

Design Your Future By Yourself

量身定制 你的未来

著名人生咨询专家
朱光雪 编著



◎像天平一样准确秤量你的现在

◎像标尺一样精细规划你的人生

中国商业出版社

朱光学 / 编著

量身定制你的未来

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

量身定制你的未来/朱光雪编著. - 北京:中国商业出版社,2003.1

ISBN 7-5044-4756-0

I.量… II.朱… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 104431 号

责任编辑 唐伟荣

*

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京海事印刷厂印刷

*

880×1230 毫米 32 开 12.5 印张 260 千字

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷

定价:23.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言：你的未来不是梦

我们每一个人，当他走到生命的某一个岔路口的时候，他都要向不同的方向张望一下，因为他知道，他这一步的选择，肯定要影响他的一生。我怎样走好？哪条路更平坦一些？哪条路更光明一些？他茫然四顾，不住地在心里发问。可是没有人能够真正回答他，能够给出准确答案的只有他自己。这时候问题就出现了，有人回答得好一些；有人回答得不好；有人干脆就回答不了。于是他很后悔，后悔自己平时为什么不很好地学习？为什么不为自己准备一点相关的知识。

根据我们在多年心理咨询工作中接触的人来分析，许多人之所以不能成功，不是他生不逢时，不是他的能力不够，也不是他的机会太少，而是他的人生目标定制得出了问题。或者与其兴趣不相吻合，或者与其环境背景有太大的偏差。如果不是目标的问题，那么则多半就是缺少科学的方法。毫无疑问，科学的方法论是定制未来目标所必须遵循的法则。量体裁衣、对症下药的方法论，不但可以使你少走弯路，顺利达到事业的巅

峰，甚至可以说是拯救你一生的不二法门。

英国历史学家汤恩比说过：“凡是不把未来考虑在内的，必将被未来所覆没。”因此，每个人在他人生的三岔路口就必须做好他的规划。

本书的主编是心理学和未来学方面的专家，他们编写本书的目的，就是要运用科学的方法论，联系个案实例，进行深入浅出的分析，帮助人们特别是初涉社会的青年朋友们，认清量身定制未来的重要，教会你如何根据自身情况，科学地定制自己的未来，从而走好人生的每一步。

全书分上下两个部分，上部分主要是帮助你了解自己，即先学会了解自己的方法。以往人们不能很好地定制未来，其主要的原因就是他首先并不了解自己。这正如畅销书作家马尔·修斯所言：“每个人都必须为他的未来做好规划，而规划未来必须从认识自身开始。”

有多少人真的敢说真正了解自己？你的性格气质，你的家庭背景与社会的关系，你的教育程度与社会需求，你的智商和情商指数，等等，你真的很了解吗？本书下部分则是帮助你掌握用科学的方法为自己定制未来计划。科学方法论的一个原则，就是量身定制。这和以往那些泛泛谈未来、谈规划的书籍不同，可操作性是编著者的追求。

21世纪是知识经济的时代，知识经济时代同样需要我们用知识指导我们的人生。“跟着感觉走”是对自己的不负责任，我们的生命是如此宝贵，容不得去做盲目的实验。科学规划，量身定制，走好生命的每一步，才能使我们的生命大放异彩！

目 录

上 部

第一章 事关前途，我们为何总做蠢事 (3)

1. 为何我们总是不能左右自己的命运 / 3

在我们祖父母之前，人一出生命运便被安排好了；到了我们父母一辈，命运为动荡的社会所左右；我们今天这一代，还能像他们那样么？！

2. 关乎自己的未来，在为人处事上万万不能“难得糊涂” / 14

“难得糊涂”是乌龟的人生观。人只有真正了解自己怎样活着，才能够全身心地投入，赞赏“糊涂”就是真糊涂

3. 处在大变革的时代，做人低调一样会害了你 / 23

成大事者不谋于众，因为从众心理只能使你平庸。在我们这片土地上，大家“彼此彼此”已经成了

习惯。如果你想脱颖而出，那么对不起，他们要枪打出头鸟。

4. 竞技目标不明难以取胜 / 30

竞技场上需要有明确的目标——球门或者终点线。但许多人的人生竞技恰恰没有目标或者目标不明确，他们也奔跑得满头大汗，最后当他们告别这个世界时才发现，收获的竹篮里空空荡荡。

第二章 你是谁？你想怎么样？…………… (44)

1. 先把自己搞清楚 / 44

仔细想想那些束缚你的因素，哪些束缚会对你的未来不利？哪些束缚影响最大？哪些束缚是不可克服的？而哪些束缚是可以通过努力克服的？

2. 有什么样的性格就会有怎样的命运 / 62

命运的历史即性格的历史，你的性格与你的未来有着极大的关系，如果你的性格与你所从事的行业相适应，你就会得心应手，取得很大的成就；反之则……

3. 盘点一下你的能力 / 86

能力是成功的决定因素。心理学则把能力定义为一个人顺利完成某种活动所必须具备的心理特征。你有多大的能力，那么就去做多大的事。

4. “八大因素”影响你的人生 / 101

美国斯坦福大学心理学教授韦伯·克林认为，人的事业成功与否，受着八个方面因素的影响。这八个方面包括身体状况、社会阶层、教育、性别、年龄、

负担、自我观、地理因素。对自己这八个方面的情况有所了解，并尽量向好的方面去改善，对科学地定制未来至关重要。

第三章 做梦就要做大梦…………… (116)

1. 目标，目标，还是目标 / 116

一个目标必须具有挑战性，甚至似乎不易达成。正是这种难度吸引着你去做不懈的努力。坚定了这样一个目标，再加上成熟的自信，你就成功了一半。

2. 面对生命的两个盲区 / 147

当我们真正开始人生之路时，我们要面对两个盲区做决策：一个是外部世界，对种种酸甜苦辣我们一无所知；另一个是我们自己，我们自身的性格、特长、知识积累等等，适合干什么，在没有经过实践之前，恐怕很难下一个定论。

3. 自信是一种力量 / 162

我就是我，就算是走遍全球，芸芸众生中我还是我。这包含了一份自信，而自信是一种无坚不摧的力量，是自立于社会必须抱持的态度，是实现理想必不可少的一种素质。

4. 莫回头，只管大胆地往前走 / 181

价值观不是虚无缥缈的东西，它实实在在地渗透在你的生活之中。有了正确的价值观，你才能克服眼前的痛苦，抵御眼前的诱惑。成功的人生，不在于成就的大小，而在于你是否努力地去实现自我。

下部

第四章 着眼你的一生..... (195)

1. 人生设计的黄金法则 / 195

人生之旅只有单程票，它不允许从头再来。因此，未来规划既要有理念性的指导，更要有实际的步骤，二者相辅相成，缺一不可。

2. 紧紧抓住贯穿一生的主线 / 218

目标吸引了我们的注意，引导着我们的努力方向，这个方向就是主线。只有始终不偏离主线，少走弯路，才能尽快地实现目标。

3. “碉堡”要一个一个地攻克 / 238

人生有许多“碉堡”横在那里，要一个一个地去攻克。不该放弃的就永远不要放弃，放弃了眼前就等于放弃了未来。

4. 兴趣是开启命运的惟一钥匙 / 251

兴趣比天才更重要，而缺乏欲望则难成大事。工作不仅仅是一种谋生手段，它更是对生活方式的一种选择，它是生活的一部分，选择得正确，将会使我们的生命更有意义。

5. 发挥优势与弥补劣势 / 265

每个人都有自己的缺点和优势，我们不能总是注意缺点，而对优势置之不理，长此下去，优势将荡然无存。我们要以己之长，去胜人之短。

第五章 让我们学会量体裁衣…………… (274)

1. 修正你的性格和能力格外重要 / 274

既然性格和能力与你的前途息息相关，那么时时修正你的性格和能力就显得十分必要。不要妄自尊大也不要妄自菲薄，别人做到的你也可以做到。

2. 性格类型与做事 / 288

燕青卖线，时迁偷鸡，什么脾气做什么事。无论你是白领还是蓝领，这都是必须遵循的法则。否则，事倍功半都难以达到。

3. 环境与做事 / 298

人定胜天只是一种良好的愿望，环境改造人才是眼睁睁的事实。你的社会环境和家庭背景，很大程度上决定着你的选择。

4. 文化教育与做事 / 308

不遵循特例，只把握一般，是做事的原则。学非所用，乱点鸳鸯谱的时代已经过去，我们没有理由再去浪费文化资源。

5. 要学会什么阶段做什么事 / 320

你如果没有实力或暂时没有实力，不妨把自己摆在“一穷二白”的地位，一张白纸好画最新最美的图画；你如果已经具备了挑战的能力，那么千万不要错失良机。

第六章 影响命运的动力法则…………… (339)

1. 迪奥斯基本动力 / 339

在你每一个思想和行动的背后，都有一种或者几

种动机。在你欲达成某种目标的背后，也都有某种动力。归纳起来，共有 10 种基本的动力。没有这样的动力，就难以达成你的未来目标。

2. 塔瓦斯十种情绪戒律 / 359

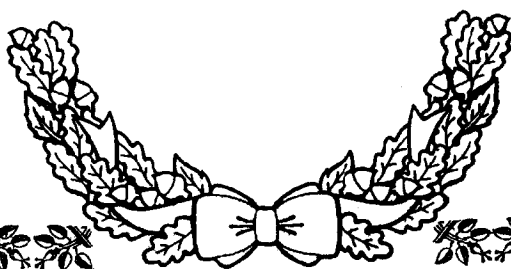
好的情绪可以助你成功，坏的情绪会使你迷失方向。认知自身情绪，可以使你保持一份清醒；认知他人情绪，可以让你和同伴共驾生命之舟破浪前进……

3. 请把要诀告诉我 / 377

机会只属于思维敏锐的人。机会也许已经来到身边，你准备好了吗？机会也许已经失去，但千万不要失去勇气，不要放弃。因为只要有勇气，就还有新的机会。

附录 当今中国热门职业排行榜…………… (388)

上 部



第一章 事关前途，我们为何总做蠢事

一、为何我们总是不能左右自己的命运

3

人的一生是在对未来的期盼中度过的，期盼未来是人的天性。没有人不希望自己的一生绚丽多彩，充满魅力。

我们的出生就像一艘扬帆起航的轮船，从此岸到达彼岸，要经过数不清的惊涛骇浪，激流险滩。有人顺利抵达彼岸，有人中途搁浅，更有人大海翻船，葬身鱼腹。为了躲避暗礁险滩，顺利扬帆，走好这遥远的路程，我们需要一份航海图，更需要一只罗盘。

航海图和罗盘是战胜惊涛骇浪必不可少的工具，人生规划便是我们生命之舟的航海图和罗盘。如此说来，人生规划对我们来说是多么的重要！然而，世代代以来，命运之舟并不真正掌握在我们自己的手中，在强大的传统和社会面前，我们人显得是那样孱弱，那样的不能自主。在我们的祖父母之前，人一出生命运便被安排好了；到了我们父母一辈，命运为动荡的社会所左右；我们今天这一代，还能像他们那样吗？

老祖母的生存方式

中国社会在以往千百年来都是一种农耕社会，每个人都处于小农经济的汪洋大海之中。小农经济思想占据着人们的头脑。人们因为交通不便而信息闭塞，眼界狭窄。人们相信生死有命，富贵在天，生来也就不再存主宰自己命运的奢望。就连亚圣孟子，当他得以被人重用时，也说是“天将降大任于斯人也！”而一代豪杰项羽走投无路自刎乌江时，便仰天长叹：“天亡我也！”他们无一例外地都把自己的命运归于上天的安排。

4 的确，在封建社会，人们没有选择自己命运的权利。“龙生龙，凤生凤，老鼠的儿子会打洞”，是人无法挣脱宿命的一种另类说法。苦涩之中的些许诙谐，掩盖不了深深的无奈！

有的家族世代经商，有的家族世代务农，人一生下来命运已经注定了，其实这种现象到今天也并没有消除，这除了有一部分人自愿“世袭”而外，更多的还是一种无奈。这种现象，古今中外，概莫能外。

在我们这里，仅仅是在 20 年前，在填写各种表格时还要写上你的家庭出身。你的祖父或父亲如果是个贫苦农民，那么你的家庭出身便是贫农；你的祖父或父亲如果是个富裕的农民，那么你的家庭出身便是富农。而这两种不同的出身，在社会上的选择竟有着天壤之别！贫农的儿子可以被保送去大学（这可能是走出农村的惟一出路）、去参军；而富农的儿子就只能留在农村“学大寨”。再往大的范围去说，一个农民的子弟，想要进入城市，在当时真的比登天还难。

张学华是山东日照县的一个朴实的青年农民，十八岁当兵入伍进了大上海，由于他人长得机灵，便做了师首长的警卫

员。这位师首长爱好书法，经常到一位书法家的家里去请教。每次去都带上张学华。师首长和书法家在屋子里切磋书法艺术，书法家的女儿苏莲便与张学华谈起了恋爱。他们进行得很隐蔽，直到张学华复员的时候，书法家才知道。书法家不同意他们的恋爱关系，找女儿谈话。但是此时苏莲已经铁了心，她说她要跟张学华去山东。书法家声言要敲断她的腿，苏莲说：“别说你敲断我的腿，你就是要了我的命，我的灵魂也要飞到山东日照。”

管不了只好作罢，就这样苏莲跟张学华来到了山东。

下了省城到县城，出了县城到乡村，苏莲的心情难免波动。

张学华就劝她：“苏莲你别失望，我们那儿风景好看得很哩！”

苏莲说：“我没有失望。”

她嘴上是这样说，其实心里着实是很失望。她做梦也没有想到这个地方与上海的差别居然有这么大。但是此时的苏莲毕竟还被爱情之火燃烧着，她的失望不久就被张学华家乡的美景所冲淡。张学华的家乡依山傍水，山上杏花开得浓艳，河里野鸭戏水，苏莲就在这美景之中开始了她的农村生活。

起初，苏莲还处于一种新鲜感之中。今天去小河边捉蝌蚪，明天去五花山采野果。没有几天，所有的地方都去到了，苏莲的兴趣也就淡了下来。她开始吃不惯农村的小米饭、南瓜汤，受不了蚊虫的叮咬，尤其蹲不了乡下的厕所。

渐渐地，张学华的父母也难以容纳这个格格不入的上海姑娘了。

张学华的母亲对儿子说：“儿呀，你看看可咋好呢？你爹都起来干活了，她却还在睡懒觉。我做好了饭，端上去她就

吃，吃完了连碗也不洗。这像什么话呢？让人家笑话呢！”

张学华劝解不了苏莲，两个人一合计，就进了县城。他们在县城开了一家小百货店。也就是在小百货店开张不久，他们结婚了，一年后，苏莲生下了一个女儿。

女儿降生短暂的欢乐过后，苏莲对小县城的厌倦也与日俱增。这期间，张学华的生意也不好，情绪变得很坏。两个人也就经常吵架。有一次吵架吵得很凶，张学华打了苏莲一个耳光。打完他就跑到店里去睡，这一晚他根本就没有睡好，也觉得对不起苏莲，毕竟苏莲千里迢迢跟着他来了。

可是他的后悔已经晚了，当他第二天回家时，苏莲和女儿已经不见了，桌子上放着一张字条，上面只写了一句话：“我回上海了！”

依张学华的想法，苏莲回上海呆上几天，消消气也就会回来了。可是他没想到，苏莲一去不返。中秋节没回来，新年没回来，春节还没回来。

一连三年，苏莲没回来。但是她来了电话，她希望张学华到上海去。

张学华把小店卖了出去，辞别父母去了上海。

此时的苏莲已经读完了成人业余大学，成为艺术研究所的资料员。心里的不平衡使张学华非常苦恼，他也想自学，但是基础太差，当兵时是一个警卫员，也没有学到什么技术，现在也只能在研究所当一个锅炉工。而苏莲这时已经写出了好几篇艺术论文，还有了中级职称。地位的悬殊，使他们之间再也没有什么话可说。就这样将就了二年，张学华再也无法忍受，他主动提出了离婚，黯然离开了上海，回到了山东。

是选择的错误酿成了他们的悲剧。苏莲错误地选择了张学华，同时也就错误地选择了农村；而张学华也错误地选择了苏