

当我们真正读懂孔子，
我们脚下的大地更坚实，我们头顶的天空更辽阔。
幸福人生，唾手可得。

孔健◎编著



文化大师书系

新 论语

「中国人的心灵药方」

与孔子第25代直系孙
文化名人孔健一起重读《论语》
直叩当代人的灵魂
给人类心灵寻觅一剂获得新生的良药



为在人生、职场打拼中困惑焦虑的现代人，开出一剂滋养心灵的“药方”

前日本首相福田康夫、著名国学大师季羡林、著名学者范敬宜、山东省副省长才力民、
海尔集团董事长张瑞敏、日本软银金融集团总裁北尾吉孝、著名表演艺术家唐国强等数位名人倾情推荐

中国工人出版社

新论语

中国人的心灵药方

与孔子第①代直系孙
文化名人孔健一起重读《论语》
直叩当代人的灵魂
给人类心灵寻觅一剂获得新生的良药

孔健◎著



为在人生、职场打拼中困惑焦虑的现代人，开出一剂滋养心灵的“药方”。

前日本首相福田康夫、著名国学大师季羡林、著名学者范敬宜、海尔集团董事长张瑞敏、日本软银金融集团总裁北尾吉孝、百度总裁李彦宏、青岛港集团总裁常德传、著名表演艺术家唐国强等数位名人倾情推荐

中国工人出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

新论语：中国人的心灵药方 / 孔健著. -- 北京：中国工人出版社，2009.1

ISBN 978-7-5008-4303-0

I. 新… 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 199789 号

出版发行：中国工人出版社

地 址：北京鼓楼外大街 45 号

邮 编：100011

电 话：(010)62350006(总编室) 82075964(编辑室)

发行热线：(010)62033018 62005042(传直)

网 址：<http://www.wp-china.com>

经 销：新华书店

印 刷：北京建泰印刷有限公司

版 次：2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

开 本：700 毫米×1000 毫米 1/16

字 数：135 千

印 张：12

定 价：25.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

数位知名人士倾情推荐

作为常识，每个人都应该学习《论语》，让它成为人生的哲学。

——福田康夫 前日本首相（在接见孔健时的感言）

儒学作为中国最优秀的文化之一，是一条维系世界优秀文化的纽带，是中华民族的深刻恒久的心灵力量。

——季羨林 著名国学大师、北科中国国学院名誉院长

以出世的精神，做入世的事情。生活需要大智慧，志存高远而又脚踏实地。该书魅力无穷，是一本好书。

——范敬宜 著名学者

对于我们现代人来说，应该积极地去吸收《论语》的思想。《新论语》的提法很好，我们的时代需要传承精髓，更需要切合实际。

——张瑞敏 海尔集团董事长

孔健不愧是“孔学传播大师”，从这本书中，我们能发觉孔子、儒学、《论语》的真实魅力和深刻内涵。

——北尾吉孝 日本软银金融集团总裁





《新论语》的出版，我想是跨越宗教和时代的，很值得我们去探讨和研究。

——才力民 山东省副省长

《新论语》是新时代儒学的活学活用，我们需要《论语》，更需要《论语》解读出新思想。

——李家翔 中国民航总局局长

中国儒家的思想，跟我们今天每一个人生命中的理想都会相关，它让我们有具体做事的方法，在这个世界上找到自己的角色。

——于丹 北京师范大学教授

《新论语》是一剂人类心灵的良药，是我们获得幸福的源泉。

——刘强 山东新华书店集团董事长

感悟儒学文化，修身养性养心。孔健《新论语》的出版，好事一桩。

——郝平 北京外国语大学校长

当我们真正读懂孔子，我们脚下的大地更坚实，我们头顶的天空更辽阔。幸福人生，唾手可得。

——展涛 吉林大学校长

孔子和儒学作为中国最优秀的文化软实力，是我们的财富。

——荒井广幸 日本前新党主席、现民党参议员

《新论语》，带领我们去读懂孔子，带领我们去创造美好的生活。

——胡玫 《孔子》电影导演

孔健是我从小的好朋友，“三人行，必有我师”！《论语》是我终身的良师益友。

——唐国强 著名表演艺术家





孔健带领我们解读经典，在谈笑中见趣味，领人生智慧，品生活细微，解心灵困惑。

——姚光 新华社副秘书长

《新论语》出版，我相信这将是又一部集国学解读和感悟为一体的现代励志经典。

——徐步 人民画报社社长

孔健又出新作，这又是一场意义非凡的国学饕餮盛宴。

——沈国放 世界知识出版社总编辑

对内修身养性，对外承担历史重任。这就是《新论语》这本书所告诉我们的。

——杨军 山东省日照市委书记

孔子的思想小则解决人生的各种问题和烦恼；大则成就自己入世的事业前程。

——杜传志 日照港集团总裁

当我们因为工作生活的重压而心灵日趋疲惫的时候，不妨读读孔子，和他心灵交流。

——元元 著名节目主持人

孔健对《论语》的解读直面现实，直叩当代人的灵魂。

——王若雄 天泰集团总裁

所有在工作、生活中需要心灵成长的人，是可以看看这本书的。

——李志毅 山东人民广播电台台长

在文字的背后，我们能发现孔子后代深沉睿智的形象，通过文字的温度，我们读出了作者的思想 and 个性，达到了与圣人及作者之间的沟通和交流。

——董伟 人民日报出版社社长



新论语

中国人的心灵药方

孔健先生《新论语》的叙述与议论相得益彰，入情入理，文采飞扬。

——邹熹光 拓普康总裁

读孔子和庄子，陶冶我们的身心。从中可寻觅出心灵健康的良方。

——颜晓文 北京希力药业总裁

尧王文化源远流流，儒教孔学照神州。

——王承海 尧王酒业集团董事长

《新论语》引领我们去孔子那里寻找智慧。

——周继庭 北京科技职业学院党委书记



我的心灵药方 ——用儒学找到自己的角色

北师大教授 于丹

每一个生活在 21 世纪的现代人，我们的物质比 2000 多年前要繁荣很多，我们的科技也非常发达，但我们很多人却生活得越来越疲惫，越来越迷惑，心灵没有宁静的幸福感。

现代生活给了我们一个舞台，我们每天早晨要穿上职业装，拎起公文包，放好名片，这是不是就去做表演呢？但是每天回到家里，我们的心事、我们在这样一个物质文明下的压力、自己何去何从的困惑，只有我们自己的内心知道。

孔子活在 2500 多年前，代表着中国儒家思想的源头。儒家思想中的核心价值是什么？是“仁爱”。“仁”字的结构是左边一个“人”，右边是“二”，他的基本意思是每两个人之间的关系，就可以构成一种仁爱的态度，仁爱的态度就是教人在社会之中怎样和他人达成一种美好的、融洽的、和谐的关系。

孔子的学生曾经问他：老师，要怎么样做，“仁爱”才算是做到呢？

孔子说：“很简单，只要你做到了五个方面，那么仁爱基本上就做到了。”

孔子说的“仁爱”的第一个方面是恭则不侮。这句话翻译过来的意思就是：你对别人如果毕恭毕敬，有一个很美好的态度，别人也不会轻易来欺负你，你希望自己的生命有尊严，那么就对别人尽量地友善。

我想这是东方文化共有的传统。在日本，这种恭敬做得是很好的，恭敬不仅是古代的人与人之间的一种态度，它也活在日本现代社会中，人与人之间都是恭敬的、友好的。他人的脸就是自己表情的镜子，你对别人笑，别人也对你和善，你对别人狠、发怒，别人对你可能也是怒目而视。

孔子讲的“仁爱”的第二方面叫做宽则得众。就是说你对别人越宽容，你就会拥有越多朋友的信任和众人的爱戴。

孔子讲的“仁爱”的第三方面是信则人任焉。即一个人守信誉，说话办事都有信誉，那么社会上好的机遇，都会给这样的人。

在现代社会中，我们有些人可能有非常好的专业技能，另外一些人他虽然技术上不那么出众，但办事很认真很老实，有信誉。在竞争中一定是有信



誉的人比单纯有技巧的人会走得更远，也就是说在这个世界上用心灵去认真工作、待人的人，会比那些用脑子，用很多的技巧跟人相处的人走得更长久。

但是一个人如果只有信誉，没有智慧，他的工作就会没有效率，所以孔子讲的“仁爱”的第四方面是敏则有功。“敏”是敏锐的“敏”字，就是说除了信誉，还要用智慧去提升效率，这就叫敏则有功，谁敏锐谁就会建功立业，做出好的成果来。

一个真正敏锐有智慧的人，会在现实中发现各式各样的机遇，受到挫折的时候，也会最先发现那些最有利的因素，把坏事情迅速变好。即人在失败中可以发现更好的机遇。对我们每一个现代人来讲，生活不会完全听从我们的意愿的摆布，我们可能遇到风浪，打碎了罐子，但我们可不可以把碎罐子变为马赛克，换来新的价值呢？这就需要敏锐。

孔子讲的“仁爱”的第五方面是惠则足以使人。“惠”是恩惠的“惠”，这是说给一般做领导人听的。意思是说作为一个团队的领导人，要用一种慈善的、恩惠的心对待他的每一位下属，在精神价值上去肯定每一个人，在金钱和物质利益上去跟每一个人分享，这样才足够调动别人的积极性，让别人为他所使用。谁有这样的心，别人就会忠于他，才会愿意被他使用。

孔子所说的仁爱很难做到吗？如果你把这五点中的每一点都做到了，那么就是把仁爱完全融入到了我们的生活中了。

孔子说的“仁爱”的五个方面，每句话都有一个核心的字。

第一个字是恭敬的“恭”，恭则不侮，对别人毕恭毕敬，就会保持生命的尊严；第二个字是“宽”，越能宽容他人，就能获得更多人的爱和支持；第三个字是“信”，谁有信誉，做事守诺言，谁就会得到他人的信任，自己的职业生涯就会一帆风顺；第四个字是“敏”，谁用智慧提升自己的劳动效率，就会在世界上建功立业；第五个字是“惠”，一个团队的领导用恩惠之心去面对他的每一个员工、下属，他就能够使用所有人做成大事。

我们以现代人的眼光来看，“恭”和“宽”是教我们怎么样做人的，“信”和“敏”是教我们怎么样做事的，“惠”是教我们怎样做官的。做人做事做官，这就是我们现代人一生基本上要做的内容。

所以，中国儒家的仁爱思想，与我们今天每一个人生命中的理想都会相关，它让我们有具体做事的方法，在这个世界上找到自己的角色。

(本稿由日本巨龙新闻集团提供)

第一章

《论语》——我们的中药良方/3

- 《论语》——人类的大学问/3
- 《论语》是人世之人为人类所编写的书/4
- 《论语》是东南亚的共通语/5
- 《论语》为何能让国家充满活力/7
- 一部《论语》平天下/9
- 《论语》，华侨的支柱/10
- 21 世纪是“仁”即“你与我”的时代/12
- 孔子的“恕”与“五伦”/13
- “天”对于中国人的意义/15

第二章

伟大的凡人 孔子的真实面目/19

- 所谓圣人君子 就是“完美无缺之人”/19
- 孔子是“野合之子”/20
- 超越葬礼的专家/22
- 作为教育者“而立”/24
- 与老子相见，悟出了自己的道路/25
- 孔子与老子共存的中国之家/27
- 四十虽惑，志于政治/28
- 将屈辱作为动力不断磨炼自己的孔子/29





- 优柔寡断错失良机的孔子/30
- 50岁时终于实现夙愿成为政治家/31
- 对君主彻底失望，主动请辞/34
- 失意与流浪的旅程/35
- 孔子也过不了美人关？被南子愚弄/36
- 六十之后放弃从政/37
- 3000弟子追随的晚年/39

第三章

完善自我 仁之道/43

- 《论语》的最终目标在于“仁”/43
- “关怀之心”便是“仁”/45
- 仁就是为他人谋求幸福与利益/46
- 仁者会将利益回报社会/47
- 求仁的态度便是修身/48
- 己所不欲，勿施于人/49
- 不与人接触就不能爱人/50
- 舍己救人，仁的最高境界/52
- 仁者不怒而长寿/54
- 政治家之仁，始于正其身/55
- 失去“仁”则难以立国/56
- 恐怖主义极端不仁/57

第四章

支撑仁的信与义/61

- 判断人性的标准——信/61
- “信”源于中国人的思想根本——“性善说”/62
- 人通过发出语言而产生“信”/63
- 比起军队和粮食，信用更为重要/64
- “信”的确认要通过观察眼睛/65



用之则行/66
生活在“信”之中的 3000 万华侨/67
立身处世的真正意思/68
经常检查 12 种“信”/69
实践人间正道——“义”/70
见义不为，无勇也/71
君子义以为上/72
见利思义，见危授命/73

第五章 | 治疗病态日本的智慧：礼/79

不知礼，无以立也/80
“礼”相当于交通规则/81
礼的要诀是“让”“和”“敬”/84
“礼之用和为贵”/85
让的重要性/86
没有尊敬就没有礼/87
“虚礼”和“礼”的区别/89
“与人恭而有礼，四海之内，皆兄弟也。”/89
君子有九思——有关仁的全面清单/90

第六章 | 孔子真经——儒教圣典/95

孔子真经序语/95
天人至理篇/97
人义中乘篇/99
礼达太和篇/103
崇智善乘篇/106
信通致理篇/110
运廉普化篇/113

新论语

中国人的心灵药方
Zhong Guo ren de xin ling yao fang

明耻道释篇/116

运勇达德篇/119

忠序运化篇/122

孝大运极篇/125

守平修圆满/128

道化孕育篇/131

第七章

孔子一日一言（精选）/137

一月/137

二月/140

三月/143

四月/145

五月/146

六月/148

七月/150

八月/152

九月/155

十月/157

十一月/159

十二月/161

附录/167

孔子年谱、家谱简介/167

孔子生平/167

我对孔家家谱的了解/173

孔氏祖训箴规/177

孔氏行辈表字/178

关于我自己/179

新论语



第 一 章

《 论 语 》
—— 我 们 的
中 药 良 方

《论语》是人世之人为人类所编写的书
《论语》是东南亚的共通语
《论语》为何能让国家充满活力
中国人的国民性与《论语》
21世纪是“仁”即“你与我”的时代





第一章

《论语》—— 我们的中药良方

《论语》——人类的大学问

孔子生于公元前 551 年，卒于公元前 479 年。孔子逝世约 50 年后，《论语》一书由他的弟子们编纂而成。这本对孔子与其弟子，或与政治家们之间的对话进行收集整理、汇编成书的孔子言行录，即是我们今天所说的《论语》。

在孔子的时代，由于尚未发明“纸”这种东西，所以文字全都是记录在用竹片制成的一种叫“竹简”的长签之上。从那个时代到现在，虽已历经 2500 年岁月，但在这期间，《论语》始终是中国的畅销书。

不，不仅是在中国，包括日本在内，以及东南亚各国，人们阅读、学习《论语》，并将它作为生活的座右铭。在东南亚的普通家庭，甚至可以说是每家必备一册《论语》。一本《论语》历经 2500 年仍长盛不衰，这简直是一种不可思议的奇迹。

提到世界性的畅销书，脑海中自然会浮现出基督教的《圣经》、伊斯兰教的《古兰经》这样的宗教圣典和经书，然而，与这些宗教性圣典相比，《论语》的要义却是有所不同的。《论语》绝不是宗教





书籍。

宗教是凭借着“规范”“律法”“戒律”“教条”等，建立于人们祈求获得“死后的生命”这一愿望之上的一种信仰。

但是，孔子在《论语》中所说的，全都是现世之事，完全没有提到另一个世界的事。因此无论信仰任何宗教，都可以阅读《论语》。与其说它是宗教性的，更准确地说应该是一本有关生活方式的书，或是一本关于人生哲学的书。如果说得更极端一些，也许可以说它是孔子随意畅谈感想的随笔或回忆录。

事实上，日本禅宗等门下的僧侣曾积极学习并宣传孔子的教义。原本应遵从佛陀教义的僧侣们，之所以会学习这本记录了孔子言行的《论语》，正是因为它超越了宗教的界限，以全人类共通的人生观、世界观作为其理论基础。从这个意义上说，《论语》就是一本超越了宗教的书。

《论语》是人世之人为人类所编写的书

在日本，只要听到“《论语》不是宗教书籍”，恐怕许多人都会觉得“出乎意料之外”。特别是接受战后教育的人们，尤其是年轻人，这种感受也许会更加强烈。

学习《论语》曾是日本人的基础课程之一。当时，日本的孩子们在私塾或学校中，熟记“读书写字打算盘”，学习《论语》，然后走向社会。

然而，第二次世界大战后，《论语》便退出了教科书的行列。学生们在学校内能学习孔子教义的时间，似乎就只剩下汉文和世界史这样的课程了。

在世界史的教科书中，提到“中国有一个宗教叫儒教，其圣典为《论语》”。虽然这种说法并没有错误，但肯定会有许多人会认为，“啊，

