

葬送你一生的

缺点

人非圣贤，怎能没有缺点。但对缺点采取何种态度却是关系到人生成败的大事。因为成功与失败之间最大的区别就在于，我们是否能够克服自身的缺陷，战胜自己的缺点，让所有的缺点都能变成你的优点，从而营造自己美好的人生。

漆 浩 / 著

Ruin
Your Life
Foible



中国商业出版社

葬送你一生的缺点

漆浩 著

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

葬送你一生的缺点/漆浩著. —北京:中国商业出版社,
2004.3

ISBN 7-5044-5036-7

I. 葬… II. 漆… III. 个人-修养-通俗读物

IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 015842 号

责任编辑 孙春明

*

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
新华书店总店北京发行所经销
北京国防印刷厂印刷

*

2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷
880 × 1230 毫米 32开 10.5印张 210千字
定价: 24.80元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

俗话说，人非圣贤，孰能无过。人生在世，不可能没有缺点，但对缺点采取何种态度却是关系到人生成败的大事。因为成功与失败之间最大的差别就在于，我们是否能够克服自身的缺陷，战胜自己的缺点。千万别让缺点葬送了你一生的成功与幸福。

诗人泰戈尔曾经说过：“当鸟翼系上黄金时，就飞不远了。”如果我们不能找出自身的缺点，并坚持不懈地去克服它，战胜它，那我们就只能碌碌无为，成为那只飞不高的鸟了。

在人生的旅途中，有的缺点是与生俱来的，有的缺点是后天形成的。面对缺点，我们要客观分析，理智对待。既不能漫不经心，也不要诚惶诚恐。对于与生俱来的缺点，我们要敢于改造，化缺点为优点。对于后天形成的缺点，我们要引以为戒，避免重蹈覆辙。因为，有缺点的人是真实的，有少许缺点的人是可爱的，能够改正缺点的人是可敬的……

本书从人生难以逃避的缺点入手，就如何客观地认识缺点、虚心地改进缺点、有效地控制缺点，进行了深入探讨。并指出，人生在世，缺点虽然难以逃避，但绝不可放纵，任由缺点由小养大，由少养多，最终变成了心病，白白地葬送自己的人生。

本书最大的特点，就是以通俗的语言、深刻的道理、可信的故事、谈心式的口气，对人生中最常见的缺点，以及人们对缺点所采取的态度与措施进行了辩证的论述，使许许多多不易察觉的缺点都能一一裸露在你的面前，有则改之，无则加勉，使缺点转化为优点，营造美好的人生！

目 录

第一章 难以逃避的缺点 1

人生在世，很难说哪一个人没有缺点。因为，纵使美玉，也有瑕疵。但缺点虽然难以逃避，却并非不能改造。无论是与生俱来的缺点，还是后天形成的缺点，只要你勇于面对，敢于改造，就没有不能改正的缺点。

难以逃避的缺点	3
无法挣脱的枷锁	7
关键时刻优柔寡断	8
任性而为乱分寸	10
缺乏自制的定力	12
没有改正的勇气	13

自己不相信自己	15
慵懒是人性的劣根	17
懦弱是无能的表现	19
忧虑不能改变现实	21
脆弱无法扭转命运	23
畏惧是人类的天性	25
抑郁是天生的痼疾	26
拖延成习性误事	27
靠责备释放压力	29
依赖他人的赞许	31
焦虑不会排遣	32
跟自己过不去	33

第二章 有点缺点更自信 37

有缺点的人是真实的，没有缺点的人是不存在的。
因为，缺点无处不在，缺点人人都有。缺点是柄双刃
剑，它既可以为你带来痛苦，也能给你制造动力。自嘲
能弥补失落，内疚不完全是坏事，所以，缺点也有可取
处，有点缺点更自信。

有点缺点更自信	39
缺点也有可取处	40
多疑未必是小人	42
自嘲能弥补失落	43
一失足并非千古恨	45

化不利为有利	48
变阻力为动力	50
化平庸为神奇	52
“亮丑”不是丢丑	55
内疚不完全是坏事	56
笨人自有笨人志	58
失败是成功之母	61
把缺点化为优点	64
第三章 驱除心中的污秽	67

如果你要摒弃烦恼，就不要把忧虑藏在心中；如果你要避免牢骚，就不要凡事争长短。要敢于打破心中的瓶颈，不要播种仇恨的种子；要勇于驱逐心中的污秽，避免缺点成心病。

驱逐心中的污秽	69
莫让私心变害虫	73
不要播种仇恨的种子	75
敢犯错才能少犯错	77
物欲太盛心难静	78
莫让面子害了你	80
放下情感的包袱	82
不要在乎别人的看法	83
打破心中的瓶颈	85
不要看不起自己	87

别让牢骚变不安	88
期望越多失望越多	90
挣脱意识的牢笼	91
坦然地接受自我	92

第四章 缺点自己看不到 95

俗话说，人不知自丑，马不知面长。缺点也是一样，有的缺点能看到，有的缺点看不到。比如，死守老一套，固守尘封的世界，就可能一辈子也不知道天外有天，人外有人。是以，面对他人的指正，切不可逞一时之能，并力戒为自己争辩。

缺点自己看不到	97
千万不要说太晚	98
寸金难买寸光阴	100
不懂守时失良机	101
没有目标难求胜	103
盲目是无知的表现	104
爱慕虚荣埋祸根	105
嘲笑别人就是嘲笑自己	107
万事通不如一事精	108
敬人才有人敬	110
刻意模仿无主见	112
追求完美反不美	115
固守尘封进取难	116

为工作而工作	117
死守老一套	119
对上司敬而远之	121
说话模棱两可	123
做事不能果敢决断	125
常作无谓的埋怨	127
把希望寄托给别人	128
力戒为自己争辩	130
勿逞一时之能	132
快乐总在放弃后	133
 第五章 当优点变成缺点	 135

优点与缺点之间有堵墙，当这堵墙在“度”的作用下，逾越了它的界线时，优点也能成缺点。无论是在人生中还是事业上，千万不要在荣誉面前迷昏了头，小有满足就浮躁。那样，非但不能促使你进步，反而会让你从巅峰上摔下来。

当优点变成缺点	137
过于依赖备忘录	139
想法太多成负担	140
个性能决定命运	142
处世不可太较真	143
警惕以貌取人	146
开玩笑要适可而止	147

杞人忧天不可取	149
千万不要“不好意思”	151
对熟人不可太放肆	152
交朋友不能好过头	156
钱多未必是好事	158
小有满足就浮躁	160
正确对待他人的赞美	162
别被荣誉迷昏了头	164

第六章 谁纵容了你的缺点 167

工作时间饮酒，依靠别人的拐杖走路，常怀凑合的心理，跌倒了不知爬起来。这都是放纵引起的缺点。那么，在生活当中，是谁纵容了你这些缺点，又是谁造就了这些缺点呢？答案只有一个，那就是你自己！

谁放纵了你的个性	169
跌倒了不知爬起来	171
只想索取不想付出	172
常怀凑合的心理	173
把空虚当借口	174
从不身体力行	177
依靠别人的拐杖走路	180
经常草率行事	183
苦等机遇的降临	187
不把工作当回事	190

工作时间忌饮酒	194
别让爱好成祸害	195
不可放纵的六大缺点	196
第七章 如何控制你的缺点	199

缺点是洪水，缺点是猛兽，如果不加以预防与控制，任由它泛滥成灾，出口伤人。那么，它就会断送你一生的幸福与前程。然而，要想控制好你的缺点，还得勇于改正自己的错误，将“永不放弃”刻在心底，方能化缺点为优点。

学会控制自己	201
别踏着他人的脚印走	203
勇于改正自己的错误	205
会赚钱也要会用钱	207
别为小事发火	208
优柔寡断如何改	209
变换角度看问题	210
传统的习惯要改变	212
永远不要自满	213
避免无谓的唠叨	215
莫让陋习成自然	217
浮躁之心不可有	220
成功要有好心态	222
让苦恼化作欢乐	225

自强不息才能超越自我	227
克服社交恐惧症	228
合理宣泄心中的愤怒	229
成大事者要有远见	231
不做没计划的事	234
重视耐烦的作用	236
忍受等待的痛苦	238
别把意见硬塞给别人	241
把“永不放弃”刻在心头	246
别被困难吓倒	249
坚持就是胜利	251

第八章 由小养大的缺点 253

生活中，有些缺点是很小的，甚至看不到。但随着时间与环境的变化，这些缺点就会发生潜移默化的改变，最终由小养大，由少养多，变成大缺点，造成大麻烦。所以，小缺点绝不可小看。

七种由小养大的缺点	255
缺点也会由小变大	256
做一天和尚撞一天钟	258
为自己制造借口	259
瞧自己不顺眼	261
善妒者心胸狭窄	265
压抑能使人懦弱	267

用心不专将一事无成	270
狂字当头祸害多	272
沉迷于失败的阴影	275
忽视杂乱无章	276
不分轻重主次	278

第九章 葬送人生的缺点 281

什么是葬送人生的缺点？什么缺点会葬送人生？贪婪放纵，自作聪明，骄傲自满，没有容人量，不善于控制自己的情绪等等，都是葬送人生的缺点。只可惜，无论是历史上还是现实中，虽然对这些缺点都洞若观火，可还是有人不知更改，给世人留下深刻的反思。

自负的缺点能葬送人生	283
骄傲是无知的表现	286
贪婪能丧失本性	289
大意是失败之源	292
自满是无形的蛀虫	294
自大会葬送自己	296
轻视领导会毁灭前程	299
诋毁别人会毁掉性命	301
用空喊代替实干	303
不善于控制自己的情绪	305
缺乏容人之量	307
没有信誉就没有成功	309

10 · 影响你一生的习惯 *the habits of influence your life*

欲速则不达	311
玩火者必自焚	314
聪明别被聪明误	316

第一章 难以逃避的缺点

人生在世，很难说哪一个人没有缺点。因为，纵使美玉，也有瑕疵。但缺点虽然难以逃避，却并非不能改造。无论是与生俱来的缺点，还是后天形成的缺点，只要你勇于面对，敢于改造，就没有不能改正的缺点。

