

<<气场女人修习术>>

图书基本信息

书名：<<气场女人修习术>>

13位ISBN编号：9787507426274

10位ISBN编号：7507426270

出版时间：2012-8

出版时间：中国城市出版社

作者：银浦

页数：260

字数：205000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;气场女人修习术&gt;&gt;

## 前言

你是否注意到，当你与某个人见面的时候，仅在几秒钟内，你就会在心里对自己说：“我不喜欢与这样的人接触”。

而当你与另一个人见面时，也是在几秒钟内，你就感觉这是个不错的人，因为你自己在内心深处说：“我喜欢与这样的人接触。”

类似这样的经历表明，你已开始吸收其他人的能量，他的气场在对你起作用。

那么气场是什么呢？从心理学的角度来说，气场就是指一个人的性格、言行举止所形成的个人魅力或者精神符号，是我们独一无二的精神名片，它能够告诉别人自己是健康的、积极的、阳刚的、有能力的，还是消极的、颓废的、无所作为的、阴郁保守的。

从人际关系的角度来看，气场就是用来影响他人的能力。

有生命就存在气场，每个人都有气场，但有强弱之分，强大的气场能够感染和吸引周围的人，而弱的气场会让人感觉不到你的存在或者不重视你的存在。

玛丽莲·梦露，一个不论出现在哪里都立刻会吸引所有人注意的女人！她夺去所有人的目光，集万千宠爱于一身。

这就是气场的力量。

是的，全世界只有一个玛丽莲·梦露，但是每个女人都有能力和机会像她那样光彩照人，因为我们都拥有这样的潜力。

也就是说，气场虽有先天的成分，但我们也可以通过努力来培养和掌控自己的气场，把排斥力变成吸引力，把让人讨厌的变成招人喜欢的。

当然了，这“培养”后面需要紧跟一项“艰苦”的工程，要用女人一生的时间来完成的工程。

首先，女人要想气场强大，高贵的品质必不可少。

气场是一种心态，外貌和道具固然有作用，但最终还是来自于内涵。

一个拥有高贵品质的女人，必将是一个受到广泛欢迎的人，而她的未来，包括人生发展、事业发展，也必将因为她的品质优异而步入坦途。

一个女人如果没有高贵的品质，就会缺乏吸引他人、影响他人的灵魂，她的一切想法、一切努力都会因为缺乏品质的力量而付诸东流，气场强大自然也是无从说起。

其次，气场女人必须要有自信。

气场，是看不见、摸不着的，但每个人都有气场，而且都会产生吸引力。

一个具有消极气场的人，会把这种气场传给别人，使对方也变得压抑、郁闷，消极的气场还会吸引更多消极的能量，使我们霉运不断；一个具有积极气场的人也会把这种气场传给别人，使对方变得开朗而富有活力，而且还能吸引积极能量，使自己好运常在。

因此，每个女人都应该保持自信，使自己处处受欢迎。

第三，外在形象对气场的强弱起着重要作用。

气场跟外表关系很大，在一个新的环境中，那些长相出众、穿着有品位的人总是能一下子成为焦点，而这又令她们更加自信，气场更加强大。

尤其是在一些特殊场合，如果只是穿上中规中矩的小黑裙，恐怕只会淹没在美女群中。

如果想气场爆发，就需要把自己从头至尾地收拾一番，塑造出良好的形象，以给人好感，让人愿意接近，从而给他人留下难忘的印象。

第四，女人要提升气场应多在女人味上做文章。

因为女人味是女人所独有的、外在的、内在的东西，它是一种无形的力量，传递着女人的气息。

它是能够使女人的内涵变得更具体、更外在、更深邃的一种风韵和气质。

无论在男人还是女人的心目中，有味道的女人都是让人赏心悦目的一道亮丽的风景线。

第五，说话技巧是气场女人的必修功课。

对于女人而言，卓越的口才、有技巧的说话方式，不仅是家庭幸福的法宝、事业披荆斩棘的利剑，更是增加自身个性魅力的砝码、增强气场的有效手段。

第六，气场女人必须要懂一点人情世故。

<<气场女人修习术>>

因为人生不易，处世更难，唯有洞察社会，掌握世故，通晓人情，才能看清人间冷暖，才能在人生的征途上左右逢源!

## <<气场女人修习术>>

### 内容概要

银浦编著的《气场女人修习术》讲述了：从心理学的角度来说，气场就是指一个人的性格、言行举止所形成的个人魅力或者精神符号，是我们独一无二的精神名片，它能够告诉别人自己是健康的、积极的、阳刚的、有能力的，还是消极的、颓废的、无所作为的、阴郁保守的。

从人际关系的角度来看，气场就是用来影响他人的能力。

有生命就存在气场，每个人都有气场，但有强弱之分，强大的气场能够感染和吸引周围的人，而弱的气场会让人感觉不到你的存在或者不重视你的存在。

《气场女人修习术》帮助女性读者提升自己的气场，使自己变得越来越有魅力，越来越受欢迎。

## <<气场女人修习术>>

### 书籍目录

#### 第一章 高贵的品质，女人的气场之源

教养是女人永恒的气场源

女人应博爱

懂得感恩的女人有气场

宽容的女人最有人缘

文明素养尽显女人魅力气场

女人谦虚才能赢得尊重

别让嫉妒摧毁你的气场

品德高尚才最可贵

猜疑是减弱气场的心结

言而无信，就会无人信“言”

真诚相待才能聚人心

提升人格魅力，气场自然强大

#### 第二章 保持自信，积极气场让你好运常伴

幸运密码掌握在自己手中

心态不同，气场就会不同

正确认识自己很重要

自信的女人最美丽

克服自卑，多看自己的长处

秉持自我，女人因个性而美丽

满怀热情，以获幸福

过于拘谨难以被人认可

驾驭情绪，掌控你的气场

女人要学会管理自己的情绪

#### 第三章 形象凝聚吸引力，靠包装展现气场

良好形象可以迅速提升你的气场

品位影响气场

“妆”出你的动人娇颜

养护你的完美肌肤

着装彰显女人的美丽主张

秀发缔造韵味女人

礼仪让女人更有气场

穿得对比穿得好更重要

高跟鞋为女人加分

#### 第四章 培养女人味，提升你的气场

气质是你征服人心的最佳名片

女人温柔，方能克刚

声音动听，才能吸引人

注意修炼女人味

内外兼修，提升魅力

做一个知性女人

#### 第五章 会说话的女人，人人爱

说话语气强，气场自然强

真诚赞美，赢得人心

批评别人要讲究窍门

## <<气场女人修习术>>

学会倾听，让气场在无声中凝聚

吸引他人的说话技巧

把话说到心窝里

寻找共同点，注意交谈禁忌

适度的自嘲化解尴尬

幽默的女人受欢迎

让闲聊也有吸引力

会说一口漂亮话，用言语赢得人心

拒绝唠叨，有效沟通

玩笑有分寸，才不会失去“笑”果

让生硬的拒绝变得委婉

口不择言惹人厌，说话之前先动脑

### 第六章 懂一点人情世故，做交际场上最亮的那颗星

放低姿态，提高你的人气

注意维护他人的面子

将心比心，为他人着想

要想被人喜欢，先学会喜欢别人

根据色彩反映的性格特征与人交往

打造亲和力，赢得尊重和支持

积极获取好人缘

“糊涂”女人最赢人气

吃亏是福心中留

女人要善于与陌生人交往

得理让人，主动“让道”

### 第七章 利用身体语言，激活你的潜在气场

身体语言使沟通更有效

如何让你的手势恰当得体

灵活展现真诚笑容

头部动作暗藏的吸引力

正确使用眼睛的语言

摊开手掌，让人心在坦诚中凝聚

腿部姿势泄露内心秘密

优美姿态让你焕发光彩

女人气场提升法

增强气势，提升气场

### 第八章 不断充电，内在富足才能气场强大

从读书中汲取智慧

实力就是吸引力

明确目标，有效充电

建立良好的人际关系

提升自己的价值，使自己成为绩优股

有方有法，学习才有效率

好学不倦，不断增加自身魅力

### 第九章 女人要独立，做别人眼中的主角

女人应该有自己的事业

女人要有自己的真心朋友

爱护自己，善待自己

<<气场女人修习术>>

女人独立，生活才会丰富充实

自立自强，女人更有气场

第十章 做一朵铿锵玫瑰，赢得气场

坚强的女人永远美丽

生活的困境并不可怕，笑着去面对它吧

失败了也要昂首挺胸

苦难是人生最好的老师

努力拼搏，成功才会属于你

即使一无所有，也要勇往直前

坚持下来，才会有美好的结局

永怀希望，让你的人生之路充满阳光

## <<气场女人修习术>>

### 章节摘录

版权页：正确认识自己很重要 认识自己对女人气场的强弱很重要。

当一个人无法看清楚真实的自己时，她与自身的气场是分离的，各行其道的。

一个无法主宰自己的人，她又怎么可能成为别人眼中的主角呢？

非但如此，她还会像迷路的孩子一样，在茂密的森林中频频走失，只能靠别人的指引才能划出自己的人生轨迹。

生活中，我们总听到许多年轻女孩会说这样的话：“我母亲希望我成为医生”，“我父亲希望我能出国深造”，“老师认为我不该报美术学院”，等等。

是的，生活中总会有许多人想对你施加影响，甚至连邻居都认为他们对你的出路有最好的看法。

那么，你该怎么办呢？

谁来替你安排生活？

谁来替你做重要决定？

谁来左右你的表现？

我的看法是：在人生的董事会上，你永远是最大的股东。

生命是属于你的，只有你才有权支配属于你生命所有的一切。

如果你要感觉成功的快乐和称心如意的人生，那么请认真倾听、考虑你父母的意见，因为他们对你的人生有一定的发言权，但请记住一点：你必须是安排自己生活的唯一人选。

看到这里，许多朋友就会说：“我倒是很想这么做，听从别人的意见我也觉得十分不自在。

可是，如果不听他们的话，他们就会觉得不开心……”是的，生活中总上演着“父母爽，我不爽”、“我爽，父母不爽”的戏码。

这让我们感到很无奈，但有一点你必须清楚，人生短暂，如果你为了取悦别人，而让自己始终活在不爽的生活里，那无疑是一个悲剧，因为等到最后你会恨自己，也会恨那些左右了你人生的人。

但若你坚持做自己，那么你会觉得自己很幸福，而父母慢慢地也会发现，他们坚持的只是让你幸福的方式，如果你真的用自己的方式找到了幸福，那他们也会真正的快乐起来。

女人要记住，只有勇敢做自己，按自己的选择行动，我们才能过自己想要的生活。

当然，在做自己之前，必须先认识自己。

只有正确地认识自己，客观地评价自我，才能找准自己的位置，从而创造出属于自己的辉煌与美丽。

因此，从现在开始就认识自己，别放过每一个角落：优点，缺点，吾之需要，吾之渴求，在家庭中的位置，在公司的定位。

然后是我们需要采取的策略：怎样包装自己，大步迈向舞台的中心！

那么一个人该如何做才能正确认识自己呢？

有以下几种方法：1.在和别人的比较中认识自己 还记得在高中的语文课本里，有一篇名为《邹忌讽齐王纳谏》的文章，在文章中，邹忌不断地拿自己与美男子徐公比较，从妻、妾、客等人的不同回答中，正确地认识自己，从中悟出了深刻的道理，从而突破了蒙蔽，超越了自我。

2.从别人的评价中认识自己 俗话说，“当局者迷，旁观者清。

”当自己不能正确认识自己、不能正确评价自己时，你可以把别人对自己的评价综合起来，经过多层次、多角度的分析，得出比较全面而公允的结论。

这样，你就可以清楚地认识自己了。



## <<气场女人修习术>>

### 编辑推荐

强大的气场是一个女人的存在感和吸引力之所在，是女人身上无与伦比的光环。女人所需要的气场，是一种通过自身正面积极、强大向上的综合魅力，带给周围的人或事（物）的一种有益的吸引力和影响力。相信，女性朋友们通过阅读银浦编著的《气场女人修习术》，再在日常生活和工作中加以修炼，找到自己的薄弱环节加以攻克，定能够提升自己的气场，使自己变得越来越有魅力，越来越受欢迎。

<<气场女人修习术>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>