



设计和创造

SHEJI HE CHUANGZAO ZIJI

许洪勋◎著

自己

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

SHEJI HE CHUANGZAO ZIJI

设计和创造

许洪勋◎著

自己

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

鄂新登字 01 号
图书在版编目 (CIP) 数据

设计和创造自己/许洪勋著.
武汉:湖北人民出版社,2012.1

ISBN 978 - 7 - 216 - 07013 - 3

- I. 设…
- II. 许…
- III. 成功心理—通俗读物
- IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 239210 号

设计和创造自己

许洪勋 著

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大道 268 号
邮编:430070

印刷:孝感三环印务有限责任公司
开本:710 毫米 × 1010 毫米 1/16
字数:167 千字
版次:2012 年 1 月第 1 版
书号:ISBN 978 - 7 - 216 - 07013 - 3

经销:湖北省新华书店
印张:15.75
插页:2
印次:2012 年 1 月第 1 次印刷
定价:30.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

建构人生的平衡态

（自序）

宇宙的真理、科学的定理、人生的哲理、生活的道理，无处不在地贯通着一个最为普遍的规律：平衡的状态就是最佳状态。

平衡的状态是一个协调有序的状态，一个良性互动的状态，一个稳定发展的状态。与平衡态相对立的是失衡的无序状态：自然界呈现出无序状态，人类就要遭受生态危机甚至灭顶之灾；社会出现无序状态，将引发战争、暴力犯罪和自相残杀；科学的发展出现无序状态，双刃剑的有害一面将毁灭人类；身体出现了无序状态，一定是某个系统或器官发生病变或衰竭；人生出现了无序状态，将导致消极无为、方向迷失和正确目标丢失。

人生的平衡态就是每个人自由而全面发展的状态。

人生的平衡态依托多点支撑：个性的理想、必要的物质、独立的精神、丰富的情感、先天的禀赋、后天的才能、坚强的意志、友善的道德、良好的品格、健康的身心，等等，它们相互间不断变化形成一个综合结果，共同建构起人生不同的状态。而平衡的状态就是最为理想的状态。

这种平衡态不是与生俱来的，而是与时俱进的。人的主观能动

性,决定了人类永无止境的追求和成功。文明的进程、社会的进步,彰显了人类不断打破旧的平衡而实现新一轮更高层次上平衡的过程,个人的差别也在于平衡态的不同层次。随着每个人认知水平、奋斗历程的选择不同和差别扩大,平衡态层次的分化是必然的。跟上时代的变化,跟上社会的进步,跟上科技的发展,而不是裹足不前、回首观望、犹豫徘徊,才能形成和保持良好发展的平衡态。

这种平衡态不是消极被动的,而是积极主动的。人和动物的区别,充分体现了主动和被动所产生的完全不同的结果,人与人的区别同理。懒惰的人、等待着命运青睐的人、盼望着上帝恩赐的人、等着天上掉馅饼的人,和总是充满激情冲动的人、不怕失败的人、开拓进取的人,一定会发生巨大的分化。不求进取,畸形发展的,人生必然在低水平上徘徊或出现扭曲,而勇于奋斗,不断学习进步的人,则总是能够实现新的全面的进步。自由而全面的发展,就是最高层面的平衡。

这种平衡态不是单一冒进的,而是全面均衡的。市场经济的大潮,为每个人潜能和欲望释放建立了前所未有的巨大平台。追求单一的价值实现是常见的通病,辛辛苦苦一番奋斗之后,无法满足的金钱和权力欲望不停地放大,即使功成名就了,却发现不知不觉中失去了生命的本真。金钱和权力成为了自己创造出的巨大异己力量,反过来控制了人自身。人的自由而全面发展内在地要求事业、品位、健康、情感、爱好等多点共同提升,而不是单一的指标越高越好。

这种平衡态不是过于底层的,而是相对高端的。人是目的不是工具,人为了自己的目的才承当起工具。老黄牛耕作一生,作出了



贡献,但这不能成为人的样本。每个人奉献价值的同时,也需要社会的温暖和关怀,需要获取成就的快感、享受生活的快乐、体验生命本身应该具有的欢悦。社会价值的大小决定了成就感的大小、生活快乐的多少和欢悦的程度,如果只是活着,只是为了活着而付出最低限度的努力,而没有自己的目标和相应的奋斗及成功喜悦,那么比较中的失落感、失败感、被淘汰感必将极大地削弱生命的意义。不能单纯地追名逐利,但也不能在历史的进程中完全不留痕迹。

这种平衡态不是一劳永逸的,而是不断奋斗的。经过奋斗到了比较理想的平衡状态之后,并不意味着这种状态就可以永久持续下去。社会的竞争、外界的变化、后来者居上,平衡态只能是相对的并且一直处于动态之中。发展较高层面的平衡和不断进入到更高层面的平衡,才能从固本强基上真正地维系和保持平衡。很多人成功了,又失败了;失败了,又成功了;很多人一时风光无限,一会又跌入人生低谷;很多人事业成功了,其他方面又出现了问题,事业因此也大打折扣甚至于归零。命运轮回般地变幻,影响、动摇甚至打破平衡。只有不断迎接新的挑战,不断输入新的力量和均衡地分配力量,才能保持常态的平衡。

生命是强大的,又是脆弱的;生命是奇妙的,又是短暂的。生命不可遏制的内在冲动,使强大被神奇地放大,奇妙被现实地转化,创造出了无数崭新的自我,创造出了无数令人感慨的奇迹。不要让生命处在自发的状态,也不要处在半自发半自觉的状态,而是以自己的力量让生命在觉醒那一刻起就保持在高度自觉的状态,这就需要设计和创造。

目 录

一、一定要有自己的梦想 /4

- (一)梦想是成功的开始 /4
- (二)梦想要顺应时代的潮流 /9
- (三)梦想由阶段性目标组成 /13
- (四)梦想要分主要和附带 /17
- (五)梦想要切合个人的实际 /20

二、一定要有自己的实际行动 /27

- (一)相信命运更相信自己的力量 /27
- (二)一个行动胜过一打纲领 /33
- (三)发掘潜能、寻找优势 /37
- (四)走全面发展的道路 /40
- (五)独立做的事一定要完成 /43

三、善于培养自己的力量 /49

- (一)知识就是力量 /49
- (二)找准学习方向 /54
- (三)关注知识结构 /66
- (四)智慧精确指导实践 /71
- (五)学而不思则罔 /78

四、实践经验和文化知识同等重要 /84

- (一)生活实践是全部理论意义所在 /84
- (二)知识的力量因人而异 /91
- (三)实践经历不可复制 /95
- (四)错误是因为误入了盲区 /99
- (五)坚持理性的实践活动 /103

五、用自己的方法相融于各种各样的人 /110

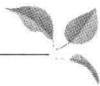
- (一)利益是道德的基础 /110
- (二)善良的愿望还需要实现路径 /116
- (三)小小寰球矛盾永远存在 /126
- (四)最有效的是改变自己 /135
- (五)让良好的素质成为主导 /142

六、拥有健康美好的情感 /149

- (一)满腔热情地拥抱生活 /149
- (二)谁的爱情谁做主 /152
- (三)过热的激情必须降温 /156
- (四)情商和智商同样重要 /159
- (五)热爱生活才能快乐 /162

七、意志锻炼得更加坚强 /167

- (一)底线还在,就不怕失败 /167



(二)始终向前看,不要沉溺于过去 /171

(三)要有科学的年龄比较 /176

(四)见证成功的力量 /178

(五)把意志聚集到合力之中 /183

八、健康,一个应当重新审视的话题 /190

(一)健康是生命意义的基础 /190

(二)健康是一个全面的要求 /195

(三)心理健康,全靠自己 /199

(四)适应社会能力也是健康的标准 /204

(五)生命过程最佳状态是健康快乐 /209

九、重视审美情趣的培养 /213

(一)感受美好 /213

(二)全面提升幸福指数 /220

(三)改掉小缺点,将会更洒脱 /224

(四)富有爱心和同情心 /232

(五)让整个人生更美丽 /237

历史只不过是人们追逐自己目的的活动而已。

历史又只不过是不同的人追逐个人目的的活动的集合而已。

每一段历史过后就有总结,每一件历史事件之后也会有反思。每一个人都会有回顾往事的时候,会归纳出人生阶段不同的经验和教训,这些宝贵的经验和教训对后来者很有意义,而对当事者,仅仅是成功或失败的感叹和回忆而已。

现在需要换一种思路:不是事后的总结和无奈,而是事先的设计和创造;不需要于事无补的结论,而需要谋事在先的引领。确定明晰的人生目标,构建自己丰富多彩的生活,而不仅仅是漫无目标、随波逐流地盲目活着。

人生需要设计和创造,转换思路,改变状态:总是充满激情和活力,总是具有克服困难的勇气和战胜困难的办法,总是能够驾驭必胜的过程和结局。

不管你目前从事什么职业甚至没有职业,不管你起点的高低,不管你目前和他人有多大差距,只要你有坚定的目标和愿意为之奋斗的决心,你就会有意识地要求自己,这就是在设计和创造自己。

处在兴奋状态,就是处在富有激情的青春状态;处在浓厚兴趣的状态,就是处在最有灵感的峰值状态;处在雄心勃发的状态,就是处在最接近成功的曙光状态。

《钢铁是怎样炼成的》一书中的主人公保尔·柯察金有这样一

段名言：“人最宝贵的是生命，生命每个人只有一次。人的一生应当这样度过：当回首往事的时候，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧；当临死的时候，他能够说：‘我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。’”

在 20 世纪五、六、七十年代甚至更长的历史时期，保尔·柯察金的这段凝练简洁的人生格言，曾经激励了无数青年豪情满怀，热血沸腾，为他们各自的奋斗和发展注入了强大持久的动力，造就了无数有志青年，成就了许许多多人的梦想。

尽管时代变化了，当代青年的人生观、价值观、生活观等也发生了巨大变化，人们的政治意识、社会责任感有所淡化，甚至自我意识过于凸显，思想观念和生活方式呈现出多元化。社会鼓励每个人的全面发展，包容多种文化的融合和生活方式的选择。但是包括中国在内的人类社会前进动力更为强劲，也是不争的事实。如果回放某个人的人生全程就可以认识到，每个人的人生道路，并不必然地就是生活给予的那样，完全可以预先自己设计和创造。

观察从小一起读书的同学，一起长大的朋友，一同入伍的战友，你就会发现，几十年的光阴荏苒，使得同学、朋友或战友之间的差别拉得很大，人生价值的体现差别很大：有的成为了先富起来的一部分，有的则还是在遥遥无期地等待着“被”后富；有的成为社会行业的精英，有的则甘于不求上进；有的成为学术界的权威，有的则仍然保持着初、高中毕业时的水平；有的成为共和国的上将、中将、少将，成为祖国的栋梁之才，有的则依然保持着退伍老兵的“本色”……有很多人借助改革开放的时代力量，完成了自己历史性的跨越式发

展,有的则把自己放在改革开放春风吹不到的地方,永远安于现状甚至于牢骚抱怨不断。

这种差距的形成是必然的吗?不是,因为机遇对于每个人几乎都是平等的。这种差距是天然的吗?也不是,因为我们的智商都在正常范围以内,成功人士中并没有多少天才人物或神童。

命运的力量和必然性的支配只是发挥基础性作用,因为大家处在同一个历史阶段,更重要的是:及时意识到自我发展的可能和付诸自己日积月累的努力奋斗,把各种可能变成理想的现实。

“人生的道路虽然漫长,但紧要处只有几步”。幼年时代不具备设计和创造自己的能力,听从家长老师的教诲和来自多种渠道的影响,思想和行为尚不具备独立条件,天赋、潜能处于发育生长状态;到中学时代,有初步的人生幻想和许多美好的梦想了,甚至于有了崇拜的偶像和效仿的榜样;高中以后的阶段,特别是真正进入社会以后,环境的改变,视野的扩展,实践的锻炼,以及所能听到、见到的来自媒体和现实生活中的成功或其他模式的人生经历,就很自然地成为思考的版本和所期待的模式,思维和行为必然受到一定的影响,自然形成人生定向的有效节点,设计和创造自己完全具有了自主认知和行为能力。

我们要设计和创造的:不是大官,不是大款,不是大腕,也不是大师等职场精英,而是包括事业成功者在内的,在社会不同层面上、能够实现人生价值最大化的、自由而全面发展的人。

一、一定要有自己的梦想

(一) 梦想是成功的开始

所有的成功都是从梦想开始。

著名的黑人民权运动领袖马丁·路德·金有一篇著名的演讲《我有一个梦想》：就是期盼黑人的彻底解放。“这是一个深深植根于美国之梦的梦想。我梦想着，有那么一天，我们这个民族将奋起反抗，并且一直坚持实现它的信条的真谛；我梦想着，有那么一天，仍为不平等的灼热和压迫的高温所炙烤的密西西比，也能变成自由和平等的绿洲；我梦想着，我的四个孩子，能够生活在一个不是以他们的肤色，而是以他们的品行来判断他们的价值的国度里；我梦想着，黑人儿童能够和白人儿童如兄弟姐妹一般携起手来；我梦想着，上帝的灵光大放光彩，芸芸众生共睹光华……”

奥地利精神分析专家弗洛伊德的著作《梦的解析》中，对“梦”是这样定义的：“梦是愿望的实现。”

其实，历史和现实中远远不止是马丁·路德·金有自己的梦想，很多很多人都有自己的梦想。人类正是因为有着一个接一个的梦想，才有了为了实现梦想一代接一代的努力，才有了一个接一个的大胆探索和不懈奋斗，才有了一个接一个的梦想变成现实，才有



了人类文明进步到今天。

为什么是梦想呢？因为现实的难度太大，实现的困难太大，不确定的因素太多，博弈的悬念太多，似近又远，迷雾重重，如梦似幻，遥远难及……

但是，很多梦想成真了。

这样的梦想不是梦境，不是南柯一梦式的空想，而是我们将为之奋斗的远大目标。

这样的梦想，就是理想，是设计和创造自己的基础。理想有多远，我们就可能走多远。

在马克思主义哲学著作中，就有“可能与现实”这样一对范畴。首先必须有自己的梦想，有了梦想就有目标，有了目标就有了实现的可能，再通过努力把可能转化为现实。

梦想就是理想。政党要有自己的理想，这个理想根源于梦想，然后理性地分析、论证，确立奋斗的目标，组织现实力量去实现目标。共产党人的崇高理想就是实现人类最美好的社会——共产主义。

正因为有了远大的理想，中国共产党领导的革命才可能有胜利之日。如果没有远大理想而只是急功近利，例如只是为了眼前的利益或阶级的复仇，或者理想本身严重缺乏科学性和群众基础，那所有的革命都不会成功。如中国历史上历次农民起义，最后都只能如毛泽东所说的那样，成为地主阶级改朝换代的工具而已。历代反抗反动统治者的起义失败的原因固然很多，但是带有根本性的原因，就在于没有代表最广大人民利益的远大理想。没有这样的明确而又完全具有现实性的理想，必然缺乏最广大的群众基础，那么从一开始就注定了失败的命运。

真理总是通用的，单个的人也应该有自己的人生理想，而不是盲目地前行，随机地应对。

理想体现了一种顶层设计，理想源于自身内部的强大动力，理想就是人生的目标，没有目标就没有动力，没有目标就没有生活的基础，没有目标就没有了前景。

理想的起始因人而异，梦醒时分有早有晚。有的人很早就意识到了，下定决心要有人生的成就。如毛泽东十六岁的时候就用一篇《咏蛙》的诗歌表达自己的远大志向：“独坐池塘如虎踞，绿荫树下养精神。春来我不先开口，哪个虫儿敢作声。”稍大一些，这种雄心壮志进一步升华，于是更加不同凡响：“问苍茫大地，谁主沉浮？”

陈胜、吴广年轻时候就对他人的不理解表示出不满：“……燕雀安知鸿鹄之志哉……王侯将相宁有种乎？”

这样自发的具有早期启蒙性质的理想，重要意义就在于奠定了不甘碌碌无为生活、不甘平庸地度过自己宝贵青春年华的思想萌芽和生命冲动基础，不是懵懵懂懂不知所向，稀里糊涂地到了后悔的年龄才如梦初醒。

理想确立并没有固定的模式，理想是人生的基础，是最初的动力。有远大的理想，有远大的志向，一般就会充满热情和朝气地生活，保持向上向前的强大动力。最初的梦想可以是遥远和模糊的，如梦似幻地由远及近，目标自然会清晰，但向前和向上的脚步始终必须是坚定铿锵的。

梦想就是成功的开始。梦想一经产生，人生就有了向前的初始动力。

有了动力才会前行。庞大的飞机如果停在原地，是不可能起飞



的,只有向前滑行、加速,借助向前的力量和速度,就一定会腾空而起。

也只有具有向前的力量,才可能获取平衡。自行车就是这样的——停滞状态肯定要倒下,向前的时候才能平衡,而且越快就越平稳。

这些道理同样非常适用于有志于奋斗的人们。勇于向前的人,充满自信的人,不怕失败的人,十分勤奋的人,才会在自己设计的人生道路上,不断地攀登新的高峰,不断在进步中获取全面的新的高度上的平衡,创造出崭新的自我。

目标制定是不分年龄的。从小立志固然好,但是由于各种各样的原因形成了每个人不同的生活环境、生活条件,如果从前我们没有制定目标的想法,有一天突然想到了必须要有奋斗的目标,那不管在什么时候都不会太晚。一般而言,梦想产生和实现是有规律可循的。比如,学生时代就要集中全部精力读书学习,走入社会后以事业为主并更多重视知行合一。成就自己不管在什么时候,都需要社会提供施展才干的平台,提供成长锻炼的机会,直到可以在很大的比例上自主地实现全面发展的愿望。

不过梦想在童年和青少年时代最好,如果这时候产生梦想,并且在后来的生活中一步一步实现,那自信心就会越来越强,能力就会越来越强,梦想会极大地扩张,目标将日益清晰。

如果梦想产生在中年,那一定很快就会见到成效。这个时候的梦想有了更为现实的基础。中年人具有相当的实践能力和较之于青少年更丰富的社会经验,一旦意识到历史提供的机遇到来,那离成功就不会太遥远了。改革开放中涌现的成功事例数不胜数。

年纪稍大了照样可以有自己的梦想。这时候的梦想更为成熟，更为现实，人生到了心智一体的自由时段。自然年龄看似大了，但很多人依然青春勃发，心雄志壮，人生兴奋期良好地延续着。爱好广泛，兴趣浓厚，有自己的特长和专注的项目，有着多年丰富的经验，有着挥洒自如的职业专长，完全可以脚步不停地设立新的目标，顺利实现新的提升或跳跃式的转型转变。

即使是老了，依然可以有自己的梦想。老年的梦想或许更为踏实：因为学习和工作的矛盾没有了，个人兴趣和工作责任的矛盾没有了，对权力、金钱和其他名利之类的东西既“知天命”又“耳顺”了，充满对生活的热情而又平静如水，实现各种美好的愿望到了厚积薄发的时候。很多高龄学者依然在著书立说，很多白发艺术家处在旺盛创作阶段。

周杰伦的歌里唱道：功成名就不是目的，让自己快乐才有意义。

让自己快乐，必须要有具体的可以快乐的理由，需要有可以快乐的基础，需要有可以快乐的内容。快乐的前提是要让生活充实，快乐的方向是生活要有目标，快乐的节点是满足感和成就感，以及享受过程的幸福感。

每个人的历史机遇不一样，所以只要能在适当的时候意识到目标制定的重要，并且有相应的行动，那成功就有基础。有很多人少年成才，很多人中年得志，也有很多人大器晚成。

生活中常见的事例充分说明：只要矢志不渝地坚守信念，只要坚定不移地向前迈进，只要敢于藐视一切困难，梦想成真的情形，就像毛泽东形象地描绘中国革命即将胜利的那样：它是站在海岸遥望海中已看得见桅杆的一只航船，它是立于高山之巅遥见光芒四射喷