



《论语》是中华文化中不朽的经典之一，蕴含着丰厚的人生哲理和处世方略。胡适、蔡元培、林语堂、陈寅恪、南怀瑾、钱穆等国学大师凭借渊博的学识，用独树一帜的语言阐释《论语》，深入浅出，精义迭出，让每一位读者都可以从容进入《论语》的丰饶世界，汲取其中的智慧。

# 听大师讲《论语》

## 和大师对话 与经典同行

阿真 姚迪雷 主编

黑龙江科学技术出版社

孔子学说与《论语》的价值，无论在任

何时代、任何地区，对它的原文本意只要不

故加曲解，就能认识到其具有不可毁的不朽

价值，后起之秀笃学之，慎思之，明辨之，

融会有得而见之于行事之间，必可得到自证。

南怀瑾

听大师讲

《论语》

主编 阿真 姚迪

黑龙江科学技术出版社  
中国·哈尔滨

图书在版编目 (CIP) 数据

听大师讲《论语》/阿真,姚迪雷主编.—哈尔滨:  
黑龙江科学技术出版社,2007.11

ISBN 978-7-5388-5626-2

I.听… II.①阿…②姚… III.①儒家②论语—研究  
IV.B222.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 182636 号

## 听大师讲《论语》

TING DASHI JIANG LUNYU

主 编 阿 真 姚迪雷

责任编辑 张丽生 回 博

装帧设计 王明贵

文字编辑 周 明

美术编辑 潘 松

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址:哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编:150001

电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 680 × 1020 1/16

印 张 19

版 次 2008 年 2 月第 1 版 · 2008 年 2 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5626-2/B · 18

定 价 29.80 元

# 前言

关于《论语》，几千年来，注疏阐释者很多，但分门别类阐释其思想的却很少。或许《论语》历来被奉为经典和不刊之论，因而历代名家都觉得它是圣贤之书不敢越雷池半步班门弄斧。人们对于孔子、对于《论语》，都是怀着一种“高山仰止”的精神，虔诚地将之推向圣坛，推向常人可望而不可即的高处的。

其实，《论语》中蕴含的是最为实用的为人处世的哲理，这种朴素的哲理理应为广大民众共享。本书便是一座将孔子请下圣坛的桥梁，在诸位大师浅显的讲解中，孔子和他的《论语》被撩开了神秘的面纱，正如 2500 多年前一样，给大多数的人以有益的启示，使世人皆能从中撷取智慧。

在大师的讲解中，孔子的形象与以往正宗儒者经学中塑造的形象大相径庭。没有生硬刻板，没有简单说教，没有不近人情，他只是位循循善诱、学识渊博，而又不失幽默、风趣的长者。他和蔼可亲地在向你讲述人生的道理，而这些都源于他自己对人生的丰富体悟。

“大师之所以为大师，是因为他们把复杂的道理简单化了”，深刻的道理有时就是那么平凡而又易懂，这些话用来形容孔子、《论语》，以及大师们对《论语》的解读，是再恰当不过了。

子曰：三人行，必有我师焉。难得的是我们可以与这么多大师同行：朱熹、陈寅恪、南怀瑾、周作人、胡适，等等，这些名字本身就承载了太多太多的思想与智慧。聆听他们关于《论语》的解读与谆谆教诲，会让你仿佛置身于杏坛之下，如沐春风，细细体悟大师的哲思妙语，会让你有一种醍醐灌顶之感。

《论语》强调学习。所谓“学”，即弄清、弄懂；所谓“习”，就是将知识运用于实践。如果说，“学”是懂得为什么这样做，那么，“习”则是让你懂得该怎么样去做。“学”道但不“行”道，不叫学习；“行”道而不“学”道，也不能叫完全意义上的学习。“学”让你明理，“习”则

是检验你“学”的手段。“学”和“习”的关系,就是“知”和“行”的关系,就是理论和实践的关系。因此,读完本书后,心有所悟不是最终目的,你还要把自己学到的一些道理运用到实践中去,这样才会得到有利于你自己的收获。

本书共有十六讲,每一讲都将呈现一位大师关于《论语》的心得体会,其中涵盖了关于内在修养、孝道、朋友之道、为人处世、成功的学问、生活态度、人生等各方面的内容。在对这些内容的阐释上,本书不仅仅停留在大师的讲解过程中,还对一些生动而富有感染力的故事及思想进行了演绎,从而使得本书的文字生动活泼又不失深刻,让你在阅读过程中感受轻松、获益无穷。

正所谓开卷有益,轻轻翻开一本书,伴着油墨的清香,渐渐沉入智慧之域,人生若此,不亦乐乎!现在,就让我们开启这段美妙的旅途,跟随着大师的脚步,走进物我两忘、思想飞扬的精神境界。

编者

2008年1月

# 目 录

## 绪论：片言之赐，皆我师也

|               |    |
|---------------|----|
| 走下圣坛的孔子 ..... | 1  |
| 《论语》的智慧 ..... | 12 |
| 大师的布道 .....   | 14 |

## 第一讲 胡适：德行比才能更重要

与其说孔子的人生哲学注重动机，不如说他注重养成道德的品行。他认为一个人的德行比才能更重要。如他在论人性时曾多次提到：吾未见好德如好色者也。

胡适对此曾解释道：孔子说自己从未见过好德如好色的人，可见他不相信好德之心是天然固有的。好德之心虽非天然，却是可以培养的。等培养得纯熟了，自然流露，便如好色之心一般，毫无勉强了。

|                    |    |
|--------------------|----|
| 德行比才能更重要 .....     | 18 |
| 好德如好色般自然流露 .....   | 20 |
| 态度恭顺未必是德 .....     | 22 |
| 修养三宝 .....         | 24 |
| 人该有所畏惧 .....       | 26 |
| 宽容让你的人生境界更开阔 ..... | 27 |
| 摆正礼让与竞争的天平 .....   | 29 |
| 虽为良医，愿人无病 .....    | 31 |

## 第二讲 钱穆：感天动地的孝

“仁”即人群相处之大道。国学大师钱穆说：孔子教人学为人，即

学为“仁”。要做到“仁”就要先做到“孝”，孝是仁爱的根源，更是一种生存的策略。《劝孝歌》中曾说：“人不孝其亲，不如禽与兽。”禽兽尚且知孝，何况是人？故培养仁心当自孝悌始。

|                        |    |
|------------------------|----|
| 孝是一种生存策略 .....         | 34 |
| 能养只是一半的孝 .....         | 36 |
| 大孝要做到表里如一 .....        | 38 |
| “游必有方”：离家创业但孝心依旧 ..... | 39 |
| 不让父母担忧即是孝 .....        | 41 |
| 如何面对父母的过错 .....        | 42 |
| 对父母的孝要尽心尽力 .....       | 45 |

### 第三讲 朱熹：朋友之道，考察他的行为 比听他的言说更重要

有的朋友平日里满嘴的甜言蜜语，实际上却是口蜜腹剑，与人相交完全是为了某种龌龊的目的，大事一了，马上一拍两散。相反，有的人虽不会说漂亮话，却能为你两肋插刀。所以选择朋友要注意考察他的行为而非听他的花言巧语。正如大儒朱熹在他的《论语集注》中说的那样：朋友，以义合者。

|                   |    |
|-------------------|----|
| 交友的选择 .....       | 48 |
| 益者三友与损者三友 .....   | 50 |
| 密友未必是真朋友 .....    | 51 |
| 规劝朋友也有限度 .....    | 53 |
| 说得好听，未必做得漂亮 ..... | 55 |

## 第四讲 梁漱溟：以方圆之态享受人生

梁漱溟在《东西文化及哲学》中说：我们的幸福乐趣，在我们能享受的一面，而不在所享受的东西上。穿锦缎的未必便愉快，穿破布的或许很快乐。这句话折射出了儒家的生活哲理和生活态度。当然我们提倡积极地享受人生，但现实中我们总会遇到许多“绊脚石”。对此，我们就要用方圆之道应对，能直接面对的，我们绝不含糊，不能直接面对的，我们就绕过去。只有这样，我们才会从生活中得到更多的快乐。

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 俯身比昂首怒目更有威严 .....     | 58 |
| 将审视的目光放在自己身上 .....    | 60 |
| 有实践才会有所悟 .....        | 62 |
| 信用是命运的底板 .....        | 65 |
| 以“内讼”达到情感与理性的和谐 ..... | 67 |
| 各司其职，各显其能 .....       | 70 |
| 言行一致，表里如一 .....       | 71 |
| 琢磨别人的人是最愚蠢的 .....     | 74 |
| 时不我待，把握生命的每一分钟 .....  | 76 |

## 第五讲 南怀瑾：对上与对下的学问

子路问政。子曰：“先之，劳之。”请益。曰：“无倦。”

南怀瑾在《论语别裁》中解释这句话说：这一节文字非常简单。子路问从政的道理，孔子告诉他两个观念：一个是“先”，一个是“劳”。所谓“先”，就是作为领导人，一切要为人之先。“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”。“劳”，就是劝解居上者不要贪图安逸，应居安思危。“无倦”，是指树立责任观，摒弃“懒得做”的思想。此外，做上级的要关心体贴下属，以形成融洽的上下级关系。



|                    |    |
|--------------------|----|
| 以身作则才能服人 .....     | 80 |
| 打好“沉默”这张牌 .....    | 81 |
| “德”是事业的承重轴 .....   | 83 |
| 用人要选准时机 .....      | 85 |
| 能身先士卒，也能居安思危 ..... | 86 |
| 体贴关爱是最好的管理手段 ..... | 88 |
| 用人不拘一格 .....       | 89 |
| 用人要能尽其才 .....      | 91 |
| 不贪功，不推过 .....      | 93 |
| 忽让谗言所左右 .....      | 94 |
| 游刃有余的“犯上术” .....   | 96 |

## 第六讲 胡适：做人之道，从改变自己开始

《论语》中注重“仁”，也就是做人的道理。然而，如何做人主要靠自己。正如胡适所认为的那样，只有改变自己，才能做“好”人。《论语》中提及的做人方法非常灵活，既让人远离虚伪奸诈，又不致使人陷入迂腐僵化，其正是我们现代人想要达到的“完人”之境。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 自我约束以求上进 .....    | 100 |
| 严于律己，宽以待人 .....   | 102 |
| 换位思考，将心比心 .....   | 104 |
| 仁爱即是智慧 .....      | 105 |
| 给他人机会是为“大仁” ..... | 107 |
| “礼”是一种做人的需要 ..... | 109 |
| 成人之美换得自身解脱 .....  | 111 |
| 大爱无声 .....        | 113 |

## 第七讲 辜鸿铭：充满诗意与智慧的“心灵生活”

辜鸿铭在《心灵生活》一书中提出：中国人最优秀的特质是他们过着心灵的生活，像孩子一样生活时，却具有为中世纪基督教徒或其他任何处于初级阶段的民族所没有的思想与理性的力量。他将成年人的智慧与孩子般的纯真完美地融合在一起，过着一种“心灵的生活”。是的，当我们面临现实的无情打击时，只有这种“心灵的生活”能抚平我们的创伤，让我们变得豁达、释然，重新面对纷纭的世界。

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 得意失意皆从容 .....            | 116 |
| 在名利的漩涡中寻回自己的单纯 .....     | 117 |
| 以音乐陶冶性情 .....            | 119 |
| 如瑚琏般深藏不露 .....           | 122 |
| 无欲则品自高 .....             | 125 |
| 如山水般充满诗意与智慧的“心灵生活” ..... | 127 |
| 旷达洒脱的人生 .....            | 130 |
| 健康养生：提高你的生命质量 .....      | 132 |

## 第八讲 章太炎：处世立身，知人识人

心能推度曰恕，周以察物曰忠。故夫闻一以知十，举一隅而以三隅反者，恕之事也……周以察物，举其征符，而辨其骨理者，忠之事也……这是国学大师章太炎对《论语》的体悟。我们从中不难发现：为人处世一定要知人识人，能够透过外表看到他的内在本质，从而为继续相处和交往奠定基础。

|                  |     |
|------------------|-----|
| 透过现象观其本质 .....   | 136 |
| 知人、识人，更要爱人 ..... | 138 |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 经验是一条没有“标准”的准绳 ..... | 139 |
| 不要盲从别人的意见 .....      | 141 |

## 第九讲 林语堂：幽默是一种生活态度

林语堂在所著《孔子的智慧》中提及孔子品格的动人之处，就在他的和蔼温逊以及风趣幽默。这其实是孔子的大智慧，他最明白幽默的真谛。在他心中，幽默是一种生活态度。有它，生活会变得有滋有味；无它，生活会失去色彩。幽默是最奇妙的一种东西，它能够形成一股凝聚力，这就是为什么幽默的人身边总有追随者，而不幽默的人却只能形单影只。

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 幽默必定与合理的精神联系在一起 ..... | 144 |
| 幽默是旷达人生的自我解读 .....    | 145 |
| 幽默体现人生智慧 .....        | 147 |
| 玩笑是生活最好的调味剂 .....     | 149 |

## 第十讲 蔡元培：求学问既要好学又要善学

孔子曰：“学而不思，则罔；思而不学，则殆。”蔡元培对此有一句精辟的评论：“言学问之亟也。”这是说明求学问必须好学，同时更要采取适当的方法学，也就是善学。否则，只会人云亦云、鹦鹉学舌。

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 求得经世致用的学问 .....      | 152 |
| 学与思结合才是真学问 .....     | 153 |
| 举一反三，方得学问 .....      | 155 |
| 谦虚得识，自信护志 .....      | 157 |
| 承受苦难的磨炼 .....        | 158 |
| 读万卷书，行万里路 .....      | 160 |
| 知道自己“不知道”是最高智慧 ..... | 161 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 总有很多是你没有学到的 ..... | 163 |
| 学习是一件终生的事情 .....  | 165 |

## 第十一讲 南怀瑾：一流的头脑成就一流的事业

孔子云：耕也，馁在其中矣！学也，禄在其中矣！

对此，南怀瑾曾说：比如耕种田地，只问耕耘不问收获。好好地努力，生活总可以过得去。但是想成就一番事业就不是只有勤奋就能行得通的，它更需要智慧。这种智慧不仅仅包含学识，它还包括心态、毅力等。所有这些造就了一个一流的头脑，而正是这个一流的头脑才能成就一流的事业。

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 成功路上，莫为自身所牵绊 ..... | 168 |
| 一流的头脑成就一流的事业 ..... | 170 |
| 建立自己的大本营 .....     | 172 |
| 勇而无谋是大忌 .....      | 174 |
| 遇事不可知难而退 .....     | 176 |
| 欲速则不达 .....        | 178 |
| 过于自信祸事生 .....      | 181 |
| 忍耐小事才能成就大事 .....   | 182 |
| 毅力是成功的坚强后盾 .....   | 185 |

## 第十二讲 王夫之：义与利的多项选择

义、利二字，古今谁能看透？有人为了利，不惜抛却义；有人为了义却是舍生忘死；有人摇摆在义与利之间，难以抉择……王夫之有言：以要言之，天下之大防二（指华夷之辨和君子小人之辨——引者注），而其归一也。一者何也？义利之分也。既然我们永远都会面临

这样无条件选择，那最好的办法就是在这个多项选择中以“义”为前提来选择“利”。

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 只有“义”才能给你带来长久的“利” ..... | 188 |
| 君子有时也“喻于利” .....        | 189 |
| 命里无时莫强求 .....           | 192 |
| 靠自己的劳动获取财富最踏实 .....     | 193 |
| 金钱的光芒掩盖不了内心的失落 .....    | 195 |
| 勇敢是义的代名词 .....          | 197 |
| 以利交“友”不是真的朋友 .....      | 199 |
| 私欲膨胀必引火烧身 .....         | 200 |

## 第十三讲 陈寅恪：人生道路的多重选择

很多人迷茫于人生道路的选择，看见别人经商赚大钱，自己也想“下海”，看见别人玩小资，自己又想去做白领……可是行当有成百上千种，你总不可能一一试之，所以你不可避免地要进行选择。陈寅恪曾说：孔子尝为委吏乘田，而其事均治。抱关击柝者流，孟子亦盛称之。又如顾亭林生平极善经商以致富，凡此皆谋生之正道。因此，面对多种选择，你最需要做的就是找准自己的坐标并为之奋斗不止。

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 成为什么样的人是你自己的选择 ..... | 204 |
| 当理想遭遇现实的无情打击 .....   | 205 |
| “安贫乐道”未必是不思进取 .....  | 207 |

## 第十四讲 周作人：尽自己所能做到更好

颜渊季路侍，子曰，盍各言尔志。子路曰，愿车马衣轻裘，与朋友共，敝之而无憾。颜渊曰，愿无伐善，无施劳。子路曰，愿闻子之

志。子曰，老者安之，朋友信之，少者怀之。

周作人在评论这段话时说：师第三人闲居述志，并不像后来文人的说大话，他们只是老老实实地说说自己的愿望，虽有大小广狭之不同，其志在博施济众则无异，而说得那么质素，又各有分寸，恰如其人，此正是妙文也。我以为此一章可以见孔门的真气象，至为难得。这也就告诉现世的人们：只要肯务实，把力所能及的事情做好，就强于逞口舌之利而不好好做事的人。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 写下你要为之奋斗的方向 ..... | 210 |
| 朝着既定的目标全力而行 ..... | 211 |
| 理想与现实的尽善尽美 .....  | 213 |
| 做自己的救世主 .....     | 215 |
| 尽心尽力就是胜利 .....    | 217 |

## 第十五讲 林语堂：世界上最会说话的人

林语堂认为孔子的人品声望令人倾慕，主要是由于其人品可爱，而非学问渊博。当然，孔子的可爱人品主要通过其言论表现出来。《论语》中有大量篇幅都在讲述说话对一个人的重要性，说话的水平直接关系到人际交往及事业成败。对此，我们在现代社会中也深有体悟。所以，一个人要想事业有成，人生幸福，就必须做个会说话的人。

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 言是百行之本 .....       | 220 |
| 脱口而出的蠢话贻害终生 .....  | 221 |
| “讷者”是最杰出的谈判家 ..... | 223 |
| “看”与“见”有天壤之别 ..... | 225 |
| 把住嘴巴的“关” .....     | 227 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 只说该说的话 .....    | 229 |
| 低调蓄势，厚积薄发 ..... | 231 |

## 第十六讲 李泽厚：以理性的节制获取幸福的体验

李泽厚在《论语今读》中说道：中国没有“酒神精神”，没有那放纵的狂欢；相反，他强调的是，包括快乐，也要节制。既然是节制，当然就要以理性作为指引。而孔子告诉我们，理性不仅仅要起到指引、向导、控制情感的作用，更要渗透、融化在情感之中，这样才能获得真正属于人的理性的快乐与幸福。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 享受至真至善的写意人生 ..... | 234 |
| 习惯让你偏离正道 .....    | 236 |
| 中庸并不等于圆滑世故 .....  | 239 |
| 幸福源自内心的简约 .....   | 241 |
| 宽容是一种美德 .....     | 243 |
| 三思而后行 .....       | 245 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 附录 《论语》原文 ..... | 247 |
|-----------------|-----|

# 绪论：片言之赐，皆我师也

## 走下圣坛的孔子

### 孔子其人

20 世纪 80 年代的一个初春时节，75 位诺贝尔奖获得者齐聚巴黎，他们在会议宣言中写道：“如果人类要在 21 世纪生存下去，必须回到 2500 年前去汲取孔子的智慧。”这句话掷地有声，足见孔子的影响之大。

说到孔子，年长的读书人称之为“圣人”或“夫子”，入学时必对其像下跪；四五十岁的人，叫他孔夫子、孔老二，有不少人曾在当年轰轰烈烈的运动中对他口诛笔伐；年纪再轻点的，多得之于课本上的介绍，知道他是我国古代伟大的思想家、教育家，儒家学派的创始人。虽然有不少人了解孔子，接触过或研究过其学说，对孔子自有其认识，但绝大多数人对孔子没有一个较深的了解，这是一个不争的事实。连国外都在如火如荼地研究孔子，这种现状，怎能不令我们自家人汗颜？因此，对于孔子，我们要加深认识。

孔子，名丘，字仲尼，鲁国人，是中国春秋末期伟大的思想家和教育家，儒家学派的创始人。历史上对他的出生年月未详加记载，目前公认的说法是：他大约于鲁襄公二十二年（公元前 551 年）生于鲁国陬邑（今山东曲阜），卒于公元前 479 年。

孔子的远祖是宋国贵族，殷王室的后裔。周武王灭殷后，封殷宗室微子启于宋。由微子经、微仲衍、宋公稽、丁公申，四传至湣公共。湣公长子弗父何让国于其弟鲋祀，弗父何为卿。孔子先祖遂由诸侯家转为公卿之家。弗父何之曾孙正考父，连续辅佐宋戴公、武公、宣公，久为上卿，以谦恭著称于世。孔子六祖孔父嘉继任宋大司马。按周礼制，大夫不得封诸侯，“五世亲尽，别为公族”，故其后代以孔为氏。



后宋太宰华父督作乱，弑宋殇公，杀孔父嘉。其后代避难奔鲁（孔氏为鲁国人自此始），卿位始失，下降为士。孔子曾祖父防叔曾任鲁防邑宰，祖父伯夏的事迹无考。孔子父亲名纥，字叔梁，又称叔梁纥，为一名武士，以勇力著称。叔梁纥先娶施氏，无子，其妾生男，病卒，复娶颜征在，生孔子。

鲁国是周公的大儿子伯禽的封地，素有礼乐之邦的美名。及至春秋末期，周王朝礼乐制度崩溃的时候，这里的礼乐仍保持完好。正是鲁国这种根深蒂固的礼乐传统对孔子产生了深刻的影响。孔子幼时就常以陈俎豆、设礼容为戏。他早年丧父，家道中落，年轻时曾做过管粮仓、管放牧的小官。在艰难困苦的环境中，他并没有停下学习的脚步，15岁即“志于学”，30余岁时开始授徒讲学。鲁昭公二十六年（公元前516年），鲁国内乱，孔子不满季氏为首的三桓擅权，一度离鲁至齐，不久返回，开始整理《诗》、《书》、《礼》、《乐》，招收弟子日多，影响愈大。鲁定公九年（公元前501年），孔子出任中都宰，颇有政绩，后升为司空和大司寇。鲁定公十年（公元前500年），齐鲁夹谷之会，孔子相礼，鲁国兵礼并用，收回被齐国侵占的郚、汶阳及龟阴之田。鲁定公十三年（公元前497年），孔子为维护公室，建议毁季孙氏、叔孙氏、孟孙氏等三家都邑，季孙氏、叔孙氏都邑被毁后，孟孙氏以武力对抗，孔子计划失败。以后鲁国政局有变，孔子见理想难以实现，遂带领弟子离开鲁国，开始了周游列国的漂泊生涯，当时孔子已经55岁了。此后的14年中，孔子先后到过卫、陈、宋、蔡、楚等国，向各诸侯宣传自己的政治主张，但均不见用。鲁哀公十一年（公元前484年），季康子以币迎孔子，孔子归鲁，时年68岁。孔子归鲁后，鲁人尊以“国老”，鲁哀公和季康子虽常向孔子问政，但最终没有重用他。于是，孔子晚年把全部的精力都放在教育上，他整理《诗》、《书》等古代典籍，删修《春秋》。鲁哀公十六年（公元前479年），孔子卒，葬于鲁城北泗水之上。

孔子的思想言行经其弟子和再传弟子整理编成《论语》一书，成为后世儒家学派的经典。因为孔子所处的春秋时代是奴隶制社会向封建制社会转变的特殊时期，所以孔子思想中充满新与旧的矛盾，反映