

梁冬
说庄子○

人间世

——梁冬私房笔记——

梁冬◎著

梁冬说庄子○

人间世

—梁冬私房笔记—

梁冬◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

梁冬说庄子 人间世 / 梁冬著. — 南昌: 江西科学技术出版社, 2017.7

ISBN 978-7-5390-6030-9

I. ①梁… II. ①梁… III. ①道家②《庄子》—研究
IV. ①B223.55

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 183072 号

国际互联网 (Internet) 地址: <http://www.jxkjcs.com>

选题序号: ZK2017104 图书代码: D17047-101

监 制 / 黄利 万夏

项目策划 / 设计制作 / 紫图图书 ZITU®

责任编辑 / 刘丽婷 李玲玲

特约编辑 / 马松 车璐 赵萌

梁冬说庄子 人间世

梁冬 / 著

出版发行 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号 邮编 330009

电话: (0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京中科印刷有限公司

经 销 各地新华书店

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 7.25

字 数 100 千

版 次 2017 年 9 月第 1 版 2017 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-6030-9

定 价 49.90 元

赣版权登字-03-2017-259 版权所有 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)

第一章

人心难测没什么问题，
你对人心难测不了解才是问题

- 003 当你的人际关系陷入困境时，
《人间世》可以帮你
- 005 帮人要“先正己”
- 008 对人心的难测不了解就会出问题

第二章

如何做一个智慧的好人

- 015 用某种方式定义自己的好，
就等于在定义别人的坏
- 019 好人在强者面前刷存在感，
不仅可怕，还很可悲
- 021 很多好人，内心通常
都有一种叫“我慢”的东西

第三章

对别人的诋毁不愤恨，
其实是对自己的保护

- 028 好人的潜意识里，往往觉得
自己不是“平常人”
- 031 把心放空，生命才没有危险
- 036 你会用心“听”吗

第四章

- 041 “我是为你好”，实际上是一种“我执”
- 043 人性本“恶”，不认同你是常态
- 046 我们的所有痛苦，源自没有把自己放空
- 049 每件东西都有它自己的频率和节奏，我们要做的是顺应

与其关注十年之后的变化， 不如关注十年之后有什么是不变的

- 057 做人做事，
不要老想着去证明“我是谁”
- 060 努力做点儿什么并不难，
难的是不做什么
- 063 做让自己睡得着觉的事，
做让别人睡得着觉的人
- 066 以“无可奈何”的心态去做事
- 069 进入任何一个新环境，
一定要心存敬畏

第五章

你现在正在做的事， 三十年以后还想做吗

- 077 了解了天命和人为，就不会患得患失

- 082 对于不能控制的事情，千万别做
- 086 理解人心的多变和险恶，不抱怨
- 091 不求创造奇迹，但求不造成巨大的损失
- 093 尽量让孩子体验电脑、手机以外的
真实世界
- 095 什么样的人应该学习《心经》
- 097 你的笑点和泪点，
决定你究竟是一个什么样的人
- 101 不仅仅是为了快乐

第六章

如何与看不见自己过失的人相处

- 107 如果你不理解“人心惟危”，
就会经常活在危险之中
- 113 儿童的教育问题，
就是如何去处理其天性的问题
- 117 一切交流的本质都是“先迎合，后引导”
- 122 一个有价值的人，可能仅仅是因为
他没有习惯性对抗的心智模式
- 126 如果你没有体验过动物的感觉，
就很难理解什么叫“活该”“应该”
- 129 绝大部分人活得不好，
主要是一些“天性”没有释放完

第七章

“有用”和“无用” 都是达成目标的手段

- 138 看上去一无所用的树木，
其真正有用之处在哪
- 142 很多时候，
我们都会不小心把手段当作目标

第八章

对于拥有的保持敬畏， 对于想要的保持淡定

- 149 一个肢体不全、
志大才疏的人，也能活得好好的
- 152 未来，你的实际收入
与不努力的人差不太多
- 155 拥有那些大家都希望拥有的东西，
将来会成为一个很大的负担

第九章

自在的人会让你自己舒服， 也让别人舒服

- 161 长得丑有长得丑的美德，
儿女笨有笨的好处
- 163 真正的好事儿哪里是努力来的
- 168 什么是“自在”
让自己舒服，也让别人舒服

一切都会过去，
一切都会留下来

- 174 大部分人都很想“有用”，
这种想法对吗
- 177 在一切有效率的事情上，
人注定都会输给机器
- 180 人最终的价值就是退步为消费者
- 186 现在，到底什么是我们共同相信的东西
——价值观
- 189 你是钱的一部分，抑或钱是你的一部分
- 192 当一个人连钱都不相信的时候，
他还相信什么
- 194 世界唯一能够确定的东西就是“不确定”

- 197 《庄子·内篇·人间世》

第一章

人心难测没什么问题，

你对人心难测不了解才是问题

原典

顏回見仲尼，請行。

曰：「奚之？」

曰：「將之衛。」

曰：「奚為焉？」

曰：「回聞衛君，其年壯，其行獨。輕用其國，而不見其過。輕用民死，死者以國量乎澤若蕉，民其無如矣！回嘗聞之夫子曰：『治國去之，亂國就之，醫門多疾。』愿以所聞思其則，庶几其國有瘳乎！」

仲尼曰：「諱，若殆往而刑耳！夫道不欲杂，杂则多，多则扰，扰则忧，忧而不救。古之至人，先存诸己，而后存诸人。所存于己者未定，何暇至于暴人之所行？且若亦知夫德之所荡，而知之所为出乎哉？德荡乎名，知出乎争。名也者，相轧也；知也者，争之器也。二者凶器，非所以尽行也。」

「且德厚信矜，未达人气；名闻不争，未达人心。而强以仁义绳墨之言，束暴人之前者，是以人恶有其美也，命之曰菑人。菑人者，人必反菑之，若殆为人菑夫！」

当你的人际关系陷入困境时， 《人间世》可以帮你

《人间世》是《庄子·内篇》的第四篇，主要讲的是与人相处之道。

在《人间世》中，庄子告诉我们，不管你在日常生活中如何拥有“颅内高潮”，感觉自己与宇宙化为一体，你仍然要在这样一个哪怕是假的世间，貌似真实地与各色人等打交道。《人间世》讲的大概就是这样一种危险的旅程。

冯学成老师在《禅说庄子》中讲过：“春秋战国时

期，中国可谓是礼崩乐坏……道家学说，特别是庄子，对当时社会的阴暗面，揭露得可以说是入木三分。在庄子看来，当时整个社会极为险恶，人心也极为险恶。怎样在这种险恶的社会、人心环境之中，以不变应万变，使自己能够养生、全身、保命？这些问题就是《庄子·人间世》这一篇中很重要的内容。”

当下，你必须学会和你的老板相处、和你的老公（老婆）相处、和你的同事相处、和你的竞争对手相处、和你的邻居相处、和你的同学相处……

有时候，当你陷入与人相处的困境中，读一读《人间世》，就会找到一种解决方案或者心法。

帮人要“先正己”

在《人间世》里，庄子从一个故事讲起：孔子最为得意的学生——颜回，有一次去拜见孔子后向他辞行。

孔子就问他：“你去哪儿呢？”颜回说：“准备到卫国去”。孔子问：“去那儿干什么？”颜回说：“我听说卫国那个国君呐，‘其年壮，其行独’——年轻气盛、专横独断，处理国家大事很轻率随意，无所顾忌。而且，他想砍谁就砍谁，令老百姓大量死亡。”

我们知道，作为统治者，如果他用随便杀人的方式来震慑民心的话，在短时间内可能会收到立竿见影的效果，尤其是把砍人当作一种表演，那种震慑力确实很可怕。

“死者以国量乎泽若蕉”——老百姓死得就像大池塘中干枯的草芥一样。

“民其无如矣”——老百姓已经无路可逃。

颜回接着说：“我曾经听老师说，有道的国家，你可以离开它，因为它不那么需要你；而无道的国家，你要去帮助它，正如医生门前病人多。我很希望遵从老师对我们的教诲，去卫国帮帮老百姓，一展抱负。”

孔子听后，并没有沉默，尽管很多时候他会用沉默来表达，但颜回是他最喜欢的学生，这一次，当他听说颜回受到自己的影响之后要帮助无道之国，就连忙说：“嘻。”什么意思？“嘻”就是“唉”，表现出孔子对颜回有一点点心疼，又对他的未来有一点点不安。

总之，孔子用了一种很奇怪的语气说：“只怕你到卫国后会遭遇不测。要知道，大道是不应交错杂乱的，在混乱的局势里面，人多嘴杂，就会多事，多事之后就会产生烦扰，烦扰又会产生忧患，忧患多了，你也自身难保了。”

在古代，那些至人（聪明的人），总是先正己后正人，让自己有一种金刚护体之力，然后再去治病救人。好比你是一个身体很强壮的人，如果去帮助别人，就不那么容易受到伤害；如果你本身就是易感体质，你冲进去，人没帮到，自己已经先被感染了。颜回啊，你就是那种没有金刚护体的人，怎么可能去纠正一个暴君的行为，去推行大道呢？”

南怀瑾老师在《庄子讲读》中也讲到：“这一段完全是对青年人说的人生哲学，是孔子讲的青年人的修养哲学。”

这种情况放在现代，就像一位年轻人有机会空降到一家公司做 VP，他觉得自己能够力挽狂澜，就去和老师说：“这正是我一展抱负的时机。我以前想到很多种治理结构、创意以及商业模式，现在终于逮着一个大机遇，我要去！”

对人心的难测不了解就会出问题

在上面这段对话里，你可以看到一个历经人世沧桑的真实孔子，或有些许世故（在《论语》里，你会看到一个充满理想的孔子），是一个对人性有着异于常人的理解和洞察的中老年智者朋友的形象。尤其在对待自己最爱的学生身上，孔子呈现出了一种父亲般暖暖的真实感。

他跟颜回说：“你知道道德之所以衰落，而智巧之所以产生的原因吗？道德的衰落，是因为大家开始追求有名，刷存在感；智巧的产生，则在于争夺和竞争。对出名的渴望，导致人们彼此之间相互倾轧、相互比较。而在这个过程中，所谓机智、聪明、善巧等方法，无非

是互相争斗的工具。智和巧，都是凶器，不可以随便推行于世。”

对于这段话，南老（南怀瑾老师）曾说过：“为什么会这样呢？因为固执个人的所知所见，争强好胜，争就是好胜。”

孔子了解颜回的性格，知道他是一个天性善良、“德性”（道德和品性）纯厚的人。所以，孔子很喜欢颜回，认为他的品格很可靠。正因为如此，孔子跟颜回说：“一个人德性纯厚、信誉可靠，未必能够被别人所了解；一个人虽然不追求名声，但未必能够得到别人的认同。”

读到这段，我就在想一件事，现在国学教育很流行，大家都在教孩子背诵学习《论语》《弟子规》等。被这样培养出来的孩子可能善良忠厚，但是，他们往往会在进入社会后受到伤害。

你看，“始作俑者”孔子就深深地知道，忠厚善良是需要建立在对人世间有着深刻理解的基础上才可以