人生智慧1001

⑧

性格与命运

吴　凡　编著

中国华侨出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前　　言

在我们成长的过程中，很多人问过这样的问题：“我是谁？”“我为什么是这个样子？”……也常常对其他人的行为和思维感到难以理解。本书中描述了四种基本的性格类型：活泼型（简称为S型）、完美型（简称为M型）、力量型（简称为C型）及和平型（简称为P型）。这已经成为我们日常交流中非常自然的一部分，特别是对于了解我们自己和理解他人有着巨大的帮助。

通过阅读此书，你会了解到真实的自己，摆脱过去那种因为性格上的矛盾，不会欣赏自己更不懂得理解别人的状况，并促动你卸掉那些在漫长的成长过程中受他人和环境的打磨而形成的——性格面具！进而帮助自己真正地成长。

性格的力量可以决定你的命运。人的一生只有三天：昨天、今天、明天。你今天的一切是由你的昨天

决定的；你的明天将取决于你今天的选择。而所有的选择都将依据你的性格！

了解自己的性格和性格缺陷后，书中介绍了几种方法来发扬你的优点，改善你的缺点，充分发挥自己的潜能，把握住自己的命运。

让我们在笑声、思考甚至流泪中，来一次激动的探索自我的历程吧！让作者引导你迈向发现你自己的智慧与内在力量的道路吧！让我们一起创造未来——让性格改变命运吧！

目　　录

第一篇　性格——千人千面……（1）

1．性格的探源……（2）

2．性格人人不同……（9）

3．快速自测法：只有一个你……（16）

4．性格的分类和潜能……（36）

第二篇　面具——性格假象……（69）

1．面具的产生……（70）

2．戴着面具起舞……（77）

3．摘下面具，展现自我……（90）

第三篇　命运——性格树之花……（103）

1．命运的解析……（104）

2．性格决定命运……（108）
3．性格树之花……（144）

第四篇　创造未来——让性格改变命运……（147）

1．性格可以塑造……（148）
2．让活泼型统筹起来……（154）
3．让完美型快乐起来……（161）
4．让力量型缓和下来……（167）
5．让和平型振奋起来……（175）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第一篇　性格——千人千面

1．性格的探源

英文Bersonality一词的词源一般都认为它来自希腊文中的Persona，中文译为“性格”。这个词的原意是指希腊人在演戏时戴上的面具，后指演员在戏中扮演的角色，并指扮演该角色的人，有时也指具有该角色特征的人。

“性格”一词经过漫长的演变，它的内涵与外延都较当初的原意有了较大的变化，成为心理学研究领域一个重要非凡、又争议极大的研究对象。目前关于性格的定义有几十种，但一般来说，所指的都包括个人行为的特征，它是个人心理面貌本质属性的心理结合，以及因适应环境而产生的惯性行为倾向。也就是说，“性格”是人类行为的特征，是经常性的行为表现，而不是那些仅偶尔发生的行为，它是一个人独特的、相对稳定的心理特征，是人与人相互区别的主要方面。

人的性格千人千面、丰富多彩、极其复杂，现代心理学中把人的性格差异概括为能力、气质和个性三方面。每一个人不同的能力、气质、个性的独特结合，

就构成了一个人不同于他人的心理风貌和品格，即性格。性格是在人的社会化过程中形成的，因此它总要受到一定社会环境的影响。也就是说，性格是个体以其先天遗传的身体素质与神经反应类型同他所遭遇的复杂而多变的社会关系所构成的矛盾的统一，从而产生了一系列的内部、外部行为。人是生活在群体之中的，相同的环境条件与实践活动会使人们的性格带有群体的共性特点。例如，蒙古族人具有粗犷、豪放、热情、好客的特点，这就是蒙古族同胞的共性。共性是相对存在的，而性格的差异是绝对的。

人的性格主要包括由先天遗传而来的，受先天生物学因素神经构成影响的，极为稳定的气质；还包括受社会环境影响的，后天具有较强可塑性的能力和个性。心理学家都相信，我们的性格形成，平均来看遗传占40%，而社会环境因素占60%，尤其是幼儿的成长环境因素很重要，童年是形成人性格特征的黄金时代，一个人的性格在童年基本定型，长大后很难再有所改变，除非你遭遇非常的变故。所以家庭，尤其是母亲对小孩成长的影响亦是最大的。

具体地说，性格的特征大致包含了整体性、稳定性、独特性和社会性四个方面。

（1）整体性

性格是一个统一的整体结构，是人的整个心理面貌。每个人的性格倾向性和性格心理特征并不是各自孤立的，个人的能力、气质和个性相互联系、相互制约，构成一个统一的整体结构。

（2）稳定性

性格是指一个人比较稳定的心理倾向和心理特征的总和，它表现为对人对事对物所采取的一定的态度和行为方式。一种性格特征在其身上一旦形成，尤其在1岁～11岁的婴幼儿身上一旦形成，就比较稳固，不论在何时、何地、何种情境下，人总是以他惯有的态度和行为方式行事。所谓“ 江山易改，本性难移 ”就形象地说明了性格的稳定性。

（3）独特性

每个人的性格都是由独特的性格倾向性和性格心理特征组成的，即使是同卵双生子，他们在遗传方面可能是完全相同的，但性格品质也会有所差异。因为每个人在后天的实践环境中，条件不可能绝对相同；而且即使是生活在同一家庭中的兄弟姐妹，宏观环境相同，个人的微观环境也是有差异的。因此，每个人的性格都反映了自身独特的、与他人有所区别的心理

状态，是遗传与环境、先天与后天的独特结合。

（4）社会性

人不仅具有自然属性，同时也具有社会属性。一个人如果离开了人类，离开了社会，正常心理发育将无法完成，更谈不上性格的发展。生物因素只给人的性格发展提供了可能性，而社会因素则使这种可能性转化为现实。性格作为一个整体，是由社会生活条件所决定的，同时，性格作为人待人接物独特的态度和行为方式，也会反作用于社会，表现在人与人之间的人际关系上。

影响性格的先天、后天因素很多。被称为古希腊医学之父的希波克拉第提出了体液学说，他指出：“人的身体内部有血液和黏液以及黄色和黑色的胆汁，这是人体中的自然物质，通过这些而产生病痛或得到健康。人体健康的时候也就是这些体液相互混合的比例最恰当、性能发挥得最充分的时候。”（《关于希波克拉第的古老医术》，岩波文库）进而他又说依据体液的混合程度，可以决定人的气质。按照希波克拉第的分类法，人的性格可分为多血质、黄胆汁质、黑胆汁质和黏液质四种类型。

具有多血质气质特征的人，血液中的红血球较多，

因而他（她）显得活泼、好动、敏感、反应迅速、喜欢交往、注意力容易转移、兴趣和情感易交换等。

具有黄胆汁质气质特征的人，肝的黄胆汁分泌较多，因而他（她）显得直率、热情、精力旺盛、情绪易于冲动，心境交换剧烈等。

具有黑胆汁质气质特征的人，胃中的黑胆汁分泌较多，因而他（她）显得抑郁、冷静、行动迟缓、情绪体验深刻、善于察觉到他人不易察觉的细节等。

具有黏液质气质特征的人，脑的黏液分泌较多，因而他（她）显得安静、稳重、反应缓慢、沉默少言、善于忍耐、注意力稳定难以转移等。

这四种类型的性格至今仍为许多人所相信，影响深远且意义重大。后来，巴甫洛夫又对这一学说进行了补充的修正，把人的性格气质分为：多血质、胆汁质、抑郁质和黏液质。本书所采用的性格分类法也大致是从这种学说发展而来的。

当然，影响性格的因素除了先天遗传的上述因素外，还有后天的环境因素，童年的家庭教育对性格的固定极其重要。有人说：“我们的性格，取决于父母育儿的态度。”以弗洛伊德（Sigmund Freud,1856～1939）为首的精神分析学派认为，在幼儿时期由母亲所给予

需要全本请访问 www.ertongbook.com

孩子的教养或其他经验，对孩子性格的发展有很大的影响。

弗洛伊德自己也分析了神经症患者的临床病例，观察了那些患者所显示的症状与其回忆中出现的幼儿时期体验之间的因果关系，他认为亲子间心理上的事件会形成他们长大成人后的性格形态。

所谓“种瓜得瓜，种豆得豆”，父母往往都有一个希望孩子变成“这样”，不希望孩子变成“那样”的“理想”与“憧憬”。为了使孩子接近此“理想”而鼓励或责备孩子，父母用心地把小孩子培养成一定的行为倾向。小孩则以父母为模仿对象，学会了许多事，更形成他们的信念、价值观、规则和性格。从模仿父母开始到性格的形成，在不同环境中长大的孩子有不同的表现：

在批评中长大的孩子，他学会了责难。

在敌意中长大的孩子，他学会了争斗。

在虐待中长大的孩子，他学会了伤害别人。

在支配中长大的孩子，他学会了依赖。

在干涉中长大的孩子，他被动和胆怯。

在娇宠中长大的孩子，他学会了任性。

在否决中长大的孩子，他反对社会。

在忽视中长大的孩子，他情绪孤僻。

在专制中长大的孩子，他喜欢反抗。

在淫乱中长大的孩子，他会心理变态。

在民主中长大的孩子，他领导力强。

在鼓励中长大的孩子，他学会了自信。

在公平中长大的孩子，他抱有正义感。

在宽容中长大的孩子，他学会了耐心。

在赞赏中长大的孩子，他学会了喜欢自己。

在爱之中长大的孩子，他会爱人如己。

2．性格人人不同

所谓人心不同，各如其己面，是指每个人都具有不同于他人的独特的精神面貌和行为倾向。正像世上没有绝对相同的两片树叶一样，世上也没有性格完全相同的两个人。即使是孪生兄弟，遗传素质完全一样，性格也不会完全相同。曾经报道过的原苏联有一个连体双头畸形儿，躯体、内脏与四肢是共有的，然而却具有不同的性格特征：一个不爱说话、喜欢安静；另外一个则爱说、爱笑、爱发脾气。

性格差异是普遍存在的，每个人的性格都是其能力、气质和个性的独特结合，每个人都具有不可替代性。

·没有相同的两个人·

如果我们是纸箱里一模一样的鸡蛋，一夜间就可以被大母鸡孵化成小鸡，但我们却是互异的。事实上我们从出生就各有自己的优点和弱点，没有划一的方法能为我们创造奇迹。只有我们意识到自己的独一无

二，才能理解为什么大家在修读同一课程，在同样的时间里由同一位老师讲课，却往往会获得不同的成绩。

《性格与命运》把我们看作是源于四种基本性格的每个个别独立的组合，促使我们在试图改变自己的表面行为前，先要透彻熟悉“ 真我 ”。

我们天生就有着与兄弟姐妹不同的组合特征，生来就有自己的性情特征，自己的组合材料，就像各属某种岩石。我们有些是花岗石，有些是大理石，有些是石膏，有些是沙石。我们的岩石种类本就不同，外形更可以选择，因而呈现形态各异，我们的性格亦是如此。我们有一套与生俱来的特质，其中某些特征由于金子的点缀而变得完美，而另一些则被断层所破坏。我们的环境、智商、民族、经济环境和父母的影响都能塑造我们的性格。

我认识一个叫苏玉的女士，她做了一个自己家庭的调查，研究酗酒对自己家庭的影响。苏玉的父亲是一个严重的嗜酒虐待狂，她的家庭是一个毫无感情、充满暴力的家庭。苏玉有5个兄弟姐弟，他们都在这种病态的环境下长大。苏玉描述她的兄弟姐妹时，就像分派角色一样，给每个人都起了一个绰号。

大哥——超级英雄

他是一个工作狂加酒鬼，经常辱骂自己的妻子，忽视自己的孩子，从来没有爱过他们。他完全不承认自己有问题，他的内心充满了仇恨和压抑的怒气，他觉得因为自己有份工作，所以不算是一个嗜酒狂。

大姐——天生输家

39岁时，这个姐姐还不能在没有母亲的帮助下生活，母亲经常给她做饭，照看她的4个分别从新生儿到14岁的孩子。她两次结婚都嫁给不成才的人，两位丈夫都经常殴打和辱骂孩子。因为她在感情上和能力上都无法维系和孩子们的正常关系，所以这些孩子几乎没什么希望可言。

我——好女孩

真是上帝保佑，我从小就不想像其他家人那样生活，我不想嫁给一个“不成器的人”，也不想因为逃避家里的问题而结婚。我是一个好女孩，经常去教堂，我嫁给了一个牧师，他给予我无条件的爱，使我感到自己的价值。他给予孩子们无限的父爱，让我看到上帝的存在。

小弟——替罪羊

他是个出生在黑暗家庭里的黑羊，一个被女人们

（母亲、祖母、姐姐）养大的、柔弱而敏感的小男孩儿。他的依赖性很强，这使得他在中学时就开始吸毒和搞性关系。感谢上帝创造了奇迹，使他迷途知返，目前正在接受培训成为一名牧师。

小妹——宠物

她是家中最小的孩子，是家里的宠物，当然被宠坏且依赖性强。她离婚后，把怨恨全都发在孩子身上，对他们拳打脚踢，辱骂有加。她一直在找一个能照顾她的人，继续她那没有好结果的生活方式。

可以想像，苏玉和她的兄弟姐妹们性格差异如此之巨大，相同的父母和家庭环境孕育出差别如此大的子女，人的性格真是千人千面，各有不同。

“性格”通常在人很小的时候就能看出来。我这里还有一则一个外国朋友给我讲的真实故事：一个有关她两个小外孙和一只仓鼠的故事。

我有两个外孙，是女儿罗兰的儿子，却性格不同。从很小的时候起，大外孙蓝迪喜好整洁，有条理和爱发号施令。每当我去他们家的时候，蓝迪就会说：“外婆，坐这儿。”待我按他指的座位坐下后，他就会把得100分的试卷拿给我看，其中还真有一些挺难的拼写题呢。接着他就会像小大人儿似的和我谈这谈那。每当

需要全本请访问 www.ertongbook.com