

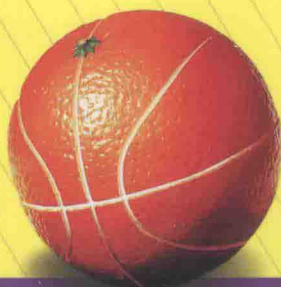
拥有强大的人格力量
成就最终的辉煌梦想

武庆新◎编著

GAIBIAN NI YISHENG DE
RENGE LILIAN

改变你一生的 人格力量

力，
破解人性密码，找到潜在的人格力量。利用人格的魅力，收获人生的硕果。



拥有人格力量，劈开成功路上的荆棘，
到达人生的黄金彼岸。

人格是一个人的社会价值的重要特征，是一个人在社会生活中的尊严、价值和形象的体现。

北京工业大学出版社

改变你一生的

人格力量

武庆新◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

改变你一生的人格力量 / 武庆新编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2013.1

(2014.4 重印)

ISBN 978-7-5639-3389-1

I. ①改… II. ①武… III. ①人格—通俗读物

IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 297066 号

改变你一生的人格力量

编 著: 武庆新

责任编辑: 戴奇钰

封面设计: 翼之扬设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京建泰印刷有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 17.25

字 数: 256 千字

版 次: 2013 年 1 月第 1 版

印 次: 2014 年 4 月第 2 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3389-1

定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前言

每个人都有独有的声音和行为动作，每个人也都有自己独立的人格。正因为每个人的人格不同，所以决定了每个人的命运不同。

人格的力量是一个人的社会价值的重要特征，是一个人在社会生活中的尊严、价值和形象的体现。崇高的人格有一种强大的感染力量，它能以自己的品格影响别人，发人深省，催人奋进……

一个人要想成就事业，要想带领好团队，除了天时、地利、人和因素外，最关键的还是要拥有成功者的气质与人格。否则，即使团队成员再优秀，碰到一个没有成功气质和领袖人格的领导人，团队也很难形成凝聚力，当遇到外部强大压力时，团队便容易分崩离析，失败的结果在所难免。

人品好的人受人尊重，正直的人人格高尚，善良的人赢得称赞，诚实的人值得信赖，讲信用的人人缘好，懂得宽容的人赢得朋友，自强的人能成就大业，自律的人行为端正，有气节的人道德完美，心态好的人心情愉快……

“人们常为不公平的批评而抗争，却对过火的赞誉坦然接受”，这才是人格的败笔，是人性所不能容许和包容的丑陋所在。

我们应该追求有力量的人格，让一切不公在我们的胸怀中融化。有力的人格会让你在艰难的人生历程中勇敢前进，劈开悲伤和失意的荆棘，最



终到达希望的彼岸。

本书从慈爱、坦然、真诚、谦让、自信、淡定、包容等十几个方面入手，详细阐述了影响人们一生的人格力量，让读者借以反思和提升自己的
人格，最终在人格力量的影响下，获得成功而精彩的人生。



目 录

上篇 打动人心的力量：做人要有人格

人格魅力是指一个人在性格、气质、能力、道德品质等方面具有的很能吸引人的力量。在当下的社会里，一个人能受到别人的欢迎、接纳，他实际上就具备了一定的人格。

第一章 爱与真诚

拥有一颗爱心，才能换回他人的爱心	003
爱需要理解和体谅	006
急人之难，人生路上多些朋友少些敌人	009
真诚能使人们以心相交	012
真诚待人，真诚待己	015
自我是真诚的天敌	018

第二章 正直善良

品德，隐形的竞争力	022
-----------------	-----





品行端正，做人才有正气	025
修德以育才，修才以养德	029
取财要守住自己的道德底线	032
学会仁慈	035
善行终将会招来善报	038
真正的善事不求回报	041
永存爱心，享受快乐	044
播种善良，收获希望	047
小善不为，何以为大善	049

第三章 谦逊平和

谦虚低调，成功人士必有的品格	052
退一步，天空会更广阔	055
含而不露才是真正的智慧	058
以柔克刚	061
谦虚为人的同时，不要有低人一等的自卑	064
发现长辈的价值	067
低头倾听，你会得到更多	069
长辈就是榜样	072
放低姿态，博得好感	074
谦卑的人朋友多	077
谦卑不卑微	079

第四章 坦然淡然

看淡失败，才能从失败中爬起	082
---------------------	-----



不断刷新成功的起点，才能继续前进	084
有了失败的积淀，成功才会更加耀眼	087
越是淡然，快乐越多	090
抛开名利，友情才会变得更浓	093
看低金钱，生活才会变得快乐	096
放弃多余的，才会得到需要的	099
转移角度，压力就会变松	101
淡定低调才能与危机绝缘	105

第五章 大度包容

不争不抢，反而得到更多	108
吃亏是走向成功的积淀	110
不要把过多的时间和精力放在琐事上	112
学会宽容，才能走出人生的藩篱	115
犯错只是人生中的小插曲，要学会适应	118
放下挑剔心理，通过努力让世界变得更好	120
吃亏就是福	124

第六章 尊重赞美

尊重是一种能力和美德	127
你心中有他，他才会心中有你	129
给别人留条路，自己的路也会更宽	132
赞美赢得尊重	135
尊重与讨好的区别	137
赞美别人，正视自己	139



赞美，可以改变一个人	142
生活中要真诚的赞美	144

下篇 做事顺利的秘密：做事要有原则

一个人不管有多聪明，多能干，背景条件有多好，如果不懂得如何有原则有底线有方法地去做事，那么他最终的结局肯定是失败。做事是一门艺术，更是一门学问。很多人之所以一辈子都碌碌无为或者屡战屡败，那是因为他一直没有弄明白该怎样去做人做事。

第七章 自制自律

冷静面对诱惑，才能对事物做出合理判断	149
面对诱惑多反思，才会变得更加清醒	151
权钱乃身外之物，不要太过看重	153
先管好自己才能管好别人	156
自律才是真正的自由	159
做自己情绪的主人	162
珍惜名誉，恪守情操	165
坚持原则、坚守自我	168
做自己该做的，拿自己该拿的	170





第八章 自信勇敢

自信能创造奇迹	173
自信的心不畏艰险	176
面对现实，活出最好的自己	178
成功需要勇气	180
有勇有谋，才是真正的勇气	183
只有战胜恐惧，才能获得成功	186
只给自己一条路，把自己的潜力逼出来	188
做勇敢的自己	191

第九章 冒险担当

用智慧战胜冲动，用巧干代替蛮干	195
机会总是伴随着风险	197
想要做事就不要惧怕承担风险	199
对自己所做的事负责	201
勇于担当风险，才能抓住机遇	203
有错误就要承认并去改正	207
忠诚也是担当	210



第十章 果断坚持

只要做出决定，就要勇往直前	214
果断决定之前要进行快速有效的分析	216

面对不合理的要求应果断拒绝	219
坚持光明，才会见到明天的太阳	221
坚持与人为善	224
坚持到底就会有回报	227

第十一章 诚实守信

诚实才是你的金字招牌	230
精明的最高境界是厚道	234
诚信是人格的一把标尺	236
人若无信，不知其可	239
一失诚信成千古恨	241
信誉就是商道精神	244
遵守承诺，且远且行	247

第十二章 取舍有度

安然于得失，才能心平而气和	250
取舍之前多思考，下好人生每一步棋	252
想要收获快乐，就要舍弃痛苦	254
舍弃是在追寻完美	257
在坚守原则的基础上做出合理判断	260
错误的坚持只会带来更大的错误	263

上 篇

打动人心的力量：做人要有人格

人格魅力是指一个人在性格、气质、能力、道德品质等方面具有的很能吸引人的力量。在当下的社会里，一个人能受到别人的欢迎、接纳，他实际上就具备了一定的人格魅力。



第一章 爱与真诚

拥有一颗爱心，才能换回他人的爱心

人因为善才会展现出爱。人人都有关心弱小的本能。人生无绝对，当有人需要我们去关心帮助时，我们就应该先想到，很有可能，有一天，我们也会需要帮助。



人生需要这种爱的情怀。默默无闻去付出，认真去努力，只有尽全力做好自己，展现爱心，我们才能得到全世界人的祝福。

古语有云：马有垂缰之意，狗有湿草之恩。这两句话的意思就是：马的主人不幸跌落悬崖，马就垂下缰绳营救主人；狗的主人在草地上睡着了，不幸的是，他的四周着火了，狗就跳进河里，把身上的毛打湿，然后把主人身边的草弄湿，来保全主人的性命。兽犹如此，人呢？人的本性其实都是善良的，面对亲人、朋友、弱小的时候，我们都会心生善念，有一种想要帮助对方、关心对方的恻隐之心。

人因为善才会展现出爱，人人都有关心弱小的本能。人生无绝对，当有人需要我们去关心帮助时，我们就应该先想到，很有可能，有一天，我们也会需要帮助。

人性有时不能以常理揣摩，但是我们善良的本性却是天生的，而这也正是我们为人处世的第一条标准。

巴黎的一条繁华的街道边，一个衣衫褴褛、双目失明的老人像一尊铜像一样站在那里。他并不像其他乞丐那样伸手向过路人乞讨，而是在身旁立了一块木牌，上面写着一行字：“我什么也看不见。”

巴黎大道上的行人熙熙攘攘，川流不息。很多路过这个牌子的人停住了脚步，看了看，叹了口气，摇了摇头——虽然这不会让他们付出太多，但几乎所有的人都对自己能够识破这个“骗局”的自作聪明而感到暗自庆幸。一天下来，老人脚边盒子里的钱寥寥无几。

有一天中午，一位诗人经过这里。他看看木牌上的字，思索了一会儿，掏出笔悄悄地在行字的前面添了几笔，就匆匆地离开了。

当天晚上，老人的妻子照例来帮他收拾东西回家，当她看到老头儿今天竟然比平时的收入多出了好几倍时，忍不住问他这是怎么回事。

盲老人笑着回答说：“亲爱的，我也不知为什么，下午给我钱的人多极了。”

“是吗？那到底发生了什么呢？”妻子不禁自言自语地嘟囔着。

“一下午，我听到他们都这样念道‘春天来了，可是我什么也看不见’，然后就往我的盆子里扔钱。”老头儿依然乐呵呵地说。

“春天来了，可是我什么也看不见”，仅仅几个字，就把春天活泼而充满生机的美好以诗一般的语言带了出来，让人们情不自禁地想象着那蓝天白云、绿树红花、莺歌燕舞。这一切美丽的景色是多么的让人沉迷，可是，对于一个双目失明的老人来说，他的世界里却只有一片漆黑。当路过的人们一想到自己能饱览这人间春色，而这个可怜的盲老人，一生中竟连万紫千红的春天都不曾看过时，同情之心自然就不由自主地产生了。

这位诗人的伟大之处在于，他赋予了语言以巨大的魅力，同时，对于需要帮助的人，他默默地付出了自己的爱心。

生活中，好人好事也并不少见。但有些人只要做了件好事，就一定要千方百计地在别处提起，以求得他人的认可。或者，在为他人行方便的时候，总会有意无意地提醒对方自己的付出，以使得别人记住自己的好，期





盼着下一次对方的肯定与回报。其实，这并不是真正的善，反而是恶，是挟恩求报。

善良是人性中的本能，我们要做的应是不求回报地默默付出。人生就是一场善良的传递，当我们不断付出善良的时候，在我们处于危险中需要帮助时，身边的人才会更愿意伸出手来帮助你。

浙江有一对七旬老人，每天凌晨三点半起床，义务打扫社区小花园的卫生。花园里不管是石凳还是木椅，每天都是干干净净的，被小区居民称为“魔凳”。而从六楼到一楼的垃圾，老两口一路走下来就一路给带了下来。这些很多人不屑一顾的事情，两位老人一做就做了18年。

面对在河边玩耍时不慎坠河的女童，江苏一位中年“的哥”奋勇跳河，救出落水女童后却身上带伤默默离开。目睹救人全过程的当地居民记下了车号致电市文明办，“的哥”所在的公司才得知此事——而无论是公司领导还是同事都说，他们已经不知道这是第多少次接到对这位“的哥”无名助人的表扬了。

厦门年近八旬的党员施大妈，退休前是市高考招生办公室的副主任。退休后，她每年都会从一些学校的高中部门有意识地选择一部分学生作为帮扶或指导对象。从解题技巧到报考分析，从学生的心理辅导到家长的答疑解惑，她对每一个学生都细心认真，为的就是能让再多一名学生考入理想的大学。

而在甘肃某市的市团委希望工程办公室，从2000年至今，无论刮风下雨，总有一位白发老人会在新学期开学前，拄着拐杖亲自将捐款送到这里。他不留电话、地址，也从不指定捐助学生，不让学生回信。

他们都是我们身边的好人，默默地在做着他们心里认为能给他人带来帮助的好事。其实，世界本来就很美好，只要我们保持一颗善良的心，当别人需要帮助时，我们勇敢走上前去，这样一来，我们就自然能够做好善良的自己。

未来永远都掌握在我们自己手里，关键是我们怎样去做。人生就是一场旅程，做好自己，对身边弱小的人展现出慈爱之心，我们才会在自己困难时得到别人的帮助。



爱需要理解和体谅

没有卑微的爱情，只有付出的爱情。

学会理解，学会体谅，我们才能看到对方的关心，对方的爱，只有这样，爱情才会变得幸福美满。

李商隐在《无题》诗中说：“身无彩凤双飞翼，心有灵犀一点通。”爱情需要的就是这种心有灵犀的体会，有时也许我们已经走在了充满爱的道路上，只是我们当局者迷罢了。相爱的话语有时候不用说，双方也能感觉得到，因为这是可以让人由内而外感觉得到的，正因为如此，我们才能在爱的道路上走得更远。

有些人总是认为自己的爱情是弱小的，是卑微的，是很难长久的，但是我们要知道，爱是靠夫妻双方相互体谅。结婚之后，夫妻双方需要相互扶持，只有相互搀扶，才能在爱情路上走得长远。

哈基宁是著名的 F1（一级方程式世界锦标赛）赛车手，当他在赛车场上取得一个又一个成绩的时候，是他的妻子恩雅在身后默默地支持他，不管是什么时候，恩雅都是他最坚强的后盾。

恩雅是芬兰一家电视台的主持人，因为主持人职业的缘故，恩雅认识了不少的赛车手，在这些赛车手中间，哈基宁并不怎么出众，他不仅沉默寡言，甚至有时候还显得比较木讷，但是一回生，二回熟，经过不断地了解，恩雅发现哈基宁是一个非常勇敢的男人，他从不轻言放弃，恩雅觉得如果有人能在他身边不断鼓励他，那么他的潜能就将会被全部激发出来。

1995 年，澳大利亚站的排位赛中，哈基宁发生了重大交通事故，头骨被车冲撞得都破裂了，与死亡只有一线之隔。在这段时期，恩雅一直衣不解带地照顾着哈基宁，哈基宁非常感动，等到哈基宁伤愈之后，两个人就

