

## 15讲根源：计划的愿景——仰望星空



在前面第2章节“程序之术”中，我已把对“设计”“编程”和“Bug”的思考与理解都分享给你了。今天开始进入第3章节，是关于成长修行中“由术入道”的部分，而“道”的维度众多，我就先从和个人成长最直接相关的“计划体系”讲起。它会有助于你一步步走向你“理想的自己”，所以可别小看它的重要性。

我想你肯定做过计划，我也不例外。一般在开始一件中长期的活动前，我都会做计划，但更重要的是反问为什么要做这个计划，因为计划是抵达愿望的途径。如果不能清晰地看见计划之路前方的愿景，计划半途而废的概率就很大了。

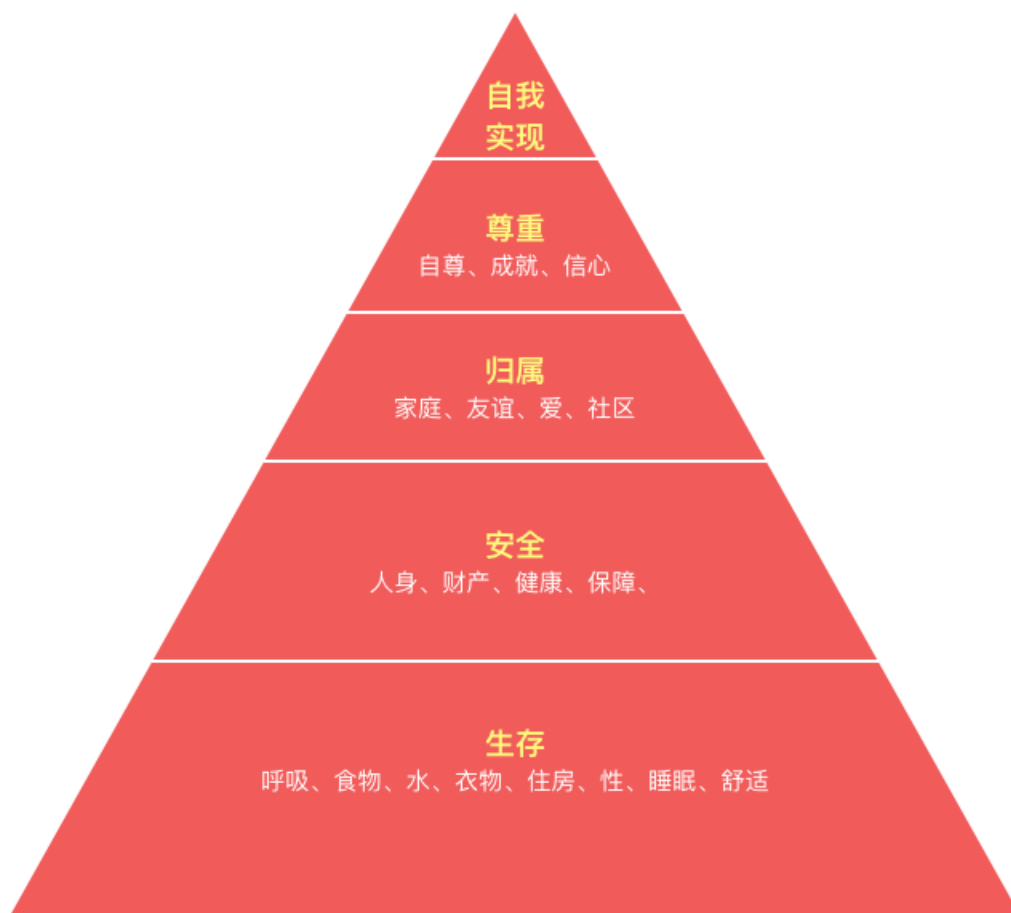
古希腊哲学家苏格拉底有一句名言：“未经检视的人生不值得活。”那么我们为什么要检视自己的人生呢？正是因为我们成长的愿望，那么愿望的根源又到底是什么呢？

### 需求模型

上世纪四十年代（1943年）美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛在《人类激励理论》中提出了需求层次理论模型，它是行为科学的理论之一。

该理论认为个体成长发展的内在力量是动机，而动机是由多种不同性质的需要所组成，各种需要之间，有先后顺序与高低层次之分，每一层次的需要与满足，将决定个体人格发展的境界或程度。其层次模型的经典金字塔图示如下：

请加QQ1046877154 获取更多最新极客时间课程



马斯洛的经典金字塔图：需求层次模型

在人生的不同阶段，会产生不同层次的目标需求。

在人生的早期，我们努力学习，考一个好大学，拥有一技之长，找一份好工作，带来更高薪的收入，这很大程度都是为了满足图中最底层的生存需求，让生活变得更舒适美好。

成长拼搏数年，事业小成，工作稳定，有房，有车，有娃后，第二层次，也就是安全的需求开始凸显。有人在这阶段开始给自己、父母、老婆、孩子都买人寿保险，开始考虑理财，投资甚至强身健体。然而处在这个阶段时，我却有一种强烈的不安全感，这也许和长年的程序员职业经历养成的习惯也有关系。

我们做系统应用服务时总是需要考虑各种意外和异常事件发生，一般至少提供主备方案。于人生而言，保持持续学习，与时俱进，追求成长，这其实也是一种主备方案：主，指当前支撑生活的工作；备，是通过持续学习，同步成长，保持核心能力的不断积累与时间的付出来获得一份备份保障，以避免“主”出现意外时，“备”的能力已被时代淘汰。

需求金字塔底部两层属于物质层次的“经济基础”，而再往上则进入了更高精神层次的“上层建筑”。就个体而言，高层次需求要比低层次需求具有更大的价值。在“生存”和“安全”基本满足的保障基础之上，我们才会更从容地向内求，更多地探求内心，进而向外索，对外去探索、发现和建立不同的圈层关系，以满足上层的社交“归属”、获得“尊重”与“自我实现”的需求。

马斯洛把底层的四类需求：生存、安全、归属、尊重归类为“缺失性”需求，它们的满足需要从外部环境去获得。而最顶层的“自我实现”则属于“成长性”需求。成长就是自我实现的过程，成长的动机也来自于“自我实现”的吸引。就像很多植物具有天生的向阳性，而对于人，我感觉也有天生的“自我实现”趋向性。

人生最激荡人心的时刻，就在于自我实现的创造性过程中，产生出的一种“高峰体验”感。正因为人所固有的需求层次模型，我们才有了愿望，愿望产生目标，目标则引发计划。

## 生涯发展

在攀登需求金字塔的过程中，我们创造了关于人生的“生涯”。而“生涯”一词最早来自庄子语：

吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已。

“涯”字的原意是水边，隐喻人生道路的尽头，尽头已经没了路，是终点，是边界。正因如此，人生有限，才需要计划。著名生涯规划师古典有一篇文章《你的生命有什么可能？》对生涯提出了四个维度：高度、宽度、深度和温度。这里就借他山之玉，来谈谈我的理解。

- 高度：背后的价值观是影响与权力。代表性关键词有：追逐竞争、改变世界。
- 深度：背后的价值观是卓越与智慧。代表性关键词有：专业主义、工匠精神。
- 宽度：背后的价值观是博爱与和谐。代表性关键词有：多种角色、丰富平衡。
- 温度：背后的价值观是自由与快乐。代表性关键词有：自我认同、精彩程度。

每个人的人生发展路线都会有这四个维度，只是不同人的偏好、愿望和阶段不同导致了在四个维度分布重心的差异。在不同维度的选择，都代表了不一样的“生涯”，每一种“生涯”都需要一定程度的计划与努力。

虽有四种维度，四个方向，但不代表只能选其一。虽然我们不太可能同时去追求这四个维度，但可以在特定的人生不同阶段，在其中一个维度上，给自己一个去尝试和探索的周期。所以，这就有了选择，有了计划。而计划会有开始，也会有结束，我们需要计划在人生的不同阶段，重点开始哪个维度的追求，以及大概需要持续的周期。

人生本是多维的，你会有多努力、多投入来设计并实现自己的生涯规划呢？不计划和努力一下，也许你永远无法知道自己的边界和所能达到的程度。

上世纪七十年代初，一个文学专业成绩很一般的学生毕业了。他虽然喜欢读文学作品却没写出过什么东西，毕业后就结了婚，和老婆开了个酒吧，生意不错，生活无忧。到了七十年代末，他似乎感受到某种“召唤”，觉得应该写点什么东西了，于是每天酒吧打烊后，他就在餐桌上写两小时的小说，这一写就写了三十多年。熟悉的人想必已经知道他是谁了？对，就是村上春树。

所以，总要开始计划做点啥，你才能知道自己的“涯”到底有多远；而计划就是在系统地探索生涯，甚至人生的无限可能性。

## 回首无悔

关于后悔，有研究说：“我们最后悔的是没做什么，而不是做过什么。”回味一下，这个结论也确实符合我们的感觉。

万维钢写过一篇文章《决策理性批判》，里面引用了一个最新（2018）的关于后悔的研究，这个研究从“理想的自己”与“义务的自己”两个角度来说明：

“理想的自己”就是你想要成为什么人。

“义务的自己”就是你应该干什么。

若放到前面马斯洛需求金字塔中，“理想的自己”就是站在顶端“自我实现”位置的那个自己；而“义务的自己”正在金字塔下面四层，挣扎于现实的处境。如果你从来没有去向“理想的自己”望上一眼，走下一步，将来终究会后悔的。事实上，研究结论也证明了这点：70% 以上的人都会后悔没有成为“理想的自己”。

当我把自己进入大学以后的这十八年分作几个阶段来回顾时，有那么一段的好多时间我就是那样浑浑噩噩地混过去了，以至于现在回忆那段日子发现记忆是如此的粘连与模糊。后悔么？当然。



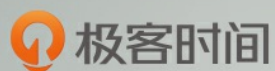
如果我能好好计划一下那段日子，也许会得到一个更“理想的自己”。而在最近的这一段，我也感谢好些年前“曾经的我”，幸运兼有意地做了一些计划。虽然一路走来，有些辛苦，但感觉会充实很多，而且如今再去回首，就没有太多后悔没做的事了。

计划，就是做选择，你在为未来的你做出选择，你在选择未来变成“谁”。如果你还在为今天的自己而后悔，那就该为明天的自己做出计划了。

人生的征程中，先是恐惧驱动，地狱震颤了你，想要逃离黑暗深渊；后来才是愿望驱动，星空吸引了你，想要征服星辰大海。

逃离与征服的路，是一条计划的路，也是一条更困难的路，而“你内心肯定有着某种火焰，能把你和其他人区别开来”才让你选择了它。

最后，你想去到哪片星空？你为它点燃了内心的火焰了吗？



# 程序员进阶攻略

每个程序员都应该知道的成长法则

胡峰 京东成都研究院 技术专家



## 精选留言

Kaito

人生的征程中，先是恐惧驱动，地狱震颤了你，想要逃离黑暗深渊；后来才是愿望驱动，星空吸引了你，想要征服星辰大海。

这句话写的太棒了，只为这一句话，这钱花的太值了！

2018-09-06 08:52

作者回复

2018-09-08 19:32



godtrue

感觉自己还在最低层次，路还很长，需要努力追逐事情还很多。一直想好好的看看JDK的源码，试过几次没坚持下来，昨天又开始了，这次一定要坚持到底！

2018-09-05 08:29

作者回复

看源码也得有个目的和终点，源码那么多又不像小说那么好看，坚持不下来很正常。

2018-09-05 19:02



李正阳Lee

国学大师王国维在《人间词话》中说，古今成大事业者毕经三重境界：

“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望断天涯路，此第一境也，衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴，此第二境也，众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处，此第三境也。”

第一境界就是计划，若想实现更高层次的需求，计划就是第一步。

仰望星空，脚踏实地。

2018-09-05 09:28

作者回复

至今还在第二境界，灯火阑珊在哪里

2018-09-05 18:27

独钓寒江雪

23岁，入了江湖4年。智能制造领域。薪资也说的过去。时而迷茫，一系列自己的修行计划总觉得明天做也行。总被一些什么现在薪资可以了（一年到手32万）何必再去自行修炼创业。。。大佬有什么建议么。让自己坚持本心。。。

2018-09-05 09:13

作者回复

钱多买不了喜欢，但创业也需要挣钱，得有个基本面支撑。剩下的就是你的选择取舍了

2018-09-05 19:00



liangjif

老师的文笔怎么锻炼的呢？而且好多适当经典引用，赞

2018-09-07 21:49

作者回复

和练习编程一样的方式，多读，遇到有启发的文字就记录下笔记；然后就是多写了

2018-09-08 19:27



亚林

应该所以能够，能够所以应该。我现在认为这两边都不能偏废。

2018-09-11 12:18



亚林

任何事情都有目标，有愿就有力

2018-09-11 12:00

作者回复

恩，愿是力之源

2018-09-11 19:05



softtwilight

看术，需要学习能力。而道，只能靠悟性了

2018-09-06 08:54

作者回复

道，也可以靠不断思考，大脑的潜力很大

2018-09-08 19:33



third

心得如下：

1，马斯洛心理需求，在人的一生会有多种层次需求，在不同阶段，最主要的目标需求不一样

个人体会，我可能对安全的需求比较重吧。我现在大三，已经开始了购买保险，学一点理财和每天坚持锻炼身体了。感觉这些东西都是越早开始，越好。

2，生涯发展四维度：高度、宽度、深度和温度。

个人体会，比较喜欢高度这个维度，内心渴望着的影响别人

3，人们最后悔的是没做什么，而不是做过什么。因为做过，就能找到理由不后悔。

4, 关于计划, 人的时间和精力是有限, 计划的前提是放弃, 把重要的时间放在重要的事情上

5, 关于坚持, 我比较喜欢的一句话是, 如果一件事需要坚持, 多半是做不下去的。也许习惯做一件事, 比坚持做一件事, 成功的概率要高得多

2018-09-05 20:40

作者回复

锻炼身体可以一直保持下去

2018-09-06 09:12



greatcl

需要这样的鸡汤（褒义），一直看“干货”，都忘了为什么看了。

2018-09-05 09:31

作者回复

哈^\_^

2018-09-05 18:25



绿鲤鱼与驴。

这碗心灵鸡汤我喝了

2018-11-19 17:37

作者回复

2018-11-19 18:51



ywengirl

关于后悔, 有研究说: “我们最后悔的是没做什么, 而不是做过什么。

2018-11-07 08:32



二木

真的写的非常好, 感慨万千, 昨天接到一个QQ音乐的面试感觉自己表现特别差, 面试官问的所有问题我都有了解, 面试别人的时候基本也都会问, 但是当要自己表达的时候就感觉原来自己理解的还不清楚, 表达描述不出来。

2018-10-27 21:25

作者回复

能清晰表达是掌握的第二阶段要求

2018-10-29 18:52



focus 根

1.我自己以前有太多半途而废的行动

好在我养成了做日计划总结和周计划总结

看到自己做了什么, 以后要往哪个方向走

2.以前我很愧疚是因为我总是定的目标太高 感觉有种焦虑的感觉在

现在就是一周一拱 先每天做点要求不太高的事情 然后再做想着改进 逐步迭代

2018-09-17 12:46

作者回复

大事业, 都是一点一点拱出来的

2018-09-17 18:35