

各位好，我是樊登。今天我们讲的这本书叫作《人生的底气》，这本书的作者是本人。为什么讲《孟子》对我这么重要？因为孟子是一个特别有底气的人，我们讲“我善养吾浩然之气”，他身上有一股浩然的正气，这个东西是没有人能够替代的，所以他能够给我很大的支持和力量。

我用了一年的时间讲了整本的《孟子》，但是能够听完《孟子》完整课程的人是很少的。所以，出版社就建议我从《孟子》当中提炼出最重要的一些东西，出版一本薄薄的小书，让大家能够更轻松的理解孟子的核心观念。孟子讲的东西未必都对，他关于王道的理念、仁政的思想，恐怕都未必能够实现。但是，孟子的人生却是特别值得我们敬仰和羡慕的，他挽狂澜于既倒，把儒家扶上了正轨，所以被称为“亚圣”。这也是孟子能够给我们的人生带来力量的原因。

在这本书当中，我把“人生的底气”分为了七个关键词，每一个关键词选取三句话，那么，今天我就选出《孟子》中的二十一句话跟大家分享。

**第一个关键词叫作初心。**人无论做事业，成就家庭，还是走完自己人生的道路，我们的初心都是底气的来源之一。所以，第一句话就是孟子最有名的一句：“**生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。**”咱们上中学的时候都背过这一段，“鱼与熊掌不可兼得”。“舍生取义”就是从这来的，这句话出自《孟子·告子上》。

这句话对我们今天的人有什么意义？有人说，我们没有那么多的机会体验“舍生取义”的感觉。那你可以试试看，把“舍生取义”替换成我们在工作当中“义利之间”的抉择。比如，你创业到底是为了赶紧赚钱，还是为了能够为社会创造价值？我们讲过一本书叫《纳瓦尔宝典》。《纳瓦尔宝典》里边说：“**什么是钱？钱是这个世界给你打的欠条。**”其实，这不是纳瓦尔的发明，这是一个金融学的概念。所以，如果你希望能够在这个世界上多赚一点钱，你应该做的最重要的事情，是为这个社会多做贡献。这就是“舍生取义”在今日的含义。

我们未必非得成为一个革命者，才能够体验到孟子所说的这句话的力量。我们人生的每一天可能都在面临着人生意义和工作价值的拷问：我们所做的这件事到底合不合于义？合不合于礼？所以，当生和义发生矛盾的时候，如果你知道应该如何做取舍，那你的内心一定充满了勇气和力量。如果我们贪生怕死，那可能任何事都会让我们畏手畏脚。这是今天分享的第一句话。

第二句话更有意思：“**且夫枉尺而直寻者，以利言也。如以利，则枉寻直尺而利，亦可为与？**”。（此处的“寻”是古代的长度单位，八尺为一寻）这句话出自《孟子·滕文公下》。孟子说，假如我们只谈利这件事的话，“枉寻而直尺”都可以，就是我往回收更远，然后只往前一点点，这种事我们都能做。什么叫作“枉寻而直尺”？就是我们为了达成目标，需要付出的代价到底应该有多大。

给大家举一个例子。我经常劝很多人，说做生意、赚钱当然很重要，做生意、养家糊口这件事不丢脸。但是，你要付出多大的代价？有的人说：“我每天晚上陪人喝酒。”结果喝到肝硬化。我说：“你赚这个钱干吗用？为赚这个钱，命都没有了，为什么要这样做？”他说没办法。这个“没办法”就是“枉寻而直尺”，我为了赚那么一点点钱，我愿意付出生命的代价。有的人为了能够谈成一个生意，不惜丧失道德，或者践踏法律的底线，这也是“枉寻而直尺”。如果一切事情都只从最后的利益出发来考虑，那看起来这些手段似乎都是可以理解的。但是孟子认为，我们在人生当中的很多事情，不是利益，它是义，是仁。所以，你不能够“枉尺而直寻”，何况“枉寻而直尺”。所以，**目的和手段之间，并不是可以简单地对等和互换的。**

尤其是在我们培养一个人的过程当中，我们做一家企业，在培养员工的时候，我们经营一个家庭，在培养孩子的时候，真的是只要目的正当，用什么手段都可以吗？这是孟子给我们的第二个提示。不要做“枉尺而直寻”的事，更不要做“枉寻而直尺”的事。

第三句话：“舜之居深山之中，与木石居，与鹿豕游，其所以异于深山之野人者几希。及其闻一善言，见一善行，若决江河，沛然莫之能御也。”这句话的文学性也非常妙，像诗一样。这句话出自《孟子·尽心上》。

孟子说，舜当年住在深山当中，每天跟这些木头、石头待在一块儿，跟鹿、野猪一块儿出行。他跟深山里边没有开化的野人，有差别的地方非常少，可能就是那么一点点。那么一点点是什么？可能就是我们所谓的人性。“及其闻一善言，见一善行”，就是像舜这样有着非常强烈生命力的人，别人跟他讲一句善言，在他面前做出一个善行，他会一下子被点醒。然后，“若决江河，沛然莫之能御”，就是善意无法遏制，一下子充沛在人生当中，没有什么能够阻挡善行的充沛。

这句话启发了谁？王阳明。他总是讲“致良知”，什么叫“致良知”？我们每一个人内心当中，或多或少都有良知，可能就那么一点点。那一个圣人和一个普通人的区别是什么？普通人把心中的那么一点点的良知局限住了，没有到恰当的时候，都不会调用出来。但是一个圣人，遇到一点点机会，就会把这个良知扩充在四体之中，扩充到整个生命当中，这就是“沛然莫之能御”。这种“若决江河”的力量，就是一种放大、推广的力量。

我们每一个人其实不需要太过自卑，我们跟尧舜都是人，没有太大的差别，他们能够做到的事，我们也能够做得到。区别就在于，你能不能够“若决江河”般地把你的内心当中的善念放大。这是我们讲的第一个关键词——初心。守住自己人生的初心，不要动摇，我们才能够有底气。

**第二个关键词是节奏，人生是有节奏的。**第一句话：“**凡有四端于我者，知皆扩而充之矣，若火之始然，泉之始达。苟能充之，足以保四海；苟不充之，不足以事父母。**”这句话出自《孟子·公孙丑上》。

在孟子的理论当中，有一个非常重要的起点性的概念，叫作“四端”（恻隐之心，仁之端也；羞恶之心，义之端也；辞让之心，礼之端也；是非之心，智之端也）。

“恻隐之心，仁之端也。”当你看到一个小孩子匍匐向井边儿爬，即使这个小孩子跟你没有任何关系，你根本不知道这个小孩子的父母是谁，你也不会取悦于任何人，但你一定会过去把他拦住，把他抱起来，不让他掉到井里去。为什么？因为每个人内心当中都有着恻隐之心。所以说，恻隐之心就是仁之端也。

我们每个人都有羞恶之心。有人问王阳明，说那个做贼的人内心当中有羞恶之心吗？王阳明说，你骂他是贼，你看他恼火不恼火。你骂他是贼，他还会恼火，就说明他知道做贼不对。这就是最基本的羞恶之心。“羞恶之心，义之端也。”

然后，“辞让之心，礼之端也”。我们在家里边跟父母、兄弟吃饭，我们不会抢着吃，这就是礼之端也。然后，“是非之心，智之端也”。我们能够审视最基本的是非，这就是智慧的发端。

孟子为什么要强调这四端？因为当我们内心当中知道人性本善，知道人性本善是一个小小的萌芽以后，仁政的施行才有了可能性和基础。即施行仁政的前提是，每个人都有机会变得更好。所以，孟子不喜欢法家的那一套——完全用法律来框住这个社会。孟子希望每个人的人性得到发挥，每个人经过教育之后，能够把人四端扩充到生活的方方面面。这是孟子理论的一个基础的东西。所以，我们每个人也要知道我们有这四端。如果我们知道把它扩而充之，就像什么？就像“火之始然，泉之始达”一样，火一点着，“轰”一下子就起来了；泉水从上游流下来，那个充沛的、活泼的感觉就出现了。

最后这句很重要：“苟能充之，足以保四海。”如果你能够把仁、义、礼、智的四端，充沛地发挥出来的话，全天下你都可以保得住。比如那些圣人、英雄，他们就是用一个人的力量，对历史产生扭转性的改变。但是，你也会发现，同样是一个人，有的人甚至连自己的妻儿老小都照顾不了。为什么？“苟不充之，不足以事父母。”如果你的四端完全被遮蔽、被压抑，甚至你自己都怀疑自己是不是一个好人，这时候你连你的父母都侍奉不了。

第二句：“**王知夫苗乎？七八月之间旱，则苗槁矣。天油然作云，沛然下雨，则苗浡然兴之矣。其如是，孰能御之？**”这句出自《孟子·梁惠王上》。梁襄王继位了以后，突然问孟子：“天下恶乎定？”天下会定在

什么时候？孟子说：“定于一。”梁襄王又问：“孰能一之？”谁能够把全天下统一了？孟子说：“不嗜杀人者能一之。”

这个对话在当时是非常奇怪的，因为孟子已经处在战国时代。战国时代跟春秋时代本质的区别，就在于打仗的方式变了。春秋时候打仗不是以杀人为目的，是以谈判为目的。所以春秋时期打仗比较客气，死的人也比较少。战国时候打仗是以杀伤对方人为目的，经常杀对方几万人、几十万人。

所以，梁襄王这样的人就不能理解，他觉得杀都杀不过来，你怎么说不嗜杀的人能够统一天下？然后，孟子讲了这一段话。他说，你看过田间的禾苗吗？七八月间天旱的时候，它就倒下去了，没劲儿了，因为没有水。然后，“天油然作云，沛然下雨”，突然之间电闪雷鸣，开始下大雨了。那些“苗淳然兴之”，一下子就立起来了，就有劲儿了。这句话是什么意思？全天下的人都苦于战争，苦于这些人的霸道。这个时候，如果有一个人能够施行王政，让老百姓能够生活得很好，那么立刻就能够看出来人心向背。这就是我们做对一件事情的时候所要掌握的那个节奏。

这句话跟我们有什么关系？各位，你们有没有看过很多创业的项目？一旦项目开始开动了以后，非常快地就发展出来了。为什么？因为老百姓渴盼很久。如果我们找到了一个真正的社会痛点，这个社会上很多人在

这件事情上都有苦恼，但是不知道如何解决。然后，你能够想出一个办法来，让它变得没那么困难，让所有的人都能够非常方便地获得支持。那么，这个项目一下子就像七八月间的苗木一样，看到天上油然作云，沛然下雨，淳然而兴。所以，如果我们真正地从事为他人创造价值的角度出发，思考问题，我们就能够见识到孟子所说的“孰能御之”的感觉。所以，人生的节奏不是一条均匀的斜线。人生的节奏可能是很长时间的不动，很长时间的阻滞，甚至是下滑，但是突然之间又上扬，我们要把握住这个指数型曲线。

第三句：“**仁之胜不仁也，犹水之胜火。今之为仁者，犹以一杯水，救一车薪之火也；不熄，则谓之水不胜火。**”这句话特别有意思，后来演化出来一个成语，叫“杯水车薪”。

孟子说，你要对付那些不仁的事，对付那些坏事，最有效的方法肯定是做好事。以仁胜不仁，这是孟子认为天经地义的事。就像我们拿水救火一样，着了火以后，我们肯定拿水泼它灭火。但是，有很多人看到一车柴燃烧起来了，熊熊烈火，他端起杯子泼过去一杯水，然后说“你看，没用，这水泼上去没用”。所以，他最后得出一个错误的结论：水不胜火，就是水并不能够救火。

各位，这一点我感触最深。因为我每天在直播，劝大家读书。我说要读好书，要读那些难的书。大家说：“没用，我试了，读了也没什么变化，

读了也忘了。你老能记得住，我们记不住，所以没办法。”我听过太多这样的说法，最合适的解释就在这儿——“杯水车薪”。

如果我们希望生活和事业发生改变，有一个非常重要的物理学的术语，叫作“突破阈值”。什么叫阈值？就是你不达到那个值，就没法发生相变。你要想救一车的火，必须得用足够量的水才能够做得到。所以，如果我们认定了要做一个好人，或者我们认定了要做一个有价值的公司，那么我们唯一能做的事，就是不断地努力朝那个阈值前进。但是大家就会问，说阈值在哪儿？谁能够告诉我那个阈值在哪儿？对不起，它不像烧水这么简单。水烧到了  $100^{\circ}\text{C}$  开了，我们可以知道。油温是多少  $^{\circ}\text{C}$ ，我们测一下也能够知道具体的数值。

但是，我们生活当中的阈值，恐怕你很难探索，因为它是一个复杂体系。这个复杂体系当中的阈值，你不知道，那该怎么办？根据孟子的答案，或者孔子的答案，就是做下去。所以，你看孔子说：“朝闻道，夕死可矣。”我不是为了突破阈值以后去享受那个生活，我享受的是这个奔向阈值，以及过了阈值以后，我继续做的那种快乐。所以，如果我们能够从我们所做的事业中找到价值，找到乐趣，这就是我们人生存在的意义。我们能够看到，那些纯粹的人更容易突破阈值。

**第三个关键词是选择，人生充满了选择。第一句话：“可以取，可以无取，取伤廉；可以与，可以无与，与伤惠；可以死，可以无死，死伤勇。”**这句出自《孟子·离娄下》。

这句话里边的“伤”字很有意思。廉、惠、勇是三个名词，这三个名词怎么会被伤？怎么能够伤到廉，伤到惠，伤到勇？我个人的理解，这个伤是损害和模糊的意思。你给人办了这件事，可以取，可以不取的时候，不取就是廉。但是你取了，你让廉这个概念变得模糊了。然后“可以与，可以无与”，与的意思就是给。你托别人办事，可以给钱，也可以不给钱，这时候给了钱就会伤惠。我们讲过《金钱不能买什么》，这是哈佛大学迈克尔·桑德尔教授非常著名的一本书，他就讲到金钱的局限性。比如，你们的朋友帮你们搬家，累了一天，搬完了家，如果你觉得朋友们挺累的，一人给200元吧，或者你也可以不给，大家一块儿吃顿饭。按照孟子的说法，这时候如果你给钱，反倒伤害了这段关系。金钱会使得我们之间这种美好的关系被模糊掉。这个惠被模糊掉了，它成了变味的东西。

最后一个很重要，“可以死，可以无死，死伤勇”。因为在孟子那个时候，确实会经常面临舍生取义的选择。一件事发生了以后，你可以活命，或者赴死。如果这个时候，你轻易地放弃了自己的生命，反而模糊了勇敢的概念，会让我们以为勇敢就是牺牲，实际上不一定。尼采说过，当

一个人知道自己为什么而活的时候，他能够忍受生活加诸他的一切。有时候，你觉得死是勇敢；有时候，带着伤痕继续生活是更大的勇敢。

第二句：“**人有不为也，而后可以有为。**”这是一句名言，来自《孟子·离娄下》。这句话我有四层解读。第一层解读，**人不能掉入机会陷阱。**你在创业的过程当中，总会有人跑过来跟你讲，咱们干这个事吧，咱们干那个事吧……在你没干的时候，每一件事听起来都特别美好。这也是为什么很多人总觉得有特别多干不完的事的原因。但是一旦你投入进去，你会发现它需要占用你很多的资源和时间，甚至跟你想象的完全不一样，最后变成一个陷阱。所以，第一层含义我们很容易理解，就是你要小心机会陷阱，不要看到什么都想做，俗话讲“将军赶路，不追小兔”。

这句话的第二重含义，就是**我们的人生需要有一些原则和底线。**有所不为，才可以有为。如果你做什么事都没有底线，没有原则，没什么事是你不能做的，那没有人敢跟你合作，你可能会捅出天大的娄子来。这也是我们理解这句话的一个角度和方向。

第三个角度就是在《战争论》当中讲过的**战略集中**，你手中所拥有的资源是有限的，所以你一定要把这些资源调动在一个相对狭窄的战场上，才能够取得战略优势。有些市场我不打了，有些渠道我不做了，我就在这些有限的渠道和市场当中尽量地占领它们，或者我们做一个爆款。你看现在很多大的互联网公司，其实都是靠着爆款在带动的。它一年当中

做的产品看起来很多，真正卖爆的就只有一个。这一个卖爆的产品，能够带动很多其他的产品。这就是战略集中的意义。

最后一层含义叫**延迟满足**。斯坦福大学做的棉花糖实验显示，一个人最终的人生成就，很有可能跟他的延迟满足感是有关系的。有的人没有延迟满足感，他做一件事就要立刻拿钱，那只能做小时工了。因为小时工是按小时结算，这个来得很快。但是如果你要做一个白领，你可能就要忍受一个月才能拿一次钱。如果你要做一个高管，你可能需要拿年薪。假如你要做一个创业者，你可能需要等很多年。你要做一个投资人，你需要等的时间更长。所以，延迟满足感也是我们所理解的“人有不为也，而后可以有为”的一个层次。所以孟子讲这么一句话，在我们今天有这么多印证的角度，总体来说我们得知道取舍。

第三句：“**我无官守，我无言责也，则吾进退，岂不绰绰然有余裕哉？**”

孟子始终是一个局外人。他很有意思，其实他是有机会做大官的，不管是在齐国，还是在魏国，他都有机会。但是他从来不做，他就是要做帝王师，他总是在训诫帝王，给那些帝王们上课，讨论更高层次的、形而上的问题，试图去激发这些人内在的自尊心。所以，有人就议论孟子，说：“你该说的话你没说，你不用负责任，人家听了你建议的那个官员都已经辞职了，你怎么还不辞职？”孟子说：“这跟我有什么关系？我无官守（我没有这个官位），我无言责（我没有这份责任），我来这儿是纯粹做教育的，所以我‘进退绰绰有余哉’。”

孟子所玩的游戏是一个无限游戏，如果他真的像淳于髡给他的建议那样，说“你应该当个官，你应该出来以手援天下，把这个天下赶紧救出来，亲自下场做官”，那就是一个有限游戏。有限游戏需要有入场的资格，参与其中的人需要在这场博弈当中获胜，最后得到一个奖杯，或者得到一个名头。无限游戏的玩家不需要入场的资格，所以无限游戏随便谁都可以参与。而且无限游戏的玩家，玩的是游戏的边界，就是怎么样让这个游戏可以无限制地玩下去。

我们来看苏东坡和他的政敌章惇，就会容易理解这两个概念。章惇玩的就是有限游戏——我怎么把你们都斗倒，我怎么能够当宰相，把你们流放到海南岛。最后章惇当了大官，把政敌们都流放了。但是从历史上来看，很多人不知道谁是章惇，大家都知道苏东坡。苏东坡玩的是无限游戏，他永远在探索人生的边界——我能不能够把饭做得更好吃，我能不能够发明一种新的吃法，我能不能够写出更好的诗词，写出更好的文章，参悟到更深妙的佛理。所以，无限游戏的人玩的是游戏的边界。你让孟子这样的人去获得官守，获得言责，对他来讲真的是一种束缚，他所应该做的事情就是去拓宽整个人类思想的边界。所以，这句话就是在讲孟子的人生选择。这是关于选择的三句话。

**第四个关键词是交友。**人生需要交朋友，孟子也是很重视交际的一个人。关于交友，第一句话：“**谀辞知其所蔽，淫辞知其所陷，邪辞知其所离，**

**遁辞知其所穷。”**这句出自《孟子·公孙丑上》。孔子和孟子都曾经谈到过“知言”这件事情，《论语》中有“不知言，无以知人也”，如果你听不懂别人所说的话，你不能够分辨别人所说的这个话的真假和对错，那你没法了解他人。没法了解他人，你怎么跟他人合作？

这句话里孟子提到了四种话。第一种是诌辞，诌辞就是偏颇的言论。我们在生活当中，经常会听到别人说很多偏颇的话。你一听就知道，这个人有点意气用事，或者这个人有点愤怒，他带着自己的一些情绪在讲一些奇怪的话。听到这种偏颇的言论，我们要能够听出他隐瞒了什么。

第二种是淫辞。淫辞就是夸张的话，指这个人说话夸张、泛滥。当一个人喜欢说夸张的言语，你要知道他执着的东西是什么，他陷在什么东西里边，他被什么东西给包围了。他每天脑海当中想的都是这些东西，他就很容易变得夸张。有时候我们看那种成功学的演讲，我不知道你们看过没有，就是现场有很多人，要放很大声的音乐，要鼓掌的那种演讲，讲得都特别夸张。为什么？因为他们天天都陷在想挣钱的迷幻当中，每天想的都是怎么赚钱，怎么让每个人成为百万富翁。

栗渺社分享微信 jnztxy 谨防N手群转卖，以免断更

第三种是邪辞，邪辞就是偏离正道的奇谈怪论，我们要知道他哪个地方说错了。最后一种是遁辞，遁辞就是借口，闪烁其词，胡乱地应对。面对这种遁辞，我们要知道他词穷的地方是什么，他为什么说不出来。这四种有问题的表达是我们在生活当中经常能够遇到的言论。这里我们给

大家推荐丹尼尔·卡尼曼的《思考，快与慢》这本书。读了这本名著，你就知道我们的大脑是多么容易被语言所左右。还有批判性思维，我们讲《思辨与立场》时提到，批判性思维的核心不是我们天天批判别人的思维，批判性思维的最高境界是批判自己的想法，就是我们脑海当中所泛出的那种被愤怒所裹挟的或者被恐惧所裹挟的语言，太过偏颇的东西是不可相信的。

第二句：“**不挟长，不挟贵，不挟兄弟而友。友也者，友其德也，不可以有挟也。**”这个叫作“三不原则”。什么叫挟？挟就是倚仗。我们在交朋友的时候，不能够倚仗年龄大，不能够倚仗我比你有钱，我比你出身好，也不能够倚仗我们家的亲戚特别厉害。我们为什么要交朋友？友其德也。我们在选择交友的过程当中，也要问问自己的内心：我们到底为什么跟这个人交朋友，是因为他能够给我们带来好处、利益？还是因为这个人的道德值得我们钦佩？在跟别人交友的时候，如果我们每天处心积虑地看这个人的地位、身份、资源，能够给我们带来些什么，那么很有可能会让我们浪费大量的时间。

第三句话，“**万章问曰：‘敢问交际何心也？’孟子曰：‘恭也。’**”我为什么把这两句话放一块儿？前面讲交友，这句讲交际。交友跟交际有什么区别？在交际的层面，我们有法律，有合同，有约束，我们按照规矩办事，照样可以生活。但是在交友的层面，我们要友其德，我们要看到这个人的德行、操守是不是值得我们敬佩。

万章问孟子，说交际的时候，我们应该保持一种什么样的心态？“恭”，孟子说，也就是尊重。什么叫恭？“敬而无失，恭而有礼。”恭敬就好了。这里边还有一个成语叫“却之不恭”，就是“却之却之曰不恭也”。万章是孟子的学生，他遇到的问题就是有一些道德上的要求。像齐宣王、梁惠王这样的人，送他们一些礼物，你说要不要？万章认为不应该要。为什么？因为这些礼物都是抢来的，这些人打仗的时候，从别的国家抢了很多好东西过来给我们，这不是要强盗的东西吗？不能要。但你要是不要就很尴尬，因为在这种社交场合，诸侯王送你东西而你不要，就会非常尴尬。所以我们有一个词叫“却之不恭”，孟子是善于掌握这个度的。

**第五个关键词是反思。**孟子是一个善于反思的人，孟子说《论语》中孔子的理论那么多，其核心是什么？反求诸己。反求诸己就是反思。所以，第一句话：“**仁者如射，射者正己而后发；发而不中，不怨胜己者，反求诸己而已矣。**”这句话出自《孟子·公孙丑上》。

孔子和孟子都喜欢用射箭来做比喻，因为那时候的士大夫都需要会射箭。射箭是一个体育运动，同时也是一个交际活动，大家在一块儿有射礼。所以孟子讲“仁者如射”，你如果想求仁，你希望成为一个仁者，就好像射箭这件事一样。为什么？叫作“射者正己而后发”，把自己调整好，然后发出这个箭。“发而不中”，发出去没有射中，你不要怪隔壁

的人，说人家干吗咳嗽，让他别捣乱，或者说靶子没摆正……你老怪别人，这就特别讨厌。你唯一需要做的事是反求诸己而已。再射下一箭的时候，调整好自己的身姿就对了。

在生活当中我们经常会遇到这样的状况，我们应调整自己的影响圈和关注圈。如果我们在关注圈当中下很大的功夫，对于那些我们无能为力的事情，投入很多的精力，投入很多的情感，觉得非常生气，非得要一个说法，最后我们会发现人生举步维艰，因为我们会恨所有的人，恨给我们造成一切困难的人。但如果我们能够稍微收缩一下我们的情绪，把精力放在影响圈当中，就是我所能够做的事是什么，我所能够调整的东西是什么，我能不能够在我身上去找到问题的根源，摆正方向，下一箭射中它就好了。所以，“仁者如射”“反求诸己”这两个成语都是从这里来的。

第二句：“‘**四境之内不治，则如之何？**’王顾左右而言他。”我只选了这么一段，它前面有一大段故事。齐宣王是一个很有意思的人，齐宣王最有名的名言是“**寡人有疾，寡人好色。寡人有疾，寡人好货。寡人有疾，寡人好勇。**”齐宣王对孟子特别客气，而且总是做严厉的自我批评。但是，孟子认为他的这些自我批评都不重要。好色不是什么问题，你好色，你要想你的老百姓也想结婚，让大家都能够结婚，这不就是推而广之吗？你好货，你要知道老百姓也希望有钱，你让老百姓能够过上良好的生活，这都不是问题。而齐宣王只做浅层次的反思，他只能浅层次反思到自己有这些坏毛病，觉得自己也没办法，这个人的自尊水平

很低。对于一个自尊水平很低的人，想要让他发生改变是非常困难的事。所以，孟子所做的最重要的事，就是不断地鼓励齐宣王，说你没那么糟糕，你挺好的。直到最后孟子想要带齐宣王做一个更加深刻的反思，这次齐宣王才露出了自己的本来面目。他是逃避型人格。

孟子问齐宣王，说如果你把妻子儿女托付给一个朋友，结果回来以后，发现这个朋友没有照顾好他们，妻子儿女都挨饿受冻，该怎么办？齐宣王说，绝交，这种朋友还要他干吗？孟子说，如果你底下有一个官吏，这个官吏管着一块地儿，那个地方的老百姓民不聊生，这时候应该怎么办？齐宣王说，换掉他，这种人还能当官吗？

接下来，孟子说：“四境之内不治，则如之何？”咱们这个齐国现在治理得不好，应该怎么办？按照齐宣王前面的推论，那就是把他换掉，他辞职，换一个人来做王。“王顾左右而言他。”齐宣王说：“那个谁，开饭了吗？……”这是非常有名的一个画面感十足，充满了喜剧效果的典故，叫作“王顾左右而言他”。我们在生活当中其实很多人都会用这个“顾左右而言他”的方法，来解决生活当中的问题，所以这句话在今天依然非常管用。我们生活中回避矛盾太多了，只做浅层次的反思、不做深入思考的人太多了，大家不要学齐宣王。

第三句话：“**不揣其本而齐其末，方寸之木可使高于岑楼。**”岑楼是什么？就是那种尖角的高楼。孟子说，如果不揣其本而齐其末，我们只把

这个末端对齐的话，那么方寸之木就可以高于岑楼。怎么比较？我拿一个一拃长（张开大拇指和中指，两端的距离长，约 20 厘米）的木头，我说这个比岳阳楼还高，你说这怎么比的？我把它放到岳阳楼顶上，它就比岳阳楼高了。但这个高度是虚假的，是没有齐其本的。所以，**我们不能只看表现，不能只看结果，我们得看它的出发点**，看它从哪儿开始长起来的。这也是我们人生反思的一个部分。

**第六个关键词是善念。**人生需要善念，才能够有底气。这里也选了三句，第一句是“**君子之于禽兽也，见其生，不忍见其死；闻其声，不忍食其肉。是以君子远庖厨也。**”我们讲“君子远庖厨”这个典故就是从这来的。这个事说的还是齐宣王。孟子只要找到机会，都想激发齐宣王内在的自尊感。

有一天，齐宣王坐在那儿，看到一个人牵了一头牛，拉着走过去的时候，那个牛在打抖。牛要死之前，它是知道的，它会发抖。齐宣王就问：“你拉着头牛干吗去？”那些人说：“用它衅钟。”就是一口大钟做好了，要杀一头牛，把血溅在上边，来给这个钟开光，大概是这个意思。然后齐宣王一看，说：“太可怜了，算了算了，把这牛放了吧，换一头羊去衅吧。”

老百姓知道这个事以后，就说齐宣王果然好货，这个人太抠门，舍不得牛，用羊来代替。孟子知道了这件事以后，他跟齐宣王说：“你怎么可

能舍不得牛呢？”齐宣王说：“对呀！我这么有钱的人，我是舍不得一头牛吗？这不开玩笑嘛！”孟子说：“不是，我知道你是内心不忍，你看到这头牛浑身发抖，你觉得难过。”那为什么换羊？因为没有见到羊。没有见到羊的时候，你没有那种感觉，所以换头羊。那个羊是虚幻的，是没看到的，就是孟子讲的“见其生，不忍见其死；闻其声，不忍食其肉。”当你看到了，你心里就会有这种恻隐之心。

这跟齐宣王的仁政有什么关系？孟子往后稍微引申了一下，说千万不要小看你内心当中这么一点点善念，这么一点点善念稍微推而广之，可以从牛到人，可以从一个人到千百万人，你甚至可以想象在战场上死掉的那些人是什么感觉。我们连见到一头牛瑟瑟发抖地被拉去杀掉都不忍心，我们怎么忍心让几十万人上战场去死？所以我们内心当中这点火种、这点善念，其实是非常重要的。千万不要把它简单地理解为惺惺作态，人生的区别就在于这一点点善念。“君子远庖厨”的含义就体现在这儿。

第二句：“**万物皆备于我矣。反身而诚，乐莫大焉。强恕而行，求仁莫近焉。**”这是《孟子·尽心上》的一句话。“诚”这个字是非常难解释的，宋儒把它发挥到了极致，叫“一字记之曰‘诚’”。人这一生当中，差别就在于诚和不诚。我们讲过《扫除道》。《扫除道》这本书里的那个老先生，打扫了七十多年的卫生。作为一个企业家，每天亲自打扫企业里边的厕所，扫地，擦地，擦得干干净净。这个故事讲的是什么道理？

就是宋儒讲的诚这个字。我们讲“百术不如一诚”，你在任何一件事上能够做到诚，你能够诚心诚意地把一件事做到极致，这都是接近于悟道的方向。所以“万物皆备于我矣。反身而诚，乐莫大焉”，当你能够用这种诚心诚意的心态去做任何事情，没有比这更快乐的事。

“强恕而行，求仁莫近”，孔子讲仁，我们也想成为一个仁者，但是怎样才能成为一个仁者？孔子讲：“我欲仁，斯仁至矣。”你想要成为一个仁者，仁就来了。只要你有这个念头，愿意做仁者，仁并不远。但是在生活当中，看到求仁得仁的人似乎又很少。孟子给的捷径是“强恕而行”，就是我们努力地推行恕道，恕道意味着对他人宽容，你真正想要达到仁的境界，就要好好地推行恕道。

孔子讲“其恕乎”（子贡问曰：“有一言而可以终身行之者乎？”子曰：“其恕乎！己所不欲，勿施于人。”出自《论语·卫灵公篇》），就是子贡问有没有一言可以终身而行之，孔子说“恕”，把恕道做好就可以了。孟子在这儿继承了孔子的说法。

第三句话：“**人之所以异于禽兽者几希，庶民去之，君子存之。舜明于庶物，察于人伦，由仁义行，非行仁义也。**”意思就是我们跟禽兽之间只有那么一点点差别，普通人还给遮蔽了。君子与普通人的区别就是“存之”，他们把内心当中那一点善的火种保留了下来。舜是孟子的偶像。

“舜明于庶物，察于人伦”，意思是无论是生活当中物质层面要解决的

问题，还是理论层面、伦理层面要面对的难度，舜都能够搞明白。为什么舜是这么厉害一个人？因为他“由仁义行，非行仁义也”，意思是他内心当中就有这个仁义，所以他做任何事情是自然的、洒脱的、放松的，他内心当中没有存在着一个着相（佛教术语，意思是执着于外相、虚相或个体意识而偏离了本质）的部分。

我们很多人做慈善事业，很多人喜欢加入慈善组织，总觉得自己做了特别多的好事，如果有这个想法可能就不对了。我们有时候去参与这些活动，你会觉得其实那个被帮助的人对你的帮助可能更大，他会让你在一天当中内心都非常开心、喜悦、快乐，这种快乐甚至能够维持很长的时间，这叫作“由仁义行”。你是行所当行，你所做的只是内心指示你该做的事，这叫“由仁义行，非行仁义也”。我们不是做给别人看的，我们是由内而外的，这个做好事的行为是由内而外产生的，所以很自然，不需要回报，而不是由外而内，我需要用这个事情来打扮自己。

但是话说回来，我经常反思孟子的话。一个人真的能够做到行仁义也不错，我们不能要求每一个人都像舜一样。一个人能够坚持行仁义，时间长了，慢慢地可能也就变成了由仁义行了，这就是修炼的不同的入手的法门，其实跟禅宗里讲的渐宗和顿宗是一样的。舜这种人就是顿宗，一下子就明白了，掌握到了仁义的核心。我们这些凡夫俗子，难以一下子找到仁义的核心，我们先做起来，我们先一点点干，慢慢做着做着就

自然了，不再觉得这都是“表演”了，那很有可能就变成我们人生的一部分。

**第七个关键词叫成长。**我们得需要有成长，才能够有底气。还是选了三句话，第一句话：“**我知言，我善养吾浩然之气。**”这句话是一定要选到的。因为对于孟子来讲，浩然之气是非常重要的一个东西。那么，什么是浩然之气？这个还真是不好解释。我在这书里边写道：

“浩然之气就是这样的一种存在，你看不见它，也摸不到它，但你知道它是一股至大至刚的力量。一个人具有这股‘气’，就能挺起脊梁骨，堂堂正正地做人和做事。丧失了这股气，人就会像得不到食物一样疲软衰竭，压抑、抑郁的感觉就会追上来，你干什么都觉得没劲儿、没意思，也没意义。”

我举个例子。你们如果读过《白鹿原》的话，就会知道，《白鹿原》里边有一个黑娃，黑娃特别讨厌白嘉轩的一点是什么？白嘉轩的腰杆永远挺着，特别直。所以，黑娃最后要把他那个腰杆打断。这个腰杆很直的感觉，就是有那么一点点浩然正气，他内心当中充斥着道德感、正义感。

怎么去养这个浩然正气？孟子说：“**持其志，无暴其气。**”你心中要有一个志向，始终秉持这个志向，但是不要把这个力量整天暴露在外。一

个真正有坚持的人不需要天天喊口号，持其志就可以。内心当中有志向，知道意义所在，你就能够坚持着把这个浩然正气充沛于心。

第二句：“**自暴者，不可与有言也；自弃者，不可与有为也。**”自暴自弃就是从这来的。什么叫自暴自弃？孟子对于自暴自弃的定义，其实相当严格。我们一不小心，可能就会被划入孟子所说的自暴自弃的范畴当中。他说：“**言非礼义，谓之自暴也。**”你这个人说话不合乎礼义，你就是自暴，你在伤害自己。然后，“**若身不能居仁由义，谓之自弃也。**”孟子把“仁”比作一个大房子，我们应该住在“仁”这样的大房子里边。义是什么？义是大道。出门走路，沿着这个宽敞的大道走，这叫居仁由义。如果你不能够居仁由义，谓之自弃，就是你放弃了自己。

“面对那些自己伤害自己的人，不要与他们商议事情，因为这种人说话常常会诋毁礼制，以危为安，以灾为利；面对自己放弃自己的人，也不要与他们共事，因为这种人不知上进，自甘堕落，甚至会在邪路上越陷越深，大家应该提防。”

这是孟子讲“自暴者，不可与有言也；自弃者，不可与有为也”的含义。我觉得有点太严格了，这里中和一下，我认为孟子所讲的自暴自弃，就是一个人的自尊水平低。自尊水平低的表现是，他觉得自己做不到。你说的那些事都很好，但那是别人的事，那都是传奇，个别人能做到，我是不行，这叫自暴自弃。孟子说，当你遇到一个人自暴自弃的时候，你

不要跟他商量事，也不要跟他共事，因为他没有做好准备，他没有到自尊水平高的状态。

但是根据我们对孟子的理解，我觉得孟子说这句话并不意味着，你要放弃这些自暴自弃的人。实际上，梁惠王、齐宣王，算不算自暴自弃者？按照孟子的定义，这绝对是自暴自弃者。但你会发现孟子跟他们说的是什么？不是如何干事，而是如何调高他们的自尊水平，告诉他们“你能够做到”。周文王当年那么小一块地，人家最后都能够施行仁政，建立周朝，你现在这么好的条件，你也能够做得到。而且你内心有善念，你连一头牛都舍不得杀，你特别希望自己能够施行仁政。孟子所做的是先调高他的自尊水平。

我们有时候在生活当中遇到很多员工，或者遇到很多孩子，处于这种自暴自弃的状态，这是难免的。为什么？外在环境对人的压力 and 影响，其实还是蛮大的。我们不能够要求每一个人都像舜一样，无论在哪儿都是个圣人，这太难做到了。绝大部分的人遇到外在巨大的压力，都会颓废，都会觉得人生失去了希望，包括我们自己也一样。这时候我们所要做的事是想办法帮助他调高自尊水平。就像王阳明讲的你“本自具足”，你内心当中的光明已经足够了，你心里边住着一个圣人，只是你不知道。这句话的意义是什么？意义在于你得知道你很珍贵，你得知道你有能力，有很多可能性。

我们讲过《解码青春期》，书里边讲到那些青春期很难搞的小孩子，是怎么被变好的。有一位养父，甚至不是亲生父亲，他跟那个青春期孩子讲了一句话：“你视自己为一个麻烦，而我们视你为一个机会。”就是这一句话，让那个孩子开始幡然悔悟。他所幡然悔悟的不是做事的层面，是自尊水平的层面。当一个人的自尊水平提高了以后，他的可能性才能够焕发出来，这就是教育和领导力的核心。所以自暴自弃是人生难免的状态，我们怎么样能够帮助他走出这个自尊水平低的状况，这是其他人所能够给予的最好的帮助。

我们在这本书里边选的最后一句话：“**原泉混混，不舍昼夜，盈科而后进，放乎四海。有本者如是，是之取尔。**”这来自《孟子·离娄下》。

有人问孟子，为什么大家都认为水的德性很好？孟子给他解释，说“原泉混混”，你看那个有源之水，滚滚而来，比如从雅鲁藏布江上奔腾下来。首先是“不舍昼夜”，它不停息，昼夜都在奔流。然后“盈科而后进”。什么叫盈科而后进？地上有坑坑洼洼的地方，它都给填满了，把每一个小小的坑洼都填满了，然后往前走。为什么？因为它原泉混混，它是有源之水，所以最后能够“放乎四海”。“有本者如是”，你要学水的德性，要学那个有源之水，它是能够无穷无尽绵延过来的。

另外一种情况是什么？七八月间，天上“咣”一个炸雷，下了很大的雨。这场雨下来了以后，地上的沟沟壑壑也能被填满。但是只要两三天以后，那个水就没有了。为什么？因为这个水无本，它是突然降下来的。

这句话为什么我选在“成长”这个关键词里？我们的人生会有运气好的时候，有运气不好的时候，我们唯一能够掌握的是我们的源泉，而不是表现。运气好的时候，可能像七八月间突然下了一场大雨一样，看起来我们也很富足，我们做的也跟别人差不多。但是我们缺少那个源泉，没有创造的动力，没有核心的价值，我们没有建立起跟别人竞争的差异化和壁垒，这时候你会发现它就是昙花一现。

但是，很多人会把运气当作本事。所以，为什么我们说第二次创业失败的可能性要大很多？第一次创业成功，绝大部分人是运气好。但是，他会认为这是自己的本事，所以内心开始膨胀，第二次创业 all in（全部投入）。“凭运气赚来的钱，凭本事全亏掉”，这句话不是开玩笑，这句话就是事实。生活当中很多的实际状况就是这样，因为很多一次创业成功的人，其实根本不知道自己的成功是“七八月间下大雨”，是运气好。我们最终可以去把握和追求的方向，是去给自己挖出一口井来，找到那个原泉混混的感觉，然后盈科而后进，让我们路上的每一个坑坑洼洼都能被填满。其实《论语》当中也讲过，叫作“**本立而道生**”，只有把本建立住了，我们才能够生发出属于自己的道。所以，要做有本之水。

掌握这三条，对我们的成长可能会有帮助。

《人生的底气》这本书里边写的内容，要比我这里选出来的二十一句要多，但是我们的时间有限，不能够全讲。如果它能够成为一个引子，大家先听明白这二十一句话，然后对《孟子》产生了兴趣，我们能够把整本的《孟子》都读一读，有可能会给我们的人生带来一些不一样的启发。你会发现，孟子跟孔子是完全不同的人，就是孔子要从容快乐得多，但是孟子要刚劲有为得多。所以这两个人形成了非常好的互补，一个是至圣先师，一个是亚圣。

最后，总结一下什么叫底气。人生都会经历很多的变故，从这些变故中能不能走得出来，其实就是考验你有没有底气。我特别喜欢一句话，说如果我们能够做到“**卒然临之而不惊，无故加之而不怒**”，那么，我们的人生或许已经到了一定的境界和水平。这就需要我们内心笃定，然后有理想、有目标、有取舍，知道我们该做什么、不该做什么。外在环境的变化不能阻止我们继续淡定、乐观、善良地工作和生活。谢谢大家，我们下本书再见。