



全球通VIP大讲堂之文化讲座实录

于丹 著

阅读经典 感悟成长

于丹
余英时文集
于丹
席江



中华书局



全球通VIP大讲堂之文化讲座实录

阅读经典 感悟成长

于丹 著



图书在版编目(CIP)数据

阅读经典 感悟成长/于丹著. —北京:中华书局,2009.4
ISBN 978-7-101-06404-9

I. 阅… II. 于… III. 读书方法-文集 IV. G792-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 193026 号

书 名	阅读经典 感悟成长
著 者	于 丹
责任编辑	徐卫东 祝安顺
出版发行	中华书局 (北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073) http://www.zhbc.com.cn E-mail:zhbc@zhbc.com.cn
印 刷	北京瑞古冠中印刷厂
版 次	2009 年 4 月北京第 1 版 2009 年 4 月北京第 1 次印刷
规 格	开本/700×1000 毫米 1/16 印张 12 插页 8 字数 100 千字
印 数	1-440000 册
国际书号	ISBN 978-7-101-06404-9
定 价	20.00 元

目 录

致读者 / 3

自序 在古圣先贤的思想里寻找力量 / 7

中国人的生命体验 / 11

中国人的自然人格 / 14

中国人的写意生活 / 18

阅读经典与人格养成 / 50

中华文化中的明月心情 / 59

万古明月的感悟 / 62

月色里的家国情怀 / 71

中华文化里的智慧 / 82

穿越 2008 年，认识我们自己 / 93

时代变迁与自我体认 / 97

边读经典边成长 / 107

谈谈文化和人生 / 119

文化的意义 / 121

用怎样的态度面对生命 / 124

人生的境界 / 133

附录一 全球通 VIP 问答录 / 139

附录二 侠者于丹（陈煜卿） / 153

附录三 本书所引诗词一览 / 163

致读者

中国文化博大精深，特别是国学，更是民族的瑰宝、民族的财富、民族的灵魂。有一句话说：越是民族的，越是世界的。在经济全球化的大形势下，中华民族要自立于世界之林，在走向融合的同时，更需要保留民族特性，而国学教育正符合了当今的大形势。

近年来，在全国兴起的国学热潮中，北京师范大学艺术与传媒学院副院长、博士生导师于丹教授备受推崇。于丹教授的讲座具有清新的气息、雅致的风格、高尚的格调，犹如一杯鲜香醇厚的茶，很耐慢慢品味；又如雨后的一朵梨花，很耐细心观赏；像夜晚海岸边的波涛声，很耐默默闻听；又像一个人闲暇时独对的大森林，很耐静心思索。

2006年10月以来，于丹教授先后在中央电视台“百家讲坛”栏目上解读《论语》和《庄子》；2007年国庆期

间，在中央三套“文化访谈录”连续七天以《于丹·游园惊梦》为题讲述昆曲之美；2008年春节期间，在“百家讲坛”栏目上再次解读《论语》，引起了强烈的社会反响。

2008年，中国移动全球通VIP大讲堂邀请于丹教授作为全球通VIP大讲堂主讲嘉宾，先后在深圳、上海、兰州、泉州、武汉、合肥等地进行了讲演。

于丹教授的演讲紧扣21世纪人类面临的心灵困惑，用白话诠释经典，以经典诠释智慧，以智慧诠释人生，引领听众穿越两千多年的时间隧道，一起去感知中国文化与生命体验，受到广大VIP客户的热烈欢迎。

“全球通VIP大讲堂”是中国移动本着强烈的社会责任感和超前的服务意识所推出的一个实用的服务项目，以新颖独特的形式为全球通VIP客户提供了一个充实知识、交流思想、开阔视野、展示才华的空间。

自开办以来，“全球通VIP大讲堂”汇聚了无数当今国内外各个领域的精英俊才，将博大精深的学术真知融会贯通，以最精辟的理论、最敏锐的触觉、最深远的眼光展示给广大全球通VIP客户，为广大中国移动客户呈上了一道道尊贵而丰富的“精神大餐”，不但成为中国移动实现服务理念、极具标志性和品牌性的商务活动，更成为中国移动提升企业文化内涵、履行企业社会责任的重要体现。

为了使更多的中国移动客户能够分享于丹教授对中国文化及文学经典独特而深邃的诠释和解读，中国移动“全球通VIP俱乐部”现根据于丹教授在“全球通VIP大讲堂”

的讲座素材编制完成这本名为《阅读经典 感悟成长》的讲座实录。

这本为中国移动客户专享的于丹教授全新力作,内容丰富,语言生动,格调高尚,思想深刻,是一本难得的净化心灵、陶冶情操的好书。中国移动“全球通VIP俱乐部”谨以这份独特的礼物向广大客户表达衷心的感谢和诚挚的问候,祝愿所有客户如意、进步、健康、快乐!

全球通VIP俱乐部

自序

在古圣先贤的思想里寻找力量

改革开放三十年，究竟对中国人意味着什么？

如果说这三十年前段时间的发展体现为“速度”的话，那么后面一段时间，我觉得是在寻找轨迹与建立秩序。

这后十几年，人们开始思考很多问题，我认为主要是关于人内心价值体系的建立，就是当人拥有了丰富的物质财富以后是否幸福。这个问题变成进入这个世纪以来最重要的问题。

我们一边探索，一边在接近自己的答案。中国人是不能全盘通过西方的思想方式来找到幸福的。西方宗教讲原罪，寻求救赎。这不是中国人的道德观。

有个故事说，父子两人一起吃饭，儿子受西方文化影响，是一个基督教徒，每饭必定祈祷，感谢主的恩赐。父

亲忍无可忍给他一个耳光，说我辛辛苦苦给你挣钱吃饭，你不感谢我却去感谢他，太不像话了！

这个故事说明了一种文化差异，大多数中国人不习惯用外在的神灵救赎来确立强大的内心。

中国人讲究天人合一，在自然中、在古圣先贤的思想里，可以找到力量。因此，唤醒经典在我们生命里的基因比寻求外来的救赎更加重要。

我所讲的《论语》心得，就是希望在传播语境中完成一次文化基因的唤醒。为什么是唤醒呢？因为这种文化基因就蛰伏在我们的血液当中，人人都有。比如说孔夫子，没有人不知道。

我所讲的《论语》心得，是我的一己之得。我考虑的是从当下、从一个普通人的内心去阅读孔子。

文化经典是所有人的经典。经典不仅仅存在于象牙塔和书斋里，大众也可以从自己的层次上感受，并从中获益。

因此，我觉得对于经典的研究有“唯体”和“唯用”两个方面：唯体是一个学理的研究，深入、系统、严谨；唯用就是一种大众的延伸，每个人活在当下的文化坐标中，有权利利用自己的体验理解文化经典。

我要做的就是后一件事情，是为了传递一种充满希望、相信梦想，但同时又担当责任的健康的的生活态度。我认为这对当下的中国人来说更重要。

《于丹〈论语〉心得》在我的电视讲座结束以后就迅

速上市了，我没有想到它会得到那么多人的喜欢，开始我也很错愕。

在签售过程中，有些事情让我很感动。

一位八十多岁的老人，走到我面前，深深地鞠了一个躬说：“于老师，谢谢您把孔子给我们找回来了。”

这句话很打动我，因为我了解到一种态度，就是很多人在寻找孔子。

这种寻找不是我一个人所能完成的，我只不过是体验了一种可以用心灵寻找的方式。

这种方式用孔子的话来讲，就是：“仁，远乎哉？我欲仁，斯仁至矣。”我在那本书的扉页上写了四个字——“道不远人”，意思是不要觉得它远，你不觉得它远，它离你就近了。

还有一个十二三岁的小女孩跑过来和我说：“阿姨，看完你这书，我发现原来孔子说的不是废话呀！”

这也让我很受触动。经历“批林批孔”之后，现在中国四十岁以下的人，对孔子太陌生了。

一个十几岁的小孩，如果能通过这本书知道孔子说的不是废话，我觉得就够了。我们要正视这个现状，从起点上开始努力。

这本书后来卖到四百八十万册。还让我想不到的是，它到了台湾也卖得很快。首印六千册，三天就断货了，后来又加印了两万。

这本书后来又发行到日本、韩国，明年会在美国和欧

洲同时上市，由麦克米伦出版公司出版。

前几天，布鲁金斯学会的主席约翰·桑顿先生来北京找我。这个学会是一个学术机构，同时研究全球发展战略。约翰·桑顿先从研究建立经济模式开始，进而要研究全球的幸福模式。

我回答他的提问时说，中国需要建立的是一种精神模式，而不是一种单纯的经济模式。只有在中国传统文化的结构中，中国人才能建立一个精神价值系统，才能建立幸福观。

听完这些话后，约翰·桑顿很郑重地提出要为即将出版的《于丹〈论语〉心得》英文版作序，向更多的人推荐这本书。他说这本书关乎世界上四分之一的中国人的精神幸福，必定会影响世界。

我一直很喜欢《周易》中对“文化”的界定：“观乎人文，以化成天下”。我理解的文化，是一个动词，而不是一个名词，“文化”的作用就是化成天下。

我希望，在我们的内心，可以有一个生命支撑系统氤氲化生，给我们一个面向未来的内心依据。

2008年12月

中国人的生命体验



中国人的生命体验是什么？中国人的生命是一种写意。

2008年奥运会的开幕式，就把中国人写意的东西表现出来了。有弹性，有从容。水墨长卷缓缓拉开，舞蹈演员用身体的线条作画。

中国画不像西方的作品那样讲求透视，中国人画的永远是心中的山水。

山水在哪里呢？其实在每个人的举手投足里。

西方的建筑可以有城堡，可以有公园，但是它少有苏州的园林；西方的园林可以有开阔的庭院，可以有葱茏的树木，但是它没有那么多的山石，不会把山石堆积成一个自然的缩影，所以山水始终是在中国人的生活格局之内。

在今天，我们缺少了什么呢？我们缺少的不是时间与空间，而是生活时空和自然的融合。

中国人的生命体验，就是能够知道在多大的程度上，人与自然完成了水乳交融的生命养成。

一个人只要还在成长，还在更新，他的生命就不会停顿。

——于丹心语

中国人的自然人格

中国人有一种态度，就是“穷则独善其身，达则兼济天下”。像林语堂先生说的那样，“中国每个人的社会理想都是儒家的，而每个人的自然人格理想都是道家的”。

自然人格是什么呢？就是你被社会选择，在这个群体中去顺应，去融合。道家的人格理想是一个人选择自然生命的状态，看得见他内心的自我。

我从来不认为儒和道是两个不同的舞台，它们只是一个中国人不同的生命状态而已，无非一个人在职业化的时候就多一些儒家，而在他和朋友聚会、家人团圆或者一个人面对自然的时候，就多一点道家。

儒和道是一个人需要平衡的原则。一个人只要还在成长，还在更新，他的生命就不会停顿。中国人是讲究这种生生不息的。

儒和道怎么样能够达到一种平衡？

关于儒家，我们讲的已经很多了，我想讲一讲关于道家的自我意识：内心发现，生命反省，能保持自我。

一个能够保持自我的人，其实他就能被社会选择，因为他有自己内心的态度。

社会是要改变人的，有一个很好的比喻：社会犹如一锅一百度沸腾的水，它在煎熬，在改变每个人。但关键是，我们以什么样的生命状态去完成跟这锅滚水的融合？

我们可以做个实验：