

让你内心强大的 气场心理学

牧之◎著

**改变命运的气场蝴蝶效应
强大内心的超级心理战术**

**政商圈精英
都在运用的
成功秘诀**

修炼魅力，让气场步步飙升。提升气场，用赢家姿态面对未来。

世界如此险恶，你要内心强大。输什么，也别输心情；缺什么，也别缺气场。有气场就有力量，气场强大了，内心才强大。

改变全球1800万人命运的修炼心经，释放潜能，活出独一无二的自己。



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

让你内心强大的 气场心理学

牧之◎著

改变命运的
强大内心的
气场超级的
蝴蝶心理战
效应术



立信会计出版社
LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

让你内心强大的气场心理学 / 牧之著. -- 上海:
立信会计出版社, 2015.1
(去梯言)
ISBN 978-7-5429-4381-1
I. ①让… II. ①牧… 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 (2014) 第263578号

策划编辑 蔡伟莉
责任编辑 余 榕
封面设计 久品轩

让你内心强大的气场心理学

出版发行 立信会计出版社
地 址 上海市中山西路2230号 邮政编码 200235
电 话 (021) 64411389 传 真 (021) 64411325
网 址 www.lixinaph.com 电子邮箱 lxaph@sh163.net
网上书店 www.shlx.net 电 话 (021) 64411071
经 销 各地新华书店

印 刷 固安县保利达印务有限公司
开 本 720毫米 × 1000毫米 1/16
印 张 20 插 页 1
字 数 256千字
版 次 2015年1月第1版
印 次 2015年1月第1次
书 号 ISBN 978-7-5429-4381-1/B
定 价 36.00元

如有印订差错, 请与本社联系调换

前 言

生活在一个充满变化和机遇的年代，每个人都想改变现状、改变命运，也一直在寻找能改变现状、改变命运的方法和途径。

一些人经过了一番努力和奋斗后，却并不能实现自己的愿望，人生没有起色，事业无所作为，于是产生挫败感，抱怨现实残酷，责备自己无能，感觉焦虑、茫然、困顿、无望以至萎靡不振。而另外一些人则跻身成功者行列，他们精力充沛，事业有成，在社会舞台上大放光彩，到哪里都是生活的主角，时不时赢来鲜花和掌声。

是命运在捉弄人，还是命运格外偏爱那些成功者？其实，成功并不仅仅在于你付出多少努力，还需要你调动自身的潜能，运用自身的力量。这种力量就是你的气场。

气场是一种看不见摸不着，却真实存在的围绕在人体周围的巨大的磁场，它能吸收你成长中所有的得与失，包括你的性格、仪表、修养、学识、气质、品位、成长环境等，这些元素经过各式各样的变化组合，形成一种独特的能量。这种能量附着于我们并形成了独特的存在形式，就是我们所谓的气场。

气场有着神奇的力量。你的渴望越强烈，你的人生态度越积极，它就越强大，而且对你也就越忠诚，它所产生的结果也越明显。气场的强弱和亮暗，取决于你对它的认识，取决于你的状态！

气场强大的人，总是浑身洋溢着热情和活力，表现出无比的自信，讲话有底气，做事有信心，一言一行都散发出不可抗拒的磁力，他们会带动周围



人的情绪，让周围人的注意力不自觉地集中到他们身上。气场强大的人，他们的内心也都非常强大，他们从不畏惧任何困难和挫折，即使遇到失败，他们也能以正确的心态去对待，并调整自我，从失败中迅速崛起，反败为胜，迈向更广阔的人生。

相反，气场弱小的人，他们的内心也很脆弱。他们缺少自信，缺少生活激情，他们的心情是灰色的，对自己没有信心，对未来充满沮丧，认为没有什么事情能够取得成功。好事常常绕着他们走，坏事却总往他们身上跑，无论他们想干什么，都会无一例外地站在失败的一方，最终沦为平庸的人。

气场对每个人都是平等的，无论你是百万富翁还是正在为生计而奔走的人，气场都会同样存在于你的身边。关键在于你怎样对待它、发掘它、运用它。面对这个千变万化的世界，想要获得期望的成功，就一定要把自己的内心修炼得足够强大。你应该壮大自己的内心，发现自己的优势，提升自己的气场。

气场心理学指出，气场是左右人生成败的关键力量，谁重视它，它就给谁以回报；谁拥有它，谁就有通向拥有成功殿堂的门票。本书为你揭开了气场的奥秘，通过深入浅出的语言和生动精彩的案例，教给你提升自己气场的方法窍门，帮助你运用气场的力量，在交际场中顺风顺雨，如同众星捧月；在情场中春风得意，总能轻易获得异性的青睐；在职场中如鱼得水，让上司欣赏，让同事佩服，让客户喜欢；在事业上一帆风顺，不管做任何事都能轻而易举地成功。

你想做一个左右逢源的成功人士，还是做一个碌碌无为的平庸者？相信你会选择前者。生活中虽然有些事情我们不能预知，但是也有很多事情可以被我们掌控，气场就是其中之一。美好的生活往往源于自己内心深切的渴望，只有开启了向往美好生活的按钮，好运气才会降临到你身上。

不要再去羡慕别人的风光惬意，不要再去仰望别人的好运光环。打开本书，揭开气场心理学的面纱，找到修炼强大内心的秘诀，善用你手中的“万能钥匙”，改变人生，改变命运，就在气场闪烁的一瞬间！

目 录

第1章 气场，改变命运的内心强大能量

气场不是虚无缥缈的东西 / 3

气场大师对气场的解释 / 5

认识我们的气场 / 7

气场就是一种自我塑造 / 10

第2章 激活潜意识，唤醒内在潜能，引爆气场能量

唤醒潜意识，开启气场的按钮 / 15

积极的心理暗示让气场更强大 / 17

改变潜意识，改变你的气场 / 19

杜绝自寻烦恼的消极暗示 / 21

“积极的错觉”增强信心能量 / 23

驾驭“本我”，驾驭你的气场 / 26

发掘潜意识，发掘气场的最大能量 / 28

改变目标图像，提升气场能量 / 30

第3章 修炼个性气场，内在精神决定气场高度

成功的个性塑造成功的气场 / 35

培养气场，以个性烘托身份 / 36

坚持原则会让我们的气场强大 / 38



- 专注力释放惊异的能量 / 40
- 气场强的人有大家风范 / 44
- 低处保持高调，高处保持低调 / 46
- 敢于作秀，大胆秀出自己的气场 / 49

第4章 心态决定气场，内心强大的人气场也强大

- 心态决定气场，气场决定命运 / 55
- 乐观的人有超然而镇定的气场 / 56
- 逆境是锻造气场的一所好学校 / 59
- 顺其自然是最好的活法 / 60
- 积极的心态吸引更多的能量 / 63
- 气场强的人才能主宰自己 / 65

第5章 腹有诗书气自华，做人有涵养，气场才优雅

- 腹有诗书气自华——气场新鲜能量 / 71
- 一脉书香浸润气场大世界 / 76
- 让气场变得高雅的艺术 / 80
- 培养审美力，聆听气场跳动的脉搏 / 85
- 做一个有情趣有格调有品位的人 / 88

第6章 形象是气场的最美外衣，你的形象价值百万

- 运用第一印象的晕轮效应 / 93
- 服饰是气场最美的外衣 / 94
- 让外在魅力为自己加分 / 97
- 穿衣是一种恰到好处的适中 / 99
- 关注你要表达的信息 / 104



第7章 口才提升气场，说有分量的话，做有分量的人

- 别让说话毁了你的气场 / 111
- 怎么说话大有学问 / 112
- 妙语惊人，语惊四座 / 114
- 让你的语言听起来动听悦耳 / 116
- 改掉说话时的一些小毛病 / 119
- 培养自己的说话风格 / 122

第8章 我的气场我作主，心随身动，辐射内在自我

- 三种高气场的体姿 / 125
- 用手势打出你的气势 / 126
- 眼睛是气场中镶嵌的珍珠 / 129
- 平常的鼻子上气象万千 / 130
- 魔鬼有时就藏在细节里 / 132

第9章 微微一笑气场生辉，让世界为你的笑容倾倒

- 世界为你的灿烂笑容倾倒 / 137
- 微微一笑气场生 / 138
- 让微笑潜入他人心灵 / 140
- 成功者的微笑与微笑着成功 / 142

第10章 小幽默大气场，懂幽默的人成为处处受人欢迎的人

- 懂幽默的人更受人欢迎 / 147
- 善谈者必善幽默 / 149
- 培养幽默气场的几种方法 / 150



第11章 赞美为你的气场加分，做世界上最会赞美的人

- 赞美蕴藏着巨大的能量 / 159
- 人人都喜欢“投其所好” / 161
- 应该掌握的赞美技巧 / 162
- 赞美要把握分寸恰到好处 / 164

第12章 爱心创造奇迹，爱心正能量，生命大气场

- 每个人都因爱而活着 / 169
- 没有人能抵挡爱的威力 / 170
- 拥有爱心的人才能拥有别人的爱 / 172
- 学会真正去爱一个人 / 174
- 爱是付出，不要期望回报 / 176
- 富有爱心的人能感染周围的人 / 178

第13章 呵护身心健康，气场之树才能郁郁常青

- 健康的身体是气场存在的根本 / 183
- 良好的生活习惯是身体健康的保证 / 186
- 睡得好，能量场才恢复得快 / 190
- 运动提高生命质量，扩充气场能量 / 192
- 掌控了情绪，就掌控了气场的阀门 / 194
- 每天花几分钟做松弛身心的练习 / 196

第14章 气场聚拢人脉，打造社交人气王的黄金法则

- 人情是最经济的投资 / 201
- 增强气场的七种交际法则 / 203



彬彬有礼可增添你社交的人气 / 207

培养具有亲和力的气场 / 210

谨遵以和为贵的法则 / 213

摒弃以自我为中心的观念 / 214

与难处之人的相处之道 / 216

与同事的关系融洽和谐 / 218

第15章 气场强情场顺，用气场增强你的幸福运

恋人之间如何保持吸引力 / 225

恋爱双方要给彼此自由的空间 / 226

幸福爱情必备的心理素质 / 228

做丈夫心中的好妻子 / 232

做妻子心中的好丈夫 / 234

爱是深深的理解和接受 / 236

夫妻间要常怀包容之心 / 239

第16章 拚职场靠气场，发挥气场能量，职场越拚越辉煌

为企业打工，为自己工作 / 245

让自己变得不可或缺 / 249

赢得上司的信赖 / 253

与同事相处之道 / 256

第17章 影响力就是气场力，超强的声望凝聚超强的气场

树立良好的领导形象 / 263

展示领导宽阔的胸襟 / 264

增强自己的感召力 / 266



表现你的领袖气质 / 268

修炼超强的勇气和耐力 / 271

第18章 左手气场右手销售，做世界上最伟大的推销员

销售员要知己知彼 / 277

熟悉自己的产品 / 280

确定你要推销的对象 / 283

销售员要有强者心态 / 287

销售员要掌握的礼仪 / 289

第19章 气场强了生意旺了，财富赚多少气场说了算

经商必须先做人 / 297

生意人人格魅力的修炼法则 / 298

生意人事业成功的五种品质 / 300

做最有人缘的生意人 / 303

赢得顾客的心能赚大钱 / 305

做圈子里的活跃人物 / 307



第1章

气场，改变命运的内心强大能量

“气场可真大呀！”据说这可是眼下最酷、最时髦的称赞人的话语，你要是不知道就太落伍了！每个人都有自己独特的气场，是亲和得体、幽默风趣，还是充满激情……气场强调的是对周围人和事的影响力、感染力。如果人没有气场，那么再好的五官、再时尚的穿着也像没有生命的物件一样，不会赢得长久的关注。气场是可以培养的，世界上没有一出生就拥有强大气场的人，后天的一些心理建设，如培养自信等，对气场的改造是惊人的。



气场不是虚无缥缈的东西

我们一听到“气场”这个词，极可能有一种莫名其妙、玄而又玄的感觉，因为我们摸不到它、看不见它，而且很多人都利用它把我们引向形而上学的研究。

其实，气场是现代心理学和交际学的一个研究对象。它不仅不玄，而且可以从科学角度加以理解，如果方法得当，还可以加以提高和培养。

有一个例子很能说明问题。

东汉末年，群雄逐鹿，曹操灭掉袁绍平定北方后，声威大振。此后，献帝下诏，曹操由魏公晋爵魏王。此时的曹操可谓是春风得意。而这时，匈奴派使者觐见汉天子，使者听说曹操晋封为魏王，就提出要向魏王拜贺。曹操允许之后觉得自己长得不够气派，却又想在外族人面前显显威风。想来想去，就叫尚书崔琰做自己的替身接见匈奴使者。崔琰乃汉末名士，在朝野很有声望，而且崔琰的侄女还是曹操的四子曹植的妻子，曹崔两家是亲家关系。崔琰不但身材魁梧伟岸，而且一把胡须长达四尺，有美髯公之称。陈寿的《三国志》对崔琰的容貌描述是：“声姿高畅，眉目疏朗，须长四尺，甚有威重。”由此可见其容貌绝非一般。《世说新语·容止》一书曾讲述此事：崔琰正中端坐，接受了匈奴使者的拜贺，曹操却扮作侍卫模样，手握钢刀，挺立在坐榻旁边。接见完毕后，曹操派人去问匈奴使者印象如何。使者不假思索地说：“魏王俊美，风采高雅，而榻侧捉刀的那个人气度威严，非常人可及，是为真英雄也！”由此可见，这位匈奴使者也绝非等闲之辈，他能够通过崔琰表面的“雅”，看到他深层次里的缺陷：威武不足，意即没有曹操那种从骨子里透出来的英雄气概。这话传到曹操耳朵里后，让他很是得意。

据《魏氏春秋》记载：“武王姿貌短小，而神明英发。”也就是说曹



操虽然个子比较矮，但却是很有气场的，不过曹操还是对自己的体貌有些自卑。当时的曹操只看重了外在的仪表容貌，却忽视了人的内在气质，和自己开了一个不大不小的玩笑。

如果你问什么是气场，心理学家会告诉你，气场就是感觉；交际学家会告诉你，气场就是影响力。这两句话都对，分开说却都不完整。

两个人相互接触，一方总会给另一方某种感觉，即前者身上肯定有什么东西，能够传达给对方某种信息。这是从心理学角度来理解气场：我们把人们身上的这种东西，这种给别人感觉的东西，称为气场。心理学上的气场就是人们给他人感觉的来源。

而从人际关系学来看，气场就是用来影响他人的能力或多个人能否和平共处的能力。

从气场的本质来讲，它来源于心理与身体的整体状态，气场是人们给他人感觉和影响力的身心状态。

气场因感受者的存在而存在，一个人独处的时候，这个概念就不成立了，这种东西就不存在了。为了形象地表达，人们通常以每个人为圆心、以一米为半径画一个圆，来代表个人的气场。但是，请牢记这个事实：这个圆本身是不存在的，它只存在于人的想象和文字之中。这样可以避免我们进入形而上学的误区。

成功人士的气场都很强大，对于他们的气场的认识可以归结为以下几点：

(1) 气场是一种让你成为自己，而不是别人的气质。外貌和道具固然有作用，但气场最终还是源于内心。有气场的人，别人尊重他、靠近他、被他吸引，不敢随意忽视他、轻视他，不一定非要强大得像圣斗士的小宇宙，非要拒人于千里之外，非要一个眼神就能杀死谁，非要别人两腿发软战战兢兢。

(2) 气场就是一种先天能量，强大的气场能够感染人，还会带动周围人



的情绪，这种能量还是发光体，让周围人的注意力不自觉地集中到拥有它的人的身上。

(3) 气场与激情无关，你站在台上，释放内心激情，把激情灌注在表演里面，自然形成气场，而修炼到家的含蓄平淡同样有气场。如果你看到一个人，他旁若无人，而你的目光却不自觉地被他所吸引，那就说明他的气场很强大。

(4) 气场，是一种强大的内在吸引力，它就像是一种气势。一般有气场的人，他们的眼神是自然的，是不拘束的，更不会被周围的环境所左右。他们不需要刻意在人群中显示自己的不同，甚至对大家的目光毫不在意，但是，越是这样，就越会吸引别人的目光。

气场大师对气场的解释

泰德·安德鲁斯是全球最受推崇的气场大师，他对气场有独到的见解。以下是这位气场大师气场理论中的一部分。

我们每个人都有一个人环绕在身体周围的气场。

每个人也肯定都见识过，或者感觉得到气场的存在。只不过，大多数人忽视了，或者是错误地解读了这种体验。

让我来告诉你，世界上的神秘主义者或许对世界有不同的见解，但有一个问题他们肯定能够达成共识，即他们都能看到人类头部四周闪耀的光圈，这其实就是气场的一部分。

不过，并不是唯有神秘主义者才能看到气场。实际上，只要经过学习和坚持不懈地练习，每个人都可以感觉到它的存在，甚至有能力和肉眼来欣赏它。相信我，这并不是什么不可思议的事情，你需要做的准备，就是不要去故意忽视它的存在，要大胆地去认识它。



要想具有这种能力，你需要花上一点点时间，提高你的理解力，勤加练习，并持之以恒。

对下面一些问题，如果你的答案大多是“是”，那就说明你曾经明显地感受到气场的存在。如果你的答案有很多“否”，说明你的感应能力正处于沉睡中，你应该将它唤醒了。

(1) 你可曾感受到气场的存在？

(2) 当你和某些人在一起时，是否觉得很累？

(3) 你是否会将某人与某种特定的颜色联系起来？（比如，你总觉得某人是黄色的。）

(4) 如果有人目不转睛地盯着你，你能否觉察到？

(5) 你是否会在看第一眼的时候就喜欢或讨厌一个人？

(6) 你是否有过这种经历：不管某个人外在如何表现出不在乎的神态，你都能体会到他内心的真实感受？

(7) 当你身处一个场合，尽管不能确切地知道某个人是否也在场，但你的感觉告诉你他也在这里？

(8) 有没有什么声音、色彩或气味让你感到舒服或不舒服？

(9) 闪电或雷声是否会让你觉得紧张不安？

(10) 有些人是不是比起其他人来，更能让你感到兴奋或充满力量？

(11) 当你走进某间屋子时，会不会觉得紧张、不安或愤怒？有没有哪些屋子让你想要待下去，而另一些只会让你想尽早离开？

(12) 你是否有过这样的经历：你故意忽略或抛开自己对某人的第一印象，但最后却发现那印象极其准确？

(13) 你是否感觉到你兄弟姐妹的房间与你的房间有所不同？你的父母和你的孩子的房间对你来说，感觉起来又有不同之处？

我相信，以上这些感受，你都曾经体验过，或者大部分体验过，但却难以用常识来解释。当我们实在说不通的时候，就会统统用“感觉”这个借口