



命运

掌控你人生的命脉玄机

DESTINY

你认命吗？


现在，是时候改变你的人生了！

高朋 | 著

江苏凤凰文艺出版社

JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND ART PUBLISHING LTD

000000



命运

掌控你人生的命脉玄机

DESTINY

高朋 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

图书在版编目(CIP)数据

命运 / 高朋著. — 南京: 江苏凤凰文艺出版社,
2015

ISBN 978-7-5399-8126-0

I. ①命… II. ①高… III. ①成功心理 - 通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第008869号

书 名 命 运

著 者 高 朋
责任编辑 孙金荣
策划编辑 一 航 康晓硕
特约编辑 李 合
文字校对 孔智敏
封面设计 主语设计
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰文艺出版社
出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.jswenyi.com>
经 销 凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷 三河市金元印装有限公司
开 本 700毫米×1000毫米 1/16
印 张 17.5
字 数 191千字
版 次 2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5399-8126-0
定 价 35.00元

(江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

改变你的命运!

威廉·华莱士（福特基金会北美地区项目官员）

七年前，我还只是一名普通职员，在加州南部某家兜售劣质儿童玩具的小公司工作。要知道，当年走出康奈尔大学的校园时，我可是怀揣着美丽梦想，想雄心勃勃地准备大干一场，并对此充满希望的。我要改变自己的命运！没有什么可以阻止我奔向成功！然而，在我成为制造“游乐园垃圾”的市场投机分子的帮凶时，我的生活立刻像被扔进了万丈深渊，看不到丝毫光亮！

直到我认识了高朋先生。那是某一天，在洛杉矶纪念体育场，我们公司正在为一场商业聚会提供道具服务。正当我垂头丧气地收拾着几把椅子，准备离开时，高朋先生向我走来。他笑着说：“嘿，兄弟，你在干什么？”

我愣了一下，耸耸肩：“哦，你已经看到了，我在工作。”

“不！我认为你在浪费生活，”他也耸耸肩，“你不会有出息的，扛着一些道具，扯着一些电线，脸上写满了‘我很倒霉’，也许这辈子你就这样混下去了，如果你不给自己一次机会的话。”

真是一个毫无礼貌的人！当时我的第一个念头，就是冲上去给他一拳，然后再怒斥他的无礼。然而，我却没有那么做，甚至没有任何过激的反应。我待在原地，不知该说点什么，因为他确实说到了我的心上，我的心被刺痛了！

他接着说：“我观察你有10分钟了，并非因为我有偷窥欲，而是你实在太引人注目了。事实上，我还有几名同事也被你吸引了。知道他们是怎么说你的吗？你是一个看上去就很失败的人，你毫无生气，没有工作的激情，没有生活的动力。你可能只有25岁，但看起来就像行将就木的80岁老人。请问，你觉得自己的命运很悲惨吗？”

我不由自主地说：“是，是的！”

高朋先生身上有一种特殊的气质。他总能让人觉得：噢，这件事他的看法可能是正确的，我何不试试看呢？他的眼神有一种无法抗拒的说服的力量。

那天我一回去，就开始反思自己的状态，认真地考虑一些关于“命运”的问题——这是那天纪念体育场的聚会主题，很多人上台发言，主持这场讨论并针对人们的

问题做出详细解答的就是高朋先生。

一周后，我给老板递上了一封简短的辞职信，来到华盛顿，加入了现在的工作团队，找到了自己的人生定位，对未来重新变得乐观和积极起来。

现在，我已经成了高朋先生忠实的追随者。最近几年，福特基金会的教育项目和高朋先生有着深入的合作，我们一直在全球开展“命运力课程”，至今已有超过80万人参与并从中受益。我们科学地研究和剖析影响命运的各种因素，包括行为动机、选择、情商、意志力以及人与人之间的关系在其中所起到的重大作用，并把这些成果与世界各地的有心人分享。

在这里我想说的是，对每一位真诚希望了解命运、改变命运的人士来说，高朋先生的理论、课程和他多年来取得的成就，是值得借鉴的——无论你之前的人生是灰暗的，是毫无生趣的，是缺乏安全感的，还是迷失方向的，你都能从这本书中找到自己的答案！

请相信，每个人都能主宰自己的命运！

序

PREFACE

从现在起，重塑我们的“命运系统”

在展开“命运”这个话题时，我们首先面对的是很多“问题”。

为什么有的人天生就有一种成功的气质，有的人一看就是彻头彻尾的失败者？

为什么你之前一直看不上的人，现在却成了你的顶头上司？

为什么10年前还默默无闻的老同学，现在却突然成了上市公司CEO？

为什么条件相同的人，这个人在工作中能顺利地完成任务，另一个人却屡遭滑铁卢？

为什么同样的事情，选择不同，得到的结果便大相径庭？

为什么大家都获得了好机会，你最终的命运却不如对方？

是哪些原因，让一个在自动售卖机旁边收集瓶盖的7岁男孩在40年后成为了世界首富？

又是什么样的问题，打垮了一位家境和学识都很好的哈佛大学的高才生，让他短短3年的创业生涯变成了一场噩梦，进而失去了对自身命运的主宰？

在思考这些问题时，你会发现一个奇特的现象，那就是——每个人的命运都是难以琢磨的，好像也是无法预测的。人们既不知道命运的预测方法，也不清楚它的预测过程。而且，人们总是本能地拒绝任何对自己不利的预测结果。

人的命运看上去像是注定的，但一定程度上又是可以改变的。只要你争取做对一些事情，并避免做错另一些事情，你就能够躲过一些陷阱，顺利地通过人生的种种考验，成长为命运的强者。

如果你懂得这段话，上面那些问题对你而言就不存在了。因为你可以理智地设计和修改自己的“命运系统”，并对未来想得更远。你是一个可以成熟地经营自己人生的人，这并不是因为你比别人更聪明，而是由于你知道自己应该做什么，以及怎么去做！

你会在顺境中努力奋斗，在逆境中低调学习；

你会合理利用一切资源，开拓更多的关系；

你会摆脱不利因素的影响，果断地选择最正确的道路。

这一系列的决定和行动，都是对我们“命运系统”的原始模式的改造和重塑。发现问题，解决问题，而不是在困境中沉沦，在失败中沮丧，全面改善自己的每一个“命运指数”，以获得命运的突破。

第一，你要调整自己的人生格局，提升自己的布局能力。

第二，你要提高自己的选择和决策能力，少犯错误。

第三，你要懂得抓住机遇，尤其是那些至关重要的黄金机遇。

第四，你要改善情商，让自己成为一个情感丰富和自控能力很强的人。

第五，你要清楚自己的目标和方向，并坚定地前行，直到它完全实现。

第六，你要为自己建立高效的行为模式，具备强大的实干精神和行动力。

这正是本书的“命运力课程”要讲到的六项内容，它将帮助你回顾自己的过去，展望自己的未来。重要的是，它会带你走向人生的成功和命运的成功。成功，并非为了实现功利的人生追求，也不是多么复杂和深刻的过程。就像我的朋友、洛杉矶商学院的凯莉教授说的：“成功的人生就是将我们在生活和工作中经常遇到的事情做到位，只要把90%的工作处理完美，你就是命运的赢家了！”

很显然，失败者经常因为做不好这些事情，从而倒

在了某些环节上，爱上了抱怨和牢骚。我经常遇到这样的人——他们有很好的条件，有优越的人生起点，比如家庭背景、人脉，还有机遇，但他们却没有成功，甚至几年过去了，他们变得越来越平庸，最后过得很不如意，整天抱怨自己的命运。

还有一些人，他们失败后从不思考自己的原因，而是盯着跑在自己前面的人——嫉妒和憎恨写在他们的脸上。在这些失败者的人生中，他们唯一能做的事情就是祈祷成功者“阴沟里翻船”，而让自己得到不劳而获的运气，使自己的命运得到相对的改善。

对我们每个人来说，改变命运需要做什么，必须做什么？这是值得深思熟虑的问题。其实很简单，在这个世界上，不管做什么，只要你能做到进退有据，可能不会做得太好，但至少不会做得太差，不会成为被别人指手画脚的那类人，你就会拥有一个较好的命运，你的人生也就已经成功了一多半！

为了实现这样的目标，我们需要学习什么？有哪些功课是我们必须弥补的？我们的“命运力课程”将为你提供简单有效的方法，它们分别是格局、选择、机遇、情商、目标和实干这六个对每个人来说都无比重要的领域，我会引导读者把生活中最经常遇到的事情做到位，做得让别人对你竖起大拇指，你就能拥有非常强大的命运力。

在对命运的理解上，不仅是普通人，就连很多成功者

也往往感到不解和困惑。事实上，当人们谈及成功的原因时，经常归结于能力。“他的能力比我强，所以我不如他，这就是命运不同的原因。”

真的是这样吗？

答案当然没有这么简单！人们在不如意时，总是本能和直觉地以能力为借口，就好像这是一件自己无能为力的事情，以此来推卸自己的责任。根据我们十几年的研究，无数的案例表明，导致人命运悬殊的原因，很大程度上恰恰是因为方法问题。

多数成功者之所以能实现他们的人生目标，并不是因为他们的业务能力有多么优秀，也不是由于他们的家境多好，而是因为他们做了一些正确的事情。是谁并不重要，重要的是你为自己的人生做过什么、正在做什么以及准备怎么做。

努力——你已经很努力了，勤勤恳恳地工作了十几年，但却仍然没有成功，有没有想过自己努力的方向是否正确呢？

天赋——也许你很有天赋，但总是怀才不遇，得不到赏识，有没有反思过自己是否过于自负呢？

机遇——你愤怒自己从来没有遇到过好机会，就好像全世界都不跟你亲近一样，能不能换个角度，审视一下自己对于机遇的发现能力呢？

人脉——你有很多朋友，但都帮不上你什么忙，那么，你是如何经营自己的社交网络的，方法有没有错误？

勇气——面对重大的挑战，你始终没有勇气采取行动，就连试一试的信心都没有，解决方案是什么？

选择——发现自己的选择能力存在缺陷，又急需提高自己的决策水平，有没有制定针对性的计划予以改善？

情商——你在沟通时遇到了障碍，总是把握不住别人的需求，从而出现误判；你在情感方面频频遇挫，却又觉得对方不解风情，你是否想过这其实是自己的问题呢？

这些问题在本书中都能够找到相应的答案。我希望本书可以为读者提供一些正确的做法——针对自己的需要进行提取，从而对于命运的本质有所了解——这不意味着我们要复制书中那些命运强者的逆袭过程，而要识别出哪些是阻碍自己前进的绊脚石，哪些又是应该可以借鉴的经验，然后制定完善的计划，应用这些计划增强自己的命运力。

一个人是否是命运的强者，是否主导了自己的人生，最重要的是他对自己的了解。你不需要为了人生的成功而变成另外一个人，你只需要把最好的自己表现出来，去把事情做对就行了。这正是我想要达到的目标，也是我在书中为您努力阐述的观点。当你认识到了自己的力量，并把书中这些提升命运力的课程应用到生活中，你的人生就会迸发出强大的力量，去改变现实，创造现实，最终实现属于你自己的成功。

Destiny

目录

CONTENTS

推荐序 改变你的命运! // 001

序 从现在起, 重塑我们的“命运系统” // 004

PART 1 命运密码: 你的人生为什么这样? // 001

- ◎ 你必须了解的——命运到底是什么? // 003
- ◎ 无法改变, 是因为你没有改变 // 008
- ◎ 为什么有的人活得很悲惨? // 015
- ◎ 想一想, 你做错了什么? // 025
- ◎ 撕毁你和命运的“不平等条约” // 032

PART 2 决定命运走向的六个元素 // 037

- ◎ 家庭背景: 命运的起点 // 039
- ◎ 知识储备: 命运的基础 // 045
- ◎ 人脉质量: 命运的翅膀 // 049
- ◎ 人生愿景: 命运的动力 // 053
- ◎ 情商: 命运的高度 // 056
- ◎ 意志力: 命运的终点 // 058

PART 3 命运走势的关键阶段 // 063

- ◎ 性格：3岁看大，6岁看老 // 065
- ◎ 方向：15岁时的兴趣最关键 // 068
- ◎ 心态：20岁时你还是容易冲动的人吗？ // 071
- ◎ 能力：25岁掌握一技之长 // 075
- ◎ 基础：30岁必须已经成为行业内“不可或缺”的人 // 078

PART 4 格局决定命运 // 083

- ◎ 视野：影响你的境界 // 085
- ◎ 信仰：主宰你的成功 // 089
- ◎ 性格：命运的基石 // 091
- ◎ 目标：谈谈你的人生计划 // 094

PART 5 选择改变命运 // 101

- ◎ 选对行业：这是你一生的事业 // 103
- ◎ 选对老师：向谁学习，你就会成为谁！ // 108
- ◎ 选对合伙人：和强者并肩作战 // 111
- ◎ 选对朋友：必须有两个懂你的心灵知己 // 116
- ◎ 选对伴侣：她（他）是你命运的另一半 // 121

PART 6 机遇塑造命运 // 125

- ◎ 走出传统误区，正确理解机遇 // 127
- ◎ 多数人输在“看不见机遇” // 130
- ◎ 学会区分：是机遇还是陷阱 // 133
- ◎ 抓住关键机会，胜过四面出击 // 135
- ◎ 面对重大机遇，不要一个人战斗 // 137

PART 7 情商：你怎样对待失败？ // 141

- ◎ 命运的赢家都有高情商 // 143
- ◎ 你每天都抱怨命运吗？ // 149
- ◎ 不要用愤怒对待你的“敌人” // 160
- ◎ 控制情绪的本领 // 168
- ◎ 好心态才有好命运 // 170
- ◎ 测试：你的自我调节能力是几分？ // 178

PART 8 目标：梦想有多远，命运力就有多强 // 183

- ◎ 你的梦想是什么？写下来！ // 185
- ◎ “我比你强，是因为我敢想！” // 189
- ◎ 学会做计划，越早越好 // 192
- ◎ 管理目标：为梦想搭建一座坚固的桥梁 // 193

PART 9 实干：行动的能力是命运的保障 // 197

- ◎ 离那些空谈的家伙远一点 // 199
- ◎ 懒惰带给你贫穷的命运 // 204
- ◎ 远大的目标 + 正确的行动 = 成功 // 209
- ◎ 少说一句，然后用双脚丈量你的人生 // 213

PART 10 命运力课程：现在开始还不晚 // 217

- ◎ 意志力训练：再坚持一会 // 219
- ◎ 你的性格底色是什么？ // 226
- ◎ 提高我们的情感能力 // 232
- ◎ 选择力训练：A，还是 B？ // 236
- ◎ 发现力：别让改变命运的机会擦肩而过 // 246
- ◎ 情绪控制：让自己成为悲喜不惊的人 // 252

附 录 “命运指数”测试 // 257

Destiny

PART 1

命运密码：你的人生为什么这样？