

Wisdom Series

改变人一生的
智慧书系

汲取生活智慧，掌握成功之道
改变人生命运



WEAKNESS

人一生要了解的60个

(人性弱点)

60 Human's Weaknesses One Should Know in His Life

人性弱点是成功之路上的最大隐患，影响着人一生的成败得失。只有了解人性中的弱点，才能清醒而深刻地认识自我，减少和避免人性弱点给自己的生活和工作造成不必要的挫折和损失，开创美好幸福的成功人生。

翟文明 编著

陕西人民出版社

Wisdom Series

改变人一生的
智慧书系

翟文明 编著

WEAKNESS

人一生要了解的 60[↑]

(人性弱点)

60 Human's Weaknesses One Should Know in His Life

陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人一生要了解的 60 个人性弱点 / 翟文明编著. — 西安:
陕西人民出版社, 2007
ISBN 978-7-224-08097-1

I. 人… II. 翟… 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 (2007) 第 089442 号

责任编辑 关 宁 王 倩
美术编辑 盛小云
文字编辑 陈荣赋
装帧设计 李艾红

人一生要了解的 60 个人性弱点

编 著 者 翟文明
出版发行 陕西人民出版社 (西安北大街 147 号 邮编: 710003)

印 刷 北京中印联印务有限公司
开 本 720mm × 980mm 16 开 18.75 印张
字 数 325 千字
版 次 2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷
印 数 1-3000
书 号 ISBN 978-7-224-08097-1
定 价 29.80 元

前言

法国大思想家帕斯卡尔说过：“使一个人过多地看到他和禽兽是怎样地等同而不向其指出他的伟大，是危险的；而使他过多地看到他的伟大而看不到自身的卑鄙，也是危险的。让他对这两者都加以忽视，则更为危险。然而若把这两者都指明给他，就非常有益了。”这里所说的人的“卑鄙”，亦即人性的弱点所在。具体地说，人性弱点就是指人在其生存生活状态中所表现出来的消极和落后的东西，不成熟、不完善的部分，也就是人性中假、恶、丑的一面。

“金无足赤，人无完人。”每个人的性格都不是十全十美的，或多或少都存在这样那样的弱点，有待发展和完善。任何人都既有其人性美德，又有其人性缺陷。比如，说人是最有智慧的，但人也常做出一些匪夷所思的蠢事；说人应当是有道德的，但最不道德的也是人……

人性弱点并不可怕，可怕的是对弱点无知、不了解，不懂得怎样改变或规避它。不了解人性弱点必然会造成人的片面性和畸形化，这样的人不能自知和知人，又谈何成功呢？苏格拉底被称为那个时代最智慧的人，是因为他能知道自己的无知和不足；我们每个人都渴望成功，希望做真正的自己，活出一个没有遗憾和失落的无悔人生，那么，就应对自己人性中一些常见的弱点有个清醒而深刻的了解。

在这个充满竞争的时代，不善于应对弱点的人必然不具备竞争力，这绝非危言耸听，而是从许多失败的个案中得出来的教训。有些人总把自己的弱点视为可改可不改的东西，在因弱点导致问题、遭致失败时，就立刻对自己的弱点深恶痛绝，而一旦境况有所好转，就满心欢喜，把自己弱点曾带来的或潜在的危害全抛在脑后。这些在人性上出现的障碍因素，无疑是埋在身边的最大

隐患。

本书详尽介绍了60种生活中常见的人性弱点,通过一些发人深省的现实案例,深入剖析了这些弱点给人们造成的危害,启发读者对自己身上潜伏的弱点有个全面深刻的认识和审视,引以为戒,加以克服,减少和避免这些弱点给自己生活和工作造成不必要的挫折和损失,从而充分发掘潜藏在自身内部尚未利用的优势,为自己打开成功幸福之路。

希望本书如一汪清泉,一杯清茗,一片薄荷,滋润你的心田,洗涤你的大脑,让你醍醐灌顶,感受多多,收获到所要的东西。

编著者

2007.6

CONTENTS

01. 嫉妒	1
02. 听天由命	6
03. 抱怨	11
04. 贪婪	17
05. 懒惰	22
06. 虚荣	28
07. 随波逐流	34
08. 优柔寡断	39
09. 自卑	45
10. 拖拉	50
11. 自负	56
12. 依赖	61
13. 忧虑	66
14. 恐惧	70
16. 贪图安逸	80
17. 偏执	85
18. 轻信	90
19. 盲目	95
20. 妨碍他人	100
21. 空想	105
22. 浮躁	110

23. 贬损他人	114
24. 自私	119
25. 吝啬	124
26. 孤僻	129
27. 猜忌	134
28. 得意忘形	139
29. 敷衍	143
30. 消极	147
31. 漠视他人	152
32. 咄咄逼人	156
33. 任性	161
34. 鲁莽	166
35. 报复	171
36. 意气用事	176
37. 墨守成规	180
38. 占便宜	185
39. 推卸责任	189
40. 虚伪	193
41. 急功近利	197
42. 爱出风头	202
43. 放纵	207
44. 找借口	212
45. 唠叨	217
46. 揭短	222
47. 强加于人	226
48. 挑剔	231

49. 耍小聪明	236
50. 避重就轻	241
51. 吹 嘘	246
52. 患得患失	251
53. 有始无终	255
54. 草 率	260
55. 反复无常	264
56. 满足现状	268
57. 傲 慢	273
58. 势 利	277
59. 唯利是图	281
60. 软 弱	285

人生箴言

- ※ 嫉妒会使人人格扭曲，从而丧失正常的处世心态。
- ※ 嫉妒的人总是拿别人的优点来折磨自己。
- ※ 嫉妒的人得到的不是眼泪就是鲜血。

2004年5月19日，长春大学发生了一起重大投毒案，警方经过40多个小时的缜密侦查，破获了此案。犯罪嫌疑人高锐被刑事拘留后道出了事情的真相：高锐、王立山两家分别经营长春大学职业技术学院食堂的两个窗口。高锐嫉妒王家效益好，就产生了报复王家的邪念。5月18日23时，高锐拿出早已准备好的亚硝酸盐，从王家的卖饭窗口爬进其厨房，投放到食盐罐里，就造成了19日早晨100多名学生中毒的后果。

很显然，“5·19”投毒案是嫉妒种下的苦果。嫉妒是人与生俱来的人性弱点。古往今来，因妒生怨，因怨生恨，然后是不计后果、不择手段的例子太多了。

庞涓本来和孙臆一起在鬼谷子门下学习兵法，因为他贪恋富贵，就先行下山，投奔了魏王，并被魏王拜为将军，执掌魏国兵权。而孙臆则继续留在山上，跟鬼谷子继续学习，得到了鬼谷子真传——孙子兵法十三篇。庞涓知道后，非常嫉妒孙臆的才华，就将孙臆骗下山，设计陷害孙臆，致使孙臆遭到被剜去膝盖骨的酷刑。

俗话说，嫉妒者以害人始，以害己终。孙臆逃回齐国后，自然就和庞涓成了死对头。几次交锋，孙臆都把庞涓打得落花流水，最后还在马陵道一役，

逼死庞涓于树下。

关于嫉妒，《三国演义》中周瑜的故事堪称经典。周瑜一世英雄，却十分嫉妒诸葛亮的才能，几次设计暗害诸葛亮，都被诸葛亮识破并击败，留下了“赔了夫人又折兵”的遗憾，最后还在“既生瑜，何生亮”的哀叹中含妒而亡。

《东周列国志》中也有一个关于嫉妒的故事：郑国公子伐子都在校场比试中败给颖考叔，没有当上先锋官，便暗中嫉妒颖考叔。在攻打敌国城池时，颖考叔冲锋在前，在跃上敌国城墙的一瞬间，伐子都怕其夺得头功，再也按捺不住嫉妒之火，从背后放冷箭将颖考叔射死。

这就是可怕的嫉妒，它能在不知不觉中扭曲人的灵魂，使人丧失理智，犯下无法弥补的错误。

德国有一句谚语：好嫉妒的人会因为邻居的身体发福而越发憔悴。还有人说好嫉妒的人40岁的脸上就写满了50岁的沧桑。培根还说：嫉妒这恶魔总是在暗暗地、悄悄地“毁掉人间的好东西”。

《现代汉语词典》关于嫉妒的解释是：对才能、名誉、地位或境遇等比自己好的人心怀怨恨。因此，我们可以作出这样的判断：嫉妒心理的产生是差别和比较的产物，这种差别和比较的结果是心理极端不平衡，并且这种不平衡还会与不满、怨恨、烦恼、恐惧等消极情绪联结起来，一边折磨嫉妒者，一边尽可能地或者是不择手段地摧毁被嫉妒者的一切优点。

醒世金言

- ◆ 好嫉妒的人往往从害别人开始，以害自己告终。
- ◆ 不要嫉妒你的敌人和对手，他们越优秀越能让你变得更伟大。
- ◆ 以贬低别人来抬高自己，这种处世方法是最弱智的。
- ◆ 有过强嫉妒心理的人，要适当选用心理治疗与药物治疗，因为你已经病得不轻了。

芸芸众生中，嫉妒的内容各不相同，有针对名誉、地位的，有针对钱财、爱情的，最厉害的一种是：只要是别人有的，都在嫉妒之内。而由内容推演出的嫉妒的表现形式就更为千姿百态了：

最激烈的嫉妒心理会表现出很强的攻击性，他们往往不看别人的优点、长处，而总是挑剔别人的毛病，甚至不惜颠倒黑白，弄虚作假。他的目的在于一定要颠倒被攻击者的形象。

还有一种产生于同一时代、同一部门的同一水平的人中间的嫉妒心理，这种嫉妒心理表现出很明显的指向性。原因很简单，就是因为曾经“平起平坐”过，或是曾经“不如自己”过，如今成了“能干”者，从而对之产生抵触和对抗。

不管是哪一类的嫉妒心理，都会伴随着一定的发泄性行为，或表现在言语上的冷嘲热讽，或表现在行为上的冷淡、疏远，抑或是攻击性更强的行为。

此外还有一种很隐蔽的嫉妒行为，也许是出于惧怕舆论和道德的谴责。有这种嫉妒心理的人一般都不愿直接地表露出来，而是千方百计地伪装，如本来是嫉妒某人的某一方面，却不敢直言，故意拐弯抹角地从另一方面进行指责或攻击。

通过嫉妒的种种表现，我们完全可以得出这样一个结论：嫉妒心理是一种破坏性因素，对生活、工作、事业都会产生消极的影响。出于嫉妒，人们就会把自己置于一种心灵的地狱之中，折磨自己，折磨别人，但折磨来折磨去，被嫉妒者毛发无损，嫉妒者却洋相百出，落个“赔了夫人又折兵”的下场。

最可怜的是嫉妒还会伤及身体健康：妒火中烧而得不到适宜的发泄时，内分泌系统会功能失调，导致心血管或神经系统功能紊乱而影响身心健康；嫉妒心强的人易患心脏病，而且死亡率也高。此外，如头痛、胃痛、高血压等，易发生于嫉妒心强的人，并且药物的治疗效果也较差。

有人对嫉妒心理的破坏性进行了解剖：

1.直接影响人的情绪和积极奋进精神。

2.容易使人产生偏见。

3.压制和摧残人才。

3.影响人际关系。

4.影响身心健康。

可见，嫉妒是世界上最具杀伤力的情绪。它是一种毒药，能将你从内到外彻底腐蚀。

虽然曾有专家说：“不要对自己太苛刻了，我们不过是一群凡夫俗子，有着各种各样的情感。我们不能先给嫉妒下一个负面的定义，它并不是一无是处。”但是，嫉妒终归是一种让我们都难以启齿的不良情绪，我们必须得想办法让它从我们身边走开。

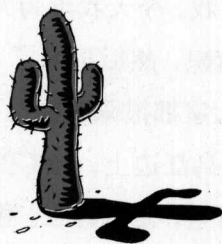
20世纪声誉卓著、影响深远的思想家之一伯特兰·罗素在其《快乐哲学》一书中谈到嫉妒时说：“嫉妒尽管是一种罪恶，它的作用尽管可怕，但它并非完全是一个恶魔。它的一部分是一种英雄式的痛苦的表现；人们在黑夜里盲目地摸索，也许走向一个更好的归宿，也许只是走向死亡与毁灭。要摆脱这种绝望，寻找康庄大道，文明人必须像他已经扩展了自己的大脑一样，扩展自己的心胸。他必须学会超越自我，在超越自我的过程中，学得像宇宙万物那样逍遥自在。”

你看，摆脱嫉妒心理多么简单，只要做个心理健康的好人，再按照下面的方法去做，就可以克服嫉妒了！

克服嫉妒

- 1.端正认识：别人取得了成就，并不意味着是对你的否定，人们给予别人赞美和荣誉，也并没有损害你。
- 2.转移注意力：嫉妒心一萌发，就立即转移环境，投身于自己最喜爱的活动中去。

3. 自我安慰：人生不如意事十之八九，哪能样样都合你的心；人人都有本难念的经，他也有不如意的事。
4. 驱除虚荣：少一份虚荣就少一份嫉妒心，虚荣心追求的只是虚假的荣誉。
5. 正确比较：“以己之长比人之短，而不是以人之长比己之短。”这是最乐观、最科学的比较方法。
6. 换位思考：过多地考虑自身的得失，天地会变得越来越窄。
7. 主动驱除：自我抑制是治疗嫉妒心理的苦药，自我宣泄是治疗嫉妒心理的特效药。
8. 正确评价自己：不要只看自己的优点，也要意识到自己的缺点，这样就会变得“心底无私天地宽”了。



听天由命

人生箴言

- ※ 老天在带给人幸运的同时，也带给人厄运，一味地听天由命，就等于连厄运也照单全收了。
- ※ 听天由命只会让人生的步伐变得紊乱起来，或者干脆停滞不前甚至向后倒退。
- ※ 听天由命只会使自己丧失生活的主动权，使整个人生陷入被动的泥潭之中。

公元前202年，刘邦和项羽之间的楚汉之争达到了白热化的程度。原来占上风的项羽，实力已是江河日下，最后被汉军层层围困在了垓下。经过几番冲杀之后，项羽仅带领800多个骑兵突破包围圈向南疾驰而去。等渡过淮水，只剩下了100多人，之后又被指路的田父所骗，陷入了沼泽地。汉军追兵很快又追上来。项羽估计自己不能脱身，就对大家说：“我从起兵到现在，已有8年，一直是攻无不克，战无不胜。今天落到这步田地，实在不是因为作战不行，而是上天要亡我。今天我再为大家作一速战，必能战胜三次，斩杀汉军将领，砍倒汉军旗帜，然后再死。”于是项羽冲入敌阵，斩杀汉军都尉一名，士兵数百人。大家都很佩服地说：“正如大王所说！”

项羽引兵向东，来到乌江边上。乌江亭长把船停靠在岸，对项羽说：“江东地方虽小，但方圆数百里，足以称王。愿大王快快渡江！”项羽大笑说：“这是上天要使我灭亡，渡江何用？”

自古及今，人们评说项羽失败的原因，无不归结于其性格心态。从这里

我们不难看出，项羽之所以最终落得个一败涂地的下场，与他那种听天由命的行事风格大有关系。

小张驾驶着旅行社的豪华巴士，行驶在高速路上。在一出口处，一辆汽车从后面蹿了出来。小张在未采取任何制动措施的情况下，将违章行使的小汽车撞出了高速路，自己驾驶的大巴也急速地撞到高速路的护栏上。小汽车司机当场死亡，大巴上的旅客大部分重伤。当警察问起小张为什么不采取制动措施时，小张说：“是福不是祸，是祸躲不过，当时那种情况只好‘听天由命’了……”

就当时的情况看，这场灾祸并不是不可避免，只是因为作为驾驶员的小张一直抱有听天由命的心态，才酿成了这场大祸。同样是司机，报纸上还有过这样的报道：某地一名驾驶员在行车过程中，心脏病突发，他“感觉”极为不好，于是，他拼尽最后一点力气，将车慢慢靠边停下并拉下手刹。当车上的人明白是怎么回事时，该司机已经在方向盘上停止了呼吸。

从这些故事看，所谓听天由命就是任凭事态发展变化，不做任何主观的努力。这绝对是一种消极心态，它的危害多半在事态向不好的方向发展时体现出来。在这种消极心态的影响下，人们会在困难面前主动放弃，使事情向更糟糕的方向发展，让自己解决问题的能力越来越退化，进而使自己丧失许多机会。听天由命的人嘴边常挂着“不顺”、“背运”、“打击太大”、“困难太多”等词汇，在遭遇困难时，他们不是积极地去找解决问题的办法，而是先摆出一大堆困难，以便说服自己不去努力。

听天由命的危害：

1. 因为缺乏心理准备，使自己在面对困难时总是束手无策。
2. 因为缺乏训练，使得应对困难的能力退化。
3. 听天由命可以使人丧失一切成功的机会。
4. 在困难面前听天由命常会使事情向恶劣的态势发展，酿成惨重的后果。
5. 在困难面前的无能表现只会使自己越来越压抑、烦闷、愤懑乃至悲观绝望，进而影响自己的健康。

醒世金言

- ◆ 把自己交给所谓的“天命”，只会使自己越来越压抑、烦闷、愤懑乃至悲观绝望。
- ◆ 做自己的主人，真正的强者决不会听天由命。
- ◆ 挫折和痛苦是生活必然会有的组成部分，有矛盾构成的人生才是自然、真实和美好的。
- ◆ 积极勇敢地生活，将会使我们拥有一个足以让自己为之自豪的人生。

可见，听天由命对生活不但没有任何有益的影响，相反它只会让人生的步伐变得紊乱起来，或者干脆停滞不前乃至向后倒退。这就是为什么听天由命的人难以成功的原因。

既然听天由命对成功有百害而无一利，为什么人们在面对苦难、挫折时要选择听天由命呢？那是因为人们的本性中存在着懦弱、懒惰的弱点，再加上能力有限，自然就在苦难面前听天由命了。

一般情况下，人们在遭遇困难时，软弱、懒惰等深藏于人性中的弱点就会首先跳出来左右人的行为，因为人是追求安逸的动物，不到万不得已谁也不愿意多花费气力。此时，若想战胜自己的弱点去主动克服困难，就要凭借意志的力量去克制自己的欲望了，而克制欲望是很痛苦的一件事。所以，意志力薄弱的人在困难面前常会表现出听天由命的态度来。同样，要克服困难，光有坚强的意志力也是不够的，还要凭借智慧和能力，很显然没有智慧和能力的人在困难面前是不会有表现的，只有听天由命了。

那么如何克服听天由命这一人性弱点呢？

首先从端正我们的生活态度，正确认识挫折和困难入手。可以这样说，任何人都不可能一生一帆风顺，总会遭遇挫折、打击和不幸，总会有跌倒摔跤的时候，在这种情况下，如果我们一味地慨叹世道的不公，就会感到压抑、烦闷、愤懑，甚至悲观绝望，就会自然而然地把自己交给所谓

的“天命”，结果完全丧失了生活的主动权。相反，如果我们能够把厄运中的苦难看成是生活中的一部分，能在坦然接受之后，用积极主动的方式去迎接它、改变它，那么，我们必将能够扼住命运的咽喉，彻底战胜那看似强大的“天命”。

英国伟大的诗人弥尔顿在双目失明之后，仍以坚毅的精神写出了流传后世的优美诗篇；贝多芬也是在失去宝贵的听力之后，以让平常人难以想象的毅力谱写出了不朽的乐章；海伦·凯勒传奇般的生命奇迹，是伴随着聋哑和失明的双重不幸而出现的；至于张海迪，更是在高位截瘫的情况下，以顽强不息的精神去反抗“天命”，成为时代的先锋和楷模。在芸芸众生中，那些最终成为强者的人，无不是在厄运中怀着希望直面人生，从逆境中奋起，披荆斩棘，从而占领了命运制高点的人。

其实，一般而言，厄运并不总是致命的，也是不会长久存在的。生命其实是一个循环过程，有时候，厄运可以说就是一种幸运，一种难得的契机，但要实现这种转化，关键在于你采取了什么样的态度和行为：是顽强奋斗还是“听天由命”，也就是说，在生活当中，无论发生了什么事，我们都要记住这一点：命运反复无常，当幸运来临之时，固然要不失时机地把握；而当厄运临头时，更应积极主动地迎难而上，将它的不利影响降到最低程度，努力摆脱它所带来的阴影，让自己的生命重新走上正常的轨道。而绝不是被动地“听天由命”，使自己的生活丧失活力和希望。“对任何外来的打击和压力，都要积极地去承受。”这是西方传说中的两千多年前的耶稣所说的话，对于今天我们的生活依然有很好的教育作用。

罗伯特·卡式诺在他著名的励志著作《当不幸降临到善良的人们身上》中这样说：我们不应当总是把眼光落在过去的失落和痛苦上，不应当总是这样问自己：“为什么不幸总是落在我的头上？”代替这句话的应该是面向未来的问题——“既然这种情况已经出现，我应该怎样做才能更好？”