

君子中庸，小人反中庸。君子之中庸也，君子而时中；小人之反中庸也，小人而无忌惮也。



人有五商（智商、情商、财商、逆商、心商），若想人生成功，须五商俱备。在我看来，五商无一不是从《中庸》中获益。——李嘉诚

中庸

处世之道

水成冰
编著

“中庸”思想的核心是在承认事物矛盾对立的前提下，为人处世“执中”。“用中”，这并不表示主观地消除或消灭事物的矛盾，因为矛盾的“两端”始终是要存在的。孔子认为“中”不是绝对的，而是随着时间和外界情况的变化而变化的，所以提出了“时中”的概念。《中庸》载：“子曰：‘君子而时中，小人而无忌惮也。’”

中庸 处世之道

水成冰◎编著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

中庸处世之道 / 水成冰著. —北京: 中央编译出版社,

2006. 7

ISBN 7-80109-958-3

I. 中... II. 水... III. 中庸之道 — 通俗读物

IV. B222-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 079190 号

中庸处世之道

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西单西斜街 36 号 (100032)

电 话: (010) 66509360 66509367 (编辑部)

(010) 66509364 (发行部)

h t t p : //www. cctpbook. com

E-mail: edit@ cctpbook. com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市昌平百善印刷厂

开 本: 787×1092 毫米 1/16

字 数: 400 千字

印 张: 21.75

版 次: 2006 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 36.80 元

版权所有 翻印必究



人有五商（智商、情商、财商、逆商、心商），
若想人生成功，须五商俱备。在我看来，五商无
一不是从《中庸》中获益。——李喜诚

中庸处世之道

君子中庸，小人反中庸。君子之中庸也，君子而
时中，小人之反中庸也，小人而无忌惮也。



责任编辑：董威

封面设计：  大旬设计工作室
010-84803033 安宁





『中庸』思想的核心是在承认事物矛盾对立的前提下，为人处世『执中』、『用中』，这并不是主观地排除或消除事物的矛盾，因为矛盾的『两端』始终是客观存在的。孔子还认为『中』不是绝对的，而是随着时间和外界情况的变化而变化的，所以提出了『时中』的概念。《中庸》载：『子曰：君子之中庸也，君子而时中；小人之中庸也，小人而无忌憚也。』

『中庸』思想里孔子创立的儒字具有人学特质。『人』一直是孔子思考和关怀的对象。『中庸』思想对现代人处理个人与社会、家庭、朋友、同事、异性交往等关系中有积极的作用。

『中庸』思想以『至诚』为做人做事的准则，强调人与人之间交往以『诚』为重，在为人处世中，达到『中和』，『致中和，天地位焉，万物育焉。』这也正是当今社会迫切需要做到的一点，就是『和谐』。

前言

中庸处世之道

孔子的思想方法论也就是平常说的“中庸”，“中庸”内涵十分广泛，观察问题、认识问题、解决问题的方法则是它主要的内容。但是长期以来，孔子的“中庸”思想在理论与实践上受到曲解，一提及“中庸”，人们时常就会把它与“折中主义”“圆滑”划等号，无疑把它视为贬义词。

但是，“中庸”思想之所以能够千古传承下来，是有它社会存在的合理性和固有的文化内涵的。“中庸”思想体现了事物自身的内在规律，反映在人的思维方式、行为方式等方面，对于现代人的身心发展、协调人际关系等仍然有着不可替代的价值，因此，对于“中庸”思想的现代解读是有着非常重要的现实意义的。

现代人被日益汹涌的物欲所困，追名逐利，甚至为了达到目的而不惜以破坏为手段，结果可想而知，误解、抛弃和毁坏了许多宝贵的东西，把本不该误解、抛弃和毁坏的思想智慧否定了，其中就包括“中庸”思想里的许多合理成分，如做人要讲诚信、要仁爱，不偏不倚，做事要有尺度，不走极端、要恰到好处等等，他们认为这些思想已经跟不上社会 and 人类的发展变化了，已经老套了。的确是这样吗？作者认为作为思想方法论的“中庸”是不能否定的，其中包含着丰富的辩证法，对今天认识和观察世界、处理处理人际关系中的诸多问题仍具有极大的价值。

首先，孔子“中庸”思想的核心是在承认事物矛盾对立的前提下，为人处世“执中”、“用中”，这并不是主观地排除或消除事物的矛盾，因为矛盾着的“两端”始终是客观存在的。而且孔子还认为“中”不是绝对的，而是随着时间和外界情况的变化而变化的，所以提出了“时中”的概念。《中庸》

载：“子曰：君子之中庸也，君子而时中；小人之中庸也，小人而无忌惮也”。宋代朱熹在注释“时中”说：“盖中无定体，随时而在，是乃平常之理也”，即因“时”而“中”，因“地”而“中”。

其次，“中庸”思想里孔子创立的儒学具有人学特质。“人”一直是孔子思考和关怀的对象。“中庸”思想在现代人处理个人与社会、家庭、朋友、同事、异性交往等关系中，依旧有着积极的作用，这一点是任何一个与外界有必然联系的人所不可否定的。

孔子仁学思想的两大内容就是“仁者爱人”、“克己复礼为仁”，孔学中的“仁”具有强调突出政治、注重主体修养、侧重抑制个体的特点。孔子以“仁”为儒学的基本范畴，纳“仁”入“礼”，形成“仁”、“礼”结合的“仁礼”学说，进而以仁礼学说为指导提出“天下归仁”的“德治”纲领，这是与现在推行的“八荣八耻”是密切相关的，也是相互照应的。

另外，“中庸”思想以“至诚”为做人做事的准则。《中庸》是这样说的：“唯天下至诚为能尽其性。能尽其性，则能尽人之性。能尽人之性，则能尽物之性。能尽物之性，则可以赞天地之化育。可以赞天地之化育，则可以与天地参矣。”这就是强调人与人之间交往得以“诚”为重，从而在为人处世中，达到“中和”，“致中和，天地位焉，万物育焉。”这也正是当今社会迫切需要做到的一点，就是“和谐”。

从上述三点来看，“中庸”不但不是老古董，也不是跟不上时代的步伐，和人们思维方式的变化。反过来，是为人处世的基本方法，也是实现“和谐”的基本途径。

本书旨在结合“中庸”思想理念，从修养自身和交往处世两个大方面，将其中的有现实意义的部分用现代人的眼光重新阐释，“取其精华，去其糟粕”，找出与现代社会、现代人息息相关的共通点，以便于更好地为现代人借鉴，从而，在使人与人、社会、万物达到真正意义上的和谐。

目 录

第一篇 修身正己,和谐中正

——修身养性是良好人际关系的前提

当今社会越来越复杂,人际交往也越发反复无常,变幻万端。如何在与人交往过程中得心应手?有所谓“极高明而道中庸”,“求外不如求内”,就应该先做到修养自身,先摆正自己的心态,而“致中和”,“中”是人人都有的人性,“和”是人们共同遵循的原则。按照“中庸”的原则规范自身,只要每个人都能先做到修身正己,都能心平气和,这样人际关系和谐,社会秩序井然,天下也就相安无事了。

第一章	诚于中,信于外——诚信是与人交往的基石	2
第二章	韬光养晦,明哲保身——如何在交际中处在有利地位	18
第三章	宠辱不惊,居以俟命——为人处世,心态至关重要	31
第四章	修身以道,修道以仁——以仁道修养本性	45

第二篇 情动于中,仁者爱人

——用爱心与人交往

人在社会关系中好比是一个零件,直接或间接带动人际关系的良好运转,而不是独立的、封闭的,人与人之间是相互有交集的,缺少其中任何一环都不可能发挥正常作用。孔子说:“发乎情,止乎礼”,如何在社交过程中让感情自然流露,而又有节制呢?这就要靠“中”“仁”,“有仁的人是安守仁道,明白事理的人善于用仁”。用真情去打动别人,用适中的仁爱之心去体谅、理解别人,那么,人际关系这台关乎你我的机器就会正常运转了。

- 第一章 | 与人为善,信誉为重——善与信誉都不可忽缺 60
- 第二章 | 和而不流,中立不倚——与朋友来往要身正行直 73
- 第三章 | 无微不信,不尊不信——怎样与上级或下级交往 87
- 第四章 | 言顾行,行顾言——如何与异性相处 102

第三篇 素位而行,恭敬中礼

——怎样让人对你感兴趣

善于交际的人,往往就有好的人缘,与人相处时,左右逢源。那如何让人对你有好感,愿意诚心与你交往呢?“君子素其位而行,不愿乎其外”。在交际中,要着眼自身,做自己应该做的事,说自己应说的话,同时又能恭敬合乎礼节。对人要平等相待,“忠恕”可信,那么,在与别人相处时,就会让人更加对你感兴趣,更加容易接近。好的人缘,其实离你并不远。

- 第一章 | 中正平和,不露锋芒——使人感到你平易近人 118
- 第二章 | 有进有退,中规中矩——怎样在交际中运用好口才 133
- 第三章 | 物极必反,兼听则明——善于听取和采纳他人意见 149
- 第四章 | 小德川流,大德敦化——让人感受你崇高的品格 164

第四篇 中道而立,和以立中

——运用亲和力与人沟通

在与人相处的时候发挥自身的亲和力很重要,这就需要时时检查、审视自我。态度庄重而不流于呆板,与人为善又不失于放肆。在交际中注重适可而止,言行举止都要符合“中道”,这样,用自身的亲和力与人相处,别人也乐于与你交往,那就没有什么好埋怨的了。适中才能取得和谐的理想境界,沟通是“桥梁”,发挥亲和力为你赢得通往良好人际关系的“通行证”。

第一章	正道直行,正己无怨——与人相处要事实求是	178
第二章	推心置腹,开诚布公——以坦诚的魅力去打动人	192
第三章	己所不欲,勿施于人——尊重他人是社交成功的关键	206
第四章	明则诚,诚则明——怎样与陌生人交往	218

第五篇 不偏不倚,恰到好处

——取得良好人际关系的技巧

社交过程中不可能一顺百顺,会遇到这样或那样令人难以抉择的情况,这时就不能过于偏激,不能死钻牛角尖,更不能片面去处理。要学会运用“中庸”思想,万事之前,权衡两端,透析明辨,把握其中症结,找到正确方向,用变通的技巧,“不偏不倚”“深中肯綮”的方式,去区别对待,这样,在与人交往中能够实现与人双赢,人际关系就会达到最佳的效果,人与人之间也就会更加和谐。

第一章	执其两端,用其中——注意场合,言行举止要适中	232
第二章	君子中庸,小人反中庸——与人交往中的“过”与“不及”	246
第三章	齐明盛服,非礼不动——人际交往中礼仪的分寸	258
第四章	鱼和熊掌,适可而止——正确对待为人处世中的利害得失	273

第六篇 变通之道,比中而行

——交际中需要因势利导

人际交往中往往难免处在两难的境地。孔子说过:执其两端,用其中。在实际生活中要能变通的把矛盾转化,“比中而行”,采用“中庸”的态度与人相处,因势利导,换一种方式去解决矛盾,交际双方都感到适中,人际关系就会更进一步,绝不能“一条道走到黑”,学会灵活的运用“中庸”思想,从而达到“中”的境界。但是,在人际关系中强调的还是“游戏规则”,不能反其道而行,那样就会得不偿失。

- 第一章 权衡两极,处之适当——掌握交际尺度,万事不可走极端 ... 286
- 第二章 刚柔并用,进退有度——与人交往不要硬碰也不应逃避 ... 298
- 第三章 失诸正鹄,反求其身——变换思维,多从自身找原因 311
- 第四章 道不远人,远人非道——变通,让自己更好地融入社交圈 ... 324



第一篇

修身正己,和谐中正

——修身养性是良好人际关系的前提

当今社会越来越复杂,人际交往也越发反复无常,变幻万端。如何在与人交往过程中得心应手?有所谓“极高明而道中庸”,“求外不如求内”,就应该先做到修养自身,先摆正自己的心态,而“致中和”,“中”是人人都有的人性,“和”是人们共同遵循的原则。按照“中庸”的原则规范自身,只要每个人都能先做到修身正己,都能心平气和,这样人际关系和谐,社会秩序井然,天下也就相安无事了。



第一章 诚于中，信于外

——诚信是与人交往的基石

1. 至诚可以感召人

唯天下之至诚，为能尽其性；能尽其性，则能尽人之性；能尽人之性，则能尽物之性；能尽物之性，则可以赞天地之化育；可以赞天地之化育，则可以与天地参矣。

——《中庸》

“诚”是《中庸》道德观念中最重要、也最不可缺失的一环。它将天、地、人三者有机、合理的结合在一起，并且用它来启承三者，而三者又是以“诚”为轴心相辅相成的，天下万物则各用其能，各尽其职。“致中和”，从而使人与人，人与天，人与地相互协调，天下太平。

“诚”具体体现在人身上就是中“性”，而“至诚”则符合了“中庸之道”，是道德品行最理想的境界，为了达到这个理想境界而修身养性，则能上通天道，下通万物生息病患，是人与人之间和谐相处的最佳途径。

只有天下极端真诚的人能充分发挥他的本性，才能充分发挥众人的本性；只有充分发挥众人的本性，才能充分发挥万物的本性；只有充分发挥万物的本性，才可以帮助天地培育生命；帮助天地培育生命，就可以与天地并列为了三了。所以，只有先对自己真诚，才有可能在与人交往中对别人真诚。

宋明理学的开山鼻祖周敦颐，在他的《太极图说》中把“人”放在最重要的地位：“万物生生而变化无穷，惟人也得其秀而最灵。”而何谓之“秀”呢？即人纯粹至善的品质——“诚”。“诚者，圣人之本。”“圣，诚而已矣。”人极则圣，圣人则诚。所以，人只有得到“诚”，用以身作则的方法去诠释它，把它当作一面镜子，才能从中更加透彻地认识到自己的“真性”，从而推及



他人以及整个天地万物的“真性”，正所谓“至诚可以参天地”。

三国时代的诸葛孔明就是“至诚至信”之人。四出祁山时，所率兵马只有十多万，而司马懿却有精兵三十万，双方在祁山对阵。恰好在这个时候，蜀军中有一万人因服役期满，需退役还乡。可想而知，这个时候离去一万人马，会大大影响蜀军的战斗力，这时，将士们共同向诸葛军师建议：延期服役一个月，待大战结束再让老兵们还乡。

诸葛亮断然说：治国治军必须以信为本。老兵们归心似箭，家中的父母妻儿都望眼欲穿，我怎能因一时的需要而失信于民呢？说完就下令各部，让服役期满的老兵速速返乡。老兵们一个个热泪盈眶，激动不已，都决定不走了。“丞相待我们恩重如山，如今正是用人之际，我们要奋勇杀敌，报答丞相。”老兵们的激情对在役的士兵则是莫大的激励。蜀军上下群情激奋，士气高昂，在形势不利的情况下击败了魏军，诸葛亮以诚带兵取得了以少胜多的战绩。以“至诚”待人，人亦以“至诚”待之。试想，如果诸葛亮接受了将士们的建议，下死命令，那样那些老兵定是心存不满，当然在作战时候也不可能全力以赴。

“诚”，在现代社会中不单单作为与人相处融洽的方法，而是每个社会人都必须遵守的最重要的法则。用“至诚”去感召人，再用“至诚”去解决矛盾，这样就会赢得意想不到的效果，就会赢得别人的信任。

曾国藩觉得自己一身毛病，他说这些毛病就源于不诚实。他认为天地万物之所以运行，国家之所以建立，圣贤的德业之所以可以光大，可以持久，都是因为诚实的作用。他曾经在给贺长龄先生的信中，猛烈抨击当时社会种种不诚实的现象。那什么叫做“诚”呢？在曾国藩看来，当然有“专心纯一”的意思。他常以孔子为例，他认为，孔子是专心诚意的典型。“至诚”，可以达到神奇的功效，所以曾国藩称之为“诚神”。可见《中庸》思想中的“诚”在他修养身心体系中占有不可替代的位置。

翻译家傅雷先生说：“一个人只要真诚，总能打动别人的。”

程颐说：“道来对待用诚来感动人，人也用诚来回报你。用权来驾驭人，人也用门道来对待你。”

孟子：“诚者，天之道也；思诚者，人之道也。至诚而不动者，未之有也；不诚，未有能动者也。”

在当今社会中，与人交往，都要先做到“诚于中”，而后才能“信于外”。做到真诚的心，真正修养本性而至善。

2. 诚实可以成就人

诚者，物之终始；不诚，无物。是故，君子诚之为贵。诚者，非自成己而已也，所以成物也。

——《中庸》

美国一位著名的行为科学家丹尼斯·韦特莱博士说：所谓“因果定律法则”，无非是看一个人诚实与否，经过一段时间以后所显示出来的结果。一个人不能只做到自我真诚，那样就无法拥有真正的成功。就好比用蜡塑成的人或房子，在某些情况下会融化。但内心不真诚的人，最终必将显露出自己的真面目。诚实是人生中无可替代的财富，是人与人之间处好关系和人的尊严方面的财富，很明白的道理，在这方面进行投资的人，虽然不能在世俗的物质方面变的富有，但是， he 可以从赢得的尊敬荣誉中得到回报。

真诚是一个人最大的也是最值得骄傲的资本，没有人能将真诚置之脑

后。真诚是自我完善的根基，也是与人交往的发端和最终的归宿，如果没有了真诚，人性和事物就无法达到统一，也就无法谈及家庭的和谐、社会的和谐。不过，真诚并不是只是为了让自己问心无愧，而是更要以“诚”为基准，要完善事物。完善自我是“仁”，完善事物是“智”，“仁”和“智”是人和事物之间共有的“本性”，是人融入社会而又不与他人发生冲突或矛盾的准则，所以，修养“真诚”，表现“真诚”，在任何时候、任何地方施行都是适宜的。

“诚”充实天地之“和”，能够完善天地。只有先做到了自我完善而能“至诚”，则圣人之所以为圣人，英雄豪杰之所以为英雄豪杰，才能在人际关系中做正自我，而不偏不倚，合乎“中庸之道”，你所得到的就是你应该得到的，那社会上的每个人都毫无怨言，和谐至此，又何乐而不为呢？

西魏时期，北雍州一带因为山林茂密，经常有盗贼出没，官府拿他们也没辙。当地的刺史韩褒了解实情之后，心里很是着急，于是连忙派人四处明察暗访，结果手下人风风火火的跑回来，说那些盗贼都是当地豪门旺族的弟子，以前的盗窃案也都是他们干的。韩褒了解情况以后，不作声响，假装还不知道是这些纨绔子弟干的勾当，表面上对这些豪门大家族还是挺客气。

等到有一天，韩褒把这些大家族里的人都召集在一起，用十分恳切的语气对他们说：“我这个刺史是个书生起家，哪里懂得什么缉拿盗贼，所以，只好依赖诸位共同帮韩某分担这个忧愁了。”开完会，就让那些平时在乡里为非作歹的子弟，分别临时做各个地方的主要负责人。还声明，有发现盗贼而不捕获的，就按故意放纵罪论处。这下子，这些有“公命”在身的纨绔子弟们，没有哪个不惊慌失措，几经商议，纷纷到官府投案自首，说前些时候发生的偷盗的案子，都是他们干的。韩褒倒也没有严厉的处罚他们，把他们偷的东西交还

