

修身书

古圣先贤修身处世宝典

吕不韦 等著

看见好的品行，一定要认真地省察自己有无这种好品行；看见不好的品行，一定要怀着忧惧的心情反躬自问；自己有了好的品行，一定要坚定不移地加以珍视；自己有了错误，一定要如同被玷污了一样感到厌恶。

吉林人民出版社

修身书

古圣先贤修身处世宝典

吕不韦 等/著



吉林人民出版社

(吉)新登字 01 号

修身书——古圣先贤修身处世宝典

著 者	吕不韦 等	编 译	王宗岐 林 伟 张香久
责任编辑	吴兰萍	封面设计	王晓庆
责任校对	史东娇	版式设计	杨利伟

出 版 者 吉林人民出版社
(长春市人民大街 124 号 邮编 130021)

发 行 者 吉林人民出版社

制 版 远流图文工作室(电话:024-22931003)

印 刷 者 沈阳市第二印刷厂

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 12

字 数 185 千字

版 次 2002 年 1 月第 1 版

印 次 2002 年 2 月第 2 次印刷

印 数 10,001 - 15,000 册

标准书号 ISBN 7-206-02713-X/B·136

定 价 19.80 元

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。



源于伟大心灵的智慧箴言

回眸历史，世界上曾经生活着这样一群人，他们自谦一无所知、平平庸庸，却用自己的智慧，教会无数世人如何在这个世界上幸福地生活。今天，我们可以通过书籍继承这些具有伟大心灵的人传承下来的无法估价的宝藏，是多么大的幸运啊！这些源于伟大心灵的智慧箴言，是一种生命的体验，从未被人遗忘。这是古圣先贤们伴随着生命的成长而沉淀出来的智慧，它就像飘扬在人们心灵深处的一面旗帜，鼓舞着人们勇往直前；它更像一盏烛光，在漫漫黑夜之中时时刻刻为我们指引方向。对我们来说，圣贤们的智慧和教导永远是天赐的财富，它赋予我们的不仅是真诚的教诲，还有无限的生命力。还有什么行为准则比这些箴言更能让人们摆脱无知、远离愚昧的呢？

这本与我们前面出版的《箴言书》、《处世书》、《圣贤书》、《西方圣贤书》同属一个系列的《修身



书》，经过精心地择选终于付梓了，为广大读者又添了一席不可多得的精神盛宴。本书仿佛一座汇集了吕不韦等古圣先贤关于修身方面的论述和《吕氏春秋》等古代名著精华的、丰富的文化艺术宝库，又如一眼人类社会取之不尽、用之不竭的思想甘泉，令您读后不禁叹为观止。翻开这本充满智慧、力量和真理的好书，就如同遇见一位心灵上的导师，可以决定您未来的道路，甚至是您的整个人生。

古人讲求修身之道。的确，人生就是一个通过不断修“道”而达致自我完善的过程，不修身无以功成名就。正如西方一位哲人所说：“天赋只是一些种子，并非是既成的知识与德行，这些种子是要发展的，而发展必须要借助教育和教养才能达到。”三国时期伟大的军事家诸葛亮也曾经说过：“有德行的人，修身必须排除外界的干扰，提高道德修养必须要节俭，如果意志不坚定、意气不激昂，那就会碌碌无为、默默无闻，不能超凡脱俗，永远处于凡庸的地位，甚至沦为下游。”有一位哲学家曾在自己的墓碑上刻下这样一段文字：“年少时，我意气风发，踌躇满志，曾梦想要改变这个世界。随着我年事渐长，发觉自己无力改变世界，于是我想试图改变我的国家，可是我没有实现这个愿望。中年时，我无奈之余，将目标锁定在改变



我的家人身上，可天不遂人愿，他们个个还是维持原样。当我垂垂老矣时，我终于顿悟到，我应该先改变自己，用以身作则的方式来影响家人。”古希腊圣哲苏格拉底曾言：“烈性而桀骜不驯的良种马，如不加以驯服，永远都不会成为最骁勇的千里驹。”人也是如此，禀赋最优良、精力最旺盛、最有可能有所成就的人，如若不能接受教育而不学无术的话，只能成为无用的人。我国汉朝哲学家王修也说：“志向高远的人，能够不断地磨练自己，以成就大业；没有节操的人，从此懈怠轻忽，只能成为平庸之辈。”

由此可见，个人的修养无疑成为每个人臻至卓越的必经之途。儒家的“达则兼济天下，穷则独善其身”更指明了个人的修养不仅是出世的条件，而且是成就伟业的强大资本。

圣贤的智慧如一瓶陈年老酒，不但让我们可以品尝到真理的味道，而且在读过之后回味悠长。希望这本《修身书》能够像我们编辑的《箴言书》、《处世书》、《圣贤书》、《西方圣贤书》一样，带给您神圣的精神体验，并且让您从中感受到阅读经典的独特乐趣。



古
圣
先
贤
修
身
处
世
宝
典

目 录

守道养性的最高境界

——顺乎自然 (春秋)老子 /001

好品行要靠后天的学习修来 (战国)荀子 /005

君子的准则 (春秋)墨子 /008

仁德是安逸之所 (战国)孟子 /011

朴实自然是最高的仁义礼智信 (战国)庄子 /014

不枝不求 (清)曾国藩 /017

诚信则人亲百事成 (战国)吕不韦 /021

淡泊以明志，

宁静以致远 (三国·蜀)诸葛亮 /025

欲不可纵，志不可满 (北齐)颜之推 /027

积善成德 (战国)荀子 /031

崇尚不足的，鄙视有余的 (战国)吕不韦 /035

图难于易，为大于细（战国）韩非子 /039

诚是为学之道（北宋）吕本中 /042

要知道自己的不知之处（宋）袁采 /045

富贵者更应树立己身（唐）柳玭 /047

修身如雕石琢玉（汉）王修 /051

世上无难事，只要肯登攀（清）彭端淑 /056

不要自以为智（战国）吕不韦 /058

天之道，不争而善胜（三国·魏）刘劭 /062

力戒争一胜之功而贻误大局（清）曾国藩 /065

不以贵骄人（战国）庄子 /068

做人要先立定志向（明）杨继盛 /071

苛求贤者，是对贤者的爱护（唐）赵蕤 /073

君子忘名，小人窃名（北齐）颜之推 /076

泛交不如善交（宋）朱熹 /079

骄奢荡逸是走上邪路之因（春秋）石碯 /083

爽口物多终作疾，

快心事过必为殃（清）张英 /085

富贵无凭勤者得（宋）袁采 /089

当功以受赏，当罪以受罚（战国）吕不韦 /092

书读百遍其义自现（清）郑板桥 /097




 古
 圣
 先
 贤
 修
 身
 处
 世
 宝
 典

- 中庸之道 (三国·魏)刘劭 /099
- 以不知为道，以奈何为宝 (战国)吕不韦 /105
- 穷人要发迹，必须先自立 (明)温以介 /110
- 临难而不失其德 (战国)庄子 /114
- 切忌刻舟求剑 (战国)吕不韦 /116
- 不要认为微小就不提防 (元)许名奎 /119
- 美名成功于长时间的积累 (清)曾国藩 /123
- 成由勤俭败由奢 (宋)司马光 /126
- 世俗的好恶往往与事理相反 (唐)赵蕤 /131
- 无知无为胜有知有为 (战国)吕不韦 /134
- 有教无类 (春秋)孔子 /138
- 持之以恒，水滴石穿 (西汉)孔臧 /140
- 用宽容自己的心去宽容别人 (北宋)范纯仁 /142
- 事在人为 (战国)吕不韦 /143
- 凡事要先有准备 (清)朱柏庐 /147
- 修身要养心、治心、诚心 (清)曾国藩 /148
- 材无大小均有用，
 关键在量材使用 (三国·魏)刘劭 /154
- 骄奢是潜伏的祸患 (北朝)崔同 /159
- 一箭易折，十箭难断 (宋)司马光 /160

智慧深藏，无为而治（战国）吕不韦 /162

心境安定，喧闹也变寂静（清）梅文鼎 /166

处世为人要有益于人（北齐）颜之推 /169

孝是万事的纲纪（战国）吕不韦 /172

不为圣贤便为禽兽，

莫问收获但问耕耘（清）曾国藩 /175

不做知识的奴隶（明）洪应明 /177

时不我待（战国）吕不韦 /179

君子应学无止境（北齐）颜之推 /184

言论忠信，行动笃敬（宋）袁采 /187

名利如火坑，贪婪是苦海（清）曾国藩 /191

富贵不约，骄奢自到；

骄奢不请，死亡自来（元）许名奎 /193

修正辩、信、勇、法至合理（战国）吕不韦 /197

不做坏人就是好人（明）姚舜政 /200

知人难、莫过于以己观人（三国·魏）刘劭 /204

人生最苦是知足（清）曾国藩 /208

树郁结就会生蛀虫（战国）吕不韦 /211

一钱亦分明（宋）陆游 /215

为孩子多留遗产是愚蠢的（宋）司马光 /217





- 顺势而说 (战国)吕不韦 /220
- 成功也可能是失败之母 (唐)赵蕤 /224
- 来势猛烈的都不能持久 (明)温以介 /227
- 器量随见识而增长 (清)曾国藩 /232
- 鱼与熊掌不可兼得 (战国)吕不韦 /234
- 虽有奇珍异宝
也不可轻视日常用品 (元)许名奎 /238
- 交人要近忠远奸 (明)沈炼 /242
- 人贵自省 (宋)袁采 /244
- 富贵使人愚蠢,
贫贱催人发奋 (清)郑板桥 /246
- 金无足赤,人无完人 (战国)吕不韦 /248
- 靠近芝兰,不要信远疑近 (北齐)颜之推 /252
- 名誉在屈辱中得到显彰 (元)许名奎 /255
- 修身的品质要随时势而变 (唐)赵蕤 /259
- 修身须做到勤俭刚明四德 (清)曾国藩 /263
- 祸福都是人招致的 (战国)吕不韦 /266
- 人生要事,不可忘教子 (宋)家颐 /271
- 要学会在平淡中见神奇 (清)张英 /273
- 登泰山而天下小 (战国)孟子 /275

龙蛇之屈，以求伸也（清）曾国藩 /278

学无始时（北齐）颜之推 /281

享受山林之乐有助修身（清）张英 /285

君子的言行要依照天理（明）姚舜政 /289

修身处世之根本（唐）赵蕤 /293

凡事不可随心所欲（元）许名奎 /297

求知音才可成大业（战国）吕不韦 /301

不可名状的中庸品德（三国·魏）刘劭 /306

遇事要用心思考（清）左宗棠 /311

了解死亡而后生（战国）吕不韦 /313

刚柔互用，不可偏废（清）曾国藩 /316

教子之方（北齐）颜之推 /318

警惕一味纵情取乐（元）许名奎 /322

以德服人（战国）吕不韦 /326

小大贵贱，交相为恃（战国）吕不韦 /331

克制自己就是仁德（元）许名奎 /334

切不可妄自尊大（宋）袁采 /338

看人要用自己的眼睛，

识人要依自己的判断（明）洪应明 /341

能观人言行才是大智大慧（战国）吕不韦 /343





支配英雄的人

才可成就大业 (三国·魏)刘劭 /348

要做好人，须寻好友 (明)高攀龙 /352

为官之道 (南宋)赵鼎 /354

知道长短盈缩

变化之人可当大任 (战国)吕不韦 /355

人才难得，举荐亦不易 (三国·魏)刘劭 /359

明辨善恶才能百战百胜 (战国)吕不韦 /363

时势造英雄 (战国)吕不韦 /368

古
圣
先
贤
修
身
处
世
宝
典



守道养性的最高境界 ——顺乎自然

(春秋)老 子

凡事处处要求圆满，不如趁早歇手不干；傲才恃物锋芒毕露，必然难以保持长久；黄金美玉堆满屋子，到最后谁也无法守藏；因财产丰厚、地位显赫而骄傲自大，必定留下祸患、埋下灾难。功成名就，即谦让告退，这样做才符合天道的规律。

苍天长存，大地永久。天地之所以能够长久，这是因为它的生存出发点不是为自己，所以能够长久生存。因此圣人总是主动把自己放在最后，不汲汲于争先，结果反而能够处处占先；总是将自己置于度外，结果反而能够保全生命。这正是由于圣人们从不怀抱自私之心的缘故，所以他们总能成就他们自己的业绩。

让万物顺乎自然的变化是修身的大“道”。

古
圣
先
贤
修
身
处
世
宝
典

狂风不会永不停息地刮下去，暴雨也不会一直下个不停。是谁造成这种局面的呢？是天地。天地的狂暴都尚且不能长久，更不必说我们人类了。因此汲汲于追求“道”的人应该明白这个道理：凡是寻求皈依“道”的，就和道相同；寻求皈依“德”的就和德相同；寻求皈依“失”的，就和失相同。和道相同的人，道也乐于得到他；和德相同的人，德也乐于得到他；和失相同的人，失也乐于得到他。有不值得信任的情况存在，才会有不信任的事情发生。

委曲反而能够保全，弯曲反而能够伸直，空洼反而能够充实，破旧反而能够崭新，少取反而会多得，贪多反而会落空。因此圣人坚守“道”这一原则，作为修炼心智和治理天下的纲领。不自我表现，所以才显赫于世；不自以为是，所以才非昭彰；不自我标榜，所以才功勋卓著；不自高自大，所以才出人头地。正因为他不和别人相争，所以普天之下没有人能够同他争。古代所谓的“委曲可以保全”这些话，绝不是空话，它们实实在在能达到保全自己的目的。

精神和形体合而为一，能做到不相分离吗？积





古圣先贤修身处世宝典

聚精气以致柔顺，能达到婴儿那样的状态吗？排除杂念，澄清心灵，能做到不留半点瑕疵吗？爱护民众，治理国家，能做到放弃运用聪明才智吗？面对自然的对立变化，能做到甘心退居柔雌的地位吗？通晓事理，了解奥妙，能进入清静无为的境界吗？让万物生长、繁殖，生养了万物却不据为己有，推动了万物却不恃为己功，导引万物却不妄加主宰。这就是最深远、最博大的美德。

抛弃所谓的文化学问，才不会招致忧患。唯唯诺诺和高声呵叱，两者究竟相差多少？善良与罪恶，又究竟能相差几何？别人所害怕的，就不能不害怕，这风气自古以来就是如此，而且还不知道到何时才是尽头。众人都无忧无虑，兴高采烈，心情舒畅如同参加盛大的筵席，志满意得恰似在春天登台眺望美景，独有我淡泊宁静，无动于衷，就像婴儿还不会发出微笑。其他人都富足有余，独有我一人似乎什么都欠缺，看似一副愚蠢之徒的心肠，浑浑沌沌，无知无识。其他人都是那么清楚明白，独有我是这样的昏聩糊涂。其他人都清醒精明，独有我懵懂无知。心胸宽阔恬淡，它就像无边无际的大海；行为飘逸洒脱，它

就像不停疾吹的长风。众人都拥有一套本领，独有我显得笨拙无能、愚顽鄙陋。但我偏要跟普通人不同，因为我所重视追求的是那种顺乎自然、守道养性的美好境界。

达到心灵虚无空明的极致，切实地保持最高度的清静。万物都在生长发展，我就此观察它们循环往复。万物复杂众多，纷纭变化，但最后都各自回归到它们的本原。回归到本原叫做“静”。“静”就是所谓的“复命”。“复命”叫做“常”，认识“常”叫做“明”。不认识理解“常”而轻举妄动，肆意胡为，那么必然导致灾难。了解认识“常”，才能兼容包涵一切。一切包涵，才能坦然公正，无私无偏。大公无私，才能使天下景附归从。天下归从，才算是顺乎自然。顺乎自然，就是合乎大“道”。合乎大“道”，才能永恒长久，终身不会遭受任何危险。



老子(生卒年不详)，姓李，名耳，又名垂耳，字伯阳，谥曰聃，人称老子。春秋时期楚国若县(今河南鹿邑东)厉乡曲仁里人。论年辈，大约早于孔子。著有《道德经》。中国古代著名的思想家、教育家。道教的创始人。