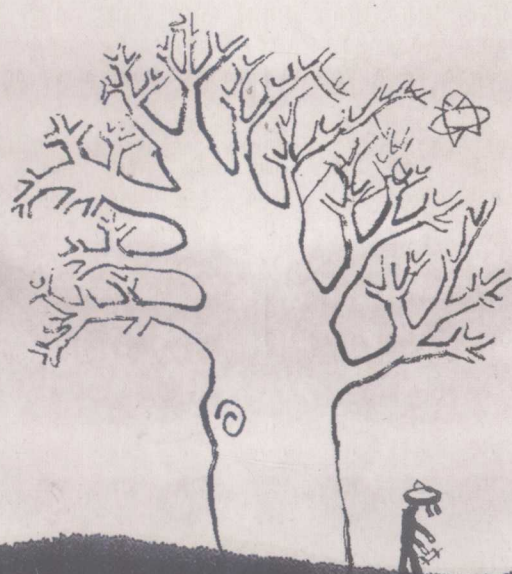


于丹教我 學《論語》

【孔子第75代孫】孔健◎著



論語原典、于丹心得、爸爸的話、媽媽的話、孩子心得。

青島出版社



论语原典、于丹心得、孔爸爸的话、妈妈的话、孩子心得。

【孔子第75代孙】孔健◎ 著

青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

于丹教我学《论语》/孔健著. —青岛:青岛出版社,2009.1

ISBN 978-7-5436-4982-8

I. 于… II. 孔… III. ①儒家 ②论语-研究 IV. B222.25

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第172752号

- 书 名 于丹教我学《论语》
著 者 孔 健(孔健夫人钟雪、儿子孔令昊、女儿孔令昕参与编写)
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市徐州路77号,266071
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 (0532)85814750(兼传真) 80998664
责任编辑 杨成舜 E-mail: ycsjy@163.com
漫 画 司海英
装帧设计 毛 增
照 排 青岛正方文化传播有限公司
印 刷 青岛双星华信印刷有限公司
出版日期 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷
开 本 16开(720mm×1020mm)
印 张 10
插 页 2
字 数 110千
书 号 ISBN 978-7-5436-4982-8
定 价 20.00元

编校质量、盗版监督免费服务电话 8009186216

青岛版图书售出后如发现印装质量问题,请寄回青岛出版社印刷物资处调换。

电话 (0532)80998826



再次与福田首相相遇纯属偶然。

我也没想到,能在新大谷一位政治家举办的聚会上再次见到他。他还是那么精神矍铄,还是那样和蔼可亲,还是那样平易近人——尽管他心中有着可能难以言说的原因,尽管他刚刚宣布了辞职的决定。

见到我之后,他依然是那么亲切地问我:“还好吗?看奥运了吧?于丹怎么样?她解说奥运的节目我已看过,很好。”

“我看见您出席奥运开幕式了。您怎么看待这次北京奥运会呢?”

“很好!只有中国能办得到。开幕式充分展示了中国文化的伟大。我看到孔子又回来了,在开幕式上,孔子率三千弟子诵唱‘有朋自远方来’,那个场面真是非常宏大、非常感人。其实,我也曾经想到过日中两国应对下一代进行《论语》的教育,这样两国就会永远友好下去。”

“是的,孩子是世界的未来。很多东西要从小的时候开始抓起,所以我最近要在中国为孩子出版一本书,题目就是《于丹教我学〈论语〉》。”

“好呀。应该跟于丹学习,她对《论语》有着很深的研究。我还想请她再到日本来讲学,也还要向你请教《论语》呀!”

偶然的相见,短暂的交谈,年初他接见我和于丹的场景又一次闪现在眼前。当时他就谈道:“像我这样年纪的日本人,小时候都学过《论语》,大都熟悉《论语》中的内容。”通过那一次的见面和今天的重逢,以及他意味深长的“应对下一代进行《论语》教育”的叮嘱,这位读着《论语》走到今天的日本首相、这位非常了解中国古典文化的长者让我深受感动,让我油然而生敬意。这也更加坚定了我要出版《于丹教我学〈论语〉》一书的决心。

这本书还有过这样的插曲。2007年5月,我邀请于丹来东京讲学讲演之余,我们来到日本皇宫护城河边摄影。我和于丹边照边展开了交流。于丹问我当年在日本上智大学读博士时的论文是什么内容,我告诉她的是《论语——孔子与大众传播》。听到这里,于丹高兴地说:“好



啊。大哥是《论语》大众传播理论家，我就是《论语》传播的实践者呀。”

“岂敢、岂敢。其实是你为中国人请回了心中的孔子，我应该代表我的祖先感谢你的。作为孔家后人，我们全家共同拟出了一个选题，就是要出版一本书，题目暂定为《于丹教我学〈论语〉》，我想这也可以算作是对您的答谢，并想让中国几亿青少年来协助共同完成这样一个作业。”

听完我的话，于丹马上回答说：“大哥，您这选题不错，可我不敢承受，可千万别误人子弟呀。”

我回答说：“我想这个选题不仅仅是我们家的主意，可能也是全国大多数家长们的共同愿望吧。到时候，我会办一所夫子盛典学堂，还要请您来当院长呢！”

于丹笑着回答说：“不敢当。不过这选题倒是可以进一步探讨研究，这对于孩子们和未来都是一个任重而道远的课题呀！”

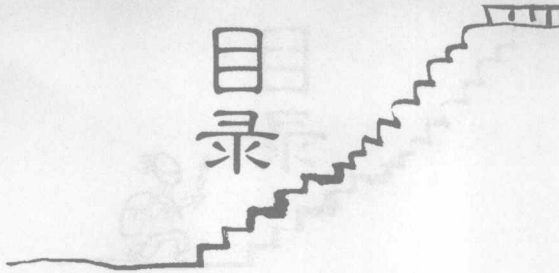
有了上面这段沟通交流，从2008年2月开始，我在由我任主编的《日中财经》杂志上将《于丹教我学〈论语〉》一文连载，获得了很好的评价。许多读者希望将连载编辑成书，以此来教育子女；日本的出版社闻知此消息后，也提出要购买版权出版此书。

可是，因与青岛出版社的杨成舜先生有约在先——先从我的家乡、孔子故里山东省燃起这把火，于是，这本书只能先在山东青岛开始编辑出版了。

我在海外二十余载，一直从事着宣传普及孔子思想的工作，希望这本书的问世也能在国内对普及孔子思想尽到绵薄之力，为国家未来栋梁的茁壮成长提供些许精神食粮。

孔 健

2008年中秋前夜写于东京



目录

前 言	1
第一课 做人要讲诚信	1
第二课 人人都献出一点爱	6
第三课 不要强迫别人	11
第四课 关爱人,了解人	15
第五课 乐观地生活	20
第六课 快乐的心态	24
第七课 积极对待生活	29
第八课 冷静理智的勇敢	36
第九课 为人爱憎要分明	42
第十课 处世的完美	46
第十一课 礼仪是种尊重	51
第十二课 距离产生美	55
第十三课 做好自己的事	59
第十四课 少说漂亮话	65

目录



第十五课	坚守自己的人格	69
第十六课	学习是为了提高	74
第十七课	和谐地与人相处	79
第十八课	君子之交淡如水	85
第十九课	强大来自内心	90
第二十课	爱国的精神	95
第二十一课	行动决定成功	99
第二十二课	不断突破自己	104
第二十三课	善于与人沟通	110
第二十四课	要交好朋友	116
第二十五课	坚持成人之美	123
第二十六课	行为要有约束	127
第二十七课	要有远大志向	132
第二十八课	克服一切困难	137
第二十九课	切忌怨天尤人	142
第三十课	踏实地做事	147



第一课 做人要讲诚信



孔子说

子贡问“政”。子曰：“足食，足兵，民信之矣。”

子贡曰：“必不得已而去，于斯三者何先？”曰：“去兵。”

子贡曰：“必不得已而去，于斯二者何先？”曰：“去食。自古皆有死，民无信不立。”

——《论语·颜渊》



于丹说

孔子的学生子贡问，一个国家要想安定，政治平稳，需要哪几条呢？

他的回答很简单，只有三条：足兵，足食，民信之矣。

第一，国家机器要强大，必须得有足够的兵力做保障。

第二，要有足够的粮食，老百姓能够丰衣足食。

第三，老百姓要对国家有信仰。

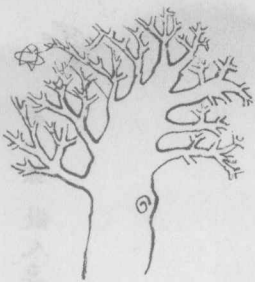
这个学生矫情，说三条太多了。如果必须去掉一条，您说先去什么？

孔夫子说：“去兵。”咱就不要这种武力保障了。

子贡又问，如果还要去掉一个，您说要去掉哪个？

孔夫子非常认真地告诉他：“去食。”我们宁肯不吃饭了。





接着他说：“自古皆有死，民无信不立。”

没有粮食无非就是一死，从古而今谁不死啊，所以死亡不是最可怕的。最可怕的是国民对这个国家失去信仰以后的崩溃和涣散。这就是孔夫子的一种政治理念，他认为信仰的力量足以把一个国家凝聚起来。



爸爸说

孔子在这里传递给人们的是一种在大地上生长发展的信念，是一种朴素的、温暖的生活态度。

本篇表面上讲述的是国家安定祥和需要的基本条件，本质上却阐述的是天地人和谐相处的辩证关系。孔子在《论语·阳货》中说：“苍天在上，静穆无言，而四季轮转，万物滋生。”我们生活在这样一个充满生机的天空之下，究竟应该怎样做，才能与天地和睦相处，才能达到天人合一的境界呢？孔子认为，这需要一种强大的力量，即信仰的力量。所以，当子贡问国家安定、政治平稳需要哪些条件时，孔子重点谈到了“信”。

孔子说，足兵、足食固然重要，但那是物质的，物质意义上的幸福生活，它仅仅是一个指标，而真正从内心感到安定和对于政权的认可，则来自于信仰。这里的信仰除了表示一种坚定不移的理念之外，还有一层重要的含义就是忠诚和信用。

诚信的表现就是诚实、信用，说到做到，有诺必守。

你作为一个孩子，从小时起，爸爸妈妈就教育你要做诚实的好孩子，这对你将来走上社会、实现自己的人生价值是很有帮助的。现在给你讲个故事吧，你就知道诚信对于一个人或者一个国家有多重要的意义：





春秋战国时期,秦国的商鞅在秦孝公的支持下主持变法。当时正处于战争频繁、人心惶惶之际,为了树立威信,推进改革,商鞅下令在都城南门外立一根三丈长的木头,并当众许下诺言:

“谁能把这根木头搬到北门,赏金十两。”

围观的人并不相信如此轻而易举的事能得到这样高的赏赐,结果没人肯出手一试。于是,商鞅将赏金提高到五十两。重赏之下必有勇夫,终于有人站出来将木头扛到了北门。商鞅立即赏了他五十金。

商鞅这一举动,在百姓心中树立起了威信,而商鞅接下来的变法也很快在秦国推广开了。新法使秦国渐渐强盛,最终统一了中国。

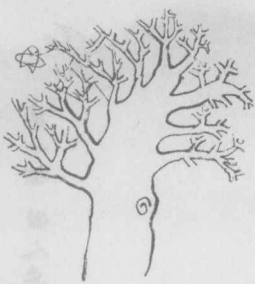
再说一个反例吧:

周幽王有个宠妃叫褒姒,为博取她的一笑,周幽王下令在都城附近二十多座烽火台上点起烽火。这烽火台原来是为防备犬戎侵犯建造的,目的是当犬戎来犯时,燃起烟火,以便各诸侯国前来相救。此时本是太平时节,烽火台骤起烟火,各路诸侯果然率领兵将们匆匆赶到,当他们弄明白这是周幽王为博妃一笑的游戏之后,都愤然离去。

褒姒看到平日威风赫赫的诸侯们手足无措的样子,终于开心一笑。五年后,酋夷犬戎大举攻周,周幽王的烽火再燃起时,各路诸侯却都没有来,因为谁也不愿意再上第二次当了。结果都城被犬戎攻破,周幽王被乱兵所杀,西周就这样灭亡了。

这样的故事还很多很多,比如“狼来了”的故事就是你非常熟悉





的,说的也是这个道理。

法国作家大仲马说:当信用消失的时候,肉体就没有了生命。不诚实,不守信,你会慢慢地失去别人的信任,变得孤独无助,直至寸步难行。即使你改过自新了,恐怕也难以挽回原来的形象。因此,一个人只有走正直诚实的人生道路,才会是问心无愧的,前途才是正大光明的。



妈妈说

孔子总是喜欢用浅显明了的道理来说明某种社会问题。他在这里所讲的“信”,不仅指人与自然和睦相处的诚信问题,更指人与人之间、人与国家之间的信仰、信用问题。

不诚实的人没有人会喜欢!你随意说句谎话,许诺了不去兑现,自己也许觉得没什么,但在别人那里,你的形象就大打折扣了。即使你以后说真话,守信用了,别人对你也不会像刚开始一样信赖了。

松下幸之助有句话:信用既是无形的力量,也是无形的财富。失足,你可以马上恢复站立;而失信,你也许永难挽回。你听一个故事,看看三国时的曹操是如何坚守信用的:

曹操所部军纪严明,他命令全军将士“上至统帅,下至马夫。行军训练不准调戏女子,不准践踏庄稼,不准打骂百姓,违令者斩首”。因此,全军将士行军训练十分谨慎,遇有麦田,骑兵下马,扶麦而行。百姓见状,交口称赞。

有一次,曹操外出巡察,他骑的战马受惊,跃入麦田,践踏了一片麦苗。曹操请求掌管军法的监军对自己按军纪处分。

监军认为事出有因,丞相不是故意践踏庄稼,不能以斩首论处,





便说：“按照《春秋》大义，法不加尊，您身为全军统帅，虽犯军纪也不能斩首。”

曹操听后非常惭愧地说：“我自己制定法令，却不能以身作则，那怎能统帅全军？”

监军认为：“统帅违纪，非同小人，可以免刑。”

曹操见监军不敢按军法行事，便拔出佩剑，想自刎谢罪。随众将纷纷跪下求道：“丞相身为全军之首，国之栋梁，怎能轻生？若将您斩首，就是斩全军之首。全军将士由谁统帅？”

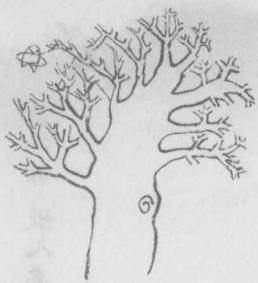
曹操听了众将劝慰，深深地叹了一口气，恳切地说：“我虽不能斩首，但一定要加刑。”说着，他取下冠带，用剑割下一大把头发，掷在地上，以代斩首。接着，曹操传谕全军：“人之发肤，受之父母。将违纪统帅割发代首，以明军纪，望全军将士引以为戒。”

全军将士得知此事，都十分佩服曹操严于律己的精神，更加自觉地遵守军纪。

曹操之所以能崛起于乱世，以微弱之势日益发展壮大，最后统一北方，建立不朽功业，这与他给人的“信”是分不开的。

在当今社会，有多少人受利益驱使，背信弃义，自私自利，以致身败名裂，为世人所不耻，因此，你从小就要树立重诺守信的观念，培养诚实守信的良好习惯。





第二课 人人都献出一点爱

于丹教我学《论语》



孔子说

夫仁者，己欲立而立人，己欲达而达人。能近取譬，可谓仁之方也已。

——《论语·雍也》



于丹说

你自己想有所树立，马上就想到也要让别人有所树立；你自己想实现理想，马上就会想到也要帮助别人实现理想。能够从身边小事做起，推己及人，这就是实践仁义的方法。

有一个国王每天都在思考三个最终极的哲学问题：在这个世界上，什么人最重要？什么事最重要？什么时间做事最重要？

对于这三个问题，举朝大臣，没人能够回答得出来。

国王很苦闷。后来有一天，他出去微服私访，走到一个很偏远的地方，投宿到一个陌生的老汉家。半夜里，他被一阵喧闹声惊醒，发现一个浑身是血的人闯进老汉家。那个人说，后面有人追我。老汉说：“那你就在我这儿避一避吧。”就把他藏起来了。国王吓得不敢睡，一会儿看见追兵来了。追兵问老汉，有没有看到一个人跑过来？老汉说：“不知道，我家里没有别人。”后来追兵走了，那个被追捕的人说了一些感激的话也走了。老汉关上门继续睡觉。





第二天,国王问老汉说:“你为什么敢收留那个人?你就不怕惹上杀身之祸?而且你就那么放他走了,你怎么不问他是谁呢?”老汉淡淡地跟他说:“在这个世界上,最重要的人就是眼下需要你帮助的人,最重要的事就是马上去做,最重要的时间就是当下,一点儿都不能拖延。”

那个国王恍然大悟,他那三个久思不解的哲学问题,一下子都解决了。



爸爸说

孔子的理论总是那么浅显又深刻,既通俗又饱含深意,孔子所推行的“道”永远在当下,永远在每个人的身边。在面对一个复杂的问题时,孔子总是能够用浅显的语言给我们以完美的解答,这正是孔子作为一个教育家的伟大之处。

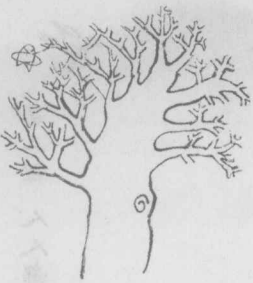
本课所提到的“仁”字,是儒家理论的核心和精髓,其实阐述的是在天地人之间,人与人、人与自然之间如何相处的问题。先来听一个故事吧!从中你就会感悟到这个深意:

在美国印第安保护区里有个原始部落,这里的人在集会时有一个规定,就是得赤身裸体地一起活动。

这个特别的风俗,让他们饱受外人的白眼与嘲笑,但即使如此,他们仍然不愿意改变这个传统。

有一年,这个原始部落不幸发生瘟疫,全部族人几乎都被感染。于是,他们决定到邻近的城镇里,邀请一位当地有名的医生前来帮助他们治病。然而,这位医生一想到他们的传统,便感到相当为难。但是,看着跪在地上的求助者,医生的使命感与责任感被激起,最终他还是勉为其难地答应了。





为了迎接医生的到来,原始部落的族人们紧急开会决议,为了尊重这位名医,他们决定破例穿上衣服。所以,这天所有人都特别穿上了衣服,有的人甚至打上了领带,聚集在教堂里,等待医生的到来。

悠扬的钟声响起,医生缓缓地走了过来,然而眼前的情景,却让在场的每一个人都愣住了,这也包括医生本人。因为,医生背着沉重的医疗器材走来时,身上居然一丝不挂!

这个故事里的印第安人与医生,心中都默默地牢记着尊重和爱,也自然而然地付诸于行动,而我们也可以相信,从此,医生与这个部族将会相互影响,他们爱和尊重的果实一定会结出美丽的果实。

还有一个故事也讲得很有类似寓意:

一名高僧知道他的小沙弥徒弟只剩下七日的寿命,于是慈悲地让他回家探亲。在途中,小沙弥正好遇到一场大雨,他发现一群蚂蚁正努力地从积水的地方爬出,但却不断地被雨水冲回去。

小沙弥心生怜悯,先将它们一一救出并确定安全后,才继续他的旅程。

七日后,小沙弥竟然平安地回到了寺院。师父非常惊讶,便入定观察,他发现是小沙弥救蚂蚁的慈善行动增加了他的寿命。

这也就是说,怀着一颗慈悲的心去爱人或自然界的任何一种弱小生命,这样的爱也必然会惠及自己的。

唐代伟大的现实主义诗人杜甫呼吁“安得广厦千万间,大庇天下寒士俱欢颜”,宋代著名政治家、文学家范仲淹高喊“先天下之忧





而忧，后天下之乐而乐”，千百年来，无数仁人志士以他们忧国忧民的博大胸怀以及慈悲仁爱之心，为社会的发展进步作出了积极的贡献。他们的宏伟抱负和爱民之愿都和孔子是一脉相承的。

“知者乐，仁者寿”，这也就是我们随时唱的：“只要人人都献出一点儿爱，世界将变成美好的人间。”



妈妈说

人世间最宝贵的是什么？法国大作家雨果说得好，是善良。善良，是寒风中的一只火把，是干涸枯竭时的点滴甘露。心怀善良的人总在播撒阳光和雨露，医治人们心灵的创伤；同善良的人接触，智慧能得到启迪，灵魂将变得高尚，襟怀会更加宽广。拥有善良，珍爱善良，传播善良会使别人在感到温暖的同时，更加彰显你的美丽。

接下来听一个故事，你会深深感受善良的真谛：

弗莱明是一个穷苦的苏格兰农夫。有一天，当他在田里工作时，听到附近泥沼里有人发出求救的哭喊声，于是他放下农具，跑到泥沼。他发现有一个小孩掉到粪池里了，弗莱明急忙把这个小孩从死亡边缘救了出来。

隔天，有一辆崭新的马车停到了农夫家，车里走出来一位优雅的绅士。他自我介绍是被救小孩的父亲。绅士说：

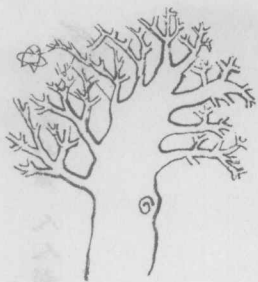
“我要报答你，你救了我小孩的生命。”

农夫说：“我不能因救你的小孩而接受报酬。”

就在那时，农夫的儿子走进茅屋。绅士问：“那是你的儿子吗？”农夫很骄傲地回答说：“是。”

绅士说：“我们订个协议，让我带他走，并让他接受良好的教育。假如这小孩和他父亲一样，那么他将来一定会成为一位令你骄傲的





人。”

农夫答应了。后来农夫的小孩从圣玛利来医学院毕业,并成为举世闻名的弗莱明·亚历山大爵士,也就是盘尼西林的发明者。他在1944年受封骑士爵位,并且获得了诺贝尔奖。

数年后,绅士的儿子染上肺炎,亚历山大爵士用盘尼西林再一次救了他。那位绅士就是英国上院议员丘吉尔,他的儿子则是英国政治家丘吉尔爵士。

这个故事你感觉怎么样?助人行善是一种美德,在无私奉献中,你也为自己积攒了受人回报的潜在资源,它可能会让你终身受益。

一己之善,不但能为自己积功累德,也能利于他人,如此相护相佑,如同在湖中投下一块小石头,涟漪不断地扩大,导致整个湖面水纹的波动,其影响绝非自己所能事先预料的。因此,对于我们,起一个善念、说一句好话,乃至露出一个微笑,不但能够让内心越来越光明,也可以拉近人与人之间的关系,甚至可以消除种种灾难,我们又何乐而不为呢?



孩子心得

请一定要好好想一想,写一写噢!

别忘了,有奖励哟!

