



做人生的国王
成为心想事成的自己

预见 才能遇见

如何规划和掌控自己的人生

洪海江◎著

迷茫、混乱、被动、随波逐流、浑浑噩噩、得过且过……
没有规划，生命就像指尖的流沙

为年轻人量身定制的人生指南

彻底掌控人生，用预见成就遇见



中国财政经济出版社



做人生的国王
成为心想事成的自己

预见 才能遇见

如何规划和掌控自己的人生

洪海江◎著

中国财政经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

预见才能遇见：如何规划和掌控自己的人生 / 洪海江著. — 北京：中国财政经济出版社，2015.2

ISBN 978 - 7 - 5095 - 5666 - 5

I. ①预… II. ①洪… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 215020 号

责任编辑：马 真

责任印制：刘春年

责任校对：甄 飞

版式设计：丁丁图文

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址：北京市海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码：100142

营销中心电话：010 - 88190406 北京财经书店电话：010 - 64033436

北京中兴印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

787 × 1092 毫米 16 开 14.5 印张 170 000 字

2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月北京第 1 次印刷

定价：36.00 元

ISBN 978 - 7 - 5095 - 5666 - 5/B · 0027

(图书出现印装问题，本社负责调换)

本社质量投诉电话：010 - 88190744

反盗版举报热线：88190492 88190446

伟大人生的秘诀在于预见

这个世界是由两种人构成的，他们决定着社会的结构，无形地区分着社会的等级。

第一种人，他们在做决定之前，就已想过自己将会得到什么，该怎么做才能达到自己的目的。他们不相信命运的安排，坚信自己是个人世界的主宰，有能力决定自己的未来，决定人生的走向。

第二种人，他们按照已有的规则做事，无论做什么事都会顺其自然，觉得自己无法对抗命运，失去的与得到的都是命中注定的，不去想，更不会规划自己的人生。

以上分类是本人在近十年的生涯规划咨询实践中，对各种对象概括分析的结果。在我所接触的人中，有太多成功和失败的故事，从中我总结出了对生活的看法。也许它未必准确，但这个世界上有很多真实的故事还可以证明，伟大的人生秘诀就在于你是否能够预见你的未来。

这个世界上有 70% 的人属于第二种人，他们一生碌碌无为，虽然有时也会有幻想，但要么是一些脱离实际的假想，要么就是停留在大脑皮层中的一种空想，总体来说，他们对自己的认识不够清晰，不能根据现有的资源设计自己的方向。或许他们中有 10% 的人会通过自己的努力获得一些专

业特长，但因无法正确规划自己的人生，到最后只有极少数的人能够取得不错的成绩。

毋庸置疑，第一类人的数量很少，但他们才是生活中真正的强者。他们知道预见自己的人生，知道怎样才能让自己的预见变得有意义。这种能力成就了一个又一个伟大的领袖和商业精英。

常言道，人生就像下象棋，我们都像那未过河的卒子，只进不退！

所以，每一个人都要为自己的人生列出一张生命的清单，也就是人生规划，只有你敢于预见自己的未来，才能在若干年后遇见心中最想见的自己。一个人如果不能好好地规划自己的人生，且不清楚自己的目标，即使他的学历再高，知识面再广，那也只能是一个碌碌无为的庸人，一辈子都只能在别人的眼皮底下讨生活，白白地虚度光阴。

不少人这样问过我：“我的人生该何去何从？”对于这句话的最佳答案，就是积极地预见你的人生，走好人生的每一步。没有目标的征途就像一个无底的黑暗洞穴，你永远都不会有走出洞穴的那一天。所有人生中美好篇章的开始必定有一个坚定的目标。在人生的道路上行走，只有一往直前的勇气是不够的，更需要有一个明确的方向来指引你的脚步。

在当今这个信息更新以秒计算的时代，到处充斥着激烈的竞争。要想在这些竞争中脱颖而出，就必须对自己的人生有所预见。

“凡事预则立，不预则废。”在不同的时期，可以根据自己的预见去完成不同的目标，这样就能给自己一步一步地接近成功打下一个坚实的基础，让生活变得更有意义。

本人是国家一级职业指导师，也是南京师范大学新闻与传播学院的一名传播学研究者。在生涯规划的实践中，我越来越清晰地感觉到，预见不仅是一种意识、一种能力，更是一个自我内传播的过程，是自我觉醒、自



我对话、自我决策、自我实践的过程。

在这本书中，我会详尽地向你阐述如何预见自己的人生，如何才能让自己的预见得以实现以及如何避开人生规划的误区，如何能在若干年后遇见心中的自己。同时在这里，你也会读到很多成功人士的事例，他们的经历会对你的人生产生很多的启迪和影响，这样，在你感到迷茫的时候，或是觉得生活欺骗你的时候，可以在这里找到好的方法来对待生活。人生是自己的，要做自己人生的国王，正确地对待自己，成功地发现自己，客观地分析自己，在自我传播过程中把握关键点，给自己圆满的超越。

我迫不及待地要把这本书推荐给更多的人，它不仅仅是为需要进行职业规划的人而写，更是献给每一位在这个巨大而纷繁的世界里，渴望成就自己人生价值的人。

洪海江

第一章 做自己的国王

——觉醒是人生规划的起点

01 人生规划你知多少?	003
今天的预见决定明天的遇见	003
你到底想要什么?	005
人得活得明白	007
合旋律的舞蹈才精彩	009
给自己的人生设个导航	011
避短扬长, 切忌贪婪	013
02 人生财富的七个层次	016
健康的身体是一切成功的基础	016
在追求财富之前先要追求情感的丰富	018
好的人际关系使财富更有意义	020
有充足的时间享受生活	022
喜欢自己从事的工作	024
全力以赴去给予这个世界	026
庆祝生命中的小成就和快乐	027

第二章 我想成为谁

——王侯将相宁有种乎

- 03 没有规划的人生热闹而无趣 033
- 平庸的人生没有“一”，幸福的人生享受“一” 033
- 做自己的编剧，写个“情理之中意料之外”的人生续集 035
- 跳出“大众”，成就“不可替代” 037
- 很多事情不是做不到而是不知道 038
- 不知不觉又一秋 040
- 04 遇见新生活从预见开始 043
- 感慨，抱怨，纠结，有什么用？ 043
- 不想永远被“困”下去就奋勇“突围” 045
- 归零，不要让过去遮住你的视野 047
- 知道自己要去哪儿的人，全世界都为他让路 049
- 人生规划的原则和步骤，你记下了吗？ 051
- 注意！这些是人生规划的“雷区” 053
- 05 规划未来四大必杀技 056
- 必杀技一：前辈就是你的前途 056
- 必杀技二：跟随成功者的脚步 058
- 必杀技三：找到生活中的榜样 060
- 必杀技四：整合一切资源 062

第三章 我是谁

——“自己”才是真正的起跑线

- 06 认清自己，找准你的位置 067

你性格中的成功优势在哪里?	067
你的兴趣可以激发哪些成功潜能	069
你的人生价值观能让你接受什么?	072
找到自己,认识自己最真实的一面	074
认识自己的价值	076
07 扬长避短,发挥你的优势	079
接纳你的不完美	079
相信自己,你拥有独一无二的优势	081
世界上为什么充斥着有才华的穷人	083
最终的资源在你的情绪——决心,意愿,动力	085
以“最好”的人为榜样	088

第四章 我能做什么

——钓鱼之前选好鱼塘

08 扫描环境,找到优势	093
和出身有关的优势	093
学校、学历、专业,哪一个是你的优势	095
先适应社会,不要等着社会适应你	097
热爱现在做的事情	099
找到真正适合自己的企业	101
09 谨慎的选择关系	103
寻找你人生的“贵人”	103
对你的朋友进行筛选	105
找比自己更成功的人	107
建立你的人际模型	109

深入培养人际关系	110
影响你周围的人	113
10 必须清楚的成功心理学	115
冠军是一种状态	115
立刻改变状态：SAY YES	117
把思想聚焦在想要的上面	119
聚焦正确，人生要控制	121
成功者做失败者不做事	123
小事情就是一切	124

第五章 未来，我该做什么

——拒绝空想，行动才有力量

11 绕开目标无法实现的误区	129
目标没有被足够详细地定义	129
只是一个目标，而没有相应的行动	131
12 写下你的人生目标清单	134
通往快乐和成功的捷径	134
写下你预见的每一个目标	136
向不靠谱的理想说“NO”	138
每个目标都携带风险“病毒”	139
你是否已经做好各种准备	141
13 为人生目标画个路线图	144
单独写下每个人生目标	144
完成目标的资源你是否都具备	145
补充资源的行动必不可少	147



确定每个目标实现的具体时间	148
定一个具体的时间进度表	151
定期检查每个目标的完成情况	153
马上行动, Just do it	155

第六章 你的预见是否已遇见

——逗号, 句号, 感叹号!

14 我选对行了吗	159
我所从事的行业有什么优势	159
我所从事的行业市场潜力大不大	161
我喜欢自己的工作吗	163
我能从工作中获得快乐吗	165
我的价值是否能够充分展现	166
15 我跟对人了么.....	169
我跟的人能力如何	169
我跟的人魄力如何	171
我是否能够从他身上学到东西	172
我是否已经有所改变	174
我是否获得了成长	176
16 我做对事了吗.....	179
我把事情做完了吗	179
我把事情做好了吗	180
我是否从做事中赚到了钱	182
我在做事之余是自由的吗	184
我所做的事能够实现我的梦想吗	186

第七章 幸福公式：生活质量 = 未来蓝图

——终极导航幸福的彼岸

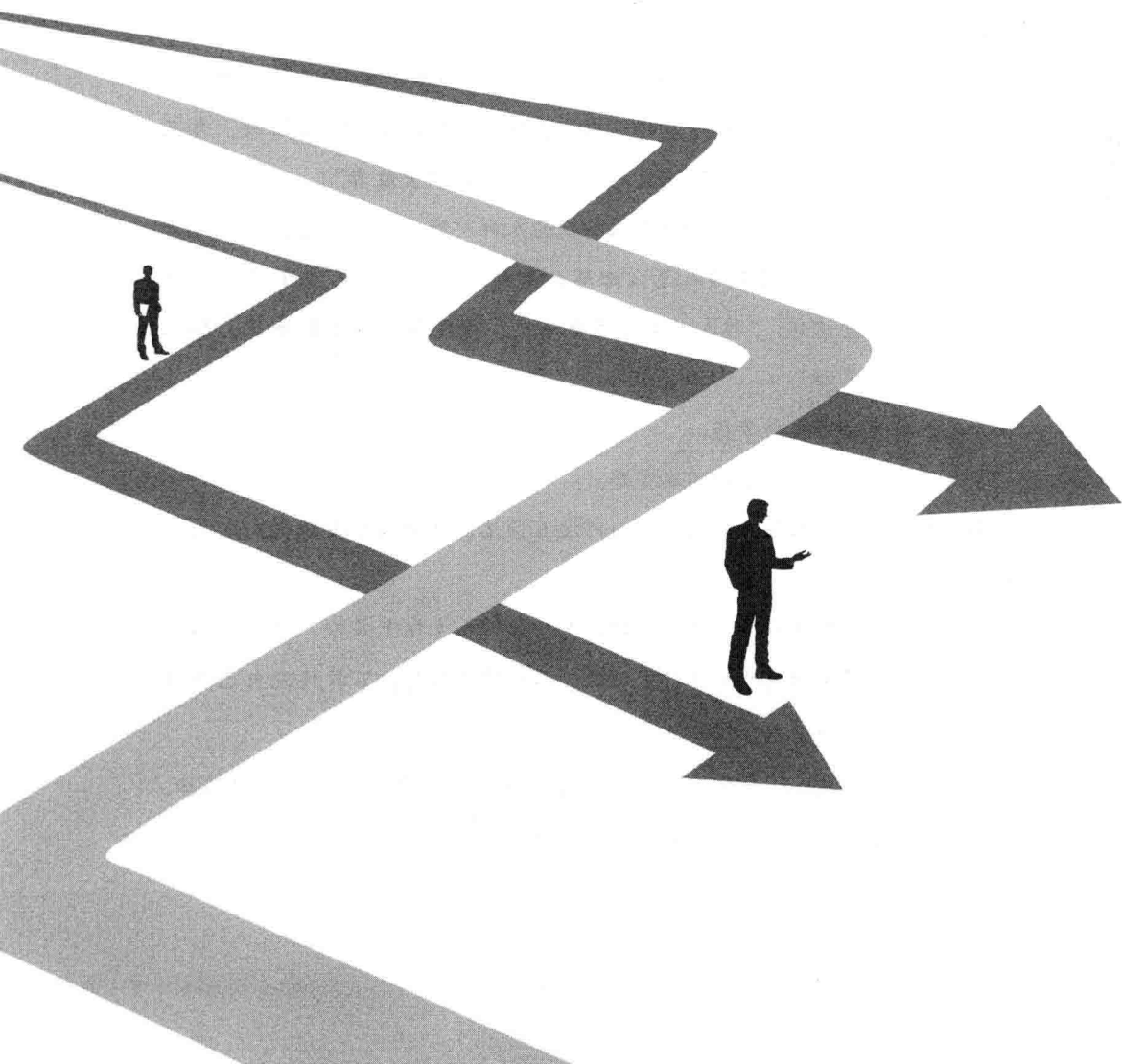
17 成长：做不会做的事	191
生活中总有一两个你“不会”的领域	191
把“不会的事”当垫脚石	193
“干中学”是最有效的成长	195
做不好不是水平问题，是态度问题	197
克服畏难心理，放手尝试	199
18 突破：做不敢做的事	202
当遇到需要突破自己的事，你要感恩	202
赶走你心中那个“不敢做”的鬼	204
最坏的结果，决不会比你想象的更可怕	206
用你现在所没有的能力去努力	208
最好的感觉是自我突破后的成就感	210
19 改变：做不愿做的事	212
记住！这世界不是为你准备的	212
“不愿意做”绝对不是不做的理由	214
挑战内心的固定思维，努力改变	216
“硬着头皮、咬着牙”预见未来	217



第一章

做自己的国王

——觉醒是人生规划的起点





镜像人生：《中国合伙人》

成冬青说：“梦想是什么？梦想就是一种让你感到坚持就是幸福的东西。我们只有在失败中寻找胜利，在绝望中寻求希望。”

为了梦想，农村出身的成冬青，在两次高考落败之后，为了摆脱像父辈一样继续当农民的命运，在叔伯乡亲面前跪下，只求获得一次“再考”的机会。面对最后一次来之不易的机会，成冬青拼命背下整本英文字典，从明眸变成近视眼，终于考上了燕京大学。

在燕京大学，“土鳖”成冬青因为“美国梦”而结识孟晓俊和王阳。但是，最终只有孟晓俊完成了这个梦想。成冬青失望之余，只有留校任教，却又因为私自在外面授课而被校方除名，成了一个真正的“失败者”！

当他独自走在街头，看着街上来来往往的人群，那一刻，他觉得自己是那么的格格不入，他觉得周围的人怎么都那么幸福，自己仿佛置身于另一个世界。那一刻，他意识到，“掉在水里你不会淹死，待在水里你才会淹死，你只有游，不停地往前游”。

于是，有了后来的新梦想。

于是，有了后来上市公司的新梦想。

面对未来，有的人茫然失措，因为他没有预见；有的人斗志昂扬，因为他已经预见。

你的人生王国谁在做主？不要再让他人对你的人生指手画脚，你的地盘只有你做主！人生最大的悲哀不是你不敢做，而是你不敢想，不敢预见自己美好的未来。给自己一个梦想，给梦想一个规划。

你过去的想法决定了你现在的活法，你现在的想法将决定你将来的活法。要想在未来遇见梦想的一切，就从此刻的预见开始！

01 人生规划你知多少？

今天的预见决定明天的遇见

很多人在人潮汹涌的世上白白挤了一生，从来没想到哪里才是自己想要停留的地方，而有目标的人始终没有忘记自己的方向，直到有一天它出现在自己的面前。

今天你确立下的目标，就是明天真实生活的写照。

有些思想消极的人，会觉得用现在的思想去规划未来的蓝图有些不太现实，所以他们逐渐沦为失去梦想的人。而有些人，无论生活多么艰苦，也不忘记规划自己的人生，于是他们成为永葆梦想、永葆奋斗激情的人，最终遇见那个成功的自己。

如果一个人不知道自己要去哪个码头，那么任何风向对他来说都不会顺风。一个人可以非常清贫、低迷、困顿，但不可以没有梦想，只要梦想存在一天，他就有可能改变自己的现状。

能否取得成功的关键不仅仅在于你付出多少努力，还在于你把未来的自己放在一个怎样的高度，有梦想的人能看到未来的自己，没有梦想的人未来就是一场随波逐流的消遣。

一位中国的老太太在香港旅行。有个少年投海自杀时被警察救下，他

是美国黑人与日本人的混血儿，愤世嫉俗，穷途末路。老太太到警察局要求
和少年见面。

“孩子，你生来就是要为这个世界做一件除了你谁也不能办到的事。”
老太太用柔和的语调说。

“哼！”少年转过头去不理睬。

少年选择自杀是因为他的人生失去了方向，没有目标，不管看什么都
感觉一片黯淡，所以他觉得生活失去了意义。

“不信，跟我来，我带你去看。”老太太说。

少年跟着老太太来到了一个小花园，老太太拿出一根竹子做的横笛递
给少年。

少年接过横笛放在嘴边专注地吹了起来。

“看吧，你是我听过的吹得最好的，能告诉我，吹笛的时候你看到了
什么吗？”老太太慈祥地看着少年。

少年曾经是一位竹笛爱好者，只是没有想过把它当作一种职业，后来
生活中的各种不如意，让他丢弃了竹笛。

“我看到了站在舞台上的自己。谢谢你，我知道该怎么做了！”少年谢
别了老太太，吹着口哨离开了。

一年后，老太太收到一份邀请函，邀请她参加一场音乐会，邀请人正
是当时的少年。

人生最大的悲剧，就是失去了追求的目标，因此觉得没有了明天，甚
至要毁掉今天。

只要找到生活的目标，人生就会充满希望和激情，就会有继续生活下
去的动力，让每一天都过得有意义，若干年后成就现在期望的自己。

做自己的国王！觉醒是人生规划的起点，觉醒的核心是明白了一个最

简单又最不容易做到的道理：我是我自己的主宰，我是我的王国唯一的国王，我要对自己的未来负责，也只有我才能对自己的未来负责。觉醒的标志是梦想，人类如果失去梦想就像鸟儿失去翅膀永远无法飞翔！具体来说梦想的呈现方式是目标，清晰的目标！不去想，你怎么知道自己不行，人生最容易衰老的不是容颜，而是失去人生目标后的心。如果现实是一座囚笼，那么能将你救赎的是梦想，只有它才能让你有不顾一切冲破囚笼的动力。

我能做什么？我想做什么？我想成为一个什么样的人？我想拥有一个怎样的人生？这些都是我们在预见未来前的准备。自己现在的能力，喜欢的事物，将来想成为一个什么样的人，想得到什么东西，只有清楚这些，我们才能确立人生的目标，让今天的预见成就明天的遇见。

一个人最大的投资就是自己的人生，做好人生投资的关键，就是要确定自己的追求，明天自己是怎样的人，关键看今天你对自己的定义。这是人生规划的起点也是自我传播的起点，你无法叫醒一个装睡的人！

你到底想要什么？

人生有三大遗憾：不会选择，不坚持选择，不断地选择。

之所以会出现这种遗憾，主要是我们对自己的定义不是很清楚，不明白自己的价值，不清楚自己的追求，更不明白自己内心最真实的渴求。我们需要什么？怎样才能满足我们现在匮乏的内心或是物质？

如果你觉得迷茫或是感觉前途一片黯淡的时候，你该问问自己：“我到底想要什么？”

生活的理想是为了理想的生活！人生的终极目标不是工作，而是工作