

The Analects

论语

说什么

——温故知新·典藏系列——

正安康健创始人

正安自在睡觉创始人

冬吴相对论出品人

梁冬

——著

2

做一个
没有敌人的人

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社

ZMC
装图

非外借

论语

说什么

—温故知新·典藏系列—

梁冬——著

The Analects

②

里仁为美

《论语》，中国人的幸福公开课

— 目录 —

CONTENTS

肆
里仁篇
第四

- 4.1 如果我们处在一个不好的环境和气场里，
该怎么办 404
- 4.2 什么样的快乐是长久的，不需要条件的 412
- 4.3 做一个真诚的人太不容易了 420
- 4.4 一个人对世界最大的贡献，就是让自己
成为一个不拖累世界的人 428
- 4.5 富贵和不富贵的心智模式 438
- 4.6 世间总有一种你不知道的东西，
在推动着一切发展 446

4.7	穷自然有穷的价值，匮乏自然有匮乏的力量	454
4.8	跳出自己的好恶，就没有那么多情绪	462
4.9	略微提高身体里君子的比例， 你会更加尊敬自己	470
4.10	总是按怎么对自己有好处的目的做事， 得到的恐怕只是怨恨	476
4.11	人生的最高境界是没名有料， 最差境界是有名无料	484
4.12	有了人生主线，作决策其实不会很难	492
4.13	于己者忠，于人者恕	500
4.14	以义为先，以利为后	508
4.15	你会跟父母相处吗	516
4.16	如果不孝敬父母，将来你的孩子 就会用同样的方式回报你	524
4.17	如果你常常诸事不顺，反省一下 是不是说得太多、做得太少	532
4.18	人与人之间的关系，就像弹簧一样	538

第五 公冶长篇 伍

- 5.1 把自己修炼成想成为的人，就会吸引类似的人 550
- 5.2 除了读书，还有一个方法可以帮我们改变命运 588
- 5.3 警惕那些因世俗的成功而被拿走的东西 566
- 5.4 口才很好的人会很快交到朋友，但口才不好、木讷的人，可能会有很久的朋友 574
- 5.5 没有那么大的头，就不要戴那么大的帽子 582
- 5.6 人生美好的状态就是，知道什么时候把门打开，什么时候安静地走开 588
- 5.7 被孔子称为“仁”的状态
可能不是品格，而是能力 596
- 5.8 要的多一分，自由就少一分；
贪婪多一分，恐惧就多一分 604
- 5.9 尽管这辈子我们能做的事很少，
但还是应该努力参演人生这出大戏 612
- 5.10 一个体力差的人，意志力也不会太强 620
- 5.11 每个人都要觉察自己表现出刚强时，
那些可能会被别人利用的欲望 628

5.12 做一个不给别人添麻烦的人， 是做人的最高智慧	636
5.13 别人告诉你一百种巧克力的不同， 都不如你亲口吃一块	644
5.14 我们做的一切，都会有回报； 说的一切，都会在未来让自己汗颜	652
5.15 很多选择困难症，都是因为 没有站在结局往前看	660
5.16 时时刻刻提醒自己保持节制：做人的艺术	668
5.17 太多人以爱的名义掩盖教养， 而克制和尊重可能比爱更重要	676
5.18 每个人都只能自己保佑自己	684
5.19 不要太执着，人生总有不可知、 不可遇、不可控的事情发生	692
5.20 仁和真正的科学一样，没有终点，只有方向	700
5.21 这一招，专治思前想后下不了决心	708
5.22 比别人聪明很难，比别人愚更难	716
5.23 人所有的努力，不过是为了最后 做一个说话有底气的老师	724
5.24 有时事实很重要，但比事实更重要的 是内在的情绪和心智模式	730
5.25 如何与贵人相处——把最真实的样子 呈现在他面前	738

5.26	一句话专治各种焦虑：“你没那么重要”	746
5.27	这个世界上，没有一个人会认为自己真的有错	754
5.28	终身学习——一个人拥有好命的核心能力	762

附录

里仁篇第四	770
公冶长篇第五	773

肆
里仁篇
第四

4.1

如果我们处在一个不好的环境和气场里，该怎么办

原典

子曰：“里仁为美。择不处仁，焉得知？”

房子的风水好不好， 还要看邻居是否有宽厚的气象

本篇小梁跟大家聊一聊家居风水的话题——你居住的地方风水好不好，能不能旺你。我们来看看孔子是如何说的。

子曰：“里仁为美。择不处仁，焉得知？”

“里”，二十五家为一里，如今很多街道的地名还在用这个字，比如北京的永安里、曙光里……

正安文化北京总部所处的那条街叫国子监街，街道里有块牌子上写着“里仁之美，林立之间”。一个里有二十五家，彼此之间都为邻，这叫邻里之间。

“里仁为美”的意思是，一个小区的风水好不好，得看小区里的人是否有宽厚的气象。比如你走到一个小区里看到保安，他们脸上的光芒是宽厚的，还是凶残、懈怠、冷

漠的；小区里保洁阿姨的眼睛有光还是没有光，是可以感觉得到的。

我有一位朋友，总能找到特别好的房子。我就问他：“你是怎么选的？”他说：“很简单，我想在一个小区里租房，第一次去这个小区的时候，发现保安特别和善，很乐意帮助小区里的住户；小区里由砖砌成的小路脏了，打扫卫生的阿姨居然没有用拖把拖，而是蹲在地上用抹布擦，远远地看见有人走过来，她会站起来打招呼——这个小区的风水真是太好了，值得居住。当我住进去之后，事业发展得很好，身体也很健康。

“后来有段时间不知道什么原因，可能是物业公司的领导换了，有一天我回家的时候，发现小区里的保安已经是不同的人了，脸上写满了不满，有种看着别人开着这么好的车进来的憎恨；那些保洁阿姨也不一样了，常常躲在角落里玩手机，以前地上如果有摊水，绝对不会停留超过十五分钟，有一次那摊水在地上已经有一天多了，还是没人管……所以我决定搬走，因为仁的感觉已经没有了。”

我听到他这样讲，细细琢磨了一下，还真是如此。细微处见真章，微言大义，许多事都是同气相求的，通过一两个细节就可以看到小区风水的变化。有的小区的保安会

在住户家里出事的时候，第一时间过来帮忙；而有的小区可能就发生过保安盗窃，或者杀人事件，等等。报纸上常常能看见，这就是风水好和不好之分。

当然，不光是小区里的保安和保洁阿姨等服务人员可以反映小区的风水，你晚上在小区里散步的时候，留心观察一下走来走去的人脸上的表情，孩童玩耍时的状态，家长是否放心让自己的孩子在小区里到处乱跑，抑或很担心，非要爷爷奶奶盯着，而且活动范围在五米之内，否则孩子一消失在视线之内就害怕……这些细节全都反映出这个小区的风水。

同样，一家公司也是这样。我有一位做管理咨询的朋友，他从一家公司的大门进去，一直走到老板的办公室，一路上观察员工的动作、眼神、收包裹的神情，还有老板在办公室里的状态，大概就知道这家公司是否值得投资，是否值得帮助。

现在很多人都找大师看风水、看格局，布一个“左青龙右白虎”阵，哪里放几个葫芦，哪里刷一片灰色，哪里摆放水晶……其实，这些都是技术层面的话题。而孔子这样的人间老司机只看一样东西——仁，有没有仁的状态。

“择不处仁，焉得知？”这句话是说，如果你在选房子的时候，没有选到一个有宽厚邻里风格的地方，不管是作为居住还是上班的地方，都不是明智的选择。

身处不好的环境和气场， 你会离开还是选择改变

风水很神秘吗？如果你读了这句话，就会发现一个好气场，一个给你带来更健康的身体、更好的安全保障、更强的能量成长的地方，不需要那么多技术判断（这是后来要做的事），你只要看看那里人们的脸上是不是有宽厚的笑容。

我儿子有个同学，去年暑假去了美国的亲戚家小住了一个礼拜，回来后跟我们分享：“那个地方的人真好，我在路上玩的时候，看见了一对黑人老夫妇，他们虽然不认识我，但很友好地跟我打招呼。我英语不好，他们居然跟我说了很多话，不断地逗我笑，然后送了我一个礼物就走了。我觉得那个地方真好。”他爸爸在旁边说：“这只能代表美国的部分地方，中国绝大部分地方的人也是这么友好，哪

里都有好人。所以不是因为美国好，而是因为那对夫妇好，对不对？”我觉得这位父亲还是很有觉悟的。

哪里都有风水好的地方，哪里都有风水不好的地方（美国也有地方发生枪击案，也有很危险的城市）。有一年，小梁在洛杉矶晚上都不敢出门，因为有拿着枪的黑人在街上走，这可是在美国啊。当时我就想，我这辈子都不要再来这个城市。

所以，一个小朋友居然可以在与一对黑人老夫妇的互动中感受到气场的祥和，我突然想到，如果我们处在一个不好的环境和气场里，该怎么办？如果你的能量弱，就离开那里；如果你觉得自己的能量强，或者愿意更主动地承担起责任，也许可以做出另外的选择——从我做起，改变整个地方的气场。

很多人可能会说：“我犯得着吗？我的能量本身就很弱，被消耗没了怎么办？”这种想法是不对的，可能正是因为这样，通过你一个人的方法，就能改变一方的气场，最后你就修炼出了一种能力。

当你释放出生命仁爱的信号时， 好风水就会出现

有一天下午，小梁很尊敬的一位学者与我分享他最尊敬的人是如何通过个人修为感化旁人的。也许很多人都不见得有多么好，但起码他们都表达出了善良、仁厚、和蔼、亲切，以及充满希望、勤奋的一面。后来这位学者告诉我：“其实每个人的内心都有善和恶、好和坏的种种面相，处在相对的世界里。为什么同一个人，可能对待别人很凶，对待你就变得很温和呢？有没有想过是因为你释放了什么样的能量波，激发了他不同的面相？”我觉得他说得很有道理。

小梁有一位厨师朋友，他经常会在做完饭之后，用一些边角料认认真真地做一盘宵夜，回家的时候带给小区的保安吃。他所住的小区并不是很高档，保安的收入很低，平常对很多人的态度都不好，但就是因为他经常给保安送宵夜，所以对他的态度很好。有一天他回家的时候，突然下起倾盆大雨，大家都认为态度很不好的那个保安看见了他，远远地撑开一把很大的伞在雨中等他，把他接进小区，一直送到他们家所处的楼道里。对此，他很感动：“通过这件事，我真正地感受到了，当你用温暖、仁爱释放出生命