

读书人典藏书系

心学宗师
文武兼备

传习录

全编

蔡践◎编著

一部《传习录》成就了王阳明的“心学”，也把儒家思想推向了一个新的高度，数百年来影响了无数的文人士子，被广泛地称之为修心养性的至尊宝典。



海潮出版社
Haichao Press

传习录

全编

蔡践◎编著



海潮出版社
Haichao Press

16800010

图书在版编目 (CIP) 数据

传习录全编 / 蔡践编著 .— 北京 : 海潮出版社,
2016.2

ISBN 978-7-5157-0699-3

I . ① 传… II . ① 蔡… III . ① 心学—中国—明代② 《
传习录》—研究 IV . ① B248.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 159199 号

书 名: 传习录全编

作 者: 蔡 践

责任编辑: 陈开仁

封面设计: 靳黎莹

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路19号

邮政编码: 100841

电 话: (010) 66969738 (发行) 66969736 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京天宇万达印刷有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 20

字 数: 210千字

版 次: 2016年2月第1版

印 次: 2016年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5157-0699-3

定 价: 39.80元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

《九思国学院》系列丛书

编委会

主 编：迟双明

副主编：蔡 践 党 博

编 委：孙红颖 杨 敬 庞莉莉

任娟霞 李向峰 朱雅婷

魏 冰 汪本帅 陈玉潇

段雪莲 任 哲

总策划：九思国学院

精要阅览

1. 了解王阳明

王阳明（1472—1529年），原名王守仁，幼名云，字伯安，别号阳明。浙江绍兴府余姚县（今属宁波余姚）人，因曾筑室于会稽山阳明洞，自号阳明子，学者称之为阳明先生，亦称王阳明。

王阳明是明代著名思想家、文学家、哲学家和军事家，陆王心学之集大成者，精通儒家、道家、佛家。晚年官至南京兵部尚书、都察院左都御史。他的一生跌宕起伏，充满了传奇色彩。王阳明（心学集大成者）和孔子（儒学创始人）、孟子（儒学集大成者）、朱熹（理学集大成者）并称为“孔孟朱王”。

2. 王阳明与“三立完人”

王阳明是中国历史上罕见的立德、立言、立功三不朽的伟人。

“立德”方面，王阳明从小就立志要成为孔子、孟子、颜回、曾参那样的“圣人”，并时时事事以这些精神偶像为榜样，在为人处世方面严格要求自己，绝不做出对不起天地良心、社会道义的事。

“立功”方面，阳明先生少年时就精于骑射、熟读兵法，从戎后，更是一次次用自己的军事才能将衰败腐朽的大明王朝从悬崖边拉了回来。

“立言”方面，阳明先生为后人留下了千古不易的“心学”著作——王阳明的语录、文录、杂文，由其弟子汇编成《王文成公全书》（也称《阳明全书》）、《传习录》等，并为世人所理解、接受和推崇。

在大多数史学家看来，中国历史上的“三立完人”只有“两个半”，除了阳明先生之外，三国时期的诸葛亮算一个，晚清的曾国藩算“半个”。王阳明既是道德的典范，又建立了伟大的功业，更能立言垂教、泽被后人，堪称“古今完人”。

3. 《传习录》主要内容是什么？

《传习录》的主要内容，在于“心即理”、“知行合一”和“致良知”，是阳明心学的精髓。

王阳明认为，心是天地万物的主宰，“天理”就在每一个人的心中，心外无理，心外无物。因此，心是产生善与恶的源头，任何外在的行动都是受思想支配的，一切统一于心。他提出“知行合一”，就是要创造人与社会的和谐；他提出“致良知”，就是要创造人与自身的和谐。“知是行之始，行是知之成”。阳明认为，唯有“知行合一”，才能从根本上一改“知先后后”所造成的重知轻行、“徒悬空口耳讲说”的不良风气。

除了“心即理”和“知行合一”外，阳明心学第三个精髓即杜维明先生所提及的“致良知”，这也是阳明心学最核心的观念。也就是说，人们需要通过提高自己内心的修养和知识水平，来去除自己的私欲与杂念，以达到社会的和谐运行。因此，阳明先生借此教化人们将道德理论融入到自己的日常生活中去，以良知逐渐代替私欲，就可破除“心中贼”。

4.《传习录》与程朱理学、陆九渊“心学”的关系是什么？

《传习录》与程朱理学、陆九渊“心学”的关系，可看作是王阳明思想逐步确立并成熟的一个过程。

王阳明年轻时推崇程朱理学，但在修行中对朱熹“理本论”、“格物致知论”和“知先后说”等为学之道产生了怀疑。他最终领悟到：“‘理’就在我心中。”于是，他选择与程朱理学分道扬镳，转向承袭陆九渊的“心学”。

陆九渊是宋明两代“心学”的开山之祖。王阳明继承和发展其学说，以自己的体悟加以完善，形成了独具一格的“心学”体系，后人将他们的思想合称为“陆王学派”。

5.《传习录》中体现的教育思想

《传习录》具有丰富的教育思想，尤其发表了大量关于儿童教育的见解和主张。

阳明先生认为，儿童阶段人欲尚未成形，良知也就容易体认。所以，儿童教育绝不容忽视。王阳明提出以诱导、启发来代替“督”、“责”传统手段。强调一定要顺应儿童的性情，注意保护儿童学习的积极性，激发儿童的兴趣。这是阳明先生关于教育要顺乎孩子天性的精辟论述，也是对当时束缚、摧残儿童教育进行的尖锐抨击。几百年前教育大师的教育思想、教育论断，与当今我们极力推崇提倡的“人本主义”教育观、“儿童中心”观有着惊人的相似。



《传习录》是明代王阳明先生的语录和论学书信集，是一部中国哲学史上简明而有代表性的儒家经典著作。“传习”一词出自《论语》中的“传不习乎”一语。书中包含了王阳明的主要哲学思想，是研究王阳明思想及心学发展的重要资料，被称之为“心学圣经”。

王阳明，原名云，后改名守仁，字伯安，别号阳明，浙江余姚人。他出生于一个官宦世家，其远祖为东晋时期的大书法家王羲之，因他曾隐居绍兴会稽山阳明洞，后又创办阳明书院，所以世称“阳明先生”。他非但精通儒家、佛家、道家，而且能够统军征战，是中国历史上罕见的全能大儒，也是明代最著名的思想家、哲学家、文学家、军事家和心学集大成者。

《传习录》全书分上、中、下三卷，上卷经王阳明本人审阅；中卷里的书信出自王阳明亲笔，是他晚年的著述；下卷虽未经本人审阅，但较为具体地解说了他晚年的思想。就内容而言，上卷主要阐述了知行合一、心外无理、心外无物、意之所在等观点，强调圣人之学为身心之学；中卷有书信八篇，除了回答了对于知行合一以及格物说的问难之外，还谈了阳明心学的根本内容和意义，并且阐述了阳明的教育思想；下卷的主要内容是“致良知”，王阳明结合自己纯熟的修养功夫，提出“本体功夫合一”等观点，尤其引人注目的是“四句教”，它使王学体系更加完整齐备。

《传习录》在形式上打破了程朱理学的理论框架，重新建立了以“心即理”、“致良知”等为基本范畴的心学思想体系，在本体论和方法论上改造和革新了宋明理学，并注重强调主体意识和自主精神，反对迷信权威、依傍书本，具有强烈的平民意识，由此形成了别具特色的教育思想，深为后世许多进步的社会改革家所赞。他的思想冲破了数百年来中国思想界为程朱理学所垄断的沉闷局面，对明朝后期哲学与文艺方面都产生了巨大而深

远的影响，一直延续到我国近代并扩展到东亚，后来，其影响又逐渐深入到东南亚诸国、北美洲和欧洲，可见其思想的价值和魅力。以东亚为例，在日本，阳明学被一大批幕府末期的思想家所接受，推动了日本的明治维新运动。在朝鲜，阳明学也暗中流传，并影响了不少思想家。在经济腾飞期的韩国，阳明学被奉为精神的范本。

总之，《传习录》作为一部简明而有代表性的哲学著作，把儒家的内圣之道发展到了极致，不但全面阐述了王阳明的思想，还生动地体现了他善于用譬、常带机锋的语言艺术，展现了传统经典文化的巨大魅力和绚丽的光芒。因此，该书一经问世，便大受世人的欢迎。

本书对《传习录》原典进行了全面而细致的解读，从多个角度阐发蕴藏其中的涵义，以便读者更加轻松、透彻地理解《传习录》中所包含的智慧，从而获得熏陶和启迪。

相信通过本书的阅读，不仅能让您感悟到国学文化的精深，而且对于您修养精神道德乃至经世致用，都会有极大的裨益。

编者

2015年2月

目录 contents

上 卷

一、徐爱录——心即是理

1. 徐爱引言 / 006
2. 亲民与新民 / 008
3. 无善无恶心之体 / 009
4. 孝道要出自于内心 / 010
5. 至善是发自心性的本源 / 012
6. 知行合一 / 013
7. 知是行之始，行是知之成 / 014
8. 君子慎独，格物致知 / 016
9. 尽心即是尽性 / 017
10. 无心外之物，无心外之理 / 019
11. 去其不正，以全其正 / 020
12. 知是心的本源 / 020
13. “礼”即是“理” / 021
14. 道心无人伪之杂 / 022
15. 务本尚实，反朴还淳 / 023
16. 时变，法亦变 / 025
17. “经”、“史”不可分 / 027
18. 孔子精删《诗经》 / 028
19. 徐爱跋 / 029

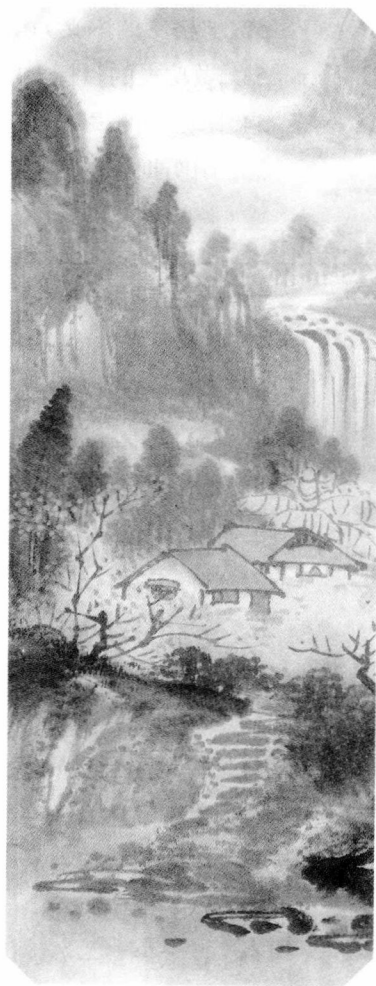


二、陆澄录——格物无动静之分

1. “主一”的核心在存天理 / 030
2. 其志坚，其愿必成 / 031
3. 立世为人之道 / 032
4. 人心天理浑然 / 033
5. 心明如镜 / 033
6. 理、道无穷尽 / 035
7. 人须在事上磨 / 036
8. 下学与上达 / 036
9. 惟精惟一 / 037
10. 知行并举 / 038
11. 盈科而进 / 039
12. 心即性，性即理 / 040
13. 心与理不可分离 / 041
14. 反省慎独 / 042
15. 思存天理 / 043
16. 心不正则迷 / 044
17. 定是心之本体 / 045
18. 孔子正名 / 045
19. 有所忧患，不得其正 / 047
20. 率性、修道 / 048
21. 《易经》六十四卦之源 / 049
22. 存养夜气 / 049
23. 无出无入，动静如一 / 050
24. 因时制宜 / 051



25. 自愿原则 / 052
26. 良工心独苦 / 053
27. “治生说”误人 / 054
28. 气、神、精一也 / 054
29. “中和”的境界 / 055
30. 防微杜渐 / 055
31. “礼乐”的本源 / 056
32. 后天修养之功 / 057
33. 道无精粗 / 057
34. 私欲如灰尘 / 058
35. 克己功夫 / 058
36. 道无方体 / 059
37. 阳明的自然观 / 060
38. 随才成就 / 061
39. 做学问要有源泉 / 062
40. 贯通古今 / 063
41. 心为五官之“君” / 063
42. 遏止恶念、扩充善念 / 064
43. 屏息思虑，去除私欲 / 064
44. 志之所至，气亦至 / 065
45. 圣人如天 / 066
46. 静坐养心、求中见性 / 067
47. 颜子没而圣学亡 / 068
48. 现成良知 / 069
49. 本体不动 / 069



50. 心外无物 / 070
51. 格物功夫 / 071
52. “格”的本义 / 071
53. 做功夫的目标 / 072
54. “仁”的根本 / 074
55. 阳明批评佛教 / 075

三、薛侃录——一以贯之

1. 心之神明 / 076
2. 求学重在志向真切 / 077
3. 减得一分人欲，复得一分天理 / 078
4. 朱子先治经后明道 / 080
5. 顿悟良知本体之理 / 082
6. 惟患夺志 / 082
7. 心有主宰，从容自在 / 083
8. 不务空名 / 084
9. 吃一堑，长一智 / 085
10. 体用一源 / 085
11. 不可与不肯 / 086
12. 善用俱是 / 086
13. 体未立，用安从生 / 087
14. 心上用功 / 088
15. 立志贵专一 / 089
16. 涵养与见识合一 / 090



- 
17. 格物致知，内心灵明 / 090
 18. 本体中原无念虑 / 091
 19. 为荀子辩解 / 092
 20. 主宰自我的良知 / 093
 21. 忧思伤心 / 096
 22. 龙场悟道 / 097
 23. 真知即是行 / 098
 24. 息有养，瞬有存 / 099
 25. 解偏救弊 / 100
 26. 复良知之本体 / 101

中 卷

一、答人论学书——知行合一

1. 特倡诚意 / 104
2. 体究践履，实地用功 / 105
3. 功夫无次第 / 106
4. “知行合一”的本体论依据 / 107
5. 进学之道 / 109
6. 合心与理为一 / 112
7. 学、问、思、辨、行 / 114

8. 物格而后知至，知至而后意诚 / 117
9. “知行合一”的体用关系 / 118
10. 正本清源 / 120

二、答周道通书——在事上磨炼

1. 心意之所向 / 129
2. 所思所虑只是一个天理 / 131
3. 圣人气象 / 132
4. “致良知”是真切功夫之本 / 133
5. 格物是致知功夫 / 135
6. 身体实践 / 135
7. 性气一体 / 137

三、答陆原静书——良知学说

1. 妄心与照心 / 138
2. 良知无始无终 / 139
3. 精、一、理、气 / 140
4. 良知流行发用 / 141
5. 良知在体用之内 / 142
6. 天理是不动的 / 143
7. 良知与情感交融一体 / 144
8. 洞彻无碍之心 / 145
9. 无妄无照 / 145
10. 去欲存理 / 146
11. 明善就是诚身 / 148



12. 良知即是道 / 149
13. 减一分私欲，增一分真乐 / 151
14. 致知功夫，至诚不息 / 152
15. 钱德洪跋 / 154

四、答欧阳崇一——万物皆备于我心

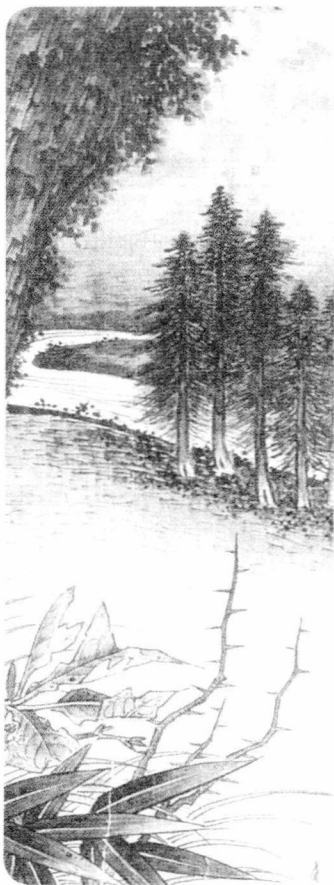
1. 良知与见闻 / 155
2. 思索是良知的发挥运用 / 157
3. 素其位而行 / 158
4. 至诚自可先知 / 160

五、答罗整庵少宰书——正心诚意

1. 德之不修，学之不讲 / 163
2. 恢复《大学》旧本 / 165
3. 不可不辨 / 166
4. 公天下 / 168
5. 笃信自己学说 / 171

六、答聂文蔚——人即天地之心

1. 言而信，行而说 / 172
2. 良知之学不明 / 174
3. 天下皆吾心 / 175
4. 以天地万物为一体 / 176
5. 回归自性良知 / 177
6. 阳明的绝笔书信 / 179



- 
7. 全在“必有事焉”上用 / 180
 8. 必有事就是致良知 / 182
 9. 宇宙万物是性所派生 / 183
 10. 本体即是良知 / 184
 11. 尧舜之道，孝悌而已 / 186
 12. 致知的三重境界 / 187
 13. 至当归一 / 189

七、训蒙大意示教读刘伯颂等——贵在引导

八、教约——神而明之

下 卷

一、陈九川录——戒慎恐惧在心念

1. “格物致知”是“诚意”的功夫 / 196
 2. 格物犹造道 / 199
 3. 故静 / 200
 4. 虽闻见而不流 / 201
 5. 静心体悟，事上磨炼 / 202
 6. 功夫与本体不可分离 / 203
 7. 陆学粗处 / 203
- 

8. 理障说 / 204
9. 人人皆可为尧舜 / 205
10. 功夫愈久，愈觉不同 / 207
11. 不愤不启，不悱不发 / 208
12. 委曲谦下 / 209
13. 事上为学 / 210
14. 学问为我所用 / 211

二、黄直录——阳明四句教

1. 博学于文 / 212
2. 学与思相结合 / 212
3. 四句教 / 213
4. 阳明格竹 / 215
5. 童子格物 / 216
6. 为学“主一” / 217
7. 知觉是心的作用 / 219
8. 格物即慎独戒惧 / 219
9. 道德内省 / 220
10. 阳明的“精微”说 / 221
11. 见性 / 222
12. 声色货利之交 / 222
13. 实事磨炼，身体力行 / 223
14. “悟”良知 / 223
15. 超越见闻 / 224
16. 致良知是必有事的功夫 / 225

