

修身为本

「人道管理系列之自我修炼」

XIUSHENWEIBEN

天地生人，有一人，应有一人之业；
人生在世，生一日，当尽一日之勤。

李善智 · 著

自天子以至于庶人，
壹是皆以修身为本。
——《大学》

陕西师范大学出版社



修身为本

李善智 著

陕西师范大学出版社

图书代号:SK7N1186

修身为本

李善智 著

选题策划 屈炳耀
责任编辑 杨沁
出版发行 陕西师范大学出版社
社 址 西安市陕西师大 120 信箱(邮政编码 710062)
网 址 <http://www.snupg.com>
印 刷 蓝田立新印务有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 11
插 页 2
字 数 111 千
版 次 2007 年 12 月第 1 版
印 次 2007 年 12 月第 1 次
书 号 ISBN 978—7—5613—4167—4
定 价 29.80 元

版权所有,侵权必究。

序

由于所从事职业的关系，本人长久以来一直想把这些年来所思、所想、所行、所学、所悟的东西与大家分享，作为现实生活中的一种参考。可想要的东西总是无法以一种想要的方式出现，说来也真是造化弄人。

本书的序是我在写另一本书时，活生生蹦出来的，原本不属于本书的序，可她又非常适合本书开篇我想要和大家分享的，那就干脆让不属于它的序成为序吧！大自然的神妙，常常令我们目瞪口呆，而我们自己居然也如此奥妙无穷，真可谓妙哉！妙哉！还是让我们看看这篇不是序的序吧！

行走在生命不知道终点的旅途上，有很多故事发生在我们的旅途中，令我们困惑和彷徨。在旅途的各个场景常常听到大家的声音：“活得好累呀！真不知道什么时候才是头！你说该做的我都做了，为什么还如此郁闷……”诸如此类。就连寺庙里的地板也跟随潮流，按捺不住自己的困惑，在沉默中爆发了。

这是一家香火异常旺盛的寺庙，一天晚上待香客和善男信女散尽

后，寺庙大雄宝殿传来了地板的声音：“佛像大哥啊！你说我怎么会如此命苦呢？这一个星期我仔细观察发现，我们应该是来自同一座深山、同一块石壁，你说你凭什么，刚来一个星期就被搬到这大殿之上享受数以万计的香火，那么多的香客和善男信女对你虔诚地行叩头大礼。你说我都来了十年了，这十年我天天被人踩在脚下，所有污浊、肮脏的东西天天从我的身上来了又去，去了又来，你说佛祖怎么就如此不公道呢？这个世界，哪有什么天理可言，佛像大哥你说说你凭什么？”佛像缓慢、低沉、柔和而又浑厚有力地回答道：“地板老兄啊！你说的很有道理，不过我有个情况需要向你通报一下，十年以前，这座寺庙找到全国最好的雕刻匠，寻遍了名山大川，终于发现你我一体的那块石壁。最初雕刻匠选中了你做佛像开始雕刻，可是雕刻匠每雕一下，你就碎掉一块，没办法！他们只能把你搬来铺在地上做了地板。而我呢？在你离开的这十年里，不论刮风下雨，雕刻匠们都不分昼夜地轮流在我的身体上雕刻、打磨，终于在一个星期前才把我雕成这样，安放于此。”

地板在片刻沉默后灭亡了。

由于这些年工作的特殊性，我有幸走遍了祖国的大江南北，见到了相对多的众生相，大家整天忙忙碌碌，从自己的面具仓库里进进出出，应

对一切，唯独忽略了我们自己。于是乎！很多朋友都有类似地板的感受，其实如地板一般倒也无甚大碍。但问题是，大家今天严重地受到了“拜金”思维的影响，从幼儿园的小孩言行举止间都能闻得到那种所谓的“铜香味”。记得凤凰卫视有一位很知名的主播说：今天的香港人谁没钱呀！可真正有钱后，又如何呢？美国可谓是超级有钱了吧！可依然无法消除自身的痛苦和恐惧，于是就又用钱造原子弹，以此来保护自己和消除恐惧感。但是，这种恐惧和痛苦并没有因为有了大量金钱和原子弹而消除，反而是加剧了苦痛，扩大了恐惧，美国人还得时时刻刻都要提防着本·拉登之类的恐怖分子，唯恐他们得到原子弹后，酿成更大的人类悲剧。即便如此，我们发现这个拥有大量原子弹的“超级富翁”，并没有一丁点反省自己有任何问题的意思，依然到处大放厥词。古之圣人有云：“穷则独善其身，达则兼济天下”。我的认知和建议：不管是超级大富翁还是我辈贫者，兼济天下暂且不谈；再如古之圣人所言“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本”以求和谐，才是根本之大根本，否则更多的自我悲剧、人间悲剧、人类悲剧还会不断扩大、升级，我们这里姑且算作“杞人忧天”吧！在本书中我将继续我的“大无畏精神”和大家一起共渡一段旅程，在这里我们将一起来依据《大学》来探讨关于我们自己的话题，做为我们探索人生的参考。

《大学》是孔子的学生曾子所著述。孔子逝世以后，上至中央的周天子，下至诸侯国的诸侯们，君不君，臣不臣（君主不像君主的样子，臣子不像臣子的样子），都缺乏品德修养，也没有处身立世德行。因此他以悲天悯人的心情写了《大学》，以继承和弘扬孔子所宣扬的儒家文化的精髓，留传后世，这也是至圣先师孔子“删诗书，订礼乐”只以师道自居的精神内核所在。我在拜读《大学》等蕴含了中国传统文化的精髓的书籍之后，结合自己对生活的感受和体悟，在此用笔写下来，与大家共享。不当之处，敬请读者斧正。

李善智

2007年6月1日

前 言

因本书主要探讨“修身为本”，所以，我们先一起来看看《大学》关于“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本”的原文注解以便进一步地认知。

原文：古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家，欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知。致知在格物。

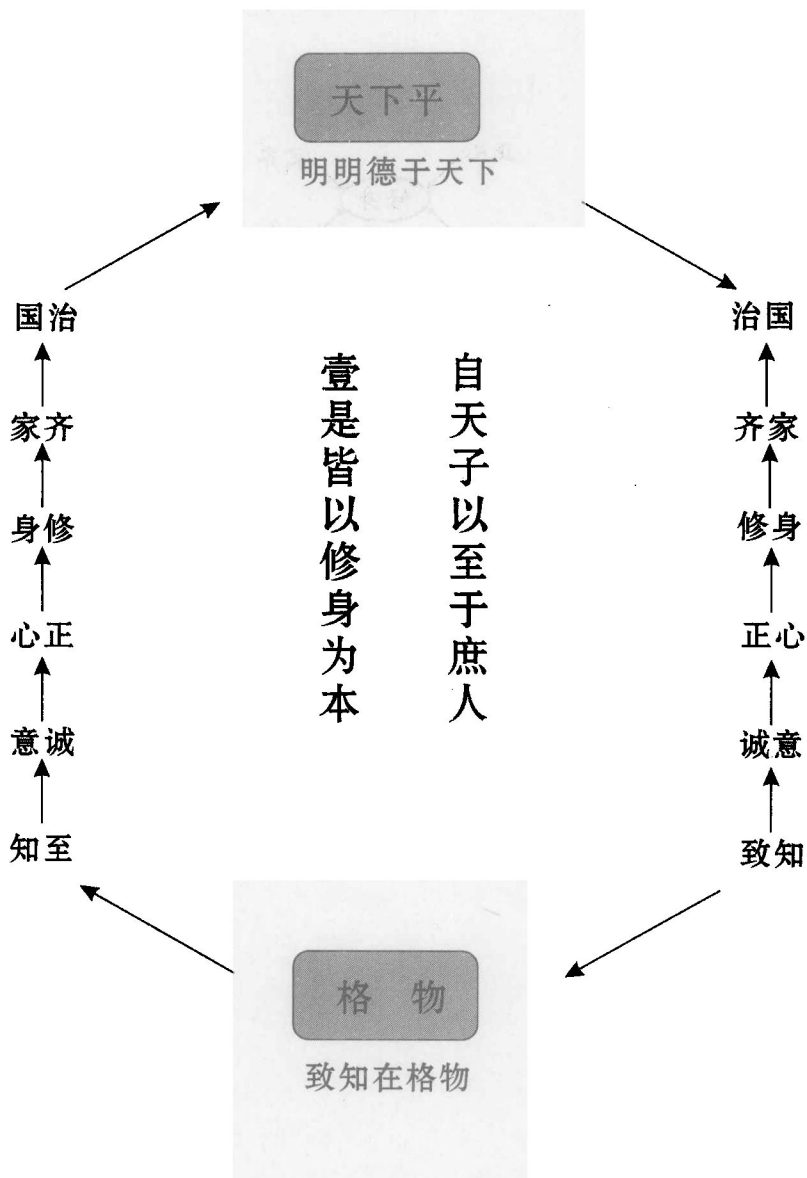
今译：在古代，要想将人固有的美好品德彰显于社会，就必须先从治理国家入手；要想将国家治理好，就必须先治理好家族的秩序；要想治理好家族，就必须从提高自己的品德修养做起，用心改变自己的态度习惯；要想提高自身的品德修养，就必须从正心做起，使自己心无旁骛，心态端正，没有邪念；要想让心态端正没有邪念，就必须先使意念真诚，心意真诚定会使自己认识明确；要做到意念真诚，就必须知道生命的运行规律，知道生命运行的规律在于知道世界上其他物体运行的规律。

原文：物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。自天子以至于庶人，

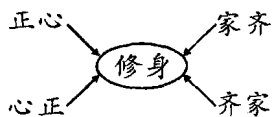
壹是皆以修身为本。其本乱而末治者，否矣。其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也。

今译：探究世界事物的本源然后才能对世界和生命有所认知，有了认知后意念就诚实；意念诚实了，心态就端正，没有邪念；心态端正，则品德修养可提高；提高品德修养之后，家族自然能治理好；家族能治理好，国家也能治好，各个诸侯国安定富庶，整个社会便太平无事，和谐安宁。上自天子，下到平民百姓，都一律以提高自身的品德修养为根本，如果这个根本混乱败坏了，那么要做到“齐家、治国、平天下”那是不现实的。如果本末倒置，将原本应该重视的事忽略，而将原本应该忽略的事重视，想要达到治国、平天下这样的目的，那也是从来没有的事。

下面有一图，可简要诠释上面的关系。



我们经常挂在嘴边：“修身、齐家、治国、平天下”皆以修身为本，而修身如下图所示：



在这里我们不做其他的论述，只对修身做探讨。至于其他，读者朋友可在我另外一本专著《跟自己谈谈》中找到部分认知。还有的，我们以后有机会可再做探讨。现在，让我们先来看“正心篇”。

目 录

序

前言

第一篇	正心篇	(1)
	1. 人心惟危	(5)
	2. 道心惟危	(10)
	3. 将心比心	(15)
	4. 我是对的	(18)
第二篇	齐家修身篇	(21)
	1. 历史的启示	(24)
	2. 母亲的伟大	(39)
	3. 修身齐家的五个方面	(47)
第三篇	修身为本篇	(71)
	1. 我是一切的根源	(74)
	2. 真正的自由	(77)
	3. 当下修身	(84)
第四篇	修身的轨迹	(103)
	1. 世纪末的宣言	(108)
	2. 椭圆的月亮	(111)
	3. 起飞点	(115)
	4. 使者的忠告	(117)
	5. 会笑的石头	(120)

6. 去下一程	(122)
7. 剧本的主角	(124)
8. 做自己的事	(127)
9. 对不对	(129)
10. 大山的气息	(131)
第五篇 修身圆满篇	(135)
1. 信仰	(140)
2. 道术	(151)
3. 完整的生命	(157)
结束语	(160)
课程介绍	(162)

第一篇

正心篇



关于正心修身,《大学》原文如下:

所谓修身在正其心者,身有所忿懣(zhì),则不得其正;有所恐惧,则不得其正;有所好乐,则不得其正;有所忧患,则不得其正;心不在焉,视而不见,听而不闻,食而不知其味,此谓修身在正其心。

今译:所谓修身在于端正自己的内心世界,是因为心中有所愤怒,那么就不能端正心态;心中如果有所恐惧,那么就不能端正心态;心中如果沉湎于不良的嗜好和享受,那么就不能端正心态;心中有所忧患、忧虑,同样也不能端正心态。如果心态不端正,不稳定,精力不集中,心不在焉,那么就会视而不见,听而不闻,食物吃到嘴里也不知道是什么味道,所以才说修身在于端正心态。

心是一个形而上的东西,很抽象。西方认为,指挥人体四肢六腑的是脑,医学认为人的肉身活动的中心在心脏。人是否死亡,要以心肺的死亡来



定，并不以头脑来定。但是在心肺与头脑两部分之上，还应该有一个级别的综合机能，也就是说在人的心理和生理之上还有一个总开关存在。至于具体是什么，目前依然像上帝一样未知。而我们中国人所讲的心，多数不指心肺，不专指头脑，而指的是总体的心。我们总是讲光用脑子，你长心了没有，心长到哪里去了，一点都不用心……因为心是生命的总体所在，所以心指挥脑，指挥身体的一切零件，虽然心指挥着我们的肉身，可心又生于我们肉身，身和心都不会独立存在。于是我们讲，身心合一是一种境界，可也总难免会出现“身在曹营，心在汉”的不和谐状况。我们平日里唱歌都唱“心若在，梦就在……”可见心若不在，到处游荡，就成了我们所言的“魂飞魄散”了。偶尔不在还好，若长期不在，是不是人都成问题。而正心就是要身心合一，尽己之性，尽物之性，以达到“修身、齐家、治国、平天下”的境界，而《中庸》中讲：人心惟危，道心惟微。可见正心是有相当大的探索性。