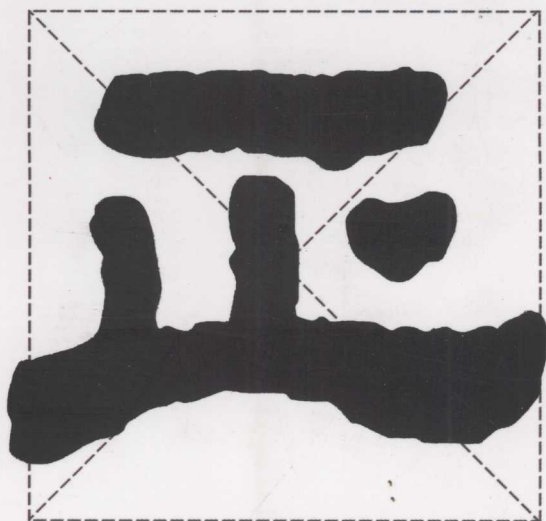


郑文
编著
诠释东方古老智慧
弘扬传统文化精髓



人类的智慧是相通的，
它们没有
时空的界限。

中国传统文化精粹大全集



人们经常能在最古老的智慧与

最现代的思想之间发现某种很深刻的联系

孔子 —— 为人之道

老子 —— 处世之道

庄子 —— 养生之道

中国传统
文化的精粹和
精华



地震出版社

K203-49
11

郑文编著
中国传统文化精粹大全集



图书在版编目 (CIP) 数据

正道：中国传统文化精粹大全集/郑文编著. —北京:

地震出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5028-3424-1

I. ①正… II. ①郑… III. ①传统文化—中国—通俗读物

IV. ①K203-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 136393 号

地震版 XM2338

正道——中国传统文化精粹大全集

郑文 编著

责任编辑: 张平

责任校对: 孔景宽

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68721982

传真: 68455221

网址: <http://www.dzpress.com.cn>

E-mail: seis@mailbox.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

版(印)次: 2011 年 9 月第一版 2011 年 9 月第一次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 323 千字

印张: 20

书号: ISBN 978-7-5028-3424-1/K (4560)

定价: 36.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)



前言

在两千多年前，中国的儒家先贤们就告诉我们，人生是快乐的，是可以快乐的。只要我们去追求，就可以得到幸福和快乐。

比如《论语》，一开篇，孔子就讲快乐的心态，“学”要快乐，“与朋友交”要快乐，“别人不知道”也要快乐。快乐是什么？是人生的目标，是人生的目的，是人生的意义。怎么样寻求到快乐呢？首先就是要“习”，调节，这个调节就是学习，学习知识以改变我们的思想，改变我们的行为，进而改变我们的生活。

孟子认为，人的最终目标是幸福快乐，人生的意义也是追求幸福快乐。对于领导者来说，独自一个人快乐是不快乐的，独自一个人幸福是不幸福的，关键如何和大家一起快乐和幸福。

老子是研究如何处世才快乐的；庄子是讲怎样养生才快乐的；孙子和鬼谷子，是研究韬略权谋的，其目的无非是如何达成各种目的，进而获得理想的人生；至于《周易》，是讲怎么样符合天地之道，怎样获得更美好、更幸福的生活的……

中国古代贤人们就总结出，寻求幸福和快乐，首先要搞好人际关系，要遵守社会行为规范，关键是要选择最佳行为方式，要有智慧……

而获得幸福和快乐的种种智慧，正是隐藏在中国的传统文

化之中的！



目 录

一、孔子——为人之道

孔子是中国影响最大的思想家。在长达两千多年的封建社会中，孔子在一般民众心目中，是圣人的代名词，是完美道德的体现者，孔子的思想和影响早已超过了国界的限制，走向了世界。美国二十世纪八十年代评选的世界十大思想家，孔子居首。时至今日，孔子思想依然为世界各国文化的研究者所注目，他的为人之道，也在影响着世界各地越来越多不同领域的人。

孔子和他的儒家学说	(〇〇三)
树立良好的道德修养	(〇〇五)
为人处事的原则中要把“仁”放在首位	(〇〇七)
道德准则和自我修养的原则	(〇一〇)
把“仁”作为安身立命的基础	(〇一三)
君子忧道不忧贫	(〇一五)
要做到敏而好学，不耻下问	(〇一九)
学礼，以更好地把握自己特定的社会角色	(〇二二)
要有足够的勇气去“见义而为”	(〇二五)
善于忍耐是个人修养与才能的表现	(〇二九)
君子要重承诺，守信用，言行一致	(〇三二)
切忌不分善恶，死板地守信	(〇三六)
犯了错误及时改正，仍不失为君子	(〇三八)
做人要求实，做学问要求真	(〇四二)



二、老子——处世之道

《老子》是世界上文字最少，而含义最广、最深的一部哲学著作。在中国这个历史悠久的文明古国中，在浩如烟海的古代文化遗产中，老子学说和他的《老子》是唯一可以和孔子学说及其《论语》相抗衡的。老子提出的人生态度和社会政治理想，包含了深刻的智慧。其思想对后世产生了多方面的重大影响。

老子之“道”的非常丰富内涵	(〇四九)
老子的最高境界	(〇五三)
福中潜藏着祸，祸中萌生着福	(〇五五)
要在修身方面下足功夫	(〇五七)
在生活中，要能够使自己静下来	(〇五九)
要尽量做到少言、慎言	(〇六一)
不要自以为是，要善于听取别人的意见	(〇六三)
待人要公正，不可趋炎附势	(〇六六)
以善心去对待一切人，包容他人的个性	(〇六八)
谨防骄兵必败	(〇七二)
未雨绸缪，防患于未然	(〇七五)
淡泊名利，不过分追求生活享受	(〇七七)

三、庄子——养生之道

《庄子》的养生理论在《老子》基础上大加发挥，形成道家学派的养生理论体系。庄子认为，人生的目的就是养生。人生的意义就是生命，就是“保身、全生、养亲、尽年”。他的理论对《内经》及其后世养生学的逐步成熟具有重要指导作用。



庄子和他的养生哲学	(〇八一)
养生之道重在顺应自然	(〇八四)
追求自由, 建立和谐的人生	(〇八六)
人的精神修养是最重要的因素	(〇八九)
保持自我本性, 不要随波逐流	(〇九〇)
保持宁静, 将自身融于自然万有之中	(〇九二)
道德完善之人才能通达生命的真义	(〇九五)
养生的关键在于颐养人的精神和灵魂	(〇九七)
突破、战胜和切断各种欲望	(一〇〇)
庄子的养生学中的道家无为思想	(一〇二)
庄子天和、人和、心和的和谐观	(一〇四)
一定不要过分看重身外之物	(一〇七)
是非观念是由人们的“偏见”造成的	(一〇九)
要能够打破自己的心理障碍而升华自己的心	(一一一)

四、孟子——君臣之道

儒家的重要代表人物、被誉为“亚圣”的孟子, 一方面继承了孔子的政治思想和教育思想等, 另一方面又有所发展, 形成了自己的政治和学术思想。《孟子》一书, 阐述了孟子的性善论观点和仁政、王道理论, 思想极为深刻, 语辞极为精辟, 大气磅礴, 气势如虹, 通篇贯穿着一股浩然正气。孟子朴素的民本思想是难能可贵的。

孟子和他的“仁政”思想	(一一五)
人既要改造自然, 又要顺应自然	(一一七)
孟子认为“人之初, 性本善”	(一一八)
通过施行“仁政”去统一天下	(一二一)



民贵君轻，得民心者得天下	(一二三)
制民恒产，从经济制度上解决百姓的生活问题	(一二六)
当好管理者的最大秘诀就是九个字	(一二九)
上行下效，领导者要做好表率	(一三一)
用人就必须有广阔的视野、开明的胸襟	(一三四)
天时不如地利，地利不如人和	(一三六)
与民同乐才能受到天下人的拥戴	(一三九)
使人们对利的欲求不超过对义的喜爱	(一四二)
领导者必须恩威并施，刚柔相济	(一四四)
做任何事都应当遵循适度的原则	(一四七)
领导者不仅要把握时势，还要灵活权变	(一五〇)
当任贤使能，使各尽其才	(一五三)
奉行仁政，使下属愿意出力	(一五五)

五、孙子——韬略之道

被古今中外的军事家一致尊崇为“兵家之祖”的孙武，之所以享有盛誉，最根本的原因并不在于他指挥的具体战役，而在于他为后世奉献了一部具有历史意义的兵经《孙子兵法》。《孙子兵法》一书中揭示的许多原理原则，迄今犹属颠扑不破，仍有其运用价值。其在非军事领域也被广泛应用，其中智慧，真可谓是：“无穷如天地，不竭如江河”。

《孙子兵法》的主要内容	(一六一)
不可忽视孙子兵法中的道德关怀和人本精神	(一六六)
避实就虚，使敌方受到牵制以解围	(一六八)
利用反间计，造成利于我方的结果	(一七〇)
努力创造出我强敌弱的形势和格局	(一七三)
作战要随敌情变化而调整战略	(一七五)

他的思想... 成了判断是非... 标准... 历史在发... 江表去... 陶... 古风... 人物... 唯... 孔子... 变... 方... 化... 云... 之... 中... 始... 持... 著... 民... 族... 导... 师... 地... 位... 孔... 子... 的... 想... 和... 影... 响... 早... 已... 过... 了... 国... 界... 的... 制... 度... 走... 向... 了... 世... 界... 大... 国... 之... 道... 二... 十... 世... 纪... 初... 年... 代... 评... 论... 家... 孔... 子... 居... 百... 家... 之... 首... 在... 汉... 唐... 时... 期... 了... 的... 思... 想... 就... 深... 入... 地... 融... 入... 了... 中... 国... 文... 化... 的... 脉... 络... 中... 国... 文... 化... 的... 研... 究... 者... 所... 注... 目... 的... 他... 人... 之... 道... 也... 影... 响... 着... 世... 界... 各... 国... 的... 人... 文... 思... 想... 依... 然... 为... 世... 界... 所... 注... 目... 到... 今... 天... 孔... 子... 的... 思... 想... 依... 然... 是... 中... 国... 文... 化... 的... 精... 华... 和... 宝... 贵... 的... 财... 富... 中... 国... 文... 化... 的... 精... 华... 和... 宝... 贵... 的... 财... 富... 中... 国... 文... 化... 的... 精... 华... 和... 宝... 贵... 的... 财... 富...



先发制人，尽可能抢得先机	(一七九)
在理想层面可求全，在操作层面宜取偏	(一八一)
用兵作战的战略和战术完全可以用于商业	(一八三)
要把决策权充分移交给现场指挥者	(一八七)
领导者当统率全局，对下属充分授权	(一八九)
掌握人的心理，重视“上下同欲”	(一九二)
正当竞争的同时，更要注重适度合作	(一九五)
可以用谋略，不能当骗子	(一九七)

六、鬼谷子——权谋之道

被誉为“智慧禁果，旷世奇书”的《鬼谷子》一书，自问世以来，仁者见仁，智者见智，飞短流长，褒贬不一。它的内容十分丰富，涉及政治、军事、外交等领域，主要讲述有关谋略的理论，指导人们如何从事社会交往，如何纵横捭阖。其“权谋”智慧，给古今中外的政治家、思想家、军事家和企业家带来了很多启示。

不把任何一种学说当成至高无上的教条	(二〇三)
鬼谷子的说服雄辩八术	(二〇六)
精心谋划，使用捭阖之术	(二一一)
知己知彼，有的放矢才能有效说服别人	(二一四)
明察秋毫，说到对方的心里去	(二一七)
随机应变，灵活地调整自己的策略	(二一九)
要善于从曲中见直，从不利中见利	(二二二)
施用计谋的成功，全在于因时因事而制宜	(二二四)
优秀的领导者要目光敏锐，能见微知著	(二二七)
可以运用权谋，但不能陷害别人	(二二九)



七、禅宗——得失之道

修禅者讲究的是：“万古长空，一朝风月。”也就是要放下一切虚荣、偏见、成见和贪婪；淡泊名利是禅，知足常乐也是禅。

禅在生活中无处不在	(二三五)
禅的境界并非逃避，而是包容与超越	(二三七)
要对自己的心灵进行适当的净化	(二三九)
做人要积极，不要消极	(二四一)
送人玫瑰，手有余香	(二四三)
心地要善良，处事要老实	(二四五)
真正的得“道”就是看开和无争	(二四七)
以退为进，才是真正的进步	(二四九)
去掉非分之念，忘却世俗之扰	(二五一)
听其自然，超越得失成败	(二五三)
要有“拿得起、放得下”的心胸	(二五六)
自在、快乐和智慧都源于清净的心	(二五八)
一切的美好都来自当下的好时节	(二六〇)
生命的每一时刻都散发美与清香	(二六二)
少欲知足是真智慧，生活悠悠是真幸福	(二六四)
用平常心去品味与享受生活	(二六六)

八、《易经》——天地之道

《易经》是我国最古老、最有权威、最著名的一部经典，是中华民族聪明智慧的结晶。《易经》仰观天文，俯察地理，中通万物之情；究天人之际，探索宇宙、人生必变、所变、不变的大道理。通古今之变，阐明人生知变、应变、适变的大法则，以为人类行为



的规范。

易经中有积极的处世智慧	(二七一)
十翼开创了《易经》思想发展的新局面	(二七四)
《易经》揭示宇宙间事物发展、变化的自然规律	(二七七)
《易经》是阴阳五行思想的理论基石	(二七九)
比较正式的传统《易经》占卦法	(二八一)
《易经》是智慧之书	(二八六)
天行健，君子以自强不息	(二八八)
地势坤，君子以厚德载物	(二九〇)
再困难的事都有解决之道	(二九三)
奋发自强，做一个自立的人	(二九六)
为人处世要低调，不可轻举妄动	(二九八)
不断的变革和创新是《易经》最核心的思想	(三〇〇)
一个人只有不断进取，才能保持安泰	(三〇二)

为人之道

一

孔子



孔子是中国影响最大的思想家。在长达两千多年的封建社会中，孔子在一般民众心目中，是圣人的代名词，是完美道德的体现者，孔子的思想和影响早已超过了国界的限制，走向了世界。美国二十世纪八十年代评选的世界十大思想家，孔子居首。时至今日，孔子思想依然为世界各国文化的研究者所注目，他的为人之道，也在影响着世界各地越来越多不同领域的人。



孔子和他的儒家学说

孔子（公元前五五一～前四七九），春秋末期思想家、教育家。儒家学派创始人。名丘，字仲尼。鲁国陬邑（今山东曲阜东南）人。先世为宋国贵族，后没落。少时“贫且贱”。十五岁立志求学，“学无常师”，据传曾问礼于老聃，学乐于苾弘，通过私人传授，博习诗书礼乐。早年在鲁国执政大夫季氏门下任管牛羊、仓库的小吏。约三十岁，于曲阜城北设学舍，开始私人讲学。颜路、曾点、子路等都是孔子最早的弟子。五十岁任鲁国中都宰，继升司寇。不久去职，率弟子历游宋、卫、陈、蔡等国，共十四年。孔子志欲改良时政，复兴周礼，自谓“如有用我者，吾其为东周乎”。然终不见用。六十八岁重返鲁国。政治上仍不得志，乃专力从事讲学和著述，整理《诗》、《书》等古代文献，直到逝世。

孔子的学问有三个特点：

一是学习传统。传统包括“诗、书、易、礼、乐”五经——诗指文学，书指历史，易指哲学，礼是社会规范，乐则是艺术修养。此外，还有六艺，即“礼、乐、射、御、书、数”——礼是礼仪，乐是音乐，射是射箭，御是驾车，而书、数则是书写、计算等技能。当时的人只要具备这六项条件，就可以在社会上立足了。孔子不仅学习传统的智慧结晶，也习得传统的技能，到他三十岁的时候，已经展现为一个人才的典范了。

二是学思并重。孔子知道光靠学习是不够的，还必须思考，否则一味接受外来的资料与信息，没有一个中心思想予以统合，难免导致混乱。他说：“学而不思则罔，思而不学则殆。”

三是学行并重。孔子的学识并非一种理论而已，同时也是一种道德实践。孔子指出，“好学”首先要降低物质享受的欲望，其次要在言行上磨炼自己，然后再虚心向良师请益，使自己走上正途。此外，孔子强调，把该做



的事认真做好，行有余力，再去努力学习书本上的知识。有一次鲁哀公问他，你这么多学生里面，谁最“好学”？孔子说只有一个学生颜渊好学，很可惜已经过世了。为什么只有颜渊好学？因为颜渊“不迁怒，不贰过”。这乃是道德实践的表现，也说明了好学和具体的行动有关。

孔子立志于学，不是为了独善其身，而是为了“己立立人、己达达人”，因此他在“学不厌”之后，还要“诲不倦”，由学而教，为人师表，开启了平民教育的先河。

孔子一生弟子达三千人，身通六艺者七十余人，为我国第一个创办大规模私学的教育家。其学说以“仁”为核心和最高道德标准。“仁”字在《论语》中出现一百零九次之多，其基本涵义不外“克己”而“爱人”。“克己”即以礼约身，“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”。要求遵守周礼规定的等级，克制非分的欲望。“爱人”即设身处地为人着想，“己所不欲，勿施于人”；“己欲立而立人，己欲达而达人”。他强调以孝悌为本，爱有差等。在政治上，他主张“为政以德”。谓“政者正也”；“其身正，不令而行，其身不正，虽令不从”。提倡“举贤才”，“学而优则仕”，以“修己以安百姓”为政治理想。认为“道之以政，齐之以刑，民免而无耻；道之以德，齐之以礼，有耻且格”。他在教育上最早探讨人性和教育作用问题，作出“性相近也，习相远也”的论断，肯定人的天赋素质相近，个性差异乃后天习染所致，只要获得良好的教育条件，都有可能养成“仁”的品质。在此基础上，他主张“有教无类”，除奴隶以外，不分贫富、贵贱、贤愚、种族和地区，凡致“束脩”之礼者，都可以收为弟子。这为促进文化下移，为诸子蜂起、百家争鸣开辟了道路。

孔子讲究教学方法，重因材施教，注意了解学生的个性特点，据以进行启发诱导，力求使教学的内容、方法和程序适合学生的接受水平和心理准备条件，引导学生把“学”与“思”结合起来，融会贯通，举一反三，“温故而知新”。更要求身体力行，学以致用，“敏于行而讷于言”，把迁善改过作为学习进步的标志。

自西汉罢黜百家，独尊儒术，“五经”被定为必读的教科书，孔子被尊为“圣人”，儒家学说由此成为中国传统思想文化的核心，影响中国人生活的方方面面，直至今日。

他的思想
成了判断是
标准和价值
历史在变
度在变
江东北太
古风流人物
而唯行孔下
种千变万化
云之中，始
持君民族导
地位：孔子
想和影响早
过了国界
制，走向了世
美国，
20年代呼
世界十大
家，孔子居
在汉唐时
了的思想
朝鲜、日本、
亚洲国
记以来，他
想又深受欧
蒙思想的青
时至今日，
思想依然为
各国文化的
者所注目，
为人之道，
影响着世界
越来越多人
城的人。孔
中国影响最
思想家，在
两千多年的
社会中，孔
一般民众，
中，就是圣
代名词，是
道德的体现
他的思想和
成了判断是



的核心。好的品质大致包括以下的元素：正直、诚实、耐心、勇气、仁慈、宽容、富于责任感等。

品格对于成功还有另一方面的贡献。绝大多数的集体成功，以及相当多的个人成功，都需要他人的协助与合作。