

唤醒您内心沉睡的巨人 重塑命运的力量方程式

重塑命运的 六大力量

21天重塑你的命运

改变命运——
从你做决定那一瞬间引爆

高昌斌 黄靖喻◎著




九州出版社
JIUZHOU PRESS

重塑命运的 六大力量

21天重塑你的命运

高昌斌 黄靖喻◎著

九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

重塑命运的六大力量：改变命运的 21 天训练营 / 高昌斌，黄靖喻著. — 北京：九州出版社，2013.4

ISBN 978-7-5108-2056-4

I. ①重… II. ①高… ②黄… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 066757 号

重塑命运的六大力量：改变命运的 21 天训练营

作 者 高昌斌 黄靖喻 著

出版发行 九州出版社

出版人 黄宪华

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)

发行电话 (010) 68992190 / 2 / 3 / 5 / 6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 廊坊市安次区团结印刷有限公司

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 32 开

印 张 6.43

字 数 90 千字

版 次 2013 年 6 月第 1 版

印 次 2013 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-2056-4

定 价 38.00 元



高昌斌简介

中学高级教师，毕业于广东教育学院教育系教育管理专业，并在北京师范大学研究生院教育管理专业进修研究生课程并结业。自1994年以来历任韶关市四中校长、市五中校长，现任广东省韶关市第一实验学校校长。在长期的教育管理实践中，形成了自己独特的办学理念，倡导的“自主、和谐、创新”的教育理念已成为学校教育教学活动的指导思想，确立的“以德立校，依法治校，科研兴校，特色育人”的办学思路和“以人为本，效率优先，民主公开，全程控制”的管理思想已取得显著的办学成效。



黄靖喻简介

香港卓越父母国际研究院导师

中华慈善总会父母学堂感恩教育讲师

企业员工感恩凝聚力目标达成教练

国内知名潜能开发训练师

合智大晟教育培训机构核心教练

决定孩子一生的七项能力研发者之一

黄靖喻老师的品牌课程：《企业员工感恩凝聚力训练》《100%目标达成训练》《彻底沟通》《职业心态》《明日领袖青少年素质训练》《卓越青少年自我管理训练》《亲子沟通》。多年来，一直致力于团队感恩凝聚力训练，曾先后在重庆、四川、湖南、广西、广东、福建等地成功地举办过数百场的教育活动，听众超过数十万人以上。所到之处，无不深受老师、学生和家長、老板和员工的欢迎，及各地新闻媒体均已多次报道。

内容简介

本书以“改变命运的六大力量”作为主线，笔者总结了一个“重塑命运的力量方程式”：

脑力—> 心态力—> 目标力—> 行动力—> 习惯力—
> 性格力—> 重塑命运

运用“重塑命运的力量方程式”把“六大力量”紧密地“连成一条线”，贯穿全书最终融合为一体。人与人的命运之所以有成功与失败、非凡与平庸、富裕与贫穷的区别，就在于人的“重塑命运的力量方程式”存在着差别。我们坚信：每个人都拥有着无限的潜能，每个人的内心都蕴藏着一个“沉睡的巨人”，只要他正确运用“重塑命运的力量方程式”中的积极能动因素，培养起积极向上的心智模式、设定明确目标、坚持不懈地行动、养成良好习惯、恰当运用性格的优势力量，那么这个个体生命的巨大潜能也必将被最大限度的激活，从而改变了他的命运。本书的每一章的结尾部分还配有对应的“相关训练题”，它将会引导读者如何灵活运用它——改变命运的神奇六大力量，如何建设性地、创造性地使用这六大力量，最终改变命运、成就自己的人生梦想。

我诚挚地希望这本书能够帮助你唤醒自己内心沉睡已久的“巨人”，彻底引爆自己巨大的生命潜能，使你认识到自己神圣的人生使命和美丽梦想，助你点亮人生梦想，助你开创人生奇迹，助你重塑命运而迈向辉煌！

策 划： 铭语文化
400-690-9949
责任编辑：李创娇
装帧设计：林国赐 李幽

励志教育照片



感恩教育照片



明日领袖训练营照片



企业培训照片



总序一：重塑命运的一本奇书

为什么“穷者越穷，富者越富”？穷人与富人最大的区别是什么？

为什么有的人命运如此坎坷？而有的人命运却如此顺利，似有神助？

为什么说“性格决定命运”？难道命运真的是上天注定，不可改变吗？

为什么我会有如此的性格？到底如何改造性格、改造命运？

.....

试想一下，世界上有多少人在黑暗中苦苦挣扎，他们翻阅了无数本成功学的书籍，报学了各路引导成功的课程，却找不到方向？于是，他们由激情变得盲目，由盲目变得迷失，又由迷失变得消沉……你会重蹈他们的覆辙吗？

不！因为你已经打开了这本书，仔细研读它，你将不

再继续于黑暗中摸索前进的方向，你将不会继续在无聊麻木中迷失自己，你将拥有智者的眼光和深度，你将掌握“重塑命运的力量方程式”，你的命运也将随之改变。

这是一本“命运奇书”，如果你愿意打开这本书，并笃行之，你的命运将因此而迈向得道之途。

在这个瞬息万变的时代，在这个信息严重污染的时代，你读什么样的书，就决定了你将成为什么样的人，决定了你未来是什么样的命运。可是书海茫茫，你或许有无所适从之感，似觉每一本铅字码成的书都记载了人类宝贵的知识。这是一本浓缩了笔者亲身经历“重塑命运”智慧精华之书，只要你能掌握并运用本书中的“重塑命运的力量方程式”，它就好比是认识你命运的一面神镜，通过运用它的“六股神奇力量”，你就——

可以 21 天重塑你的命运；

可以认识你“大脑软件系统”的运作规律，建立自己强大的信念系统；

可以培养自己的积极心态成就积极成功的人生；

可以激发自己的行动力达成目标，掌握实现自己人生梦想的有效策略；

可以认识自己的好习惯和不良习惯，掌握如何改变坏习惯的有效方法；

可以认识自己的性格优势和劣势，发挥自己的性格优势力量；

可以让你的命运发生翻天覆地的变化。

.....

此书若能对大家产生功效，则吾愿达矣，是为序。

阎福耀

（艺名：子陶，阎氏书法教学法创始人，全球书道教学倡导者，中国美院美术考级优秀导师，中山市书画院特聘画家，国家级书画鉴定评估师，中国收藏家协会会员，中山市收藏家协会第三届常务副主席，中国散文诗学会常务理事）

总序二：改造命运从这里开始

我一直坚信：命运始终掌握在自己的手里！改造命运是一门艺术。“三分天注定，七分靠打拼。”弱者为命运寻找借口，强者为命运创造机遇！我出生在江西的一个普通农民家庭，以前独自一人来深圳打工，经过努力奋斗、艰苦创业，直到现在自己已经创办了两家不同行业的成功企业。只要你愿意翻动这本改变千万人命运的奇书，启动内心深处的巨大潜能，相信你必定受益匪浅、收获改造命运的智慧、自信、成功方法宝典！

本书以“重塑命运的六大力量”作为主线，笔者总结了一个“重塑命运的力量方程式”：

**脑力—> 心态力—> 目标力—> 行动力—> 习惯力—>
性格力—> 重塑命运**

这本书就是教给我们如何掌握这六种神奇的力量，如何恰当地运用六股力量，如何建设性地、创造性地运用它

改造命运，这也是本书最有价值的地方。本书能为你拨开迷雾，洞悉本质；它帮助你突破自我设限，消解匮乏；它唤醒你沉睡的潜能，给你胆魄与活力，令你积极进取、精神百倍；它还将打开你的眼界，增强你的独立人格，令你具有远见卓识；它也将使你认识到自己神圣的人生使命和伟大的梦想，让每一个平凡的日子都无限精彩。

如果想改变命运，最重要的是改变自己……在相同的境遇下，不同的人会有不同的命运。一个人的命运不是由上天决定的，也不是由别人决定的，而是自己。一个人若想改变自己的命运，最重要的是要改变自己，改变心态，改变环境，这样命运也会随之改变。只有真正认识自己，才能拯救自己……在很多时候，很多人并不知道自己是个什么样的人，这不仅是人们常常存在的一种误区。而且往往也是人类很难超越的人性的弱点。要解决这个问题其实不难：要想改造命运，从认识自己开始，从认识运用“重塑命运的六大力量”开始，它就好比是认识你命运的一面神奇的镜子，通过运用它的“六股神奇力量”，你就可以21天重塑你的命运。

如果你在阅读本书的时候不像对待某些通俗读物那样漫不经心，那么相信你必将会有很大的收获。如果你已经认真地阅读了这本《重塑命运的六大力量》，并努力运用书中的内容付诸实践，你将惊喜地发现你的格局变得更宽广、事业上的成就更大，你已经慢慢吸收了改变命运的不可思

议的力量。用心品读这本书，你的视野将更加丰富，你的内涵将更加深厚，你的人生也必将走向新的辉煌！

本书是“改变千万人命运的21天训练营”课程的智慧精华，它曾经改变了数千名学员的命运，而今，它成书呈现在你的面前，如果你认真阅读，并详加思考和应用，它一样能使你“21天魔术般重塑你的命运”！

周晓忠

（深圳市尤思科安防科技有限公司董事长）

前言

本书以“改变命运的六大力量”作为主线，笔者总结了一个“重塑命运的力量方程式”：

脑力—>心态力—>目标力—>行动力—>习惯力—>性格力—>重塑命运

运用“重塑命运的力量方程式”把“六大力量”紧密地“连成一条线”，贯穿全书最终融合为一体。

人与人的命运之所以有成功与失败、非凡与平庸、富裕与贫穷的区别，就在于人的“重塑命运的力量方程式”存在着差别。我们坚信：每个人都拥有着无限的潜能，每个人的内心都蕴藏着一个“沉睡的巨人”，只要他正确运用“重塑命运的力量方程式”中的积极能动因素，培养起积极向上的心智模式、设定明确目标、坚持不懈地行动、养成良好习惯、恰当运用性格的优势力量，那么这个个体生命的巨大潜能也必将被最大限度的激活，从而改造了他的命运。本书的每一章的结尾部分还配有对应的“相关训

练题”，它将会引导读者如何灵活运用它——改变命运的神奇六大力量，如何建设性地、创造性地使用这六大力量，最终改造命运、成就自己的人生梦想。

我诚挚的希望这本书能够帮助你唤醒自己内心沉睡已久的“巨人”，彻底引爆自己巨大的生命潜能，使你认识到自己神圣的人生使命和美丽梦想，助你点亮人生梦想，助你开创人生奇迹，助你重塑命运而迈向辉煌！

高昌斌、黄靖喻