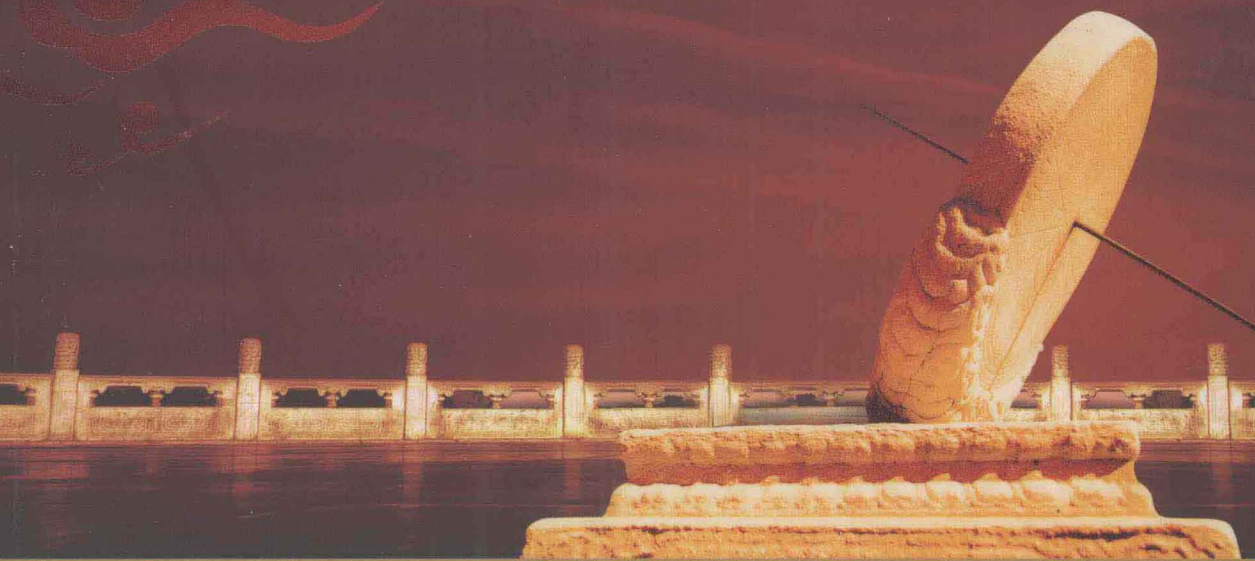


Zhongyongde Zhexue

不偏之谓中，不倚之谓庸。中者，天下之正道；庸者，天下之定理。



中庸^的哲学

中国式的人生智慧

中庸智慧，一种低调慎行的策略和处世方法，一种大智若愚，难得糊涂的处世智慧，一种和光同尘、隐忍待时的处世韬略

孟 涵◎编著

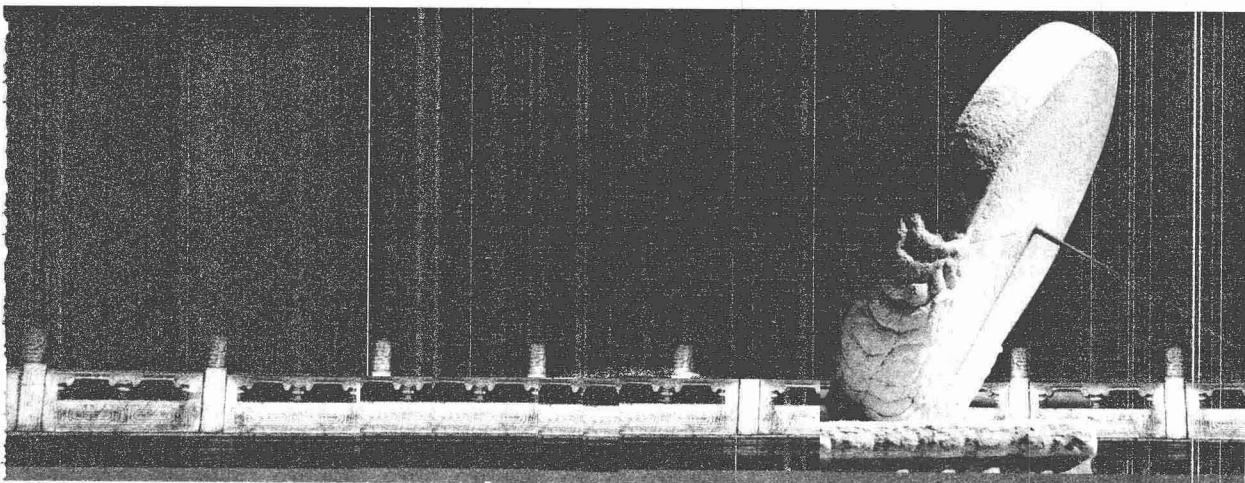


中国长安出版社



Zhongyongde Zhexue

不偏之谓中，不倚之谓庸。中者，天下之正道，庸者，天下之定理。



中庸的哲学

中国式的人生智慧

中庸智慧，一种低调慎行的策略和处世方法，一种大智若愚，难得糊涂的处世智慧，一种和光同尘、隐忍待时的处世韬略

孟 涵◎编著

 中国长安出版社

前言

中庸乃人生成败的智慧根本

我们中国人为人处世讲求“以和为贵”，经商办事追求“和气生财”，处理家庭关系不忘“家和万事兴”；立国安邦之本是构建“和谐社会”……北京奥运会开幕式上的巨大字模——“和”字还久久激荡在我们的心中，此时，可能你我都深深地体会到了：“和”这个字正是体现了中华民族千百年来思想和文化的深厚积淀，也是五千年悠久的历史和文化铸就的民族性格。然而，这种性格从何而来？其根源就是儒家所倡导的“中庸”思想。

何谓中庸？很多人理解“中庸”就是折中；就是做老好人，唯唯诺诺，谁也不得罪；就是不左不右，机械化地保持中间立场。这种理解其实是不全面的。

中庸这一概念最早是孔子提出的，孔子的孙子子思(孔及)为了避免这种思想失传，于是著《中庸》，将这一儒家学说的精华阐述成一套规范人们行为处事的方法，其主题思想就是教育人们自觉地进行自我修养、自我监督、自我教育和自我完善，把自己培养成为具有理想人格，达到至善、至仁、至诚、至道、至德、至圣的理想人物，共创“致中和天地位焉万物育焉”的“太平和合”境界。

到了北宋时期，程颢、程颐极力尊崇《中庸》。南宋时，朱熹又作了《中庸集注》，并把《中庸》和《大学》、《论语》、《孟子》并列称为“四书”。到

时宋、元以后，《中庸》就成为了官定的教科书和科举考试的必读书。即使到了现代，“中庸”的现实价值仍然在生活中得到充分体现，比如：

中庸告诉我们要以和为贵，但同时又要保持自我；

中庸告诉我们要坚持原则，但又要避免过分固执；

中庸告诉我们要大智若愚，但又不能遇事真糊涂；

中庸告诉我们要尊重传统，但又要学会不断创新；

中庸告诉我们要积极进取，但又要懂得见好就收；

中庸告诉我们要心静如水，但又要追求自立自强；

.....

这就是中庸，看似矛盾，却是矛盾的对立统一；看似非左非右，却又是即左即右。现实中，中庸境界虽然难以达到，但人人都应该去争取。具备这种性格的人，该仁慈时总是慈眉善目；身陷逆境时，却表现得韧劲十足；平时波澜不惊，该出手时却是毫不犹豫。他们把宽容、博大、仁爱、方圆皆交融在一起，看似无性格，实则又是一种性格中的性格。

本书从立身、修身、为人、处世、做事、制胜、成势、享乐八个方面对中庸智慧加以阐述和印证，展现中庸思想在人生各个方面的妙用，并结合现代人的生活，让中庸这种做人哲学和成事智慧带领我们现代人纵横职场、享乐生活、修身养性、成就大业。

可以说，中庸充斥着生活的方方面面，渗透在人生的角角落落，中庸既是世界观，也是方法论。从个人修养到为人处世，以至稳定社会秩序，都离不开中庸这一具有普遍意义的思想。如果世人都能秉承这一原则，凡事求得和谐、维持平衡，把握好做人做事的分寸和尺度，站在中间的立场上，就能使自己立于左右逢源、进退自如的不败境界。

目 录

Contents

第一章 中庸立身——在两极之间寻找生存佳境

《中庸》中说：“君子之中庸也，君子而时中，小人之反中庸也，小人而无忌惮也。”古希腊的哲学家亚里士多德和中国的孔子都发现了道德的两种错误倾向：一是偏激，一是退缩。而又同时认为在上述两种错误倾向之外，唯一正确的行为是“中庸”，即“适中”。说到底，中庸是种权衡，在偏激与退缩的两极间寻求到生存的佳境，使自己不被自己的行为绊倒。

和而不流，中立不倚	002
无礼不立，以德服人	005
诚于中，信于外	008
切记自信，切忌自满	012
取舍有道，有舍才有得	015
言行适当，不宜过激	018
兼听则明，偏信则暗	021
切莫因循守旧固步自封	024

第二章 中庸修身——君子当慎独淡定

《中庸》认为，“修身”是人生的出发点，而修身便要从“诚身”做起，何谓“诚身”？简言之就是要做到“善”：对待他人要包容仁爱；对待自己则要求慎独淡定。唯有此，才能让内心富足，心中坦荡，怡然自得。

修身养性，宁静致远	028
人前君子，人后亦君子	032
知耻近乎勇	035
荣辱集一身，宠骂若等闲	038
拿得起，放得下	042
小人怨广，君子德厚	045
怒乃人性之恶，伤己害人	049
知人者智，自知者明	054
人心不可一日无喜神	058
言顾行，行顾言	061
禁得激，抑得怒	064

第三章 中庸为人——大肚能容，左右逢源

中庸智慧不仅有利于人际关系的建立与发展，在做人处事、为官经商上，也是一门实用的学问，可以受用终身。中庸为人的哲学就是要凡事做到适度，切莫走极端、走偏锋，懂得适可而止。中庸不是让人圆滑，而是教人圆通；不是让人忍气吞声，而是教人大肚能容；不是让人唯唯诺诺，而是教人左右逢源……

自嘲大智，嘲人大愚	068
话不说尽，事不做绝	072
亲疏远近要适中	075
肠不可太冷，腹不可太热	078
给人台阶，利己利人	082
人有私，切莫说	086

勿揭人短处，勿戳人痛处	089
律己宜严，待人宜宽	092
说话宜婉不宜直	095
勿损人而利己，勿妒贤而嫉能	098
换位思考易服人	101
向前看，不记旧恶	104

第四章 中庸处世——低调慎行，糊涂则明

中庸的处世思想更多是一种低调慎行的策略和处世方法，一种大智若愚、难得糊涂的处世智慧，一种和光同尘、隐忍待时的处世韬略，同时也包含着一种穷则独善其身，达则兼济天下的伟大的责任感。

高人一筹，“低”人一等	108
枪打出头鸟，高调惹祸端	111
贪虚名而招实祸	115
不可权责越位	118
勿逞己长，勿恃所有	122
功成不居，谦退自抑	126
喜怒哀乐不宜外露	130
莫争小利，吃亏是福	134
大智若愚，难得糊涂	136
话到嘴边留三分，事到当头应慎行	139
好为人师莫如虚心求师	142
见利思害，主动示弱	146



第五章 中庸做事——进退自如，循序渐进

中庸智慧教导人们做事应该留有余地，应该进退自如。但同时要知道，做任何事情都应有忧患意识、风险意识，从长处思考、从大处着眼，遇事多考虑一个为什么、多考虑前因后果，人生就会少犯一些错误；做事情的时候不能贪大求全、急功近利，否则，只能是欲速则不达。

讷于言而敏于行	150
踏实做事，忌急功近利	152
预则立，不预则废	156
过犹不及，凡事有度	158
立志在坚不在锐	161
以退为进真智慧	164
做事须执著，无需固执	167
功夫到家，虽柔必强	171
一知半解不可取	174
切莫强求十全十美	178

第六章 中庸制胜——攻人攻心，纵横天下

古人云：“攻人之道，莫过攻心”。君子想取胜于人，不会倚仗自己的权势去逼人退让；不会借助骗局让人妥协；更不会选择“两强相争，必有一伤”的方式强冲冒进。他们会以柔克刚、以德报怨、恩威并施地感化他人，光明磊落地赢得人心，纵横天下。

化敌为友，不战而胜	182
智者不争口舌之胜	185
莫轻易与人断交，莫轻易丑言相向	190
恩威并施，制人要先攻心	193
己所不欲，勿施于人	196
容人之过，赢得人心	198

小不忍则乱大谋	202
不卑不亢，不仰不俯	205
方为立身之本，圆为取胜之道	208

第七章 中庸成势——借人之才为才，用人之力为力

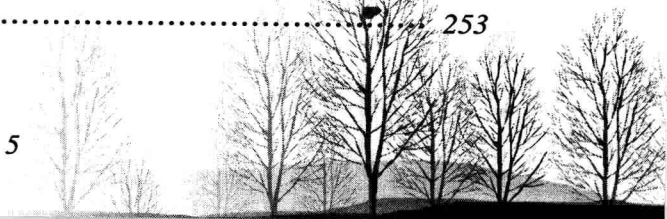
“得人之力者无敌于天下也；得人之智者无畏于圣人也。”中庸智慧告诉我们：很多事情是我们做不到的，想要做好，就必须借助别人的力量，这是成势的必然途径。所以，自己没有实力不要紧，只要你善于交际，善于利用身边的资源，照样能干成一番大事业。

借力而为，他山之石可以攻玉	214
取人之长，忘人之短	218
广结天下贤人能士	221
用人要不拘一格，苛细相间	224
投桃报李，互为所用	227
先修己身，再借他力	231
德不孤，必有邻	235
比中而行，结交益友	237

第八章 中庸享乐——乐而不淫，哀而不伤

《中庸》中说：“君子素其位而行，不愿乎其外。”每个人都有自己的位置，享乐的出发点就是自己所处的位置。一个人不能奢求自己能力所不能及的幸福和享受，同样也不能因贪图眼前利益而放弃更大的长远利益。重要的是，一个人要懂得知足，懂得保持身心的平衡，懂得节制自己的欲望，懂得享受自己能够享受得了的快乐。

素位而行，知足安能常乐	242
忘其小丧，志其大得	246
爱钱需有节，赚钱需有道	249
奢为大耻，俭为大德	253



粗茶淡饭最益心神	257
荣耀不必过早享用	260
劳碌需有度，情趣才尽享	264
情爱中庸，方能百年好合	268
中庸养生，平衡身心	272
闲时吃紧、忙时悠闲	276





第一章

中庸立身 ——在两极之间寻找生存佳境

《中庸》中说：“君子之中庸也，君子而时中，小人之反中庸也，小人而无忌惮也。”古希腊的哲学家亚里士多德和中国的孔子都发现了道德的两种错误倾向：一是偏激，一是退缩。而又同时认为在上述两种错误倾向之外，唯一正确的行为是“中庸”，即“适中”。说到底，中庸是种权衡，在偏激与退缩的两极间寻求到生存的佳境，使自己不被自己的行为绊倒。





和而不流，中立不倚

故君子和而不流，强哉矫；中立而不倚，强哉矫。

——《礼记·中庸》

《菜根谭》里说：“做人要脱俗，不可存一矫俗之心；应世要随时，不可起一趋时之念。”意思是说，做人应当对世俗保持一份超越，但也不能愤世嫉俗，试图以自己的一己之力去矫正世俗规矩；对社会的时尚风气要随和顺应，但也不能为了迎合别人的好恶而丧失自我。

这句话所体现的就是《中庸》里提出的“和而不流，中立不倚”的为人之道。儒家思想认为，一个道德修养高尚的人应该是为人和顺，善于协调自己与他人的关系，善于维护良好的公共形象，但又不会无条件地屈服于潮流，不会抛弃自己的主张和原则，更不会与丑恶的现象同流合污，而是能坚持自己的品格和操守，保持人格的独立。

但是，这样的态度要么被看成“好好先生”，是懦弱的表现；要么被看成不知变通，是迂腐的象征，这都是对中庸之道的误解。孔子认为，对待朋友，虽然大家互相之间关系很好，无话不谈，可是并不意味着事事都要从众，而是应该保持自己的气质和品格。

阳货是鲁国权臣季氏的家臣，位高权重、气焰熏天且图谋不轨。他希望能得到当时非常有影响力的孔子的支持，就到孔子家来拜访。孔子不愿与这种人共事，但是无奈又得罪不起他，一听说此人到访，就溜出家门躲开了。可是，阳货送了些礼物给孔子。

按照当时的规矩，“来而不往非礼也”，也就是说，孔子也应该上门回访阳货。可是孔子又恐有人说三道四，给政敌留下攻击自己的口

实。于是，孔子就想了一个主意，趁阳货不在家的时候去回拜他，这样就能保全名节，也不会失礼了。

孔子没有想到，走到路上却与阳货撞个正着。

阳货对孔子说：“来，我有话要跟你说。你把自己的本领藏起来而听任国家迷乱，这可以叫做仁吗？”

孔子说：“不可以。”

阳货说：“喜欢参与政事而又屡次错过机会，这可以说是智吗？”

孔子说：“不可以。”

阳货又说：“时间一天天过去了，年岁是不等人的。”

孔子说：“好吧，我将要去做官了。”

从孔子的内心来说，他对阳货这类人是深恶痛绝的，但是现实状况是，他没有力量去与他们对抗，所以孔子不与他们发生直接的冲突，维持着表面上的正常关系。虽然孔子答应了要去做官，但他在阳货把持朝政的时局下，始终保持着独善其身的态度。

这个事例就是对和而不流，中立不倚的最好诠释了。也许有人会提出异议，既然“不流”，又何必一定要“和”呢？

首先，“和为贵”是中国文化的优秀传统和重要特征，包含着大智大慧的深刻哲理。为什么要“和”呢？每个人都有自己独特的情感和欲望，我们所处的生活环境，我们所接触的各式人物，不可能完全符合自己的理想和要求。应该努力了解别人的情感、欲望，多做换位思考，多从别人的角度考虑问题，以随和的态度与人相处。这么说来，“和”首先是宽容主义精神的表现，在人与人的关系中，“和”可谓是减震器、润滑油，“和”告诫人们，在出现误会、产生分歧、发生矛盾时，也要尊重别人的个性，照顾到彼此的面子，尽量化干戈为玉帛，以维护人际关系的和谐。

其次，和而不流在很多时候也是必不可少的自保之道。

《红楼梦》中的李纨可谓是“中立不倚”的典型。她死了丈夫，无所依靠，但却博得全家上上下下一致的赞赏，可以说，李纨在做人为



中庸

的

哲学

——中国式的处世哲学

面可算是成功的楷模。在红楼众多的女子中，唯有她在众人的眼里几乎已达到完美的地步：在贾府里做媳妇，李纨从不与人斤斤计较，争强好胜，公婆祖母都赞她温柔贤惠，因此对她也格外尊重与照顾；与妯娌们相处，她不偏不向，也从不多管闲事，因此最得人缘，大家有了怨言苦闷都会向她一诉苦衷，但她从不多言多语；李纨带着众小姑子和几个亲戚家的姑娘针线玩耍，让大家人人自得，和睦相处；对待下人们，李纨既不懦弱又不专横残暴，因此下人们都称她为“大菩萨”，把她抬到了神的地位。

可见，和而不流是在矛盾冲突尖锐且自己处于不利地位时非常有效的自我保护之道。从中我们不难看出，“不流”主要有三层含义，第一是不盲从他人，坚持自己的立场和主张；二是淡泊处世，甘于奉献，不受世俗的诱惑；第三是自强不息、执著进取，将其化为“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”的高尚情操，去建设一个和谐的世界。而“中立不倚”也有恰到好处、合乎正道、行事正派、光明正大，站稳立场，不随风而倒的意思。而并非“举世皆醉我独醒，举世皆浊我独清”，凡事都拿出一副正气凛然、不偏不向的样子。

总之，“和而不流，中立不倚”表现了一种价值取向，它不求耀眼的光环，只求人格的尊严；同时，这也是一种人生的至高境界，它不求轰轰烈烈，只求质朴本真。

无礼不立，以德服人

不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。

——荀子

中国自古就是礼仪之邦，古往今来，有关“礼”的记录和要求可谓数不胜数。

孔子说：“博学于文，约之以礼。”

左丘明说：“礼，天之经也，地之义也，民之行也。”

《礼记》上说：“人有礼则安，无礼则危。”

诸葛亮说：“将不可骄，骄则失礼，失礼则人离，人离则众叛。”

颜元说：“国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身有礼则身修，心有礼则心泰。”

.....

众所周知，孔子是中国历史上第一位将“礼”摆在一个极其重要地位的思想家，孔子认为，礼仪是一个人“修身养性，持家治国平天下”的基础。而儒家几乎所有学说的本源也都在这个“礼”上。孔子甚至认为，礼是一个人安身立命的基础。孔子说：“不知命，无以为君子也；不知礼，无以立也；不知言，无以知人也。”意思是说，不知道规律和趋势，就不能做君子；不知道社会行为规范，就无法在这个社会立身处世；不知道辨别语言，就无法识别人的善恶。

那么，“礼”真的具有如此重要的作用吗？

在古代社会中，礼可以算做是一种社会规范，违背了礼就会被人认为没有规矩，不够君子，自然就会让其形象大打折扣。



忆昔日楚汉相争，西楚霸王项羽英勇无敌，百战百胜，天下本已有 2/3，最后却落得“霸王别姬”、“乌江自刎”的悲惨下场。项羽失败的原因很多，不懂“礼”也是其中最重要的原因之一。江东子弟多才俊，但就因项羽无礼，则民不易使也，众叛亲离。大将韩信、谋士陈平最终都投奔了刘邦，若项羽礼贤上下，则民心归附，君使臣以礼，则臣事君以忠，那么天下必可得也。

与此相反，刘邦本是一个才能平庸的人，然而他却能将萧何、韩信、张良等能人笼络于自己的手下，一个重要原因就在于他真正做到了礼贤下士，把对萧何、韩信的推崇和尊重发挥到了极致，使他们能效命于自己。就连刘邦自己在总结项羽失败、自己成功的经验时都说：“夫运筹策帷帐之中，决胜于千里之外，吾不如子房（即张良）。镇国家，抚百姓，给馈饷，不绝粮道，吾不如萧何。连百万之军，战必胜，攻必取，吾不如韩信。此三者，皆人杰也，吾能用之，此吾所以取天下也。项羽有一范增而不能用，此其所以为我擒也。”

这句话点出了关键所在，一个自大无礼，一个礼贤下士，胜败已成定论。

再看三国时期蜀国的君主刘备，不论治国安邦还是带兵打败，论文论武都算不上是一流人才。然而，众人却愿意推举他为君主，其中最大的原因就是 he 谙于“礼”道，很得人心。有人说，刘备是一个非常成功的礼仪专家，对待极具个性、性格硬朗的关羽、张飞两位兄弟，他关爱有加；对诸葛亮这样的旷世英才，他能放下身段，三顾茅庐。孔明因此认定此人必是一位仁德的名主，由此出山，“受任于败军之际，奉命于危难之间”，最终帮助刘备创下了三足鼎立的伟业。

可见，君臣之道中，“礼”的重要性。同样，在现在社会，人与人的交往中，礼也是不可忽视的。

从一个孩子开始牙牙学语时，大人就会教他们在见到长辈时要叫“爷爷”、“奶奶”、“叔叔”、“阿姨”等，这便是最初的礼貌教育。上了小学之后，老师也会教学生们要尊师爱长，对同学要谦让友爱，

这也是让孩子从小就懂“礼”，从而养成良好的品德。再长大些我们自然就懂得待人处世都有一定的章法，不能违规而行。同时我们对身边的人也开始有了很多自己的判断，那些彬彬有礼、谦恭的人，我们觉得他们品德高尚，有素质，修养高，便乐于与他们来往；而那些粗暴、蛮横、跋扈、自大的人，我们则会觉得他们品德不好，修养有限，因而不愿与其交往。

可以说，一个人的德性如何，在他对人的态度和处世的方法上就会有一定的表现。心怀礼数、有德行的人，常常能受人尊敬，逢凶化吉，遇难呈祥。因为他待人以礼时，就已经为自己的将来结下了善缘，给自己留下了活路。相反，“无礼无德”之人，往往不被人接受，即使会有一时的人生辉煌，也终会作茧自缚，难成大气。从古至今，这都是一条不变的真理。

那么，如果必须与那些无礼之人共处，我们又该怎么对待呢？有人主张，“以其人之道，还治其人之身”，但是想想看，如果真是这样，那么我们岂不是也变成了无“礼”之人？对此，陶觉为世人指出了正确的方法：“凡待人接物，必须自己做主，也要因人而异。如果他人薄待我，我也薄待他；他人怠慢我，我也怠慢他；甚至他人毁谤我，我也毁谤他，这就是与我一般见识了。最好是他薄我就厚，他傲慢我就恭敬，他毁谤我就称誉。这样才能扭转别人，而不被别人扭转。”

这一段话很好地体现了中庸的精神，告诫我们：在待人时，绝对不能他不仁，我就不义，而应以中庸的心态处之，以礼敬之，以德报怨，消除各种怨恨，使人际关系更加和谐。