

气场强的人，别人尊重你、靠近你、被你吸引，不会随意忽视你、轻视你。
个人可以通过修炼和完善，提升自己的气场，从而促成事业的成功和生活的美满。

气场，就是一种给别人的感觉。

QI CHANG XIU LIAN ZHI ZHONG JI SHI ZHAN

气场修炼之 终极实战

从现在就行动，掌握改变
人生的强大能量

才永发 编著

QI CHANG
XIU LIAN ZHI
ZHONG JI SHI ZHAN

气场修炼之 终极实战

才永发◎编著

当代世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

气场修炼之终极实战 / 才永发编著; —北京: 当代世界出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5090-0973-4

I. ①气… II. ①才… III. ①气质 - 通俗读物 IV. ① B848.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 083248 号

气场修炼之终极实战

作 者: 才永发

出版发行: 当代世界出版社

地 址: 北京市复兴路 4 号 (100860)

网 址: <http://www.worldpress.org.cn>

编务电话: (010) 83908456

发行电话: (010) 83908455

(010) 83908409

(010) 83908377

(010) 83908423 (邮购)

(010) 83908410 (传真)

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市庆全新光印刷有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 15

字 数: 210 千字

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次

书 号: ISBN 978-7-5090-0973-4

定 价: 32.00 元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载!

我们在日常生活中，经常会发现这样的现象：虽然有的人可能相貌并不是多么出众，服装也不是那么惹眼，而且他们也没有怪异夸张的行为举止，可是在茫茫人群中，他们却能让我们感觉到与众不同。

他们朝气蓬勃，充满自信的同时也带有几分谦逊低调，端庄优雅的同时又不失亲和自然，专注内敛的同时又不失活力和热情，总让人感觉他们身上发散着耀眼的光芒。不管走到什么地方，他们都会吸引来身边人关注的目光，成为大家喜爱和欢迎的对象。

这是为什么呢？他们依靠什么来吸引身边人的目光呢？其实，他们依靠的就是自己周身形成的强大气场，强大的气场让他们产生了积极的、巨大的吸引力。

那什么是气场呢？其实，气场就是存在于我们身体周围的能量，它以人的身体为中心，从内而外向各个方向发散。也就是说，气场就是别人从我们身上体验到的感觉，通常情况下，我们的性格、气质、情绪、目的、精神面貌、心理状态等等，都会通过我们的气场展示和传递给别人。

对每个人而言，他们都有自己的气场，只是各自气场的强弱有所不同，那些气场强大的人，可以让自己身上散发出的这种能量影响到周围的很多人，给予他们积极的影响；气场弱的人则可能只会让这种能量浮在身体外表，这样的话，他们的气场往往就战胜不了外界的因素，很容易被外界的因素影响和操控。而对于气场强大的人来说，他们则更容易掌控自己，也更容易走向成功。

其实，气场是一个人的性格、气质和价值观等方面的综合体现，它所释放出来的能量，有积极的，也有消极的，有让人羡慕的，也有让人厌恶的。我们的气场，体现了我们的精神世界和生命经历。那些气场强大的人，通常都是在生活中经历了很多，他们每前进一步或者每遇到一次困难，都会做出积极的感悟、总结和改变，经过不断地修炼，才形成了现在让人羡慕的自己。

虽然人们的气场各不相同，但每个人都想让自己的气场变得强大而美好。可是提升气场并不是一件很容易的事，它需要我们在不断的经历、思考和感悟中慢慢提升。世上没有什么气场是最强的，但有更强的，所以，我们需要用自己的一生不断提高自己的气场。

增强我们的气场，请从现在开始吧。我们的身体和心灵越健康，自己的气场力就越强，于是受到的外界干扰就会越小，我们也就越有力量去做自己要做和想做的事，这样一来，我们也就更容易走向成功。

本书对修炼和培养气场而言，可谓是我们的最佳选择。在她的带领下，我们将会破解气场的秘密，掌握进行气场训练的各种技巧，学会恰当地运用气场来增强我们的亲和力、提升我们的影响力，为自己赢得广泛的资源、为自己打通财富的道路，从而使人生走向成功。

01

认识气场：它是改变一切的终极力量

- 神秘的气场，它到底是什么 //002
- 气场是如何形成的 //004
- 认识、了解你自己的气场 //006
- 相信命运，倒不如相信气场 //008
- 有底气，让你的气场更强大 //010
- 自信是气场的源泉，有自信就有气场 //012
- 是成是败，要看气场 //014
- 吸引力法则，强大气场的催化剂 //016
- 人生奇迹，气场创造 //019

02

做你自己，使内心的气场最强大

- 失去渴望，气场就会消失 //024
- 拥有高度负责的态度，让自己的气场温而有度 //026
- 在挫折中磨炼意志，完善人格 //028
- 让智慧给你的气场加分 //031
- 积极利用你已经拥有的东西 //032
- 学会换个角度，始终保持内心强大的气场 //034
- 做自我引导，提升你的“志商”水平 //037
- 做做心智练习，建立新习性 //039
- 积极的气场从哪里来 //040

03

把控情绪，打造你的气场能量圈

- 心态不好，气场肯定受干扰 //044
- 情绪影响气场状态 //046
- 顺其自然，让心不再动摇 //048
- 只有不抱怨，才能维系良好气场 //050
- 猜疑，让气场失去吸引力 //053
- 胆怯毁灭心境，气场亦会随之削弱 //054
- 摆脱焦虑与不安，稳定气场的能量 //057
- 掌握气场十足的八种积极心态 //059

04

增强个性魅力，拥有足够的吸引力

- 好形象是提升气场影响力的潜在资本 //064
- 树立好的第一印象，让气场紧紧吸引对方 //066
- 宁缺毋滥，让整身搭配简单而优质 //069
- 培养优雅的站姿，给自己增强气场 //071
- 在潜移默化中让气场发挥作用 //073
- 自然而真诚的微笑最能产生气场 //076
- 修炼你的魅力眼神，让气场凝聚 //078
- 多听少说，让对方折服在你的气场之下 //080
- 适时调节声音，为气场加分 //083
- 幽默，改变气场性质的灵丹妙药 //085

05

养护身体健康，为气场夯实存在的保障

- 健康的气场不但会影响自己，也会影响别人 //090
- 心理暗示会通过气场影响生理状况 //092
- 一定要使身体状况经常与气场保持一致 //095
- 自信的气场能让你战胜衰老 //096
- 多接触有生命力的东西，你的气场生命力也会变强 //098
- 地磁线和月亮盈亏变化对气场的影响 //099
- 随着季节的变化，让身体气场保持协调 //101
- 了解身体节奏，在气场指数最高时处理相应的事务 //103

06

远离负面气场，掌握积极人生的主动权

- 你关注什么，气场就会为你实现什么 //108
- 消极气场对自己的危害 //110
- 坚持不懈，让自己的气场勇往直前 //112
- 坦诚面对弱点和不足，完善自己的气场 //115
- 面对失败，气场不倒 //117
- 学会反思自己，让自己的气场走上新台阶 //120
- 空谈，会让气场流失 //122
- 克服人生短板，清除气场发挥的障碍 //124
- 气场的敌人是自己 //126
- 贪欲不可有，它会让你气场走向极端 //128

07

着眼大目标，以行动扩展气场的深度

心动就要行动，在实践中充实气场 //132

不要自我设限，否则会限制气场的发挥 //134

让气场在进取中强大 //137

塑造自己的积极气场 //139

告别过度谨慎，学会适当冒险 //142

遇到问题找办法，不要抱怨 //145

发挥创造力，加速气场的积累 //146

厚气场要以身作则，成为周围人的榜样 //149

08

善用气场，为自己创造更广阔的职业发展空间

运用气场，它是职场升职的密码 //152

融入优秀团队，接受良性辐射 //153

找对方法，更好地运用气场 //156

找对平台，留在与自己气场和谐的地方 //158

汇聚气场，认真对待每一个细节 //160

保持最佳精神状态，最大限度发挥气场能量 //162

热爱你的工作，让人慢慢感受你的气场能量 //164

对工作负责，让自己散发出人格气场 //166

09

找到人脉气场的钥匙，构建你的人脉圈

- 气场积极，就会带来优质人脉 //170
- 把握帮人的机会，以增加你的人脉气场 //172
- 让自己的行为举止充满自信 //174
- 诚信做人，让你的气场更具威信 //176
- 学会由衷地赞美，让人脉气场翻番 //178
- 以宽容赢得人脉，求得共同进步 //181
- 远离自私，学会与人分享 //183
- 热情会增加人脉气场的灵魂 //185
- 展现亲和力，增进气场 //187
- 征服陌生人，也是提高我们人脉气场的重要方面 //189
- 多交际，编织牢固关系网 //191

10

玩转财富气场，让人生变得更加富足

- 气场可以影响你的财运 //196
- 使大脑富起来，打造强大的财富气场 //198
- 强烈地关注财富，你就会吸引财富 //200
- 摒除心中那些负面的“财富观” //202
- 依靠你的喜好去赚钱 //204
- 对财富的渴望越坚定，富有的速度就越快 //206

11

驾驭伟大的气场，拥抱美好的人生

- 唤醒自己对成功的强烈欲望 //210
- 不要总是羡慕，激励才能让气场为人生添彩 //212
- 保持气场，在于用最优弥补最劣 //214
- 拿得起放得下，幸福气场自然就会来 //216
- 给予是一种能产生快乐的气场力量 //218
- 格局影响气场，成就精彩人生 //221
- 形成王者气场，让自己看起来像个成功者 //223
- 勤勉好学，让自己的气场发力 //224
- 发挥气场的力量，从而征服对手 //226

QI CHANG XIU LIAN ZHI ZHONG JI SHI ZHAN

01

认识气场：
它是改变一切的终极力量

神秘的气场，它到底是什么

气场到底是什么？其实它可以是吸引力，总能将别人的目光聚焦在你身上，无论你是什么类型的人，只要有强大的气场，就能吸引到大众的目光；气场也可以是一种希冀，在你人生的征途中，为你保驾护航，给你壮胆，给你提神，给你成功的力量。

气场是每个人身上都能体现出来的。只是每个人的气场都有自己的特点。无论你的气场能给你带来好运还是不顺，它对每个人而言都有着举足轻重的作用，它比你整天放在口袋里的精美名片还要重要得多。

在一位成功学家的身上，曾经发生过这样一件事：

在他小的时候，有一次跟随父亲去了一场酒会。这场酒会的场面宏大，有很多名人都参加了。一个个珠光宝气的女嘉宾，以及各种大腕儿级的商人和政客，每个参加者无不显示出强大的财力和权力。

就在这个时候，突然有一位女士入场了，她的到来，让刚才所有的富贵堂皇顿时都失去了光泽。让人看上去，就觉得她

周身光芒四射，好像她有一种强大的魅力，每个人的目光都投向了她的，大家都被吸引住了，并且都情不自禁地走向她，希望和她握手，希望和她交谈，甚至觉得能被她看一眼，也是很大的荣幸。

虽然当时这位成功学家并不知道那位女士的名字，可是，她就像一个聚光镜似的，从身上散发出来的魅力，不得不让人投去敬佩的目光。

倘若你不明白什么是气场，上面案例中的那位女士已经给我们提供了最好的答案。气场就像一个人头顶的光环，就像案例中的那位女士留给人们的印象一样。

虽然每个人都是独一无二的，但是我们都可以通过让自己产生像那位女士一样的魅力，都能像她一样光彩照人。显然，每个人都拥有这样的潜力。一个优秀的人身上，总能展现出惊人的聚光能力，当然，你和那些优秀的人也不是相隔千万里，而是只差一步。

你可能很羡慕周围的交际明星、职场红人，你对他们总是羡慕又嫉妒，他们在平日里表现活跃，几乎什么时候都能如鱼得水，无论是在上司、客户还是同事和朋友的眼里，他们都是大家称赞和欣赏的对象，人人都乐意和他们一起工作，都乐意和他们做朋友。似乎他们能呼风唤雨，要什么就有什么，也好像上天总光顾他们似的，不管做什么事都能轻而易举地取得成功。也许，你只是一味地羡慕和嫉妒他们，而对自己并没有多大的期望。

“我也可以的。”可能你内心会这样对自己说。

但是长期的不自信，让你又马上推翻了自己刚才的心理，转而改为：“那是不可能的，我怎么能达到那种程度呢？人家的能力太强了，我还差得远呢！”

倘若这样的想法成了你的习惯，恐怕你这一生都只能在羡慕和自卑

之中度过了。因为你的气场就没有霸气，是脆弱的。你会发现，好事都会绕着你走，而坏事却总是找你——做什么事，伴随你的都是一系列的不顺，你都会在失败的墙上撞得头破血流。可是那些人恰恰相反，他们往往生活上步步高，工作上游刃有余。

同样是人，差距怎么这么大呢？其实原因很简单，就是因为你没有强大的渴望，没有足够的勇气去做出改变。你没有给自己的气场注入活力，反而让消极的气场左右了你。所以，你应该从现在开始，让自己形成这样的意识：充满期待，渴望自己成为拥有非凡气度的人，渴望自己成为内外兼修的人。当你产生了积极上进的思想火花，就能点燃气场的星星之火。

气场充满了神秘，因为有的人总能依靠它取得成功，而有的人却总是不能如意；其实气场也是如此简单，人人都能依靠它获得走向成功入场券，只是你没有意识到它能赐予你无穷的力量，只是你没有拿出自己百倍的信心去充实它。所以，它就会以失败来回馈你。

气场是如何形成的

气场就是一个人的内在修养和外在行为的总和，它是由先天因素和后天因素共同形成的。先天因素主要包括人体的各种器官、神经系统和大脑等，这些是形成气场的源泉。而形成气场的后天因素很广泛，既包括了环境、家庭、学校和社会，又涉及到了文化、经历、年龄、职业和饮食习惯等方面，这些都能影响到一个人的气场。

在气场形成的过程中，每个人不但要积极地实践中去锻炼自己，还要让自己的主观能动性得到充分发挥，展示出我们的理想、兴趣、勤奋以及迎难而上的意志力。

对于任何人而言，气场都是逐渐培养出来的。大家都知道，古代的

时候，大家闺秀的言行就要有大家闺秀的范儿，这就是她们的气场。当今社会，虽然不会要求女子像古代一样遵守各种繁杂的规矩，可是培养自己的气质，让自己的气场更强大是我们每个人都应该做的。气场是展示自己的窗口，要想让他人从这扇窗中看到一个值得欣赏的你，那就要在平日里多看书、多思考、多和他人交流，不断汲取发展自己气场的营养。气场的培养是一个循序渐进的过程，不是仅仅几个月的时间就能形成的，而需要长久地积累，一年、两年甚至更久。

气场可以体现出人的个人魅力，它不是靠单纯的外在就能表现出来。虽然化妆可以改变容貌，可是要把自己的全部交给化妆，那就是弄巧成拙的表现了。

其实，在社交过程中，谁不想让自己成为大家眼中的亮点？谁不想让自己吸引别人的眼球？每个人的气场都是不同的，要让他人觉得你与众不同，并不需要自己刻意地去做，这就像河流中的水一样，追求的就是自然。倘若你能做得非常自然，无论谁看了都会说你很美。

众所周知，鱼之所以能在水中自由沉浮，依靠的就是鳔。可是，水中就有一类生物并没有鳔，却依然能自由沉浮，这类生物就是鲨鱼。

鲨鱼为了能自由沉浮，始终让自己的肌肉处在运动状态。通常情况下，只要鲨鱼停止游弋，它们的身子就会迅速下沉。所以，在需要上浮的时候，它们就依靠肌肉的运动而不断地游弋。

有一种白鳍真鲨，还能自由调节自己身体中的盐分，于是这样的鲨鱼无论是在淡水还是海水中都可以自由生活。牙齿是鲨鱼获取食物的利器，而且可以无限制地增长和再生，一条鲨鱼的口中甚至可以生长出三百多颗牙齿，而且这些牙齿都有极强的感知能力，远处有什么猎物，它们都可以通过水中的气味



和磁场来进行辨别。

因为它们经常运动，所以它们的肌肉越来越发达，体格也日益健壮，成了“海洋霸王”。

鲨鱼在海洋中如此强势，就是外界的环境改变了它，要更好地生存，就要不断适应环境。要让自己形成强大的气场，就要像鲨鱼一样不能忽视环境的影响。

气场的形成，依靠着两个环境的作用，自然环境和社会环境。在人类的发展过程中，社会环境的主导性是更强的。人们常说，环境可以影响人，这个环境主要是指社会环境，即社会发展程度和个人的社会关系。

一个人的气场还和他的理想、信念紧密相连。倘若没有理想和信念，要想让自己的气场得到提升，那就相当于无米之炊。在理想和信念的驱使下，人们去探索实践的动力就会更大，也更容易获取成功。这就是内外因的合力所成就的。

所以，气场是在人们的内在因素和外界因素的共同作用下形成的。

认识、了解你自己的气场

认识自己的气场，对每个人而言都是必修课。因为只有你了解自己的气场，你才可能有针对性地去发展和经营自己的气场。而气场强大了，你才能把自己要做的事情做得更好，也才能让自己的明天洒满阳光。

俗话说，世上没有两片完全相同的树叶。同样的道理，人与人之间的气场也都千差万别。每个人的气场都是独立的，而且一种气场都和一种职业相对应。不同的人，就有不同的擅长，所以，当你认识了自己的气场后，就能根据自己的气场特性去寻找究竟什么样的路线适合自己。