

# 说明

- 友泊书屋介绍的方法遵循以下原则：
  - 定位高标准目标（追求理想化人生……可争取顶级名校……）
  - 提升真实能力（不追求短期见效的“技巧”）
  - （最）简单，（最）省时，但（最）需要态度——认真和毅力！
- 各项之间内容有关联，为防误导请勿片面理解，如有疑问请咨询友泊书屋，或参加周末的读者交流会当面沟通
- 本文档是讲座内容提要，待完善更新，感谢您的意见和建议！

# 中国传统文化

- “国学” 概念的不同解释
- 中国古典哲学（思想）
- 建筑、设计、书法、绘画……
- 医学、数学、天文……
- 历史；杂文，小说，诗词曲……
- 静修、武术……

# 中国古典哲学（思想）

- 早期
- 儒家
- 道家
- 诸子百家其他
- 佛家
- 儒家：理学的时代
- “五四”之后的时代：例：清华大学国学研究院
- 今天：实践中的应用；也有学术领域的探索发展

# 中国→东方传统文化

- 日本：
  - 源于中国的传统文化，包括观念原则
  - 修养实践方式：书法、剑道、茶道、柔道、禅
  - 商业中的理念应用
- 东南亚：印度等；佛教的发源和传承
- 中国港澳台地区：儒释道文化与西方影响
- 韩国：受中国、日本的影响；跆拳道

# 西方“学习” 东方传统文化

- 佛教
- 儒家、道家、孙子兵法……
- 修行方式与健康：禅；深呼吸
- 功夫：
  - 有可能误解，但可能都误解：关于格斗的作用
  - 好莱坞严重错误的理解：《功夫熊猫》对“我”的解读
- 艺术、设计、文学、科技等

# 东西方思维和表达习惯

- 逻辑思维的过程，包括自然科学与工程，社会科学：
  - 模型 → 现实中验证 → 应用和优化（→…循环）
  - 从数学、逻辑开始建模，发展至复杂
  - 现代社会科学的逻辑方式一致，本不会文理偏科
  - 西方科学与宗教
- 中国传统思维：
  - 从阴阳、五行八卦开始建模；模型没有统一
  - 理性思维与直觉修养结合不拆分
  - “诵读→直觉理解”是一种“学法”，现在不容易做到

# 图书选择和阅读中

- 中国传统文化（类别）
- 哲学和宗教：
  - 西方哲学与中国古典哲学的区别
  - 关于禅
- 艺术：艺术史的区别；书法，美术，建筑，园林，设计
- 科普、健康：关于《静坐养生法》等
- 文学：古典文学；当代武侠小说中的传统文化

# 对传统文化的当代理解和应用

- 蔡志忠漫画：理解到位，摘选有代表性，老少皆宜
  - 佛家：《禅说》、《六祖坛经》
  - 道家：《老子说》、《庄子说》
  - 儒家：《论语》
- 《国学与人生》、《儒家修身九讲》等
- 于丹的书：争议，作用
- 南怀瑾的书：更全面；太多；学术严谨性也有争议



# 今天易学易用的

- 观念原则：代表性、经过考验的、“公认”的
- 修养实践的作用：也是理解传统文化必不可少的
  - 修养实践是各家各派都要求的
  - 现在人很难跳出现代逻辑思维，理解古典中的“逻辑”
- 艺术、美学修养方面
- 注意：表达方式与现代逻辑思维不同，别混淆
  - 国学、哲学、艺术、文学中都有这种问题

# 中小学时期学什么

- 能读：文言文基础知识
- 古代文化常识
- 传统文化背景：历史；辅助理解，为以后的探究做准备
- 原则在现当代的应用：借鉴，对比；自己感悟比较难
- 修养：直觉理解 → 感悟
- 艺术、美学修养：诗词，书法

# 关于中小学阶段的几个疑惑

- 是否单纯的大量阅读、背诵：“专业化”积累
  - 时间
  - 理解的程度
- 是否需要理解某些话语体系：也是“专业化”了
  - 如：佛教，易经，理学
  - 比现代或“西方”式思维“难”
- 超出小学生能力的要求：
  - 例如：批判性地阅读《弟子规》等

# 先做好这三项

- 考试和以后都有用的：文言文基础知识
- 今天仍然适用的传统文化中的观念原则
  - 可能有不好分辨的，家长有责任指导
- 修养实践方式：至少有一项能坚持下去，练到较高水平
  - 中小学时期也有益于身心健康和效率
  - 东方人的优势

# 感谢您提出意见，批评指正！

- 欢迎加作者微信(右侧二维码)提出意见和建议，或发邮件到 [yoobookjl@outlook.com](mailto:yoobookjl@outlook.com)
- 本文档仅供个人交流参考；随时修改更新，以最新版本为准，请注意更新时间
- 本文档版权属于友泊书屋原作者，未经原作者书面授权，不可用于任何商业目的

