

编著 / 张少杰 刘庆财

阅读



阅中华五千年智慧

典诸子百家之精髓



西苑出版社

领导干部
阅读书系

閱典

閱典

閱典

图书在版编目(CIP)数据

阅典 / 张少杰, 刘庆财主编. — 北京: 西苑出版社,
2010.6

ISBN 978-7-80210-711-3

I. ①阅… II. ①张… ②刘… III. ①传统文化—中
国—学习参考资料 IV. ①G12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 077974 号

阅 典

编 著: 张少杰 刘庆财

出版发行: 西苑出版社

通讯地址: 北京市海淀区阜石路 15 号

邮政编码: 100143

网 址: www.xycbs.com

E-mail: xycbs8@126.com

印 刷: 北京市通州天宝印刷厂

经 销: 全国新华书店

开 本: 889mm × 1194mm 1/16

字 数: 2400 千字

印 张: 130.5

版 次: 2010 年 6 月第 1 版

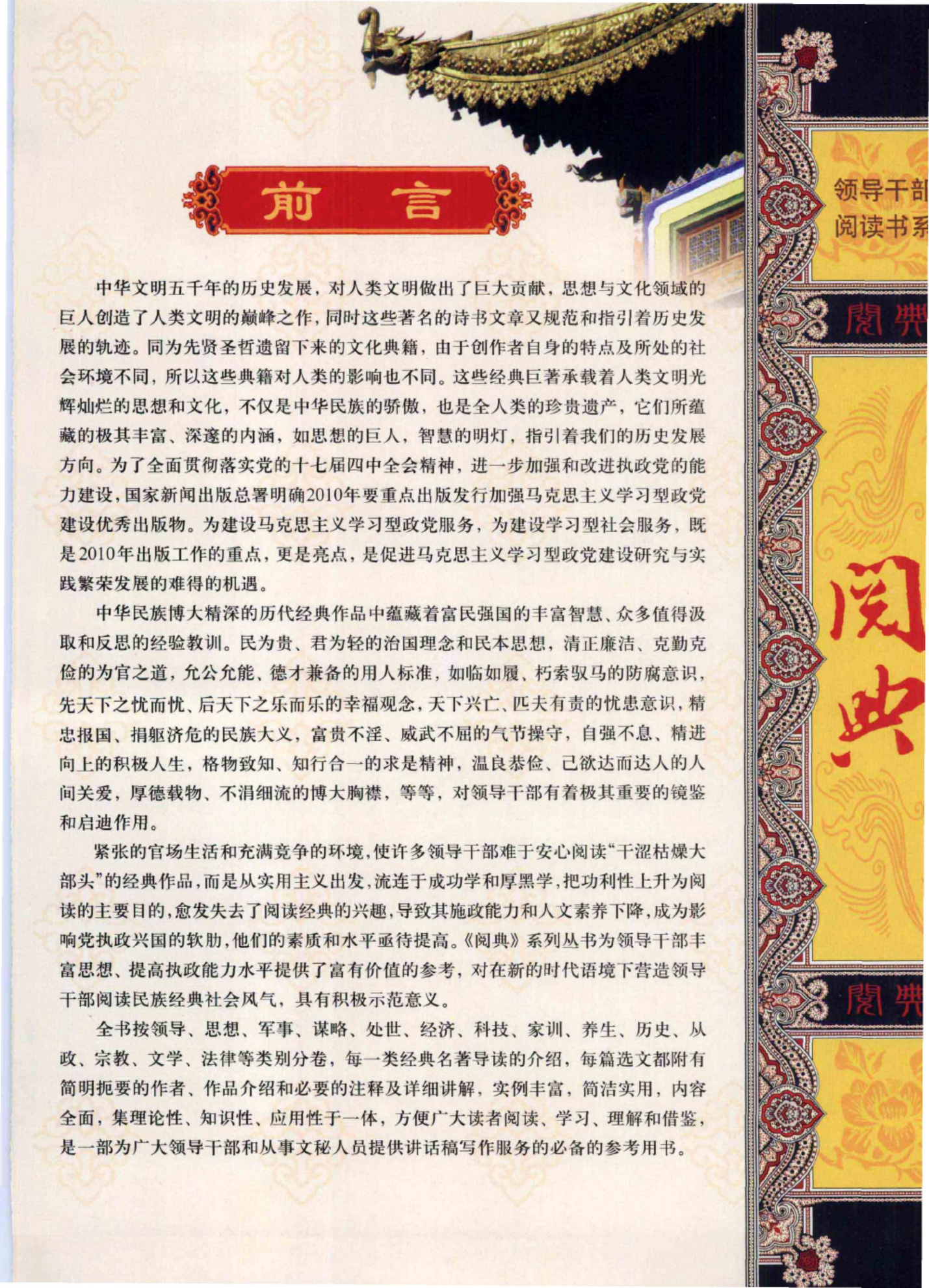
印 次: 2010 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80210-711-3

定 价: 890.00 元 (精装全四册)

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究



前言

中华文明五千年的历史发展,对人类文明做出了巨大贡献,思想与文化领域的巨人创造了人类文明的巅峰之作,同时这些著名的诗书文章又规范和指引着历史发展的轨迹。同为先贤圣哲遗留下来的文化典籍,由于创作者自身的特点及所处的社会环境不同,所以这些典籍对人类的影响也不同。这些经典巨著承载着人类文明光辉灿烂的思想和文化,不仅是中华民族的骄傲,也是全人类的珍贵遗产,它们所蕴藏的极其丰富、深邃的内涵,如思想的巨人,智慧的明灯,指引着我们的历史发展方向。为了全面贯彻落实党的十七届四中全会精神,进一步加强和改进执政党的能力建设,国家新闻出版总署明确2010年要重点出版发行加强马克思主义学习型政党建设优秀出版物。为建设马克思主义学习型政党服务,为建设学习型社会服务,既是2010年出版工作的重点,更是亮点,是促进马克思主义学习型政党建设研究与实践繁荣发展的难得的机遇。

中华民族博大精深的历代经典作品中蕴藏着富民强国的丰富智慧、众多值得汲取和反思的经验教训。民为贵、君为轻的治国理念和民本思想,清正廉洁、克勤克俭的为官之道,允公允能、德才兼备的用人标准,如临如履、朽索驭马的防腐意识,先天下之忧而忧、后天下之乐而乐的幸福观念,天下兴亡、匹夫有责的忧患意识,精忠报国、捐躯济危的民族大义,富贵不淫、威武不屈的气节操守,自强不息、精进向上的积极人生,格物致知、知行合一的求是精神,温良恭俭、己欲达而达人的人间关爱,厚德载物、不涓细流的博大胸襟,等等,对领导干部有着极其重要的镜鉴和启迪作用。

紧张的官场生活和充满竞争的环境,使许多领导干部难于安心阅读“干涩枯燥大部头”的经典作品,而是从实用主义出发,流连于成功学和厚黑学,把功利性上升为阅读的主要目的,愈发失去了阅读经典的兴趣,导致其施政能力和人文素养下降,成为影响党执政兴国的软肋,他们的素质和水平亟待提高。《阅典》系列丛书为领导干部丰富思想、提高执政能力水平提供了富有价值的参考,对在新的时代语境下营造领导干部阅读民族经典社会风气,具有积极示范意义。

全书按领导、思想、军事、谋略、处世、经济、科技、家训、养生、历史、从政、宗教、文学、法律等类别分卷,每一类经典名著导读的介绍,每篇选文都附有简明扼要的作者、作品介绍和必要的注释及详细讲解,实例丰富,简洁实用,内容全面,集理论性、知识性、应用性于一体,方便广大读者阅读、学习、理解和借鉴,是一部为广大领导干部和从事文秘人员提供讲话稿写作服务的必备的参考用书。

领导干部
阅读书系

阅典

阅典

阅典

领导干部
阅读书系

閱典

閱典

閱典

编辑委员会

主 编：

张少杰 刘庆财

副主编：

李刚 李锐

编署人员：

程国栋	宋 刚	胡志华	罗世举	张世荣	罗 膺
李 欣	罗 林	郑世超	周 京	罗仁心	张德光
杨盛月	谢梦林	胡宝光	杨德有	张凤阳	李 亮
周德旗	贺 林	谢 潮	艾庆远	姜春云	梁显文
杨志超	王 舒	张文雄	王 鸽	胡 艳	梁世忠
李昊天	张艳梅	冯耀文	王 欣	李 悦	张尹东
刘 贺	刘美英	曾建华	李东辉	宗 靖	柳 娜

内容简介

为了全面贯彻落实党的十七届四中全会精神，进一步加强和改进执政党的能力建设，国家新闻出版总署明确2010年要重点出版发行加强马克思主义学习型政党建设优秀出版物。为建设马克思主义学习型政党服务，为建设学习型社会服务，既是2010年出版工作的重点，更是亮点，是促进马克思主义学习型政党建设研究与实践繁荣发展的难得的机遇。

提高各级领导干部掌握中华优秀传统文化与文明经典知识的水平，特别是思想界、哲学界与政治历史类经典知识，使之能够做到信手拈来，引经据典，滔滔不绝，对于全面加强马克思主义学习型政党建设，深入理解和贯彻执行党的方针政策，改善和加强领导工作，推动各项管理工作开展，塑造良好的领导形象等等都具有重大作用和积极意义。

中华五千年的历史发展创造了记录华夏文明中博大精深的系列经典辉煌巨著，对人类文明做出了巨大贡献，思想与文化领域的巨人创造了中华文明的巅峰之作，同时这些著名的诗书文章又规范和指引着历史发展的轨迹。同为先贤圣哲遗留下来的文化典籍，由于创作者自身的特点及所处的社会环境不同，所以这些典籍对人类的影响也不同。本书本着弘扬华夏文明宝库中优秀经典巨著的宗旨，广泛搜集，全面选择，细致摘录，精心点校，精评精析，辑成四卷本《阅典》一书。

全书按领导、思想、军事、谋略、处世、经济、科技、家训、养生、历史、从政、宗教等类别分卷，精选选择各类名家名作近1400多部，予以全面导读和释解点评，向世人全方位展示了中华传统文化与文明精华的精髓。这些经典巨著承载着人类文明光辉灿烂的思想和文化，不仅是中华民族的骄傲，也是全人类的珍贵遗产，它们所蕴藏的极其丰富、深邃的内涵，如思想的巨人，智慧的明灯，指引着我们的历史发展方向。

书中每一类经典名著导读的介绍，每篇选文都附有简明扼要的作者、作品介绍和必要的注释及详细讲解，实例丰富，简洁实用，内容全面，集理论性、知识性、应用性于一体，方便各级各类领导干部和广大读者阅读、学习、理解和借鉴。

编 著

2010年5月15日

目 录

第一卷 帝王统治阅典

人祭第一	(3)
杀殉第二	(10)
弱民第三	(23)
媚外第四	(46)
虚伪第五	(66)
奢靡第六	(81)
愚暗第七	(104)
严刑第八	(121)
奖奸第九	(147)

第二卷 中华历史阅典

中国第一部编年体史书	
——《春秋》	(167)
古代中国社会剧变的前奏	
——《左传》	(171)
辩言恣肆的策士横议	
——《战国策》	(174)
中国第一部纪传体通史	
——《史记》	(178)
中国第一部纪传体断代史	
——《汉书》	(181)
断代体纪传史书的优秀继承者	
——《后汉书》	(184)
纪传体的国别史	
——《三国志》	(187)
集诸家晋史之长	

——《晋书》	(190)
适应南北统一形势的史书	
——《南史》、《北史》	(193)
资料翔实的史书	
——《旧唐书》	(197)
文字精炼的史书	
——《新唐书》	(200)
瑕瑜互见，各有千秋	
——《旧五代史》和《新五代史》	(203)
篇卷最多的中国古代史书	
——《宋史》	(209)
契丹贵族统治下的辽王朝史	
——《辽史》	(212)
一枝独秀，白玉微瑕	
——《金史》	(216)
研究元代历史的基本史料	
——《元史》和《新元史》	(219)
中国古代纂修时间最长的官修正史	
——《明史》	(223)
纪传体清史未定稿	
——《清史稿》	(226)
中国第一部编年体通史	
——《资治通鉴》	(229)
补续《通鉴》的名篇	
——《续资治通鉴》	(232)
纪事本末体史书的开创之作	
——《通鉴纪事本末》	(235)
第一部典志体通史	
——《通典》	(237)
以书志见长的纪传体通史	
——《通志》	(240)
典志体通史的继起之作	
——《文献通考》	(243)
第一部史学评论专著	
——《史通》	(245)
清代的史论名著	
——《读通鉴论》	(248)
一部了解南亚、中亚历史的稀世宝书	

——《大唐西域记》	(251)
千百年所绝无而仅有之书	
——《读史方輿纪要》	(255)
学案体的开山之作	
——《明儒学案》	(258)
中国古代科学家传记汇编	
——《畴人传》	(261)
救亡图强的呼唤	
——《盛世危言》	(264)
近代中国史学理论第一编	
——《中国历史研究法》	(267)
反映近代新史学成就的代表作	
——《观堂集林》	(270)
为恢复古史真相的努力追求	
——《古史辨》	(274)
陈寅恪以诗证史的总结之作	
——《柳如是别传》	(278)
开一代史学风气之先	
——《中国古代社会研究》	(282)
雾夜里的“红星”	
——《西行漫记》	(285)
中华民族的宏伟画卷	
——《中国通史》	(288)
现代中国的历史纪程	
——《中国共产党的七十年》	(291)
新中国开拓前进的足迹	
——《若干重大决策与事件的回顾》	(295)

第三卷 历代养生阅典

第一篇 养生之道	(301)
仁者寿	
[春秋] 孔 子	(301)
义与利	
[西汉] 董仲舒	(301)
养 德	
[明] 吕 坤	(302)
资于道	

[朝鲜] 许 浚	(302)
贵 生	
[战国] 吕不丰	(303)
生无不死	
[汉] 王 充	(303)
随珠弹雀	
[战国] 庄 子	(304)
出生入死	
[春秋] 老 子	(304)
圣人独决	
[战国] 吕不韦	(305)
守 中	
[宋] 周守忠	(305)
无 为	
[汉] 王 充	(306)
三 养	
[明] 胡 翰	(306)
天道自然，人道自己	
[南北朝·梁] 陶弘景	(307)
莫伤之	
[南北朝·梁] 陶弘景	(307)
法于阴阳，和于术数	
《黄帝内经》	(308)
适 足	
[唐] 王玄览	(308)
务思和理	
[唐] 孔思邈	(309)
动息节宣	
[宋] 程 颐	(309)
失 和	
[汉] 荀 悦	(310)
慈俭和静	
[清] 李庆远	(310)
生死与名利	
[明] 元贞禅师	(310)
适 欲	
[战国] 吕不韦	(311)
和乃生	

[春秋] 管 仲	(311)
善养生者	
[三国] 嵇 康	(312)
知易行难	
[三国] 皇甫隆令	(312)
自得自适	
[战国] 庄 子	(313)
八字金丹	
[清] 曾国藩	(313)
第二篇 修心养性	(314)
养心莫善于寡欲	
[战国] 孟 子	(314)
君主之官	
[元] 王 珪	(314)
第一法	
[明] 吕 坤	(315)
养心为主	
[明] 瞿 佑	(315)
死生存亡之本	
[战国] 吕不韦	(316)
情有所寄	
[明] 袁宏道	(316)
生于性，死于情	
[明] 吕 坤	(317)
五情自伤	
[金] 张从正	(317)
合男女必有则	
《天下至道谈》	(318)
心如止水	
《二程遗书》	(318)
节宣之和	
[晋] 葛 洪	(318)
修我灵气	
[唐] 司马承祯	(319)
静在心，不在境	
[明] 钱 琦	(319)
喜 怒	
[战国] 庄 子	(320)

喜乐之道	
[明] 方孝孺	(320)
释 憾	
[汉] 刘 安	(321)
至乐极	
《文子》	(321)
乐无不在	
[春秋] 孔 子	(321)
穷亦乐, 通亦乐	
[战国] 庄 子	(322)
制欲容人	
[明] 高 濂	(322)
制 怒	
[明] 来知德	(323)
养内与养外	
[明] 高 濂	(323)
心 病	
《本草总篇》	(324)
第三篇 强身健体	(325)
人身三宝	
[明] 杜巽才	(325)
元气与谷气	
[晋] 杨 泉	(325)
中则养, 过则病	
[明] 祝允明	(326)
治 身	
[晋] 葛 洪	(326)
当知所节	
[明] 黄承昊	(327)
合	
[清] 黄官绣	(327)
五 关	
[清] 褚人获	(328)
脾胃为先	
[明] 张景岳	(328)
爽口物和快心事	
[明] 解 缙	(329)
食之有妨	

[汉] 张仲景	(329)
和 成	
[春秋] 管 仲	(330)
饮食之道	
[南北朝·梁] 陶弘景	(330)
食 宜	
[元] 李鹏飞	(330)
五 味	
《彭祖摄生养性论》	(331)
饮食之患，过于声色	
[唐] 孙思邈	(331)
去 泰	
[战国]] 韩非子	(332)
小劳之术	
[宋] 蒲处贯	(332)
守黄庭	
[宋] 沈 括	(333)
动静说	
[清] 黄凯钧	(333)
五劳所伤	
[清] 曹廷栋	(334)
户枢不朽	
[晋] 陈 寿	(334)
卧 心	
[唐] 孙思邈	(335)
第四篇 天人合一	(336)
天行有常	
[战国] 荀 子	(336)
伤 生	
[明] 王象晋	(336)
至 人	
[汉] 刘 安	(337)
天地之气	
[明] 王文禄	(337)
世 宜	
[明] 吕 坤	(338)
虑 祸	
[南北朝] 颜之推	(338)

心常异俗	
〔明〕万尚父	(339)
外物与自家身心	
〔宋〕程颢 程颐	(339)
兼而修之	
〔晋〕葛 洪	(339)
尽其在我，听其在天	
〔清〕曾国藩	(340)
春夏养阳，秋冬养阴	
《黄帝内经》	(340)
过 用	
《黄帝内经》	(341)
自然人	
〔元〕洞阳子	(341)
豪杰之士	
〔民国〕梁启超	(342)
制 化	
《黄帝内经》	(342)
春季养生	
《黄帝内经》	(343)
夏季养生	
〔元〕丘处机	(343)
秋季养生	
〔元〕丘处机	(344)
冬季养生	
〔元〕丘处机	(344)
安 处	
〔明〕周 臣	(345)
风 害	
〔宋〕陈无择	(345)
第五篇 疾病预防	(346)
自 慎	
〔明〕高 濂	(346)
早 服	
〔战国〕韩非子	(346)
务谨其细	
〔晋〕葛 洪	(347)
慎 微	

〔明〕陈继儒	(347)
宝生救死	
〔明〕陈继儒	(348)
药食为后, 保护为先	
〔明〕张君宝	(348)
不治已病治未病	
〔元〕朱震亨	(349)
防之为易	
《大藏经》	(349)
忽微至大	
〔明〕刘伯温	(350)
自 察	
〔清〕曹廷栋	(350)
中 医	
〔清〕梁章钜	(351)
一字之静	
〔清〕李 渔	(351)
戒四欲, 忌四失	
〔明〕龚居中	(352)
药 毒	
〔金〕张从正	(352)
治与养	
〔清〕王燕昌	(353)

第四卷 中华处世阅典

第一篇 菜根谭(上)	(357)
第二篇 菜根谭(下)	(422)
第三篇 修身	(446)
第四篇 治道	(470)

第五卷 历代从政阅典

第一篇 为官从政素养卷	(505)
一 树立以天下为己任之志	(505)
二 系统学习执政知识	(510)
三 养成恭谨自省的思考习惯	(518)
四 训练智勇果敢的决策魄力	(520)

五	拥有宰相肚里能撑船般的胸襟肚量	(523)
六	为人处世贵先自修其身	(526)
七	谨言慎行的办事风格	(531)
八	善于从历史中汲取经验教训	(533)
第二篇	为官从政公德卷	(536)
一	公正无私是从政的前提	(536)
二	为官清廉是从政的根本	(539)
三	勤政尽职是从政的义务	(541)
四	诚心无欺是从政的信用	(544)
五	忧国忧民是从政的良心	(545)
六	忧国忧民	(546)
第三篇	为官从政方针卷	(549)
一	明察治乱兴衰大形势	(549)
二	恪守仁政德治大根本	(555)
三	熟念重民安民大方法	(557)
四	倡行礼治仁治大礼义	(561)
五	善用变革创新大手段	(564)
第四篇	为官从政变通卷	(568)
一	审时度势，因地因事制宜	(568)
二	集众人智慧，用众人智慧	(571)
三	必要时运用必要的智谋韬略	(575)
四	介于有为而治与无为而治之间	(579)
五	以实绩考评升降下属	(589)
六	按规矩协调上下级关系	(592)
第五篇	为官取下法则卷	(597)
一	以德服下，德威即权威	(597)
二	正人先正己	(600)
三	明察细微小节	(604)
四	从善如流，善纳谏言	(607)
五	务实施政，突破核心	(613)
六	既有远见，又善决断	(618)
第六篇	为官用人本领卷	(622)
一	从人才中物色贤才	(622)
二	从贤才中发现能才	(626)
三	从本质处观之知之	(632)
四	用人留有余地，不求全责备	(640)
第七篇	为官执政准绳卷	(648)
一	赏罚分明，不受个人好恶影响	(648)

二	以礼辅刑, 慎用刑法	(654)
三	明断是非, 法纪统一	(656)
四	发号施令, 令出必行	(660)
五	立法公允, 执法公平	(661)
六	恪行法制, 以身作则	(666)
第八篇	为官理财思路卷	(668)
一	利民富民是根本	(668)
二	理财富国是保障	(673)
第九篇	为官教化境界卷	(678)
一	教化之治是王者之治	(678)
二	重视教育是兴国之本	(681)
三	兴办学校是教化之始	(683)
第十篇	为官从政禁区卷	(686)
一	一戒奢侈贪婪	(686)
二	二戒徇私受贿	(688)
三	三戒用非其人	(690)
四	四戒骄矜邀功	(691)
五	五戒佞谄主人	(694)
六	六戒独断专行	(696)
第十一篇	阅典原文卷	(698)
	战国·荀子《臣道》	(698)
	秦·佚名《为吏之道》(节录)	(698)
	西汉·刘向《说苑》(节录)	(698)
	三国·王肃《孔子家语》(节录)	(699)
	唐·武则天《臣轨》(节录)	(700)
	唐·吴兢《贞观政要》(节录)	(708)
	宋·陈襄《州县提纲》(节录)	(708)
	宋·吕大中《舍人官箴录》(节录)	(712)
	宋·吕本中《官箴》(节录)	(713)
	宋·李元弼《作邑自箴》(节录)	(713)
	宋·程颐《视听言动四箴》(节录)	(714)
	元·许鲁斋《为官语录》(节录)	(714)
	元·张养浩《牧民忠告》(节录)	(715)
	元·张养浩《庙堂忠告》(节录)	(715)
	明·薛瑄《从政录》	(716)
	明·佚名《初仕要览》(节录)	(719)
	明·吕坤《呻吟语》(节录)	(719)
	明·吕坤《新吾吕先生实政录》(节录)	(720)