

# 《中庸的64个人生感悟》

## 图书基本信息

书名：《中庸的64个人生感悟》

13位ISBN编号：9787504462862

10位ISBN编号：7504462861

出版时间：2008-12

出版社：中国商业出版社

作者：吕晓兰

页数：252

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)

# 《中庸的64个人生感悟》

## 前言

《中庸》是我国儒家的重要哲学经典之一，是一部含有深刻哲理的重要古代思想文献，通常被认为是孔子的孙子子思所著。它原来是《礼记》中的一篇，宋代的朱熹把《中庸》从《礼记》四十九篇中分割出来，与《大学》、《论语》、《孟子》合在一起，使它成为“四书”之一。它的内容主要是发挥和贯通了孔子“中庸”的思想。“中”就是不偏不倚，“庸”就是常。以“中庸”为名就是启发人们在思想上要不偏不倚，在行为上要不走极端，无不及亦无过之。其中也体现了儒家关于修身、治国、处世等方面的伦理道德思想。同时，《中庸》一书还希望人们以“至诚”的态度不断进行道德修养，以达到自我完善的境界。中国传统文化博大精深，“中庸”思想作为中国传统文化的一个重要方面，极富哲学内涵。“中庸”思想体现了事物自身的内在规律，反映在人的思维方式和行为活动上，对于人类进步和社会发展起着不可替代的作用。秉承中庸做人的哲学，身上就少了些火气，多了些和气。中国有句俗语叫以和为贵，贵就贵在它能为你营造一个健康良性的生存环境。中庸是一种做人哲学，更是一种成事的智慧。本书分十章讲述中庸之道在盐活社交中如何正确运用自如，才能透彻地领悟中庸做人的哲学，进而让人生的路左右逢源，处处和谐圆融。

# 《中庸的64个人生感悟》

## 内容概要

《中庸的64个人生感悟(珍藏版)》中庸之道，是中华文化的精髓。它要求我们不断地提高自身的素质和修养，待人待物至诚至善，达到人与自然和谐相处。中庸之道，看似是为人处事的大道理，而把它运用到具体之处，则如天鹅绒衬托下的水晶，处处闪现着美妙的光芒。

体味中和，和谐中正，修身心道，修道以仁，诚于中，信于外，情动于中，仁者爱人，天命之谓性，率性之谓道，道不远人，远人非道，审时度势，能屈能伸，人前藏智，话中藏锋，执其两端，取其中正，高标处世，低调做人。

# 《中庸的64个人生感悟》

## 书籍目录

第一章 体味中和，和谐中正——成功人生靠中庸 感悟1 “中庸之道”的现代意义 感悟2 中庸之道倡导和谐一 感悟3 不明中庸之道。则难以立身 感悟4 君子中庸小人反中庸 感悟5 权衡两端，取其中道 感悟6 中庸而行，可以无忧 感悟7 中庸与成功之道第二章 修身以道，修道以仁——成大事者先修身 感悟8 修身正己，以得天下 感悟9 堂堂正正，遵守道义 感悟10 节制自己的欲望 感悟11 慎独是自我修养的一种方法 感悟12 自省是大智大勇 感悟13 成大事者皆自律 感悟14 每天总结自己第三章 诚于中，信于外——诚参天地方能立足天下 感悟15 诚于中，信于外 感悟16 对人对己都要讲诚信 感悟17 做人无信不立 感悟18 诚信是一枚凝重的砝码 感悟19 诚信让人快乐 感悟20 你的诚信也要因人而施 感悟21 诚信才能够取胜第四章 情动于中，仁者爱人——待人以友爱之心 感悟22 己所不欲，勿施于人 感悟23 施之以恩，动之以情 感悟24 互助互进，互惠互利 感悟25 言多语失祸从口出 感悟26 结朋交友亲疏有度 感悟27 德刑并用四方敬服第五章 天命之谓性，牵性之谓道——做人做事以顺应规律为先 感悟28 遵循规律，合乎自然 感悟29 循序渐进，顺应潮流 感悟30 适者生存不是强者生存 感悟31 学会接受无法改变的事实 感悟32 做人不可硬充好汉 感悟33 做人处世切忌强人所难 感悟34 中庸帮你把不利因素变有利因素第六章 道不远人，远人非道——变通之道乃因势利导 感悟35 布在方策，谨慎谋划 感悟36 对比效应，心理操纵 感悟37 处世不能太固执 感悟38 强弱之分，关键在于算与变 感悟39 充满弹性地处世 感悟40 学会辩证处世 感悟41 在主动和被动中变化第七章 审时度势，能屈能伸——处世应当懂得进退 感悟42 退让折中，隐忍适度 感悟43 真正有才华的人不会自以为是 感悟44 进退结合乃做人之真谛 感悟45 锋芒不要太露 感悟46 圆通而不圆滑第八章 人前藏智，话中藏锋——伏藏是成事的上策之选 感悟47 宠辱不惊，委曲求全 感悟48 保留自己的底牌

感悟1 “中庸之道”的现代意义 提倡“中庸之道”似乎有点不合时宜，因为这一思想曾一度被认为是一种处世圆滑、态度暧昧、明哲保身的处世哲学而遭受人们的大加鞭挞和批判。其实，从“中庸”思想的本意看，它并不是奸猾，置仁义于不顾，为保全自己而明哲保身，而是一种至高无上的德行和智慧。何谓中庸呢？孔子认为“中庸”即为“中和”。孔子说：“中”是有喜怒哀乐之情而未表现出来；“和”是感情表达时合乎节度。“中”是天下事物的根本；“和”，是天下遵循的通则。如果人们能达到中和的境界，那么，天地间的一切就会各得其所，万物也就顺其自然而生了。

凡事，取乎中，是应付时代和任何事情的良方。中是不偏不倚，不左倾也不右斜的。非中则不能正，非正则不能稳，非稳则不能久。人生处世的要点，就在于“执中致和”。传说，远古时期的舜帝就是一个善于遵循“中庸之道”的智者，他不仅善于听取别人的意见，同时又能加以审视，扬其善，隐其恶，取其中，而施行于民，从而使天下化而治之。治理朝政者若能采用中庸之道，就可以处于无为而治的自由境地，避免过于专制。过于偏激，表面看似愚拙，内心里却实在是一种智慧，一种明亮。孔子对“中庸”的评价甚高，他认为这是一种至高无上的德行，几乎没有什么东西能够超过它，若能把握中庸的道理，就达到了至高无上的境界。但是，一般人又很少能做到这一点。这是为什么呢？主要是因为：“知者过之，愚者不及也。”这就是说，聪明的人过于聪明，认为它不值得去实行，而愚蠢的人又理解不了。君子和小人在这方面表现就截然不同。君子的所作所为都合乎中庸之道，而小人的所作所为都违反中庸之道。君子之所以能合乎中庸之道，是因为君子能时时居于中，不过亦无不及；而小人所以违背中庸之道，是因为小人对什么都太在乎或肆无忌惮，不知也不遵循中庸的道理。孔子深知“中庸之道”不是谁都能明白的，也不是常人所能做到的。只有那些有修养的君子才能够坚守。

在市场经济条件下，价值导向容易使人们急功近利，追求表面的外在的东西。而两极对立的思维方式又容易使人们往往简单地理解矛盾的两个方面。对满足、成功、富贵、权力等，总是期望达到顶峰，人人在我脚下才好，而对空虚、失败、贫穷、低下等，则惟恐降临自己身上。这样，他们处高位不觉得满足，处低位反而一蹶不振。这两个极端都不会使人安宁和快乐，并且，对位高者而言，他们难以守成，很快会转入低下；而对位低者而言，他们欲速不达。结果是成功也好失败也罢，一切都处在不安与失意之中。他们所缺乏的正是先哲提出的并加以践行的“中庸”智慧。

《中庸》上说：“喜怒哀乐之未发，谓之中；发而皆中节，谓之和。中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”意思是说：人的欢喜、愤怒、哀伤、快乐的情感还没有表现出来，就是“中”；即使表现出来但是都合乎时宜和礼节，就是“和”。“中”是天下人的根本；“和”是天下人所遵从的原则。达到了“中和”的境界，天与地也就各在其位了，万事万物也就生长发育了，由此我们得知，倘若一个人没有表现出喜、怒、哀、乐的情感时，心中就会平静淡然，这就叫做“中”。喜、怒、哀、乐都是人们的正常反应，是人们受到外界事物的刺激后产生的自然情感。之所以说喜、怒、哀、乐的情感没有表现出来的时候叫做“中”，是因为在这种情况下这些情感是被控制的，内心保持着平静和均衡，这是合乎正道的。然而，人的感情无法正常宣泄是不可能的，因此宣泄需要有个尺度，这个尺度就是：不要看到好的事物就喜形于色，遇到不高兴的事情就勃然大怒，极度悲哀或是过度高兴都是不合理的，情感表现得合常理、合时宜、有节度，这就是“和”。

子曰：“鬼神之为德，其盛矣乎！视之而弗见，听之而弗闻，体物而不可遗。使天下之人，齐明盛服，以承祭祀，洋洋乎如在其上，如在其左右。”意思是，孔子说：“鬼神的德行，真是很大呀！看它却看不见，听它也听不着，但它却体现在万事万物之中而没有遗漏。让天下的人，斋戒沐浴后穿上庄重服装，来祭祀它们，浩浩荡荡啊！祭祀时他们好像在人们的上方，又好像就在人们的左右。”孔子的这段话通过对鬼神特点的分析来说明中庸之道是不可离的。我们现在通常认为“鬼”是不吉利的、可怕的，但是古代人却不是这样。他们认为，鬼神是祖先死后的魂灵，不但不可怕、可恶，还可以保佑他们的后代。古代人经常祭祀鬼神，以求得它们的佑护。鬼神处于天地之中，可谓盛大，虽然人们所看不到、听不到，然而人们却不得不对它们产生敬畏和谨慎之情，同样，中庸之道也是如此。

众所周知，“大道”是无言无声、无形无相的。无论谁都没有听到过“大道”的声音，也无从知晓“大道”的形象。然而，世上万物都是“大道”创造的，都是“大道”的载体，都必须按照“大道”的规律去行事，顺道而行就有发展，背道而驰就必然失败。“大道”主宰着我们，就像老子所说的那样：“寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母”，也就是说，它寂寞无声，广阔无形，独自存在又永恒不变，循环运行而不会停殆，它是天地万物的渊源。 《易经》系

## 《中庸的64个人生感悟》

辞传》中说：“观天之神道，而四时不忒；圣人以神道设教，而天下服矣！”意思是说，观察天下的造化之道，四季周而复始。圣人仿效自然造化的万物之道教化人民，而使天下信服。这说明圣人也是以自然运行法则作为统治管理天下的依据的。在我们的生活中，既有有形的、看得见的东西，比如我们的身体、树木、动物等，也有我们无法看见的东西，比如各种规律、自然法则等。看得见的东西，我们很容易把握，但是对于看不见的东西，人类就无法用直观的方法加以认知了，这时就需要运用智慧思考，总结和归纳它们。中庸之道就是这样无形无相却又真实存在而不离我们左右的。中庸之道就是“视之而弗见，听之而弗闻，体物而不可遗。使天下之人，齐明盛服，以承祭祀，洋洋乎！如在其上，如在其左右。”中庸的“大道”就是这样，虽然我们看不见它，它却可以通过“无所不在”的形式使每一个人都心悦诚服。我们常常以为看不到的东西就是不存在的，所以在违反规律做事时自以为神不知、鬼不觉，殊不知规律会暗中考察我们的行为，然后做出相应的奖励或惩罚。所以，我们为人处世只有真诚地遵循“中庸大道”，才能不招致灾祸，取得最终的胜利。

感悟2 中庸之道倡导和谐 “中”与“和”是中庸之道的重要概念。中，就是不偏不倚，保持一种适可而止、恰到好处的处世态度，合乎自然的中正之道；和，就是和谐，是指对待一切事物都能保持一颗平常心，不与自然规律背道而驰。无论是在自然环境还是人类社会，只有在“中和”的和谐环境里，万事万物才能平等共存。所以说，“中”是我们人性的根本；“和”是我们必须遵从的原则。达到了“中和”的境界，天与地也就各在其位了，万事万物也就欣欣向荣地生长发育了。“和”字在中国历史上出现较早。《尚书》中出现42次“和”字，《老子》一书中出现了5次，《论语》中出现了8次。而“和为贵”出自《论语》：“礼之用，和为贵。先王之道，斯为美；小大由之。有所不行，知和而和，不以礼节之，亦不可行也。”之后，出现了很多以“和”字为中心思想的古训，如和为贵、和气生财、和气致祥、和衷共济、家和万事兴、百忍堂中有太和，一争两丑、~和两有等，说的都是“和”。儒家的“太和”观念，包括自然的和谐，人与自然的和谐，人与人的和谐以及自我身心的和谐。儒家正是通过道德修养达到自身的和谐，再推广到“人与人的和谐”。“和为贵”是中国文化的优秀传统和重要特征。不仅儒家，构成中国传统文化有机部分的流派，如佛、道、墨诸家，也大都主张人与人之间、族群与族群之间的“和”。佛教反对杀生，主张与世无争，道家倡导“不争”，以“慈”、“俭”、“不敢为天下先”为“三宝”；墨家则主张“兼相爱，交相利”，尤为反对战争。

“和”是宽容主义精神的表现，是理性的体现。和谐的人际关系，和谐的社会环境，对于人的生存和发展至关重要。人类自古到今，因国界、宗教、种族、主权、经济利益的歧义，思想、语言的差别，乃至因家庭、财产、感情等诸多问题，所引起的冲突不胜枚举，以至常常上演“争地以战，杀人盈野；争城以战，杀人盈城”的惨剧，以和为贵的观念，对于纠正今天社会上人们浮躁、暴怒的心态大有裨益。人与人的关系中不可以无“和”。“和”是人际关系的减震器、润滑油，是生活的芳香剂。“和”可以在我们出现误会、产生分歧、发生矛盾时，充当调停人，化一切既恼人又难堪又剑拔弩张的干戈为玉帛。所以，当我们争吵得面红耳赤几乎兵刃相向时，为何不试着听从“和”的召唤和教诲，心平气和地伸出双手与对方相握？当我们冷战静坐相对无言时，为何不让“和”来修补我们生活中的裂痕。“和”是光与热，驱散我们心中的阴云与寒冷。

战国时代的赵国将军廉颇武功高强，沙场之上历经百战，常常以一当十，屡立战功。然而，当文官宰相蔺相如官职比自己高出一截时，他心中非常不满，认为蔺相如只是一个耍嘴皮子的文官，官职不应该比自己高，就到处公开扬言要让蔺相如受点羞辱。蔺相如知道后就千方百计躲开廉颇，避免与他直接见面。廉颇见蔺相如不敢见自己就很得意，以为蔺相如真的怕他。人们也以为蔺相如惧怕廉颇。后有好事的人就问蔺相如为什么害怕比自己职位低的廉颇，蔺相如说：“我并不害怕廉将军羞辱我，更不怕廉将军让我在众人面前丢面子。我个人的荣辱算得了什么呢。秦国正盼着我们相出矛盾、国内出乱子呢。若我与廉将军天天互相仇视、互不服气或者互相拆台，不是正好给秦国创造了攻打我们的机会吗？为了国家的长治久安，我只好先避免与廉将军见面了，等廉将军想明白了也就理解我了。”廉颇听说后，感到非常惭愧，向宰相蔺相如负荆请罪，从此将相二入齐心协力，共同保障了赵国的繁荣与安全。

# 《中庸的64个人生感悟》

## 编辑推荐

《中庸的64个人生感悟（珍藏版）》中庸是一种做人哲学，更是一种成事的智慧。中国有句俗语叫以和为贵，贵就贵在它能为你营造一个健康良性的生存环境。秉承中庸做人的哲学，身上就少了些火气，多了些和气。

## 《中庸的64个人生感悟》

### 精彩短评

- 1、可以看一下此书，对于非专业人事可以作进一步的深入理解。
- 2、通俗易懂，难得一本，但愿对人生有益！值得一读
- 3、这是老公读的这套书的第二本，他打算一本一本整套读完。他觉得受非常大。
- 4、合适，超喜欢，周新老师提倡的！
- 5、前几天购买的书质量很好能容更好看完受益匪浅
- 6、内容肤浅，有凑字组书之嫌

# 《中庸的64个人生感悟》

## 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)