

中外名人的

事业与寿命

〔美〕陈本昌著

国际文



中外名人的事业与寿命

〔美〕陈本昌 著

国际文化出版公司

(京)新登字 173 号

图书在版编目(CIP)数据

中外名人的事业与寿命 / (美)陈本昌著. —北京:国际文化出版公司, 1994. 5

ISBN 7-80105-047-9

I. 中… II. 陈… III. ①名人—生平事迹—世界②长寿—方法 IV. ①K812②R161.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 02380 号

中外名人的事业与寿命

〔美〕陈本昌 著

国际文化出版公司 出版

新华书店北京发行所发行

三河科教印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开本 6.375 印张 153 千字

1994 年 5 月第 1 版 1994 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—5000 册

ISBN 7-80105-047-9/Z·6 定价:6.50 元

序

知识是经验的累积,也是人类智慧的总汇,历史是知识的宝库,也是伟大的传记。一个人必须熟读历史,从历史中获得知识,产生智慧。所以学者乃至现代公民,不可不通史事。至少对中西通史获得一个大略的概念,对古往今来治乱兴亡之迹,前人成功失败之由,了然于胸,方能对自己修身齐家,处事待人,建基立业,治国兴邦,有所助益。唐太宗说:“以古为鉴,可知兴替。”范祖禹说:“视古所以知今,章往所以察来。”都是强调读史的功用。

美国陈纳德将军遗孀陈香梅女士最近曾公开说过:“希望华裔领袖,于争取就地参政外,应须尽力协助祖国新移民来美,适应新环境,设法与地方或中央政府,寻求合理途径,使华裔新移民成为良好的公民,对社会不是负担而是贡献。其次是应加强华人对自己祖国的历史、文化、政治的认识,从而能够对于美国,对于亚洲政策有可以说话的余地。中国通,不一定是非华裔才有权威。”陈女士这番话当然是有感而发的。

不过就近年来,中国来美留学生所选读的研究领域来说,的确偏重于研究理、农、工、医、经济贸易及高级科技等部门。且获高深造诣;其他研习历史、文化、政治、社会等科的学人,为数不多。所以每当提及讨论有关中国、美国及亚洲问题时,就难以见到有华人能挺身而出,提供卓越意见,侃侃而谈,折服群贤,使得别人为我马首

是瞻。此项才难之叹，实为我在美华人参政，远远落后于犹太裔与日本裔重要原因之一。

但中外历史，国有国史，时代有时代史，其他政治、学术、经济、贸易及科学艺术等又多有分类专史，典籍浩瀚，汗牛充栋。以一个普通人在今日知识爆炸时代，极不容易一一精读，只可就日常必需部门与个人兴趣方面选择阅读，便堪适应。

十年前，我为鼓舞后辈，景仰前贤，见贤思齐，力争上游起见，曾出版过一本小册子，《令人起敬的亚洲儿女》，亦名《美国的新血——亚洲儿女》。之后，更想搜罗世界数一数二的大人物，再就中美两大国家里面，选择有名望有事业成就的人，以及全球著名的对我特别友好的中国之友，暨近百年来世界各地华侨名人，提纲挈领，扼要叙述，深入浅出，以供国人选读参考。近年为探究中外人士养生保健，延年益寿之道，认为人类寿命，多数短短数十年间的寒暑，尤其具有突出智慧的大人物往往不及六十岁而死亡，长才未展，而英年早逝，至为可惜！如能讲求保养，善加珍摄，以延长三二十年，则不仅可以增加老年人的幸福与快乐，更可使每一个人之事业成就，多所创获，人性更多光辉，历史更伟大。因此辑成本书，并顾其名曰：《中外名人的事业与寿命》。旨在了解中外名人的历史，揭开人类长寿秘诀，光大事业成就，丰富人间生活。

梁任公曾说：“著学术史有四个必要条件：第一，叙一个时代学术，须把那时代重要各学派全数网罗，不可以爱憎为去取。第二，叙某家学说，须将其特点提出来，令读者有很明晰的观念。第三，要忠实传写各家真相，勿从主观上下其手。第四，要把各人的时代和他一生经历大概叙述，看出那人的全人格。”

我想我们叙述中外名人历史，也应当遵守上述四个条件，博览经史，彻究古往今来兴亡成败之迹，以及前人事业成就失败之由。

本书共分十三章，第一章总论，研究人生最大目的并说明仁者

何以多寿？第二章列举中外各国典型的长寿人物。第三章叙述世界数一数二的大人物。第四章至第九章评中国各时代的名人事业。第十章讨论美国开国二百年来历任伟大总统的事功。第十一章列举世界著名中国之友。第十二章叙述海外华侨名人。第十三章讨论生命的光辉，列举中外长寿之道与成功的艺术，并向命相把戏提出质疑。全书十五万言，不谈奇迹，不涉玄虚，不标新立异，不导人迷信，敢信笔触谈到的中外古今杰出名人，数达三四百人，全书所载，敢信为人类伟大历史的精华，世界各大民族的杰出纪录，而探求养生健体，延年益寿之道，更复巨细不遗。幸祈各方贤达，多赐匡教！

陈本昌

一九九一年九月一日

于美国纽约思齐楼



作者近影

目 录

第一章 总论	(1)
人生的最大目的.....	(1)
事业与寿命.....	(5)
人生今后七十多.....	(6)
怎样叫做仁	(10)
怎样叫做德	(12)
仁者何以多寿	(13)
第二章 典型的长寿人物	(15)
彭祖	(15)
姜太公	(16)
乾隆皇帝	(17)
美国最长寿夫妇	(20)
美国最高龄的人瑞	(21)
巴西百岁人瑞再获麟儿	(22)
世界长寿国	(23)
第三章 世界数一数二的大人物	(25)
至圣孔子	(25)
亚历山大大帝	(31)
凯撒大帝	(32)
拿破仑	(33)
俾斯麦	(35)

俄皇大彼得	(36)
伊藤博文	(37)
邱吉尔	(38)
第四章 先秦时代的名人	(39)
亚圣孟子	(39)
孔门子贡	(40)
第五章 秦汉时代的名人	(42)
秦始皇帝	(42)
楚项羽	(44)
汉高祖及开国三杰	(44)
文景之治	(47)
汉武帝	(48)
汉光武帝	(49)
贾 谊	(49)
司马迁	(50)
第六章 三国时代的名人	(52)
曹操	(52)
诸葛亮	(54)
桃园三结义	(55)
第七章 唐宋时代的名人	(57)
唐太宗	(57)
武则天	(58)
韩 愈	(63)
柳宗元	(66)
欧阳修	(66)
苏 轼	(67)
范仲淹	(68)

包拯	(72)
李白杜甫	(73)
朱熹及宋五子	(76)
周敦颐	(77)
程颢	(78)
程颐	(78)
张载	(78)
朱熹	(79)
司马光	(81)
岳武穆	(81)
文天祥	(85)
第八章 明清时代的名人	(88)
陈白沙	(88)
王阳明	(88)
王船山	(90)
顾亭林	(91)
黄宗羲	(91)
李时珍	(92)
郑和	(93)
林则徐	(94)
曾国藩	(96)
左宗棠	(96)
胡林翼	(97)
李鸿章	(97)
曹雪芹	(97)
慈禧太后	(99)
第九章 民国时代的名人	(100)

孙中山	(100)	
影响国运的多位人物	(102)	
洪秀全	(103)	
康有为	(104)	
梁启超	(106)	
陈独秀	(108)	
蔡 鐸	(109)	
第十章 美国二百年来的名人	(112)	
历届元首	(112)	
伟大总统	(112)	
第十一章 世界著名中国之友	(115)	
马可波罗	(115)	
利马窦	(116)	
伏尔泰	(117)	
陈纳德	(118)	
李约瑟	(119)	
第十二章 华侨名人	(122)	
容 闳 (122)	黄仲涵 (123)	陈楚楠 (123)
陈嘉庚 (124)	辜鸿铭 (124)	朱舜水 (124)
杨启泰 (125)	蔡文华 (125)	谢伯昌 (125)
胡文虎 (125)	包玉刚 (126)	邵逸夫 (127)
陈弼臣 (128)	周 崧 (129)	黄立德 (129)
邝璠普 (129)	胡杰民 (130)	张民觉 (130)
黄仁俊 (131)	李光耀 (132)	邝友良 (133)
陈香梅 (135)	王 安 (136)	贝聿铭 (137)
蔡至勇 (139)	张福林 (140)	董浩云 (140)
余江月桂 (141)	王贞治 (142)	傅 聪 (144)

王赣骏 (146)	林思齐 (148)	林海峰 (149)
正在发韧的一群后起之秀 (150)		
第十三章 生命之光辉	(151)	
长寿之道	(151)	
中国传统的养生理论	(154)	
祛除烦恼要想得开	(158)	
历代长寿名人箴言	(160)	
美国人瑞养生秘诀	(166)	
应付老年生活问题	(166)	
科学养生贵在平衡	(176)	
成就的艺术	(178)	
命相把戏不足信	(180)	
结 论	(182)	
附 真的一代不如一代吗?	(183)	

第一章 总 论

人生的最大目的

人生的最大目的，见仁见智，人言人殊；但就一般来说，似可概括为如下四项：即一、争取生存；二、奋发向上；三、追求幸福；四、延续后代。

一部人类历史本来就可以称为人类争取生存的历史，也可以称为人类追求幸福的记录。人类历史之所以发展，乃由于人类不断的奋发向上和追求更幸福的将来，要改善“生活环境”，要充实“生活内涵”。孔子“止于至善”，亦即此意。历史发展之动力，和个人奋发向上的动机，也不例外。

通常一般生物如任何植物，必于发芽、茁壮成长、挺秀、繁茂、蓬勃，临立于大自然间，欣欣向荣，花枝招展，群芳竞秀，然后开花结果，灿烂锦绣，呈现成熟，散布种子，延续生命，保存后代之后，方始凋谢。他如动物之类，亦必于离开母体之后，经过相当时期之哺乳养育，待其毛羽丰满，四出觅食，足以自立自强后，再寻求交配，鸳鸯比翼，双宿双栖，以产生幼代，而达成繁殖种族后，然后欢娱晚景，以老以死。当它们生存期间，如有遇到狂风暴雨之侵袭，或遭受异族之伤害威胁，务必奋起抗拒，不惜千方百计，以求战胜环境，持续生命。

人为万物之灵，人类自从有生以来，经过长期的繁荣滋长，文化教育，生活锻炼，文明洗礼，对于环境之创造与改善，社会文明之日新又新，与乎生活享受之繁荣进步，科技的创新与发展，均足以

表示头脑发达，智慧高超，信可以 驾驭全球，控制世界，长久矗立于大地之上。

从来人生有涯，光阴无涯，在短促之百数十年生命之中，应该如何去爱惜光阴，把握机会，追踪前贤，效法往烈，把自己炼成一个庄敬自强，顶天立地，俯仰无愧，屹立存在人世间，发生影响，福利人群，能多尽一分力，多发一分光，即对自己生命途上，多增一分成就，对人类历史，多一分贡献，对个人来说，不会交白卷，这是人生一个重要课题。

天下断无易处之境遇，人间哪有空白的光阴？优胜劣败，弱肉强食，已成为天演公例。不管你天生怎样聪明，要是自己不肯努力，不肯积极奋斗，勤于进取，成就总是有限。但一个有抱负的人，就好比一颗充满生命活力的种子，无论掉在哪个角落，甚至石缝里面，一旦遇得了适当机会，就能发芽、茁壮、蓬勃、成长、开花、结果，而有所贡献。倘若遇到有走不得的地方，也会像变形虫一样，伸出伪足，试探试探获得正当通路后，方会开动。最后才会成功，所谓精诚所至，金石为开，有志竟成，便是这个道理。

我国儒家思想，传统以“有教无类”的精神去启迪国人，总是希望后一辈子的人，拿圣贤做榜样，遵循着格物、致知、正心、诚意、修身、齐家、治国、平天下的传统哲学，去完成立己立人，达己达人，建立起立德、立功、立言的不朽行为，塑造自己成为一个具有健全完善的人格。孔孟的思想哲学是以一个“仁”字作为其中心，也是中国哲学的中心。全部论语谈到仁字的就有一百零四次之多，指示人应如何进德修业，处世做事的道理，无微不至。所以有“一部论语治天下”的说法。宋儒张载更发表有：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平，”后人又有“人人为我，我为人人”的见解，可以说已经发挥了仁的极致了。孙中山先生诏示青年人要立志做大事，不要立志做大官。并指出人生应以服务为目的，有一人之力

服一人之务，有千百人之力服千百人之务。都是希望人能于自立自强之后，舍己为人，扩大服务，切切实实去做一些有意义，有益于社会人群的事情，以造福社会，嘉惠人群。

现在再将这一意义概括说明如下：

一、争取生存

克服困难，奋发图存，
意气昂扬，精神焕发，
坚苦卓绝，披荆斩棘，
庄敬自强，处变不惊，
朝乾夕惕，行健不息，
养身在动，养心在静，
积极奋斗，勤于进取，
养天地正气，法古今完人，
有敌无我，生存就是胜利，
达则兼善天下，穷则独善其身。

二、奋发向上

承先启后，继往开来，
忠诚待人，热心服务，
踔厉奋发，有守有为，
提供贡献，福利人群，
培养人类优良美德，
锻炼人类完美人格，
改善生活环境，充实生活内涵，
铁肩担道义，血手写文章，
发挥生命光辉，缔造辉煌成就，
为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。

三、追求幸福

增进快乐，无忧无惧，
乐观奋斗，见贤思齐，
进德修业，日新又新，
知足常乐，无求常安，
心平气和，天君泰然，
牺牲奉献，博施济众，
处事待人，俯仰无愧，
立己立人，达己达人，
休游自在，不伎不求。
心宽体健，享福增寿。

四、延续后代

以身作则，化民成俗，
奖励后进，力争上游，
典型长昭，永垂楷模，
舍己为人，扩大服务，
为国尽忠，为族尽孝，
见义勇为，见利不争，
累积经验，光裕后昆，
宗支百世，后来居上，
先天下之忧而忧，后天下之乐而乐，
生活的目的，在增进人类全体之生活；
生命的意义，在创造宇宙继起的生命。

当今美国朝野和世界不少人士，仍然认为美国立国二百余年来，信仰自由，崇尚民主，许多外国人渴望能够获得机会移民来美，无非认为美国具有创造美好的明天，远大前途和无穷机会，堪供他们表现身手，改善其生活环境，增加下一代子女的出路，缔造事业成就，获得较佳的生活，乃至享有至高的名声。

世界是一个大舞台，人们不过是一个过客，在寿命短促的数十年中，如果认为人生如戏，则应该好好地唱演一台好戏；如果认为人生如梦，也应当甜甜蜜蜜地做个好梦，免致虚耗美好时光，追悔莫及。所以，从现在起，就应马上开始，跨出大步，积极奋斗。这样方可以丰富自己生活的内涵，充实自己的人生。

人类的特性，在于有思想，有思想才有行动，才有作为，才有事业。

美国人是“梦想”最多的民族，我在美国三十多年，当然受其影响。“美国梦”的内容，主要有二：即远大的“前途梦”和无穷的“机会梦”，简单来说，也可说是“自由梦”和“黄金梦”。纽约的“自由女神”代表前者，旧金山的“金门大桥”代表后者。这就是美国对全世界的吸引。试想：做为一个“人”，谁不希望拥有这两个？

事实告诉我们，长居美国的人，只要聪明和勤奋，清清白白地做人，实实在在地做事，不沉迷赌博，不自甘堕落，大都可以达到“小康之家”，拥有“自由”和“黄金”。当然，美国人的生活压力和苦恼，也是大得惊人！能够保持身心平衡，仍然要花很大的力气和决心。天下没有白吃的午餐，世界也没有不劳而获的耕耘，只要大家好好的努力，心宽就可增寿，体健便多享福。

事业与寿命

人类对于生活上最普遍的愿望，便是长生不老，这件事不论古今中外男女尊卑都是共同一致的。虽然历来认为与寿字可以并列为人人生最好景况的，还有如富贵之类，但仍然要以享寿为基本的条件。

依照说文解释，寿者久也。寿字上头从老但有省笔，这是说寿是长久之意。大家都希望长寿，就是想祛病延年，延长生命。

广东邱琼山著有一书：《故事琼林》，曾说：“命之修短有数，人