# 成功人生规划100诀（teniu推荐）

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2024-06-05

*第一篇：成功人生规划100诀（feisuxs推荐）成功人生规划100诀生涯规划是新时代的潮流，现代人的课题，生涯规划愈早做愈好，胜算也愈大，而且愈到老愈受用，自己不但要早做生涯规划，让自己活出快乐人生，而且要做子女、学生、员工的生涯贵人，...*

**第一篇：成功人生规划100诀（feisuxs推荐）**

成功人生规划100诀

生涯规划是新时代的潮流，现代人的课题，生涯规划愈早做愈好，胜算也愈大，而且愈到老愈受用，自己不但要早做生涯规划，让自己活出快乐人生，而且要做子女、学生、员工的生涯贵人，为他们生涯点灯，协助指导他们适性发展。

如果您能将这100诀，经常阅读、反思，人生必然不断成长、精进，更为圆融、得众。愿彼此共勉之。

01.生涯即人生、生涯即竞争，生涯规划就是个人一生的竞争策略规划。

02.生涯要规划，更要经营，起点是自己，终点也是自己，没有人能代劳。

03.生涯规划就是规划人生的远景，彩绘生命的蓝图，发挥自己的才能，写出人生的剧本。

04.生涯规划包括如何成长、学习、谋生及生活，是一连串思考、选择、计划、打拼、发展的终生历程。

05.生涯规划的目的，在于掌握住现在。看得见未来；促进自我暸解、自我定位、自我发展及自我实现。

06.成功的人生，需要自己去经营，别再说了，莫再等了，现在就为自己的人生做好规划，为人生点亮一盏明灯，赢在人生起跑点上。

07.人生是一趟旅行，只卖是单程票，不卖回程票。

08.时间就是生命，人生何其短暂，请珍惜有限岁月，活出自己，活出生命。

09.人生之路要自己走，要过怎样的人生，完全是自己的选择，只有自己才能赋予生命最佳的诠释。

10.人生像演员，不同的场合，不同的阶段，扮演不同的角色，重要的是，无论演什么，就要像什么。

11.人生的愿望，在于：成为自己的老板，掌握自己的命运，主宰自己的时间，创造自己的快乐，追求自己的幸福。

12.人生的标的，在于：感觉被欣赏，人格被尊重，成就被肯定，生而能尽欢，死而能无憾。

13.生活的目的，在于：活得实在，活得自在，活出健康，活出品味，活出快乐，活出豪气，活出尊严。

14.人生最重的事，不是您现在站在何处，而是您今后要朝那个方向，只要方向对，找到路，就不怕路远。

15.成功的人生，胜于成功的事业，一味追求事业的赢家，最后可能变成人生的输家。

16.佛前的灯，不必刻意去点，最重要的是，点亮自己的心灯，知道自己的起跑点及目的地，想出最适合自己的方式，按部就班跑向目的地。

17.人的一生，是一连串决定交织而成的过程，其精华在于自己如何选择。生命的最高境界，就是选对舞台，尽情挥洒才华，走出自己的路。

18.人生成功的定义，要自己去找寻；人生快乐的感觉，要自己去诠释；千万不要迷失在别人的看法中。

19.价值观，就是我们对事物好与坏、对与错的看法，我们觉得好的、对的、重要的、应该的，都代表了我们的价值观，因人而异，系于一念之间。

20.在对人、对事方面，如果能尽量选择朝愉的方向去想，就会愈来愈感到愉快。

21.一个人只要想法愿意改变，事情就有转机，改变的意念会愈强，胜算就愈大，成功的机会，远留给拥抱变化、渴望改变的人。

22.人生是计划的过程，计划的主人是自己，计划做得具体，执行做得确实，胜算必然属于自己。

23.积极的人，充满乐观，展现活力，总是知道自己的方向，要的是什么？更清楚地知道，自己该如何去做。

24.人在高潮时，千万不可得意忘形，否则骄兵必败；人处低潮时，千万不可灰心丧志，否则郁卒自灭。

25.一个人如果心态开放，保持好奇，破除成见，不断进修，求新求变，将会使视野开阔，拥有创意人生。

26.快不快乐在自己，快乐从心起，自己求，要学习。

27.当一个人感到很知足，心不烦，身不疲，无所求，心能安的时候，快乐就在其中。

28.当一个人感到吃得下，玩得动，睡得好，没牵挂，很满足的时候，幸福就在其中。

29.快乐的源泉在于：知足、无求。尽责、无怨、宽容、感恩、舍得、放下、忘记。

30.生涯规划的步骤是：先觉知、有意愿、量己力、衡外情、订目标、找策略、重实践、善反省、再调整、重出发的循环历程。

31.生涯规划的前提在于：主角是自己，愿意改变自己，要量力适性，参考家人意见，有求好心，有企图心，有行动决心。

32.一个人就算饱学之士，如果不能暸解自己，掌握自己，就称不上是个有智慧的人。

33.知己是生涯规划的起点，唯有充分了解自己，生涯规划才能做到量力适性，人生才能过得如自己所想。

34.要暸解自己，就要勤于自我生涯对话，认清我是谁？我是怎样的一个人？我有那些生涯资产及战力？我要到那里去？我要如何达到目的？

35.目标代表个人的愿景，是心中的罗盘，人生因有目标，才会执着去追求，才会有成功的希望。

36.人生有梦，筑梦踏实，将自己的梦想，以阶段性的小目标，落实在具体的计划中，然后身体力行，积极实践，就是生涯规划最具体的表现。

37.人生是连续的过程，珍视过程，就是钟爱自己；渴望、信心及行动是圆梦三部曲。

38.人生以40岁为分水岭，前20年，为人作嫁，工作以量为中心；后20年，为己多活，工作要以质为中心。

39.人生幸福三诀：

一、不要拿自己的错误惩罚自己﹔

二、不要拿自己的错误惩罚别人﹔

三、不要拿别人的错误惩罚自己。

40.人生虽有终点，生命却是无涯，生活可以随便，生命却要认真，怎样安排此生，是自己的责任。

41.圆满人生的八大领域是：婚姻美满、家庭和乐、道德修养、终身学习、事业发展、身体健康、理财得法、善缘广结。

42.全方位的生涯规划，至少包括四个领域：缤纷生活路、快乐工作路、丰富学习路、职涯成功路。

43.缤纷生活路包括：美满婚姻、和乐家庭、健康生活、休闲生活、人际关系、时间管理、消费理财等。

44.快乐工作路包括：善尽职责，纾解压力、精益求精、工作丰富、寻找乐趣、追求创新等。

45.丰富学习路包括：修身养性、自我进修、短期进修、在职进修、学艺专精、网络学习等。

46.职涯成功路包括：终身受雇、职位晋升、专长发展、绩效创高等。

47.人生的地图，画满了各式各样的关卡，每过一关都是成长，能够过关便是幸运，经历种种关卡所累积的教训及经验，更是人生的智慧。

48.人生的关卡，成败在于自己，过关的是自己，卡住的也是自己，人生自古谁无关，只要过关就是赢家。

49.生涯警讯要觉醒，生涯危机要诊断，生涯挫败要探因，逆转危机为转机，生涯革命要进行。

50.挫败是人生必修的学分，除了勇敢面对它、接受它、处理它，没有第二绦路。

51.中年，是一个充满压力、挑战及危机的时期，如何破茧而出，在困境中突破成长，是人生的重要课题。

52.中年转折是一个危机与机会并存的时机，也是一个真真实实的转折点，只要勇敢面对，因应有方，还是能够活得像一条龙。

53.破浪扬帆全靠信心、决心、毅力，福祸无门，无一事不可转圜，一切操之在己。

54.灰心丧志是失败之源；患得患失是痛苦之源；焦虑忧愁是疾病之源；知足、感恩、善解、包容是快乐之源；健康、平安、心安是幸福之源。

55.舍得才能获得；放下才能去烦；忘记才能心宁；宽容才能得众；反求诸己，做到无念无私，就是踏实自在。

56生涯路上满布陷阱，每个人要以如履薄冰的心情，踏实的跨出每一步，坚持向前，充满自信和决心，只要行得正，走得稳，终会达成目标。

57.成功不自满，常怀企图心；改善是求进步的动力，自满是走下坡的起点；为了成功而停下脚步的人，失败就在不远处等您。

58.真正的裒退，不在白发皱纹，而是停止了学习进取，因此，抱持希望，不断学习，落实行动，是成功人生的保证。

59.现代人的工作守则：流汗不流血，卖力不卖命，做事不坐牢，争气不争功，凡事求合理，凡事求心安，过程兼结果，时效即绩效。

60.一个人的品德操守最重要，也是唯一自保之道。表现好，别人不一定肯定；表现不好，别人肯定不轻饶；那里差，别人就往那边挑；那里脏，别人就往那边扫；那里臭，别人就往那边清。

61.一个人如果忙得抽不出一点时间，常把忙碌一词成为口头禅，那就表示自己已被时间锁住，成了时间的奴隶。

62.人生有输有赢，得势顺境时，千万不要得意忘形，放纵自己；失势逆境时，千万不可消极颓唐，放弃自己；人生成功的定义，要自己去找，别迷失在别人的看法中。

63.人生如起伏波浪，唯有培养辨识障碍意识与能力，坚定面对挫折勇气与决心，设法及时反省与补救，才是在茫茫人生大海中，安稳航行的不二法门。

64.聪明人看退休：不是人生的结束，而是另一阶段的开始；不是工作的退出，而是工作的再参与；不是从此坐享清福，而是人生再定位；不是依靠别人，而是人生再出发；不足自然凋谢的过程，而是有计划的过程。

65.退休是放松自己，让自己更有时间，去做一些年轻时想做，而没时间去做的事情，来满足自我，活出精彩人生。

66.在年轻的时候，如果能尽早预筹生涯发展，先期进行生涯管理，生涯路上，必然走得实在，活得快意。

67.早备六老，愈老愈受用：老健、老伴、老本、老友、老趣、老傻。

68.老身要健，勤于运动：要活就要动，动则得救；力行生活规律，饮食适当，营养均衡，定期健检；注重休闲，保持心情愉快，便是健康保证。

69.老伴要好，爱要及时：年轻的夫妻，要及早培养默契，好为老年的生活，累积相爱相守的本钱；空巢中的老人，虽然抓不住孩子的翅膀，但别忘了劳苦功高的老伴，只要巢中有温情，永远不会空。

70.老本要保，善于理财：年轻的时候，要量入为出，懂得理财，为后半生早作准备；人老了，没钱万万不能，千万要守住老本，懂得活用，善待自己。

71.老友要交，广结善缘：老友愈陈愈香，年轻的朋友，要及早培养人脉，以便为老年的生活，营造谈天说笑的空间；人愈老愈需要朋友，借着老友的互动联谊，可排遣寂寞，打发时间。

72.老趣要多，及时培养：一个人的兴趣愈多，朋友就愈多，生活就愈有情趣，生命也就更充实，能为兴趣而活，是人生最大乐事。

73.老傻要装，涵养心性：人活得愈老，愈要装傻，与配偶、子女、媳妇、好友相处，少说两句、少批毛病、少发脾气，多让一点、多想一

二、多说好话，和和乐乐，皆大欢喜。

74.装傻的最高境界在于：拿得起、放得下、看得开、不动气、知足、感恩、善解、包容。

75.临老宣言：多运动保健康，心和谐增愉快，不要委屈自己，不要为难子女，没钱万万不能，多陪伴老伴，活到老学到老，有余力多奉献，可以预立遗嘱，多做还愿还债，从容准备后事，恬然接纳死亡。

76.临老警语：不做老病号，不做老番颠，不做孤独者，不做守财奴，不做落伍者，不做依赖者，不做等死者。

77.银发族的养生秘诀：知老、认老、抗老、忘老、返老、惜老。

78.老当知老，规律自找，青春永保；老当认老，不要过劳，剔去烦恼；老当抗老，养身有道，永不嫌老；老当忘老，不停用脑，永不枯槁；抗当返老，心境要好，自乐陶陶；老当惜老，及时行乐，潇洒逍遥。

79.潇洒人生六得：来得、做得、玩得、舍得、放得、走得。

80.活到老，学到老，动到老，玩到老，乐到老，永不老。

81.悲观者抱怨风向，乐观者期待转向，聪明者调整风帆。

82.对人生的种种，要抱持「看得见、想出来、知改变、能行动」的态度，才能对自己的人生有所交待。

83.自我管理的警语：既尊己又尊人，站稳脚再冲刺，识时务知进退，存善心做好事，己不欲勿施人，有余力多助人，重修行求心安，善尽责留怀思，再卖力有批评，疼自己做自己。

84.有效工作的警语：流汗不流血，卖力不卖命，做事不坐牢，争气不争功，有始也有终，过程兼结果，时效即绩效。

85.人际关系的警语：时存五心（诚心、宽心、同理心、肋人心、感恩心）；力行五好（心地好、态度好、表情好、言语好、行为好）。

86.开心生活的警语：时时开放心胸，保持乐观心情，全力冲刺目标，运动休闲兼顾，营养力求均衡，生活加点创意。

87.心灵保育的警语：常运动以健心，多静省以收心，戒酒色以清心，去物欲以养心，诵古训以警心，悟至理以明心，厉行善以爱心。

88.在人生的奋斗过程中，就像一场场的球赛，有输有赢；人生之路崎岖难行，但凭毅力、决心，勇往直前，才能战胜命运，成为生涯赢家。

89.所谓生涯赢家，就是对自己了解很清楚，知道自己想要什么，想做什么，想过怎样人生的人。

90.生涯赢家的画像：快乐风光享余年：活动自如身体健，经济独立不靠人，亲情友情乐融融，云淡风轻随己性，生活快乐不知老，退休计划做得巧，养老压力自然小。

91.赢家的相对就是输家，凡是对自己不了解，任由环境塑造，糊里胡涂生活的人，都算是人生的输家。

92.生涯输家的画像：病弱孤独度残生：插管躺卧在病榻，如影随形文明病，亲情友情渐疏离，精神空虚难自处，早未准备悔已迟，退休计划做得差，养老压力自然大。

93.人生使命宣言：家庭第一，健康至上；劲在工作，知足感恩；乐善好施，广结善缘；信然重诺，心安理得；终身学习　回馈社会。

94.不怕计划失败，只怕不去计划，嬴家的头衔，是苦干得来，汗水换来的。

95.生涯是连续的，终生的，与成功有约，有梦的人终会摘星。

96.主角是自己，只有自己才能决定成败，掌握命运，突破困境，使美梦成真，没有人可以代劳。

97.新好父母或老师，要为孩子或学生生涯点灯：点燃心灯、智慧之灯、希望之灯。

98.新好父母或老师，要做子女或学生的生涯贵人：要做心理学家、顾问、拉拉队长、向导。

99.让孩子或学生，找到自己，掌握自己，肯定自己，走出自己的路，比什么重要。

100.快乐人生的根源，在于用心经营家庭；事业成功的人，也是家中的模范生，筑一个自己喜欢的巢，爱情及亲情就在家里。

**第二篇：成功人生规划**

成功人生规划/生涯规划 成功人生规划 生涯规划 100 秘诀 生涯规划是新时代的潮流,现代人的课题,生涯规划愈早做愈好,胜算也愈大,而且愈到老愈受用, 生涯规划是新时代的潮流,现代人的课题,生涯规划愈早做愈好,胜算也愈大,而且愈到老愈受用, 自己不但要早做生涯规划,让自己活出快乐人生,而且要做子女,学生,员工的生涯贵人, 自己不但要早做生涯规划,让自己活出快乐人生,而且要做子女,学生,员工的生涯贵人,为他们 生涯点灯,协助指导他们适性发展.生涯点灯,协助指导他们适性发展.系从生涯规划一书中,摘要其重点内容供参考.生涯规划秘诀 100 招,系从生涯规划一书中,摘要其重点内容供参考.如果您能将这 100 招, 经常阅读,反思,人生必然不断成长,精进,更为圆融,得众.愿彼此共勉之.经常阅读,反思,人生必然不断成长,精进,更为圆融,得众.愿彼此共勉之.01.生涯即人生,生涯即竞争 生涯规划就是个人一生的竞争策略规划 生涯即人生,生涯即竞争,生涯规划就是个人一生的竞争策略规划 生涯规划就是个人一生的竞争策略规划.02.生涯要规划 更要经营 起点是自己 终点也是自己 没有人能代劳 生涯要规划,更要经营 起点是自己 终点也是自己,没有人能代劳 更要经营,起点是自己,终点也是自己 没有人能代劳.03.生涯规划就是规划人生的远景 彩绘生命的蓝图 发挥自己的才能 写出人生的剧本 生涯规划就是规划人生的远景,彩绘生命的蓝图 发挥自己的才能,写出人生的剧本 彩绘生命的蓝图,发挥自己的才能 写出人生的剧本.04.生涯规划包括如何成长,学习,谋生及生活 是一连串思考,选择,计划,打拼,发展的终生历 生涯规划包括如何成长,学习,谋生及生活,是一连串思考 选择,计划,打拼, 是一连串思考, 程.05.生涯规划的目的,在于掌握住现在 看得见未来;促进自我了解,自我定位,自我发展及自我实现.生涯规划的目的 在于掌握住现在.看得见未来 促进自我了解,自我定位,自我发展及自我实现 在于掌握住现在 看得见未来 促进自我了解 06.成功的人生 需要自己去经营 别再说了 莫再等了 现在就为自己的人生做好规划 为人生点亮一盏 成功的人生,需要自己去经营 别再说了,莫再等了 现在就为自己的人生做好规划,为人生点亮一盏 需要自己去经营,别再说了 莫再等了,现在就为自己的人生做好规划 明灯,赢在人生起跑点上 赢在人生起跑点上.明灯 赢在人生起跑点上 07.人生是一趟旅行 只卖是单程票 不卖回程票 人生是一趟旅行,只卖是单程票 不卖回程票.只卖是单程票,不卖回程票 08.时间就是生命 人生何其短暂 请珍惜有限岁月 活出自己 活出生命 时间就是生命 人生何其短暂

,请珍惜有限岁月 活出自己,活出生命 生命,人生何其短暂 请珍惜有限岁月,活出自己 活出生命.09.人生之路要自己走 要过怎样的人生 完全是自己的选择 只有自己才能赋予生命最佳的诠释 人生之路要自己走,要过怎样的人生 完全是自己的选择,只有自己才能赋予生命最佳的诠释 要过怎样的人生,完全是自己的选择 只有自己才能赋予生命最佳的诠释.10.人生像演员 不同的场合 不同的阶段 扮演不同的角色 重要的是 无论演什么 就要像什么 人生像演员,不同的场合 不同的阶段,扮演不同的角色 重要的是,无论演什么 就要像什么.不同的场合,不同的阶段 扮演不同的角色,重要的是 无论演什么,就要像什么 11.人生的愿望 在于 成为自己的老板 掌握自己的命运 主宰自己的时间 创造自己的快乐 追求自己 人生的愿望,在于 成为自己的老板,掌握自己的命运 主宰自己的时间,创造自己的快乐 在于:成为自己的老板 掌握自己的命运,主宰自己的时间 创造自己的快乐,追求自己 的幸福.的幸福 12.人生的标的 在于 感觉被欣赏 人格被尊重 成就被肯定 生而能尽欢 死而能无憾 人生的标的,在于 感觉被欣赏,人格被尊重 成就被肯定,生而能尽欢 死而能无憾.在于:感觉被欣赏 人格被尊重,成就被肯定 生而能尽欢,死而能无憾 13.生活的目的,在于 活得实在,活得自在 活出健康,活出品味 活出快乐,活出豪气 活出尊严.生活的目的 在于:活得实在 活得自在,活出健康 活出品味,活出快乐 活出豪气,活出尊严 在于 活得实在 活得自在 活出健康 活出品味 活出豪气 活出尊严 14.人生最重的事 不是您现在站在何处 而是您今后要朝那个方向 只要方向对 找到路 就不怕路远 人生最重的事,不是您现在站在何处 而是您今后要朝那个方向,只要方向对 找到路,就不怕路远 不是您现在站在何处,而是您今后要朝那个方向 只要方向对,找到路 就不怕路远.15.成功的人生 胜于成功的事业 一味追求事业的赢家 最后可能变成人生的输家 成功的人生,胜于成功的事业 一味追求事业的赢家,最后可能变成人生的输家 胜于成功的事业,一味追求事业的赢家 最后可能变成人生的输家.16.佛前的灯 不必刻意去点 最重要的是 点亮自己的心灯 知道自己的起跑点及目的地 想出最适合自 佛前的灯,不必刻意去点 最重要的是,点亮自己的心灯 知道自己的起跑点及目的地,想出最适合自 不必刻意去点,最重要的是 点亮自己的心灯,知道自己的起跑点及目的地 己的方式,按部就班跑向目的地 按部就班跑向目的地.己的方式 按部就班跑向目的地 17.人的一生 是一连串决定交织而成的过程 其精华在于自己如何选择 生命的最高境界 就是

是选对舞 人的一生,是一连串决定交织而成的过程 其精华在于自己如何选择.生命的最高境界 人的一生 是一连串决定交织而成的过程,其精华在于自己如何选择 生命的最高境界,就是选对舞 尽情挥洒才华,走出自己的路 台,尽情挥洒才华 走出自己的路 尽情挥洒才华 走出自己的路.18.人生成功的定义 要自己去找寻 人生快乐的感觉 要自己去诠释 千万不要迷失在别人的看法中 人生成功的定义,要自己去找寻 人生快乐的感觉 要自己去诠释;千万不要迷失在别人的看法中 人生成功的定义 要自己去找寻;人生快乐的感觉,要自己去诠释 千万不要迷失在别人的看法中.19.价值观 就是我们对事物好与坏,对与错的看法 我们觉得好的,对的,重要的,应该的 都代表了 价值观,就是我们对事物好与坏 我们觉得好的, 价值观 就是我们对事物好与坏,对与错的看法,我们觉得好的 对的,重要的,应该的,都代表了 我们的价值观,因人而异 系于一念之间.因人而异,系于一念之间 我们的价值观 因人而异 系于一念之间 20.在对人,对事方面,如果能尽量选择朝愉的方向去想 就会愈来愈感到愉快.在对人,对事方面 如果能尽量选择朝愉的方向去想,就会愈来愈感到愉快 在对人 如果能尽量选择朝愉的方向去想 就会愈来愈感到愉快 21.一个人只要想法愿意改变 事情就有转机 改变的意念会愈强 胜算就愈大 成功的机会 远留给拥抱 一个人只要想法愿意改变,事情就有转机 改变的意念会愈强,胜算就愈大 成功的机会,远留给拥抱 一个人只要想法愿意改变 事情就有转机,改变的意念会愈强 胜算就愈大,成功的机会 变化,渴望改变的人.变化,渴望改变的人 22.人生是计划的过程 计划的主人是自己 计划做得具体 执行做得确实 胜算必然属于自己 人生是计划的过程,计划的主人是自己 计划做得具体,执行做得确实 胜算必然属于自己.人生是计划的过程 计划的主人是自己,计划做得具体 执行做得确实,胜算必然属于自己 23.积极的人 充满乐观 展现活力 总是知道自己的方向 要的是什么 更清楚地知道 自己该如何去做 积极的人,充满乐观 展现活力,总是知道自己的方向,要的是什么 更清楚地知道,自己该如何去做 积极的人 充满乐观,展现活力 总是知道自己的方向 要的是什么?更清楚地知道 自己该如何去做.24.人在高潮时 千万不可得意忘形 否则骄兵必败 人处低潮时 千万不可灰心丧志 否则郁卒自灭 人在高潮时,千万不可得意忘形 否则骄兵必败;人处低潮时 千万不可灰心丧志,否则郁卒自灭 人在高潮时 千万不可得意忘形,否则骄兵必败 人处低潮时,千万不可灰心丧志 否则郁卒自灭.25.一个人如果心态开放 保持好奇 破除成

见 不断进修 求新求变 将会使视野开阔 拥有创意人生 一个人如果心态开放,保持好奇 破除成见,不断进修 求新求变,将会使视野开阔 拥有创意人生.一个人如果心态开放 保持好奇,破除成见 不断进修,求新求变 将会使视野开阔,拥有创意人生 26.快不快乐在自己 快乐从心起 自己求 要学习快不快乐在自己,快乐从心起 自己求,要学习快不快乐在自己 快乐从心起,自己求 要学习.27.当一个人感到很知足 心不烦 身不疲 无所求 心能安的时候 快乐就在其中 当一个人感到很知足,心不烦 身不疲,无所求 心能安的时候,快乐就在其中 当一个人感到很知足 心不烦,身不疲 无所求,心能安的时候 快乐就在其中.28.当一个人感到吃得下 玩得动 睡得好 没牵挂 很满足的时候 幸福就在其中 当一个人感到吃得下,玩得动 睡得好,没牵挂 很满足的时候,幸福就在其中 当一个人感到吃得下 玩得动,睡得好 没牵挂,很满足的时候 幸福就在其中.29.快乐的源泉在于 知足,无求.尽责,无怨,宽容,感恩,舍得,放下,忘记.快乐的源泉在于:知足,无求 尽责,无怨,宽容,感恩,舍得,放下,忘记 快乐的源泉在于 知足 尽责 30.生涯规划的步骤是 先觉知,有意愿,量己力,衡外情,订目标,找策略,重实践,善反省,再 生涯规划的步骤是:先觉知 生涯规划的步骤是 先觉知,有意愿,量己力,衡外情,订目标,找策略,重实践,善反省, 调整,重出发的循环历程.调整,重出发的循环历程 31.生涯规划的前提在于 主角是自己 愿意改变自己 要量力适性 参考家人意见 有求好心 有企图心 生涯规划的前提在于:主角是自己 愿意改变自己,要量力适性 参考家人意见,有求好心 有企图心, 生涯规划的前提在于 主角是自己,愿意改变自己 要量力适性,参考家人意见 有求好心,有企图心 有行动决心.有行动决心

32.一个人就算饱学之士 如果不能了解自己 掌握自己 就称不上是个有智慧的人 一个人就算饱学之士,如果不能了解自己 掌握自己,就称不上是个有智慧的人 一个人就算饱学之士 如果不能了解自己,掌握自己 就称不上是个有智慧的人.33.知己是生涯规划的起点 唯有充分了解自己,生涯规划才能做到量力适性 人生才能过得如自己所想.知己是生涯规划的起点,唯有充分了解自己 生涯规划才能做到量力适性,人生才能过得如自己所想 知己是生涯规划的起点 唯有充分了解自己 生涯规划才能做到量力适性 人生才能过得如自己所想 34.要了解自己 就要勤于自我生涯对话 认清我是谁 我是怎样的一个人 我有那些生涯资产及战力 要了解自己,就要勤于自我生涯对话 认清我是谁?我是怎样的一个人 我有那些生涯资产及战力 要了解自己 就要勤于自我生涯对话,认

**第三篇：如何规划成功人生**

如何规划成功人生

上海人民广播电台《成功一定有方法》作者:易发久

什么是成功？达成预期目标

五层基本含义：

1、预期目标（要明确；调整）

2、要达成预期目标（否则，“不成功”）

3、有明显个性化，因人而异（自己、他人，群体）；要有自己的标准（不要随波逐流），要知道别人的标准（理解他人，理解社会）

4、成功是一个中性的概念

5、目标可以被量化（不要“更上一层楼”）

研究目标在研究成功的核心地位

两大问题：

1、如何定义好的目标

为什么要定目标？27％的人没有目标，60%的人有较模糊的目标，10％清晰但短期，3％清晰而长期

25年后，3%不曾更改目标，努力，成为领域的顶尖人士；

10％生活在社会的中上层，短期目标不断达成，生活质量不断上升，专业人士；60％社会中下层，安稳工作，没有特别的成就；

27％底层，不如意，在抱怨；

“今天的生活状态不由今天决定，它是我们过去生活目标的结果；明天的生活状态也不由未来决定，它是我们今天生活目标的结果”

目标作用：1）给人的行为设定明确的方向，使人充分了解自己每一个行为的目的；2）使自己知道什么是最重要的，有助于合理安排时间；3）迫使自己未雨绸缪，把握今天；4）可以使人能清晰评估每一个行为的进展，检讨每一个行为的效率；5）使人把重点从工作本身转移到工作成果；6）使人在没有得到结果之前，就能看到结果，从而产生持续的信心、热情、行动力

“期望强度值”非常想要，在最关键的时候也不能退缩；否则，跟第一步放弃结果一样！“成功成本”

人不会持续地做自己都不知道为何去做的事？

“为何”比“如何”重要！做一件事之前，要写下理由18条.例如：成为百万富翁：1。还债 2。买房子，在北京安家安定 3。把老母接过来安渡晚年1

4。给妻子有生活安全感，报答她 5。买辆汽车 6。朋友、老师、上司不会失望 7。证明我自己言行一致

8。下一个三年成为千万富翁打下基础

如何找到自己真正的目标？

首先想一想，等自己60岁之后、死后、死后20年，我们会有什么样的成就、人们会怎么评价自己？会蕴涵自己人生的意义

梦想是概括的，而目标是量化的：

1）量化：用准确的数字描述；或，形态需要指标化

eg：什么牌子的车？多大面积、位置、价格、环境的房子

2）时间限制：某年某月某时某分，否则很容易拖延、懈怠；且不知如何行动

写下10个量化目标：事业，金钱，名誉，家庭，健康，享受，心灵成长--平衡、协调

比如，今年的10项目标、其中最核心的目标？三年、五年、十年？

身体、心灵、家庭：毕生追求

学生时代：学习； 青年：事业、爱情、金钱

四大误区：

1）将目标建立在现实的可能性上，而不是建立在憧憬之上；不是远大目标！

2）根据自己现有的能力确定目标，而不是根据目标来准备自己的能力；能力提升的速度！应该先订立目标，后锻炼能力；

3）将没有量化、没有实现的想法当成目标，容易根据结果压缩现实

4）根据现有的信息来确定目标，而不是先确定目标、再根据目标寻找有助于达成目标的信息；大脑中的信息，重要的&危险的，都会自动通过；目标一旦确立，与之相关的信息就是重要信息！

2、如何高效得达成目标

分解目标：大目标－》小目标－》更小目标。。－》现在的行动(设定目标则是相反方向)现在做的事情必须与目标一致

大目标－)条件（小目标）－)条件（小目标）－)。。－)即时目标 “计划多叉树”！eg：两年之内在公司里升一级

如何评估目标的合理性？判断目标是否可能被达成？

目标评估：1)目标合理性；2)计划可行性

核心：目标是大是小？

如果单位时间内无法完成目标数量（看多叉树的树叶）、或能轻易完成，就过大/过小（浪费潜能）

判断目标是否能否达成？

1)充要判断法

2)直接判断法（为何要达成这个目标？10条以上理由；意愿有多强烈？100％；达不成怎么样？不成功便成仁；愿意付出什么样的代价？任何代价）

唯一不变的就是“变化”

修正目标：

1)修正计划，而不是修正目标，“目标刻在水泥上，计划写在沙滩上”；

2)如果修正计划还无法达成目标，可以退求其次，修正目标达成的时间，坚持到底，永不放弃（因为考虑计划不够精密）

3)修正目标的量（已经在压缩梦想了），不宜采用

4)放弃目标（失败）“成功很难，不成功更难”，但只要流淌着成功者的血液，就可以屡拜屡战

5)面对新的目标，不要重复以上循环，而只重复第一步

“九大步骤”

1)做一个决定，决定要成功

2)写下已经量化的目标，并且给每一个目标列出10条以上为何要实现它的理由

3)用多叉树制定计划，分解目标，倒推至今天，列出时间表

4)列出所有必要条件&充分条件，注明解决方法

5)告诉自己要实现什么样的目标，自己必须变成什么样的人，改变自己

6)运用潜意识的力量，正面地自我暗示，永远积极思考

7)行动第一！立即行动，大量行动，让自己开始忙起来，记住让自己每一分每一秒都做最有生产力的事情

8)每天睡觉的时候，做一次自我检讨，衡量进度，做积极的修正

9)坚持到底，永不放弃，直到成功

易发久先生简介

■ 影响力（香港）国际教育发展集团有限公司 董事长

■ 上海影响力企业管理咨询有限公司 总裁

■ 北京影响力企业管理有限公司 董事长

■ 中国培训协会 秘书长

■ 上海市演讲协会 常务理事

■ 影响力商学院 院长

■ 影响力教育训练集团董事长。

■ 著名企业管理训练机构“影响力训练”创始人。

■ 国内顶尖成功训练专家之一，典型的成功学实践者。

■ 上海市演讲学研究会常务理事，培训专业委员会主任。

“中国培训论坛”组委会执行主席。

■ 2024年“中国成功学砺志类第一畅销书”《成功一定有方法》及企业战术管理畅销书《不是不可能》作者。

■ 1991年南下珠海创业。公司的房地产项目投资规模一度达9000多万元人民币，后公司在“房地产泡沫潮”中宣告破产。1995年底，只身来到上海，开始人生又一次白手创业，创建“影响力训练”机构。该机构被国内一著名专业网站评为“2024中国十大企管咨询机构”之一，被行业性大会组织中国·培训论坛公选为“2024年中国最具影响力的十大培训公司”

■ 国内著名的职业成功训练师，曾亲自为逾1100家知名企业（包括百余家“世界500强”在华企业）提供过专业训练。其课程学员满意率连续三年统计结果均超过97%，其中2024年为99.37%，创下了训练界的奇迹。

■ 首创“影响力训练”标准授权课程及“中国企业培训师”认证标准，致力于为中国企业普及必修课程。

1989年从原江西大学(现南昌大学)计算机系毕业后，先留校当过老师，后又从事过农场管理、画匠、餐馆经营、流水线工人、歌厅串场歌手等十几种职业。曾在珠海市西区政府机关工作，1991年在当地招商引资热潮中开始投身房地产行业，但由于赶上国家宏观调控，资金到位受到影响，第一次创业的失败。后”转战”上海，先后在销售推广、媒体经营等领域进行创业，也均未成功。于是转行做培训教师，进而关注管理培训领域并最终在该行业中取得不俗业绩。是为著名企业管理训练机构”影响力训练”创始人，现为上海砺志企业管理咨 询公司总裁，是国内顶尖的成功训练专家之一，包括60余家”世界500强”在内的逾600家知名企业接受过他系统的专业训练，直接接受其专业训练的学员近3万人，演讲听众达数十万人。著有《成功一定有方法》、《不是不可能》(世界图书出版公司)。

**第四篇：成功人生规划经典格言**

成功人生规划经典格言

时间:2024-05-27 16:18来源:互联网 作者:小Ｃ 点击: 1698

次

以下提供成功人生规划经典格言一文，希望能给对生活乏味的朋友一些激励。

01、生涯即人生、生涯即竞争，生涯规划就是个人一生的竞争策略规划，即人生规划。生涯要规划，更要经营，起点是自己，终点也是自己，没有人能代劳。

人生规划包括如何成长、学习、谋生及生活，是一连串思考、选择、计划、打拼、发展的终生历程。目的在于掌握住现在。看得见未来；促进自我暸解、自我定位、自我发展及自我实现。

02、成功的人生，需要自己去经营，别再说了，莫再等了，现在就为自己的人生做好规划，为人生点亮一盏明灯，赢在人生起跑点上。

03、人生是一趟旅行，只卖单程票，不卖回程票；时间就的生命，人生何其短暂，请珍惜有限岁月，活出自己，活出生命。

人生之路要自己走，要过怎样的人生，完全是自己的选择，只有自己才能赋予生命最佳的诠释。

04、人生也像一场长篇连续剧，演员是我们，在不同的场合，不同的阶段，扮演不同的角色，重要的是，无论演什么，都要演得投入。

05、人生的愿望在于：成为自己的老板，掌握自己的命运，主宰自己的时间，创造自己是快乐，追求自己的幸福。

06、人生的标题在于：感觉被欣赏，人格被尊重，成就被肯定，生而能尽欢，死而能无憾。

07、生活的目的在于：活得实在，活得自在，活出健康，活出品位，活出快乐，活出豪气，活出尊严。

人生最重要的事，不是您现在站在何处，而是您今后要朝哪个方向，只要方向对，找到路，就不怕路远。

成功的人生，胜于成功的事业，一味追求事业的赢家，最后可能变成人生的输家。佛前的灯，不必刻意去点，最重要的是，点亮自己的心灯，知道自己的起跑点及目的地，想出最合适自己的方式，安部就班奔向目的地。

08、人的一生，是一连串决定交织而成的过程，其精华在于自己如何选择。生命的最高境界，就是选对舞台，尽情挥洒才华，走出自己的路。

人生成功的定义，要自己去找寻；人生快乐的感觉，要自己去诠释；千万不要迷失在别人的看法中。

09、价值观，是我们对事物好与坏、对与错的看法，我们觉得好的、对的、重要的、应该的，都代表了我们的价值观，因人而异，系于一念之间。

在对人、对事方面，如果能尽量选择往乐观的方向去想，就会愈来愈感到愉快。

一个人只要有想法愿意去改变，事情就有转机，改变的意念会愈强，胜算就愈大，成功的机会，永远留给拥抱变化、渴望改变的人。

10、人生是计划的过程，计划的主人是自己，计划做得具体，执行做得确实，胜算必然属于自己。人在高潮时，千万不可得意忘形，否则骄兵必败；人处低潮时，千万不可灰心丧志，否则郁卒自灭。

一个人如果心态开放，保持好奇，破除成见，不断进修，求新求变，将会使视野开阔，拥有创意人生。快不快乐在自己，快乐从心起，自己求，要学习。

当一个人感到很知足，心不烦，身不疲，无所求，心能安的时候，快乐就在其中；当一个人感到吃得下，玩得起，睡得好，没牵挂，很满足的时候，幸福就在其中。

11、快乐的源泉在于：知足、无求；尽责、无怨、宽容、感恩、舍得、放下、忘记。

12、人生规划的步骤是：先觉知、有意愿、量己力、衡外情、订目标、找策略、重实践、善反省、再调整、重出发的循环历程。

人生规划的前提在于：主角是自己，愿意改变自己，要量力适行，参考家人意见，有求好心，有企图心，有行动决心。

一个人就算饱学之士，如果不能暸解自己，掌握自己，就称不上是个有智慧的人。知己是生涯规划的起点，唯有充分了解自己，生涯规划才能做到量力适性，人生才能过得如自己所想。

13、要了解自己，就要勤于对自我生涯对话，给自己做自我鉴定，认清我是谁？是个怎样的一个人？我有哪些生涯资产及战力？我要到哪里去？我想要的是什么？

14、人生有梦，筑梦踏实，将自己的梦想，以阶段性的小目标，落实在具体的计划中，然后身体力行，积极实践，就是生涯规划最具体的表现。

15、人生以40岁为分水岭，前20年，为人作嫁，工作以量为中心；后20年，为己多活，工作要以质为中心。

人生幸福三诀：

一、不要拿自己的错误惩罚自己；

二、不要拿自己的错误惩罚别人；

三、不要拿别人的错误惩罚自己。

人生虽有终点，生命却是无涯，生活可以随便，生命却要认真，怎样安排此生，是自己的责任。圆满人生的八大领域是：婚姻美满、家庭和乐、道德修养、终身学习、事业发展、身体健康、理财得法、善缘广结。

全方位的生涯规划，至少包括四个领域：缤纷生活路、快乐工作路、丰富学习路、职涯成功路。

a、缤纷生活路包括：美满婚姻、和乐家庭、健康生活、休闲生活、人际关系、时间管理、消费理财等。

b、快乐工作路包括：善尽职责，纾解压力、精益求精、工作丰富、寻找乐趣、追求创新等。

c、丰富学习路包括：修身养性、自我进修、短期进修、在职进修、学艺专精、网络学习等。

d、职涯成功路包括：终身受雇、职位晋升、专长发展、绩效创高等。

工作学习中，做好工作计划、整理好职业生涯规划。

16、挫败是人生必修的学分，除了勇敢面对它、接受它、处理它，没有第二绦路。

17、灰心丧志是失败之源；患得患失是痛苦之源；焦虑忧愁是疾病之源；知足、感恩、善解、包容是快乐之源；健康、平安、心安是幸福之源。

舍得才能获得；放下才能去烦；忘记才能心宁；宽容才能得众；反求诸己，做到无念无私，就是踏实自在。

18、成功不自满，常怀企图心；改善是求进步的动力，自满是走下坡的起点；为了成功而停下脚步的人，失败就在不远处等您。

成功不自满，常怀企图心；改善是求进步的动力，自满是走下坡的起点；为了成功而停下脚步的人，失败就在不远处等您。

19、真正的裒退，不在白发皱纹，而是停止了学习进取，因此，抱持希望，不断学习，落实行动，是成功人生的保证。

现代人的工作守则：流汗不流血，卖力不卖命，做事不坐牢，争气不争功，凡事求合理，凡事求心安，过程兼结果，时效即绩效。

20、一个人的品德操守最重要，也是唯一自保之道。表现好，别人不一定肯定；表现不好，别人肯定不轻饶；那里差，别人就往那边挑；那里脏，别人就往那边扫；那里臭，别人就往那边清。

一个人如果忙得抽不出一点时间，常把忙碌一词成为口头禅，那就表示自己已被时间锁住，成了时间的奴隶。

21、人生有输有赢，得势顺境时，千万不要得意忘形，放纵自己；失势逆境时，千万不可消极颓唐，放弃自己；人生成功的定义，要自己去找，别迷失在别人的看法中。

人生如起伏波浪，唯有培养辨识障碍意识与能力，坚定面对挫折勇气与决心，设法及时反省与补救，才是在茫茫人生大海中，安稳航行的不二法门。

22、装傻的最高境界在于：拿得起、放得下、看得开、不动气、知足、感恩、善解、包容。

悲观者抱怨风向，乐观者期待转向，聪明者调整风帆。

对人生的种种，要抱持「看得见、想出来、知改变、能行动」的态度，才能对自己的人生有所交待。

潇洒人生六得：来得、做得、玩得、舍得、放得、走得。

活到老，学到老，动到老，玩到老，乐到老，永不老。

23、自我管理的警语：既尊己又尊人，站稳脚再冲刺，识时务知进退，存善心做好事，己不欲勿施人，有余力多助人，重修行求心安，善尽责留怀思，再卖力有批评，疼自己做自己。

人际关系的警语：时存五心（诚心、宽心、同理心、肋人心、感恩心）；力行五好（心地好、态度好、表情好、言语好、行为好）。

心灵保育的警语：常运动以健心，多静省以收心，戒酒色以清心，去物欲以养心，诵古训以警心，悟至理以明心，厉行善以爱心。

24、.在人生的奋斗过程中，就像一场场的球赛，有输有赢；人生之路崎岖难行，但凭毅力、决心，勇往直前，才能战胜命运，成为生涯赢家。

所谓生涯赢家，就是对自己了解很清楚，知道自己想要什么，想做什么，想过怎样人生的人。

赢家的对相就是输家，凡是对自己不了解，任由环境塑造，糊里胡涂生活的人，都算是人生的输家。

25、人生使命宣言：家庭第一，健康至上；劲在工作，知足感恩；乐善好施，广结善缘；信然重诺，心安理得；终身学习回馈社会。

不怕计划失败，只怕不去计划，嬴家的头衔，是苦干得来，汗水换来的。

快乐人生的根源，在于用心经营家庭；事业成功的人，也是家中的模范生，筑一个自己喜欢的巢，爱情及亲情就在家里。

**第五篇：成功人生需要规划**

成功人生需要规划--管理好你的人生三步曲

我们的人生的确也需要管理,这是我最近一两年才真正深刻体会到的事.国外讲人生 规划,国外企业讲职业生涯规划,几年前听到时觉得新奇,有那么点新意,但听过就忘了, 体会不深.最近一两年思考多了,凡事都能自己思考,有自己的独立见解了,阅历广阔一点 了,成功失败都经历过一点了,人思想开始成熟了,这个原来一直没有关注的问题才一点点 突现出其极其重要的现实价值.成功人士之所以成功,多半是因为他们在有意识地管理他们的人生.当然,偶然因素 即所谓的运气, 永远是存在的, 但运气是可遇不可求的, 不在我们一般管理科学的研究范围.而且哪怕就是运气,也可以运用概率论来进行模拟研究.显然,一个从不买\*\*\*的人是不可 能中大奖的,当然,到底什么样的买\*\*\*方法才能提高中奖机会,有人是在那里研究,与做 股票一样,甚至形成了许多理论,也有不少人信奉,这也是事实.但从大的概率来讲,从事物发展变化的必然性来讲,从人们自己可以掌握控制的成功 因素来讲,运气只是额外因素,不能够对之孜孜以求,更不能以之为成功主要因素和以其为 成功基础(歹徒和冒险家除外,这些人正是以此为乐以此为生为死),因此,显然不能倚之 为我们走向成功的可靠因素.可靠的因素主要是那些实实在在的将我们导向成功目标的综合 性的现实努力.只有这些努力是我们可以确切把握,并且在正常情况下,必然有助于我们一 步步接近成功目标.而如果我们所有这些努力都是有意识在做出的,那么,我们实际上就是 在管理着我们的人生.综合许多伟大人物的经验, 并结合我自己个人的人生体会, 我感到管理好自己的人生不 是一件容易或轻松的事.托尔斯泰说:人生是一桩沉重的工作,我很早就有体会了.当然, “革命人永远是年轻,”也是对的,人生也是一桩难得并且不可重复的乐事.正因为如此,人 生的成功不能以苦乐来评价划分.人生可以是苦的但却是成功的, 人生也可以是乐但却是失 败的,相信我们身边不缺乏这样有趣的生动例子.就我个人而言, 我是完全不同意流行的成功学所定义的成功概念的.我倾向于将人生的 成功定义为人生的幸福.幸福更多地是一种主观感受,虽然以客观为基础,但是对客观的有 效修正或提升.因此,我认为成功的人生就是幸福的人生,也只有幸福的人生才能真正称得 上是成功的人生, 你表面或在现实生活中再成功, 但是你根本感觉不幸福, 那么, 在我看来, 这就是失败的人生.做出这样的定义, 我们就明确否定了“有钱的人生就是幸福的人生”, “轻 松的人生就是幸福的人生”等一些错误理解.幸福和成功的人生是你实现了你自己想要的目

标的人生, 过着自己内心想要过的那种生活或人生.这也就是社会心理学家常说的实现自我.这也就是为什么许多老革命人老红军觉得在延安那么艰苦的时期, 反而是他们人生觉得 最幸福的根本原因.他们追求并且慢慢接近着自己的理想, 他们在为自己的理想而努力奋斗, 他们除了自己的奋斗几乎一无所有,但他们根本不需要别的,他们已经足够.这样的人生,

-1-

何尝不也是我们现在许多人想过的理想有人生?!有意义,有价值,而不是飘浮,随波逐流.因此,拿破仑是幸福的,岳飞也是幸福的,做隐士不做皇帝的两位商朝古人伯夷叔齐是 幸福的,文天祥是幸福的,毛泽东是幸福的,……因而他们也是成功的.那么,伟大人物是这样一个道理,凡人怎么样才能算是成功人生呢?道理是一样的,实 现自己的能量,过上自己真正想过的生活.试举一个垃圾工为例来说明.垃圾工客观上是能 力低下,社会地位低下,经济能力匮乏的低层城市居民的典型代表.这样的人能不能获得一 个成功的人生?我个人认为是能的.能的关键在哪里?能的关键在于确认自我.确认自我是 成功人生管理三步曲的起点.老柏拉图说,“没有经过思考的人生是不值得过的人生.”但丁说,“人不能象走兽一样 活着,而应当追求知识和美德.”歌德作为一代伟人在《浮士德》里,更是将创造和思考, 为人类而不是为自己建功立业,视为人生的最高幸福,而整部《浮士德》作品更是可以看作 是一部个人或人类集体的精神追寻史.在我看来, 寻找什么是真正幸福的人生这一问题的答 案,才是老歌德费时近六十年顽强写作这一巨著的根本冲动.在上一篇文章里,我们回答了成功人生到底是什么.最后我们谈到了伟人可以成功,凡 人例如垃圾工能否也拥有成功人生?答案是能够拥有.能够拥有的前提是他能够确认他的自 我.谈到自我,我们不能不谈到伟大的佛洛伊德先生.是他首先创立了完整的自我理论,把 人的自我分成本我,他我和超我三大部分.这样子一个人就有了三个自我,那么,人们要确 认自我和实现自我指的是哪个自我呢? 这本是个纯精神分析学问题,我不是精神分析专家,但我有自己的一点见解.我个人认 为是这样的:这三个概念的划分没有错,它们不仅在理论上是存在的,而且在现实中也是存 在的,而且它们的划分在理论与实际上仍然是清晰的,这是其一;其二,我个人认为,确认 自我,主要还是指确认本我,即我本来或真正是怎么样的,而实现自我则指的是在实现本我 的同时,同时实现他我和超我.为什么会是这样的呢?这主要是因为人的个社会的存在,他不能够脱离了社会环境中的 自我即超我与他我,而独立地实现本我.这使我想到了尼采这个经典的例

例子.尼采作为超时 代的哲学家, 他的本我一直与他我及超我无法协调地统一起来, 这给他造成了极大的精神痛 苦.所以他只能来往于巴黎和乡间别墅,孤家寡人和上流社会的红人之间,在众人中感受到 自己本我的煎熬, 在孤独中感受到自己必须属于某一群人.结果他的情绪变得反复无常和极 其暴怒.但就是这样一个人,最终也确认了真正的自我,本我,一个卓越的哲学家和人类思 想导师,他知道自己的价值,当所有人都否认他的时候,他仍然坚信自己的价值,并不为他 人的错误见解和要求让步.因此,有时我想,尼采大部分时候是痛苦的,他痛苦的不是他的思想和本我,而是他的 思想和本我得不到社会应有的认同.但总体而言,尼采却也是幸福因而也是极其成功的.这 个人具有如此巨大的才能和勇气, 以致于可以独自自己一个人确认自己的价值, 他采取的方

-2-

法是将超我和他我硬性地融化,统一于本我,让不接受他本我的社会,他人惊诧和难受.虽 然他最后忍受不了社会的误解和排斥,由于孤独而发疯,但他已经完成了自己的使命,他完 成对于欧洲精神或欧洲灵魂的重塑, 他强调和鼓吹的哲学的本质是人应该在精神上变得强壮 和有力度, 这个孤独可怜的人在思想的全过程中, 必然会感到一阵阵智慧升腾的狂喜.我想, 这就是他作为一个哲学家的成功和幸福.成功和幸福的评判在于他是否成为了他想成为的 人,尼采显然已经成为了他想成为的人,尽管当时社会固执地不予以认同.这又引出了一个分命题,从本质上来讲,成功与否,与社会或他人评价无关,社会,他 人评价有时与成功相符合,有时却正好相左.这就又重申了我们最早的成功定义,成功并非 社会评价性质的, 而是当事自我的感受.因此, 我们又可以引出第二个分命题, 从本质上讲, 成功与他人或社会对你的期望或要求无关, 只与你内心真正的愿望和理想有关.如果你恰好 满足了他人或社会对你的期望, 其根本原因不是因为社会, 他人期望你如此, 因而你就如此;而是因为你自己真心期望自己如此,或真心认同社会,他人对你的要求.完全认同于社会或 他人如父母的期望,并以此为乐为成功,这也不失为成功人生之一种.一个人要真正确认自我不是一件易事.我们有许多人,活到老了,还不知道或者不能够 按照自己内心的愿望活着, 人生好象就真是一场梦.是不是这样我们就放弃了对自己的权利, 象中国俗语所教导地“糊糊涂涂做大官”呢?我看不至于.事实上,无论在任何条件下,人并 不总是处于被动地位而被社会洪流所左右, 随着时代的进步, 人们对于自己的人生有着越来 越大的选择权和自由空间, 因而能够基本把握自己的人生.这就给确认自我

和实现自我提供 了良好的社会基础.就是在奴隶社会,中外历史上也不乏出身卑贱而成功的著名例子.我们回到垃圾工人生的典型例子上来.垃圾工怎么也能够获得幸福呢?这是因为垃圾工 这一身份或定位只是社会或他人看待某个从事垃圾清理工作的复杂的多面的人的一个超我 与他我面具, 而并不真正代表从事垃圾清理工作这个人真正的面目.这个人有可能还是个艺 术家,科学家或其他的什么,这个人还是儿子或其他人的父母等等,垃圾工这一定义只看到 了他复杂人生的一个面,以一个面来概括一个整体就会犯下以偏概全的错误.同理,农民也 不一定就不幸福或不成功.关键在于他们能否正确地确认自我.谈到确认自我, 我们自然会追问怎么才能确认自我.帮助人们确认自我是西方成功学的 核心内容和根本成就, 可惜的是成功学片面地将成功局限于金钱上的获取和累积程度这一错 误的向度.如果将成功正确定义为多方面地实现自我,那么,成功学绝对是一门非常重要, 必要和有益的人生学问.怎么确认自我的确是一个复杂的问题, 我打算在完成了这一小系列 短文后,再做更加深入细致的研究.确认自我需要付出艰苦的努力和一定的时间成本.确认自我根本的工作在于做出以下几 点基本分析.一, 个人志趣分析 自我认识首先必须了解真正的思想和情绪方面的自己.要认真和实事求是地分析, 自己

-3-

的兴趣爱好和厌恶之物是什么, 要分析自己内心真正的想法和愿望, 明明白白地找出自己真 正想要的,对自己来说有意义和价值的东西.二, 社会需求分析 任何人都不是孤立地存在于世上, 而是生存于现实的特定的社会环境之中.个人的成功, 幸福, 发展, 必须以社会的某些客观条件为前提, 成功幸福的人生往往是领先超前或同步于, 融合于当代社会发展大潮.个人人生的价值和意义,只有放在广阔真实的社会背景之下,才 能显示出其真谛.三, 家庭需求分析 对于正常人来讲, 成功人生还必须考虑一下家庭对自己人生的需求.尤其对于中国人来 说,家庭对人生成功具有十分重要的意义.当然,事实上我们存在着对于家庭需求的多种处 理方法.你可以选择独身,也可以选择特定的对于双方来说都有意义的婚姻.但绝不能因为 家庭的需求,牺牲自我发展的基本方向.四, 个人 SWTO 分析及人生定位 以上三点构成了我们确认自我的三个维度.如果我们把家庭纳入社会范围简化成个人和 社会两个维度来考虑, 那么, 我们就可以对自己的人生发展进行一次战略规划常用的 SWTO 分析如下.很明显,人们一般应该选择图中 A 区,而尽量避免 B 区选择.A 区为个人兴趣爱好及 个人才智能力优势与社会,家庭所提供

的发展机会相配合的区域,是人生定位的上选,成功 的概率很高.B 区则相反,个人处于劣势和排斥的区域,是人生发展应该避开的暗礁区,不 宜于作为成功人生的定位.确认自我必然引向人生定位.人生定位即表明在我们一生当中, 我们希望自己并且能够 使自己成为一个什么样的人.人生定位是人生发展规划的第一步, 人生发展策略规划则是人 生发展规划的第二步.分解人生发展阶段, 制定各阶段目标措施则是完成人生发展规划的最 后一步.人生 SWTO 分析图 人生定位是确认自己人生的理想和目标, 即确认你自己应当成为什么样的人.不同的人 不同的情形会有不同的定位.人生定位很重要的一个工作是找到你的理想人格, 理想人生的 榜样人物,即为自己树立一个代表追求目标的典型.比如说,我个人的偶像是孔子,歌德, 莎士比亚,曹操,拿破仑和毛泽东.在这几个人的身上集中了我想要自己实现和达到的人生 目标.人生发展策略规划也是人生规划很重要的一步.人生策略规划指的是人们通过什么样的 方法或途径取得成功.空谈很难说清.举个例子,拿诸葛亮来说事.诸葛亮先是长期躬耕垄 亩,然后是结交至友,借助师友和自我宣传推广自己,以便声播天下,择良主而侍.“淡泊 以明志,宁静以致远”就集中概括了诸葛亮的成功人生策略.

-4-

光有人生规划还不行,还必须象战略规划一样,将人生的大目标大方向和大策略,分解 成为人生不同发展阶段的阶段目标及其具体措施, 整个人生规划才能初步完成.根据我个的 经验,人生规划大体上可以分成以下几个阶段: A,12-20 岁:人生学习期 B,20-30 岁:人生进修期 C,30-40 岁:人生巩固期 D,40-70 岁:智慧奉献期 E,70-80 岁:人生总结期 在以上时期划分清晰的前提下,我们还必须制定详细的奋斗计划.总体来说,在不 同的时期,需要实现的阶段性目标不同,实现目标的措施也不同.我个人的建议是应该尽量 将不同性质和类别的目标清晰化, 分成技能学习目标, 文化修养目标, 职业目标, 经济目标, 生活目标,情感目标,政治目标等等,目标越清晰越好,对目标的界定越明确越好.如一年 之内读哪些读多少书, 一年之内在某一行业做到什么职位等等.长期和短期人生规划的目的 是为了保证人生大的目标能够不沦为空想,而是一点点在一天天的推进中逐步落实.好的人生离不开好的规划,成功人生离不开成功的规划及在正确规划指导下的持续奋 斗.人生如大海航行,人生规划就是人生的基本航线,有了航线,我们就不会偏离目标,更 不会迷失方向,才能更加顺利和快速地驶向成功的彼岸.然而,有了规划,就一定会有成功 的人生吗?也不一定.成功人生管理三步曲还缺少不了最后

一步 知行合一,持之以恒地实 施人生规划,方能真正创造出如你所愿的美好人生.成功人生的第三步 如何实施人生规划,在市面上流传的各类成功学书籍里已经论述得 十分详尽,因此我感到没有必要再重拾人牙慧.有兴趣的朋友可随便找本成功学书,均会得 到大量“如何行动起来”的信息.

成功人生的十条法则

一,热诚的态度 我们的态度决定了我们的未来.一个人能否成功,取决了他的态度!成功人士与失败之间的判别是: 成功人士始终有最热诚的态度最积极的思考, 最乐观的精神和最辉煌的人生, 失败者则相反, 他们的人生是受过人生的种种失败怀疑所引导和支配.我们的态度决定了我们人生的成功 二,目标明确目标管理 1,目标明确

-5-

没有线路图什么地方也去不了.目标就是构筑成功的砖石.目标使我们产生积极性,你给自己定了目标,有两个方面的作用:

一是你努力的依据二是你的鞭策.目标给你一个看得着的射击靶, 随着你努力去实现这些目 标,你就会有成就感.有 98%的人对心目中的世界没有一幅清晰的图画.如果计划不具体, 无法衡量是否实现了----那会降低了你的积极性.2 目标管理 把整体目标分解成一个个易记的目标,把你的目标看成金字塔,塔顶就是你的人生目标,你 定的目标和为达目标而做的每一件事都必须指向你的人生目标.金字塔由五层组成,最上的一层最小,是最核心的.这一层包含着你的人生总目标.下面每层是为实现上一层较大目标而要达到的较小目标.三,勤则天下无难事 一心向着自己目标前进的人,整个世界都给他让路.四,擅于理财,预算时间和金钱 五,喜欢运动 健康的体魄是成就事业的资本.成功人士几乎都有自己喜欢的体育项目.六,自律 自控能力的强弱对人生的成功也有很大的影响.七,谦虚好学 越是成功的人,他们越会抓住一切可以学习的机会.八,良好的人际关系 成功意味着别人的参与 九,信念 十,立即行动 有了确定的目标计划,成功已向你展示.有位先生几年以来一直暗恋着某位小姐,可是,连 续几年过去了,他一直没有采取任何行动,他一直在等待,直到那位小姐成为他人之妻,他 紧张起来,但是为时晚了!别在犹豫,请立即行动吧!

-6-

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！