

<<儒谈人生与自身修养>>

图书基本信息

书名：<<儒谈人生与自身修养>>

13位ISBN编号：9787507426076

10位ISBN编号：7507426076

出版时间：2012-7

出版时间：中国城市出版社

作者：唐明毅

页数：272

字数：276000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;儒谈人生与自身修养&gt;&gt;

## 前言

贯穿中国历史的最大学问是儒家思想，它的“显学”地位所累积的文化能量超过了诸子百家，它的智慧在历史上任何一个节点都释放出无与伦比的影响力。

儒家的智慧包含着一种千古不朽的人文精神，它对人的生命存在和人的尊严、价值、意义的追问、理解和把握，以及对价值理想或终极理想的执著探索追求，形成了强大的民族凝聚力，是中华文明建设与发展的主要动力之源。

只有在重视人本及生命的前提下，才可讲“和谐”。

儒家提倡“和合思想”，不是空洞的，它需要人们解决好“自我”与“大我”的关系。

“和合”是知识分子所普遍认同的理念，并纵贯儒家思想演变的全过程。

“和合”是一种思想，更是一种学问。

“和为贵”是中国人不变的追求。

社会发展、竞争有序，否则人心必然失衡，社会必然混乱。

儒家意识到实现和谐并非容易，因为人的各种欲望会与利益造成冲突。

于是，儒家强调个人“修养”，让自身的学问品格不断上升，历练拒腐防蚀的力量，“三军可夺帅也，匹夫不可夺志”，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能”……这些都体现了儒家进取不屈的智慧，它凸显于儒家入世品格和刚健精神，是儒家积极投身现实社会、奋发进取、自强不息、追求自己理想价值实现的精神。

中华文明历经五千年，其中儒家思想起到了重要作用。

每当国家处于危难之时，一些知识分子的“浩然正气”就会凸显，往往是国亡而文化精神不灭，体现了中华文明极其强大的韧性。

孔子讲“士志于道”，首倡知识分子以维护道德价值理念为己任，肩负起拯救社会无序的宏愿，激起无数志士忧道忧民的悲情，人格结构得以丰隆。

这种忧道的积极人世和承担实践责任，使忧世悯民精神得以提升，而与“仁”相融合。

孟子提出了“忧患”概念，认为人的生命生存、事业兴败、国家存亡都与有否忧患意识相关联。

儒家的忧患思想，激发了“国家兴亡，匹夫有责”的担当意识。

数千年来，中华民族或重文或尚武，或文武并崇，交相辉映，在屡挫屡振的历史进程中，铸造了既温良谦让，又强悍勇敢的民族性格。

人们热爱和平，偃武修文，改善民生，可一旦战火燃起，强盗入侵，国难当头，无数仁人志士不甘屈辱，投笔从戎，无数英雄儿女临危不惧，视死如归，从而一次次挽救了国家，洗刷了耻辱，从苦难中站起来。

儒家重要思想还包括一种处世的学问——“中庸”。

它在现代社会争议很大，或褒或贬，或批评或肯定。

不管怎么说，中庸之道反映于当今社会各个层面。

可是，很多时候、很多人所理解的“中庸”违背了孔子思想。

只有深悟儒家学问的人才会真正懂得中庸之道，并用好中庸之道。

“中者，天下之正道；庸者，天下之定理。”

在为人处世上，中庸思想的实用性在历史上没有任何思想可以取代，现在同样如此。

我们常说，对人要一视同仁，不嫌贫爱富，不势利偏见，这就是“中”；原则不变，公道人心不变，这就是“庸”。

对自己来说，做事能够不偏不倚，就是“中”，保持一颗平常心就是“庸”。

现在人们在物质的侵蚀下，在多种价值观的影响下，容易行为失据，离“中庸”渐远，以致常常心理失衡，痛苦绝望。

所以，保持平常心，把心摆正了，回到“中庸”上来，何尝不是消除烦恼，赢得快乐的一种最佳途径。

本书通过对儒家思想与精神的集中展现，让您再次感受到它的博大精深、无比鲜活，同时再次得到

<<儒谈人生与自身修养>>

它有力而无价的帮助，从而获得更多的人生智慧。

## <<儒谈人生与自身修养>>

### 内容概要

贯穿中国历史的最大学问是儒家思想，它的“显学”地位所累积的文化能量超过了诸子百家，它的智慧在历史上任何一个节点都释放出无与伦比的影响力。

《儒谈人生与自身修养》通过对儒家思想与精神的集中展现，让您再次感受到它的博大精深、无比鲜活，同时再次得到它有力而无价的帮助，从而获得更多的人生智慧。

《儒谈人生与自身修养》由唐明毅编著。

## <<儒谈人生与自身修养>>

### 书籍目录

#### 第一章 仁者爱人

每个人都有仁心  
做一个富有爱心的人  
爱人才能被人爱  
唤起他人的爱心  
仁义与博爱  
仁者爱憎分明  
不要玩“仁术”

#### 第二章 崇尚诚信

诚信使人格完美  
守信是处世的资本  
生意要靠“诚意”来做  
不诚实的人爱猜疑  
诚实的人不怕吃亏  
谨防出现“伪诚”

#### 第三章 谦逊待人

不知礼者，难以立足  
提升人格魅力  
顾及对方的自尊心  
决不能显摆自己  
得理谦让，给人面子  
做人低调比张扬好  
不直接攻讦他人

#### 第四章 学会宽恕

厚德之人常恕人  
原谅伤害自己的人  
以悲悯的情怀容人  
原谅别人的过错  
把对手变成朋友  
包容化解恩怨  
为大局忘掉小怨  
宽恕是文明的责罚

#### 第五章 和谐相处

与人相处“和为贵”  
“人和”排在第一位  
不随意附和他人  
不平之气，委婉发泄  
允许有人反对自己  
侮人者必自侮  
不要诋毁别人  
和谐不等于一团和气

#### 第六章 志向高远

给自己一个远大志向  
志向决定人生走向  
要成功先得“立志”

## <<儒谈人生与自身修养>>

志向与人格独立  
人生志向与目标  
困境中不能失志  
不让理想成为空想

第七章 学以致用  
读书的乐大于苦  
培养学习的兴趣  
学习不可半途而废  
聪明好学，不耻下问  
用知识打好坚实基础  
处理好专与博的关系  
学而无思，难有长进  
知识要不断更新

第八章 珍惜时间  
时间如同流水  
懂得珍惜每一分钟  
合理安排时间  
拖延是浪费光阴

第九章 意志坚强  
松柏经寒苦而不凋  
经得起生活的磨难  
培养承受挫折的能力  
人生征途需要刚健精神  
用信心增强意志力  
心动更要行动  
勇者不被恐惧占据

第十章 大义精魂  
遇事敢于挺身而出  
舍生取义不犹豫  
舍利取义的理由  
堂堂正正做人  
心存公正，无私阳刚  
内心要有正义感

第十一章 志同道合  
选择好环境，选择好朋友  
要与人平等交往  
亲近者并非益友  
朋友的等级与层次  
以利相交是很危险的  
好朋友影响一生  
修养好与人缘好  
对待朋友要真诚  
朋友之间将心比心

第十二章 恪守良知  
做人的底线：天理良心  
从内心抵制坏事  
不可泯灭人性

## <<儒谈人生与自身修养>>

保留一颗知耻心  
内心愧疚，灵魂忏悔  
时时管好自己  
即使吃亏也要维护良知

第十三章 珍惜名誉  
命运沉浮，注意名声  
追求正当的功名  
不搞虚伪的名声  
心灵迷失易坏名声  
名声与身份无关  
荣誉面前要豁达  
不苛求完美的名声  
让事实澄清名声

第十四章 担当责任  
求学时明确社会责任  
做领导是为了担当责任  
荐人用人的责任  
失责必须辞职  
不轻易放弃责任  
抵制压力，恪尽职守

第十五章 富贵可求  
想富有是正常的心理  
未富之时不忘道  
富了之后重修德  
奢侈带来狂妄  
穷富都不要丧失人格  
工商都是“本”

第十六章 中庸之道  
避免过激与片面  
行动失度会乱套  
考虑利害的大小  
利弊要权衡取舍  
中庸不是畏缩不前  
防止过速过快

第十七章 权变通达  
与时变，才能进步  
与情变，才能通达  
与势变，方可不拘  
与事变，可以避祸  
屈伸都恰到好处  
进退都符合条件

第十八章 慎言敏行  
不说不知道的事  
以行动兑现承诺  
发表意见要中肯  
出口不可伤人  
不说急躁的话





## &lt;&lt;儒谈人生与自身修养&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 仁者爱人 所谓“仁”，是说从人的心里欣然地去爱别人，希望别人幸福，而不愿别人有灾祸。

这是一种从心中产生而不能停止的情感，是不求回报的大爱。

每个人都有仁心 子曰：仁远乎哉？

我欲仁，斯仁至矣。

——《论语》 仁是礼的补充，说白了就是教人们怎么做人。

孔子说：“仁者爱人。

”爱人首先要落实在自己的亲人和自己周围的人身上。

例如，对父母的爱，不仅是要奉养他们，而且要始终对他们和颜悦色，让他们真正能感觉到儿女的爱和温暖。

所以，仁不是什么高不可攀的东西，它离我们每个人都很近，只要我们真心想去追求，任何人都可以得到仁。

一天，王阳明的学生王艮出游归来。

王阳明问他：“你出游看见了些什么？”

”王艮回答说：“见满街都是圣人。”

”王阳明说：“你看满街是圣人，满街人倒也看你是圣人呢！”

”又一天，王阳明的另一个学生出游回来，兴冲冲地对王阳明说：“先生，今日我看见了一件奇怪的事情。”

”王阳明问是什么事，学生回答说：“见满街都是圣人。”

”王阳明说：“这不过是常事，有什么值得奇怪的！”

”原来，两位弟子对老师的真传心领神会，只是程度深浅不同。

1525年左右，王阳明曾写过一首诗，阐述每个人的心中都有孔子，所谓“人胸中各个有圣人”，这是先天的。

他在讲课中常向学生灌输这种思想。

怎样做才合乎仁呢？

孔子说：“出门好像迎接贵宾，役使老百姓好像承当重大祭祀。

自己不喜欢的事情，不要加在别人头上。

这样就无论治国或者治家都不会有人怨恨你了。

”这就是以敬恕之道来说明仁。

自己不想做的，不要强加于人，就是以自己的仁心去推及他人，也就是说自己要首先立人，自己首先要达到做人之道。

所以孔子回答樊迟问仁时的答案是“爱人”。

仁者能建立事业，能成就仁德。

心中存在仁，就能树立道德，就能成就自己。

孔子的圣学，以仁为中心主旨，以行仁为最高理想，以成仁为最高境界，三者不能离开片刻。

所以孔子说：有志向和有仁德的人，不会贪求生存而损害仁，只会牺牲生命来成就仁。

富裕和高贵，是人们所喜欢的，但不用正道得来，就决不接受；贫困和下贱，是人们所厌恶的，不因常理而来到身边，就不要急于去摆脱。

君子如果失去仁，怎么能够成就君子之名呢？

君子不会有片刻时间违背仁，即使仓促匆忙之间也一定和仁做伴，颠沛流离之间也一定和仁为伍。

明代大儒张载在《西铭》中提出了“民胞物与”的仁观，他说：“乾称父，坤称母；予兹藐焉，乃混然中处。

故天地之塞，吾其体；天地之帅，吾其性。

民，吾同胞；物，吾与也。

”大意就是以天下为一家，以四海为一人，以天地万物人我浑然一体而不分。

## <<儒谈人生与自身修养>>

张载认为，作为一个有仁爱之心的人，若尊重年长者，就能赡养他人的长辈，以及自己的长辈；慈悲孤儿，就能抚爱他人的小孩，也能爱护自己的小孩。

凡是天下的残疾人，孤寡老人，都如自己的长辈兄弟一般，要时时保护他们，时时帮助他们，使他们快乐而不忧愁，纯粹是一片孝心，一片兄弟之情。

例如“汶川大地震”后，人们提出“我和四川一家亲”，天南地北的人们向灾区伸出关爱之手，体现的就是“仁”。

儒家的理想世界是大同，完全要求以仁来覆盖天下，以仁来承载天下，所以孟子说：“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”

“仁爱之心，是人类生存和社会发展最基本的精神力量，它能融化人的孤独感和分离感，它能使人人与人和睦温馨，它能打破人与人心中的围墙，它是建立和谐人际关系的纽带。

人间需要每个人都永存爱心，然而这却是一件很不容易的事。

要做到永存仁爱之心，需要从以下几方面加强修养。

第一，要有自爱之心。

自爱心是人的本性，是个体生存的基本特征，自尊心的进一步发展，就会产生自尊心、羞耻心、责任心和自信心，这有助于塑造自我道德形象。

人若没有自爱心，生命便缺乏根基，正如鲁迅所说：“无论何国何人，大都承认‘爱己’是一件应当的事，这便是保存生命的要义，也就是继续生命的根基。”

自爱包含对自己做人的准则、人生意义、道德信仰、价值观念、人格荣辱等诸方面的理解、信奉和实行，它体现着一个人对真、善、美的珍视和追求。

第二，要有爱人之德。

一个人如果只能自爱而不能爱人，那只能是一种低层次的狭隘的爱；人只有做到爱人如己，以爱己之心爱人，才算有了爱人之德，正如古人所云：“以爱己之心爱人则尽仁。”

第三，要有利人之行。

在社会生活中，“爱语”会给人们带来温暖和快乐，甚至有“回天之力”。

但是，人们之间的相爱，不能只停留在漂亮的语言上，而要体现在实际行动上。

有这样一句格言：“一个救人的性命、出于纯正之爱的行动，比在侍奉佛祖的宗教活动中献祭大象和马匹而度过一生时光要更伟大。”

第四，要守仁德之道。

儒家讲仁爱，并非让人们去爱一切人，而是教导人们要爱之以道、爱之以德。

我们要当爱则爱，当恨则恨，正像鲁迅所说：“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛。”

爱是观念的东西，是客观实际的道德产物，毛泽东说：“世上没有无缘无故的爱，也没有无缘无故的恨。”

如若对错误的东西，丑恶的现象和罪恶的人一味讲爱，就会姑息养奸，把“爱”变成了“害”。

不仅失去了仁爱的价值，而且会走向事物的反面，结出过爱不义的恶果。

P1-3

## <<儒谈人生与自身修养>>

### 编辑推荐

儒家的思想包含着一种千古不朽的人文精神，它对人的生命存在和人的尊严、价值、意义的追问、理解和把握，以及对价值理想或终极理想的执著探索追求，形成了强大的民族凝聚力，是中华文明建设与发展的主要动力之源。

唐明毅编著的《儒谈人生与自身修养》通过对儒家思想与精神的集中展现，让您再次感受到它的博大精深。

<<儒谈人生与自身修养>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>