

FBI

气场修习术

美国联邦警察为什么能赢得朋友、震撼对手

金圣荣◎编著



解读FBI独有的气场能量，
让你拥有像FBI一样强大的个人魅力，以便让自己的内心变得更强大。



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

FBI 气场修习术

美国联邦警察为什么能赢得朋友、震撼对手

★ 气场真如此神秘吗？有一些心理学家为了能够真正地了解气场，他们便尝试从FBI身上找这种能量，并以此来证实气场的存在。当他们在FBI身上寻找这种能量时，越来越被他们身上散发出的独特能力以及特殊吸引力所吸引。比如，他们真切地感受到了FBI身上散发出来的强大气势，看到了FBI如何运用独特气势将犯罪分子击败的实例，更看到了他们是如何运用自身独特的个人气质和魅力来赢得越来越多的朋友的。

★ 在FBI看来，气场能量可以看成是一个人外在的气质和内在的修养，也可以看成是一个人的独特魅力与品质，如缜密的思维、良好的气质、积极乐观的心态等。而FBI之所以能得到越来越多人的关注，在很大程度上与他们散发出的气场能量有关，也就是他们所带给别人的独特魅力。

★ 当FBI自身的修养提高后，他的内心自然而然地也就会随之提高——内心的强大可以让FBI在工作中抵御外界的许多干扰及诱惑，从而使得FBI在工作中更加顺利，解决问题更加容易。

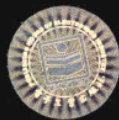


责任编辑：周宏敏

封面设计：朝聖設計·阿 正

010-82818770

本书贴有防伪标志，凡没有防伪标志者，属盗版图书



上架建议：心理学读物

ISBN 978-7-121-14939-9



9 787121 149399 >

定 价：29.80元

FBI

气场修习术

美国联邦警察为什么能赢得朋友、震撼对手

金圣荣◎编著



解读FBI独有的气场能量，
让你拥有像FBI一样强大的个人魅力，以便让自己的内心变得更强大。

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书向人们概述了FBI与气场的关系，以及FBI自身所具备的气场分子。并从FBI的身体气场、心灵气场、制胜气场、人脉气场等几个方面进行了有针对性的分析与研究。相信读者一定能从本书中感受到FBI身上所具有的气场，并从中学习掌握到一些气场方面的修习术。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

FBI气场修习术 / 金圣荣编著. —北京：电子工业出版社，2012.1
ISBN 978-7-121-14939-9

I. ①F… II. ①金… III. ①个人—气质—通俗读物 IV. ①B848.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第221867号

责任编辑：周宏敏 文字编辑：施易含

印 刷：保定市中国画美凯印刷有限公司

装 订：保定市中国画美凯印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编100036

开 本：720×1000 1/16 印张：16.5 字数：214千字

印 次：2012年1月第1次印刷

定 价：29.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。



前言

PREFACE

美国联邦调查局在美国乃至全世界都享有盛名。在大多数人的印象中，FBI似乎与生俱来就是犯罪分子的克星，因为他们有着过人的才智和高超的技能。在人们日常生活中经常可以听到这样的声音：“在美国，有犯罪的地方就会有FBI的身影，他们像幽灵一般时刻出现在犯罪分子的面前，给予犯罪分子沉重的打击。甚至可以说，FBI已经成为维护美国国家利益最重要的，也是不可或缺的一种力量。”

有人将FBI比喻为维护美国国家利益的“先头部队”，其实这种说法一点也不为过。因为从美国历史上遭遇到的战争及恐怖主义袭击来看，每一次出现损害美国国家利益的情况时，FBI总会义无反顾地冲在最前面去肩负起保护美国国家利益不受损害的重任。而事实证明，他们也尽到了保护美国国家利益不受损害的责任。在FBI任职长达半个世纪之久的前任局长胡佛曾这样评价FBI：“越来越多的人看到了成立FBI组织的重要性与必要性，因为它确实尽到了维护美国国家利益不受损害的重大责任。”而现任FBI局长对FBI也大加赞赏：“在美国社会中，敢于在第一时间与犯罪分子或恐怖分子对抗的往往是FBI，他们凭借自身过硬的综合素质和一招制敌的技巧，对犯罪分子或恐怖分子实施有效打击，这不仅维护了美国的国家利益，还使人民永远地记住了他们。”

随着人们对FBI的进一步深入了解，人们发现，FBI之所以能够担负起保护美国国家利益不受损害的重任，不仅与他们自身具备的过硬素质有关，更为重要的是，人们从他们身上发现了一种组成强大气场能量分子。

或许一些人会被气场这个词弄得一头雾水，也不明白气场是如何与FBI联系在一起的。然而事实证明，FBI与气场之间不仅存在关联，而且这种关联还会

越来越紧密。虽然，气场是一个抽象的概念，既看不到也摸不着，但它所释放出的能量却是无比惊人的。所以很多人想尽快弄清楚气场究竟为何物，因此，美国心理研究中心给出的结论是：“气场是一种无形的人格魅力、自身具有的吸引力以及个人气质的综合体，它时刻伴随在每一个人的身边，并在适当时发挥出其惊人的能量，最终使别人信服并得到别人的支持。”

气场真如他们所说得如此神秘吗？于是有一些人为了能够真正地了解气场，他们便尝试从FBI身上找这种能量，并以此来证实气场是否存在。当他们在FBI身上寻找这种能量时，越来越被他们身上散发出的独特能力以及特殊魅力所吸引。比如，他们真切地感受到了FBI身上散发出来的强大气势，看到了FBI是如何运用语言或动作将犯罪分子击败的实例，更看到了他们是如何运用自身独特的个人气质和魅力来赢得越来越多的朋友的。当这一切都摆在这些人的眼前时，他们相信了世间有气场的存在，更相信了FBI自身就是一个拥有强大气场的组织。为此，他们又加深了对FBI的认识，并希望自己能够像FBI一样拥有如此强大的气场……

经过长时间的学习和经验积累，这些人从FBI身上学会了如何增强自身气场并将气场释放出去。在学习气场的过程中，他们惊呼：“气场带来的能量是无穷的，同时，它更是一个展现自我魅力的强有力的支撑。”

本书就是向人们概述了FBI与气场的关系，以及FBI自身所具备的气场分子。从FBI的身体气场、心灵气场、制胜气场、人脉气场等几个方面进行了有针对性的分析与研究。相信读者一定能从本书中感受到FBI身上所具有的气场，并从中学习掌握到一些气场方面的修习术。

目录

CONTENTS

Part 01 FBI独有的气场能量

——感受联邦警察的独特魅力

1. FBI的威严就是不可战胜的气场能量 002
2. 忍耐力也是一种强大的气场能量 005
3. 气量是一种心灵的修养 008
4. 不做无谓的争论——FBI的不二法则 010
5. 坚强的意志是FBI的终极使命 013
6. 沉默是避免冲突的最有效方法 016
7. 缜密的思维是一个人魅力十足的表现 019
8. 绝对的自信是展现个人魅力的气场因子 022
9. 爱因斯坦与FBI的气场较量 025
10. 学会藐视压力，才能变压力为动力 028
11. 不断修炼自身的气质才能提升自己的气场能量 032
12. 保持积极乐观向上的精神才是修炼FBI气场魅力的关键所在 035

Part 02 FBI独有的气场训练

——让练习耐力成为一种生活态度

1. 疏通生命力的通道——FBI的气场训练之道 040
2. 强化渴望练习——FBI独特的气场训练方式 043
3. 每时每刻都要树立起自己的权威 046
4. 建立起独有的心灵感召力 049
5. 时刻呈现你最好的一面给别人 054
6. 提高心理素质的同时也在提升自己的气场 058
7. 原谅曾经伤害过你的人，提高自己的魅力气场 062
8. 简单的一步造就百里的成功，耐力成就气场 066
9. 联邦警察受人欢迎的交际技巧 069
10. 抛掉恐惧和忧虑的训练 073
11. 幽默风趣才能尽显个人魅力 076
12. 让自己成为别人心目中的榜样 080

Part 03 FBI的身体气场

——联邦警察的肢体影响力

1. FBI的生命力：每个联邦警察身上透着的那股劲儿 084
2. 手势表现出FBI不同的气场 088
3. FBI上班后的第一项工作——抬头挺胸 093
4. 眼睛是联邦警察的气场指南针 096
5. 一呼一吸，尽显FBI的独特魅力 099

6. 握手之间彰显出FBI优雅从容的气质	102
7. 微笑是改变气场的独门秘器	107
8. 手臂的特殊影响力	110
9. 双腿、双脚所隐藏的最真实的秘密	114
10. 隐藏在FBI头部里的气场密码	118
11. FBI的身高效应	121
12. 走出来的气场——像FBI一样昂首阔步	125
13. 表情是最具杀伤力的气场分子	128
14. 手部信息是内心活动的指示器	131

Part 04 FBI的心灵气场

——让自己的内心变得更强大

1. 从心理学的角度来解析气场的重要性	136
2. 见怪不怪，练就自身气场的吸引力	141
3. 十足的自信是FBI拥有的一种神奇的力量	145
4. 心灵的颜色——心灵气场的“晴雨表”	149
5. “种瓜得瓜，种豆得豆”——心理暗示效应	152
6. 梦想、痛苦与信任——强大内心的来源	155
7. 用爱和感恩提升心灵的品级	158
8. “势”造英雄——FBI的雪球效应	161
9. 淡定——心灵气场的“定心丸”	165
10. 身心的修养——强大自己内心的根本	169

11. 心态好胜过自身条件好	173
12. 心灵气场——高尚品德的力量	177
13. 掌握必要的沟通心态是提升心灵气场的关键因素	180

Part 05 FBI的制胜气场

——折服对手的修习术

1. 语言攻势——FBI一招制敌的修习术	184
2. 冷峻的沉默是震慑对手心理的“重磅炸弹”	188
3. 联邦调查局局长如何发挥自己独特的制胜影响力	191
4. 勇气是震慑对手心理的绝妙方法	194
5. 高速运转的大脑是强大气场的保证	197
6. 不断提升人格魅力才能赢得对方的好感	200
7. 晓之以理、动之以情让对手丧失反抗情绪	203
8. 立威造势——营造一个利于抓捕的气场氛围	206

Part 06 FBI的人脉气场

——如何赢得更多人的支持

1. 把美国总统当做自己的终极密友	210
2. FBI怎样抓住白宫这个人脉库	214
3. 尊重是赢得人脉资源的绝招	217
4. FBI如何发展线人，搜集情报，抓捕罪犯	221

5. 投其所好——人脉制胜的黄金法则	226
6. FBI如何与地方警察建立密切的合作关系	229
7. 细节是提升人脉气场的关键所在	233
8. 主动出击才能打开人脉之门，提升人脉气场	237
9. FBI与CIA：利用可以利用的一切人脉资源	240
10. 有气势不如气场——苦练气场才能赢得人脉	243
参考书目	247



Part 01



FBI独有的气场能量—— 感受联邦警察的独特魅力

气场能量为何物？这是一部分人心中的疑惑。其实在FBI看来，气场能量可以看成是一个人外在的气质和内在的修养，也可以看成是一个人的独特魅力与品质，如缜密的思维、良好的气质、积极乐观的心态等。而FBI之所以能得到越来越多人的关注，在很大程度上与他们散发出的气场能量有关，也就是他们所带给别人的独特魅力。因此，很多人都相信FBI具有独特的气场能量，而他们更希望能从中学习到这些感染别人的独特魅力。所以，那些想要和FBI一样将自身气场能量释放出来的人们，从现在开始就要做好修炼气场能量的准备。



FBI的威严就是 不可战胜的气场能量

“我是FBI,请举起手来!”每当人们听到这样的声音,便很快会在脑海中闪过FBI威严的面孔。的确如此,FBI在他们的印象中是威严的,更是不可战胜的。美国心理研究中心曾经做过这样一个实验:心理工作人员到美国监狱中,向每一个犯罪分子问相同的问题:“联邦警察在你们心目中留下了哪些印象?”

“威严,不可战胜!”随机调查的100名犯罪分子几乎给出了相同的答案。在他们看来,联邦警察有着高大魁梧的身躯和威严冷峻的外表,而他们所散发出来的强大的气场也会给人带来一种不可战胜的心理压力。然而,事实上也的确如此,FBI自身散发出的威严气场有效打击了很多犯罪分子。当这些罪犯首次与FBI交锋时,还没有正式开战前,就会被其外在的威严气势吓退,以致在接下来的交锋中败下阵来。而一位在FBI从业十五年的探员这样表示道:“FBI的每一位成员,在最初进入FBI时都会训练其外在的气势——威严,甚至还将它作为一个非常重要的科目进行训练。之所以如此重视该训练科目,主要是因为一个人在威严气场的带动下,能有效震慑对手。”



美国自从遭受“9·11”恐怖袭击后，便加强了对机场、港口等公共场所的巡逻。而在这些公共场所就经常会看到身穿黑色制服、戴黑色墨镜的FBI。他们凭借这种威严的外表，对那些想实施犯罪活动的人给予一定的心理震慑，从而使犯罪计划流产。2003年，美国哥伦比亚机场就曾发生过一起恐怖爆炸未遂案。由于该机场人流量大，因此也便成为FBI重点巡视的地区之一。这天中午，旅客像往常一样有序地办理着登机手续，而FBI则坐在休息座椅上观察着办理登机的旅客。此时，只见FBI将目光紧紧锁定在一位身穿棕红色外套的中年人身上，这名中年人正四处张望，其神情非常可疑。经验丰富的FBI意识到这个人很可能是在寻求机会作案，于是缓缓地走到这个人身边，并用威严的目光盯着他，此时，这个人变得不安起来，不停地擦着额头上的汗水，当FBI向其问话时，他却语无伦次。紧接着，FBI继续用威严的目光盯着他，而此时他低下了头。当FBI对其进行审讯时，他承认是想在机场实施一起爆炸案，可恰巧被在场巡逻的FBI遇到，在FBI威严的外表震慑下，他的内心感到十分恐惧，最终被迫放弃实施爆炸。

由此可见，FBI就是用威严的气场震慑到对手，从而致使其心理防线瓦解。那么，他们是如何做到的呢？

(1) FBI将威严的气场运用在社会的每一个角落。

在美国社会中，随处可以看到FBI忙碌的身影，他们不是在执行巡逻任务，就是在与犯罪分子进行搏斗。甚至有人这样评价他们：“在美国社会，哪里有犯罪，哪里就会出现FBI的身影。”其实这一点不假，FBI总能在第一时间出现在世人面前，并用自身威严的气场感染着身边的每一个人。比如，在汽车站或机场看到FBI时，他们会以身穿黑色制服、脚蹬黑色军靴的形象向世人传递出威严的神态；在餐

厅看到FBI时，虽然增添了更多轻松气氛，但FBI所散发出的威严气场同样令人侧目。可以说，FBI就是通过将自身威严的气场运用在社会上的各个角落，让其他人加深对他们的印象，从而起到震慑人心的作用。

(2)不断提升威严等级和指数。

在FBI看来，威严等级和指数是可以提升的。他们习惯上将威严等级分为弱、强、最强三个等级。其中，弱的威严指的是威严指数低，虽然能让对手感觉到威严，但却不足以震慑到对手的心理；而强的威严的威严指数相对要高，能给对手带来一定的震慑作用。而最强的威严等级的威严指数最高，这种威严会令对手丧失独立思考的能力，并将对手的心理防线彻底摧毁。而FBI在实际生活中会不断提升威严等级，他们认为，只有将威严等级提高到最高级别，才能给犯罪分子带来最有效的心理震慑。因此，他们会通过一些方法来提升威严等级。比如，通过佩戴一款黑色墨镜来提升自己的威严等级；再比如，在大街上巡逻时，通过冷峻的目光对四周进行巡视，从而让人感受到其强大的威严气场。

就这样，FBI通过将威严运用在社会的各个角落与不断提升威严等级的方式，使人们加深了对他们的印象，并给那些心怀不轨的犯罪分子强有力的心理震慑。让越来越多的人在听到FBI的名字时，就会不由自主地产生紧张的情绪。



2

忍耐力也是一种强大的气场能量

“无论何时何地，你们都要学会忍耐，因为只有这样才能增加自身获胜的筹码，也只有这样才能影响到越来越多的人。”这是FBI前局长路易斯·弗里赫经常说的一句话。在他看来，忍耐力能有效地提升一个人的气场，当这种气场能量向外释放时，不仅能迸发出较强的能量，同时，还能引起更多人的关注。

那么，FBI具有较强的忍耐力都表现在哪些方面呢？

第一，FBI不会计较别人无意的冒犯。

很多时候，FBI在工作中，总会遭到一些人的冒犯。对待这些人的冒犯，FBI不会动怒，反而会表现得很忍让，最终让那些冒犯他们的人感到羞愧难当。

第二，在实际办案中能甘于寂寞。

FBI具有超乎常人的忍耐力还表现在能耐得住寂寞，这一点在实际办案过程中表现得尤为突出。在FBI看来，能耐得住寂寞本身就值

得提倡，因为它可以克服急躁的心理，更符合实战的需求。其实，在FBI实战过程中，很多起扣人心弦的案例都是FBI通过甘于寂寞取得的成功。比如，一家银行金库盗窃案就充分说明了这一点。2000年，位于西雅图地区的几家银行相继出现银行取款机被盗的情况。接到报案的FBI在听到这个消息后感到十分震惊，因为此前并没有出现过类似的案例。据几家银行统计，被盗取款机中的现金高达300万美元，在这种情况下，FBI决定全力投入到侦查工作中，以便尽快找出犯罪分子。

在调查过程中，FBI发现这样一条线索：被盗的几家银行的距离不超过200米，且取款机都不翼而飞。那么，犯罪分子是通过何种方式将沉重的取款机搬走的呢？这个问题时刻浮现在FBI的头脑中。通过对案发现场的仔细侦查，FBI得出这样惊人的结论：沉重的取款机竟然是被挖走的！当FBI把这个调查结果对外公布时，很多人都哗然了，不禁感叹犯罪分子盗窃手段的高明。其实在FBI得出这个结论时，便想到了抓获犯罪分子的对策，即严密监控其他银行。在距离被盗银行的不远处，还有两家银行，据这两家银行的工作人员介绍，银行的取款机并没有出现任何异常情况。FBI通过分析认为，犯罪分子不会就此轻易收手，还会对其他银行下手的。于是，FBI决定对这两家银行实施全天候的监视，以便查出犯罪分子。

在监视期间，FBI将车子停靠在距离这两家银行100米的地方，并将车窗用黑色车贴封住，只在不起眼的地方留下小孔，FBI认为，只有通过这样的方式实施监控才不会引起犯罪分子的注意。就这样，对犯罪分子的监视行动便展开了。时间一分一秒地过去了，然而FBI在车里的监视活动一点也不轻松，因为为了便于监视，他们只能选择坐着，而且只能轮流休息。一天过去了，FBI并没有发现这两家银行出现异常情况，此时有些探员认为这样的监视只是在做无用功而已。但



是，在其他探员的安慰下，他们最终还是选择了继续监视。然而两天过去了，却依然没有进展。但他们还是忍耐，继续进行监视。第三天晚上12点以后，一位探员惊喜地听到了银行里不断传出的声响，于是便将倒在汽车副驾驶位置睡觉的同伴叫醒，并说道：“快听，银行里传出了声音！”此时，他们打起了精神，观察着犯罪分子下一步的行动。十五分钟过后，FBI看到有一个黑影出现在银行，于是他们决定对其进行抓捕。当他们以迅雷不及掩耳之势出现在犯罪分子面前时，犯罪分子顿时傻掉了，他根本没有想到FBI的动作会如此迅速。

当FBI将这名犯罪分子带回去审讯时，该犯罪分子对此前盗窃银行取款机的事实供认不讳。当FBI问他是通过何种方式实施盗窃时，他答道：“为了能不引起警察的注意，我采用了挖地道的方式将取款机偷走，然后再在地道里将现金取出。”听完这些话后，FBI心里不由地感到了犯罪分子的狡猾。

虽然犯罪分子狡猾，但在FBI面前还是败下阵来。事后，银行方面对FBI能迅速破案感到十分欣慰，并对其大加赞赏，同时，他们也对FBI是如何破案产生了浓厚的兴趣，对此，FBI这样回答他们的疑惑：“之所以能破案，与我们自身的忍耐力是分不开的。”因此，我们有理由相信：忍耐力是一种强大的气场，更是一种打击犯罪、展现自身魅力最好的方式。

3

气量是一种心灵的修养

美国联邦调查局特工约瑟夫·L·斯科特认为，气量就是一种高尚的人格修养，它可以使一个人的生活变得多姿多彩。而FBI训练大师在训练FBI的过程中经常会借用美国总统林肯的故事来激励所有人。

林肯是美国历史上最伟大也最杰出的总统之一。在他当选为总统的那一刻，美国参议院的大多数议员都感到既吃惊又尴尬。因为在这些议员眼中，能够当选为总统的都是那些具有显赫家庭背景的人，而林肯的出身却非常贫寒，他的父亲只是个不起眼的修鞋匠。因此，参议员对林肯的出身大多嗤之以鼻。

当林肯在参议院进行竞选演讲时，立刻便遭到了参议员的羞辱。这名参议员毫不客气地对林肯说道：“在你进行演讲前，我还是有必要提醒你，你只不过是一个修鞋匠的儿子。”随即，其他参议员也随声附和。然而，此时的林肯并没有表现得很失落，而是用洪亮的声音说道：“非常感谢你提醒了我，我为有这样一个伟大的修鞋匠父亲而感到自豪，因为他教给我很多做人的道理。”经过短暂的停顿，林肯继续说道：“虽然我的父亲出身卑微，但他的修养是任何人都无法比



拟的，他经常告诫我做人要懂得尊重别人，然而正是他的教导，使我懂得了一个人没有金钱没关系，重要的是他是否拥有良好的个人修养。”随后，他使用温和的目光环视了一圈在场的所有的参议员，并动情地说道：“我爱我的父亲，因为他教给我很多做人的道理，在他的影响下，我会更加努力地去帮助那些需要帮助的人。”参议员们静静地端坐着，而当他们听完林肯的话后，随即便爆发出一阵雷鸣般的掌声。就这样，林肯赢得了众多参议员的支持和肯定。

其实，在FBI看来，气量更是一种心灵的信仰。它不仅不会让一个人丢失尊严，反而还会让一个人变得更加强大。正可谓，想要感化别人并赢得别人的尊重和理解，就必须要做到尊重他、宽容他。相反，那些无视别人存在，不懂得尊重和理解别人的人，将很难赢得人心。那么FBI在现实生活中又是如何用气量感染别人的呢？

首先，FBI会用一颗宽容之心对待别人提出的质疑。FBI认为，即使自身做得再完美，也很难做到让所有人都满意的地步。因此，面对别人的质疑，FBI总能用宽容之心去对待。然而，通过这样的方式，FBI避免了很多次不必要的争吵，从而提升了自身的修养。

其次，FBI能站在别人的角度思考问题，并充分了解别人的内心世界。比如，当别人就某一个问题对他们提出反对意见时，他们不仅不会恼羞成怒，反而还会耐心地倾听对方讲解，并从对方的角度认真思考问题。在这种情况下，发表意见的人就能畅所欲言了。因为在FBI看来，只有充分理解对方，才能为赢得对方起到铺垫作用。

最后，FBI会将宽容和理解继续下去，并希望这种精神能感染到更多的人。而事实上，他们也实现了这个目的，因为在他们的影响下，已经有越来越多的人加入到这种气场的训练中来。



不做无谓的争论 ——FBI的不二法则

在FBI众多独有的气场中，有一种是不能忽视的，这就是不做无谓的争论。因为无谓的争论不仅会对自己的心情带来影响，甚至还会使自身丧失自制力，从而变得一发不可收拾。因此，FBI认为，要尽可能对别人谦让一些，因为这样不仅能最大限度地赢得别人的尊重，还能将自身的魅力展现出来。

然而，在现实生活中有些人可能会就某一件事情而展开争论：

“你的这个想法存在一定偏差，需要改正。”

“这个想法是用了我一周的时间才思考出来的，怎么可能会有偏差呢？”

“信不信由你！如果你不改正的话，将会给你带来一定的损失。”

“那些都是骗人的鬼话，我倒要看看能给我带来什么样的影响！”就这样，两个人进行了激烈的争论。其实，任何事情都不是绝对的，都是由多种不同因素共同决定的，如果人们能意识到这一点，可能就不会发生无谓的争论。

由此，FBI经常会借用卡耐基的一句话：“在与一个人交往时，如果不赞同别人的话而与其展开争论，就不要指望别人也尊重你，因为



在他看来，你已经打击了他的自尊心，这样他就会反击你，也绝不会使他改变主意。”所以说，无谓的争论，对于任何一个人来说都是一种挑战，一旦有人挑起事端，对方就会做好抗争的准备。其实，在FBI看来，大可不必为了证明自己什么，来与对方展开无谓的争论。而FBI通常会利用各种技巧，有效地避开这些争论：

(1)让提出异议者有充分表达自己观点的机会。

在现实生活中，当一些人听到别人提出异议时，会表现得不耐烦，甚至会生硬地打断他们的话。而FBI则认为，如果没有让提出异议者把要说的话说完，那么，这就会让对方产生没有被尊重的感觉，误解和抗拒也便由此而来。为此，FBI给出的建议是，要让提出异议者把要说的话说完，中途不要打断他们的谈话，这样才能有效避免他们出现的反抗情绪等，从而最终增加彼此间的互信。

(2)控制好自己的情绪。

当两个人就某一件事情发生争论时，双方可能不能有效控制好自己的情绪，出现过激的言行也是常有的事情，在这种情况下，就会使双方之间的分歧越来越大，甚至到了不可调和的地步。而在FBI看来，这完全是冲动惹的祸，所谓“冲动是魔鬼”就是这个道理。为了避免由于一时冲动而给别人带来伤害，FBI认为，即使是两人发生了争论，也要时刻牢记控制好自己的情绪。比如，可以用转移注意力的方法控制自己的情绪。只有这样，激愤的情绪才有可能被浇灭，否则，心中燃烧的怒火不仅会伤害到别人，同时也破坏了自身的形象。

(3)敢于承认自己的错误。

一个人对别人展开争吵的导火索可能就是发现别人出现了这样或

那样的错误。于是，他们便会将别人出现的错误指出来。可那些不愿意接受别人批评的人就会大喊大叫，认为自己根本不需要改正，如此一来，争吵就会越来越激烈。为了避免这种情况的发生，FBI认为，无论别人是有意还是无意间指出自身的错误，我们都要敢于承认自己的错误，因为这样不仅利于自身的成长，还可以有效避免无谓的争吵，同时，别人也会被你坦诚的态度所感染。

(4)仔细斟酌反对者的意见是否有可取之处。

FBI心理研究中心的一项调查研究表明，很多人非常抵触别人提出的反对意见。在这种情况下，就算别人的出发点和反对意见是正确的，这个人也不可能听取，甚至还会与其展开激烈的争吵。因此，FBI认为，在争吵前，有必要对反对者的意见进行仔细斟酌，如果反对者提出的意见确实是自身需要改进之处，那么，就应该立即停止争吵，并对其进行真诚的道歉。而此时，反对者也会被这种人格魅力所打动，以便提出更多有利的建议。

(5)真心感谢那些提出异议的人。

很多人的心里都会或多或少地对那些提出异议的人怀有怨恨，认为他们使自己没有面子。但FBI却不这样认为，FBI会真心感谢那些提出异议的人。因为在他们看来，别人提出的异议不仅对自身的成长带来益处，还能增加双方之间的关系。因此，FBI会真心感谢他们，避免争论的同时，还释放出自身独特的魅力。

以上这些技巧，是FBI在实战中总结出来并充分运用过的展现其自身魅力的技巧。因此，人们可以从他们的这些总结中学习展现出个人魅力的修习术。



5

坚强的意志 是FBI的终极使命

“你们需要记住的是，无论何时何地，都要向别人表现出你们的坚强！”这是FBI前局长胡佛对新加入FBI的探员们所说的一句话。同时他还对这些新探员讲述了这样一件发生在FBI的经典案例。

FBI自成立之日起，便不断受到人们的关注，在1987年，曾发生过这样一件事情。一天，美国新泽西州的一家大型连锁超市内发生了一起持刀抢劫案。犯罪分子是三个身穿黑色外套的中年男子。据目击者回忆，这三名黑衣人在中午时分闯进该连锁超市，并径直走向超市的金表专柜实施抢劫。很快，他们便将价值100万美元的金表席卷一空，并很快逃出了超市。正当他们为自己的顺利得手扬扬得意时，只听到背后传来一阵洪亮的声音：“站住！不许动！”于是，他们便意识到有人开始追捕他们。因此，他们便跑了起来。在追赶犯罪分子的过程中，这名FBI不停向他们喊话，狡猾的犯罪分子从声音中断定，追赶他们的只有一个人，当他们放慢脚步进行观察后，果然发现只有这一名FBI在追赶。此时，他们似乎也松了一口气，并停下了奔跑的脚步。因为在他们看来，三个人的力量肯定要比一个人的力量强大，因

此，他们虎视眈眈地盯着逐渐靠近他们的FBI。此时，FBI在距离犯罪分子10米的地方停了下来，并大声喝令他们将盗窃的金表交出，并接受检查。面对这种情况，三名犯罪分子怎能如此罢休，于是便挥舞着手中的刀向这名FBI冲过来。很显然，FBI并没有料想到犯罪分子会来这一招，于是其腹部下方被刺了一刀，随即便涌出鲜血。三名犯罪分子见状迅速逃开了。然而，受了伤的FBI并没有停止追赶犯罪分子的脚步，他一边追赶，一边向警察局报告自己的位置，以便能成功抓捕。就这样，这名FBI捂着被鲜血染红的腹部追赶着三名犯罪分子。十五分钟过后，FBI又与三名犯罪分子在街道旁边的一个角落里“狭路相逢”，此时，三名犯罪分子显然没有料到FBI受了伤还能继续追赶上来，于是内心不由得产生恐惧感。但他们还是向FBI扑过去。面对三名穷凶极恶的犯罪分子，这名负了伤的FBI随即便与其厮打起来。在他们厮打的过程中，其他警察顺着血迹也到达了厮打现场，并迅速包围现场，将三名犯罪分子一举抓获。当这名FBI被人扶起时，他的手上还遗留着一名犯罪分子的头发。在场的人都被他的这种精神打动了。事后，这名FBI得到了FBI总部的表彰，并被授予“坚强卫士”的荣誉称号，同时也号召其他警察向其学习。

由此可以看出，这名FBI通过自身具备的坚强精神有效打击了犯罪分子。试想，如果在追捕犯罪分子的过程中，他没有表现出坚强的品质，还能抓获犯罪分子吗？显然不能。因为在他看来，如果自己在犯罪分子面前没有表现出坚强，那么就不可能有效震慑住他们，更不可能抓获到他们。因此，通过自身的真实感受，这名FBI总结出一些修炼坚强品质的方法：

(1)学会“目空一切”。

在FBI看来，要修炼好坚强的品质，首先要做到“目空一切”。也



就是说，不要把对方放在眼里。不把对手放在眼里，能在潜意识里增加必胜的信念，在这种信念的影响下，必然能表现出坚强的品质。对于这一点，FBI总会认真去修炼，因为他们认为，不把对手放在眼里首先会在心理上战胜对手，这样一来，无疑增添了自身的信心。

(2)即使内心害怕也要面不改色。

很多时候，一个人的内心难免会产生恐惧，而当这种恐惧表现在脸上时，就会将自己的弱点一览无余地暴露在别人面前，在这种情况下，别人就会认为你是个不坚强的人。而FBI却懂得面不改色，即使他们遇到令自己内心恐惧的事情，他们也绝不会将恐惧之情表现在脸上，而是努力去平息内心的恐惧。这样一来，其内心的恐惧就不会暴露出来，自然而然地就会让别人感觉他们是个坚强的人。

6

沉默是避免 冲突的最有效方法

在现实生活中很多人也许都有过这样的经历：无论你怎么解释，怎样让步，别人都不会停止纠缠。面对这种情况，确实是令人感到头疼，因为这样的人不会在乎别人的感受，更不会在乎自身的形象，而其结果往往就会使另一个人颜面扫地。

在遇到这种情况时，相当一部分人都会为自己极力辩护。这本没有什么不妥，但在FBI看来，这不是最佳的处理问题的方法。如果遇到一些存心找你麻烦的人，那么，与这个人展开辩护是不会有结果的，其最终的结果往往会让自身更加难堪。那么，要怎样才能避免这种情况的发生呢？对此，FBI的建议是保持沉默。因此，FBI通过以下几个方面让别人感受到其自身所具备的独特气场。

(1)当别人无理取闹时，要学会沉默。

在现实生活中，我们经常会遇到一些无中生有、无理取闹的人。这样的人不问青红皂白便对别人进行问责，如果别人试图反击，他们会更加变本加厉。因此，FBI认为，与这样的人交往，不要试图去劝



说他们，最好的办法就是要保持沉默。因为此时的沉默好比一颗“闷雷”，将会随时带来一定的打击。FBI现任局长穆勒经常会向FBI讲述发生在美国FBI前局长胡佛身边的一件趣事：

由于胡佛为美国做出了突出贡献，于是美国总统便决定让其担任FBI局长一职。这在当时是一件非常光荣的事情。但在受封仪式的当天却发生了一段小插曲。当胡佛从美国总统手中接过委任状时，突然从人群里传出一阵骚乱，放眼看去，是一名中年妇女在大喊：“胡佛根本就不应该被委以重任，他根本就是个没用的家伙！”当时，在场的所有人都愣住了，同时也观察着胡佛的表现。当时，很多人都以为胡佛会冲到台下与这名中年妇女展开激烈的辩论，可他并没有这样做。只见他一言不发地站在台上接过总统的委任状，并向台下微笑示意。然而，中年妇女却并没有就此罢休，而是继续说道：“胡佛就是个骗子，如果让他出任FBI局长的话，一定会拖垮FBI的。”此时，众人都想看胡佛到底会采取哪些行动。可令人意外的是，胡佛再次选择了沉默，没有与这名中年妇女进行辩论。此时的中年妇女感觉自己就像个小丑一样在自言自语。她本以为通过无理取闹的方式能阻止胡佛当选FBI局长，可不管她如何大喊大叫，胡佛始终都保持沉默，在这种情况下，她灰溜溜地离开了。事后经过调查，这名中年妇女是胡佛的死对头派来的，其最终的目的就是要阻止胡佛当选为FBI局长。当人们得知这一情况后，纷纷对这一卑劣行为进行了谴责，同时也对胡佛保持沉默的做法表示了赞同，并被他的独特气场所感染。

(2)当吵得不可开交时要选择沉默。

在现实生活中，争吵总是会伴随在人们身边。当两个人就某一件事情出现不同观点时，争吵也就随之出现。当分歧进一步拉大时，便会演变为激烈的争吵。在这个过程中，双方似乎难于分出胜负，其最

终的结果往往是双方就某一个问题产生的分歧越来越大。然而，在FBI看来，完全没有必要这样做。他认为，当双方吵得不可开交时，如果有一方能保持沉默，那么往往就会收到意想不到的效果。因此，FBI将这一现象看成是“沉默效应”，也就是说，其中一方如果选择沉默不语，那么对方也就会跟着沉默，因为一方选择了沉默，就好比是宣告了争吵的结束。

就曾有这样一件发生在FBI现任局长穆勒身边的事：

由于穆勒工作得很出色，所以美国总统奥巴马便想延长穆勒的任期。可此事却遭到了美国一位高层的强烈反对。这名高层认为，不应该延长穆勒的任期，这样会打破FBI一直坚持的规则。但穆勒却不这样认为，在他看来，国际恐怖主义对美国的影响不容忽视，尤其是以基地组织为代表的恐怖主义正在威胁着美国的国家安全。为了能尽快铲除恐怖主义，还是有必要延长任期的。就这样，两个人当着众多美国高层的面进行了激烈的争吵。这名高层坚持认为不应该延长穆勒的任期，可穆勒认为，为了反恐的需要还是有必要延长任期的，这样才能有效打击恐怖主义。随着争吵的进一步加剧，穆勒意识到，这样的争吵根本不会带来任何实质性的进展，于是他选择了沉默。这名高层随即又问了他几个问题，可穆勒均选择了闭口不答，此时，这名高层感觉到穆勒是一个不好对付的人，于是便愤怒地离开了。最终，穆勒成功连任FBI局长一职。

因此，不要否定沉默，因为沉默有时也是避免冲突的最有效的方法，同时它也能最大限度地将自身的气场展现出来。



7

缜密的思维是 一个人魅力十足的表现

FBI前局长胡佛曾这样表示过：“运用缜密的思维不仅能有效地与对手展开交锋，还能充分展现出自身与众不同的魅力。”此外胡佛还认为，拥有缜密思维的人是一个魅力十足的人。

胡佛虽然已经离开了人世，但在他任职期间，定期让每名FBI特工训练缜密思维的规定至今都没有中断过。然而很多人肯定会认为，关于训练缜密思维的课程一定是非常枯燥的，但实际上训练缜密思维的课程是非常有意思的。一位FBI曾经这样描述道：“我们进行的关于训练缜密思维的课程是相当有趣的，在训练过程中，训练师会让我们反复玩美国军旗和塔罗牌等棋牌益智类游戏，甚至还会接触到中国的象棋。因为在训练师看来，这些益智类游戏不仅能有效地改善思维方式，还能使思维变得更加缜密。”经过这些训练后，便会使FBI建立起缜密的思维方式，为自身工作带来益处的同时，还将自身的魅力展现出来。

美国亚利桑那州历史上曾发生过多起凶杀案。而发生在1979年的一起离奇凶杀案最具有代表性。案件最终能够破获完全是因为FBI通

过缜密的思维方式将凶手抓获。

1979年2月的一天早晨，亚利桑那州联邦警察局接到了报警电话，据报警人称，在一座私人别墅中发现了8具尸体。随即，联邦特工便赶往现场。当他们到达现场后，便对犯罪现场进行了检查，检查中发现，8具尸体都被整齐放置成一排。当特工希望能在犯罪现场找出凶手遗留下的脚印时，却失望地发现，犯罪现场根本没有留下任何脚印。在这种情况下，FBI特工决定从其他方面入手。后来在对尸体的检查中，FBI仍然没有发现凶手留下的任何信息。正当FBI感到束手无策时，一名FBI特工抬头发现墙壁角落里写着“复仇”字样的血字。于是FBI展开了对这条线索的分析。

通过分析，FBI列举出这样的疑点：

第一，凶手杀人之后在墙壁上留下“复仇”的字样，说明凶手与受害者之间或许有过很深的过节。

第二，凶手在墙壁上写下血字，为何没有留下指纹或脚印等信息呢？

第三，凶手是如何逃脱的呢？

针对以上问题，FBI特工进行了认真思考，并且凭借自身缜密的思维，FBI对这些疑点纷纷给予了解答：

凶手之所以在墙壁上写下“复仇”二字，是因为他与受害者之间存在很深的矛盾；至于为何没有留下指纹或脚印的问题，FBI则认为，凶手或许接受过此方面的训练，从而掌握了不留痕迹的技巧。经过分析后，FBI对凶手有了初步的认识，即凶手可能是一名训练有素，甚至扛过枪的美国军人。于是接下来，FBI就紧紧围绕着这一点展开了调查。而一周后，美国陆军司令部向FBI总部传来了这样一则消息：陆军第四特种作战大队的一名入伍半年的士兵突然失踪，请求FBI协助调查。当FBI得知这一消息后，很快便将失踪士兵与制造别墅凶杀



案的凶手联系在了一起。于是从陆军司令部提供的资料入手，FBI发现，这名士兵进入到陆军第四特种作战大队只有不到半年的时间，此前他曾被派往海外执行过一些军事任务。据与他有过短暂性接触的人回忆：“他是个性格内向且不愿与人交往的人。”因此，FBI判断他在别墅中杀人的主要动机就是对美国军队的不满，从而滥杀无辜。

FBI通过这样缜密的分析，将犯罪分子的情况掌握得一清二楚，于是很快便将这名犯罪分子抓获了。此事一经美国媒体披露，便引起了很多美国民众的围观，FBI通过缜密思维破案也成为了美国民众传颂的佳话，为此很多民众对FBI又加深了印象，并被他们的魅力所折服。

8

绝对的自信是 展现个人魅力的气场因子

自信利于成长，同时也便于提升一个人的气场。而事实上也的确如此。在FBI看来，任何人都不能缺少自信——一个缺少自信的人就好比一片贫瘠的土地，不可能生长出充满生机的植物。

在现实生活中，很多人对FBI身上的那股自信都非常感兴趣，同时也非常钦佩。FBI无论在生活还是在社会交往中都会表现出绝对的自信。在生活中，他们的自信经常挂在脸上，言谈举止间都表现出轻松自然的神态。很多人就是被他们这种魅力所打动的。而在社会交往中，FBI更是将自信发挥得淋漓尽致。在一些社交场所，他们的这种自信表现在很多方面。比如，凭借自信，他们能用巧舌如簧的口才打动在场的每一个人，并能将现场的气氛推入高潮。就这样，FBI用绝对的自信将自身的魅力展现在世人面前。为此，许多人都想知道FBI是通过何种方式将自身绝对自信的魅力展现给世人的？因此，FBI认为，想要拥有绝对的自信，就要从以下这些方面入手：



(1)用自信培养自信。

据美国心理协会的一项研究表明，当一个人缺少自信时，如果继续让其做着令他没有自信的事情，那么他就会更加没有自信。比如，一个人对自身的交际能力不是太自信，可此时，非要让其主持一个大型的商业会议，其结果可想而知。因此，FBI给出的建议是，当一个人缺少自信时就应该做些能提升自身自信的事情，并采取积极的态度去完成这件事。比如，自身虽然不擅长与陌生人交往，但是在与友好沟通方面却有一定的经验，在这种情况下，就不妨先用自己的优势去尝试与人沟通，等与陌生人熟悉后，便可以与其展开交往了。

(2)即使遭遇失败也不要否定自己。

FBI认为，即使遭遇失败，也不要否定自己，因为这样会打击自身的自信心。比如，当一个满怀信心的人在研发某一种商品时，却出现了失误，这个人很可能就会表现得非常沮丧，但此时如果他否定了自己的研究，那么在他的潜意识中就会产生一种“我不行”的想法。久而久之，当这种想法在头脑中根深蒂固时，就会让其失去自信。因此，在FBI看来，培养自信就不能否定自己，尤其是在遭遇失败时。

(3)练习正视别人。

很多时候，一些人在与人交往时的眼神总是表现得不自然，也可以说，他们不敢正视别人的目光。在这种情况下，别人就会认为这样的人是一个缺少自信的人。为了改变在别人心目中不自信的印象，FBI认为，平时要多练习正视别人。然而，这对于那些缺少自信的人来说，确实不是一件轻松的事情，因此，FBI建议人们可以用循序渐进的方法去改变。比如，可以先从正视一个人的眼睛下部开始，等有了更大的勇气去正视对方后，再去正视别人的眼睛。只有通过这样反

复练习，才能让自身拥有自信，并将这种自信传递给其他人。

(4)用肯定的语气暗示自己。

在实际生活中，当一些女人在照镜子时，发现自己脸上出现色斑时，她们心里便会产生自卑感，认为这有损于自身的魅力。而那些自信的女人则会将这些色斑看得非常淡然，丝毫不会影响到她们的心情。这就是自信和非自信之间的心理区别。在FBI看来，这种自卑感是影响她们心情变坏的最大凶手，如果不正视此问题的话，自身也将难逃自卑的“魔手”。对此，FBI给出了这样的建议：“用肯定的语气告诉自己，脸上的色斑不会影响到自身的美丽，因为心灵美才是真正的美。”

(5)从小事做起，做自己能做的事情。

FBI认为，如果一个人在自身实力不强的情况下就去做一件高难度的事情，那么往往就会失败，而最糟糕的就是他们的内心也可能因此而遭受打击，这样一来，他们的自信心也就会受到打击。为了避免这种情况的发生，FBI建议人们要从小事做起，从而使自身增加自信心。而只有在自信心的带动下，才会有信心去挑战更难的事情。

其实，FBI就是通过以上这些方法树立起绝对的自信心的，这不仅为自身成长起到了积极作用，同时还向别人展现了其独特的魅力。这也难怪FBI在日常训练中会将自信当成是必修课程。



9

爱因斯坦与FBI的气场较量



在FBI的历史上，曾对闻名于世的物理学家爱因斯坦进行过监视和非法检查等。其中，FBI对爱因斯坦进行调查的资料长达数千页，上面记载着他与前苏联共产党有关联等多项内容。爱因斯坦并不是美国人，早在1894年，对战争深恶痛绝的他便开始号召人们团结起来，并高调地在反战宣言上签下了自己的大名。其实，爱因斯坦在物理学方面的贡献要远远大于他的反战思想。也正是因为这个原因，FBI才开始对其展开秘密调查。

由于FBI得到情报，又由于爱因斯坦在物理学方面有非常高的造诣，于是FBI便一口咬定爱因斯坦在进行着一项高度可疑的活动——研究核弹技术，随即便对其展开了暗中调查。后来胡佛便将爱因斯坦研究核弹技术报告给美国司法部，并希望得到司法部的支持，可没想到却遭到了拒绝。从目前分析来看，美国高层可能对爱因斯坦研发核弹非常重视，因此才拒绝了FBI。虽然FBI遭到上层的拒绝，但他们并没有放弃对爱因斯坦的调查。他们不仅监听爱因斯坦的个人电话和邮件，还搜查他的个人物品等。

直到多年之后，爱因斯坦才得知FBI已经暗中对自己调查了多年，于是内心充满了恐惧和不安。他越来越感觉到FBI就像一个隐藏在暗处的魔鬼，让人感到窒息。由于终日在惶恐中度过，所以爱因斯坦的心理承受了很多的压力，巨大的心理压力使他罹患重病，最终悄然离世。对此，美国麻省理工大学的一位心理学教授进行了这样的评价：“爱因斯坦的死在一定程度上是与他自身巨大的心理压力有关的，而这些心理压力或许就与FBI对其长时间的监视有关。”此言一出，立即引起人们的哗然。其实从现代的角度进行分析，爱因斯坦之所以会产生巨大的心理压力确实是受到了FBI的影响。那么，有哪些具有说服力的论断来支撑这一观点呢？为此，这名心理学教授分析了以下这些论断：

(1)在气势上，FBI的气势远远要比爱因斯坦的强。

FBI的外表总是给人一种唬人的气势，而爱因斯坦只是个体，气势方面肯定没有FBI高，这样一来，无疑在气势上处于被动状态。这是造成他心理压力的一个方面。

(2)在心理承受能力上，爱因斯坦比FBI要弱许多。

由于FBI会将心理承受能力作为日常的训练科目，并通过实战的方式来增强自身的心理承受能力。而爱因斯坦却根本没有做过心理方面的训练，因此，心理承受能力自然要弱很多。这样一来，当他面对一些突发事件的时候，其内心便会感到恐惧。

(3)在与人交往的技巧方面，FBI的交往技巧要远远比爱因斯坦的多。

有人将爱因斯坦称为“极端的反战人士”，认为他在反战过程中虽



然得到一部分人的支持，但同时他也与其他一些人结了怨。这样，他就不可避免地成为一些人的“眼中钉”。当结怨越来越深，又没有得到及时疏导时，爱因斯坦的人际交往便出现了问题，而那些与他结怨深的人对他是更加仇视。而FBI在这一方面的经验要比爱因斯坦多，因为如果FBI与某人结了怨，他们会想方设法与这个人进行沟通，以便能及时化解积怨。因此，他们也就能从容自如地做好人际交往。

以上这些论断就是这名教授得出的结论，因为在他看来，FBI自身强大的气场要远远比爱因斯坦高，而这也正是为什么FBI能得到更多人关注的原因。

10

学会藐视压力，
才能变压力为动力

著名黑人领袖马丁·路德·金曾这样说道：“衡量一个人是否成功，不在于他在一帆风顺时做了什么，而是要看他陷入困境时，是否能变压力为动力。一个人只要有勇气面对压力，并敢于将压力变成动力，那么就一定能逃脱压力，向世人昭告自己是个强者。”

在FBI看来，每个人都不可避免地会陷入到危机中，但转机也会伴随在每一个人身边。可以说，危机和转机之间只有一墙之隔，而只有那些陷入危机后能将压力变成动力的人才能跨过这堵墙。这种变压力为动力的方法是处理危机的关键。因为它能体现出一个人在危机面前表现出的态度和勇气。因此FBI认为，如果在压力面前选择逃离，就根本不可能出现转机，如此一来，便丧失了发展的动力。

其实人生发展路上少不了危机，在一些人看来，危机只会带来更多的压力。其实不然，危机虽然让人们感到压力，但正是因为有了压力，才使得人们走得更快更稳。在FBI看来，一个人没有压力是不行的，有了压力才会付出更多的关注。

在现实生活中，每个人在工作或生活中都会感受到压力，当这些



压力压得他们喘不过气时，便会出现一些症状。而相比之下，FBI却不会出现各种各样的心理症状，因为他们善于将压力转换为动力。那么，他们是如何做到的呢？

(1)及时将压力排放出去。

当FBI产生压力后，能及时将压力排放出去。比如，他们会把当前面临的处境或出现的困难向别人倾诉，以便得到朋友们的建议。即使有时候，一些朋友可能只是纯粹的听众，但将自身的压力说出来总要比憋在心里好。但值得注意的是，在排放压力时，要以积极的心态看待压力，不能将坏情绪传递给别人，这样才不会导致别人产生压力。

(2)出现压力，就要转移注意力。

出现压力，转移注意力是非常重要的。因为，当一个人产生压力后，大脑会处于高度紧张的状态，在这种情况下，这个人就不容易摆脱压力，而摆脱压力最好的方法就是要学会转移注意力。比如，可以到开阔的地方去呼吸几口新鲜空气，并随意走走。这样才能有效摆脱受压力的苦闷心理。

(3)坚定信心。

当一个人在感到有压力时，往往会觉得力不从心。此时，他们就更容易失去自信。因为他们害怕自己没有能力去克服压力。为此，FBI提醒人们，当感到力不从心时，不要悲观泄气，而是要坚定信心，因为只有这样，才能缓解压力。因此，信心对于一个人来说是至关重要的，同时它也是展现一个人魅力的重要的因素。

(4)学会自我暗示。

FBI认为，自我暗示能带来意想不到的效果。比如，当一个人心情沮丧时，可以对着镜子大声说：“我一定能成功！我一定能克服眼前的困难！”，这样就可以有效改善心情的沮丧。再比如，当一个人身患疾病时，可以对自己这样说道：“我一定能战胜病魔。总有一天我会好起来的。”这样，相信这个人将很快就会恢复健康。这些都是自我暗示带来的效果。因此在FBI看来，化解压力不妨可以用这种技巧。暗示自己一定能够战胜压力，这样，压力就真的不复存在了。

(5)学会藐视压力。

当一个人把压力看得非常重的时候，不仅会给自己带来巨大的心理压力，还会影响到执行的效果。然而FBI则会藐视压力，因为在他们看来，对待压力最好的办法就是要学会藐视它，只有这样才能降低压力的能力，从而使自身战胜压力。

在现实生活中，FBI对待压力的态度一直是藐视的，这不仅使他们增强了战胜压力的信心，还使压力在他们的藐视下“望风而逃”。

在FBI的历史上，就曾发生过一起变压力为动力的案例。

20世纪80年代，美国国内经常爆出政界的丑闻。比如，美国参议院的一位高层就曾与海外走私团伙有着非常紧密的联系。当FBI得知这个消息后，想对其展开调查，可却接到了美国总统特使不准调查的命令。起初FBI并没有在意，于是便对其展开了调查。然而三天之后，参与调查的FBI特工却收到由美国总统特使和美国参议院几名高层共同签名的一封信，信中要求FBI不准再对参议院的高层进行调查，否则将饭碗不保。面对如此大的压力，FBI也曾想过放弃。但为了维护美国的国家利益以及调查出事情的真相，FBI毅然决然地继续



调查起来。其中调查的阻力可想而知，但FBI并没有就此放弃。

在调查的过程中，FBI始终将调查出事情的真相作为最终目标，并通过“我们一定要查出事情的真相”作为心理暗示，将压力变成动力，从而最终成功找出参议院高层与海外走私团伙之间的交易内幕，并将内幕公诸于世。当时，FBI调查出的内幕消息一经公布便在美国政界炸开了锅。很多人都被FBI这种大无畏的精神所感染，并称赞他们敢于与一切势力做斗争。

FBI这种藐视压力，将压力变为动力的精神感染着很多人，美国民众不禁发出这样的感叹：“他们的这种精神感染着我们，让我们领略到他们独特的魅力，并且这些魅力不会转瞬即逝，而是会在我们的心里留下深刻的印记。”



不断修炼自身的气质 才能提升自己的气场能量

在FBI看来，气质是一种难以捉摸的概念，有很强的“只可意会不能言传”的意味。在现实生活中，人们也会经常用气质来评价一个人，如仪表端庄、神态自然、高洁优雅等，这些都是好的气质带给一个人的风采。FBI认为，一个人的气质美是一种内在美。当然，气质还可以升华到精神层面，是一个人的思想、道德、文化修养的集合体。而大多数情况下，气质好的人，往往能将自身的魅力展现给别人，并给人以美的享受。比如，一个人谈吐自如、性格直爽，能给人带来动态气质美；一个人性格温柔、举止端庄，能给人带来一种静态气质美。

FBI自始至终认为，气质的好坏是关系到自身魅力能否展现出来的关键。也就是说，一个拥有良好气质的人往往能将自身最吸引人的魅力展现给别人，而那些缺少个人魅力的人往往也不会拥有好的气质。然而，好的气质也是可以通过后天修炼得到的。下面，FBI就总结出几点修炼气质的方法：



(1)保持良好的站姿。

良好的站姿是展现自身魅力与气质不可或缺的一个方面。FBI认为，在站立时身体一定要挺直，最标准的就是要做到“站似一棵松”。此外，在站立过程中要挺胸抬头，但不要总是仰着头，胸也不要太挺，只要做到平即可。无论在何种场合，都要保持这种良好的站姿，这样就可以形成一种好习惯，同时也会给别人留下一个好印象。然而或许有一些人会认为不容易站出这样的效果。因此，FBI建议大家：脚跟、臀部、上身以及头部紧贴着墙壁，并且两只手自然下垂，两腿并拢做立正姿势，这样每天持续练习半个小时，一个月后必将收到良好的效果。

(2)坐姿要优雅。

坐着时，上身要直立，臀部可以只坐椅子的一半，腿要自然下垂，既可以并拢向左侧放置，也可以并拢向右侧放置。但切记不能将腿高高翘起，这样会给人不被尊重的感觉。此外，也不要将两腿叉开，因为这样既不优雅，又会影响自己在别人心目中的形象。据美国心理研究学会的一项调查表明，坐姿是否优雅在很大程度上决定了一个人能否给别人留下好的印象，通常情况下，坐姿优雅的人不仅能给人留下好印象，还能增加自身的魅力，而那些不注重坐姿的人往往不能将自身的魅力完美地展现给别人。

(3)走路要自然。

对于一些人而言，走路也许是被他们忽视的。所以，他们走路非常懒散，从而让别人感觉到他们是轻浮的人。因此，FBI认为，走路同样是展现自身魅力的一个方面，也同样需要引起重视。因此，FBI给出的建议是，要挺胸抬头走路，不要低头看着自己的脚趾头走路；

要走出自己的气势，不要急步流星，更不要慢慢腾腾。但需要注意的是，走路时可以扭动臀部，但不要让上身也跟着扭动，因为这样极有可能给别人留下不良的印象。

(4)注意着装。

俗话说“人靠衣装”，一个有着优雅气质的人往往会非常看重个人的着装问题。在他们看来，着装得体能体现出其自身的修养和魅力。因此FBI认为，一定要将选择适合自身身份和年龄的衣服作为着装首要考虑的因素。而在衣服的选择上不一定非要追求名牌，适合自己才是最为关键的。比如，一个斯文的知识分子为了追求与众不同，非要穿上滑稽的演出服装，如此一来，还怎么体现出自身温文儒雅的气质呢？

(5)面部表情大有学问。

FBI认为，一个人的面部表情学问非常深，它是展现自身魅力最直接的构成因素。气质优雅的人的面部表情通常都是让人感到轻松的，而缺少个人气质的人的面部表情往往是不生动的。对此，FBI的建议是，一个人在向别人展现个人魅力时，首先要学会微笑，因为微笑能给人带来如沐春风的感觉，这样一来，自然也就能让人感觉到自身的魅力。而微笑就是要做到诚挚，而不是呆若木鸡，也不是大声傻笑。此外，还要做到笑不露齿，而轻轻地向上扬起嘴角则是最优美的。

由此可以看出，FBI就是通过以上这些方式修炼自身的气质的，所以，对于那些想提升自身气质的人，也应当向他们一样认真学习修炼气质的方法，因为，这确实是为了展现自身独特魅力而最值得学习的修习术。



12

保持积极乐观向上的精神 才是修炼FBI气场魅力的关键所在

随着世界的发展，越来越多的人开始对FBI有了更深的认识，认为他们是一群乐观向上的人。比如，当他们遇到一时难以破获的案件时，不会表现出消极的情绪，反而会表现出乐观的精神；当他们取得一个又一个胜利时，不会停下前进的脚步，反而会继续向着更高的目标而努力奋进。这就是他们独特气场——乐观向上。

那么在实际生活中，FBI是如何将乐观向上的气场展现给人们的呢？

（1）树立积极乐观的心态。

FBI认为，心态对于一个人来说至关重要，而心态的好坏则决定了一个人气场的强弱。通常情况下，心态好，气场就强；心态坏，气场就会随之变弱。比如，一个人有着非常好的心态，生活中遇到的挫折也能正确对待，并能用这种积极的心态感染其他人。而那些心态坏的人，在遇到挫折时，往往不能理性对待，而是会采用非常极端的方式去解决问题，这样一来，他们就不会拥有太强的气场能量，自然也

就不能将自身的魅力展现出来。

而事实上，FBI就为自身树立了积极乐观的心态。2001年9月11日，美国世贸大楼遭到恐怖分子的袭击，被袭击过后的世贸大楼一片狼藉。然而在楼体的废墟下却出现了这样令人难以忘怀的一幕：一块被砸得只剩下半面的楼板下，一名中年人手握一名老者的手，并不断鼓励他：“不要怕，我们一定会脱离险境的。”当救援人员将压在他们身上的楼板清除，并将他们送到医院进行抢救时，老者在医院中掩饰不住内心的激动，对现场的人说道：“我能存活下来真是个奇迹，如果没有他在精神上鼓励我，我是不会存活下来的，是他用积极乐观的心态鼓励了我，使我有强烈的求生欲望。”事后，人们才发现，老者口中的“他”是一名在FBI从业15年的高级探员。当灾难发生时，这名FBI恰巧与老者一起逃生，然而在逃跑过程中，他们被一块楼板压住了身体，不能动弹。楼板的挤压给两个人的身体上带来巨大的疼痛，但幸运的是，两个人并没有当场被砸死。此时，求生欲望强烈的FBI为了使身旁的老者能够坚持下去，对其进行了鼓励，并告诉他搜救人员很快就能将他们解救出去。起初老者并不相信，甚至已经做好了死的准备。但在FBI的多次劝说下，老者也像他一样树立起了积极乐观的心态，从而最终使两个人得以获救。

(2)遭遇到挫折后，也不会退缩。

在现实生活中，每个人都会遭遇到挫折，FBI也不例外。他们在实战中也经常会遇到一些难以破获的案件，但他们并不会选择退缩，而是会用积极的心态去解决问题。如1999年，发生在美国路易斯安那州的一起严重的汽车爆炸案。这一年的2月，路易斯安那州的一个大型超市像往常一样人流熙攘，突然，一辆急速飞驰的卡车朝超市门口冲了过来，随即便引发了巨大的爆炸。事后据FBI统计，当场便有11



人死于爆炸。然而，爆炸发生后，却没有任何组织宣布要对这起爆炸案负责，这无疑使FBI查找凶手变得困难重重。三天后，FBI并没有得出任何有价值的结论，此时，美国一些民众开始上街游行，逼迫FBI尽快找出凶手，否则他们会一直游行下去。与此同时，包括美国国务卿在内的高层都建议让中央情报局接手此次爆炸事件，但却被FBI拒绝了。虽然此时FBI在美国国内遇到了很强的压力，但他们并没有放弃，而是用积极的心态夜以继日地对爆炸案展开了调查。就这样，过了一个星期后，当FBI将实施爆炸的幕后指使者缉拿归案，并向外界公布时，无论是此前进行游行的美国民众，还是一些美国高层都惊叹不已，他们被FBI折服了。当一名记者问一名参加抓捕爆炸案组织者的FBI是凭借什么方法破获案件时，FBI平淡地说道：“遭遇挫折后能用积极乐观的心态去对待工作，才是我们追捕犯罪分子的关键。”

(3)取得成绩后，会继续向着更高的目标发起挑战。

FBI与犯罪分子的斗争每时每刻都在进行着，虽然他们取得了很多次成功，但他们并没有就此停下与犯罪活动展开斗争的脚步。FBI认为，胜利只是代表一时，而不是一世。此前取得的胜利只是为此后的斗争积累经验而已。而最大的胜利就是要向着更高的目标发起挑战，这样才能体现出向上的精神。

从以上这些方面，人们很清楚地看到了FBI自身散发出来的强大的气场，并深受感染。而事实上的确如此，FBI正是通过这种乐观向上的气场将自身的魅力展现出来的，并且这种气场感染着越来越多的人。

A black and white photograph of two FBI officers in riot gear, including helmets and shields. The officer on the left is facing forward, while the one on the right is seen from the back. The shields have 'FBI' written on them.

Part 02



FBI独有的气场训练—— 让练习耐力成为一种生 活态度

联邦警察并非是仅仅将严肃的表情融入脸部肌肉的一群人，他们中的每一个人都拥有着非凡的魅力，因为他们都拥有着各自强大的气场，而这种气场是他们通过后天训练形成的。在社会生活中，他们会通过各种途径来锻炼自己，并不断完善自己。所以他们将自己定义为榜样，然而却不是去享受榜样的光辉，而是以榜样的标准来约束自己。他们努力成为权威，在别人难以抉择时帮助他人。他们时刻将自己最好的一面呈现给别人，用宽容的心包容他人。他们不仅是职场中的明星，更是生活中的焦点，且看他们是如何训练自己的气场，如何在人群中获得欢迎。



疏通生命力的通道

——FBI的气场训练之道



FBI之所以能将自身的气场展现给别人，很大程度上与他们的气场训练之道有关。人们不禁会问：“FBI有哪些气场训练之道呢？”因此，美国联邦调查局著名的训练大师乔·纳瓦罗表达了这样的观点：“气场训练需要的是疏通生命力的通道，这才是气场训练最核心的部分。”

那么，什么是生命力通道呢？在FBI看来，所谓的生命力通道就是指，让自身的生命力充满活力，并让自身的气场能充分展现出来。而疏通生命力通道就需要一定的方法和技巧。为此，FBI总结出以下一些疏通生命力通道的方法：

(1)时刻舒展自己的肩部。

FBI认为，强大的气场，首先在于肩部的舒展。如果细心观察那些气场强大者的肩部，就会发现他们的肩部是完全舒展开来的。但有一种情况要排除在外，那就是打哈欠。因为打哈欠虽然也是在舒展自己的肩部，但其本身却没有气场能量。因此，就不能算是真正的舒展



肩部。在现实生活中，我们经常可以看到这样一种人，当他们身处险境时，往往会将身体蜷缩在一起，他们的肩部并不能完全舒展开，很明显，这是他们寻求安全的一种方式，但与此同时，他们也不会产生强大的气场。而FBI在实战中总能将自身的肩部舒展开来。比如，他们在讯问罪犯时，严肃的表情只是震慑罪犯的一个方面，而另外一个方面则是用舒展的肩部来震慑罪犯的心理。因为，FBI舒展的肩部能向罪犯传递出这样一个信号：不要试图做无谓的反抗，我们已经掌握你犯罪的所有证据。

（2）挺直脊柱和腰部。

挺直脊柱和腰部也是非常重要的。在FBI看来，挺直的腰才能将自身气场“挤”出来，也就是为什么士兵总是挺直腰背的原因了。乔·纳瓦罗认为，一个人的气场能通过挺直的脊柱和腰部很好地释放出来。如果一个人不能挺直腰部，还谈何气场呢？

而事实上也的确如此，据乔·纳瓦罗多年的研究，那些气场能量高的人往往就像士兵一样将腰挺直，以便给人留下强有力的气场；而那些气场能量弱的人，要么是站立不正，要么就是不能将腰和脊柱挺直，这样一来，气场便不能有效地释放出来，从而影响其自身的形象。为此，FBI给出的建议是，不断地去训练挺直脊柱和腰部。FBI认为，训练挺直脊柱和腰部是需要长期坚持的，必须要树立坚定的信念。很多人可能会问：“训练脊柱和腰部有哪些行之有效的方法呢？”对此，FBI给出这样的训练方法：将脊柱紧靠住墙壁，眼睛直视前方，并做深呼吸。每天持续做两次，每次做十五分钟，这样连续训练一个月必能起到效果。当把它当成一种习惯后，自然也就能养成挺直脊柱和腰部的习惯，如此一来，自身的气场也便显现出来了。

(3)收起小腹。

联邦警察在训练中除了被要求挺胸、抬头、提臀外，还要求收起小腹。在FBI看来，收起小腹能有效地将自身的气场散发出去，同时他们认为，腹部的神经组织是全身最集中、最密集的地方，也是一个储存能量最丰富的地方。然而，一般情况下，小腹下垂的人，往往不能将气场储存，自然也就很难将自身的气场展现给别人。也许有些人会提出质疑：“那些气场强大的人往往是下垂着的。”但FBI却不认同这种看法，他告诉人们：“那些看上去小腹下垂的人，其实他们的小腹是紧绷着的，这样就会给人带来一种假象。但就是这种假象使他们自身的气场释放了出来。”

以上这几种方法便是FBI在实际生活中总结出来的宝贵经验，因为他们认为这是气场训练不可或缺的方法。但那些原本持怀疑态度的人在按照这个方法训练之后，他们才深刻感受到了这些方法的有效性。至此，他们此前的怀疑态度荡然无存，更多的则是对这些气场训练方法的认可。因此，我们有理由相信，要疏通生命力的通道就需要掌握一些气场训练之道。



2

强化渴望练习 ——FBI独特的气场训练方式

一个人的气场有强有弱，它可以是先天形成的，也可以是后天经过训练而得到的。FBI从多年的研究中发现，气场虽然是一种很玄的东西，但是它却能通过后天的训练来得到。当被问及如何训练自己的气场时，FBI心理研究中心给出了这样的答案：用强化渴望的方式训练气场，才是增强气场、展现气场的最独特的方式。

那么，FBI在实际中是如何进行训练的呢？

(1) 制订强化渴望训练的计划。

FBI认为，要想增强气场、训练气场，最起码要制订如何训练的计划。这是训练的基本要素。比如，从自身的实际情况出发，制订出一套切实可行的气场训练计划。一位在FBI从业10年的高级训练师这样表示道：“提升自身的气场，需要进行气场训练，而在训练前，就需要有训练的计划。其中包括训练何种气场、如何进行训练、训练的周期等诸多问题。而只有把这个训练计划进行周密部署和安排，才能为训练气场打好基础。”

其实，在现实生活中，从事任何一件事情时，都要事先进行周密的部署和计划，而FBI展开的气场训练也不例外。因此，想要让训练得以有效开展下去，就必须制订详尽的计划。

(2)按照训练计划中的要求进行训练。

一旦训练计划制订出来以后，就要按照计划中的要求进行训练。比如，训练计划中规定每天都要进行气场训练，那么就要严格执行它。而训练计划中制订每天的训练时间，也要坚持执行。这样一来才能使计划得以有效实施。因此，在FBI看来，当制订出训练计划后，执行力的好坏将影响到整个计划是否能正常实施。而一般情况下，能按照计划中的要求去训练往往比那些不按照计划进行训练所收获的要高。为了使人们加深理解，FBI用这样一则寓言故事说明了按照要求执行的重要性：

很久以前，美国一座山脉由于受到强烈地震的影响经常出现火山爆发或山体滑坡等现象，在这种情况下，山里的猴子家族开始变得不安起来，因为每一次火山爆发都会使家族中的一些猴子死于非命。于是猴子家族决定离开这座世代生存的大山，而到500公里以外的一处平原去生活。猴子家族中的猴王为此制订了迁徙计划：计划花费一个月的时间迁移到平原，其中还规定了在行走中不要迷恋沿途美丽的风景。就这样，猴子家族便开始了远距离的迁徙。沿途的风景确实诱惑了很多猴子，它们纷纷停下脚步去欣赏。即使猴王规定了猴子不能被沿途的风景所迷惑，但其效果却并不明显。这样一来，原本一天能走完的路程却被延长至两天。然而，这时一场罕见的大地震爆发了，猴子家族却未能幸免于难。其实，FBI想通过这个寓言故事告诉人们，制订出计划就必须要按照计划严格执行，不然，将会使整个计划付之东流。



(3)学会在潜意识里进行训练。

FBI认为，在潜意识里加强渴望训练。比如，想要得到某一样东西时，可以对自己说：“我渴望得到它，我一定会实现愿望的……”。再比如，当面对一时找不出答案的问题时，可以不停地对自己说：“我一定能找出解决问题的答案。它已经离我越来越近了。”FBI在现实中就是通过潜意识的训练来增强自身气场的。

2000年，美国迈阿密州的一条高速路上发生的一起汽车连环相撞事故令FBI匪夷所思，更加令人震惊的是，相撞汽车的司机都神秘地消失了。为此，FBI展开了调查。在事故现场，FBI并没有发生异常，也没有发现汽车司机留下的任何身份证明。调查一周后，FBI并没有找到任何有价值的信息。此时有人已经表现出烦躁的情绪。但经过短暂的调整后，他们想起了FBI局长穆勒对他们说的一句话：“当你们遇到困难时，不要气馁，而是要在潜意识里对自己说‘我渴望摆脱困难，我一定会很快找到解决问题的办法。’”凭借这些牢固的潜意识，FBI在此后的调查中好像得到了上帝赐予的神秘力量一样，很快便找到了制造汽车连环相撞事故的犯罪分子。

由此可以很清楚地看出，FBI就是通过制订强化渴望训练的计划，以及学会在潜意识里进行训练的方式来增强自身的气场的。因此，这种独特的气场训练方式确实是值得人们借鉴与学习的。

3

 每时每刻都要
树立起自己的权威

每个领域的权威人士，在别人看来总是高高在上的，他们都拥有强大的气场。因为他们就是权威，他们所说的理论总是让人信服，甚至别人的观点都需要得到他们的印证才可以被确定为正确的。而实际上每个人都是可以成为权威的，这就需要学会树立自己的权威，因为这可以提升自己的气场。但树立权威并不是一件简单的事情，也绝不是随便说说就行的。

当你在一个领域中成为了中心，并且你的存在变得很重要时，如果没有你，就会让整个领域失去一种色彩，那么此时你就成为了权威。这种权威也并非表现在单方面，无论工作还是生活都要树立自己的权威，这样你的气场才会得到提升。就像FBI的训练，他们的训练不仅仅只是在工作时间，在胡佛大楼里，而是要融入到生活，因为他们不仅要在职场树立自己的权威，在朋友与家庭中都需要树立权威。那么，处在不同的场合中，应该如何树立自己的权威呢？



(1)如何在职场中树立权威。

在职场中树立权威的第一步就是要成为职场的中心，就像FBI的探员，当一名FBI被联邦调查局需要，被联邦调查局重视，没有他联邦调查局就犹如一部机器缺少了零件一样，那么这名FBI就成了职场的明星，也就树立了自己的权威。当然一个团队的胜利不会完全依赖一个人，然而一个好的团队则需要各司其职的队员，而能够各司其职，就需要每一个人都要在各自的领域内是优秀的，甚至是最具权威的人士。你不仅需要完成自己的任务，同时还能够帮助你的同事完成任务，而且是出色地完成。当团队遇到状况时，如果大家将目光不约而同地对准你，那么你就成功了，你已经将自己的权威性树立在了每个人心中，你已经成为他们的中心，这时你的气场也就在不知不觉中得到了提升。

(2)如何成为朋友们的中心。

FBI的探员们在普通职业的朋友圈中，他们大多数都是做决定的人。当朋友们相聚不知去往何处时，他们会将目光对准FBI，等待他的决定。而当朋友们相聚不知该吃些什么，玩些什么时，他们也会聚集目光对准FBI，让他来选择。因为FBI早已经在朋友圈中成为中心，树立了权威，朋友们都相信他。原因何在？这是因为FBI在朋友最需要帮助时能够做到雪中送炭，而雪中送炭正是最让人温暖的举动。而且FBI会利用自己的见识阅历以及能力来帮助朋友渡过难关。FBI在朋友圈中魅力四射，在闲暇时间朋友们总是能想起他，而他的气场也无比强大，因为他的决定可以被每一个人所接受，起着主导的地位，而其他的人的决定则经常会受到其他的人质疑或反对。在生活中，当你的意见被当做命令来使用时，自然而然你的气场也会得到提升，这种气场会保持在你的身上，即使你暂时离开生活，投入到其他的圈子中

去，这种气场也依然存在。

(3)如何在家庭中树立权威。

大多数家庭中，具有权威决策作用的往往是男性，但这并不能代表全部，因为也有很多家庭是女性起着主导地位。那么，主导地位是由什么决定的呢？在FBI中，有的与其他职业的人组建了家庭，有的在内部寻觅到了伴侣。当FBI与其他职业人士组建家庭后，FBI毫无意外的，都成了家庭中的权威。因为他们有能力承担最大的家庭责任，能够肩负起家庭的重任，在重大的问题上他们说一不二，而他们的另一半也愿意将家庭琐事推到他们身上并十分相信他们。这样的家庭往往是幸福的，因为在问题的解决上不会发生歧义，一个愿意并且能够承担责任，而另一个则乐于并且享受清闲。而家庭成员的信任对于FBI来说也是对其强有力的肯定，渐渐的在他们身上便会产生一种完全自信且敢于承担的气场，这对于FBI来说是十分有益的，因此在家庭中也会提升他们的气场。

在现实生活中，一个人生活的主体是由工作圈、朋友圈和家人圈组成的。如果你在这三个圈子中都在训练自己的气场，那么你就将对气场的提升做到了每时每刻都在进行。但是仅仅如此还是不够的，其霸气外露，锋芒毕露还不是最高的境界，最高的境界就像是金庸小说中的“扫地僧”，能够收放自如，藏智于拙。这样就你要随时控制自己的气场，以便在需要时来展现不同的气场。

卡耐基曾经说过：一个成功者，他的专业素养所起的作用只有15%，而交际能力则占85%。这也就是说一个人与他人打交道的能力对成功有着更直接作用。而在交际中，气场则发挥着重大的作用，所以在生活中训练气场提升气场则显得尤为重要。因为只有强大的气场才能让你在人潮中如鱼得水，在处理交际问题上游刃有余。



4

建立起独有的心灵感召力

联邦警察不仅对美国公民有着强烈的吸引力与感召力，而且在世界各地都有大批的人向往着能够进入胡佛大楼，成为FBI的一份子。可以说，这就是联邦警察独有的心灵感召力所起到的作用，因为他们具有一种“心灵感召力”。联邦警察的这种魅力并非天生丽质的吸引力，而是通过后天训练获得的一种内在气质的魅力。如果你想要获得这种魅力及感召力，那么，就需要通过以下几个方面的努力。

(1)要有理想，有目标。

谁都渴望得到自己想要的，既然渴望自然会为之努力，争取有朝一日能够得到。常有人说，工作中的人最有魅力。而这个工作代表的则是追逐理想。一个没有理想目标的人就好似一具行尸走肉般没有灵魂。试想这样的人又怎么可能具有吸引力及感召力呢，只有有理想才能够让一个人更有魅力及感召力。

从前在森林里有一群马，这群马的首领生下了两匹小马驹。但这两匹小马驹却一弱一壮，壮的这一匹长得体格健硕，毛色油亮，一切看起来都那么漂亮，所以在马群中他总是焦点，吸引着其他马儿。而

有关此电子图书的说明

本人由于一些便利条件，可以帮您提供各种中文电子图书资料，且质量均为清晰的 PDF 图片格式，质量要高于网上大量传播的一些超星 PDG 的图书。方便阅读和携带。只要图书不是太新，文学、法律、计算机、人文、经济、医学、工业、学术等方面的图书，我都可以帮您找到电子版本。所以，当你想要看什么图书时，可以联系我。我的 QQ 是：**89039855**，大家可以在 QQ 上联系我。

此 PDF 文件为本人亲自制作，请各位爱书之人尊重个人劳动，敬请您不要修改此 PDF 文件。因为这些图书都是有版权的，请各位怜惜电子图书资源，不要随意传播，否则，这些资源更难以得到。