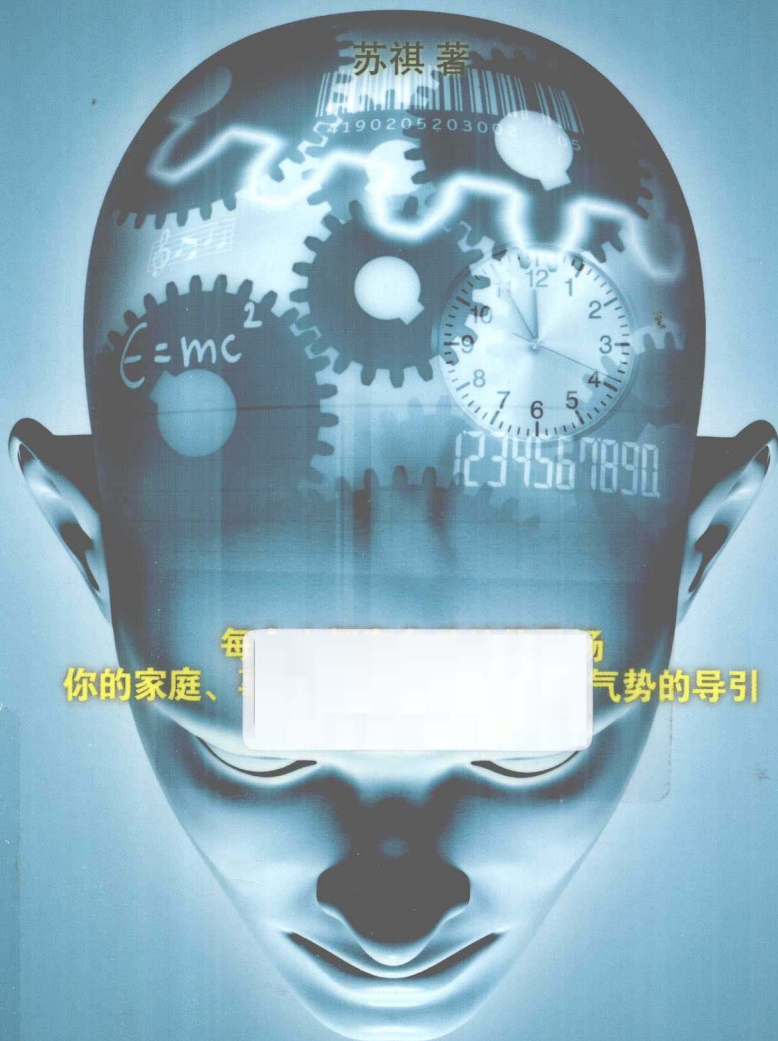


从此，你就是那个给他人带去养分的人

能量场

ENERGY FIELD

苏祺 著



你的家庭、
气势的导引



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

能量场

ENERGY FIELD

苏祺 著



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

能量场 / 苏祺著. — 南京: 江苏文艺出版社,
2013.5

ISBN 978-7-5399-5831-6

I. ①能… II. ①苏… 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076553号

书 名	能量场
著 者	苏 祺
责 任 编 辑	孙金荣
策 划 编 辑	一 航
特 约 编 辑	张 磊
文 字 校 对	苏清书
封 面 设 计	李俏丹
出 版 发 行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏文艺出版社
出版社地址	南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.jswenyi.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	三河市金元印装有限公司
开 本	700毫米×1000毫米 1/16
印 张	16
字 数	209千字
版 次	2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5399-5831-6
定 价	35.00元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

导语

INTRODUCTION



◆能量是物质运动的量化转换，以真空能量为零，能量大于真空的物质为正，能量低于真空的物质为负。能量所产生的作用与影响叫作能量场。能量既不会凭空产生，也不会凭空消失，它只能从一种形式转化成另一种形式，或者从一个物体转移到另一个物体，在转化或转移的过程中，能量的总量不变。这就是能量守恒定律，如今被人们普遍认同。

◆积极、乐观、健康、自信、自律的人带有正能量，悲观、焦虑、忧愁、体弱、绝望、恐惧、灰心的人刚好相反。能量场是可以控制与相互调衡的。正向能量强大的人能吸引并增强小的正能量磁场，在遇到较强的负能量时，往往能起中和的作用，使之消极的影响力消退。

◆人的意识也是一种无形的能量，这种能量通过人的意识发射在空间之中，形成强度不同的能量波，它可以影响和改变事物的存在形态和发展方向，

也可以直接对事物产生改变。只不过此能量的大小是因人而异的，意念力强的人，可以改变物体的存在方式，可以影响别人的意识，控制别人的思想。许多看上去是人为因素决定的结果，实际上是必然的规律。

◆每个人都有自身的能量场，你的家庭、事业、心灵、情绪、健康、能力都受这股力量的控制与引导，本书汇聚了哈佛大学、剑桥大学以及爱因斯坦、焦耳、弗洛伊德等数十位科学家、心理学家的研究成果！将物理学、心理学、生命科学结合在一起，讲述能量守恒定律的科学原理，以及在工作、生活、情感等方面的全面运用。

◆这是一本能彻底改变我们行为模式与生活习惯的心理学通俗著作。讲述能量守恒定律的科学原理以及在工作、生活、情感等方面的全面运用。只要了解你自身的能量场，知道它是如何散发并引导能量的，你就可以聚集正能量、排除负能量，甚至可以把坏事转换成好事。作者以大量生动实例和简单易行的方法，将物理学、心理学、生命科学结合在一起，告诉普通人这一步一步是如何做到的！

前言

从此，你就是那个给他人带去养分的人



每个人身上都是带有能量的，包括正能量与负能量。积极、乐观、健康、自信、自律的人带有正能量，悲观、焦虑、忧愁、体弱、绝望、恐惧、灰心的人刚好相反。能量场是可以控制与相互调衡的。人的意识也是一种无形的能量，它可以影响和改变事物的存在形态和发展方向，也可以直接对事物产生改变。只不过此能量的大小是因人而异的，意志力强的人，可以改变物体的存在方式，可以影响别人的意识，甚至控制别人的思想。许多看上去是人为因素决定的结果，实际上是必然的规律。

每一位让我们敬佩的人，他的身上都拥有一种强大到“逆天”的能量。

他可以是你的大学导师，或者你从小就很崇拜的某位前辈。

他可以是你的情敌，邻居，你的第一份工作中的上司。

他还可以是你现任的老板，某位很厉害的客户、竞争对手。

当你纵览其人生，你会发现他们总能让不可能变成可能，比如夺走你的女友，拿下某个不可思议的单子，或者让人慑服——许多事情你自己感觉根本不可能做到，如果你拥有决定权，也许你永远都不会对这些事情感兴趣，但当他让你去做时，你却立刻去做并且神奇地做到了。

他不但自己很强大，还能让别人变得同样强大。

这就是本书要讲到的一种神秘的力量，一个由人体、由我们的意志力和心灵决定的能量场，它围绕在我们的周围，以我们为中心不停旋转、波动和影响着周围的一切事物。

在宇宙诞生时，能量也就随之产生了。它决定着宇宙中的一切物质，让它们生长、发展、毁灭，也主宰着地球生命的演化——早在 20 亿年前，当地球上最原始的生命细菌开始出现时，这些十分脆弱的家伙承担了能量的运输和组合，演变成复杂的细胞生物，再到人的出现，围绕着这个庞大的生态环境，能量始终起着不可替代的主导作用。

在我们身体的内部，细胞时时刻刻都在通过化学作用消化着营养物质来产生能量，供应肌体和思维的成长，让它们始终拥有无穷无尽的活力，只要你的身体是健康的，体内的能量工厂就不会停止运转。在这种强大的生理能量的主导下，我们的体内始终存在着两种磁场：正能量场和负能量场，它们时刻都处于竞争和厮杀的状态，互相压制，斗争，争夺对我们身体的主导权。正能量就像是正义、积极、向上的天使，而负能量却是黑暗的使者，不论做任何事情，他们始终都在影响和左右着我们的行动。

本质而言，这种能量场同样是一种矢量场，假如我们必须从物理学的视角进行解释的话。它不是一种可见或可以用数据进行精密测量的力，但却是真实的存在。在其中，我们内在的意志力之核与每一点相关的矢量，均可以用一个可以感知的力来量度。如果有人说你的思考就像一根“力线”，这意味着一种高度的赞美，因为你的思维充满了可以改变他人的力量。

我们都知道，在宇宙中，共存在着三大力场：引力、电场力以及电磁力。人类作为地球上的生命，不可避免地生活在宇宙的环境之中，受宇宙能量的作用，于是这三种力就贯穿了人体，将人的肉体、意识和灵魂串接起来，然后融为一体，化作一个释放力量的实体，存在于我们的体内。

本书所讲的“能量场”即是这三种力的结合体，它在人类的群体之间转化为心的引力、潜意识的辐射力和意志的扭曲力这三种力的混合存在，共同形成了一种强大的“能量场”，也可以称之为“力场”。

能量场有三个主要的特点：

1. 心的引力：感知并融入世界；
2. 潜意识的辐射力：感染并影响人们；
3. 意志的扭曲力：改变并决定环境。

在它的三种能力中，最重要的能力是第三种：扭曲现实并引导情势向对自己有利的方向转变。它体现了一个人的意志力有多么强大！我们也可以称之为“现实扭曲力场”（Reality Distortion Field），它作为一种概念首次被提出，是软件工程师安迪·赫茨菲尔德在他的作品中提到的。当时，赫茨菲尔德用这个概念来形容乔布斯。

简而言之，一个能量场极其强大的人，他也许没有口若悬河的表述，不具备优秀的口才和表演的能力，但一定会拥有过人的意志力、达到目标的迫切愿望，以及在他身上辐射出来的强烈的引导视听的能力。

这既从属于“大自然的神秘力量”，又是我们体内的现实。这种力量源于宇宙，源于大自然，同时又有着科学的依据和严密的逻辑，既有着潜意识能量的基础，又综合并包括了一个人所能具备的最强的气场和风度。一个能量场强大的人，他拥有过人的能力和魅力，善于演讲和说服，可以让事态屈从于他的超强意志。他机智自信，甚至会有些独断专行。当你与他相处良久后，你甚至会变成他的样子，或者完全屈服于他，成为他力量俘获之下的“思维奴隶”。

他感染你，让你无条件地跟在他的身后；

他召唤你，让你复制和效仿他的人生观、世界观；

他操纵你，让你服从于他的指导，以他的思维和意志行事。

但重要的则是，他能够让你学会怎样做好一份工作，如何与别人交往，展现自我和控制局面，从而把他当作你的精神导师。你从他的身上、从这种力量之中可以发现怎样才是成功的人生，才是一个强大的、卓越的、富有魅力的“人”！

这真是一种神奇的力量，听起来不是每个人都有的，也不是庸者可以轻松拥有的。可是，我们却能从中学到一些至关重要的知识——

就算情况不怎么明了，我们仍然能尽最大可能改善自我，抓住少得可怜的机会！

毫无疑问，使自己拥有强大的能量，释放吸引力，始终体现正能量，变成一个“超级领袖”，这并不是我们唯一的目标。解决当前的一些紧迫需求或许更重要一些。比如你和伴侣的关系，与上司或同事的糟糕相处，还有跟客户的不融洽沟通，你需要改善它们，让他们看到你积极、善意和无法拒绝的一面，不是吗？

现在，你就可以做到，从而赢得自己人生的小幸福，进而在此基础上获得更多，也走得更远。这是一场“精神启蒙”，本书的理论将全面洗涤你以前的错误认识——如果它们还在左右你的决定，现在你就可以放下它们，让自己变得更加自信和果断一些。或许，下一位充满魅力的风云人物就是你，在答案最终揭晓之前，没有人能够断言明天的自己是什么样的，但我们可以为之努力。

每个人都有自身的能量场，你的家庭、事业、心灵、情绪、健康、能力都受这股力量的控制与引导，本书汇聚了哈佛大学、剑桥大学以及爱因斯坦、焦耳、弗洛伊德等数十位科学家、心理学家的研究成果！将物理学、心理学、生命科学结合在一起，讲述能量守恒定律的科学原理，以及在工作、生活、情感等方面的全面运用。

只要了解你自身的能量场，知道它是如何散发并引导能量的，你就可以聚

集正能量、排除负能量，甚至可以把坏事转换成好事。本书将以大量的实例与简单易行的方法，告诉读者如何聚集自己内心的正能量，驱赶与调和那些能迅速把人的心情拉低、让人消沉的负能量，如妒忌、贪婪、陷害、攀比、懒惰等。从此，只要你愿意，你就是那个给他人带去养分的人！

目录

C O N T E N T S

前言	PREFACE
001	从此，你就是那个给他人带去养分的人

第一章	CHAPTER ONE
001	神秘的能量场

- 能量场的层级 / 002
- 改变你一生命运的训练 / 010
- 我们体内的异能 / 016
- 让人惊异的灵性体验 / 025
- 无所不在的粒子运动 / 028

第二章	CHAPTER TWO
031	改变世界的能量

- 接纳与臣服的力量 / 032
- 意识的真相与假象：能量级的测试 / 038
- 潜意识经验：好的选择与坏的结果 / 042
- 操控群体意识的能量——成就组织和团队 / 045
- 如何提高能量的层级 / 049
- 能量场的七大根本法则 / 050

情绪的“磁场能”

能量变化：改变情绪振动的频率 / 056

你和他的默契有多少？ / 059

远离情绪的极端 / 063

走出负状态的恶性循环 / 067

掌控自己的情绪 / 071

记住，永远没有那么糟糕 / 073

提升你的能量级

向上祈祷：持久的心灵能量 / 078

让自己成为“能量的宇宙” / 081

能量的触摸和传递——连环效应 / 086

拒绝抱怨，让自己站在能量层级的最顶端 / 088

让宇宙帮你实现“决定” / 091

天使与魔鬼并存 / 092

放大你的力量

为什么他会吸引你？ / 098

气场的正负极能量 / 102

意志力：强大的能量磁场 / 106

投射你的感染力 / 109

激发无限潜力：我就是明星 / 112

人体能量场的动态系统 / 116

能量的传递：让自己亲近爱与正义

奉献爱心可以提高能量频 / 122

我相信，我生来具备勇气和智慧 / 126

永远站在正义的一端 / 130

沉浸于平静和喜悦 / 132

让精神饱暖：赐予和感恩 / 136

让自己时刻充满渴望 / 139

引爆你的心灵异能

为什么会有狂热的追捧？ / 144

潜在的共振情绪指标 / 146

保持最佳状态 / 151

感受富足的生活 / 153

站在一个最与众不同的地方 / 155

心灵粒子：另一个能量世界 / 159

开启积极心态的能量

开悟你的正觉 / 164

抓住命运伸出的手臂 / 167

拆掉阻碍思维的墙 / 170

你可以更幸福 / 173

人生的无限状态：想到就能做到 / 174

领袖的能量场

他们为什么不跟随你? / 180

自信与虔诚 / 186

信仰的力量 / 190

我们的形象是身体能量粒子的投射 / 196

正能量提升术

目标设置与自我实现 / 202

开悟你的“第三眼” / 206

超级冥想体验：我看到最强大的我 / 210

情绪的平衡和调整 / 213

暗示练习：我不是一个平凡的人 / 217

微笑练习：创造没有陌生人的世界 / 219

30天增强你的能量场

宇宙能量法则 / 223

提升心灵力量的训练 / 228

重建自信训练 / 232

意志力训练 / 234

提升自己的人脉能量 / 235

能量强度测试 / 236



第一章

CHAPTER ONE

神秘的能量场

- ◎能量场的层级
- ◎改变你一生命运的训练
- ◎我们体内的异能
- ◎让人惊异的灵性体验
- ◎无所不在的粒子运动

◎能量场的层级

德国著名的精神导师艾克哈特·托尔回忆，他在三十岁之前曾经一直处在持续性焦虑的状态之中，强烈的空虚感湮没了他生存的欲望，使他对人生充满悲观。后来，他通过冥想进入到了一种“淡定”的心灵状态，然后感受到了一股漩涡式的流动能量。

在这股越来越强大的能量作用下，他听到了自己内在的真实的声音：“你不要抗拒，你要努力生活！你要摆脱眼前的一切！”

等到托尔从这种状态中挣脱开来，重新审视这个世界时，他眼前的一切都发生了喜人的变化。现在托尔的双眼里，房间是那么明亮，天气是如此温和，周围的所有事物都像涂抹了金光似的，遍布光明且充满了勃勃生机。

然后，托尔坐下来。他悠闲地望着街上来来往往的行人，天上的飞鸟，远处的田野，心中充盈着至深的幸福。

从此之后，托尔再也不为生活中的琐事困扰，他愉快地体验着持续的祥和与宁静的生活，并努力将这种感受传达给周围的人。再后来，他自然而然地成了欧美近十年来最著名的心理学精神导师。

托尔用冥想的方式吸纳了身边能量场中足够的积极意识的能量，从而改变了糟糕的生活。他的例子看似非常玄妙，其实有着严密的科学依据。爱因斯坦的质能方程式就告诉我们：物质的本身就是能量。世界上所有物质都由旋转的粒子组成，粒子经由不同的振动，从而使物质呈现出了不同的形态。

对于人类来说也是如此，人的身体因为振动频率的不同而展现出了风格迥异的体质与精神状态。

我们所推崇的戴维·霍金斯先生通过二十多年的研究发现，人的身体因精神状态的不同而出现或强或弱的振动。同时，身体振动频率的变化又会影响到人的意识状况和自身能量的强弱。

按照霍金斯的理论，人的振动频率在 1（100 Hz）到 1000（100000 Hz）范围内。身体的振动频率一旦低于 200（20000Hz），身体能量就会处在被削弱的状态，而从 200 到 1000 的频率则使身体的能量得到增强。

当然，基于这个理论，我们就可以通过类似于托尔的努力，改变体内粒子的振动频率，让能量变得强大，而不是处于衰弱的振动区间，从而改善自己的身心健康。

人体的内在粒子的振动频率的大小，实际上也决定了人的能量层级。振动频率越快，能量的层级越高，他的能量场就越强大。个人能量层级的高低，对于自身的生活将产生极为深远的影响。

据我们的研究发现，社会上出现的种种卓越人物，他们的身体粒子振动频率远超于一般人，能量的层级很高，自身的正能量当然也就强大。我虽然没有见到过真实的爱因斯坦，但我如大家一样，单从他那张著名的照片中，就能看出和感知到他的睿智。一双明亮的双眼，充满看透一切的灵气，目光锐利又不失圆润。即便是对于他一无所知的人，只要见到了这张照片，也会立即用自己的直觉判断：“这真是一个了不起的老头！”