# 快乐人生需要规划[共5篇]

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-11-25

*第一篇：快乐人生需要规划快乐人生需要规划心语档案心海灯塔人生规划就是一个人根据社会发展的需要和个人发展的志向，对自己的未来发展道路做出一种预先的策划和设计。人生规划一般包括健康、事业、情感、晚景四个部分的规划内容。其中事业规划又包含职业规...*

**第一篇：快乐人生需要规划**

快乐人生需要规划

心语档案

心海灯塔

人生规划就是一个人根据社会发展的需要和个人发展的志向，对自己的未来发展道路做出一种预先的策划和设计。人生规划一般包括健康、事业、情感、晚景四个部分的规划内容。其中事业规划又包含职业规划和学业规划两个部分。人生规划越早做越好，规划的内容越具体越好，分步环节越清晰越好，涉及范围越全面越好。

高中阶段是人生的心理断乳期，是世界观的形成期，是个性发展的定型期，也是成长过程中最后的动荡期。因此，在高中阶段做人生规划是非常好的选择。高中时期接受人生规划教育，能帮助我们尽快解开人生谜团，理清人生的基本脉络，人生起步之前或起步之初，帮助我们做好最充分且清晰的心理、能力等诸多方面的准备，让我们在未来人生路上少走弯路，最大限度地接近自己的理想与目标。

做人生规划需要从以下几方面着手准备：

1、有一个清晰的未来目标，包括终极目标和阶段性目标，高中生的阶段性目标可以包括高中期的学习成绩目标，人际交往目标，个人成长目标，大学选择目标，专业选择目标，大学生活规划目标。

2、做一个清晰的自我诊断。每个人的智力水平、知识能力、个性特征、成长环境、人生期待等因素千差万别，因而每个人相应的人生规划也应当有所不同。自我诊断要求我们客观地分析自己的优势与劣势，扬长补短。自我诊断可以参考一些问卷和量表，也可以根据自我剖析和周围人的客观评价做出综合分析。

3、培养成长型心理定向。成长型心理定向是指认为人的基本特质可以通过不懈的努力而被积累起来，每个人都可以通过实践和经验的积累而有所改变和发展。这种认识是人生前进的助推力。

4、找到一个或几个理想人格、理想人生的榜样人物，树立一个追求目标的参照体系。

5、制定自我发展规划表，并分阶段定期填写，不断跟踪和自我检测，以确保规划的实施与及时调整。

快乐成长

为了设定目标，理清人生人生脉络，我们可以多听一听名人讲座，励志

故事，校友讲坛，以这些成功人士的人生路作为参考。

认真填写自我发展规划表。

课堂反馈

1、本堂课，你有什么收获？

2、人生规划对你有什么意义？

3、分阶段做人生规划，及时调整人生规划。附录1：自我剖析问卷 1．我希望成为一个（）

A、普通的好人B、一般的成功人士C、社会精英D、其他2．我最希望成为我所要成为的人应当具有以

下基本特征（至少3条）4．要想实现目标我现在最欠缺的是因为：附录2“我离精英有多远”测评

3．要想实现目标我现在最大的优势是

**第二篇：人生需要规划和设计**

人的一生十分宝贵又非常短暂，活到100岁者如凤毛麟角，即使长命百岁，也只有36500天。婴幼儿时期需要大人全面的呵护，青少年时期需要在学校连续学习十几年，参加工作之初还需要实习若干年，正式工作不过30年左右，再去了三分之一的睡眠时间和三分之一的吃饭、娱乐时间以及节假日等，人的一生真正为社会做贡献的时间不过数千个工作日。如果再糊糊涂涂过日子，往往是等闲白了少年头，枉过一生，无所作为。所以珍惜时间就等于珍惜生命、延长寿命。人是万物之灵，人与动物的根本区别是人有思想意识，人的行为受到意识的控制。人们要实现一个目标，能否成功与事前的设想判断有很大的关系。判断正确、行动坚决，成功率就高，反之事与愿违，失败率就高，所以有“凡事予则立，不予则废”之说。

人生的规划设计从深层次看，是一门做人的学问，规划设计好，可以强化做人的意识，促进科学世界观、奋斗人生观、艰苦创业观、泰然生死观的形成，有利于铸民魂、修民心、长民智、壮民体、树立人生正气、匡正人生陋习、从而全面提高综合素质，造就优秀人才。众多的经验证明，一个人有没有人生规划设计，对个人事业的发展，对个人生命、生活质量的提高，对个人志愿、幸福憧憬的实现程度，有着密切的关系。美国哈佛大学30年前曾对在校学生做过一次调查，发现没有人生目标的人有27%，目标模糊的人有60%，短期目标明晰的人有10%，长期目标明晰的人只有3%。30年后追踪结果表明，第一类人几乎都无所作为，生活在最底层，经常在失败的阴影中挣扎。第二类人生活在中下层。第三类人大多进了白领阶层。只有第四类人为了实现既定的目标，几十年如一日，积极进取，顽强拼搏，百折不挠，最终成了亿万富翁、行业领袖或精英人物。这就应了一句话，“有志者事竟成”。

人生需要立志，要立志最好从小开始就有所规划和设计，从自己的兴趣、理想开始，一步一步形成人生的阶段规划设计和人生总体规划设计。例如我国乒坛名将邓亚萍，从小就立志要争先创优，进入乒坛则立志战胜对方，经过反复艰苦磨练，胜不骄，败不馁，终于一步步地实现了预先设想的目标。在圆满完成乒乓球战线为国争光的任务后，紧接着去实现学业上的新目标，完成学士、硕士学位后，在继续进修博士学位的同时参加了新的工作，为交叉实现工作上和学位上的新目标而奋斗。根据她的特点：具有认真严肃的态度，不怕艰难困苦的精神和严谨细致的作风，她的新规划目标是可以如期实现的。

人生规划设计是一种志向也是一种艺术，其最大成就是圆满实现远景目标，而远景目标是在不断实现近、中期目标中实现的，因此远期规划必须与近、中期计划相结合，所谓“千里之行，始于足下”。人生规划设计是建立在自知、自信、自悟、自重、自治的基础上的，必须了解自己，相信自己，同时还要了解所处的主观、客观环境，在知己知彼的基础上，需要对自己合理定位。目标定得太高，力所不及。目标定得太低，失去奋进精神。目标定得适中，经过努力肯定可以实现为最佳。人生规划的根本意义是为自己描绘一个基本符合实际的整体结构，为自己树立一个鲜明的奋斗目标，从而产生一种不达目的不罢休的持久动力，也就是可持续发展。

人生规划将伴随人的一生，最好从青少年时期开始，如果青少年时期没有这种规划意识，从中年做起也好，因为这时自己各方面都比较成熟了，如果中年时期也已经过去，那么老年时期开始人生规划也不算晚。总之早规划早受益，晚规划还有益。

青少年时期的规划主要是学习规划，根据自身的条件，如何在打好基础上下力气，选择好自己的专业方向，圆满完成自己的学业，掌握必要的基础知识，提高自我学习能力、思维能力和创新能力，为以后参加工作、开展业务具备必要的理论修养和实践能力。

青壮年时期的规划主要是事业规划，如何发挥自己的聪明，施展自己的才华，应用自己的诚信品德和正确的谋略取得最佳的效益。当然还包括个人的恋爱婚姻以及持家置业的规划，同时还要有一个继续学习的规划，由于现代科学技术飞速发展，知识的老化很快，需要不断地充实新知识。此外还必须有一个生命健康规划，这点往往容易被忽视，等到有病时方才认识到健康是实现规划的保证就晚了，因为没有健康，其他所有规划可能全部落空。在各个行业中，都有英年早逝的事例，这个教训值得深思。

老年时期的规划主要是如何实现健康地安度晚年，做到善始善终。政治上做到永不褪色，思想常新，理想永存。按照“七十从心所欲不逾矩”的古训，只要坚持理论联系实际的原则，并活到老学到老，做到这点并不太难。生活上安排好是重点，如何做到老有所为、老有所乐、老有所学，其中首要的是健康，因为老年人的身体一般比较衰弱，如何保养好自己的身心是个大课题。老年朋友在一起很容易谈论自己的病情，但交流个体生命健康规划的却不多，以为自己的生命主要听天由命、顺其自然。其实现在的老年人有许多有利条件，可以规划设计好自己最后阶段的人生，力争做到既基本健康长寿又快乐安宁，生活能自理，实现“自己不受罪，儿女不受累，节省医疗费，有益于社会”。这就是充分发挥自己的主观能动性，加强生命的自我管理。生命自我管理的核心理念是保持身心健康和延缓衰老，从而达到在生命的快乐中享受快乐的生命。自己树立一个明确的晚年目标，向着这个大目标不懈努力，并不断自我监督、自我反馈、自我修正。在实践中既充分应用现代医学的有利条件，又要特别应用我国传统的养生理论和实践，真正做到“起居有时、饮食有节、情志有控、六欲有度、锻炼有恒”。

一场“非典”以后，人们的健康意识得到了空前的提高，国家为全民健康采取了许多实际举措，尤其为老年人提供了比较丰富的物质条件，实际上这就为老年实现生命规划开辟了宽阔的道路，现在的关键是老年人自己要树立正确的生死观，自觉地安排好晚年人生，积极迈上健康、健美、长寿之道，将生命的主动权掌握在自己的心中，不放弃心为人身之主的权利。

1988年我离休，当年我63岁，结合自己患有多种疾病的实际情况，我选择了走传统养生之路，安度晚年，为此从头开始学习传统文化，阅读了一些经典著作，学习了一些养生方法，请教了不少有专长的老师。我的内定目标是：“基本健康地度过百岁。”通过二十年的实际锻炼，通过身心自我调理，我的慢性病的控制与康复取得了较好的效果，肺气肿没有继续发展，自我感觉良好。1996年体检确诊我患有糖尿病，我继续用传统的养生方法应对，即适当控制主食、加强锻炼、情绪乐观、经常检查，经过实践也取得了效果。这样就增强了我的信心，于是在2024年我进入80岁时，向社会正式公布了“我的百岁规划”。现在又经过了四年的实践，更增强了自我健康向百岁迈进的信心。有了规划和目标，无形中有一股力量在推动着自己，要自强！要自信！为了弘扬中华民族的优秀传统养生文化，为了老年人的健康走出一条捷径，其意义又是非常深远的，我决心按照自己规划的目标坚定不移地走下去。

**第三篇：财富人生需要规划**

财富人生需要规划 段绍译

赚钱是个需要花点心思的活动。想要赚钱，离不开计划；想要拥有财富人生，必须进行科学规划。

是什么阻挡你致富呢？大多数时候是观念和信心，其次是方法和行动。

相当一部分人觉得理财和致富的能力是天生的，就像天赋一样。的确，赚钱是需要一定的天赋的，但普通人如果选择了正确的途径，掌握了正确的方法，那么也是可以实现财富梦想的。我们的教育，特别是理财教育是一个很大的缺失，没有人告诉我们走出学校以后如何赚大钱，就像没有人告诉我们如何创业一样。这使得我们在很大程度上习惯性地忽略财商的培养和发掘，因此不知道有多少好机会从我们身边悄悄飞过，只是因为我们没有那个意识，没有树立观念。更何况有的人根本不相信自己能成为富人。

国外有一项调查显示，在被调查的10 000个人中，终其一生，他们中间获得成功的人只占被调查人数的3%；而这些幸运儿并非天生幸运，而是他们还在学生时代的时候，就开始了规划人生，并不断调整和优化着他们的目标。其实，财富也是能够通过规划来获得的。你的财富人生，可以规划。

富人通常都是有头脑的聪明人，但聪明人却不一定都是富人。如果没有计划，没有理财和创富意识，那么财富永远不会像兔子一样碰巧撞到你的树桩上。想实现尽可能多的人生梦想，离不开财富，越早规划你的人生，财富离你就越近。

首先，你要有致富的欲望、致富的目标和信心。当然这个欲望、目标和信心不必大得离谱，假如你想三年内超越巴菲特，除非你大脑重启。不妨定一个一年内赚多少钱、三年内赚多少钱或每年比上一年财富增长百分之多少的目标来得更实际。从容易实现的数额开始定目标，逐渐锻炼自己的规划与赚钱能力，慢慢你会发现原来赚钱不是那么难，并不是天生富人才有钱。

其次，你要学习一定的金融、理财知识，懂得市场运行的一般规律，培养对数字的敏感和热情。这样，数钱的时候你会更有激情，赚钱也更方便，更有意思。

最后，也是最重要的是，你要行动。空有完美计划，不如步步为营。

如果你想成为富人，那么从现在起开始管好自己的钱；如果还没有开始挣钱，那么现在要树立攒钱的意识，从生活费中适当节约一部分作为储蓄基金，一旦有合适的投资机会，就能够派上用场；如果你是月光族，那么从现在起每个月强制自己存固定数额的钱到同一个账户；如果你已经有了良好的存钱习惯，那么可以考虑将存在银行的钱 2 找个更好的投资机会。要知道，只有在存款每年增值10%甚至更多的时候，它才能真正创造财富。定期存钱虽然不能让你马上变身富人，却能为你成为富人作好热身准备。

从现在起，学会节约，合理用钱。不该花的钱不花，可以少花的钱不要多花。CPI上升这么快，随时有无数种商品在打折，有太多的消费可有可无，为什么不把更多的钱留着用在刀刃上呢？如果你以为富人都是奢华的，那你就错了，节俭、开源节流和富人非但不是敌人，反而是很多富人之所以成为富人的好帮手。会花钱，不等于守财奴般虐待自己，也不等于暴发户般挥金如土，而是让每一分钱都花得有意义。想要形象良好又少花钱，你可以在换季打折的时候去挑选优质的经典服饰；想让生活不降低质量又花费不多，不如多在家吃饭，干净、舒服、环保，还能增进家人感情。如果尚未买房，那么可以控制预算，从优质二手房或小户型开始；如果房贷压力较大，那么我建议你暂时租房，因为一旦有了机会，房款这样通常不是小数目的钱，足够让你体验不止一次手中存款增值的快感。除非你确信买房会升值并且有购买能力，否则在经济实力不允许的情况下，我不主张硬着头皮买房。如果已经买房，对私家车的需求又不是特别必要，那么可以考虑推迟购车计划。城市日渐拥堵，养车费用不菲，与其买车折旧，不如将钱留作合适的时候投资用。信用卡用得好，财富来得更快。网上有很多如何成为卡神的帖子，你大可以仔细研究一番然后申请1~3张信用卡周转使用，巧用信用卡“免息还款期”。务必要小心信用卡的高额利息，避免欠费或透支过度，更要谨慎提现，尽量不提现，因为这项费 用比较昂贵。另外，审慎购买商业保险，避免不必要的额外付出。如果你有周密的调查和相关经验，那么可以考虑办理一个或几个基金定投；如果你只是凭感觉购买和投资，那么还是避免进行这方面的投入。买股票也是同样道理，在你一无所知的时候，跟风涌上只不过让资本市场多了一个傻瓜，你很难成为幸运的那一个。“一个人放对了地方就是人才，放错了地方就变成蠢材”，钱也是如此。如果你盲目地把钱放到一个只是“也许”能受益的地方，那么你的钱很可能会有去无回。

财富人生，必须从科学合理的规划开始。

你要规划出每个阶段具体的目标。比如在财富方面，每年的收入提高百分之多少；在人脉方面隔多久至少认识几个新朋友；几年实现一次事业上的提升；为自己和家人实现哪些购物或旅游等计划。这些不同领域的详细规划，能帮你绘制出一幅清晰的进步地图。如果你的意志力不够坚定，那么不妨让亲朋好友来督促你，或者联合亲朋好友各自制订规划，相互鼓励，及时分享。

如果你是工薪阶层，如果迫切想实现财务自由，那么一定要有战略眼光；如果今天的你能看到明天的自己，如果十年后的自己还是重复现在的一切，那么不如早点离开现在的企业。如果你不想换工作，你就必须及早积蓄，学习省钱和投资，因为学会省钱，就等于间接增加了收入。

42岁的滕振国，曾以农民工的身份、以高中毕业的第一学历、以自学数载的坚忍、以38岁考上硕士研究生的经历，轰动河南乃至全国。但很多人并不知道，毕业后的滕振国并没有找到让他提升价值的工作，他的生活重新回到没有读研之前的状态，可以说，他的研究生学历几乎一无所用。他的经历恰恰说明，知识不一定能改变命运，与社会脱节的知识反而会耽误人生。滕振国的错误在于，他在不适合读书的年龄去读全日制的书，更关键的是，他没有学到对他很有用的知识和技术，仅仅是为他的人生增加了一张学历证明。学历并非无用，但是在对于滕振国所适合的职场而言，学历远非第一位。他选择了不适合自己的路，错误地规划了一段人生。犹太人把接受了应试教育最终获得一纸学历的所谓的高才生比喻成拖着一车书的驴子。

滕振国的例子可以让我们间接获得教训。学习的目的主要是两个：一是创造财富；二是创造快乐。如果读了研究生之后既不创造财富，也不创造快乐，那么这样的研究生是可以不读的。学校教育只是学习知识的途径之一，但绝对不是唯一途径。

一个人要作一个决定，无论是上学读书还是选择职业和行业，抑或是选择投资方向，甚至选择出国，都必须首先想到十年之后会怎么样。如果十年之后，我还是这个样子，我还是现在这个位置或者还是这个收入水平，那么从现在起就必须想办法去改变。如果一辈子挣每个月2 000块钱的工资，没有升迁的希望，没有加薪的可能，就要及早准备，充电跳槽，甚至换行。俗话说，好汉不赚有数的钱。

人与人的差别是靠着时间的积累慢慢产生的。大家熟知的李嘉诚，现在拥有很多普通人几辈子都无法赚到的财富，也许你会说他运气好，赶对了时机，但是不要忘了，李嘉诚是从一无所有的穷孩子开始创业的。正是因为他不自卑，不怨天尤人，勤勤恳恳地规划自己的人生，从一点一滴的小财富开始，才成长为真正的大富豪。十年后，甚至三十年后，你拿什么来养活自己和家人？如果你现在就开始规划自己的财富人生，那么也许你永远成不了李嘉诚，但十年后再与同学聚会、朋友聚会时，他们就会看到一个截然不同的富足美满的你。那些没有规划自己人生的人，十年后就会羡慕你的头脑、行动，以及坚持。

**第四篇：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-

**第五篇：人生需要正确的规划**

人生没有规划

你问我如何规划自己的人生？我只能回答不知道。以前我对“职业规划”“人生规划”之类的东西很迷信，觉得早规划好自己的人生道路，离成功就更近。后来生活阅历增多，自己也渐渐有了一些独立思考的能力，我才发现“人生规划”完全是扯淡，人生是难以规划的，人生从来就不是规划出来的。

孙悟空从石头里蹦出来的时候还不会72变，也不知道自己会成为一个叫“唐僧”的和尚的大徒弟，并跟一头猪去西天取经；诸葛孔明在刘备三顾茅庐的时候也不知道自己会在军事史上书写下“赤壁之战”这样牛逼哄哄以少胜多的战役；乔布斯从只念了半年的里德学院退学的时候也一定不知道他会成为一个叫iphone的手机品牌的缔造者，也绝对预测不到他逝世的时候，全球各大网站会在页面上写着“Steve Jobs1955—2024”以此来缅怀他。

冯唐也许从来没想过自己会成为麦肯锡公司全球副董事合伙人同时还是一个出了好几本书的作家，他年轻时是个诗人、文艺青年，后来读了妇科博士，再后来进了咨询公司，现在又做了实业，他想写小说就去写，想开公司就去开，一路都在做自己想做的事情。蔡骏也许从来没有想过自己会成为中国悬疑小说作家第一人吧，他当初只是一边上着自己的班，一边在“榕树下”一下一下地敲击键盘。老罗也许从来没有想过自己会成为教英语的老师，还和西门子打一场旷日持久的维权之战吧。一年半以前我不知道自己会在海拔5200米的珠穆朗玛峰脚下徒步四公里还心跳正常，呼吸平稳；也不知道自己能持续跑步70分钟，跑完10公里，不仅没累死还有跑步快感；更不知道自己在一个叫“豆瓣”的地方写文字，然后有7000多个豆友关注我；我只是做自己喜欢做的事情，去自己想去的地方，一步步地跑，一字字地写（请原谅我不要脸的把自己和冯唐、蔡骏、老罗并列）。人生从来不是规划出来的，而是一步步走出来的。找到自己喜欢的事情，每天做那么一点点，时间一长，你就会看到自己的成长。

5、自己的人生自己过，自己的父母自己搞

你问我说，如何做到违背父母之命，做自己喜欢做的事情，爱自己喜欢的人，而不是接受父母安排的工作，接受父母安排的相亲？我只能说自己的工作自己做，自己的男人要自己上，自己的父母自己搞定。父母说你胡闹，说你不靠谱的时候一定忘记了他们年轻时候的自己也是这样一路“不靠谱”走过来的。那些做父母的也许都深有体会，你的经验，你的教训，你所受的痛苦，你曾经的努力，你所掌握到的一点人生秘诀，都无法传授和遗传给你的孩子，如果你强行灌输，只会招致孩子的反叛。你只能看着他跌倒了再自己重新爬起来，吃了亏，接受了教训才长了记性，受伤流血了，擦干净身上的血，再继续走自己的人生路，因为每一个人的人生都是不同的，每一个人的人生都是要自己过的。

廖一梅说，胡闹是年轻女孩和年轻男孩成长的必由之路，是成人的必修课。而且，我不相信有简单、正确、容易的捷径可走。没有胡闹过的人对人的不确定性，自我的混乱缺少必要的了解，没有切肤之痛，会较难宽容，对许多人和事认识狭隘。

每一个人的人生都要经历痛苦，只有自己经历过痛苦，这样的人生才真正属于你，才会懂得什么是人生。

其实父母并不是如我们所认为的那样不开明，不通情理，最重要的是你自己的态度，你一定要明确自己想要什么，对自己的一切行为负担起责任。当你对他们表明态度，好好的沟通，希望做自己想做的事情，并愿意承担起自己生活的全部责任，他们大都能够理解，就算一开始不能马上接受，你若坚持久了，他们也都默默接受，毕竟没有父母是希望自己的孩子不快乐，最重要的是你去做，去努力，让父母看到你的成长，相信你。我刚毕业的时候，父母强烈要求我回家乡或者去广州这样离家乡稍微近一点的城市发展。我在电话里清晰地表明自己的态度：我喜欢上海，我想在上海生活，我在上海又有朋友，你们要和我一样相信，我在上海会生活得很好，从小到大我都为自己做决定，这一次我也要自己做决定。父母就同意了，再也没有提让我回家的事情。我觉得最可怕的是那种自己不去坚持不去争取不能为自己做决定不能承担起自己生活的责任，然后听了父母的安排又反过来指责父母控制自己的生活，干涉自己的人生自由的人，因为你根本就没有为自己争取过，凭什么指责父母的安排。比如你明明不想没完没了的去相亲，却又觉得父母是对的，听了他们的话，乖乖去相亲，然后委屈满腹，身心疲惫，你能怪谁？只能怪自己没有担当。

6、就算吃不起最贵的PAUL，也吃得起85度C

你说你想嫁个有钱人，我只会说你去嫁吧，只要你能把自己嫁出去。你以为嫁个有钱人就会幸福，那你就去试试吧。你试过了才会知道有钱人的生活是怎样的，是不是如你想象的那般奢华美好？是不是你自己想要的那种生活？对于很多像我一样缺乏独立思考能力，又不懂得借鉴他人历史教训的人，只有亲身经历过，才能知道自己想要什么样的生活，就算不知道自己到底想要的是怎样的生活，也至少能明白自己不想要怎样的生活。你以为嫁个有钱人就能感到幸福吗？其实你认为的幸福不过是那些时尚杂志，影视娱乐，社会习俗给你定的幸福标准，你从来就没有思考过自己真正想要的是什么。

其实你想嫁个有钱人无非就是为了不用自己奋斗就能过上衣食无忧的好日子，但是你真的能够心安理得地享受这样的好日子吗？这些好日子既然是别人给你的，那么别人也随时可以拿走，到时候你何以立足？如果你真的嫁入豪门，却整天提心吊胆地害怕失去这样优渥的生活，你的内心一定也没有安全感，一定不快乐，那这样的日子是好日子吗？我坚信只有自己让自己过上好日子，那才是真正的好日子。

姑娘你要相信，在现在这个只要肯付出努力就不会饿死的社会，单单依靠自己，你既会有爱情，也会有面包。就算吃不起最贵的PAUL的面包，也吃得起85度C的面包。

7、是什么捆绑了你的人生？

今天和一个朋友通了电话，她说2024年要让老板给自己加薪，其实她刚跳到新公司3个月；她要结婚，因为她已经27岁了，而且男朋友还算有钱，可是她和这个男朋友刚恋爱还不到一个月，也许都没上过两次床；她还要学开车、学习法语，可是她又说她并不喜欢学习这些，真正喜欢的是养宠物，因为这是当今社会的生存技能，所以她要学会。我当时就问，姑娘你累不累啊？

我们成长的过程是不断被教育，被规划，不断接受外界赋予标准的过程，时尚杂志、传媒资讯、社会习俗给你列出各种幸福标准，你把自己框在一个标准的正方形里，上边的边框是你要学业有成，进入名牌大学，下边的边框是能多赚钱，买房买车，左边的边框是30岁之前要结婚，最好嫁个有钱人，要婚姻幸福，右边的边框是有一份高收入又稳定的工作，你以为这样自己就有了安全感，你以为这样的人生就是幸福完满的人生，但是这却不是真的，我看到很多有房有车的已婚人士并不幸福，他们把自己框在这个框里，只感到更大的困惑，他们没有对自我思考过，没有独立想过自己想要的是什么？

其实每一个人的人生都是两点一线，向死而生的过程，你渴望的安全感无非就是希望这两点一线走得平顺一点，少一点曲折，少一点弯路而已。人生本来就是一段旅程，目的地都是一样——死亡。有的人的旅程充满五颜六色变换万千的风景，有的人的旅程只是一层不变的索然无味，你想成为哪一种人？

有个年纪大的长辈和我说，如果有机会，年轻人30岁左右出国留学都不会太晚，重要的是去经历生活，体验生命。我非常同意他的说法，但是现实中我听到很多人会说，你都30岁还出国留学，太不靠谱啦，等念完书，年纪都多大了，结婚、生孩子、找工作的年龄也相应往后延，这样你的人生很痛苦之类的•••

为什么你的思维会如此僵硬，是什么桎梏了你的思维，捆绑了你的人生？在这个资讯泛滥，每一秒钟都刷新微博的时代，独立思考比其他任何东西都要来得重要。我一直想不明白，怎么有这么多人这样算计人生呢？人生真的不是算计出来的，只有一次的生命，需要活得真性情一点。也许我在念书的时候就结婚生孩子呢？就算念完书，年纪大了再结婚生子又怎样呢？就算我一辈子不结婚生孩子又怎样呢？难道就不会幸福吗？你的生活是需要别人对你说“好”你才觉得好吗？你的安全感是来自符合社会习俗制定的标准吗？

世上本没有安全感，想的人多了，就有了虚假繁荣的伪安全感。尤其是女人，很容易被各种伪安全迷得神魂颠倒，我们大多数时候对事物的认识建立在外部资讯和各种广告上，缺乏自己独立思考和判断能力，这样容易习惯性的给自己贴上各种各样伪安全的标签：有了房子就有安全感，有了钱就有安全感，有一份稳定的工作就有安全感，找个老实木讷的男朋友就有安全感，结了婚就有安全感，有了孩子就有安全感•••

可是真正的安全感不是来自外部物质的赋予，而是来自内心的平静和充盈，来自对自我的自信和对人生的笃定，可是要获得这些都需要人生经历的慢慢累积，需要吃过生活的苦头，经历过许多事，见识过很多人，还要有自己的修养和悟性，才能做到平和冲淡，不忧不惧。所以，亲爱的朋友，不要着急，慢慢来，你会有安全感的。

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！