

晋华
文化

气场 影响力

陈洪◎编著

助你在所有场合瞬间出彩
全方位胜出!

成功人士
秘而不宣的
强大力量!

影响他人，改变环境，
变被动为主动!

打造独特的精神名片
发掘无限的前进动力

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

气场 影响力

陈 洪◎编著

人民邮电出版社
北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

气场影响力 / 陈洪编著. —北京: 人民邮电出版社, 2012. 5
ISBN 978-7-115-28034-3

I. ①气… II. ①陈… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 069881 号

内 容 提 要

本书将影响力的心理学原理与气场的形成要素相结合, 为读者阐释了什么是气场影响力、怎样提高气场影响力以及如何应用气场提升自己的综合素质。全书从形象、心理、人脉、社交等角度对气场进行了全方位的剖析。阅读本书可以帮助读者快速了解和掌控自己的气场, 并在工作和生活中应用气场的能量提升自己的魅力和人气指数。

本书适合那些对气场影响力感兴趣的读者阅读, 尤其适合职场人士和学生阅读。

气场影响力

◆ 编 著 陈 洪
责任编辑 陈斯雯
执行编辑 齐佳颖

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京铭成印刷有限公司印刷

◆ 开本: 700 × 1000 1/16
印张: 16 2012 年 5 月第 1 版
字数: 160 千字 2012 年 5 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-28034-3

定 价: 32.00 元

读者服务热线: (010) 67129879 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第 0021 号

PREFACE 前言

每个人的身边都会有几个这样的人：他们春风得意，上司欣赏他们、客户喜欢他们、同事佩服他们；他们能够轻易得到别人渴望的东西，不管做什么事都能轻而易举地 Hold 住全场。

“我也可以的。”可能有时，你的内心会有一个声音这样说。但你会立刻本能地回答自己：“不，我不行。你看他那么自信，简直无所不能！我太渺小了！”

如果你无法改变自己的这种想法，那么很可能你的一生都将在默默无闻中度过。而你羡慕的那些人则正好相反，他们只会越来越顺利、越来越强大。

这是什么原因呢？其实你们之间的差别只在于气场以及由此形成的影响力。

气场源于某种渴望，这种渴望能促使你的内心变得强大起来。你的一举一动，都反映着你的人生观、修养和自信心。你的渴望越强烈，成功的结果就越容易被你吸引、向你靠近。你存储的力量会因你的渴望而形成强大的气场，气场也会反过来充盈你的思想，让你的气质更加出众。

气场强大的人，往往能影响气场弱小的人，从而充分发挥自己的影响力。其实，成功人士的气场并没有看起来那么强大，只是他更善于发挥自己的这种影响力。拥有什么样的气场，决定你拥有什么样的未来，它也将直接影响你在他人心中的价值。气场决定命运，气场影响人生。你必须了解并找到自己的能量所在，然后将能量合理发挥，只有这样你才能获得你渴望的一切。

本书从了解自己入手，带领你认识气场的秘密，挖掘气场对形象和心的影响力，学习增强气场影响力的具体技巧。通过阅读本书，你将学到如何将“坚定的信念”转化成现实的成功并提升你的影响力，如何运用气场完善自己的品质和人格、打造黄金人脉、提升社交魅力、铺出职场之路、收获成功人生。

与市面上的同类书籍不同的是，本书更多地是从人脉和社交两方面出发，更贴近现实生活，具有实际指导意义。文中运用了大量的经典案例与气场理论相结合，读来通俗易懂、妙趣横生，而且更具说服力。

在本书的编写过程中，作者得到了以下人员的支持与帮助：王微、付雪婷、陈斯雯、付微微、高崎。在此向他们致以诚挚的感谢，没有他们的参与，本书是很难面世的。

由于编者水平和实践有限，书中难免有疏漏与不妥之处，敬请各位专家、读者批评指正。

CONTENTS 目录

第一章 认识自己，创造你的个性气场

- 气场到底是什么 /3
- 气场成就美好人生 /6
- 气场是你的个性标签 /8
- 用气场改变命运 /11
- 情商是气场的动力源 /13
- 气场需要后天的修炼 /16
- 打造属于自己的气场圈 /19
- 互动：气场魔方 /21

第二章 形象加分，气场影响力更强大

- 别忽视你的“形象力” /27
- 合理搭配气场外衣 /30
- 让色彩为气场加分 /34
- 小动作会出卖你 /36
- 气质佳自然气场强 /39
- 微笑是魅力的源泉 /41
- 柔和的气场更和谐 /44
- 互动：气场魔方 /47

第三章 心理效应，与气场如影随形

- 霍桑效应——别让牢骚赶走你的气场 /51
- 刺猬法则——保持和谐气场的最佳距离 /55
- 犬獒效应——坚忍不拔练就强势气场 /58
- 华盛顿合作定律——协作使气场更强大 /61
- 凡勃伦效应——别低估了自己的价值 /64
- 鲶鱼效应——让危机感提升你的气场 /67
- 美即好效应——气场助你左右逢源 /69
- 互动：气场魔方 /71

第四章 吸引力法则，我的气场我做主

- 窥视吸引力的秘密 /75
- 让气场随环境“变形” /78
- 像渴望空气一样渴望成功 /80
- 暗示的惊人力量 /84
- 乐观是一种力量 /87
- 强者愈强的马太效应 /89
- 潜意识助你心想事成 /91
- 财富气场就在你身边 /94
- 互动：气场魔方 /96

第五章 信念，战无不胜的心灵气场

- 在快乐气场里释放心灵 /101
- 每天都要自我肯定 /103
- 心灵的高度决定人生的宽度 /106
- 感召力让你一呼百应 /109
- 搬开“负面情绪”的绊脚石 /111
- 感恩带来正面能量 /114
- 心无旁骛地“做自己” /117
- 互动：气场魔方 /120

第六章 人脉圈和谐，气场圈无敌

- 肢体语言是气场的外衣 /125
- 积极建立人际关系网 /128
- 善于与陌生人交往 /132
- 伸出热情的援助之手 /135
- 有头脑才能有人脉 /138
- 在分享中收获快乐 /140
- 大气带来的超凡亲和力 /144
- 互动：气场魔方 /148

第七章 社交魔力，融化气场坚冰

察言观色是社交第一课 /153

控制你的表现欲 /155

坚决果断树立威信 /158

学会合理拒绝 /161

主动融入社交圈 /164

信任他人才能获得信任 /167

互动：气场魔方 /170

第八章 职场人气，引爆气场能量

做一个受欢迎的人 /175

广阔视野彰显魄力 /179

将自己的强项发挥到底 /183

热爱你的工作 /186

在细节中聚集能量 /189

职场人气大比拼 /192

互动：气场魔方 /195

第九章 沟通到位，气场自然强

- 说话就要有底气 /199
- 管好自己的嘴 /202
- “大词汇”打造大气场 /205
- 打好幽默这张王牌 /209
- 善倾听者受人欢迎 /212
- 赞美的话，适度地说 /219
- 互动：气场魔方 /221

第十章 人生百味，气场伴我行

- 热爱生命，享受生活 /225
- 声誉和人品是宝贵的财产 /227
- 梦想多大，舞台就有多大 /231
- 气场是智慧的沉淀 /234
- 自制力是成功的基石 /237
- 互动：气场魔方 /241

第一章

认识自己，创造你的个性气场

影响力箴言：

气场同影响力一样，都是一种可以改变别人行为的神秘力量，它可以是个人魅力，也可以借助环境发挥其作用。运用气场影响力的关键在于用别人乐于和易于接受的方式来施加影响，达到成功的目标。气场影响力的大小除了和先天因素、环境因素有关以外，个人后天的努力也很重要。我们可以通过后天的修炼，打造出属于自己的气场影响力。

气场到底是什么

什么是气场？对于气场的定义，目前并没有一个非常权威且被公认的阐述方式，在各类学术著作中也是仁者见仁、智者见智。“气场”的说法古已有之，仔细考察它们，你会发现——气场并不神秘，任何人乃至任何以物质形式存在的东西都会有气场。而从人类的角度来分析，气场其实就是一个人自身散发出的综合能力所形成的能量圈。

从微观上看，气场可以是一个人的吸引力、魅力，也可以是某种能力，这种能力使得周围人的目光总是被你吸引，使你无论何时都受人关注。同时，气场还是一种内心的支撑力，它会成为你的人生路上的保护神，使你有一颗强大的心。

从气场的存在形态上来讲，也可以将它理解为每个人外在与内在的一种结合，也就是真实的自己和给别人看的自己，这两个“自己”的结合。气场，是每个人都具有的一种看不见摸不着的综合能量。举例来讲，如果你身体健康、精力旺盛、气质脱俗，你的气场就会很强，周围和你接触的人就会被笼罩在这种强大的气场之中；反之，倘若你精神萎靡不振、灰头土脸、垂头丧气，你的气场就会很弱，对周围的人来说，你的存在感就会降低很多。

取得成功是每一个人的人生梦想，不管是事业上的成功，还是家庭、爱情的成功，但是事实上，并非每一个人都能成为成功者。成功人士之所以成功，是很多因素相互作用的结果，其中一项非常重要的因素就是气场。气场可以让人们保持高昂的斗志，即使在困难和挫折面前，也能够保持乐观的情绪和心态。因为，气场体现了一个人成长中的很多特点，包括性格、能力、专业、品位、家庭环境等诸多因素。这些因素经过各种方式的变换，

最后会形成一种独特的能量，那就是气场。

强大的气场是一个人的存在感和吸引力之所在。我们所需要的气场，是一种通过自身正面积极、强大向上的综合魅力，带给周围的人或事的一种有益的吸引力和影响力。

了解了气场的概念之后，我们应该思考的就是，什么样的气场才能带来成功？如何打造自己的气场？这虽然并不简单，但也绝不是什么天大的秘密。在本书接下来的论述中，你将逐渐走入气场的舞台，认识气场，了解气场，并学会如何提升自己的气场。

一个人的内心有多强大，他所向往的舞台就有多广阔。所以，气场就是你的内在力量。我们每个人先天拥有的东西不一样，有的人生来貌美、聪明，有的人却天生相貌平平、资质愚钝。然而，天生的财富只是人生财富的一部分，或者说一小部分，更多则是后天培养的内心力量。

杰克·伦敦的《热爱生命》中曾经讲过这样一个故事。

一个人在森林里遇到了一头熊。恐惧感被绝望催生的勇气驱散了。这个人觉得自己如此弱小，如果它攻击自己该怎么办？于是，他只好拼命摆出一副威风凛凛的样子，紧握猎刀，狠狠地盯着那头熊。熊笨拙地向前挪了两步，站了起来，发出了试敌的咆哮声。

如果他逃跑，它就会追上来，不过他并没有逃跑。绝望催生的勇气让他忘记了恐惧，他笔直地站着，挺起胸膛，紧紧地盯着熊的眼睛，一时间他竟然相信这头熊绝对不是自己的对手。

熊向旁边慢慢挪动，发出不甘的咆哮，它被这个站得笔直、毫无惧色的神秘“动物”吓住了，不知如何是好。无奈之下，熊慢慢地走开了。

危险过后，他猛地栽倒在潮湿的苔藓地上，久久动弹不得。

其实很多人都有野外遇到危险的经历。在有些情况下，如果你害怕、想逃跑，野兽必然会攻击你。这时，用自己的气场压制敌人，用气势“逼退”敌人，是在紧急情况下你唯一能做的。

总的来讲，气场就是一种无形的能量圈，但是却可以体现在我们的每个言谈举止中，影响着每个人的生活、工作、情感，等等。而且，气场既是个人能力的体现，同时又能够影响和感染他人，如果你具有热情、积极、乐观的态度，那么他人也会因你而受到感染，变得热情、积极、乐观。气场不仅可以提升人际关系，战胜各种困难，还有助于保持身心健康，获得家庭幸福。如果你想获取同事的支持、员工的忠诚、带领团队迈向美好的未来，拥有健康的生活，实现人生的梦想，那么你必须让自己首先拥有强大的气场。你必须从改善形象开始，到认识自我，进行积极的心理暗示，从而激发潜能、提升自信、成就美好人生。

气场点金石

气场就是你的内在力量，是一个人自身散发出的综合能力所形成的能量圈，是一个人的吸引力、魅力，同时，它还是一种内心的支撑力。

气场成就美好人生

如今，“气场”已经成为全世界成功人士都在运用的秘密——从世界巨富比尔·盖茨到美国总统奥巴马，从官方新闻到足球世界杯……全世界的人都在讨论它，但能够真正拥有它、运用它的人却依旧是少数。对于如何应用气场获得幸福、快乐、成功以及改变人生这个话题，更是鲜有人得到真正的答案。也许每个人都有自己完美的人生规划，但是，要把这些美好的愿望都变成现实却并非易事。当你尝试了各种方法却收效甚微的时候，思考一下自己是不是还有一项功课没有做，那就是：了解自己的气场。不同的气场，决定了不同的人生。

一个人如果只有能力而毫无气场，那么极有可能怀才不遇，就像埋在沙堆里的金子；而如果能力一般但气场强大，却多半会吉星高照、好运常在。当然了，如果既有能力又有气场，那么无论做什么，你都会春风得意。

乔布斯以其近乎偏执的创新风格以及对完美的追求，和他的伙伴们一手创办了苹果公司，并推动了数字电影（《玩具总动员》）、数字音乐（iTunes）、无线互联（iPhone、iPad）的革命性发展，使得与日常生活密切相关的电脑和手机行业重新焕发出了灿烂的风尚之光。从最早的 iMac、iBook 到 iPod、iPhone 和 iPad，每一款产品的推出都在业界引起了轰动，也让世人重新认识了科技力量的伟大。

在乔布斯创造了这一切之后，人们开始思考，到底是什么成就了乔布斯？有太多的答案，比如他的专注、执着、创新、做我所爱，等等，但最重要的是乔布斯身上的一种神奇的能量——气场。

乔布斯是个内心很强大的人，有太多苹果迷喜欢乔布斯，尤其是在 iPad 发布会上，他那富有激情的演讲深深地吸引了大家。他在台上的每个举动

都让观众感到兴奋与激动，他的这种个人魅力不就是气场吗？

作为当今创造力和想象力的终极偶像，乔布斯在业内独树一帜。依靠某种神秘气场，他的激情能量、掌控欲望、简洁主义和完美主义极尽地展现出来，改变着周围人的想法，改变着业界的思维。这种气场的巨大能量不仅体现在苹果公司市值的巨大量变上，更体现在“他对完美的积极追求彻底变革了个人电脑、动画电影、音乐、移动电话、平板电脑和数字出版六大产业”。

在面对员工时，乔布斯也与一般管理者不同，为了达到一个目的，他会用激情感染你，用幽默拉近你。可以说，乔布斯的气场可以影响他身边的每一个人，同时，这也是乔布斯所独有的魔力。在这种影响下，没有几个人能够继续坚持自己的观点，而是会不自觉地跟着乔布斯的思路走。成功的例子大都不是偶然，这些成功人士总有某种特质，也就是一种神秘的气场，这种气场起主导作用，引领他们走向他们想要到达的目的地，帮助他们成就成功的人生。

气场既是一个人综合能力和人品修养的体现，也能够影响和感染他人，让他人和你一样具有热情、积极、乐观的态度。人生中的很多机遇，靠的不是运气，而是自己的气场。改变自己的气场，就能为自己赢得更多成功的机会。如果你不去经营自己的气场，那么你的才能可能会被埋没，你可能会被人视为朽木。但如果你能够了解自己的气场，发挥自己在气场上的优势，就有可能变朽木为栋梁，这就是气场的作用，气场可以让一个人把握住人生的机遇，拥有更多的成功机会。

气场点金石

人生中的很多机遇，靠的不是运气，而是自己的气场。不同的气场，决定了不同的人生。