

# 《中流自在心》

## 图书基本信息

书名：《中流自在心》

13位ISBN编号：9787229067083

10位ISBN编号：7229067081

出版时间：2013-9

出版社：重庆出版社

作者：季羨林

页数：251

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](http://www.tushu000.com)

# 《中流自在心》

## 内容概要

终其一生，季羨林先生勤于修身养性，保持内在平和，为人处事、工作生活无不豁达得体。提起季老的品德修行，常常让人想起一句话——“谦谦君子，温润如玉”。有感于此，编者特地搜集遴选季羨林先生关于修身养性、培养心智的文章，集结成册，供品读。

# 《中流自在心》

## 作者简介

季羨林（1911.8.6-2009.7.11），中国著名语言学家、教育家、社会活动家、翻译家、散文家。精通12国语言。1956年当选中国科学院哲学与社会科学学部委员。曾任北京大学副校长、中国社科院南亚研究所所长等职。

# 《中流自在心》

## 书籍目录

- 第一辑 人必自爱，而后人爱之——关于修养
- 第二辑 有所为，有所不为——关于品质
- 第三辑 纵浪大化中，不喜亦不惧——关于心态
- 第四辑 愿生生世世为中国人——关于爱国

# 《中流自在心》

## 精彩短评

- 1、跟季老学为人处事
- 2、先生是天人合一 中庸之道的践行者
- 3、听季羨林品读禅
- 4、态度很平和真诚，但是文章观点重复率过高
- 5、好多重复的内容，适合高中生作文赏析
- 6、先生之风，山高水长
- 7、通俗易懂的修身养性册子。从各种引用上还是能看出作者的大师风范。
- 8、“智者乐，仁者寿，长者随心所欲。曾经的红衣少年，如今的白发先生，留得十年寒窗苦，牛棚杂忆密辛多。心有良知璞玉，笔下道德文章。一介布衣，言有物，行有格，贫贱不移，宠辱不惊。”
- 9、言语平实，智慧无穷~
- 10、前半有点在我愚见酸腐之处，但更晚年写的内容更得我心。估计再读他的一两本作品就会对这些文章无感了。还蛮好奇季老专业方面的著作是怎样的。
- 11、内容是挺好的，但就是...读多了会有重复感熟悉感，进而少了那么一点好奇心和激情，最后是少了份耐心。各种小篇幅小片段。#这种阅读的心态怎么和我目前的工作心态不谋而合了这.....莫非我就是这么一个深入不下去的人?...不服不服#
- 12、万古不留意，中流自在心
- 13、季老的生活心得。他对爱国主义分析的挺好。

1、百度了一下发现出自季羨林好友饶宗颐的名句“万古不磨意，中流自在心”值得珍藏的书，一个懂得尊重生活本原的人，就会拥有他自己的小小世界；一个懂得在爱中与往事重逢的人，他一定看到了幸福的火花……这就是我所读到的《中流自在心》。

2、这本书的推荐语是“像季羨林一样修身处世”，难得的一本书，可能很多人会觉得看其枯燥，觉得不像一些畅销书那么辞藻华丽，而这本书可贵的就是这一点，朴实的像土地一样，完全没有修饰。更多的是平静的聊天一样，给人以鼓励和经验。在今天这个浮躁的社会，难得的并不是风流倜傥，而是退去繁华的静谧。这本书可以带给你这些。

3、国学大师、世纪老人季羨林先生的文集著作，近几年来颇为风行。不过，各家出版社所出的选集中，尚无以“谈修养与道德”为角度的作品，重庆出版集团此次推出的《中流自在心：季羨林谈修身养性》因而显得别具一格。《中流自在心》这个书名，取自季羨林先生生前好友、著名国学大师、香港中文大学中文系荣休讲座教授、南京大学名誉教授饶宗颐先生的名句“万古不磨意，中流自在心”。这两句诗正是季老一生砥砺于道德修养而达到“从心所欲不逾矩”之人生修养化境的写照。

先儒荀子曾说“君子博学而日参省乎己，则知明而行无过矣。”终其一生，季老勤于修身养性，保持内在平和，在为人处事及工作生活无不豁达得体。提起季老的品德修行，常常让人想起一句话——“谦谦君子，温润如玉”。能达到如是境界，认真说起来其中也没什么“秘诀”——古代先贤早已有云：“食饮衣服，居处动静，由礼则和节，不由礼则触陷生疾。”读季老之文，最深切的感受莫过于其朴质与直白，所谓“返璞归真”，大抵如是。全书共计六十八篇文章，按所述主题分为四辑：第一辑以“人必自爱而后人爱之”为题，辑录了季先生关于个人修养、人文素质、人际交往等方面的文章，比如谈容忍、谈礼貌、谈自省、谈惜时、谈做人处世……；第二辑以“有所为，有所不为”是集中谈道德与品质的文章，如谈孝道、谈尊师、谈公德、谈说谎、谈趋炎附势，等等，表达了季先生对于伦理道德，意志品质和未来教育的看法；第三辑以“纵浪大化中，不喜亦不惧”为题，展现了季老对人间在世态炎凉、人生的毁誉祸福、个人的生死穷通的豁达心态；第四辑“愿生生世世为中国人”选编了季老关于爱国主义的文章，在这些文章中，季老稽古论今，援引时贤，漫谈中国精神，传统文化，国人民族性，等等，对何谓真正的爱国，怎样才能称为一个真正的中国人，真正的知识分子应持有何种“爱国主义”，写出了他的看法和对国人的叮咛激励，其赤子之心拳拳可见。悲喜炎凉地，我心自在天。中流千帆过，宠辱付云烟。读罢本书读者会有真切的感受：季羨林先生之所以为世人所敬仰，不是因为他的学识，而是因为他的人品与道德。实际上，修养、品质、心态、爱国四个方面从来都是紧密交织，互为基础和促进的，愿各年龄层次、不同职业的读者都能从此书中汲取养分，修身、明礼、达道，以不负先生写作这些文章时的苦心。

4、“谦谦君子，温润如玉”。以此描述季老，最贴切不过。漫漫一生，时间风雨并未带给他多少迟暮之感，相反，他所带给世人的，依然是蓬勃的生命力量与精神的鼓舞，带给人们无尽的修身处世的营养和启迪。读季老之文，最深切的感受莫过于其朴质与直白，所谓“返璞归真”，大抵如是。终其一生，季老勤于修身养性，保持内在平和，在为人处事及工作生活无不豁达得体。提起季老的品德修行，常常让人想起一句话——“谦谦君子，温润如玉”。能达到如是境界，认真说起来其中也没什么“秘诀”——古代先贤早已有云：“食饮衣服，居处动静，由礼则和节，不由礼则触陷生疾。”有感于此，编者特地搜集遴选季羨林先生关于修身养性、培养心智的文章，结集成册，希望读者能够从季老的人生感悟和谆谆教诲中获得指导个人生活的智慧，做一个有修养的人、高素质的人、好心态的人。

5、在季老的这本书中，不时有经典之句出现，让人有醍醐灌顶之感，我们都知道老人其实是社会的一笔财富，他们有丰富的人生经历和感悟，老年人的一些经验对于年轻人的成长是很有启发意义的，但是大家现在都觉得社会有代沟，好像拒绝这样的帮助，我倒是觉得年轻人需要的不是偶像，而是想季老这样的老人和导师。

6、“修身养性”这个词似乎离我们这个年龄层很遥远，过去一味地认为年轻人就是应该充满奋斗进取的心，不断地折腾，所谓修身养性是老年人才会做、才适合做的；如今，我不得不为曾经的狭隘感到遗憾，人生的内涵与外延都太大太大，生活的遭遇也太过复杂，普世的大数认知中也有小概率的突发情况发生，修身养性修炼强大的内心以应对瞬息变幻的世界，实为重要。季羨林有许多头衔，比如“国学大师”、“学界泰斗”、“国宝”等，但谦逊的他却渴望并努力地“辞”掉这些头衔。他在这

## 《中流自在心》

本书中谈修养、谈品质、谈心态、谈爱国，这些看似平凡、在现在社会已经老生常谈已不新鲜的话题，在他的口中，在他曾经的文字中却说出不同的味道。在这个人人都可以灌鸡汤的时代，他的这碗鸡汤很特殊，不是教育，而是言传身教。他用经历，用观察，用行动向人们展示自己一生的思考与心得，对于迷茫的年轻人真是有许多启发的意义。

7、“智者乐，仁者寿，长者随心所欲。曾经的红衣少年，如今的白发先生，留得十年寒窗苦，牛棚杂忆密辛多。心有良知璞玉，笔下道德文章。一介布衣，言有物，行有格，贫贱不移，宠辱不惊。”这是2006年季羨林老先生以96岁高龄获感动中国时的颁奖词。季老为人所敬仰，不仅因为他的学识，还因为他的品格。此次《中流自在心》收录68篇文章，通篇更彰显了其学识渊博和品格魅力，副标题“季羨林谈修身养性”则恰如其分。著名的古文字学家、历史学家、东方学家、思想家、散文家、翻译家、文学家、佛学家、作家……任中国科学院哲学社会科学部委员、北京大学副校长、中国社科院南亚研究所所长……国学大师、学界泰斗、国宝……精通9国语言，即汉语、南斯拉夫语、印度语、阿拉伯语、英语、德语、法语、俄语、吐火罗语……在语言学、文化学、历史学、佛教学、印度学和比较文学等方面都有很深的造诣，研究翻译了梵文著作和德、英等国的多部经典，其著作已汇编成24卷的《季羨林文集》……以上种种耀眼的光环既是季羨林老先生的头衔，也是季老先生的身份，更是他的成就。可他生前却曾撰文三辞“国学大师、学界泰斗、国宝”这样别人苦苦追求却求之不得的桂冠，他不过也只承认自己是个“有良知的知识分子”的身份而已，这种胸怀和品德确实令俗世中逐名逐利的人们望尘莫及。正怀着景仰的心情翻开《中流自在心》，他却在《反躬自省》一文中调皮坦然道：“我这样一个平凡的人，有了点名，感到高兴，是人之常情。……能够有点小名小利，自己也就知足了。”这种坦然真诚的表露在本书中俯拾皆是，又如《毁誉》中所言：“孔门贤人子路‘闻过则喜’，古今传为美谈。我根本做不到，而且也不想做到……”这种朴素的心态、真诚而不矫揉造作的剖析真让人发自内心地钦佩。论证一些当下时代现象或他人困惑也不惜现身说法，比如《漫谈消费》、《老年十忌》、《世态炎凉》等，举自己的例子，不给自己戴高帽子也不过于谦卑，妥妥帖帖，温温润润，让人心间一暖会心一笑。写心态一辑中，《三进宫》、《死的浮想》等行文流畅，有难得的俏皮和幽默，蕴含着着开朗、豁达的人生态度。最为印象深刻的是，季老先生全书多次提到的“一个人活在世界上，必须处理好三个关系：第一，人与大自然的关系；第二，人与人的关系，包括家庭关系在内；第三，个人心中思想与感情矛盾与平衡的关系。这三个关系，如果能处理很好，生活就能愉快；否则，生活就有苦恼。”因为出乎我意料的是，他这样一位可以称之为人文大师的人，更为突出强调的是人与自然的关系，用心强调关系生态环境呼吁大家善待环境讲究天人合一。我这种跟环保行业沾边整天写“我国‘十二五’规划纲要指出，必须加快推行清洁生产，在农业、工业、建筑、商贸服务等重点领域推进清洁生产示范，从源头和全过程控制污染物产生和排放，降低资源消耗。推动节能减排政策是建设资源节约型、环境友好型社会的必然选择。政府每年花费大量的资金进行污水处理，‘十二五’环保投资也进一步增加，而在中共十八大报告中，首次提出了‘努力建设美丽中国，实现中华民族永续发展’，‘美丽中国’将成为未来五到十年的重要主题。随着‘美丽中国’的提出，对\*\*行业的限制主要体现在节能减排的要求和行业准入门槛的逐步提高。建设‘美丽中国’，节能减排绿色工艺仍是行业的焦点……”等诸如此类文字的人，羞愧难当。因为我必须承认自己其实根本没走心，只是叶公好龙，从事相关专业的人都没这个意识，人和自然关系怎么可能会变好呢？虽然他写这些文章的时候已经是真正意义上的老人，可是我读起来却毫无隔阂感，语言朴素简约亲切自然，仿佛有一位智者在跟我面对面对话交流。通过读他的思想随笔、漫谈人生、论证观点，让我们看到了一个高尚的灵魂，一个真正的大师；而季老先生真不愧是一个诚实的人，是一个思维严谨的人，更是一个忠厚的老人。都说人生是一种修行，修的不仅是苦难，更是心态。拜读季羨林老先生的《中流自在心》，他用朴实简单的语言却充满智慧的文字为我点明了人生修行的真谛，何其有幸！《漫谈“毫不利己，专门利人”——赠301医院宋守礼大夫》一文中，季老先生这样说：“中国是一个最注重伦理道德和个人修养的国家。经过几千年的传承与发展，我们提出了不少的教条。有的明白易行，所以就流行开来。这大大利于我们社会的发展。”最后我又回翻看这一段，懵懂中，似乎明白了这位真正的语言大师的朴素愿望。愿季老的精神永存！

# 《中流自在心》

章节试读

# 《中流自在心》

## 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](http://www.tushu000.com)