

博瑞森
BRAGE
智慧丛书

史幼波著

孔门心法
中道而行

史幼波《中庸》讲记（上册）

 中华工商联合出版社

中

史幼波著

孔门心法
中道而行

史幼波《中庸》讲记（上册）

庸



中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

孔门心法, 中道而行: 史幼波《中庸》讲记/史幼波著. —北京: 中华工商联合出版社, 2015. 10

ISBN 978-7-5158-1428-5

I. ①孔… II. ①史… III. ①儒家 ②《中庸》—通俗读物
IV. ①B222. 1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 215256 号

孔门心法, 中道而行: 史幼波《中庸》讲记

作 者: 史幼波

责任编辑: 于建廷 王 欢 臧赞杰

责任审读: 郭敬梅

封面设计: 久品轩设计

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市文阁印刷有限公司

版 次: 2015 年 12 月第 1 版

印 次: 2015 年 12 月第 1 次印刷

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

字 数: 400 千字

印 张: 32

书 号: ISBN 978-7-5158-1428-5

定 价: 69.80 元 (全两册)

服务热线: 010-58301130

团购热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19-20 层, 100044

http: //www. chgslebs. cn

E-mail: cicap1202@sina. com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina. com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

博瑞森图书：企业阅读 本土实践

亲爱的读者朋友：

也许您是博瑞森图书的老读者，也许是新朋友，欢迎您阅读博瑞森图书！

当今中国，各行各业都存在着转型升级的压力与机遇。博瑞森图书与您一同应对转型挑战并发现其带来的机遇。

我们一直在问：什么样的书能为您解决管理难题并带来启发？

我们一直在找：哪些作品能帮助企业从跟随到领先？

我们一直在做：把最好的作品以最便捷的方式呈现给您，纸质版、电子版、书摘邮件、微信……

我们策划图书的原则是：

- 企业阅读——与您一样，做水中的游泳者，而非岸上的观众或教练，企业的困惑就是我们的任务。

- 本土实践——与您一样，立足本土环境，追求卓越实践，传播最适合当下中国企业的管理之道。

我们也向所有的企业管理者、管理咨询专家和企业研究者征稿，让更多被实践检验的好思想、好方法迸发出来，为企业助力！（bookgood@126.com 或 QQ：1963328416 或手机号 13611149991（微信号），绝非“自费出书”，不向作者收取任何费用）

如果有一天，您把博瑞森图书视为您优秀的事业伙伴、管理助手，我们也就实现了自己的梦想。

博瑞森图书

凡购买本书的读者，都将免费获赠本书精华电子版+书币，请登录博瑞森管理图书网，输入刮刮卡号码，即可下载电子版、领取书币。

推
荐
序

祖灯慧焰 继往开来

广东省佛教协会副会长

广东四会六祖寺方丈

释大愿

欣闻史幼波居士的国学经典讲修系列丛书即将出版，特嘱予作序，在致以最诚挚祝贺的同时，对于古圣先贤之慧灯延续能够真正后继有人，也深感宽慰和欣喜。

《心经》是佛教的总纲，也是生命的终极密码；《易经》被儒家誉为群经之首，是中华文化的源头活水之一，也是通达宇宙人生奥义的生命地图；《大学》是儒家通达生命本源的纲目；《中庸》是儒家实证生命实相的内核心法与窍要；《周子通书》是儒家通达人生、直趋真理的基础；《禅与易》以“方山易”的内核彰显了“十世古今始终不离于当念，无边刹境自他不隔于毫端”的禅者心髓。在史幼波居士行云流水的讲述中，这些古籍经典的内核被层层剥开，一切都清晰明亮了起来。

“人能弘道，非道弘人”。在中华文明的最核心智慧的传承与传播道路上，历代祖师最为关怀和重视的就是道心的开发与培养，“十年树木，百年树人”，诚非虚言。真理是涵容一切的，一切古德智慧传承的关键就是需要不断地能够有人悟道、有人证道。

史幼波居士，早年以诗人和知名媒体人的形象进入大众视野。其后为探究文化的源头及解决自身对生命的困惑，先后参究多位密宗上师，于红尘滚滚中潜移密运，得以发明心地。后得遇当今禅宗大德冯学成先生，经多方钳锤，引为栋梁，并得以亲近禅宗硕德佛源老和尚。近年来又往参台湾百丈山慧门禅师等大德，于诸仁者耆老处，至心参叩，日益圆明自在，诚可赞叹！

受冯学成先生嘱托，史幼波居士在接任四川龙江书院第二任院长期间，即以意气风发之气象，将儒释道的核心智慧做了系统梳理。后受六祖寺的邀请，也陆续承担了柬埔寨“西哈莫尼国王大学——国际惠能禅学院”的教授和六祖寺禅文化大学堂导师等工作，并受六祖寺的嘱托和东莞居士的礼请，承担了东莞“慧韬书院”的组建工作并任院长至今。

传统书院作为中国文化传播的重要载体，曾经在历史上，立足对中华文化内核的揭示及道智的开发，对文化的发展起到了非常重要的作用，并形成了非常优良的道统及学统。而当代书院的创立及呈现，也在中华文明核心智慧及核心价值与当代社会大众普遍需求间建立了一个非常有效的沟通桥梁。一切教化的终极目的，都是为了众生的究竟幸福与解脱。当代书院若能够立足于生命的究竟智慧，能够开发大众生命智慧的源头活水，以大胸怀、大视野、大格局，“化现代、现代化”，是功在当代、利在千秋的大事业。

一方面有虚云长老和太虚大师这两位当代佛教奠基人一脉相承的法

雨法脉的滋润灌养，一方面有成都居士禅的道统洗涤，同时深具中国优秀知识分子深厚的学养与人文关怀精神，史幼波居士以现代书院为载体，对传统文化最高明、最核心的智慧的开发与传播做出了卓绝的努力。对此，在表达由衷赞许的同时，也衷心期望以“慧韬书院”为代表的一大批为无量众生谋取究竟幸福的行者们，继往开来，再传佳音。

以此为序，以为推介。

2015年8月3日



◎ 引 章 了解中华文化的核心理念 / 001

备受推崇的“孔门心法” / 002

儒门三圣与思孟学派 / 003

严守中道的好处 / 005

平常心是道 / 007

在时空之中体会中庸 / 008

天不变，道亦不变 / 010

世界的中心在哪里？ / 012

我思故我在，我又是谁？ / 013

认识一念未生的刹那 / 015

常道与非常道 / 017

始于一理，终于一理 / 018

人啊，认识你自己 / 020

◎ 第一章 《中庸》纲领，性命之要 / 023

中国古人最重视什么？ / 024

天命，性命之学的原点 / 025

命运，选择与不可选择 / 027

做体道而行人 / 029
圣人以化成天下 / 030
在最亲切的地方下手 / 032
君子慎独三步曲 / 033
别浪费生命的能量 / 036
一喜一怒，也能改变历史 / 038
人心和外物是相通的 / 040
《中庸》是现代病的药方 / 041
重提一下念头功夫 / 042

第二章 君子小人，各得其中 / 045

谁都不会反对中庸 / 046
物来则应，物去不留 / 047
临济大师的临终偈 / 049
从心所欲不逾矩 / 050

第三章 中庸其至，民鲜能久 / 053

第四章 明道行道，过犹不及 / 057

聪明过头与愚不可及 / 058
贤能知止与不肖不及 / 059
吃饭就吃饭，睡觉就睡觉 / 061

第五章 夫子感慨，大道难行 / 063

第六章 圣人大知，执两用中 / 065

从平民到天子的大舜 / 066
舜的大智慧 / 068

最根本的中道原则 / 069

精神现象中的二元对立 / 070

不要光说空不说有 / 072

第七章 大智若愚，聪明误人 / 075

想起两个乐山朋友 / 076

白居易见鸟巢禅师 / 078

心志要贞固，功夫靠软磨 / 079

第八章 复圣颜回，择善弗失 / 083

第九章 世事不易，中庸更难 / 087

老百姓都是“运动员” / 088

让文殊菩萨管汉族人 / 089

中国文化中的隐士之风 / 091

中庸的终极性和永恒性 / 093

第十章 子路问强，明道至上 / 095

强者折之，弱者扶之 / 096

南方之强的软肋 / 097

北方之强，只识弯弓射大雕 / 098

孔子心中真正的强 / 101

第十一章 遵道而行，无怨无悔 / 105

人性中的普遍弱点 / 106

竹林七贤与迈克尔·杰克逊 / 108

还原圣人们的本来面目 / 109

把唐僧的大愿变成力量 / 112

参禅须是铁汉 / 113

独立不惧，遁世无闷 / 114

无功德就是最大的功德 / 115

第十二章 君子之道，贯通天人 / 117

事物的一体三面 / 118

鸽子为什么佛头着粪？ / 120

知识是个无底洞 / 121

圣人也不可能得满分 / 122

人心不圆满，世界才不圆满 / 123

云在青天水在瓶 / 124

第十三章 忠恕不违，庸德庸言 / 127

大道在生命的亲切处 / 128

不问苍生问鬼神 / 130

三教兴衰的演绎过程 / 131

最终还得回到这里来 / 134

不要被自己的感官所骗 / 136

君子治人的原则 / 137

一以贯之，忠恕而已 / 138

己所不欲，勿施于人 / 140

孔夫子当反面教材 / 141

最难做到是常识 / 142

第十四章 知位守位，正心正命 / 145

守好自己当下的位置 / 146

富贵之人的榜样 / 148

无恒产者须有恒心 / 149

苏武牧羊与文姬胡笳 / 149

心平气和，各就各位 / 151

第十五章 千里之行，始于足下 / 155

第十六章 外敬鬼神，内明心地 / 159

不要以为古人迷信 / 160

鬼神到底在哪里？ / 161

捅破宗教心理学的这层纸 / 162

第十七章 大德之人，天地佑之 / 165

以孝治天下的证据 / 166

孝道的几条硬指标 / 168

以德为本，本立而道生 / 169

乾道变化，各正性命 / 171

天命保佑什么样的人？ / 172

第十八章 积善之家，必有余庆 / 175

君子忧道不忧贫 / 176

道统法统，薪火相传 / 178

周之兴，以有道伐无道 / 180

周道之兴的三大环节 / 181

周公制礼的内涵 / 183

亲不敌贵与贵不敌亲 / 184

第十九章 善继善述，以礼为先 / 187

血脉传递与精神传承 / 188

生活在精神最贫乏的时代 / 189

艾略特与陈子昂 / 190

一滴水怎样才能不干涸? / 192

给人一个恰当的定位 / 193

从敬父母到敬天地 / 195

以礼为治，如示诸掌 / 197

第二十章 入世行道，治国方要（上） / 199

千古定论，道在得人 / 201

治大国若烹小鲜 / 202

孔子眼中的人才标准 / 204

回到各自的道中去 / 205

修身的三大要素 / 207

从知人到知天 / 209

传统看相的学问 / 210

人间五伦，天下之达道 / 212

“知、仁、勇”三种德行 / 215

把复杂的世界简化到一点上 / 218

学问之道有三种人 / 219

践行圣道也有三种人 / 220

治国平天下的根本大法 / 223

修身与尊贤 / 224

仁者亲亲，礼敬大臣 / 225

体群臣与子庶民 / 227

来百工、柔远人、怀诸侯 / 229

修身是最重要的本钱 / 230

斋戒与礼法，修身之要害 / 231

精神中的一点灵明 / 233

教育重在礼乐文化 / 234

两个玩物丧志的反面教材 / 236

如何对待自己人 / 238

引 章
了解中华文化的核心理念



备受推崇的“孔门心法”

我们从今天开始一起学习、探讨《中庸》。大家都知道《中庸》是儒家的四书之一，是过去中国传统士大夫所必读的经典，如果这个都没学好，就不可能入仕，不可能在社会上出人头地。

最初，《大学》和《中庸》这两篇文章，是被收在《礼记》里面，作为《礼记》这部书的部分内容流传下来。到了宋代，儒家的心性之学被发扬出来，宋代大儒们慧眼识珠，把《大学》《中庸》这两篇文章从《礼记》众多的文章中精选出来，单独成篇，后来便成了与《论语》《孟子》并列的四书。从此以后，儒家就大谈中庸之道，并且把中庸之道作为儒家精神的制高点，推崇《中庸》为“孔门心法”。

《中庸》被后世称为“孔门心法”，但实际上这部书并不是孔夫子所著，著作权属于孔夫子的孙子孔伋。孔伋字子思，他的学问不是直接从孔子那里学来的，而是师从于孔夫子的得意门生、《大学》的作者曾子。

曾在孔门诸子中以孝著称，在他名下的作品，除《大学》之外，还有一部《孝经》。《孝经》在宋代以前，名气仅次于四书中的《论语》，而《大学》、《中庸》远远不能与之相比。当然，宋代以后的情况就不一样了，《大学》、《中庸》成了四书的半壁江山，《大学》因为其结构简捷、学修次第井然，因而号称“入德之门”。我们看现在出版的四书，一般都是把《大学》和《中庸》合成一本书出版，书院给大家推荐的这个版本，也是把《大学》和《中庸》合并成一本书。这是很有道理的，因为《大学》和《中庸》这两部经典的核心精神，完全是一脉相承。

其实，“四书”在后世儒家学术中的地位之所以那么高，甚至超过了“五经”，就是因为这四部经典的内容简洁明快、精要得当，其精神脉络也一以贯之，学修上也有次第可循。

儒门三圣与思孟学派

说起子思，他在早期儒学的传承中是非常重要的一个人物。为什么这样说呢？我们一谈到儒家学问，往往都会说“孔孟之道”，就是指以孔子、孟子为代表传承下来的学问。但是，孔子是春秋时代的人，孟子是战国时代的人，中间相隔了好几代人，那么，孟子是怎样承接了孔夫子的学问呢？

我们都知道，孟子对儒家学问是很有发展的，他提出了很多斩钉截铁的观点，比如“性善论”“养气说”等。中国人人都知道的《三字经》，开头就是“人之初，性本善”，这就是从孟子这里来的，因为孔夫子是罕言“性与天道”的，他老人家不怎么讨论这些哲学命题。孟子还主张“人皆可以为尧舜”，我们是人，尧舜这些圣人也是人，既然大家都是人，那么人人都可以成为尧舜，成为圣人，人人都可以像尧舜那样心怀天下苍生。另外，孟子还提出“养气说”，他说：“我善养吾浩然之气”，又解释这个“浩然之气”说：“其为气也，至大至刚，以直养而无害，则塞于天地之间；其为气也，配义与道”。

以前跟着冯老师学习过的朋友们都会有印象，冯老师经常提倡我们要养“三气”：一个是养庙堂气，有了庙堂气后，你出来待人接物就有一种至大至刚、雍容稳重的气质；第二个要养山林气，就是要有自然之气，要至清至纯，你还得是一个自然之子；第三要养英雄气，要有敢于承担、一往无前的精神。这三气是从哪里来的？还是从孟子这里来的，