

# 《隐忍力》

## 图书基本信息

书名：《隐忍力》

13位ISBN编号：9787543890527

10位ISBN编号：7543890526

出版时间：2013-1

出版社：苏祺 湖南人民出版社 (2013-01出版)

作者：苏祺

页数：277

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 前言

前言：成大事者必须拥有的强大力量苏祺虽然无法一概而论，但这个世界大体上是由三类人构成的，他们决定了人类社会的基本结构和生态关系：第一类人，他们按照已有的规则做事，规规矩矩，从不逾越，接受命运的安排，服从规则的裁定。第二类人，他们经常违反已有的规则，我行我素，既不遵守旧规，也不另行创造新规。他们是规矩的破坏者。第三类人，他们制定规则来限定别人怎么做事；面对一切生存规则，能够冷静地洞悉其根本，加以改良，并在观察中积累可以超越的力量。上述三种分类来自我几十年职业生涯的经验总结，它未必精确，但有上万份的卷宗分析表明，如果你要保卫或突破规则，很有必要研究一下这个分类总结。它可以帮助你对自己进行准确的定位，从而在采取具体行动时，取得不错的效果。这世界上，80%的人都属于第一类，他们一生循规蹈矩，庸庸碌碌。虽偶有幻想和天真的冲动，但总体来说，他们是规则的服从者，从不奢望有朝一日可一鸣惊人。而大约15%的人通过自己的努力，具备了一定的素质，有能力去违反已有的规则，先在局部的范围内按照自己的意愿做事，最后在某一个领域取得瞩目成就；只有极少数的人（大概5%），他们始终活跃在时代前端，既不断改变自己以适应环境，也有能力改变环境和规则，直到成为规则的制定者和环境的主人。毋庸置疑，第三类人的数量很少，他们是这个世界上真正的强者，他们都有同一种力量——在我们的性格中其实都蕴藏着这股强大的力量。这种力量不仅成就了勾践、司马懿、刘邦、朱元璋、雍正、德川家康等帝王领袖，也成就了洛克菲勒、巴菲特、稻盛和夫、李嘉诚等商业巨人。这就是隐忍力，它包括“隐”和“忍”两个方面。越王勾践与司马懿都是历史上数一数二的隐忍型人物。勾践是成语“卧薪尝胆”的主人公。他被吴国的夫差打败后，被迫投降。无奈之下与妻子作为吴王人质，忍辱负重、低声下气地侍奉吴王，甚至亲自品尝吴王的粪便来判断吴王的病情，如此完全打消了吴王的怀疑。而且勾践时刻不忘复国之志，天天睡草席、尝苦胆。后来向吴王献上越姬西施和郑旦，让吴王沉迷宫闈，最后终于击败吴国，一雪旧耻。司马懿二十多岁出道，在曹操身边做事，经历三代君主，干了五十多年，到七十多岁才执掌大权。他不仅是天生的表演大师，而且能忍常人所不能忍。有个故事是这么说的，早在曹操当政时期，司马懿就得过一次风瘫。曹操得知后不相信，派了一名刺客，深夜闯进司马懿卧室，果然看到司马懿直挺挺地躺在床上。刺客觉得不对劲，于是拿起刀，作势要砍，司马懿还是一动不动，这下刺客相信了。后来证明当时司马懿是装的。他的每一次风瘫都是在有需要的时候就来了。曹爽有一次也想证实一下，便让一个叫李胜的刺史去拜访。司马懿坐在那儿，见李胜进来，想要站起来表示礼貌，但是站不起来，身边的丫鬟把他扶起来。他跟丫鬟说要喝粥，丫鬟就端了碗稀粥来。他端起来喝，哆哆嗦嗦地喝不进嘴，滴落得满身都是。看上去就是一个行将就木的人。李胜对司马懿说，我要到家乡本州去，太傅是国家的栋梁，您病成这个样子，我非常难过。司马懿说，并州那地方跟胡人相邻，您小心一点啊。李胜的眼泪顿时就流下来了，回去跟曹爽说司马懿形神已离，神不附体，不足为虑。不久后，嘉平元年正月，皇帝曹芳出城给先父扫墓。曹爽兄弟也跟着去了，没带多少兵。洛阳城内立刻就“动”起来了。快要“病死”的司马懿骑着一匹马，白髯飘飘，精神矍铄，哪里像是一个风瘫的病人。他直奔皇宫找到郭太后，逼郭太后下诏，称曹爽兄弟居心叵测，危害国家，要将他们废黜。他的装病、示弱，无不体现出强大的心理素质，不但把诸葛亮拖死了，更在最后关头伺机而动，一举将曹魏大权全部夺到自己手里。常言道，小不忍则乱大谋。在中国传统社会，尤其是在官场、商场、职场中，如果你没有雄厚的背景支持和人脉资源，让你一出生或一起步就如虎添翼，你就必须隐忍而行，也就是老子哲学里所说的“居善地”“心善渊”“动善时”。所谓“居善地”就是善于选择自己的位置，明白在什么时候，什么位置对你最合适；“心善渊”，就是心思要藏得深，不能轻易被别人看出来；“动善时”则是说要善于把握行动的时机。总的说来，隐忍不是低头屈服，不是无所作为，不是甘于平庸，而是一种含蓄而又内敛的处世方式与做人方法。它是一种谋略、一种气度、一种胸怀、一种品格，更是一种坚强和一份承担。它需要内心的沉淀，更需要时间的历练。在本书中，我将详细地向您阐述“隐忍力”的概念及其在国内外的具体应用，同时结合国内外的案例，提出一个适合每个人的“隐忍力”训练系统，让你能在蛰伏期迅速成长，提升内在能量，学会低调、淡定，练就强大的心理素质，做好全局规划，然后伺机而动，在沉默中超越一切对手。

# 《隐忍力》

## 内容概要

《隐忍力》内容简介：最适合东方人的成功哲学，集心理学之大成的终极自我提升术！在我们性格中蕴藏着这样一种强大的力量，这种力量不仅成就了勾践、司马懿、刘邦、朱元璋、雍正、德川家康等帝王领袖，也成就了洛克菲勒、巴菲特、稻盛和夫、李嘉诚等商业巨人。这就是隐忍的力量，它包括“隐”和“忍”两方面。它需要技术更需要艺术。成大事者都需要隐忍，在时机不够成熟的时候，要懂得收敛锋芒，积蓄力量，正如冯仑说的：做人要蹲着。

隐忍不是低头屈服，不是无所作为，不是甘于平庸，而是一种含蓄而又内敛的处世方式与做人方法。隐忍是一种谋略、一种气度、一种胸怀、一种品格、一种坚持、一份承担。它需要内心的沉淀，更需要时间的历练。

如何在浮躁的当下保持淡定，厚积薄发，成就自我？如何以退为进、由弱转强，伺机爆发？如何在蛰伏期迅速成长，练就强大的心理素质，做好人生规划，漂亮胜出？

在成长与成功的过程中，我们会遇到许多困难、疼痛、委屈与压力，要时刻提醒自己，一时的挫折与屈辱算不了什么，这一秒的伏下身体正是为了下一秒的高高跃起。《隐忍力》用诸多实例与心理学常识告诉读者，我们为什么要“隐忍”，怎样的“隐忍”才是有价值的，如何将“隐忍力”转变为成功的助力，收获人生最美的果实。

# 《隐忍力》

## 作者简介

苏祺，励志作家，旅美华人，资深风投，从事企业咨询与管理者培训工作。著有畅销书《风范》。他的“隐忍力魔鬼训练”得到了全球二十多个国家百万读者的膜拜推荐！

# 《隐忍力》

## 书籍目录

前言 成大事者必须拥有的强大力量 001Part 1 在蛰伏期的迅速成长 001世界如此复杂，我们必须先学会低头 002隐忍是手段，而不是目的 006拒绝外界的诱惑，关注内在的提升 009在蛰伏的时候，最要紧的事情是什么 011“隐”和“忍”的艺术 014绕开致命的误区：一定要清楚自己要“隐”什么，在“忍”什么 027Part 2 你必须练就的强大心理素质 037要有经历挫折的毅力和决心 038摒弃坏情绪，提高忍耐力 043宽容，是做人的第一法则 049韬光养晦才可以厚积薄发 051不管你站得有多高，都要懂得尊重并欣赏他人 054走一步看三步：时刻保持长远眼光 058任何时候，都请不要丢弃全局意识 064制订一份完整的计划书，并加以严格执行 071Part 3 做好隐忍的时间规划 077冲动是一切思想和行动的“魔鬼” 078让耐心等待成为一种本能 080做一个称职的时间规划师 083只要不放弃，最好的机会就会在下一秒出现 088把握好时间的维度 090隐忍力的基础训练：练就强大忍耐力的十五个方法 097Part 4 提升内在的能量 101不动声色地和他人拉开差距 102从模仿到超越 108提升自我的五个关键 118心态决定状态，心胸决定格局 131Part 5 做自己命运的主人：必须进行理性的冒险 135无条件的自信，即使在做错的时候 136伺机而动，像狼一样去进攻 142主动退一步的智慧 147建立自信的七个要素 156Part 6 懂得规划，控制全局 165眼界决定你的未来 166头脑、心灵和钱包 169输和赢的计算方式 174永远不要高估了自己 176Part 7 成大事者不拘小节 179分清重要和次要问题 180远离喜欢斤斤计较的人 186养成“能量释放”的好习惯 192Part 8 在沉默中超越一切对手 199当你遭遇最坏的结果 200降低那些潜在的风险 205成为善于做计划的人 208学会聪明地规划自己的职业生涯 210控制你的“过程” 215二十四小时紧急计划 219没有完美，只有完善 222规划力的训练方法 225Part 9 不可不回避的“隐忍力误区” 229“懦弱”的隐忍和“匹夫”的勇敢 230潜伏者的悲剧是怎样形成的 235看清楚你自己的实力，比看清别人更“可靠” 242正确地评估摆在你面前的机会 245计划与那些可能的“变化” 249从构想到现实的过程 256Part 10 隐忍力终极提升课程 261控制训练：控制自己的心灵与行为 262平衡训练：拒绝愤怒的情绪 266抗压训练：承受力和规划力的提升 270心态训练：淡定是如何炼成的 275

# 《隐忍力》

## 章节摘录

## 《隐忍力》

### 媒体关注与评论

慈悲之前无敌人，隐忍之人无对手！ ——佛陀 只有保持虚空状态，才能不断接受，顺势而变，最终得势！ ——老子 做人得蹲着！ ——冯仑 人生在世，注定要受许多委屈。而一个人越是成功，他所遭受的委屈也越多。要使自己的生命获得价值和炫彩，就不能太在乎委屈，不能让它们揪紧你的心灵、扰乱你的生活。要学会一笑置之，要学会超然待之，要学会转化势能。智者懂得隐忍，在宽容中壮大自己。 ——莫言 男人的胸怀是被委屈撑大的，男人的成功是委屈成就的，如果你没有成功，只说明一点，被委屈得不够，人要学会隐忍，感谢委屈与正在经受的委屈。 ——马云

# 《隐忍力》

编辑推荐



## 《隐忍力》

### 名人推荐

慈悲之前无敌人，隐忍之人无对手！——佛陀只有保持虚空状态，才能不断接受，顺势而变，最终得势！——老子做人得蹲着！——冯仑人生在世，注定要受许多委屈。而一个人越是成功，他所遭受的委屈也越多。要使自己的生命获得价值和炫彩，就不能太在乎委屈，不能让它们揪紧你的心灵、扰乱你的生活。要学会一笑置之，要学会超然待之，要学会转化势能。智者懂得隐忍，在宽容中壮大自己。——莫言男人的胸怀是被委屈撑大的，男人的成功是委屈成就的，如果你没有成功，只说明一点，被委屈得不够，人要学会隐忍，感谢委屈与正在经受的委屈。——马云

## 精彩短评

- 1、隐忍力
- 2、虽然是赠送的书，不过也很好
- 3、看电子版的就好，不建议买纸质
- 4、很不错的一本书 很不错的一本书
- 5、很好的一本书，典型清晰的案例，看之后对自己很有帮助。
- 6、看了之后就是豁然开朗，可以反复阅读
- 7、看了点，还没看完，但觉得挺好的！
- 8、以古为鉴，讲透历史的法则与成就大事的能力
- 9、质量不错，内容也不错，而且便宜
- 10、流俗但实用，很适合刚步入社会的年轻人
- 11、从书籍中获取很多的营养！
- 12、这本书最大的优点在于内容上重点语句都用别的颜色都标记了出来，非常易读，容易记住重点
- 13、总之很好就是啦，爱不释手，废寝忘食！
- 14、还行吧，关键是例子太傻了。
- 15、还不错啊
  
- 16、非常实用，内容介绍的非常具体清楚
- 17、职场生活都可以用到的智慧
- 18、有理论有例子，比较容易接受。貌似有点罗嗦就是了。
- 19、个人在这方面做得很不足，看了书之后帮助很大，推荐大家看看

## 章节试读

### 1、《隐忍力》的笔记-第104页

我们只有找出、承认并正视差距，把改变的愿望变成实际的行动，方能缩小差距，走向成功。

### 2、《隐忍力》的笔记-第85页

大目标统率小目标，小目标牵制大目标，这是一个环环相套的关系。大目标是实现小目标的动力和催化剂，而小目标是实现大目标的基础，他们互相影响，彼此制约。

### 3、《隐忍力》的笔记-第76页

昨天不过是过期支票，而明天是预支的支票，唯有今天才是货币，人生唯有此时此刻才具有流动性。

### 4、《隐忍力》的笔记-第83页

### 5、《隐忍力》的笔记-第16页

像水一样伏地而流，这样的处世技巧才能使他人对你无计可施。

### 6、《隐忍力》的笔记-1

人生要懂得隐忍，但不能一直隐忍，平时隐忍积累一切资源，一旦有机会努力把握

# 《隐忍力》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)