

## 劝学

### 【原文】

君子曰：学不可以已。青，取之于蓝而青于蓝；冰，水为之而寒于水。木直中绳，輮以为轮，其曲中规，虽有槁暴，不复挺者，輮使之然也<sup>①</sup>。故木受绳则直，金就砺则利，君子博学而日参省乎己，则知明而行无过矣。

故不登高山，不知天之高也；不临深溪，不知地之厚也；不闻先王之遗言，不知学问之大也。干、越、夷、貉之子，生而同声，长而异俗，教使之然也。《诗》曰：“嗟尔君子，无恒安息。靖共尔位，好是正直。神之听之，介尔景福<sup>②</sup>。”神莫大于化道，福莫长于无祸。

吾尝终日而思矣，不如须臾之所学也；吾尝跂而望矣，不如登高之博见也。登高而招，臂非加长也，而见者远；顺风而呼，声非加疾也，而闻者彰。假舆马者，非利足也，而致千里；假舟楫者，非能水也，而绝江河。君子生非异也<sup>③</sup>，善假于物也。南方有鸟焉，名曰蒙鸠，以羽为巢，而编之以发，系之苇苕，风至苕折，卵破子死。巢非不完也，所系者然也。西方有木焉，名曰射干，茎长四寸，生于高山之上，而临百仞之渊，木茎非能长也，所立者然也。蓬生麻中，不扶而直。兰槐之根是为芷，其渐之滫<sup>④</sup>，君子不近，庶人不服，其质非不美也，所渐者然也。故君子居必择乡，游必就士，所以防邪僻而近中正也。

物类之起，必有所始。荣辱之来，必象其德。肉腐出虫，鱼枯生蠹。怠慢忘身，祸灾乃作。强自取柱，柔自取束。邪秽在身，怨之所构<sup>⑤</sup>。施薪若一，火就燥也；平地若一，水就湿也。草木畴生，禽兽群焉，物各从其类也。是故质的张而弓矢至焉，林木茂而斧斤至焉，树成荫而众鸟息焉，醯酸而蚋聚焉。故言有召祸也，行有招辱也，君子慎其所立乎！

积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自

得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功不在舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。螾无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也；蟹六跪而二螯，非蛇蟪之穴无可寄托者，用心躁也。是故无冥冥之志者，无昭昭之明；无惛惛之事者，无赫赫之功。行衢道者不至，事两君者不容。目不能两视而明，耳不能两听而聪。螭蛇无足而飞，梧鼠五技而穷。《诗》曰：“尸鸠在桑，其子七兮。淑人君子，其仪一兮。其仪一兮，心如结兮。”故君子结于一也。

昔者瓠巴鼓瑟而流鱼出听<sup>⑦</sup>，伯牙鼓琴而六马仰秣。故声无小而不闻，行无隐而不形；玉在山而草木润，渊生珠而崖不枯。为善不积邪，安有不闻者乎？

学恶乎始？恶乎终？曰：其数则始乎诵经，终乎读礼；其义则始乎为士，终乎为圣人。真积力久则入，学至乎没而后止也。故学数有终，若其义则不可须臾舍也。为之，人也；舍之，禽兽也。故《书》者，政事之纪也；《诗》者，中声之所止也；《礼》者，法之大分、类之纲纪也。故学至乎《礼》而止矣。夫是之谓道德之极。《礼》之敬文也，《乐》之中和也，《诗》、《书》之博也，《春秋》之微也，在天地之间者毕矣<sup>⑧</sup>。

君子之学也，入乎耳，箸乎心，布乎四体，形乎动静，端而言，蠕而动<sup>⑨</sup>，一可以为法则。小人之学也，入乎耳，出乎口。口耳之间则四寸耳，曷足以美七尺之躯哉！古之学者为己，今之学者为人。君子之学也，以美其身；小人之学也，以为禽犊。故不问而告谓之傲，问一而告二谓之𦉳<sup>⑩</sup>。傲，非也；𦉳，非也。君子如向矣。

学莫便乎近其人。《礼》、《乐》法而不说，《诗》、《书》故而不切，《春秋》约而不速。方其人之习君子之说，则尊以遍矣，周于世矣。故曰：学莫便乎近其人。学之经莫速乎好其人，隆礼次之。上不能好其人，下不能隆礼，安特将学杂识志，顺《诗》、《书》而已耳，则末世穷年，不免为陋儒而已。将原先王，本仁义，则礼正其经纬蹊径也。若挈裘领，诎五指而顿之，顺者不可胜数也。不道礼宪，以《诗》、《书》为之，譬之犹以指测河也，以戈春黍也，以锥飡壶也，不可以得之矣。故隆礼，虽未明，法士也；不隆礼，虽察辩，散儒也。问楛者<sup>⑪</sup>勿告也，告楛者勿问也，说楛

者勿听也，有争气者勿与辩也。故必由其道至，然后接之，非其道则避之。故礼恭而后可与言道之方，辞顺而后可与言道之理，色从而后可与言道之致。故未可与言而言谓之傲，可与言而不言谓之隐，不观气色而言谓之瞽<sup>⑫</sup>。故君子不傲，不隐，不瞽，谨顺其身。《诗》曰：“匪交匪舒，天子所予。”此之谓也。

百发失一，不足谓善射；千里跬步不至，不足谓善御；伦类不通，仁义不一，不足谓善学。学也者，固学一之也。一出焉，一入焉，涂巷之人也。其善者少，不善者多，桀、纣、盗跖也。全之尽之，然后学者也。君子知夫不全不粹之不足以为美也，故诵数以贯之，思索以通之，为其人之处之<sup>⑬</sup>，除其害者以持养之，使目非是无欲见也，使耳非是无欲闻也，使口非是无欲言也，使心非是无欲虑也。及至其致好之也，目好之五色，耳好之五声，口好之五味，心利之有天下。是故权利不能倾也，群众不能移也，天下不能荡也。生乎由是，死乎由是，夫是之谓德操。德操然后能定，能定然后能应，能定能应，夫是之谓成人。天见其明，地见其光，君子贵其全也。

### 【注释】

①輶：通“揉”。拗使直成曲。

②介：助。景福：大福。

③生：同“性”。天赋，资质。

④其：若。渐：浸渍。

⑤构：造成，结成。

⑥心如结兮：指用心专一，像结扎起来那样坚定。

⑦瓠（hù）巴：人名，不知何代人，善于鼓瑟。

⑧毕：网罗无遗之意。引申为尽，全。

⑨蠕（rú）：“蠕”的异体字，微动。

⑩贲（zàn）：讲话没有节制。

⑪楛（kǔ）：比喻事情的不正当或态度的恶劣。楛，同苦，恶也。

⑫瞽（gǔ）：盲人，瞎子。

⑬处：立身处世。

## 【译文】

君子说：学习不能够停止。靛青是从蓼蓝中提炼出来的，但比蓼蓝更青；冰是由水凝固而成的，但比水寒冷。木材挺直，符合木工的墨线，经火烘烤弯曲做成车轮，它的曲度与圆规画的相合，即使再烘烤暴晒，也不能再伸直了，这是因为熏烤弯曲使它这样的啊。所以木材经过墨斗画线加工后变直了，金属制成的刀剑在磨刀石上磨过之后变锋利了，君子广泛的学习，而又能每天检查反省自己，那就会见识高明而行动上不会犯错误了。所以，不登上高高的山峰，不知道天的高度；不亲临深溪，就不知道大地的厚度；不聆听前代圣王的遗言，就不知道学问的渊博。干国、越国，夷族和貉族的孩子，生下来哭声都相同，长大后习俗却不同，这是由于后天的教育的不同才使他们这样的啊。《诗经》中说：“你们君子啊，不要老是贪图安逸、歇息，要安心供奉你的职位，爱好正直的德行。天神知道了这些会赐予你极大的幸福。”精神修养没有比融化于圣贤的道德更高的了。幸福没有比无灾无祸更长久的了。

我曾经整天地思考，但不如学习片刻所获得的教益；我曾经踮起脚跟瞭望，但比不上登上高处所见之广阔。登上高处招手，手臂并没有加长，但远处的人能看得见。顺着风呼喊，声音并没有加强，但听的人却听得很清楚。借助车马外出的人，并不是双脚善于走路，但能够一日行千里；凭借船桨的人，并不是善于游泳，但能横渡江河。君子的生性并不是与别人有所不同，只不过是善于借助外物罢了。南方有一种名叫蒙鸠的鸟，它用羽毛做窝，再用毛发编织起来，系结在芦苇穗子上，大风吹来，苇穗折断，鸟蛋跌破，幼鸟摔死。它做的窝不是不完善，而是窝所系的地方使它这样的。西方有一种草，名叫射干，茎长四寸。生长在高山，面对百丈深渊。它的茎并非能长这么高，而是它生长的位置使它这样的。蓬草生在丛麻当中，不去扶持它也挺直。兰槐的根就是芷，若把它浸在尿液中，君子不愿接近它，普通老百姓也不再佩戴它。它的本质不是不美，只因为被浸在尿液中使它这样的。所以君子居住时必须要选择乡里，交游必须接近贤士，这是防止自己误入邪途而接近正道的

方法。

各种事物的发生，一定有它的根由；荣誉和耻辱的来临，必定和它德行的好坏相适应。肉腐烂了就生蛆，鱼枯死了就生虫。懈怠疏忽而忘记了自身，灾祸就要发生。坚强的东西自然被用作支柱，柔软的东西自然被用来做绳子捆束东西。邪恶污秽的东西存在于自身，是怨恨集结的原因。放上看似是同样的柴，火总是朝着干燥的一方烧去；平整的土地看似一样，水总是向低湿的一边流淌。草木按类生长，同类的禽兽聚居在一起，万物都各自依附它们的同类。所以箭靶张设了，箭就向这里射来；森林的树木茂盛了，伐木者就拿着斧头来砍伐了；树木成荫，群鸟就来这里栖息；醋发酸了，蚊子就飞来聚集。所以说话有时会招来灾祸，做事有时会招来耻辱，君子要谨慎地立身处世啊！

土堆积起来成了高山，风雨就会在那里兴起；水汇积起来成为深潭，蛟龙就会在那里生长；积累善行成了有道德的人，自会心智澄明，而圣人的思想境界也就具备了。所以不半步半步的积累，就无法达到千里之外；不汇集众多的小溪流，就不能形成江海。骏马一跃，不能超过十步；劣马跑十天也可以达到千里。成功的原因在于不停顿地向前走。雕刻东西，如果中途放弃，即使是腐烂的木头也不能刻断；如果不停地刻下去，就连金属和石头都能刻穿。蚯蚓没有锐利的爪牙和强壮的筋骨，但它能吃到地上的泥土，喝到地下的泉水，这是因为它用心专一的缘故；螃蟹有八只脚两只螯，但如果没有蛇或鳝所居住的洞穴就无处栖身，这是因为它用心浮躁的缘故。所以一个人要是没有潜心钻研的精神，就不能明辨事理，洞察一切；不专心致志地工作，就不可能有显赫的成绩。徘徊于歧路上的人不能够到达目的，同时侍奉两个君主的人，在道义上不能宽容。眼睛不能同时看清楚两件东西，耳朵不能同时把两种声音全都听清楚。螭蛇没有脚却能飞行，梧鼠虽有五种技能，但总是陷于困境。《诗经》云：“布谷鸟居住在桑树上，专心哺育它的七只小雏；那些善人君子啊，始终坚持道义；坚持道义真专一，心像结扎起来那样坚定。”所以君子学习或办事总是把心志集中在一点上。

从前瓠巴鼓瑟时，沉没在水底的鱼都浮出水面来听；伯牙弹琴时，

马被琴声所吸引，抬起头来咧着嘴听。所以声音无论怎样小，没有不被听到的，行为无论怎样隐蔽，没有不显露出来的。宝玉蕴藏在山中，山上的草木都会滋润；深潭里生了珍珠，潭边的崖岸都不显得干枯。总是坚持做好事不做坏事，哪有不被世人知道的呢？

学习从哪里开始？到哪里终结？回答是：从学习的科目来说，是从诵读《诗经》《尚书》开始，到读《礼经》为止；论做学问的意义，是从做一个读书人开始，到成为圣人为止。真心诚意日积月累，力行而能持久，才能学而有成，学到老死后才停止。所以从学习的科目来说是有尽头的，若从学习的意义上说，连片刻也不能停止。通过学习保持礼仪，是堂堂正正的人；半途放弃学习而舍弃了义，就成了禽兽。《尚书》是记载古代政事的书；《诗经》是收集了有和谐乐律的诗歌编辑而成的；《礼经》是礼法的总纲，也是依礼法条文类推出来的具体律例准则的纲要，所以学习要达到《礼经》的要求才算到了终点。这可以叫作达到了道德的顶点。《礼经》的恭敬而有节文，《乐经》的中正而又和谐，《诗经》、《尚书》内容的广博，《春秋》的微言大义的道理，这些典籍把天地间的一切事物都包括其中了。

君子的学习，要把所学的东西听入耳中，牢记在心里，融会贯通到整个全身，并表现在举止上；哪怕是极细微的言行，都可以成为别人效仿的榜样。小人的学习，只是从耳中听进去，从口中说出来。嘴巴与耳朵间的距离不过四寸，又怎么能使自己七尺之躯的品德得到修养从而使自己变得完美呢？古时候的学者，学习是为了自己进德修业，现在的学者，学习是为了给别人看的。君子的学习，是用它来完善自己的身心；小人的学习只是为了把学问当作家禽、小牛之类的礼物去取悦于人。所以别人不问，自己却去告诉别人，这叫作急躁；别人只问一件事而却回答两件事，这叫作啰嗦。急躁不对，啰嗦也不对，君子回答别人，问一答一，如同回响应声一样。

学习没有比接近良师更便利的了。《礼经》《乐经》记载了法度、规章而未详细说明原理，《诗经》《尚书》记载了前代的掌故而不贴近现实，《春秋》词旨隐约而难以使人迅速理解。只有仿效良师而学习君子的

学说，才能培养崇高的品德并获得广博的知识，也就周知世事了。所以说学习没有比接近良师更便利的了。学习的途径，没有比向良师请教更有效、更迅速的了，其次是尊崇礼法。如果上不能请教良师，下又不能尊崇礼法，只学些杂家的书，死板地记诵《诗经》《尚书》，那么直到老死，也不过是一个学识浅陋的读书人罢了。如果追溯先王的道德，寻找仁义的根本，那么学习礼法正是那四通八达的途径。这就像提起皮衣的领子弯着五个手指去抖动它一样，被理顺的绒毛就数不清了。不遵循礼法，只空谈《诗经》《尚书》，就像用手指去测量河的深浅，用长矛之类的兵器舂米，用锥子代替筷子吃饭一样，是不可达到目的的。所以尊崇礼法，即使不能够透彻领会、理解其精义，也不失为一个崇尚礼法的读书人；不尊崇礼法，即使能够明察善辨，也不过是一个散漫而不自检束的读书人。问不正当事情的人，不要告诉他；告诉你不正当事情的人，不要去追问他；谈论不正当事情的人，不要去听他；态度蛮横的人，不要和他争辩。所以，必须是按照礼义之道前来请教的人，然后才接待他，不按照礼义之道而来的人，就回避他。所以来请教的人礼貌恭敬，然后才可以同他谈论道义的学习方法；他的言辞和顺，然后才可以和他谈论道义的原理；他的容色表现出乐于听从，然后才可以和他谈论道义最精深的含义。所以对那些不可以与之交谈的人，你和他谈了，这叫作浮躁；对那些可以与之交谈的人，你又不和他谈，这叫作隐瞒；不观察对方的表情而与他交谈，这叫作眼瞎。所以君子不急躁、不隐瞒、不目盲，而是谨慎地对待前来请教的人。《诗经》云：“不过于急切，也不有意怠慢，是天子所赞许的。”说的就是这种情况。

射出百支箭，只要有一支没有射中，就不能叫作善于射箭；赶车千里，只要半步不到，就不能叫作善于驾车；伦理法规不能贯通，仁义之道不能一心一意地奉行，就不能称为善于学习。学习这件事，本来就应该一心一意地坚持下去，一会儿不学，一会儿学，那是市井中的普通人，他们之中不好的多，好的少，桀、纣、盗跖就是这样的人；完全彻底、尽心尽力地学习，然后才是个真正的学者。君子知道做学问不全面、不纯正是不能够称之为完美的，所以要反复朗读以求全部透彻地了解，用

心思索以求领会通晓，效法贤师良友，设身处地去实践。除掉有害的东西，保持优良的品德。对于不正确的东西，使自己的眼睛不想去看，使自己的耳朵不想去听，使自己的嘴巴不想去说，使自己的内心不想去思考。等到极其爱好学习时，就像眼睛喜爱看五色，耳朵喜爱听五声，嘴巴喜爱吃五味，心里追求拥有天下一样。因此权势不能压倒他，人多势众不能改变他的决心，天下任何事情不能动摇他。活着循着这条道路，就是到死也坚持这样，这叫作道德操守。具备了这样的道德操守，才能够坚定不移，能够坚定不移，才能顺应历史潮流，正确对待事物，对时代作出贡献。只有这样做的人，才算得上真正有成就的人。天显现出它的明亮，地显现出它的广阔，君子的可贵之处在于他德行的完美无缺。







## 修身

### 【原文】

见善，修然必以自存也；见不善，愀然必以自省也。善在身，介然必以自好也；不善在身，菑然必以自恶也<sup>①</sup>。故非我而当者，吾师也；是我而当者，吾友也；谄谀我者，吾贼也。故君子隆师而亲友，以致恶其贼。好善无厌，受谏而能减，虽欲无进，得乎哉？小人反是，致乱而恶人之非己也，致不肖而欲人之贤己也，心如虎狼、行如禽兽而又恶人之贼己也。谄谀者亲，谏争者疏，修正为笑，至忠为贼，虽欲无灭亡，得乎哉？《诗》曰：“嘒嘒告告<sup>②</sup>，亦孔之哀。谋之其臧，则具是违；谋之不臧，则具是依。”此之谓也。

扁善之度，以治气养生则后彭祖，以修身自名则配尧、禹。宜于时通，利以处穷，礼信是也。凡用血气、志意、知虑，由礼则治通，不由礼则勃乱提慢<sup>③</sup>；食饮、衣服、居处、动静，由礼则和节，不由礼则触陷生疾；容貌、态度、进退、趋行，由礼则雅，不由礼则夷固僻违，庸众而野。故人无礼则不生，事无礼则不成，国家无礼则不宁。《诗》曰：“礼仪卒度，笑语卒获。”此之谓也。

以善先人者谓之教，以善和人者谓之顺；以不善先人者谓之谄，以不善和人者谓之谀。是是、非非谓之知，非是、是非谓之愚。伤良曰谗，害良曰贼。是谓是、非谓非曰直。窃货曰盗，匿行曰诈，易言曰诞。趣舍无定谓之无常，保利弃义谓之至贼。多闻曰博，少闻曰浅；多见曰闲，少见曰陋。难进曰倨<sup>④</sup>，易忘曰漏。少而理曰治，多而乱曰耗。

治气养心之术：血气刚强，则柔之以调和；知虑渐深，则一之以易良；勇胆猛戾，则辅之以道顺；齐给便利，则节之以动止；狭隘褊小，则廓之以广大；卑湿重迟贪利，则抗之以高志；庸众驽散，则劫之以师友；怠慢僿弃，则炤之以祸灾；愚款端悖<sup>⑤</sup>，则合之以礼乐，通之以思索。凡

治气养心之术，莫径由礼，莫要得师，莫神一好。夫是之谓治气养心之术也。

志意修则骄富贵，道义重则轻王公，内省而外物轻矣。传曰：“君子役物，小人役于物。”此之谓矣。身劳而心安，为之；利少而义多，为之。事乱君而通，不如事穷君而顺焉。故良农不为水旱不耕，良贾不为折阅不市<sup>⑥</sup>，士君子不为贫穷怠乎道。

体恭敬而心忠信，术礼义而情爱人，横行天下，虽困四夷，人莫不贵。劳苦之事则争先，饶乐之事则能让，端悫诚信，拘守而详，横行天下，虽困四夷，人莫不任。体倨固而心执诈，术顺墨而精杂污，横行天下，虽达四方，人莫不贱。劳苦之事则偷儒转脱，饶乐之事则佞兑而不曲<sup>⑦</sup>，辟违而不悫，程役而不录，横行天下，虽达四方，人莫不弃。

行而供冀，非渍淖也<sup>⑧</sup>；行而俯项，非击戾也；偶视而先俯，非恐惧也。然夫士欲独修其身，不以得罪于比俗之人也。

夫骥一日而千里，弩马十驾则亦及之矣。将以穷无穷，逐无极与？其折骨绝筋，终身不可以相及也。将有所止之，则千里虽远，亦或迟或速、或先或后，胡为乎其不可以相及也？不识步道者，将以穷无穷、逐无极与？意亦有所止之与？夫坚白、同异、有厚无厚之察，非不察也，然而君子不辩，止之也；倚魁之行<sup>⑨</sup>，非不难也，然而君子不行，止之也。故学曰：“迟，彼止而待我，我行而就之，则亦或迟或速，或先或后，胡为乎其不可以同至也？”故跬步而不休，跛鳖千里；累土而不辍，丘山崇成；厌其源，开其涘，江河可竭；一进一退，一左一右，六骥不致。彼人之才性之相县也，岂若跛鳖之与六骥足哉？然而跛鳖致之，六骥不致，是无它故焉，或为之，或不为尔。

道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成。其为人也多暇日者，其出入不远矣。好法而行，士也；笃志而体，君子也；齐明而不竭，圣人也。人无法，则侘傺然；有法而无志其义，则渠渠然；依乎法而又深其类，然后温温然。

礼者，所以正身也；师者，所以正礼也。无礼，何以正身？无师，吾安知礼之为是也？礼然而然，则是情安礼也；师云而云，则是知若师也。情安礼，知若师，则是圣人也。故非礼，是无法也；非师，是无师也。不

是师法而好自用<sup>⑩</sup>，譬之是犹以盲辨色，以聋辨声也，舍乱妄无为也。故学也者，礼法也。夫师，以身为正仪而贵自安者也。《诗》云：“不识不知，顺帝之则。”此之谓也。

端悫顺弟，则可谓善少者矣；加好学逊敏焉，则有钧无上，可以为君子者矣。偷儒惮事，无廉耻而嗜乎饮食，则可谓恶少者矣；加惕悍而不顺，险贼而不弟焉，则可谓不详少者矣，虽陷刑戮可也。老老而壮者归焉，不穷穷而通者积焉，行乎冥冥而施乎无报，而贤不肖一焉。人有此三行，虽有大过，天其不遂乎？

君子之求利也略，其远害也早，其避辱也惧，其行道理也勇。君子贫穷而志广，富贵而体恭，安燕而血气不惰，劳勩而容貌不枯，怒不过夺，喜不过予，君子贫穷而志广，隆仁也；富贵而体恭，杀势也；安燕而血气不惰，柬理也；劳勩而容貌不枯，好交也；怒不过夺，喜不过予，是法胜私也。《书》曰：“无有作好，遵王之道；无有作恶，遵王之路。”此言君子之能以公义胜私欲也。

### 【注释】

①菑：古同“灾”。

②嗡嗡（xī xī）：象声词。像飞虫一样发出低调的嗡嗡声。訾訾（zǐ）：诋毁。訾，通“訾”。

③勃乱提侵：违背事理，举止错乱。勃，通“悖”。提侵：弛缓怠惰。

④提（tí）：行动迟缓。

⑤悫（què）：诚实，谨慎。

⑥贾：商人。折：亏损。不市：不做买卖。

⑦佞兑（nìng duì）：亦作“佞说”。亦作“佞说”。谓谄媚取悦。

⑧渍淖（zì nào）：陷于烂泥。不清洁，不整洁。

⑨倚魁：行为偏激、放荡。

⑩自用：只凭自己的主观意图行事，不虚心向人求教。

## 【译文】

看见了善事要很整饬地以此检查自己是否有这种善事；看见了不善的事一定要严肃地拿它来反省自己；自己身上有了好的德行，一定要坚定不移地倍加珍惜和保持；自己身上有不良的品行，一定要像被玷污一样感到厌恶。所以指出我的缺点和错误而又中肯的人，就是我的老师；肯定我而又恰当的人，就是我的朋友；巴结奉承我的人，就是害我的寇贼。所以君子要尊重老师，亲近朋友，极端厌恶那些陷害自己的贼人。爱好好的德行而永远不满足，接受规劝而能警诫自己的人，即使不想进步，可能吗？小人则与此相反，自己极其放荡，却憎恶别人对自己的责备；自己极不正派，却想要别人说自己贤能；自己的心像虎狼般的狠毒，行为像禽兽般的无耻，却又厌恶别人说自己坏。对阿谀奉承自己的人亲近，对直言规劝自己改正错误的人疏远，把指正自己的话当作讥笑自己，把最忠诚当作损害自己，这样的人即使不想灭亡，可能吗？《诗经》中说：“乱加吸取，相互诋毁，真是莫大的悲哀。良谋善策本很完美，却偏偏全都遭到严加拒绝，谋划本来不好，反而一一照着办理。”就是说的这种小人。

无所往而不善的法则是：调理血气，保养身体，那么自己的寿命会仅次于彭祖；努力提高自己的品德修养，自立自强，那么自己的名声可与尧、禹相媲美。适宜于处显达的顺境，也有利于处困窘的环境，全靠的是礼法和信义。凡是动用情感、意志，运用智慧及思考处理问题时，遵循礼义就和顺通达，不遵循礼义就颠倒错乱，迟缓怠惰；饮食、衣服、居处及一举一动，遵循礼义就会和谐有节奏，不遵循礼义就会触犯禁忌而生病；容貌、态度、进退、行走，遵循礼义就显得文雅，不遵循礼义就会倨傲乖邪，庸俗粗野。所以，人没有礼义就不能生存，干事没有礼义，事情就办不成，国家没有礼义则无宁日。《诗经》中说：“礼义完全符合法则，言笑完全得当。”说的就是这种情况。

用善行引导别人叫作教导，用善行去附和别人叫作顺应，用不行的言行引导别人叫作谄媚，用不好的言行去附和别人叫作阿谀奉承。是所

当是，非所当非叫作明智，把正确的当做错误的，把错误的当做正确的叫作愚蠢。中伤良士叫作谗言，陷害良士叫作虐害。正确的就说正确，不正确的就说不正确叫作正直。窃取财物叫作偷窃，隐瞒掩盖自己的行为叫作欺骗，轻率不诚实的言谈叫作虚妄，进取或退止没有定规叫作变化无定，为了保住利益而背信弃义叫作最大的贼。听到的事情多叫作广博，听到的事情少叫作浅薄，见到的事情多叫作闲，见到的事情少叫作浅陋。难于进取叫作迟缓，容易忘事叫作遗漏。处理事务简明扼要而有条理叫作治理、管理。措施繁多而又杂乱无章叫作昏乱不明。

调理血气，修养思想的方法是：对血气刚强的，就用平心静气的方法去安抚他；对于思想深沉隐伏的，就用平易和悦的方法去同化他；对于勇猛、刚毅、暴戾的，就用疏导不越轨的方式从旁帮助他；对于行动敏捷迅速的，就用动静相辅相成的方式去节制他；对于心胸狭窄气量很小的，就用宽宏大量去扩展他；对于志意浮薄卑下、迟钝、贪图小利的，就用高尚的志向去促进他；对于庸庸碌碌、鲁钝懒散的，就用良师益友去约束他；对怠慢、轻薄、自暴自弃的，就用会招致灾祸的后果使他明了；对于愚钝诚实、端庄、忠厚的，就用礼仪音乐去协调他，用思考探求去开通他。凡是调理血气、修养思想的方法，没有比遵循礼义而迅捷的了，没有比得到良师更重要的了，没有比所好专一，思虑不杂更玄妙神奇的了。这就是所说的调理血气、修养思想的方法。

志向完美就能傲视富贵，看重道义就能鄙薄王公贵族，内心反省自己，就觉得外来的财物轻微了。古书上说：“君子役使外物，小人则被外物所役使。”就是说的这个。身体劳累但内心感到安适的事，就去做它；利益少但意义重大的事，就去做它；侍奉淫乱的君主而显达不如侍奉陷于困窘的君主而顺行道义。所以好的农民不因为遭到水灾、旱灾就不再耕种，好的商人不因为亏本就不再做买卖，有志节之士不因为贫穷而怠慢道义。

体貌恭敬谨慎，内心忠诚守信，遵循礼义而又有仁爱之心，这样的人走遍天下，即使困处边远的少数民族地区，人们也没有不敬重他的；劳累辛苦的事抢先去做，享乐的事却能让给别人，端庄、忠厚、诚实、

守信，谨守法度而又明察事理，这样的人走遍天下，即使困处边远的少数民族地区，人们也没有不信任他的。外表看上去傲慢固执而内心又势利狡诈，遵循慎到和墨翟的学说但又精于驳杂污秽，这样的人走遍天下，即使显贵四方，人们没有不轻视他的；劳累辛苦的事就苟且偷安，趁机逃避脱离，享乐的事就用花言巧语谄媚别人，毫不谦让地迅速去争夺，邪僻、恶劣又不忠厚，肆意放纵自己的欲望而不检束，这样的人走遍天下，即使显贵四方，人们也没有不唾弃他的。

走路时恭敬谨慎，不是因为怕陷于泥沼；走路时低着头，不是因为怕碰撞到什么东西；与别人对视而先屈身，不是因为惧怕对方。读书人这样做，只是想独自修养自己的身心，并不是怕得罪于一般普通人。

千里马一天能奔跑千里，劣马跑十天的行程也可以达到。能够用有限的气力去走没有穷尽的路途，赶那无限的行程么？劣马就是跑断了骨头，走断了筋，一辈子也不能达到啊！如果有个终点，那么千里的路程即使遥远，也不过是或者慢一点，或者快一点，或者早一点，或者晚一点罢了，为什么不可以到达目的地呢？不知道走小路的人，是用有限的力量去追逐那无限的目标呢？还是也有个一定的范围和止境呢？对那些“坚白”“同异”“有厚无厚”等命题的考察、辨析，不是不明察，然而君子不去辩论它们，是因为有所节制啊。怪异的行为，不是不难做到，然而君子不去做它们，也是因为有所节制啊。所以学者说：“他缓慢地停下来等待我，我赶上去靠近他，也不过是或者慢一点，或者快一点，或者早一点，或者晚一点，为什么不能一同到达目的地呢？”所以半步半步地走个不停，瘸了腿的甲鱼也能走千里；堆积泥土不中止，土堆、山终究能堆成；把水源堵塞住，又开沟渠让水流走，即使是长江、黄河也可能枯竭；一会儿前进，一会儿后退，一会儿向左，一会儿向右，即使是六匹千里马拉的车也不能到达目的地。那些人的才能、资质即使相距悬殊，难道会像瘸了腿的甲鱼和六匹千里马那样相距悬殊吗？然而瘸了腿的甲鱼能够到达目的地，六匹千里马拉的车却不能到达，这没有别的原因，只是有的去做，有的不去做罢了！

路程即使很近，但不走就不能到达；事情纵然很小，但不做就不能



成功。那些闲荡不做事的人，他们的成就肯定不能超过常人很远。喜爱礼法而尽力遵行的，是读书人；意志坚定而又身体力行的，是君子；无所不明而思虑敏捷又永不枯竭的，是圣人。人没有礼法，就会迷茫而无所适从；有礼法而不知其意义就会局促不安，遵循礼法而又深知依礼法条文类推出来的具体律例，面容就会显得如同草木被雨露滋润一般。

礼法，是用来端正自身的行为的；老师，是用来正确阐明礼法的。没有礼法，用什么来端正自身的行为呢？没有老师，又怎能知道礼义是这样的呢？礼法是这样规定的就应按这样的规定去做，这就是性情自然地习惯于遵礼而行；老师这样说，他就这样说，这就是知识有如老师。性情自然地习惯于遵礼而行，知识有如老师，这就是圣人了。所以，违背了礼法，就是没有法度；违背了老师，就是心中没有老师。不遵照老师的教导，违背礼法的法度去做，喜欢自己另搞一套，拿他打个比方，就好像让盲人去辨别颜色，让聋子去辨别声音，除了妄言妄语，胡作非为之外是不会干出什么好事来的。所以说，学习，就是学习礼法；老师就是要以身作则，而且又要重视使自己习惯于遵礼而行。《诗经》中说：“不懂又不知，顺应天帝的法则。”就是说的这种情况。

端正、忠厚、顺从、敬长，就可以称为好少年了；再加上好学、谦虚、敏捷，那就只有和他同等的人而没有高出他的人了，这样的人可以称为君子。苟且偷安，懦弱怕事，没有廉耻而又贪图吃喝，就可以称为坏少年了；再加上放荡凶暴蛮横而又不顺服，险恶害人而又不敬长，这就叫作凶险的少年了，即使遭受刑法杀戮也是可以的。尊敬老人，那么青壮年便都会来归附；不轻侮处境穷困的人，那么有才能通达事理的人便都会来聚集；做好事不让人家知道，施惠不要求人家报答，那么贤人和不贤的人都会归向你，人有这三种好德行，即使有天大的过失，老天恐怕也不会毁灭他吧。

君子求利不斤斤计较，他避开祸害是早有准备的，他避免耻辱是惶惧不安的，他实行道义果敢有勇气，不怕危险和困难。君子虽处贫困，但志向远大；虽身处富贵，但体态容貌恭敬；虽安逸，但精神并不松懈懒惰；虽劳累疲乏，但并不憔悴；发怒时不过分地处罚人，高兴时不过