

性格类型的学说及个人命运的全面展示

B848.6

性格完全指南⁵

余子龙 / 编著



上海社会科学院出版社

图书在版编目(CIP)数据

性格完全指南/余子龙编著.

—上海: 上海社会科学院出版社, 2002. 1

ISBN 7-80618-948-3

I. 性… II. 余… III. 性格—普及读物

IV. B848.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第095344号

性格完全指南

编 著 余子龙

责任编辑 华 华 特约编辑 许 彬

封面设计 烟 雨

出版发行 上海社会科学院出版社

地 址 上海淮海中路622弄7号

电 话 021-63875741

经 销 全国新华书店

印 刷 河北省三河市新科印刷厂

开 本 880×1230毫米 1/32

字 数 240千字

印 张 10

版 次 2002年1月第1版 2002年1月第1次印刷

印 数 1-8000

ISBN 7-80618-948-3/C·122

定 价 19.80元

目 录

引言

1

一

星相类型

33

- 1 性格和星相学要素：土、风、火和水/37
- 2 星相学：心理宇宙哲学/48
- 3 十二种中国星相类型/62
- 4 土星相学：土著美洲人方法/66

二

东方传统里的性格类型

70

- 5 七块图盘和人格类型。/73

- 6 生命吠陀医学里的身体－心灵类型：维塔、皮塔和卡发/77
- 7 中医学里的性格类型：开拓型、巫师型、调解型、炼金术士型、哲人型/86

三

心理类型

96

- 8 口欲型的、肛欲型的、生殖器类型的和性发育成熟类型的性格类型/99
- 9 三种人格模式：获取、抓牢和创造/102
- 10 接近对方、背离对方、远离对方/108

四

荣格类型和原型

119

- 11 心理类型的反思/122
- 12 类型的阴暗面/129
- 13 女神：用于女性的荣格类型学/134
- 14 四种男性原型：国王、武士、魔术师、情人/145
- 15 塔诺纸牌和人格类型/154

五
精神类型学
163

- 16 左脑和右脑/167
- 17 孩子的七种学习模型/172
- 18 人类动力的精神、感情和物质原则/182

六
商业和领导类型学
192

- 19 四种交际类型：支配的、服从的、乐于交际的和保守的/
196
- 20 商业领导风格：游戏者和其他/204
- 21 五种管理类型：平衡对人和生产的考虑/208

七
身体类型学
218

- 22 三种身体－心灵类型：肥胖型、运动型和瘦弱型/222
- 23 人体结构与生物能类型/228

- 24 人体的《易经》/231
- 25 鲁道尔夫·斯坦纳论孩子的性情：易怒型、忧郁型、乐天型和冷淡型/245

八

九角图类型

258

- 26 阿里卡九角图人格类型/261
 - 27 九角图根源/271
 - 28 神圣类型：九种九角图人格类型/277
- 参考文献/303



引 言

类型学与寻找自我认识

“我是谁？”这个永久性的话题已经被问了好几个世纪了。在许许多多的文化中，人们用精神传统，尤其是用心灵图谱——类型学来对其做出回答。这些古老的类型学体系揭示了人类的普遍类型，也揭示了人与人之间的不同之处或独特之处。

纵观历史，许多伟大的智者一直被“人为什么不一样”以及“不一样的本质是什么”这样的问题而着迷。公元前三世纪，亚里士多德的学生泰奥弗拉斯托斯问道：“所有的希腊人都生活在同样的天空之下，接受同样的教育，我们的个性为什么会有如此大的差别？”

泰奥弗拉斯托斯定义了 30 种人格类型（即个性类型），每种类型都体现一个主要的、占支配地位的特性，如吝啬，他认为人身上的主要特性在其一生的方方面面中是可以找到的。今天，我们严肃地质问以单个特性，如对金钱有吝啬的倾向为基础定义一个人的个性是否精确。但是主要的、占支配地位的特性的确有可能是更深层、更复杂的人格类型的一个重要表象或迹象。

在当今的类型学体系中，在一定程度上我们依然使用单一特性这种方法。例如，在九角图体系中，每一种九角图类型就是一个占绝对支配地位的特征。九个九角图类型就是九个这样的特性。比如说九角图里面的“类型五”，也叫“自我吝啬”，指的就是在时间、精力、信息，还有金钱等方面表现出的吝啬



倾向。虽然这样做往往过于简单化和套路化，但却使类型学体系更加容易理解，而且在每种人格类型上标上一个清晰的引人注意的标签，在实际中就更便于操作使用。

希波克拉底的四种体液

在公元前5世纪，西方的“医学之父”希波克拉底在泰奥弗拉斯托斯之前就以古希腊的“风、火、水、土”四要素理论构建了“科学”的人格理论。许多古希腊哲人认为，任何事物在本质上都是由风、火、水、土四样基本要素构成的。在人的体内，每一要素都有与之相应的不同体液：血液、黏液、黑胆汁和黄胆汁。依据希波克拉底的理论，这四种体液的相对平衡决定了一个人的健康、疾病和人格类型。

希波克拉底描述了由四种体液引发的四种性情。“风”与体液中的血液相联系，是乐观积极的性情。“土”与体液中黑胆汁相联系，是忧郁的、易沮丧的性情。“火”与黄胆汁或肾上腺素相联系，是暴躁、易怒、易变的性情。“水”与白胆汁或淋巴液相联系，是冷静的、悠闲的性情。

内科医生、哲学家、教育家和心理学家们对希波克拉底的四要素模式已经研究了两千多年。瓦尔多夫学校教育方法的创始人、奥地利哲学家、教育家鲁道夫·斯坦纳对这一模式加以发展，使其进入实验性的精密的运用阶段。斯坦纳要教师在他们的学生中识别出这四种不同性情的学生。他就每种类型的学生的教育和感情需求提供了详实的全面的指导。本书第二十五章是由瓦尔多夫学校教师罗伊·威尔金斯撰写的。他用这种方法在课堂执教了三十多年。这一章简述了斯坦纳对四种性情的处理方法。



生命吠陀气质

在许多文明中，认为世界万物本质上是由基本要素构成的信念是相当普遍的。在现代化学和物理学发展起来之前，早期的科学家和哲人们就试图根据基本的、普遍的原则来探索宇宙的规律，为宇宙立法。除了古希腊的四要素外，印度的哲人们还假定第五种要素——“能媒”的存在。“能媒”是比“风”这一要素更没有实质、更加稀薄的物质。

在结合这些要素的基础上，印度生命吠陀内科医生发展了三种体质或身体－心灵类型。“维塔”（Vata）是由“风”和“能媒”构成的，“皮塔”（pitta）是由“火”和“水”构成的，“卡发”（Kapha）是由“土”和“水”构成的。维塔类型气质是活泼的、敏捷的、充满热情的。皮塔类型气质是苛求的、善表达的，而且富有创业精神。卡发类型气质是坚强稳重，有忍耐力的。生命吠陀（Ayurveda）是由两个基本词组合而成的：生命（ayus）和知识或科学（veda）。因此五千多年来，生命吠陀经常被翻译成为“生命的科学”。每一种类型都有其理想的饮食、生活习惯和草药治疗使其体系和谐平衡。在第六章，著名内科医生和作家蒂派克·乔普拉描述了生命吠陀人格类型。

中国五行类型学

中国哲人和医生提出了不同的五行理论：金、水、火、木、土。每个人被认为是由这五种基本物质所构成的宇宙的缩影，而且每个人的性格都可以用这五行中的某种物质描述出来。“金”代表有节制、冷静、沉着。“火”代表了浮夸、热烈。“木”代表了专断、自大、有决心。“土”代表了耐心、有教养、会沟通。“水”则代表孕育、专心和节约。在第七节里，



两位美国最有名的中医药医生本菲尔德和恩格尔德将中国的五行转变为五项人格类型：开拓型、巫师型、调解型、炼金术士型和哲人型。

发现自我的类型体系

本书中的类型体系都出于给人的本性绘制图谱这一愿望，以窥视心灵深处隐藏的世界。有些体系产生于由弗洛伊德及其继承者开创的心理治疗这个传统。精神关系和身体类型已经从心理学和社会学的研究中独立出来，其体系实际是民间心理学。这些心理学在现代心理学领域发展起来以前就经历了几个世纪的发展，是久经证明的理解人的本性的方法。这些民间心理学在许多文化，如希腊、印度、中国和土著美洲人文化中都存在。

本书中每一种人格类型体系都提供了认识自我的独特视角。每一体系都描述了人体、心灵与感情的某些方面的联系。这些联系如果不被指出的话，在直觉上并不总是显而易见的。例如，对一些人来说，感情反应是重要的，而对另一些人来说理智的推断是最重要的。然而，我们无意识当中会以为其他人也跟我们一样思维与行事。当我们发现别人对事物的反应跟我们不一样时，我们往往会感到吃惊。类型学体系就是告诉我们在每个人身上都存在着重要的、系统性的差异之处。

我们都想更清楚地了解自己和别人。许多内容丰富多样的类型学历久以来之所以引人入胜、使人着迷就在于此。每一种类型都为我们提供了一幅人们在这个世界上行为活动等方方面面的图像，这些图像是清楚而富有启发性的。理想地说，它们使我们从一个更精确的视角来认识别人，而不是从我们自己的立场、观点出发来看一个人。



威廉·谢尔登指出，著名的私人侦探福尔摩斯在许多方面是绝对的智者型的瘦型体质的典型。福尔摩斯被描写为一个清瘦认真的形象，不为人性中所具有的感情和激情所动摇。有时候福尔摩斯好像成了一个纯理智型的——具有冷静的理性与逻辑思维以及极度清晰的理智和出色的演绎推理分析能力。

柯南·道尔的福尔摩斯形象中有一个缺陷，就是他对福尔摩斯大量吸食烟和鸦片的描写。柯南·道尔把福尔摩斯描写成了一个一夜能吸半磅烈性烟草的瘾君子。正像威廉·谢尔登指出的那样，柯南·道尔自己的胖型体质特性使他对福尔摩斯的定位产生了偏离。道尔自己就是嗜好烟草经常吸烟的超胖型体质类型。然而，清瘦敏感的瘦型体质的福尔摩斯形象却由于他的过度描述而受到了破坏。这个例子极好地提醒了我们，如果想成功地同其他类型的人合作的话，我们就必须认识自己的人格类型以及它的长处和短处。

好的类型体系有助于我们看清自身的长处和短处。如果缺乏自身的顿悟，我们就可能只从别人身上看到自己的长处，而对别人身上体现出来的自己的短处就有可能做出草率的判断。例如，感觉类型的人往往侧重那些对事实和细节掌握较好的人，而直觉类型的人往往钦佩那些能把复杂的信息处理好，并形成一个新的整体的人。他们往往会贬低感觉类型的人，认为他们“只见树木不见森林”。情感类型的人看重那些对人性的价值和崇高的理想有强烈信念的人。思维类型的人尊重那些头脑清晰、思维敏捷、逻辑推理强的人，而可能认为情感类型的人只说得上不错但谈不上聪明。

好的类型体系也有助于指导我们在某些类型的人们身上寻找自己的类型和特性，以帮助自己澄清对别人的看法。假如我知道我的朋友是精力充沛的运动型体质的话，我就能理解并事



先预料到他或她会偏好行动而不是计划和思考。我自己觉得没有计划的行动是浪费时间，但我心里清楚那位运动型体质的朋友可能会马上行动，而不是仅仅坐在那儿思考。

独特性和普遍性

编写这本书的时特别注意到与人格类型和类型差别有关的一些问题。我已经注意到了一个问题：多数人在谈到人的本质时，往往只强调一致性的一面，或只强调完全不一样的一面。这种走极端的做法都是不可取的。

假定我们所有的人都相像，就是在诸如年龄、性别，或性情等方面忽略了我们真正的不同之处。假定我们所有的人都不一样，就是放弃了对人的行为的普遍性理论的探索。

多数心理学理论忽略不同类型的差别。他们往往只探寻人们行为的普遍原则。如果事实上真有基本类型差异之存在，对普遍性原则的探寻就注定只能以获得比较浮浅琐碎的普遍性结束，或者使多数人受到严重扭曲而结束。例如，大多数心理学体系是由男性创立的，也就往往只描写男性的行为，忽视了男性同女性心理的根本差异。另外，现代类型理论是由受过高等教育、白种人中的中产阶级专业人士发展起来的，他们忽视了在其他社会经济、人种及文化群体中共有的思维方式和行为方式。然而，几乎每一种人格体系的鼓吹者都声称他们已经找到了一种普遍适用的心理学。

在某些方面，我们是一样的，而在另一些方面我们又是迥然不同的。我们有着一样的基本心理结构和感觉器官，而且我们都共同面对着生与死这一客观存在的事实。然而我们每个人却都有着不同的个人历史、家庭背景和生活经历。任何一种类型体系，无论其在了解人时用处有多大，都做不到对一个个体



进行完整的描述。每一个个体都是由无数多样的因子构成的一个独特的联合体。

两个极端之间分成了各种各样的派别或类型。明显的类型有年龄、性别和国籍。小孩之间有许多相同的重要特征，就像男人和女人，美国人和日本人，内向型的人和属于室女座（或室女宫）的人以及运动型体质的人一样。也许我们最需要了解的是哪种类型最适合解决哪些问题。未来心理学包括各种各样的人格类型，用不同的类型体系解决不同的问题，达到不同的目的。例如，我们可以用学习方法类型体系来决定如何教小孩学数学，用性情类型体系来判断如何激发或约束这个小孩，以及用联系类型体系来帮助这个孩子更好地与朋友交往。

类型学与关系

除了了解自己以外，我们也想更多地了解别人，并与他们建立亲密的关系。对类型的理解有助于我们培养更坚忍的耐心，并学会尊重个体之间的差异。这样，我们就慢慢地学会欣赏别人的才干了。本书中的任何一种体系都有助于你认识人们生活经历方面存在的根本差异，而且所选择的生活道路也是不完全一样的。我们不能假定别人会以我们同样的方式思维，会以我们同样的方式获取信息，也不能假定他们像我们一样地推理、珍视我们所珍爱的东西。

了解他人的类型就是要了解他人的长处和短处，以便更有效地与之交往。举例来说，在工作上，如果一个人的事业和体质构造之间比较协调一致的话，其生产能力和满意程度都会有很大的提高。相反，如果协调性较差，则会造成紧张、疲惫以及不良的工作业绩。有时我们对别人期望太高，而他正好在那



一领域缺乏我们的才干或兴趣。我们对类型的偏好有时显得不太重要，有时又显得十分重要，而且往往是在出乎我们意料的情况下产生的。

例如，感觉类型的人擅长于计算及其他一些讲究细节的类似活动，而这一些对一个直觉类型的人来说就会带来可怕的压力。一位直觉类型的医药研究工作者每天不得不用几个小时在显微镜下认真仔细地检测标本。时间一长，他就会经常感到疲劳、易怒，却找不出身体上有什么毛病。他感到疲劳是由于经常使用他的低级感觉时产生的紧张感造成的。

人格类型就好比汽车模型。汽车有许多明显的差别，如颜色和外观设计，但这些都是表面上的。（实际上，两辆汽车形状和外观完全不同，但里面的发动机却是一样，这种情况是非常常见的。）有的车汽油里程数较高，有的车加速度或速度更佳，但这些差别并不影响每天开车去上班或去食品店购物。

有时这些差别却是非常要紧的。破旧的四轮车会轻松地跃过地形崎岖的地带，而配制精美的赛车却有可能遭到损坏。发动机动力大，配有重型挂钩的汽车能够拖曳笨重的拖车，而如此重的东西却可使节油型轻式汽车熄火。买车时你必须清楚你买车是做什么用的，以及你要买的车是适合做什么用途用的。同样的道理，类型理论有助于你了解他人的长处和短处，并知道哪种类型合适做哪些工作，以及什么样的挑战会使他们垮掉、一蹶不振。

人格类型和自己一样的人是最容易相互了解的。他们可能跟我们一样，有着类似的兴趣、爱好、价值观以及世界观。由于他们常常用跟我们一样的方法看问题，常常得出同我们类似的结论，我们彼此之间就更易于了解与被了解。运动型体质的人往往能理解并赏识行为活跃、办事迅速的价值。思维类型极



可能赞同逻辑思维和理性组织的重要性。多数感觉类型在注重细节方面相一致。而九角图里的“类型六”在权力与势力的引诱与威胁方面是一致的。

在现实生活中我们常被行为与我们相异的人所吸引，这进一步证实了“相异相吸”这一古老的谚语。但是真正与我们类型不同的人是很难了解，捉摸不透的，也很难预测的。在许多问题上，他们所采取的立场和我们是不同的。长期的误解和对立会导致极大的紧张情绪。不幸的是，正如现代社会离婚率高这一事实所证实的一样，仅有吸引力而缺乏了解，长久的关系就不会得以成功地维持。一旦另一种类型被视作是低级的，人与人之间的关系就会出现恶化。例如，从感觉和直觉出发行事的人常被认为缺乏思维能力，而不被那种认为是决策过程中善于运用新视角新技能的人。有一对来寻求治疗的夫妇，丈夫抱怨妻子不理家、邋遢，尤其可恶的是做事没头没脑。而妻子则认为他丈夫死板，爱找岔儿。由于根据他们自己的类型标准来判断对方，双方都认为对方的所作所为是出于邪恶的不良的动机。经过荣格心理分析家十小时的治疗，他们开始了解对方的人格类型，学会识别、认可彼此的优点和长处。他们的关系也就开始了好转。

了解类型的另一个优势在于它使我们能够洞察自己与所生活的社会的关系。我们的社会看重某些类型的人，而贬低另一些类型的人。比如说，在思维与感情之间，人们更看重思维。我们的社会是外向性的，各种组织机构经常不考虑内向型的人对好静独处的需求，因此我们常看见有人甚至在电梯里听米尤扎克背景音乐（Muzak 是一种软绵绵甜丝丝的音乐）。对运动型类型的人来说，学校和教堂简直是所监狱。他们需要的是积极活跃的学习，而长时间静静地坐在一个地方对他们来说是极



端痛苦难熬的。几个世纪来，基督教宣扬的就是推崇禁欲型、智者型的瘦型体质，而贬低感觉型的胖型体质和活跃型的运动型体质。

如果你的行事方式不被社会所认可，对自己才干的信任度就会逐渐降低。事实上，由于你自己的怀疑心态，由于社会能提供让你一展其独特才华的机会很少，你的那些才干不可能获得充分的发展。

在你成长的过程中，这可能已经在小范围内，如你的家庭中发生了。如果你的父母了解并且欣赏你的类型，你可能会觉得你那独特的才华和爱好是有价值的。相反，如果你的父母不欣赏你的个性和爱好，他们只希望你更强壮更有智慧，你的自信就会遭到严重的挫伤。试图转变孩子的人格类型就像强迫用惯了左手的小孩去用右手一样难。这样的压力严重地抑制了一个人天赋才干的发展。

在家里，当女儿说她在学校学算术和类似学科感到有困难时，她的父母就会感到非常不安。她的父母和弟弟都是感觉类型的，而她却是直觉型的，她的低级功能是感觉。她父亲是工程师，她的弟弟后来成了一名会计师。她怎么做也达不到他们对条理和细节这些方面的要求，最后只好寻求治疗。

在一个外向型家庭里成长的内向感觉型的小男孩会因为好读书而遭人嘲弄，而且在学校里他还被迫做出积极活跃的样子。他成年的时候做过生意、当过推销员，但都没有成功。他幻想过去读英国文学博士或是成为一位人文类的专业人士，但都没有付诸于行动。由于他对自己基本性格的选择失效过久，实际上他已不再知道他适合干什么工作。

在上述两个案例中，如果他们了解类型学，那么他们就会发现自己的长处所在，并且接受自己的个性偏好。这样就能够



使他们超越儿童时期因人格类型未被承认与欣赏而造成的心理上的惨痛打击。

分类：人的基本习性

从古希腊哲学到中国医学、从印度的世袭等级制度到现代西方心理学，人们都会在不同时期的许多文明中发现对人的类型的描述。以前，人们想当然地认为文化与社会阶级不同，人的性格也是不同的。现在，我们往往会认为谈论个体的根本差异多少有些“不民主”。这就好比我们忘了宪法明文规定“法律面前人人平等”，但不等于说所有的人都是一样的。平等不等于一样，不过在我们追求平等权利和平等机会的过程中，我们可以不去追究个体的差异。其结果是虽然我们无意中做了，但是是一些圈内人士对个性分类却嗤之以鼻，并认为从政治角度看是不正确的。

我们经常用刻板模型，如年龄、性别、智力（比如聪明、一般、愚钝）、种族和国籍，将人进行分类。“刻板模型”这一短语原来是指用一块模子浇铸成的一块铅板。现在，“刻板模型”被定义为像是从一块模子上浇铸成的固定不变的观念，或是没有一点个性的精神类型。刻板模型是对人格进行分类的一大威胁。当我们忽视了人的个性化特征把所有的人按照一个事先给定的类型分类，好像他们是从同一个模子里印出的时，刻板模型也就相应地产生了。

我们经常根据对外表的（英俊、一般、丑陋）和心理状态的（正常、神经质、疯狂）刻板模型来判断一个人。我们对别人做出的最常见的分类之一就是把我们喜欢或不喜欢的人进行明确的区分，如“好人”和“坏人”，“诚实的朋友”和“不诚