

# 王陽明 《傳習錄》全鑒

*Wang Yangming Chuansilu Quanjian*



(精編典藏版)

(明) 王陽明◎原著 張 超◎編譯



重慶出版集團  重慶出版社

# 王陽明

## 《传习录》全鉴

*Wang Yangming Chuanxilu Quanjian*



(精编典藏版)

(明)王阳明◎原著 张超◎编译



## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

王阳明《传习录》全鉴 / (明)王阳明原著;张超  
编译. —重庆:重庆出版社,2015.11

ISBN 978-7-229-10245-6

I. ①王… II. ①王… ②张… III. ①心学-中国-  
明代 ②《传习录》-研究 IV. ①B248.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 173796 号

## 王阳明《传习录》全鉴

WANG YANGMING CHUANXILU QUANJIAN

(明)王阳明 原著 张超 编译

---

出 版 人: 罗小卫

策 划: 支大朋

责任编辑: 刘 喆

责任校对: 杨 婧

装帧设计: 崔玲玲



重庆出版集团

出版

重庆出版社

重庆市南岸区南滨路162号1幢 邮政编码: 400061 <http://www.cqph.com>

重庆海斯特印务有限公司印制

重庆出版集团图书发行有限公司发行

邮购电话: 023-61520646

全国新华书店经销

---

开本: 710mm×1000mm 1/16 印张: 24.25 字数: 350千

2015年11月第1版 2015年11月第1次印刷

ISBN 978-7-229-10245-6

定价: 69.80元

---

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-61520678

---

版权所有 侵权必究

## 出版说明

《传习录》是王阳明与其弟子、友人的语录和论学书信的简集，其中涵盖了王阳明一生的主要哲学思想，是人们学习和研究阳明心学的重要典籍，书名中的“传习”取自《论语》中的“传不习乎”。

王阳明（1472—1529年），字伯安，名守仁，浙江余姚人，中国儒学界泰斗之一，明代著名的思想家、军事家和哲学家。王阳明出身于一个官宦世家，其远祖为东晋时期的大书法家王羲之。因他曾经在故乡阳明洞中筑室，世人称其为“阳明先生”。他一生颇有成就，不仅精通儒家、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。

王阳明生在明朝中叶，当时学术颓败，阶级斗争激化，统治政权腐朽，百姓生活在水深火热之中。当时学术中广泛尊崇“程朱理学”。程朱理学其主要内容为“存天理，去人欲”“正心诚意”“致知格物”等。王阳明为亲身体会朱子的格物论，曾连续七日七夜对竹冥思苦想以致劳思成疾，但终是收获甚微，并因此对正统的程朱理学产生了质疑。在经历了思想上长时间的困顿、迷茫以及穷厄之后，他终于悟道，提出了“心即理”的主张，即“心外无理，心外无物，此心即是理”。他的主张一经提出，仿如晴天霹雳，震撼了无数困囿于程朱理学之内的人心。王阳明还宣扬“致良知”与“知行合一”说，认为人的认识就是对本心良知的自我认识，人都有良知，良知也就是天理，一切事物及其规律都包含在良知之

中。达到本心的良知，也就达到了对一切真理的认识。“知行合一”不是认识与实践的统一，而是把知与行合二为一，以知为行，认为知是行的先导，行是知的体现，知是行的开端，行又是知的完成，知中含行，行中含知。

王阳明的哲学思想，主要反映在他的著作里，如《传习录》《大学问》等，其中《传习录》最为典型。《传习录》在形式上打破了程朱理学的理论架构，纠正了程朱理学的繁琐流弊，在内容上强调主体意识和自主精神，反对迷信权威，形成了具有鲜明特点的阳明学派。他的思想不仅打破了禁锢人们思想的程朱理学垄断的局面，对明朝后期哲学和文艺也产生了深远的影响，并且影响力延续到东南亚、北美洲、欧洲等一些国家。可见其价值和魅力之大。

《传习录》是一部简明而有代表性的哲学著作，不但全面阐述了王阳明的心学思想，也体现了其辩证的授课方法，以及生动活泼、善于用譬、常带机锋的语言艺术。全书分为上、中、下三卷，由其生前所授的弟子们整理编辑。后又于其身后，几次汇整增补，成为今日所流传的《传习录》。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，并记载了王阳明提出的“四句教”。我们本着对王阳明心学思想的崇敬，编辑出版了此书。为了方便读者阅读，本书对原作进行了精心加工，配以准确的注释和流畅的译文，让读者阅读后，顿觉爱不释手。衷心希望读者品味国学博大精深的同时，能够读透经典，开启智慧，指导生活。

# 目录

## 上卷

明·正德十三年（公元1517年）八月，王阳明的门人薛侃刊刻《初刻传习录》于江西赣州。刊本内容包括正德七年至十三年的阳明先生语录，分“徐爱录”“陆澄录”和“薛侃录”。此初刻本正是今本之上卷。

徐爱录——心即是理，理明则心正 / 003

陆澄录——格物致知，身修中节之和 / 033

薛侃录——心无外物，诚明自得 / 087

## 中卷

明·嘉靖三年（公元1524年）十月，王阳明的门人南大吉命其弟逢吉校刻《续刻传习录》于浙江绍兴，分上下两册，上册即《初刻传习录》，下册为王阳明论述学术的书信九篇，并附“示弟立志说”和“训蒙大意”，此《续刻》本即今本之中卷。

答人论学书——知行合一，才能称得上是“善” / 135

启问道通书——致良知，知善知恶 / 172

答陆原静书——理即良知，皆万事万物的生成者 / 183

答欧阳崇一——心之官则思，思则得之 / 207

答罗整庵少宰书——精于专一，莫劳神于“千算” / 216

答聂文蔚——人道即是“良知”，主宰天地万物的绝对本体 / 226

## 下卷

明·嘉靖三十四年（公元1555年），王阳明的门人钱德洪于安徽宁国水西精舍刊刻《传习续录》（在此之前，钱的同年曾才汉已先于湖北荆州刊刻了《遗言》，钱在此基础上进行删定而成《传习续录》刻本）。此刻本即今本之下卷。

次年，钱德洪统前三录付黄、梅尹、张君刻于湖北蕲春的崇正书院，分上、中、下三卷，至此，《传习录》始成规模。

陈九川录——戒慎恐惧，自我反省，自我体验 / 251

黄直录——戒慎独处，致知才能中正 / 270

黄修易录——生之谓性，良知存久 / 281

黄省曾录——知是行的主意，良知即心之本体 / 291

钱德洪录——良知是造化的精灵，心与事要合一 / 300

黄以方录——诚意正心，本性不受私欲的蒙蔽 / 343

## 附录

训蒙大意示教读（刘伯颂等）——贵在引导 / 369

教约——神而明之 / 372

钱德洪序——成书之缘 / 375

钱德洪跋——辗转利行 / 379

上卷







## 徐爱录——心即是理，理明则心正

徐爱（公元1488—1518年），字曰仁，号横山。浙江余姚人，王阳明的妹夫，也是阳明先生的第一位学生。曾任南京工部郎中。王阳明痛惜其英年早逝，曾叹曰：“曰仁歿，吾道益孤，至望原静者（陆澄）不浅。”



### 原典

先生于《大学》格物诸说，悉以旧本为正，盖先儒所谓误本者也。爱始闻而骇，既而疑，已而殫精竭思。参互错综，以质于先生，然后知先生之说，若水之寒，若火之热，断断乎百世以俟圣人而不惑者也。先生明睿天授，然和乐坦易，不事边幅。人见其少时豪迈不羁，又尝泛滥<sup>①</sup>于词章，出入二氏<sup>②</sup>之学。骤闻是说，皆目以为立异好奇，漫不省究。不知先生居夷<sup>③</sup>三载，处困养静，精一之功，固已超人圣域，粹然大中至正之归矣。

爱朝夕炙<sup>④</sup>门下，但见先生之道，即之若易，而仰之愈高；见之若粗，而探之愈精；就之若近，而造之愈益无穷。十余年来，竟未能窥其藩篱。世之君子，或与先生仅交一面，或犹未闻其警欬<sup>⑤</sup>，或先怀忽易愤激之心，而遽欲于立谈之间，传闻之说，臆断悬度。如之何其可得也？从游之士，闻先生之教，往往得一而遗二。见其牝牡骊黄，而弃其所谓千里者。故爱备录平日之所闻，私以示夫同志，相与考正之。庶无负先生之教云。

门人徐爱书。

## 【注释】

①泛滥：阅览并沉浸其中。②二氏：指佛道二教。③居夷：居住在少数民族地区，王守仁曾为宦官刘瑾迫害，于正德二年（1507年）贬贵州龙场驿丞，居贵州三年，正德五年（1510年）返回江西。④炙：受到熏陶。⑤警欬（qǐng kài）：咳嗽声，此处指谈笑。

## 【译文】

阳明先生对于《大学》之中有关“格物”等诸多学说的解读，都按照《大学》古本进行，就是朱熹等先儒所谓的有错误的版本。徐爱起初听说（此做法）颇感惊骇，随即产生怀疑，继而竭尽心力，进行了多方面的考证、对比和分析，用以问明于阳明先生。然后才知道阳明先生的学说，好像水具有寒冷的性质，火具有炎热的性质一样。即使是等到百世之后和当时的圣人交流，也不会招来非议。阳明先生的聪明睿智是与生俱来的，却为人和善乐观坦率平易，平日不修边幅。别人见他年轻的时候气度洒脱且行为不拘于礼法，又曾经过度热衷于写作诗词歌赋，并深入研究过佛道二家的学说。所以刚开始接触他的学说，大多数人都认为他的学说是标新立异的，所以随意地对待不去深入研究。但是他们不知道阳明先生在被贬居龙场的三年中，处于困苦的境地而去修养静心，唯精唯一的功夫，已经修炼得超凡入圣，达到了时刻不偏不倚正道的境界了。

徐爱早晚侍奉于先生门下，只觉得先生的学说，刚接触好像很容易，而后深入学习就越发觉得崇高。初看好像比较粗糙，而后深入探索就越发觉得精细。刚接近好像很肤浅，而后去运用就会发现越来越没有穷尽。跟随先生十多年来，竟然不能初窥其轮廓。当世的学者文人，有的与阳明先生仅见过一面，有的还没有聆听过先生的教诲，有的怀着激愤的心情，而突然在谈论之间，根据道听途说，主观臆断阳明先生的学说，得到了部分失去了大多。就好像在挑选马匹的时候只注重马匹的公母黑黄，而忘记了马匹能否驰骋千里。所以，徐爱把平日先生的教诲记录下来，给志同道合之士传看，相互校对校正，希望没有辜负阳明先生的教导。

门人徐爱书。

### 【编者注】

这段话是全文之开篇，相当于徐爱录的前言。在这里，徐爱除了介绍王守仁及其学说的概貌之外，还详细记述了人们对王守仁之学的态度。由于没有去深入了解研究，人们“臆断悬度”，徐爱本人一开始的时候也对先生之道“闻而骇，既而疑”，后来经过仔细分析才了解到先生之道是多么博大精深。这说明，在未深入了解之前就轻易下结论，往往会陷入误区。



### 原典

爱问：“‘在亲民<sup>①</sup>’，朱子谓当作‘新民’。后章‘作新民’之文似亦有据。先生以为宜从旧本‘作亲民’，亦有所据否？”先生曰：“‘作新民’之‘新’，是自新之民，与‘在新民’之‘新’不同。此岂足为据？‘作’字却与‘亲’字相对。然非‘亲’字义。下面治国平天下处，皆于‘新’字无发明。如云‘君子贤其贤而亲其亲，小人乐其乐而利其利’，‘如保赤子’，‘民之所好好之，民之所恶恶之，此之谓民之父母之类<sup>②</sup>’，皆是‘亲’字意。‘亲民’犹孟子‘亲亲仁民’<sup>③</sup>之谓。亲之即仁之也。百姓不亲，舜使契为司徒，敬敷五教，所以亲之也。《尧典》‘克明峻德<sup>④</sup>’便是‘明明德’。‘以亲九族’，至‘平章协和’，便是‘亲民’，便是‘明明德于天下’。又如孔子言‘修己以安百姓<sup>⑤</sup>’。‘修己’便是‘明明德’。‘安百姓’便是‘亲民’。说亲民便是兼教养意。说新民便觉偏了。”

### 【注释】

①在亲民：语出《大学》：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”②“民之所好”句：语出《大学》。③亲亲仁民：语出《孟子·尽心上》：“亲亲而仁民，仁民而爱物。”④“克明峻德”二句：语出《尚书·尧典》：“克明峻德，以亲九族，九族既睦，平章百姓。百姓昭明，协和万邦。”克：能。峻：高大。平：安定。章：彰明。⑤修己以安百姓：语出《论语·宪问》。

## 【译文】

徐爱问：“《大学》开篇所讲的‘在亲民’，朱熹先生认为应当将‘亲民’作为‘新民’来解读，后篇的‘作新民’之处似乎可以作为依据。先生认为应该按照《大学》古本依旧解读为‘亲民’，是否也有它的依据吗？”先生说：“‘作新民’的‘新’是自新的意思，和‘在新民’的‘新’不同，这怎么能作为凭据呢？‘作’字却和‘亲’字相对应，但是不包含自新的字义。下文所说的‘治国平天下’处，都没有自新的含义。比如下文中‘君子贤其贤而亲其亲，小人乐其乐而利其利’、‘如保赤子’、‘民之所好好之，民之所恶恶之，此之谓民之父母’等处，都是含有‘亲’字的意义的。‘亲民’好像《孟子》中‘亲亲仁民’的说法，‘亲民’就是‘仁民’。百姓不能相互亲近，舜帝就任命契当负责管理、教化百姓的司徒，严谨地去传播礼法教化，用来亲近人民。《尚书·尧典》中的‘克明峻德’就是《大学》中‘明明德’的意思，‘以亲九族’到‘平章’一段，其中的‘协和’即亲近人民的意思，也就是‘明明德于天下’。又比如孔子说的‘修己以安百姓’，‘修己’就是明亮内心固有的光明品德，‘安百姓’就是亲近人民。所以依照《大学》古本依旧解读为‘亲民’就是兼有教化培养人民的意义，如果说解读为‘新民’就觉得偏离于《大学》本意了。”



## 原典

爱问：“‘知止而后有定’，朱子以为‘事事物物皆有定理’，似与先生之说相戾<sup>①</sup>。”

先生曰：“于事事物物上求至善，却是义外也<sup>②</sup>。至善是心之本体。只是‘明明德’至‘精至一处’便是<sup>③</sup>。然亦未尝离却事物。本注所谓‘尽夫天理之极，而无一毫人欲之私’者，得之。”

爱问：“至善只求诸心。恐于天下事理，有不能尽。”

先生曰：“心即理也<sup>④</sup>。天下又有心外之事，心外之理乎？”

### 【注释】

① 相戾 (lì)：相反，相悖。②义外：在心之外。③明明德：弘扬光大的德行。语出《大学》。④心即理：儒家心学主要命题，认为理是心的体现，万物由心而生。

### 【译文】

徐爱问：“《大学》中‘知止而后有定’一句，朱子认为应该解读为一切事物都有定理，似乎和先生的说法相违背。”

先生说：“在一切事物中去探求至善，就是把事物固有的本义看成外在的了。至善是心的本体，只要通过‘明明德’达到唯精唯一的境界就是了。然而探求至善也不能脱离具体事物。《大学章句》所谓的‘尽夫天理之极，而无一毫人欲之私’，就是这个意思。”

徐爱问：“如果说至善只在内心探求，恐怕对于天下的事物道理，有不能穷尽的地方。”

先生说：“心就是理。天下哪有心以外的事，心以外的理呢？”

### 【编者注】

在很长一段时期里，阳明先生始终困惑在朱子学说的辨思中，在他37岁那年，终于有所开悟，开创出超越朱学的阳明心学。阳明心学的核心即：“心即理也。天下又有心外之事、心外之理乎？”

“心即理”即是指心方是“理”的主宰，舍此心外，没有“理”之存在。换言之，无论如何“格物”，其重点都应摆在心上，而不在事事物物上。先生教人处事待物，必先明其理，顺其道，善其德，正其心，心正则事公也。



### 原典

爱曰：“如事父之孝，事君之忠，交友之信，治民之仁，其间有许多理在。恐亦不可不察。”

先生叹曰：“此说之蔽久矣。岂一语所能悟？今姑就所问者言之。且如事父，不成<sup>①</sup>去父上求个孝的理。事君，不成去君上求个忠的理。交友治民，不成去友上民上求个信与仁的理。都只在此心。心即理也。此心无私欲之蔽，即是天理。不须外面添一分。以此纯乎天理之心，发<sup>②</sup>之事父便是孝，发之事君便是忠，发之交友治民便是信与仁。只在此心去人欲存天理上用功便是。”

### 【注释】

①不成：助词，置于句首表反问。②发：体现。

### 【译文】

徐爱说：“就像侍奉父亲的孝，对待君主的忠，结交朋友的信，治理百姓的仁，其中有许多道理存在，恐怕也不能不去考察。”

先生感叹地说：“这个说法对人的蒙蔽已经很久了，岂是一句话就能领悟透彻？现在姑且就你所问的说一下。比如侍奉父亲，难道要从父亲那里去寻求一个孝的道理？对待君主，难道要从君主那里去寻求一个忠的道理？结交朋友、治理百姓，难道要从朋友、百姓那里寻求一个信和仁的道理？这几点道理都只在内心之中。心就是理，这个心没有被自私的欲望蒙蔽，就是天理，不需要从外面添加一分一毫。用这纯粹只有天理的心，发挥在侍奉父亲上就是孝，发挥在对待君主上就是忠，发挥在交友、治民上就是信和仁。只要在自己内心中用功，去除私欲、存留天理就可以了。”



### 原典

爱曰：“闻先生如此说，爱已觉有省悟处。但旧说缠于胸中，尚有未脱然者。如事父一事，其间温清定省<sup>①</sup>之类，有许叫多节目<sup>②</sup>。不知亦须讲求否？”

先生曰：“如何不讲求？只是有个头脑<sup>③</sup>。只是就此心去人欲存天理上讲求。就如讲求冬温，也只是要尽此心之孝，恐怕有一毫人欲间杂。讲求夏清，

也只是要尽此心之孝，恐怕有一毫人欲间杂。只是讲求得此心。此心若无人欲，纯是天理，是个诚于孝亲的心，冬时自然思量父母的寒，便自要求个温的道理。夏时自然思量父母的热，便自要求个清的道理。这都是那诚孝的心发出来的条件。却是须有这诚孝的心，然后有这条件发出来。譬之树木，这诚孝的心便是根。许多条件便是枝叶。须先有根，然后有枝叶。不是先寻了枝叶，然后去种根。《礼记》言‘孝子之有深爱者，必有和气。有和气者，必有愉色。有愉色者，必有婉容。’须是有个深爱做根，便自然如此。”

### 【注释】

①温清（qìng）定省：冬时温被，夏时扇席，晚间侍候睡定，晨间问候，指无微不至地侍候双亲。②节目：事项。③头脑：指核心，关键的部分。

### 【译文】

徐爱问：“听到先生这样说，徐爱已经觉得有所省悟。但是程颐、朱熹的旧学说依旧缠绕在胸中，还是有未能完全摆脱之处。比如侍奉父母这件事，其中如嘘寒问暖之类的事情，有很多细节，不是必须要讲求吗？”

先生说：“为何不讲求呢？只是要有个重点。是只在自己心中去除人的私欲，存留天理上去讲求。就好像讲求冬天保暖，也只是要尽到自己的孝心，唯恐有一丝一毫个人私欲掺杂进去。讲求夏天纳凉，也只是要尽到自己的孝心，唯恐有一丝一毫个人私欲掺杂进去。只是在自己内心中讲求。自己的内心若果没有个人私欲，单纯是天理，就是个真诚于孝敬父母双亲的心，冬天的时候自然去想到父母会寒冷，就自然要去为父母保暖。夏天的时候自然去想到父母的炎热，就自然要去为父母纳凉。这些都是由那真诚孝敬的心引发出来的，却必须要先有这真诚孝敬的心，然后才能引发出来。比如在树木上来说，这真诚孝敬的心就是树根，嘘寒问暖等就是树的枝叶。需要先有树根，然后才有枝叶。不是先去找到了枝叶，然后再去种树根。《礼记》说‘孝子之有深爱者，必有和气。有和气者，必有愉色。有愉色者，必有婉容。’必须要先有至诚之爱来作为根基，就自然会这样了。”





### 原典

郑朝朔问：“至善亦须有从事物上求者？”

先生曰：“至善只是此心纯乎天理至极便是。更于事物上怎生求？且试说几件看。”

朝朔曰：“且如事亲，如何而为温清之节，如何而为奉养之宜，须求个是当，方是至善。所以有学问思辨<sup>①</sup>之功。”

先生曰：“若只是温清之节，奉养之宜，可一日二日讲之而尽。用得甚学问思辨？惟于温清时，也只要此心纯乎天理至极。奉养时，也只要此心纯乎天理至极。此则非有学问思辨之功，将不免于毫厘千里之谬。所以虽在圣人，犹加精一之训。若只是那些仪节求得是当，便谓至善，即如今扮戏子扮得许多温清奉养的仪节是当，亦可谓之至善矣。”

爰于是日又有省。

### 【注释】

①学问思辨：指治学需要反复学习、推敲、思考、明辨。

### 【译文】

郑朝朔问：“至善也必须从心外之物上求得吗？”

先生说：“至善只是内心纯然天理达到极点。怎么向心外之物寻求？试着说几件看看。”

朝朔说：“比如侍奉双亲，怎样把握保暖纳凉的程度，怎样才能侍奉抚养适宜，必须讲求适当，方才是至善。所以就有了学习问答思考辩论的功夫。”先生说：“如果只是把握保暖纳凉的程度，可以一天二天就讲清楚，还用什麼学习问答思考辩论呢？只有在保暖纳凉的时候，也只要在内心中将天理发挥极致。在侍奉抚养的时候，也只要在内心中将天理发挥极致。这样如果没有学习问答思考辩论的功夫，将不免产生失之毫厘差之千