

人际关系处理文库

# 怎样 善解人意

ZENYANG SHANJIE RENYI

---

●  
主  
编

张胜利 岳贵安

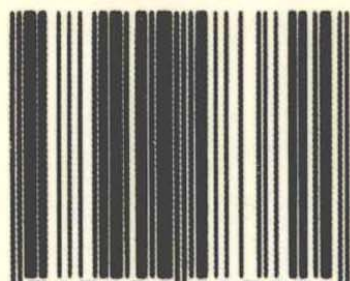
延边人民出版社



● 责任编辑：任 哲

● 封面设计：陈 非

ISBN 7-80648-382-9



9 787806 483824 >

ISBN 7-80648-382-9 / C · 13

定价：20.00 元

人际关系处理文库

# 怎样 善解人意

ZENYANG SHAN JIE REN YI

---

●  
胜利 贵安

延边人民出版社

---

---

# 目 录

<b>一、有弱点的人</b> .....	( 1 )
固守习惯的人 .....	( 1 )
不承认现实的人 .....	( 7 )
嫉妒心太强的人 .....	( 13 )
疑心重的人 .....	( 20 )
胆小的人 .....	( 25 )
悲观的人 .....	( 31 )
造谣的人 .....	( 35 )
狂热的人 .....	( 40 )
<b>二、太重名利的人</b> .....	( 47 )
只求成功的人 .....	( 47 )
只重成果的人 .....	( 53 )
领导欲强的人 .....	( 58 )
压制别人的人 .....	( 65 )
不可一世的人 .....	( 70 )
专制的人 .....	( 76 )
<b>三、高贵的人</b> .....	( 81 )
令人信服的人 .....	( 81 )

---

与大家融为一体的人 .....	(86)
能消除对立的人 .....	(92)
不拘泥成见的人 .....	(98)
能控制情绪的人 .....	(103)
能够忍耐的人 .....	(108)
不求回报的人 .....	(113)
心怀善意的人 .....	(118)
有教养的人 .....	(123)
<b>四、庸俗的人 .....</b>	<b>(131)</b>
听电话太傲慢的人 .....	(131)
愚蠢地控制他人的人 .....	(136)
炫耀自我的人 .....	(140)
吝于称赞的人 .....	(146)
专事挑刺的人 .....	(151)
极尽谄媚的人 .....	(156)
虚无的人 .....	(161)
<b>五、成功的人 .....</b>	<b>(167)</b>
勇于冒险 .....	(167)
不断挑战 .....	(172)
独立自主 .....	(177)
保持清醒 .....	(182)

## 一、有弱点的人

### 固守习惯的人

从人性的角度而言，固守习惯也许算不得一件坏事。但是，当一个人被过多的习惯所束缚，做任何事都不能违背他的固有习惯的话，就有必要考虑到这种习惯给人带来的种种不利。

习惯的力量是巨大的。从我们每个人出生起，就在各种机会中不知不觉地培养成各种各样的习惯。我们的大多数动作、行为、语言及想法，甚至一些无意识的反应，都是在习惯的强大支配下产生的。

习惯是什么呢？习惯就是天长日久、日积月累、自然而然、不由自主。习惯的动作，习惯的人群，习惯的环境，习惯的做法，等等，都使我们在生命的历程中更加毫不费力，更为心安理得，既没有因不熟悉而发生的恐惧感，也没有因改变而形成的陌生感及不安全感。

因此，人们喜欢固守习惯。更有一部分人，不管在哪种情况下，都不愿意改变已有的习惯。

我们都是习惯中长大，在习惯中生存，生活中有太多跟习惯相关的东西。但是有一些人，则完全被习惯所控

制，一切行为、思想都依着习惯来进行。一旦脱离了习惯的模式，他们就无所适从、心神不宁、心烦意乱甚至根本无法正常的学习工作、待人接物，只有待一切再次回到习惯的轨道上来，他们的身体和灵魂才会恢复正常。

很小的时候，我们就听说过一个关于懒人的故事。故事讲的是一个衣来伸手、饭来张口的大懒汉，从来不懂得自己做任何事。有一天，他的家人有事要外出几天，只好给他做了一张足够这几天吃的大饼挂到他脖子上，让他肚子饿了可以张口就吃。没有料到的是，几天后家人办完事回家，他仍然给饿死了，原因是他懒得连头也不转一下，只吃掉脖子前面的饼，而后面的饼连动也没动过。

这个故事我们很多人都知道。在付之一笑或者习惯性的摇摇头之外，你是否觉得这样的荒诞构思毫无实际意义呢？

细细想起来，与其说这个人是被懒惰所害，还不如说他是死于习惯。

试想，如果懒汉的家人不是一直纵容他，给他创造“衣来伸手，饭来张口”的条件，让他形成一个习惯的思维定式，他怎么可能在关及生命的时候还懒得“不愿”动一下头或者动一下挂在他脖子上的饼？

实际上，是家人使他习惯了张张口就可以吃东西，他根本就不知道还有其他的生路。再联系到我们的现实生活，你得承认，只有因为习惯这两个字，“懒汉吃饼”的故事才有发生的可能。

被习惯所俘虏，固守着习惯这块阵地的人实在并不

少，而表现形式却是千姿百态，不一而足。

有的人被日常生活的习惯所困，上班、工作、吃饭、睡觉，都有个既成的模式，每天都差不多，一成不变，他们是没有想过要去改变一下的。有些年轻人或小孩子有“饭来张口”的条件，有别人所不具有的与生俱来的优越性，吃穿不愁，身份尊贵。他们不愿意改变这样的现状，既不会想到创造更多更好，也不会居安思危，为万一的人生变数做心理上的准备。还有一些人则刚好相反，他们的生活一直动荡不安，贫穷潦倒、他们在内心深处把这认为是理所当然，生来如此，因为他们相信“富贵在天”，自己是无法改变现状的，宁可庸庸碌碌随随便便过一辈子。

生活细节上的习惯，那就更多了。吃饭、穿衣、做事、走路、说话、性格等等，每个人都有习惯，只不过有的习惯无伤大雅，有的习惯则危害无穷而已。

更多的习惯，是来自于这些人的思想上，是根本性的。他们所处家庭及社会环境的熏陶，他们所接受的教育及民风民情，都会形成一种比较成型的人生观、世界观，长久地存在于头脑中，并以此来衡量别人，打量整个社会，指挥自己的行为。

习惯的痼疾来自于头脑，其所表现出来的力量就尤为强大。比如“五四”时期的新文化运动，一开始实在有太多人将之视为洪水猛兽，因为打破了原有的思维习惯；我国实行计划生育之所以艰难，是因为“多子多福”的观念在作祟；我们国人喜欢枪打出头鸟，因为老祖宗教给我们的是“谦逊有礼，以和为贵”，太过“张扬”的人，自然



是不好的。

正如前面所述“懒汉吃饼”的故事，习惯与惰性实在是息息相关的。可以说，习惯是随肉体的懈怠一道而来的。

惰性是人人都有的。一旦肉体得到满足，就会感到舒适而身心俱佳，此时，惰性就像懒洋洋的秋风一样乘隙而入，包围你的整个身体，让你觉得人生莫过于此，断绝了更进一步的念头。随着惰性的产生、成型，生命一旦进入某种固定的空间，习惯也就形成了。

事实上，习惯并非全是坏事。它使我们做起事来更加轻车熟路，说起话来更加流畅自如，思想起来更为心安理得。只是在我们过于坚持习惯性的东西时，好事就变成了坏事。

惰性使我们形成习惯，习惯使我们更为懒惰。不愿改变习惯的人，太过依赖习惯，在他们身心得到满足的同时，智能和意念却逐渐萎缩，创造力慢慢消退，勇气被磨灭。

靠着习惯生存的人，惰性使他们变成一堆行尸走肉，惯性的力量将之囚禁在一个毫无色彩的圈了里，使他们的生活变得一潭死水，波澜不惊。更为糟糕的是，一旦他们的人生出现突发的意外事件，这些人只会惊慌失措，无以应变，最终被无情地吞没。

我们相信，很多人晓得懒惰的坏处，却难以意识到习惯的不利，更不会想到习惯与惰性的这种内在关联。

明白点说，习惯是隐藏在懒惰背后的号令者，是难以

察觉的魔鬼。当人们因为自己的小小惰性而不以为然的时候，习惯很可能正躲在你人生的某个地段偷偷发笑，而要是等到习惯忍耐不住给你狠命一击时，你悔之晚矣。

因此，我们每个人都有必要静下心来，对自己细心辨识一番，到底自己身上的一些习惯，仅仅是无关痛痒、不甚严重的惰性，还是会改变我们的意志、品质、隐蔽着可能危及未来人生发展因素的习惯。

要一个人改变习惯，犹如要驱使一头吃饱喝足，睡得舒舒服服的老虎起身一样艰难。并且，被要求改掉旧习的人由于心理上的抗拒，一定会感到不舒服，甚至恼羞成怒、反目相向。

如果有例外，那一定是这个人真的意识到习惯对他的害处，感受到不改掉旧习的巨大危险；或者，他已经因为坚持习惯而尝到苦头，带来始料未及的痛苦；又或者，一种突发的变故使之产生了改掉习惯，适应新生活的强大欲望。

除以上几点，一般人是不会轻易这么做的，即使偶尔有过类似的想法，也会因为习惯的强大而最终沿袭老路，回复到习惯的定式中去。

恋爱中的人，最可能认识到坏习惯的不利。毋庸置疑的是，恋爱是人生的一个重要阶段，也是年轻人最容易为之费尽心机、伤透脑筋的年龄。热恋中的人们面临全然不同于以前的生活，既要求改变对方，也意识到自己必须为对方而改掉诸多不良嗜好，因此在这个时段，也是他们最可能反思和审视自己的时间。作为男人，不但会重新建立

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.com>）

文档名称：人际关系处理：《怎样善解人意》岳贵安、张胜利 主编.pdf

请登录 <https://shgis.com/post/4860.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

