



新视点励志书系


人活一口气，是中国人的一句老话
人活一口气，蕴藏着无穷的神奇力量
人活一口气，召唤无数人引爆生命潜能
人活一口气，激励无数人突破人生困境
人活一口气，引导无数人铸就成功辉煌



人活一口气

卢志丹◎著

人活一口气，折叠着千万人生哲理
人活一口气，浓缩着万千成功智慧

 中国长安出版社

人活一口气

人活一口气，折叠着千万人生哲理
人活一口气，浓缩着万千成功智慧

卢志丹◎著

图书在版编目(CIP)数据

人活一口气/卢志丹编著. —北京:中国长安出版社,2008.4

ISBN 978 - 7 - 80175 - 811 - 8

I. 人... II. 卢... III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821 - 49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第057951号

人活一口气

著者: 卢志丹

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街14号(100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: ccapress@yahoo.com.cn

发行: 中国长安出版社 全国新华书店

电话: (010)65281919 65270433

印刷: 北京竹曦印务有限公司

开本: 710mm × 1000mm 1/16

印张: 17

字数: 160千字

版本: 2008年7月第1版 2008年7月第1次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 80175 - 811 - 8

定价: 29.80元

当你应聘某家知名企业落聘了,不要灰心,说一声:人活一口气!我一定到比这家更有实力的企业高就。

当你因为工作上的问题受到上司的批评时,不要埋怨,说一声:人活一口气!我一定干出一番业绩让他瞧瞧。

当你参加考试名落孙山,不要沮丧,说一声:人活一口气!待来年看我金榜题名。

当你看到儿时的伙伴发达了,不要“眼红”,说一声:人活一口气!我一定会超越他。

当囊中羞涩的你看到某个大款前呼后拥,名车美女,不要仇视,说一声:人活一口气!他日我一定会比他还富有。

当昔日的恋人舍你而去,不要痛苦,说一声:人活一口气!我一定要找到比她(他)更优秀的另一半……

一日,释迦牟尼佛祖问他的弟子们:“人的生命有多长?”

一个弟子说:“几天之间,”佛祖说:“你未悟道。”

另一个弟子说:“在顿饭之间。”佛祖说:“你未悟道。”

第三个弟子说:“仅在一呼一吸之间。”

佛祖说:“善哉!善哉!你已悟道!”

人命仅在呼吸间,人生只活一口气。而要真正活好这一口气,活出一口气,又谈何容易!

贫贱之时,你能不能立下凌云大志气?

心有不平,你敢不敢下定决心去争气?

一生一世,你会不会永葆蓬勃的朝气?

每时每刻,你是不是都在搜寻好运气?

一无所有,你有没有白手起家的勇气?

身处困境,你懂不懂得给自己鼓鼓气?

前言

FOREWORD

一朝掌权，你有没有领袖群伦的霸气？
喧嚣浮世，你能不能涵养心中的静气？
处世做事，你有没有变通无碍的灵气？
面对诱惑，你能不能风骨岸然讲正气？
待人接物，你有没有如沐春风的和气？
他人危困，你能不能伸出援手显义气？
一年十二月，人生十二气。

这十二气：是志气，争气，朝气；是运气，勇气，鼓气；是霸气，静气，灵气；是正气，和气，义气。

“人活一口气”，是中国人的一句口头禅，流传至少几千年。此语看似简单，却蕴含着神奇的力量，不知有多少人因这句话的感召而重拾自信，不知有多少人在这句话的鼓舞下直面挫折，突破人生困境；也不知有多少人因参透了这句话的大机大用，而铸造了人生的成功和事业的辉煌！

这是一句改变千万人生命运的话！虽然流传已久，人人皆知，但第一次对“人活一口气”的丰富内涵进行全面揭示的，本书当之无愧。

书中将千万人生哲理和千万成功智慧，一“气”统之。当你一口气读完，你会惊喜于人生真谛如此简单；当你身体力行，在实践中灵活运用，你的事业一定会越来越发达，你的日子一定会越过越精彩，你一定会活出一口气，活得顶天立地！

卢志丹

丁亥年冬月

于北京大学图书馆

目录

第 1 章 穷且弥坚立志气

1. 穷且弥坚，不坠青云之志 \ 2
2. 志向是人生的“北斗星” \ 5
3. 野心决定财富 \ 8
4. 志气应符合自身实际 \ 11
5. 志气要高，着手要低 \ 15

第 2 章 心有不平敢争气

1. 王侯富豪本无种 \ 20
2. 感谢折磨你的人 \ 24
3. 与其生气，不如争气 \ 26
4. 与其仇富，不如创富 \ 29
5. 争气，要靠自强不息 \ 32
6. 争气，并非盲目攀比 \ 35

第 3 章 锐意进取有朝气

1. 让激情如朝日般喷薄而出 \ 38
2. 永不知足，进取不息 \ 41
3. 乐观自信者所向披靡 \ 44
4. 愈挫愈奋，锲而不舍 \ 48
5. 自卑是人生的阴霾 \ 51
6. 克服消极萎靡的暮气 \ 57

目录

第 4 章 时刻准备抓运气

- 1. 好运只光顾有准备的人 \ 62
- 2. 抓住哪怕万分之一的机会 \ 66
- 3. 好运气，险中求 \ 69
- 4. 从政治气候中洞察大机遇 \ 72
- 5. 幸运之神就在身边小事中 \ 75
- 6. 机遇有时会伪装成错误 \ 78
- 7. 迅即行动，抢占先机 \ 81

第 5 章 开创大业靠勇气

- 1. 靠勇气叩开成功的大门 \ 86
- 2. 就是敢为天下先 \ 90
- 3. 放弃，有时需要大勇气 \ 93
- 4. 战胜恐惧和怯懦 \ 97
- 5. 冒险不等于冒进 \ 100

第 6 章 艰难时刻要鼓气

- 1. 好好活着，就有希望 \ 104
- 2. 自己给自己打气 \ 108
- 3. 战略上蔑视，战术上重视 \ 111
- 4. 破釜沉舟，一鼓作气 \ 114
- 5. 不要因打翻的牛奶泄气 \ 117
- 6. 憋足一口气，坚持到底 \ 120

目录

第 7 章 运权驭下显霸气

- 1. 霸气铸就霸业 \ 124
- 2. 罗致英才，成就霸业 \ 126
- 3. 摆足“架子”显霸气 \ 131
- 4. 恩威兼济，驾驭自如 \ 135
- 5. 抓大放小，监控有力 \ 139
- 6. 有霸气，不是做霸王 \ 144

第 8 章 心如止水有静气

- 1. 躁气乃败事之本 \ 148
- 2. 修炼一颗平常心 \ 152
- 3. 临事而谨，静观其变 \ 156
- 4. 小事入手，点滴积累 \ 159
- 5. “一生只挖一口井” \ 163
- 6. 忍耐孤独和寂寞 \ 167
- 7. 切莫傲气凌人 \ 170
- 8. 回归内心的宁静 \ 175

第 9 章 处世应变有灵气

- 1. 性灵若水，随机应变 \ 180
- 2. 见微知著，闻一知十 \ 184
- 3. 换个角度，灵犀顿开 \ 188
- 4. 灵机一动，点石成金 \ 191
- 5. 化直为曲，以迂为直 \ 193
- 6. 内秀外拙，大智若愚 \ 195

目录

第 10 章 风骨岸然有正气

- 1. 正气带来好运气 \ 200
- 2. 最动人心是品格 \ 204
- 3. 坚守做人之原则 \ 208
- 4. 不拿人格做交易 \ 212
- 5. 慎独，反省自己 \ 215

第 11 章 待人接物应和气

- 1. 让微笑的和风吹遍世界 \ 220
- 2. 美言一句三冬暖 \ 223
- 3. 牢记他人的姓名 \ 227
- 4. 口舌争辩会大伤和气 \ 230
- 5. 给别人留面子 \ 233
- 6. 和气有度，保持距离 \ 237

第 12 章 解危济困讲义气

- 1. 良善乃义举之本 \ 242
- 2. 送人玫瑰，手有余香 \ 246
- 3. 最伟大的赚钱秘密 \ 249
- 4. 警惕“哥们儿义气” \ 254
- 5. 把感恩当习惯 \ 259

后记 \ 262

1. 穷且弥坚，不坠青云之志

你是不是曾经立过这样的志向，要考入名牌大学，做政治家、教育家、作家……

你是不是立志要创建自己的企业，成为日进斗金的富豪……

但是，是不是因为遭遇了太多的挫折和打击之后，你不仅放弃了自己的志向，并且嘲笑自己的“年少轻狂”？

很多人都立过远大的志向，但最终将理想化为现实的，是那些在各种磨难面前，甚至在看似山穷水尽的处境中不言放弃、百折不挠的强者。

用“初唐四杰”之一的王勃的一句千古绝唱来形容，真正的强者是“穷且弥坚，不坠青云之志。”

前古后今，一切有着杰出成就的人物的第一个共同特征，就是：穷且弥坚，不坠青云之志。

如果我们再上溯到秦朝末年，就会发现那些挥手引得风起云涌的英雄人物，无一不是“穷且弥坚，不坠青云之志”的。

当陈胜刚刚挺起因“面朝黄土背朝天”的耕作而酸痛难忍的腰板时，他对其他一起劳作的奴隶说：“苟富贵，毋相忘！”面对一片嘲笑，他自信地说：“燕雀安知鸿鹄之志！”

成千上万的人目睹秦始皇车队的威风，只有项羽脱口而出的是“彼可取而代之”的豪言。此时项羽不过是一名身负命债的流浪汉。

面对遇到的同样场面，刘邦也同样心生豪情：“大丈夫当如此也！”此时刘邦也不过是一名到处赊酒喝的无赖。

时代不同，英雄人物在性格、能力、知识等方面尽管各有不同，但是“穷且弥坚，不坠青云之志”的这一特质，却惊人的相同。在长沙求学时的毛泽东，每天只靠两个烧饼生存，却给自己取号为“子任”，决心以“天下为己任”，发出“为人，为国人，为世界人而学”，立下“改造中国与世界”的壮志。被同学们称赞为“身无分文，心忧天下”的“毛奇”。

20 来岁的亚伯拉罕·林肯，穷得几乎连双鞋也穿不起，从边远地区第一次到大城市里见世面，看到街头巷尾贴满的花花绿绿的收购黑奴的广告时，愤然对同伴说：“总有一天，我要砸碎这可恶的制度。”后来，林肯果然以废除奴隶制度而成为美国历史上最伟大的总统。

1944 年 4 月 7 日，格哈德·施罗德出生于德国北威州德特莫尔德市莫森贝格镇一个工人家庭。在他出生后不久，父亲在第二次世界大战中阵亡，母亲为抚养他们兄妹 5 人曾当过清洁工。他们住在一个没有自来水、没有厕所的两居室房间里，这个房间以前是一个专门养羊的畜棚。

现年 81 岁的前邻居埃里卡斯·卡拉宾回忆说：施罗德一家从来吃不起肉，只能靠卷心菜等蔬菜来艰难度日。有一名称做玛里克·雷曼的前邻居回忆说：“当地孩子们获得的教导常常是：不要跟施罗德家的孩子们玩耍。”因此，当地几乎没有同龄孩子愿同施罗德交往，他们都将小施罗德看做是一个“流浪者”。

施罗德从来没有刻意隐瞒他的卑微出身，偶然谈起艰苦的童年时他说：

“也许这正是驱使我发愤图强的动力之一。我过去的经历帮我找到了我的奋斗之路，我想不断改善自己的处境。但我并不想只为自己这么做，我还想通过自己努力改善其他人的处境。”

当出身贫贱、身材矮小的施罗德公开了“一定要当国务院总理”的志气后，遭到一片谩骂和诋毁，甚至一些报刊禁止刊登他参加竞选的消息。

艰苦的生活环境造就了施罗德自立自强的性格。施罗德上的是普通中学，毕业后只能接受职业培训，没有上大学的资格。随后，他一边在瓷器店当学徒，一边坚持上夜校，于 1966 年通过高级中学考试，进入格廷根大学上夜大，攻读法律，后获得律师资格。

1963年，当施罗德刚满19岁时就加入了社会民主党。1978年当选为青年社民党主席，1980年首次当选为联邦议院议员，1990年当选为下萨克森州政府总理。在1994年州议会选举中，他摆脱了对执政伙伴绿党的依赖，单独执政；在1998年3月的州选举中，施罗德的执政地位随着社民党选票的增加得到进一步巩固。在1998年4月17日召开的社民党特别代表大会上，施罗德正式被推举为该党联邦总理候选人。

不久后，他为德国总理，实现了自己贫贱时所立下的大志。

“天地英雄气，千古尚凛然”，这是唐代诗人刘禹锡赞美刘备的诗句。仅有满口的豪言壮语，还不是真正的“英雄气”，也难以成为真正的大成功者。一个人，特别是一个出身贫贱的人，要改变自己的命运，走出人生的困境，不仅要立大志，更应该在逆境和打击面前矢志不移，“咬定青山不放松”，直到人生理想的实现，这才是真正的惊天地、动鬼神的英雄气、大志气！

2. 志向是人生的“北斗星”

俗言道：有志者立长志，无志者常立志。然而，比“常立志”的人更可悲的是那些“从不立志”的人。

志者，心之所之也。志向是引导一个人奔赴成功境界的目标。一个不确立人生目标和志向的人，他的一生会在昏昏噩噩中度过，绝不会有什么建树，这样的人与鸟害虫鱼有什么区别呢？

志向，如同黑夜航行于大海之上的远处的灯塔，亦如同暗夜穿行于沙漠之中的让我们不会迷失方向的北斗星。没有志向作为人生的“灯塔”，在大风大浪时就很容易“翻船”；没有志向作为人生的“北斗星”，我们一生会处于没有生机的无边无际的沙漠之中，无法找到快乐的“绿洲”。

比塞尔被誉为“西撒哈拉沙漠中的一颗明珠”。现在，每年到比塞尔观光旅游的人数以万计。可是在很多年前，这里还是一个封闭而落后的地方，这里的人没有一个走出过大沙漠。

一个名叫肯·莱文是第一个进入比塞尔的“外人”，当他听说有很多当地人试图走出沙漠而没有成功时，非常纳闷。

比塞尔人为什么走不出沙漠呢？肯·莱文决定探个究竟。他雇了一个比塞尔人，让他带路。他们带了半个月的水，牵了两峰骆驼。肯·莱文收起指南针等现代设备，只拄一根木棍跟在后面。

走了11天，他们果然又回到了比塞尔。但是，通过对那位“土著”搭档的观察，肯·莱文终于明白了，比塞尔人之所以走不出大漠，是因为他们根本就不认识北斗星。

比塞尔处在浩瀚的沙漠中间，方圆上千公里没有一点参照物，若不认识北斗星，又没有指南针，想走出沙漠确实是不可能的。

肯·莱文最后在离开比塞尔时，带了一位叫阿古特尔的青年，就是上次和他合作的那个人。他告诉这个小伙子：“只要你白天休息，夜晚朝着北面那颗星走，就能走出沙漠！”阿古特尔照着去做，三天之后果然来到了大漠的边缘。

阿古特尔因此成为比塞尔的开拓者，他的铜像被立在小城的中央。铜像的底座上刻着一行非常醒目的字：新生活是从选定方向开始的。

记住这句来自大漠深处的话吧：“新生活是从选定方向开始的！”同样，成功的人生也从确立志向开始的。

志向就是人生的“北斗星，没有志向的人生，就如同在沙漠中毫无目的地转圈，是不会有出路的。

阿古特尔认准北斗星这个目标，坚持前行，所以成为比塞尔的开拓者。志向之于人生成功，决不亚于北斗星之于走出撒哈拉沙漠的作用。

哈佛大学曾对一群智力、学历、背景等客观条件都差不多的人，做过一个长达二十五年的跟踪调查，调查主题为“目标对人生的影响”。

二十五年前，调查的结果是：

27%的人，没有目标；

60%的人，目标模糊；

10%的人，有清晰但比较短期的目标；

3%的人，有清晰且长期的目标。

二十五年后，这些调查对象的生活状况如下：

3%的有清晰且长远目标者：他们二十五年来几乎都不曾更改过自己的人生目标，并为实现目标做着不懈的努力。他们几乎都成了社会各界顶尖的成功人士，他们中不乏白手创业者、行业领袖、社会精英。

10%的有清晰短期目标者：他们大都生活在社会的中上层。他们的共同特征是：那些短期目标不断得以实现，生活水平稳步上升，成为各行各业不可或缺的专业人士，如律师、医生、工程师、高级主管等。

60%的目标模糊者：他们几乎都生活在社会的中下层，能安稳地工作

与生活，但都没有什么特别的业绩。

27%的没有目标者：他们几乎都生活在社会的最底层，生活状况很不如意，经常处于失业状态，靠社会救济，并且时常抱怨他人、社会和上天。

这个跟踪调查印证了孔夫子的一句话：“三军可以夺帅，匹夫不可以夺志”。匹夫“夺志”，缺乏志向，没有人生的奋斗目标，就会与失业、贫因为伍。那些事业成功者，其内心无不具有如同天上北斗星一样恒久和明亮的志向与目标。

“志向绝对重要，它不但调动我们的积极性，而且维持我们的人生。你应该今天就开始制定目标，为自己的未来而规划航向。”思想家罗伯特·F·梅杰说，“如果你没有明确的目的地，你很可能就走到了不想去的地方。”

要想成功，一定要有在志气，立大志向。你的过去或现在是什么样并不重要。你将来想要获得什么成就才是最重要的。你必须对你的未来怀有远大的理想，你必须定立明确的奋斗目标。否则，即使你终日忙碌，也最终一事无成！须知：阿古特尔之前的许多比塞尔人走不出撒哈拉沙漠，不是因为他们坐着不走，而是因为他们没有方向，所以即使再怎样拼命地走，也还是回到出发之地！

3. 野心决定财富

今日的中国，是一个呼唤财富英雄的时代。事实上，这个千载难逢的时代，正在造就着令许多人羡慕不已的财富英雄：李嘉诚、柳传志、张朝阳、鲁冠球、刘永好、杨澜、马云……不知道成为多少热血青年的人生楷模。

有道是：时势造英雄。所谓“时势”，就是历史潮流发展的大势。在过去很长一个时代，由于当时时代的需要，许多人立志建奇功于疆场，封侯拜相。但是进入 21 世纪的中国，早已“世易时移”，今日中国的大时势是“经济建设为纲”，所以很多人渴望是成为腰缠万贯的富豪，人们谈论最多的是如何发财，

那么，到底怎样才能成为富人呢？

要回答这个问题，我们不妨先来探讨一个问题：穷人最缺少什么？

有位法国富豪在临终时曾留下这一个谜语。这位富豪名叫巴拉昂。

巴拉昂以推销装饰肖像画起家，在不到十年的时间里迅速跻身于法国 50 大富豪之列。1998 年因前列腺癌在法国博比尼医院去世。临终前，他留下遗嘱，把他 4.6 亿法郎的股份捐献给博比尼医院用于前列腺癌的研究；另有 100 万作为奖金，奖给揭开“穷人最缺少的是什么”之谜的那个人。

巴拉昂去世后，法国《科西嘉人报》刊登了他的一份遗嘱。他说：

“我曾是一个穷人，去世时却是以一个富人的身份走进天堂的。在跨入天堂的门槛之前，我不想把我成为富人的秘诀带走，现在秘诀就锁在法兰西中央银行我的一个私人保险箱内，保险箱的三把钥匙在我的律师和两位代理人手中。谁若能回答穷人最缺少的是什么的，他将能得到我的祝

贺。当然，那时我已无法从墓穴中伸出双手为他的睿智而欢呼，但是他可以从那只保险箱里荣幸地拿走 100 万法郎，那就是我给予他的掌声。”

遗嘱刊出之后，《科西嘉人报》收到大量的信件。有的骂巴拉昂疯了，有的说《科西嘉人报》为提升发行量在炒作，但是多数人还是寄来了自己的答案。

绝大部分人认为，穷人最缺少的是金钱，穷人还能缺少什么？当然是钱了，有了钱，就不再是穷人了。

还有一部分人认为，穷人最缺少的是机会。一些人之所以穷，就是因为没遇到好时机，股票疯涨前没有买进，股票疯涨后没有抛出，总之穷人都穷在时运不济上。

另一部分人认为，穷人最缺少的是技能。现在能迅速致富的都是有一技之长的人，一些人之所以成了穷人，就是因为学无所长。

还有的人认为，穷人最缺少的是帮助和关爱。每个党派在上台前，都给失业者大量的许诺，然而上台后真正爱他们的又有几个？

另外还有一些其他的答案，比如：穷人最缺少的是漂亮，是皮尔·卡丹外套，是《科西嘉人报》，是总统的职位，是沙托鲁城生产的铜夜壶……

总之，五花八门，应有尽有。

巴拉昂逝世周年纪念日，律师和代理人按巴拉昂生前的交代在公证部门的监视下打开了那只保险箱，在 48561 封来信中，有一位叫蒂勒的小姑娘猜对了巴拉昂的秘诀。

蒂勒和巴拉昂都认为穷人最缺少的是“野心”，即和“志向”是同义词的“野心”。

在颁奖之日，《科西嘉人报》带着所有人的好奇，问年仅 9 岁的蒂勒，为什么想到是“野心”，而不是其他的。蒂勒说：“每次，我姐姐把她 11 岁的男朋友带回家时，总是警告我说不要有野心！不要有野心！我想，也许野心可以让人得到自己想得到的东西。”

巴拉昂的谜底和蒂勒的回答见报后，引起不小的震动，这种震动甚至超出法国，波及英美。

一些好莱坞的新贵和其他行业几位年轻的富翁就此话题接受电台的采