

{一份抵达心灵的珍贵礼物}
{心灵气场修炼的首选读本}



气场

宇宙正能量

作者：黄芳瑞
中国华侨出版社

前言

在以前，一个人被称作有气质，算是最高的称赞了。可是如今，一个人的最高境界绝不仅止于气质好，气场强大，才是人们追求和迷恋的。

那么如何才能让气场强大呢？有人会说，只有明星才做得到；有人会说，这是天生的；也有人会说，只要肯花钱，谁都有气场……其实，气场的强大是内心的强大，有先天的成分，但是也需要后天的培养。你的一举一动，反映着你的人生观、修养和自信心，反过来它们也会充盈你，会使你的气场充盈，并最终形成自己的风格。

这就是气场，一种无形却让周围人强烈感觉到的气势。这种气势来源于强大的内心。它是一种基于自信的纵横捭阖之气，一种万山之中我为峰的凌厉之气，一种泰山崩于前面色不变的淡定之气……

气场是胆识与才智的结合，是敢拼敢闯的精神；气场是所向披靡的坚定信念，是一种百折不挠的顽强意志；气场还是一种仁者之气，一种包容平静之气。有气场的人散发出的是一种众星拱月般的气势，一种包容天地的王者气势。

气场改变命运，无论你活得充实还是平淡，无论你将变得杰出还是平庸，这一切都取决于你是否拥有气场的力量。一个锐意进取的人，必须具备无坚不摧的气场。一个有气场的人即使不幸失败了，呈现给我们的场景也只是悲壮中的波澜壮阔，而不会是凄凉中的黯然神伤。有气场的人，有着无穷无尽的力量，看似一无所有，却又什么都不缺少，因为他心里流淌着信念的江河，他胸中奔涌着喜乐的大海。

气场让一个人表现出勇敢、刚毅、机敏的性格特征，有气场的人敢于在世事的风口浪尖上横刀立马，能把一件事情做得行云流水，酣畅淋漓，却又让人坦然安心。

是的，我们都需要这样一种气场，需要在日常生活和工作实践中不断强化和散发出自己独特的气场。让我们的内心变得强大，让我们的气场变得强大，让我们的人生变得强大。

目录

前言

第一章 气场是一种驱动人生的信念

气场源自永不变更的信心

告诉自己，我能做好

有必胜的信念，气场才会更加强大

不自弃的人永不会被命运抛弃

拥有多大的决心就拥有多强的气场

成功取决于你是“想要”，还是“一定要”

学会为自己鼓掌

第二章 气场是一种一往无前的志向

永远从零开始，永远力争第一

目标愈远大，你的进步愈大

自强不息，突破困境

生活的理想，就是为了理想的生活

越是不景气，越是要争口气

人生能达到的高度始于进取心

可以平凡一时，不能平庸一世

第三章 气场是一种敢为人先的行动

拖延的是时间，浪费的是生命

放开手去做，没有什么不可能

主动去做，利于掌握全局

时不待我，要不停寻找机会

速度决定成功的距离

竞争力的核心是学习力

跑起来，成功的人生不要松懈

第四章 气场是一种燃烧生命的激情

热情具有强大的气场感染力

火一样的热情，便是热忱

拥有气场的人，对生活充满了激情

执著的内心，足可以燃烧起来

对成功的渴望值决定着成功的速度

把工作当做一种乐趣，会越来越美好

积极投入生活，会发现另一个自己

第五章 气场是一种敢于决断的魄力

心态若改变，人生的境遇就会随之改变

果断的决断力与成功密切相关

站得高看得远

思想能力带你脱离平庸
追求成功，什么时候开始都不算晚
眼光有多远，成功的路就有多长
职业前景比薪水更重要
有多大的胸怀就有多大的气度

第六章 气场是一种掌控局面的气势
气场，至尊至圣的王者风范
人不能霸道，但必须有气场
温和的气场是人格的核心
取胜不仅靠经验，还要靠气场
没有气场，就没有才华横溢
不怕处在谷底，就怕没有气场
拥有气场，就有了超越平庸的力量

第七章 气场是一种义无反顾的担当
态度，决定你有没有用心去做
拥有责任感，创造出强大的气场
做该做的事，并且把它做好
尽心尽责的做事，才能离成功越来越近
成功者找方法，失败者找借口
对自己敬业，气场会始终环绕着你
精益求精，做到更好

第八章 气场是一种脚踏实地的勤奋
化梦想为现实的道路是一步一个脚印闯荡的过程
小人物不断地成长，终会变成大人物
如果没有气场，再好的招式也没有杀伤力
做自己喜欢做的事，让人生最大化增值
一屋不扫，何以扫天下
充分利用时间，浪费时间就会失去机会
懂得运用气场的人，会越来越出色

第九章 气场是一种承担风险的胆识
从危机中看到机会，果断抉择
冒险与机遇总是联系在一起的
既要有勇，更要有谋
勇于冒险求胜，才能保持热情
特立独行，打破世俗的束缚
推销自己，让你的才华得到赏识
不要钻牛角尖，要开创自己的风格

第十章 气场是一种无所畏惧的勇气
很多“门”都是虚掩着，就看你有没有勇气推开

困难只存在于人的想象之中
敢是一种气势，不敢就是一种弱势
离成功越近，越需要勇气
逆境中向前的人，会更加强大
恐惧，并没有想象中的那么可怕
战胜懦弱，才能做无畏的人

第十一章 气场是一种破釜沉舟的血性
人可以输在起点，却不能输在终点
你可以输给别人，却不能输给自己
外在压力增加时，就应增强内在的气场
尽力而为还远远不够，必须竭尽全力
日出日落是自然界的法则，日落也会有光亮

第十二章 气场是一种逆流而上的坚持
坚持力，内心气场释放的力量
知道了失败的痛苦，才会懂得成功来之不易
确定无法突破的时候，首先要做的是等待
成功隐藏在你的下一个尝试之中
可以接受有限的失望，但不要放弃无限的希望
只要你不服输，失败就不会是定局
倒下去后爬起来就是成功

第十三章 气场是一种永不沉沦的意志
不怕经历苦难，就怕没有气场
突然来临的挫折，恰恰能发掘一个人的潜能
气场的惊人力量是抵抗逆境的最好武器
在绝境中奋斗，激发你的内在气场
山重水复疑无路，柳暗花明又一村
哪里有意志存在，哪里就会有出路

第十四章 气场是一种低调忍耐的超然
接触优秀的人，他可能决定你的发展前途
忍耐是在蓄积力量，以待厚积薄发
认输之后，要适时调整好心态
放低姿态，在平和中成就事业
得意时不能忘形，失意时不要失态

第一章 气场是一种驱动人生的信念

气场的产生来源于信念。一个锐意进取的人，必须具备无坚不摧的信念。信念是一个人取得成功的内在驱动力。无论你活得充实还是平淡，你将变得杰出还是平庸，都取决于你心中是否有信念。我们选择了有益于人生的信念可以极大地增加我们的精神动力，促使我们具有超常的承受力、忍耐力，帮助我们在人生的路途中，历经艰苦卓绝而不倒，化解风险而必胜。

气场源自永不变更的信心

每个人的身上都蕴藏着巨大的潜力。信心是世上最伟大的力量，在人生的道路上，一定要与信心同行，你才能更好地生存和发展。

诗仙李太白曾有豪言壮语：“天生我材必有用，千金散尽还复来。”从中我们也能受到深刻的启发：做人应有自信，应在胸中充满气场，只有这样才能取得事业的辉煌成功。

美国作家爱默生说过：“自信是成功的第一秘诀。”所谓自信，即自己相信自己，是人们赞赏、重视、喜欢自己的一种有益态度。自信是世上最伟大的力量，在人生的道路上，一定要与自信同行，你才能更好地生存和发展。

谁拥有了自信，谁就成功了一半。高尔基有句名言：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都把自信沉浸在生活中，并实现自己的意志。”古往今来，成功人士虽然从事不同的职业，具有不同的经历，但有一点是共同的：他们都充满自信，由此激励自己自爱、自强、自主、自立。

小的时候，推销大师吉拉德成天沿街卖报，在酒吧里替人擦鞋，还做过洗碗工、送货员等。长大后做过电炉装配工和住宅建筑承包商，并曾经换过许多个工作，但没有一个做出成绩。也就是说 35 岁以前，他是个彻底的失败者。

后来，有朋友介绍吉拉德去一家经销汽车的公司，推销经理哈雷先生起初很不乐意。“你曾经推销过汽车吗？”他问道。吉拉德回答说：“没有。但我推销过其他东西——报纸、鞋油、房屋、食品，但人们真正买的是我，我推销自己，哈雷先生。”

吉拉德已经重建了足够的信心，吉拉德并不在意自己已经 35 岁，也不在乎人们所认为的推销是年轻人的工作这个观念。

哈雷笑笑说：“现在正是严冬，是销售淡季，假如我雇用你，我会受到其他推销员的责难，再说也没有足够的暖气房间给你用。”生存的威胁已经使吉拉德变得更加坚强。“哈雷先生，假如你不雇用我，你将犯下一生最大的错误。我不要暖气房间，我只要一张桌子、一部电话，两个月内我将打破你最佳推销员的纪录。”

于是，哈雷先生在楼上的角落给吉拉德安排了一张满是灰尘的桌子和一部电话。就这样，吉拉德开始了自己新的事业。

哈雷先生无法相信，在两个月内，吉拉德真的实现了自己许下的诺言，他超过了公司中所有推销员的业绩。吉拉德不仅偿还了 10 万美元的负债，同时还找回了自尊！

信心是一种心理状态，可以通过自我暗示培养起来。通过反复不断的确认，你相信自己会得到自己想要的东西，一旦传递到潜意识里，它就会带来成功。信心可以让你实现自己想达到的人生目标。因为，信心看不到任何障碍，没有任何限制，它只做潜意识思维让它去做的事情。

每个人的身上都蕴藏着巨大的能量，同时也蕴藏着信心，而一个人往往并不知道自己有

多大的能力。如果把自己身上的信心挖掘出来，相信自己的才能并不断努力的话，你潜在的能量就一定会被挖掘出来，并使你的人生变得无限光明，最终做出一番令人赞赏的业绩。一个人只要把潜藏在身上的自信挖掘出来，并时刻保持着强烈的自信，就有可能获得成功。

奥运金牌得主威尔玛·鲁道夫因为身患小儿麻痹症，导致左腿萎缩，不得不坐在轮椅上。从她懂事起，就有强烈的自卑感，不愿意与其他孩子接触。一天，当操场上的孩子们唱完一首歌后，邻居家的一个只有一只胳膊的老人说：“我们为他们鼓掌吧！”她吃惊地看着老人，老人对她笑了笑，解开衬衣扣子，露出胸膛，用手掌拍着胸膛……老人笑着对她说：“只要努力，一只巴掌一样可以拍响。同样，你也一样能站起来的！”

那天晚上，威尔玛让父亲帮她写了一张纸条贴在墙上，上面是这样写的：“一只巴掌也能拍响。”从那之后，她开始配合医生做运动。甚至在父母不在时，她自己抛开支架，试着走路……

11岁时，她终于扔掉支架。从那天起，她又给自己定了另一个更高的目标，她开始练习打篮球和田径运动。1960年罗马奥运会女子100米跑决赛，当她以11秒18的成绩第一个撞线后，全场掌声雷动，人们都站起来为她喝彩，齐声欢呼着她人的名字：威尔玛·鲁道夫。在那一届奥运会上，威尔玛·鲁道夫成为当时世界上跑得最快的女人，她共摘取了3枚金牌。

与金钱、势力、出身、亲友相比，自信是更有力量的东西，自信心就像能力的催化剂一样，它可以将人的一切潜能都调动起来，将各部分的能力推进到最佳状态。自信能排除各种障碍、克服种种困难，能使事业获得完美的成功。1937年获得诺贝尔文学奖的法国作家杜伽尔说：“我力量的真正源泉，是一种暗中的、永不变更的对未来的信心。甚至不只是信心，而是一种确信。”

人的信心就是如此神奇，它是由愿望产生的力量，因为只有愿意相信才会相信，希望相信才会相信。而只有拥有了坚定的信心，才能运用这神奇的力量。这种力量不断地创造我们的生活，使我们按照它行事。

在走向成功的路上，我们可以缺乏任何东西，但就是不能缺少自信。自信绝对不是一个空洞的口号，而是一个渴望成功的人必须具备的素质，一定要让它扎根在灵魂的深处，跟随自己的心脏和血液一起跳动和流淌。

告诉自己，我能做好

说自己行的人，在积极心态的支配下，不论遇上什么困难和挫折，都不会让自己的人生随波逐流，他们会扼紧命运的喉咙，成为生命的主人。

每一个人都会有自己的信念，信念就是牢固的观念或者是对事物习惯性的看法。当你坚信某一件事情的时候，就无疑给自己的潜意识下了一道不容置疑的命令，有什么样的信念就决定你会有什么样的力量。如果你认为自己是一个平平庸庸的人，你的人生就真的平平淡淡；如果你认为自己注定是一个不平凡的人，你的人生常常会成就一番事业。说自己行的人，他的潜意识会把成功的信念，变成成功的行动；说自己不行的人，他的潜意识也会把他自卑的念头变成失败的行动。

如果你认为你会失败，那你就已经失败了。一个人的“认为”，就是心里对自己说的话，说自己不行的人，爱给自己说丧气话，遇到困难和挫折，他们总是为自己寻找退却的借口，这些话正是自己打败自己的最强有力的武器。

说自己行的人，在积极心态的支配下，不论遇上什么困难和挫折，都能坚持到底，永不放弃。东方歌舞团音乐总监、著名作曲家卞留念说：“如何才能树立自己的影响力？勤奋是第一位的，而且，一定要在一种充分自信的前提下。而这种自信在最开始的阶段很可能是做给自己和别人看的——你要有一种气场，你要认为自己是最优秀的！是的，你甚至可以认为自

己就是一个英雄！”

赵天是某西班牙知名品牌中国地区的代理商，当初赵天从西班牙留学回来，将带回来的产品送给亲戚朋友们使用，每个人都反映效果不错，赵天于是产生了一个想法，做这个西班牙品牌的中国代理商，当赵天将此想法通过邮件发给西班牙公司时，那边很快给予了支持和合作的意向。

赵天大学时学的是环境保护，对做生意是一窍不通，但是赵天觉得这是一个很不错的机会，决定抓住这次机会。西班牙公司为了支持赵天，给赵天寄了很多的产品样本，接下来，赵天开始摸索着前进，他先注册了一个公司，然后雇佣了2名刚毕业的大学生。每天，赵天和两名员工一起在各大商场门口做免费赠予活动，顺便附上自己公司的名片，创业的初期是难熬的，产品的效果也不可能那么快显现出来，经过3个月的煎熬期，赵天终于等来了第一笔订单，一家广州的公司要采购800套产品。

赵天终于向着成功迈进了一大步。很多人看见的都是赵天努力后的收获，却不知道赵天在3个月的煎熬期，内心的触动。两名雇佣的大学生坚持了一个月都没有见效果后，都辞职了，只有赵天一个人继续坚持着，他告诉自己：“即使别人不相信我，我也要相信我自己。”

赵天正是靠着这份坚持，靠着这份自信，在之后的一年里，订单不断，赵天的公司也慢慢的发展了起来。

可见，自信的产生是自我意识的选择。一个人可以选择成功的自信，也可以选择束缚自己的自卑，这一切全由人自己来决定。如果你想选择自信，你应先弄清自己身上的优点、长处，一条一条记在心里，不断地告诉自己：“我身上拥有无限的能力和无限的可能性。”当你弄清了自己的强项，选择和发挥自己最擅长的能力，也就是自己的优势潜能时，自然就产生了自信。无论发生什么事，无论处于什么境地，自信者都相信自己一定能成功。就像当年有人问康拉得·希尔顿何时得知自己将会成功时，希尔顿说，当他还潦倒困顿到必须睡在公园的长板凳上时，他已经知道自己以后将会成功。因为那时他不但有了希望，有了成功的意识，他还看到自己身上具有经营管理的能力。

拥有自信心态的人让人更容易相信他们的能力，因而也会得到更多的锻炼机会，使他们成为更有能力的人。智者往往很自信，他们从来不外疚、自责；他们有强烈的竞争意识，可以抓住每个万分之一的机会，享受着成功的愉悦。一个真正拥有自信的人，不会让自己的人生随波逐流，他们会扼紧命运的喉咙，成为生命的主人。

环境不能真正激励你自己，别人不能真正激励你自己，只有你自己才能发现找到你真正的需要和追求。如果你想让自己的生命精彩，如果你不想虚度此生，那么唤醒你生命中真正的、最重要的激励大师——你自己吧！此时、此地、此人永远在心中呐喊对你最重要的那句话：“我一定行！”

有必胜的信念，气场才会更加强大

任何时候，都要自己给自己打气，确信自己能成功。冲破一切艰难险阻，不让你的目标消失在你的信念里。长此以往，你就能一直保持良好的状态，最终到达目标的彼岸。

世界著名博士贝尔曾经说过这么一段至理名言：“想着成功，看看成功，心中便有一股力量催促你迈向期望的目标，当水到渠成的时候，你就可以支配环境了。”的确，假如能反复想着成功，你自然会全力以赴，直到成功为止。美国著名的田径选手卡尔·刘易斯在1984年洛杉矶奥运会开幕前就向新闻媒体透露，他立志要在这届奥运会上夺得4枚金牌并打破欧文斯数年前创造的“神话”。结果，在比赛中他全力以赴，一丝不苟，终于如愿以偿。

一个人如果拥有积极的昂扬向上的精神，即使身处逆境，也不会感到绝望，不会放弃，

能够坦然面对困难，并积极寻找解决问题的办法。其实，人世中的许多事，只要想做，并坚信自己能成功，那么你就能做成。想着成功，你的内心就会形成成功而奋斗的无穷动力。不管遇到什么困难，都要坚信自己一定能成功，那么，最终你也一定会成功。

美国通用公司的董事长罗杰·史密斯在进入通用之初，只是一个名不见经传的财务人员。罗杰初次去通用公司应聘时，只有一个职位空缺，而招聘人员告诉他，这个职位的工作很艰苦，对一个新人来说会相当困难。他信心十足地对接见他的人说：“工作再棘手我也能胜任，不信我干给你们看……”

在进入通用公司工作的第一个月后，罗杰就告诉他的同事：“我想我将成为通用公司的董事长。”当时他的上司对这句话不以为然，甚至嘲笑他自不量力，逢人便说：“我的一个下属对我说他将成为通用公司的董事长。”令这位上司没想到的是，若干年后，罗杰·史密斯真的成了世界上最大的“商业帝国”通用公司的董事长。

我们要想成功，就必须不断激励自我。自我鼓励最好的办法就是为自己设定适当的远大目标，并为之百折不回地努力。不断地给自己设定目标，是一件非常重要的事。我们必须不断挑战自我，开发自己的潜力。我们会发现，我们的潜力远远高于我们自己的估计。

威尔逊的有句名言：“要有自信，然后全力以赴！假如具有这种观念，任何事情十之八九都能成功。”的确，人有时候是十分软弱的，一件事还没做，便去考虑失败后的结果，这样，必然会在精神上增加不必要的负担，导致内在潜能得不到充分的调动与发挥。要避免与摆脱这种心理上的失衡，就必须时时表现出一种强者的风范，敢于面对困难与挫折，并始终怀着必胜的信念去克服、战胜困难，坚定不移地朝着成功的目标迈进。有意识地培养自己的“强者”意识，可以说是渡过心理危机的良方。

任何时候，都要自己给自己打气，确信自己的看法。心中默念：我想我可以，我可以坚持下去。冲破一切艰难险阻不要让你的目标消失在你的信念里，一直打气，把眼前的事情一件一件地做好，那么，你就能一直以良好的状态到达目标的彼岸。这其中的过程，一直需要你必胜的信念引领着你前进。

获得一个良好的心理状态，寻求心理上的平衡，很重要的一点就是要始终保持一个成功者的心态，设定自己是个成功的人物，这样，你就会发挥出极大的热情和自信去面对前进道路上遇到的种种艰难险阻。虽然你还未成功，但这种自我造就的心理成就感会促使你朝着成功的目标迈进。

世事多变，不可能尽如人意。总会出现一些突如其来的变故，打乱原本部署好的计划。在这些时刻里，我们每一个人所能把握的，只有自己而已。对于气场强大的人，任何意外都只不过是为其胜利增加谈资，使成功的盛宴更加丰盛。不管发生什么事，都要记住：你是最棒的！任凭风云变幻，永不能改变的，是自信带来的光荣。

不自弃的人永不会被命运抛弃

许多人之所以失败，只是因为不敢争取，他们让自己陷入了自卑的情绪之中。能够使我们脱离人生的泥沼的，是我们的信心。

这是一个精英、权威、大腕辈出的时代，他们的强势、张扬和武断常常让心智敏感的年轻人自卑、茫然而无所适从。也许有人说你不会成功，你生来就不是做成功者的料，成功不是为你准备的，对这些闲言碎语，你完全可以置之不理，你要用行动来证明自己的能力。

周围人对我们的判断，常常取决于我们的自我评价。对于那些非常自信的人来说，周围的人也会非常信任他；另一些人非常胆怯，从来不相信自已，对这种人，周围的人自然也不敢信任他。

自我责备、自我贬低是我们所知的最具破坏力的习惯之一。马克思说：“自暴自弃，这是一条永远腐蚀和啃噬着心灵的毒蛇，它吸走心灵的新鲜血液，并在其中注入厌世和绝望的毒汁。”自信心的确具有无可比拟的重要作用，许多人之所以失败，不是因为他们不能成功，而是因为他们不敢争取，他们让自己陷入了自卑的情绪之中。

美国历史上第一位荣获普利策新闻奖的黑人记者伊尔·布拉格9岁那年，父亲带他去参观梵高的故居。在那张著名的吱嘎作响的小木床和那双龟裂的皮鞋面前，布拉格好奇地问父亲：“梵高不是世界上最著名的大画家吗？他难道不是百万富翁？”父亲回答他说：“梵高的确是世界上著名的画家，同时，他也是一个和我们一样的穷人，而且是一个连妻子都娶不上的穷人。”

又过了一年，父亲带着布拉格去了丹麦，在童话大师安徒生墙壁斑驳的故居前，布拉格又困惑地问父亲：“安徒生不是生活在皇宫里吗？可是，这里的房子却这样破旧。”父亲答道：“安徒生是个砖匠的儿子，他生前就住在这栋残破的阁楼里。皇宫只在他的童话里才会出现。”

从此，布拉格的人生观完全改变。他不再自卑，不再以为只有那些有钱有地位的人才会出人头地。他说：“我庆幸有位好父亲，他让我认识了梵高和安徒生，而这两位伟大的艺术家又告诉我，人能否成功与贫富毫无关系。”

可见，自卑是心灵的杀手，它像一支潮湿的火柴，永远不能点燃胜利的火焰；它像一只破旧的帆船，永远不能扬起胜利的风帆；它像一条断桨的小船，永远不能到达成功的彼岸！如果一个人做事时充满了自主性，能够雷厉风行，相信自己一定能成功，那么他就能赢得别人的信任，因为他是自信的。

人生是依靠强烈的自信支撑起来的，一旦我们失去了自信，就违背了自己的本性，不敢肯定一切，人生也就没有了根。我们会消极、迷惘，不知道自己该干什么，一遇到不利于自己的情势，就会畏难发愁，甚至逃避。结果，无论多么好的机会摆在你面前，你都抓不住，最终一事无成。而自信则是成功的基石，拥有自信的心灵会海阔天空，拥有自信的眼神会光芒万丈，拥有自信的步伐会铿锵有力！

有一个小男孩非常自卑，贫寒的家境使他老觉得自己处处低人一等。他的天空乌云密布，他的心里郁闷极了，心里总有一个声音在不停地发问：“我什么时候才能体会成功的滋味呢？”

有一天，老师带着全班同学来到一家生产水果罐头的工厂学工劳动。孩子们的任务是刷洗那些回收来的空罐头瓶子。为了激励大家，老师宣布开展比赛，看谁刷洗的瓶子最多。

小男孩站在同学中间，听到老师的号召，心里一阵激动，他从来没有得到过“第一”，那一刻他下定决心，一定要得到它。

他很快就学会了所有的刷瓶程序，刷得非常认真，一个接一个，一整天都没有停下来，一双小手被水泡得泛起一层白皮。结果，他刷了108个，是所有孩子里面刷洗瓶子最多的。当老师宣布这一结果时，小男孩非常高兴，那种成功后极度快乐的体验，从此一直留在他的记忆中。

这件事成了男孩人生的转折点，自卑的他从此挺起了胸膛，迈开大步向成功跑去。也就是从那一天起，当时10岁的小男孩知道自己的生活可以从此完全不同了。得了“第一”的他一下子明白了，无论什么事情，只要他肯干，就一定可以干好。他开始玩命地去做自己想做的事情，他坚信，只要坚韧不拔地努力下去，就一定能够得到自己想要的东西。

果然，这个小男孩一路顺利地走了下去。他就是微软亚洲研究院的主任研究员周明。他拥有很多重要的科研成果，然而，他心中最珍惜的财富是他小时候在学工劳动中刷的108个瓶子。

周明说：“我原来一直是没有自信的，但是这件事给了我自信，就是从那天起，我知道无论什么事情只要我肯干，就一定可以干好。我发现了天才的全部秘密其实只有6个字——不要小看自己！”

自信心对一个人一生的发展所起的作用是无法估量的。无论是在智力上还是体力上，或是做事的各种能力上，自信心都占据着基石性的支持地位。一个人如果缺乏自信心，就会缺乏探索事物的主动性、积极性，其能力自然要受到约束。为了充分发展自己，在为自己规划前程的时候，一定要使自己充满自信。

世上最可怕的不是敌手，而是你自己，你脆弱的心是你最可怕的敌人。自信是一根柱子，能撑起精神的广漠天空，自信是一片阳光，能驱散迷失者眼前的阴影。能够使我们脱离人生的泥沼而不致陷污的，是我们的信心。

从现在开始，请你不要为错失良机而叹息，不要因为一时的失败而惶恐，你应该有“天生我材必有用”的气场和豪情，充满自信地走向生活！

拥有多大的决心就拥有多强的气场

影响我们人生的绝不是环境，而是我们抱持什么样的信念。决心是最重要的积极信念，要成功首先得下定决心，决心有多大，决定着你的成功系数有多大。

我们经常以为一个人的成就深受环境影响，有什么样的遭遇就有什么样的人生。这实在是再荒谬不过了，影响我们人生的绝不是环境，也绝不是遭遇，而得看我们对这一切是抱持什么样的信念。安东尼·罗宾深信，决定我们人生的关键不在于所面对的环境，而在于我们决定要如何去面对。我们都曾听说过一些伟人的故事，他们无视所处的逆境，坚持所做的决定并一心向前，结果让困顿的人生开出璀璨的花朵，他们努力奋斗的事迹成为振奋人心、鼓舞后人效法的榜样。

在任何时候，恶劣的环境都比安逸的条件更能激发人们的斗志。并且可能形成一种巨大的力量，带领我们发现一条新路，前往我们从来没想象过的地方。这是因为，我们并不知道自身的潜力能够在多大程度上突破环境的局限。一旦抛开内心的畏惧，这种潜力就能最大限度地发挥出来，并找到可行的办法，来打破环境和条件的局限。

他是一个冷酷无情的人，嗜酒如命且毒瘾甚深，有好几次差点把命都给送了，就因为是在酒吧里看一位酒保不顺眼而犯下杀人罪，被判终身监禁。

他有两个儿子，年龄相差才一岁，其中一个与父亲一样有甚重的毒瘾，靠偷窃和勒索为生，也因犯了杀人罪而坐监；另外一个儿子则不一样，他担任一家大企业的分公司经理，有美满的婚姻，养了三个可爱的孩子，既不嗜酒更未吸毒。

为什么同出于一个家庭，在完全相同的环境下长大，两个人却会有不同的命运？二人竟然是相同的答案：“有这样的父亲，我还能有什么办法？”

影响我们人生的绝不是环境，也不是际遇，而是我们抱持什么样的信念。不是环境也不是际遇能够决定一个人的一生，而得看他对于这一切赋予什么样的意义，也就是说他是采用什么样的认知，这不仅会决定他的现在也决定他的未来。人生到底是喜剧收场还是悲剧落幕，是丰富的还是无声无息，就全在于这个人到底抱持的是什么样的信念。

如果我们有决心，也可以成为成功者当中的一员，然而要怎么去做呢？很简单，那就是今天就下定决心，到底在未来的十年或更长的日子里要成为怎样的一个人。如果你不打算做这样的决定也没关系，事实上你已经做了决定，就是甘心把自己的人生交给环境，任由它来主宰。

改变的力量源自于决心，只有下定决心，潜能才能被发掘。请记住，你的人生直到你下定决心那一刻才发生实质性的变化，你所做的决定决定了你未来的方向。你的今天是你以前做出决定的结果，同样以后会怎样就决定于你今天所做的决定！

并不是我们命里注定不能成为大人物，而是我们从来没有想过要成为那样伟大的人物！

成功的第一个秘诀就是要下定决心。不要把失败归咎于环境，因为这样只会使自己处在困境中，更加堕落。只要自己有创造环境的勇气，命运是掌握在我们自己手中的。成功的人会创造出各种有利于自己的环境，而不是被一般世俗的环境所影响。拿破仑曾说：“我会设法创造或改造那些对我有影响的环境。”

真正的决心是一种强烈的欲望，一种不达目的誓不罢休的精神，是一种对生活现状忍无可忍的态度。当我们下定决心一定要去做的时候，那些起初看起来很艰难的事情就会变得非常简单。著名篮球运动员迈克尔·乔丹说：“要是前面有一堵墙，不要折回头放弃努力，想办法爬过去并超越它，即使被撞倒也不要回头！”

正如印度格言所说：“人们如果下定了坚定的决心，神仙也会来帮忙”，足见决心可以推进人生，积聚力量，还可以感动与调动外在有利的因素。人生历程中没有平坦的路可走，在各种艰难险阻中，没有坚定的决心，以及由此而产生的巨大动力，要想如意地拓展人生之路，实现命运的跃升，只是一句空话。

成功取决于你是“想要”，还是“一定要”

成功取决于你是“想要”，还是“一定要”。一个人“不是一定要”的时候，连小石头都可挡住他的去路；但是“一定要”的人，再大的障碍都挡不住他得到想要的结果！

经常有年轻人问卡耐基，是否认为他们可以取得成功，是否认为他们具有与众不同的价值。卡耐基回答说：“你当然可以成功。我觉得你完全有可以成功的潜力，但不知道你是否一定能成功。这完全取决于你自己。如果你有去争取成功的进取心，那么，没有什么可以阻挡你；如果你没有这样的力量和愿望，那么，再好的教育、再有利的外界因素，都不足以把你推向成功。”

遗憾的是大多数人从不这么做，反而总是给自己找借口，不是家境不好、没有背景，便是学历不足、没有机会，甚至于怪罪到自己的年纪太老或太小。这些借口其实都不是理由，它只会限制个人潜能的发挥，甚而会毁掉自己的一生。果断地做出决定，可以令你不再为自己找借口，在很短的时间里让自己彻头彻尾地改变。可以说，“一定要”乃是一切改变的动力，它可以改变一个人、一个家、一个国家和整个世界。

成功学界流行一个著名的观点：成功取决于你是“想要”，还是“一定要”。如果仅仅是想要，可能我们什么都得不到；如果是一定要，那就一定有方法可以得到。成功来源于我一定要。

并不是大多数人命里注定不能成为大人物，而是他们从来没有想过成为那样伟大的人物！100%的成功等于100%的意愿。是想要，还是一定要？当一个人“不是一定要”的时候，连小石头都可挡住他的去路；但是“一定要”的人，再大的障碍都挡不住他想要的结果！

全球励志大师陈安之十几岁时，负笈美国留学，初次体验人生，接触到许多成功者的资讯报道，于是心中隐隐有一股想成功的欲望。

于是，他开始尝试去做各项工作，餐厅小弟、在电脑店打工、推销汽车，然而，成绩不佳及被炒鱿鱼的事情一次次发生，也使他频繁地更换工作。有一天早上，当他提起手提箱正要出门销售时，忽然有一个声音从心中传出：“陈安之，难道你甘心天天敲门卖刀吗？”仍然是心中的回答：“绝不！”当时，他马上发誓：我一定要做个成功的人！从那天开始，他拼命找寻致富的方法，阅读各类教人成功的书籍，同时积极投入直销事业。八个月后，他仍然工作失败，没有钱，没有朋友，一个人窝在圣地亚哥的公寓里不断思索。

从16岁开始，陈安之连续五年尝试的所有工作全部失败。每当兴起成功的欲望时，他失败的颓丧模样就不自觉地浮现在脑海，使他不知所措。直到一次偶然的机会，他去参加一个

激发心灵潜能的课程，遇到了他的老师安东尼·罗宾，他的人生从此改变。

当时，安东尼在一千多人的研讨会上讲他自己的故事：他在 22 岁时穷困潦倒，住在十坪大的房子里，洗碗只能在浴缸里进行，后来因为接触了一门“神经语言”的课程而改变了命运，一年后，搬到四百坪的城堡里，拥有豪华轿车和直升飞机。

安东尼说：“这世界没有失败，只有暂时停止的成功。”“过去不等于未来。”他的这两句话重新燃起陈安之成功的欲望。之后，他开始陆续参加数次研讨课程，1989 年，他加入该学院的讲师班，同时，不惧年龄最轻又是唯一东方面孔的挑战，和其他 70 名优秀而经验丰富的教员竞争讲师的职务。

当时，由于陈安之呈上履历表后毫无回音，于是他费尽心思找到主管其事的总经理面谈，表达了他的工作意愿。谁知那位总经理除了强调工作难度之外，并质疑陈安之是否有恒心毅力长期从事这份工作。他说：“你和别人一样，等明天上午统一发布录取名单吧！”陈安之回答：“当我把履历表交给你的时候，就表示我已经下决心要这份工作了，而且一定要，为了不必麻烦，你还是现在就录取我吧！”

但是，那位总经理仍然摇头，要陈安之等明天的答复。陈安之心想我不能等到明天，便立刻询问他公司里最佳的销售业绩，并保证成为最棒的推广讲师，锲而不舍地推销自己。最后，总经理终于开口：“你 7 月 21 号可不可以飞去宾州工作？”陈安之大叫一声：“没问题！”随即感动得流下泪来，他知道，他的命运即将改变。8 个月后，陈安之成为公司最棒的销售人员之一。

人人都想成功，但是大部分人都是希望自己成功，而不是一定要成功。他们对成功的企图心不是那么强烈。这种人一旦遇到瓶颈，要付出代价时，就会退而求其次，或者干脆放弃。成功者之所以成功是因为他对成功有强烈的愿望，一般的人之所以不能成功是因为他们仅仅有兴趣成功，而不是一定要成功。

要成功，你必须先有强烈的成功欲望，就像你有强烈的求生欲望一样！要想成功，仅仅有希望是不够的。超级成功者跟一般人最大的差别，就在“一定要”与“想要”之间，如果你希望自己的梦想能够成真的话，你就必须抱持“一定要成功”的信念。

一个人能否成功首先取决于自己的决心，而衡量这种决心最简单的方法就是扪心自问：自己究竟是“想成功”还是“一定要成功”？虽然二者只有几个字之差，但结果却差之千里。因为“想”只是一种向往或是一种侥幸心理，它是盲目的和非现实的；但“要”则不同，它是明确的、有目的和现实的，有了“要”的动力才会让人不顾任何艰难险阻、义无反顾地去努力。

学会为自己鼓掌

你一定要学会从自我激励中激发自信心，学会自己给自己鼓掌。它往往会给你带来欢乐和信心，激励你获得更大的成功，自信心也就会再度增强。

每个人都希望，也都需要得到别人的鼓励。日本有句格言：“如果给猪戴高帽，猪也会爬树。”这句话听起来似乎不雅，但说明了这样一个道理：当一个人的才能得到他人的认可、赞扬和鼓励的时候，他就会产生一种发挥更大才能的欲望和力量。

但是，光靠别人的赞扬还不够，因为生活不光是赞扬，你碰到更多的可能是责难、讥讽、嘲笑。在这时候，你一定要学会从自我激励中激发自信心，学会自己给自己鼓掌。在现实生活中，有些人缺乏信心，总是期望得到别人的掌声。一个成功人士说：“别在乎别人对你的评价，否则，会成为你的包袱，我不害怕自己得不到别人的喝彩，因为我会记得随时为自己鼓掌。”

美国的一位心理学家说过：“不会赞美自己的成功，人就激发不起向上的愿望。”是的，别小看这种“自我赞美”，它往往会给你带来欢乐和信心；信心增强了，又会激励你获得更大的成功，自信心也就会再度增强。

那年，演艺事业陷入低谷的蔡琴遭遇了更大的打击，与台湾著名导演杨德昌维持了 15 年的婚姻宣告结束。那段日子非常痛苦、茫然，蔡琴不知道该向何处去。

一天，有 4 个朋友结伴来看她，自然少不了安慰和鼓励的话。蔡琴摇摇头说：“一切都结束了，我再也无法站起来了，我什么也没有了。”

一位朋友说：“不，你有许多优点呀，这些优点就是你重新开始的最好资本呀。”

“优点？我哪有什么优点？”蔡琴摇头说。

“这样，我们把你的优点一一写在纸上，好吧？”朋友不管蔡琴同不同意，就找来纸和笔，然后，4 个人开始在纸上写蔡琴的优点，整整写了 30 分钟，加起来总共有 225 条。朋友把这 225 张写着蔡琴优点的纸条小心翼翼地折叠好，然后让蔡琴找出一个瓶子，把这些纸条全部装进去。做完这一切后，朋友们对蔡琴说：“我们不是恭维你，这些优点是你以前给大家的印象。从明天起，你每天起床后从这瓶子里拿出一张纸条，看看纸条上的字，你就会对自己有信心了。”

蔡琴觉得这很有意思。早晨，她起床后就打开了瓶子，拿出了一张纸条，慢慢展开，上面写着两个字“乐观”。下面还有一行小字：“蔡琴，加油！”看着纸条，蔡琴的眼睛湿润了，她感受到了来自朋友的关爱，心里暖暖的。那天她吃了早餐，她已经好长时间没有吃早餐了。第二天早晨，蔡琴从瓶子里拿出了第二张纸条，上面写着两个字“聪明”。她笑了，没想到在朋友眼里，自己是个聪明的人。第三天，蔡琴手中的纸条上写着：“有歌唱天赋”；第四天，蔡琴手中的纸条上写着“进取心强”；第五天……

225 张纸条，每张纸条上都写着朋友对自己的评价。也不知从哪天开始，蔡琴开始微笑，开始昂着头走到大街上，开始坐在窗前，为自己的未来规划……那段伤痛的日子，225 张纸条给了她力量，使她认识到在别人眼中，自己并不是一个失败的女人。在别人眼里，自己有这么多优点，有什么理由不重新来过呢？

告别伤痛，蔡琴带着信心再次走上了歌唱舞台，仿佛又回到了青春岁月。她的事业进入了第二个春天，她醇厚低沉的嗓音让歌迷沉醉，中年的她越来越美丽。

当我们碰到低潮时，别人的鼓励会让你有“毕竟我不孤单”的感觉，于是生出一股奋起的力量；但是，千万别乞求、冀望别人的鼓励，因为那只会让你像个可怜虫！而这种鼓励也带有怜悯的意味；千万别依靠别人的鼓励来产生勇气和力量，因为你未来的路还会有许多坎坷，可不一定每一次你低潮的时候，都会有人来鼓励你。说实话，当你碰到低潮时，看你笑话的人多，真正能为你打气的人少。或许你的老师、长辈会为你打气，但他们也没法子天天拍你肩膀。

所以，当碰到低潮时，要自己鼓励自己！在人生旅途中，总会有跌倒的时候。生活中，我们难免会遭遇挫折，陷入困境。请丢掉沮丧和绝望，找到自己身上的优点，给自己信心，给自己战胜困难的勇气，积极乐观地面对生活中所发生的一切。

要会给自己鼓掌，通过赞美自己的一次次微小的成功，来不断增强你奋力向前的信心，从而获得成功。给自己鼓掌，决不同于自我陶醉，而是为了强化自己的信念和自信心，正确地评价自己的能力。当你做出了成绩，千万别忘了给自己鼓掌。

为自己鼓掌是一种精神的复活，它可以让你走出逆境。这是因为，有了自己的掌声，就会让自己远离流言蜚语，给自己带来明澈的心境；自己为自己鼓掌，你就会在自己的掌声里，点燃希望的火种。

能为自己喝彩的人一定是强者，因为他敢于接受任何挑战，自强不息，正是这种喝彩给他们带来源源不断的动力，无悔地追求自己的理想，最终实现自己的目标。唐代诗人李白在

《将进酒》中写道：“天生我材必有用，千金散尽还复来。”字字展示着无比的自信。坚信自己的价值，学会为自己喝彩，才会拥有一个精彩的有意义的人生。

第二章 气场是一种一往无前的志向

人一生中要做的第一件最重要的事就是立志。立志就是给自己一个目标、一个方向，使精神振奋起来，激发自己不断地进取向上。有气场的人的成功之旅总是从伟大的志向开始的。志向是所有奇迹的种子。胸怀大志者心中装满气场豪情，为实现自己的志向不懈努力，可以为了志向而忍受住一切苦难。最终，他们能从人群中脱颖而出，创造出令人瞩目的成就。

永远从零开始，永远力争第一

不是第一就要努力成为第一，而即使你是第一，也永远可以做得更好。力争第一，如同成功道路上的一盏明灯，让人们永远向着光明的前方奋进。

为什么在现实中有些人受人敬重，有些人被人看不起？有很多人在从事一项工作时，得过且过，甘愿做一个掉在队伍后面的“末等公民”，而不能根据自己的强项，去争做“一等公民”，这就注定了这类人无法成大事。

近几年来，多次登上福布斯中国富豪榜的南存辉在事业上很专一，从事低压电器制造几十年已经做到了亚洲第一，但他还是跟记者说：“我还没有做到最好，只有把这块市场做到最好了，我才会考虑做其他的。”

安踏有限公司总裁丁志忠立志要做世界鞋王，作为国内第一个用体育明星做广告的运动鞋企业，丁志忠被称为“第一个吃螃蟹”的人，随后几年，安踏始终保持着领先地位。丁志忠说，安踏不会做中国的耐克，而是要做中国的安踏、世界的安踏。

确实，“力争第一”是一种积极的人生态度，这种态度能激发人一往无前的勇气和争创一流的精神，从而获得成功。力争第一，更是一种追求、一种信念、一种无畏、一种越过冷漠荒原后，看到生命绿洲的快乐。因为挑战了，任何一条路都有可能走通；因为挑战了，你的潜能会被无限的激发，你会惊喜地发现自己是如此优秀。

力争第一，这不仅仅是一句口号，更是气场拥有者脱颖而出的诀窍。要知道，一个人一旦满足于自己目前获得的成就，便失去了继续前进的动力，不再追求更高的目标。而在这个竞争日趋激烈的社会，一旦你停止前进，便会被别人所赶超。不前进便意味着后退，就可能被无情地淘汰。

在当今竞争日趋激烈的社会，或许并非每个人都能成为第一，但是每个人都可以拥有成为第一的梦想。力争第一，是一种积极向上的心态，它为所有人创造了一种前进的动力。在很多时候，成功的主要障碍，不是能力的大小，而是我们的心态。要敢于“硬干”，不断挑战自己的极限，这样，才能够充分发挥自我的潜力。

比尔·盖茨的格言是“我应为王”，即使是屈居第二，对他来说，也是不可忍受的。他曾经对他童年要好的朋友说：“与其做一株绿洲中的小草，还不如做一棵荒丘中的橡树，因为小草任人践踏，而橡树昂首天穹。”

比尔·盖茨在小的时候，就有一种执著的性格和想成为人杰的强烈欲望。他的同学曾回忆说：“任何事情，不管是演奏乐器还是写文章，除非不做，否则他都会倾其全力花上所有的时间来完成。”

他的进取精神在整个年级都是赫赫有名的。几乎没有一个同学能比得过他。比尔·盖茨读四年级时，老师布置了一项作业，要学生写一篇四五页长的关于人体特殊作用的文章，结果，比尔·盖茨一口气写了30多页。又有一次，老师叫全班同学写一篇不超过20页的短故事，而比尔·盖茨却写了100多页。

他的同学回忆说：“比尔·盖茨不管做什么事情都要弄他个登峰造极，不到极致决不甘心。”

说到学习，早在比尔·盖茨中学时代，他的数学就是全校学得最好的。即使在哈佛这样天才荟萃的学府，比尔·盖茨的数学才能仍然很突出。按比尔·盖茨的天分，向数学方面发展，无疑可以成为一名优秀的数学家。但他发现还有几个同学在数学方面比他更胜一筹，于是，他放弃专攻数学的打算。因为他有一个信条：在一切事情上，不屈居第二。

比尔·盖茨之所以能成为软件霸主，聪明并不是第一位的，他不愿屈居第二的气场才是真正成功的动力。

气场拥有者永远有超出众人之外的、敢于力争第一的心态。在成功之前，懂得必须以高于普通人的眼光来看待自己，否则自己永远都是一个弱者。在他们身上所体现出来的这种“力争第一”的精神，是一个人不断进取的标志，它不允许人懈怠，它召唤每个人向更高层次的方向去努力、去进取。它告诉人们，如果你认为自己只具有鞋匠的天赋，你也应该争取做世界上首屈一指的制鞋大王。

不想做得更好，就会做得更差。如果你是一个渴望得到重用的人，如果你希望让你的老板觉得你是不可取代的，一定要在内心决定做第一。这样在你的意识中你会有信心做到完美，你的个性也才会真正成熟起来。那些自甘沉沦，不追求卓越，懒得提高自己能力的人是不会有所进步的。而如果你的工作水平没有提高，你就绝不会得到任何升职和奖励的机会。

不是第一就要努力成为第一，而即使你是第一，也永远可以做得更好。要知道，山外有山，天外有天。在21世纪，竞争没有疆界，你应该解放思想，站在一个更高的起点，给自己设定一个更具挑战性的标准，才会有准确的努力方向和广阔的前景。“力争第一”如同成功道路上的一盏明灯，让人们永远向着光明的前方奋进。

目标愈远大，你的进步愈大

许多人之所以不能取得大的成功，是因为他们的目标太小，使自己失去动力。因此，只有拥有一个远大的目标，才能够高瞻远瞩，取得大的成功。

研究表明，芸芸众生中，真正的天才与白痴都是极少数的，绝大多数人的智力都相差不多。然而，在走过漫长的人生之路后，有的人功盖天下，有的人却碌碌无为。本是智力相近的一群人，为何他们的成就却有天壤之别呢？答案就在于人们目标大小的不同。

不想当元帅的士兵，不仅永远当不上元帅，更无法成为一个好士兵。没有大目标的人就如井底之蛙一般没有远见，只会待在自己的一井之底。许多人之所以达不到自己孜孜以求的目标，是因为他们的视野太小，而且目标模糊不清，使自己失去动力。

著名作家高尔基告诉人们：“目标愈远大，人的进步愈大。”远大目标会告诉人们能够得到什么东西。远大目标会召唤人们采取积极的行动。当我们心中有了一幅远大目标的宏图，我们就能从一个成功走向另一个成功，得到一个又一个快乐。

作为一个在奥地利长大的年轻人，施瓦辛格下定决心，确立目标，要成为有史以来最伟大的健美运动员。许多人都认为他疯了，认为他最终会放弃这个目标，因为这需要大量的时间和献身精神。他们认为他一定会放弃这个目标，忘却这个愚蠢的念头，去找一份“现实”的工作。于是施瓦辛格又给自己的梦想增加了另一项内容：他不但要成为世界上最伟大的健美运动员，而且还要成为一位电影明星和国际健美界的领袖！

朋友们都说：“这个想法太疯狂了！”但施瓦辛格把自己的梦想写在一张卡片上，并且把它放在钱包里，随身携带。他跟自己订了一个合同，他一定要实现这些目标。他说正是这份合同促使他、逼着他来到美国，向着成为奥林匹亚先生的梦想前进。他坚持不懈，终于成为好莱坞片酬最高的男演员之一，并且成为健美协会的主席。