

## 化软弱为坚强，变弱勢为优势

每个人都有自己的弱点，无论是身边的朋友都知道的弱点，还是从来没有暴露在任何人身前的弱点。弱点如同阿喀琉斯的足踝，是人生中充满无法回避的存在。弱点也有很多种，胆小怕事是弱点，固执己见是弱点，焦虑恐惧也是弱点。甚至，不善表达、不近人情、紧张失措、喜怒无常等等，也是每个人心中难以逾越的弱点。

也正因为如此，每个人都希望能够摒除自己懦弱、胆怯、暴躁、偏激的一面，让自己看起来完美无缺，亲切可人，受到欢迎和喜爱，特别是不让亲爱的人受到自己的弱点的影响，不让商场中的对手看到自己的弱点，不给别人打击自己的机会。那么，该如何正确对待自身的弱点？该克服自己的弱点？是直面弱点勇敢纠正，还是费尽心思去掩盖、隐藏、假装无视就可以让自己没有弱点？如何才能以完美的“金钟罩铁布衫”的形象，在生活、家庭、事业当中应付自如，如鱼得水？

杰希·迪林格女士是一位婚姻和家庭问题专家，在美国加利福尼亚圣地亚哥开有一家私人诊所，对处于婚姻、家庭、工作三者的漩涡中心的现代人的心理有着精准分析和把握。《战胜软弱》一书正是她多年工作的心血结晶和智慧箴言。其中的一点一滴都来自她真实的生活，她的每一个痛苦的经历。她切身体会过书中所提到的种种焦虑、恐惧和缺乏安全感所带来的痛，并最终战胜了这一切。

她认为：“弱点与长处同出一源。如果加以利用，弱点非但不会把我们击垮，反而能使我们变得更加坚强、成功。”

书中讲述的就是如何将个性中的最弱变为最强，将劣势化为优势的无数奇思妙想。要相信自己的每一种弱点中都蕴藏着无穷的机遇，弱点能使我们更加了解自己与他人。正视自己的弱点，正确分析自己的弱点，才能够更加准确地认识自己。知道自己不足之处的人，才可能克服自己的不足，才可能战胜自己的弱点，从而为自己的人生指定更加完美的前进方向。如果弱点得不到承认和利用，我们身上那些有价值的个性特点也将面临着被埋没的危险。如果我们拥有勇气识别并面对它们，弱点将成为一股潜在的巨大力量。

那么请跟随杰希一起来将自己的内心世界剖开，揭开软弱的假面，击溃弱点的根源，让软弱成为展翅高飞的动力，让束缚个性的绳索成为向最高境界攀登的助力吧。