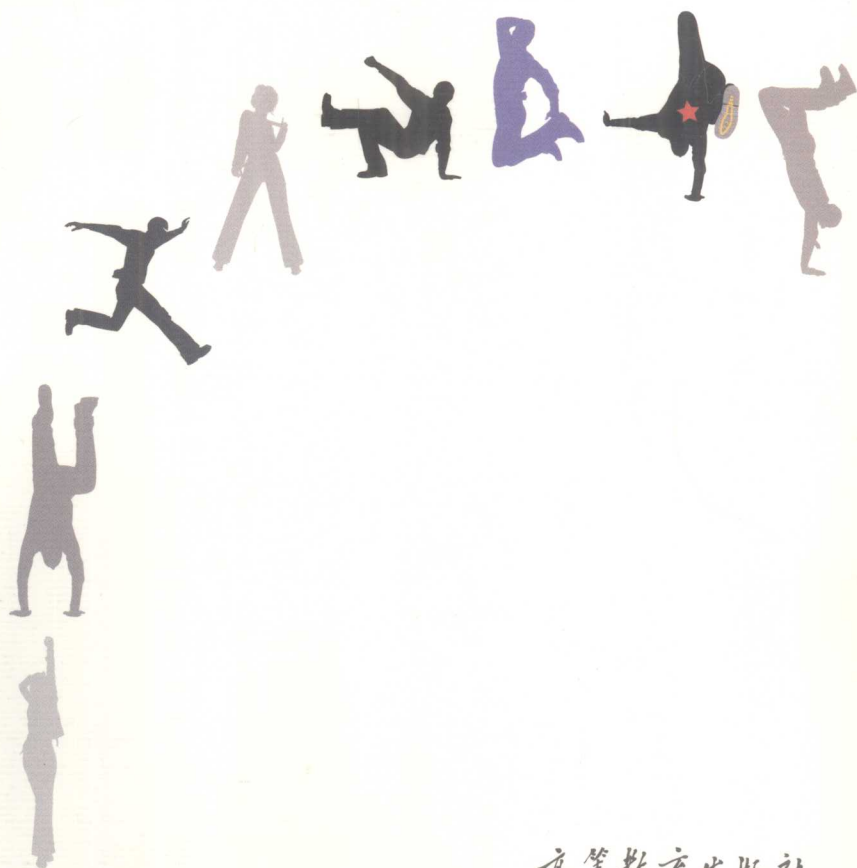


悟享人生

◎ 汪立夏 著



高等教育出版社



汪立夏 著

高等教育出版社·北京

内容简介

本书是作者对自己长期从事的思想政治教育工作以及学习、生活、人生修养等的思考和感悟。全书分为访古寻慧、业精于勤、文武之道、谈天说地、未济人生五个部分,内容均选自作者的博客。

本书适合高校教师特别是广大思想政治教育工作者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

悟享人生 / 汪立夏著. -- 北京: 高等教育出版社, 2015.11

ISBN 978-7-04-043851-2

I. ①悟… II. ①汪… III. ①大学生 - 思想政治教育 - 研究 - 中国 IV. ①G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 215363 号

策划编辑 许文娟 责任编辑 许文娟 底妍 封面设计 张志 版式设计 马云
责任校对 陈杨 责任印制 韩刚

出版发行 高等教育出版社
社址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印刷 北京汇林印务有限公司
开本 880mm×1230mm 1/32
印张 10
字数 200千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版次 2015年11月第1版
印次 2015年11月第1次印刷
定价 32.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换

版权所有 侵权必究

物料号 43851-00

“觉悟”本是佛教用语，意指对于佛法的体悟。佛家认为，佛法在被人觉知以后，人就达到了一个不同一般的层次。《隋书·经籍志》中也说：“（释迦）舍太子位，出家学道，勤行精进，觉悟一切智，而谓之佛”，把领悟到佛教真理称之为“佛”。六祖慧能的一首偈诗“菩提本无树，明镜亦非台。本来无一物，何处惹尘埃”被视为是禅者觉悟的代表。而在中华文化几千年的发展演进中，不仅是佛家，道家和儒者均视“觉悟”为认识事物、参透人生的理想境界，而能觉悟者被视为具有“大智慧”。芸芸众生，有的人过着庸碌的生活不知所谓，有的人则在平凡中追寻着对生活的感知与觉悟。在后者看来，如果人生是一场修行的话，其最终的指向是要从物欲满足达求精神觉悟。打开立夏先生的《悟享人生》，看到的就是一位智者的人生觉悟。

在“访古寻慧”中悟生命之意义。西人弗朗西斯·培根说：“读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞之学使人善辩”，讲的就是读书学习的好处。今天我们看到的知识都是古人智慧的结晶，打开书本

就是与古代圣贤对话。那么，古人的知识到底讲的都是什么道理呢？大抵圣贤之作都是其对天地、自然、社会及人生的体会与感悟。《论语》中孔子赞赏曾皙的“莫春者，春服既成，冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归”的高尚追求、圣人气象；《庄子》逍遥江海、游刃有余、同于天地的豁达情怀；《大学》“在明明德，在亲民，在止于至善”的不断成就自我、立成大人的“日新”态度，都是古人给我们提供的精神盛宴。让我们在“访古寻慧”中，探知古人智慧，听训圣人教诲，感悟生命意义，达求游方内外之境界！

在“谈天说地”中悟人生之喜乐。《东周列国志》中表扬范雎有“谈天说地之能，安邦定国之志”，说的就是一个人若能做到看似简单的“谈天说地”必是有大才能之人。古人谈天说地，讲的是安邦定国之道；今人谈天说地，讲的是社会风情、家长里短、人情世故，让我们看到的是人生的悲喜哀乐。“谁惹我生气了？”“还有什么参不透的呢？”“活出明白好不好呢？”“突破世俗不容易”等一篇篇美文娓娓道说生活点滴，展示“以诚心待人，求快乐人生”的可贵人生态度。孔子说“仁者寿，智者乐”，能把复杂的生活简单化、苦难的人生喜剧化，以达快乐人生境界，不就是智者之追求吗？！让我们在“谈天说地”中，领略生活细节，感受人生片段，觉悟生命价值，达求幸福终点！

在“未济人生”中悟处事之哲理。《易》一书，以“乾坤”二卦为始，以“未济”一卦为终，如孔子所言：“物不可穷也，故受之以未济终焉。”人世间一切的东西都是没有终结、未济的。正如

明代高僧苍雪大师诗云：“松下无人一局残，山中松子落棋盘。神仙更有神仙着，千古输赢下不完”，道出了未济人生的真谛。人如何在有缺憾的人生中度过无缺憾的完整生命，成为自古以来思想家们孜孜以求的命题。古人把明白这一道理称之为“德”，所谓“德者，得也，得事宜也”即是。做人即处事，想让我们未济人生少有缺憾，就需要我们处事妥当、适度，达到“极高明而道中庸”之境界。人若能认识到这一点，也就悟透了人生哲理。所以“快乐程度来自价值定位”，“尊重个性”，过“立意高、立足深的至高人生”，“活出自己思想的自信”，让我们在“未济人生”中，思考生命价值，品味人生沉浮，感知生活奥妙，达通处事之道。

在“文武之道”中悟生活之情趣。孔子就说过，“一张一弛，文武之道也”，讲的就是生活的松紧和工作的劳逸要有合理安排。现代社会的人们忙于事业打拼、工作成功，恰恰忽略的是生活中的点滴情趣，使得我们的人生毫无乐趣可言。我们常说，生活的快乐需要我们有双善于发现快乐的眼睛。此言不假！快乐生活需要有快乐心情，而快乐心情就源于我们看待生活的态度与处理生活的方式。在紧张工作之余，打上一段太极，体会阴阳合会、不温不火、气转周身的酣畅；弹奏一曲古音，品味高山流水的雅致；写上几首小诗，抒发激情澎湃的情怀；做上几道佳肴，回忆童年滋味、感知生活情趣。让我们在“文武之道”中，发现生活乐趣，体味生活细节，感悟美好人生，达求快乐至境！

在“业精于勤”中悟教育之本真。“业精于勤荒于嬉”，是古人勉励自我攀登事业高峰的座右铭。立夏先生浸淫教育事业30余载，在勤业中收获了教育的本真。许慎在《说文解字》中解道：“教，上所施，下所效也；育，养子使作善也”。教育是教育者以自身完善人格教导、感化受教育者成就美好的过程。教书育人，立德为先，是教育的真实内涵。如何做好当代大学生的思想政治工作？如何做好当代青年核心价值观的引领工作？如何做好大学生的心理健康教育？如何发扬教育正能量？这一个个鲜明的当代教育课题，立夏先生以他敏锐的思维做了行云流水般平实的回答。让我们在“业精于勤”中，直面时代问题，正视教育难题，品味育英快乐，感悟教育本真，达求社会美好！

“觉悟”是件美好的事情，可“觉者不易”。三五年时间，从“乐享”“趣享”再到“悟享”，立夏先生在繁忙的工作之余，写下这厚重的六十余万字，委实不易。从这几部著作中，我们或许看不到太多“觉悟”过程的磨难，更多的是“觉悟”的悠然享受，其间的淬炼与悟解，则要靠读者细心去品味、去感知。在我看来，从容坦荡的心境、博学善思的习养、知行合一的历练，或许就是他的“道”！是为序！

吴瑾菁

2014年12月31日

访古寻慧

从伦敦奥运看文化理念	3
怀念南怀瑾的真心话	6
从养生说人生	8
从《养生主》读养生之妙旨	10
一场堪称经典的课堂讨论	15
演绎而不曲解经典著作	18
庄子是个讲故事高手	20
漆园吏的思想写真	23
季咸为壶子相面	26
解读《大学》见动机	29
条分缕析话宏旨	32
如何成就外王之业?	34
优化生活“两定一动”“微环境”	36
游方内外不相及	39

生死话题的人生思考	42
基于自信的中国梦	45
你说该说不该说?	47
迎接变化着的生活	49
写在春天里的絮语	51
太极、古琴与养生	54
太极演绎阴阳之道	56
古韵琴音淌心性	58
思维方式影响民族命运	60
敬天法地尽人事	62
易其心而后语乃交友之道	64
道与术的辨析	66
学习的意义在哪里?	68

业 精 于 勤

把人文关怀贯穿于办学治校全过程	73
抓牢网络在青年核心价值观引领的主动权	75
分数不是决定的因素	77
参会唐山话感受	79
创新学生工作观念	81
还要为心理健康教育说点什么?	84
我在领导干部民主生活会上的发言	87
理想信念教育更要讲科学	91
提升指导管理教育的能力水平	93

政府指导管理和高校自主办学的互动和协调	96
重要战略机遇期背景下再提党的群众路线	101
为述职述廉的即兴点评叫好	104
全面提升大学生心理健康教育水平	106
思想政治教育功能的拓展和运用	109
真心诚意拜一线同志为师	111
难以言说是教育	113
建立制度反腐的信心	116
我的大学师生观	119
释放更多教育正能量	125
全面深化学生工作改革	127
关于政治生态建设的几点思考	129
又到年终盘点时	131

文武之道

赣风起	139
顺着心性去读书	140
感受云南	141
说说读书人的酸呆之气	143
让每个孩子都能成为有用之才	145
让孩子流点泪也好	148
围着火盆吃火锅	150
岁末年尾把班上	152
找寻太极的真谛	154

常回家看看	156
我为啥总是快乐呢?	157
太极体会	159
对艺术爱好的胡思乱想	160
春韵	163
养生也是一种智慧	164
为乐趣写人生	166
幸福原来这么简单	168
咏春	170
生活要学会打交道	172
读书不是件轻松事	173
累并快乐着	174
走进金陵的随想	176
我的一天	178
坚守住教育的信念	180
写在猎奇梦幻展出之际	182

谈天说地

谁惹我生气了呢?	187
科学认识人的发展环境	189
警惕科技发展的负效应?	191
和父母聊聊育儿经	193
有感于世界末日的预言	195
活出明白好不好呢?	197

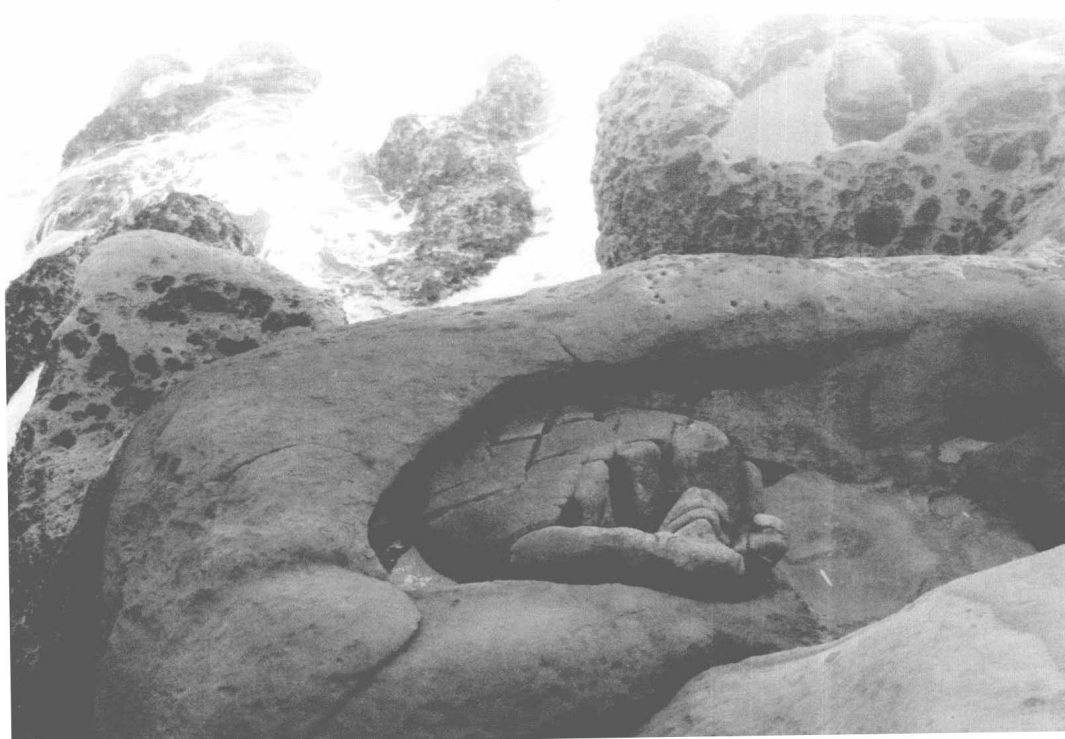
正义为而不为	199
课外补习带来的教育警示	201
你有思想的孤独吗?	204
三道令牌连下,风气果真就肃然了吗?	208
共产党人怕什么?	210
有爱好也不怕	212
网络让我们丧失了什么?	214
还是做个实诚人吧!	217
形神兼备、其韵无穷	219
抗震力体现综合力	221
群众与组织意见如何契合呢?	223
享受思想神游的快乐	225
难以忘却的记忆	228
为何放不下? 还是不舍得	230
“趣享人生”之趣	233
写在《趣享人生》出版之际	236
我所喜欢的三种人	239
身体争气意气平	241

未 济 人 生

快乐程度来自价值定位	247
尊重个性是最大的和谐	249
拥有属于自己的人生	251
要把人生的大课题做好	254

无心铸就的人生	256
人生为什么总是抱憾?	258
立意高、立足深的至高人生	260
看问题的视角和视野	262
做个自由的精神贵族	264
追求的意义在过程	266
为什么要做别人眼中的完人呢?	268
人的双重性和两面人格	270
看穿了切莫说破	271
不应在导向上出问题	273
认真明白地去为人处事	275
修德先从口德做起	277
分享生命意义的感悟	280
尝试活在别人的世界里	282
活出自己思想的自信	285
总被人挑战底线的烦恼	287
永远的学习	289
生活没有死胡同	292
如何活出自己	294
人生的大思维和小谋略	295
青春不能按揭	297
要想明白不容易	299

訪古尋慧





从伦敦奥运看文化理念

伦敦奥运已落下帷幕，罗格先生曾说过，每一届奥运会的主办国都有自己的特点和所长，故没必要对每个国家举办的奥运会的经验得失评个长短，因为无论从哪个角度看，并没有十足的完美，有的也许只是谁更接近于奥运精神，谁更能体现自己的民族精神。从这个意义上说，伦敦奥运会无论是奥运理念的凸显，还是文化精神的展示，都堪称楷模，都是一届成功的奥运会。

奥运会体现的是一种和平精神。在更快、更高、更强的口号下，奥运会通过竞技来体现和谐共处的思想，而激励下一代的主题就让更多的人拥有了参与体育的激情和动力。在奥运会开幕式上不仅有普通少年参与火炬接力的动人场景，也有在世界各国民众传递火炬最后汇集成的奥运圣火；不仅有飞得更高、永争第一精神的不懈挑战，也有对永不言败、不言放弃信念的直执追求……这些难道不是对奥运精神的最好诠释吗？竞技永远只是精神的承载，只有干净的奥运，才是奥运精神不断传承的不竭源泉。金钱可能铸就出金牌，权力也可能催生出天才，但如果没有大众普通价值认同，没有融入友谊和平基因，奥运的鲜花同样

难以做到永开不谢，这也正是国际奥委会坚定不移地反兴奋剂和呼吁一个干净奥运会的深层原因。

和奥运精神的展示一样，民族文化的体现同样是世界的、大众的，是人类共通、共有、共享的。对英伦历史稍有了解的人都知道，油画般的童话国度曾经让人们产生无限的遐想和向往，奥运会主办国的匠心唤起了人们最美好的向往，同时也展示了工业革命的圈地运动曾经给整个国家带来的巨大变化和“日不落”的辉煌，以及英伦三岛音乐艺术的深厚底蕴和内涵。每个细节都传承了文化精神，体现出一种浑然天成和水到渠成。在奥运会开幕式上，没有那高高在上的君临，也没有默默无闻的谦卑，有的是对英伦贵族风范更多的理解和赞赏，一种更接近生活本原的文化理性。

时代的发展，技术的创新，给这种文化活力增添了更多新鲜元素，现代技术给予奥运会的是美轮美奂的历史再现和艺术享受。北京奥运会的恢弘大气，的确给人震撼惊羨，但如果再增添些自由适意会使人更加心旷神怡。奥运会上，无数人铸就的少数人的金牌已金光闪闪，我们是否可以把生活的阳光撒向更多的人。伦敦奥运理念是淡化顶层的光辉，使人更好地享受过程的美丽。伦敦奥运理念和文化与北京奥运不同，也许英绅士、淑女们再多点我们的大气和整肃，我们也把人文的关怀落实到更多的细节中，是否会有更大的和谐和参与呢。

在激动狂呼的时候，我们流露出更多的不只是泱泱大国的自满、自负和自得，更多的是一种包容的情怀和民族自信。也许