

冷子 编著



气质决定命运



气质往往可以告诉我们很多东西，它是一个人内在的外显。当观察和选择一个人的时候，人们也往往根据那个人的气质来做出取舍的判断。如何了解、把握和修炼自己的气质就是本书将要告诉你的。

北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

气质决定命运 / 冷子编著. —北京: 地震出版社, 2004.1

ISBN 7-5028-2349-2

I. 气… II. 冷… III. 气质-通俗读物 IV. B848.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 099399 号

气质决定命运

冷子 编著

责任编辑: 宋炳忠

责任校对: 庞娅萍

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467972

总编室: 68462709 68423029

传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 北京市顺义康华福利印刷厂

版(印)次: 2004年1月第一版 2004年1月第一次印刷

开本: 850 × 1168 1/32

字数: 251千字

印张: 10.75

印数: 00001~12000

书号: ISBN 7-5028-2349-2/Z · 242 (2947)

定价: 21.00

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

气质决定命运

冷 子 编著

地震出版社

目 录

第一章 人生与气质漫笔

心理学家眼中的气质 /9

气质与血液、黑胆汁、黄胆汁、粘液的关系 /14

气质的四种类型 /19

气质——牵动命运的纤夫 /26

第二章 气质、性格与人格的辩证关系

气质就是个性 /31

人格是衡量气质的标准 /35

气质的好坏决定一个人心理素质的好坏 /41

气质的高低带来一个人智能的强弱 /45

第三章 开拓创新型气质与命运

- 开拓创新型人的个性特点 /53
- 开拓创新型人的处世原则 /59
- 开拓创新型人的兴趣与爱好 /62
- 开拓创新型人生的人生定位 /68
- 开拓创新型人的自我形象设计 /75
- 开拓创新型人的使命感 /79
- 开拓创新型人的社会责任感 /84
- 开拓创新型人的影响力 /89
- 开拓创新型人对待爱情、婚姻的态度 /95
- 开拓创新型孩子的培养与教育 /101
- 开拓创新型人的沟通方式 /106
- 开拓创新型人的领导艺术 /112

第四章 稳妥型气质与命运

- 稳妥型人的个性特点 /119
- 稳妥型人的处世原则 /122
- 稳妥型人的部署智能 /127
- 稳妥型人的兴趣与爱好 /133
- 稳妥型人生的人生定位 /137

稳妥型人的自我形象设计	/142
稳妥型人的使命感	/147
稳妥型人的社会责任感	/154
稳妥型人的影响力	/157
稳妥型人对待爱情、婚姻的态度	/162
稳妥型孩子的培养与教育	/167
稳妥型人的沟通方式	/173
稳妥型人的领导艺术	/178

第五章 完美主义型气质与命运

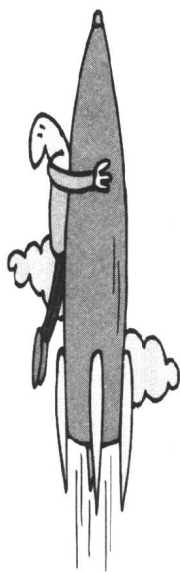
完美主义型人的个性特点	/185
完美主义型人的处世原则	/196
完美主义型人的交际智能	/204
完美主义型人的兴趣与爱好	/211
完美主义型人的人生定位	/218
完美主义型人的自我形象设计	/224
完美主义型人的使命感	/228
完美主义型人的社会责任感	/232
完美主义型人的影响力和沟通方式	/234
完美主义型人对待爱情、婚姻的态度	/239
完美主义型孩子的培养与教育	/247
完美主义型人的领导艺术	/252

第六章 冷静理智型气质与命运

- 冷静理智型人的个性特点 /259
- 冷静理智型人的处世原则 /264
- 冷静理智型人的战略智能 /273
- 冷静理智型人的兴趣与爱好 /280
- 冷静理智型人的人生定位 /283
- 冷静理智型人的自我形象设计 /288
- 冷静理智型人的使命感 /292
- 冷静理智型人的社会责任感 /299
- 冷静理智型人的影响力与沟通方式 /302
- 冷静理智型人对待爱情、婚姻的态度 /309
- 冷静理智型孩子的培养与教育 /319
- 冷静理智型人的领导艺术 /325

第七章 做自己命运的操舵手

第一章 人生与气质漫笔



心理学家眼中的气质

古今中外的学者对气质都做过深入的探讨。关于气质的研究历史可以追溯到原始社会末期。在那时人们已经开始注意到除了人的物质实体之外，还有个非物质的现象存在。当时人们将它称之为灵魂，其实这种灵魂就是指人的气质。

中国古代唯物主义思想家、战国时期的荀况在《荀子·天论》中这样说道：“形具而神生”，好、恶、喜、怒、哀、乐等情绪的心理现象都从属人的形体，都是从人的形体而来。荀况运用了这一观点，建立了他的身心一元论。

东汉时的王充在《论衡》中这样说道：“人之精神藏于形体之内”、“人之所以聪明智慧者，以含五常之气也，五常之气所以在人者，以五脏在形中也”。意思就是说，人的精神就藏在形体里面，人所以聪明有智慧，因为有五脏在身体中间。也就是说，人的灵魂是由物质的“气”构成的。魏晋南北朝时的范缜进一步发展了我国古代唯物主义的心理学思想。他不再把精神看作是一种特殊的

物质，他指出：“形者神之质，神者形之用”，“形存则神存，形谢则神灭”。坚决批驳了灵魂不灭的观点。他把物质的身体看作是主体，而精神只是物质身体的作用，是从属于身体的。身体死亡了，精神也就必然随之而消亡。

另外，《周易》、《尚书》、《内经》等著作也提到了气质学说。

“气质”一词最早起源于古希腊。古希腊的泰勒、阿那克西美尼、赫拉克利认为水、气、火等要素是组成世界万物的本原，而万物普遍具有灵魂（万物有灵论）。客观唯心主义思想的鼻祖柏拉图，主张灵魂是不死的。这个不死的灵魂，在理念世界中已获得了一切知识，只是在投胎到人身之后，由于肉体的污浊而被弄糊涂了。人所获取的知识，只是把降生时失掉了的再回忆起来而已。我们的感官所感受到的具体事物，只是理念的影子。这个影子是回忆的条件，它提醒了灵魂，所以就回忆起来了。

亚里士多德是柏拉图的一个学生，他在心理学史上很有地位，他不同意柏拉图的观点，他说柏拉图的理念与物质世界没有一点联系。“一种根本不存在的东西，又怎能解释千变万化的事物呢？他认为只有具体的事物才是“第一性实体”，感觉、概念则是它派生出来的。他认为：“引起感觉的东西是外在的……要感觉，就必须有感觉的东西”。“知识的对象看来是先于知识而存在的。”在这里他的思想接近了唯物主义。但是当他在探索事物发展变化的原因时却提出了“质料因、形式因、动力因和目的因”，这几种学说统称为“四因说”。另外，他还把“质料”与“形式”完全对立起来，因而在认识论上也就滑向了唯心主义。他说过“感觉就是感受

被感觉的形式，不是感受物质”，“正如蜡块一样，它接受的只是金戒的图纹，而不是金本身——纯粹黄金的一个形式”，从而得出了“物质本身是不可认识”的结论。

在亚里士多德看来，世界上好像始终存在一种脱离任何质料的“一切形式的形式”，他把它称之为“第一推动力”，从而走上了柏拉图理论的老路，最终陷入了唯心主义。

起初建立起来的理论框架认为人的基本气质和倾向在刚出生时就已经形成，并以某种特定的形式表现出来。到了20世纪早期又出现了一种理论，主张人生来没有任何倾向，所以具有很大的可塑性。

19世纪初的许多学者也都这样认为：人们因为有着单一性，其中的动机在本质上是相似的。弗雷德·阿德勒是威尼斯的一名医生，他认为：人类是在朝着自我完善的最终目标努力的。西格蒙德·弗洛伊德主张：人类被其内在的本能性欲所驱使，任何看起来高尚的动机都只不过是这种本能的伪装形式而已。尽管弗洛伊德的许多同事和追随者对此说法提出了异议，但其中大多数人仍然对单一动机理论表示认可。这些主张都有一个共同点，那就是他们都认为人类只有一个基本的动机，至于这个动机是什么，不同的人有不同的看法。

直到近代，瑞士医生卡尔才提出了反对意见，他在《心理学类型》中这样说道：“人们之间有着本质的不同。”他还特别强调说，“人类有许多的本能，从其自身内部驾驭着人类，并且这些本能说不上哪一个更重要，重要的是我们的自然倾向——内向或者外向。”这两种倾向与他所说的思想、体验、感觉、直觉这四种基本心理学功能相互联系。他认为，每

个人对这几种功能的选择都是与众不同的。因此，利用这个选择可以区分人的不同类型，荣格称之为“心理学类型”。

外部的冲击影响着行为科学研究领域的进展情况。19世纪以来，由于生物学、生理学和解剖学的发展，启发了人的思维，刺激人们寻找研究心理的新方法。这时，其他一些研究者也重新恢复了对人类的进一步研究，德国著名的生理学家约翰·穆勒提出了“特殊感觉能力说”；他的弟子赫尔姆·霍兹提出了视觉的“三色说”和听觉的“共鸣说”；生理学家韦柏对各种感觉的感受进行了测量；后来，物理学家费希纳发展了韦柏的研究，把韦柏定律表述得更为精确，这就是著名的韦柏-费希纳定律。

19世纪中期，一位名叫伊莎贝尔·迈尔斯的非专业人员同她的母亲凯瑟琳·布里格思一道，对荣格的《心理学类型》进行了重新研究，最后设计出了一种用于鉴别不同类型人格的问卷调查表，并将其命名为“迈尔斯-布里格思个性分类指标”。这个调查表将人们的行为和态度划定为16种类型。它曾经风靡一时，直到了19世纪90年代，每年仍有上百万人参加这项测试，它在欧洲和美洲点燃了人们研究分类学的热潮。

1879年，德国的生理学家、哲学家冯特受到前人的启发，他吸收前人的成果，在莱比锡大学创办了世界上第一个心理实验室，在他的主持下开展了对感觉、知觉、联想和情感等的系统的研究。这时，心理学才真正脱离哲学而成为一门独立的实验科学。因此西方心理学者认为冯特是心理学史上第一个真正配得上称为“心理学家”的人。

19 世纪后半期，卓越的俄国生理学家和心理学家谢切诺夫才真正给予心理学以科学的解释，并把心理学放置在科学的基础上。他提出了心理的反射性活动和心理调节的思想。他的这种思想被巴甫洛夫的实验研究加以确认和具体化了，终于提出了关于两种信号系统的学说。1894 年，列宁对这两位科学家的研究成果给予了很高的评价。他说：“形而上学的心理学家议论着什么是灵魂，这种方法原本就是很荒谬的。如果不能分别说明各种心理过程，就不能有谈论灵魂，在这里要想有所进步，就必须摒弃那些关于什么是灵魂的一般理论和哲学议论，就必须有本事把对于说明这种或那种心理过程的事实的研究放在科学的基础上面……他，这个科学的心理学家，摒弃了关于灵魂的哲学理论，径直研究心理现象的物质本体。”

但是，直到 20 世纪 80 年代，尽管在西方心理学领域中学派林立、众说纷纭，都没有达到列宁所说的那种对心理学的要求。由此我们可以看出，从原始人、中国古代、希腊、罗马、西欧中世纪以及近代、现代对于灵魂或是心理现象、心理活动的探索和说明，不仅花费了许多力气，而且确实经历了一个相当漫长的历史过程。但是，心理学作为一门科学的历史却非常短。一般心理学史家普遍承认，心理学应以 1879 年冯特在莱比锡的心理实验室的建立开始，心理学的建立也不过是短短的一百多年而已。

气质与血液、黑胆汁、 黄胆汁、粘液的关系

如今，气质与性格成为人们争论的热门话题，不同的人对于气质与性格有不同的看法，尤其是那些著名的作家更是众说纷纭，意见不一。

古希腊名医希波克拉特与德谟克利特是同时代人。他在医疗实践中认识到脑是一种心理的器官，他认为是由于脑，我们才能思维、理解、看见、听见，才知道丑和美、恶和善、合适与不合适。并且正确地指出了所谓“圣病”的病因在脑而不在神。通过医疗实践他也发现了人体与各个器官之间互相联系互相影响的整体性特点。他认为人体有四种液体，它们来自不同的器官。粘液生于脑，黄胆汁生于肝脏，黑胆汁生于胃，血液生于心脏。他以为这四种液体的比例不同，就构成了不同的体质。四种液体调和，人就健康，如果比例失调，人就会生病，感到痛苦。希波克拉特的四液体说不只是生理学的假说，它还涉及人的气质问题，所以后来加伦就把它发展为气质学说。

古罗马名医加伦继承了希波克拉特的四液体说，并把

它进一步与气质联系起来。他指出，我们想要的东西和想做的事情不是被星星或者神灵所主宰的，而是取决于我们身体中的液体平衡情况，即被称作四种“体液”的东西。他认为人的气质不同是由人体中的某一种液体占据了优势所决定的。根据观察，他把人的气质划分为四种类型：多血质的人表现为热心、活泼、好动；粘液质的人表现为冷静、善思考；神经质的人黑胆汁多，表现悲观，但有毅力；黄胆质的人容易发怒、动作激烈。

希波克拉特和加伦的气质学说，虽然缺乏生理科学根据，但却比较确切地划分和描述了人的气质类型特点，引起了后人对气质的生理基础进行了广泛深入的研究，至今它仍在心理学中占有一席之地。

加伦的观点使人类第一次有了这样的主张：人的态度和行为不是由神灵或天体决定的，而是由人的生理机能决定的，他的这个观点在多年后被莎士比亚采纳。

其实人的心理特征同人的神经生理学特征有着共同的物质基础，即神经系统的类型。这种类型是由兴奋和抑制过程的强度、不同过程的活动性和隐蔽性、第一信号与第二信号系统的状态等参数决定的，属于不同类型神经系统的不同特点，它可以促进或阻碍人的相应性格的形成。

这些特性的组合决定着一个人的神经系统和气质属于何种类型。在心理学著作中，把人分成四种类型：第一种是暴躁型，这样的人坚强、不沉着、急躁，他们在生理上属胆汁质；第二种是活泼型，这样的人坚强、沉着、好动，属多血质；第三种是恬静型，其性格比较坚强、沉着但有惰性，属粘液质；第四种是软弱型，其中有好动