

CCTV10

百家讲坛  
LECTURE ROOM

# 于丹

## 《论语》感悟

于丹 著

- 孝敬之道
- 智慧之道
- 学习之道
- 诚信之道
- 治世之道
- 忠恕之道
- 仁爱之道



中华书局  
ZHONGHUA BOOK COMPANY

B222.25

3025241

93



# 于丹 《论语》感悟

—— 于丹 著



中华书局  
ZHONGHUA BOOK COMPANY

图书在版编目(CIP)数据

于丹《论语》感悟/于丹著.-北京:中华书局,2008.3

ISBN 978-7-101-06055-3

I. 于… II. 于… III. ①论语-通俗读物②儒家  
IV. B222.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 022453 号

---

书 名 于丹《论语》感悟

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 2008 年 3 月北京第 1 版

2008 年 3 月北京第 1 次印刷

规 格 开本/700×1000 毫米 1/16

印张 11 插页 9 字数 130 千字

印 数 1-1200000 册

国际书号 ISBN 978-7-101-06055-3

定 价 22.00 元

---

# 目 录

|           |     |
|-----------|-----|
| 孝敬之道      | 1   |
| 智慧之道      | 23  |
| 学习之道      | 43  |
| 诚信之道      | 63  |
| 治世之道      | 79  |
| 忠恕之道      | 99  |
| 仁爱之道      | 119 |
| 本色于丹(代后记) | 141 |

于丹《论语》感悟之一

孝敬之道

《于丹论语》“孝”何以回量不县，公罪，自然情亲关系言说亦不致曰来

《论语》的朴素和温暖，就在于里面不仅有天下大道之志，更重要的是它永远不失去脚下朴素的起点。

孝敬之道就是这样朴素的起点。

我们今天已经远离了产生孝道的宗法社会。在现代社会中，父子的关系已经不存在跟君臣关系的对应，那么，是不是可以说，“孝”已经过时了？

是不是在今天这样一种人人平等、法律公平的社会里，“孝”就不是做人的根本了呢？

一本《论语》捧在手里，我们说它是朴素的，是温暖的，那么它的朴素和温暖体现在什么地方呢？

《论语》的朴素和温暖，就在于里面不仅有天下大道之志，更重要的是它永远不失去脚下朴素的起点。

也就是说，《论语》告诉我们修养身心的道理，并且还会给出一条脚下的路，让我们抵达自己的理想。

孔子和他的学生有很多日常的问答。有一天，颜回、子路跟老师在一起聊天。老师说：“你们每个人都说说自己的志向吧。”

子路说：“我的志向就是，衣服、车马这些好东西，与朋友一起享用，用坏了也没有什么抱怨。这就是我的愿望。”

颜回说：“我的愿望呢，就是一个人不经常夸耀自己，也不经常宣扬自己的功劳，能够做到很谦逊也就可以了。”

这个时候，学生们发现老师还没有说话。子路就对老师说：“希望听听老师您的志向。”

孔子呢，就淡淡地说出对自己人格理想的描述，很简单，就三句话：“老者安之，朋友信之，少者怀之。”（《论语·公冶长》）

孔子的志向就是希望做到能够让老人得到安顿，让朋友对自己信任，让年轻人对自己怀念。

我们想一想，每一个人在这个世界上都不可能摆脱跟三种人的关系，那就是我们的长辈——生我养我的父母，我们的平辈——一生相随相伴的朋友，我们的晚辈——自己的儿女。

孔子先不去谈我要怎样建设家国社稷，怎样建立多少功勋，而是说让我的老人都可以安顿了，让我的朋友对我可以信任、托付，让孩子们觉得我这个人是值得追慕、缅怀的，如果我的存在能够让这三种人心中有这样的种种寄托，也就够了。

在这里面，摆在第一位的是“老者安之”。

我们都在说，中华民族有一种美德叫孝敬，但是，我们理解什么是真正的孝吗？

一个“安”字容易做到吗？让老人外在得安其身，内在得安其心，可能每一个儿女都有自己的做法，但真正能够做好却很不容易。

中国民间有个说法，叫做“百善孝为先”。一切善行都是从孝开始做起，因为这是人生中最深刻的亲情，人人不可回避。

在孝顺这件事上，民间还有一个说法，叫做“论心不论迹”。我们知道，不一定每一个孝子都有充足的钱财和很高的地位，能够按照他的梦想把爱折合成一种物质条件给他的父母。有时候一个很深刻的心愿，但是做起来却只是一件朴朴素素的小事，小到微乎其微。

对老人的这种安顿，也许我们可以有种种标准，比如买多大的房子，买什么样的车，带老人去什么地方旅游，让他穿什么样的衣裳，有什么样的饮食，但是这些能让老人真正心安吗？

子游问孝。子曰：“今之孝者，是谓能养。至于犬马，皆能有养；不敬，何以别乎？”

——《论语·为政》

很多学生曾经问过孔子，什么叫做“孝”。“子游问孝。子曰：‘今之孝者，是谓能养。至于犬马，皆能有养；不敬，何以别乎？’”（《论语·为政》）子游去问老师，什么叫做孝啊？老师说，现在的所谓孝，就是说能养活自己的老人就行了。但是，这真的就是孝吗？

孔子接着反问，你看狗马这些动物都能够得到饲养，如果你只是做到让父母衣食无忧了，但你对他们没有发自内心的尊敬，那么这跟饲养狗马有什么区别呢？



“子夏问孝。子曰：‘色难。有事，弟子服其劳，有酒食，先生馔，曾是以为孝乎？’”（《论语·为政》）这里孔子又是一个反问句：“曾是以为孝乎？”你竟然认为这是“孝”吗？

子夏问老师什么叫孝。孔子又说了一种现象，他说：做子女的要尽到孝，最不容易的就是对父母和颜悦色。你看看今天的所谓孝，就是有一些要做的事情，孩子们都会抢着去干；在一个物质条件不很丰富的情况下，尽量做到让长辈有吃有喝。但是，这样做竟然可以算“孝”吗？

子游问孝，子夏问孝，老师都铺陈了一些大家普遍认为是“孝”的遗迹：去好好地做事，养着父母，有什么好吃好喝让父母先吃先喝，有什么劳顿自己可以先担当，这些事情大家都认为是孝了。但是，孔子都要反问一句，这些跟饲养狗马有什么区别？这些真是孝吗？

孔子的反问令人深思。中国人常常将“孝”和“敬”连用，孝敬孝敬，孝为行，敬为心，关键是我们的心中对父母有那份深深的敬吗？

今天是生活节奏加快的时代，儿女们总是太忙太忙了。

面对父母，今天的儿女应该要问问自己：如何让老人因为有自己这个孩子而得到安顿，我们怎样做到真正的孝？

今天我们总在说，孝敬是一种美德。但是，它不是一种本能。我们反过来说一个命题，就是父母对孩子的爱，有人说过那是美德吗？没有，因为那是近乎本能。

这个世界上，生物之爱都存在这样一个现象，这个现象很美好，但也近乎残酷：所有的爱都是下行的，也就是父母对子女的爱。对父母来说，儿女是自己身上掉下来的肉，所以父母怎么尽心都不为过。

我们看到很多故事，比如孩子得了病，这父母守在手术室外面，说把我的肝脏移植给他吧，把我的肾脏移植给他吧。我想，如果能移植心脏，那可能十个妈妈里面有九个愿意。

但是，我们去找找儿女为父母做过什么的故事，可能远远不如父母对儿女做的多。

怎么理解我们做到的孝，让我们从孔子的这两个反问句开始：我能养活父母了，是孝吗？我凡事抢着做，让父母有衣有食，是孝吗？那我们先来看看，父母对孩子这一生又意味着什么？

有这样一个故事，说有一个小男孩，他从小就在一棵大树旁边玩儿。他特别喜欢这棵树。这是一棵大苹果树，长得很高，又漂亮，又有很多甜美的果子。

这孩子天天围着树，有时候爬到树上摘果子吃，有时候在树底下睡觉，有时候捡树叶，有时候他也拿着刀片、瓦片在树身上乱刻乱划。这大树特别爱这孩子，从来也不埋怨他，就天天陪他玩儿。

玩着玩着，孩子长大了。有一段时间他就不来了。大树很想他。过了很久，他再来的时候，已经是一个少年了。大树问孩子，你怎么不跟我玩儿了？这孩子有点不耐烦，他说，我已经长大了，不想跟你玩儿，我现在需要很多高级的玩具，我还要念书，还得要交学费呢。

大树说，真对不起，你看我也变不出玩具，这样吧，你可以把我所有的果子都摘去卖了，你就有玩具，有学上了。这孩子一听就高兴了，把果子都摘了，欢欢喜喜走了。

就这样，每年他就是在摘果子的时候匆匆忙忙来，平时都没有时间来玩儿。等到他读书以后，又有很长时间不来了。再过一些年，这孩子已经长成一个青年，他再来到树下时候大树更老了。

大树说，哎呀，你这么长时间不来，你愿意在这儿玩会儿吗？孩子说，我现在要成家立业了，我哪儿有心思玩啊？我连安家的房子还没有呢，我也没有钱盖房子呀。

大树说，孩子，你千万不要不高兴，你把我所有的树枝都砍了就够你盖房子了。这孩子高兴起来了，把树枝都砍了，就去成家了。

这样又过了很多年，这孩子再来的时候，已经是中年人了，这大树

已经没有果子也没有树枝了。孩子还是不高兴，一个人心事重重地徘徊在树下。

这孩子说，我现在成长了，念完书，也成家了，我得在世界上做大事。这世界上的海洋这么浩瀚，我要去远方，可我连只船都没有，我能去哪儿啊？

大树说，孩子，你别着急，你把我的树干砍了你就可以做船了。这孩子一听很高兴，砍了树干，做了一条大船出海去了。

又过了很多年，这个大树只剩下一个快要枯死的树根了。这时候，这个孩子回来了。他的年纪也大了。

他回到这棵树边的时候，大树跟他说，孩子啊，真对不起，你看我现在在没有果子给你吃了，也没有树干给你爬了，你就更不愿意在这儿跟我玩了。

这孩子跟大树说，其实我现在也老了，有果子我也啃不动了，有树干我也不能爬了，我从外面回来了，我现在就是想找个树根守着歇一歇，我累了，我回来就是跟你玩的。

这个老树根很高兴，他又看见孩子小时候的样子了。

这个故事，其实说的就是我们的父母和我们自己的一生。

老树就是我们的父母，我们都是在树下玩大的孩子。我们每个人都体会过这样的一种成长，在父母身边长大，走向社会。但为什么人到最后才会归来呢？这就是平时经常说的“不养儿不知父母恩”，真到自己当了父母的时候才知道自己的父母有多不容易。

可是，真等到我们回到树根边的时候，心里就已经有太多的遗憾了，有很多能做的事情我们已经错过了。然而，父母跟我们很少计较。

这个故事听起来好像很残酷，但儿女的一生，不就是从父母身上获得了那么多的东西吗？父母付出的是他们生命中最宝贵的爱。

为什么孝敬是一种要大力提倡的公共美德，而不是每一个人的生命本能呢？同样是血缘，为什么下行的爱如此自觉，如此浓烈，而上行的爱有时候却显得牵强呢？

我很喜欢《论语》里面孔子用的那两个反问句。做到这些真的就叫孝吗？这样一问，让我们警醒。

孔子是个宽和的人，他不是特别地要求所有人都必须怎么做，包括他最看重的那些礼仪。有一次，宰我跟老师说：“为父母守丧，一守就是三年，好像太长了。君子三年不讲习礼仪，礼仪必然败坏；三年不演奏音乐，音乐就会荒废。旧谷吃完，新谷登场，刚好是一年的时间；钻燧取火的木头四季都用不同的材料，一年也就轮过一遍。那为什么我们的丧期非得三年，而不是一年呢？”

孔子就问他：“如果你服丧才一年，你就吃精米白面，你就穿绫罗锦缎，你自己觉得心安吗？”

宰我问：“三年之丧，期已久矣。君子三年不为礼，礼必坏，三年不为乐，乐必崩。旧谷既没，新谷既升，钻燧改火，期可已矣。”

子曰：“食夫稻，衣夫锦，于女安乎？”

曰：“安。”

“女安，则为之！夫君子之居丧，食旨不甘，闻乐不乐，居处不安，故不为也。今女安，则为之！”

宰我出。子曰：“予之不仁也！子生三年，然后免于父母之怀。夫三年之丧，天下之通丧也。予也有三年之爱于其父母乎？”

——《论语·阳货》

宰我说：“我心安啊，没什么不安。”孔子就告诉他：“女（汝）安，则为之！”（《论语·阳货》）如果你自己觉得心安的话，你就可以这么做，没有什么，不必特别地刻意。

宰我走了，他出去以后老师就很感慨。孔子说：“宰我还是做不到仁啊！一个孩子出生以后，要三年才能完全脱离父母的怀抱，所以替父母守丧三年，是天下的通例啊。难道宰我就没有从他父母那里得到三年怀抱的爱护吗？”

一个小孩子出生以后，父母们都手里怀里抱着，呵护之至，抱到三岁，有的父母还很惆怅，说孩子要长大了，以后我就抱不着他了。很少有父母说抱到孩子一周岁就烦了，说我抱你什么时候到头，我还要抱你两年，太烦了吧。但是，孩子长大以后，为父母守丧守到一年就有人觉得挺烦了。

孔子对宰我的言行没有横加干涉，他只是推测宰我幼年的经历可能不完美。我们看到，在孔子那里，三年之丧与三年之爱是相对应的关系，父母对子女是爱护，子女对父母是孝敬。

这个世界上没有一种孤立的现象，也没有一种孤立的标准。我们都在用自己的心去揣测他人。作为子女，如果我们能够换位去想，那么与其等到父母身后，我们去尽一年之孝或者三年之孝，还不如趁父母在的时候我们再多做一分一毫。

只要父母在一天，孩子就不会不挂在他们的心里。但是，孩子经常跟父母说的话是什么呢？就是：“妈，我最近不回来看你，实在是太忙了。”

忙，有时候是可以忙忘的，但有时候忙是可以取舍的，取重而舍次。什么是重？人们往往觉得事业是重的，朋友的快乐是重的，在这种时候，父母往往是被忽略的。

我们老是能听见父母说一句话，说：“你去忙吧，要是太忙就不一定着急回家来，打个电话就行了，让我知道你挺好就行了。”而孩子们呢，往往就把这个话当成是真的，就真会觉得父母只要知道自己在外挺好就行了。

在孩子这一生的成长中，尤其是长大以后，有时跟父母会发生冲突。有的孩子从小就有逆反心，父母孩子之间有代沟。

还有，并不是天下父母做事都正确。那么，当父母做得不对的时候，孩子真跟他们有冲突的时候，应该怎么做呢？

对于上述情况，孔子有这样的建议：“事父母几谏，见志不从，又敬不违，劳而不怨。”（《论语·里仁》）作为儿女，侍奉父母的时候，如果有意见相左的地方，甚至你觉得父母有什么错的地方，可以委婉地去劝止。这叫做“几谏”，就是你一定要很克制地，很轻微地，能够用一种柔和的方式去劝说。“几”就是轻微、婉转的意思。

子曰：“事父母几谏，见志不从，又敬不违，劳而不怨。”——《论语·里仁》

我们去说一个道理，道理本身是什么样也许不重要，但是表达方式很重要。我们怎么样用一种最好的表达方式把一个很好的道理说得通，这很重要。

我们经常会学习一些人际交往准则，就是你跟同事要怎么说话，你跟朋友要怎么说话，但几乎没有一本社交宝典上会教你跟父母怎么说话，因为大家都觉得，父母是亲人，跟父母说话还需要讲究方式吗？

孩子们老说，我在外面受了气，回家跟我妈说说怎么不行？跟我妈还不能发脾气吗？跟我妈还不能撒撒怨气吗？但是，千万要注意，往往就

孔子说出了一个简单的道理，就是你最亲的人是最伤不得的。

——于丹心语

是最亲的人成了自己的情绪垃圾桶，有时候还会因此而受伤。

孔子说出了一个简单的道理，就是你最亲的人是最伤不得的，你跟他们有什么意见相左，在说话的时候最好注意一下方式，好话能不能好好说呢？

孩子说了，有的父母会听，有的父母没听，还在坚持自己的做法，那就是“见志不从”。没听你的怎么办？“又敬不违”，做孩子的还要心存尊敬，不要去顶撞他们。

你心中可能对这事继续担忧，但不能生出怨恨，这就叫“劳而不怨”。

这些就是儿女辈跟父母发生意见相左的时候圣人所提供的一种建议。

孔子从来不要求人们必须怎么做。宰我不愿意守三年丧，孔子说一年你心安则为之，也没什么。他更不会要求我们两千五百多年以后的人，你必须怎么做。他只是提这么一个建议，但是这个建议对很多儿女来讲，意味深长。

什么叫做“又敬不违”？中国民间有个说法叫“孝顺”，孝顺孝顺，顺者为孝。很多时候，我们的孝心就在于不违背。当然，也有些儿女跟父母的冲突属于大是大非。但是，如果现在做个统计，父母、儿女之间所产生的冲突，究竟有多少是大是大非，关乎道德，关乎家国大义？这种事情毕竟很少。

绝大多数的冲突，用我们老百姓的话来说都是鸡毛蒜皮，却弄得父母心里头不高兴，儿女心里头往往也委屈，因为两代人可能动机都是好的，但看问题的方式不一样。

我们做儿女的，很容易跟父母形成的冲突就是发生在生活习惯上。我们愿意让他们生活好，比如经常指着老妈说，你看你攒的这瓶瓶罐罐，你这剩菜剩饭都舍不得倒，你去买的全都是处理的菜和水果，咱们家生活还不至于这样呀！现在日子过好了，你还是过去的习惯，你就不能把日子过好一点吗？你不能改掉吗？这种话我们几乎都会说。

我们有时候也会指着老爸说，现在我带你去吃西餐，我带你外边去

下馆子，你老舍不得吃，还老说吃不饱，非要回家来蹲在墙角吃你那碗面条，这都是你原来在农村时候的生活习惯，你就不能改掉，好适应现在的生活吗？

听着这些数落老人的话，能说儿女不孝吗？其实，这些都发自我们的内心。但是，孔子说了一句话，叫“又敬不违”，难道我们不能顺着点父母吗？

我们想一想，每一个人走到今天，都带着历史的烙印，每一个人都是由自己的习惯铸就的。如果没有老太太攒瓶瓶罐罐那段岁月，也许就没有儿女今天的生活；没有老爸蹲在墙角吃面条的那种节俭，也许你就不会从那个村庄走出来，就没有今天的楼房。

真正爱自己的父母就意味着包容和尊重他们的习惯。这是真正的敬。心理上的这种“敬”，直接导出来的行为层面就是“不违”。

真正爱自己的父母，就意味着包容和尊重他们的习惯。

——于丹心语

所以，我们不是说在大是大非的问题上都一定要做儿女的放弃原则，但是，在可以不计较的时候，儿女要对父母多一点尊重和理解，多让他们按照自己的方式去过一种快乐的日子，也许这就是最好的孝敬。

做晚辈的特别习惯于扶老人上下楼，这个动作有时候却招老人反感，老人经常把孩子甩开说，你觉得我现在就走不动道了？做儿女的这时候还真委屈。

其实，在物质生活大大丰富的今天，对于父母的心思做一些认真的揣测，按照他们的心意去做事，你可以做得更含蓄，更不外露，会让父母心里更自信，让他们对自己有更多的肯定。这也许是最好的选择。

每一个人从他自己那条路走来的时候，他就会带着历史上沟沟坎坎留下的许多痕迹。一个人走到老年的时候，他有很多隐忍不露的地方，他有太多太多的故事……对于老人来讲，有太多的东西不见得都愿意对儿女说明。他可以自己去忍过一生，那么这个时候，儿女就应该用心去想，我的父母他们到底为什么要这么做。

我曾经看到，有一个杂志上说：当天神把每一个小孩子派到人间的时候

候，总是给他们很多祝福，总是跟孩子们说，你们去吧，到这个世界上去创造吧！你们可以享受生命的成长，一生中可以有无数奇迹。多好的人间，你们去吧。

这些小生命很忐忑，说，天神跟我们说人间这么好，可我们也听说人间有很多的丑陋，有很多的竞争，有很多的挣扎。我们真到了人间，遭遇这一切的时候，没有天神保护了，怎么办呢？

天神说，放心吧，我们已经早早派去了天使，每个小生命都有一个特定的天使在等着他。这个天使会终其一生，忠诚地对待这个孩子，在最黑暗的时候会给他光明，在最寒冷的时候会给他温暖，在所有风险来临的时候，会拼着性命保护孩子。

孩子们一听，就很放心了，问，我们怎么才能找到自己的那个天使呢？

天神说，很简单，你只要叫一声“妈妈”，她就出现了。

我们看到，父母对孩子从来都是无怨无悔，终生相守，那么，孩子对父母呢？恐怕就不是这样的了。有时候，我们的孝敬之心埋在心底，但我们会有很多借口，使得我们对父母的孝敬心思或浓或淡，自己闲的时候就浓一点，自己忙的时候就淡一点。

其实，我们今天想想，《论语》里面关于孝的很多描述，不见得都符合今天的标准，因为它所诞生的那个时代离我们太远，那时的生活环境与我们不同，更重要的是社会基础不同，比如那时盛行宗法制度，而现在的社会不太讲究这个了。

大家知道，在《论语》里面曾提倡一种行为，叫做“父为子隐，子为父隐”（《论语·子路》），就是家里面有人做了错事，比如父亲偷了只羊，甚至比这更大的错事，儿子要瞒着，不能告发，父亲对做了错事的儿子也是这样。孔子说，父子相隐就是一种很正直的行为。

这种态度在今天，就不值得提倡。为什么孔子要这么提倡呢？我们可以先看看更深层的背景。在春秋时期，周天子乃至各诸侯国的君位继承都是实行嫡长子继承制。嫡长子继承制是当时君君臣臣、父父子子这样一套



礼仪体系的表现形式之一。君、臣、父、子，这个关系是一体化的，也就是说，儿女的孝敬跟臣子的忠诚连在一起。提倡孝道，跟以礼立国有关联，所以孔子把“父慈子孝”这种伦理范畴之中的父子相隐行为纳入“礼”的秩序之中，认为这种行为是值得提倡的。

我们明白了那个时代跟现代社会存在这种社会基础上的差异，就不见得要吧那个时候提倡的很多行为延续到今天。但是，如果从当时的情况推断这些行为背后的道理，那么有些道理对我们今天仍然是适用的。

比如，孔子说：“父母在，不远游，游必有方。”（《论语·里仁》）今天的孩子，很多都是少年壮志，飘洋过海出去留学，父母在的时候怎么能不远游呢？

当然，孔子还说了后一句话，叫“游必有方”。意思是说，如果你一定要出远门，必须要有一定的去处，好让父母知道，少点担心。换句话说，就是你真正有自己的志向，有自己要去做的\*\*大事，是可以走的，但是走了之后，要对父母有一个交待。

大家都知道，太史公司马迁一生用了很长的时间游历天下，又曾接受朝廷的命令出使西南。在父亲司马谈病重的时候，他在外漂泊多年终于回来。在父亲身边，他接受了一个伟大的使命。

司马谈这时快不行了，但他还有心事未了。他对司马迁说：“我家先人是周朝的太史，从前名声显赫，后来家道衰落。现在我作为太史，处在当今天下一统、人才辈出的时代，可是我对这个时代却没怎么记载，心里真是恐惧啊！我死了以后，你一定会接替我做太史，继承我们祖上的职业。你一定不要忘记我要撰写的著作啊！”

司马谈又说：“所谓孝，始于事亲，接着是事君，最后必能使自己扬名后世。扬名后世，以显父母，这是孝之大者。你记着我的话吧！”

司马迁哭着说：“小子不敏，一定好好整理父亲已经记录的历史资料，不敢有所缺失。”

司马迁就这样接受了父亲的嘱托，最后写成一部大书——《太史公书》，也就是名传后世的《史记》。