



华夏圣经

《论语》精粹十讲

周邦彦 / 著

云南出版集团公司
云南教育出版社

华夏圣经

《论语》精粹十讲

周邦彦 / 著

云南出版集团公司
云南教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

华夏圣经:《论语》精粹十讲/周邦彦著. —昆明:
云南教育出版社, 2009. 11

ISBN 978 - 7 - 5415 - 3390 - 7

I. ①华… II. ①周… III. ①儒家②论语—研究
IV. ①B222. 25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 208926 号

出 版 人/李安泰

责任编辑/易 山

封面设计/高 伟

华夏圣经——《论语》精粹十讲

周邦彦/作者

云南出版集团公司/云南教育出版社出版

云南教育出版社发行

(650034—昆明市环城西路 609 号)

www.yneph.com

云南福保东陆印刷股份有限公司印装

开本: 787×1092 1/16 印张: 6.25 字数: 84 000

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5415 - 3390 - 7

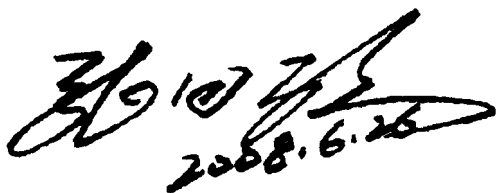
定价: 19.00 元

凡发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换 (电话: 0871-7328892)

《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》序

周邦彦老师的《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》，是她用心智和执著凝聚而成的精美之作。她的每一讲都力求既忠实于经典的原义，又考虑学习对象的实际，尽可能做到准确、系统而又通达、明白。同时，她把自己多年的教学经验和文学修养、人生感悟融为一体，使知识性、趣味性、艺术性和哲理性有机地结合。难怪学员们在学习找到了快乐，在经典里发现了自我，在生活中感悟了人生。

当前在形势发生巨大变化，社会发生深刻变革，生活发生多元变迁的潮流下，《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》显得尤为珍贵。大处说，它有提供我们推动和谐文化建设的历史性意义；小处说，它可以对我们每个人的价值观产生积极影响。“不以物喜，不以己悲”，此乃心之大境界也！



张洁
2008.6.26

她在播撒《论语》的智慧光芒

——《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》序

周邦彦，玉溪一中语文教师。她不仅因与南宋著名词人周邦彦同姓同名而被人记住，更因教书的精彩和热情被学生赞誉，其文采和才华也一直被广泛关注。现在，退休多年的周邦彦老师，又在“论语热”中再度“热”了人们的眼球。讲授《论语》是周邦彦老师目前正在做的一件很有意义的事。

“论语热”是当今的一个文化现象。中华文化以儒家思想为代表，儒家思想又是以孔子为宗师，《论语》就是孔子的言论集纳。儒家思想绵延几千年而不衰，当今，还在世界上产生越来越大的影响；孔子又在当代国际走红，成了中华文化的经典“名片”。中华文化正以前所未有的开放姿态融入世界文化潮流。在今天，讲孔子，讲《论语》，弘扬民族文化，滋养现代人被钢筋水泥隔绝、被汽车电脑疏远、被工业化商业气息污染、被快餐文化弱化的心灵和精神世界，正是时候。周邦彦老师敏锐地抓住了这个契机，为满足当代人的精神需求，而开讲《论语》。她无疑是智慧的、深刻的。

她的《论语》讲座自成体系。她“剔其糟粕，吸取精华”，把散见于文章的孔子语录进行了归类整理，使之系列化，集成了这样十讲：第一讲，儒家经典《论语》；第二讲，为学篇；第三讲，修身篇；第四讲，为政篇；第五讲，仁德篇；第六讲，礼乐篇；第七讲，荣辱篇；第八讲，和谐篇；第九讲，诚信篇；第十讲，情智篇。这是凝聚着她心血汗水和真知灼见的学术讲座。

她没有把《论语》神秘化，照本宣科，在故纸堆中亦步亦趋做注释，让孔子与现代人离得远远的，高不可攀；同时，也没

有把《论语》庸俗化，随心所欲，任意“包装”而现炒现卖，让孔子与现代人胡乱地混杂一起，显出滑稽。她是认真、执著、热情地学《论语》、讲《论语》。她以一位教师的真诚来做这个讲座，不是为了完成什么教学任务，也不是追赶时髦，更不是为了经济利益。正如退休多年的她，仍然给玉溪老年大学的老年人讲课，完全是出于教师的责任感和职业兴趣所驱使一样。“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”这是孔子的名言。学习的最高境界是快乐，讲课的最高境界也是快乐，人生的最高境界依然是快乐。讲《论语》不亦乐乎的周邦彦老师正是如此。

周邦彦老师是我上世纪70年代的语文老师兼班主任，得益于她的教诲而不忘。她的《论语》讲座是在老年大学讲授的，受到老年人的热烈欢迎。曾经很想拜读她的讲义，但因她是边写讲义边讲，未能如愿。早希望老师的心血和智慧结晶成册，现在得知讲义将公开出版，欣喜之情油然而生，这是玉溪文化教育界的一件好事。作为学生，能为老师写序言，在感激她的信任的同时更觉义不容辞，即便笔力不济也不顾，只要能表达心意就行。同时，也希望一同沐浴孔子思想智慧的光芒。

读《论语》，做一个快乐的人，这是我们共同的心愿，也是我写序言的心愿。

周彦
2008年9月

《论语》教学探微

——代自序

先秦诸子：老子、庄子、孔子、孟子、荀子、墨子、孙子、韩非子……灿若星辰，光耀千古。研究他们，都是国学的范畴。“四书五经”是国学，《史记》、《离骚》是国学；唐诗、宋词是国学；泰山、长城是国学；山重水复、柳暗花明，将天地自然融为一体的苏州园林是国学；从仰韶的彩陶到明代的景泰蓝，清代的鼻烟壶等等，都是国学。如何从满足现实需要的角度，对传统文化的精髓加以再诠释，让中国传统文化融入世界文化，参与解决21世纪人类所面临的种种矛盾和冲突，为世界的和平与和谐作贡献，这是弘扬国学的迫切任务和崇高使命。

“国学热”，引起学员们对儒家经典的关注。但苦于文字障碍，他们想学而无法入门。2005 学年下学期，我开始引导老年大学文学班的学员们学习《论语》。我以毛泽东同志“剔除其封建性的糟粕，吸收其民主性的精华”的思想为指导，按照我的阅读理解，将《论语》的基本内容系列化，分为十讲：第一讲，儒家经典《论语》，着重介绍孔子及其《论语》在中国和世界的巨大影响。第二讲，为学篇。第三讲，修身篇。第四讲，为政篇。第五讲，仁德篇。第六讲，礼乐篇。第七讲，荣辱篇。第八讲，和谐篇。第九讲，诚信篇。第十讲，情智篇。每一讲我都写了讲义，保证学习内容的系列化和系统性，学员们学有所依，不至于茫无头绪。

兴趣是最好的老师。“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”要让学员们好学、乐学，必须在对经典作简明诠释的同时，注重联系实际，联系国内外大事，联系社会热点，联系主流

思想观念，联系学员的心理特点等。譬如，学习“荣辱篇”，我们首先系统重温先哲们对荣辱的重要论述：孔子的“知耻近乎勇”，孟子的“羞恶之心，人皆有之”，管子的“仓廩实而知礼仪，衣食足而知荣辱”，欧阳修的“廉耻，立人之大节”，康有为的“风俗之美，在养民知耻”等，阐明“知荣辱”是中华民族长期形成的基本道德准则。紧密结合胡锦涛同志倡导的“八荣八耻”，深刻领会社会主义荣辱观，明确它与传统荣辱观的源流关系和本质区别。学员们联系实际谈体会，教学互动，气氛热烈，极大地提高了学员们学习的积极性。

除了注意有序性、趣味性和联系实际而外，我认为学习《论语》要忠实于原著，让学员亲身感受经典的魅力。然而，《论语》分篇比较随意，全书共20篇，每篇都没有明确的中心议题，篇名也是取自开头的几个字。《论语》之名始于何时，含义如何，也没有定说，“论语”是后人所取的名称，意思是“论说之语”。如何让学员比较全面、系统地阅读、感悟经典，这是必须解决的难题。逐章解读，学员会感到支离破碎，不得要领。在中学和大学的教材中，《论语》只选了有限的几个章节。而在我的“《论语》十讲”中，每一讲少则引述二十多则，多则引述三十多个章句（《论语》中的每一则语录称为章）。每一讲我都围绕一个中心议题来解读。譬如：学习“情智篇”，我首先肯定孔子是一个情感智慧很高的人。他“发愤忘食，乐而忘忧，不知老之将至”。他告诉我们，“仁者无忧”。孔子的“人生三乐”是：以得到礼乐的熏陶、调节为乐，以传扬别人的好处为乐，以多交贤良的朋友为乐。孟子的“人生三乐”是：“父母俱存，兄弟无故，一乐也；仰不愧于天，俯不祚于地人，二乐也；得天下英才而教育之，三乐也。”“与天奋斗，其乐无穷；与地奋斗，其乐无穷；与人奋斗，其乐无穷。”这是无产阶级革命家毛泽东同志的“人生三乐”。这些价值观和苦乐观，对今天的我们仍然有深刻的启迪作用。如何面对生活矛盾？如何对待逆境？如何达到内心的和谐？在儒家经典中都能找到很好的解答。诸如：“君

子坦荡荡，小人常戚戚。”“学而时习之，不亦乐乎？”“功自厚而薄责于人，则远怒矣。”等等。它告诉我们，一个人是否聪明，在于是否拥有对付精神崩溃的有力武器——主宰自己，每时每刻都作出情感上的明智选择，化解烦恼，愉悦身心。

学员们普遍反映，学习《论语》，就像接受一次次心灵按摩，生活中的磕磕碰碰，什么都想得通。《论语》教学能有这么强烈的反响，是我预想不到的。应广大学员的要求和有关专家的建议，我把2005年以来的讲义辑成《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》一书，公开出版，以期得到大家的批评指正。

本书最大的特点是：没有按《论语》原来的顺序解读，而是每讲都围绕一个中心议题来解读，论题比较集中；注重每个议题内在的逻辑性，系统性比较强，能满足读者的阅读心理需要；适当联系社会热点或典型案例，强化了经典的趣味性和吸引力；最突出的长处是根据论题需要，分类解读《论语》的章句比较多，解读文字力求简明扼要，读者能充分地直接感受经典的魅力。

本书根据现实的需要，对经典的精髓作了再诠释，这只是我的一种尝试，其中难免有偏颇，希望得到行家的指导。

周邦彦
2008年4月25日

目 录

《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》序 张田欣 1

她在播撒《论语》的智慧光芒 周 葵 2

——《华夏圣经——〈论语〉精粹十讲》序

《论语》教学探微 周邦彦 4

——代自序

第一讲 儒家经典《论语》 1

一、华夏圣经——《论语》 1

二、外国人心目中的《论语》 2

三、守护中华优秀传统文化的根 4

四、世界第一位教育家——孔子 5

五、充分感受经典魅力 7

第二讲 为学篇 9

一、乐天知命，自强不息 9

二、学习给人生存的智慧 11

三、孔子的教育宗旨 11

四、志于道，据于德，依于仁，游于艺 12

五、以学为乐，精进不已 15

六、学、问、思、辨、行 17

七、不愤不启，举一反三 18

第三讲 修身篇 20

一、君子以修身为本 20

二、全面磨砺自我 21

三、提升君子人格 22

四、成就完美人生 24

五、士不可不弘毅 25

六、见贤思齐，泰而不骄 26

七、益者三友，损者三友 26

第四讲 为政篇 28

一、民无信不立 28

二、居之不倦，行之以忠 29

三、从政要务：正名、富民、兴教 30

四、举贤任能，以民为本 31

五、为官之道——尊五美，摒四恶 32

六、孔子的政治理想 33

第五讲 仁德篇 34

一、仁是孔子思想的核心 34

二、能行五者于天下，为仁矣 35

三、真心求仁而得仁 37

四、德以孝为先 38

五、仁为处世之本 40

六、上善若水，厚德载物 41

七、东方“仁爱”与西方“博爱”之比较 42

第六讲 礼乐篇 44

一、不学礼，无以立 44

二、礼为处世之本 46

三、如何处理和与礼的关系 47

四、孔子的乐治思想 48

五、孔子精通音律，是音乐教育的宗师 50

六、移风易俗，莫善于乐 52

七、音乐之道与政同 53

八、乐者，天地之和也；礼者，天地之序也 54

第七讲 荣辱篇 56

一、知耻近乎勇 56

二、礼、义、廉、耻，国之四维 57

三、仁则荣，不仁则耻 60

四、自尊自爱，趋荣避辱 61

五、树立社会主义荣辱观 62

第八讲 和谐篇 64

- 一、大同思想，源远流长 64
- 二、西方哲人的理想社会 65
- 三、天人合一——中国先哲们的和谐理念 65
- 四、和谐的核心——以民为本 67
- 五、公平正义 安定有序 68
- 六、礼之用，和为贵 69
- 七、己所不欲，勿施于人 70
- 八、心底无私天地宽 71

第九讲 诚信篇 73

- 一、诚法天道，合乎天理 73
- 二、人而无信，不知其可也 74
- 三、诚信为本，顺乎民心 75
- 四、坦诚人生，升华人格 76
- 五、言忠信，行笃敬 77
- 六、诚以真为本 78

第十讲 情智篇 79

- 一、君子无忧 79
- 二、知者不惑，仁者不忧，勇者不惧 80
- 三、圣人、伟人的一生三乐 81
- 四、孔子的苦乐观 82
- 五、如何应对逆境 83
- 六、君子坦荡荡，小人常戚戚 84
- 七、情商比智商更重要 86

源头书不可不读 周邦彦 88

——代跋

第一讲 儒家经典《论语》

一、华夏圣经——《论语》

《论语》是一部记录孔子言行的书，是经过历史长河的不断冲击、淘洗，至今仍熠熠生辉的儒家经典。孔子是世界上第一位教育家，孔子的诞辰，被联合国和一些国家定为教师节。目前，全世界有近 200 所孔子学院。爱读书，而未曾读《论语》，是身为中国人最大的遗憾。

“国学”指中国传统文化。这一概念在中国近代史发轫之时，既有抵制西方文化的意图，也有弘扬本国文化、挺立民族文化脊梁的时代意义。近几年来“国学热”，是对中国优秀传统文化的认同，是守护中华传统文化的根，是改革创新时代精神的反映，也是民族文化自信力增强的表现。

“国学”一词出自《周礼·春官·乐师》，现在提“国学”，是相对于“西学”而言的。要实现中华民族的伟大复兴，不能搞文化虚无主义，自我否定。必须回顾、认同、保护我国的优秀传统文化，以此为借鉴，发展我们民族的新文化。

在世界历史上，先后出现过五大文化圈，即希腊（罗马）文化圈、希伯来（基督教）文化圈、汉（儒学）文化圈、印度（佛教）文化圈、伊斯兰（阿拉伯）文化圈。其中，希腊文化和希伯来文化融合，成为现代西方文化的根；汉文化和印度文化融合，成为东方文化之源。所以，现在说东方文化，主要指汉、印文化。

佛教产生于印度，创始人是释迦牟尼（公元前 565 年～前



485年)。公元13世纪，由于中亚信仰伊斯兰教的民族入侵，佛教在印度完全消失。直至19世纪，才从斯里兰卡反传回印度。

儒家学说产生于中国，创始人是春秋末期的孔丘。经过孟子、荀子等人的发展，两千多年来，一直是中国传统文化的主流。它早在汉武帝时就传到越南；约公元4世纪，通过朝鲜半岛传到日本，在东南亚各国都有深远的影响。

道家学说的创始人是老子（约公元前580年～前500年）。老子姓李，名耳，字聃，春秋末期楚国人。他的《道德经》开创了中国古代哲学思想的先河。

中国传统文化，是儒、道、释合一的文化。儒家思想是中国传统文化的主流。儒学的形成和人类文化长河中的三大宗教一样，虽然历经沧桑坎坷，但生命之树常青，始终是中华民族文化的精髓。它是中国两千多年来主流文化的木之本，水之源，心之魂。这部“华夏圣经”，一直为人们所推崇，直至今天，面对外来文化和市场经济的冲击，它仍然可以作为我们生活的坐标。儒学在塑造中华民族精神、增强华人世界的文化认同、提高民族凝聚力等方面，越来越显示出它不可替代的作用。

以儒家思想为代表的中华文化，博大精深，以孔子为宗师的儒学，饱含浓厚的生命关爱和经世情怀。中国传统文化本质上是关于人的学问。对人、对人性、对人生的关注，是中华传统文化的长处。发掘中华传统文化的合理因素，对整个人类内在精神的提升，对人们摆脱精神焦虑，正确对待物欲，守护精神家园都有非常积极的作用。儒学蕴涵着深邃的和谐理念，体现了中华传统文化的核心价值观念。它影响了中华数千年的文明发展，也辐射到世界各国，对人类精神境界的提升，发挥着积极的作用。

二、外国人心目中的《论语》

早在16世纪，西方汉学的先驱，意大利人利玛窦，就出版了拉丁文的《四书》译本，被人们称为基督教的孔夫子。孔子思想在17～18世纪的法国，乃至整个欧洲，都起了振聋发聩的

作用。法国启蒙思想家伏尔泰说：“‘己所不欲，勿施于人’这一思想是超过基督教教义的最纯粹的道德。”他说，孔子“在公元前六百余年便教导人们如何幸福地生活”。法国百科全书派领袖霍尔巴赫说：“在中国，理性对于君主的权力，发生了不可思议的效果，建立于真理之永久基础上的圣人孔子的道德，却能使中国的征服者亦为其所征服。”法国哲学家、数学家莱布尼兹研究儒学和《易经》后评价说：“中国在政治、伦理方面远比欧洲进步。”美国诗人、哲学家爱默生说：“孔子是全世界各民族的光荣。”并称“孔子是哲学上的华盛顿”。1988年诺贝尔奖获得者（瑞典人）汉内斯·阿尔夫说：“人类要生存下去，就必须回到25个世纪以前，去吸取孔子的智慧。”在当代，孔子被联合国首选为世界文化名人之一，公认为世界文明史上第一位教育家，并把孔子的诞辰定为联合国的教师节。美国1980年出版的《人民年鉴手册》，将孔子列在世界十大思想家之首。日本近代工业化之父涩泽荣一，将自己一生的管理经验加以总结，写成一本很有影响的书《〈论语〉与算盘·商务圣经》。他强调，要“按照《论语》的教谕，经商谋利”，主张义与利结合。联合国秘书长潘基文，尊孔子为精神导师，并教育子女要认真读《论语》。我国当今流行“儒商”的称谓，“儒”指有比较高的文化，“商”指企业家或经营者。真正的“儒”，应该具有“仁、义、礼、智、信”五项做人的道德准则。“商无信不立”，没有“仁、义、礼、智”，就不可能成为真正的儒商。我国的老字号药店“同仁堂”，正是因为推崇了“仁”，而使企业历经百年而不衰。人们将亚洲四小龙和日本的高速发展，归结为受儒家文化圈的影响。当前西方一些有识之士都在认真研究中华文化，以解决世界所面临的科学终结、文化冲突、道德失范、邪教泛滥、自然破坏、人性恶化等一系列难题。作为中国人，更有责任正确认识祖国的优秀传统文化，学习、批判、传承、创新，以推进中华民族的伟大复兴。

三、守护中华优秀传统文化的根

黑格尔曾经说过：“只有黄河、长江流过的那个中华帝国是世界上唯一持久的国家。”世界文明史上曾经有过玛雅文明、两河文明、古埃及文明、印加文明，也曾出现过罗马帝国、波斯帝国、奥斯曼帝国等。2600多年前，在古希腊、以色列、中国和印度，几乎同时出现了伟大的思想家，如苏格拉底、柏拉图、耶稣、老子、孔子、释迦牟尼。历史上曾雄踞一方的一些大帝国，如今只留下少许历史的残片。为什么唯有中国，数千年保持完整统一，一直屹立在世界东方？为什么唯有中华文明，薪火相传，继往开来，坦然与江河同在，如旭日东升，与大地同辉？就因为中华民族保存了优秀传统文化的根。人类文化的每一次飞跃，往往都要回到它的源头。西方的文艺复兴，就曾经回到古希腊，从中汲取智慧和力量，促进了欧洲的文明和进步。《论语》和《老子》，是中国传统文化最基本的原著，是国学研究的本源性著作。孔子和老子是中华传统文化的根，国学的源头。我们不能割断历史，我们必须为中华民族的生存与发展找到自己的根，为中华民族的伟大复兴守护自己的根。

20世纪90年代以来，世界进入经济一体化、信息高速化和文化多元互补的新时代。重振国学，对构建社会主义和谐社会意义重大。

首先，重振国学，对促进马克思主义中国化，巩固马克思主义在中国的指导地位具有重大意义。毛泽东同志把马克思主义和中国革命实践相结合，创立了新中国。国际知名学者池田大作和汤因比在“展望21世纪”的对话中说：“中国之所以比较容易接受共产主义，可能是中国人在传统上具有合理主义的思想。”也就是说，中国的传统文化为共产主义在中国生根、开花提供了良好的精神环境。其二，重振国学，对传承中华文化，实现文化认同和民族认同具有重大意义。国学是中华民族共同的血脉和灵魂。不论是大陆，还是港、澳、台和海外华人，都有同一部历

史，同一种文化，同一种语言和文字。传统文化是连接世界华人的心灵之桥，血脉之桥，文化之桥，在实现祖国统一大业中，有着不可替代的作用。其三，国学对提高人民的道德水平，营造良好的社会氛围和社会秩序具有特殊的重大意义。它体现中华优秀传统文化的源远流长，博大精深。“仁、义、礼、智、信”，“恭、宽、信、敏、惠”等等，直至今今天，仍然具有普世价值。其四，弘扬传统文化，对增强我国文化竞争力，增强综合国力具有重大意义。在与世界强势文化的争夺中，盲目崇外，妄自菲薄，放弃自己固有的优秀文化，搞民族虚无主义，等于自我开除球籍！

四、世界第一位教育家——孔子

春秋战国时代，是中国历史上思想空前活跃，文化极为繁荣的时代。儒家学派是春秋末期孔子所创立的学派，为十家（儒家、道家、墨家、法家、兵家、名家、阴阳家、纵横家、农家、杂家）之首。《论语》、《孟子》、《荀子》为儒家学派的代表作品。

《论语》成书于春秋战国之交，虽属语录体著作，但多为含蓄隽永的格言，生动而富有哲理，给人以启发和警示，使人在广阔的联想和想象中受教育。《论语》的中心人物是孔子，我们应通过对他的言行的学习，感悟孔子精神。毛泽



东同志指出：“清理古代文化的发展过程，剔除其封建性的糟粕，吸收其民主性的精华，是发展民族新文化，提高民族自信心的必要条件。”这应当作为我们学习《论语》的指导思想。

孔子是中国历史上最有影响的思想家，是世界上第一个教育家。孔子生于鲁襄公二十二年（公元前 551 年），名丘，字仲尼。孔子的六代祖孔父嘉是宋国的宗室。商朝末年，微子把王位让给纣。周朝建立后，周天子为了笼络商朝的遗民，把微子的后人分封到宋国。孔父嘉之子木金父为避祸乱，逃到鲁国定居。孔子的父亲叔梁纥（音 hé），是鲁国有名的武士，先娶施氏生九女无