

# 《红楼梦》中的家规

□ 冒建国



看过《红楼梦》的人都知道，荣国府、宁国府两座宅邸，浩浩荡荡占了一条街。如此庞大的家族，上千口人丁，究竟是靠什么在维系？除了先人留下的丰厚的家底，还有圣上的偏爱垂青，“家训”、“家风”，才是他们历经百年而不失大家风范的秘诀。

《红楼梦》不仅是部经典，还是现代家庭借鉴学习的最佳范本，来自贾府的六条家训，条条发人深省，只要读懂一条，就能受用终生！

**要疼爱不要溺爱，要天性不要任性。**

一回，贾府来了远客，老太太便让宝玉出来见客。客人见宝玉长得可爱，便都走上去拉着他的手问话，宝玉笑着回答，丝毫不敢怠慢。临走前，客人们纷纷感叹：宝玉作为一名娇生惯养的公子哥，性格怎么这

样好？

被几个陌生人拉来拉去，还问长问短，不仅没生气，还如此温顺有礼。可见，宝玉虽是贾母心尖儿上的肉，自小在外人面前却总是循规蹈矩，绝不任性而为。宝玉还是个孩子，自然烂漫放诞，但天性的释放要建立在“无规矩不成方圆”的基础上，方释放得得体，方烂漫得可爱。

假如贾宝玉是个没里没外、无休无止的“熊孩子”，凭他生的怎样漂亮好看，也不可能受到贾府上上下下的真心喜爱。大人溺爱孩子是很常见的，可真正的“爱”绝不是放纵，而是教会他行事的规矩，让他明白家训背后源远流长的道理。

**念书的时节想着书，不念的时节想着家些。**

说到读书，《红楼梦》里最讨厌此

事的就是宝玉了。有一回，贾宝玉要开学了，临行前，他的大丫鬟袭人嘱咐他说：“读书是极好的事，不然就潦倒一辈子……但只一件：只是念书的时节想着书，不念的时节想着家些。别和他们一处顽闹……虽说是立志要强，那功课宁可少些，一则贪多嚼不烂，二则身子也要保重……”

袭人虽是个年轻的丫鬟，说话却成熟老道，短短几句话却抓住了教育事业的核心问题：为什么要读书？如何读好书？首先，作为学生，上学是第一要义，若是你该读书的年纪不好好读，不去学知识、练本领，那今后又该如何走进社会？又该谈修身齐家？读书讲求一个度，贪多不益，宁可慢工出细活，也别想一口气吃成个胖子。

最后，不读书的时节要多多惦念家中的亲人，长辈的叮咛、父母的教诲更要时刻放在心上。

**掌管人生，从管住“嘴”开始。**

刘姥姥第一次进大观园时，心中就佩服道：这些老爷太太、小姐公子，每天有多少美酒佳肴摆在面前，要换做别人早就吃成个胖子啦！可奇怪的是，贾府里的男男女女都身材匀称，各个如同画里走出来的金童玉女！尤其像林妹妹、王熙凤、平儿等人，都是一水儿的苗条身材，好似弱柳扶风。

刘姥姥发现，这群小姐们吃饭只吃七分饱，再好吃的东西最多只夹三筷子，就一定要放下了，不仅可以保持身材，还能锻炼自我的意志。

刘姥姥不禁感叹：这才是真正的大家风范！“吃”是生活中最基本的活动，也是最难管控的部分。

如果你想主宰自己的人生，就要从“管住嘴”开始，不可随心所欲，切忌暴饮暴食。

**真君子，说的出就要做得到。**

书中貌比黛玉的尤三姐，一心只钟爱柳家公子柳湘莲，却不想冷心冷面的柳公子虽然答应了这门婚事，之后却又心生悔意。最后，柳湘莲上门退婚，一定要讨回定亲信物——鸳鸯宝剑。

刚烈的三姐痛心不已，她一生只愿嫁他一人，如今既然对方反悔，她也无意苟活，于是三姐拔剑自刎，香消玉殒。柳湘莲后悔不已，自己言而无信，反断了佳人性命。

所谓君子，说的出，就要做得到，要为自己说出的每一句话、每一个字负责，捍卫言语背后的那份神圣。诚信，是每个人立足于人世间所需具备的最基本的品质：言必行，行必果，才是真君子。

**有了“佳”人，也不能忘了“家”人。**

《红楼梦》里宝黛的爱情羡煞旁人，人人都希望和黛玉一样能有一个知己宝玉，把她时时放在心里，似乎“爱情”就是他俩人生的全部。可实际上，宝玉绝不是个“唯爱情主义”的人，在他的心里，人世间除了美好的恋爱，还有父母长辈需要悉心服侍，家人在他内心永远是第一位的。就连他对林妹妹表白心意时，也没有将孝道抛之脑后。贾宝玉是这么说的：“除了老太太，老爷，太太这三个人，第四个就是妹妹了……”

佳人虽难得，但家人是永远支持你、保护你的血脉至亲，他们无条件地站在你身后，从你来到这个世界上开始，毫无怨言地爱着你。这种爱，虽不轰轰烈烈，也没什么浪漫情怀，但它平淡真切，永远不会随着时光流逝而消散。

**凡事当有度，做人应知足。**

书中著名的《好了歌》，曾唱到人世间的四种叫人忘不了“好东西”：一个是功名，一个是金银，一个是娇妻，一个是儿孙。

为了功名利禄，为了美女如云，为了权势地位，为了不肖儿孙，人们不舍昼夜，倾尽所有，以为如此便能换来自己梦寐以求的生活。却不知，所有金碧辉煌、光彩夺目的东西不过是稍纵即逝的梦幻泡影。

## 经典解读

# 《八佾第三》第十六章

□ 刘含畅

## 兰若论语 讲堂

今天我们学习《论语·八佾》篇第十六章，原文：

**子曰：“射不主皮，为力不同科，古之道也。”**

射，是射箭。皮，是皮革。科，作等级讲。孔子说：“射箭不以穿透皮靶为能，因为个人的力气大小强弱不同等级。自古以来就是这样。”

《礼记·乐记》中记载：“武王克商，散军郊射，而贯革之射息。正谓此也。”说武王攻克殷商后，天下太平了，因此解除武装，不再用兵，停止了射穿皮革这种以武力取胜的射法，只主张郊外演习的射，也叫礼射。主要是通过射礼观人品行，注重养德。

李炳南老先生《论语讲要》中说，周朝有礼、乐、射、御、书、数六艺教育。射是六艺之一，射有军事之射，有各种礼射。行射礼时，张布为射侯，犹今人之所言之箭靶，当中以兽皮设侯为目的，属于周礼的内容之一。不主张射穿其皮，但能射中目的即可，甚至稍偏，亦无不可。为什么呢？因为个人之力量大小不等也。夫人在此强调射礼所重之事在于于射中目标，而不在于要去射穿箭靶的皮革。

古时，男子都要学习射箭，而乡射讲究礼仪，以便从中观察人的德行，为国家选拔人才。周朝在武王伐纣之后，就停止尚力的武射了。而举行射礼，主要在观察参与者的品德。以“乡射礼”为例，凡行射礼，皆射三次。一个人有三次射箭的机会。第一次看射箭者是否和颜悦色，仪容体态是否合乎礼仪；第二次射箭“主皮”，看有没有射中目标，没射中目标也没有关系；第三次，更加重视容貌形体有没有合乎礼，以及动作有没有配合鼓声、合乎节奏。每个人的力气本来就不相同，如果崇尚力气比强斗狠，忽略了礼和乐，就不能保证射礼中选拔出来的人才具备守礼尚德的涵养。

而到春秋末年，朱熹《论语集注》上说：“周衰，礼废，列国兵争，复尚贯革。”霸道盛行，王道没落，礼崩乐坏。射礼也不例外，力主射穿其皮，尚力不尚德。这时候，夫子发出震聋发聩的声音：“射不主皮，为力不同科，古之道也。”

这一章，夫子首先告诉我们，做人最重要的是把准目标，然后看力量大小随分力去做。就像孔老夫子告诉我们的：“礼，与其奢也，宁俭；丧，与其易也，宁戚。”我们要把握住根本，礼真正的本质并不是外相的排场，而是由仁心产生的人与人之间应有的最恰当的表达方式。对亡者，与其注重丧礼的祭文而变成繁文缛节，不如保持内心对亡者的真正哀悼。礼是人一切行为的准则，没有礼，人和禽兽没有差别。因此，礼仪三百，威仪三千，它们的实质是一样的，都是通过诚敬之心表现出来的行为。正像入室必须经过门一样，行礼必须心中有诚敬，就像射礼一样，古人在这个过程之中，在内心上长养德行。

其次，古人是尚德不尚力，今天我们却误入一种怪圈，就是一切都量化：看一个人有没有成就，看他的财富；看小孩子有没有发展前途，看他的考试成绩；为人处世、交朋友、做生意，乃至教育都是以利益为标准，道德放其次。只要有利可图，什么事都

有人敢干，只要发财了，大家就羡慕、崇拜，很少去关注一个人的德行。而在孔子看来，尚力不如尚德，也不如躬耕。在《论语·宪问》篇中，南宫适问于孔子曰：“羿善射，奭荡舟，俱不得其死然。禹、稷躬稼而有天下。”夫于不答。南宫适出，子曰：“君子哉若人！尚德哉若人！”南宫适对孔子说：“羿擅长射箭，奭力大无穷可以把船掀翻，但是都未得善终。大禹后稷躬身耕种却得到了天下，为什么呢？”南宫适走了以后，孔子说：“这人真是君子啊！这人崇尚德行啊！”

后羿和羿都勇猛过人，却都没得善终。大禹劳心劳力治理洪水，后稷亲事稼穡，教民耕种之道，得到百姓的拥护。禹和后稷虽然不像后羿、羿那样本领高强，但是他们谨慎地修养自己的德行，宽待百姓，最后都得到了天下。孔子强调要以自己高尚的德行影响、感化周围的人，让人心悦诚服，而不是靠武力压服。孟子也说过：“以力服人者，非心服也，力不赡也；以德服人者，中心悦而诚服也。”

在中国历史上，炎帝、黄帝、尧、舜、禹都凭借高尚的德行得到人民的尊重。其中最典型的还是舜，《尚书·尧典》记载，舜的父亲与继母和同父异母的弟弟多次陷害他，结果舜却以孝廉的德行感化他们。诸葛亮七擒七放孟获，依靠的不是武功，而是包容的德行。孔子所崇尚的正是这种春风化雨的德行。蒯益大师在对这一章的注解当中还特别讲到：“从来圣贤，只有为人、为学、为德而已，断断无有为治者。”自古以来圣贤追求三件事——为人、为学、为德，做好人，学而时习，不断地修德立身。明末儒学大师颜元说：“国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身尚礼则身修，心尚礼则心泰。”因此，一个国家或一个人，同样也应不称其力而称其德；不看它如何惩治腐败，而看它如何廉洁自身；不看它如何强大有力，而看它如何体恤弱小；不看它经济增长有多快，而看它能否“老者安之，朋友信之，少者怀之”……我们在力和利的诱惑中迷失得太久，而这正是人类所遭受的诸多灾难和危机的根源所在。

因此，学习这一章，我们可以对照一下，我们生命中最重要的事情是什么？检查一下，任遇何境，我们自己内心最在意的是什么？学习经典，就是要我们在内心立志成圣成贤，下手处就是和一群志同道合的朋友跟着一个有经验的师长学习圣贤教诲并时习之。怎么时习呢？第一个学了以后就要反省内省，在平常生活中不断地反省自己。而不是用所学的经典来照别人，回家对父母、先生、太太、孩子，“你看你怎么能这么做？你看圣人是咋做的，你是咋做的？”当我们这样指点别人的时候，对方逆反心起来，不但不跟着你一起学，反而很生气，“你不学还好好好，一学就来指责我了。”一定自己好好学，先别想着教人，也别要求别人，只要求自己，小人才求诸人。第二，实践的时候，不要怕失败。我们现在跟着师长学，就是拿他的方法来改我们的习气。如果自己真正有了经验和体会，慢慢能够推己及人，责备别人的心就可以减轻，这是很实在的实践过程。

总结这一章，我们一定要把握住要点，不断地在仁德上淬炼自己、完善自己。修自己修什么？修的就是自己的诚敬。这是为、为学、为德的真实功夫。

# 猴类与人类

□ 顾光耀

最出名的猴子是谁？当然是孙悟空——孙猴子。一部长篇小说《西游记》，主要就是写一个猴子与一群人的故事。猴类与人类关系密切。我这里所说的“猴类”，不只是说猴，还包括与猴同类的猩猩和猿等等的灵长类动物。

猴类中，我只见过猴。几声锣响之后，有人牵着一只猴子绕场而过。这是我曾在街头见到过的猴把戏。一只猴站在人的一侧肩上，得意洋洋。这是我在旅游时的一张留影镜头。一群猴嬉笑打闹，你追我赶。这是我在动物园中，俯视猴池时常见到的场景。我见到的猴都是快乐的猴，饱食终日的猴，无忧无虑的猴，不考虑未来的猴。我不知道常居在山中的猴会是什么样的生存状态，有虎为王的山上，猴还有自由吗？缺少吃食的时候，猴也尊老爱幼吗？没有人的来到，猴感到寂寞吗？我看到的猴都自我感觉良好，都能得到人的宠爱。猴们没有意识到，它们只

是人的玩物，是人要猴而已。我听说现在有人把猴当宠物养了，受宠程度大大超过了猫、狗和鸟。我想象得出，那受宠的猴跟在主人身后像一个孩子，又会跑到主人前面，为主人拿些什么；有时一个偶然滑稽举动，会引得人们大笑不止。我也听说过另一个事实，真不愿相信是事实。有一个大酒店，后院的铁笼中，关着几只猴子。每天都有或多或少的猴子被拉出笼外。拉出的猴子再也不会回到笼中，而时不时地又有新来的几只猴被关进笼中。猴子们并不太傻，知道被拉出笼外，所以，每当有人来拉猴子时，猴子们总是往后退，又当有一只猴子被人拉住时，其他猴子就配合人的动作，推那只猴子跨出笼外。这之后的时间，是笼中猴为自己临时逃过一劫而庆幸的时间。被拉出笼的猴到哪里去了？到了餐厅，到了一张餐桌底下。餐桌中间有一个洞，当猴头伸出洞外，立即被锁住。一个可怕的残酷事实来到猴的面前，叫唤和挣扎都毫无用处。有人为猴剃光脑袋，有人拿着锤子敲击猴的脑袋。在满桌人的惊叹和欢

笑声中，食客们拿着小勺去掏猴的脑袋。我无法想象食客是怎样毫无顾忌地把勺中的猴脑浆送进嘴中，但我希望这不是事实；如果是事实不要再有！

在猴类中，除了猴之外，我能略知一二的是猩猩。猩猩与猿有什么区别？李白诗句“两岸猿声啼不住”，是猿还是猩猩？我疑惑可能就是一种猴。猩猩与人有比猴多一些类似的地方，比如有了双手，比如直立走路，比如形体更接近人类。多年前听一个关于猩猩的故事。一只猩猩去农家玉米地里掰玉米。它没有偷的概念，算不是贼。掰一个玉米棒子，夹在胳膊窝里，再掰时那夹着的玉米棒子掉了，又把新掰的棒子夹住。它一路掰，一路掉，最后只掰了一个棒子。这个故事是说猩猩很笨。后来听到一个猩猩的故事，证明猩猩不笨，很解人意。故事应该说是完全真实的。前几天，我阅读了一篇介绍世界著名女动物学家研究黑猩猩的文章。女动物学家的名字，我忘记了，但记得她写的那本书名《大地窗口》。文章叙述了她几十年来，多次进入荒野的山林，与黑猩猩相处的故事。故事叙述了黑猩

猩从拒绝她，无视她，冷落她，认可她到亲近她的过程。叙述颠覆了人类对猩猩的认知：猩猩不会制作工具，不！猩猩只有简单的口语交流，不！猩猩不会有复杂的情感，不！女动物学家用翔实的事例，叙述猩猩的友爱和仇恨！听到这些事实，我想猩猩要进化成人的话，还差什么一步？我又想，澳大利亚丛林中发现的野人是不是黑猩猩进化来的？还有黑猩猩之外的猴类是不是也可能进化成人类？

现在的猩猩还猩猩，还是属于猴类，与人类还有差距。几十万年前，当人类还是猴类时，是一个什么原因，一个什么机遇，或者是什么基因，让猴类兄弟中产生了人类？那个女动物学家告诉我们，人与猴类猩猩的基因只有极少的差别。这个极少差别的基因会不会转变呢？转变基因会不会让猴类猩猩也成为人呢？我想起我们人类。人类的基因中会不会也有极少数的会转变呢？转变基因的人会不会退化或猴类呢？我不知道现在人类中，发现有些人的举动不像常人，举止言行有些像猴类，这是不是有些人的基因发生了变异？

## 菜根谭



# 快乐运动 健康生活