

气场 人脉学

周问水◎编著

气场决定人脉，人脉决定成败！

做一个以“气”驭人的社交达人！

charisma

掌控人脉的根本，在于操纵你的气场！

人脉社会是由影响与被影响交织而成的，而决定影响与被影响的就是你的气场。
气场中的吸引力可以让你拥有更多的人脉，气场中的影响力和感召力则可以成为助你成功的重要力量。

中国言实出版社

气场 人脉学

周问水 编著

气场决定人脉，人脉决定成败！

charisma

掌控人脉的根本，在于操纵你的气场！

人脉社会是由影响与被影响交织而成的，而决定影响与被影响的就是你的气场。气场中的吸引力可以让你拥有更多的人脉，气场中的影响力和感召力则可以成为助你成功的重要力量。

中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

气场人脉学 / 周问水编著.

—北京: 中国言实出版社, 2012.7

ISBN 978-7-80250-954-2

I. ①气...

II. ①周...

III. ①人际关系学-通俗读物

IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第130127号

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

电 话: 64924716(发行部) 64924735(邮 购)

64924880(总编室) 64890042(三编部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销	新华书店
印 刷	北京凯达印务有限公司
版 次	2012年7月第1版 2012年7月第1次印刷
规 格	710毫米×1000毫米 1/16 16印张
字 数	227千字
定 价	29.80元 ISBN 978-7-80250-954-2/C·44

前 言

关于人脉在一个人一生中所能起到的重要作用，美国人际关系及成功学大师卡耐基经过长期研究，得出了这样一个结论：“专业知识在一个人的成功中的作用只占15%，而其余的85%则取决于人际关系。”也就是说，无论你从事何种职业，无论你的起步是高是低，如果你能够掌握操纵人脉的能力，那就代表你已经在成功路上走过了85%的路程。对这一点，美国石油大王约翰·洛克菲勒深有同感：“我愿意付出比天底下得到其他本领更大的代价来获取与人相处的本领。”

既然人脉如此重要，那么哪些人能够拥有这种力量，或者说怎样做才能让自己成为人脉达人呢？《气场人脉学》为你揭示了答案——一个人只有善于为自己营造强大的气场，并与别人的气场进行积极的互动，这样才能增强吸引和影响他人的能力，才能改变人脉，获取成功！

在物理学里，引力子通过引力场传递引力，光子通过磁场传递电磁力。而在人际关系里，人们则是通过气场来传递影响力。比如，在人际交往中，同样一个笑话，有的人讲起来大家都会哈哈大笑，而有的人讲起来却会令所有人都觉得索然无味；再比如，在职场中，同样一个提议，有的人提出后会得到所有人的赞同，而有些人提出后却会无人响应甚至反对意见连连。造成这种局面的原因，除了与能力有关以外，气场也是其中一个很关键的因素。换句话说，气场强大的人可以影响别人，而气场微弱的人只能被别人影响。

那么，气场到底是什么？从物理学的角度来解释，气场是一种环



绕在人身体周围的能量场，这种能量以人的身体为中心，由内而外地向身体四周散发。而从人际关系的角度来说，气场就是一个人给别人的一种感觉，这种感觉是外表、气质、性格、情绪、精神状态和心理状态的总和。换句话说，气场是一种具有吸引力、影响力、说服力和感召力的超级能量。如果我们能够掌控自身气场，与别人的气场积极互动，影响甚至操纵别人的气场能量，那么就可以在潜移默化中操纵我们的人脉。

但气场又该如何修炼呢？其实并不难，每个人都能通过激发潜能来培养强大的气场，每个人也都能通过控制自身的气场来吸引并影响他人。

《气场人脉学》通过对众多人际关系典型案例的分析，揭示了气场在人际关系中所具备的重要作用。其中，我们将看到林肯、比尔·盖茨、康拉德·希尔顿、宋江、李嘉诚等古今中外的成功人士，是怎样用气场中的吸引力赢得了民心，又是怎样用气场中的影响力和感召力战胜了竞争者，并将其变成了自己最忠诚的支持者。许许多多的经典案例都说明了一个道理，杰出的成功者大多善于运用强大的气场来充分发挥人脉的作用，并因此获得迈向成功的强大力量。

总之，《气场人脉学》为你提供了N个用气场操纵人脉的秘诀：教你如何由内而外引爆人脉气场，教你如何借助心理操纵术增强气场，教你如何用气场打造人脉方法则，教你如何掌控气场经营人脉，教你如何利用气场让沟通无限，教你如何运用气场在职场获取成功，教你如何远离负面气场、扫清人脉发展障碍……

只要掌握了《气场人脉学》中的要领，你的工作机会、灵感、财富和良好的人际关系都会纷至沓来。

还在犹豫什么呢？赶快翻开这本《气场人脉学》吧，从此你将自己打开一扇通向完美人际关系的大门！

目 录

前 言	1
第一章 气场决定人脉，人脉决定成败	1
气场决定人脉，人脉决定成败	1
打造人脉，从打造气场开始	4
穷人和富人只差两个字：	
让气场找到适合它的圈子	10
风度、气度、魅力成就你的气场	15
人际交往：提升气场不可或缺的一步	19
别人的气场你也可以复制	22
第二章 释放强大气场，一分钟赢得人脉	26
好人缘，从良好的第一印象开始	26
记住对方的名字最关键	30
面带微笑，打造人脉第一步	34
你的礼仪价值百万	38
利用名片中的强大气场吸引人脉	43
第三章 用内在点亮你的人脉气场	47
自信，启动人脉气场的引擎	47
增强意志力就是增强气场	51



用热情唤醒心中沉睡的气场·····	54
情绪的力量不可忽视·····	58
诚信，给气场带来正面反馈·····	64
谦逊，让气场有更广阔的储藏空间·····	69
 第四章 气场操纵术助力你构建人脉·····	73
培养人脉忠诚度，关键时候只有“死党”靠得住·····	73
要想钓到鱼儿，就要像鱼儿一样思考·····	77
不怕被利用，就怕不可用·····	82
有些圈子你要做“龙头”，有些圈子你得做“凤尾”·····	87
朋友必须分等级，“二八原则”显神通·····	91
 第五章 “我最闪耀”，用主角气场打造人脉乘方法则·····	97
主角气场让你跻身人脉圈中心·····	97
多结识有圈子的人·····	101
利用聚会、社团，拥有一个“万人网”·····	106
有些圈子必须融入，有些人必须认识·····	111
把陌生人变成自己人·····	116
 第六章 掌控对方气场，让沟通在社交中发挥魔力·····	122
赞美，增加你吸引人的气场·····	122
幽默是屡试不爽的沟通秘诀·····	127
倾听，让你的气场更具魅力·····	131
投其所好，用相近的气场打动人心·····	136
婉转地拒绝是一门艺术·····	140
 第七章 感情投资，打造和谐的人脉气场·····	147
有事儿没事儿常联系·····	147
尊重朋友，让他做主角·····	154

锦上添花是点缀，雪中送炭才实惠·····	158
要亲密，但不要“无间”·····	162
人走，人脉不能走·····	169
第八章 用气场赢占职场·····	175
用感谢穿透老板的强大气场·····	175
让气场发出服从上司的信号·····	180
善待下属，得人心者才能得“天下”·····	183
与同事和平共处，达到合作共赢·····	187
利用猎头增加你的身价·····	191
第九章 熟谙办公室人际潜规则，不做圈外人·····	195
职场“红人”得罪不得·····	195
越级报告不可为·····	199
功高盖主无异于自断前程·····	203
办公室“大嘴巴”人见人厌·····	208
办公室恋情是职场“地雷”·····	211
第十章 怎样用气场搞定人脉中的“刺儿头”·····	215
如何搞定心高气傲的人·····	215
如何搞定性情孤僻的人·····	219
如何搞定搬弄是非的人·····	222
如何搞定嫉妒心强的人·····	227
第十一章 远离负面气场，扫清人脉发展障碍·····	231
交浅言深惹麻烦——气场不要太单纯·····	231
以貌取人不可为——气场不应太势利·····	236
好为人师未必好——气场交际要有度·····	239
不懂饭局文化失人心——气场不可无定位·····	242

第一章

气场决定人脉，人脉决定成败

人脉往往不仅代表着一个人的社会地位和活动能量，还代表着其发展和成功的内在潜能，甚至在很大程度上左右着一个人命运的走向。因为，在竞争就是竞合的今天，一切事业都已经转化成人脉关系的事业：无论是财脉还是命脉，都需经过人脉进行疏通；而一个成功者的背后，往往有着众多高质量的不同凡响的人脉力量。那么强大的人脉力量又是从何而来呢？在这里告诉你一个秘密：你的气场决定着你的人脉。

这个世界不是你影响别人，就是别人影响你，而决定影响与被影响的就是自身的气场。如果你的气强足够强大，拥有足够的吸引力和影响力，那你就有可能成为人脉达人。因为气场中的吸引力可以让你拥有更多的人脉，而气场中的影响力则可以让你的人脉独领风骚，成为你的重要能量来源。

气场决定人脉，人脉决定成败

在有关人脉与成功关系的表达中，有这样一种说法：看一个人的身价，看他的对手；看一个人的底牌，看他的朋友；看一个人的发展，看他的人脉！

可以毫不夸张地说，如今是一个人脉的年代，无论是大到国与国之间的重要谈判，还是小到人与人之间的一桩小生意，人脉都在其中扮演着十分重要的角色。说人脉决定命运，人脉决定成败，一点也不



为过。“得人脉者得天下”这句话也早已不再是一种宣传口号，而逐渐成为了无数成功人士为人处世的不二法则。

世界潜能大师陈安之在《超级成功学》中这样写道：“成功靠别人而不是靠自己。”的确，想成功，仅仅凭借自己的能力是远远不够的，也就是说，成功不仅仅在于“你是谁”，更在于你“认识谁”。俗话说：“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。”《水浒传》中的宋江，原本只是山东郓城一个小小的衙司，最后却成为了威震天下的大英雄，靠的是什么？自然是他那一班生死与共的好兄弟。如果没有武松、林冲、李逵等人忠心不二的追随和帮扶，宋江能够摆脱小人物的命运吗？恐怕很难。

的确，人脉就是这样一种强大的力量，它代表着一个人的社会地位和活动能量，也代表着一个人发展和成功的内在潜能。所以，在人际关系纵横交错的社会网络里，任何人的成功，除了时、运、命和自身的努力之外，人脉都是不可或缺的一种力量。

哈佛大学商学院曾经做过一个相关的调查研究，研究的目的是想了解人脉在一个人的成就中到底扮演着怎样的角色。结果发现，被大家认同的成功人士，虽然有的人在专业领域并不是高手，却往往因为拥有非同一般的人脉资源而取得成功。因为，当他们遇到棘手的问题时，会利用丰富的人脉资源网，在第一时间找到最有效的“通道”，最后顺利过关。另外，来自斯坦福研究中心的一份调查报告显示：一个人赚的钱，12.5%来自知识，87.5%来自人际关系。这一报告再一次印证了人脉的重要性。正如世界著名激励大师安东尼·罗宾说的那样：“我所认识的全世界所有的成功者最重要的特征就是创造人脉和维护人脉。人生中最大的财富便是人脉关系，因为它能开启所需能力的每一道门，让你不断地获得财富，不断地贡献社会。”

总之，人脉资源就是人生成功的资本，也是命运的转换器。按动这个转换器，说不定命运就会在你需要的时候来一个大转弯。

然而尽管在现实生活中，已经有越来越多的人认识到了这一点，并希望能够通过人脉来取得成功，然而，却苦于无法找到打开人脉大门的方法。还有的人，尽管想方设法进入了人脉的大门，却在其中没

有什么影响力，空有人脉，无法运用。这些情况，多半是因为他们没有找到获得人脉和运用人脉的密码。那么这个密码是什么呢？它就是气场。

什么是气场？人们给它下过许多定义，简单来说，气场就是一种能量场，存在于一切物质的周围。无论是人，或是动物、植物，都拥有属于自己的气场。气场的产生，要溯源到构成物质的原子，原子都是由质子和电子组成的，它们遵循一定的规律永恒不变地运动着。这种现象在物理学中被称为电磁能量运动。这是对气场比较具象的一种解释。抽象地讲，对于一个人来说，所谓气场其实就是这个人本身具有的一些特质，比如吸引力、影响力、说服力以及感召力等等。

如果能够掌控自身气场，然后利用这种能量巧妙影响他人的气场，我们就可以在潜移默化中获得和掌控自己的人脉。

那么，气场又是如何影响他人的呢？

在人际交往中，每个人自身都具有一定的影响力，不是你在影响对方，就是对方在影响你。谁的影响力更强，谁就会获得更多的人脉，谁就会更好地操控人脉为己所用。这种影响力其实就是气场在发挥作用，气场强大的人，在人际交往中的影响力也大，获得的人脉自然也更多，运用人脉自然也更得心应手。

气场是一种独特的魅力，它可以对周围的人时刻产生影响，同时能够向对方传递一种信息，让对方视你为同辈、同行或同事中的佼佼者，愿意与你为伍，愿意对你唯马首是瞻。

气场在发挥作用时是一个十分微妙的过程，它不是强制性的，也不是仅仅靠光鲜的外表能够体现的，它是以一种潜意识的方式对人们的行为、态度和信念悄悄进行同化或改变。大多数时候，对方甚至意识不到你在使用气场的强大力量。这种非直观的、更为微妙的本性赋予气场一种内在的神奇力量。

美国著名杂志《财富》就曾这样诠释气场：气场是看不到、摸不着的，只有它的影响或效果可以感觉到；不论是名人、伟人或是普通人，每个人都拥有影响他人的气场；气场来自不同的方面，一些有智慧的人有能力影响那些拥有权力和地位的人，有的人似乎更胜一筹，



他们改变了大众的行为方式，他们是作为颠覆者的角色，不同气场之间的关系是相互作用的。

总之，气场能让一个人的个人品牌熠熠发光，能让别人心甘情愿地成为其“忠诚信徒”。

或许很多人认为气场很神秘，其实不然，一个人的气场不是与生俱来的，也不是瞬间产生的，而是在后天发展的过程中一点点培养起来的。每个人都可以通过激发潜能来培养强大的气场。同时，每个人也都可以通过控制自身的气场来吸引并影响他人。

牢记这两点之后，你要做的就是不断修炼自己的气场，然后通过掌控自己的气场来管理、处理你的人际关系。当这些都完成之后，你就可以获得好人脉、进而获得成功了。

气场人脉修炼术

现实生活中，人与人之间的境遇之所以有很大不同，与人脉有着很大的关系。人脉广的人总是有更多成功的机会，相反，人脉差的人即使能力强，也很难取得成功。因为一个人的力量毕竟是有限的，想要取得非凡的成就，就要寻找到能够帮助你的“贵人”，并且打造好自己的人脉。很多时候，如何经营并发展好你的人脉，往往决定了你未来的发展以及今后的人生是辉煌还是惨淡。

同时，要让认识你的人真正成为你的人脉，就要充分发挥你的气场吸引力。只要你的气场足够强大，就可以让他人感受到强大的吸引力，让更多的人成为你人脉圈中的一员。

打造人脉，从打造气场开始

气场对于人脉的获得和运用至关重要，因此，在打造自己的人脉之前，我们要做的主要工作就是先打造属于自己的气场，然后让这个气场慢慢强大起来，强大到足以吸引和影响更多的人。

气场说起来有些神奇，其实它并不神秘。在一个人的许多外在表现中，都可以看见气场的影子。生活中，我们常常说，某某人气质很好，很有魅力和吸引力，而且很有影响力，他的一举一动总是可以影响很多人，等等。其实，无论是气质、吸引力、魅力还是影响力，都是一个人自身的气场能量对外释放的一些表现形式，它们都是组成气场能量的一份子。因此，想要打造属于自己的强大气场，就先要从这几个方面入手开始修炼。

气质，为气场持续加分

气质是气场能量圈的一种表现形式，依附于气场而生存，如果没有气场这个基础，那么气质便无从谈起。当然，任何事物之间的影响都是相互的，气质与气场的关系也不例外。一个人一旦形成良好的气质，那么当这种气质作用于气场的时候，就会使气场发生新的变化，使之变得更加积极向上，更加强大。当气场的这种变化得以稳定之后，又会反作用于一个人的气质，让气质变得更有吸引力。如此周而复始。

因此，想要打造强大的气场，先要从打造自己的气质入手。言谈举止、学识修养、性格修炼，这些都是打造气质的必修课。当你把这些课程全部修好之后，那么你的气质就会变得愈加完美，而与此同时，你的气场也会因气质的完美而愈加强大。

吸引力，让气场吸收人脉

吸引力可以让更多的人聚集到一起，彼此影响，相互合作，也让他们之间的气场交汇融合。其实，人与人之间的相遇、相识、相知都是气场在发挥作用。每个人都拥有自己的气场，人与人之间会因为某件事在某一个场合相遇，如果相遇的两个人的气场能量能够产生共鸣，那么他们就会彼此相识相知，成为各自人脉圈中的一员。如果这种能量能够得到进一步的发展，即双方的气场能够相互吸引或影响，甚至达成和谐一致，那么他们之间的关系会更进一步，甚至成为影响对方人生之路的重要一员……这种因气场吸引力所产生的命运碰撞，



足以让人踏上完全不同的人生之路。

吸引力是气场能量的一种重要组成部分，具有改变一个人命运的神奇力量。一部名为《秘密》的美国纪录片曾揭示过这种力量，这部纪录片堪称成功学、财富学的经典之作，帮助许多人找到了属于自己的成功之路。

长久以来，吸引力都在影响着每个人的命运，只不过有的人并没有意识到这一点。如果能够充分意识到这一点并合理地运用这种力量，那么就会为自己人脉的打造加上一个重要的砝码。

影响力，让气场掌控人脉

八百里水泊梁山，108位英雄好汉，才高者有之，德厚者有之，艺高者亦有之，但稳坐头把交椅的为什么偏偏是宋江？论文采，他比不上会写苏、黄、米、蔡四家字体的“圣手书生”萧让；论武艺，他比不上林冲、武松、鲁智深，就连傻乎乎的李逵也比他强得多；论计谋，他更是与“智多星”吴用、“神机军师”朱武二人不在一个档次。而且，按照梁山前首领晁盖的遗言指示，接替这个位置的应该是活捉了史文恭的卢俊义。总之，无论是从文才武略方面，还是从先王遗言方面，这个位置都轮不到宋江头上。可偏偏众英雄就认他一个人，换了任何一个人，或许都会有人不服气。即使后来对他的招安路线心怀诸多不满，但众英雄依然对他唯马首是瞻，与他一起去替朝廷征讨方腊，没有一个人弃他而去。最后，马革裹尸、断臂出家、毒酒穿肠，即使到了这般地步，也没有任何一个人对他心怀仇怨，说穿了，就是誓死效忠于他。这是为什么？这就是宋江的影响力在发挥着作用。

早在山东郓城做衙司的时候，宋江就已经声名在外。提起“及时雨”宋公明，江湖上无人不知。他因杀了阎婆惜而在江州被问斩的时候，各路英雄好汉纷纷前往法场相救，其影响力由此可见一斑。

实际上，影响力就是气场能量的一种对外释放。当对方的气场与你的气场在碰撞中达到和谐一致时，影响力的作用就显现出来了——你的一言一行都会影响对方，让他对你产生信赖和折服，从而甘心与

你合作，甘愿为你效犬马之劳，成为你人脉圈中的重要组成部分。

影响力是一种很独特的魅力，它不像能力那样可以让别人在短暂的实践中就能感觉到，也不像智力那样可以通过不同的事情被大家推测出来。它就像是一股不易被人察觉的精神魅力，时刻影响着我们身边的每一个人。

影响力也是一种出色的个人能力和综合素质，是一个人在群体中价值的集中体现。拥有影响力，就意味着你成为了你的人脉圈的中心，得到了所有圈中人的高度认可。这样会让你拥有更大的平台来多方位展现自己的才华和能力，同时也有更多的资源可供调配来实现你的理想和抱负。所以，不管你的梦想是什么，如果你想成功，或者是想正面影响你所处的世界，你就要学会利用并提升气场能量，让你的影响力发挥到极致。

感召力，让气场能量向外传导

罗斯福是公认的美国历史上最伟大的总统之一，也是美国历史上唯一一位连任4届的总统，任职长达12年。

作为一位政治领袖，罗斯福拥有强大的感召力，在历史上各个具有挑战性的时刻，他都是以自己的方式，用平实清晰的语言与广大民众交流，使美国人民保持充沛的自信渡过难关，从而创造了奇迹。

感召力是一种不依靠物质刺激或强迫，而全凭人格和信仰的力量去领导、鼓舞他人的能力。感召力强的人，善于运用气场来感染别人，从而形成一个强大的气场合力。这样，人们就能够甘心情愿地追随你，为你做事：如果你是一个普通人，强大的感召力可以让别人感受到你的精神魅力，从而使你在人脉圈中树立威信，成为焦点；如果你是一位领导者，那么强大的感召力能够让你的下属心甘情愿地听你指挥。

精神力量能让人与人之间的心灵和情绪达到共通。所以，要想让自己像那些成功人士一样“呼风唤雨”，你必须懂得发掘自己独一无二的气场，依靠自己的精神感召力打动他人。



说服力，让气场能量定向出击

汽车推销大王乔·吉拉德在职业生涯中一共售出13001辆汽车。他所创造并保持的世界汽车销售纪录及连续12年平均每天销售6辆车的纪录，至今无人能及。被称为“保险行销教父”的法兰克·贝德佳，在30多年的保险推销生涯中创造了辉煌的业绩，并缔造了一个用25分钟谈成一笔25万美元保险的传奇。行销大师汤姆·霍普金斯是全世界单年内销售最多房屋的地产业务员，平均每天卖一幢房子，3年内赚到3000万美元，27岁就已成为千万富翁。这些人之所以能够取得如此辉煌的业绩，不是因为他们运气好，而是因为他们拥有别人难以企及的说服力。

在日常生活中，我们每个人都有说服别人或被别人说服的经历。让一个和你拥有不同气场、产生不同能量的人听从于你，这就是说服力的作用。

说服力是气场能量最集中的表现形式，与吸引力、感召力相比，它是一种积极主动的力量。

美国著名的心理咨询师大卫·希尔曾说：一个人从心怀负面抵抗情绪变成积极合作，这一切都是通过改变气场来实现的。因此，如果你能把气场调整到与对方相互平衡的状态，就有可能成功说服对方。

说服了对方，不仅仅代表你拥有了一个新的人脉，更重要的是，可以让这个人脉为你所用。因此，一定要通过各种方法锻炼自己的说服力，让这种气场能量最大限度地为你所用。

亲和力，让气场相互融合

林肯是另一位美国历史上伟大的总统，他就是一位极具亲和力的杰出领袖。

在林肯故居里的一面墙上，挂着他的两幅画像：一张有胡子，一张没有胡子。在这两幅画像背后有一段感人的小故事。

在竞选总统的时候，有一天，林肯收到了这样一封信：

亲爱的先生：

我是一个11岁的小女孩，我非常希望您能当选美国总统，因此请您不要见怪我给您这样一位伟人写这封信。

如果您有一个和我一样大的女儿，就请您代我向她问好。要是您不能给我回信，就请她给我写吧。我有4个哥哥，他们中有2人已决定投您的票。如果您能把胡子留起来，我就能让另外2个哥哥也选您。您的脸太瘦了，如果留起胡子会更好看。所有女人都喜欢胡子，那时她们也会让她们的丈夫投您的票。这样，您一定会当选总统。

格雷西

1860年10月15日

收到小格雷西的信后，林肯立即回了一封信：

我亲爱的小妹妹：

收到你15日的来信，我非常高兴，又很难过，因为我沒有女儿。我有3个儿子，一个17岁，一个9岁，一个7岁。我的家庭就是由他们和他们的妈妈组成的。关于胡子，我从来没有留过，如果我从现在起留胡子，你会不会觉得有点可笑？

忠实地祝愿你的亚·林肯

第2年2月，竞选成功的林肯在前往白宫的就职途中，特地在小格雷西家乡韦斯特菲尔德车站停了下来。他对欢迎的人群说：“这里有一个小朋友，我的胡子就是为她留的。如果她在这儿，我要和她谈谈。她叫格雷西。”

这时，小格雷西跑到林肯面前，林肯把她抱了起来，亲吻她的面颊，并笑着对她说：“你看，我让它为你长出来了。”

这就是林肯的亲合力。亲合力会产生一种吸引他人、让其愿意与你交往的气场，拥有亲合力的人，往往能够很容易地消除人与人之间的隔膜，进而让你有效地把自己的思想传递给他人。所以在日常生活