



## 于丹：用书香唤醒中原大地的英雄梦想



当一个人想要做英雄的时候，他就会觉得自己的一己悲欢都算不上什么，他要为一个更伟大的目标愿意去牺牲，去付出。

我们共同用书香滋养心灵，唤起中原大地的英雄梦想，让英雄梦想长在孩子的心里、飞扬在中原大地上。

### 我一直特别喜欢河南

其实我一直特别喜欢河南，河南是我来得特别的地方。河南人很幸运，哪怕回去翻翻《说文解字》，也能明白中国人观念的由来。

很高兴又一次看到郑州的朋友们，其实在郑州说文化、讲读书都不是最大的主题，而应该是到这儿来，在这一块热土上，静静地感受一下中原文明是如何发生的，我们民族文化的血脉从这里开启了什么样的文化基因。我老想在这个地

方，接一接这块热土上的地气，感受一下人心还能接近“大道”吗？

在郑州，生活在这里的人有一种幸运，就是在山高水长这样一个历史的渊源之中，每一个人只要肯用心，都能够触摸到一点什么样的道义。今天我们要说的是读书，可以说今天的出版物比以往任何一个时代都更繁盛，但是我们真的能够读懂心吗？

### 阅读让内心有真正的安宁

在西方人观念判断中，属于思想、走脑子的事情，中国人(却)都是习惯于走心的。

“思想”的“思”上面是“田”，像婴儿头脑的脑门一样，它是指脑子，下面是一个“心”字，有头脑的理性、有心情的情感，大脑加心灵就叫做“思”；心相为“想”，心上浮出来的“相”才能让你真正的想念，心心念念，我们都有这个心在。心的力量有多大？我们说读书养好这颗心。人读书不是为了附庸风雅，读书不只是为了增长知识、获得文凭，更应该是为了自己内心有真正的安宁。

我今天上午在中原图书大厦，一进去就很感动，大厦的地就是冰凉的水泥地，但是每一栏的书架中间都满满地坐着人。从十几岁的孩子到50多岁的中年人，他们就那么坐在地上，背靠书架，专心地一本一本地读书。那个场景让我很暖心。河南不仅有立交桥、高楼大厦，不仅有经济指标蒸蒸日上，还有人愿意静下心来拿出时间，坐

### 读书第一要义是明辨是非

中国人为什么读书？《大学》开篇讲，“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”。也就是说一个人读书是为了明德，让每一个人有生命成长自新的能力。我总想跟年轻人说，成长比成功重要得多，成功是一个外在的评价标准，成长是自己内心的能力；成功只是阶段性的，而成是一生的。

《大学》讲的第三个境界叫“止于至善”，读书是为了让心里面有定力，第一要义是明辨是非。

孟子说“人有四端，犹如有四体”。四端叫做仁、义、礼、智，“恻隐之心，人之端也”；人人都有恻隐之心，看见别人受罪，不能坐视不管，这个恻隐之心就是仁爱之开端。“羞恶之心，义之端也”；一个人内心知道什么是厌恶的，知道羞耻，那就是一种勇敢。“辞让之心，礼

之端也”；人跟人之间都有一个辞让，这就是礼貌礼仪的开端，不要动不动就贬低别人，而自己可以不计手段。最后一端是“是非之心，智之端也”，人们在网上能查到高精尖的知识，能够有任何的专业技巧，但这一切叫知识，不是智慧。真正的智慧是从明辨是非开始。读书是为了读心，它从明辨是非开始，超乎功利。

有一句谚语说得对，一个人如果只想进步，那么人生需要有一个方向就够了，就是前方，他需要不断地向前走，再向前走，心无旁骛，他也许就能成功了，但是如果一个人还想看见世间风景，他就得同时向两边看，学习看两侧，你的生命就变得活色生香有趣了，但如果一个人想增长智慧，他就要停下脚步回头看。人其实是在回望历史，肯静下来的那一瞬间增长智慧的。我们今天往往是往前走的太多，回头望的太少，所以在急功近利的时候老是觉得乱了，我们心里面底气不足，为什么呢？

我总说，河南人真的从老子、庄子那里面去找答案，就能找到不少。老子说“企者不立，跨者不行”，也就是说总盯着脚尖的人是站不稳的，总跨大步是走不快的，人要接地气，那就要踏踏实实，在每一步上有自己一个判断的标准。

### 读书给你一种判断

我们读的书要给自己什么样的见识？老子告诉你一个道理：“甚爱比大费，多藏必厚亡。”河南有很多玩文物的，但是人特别爱什么东西就在这件事情上耗费得最多，耗你时间、耗你钱财，有时候耗你性命。人越爱什么，什么就是你生命的软肋，人生不可以没有爱，但是这个爱一旦泛滥的话，它就成了灾。所以，爱器物，爱孩子，爱什么都是这样的，一旦过度就成了灾。

读书为什么有用呢？它涵养人一份清明理性，一方面它唤醒人的爱，另一方面它不让人泛滥成灾。这个世界上最常常问，能做什么不能做什么？其实有时候是看你做到什

### 读书救赎俗世里的苦难

很多家长都问我，给我孩子开个书单吧，你说他得读什么书？要我读书，书单不重要，关键是你们家怎么读书？也就是说，真爱读书的人得全家人一块念着书，一块聊着，你觉得跟古人灵魂飞扬都混在一起，你就跟他们活在一处了。人能够活在一起的时候，其实你的心就能从书里面得到很多很多的滋养。

我在图书大厦三希堂看到里面排着四库全书，当时我随手翻苏东坡的时候，还有朋友问我，你为么喜欢苏东坡呢？我说苏东坡“通透”。

苏东坡这一辈子其实蛮倒霉的。论诗词，他是苏辛豪放词派的开拓者；论书法，苏黄米蔡，他位列宋四家之一；论当时的改革，他在司马光的阵营里面又能够理解王安石的新法，他是一个真正家国一体的

程度。就像人吃饭，不吃饭人们就饿死了，但是吃出毛病的还少吗？这个分寸到底怎么掌握？读一读中国人的古书，“多藏必厚亡”，用老百姓的话说，谁收的越多，谁丢的越惨。河南人知道文物是什么价值，文物就是从历史而来，属于众生的。你放在河南省博物馆，大家都能看见，大家觉得这是一份向历史的致敬，但都放在你家，你家不是博物馆，一个人有时候道德配不上权位，那叫德不配位，最后会丢，一个人要把太多属于人类共同财富全弄到自己家里面的时候，也会物极必反，这就叫多藏必厚亡。

这两句话，老子说了一句劝告，

他说“知足不辱，知止不殆，可以长久”。一个人往前走，要在世界上获得，要有进取，能知足就不自取其辱，能走着走着知道有所止境，那就不会消歇，一个人要想天长地久，安稳地在世界上运行，就要知道有知足之乐，有知止之心，所以心是什么？心是个标准，告诉我们在什么时候都别在世界上以赌徒的心态往前平移。

其实你说中国古典文化深奥、晦涩吗？只要你愿意去懂的时候，其实它是能跟你结个缘分的。所以我要说，读书第一读的是是非之心，读出名辨来，有了这个心，你就可以从书里面再去广见闻。

### 于丹：

著名文化学者，北京师范大学教授、博士生导师、首都文化创新与文化传播工程研究院院长、北京师范大学艺术与传媒学院副院长/国务院参事室特约研究员。同时她也是古典文化的普及传播者。在中央电视台《百家讲坛》《文化视点》等栏目，通过《论语心得》《庄子心得》《论语感悟》等系列讲座普及、传播传统文化，以生命感悟激活了经典中的属于中华民族的精神基因，在海内外文化界、教育界产生广泛影响。先后在我国内地、港台地区，及美国、英国、法国、德国、日本、韩国、新加坡、马来西亚、巴西、新西兰、澳大利亚等国家地区进行百余场传统文化讲座，得到广泛的好评，并掀起了海内外民众学习经典的热潮。著有《于丹<论语>心得》、《于丹<庄子>心得》《于丹·游园惊梦——昆曲艺术审美之旅》《于丹<论语>感悟》《于丹 趣品人生》《于丹 重温最美古诗词》《人间有味是清欢》及《于丹 字解人生》《有梦不觉人生寒》，其中《于丹<论语>心得》一书获得了世界知识产权组织的版权金奖，国内累计销量已达600余万册，多次再版，已被译为30余种文字在各国发行，仅外文版销量近40万册。



### 人要点英雄气概

人是要有点英雄气概的。八一建军节，我们应该说一些英雄。当一个人想要做英雄的时候，他就会觉得自己的一己悲欢都算不上什么，他要为一个更伟大的目标愿意去牺牲，去付出。人都有失落的时候，读进肚子里的学问和长在脑子里的信念，是别人夺不走的東西。

苏东坡这样的人，他穿越这个浊世，尽管他有“拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷”的时候，但是他的心是博大的，是可以穿越风雨的。

其实寂寞寥落就一定意味着软弱吗？我们回到老子的说法，“有物混成先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天地母。”这个东西就叫做“道”，看看天地大道，浑然天成，它有三个特点，第一就是寂兮寥兮，大道是寂寞的，是寥落的，第二是独立而不改，他不因为寂寥而显得软弱或同流

### 读书救赎生命

读书是用来救赎生命，先救了自己，才有可能救人，才有可能改变社会，所以读书十分重要，读出一颗是非之心，把这个作为每一家的家风家规传承下去，让一个人在寂寞的时候，父母不能陪，钱财不能陪，权利不能陪，爱妻不能陪，当整个世界背叛你的时候，你起码腹有诗书气自华，脑子里的信念、肚子里的学问，只有这样，是一辈子没有任何人可以剥夺的。它也应该是我们的家风，是我们整个社会的价值默契。

阅读有两种方式，一种叫做学习方式，一种叫做生活方式。我们人人阅读都是从学习方式开始的，也就是说为知识叫学习方式，然后我们要达到为成长而读，那叫生活方式。开卷有益，读出自己的欢欣畅爽，读的是一份生命的成长。

家里头最重要的是什么？家里面最重要的是交流，家庭最好成长的润滑剂就是全家人爱念书，如果读一本新书，哪怕父母和孩子因为观点能争个不亦乐乎，还能再去找别的书搬来作证据，那对你们家来讲，这都是一场奢华的读书会。所以我说，中国人要想心不乱，有定力，有未来，其实还是从家庭开始，读几本哪怕浅显的、眼前的书，也能够读出大道理。

任何一个时代，人生都是有苦恼的，但人生被苦恼困顿，往往是因为我们站的还不够高，你还没有那么多沉默睿智的灵魂跟你在一起。如果

你看见历史，今天的一切都在历史上出现过，就算是遇到一些事情，古圣先贤陪着你。

读书走心，就是当这些朋友都能规我们这样坐在一起，我们互相陪伴，去走艰难人生，去应对复杂的事项，去有生命的定力，有自己生命的救赎，这个时候读书就叫读到自己心里了。读一本书本来是用来养心的。

我出了本新书名叫《有梦不觉人生寒》，这也是来自于一句古诗。我喜欢一句诗说，“无边方知流光逝，有梦不觉人生寒”，人生里面确实有很多寒冷的时光，但是我们起码还有自己的梦想，还有对于知识、对于人性起码的信赖，还能够知道自己的存在，是为了让别人对人性多一分相信。

罗曼·罗兰说过一句话，世界上只有一种真正的英雄主义，那就是在看清生活真相之后，仍然热爱它。看不清真相的热爱，是少年懵懂无知；看清了真相就逃避，就怯懦、骂骂咧咧，那也是懦弱。看清生活的真相之后，仍然热爱它，并且有力量让生活变得好一点，谁就是不折不扣的英雄。

中国人说，天时地利人和，让我们以书香的名义来祝福我们这片土地，能有更多爱书的人，用书香滋养英雄梦想。河南这个地方，不仅仅给我们民族一个辉煌的历史，它还应该在2015年再出现更多的传奇，留给未来！

**看妇科白斑**  
河南地区唯一指定机构—瑞吉医院  
专家热线:0371-6337 3120