

近日，在湖南省妇联“向阳花”学习小组开展的“品读国学经典《论语》”主题读书活动中，省妇联主席姜欣向参加活动的学习小组成员推介了她感触最深的《论语》中的十句经典。

穿越了两千多年的历史隧道后，《论语》不仅未减其色，还焕发出蓬勃的生命力。孔子及其弟子的生命观、伦理观、世界观、价值观、幸福观，儒家贵生慎终的生命智慧、孝悌为本的家庭伦理、以和为贵的社会理想、修己安人的价值取向等，都值得我们学习、思考、领悟。



我对《论语》中十句话的理解

文/姜欣

01 “未之能行，唯恐有闻。”

这句话是孔子评价学生子路的意思。意思是说，子路听到什么好的道理，就马上去实践，如果还没来得及实践，就唯恐再听到一条新的道理。

这里讲的是学习的本质，爱学习不在于贪多，而在于惜少。接触到了一条知识，就把它实践出来，真正学到手，成为自己的本事，在这一条没有弄透前，绝不学习下一个。学，宜少、宜透，不可贪多。

学习，第一是不要急于学习新东西。第二是要信服。信服谁就跟谁学，如果不信就不必要学，就另去找你信服的人学。第三是不要浅尝辄止。沉潜反复，切己体察，再放到具体事情上研习，宁缺毋滥、宁偏勿全、宁平勿俗，学习本质上是慢功夫，且越是聪明的人越需要下笨功夫。

02 “不迁怒，不贰过。”

人非圣贤，岂能无怒无怨，无过无错？即使圣贤，也有怒有怨，有过有错，只是他们的认识不同，处置的方式也不同。

不迁怒。就事论事，不迁怒别人，只是扪心自问、克制化解，这是不容易做到的。

不贰过。同样的错误不犯第二次。看起来不难，实际上不简单，这包含着对错误的态度。首先，犯错并不是什么羞耻的事，只能说明你不是神，是人。有错，改正就好了；不改，就可能酿成大错。而有些人错了，不愿意承认，以为认错就“输”了，其实不认错才会输。当大家都关注你时，你诚恳面对、积极改正，很快就过去了；如果是被误解，不争不辩，保持忙碌，三天后就没人问了。

03 “温、良、恭、俭、让。”

在孔子的学生看来，温、良、恭、俭、让是孔子的人格力量。他的威严与温暖，尽在这五个字中。

温，即“和厚”，温和，厚重，对人的态度，无一丝粗暴，让人舒服。

良，即“易直”，平易正直，与人为善，吾心光明，无一丝矫饰，真诚直抵人心。

恭，即“庄敬”，心有敬畏，对人恭敬，无一丝傲慢，如此，方能让人接受你。

俭，即“节制”，这里不是节

俭的意思，而是不放纵，不放松对自己的要求。和人在一起，始终如一，言行一致。

让，即“谦逊”，不是谦让，而是不骄傲，虚怀若谷，愿意接纳和化解别人身上不好的东西。

04 “君子不器。”

“器”，器具也。一个器具往往只有一种用途，杯子用来喝水，扫帚用来扫地，钢笔用来写字，其功能一般不交叉。普通人也往往如此，各有专长，能做这个，不能做那个。这样的人，只能说是“被用之才”，而非“自用之才”。

真正的君子，往往是内在修养很高的人，识见高明，涵养深邃，无所不惧，无所不用。他不是某个方面的专才，但他内心健全，灵魂高贵，具有极强的处事应变能力，他做什么事情都能做好。

05 “君子坦荡荡，小人长戚戚。”

君子坦然自在，小人忧心忡忡。君子之所以坦荡自在，原因颇多。

循理而行。君子总是站在规律上讲话，做的是理所当然的事，就没有什么好揪心的。

安己份，守己责。君子总是按照定位来要求自己、修正自己，实至名归。父亲像父亲，母亲像母亲，子女像子女，领导像领导，员工像员工。能守得住，也没有什么好揪心的。

务求当下。我们操心“明天怎么办”太多了，今天的事却没有好好干。不必老想做不寻常的事，要知道，不寻常的事，是在寻常的事上付出不寻常的努力得到的。君子只关注手头的事，所以没有什么揪心的了。

无我。志向和使命感是坦荡安心的根本，放下自我了，没有私欲了，知行合一，就没有什么揪心的了。

反求诸己。君子在行有不得时，总是反求诸己，不怨天，不尤人，在自己身上找原因，吾性自足，不假外求，还有什么好揪心的呢？

06 “人不知而不愠，不亦君子乎。”

你不知道我，看低我，我不生气不怨恨，不也是君子吗？

我读这句话，最深刻的感受是“名气”与“实力”之间的关系。

不要让自己的名气超过自己的实力。名气超过了实力，就是虚名，容易招辱。让名气低于实力，贴地而行，始终踏实。有实力的人往往是长期被看低的，所谓“真人不露相”。

学问只为自己，一切自足。真正的君子，学了东西，都落在自己身上，而不是耳朵进、嘴巴出，说起来滔滔不绝，身上则一丁点儿也没有。当自身的厚度、纯度足够了，胸中有丘壑，脑子里装着上下五千年，肩上担着使命，走到哪里都是自重的，就不会对别人知道不知道自己、把自己放在什么档次而耿耿于怀。

低调的前提是随时高调。有实力者，往往是低调的，把自己放得很低，不太乐于参与炒作、宣传、推广。但是，真正需要你站出来说话的时候，则当仁不让，随时可以高调，但一定不是为自己，而是为众人谋。也就是说，我们不能随波逐流，而要有宁静和自信的态度。

07 “士志于道，而耻恶衣恶食者，未足与议也。”

有心追求道，而又以自己的财富不如他人耻，那就不必与之论道了。

有志之士，是有自己的追求，有使命感的人。他知道自己是在干什么的，与天地对话，据理而行，在历史中找自己的位置，踏踏实实做好自己的事情，想的是百年以后能给这个世界留下一点什么。他并不是蔑视衣食财富，只是不攀比罢了。

德行就像容器。容器不够大，即使财富来了也装不下，所以君子总是把顺应天道、修养德行作为第一要务。而财富是把事情做好后顺带的东西，是副产品，即所谓的“君子爱财，取之有道”。

有的人没有找到自己的使命并将之作为人生动力，只能靠和人攀比财富作为动力，即所谓的“乞丐心态”。他只跟旁边那个乞丐攀比，先排除一大堆自己比不了的或者没有资格比的人，再选择一个对手使劲比，天天和自己较劲，你说可怜不可怜？

我觉得真正开心的事情是与有共同志向的良师益友在一起，哪怕只是喝一杯茶，静静坐一会儿。内心的富足和高贵，取决于人是否愿意为某一种足够伟大的使命与担当付出一生的努力。我们要尽可能离神圣近一些，离世俗远一些。

08 “仁者不忧，知者不惑，勇者不惧。”

这三句话，第一句是关键。仁者不忧，仁是全德，仁是心德混全，私欲净尽，不累其心，所以仁者无忧。

人要做到不忧，有两层含义。一是无我。无我，就是关心他人多过关心自己，即“利他之心”。“利他”并非是“利己”的对立面，只要把“利己”缩小，不再时刻计较自己的得失利害，就不再那么忧心忡忡了。

二是接受。君子随遇而安，这里的“随”，是“接受”的意思。首先是接受结果。真诚地付出并接受结果，不论结果如何。如今太多人去问收获，所以忧、愁、惧。如果凡事先想最坏的结果，并在心理上接受它，然后再往上努力，一般不会太坏。相反，凡事先想最好的结果，最后什么结果都接受不了，因为永远达不到预期。其次是接受自己，包括接受不足。先承认不足，自然会凸显优势，把优势加强，让长度变得更长，而不足所占的比例就越来越小，人就会有幸福感和自由度了。第三是接受他人。这里的接受主要是指“包容”。“包”是把别人不好的东西接过来，“容”是把接过来的东西化解掉。当然，关键还是“容”，是胸襟问题。有人说“人的胸襟都是委屈撑大的”，不无道理。做到这两点，就可以“不忧”了，而“不忧”才可以“不惑”和“不惧”。

09 “知者乐水，仁者乐山；知者动，仁者静；知者乐，仁者寿。”

这个大智慧是孔子因为敬畏大自然中的山和水而生成的。

知者乐水，知者动，知者乐。水是动的，遍布天下而无偏私，无所不达，深入细微，润物无声，遇见深谷又纵身而下，百折千回，一路前行而不悔。真正的知者，如水，他乐意运用自己的才智，像水流一样永不停息，贡献给社会，且做事情剖决如流，像水一样畅快无阻。

仁者乐山，仁者静，仁者寿。山，高山仰止，万民向往，而山中草木飞长，鸟兽栖息，以巍峨之势立于天地之间。仁者，如山，守静而厚德载物，他们似乎没做什么，但他提供了一个远

大平台，让万类霜天竞自由，对谁都能接纳，无限仁爱。仁者包容，仁者无为而无所不为，静而安之，故仁者寿。

显然，这是两种理想人格的对话与态度，做人为仁，做事为智，人世间的事莫不如此。千般智慧，其实说到底，就这两件事：做人与做事。

10 “志于道，据于德，依于仁，游于艺。”

这是孔子的核心素养，道、德、仁、才兼具，即为理想人才。

志于道。做人做事也好，学习进步也好，首先是立志，志有定向，知道要做什么人，知道要往哪里走。有志于大道，就是先问问自己的使命何在，要为社会做些什么、留下什么。

据于德。“据”是凭据、根据，照着德的标准来行事。德，分为至德、敏德、孝德。至德，为中和之德，致中和，厚德载物；敏德，为“敏于行”的“敏”，是适应各种变化的德，有情有义，顺势而为，与时俱进；孝德，尊祖爱亲，首先善待周围的人，尤其是家里人，由内而外，由近及远。在德的问题上，凡要求别人的，一定要先想自己能不能做到，把自己能做到的标准固定下来，自己不缺德，有了道德根据地了，再以身作则去影响别人、要求别人。

依于仁。爱人悯物，对他人的有关爱之心，时时替他人着想，对天地万物、其他生命也以一颗仁心去面对，像太阳一样，无私心，无偏袒，爱满天下。所谓“仁心无对”，就是自己修了一颗慈悲之心之后，和谁也不对抗。

游于艺。儒家认为，才能主要有六艺：礼、乐、射、御、书、数。今天已不拘泥于这六艺了，还有很多“艺”，关键在于“游”，这里不是熟练的意思，而是以此为乐，陶冶情操之意。

有志于道，就是有使命感；对自己有道德要求，建立了道德根据地；有仁心，仁心无对，爱人悯物；有一技之长，能贡献社会，自强自立。一个人有了这四个核心素养，那么他就是真正的人才。

