

<<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>

<<气场女人修习术>>

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>