



传统是治心的良方——《儒家修身九讲》的评论（袁功勇）

袁功勇

近年来，“国学热”持续了很久一段时间，在媒体以及超级畅销书的推动之下，更有“白热化”之势。中华民族似乎忽然找到了丢失已久的传统，迫切想重拾传统价值与文化尊严。笔者认为，传统文化其实一直未曾远离我们，它就在我们生活之中，正所谓“道不远人”。另外一个方面，在当今社会国际化的语境之下，“国学”决不是包治百病的灵丹妙药，更不是经国治世的良方。“国学”最大的作用，还在规范和指导个人的修为与言行，正如这本《儒家修身九讲》（清华大学出版社2008年7月版）所体现的宗旨的一样。

中国儒家思想，是以“修身、齐家、治国、平天下”为根本宗旨和目标，很显然，在二十一世纪国际化程度越来越深的时候，用儒家思想来“齐家、治国、平天下”，几乎是不能了。这种不可能不单单是人为的选择，更是社会历史发展的规律所决定的。儒家思想已被历史所检验，是无法适应现代文明社会需要的。但是，儒家最初的修身的宗旨，在当今还是有很大的作用的。正如《大学》之中所说“壹是皆以修身为本”。“修身”是儒家的基础目标，也是在当年社会，最有活力和可能性的一个目标。儒家修身思想和心灵感悟，与心灵鸡汤式的观念，在根本上是没有差异，万法规一，殊途同归。儒家修身思想，一样具有抚慰心灵的功能。这也是一种本源，如果连个人生命都无法影响，那么对其他方面的应用更是不可能。

从来没有一个时代，像今天这样，需要心宁的安静和滋润，需要用传统文化来抚慰人们的心灵。改革开放30年，经济学家欢呼中国的经济奇迹，政治家在歌颂制度优越，只有文化学者一直感叹文化的缺失和人文精神的丧失。无可否认，这30年来，中国更加开放，更加现代，价值也更加多元。但是，在另外一个方面，社会是否更加文明，更加公平，更加民主？都是一个值得探讨的问题。尤其是社会的精神尺度和道德方面，绝对不是和经济的发展成正比的。我们所期待的文化复兴，却不得不从远古寻找精神资源和价值源泉。当代中国的“核心价值”在哪里？这是一个极其严肃的问题。一方面，社会发展取得了巨大的成就，另外一个方面，每个人却又面临种种困惑和苦恼。具体到每个个体的生命体验上，社会并不能让人们感到满意。




修身，是回到儒家思想的本源和初始。“儒家修身”很简单，操作性也非常强，没有繁复的程序和仪式，更没有玄妙的思想和神秘的内涵。一切都是以人为本，简单易学，指导性也强。如书中所讲的“静坐”，是人人皆可为之的方法，只要你全身放松，静下心来，闭目五分钟，凝神定气，控制杂念，就能回到冥想和安宁的环境，片刻之间抛却尘世烦恼，给自己的心灵加一次油。又如“慎独”“治心”“主敬”这些修身条款，基本都是使人向善，寻找心灵的平静和安慰，重在个人内心世界的丰富和圆满。再比如“自省”，日三省吾身，只要每天花几分钟，认真反思一下自己的言行，就能发现自己的种种得失。儒家修身思想，是一种适合中国人生命体验和情绪感悟的心灵实践。

笔者曾参与过方教授在清华组织的学生读书活动。学生对传统文化的热衷，以及对经典的渴

求，大大出乎作者的意外。以前，总感觉这些经典应该是经历了人世沧桑的中老年人更喜欢，谁知道年轻的学子一点也不逊色，他们甚至对他们在生活之中面临种种困境，愿意寻找儒家作为修身的指导、行为的价值规范，以及解决困惑的方式。正如作者自己所言的，作为专攻西方思想的学者，他自己也是经历了一番心灵的流浪，才找到儒家这个法宝。书中所体现出来的真诚，以及对青年人的告诫，都是具有极大意义的。大而言之，弘扬传统文化，更实在来说，是给每个人提供一种解决生活苦恼和困惑的可能。

传统，其实一直不曾远离我们，只是掩蔽在历史的发展之中，这种文化早已化成一个民族的集体无意识，成为我们的文化血脉中的一段。在这样一个功利的时代，每个繁忙和劳碌的人们，需要静下心来，好好体验一下古人的智慧，和古人的心灵靠近，体会一下先贤圣哲的思想光芒，从而让自己获得前行的动力和行为标准。修身，是我们每个人一生的功课。

（方朝晖，《儒家修身九讲》，北京：清华大学出版社2008年7月版）

 [关闭窗口](#)  [发表, 查看评论](#)  [打印本页](#)

发表日期：2008-9-26 浏览人次：108

版权声明：凡本站文章，均经作者与相关版权人授权发布。任何网站，媒体如欲转载，必须得到原作者及Confucius2000的许可。本站有权利和义务协助作者维护相关权益。