他人的存在，跳出以自我为中心的桎梏，给自己定好位，才能在激扬人生的道路上与自己思想融合，与他人融合，与社会融合，少走一些弯路，少一些挫折，在天空中划出一道属于自己的生命彩虹。

书中的每一页都洋溢着激情，充满着催人奋进的精神。它们将教会你如何理解和热爱生活，并创造自己独特的生活。

成功不必刻意寻求，全方位自我提高，超越自己就是进步！



目 录

第一章 认识人脉:完美操纵人脉,成功操纵人生

人的一生,就是一个不断开发人脉资源、整合人脉资源并形成自己人脉网络的过程。人脉资源是一种潜在的无形资产,是一种潜在的财富。表面上看来,它不是直接的财富,可没有它,就很难聚敛财富。你的人脉资源越丰富,你赚钱的门路也就更多;你的人脉档次越高,你的钱就来得越快、越多,这已经是不争的事实。因此,关注人脉,扩大自己的人脉资源是每一个有志者必须予以重视的事情。

1. 人脉是最大的财富	16
2. 无人脉者无财脉	17
3. 丰富人脉助你成功	18
4. 建立人脉,赢取人生	20
5. 掌控你的人脉资源	21
6. 人脉决定钱脉	22
7. 人脉是成功的通行证	24
8. 人生、事业与人脉关系	26
9. 借人成事	27
10. 成功交际,成功人生	29
11. 好人缘带来好效益	31
12. 良好人脉,造就英雄	34
13. 朋友多了好发财	35

14. 女性成功,源自交际	36
15. 与一流人物结交	38
16. 人脉铸就辉煌	39
17. 结交有钱人,获得高回报	40
18. 挖掘你的人脉之井	41
19. 在交往中提升自己	42
20. 扩大交际圈,积攒高人气	43
21. 开发你的同学资源	45
22. 朋友越多,机遇越多	46
23. 编制你的人际关系网	47
24. 成功者的朋友遍天下	48
25. 友谊是最宝贵的财富	49
26. 忠诚的朋友,胜过万千珍宝	50
27. 与人交往要主动	51

第二章 获取人脉:展现个人魅力,赢取人脉资源

没有人喜欢自己被别人忽视,也没有人愿意永远甘当附庸。那么,你就要寻求恰当机会表现自我并提升自我。因为你不去找机会,机会决不会主动去找你。想得到贵人帮助。就要找机会或创造机会展示自己的优点,把自己推销给别人。万事有因必有果,投入总会有回报。充分展示自我,影响外界,其实也是打造你的人气和品牌。只有这样,朋友、猎头甚至不相识的人才有可能成为你人生中的“贵人”。

1. 展现个人魅力,获取无限人脉	56
2. 保持整洁的仪容	58
3. 第一印象很重要	59
4. 解读“难得糊涂”	61
5. 与人交往要谦虚	62
6. 女性交际,从细节入手	64
7. 人际交往的距离	65
8. 让微笑时刻绽放	68
9. 暴露弱点,展示自我	70
10. 无价的个人形象	71
11. 经营人脉要细心	73
12. 以小博大好名声	75
13. 做个乐于助人者	76
14. 信誉是人脉的奠基石	78





15. 学会理解他人	79
16. 交际中要保持良好心态	80
17. 吃亏是福	82
18. 打造自己的魅力	83
19. 诚信是立身之本	86
20. 以好奇心拓展你的人脉	89
21. 为人处世要坦诚	91
22. 让自己变得引人注目	92
23. 充分信任他人	94
24. 严于律己,宽以待人	95
25. 提高自己的亲和力	97
26. 摒弃自私之心	98
27. 树立信心,网络人脉	99
28. 为人处世要敢作敢当	101
29. 自信是成功的第一秘诀	103
30. 坦承错误,绝不辩解	106
31. 以同理心待人	107

第三章 广结人脉:掌握交际技巧,快速拓展人脉

当今世界,日新月异,各种新奇的事物纷纷涌现,无数的新生事物在给人们提供了无数种成功可能的同时,也给人们提供了结识形形色色人物的机会。在结识各种人物的过程中,你的人脉网络就会迅速地拓展开来,为你的人生与事业的进步提供强大的助力。因此,如果你想抓住每个稍纵即逝的机会,那么你就必须掌握令我们人际交往的范围扩大再扩大的交际技巧。

1. 战胜恐惧,拓展人脉	110
2. 积极拓展人脉	111
3. 组织聚会,聚拢人脉	115
4. 感谢帮助自己的人	116
5. 学会倾听	118
6. 提升人脉竞争力	120
7. 打理你的人脉档案	122
8. 交际要因人而异	125
9. 结交陌生人,要会搞活气氛	127
10. 人际关系网的建立	129
11. 做个聪明人身边的愚笨者	131
12. 人脉越宽广,事业越成功	132

13. 向强者展示弱点	134
14. 千金难买的微笑	135
15. 学会积累关系	136
16. 宴请礼仪须知	138
17. 女性操纵人脉一二谈	139
18. 以同理心关怀他人	140
19. 学会赞美他人	142
20. 六度分离效应	144
21. 让别人保住面子	145
22. 让利三分财运旺	147
23. 通过家庭结交他人	150
24. 机舱中的拓展人脉	151
25. 泡出来的好关系	152
26. 饭桌上的人际关系	154
27. 交际中切勿树敌	155
28. 扩大你的社交圈	157
29. 时常保持联络,续写友谊篇章	158
30. 让自己多些神秘感	159
31. 学会分享,拓展人脉	161
32. 保持距离,增进友谊	163
33. 人际交往中的三种关系	164

第四章 挖掘人脉:慧眼识得真金,建立核心人脉

优质、稳定、给力的人脉网络必须要围绕着核心人脉运行,因为最可靠、最能给你提供帮助的人际关必须由你能新人信任的人组成。你的核心人脉可以包括你的朋友、家庭成员和那些在你职业生涯中彼此联系紧密的人。他们构成你的影响力内圈,因为他们能让你发挥所长,而且彼此都希望对方成功。你与他们的相处会愉快而融洽,会激发出强大的能量,会激发丰富的创造力,使你的事业臻至顶峰。

1. 良友一人,胜过高朋满座	168
2. 脱出你的舒适圈	169
3. 加深人脉,成就事业	171
4. 找到慧眼识己的人	172
5. 女性人脉优化之道	174
6. 得饶人处且饶人	176
7. 交友要戴“有色眼镜”	177





8. 人际交往中的 80/20 定律	178
9. 发展代际关系	180
10. 同学助你走向成功	181
11. 人脉基石,源自亲情	182
12. 宽容他人,成就自我	183
13. 检查你的人脉网	184
14. 结交事业铺路人	185
15. 宽容为怀,赢得信赖	187
16. 必须拥有的人际关系	188
17. 有贵人,好成事	189
18. 贵人相助,“钱”途无量	192
19. 宽容他人的过错	194
20. 整理名片,利用人脉	195
21. 交友要交强者	197
22. 善用同乡关系	199
23. 关注他人,成就自我	200
24. 原谅别人的错误,收获自己的成功	201
25. 交往能帮上自己的人	203

第五章 沟通人脉:谈吐温润机敏,交流融洽人脉

沟通是人与人之间进行思想交流、增进彼此了解和获取信任的交际活动。沟通既是一门学问,更是一门艺术。优秀的沟通能力可以助人成事,拙劣的沟通能力能够毁人前程。只有掌握沟通的要领与技巧,才有可能顺利地开创自己的事业。“一分耕耘,一分收获”,放下那些无益的争论,从沟通开始打造自我的黄金人脉网络吧!

1. 舌绽莲花,展现自我	206
2. 交际中切忌交浅言深	208
3. 兜圈子的艺术	209
4. 学会拒绝他人	211
5. 真诚道歉,赢得友谊	213
6. 开玩笑要谨慎	215
7. 找共性,交朋友	216
8. 不要出口伤人	218
9. 交际时要耐心倾听	220
10. 避免无谓的争论	221
11. 少说话,多倾听	224

12. 掌握与人沟通的艺术	225
13. 话到嘴边留三分	228
14. 别强迫他人接受自己意见	229
15. 别在背后议论他人	231
16. 尽量让对方说“是”	232
17. 交际中的善意谎言	234
18. 对待挑衅,要立刻反击	235
19. 同情他人,赢得信赖	237
20. 场合不同,言谈各异	239
21. 保留意见,服从对方	240
22. 培养一点儿幽默感	241
23. 妙用沉默,赢得胜利	242
24. 避免有害无益的争论	243
25. 巧妙迎合,达成目的	245
26. 礼貌称谓,和谐交际	246
27. 管住自己的嘴	248
28. 不要轻易给人许诺	251
29. 与陌生人一见如故	252
30. 赞美他人,获得友谊	253
31. 发挥你的幽默潜力	254
32. 交往中少说丧气话	258
33. 为人着想要真诚	259

第六章 维护人脉:用心关怀对方,善意收获友情

人脉好似资源丰富的海洋,其中有着取之不尽、用之不竭的人脉资源。人与人之间的好感是通过彼此的互动增加的,想要别人对你好,首先你得对别人好。你对别人恶语相向,又怎能期待别人对你笑容满面呢?因此所以,人人都需要细心广泛地去维护人脉。在人脉的维护中,最重要的莫过于“人之所欲,施之于人”。维护好你的人脉,好人缘和友谊就自然产生了,进而为你创造出更大的财富。

1. 投资感情,收获人生	262
2. 付出善心,收获善心	264
3. 感情投资宜长远	266
4. 感情投资,一本万利	267
5. 教好同事,成就事业	269
6. 谁是你的真朋友	270





7. 体恤下属,赢得忠心	272
8. 冷庙烧热香,情谊才久长	273
9. 送礼的艺术	275
10. 主动与人交往,了解世道人心	277
11. 雪中送炭,终获厚报	279
12. 好领导如好老师	281
13. 平时巩固情谊,危时拔刀相助	282
14. 牢记朋友的生日	283
15. 真诚助人,友谊长久	284
16. 以情感人,人脉旺盛	285
17. 时常沟通,急时有用	287
18. 拉开距离,关系持久	288
19. 赞美而不谄媚	290
20. 关注对方工作,赢得成功交际	291
21. 精心维护关系网	292
22. 为友人保守秘密	293
23. 对他人关怀,受众人爱戴	294
24. 急难中的帮助最可贵	295
25. 情谊尽在交际中	296
26. 真诚的关怀,恒久的友谊	297
27. 帮助别人,也就是帮助自己	299

第七章 巩固人脉:真诚赢得信赖,信任共铸辉煌

只有获得别人的信任,才能获得自我发展的空间,因此,你的人脉网越宽广,你的人生之路与事业之路生活才能的越顺利。一旦抛弃了诚信,抛掷掉与人沟通的渠道,那么,你就很可能成为一个“失道者”,得到的帮助就会越来越少并且“寡助”。因为诚信是人一生中最重要的资本。糟蹋自己的信用,无异于在拿自己的人格做买卖,卖得越多,留下的也就越少。所以,只有事事以“信”为重,才会有“信”满天下的一天,也才会有人脉满天下的一天。

1. 与客户一起赚钱	302
2. 诚实守信,细水长流	304
3. 馈赠礼物,增进感情	306
4. 感情投资,巩固人脉	307
5. 人脉网与“250”法则	309
6. 功利交际失人心	311
7. 要有一颗真诚的心	313

8. 闲来串串门,急时帮大忙	315
9. 保持联络,增进感情	317
10. 君子之交,淡而久远	318
11. 好口碑,赢得好人脉	320
12. 给对方被尊重的感觉	322
13. 精诚所至,金石为开	324
14. 结交知心的朋友	325
15. “照顾”对方,提升友谊	327
16. 一诺千金,收获忠诚	329
17. 成人之美,不成人之恶	331
18. 先付出,再求回报	334
19. 保持联络的好方法	336
20. 诚恳待人,知交遍天下	338
21. 借用“乡土”,拉近感情	339
22. 消除别人对你的误会	340
23. 认真听取朋友的忠告	342
24. 地狱与天堂	344
25. 只有付出关怀,才能收获回报	346
26. 真心相对,坦诚相见	348
27. 切勿人走茶就凉	350
28. 诚心才能赢得青睐	351
29. 亲密交际之道	352

第八章 运用人脉:互惠互利共赢,相互扶助成功

将自己的长处发挥出来去帮助他人,你会从中得到真诚的感激和真挚的赞誉,同时,也是最重要的,这会极大地壮大你的人脉力量。你投给他人以桃,他人自会回报给你以李,因此,千万别吝惜你的帮助。你要明白,你在帮助他人的时候,其实也是在帮助你自己。当你给予他人足够多的帮助的时候,你的人脉自然就会拓展得很广泛,并且,你也会得到别人非常多的帮助。

1. 合力互助,前程远大	356
2. 统一战线,掌握主动	358
3. 提升自我价值,展现个人才华	359
4. 不要忽视小角色的力量	361
5. 与优势互补的人交朋友	363
6. 合作伙伴是你创富的金钥匙	364
7. 强强合作,壮大事业	366



8. 巧妙推销自己	367
9. 给人方便,自己方便	369
10. 借钱生钱,事业兴隆	370
11. 与志同道合者交友	372
12. 借他人之力,除自己隐患	374
13. 寻找合适的合作伙伴	375
14. 利用自我资源,创造事业辉煌	377
15. 化敌为友,互利双赢	378
16. 友谊地久天长	379
17. 与人合作,共荣共进	380
18. 善于合作才能无往不利	381
19. 关键时刻帮人一把	382
20. 站在成功者的肩上	383
21. 为人处世切忌吝啬	384
22. 借他人势,成自己名	386
23. 与人合作,成功创业	388
24. 平等对待下属	390
25. 乐于助人就是乐于助人	391
26. 找到共同点,攀上人脉网	393
27. 下属支持,领导成功	395
28. 留住珍贵的花木	397
29. 互惠互利,友情浓厚	398

第一章

认识人脉：

完美操纵人脉，成功操纵人生

整资、脉富，就的来关必
源人财它赚钱此志
资脉的有你的因有
脉程在没，你。个
人过潜可富，实一
发的种，丰富，事每
开络一富越越的是
断网是财富次争源
不脉，的资档不资
个人产接脉脉是脉
一己资直人人经人
是自形是的己的情
就成无不你你己情
，形的它；，自事
生并在，富多多的
一源潜来财更越扩视
的资种看敛就，重
人脉一上聚也快脉以
人是面难路越人予
合源表很门得注须



1. 人脉是最大的财富

村子里逃进来一只狐狸,这狐狸神情惶恐,气喘吁吁,腿脚麻软,样子十分狼狈。“哎呀呀,发生什么事儿了?”一只鹦鹉扑闪着翅膀,落在树枝上惊呼,“可怜的狐狸先生,您干吗跑得这么急呀?”狐狸止住步子,喘着气,不安地向着周围转动脑袋:“猎……猎、猎犬,好大一群,在后面,呼呼,追……”“哎呀呀!”鹦鹉大叫起来,急忙建议道,“快去村口薛大婶家躲躲吧,薛大婶心眼儿最好,保证肯收留你!”“薛大婶?不不不,”狐狸连连摇头,尴尬地补充道,“两天前,我从她家鸡窝里偷了只鸡吃,她肯定不会收留我。”

“这样啊!”鹦鹉歪歪脑袋,思忖片刻,又建议道,“有了!你去石樵夫家吧!他家离得不算远,在他家躲躲也行啊!”“这个——石樵夫,”狐狸不好意思地说,“不行啊,前几天,他上山砍柴,我溜进他家把他女儿养的金丝雀给偷吃掉了,那一家人正恨着我呢!”

“哈——呀!”鹦鹉扬扬翅膀,发出一声惊呼,接着给狐狸出主意,“这样的话,你只有去找村里唯一的医生庄大夫庇护你了,庄大夫很有爱心,绝对不会忍心看你被逮住的。”“庄大夫吗?”狐狸低下头,神情忸怩,“上次我偷偷钻进他家,不但吃光了他所有的肉片,而且还踩坏了他院子里种的所有郁金香!我哪儿有脸去求他庇护啊!”

“嗨呀呀!”鹦鹉无计可施了,沮丧地问道,“难道这村里就没有一个肯救助你的人?”“没有的。”走投无路的狐狸绝望地说,“我把能得罪的人都得罪光了!”

“唉唉唉!”鹦鹉摇头叹息,“这样的话,我也帮不了你了。”最后,猎犬追了上来,抓住了狐狸,这个往日里坏事做绝的家伙最终得到了应有的惩罚。

▶▶▶ 人脉金点子

没有人的一生可以永远一帆风顺,没有人可以保证自己永远高枕无忧。即便平日再风光、再得意,有一天也可能面临种种失败与危机。当你失败时,你有朋友可以扶你一把吗?你身旁的人是向你热心地伸出援助之手还是冷漠地袖手旁观呢?

————— ● ● ● ●

