

《谈修养》

图书基本信息

书名：《谈修养》

13位ISBN编号：9787214153408

出版时间：2015-6-1

作者：朱光潜

页数：148

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《谈修养》

内容概要

《谈修养》是朱光潜对自己人生经验和智慧的总结，也是作为过来人的他与青年的亲切谈心。本书针对青年人普遍面对的人生困惑，进行了分析和解答。全书由二十多篇文章组成，话题都是与青年人密切相关的，如立志、心理、伦理观、学问、读书、交友、性爱、恋爱结婚，等等。这是半个多世纪前的著作，但作者思想和价值观历久弥新，对当今的读者仍然有着极大的教益。每个在生活、学习或工作中遇到困惑的人都可以读一读这本书，相信可以在书中找到解决问题的思路和方法。

《谈修养》

作者简介

朱光潜（1897—1986）

笔名孟实、盟石，安徽省桐城人。著名美学家、文艺理论家、教育家和翻译家。曾在北京大学、四川大学、武汉大学等大学任教，并曾任中国美学学会会长、中国作协顾问等职。

朱光潜是中国美学界的权威，是中国系统研究西方美学思想第一人，为中国美学的发展做出了巨大的贡献，蜚声中外。著有《谈修养》《谈美》《谈美书简》《西方美学史》等，译有《歌德谈话录》《文艺对话集》《拉奥孔》等。

书籍目录

- 自序 // 1
- 一番语重心长的话 // 001
——给现代中国青年
- 谈立志 // 007
- 朝抵抗力最大的路径走 // 012
- 谈青年的心理病态 // 020
- 个人本位与社会本位的伦理观 // 027
- 谈处群（上）// 033
——我们不善处群的病征
- 谈处群（中）// 038
——我们不善处群的病因
- 谈处群（下）// 043
——处群的训练
- 051 // 谈恻隐之心
- 058 // 谈羞恶之心
- 064 // 谈冷静
- 072 // 谈学问
- 078 // 谈读书
- 083 // 谈英雄崇拜
- 088 // 谈交友
- 094 // 谈性爱问题
- 101 // 谈青年与恋爱结婚
- 106 // 谈休息
- 111 // 谈消遣
- 116 // 谈体育
- 121 // 谈价值意识
- 128 // 谈美感教育

《谈修养》

精彩短评

- 1、那个时代和现在的时代还是不同了
- 2、老先生的人生经验和忠告，历久弥新。没有花哨的语言，就那么朴素地讲着朴素的人生道理，其中有些道理我们并不陌生，却需要时不时地被提醒。老先生（哈哈其实作者写作本书时倒并不老）对青年的关心让人很是感动。写给青年的一本书，但其实每个在生活或工作中遇到困惑的人都可以读一读，也许不能立即解决我们的问题，但至少能给我们提供一种思路和方向。——2015-5-14
- 3、青年人常喜欢把社会的一切毛病归咎于站在台上的人们，其实站在台上的人们也还是受过同样的教育，经过同样地青年阶段，他们也曾同样地埋怨过前一辈人。今日有理想的青年到明日往往变成屈服于事实而抛弃理想的堕落者。有些话真的受用。

1、现在心灵鸡汤类的文章在社交媒体中遍地开花，把一本书标榜为“让青年人受益一生的处世哲学”还真难以作为卖点，除非……除非这本书是一代美学大师朱光潜先生在国难当头的民国时代所写就。本书涉及立志、心态、处群、学问、读书、交友、消遣等二十个专题，在七十多年后的今天，从字里行间中听先生的谆谆教诲，依然能强烈地感受到他一片赤诚爱国之心。在《谈立志》中，朱光潜先生分享了他个人做人的信条，即此身、此时、此地，避免空谈立志而陷入拖延。如果每个有志青年在畅谈理想之后，能从现在做起，抓住当下，那么豆瓣上“我们都是拖延症”小组也将没有存在的必要了。《朝抵抗力最大的路径走》谈到了人的惰性，但更强调意志力的重要性。聪明人善于取巧、耍小聪明有时也可成事，但是要有大成就，必定要朝着抵抗力最大的路径走，没有其他捷径可寻。惰性是我们的仇敌。在《谈处群》三篇，作者语重心长、忧国忧民，若不是把个人前途命运和国家命运紧紧相连，就不会有如此沉重而中肯的思考。中国人有许多劣根性。鲁迅先生对此是横眉冷对、毫不留情地予以揭露抨击。而朱光潜先生则多了一分温厚和悲悯。在《谈恻隐之心》中他提到罗素在《中国问题》里讨论中国人贪污、怯懦和残忍的民族性格，时至今日，我们对罗素的观点依然无法反驳。国人的三大恶习不仅没有随着文明的演进得到改正，反而有愈演愈烈（劣）之势。朱光潜先生在沉痛之后，一针见血地指出要通过教化培养人们恻隐之心的重要性。《谈冷静》这篇几乎是为鲁莽冲动的我量身定做。他说：“大抵修养入手的功夫多读书明理，自己时时检点自己，要使理智常是清醒的，不让情感与欲望恣意孤行，久而久之，自然胸襟澄然，矜平躁释，遇事都能保持冷静的态度。”我生性刚直口快，难免祸从口出，皆因放纵思维和话语驰骋而出，一逞口舌之快。他还说：“一个人愈易动情感，凭意气，在学问上愈难有成就。一个有学问的人必定是‘清明在躬，志气在神’，换句话说，必定能冷静。”既然我打算在学术之路上行远，那么涵养自己的理智和脾性就显得十分重要。他还指出不能保持冷静的原因：“凡是不能持冷静的客观的态度的人，毛病都在把‘我’看得太大……许多人动辄发火生气，或放僻邪侈，横无忌惮，或暴戾刚愎，恣意孤行，这种人看来像是强悍勇猛，实在最软弱，他们做情感的奴隶，或是卑劣欲望的奴隶，自己尚且不能控制，怎能控制旁人或控制环境呢？”《金刚经》云：“无人相，无我相，无众生相，无寿者相”。既然“我”都是不存在的，何来因“我”被激惹而愠怒呢？“无我”的念头，是一辈子都要秉持的修行。在《谈读书》中，朱光潜先生说：“一个青年学者就可夸口曾过目万卷，‘过目’的虽多，‘留心’的却少，譬如饮食，不消化的东西积得愈多，愈易酿成肠胃病，许多浮浅虚骄的习气都由耳食肤受所养成……少读如果彻底，必能养成深思熟虑的习惯，涵泳优游，以至于变化气质；多读而不求甚解，则如驰骋十里洋场，虽珍奇满目，徒惹得心花意乱，空手而归。”回顾连日来我几乎“日刷一书”，看完后又马不停蹄写书评，看似很忙碌，实际上都偏离正途，只能算在读书上“打游击，亦如蜜蜂采蜜”。既然立志于学术之路，则要不能仅仅把读书视为兴趣，而更应视为一种训练、一种准备。学术类的书籍即便枯燥浩繁，也要咬紧牙关攻克，朝抵抗力最大的路径走！让人受益一生的道理并不藏在深山，而是触手可得。闻道容易，而在日复一日的平凡生活中践行道理，则需要坚定的信念和坚强的意志。从闻道到践道，才算是把大师的教诲领会于心、践蹈于行。

章节试读

1、《谈修养》的笔记-第58页

《新约》里《约翰福音》第八章记载这样一段故事：

耶稣在庙里布教，一大群人围着他听，刑名师和法利赛人带着一个行淫被拘的妇人来，把她放在群众当中，向耶稣说：“这妇人是正在行淫时被拿着的。摩西在法律中吩咐过我们，像这样的人应用石头打死，你说怎样办呢？”耶稣弯下身子来用指画地，好像没有听见他们。他们继续着问，耶稣于是抬起身子来向他们说：“你们中间谁是没有罪的，就让谁先拿石头打她。”说完又弯下身子用指画地。他们听到这话，各人心里都有内疚，一个一个地走出去，从年老的到最后，只剩下耶稣，那妇人仍站在当中。耶稣抬起身子向她说：“妇人，告你状的人到哪里去了呢？没有人定你的罪么？”她说：“没有人，我主。”耶稣说：“我也不定你的罪，去吧，以后不要再犯了。”

这段故事给我以极深的感动，也给我以不小的惶恐。耶稣的宽宥是恻隐之心的最高的表现，高到泯没羞恶之心的程度，这令人对于他的胸怀起伟大崇高之感。同时，我们也难免惶恐不安。如果这种宽宥的精神充类至尽，哦哦没不就要姑息养奸，任世间一切罪孽过恶蔓延，简直不受惩罚或裁制么？

我们对于世间罪孽过恶可以持种种不同的态度。是非善恶本是世间习用的分别，超出时间的看法，我们对于一切可作平等观。正觉烛照，五蕴皆空。嗔恚有碍正觉，有如“清冷云中，霹雳起火”。无论在人在我，消除过恶，都当以正觉净戒，不可起嗔恚。这时佛家的态度。其次，即就世间法而论，是非善恶之类道德观念起于“实用理性批判”。若超出实用的观点，我们可以拿实际人生中一切现象如同图画戏剧一样去欣赏，不做善恶判断，自不起道德上的爱恶，如尼采所主张的。这时美感的态度。再次，即就世间法的道德观念而论，人生来不能尽善尽美，我们彼此都有弱点，就不免彼此都有过错。这是人类共同的不幸。如果遇到弱点的表现，我们须了解这是人情所难免，加以哀矜与宽恕。“了解一切，就是宽恕一切。”这是耶稣教徒的态度。

2、《谈修养》的笔记-第106页

在世界各民族中，我们中国人要算是最能吃苦耐劳的。

3、《谈修养》的笔记-第52页

罗素的这番话引起我的不安，也引起我有中国民族性的弱点想到普遍人性得弱点。残酷的倾向，似乎不是某一民族所特有的，它是像盲肠一样有原始时代遗留下来的劣根性，还没有被文化所文化洗刷净尽。时代的发展，无论何时何地歧视都存在，特权也仍旧存在。

4、《谈修养》的笔记-第20页

这题目是一位青年读者提议要我谈的。他的这个提议显示青年们自己感觉到他们在心理上有毛病。这毛病究竟何在，是怎样酿成的，最好由青年们自己做一个虚心的检讨。我是一个中年人，和青年人已隔着一层，现时代和我当青年的时代也迥然有别，不能全据私人追忆到的经验，刻舟求剑似的去臆测目前的事实。我现在所谈的大半根据在教书任职时的观察，观察有时不尽可据，而且我的观察范围限于大学生。我希望青年读者们拿这旁观者的分析和他们自己的自我检讨比较，并让我知道比较的结果。这于他们自己有益，于我更有益。

一个人的性格形成，大半固靠自己的努力，环境的影响也不可一笔抹杀。“豪杰之事虽无文王犹兴”，但是多数人并非豪杰之士，就不能不有所凭借。很显然地，现实一般青年所可凭借的实太薄弱。他们所走的并非玫瑰之路。

先说家庭。多数青年一入学校，便于家庭隔绝，尤其是来自沦陷区域的。在情感上他们得不到家庭的温慰。抗战期中一般人都感受到经济的压迫，衣食且成问题，何况资遣子弟受教育。在经济上他们得不到家庭的援助。父兄既远隔，又各为生计所迫，终日奔波劳碌，既送子弟入学校，就把一切委托给学校，自己全不去管。在学业品行上他们得不到家庭的督导。这些还只是消极的，有些人能感受到

家庭影响的，所受的往往是恶影响。父兄把教育子弟当作一种投资，让他们混资格去谋衣食，子弟有时顺承这个意旨，只把学校当作进身之阶，此其一。父兄有时是贪官污吏或土豪劣绅，自己有许多恶习，让子弟也染着这些恶习，此其二。中国家庭向来是多纠纷，而这种纠纷对于青年人常是隐痛，易形成心理的变态，此其三。

次说社会国家。中国社会正当新旧交替之际，过去封建时代的许多积弊恶习还没有涤除净尽，贪污腐败欺诈凌虐的事情处处都有。青年人心理单纯，对于复杂的社会不能了解。他们凭自己的单纯心里，建造一种难于立即实现的社会理想，而事实却往往与这理想背道而驰，他们处处感觉到碰壁，于是失望、惊疑、悲观等情绪源源而来。其次，青年人富于感受性，少定见，好言是非却不真能辨别是非，常轻随流俗转移，有如素丝，染于青则青，染于黄则黄。社会既腐蚀，他们就不知不觉跟着它腐蚀。总之，目前环境对于纯洁的青年是一种恶性刺激，对于意志薄弱的青年是一种恶性引诱。加以国家处在危难的局面，青年人心里抱着极大的希望，也怀着极深的忧惧。他们缺乏冷静的自信，任一股热情鼓荡，容易提升到高天，也容易降落到深渊。一个人迭次经过这种疟疾式的暖冷夹攻，自然容易变成虚弱，在身体方面如此，在精神方面也如此。

5、《谈修养》的笔记-第33页

“一个和尚挑水吃，两个和尚抬水，三个和尚没水喝。这个流行的谚语把我们民族性的弱点表现得最深刻。”
在这个社会，有些会遇到功利的事，暴露出人的自私，推诿责任。对于这点同意书中对于我们的致命伤。

6、《谈修养》的笔记-第7页

从前的青年人病在志气大小，目前的青年人病在志气太小，甚至是无志气。志气太大，理想过高，事实迎上头来，结果自然是失望烦闷。
很多时候，一个人制定一个的远大的方向无错，但是很多在当中会遇到挫折，而不能逃避，应该迎难而上，征服它。

7、《谈修养》的笔记-第64页

德国哲学家尼采把人类精神分为两种，一是阿波罗的，一是狄俄尼索斯的。这两个名称起源于希腊神话。阿波罗是日神，是光的来源，时间一切事物得着光彩显现形相。希腊人想象阿波罗恋林奥林匹斯高峰，雍容肃穆，转运他的熠熠生辉的巨眼，普照世间一切，妍丑悲欢，同供玩赏，风帆子动而此心不为之动，他永远是一个冷静的旁观者，狄俄尼索斯要在生命幻变中忘却生命幻变所生的痛苦，纵饮狂歌，争取刹那间尽情的欢乐，时时随着生命的狂澜流转，如醉如痴，曾不停止一息来返观自然或是玩味事物的形象，他永远是生命剧场中一个热烈的扮演者。尼采以为人类精神原有这两种分别，一静一动，一冷一热，一旁观，一表演。艺术是精神的表现，也有着两种分别，例如图画雕刻等造型艺术是代表阿波罗精神的，音乐跳舞等非造型艺术是代表狄俄尼索斯精神的。依尼采看，古代希腊人本最富于狄俄尼索斯精神，体验生命的痛苦最深切，所以内心最悲苦，然而没有走上绝望自杀的路，就好在有阿波罗精神来营救，使他们由表演者的地位跳到旁观者的地位，由热烈而冷静，于是人生一切灾祸罪孽变成庄严灿烂的意象，产生了希腊人的最高艺术——悲剧。

尼采的这番话乍看来未免离奇，实在含有至理。近代心理学区分性格的话和它暗合的很多，我们在这里不必繁引。尼采专就希腊艺术着眼，以为它的长处在于阿波罗精神化狄俄尼索斯精神。希腊艺术的作风在后来被称为“古典的”，和“浪漫的”相对立。所谓“古典的”作风特点就在热烈、自由流露、尽量表现、想象丰富、情感深至，而全体形式则偶不免有瑕疵。从此可知古典主义是偏于阿波罗精神的，浪漫主义是偏于狄俄尼索斯精神的。

《谈修养》

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：www.tushu000.com