

人生涯改造计划

8

Mengxiang
Chengzhen

>>>>

梦想成真

如何设定和实现你的目标

尚致胜◎著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

21 天生涯改造计划

8

B848.4

217

2005

Mengxiang
Chengzhen

>>>>

梦想成真

如何设定和实现你的目标

尚致胜◎著



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

梦想成真:如何设定和实现你的目标/尚致胜著. —北京:北京大学出版社,2005.10

(21 天生涯改造计划丛书)

ISBN 7-301-09675-5

I. 梦… II. 尚… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 103331 号

书 名: 梦想成真:如何设定和实现你的目标

著作责任者: 尚致胜 著

责任编辑: 能 昀

标准书号: ISBN 7-301-09675-5/B·0340

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区中关村北京大学内 100871

网 址: <http://cbs.pku.edu.cn>

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 82893506

电子信箱: tbcbooks@ivp.163.com

印 刷 者: 北京密云红光印刷厂

经 销 者: 新华书店

787 毫米×1092 毫米 32 开本 3.5 印张 38 千字

2005 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 15.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

序 言

每天我们在为我们自以为的幸福、快乐、成功而劳碌着,奔波着,可是为什么那么多的人在得到这些幸福、快乐和成功后却感觉生命的脚步突然没有了方向,好像到了无路可走的境地了,这大概就是迷茫吧。那么为什么在得到了我们一直渴望拥有的生活之后会有这样的失落感呢……

我时常会与我的朋友、伙伴们讨论一个问题:如果我们的生命在此刻就要停止了,是不是还会有一些遗憾?大多数人的回答——是。那么你呢?

很多年前我也一样,是一个人生的行路人,义无反顾地走着属于自己的路,胸怀美好的愿望和无比的激情,换来的却是一一次次与当初心怀所想相去甚远的经历。我也看到身边太多的人徘徊,甚至迷失在自己的路上,在一团迷雾中辨不清方向……直到17年前,我有机会与研究人生的世界顶尖大师们一起学习和探究那些人生的智慧、生命的快乐和成功

的奥秘,其间经过十几年来身体力行的感悟,以及近千场演讲及课程的心得,使我坚信这些人生的智慧完全可以改变我们的生活,提升我们的生命价值。

我相信,这些智慧的结晶也必将能帮助更多的人提升生活和生命的质量,迈向平衡式的卓越人生。这也是我17年来并且将直至我生命终止的那一刻都不歇不弃的人生目标。

我想,我们正在经历的这一生应该是一种平衡状态的人生,是身心健康、事业发展、感情婚姻、亲子教育、人际关系和物质财富6个方面和谐的人生。平衡,说来好像是一种简单平实的状态,却包含着近乎伟大的生活哲理。这就好像我们在学校里学习的时候,要学好语文、数学、地理、历史各个学科,避免偏科才能成为优等生一样,在生活中也需要平衡我们的各个方面,从而获得一种综合的、整体性的生命素质的完善。我们生活的烦恼和快乐几乎都与这6大主题有关,这也是我们之所以迷茫失落的缘由所在。因此,能否全面地修好这6门课,将关系到我们一生的快乐和幸福。

我清楚地知道,自己就像一名行者,在人生的旅途上漫漫前行,认真地走着每一步,每一步都浸没

序 言

着我对于人生、对于生命的虔诚，所以这一路走来我无所遗憾。以后的路我将依然坚定而执着地走下去，并愿意我们一起走下去，彼此并肩地过往于这充满挑战与新鲜期待的人生之路。此时，愿我以生命的感悟点燃你那份久违的为信念为卓越而曾经执着的激情，那么，让我们同行。

天使为什么会飞呢？我想不是因为有翅膀，而是因为天使没有包袱。我们这一路走来是不是因为背负了太多原本不必背负的犹豫、迟疑、困惑，是不是还在默许着那些平淡生活的摆布，是不是以为梦想和希望已经是谈笑间说说的话题了……但是我相信，纵然我们不是天使，没有翅膀，却有一种力量能够让我们飞翔，只要我们愿意，愿意以卓越的人生作为我们生命的方向，并同我一样为此坚定，为此展开我们心中的那一双充满力量的羽翼……翱翔……

尚致胜

2005年夏于北京

目 录

- 偷羊贼 / 2
- 楚王狩猎 / 6
- 美梦成真 / 11
- 爱因斯坦的办公室 / 13
- 钓鱼的秘诀 / 16
- 喜爱你的工作 / 19
- 术业有专攻 / 21
- 科学实验 / 26
- 白费功夫 / 30
- 目标设定 / 35
- 目标不能实现的十个主要原因 / 44
- 改造计划第十五天 目标的设定 / 94
- 改造计划第十六天 目标的实现 / 99

人生的光荣,不在永不失败,而在于
能够屡败屡战。

——拿破仑

偷羊贼

有两个年轻人因为偷羊被捉，依照当地的习俗，必须在额头烙上英文字母ST，就是偷羊贼(SHEEP THIEF)的意思。

其中一个人觉得这是莫大的耻辱，就独自流浪到远方，但是常有人问他额头上的字是什么意思。他整天痛苦不堪，最后抑郁而死。

另一个则坚持留在当地，勇敢地面对家乡父老，以实际行动证明他正在改造人生。一年年过去了，他重新又在当地建立起良好的声誉。当他年老时，一个路过的游客好奇地问当地人，这人额头上字母是什么意思？

“噢！我也不太清楚，那可能是圣徒(SAINT)的缩写吧！”

当地人骄傲地回答。



流浪到远方,但是常有人问他额头上的字是什么意思。他整天痛苦不堪,最后抑郁而死。



一年年过去了,他重新又在当地建立起良好的声誉。

一个成功的人,必定能够找到他的目标,且不断地向那目标努力。

——布尔威

鹿。楚王又想，若是射中罕见的梅花鹿，价值比山羊又不知高出了多少，于是楚王又把箭头对准了梅花鹿。

这时，大家忽然一阵惊呼，原来从树梢飞出了一只珍贵的苍鹰，振翅飞去。楚王又觉得还是射苍鹰好。

可是当他正要瞄准苍鹰时，苍鹰已迅速地飞走了。楚王只好回头来射梅花鹿，可是梅花鹿也逃走了。只好再回头去找山羊，可是山羊也早溜了，连那一群鸭子都飞得无影无踪了。

楚王拿着弓箭比划了半天，结果什么也没有射着。



楚王兴致勃勃地练习了好一阵子，感觉能得心应手了。



楚王拿着弓箭比划了半天,结果什么也没有射着。

如果你没有梦,如何能美梦成真?

——理查·戴蒙德医师