

这是一部研究
生命透支学的书

生命 透支

这是一部用**全新理念**诠释
生命科学的书

这是一种透视人的
本质行为的学说

也是一部匆忙都市人
不得不看的书

赵建华
赵建中

著

山东友谊出版社

生命透支



赵建华 赵建中 著
山东友谊出版社

图书在版编目(CIP)数据

生命透支/赵建华, 赵建中著. —济南: 山东友谊出版社, 2001. 8

ISBN 7-80642-482-2

I. 生... II. ①赵... ②赵... III. 生命—价值(哲学)—研究 IV. B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 057149 号

生命透支

赵建华 赵建中 著

*

山东友谊出版社出版发行

(地址: 济南经九路胜利大街 39 号 邮编: 250001)

胶州市印刷厂印刷

*

850 × 1168 毫米 32 开本 6 印张 180 千字

2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷

印数 1--2000

ISBN7-80642-482-2

B·7 定价: 8.80 元

2001.9.10

前言

生命是一个人与生俱来的资本,是人类赖以生存,并且通过竞争拼搏,实现自我发展的基础。生命透支是指人们充分(有时甚至是过度)挖掘自身潜能的行为,目的是更加科学地利用生命资源,以达到自己的人生目的,从而进一步实现自己的社会价值。因为生命是一种特殊的资源,它不像黄金白银可以长期保值,也不同于煤炭、石油能储藏成千上万年。人赤裸裸地来到世间,只有在有限的人生时间内充分合理地应用自己的生命资本,才能避免浪费。生命既然是资本就可以透支,这里所指的生命透支,决不是一味地损害健康,对此我们不得不严肃地指出:不了解自身的潜能,不科学地利用生命时间,出现疾病也不积极就医或不注意生命的健康、安全等行为,就是恶意透支生命,这正是作者所反对的。我们著此书的目的是希望人们要科学合理地使用生命资源,像庖丁手中的那把刀,虽解千牛亦不受损。

一份对中年预支生命群体的调查报告说,我国成年职工的健康状况是很不令人满意的。常见的慢性病如高血压、心脏病、糖尿病、肝病等,患病率随接受调查者年龄增大而逐步上升,尤以高血压为最,高血压和心脏病患者在41~45岁之间的人群中迅速增加。这种社会群体血压的高低是反映生命透支度的尺子或晴雨表,同时也说明现在已处于一个透支生命的时代。

透支生命时代的到来,加快了每个人的脚步,增加了人们心理上的负担,不仅是中年人,青少年也在奋力拼搏中透支自己的健康身躯。在2001年济南举行的一次高考“状元”报告会上,一位“状元”的座右铭是“有志者,事竟成,破釜沉舟,百二秦关终属楚;苦心人,天不负,卧薪尝胆,三千越甲可吞吴”。用了清代文学家蒲松龄一生呕心沥血的精神,激励自己艰苦拼搏。另一位“状元”的学习则是一个把板凳坐穿的“苦”字。来自北京大学的这4男2女6名“状元”,有5位清秀的脸上架着厚厚的眼镜,说明他(她)们以“卧薪尝胆”、“破釜沉舟”和把“板凳坐穿”的艰苦奋斗精神,为祖国的繁荣富强,也为自己的前途事业,不知熬过了多少不眠之夜、付出了多少汗水与心血。

每个人的生命资本的状况是不平等的,有人先天条件就很好,有的人则很差,这还要看后天接受培养教育的情况如何。至于在个体生存发展的过程中,物质财富获得的多少,除了遗产继承外,只有用生命资本去交换。那些没能及时换得足够有形资产的人,他们就on能采取透支生命的手段去寻取钱财物,并且透支是过度的,有时会因过度劳累而失去生命。因此,一味反对透支生命也许不妥,应该提醒大家的是如何合理透支才是对的。因为生命科学的研究已经有了很大的发展,借助于有关生命科学的知识会避免许多无谓的生命透支。

对于我们中国,认识这个问题显得日益重要。这是由于我国经济相对落后人口众多的缘故。相对于经济发达国家,我们经济相对落后是不争的事实,但人口众多也并非

绝对的坏事。新加坡作为弹丸小国,其自然资源相当匮乏,但他们充分利用人力资源,结果仍然堪称世界上富裕的国家。所以,只要我们充分挖掘人力资源,甚至说是科学透支生命,全力以赴地向强国目标奋进,也并非不能跻身于强国之列。

但有一点需要指出,我们的落后已不是几年、几十年的问题,而是在一百多年前就被英国侵略者打破国门,此后又被多个强盗国家宰割、蹂躏达一个世纪之久。最近,曾参加过“两弹一星”研制的中科院院士王守觉指出:我们的落后不是始于清末,而是始于16世纪。西方的文艺复兴提倡了科学精神,有两部书是那一时期的代表——《天体运行论》、《人体解剖学》。即自那时起我们就落后了。另外他还认为我们的教育不成功也是落后的原因之一。由于这种愚昧和落后,使中国人民挨打受欺,有多少同胞惨遭涂炭。

自改革开放以来我国已把科教兴国提到了重要议事日程,目的是为了弥补与强国之间的差距,有调查显示:约60%以上的家长愿为儿女上学而借债,他们认为“宁愿自己多吃苦,也要供养孩子多念书”。这种借债与吃苦的结果很有可能造成对生命不同程度的透支。但这是不得已的,谁都不会忘记,1999年5月8日,以美国为首的北约集团用导弹袭击中国驻南斯拉夫联盟共和国大使馆,造成我同胞3人死亡,20多人受伤的事。我们在悲痛与愤怒之余都会问:这是为什么?!这仍然与我国还不够强大有关。

“落后就要挨打”,为了祖国的强大,我们必须全力以赴地奋进拼搏,包括透支自己的生命,学习科学技术和管理经

验,加速缩短和先进国家的距离,使我们的祖国真正强大起来。科索沃战争血的教训给我们敲起了警钟,留给中华民族赶超强国的时间是多么紧迫啊,我们再不能按常规生活,透支生命,迎头赶上,已具有刻不容缓之势!

本书从人生资本的身材相貌、体力状况、智商高低、才德能力、性格特点、生活习惯、自控能力、心理调节、警惕意识和对社会的适应能力及对生命透支的认识等方面,通过具体的事例,展现透支生命的经验和教训,并用现代生命科学及人生哲学给以科学的诠释,从而使激烈拼搏的中青年,发挥余热的老年人以及担负培养下一代责任的教师和家长,放长眼光,减少几分困惑,用有限的人生去开创无限的事业,夺取人生的辉煌!

18. 几种危险的生命透支方式	(28)
19. 残酷的生命透支	(29)
20. 经济繁荣与生命透支	(31)
21. 不能过度损耗生命	(32)
22. 霍利菲尔德与泰森	(33)
23. 石油大王洛克菲勒怎么如此吝啬	(35)
24. 为亲人透支生命的赞歌	(36)

二、生命力的先天与后天

有科学家说：“就其成功者本身来看，也许是和大自然的奇特创造，导致生理异常产生的经久不衰和取之不尽的生物兴奋的物质有关。”但是，中国传统文化中“先天不足，后天调护”的理论更不能忽视。

1. 先天差异给人带来的喜与忧	(40)
2. 四大丑女的婚姻	(42)
3. 美即好的误区逼人致死	(44)
4. 过人的体力与成功	(46)
5. 水均益对基辛格的采访	(49)
6. 你喜欢坐什么——沙发还是木椅子	(51)
7. 祛除疲劳的良方	(52)
8. 智商高低与成材命运	(54)
9. 七步成诗的曹植	(57)
10. 做一个学习狂	(59)
11. 行为古怪与创造力	(59)
12. 他们跑去救火了，你为何稳坐不动	(61)
13. 胆小、胆大与先天、后天	(63)
14. 呆若木鸡的启示	(64)

12. 拿破仑与罐头	(99)
13. 根据自身特点科学运用时间	(100)
14. 最大限度地利用时间	(101)
15. 赤足与脏球鞋	(103)
16. 难以抵御的诱惑耗尽大好时光	(104)
17. 工作时间与业余时间	(105)
18. 窦文涛为什么受欢迎	(107)
19. 时间的缩短与延长	(108)
20. 三明治与包子	(109)
21. 快速作文的启示	(111)
22. 空间与时间的互换	(112)

四、切勿透支生命保障

在现代人的生命保障体系中有诸多的内容，在复杂激烈的社会环境中警惕与防范意外事故的伤害更是保障生命资本的重中之重。如果对此疏忽大意，失去警惕与防范，就会在顷刻间付出难以弥补的生命透支。

1. 时兴的青春保护营	(115)
2. 防范意外事件的重要性	(116)
3. 模拟训练的意义	(118)
4. 谨慎不是胆小	(119)
5. 宴会上斯大林为何自己斟酒	(120)
6. 白宫的主人要向警卫人员宣誓	(121)
7. 以色列总理拉宾之死	(123)
8. 买了保险就没了危险吗	(124)
9. 学点救急能力	(125)
10. 要多了解生命科学	(127)

11. 研究夭折的人们	(129)
12. 警惕无形杀手的袭击	(130)
13. 对百名百岁老人的调查	(131)
14. 依据生命本身的规律	(133)
15. 从安全带看自我防护意识的滞后	(134)
16. 生活习惯与寿命	(135)
17. 小事糊涂益健康	(137)
18. 怎样解除忧闷情绪	(139)
19. 幽默人生	(141)
20. 精神养生健且寿	(143)
21. 睡眠时间与质量	(145)
22. 为什么早睡早起身体好	(149)
23. 体育锻炼保健康	(150)
24. 害人的吸烟恶习	(152)
25. 论饮酒“适度”	(154)

五、人生资本测量表

本表提出了有关人生资本的 100 个问题,如身体相貌、智商高低、性格特点、优势开发、兴趣爱好、情绪调节、自救意识及对生命透支的认识和心理承受能力等。读者通过自测,认识自己人生资本的优劣状况,采取有效的措施开发与使用,以便让生命绚丽之花结出丰硕之果。

一、生命是否可以透支

一个人与生俱来的资本只有自己的生命，如果欲想生存发展，唯有以这个基础资本去竞争拼搏。为了事业的成功，有时不得不过度消耗自己的体力。由于人体俱有生长和恢复的能力，人有变压力为动力，迎着困难前进的自强不息精神，排除万难的决心，因而能产生无穷的力量。但人体不是永动机，透支生命的做法一定要适度而合理，不能无限制地将生命以杀鸡取卵的方式一次用个精光，这个看似简单的道理，在现实生活中人们对它却不易掌握。

1. 什么是透支

透支一词通常是指银行的一种放款形式。银行允许储户在约定的时间、范围内，超过其存款金额也可以凭证提取现金。但储户对透支的借款应支付利息，并须随时加以偿还。

在现代社会，透支能给人们带来极大的便利，可以缓解人们急需钱款的困难，也不至于因向他人开口借钱而耗费太多的口舌。即使是在人生地不熟的情况下，到银行就可以拿到现款，虽然以后必须偿还，但这更有利于透支者节省时间去从事挣钱的经济活动，从而避免因筹不到款项而贻误良机。

透支是商业社会发展的产物，它对促进社会经济的发展具有积极意义，如果这部分钱款不在社会上发生效益也是一种无形的浪费。但是还有这么一个问题：如果透支者还不上款怎么办？这岂不会对银行造成损失？其实这种情况银行早已想到，在

填写办理可以透支用的信用卡时,就与用户签订了详细具体的协议,通常还需要有担保人等。如果用户违约,银行可以诉诸法律,无论有什么借口,只要还不上钱,就必须接受惩罚。如果透支数额实在大,就有可能被没收家产或拘留而失去自由。因此透支者在得到便利的同时也增加了一部分压力,一般是透支款项越大,压力也越大。过大的心理压力,可能导致身心健康受到损害。

也许有人认为透支不是良策,而是一种有损健康的行为,这样他就完全可以不去透支,只要勤恳工作合法挣钱,根据劳动收入的多少去支出生活的必需款项,这样就避免了因透支而造成的压力。不仅普通人愿意这样做,就是健康学家也认为这是一种非常合于健康要求的生活方式。像我国古代的太平盛世时期小康经济的生活就是如此,人们之间不必相互欠些什么,过着男耕女织的田园生活,也着实令现代人羡慕。但古人也并不是完全都能生活于太平盛世,反而经常遇到荒年、暴政和战乱,为了生活的需要,就不得不去地主老财家中借钱,这也是一种透支行为。当然有钱的地主老财也有权不借给这些穷困之人,于是饥饿的人群便只有四处乞讨以寻求一些人的施舍,这种情况是不用还债的,只是生活更得不到保障。人们不是穷困之至是不愿意流浪要饭的。在今天,谁若因穷困潦倒而沿街乞讨东借西借,也是很受人鄙视的。因此,人们都在努力工作来获取生活资料以避免沦落到这个地步。可是人体并非永动机,任凭你随意地使用它,也许人们正在为躲避透支而拼命工作时却不慎病倒,且不花销巨额钱财去治疗疾病就可能终生残废甚至危及生命。如果你的存款并不多,这时候就很可能不得不去透支了,无论是去银行还是签字划押地向私人求借。即使你自己不得病,家中他人还可能突然患上急病,这也就有可能逼使那些储蓄告罄的人

不得不去透支了。虽然人们不愿这样做,但为了生存或救命,也就不得已而为之。这也是没有办法时的办法。

2. 信贷消费的本质是生命透支

一位心理学家说,经济发达国家的人们虽然富裕,但他们的心理压力却是非常之大,这与他们可以超前消费有密切关系。这儿所说的超前消费是指人们在没有足够的经济实力时,可以向信贷服务部门申请贷款用来购买汽车、住房等生活用品。多数年轻人在短时间内无法挣得巨额的资金,但又不愿忍受低层次的生活,所以他们决定在没有钱时也要享受生活,因为有一点使他们有恃无恐,那就是这些人有青春做信用。他们觉得在漫长的生命过程中,会用创造性的劳动来偿还提前购买衣食住行所透支的钱款。此时自信固然存在,但担心亦不会消失。这种担心是怕还不上债务,于是不得不拚命工作。这样就会促使他们充分挖掘自身潜能,创造出更大的价值。

归根结底,他们是用生命做担保来借得提前消费的款项,也只有用唯一的生命去偿还。总之,一切超前消费都可以把它看作是在对自己生命透支。生命的透支便是指人们把这种本来就存在的能够进行劳动的体能用作抵押,以换取欲想提前使用的钱财或物品。在商品经济时代,一切都可以视为商品,那么,把生命当作商品看待也未尝不可,何况它还可以创造价值,而且将要产生的价值事先无法用有限的金钱来估量。所以,金融部门之所以允许搞各种形式透支钱款的行为,完全是看中了人的生命这个无法估价的特殊商品。透支生命有时会超过人体的潜在能力,并可能对身体的生长和恢复造成损害,但是因为谁也无法准确地预知未来,也就难以说明透支究竟是否摧残生命,这就只有视结果而定了。

现实生活中,有些人纵然一分钱的外债也没有,然而他可能是在贫病交加的状态中苟延残喘,这仍可以说是在损害生命,还不如有些人利用贷款而获得可靠的生活保障。在透支生命上,不管你是否是个信贷消费者,关键就看谁使用这一资本来换回足够的生活资料,而不是无谓地付出同时又损害健康。

3. “寅吃卯粮”的意义

现在,信用消费正加足马力向我们驶来,但对于这起源于17世纪20年代英国的信用消费形式,人们的看法尚不统一。有人认为可以借鉴外国的经验;有人则很不以为然。其理由是:在我们这比较贫穷落后的国家,贷了款未必能还得起,况且国家的储备钱并非富裕无比,如果人人都去贷款消费,把明天的钱今天来花,恐怕能把国家的储备全吃光,而且也不见得有什么好效果,因此,还是不要“寅吃卯粮”为好。这种担心不无道理,倘若人人都成了吃贷款的人,则是件再糟糕不过的事。但这仅是理论上的假设,实际上很可能不会发生。因为人人都向往美好幸福的生活,一旦获得贷款就会用于实际需要,并尽可能创造出更大的价值。像农民购买拖拉机耕地,自然要比使用锄头快得多,此外还能出外跑运输以赚取更多的钱。结果往往是用贷款获得的钱要远远高于贷款的数额。这其中的原因就是贷款的压力迫使人们去挖掘自己生命中的潜力,把生命资本转化为金钱。尽管生命力特强的人拚命用简单工具也能把农活干完,甚至还能推着独轮车跑运输,这种人也许根本不用举债照样能挣不少钱,且能有不菲的积蓄,然而能单凭体力就自立于世的人现在毕竟极少,因为这是信息时代,大部分人不得不借用生命力特强的人所存进银行的积蓄,去购买省力的机器或用来接受教育以增加知识。

举债自然会存在压力,但大凡贷款者就会有信心还清债务,而且从举债的数额上也能看出债务人所要迸发出的生命价值。假如一个人借贷 10 万元,那么他就可能想尽一切办法去偿还这 10 万元钱,一旦实现,就等于将人生资本开发出 10 万元。

这并不是说贷款的数额与其生命力的价值成正比,而是试图说明借贷人举债的心理和欲挖掘生命潜力的信心以及创造多大价值的可能性等。

有人说:有信心就一定还能还清债务吗?这倒不一定,但如果连信心都没有,就不会借款,也不会去挖掘生命潜力,更显不出信用消费的意义。假如充满自信就会自套枷锁去借贷,然后再去用生命力创造价值;倘若实在身体不支以至累死,银行也不会把死去的人怎么样,事实上大部分人都不会提前累死,他们会把债务还清的。由于信贷部门已提前将贷款的利息调节适度,大多数能偿还债务的人所返还的钱款会把那少部分无法还债人的呆账一起补偿过来。

一些发达国家的民众对信用消费已司空见惯,所以大都采用分期付款的方式购买日用商品和汽车、住房等。而我国“无债一身轻”的观念甚重,至今信贷消费仍没有形成气候。

有这样一个笑话:一个美国老太太与一个中国老太太在天堂对话,美国老太太说:“住了 40 年房,临死前一天刚把贷款还清。”中国老太太说:“攒了 40 年钱盖上一座房,刚住一天就死了。”

这个笑话似乎还隐含信用消费可提前享受的意义,但最本质的意义是要充分挖掘生命资源,在为社会创造价值的同时也为自己挣得许多利益。

由于中国传统观念太深,许多人对信贷消费的认识还很淡薄。如据中国经济景气监测中心于 1997 年 7 月对北京、上海、广