

做事要学

做人要学

儒家

道家

若水◎编著

参今酌古 发掘文化精髓  
古为今用 铸就卓越人生

做人要学道家，因为道家大气；  
做事要学儒家，因为儒家实在。

——易中天

学道家做人之大气，活得洒脱一点，不要斤斤计较，胸怀宽广远大  
学儒家做事之实在，办事脚踏实地，切忌夸夸其谈，时刻步步为营

◎北京工业大学出版社



做人要学

做事要学

道家

儒家

参今酌古发掘文化精髓  
古为今用铸就卓越人生

若水◎编著

北京工业大学出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

做人要学道家 做事要学儒家 / 若水 编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5639-2444-8

I. ①做… II. ①若… III. ①道家-人生哲学-通俗读物②儒家-人生哲学-通俗读物 IV. ①B223-49②B222-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 129513 号

**做人要学道家 做事要学儒家**

---

编 著: 若 水

责任编辑: 王 曙

封面设计: 侯泰设计工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 香河县宏润印刷有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 1/16

印 张: 17

字 数: 246 千字

版 次: 2010 年 9 月第 1 版

印 次: 2010 年 9 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2444-8

定 价: 27.00 元

---

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换

## 序一：学道家做人，大气

道家是春秋时诸子学派中重要的一家，以老子与庄子为巨擘，是他们两人奠定了道家学派的思想基础。道家名著有《老子》《庄子》《列子》《皇极经世》《文子》《田子》《黄帝四经》《老莱子》等书。

道家思想的代表老子被传为“神仙”（太上老君）。老子哲学中最核心的观念是“道”，他的整个思想体系都是围绕“道”展开的。老子对“道”的理解和描述，在《道德经》第二十五章中有所体现：“有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天地母。吾不知其名，强字之曰：道。”这句话的意思是：有一个浑然一体的东西，在天地形成以前就存在，听不见它的声音也看不到它的形体，它独立长存而永不休止，循环运行而生生不息，可以为天地万物的根源，我不知道它的名字，如果要取个名，勉强称之为“道”。

道家思想的出发点是“物”，《道德经》第四十二章与第五十一章这样写道：“道生一，一生二，二生三，三生万物。故道生之，德畜之；长之育之；亭之毒之；养之覆之。”第一句话的意思是，道是独一无二的，里面包含了天地，天地产生阴阳二气，阴阳二气相交产生万物。第二句的意思是，道生成万物，德蓄养万物，使万物成长发育，使万物安宁心性，使万物正常地生长与消亡。根据老子的描述，我们可以看出“道”的一些特点，“道”无形、无色、无味，但真实存在，它会不停地运行，可以衍生出万事万物，是宇宙的本源。老子还认为，万事万物都是“道”生成的、培养的，即使死了还是“道”。“道”既是一个巨大的





生产基地、培育场地，又是一个巨大的回收站。

老子的主要思想是“无为”。“无为而治”是老子思想的核心。老子认为人不可逆自然规律而行，所以，人不能野心太大，当如水，低调，按着自然的节奏，顺势而为，自然而为，达到与自然的和谐统一。

道家讲到做人要无为，自然。人们首先要清除自己过度的私心私欲，将自己的心调整到光明的、清静的、淳德的状态，这样一来，人们也就自然会遵从道德而行了，这就是自然无为的妙用。对待竞争，我们要敢于去迎接挑战；对待失败和不平等，我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争个鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会薄发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，无欲则刚。”

尊重自然规律。如《道德经》第三十九章中所说：“天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以为天下正。”上天尊重规律自然清明，大地尊重规律可以安宁，诸神尊重规律就会灵验，河流尊重规律河水满盈，万物尊重规律就茁壮成长，君侯国王尊重规律就可以使天下太平。把身心投入自然，不作过多的苛求，心胸就能宽广宁静。

道家教诲世人，做一天人就要讲一天道德。我们每一个人，每天都生活在彼此之间有着千丝万缕联系的社会中，只要生活在社会中就离不开“人人为我，我为人人”，就须要遵循相互关系的种种道德规范。如果不讲道德，不但自己难以立足社会，也会损害别人的利益和社会秩序与社会风尚。

学道家做人，大气，活得开朗一点儿，洒脱一点儿，不要为小事斤斤计较，胸怀要宽广远大。



## 序二：学儒家做事，实在

儒家是中国古代最有影响的学派。其创立者是伟大的思想家、教育家孔子，后来由思想家、文学家孟子加以发展。儒家经典有儒学十三经。

儒家思想的代表孔子被尊为“圣人”。儒家的中心思想是孝、悌、忠、信、礼、义、仁、廉、耻。儒家思想的核心是“仁”和“礼”。“仁”就是以“爱人”之心推行仁政，使社会成员都享有生存和幸福的权利；“礼”就是用“正名”的方法建立社会的道德秩序，使社会成员对自身的社会地位都有稳定的道德认可和道德定位。社会成员普遍享有生存和幸福的权利，就没有造反作乱的必要；社会成员普遍认可社会的道德秩序，遵守符合自身具体情况的道德规范，造反作乱就没有道德依据。社会成员既没有造反作乱的必要，又没有造反作乱的意识，社会就可以长治久安。儒学是一种社会统治方略和社会管理学说。

儒家思想在春秋战国时期受到许多统治者的尊重，但在当时动荡的社会形势下，诸侯之间各为己利而崇尚武力，儒家的仁政很难得以施行。汉以后，儒家思想被尊为封建社会的正统思想，儒学在中国存在几千年，对于中国的政治、经济等各个方面存在巨大的潜在影响。

儒家告诫我们为人处世要少说空话，多干实事；与人为善，乐于助人；胸怀坦荡，光明磊落；言而有信，相互信任。比如，我们可以从《论语》中的“人而无信，不知其可也。大车无鞅，小车无轨，其何以行之哉？”可以看出，在一个人立身处世的过程中，讲究诚信是至关重要的。儒家强调，人在修身正己的过程中，始终要持之以恒地保持自己的





德行。《礼记·中庸》中说：“莫见乎隐，莫显乎微。故君子慎其独也。”意思是：由于最隐蔽的地方最能看出人的品质，最细微的事情最能显示出人的内心，所以，当君子单人独处，无人监督的时候，应该小心谨慎不做任何不道德的事情。儒家主张“有恒者事竟成”。这就为一个人树立远大志向，成就辉煌事业指明了一条奋斗的道路，也是人生修养大智慧的体现。

在对待朋友上，儒家提出“忠告善道，不可则止”。换言之，就是在朋友出现过错时，不能袖手旁观，使其在错误的泥潭中越陷越深，要“忠言善道”，让朋友在和风细雨中接受你的忠告，不可强迫；即使关系无法维系时，也应好合好散，这是结交的重要策略。为人处世，要谨言慎行，讲究语言技巧，照顾别人的自尊心和内心感受；放低姿态，言行适宜。这样就能与他人建立和谐的人际关系，维系旺盛的人气，从而有助于事业走向成功。

在事业上取得成功的人士，并非都有显赫的背景。俗话说：丈夫莫论出身低。只要在挫折和困难中始终不屈不挠地拼搏、抗争，他就是强者，就是人们心目中的英雄。一个人若能够团结一切可以团结的力量，用人格魅力、领导能力组织一个无坚不摧的群体，才能展现自己的才华，缔造辉煌的伟业。

学儒家做事，要实在，切忌夸夸其谈，不切实际；应该脚踏实地，一步步地做，少说多做。





# 目 录

## 上篇 做人之道 道家之道

祸莫大于不知足 .....	003
切莫贪婪，学会取舍 .....	008
轻诺必寡信，多易必多难 .....	012
学会示弱，才能更好地保全自己 .....	015
大成若缺，不必强求完美 .....	017
朴素是一种自然本真的美 .....	019
道法自然，从大自然中学习 .....	021
大丈夫处其厚，处其实 .....	024
唯施是畏，笑看名利 .....	027
师傅领进门，修行在个人 .....	031
谦虚谨慎，低调做人 .....	033
胜人者有力，自胜者强 .....	037
善待他人就是善待自己 .....	040
临大难而不惧 .....	044
上善若水，宽以待人 .....	046
承担的责任越大，价值就越大 .....	050
快乐来源于简单生活 .....	053
取人之长，补己之短 .....	056



挣脱心灵的枷锁 .....	058
学会快乐，不要享乐 .....	062

## 中篇 做事之理 儒家之理

开拓创新，与时俱进 .....	067
进退有道，把握分寸 .....	071
后生可畏，甘当人梯 .....	075
君子坦荡荡，小人长戚戚 .....	079
实事求是，完善自我 .....	083
登上崖顶后，扔一根绳子下去 .....	088
不要居功自傲 .....	093
三思而后行 .....	098
迅速消除不利因素 .....	102
人而无信，不知其可也 .....	106
岁寒，然后知松柏之后凋 .....	109
君子爱财，取之有道 .....	113
成功喜欢全心全意的人 .....	117
己所不欲，勿施于人 .....	122
说到做到，不放空炮 .....	126
成大事要有雄心斗志 .....	129
在其位，谋其政 .....	132
患得患失难成事 .....	136





不可贪得无厌，不可自私 .....	140
说到，想到，不如做到 .....	143
放长线，钓大鱼 .....	146
找对方法，办对事 .....	150
小不忍则乱大谋 .....	153
临事善谋者方能成事 .....	158
专心做自己喜爱的事，成功也就不远了 .....	164
变则通，通则达 .....	168
是真金自会发光 .....	172

### 下篇 儒道合一 阴阳协调

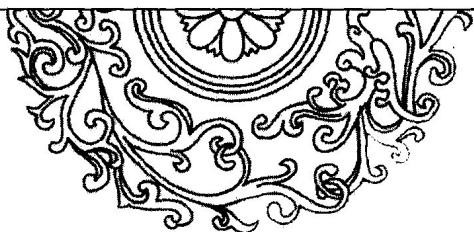
道家养心，儒家做事 .....	179
顺应规律，求得发展 .....	181
给予才能有收获，有舍才能有得到 .....	183
修身、齐家、治国、平天下 .....	185
道家之三心 .....	188
儒家之四看 .....	195
道家出世之六然 .....	212
儒家人世之五道 .....	224

### 附：《道德经》

道 经 .....	245
德 经 .....	252



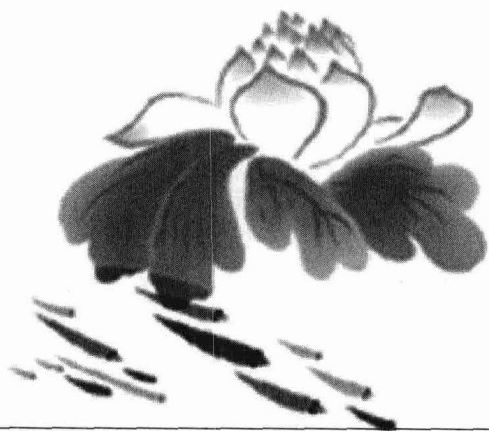




# 上 篇

## 做人之道 道家之道

人生之道无非是追求自由、幸福、健康、长寿，同一条人生道路，却有两种截然不同的走法。一是走圣人之道，也就是顺其自然，返璞归真之道。一是走常人之道，也就是追求外在的名利之道。不同的道路，必然造就不同的人生和社会。





## 祸莫大于不知足

### ※典藏原文※

罪莫大于可欲，祸莫大于不知足；咎莫大于欲得。故知足之足，常足矣。

——《道德经》第四十六章

### ※指点人生※

人的欲望有如无底的沟壑，因而得寸进尺，永远填不满。一个贪得无厌的人，给他金银他还怨恨得不到珠宝，封他县令他还怨恨没封他宰相，即使是做了宰相，他还想当皇帝，当了皇帝还想做长生不死的神仙。为了满足贪欲，势必利令智昏，敲诈勒索，虚伪欺骗，进而不择手段，残害无辜，最后自酿苦酒，自掘坟墓。

老子说过：“有所为才能有所不为。”换句话说，能知足才知不足。知足与不知足是一个量化的过程，我们不会把知足停留在某一个水平上，也不会把不知足固定在某一个需要上。不同的时代，不同的环境，不同的阶层，不同的年龄，不同的生活经历，知足与不知足总会相互转化。穷苦的青年人还是不要知足的好，唯有这样，才会努力奋斗，生活才会改观；暴发户们，对于精神生活的追求多一些，也许可以提升生活质量。







生活的追求是无止境的，如果快乐是建立在物质享受上，那永远会感觉生活里尽是美中不足。就算有再好的享受，也不能让人长久感到幸福，反而容易使人疲倦。再好的美食，也会让人生腻。如果不满足平常的粗茶淡饭，什么都要追求高品位，那生活里就很难得到满足，烦恼也就随之而来。人每天都要吃饭，但如果只惦记着人间绝少的美味，当前的饭食就淡而无味，这不是自寻烦恼吗？

富贵长寿，美味佳肴，声色犬马固然常使人快乐，然而为了得到这些，得到后为了保住这些或唯恐失去这些，人们必然劳神累心，紧张思虑，以至寝食难安，如此又有什么快乐可言？追求金钱财富的人，在财富到手以后仍然能从财富中找到乐趣的人，实在是微乎其微，相反它有时还会给人带来麻烦与灾祸。道家教人用知足知止和随顺自然的心态来看待富贵与贫贱。富贵来了不必惊喜忘形，富贵去了也不必悲哀失落。不必为了富贵而患得患失，使自己活得又苦又累，更不能为了贪恋富贵而违背道德，使自己成为千古罪人。

有个去海岛度假的富翁劝诫一位同在海边晒太阳的渔夫多去打些鱼。渔夫问“为什么要辛苦呢？”富翁说：“这样能慢慢买一条大船，再努力攒上一大笔钱。”渔夫又问：“那又能怎么样呢？”富翁说：“然后你就可以在海边悠闲地晒太阳啦！”于是，渔夫就反问富翁：“我已经在晒太阳了，为什么还要那样做呢？”

一个人知道满足，心里面就时常是快乐的，达观的，有利于身心健康。相反，贪得无厌，不知满足，就会时时感到焦虑不安。但“知足”不是没有追求：“知足常乐”更不是平庸的表现。人是应该有更高的追求，但这与知足并不矛盾，实现了一个目标后，可以准备下一个，但不能在这个还没实现时就想得更多，那就沦为了贪婪；事实上，知足才是最好的追求动力。

知足不同于自满，虽然从表面上看来，它们都是对自身情况感到满意的反应，但事实上，由于出发点和外在表现的不同，它们往往给人以不同的感受。而从根本上说，知足也罢，自满也罢，与外在客观条件并不一定有相互的关联，一个人自觉得生活到这个程度，于愿已足，并不



代表他的生活真的一定就无懈可击，样样可打满分，主要是他能衡量自身的能力，正视客观的条件，不妄想不贪求，也不去与他人比高下，能够以宽容坦荡的心去对待生活，使自己的人生不受外界的影响和干扰，顺命随缘地平和平和渡过。

那些骄傲自满的人，真的都是那么自信、骄傲，对自身的一切都心满意足，自认高人一等吗？如果你肯仔细分析，也许会吃惊地发现，事情恰恰相反。

依据心理学上的说法，那种处处要表现自己的不凡，就怕谁人不知他的出类拔萃和光荣历史，无法克制地要以骄傲的面孔示人的人，常常是心理上欠缺安全感、满足感、或自怜狂在作祟的人。因为缺少安全感、满足感，便相对地失去了自信，因此便急于要在别人的赞美或惊叹声中找回信心，证明自己确实如所希望和所幻想的那样不同凡响。骄傲、自满、目中无人，是由于反常心理在后面推动，不但给人极坏的印象，也是一种十分可悲的病态心理。

知足常乐的人很容易被人们认为是胸无大志。因为这些人往往在竞争异常激烈的今日社会，不去争，不去怨，不去嫉妒、伤害他人，乐观地生活着，这样就导致别人以为他们没出息、没能力。这显然是一种错误的观点，知足并不代表不进取，无大志，它只是我们生活的一种态度而已，是一种看透世事无常后的大彻大悟罢了。

能够体味人生的酸甜苦辣，做过了自己所喜欢的事，丰衣足食，爱己所爱，没有虚度这岁月年华，心灵从容富足，那么无论贫富贵贱，都足以安心了。生长于贫困之家与生长于富贵之家，人生中的得意与失意，都不必看得太重。如果以不义的手段取得财富和尊位，好像浮云一样，既不会长久，也不值得看重，这是先哲孔夫子的一番话。他还说：人都有利心，这是不可避免的，但是要去贫贱、求富贵，必须以是否符合“义”为前提，“重义”应该是人的本分，因为欲望是无止境的，如果不顾一切手段，谋求富贵，最后吃亏的还是自己。

哲人庄子讲过一个支离疏的故事。南方楚国有一人叫支离疏，他的形体是造物主的一个杰作或者说是造物主在心情愉快时开的玩笑，脖





子像丝瓜，脑袋形似葫芦，头垂到肚子上而双肩高耸超过头项，颈后的发髻蓬蓬松松似雀巢，背驼得两肋几乎同大腿并列。

然而支离疏却暗自庆幸，感谢上苍独钟于他，平日里乐天知命，舒心顺意，日高尚卧，无拘无束，他替人缝洗衣服，簸米筛糠，足以糊口度日；当君王准备打仗，在国内强行征兵时，青壮汉子如惊弓之鸟，四散逃入山中。而支离疏呢，偏偏耸肩晃脑去看热闹，他这副尊容谁要呢。当楚王大兴土木，准备建造王宫而摊派差役时，庶民百姓不堪骚扰，而支离疏却因形体不全而免去了劳役。每逢寒冬腊月官府开仓赈贫时，支离疏欣然前去领取三斗小米和十捆粗柴，仍然不愁吃不愁穿。

知足使人平静、安详、达观、超脱；不知足使人活路、行动、进取、奋斗；知足的智慧在于知不可行而不行，不知足的智慧在于可行而必行之。若知不可行而勉为其难，势必劳而无功；若知可行而不行，则是墮落和懈怠。这两者之间实际上存在一个“度”的问题。度就是分寸，是智慧，更是水平，只有在合适温度的条件下，植物才会发芽，动物才会孵化。《渔夫和金鱼的故事》中的那个老太婆是不懂得知足的最大失败者，她就是没有把握好知足这个“度”。在知足与不知足之间，应更多地倾向于知足。因为它会让我们心中坦然，无所取，无所需，就不会有太多的思想负担。在知足的心态下，一切都会变得合理、正常、坦然，我们还会有什么不切合实际的欲望和要求呢？

人生的欲望是无法完全获得满足的，而能否获得富足生活，并不完全在于努力的成功与否，大量未卜先知、外在的、不可捉摸的因素决定着努力和成败。知足是一种境界，它不在于身外获得多少，而在于内心感受如何，不知足的人即使拥有金山银山，亦不会感到生活富有；知足的人则只要得到了粗衣蔬食，心理上便已感到满足。因为人的生命必然走向死亡，所以，我们对待个人的一切，以一种平和的心态，以一种知足的态度，就会使我们的人生变得更加富有。

保持永远的知足、永远积极进取的生活态度，不但有助于自身素质的提高，亦有助于促进社会进步，人类历史的所有进步都是在强者们



的不懈努力之中完成的。

※微言大义※

罪恶没有大过放纵欲望的了，祸患没有大过不知满足的了，过失没有大过贪得无厌的了。所以知足者，永远是快乐的。知足是一种境界。知足的人总是微笑着面对生活。在知足的人眼里，世界上没有解决不了的问题，没有过不去的河，他们会为自己寻找合适的台阶，而绝不会庸人自扰。不与人比，坚持自己的价值观；不用处心积虑地算计别人，懂得知足，那么你就会拥有真正而长久的快乐。

