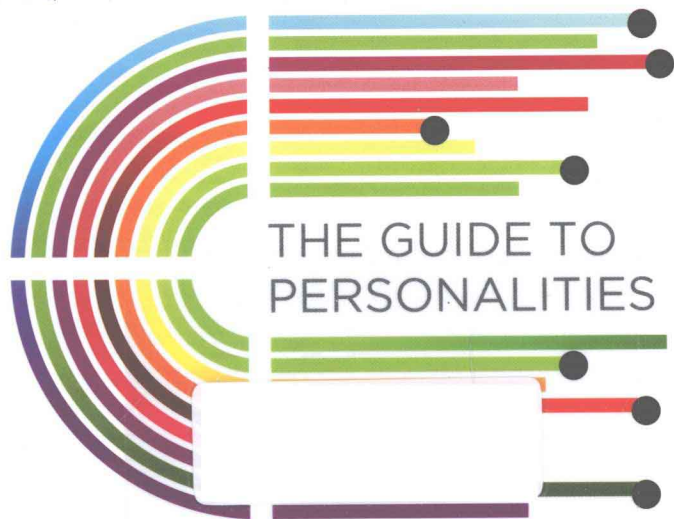


性格 使用说明书

让人惊呼超实用的性格说明书

方州 著



THE GUIDE TO
PERSONALITIES

简单8招，教你找到性格中的亮色

人人皆能成功，只要你能发现自己性格中的亮点，并学会正确合理使用它们



龍門書局

性格使用说明书

方 州 著

龍 門 書 局

北 京

本书中文繁体字版本由海洋文化有限公司在台湾出版，今授权中国科技出版传媒股份有限公司（科学出版社）在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护，未经书面同意，任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。本书中文简体字版合作伙伴：锐拓传媒（Email: copyright@rightol.com）。

北京市著作权合同登记号 图字：01-2011-7390

图书在版编目(CIP)数据

性格使用说明书 / 方州著. —北京：龙门书局，2013. 1

ISBN 978 -7-5088-3908-0

I. ①性… II. ①方… III. ①性格 - 通俗读物 IV. ①B848. 6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 229586 号

责任编辑：刘英红 金 金 / 责任校对：刘亚琦

责任印制：张 倩 / 封面设计：熊猫装帧

龙 门 书 局 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

www.longmenbooks.com

双青印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2013年1月第一版 开本：A5 (890 × 1240)

2013年1月第一次印刷 印张：5 3/8

字数：200 000

定价：28.00 元

(如有印装质量问题，我社负责调换)

序 言

你的性格错在哪里？塑造良好性格是人生成功的开始。

世界上没有完全相同的两片树叶，更没有完全相同的两个人。从这个意义上说，人们的性格是千差万别的，每个人都有自己独特的性格，每个人都有与众不同之处。

由此可见，性格是个复杂的东西。

在这个复杂的系统里，各种性格取向是相互缠绕在一起的，刚毅的人可能短于理智；自信的人可能缺乏沉稳；果断的人可能少有温顺；善于学习的人可能不善于行动……

性格内在的相互作用，是心灵的磨炼过程。这个过程，如果没有正确的标准作引为导，那么作用的结果，很可能不太乐观。比方一个人性格中充满自信，但也具有很强的傲慢气质，当傲慢主宰自信的时候，性格中的专横跋扈、目中无人甚至不可一世，便可能突显出来。这对一个人的成功，无疑将是致命的障碍。

性格就像长长的影子，拖在生命的背后，当这个影子变得很暗很暗的时候，也就会将生命拖得很重很重。

培养良好的性格，寻找性格系统中的亮色，是一项很有意义的工作。培养，是一个艰巨的工程，但重要的工作无非两项，一是建



构；二是舍弃。

性格的形成过程微妙复杂，受先天和后天的影响很大，人们常说：“江山易改，本性难移。”因此，建构首先需要舍弃，而舍弃的前提是学会鉴别。

哪些性格取向是生命的暗影，需要大刀阔斧地丢舍？哪些是不需要修正便可去芜存菁？哪些又是人性中的精良品性，需要精心呵护全力打造？建构与舍弃是一个不能分开的过程，将这个过程认真地“履行”下来，就是培养。

培养，让人获得新的生命亮点；培养，会使人脱离不良性格的纠缠，将那个可怕的暗影彻底甩掉，从而走向人生的新境界；培养，是成功的必要准备。

培养良好的性格更应注重方法。方法的要点在于有用、实用、耐用。本书的目的就是希望将历史的智慧及先哲大师的睿智真知，延展成薄薄的蝉翼，补缀成一片片方法的图卡，让你在美丽的欣赏中得到一种货真价实的启悟。这就是我们的愿望。

一场巨大的成功，有时会得益于性格深处的一次微小改变，这种改变就源自于优良性格的培养和拙劣性格的舍弃。

走进生命深处，来认真地观照生命里这个无法挥去的长长影子吧！

编者

目 录

序 言 /i

第一章 认识性格把握命运 /1

——性格，不是生命中的黑洞

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格，都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，也可以助你走向成功的彼岸。认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；就是要把握命运的风帆，从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。

一、性格的内涵是什么？ /2

二、性格是造就心态的基础 /8

三、性格是决定命运的舵手 /13

第二章 彰显魅力性格有价 /19

——走进精彩纷呈的性格百草园



人的灵魂深处总会交织着善与恶、美与丑、悲与喜、崇高与低下、圣洁与鄙俗、伟大与渺小、天使与魔鬼、光明与黑暗等的激烈搏斗，人的性格世界就像是一个丰富多彩的百草园。走进这个百草园，你才能看清性格中的每个个体；看清个体之间的优与劣，有序与无序；看清个体与整体的联系。只有这样，你才会真正把握好性格的脉搏，追求到性格的美好和谐。

- 一、世界上没有两片完全相同的树叶 /20
- 二、为性格估一个价格 /25
- 三、及时为自己的性格会诊 /29

第三章 性格万变不离其宗 /35

——破译性格系统中的“木桶效应”

一只木桶能装多少水，完全取决于它最短的那块木板，这就是“木桶效应”。一个人性格的完美程度，完全取决于这个人性格中最弱的环节，这就是性格系统的“木桶效应”。破译性格系统的“木桶效应”，就是要洞悉复杂性格的成因，替换性格中最弱的“短板”。

- 一、性格不是简单的1+1运算 /36
- 二、弄通性格复杂性的成因是有必要 /40
- 三、一定要换掉那块短板 /44

第四章 琢磨性格成就一生 /49

——全力开采性格矿藏



性格是生命的圆镜，拂去尘土，本身就是光明；性格是出于自然的璞玉，关键在于琢磨；性格是深林的沉香，一经开采，必将散发出迷人的芳香。

- 一、性格是谁都偷不走的生命宝藏 /50
- 二、好性格是淬炼出来的 /53
- 三、让美好的性格光辉灿烂 /56

第五章 充满信心永不言败 /61

——培养自信型性格

自信是人生的脊梁，拥有自信，你将在一切挫折面前永不言败；自信是天使的翅膀，让我们去自由地翱翔人生。

自信是一种无悔的执著，让我们守护自己的使命；自信是一种生存的智慧，让我们在成功与失败的夹缝中傲雪凌霜。

自信是一种生命哲学，让我们透视厄运的本来面目；自信是一种无穷的力量，让我们从失败的对面发现成功。

- 一、自信是成功的第一张王牌 /62
- 二、自信能让潜能开花 /69
- 三、面对厄运在困境中成长 /74
- 四、执著追求永不言败 /78

第六章 自我控制冷静面对 /83

——培养自制型性格



也许你无端地受到指责和误解；也许你稍有不慎，在人生之路上迷失了方向，也许……

你的心正承受着痛苦的煎熬，你的精神正在崩溃的边缘徘徊。但是千万要记住冷静面对，学会控制，要知道，上帝欲毁灭一个人，必先使其疯狂。

- 一、人生是一道减法 /84
- 二、想想儿时放过的风筝 /87
- 三、成于中庸，胜在中和 /91
- 四、有效控制自我的八个方法 /93

第七章 善于思考以智取胜 /95

——培养善思型性格

我们生活在五彩缤纷的世界，总不停地面对各种各样的人，面对形形色色的事。在人生旅途上，奋力进取的同时，还要懂得保护自己，怎样使自己游刃有余，永操胜券？思考是唯一的选择。

- 一、惑止于思 /96
- 二、智慧是思考的结晶 /98
- 三、思考的头颅永远年轻 /101
- 四、深思，更要熟虑 /104
- 五、学会思考的六条法则 /106



第八章 充实自我不断进取 /109

——培养学习型性格

我们正生活在一个头脑竞争的时代。越来越激烈的竞争压力让人们认识到只拥有知识是远远不够的，因为知识是一个动态系统，时间的流逝衰老了生命的同时，也在老化着已有的知识。如何让知识常有常新，其唯一的选择就是学习——终身学习。

- 一、永远具有时代感 /110
- 二、勤于学习是成功者的天性 /113
- 三、做一个会管理时间的人 /117
- 四、方法就是效率 /122

第九章 关键时刻思路清晰 /127

——培养理智型性格

理智表现为一种明辨是非、通晓利害以及控制自己行为的能力。具备这种能力并能自觉保持，或者更深层次地说，当这种能力变成一种理性取向时，它便形成一种性格。

- 一、理智是成功的本质 /128
- 二、缺乏理智的人难觅机遇 /132
- 三、理智的性格让人获得安全感 /135
- 四、修炼理智精髓六法 /139



第十章 改变命运只靠自己 /143

——培养独立型性格

独立，既创造了自我，也成就了社会，没有社会成员文化意识上的独立，这个社会将失去存在的质量。独立型性格，是社会发展的一种认同，一种提示，一种动力。

一、人生就是要离家远行 /144

二、发现真实的自己 /146

三、打好一个人的战争 /152

四、独立人生九个法则 /156

第一章

认识性格把握命运

——性格，不是生命中的黑洞

PART 01

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。

每个人的性格，都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，

它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，

也可以助你走向成功的彼岸！

认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；

就是要把握命运的风帆，

从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。



西方有句古谚：“人有一半是魔鬼，一半是天使。”魔鬼固然诡诈多端，天使也渺茫难测。人就是矛盾的复合体，世间最复杂、最难懂的莫过于人本身。这是因为人非草木，而是有意识、有情感、有灵魂的智慧化身。懂得读人必先读懂你自己，读懂自己必要追问性格。

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格，都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，也可以助你走向成功的彼岸！认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；就是要把握命运的风帆，从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。

一、性格的内涵是什么？

性格的内涵是什么？是坚硬的还是懦弱的？是真诚的还是虚假的？古今中外的先哲们，在探讨生命价值的同时，从来没有忽略对性格的探究。

鲁国大夫季康子向孔子打听他几个得意门生的才能，孔子一一作答。季康子问起，有军事才能的子路可否从政，孔子说，子路个性相当果敢，可为统御之师；如果从政，恐怕不太合适，因为怕他过刚易折。

季康子又问，请子贡出来做官好不好，孔子说不行，子贡太通达，把事情看得太清楚，功名利禄全不在眼下，如果从政，也许会



是非太明而不妥当。

季康子又问冉求是否可以从政，孔子说，冉求是个才子，文学家，名士气味太浓，也不适于从政。

由此，我们可以看出作为孔子这样的先哲圣人，也非常重视性格在一个人成就事业中的重要作用。

这说明性格被纳入古文明的视野，已经历史悠久。

在西方，古希腊哲学家赫拉克利特是最早提出了性格分类学说的，他把所有的人分成两类：一类是以理智为指南并能支配自己个体和需要的人；另一类则屈服于跟动物没有多少区别的愿望和需要的支配。

古希腊的很多哲学或文化方面的学说里，已经朦胧地意识到人类自身的幼稚和对世界的陌生，意识到性格的神秘和难以抗拒。《俄狄浦斯王》就深刻地揭示了人类童年时期，性格深处那种既伟大又渺小的悲怆感。处于童年时代的人类，其性格当然还不具备文化意义上的成熟。但人类是不屈的，他们在忍受或反抗外在异己力量的同时，绝不被动地被痛苦的命运所折磨，而是顽强地抗拒着来自性格的丑恶和薄弱。普罗米修斯就是这种反抗精神的象征。还有欧里庇德斯笔下的美狄亚，她对强加于自己身上的命运更是毫不妥协，为了向她那寡情薄义的丈夫复仇，竟选择了恶的手段——杀死自己亲生的儿子，她本身就是一个尖锐的矛盾体。不管是普罗米修斯还是美狄亚，都表现了人类不可征服的尊严以及性格对命运的诠释。这些古希腊悲剧中的人物，尽管还带有许多神的外壳，但是，他们都已超越了抽象的寓言，而是一个生气勃勃的性格整体了。



然而，人类认识性格的历史远远不如人类形成性格的历史久远，性格的成因与内涵也远比我们知道的要复杂得多。有人说性格就是一个黑暗的箱子，多少道破了性格的不可捉摸性。

人的行为模式千变万化，心理特征也千差万别。人的性格本身是一个很复杂的系统，形成这个系统的各种元素都有自己的排列模式和组合模式，但不管哪种模式，都由正反两方面所构成。这种正反两面，从生物的进化角度看，有保留动物原始需求的动物性一面，有超越动物特征的社会性一面，从而构成了所谓“灵与肉”的矛盾；从个人与人类社会总体的关系来看，有适于社会要求的肯定性一面和不适应这种要求的否定性一面；从人的伦理角度来看，有善的一面，也有恶的一面；从人的实践角度来看，有真的一面，也有假的一面；从人的审美角度来看，有美的一面，也有丑的一面。此外还有悲与喜、刚与柔、粗与细、崇高与低下等等性格两面的矛盾关系。任何性格，任何心理状态，都是上述两方面内容按照一定架构模式进行组合的表现。

巴尔扎克就坦率地承认自己的性格中互相矛盾的两大脉络。他在写给一个朋友的信中，真实地描绘了自己的性格。他说：“就我所知，我的性格最最特别。我观察自己，如同观察别人一样。我这五尺二寸的身躯，包含一切可能有的分歧和矛盾。有些人认为我高傲、浪漫、顽固、轻浮、散漫、狂妄、疏忽、懒惰、懈怠、冒失、毫无毅力、爱说话、不周到、欠礼教、无礼貌、乖戾、耍性子，另一些人却说我节俭、谦虚、勇敢、顽强、刚毅、不修边幅、用功、有恒、爱说话、心细、有礼貌、笑容可掬……其实都很有道理。说我胆小如鼠的人，不见得就比说我勇敢过人的人更没有道理，说我



博学或者无知，能干或者愚蠢，也是如此，没有什么使我大惊小怪的。”

心有千千结，人有千千面，人性纷呈，性格各异。人们只有相似的人生经历，却没有完全相同的个性与人格，这就是性格独特之所在。

因此，对性格内涵的寻根，就要走进性格的“大观园”，剖析性格特性的真正内涵：

1. 性格的独特性

性格的最大特点在于它的独特性。每一个人的性格都有他的独特之处，可谓“百人百面，无一同者”。一部《水浒传》写了一百零八条好汉，个个性格不同；《红楼梦》里那么多小姐丫环，也是各有各的性格。个体之间的性格差别，正像指纹一样，只有类别相似，没有绝对的相同。因此，性格是区分这个人 and 那个人之间差异的重要特征之一。

2. 性格特质具有确定性

性格的特质有其确定性，它表现为一个人对周遭的事物所特有的、经常的倾向。它必须对现实生活有稳定的态度体系，以及相伴而生的习惯性行为模式。比如，说一个人鲁莽，另一个人稳重，不是指他们对某件事的表现，而是他们所表现出来的一惯的态度和行为模式。

3. 性格架构显现整体性

这不是指一个人在哪一项性格方面的表现，而是指一个人的性



格整体，它是由许多个别性的总和构成的。这个人说：“我的性格太固执。”那个人说：“我的性格太偏激。”还有人说：“我的性格太温柔。”实际上，这只是说明了他某一方面性格的特征，而远不能说明他性格的全貌。性格很固执的人，有时可能很坚强，很果断；性格偏激的人，有可能富有同情心，很勤奋、很刻苦……分析自己的性格，应当从整体上去理解，既要知道性格的优良之处，又应知道有哪些不良之处。只有这样，才算真正把握了自己的性格。

4. 性格组合的复杂性

严格来讲，很难找到性格的各方面都完全优良的人，也难以找到整体性格都一无是处的人。一个品学兼优的好学生，有时也有可能对别人产生嫉妒心；而一个小偷，看到邻家老太太跌倒了，也有可能去把她扶起来。《红楼梦》里的林黛玉、薛宝钗，性格上孰优孰劣，孰是孰非？扬林抑薛者，都谓黛玉天真烂漫，纯洁无瑕，宝钗矫揉造作，行为奸诈；扬薛抑林者，都认为宝钗温柔敦厚，端庄大方，黛玉心胸狭隘，消极悲观。钗、黛之所以引起争论，一个很重要的原因，就是她们的性格比较复杂。人类的性格复杂性，来源于社会现实生活的复杂性和矛盾性。

人行为的动机、欲望、需求受到社会各方面的影响，表现得相当复杂，甚至相互矛盾。人的性格也往往表现出这种矛盾性。有的人在生与死的考验面前，铮铮铁骨，堪称英雄，但却承受不住金钱美色的诱惑；有的人平时像个大姑娘，温文尔雅，但面对突如其来的威胁时，却像是非常勇敢的猛士。所以，一个人的性格实际上充满了矛盾性和复杂性，我们很难简单地给自己的性格下一个单纯的