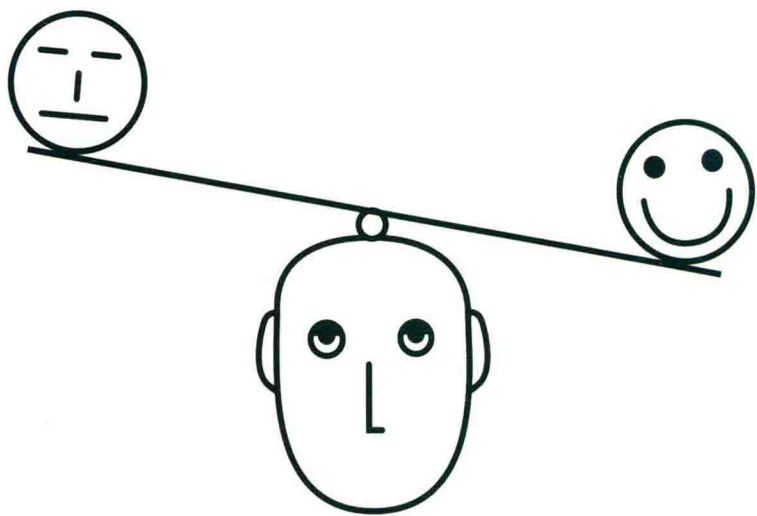


性格除了天生的，还有成长过程中自己选择的
你要左右你的性格，而不是被你的性格左右

别让性格左右了 你的人生

你是否真的认识自己？

默然 / 著



克服性格的劣势，发挥性格的优势

Don't let bad temper drag you down

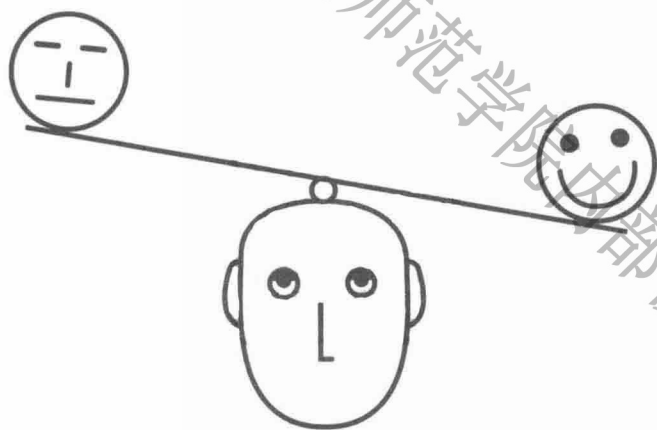
一个人失败的原因，在于本身性格的缺点，往往与环境无关。

北方文艺出版社

别让性格左右了 你的人生

你是否真的认识自己？

默然 / 著



北方文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

别让性格左右了你的人生 / 默然著. -- 哈尔滨 :

北方文艺出版社, 2019.9

ISBN 978-7-5317-4576-1

I. ①别… II. ①默… III. ①性格 - 通俗读物 IV.

① B848.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 126785 号

别让性格左右了你的人生

Bierang Xingge Zuoyoule Nide Rensheng

作 者 / 默 然

责任编辑 / 路 嵩

封面设计 / 米 乐

出版发行 / 北方文艺出版社

发行电话 / (0451) 85951921 85951915

地 址 / 哈尔滨市南岗区林兴街 3 号

邮 编 / 150080

经 销 / 新华书店

网 址 / www.bfwy.com

印 刷 / 三河市人民印务有限公司

字 数 / 183 千

版 次 / 2019 年 9 月第 1 版

开 本 / 880mm × 1230mm 1/32

印 张 / 9

印 次 / 2019 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5317-4576-1

定 价 / 42.00 元

Part

1

不同性格演绎不同人生

1. 《欢乐颂》五个性格不同的女孩 / 003
2. 为什么说性格决定命运 / 005
3. 不良性格导致悲剧人生 / 008
4. 良好性格创造美好人生 / 012
5. 真的是江山易改禀性难移吗 / 015
6. 用改变性格来改变你的人生 / 017
7. 你拥有“成功型”人格特质吗 / 019
8. 容易失败的性格有哪些 / 023

Part

2

自我认识，从认识自己的性格开始

1. 性格是天生的吗——父母的遗传基因对你性格的影响 / 029
2. 原生家庭给你性格带来了哪些影响 / 032

3. 你吃的食物对性格有影响吗 / 035
4. 认识性格才能完善性格 / 037
5. 如何准确定位自己的性格 / 040
6. 给你的性格做个测试 / 043

Part 3

内向的性格真的不如外向吗

1. 内向不如外向是谬论，不必为自己的性格自卑 / 049
2. 相比冒充外向人，真实的你更有吸引力 / 051
3. 内向不等于不善交流 / 053
4. 内向不等于社交恐惧 / 056
5. 沟通中，会听比会说更重要 / 058
6. 内向人“嘴巴严”，给人感觉值得交心 / 060
7. 电话总不响，你就主动打出去 / 063
8. 如何消除与陌生人相处的紧张感 / 066
9. 别光顾低头玩手机，也要抬头关心下身边的朋友 / 068

Part 4

牛人不是没缺点，而是发挥了性格优势

1. 乔布斯——完美型性格执著于每个细节，精益求精 / 073
2. 毕加索——孤独型性格心思缜密而善于思考 / 075
3. 戴高乐——自信性格不惧怕失败，敢于挑战困难 / 078
4. 杰克·韦尔奇——敢为型性格在风险中捕获机遇 / 081

5. 陈平——谨慎型性格做事稳妥，不易出错 / 083
6. 沃伦·巴菲特——敏感型性格善于捕捉信息 / 086
7. 卡莉·费奥瑞纳——叛逆型性格向命运挑战，敢于冒险 / 089
8. 阿里拳王——刚毅性格自强不息 / 092
9. 胡雪岩——方圆型性格精明能干有魅力 / 095
10. 希拉里·克林顿——好强性格永不服输 / 098

Part

5

决定职场高度，性格比能力重要

1. 内向型与外向型性格的择业分析 / 103
2. 面试中如何谈自己的性格缺点 / 106
3. 少说多做，务实的人更受欢迎 / 110
4. 职场不要太随和，“老好人”没发展 / 113
5. 职场老油条，别让斤斤计较毁了你 / 116
6. 职场需远离暴躁，管好脾气增长能量 / 119
7. 一盎司的忠诚抵得上一磅重的聪明 / 122
8. 虚心的性格是职场中的一大财富 / 125
9. 自以为是，刚愎自用的人难得重用 / 128
10. 猜疑心太重的人不适合当领导 / 132

Part

6

激活你的财富性格，轻松进阶富人圈

1. 穷人喜欢消费、富人关注投资 / 137
2. 判断一个人能否成为富翁，看他的胆识就可预测 / 140

3. 为什么穷人喜欢买彩票 / 143
4. 一个不会借钱的人不是一个投资理财的高手 / 145
5. 穷人的时间用来打发，富人的时间用来思考 / 148
6. 投资要坚定自己的判断，而不是人云亦云 / 150
7. 热衷于计算小钱不如培养自己对未来的预见力 / 153
8. 永远不要满足于每月只拿一份固定工资 / 155

Part

7

别让性格因素成为你事业上的阻碍

1. 成功是“磨”出来的 / 161
2. 诚信对一个人的事业生涯到底有多重要 / 164
3. 自信是开启人生成功之门的金钥匙 / 167
4. 具有坚韧性格的人能站得比别人更高 / 170
5. 理智的冒险才有未来 / 172
6. 怠惰是事业发展的大敌 / 175
7. 果敢行动才能创造奇迹 / 179
8. 勇于试错，是事业成功的必由之路 / 182
9. 持久的激情和热忱是事业的原动力 / 185
10. 进取让你从一个阶梯到更高的阶梯 / 188

Part

8

你的性格，决定你的婚姻质量

1. 脾气暴躁是婚姻中的头号杀手 / 193
2. 控制欲太强的婚姻大多很失败 / 196

3. 患得患失的性格会让你更容易失去另一半 / 199
4. 婚姻中，两个人性格相似好还是互补好 / 202
5. 好吃懒惰，没有责任感的夫妻没有未来 / 205
6. 什么样的性格容易在婚内出轨 / 208
7. 不要当妈宝——性格太弱没担当的男人婚姻多不幸 / 211
8. 性格强势、争强好胜的女人往往是家庭的灾难 / 214

Part

9

拥有这些性格特质的人，更容易获得幸福和快乐

1. 对生活充满热情的人都很快乐 / 219
2. 勇于接受新鲜事物，会增加人的幸福感 / 222
3. 容易满足，生活处处都是小幸福 / 225
4. 性格豁达一点，活得洒脱快乐 / 229
5. 无论性格内向还是外向，都应学会独处 / 232
6. 从欣赏的角度看人观事，全世界都会变美 / 235
7. 有一种幸福叫感恩 / 238
8. 让你变快乐的秘诀：伸出援手帮助需要的人 / 242
9. 多关注自己的内心，而不是别人的评价 / 245

Part

10

优化性格，发掘内在神秘潜能

1. 别太张扬，性格被社会承认才有意义 / 251
2. 逆境不沉沦，顺境不懈怠 / 254

3. 能屈能伸，能屈才能伸，该低头时要低头 / 257
4. 性格太直易吃亏，遇事学会迂回 / 259
5. 自卑的人如何构建自信 / 263
6. 怎样克服懦弱的性格 / 267
7. 怎样克服优柔寡断，培养果断的性格？ / 271
8. 别让虚荣心害了你 / 274
9. 培养沉稳的性格 / 277

Part **1**

不同性格演绎不同人生

1. 《欢乐颂》五个性格不同的女孩

在电视剧《欢乐颂》中，五个不同性格的女孩，汇聚在同一小区同一楼层，向观众展现了一部不同性格不同人生轨迹的都市职场电视剧，每个人都能在剧中找到一些和自己性格相似的影子。

最让观众羡慕的两个角色无疑是安迪和曲筱绡了。安迪是海外归国的商业精英高管，机智优秀而独立，靠着自己的实力打拼出了自己的事业，却没有染上社会大染缸的城府世故和圆滑，保持着自己的简单和善良，在事业情感里都如鱼得水令人艳羡。

曲筱绡，家里很有钱但不败家，精通世故，古灵精怪，我行我素，潇洒不羁，清楚地知道自己想要的是什么，并且愿意为此付出很多努力，她能够把白开水一般的生活变成香槟红酒宴会般活色生香，人生方向盘的绝对掌控者。

但在日常生活中，大部分的人只成为了另三位女主角。樊胜美，集实力与美貌于一身的外资公司资深 HR，但因为家庭环境的影响和重压，她把自己的人生未来寄托在一个有钱有势的男人身上企图过上安逸富贵的生活，缺乏独立自强的意识，她的出身造就了她的性格，她的性格让她承受了委屈和冷眼的人生。

关雎尔，家境良好，文静内敛，知礼懂事，是那种从小在父母的规划下按部就班长大的人。工作勤勤恳恳，但也缺乏创新束手束脚，她的人生也如她的性格一般沉稳平静。

让人又爱又恨的邱莹莹，家境普通学历普通能力普通，脑袋不太灵光，做事莽撞又不思进取，一旦陷入爱情就理智全无，这也就导致了从一开始在大都市中遍体鳞伤。

网上曾经火过这样一段台词：我们渴望像安迪一样成功，却未必能付出像小曲一样的努力；我们希望能过得像小曲一样随性，却常常只能像关关一样拘束；我们想要和关关一样有大家闺秀的气质，却遇事只能像小蚯蚓一样头脑一热不管不顾；我们许愿自己能如同小蚯蚓般单纯直接，却往往都是像樊姐一样思虑过多；我们想要自己学会樊姐的善解人意，却总是更像安迪不善交往。

没人能囊括所有性格中好的一面，不同的家庭背景、教育、社会环境的影响形成了如今的性格，它支配我们的行为方式和思维模式。法国哲学家亨利·柏格森曾说过：“性格即我们的自身。”也就是说我们自身发生一些事情的必然性都与性格有关。每个人都会在生活中面对形形色色的选择，当我们打开了一道门的同时，也就关闭了其他可能性的通道。性格会指导我们在决定过程中做出选择，选择又会直接决定命运，此时的命运也就决定了人生。

有一对双胞胎叫玉翠和玉怡，两姐妹虽然长相相似，一样眉目清秀，但性格迥异。玉翠内向文静，对他人的要求也是有求必应。玉怡同样文静的外表之下暗藏一颗叛逆的心，喜欢奇妙的思

想，敢于去探索和追求未知的未来。

很快她们都到了谈婚论嫁的年龄，当然，这时候父亲也早已帮她们物色好了两个自己非常满意的人选。面对人生的转折，性格迥异的两姐妹做出了不同的选择。

玉翠觉得与其拼死拼活地反抗父亲的权威，倒不如安静地接受，她也相信父亲选的人不会差到哪里去。可玉怡不一样，她不愿在婚姻大事上将就，她要去外面的世界看看，她想去学习摄影。父亲发怒责骂，却也拗不过玉怡的坚持，无奈只好随她去。

从此，玉翠和玉怡走上了不同的人生之路。玉翠结婚后在农村安下心相夫教子，生活像大部分农村妇女一样，在夫妻争吵和小孩哭闹中度过，当年的聪慧慢慢消失不见。而玉怡做签约作者和摄影师，每到一处就把自己的所见所想分享给别人。在路上，她不仅收获了不同风情的精彩，也遇见了自己命中注定的爱情。

性格不仅影响一个人的生活状况、婚姻家庭，也影响一个人的人际交往、工作事业、精神追求。不同的性格之下映照出的是不同的人生，正所谓：顺也性格逆也性格。但只要我们化解性格中的缺陷，发挥性格中的优势，自觉地运用性格的力量，我们就可以彻底改变人生。

2. 为什么说性格决定命运

在人生微妙的造设里，性格就像是一开始建构在水泥柱子里层的钢筋铁骨。

1998年5月，巴菲特和比尔盖茨被华盛顿大学的350名学生邀请来学校进行演讲，在提问环节，学生们提出了一个幽默风趣的问题：“你们怎么变得和上帝一样富有？”巴菲特回答说：“这个问题非常简单，原因不在智商。为什么聪明人会做一些阻碍自己发挥全部工效的事情呢？原因在于习惯、性格和脾气。”比尔盖茨在一旁表示赞同。撒切尔夫人说：“小心你的思想，它会变成你的语言；小心你的语言，它会变成你的行动；小心你的行动，它会变成你的习惯；小心你的习惯，它会变成你的性格；小心你的性格，它会变成你的命运。”

这些名人告诉我们性格和习惯对命运的重要性。正如开头所说的习惯形成性格，性格又能够决定命运，所以习惯也决定了命运。

那么为什么说习惯能够决定命运呢？

英国著名的哲学家培根说：“习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。”

迈克·默多克说：“人不能决定命运。人决定习惯，习惯决定命运。”

著名教育家陶行知先生说过：“思想决定行动，行动养成习惯，习惯形成品质，品质决定命运。”

《世界上最伟大的推销员》一书的作者奥格·曼狄诺，向世人宣告他成功的秘密就是习惯，他说：“我们的行为受到品质、情感、偏见、欲望、爱、恐惧、环境和习惯的影响，其中最厉害的就是习惯。成功与失败最大的分歧来自不同的习惯。”

行为科学研究表明，一个人一天的行为中大约只有5%是属

于非习惯性的，而剩下的95%的行为都是习惯性的。每一个习惯就像是构筑身体的细胞，许许多多的习惯形成了各种各样的行走的个体。小时候的鲁迅先生曾因为要为父亲买药而上课迟到，受到老师的责备后，他暗暗许诺不再迟到，从此养成了好习惯，他时时刻刻要求自己凡事都要早做，长时间的坚持养成了自己的习惯。这位以“早”而著名的作家，在中国的文坛乃至世界的文学史上都留下了不可磨灭的足迹，成为世界十大文豪之一。

可见，习惯的好坏对人的一生发展起着至关重要的作用。为此，面对生活中的琐碎小事，提醒自己“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，就如老子在《道德经》说的：“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于垒土；千里之行，始于足下。”

曾经有人做过一项调查研究，针对148名杰出青年与115名青年死刑犯的童年教育进行过对比分析。分析发现，这148名杰出青年之所以获得成功，是因为这些人在童年时代就集中体现了6个习惯特点：自主自立，意志坚强，友善合作，明辨是非，选择良友，道德为先。与此相反，在对115名青年死刑犯的犯罪原因进行调查研究发现，他们在童年时代也有着共同的习惯特点：厌恶学习，粗野无礼，好逸恶劳，亡命称霸，是非颠倒，荣辱不清。通过对比研究可以明显看出，148名杰出青年与115名青年死刑犯的显著差异之一就是习惯的不同，好习惯让人终身受益，坏习惯让人终身受害。

从一个呱呱坠地的婴儿开始，他习惯中的影响因素有很大一部分就已经被确定了下来，遗传因素、家庭生活环境、教育条件冥冥中就已经划定。

在原生家庭中被给予的爱和自由，遇到的人、见过的事、读过的书，生活中好的坏的氛围，都为这个人习惯形成的过程中添砖加瓦。习惯既是上天给我们的一个外壳，同时还是一个自我修行的道场。既然习惯具有那么大的影响力，那么我们是否可以改变习惯中不好的一面呢？答案当然是肯定的。

众多研究和事例都向我们表明：21 天以上的重复会形成习惯；90 天的重复会形成稳定的习惯。即同一个动作，重复 21 天就会变成习惯性的动作；同样的道理，任何一个想法，重复 21 天，或者重复验证 21 次，就会变成习惯性想法。所以，一个好的行为如果被我们重复 21 天之后，它就会变成我们不再需要刻意去做的习惯了。

很多人都渴求自己一出生就能上知天文下知地理，在人生行驶过程中最好能够做一名不怕海啸风浪的船长，但他们很容易忽略了人生最大的智慧恰恰是养成那些貌似不起眼的好习惯。

从现在开始就去做一件能够养成好习惯的事情，改变那些让我们不快乐不成功的习惯模式，好的习惯领域越大，生命将越自由、越充满活力，成就也会越大。

3. 不良性格导致悲剧人生

在诸多的成功因素中，性格是最重要的。

成功者肯定有其成功的理由，其成功必然与其优良性格分不开。如果一个人的性格存在缺陷，他的人生必将受到这些性格缺