

<<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

<<修炼气场女王>>

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>