

读此书可考做人高手

【春秋】子思◎著 东篱子◎解译

中庸

全鉴

《中庸》之「中」的含义是不偏不倚，是适度、适中、正确，无过无不及而恰到好处；是合宜、合理，无所偏倚而恰如其分；是中正、公正而合乎天理人情的正道。

《中庸》之「庸」的含义是平凡、平常、平易可行，而又无可改易的一定之理，与怪异、险僻、神秘相对而言，含有「普遍适用」之意。

不偏之谓中；不易之谓庸。中

者，天下之正道。庸者，天下之定理。



中国纺织出版社



全鉴

【春秋】子思◎著
东篱子◎解译

 中国纺织出版社

内 容 提 要

《中庸》是儒家经典，虽然是《四书》中篇幅最小的一部，但却是最富意蕴、最具理论和最见智慧的著作，最能淋漓尽致地展现我们中国人的人生智慧和哲学洞见。许多理学大家持守《中庸》的信条，许多儒者用《中庸》的方法论思考，即使到了现代社会，它仍然历久弥新，这正是经典与众不同、永不过时的魅力所在。本书以《中庸》中的至理名言作导言，从处世和人生经验的角度出发，阐发蕴藏其中的智慧，并以人生处世中的经典案例加以印证，帮助读者深化理解《中庸》这一传世经典所包含的智慧。

图书在版编目 (CIP) 数据

中庸全鉴/ (春秋) 子思著; 东篱子解译. —北京: 中国纺织出版社, 2010. 6

ISBN 978 - 7 - 5064 - 6352 - 2

I. ①中… II. ①子…②东… III. ①儒家②中庸 - 研究

IV. ①B222. 15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 055014 号

策划编辑: 李秀英 向连英 责任编辑: 高振亚 责任印制: 陈 涛

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010—64168110 传真: 010—64168231

http: //www. c - textilep. com

E-mail: faxing@ c - textilep. com

三河市航远印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2010 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 21

字数: 320 千字 定价: 36.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

前言

《中庸》是儒家乃至整个中国传统文化的思想核心，是传统文化之“经学”中“立天下之大本”的学问，对中华文明的形成有着深远的影响。它虽然是《四书》中篇幅最小的一部，但却是最富意蕴、最具理论和最见智慧的著作，最能淋漓尽致地展现中国人的人生智慧和哲学洞见。孔子认为：“中庸之为德至矣乎！”意思是说：“中庸作为一种道德是最高的了！”究竟是什么原因，使得这位万世的师表、儒家的宗师孔夫子对中庸之道有如此之高、独一无二的评价呢？说中庸之道至高无上，至少有这样四种原因：其一，中庸之道是儒学中最高的理论渊藪，儒学实际上即为中庸之学；其二，中庸之道是世界所有哲学共同认可的理论，是人类智慧折射出的一致见解；其三，中庸之道是古代各种哲学中，对现代人而言最有意义的理论；其四，中庸之道是各种理论中最适合用于指导实践的一种理论，把它当做生活准则可以无往而不利。然而，有不少现代人把“中庸”理解为中立、平庸，认为讲中庸就是搞折中、放弃原则。这是对中庸哲学思想核心的极大误解！实际上，中庸既不是简单的折中，也不是庸俗的中间路线。中庸追求的目标是在不同时空环境中，尽善尽美的最佳方案。它既是世界观，又是方法论。“中庸”之“中”的含义是不偏不倚，是适度、适中、正确，无过无不及而恰到好处；是合宜、合理，无所偏倚而恰如其分；是中正、公正而合乎天理人情的正道。“中庸”之“庸”的含义是平凡、平常、平易可行，而又无可改易的一定之理，与怪异、险僻、神秘相对而言，含有“普遍适用”之意。“中”是道之体，“庸”是道之用，也就是理论上的基本原则与实践中的具体运用有机地联系起来。“中”与“庸”的结合，旨在阐明“中”这一基本原则是人人不可缺少，人人必须遵守，人人可以做到，适用于一切事物而适得事理之宜的普遍真理。从这个意义上讲，“中庸”



乃是实行道的方法论，也就是对于“中”这一普遍真理具体运用的方法。中庸之道是儒家先圣先贤的智慧结晶，也是最能代表中国思想的人生观，而且不仅是儒家，也不仅在中国，中庸还得到世界上其他思想派别、其他文明的一致推崇，这在世界思想史上是独一无二的。在与人类生活问题有关的古今哲学中，还不曾发现一个比中庸这种学说更深奥的真理。中庸之道上达于天，下至于地。它发端于浅显的知识，推究到事物的深奥精妙之处，昭然于天地万物之间。如天鹅绒衬托下的水晶，处处闪现着美妙的光芒。许多理学大家持守《中庸》的信条，许多儒者用《中庸》的方法论思考，即使到了现代社会，它仍然历久弥新。这正是经典与众不同、永不过时的魅力所在。本书对《中庸》原典进行了全面而细致的解读，从修身养性、处世经验、人生励志、领导艺术等各个角度出发，阐发蕴藏其中的真理，并以经典案例加以印证，帮助读者深化理解《中庸》这一传世经典中所包含的智慧，相信一定会让你受益匪浅。

2010年3月

编著者

目录

第一章 天命：天地之化本于中和

1. 秉承天命，天人合一 / 2
2. 道不可离，君子慎独 / 4
3. 要有“三省吾身”的态度 / 7
4. 中、和是一切的根本 / 12

第二章 时中：君子中庸，小人反中庸

1. 做个坚守道德的君子 / 15
2. “反中庸”者是可怕的 / 17
3. 去除内心的肆无忌惮 / 20

第三章 鲜能：人生在世，都是有欲望的

1. 中庸是最高的道德标准 / 25
2. 孔子的“中庸”思想 / 27
3. 人的欲望永远都不能满足 / 29
4. 必须克服褊狭的劣根性 / 31

第四章 行明：既无过之，亦无不及

1. 万事都要讲究一个“度” / 34
2. 物壮则老，过犹不及 / 39
3. 适度才是正确的选择 / 41
4. 骄矜者无知，自知者智慧 / 43

第五章 践行：积极实践

1. 中庸不是用来研究的 / 46
2. 只有实践才能出真知 / 48
3. 学以致用方显真智慧 / 50

第六章 大知：大智慧者执两用中

1. 执两用中是杰出的领导艺术 / 53
2. 隐恶扬善，律人安人 / 56
3. 扬长避短，以扬为主 / 57
4. 多征询下属的意见 / 60

第七章 予知：聪明反被聪明误

1. 聪明并不等于高明 / 66
2. 不要显得比别人聪明 / 69

3. 鸡蛋不必硬碰石头 / 73
4. 凡事贵在持之以恒 / 76

第八章 服膺：中庸之道，服膺弗失

1. 践行中庸需要内在的自觉性 / 79
2. 时刻不放弃追求的目标 / 81
3. 认识到错误就立即改正 / 84

第九章 可均：白刃可蹈，中庸难得

1. 中庸是极致性的标准 / 91
2. 中庸之道与对症下药 / 93

第十章 问强：精神力量的强最重要

1. 宽柔以教，不报无道 / 95
2. 暴力不是明智的选择 / 99
3. 与人为善，和而不流 / 102
4. 坚持原则，保持气节 / 104

第十一章 素隐：遵道而行，依乎中庸

1. 欺世盗名者不得善终 / 109

2. 半途而废者难以成功 / 114
3. 不争不斗,不喜不厌 / 120

第十二章 费隐：君子之道费而隐

1. “中庸”之道既易又难 / 123
2. 努力摆脱一知半解 / 124

第十三章 不远：君子之行，安然守正

1. 道不远人，远人非道 / 128
2. 以尊重人的原则去治理人 / 129
3. 忠恕之道与中庸之道 / 132
4. 庸德之行，庸言之谨 / 135
5. 做人做事要收敛一些 / 137

第十四章 素位：素位而行，反求其身

1. 是什么角色就做好什么事 / 142
2. 安守本分方得安享终生 / 144
3. 上不陵下，下不援上 / 147
4. 上不怨天，下不尤人 / 148
5. 君子求诸己，小人求诸人 / 150

第十五章 行远：行远自迩，登高自卑

1. 有谦乃有容，有容方成广 / 154
2. 认识自我，切忌虚夸 / 158

第十六章 鬼神：道体物不可遗

1. 道是无所不在的 / 161
2. 内心的“诚”是关键 / 163

第十七章 大德：大德者必受命

1. 德性是一切伦理的基础 / 165
2. 高贵的品德是一种财富 / 167
3. 修德可以养生增寿 / 169

第十八章 无忧：中庸而行，可以无忧

1. 中庸道德价值的评判 / 172
2. 对自己的修养和作为要谨慎 / 174
3. 按礼制服丧也是孝道的体现 / 175

第十九章 达孝：礼法制度是治国之本

1. 用“孝”字影响别人 / 178
2. 善于继承前人的志向 / 183
3. “礼”是不能错乱的 / 185
4. 把“礼”上升为政治的合法性 / 188

第二十章 问政：治国理政的方法和原则

1. 为政之要，在于得人 / 195
2. 以自身的德行感召人才 / 198
3. 治国之道，以仁为本 / 201
4. 凡事预则立，不预则废 / 204
5. 勤奋必能通向成功 / 208

第二十一章 诚明：自诚明，自明诚

1. 诚是儒学的奠基性观念 / 212
2. 诚和明是互相联系的 / 214
3. “自诚明”与“自明诚” / 215

第二十二章 至诚：用至诚之心赢得至忠

1. 君使臣以诚，臣事君以忠 / 218
2. 用自己的真诚打动对方 / 222

第二十三章 致曲：真诚之人能化育万物

1. “致曲”的修养之道 / 225
2. 由局部达到整体的诚 / 227

第二十四章 前知：至诚者可预知未来

1. 诚的最高境界有如神灵 / 229
2. 先知来自于自身的修炼 / 231

第二十五章 自成：诚者自成，合内外之道

1. 诚是事物的发端和归宿 / 233
2. 至诚必然是仁德 / 235
3. 诚者能够成就自己 / 237
4. 从独善其身到兼济天下 / 240

第二十六章 无息：至诚是没有止息的

1. 追求至诚永远不停止 / 243
2. 博大高明，悠远长久 / 245
3. 至诚的三种情形 / 247

第二十七章 明哲：明达智慧，进退自如

1. 修养德行，适应圣人之道 / 250
2. 达到圣人之道的具体途径 / 252
3. 明哲保身，方能进退自如 / 254
4. 等待适当的时机再行动 / 258

第二十八章 自用：愚贱不可自以为是

1. 自以为是者总与失败同行 / 262
2. 刚愎自用会导致悲惨的结局 / 264
3. 独断专行，必铸苦果 / 266
4. 孔子为何要遵从周礼 / 269

第二十九章 取信：无征不信，不信民弗从

1. 把王道推行到天下 / 273
2. 民信是最强的凝聚力 / 275
3. 要成为良好的榜样 / 277
4. 身体力行，为不言之教 / 281
5. 以品格魅力感召天下 / 284

第三十章 敦化：至圣之德广大如天

1. 孔子祖述尧舜的脉络 / 288



第一章 天命：天地之化本于中和

【原典】

天命之谓性；率性之谓道；修道之谓教。道也者，不可须臾离也；可离非道也。是故君子戒慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。莫见乎隐，莫显乎微。故君子慎其独也。

喜怒哀乐之未发，谓之中。发而皆中节，谓之和。中也者，天下之大本也。和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。

【译释】

人的自然禀赋叫做“性”，循着内在的诚性行事叫做“道”，按照“道”的原则修养叫做“教”。驾驭本性的道，是时刻不能离开的；那些可以离开的束缚，都不能称之为道。所以，品德高尚的君子在没有人看见的地方也是谨慎的，在没有人听见的地方也是有所戒惧的。越是隐蔽的地方越是明显，越是细微的地方越是显著。所以，君子在一人独处的时候也是谨慎的。

对喜怒哀乐能按应有状态掌握，无所偏倚，这就叫“中”。平时能持中，一旦表现出来，就能有所节制，这就叫和。中，是稳定天下之本；和，是天下共行的大道。如果能够把中和的道理推而及之，达到圆满的境界，那么天地万物，都能各安其所、各遂其生了。





解读

1. 秉承天命，天人合一

《中庸》开宗明义，肯定：“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教。”提出“性”、“道”、“教”三项，用以解释“道”的渊源。作者认为：上天以阴阳五行的道理来交付给人，人运用这道理来修成诚的美德，这就叫“性”，人有了性之后，做事遵循它，这就叫“道”。圣人应当实行“道”去约束民众，对他们的行为加以限制，使做事过分的人回撤，使做事不及的人前进，这就叫做“教”。在作者看来，先有“性”，后有“道”，再有“教”，“性”、“道”、“教”三者是相承的，在逻辑上有着前因后果的联系。

“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教”可以说是“天人合一”理论产生的一个源头。这三句话是《中庸》的开端。理解这个开端是我们进入《中庸》的关键。

在这里，“天命之谓性”就是说，人类起源是天之所造，是天的一部分，他所含有的特殊性即人性，是与他的知识（生来就有，区别于动物的天性）联系在一起。人本身就是一个“仁”。这个“仁”，以他的知识为特征，恶与善、真与假、美与丑萌发的种子，就是“天人合一”的理念。

这里“天命”中所谓的“天”并不是现代人自然意义的“天”。这个“天”，是具有人格意义的至上神。在儒家看来，人自降生之日起，就必须听从“天命”，在“天命”中完成自己，成就每个人异于禽兽的人的本性，完成“天命”的赋予。

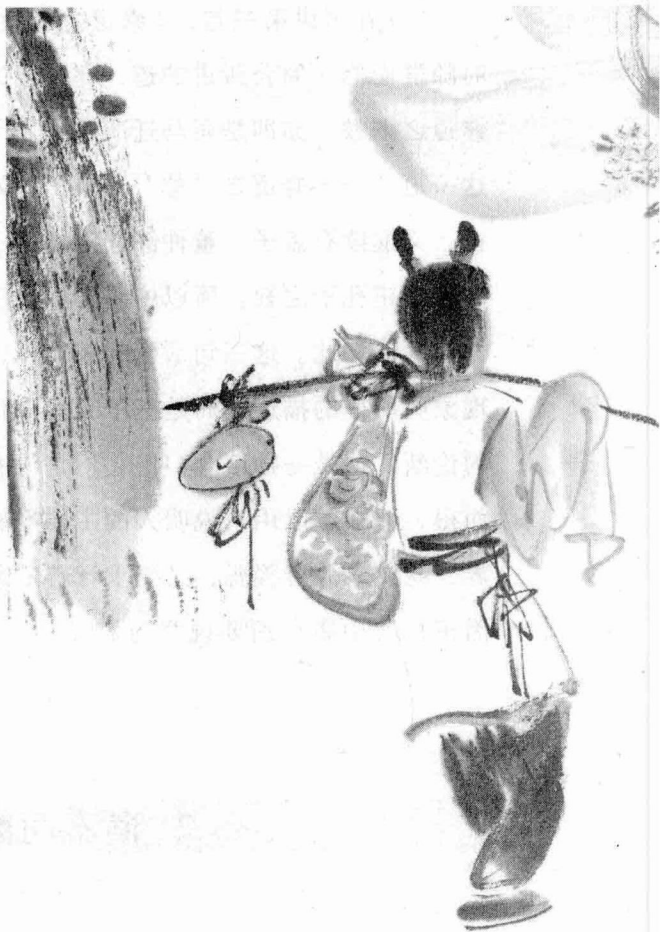
在《中庸》里，“天命”是内在于人的，它不是以外在于人的姿态为人立则，向人提供某种规范，而是直接进入人心形成人性，给人以命令。在这一传输过程中，给令者是“天”，而受令者则是人，人性直接秉承“天命”而来，



而“天命”是每个人得以成就人性的直接原因。在这一思想中，人必须完成“天”所赋予之“命”，因为这正是人之所以异于禽兽能成为人之处，亦即人性的成就之基。《中庸》这一思想后来为孟子及宋明儒陆王学派所继承。孟子道性善，曰求放心，陆王曰心即理，便是这一思想的延续与发展。

钱穆先生在一次名为《中国人的思想总纲》学术文化讲座中，曾这样解释《中庸》开卷的三句话：

“四书里中庸的第一句，就说‘天命之谓性’。天命赋予你的，就是人之禀赋，这就叫做性。人受了此性，这就在人之内有了一份天，即是说人生之内就见有天命，这不就是通天人了吗？所以中国人特别看重‘性’字。我此次来讲中国的国民性，就是这意思。为什么你的‘性’这样，他的‘性’那样；中国人的国民‘性’这样，西洋人又不这样。这需要拿天时气候、山川地理、历史传习种种，会合起来讲。简单说来，这即是所谓‘天命’。天在哪里？就在我本身，就在我的‘性’。我的性格，就是天的一部分，我们人就代表着天了。可是一个人只能代表天的小小一部分。你是一女子，便是天性之阴；你是一男子，便是天性之阳。人分阴阳，天亦分阴阳，如昼夜寒暑等。中国的阴阳家便喜欢从这里讲。此处不详说。”



“现在讲到中庸第二句：‘率性之谓道’。‘性’可以讲是天性人性，道亦可讲是天道人道。率，遵循义。遵循你的天性而发出的，便是人生大道，亦可



说是自然大道。饥思食，渴思饮，寒思衣，倦思睡，都是率性，即都是道。违背人性，就非道。魏晋清谈讲坦白，讲直率，把你的内心坦白直率地表现出来，这就偏于道家义。儒家言遵循，工夫便要细密些。但儒道两家还是一义，都是通天人。或许一个种田人比一个读书人更能近于道家言的率性，而一个读书人则需要懂得儒家言的率性。所以儒家要讲修身，而道家在此则不多讲。换言之，道家重在讲自然，儒家则更注重在讲人文。率性之谓道，亦即是天人合一。”

“现在再讲第三句，‘修道之谓教’。人道需包括天地及社会人群，故需随时随群而修。周公所讲的道，孔子出来修，以下仍需不断有人起来修，此便是修道之谓教。亦即是司马迁所谓通古今之变。有变便需有修。但尽有修，还是这一道。……修道之‘修’，有修明义，有修正义。周公讲的道，孔子起来修正，又继续有孟子、董仲舒起来把孔子之道修明修正。另一面说，庄子、老子亦来修正孔子之教。所以中庸开始的三句话，实是含义无穷。”

的确如此。这三句话听起来简单，但是它的含意却极为深奥。它不是针对现象界所作的描述，而是基于长远的传统与独到的见识，对于人性的本质所作的论断。这是一种信念，但它不是没有根据的信念，这种信念不是由经验归纳而得，但却可以用来说明人的主要经验。换言之，人之所以构成如此的人类世界，既要求分辨善恶，又要求行善避恶，好像真有一种命令在其中主导，其原因正是《中庸》所要说明的。

2. 道不可离，君子慎独

慎独是儒学的一个重要概念，是我国古代儒家创造出来的具有我国民族特色的自我修身方法。

作者强调，对于这伟大的天道，体道的君子即使在众人眼睛看不到的地方，也要谨慎儆戒，而不可以有一时的疏忽大意；即便在众人听不见的地方，