

恰到好处的人方法 圆融和谐的处世智慧

中庸做人，可以包容豁达，自强不息
中庸处世，可以网络人脉，修身治家
中庸经商，可以通行四海，礼孚众望
中庸为官，可以刚柔并济，游刃有余

中庸

的

处世哲学

编 孟凡祥
著



中国纺织出版社

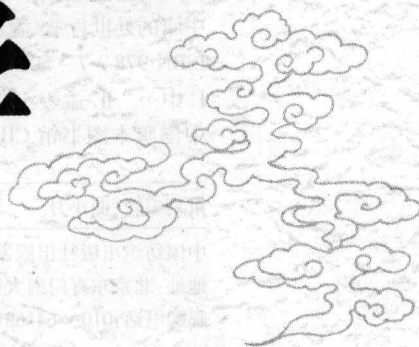


中庸

的

处世哲学

孟凡祥 编著



 中国纺织出版社

内 容 提 要

本书从阐释什么是中庸入手,解析了中庸的深刻内涵,告诉人们中庸是为人处世必须遵守的美德,是现实生活和工作中的不可脱离的原则。书中通过通俗易懂的语言,把深奥的中庸思想理论简单化、现实化,也通过大量生动的事实,扭转了人们对中庸的偏颇认识,还其以正确的说法。

图书在版编目(CIP)数据

中庸的处世哲学/孟凡祥 编著. —北京:中国纺织出版社,2007.11

ISBN 978-7-5064-4609-9

I. 中… II. 孟… III. 中庸之道—通俗读物 IV. B222—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 143381 号

策划编辑:曲小月 责任编辑:杨 婕 责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街 6 号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

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

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京温林源印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2007 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:14.5

字数:147 千字 定价:25.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换



序

何
为
中
庸

序 何为中庸

“中庸”一词出自记述孔子及其弟子言行的《论语》一书。孔子说：“中庸之为德也，其至矣乎，民鲜久矣。”意思是说，中庸作为一种美德，是最高境界了，但是普通的老百姓缺乏这种美德已经很久了。

“中庸”在《论语》中就出现了这么一次，仅仅从这句话很难看出它的明确含义。不过，后人根据《论语》中记述的孔子相关的言行，对它的含义做出了较为明晰的解释。宋代学者朱熹认为：“中者，无过无不及之名也。庸，平常也。”也就是说，“中”就是不要太过分，也不要达不到，而“庸”，就是指一种平平常常的状态。“中庸”，就是要求人们在事物的两个极端之间选取或者把握一个中道，并可以在人们的日常生活中随时随地加以实践。

一段时间以来，许多人因为一知半解，对中庸做人理解上有着许多谬误。中庸之道，实有两层含义，其一为中正，其二为永恒持久。

中庸做人，若为修身养性，则必使思无妄，行无邪，走正道，这是为人





中

庸

修身的中正之道。人生之初,其喜、怒、哀、惧、爱、恶、欲、忧、智、思等情感还没有形成,如同宇宙混沌之初,混混沌沌,如同一团,待其生长,有感于物才有了此十情的发展,然后又有了性之不同,所以也才有了愚痴、顽劣、小人、中人、君子、贤人、圣人之分。人都自以为正确,而不认知自己的缺失,只有那些遵循了中庸做人思想的人,才会从正反两个角度审视自我,正确地评价自己和别人。

做人的中庸内涵非常丰富,比如,人要适度工作,不能好逸恶劳,也不能劳累过度,必须有劳有息;人都喜欢山珍美味,但食多伤脾胃,只要吃饱了就行了,中医提倡八分饱,就是这个道理,不食则饥,过饱则伤;人都喜好美色,男女皆然,但过于沉迷就会伤精损身,而完全禁戒也会让身体不适,所以君子好色而不滥,行之而有度;人都有悲痛之情,但如果悲伤过度,也会伤了身体,所以聪明的人总是适度悲痛;人都难免发怒,但怒大伤肝,愤怒也不可过度,适可而行;人都会有所畏惧,也会有无所畏惧,但畏惧也应有度,更不能因畏惧止步不前;人都会有忧伤为难之事,但忧伤过度也会伤身,最好的办法就是时有远虑,有备无患;人的智慧各有不同,有人好呈能示强,有人唯唯喏喏,最聪明的人总是尽其所能,量力而行;有人喜欢思考,多思伤身,必有其度;有人很自卑,有人很自负,自卑与自负都有害于人,最合适的状态则为自信。凡此种种,可推及所有事物之中,凡修身、求学、处世、立事、齐家、治国、平天下,坚守中庸之道就会有所成,丢弃中庸之道必然难以成功。所以,为人、为友、为政都离不开中庸哲学。做任何事都必须不偏不倚,不左不右。否则,什么事都走极端,就会过犹不及,使事与愿违。

孔子所说的中庸之道,还有持恒之义,强调做事要有恒心,要心无旁





廓

何
为
中
庸

骛,无论何时、何事、何地,都必须抱有真诚之心。无诚心、无恒心、无真心,再美好的事物也会半途而废,终究一事无成。

孔子用一生的时间实践了中庸之道。他常常以这种态度和方法来看待人和事,例如,在评论他的弟子时,他认为子张做事有点偏颇,是为“过”;而子夏做事则常有点底气不足,显得拘泥,是为“不及”。在他看来,“过分”与“不及”这两者,都不能保持中道,都不是做人处世的最佳状态。显然,他主张“无过无不及”。孔子在评价《诗经》中的《关雎》一篇时,说它“乐而不淫,哀而不伤”,也就是说,它表达出来的情感恰到好处,快乐但不至于放荡,忧愁又不过于悲伤。孔子常有“欲而不贪,泰而不骄,威而不猛”,“温而厉”等话语,就是要告诫人们:可以满足个人欲望,但不要贪婪;人要保持庄重,但不要骄傲;人要有威严,但不能显得凶猛。这些都体现出中庸的美德。

我们生活的最高典型终究应属孔子所倡导的中庸生活,这也正是中国人所发现的最健全的理想生活。李密庵在他的《半半歌》里把这种生活理想很美妙地表达出来:

看破浮生过半,半边受用无边。半中岁月尽幽闲,半里乾坤宽展。
半郭半乡村舍,半山半水田园。半耕半读半经尘,半士半农民眷。
半雅半粗器具,半华半实庭轩。衾裳半素半轻鲜,肴饌半丰半俭。
童仆半能半拙,妻儿半朴半贤。心情半佛半神仙,姓字半藏半显。
一半还之天地,让将一半人间。半思后代与沧田,半想阎罗怎见。
饮酒半酣正好;花开半时偏妍。半帆张扇免翻颜,马放半缰稳便。
半少却饶滋味,半多反厌纠缠。百年苦乐半相参,会占便宜只半。
这种理想化的中庸生活与我们今天所倡导的构建和谐社会的思想也





中 是一脉相承的。只要我们真正地做到了中庸哲学所倡导的为人处世方
庸 略,我们所期待的那种花香四溢、笑盈八方的理想生活也就离我们不
远了。

的
处
世
哲
学

著者于北京

2007 年 7 月





目录

目 录

第一章 中庸立身哲学——中规中矩 中正中节 / 1

- 立身之要 和谐为本 / 2
- 给人面子 利己利人 / 5
- 争辩抬杠 百无一益 / 11
- 物极必反 乐极生悲 / 15
- 揭人隐私 慎字为先 / 19
- 自嘲多欢 嘲人多险 / 24
- 吃亏得福 争强易折 / 28
- 断人财路 绝己前程 / 32
- 不舍不得 取舍有道 / 35

第二章 中庸待人哲学——张弛有度 屈伸有节 / 41

- 小人怨广 君子德厚 / 42





中

庸

的
处
世
哲
学

言多语失 祸从口出 / 45

韬光养晦 外圆内方 / 48

结朋交友 亲疏有度 / 51

失信于人 败事自身 / 54

羽丰翼满 通达天下 / 58

德刑并用 四方敬服 / 61

示强逞能 过犹不及 / 64

潜龙出水 无波无纹 / 68

第三章 中庸享乐哲学——乐而不淫 哀而不伤 / 73

忘其小丧 志其大得 / 74

乐而忘忧 不亦快哉 / 79

爱钱有节 赚钱有道 / 82

福为中和 惜之久远 / 86

释然身体 快乐山林 / 89

养生中正 百年安康 / 92

声色犬马 适可而止 / 94

情爱中庸 好合百年 / 97

第四章 中庸为人哲学——执其两端 取其中正 / 101

仰不愧天 俯不怍地 / 102

言当柔和 行要端庄 / 105

通行四海 礼孚众望 / 108





目 录

平者居多 完美少有 / 112

为人处世 忍让为高 / 115

贪心不足 灾祸临头 / 118

豁达大度 宽阔胸怀 / 120

第五章 中庸操守哲学——居中位当 修德得道 / 125

藏巧于拙 用晦而明 / 126

人而无耻 不死何为 / 128

尊卑有序 仁道至上 / 131

品高人敬 德及长远 / 135

怒为恶魔 伤己害人 / 138

赞人之贤 容人之过 / 142

良言恶语 择善而从 / 144

束己安人 反省自知 / 148

戚戚于人 恶留于己 / 151

时不我待 惜时而为 / 154

第六章 中庸情感哲学——因柔得中 因和得福 / 159

血浓于水 亲关乎情 / 160

助人之功 如日之明 / 163

极致为中 恰到好处 / 166

施人以爱 愁苦遁形 / 170

善争有功 恶争为过 / 173





中

庸

的
一
处
世
哲
学

衔环结草 以报恩德 / 177

傲生万恶 谦生礼道 / 181

第七章 中庸修身哲学——端庄沉稳 守善持中 / 185

修身以道 修道以仁 / 186

取人之长 知羞而勇 / 188

黄金有价 美德无价 / 191

气吞山河 胸怀万千 / 194

不种善因 难收善果 / 197

敬修仁义 谨行厚道 / 200

食中淡味 心神相宜 / 204

知己之力 随心而为 / 207

奢为大耻 俭为大德 / 210

谦和为福 张狂惹祸 / 213

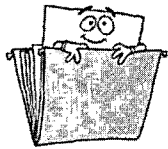
奉行慎独 诸恶难侵 / 216



第一章

中庸立身哲学 ——中规中矩 中正中节

立身为人，是唯唯诺诺还是硬硬朗朗？是意气用事还是理智做事？是与人为善还是与人为敌？是处处与人争个高低是非还是甘愿吃亏让人？是时时事事留有回旋余地，还是时时事事做到绝对周全无瑕等问题，都需要我们把握好。程子说：“不偏之谓中，不易之谓庸。”意思是说立身做人最好的原则是不偏不倚，不左不右，保持相对完美而不求尽善尽美。中庸原则是最受中国古人推崇的立身原则，秉承这一原则，凡事求得和谐、维持平衡，把握好做人做事的分寸和尺度，站在中间的立场上，就能使自己立于左右逢源、进退自如的不败境界。



中

庸

的
处
世
哲
学

立身之要 和谐为本

“和”字在中国历史上出现较早。《尚书》中出现 42 次“和”字,《老子》一书中出现了 5 次,《论语》中出现了 8 次。而“和为贵”出自《论语》:“礼之用,和为贵。先王之道,斯为美;小大由之。有所不行,知和而和,不以礼节之,亦不可行也。”之后,出现了很多以“和”字为中心思想的古训,和为贵、和气生财、和气致祥、和衷共济、家和万事兴、百忍堂中有太和,万众一心、众志成城,众人一条心、黄土变成金,一争两丑、一和两有等,说的都是“和”。儒家的“太和”观念,包括自然的和谐,人与自然的和谐,人与人的和谐以及自我身心的和谐。儒家正是通过道德修养达到自身的和谐,再推广到“人与人的和谐”。

“和为贵”是中国文化的优秀传统和重要特征。不仅儒家,构成中国传统文化有机部分的流派,如佛、道、墨诸家,也大都主张人与人之间、族群与族群之间的“和”。佛教反对杀生,主张与世无争;道家倡导“不争”,以“慈”、“俭”、“不敢为天下先”为“三宝”;墨家则主张“兼相爱,交相利”,尤为反对战争。

“和”是宽容主义精神的表现,是理论理性的体现。和谐的人际关系,和谐的社会环境,对于人的生存和发展至关重要。人类自古到今,因国界、宗教、种族、主权、经济利益的歧义,思想、语言的差别,乃至因家庭、财产、感情等诸多问题,所引起的冲突不胜枚举,以至常常上演“争地以





第一章

中庸立身哲学——中规中矩 中正中节

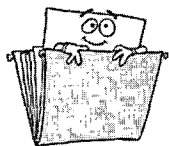
战,杀人盈野;争城以战,杀人盈城”的惨剧,以和为贵的观念,对于纠正今天社会上人们浮躁、暴怒的心态大有裨益。

人与人的关系中不可以无“和”。“和”是人际关系的减震器、润滑油,是生活的芳香剂。“和”可以在我们出现误会、产生分歧、发生矛盾时,充当调停人,化一切既恼人又难堪又剑拔弩张的干戈为玉帛。所以,当我们争吵得面红耳赤几乎兵刃相向时,为何不试着听从“和”的召唤和教诲,心平气和地伸出双手与对方相握?当我们冷战静坐相对无言时,为何不让“和”来修补我们生活中的裂痕。“和”是光与热,驱散我们心中的阴云与寒冷。

战国时代的赵国将军廉颇武功高强,沙场之上历经百战,常常以一当十,屡立战功。然而,当文官宰相蔺相如官职比自己高出一截时,心中非常不满,认为蔺相如只是一个耍嘴皮子的文官,官职不应该比自己高,就到处公开扬言要让蔺相如受点羞辱。蔺相如知道后就千方百计躲开廉颇,避免与他直接见面。廉颇见蔺相如不敢见自己就很得意,以为蔺相如真的怕他。其他许多人也以为蔺相如惧怕廉颇。后有好事的人就问蔺相如为什么要怕比自己职位低的廉颇,蔺相如说:“我并不害怕廉将军羞辱我,更不怕廉将军让我在众人面前丢面子。我个人的荣辱算得了什么呢。秦国正盼着我们将相出矛盾、国内出乱子呢。若我与廉将军天天互相仇视,互不服气或者互相拆台,不是正好给秦国创造了攻打我们的机会吗?为了国家的长治久安,我只好先避免与廉将军见面了,等廉将军想明白了也就理解我了。”廉颇听说后,感到非常惭愧,向宰相蔺相如负荆请罪,从此将相二人齐心协力,共同保障了赵国的繁荣与安全。

这则“将相和”的故事之所以能成为千古美谈,就是因为“和”的可





贵，“二人同心，其利断金”，在这里得到了最充分的佐证。

道家始祖庄周，把“和”的重要性发挥到了极致，主张要天和、人和、心和。而孔子所倡导的中庸之道也提出，处世要讲究情理并用、恩德兼用。讲道理要讲轻重，做事情要先用人，看能不能通融、接洽。

有一天，孔子的学生子贡问老师：“有没有一个字可以作为终生奉行不渝的法则呢？”孔子回答：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”这里的“恕”是凡事替别人着想的意思。其意思是，自己不喜欢做的事，不要加在别人身上。

战国时梁国与楚国相邻，两国在边境上各设界亭，边界的人们都喜欢在各自的地里种西瓜。梁国的边民很勤劳，日日锄草浇水，瓜秧长势极好，而楚国的边民有些懒惰，不事瓜事，瓜秧又瘦又弱，根本不能与对面瓜秧相比。楚国的人觉得失了面子，有一天乘夜无月色，偷跑过去掐巴梁国的瓜秧，梁国的人第二天发现后，气愤难平，报告给边县的县令宋就，说我们也过去把他们的瓜秧铲除好了！宋就说：“这样做显得我们太不仗义了！我们明明不愿他们祸害我们的瓜秧，那么为什么再反过去祸害人家的瓜秧？别人不对，我们再跟着学，那我们不也与他们一样没有理性了吗。你们听我的话，从今天起，每天晚上去给他们的瓜秧锄草浇水捉虫，让他们的瓜秧长得更好，但是你们这样做的时候，一定不要让他们知道。”

梁国的人就照宋就的话办了。过几天，楚国的人发现自己的瓜秧长势一天比一天好，仔细观察，发现每天早上地里的草都被人锄过了，也让人浇过了，原来是梁国的人在黑夜里悄悄为他们做的。楚国的边县县令听到边民们的报告，感到十分惭愧又十分敬佩，于是把这件事报告了楚王。楚王听说后，也感于梁国人修睦边邻的诚心，就特意备重礼送梁王，





第一章

中庸立身哲学——中规中矩 中正中节

以表自责和酬谢,结果这一对敌国成了友好的邻邦。

以恶制恶,以暴制暴,冤冤相报都是使仇恨加深、矛盾加剧、损失加重、人际关系更加恶化的非理性处世方式,而以“和”为贵却可以化仇恨为友谊,化愤怒为笑脸,化怨恨为理解。“和”是中庸之道中最博大精深的处世哲学。

“和”是中华民族的传统美德,也是中国文化的宝贵遗产。即使在两国已经敌对到枪炮相见的程度时,中国人还是要抱着求“和”的理念,尽最大可能地避免流血事件。“和”充满了大智大慧的深刻哲理。有了“和”,就不会有绝人之路,就会找到问题的解决办法;有了“和”,就不会失去平衡,就不会发生你死我活的恶斗。“和”对争斗者来说是手与手的相握,是心与心的相融,是笑与笑的相迎。五声和,则可听;五色和,则成文;五味和,则可食。和是做人立身之本,以和立身,就能够化凶险为祥瑞,化野蛮为文明,化争斗为和平,和是人生走向成功的根基所在,人生什么都可以抛弃,唯独不能抛弃以和立身的做人原则。

给人面子 利己利人

在与人交际与来往中,谁都难免会陷于较为尴尬的境地。能抓住机会适时地为陷于尴尬境地的人提供一个恰当的台阶,救人于困顿之中,使其保住面子,是为人处世赢得他人尊重的一大原则,更是中庸做人的一种美德,这不仅会使对方对你产生好感,而且也有助于你树立良好的社交





中 形象。

庸

的
一
处
世
哲
学

1953年,周恩来总理率中国政府代表团慰问驻旅大的苏联官员。在盛大的招待宴会上,一名苏军中尉译错了总理讲的某一句话。令总理感到意外的是,随总理慰问的一名翻译当场作了纠正。苏联翻译的小小失误让苏军司令觉得很丢面子,立时气得火冒三丈。他怒气冲冲地走过去,要撕下中尉的界章和领章。宴会厅里的气氛仿佛在顷刻间凝固了一样,紧张得让人透不过气来。苏军翻译几乎呆傻在了那里而无地自容。这时,周总理面带微笑地说:“中苏两国语言都很复杂,要恰到好处地翻译出来是非常难的事,可能我的口音也不标准,才会让翻译出现误译情况,责任不在翻译嘛。”然后又慢慢重新讲述了一遍那句被译错的话,让翻译仔细听清,并准确地翻译出来,很快缓解了紧张的局面,及时地为对方提供了一个“台阶”。在宴会上,总理还特意邀请翻译单独干杯。苏联翻译被感动得久久不愿放下酒杯。

人人都会有隐私,但谁也不愿意把自己的隐私公开“曝光”,自己的短处或隐私一旦不慎被公开,就会感到很难堪或恼怒,甚至觉得抬不起头来,没法做人了。因此在交际中,一定要维护对方的尊严和面子,不要提及对方所避讳或令对方尴尬的话题,避免使对方当众出丑。这也是给人台阶的一种方法。

在广州的一家著名大酒店,一位外国游客对酒店里的景泰蓝食筷爱不释手,当他吃完最后一道茶点时,顺手就把精美的景泰蓝食筷悄悄“装入”自己的内衣口袋里。服务小姐双手擎着一只装有一双景泰蓝食筷的小匣,毫不声张地走上前去,对外国游客说:“非常感谢你接受我们酒店的服务。为了表达我们的感激之情,经餐厅主管批准,将这双经严格消毒处

