

穷则独善其身，
达则兼济天下



儒学是一种关于人的学问，是讲做人的学问，或者说是关于人生的学问。《大学》上讲，修身齐家治国平天下，人的道德修养提高了，社会也就安定了，天下也就太平了，所以修身是根本，儒学关注的中心是提高人的素质和境界，它的核心内容就是讲如何做人的道理。

儒家妙语

宋天天◎编著

话人生

儒家思想主要是由历代儒士传承、研究、改进和推广的，那些儒学大师往往代表了当时儒学所达到的最高水平。每一个中国人，不管他是熟读儒家经典的人，还是不知《论语》为何物的人，都必然熟谙儒家思想。我们每做一件事，每想一个问题，往往都带着儒家文化的色彩。儒家思想早已融入到中国人的灵魂中，融入到中国人的血液里，融入到中国人的一言一行中，它已经成了中国人先天文化基因的一部分。



儒家妙語

话人生

穷则独善其身，达则兼济天下。

◎ 宋天天/编著

儒学是一种关于人的学问，是讲做人的学问，或者说是关于人生的学问。《大学》上讲，修身齐家治国平天下，人的道德修养提高了，社会也就安定了，天下也就太平了，所以修身是根本，儒学关注的中心是提高人的素质和境界，它的核心内容就是讲如何做人的道理。

儒家思想主要是由历代儒士传承、研究、改进和推广的，那些儒学大师往往代表了当时儒学所达到的最高水平。每一个中国人，不管他是熟读儒家经典的人，还是不知《论语》为何物的人，都必然熟谙儒家思想。我们每做一件事，每想一个问题，往往都带着儒家文化的色彩。儒家思想早已融入到中国人的灵魂中，融入到中国人的血液中，融入到中国人的一言一行中，它已经成了中国人先天文化基因的一部分。



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

儒家妙语话人生 / 宋天天编著. — 北京: 新世界出版社,
2008.8

ISBN 978-7-80228-879-9

I. 儒… II. 宋… III. 儒家—人生哲学—通俗读物
IV. B222-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 117023 号

儒家妙语话人生

策划: 杜菊

作者: 宋天天 编著

责任编辑: 慧钰、董晶晶

封面设计: 纸衣裳书装

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +8610 68995424 68326679 (传真)

发行部: +8610 68995968 68998705 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部: +8610 68996306 frank@nwp.com.cn

印刷: 和达印务有限公司 经销: 新华书店

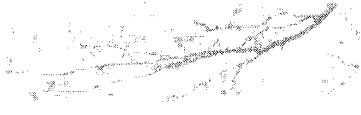
开本: 787 × 1092 1/16 字数: 220 千 印张: 20

版次: 2008 年 9 月第 1 版 2008 年 9 月北京第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-80228-879-9

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究 印装错误可随时退换



前 言

儒学是一种关于人的学问，是讲做人的学问，或者说是关于人生的学问。《大学》上讲，修身齐家治国平天下。人的道德修养提高了，社会也就安定了，天下也就太平了，所以根本的是修身。儒学关注的中心是提高人的素质和境界，它的核心内容就是讲如何做人的道理。

儒家思想主要是由历代儒士传承、研究、改进和推广的。那些儒学大师，往往代表了当时儒学所达到的最高水平。每一个中国人，不管他是熟读儒家经典的人，还是不知《论语》为何物的人，都必然熟谙儒家思想。我们每做一件事，每想一个问题，往往都带着儒家文化的色彩。儒家思想早已融入到中国人的灵魂中，融入到中国人的血液中，融入到中国人的一言一行中。它已经成了中国人先天文化基因的一部分。

儒学提出，要认识人和禽兽的区别。当然，人与禽兽也有相同之处。人也有物质生活方面的追求，所谓“食色，性也”，这一点是与禽兽相同的。只解决了吃饭、穿衣、住房等物质生活的问题，还没有真正摆脱禽兽的境界。人能够高于禽兽，在于人能组成社会。有社会，就有人伦关系；有人伦关系，就要有道德和政治种种规范。有道德，懂得怎样处理人伦关系，才能够摆脱禽兽的境界，堂堂正正地做一个人。人与禽兽的区别就在有“情”和“义”。正是从这样的认识出发，儒学强调要学会做人。而所谓做人，就是要修养自己，懂得正确对待人际关系。这是儒学思想一个基本的出发点。

中庸思想作为儒家的辩证思想方法和道德行为准则，在孔子的大力推崇下延续至今。一提到中庸，很多人的理解都是“平庸、折中、调和”，这是对儒家中庸思想的大大的曲解。中庸的确有“平庸、折中、调和”的含意，但这些绝不是中庸思想的全部，否则《中庸》就不可能被自孔子之后一代又一代的儒家奉为经典了。宋代著名理学家朱熹在为《中庸》题解时说：“中者，不偏不倚，无过不及之名。庸，平常也。”“中庸者，不偏不倚，无过不及，而平常之理，乃天命所当然也，精微之极致也。”中庸思想所主张的是“中道”，反对的是“过”与“不及”这类极端状态。

儒学文化在中国历史上曾长期处于独尊地位，儒是人类智慧的伟大结晶，儒文化影响到每一个中国人的人生。儒家是两千多年前的思想，其中的永恒因素需要每一时代的人去重新发掘，重新诠释。儒家“积极入世”的人生态度，与人类社会发展的规律是契合的。孔子所谓“人能弘道，非道弘人”，正是今日我们工作和学习的目标。怎样做人的问题，是儒家人生哲学的根本问题。

儒学不仅是对中华文化产生过重大影响的人生哲学，其中也颇多生活中的实用内容。儒家理想人格是儒家整个思想体系的重要内容，其睿智的人生哲理对当代人的人生观具有启迪作用。尽管儒家讲人性善，但并不认为人天生都是君子。它强调要进行教化，要自觉修养。所以，中国传统文化里关于修养的内容非常丰富。儒学是关于人生的学问，是一种讲人的学问。带着目标生活，是儒家奉献给世界的最好忠告。儒家的目标极具弹性，可大可小。大则济天下，提升人类生活品质；小则善其身，做一个堂堂正正的人。随才具时运，进退俯仰，人生也因此具有独特的价值。

本书以“四书”、“五经”等儒家经典为依据，阐述了儒家关于什么是人，如何做人，人应该怎样生活以及理想人格等人生观、价值观的问题。其睿智的人生的哲理，相信对我们每个人都具有很大的启迪作用。

目 录

一、求知篇

以所有人为师，会变得更加强大

古人说，一事不知，儒者之耻。知道自己的不足并努力学习就是聪明的人，不好问又骄傲自满的人是可耻的。一个人要想有所成就，仅凭从某个名师名校学到的有限知识是远远不够的。多方求教，并把学到的知识应用在现实中，才会造就成功。以所有人为师，我们才会变得更加强大。



敏而好学，不耻下问 /2

循序渐进是学习之道 /4

人与人之间的最大区别，就在于怎样利用时间 /6

勤劳刻苦，谨慎谦虚，会有好的结果 /8

勤勤恳恳地学习，踏踏实实地做事 /10

三心二意的人难有收获 /12

学习和思考相结合，才会有所收获 /14

读书要取其精华，去其糟粕 /16

谦虚是成功之本，骄傲是失败之源 /18

教和学都会使人有所长进 /19

取他人之长，补自己之短 /21

以所有人为师，才会变得更加强大 /22
知识的获取离不开格物致知这一条途径 /24
真理像金子一样闪闪发光 /26

二、品德篇

品德是一个人的标签，彰显着人性的优劣

君子与小人之分，好人与坏人之分，都在于品德。品德是一个人的标签，彰显着人性的优劣。做人要做个有品德的人，这样才不失为真正的人。一个人的好品德犹如金灿灿的光环，会终生围绕着他。



品德如果不注意滋养，最后也会荡然无存 /30
竞争的目的不是打败对方，而是最大限度地表现自己 /31
一个人要有好的才能，更需要有好的品德 /33
做人要有尊严，也要有骨气 /35
要想当好伯乐，自己必须是品德高尚的人 /37
感恩是一种美德，也是一种智慧 /39
帮助别人不求回报是大善，能包容一切是大智 /41
与人方便就是于己方便 /42
不去记恨曾经作恶于我们的人 /44
看到别人的优点并加以赞扬 /46
与其锦上添花，不如雪中送炭 /48
人生立世诚为本，巧言令色多有诈 /50
贪是人生的大忌，不懂节制会惹出祸患来 /51

三、修身篇

宠辱面前需不惊，去留之间需无意

人生到处都充满着诱惑，吸引着人去犯各种各样的错误。时刻保持清醒，不去贪图虚荣，不贪图短暂的快乐，才是一个对人对己负责的人。我们应该用一颗平常心去看诗生活中的得与失、荣与辱、喜与悲。在宠辱去留间，保持一颗平常心，才能活得洒脱自在。



要修身，先要修心 / 54

一个人可以没有荣誉和鲜花，但不能没有自尊 / 55

淡泊名利，内心才会得到安宁 / 57

保持平常心，才是人生之道 / 59

觉人之诈不形于言，受人之侮不动于色 / 61

人需要的不是小聪明，而是大智慧 / 63

通过自省进行自我完善 / 65

文采和质朴兼备，然后才能成为君子 / 67

有美有善不足恃，有丑有恶不足惧 / 69

多批评自己，少责怪别人 / 71

不要卖弄才学，要知其可为而为 / 72

宠辱面前需不惊，去留之间需无意 / 74

坦荡让人活得潇洒 / 76

四、诚信篇

诚实是金，守信是银

常言道：“诚实是金，守信是银。”诚信是一个人的立身之本、处世之道、齐



家之要。生活经验告诉我们，不讲诚信的人可以欺人一时，但不能欺人一世。一旦被识破，他就难以在社会上立足。其结果既伤害别人，也伤害自己。



诚信是做人立德的根基 /80

做任何事都应该实事求是 /81

一诺千金才是君子的作为 /83

“诚人”必先“诚己” /85

人前人后，做到表里如一 /87

以公正之心对待他人 /89

君子爱财，取之有道 /91

对于馈赠当受则受，当辞则辞 /92

把“义”看重一点，把“利”看淡一点 /94

军可夺帅也，匹夫不可夺志也 /96

敢于承认自己的无知，是明智之举 /98

保持诚信，做堂堂正正的人 /100

五、为人篇

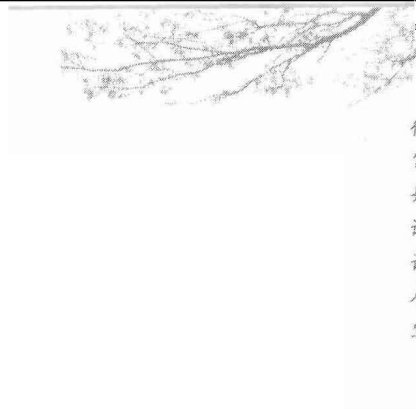
严于律己，宽以待人

为人之道，贵在善始善终。人生善始已不易，而善终则需非常精神。古今豪杰，善始者众，善终者鲜。究其因，则是人们脱不了身外物的诱惑。我们要不断地充实自己，严于律己，宽以待人——与人为善是件功德无量的事，所以说“小胜凭智，大胜靠德”。



知耻是做人的必要条件 /104

正人必先正己 /105



- 为人要公正，不要以偏盖全 /107
- 丢掉规矩就等于放纵自己 /108
- 付出爱与得到爱都是一种幸福 /110
- 专心于路，路就不会太难走 /112
- 经历的任何苦难，都可能是成功的因素 /114
- 先付出艰苦的努力然后才有所收获 /115
- 适时放弃是一种智慧 /117
- 逞匹夫之勇是一种愚蠢 /119
- 要勇于承认自己的过失 /120

六、处世篇

中庸之道，事时和谐

“中者，不偏不倚，无过不及之名。庸，平常也。”中庸是儒家的重要伦理思想。其不偏不倚、无过无不及、中正以及中和的思想能使人身心和谐，并能使人处理好人际之间的矛盾和人与自然的矛盾。



- 立身处世离不开一个“礼”字 /124
- 设身处地地为他人着想 /125
- 只有尊敬别人，才能得到别人的尊敬 /127
- 做什么事都要有分寸，说什么话也要有分寸 /128
- 做事要恰到好处 /130
- 君子不失言 /132
- 少说一句闲话，多做一件实事 /133
- 锋芒毕露的小聪明会招来灾难 /135
- “忍”是一种人生的谋略 /136

宁可得罪君子，不可得罪小人 /138
借用他人的智慧帮助自己成长 /139
谨慎地做事，才能让自己少一些后悔 /141

七、工作篇

做对的事，并把它做对

工作是一个人生存的基本权利。一个人如果能够认真地对诗工作，自然会有回报。对诗工作的态度是道德问题，敬业精神最为可贵。工作要讲究方法和效率，要想把工作掌控于指掌之间，就要做对的事，并把它做对。



工作没有贵贱之分 /144
做对的事，并把它做对 /145
并不是做不到，而是不愿意做 /147
小心谨慎不吃亏 /148
任何事情本末倒置，都将得不偿失 /150
把自己的事情做好就行，不要越俎代庖 /152
批评他人应该点到为止 /154
宽容是领导者必备的品质之一 /155
作为上司应该以身作则 /157
领导者应该近君子远小人 /159
在工作中要做到知人善任 /161
处理事情的时候要做到对事不对人 /162
只有团结才能产生最大的力量 /163

八、交友篇

朋友易得，好朋友难得，而知己难求

权势不足恃，金钱不足恃，浮名不足恃，唯有真挚的友情才靠得住，才是人生最宝贵的财富。人生在世，朋友易得，好朋友难得，而知己更难得。人生得一知己足矣。不要刻意地要求朋友为你做什么。对待朋友，要知道他们的优点，也要理解他们的不足。“友直、友谅、友多闻”，是交友之道。



交友贵在交心 /166

一个人有什么样的朋友，就有什么样的品行 /168

道德高尚的人朋友会很多 /170

结交朋友不可图名图利 /171

真正的朋友经得起时间的考验 /173

与朋友交往需要保持一定的距离 /175

赠送礼物讲究的是心意 /176

不要为了自己的利益而伤害朋友 /178

与不是君子的人打交道要适时变通 /179

朋友间更应该明算账 /181

只会耍嘴皮子的人站不住脚 /183

九、情感篇

人有感情才会活得充盈

一个人若没有感情的话，活着就如同是行尸走肉。在生活中，无论多忙，都不要忽视了爱情和亲情。珍惜情感，体会情感，人才会活得有滋有味，才会活得充盈。



在家居住不要有坏情绪 /186
佳偶并非天成，婚姻需要包容 /187
不要因为诱惑而放弃夫妻间的真情 /189
不要为一次爱情失败而苦恼 /191
坦然地面对失恋的痛苦 /192
忘掉过去才能重新开始 /194
情绪低落时，要学会自我调节 /195

十、教子篇

天下没有教不好的孩子

家庭是孩子的第一所学校，父母是孩子的第一任老师。许多父母为了孩子的未来付出了难以计量的时间和精力。如果孩子不幸成了“废品”，则是全家人的痛苦；如果孩子平平庸庸，将是全家人的遗憾；如果孩子能够成才，那是全家人的幸福。其实，教育孩子全在于父母的方式方法。要知道，天下没有教不好的孩子，只有不会教的父母。



“孝”是人的天性 /198
对父母尽孝是一种修养 /199
赡养父母要满怀爱心 /200
“孝”就是爱父母一辈子 /202
珍惜自己，别让亲人为我们担心 /204
亲人之间和睦相处，才能体会家庭的温暖 /206
积极进取才是正确的人生态度 /207
做人要有知难而进的精神 /209

学会用简易的方式做正确的事 /211

骄傲自满会埋下祸患 /212

自吹自擂最无用处 /215

十一、育人篇

每个人都有自己的“闪光点”

千里马需要伯乐去发现。每个人都有自己的“闪光点”。许多人的求知欲是盲目的。育人者要引导这些盲目求知的人，教给他们求知的方法，快速提升他们的生命历程。



对不同的人要用不同的教育方法 /218

人的本性是相近的，重点在于后天培养 /219

舍奢就俭是一大美德 /221

踏踏实实地去做，才能踏上成功之道 /222

在安分守己的基础上有所追求 /225

人人都可以成为栋梁之材 /227

知错能改才不致犯更大的错误 /229

考察一个人应该从大处着眼 /231

做人做事要坚守自己的原则 /233

了解别人比别人了解自己重要 /234

选择适合自己的师长 /236

想收获就必须先耕耘 /238

切莫因贪小而失大 /239

相互合作才能创造美好生活 /241

少指责、多鼓励是最有效的教育方法 /243

生活要一步一个脚印地走下去 /245

十二、成败篇

尽人事，听天命

“尽人事，听天命”不是认命，而是要认认真真地尽最大努力去做事。如果失败了，也不要耿耿于怀，因为你尽最大的努力了。这时要有“听天命”的心态。莫以成败论英雄。不是赢的人才是英雄。真正的英雄，是敢于战胜自己、做自己主人的人。



成功不仅是创业，还有守业 /248

认准目标，不要半途而废 /249

不怨天尤人是一种积极的生活态度 /251

要懂得察言观色，把握好说话的时机 /253

以冷静的心态面对利益 /255

掌握自己的情绪，才能掌握自己的未来 /256

欲求保身，当先明哲 /258

顾全大局，不逞一时英雄 /260

遇到困难时，要把希望放在自己身上 /261

急功近利会阻碍我们成功 /263

充满私欲的人最容易患得患失 /265

把工作当成自己的事业 /267

专注于自己想要追求的目标 /268

十三、励志篇

天行健，君子以自强不息

对那些有自信心而不介意于暂时成败的人来说，没有所谓的失败；对那些怀着百折不挠的坚定意志的人来说，没有所谓的失败；对那些别人放手而他仍然坚持，别人后退而他仍然前冲的人来说，没有所谓的失败；对那些每次跌倒而立刻站起来的人来说，没有所谓的失败。“天行健，君子以自强不息。”坚定信念，积极进取，是君子所为。



君子自强不息 /272

根据实际情况确定人生目标 /273

坚持真理的勇气源于对事实的坚定信念 /275

永远不要看轻自己 /277

自以为是的人是不会有所成就的 /279

为人处世要有像水一样的精神 /281

人格是信用的基础，逆境能使人有所建树 /283

以百折不挠的精神走向成功 /285

敢于承认自己的错误并尽力弥补 /287

十四、习性篇

习性决定行为，关乎命运

一个动作，一种行为，多次重复，就进入人的潜意识，变成习惯性动作。人的知识积累，才能增长，极限突破等等，都是习惯性动作、行为不断重复的结果。如果学会运作潜意识技巧，就可以建立一种自动运作的“长效机制”，从而达到我们的目标。习惯养成性格，性格决定命运。



心态决定人的健康，养生需要好心态 /290

学会调整负面情绪，注意生活的细节 /292

苦恼是一种执著，自己才是心灵的上帝 /294

对所做之事产生兴趣，才能做得更好 /296

做事不要鲁莽，也不要过于瞻前顾后 /297

常常自我反省之人，是有贤德之人 /299