

CLASSIC
SERIES BOOKS
BEST NEW

人性的优点 与弱点全集



ZHENCANGBAN

贾振明◎主编

一部人生成功的智慧宝典 一部举世无双的励志圣经

▪ 智囊经典丛书 ▪

远方出版社

CLASSIC
SERIES BOOKS
BEST NEW

人性的优点 与弱点全集



贾振明◎主编

智囊经典丛书

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

人性的优点与弱点全集/贾振明 主编.

—呼和浩特:远方出版社,2009.1

(智囊经典丛书)

ISBN 978-7-80723-381-7

I. 人… II. 贾… III. 成功心理

学—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 201108 号

智囊经典丛书

主 编 贾振明

责任编辑 王 福

图书策划  鹏飞工作室
☎15301350288

出版发行 远方出版社

社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话 0471-4919981(发行部)

邮 编 010010

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 710×1000 1/16

字 数 5338 千

印 张 340

版 次 2009 年 1 月第 1 版

印 次 2009 年 1 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 套

标准书号 ISBN 978-7-80723-381-7

定 价 560.00 元(全 20 册)



前言

当今之世，要想成为一个成功者，必须精通做人做事的谋略。但大多数人苦于不得其智慧之法。很多人有一种误解，以道听途说为知识，以引据经典为学问，以使巧弄作为智慧。事实上，这些于人生并无补益，要追求大成功就要有大智慧。

人生充满着挑战。在挑战中追求人生的成功，是一种实现生命价值的至高境界。然而，在这个世界上，大多数人只知道羡慕别人的成功，而轻视了自己的能力。其实人生的成功，不能等待别人的施舍和神灵的恩赐。命运在自己手中把握着，成功必须靠你自己去努力开创。而机遇并不好把握，它总是悄悄地降临到你的身边。如果你稍不留心，它就会翩然而去。因而，你应该学会用一颗热情的心对待生活。用一种智慧的目光去发现机遇。只有这样，你才能够寻找到一把开启成功之门的钥匙。

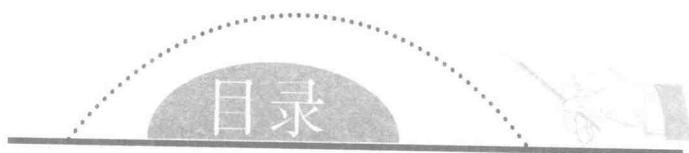
本书将人生事业的成功智慧、安身立命的社会智慧、使你幸福的生活智慧荟萃于一书，融汇成《智囊经典丛书》大智慧。一篇篇蕴涵着生活和成功智慧的文章汇集而成的智慧书，犹如幸福人生的智慧锦囊，读后掩卷沉思，顿时让你看透人生的迷雾，洞察世事，练达人情，懂得成功之道，每天都有好的心情和状态。

本书将教你如何成功地做人做事，如何保持好的心情和状态。书中的理论精辟，故事生动，取材广泛，涵盖了与人交往、方圆处世、精明做人、生存之道等内容。人生不总是风和日丽，事事顺心，当你在困惑失意的圈子里迷转流浪时，希望这本书能够给你智慧的点拨，使你重获

信心和勇气。生活中忙碌的你需要心灵的小憩，更需要成功智慧的方法与捷径，而本书则恰似成功者的圣经和好心情的当铺，品读这些励志文章时，能够帮你把郁闷和不快抛到九霄云外，把成功留下，让好心情永远伴你左右！

这些包涵人生智慧的励志文字，犹如轻抚心灵的缕缕清风，让你瞬间领悟人生的真谛，平淡对待得失，超然面对繁华；畅达时不张狂，挫折时不消沉。在人生的历练中涵养淡定从容的定力，在潮起潮落的人生戏台上，举重若轻，游刃有余。

有《智囊经典丛书》在手，它会为你指点迷津，让你成功的信心和勇气倍增，一生如踏马平川，成功有了保障！



第一章

培养积极的心态,掌控自己的情绪



每一个成功者都具备积极的心态。积极的心态,使伟人不同于凡人。积极的心态,可以产生超常思维,可以挖掘人身潜能,可以培养创造性,可以造就、决定你的一生。

相信自己是最优秀的	3
认识你自己	7
做人要热情	12
强烈欲望造就成功	25
愤怒意味着无知	32
学会控制你的愤怒	36
别让悲伤挡住了你的阳光	39



第二章

提高自己,把握成功

人生的成功在于对未来的把握,只有把握自己,积极地管理和控制好自己,才能提高自己的综合素质和能力。没有对自己的把握,人生必将失去平衡;只有实施控制,人生才能积极发展,为成功的人生铺平道路。平凡的脚步也可以走出伟大的行程。

见识决定成功的高度	43
自信是成功的金钥匙	46
保持乐观向上精神	52
忍耐力能战胜一切	56
全身心投入友谊	63
提高领导能力的方法	70

第三章

敢于挑战自己的极限

每个人都有优势和劣势,避开劣势,发挥优势是最佳的人生选择。每个人都在不断的挑战中锻炼自己、升华自己。勇于挑战敢于挑战,才是勇士的本色。假若你敢于挑战极限,超越极限,那么成功的就是你。挑战极限,成就参天大树;挑战极限,赢得起舞于姹紫嫣红;挑战极限,成就心灵的辉煌。

充分发挥你的优势	79
谨慎选择你的人生	87
人生需要激情	93
4 个问号解决问题	103
良好态度是心理的润滑剂	109
要勇于创造	111
掌握谈话的技巧	118

第四章

逆势进取, 舞出生命精彩



要成功并不容易。想要获得成功的人得像风筝, 与强风对抗, 方能升向高空。立基于成功的信念, 以便坚定向前, 无惧于沿途所遭逢的困难。确定你的信念能支持你在迈向成功的旅程中, 忍受一切艰难险阻。当你确知自己在做什么, 当你有个明确的目标和实施计划, 那么, 你或许得与周遭的狂风搏斗, 却不至于有被吹垮的顾虑。风势愈强, 你会飞得愈高。



有悲伤的地方才会有圣地	125
在失败时为自己打气	127
学会赢在失败	131
学会从损失中获得	135
不要认为自己一无所有	138



第五章 别和自己过不去

你的心情别人是无法帮你分担的,不开心折磨的是自己,老天不会因为你不开心,而把机会降临给你。佛家有句话,前三十年看山是山,看水是水,然后三十年看山不是山,看水不是水,再过三十年,看山又是山,看水又是水。人生也是如此。我们身在其中,需要多少智慧才能穿过迷离的雾,看到人生的真面目?其实,痛苦或是快乐都是自己的选择,聪明的人选择什么?也许你选择透彻的痛苦,也许你选择洒脱的快乐。

管住自己的舌头	143
如要采蜜,不可弄翻蜂巢	144
抓住每一个机会	149
扩大交际范围	151
让对方有备受重视的感觉	152
莫与小人较劲	157
无事也登“三宝殿”	160
该告别时就告别	161

第六章

活出自己的风采

做人,要活出自己的风采。每个人都有一片属于自己的天地,不要随意去做侵略者,当你被当作敌人的时候,你的生命将满是战场,战场上不是头破血流,就是粉身碎骨,为什么要做无谓的牺牲呢?时光易逝,青春难再,何不趁这好时光让自己的生命大放异彩,张扬个性,活出自己的风采!



仪表是你的门面	165
练就一流口才	169
甜美而有韵律的声音	170
练就关照他人而不造作的功夫	172
对别人无限地感兴趣	174
制造戏剧化效果	177

第七章

规划自我,设计自我

每一个奋斗成才的人,无疑都会有一个选择、确定目标的问题。正如空气、阳光之于生命那样,人生须臾不能离开目标的引导。有了目标,人们才会下定决心攻占事业高地;有了目标,深藏在内心的力量才会找到“用武之地”。若没有目标,绝不会采取真正的实际行动,自然与成功无缘。



目标是人生的灯塔	181
确立人生的起跑点	183
描绘生命的蓝图	184
拥有自己的计划	186
对自己进行“盘点”	189

第八章

乐在学习, 乐在工作



“生活中有一条颠扑不破的真理,”英国哲学家约翰·密尔说,“不管是最伟大的道德家,还是最普通的老百姓,都要遵循这一准则,无论世事如何变化,也要坚持这一信念。它就是,在充分考虑到自己的能力和外部条件的前提下,进行各种尝试,找到最适合自己做的工作,然后集中精力、全力以赴地做下去。”

工作是生活的第一要义	193
树立正确的工作态度	198
没有热忱,就没有出路	201
别让激情之火熄灭	205
比薪水更宝贵的	208
别把工作当苦役	211
从工作中获得快乐	213
六十五岁不退休	217

第九章

轻装上阵,勇于追求

当我们放松和表达情绪之后,才能得到一个比较平顺的状态。有时候我们甚至会被眼泪淹没,或溶于欲望当中,这些代表流动状态的隐喻并不是绝对的,它们和我们的身心状态(和水)有密切的关系。当我们处于休息和平静的状态时,我们的行为和感觉就不会杂乱无章地发生,而呈现一种和谐的流动。无止境的水(舞生命的普遍象征)可以被视为是健康快乐的状态。



顺应生命的节奏	223
放掉包袱	225
内心的平静	229
拿自己开开心心	230
拿开捂住眼睛的双手	234
因为你快乐,所以我快乐	236
不要期望他人的感恩	238
报复只会伤害自己	241





第十章

每天进步一点点,每天成功一点点

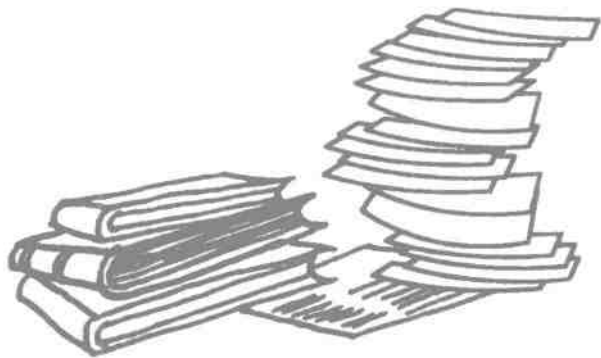
每天进步一点点,离理想就更近一点。没有天生的东西,只有靠自己后天的努力,机会都是争取的,了解自己的优点和缺点,对一些自己的臭毛病,得对自己狠点。消灭它,在杂草上种上庄稼。跌倒不算失败,跌倒后站不起来才叫失败!爱默生说:“成功人士的最明显的标识,就是他有坚韧的意志。不管环境变坏至何种地步,他的初衷不会有丝毫的改变。”

跌倒不算失败	247
从做愚人开始	248
不行动,只会让事情更糟	251
英雄总是谦卑的	253
对不公正的批评——报之一笑	255
走出失败者的阴影	258

第一章

培养积极的心态， 掌控自己的情绪

每一个成功者都具备积极的心态。积极的心态，使伟人不同于凡人。积极的心态，可以产生超常思维，可以挖掘人身潜能，可以培养创造性，可以造就、决定你的一生。





相信自己是最优秀的

几年前,有位女学员曾遇到一件令她非常忧虑的事。她的先生是位成功的律师,有野心,做事积极,当然也相当自负与独裁。这对夫妇的社交圈子当然是以先生的朋友为主,也都是相同类型的人——都以名望和外在成就来衡量人生的价值。这位太太个性安静、谦逊,这样的生活环境,常常使她觉得自己十分渺小,她不敢同他们正常交往,因而不能把自己的长处表现出来,她所具有的优秀品质连同她自己被人忽略、藐视,因此她越来越没有自信心,为自己不能达到别人的期望而痛苦不堪——她开始不喜欢自己,进而影响到她的正常生活。

这位太太的问题不是不能适应环境,而是不能适应自己。她不能愉快地接受自己的本来面目,而期望能变成一个完全不同的人——一个有名望和外在成就的人。

她需要明白的是:每个人都具有一定的作用,可以在生活中表现出来。这种作用必须通过自己的个性表现出来,而不是模仿他人。明白了这点,她才会对自己产生信心。

让她自我认同的第一步,是不再用别人的标准来评判自己,而是必须建立起自己的一套价值观念,以此作为她的生活依据。她还必须学习如何与自己相处,不要常常批判自己。

我当时问她:“你先生爱你吗?”

她非常自豪的说:“非常爱!”

我又转向班上的其他学生:“请诸位说出这位小姐的优点?”

于是她的同学们便七嘴八舌的说起来,这个说“她很漂亮!”那个说“她很有气质!”“她很有学问!”还有一位调皮的男孩竟然说“可惜她已结婚了,但愿我能娶到这么好的女孩。”

那位太太“羞”的满脸通红,但可以看得出来,她非常快乐。

后来,她告诉我,在她改变了对自己的看法后,她“不卑不亢”的与丈夫的朋





友相处,他们也尊重她,现在,她很快乐。

布兰敦教授在一本书中写道:“适当程度的‘自爱’对每一个正常人来说是健康的表现。为了从事工作或达到某个目标,适度关心自己是绝对必要的。”

布兰敦教授讲得对。

要想活得健康、成熟,“喜欢你自已”是必要条件之一。这表示“充满私欲”的自我满足吗?不是。这应该是意味着“自我接受”——一种清醒的、实际的接受自己的本来面目,并伴以自重和人性的尊严行为。

心理学家马斯洛在其著作《动机与个性》中也曾提到“自我接受”。他这样写道:“心理学研究的最新成果是:人需要主动的、无拘无束的、自然的自我接受和满足。”

成熟的人不会在晚上躺在床上比较自己和别人的不同地方——不会担忧自己不像罗斯福总统那样自信,或是像钢铁大王安德鲁·卡内基那样积极进取。他有时可能会批评自己的表现,或认识到自己的过错和低效率,但他知道自己的目标和动机是正确的,他愿意继续克服自己的弱点,而不是自怨自艾。

成熟的人会适度地忍耐自己,正如适度地忍耐别人一样。他不会因为自己的一些弱点而感到活得很痛苦。

喜欢自己,是否会像喜欢别人一样重要呢?我们可以这么说:憎恨每件事或每个人的人,只是显示出他们的沮丧和自我厌恶。

哥伦比亚大学教育学院的亚瑟·贾西教授,坚信教育应该帮助儿童及成人了解自己,并培养出健康的自我接受态度。他在其著作《面对自我的教师》中指出:教师的生活和工作充满了辛劳、满足、希望和心痛,因此,“自我接受”对每一位教师来说,是同等重要。

今天,美国医院里的病床半数以上是被情绪或精神出了问题的人所占据。据报道,这些病人都不喜欢自己,都不能与“自己”和睦相处。

在此,我并不想分析导致这种情况的各种原因。我只是认为,在这个充满竞争的社会里,我们往往以物质上的成就来衡量人的价值。再加上对名望的追求、工作的枯燥乏味,处处都使我们的灵魂容易“得病”。我还坚信,由于普遍缺乏一种有效的、持续的宗教信仰,更是人们精神迷乱的重要因素。

一位心理学家曾在他的著作中提到:现今有一种观念极为流行,那就是:“人们必须调整自己,以适应周围环境的各种压力。”