

《论语》中的人生智慧

吕 宁◎编著

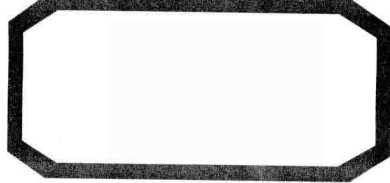
国学今读

简单的话，不简单的道理。
为人处世有妙方。

论语

北京工业大学出版社





《论语》中的人生智慧

吕 宁◎编著



北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

《论语》中的人生智慧 / 吕宁编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2016.1

ISBN 978-7-5639-4543-6

I. ①论… II. ①吕… III. ①儒家 ②《论语》—人生哲学—通俗读物 IV. ①B222.2-49②B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 277945 号

《论语》中的人生智慧

编 著: 吕 宁

责任编辑: 刘学宽

封面设计: 尚世视觉

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京建泰印刷有限公司

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 25.75

字 数: 329 千字

版 次: 2016 年 1 月第 1 版

印 次: 2016 年 1 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4543-6

定 价: 46.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前言

从《论语》中寻找人生智慧，从《论语》中找到自己生活的方向。

纵览人类文明的历史，深厚的文化底蕴来自中国。作为中国文化主流的儒家思想，影响了整个东亚，乃至整个世界。品读孔子的《论语》，感悟其微言大义，能使我们在纷繁万象中拨云见日，选择好正确的人生方向。

《论语》一书记载着孔子及其弟子的言语行事，是一部典籍文献。它集中反映了孔子的思想，是儒学思想智慧的宝库。宋朝以来，就有“半部论语治天下”之说。这是一本被读了几千年的教科书，包含了对中国古代的政治、文化、历史、哲学和宗教等方方面面的思考，大到治国，小至日常起居，无不饱含精警的启迪，充满着哲理和智慧。

《论语》里的每一句话都很短，但是其中蕴含的道理却很深远，仔细品之，总会从中发掘出很多通用的道理。它以深入浅出的形式告诉我们怎样学习和生活，怎样为人处世。《论语》不仅是知识，更是智慧。有些知识是会过时的，但智慧却是永恒的。

每个人生活在这个世上，不仅需要知识，更需要智慧。否则，就会时



《论语》中的人生智慧

常感到迷茫和纠结。

智慧从何而来？从学习中来，从实践中来，从历事练心的感悟中来。掌握知识并善于思考的人可能成为“智者”。拥有人生智慧的人，拥有智慧的人生，才可能是真正和谐幸福的人生。

从《论语》中，我们往往会体味到人生的大智慧。本书以白话诠释经典，用经典诠释智慧，把两千多年前的《论语》用一个现代人对社会、对生活、对人生的感悟演绎出来，用朴素、浅显易懂的话语揭示了生活中很多的深刻道理。走进《论语》，体味《论语》与生活，《论语》与做人、做事，《论语》与学习等的大智慧、大境界，从而帮助读者提升人生的境界，掌握前进的方向。

目 录

第一篇 生活的智慧

有一种生活叫安贫乐道	003
过一种勤俭节约的生活	009
寻找到自己的乐趣	016
患得患失不可取	022
饮食中的养生之道	029
解放自己的心灵	033

第二篇 做人的智慧

君子务本，本立而道生	041
智者要明智、有主见	046



《论语》中的人生智慧

人要有忧患意识	052
德比才更重要	057
进退有度	064
坚守自己的操守	068
做人要将心比心	073
做人的标准	080

第三篇 做事的智慧

欲速则不达	087
团结就是力量	092
做事应大智若愚	100
君子之“义”	108
行胜于言	113
进退之间的大智慧	118
少一些怨恨，多一些宽容	122
不要一味追求个人利益	128

第四篇 处世的智慧

拥有超然豁达的心态	135
求之于己	141
了解别人是别人了解自己的关键	147

不拘小节	153
做人就要坦荡荡	158
学会不忧不惧	164
宠辱不惊的风骨	167
处世当灵活运用“绝四”	170
以直报怨	174
爱惜自己，珍惜生命	178
学会中庸之道	182
拥有仁爱之心	188
仁者爱人	192
做人要遵守“礼”	197
调节人际关系，与人友善相处	200
人格修养之“和”	204
言忠信，行笃敬	212

第五篇 修身的智慧

贵在坚持	219
忠信之道	223
不因小利而失大义	227
不管贫与富，都能安然自若	232
克服私欲	237
做人不卑不亢	241
常常反省自己	246



《论语》中的人生智慧

善于取长补短	250
君子当不器	253
认识自己，提升自己	257

第六篇 学习的智慧

人生需要不断学习	265
学习要有进取心	270
学思并举，不可偏废其一	274
掌握正确的学习方法	278
温故才能知新	285
学习切勿不懂装懂	290
学以致用	296
三人行必有我师	300
会学习、会思考	305
学无止境，所以要多闻多见	309
举一反三，触类旁通	312
养成勤学好问的好习惯	316

第七篇 工作的智慧

学会忍耐	325
以身作则	331

不要抓着别人的错误不放	338
善于察人	342
反躬自省、严于律己	352
做好本职工作	356
敢于承担和自我批评	362

第八篇 说话的智慧

说话要察言观色	371
言必有中	376
把握说话的尺度	379
言而有道	383
少说多做	387
凡事慎言	390
少一些巧言令色	393



第一篇 生活的智慧

一个人有怎样的心灵，就拥有怎样的世界。生活看似简单，但其实却需要大智慧。如果没有生活的智慧，那么，生活就会变得复杂、艰难。要想让自己心情愉快、精神放松，我们必须改变自己头脑中那些错误的观念、偏执的思维惯性。读《论语》，领会《论语》中生活的智慧，让它引导我们理性思考、圆通处事、轻松做人，以此开始智慧的生活。

有一种生活叫安贫乐道

【原文】

子曰：“贤哉，回也！一簞食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐。贤哉，回也！”

——《论语·雍也》

【注释】

簞：古代盛饭的竹器。

巷：指颜回的住处。

乐：快乐。

【译文】

孔子说：“颜回的品质是多么高尚啊！一竹筐饭，一瓢水，住在简陋的小巷里，别人都忍受不了这种穷困清苦，颜回却没有改变他自有的乐趣。



《论语》中的人生智慧

颜回的品质是多么高尚啊！”

【评析】

孔子又一次称赞颜回，对他做了高度评价。这里讲颜回“不改其乐”，这也就是贫贱不能移的精神，这里包含了一个具有普遍意义的道理，即人总是要有一点精神的，为了自己的理想，就要不断追求，即使生活清苦困顿也自得其乐。

【引申思考】

传说，孔子有学生 3000 余人，其中最出名的有 72 人，而颜回又是孔子最得意的门生之一。颜回的一举一动，在孔子看来，都合乎心意。所以孔子常常以颜回的事例来教育其他学生。

颜回，字子渊，所以也叫颜渊。

孔子十分赞赏颜回在陋巷不改其乐的品德。这是一种“安于贫而乐于道”，是一种极高的人生境界。

这几句话看起来非常简单，但是要身体力行，历练起来，就不简单了。孔子第一句话就赞叹颜回，然后说他的生活——“一簞食”，只有一个“便当”。古代的“便当”就是煮好的饭，放在竹子编的器皿里。“一瓢饮”，当时没有自来水，古代是挑水卖，他也买不起，只有一点点冷水。物质生活是如此艰苦，住在一条陋巷中。任何人处于这种环境，心里都会产生忧愁、烦恼。可是颜回仍然不改其乐，心里一样快乐。

中华民族在自己的历史长河中，也形成了代代传承的美德、充满智慧的哲理和深刻完备的伦理。“安贫乐道”就是中国古代的一种理想精神，

是中国百姓自古以来称颂的美德。在孔子看来，颜回正是安贫乐道的典范。他家境贫寒，身居陋巷，缺吃少饮，别人看了很忧伤，而颜回却认认真真地读书，沉浸在遨游知识海洋的快乐之中。

走进诗人刘禹锡的陋室，我们就可以发现“安贫乐道”的精神在其身上淋漓尽致的体现。他在自己的世界里任思绪纵横驰骋，踏着湿漉漉的青苔，走进幽静的林荫小道，走进一个无“污染”的大自然里，悠闲地抚弄素琴，还有野鹤夜听经。可以以琴书会友，当然更没有世俗嘈杂的声音扰乱自己的听觉，闲云野鹤般的生活更让人心安理得。

对于内心愉快的人，钱财是黄粱梦中的虚无。钱财的分量如何，对于我们来说，取决于我们的内心。钱财不会自动带来幸福，也不会必然带来灾祸。它是一面放大镜，放大每个人的内心。把钱财只看作是福的人，往往塞翁失马，得到的也许只是尚未打开的潘多拉盒子。

福兮祸所伏，祸兮福所倚。如果不能保持内心的平静，在获得钱财的同时，也许我们就正在走向万丈深渊，万劫不复。相反，如果保持清醒的头脑，钱财或许像镜中月水中花一样可望而不可即，但是快乐却会如同牛顿头上的苹果，自动落到我们的头顶。

快乐与钱财无关，与内心相连。安于贫穷才能乐于求道，是之谓安贫乐道。

通常，有人将安贫乐道理解为贫困、满足现状，但其实安贫乐道是不等于安于贫困、满足于现状的。追溯历史，隐士们都是贫困潦倒的，居陋室、家徒四壁；难自给、箪瓢屡空；穿布衣，甚至短褐穿结，想痛饮一番，还借酒消愁又几千……然而，他们都能“不戚戚于贫贱，不汲汲于富贵”。他们宁愿不为五斗米折腰，去安贫乐道，为什么呢？是他们贪恋家乡美味吗？是享受田园美景吗？不是，他们不是不为国家做贡献，而是那个时代的悲哀。



《论语》中的人生智慧

一个压抑人才的时代，有才能的人屡遭贬谪，所以他们安贫乐道，诵出“何夜无月，何处无竹柏，但少闲人如吾两人耳”。有才能的人怀才不遇，于是他们“坐观垂钓者，徒有羡鱼情”……

《后汉书·杨彪传》向我们介绍了杨彪的安贫乐道：“安贫乐道。恬于进取，三辅诸儒莫不慕仰之。”杨彪字文先，东汉名臣，弘农华阴（今陕西华阴）人，杨震之后，杨赐之子，世代忠烈。任京兆尹时毅然处死巨宦王甫。献帝时为太尉，董卓欲迁都长安，百官无敢异议者，唯其力争，免官。卓死复为太尉，李郭之乱中尽节护主。后为曹操所忌，诬以大逆，孔融力救始免。后其子杨修为曹操所杀，闭门不仕十余年。

古有安贫乐道者，今也有安贫乐道者，大科学家钱学森就是其中一位。

钱学森 1911 年 12 月 11 日出生在浙江杭州。他从小就很有志气，5 岁就能读懂《水浒》，立志长大后也做英雄，干一番惊天动地的大事业。1935 年至 1939 年，钱学森在美国麻省理工学院航空工程系学习，获得硕士学位。后又勤奋学习，获博士学位，并在加州理工学院和麻省理工学院航空系从研究员一直当到教授。照理，钱老一家在美国的生活是相当不错的，可是，当新中国成立后，为了用自己学到的知识报效祖国，1950 年 8 月，毅然带全家返回祖国。他牵头成立了中国中科院力学研究所，1958 年完成了东风导弹计划，并且在 1964 年试射成功。2003 年成功将“神舟五号”送入太空的“长征”火箭，也是在钱学森研究的基础上开发的。很多人都说，是钱学森点燃了中国的强国梦想。

钱学森的近亲陈天山，说起了一件往事。他说：“当时的钱氏大院在杭州东街路 887 号，钱氏大院以前有 3 万平方米，住的都是钱家的人。这个大院后来拆分，钱学森也分到一套，我当时写信给舅舅，他回信说，我是无产阶级，我不要房子。”他说，钱学森平时很节约，可国家要分给他房子，他却不要。上海交大档案馆原馆长曾勋良教授也说起一件往事。当时

上海交通大学要成立档案馆，曾勋良负责收集校友资料与实物。他问钱学森有什么东西可放在档案馆。钱学森说，他不要王婆卖瓜自卖自夸，就给了曾勋良两支铅笔和一个本子。曾觉得不够，就左看右看，看到墙上挂着一个很旧的公文包，就说好不好把公文包给我。钱老不肯，说这只公文包他已用了50年了，现在也还要用。曾勋良说，那时是20世纪80年代后期。钱老给人的印象是非常节俭。他起草文稿，都是写在废旧的挂历背面或会议材料的背面。作为一个大科学家，这样做确实十分难得。在钱老的心中，中国知识分子的本色就应该是安贫乐道，生活上低标准，工作上高标准，把自己的一切毫无保留地贡献给国家和人民。

1988年，正是中国市场经济大潮袭来之时，人们的价值取向也发生了很大的变化。出现在这个大潮中的不和谐音就是“一切向钱看”，就连一向被称为净土的高等院校，也出现了以各种名目创收的不良风气。而钱学森的外甥女陈天伦一家，不为外界环境所动，安贫乐道，专心教书育人，彰显了中国知识分子的本色，钱学森对此表示了自己的敬意。

如今，一代科学巨匠已经离我们而去，但是他那种安贫乐道的精神，却仍然激励着我们每一个人。

现代社会的人面对多项选择，有些人因为一些不如意而对生活失去兴趣。还是看看那些不如我们的人吧！我们和他们相比，已身在天堂，还有什么理由不满意呢？还有什么借口感慨生活的索然无味呢？生活中，即便身边的人再无聊，身边的事再烦心，我们也应善于发现生活中的那些快乐。

颜回家在哪里？陋巷子里。

颜回吃什么？他吃不上山珍海味，大鱼大肉，只吃蔬菜便饭，简简单单。

颜回喝什么？他喝白开水、凉井水就很爽了。

人们都担心：这人怎么过呀？没想到颜回一天到晚都很快乐。