

王阳明

知行合一的人生哲学

心学

历代名人曾多次推荐学习王阳明

王阳明创立的阳明心学集儒、释、道之大成，是中国传统文化中的精华，是增强中国人文化自信的切入点之一。

阳铭◎著

领略心学精妙，强大自我内心。



当代世界出版社
THE CONTEMPORARY WORLD PRESS

知行合一的人生哲学

王阳明



心学

阳
铭
◎
著



图书在版编目(CIP)数据

王阳明心学：知行合一的人生哲学 / 阳铭著. — 北京：
当代世界出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5090-1170-6

I. ①王… II. ①阳… III. ①王守仁(1472-1528)
—心学—研究 IV. ①B248.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 289826 号

书 名：王阳明心学：知行合一的人生哲学

出版发行：当代世界出版社

地 址：北京市复兴路 4 号(100860)

网 址：<http://www.worldpress.org.cn>

编务电话：(010)83907332

发行电话：(010)83908409

(010)83908455

(010)83908377

(010)83908423(邮购)

(010)83908410(传真)

经 销：全国新华书店

印 刷：三河市三佳印刷装订有限公司

开 本：710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张：15

字 数：220 千字

版 次：2017 年 6 月第 1 版

印 次：2017 年 6 月第 1 次

书 号：ISBN 978-7-5090-1170-6

定 价：36.80 元

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换。

版权所有,翻印必究,未经许可,不得转载!

破山中贼易，破心中贼难。

——王阳明

|| 序 言

明武宗正德三年，公元 1508 年，心学集大成者王阳明在贵阳文明书院讲学时，首次提出了知行合一说。所谓“知”，主要是指人的道德意识和思想意念；“行”，主要是指人基于道德意识所进行的实践活动。知是行的前提和基础，行是知的表现和内涵，二者缺一不可。

良知，无不行，而自觉的行，也就是知。王阳明强调知中有行，行中有知，知与行是合二为一的，不能将二者割裂开来。因为道德意识离不开道德行为，道德行为也离不开道德意识，二者互为表里，不可分离。

“知是行的主意，行是知的工夫；知是行之始，行是知之成”，以知为行，知决定行。王阳明认为，知即道德，是人行动的指导思想，一个人在做事情的时候按照道德的要求去做，就可以达到自身内心对道德的期许，做一个有良知的人。如果说一个人不按照道德的原则做事，肆意妄为，随意放纵自己的行为，那么从根本上就会落入非道德的误区，让自己无可奈何，也始终走不出来。

王阳明，字伯安，名守仁，是今浙江余姚人。也许生不逢时对于他来说是悲哀的，但更是幸运的。出身官宦世家的他并未因此放弃读书，反而胸怀大志，饱读诗书。祖父的离世，两次科举考试的落榜都没让他放弃要成为圣人的伟大志向。考取功名本以为可以平步青云，却因为敢讲真话遭到他人的诋毁。被贬贵州虽然百般苦难，但他却不放弃，最终成为一代大儒，成就了自己，成为一个真正有良知的人，一个道德高尚的人。

明朝的政局动荡不安，王阳明心力交瘁，但是他从来都没有忘记自己齐家治国平天下的责任。面对刘瑾的为非作歹，他选择仗义执言，他以为自己的话语能够点醒皇上，却没想到只是六品官员的他起不到什么作用。结果，他先是被廷杖四十，后又被贬谪至荒芜之地——贵州龙场。

在贵州龙场的日子，王阳明遭受了此生最大的磨难。官吏的刁难，人们的欺凌，虽然让王阳明无奈，但是他并未因此放弃自己的志向，更未自暴自弃。他克服困难，在领会儒家失传已久的“格物致知”要旨后，洞察人内心的真实想法，领悟“知行合一”的智慧，最终创立了影响后世的心学。

王阳明的知行合一学说与朱熹的理学思想相对立。他反对程朱理学将知与行分开、先有知才能行的说法，纠正了朱学关于知行的一些偏见。他的知行合一学说深化了道德意识的自觉性和实践性的关系，克服了朱熹提出的知先行后的弊病。他要求人们树立一种信念，在刚开始意念活动时依照“善”的原则去做，将不善和恶念消灭在萌生阶段，做到真正的知行合一。

我们每个人都有着自己的困惑，都会受到利益、欲望的牵绊，都可能会与他人发生各种想不到的争执和麻烦，也会在自己的人生道路上遇到各种各样的坎坷，我们该如何面对，又该如何处理，归根结底要用内心的力量，用善念来解决，秉持内心的原则和意念来引导自己的实践行动。

王阳明知行合一的学说，对于生活在物欲膨胀、快节奏生活时代的我们具有非常重要的意义。很多时候，我们会发现，伴随着年龄和阅历的增长，我们逐渐迷失了自我，找不到方向，我们需要停下自己匆忙的脚步，释放自己内心的力量，在沉着冷静中不断地发现新的自我，不忘初心，成就最优秀的自己。

王阳明知行合一学说的精华在于以心为本，提倡善念，用善念指导行动，做一个有良知的人、一个道德高尚的人、一个有情操的人。本书

包含了王阳明人生哲学的主要思想，选取其哲学中的精华部分予以深入的分析，从理论与实践两方面进行相对客观的阐释，以帮助读者理解其知行合一学说的精华。不得不说，王阳明提出的知行合一从根本上为人们解决了关于利益、欲望、行为的困惑，让人们可以更加理性地去看待一件事情，用善念来做真正的自己。

目录

Contents



第一章 修心

——修心则成己，内心强大的人才能大有作为

人生在世若想成就自己，就一定要修心。心好比一面镜子，世间万物皆融于心，心强大，则改造万物的能力强；心弱小，则被外部困境所扰。唯有内心强大，才能掌控万物，有一番大作为。

1. 内心强大靠修行…2
2. 有心念不浮躁…4
3. 心狭隘则祸患成…6
4. “思一二，不思八九” …9
5. 清净之心不动气…11
6. 多修成己心…13
7. 内心强则作为生…15

第二章 诚心

——坚守纯粹心，做一个至诚之人

人要有一颗诚敬心，对自己严格要求，对他人心怀敬意。当至诚成了行动的准则时，不但在做人上能够坦坦荡荡，在做事上也会打开更多方便之门。

1. 君子养心莫善于诚…20

2. 保持本色，显露真情的一面…22
3. 朴实的人生态度很重要…24
4. 不欺不诈，信守承诺…26
5. 精诚所至，金石为开…28
6. 诚信是做人的大原则…30

第三章 良心

——知行当合一，有良知才知何为善恶

心本无善恶之分，然而无奈世间诱惑太多，于是，人人逐利丧失了原本的良知。要想拥有豁达心境，就要为善除恶，找回原本的良知。然而只有想法是不够的，关键还要身体力行，只有把想和做合二为一，才能成为一名言行一致的人。

1. 心为本，见闻出良知…34
2. 良知为尺量万物…36
3. 欲动则善恶分…38
4. 为善除恶即修心…40
5. 无良知，行而改之…43
6. 身体力行存良知…45
7. 言行一致做高尚之人…47
8. 知与行，合二为一…49

第四章 宽心

——宽厚得大道，身心淡定无烦恼

把心放宽，外界的烦扰就无法打乱内心的安宁。那些患得患失、斤斤计较的人，常会情绪激动、心浮气躁，外界的压力一次次地冲击着他们的底线，搅乱了他们平静的生活，使他们少了气定神闲的坦途。

1. 不忙不乱，不焦不躁…54

2. 看破世间繁华，不动于气…56
3. 能够包容他人的过失…58
4. 身处泥泞，遥看满山花开…60
5. 心胸狭窄的人会无路可走…62
6. 让生活回归简单…64
7. 空心，才能容万物…66

第五章 静心

——静坐察己过，他人是非与我何干

眼不明心不亮，所以人常常只见他人过失，不见自己缺漏。独自一人时，何不静静坐下来反省自己，好好想想自己的过错和不足。与其谈论他人是非，不如潜心修炼自己的心性。

1. 先静坐再自我反省…70
2. 察己过修心境…72
3. 他人是非莫放心上…74
4. 闭口不论他人事…76
5. 好话说多不如不说…78
6. 人仰改过之心…80
7. 谨慎心三思后言…82
8. 人错则需省己…84

第六章 动心

——心外皆是空，少动心还要多用心

心即是理，名利、荣誉、苦难，这些心外之物不过是虚空，对于这些虚空之物，又何必动心呢！心动，则外部荆棘丛生，轻则烦恼生，重则身心俱伤，少动心才是人生正道。用心修行，人生自然得清净。

1. 心外无物莫动心…88

2. 名利好，动心则烦恼…90
3. 荣辱毁誉皆浮云…92
4. 少动心就是养心…94
5. 耐住寂寞则苦尽甘来…96
6. 内心强大不为物扰…98
7. 一意只修平常心…100
8. 多尽心，心道既成…102

第七章 用心

——格物无动静，有事没事心不可不思

世间万物本无好坏之分，只是因为心有喜恶。修心重在心的磨炼，所以，有事也好没事也罢，勤思考是不会错的，心不能空，一旦空下来，就会被各种迷茫、欲望、嗔念填满。唯有时时思考，才能留住心性本真。

1. “格物”重在心而非物…106
2. 明理顺道才能正心…108
3. 有事没事常思考…110
4. 心如铁，不思则锈…112
5. 抱朴守拙留心性本真…114
6. 真糊涂不如装糊涂…116
7. 无根之本难长久…118
8. 心正谓其主一之功…120

第八章 治心

——内法而外情，方圆之道是处世大智慧

为人处世不能不讲原则，俗话说水至清则无鱼，原则性太强反而会令人敬而远之。但没有原则也不行，最好的处世之道就是外圆内方，

表面上给他人留足情面，内心则依旧坚持原则，唯有这样才能情法两全。

1. 处世哪能没原则…124
2. 留情面才能有朋友…126
3. 圆中有方，处世不慌…128
4. 情法相申大智慧…130
5. 心聚万物多一点包容…132
6. 多权宜，灵活处世…134
7. 透彻心看清谁是至诚人…136

第九章 小心

——君子当慎独，处处谨慎就是“圣算”

面具就是烦恼，那么，何必戴着烦恼人前一套背后一套？独处之时，尤其更要谨言慎行，修心就是修根，唯有根稳定，我们才能时时戒惧，远离放纵和欺骗。无论何时何地，克己之人才会有“圣算”。

1. 随时随地心有“理”…140
2. 人前人后莫张狂…142
3. 放纵是修心的大忌…144
4. 克己也是修行…146
5. 面对未知当谨慎…148
6. 心为根才有“圣算”…150
7. 不欺人，不骗心…152
8. 尽知不如无知…153

第十章 孝心

——百善孝为先，安家、持家靠孝道

孝亲是人生最大的使命，也蕴含着无尽的幸福。回报父母的养育

之恩，其实是生命承载的智慧，而你也在行动中让下一代见证了安家、持家的基本法则。

1. 时刻念父母生养之恩…158
2. 为父母尽点孝心…160
3. 尽孝才会让心灵安宁…162
4. 给孩子做出孝顺的榜样…164
5. 孝顺就在当下…166
6. 孝道是一种生存品质…168

第十一章 真心

——事上唯求是，真用功就别做无用功

不管做什么，都要实事求是。所谓“求是”就是追求真理，倘若我们一开始追求的就是名利，路走错了，用功越多错的也就越多。用明镜心看清是非路，不要做无用功，只要方向正确，尽心尽责多用功，自然能够马到成功。

1. 尽责方可成事…172
2. 求“是”不可走弯路…174
3. 事上磨也要用功…176
4. 小心做的都是无用功…178
5. 成败之别在功夫…180
6. 不困惑，明镜心做正确事…182
7. 主次分清事易成…184
8. 不为利扰，不为事悲…186

第十二章 善心

——至善而心止，大智大诚做人中龙凤

修心并非没有止境，做到了至善，我们就是大诚大智之人。心至

善，则没有任何执念，也就会放下私心，学会利人。人在俗世，这是不可改变的，但我们却可以用一颗出世之心来做入世之事。

1. 无执念即是大智…190
2. 利人方能度己心…192
3. 善，众人如水归之…194
4. 出世心做入世事…196
5. 不逾矩无偏颇…198
6. 不怕不悔从心所为…200
7. 心不动人中龙凤…202

第十三章 革心

——权变即事功，别认死理，要会灵活变通

如果暂时改变不了环境，那么就要去顺应它，千万别钻牛角尖。修心并不是封闭自己，而是要把万物融入心中，只有这样才能在紧急时断臂求生，才能适时变通，从而找到成功的捷径。

1. 修心不等于封闭自我…206
2. 心即是环境的投影…208
3. 先顺环境才能立功业…210
4. 认死理必会撞南墙…212
5. 变通多一点，阻力少一点…214
6. 危急时则断臂求生…216
7. 不逞能，尽责即可…218
8. 心淡定，悲喜无益于事…220

第一章

修心

修心则成己，内心强大的人才能大有作为

人生在世若想成就自己，就一定要修心。心好比一面镜子，世间万物皆融于心，心强大，则改造万物的能力强；心弱小，则被外部困境所扰。唯有内心强大，才能掌控万物，有一番大作为。

1. 内心强大靠修行

人生是一场心灵的修行，生命的意义在于内心的旅程。这是一个纷繁复杂的社会，生活的琐事、工作的烦恼、家庭的牵绊让我们伤神，自然而然中我们的内心逐渐脆弱。

每个人的人生都不可能是一帆风顺的，我们的智慧和心理因素决定了我们所走的道路和方向。面对挫折和失败，有些人选择抱怨，怨天尤人，而有些人却在挫折的道路上越挫越勇。正所谓，冰冻三尺非一日之寒。他们选择锻炼自己的意志，磨炼自己的心性，在困境中逐渐强大，在修行中逐渐成熟，王阳明就是这样的人。

儿时的王阳明是窘迫的，5岁时还不能像邻家小孩一样正常说话，大家的冷言冷语、父母的担忧并没有使他堕落。父亲每每诵读书籍时，他都默记在心，以致后来当他开口说话时，能够将很多诗篇倒背如流。他在学习中磨炼，学习经典和人生哲理，他告诉自己，要在书中修炼自己的内心。也正是孩童时代的奠基，才有了后来的王阳明。

王阳明12岁时，当教书先生让弟子们以“我的理想”为题目写一篇作文时，他与其他人完全不一样，他写道：“我想成为一位不朽的圣人，而不是只成为大富大贵的平凡人。”也许，在大家看来，这样的想法太过自傲，但是如果我们知道王阳明之后为这一理想付出的努力，就不会这么认为了。为了实现这一伟大的理想，他一直努力着，正是因为他内

心的执着和坚持，才成就了他如此强大的内心。

为了成为理想中的圣人，他走遍千山万水，拜访多位友人，与其讨论成为圣贤的道路和方式。他是偏执的，深入研究朱熹的《四书集注》，多次寻求无果后，又在理学权威著作《近思录》中寻求答案，他看到朱熹说：“理存在于万事万物中，你只要认真地去格，你也可以成为圣贤。”于是，他和一位好友来到祖父王天叙种竹子的地方盯着竹子，当朋友熬不住时，他却依然努力地坚持，但他并没有因此成为圣贤，而是病倒了。

这样的努力让王阳明心累，但是他却没有放弃追逐的脚步。的确，他是偏执的，偏执的他没有成功，走了诸多弯路，却造就了他强大的内心。

21岁的王阳明在浙江考过乡试之后，准备会试。按理说，以他的勤奋和努力，在国考中拔得头筹是一件轻而易举的事情，但没想到，他却落榜了。第二年，22岁的他满怀信心地又一次参加国考，却再次名落孙山。在王阳明看来，这是命运对他的考验，为此他不能坐以待毙，必须越挫越勇。3年后，科举考试带给王阳明的竟然是又一次落榜的结局。

也许这是“意外”，同一件事情在王阳明身上发生了很多次，而王阳明却没有因此抱怨命运的不公。有传记记载，王阳明对此无动于衷，好像什么事情也没有发生过，将其当成了人生对他的考验。在他看来，一个多次失败的人并不可怕，可怕的是因此而消沉，因此而失去人生的方向。

试想，生活中的我们又是如何面对失败的呢？我们的人生中总会遇到很多不如意，学习、生活和工作会给我们带来很多烦恼，但是我们却不能因为这些烦恼而失去对生活的信心，要知道，生活是一场心灵的旅行。一个内心足够强大的人不是一出生就学会了强大自己的内心，而是在人生的旅途中不断地磨炼自己，不断地提醒自己，告知自己人生的奥秘。这就是我们所说的修行的意义。