

• 在探寻秘密中修炼气场，在修炼气场中发现秘密 •

气场 的秘密

| 活用吸引力法则的 42 个方法 |

CHARISMA OF THE SECRET

发现修炼气场的秘诀 找到自成一派的灵感
展开奇妙的秘密之旅 解开气场的光环之谜

王宝玲◎著

唤醒沉睡的气场，感受转变的喜悦
揭开人与人之间气场相互影响的玄机

解读气场与人类的前世今生



密中修炼气场,在修炼气场中发现秘密 •

气场 的秘密

CHARISMA OF THE SECRET

发现修炼气
展开奇妙的

一派的灵感
的光环之谜

王宝玲◎著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

气场的秘密：活用吸引力法则的42个方法 / 王宝玲
著. — 北京：人民邮电出版社，2014.2
ISBN 978-7-115-33733-7

I. ①气… II. ①王… 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(2013)第279309号

内 容 提 要

总有一些人工作能力超强，是团队中的核心员工。他们眼光异常敏锐，能准确地洞察客户的需求；魄力令人佩服，总能正确地提出经营战略，并因此获得众人的信任与爱戴，这些人为何能拥有如此强大的气场呢？《秘密》一书认为这些人懂得“秘密”，也就是熟悉吸引力法则的运用。对于一般人而言，我们应该如何运用所谓的“秘密”呢？本书以风靡全球的《秘密》一书为解读对象，为读者提供了42个运用吸引力法则的具体方法。让您无论身处何处，都能做到气场满满。

◆ 著 王宝玲

责任编辑 任忠鹏

执行编辑 张婷婷

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

北京隆昌伟业印刷有限公司印刷

◆ 开本：700×1000 1/16

印张：15

2014年2月第1版

字数：200千字

2014年2月北京第1次印刷

定价：38.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

为什么在金融危机中，有的人收入能有增无减？

为什么在经济不景气的环境下，有的公司业绩依然节节高升？

为什么有的人没有背景和学历，却能实现财富自由，过上自己想要的生活？

.....

因为这些公司、这些人不但懂得“秘密”——吸引力法则，更能熟练地运用其方法！

“你生命中所发生的一切，都是你吸引来的。”“你自己就是一块磁铁。”“你目前的生活就是你过去思想的映现。”这些吸引力法则的典型思想其实早就被励志大师华勒思·D·华特斯（Wallace D. Wattles）和拿破仑·希尔（Napoleon Hill）所应用。不仅如此，这些观点一直以来都隐约地藏在我们每个人的思维里，所不同的是：有的人发现了它的力量，并将其正确应用，最终取得了成功、拥有了财富；有的人则忽视了它的力量，一直碌碌无为。

也正是由于我们每个人都能隐约地感觉到吸引力法则的存在，但却不能完全肯定它的力量，才使得《秘密》这部影片在美国一上映，便引起极大的轰动，《秘密》一书也因此畅销十几个国家。可以说，《秘密》一书中的吸引力法则，给一个萦绕在人们头脑中已久的励志思维打了一个鲜明的“√”（对号）和巨大的“！”（叹号）。

在拿破仑·希尔众多的励志法则中，有两点至关重要：其一，正确的思考方法；其二，有效的实践行动。这也正像他所说的那样：“成功等于正确的思想加有效的行动。”

《秘密》一书为我们提供了一套完整的成功思维——吸引力法则，即“你生命中所发生的一切，都是你吸引来的。”但是，《秘密》却没有告诉我们具体的行动方法。这也正是我们策划本书的目的，本书分别从心态、财富、健康、人际关系等七个方面介绍了实现吸引力法则的具体方法，为读者的工作、生活带来了切实可行的帮助。

读过《秘密》，你会觉得此书更加实用！

没有读过《秘密》，你会觉得此书不但实用，而且精彩！

著者

第一章 | 一切都是你吸引来的——气场的法则 / 1

世间的一切都是由吸引力法则决定的。

你的工作业绩、你的考试成绩、你的生活状态……所有你生命
中的一切好与坏、快乐与痛苦、情愿与不情愿，统统都是你吸
引过来的！是你大脑的思维波动所吸引过来的！ / 1

祈祷，不如思考 / 2

相信自己是天才 / 7

制定并实现你的生活目标 / 13

训练你的潜意识 / 19

不能以牺牲自我的方式去帮助他人 / 23

梦想，靠行动才能实现 / 28

第二章 | 做自己生命中的磁铁——心态的秘密 / 33

在任何时候，同类都会相吸，也就是说，当你大脑中存有一种
思想时，与其相似的思想也会不知不觉地被吸引过来。这就仿
佛是无法估量的磁铁的力量。 / 33

用正面情绪武装大脑 / 34

把握你的隐性心理路线 / 38

自己就是一座宝藏 / 41

心灵平静胜过黄金 / 46

减轻自己身上的包袱 / 51

予人友善，才能得到爱 / 56

别让自己感觉怀才不遇 / 61

此路不通彼路通 / 67

第三章 别让情绪左右你——情绪的秘密 / 73

我们每个人都有这样的经历：在一段时间内频繁出错。不知你有没有觉察到，其实，这个连锁反应通常都是由一个事物引起的：那就是最初的那个坏情绪。因为那个坏情绪会吸引更多不好的情绪，如此反复之后，你做错事的概率当然会很大。 / 73

做自己情绪的主人 / 74

正视你的负面情绪 / 80

让负面情绪为你服务 / 84

有了坏情绪就要发泄 / 89

“假装”拥有好心情 / 93

学会不抱怨 / 98

遇到压力，释放情绪 / 104

第四章 别让思想阻碍财富——财富的秘密 / 109

这世界上有一条真理，就是因果关系，这条真理让人通过自己的努力使梦想成真，当然这个梦想也包括金钱。并不是别人让你与金钱无缘，事实上，金钱此刻就无形地存在于你的掌中。

/ 109

自己为财富下一个定义 / 110

“想象”自己很有钱 / 116

早结婚可以早聚财 / 121

谁说工薪族与财富无缘 / 127

制订适合你的理财计划 / 132

舍财亦能得财 / 137

第五章 | 填满自己再去欣赏别人——人际关系的秘密 / 143

你要先把自己填满，否则你没有东西可以给别人。

要让你的人际关系顺利，就要学会欣赏他人，这是你要关注的焦点，而非抱怨。当你把焦点放在对方的优点上，你就会发现他们更多的优点。 / 143

别再盲目牺牲自己 / 144

先把自己填满 / 149

一定要爱你自己 / 153

焦点是欣赏别人 / 159

扭转不利的人际关系局面 / 165

第六章 | 选择什么就能得到什么——工作的秘密 / 173

对于工作，你有权利选择要什么，不要什么。但前提是，你必须知道自己想要什么。如果你自己都不清楚这一切，那么，吸引力法则是无法为你带来任何东西的，你将会发出混杂的频率，吸引来的也会是混杂的结果。 / 173

不要永远跑龙套 / 174

选择适合你的工作 / 180

积极主动是正面思想的直接表现 / 186

为你的选择负起责任 / 191

别把工作当成鸡肋 / 196

第七章 | 身体是思想的产物——健康的秘密 / 203

“你越是关注身体的病痛，病痛越是不会离你远去。病痛的存在，需要你的意志和对它的注意力来支撑。所以，如果你不想得到更多的不舒服，就不要过多谈论身体中存在的小碍微恙。当然，也不要去聆听他人谈论病痛，因为那样只会增强他们病痛的能量。” / 203

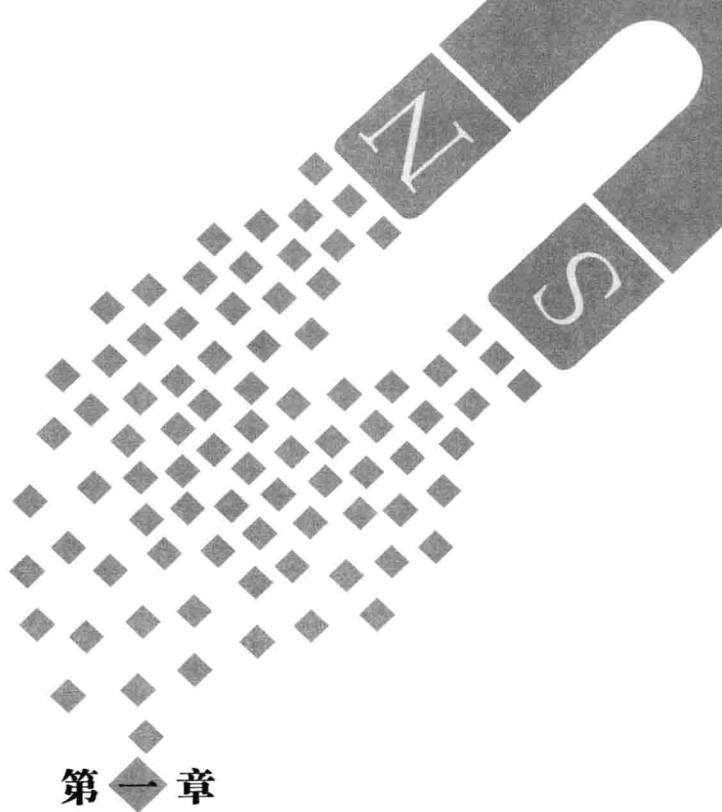
安慰剂效应的巨大作用 / 204

心态好，病就少 / 209

压力由负面思想开始 / 215

微笑是最佳良药 / 220

注意细节，远离疾病 / 226



第一章

一切都是你吸引来的——气场的法则

世间的一切都是由吸引力法则决定的。

你的工作业绩、你的考试成绩、你的生活状态……所有你生命
中的一切好与坏、快乐与痛苦、情愿与不情愿，统统都是你吸引过
来的！是你大脑的思维波动所吸引过来的！

——吸引力法则

祈祷，不如思考

无论你是谁，你此刻正在做什么，吸引力法则都一直毫不怀疑地作用于你的整个生命，而这个神奇的法则正是通过思想来实现的。没错，思想决定你的一切。

——吸引力法则

莉莎·妮可丝是美国深具影响力的个人潜能倡导者，她也是激励大众及激励青少年课程的创始者兼执行官。她认为：人们在思考时，思想在运作。人思想流动时，吸引力法则也在运作。《秘密》一书也认为：你现在所想的，就在创造你的未来。你用思想创造你的生命，因为你一直在思考，你便一直在创造。你最常想的、最常把焦点放在脑中的，将会出现在你的生命中，成就你的人生。

的确，人类的思维是世界上最为活跃的能力，具有较强的创造性。人类的每一种行为、每一种进步，都与自己的思维能力息息相关。离开了思维，人也就不成其为人了。正是在这种意义上，历史上的许多学者，都把思维能力理所当然地包括在“人”的定义里面。

1978年，日本北海道有一位名叫龙太郎的穷诗人。虽然是个诗人，但他的诗总是没有多少人欣赏，即使卖了出去也得不到多少钱。因此，他常常连一日三餐都难以为继，写诗的工具仅有几页稿纸及一支削得短短的铅笔。

有一天，龙太郎正专心致志地写诗，要修改时却找不到橡皮。好不容易找到一块，擦去了需要修改的诗句后，却又不知

道把铅笔放到何处了。他找得满头大汗还未找到，非常懊恼。冷静下来之后，他从中吸取教训，把橡皮与铅笔用丝线拴在一起，这样可以避免两者分离难找。但这种方法并不理想，用一会儿橡皮就掉了下来，很不方便。

龙太郎决心装好这块橡皮，试了多次，几天后终于想出一种妥善的办法。他剪下一块薄铁片，把橡皮和铅笔的末端包绕起来，再压两道浅痕，使两者连接得很紧密，这样，使用时再也不会掉下来，给写作带来了很大方便。

这一件看来微不足道的事情，却给龙太郎带来了一个发大财的机会。他想：自己遇到的懊恼，很多作家、画家、学生肯定也遇到过，今后的铅笔如果都能带着橡皮，一定会受诗人、作家、画家和学生等人的欢迎。他越想越觉得此事很有前途，应该把这项发明申请专利。

龙太郎向亲戚借来一点钱到专利局办理申请手续，结果很快得到确认。不久，这项专利被一家铅笔生产厂买下，龙太郎一下子就获得500万日元的专利费。在1978年的日本，这笔收入很可观。如今，龙太郎的小发明使越来越多的人受益。

正如牛顿观察苹果落地发现万有引力一样，许多发明和发现都源于日常生活小事。因为是日常生活的小事，大多数人往往不去思考，也不想去改变；有一些人却经过思索，想到改变，结果不但改变了事情的结果，还获得了一个发明。这看似是“无心插柳柳成荫”的意外收获，其实却是一个勤于思考的结果。

的确，祈祷，不如思考。一个善于思考的人，才是一个真正有力量的人。

思考的力量源于思维的力量。每个人的客观环境和一切生活际遇，都是主观思维在客观世界中的反映。思维主导着我们的行动，从某种程

度上说，每个人的思想以及思维方式决定着这个人的现状和未来。既然如此，在工作和生活中，我们就要采取一些科学、高效的方法，让自己的思维正确地指导行为。

英国学者爱德华·德·波诺博士被誉为 20 世纪改变人类思维方式的缔造者，他开发了一种思维训练模式——六顶思考帽，这是一个全面思考问题的模型。在日常生活中，当我们遇到问题时，如果考虑得更全面、更具体，解决问题时就会更加得心应手。

六顶思考帽为人们提供了“平行思维”的工具，它避免将时间浪费在互相争执上，寻求的是一条向前发展的路，而不是争论谁对谁错。生活中如果遇到麻烦，运用六顶思考帽，将会使混乱的思考变得清晰，使无意义的争论变成集思广益的创新。

下面我们就为大家介绍一下六顶思考帽的具体内容和运用方法。

1. 六顶思考帽的内容

六顶思考帽建立了一个思考框架，并指导人们在这个框架下按照特定的程序进行思考，这种思考方式极大地提高了效能。波诺认为，任何人都能力进行以下六种基本思维功能，这六种功能可用六顶颜色的帽子来做比喻。

◆ 白帽子：白色是中立而客观的，代表事实和资讯。中性的事实与白色数据帽，具有处理信息的功能。

◆ 黄帽子：黄色帽是顶乐观的帽子，代表与逻辑相符的正面观点。黄色乐观帽，具有识别事物积极因素的功能。

◆ 黑帽子：黑色是阴沉的颜色，意味着警示与批判。黑色谨慎帽，具有发现事物消极因素的功能。

◆ 红帽子：红色是情感的色彩，代表感觉、直觉和预感。红色情感帽，

具有形成观点和感觉的功能。

◆ 绿帽子：绿色是春天的色彩，是创意的颜色。绿色创造力之帽，具有创造解决问题的方法和思路的功能。

◆ 蓝帽子：蓝色是天空的颜色，笼罩四野，控制着事物的整个过程。蓝色指挥帽，具有指挥其他帽子，管理整个思维进程的功能。

六顶思考帽发明之初曾成功地运用到了很多知名企业当中，大大降低了会议成本，提高了企业的效能。事实上，它同样也可以运用到我们个人的思维当中，使我们思考的不同方面分开进行，取代了一次思维过程解决所有问题的做法。

2. 六顶思考帽的运用方法

在日常生活中，由于我们的性格、学识、经验等都具有一定的局限性，从而也就使我们的思维模式形成了定式或者受到了限制，不能有效解决问题。运用六顶思考帽模型，我们就可以不再局限于单一的思维模式，而且思考帽代表的是角色分类，是一种思考要求，它可以随时提醒我们在遇到问题时，思考要灵活、全面。

六顶思考帽代表的六种思维角色，几乎涵盖了思维的整个过程，既可以有效地支持个人的行为，也可以支持团体讨论中的互相激发。例如，当遇到问题时，我们可以提醒自己通过下面这个步骤解决。

- ◆ 理清思维，把问题从头到尾阐述一遍（白帽）。
- ◆ 提出解决问题的建议（绿帽）。
- ◆ 列举建议的优点（黄帽）。
- ◆ 列举建议的缺点（黑帽）。
- ◆ 对各项选择方案进行直觉判断（红帽）。
- ◆ 总结陈述，得出方案（蓝帽）。

利用六顶思考帽的思考方式，人们可以依次对问题的不同侧面给予足够的重视和充分的考虑。如同彩色打印机一样，先将各种颜色分解成基本色，然后将每种基本色打印在相同的纸上，最终得到对事物的全方位“彩色”思考。

如果我们每次遇到问题时都能这样理性地思考，那么，还有什么问题会难倒我们呢？



行动方法

① 回想一下自己在遇到问题时，是不是常常心存侥幸，祈祷上帝“别让事情变得那么糟糕”呢？如果回答是肯定的，那么你就要注意仔细练习六顶思考帽的方法了。

② 任何人的本性里都有至少一种颜色的思考帽是你经常用到的，这也反映出一个人的性格。你需要注意的不是如何用这顶思考帽，而是不要过度用这顶思考帽。

③ 六顶思考帽是一种科学的思考方法，先不要急着将它们综合运用，要运用好你最擅长的和你最不擅长的两顶思考帽。

相信自己是个天才

你现在所想的，就是你未来能实现的。所谓“有因，必有果”。思想就是种子，你种下什么就收获什么。种下自信成功，你就会收获自信成功；种下开心快乐，你就会收获开心快乐。吸引力法则就是这么简单，但它却不容易实现。

——吸引力法则

克里斯汀·拉尔森是新时代思想家，也是吸引力法则的受益者，他曾经说过：“每个对正面思想的力量很清楚的人，他们的结论都是：人可以改变自己并主宰自己的命运。”正面思想就是人们在遇到事情时要往好的方面想。对正面思想的力量很清楚的人，也是一个自信的人，只有自信的人才会改变、主宰自己的命运。

我曾对一个朋友说：“你是天才！”

他吃惊地看了我好一会儿，然后坚定地回答：“不，我从没把自己看做天才。虽然我不承认自己是蠢材，但也并不是什么天才。”

我说：“不，你是天才。”

如果我这样对你说，你是否会像那位朋友一样摇头否认？如果你的身边有人说“我是天才”，他可能会得到众人的怒斥，并认为他太自负了，然后不假思索地就把这个人放在反感的区域里。这也是许多人不敢自称天才的原因。

然而，许多人在坎坷奋斗之后，终不能获得成功，败在哪里？败就败在他们不认为自己是“天才”，至少他们认为自己不行，在困苦挫折

之前不能像天才一样再坚持一番，而是对自己说：“这是我做不到的，只有是天才的人才能做得到。”其实，每个人都是天才。当你这样认为你自己的时候，你就会用天才的信心，去做天才的事情。

1. 每个人都是天才

麦琪是被调到这所学校的，她一来就当上了4年级B班的班主任。当她问校长为什么之前的班主任辞职时，校长并没有直接回答，而是说，这个班的学生都很“特别”。

第一天上课时，麦琪被班级里的杂乱吓了一跳：漫天横飞的纸团、震耳欲聋的吵闹声……在她点名时，发现花名册上居然记着每个学生的智商分数：140、153、160……她这时才恍然大悟，原来这个班的孩子们个个都是天才！她微笑着让大家安静下来，并开始讲课。

刚开始的时候，学生们都不交作业，即使交上来也是错误百出、潦草不堪。但麦琪并没有生气，因为这是天才班的学生啊，他们自然会有些意外的举动。她对学生们说：“你们有学校学生中最高的智商，没有理由不取得一流的成绩，你们要把自己的潜力挖掘出来。”

在整个学期，麦琪一直在提醒同学们，不要浪费他们的聪明才智和天赋。这个班的学生们渐渐变得勤奋好学起来，他们的成绩也开始好起来。在学期结束时，孩子们的统考成绩居然在年级名列第一。

校长惊讶地问麦琪：“你对这些孩子们施用了什么魔法？”

麦琪笑了：“那很自然啊，他们的智商本来就比普通学生高，而且你不是还说他们很特别吗？”