

设计你的

柳墨娅◆编著

人生

我是谁？

我想做什么？

我能做什么？

环境支持或允许我做什么？

我的职业与生活规划是什么？

翻开本书，你就能找到答案！



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

设计你的

人生

柳墨娅◆编著



图书在版编目 (CIP) 数据

设计你的人生/柳墨娅编著. —北京:

新世界出版社, 2010. 11

ISBN 978-7-5104-1371-1

I. 设… II. ①柳… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 217324 号

设计你的人生

作 者: 柳墨娅

责任编辑: 陈黎明

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部电话: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室电话: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld—press.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

经销: 新华书店

开本: 787×1092 1/16

字数: 140 千字 **印张:** 16.75

版次 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5104-1371-1

定价 32.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



目录

第一篇 性格规划

第一章 气质决定你的身价 / 3

- 第一节 稳重的历练 / 3
- 第二节 细心的浇灌 / 8
- 第三节 胆略的创造 / 13
- 第四节 担当的磨炼 / 16
- 第五节 宽容的培养 / 21
- 第六节 诚信的培育 / 24
- 第七节 智慧的积累 / 27

第二章 性格决定你的命运 / 32

- 第一节 乐观向上 / 32
- 第二节 个性张扬 / 36
- 第三节 坚强勇敢 / 39
- 第四节 善良宽容 / 43
- 第五节 爱心无限 / 52
- 第六节 脚踏实地 / 56
- 第七节 外向开朗 / 58

第三章 价值观决定你的未来 / 65

- 第一节 物质至上 / 65

- 第二节 爱情至上 / 69
- 第三节 精神至上 / 78
- 第四节 理想至上 / 81
- 第五节 一半物质一半精神 / 86
- 第六节 一半理想一半现实 / 90

第二篇 学业规划

第四章 你想要怎样的未来 / 97

- 第一节 你的兴趣和特长是什么 / 97
- 第二节 如何把你的特长融入未来中 / 101
- 第三节 你有榜样作为你的模仿对象吗 / 104
- 第四节 你为你的未来能付出多少筹码 / 107

第五章 未来需要你做什么 / 113

- 第一节 学业决定事业 / 113
- 第二节 各类“证”你准备好了吗 / 116
- 第三节 社会潜规则，你学会了吗 / 119
- 第四节 社会实用学，你掌握了多少 / 122
- 第五节 把学业当事业来做 / 126

第六章 步入社会之前的必修课 / 129

- 第一节 心：因为热衷，做事才有动力 / 129
- 第二节 新：因为年轻，错了也可以重新再来 / 132
- 第三节 辛：辛勤决定成就 / 137
- 第四节 信：信念决定未来 / 140

第五节 欣：欣然接受失败 / 143

第三篇 事业规划

第七章 What are you? (你是谁) / 149

第一节 你是什么人物 / 149

第二节 你在社会扮演的角色 / 152

第三节 你在家族的位置 / 156

第四节 你想成为谁 / 160

第八章 What you want? (你想做什么) / 164

第一节 你有什么资本 / 164

第二节 你能做什么 / 168

第三节 你的梦想是什么 / 171

第四节 你最向往的生活是什么 / 175

第九章 What can you do? (你能做什么) / 179

第一节 你有多少学识 / 179

第二节 你在社会上立足的技能是什么 / 182

第三节 你的自我认知有多深 / 185

第四节 你的人格值多少 / 188

第五节 你的动机和需要是什么 / 191

第十章 What can you support you?

(环境支持或允许你做什么) / 197

第一节 家庭影响 / 197

第二节 学校因素 / 200

第三节 地理环境 / 203

第四节 工作条件 / 206

第十一章 What can you be in the end?

(你的职业与生活规划是什么) / 210

第一节 初入社会的职业期许 / 210

第二节 在职业中的学徒历程 / 213

第三节 毕业五年决定你的一生 / 216

第四节 计划如何变成现实 / 220

第五节 职业成长的四个阶段 / 223

第四篇 其他规划

第十二章 情感规划 / 229

第一节 正确看待感情的疲惫感 / 229

第二节 友情的维系是需要天赋的 / 233

第三节 延长婚姻的激情期 / 235

第四节 学会感恩 / 239

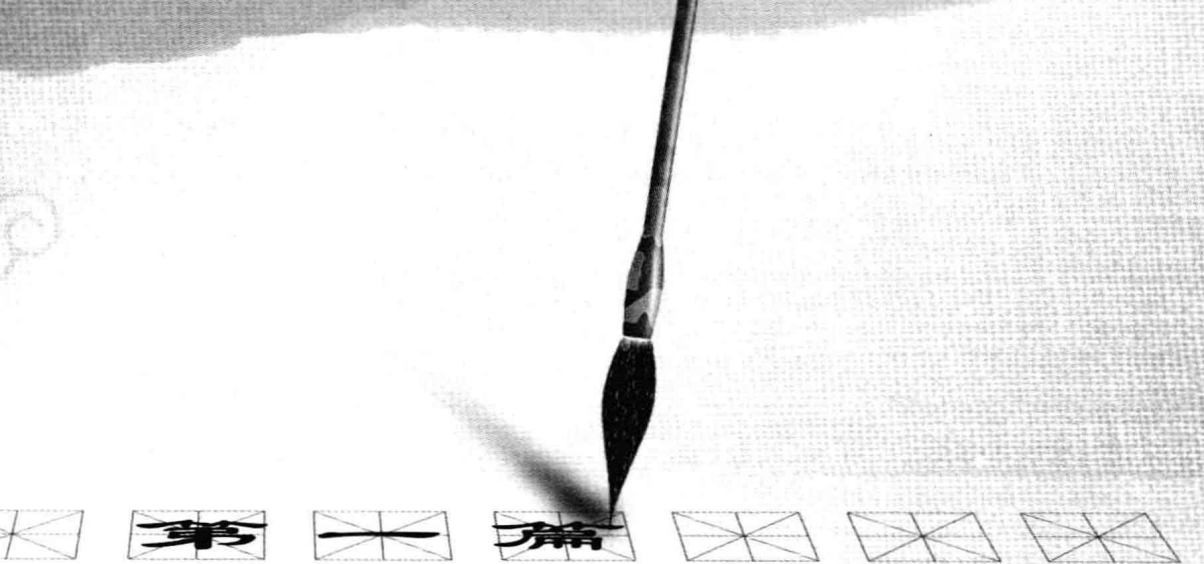
第十三章 交往规划 / 244

第一节 对不喜欢的人微笑 / 244

第二节 利用所有的人际关系 / 247

第三节 分清同事和朋友 / 252

第四节 和分手的恋人做朋友 / 254



性格规划

第一章 气质决定你的身价

第一节 稳重的历练

有句话是这么说的，你可以不漂亮，但是不能没有气质。漂亮只是你的外表，气质却包含了很多内在的东西，而沉稳是体现气质最显著的一个特征，沉稳是成熟的标志，是气质的最佳体现。

沉稳的历练有几个需要掌握的要素：

(1) 切记反复向别人诉说你的遭遇和不幸

生活在这个多变的社会，每天总会有很多事情扰我们心烦。无疑，向别人倾诉成了我们排解苦闷的最佳也是最方便的选择。可是如果见谁都和谁抱怨的话，会使你的气质大打折扣。我们都常常会听到这样的声音：

我们老板很吝啬……

总管一天到晚地训斥我们……

公司成天让我们加班，也不给加班费……

我们公司最近效益不好，客户都在退货，我不想干了，你要是有什么好机会就告诉我啊……

很多人都有这个毛病，包括我们自己，也许我们都明白

一个道理，抱怨和诉苦是起不到任何作用的，甚至遭人反感，因为你可能这样说你现在的公司，也会这样说你将来的公司，以至于没有人敢用你了。

台湾人陈武刚 50 岁的时候他的企业破产了，到处借债，能借的钱都借了，已经走投无路了。他的太太这个时候对他说：“即使已经破产，口袋里根本没钱，我老公仍然每天穿着西装，打着领带，拎着公文包，开着车上班，像个董事长一样，不被失意打击……”

即使有一天你破产了，绝望了，什么都没有了，也不要逢人就诉说你的遭遇和苦痛。即使偌大的公司里只有两个人——一个是你，一个是清洁工，你也要像陈武刚那样，西装笔挺，自己泡一杯咖啡，像一个董事长一样坐在那里工作。

因为世界是很奇怪的，你活得像个董事长，你就是个老板，也许过不了多久机会就来了。陈武刚便是这样的人，所以很快他就有了一个机会，那就是克丽缇娜开启了直销业的大门。

陈武刚 1989 年在台湾创立了克丽缇娜，17 年来把克丽缇娜打造成了一個极为成功的直销商：连续数年蝉联台湾直销冠军宝座，并由台湾地区发展到内地，近 3000 家克丽缇娜美容连锁店遍布中国各大城市街头。当前，克丽缇娜更是迈开了国际化步伐，产业遍布 13 个国家和地区。

一般人到 50 岁的时候能够守成已经很不容易了，而陈武刚却有雄心东山再起，半百之龄创立直销的事业。他有个很著名的“蜘蛛理论”：蜘蛛在没有织好网以前绝对不随便出击。蜘蛛结网都是有顺序的，先经后纬，一旦网络架好，蜘蛛就守候在旁随时等待机会，任何小猎物一旦触网，它都能

迅速反应。

(2) 杜绝轻易显露自己的情绪

我们要学会控制自己的情绪，凡事要做到处之泰然。有很多人情绪表露得很明显，今天和老婆吵架了，昨天和老公斗嘴了，全公司的人知道了，因为大家一眼就能看出来，这是一个大忌。

历史上有名的丑女——诸葛亮的妻子黄氏，是一个品德极佳，才华横溢的女子。在影视和图画中，诸葛亮总是以一身八卦衣，手持鹅毛扇，一副运筹帷幄、决胜千里的姿态展现在我们面前。据说鹅毛扇是黄氏送给他的一件礼物，诸葛亮一次出征前，黄氏用其父赠给她的一只大鹏鸟翅做了一把扇子，扇面上画着八阵图，要诸葛亮随身携带着，一是为了让他不忘夫妻情谊，二是对行军作战大有裨益，三是警告他切勿暴躁。

黄氏对诸葛亮说：“你与家父畅谈天下大事时，我发现当你说到胸中的大志，就气宇轩昂；谈到刘备先生想请你出山，就眉飞色舞；一讲到曹操，就眉头深锁；一提到孙权，就忧戚于心。大丈夫做事情一定要沉得住气，我送你这把扇子就是给你用来遮面，挡你的脸的。”

每当诸葛亮拿起鹅毛扇一摇之时，头脑顿时就冷静了下来。所以，诸葛亮离开草庐之后，一直身不离八卦衣，手不离鹅毛扇。

“遮面”的意思是说先要沉得住气，然后才能处之泰然、保持冷静。

有的时候，碰见喜欢发脾气的人、哭泣的人或者易怒的人，我们可能会自我安慰说，这样的人很坦诚，不遮遮掩掩。

这其实就是一种纵容，人和动物不一样，人应该有理智和知性，情绪化并不能解决问题。

(3) 重大的决定和选择待冷静之时再执行

有什么重大的决定切记不要马上就公布出来，这样很多时候会适得其反，有个母亲，她的女儿已经博士毕业了，马上就要上大学了。

这位母亲还能想起女儿，初中二年级的时候，因为一个错误，一个现在都想不起来的错误，她一怒之下，把她一小箱爵士乐 CD 给扔掉了。

女儿很喜欢听爵士乐，她收藏了很多爵士乐的 CD，那天晚上，她边做作业边掉着眼泪。几天以后母亲买了一个爵士乐 CD 给她：“这是刚刚出版的爵士乐，你听听看。”她笑笑说：“我现在不喜欢听爵士乐了。”

母亲没有想到，一个鲁莽的行业彻底伤了女儿的心，从此她再也不听爵士乐了，也不再收藏这方面的 CD 了。

所以，一个沉稳的人是不会立刻就作出重大的一个决策，而是要先尽量先跟别人切磋协商。另外，一定要记住，重大决定至少要隔夜再发布，因为很可能等你一觉醒来，你的想法就和昨天的完全不同了。

(4) 讲话和走路不要慌张

很多人走路的时候经常磕碰一下，如果你也是这样的人，那么要开始注意了，并努力克制自己，因为这样的人一般都是很慌乱的人。一个人一旦慌乱起来，就会变得不沉稳，就容易做错事。

那么，我们可以利用一些活动和娱乐项目来培养自己的沉稳，不失为是一个好方法，比如下棋。

第11届三星杯世界围棋公开赛，中国的常昊打败了韩国的李昌镐，赢得了冠军。常昊赢了李昌镐三日半，而且是二比零的完美封杀，第三局都不用再比了。

这真的很不容易，李昌镐是一个具有传奇色彩的棋王，棋界对他的评价是：老成得不能再老成，冷静得不能再冷静，精确得不能再精确。日本人称他为“两个腰”——日本人常常这样形容围棋高手，韩国人叫他“石佛”——像一尊石佛一样坐在那里动都不动。

确实是这样，围棋高手都是非常沉稳的人，必须要做到不慌不乱，要培养到最高境界。所以，下围棋是一个可以锻炼自己沉稳的一种方法，不妨可以试试。

气质的第一步就是锻炼自己的沉稳，做到沉稳，不仅对你的气质有所提升，而且对于你的生活、交往、事业都起到了关键的作用，给我们减少了很多因为冲动和不冷静带来的诸多弊端。

(5) 在征询别人的意见之前，自己先思考，但不要先讲

要想做一个沉稳的人一定得学会自己的话留到后面再讲，缺乏沉稳的人是自己的话放到前面讲。和竞争对手或者客户谈判的时候，要把话留到后面讲，其好处在于：一、先让别人先讲话是一种尊敬；二、先讲话的人，一定会存在许多的破绽和漏洞；三、别人讲话的时候，你可以准备你的答案。

所以在和别人沟通，特别是在谈判的时候，有什么话不要先讲。急躁的人都善于先讲话，既不尊重别人，又有可能因为思考不全面而讲错了话，留下太多的破绽和漏洞，如果对方还击，赢的机会就减了很多。有什么话让别人先讲，然后针对竞争对手暴露出来的问题予以还击，这样你的胜算就

非常大。

(6) 不要常常唠叨和抱怨你的不满

女人们总是很热衷于谈论家庭、男人，这或许来源于男人和女人性格上的差异：男人对事业和金钱比较关注，而女人则对老公和孩子比较有兴趣。很多女人一上班，就开始和别人聊自己的家庭琐事，比如在同事面前说自己的孩子成绩如何差，如何调皮，诉说自己的老公或公婆之间的种种矛盾。这样不但不会受到尊敬，反而会变成人家的笑柄。

苏小姐跟同事抱怨怀疑老公有外遇，别人在背后会怎么说呢？很有可能是：“我敢保证，她超不过半年一定会离婚！”“你怎么知道？”“因为刚才她说她老公有外遇。她一定会离婚的，你看着好了！不信我们赌一百块，怎么样？”就这样，抱怨的同时也成了别人的笑柄。

所以，不要轻易和别人唠叨你的不满。因为喜欢唠叨的人，很容易被人误解为是那种做事不太牢靠的人。而且，你诉说了自己的不幸，你前脚走，很可能就变成人家讥笑的话题。

第二节 细心的浇灌

成功学大师卡耐基曾说过这样一句话：“一个不注意小事情的人，永远不会成就大事业。”不要觉得气质的培养是一件多么困难的事情，其实都是生活中很细小的环节，比如，细心。锻造细心的品质需要怎么做呢？

(1) 对身边所发生的事情，常思考其因果关系

其实很多问题都很简单也很容易成就，只是我们少了一份细心。我们常常会这样说：一个苹果掉到牛顿的头上，他会想到万有引力；掉到我们的头上，我们就把它吃掉了。原因很明了，那就是我们不擅长思考。

一个不注意小事情的人，就永远都不会成就大的事业。

我们国家的历史测试题是这样的：“元太祖成吉思汗在中亚西亚建立哪四大汗国？最远打到哪里？”

而美国的测试题却是：“蒙古人当初如果没有西征，欧洲会发生什么变化？试从政治、经济、社会三方面分析。”

这样的题目是没有一个准确的答案的，可以让学生们尽情地发挥他们的想象力。

数学课本里的定理或公式中国人能够提出的很少，但我们的解题水平却是世界一流的。中国学生的数学卷子，老师首先看的永远是答案，答案如果对了，然后再去看过程是否正确，如果学生的作业和老师讲的不一样就会扣分。

而美国的老师则对学生说：“各位同学，明天考微积分，列出式子就可以了，不要去算，计算是计算机的事。”

我们每天都会发生很多事，有些你知道其因，而有些则不知道，对于那些不知道的我们往往都忽略了探究其原因，所以造成了相同的错误总是一而再再而三地犯。

(2) 对做不到位的执行问题，要发掘其根本症结

任何一件事情如果做得不好或执行的不到位，就一定要探究其因，只研究表象是没有用的。

在我们的生活和工作中，存在着很多模棱两可、可有可无的东西，我们有意或者无意地忽略了它们的存在，觉得可有可无的那些东西就不用去追究了，其实这样是不对的，也

许就是在那模棱两可中丢失了胜利和成功的重要因素，也就找不到最根本的原因了，所以这一点非常重要，换句话说，世界上没有模棱两可和可有可无的东西，你一直在寻找的也许就是你忽略了的。

(3) 对习以为常的做事方法，要有改进或优化的建议

我们这个时代的人都很懒惰，所以大多数情况下不愿意改变现状，因此就一直固守着同一个习惯，而维持一种习惯总比改变一种习惯要省力气，不管是生活还是工作。就说工作，如果一个人在公司工作了五年，用的都是同一种方法，其实等于他只工作了一年，另外四年都只是在复制。

很多人存在的问题就在于没有思考这么做是否有好的方法和建议。细心的人、用心的企业都会十分注重细节，不断地追求改进和优化。比如，我们国家的火车站，每天都会有人坐错车。这的确很正常，特别是到了春运或暑运的时候，车多人也多，工作人员也十分有限，出差错是必然的。但事实上，这是可以改善的，而且并不需要增加人手或者额外的成本。

在日本东京，他们的火车站地上、地面、地下一共三层，16个进出口每天要进出二三百万人，但是他们却极少会坐错车，因为自动售票机出来的车票颜色，与月台上面圆圈的颜色以及要乘坐的火车的颜色是相同的。所以拿到蓝色车票的乘客，就要到有蓝圈的月台上，乘坐蓝色的火车；而咖啡色车票的乘客，就去咖啡色圈的月台上，乘坐咖啡色的火车。每一种颜色的车票代表一种路线，从而保证东京车站一天进出那么多人，却很少有人坐错车。

这就是我们为什么一直在探索和失败中，不是我们不够