

塑造完美性格 人生事业第一课

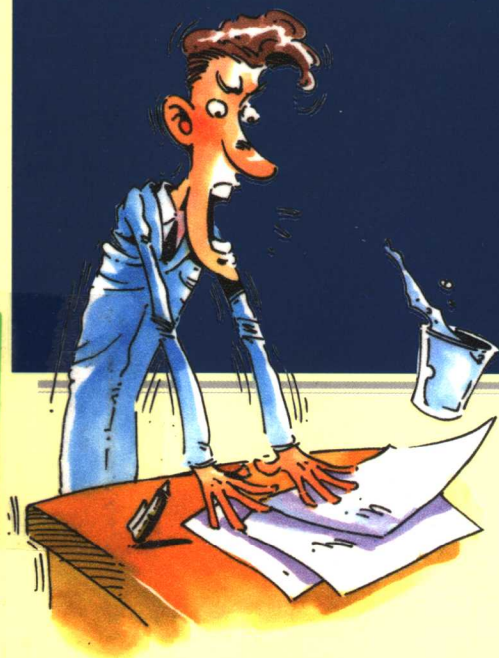
Don't let the personality destroy you

别让性格 毁了

塑造成功性格的15种方法

李 实◎编著

一个人的性格决定他的行为模式，
也就决定他的命运。



中国华侨出版社

B848.6

5

塑造完美性格 人生事业第一课

别让性格 毁了你

塑造成功性格的15种方法

李 实◎编著

中国华侨出版社

序 言

塑造良好性格是人生成功的开始

世界上没有完全相同的两片树叶，更没有完全相同的两个人。从这个意义上说，人们的性格是千差万别的，每个人都有自己独特的性格，每个人都有与众不同之处，哪怕很小很小。

由此可见，性格是个复杂的东西。

在这个复杂的系统里，各种性格取向是相互缠绕地胶着在一起的，刚毅的人可能短于理智；自信的人可能缺乏沉稳；果断的人可能不具有温顺；善于学习的人可能不善于行动……

性格内在的相互作用，是心灵的磨砺过程。这个过程，如果没有正确的标准作导引，那么作用的结果，很可能不太乐观。比方一个人性格中充满自信，但也具有很强的傲慢气质，当傲慢主宰自信的时候，性格中的专横跋扈、目中无人甚至不可一世，便可能凸现出来。这对一个人的成功，无疑将是致命的障碍。性格就像长长的影子，拖在生命的背后，当这个影子变得很暗很暗的时候，也就会将生命拖得很重很重。

培养良好的性格，寻找性格系统中的亮色，是一项很有意义的工作。培养，是一个艰巨的工程，但重要的工作

无非两项，一是建构，一是扬弃。

性格的形成过程微妙复杂，受先天和后天的影响很大，人们常说：“江山易改，本性难移。”因此，建构首先需要扬弃，而扬弃的前提是学会鉴别。哪些性格取向是生命的暗影，需要大刀阔斧地丢舍？哪些是不需要修正便可去粗取精？哪些又是人性中的精良品牌，需要精心呵护全力打造？建构与扬弃是一个不能分开的过程，将这个过程认真地“履行”下来，就是培养。

培养，让人获得新的生命亮点；培养，会使人脱离不良性格的纠缠，将那个可怕的暗影彻底甩掉，从而走向人生的新境界；培养，是成功的必要准备。

培养良好的性格更应注重方法。方法的要点在于有用、实用、耐用。本书的目的就是希望将历史的智慧及先哲大师的睿智真知，延展成薄薄的蝉翼，补缀成一片片方法的图卡，让你在美丽的欣赏中得到一种货真价实的启悟。这就是我们的愿望。

一场巨大的成功，有时会得益于性格深处的一次微小嬗变，这种嬗变就源自于优良性格的培养和拙劣性格的扬弃。

走进生命深处，来认真地观照生命里这个无法挥去的长长的影子吧！

编 者



别让性格 毁灭了你

Don't let the personality destroy you

目 录

第一章 认识性格 把握命运

——性格，不是生命中的黑洞 1

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格，都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，也可以助你走向成功的彼岸！认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；就是要把握命运的风帆，从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。

一、性格的内涵是什么？ / 3

二、性格是造就心态的基础 / 8

三、性格是决定命运的舵手 / 14

第二章 彰显魅力 性格有价

——走进精彩纷呈的性格百草园 19

人的灵魂深处总会交织着善与恶、美与丑、悲与喜、崇高与滑稽、圣洁与鄙俗、伟大与渺小、天使与魔鬼、光明与黑暗等的激烈搏击，人的性格世界就像是一个丰富多彩的百草园。走进这个百草园，你才能看清性



别让性格 影响了你

格中的每个个体；看清个体之间的优与缺，有序与无序；看清个体与整体的联系。只有这样，你才会真正把握好性格的脉搏，追求到性格的美好和谐。

- 一、世界上没有两片完全相同的树叶 / 21
- 二、为性格估一个价格 / 26
- 三、及时为自己的性格会诊 / 30

第三章 性格万变 不离其宗

——破译性格系统中的“木桶效应” 35

一只木桶能装多少水，完全取决于它最短的那块木板，这就是“木桶效应”。一个人性格的完美程度，完全取决于这个人格中最弱的环节，这就是性格系统的“木桶效应”。破译性格系统的“木桶效应”，就是要洞悉复杂性格的成因，替换性格中最弱的“短板”。

- 一、性格不是简单的 1 + 1 运算 / 37
- 二、弄通性格复杂性的成因很有必要 / 41
- 三、一定要换掉那块短板 / 45

第四章 打磨性格 成就一生

——全力开采性格矿藏 49

性格是生命的圆镜，拂去尘土，本身就是光明；性格是出于自然的璞玉，关键在于打磨；性格是深林的沉香，一经开采，必将散发出迷人的芳香。

- 一、性格是谁都偷不走的生命宝藏 / 51
- 二、好性格是锤炼出来的 / 54
- 三、让美好的性格光辉灿烂 / 57

第五章 充满信心 永不言败

——培养自信型性格…………… 61

自信是人生的脊梁，拥有自信，你将在一切挫折面前永不言败；自信是天使的翅膀，让我们去自由地翱翔人生。

自信是一种无悔的执著，让我们守护自己的使命；自信是一种生存的智慧，让我们在成功与失败的夹缝中傲雪凌霜。

自信是一种生命哲学，让我们透视厄运的本来面目；自信是一种无穷的力量，让我们从失败的对面发现成功。

一、自信是成功的第一张王牌 / 63

二、自信能让潜能开花 / 70

三、直面厄运在困境中成长 / 74

四、执著追求 永不言败 / 78

第六章 自我控制 冷静面对

——培养自制型性格…………… 83

也许你无端地受到指责和误解；也许你一着不慎，在人生之路上迷失了方向，也许……

你的心正经受着痛苦的煎熬，你的精神正在崩溃的边缘徘徊。但是千万要记住冷静面对，学会控制，要知道，上帝欲毁灭一个人，必先使其疯狂。

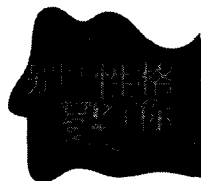
一、人生是一道减法 / 85

二、想想儿时放过的风筝 / 87

三、成于中庸，胜在中和 / 91

四、有效控制自我的八个方法 / 93

Don't Let The Personality Destroy You



第七章 善于思考 以智取胜

——培养善思型性格 97

我们生活在五彩缤纷的世界，总要不停地面对各种各样的人，应对形形色色的事。在人生旅途上，奋力进取的同时，还要懂得保护自己，怎样使自己游刃有余，永操胜券？思索是惟一的选择。

- 一、惑止于思 柳暗花明 / 99
- 二、智慧是思考的结晶 / 101
- 三、思索的头颅永远年轻 / 104
- 四、深思，更要熟虑 / 106
- 五、学会思索的六条法则 / 109

第八章 充实自我 不断进取

——培养学习型性格 111

我们正生活在一个头脑竞争的时代。越来越激烈的竞争压力让人们认识到只拥有知识是远远不够的，因为知识是一个动态系统，时间的流逝衰老了生命的同时，也在老化着已有的知识。如何让知识常有常新，其惟一的选择就是学习——终身学习。

- 一、永远具有时代感 / 113
- 二、勤于学习是成功者的天性 / 116
- 三、做一个会管理时间的人 / 120
- 四、方法就是效率 / 124

第九章 关键时刻 思路清晰

——培养理智型性格 129

理智表现为一种明辨是非、通晓利害以及控制自己



别让性格

了你

Don't let the personality destroy you



行为的能力。具备这种能力并能自觉保持，或者更深层次地说，当这种能力变成一种理性取向时，它便形成一种性格。

- 一、理智是成功的本质 / 131
- 二、缺乏理智的人难觅机遇 / 134
- 三、理智的性格让人获得安全感 / 137
- 四、修炼理智精髓六法 / 140

第十章 改变命运 只靠自己

——培养独立型性格 145

独立，既创造了自我，也成就了社会，没有社会成员文化意识上的独立，这个社会将失去存在的质量。独立型性格，是社会发展的一种认同，一种提示，一种动力。

- 一、人生就是要离家远行 / 147
- 二、发现真实的自己 / 149
- 三、打好一个人的战争 / 154
- 四、独立人生九法则 / 158

第十一章 果断行事 敢于冒险

——培养果断型性格 163

果断，是一种性格，也是一种气质，它会让身边的人体验到雷厉风行的快感。果断更是一种意境，只有果敢行事、当机立断的人，才会让人钦佩、羡慕、信赖并从中获得安全感。这是一个需要果断的时代。

- 一、果断是一种意境 / 165
- 二、优柔寡断误事 / 168

三、敢想，更要敢做 / 171

四、玩好冒险 / 174

五、锻炼果断性格的六要素 / 178



第十二章 心胸坦荡 豪爽率真

——培养豪爽型性格 183

“豪爽者皆成大事之英雄”。豪爽，确是一种令人很爽的性格。豪侠仗义，豪气冲天，豪情满怀，豪言壮语……正如诗人余光中盛赞李白：“饮一口豪气，秀口一吐，就半个盛唐。”豪爽的性格，让历史都充满了灵气。

一、豪爽就是爽 / 185

二、坦荡不拒风流 / 188

三、走出猥琐人生 / 192

四、豪爽不流于放纵 / 196

第十三章 风摧不垮 雨打不折

——培养坚韧型性格 201

有一种人，比如鲁迅、保尔·柯察金、霍金等，他们的性格具有很强的魅力，面对人生的沧桑、生命的磨难或者是际遇的不幸，他们性格中那种坚韧不屈的个性，会让一切困难束手无策，因而性格本身就是一种所向无敌的力量，这种力量是他们征服世界的基础。

一、体味坚韧 / 203

二、困境考验意志 / 207

三、贵在坚持 / 209

四、给生命以韧力 / 212

别让性格
了了你

Don't let the personality destroy you

Personality Test: How
Do You See The
World?

第十四章 阳刚气度 强者风范

——培养刚毅型性格 215

刚毅拯救了尘俗边缘的灵魂，摒弃了世俗的舒适和安逸带来的贪恋、犹疑、怯懦，所有的困厄在其面前最终只能销声匿迹。刚毅让思想更深刻，心灵更坚韧，品德更高尚。

- 一、重温不屈不挠 / 217
- 二、锻造刚性人生 / 219
- 三、刚毅体现壮美 / 222
- 四、如何让自己成为一个性格刚毅的人 / 224

第十五章 把握时机 马上行动

——培养行动型性格 229

世界是行动的直接果实，它带来了幸福和快乐，创造了丰饶的价值。具有无坚不摧的永恒的崇高性，“心动而不行动的人，幸运永远不会降临。”

- 一、世界是行动的惟一果实 / 231
- 二、成功始于行动 / 234
- 三、扎实肯干的人最有市场 / 237
- 四、马上学会如何行动 / 239

第十六章 关系网中 拓展人生

——培养社交型性格 245

所谓人际关系，就是感情和关系网络。人际关系是创造财富的有效方法。一个人的事业成功靠的就是70%的人际关系。全世界最成功的人都是人际关系较好的



人。“多个朋友多条路”，再顶天立地的英雄，离开别人的帮助也将一事无成。

一、不会社交的人寸步难行 / 247

二、人缘体现人的综合素质 / 250

三、必须懂得多个朋友多条路的道理 / 252

四、培养社交型性格的七条准则 / 256



第十七章 心态平和 宠辱不惊

——培养沉静型性格 263

拥有平和心态，就必须培养沉静的性格，沉静可以看尽千山而心如止水，可以阅尽千帆而波澜不惊。沉静是理与智的集锦，是动与静的交汇。拥有了沉静就拥有了人生的稳重宽厚；拥有了沉静就拥有了人格的芬芳。

一、生活需要沉静 / 265

二、沉静是理性的沉淀 / 267

三、沉静的人周到认真 / 270

四、用沉静演绎幸福 / 272

第十八章 以柔克刚 所向无敌

——培养温顺型性格 277

温顺，应该是属于女人的。所以这一章是写给女人的，但绝不主张“男士免读”。上帝在创造女人的时候，用了过于柔软的泥土，因此女人天生就具备温顺的一面。女人的迷人来自于秀外慧中的外表与内涵。经过爱情的洗礼，家庭的熏染，她们形成了自己特有的性格特征——温顺。

一、温顺是女性最美的性格 / 279

别让性格
了了你

Don't let the personality destroy you

- 二、温顺是一种智慧 / 282
- 三、温顺不等于软弱 / 284
- 四、培养温顺性格八法 / 286

第十九章 乐观向上 远离忧愁

——培养快乐型性格 291

传说有这样一种药物，人吃了以后会大笑不止。我们无法考证这种神奇的药物是否真的存在，但“笑对人生”却是我们每个人的追求和渴望。在纷繁芜杂的人生苦旅中，挫折、失败、沉沦也同样是路边的风景，常会遮心累目。快乐的人可以一笑了之，忧伤的人却难脱重负。

- 一、快乐能让生命温暖 / 293
- 二、快乐者的字典里没有“难”字 / 295
- 三、快乐不需要条件 / 298
- 四、快乐有方 / 301

Personality
Don't let life
destroy you



*Bie Rang Xing Ge
Hui Le Ni*

第一章

认识性格 把握命运

——性格，不是生命中的黑洞

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格，

都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，也可以助你走向成功的彼岸！认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；就是要把握命运的风帆，从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。



西方有句古谚：“人有一半是魔鬼，一半是天使。”魔鬼固然诡诈多端，天使也渺茫难测。人就是矛盾的复合体，世间最复杂、最难懂的莫过于人本身。这是因为人非木石，而是有意识、有情感、有灵魂的智慧化身。懂得读人必先读懂你自己，读懂自己必要追问性格。

所谓性格，是人的个性心理特征的重要方面。每个人的性格，都是一个构造独特的世界，蕴藏着巨大的能量，它的爆发，既可以将你推入万丈深渊，也可以助你走向成功的彼岸！认识性格，就是要了解性格的内涵，造就积极健康的心态；就是要把握命运的风帆，从而在潮起潮落的人生航程中不至于触礁遇险。

一、性格的内涵是什么？

性格的内涵是什么？是坚硬的还是懦弱的？是真诚的还是虚假的？古今中外的先哲们，在探讨生命价值的同时，从来没有忽略对性格的探究。

鲁国大夫季康子向孔子打听他几个得意门生的才干，孔子一一作答。季康子问起，有军事才能的子路可否从政，孔子说，子路个性相当果敢，可为统御之帅；如果从政，恐怕不太合适，因为怕他过刚易折。



别让性格



了你了

季康子又问请子贡出来做官好不好，孔子说不行，子贡太通达，把事情看得太清楚，功名利禄全不在眼下，如果从政，也许会是非太明而不妥当。

季康子又问冉求是否可以从政，孔子说，冉求是个才子，文学家，名士气味太浓，也不适于从政。

由此，我们可以看出作为孔子这样的先哲圣人，也非常重视性格在一个人成就事业中的重要作用。

这说明性格被纳入文明的视野，已经历史悠久。

在西方，古希腊哲学家赫拉克里特是最早提出了性格分类学说的，他把所有的人分成两类：一类是以理智为指南并能支配自己个体和需要的人；另一类则屈从于跟动物没有多少区别的愿望和需要的支配。

古希腊的很多哲学或文化方面的学说里，已经朦胧地意识到人类自身的幼稚和对世界的陌生，意识到性格的神秘和难以抗拒。《俄底浦斯王》就深刻地揭示了人类童年时期，性格深处那种既伟大又渺小的悲怆感。处于童年时代的人类，其性格当然还不具备文化意义上的成熟。但人类是不屈的，他们在忍受或反抗外在异己力量的同时，绝不被动地被痛苦的命运所磨折，而是顽强地抗拒着来自性格的丑恶和薄弱。普罗米修斯就是这种反抗精神的象征。还有欧里庇得斯笔下的美狄亚，她对强加于自己身上的命运更是毫不妥协，为了向她那寡情薄义的丈夫复仇，竟选择了恶的手段——杀死自己亲生的儿子，她本身就是一个尖锐的矛盾体。不管是普罗米修斯还是美狄亚，都表现了人类不可征服的尊严以及性格对命运的诠释。这些古希腊悲剧中的人物，尽管还带有许多神的外壳，但是，他们都已超越了抽象的寓言，而是一个生气勃勃的性格整体了。