

<<人生不过俯仰进退>>

图书基本信息

书名：<<人生不过俯仰进退>>

13位ISBN编号：9787508069623

10位ISBN编号：7508069625

出版时间：2012-11

出版时间：华夏出版社

作者：孟阳

页数：261

字数：230000

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>

<<人生不过俯仰进退>>

前言

传统国学有着两千多年的历史，犹如一条长河流淌入海，两岸繁花似锦。它承载着丰富的学术、思想、价值观、习俗、情感方式，如同祖先的血液一般，建筑着泱泱中华的风貌，更灌溉着风华正茂的现代年轻人。它是你我为中国人的不二标识，是注入血液的华夏精神。

国学自然不同于近代以来传入中国的西学。我们如今虽然都伴随着许多的欧美方式成长、生活，但是骨子里的东西还是中国人特有的。注重实证性的西方科学与倡导自然悟性的中国学问实际上没有优劣之分，只不过对人生、社会的把握侧重不一样而已。

国人在历史千年的文化遗产中成长起来，但是生活中又免不了现代化带给我们的烦恼。这个时候我们为什么不走进古来的传统文化来寻求灵魂的宽慰和滋养，何必非要在西方式的生活、工作模式下寻找硬生生的贴近呢？

从本书中，我们就试着以东方温柔向内的传统智慧开启寻找慰藉心灵之旅。

国学中儒、道是最重要的内容，从曾经大一统的儒学，到后来与道家学说的相克相生中，中国的传统学问完成了一个从唯一向多元发展的过程。

实诚入世，做一番轰轰烈烈的正义事业；逍遥出世，守一份安然远逸的自然身家。

无论人生做怎样的选择，二者都是人生不可忽视的两面，一面热烈，一面静然。

儒家学说对于国人的影响最要紧的是为人要正直仁义，在这样的修养下，修持便是步向正道的途径。

儒家提倡的仁义礼智信，是一个人能够行走于世最起码要做到的，也是最难做好的准则。

悠悠岁月实际上如白驹过隙一般令人神伤，持守一种人生准则精彩一世必然不枉此生。

为了人生不悔，为了做人做出华丽色彩，儒家教会我们如何从自身做起，如何修炼自我能力，如何修身、齐家，乃至最后有幸可以治国平天下。

具体到现代生活，儒学思想告诫我们，即使面对再纷繁的诱惑与牵引，都不可忘记为人修持为首的要义，所有的诱惑都是暂时的浮云，只有自己建立起来的身性品质才是最关键的收获，才会在人生最紧要的时刻给你带来福音。

道家源自老庄，他们讲究清静无为，依循自然。

人乃自然之物，与万物同类，因此顺应自然之道是必然的道理。

老子讲究无为而无不为，万事不可强求，只要自己尽力去做，成功自然会降临，如果做了很多的努力最终却没有收到理想的结果，那是不是我们一开始就定错了目标呢？

道家指引世人的方向是以清静无为之心化解烦恼，以低调淡定的心态水到渠成地成就事业。

本书中还加入了众多大师从传统文化思想中得来的修身养性、为人处世的精髓。

曾国藩、王阳明等人的精妙之言，往往以其通透、警醒的气质打动世人蒙尘的心灵，为人们在迷途中带来点点动人的星光，指引我们在黑夜中找到方向和前进的动力。

<<人生不过俯仰进退>>

内容概要

《人生不过俯仰进退》是一本教年轻人涵养心性、收获淡定人生的智慧书！它囊括《孟子》、《老子》、《庄子》、《易经》、《传习录》、《小窗幽记》等数部国学经典中折射出的修心智慧，为现在社会疲于奔命的人们，打开一扇心灵之窗，告诉大家如何修炼一颗淡定洒脱的心，收获通透自然的人生。

<<人生不过俯仰进退>>

作者简介

孟阳，中文系毕业，为传统文化所吸引，多年来致力于中国传统文化大的普及与传播。参与或独立创作《佛家经典智慧故事全集》、《听南怀瑾讲论语》、《听大师讲中国文化》等大众畅销图书。

<<人生不过俯仰进退>>

书籍目录

第一卷 人生不过俯仰进退——品读《易经》

当以天为法，自强不息
自信果断方显王者气度
有一种内敛叫厚积薄发
不卑不亢，顺势而为
风雪晴霜，闲庭信步
最美丽的是本来的你
相互尊重比什么都贵重
展现来自灵魂的高贵
永远去看自己的不足

第二卷 把阳光洒入灰色世界——品读《论语》

宽阔仁心是与人相处的基础
只有热爱方可带来提升
责任成就了卓越人生
持守正念才有资格享受阳光
安贫乐道有自己的意义
所谓学无止境

人生竞技场，不失德即为君子

职场中可同流不合污

求别人更要求自己

第三卷 修炼内心的浩然之气——品读《孟子》

修为一颗精纯之心
做真正不屈的大丈夫
能看多远，就能走多远
时刻警惕内心的魔鬼
勇气的区别

屈伸有度，刚柔相济

心无杂念，快乐盈心

分享是人生的活水之源

凡圣只在一念之间

第四卷 于自得中享受真人生——品读《老子》

包容是人性至善的境界

静心笃志，专注而无旁骛

收藏锋芒，得内敛之气量

放下一时富贵，换来一世快乐

不可深陷盲目自大的泥潭

坚守原则，功德美满

为人处世有时曲全有时直

平淡无为可得人生至味

无为而成大作为

第五卷 和庄子一起逍遥游——品读《庄子》

以纯朴心修养身心

一生短促，做真实自我最紧要

不为名利牵绊，悠然而见南山

看穿生死，实现绚丽人生

<<人生不过俯仰进退>>

错过的事，恐怕再难追回
给生活赋予艺术的名义
紧握当下，才有资格拥有未来
做真实的自己，不为外事所牵引
瞬间可万年，万年亦瞬间
第六卷 悠悠于无规则的游戏——品读《孙子兵法》
为首者，以人格服众
关键时，请果断相信自己
真正的实力才是坚实的踏板
有备而来，无往不胜
能知且行，方可成功
先声夺人，抢占先机
不拘小节，但不可不注重细节
攻心为上，攻城为下
深谋远虑方得胜算
以己之变应世间之变
借他人之力，为自己所用
第七卷 烦恼尽随落花去——品读《小窗幽记》
清净无为，得圣人气象
世间皆乐，苦由心生
心静如水，澄明自在
人生真味，清淡如常
豁达之心，得清凉境
内心平易，世间自宽
第八卷 平凡之心，悟修德之道——品读《菜根谭》
一身傲骨，坚持到底
君子以德立人，持节不改
常存善念，众恶莫为
回顾过去，释然自在
满腔和气，随地春风
以德为先可达人生高境界
得宽容之心，并以德报怨
不要舍近求远，忽略身边的美
不可浓艳，不可枯寂
第九卷 心即理，遵循内心的引导——品读《传习录》
坚持所想，不懈而为
文质彬彬，表里如一
繁华看尽，人生明了
耐住等待，苦尽甘来
有错即改，为君子也
能忍小事，便成大事
多闻多听，管好口舌
随心而感，随遇而安
清者自清，浊者自浊
前生不怕，后生不悔
第十卷 做事先做人，做人先修身——品读《曾国藩家书》
一切事情最终只能靠自己

<<人生不过俯仰进退>>

所有困难终成过往云烟

“慎”是一种涵养
规矩小心，低调行事
做心胸豁达的大丈夫
君子盛德，容貌若愚
完善自身的人格
做人要做一等人

<<人生不过俯仰进退>>

章节摘录

版权页：“曲则全，枉则直，洼则盈，敝则新，少则多，多则惑。”

老子用寥寥数语便将中国传统文化精髓抓住了，弯曲的东西容易保全，歪斜的东西需要扶正，低洼的地方容易积水，陈旧的东西便会更新，少取会有收获的喜悦，太多反而迷惑。

南怀瑾先生考证过“曲则全”这句话，认为这种观点并不是老子最先提出的，老子自己就曾经说“古之所谓曲则全者，岂虚言哉”，可见早就存在这样的说法。

南怀瑾先生说：“我们老祖宗早就晓得这个宇宙都是曲线的，是圆周形的，圆周便非直线所构成。在这物理世界，没有一样事物是直线的，都是圆的，圆即是直的。

所谓直，是我们把圆切断拉开，硬叫它直，所以说宇宙万物，都是曲线的，故曰‘曲成万物’。

”曲是圆的，圆是直的。

老子“曲则全”的观点，其实就是变通的意思。

为人处世，必须善于“曲线”成事，而不能固执一端、僵化不变。

有的时候，做事只需转一个弯，便可化腐朽为神奇。

以言谈为例，善于言辞之人，讲话婉转而圆满，既可达到目的，又能彼此无事。

不过在善用曲线成事的同时，也必须坚持直道而行的原则，不然就会沦为奸猾。

聪明人能看到直中之曲和曲中之直，并不失时机地把握事物迂回发展的规律，通过迂回应变，达到既定的目标。

汉景帝庶子、长沙王刘发的母亲原是汉景帝妃子的奴婢。

因为母亲地位低下，刘发得不到景帝宠爱，他的封国不仅偏僻狭小，而且都很贫瘠。

刘发曾多次上书请封，景帝均不予理睬。

公元前142年，宗室藩王齐集长安为景帝祝寿。

景帝大摆宴席，酒过三巡，皇子们前来为景帝歌舞助兴。

只见众王衣着华丽，光彩耀人，是时，宫中钟鼓齐鸣，皇子们或引吭高歌，或舒袖曼舞，好不热闹。

轮到刘发祝寿了，只见他肥胖的身躯上罩了件小小的绸衫，窄窄的袖口，两只肥手却缩在袖里。

刘发应乐起舞，胳膊拢在袖子里一扭一摆，活像鸭子走路。

他那笨拙样惹得众人笑弯了腰。

景帝也笑眯了眼，又很奇怪，就问道：“刘发！

为朕贺寿为何如此不敬？

”刘发叩头回答：“父皇息怒，儿臣非愿如此，只因儿臣封国地陋狭小，实无回旋余地，不得不这样舞蹈啊。

”景帝听罢，似有所悟，便下诏书道：“增封长沙王刘发武陵、零陵、桂阳三郡。

”换一种表达方式，效果就能截然不同，这就是变通的道理。

从哲学的角度来讲，我们生活在一个瞬息万变的世界里，万物都处于变化当中，唯一不变的东西是变化本身。

所谓事变我变，人变我变，适者才能生存。

变通的道理其实很容易理解，说到底就是一个进退的关系。

即无论大事小事，不自我表现、不自以为是、不自夸邀功、不自大自满，这样的退步反而更往前进了不少。

也就是说，当一切都能退让之时，自然处于无争的状态。

这是一种高级的生命感悟，又是一种大智若愚的生活方式，是对老子思想的深层体验和感悟。

<<人生不过俯仰进退>>

编辑推荐

我们如今伴随着许多西方人的方式成长、生活，必然躲不开由此而产生的种种烦恼。我们为什么不走进古来的文化去寻求心灵的慰藉和滋养，非要在西方式的生活、工作模式下寻找硬生生的贴近呢？

在《人生不过俯仰进退》中，我们就试着以温柔向内的中华传统智慧开启寻找慰藉心灵的旅程。

<<人生不过俯仰进退>>

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>