

《受用一生的王阳明心学》

图书基本信息

书名：《受用一生的王阳明心学》

13位ISBN编号：9787229072387

作者：张超

页数：257

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.tushu111.com

《受用一生的王阳明心学》

内容概要

《受用一生的王阳明心学》是中国历史上极为罕见的立德、立功、立言三不朽的伟人，也是明朝最杰出的政治家、军事家和哲学家。王阳明的“心学”无疑是中国古代哲学史上的一颗璀璨明珠。面对快节奏的生活、激烈的竞争，人们的精神生活逐渐荒芜，心灵越发孤寂。《受用一生的王阳明心学》借力阳明心学所弘扬的主体意识，强调自我内心的力量，帮助现代读者透明本心、开怀洒脱，积极开拓事业、舒缓被欲望折磨的痛苦，使生命更轻松、更精彩。

《受用一生的王阳明心学》

作者简介

张超，文学硕士，毕业于上海大学中文系，长期致力于国学研究。主要作品有《国学大师谈人生》《轻松学国学》等。

《受用一生的王阳明心学》

书籍目录

- 第一章知是心之本体，心自然会知——王阳明说“心力”
 - 关注心之本体003
 - 不要迷失人生的方向006
 - 良知在人心，勿迷失自己009
 - 每个人都是神圣而伟大的012
 - 圣人之心如明镜，应变无穷015
- 第二章志不立，天下无可成之事——王阳明说“立志”
 - 志不立，天下无可成之事021
 - 像圣人一样立志于道024
 - 坚持心之所想，最终成为力之所及028
 - 立志要选对方向，也要量力而行031
 - 立大志，成大事034
- 第三章仁者以天地万物为一体——王阳明说“德性”
 - 以德为先，良知自在人心039
 - 仁者爱天下万物042
 - 成大事，心中当有大气象045
 - 凡事当以诚待之048
 - 做人当顶天立地051
 - 己欲立而立人，己欲达而达人053
 - 将美好的品德根植于心056
 - 修炼不迁怒于人的品德060
- 第四章“无有作恶”，不动于气——王阳明说“宽心”
 - 调整心态，不为泥泞所累065
 - 看破世情，身处繁华而不动068
 - 清空心灵，淡看荣辱毁誉072
 - 敞开心怀，免被俗世尘埃所扰075
 - 存天理，去人欲078
 - 顺其自然者，当成大器081
 - 安贫乐道，泰然自若084
- 第五章心之本体，原自不动——王阳明说“淡定”
 - 心若不动，则不为环境所束缚089
 - 心无外物，谁能扰我092
 - 非宁静无以致远096
 - 怀一颗清净心，远离外界的烦扰099
 - 气定神闲，不受外物所扰102
 - 悉心静坐，沉静内心105
 - 以淡定的心态应对失败109
- 第六章动心忍性之徐，恍若有悟——王阳明说“包容”
 - 拥有像圣人一样的宽广胸襟115
 - 挡住别人，也会堵自己的路118
 - 做人要忍让内敛121
 - 对待恶人，宽容地安抚比责罚更有效124
 - 忍小过，成大事128
- 第七章为学之要，只在着实操存，密切体认——王阳明说“学问”
 - 使学问融会贯通于内心深处133
 - 学问自在内心，不宜外求136
 - 把知识化为心上的智慧139

《受用一生的王阳明心学》

在万事万物上学习，才能更好地致良知142
做学问要循序渐进，才能有所长进145
有一种方法叫“心上学”148
抛弃虚浮的文辞，追求经典的实质151
学问要点化，但不如自己悟154
第八章人须在事上磨炼下功夫，乃有益——王阳明说“做事”
人要在事上磨炼下功夫161
学会变通，因时而动165
打消急于求成的念头169
再细小的事，也值得用心去做172
从自省中完善自己176
第九章士大夫志行无渐，不因毁誉而有荣辱——王阳明说“官道”
居官当修德业181
为官当有士大夫气节184
及时论功行赏，论罪处罚187
为国为民立远谋190
第十章父而慈焉，子而孝焉，吾良知所好也——王阳明说“行孝”
行孝，首先要使父母无忧195
要有诚于孝亲的心198
孝顺要发自内心，由衷201而出
孝顺父母，经不起等待204
第十一章善者固吾师，不善者亦吾师——王阳明说“交友”
结交朋友当互相谦让211
以友为镜，察己不足215
切忌不讲策略地当面指责他人218
少指责，多赞美221
第十二章须从根本求生死，莫向支流辨浊清——王阳明说“死亡”
智慧地看待生死苦乐227
生未可喜，死亦未可悲230
生死如昼夜交替一样平常233
生命的意义不在于其长度236
第十三章虚灵不昧，众理具而万事出——王阳明说“圆满”
依心行事，体味圆满243
养心，才能更好地致良知247
空心，才会心灵清明不糊涂251

1、此书仅为基础入门级别。人生是一场修行。修身、养性、读书、旅行、事善能。作者每篇文章都根据《传习录》中的一句话，进行解释和拓展。形象生动的解释了王阳明的思想。里面引用了很多佛学大师，孔子，孟子，老子，庄子等思想和警句。中国历史上唯一没有争议的立德、立功、立言的三不朽圣人。近500年来中国人血脉相承的神奇智慧唤醒内心，修炼强大自我的秘密武器张居正、曾国藩、孙中山、毛泽东、稻盛和夫等名人一致推崇。学习王阳明心学，你会发现没有任何人能伤害你，没有任何事能困扰你，一切因你而起，一切由你做主。“心”左右一切。摘录：1、王阳明的心学思想，大致可分为三个部分：心即是理的人生论，知行合一的认识论，致良知的修养学说。2、他将心学概括为四句诀：无善无恶心之体，有善有恶意之动。知善知恶是良知，为善去恶是格物。3、他心学思想旨在呼唤人的本体意识，着重强调个体本身的价值和自我人性的修养。4、立身处世。王阳明在心力、立志、德行、宽心、淡定、包容、学问、做事、官道、行孝、交友、死亡、圆满等方面的人生智慧。5、致知在格物，物格而后致知。（意思就是获取知识的途径在于体察事物，体察事物后，知识才能被真正理解）6、有一学者病目，戚戚甚忧，先生曰：“尔乃贵目贼心”《传习录》7、是非之心，不虑而知，不学而能，所谓良知也。《知行录》与佛家的凡圣不二相同。佛是已悟的凡人，凡人是未悟的佛。8、孔子：仁者不忧，智者不惑，勇者不惧。9、生命说到底就是一个过程，也是一个追求心灵快乐与幸福的过程。10、子曰：“志于道，据于德，依于仁，游于艺。”孔子说：“以道为志向，以德为根据，以仁为凭藉，活动于（礼、乐等）六艺的范围之中。”11、只念念要存天理，即是立志。能不忘乎此，久则自然心中凝聚，犹道家所谓“结圣胎”也。此天理之念常存，训至于美大圣神，亦只从此一念存养扩充去耳。《传习录》12、樊迟问什么叫仁。孔子说，能够爱一切人就是仁。泛指世界一切生命。无私心。佛家讲慈悲平等。则是爱一切众生。仁慈是爱天下，没有私心。13、更高的山并不在人的身旁，而在人的心理，心中无我才能超越。14、什么是衡量人生成功标准，是财富权利、还是享受一份粗茶淡饭的宁静日子？在王阳明看来，安于贫困生活，以学习和掌握圣人之道为乐，不被现实与名利所扰，便能寻获人生的意义，便是一种成功的表现。15、淡定是一种气质，宁静是一种状态。16、诸葛亮《诫子书》非淡泊无以明志，非宁静无以致远。意思是一个人在社会中生活，若淡泊名利等身外之物，便可以真正明确自己的志向。若心无旁骛地投入某项你所钟爱的事业中，便可以实现远大的目标。17、教人为学，不可执一偏。初学时心猿意马，拴缚不定。其所思虑，多是人欲一边。故且教之静坐，息思虑。《传习录》静坐：定能生慧。就是说人在心意安定、注意力集中的状态下，能够产生比较高的智慧，如思维能力、记忆能力、理解能力大增等。18、气是一种需要上的失落。19、读书须如出入法。适当求所以入，终求所以出，见得亲切，此是入书法；用得透脱，此是出书法。南宋陈善。读书要达到理解，深入达到心体‘豁然开朗，一片光明’的融会贯通的境界，就必须放下自我，要读的深透，要钻进书本，让自己的心灵深入进去，与作者的思想、言论融为一体，使其言语好像出于自己之口，其思想境界好像出于自己的心灵。20、明道先生书曰：吾作字甚敬，非是要字好，只此是学。“即非要字好，又何学也？乃知古人随时随事只在心上学，此心精明，字好亦在其中矣。只是这个恭敬的态度就是学习。心上学习，等到心精明透彻了，字自然也就写得好了。书法使人静，更让人思考，确实是修身养性、培养情操、延年益寿的良药。”致良知“之学。21、学问也要点化，但不如自家解化者，自一了百当。不然，亦点化许多不得。《传习录》做学问三个阶段。一教学、学习基础知识。二帮学、指点入门路径，路还要学生自己走。三自学、老师主要在关键处指点一下。其他全靠自学自悟。（这才是做学问）22、做事遵从三点：顺其情、因其势、趁其机。运用此三点，天下无事不可做，无事不可成。23、处朋友，务相下则得益，相上则损。《传习录》24、良知，既是道德意识、也指最高本体。致良知，就是将良知推广扩充到事事物物。佛学只求出世，而心学则是用出世之心做入世之事，即儒学所说的“内圣外王”。他动静兼入极致，顿悟深远，知行合一，于平凡中体现伟大，以入世中明见其出世的心境。“把我们的良知应用到万事万物上”的理念。简言之。只要我们不存私心，踏踏实实地做好手中的每一件事情，就已经是在致良知了。25、让心空灵而不糊涂。一方面，空是指万事万物都是处在永恒变化之中的。因此要求我们达到一种无我消除个人私欲的境界；另一方面，空也是不空。无论儒家圣人还是佛学大师都讲究点化世人、普度众生。空的意义在于让我们以无我的精神去从事世间种种事业。26、达到知性合一的境界，先从“止观”入手。止，就是让心中那些乱七八糟的念头止住，平静下来；“观”就是要在虚静中体察心之本体，了悟智慧。戒（止）、定（观）、慧（空）

《受用一生的王阳明心学》

《受用一生的王阳明心学》

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.tushu111.com