

卡耐基曾经说过：“在人生的道路上能谦让三分,就能天宽地阔。”中国同样也有句老话:“一忍可以支百勇。”这些都说出了忍让的难能可贵。本期国学讲座,市铁一中退休教师袁有余向我们传达这种理念——

忍,是一种力量一种思想一种智慧

■文／本报记者 许珂 图／本报记者 黄沐



袁有余

“忍”是形声字，上声下形，刃表音，心表意。清代著名文字训诂学家段玉裁在《说文解字注》中说,“敢于杀人谓之忍，俗所谓忍害也；敢于不杀人亦谓之忍，俗所谓忍耐也，其为能一也。”汉朝许慎编的《说文解字》也注明,“忍的本意就是忍耐，容忍。”

由此可见，忍让是一种智慧，是一种成熟睿智的气度；忍让是一种心态，是一种以宽广的胸怀和淡然的心态看清人世沧桑的至高境界。近日，市铁一中退休教师袁有余做客国学讲座，为大家讲述忍的智慧。

历史上有两本关于“忍让”的书籍

关于“隐忍成功”这一话题，前人虽然总结了不少的事例，但没有专门编撰成书，而是散乱在各种典籍当中。一直到了元代元成祖（铁木真）大德十年，杭州学者吴亮收录了从先秦至宋代173条各朝各代有关隐忍谦让、忠厚宽恕的人物、事例汇编成册，命名为《忍经》。四年后，元武宗（海山）至大三年，一个名字叫许名奎的学者与吴亮不谋而合，著成了《劝忍百箴》四卷，共100条，成为忍学集大成者。

纵观这两本书，均属于资料汇编的性质，其目的是用来教化人们在为人处事时，以宽广的胸怀和肚量来处理身边的人际关系和矛盾纠纷，使人们能够和谐相处。但两本书也有它们的不同之处，第一是成书的体例不同,《忍经》记录的是从先秦至宋代（包括宋代）有关隐忍的故事和言论，重点在说忍；《劝忍百箴》把忍让分成一百个类别，力劝人们去接受和认同作者对忍让的观点，重点在劝。第二是成书的目的不

同，吴亮的《忍经》是从儒家的“仁”出发，把忍归结到“仁”的高度，阐明“忍”的重要性；许名奎的《劝忍百箴》是从道家忍的观点出发，给人们开出了一个人生远祸的药方，所以称它为“箴”。

而为了避免人们对于“忍”的误解，吴亮在《忍经》的序言中对“忍”进行了严格界定。他认为,“忍乃胸中博阔之器局，为仁者事，唯宽、恕二字能行之”。《忍经》中以“忍”为原则的处世之道主要包括以下几个方面：

“有容乃大”。吴亮所引的第一条言论是《周易》损卦之《象辞》,“君子以愆忿窒欲”，意即抑制愤怒、控制情欲。控制调节自己的情绪，不为小事所困扰和影响，才能办成大事。忍住自我的不良情绪的同时，意味着必须包容、容纳别人的过错。吴亮引《论语》中的两条言论来说明不“忍”的危害。一条是“小不忍，则乱大谋”，一条是孔子告诫子路之言,“柔必胜刚，弱必胜强，好斗必伤，好勇必亡。百行之本，忍之为上”。

“犯而不校”。这是《论语》中颜回的话，意思是被人冒犯不去计较。《忍经》引彭令君言：“一朝之忿可以亡身及亲，锥刀之利可以破家荡业，故忿争不可以不戒。”正如古谚所云,“忍一时风平浪静，退一步海阔天空”。日常生活中人与人相处，难免发生矛盾摩擦。当一个人遇到利益被侵犯或者尊严被人冒犯的情况时，要心平气和地协商处理，尽量化干戈为玉帛。忿争的结果是“忿而争斗损其身，忿而争讼损其财”。

“唯得忠恕”。“忠恕”既是儒家“爱人若己，推己及人”的仁爱精神的



体现，也是儒家主要的处世原则。《忍经》中记载了这样一个故事：宋朝宰相韩琦晚上写信，一个侍卫士兵举着蜡烛站在旁边照明。由于士兵疏忽大意，蜡烛倾斜烧到了韩琦的胡须，他急忙用衣袖拂灭，继续写字。过了一会儿，他发现已经换了一位士兵。韩琦担心主管鞭打惩罚那位士兵，就命令将人带回来，说：“不要换掉他，他已经知道怎样举蜡烛了。”屈己者能从众，委屈自己的人，就能与其他人相处融洽。今天我们讲“宽以律己，宽以待人”体现的就是忠恕之道。

“相忍为安”。对于群体而言，只有大家相互忍让和包容，群体内部关系才能和谐融洽。《忍经》讲述了一个家庭“九世同居”的故事，当唐高祖问其原委，书“忍”字以对，可见“相忍为安”对于维系家庭关系长期和谐的重要性。《忍经》还叙述了弟兄两个争田产的故事。太守劝他们说：“天下难得者，兄弟；易求者，田地；假令得田产，失兄弟心，如何？”对于家庭内部成员而言，长期生活在一个屋檐下，利益纠纷、性格冲突、言语冲撞在所难免,“忍”是保持家庭关系以及社会关系和谐的必要条件。

总之,“忍”的处世原则不是胆小怕事，不是明哲保身，也不是无原则和无是非观念地妥协退让，更不是姑息纵容，而是体现仁爱襟怀、宽宏气量、忠恕之道的处世智慧。

忍让是实现中华民族伟大复兴梦的“稳压器”

中国是一个讲究修身养性、崇尚人伦道德的民族。五千年来，百家诸经无不推崇勤俭、忠义、守信、谦让、孝顺为美德，多少古圣先贤更是以之为修养、为传家宝。其中，更将“忍”视为人生最大的修养。

在人类社会活动中，矛盾无时无刻不在。人与人之间的矛盾无外是敌我矛盾与人民内部矛盾两种。大量存在的是人民内部矛盾，解决人民内部的方法，只能用民主的方法，用团结—批评—团结的公式，作为从政治上处理人民内部矛盾的原则。“忍让”就是民主方法中最好的方法。

如今，构建社会主义和谐社会是习近平新时代中国特色社会主义思想的重要组成部分，也是社会主义核心价值观

的重要内容之一。而为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴，实现中华民族伟大复兴梦，是中国共产党始终如一的目标。

要实现这一目标，国内、国外都需要一个和平、安宁、温馨、顺风顺水、人人心情舒畅的环境，忍容、忍让就是造就这个环境的“稳压器”。

那么，隐忍的条件是什么呢，哪些方面应该隐忍呢？

袁有余表示，对一些无关痛痒的生活琐事应该忍，对一些无关大碍的小节应该忍，对一些个人无伤大雅的性格爱好应该忍，对一些个人利益有所损害的细节应该忍，总之除涉及大的政治、经济、法律、政纪等原则标准问题，都应该在可忍之列。凡是属于人民内部矛盾的一切人与事都可以采用忍让的态度，来求得和谐、和睦。“和为贵”“忍为高”，一个忍字，可以看出一个人的理智、修养、气质、人格。

对于领导干部而言,“忍”也是一种心性涵养的定力，是官德修养的重要内容。《忍经》引《吕氏童蒙训》云：“当官以忍为先；忍之一字，众妙之门，当官处事，尤是先务。若能清勤之外，更行一忍，何事不办？”为官者经常会遇到一些棘手难缠之事，猝然而临之，更需要忍字当头。《吕氏童蒙训》亦云,“当官者先以暴怒为戒，事有不可，当详处之，必无不中”，即慎重周详地处理事情，特别是那些面对群众矛盾纠纷的干部，处事应该心平气和，虑事周详，力戒暴躁鲁莽。

可以说，忍是一种力量、一种智慧、一种担当。能忍才能化除一切问题，所以人在修行，首先需要学习的就是能忍。佛教讲忍，有三种层次：第一是生忍，就是为了生存，我必须忍受生活中的各种酸甜苦辣、饥渴苦乐，不能忍耐，就不具备生活的条件；第二是法忍，是对心理上所产生的贪、嗔、痴、我见，能自制，能自我疏通、自我调适，也就是明白因缘，通达事理；第三是无生法忍，是忍而不忍的最高境界。一切法本来不生不灭，是个平等美好的世界，我能随处随缘地觉悟到无生之理，所以忍就是能认清世出世间真相，而施以因应之道，这是一种无上的智能。因此，对每一个人来说，忍都是不可少的。

国学教育

数千年长盛不衰，篆刻艺术魅力何在？

篆刻艺术是中国传统视觉文化谱系中重要而绚烂的一支。在高度数字化的今天，弘扬篆刻这一门以上手为途径、以哲思为主导的艺术，无疑有着非常显著的文化价值和社会价值

篆刻艺术是中国传统视觉文化的瑰宝之一，是记录中华民族生生不息发展前行的历史印记。它以印章的形式昉于春秋战国，盛于秦汉之际，历经千余年发展之后，在古代文人的主动参与和创造中衍生出了中国独有的篆刻艺术。从实用到审美，从粗放到精妙，从记事凭信到抒情言志，中国篆刻艺术的独特魅力就在于它以方寸之间传万世风神，以刀情笔趣载千秋讯息，承载华夏民族的审美基因，弘扬炎黄文化的精神内涵。诚如黄宾虹所言,“一印虽微，可与寻丈摩崖、千钧重器同其精妙。”篆刻艺术是中国传统视觉文化谱系中重要而绚烂的一支。在高度数字化的今天，弘扬篆刻这一门以上手为途径、以哲思为主导的艺术，无疑有着非常显著的文化价值和社会价值。

起于信兴于艺传于神

中华五千年文明中蕴含着先人的无穷智慧，印章的起源亦是其中的体现。从诸多历史文献资料和不断被发掘的实物来看，印章无疑是社会经济发展到一定程度的产物。《释名》载：“玺，徒也，封物使可转徙，而不可发也。印，信也，所以封物为信验也。”早在周代，人们通过钤盖印章来确保商品货物在流通中的安全运送及保存，凭信的实用功能应运而生。官印、私印、肖形印、吉语印以至书画鉴藏印、文人印盛行，印章的制作，既为信用之举，又得美观之需。印

章艺术在从实用走向审美的过程中，也记录了中国古代文明从政治、经济到文化审美的点滴信息。

印章艺术从其产生起就蕴含着艺术的基因、美的追求、真的展现、善的表达。中国古人在镌刻实践中，用心、手、眼的契合彰显华夏民族的审美特质和审美情怀，方正、端庄、典雅。印人用镌铸为手段，手中之刀，心中之笔，以此刻画出蕴含生命力量的线条，构筑起开合有致、动静相宜的空间。朱与白、虚与实、拙与巧、奇与正、动与静、刚与柔、雄秀与苍浑……宋以后文人加入制印的行列，变制印为治印，哲人般的思考，匠人般的劳作,“以印言美、以印言志、以印言情、以印言趣、以印言事、以印言史”。既溯源秦汉印章，上下求索，印中求印，又以书入印，兼收“砖、瓦、陶”文，印外求印，触类旁通。在传承古制的基础上，从青铜镌铸到石材镌刻，文质延伸，印材拓展，内容、形式、技法的继承和创新极大地丰富了篆刻艺术的内涵。音乐的节奏，诗歌的意境，舞蹈的动感，绘画的韵味，建筑的力量无不熔铸于这方寸之间，给人以美的享受，遐想的空间。赵孟頫吾丘衍、文彭、何震等开文人篆刻先河，此后篆刻流派林立，艺术风格纷呈。吴让之“观海者难为水”、黄牧甫“人生识字忧患始”、吴昌硕“鲜鲜霜中菊”……深沉的文意，鲜明的风格，精良的技巧，印人治印，人印合一。

印虽小技而非小道

孙光祖《篆印发微》有言：“书虽一艺，与人品相关，资稟清而襟度旷，心正而气骨刚，胸盈卷轴，笔自文秀。印文之中流露，勿以为技能之末而忽之也。”文人印兴起以后，篆刻家始终把人品、才能和篆刻创作联系在一起。人品高，师法古，才能实现所制印章的气韵生动。诚如古人所云：“才是德之资，德是才之帅。”古往今来，中国的文化人以人品修养护航，生命力量筑魂，寄情于艺术创作,“印如其人”“书为心画”“人书俱老”，在人品与艺术品兼修的砥砺前行中，追求尽善尽美的艺境，篆刻艺术也同样如此，实现着“成教化，助人伦”的社会作用。

“印虽小技而非小道。”篆刻艺术创作水平的高下取决于技术的熟能生巧，得心应手。形、势、神、韵在刀法笔意的熟练驾驭，和谐相生中得到实现。印技锤炼的背后是印人对印道的感悟。此道是篆刻艺术发展的历史规律，更是世界万物生成、发展的客观规律。辩证的方法、矛盾的分析、普遍的联系、系统的思维……印人在篆刻艺术发展的历史中汲取养分，总结实践的经验，在生活的感悟中体会印道的规律。

传统的篆刻艺术实践重视“技道”“源流”，将篆刻技能与文化素养、人品修为相统一。强调在实践过程中，潜移默化地塑造传统、渊源和创造的观念，在追求艺道合一、技道双进中感悟人生

与万物之道。其文化和社会价值对于今天这样一个科技日新月异的时代而言就更显弥足珍贵。

“与古为徒”又“与古为新”

改革开放四十年以来，篆刻艺术随着中华文化伟大复兴步伐的加快，其发展可谓突飞猛进。篆刻艺术的创作队伍不断壮大,创作水平不断提高,篆刻理论的研究成果日益丰厚。其中有学术团体倡导和努力，也有高等院校书法篆刻专业教学的日渐发展和成熟。国家对书法篆刻艺术事业的大力支持，给予了中国传统视觉文化丰沃的发展环境。

中国五千年深厚的传统文化积淀是新时代文化奋进和发展的源头活水。篆刻艺术在当代的振兴必然离不开传统的滋养，内容、形式、风格、意境、品格，古代篆刻艺术的传统积累给予我们丰厚的创作财富。创作者应当“以史为鉴”，在传统视觉文化土壤的滋养下，探索时代审美的情趣和格调，扎根热土，与时代脉搏同频共振，镌刻时代的话语，弘扬时代的精神。

自古以来，科技与艺术，物质与艺术皆相辅相成。中国文字字体的生成，书体的丰富都与社会的进步、技术的提高有着千丝万缕的关系。篆刻艺术的发展亦是如此，从秦汉印风到明清流派印的拓新，印章主材从金属到石章等等，物质变化使得篆刻创作的主体与客观条件都随着时代的脚步变化、拓展，而焕发新的活力。（据《光明日报》）

廖司南：

古代不结党营私的官员典范

廖司南，字湘毓，号松岳。明湖广省衡州府耒阳人。廖司南考中举人后，任四川仁寿县知县。期间，清正廉洁，积极清除旧时的弊端，铲除奸邪作恶之人，以仁德之心对待当地百姓，颇得民心。他发现当地有一种溺毙女婴的陋俗，非常残忍。究其原因，多是由于家境贫寒，贫民本就吃不饱，通过这种原始的野蛮的控制手段，来减轻生存压力。廖司南了解情况后，严令禁止。对于那些极端贫困，确实没有能力抚养孩子的人家，他拿出自己的俸禄，给予这些家庭帮助。老百姓感念他的仁慈和恩德，不忍心再行溺女之事，三个月内竟然救了上千人，县内风俗有了较大的改变。

廖司南天生纯洁善良，做

事刚正不阿，不与人同流合污，不善钻营。他每日专心于政务，不因为任何事情分心。回家后就闭门谢客，闲暇时读书写字，不懈学习，充实自身；努力地教育孩子，教他们知识与做人。三十年来都是如此，从不放松，可谓是古代不结党营私的官员典范。他的儿子廖应亨从小受父亲悉心教育，为官清廉，爱民如子，崇祯年间，官至监察御史。

廖司南在任上因病去世，士绅百姓都十分悲伤，哭泣追悼，七日不绝。

（本报记者翟瑜根据市志办提供的资料整理）



国学热评

让传统文化流行起来是最好的传承

近日，教育部部长陈宝生就优秀传统文化进校园接受采访时表示，教育部近年来大力发展中华优秀传统文化，把优秀传统文化进校园固作为固本工程和铸魂工程来抓。

如何更好地继承和弘扬传统文化，增强中华民族内心的自信和自豪感，是当代中国人需要思考的重要课题，其中，如何提升青少年对传统文化的兴趣和热爱，更是传承的重要任务。近几年，我国在加强对青少年学生中华优秀传统文化教育，将中华优秀传统文化教育从课外逐步走进课堂方面做出了许多努力。

虽然传统文化进校园取得了可喜的成绩，但也面临着一些问题。如传统文化教育缺乏统一体系；传统文化教育活动在地域、形式等方面开展不均衡；教师队伍传统文化素养亟待加强等。

对此，全国人大代表、首都博物馆首席研究馆员齐玖说，将优秀传统文化带进课堂，重点是融会贯通。要将优秀传统文化内容融入基础教育教学相关科目中，形成一套完整的教育体系。在中小学传统文化教育设置方面，北京海淀区的一些做法值得借鉴。

不过，传统文化进课堂，面临的一大障碍就是师资问题。教育离不开教师，师资是传统文化教育的“钥匙”。将学校教育作为中国优秀传统文化传承的有效载体，做好传统文化的教育教

学，必须培训教师，形成一支熟悉中国培训文化历史、熟悉传统文化教材、熟悉教学方法的中小学教师队伍，一支高学历、高水平、学者专家型的大学教师队伍。

除了面向校园的努力，让青少年成为传承中国优秀传统文化的“新一代”，还需要用青少年喜闻乐见的“正确打开方式”。传统文化的传播，除了常见的展览展示、讲座演示、课本讲解外，还应借助现代传播手段，如网络、微信甚至小游戏等平台方式，满足青少年等年轻一代个性化、多样化、参与感等需求。

可以说，优秀传统文化与年轻人能接受的表现形式结合，既是一种趋势，也是必须要推进的一项工作。传承的前提是接近，而最好的接近方式则是参与。像《中华好诗词》《经典咏流传》《朗读者》等一系列文化类节目，受到各个年龄层人的喜爱，且能让人们主动感受、接近、参与传统文化，其中青少年也不在少数。

少年强则国家强，坚定文化自信，为学生打好中国人“底色”，让他们从优秀传统文化中发现中华之美，将文化自信植于心，需要各方面多管齐下，外要提供传承发展的“土壤”，内要不断创新适应当下传播方式,“内外兼修”方能把这些优秀的经典“嵌”在学生脑子里，成为中华民族文化的基因。（据人民网）

新书推荐

句短情长 护佑家风



近日,“注重家庭·注重家教·注重家风——《谢谢了,我的家》新书发布会”在北京国际大学生艺术中心举行。《谢谢了,我的家》是2018年初中文国际频道推出的一档全球华人家庭文化传承节目,以海内外54个家庭的故事串连起中华传统家风的脉络。人民文学出版社在全面回顾和学习新时期家风建设相关内容的基础上,深刻意识到每一个家庭、每一种家教中蕴含的社会主义核心价值观,从而决定出版同名图书。人民文学出版社在出版同名图书的过程中,秉持宗旨于节目、高于节目的宗旨,在内容、形式和技术上大胆创新。图书将访谈的对话体改为故事体,既符合当下“讲好中国故事”的大背景,也是回归中国传统叙述方式,为每一个家庭立传,为新时代立传。