

<<修炼气场女王>>

图书基本信息

书名：<<修炼气场女王>>

13位ISBN编号：9787512702974

10位ISBN编号：7512702973

出版时间：2011-10

出版时间：中国妇女出版社

作者：郭晶晶

页数：176

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>

## <<修炼气场女王>>

### 前言

以前，一个女人被称作有气质，算是最高的称赞。

如今，一个大女人的最高境界绝不仅止于气质好，气场隆隆，做个气场女王，才是大多数女人追求和迷恋的。

提到女王，很多人首先就会想到英国女王伊丽莎白。

没错，若要为女王树立一个典范或标杆，女王伊丽莎白是再适合不过的人选了。

她的气度与宽容，至今被人们拿来效仿。

并不是说女人的职位越高，收入越高，学历越高，就越有资格拥有女王气场，要知道生活中女强人是不怎么受男人欢迎的。

因为女强人的强势给人以压迫的感觉。

也就是说，没有气场的强势不能让人欣然接受，甚至让周边的人抗拒。

而气场不一定要你表现出多强烈的外部行动，有时甚至可以很温柔，却能给人欣然向往而不可抗拒之感。

如果你想拥有名副其实的女王气场，那么也要像英国女王伊丽莎白一样，拥有女王的气质、气度。

这里说的气场，事实上就是个人魅力的一种外在体现。

一个成功的女王，要有女王的高贵气势，但也不要让自己过度霸气，丧失女王应该有的威仪与气质。

气场不是先天就有的，而是通过修养和自我控制，达到的一种个人魅力磁场。

也就是说，女人有了内在与外在的修养、气度、魅力之后，就能营造出一个人最根本的能量磁场——气场。

## <<修炼气场女王>>

### 内容概要

《修炼气场女王》，所谓气场，就是指我们的性格修养、品格道德、言行举止所形成的一种个人魅力。

气场强大的人，具有不可抵挡的亲和力、影响力。

这些人在交际场中，顺风顺水，魅力四射，如同众星捧月；在职场中，受上司欣赏、客户喜欢、同事佩服；在事业上，春风得意，不管做什么事都能成功；在情场中，更是活跃分子，总能轻易赢得异性的青睐。

每个人都有专属自己的气场。

你可以完全掌控自己的气场，通过培养、提升、运用自己的气场，打造属于自己的黄金人脉，全面提高个人影响力，铸就无可比拟的吸引力，赢得幸福快乐的人生。

## <<修炼气场女王>>

### 书籍目录

#### 第一章 平凡又平庸，都是气场不强惹的祸

气场：能让女人呼风唤雨

做气场女人，不做强势女人

挖掘气场，让你八面玲珑

充满渴望，是气场的源泉

气场发挥作用的途径：潜移默化

测测你属于哪一种气场

修炼气场需要做的努力

#### 第二章 内修灵魂气场，内在强，才能魅力四射

气场的最大敌人是自己

信念，获得气场能量的源泉

知性女人，更容易有气场

有能力，就能成就气场

自信的女人最有气场

自尊是气场的主气流

热忱是女人气场的能量源

坚持是气场延续的脊梁

#### 第三章 营造可人气场，到哪儿你都是主角

身体语言——气场的外衣

眼神——气场的灵魂

表情——气场的门面

微笑——气场的名片

话语——气场的升值

站姿——气场的神韵

坐姿——气场的凝聚力

步态——气场的外显

#### 第四章 提升社交气场，让事业之花激情绽放

气场是职场升值的密码

成力交际明星，你我都可以

你的形象有时就是你的气场

拔掉身上的刺，磨平不必要的棱角

气场是打开人脉之门的钥匙

用超凡气场镇住对手

学会分享，合作让气场更有效

用气场解决难题，化解危机

#### 第五章 拥有爱情气场，幸福女神就会一直眷顾

爱是气场的能量之源

找对人。

你们的气场才登对

爱情中，什么气场不招人喜欢

亲爱的，到底谁说了算

成为家庭主角的三要素

男人挑女人：才色兼收，德字当头

男人最离不开的女人有什么气场

妥善对待男人的“洞穴情结”

<<修炼气场女王>>

糊涂一时，或许你能换来幸福的一世

第六章 保持健康气场，让身心平衡又活力地运转

健康的女人最有气场

心情明朗，最有健康气场

健康气场需要摆脱自怜自怨

健康气场不是骄傲自满

悲观绝望是健康气场的大敌

释放负面情绪，让正面情绪气场住进来

多接触气场健康的人

.....

第七章 增强财运气场，让生活过得富足优雅

## &lt;&lt;修炼气场女王&gt;&gt;

## 章节摘录

势 恰当的时机，展现自己的野心或目标，这是一个人的“势”。

渴望成功是做人做事的基础，顺势而为是游刃有余、事半功倍的保证。

对女人而言，无欲无求不是气场女王的标签，。

因为无欲无求的人很少能激发出热情和渴望的能量，这些能量能激发女人的气场能量。

格局 谋篇布局的能力和严谨的计划，体现一个人的气场格局。

对女人来说，主要体现在你想做个什么样的女人，你是如何一步步拥有魅力气场的。

这些过程的计划和实施方式决定着女人能否成为一个气场女王。

人气 内在的势与格局，决定着一个人的外在，也就是“人气”。

感染力、领导力和人脉，是人气的三要素。

对女人而言，女人有气场，就会赢得别人的尊重，让身边的人都被你的魅力光环吸引，不自觉地靠近你，欣赏你，帮助你。

以上气场三要素，“势”代表激情和渴望，也就是说，“激情”和“渴望”是“势”的基础；“格局”则是更重要的理性元素；而“人气”在“势”和“格局”之上，是一个人吸引力和魅力的体现。

从气场三要素来看，激情和渴望是“势”的源泉，而“势”是气场三要素的内在资源，只有让这个内在资源得到充分发挥，人的气场能量才能由内向外释放出来。

对女人来说，嘉王珂为人格魅力。

当能量场发挥不完善时，人的气场就会表现得残缺不全。

这是因为很多人只注重对外在气气的追逐，忽视了对内在的势和格局的凝练。

因为三者之间互为关联，密不可分。

也即是说，女人想要成为气场女王，既要注重对内在涵养、格局的修炼。

又要注重外在的仪态和礼仪的修饰，两者缺一不可。

气场的传播是潜移默化的。

因此从某种意义上说，气场是一种人格魅力。

这种人格魅力所散发出来的吸引力是潜移默化地影响别人的。

气场是一个人的综合素质的体现，人的每一个微小行为都可以反映出他身上的“气”，大到大型谈判合作，小到与朋友闲聊。

人的一言一行、一颦一笑、只言片语都是整个人内心世界的完全写照。

我们经常看到这样一些人，由于受过高等教育，他具有非常丰富的知识，使他能顺利地到一家单位就职或者从事一项研究工作。

如果他情商高，情绪稳定，适应环境能力强，对外界和上司、同事没有过分苛求，对自己有适当的评价，不因外界的影响而“热胀冷缩”，在受到挫败时能“重整旗鼓”，并能不断提高自身心理素质，从不怨天尤人或悲观失望。

这样，他的智商和潜能就能得到充分发挥，在工作中游刃有余，走向成功。

对于情商高的人来说，他的气场就比较足，不管他做事成功还是失败，他总是以一颗平常心来对待，当一个人能够诚实地面对失败的时候，并且不与人争利，这种情况下，人们就愿意与之交往，因为和他交往别人是感到舒服的。

这样在他周围其实就形成了一个比较强大的气场。

玫琳凯化妆品公司的创始人玫琳凯年轻时候做推销员，一次听营销总监演讲，演讲具有极大的煽动性，几乎所有人的情绪都被调动起来，玫琳凯也在其中。

演讲后大家最大的希望就是同营销总监握手，这样握手的人排起了长队。

几乎两个小时以后，终于轮到了玫琳凯，她怀着十分激动的心情伸出了两只手，急切地希望得到热烈的握手。

可是台上的人已经握了两个多小时的手了。

对人和手已经麻木了，台上台下两个人的心情是不一样的。

## <<修炼气场女王>>

总监只是伸出一只手，松松地递给玫琳凯，并且没有看她，而是从她的肩膀看过去，看看还有多少人等着握手。

这个动作使玫琳凯受到了极大的刺激，她感到总监根本没有意识到是在同一个活人握手。她感到一盆凉水从头浇到脚，自尊心受到了极大伤害。

45岁的时候，玫琳凯退休，成立了自己的公司。

她立志要从细节处注意一言一行，避免年轻时候所遇见的情况再次重演。

当她有机会同别人打招呼的时候，她就非常认真，并且从对方身上找到一个值得赞美的地方告诉对方。

结果，她的公司人际关系融洽，她在与不在都没有关系，员工工作始终积极热情！

玫琳凯年轻时候遇到的那个领导也是一个气场很强大的人。

在那么多人在场的情况下，作为一个领导必须要照顾到大多数人的情绪。

但是那一个细节，却深深伤害了作为个体的玫琳凯的自尊。

就这么一个小小的动作就可能破坏一个人的气场形象，足见细节不容忽视。

接见玫琳凯的那位领导未必意识到了这一点。

但是因为气场的传播是潜移默化的，你的气场在无形中给别人传达了正面的信息或者负面的信息，尽管当事人可能不知道。

要想避免这种情况，就要重视细节，认真对待你所认识的每一个人。

这样一个人重视细节的态度和精神，也会通过这种潜移默化的传递来感染别人。

对于一个气场很强大的人，如果在交往中不慎出现了负面的信息，这种负面信息本身起不了太大作用，因为你强大的气场能量很快就会覆盖这个负面的信息。

所以，女孩子要想维护自己的气场，必须时刻注意细节，气场的能量通过潜移默化传播给别人，赢得别人对自己的支持。

否则，你的气场负能量也会在不知不觉间把自己的形象破坏掉。

P11-15

<<修炼气场女王>>

媒体关注与评论

强大的气场是一个人的存在感和吸引力之所在，是他身上无与伦比的光环。  
气场改变喻运，气场决定人生。

——皮克·菲尔

## <<修炼气场女王>>

### 编辑推荐

如果你想拥有名副其实的女王气场，那么也要像英国女王伊丽莎白一样，拥有女王的气质、气度。这里说的气场，事实上就是个人魅力的一种外在体现。

郭晶晶的《修炼气场女王》揭开人与人之间相互影响的第一法则，打造魅力女人的金钻宝典，铸就强大气场的金玉良言！

让女人活得更美丽，让女人活得更自信，让女人活得更有价值！

<<修炼气场女王>>

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>