

南 怀 瑾 作 品

南怀瑾

话说中庸

《中庸》一书内涵的定义，究竟是什么意思呢？简单明白地说，是以孔颖达所引用汉儒郑玄的解释为最恰当平实。所谓：「名曰中庸，以其记中和之用也。庸，用也。」《中庸》一书的核心要点，便是子思提出学问修养的主旨，必须先要做到「中和」的境界，才能明白天人文运心性相关的理体和作用。换言之，子思作《中庸》，他是继承祖父孔子的心传，阐述其师曾子著《大学》之道，在明明德一箇「内明」和「外用」之学。由他提出「中和」才是「明德」心止于至善的境界。「君子而时中，」不可须臾离也，「才能到达知止而后有定，」乃至「定而后能得」第七个步骤工夫的次第。「慎独」与「诚意」，便是「内明」、「外用」之回，兼带身心修养的妙用。然后用于入世的行为，必须具备智、仁、勇的三达德，才能真正做到齐家、治国、平天下的事业。

人民东方出版传媒
东方出版社

的定义，究竟是什么意思，是以孔颖达所引用以取恰当乎矣。所谓「名曰之用也，庸用也。」《中庸》

一书的中心要点，便是子思提出学问修养的主旨，必须先要做到「中和」的境界，才

人之实际性之实际性相关的道体和作用。

子思作《中庸》。他是继承祖父孔子，阐述其师阐述其师曾子著《大学》之道。在

的「内明」和「外用」之学。由他提出

是「明德」，「明德」，「正于至善」的境界。「君

」，「不可须臾不可须臾离也」，才能到达「知

定」，乃至「」，乃至「」而后能得「的七个字

」次第。「慎独」、「慎性」与「诚意」。便是「内

用」之问。「」之问，兼带身心修养的妙用

「于入世的行为，必须且备智、仁、

勇的三达德，才能真正做到齐家、治国、

平天下的事业。



人民东方出版传媒

东方出版社

图书在版编目(CIP)数据

话说中庸/南怀瑾著. —北京:东方出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-5060-8162-7

I. ①话… II. ①南… III. ①儒家②《中庸》—通俗读物 IV. ①B222. 1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 089843 号

话说中庸

南怀瑾 著

责任编辑: 胡喜云

出版: 东方出版社

发行: 人民东方出版传媒有限公司

地址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮编: 100706

印刷: 环球印刷(北京)有限公司

版次: 2015 年 9 月第 1 版

印次: 2015 年 9 月第 1 次印刷

开本: 640 毫米×960 毫米 1/16

印张: 18

字数: 202 千字

书号: ISBN 978-7-5060-8162-7

定价: 54.00 元

发行电话: (010)64258117 64258115 64258112

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010)64258029

编者的话

南怀瑾先生是近年来享誉国内外，特别是华人读者中的文化大师、国学大家。先生出身于世代书香门第，自幼饱读诗书，遍览经史子集，为其终身学业打下了扎实的基础；而其一生从军、执教、经商、游历、考察、讲学的人生经历又是不可复制的特殊经验，使得先生对国学钻研精深，体认深刻，于中华传统文化之儒、道、佛皆有造诣，更兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生等等，对西方文化亦有深刻体认，在中西文化界均为人敬重，堪称“一代宗师”。书剑飘零大半生后，先生终于寻根问源回到故土，建立学堂，亲自讲解传授，为弘扬、传承和复兴民族文化精华和人文精神不遗余力，其情可感，其心可佩。

二十世纪七八十年代，南怀瑾先生在台湾、香港等地开始讲述“四书”，其中他对《论语》和《孟子·梁惠王》的讲述整理成《论语别裁》、《孟子旁通》，分别于1976年、1984年出版。1996年南先生用讲话的语气撰写《原本大学微言》，经周勋男整理后于1998年出版。1998年南先生寓居香港时又亲自撰成《话说中庸》，约9万字，本拟继《原本大学微言》之后出版，可惜因人事变迁和其他种种因素一拖再拖，直至南先生离世仍未得出版。悲痛、遗憾之余，一直负责整理南先生书稿的刘雨虹老师经过再三考虑，决定将

南先生所撰书稿一字不变出版，另将她整理后的书稿作为附录印出。同时，她们整理出南先生简单年谱，一并附于书后，虽简单，但这可能是南师第一个年谱。2015年3月，台北南怀瑾文化事业有限公司出版了《话说中庸》繁体字本，经南先生子女独家授权，由我社在大陆出版简体字本。

作为“四书”之一的《中庸》原为《礼记》之一篇，相传为孔子之孙子思所作。因不满意宋儒对《中庸》的解释，南怀瑾先生亲自撰写了《话说中庸》一书，澄清了人们对“中庸”的误解，指出《中庸》是发挥圣学的宏文，子思旨在阐明孔子之所以为圣人的学养和造诣，既为传统的儒学辩护，又表达自己亲受孔子的教诲而别传圣学心印的精义；《中庸》的要点在于指出学问修养必须先至“中和”的境界，才能明白天人之际心性相关的道体和作用。

南先生在讲述《中庸》时，先“依文解义”，即先消化文句表层的意义，然后再做深入的研究。他指出，《中庸》涵盖了许多重要概念，如天人之际，鬼神之说，君臣、父子、夫妇、昆弟、朋友“五达道”，智、仁、勇“三达德”，“温故”、“知新”、“敦厚”、“崇礼”四重品德等，再由这些概念进行阐发，触类旁通，广征博引，列举中外历史故事，结合自身的阅历和感受，对博大精深的中国传统文化进行了深刻剖析。他采用一贯主张的“以经注经”、“以史证经”的方式，将《中庸》与《大学》、《易经》、《论语》等儒家经典相结合，尤其着重阐发了《中庸》与《大学》的密切关系。他指出，曾子的《大学》是从《易经·乾卦文言》的发挥，子思作《中庸》是从《易经·坤卦文言》及《周易·系传》发挥的继起之作，意在阐述“大学之道，在明明德”的“内明”和“外用”之学。具体而言，“天命之谓性，率性之谓

道，修道之谓教”是直指天人之际性命互通的基本原理，学养到达“致中和，天地位焉，万物育焉”的中和境界是“内明”性天风月的第一义谛，然后依性起修，可以从事“外用”于治国平天下的功勋事业，这是《中庸》的上论。《中庸》的下论说明下学上达的途径——从反身而诚做起，实证天人之际的大机大用，从而达到复性境界的真正造诣。

南怀瑾先生融会贯通儒释道，在讲述时，将《中庸》等儒家学说与佛、道进行对照，如以佛家唯识法相学中所谓的“率尔心”解释“率性之谓道”的“率性”，以禅宗六祖慧能所说“下下人有上上智”解释孔子所谓“唯上知与下愚不移”；用比较哲学、比较宗教学的方法，以佛学大小乘“闻、思、修”的修行理念，“信、解、行、证”的修行次第，“教、理、行、果”综合的教法，来解释“博学”、“审问”、“慎思”、“明辨”、“笃行”，等等。

我社与南怀瑾先生结缘于太湖大学堂。出于对中华优秀传统文化的共同认识和传扬中华文明的强烈社会责任感、紧迫感，承蒙南怀瑾先生的信任和厚爱，独家授权，我社将陆续推出南怀瑾先生作品的简体字版，其中既包括世已有公论的著述，更有令人期待的新说。作为一代国学宗师，南怀瑾先生“通古今之变，成一家之言”，毕生致力于民族振兴和改善社会人心。我社深感于南先生的大爱之心，谨遵学术文化“百花齐放，百家争鸣”之原则，牢记出版人的立场和使命，尽力将大师思想和著述如实呈现读者。其妙法得失，还望读者自己领会。

东方出版社
二〇一五年八月

出版说明

一九九八年，南师怀瑾先生寓于香港时，撰写这本《话说中庸》。也像写《原本大学微言》一样，先生每日深夜写千余字，次日再由宏忍师打字，其间往复修改三数次之多，才告完稿。

这本书稿，本拟继《原本大学微言》之后即行出版，但是阴错阳差的人事变迁，以及内外其他因素，这本书稿却未能及时出版，一拖就是十几年至今。

二〇〇八年，先生交代嘱咐，先将蔡策先生记录的《孟子》所余各篇，编辑整理出版，然后再行出版有关《中庸》的这本书。

奈何《孟子》最后三篇尚未及出版，先生却意外地悄然离世而去。

面对这本书稿考虑再三再四，决定将原书稿保持一字不变，另将整理后的全部书稿作为附录印出。所作的整理，只有调整长句变短，段落拆解分开，以及简化字句，另多加小标题等，希望国学涉入较浅的读者，易于了解。例如：

原稿：但这也不能说完全是在上位者使野有遗贤的过错。

编改：但野有遗贤，也不能说完全是在上位者的错。

原稿：那是自己平常对家庭父母亲属之间，并没有做到合于人伦之道的孝顺品行，所以便没有得到朋友社会之间的

赞许和称誉。

编改：由于自己对父母亲属，没有做到合于人伦之道的孝顺品行，所以得不到朋友社会的赞许和信任。

原稿：“诚”，就是天性本具率真的直道，但它赋予在每一个人生身之后的后天人性之中，人们却需要借重学养的修行，才能重新返还而合于原先本有具足的自性。

编改：“诚”，就是天性本具率真的直道，但人出生后的后天人性，却需要借重学养修行，才能返合于本有具足的自性。

先生的原稿，是以讲课的方式撰写的，不像一般论文那样严肃，目的是使读者易于了解。所以在整理的过程中，斟酌考虑甚多，难以圆满，也因自身学养能力不足之故，只能勉力而为。

另外，经过两年多的资料搜集整理，先生的简单年谱已初步完成，特附录于书后。

协助工作的，除宏忍师、牟炼外，彭敬始终参与修订工作，十分辛劳，忙碌了一两年，这本书终于可与读者见面了。

刘雨虹 记

二〇一五年元月

东方出版社南怀瑾作品

论语别裁(上下)

话说中庸

孟子与公孙丑

孟子与离娄

孟子与滕文公、告子

原本大学微言

孟子旁通

孟子与万章

孟子与尽心篇

维摩诘的花雨满天(上下)

《瑜伽师地论·声闻地》讲录

金刚经说什么

药师经的济世观

圆觉经略说

楞严大义今释

楞伽大义今释

禅话

禅海蠡测

禅与生命的认知初讲

南怀瑾与彼得·圣吉——关于
禅、生命和认知的对话

禅宗与道家

答问青壮年参禅者

定慧初修

如何修证佛法

学佛者的基本信念

中国佛教发展史略述

老子他说(初续合集)

庄子諠譁

列子臆说(上中下)

静坐修道与长生不老

我说参同契(上中下)

道家、密宗与东方神秘学

易经系传别讲

中国道教发展史略述

易经杂说

小言黄帝内经与生命科学

新旧教育的变与惑

漫谈中国文化——金融 企业

人生的起点和终站

国学

历史的经验

廿一世纪初的前言后语

中国文化泛言(增订版)

南怀瑾讲演录 2004—2006

*Basic Buddhism: Exploring Bud-
dhism and Zen* (《中国佛教发展
史略述》英文版)

Tao and Longevity (《静坐修道
与长生不老》英文版)

| 目 录 |

出版说明 (1)

乐朔和子思的对话○何谓《中庸》○宋儒程朱说《中庸》○《中庸》与《中论》○中不中用的中是《中庸》的中

上 论 (11)

依文解义先说《中庸》的纲宗○自在从容中道难○入世修行从容中道更不易为○天命之性与地缘人性的异同○形而下的人性与形而上的天性○从人道本位的修行说起○天人之际 鬼神之说○论虞舜姬周的受命于天○祭祀和宗教○“修道之谓教”的治国之道○智、仁、勇的比类发明○治国平天下的九经○治国九经的补充

下 论 97

反身而诚的真识○《中庸》的顿悟与渐修○天地万物存在的元始功能○总结圣道内明外用之学——礼赞孔子○结语

附录一 话说中庸 南怀瑾 原著 刘雨虹 编整 129

乐朔和子思的对话○何谓《中庸》○宋儒程朱说《中庸》○《中庸》与《中论》○《中庸》的中

上 论 141

《中庸》的纲宗○自在从容中道难○入世修行从容

中道更不易○天命之性与地缘人性○人性与天性○人欲的问题○大小的问题○从人本位的修行说起○君子与小人的不同作风○天人之际 鬼神之说○虞舜和姬周的受命于天○祭祀和宗教○“修道之谓教”与治国之道○五达道与三达德○关于智、仁、勇○治国平天下的九经○治国九经的补充○谋而后动

下 论 227

反身而诚的真识○《中庸》的顿悟与渐修○天地万物存在的元始功能○圣人之道 愚人之行○总结圣道内明外用之学○礼赞孔子的功德○结语

附录二 南怀瑾先生年谱（简谱） 259

乐朔和子思的对话

何谓《中庸》

宋儒程朱说《中庸》

《中庸》与《中论》

中不中用的中是《中庸》的中

现代的中国人，尤其是年轻一代的同学们，大概很少听过《中庸》这个名称了，如果是在中年以上，五六十岁的人，有些一提到《中庸》，还会拿它来当笑料，甚之，还很感慨地说：中国人就是被《中庸》所误，所以弄得国家民族百年来吃尽了苦头。但你如向他请教什么是“中庸”他又说不出具体的道理了，因为他们也没有好好读过《中庸》，更谈不上彻底研究《中庸》了。

一般人们所谓的中庸，大概就是马马虎虎，糊涂敷衍的意思。也正如现代人用湖南话来说，就是和稀泥；用上海话来说，就是捣浆糊。万事得过且过，不必太认真，大概像煞有介事就可以，那便是中庸之道了。比较好一点来说，只要不左不右，应付得过去，自己不做任何确定的主张，做个随波逐流的滥好人，便是中庸之道了。这样地理解《中庸》，这样地用《中庸》，当然就会使人个个成为庸庸碌碌之辈，所谓国将不国，的确是误国之学，实是不值一谈。

其实，《中庸》是一本书，它是传统五经《礼记》中的一篇文章，在宋代的时候，被当时的儒家学者们特别抽出来，和《大学》、《论语》、《孟子》合起来叫作“四书”，从此影响左右了中国千年来的民族文化。这个历史的故事，我在讲《大学》的时候，已经有比较简略的交代，不必再说了。

《中庸》一书，是孔子的孙子子思所作。子思名伋，也便是承继孔子学问心法的弟子曾子的学生。曾子作了一篇



《大学》，子思作了一篇《中庸》，都是传承孔子一系儒家学问心法的大作。


子思生当中国春秋时代的末期，也就是战国七雄争霸的开始时期，大约在公元前四百九十年之间，比西方文化希腊上古的大哲学家苏格拉底的出世早八十多年。子思在幼年时期，孔子还在世，他是曾经亲自受到孔子的教养，但他却从曾子那里接受学问教育。所以说，子思是曾子的学生，后来的孟子，便是子思的学生。

子思为什么要著《中庸》呢？我们根据孔子后人所著《孔丛子》一书的记载资料，子思在他十六岁的时候（后世疑为六十岁之误，考证难详），到了宋国，宋国的大夫乐朔和他谈论学问之道，话不投机，乐朔对他表示不高兴，就叫人去围攻他。事情被宋国的君侯知道了，亲自去救出了子思。因此子思很感慨地说：“文王困于羑里，作《周易》。祖君（孔子）屈于陈、蔡，作《春秋》。吾困于宋，可无作乎！于是，撰《中庸》之书四十九篇。”

乐朔和子思的对话

乐朔和子思讨论学术，他们是怎样地发生歧见呢？《孔丛子》的记载：

“子思年十六，适宋。宋大夫乐朔与之言学焉。朔曰：《尚书·虞》、《夏》数四篇善也（《尚书》——《书经》所收集的，只有《尧典》、《舜典》等三四篇文章是好的）。下此以讫于秦、费，效尧、舜之言耳，殊不如也（其他的那些《秦誓》、《费誓》啊，都是模仿尧、舜的话，实在不够格）。子思答曰：事变有极，正自当耳（那是时代社会有所改变，所以有些文章，也是正对当时的习惯而作）。假令周公尧舜，



更时异处，其书周矣（假使周公和尧、舜，彼此颠倒上下换个时代，那么尧、舜的文告，便会和周代的文句一样了）。乐朔曰：凡书之作，欲以喻民也。简易为上，而乃故作难知之辞，不亦繁乎？（乐朔说写文告，本来是要一般人们都看得懂，知道了事情，所以愈简单明白愈好。但读那些古书的文章，有些故意作出读不懂的字句，这不是有意找麻烦吗？）子思曰：书之意，兼复深奥；训诂成义，古人所以为典雅也。昔鲁巷亦有似君之言者，伋答之曰：道为知者传，非其人，道不贵矣。今君何似之甚也！（子思说：古书上的记载，固然有时觉得很深奥，其实，只要对文字学的训诂下点工夫就懂了。古人把口说的话变成文字，就要求典雅一些，才使文学有艺术感。从前鲁国也有乡下的里巷之人，像你一样提出这个问题问我，我（子思）对他说：学问之道，是传给真有慧智的人，如果不是智者，那对学问之道，有什么可贵之处呢？现在你怎么也和一般不学无术的人一样见解呢？）”

子思这样说了，乐朔当然是“不悦而退”。便回来对他自己的党徒们说：“孺子辱吾（孔伋这个小子，当面侮辱了我）。”“其徒曰：此虽以宋为旧。然世有仇焉，请攻之。遂围子思。宋君闻之，驾而救子思。（乐朔的党徒们听了便说：孔家的祖先，虽然也是宋国的人，但隔了很多世代了，而且和我们有旧仇，我们正要找他出气、修理他。因此，就来围攻子思。幸而被宋国的君侯听到了，才亲自带人来解救了子思的危难。）”

但《孔丛子》又记载“子思作《中庸》之书四十九篇”，这正如子思所说，读古书要知道训诂之学了。古文所说的“篇”字，是从竹从扁。换言之，在子思的时代，作书写文章，是把字刻在竹简上面。所以说《中庸》共有四十九篇。



后来宋儒朱熹把它割裂分编成三十三章，这便变成了《大学》、《中庸》朱注章句之学的起源，并非是子思的原著。但要真正对《中庸》原著考证起来，实在也并非容易的事，我们也只好各说各的了。

何谓《中庸》

子思著《中庸》的原意，如果根据《孔丛子》等平实的记载，他是为了解释孔子删《诗》、《书》，订《礼》、《乐》，保持中华民族传统文化学问之道的著作。所谓“《中庸》一书，其中言智、仁、勇，言费隐，言诚明、天道、人道。非深入圣人之奥，不能达于心口。子思之学，有渊源于中庸乎见之矣”。

在初唐时期，孔颖达著《礼记正义》，引用汉儒郑玄目录云：“名曰《中庸》，以其记中和之用也。庸，用也。孔子之孙子思伋作之，以昭明圣祖之德也。”

但到了南宋初期，宋儒朱熹自作《大学》、《中庸》的章句，《中庸》被分割编为三十三章，而且加冠圣境，根据韩愈一篇《原道》论文，认为《中庸》是传“上古圣神，继天立极”的道统，从尧、舜的传心法要而来。那就是尧传位给舜的时候，说了一句“允执厥中”的话。舜再从他一生经验的总结，更加深入地悟到人性的精微，就加了三句而传给禹，所谓“人心惟危，道心惟微。惟精惟一，允执厥中”，这才是中国传统文化的道统。由尧、舜、禹、汤、文王、武王、周公、孔子传承相续。但从孟子以后，便失传了，这便是韩愈《原道》的意思。因此朱熹就认为，现在总算由宋儒程颢、程颐兄弟重新悟出来了，再传到朱熹等人，又把道统接上去了。朱熹和宋儒们却绝口不提这种道统说法，是根据韩愈的《原道》思想而来，未免太过小器了。同时又说：“其