

走出人生误区

肖永久 著

消滅心壓 化解心結
平寧心態 撫慰心靈



東北大學出版社
Northeastern University Press

B821/161

2007

走出人生误区

肖永久 著



东北大学出版社

©肖永久 2007

图书在版编目(CIP)数据

走出人生误区/肖永久著. —沈阳:东北大学出版社, 2007. 9

ISBN 978-7-81102-436-4

I. 走… II. 肖… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 114060 号

出 版 者:东北大学出版社

地址:沈阳市和平区文化路 3 号巷 11 号

邮编:110004

电话:024—83687331(市场部) 83680267(社务室)

传真:024—83680180(市场部) 83680265(社务室)

E-mail:neuph@neupress.com

<http://www.neupress.com>

印 刷 者:辽宁教育学院印刷厂

发 行 者:东北大学出版社

幅面尺寸:185mm × 230mm

印 张:10.25

字 数:189 千

出版时间:2007 年 9 月第 1 版

印刷时间:2007 年 9 月第 1 次印刷

责任编辑:张德喜

责任校对:张 洋

封面设计:唐敏智

责任出版:杨华宁

ISBN 978-7-81102-436-4

定 价:20.00 元



作者小传

肖永久，1953年出生于辽宁东部一个山清水秀的乡村。在那里，他度过了衣食匮乏但又充满快乐与憧憬的儿童少年及学生时代。15年的军营生活，使他纯真正直的品格得以强化。国有大企业的15年，给了他发挥特长的空间环境。曾从事过行管、财务、政工、党教、纪检监察等工作。1975年开始系统追索人生之理，同时积淀了一定理论功底，可谓一举两得。

崇尚的：真实 真诚
信仰的：科学 唯物
追求的：明白 自由

真诚提示

前乒乓球世界冠军杨影在一次现场解说中说了这样一句话：“一个乒乓球运动员的最高境界就是把输赢看淡，放下名利得失，心中只有兴趣和球艺。”这句话不仅道出了体育运动员的最高境界，也道出了人生的奥秘所在。

你终日忙碌究竟为了什么？如果说只是为了活着延续生命，你肯定不甘心——那不是和动物一样了吗？如果说不是为了活得体面一些、舒适一些，你可能也不甘心——那只是比前者好一些罢了。如果说为了满足欲望，为了生儿育女、赡养老人，你甘心吗？

人生最大的幸事是活得明白，人生最大的不幸是一辈子都没明白。诚然，事业成功不成功，财富多少，社会地位高低，是否健康长寿都堪称人生大事，可是和活得明白不明白相比，这些都变得不那么重要了。诚所谓：朝闻道，夕死可矣。

人生最珍贵的东西是人格独立和自主自由。谁都不会在没有生存危机的情况下以接受屈辱来换取生存条件。人权价值越低、生存与尊严矛盾越尖锐的地方越落后。每个人终生都在做这样一件事：提升自己的人权价值，维护和扩大自己的人格独立和自主自由。这是社会文明、民主进步的基础和条件。

是的，理性不可能解决人生的所有问题，可是感觉、感观刺激、物质享受就能湮灭人生痛苦吗？当我们痛定思痛，舔舐人生伤口的时候，当我们追问自己的行为理由和未来走向的时候，当我们需要弄明白活着的价值、意义的时候，我们还是要求助于理性。事实上，谁都不可能什么都不做。做，就要问个为什么，问了就要问个明白，所以，我们终归是离不开理性的，否则，我们只能叫高级动物。

精神情感的丰度和品质是个人价值高低的主要参照物，精神情感的追求和满足是人最根本的生存动力和主要内容。精神情感的损益当然应当成为我们行为价值判断和生活方式取向选择的首要考量指数。因为，当今的人类社会已经走过了迫使人们为了生存而生存的时代，我们完全可以通过自我精神心理的调整完善和境界提升使自己活得更简单、更真实、更自由一些。我们也完全可以通过减少忧郁、紧张、压力和焦虑等精神痛苦的折磨来实现身心康宁，从而

离保健品、药品和手术刀远一些。

平衡是宇宙间最基本、最重要的法则，我们每个人都时时生活在平衡之中，只是有的人不明白而已。如果你真正领悟了平衡之道，你至少悟得了人生真谛的一半，你将彻底摆脱绝望。当你用平衡观置换矛盾观来观察评价那些常常使你陷于两难痛苦的对立性事物时，你会感觉轻松许多。

如今，社会劳动的强度已经大大低化，为什么还有那么多人在喊累？为什么物质生活水平提升如此之快，人们却并不感到快乐和幸福？为什么心脑血管疾病、癌症的发病率直线上升？有人说是物欲横流所致；有人说是信仰危机的结果；有人说是缺少终极关怀。其实，这就是社会转型带来的阵痛，是人们对社会剧烈变化的不适应。这种复杂的精神心理综合症，最有效的解决办法是自我关怀、自我觉醒，自己从心理误区走出来。

本书立意旨在释疑解惑，着力于解释和解决人生中常见的重大问题，力图打开人们的精神枷锁，从而实现减轻痛苦、自我解放、修身养性之功效。如果被钱、被情、被事所困的你能够从中有所补益，我愿足矣。

由于作者学历、经历和阅历所限，完成这么大的课题实感力不从心，论中难免有粗浅、跑偏、遗漏、重复或语不达意之处，敬请读者见谅。

作者
2007年5月

目 录

选择：人生第一重要问题	1
性格会伴随我们一生吗?	5
你的生活动力充足吗?	8
心态宁静三定律	14
看问题为什么总是失准失真?	20
是情还是爱?	26
对称也是人世间的规律	30
是天使还是魔鬼?	35
你感谢他了吗?	38
你有自卑感吗?	41
你能自控吗?	44
是享受还是预支?	49
爱是怎么变成甜蜜毒药的?	52
你重视精神生活吗?	57
快乐在哪里?	63
追求完美是人生痛苦的源泉	66
“你不仁我就不义”，真的那么理直气壮吗?	73
三大恶习：无病之癌症	76
你能预知未来吗?	82
人生与数学	89
要熊掌还是要鱼?	93
你自由了吗?	99
你只差一点点	105
权力越大越好吗?	109
病从气来	113
适应性形成与适应性改变	119
虚荣心：人最容易被击中的软肋	127
金钱越多越幸福吗?	135
人最容易迷失的地方	141
你能把握度吗?	151



选择：人生第一重要问题



除了吃饭、穿衣、睡觉、工作这些生存下去所必需的事情，人生最重要的事就莫过于选择了。如果我们大家都注意到并承认吃饭、穿衣、睡觉、工作也与选择有着重大关联性的话，相信谁也不会反对我把选择列为人生第一重要的问题了。

可惜的是，人们对于选择重要性的认识，往往都是在选择了以后随着事态的演变才逐渐明白的。如果把这个认识放到选择之前，事情的结果肯定会比实际发生的状况好得多。你只要回顾一下自己，再观察一下周围的人，就会发现后悔和悲哀每个人都有。这后悔就来源于选择。而悲哀也多数来源于此。

打从有了选择能力的时候起，每个人在一生中每天都会面临选择问题。大到人生道路的选择，小到吃瓜子时该先拿哪一个。有的难，有的易；有的急，有的缓。小的选择当然无关紧要，如出门时该穿哪件衣服；去市场买菜时，该买黄瓜还是西红柿；今天早餐吃什么等，就是选择错了也无碍大局。而面对一些重大问题的选择，就丝毫马虎不得。如择偶、择业、择友；如信仰的选择，投资方向的选择，所学专业的选择，关系到前途命运或生命安危的紧要关节处的选择，等等，选择哪一个都有着决定性的意义。可以说，是一“选”定终身。如果选择错了，你越努力损失越大，甚至造成终生的伤痛。“一失足成千古恨”就是在一次重大的紧要关头发生选择错误酿成的。这些重大选择的重要性还在于，一旦选定就是不可逆转的，很难修正或更改。有的尽管可以从头再来，但你已经是伤痕累累，身心俱疲，而且损失掉的时间、青春年华和心血是无法弥补的。

选择权是一个人最重要的人权。对选择权的拥有，标志着一个人的人格与尊严的完整和独立。如果你一旦稀里糊涂地放弃了选择权，或一不小心丧失了选择权，或陷入尴尬境地被剥夺了选择权，那无疑是人生最大的悲哀。如旧中国普遍存在的父母包办儿女的婚姻，造成了多少人生悲剧；人一旦犯罪入狱，第一个丧失的东西就是选择权。其实，世上没有一个人愿意放弃属于自己的选择权而甘愿受人奴役、任人宰割。相反，所有人都有扩大自己选择权的欲望。谁都不想承认自己是无能的。至于有时听取了别人的意见，决

定权也还在自己手中。有时为了顾全大局而作出了某些妥协和让步，目的也是保护自己的选择权。

人唯一不能选择的是自己的父母，以及由此派生出来的性别、血型、个性心理特征、亲属关系等。人的一生中，只是在婴幼儿时期尚无选择能力，在昏迷状态下失去选择能力而不得不接受被动选择。然而，正是由于这些被动选择给我们造成了多少无奈和遗憾啊。这也从反面证明了选择问题对于人的重大意义。

那么，是不是拥有了充分的选择权，一个人就可以作出正确的选择了呢？也不一定。如果真是那样，世上也就不会有那么多丑恶、后悔和遗憾，监狱里也不会有那么多犯人了。大自然为万物提供了他们生存所必需的条件，如果一个人陷入了绝境，那一定是他选择不当造成的。

看来，怎样才能作出正确的选择才是问题的关键。

由于人们对“正确”的理解和标准各不相同，所以这个问题是个很难说清楚的问题。尽管如此，我们还是可以从普遍适用性原则出发，找到一般逻辑公理，或许对你有一定指导意义。

一般说来，一个正常的人在选择时所遵循的基本准则是主观愿望与客观实际情况相契合，也就是寻求两者的一致与和谐。最好的选择一定是主观愿望的理想值正好等于客观条件所容许的最大值。这个道理说起来容易做起来难。除了主观能力差距和客观情况千变万化、千差万别而导致判断失准，选择有误外，人们最容易发生两种偏差：一种是偏重主观的倾向，即以自己的兴趣、偏好、喜恶、情绪、心情、印象为选择定向，忽视甚至完全不考虑客观实际情况。如果是日常小事，满足一下自己的兴趣和心情倒也无妨，如遇大事，这样草率、贸然行事就势必酿成苦果。一种是偏重客观的倾向，不顾自己的能力和承受力，甚至人云亦云或被假象所误导，等到后悔时什么都晚了。还有一种叫做“听天由命”，其实也是极端的偏重客观倾向。

在现实生活中，一目了然的简单选择并不多，更多的是两难选择——选择对象的好坏优劣不相上下，或各有各的好处，也各有各的坏处，旗鼓相当、难以取舍。比如择偶，选小赵吧，他英俊潇洒，又有才，但家境贫寒，收入低；选小李吧，他家庭地位显赫，资财丰厚，但品貌一般，个头矮小。再如选择专业，选A专业，是兴趣所在，但就业困难；选B专业，前途看好，但毫无兴趣。何去何从，委实难以定夺。就是神仙也拿不出两全其美的好办法来。人生中大部分悲伤和悔恨就是在这种两难选择后留下的。逃避选择是不现实的，尽善尽美又是不可能的，怎么办？

以下几条原则或许能给你一点启示。



1. **‘有利原则** 两利相权取其重，两害相权取其轻。分析比较一下各自的有利因素或有害因素，取利大者舍利小者，取害小者舍害大者。这里的利或害当然是对自己而言。值得注意的问题是，对现在有利还是对将来有利，是有害于将来还是有害于现在，不可不察。有多少人为那区区小利而丧失名节，毁了前途，很不值得。

2. **适己原则** 适合自己的才是最好的。在选择对象中是最好的却不一定适合自己的现有能力条件，一旦择优选择了很可能会给自己带来终生的痛苦。如果被选择对象之间不相上下、旗鼓相当，应重点考虑哪一个更适合自己。把握这一原则的关键是正确估价自己。人们往往容易过高地估计自己，所以把选择的标准点定得过高，尤其在择偶、择业上表现最明显。

3. **保全原则** 不能以自己的前途命运、全部资财甚至身家性命为赌注去选择。即便不能零风险，也要确保风险最小，绝不能把自己置于危险境地，以免丧失了再次选择的条件。

4. **搁置原则** 如果时间允许，就不必急于选定，不要急于表态。很多错误的选择是由于操之过急而发生的，搁置一下往往会使选择向着有利于你的方向转化。其好处有三：一是可以使自己冷静下来，这样你就会获得一个充分发挥智力的空间；二是可以使选择对象的各方面条件更多地表露出来，使选择更清晰、明朗；三是可以给选择对象造成一种无形压力，迫使其暴露真相，使选择变得简单。如购物时，你越不急于购买，卖方越沉不住气，往往会主动露出低价。

当然，不是所有的事都有这种从容的选择机会，有些事情你必须在瞬间作出选择。然而这种机会是自己创造和把握的，主动权在你手里，你争取了就有，你就处于主动地位；你不争取就没有，你就处于被动地位。还以购物为例，你不急于购买，谁也不会强迫你。越是看起来很紧急的事，你越是要从容冷静，给自己争取到哪怕很短暂的选择机会，把迫不及待留给对方。千万不要自乱阵脚，把自己推到窘迫境地。

5. **大度原则** 既然选择对象各有利弊，而且利弊相当，既然你已经作出了选择，而且是非受迫性选择，那就从此结束犹豫彷徨，永远不再后悔。人们往往容易记着被舍弃的那一个的优点，尤其是愿意拿那个优点与自己选中的这个的缺点比，于是苦恼就来了。人们还往往会有一个错觉，就是失去的那个是最好的，没有得到的那个是最好的，没有吃到的那个是最好的。在择偶问题上表现得最突出。其实，人的优缺点都是相对而言的，你所想象的那些“美”是由距离产生的。如果真的与你魂牵梦萦的那个人结合，也会有不如意，也不一定就幸福。所以，相信自己，你选择的这个就是最好的，因为

这是缘分。

6. 求助原则 自己确实吃不准、拿不定的，要记得及时向绝不会伤害你的父母、亲朋好友求助。当局者迷，旁观者清，与其在迷雾里苦苦折腾，不如向可信赖的人倾诉一下，他一定会帮你分析，并给你一个倾向性意见，使你坚定信心。你要重视他们的意见，因为他们肯定不想跟你“背黑锅”。至于缺乏选择能力的人在重大问题上更要求助于人了。如学生高考选择专业，毕业择业，就需要父母、亲友的帮助。

正确的选择来源于正确的分析判断，错误的分析判断必然带来错误的选择。因此，提高自己的分析判断能力是十分重要的。应当多学点哲学、逻辑学，并尽可能多地掌握一些自然科学、社会科学知识，在实践中融会贯通。这样就会从中获得分析能力、判断能力和预见能力，只要你把事情分析得透彻、明晰了，并据此作出了判断结论，那么选择也就不成为问题了。

值得注意的是，我们生活当中的烦恼和失败并不都是选择造成的，不能统统归咎于选择。



性格会伴随我们一生吗？



你是否有过这样的经历：当你脾气发作，一阵暴风雨之后，冷静下来的你会陷入深深的自责与内疚之中。你后悔自己伤人太重，你后悔自己把局面搞得这样糟，因小失大，太不应该了。然而，当类似的情况再次发生时，你却再度发作，那些自责与内疚也不知跑到哪里去了。你甚至痛恨自己，骂自己没脑子。你没有勇气道歉，也无法承诺什么，怕自己还有下一次。你不能失信于人，因为你并不是反复无常的小人。明明知道自己的弱点、缺点是什么，也清楚地知道这弱点、缺点对自己的危害，自己不但想继续带着它们，甚至连做梦都想把它们割掉。然而，当你真地拿起刀去“割”的时候，你却发现它们和你的血肉深深地长在了一起。于是你困惑，你苦恼：“究竟是什么东西在怂恿自己呢？那也不是我本意呀！”我要告诉你，那确实不是你，那是性格。

每个人都不会百分之百地满意于现在的状况，每个人都会对自己的前途作出理想状态的设计，然而不管你怎么努力，这些并不宏大的目标（比如“再稳重一些”“再果断一些”）就是实现不了。这个屡屡使你的努力化为泡影的始作俑者就是性格。难怪有人下了这样的断语：性格决定命运。以往的事实已经证明了这样一条性格定律：一个人一生努力能够取得的最大成就，等于他自己的性格张力的最大值。

性格是什么？它怎么会有如此强大的顽固性？

现在，让我们揭开性格的面纱，看看它的本来面目。

1. 性格的含义 性格是个中性词。它是一个人的脾气秉性、个性心理特征、处世风格、精神道德品位的总称。它没有好坏之分，却有优劣之别。人们通常所说的性格有狭义的和广义的区别。狭义的小性格特指人的脾气、性情、秉性，即性子急不急、脾气暴不暴。广义的大性格包括人的道德精神品格，为人处世风格，如刚正不阿、疾恶如仇、坚强刚毅，等等。有意思的是，小性格偏重贬义，大性格偏重褒义。

2. 性格来源 一个人的性格有三个来源，同时构成三个组成部分。

第一来源（部分）：父母遗传。这是父母带给你的，是先天性的，你自己没有选择的余地，只能被动接受。父母遗传给你的是小性格，即脾气、性情。

可想而知，人的小性格肯定是最为稳固的。

第二来源（部分）：婴幼儿时期家庭环境的熏陶。从出生到六周岁半这段时间，是一个人道德基础定型定位的时期。这个时期，是人的一生中自主能力、分辨能力和行为能力最弱的时期，也是一个人最好奇、最易接受侵染、最具可塑性的时期。由于知识类的东西往往具有深奥理性，因此，很难被接受，而道德的潜移默化倒是很容易奏效的。一则是天性使然，二则是模仿与熏染。如有的人很自私、霸道、任性、孤僻、贪婪，这些道德病就是小时候被影响或放纵形成的。道德基础一旦形成，也具有相当强的稳定性。

第三来源（部分）：自己在学习、生活和工作实践中的感悟。进入少年、青年时期，人开始有了理性思维能力，通过知识学习和对外界事物的感知，就可以自主建立起自己的精神道德体系及处世风格，也就有了自己的大性格。它是一个人的的人生观、价值观、精神品质和道德人格的外化，是一个人与其他人相区别的本质特征。一个人在青年时期定型的精神道德风格也具有一定的稳定性。

3. 性格的稳定性与可塑性 从性格的三个来源看，第一来源是最为牢固的，它是与生俱来的。第二来源虽然没有那么根深蒂固，但人的道德基础一旦形成也是难以改变的。但这并不是说性格是个一成不变、顽固不化的东西，性格的可塑性、可变性和相对性主要表现为以下几点。

(1) 三个部分所占比重不固定，同父同母的兄弟姐妹却可能具有截然不同的性格。除了个体差异外，还有可能是在婴幼儿时期所接受的影响熏陶不一样，也可能是青少年时期获得了巨大的信仰信念力量或极有效的个人道德品质修养对前两个阶段性格基础的挤压作用。因此，性格主导因素就不相同。

(2) 世上没有绝对不变的事物，性格也不例外。稳定是相对的，“近朱者赤，近墨者黑”，就是对这种变化的总结。只是变化的程度、内容和形式不同罢了。

(3) 所谓性子急、脾气暴，是对特定的人和事而言的，并非对谁都一样，也不是什么时候都一样。一个性子急的人对自己崇拜敬仰的人或崇拜敬仰自己的人就不会发怒，对自己深爱的人就不会发怒，对与自己毫无利害冲突的人也不会发怒。而对自己反感的人、有利害冲突的人和自己最亲近的人就容易发火。对前两种人发火好理解，为什么容易对自己最亲近的人发火呢？这是因为他对亲近的人最关切，最不愿意看到亲近的人有缺点，所以对他们的缺点容忍度也就最低，如父母对子女，子女对老人，夫妻之间。

4. 正确看待性格

(1) 性格无好坏之分。各种性格都有各自的优点和缺陷。性子急的人办



事干脆利落、效率高，及时表明自己对错误的态度，对相关的人是有好处的。其最大的缺陷是阻碍了自己智力的充分发挥，其次是降低了人文环境的和谐度。而性子慢的人考虑事情细而周全，办事稳妥，后患少。缺陷是效率低，容易丧失机会。

(2) 任何性格的人都可以成才。性子急的人往往处事果断、干练、可信。一般可以独当一面，胜任指挥、领导重任。性子慢的人善于研究，勤于操作，照样可以担当重任。所以，不管什么性格，都不必以性格自卑、自贱、自弃。最重要的是扬长避短。

(3) 对有问题性格的人不要采取性格歧视态度，不要烦人家甚至恨人家。因为他自己对此也毫无办法，就像身上长了牛皮癣的人，最烦最恨的莫过于他自己了。但有问题性格的人也不能放弃主观努力，把所有的问题一股脑儿往性格上一推了之。要知道，精神道德和修养的力量是可以反压性格的，甚至可以压缩为零。当然，具有一般性格特征的人也大可不必以性格问题苛求自己，性格也是风格，如果你真的改变了自己的风格，你也就不是你了。

性格肯定会伴随我们一生，这是毫无疑问的。我们唯一能做的，就是为了自己能够生活得更好而注重自己的道德修养和个性修养，尽力做到不以性格面貌示人，而以道德理性面貌示人。

你的生活动力充足吗？



大千世界，芸芸众生，有的人虽然物资生活清贫，但却每天活得挺有劲，乐呵呵的，做什么都充满激情；有的人虽然锦衣玉食，却混时度日，了无生趣；有的人虽已近风烛残年，却精神矍铄，兴趣盎然；有的人虽年华正茂，却暮气缠身，情绪低沉。很显然，虽然人们都在活着，但生活动力却存在着巨大的差别。

同样都是人，为什么会有不同的生活动力？人的生活动力为什么会有如此巨大的差别？

我们知道，火车、轮船、飞机、汽车的动力来源于发动机，而发动机是靠燃料产生的气体来推动的。人的热情、积极性、主动性，也就是那个“劲儿”是靠什么东西来支撑的呢？这种动力是哪儿来的？是谁给的呢？

人是高级理性动物。虽然人和动物一样都有生物性的生老病死，但人的生活动力却比动物要复杂得多：动物的生存动力具有物质性、直接性和单一性，而人的生活动力还有多源性、多因性、间接性、精神性和理性等。一般说来，人的生活动力可以分为以下几个类别。

1. 生存性动力 这是人最基本、最原始的生活动力。它来源于和其他动物一样的生存本能，也就是为了自己存活下去和繁育后代而吃、喝、睡、交配的需要，以及由此派生的占有欲、控制欲、炫耀欲，等等。人属于广义的动物，当然也就不能摆脱这些原始的、基本的和生物性的特征。如人们上班工作甚至不得不接受奴役性劳动，首先是为了挣钱养家糊口，人们千方百计发家致富，也是要活得更充裕些。这类动力发于物质，止于物质，属于最低层次的动力。这类动力在人的全部动力中所占的比重标志着人们生活先进发达还是相对落后。当然，就生活的物质性而言，人和动物也不能相提并论。如人吃、睡、性等生活的质量，以及居住、交通、通讯等条件都是其他动物望尘莫及的。

2. 精神性动力 就纯粹生物解剖学意义来说，人与动物是没有本质区别的。人之所以是高级理性动物，不但是因为人会使用劳动工具并利用自然物为自己创造出了更好的物质生活条件，如果仅此而已，那只能证明人类比其他灵长类动物相对高明一些罢了。真正本质的区别在于人类有理性思维，人



类会抽象思维，人类有自己的精神生活。从这个意义上来说，人类已经脱离了动物界。人类的精神生活不仅大大丰富了生活的内容，而且给生活提供了更强大的动力源。人的精神性生活动力主要有以下几类。

(1) 修养信念类。对真理、正义或某种超自然崇拜物的笃信不疑使人产生了一种信仰信念力量。为了维护、传播和体现自己的信仰对象，人们会自愿克服困难和自己的某些习惯，甚至牺牲生命。如16世纪意大利哲学家布鲁诺为了维护“日心说”与罗马教会进行了力量悬殊的抗争，直到最后被活活烧死在罗马鲜花广场上。20世纪马克思主义在全世界广泛传播，许多以马克思主义为坚定信仰的共产党人抛头颅、洒热血，奋斗终生。现今世界上仍有数以万计的基督教徒、伊斯兰教徒、佛教徒以耶稣、上帝、释迦牟尼及其教义为自己的精神支柱，也就是自己生活的精神动力。

(2) 理想目标类。个人对国家、民族、团体及自己美好前景和理想目标的向往与追求产生了激励、鼓舞和推动力量。尽管这些理想目标带有明显的虚幻性并且存在很多具体困难，但其中的美好因素仍然可以激励人们更加努力地做好今天和明天的工作。这种美好的理想目标越具体，越具操作性，激励作用就越大。

(3) 知识技艺类。人们学到了知识和技艺就自然产生了运用这些知识和技艺的欲望。人们所学的知识技艺越多，这种欲望就越强。

(4) 榜样类。别人取得了成功，得到了成果，自己就会与之相比：他行，我为什么不行？于是，由此就产生了精神动力。

3. 情感性动力 人类的情感远比动物高级得多。人除了具有与动物相似的对子女、父母、亲朋的情感并出于这种情感而自愿为他们操劳奉献外，还具有动物所没有的最高级、最伟大的情感——爱。对大自然的爱，可以使人放弃优裕的生活而投身于保护和改造自然的事业中；对祖国的爱，可以使人为了自己祖国的繁荣或维护祖国的尊严而牺牲自己；对一项事业的热爱，可以使人倾尽自己的毕生精力；对一个人的爱，可以使人甘愿为其做任何事。爱的力量是十分巨大的，她可以把人的潜能最大限度地调动起来。为了爱，人可以克服自己的顽固缺点，可以超水平发挥，把工作做到最好。我就亲眼看到一个桀骜不驯的鲁莽汉子在娶了一个好女孩后，立刻变成了一个文明有礼的人，而在此之前，谁拿他也没办法。有些做母亲的几乎就是为了孩子而活着，对孩子的爱几乎成了她生活下去的唯一动力。很难想象，如果没有了孩子，她是否还有活下去的勇气。

4. 社会性动力 人是高度社会化的，每个人都对自己不得不生存于其中的社会环境条件产生很强的依赖感和归属感。一个人的生活资料要在社会中

获取，一个人的价值、荣誉、信誉、人格、尊严和能力都要在社会中确立和实现。因此，追求更高的社会评价和声誉就成了人们工作生活的外在动力。在家庭这个最小的社会单元里，每个家庭成员都会尽力做好自己的角色，以争取其他家庭成员的爱护和尊敬；在亲属圈、同学圈、朋友圈和同事圈中，每个人都力争做最优秀的那一个，以获得大家的尊重和重视，至少不要被轻视，被瞧不起；在全村、全乡、全县乃至更大的社会范围，人们都希望通过建功立业、功成名就而受到景仰，光宗耀祖、衣锦还乡。谁也不想灰头土脸甘居人后。这种对社会声望的追求自然会转化为激励自己努力奋斗的力量。此外，人们还有一种攀比心理和从众心理，别人有的我也要有，别人做了我也要做，不想比别人差。大家都很看重自己的脸面、面子，很多实际并不愿意做的事情都是为了面子而做的。总之是要提高和维护自己的社会公众形象。

5. 天责性动力 做父亲的自然会有挣钱养家、保护教育子女、承担家庭内外主事的天然责任感；做母亲的就会有相夫教子、操持家务的天然责任感；当教师的就有教书育人、不误人子弟的天然责任感；当市长的就有为市民的交通、取暖、供水、道路、就业、环保操心谋划的天然责任感，等等。这种责任感是由人各自的角色自然形成的，不用命令和监督也会有。谁担当那个角色谁都会有。

6. 兴趣性动力 几乎每个人都有自己的兴趣爱好。这种不知不觉产生的兴趣爱好一般定型于少年、青年时期，后来就成了自己终生的偏好和特长。谁都觉得做自己感兴趣的和喜爱的事特别轻松愉快，怎么做也不烦，也不觉得累。如果这种事有幸成为自己的职业，那无疑是人生最快慰的事了。

7. 享乐性动力 这是人们为满足自己精神和肉体享乐欲望而产生的内在动力。这种动力既不同于高层次的精神动力，也不同于以生存为主旨的生存性动力。它源于人的本能，却超然于本能，是人性充分自由解放的自然要求。只要是在法律和伦理道德秩序的范围内，人的这些欲望、要求和行为就都是正当合理的。这既是人自身发展进步的合理体现，也是社会生产发展进步目的性的体现。人们通过自己的劳动为自己创造出了休闲、游览、玩乐、情爱、餐饮的时间，在尽可能大的空间内实现自己的享乐欲望，这不但不应受到苦难和压制，而且应当成为社会文明进步的主流。

8. 竞争性动力 人与人之间的竞争性一点儿也不少于合作互助性。一般来说，这种竞争性往往表现为对资源的占有上。而作为生活动力的竞争性则往往发生于相关、相识、关系密切、处于同一起点、可比性强的同学、同事、同乡、同僚、兄弟姐妹之间。相邻的县、乡、村、学校、医院等社团组织之间也有类似的竞争性。“我不能比你差”“我一定要比你强”，这种来自竞争