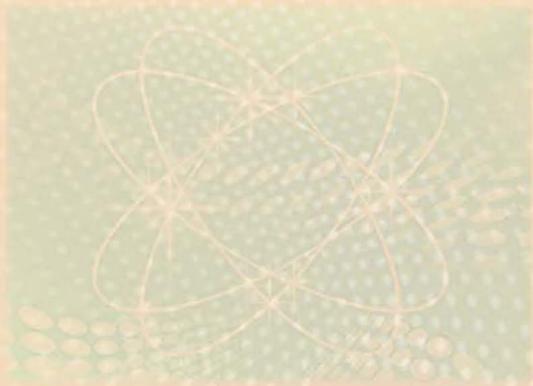


学海导航

# 一生要超越的 42 个人性弱点

刘登福 主编



远方出版社

学海导航

# 一生要超越的 42 个人性弱点

刘登福 主编

远方出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

一生要超越的 42 个人性弱点/刘登福主编. —2 版. —呼和浩特:  
远方出版社, 2007. 4

(学海导航)

ISBN 978-7-80723-111-0

I. ... II. 刘... III. 成功心理学—青少年读物

IV. B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 057700 号

## 学海导航

### 一生要超越的 42 个人性弱点

---

主 编	刘登福
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
发 行	新华书店
印 刷	华北石油廊坊华星印务有限公司
版 次	2007 年 6 月第 2 版
印 次	2007 年 6 月第 1 次印刷
开 本	787×1092 1/32
印 张	210
印 数	3000
字 数	2000 千
标准书号	ISBN 978-7-80723-111-0
总 定 价	548.00 元(共 30 册)

---

远方版图书, 版权所有, 侵权必究  
远方版图书, 印装错误请与印刷厂退换



## 前言

21世纪,是一个日新月异的时代,是一个知识创新的时代。这就向我们青少年朋友提出了更高的要求,我们必须树立终生学习的信念,只有这样我们才能跟得上时代,才不至于在竞争中被淘汰。

人经历生命的过程其实就是一个不断求知的过程。作为学生,求知最重要的手段就是读书。书是人类智慧的结晶,是人类进步的阶梯。读书,可以治愚;读书,可以明智;读书,可以使人增长知识;读书,可以使人增长才干;读书,可以使人高尚;读书,可以使人升华。读一本好书,就犹如经历了一次生命的洗涤,就犹如进行了一次灵魂的净化。

青少年是人生的起步阶段,也正是读书的大好时光。青少年从小培养成读书的习惯,对以后的学习、生活和工作乃至人的一生的理想和追求都会受益无穷。可是,书海浩瀚,穷一生之力也不可能读完。因此,青少年应该学会有选择性地去读,万不可随便拿起一本书就乱读一气。同时,现在市场上的各种书目层出不穷,且质量和内容都良莠不齐。在这种情况下

下,青少年的选择稍有不慎,就有可能接触到思想混乱或不健康的书籍。所以,在对待眼花缭乱的各类书籍时,青少年一定要慎重选择,小心辨别。

《学海导航》丛书也正是应广大读者的需要而产生的。本套丛书融合了古今中外最优秀的作品,是一部优秀的百科全书。本套丛书编写思维缜密,结构严谨,注重学习方法的培养,注重在学习的过程中教育人启迪人,是你迷茫时指点迷津的益友。希望这套丛书的问世能够切实解决读者朋友们遇到的种种难题,真正起到导航的作用,让读者在心灵享受的同时,获得真正的人生感悟。

一个人呱呱坠地之日起,就开始了人生的旅程。在漫长的人生之路中,每个人都会背着装有人生信条的行囊前行。人生信条不同,生活方式也会不同。如果没有了自信,行程中就会多走不少弯路;如果没有了勤奋,征途上就会遭受失败的打击;如果没有了友谊,旅程中就会出现孤独的困扰;如果没有了健康,路途上就会经受病痛的折磨……

青少年在成长的岁月中,面对社会的喧哗和骚动,面对生活的诱惑和困难,面对学校和社会的差距,难免会感到无所适从,不懂得在自己的人生行囊中放置什么,舍弃什么。本书就为了能让青少年在复杂的社会中学习一些切实可行的道理和方法,少走弯路,避免不必要的失败。

编者



1. 不要批评、责怪或抱怨 /1
2. 培养宽宏而大度的心灵 /4
3. 真诚地赞赏他人 /7
4. 保留他人的面子和自尊 /10
5. 保持自我本色 /14
6. 做一个智慧的敬业者 /18
7. 马上就去做 /21
8. 宽容待人,不要心存报复 /25
9. 学会感恩 /29
10. 巧用劣势 /32
11. 走自己的路,让别人去说吧 /35

12. 让对方说“是” /38
13. 虚心接受别人的批评 /41
14. 学会真诚地关心他人 /45
15. 关照他人就是关照自己 /48
16. 设身处地为他人着想 /52
17. 共建一个温馨的家庭港湾 /56
18. 微笑,微笑吧 /60
19. 尊重从记住他人的名字开始 /64
20. 倾听也是一门艺术 /67
21. 重视并迎合他人的兴趣 /72
22. 用真诚打动人 /76
23. 控制自己的情绪 /80
24. 人为什么会产生疲劳 /85
25. 消除忧虑的处方 /89
26. 不要因小事而垂头丧气 /93
27. 如果您错了,请当即承认 /96

## 一生要超越的42个人性弱点

---

28. 要知道钱是怎么花掉的 /99
29. 不做金钱的奴隶 /104
30. 主动称赞并欣赏他人 /108
31. 间接批评的艺术 /112
32. 人生贵在向前看 /116
33. 永远坚持自己的信念 /120
34. 坦然接受事实 /123
35. 相信自己是独一无二的 /126
36. 请做好自我的主宰 /129
37. 做好一生中的重要决定 /132
38. 大胆说出你的心事 /136
39. 保持每日多清醒一小时 /138
40. 从休息中获得活力 /141
41. 适时放松自己 /144
42. 快乐源于健康心态 /148



## 1

### 不要批评、责怪或抱怨



#### 内容描述

据说,当林肯的妻子和有些人,刻薄的谈论南方人时,林肯总是这样回答:“不要批评他们,我们在相同的情形下,也会像他们一样。”

“慢着,或许我不能这样匆忙,我坐在这宁静的白宫里,命令弥特进攻,那是一桩很轻而易举的事,可是如果我到了吉地司伯,我也看到弥特上星期所看到的那么多血,我的耳朵也听到死伤者的呼叫、呻吟,也许我也不会急于要向“李”军进攻……如果我也有跟弥特一样懦弱的个性,或许我所做的,会跟他做的完全一样。”

现在木已成舟,无法挽回了,如果我发出这封信,固然解除了我心里的不愉快,可是弥特也会替他自己辩护。在那种情形下,他会谴责我,引起他对我的恶感,而且会损伤他以后做司令官的效果,甚至还会逼他辞去军队的职司。”

以后我们如果想要批评人家时,让我们从口袋拿出一张

五元的钞票来,看看钞票上林肯的像,这样的问自己:“如果林肯遭遇到这类的事,他将如何的去处置呢?”

你所认识的人,你愿意他改变、调整,或是进步吗?是的,那是最好不过的。可是为什么不从你自己先开始呢?从自私的立场来说,从自己开始要比改进别人,获益得多。

“当一个人争论、激辩时,”鲍宁这样说:“他在若干方面已不是寻常的。”

佛兰克林在年轻的时候,并不伶俐,可是后来成为极有手腕,和处世待人极有技巧的人,甚至担任过美国驻法的大使。他成功的秘诀,是:“我不说任何人的不好!”他又这样说:“而说我所知道的每一个人的好处!”

卡莱尔曾经这样说过:“要显示一个伟大人物的伟大之处,那就要看他如何对待一个卑微的人。”

正如强森博士所说的:“上帝在末日之前,还不打算审判人!”

你我又为什么要批评人呢?

当我们要应付一个人的时候,应该记住,我们不是应付理论的动物,而是在应付感情的动物。

有心理学家曾经实验证明:在训练动物时,一个有良好行为就得到奖励的动物,要比一个因行为不良就受到处罚的动物学得快得多,而且能记住它所学的东西。进一步的研究表明,人类也有同样的情形。我们用批评责怪的方式并不能够使别人产生真正的改变,反而常常会引起反感和愤恨。所以,对别人挑剔、批评、责怪或抱怨都是愚蠢的行为。

了解就是宽恕,宽恕根源于爱。从现在开始,请你记住待人处世的第一大原则:不要批评、责怪或抱怨他人。

## 一生要超越的42个人性弱点

---



尽量去了解别人，而不要用责骂的方式；尽量设身处地去想——他们为什么要这样做。这比起批评责怪要有益、有趣得多，而且让人心生同情、忍耐和仁慈。

# 2

## 培养宽宏而大度的心灵

### 内容描述



有这样一个真实的故事。包布·胡拂是一位著名的飞行员，他经常在航空展览中进行飞行表演。一天，他在圣地亚哥航空展览中表演结束飞回洛杉矶，在 300 英尺的高度，他的飞机引擎突然熄灭！他凭着丰富的飞行经验和高超的驾驶技术，紧急迫降，人虽未受伤，昂贵的飞机却严重损坏。胡拂迫降后要做的第一件事就是检查飞机的燃料。正如他所预料的，他所驾驶的第二次世界大战时的螺旋桨飞机，装的居然是喷气机燃料而不是汽油！

回到机场后，他要求见见为他保养飞机的机械师。那位年轻的机械师已经知道了自己装错了燃料并为自己的错误痛悔不已。他泪留满面地迎着胡拂的目光，准备承受事事要求精确的杰出飞行表演家在震怒之下对自己毫不留情的斥责。但是，出人意料的是，胡拂走过去，搂住年轻机械师的肩膀，亲切地说：“为了表示我相信你永远不会再犯同样的错误，明天，



我想请你再为我保养飞机。”

宽宏而大度的心灵，尤其会在对待犯了错误的小人物时更显示出耀眼的光芒。这是因为他深深地懂得，除了苛责与斥骂，还可以寻找到更为理想、效果更佳批评方式；而一个被付出过高额成本的错误，潜藏着巨大的良性价值，它不该被我们草草埋葬。

《庄子》中有句话说得好：“人生天地之间，若白驹之过隙，忽然而已。”人生苦短，又何必为区区小事而耿耿于怀呢？即使是“大事”，别人有愧对你之处，糊涂些，反而会感动人，甚至改变人。公元200年的一天，官渡之战刚刚打完，曹军正在清点战果的时候，一位官员抱着一大捆信件，急匆匆地向曹操汇报：袁绍仓惶逃走，留下不少东西，其中有一些信件是曹营中一些人暗地里写给袁绍的，有的干脆表示要离开曹营，投奔袁绍。

曹操的亲信得知这些信的内容都很生气，有的说：“吃里扒外，这还了得！应该把他们抓起来！”曹操微微一笑，说：“把这些信统统烧了。”这个命令使在场的人都愣住了。“真的不查了？！”有人轻声问。“是的，不查了！”曹操说。不查内奸，似乎糊涂，但实质是精明。曹操这样干，那些暗通袁绍的人才把心里的一块大石头放下，旁人也觉得曹操度量宽，愿意在其麾下效力。

想要成就一番大业，你就必须学会理解别人，学会作出让步。你只有对别人好，才能换得别人对你的好。

阿根廷有个著名的高尔夫球手叫罗伯特·温森，一次锦标赛夺冠后，他曾把资金给了一个自称孩子病危的妇女。不料，几天后有人跑来告诉他：“那妇女是骗子，你上当了！”他反问：“这么说，并没有一个孩子病得要死？”对方说：“是的”温森也就立刻笑了笑，说：“好极了，这是我一个星期来听到的最好

的消息！”

著名京剧表演艺术家梅兰芳先生，他的善解人意，就为他带来了白玉无暇的名声。

抗战胜利后，在上海一家小报的广告栏中，出现了一条“艺人梅兰芳卖画”的字样，显然，是有人在冒梅兰芳之名赚钱。对这种恶劣行为，梅兰芳的朋友们都十分气愤，纷纷准备去那家小报兴师问罪，并准备找出那个冒名者，狠狠教训他一通。

梅兰芳却劝阻了他们，他对朋友们说，这个冒名者想赚钱不假。但通过卖画来赚钱，想必也是有点本事的，估计也是个读书人，只不过命运不济罢了。

朋友们从侧面了解了一下冒名者的来龙去脉，果然同梅兰芳预料的一样。无独有偶，西班牙著名画家毕加索也有这样的胸怀。

毕加索对冒充他的假画毫不在乎，从不追究，最多只是把伪造的签名除掉。有人不解地问他为什么这样，毕加索说：

“作假画的人不是穷画家就是老朋友，我是西班牙人，不能和老朋友为难，穷画家朋友们的日子也不好过。再说，那些鉴定真迹的专家也要吃饭，那些假画使许多人有饭吃，而我也没有吃亏，为什么要追究呢？”

所以，我们应该培养自己宽宏大度的心灵，学会理解与宽恕。



因批评而引起的羞愤，常常使雇员、亲人和朋友的情绪大为低落，并且对应该矫正的现实状况，一点好处也没有。

## 3

### 真诚地赞赏他人

#### 内容描述

前苏联心理学家曾做过这样一个实验：他们从一般大学生中挑出一个相貌、气质、学习成绩各方面表现都相当平庸而且有点自卑、也不太招人喜欢的姑娘，特意安排她的一些同学，对她改变看法，对她表示喜爱和赞扬。于是，从这天起，有的同学对她表示某种好感，说她有很多可爱之处；有的主动献殷勤，送她回家；还有很多同学送她礼物祝贺生日。每个同学都尽量发现和赞扬她的闪光点，认定她是个聪明美丽的姑娘。结果，不到一年的时间，这位原本一切平平的女大学生变得相当出色。她变得自信开朗，爱说爱笑，学习成绩和仪表风度都成了好样的。她赢得了同学们的喜爱，简直像获得了新生！

鼓励和赞扬真具有这样的魔力吗？如果你不相信，请回想一下自己曾经得到某种赞扬时的那种美好的感觉吧！

在日常生活中，我们通常忽略的美德之一便是赞赏他人。有时候，孩子从学校带回一份好成绩单，我们忘了称赞他们；

当孩子们第一次烤了一个蛋糕,我们也忘了鼓励他们。对孩子来说,父母的注意和赞赏是最令他们高兴的。

而几年前,有人对离家出走的妇女进行过研究。你知道她们离家的主要原因是什么吗?——“没有人领情”。虽然我们也常常心里感谢另一半所做的一切,却很少说出赞美的话语来表达自己的感激之情。

真诚的赞赏是约翰·洛克菲勒成功管理人事的首要秘诀。举例来说,爱德华·贝德福特是洛克菲勒的合伙人之一,在南美的一次生意中,他使公司损失了100万美元。洛克菲勒当然可以指责贝德福特。但是,他并没有这样做。他知道贝德福特已经尽力了——再说,事情已经发生并且已经过去了。所以,洛克菲勒另找其他的事称赞贝德福特,说他节省了60%的投资资金,“这太好了,”洛克菲勒赞美说,“我们并不能总是像巅峰时期那么好。”

在你每天的生活之旅中,别忘了为人间留下一点赞美的温馨,这一点小火花会燃起友谊的火焰。当下次见面时,就会惊奇地发现它会留下多么明显的痕迹。

有两家小商店,一家生意兴隆,财源滚滚而进,另一家却惨淡经营,最终关门大吉。两家店面,货品、位置都差不多,却产生两种不同的结果,确实值得人们深思。

原来前者的老板是个热情的人,她的处事手段就是她家生意获利的根本原因。她最引以为骄傲的就是能够随时找到话题适当地赞美他人长处。

她会赞美一个小孩“你真聪明!你真乖!”赞美年轻妇女“你越来越漂亮了!”赞美年轻小伙子“唉,听说你很体贴家里,又很能赚钱呢!”赞美老年人说“您真是好长辈,那么细心地照顾家人。”每次,她都能够恰到好处地赞美客人,让客人的心里美滋滋的。这样,每位客人都愿意到她这里来得到心理满足,

而她店里的生意也自然兴隆起来。

我们都喜欢与喜欢自己的人相处,喜欢与赞美自己的人相处。对赞美自己的店家,我们也会同时对她有份亲切的感觉,都愿意与她交往。因此,每次谈话办事都找出对方的一个优点来赞美,可以很快拉近彼此之间的距离。

卡耐基先生在纽约的一家邮电局寄信,发现那位管挂号信的职员对自己的工作很不耐烦。于是,卡耐基看着他,很诚恳地对他说:“你的头发太漂亮了。”

那人抬起头来,有点惊讶,脸上露出了无法掩饰的笑容。他谦虚地说:“哪里,不如从前了。”卡耐基对他说:“这是真的,简直像是年轻人的头发一样!”他高兴极了,很快帮卡耐基办完了手续。当卡耐基准备离开的时候,他又对卡耐基说:“许多人都问我究竟用了什么秘方,其实它是天生的。”

被赞美、被关爱是一种催人向上的力量。而这种力量,有时是无穷的。如果你想学会待人处世,那就请记住:真诚地赞赏他人。



爱默生说:“我遇见的每一个人,或多或少是我的老师,因为我从他们身上学到了东西。在你每天的生活之旅中,别忘了为世间留下一点赞美的温馨,这一点小火花会燃起友谊的火焰。”