

刘文◎编著

很早很早 的 老祖宗智慧

来自老祖宗的人生处方

2000年的沉淀

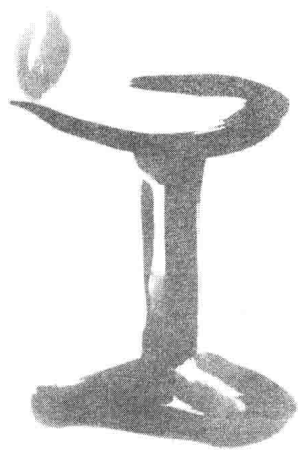
很早、很老、有趣味、有深度
真正的智慧，朴素、亲切、实用



中国纺织出版社

很早很早的 老祖宗智慧

刘文◎编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

遍看《论语》《道德经》《菜根谭》《资治通鉴》《增广贤文》《弟子规》等古籍，其中不乏关于为人、交友、读书、治家等人生重要问题的精彩智慧点拨，虽远隔千年，但置于当下，随时读来，仍如醍醐灌顶。弱水三千，取其一瓢，本书撷取老祖宗一代代人从亲身体验中总结出的实用智慧，加以深入解读，为当代人提供立身做人的正能量。

图书在版编目（CIP）数据

很早很早的老祖宗智慧/刘文编著. —北京：中国纺织出版社，2015.3

ISBN 978-7-5180-1308-1

I. ①很… II. ①刘… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2014）第 299850 号

责任编辑：李伟楠 责任印制：储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

北京睿特印刷厂印刷 各地新华书店经销

2015 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：18

字数：236 千字 定价：36.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换



用老祖宗的智慧指引自己 当下的生活

老祖宗的智慧如此久远，是否还适合现在的社会呢？

如我们现代人一样，古圣先贤思考的是人类的终极话题——关于人生，关于幸福，关于智慧，关于永恒。其实，这些问题的答案就在我们每日的求学问道、交友、处世以及修身养性中。

人的一生忙忙碌碌，当繁华褪去，最幸福的也莫过于做好这四件事。

一

求学问道是人生初始之事，也是贯穿我们一生的状态。近代国学大师王国维认为凡成大事、大学问者要经历三个境界。

第一境界为“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路”。

少年时代的我们看前路茫茫，冠冕堂皇地说着从书中看来的大道理，试图掩盖自己的幼稚。这有什么呢，谁的青春不迷茫？求学问道之路也是如此。哪条路上的风景我们都想看一看，闯一闯，不要责备我们走得不长、不坚定，其实只有看过了许多的风景，我们才能找到真正适合自己的求学问道之路。

第二境界是“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”。

当走过了许多的道路，经历了坎坷或者平坦，我们静下心，细数握在手中的经验和教训，此刻剩下的是对远方的期许，于是刻苦地钻研，执着地追求“道”，认准目标，头也不回地走下去。

第三境界是“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”。

经过无数的磨炼，积攒了一身的实力，举手投足间功力尽显。这不只是一种厚积薄发，更是一种豁然开朗。求学问道到最后才发现，“大道至简”，



事物的本质就是藏在“灯火阑珊处”那些最简单的道理。

二

人生最幸福的事是能交几个知心的挚友，而“素交”是结交朋友最高的境界。

“素交”是钱锺书先生提出的，说的是那些没有任何利益关系的友情，不管是物质上还是精神上。所谓“君子之交淡如水”，彼此间的利益越淡，感情越浓。

素交之友在一起，感受到的是发自内心的喜悦和愉快。如若没有这种快乐，即使对方具备“友直、友谅、友多闻”这些所有适合做朋友的条件，你们之间也不会产生友谊。

哲人的一句话用来形容素交之友再合适不过：它“在不知不觉中，爬进了你的生活中”。所以，这样的友情不可强求，我们自己不要抱着工具的心态来交友，才有可能遇上真正的素交之友。

三

佛家讲“心生万物”，你看到的世界即是你心中的世界。人生如参禅，心的改变牵动着世界的变化。

看山是山，看水是水。

涉世未深，我们对世间万物充满期许，并且执着地相信所看到、所听到的就是真实。山即是山，水即是水，对此，我们深信不疑。我们像宗教教徒一样相信世界是按照某种我们认为正确的规则运行的。

看山不是山，看水不是水。

然而，在社会上走得久了，发现现实好像不是我们认为的那样，在表象下面还有真相，而我们所见又并非真正的真相。原本被奉为真理的规则坍塌了，沮丧和怀疑随之而来。山不再是那个山，水不再是那个水，一切好像都不再是单纯意义上的事物，似乎有些别的什么意味。

看山是山，看水是水。

是就此抱怨社会、怀疑人生还是做出改变？世界是我们没法改变的，但我们可以改变自己的心态。放下原本固执的想法，用心思考你看到的世界，理性地、多角度地观察和接纳现实。经历了万千世事后，原本模糊的世界又



清晰起来，我们对世界有了更深的认识，自己的追求和生活的意义也了然于胸。我们猛然发现，山还是山，水还是水，但已与出发时的不同。

四

求学问道、交友以及处世，都要以自身的修炼为前提。曾国藩效仿古人修身的四点，即“慎独则心泰，主敬则身强，求仁则人悦，思诚则神钦”。

一是“慎独”。在众人面前做一个君子不难，难的是独处时仍然能以君子的标准要求自已。每个与自已独自相处的时刻，多多反思和反省，忏悔也能带来生命的正能量。曾国藩一生都把反思作为重要的功课，告诫自己要“知命、惜福”，每天都给自己提出更高的要求。

二是“主敬”。人要有敬畏之心，现在的很多人没了信仰，没了畏惧，邪念渐生。“不怕念起，就怕觉迟”，内心有邪念不怕，重要的是你怎样对待它。

三是“诚”。没有什么事情担心被人发现，活得坦荡荡。

四是“求仁”。遇事总是按仁义的方法处理，别人就喜欢你。

现代人常常把“有用”作为判断一件事是否值得做的标准，因此把修身养性这种无法短期见效的行为视作“无用”。然而，曾国藩就是因为一生都没有放弃修身才最终取得了惊世的成就。

杨绛先生说：“我们曾如此渴望命运的波澜，到最后才发现，人生曼妙的风景，竟是内心的淡定和从容。”

和老祖宗对话求学问道、交友处世、修身养性的智慧，以求达到心灵的淡定和从容，这正是我们编著这本书的缘起和期待。

《很早很早的老祖宗智慧》，等你读厚，再读薄。

编著者

2014年11月



目录

Contents

第一章 修身养性，

厚德载物是安身立命的根本

“聪明” 勿过	3
不以身外之物丢弃自我	4
保持“初心”， 淡定处世	6
见利不忘义	8
摆脱“机心”， 行事戒贪	9
取财有道， 不义莫贪	11
为善不求回报	13
俭而不吝， 谦而不卑	15
虚名会让人失去自我	17
“有心”之德， 成“无心”之事	19
善始善终， 切忌虎头蛇尾	21
以善化恶， 以德报怨	23
天道忌盈， 人事惧满	25
存好心， 做好事	26
远离诱惑， 不失本性	28
为善举不为恶行	30
做人先立德	32



很早很早的老祖宗智慧

第二章 自省自察，

一日三省是洞明人生的方法

以出世的心耕耘入世的事业	37
观照内心，勿忘本真	39
除妄念，忌浮躁	41
宁受人之欺，毋逆人之诈	42
谨于至微之事	44
适时反省，及时自检	46
少事平心，脚踏实地	47
自省自察，完善自我	49
于有限的生命悟“无生”的道理	51
做事先做人，正人先正己	53
君子温和有度，小人独断专行	54
勉人为善，导人向善	56
做好事不宣扬，做坏事不遮掩	58
克制情绪，平复躁气	59
谦虚低调而不锋芒毕露	61
富贵不足炫耀，才智不可仗恃	63
闲时吃紧，忙处悠闲	65
灵活变通，给心灵注入一泉活水	66
身居闹市，宠辱不惊	69
身忙心不忙	71
以包容之心存异求同	73
吾日三省	74
顺境坦然，逆境淡然	76
先省悟，后反省	78
学而不仿	80



穷当益坚，老当益壮

第三章 大智若愚， 难得糊涂是低调做人的哲学

与人无争，宽心释怀	87
戒欲念，多忍让	88
松弛有度，过犹不及	90
处世外圆内方，不要以自我为中心	92
退一步，让三分	94
庸人自扰，智者自明	96
放低姿态，收敛锋芒	97
为官不可清高，为人还须近人	99
润滑不圆滑，中庸不平庸	101
以诚意牢记善举，以宽容忘却仇恨	103
心量要大，自我要小	104
不争功劳，不矜成就	106
宽容大度，忌锱铢必较	108
锋芒太露，伤人伤己	110
雄辩不绝者银，韬光养晦者金	111

第四章 居安思危， 以退为进是迂回成功的策略

不以物喜，不以己悲	117
欲壑难填，知足常乐	119
得意失意皆不忘形	121
以未雨绸缪之思，行有备无患之事	122



不为金钱所奴， 不为生命所役	125
把握当下， 学会知足	126
感恩逆境， 反躬自省	128
从小事做起	130
不畏艰险， 点滴积累	131
以退为进， 蓄势待发	133
克制而不放纵	135
欲腾飞， 先沉潜	137
毋纳不义之财， 毋走不正之道	139
抓住症结， 对症下药	141

第五章 宠辱不惊， 放下执念是淡然处世的态度

积极入世， 恬淡出世	145
卸下面具， 以诚待人	147
放下执念， 伺机而退	149
不贪权位， 毅然舍利	150
不妄求则心安， 不妄做则身安	152
贪念莫生， 自制奉行	154
怀盈满之戒， 求圆满之心	155
事能知足心常泰	157
抱朴含真而非追名逐利	159
亲近自然， 享受绿色的安慰	160
静下 “躁” 心	162



第六章 虚怀若谷， 质朴真诚是规矩做人的本义

收拾精神，并归一路	167
避免让机心污染知识	169
读有字之书，悟无字之意	170
化实为虚，活学活用	172
读书百遍，其义自见	174
勤能补拙，贵在坚持	175
领“弦外之音”，悟言外之意	177
欲速不达须心平气静	179
玉不琢不成器，人不学不知义	181
把握当下，着眼未来	183
少无礼之举，多浑厚之气	184
善养恒心，执着投入	186
遇苦难不畏惧	188
大智若愚，大道至简	190

第七章 达观自然， 放低姿态是乐天知命的大慧

容人之过，得人之心	195
坦诚相见，温和以待	196
舍近求远，得不偿失	198
节约自持，养心种德	200
摒弃杂念，心无旁骛	202
成家立业皆须勤俭有度	203
不暴怒，不轻弃	205



顺其自然，不汲汲而求	207
以舍为得，关爱他人	209
克勤于邦，克俭于家	211
乐享天伦，誓报亲恩	213

第八章 谨慎择友， 识人于微是为人处世的法宝

侠心交友，素心做人	217
明察秋毫，识人于微	218
自知者明，自胜者强	221
救人危难，贵于千金	223
尊重贤人，包容犯错的人	224
嫉妒别人不如提升自己	226
伸出援手而非落井下石	228
不要以言取人，不要以貌取人	229
亲近君子，远离小人	231
祸从口出，言多必失	233
不要迷失在谄媚和诽谤的言语之中	235
揭人之短的行为最不可取	237
晓之以理，动之以情	239
辨人心，交益友	240

第九章 避实就虚， 以静制动是顺乎自然的道理

谁不知足，谁就不会幸福	245
祛除妄念，提放自如	246



持重守静， 顺乎天意	248
勿在心中建牢	250
守住平常心， 做好平凡事	252
以柔克刚， 弱者制胜	253
不为虚名迷失自我	255
物欲太盛， 得不偿失	257
不念过去， 不畏将来	259
空心空身， 保持一颗清静心	260
看淡得失， 不困于心	262
遇事不惊， 泰然处之	264
浓处味常短， 淡中趣独真	265
放下欲念， 化繁为简	267
拂去心尘， 认清自己	269
 参考文献	 271

第一章

修身养性，厚德载物是安身立命的根本





“聪明” 勿过

且以巧斗力者，始乎阳，常卒乎阴，泰至则多奇巧。

——《庄子》



有一对夫妻开了家烧酒店。丈夫是个老实人，为人真诚、热情，烧制的酒也好，人称“小茅台”。有道是“酒香不怕巷子深”，一传十，十传百，烧酒店生意兴隆，常常供不应求。看到生意如此之好，夫妻俩便决定把挣来的钱投进去，再添置一台烧酒设备，扩大生产规模，增加酒的产量。这样，一可满足顾客需求，二可增加收入，早日致富。

这天，丈夫外出购买设备，临行之前，把烧酒店的事都交给了妻子，叮嘱妻子一定要善待每一位顾客，诚实经营，不要与顾客发生争吵……

一个月以后，丈夫外出归来。妻子一见丈夫，便按捺不住内心的激动，神秘兮兮地说：“这几天，我可知道了做生意的秘诀，像你那样永远发不了财。”丈夫一脸愕然，不解地说：“做生意靠的是信誉，咱家烧的酒好，卖的量足，价钱合理，所以大伙才愿意买咱家的酒，除此之外还能有什么秘诀？”

妻子听后，用手指着丈夫的头，自作聪明地说：“你这榆木脑袋，现在谁还像你这样做生意。你知道吗？这几天我赚的钱比过去一个月赚的还多。秘诀就是，我往酒里兑了水。”丈夫一听，肺都要气炸了，他没想到，妻子竟然会往酒里兑水，他冲着妻子大吼了一句，就把屋内剩下的酒全部都倒掉了。他知道妻子这种坑害顾客的行为，将他们苦心经营的烧酒店的牌子砸了，他知道这意味着什么。

以后，尽管丈夫想了许多办法，竭力挽回妻子给烧酒店信誉所带来的损害，可“酒里兑水”这件事还是被顾客发现了，烧酒店的生意日渐冷清，后来不得不关门停业了。



一时的机心自用，不仅毁了夫妻二人的平静生活，还使得自家的信誉一去不返，烧酒店最终的停业无疑是在为妻子的一时贪图在买单。

世人常因自己的聪明才智而自命不凡，投机取巧，最后葬送的往往是自己。其实中国历代先贤一贯反对卖弄世智辨聪。春秋战国之际，善于奇谋异术的高人，一个比一个高明。然而，那个时代的局势也特别动荡不安，人命危如累卵，随时都有被毁灭的可能。因此先贤教诲：“绝圣弃智，民利百倍。”人们只有不卖弄聪明才智，才会有和平安静的生活。

古人云：“且以巧斗力者，始乎阳，常卒乎阴，泰至则多奇巧。”一个人如果总是用心机去对待身边的人和事，迟早会遭到别人的打击报复，即使别人一时报复不了你，你也会殚精竭虑，谋划保护自己的各种措施，以致劳神伤心而多病。如果你想要的东西始终得不到，又会陷入欲望不能满足的泥潭中。以这样的心态做人做事，往往得不偿失，让自己抱憾一生。

古往今来，不少人处世用尽心机，或者聪明太盛，结果身心反为之所累，甚至因此招来杀身之祸。苏东坡在其《洗儿》一诗中这样写：“人皆养子望聪明，我被聪明误一生。唯愿孩儿愚且鲁，无灾无难到公卿。”苏东坡对自己一生因聪明而受的苦真是刻骨铭心，以至于希望自己的儿子愚蠢一点儿，以求躲避各种灾难。

所以，为人处世千万不可被聪明所误，过于聪明正是许多人的痛苦之源。人人都玩弄聪明才智，只会让世界繁杂凌乱，绝圣弃智，才能朴实安然地生活。

不以身外之物丢弃自我

吾君好正，段干木之敬。吾君好忠，段干木之隆。

——先秦歌谣



战国时，段干木学成自孔子的弟子子夏，是当时很有名的学者。尽管他