

本书为旧家庭所重，往往正襟
恭书，悬挂中堂，起收束人
心，警醒世人之效。作者立论
平实，教诲淳淳，于平凡处可
见其精深，于细微处可观其阔
大，堪称一部价值永恒的处世
智慧宝典。

中国人 处世 智慧书

中华元典·治家处世第一书

《朱子治家格言》名师详解

[明] 朱柏庐 原著 明心斋 讲解

陕西师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国人处世智慧书 / (明) 朱柏庐著 ; 明心斋点评 . — 西安 : 陕西师范大学出版社 , 2004. 10

ISBN 7-5613-3113-4

I. 中… II. 朱… III. ①家庭道德 - 中国 - 明代②朱子治家格言 - 译文
IV. B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 102843 号

图书代号 : SK4N0958

中国人处世智慧书

著 者 : 朱柏庐

责任编辑 : 周 宏

特约编辑 : 刘 鹏

装帧设计 : 蒋宏工作室

出版发行 : 陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱 邮编 : 710062)

印 刷 : 北京市天竺颖华印刷厂

开 本 : 640 × 960 1/16

字 数 : 220 千

印 张 : 22

版 次 : 2004 年 10 月第 1 版

印 次 : 2004 年 10 月第 1 次印刷

ISBN 7-5613-3113-4/B·70

定 价 : 25.00 元

中国人处世 智慧

〔明〕朱柏庐原著 明心斋讲解

中华元典

治家处世第一书



陕西师范大学出版社





《朱子治家格言》是旧家庭最看重、最推崇的一本书，往往正楷恭书，悬挂中堂，以起收束人心、警醒世人之效。有人误认《治家格言》是宋代大儒朱熹所作。其实，这里的「朱子」是指明代的朱柏庐，并非南宋的朱晦庵。朱柏庐的时代要晚于朱熹五百年呢。

朱柏庐原名朱用纯，明诸生，字致一，自号柏庐。「柏庐」二字大概是出自《论语》中「岁寒然后知松柏之后凋也」之意。朱柏庐的父亲在明末殉难，朱柏庐虽入清而不仕。康熙年间，有人推荐他参加博学鸿儒科考试，他却拒绝赴考，气节被人赞颂，传扬。

中 华 元 典 治 家 处 世 第 一 书



中国人处世智慧

书









「原文」

黎明即起，洒扫庭除，
要内外整洁。

「译文」

大清早，天蒙蒙亮，我们就该起床。洒扫庭院、台阶时，必须做到内外要整齐清洁。

中国古文化中的传世之作，凡是首句，都有极其深刻的意义，而不是随便放在开头的。如《论语》、《老子》、《易经》、《孟子》、《诗经》等的首句，在字面以外，意义都十分深刻。

从字面上来看，讲述的是一日生活的开始，一上来就是起床、收拾屋子这些最平常不过的琐事。香港作家林燕妮就说：“《朱子治家格言》听得多了，不过每次都是看到‘黎明即起，洒扫庭除’而止，因为我对黎明即起毫无兴趣，于是便从不看下去。”





实际上，对黎明起床没有兴趣的人，远远不止她一个。这恰恰是我们这个时代造成的。

我们谁都上过小学，起床的时间是很早的，而且数年如一日，实在苦不堪言。拿我来说，学校在八点上课，可是七点半就是早自习，再加上洗漱、吃饭的时间，路上的时间、赶昨天作业的时间，所以每到六点半，那个可恶的破闹钟就像空袭警报一样骤然响起。还真是空袭，因为随之而来的，就是我爸出现在床头，大手一伸，把被子一把掀起。像虫子一样蜷缩着、睡得正香的我，就一下子曝露于光天化日之下了。

在学校，有次讨论什么是自己最美好的记忆，一个同学说，那就是听到闹钟，再赖上三五分钟不起床的感觉，大家都深有同感。

像这样饱受闹钟摧残的孩子，一旦有了较为自由的生活，哪一个还会“黎明即起”呢？

有人说了，古代人难道就不用早起吗？他们怎么就能受得了呢？

因为他们根本就没有忍受，根本就不把起床当成是一件苦差事。

因为他们有修养。

现代社会很现实，财富是我们的宗教，竞争是我们的信仰，疲于奔命是我们的生活方式。对我们来说，起得早点晚点，都要终日操劳，生活已经不再值得向往，所有美丽的梦都被现实



打碎了，自己的生活就像发了疯的陀螺一样不停旋转，每一个人只想逃开。

赖床不起，是因为我们不喜欢自己的生活，想要逃开。在睡梦中，什么压力也没有，也不用在意别人的脸色，也不用看护自己的利益，那不就是天堂吗？

古人就不一样，他们活着不是为了挣钱，而是为了“修身”，为了让自己成为更好的人。他们认为，人活一世，不是为了消耗自己的生命，不是为了享受世间的荣华，而是要读圣贤书，提升自己的生命境界，使自己成为圣贤。他们不追求现代人看重的名利，他们追求的是“内圣外王”。

这样一来，每





一个人都成了自己生活的主宰，成了自己生活的君王。他们“黎明即起”，就像皇帝早朝一样，是为了看顾好自己的国家。

古代实行的是科举制度，根据你对圣贤之道的理解和掌握，来决定你仕途的升迁。也就是说，整个社会风气就是“全民求圣”，所有人都知道，人活着不是为了争名夺利，而是为了做一个更好的人，有文化的人就该为没文化的人服务，帮助百姓得到生活的和谐与心灵的安乐。

当然，贪官污吏哪个朝代都有，不良风气哪个社会都有。但是中国古代，从整体社会结构上，就通过科举制度，对“圣贤之道”做出了最大的肯定与尊崇。民间之所以能流传大量的清官故事，归根结底，还是因为不管社会变得多么腐败，都能留下一条“好人出头之路”。

在孙晓的武侠小说《英雄志》中，书生卢云被迫害下狱，却依然在最黑暗的牢房里喊出了读书人的千古理想：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。”这部作品之所以能震撼读者的心灵，恰恰是因为它让我们反观自己，看到了自己心中那即将熄灭的理想之光。

我们可以以最腐败的清朝末年为例，太平天国的领袖洪秀全就是一个秀才，是读书人，他南征北战，希望建立起心中的“天国”。康有为和梁启超，更是直接上书光绪帝，要求变法。谭嗣同在变法失败之后，竟然有勇气拒绝逃亡，要用自己的头颅唤醒世人。都说现代社会知识分子的水平高了，远远超过前





人，但是在我看来，真是远远不及先人。你的水平再高，不能为社会匡扶正义，不能为百姓呐喊疾呼，自己生活过得再好，那也是没有什么意思。

从反面看呢，清朝变法的失败和最后灭亡，都和慈禧太后有直接关系。慈禧又是什么人？她确实聪明，有能力，但却不读圣贤书，只知维护自己的利益。到最后，她的个人胜利，反倒成了全民族最深重的灾难。今天的读书人，已经久不闻圣贤之道了，能力再强，又和慈禧有什么区别？

好在我们还有大量的古代典籍，对圣贤之道多有阐发。和现代人生活最密切，又最容易被现代人理解和接受的，就是这本《朱子治家格言》。

反过来再说这句“黎明即起”，那可不是现代人说的早起，那是鸡一叫就起，天一亮就起，用现在的时间衡量，应该是在早上五点以前吧。古人说“一日之计在于晨”，一天最美好的时间就是早晨了。这里则要求你早起，把最美好的时间抢救出两个小时，而且天天如此。

在古代，正常生活的作息时间也不会太早，早起是不可能参加什么社会活动的，那么这段最美好的时光，就完完全全是属于自己的了，一定要善加利用呀。

有人说，要是每天五点就起，早上有两个小时的时间，能有什么可干的呢？打麻将也凑不齐人，看电视也没有节目，还不如回家睡个回笼觉呢。



其实，每天早上两个小时里，可以做的事情很多很多，那时间不是太长，而是太短了。

我们早起后，在最清醒、最美好的时光里，应该做些什么呢？

首先是打扫卫生，“洒扫庭除，要内外整洁”。把自己的生活环境整理得干净清爽，同时也能有适当的运动量，呼吸呼吸新鲜空气，听听婉转的鸟鸣，一天都能有好心情。

按照现代生活来说，对于“修身”的工夫，普遍都是比较差的，倒不如利用早上这段时间，好好地调理调理自己。晨练的方法很多，一般都是为了有一个健康的身体，但实际上，除了身体之外，也需要提高自己的修养，调整自己的内心。在中国，像太极这样身心并重的功法，还是非常多的。

如果你觉得晨练太辛苦，倒不妨换个角度看问题：每天的锻炼为自己积攒一分健康的身体，时间长了就能有巨大收益；每天早上调整自己的心情，就能让自己在生活中逐渐摆脱各种负面情绪的控制。

早上也是一天精神最好的时候，非常适合阅读。不过，现代人的晨读，往往变成了背英语单词，实在有点辜负了早上的美好时光。我倒是觉得，应该挑选一些触及心灵的文字，能帮助自己提高修养的。我们平时可以多逛逛书店，买一些能打动心灵的书籍，白天没有时间的话，就在早上来看吧。这样，你就能真切地体会到古人说的“日有所学，日有所获”，体会到



外国人说的“快乐学习”了。

人提高修养是为了什么？当然是要更好地面对现实生活。

所以，早上还可以做一件事情，就是回顾自己昨天的所作所为，看看什么地方对了，什么地方错了，给自己提个醒；同时还能通盘考虑一下今天要做的事情，有一个整体的规划，根据可能出现的各种结果，找到不同的应对方式。

现代人的生活都是忙碌的，但如果能事先多一些规划，事后多一些反思，是不是对自己更有益处呢？

晨练、阅读和规划自己的生活，这三件事情又有哪一个人不需要呢？现在你再来看，每天早上两个小时的时间，是太长还是太短呢？

也许有人会问，你说的这些固然有道理，和《朱子治家格言》又有什么关系呢？人家不就是让你早起打扫打扫卫生吗？

其实，我说的这些事情，倒还都是从打扫卫生中悟到的。

中国古代的《诗经》就讲究“赋比兴”，孔子的《春秋》也讲究“微言大义”，就是说在文字的表面含义之外，还有更多隐含的意义，需要读者去发掘。

以“洒扫庭除”为例，就是要去除不好的东西。我们去除身体上不好的东西，就变成了晨练，吐故纳新；去除精神上不好的东西，就变成了阅读，提高修养；去除生活中不好的东西，就变成了反思自己的所作所为，改正错误。我说的这些，又有哪句和朱子的原文没有关系呢？

而打扫卫生的目的，是为了“内外整洁”。在住宅中，卧室是内，客厅是外；在身体健康中，气血运行是内，肤色神态是外；在个人修养中，心中的领悟是内，举止言谈是外；在现实生活中，改正以往的错误是内，更好地规划未来是外。

这简单一句“内外整洁”，包含了以上八个方面，你又能做到多少呢？

而中国古人所说的“内圣外王”，就是无论工作还是生活、无论心灵还是身体，都调理得和谐、美满、圆融、豁达。古人认为，成功的人生，既要有自己身心的和谐，又能对现实世界有圆融的观照。

这话说起来虽然很玄，似乎难以达到。但如果你每天能给自己留出两个小时的时间，渐渐地你就能看到，同样的变化也在你的身上发生。你会变得更有力量、更坚强，同时也更加幸福了。





「原文」

既昏便息，关锁门户，
必亲自检点。

「译文」

黄昏之时，太阳将落，就要准备
关好门户，上锁时要亲自检查，
不能马虎。

与首句对应，这句讲的是晚上休息，字面上
实在是再简单不过了。然而，它却同样有深远的
内涵，讲的是传统文化中的“守道”。

什么是“守道”？

就是留住、保守，无论是自己的品格中还是
自己的生活中，一切美好的东西都要把它留住，
不要让它被外界环境改变。

为什么要“守”？

这就涉及到了东西方文明一个最根本的差别
——心法。

