

经久传世的智慧经典



问道 / 编著



生活离我们很近，不管如何逃避，现代的繁华、都市的诉求、漂泊的迷茫还是纷至沓来。我们总是会被生活琐事牵绊，让心灵有许许多多的遗憾。



受益一生的心灵指南

智慧与人生



本书从精深的儒释道思想入手，深入浅出地阐释了人生面临的种种问题，给处在困惑混沌中的人们以心灵的抚慰，智慧的启迪。

北京工业大学出版社

经久传世的智慧经典



问道/编著

生活离我们很近，不管如何逃避，现代的繁华、都市的诉求、漂泊的迷茫还是纷至沓来。我们总是会被生活琐事牵绊，让心灵有许许多多的遗憾。



受益一生的心灵指南

智慧与人生



本书从精深的儒释道思想入手，深入浅出地阐释了人生面临的种种问题，给处在困惑混沌中的人们以心灵的抚慰，智慧的启迪。

北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

儒释道智慧与人生 / 问道编著 .—北京: 北京工业大学出版社, 2010.10
ISBN 978-7-5639-2422-6

I. ①儒… II. ①问… III. ①哲学思想—中国—古代—通俗读物
IV. ①B21-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第125294号

儒释道智慧与人生

编 著: 问 道

责任编辑: 李 华 郑 华

封面设计: 彩奇风书籍设计

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010-67391106, 010-67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163.net

承印单位: 北京高岭印刷有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 15.25

字 数: 231 千字

版 次: 2010 年 10 月第 1 版

印 次: 2010 年 10 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2422-6

定 价: 28.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换

前言

航海大发现以来，世界版图内逐渐展现多个文明画轴的对接，而其中，最能与古希腊古希伯来“两希”传统形成观照的，无疑是5000年来在太平洋西岸绵延不息的中国文化。

亘古以来生生不息的华夏文明，以其久远神秘的智慧、独步天下的文化传承，令举世赞叹不已，引来无数本土及东西洋学者文人好奇探究的目光。

自从殖民扩张时代以来，整个星球烽烟不断，强势的西方文明伴随着欧风美雨漂洋过海，形成一股浩荡激阔的怒潮裹挟东来。欧亚大陆东端的各种古老文化无不遭受颠覆性的冲击。近世以来，有不少受传统文化熏陶出的中华知识分子，皆流露出对儒释道三家及连带的其他杂家质疑的目光，或狂热以倾覆，或冷观而保守。

集中体现中华文明古远智慧特质的儒释道三家店，在此风雨飘摇境遇之下，虽遭残酷砸抢破坏，而最终屹立不倒，毅然矗立于中国人精神田野之中央。

废墟重生，乃不世景象，何也？真金不怕烈火炼，总要闪烁其固有的不熄的光芒。

在东方，一些知识分子非敝帚也不自珍，怀疑、抛弃甚至反叛本土传

统智慧，转而将目光移至别处；与此同时，西方学者却对东方智慧评出了“东方三大圣人”，分别是孔子、六祖慧能、老子，恰好代表了中国的三教：以孔子为代表的儒家，以六祖慧能为代表的中国释家，以老子为代表的道家。

对于儒释道三家，国学大师南怀瑾先生有一个生动的比喻：儒家好比粮食店，为人们提供必不可少的精神食粮；释家是百货店，日常用品，林林总总，一应俱全；道家则是药店，灵丹妙药，用以济世救人。儒家店必须光顾，圣人曰：饮食男女，人之大欲；释家店则随时可以逛逛，有钱则购，无钱则望；道家店则是无事不必登。

春秋战国时期正值中华文明的青春年华，是一个激情飞扬、活力四射的时代，也就是孔子说的礼崩乐坏的残酷时代，也是百家争鸣的光辉时代。那样的时代如彗星一闪、昙花一现，它承受着战乱的阵痛，也孕育着新时代的萌芽。在那个时代里，有思想的狂欢，有生命的自由伸展，一切都在自由自在的状态下如野草般肆意生长。

借此天时、地利、人和的优势条件，在自由的沃壤中，有两种思想浸润着雨露、阳光，露出尖尖一角。这就是鲁国的孔子开创的儒家思想体系和楚国的老子开创的道家思想体系。林语堂先生进行过这样形象的比较：“孔子学说依其严格的意义，是太投机，太近人情，又太正确。人具有隐藏的情愫，愿得披发而行吟，可是这样的行为非孔子学说所容许。于是那些喜欢蓬头跣足的人走而归于道教……孔子学说的本质是都市哲学，而道家学说的本质是田野哲学。”

儒学的精髓是积极入世。与道家学派的师法自然相比，它少了一分潇洒脱俗，多了一分入世的使命感；少了一分消极避世，多了一分积极进取。与佛教的清静无为相比，少了一分来世报应，多了一分今生责任；少了一分普度众生，多了一分责己修身。因此，儒家有烦恼：修身不完善，有志难施展……但更多的是乐趣：修身之乐，施展抱负后齐家、治国、平天下之乐，而这些，正是其他学派永远无法企及的，也是儒学思想魅力不减、

源远流长的内在原因。

老子所著的《道德经》和庄子所著的《庄子》，是道家学派最重要的两部经典力作。《道德经》上篇讲解宇宙本原、天地变化、阴阳变幻等问题，下篇阐述人在天地宇宙中的处世方法、进退之术以及长生久视之道。《庄子》内七篇为庄子本人所作，分别讲述人的自由解脱、养生、出世充德等几个方面的内容，并据此为人们设计了悠然自得的自处之道，不为外物所困，不为现实所扰，怡然自适，超然达观。

佛教思想在东汉末年由丝绸之路悄悄传入中国，此后与儒、道两家思想逐渐融合，形成了中国佛家的修身美德。“佛”是从印度梵文音译过来的，是“智慧、觉悟”的意思，是对无尽时空里所包含的万事万物的大智大觉。自从佛教思想与华夏文化碰撞、衔接、交融开始，它便植根于华夏大地，对中国的政治、文化、民俗产生了巨大影响。

一代宗师弘一大师指出：佛并不是一种迷信，而是一种解释人生和宇宙的智慧。他之所以把自己毕生的精力投身于佛家的研究，并把它发扬光大，就是为了让更多人能真正了解佛法，并且从中获得无穷智慧与精神力量。就是这种信念让这位当年的才子少爷放弃了世俗中的财富与地位，义无反顾地披上了袈裟，成了千百年来佛家众多追随者中的一个。

现实生活中，许多人拥有渊博的知识，过着富足的生活，但并不快乐。正如苏格拉底所说：真正带给我们快乐的是智慧，而不是知识。因为智慧会使人洞明人生的真理，会使人的行为合理，从而达到自由、快乐、解脱的境界。

古人说：“人同此心，心同此理。”虽然当代中国的社会文化环境与古代中国社会相比已经发生了很大的变化，但也存在着许多共同的问题。儒家的仁学思想无疑有需要舍弃的地方，但由儒家所阐述的许多人生智慧、人生哲理在当代仍具有普世性价值。因此，这些有价值的东西理应为世人所共享。同样，在如今这个精神世界非常活跃的时代，佛家与道家的精髓也弥足珍贵。虽然有人说世界面临的问题要从 2500 年前的孔子那里找寻，

毋庸讳言，也得从佛、道两家去试探着追索。

“人建功立业，但他诗意地栖居在这大地上。”荷尔德林的这句诗正表达出了中国人在人世和出世这两方面的愿望。

笔者秃笔短见，顺此风潮，特编《儒释道智慧与人生》在此，与君分享。

希望本书能够让读者窥到实现上面两个愿望的门径，对儒释道三家智慧有更为深刻的了解和体悟；更希望这些智慧能化作缕缕清风，让你在忙碌、紧张的人生旅程中感到轻松和惬意。

目 录

儒家：兼收并蓄，圆融潇洒达“大同” / 001

以善养人，爱的芬芳永存心间 / 003

存心养性，探寻幸福的源头 / 003

惠及他人，恻隐之心需长存 / 004

不吝举手之劳，种善因方能得善果 / 006

常施己爱，人情弥漫着温暖的味道 / 007

立身行德，修炼上品人格 / 009

温润雅量与傲然坚韧，道德路上殊途同归 / 009

无欲则刚，如松柏般挺立于世 / 010

时时反省，涤荡心中尘埃 / 012

燃烧或腐朽，决定权在自己 / 013

难得糊涂，常人不易做到的大智慧 / 015

鹰击长空，居高者气度非凡 / 017

特立独行，如冬梅般傲然笑雪 / 017

摘下面具，抛开“人活脸”的重负 / 018

行事需如履薄冰 / 020

有容乃大，宽容绽放迷人馨香 / 021

静思己心，精心雕琢大写的“人” / 023

虚怀若谷，求索路上的原动力 / 023

诚信，需终生经营的道德“事业” / 024

风雨过后方见彩虹，苦难孕育英才 / 026

有所为、有所不为，坚守良知的底线 / 028

未雨绸缪，居安需常思危 / 029

以如饥似渴之心，求经世致用之学问 / 031

与光阴赛跑 / 031

“去粗取精”的另类解读：择其不善者而改之 / 032

时时精进，于无涯学海中逆流而上 / 034

授人以渔，给予与收获并存 / 035

熙熙攘攘利来利往，当有宠辱不惊之心 / 037

无功不受禄，君子得财有道 / 037

打破被金钱束缚的困局 / 039

因小利而忘命者，终以庸庸碌碌收场 / 040

粗茶淡饭亦可快乐无穷 / 042

虚名如酒，切忌长醉不醒 / 043

人情练达即文章，三思后行闯“江湖” / 045

敬人者，人恒敬之 / 045

讷言敏行，方为大智 / 047

柔能克刚，温言软语融冰山 / 048

顾左右而言他，化尴尬于无形 / 050

以情暖人，一本万利的领导艺术 / 051

曲高和寡，肝胆知己方能懂 / 052

- 择友如求师，多思而后交 / 052
- 君子之交：淡如水，重如山 / 054
- 挚友如镜，择其善者而从之 / 055
- 巧言令色者，绵里藏针刺人于无形 / 057
- 因利而交，友情如海市蜃楼 / 058

大爱无声，化不开的浓情蜜意 / 060

- 人不孝其亲，不如禽与兽 / 060
- 善待父母之过，养育之恩的另一种回报 / 062
- 鹤鹤情深，也需要理智 / 063
- 尊师重道，事师犹事父 / 065
- 子不嫌母丑，以至孝之心爱国家 / 066

释家：进退从容，聪慧洒脱获顿悟 / 069

禅游万里，用心去悟 / 071

- 世间法即佛法，要用心去悟 / 071
- 禅游万里，自己来承当自己 / 072
- 灭去欲望之火，看透世间颠倒 / 074
- 生命短暂，握住瞬间 / 076

永葆湛寂明澈心，自然修得无忧人生 / 078

- 清净尘心，换得洞悉世事的明澈双眸 / 078
- 禅定之心，不随境迁转 / 080
- 眼中之物无净秽，单纯悄然而至 / 081
- 填平差异的鸿沟，以慈悲心共容 / 083
- 平常就是道 / 084
- “沉香”至底，心“净”如水 / 086

点一盏善之心灯，常存悲悯之心 / 087

圣洁菩提心，驱散凡世之痛 / 087

众生皆平等，关爱无差别 / 089

智慧处世，慈悲待人 / 090

布施，一颗至诚心足矣 / 092

善有善报，一念之善救人救己 / 093

心宽胜海，雅量容万物 / 095

风物长宜放眼量，悲伤欢喜皆从容 / 095

博大的雅量可以释怀一切痛苦烦扰 / 096

行为大善，我不入地狱谁入地狱 / 098

放过他人，也放过自己 / 100

心生欢喜，幸福尽在谈笑间 / 101

一粒微尘，也包含了幸福的味道 / 101

追逐的过程是最幸福的时刻 / 102

以平常心做非常人 / 104

真的快乐是“皆大欢喜” / 106

忍者无敌，百炼钢化绕指柔 / 107

得成于忍，退一步海阔天空 / 107

百忍未必成金，却能消解烦恼 / 108

潜龙在渊，只待好风凭借力 / 110

八颗苦果尝尽，一株清莲盛放 / 111

天助自助者，人生由自己负责 / 113

舍却种种罪业，光明就在当下 / 115

驱逐私心，勤植心灵的后花园 / 115

端正己心，身正影子自不斜 / 117

以过往为镜，探寻未来的秘密 / 118
一念之间，众善奉行即成佛 / 119
你才是拯救自己的佛 / 120
悔己之过，走向圣洁的必由之路 / 122

按住心兵，勿为得失而动 / 124

放下俗念，给心灵洗个澡 / 124
圣凡各有独到之处 / 126
宠辱不惊，闲看世间起落 / 128
以无私之诚意“种福田” / 129
行舍弃之道，圆长久之梦 / 131

施与受的循环间，生发真实的愉悦 / 133

雪中送炭远胜锦上添花 / 133
未成佛道，先结人缘 / 135
闭上世俗眼，封上以貌取人心 / 137
清水出芙蓉，去除机巧美得真实 / 139
与人为善者，必能听到善的空谷回音 / 140

世事如风，何妨随心而停 / 142

佛陀与恶鬼，存于一念之间 / 142
人生妙曲尽在高低错落间 / 143
心珠一颗，折射出生命的色彩 / 144
活在当下，经历最真切的苦乐 / 146
随缘：得之我幸，不得我命 / 148
空即不空，出世与入世形影相随 / 150

道家：刚柔并济，慈忍谦让现辉煌 / 153

心门洞开，与天地同逍遥 / 155

摒弃私心，走出人人为我的墙角 / 155

超越自我，逍遥方至 / 156

福祸并存，谈笑间淡然处之 / 158

荣枯任它，顺其自然 / 160

悟道需静，养纯粹本心 / 161

从聪明中入，从糊涂中出 / 161

动之徐生，缓步欣赏沿途风景 / 162

回归自然，驱散心头的乌云 / 164

及时为心灵除草，抚平功利欲念 / 165

“减”去心中“妄念”，轻装上阵 / 165

不做樊笼里的孔雀 / 167

做自然之子，养自然之心 / 169

生命如莲，花开花落皆平常 / 170

浮生若梦，需及早大彻大悟 / 170

心之所惧，不过是想象出来的“鬼” / 172

生命平凡但不平庸 / 173

善生善死，点燃不熄的生命激情 / 175

因缺憾而追寻完美 / 176

谦冲自牧，退步原来是向前 / 177

审时度势，藏锋芒于鞘中 / 177

虚怀若谷，时有所获 / 179

放空才能容纳更多 / 180

去浊存清，让心沉静下来 / 182
高下相倾，低头才能快步向前 / 184

为人所不肯为，以入世心行路 / 185

跨越苦难的沟沟坎坎 / 185
居安思危，守住自己的本心 / 187
捆绑手脚的纸枷锁——患得患失 / 188
筋疲力尽时，再坚持一下 / 190
安贫乐道，富有的精神密码 / 191

跳出迷局，以出世心俯瞰全局 / 193

成功只需每天向前迈一步 / 193
走自己的路，挣脱他人所设的牢笼 / 195
远离模仿的惯性，塑造一流的自我 / 197
规划人生路上的一砖一瓦 / 198
燕雀与鸿鹄，永远无法跨越的鸿沟 / 200
水滴石穿，慢慢积淀就会产生“奇迹” / 201

先发制人，无为中的大有作为 / 203

成功从选准方向开始 / 203
刹那无常，紧跟时代脚步 / 204
爱己所爱，兴趣是最好的老师 / 205
专注而至忘我，技艺自臻化境 / 207

紧随心的步伐，灵动静谧两相宜 / 208

治学秘籍：知之为知之，不知为不知 / 208
外化内不化，保持一颗纯粹的心 / 210
人贵有自知之明 / 211
与时俱变，成就真正的自由人生 / 213

穿过脸谱，参透机巧路上的人心 / 215

遗忘他人之过，“忘”与“记”间选前者 / 215

大辩不言，流言止于智者 / 217

因由看破自逍遥，执著不过是庸人自扰 / 218

波澜壮阔之人生，源自大海般的胸襟 / 219

收起机心，“素颜”游天下 / 220

进退有度，轻松游弋于艰难世间路 / 222

智者调心，先适应后合拍 / 222

以退为进，万事无如退步休 / 224

亦刚亦柔，刚柔相济 / 226

凌波微步，独特“脚法”畅行天下 / 227

阿谀如猛兽，转身逃离为上策 / 228



儒家： 兼收并蓄，圆融潇洒达“大同”

百家争鸣时代的尖尖一角——儒家，从孔子开始，直到今日仍盛行不败。“天不生仲尼，万古如长夜”，几千年的岁月中，儒家思想随着时代的变迁换上了一层层的新装，其主旨却从未改变：修身、齐家、治国、平天下的“四部曲”，照亮了无数人的前行之路。

仁、义、礼、智、信塑造出一个个圆融潇洒之人。在他们的心中，有一个共同的理想：天下大同。在积极入世的使命感与进取心的引导下，诸多德才兼备者，争相施展抱负，在悠长的中华文化中，奏出了一曲曲经久不衰的乐章。同时，众多儒者也在实现“大同”的道路上，向人们昭示了一种积极的智慧。

