

<<从星空到心灵>>

图书基本信息

书名：<<从星空到心灵>>

13位ISBN编号：9787539926971

10位ISBN编号：753992697X

出版时间：2007-11

出版时间：江苏文艺

作者：易中天/于丹

页数：212

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：<http://www.tushu007.com>

## <<从星空到心灵>>

### 前言

让经典成为我们的心灵发动机香港明报集团主席、《亚洲周刊》社长张晓卿有幸一睹名家风采，倾听名家教言，乃人生的一件乐事。

我们除了分享名家的创作经验和人生阅历之外，也将从中获取他们对文化充满乐观的信心，并为千万的读者开拓心灵的新境界。

在文化的氛围中，我们追求的是一种内在和永恒的价值。

一个社会存在的可贵，不在繁华的外表，而在于创造出一种属于自己的文化，或民族性格。

易中天的《品三国》和于丹的《(论语)心得》、《(庄子)心得》，见证了当前中华经典普及化的热潮。

重新认识经典，其实并不是只走向从前，而是为了要走向未来。

要准确认识中华民族的传统智慧，我们才可以拥有未来的智慧。

易中天和于丹，都是经典灵感海洋中的探索者，让我们发现那些被偏见迷雾所掩盖的文化真貌，发现中华民族的文化基因，也发现我们在21世纪的新旅程和新方向。

我们感谢于丹和易中天为中华经典的普及化做出的巨大贡献，他们激活了全球华人对经典的重新思考。

他们都用自己的生命激情，去为经典做出了更丰富、更多彩多姿的诠释，提供了更多的“附加值”，也刺激了更多的人去拥抱经典。

浩瀚的经典不再受限于“定于一”的一元化诠释，而是面向“百花齐放”的多元格局。

格局决定了结局。

让这些被重新发现的经典，成为我们生活中一座又一座的心灵发动机，启动我们的想象力，也启动我们的创造力。

建构中华民族的美好远景，并不能单靠经济力量来支撑，还必须在文化思想的深远层面上不断地反思、探索、创造或再创造中寻找更丰盛的养分，以便与经济前进的列车并驾齐驱。

但愿各位学者对中华经典的探索、研究成果以及所引发的思潮，能普及并深入全球华人世界，启发文化新思维，催生更多的文化创造力。

## <<从星空到心灵>>

### 内容概要

“三国”是文学的“三国”，也是历史的“三国”；“论语”是哲学的“论语”，也是政治的“论语”。

当“三国”遇上“论语”，当易中天遇上了于丹，就会擦出智慧的火花，点燃文化的火炬。

易中天和于丹同台对谈，妙语如珠，古今交汇，把古典信手拈来，将对传统文化经典的领悟融入当下生活。

书中还收录于丹、易中天的数篇演讲纪实，风趣中见智慧，谈笑中有见识，带领读者从经典中体悟人生，从古典中学习生活，用整个生命去感受中国经典的温度。

## <<从星空到心灵>>

### 作者简介

于丹，北京师范大学教授、影视传媒系主任、博士生导师。

作为知名影视策划人和撰稿人，于丹为中央电视台《东方时空》《今日说法》《艺术人生》等50个电视栏目进行策划，现任中央电视台新闻频道、科教频道总顾问，北京电视台首席策划顾问。

2006年10月以来，于丹教授先后在中央电视台《百家讲坛》栏目上解读《论语》和《庄子》，社会反响强烈，据演讲稿整理而成的《于丹 论语 心得》和《于丹 庄子 心得》，在不到一年的时间内，两书累计销售量超过600万册，为中华传统文化的普及和推广作出了巨大的贡献。

易中天，湖南长沙人，厦门大学人文学院教授。

长期从事多学科和跨学科研究，著有《文心雕龙 美学思想论稿》《艺术人类学》等学术著作；出版“易中天随笔体学术著作?中国文化系列”四种：《闲话中国人》《中国的男人和女人》《读城记》和《品人录》，销售量都多达数十万册。

易中天在中央电视台《百家讲坛》节目中成了“学者明星”，在荧屏上引经据典，风趣幽默地讲述“三国”，颠覆荧屏原有的历史人物。

其主讲的《汉代人物风云》一度掀起民间“汉风”热潮。

《易中天品三国》播出之后，创造了《百家讲坛》的收视高峰，同时带动了《品三国》一书的热销。

## &lt;&lt;从星空到心灵&gt;&gt;

## 书籍目录

序一 让经典成为我们的心灵发动机 序二 他们点燃文化的火炬 之一 经典使我们心灵安顿 要有能力看见“我”的心 认认真真活在当下 君子之道，人人可为 数英雄，谁是英雄 人人都要有不较劲的心态 我们都是性情中人 做正常人就好 之二 《论语》《庄子》里的生活智慧 儒与道：中国人的一天一地 让心灵去飞扬 兴之所至，随处可及 用仁心温暖世道 寻找自我救赎的力量 你成就世界，世界才会成就你 给你的是情分，不给的是本分 生命的“王道”，做最美的自己 之三 什么样的生命是快乐的 喜剧演员的人生悲剧 向李白同志学习 别把一生活成“符号” 让心灵去旷野旅行 前半生不要怕，后半生不要悔 千刀万剐，终于成佛 之四 为人生寻找坐标 高山流水心自知 浮华时代的我们 别忘了为什么而出发 生命中的“口子” 活出人间好时节 成事者的人格修炼 懂得害怕的人最可信 不要为“褒义词”活着 走过岁月，我们终于成为自己 梦想是知识的翅膀 人心向善的精神指引 生命就在你的手中 之五 历史总让人惦记 历史的空白处 历史的坏脾气 历史的误读 之六 历史里的人生智慧 戏说是历史情结的“变种” 代入角色才能深入历史 可爱才有人爱 之七 当经典走入寻常百姓家——专访于丹 孔子和孩子令我理解生命 她用生命去感悟经典 之八 他激活历史的天雷地火——专访易中天 百家讲坛“坛主”学术可讨论，风格我保留 趣说代替正说与戏说 附录一 易中天语录（幽默版） 附录二 于丹语录（智慧版）

## &lt;&lt;从星空到心灵&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：认认真真活在当下司马牛去问孔子，什么叫君子，孔子的解释特别简单，就四个字，叫“不忧不惧”，就是内心不忧思，不恐惧。

学生不以为然，说：“不忧不惧，斯为之君子已乎？”

”好像太简单了吧。

于是老师说：“内省不疚，夫何忧何惧？”

”一个人叩问自己的心灵去反省的时候，上不愧苍天，下不愧子女，那么他内心有什么忧、有什么惧呢？

也就是说，一个真君子，他的内心坦坦荡荡，没有戚戚之怀，认认真真活在当下，尽心做好每一件事情，如此而已。

君子和恐怖分子只有一步之遥我发现社会中有一些以君子自居的人，老要对别人进行道德谴责。

他以道德高尚者自居，自称是有道德洁癖的人，自称是道德完美的人。

其实跟恐怖分子只有一步之遥。

你自律是可以的，但是你要知道大多数人是做小人，就是做一个普通人。

罗贯中不够八卦历史有很多八卦的东西。

罗贯中写《三国演义》的时候，他的忠奸思想太重了，不会去八卦。

如果让周星驰来整的话，周星驰演关公肯定演的是一个八卦的关公，不定是什么模样呢。

罗贯中非此即彼的观念太重了，他老是忠啊奸啊，正啊邪啊，君子啊小人啊，红脸啊白脸啊，他非得这样。

历史上其实很多很生动的东西就没有了。

心灵的搜索引擎今天的高科技，什么字我们用GOOGLE一搜，几万条就出来了。

但我们永远也不会有一个心灵的搜索引擎，不知道就在当下，就在此际，我们最真心想要的是什麼，不要说相比于二千五百年以前，就仅仅相比于半个世纪之前，我们的物质选择已经极大地丰富了，但是丰富一定能导致幸福吗？

可以说对于有准则的内心来讲，丰富的选择可以是奢侈，但是对于没有准则的内心来讲，越是丰富就越是灾难，因为人会陷入为选择而选择、不断的忙碌中，但最终是没有目标的。

《西游记》才是大话的祖宗《品三国》讲的就是历史，但是有时候我会把它与《三国演义》作一番比较，以便告诉观众和读者，哪些是历史，准确地说哪些是史书上的记载，哪些是作家的艺术想象，是艺术创造。

《大话西游》就更没有问题了。

《西游记》已经大话了《大唐西域记》，《西游记》才是大话的祖宗。

玄装法师是真实存在的人物，取经也是真实的事情，但绝没有带一个猴子悟空、带一个猪八戒，还带一个沙和尚。

谁都知道这不是历史真实的，但绝对不会有问题。

于丹：我喜欢周杰伦和他的“中国风”其实周杰伦的歌我非常喜欢，从最早的时候我就喜欢。

周杰伦的歌我都很熟悉，大家可以看到2006年的乐坛，那是一个网络音乐的天下，专业歌手里面只有第一没有第二。

第一就是《依然范特西》，在这张碟里面，就收了他很多很中国风的曲子，比如说大家很熟悉的《菊花台》，整个他的造型，他的词，包括前面的《东风破》、《发如雪》，方文山整个的创作，我觉得都是很中国意象的。

但这种中国意象是非常时尚、非常前沿的。

它其实是完成了对中国诗词意象的解构，而不是结构。

我们去写格律诗的时候，是从那样的一个平仄格局里面去一点一点地完成一种七宝楼台的堆砌，但在周杰伦的歌里面，在方文山的词里面，是做了一种情趣的解构，最后总会放上一点点中国音乐的造型元素。

于丹：我只是个正常而健康的女人没有人是完美的，我从小是个偏科的孩子，当我语文作文从小就写

## &lt;&lt;从星空到心灵&gt;&gt;

得好得不得了的时候，我的数学就一塌糊涂，我从小学一年级开始就算错应用题，不光是数学题，还有政治，我经常算出地主欠张大爷多少多少斤粮食，张大爷反过来剥削地主了，因为乘和除多了，弄不清楚。

实际上我可以很坦然地看到我缺乏数理逻辑，我缺乏方向感，我生活中有很多缺憾，这样我觉得真实，这才会让我觉得说，一个人生活必须要看到它最朴素的东西是什么。

我觉得每个人的生活都不用想说“我是完美的”，完美太累了。

我觉得最好的标准就是正常而健康。

所以关于家庭，关于自己，我都告诉大家一个判断，正常而健康。

于丹：生活中的“非爱行为”过去说到中国的劳动妇女，一直都把奉献、牺牲作为传统美德，我对这种话很抱质疑，因为我不喜欢牺牲这个概念。

什么叫做牺牲？

根据《词海》的解释，是那种被剥夺生命、奉上祭坛的生物才叫牺牲。

牺牲就意味着你为了某个崇高的目的而放弃了自己的生命。

当女人觉得她为家庭、事业做出了牺牲，这就给她的抱怨找到了最佳理由。

她就会跟孩子说，妈妈就是为了你才弄得蓬头垢面，你不好好学习，你对得起我吗？

然后对老公说，我就是为了这个家才操劳成这样，你还不好好爱我，你还对得起我吗？

当一个人总是这样抱怨的时候，这在心理学上叫“非爱行为”，以爱的名义所进行的亲情之间的绑架。

对一个女人来讲，你爱一切，你付出，你享受，这是一个很幸福的过程。

能够爱与被爱，这是生命的幸福与奢侈。

所以我觉得，谁都不要说牺牲，我们自己付出了，我们的收获更多。

于丹：我的朋友圈我有形形色色的朋友，我的一个朋友圈子跟另一个朋友圈子完全不交叉。

我有一批特别文人气的朋友，是把酒临风、赋诗作画的老先生，我跟他们在一起，可以完成一种文化飞扬的穿越。

我还有另一批玩行为艺术、特别酷的年轻朋友，我们可能今天去听爵士，明天去看展览，后天去飙车。

另外，我还有一批特别女人气的朋友，今天去泡吧，明天去做SPA，后天去逛小店。

当然，我的学生都是我的朋友，大家可以一起玩得非常疯。

我觉得，人生就是因为拥有不同的朋友，你在这个社交角色中，生命的各种潜质都可以被启动，他们可以激发你的活力，所以对朋友要永远感恩。

于丹：孔子说的不是废话那个12岁的小女孩说：“阿姨，我看完你的书，才知道孔子说的不是废话。”

我当时很想抱抱她，十二三岁的孩子，当他们打着游戏机、吃着麦当劳、听着流行曲的时候，她还能知道孔子说的不是废话，已经足够了。

我们不需要她了解多少，不需要她系统地诵读——诵读也不一定就是唯一的形式。

其实只要抛开成见，我们会知道，各种文化在生命中的激活都是需要的。

她只要觉得这不是废话，值得她去关注，这就是我们未来的希望。

于丹：你成就世界，世界才会成就你我们今天的社会，有太多太多的不尽如人意，但恰好是这些地方需要我们去做的。

心怀梦想，有快乐飞扬的力量，才能从困难中超越而去。

也许因为我们今天的社会太沉重了，我才不愿意我们的心困顿于此。

我们正需要用这种乐观的精神与达观的力量去改变这个世界，所以我们的自我才必须坚强。

我想，一个现实主义者去做事，他可能会被现实中太多的困难击垮而妥协；而一个永不妥协的理想主义者，他行走于现实之中，也许正是由于他的坚忍，再坚忍一点，下一步就是奇迹的发生。

从这一点来说，如果我们真正对家国有所忧患，我希望在忧患之外，我们能以一种坚强、理想的态度去改变这个社会，在完成这个社会使命的同时，也让自己的生命宽度能够因此扩大。

于丹：像李白同志学习李白终其一生，“笔落惊风雨，诗成泣鬼神”。

到老了，杜甫去看他，问他你这一辈子还有什么遗憾啊？



## &lt;&lt;从星空到心灵&gt;&gt;

总归人生要有点遗憾吧？

他想了想说，我看晋代葛洪写的《抱朴子》，都是那些求仙求道炼丹的事，可我这一生啊，怎么就没炼成丹呢？

我很对不住这个葛神仙啊！

在杜甫这样一个“穷年忧黎元，叹息肠内热”的人来看，这个观点太不着调了。

但杜甫的心眼儿很好，他能理解朋友，他俩只差11岁，两个人一直非常好，所以杜甫最后就给李白写了一首小诗，说人生晚秋，我来看你，你还像蓬草一样飘零，问你有什么遗憾，你就说你对不起葛洪。

你这样的一个人在我看来是什么人呢？

所以他的诗说：“秋来相顾尚飘蓬，未就丹砂愧葛洪。

我自痛饮空度日，飞扬跋扈为谁雄？”

也就是说，李白这一生傲慢，飞扬跋扈，无所羁绊，是为什么？

因为他是一个独立天地间的英雄，不为其主，这才是真正的生命。

易中天：宁做真小人，不做伪君子像我这样一个“真小人”，我就特别能自得其乐，做一点我喜欢、我能做的事而已。

阅读经典就是一件兴之所至的事情。

什么时候想读什么时候读，从你想读的那天开始。

家长不要强迫孩子去读，如果你作为一个母亲或父亲感觉不干点什么就没有尽责的话，那我给你一个建议，从怀孕那天开始读。

准爸爸在准妈妈耳朵旁边读《论语》好了呀。

我教育孩子很简单，从他自己想读的那天开始。

易中天：嫁人要嫁易中天嘛现在的年轻人已经习惯了密集的图像、简洁的内容，喜欢上网查资料，不喜欢读书，所以有人问我，怎样才能让年轻人爱上读书？

全民阅读，先要让大家爱读书。

怎么做到呢，我问你这么一个问题，你怎么能做到让一个男人爱上你？

可爱的人被爱，很简单。

如果一个人是可爱的，就肯定会被人爱上，挡都挡不住。

不是有不少网民说，嫁人要嫁易中天嘛。

要让大家爱上一个人，就是要让这个人可爱。

如果要想全民爱上读书，只有一条出路，就是书要可爱。

没有别的办法。

你板着一个面孔，拉着一张教师爷的脸，开口就训人，或者写的谁都看不懂。

世界上所有的人都是傻子，就是你最聪明，你写出来的书有人读吗？

没人读，活该；卖不掉，活该。

易中天：三分还是七分？

应该说，人们还是明白的，历史是历史，小说是小说，电视剧是电视剧，唯独在一段历史上有问题的就是三国。

把《三国演义》当作历史的人太多了。

因为《三国演义》在创作时，大量材料直接来自《三国志》，甚至原文照抄。

传统的说法是七分实三分虚，即七分是真实历史，三分作了加工，这就相当接近历史了。

可惜“七实三虚”的评价未必准确，比方说，“赤壁之战”这一章节，恰恰倒了过来，是“三实七虚”，大部分是虚构的。

我觉得，反倒是香港的古装戏挺好，只要认准了是古装戏而不是历史剧就没有问题，不会有误解的。

《品三国》讲的就是历史，但是有时候我会把它与《三国演义》作一番比较，以便告诉观众和读者哪些是历史，准确地说，哪些是史书上的记载，哪些是作家的艺术想象、艺术创造。

易中天：别给观众和读者作道德秀在我的《帝国的惆怅》那本书中，讲了严嵩，他是公认的奸臣，是没有争议的，他干了很多坏事，但我觉得他很可怜，我给予他同情。



<<从星空到心灵>>

一个八十多岁的老人，为了拍皇帝的马屁，他做到什么程度呢，充当皇帝实验室的小白鼠。皇帝喜欢炼丹，炼那长生不老药，丹炼成了，是不是有问题，需要人试验，严嵩就去试验，先吃一粒，而后写试验报告，你说他是奸臣？

我看是忠臣！

最后被皇帝说抛弃就抛弃，难道他没有值得人同情之处吗？

这样的眼光看历史难道不对吗？

非要提到某个奸臣时，咬牙切齿，义愤填膺，表现出你的道德感？

我看，很多人是在作道德秀。

## <<从星空到心灵>>

### 媒体关注与评论

我发现社会中有一些以君子自居的人，老要对别人进行道德谴责。他以道德高尚者自居，自称是有道德洁癖的人，自称是道德完美的人。这种人其实跟恐怖分子只有一步之遥。

像我这样一个“真小人”，我就特别能自得其乐，做一点我喜欢、我能做的事而已。

你怎么能做到让一个男人爱上你？

可爱的人被人爱，很简单。

如果一个人是可爱的，就肯定会被人爱上，挡都挡不住。

不是有不少网民说，嫁人要嫁易中天嘛。

要让大家爱上一个人，就是要让这个可爱。

——易中天一个真君子，他的内心坦坦荡荡，没有戚戚之怀，认认真真活在当下，尽心做好每一件事情，如此而已。

可以说，对于有准则的心灵来讲，丰富的选择是一种享受；但对于没有准则的心灵来讲，越是丰富就越是灾难，因为他会为选择而选择，陷入不断的忙碌中，但始终没有目标。

文化可以以各种各样的方式成长，不一定非要端着面孔庄严肃穆地出来亮相，说我一定要在意识形态主流的位置上被大家尊重。

非得要“罢黜百家、独尊一种”之后它才是健康的吗？

——于丹

## <<从星空到心灵>>

### 编辑推荐

《从星空到心灵:易中天于丹演讲对谈录》编辑推荐：百家讲坛当家明星首次联手著述；为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平；品人生苦短，品历史绵长，品心灵幽微，品宇宙浩瀚...易中天于丹同台对谈，共品人生，妙语如珠，古今交汇，将对传统文化经典的领悟融入当下生活。书中还收录于丹、易中天数篇演讲纪实，风趣中见智慧，谈笑中有见识，带领读者从经典中体悟人生，从经典中学习生活，用生命去感受中国经典的温度。

易中天和于丹，都是经典灵感海洋中的探索者，他们都用自己的生命激情，去为经典作出更丰富、更多采多姿的诠释，提供更多的“附加值”，也刺激更多人去拥抱经典。让这些被重新发现的经典，成为我们生活中一座又一座的心灵发动机。

<<从星空到心灵>>

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:<http://www.tushu007.com>