

三度修炼

气度篇

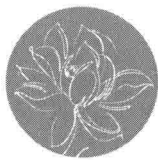
王明夫◎主编



三度修炼：



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE



三度修持
气度篇

王明夫◎主编



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

三度修炼·气度篇 / 王明夫主编. -- 北京: 华夏出版社, 2018.2

ISBN 978-7-5080-9314-7

I. ①三… II. ①王… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第224037号

三度修炼·气度篇

主 编 王明夫
策 划 陶 鹏
责任编辑 魏 霞

出版发行 华夏出版社
经 销 新华书店
印 刷 三河市少明印务有限公司
装 订 三河市少明印务有限公司
版 次 2018年2月北京第1版
2018年2月北京第1次印刷
开 本 720mm×1000mm 1/16
印 张 19.25
字 数 285千字
定 价 60.00元

华夏出版社 地址:北京市东直门外香河园北里4号 邮编:100028
网址: www.hxph.com.cn 电话:(010)64618981

若发现本版图书有印装质量问题,请与我社营销中心联系调换。

本书编辑出版时间较紧,未能一一联系到原作者,如有使用您的作品,请与我们联系(010)84108928。



出版前言

人生如莲：人生就像是睡莲，成功是浅浅地浮在水面上那朵看得见的花，而决定其美丽绽放的是水面下那些看不见的根和本。莲花初绽，动人心魄，观者如云，岂知绚烂芳华的背后是长久的寂寞等待和生根固本。君子务本！

三度修炼：态度决定命运，气度决定格局，底蕴的厚度决定事业的高度。人之态度、气度、厚度，犹如莲之根本。“三度”修炼，日积月累，功到，自然成；功不到，自然不成。

四十不惑，王明夫先生在他四十岁那年，2006年，首次提出“三度修炼”的主张，主编了《三度修炼——和君企业文化读本》，像是点亮了一盏灯，驱散了人生的迷雾，照亮了通往成功的正道。

倏忽已过十几载，三度修炼的思想和文化，得到很多人的认可和实践。如今，三度修炼是和君集团的企业文化，也是和君商学院的校训校风，还一大批同道者共同跋涉、真修实行的人生道路。

而今，王明夫先生择取系列文章，再次主编和推出这部新版《三度修炼》（1~5册）五册本：

第一册：三度修炼——理想篇

第二册：三度修炼——态度篇

第三册：三度修炼——气度篇

第四册：三度修炼——厚度篇

第五册：三度修炼——职场篇

这五个篇章独立成册，但又是一个“逻辑完整、内容呼应”的整体。建议有心的读者依序阅读 1~5 册，系统通读五册，始得领略这部《三度修炼》的全貌。

这部书是很多人思想、观点、故事和文章的集成。我们几经努力查找，还是有一部分文章的出处、来源和作者无从得知、联系不上。谨此向本书所有文章的所有作者，致以诚挚的感谢和敬意！

人生如莲 三度修炼

——人生职业发展纲要

文/王明夫



序

人生如莲：人生就像是睡莲，成功是浅浅地浮在水面上那朵看得见的花，而决定其美丽绽放的是水面下那些看不见的根和本。莲花初绽，动人心魄，观者如云，岂知绚烂芳华的背后是长久的寂寞等待和生根固本。君子务本！

三度修炼：态度决定命运，气度决定格局，底蕴的厚度决定事业的高度。人之态度、气度、厚度，犹如莲之根本。“三度”修炼，日积月累，功到自然成；功不到，自然不成。

热情与意志：只有初恋般的热情和宗教般的意志，人才能成就某种事业。

心有理想，春暖花开：点燃理想，照亮生活，温暖心灵，唤醒心底沉睡的天使翩翩起舞，促动英雄主义的雄狮威风凛凛，高举理想主义的旗帜明媚飘扬，踏着实干主义的脚步永不停歇。

内圣外王：正心诚意、蓄深养厚、知行合一、内圣外王；修身、齐家、兴业、益天下。

立志：《孟子》曰：“士何事？尚志！”朱子曰：“书不记，熟读可记；义不精，细思可精；惟有志不立，直是无着力处。”又曰：“志不立，则一齐放倒了。”立身以立志为先，没有理想主义精神的光芒照耀，人生终将暗淡无光、度日如年。一个心中没有理想之火在燃烧的人，是没有培养前途的。真正的大理想，是一种“登泰山而小天下”的胸襟气象和浩然之气。如果没有这种胸襟气象和浩然之气，人生就会很局促甚至会很危险：容易沦落成蝇营狗苟、小肚鸡肠、患得患失、斤斤计较的鼠辈，也可能沦落成欲望燃烧、焦虑躁动的狂人。如果那样，人生永远都走不出大格局、大模样、大气魄。理想主义精神，并不是出世的、超凡脱俗的东西，而是极具现世意义的、很生活化的东西。理想和信仰是魂魄，人生在世，一日理想不立，一日丢魂落魄。只有真正有理想的人，才能站在智慧和灵魂的高处，宠辱不太牵挂，顺逆不失心志，良骥伏枥，伺机而动。

职业发展，是人安身立命、实现价值的基本道路。追求职业发展，从九个方面展开。

一、端正成功理念

1.致富正道：君子谋道不谋食、忧道不忧贫。不是说，君子需要安贫乐道，心甘情愿过清贫的生活，而是说，需要去操心你的道行，不要去操心你的贫富。倾注自己的体力、智力与灵性，致力于求道、悟道、得道，食自来，贫自去，何忧何惧？

2.成功链条：获取基于贡献，贡献源于能力，能力来自努力。

3.三大精神：（1）劳动精神：勤劳、吃苦、奋斗。（2）专业精神：一门深入，长时熏修；精于此道，以此为生。（3）炼剑精神：像干将莫邪炼剑那样，使命必达，奋不顾身，将生命炼进自己的剑里。

4.有目标、沉住气、踏实干：拒绝喧嚣，拒绝浮躁，拒绝作秀，拒绝浮

名，拒绝安逸，拒绝速成；沉住气，持续努力，厚积薄发，水到渠成。

二、选择职业方向

1.认识自己：你想要什么？你适合做什么？你能做什么？（1）需要静心、省思、自问、选择；（2）可以借助一些方法与工具测评自己。

2.了解职业：有哪些可选的行业和职业？它们是什么？它们的行业特征和职业特点是什么？你喜欢吗或你接受吗？你能创造一个全新的行业、职业或岗位吗？为此，需要走出封闭、走出狭隘，需要走向社会、了解社会，需要找有阅历、有眼界、有经验、有智慧的人指点。

3.展望未来：技术变革、产业更替、社会变迁、生活演进，将如何影响未来的行业和职业兴衰？这需要远见，需要接触有远见的人、事和信息。

4.三维择业：意义、快乐、优势。沿着这三个维度，依次序问自己三个问题：（1）什么带给我意义？（2）什么带给我快乐？（3）我的优势是什么？这三个问题的交集点指向的职业方向，就是最适合你（最能使你感到幸福）的职业。

三、建设知识结构

1.重视阅读：一个人的阅读史，往往就是他/她的精神成长史和能力发育史。

2.知识结构：建立与职业方向适配的、丁字形的知识结构，在知识面和视野上要足够宽广，在自己的目标专业领域要足够纵深。以企业经营、管理、投资、投行、咨询等职业为例，应该建立一个复合式知识结构，核心知识体系是国势+产业+管理+资本，辅助知识体系是职业技能和技巧+法律+文史哲儒释道+科技知识+健康和养生。

3.养成习惯：不可一日不读书，终生学习，日积月累。

四、获取从业资格

1. 大学专业、学历与文凭。

2. 从业资格证书：因职业需求而异（比如去银行工作，需要通过银行从业资格考试获得从业资格证书；从事会计师职业，需要获得CPA证书；从事金融分析师职业，最好考取CFA证书；从事律师和法官职业，需要获得司法考试证书等）。

3. 和君人任职资格证书。

五、掌握职业技能

1. 通用职业技能：信息搜索和整理、口头表达、书面表达、交流、沟通、演讲、写作、IT技能、办公技能、人际关系等。

2. 专业职业技能：专业领域的技术、工具、方法、工艺、流程、作业标准、设备使用等。

3. 一万小时练习：训练有素、熟能生巧、技艺精湛。

六、塑造职业素养

1. 仪表；

2. 敬业；

3. 责任；

4. 纪律；

5. 结果；

6. 效率；

7. 创新；

8. PDCA (Plan-Do-Check-Action)：循环往复、持续改进、精益求精、追求卓越；

9. 团队；
10. 领导力。

七、持续职业历练

1. 多做事；
2. 多经历；
3. 多承担；
4. 多思考；
5. 多坚持：禁得起诱惑，耐得住寂寞，扛得住打击，放得下成功（放下过去、主动革命、向死而生、重塑自我）。

八、学会自我管理

1. 激情点燃梦想，习惯成就理想：成功应该是水到渠成、水滴石穿，而不能依靠一时的激情燃烧或轰轰烈烈的拼搏冲刺。真正的事业远行者，必须回到生活原点和朴实无华上来，把三度修炼的理念和要求转变为一种天长日久、平淡如水的生活常态和良好习惯。然后，成功就会在不远处或远处等你。

2. 自我管理：习惯管理、时间管理、作息管理、饮食管理、健康管理、个人形象管理、人际关系管理、工作或生活环境管理、婚恋管理、欲望管理。

3. 恪守诚信：我是和君人，我宣誓：慎自律、恪守诚信。对待客户，对待同事，对待公司，践诺守信、诚信不欺、真诚不伪、真实不妄。与和君同仁一道，正心诚意，真修实行，共同证悟：作为人，何为正确？

4. 慎独。

九、修炼人生境界

1.智者不惑，勇者不惧，仁者不忧，敬天爱人，内圣外王。

2.和君诵：

人生平常，吃饭穿衣。穷则独善，达则兼济。
格致诚正，自强不息。修齐治平，命自我立。
三度修炼，知行合一。上善若水，成人达己。
道法自然，敬畏规律。内圣外王，天人一体。
生不枉来，死不犹豫。感恩天下，魂归大地。

3.水的精神：（1）积小成大，不拒绝加盟的沙石和物障，反而是夹裹前行，壮大自己的力量，勇往直前。（2）无论何时何地，总是改变自己的形态，不断寻找出路。（3）任何时候遇到阻挡，总是慢慢蓄积力量，最后加以冲破。（4）历经千里万里千难万险，始终不改变自己的本质和前行的动力。

4.南怀瑾人生精言：

立身不求无患，身无患则贪欲必生。
处世不求无难，世无难则骄奢必起。
究心不求无障，心无障则所学躐等。
行道不求无魔，道无魔则誓愿不坚。
谋事不求易成，事易成则志存轻慢。
交情不求益吾，交益吾则亏折道义。
于人不求顺适，人顺适则心必自矜。
施德不求望报，德望报则意有所图。
见利不求沾分，利沾分则痴心亦动。
学问以勤学为入门，孝养以竭力为真情。
处世以立德为事业，执事以尽心为有功。
精进以律己为第一，长幼以慈和为进德。

行持以观心为稳当，因果以明白为无过。
治事以精严为切实，老死以无常为警策。
居众以谦恭为有理，言语以减少为直截。
待人以至诚为供养，长老以耆旧为庄严。
济物以慈悲为根本，疾病以减食为汤药。
凡事以预立为不劳，遇险以不乱为定力。

一生二，二生三，三生万物。一个目标（发展）、两种武装（精神与能力）、三度修炼（态度、气度、厚度），衍生出人生万象、千姿百态、五味杂陈、岁月峥嵘。生命的意义，就在那人生万象和峥嵘岁月中。



目 录

出版前言	V
序 人生如莲 三度修炼	VII
气度决定格局	001
中华文明的气度	007
观大势 看世界	015
少年中国说	033
匹夫而为百世师	039
能屈又能伸、宠辱皆担当	047
国父如斯	055
“人”的榜样	063
气吞寰宇、冠绝古今	071
我对这个世界的看法	081
八千里路云和月	089
书生报国	093
以身许国	099
蛰伏 30 年	101
人生为一件大事而来	105
忠以为国、智以保身、商以致富	111
天地之大德曰生	123
商之大者	135
穷人银行家	143

让人类成为多星球物种	149
无畏于低谷，有道于高峰	159
如果没有文化，我也不想活了	171
作为强者，你要面对各种困难	177
士之德操	187
经世济民赤子心	191
穿透力源诸思想，魅力起于心灵	201
世间没有不好的东西	207
我就这样忍了一生	215
慈济如何一步步做大	223
不管怎样，你还是要	235
你有光明，世界便不再黑暗	239
企业家的精神境界	249
从自我实现到自我超越	259
古人的气度	265
修身十一学	279
跟王阳明学修心，跟南怀瑾学修行	285

气度决定格局

文/王明夫

什么是气度？很难加以精确界定，但很容易感受到它的存在和意义，就像我们很容易感受到长江与小溪、泰山与土丘、鸿鹄与燕雀的区别。

雄伟巍峨是高山的气度，宽广博大是大海的气度，浩瀚深邃是星空的气度，广袤深厚是大地的气度，奔流汹涌是江河的气度，展翅高飞是雄鹰的气度。浩然壮阔、勇毅雄健、磊落坦荡、能屈能伸，是大丈夫和伟女子的气度。

从人生修炼的角度言，养成气度，下列内容当属题中之义：

1. **视野眼界**：上下五千年，纵横八万里；人文与科学，自然与社会；东西文化，世界万象；人间百态，天下苍生。操千曲而后晓声，观千剑而后识器。观众器者成良匠，观众病者为良医。风声雨声读书声声声入耳，家事国事天下事事事关心。世事洞明皆学问，人情练达即文章。

2. **雄心壮志**：男儿当门户，坠地自生神；雄心志四海，万里望风尘。（晋朝傅玄《豫章行苦相篇》）如欲平治天下，当今之世，舍我其谁也。（孟子）男儿何不带吴钩，收取关山五十州。士不可不弘毅，任重而道远。（《论语》）

位卑不敢忘忧国。(陆游)三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。(孔子)古之成大事者，不唯有超士之才，亦有坚忍不拔之志。(苏轼)感时思报国，拔剑起蒿莱。(陈子昂)为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。(张载)

3. **胸襟气象**：登泰山而小天下。搜尽奇峰打草稿。三十功名尘与土，八千里路云和月。大鹏一日同风起，扶摇直上九万里。夜间不敢长伸腿，恐踏山河社稷穿。不畏浮云遮望眼，自缘身在最高层。独上高楼，望断天涯路。会当凌绝顶，一览众山小。岂是神灵竖一臂，遥从海外数中原。海到无边天作岸，山登绝顶我为峰。天作棋盘星作子，地为铺纸景为画。四方上下曰宇，往古来今曰宙。宇宙内事，是吾分内事；吾分内事，是宇宙内事。宇宙便是吾心，吾心即是宇宙。学苟知本，六经皆我注脚。(陆九渊)

4. **心胸气量**：受得了委屈和羞辱，容得下异己和不平，经得起打击和磨难，稳得住变故和危局。古之所谓豪杰之士者，必有过人之节。人情有所不能忍者，匹夫见辱，拔剑而起，挺身而斗，此不足为勇也。天下有大勇者，猝然临之而不惊，无故加之而不怒。此其所挟持者甚大，而其志甚远也。(苏轼)君子有高世独立之志，而不与人以易窥；有藐万乘、却三军之气，而未尝轻于一发。(《曾胡治兵语录》)

5. **磊落坦荡**：君子坦荡荡，小人长戚戚。时危见臣节，世乱识忠良。(鲍照)铁肩担道义，妙手著文章。得志与民由之，不得志独行其道，富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此之谓大丈夫。穷则独善其身，达则兼济天下。“佛为心，道为骨，儒为表，大度看世界；技在手，能在身，思在脑，从容过生活。”(南怀瑾)竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。我心光明，亦复何言。

6. **气概魄力**：乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海。风萧萧兮易水寒，壮士一去不复返。身既死兮神以灵，子魂魄兮为鬼雄。(屈原)生当作人杰，死亦为鬼雄。(李清照)仰天长啸，壮怀激烈；三十功名尘与土，八千里路云和月；壮志饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血。人生自古谁无死，留取丹心照汗青。我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑。红军不怕远征难，万水千山只等

闲。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。先天下之忧而忧，后天下之乐而乐。苟利国家生死以，岂因祸福趋避之。昂首攀南斗，翻身伴北辰，抬眼天外望，无我这般人。我不下地狱谁下地狱？度一切苦厄，普度众生。

7. 情怀意趣：登山则情满于山，观海则意溢于海。我看青山多妩媚，料青山看我应如是。李白醉酒诗百篇。落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色。千江有水千江月，万里无云万里天。青山无墨千年画，流水不语万古琴。前不见古人，后不见来者，念天地之悠悠，独怆然而涕下。百花落尽春无尽，山高自高兮水自深。感时花溅泪，恨别鸟惊心。笔落惊风雨，诗成泣鬼神。

历史的长河源远流长，气度的浪花此起彼伏、气象万千。人类的星空群星璀璨，气度的星辰流光溢彩、照耀人生。

如果

拉迪亚德·吉卜林

如果，你能保持冷静，当身边的人都变得疯狂，纷纷指责于你；

如果，你能自信如常，当所有人都质疑你，而且，你还能体谅他们的质疑；

如果，你会等待，并不为等待所累；

或者，为人所骗，却不因此就去欺骗；

或者，为人所恨，却不因此就去怨恨；

你既不装腔作势，也不故作高明；

如果，你会梦想，却不被梦想所主宰；

如果，你善思考，却不为思考而思考；

如果，你把成就和灾难一视同仁看作虚妄，宠辱不惊；

如果，你能容忍你曾讲过的事实被恶棍扭曲用以蒙骗傻子；

或者，看着毕生心血毁于一旦，你能默然不语俯身重建；

如果，你辛苦劳作，已功成名就，为了新的更崇高的目标，你仍能放手一搏，哪怕功名化为乌有；