

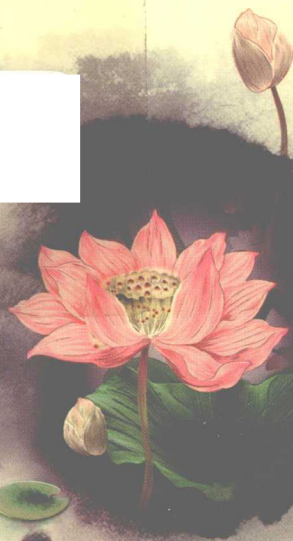


世间一切学问，大至宇宙，细至无间，都是为了了解身心性命的问题。也就是说，都是为了研究人生，离开人生身心性命的研讨，便不会有其他学问的存在。

南怀瑾

的传统文化课

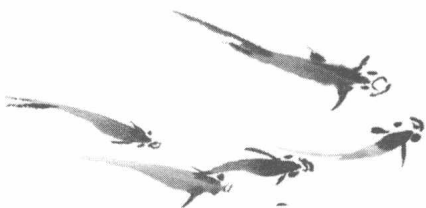
项前◎著



中华工商联合出版社

南 怀 瑾 的 传 统 文 化 课

项前◎著



中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

南怀瑾的传统文化课 / 项前著. --北京: 中华工商联合出版社, 2015.5
ISBN 978-7-5158-1263-2

I. ①南… II. ①项… 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 (2015) 第 074584 号

南怀瑾的传统文化课

作 者: 项 前

责任编辑: 吕 莺 徐 芳

封面设计: 信宏博

责任审读: 李 征

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2015 年 7 月第 1 版

印 次: 2015 年 7 月第 1 次印刷

开 本: 710mm × 1020mm 1/16

字 数: 220 千字

印 张: 15.5

书 号: ISBN 978 -7- 5158-1263-2

定 价: 39.90 元

服务热线: 010 - 58301130

工商联版图书

销售热线: 010 - 58302813

版权所有 侵权必究

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座
19-20 层, 100044

http: // www.chgslcbs.cn

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

E-mail: cicap1202@sina.cn (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.cn (总编室)

联系电话: 010 - 58302915



中华文明源远流长，文化传统生生不息，虽然朝代更迭，时代变迁，但精神底蕴和人文内核里流淌着一代代国人的感情，蕴含着伟大的文化，彰显着深邃的思想。

历朝历代的圣人大家以他们深刻的洞察力对生活进行思考和提炼，用他们的生花妙笔书写出了传世的经典，经典内容涉及传统文化方方面面，如文化、历史，哲学、道德、美学，今天我们再读经典，不仅仅是为了传承中华民族文化，也是提高个人修养，学习博大精深中国传统文化的好途径。

一个人的精神培育和成长史体现了一个



人的阅读史；一个民族的境界很大程度上取决于全民的阅读水平。人们通过阅读了解传统文化，通过阅读经历文化濡染，这个过程也是启迪智慧，修养性情，促进核心价值体系的形成过程。

本书以南怀瑾的传统文化观念为主线，分别从读书、做人、成就事业等各个方面阐述人生需要的智慧和方法，多角度讲解继承传统文化的重要性。在讲解为人处世的智慧和方法时，通过一个个旁征博引的小故事，让我们在感受传统文化博大精深的同时，和南怀瑾及先哲们进行跨越时空的思想和情感沟通，从而发自内心地为自己是一个炎黄子孙而骄傲，并深切感悟到：美哉，我中华，美哉，中华传统；壮哉，我中华，壮哉，我中华精神！



目 录

第一章 自强不息的奋斗精神

- ◇ 要有“岁寒松柏”的精神 // 3
- ◇ 人无志不立 // 8
- ◇ 不要虚度了青春年华 // 15
- ◇ 敏而好学，不耻下问 // 19
- ◇ 要肯于坚持从小事做起 // 26

第二章 知行合一的中庸观念

- ◇ 态度中庸是一种良好的品德 // 33
- ◇ 坚持与灵活的变通 // 39
- ◇ 先行后言，多行少言 // 45
- ◇ 知之者不如好之者，好之者不如乐之者 // 49
- ◇ 藏器于身，练好本领 // 54
- ◇ 未雨绸缪 // 61



第三章 忧国忧民，提高修养

- ◇ 追求高尚的美德 // 69
- ◇ 修身养性，选择和有仁德的人在一起 // 74
- ◇ 享福不忘造福，肯为他人真心付出 // 79
- ◇ 不要自以为是，不要刚愎自用 // 86
- ◇ 成就万物而不自居有功 // 92
- ◇ 专心致志、善始善终 // 96

第四章 和谐持中，宠辱不惊

- ◇ 人不要为名所累 // 103
- ◇ 君子理应安贫乐道 // 107
- ◇ 君子和而不同 // 112
- ◇ 善恶分明 // 118
- ◇ 君子爱财，取之有道 // 122
- ◇ 大道至简，追求简单快乐的生活 // 129

第五章 勇于奉献

- ◇ 君子应见义勇为 // 135
- ◇ 言必行，行必果 // 140
- ◇ 结交正直、诚信的朋友 // 144
- ◇ 道不同，不相为谋 // 150
- ◇ 严于律己，宽以待人 // 155
- ◇ 正己思想，以身作则 // 160

第六章 厚德载物，以德化人

- ◇ 不把学礼、知礼当小事 // 167
- ◇ 既往不咎，宽以待人 // 174
- ◇ 不骄傲，要谦虚 // 180
- ◇ 大直若屈，大巧若拙，大辩若讷 // 184
- ◇ 敬以持躬，让以待 // 189
- ◇ 自重自立，凡事从自身找原因 // 196



第七章 尊老爱幼，团结互助

- ◇ 把孝敬父母当作头等大事 // 205
- ◇ 和为贵，多关注别人的需要 // 212
- ◇ 美言可以市尊，美行可以加人 // 217
- ◇ 舍弃“有我” // 221
- ◇ 一忍可以制百辱，一静可以制百动 // 227
- ◇ 海纳百川，有容乃大 // 236

第一章

自强不息的奋斗精神





要有“岁寒松柏”的精神

南怀瑾认为，强者和弱者的区别，很大程度就是表现在对待失败的态度上。正如中国有句老话说的那样：“艰难困苦，玉汝于成。”困难的环境，最能磨炼人的素质，增强人的才干，对人的性格有着特殊的锻炼价值。而人只要不怕困难，以积极的态度迎难而上，在征服困难的过程中，困难就会成为磨炼人坚强性格的一块磨刀石，把人锻炼得更加坚强有韧性。

世界上的很多事情往往是这样的：事业未成，先尝苦果。壮志未酬，先遭失败。而且，失败常常专跟强者作对。《论语》中说：“岁寒，然后知松柏之后，凋也。”就是说松柏傲寒而屹立，及至寒冷季节，才最后凋谢的。竹、梅也具有松柏的意志。所以，古人称松、竹、梅为“岁寒三友”，赞美它们经冬不凋的品质，并借此赞美在艰难困苦中能经受各种考验，不屈不挠，坚持斗争，战胜各种逆境，努力去实现自己理想的人们。其实，人生就要有岁寒松柏的精神，自强不息的坚韧，生命的奖赏常



常远在旅途终点，而非起点附近。谁都不知道要走多少步才能达到目标，虽然，踏上每一个新的征程的时候都可能会遭遇失败，但每一次的失败，都会增加成功的机会。

古人说：“欲做精金美玉的人品，定从烈火中煅来；思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。”“许多先贤之有百折不回之真心，才终有万变不穷之收获。”所以事业成功的过程，实质上就是不断战胜失败的过程。

历史上被楚庄王拜为令尹的孙叔敖，具有政治、经济、军事等多方面的卓越才能，然而他的仕途也并非一帆风顺，他曾经几起几落，但他“三为令尹而不喜，三去令尹而不忧”，荣辱不放于心，有宰相风范。三国时神机妙算的诸葛亮，不仅有“弃新野，走樊城，败当阳，奔夏口”的败迹，而且大败仗打得也不少，尤其是他晚年全力以赴组织的六出祁山，也都以失败而告终。但诸葛亮终能成为人杰龙凤，取得大成就，与其不怕困难和挫折大有关系。所以，欲成就大事业者，能否经受住挫折和失败的严峻考验，是一个非常关键的问题，而缺乏决心和信心者常常成为失败的俘虏。

世上之事，凡低的目标容易达到，而越高的目标难度就越大，失败的机会也自然就越多。人都渴望成为强者，但有些人经受得住失败的打击，有些人却经受不住失败的打击；还有些人经过一阵子的奋斗，遭到一次乃至几次失败后，便偃旗息鼓、

罢手不干了，因而最终只能和一事无成的弱者为伍。

人的坚强毅力并不需要像苦行僧一样单纯来自忍受，而是首先来自心灵的明智和豁达。要知道“胜败乃兵家常事”，不仅“兵家”，谁做什么事都会存在或胜或败两种可能性，所以人要有“岁寒松柏”的精神，在行动前不能只做成功的打算，不做失败的准备，否则，会削弱对失败的心理承受力，从而在失败面前变得更加脆弱。人要像松柏一样，“大雪压青松，青松挺且直”。

北宋著名学者、政治家、军事家范仲淹在童年时期，就酷爱读书，志向远大。由于家境清贫，上不起学，10岁时住在长山醴泉寺的僧房里发愤苦读，每天煮一小盆稀粥，凝结后，用刀划成四块，早晚各取两块，再切几根咸菜，就着吃下去。这就是后世传为佳话的“断齑划粥”的故事。

醴泉寺里的老火头僧，很佩服范仲淹这种精神，时常称赞他。但范仲淹却说：“一个人如果不读书，只知饱食终日，贪图安逸，那种生活是毫无意义的。”

后来范仲淹为了开阔眼界，寻访良师，增进学识，便风餐露宿，千里迢迢来到北宋的南京应天府（今河南商丘），进了著名的南都学舍。在学舍中，他昼夜苦读，“未尝解衣就枕”。在冬夜里，读得疲倦时，他就用冷水洗洗脸，让头脑清醒过来，继续攻读。



同学中，有一个是南都留守的儿子，看到范仲淹“忘我攻读”，只吃点粥，很是感动。回家对他父亲讲了这件事。留守感慨地说：“这是个有大志、有出息的孩子。你拿些肴饌送给他吃吧。”过了几天，留守的儿子发现范仲淹根本没吃他送的食物，就责备他。范仲淹答谢道：“我并非不领令尊的厚意，只是多年吃粥，已成习惯，如贪此佳食，恐怕将来吃不得苦。”

范仲淹这种“岁寒松柏”的品格非常值得我们钦佩。人生不能缺少崇高的理想、坚定的信念和明确的目标，更不能缺少脚踏实地的奋斗精神。即使生活上有诸多清苦，但是只要奋发图强，成功就会属于有崇高的理想、坚定的信念和明确的目标，并愿意为之付出各种努力的人。

俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人。”“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”不经历人生困苦的人，不在人生的风雨中历练自己的人，不敢于挑战困难和挫折的人，就提高不了自己的能力，最终也收获不到更多的成就。

明末的文人谈迁，为了弥补明朝无一部传世编年史的缺憾，他花了26年时间编撰，并6易其稿，终于编成了一部104卷、500万字的《国榭》。但不幸的是，编成的书稿却被窃贼盗走了，受如此打击的谈迁，此时已经55岁，然而他矢志不渝，凭其记忆从头做起，终于在60多岁时再次完成了这部巨著。

宋代著名女词人李清照的丈夫赵明诚，早年就立下了“搜

尽天下古文奇字之志”的宏愿，编纂《俭石录》。后来，他节衣缩食，“虽处忧患困穷而志不屈”，勤奋工作，“乐在声色犬马之上”，终于完成了我国这部有关金石学方面的巨著。

清人洪亮吉十年“寒暑不辍”（不管炎热的夏天，还是严酷的冬天，都没有停下自己的努力），终于写作成功了多达20卷的皇皇巨著《春秋·左传》。

清初的王夫之，隐居湘西，勤奋著述40载，著书324卷，成为了历史上最杰出的大学问家。

人的成长是一个经受考验的过程，就恰似经历多门考试，有的门及格了，有的门没及格。及格的学生中，又有优秀者，有较优秀者，凡种种评判，全在一个人的心态有多积极、多乐观，学习有多认真、多刻苦，态度有多坚强、多坚韧。

如果你觉得自己的生活环境和先天条件不够好，如果你觉得自己能力、才华欠缺，那么，从上述这些名人身上，找一找勇气，去效法“岁寒松柏”的精神。“岁寒松柏”的精神，会鼓舞你有面对困难的勇气，会启发你寻找人生正确道路的方法，会力助你走向成功。



人无志不立

一个人要想干成一番事业，不但会遭遇挫折，而且会遭逢困难和艰辛。知难而退，自甘堕落，画地为牢，裹足不前……这些都是强者深恶痛绝的。南怀瑾认为“世上无难事，只要立大志”。他曾说一个人不管做什么，只要肯立志，坚决地去做，哪怕“中道而废”，也比一开始就停步不前好。“这就是“人无志不立”的道理，有了志这个基础，加上信心的建立，就会使人产生精神的力量，有勇气排除万难，向心中的目标前进。

《论语》记载了这样一事：

曾子问曰：“不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？”

子曰：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”

就是说曾子曾经请教孔子：一个君子不可以不宽大坚毅，因为他任重道远，把实现仁看作自己的任务，不是很重大吗？至死方休，不是很深远吗？”孔子说：“三军之中，军队的首