**《老人与海》：一个出海多年的普通老渔民，他的乐观与坚强**

小说《老人与海》中的主人公圣地亚哥具有乐观自信和坚忍不拔的精神，乘一艘孤帆在茫茫海洋上勇敢拼搏，坚持着自己未能实现的梦想。

这一人物特征很好地体现了积极人格特质。积极人格（Positive Personality）是积极心理学建立的基础，有助于个体在困境中采取积极有效的应对措施。

本文从三种重要的积极人格特质入手，对老渔民圣地亚哥的性格特征和内心世界进行深入剖析，以期在挖掘圣地亚哥的乐观、坚强等人物特点的同时，也能启发读者培养、形成积极人格特质。

**引言**

**《老人与海》中的圣地亚哥是一个出海多年的普通老渔民，但他同时也是一位在困难面前乐观执着、坚持不懈、拼搏奋斗的英雄。**在海明威的笔下，他敢于面对挫折，挑战挫折，战胜挫折，为自己坚持的梦想奋勇拼搏。

积极人格特质是出色完成任何事情的基本因素。**积极人格特质主要表现为个体在困境中展现出不畏艰险、乐观进取、百折不挠的态度，朝着目标有方法地奋勇前进**。就目前大量的研究来看，积极人格特质主要集中在以下三种：主观满意感（Subject Well-Being）、积极心理防御（Positive Psychological Defense）、乐观（Optimism）。

文学即“人学”，文学作品中的“人”也是现实生活中活脱脱的人，每个人物都有自己不同的性格特征和内心世界。因此，本文从这三种主要的积极人格特质分析圣地亚哥这一“失败的英雄”，阐述其积极人格特质于今时今世的借鉴作用。

我们从近年来关于积极人格特质的研究结论得出，**具有积极人格特质的个体能够在面对逆境时表现出较强的挫折承受能力和反逆境的能力；无论遇到什么困境，都能够保持积极进取、不轻言放弃的态度；不断找寻新的解决方法和途径，渴望改变现状，实现自己的目标。**

**圣地亚哥性格中的积极人格特质**

《老人与海》讲述了一个贫穷、孤独的古巴老渔民圣地亚哥虽捕鱼技艺高超，却没能得到上天的眷顾，连续出海84天都没有捕到鱼。终于，他在第八十五天的时候，捕到了一条前所未見的大马林鱼。

在收获大马林鱼后的返程途中，他又遭遇了鲨鱼群的袭击。他仅凭船上的工具与鲨鱼群殊死搏斗，最后拖着鱼头、鱼尾和一条大鱼的脊骨回到了小镇。

小说中，圣地亚哥是一个集坚强自信、坚忍不拔、不畏死亡的英雄气概于一身的人物形象。

**（一）主观满意感：愿为热爱的事业奉献一生**

圣地亚哥热爱大海，迷恋捕鱼。他认为自己天生就是渔夫，精于捕鱼之道，以捕鱼为业，每天与海打交道。从年轻的时候，他就开始出海捕鱼。那时候的他，力大惊人、体壮如狮。但捕鱼是一项力气活儿，大多数渔民在年长的时候就会放弃这项事业。

然而日渐衰老的圣地亚哥却依然坚持着自己心中热爱的捕鱼事业，享受着每天出海捕鱼的生活。

圣地亚哥在出海前对小男孩说：“**问题只在于我的运气就此不好了。可是谁说得准呢？说不定今天就转运**。”他在海上漂泊的日子中自言自语道：“**真希望我不是个渔夫，可我自幼就是干这一行的**。”这些都表达了圣地亚哥从内心深处认可自己的捕鱼生活，并寄予希望。

积极人格理论中提出，主观满意感也称主观幸福感，是积极人格的重要特质，指个体主观地认为和肯定（即内在认同）自己现有的生活状态和周围环境是自己心目中的理想状态。

显然，圣地亚哥的人格中存在这一特质，他对自己的生活现状持一种肯定态度。出海捕鱼能够给他一种内在的激励，让他感受到幸福和满足，并促使他充分发挥自己的潜能，迎接更大的挑战。

**（二）积极心理防御：人可以被毁灭，但是不能被打败**

拥有积极心理防御的个体表现为：**遇到生活中的各种压力和困境时，能采取更为有效的应对策略，即正视困境、承认困境和正确分析并战胜困境。**积极的心理防御行为方式主要是坚持、表同、补偿、升华四种形式。在出海捕鱼的过程中，圣地亚哥多次面临无法战胜的困难，但是他最终都克服了。

**1.坚持不懈、永不言弃**

当个体发现达到目标的过程很艰难时，他就会做出相应的调整、加倍努力，以实现最终的目标。小说中，圣地亚哥的做法正是如此。根据小说前半部分的描述，圣地亚哥在未知的海域中独自远航了八十几天，但是为了能够捕到鱼，他忍耐住了心理上的孤独和恐惧，也经受住了食物短缺所带来的饥寒与困倦。

而后，他仅靠自己的力量和船上一些简单的工具，与大马林鱼、鲨鱼群、伤痛、寒冷等不眠不休抗战了三天三夜。在此期间，他不断地鼓励自己“疼痛对于男人来说，不算什么”“最好你自己也能临危不惧、信心十足，老家伙”“但是人不是为失败而生的，真正的人可以被毁灭，但是不能被打败”等，最终战胜了所有的困难。

**2.以狮子作为象征**

当个体在实际生活中遭遇挫折，难以实现目标时，就会将自己想象为某一个榜样，仿效其优良品质和成功的经历、方法等，让自己的思想和言行更顺应环境和社会的要求，增强自信心，冲淡挫折感，得到内心的满足。

人尽皆知，狮子是智慧、实力和英勇的象征。小说中，圣地亚哥多次梦见狮子，充分说明他希望自己能像狮子一般，有力量、有自信，能够克服捕鱼过程中一切的艰难险阻，成为一名令人钦佩、敬畏的有声望的渔民。

同时，这也表明了他借狮子以减弱挫折带来的痛苦，并鞭策自己。

**（三）乐观：大鱼总会在某处等我**

**乐观的人格特质是指个体对自己的行为举止和周围存在的客观事物都能保持一种积极向上的态度和体验。**小说中，圣地亚哥总是志在必得地认为第二天必定会捕到一条大鱼。他认为自己是一个“不同寻常、技艺精湛的老头子”，并且时常鼓励小男孩要充满信心和希望。

即使他先前有过连续87天未捕到鱼的经历，但是他将此逆境用来激励自己坚持在海上前行，而不是垂头丧气地立刻返航。即使他已身瘦如柴、形体憔悴，难以像从前那般轻松自如地捕捞大鱼，但他在接连不断地与大马林鱼和鲨鱼群斗争的过程中，始终认为自己必定能够降得住它们，并不断地鼓励自己“我还要再试一下”“我能做的事情还多着呢”。

即使他最后只带着一副残鱼骨架回来，被扔在“一堆空啤酒罐和死了的小梭鱼中间，成了垃圾”，但他深知这是他的胜利，过了这天他仍要出海捕鱼，因为他说过：“我的大鱼总该在某处吧。”

**结语**

**综上所述，在积极人格视角下，三种主要的积极人格特质，即主观满意感、积极心理防御和乐观，帮助圣地亚哥成功战胜一切挫折，提升捕鱼生活中的幸福感。**

海明威笔下的圣地亚哥拥有良好的人格特质，例如富有勇气与耐力、乐观与豁达、自信与坚定等。他乐于接受自我，乐观、自信、坚忍地面对困境，采取积极的力量应对和解决问题。

不得不说，这位老渔夫利用自己的积极人格特质取得成功的经验是值得我们学习的。