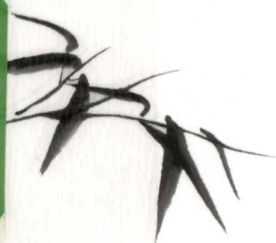


国学精粹

# 大学中庸三解

冯家禄 著

当代『国学』之趋势，以儒、释、道三家的相互渗透、相互交融为主。其中，儒家思想之所以能够根植于民心，就在于它的『在明明德』之修身，『在亲民』之治国，『在止于至善』之境界。若将《大学》、《中庸》合而观之，修身与治国兼而并重，堪称为体现儒家思想的上篇或姊妹篇，实为儒家思想的代表性经典。



人民东方出版传媒  
东方出版社

国学精粹

# 大学中庸三解

冯家禄 著

人民东方出版传媒

 东方出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

大学中庸三解 / 冯家禄 著. —北京: 东方出版社, 2013. 4  
(国学精粹)

ISBN 978-7-5060-6171-1

I. ①大… II. ①冯… III. ①儒家②《大学》—研究③《中庸》—研究 IV. ①B222. 15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 063185 号

## 国学精粹：大学中庸三解

(GUOXUE JINGCUI: DAXUE ZHONGYONG SANJIE)

作 者：冯家禄

责任编辑：夏旭东

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

邮政编码：100706

印 刷：北京市大兴县新魏印刷厂

版 次：2013 年 4 月第 1 版

印 次：2013 年 4 月第 1 次印刷

印 数：1—10000 册

开 本：700 毫米×960 毫米 1/16

印 张：17.25

字 数：308 千字

书 号：ISBN 978-7-5060-6171-1

定 价：37.00 元

发行电话：(010) 65210056 65210060 65210062 65210063

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) 65210012

# | 目 录 |

## 大 学

|                        |      |
|------------------------|------|
| <b>第一章 • 大学之道</b>      | / 3  |
| 第一节 大学之宗旨              | / 4  |
| 第二节 恢复自心内明的方法          | / 8  |
| 第三节 前圣明明德的经验           | / 13 |
| 第四节 亲民之宗旨就是平天下         | / 18 |
| 第五节 修身乃立身处世之本          | / 20 |
| <b>第二章 • 诚其意的内涵</b>    | / 23 |
| 第一节 诚其意就是毋自欺           | / 24 |
| 第二节 诚其意就是诚于中而形于外       | / 27 |
| 第三节 诚其意在于不可懈怠          | / 30 |
| 第四节 前圣诚其意的榜样           | / 32 |
| 第五节 诚其意在于爱岗敬业          | / 39 |
| 第六节 诚其意的基础就是只讲奉献       | / 43 |
| <b>第三章 • 修身取决于正其心</b>  | / 47 |
| <b>第四章 • 齐其家取决于修其身</b> | / 53 |

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| <b>第五章 • 治国必齐其家的内涵</b>  | / 59  |
| 第一节 其家不能教则难以教人          | / 60  |
| 第二节 一言僨事与一人定国           | / 64  |
| 第三节 效法母仪以治其国            | / 68  |
| <b>第六章 • 平天下在治其国的内涵</b> | / 73  |
| 第一节 治国平天下的絜矩之道          | / 74  |
| 第二节 以父母心为政治国            | / 78  |
| 第三节 为政治国之道在于得民心         | / 82  |
| 第四节 为政治国的用人方针           | / 87  |
| 第五节 为政治国的财政方针           | / 92  |
| <b>附录一 《大学原本》原文</b>     | / 98  |
| <b>附录二 《大学朱熹编订本》原文</b>  | / 101 |

## 中 庸

|                   |       |
|-------------------|-------|
| <b>第一章 • 统说中庸</b> | / 107 |
| 第一节 道无所不在         | / 108 |
| 第二节 修道就是致中和       | / 115 |
| <b>第二章 • 赞美中庸</b> | / 119 |
| 第一节 难行中庸          | / 120 |
| 第二节 非道心则不能中庸      | / 126 |
| 第三节 中庸者才伟大        | / 131 |
| <b>第三章 • 践履中庸</b> | / 135 |
| 第一节 中庸的践履是平实      | / 136 |
| 第二节 中庸的遍知遍行性      | / 139 |
| 第三节 皆因执著而失中庸      | / 144 |
| 第四节 素其位而行不误中庸     | / 149 |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 第五节 中庸始于眼前之足下         | / 154 |
| <b>第四章 • 保任中庸</b>     | / 157 |
| 第一节 斋明格思乃保任之总纲        | / 158 |
| 第二节 保任中庸是因果之因         | / 163 |
| 第三节 心安之乐是因果之果         | / 169 |
| 第四节 孝道是保任中庸的基础        | / 175 |
| <b>第五章 • 显用中庸</b>     | / 183 |
| 第一节 显于为政之思想           | / 184 |
| 第二节 显于为政之方策           | / 194 |
| 第三节 显于修身之成就           | / 203 |
| <b>第六章 • 中庸之道的奥秘</b>  | / 211 |
| 第一节 修心法门的奥秘           | / 212 |
| 第二节 至诚之妙用的奥秘          | / 218 |
| 第三节 道心利益万物的奥秘         | / 222 |
| 第四节 天地之道的奥秘           | / 227 |
| <b>第七章 • 中庸就是圣人之道</b> | / 231 |
| 第一节 圣人之道在于圣人之行        | / 232 |
| 第二节 圣王之治在于统一法度        | / 239 |
| 第三节 圣治之策源于传承及民意       | / 244 |
| <b>第八章 • 结中庸</b>      | / 251 |
| 第一节 孔子即“人大”之典范        | / 252 |
| 第二节 结中庸               | / 259 |
| <b>后语</b>             | / 268 |

---

# 大学

---





第一章

大学之道



## 第一节·大学之宗旨

### 【原文】

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。

### 【句解】

**大学之道：大**，从“一”从“人”。从“一”者，《说文》中说“一者，惟初太始，道立于一，造分天地，化成万物”；也就是说，天地万物从初始之道的观点来看都归属于“一”。从“人”者，从人之心也；人心无边无际无限无量，整个宇宙在人心里也只是像太空中所飘浮的一片云彩一样，可见人心之“大”也。也就是说，无始无终、无边无际、无限无量谓之大。**大学**，就是无始无终、无边无际、无限无量的学问，又称作大人之学。什么是大人？既不是年满十八岁的公民，也不是当官者，而是《易经》的《乾卦·文言》中所说：“大人者，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶，先天而弗违，后天而奉天时”的大人。由此而得出，大人就是圣人，所以说，大学也就是圣人之学。**道**，就是准则。这句话直解，就是：**圣人之道的准则**。

**在明明德：在**，就是在于，也就是目的之在于。**明**，第一个“明”字作动词，也就是必须去弄明白，这个弄明白并不是指研究，而是指修正自己的心身行为；第二个“明”字作名词，就是内心彻底的明了，佛家称作“内明”，也就是得道了。所谓得道，就是通过修正自己多生累劫以来的虚妄习性而恢复了原有的先天本性，此时就能彻知万法之源，就能参天地之化育，自心不动而一



切皆明明白了了，故曰“明”也。**德**，就是得道后从内心里自然流溢出来的大德行，也就是《道德经》中所说的“上德无为而无以为”的上德。这句话直解，就是：**其目的就在于弄明白且达到内心彻底明了的精神境界而从内心里自然流溢出来无为而无以为的大德行。**

**在亲民：亲，就是无私的爱，也就是佛家所说的慈悲心。民，就是民人，也就是所有的人。这句话直解，就是：其宗旨就在于以慈悲心爱护所有的人。**

**在止于至善：止，就是始终处于。至善，就是最完美的境地。**以人与人之间的爱心而言，最明显的爱心莫过于母爱，母亲对子女的爱心就是“至善”的境界；很可惜，母爱也只是表现在对自己的子女上，若能将这种母爱扩大到爱一切子女、爱一切人，那就成了圣人的“亲民”之爱了。这句话直解，就是：**奉行其宗旨的标准就是达到了最完美的境地。**

### 【原文直解】

**圣人之道**的准则，其目的就在于弄明白且达到内心彻底明了的精神境界而从内心里自然流溢出来无为而无以为的大德行，其宗旨就在于以慈悲心爱护所有的人，奉行其宗旨的标准就是达到最完美的境地。

### 【讲解】

任何一种思想学说，都有其自己的信念和宗旨。譬如马克思主义、毛泽东思想，她的信念就是解放全人类而实现共产主义，她的宗旨就是全心全意为人民服务。圣人之道也有她的信念和宗旨，其信念就是“明明德”，其宗旨就是“亲民”。马克思主义、毛泽东思想的“解放全人类”，道家的“以百姓心为心”，佛家的“普度众生”，西方宗教的“平等博爱”，从根本而言，一切圣人的思想并没有什么质的不同。

既然一切圣人的思想没有什么质的不同，为什么还要有思想体系与思想体系之间的争辩呢？为什么同一思想体系之内还要有派别之争呢？关键是人们还没有达到“明德”的精神境界，在没有达到“明德”之前，无人不存在为己之私，无论他说得如何好听，根子里总是自私。既有自私之存在，自然就会有思想体系之争，就会有派别之争，就会有为了自私的一切争辩及争夺。如此，还有什么信念可言！还有什么宗旨可言！

关于“大学之道”也可以另解如下：《老子》中说：“有物混成，先天地生；寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母；吾不知其名，字之曰道，强名之曰大。”也就是说，“大”就是“道”，所以“大学”就是修习道的学问，“大学之道”就是修习道的准则。

以圣人之道而言，“在亲民，在止于至善”是圣人之道的用，而“明明德”则是实现其道用的基础；以“明明德”而言，“明”就是道之体，而“德”则是道之用，所以说，“在亲民，在止于至善”就是“德”之道用的具体体现。

诸书将“大学之道”的“道”字，说成是老子所讲的那个“道”，这是不对的。老子所讲的“道”是天地万物所普遍遵循的总规律，也称作“大道”；而“大学之道”的“道”字，则只是“大学”所遵循的准则而已。

“止于至善”，以母爱为例，并不是对孩子一味地娇惯，为了孩子学好，就要以“中”道为标准，孩子的行为符合中道时则表扬，不符合中道时则批评乃至管教。然而，对子女的教育并非真能达到至善的境地，因为你并不明白孩子此时在想什么，你的管教也许是错误的，只有你达到了“内明”之后才能真正地对孩子实施至善的教育。

诸书的译文是：“广泛学习的目的，在于彰明天赋予人的美德，在于使人革旧更新，在于使人们达到最完美的道德境界。”试问，广泛的学习就能“彰明天赋予人的美德”吗？六祖慧能大师并不识得几个字，但却极具美德，这又作何解释？“彰明天赋予人的美德，使人革旧更新，使人们达到最完美的道德境界”，与广泛的学习并没有直接的关系，而只能取决于心性的修养；这个心性的修养，也就是下文中所说的“修身”。

朱熹注：子程子曰：“《大学》，孔氏之遗书，而初学入德之门也。于今可见古人为学次第者，独赖此篇之存，而《论》、《孟》次之。学者必由是而学焉，则庶乎其不差矣。”他们师徒将“大学”视为“为学次第”，并说“学者必由是而学焉”，可见他们也只是将“大学”当成了知识而已；如果硬要说他们没有把“大学”当成知识而是当成了圣人之道，那么圣人之道怎能通过“学”而得到呢？孔子在《论语》中说“学而时习之不亦说乎”，也就是说，圣人之道是通过“习”而得到的，这个“习”并不是指学习，而是指时时的“温故而知新”且变成习惯，只有变成了习惯才能自然地流溢出圣人之德。道



德之所以出现了大滑坡，就在于我们将圣人的思想丢掉了，而将圣人思想丢掉的主要原因，就在于近千年来人们受朱熹妄解的影响太深了，以至于到了今天还有人将中国落后的原因归咎于孔孟之道，讲孔孟之道的所谓名人们还在沿用着朱熹的妄解，是该还孔孟之道一个清白的时候了。

如果将“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”的句子标点改为：“大学之道在明，明德在亲民、在止于至善”，则似乎更易于理解。

## 第二节 • 恢复自心内明的方法

### 【原文】

知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。物有本末，事有终始；知所先后，则近道矣。

### 【句解】

**知止而后有定：**知，就是内心里清清楚楚、明明白白，此处释为觉知。“知止”二字，若用粗略浅显的话来讲，就是“知即止”。“止”相对于“动”而言，“知止”就是将那个“动”给止住。这里的“动”是指什么呢？就是指人们的思想念头。思想念头，也叫做妄念，它就像河水一样的后念推前念地永不停息，于是孔子站在河边时说“逝者如斯夫”也，这个“逝者”就是指念头而言。念头之所以又叫妄念，就是因为这些念头是虚妄不实的，来也空空，去也空空，全都是心动的结果；之皆是因为人们都没有经过专门的练习而不知道有个妄念的暴流一直在头脑里的缘故，若能经过一定的练习，你就会发现它、就会止住它。大家都有过这样的经历，当你在听别人讲话时，开始时听得很认真，渐渐的不知什么时候思想开了小差，别人所讲的话一点儿也没有听进去，这种现象就叫做散乱，这个散乱就是因为开了小差，这个小差就是妄念；当你一旦发现自己的思想开了小差，马上就能进入到认真听讲的过程中来了，也就是说，马上就恢复了你的“知”了。通过这个事例可知，开始听讲很认真，那是你的那个“知”的清明在躬的作用；当思想开小差后，那是你的那个“知”昏沉了而失去了“止”住念头的作用，于是无数的念头便悄悄地冒出来而占据了你的整个大脑；当你发现思想开小差时，就是你的那个“知”又恢复



了，于是其“止”住念头的的作用也就“恢复了”。我们之所以在学习上不能学进去，之所以在思考问题上不能很快找到答案，就是因为我们的思想不能够集中精力，这个不能集中精力就是因为念头杂生的原因。至此而知，所谓“知止”，就是觉知到了思想上有了虚妄的念头也就立即止住了它而恢复出自己的那个“知”性。**有**，就是产生出来。**定**，就是安定或稳定，佛经上叫做“安隐”。这句话直解，就是：**觉知到了思想上有了虚妄的念头也就自然而然地立即止住了它而恢复了自己的那个“知”性且使其“知”随之进入安隐的境界。**

**定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得：****能**，就是自然而然的产生。**静**，就是心思不乱之清静，也就是心里只有一个“觉知”而无其他杂念，达摩祖师在入打坐中听到蚁斗如雷鸣，就是这种“静”。**安**，就是心神宁静之安然，也就是心安理得那样的心安，内里有一种“乐”的成分，也就是孔子所说的“学而时习之不亦说乎”的“愉悦”的成分，佛家称之为“轻安”，也就是轻松安乐的意思。在“安”的境界中，才似乎认识到自己的以往都是错误的，所以才愉悦而心安理得也。**虑**，就是思虑，这个“思虑”并不是我们所谓的“想”，“想”只是一种最粗浅的思想活动，比“想”深一层的叫做“思”，再深一层的才叫做“虑”，又叫做“精思”，曾子在《论语》中称之为“慎终追远”，也就是道家所说的“存想”或佛家所说的“禅那”。**得**，就是获得，也就是获得了“明德”；所谓“得”，只是指外行而言，“内明”只能是恢复，而“大德行”才是获得。这几句话直解，就是：**安隐的境界持续下去就会自然而然地产生一种心思不乱之清静的境界，心思不乱之清静的境界持续下去就会自然而然地产生一种心神宁静之心安理得的境界，在心神宁静之心安理得的境界中才能生起慎终追远的精思之功用，精思的功用持续下去就会自然而然地获得那个“明德”的先天本性了。**

**物有本末，事有终始；知所先后，则近道矣：****物**，就是我们所说的“东西”。**本**，就是根本，也就是老根。**末**，就是末梢。**终**，就是最后之结果。**始**，就是开始之初因。**先**，就是先前，此指物之本及事之始而言。**后**，就是最后，此指物之未及事之终而言。**知所先后**，就是知道了事物所发生时的初始原因及形成后的最终结果。这个“知所先后”，就是曾子在《论语》中所说的经过“慎终追远”所得到的“民德归厚矣”的成就。**道**，就是老子所说的那个天地万物所普遍遵循的总规律之大道，此处指道心而言。我们世人常说的“心”并不是真正的心，而是真心的影子，科学的名字叫做意识，所以世人自称谓之

“我”也；意识的背后是“末那识”，也叫做意识的根子；“末那识”的背后是“藏识”，“藏识”的主人叫做“掩摩罗识”或“如来识”，也叫做“道心”或“真心”，所以得道之人自称“吾”也。**近道**，就是近似于恢复了那个道心了；此时还没有真正恢复道心，而只是近似于道心而已。这几句话直解，就是：任何东西都有其发生时的老根及长成后的末梢，任何事情都有其最终所形成的结果及开始时的初始原因；如果经过“知、止、定、静、安、虑、得”的练习而彻知了它们所发生时的初始原因及形成后的最终结果，也就近似于恢复了那个道心了。

## 【原文直解】

觉知到了思想上有了虚妄的念头也就自然而然地立即止住了它而恢复了自己的那个“知”性且使其“知”随之进入安隐的境界，安隐的境界持续下去就会自然而然地产生一种心思不乱之清静的境界，心思不乱之清静的境界持续下去就会自然而然地产生一种心神宁静之心安理得的境界，在心神宁静之心安理得的境界中才能生起慎终追远的精思之功用，精思的功用持续下去就会自然而然地获得那个“明德”之先天本性了。任何东西都有其发生时的老根及长成后的末梢，任何事情都有其最终所形成的结果及开始时的初始原因；如果经过“知、止、定、静、安、虑、得”的练习而彻知了它们所发生时的初始原因及形成后的最终结果，也就近似于恢复了那个道心了。

## 【讲解】

上一节说，要想实现“亲民”的信念及“止于至善”的宗旨，首先必须“明明德”。内明是因，大德行是果，内明是核心、是重中之重，那么怎样才能获得内明呢？这就需要做练习的功夫，也就是修行家所说的“修行”，也就是修正自己的心身行为。这个修行的功夫，就是“知、止、定、静、安、虑、得”的七个层次，也叫做“七证功夫”。

七证功夫最难的层次是“知止”，虽然它只是初步之功夫，但是因为我们世人都没有真正地修习过，所以都不认识它，即便遇到了“知止”的境界也会放过它，即使听修行人讲经验也听不明白；犹如我们去见一个不认识的人一样，即使提前向别人打听了他的模样，也往往会与他走对面时而放了过去；所以，初习者必须按一定的方法多练习，再将自己练习中所遇到的情况多向老修

行者请教，如此才能入门。所谓一定的练习方法，佛家或道家的方法很多，任意找一个适合自己的方法即可，若是真心想练习者，建议研读当代大德南怀瑾先生的《如何修正佛法》一书，则定能有所获。除了“知止”的初步功夫外，“虑”的一步功夫也很难，它既不是想，也不是不想，叫它“精思”或“禅那”也只是个名词，于是佛家又叫它“参”；《心经》中则称为“照”，叫做“照见五蕴皆空”，这个“照”的功夫，起初是“有寻有伺”，后来是“无寻唯伺”，最终是“无寻无伺”；当代大德南怀瑾先生形容它说“就像手里拿着个电源插头在众多的插座上试插一样”，也就是说，既不是提前选定一个插座去插，也不是盲目的到处乱插，而是无心的遇到一个插座就试一试，一旦突然灯泡亮了，也就是“虑”成功了。修行是个慢活，一点儿也急不得，没有持之以恒的精神是行不通的，所以必须慢慢来而渐修渐进。

“知止”不仅仅指“止妄念”，也可以指“止定境”。对于初习者而言，是觉知到了思想上有了虚妄的念头也就自然而然地立即止住了它而恢复出自己的那个“知”性了；对于久习而入于定者，则是觉知到了自己是在定中也就自然而然地立即止住了定境而出定了。

诸书的译文是：“知道所要达到最完美的道德境界是‘至善’，然后才能确定志向，有了确定的志向然后才能心情宁静，心情宁静然后才能处世安和，处世安和然后才能行事思虑周详，思虑周详然后才能达到最完美的道德境界。万物都有根柢和枝节，万事都有结局和发端，知道事物的先后次序，那么就接近学习的目的了。”试问：1. 知道所要达到最完美的道德境界是“至善”，就能确定志向吗？所确定的又是什么志向？假定此处是指确定修身向善的志向而言，为什么人人都知道向善是道德境界的最高尚却没有确定修身向善的志向呢？反而道德大滑坡呢？2. 有了确定的志向之后，就能心情宁静吗？小偷的志向是偷别人的财物，当他在实施偷窃时正遇上警察来搜查，此时他的心情能宁静吗？学生所确立的志向就是升上大学，他在临考前的心情能宁静吗？3. 心情宁静然后才能处世安和，这是对的；但处世安和之后，就能行事思虑周详吗？乡下的许多老头老太太大都处世安和，即使故意惹他生气，他也不会生气，然而他思虑周详了吗？不仅不能思虑周详，而且还比少壮时更加容易健忘，乃至刚吃过饭就忘记了吃的是什么，他能思虑周详吗？4. 思虑周详之后，就能达到最完美的道德境界吗？首先说，道不是靠思虑思出来的，而是靠修正心身行为而自然恢复的。所谓思虑周详，也就是思考的头头是道而无一点儿疏漏，这