

## 我對儒釋道三家的體會與認知

### ——淺談儒釋道文化對當代大學生的借鑒意義

中華文化源遠流長，博大精深。其中，數儒、釋、道三家影響最為深遠。在上千年的演變中，形成了“儒家為主，佛道為輔”的“三教合一”的基本格局。一定程度上可以說，它們是中國傳統文化的思想源頭和精神支柱。它們以各自的思想旗幟為導向，在形成和發展的過程中相輔相成，共同促進了中華民族五千年的燦爛文化和博大精深的思想體系。其中，有非常多的思想精髓值得我們學習。同時作為一名大學生，我越來越深刻地認識到，儒釋道文化對我們的學習與生活有著非常深遠的借鑒意義。

雖然從小也學三字經和論語，但從前只把這些經典當做一種責任和義務去學習，當真正要把它當做文化和思想來研究時，才發覺有些縹緲和無所適從。傳統文化是一片汪洋大海，而我只是岸邊的一條小小葦草，對此的瞭解甚為微淺，今後還要走的路還很長，所以現在的見解也只能稱之為拙見了。

#### ↓ 儒家——教化與修養

儒，指的是儒家。儒家起源於春秋戰國時期的百家爭鳴。古往今來，既有漢武帝時期衛綰、田蚡、董仲舒等人宣揚的“罷黜百家，獨尊儒術”；又有自南宋末至清末約六百餘年間，以批判佛老異端、繼承儒家道統為旗幟的官方思想“理學”；以及作為儒家思想文化的代表著作“五經”、以至“三十經”，也一直被歷代封建統治者奉為中華文化的基本典籍。儒家思想獲得了中國文化的正統地位，儼然成為

中華文化的代表。可以將儒教視為歷史上一種獨特的中國民族宗教，它是華夏文化之魂。

所以三教當中對我來說，最熟悉的應該就是儒家思想了。中華兒女，無論是誰，即使是沒有受過教育的老農，也能知道孔子和《論語》，並能說出儒家許多流傳千古，耳熟能詳的句段，比如“有朋自遠方來，不亦說乎？”“吾日三省吾身，為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？”等等。諾貝爾獎獲得者阿爾文曾說：“人類要生存下去，就必須回到二十五個世紀以前，汲取孔子的智慧。”這裡的孔子就是儒家思想的代表。如今遍佈世界各地的孔子學院也足以說明儒家文化的影響力之廣泛。

儒家學派崇尚“禮樂”和“仁義”，主張“德治”、“仁政”，提倡“忠恕”和“中庸”之道，重視倫理關係。

儒家的代表人物孔孟都曾宣揚過儒家的核心思想——仁義：孔子“仁者愛人”“己所不欲，勿施於人”宣揚道德仁義思想；孟子“以民為本”——民為貴，社稷次之，君為輕的貴民思想體現了他在政治上的“仁政”主張。仁義的精神境界不止為統治者所必需，更是每個普通人應進行的思想修養，延伸到今天，還有很深刻的借鑒意義。當今社會中，如果我們每個人都能以仁義道德的標準來要求自己，“老人倒在路邊卻沒人敢扶”的現狀會得到大大的改善，幾年前“小悅悅”的悲劇也不會再發生。因為我們每個人都懷揣著“仁”的道德理想，人們會相信摔倒在地的老人是真的不慎滑倒，而不是想要敲詐勒索；撞到小悅悅的肇事司機也不會因為害怕承擔責任而逃逸，而避免

R4

這樣的悲劇釀成。到那時，人與人之間就是相互信任的，人們行善事將不再顧及自己的利益受到傷害，社會就會是一個“大同”社會。但是正如大家所想，這樣的理想境界即使在今天都很難實現，更別說幾千年前孔子生活的時代了。儘管如此，我們每個人，身為炎黃子孫的後代，也應該嚴格要求自己，從傳統文化中汲取精髓。

那麼怎樣才能達到“仁”的境界呢？《論語·顏淵》：“顏淵問仁。子曰：“克己復禮為仁。一日克己復禮，天下歸仁焉！為仁由己，而由人乎哉？”意思是說，有一次孔子的弟子顏回請教如何才能達到仁的境界，孔子回答說：努力約束自己，使自己的行為符合禮的要求。如果能夠真正做到這一點，就可以達到理想的境界了，這是要靠自己去努力的。“顏淵曰：請問其目。子曰：非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動。”顏回又問：那麼具體應當如何去做呢？孔子答道：不符合禮的事，就不要去看、不要去聽、不要去說、不要去做。這就是儒家另一思想精髓：禮。“克己復禮”，即克制自己的欲望去實踐“禮”現“禮”的要求，其目標是社會和諧。儒家認為，這樣做了，你的生存首先得到了周圍的人和社會的認可。克己復禮，要求能夠自己做主，去實踐禮的要求。

除此之外，儒家還非常重視倫常。儒學認為，“父為子綱，夫為妻綱，君為臣綱”的三綱以及“父子有親，夫婦有別，君臣有義，長幼有序，朋友有信”的“五常”是社會中每個人都應遵循的“天理”，不可違背，且每個人都應借此來各安其位，應履行好自己在社會中的責任和義務，樂天知命。

儒家思想的精髓實在是數不勝數，無法一一列舉。其實我認為，這些思想最終都可以歸結為兩個字——修養。儒家非常重視自我修養。《禮記·大學》中說道：“古之欲明明德於天下者，先治其國；欲治其國者，先齊其家；欲齊其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意；欲誠其意者，先致其知，致知在格物。物格而後知至，知至而後意誠，意誠而後心正，心正而後身修，身修而後家齊，家齊而後國治，國治而後天下平。”簡單概括，就是我們耳熟能詳的“修身，齊家，治國，平天下”。儒家認為，要達到“平天下”的目的，首先要提高自我修養，要提高自我修養，其精華又在於“格物致知”。延伸來看，要達到儒家所有的思想精髓的境界，首要要求都是要“修身”。“重禮樂”要求我們“克己”，才能“複禮”；提倡“仁”，無論是指仁義還是仁政，同“禮”一樣，我們都要首先約束自己，開闊心胸，提升修養，才能達到這個境界；至於綱常倫理，更要求我們每個人都要遵守這些道德準則，以此達到社會和諧。修身，一方面要求我們約束自己，遵守道德準則；另一方面通過“格物致知”的方式提高自己的精神修養和精神境界。我們只有自己主動自覺地去研究萬事萬物，從中獲得認知和道理，不斷地提高自我修養，豐富自己的人格品質，才能使社會安定和諧，這也是儒家所追求的最高境界了。儒家的思想是入世的，所以受眾最廣大。對於今天我們構建和諧社會以及提升個人修養都有很大的借鑒意義。

對於當代大學生來說，儒家思想對於我們形成高尚的學習目標，培養嚴謹的學習態度，以及掌握科學的學習方法都有著現實的指導意

義。如今，大學校園裡普遍存在著學習目標缺失，學習狀態懶散的氛圍。儒家以學為樂的好學思想（學而時習之，不亦樂乎？朝聞道，夕死可矣、學無止境等等）可以幫助我們找到積極的人生目標，激發學習動力，培養謙虛謹慎，持之以恆的學習態度。在學習方法方面，我們在學校裡學習的都是前人經過實踐得來的真理和知識，大部分人沒有經過自己親身實踐，也就是“格物致知”的過程。儒家思想有利於幫助我們掌握學與思結合（學而不思則罔，思而不學則殆）以及學習與實踐相結合（學而時習之、格物致知）的科學學習方法。此外，孔子“有教無類”的教育思想也值得當今的教育體制借鑒和學習。

總體來說，儒家思想是一種積極的入世思想。它要求我們以積極地人生態度，不斷修養自身情操，豐富自身品格，從而做個有益於國家，社會的人。

### ↓ 道家——自然而然，無為勝有為

道——道教是中國土生土長的宗教，道教對中國人的影響可以用魯迅的一句名言“中國根柢全在道教”來表述。五千年前，老子以一本僅有五千字的《道德經》開創了中國哲學思想的先河，同時創建了對後世影響深遠的道家學派。儒釋道三家中，我個人最欽佩道家自然灑脫，超脫世俗嚮往自由的精神境界。

道家思想的核心是“道”，然而僅僅就是這一個看似簡單的漢字，輻散出無數對中國幾千年思想文化影響深遠的經典名句和哲學道理。道法自然，無為而無不為。“自然”和“無為”是道家思想的兩個重心。提到老莊的自然無為思想，我們首先想到的大多數是一種消

極避世，無所作為的人生態度。其實不然。

“自然”是指不加人為強制的本真狀態，“無為”不是無所作為，而是“不妄為”，指我們應該順應客觀自然的規律。道家提倡自然無為，“天人合一”。而這裡的天人合一與儒家提倡的“天人合一”不同。道家中的“天”，無論是指自然而然的“道”還是自然本身，都沒有人倫道德的含義；儒家的“天人合一”則是強調三綱五常，把人的道德意識賦予天，即人化了的天，然後再以這樣的道德依據來約束人。所以，老莊思想中的天人合一強調貶抑人為，還原最自然，最本真的狀態。

老子說：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”這裏的“自然”就是自然而然、究竟至極的意思。“道”是最高的原則，是自己如此，以自己為法，別無遵循，不受制於任何他物。莊子在老子的觀念上有所發展，他更注重人的精神境界。《莊子·齊物論》中所說的“天地與我並生，而萬物與我為一”的精神境界，就是他所明確界定的一種“天人合一”境界。這裏的“天”就是指自然，人與天地萬物之自然合為一體，人與我、人與物的分別，都已經不存在。他的“蝴蝶夢”（莊周夢蝶）就是其“天人合一”境界的最典型、最生動的表現。老子提出“自然”的觀念，目的在於消解外界力量的阻礙，排除外在一直的干擾，主張任何事物都應該順應他本身自然趨向而運行。而“無為”的觀念則是對“自然”的寫狀。這一觀念運用到統治者身上，是要消解獨斷意志和專斷行為的擴展，已阻止對於百姓權利的脅迫、併吞；對於人民來說，是讓他們最大的自主性，允許特殊性、差

異性的發展。另外，還可以從養生的角度出發，理解為順合生命發展的過程與規律。自然無為中還有一個關鍵字——和諧。不僅是人與自然之間的和諧，還可延伸到人與人，人與社會，人與自己的和諧，對於我們如何處理好這些關係，想成正確的人生觀具有深刻的借鑒和指導意義。可見，“自然無為”四字看似平凡，其中卻蘊含著豐富的內涵，值得人們去挖掘和思考。

對於當代大學生來說，“自然”肯定了我們自然而然的多样性和創造性，不應該受束縛和壓抑自己，應該自然而然，率性而為，有利於我們個人品質的發展和豁達樂觀的人生態度的形成。但率性而為不是想做什麼就做什麼，而是應在符合客觀規律的情況下來發展自我。再者，“無為”可以理解為一種量變，在學習和工作中，某件事情或者目標在達到質變之前，一直都是量的默默無聞的不斷積累，而這一過程看起來仿佛都是無所作為的。但正是這種不動聲色的“無為”之舉，促成了最後令人豔羨的質變。無為勝過了有為，無為而無不為，表面上山重水複疑無路，實則柳暗花明又一村。

自然無為是一種至高無上的精神境界，體現為一種大智若愚式的智慧和策略。擁有這種思想境界的人，不為小惠而動心，不以惡小而為之，眼光高遠，表面上看起來沒有什麼能力和功用，實則大智若愚，運籌帷幄。

### ↓ 釋家——緣起緣滅，因果輪回

釋，是指佛教。佛教是外來文化，起源於印度，大約在東漢初期傳入中國，經過與中國傳統儒、道文化的長期順應、同化與融合，達

到了在華本土化的目的，成為中國傳統文化的重要組成部分，並促進了儒、道文化的發展，為中國文化發展作出了貢獻，形成了儒、道、釋三教融合的格局，鑄成了中華文化之根本。

現在大家普遍認為，佛教同基督教、伊斯蘭教一樣，是一種宗教。宗教一定關乎著信仰，從這個角度來看，儒教，道教似乎也是一種宗教，只不過各自領域不同罷了。拋開這個問題不談，從哲學層面上來說，佛教思想不應只局限於宗教思想，對於當今的我們修養身心也具有很深遠的借鑒意義。

佛教哲學講究“緣起緣滅”。我們來到這世界上遇到的每一個人，做的每一件事都是命中註定的，他（它）也一定會教會你些什麼。一方面它闡明了萬事萬物都是因緣而起的道理，另一方面又揭示了事物之間因果相連的奧秘。在大學校園裡甚至社會上，我們經常會發現有這麼一些人，總是抱怨自己的境遇不佳，沒有獲得好的機會，沒有上到更好的大學，沒有找到與自己投緣的同學，沒有考到理想的成績……諸如此類。然而世上不如意之事十有八九，每件事的發生和開始都不是無緣無故的，也就是“因緣而起”，它們的消失和結束也是“因緣而滅”。世間萬物，自由因果在其中。對於這樣的因果關係我們心中應該明瞭，而且時常反思自己，審視周圍，找出因緣所在，這樣才能找到出路。拿我自己來舉個例子吧，一開始我也曾抱怨自己遠的學校不是適合自己的，一方面沒有滿足我出省的願望，另一方面也因為是個工科大學，文科（我所讀的專業屬文）沒有收到足夠的重視。

總以為這樣的條件阻礙了自己的發展，又沒有能力改變，整天鬱鬱寡歡。但其實，只要我轉念一想，萬物皆有因緣，之所以會來到這所學校，原因也是在於我自己，是當時以防萬一的選擇。這是它發生的因緣。至於果，失去了我所夢想的條件，或許我能在這裡找到另一些意想不到的驚喜。有句話這樣說，上帝為你關上了一扇門，一定會為你開啟另一扇窗。我又何必死死地揪住那一點不完美不放呢？人生總是在殘缺中而逐漸完美的。不論是學習還是生活，修行最主要靠個人，學校只是一個提供你學習抵償場所的外在條件罷了。現在我應該做的，是找准自己的目標和出路。知道了萬物因緣而起的道理，就能對當下自己所處的境遇有深刻的認識，然後找准“因”，來結出我想要的“果”。以一種更加平和的心態來待人處事，是我目前為止能理解到的佛學中的精髓。

總體來說，佛學對於我們透徹地認識人生和當下的環境，形成樂觀豁達的人生態度，不以物喜，不以己悲，克服浮躁心態，領悟人生真諦，樹立正確的世界觀、人生觀、價值觀具有深遠的指導意義。

儒釋道三家在形成和發展過程中相互借鑒，相輔相成，呈現出“三教合一”的趨勢，表現出超強的文化生命力。其精髓和核心都是教給世人博大精深的人生智慧。作為當代大學生，我們應不斷從優秀傳統文化中汲取精華以修煉自身，造福社會，使得優秀的傳統文化能夠古為今用。以儒釋道三家為代表和支柱的中國傳統文化，若我們能取其精華，去其糟粕，靈活運用，就能從其中獲得取之不盡，用之不竭的人生智慧和精神源泉。