

青年人必须要克服的

20个

人性弱点

博文 编著

一书在手，认清并克服人性弱点，成就卓越人生



光明日报出版社

青年人必须要克服的

20个 **人生弱点**

博文 编著

光明日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年人必须要克服的 20 个人性弱点 / 博文编著. — 北京: 光明日报出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5112-1106-4

I. ①青… II. ①博… III. ①成功心理—青年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 066146 号

青年人必须要克服的 20 个人性弱点

编 著: 博 文

出 版 人: 朱 庆

责任编辑: 温 梦

责任校对: 映 熙

封面设计: 张 诚

责任印制: 曹 诤

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67078245 (咨询), 67078945 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn

法律顾问: 北京市华沛德律师事务所张永福律师

印 刷: 三河市华东印刷有限公司

装 订: 三河市燕郊冶金路口南马起乏村西

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 720 × 980mm 1/16

字 数: 160 千字

版 次: 2011 年 6 月第 1 版

书 号: ISBN 978-7-5112-1106-4

印 张: 12.5

印 次: 2011 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 24.80 元

版权所有 翻印必究

前言

P R E F A C E

无数人成功的经验和智慧告诉我们，人生成功的关键在于能否克服自身的弱点。人性的弱点影响着我们的品德，决定着我们的思维和行为方式，左右着我们的成败。被自己的弱点所打败的情况远远多于被对手打败，心灵的强大才是真正的强大，成功的最大敌人就是我们自己。

哈佛大学著名心理学教授威廉·詹姆士曾说过：“与我们应取得的成就相比，我们只不过半醒着，我们只利用了身心资源的一小部分。广义地说，人类就是这样地生活着，远在他应有的极限之内——他有着各种力量惯于不会利用。”我们每个人都有自己的弱点，抱怨、浮躁、犹豫、冲动、贪婪、自卑、自暴自弃、丧失勇气、没有耐心、不能坚持原则等，这些弱点是我们最大的敌人。改变命运首先需要战胜根深蒂固的人性弱点，只有战胜自身弱点的人才能拥有成功。

青年时期是人生中最美好的黄金时期，也是一个人性格特点、价值观念、处世态度、思维方式等趋于成熟的重要阶段。每个步入这一时期的青年朋友心中都充满着对美好未来的热切向往，渴望着在自己的人生画卷上画下精彩的一笔。然而，由于缺乏人生经验和社会阅历，青年人常常会感到迷茫和困惑，容易被自身的弱点所左右，对自己没有信心，怀疑自己的价值，害怕失败，逃避竞争，遇到挫折就垂头丧气，甚至找不到努力的方向和前进的动力。

“赠人以物，予人以钱，不如送人以言。”本书系统总结了青年人应

清楚认识的20个人性弱点，同时提供了克服这些人性弱点的有效方法和途径，旨在帮助广大青年人通过有意识的训练改善心智模式，去除掉人性中的弱点，战胜自我，从而创造幸福美好的人生。

创新的体例、精美的图片和生动的文字有机结合，共同打造出一个轻松愉悦的阅读空间。对于青年人来说，书中没有冗长的说教，只有无穷无尽的榜样力量；没有累赘的语言，只有深刻的人生哲理感言。

虽然所有人性的优点，不一定能够变成你的财富，但所有人性的弱点，都会变成你的负债。青年人应该是充满朝气和活力的，不要被自身的弱点束缚了前进的步伐。这本充满力量、充满智慧的书，一定会给你启迪，使你勇敢地克服人性的弱点，发挥自身的优点，拥有更美好、快乐、成功的人生。

目 录

CONTENTS

1

不自知： 世界上最大的无知

聪明的人很清楚自己的短处，愚蠢的人却没有自知之明。

一个人是因为愚蠢而没有自知之明，还是因为没有自知之明而变得越来越愚蠢呢？

如此“自知”	1
没有金刚钻，还揽瓷器活	3
宽以待己，严于律人	4
人贵有自知之明	6
对自己进行“盘点”	8

2

嫉妒： 箭欲长而折他人之箭

嫉妒表示你对自己不满而羡慕别人，对自己不满就是羡慕他人的开始。你希望像别人一样有知识，希望比别人更漂

亮，或是希望和別人一樣有棟大房子、有顯赫的權勢和比現在更高的地位。你希望比現在更有德性，你希望知道的更多……由於你希望成為一個和現在不一樣的人，所以你羨慕別人，嫉妒別人。

寧可變成獨眼龍，也要別人失明	11
嫉妒別人是承認自己不如人	13
在嫉妒中奮起直追	17

3 盲從： 風向就是方向

盲從是一種被動地尋求平衡的適應，是在攀比之風裹挾下的隨大流。它源於從眾，出於無奈，又有不得已而為之的意味。

為迎合別人而存在	19
跟風之前，先做理性分析	21
不要加入議論人非的群體中	24
用自己的大腦支配自己的行動	25

4 懶惰： 等着天上掉餡餅

懶惰是索價極高的奢侈品，一旦到期清付，必定償還不起。懶惰走得如此之慢，以至於貧窮很快就會趕上它。

擺脫懶惰的糾纏	27
---------------	----

业精于勤荒于嬉	28
成功来自勤奋工作	30
“永不动摇的时间表”	33

5

贪婪： 欲海无边

你看见一部车子，一所房子，然后你想拥有它，或是你想达到有钱人的地位，成为被人注目的大人物，这就是欲望。面对欲望，过分放纵固然不可取，但彻底否定自己的欲望也是不对的。也许我们真正想要的不是远离欲望，而是摆脱贪婪所引起的担忧、焦灼和痛苦。

贪婪到极致是虚无	35
贪欲不止，祸流滔天	37
欲望越小，人生越幸福	39
诱惑面前，保持自制	42
贪婪是怎样形成的	44

6

吝啬： 一毛不拔的铁公鸡

凡吝啬的人大多都是自私的、贪婪的。这类人总是嫌自己发财速度太慢，总嫌发财“效率”太低，总想不劳而获或者少劳多获，因而挖空心思、不择手段地算计他人、算计集体、算计社会。一般的情况是：在吝啬者口袋里的金钱，或多或少地带有不洁的成分，廉耻、天良、真理，都会沉沦在

吝嗇者的吝嗇之中。

“铁公鸡”的下场	47
形形色色的吝嗇鬼	48
吝嗇不分远近	50
金钱买不到的	52
礼轻情意重	54

7

自卑： 事事不如别人好

一个自卑的人很难感受到快乐和幸福，自卑感十分“会”折磨人，它是对兴奋、乐观、开朗的最大抑制。

别抓住自己的劣势不放	57
只看你有的，不看你所没有的	60
自卑给失败创造机会	62
喊出自信	63
拥有自信，就成功了一半	65

8

依赖： 永远抛不开拐杖

许多人都陷入这样一个谬论中，就是以为自己永远会从别人不断的帮助中获益，却不知一味地依赖他人只会导致懦弱。如果一个人依靠他人，将永远也坚强不起来，永远也不会有独创力。要么独立自主，要么只能埋葬雄心壮志，一辈

子老老实实做个普通人。

让别人替你健身，无法增强你的肌肉	67
依赖是内心缺乏安全感	70
用大脑指挥自己	72

9

虚荣： 为面子，哪怕债台高筑

虚荣促使人们装扮得完全不同于本来的面目，以希望得到别人的赞许或认可。

何谓打肿脸充胖子	75
虚荣之害	77
虚荣与愚蠢等高	80

10

自负： 唯我独尊

没有一个人能够有骄傲的资本，因为任何一个人，即使在一方面的造诣很深，也不能说他已经彻底精通。生命有限，知识无穷，任何一门学问都似无穷无尽的海洋，谁也没有资本认为自己已经达到了最高境界而停步不前，趾高气扬。

自负就是自以为了不起	83
纵身一跳的身影	86

自负只会错失机会	88
谦逊是通往进步之门的钥匙	90

11

崇拜： 把自己掏空，交给别人

生活中有很多变相的权威和偶像，比如学历、权贵、名流等，它们会禁锢你的头脑，束缚你的手脚。如果盲目地附和众议，就会丧失独立思考的习性；如果无原则地屈从他人，就会被剥夺自主行动的能力。

做你自己	93
傻瓜崇拜信条，聪明人崇拜超越	95
有什么样的目标，就有什么样的人生	97
创造出一条属于自己的成功之路	99

12

自欺： 掩耳盗铃

自欺是谋求他人尊重的自我心理平衡的一种“诀窍”，但是自欺不能使自己的品格更加高尚，也无助于在生活中谋求成功。相反，它往往会导致在生活中发生过激行为，或者企图用相反的事实掩盖自己的弱点。

自欺欺人，归根结底是欺骗自己	103
自欺其实是一厢情愿	105
不要自欺欺人地想象一切	107

适应不可避免的事实	108
-----------------	-----

13 完美： 过分的苛求

这个世界上没有一事物是十全十美的，它们或多或少都有瑕疵，人类亦是如此。凡事只能尽最大的努力使它更完美一些，切勿过分苛求。如果采取一种务实的态度，就会活得更快乐！

完美爱人如完美本身一样不存在	111
没有不遗憾的人生	114
没有完全准备好的旅途	116
不行就停，不能硬撑	119

14 虚伪： 说和做是两回事

虚伪促使人们把自己的罪恶伪装起来，从而避免别人的责备。

小刘的“伪装”	121
虚伪是人性中最丑恶的弱点	123
真诚是朋友交往的基础	125
真诚是人与人相处的润滑剂	126
虚伪之事无大小	129

15

虚幻： 缺少现实根据的幻想

人们对虚幻总是持一种鄙夷的、不屑的看法，但实际上，每个人都无法摆脱虚幻的纠缠。因为虚幻是人类的天性，而且能带来暂时的心理满足。

虚幻是人类的天性	131
你追求的虚幻只是空中楼阁	134
不停留在幻想上	135
小鱼也虚幻	136

16

苛求回报： 为了回报做事

一些人不想表现得比别人觉悟低，于是开始主动或被动地做好事。但是，这些人心底是有目的的，那就是要求被帮助的对象常怀感恩之心。如果没有得到预期的回报，这些人就会表现出失落，甚至怀疑帮助行为的正当性。希望回报，这没有错。但是，当获得回报成了苛求、成了目的的时候，就有点变味了，而更过分的是博取众人的同情。

博取同情也是苛求回报	139
不要总指望别人感恩	142
不以自己的标准要求别人	145

17

成见：
错误都是别人的

很多人都不了解自己，原因就在于人们总把目光放在别人身上，而没有看到自身存在的问题。

光环效应	147
首因效应的微妙作用	149
别用有色眼光看人	151
放弃自我偏见	153
如何克服成见	155

18

逞能：
外强中干的表现

如果一个人过于逞强，就会变得对什么都想插一脚，什么都想大包大揽。而事实上，一个人的能力是很有限的，如果揽过来办不成事，反而会大大地降低自身的人格魅力。

逞一时之能	157
“能”不能瞎逞	161
永远不要“说证明给你看”	162

19

逃避：
推卸自己的责任

逃避责罚是人类的一种本能。多数人在“有利”与“不

利”两种形势的抉择中都会选择趋利避害。通过各种“免罪”行为，人们可以暂时脱离责罚，但逃避只是暂时的，最终总是要面对现实。

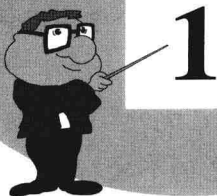
为过错埋单	165
有时候，逃避是因为怯懦	169
避重就轻	172
承担责任是不会褪色的光荣	173

20

侥幸： 投机心理在作祟

一次投机是侥幸，两次可以是巧合，三次就变为一种趋势。侥幸只不过是落到手中的一件暂时的礼物，迟早要把它交还，人生是占有不了的。

侥幸心理普遍存在	177
心怀侥幸，悲过赌徒	178
内心强势，让投机无机可乘	180
不能怀有丝毫的侥幸心理	181



不自知：

世界上最大的无知

聪明的人很清楚自己的短处，愚蠢的人却没有自知之明。

一个人是因为愚蠢而没有自知之明，还是因为没有自知之明而变得越来越愚蠢呢？

如此“自知”

尼采曾经说过：“聪明的人只要能认识自己，便什么也不会失去。”正确认识自己，才能使自己充满自信，才能使人生的航船不迷失方向。正确认识自己，才能确定人生的奋斗目标。只有有了正确的人生目标，并充满自信，为之奋斗终生，才能此生无憾。即使不成功，自己也会无怨无悔。

有一位老师常常教导他的学生说，人贵有自知之明，做人就要做一

个自知的人。唯有自知，方能知人。有个学生在课堂上提问道：“老师，您是否知道您自己呢？”

“是呀，我究竟是否知道我自己呢？”老师想，“嗯，我回去后一定要好好观察、思考、了解一下自己的个性和自己的心灵。”

回到家里，老师拿来一面镜子，仔细观察自己的容貌、表情，然后再来分析自己的个性。

首先，他看到了自己亮闪闪的秃顶。“嗯，不错，莎士比亚就有个亮闪闪的秃顶。”他想。

他看到了自己的鹰钩鼻。“嗯，英国大侦探福尔摩斯——世界级的聪明大师就有一个漂亮的鹰钩鼻。”他想。

他发现自己具有一双大八字脚。“呀，卓别林就有一双八字脚！”他想。

于是，他终于有了“自知”之明。

“古今中外名人伟人聪明人的特点集于我一身，我是一个不同一般的人，我将前途无量。”第二天，他这样对他的学生说。这个老师的“自知”由此可见一斑。

纪伯伦在其作品里讲了一只狐狸觅食的故事：狐狸欣赏着自己在晨曦中的身影说：“今天我要用一只骆驼做午餐！”整个上午，它奔波着，寻找骆驼。但当正午的太阳照在它的头顶时，它再次看了一眼自己的身影，于是说：“一只老鼠也就够了。”狐狸之所以做了两次截然不同的决定，与它选择“晨曦”和“正午的阳光”作为镜子有关。晨曦不负责任地拉长了它的身影，使它错误地认为自己就是万兽之王，并且力大无穷无所不能，而正午的阳光又让它忍不住对着自己已缩小了的身影妄自菲薄。

不能很好地认识自己的人，千万别忘记了上帝为我们准备了另外一块镜子，这块镜子就是“反躬自省”。它可以照见落在心灵上的尘埃，提醒我们“时时勤拂拭”，使我们认识真实的自己，避免在面子的左右下扭