

<<气场修炼术>>

图书基本信息

书名：<<气场修炼术>>

13位ISBN编号：9787560974866

10位ISBN编号：7560974864

出版时间：2012-3

出版时间：华中科技

作者：陈艳军

页数：261

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;气场修炼术&gt;&gt;

## 前言

“气场”一词由来已久，到底气场的含义是什么呢？

通俗一点的解释是，倘若你身体健康、精力旺盛、气质逼人，那你的气场一般会很强，所有周遭和你接触的人都会感知，甚至被笼罩在这种强大的气场当中；相反，如果整个人灰头土脸、精神不振，气场也会跟着变弱。

气场是围绕人体的巨大磁场，它包括你的性格、学识、教养、专业、品位、成长环境、家庭背景等，当然，还有你的外貌，这些经历经过各种方式的变化组合，形成一种独特的能量，这种能量以各种形态附着于你的身上，形成了你独特的存在形式。

2010年年底，电影《让子弹飞》剧组在成都举办宣传活动，参加活动的明星可谓个个都是大腕，他们拼的已经不是名气了，而是气场。

为什么在各个活动中，大家的焦点都在姜文那儿，有些女观众甚至忍不住爆粗口来表达对他的喜爱。为什么会这样？

答案就是——气场。

或者你身边也有这样的人，他们春风得意，上司欣赏他，客户喜欢他，同事佩服他，在朋友中他呼风唤雨，不管做什么事都能轻易成功。

一个不可否认的事实是：优秀的人都具备天然气场。

也许你正羡慕身边的那些交际明星、职场红人，他们活跃极了，春风得意，要什么有什么，而你除了眼红和嫉妒，却没有办法像他们那样。

“或许，我也可以的。”

你的内心会有一个声音这样说。

然而接下来你的本能马上回答：“不，我怎么可以呢？”

你看他那么自信。

那么有能力，简直无所不能，我太渺小了！

“如果你一辈子都这么想，那你这一生都将活在羡慕和自卑互相纠结的情绪当中。”

气场学不来，气场需要培养。

气场也并非天生的，后天的环境和成长中的不同选择，会决定你拥有什么样的气场。

这个世界不存在什么交际天才，也不会有生来便魅力四射的婴儿。

当我们在共同的起点时，所有人都是一样的，一个颜色，一种气味，但是10年之后，我们就已经有了天壤之别。

因此，请不要浪费任何一个10年！

气场不是一两天就可以改变的，它需要几十天甚至更长的时间。

其实。

尝试提升自己气场的过程，就是一次极佳的锻炼，哪怕没有收获太多的成果，整个人的气质也会有所不同，因为我们终于找到了努力的方向，眼神开始变得坚定，脚步不再迟疑，内心不再迷惑，这和之前的精神气质是完全不同的。

从现在起，你应该首先让自己拥有期待，渴望成为那种气度非凡、内外兼修的人。

如果你想让自己有内涵、有风度，做人恰如其分、做事明明白白，就要开始着手培养自己的气场。

当你懂得气场的概念以及它对你有多么重要时，这些就开始变得很容易。

本书所讲的就是如何让你变得富有吸引力，使自己具备强大气场，成为人群当中最闪亮的那颗星，这是我们共同的目标。

你是中心，是生活中的主角，这是不变的事实。

## <<气场修炼术>>

### 内容概要

你的气场价值百万！

这本《气场修炼术》由陈艳军编著。

如果你问什么是气场，心理学家会告诉你，气场就是感觉；交际学家会告诉你，气场就是影响力。这两句话都对，但分开说却不完整。

一千个人就有一千种气场。

对于我们来说，最理想的气场是亲和力和压迫力的结合？

我们培养气场的目的是影响他人，让他人接受我们的影响，甚至让别人按照我们的思维去行事。

培养气场，让你身价百万！

《气场修炼术》适合大众阅读。

## <<气场修炼术>>

### 书籍目录

上篇 内在修炼 让你在芸芸众生中超凡脱俗

第1章 气场与你的命运直接相关

气场不是虚无缥缈的东西

气场大师对气场的解释

认识我们的气场

气场就是一种自我塑造

第2章 超凡脱俗的人都有独特的个性

成功地塑造我们的气场

培养气场，以个性烘托身份

坚持原则会让我们的气场强大

气场强的人对自己的要求很高

气场强的人有大家风范

低处保持高调，高处保持低调

做谦谦君子，更要大胆表现自己

气场强的人才能主宰自己

第3章 内心强大的人气场也强大

心态决定气场，更能决定命运

生命如此短暂，怎顾得上计较小事

乐观的人有超然而镇定的气场

把困难当成一种机遇

顺其自然是最好的活法

积极主动就是对自己负责

第4章 心中充满爱的人最有魅力

每个人都因爱而活着

没有人能抵挡爱的威力

拥有爱心的人才能拥有别人的爱

学会真正去爱一个人

爱是付出，不要期望回报

爱是永恒的主题

第5章 与他人和谐融洽地相处

人情是最经济的投资

增强气场的八种法则

培养具有亲和力的气场

太“自我”的人交不到朋友

谨遵以和为贵的法则

与难处之人的相处之道

第6章 培养高雅的艺术爱好

让我们的气场中散发书香的味道

人如其所读

让气场变得高雅的艺术

培养我们的审美能力

创造条件也要高雅

中篇外在修炼

让你迅速成为众人的焦点

第7章 健康的体魄显现生命的活力

## <<气场修炼术>>

健康的身体是气场存在的根本  
良好的生活习惯是身体健康的保证  
睡得好，能量场才恢复得快  
运动能提高生命的质量  
情绪控制是身体健康的一部分  
做松弛自己的练习

### 第8章 先声夺人源自你的装束

服饰：最鲜明的层次符号  
让外在魅力为自己加分  
穿衣并不是率性而为的事  
关注你要表达的信息

### 第9章 高超的说话技巧增强你的吸引力

言为心声，心随言动  
思想活跃，语言灵活  
怎么说话大有学问  
让你的语言动听  
改掉说话时的一些小毛病  
培养自己的说话风格

### 第10章 第二语言能起到意想不到的作用

好形象不允许粗俗举止的存在  
抓住眼球就是胜利  
我们的眼睛会说话  
三种高气场的体姿  
手势是表达的另一工具  
鼻子的第二种功用

### 第11章 最具感染力的是你的笑脸

微笑价值千金  
微笑着面对他人  
让微笑潜入他人心灵  
成功者的微笑与微笑着成功  
用眼睛表达自己  
眉毛也会说话

### 第12章 最具亲和力的是你的幽默

幽默的人更受欢迎  
善谈者必善幽默  
培养幽默气场的几种方法

### 第13章 是不是名人都要懂礼仪

有礼才有理  
彬彬有礼可增添你社交的人气  
礼仪从称呼开始  
用餐中的基本礼仪  
中餐就餐的礼仪  
西餐就餐的基本礼仪

### 第14章 善于赞美。

#### 声声悦耳

赞美蕴藏着巨大的能量  
应该掌握的赞美技巧

## <<气场修炼术>>

赞美要把握分寸

人人都喜欢“投其所好”

掌握几个恭维方法以备不时之需

下篇 角色修炼 让你的事业风生水起

第15章 领导者气场修炼

树立良好的领导形象

领导者也要利用微笑的魔法

增强自己的感召力

保持勇气和耐力

表现你的领袖气质

第16章 演讲者气场修炼

初次演讲的人

情真方可感人

控制好开始就等于成功了一半

演讲的观点要富有吸引力

克服怯场的心理障碍

避免冷场的几种方法

第17章 销售员气场修炼

销售员要知己知彼

熟悉自己的产品

确定你要推销的对象

销售员要有强者心态

销售员要掌握的礼仪

第18章 生意人气场修炼

经商必须先做人

生意人人格魅力的修炼法则

生意人事业成功的五种品质

做最有人缘的生意人

赢得顾客的心能赚大钱

做圈子里的活跃人物

第19章 职员气场修炼

为企业打工，为自己工作

让自己变得不可或缺

赢得上司的信赖

与同事的关系融洽和谐

## &lt;&lt;气场修炼术&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：气场不是虚无缥缈的东西 我们一听到“气场”这个词，极可能有一种莫名其妙、玄而又玄的感觉，因为我们摸不到它、看不见它，而且很多人都利用它把我们引向形而上学的研究。其实，气场是现代心理学和交际学的一个研究对象。

它不仅不玄，而且可以从科学角度加以理解，如果方法得当，还可以加以提高和培养。

有一个例子很能说明问题。

东汉末年，群雄逐鹿，曹操灭掉袁绍平定北方后，声威大振。

此后，献帝下诏，曹操由魏公晋爵魏王。

此时的曹操可谓是春风得意。

而这时，匈奴派使者觐见汉天子，使者听说曹操晋封为魏王，就提出要向魏王拜贺。

曹操允许之后觉得自己长得不够气派，却又想在外族人面前显显威风。

想来想去，就叫尚书崔琰做自己的替身接见匈奴使者。

崔琰乃汉末名士，在朝野很有声望，而且，崔琰的侄女还是曹操的四子曹植的妻子，曹崔两家是亲家关系。

崔琰不但身材魁梧伟岸，而且一把胡须长达四尺，有美髯公之称。

陈寿的《三国志》对崔琰的容貌描述是：“声姿高畅，眉目疏朗，须长四尺，甚有威重。”

由此可见其容貌决非一般。

《世说新语·容止》一书曾讲述此事：崔琰正中端坐，接受了匈奴使者的拜贺，曹操却扮做侍卫模样，手握钢刀，挺立在坐榻旁边。

接见完毕后，曹操派人去问匈奴使者印象如何。

使者不假思索地说：“魏王俊美，风采高雅，而榻侧捉刀的那个人气度威严，非常人可及，是为真英雄也！”

由此可见，这位匈奴使者也决非等闲之辈，他能够通过崔琰表面的“雅”，看到他深层次里的缺陷：威武不足，亦即没有曹操那种从骨子里透出来的英雄气概。

这话传到曹操耳朵里后，让他很是得意。

据《魏氏春秋》记载：“武王姿貌短小，而神明英发。”

也就是说曹操虽然个子比较矮，但却是很有气场的，不过曹操还是对自己的体貌有些自卑。

当时的曹操只看重了外在的仪表容貌，却忽视了人的内在气质，和自己开了一个不大不小的玩笑。

如果你问什么是气场，心理学家会告诉你，气场就是感觉，交际学家会告诉你，气场就是影响力。

这两句话都对，都分开说却不完整。

两个人相互接触，一方总会给另一方某种感觉，即前者身上肯定有什么东西，能够传达给对方某种信息。

这是从心理学角度来理解气场：我们把人们身上的这种东西，这种给别人感觉的东西，称为气场。

心理学上的气场就是人们给他人感觉的来源。

而从人际关系学来看，气场就是用来影响他人的能力或多个人能否和平共处的能力。

从气场的本质来讲，它来源于心理与身体的整体状态，气场是人们给他人感觉和影响力的身心状态。

<<气场修炼术>>

编辑推荐

《气场修炼术》包含全球影视圈、经济圈、政治圈顶尖人士都在学习、使用的成功秘密！



<<气场修炼术>>

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:<http://www.tushu007.com>