

<<寫40個願望給未來>>

图书基本信息

书名：<<寫40個願望給未來>>

13位ISBN编号：9789866166099

10位ISBN编号：9866166090

出版时间：財信出版有限公司

作者：晴天娃娃 著

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<寫40個願望給未來>>

### 前言

作者序 創造未來就從寫下願望開始 一日之計在於晨，一年之計在於春。

當新的一年開始，你寫下什麼願望給未來的自己呢？

是遙不可及的白日夢，還是積極樂觀的願望？

擁有願望對每一個人來說，是非常重要的，因為願望可以促使我們對未來有目標，也對每天的生活充滿期待和前進的動力，不至於迷失方向，渾渾噩噩的過一天算一天。

當然，願望也並非寫下後擺在一旁就會實現，一旦寫下願望就要努力去實踐，不管你的願望為何，如果只是空等待而不實行，願望永遠也不會成真。

二十一世紀沒有許願精靈，沒有魔法神燈，無法藉由神力來實現願望。

因此唯有靠自己，才能如願以償。

歌德曾說：「舉凡你能做的事，即使只是夢想，你也應該大膽去做；因為敢於夢想的膽識，本身就含有才氣、力量與神奇。」

夢想如同願望，是不分界線，不分高低的，不管你寫下什麼願望，若能真正實踐，才是圓夢的開始。

反之，若總是躊躇不前，不管寫下任何願望，終歸只是紙上談兵。

我在十八歲時，曾在日記本上寫下一個願望：「希望能到國外讀書。」

當然這個願望不是一蹴可幾的，需要擬定計劃和付出心力。

當我和同學談起這個願望時，大部分的人都覺得這是白日夢，但對我而言，沒有努力去達成的願望，才是虛幻。

在想要完成願望的驅使下，我努力的朝目標邁進。

我開始收集資料，也開始增進英文能力，最重要的是說服父母，讓他們放心。

一年多後，這個願望終於實現，那種開心和喜悅之情，非筆墨足以形容，迄今想來仍充滿感動。

天下沒有不勞而獲的事情，如果只是在寫下願望，卻不曾想要達成，時間過去，願望仍然只是想法、空談或是妄想。

在《寫40個願望給未來》中，共涵括五大章節。

這五大章節，反應出目前大多數人的心理，有些看來似乎是微不足道的願望，卻有很多人就是無法達成，但不是他們做不到，而是他們不敢去做，甚至不敢寫下這個願望。

因此我將其作一個歸納整理，讓各位可以更清楚瞭解自己可以從何處著手，去實踐自己的願望。

第一章節：「說到做到：完成那些想做卻一直沒去做的事。」

這一章節是和生活態度有關。

譬如，不再抱怨、養成良好生活習慣、擁有高EQ和多往好處想等等。

這些看似簡單，容易達成的願望，其實並不容易。

比如說我們都會不由自主的抱怨。

抱怨工作，抱怨社會，甚至抱怨天氣。

但如果人生充滿抱怨，又如何能夠快樂？

因此這些生活中的願望如果都能實現，生活自然能夠變得更開心。

第二章節：「用力去愛：活著就是要勇敢愛。」

關於愛的願望，包括勇敢愛、愛對的人談戀愛、好好對待家人，和永懷感恩心等。

人的生命中，總是充斥著愛。

而愛是一體兩面的，既能帶給人喜悅，卻也能傷人。

因此在愛的願望裡，「享受正面的情感，拋開負面的情感」是很重要的功課，也是我們人生中必須實現的願望。

第三章節：「自我期許：相信自己該做的，並勇敢去做。」

我們每個人對自己都該有一些期許，一些願望。

但最常見的情況是 每年都自我期許，也寫下願望，可是往往到了年底，仍有很多期許未能達成，如此周而復始，年復一年。

## <<寫40個願望給未來>>

所以我們不但要擁有願望，更要盡力達成這些願望。

第四章節：「建立一個好習慣：好習慣足以改變一切。」

有人說「要養成一個習慣，需要連續做二十一天」。

但很多人往往在前幾天就忍不住放棄，放任自己回到不好的習慣。

閱讀本書，可以讓你體會到養成好習慣的好處和學會其竅門，對於達成願望的大門，將能更邁進一步。

。

第五章節：「人生規劃：許自己一個美好的將來。」

這章節中包括想成為有影響力的人、成為有理想的人，以及提升生活品質等等。

讓每一位讀者瞭解，唯有擁有願望並努力去實踐這些願望，未來才能擁有美好的生活。

無論你是汲汲營營於生活的人們、空虛寂寞的人們、毫無目標的人們，或是自律欠佳的人們，看完《寫40個願望給未來》後，相信你會心有戚戚焉，並感受到希望和鼓勵，因為這些故事都曾發生在我的生活周遭，或者可能你就曾是故事中的主角。

每個人的人生都該由自己主導，如果不想等到年老再來後悔，為什麼以前沒有完成當時的願望，就請現在開始面對應該正視的缺點和學習正面的態度。

從此刻開始，請好好思考，對於自己你有什麼期許，想要寫下什麼願望給未來的自己。

又或者，多年前許下的願望，你是否已經達成。

沒有達成的願望，請不要放棄，繼續努力，而新寫下的願望，也要謹記在心，開始規劃，當它們一個、一個慢慢達成時，相信你的人生將能進階到另一層。

就從現在開始，實現第一個願望吧。

Actions Speak Louder than Words. 坐而言不如起而行。

## <<寫40個願望給未來>>

### 內容概要

擁有什麼樣的人生並不重要，重要的是 - 現在的你，擁有願望嗎？

常聽到許多人抱怨生活不開心，不是渾渾噩噩過一天算一天，就是每天如同行屍走肉「上班打卡，下班回家，看電視，睡覺……」日復一日，上演著相同的劇碼。

但是，生活真有那麼糟糕嗎？

請問問自己：面對生活，面對人生，你的目標在哪裡？

你有想要達成的「願望」嗎？

擁有什麼樣的人生並不重要，重要的是「現在的你，擁有願望嗎？」

《寫40個願望給未來》告訴我們：「未來不是等待別人給予，要靠自己努力創造。」而開啟未來的那把鑰匙，就是你「寫給未來的願望」。

每個人都必須擁有願望，因為它是指引我們走向未來的通行證！

對你來說，願望是什麼？

空泛不切實際的東西？

有錢有閒的人才能擁有的奢侈品？

不！

願望是每一個人都該擁有的財富。

它並不空泛，而是非常真實的。

因為它將能引導我們走向未來。

走向未來沒有捷徑，沒有密碼，更不是嘴巴說說就可以達到。

你必須「對自己有所期許」；也就是「知道自己的願望是什麼？」

我希望能夠「勇敢表達自己的情感」，我希望「每個月養成一個好習慣，改掉一個壞習慣」，我希望「一個人去旅行」，我希望「擁有不生病的生活」，我希望「每個月至少讀2~3本好書」，我希望……聆聽你的內心，確定你要的是什麼，然後，寫下「你的願望」。

不要猶豫，不要畏懼，寫下願望後，勇往直前去實踐吧！

每一次願望的達成，就是累積你通往下一步的能量。

沒有願望，就如同對未來絕望！

每天當你睜開眼，你是否期待今天的來臨呢？

沒有願望的人 對他們來說，每天的生活沒有任何差別，就像例行公事，過完就好。

擁有願望的人 對每一天都充滿期待，因為他們「有很多目標必須去達成」。

「你呢？

是哪一種人？

對未來「充滿希望」或是「絕望」，完全掌控在你的手裡。

生活可以很美好，只要你寫下願望，並開始為它努力！

創造你的未來，就從寫下願望開始！

我想買一間屬於自己的房子，就算只是小小一間，我也心滿意足了。

我好想找到一個我愛他，他也愛我的人結婚，然後擁有一個家庭。

我希望自己能不再為五斗米折腰，找份自己真心喜愛的工作。

我希望能夠常常跟愛的人說「我愛你」。

我希望……《寫40個願望給未來》告訴你，創造你的未來，讓希望不只是希望，就從寫下願望開始！

現在的你，擁有願望嗎？

就從現在開始，寫些願望給未來的自己吧！

生活可以很美好，只要你寫下願望，並開始為它努力！

## <<寫40個願望給未來>>

### 作者簡介

晴天娃娃，畢業於南加州大學英語教學研究所。

晴天娃娃曾以不同筆名發表文章於國內外報章、雜誌及網路。

目前一人身兼數職，除了從事幼兒英語教學，也協助出版社叢書企劃及海外版權洽談。

個性活潑，喜歡學習各國語言、喜歡寫作，更喜歡嘗試新事物，勇於接受各種挑戰，對任何事情都要求高效率，並抱持著全力以赴的態度。

不服輸的個性總認為別人做得到的事情，自己一定能做得更好。

在第一部作品《愛愛書》獲得讀者廣大迴響後，晴天娃娃最新力作《寫40個願望給未來》，告訴我們生命中，除了要有愛，更要擁有願望。

在書中，沒有任何長篇大論，也沒有人生道理，只有一群勇敢作夢的人，以及勇敢為自己寫下願望的故事，這些願望促使他們對生活更有目標，也讓他們更知道未來該往哪裡走。

這些人可能就生活在你我周遭，更可能就是我們自己。

如果現在的你已經擁有願望，你必須看這本書，因為它能幫助你更確定自己要走的路。

如果現在的你沒有願望，覺得願望遙不可及，或是渾渾噩噩，過一天算一天，那你更要看這本書，因為它將讓你知道 擁有願望是多麼快樂的一件事。

作品有：《愛愛書》（意識文化出版）、《35歲前要有的33個夢想》、《35歲前要懂的33個法則》（易富文化出版）。

## <<寫40個願望給未來>>

### 書籍目錄

作者序：創造未來就從寫下願望開始PART1 說到做到：完成那些想做卻一直沒去做的事人生難免有遺憾。

而遺憾，又往往是自己造成的。

經常我們腦海裡有許多夢想，許多願望想要實現，想要完成。

然而，因為時間、環境，或許多莫名其妙的原因，而躊躇不前。

說到做到，也許不容易，因為知易行難。

但是克服困難，實現想做的事情，想完成的願望時，成功的甜美果實，將讓你的人生增添色彩。

從今天起，拋開藉口和推託，說到做到。

1. 懷抱一個願望，去實現2. 不再抱怨，換個角度看事情3. 培養良好的生活習慣4. 不再為五斗米折腰，找份自己真心喜愛的工作5. 擁有高EQ，不讓情緒左右自己6. 多往好處想，凡事不要太計較7. 人生短暫，何不勇敢地放縱一下8. 每天保持微笑，樂觀面對每一天PART2 用力去愛：活著就是要勇敢愛愛情是難解的謎題，沒有方法，沒有模擬。

曾經愛過的人，才能體會愛情的甜蜜。

曾經被愛的人，才能理解愛情發生時，那種電光火石的感覺。

在愛情邊緣的人，請勇敢跨出去愛情的第一步，才能瞭解愛情。

在愛情徘徊的人，請放膽釋放出愛情的能量，才能體會愛情。

人生想要不後悔，就是要勇敢去愛。

舉棋不定，擔心受怕，最後只能望著明月自怨自艾，不如就放開心胸，勇敢去愛吧！

9. 勇敢愛、認真愛、放膽愛10. 愛別人也要愛自己11. 和對的人談戀愛12. 勇敢表達自己的情感13. 好好對待家人14. 常常跟愛的人說「我愛你」15. 永懷感恩心，勇於說謝謝PART3 自我期許：相信自己該做的，並勇敢去做重視自我期許是成功的第一步。

自我期許的內容五花八門，有人希望能夠在職場上學習更多的技能，有人希望考試能夠保持前三名，有人希望能夠學好英文或電腦。

然而，許多人講得口沫橫飛，對於實踐的意志卻非常薄弱。

因此不管有何自我期許，一定要全部列出來，然後訂下目標，以及完成時間。

否則一年過後，自我期許仍舊是口號，未能落實。

因此，要相信自己該做的，請勇敢去做。

16. 每個月養成一個好習慣，改掉一個壞習慣17. 持續保持對某一件事的熱愛18. 學會一件原本不會的事情19. 結交幾個知心好友，而不是酒肉朋友20. 不一味討好他人，也不毫無理由地看輕任何人21. 工作上全力以赴22. 就算離開學校，也要持續學習23. 拒絕妥協，做自己24. 挑戰自己不敢做的事情25. 多學幾種語言26. 一個人去旅行27. 對未來保持希望PART4 建立一個好習慣：好習慣足以改變一切好習慣可以影響個人的生活、工作，甚至是未來。

養成好習慣的人，可以讓生活變得充實和積極。

沒有養成良好習慣的人，生活容易呈現紊亂的局面，往往應該要做的事情，卻都無法完成。

想要在職場上成功，建立良好習慣是最重要的。

好習慣足以改變一切，這絕非空談，而是有根據的。

從現在起，許自己一個願望，建立良好習慣，讓生活變得規律而充實。

28. 每個月至少讀2~3本好書29. 保持思考習慣30. 擁有不生病的生活31. 養成持續運動的習慣PART5 人生規劃：許自己一個美好的將來人生，不是隨波逐流，不是滄海桑田，那只是詩人們的浪漫罷了。

人生是需要規劃，需要思考，需要花時間來經營的。

人生，絕對不是隨心所欲如此簡單。

未來想過什麼日子，想成為什麼樣的人，想完成什麼夢想，想達到何種目標？

這些都是需要計劃的。

寫下人生規劃，許自己美好的未來，執行者只有自己。

未來要靠自己創造、自己描繪。

## <<寫40個願望給未來>>

該如何做，才能讓自己在未來樂觀的生活，這就是需要考驗你的智慧了。

32. 不再為賺錢而賺錢，輕鬆過日子  
33. 成為一個有影響力的人  
34. 成為一個有理想的人  
35. 擁有自己的事業  
36. 提升生活品質  
37. 經濟獨立，不依靠任何人  
38. 擁有自己的家庭  
39. 有自己的興趣和休閒活動  
40. 做幾件真正有意義的事

## <<寫40個願望給未來>>

### 编辑推荐

《寫40個願望給未來》特色：就算人生一無所有，也絕不能沒有願望！  
愈是貧乏的人生，愈應該擁有願望！  
面對未來，你有什麼想法？  
你知道自己要走向哪裡嗎？  
在人生旅途中，我們容易迷失方向。  
但是，如果我們擁有願望就不會迷失，因為願望是指引我們走向未來的通行證。  
勇敢寫下願望，勇敢創造你的未來。

<<寫40個願望給未來>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>