

心学之祖，四家合一，完人型全才，无争议的入世圣人。

医说 阳明心学

郭航远 著

浙江科学技术出版社




心灵导师王阳明

本书是历时三年,利用零碎时间,在手机备忘录上完成的。

医说阳明心学

郭航远 著



 浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

医说阳明心学 / 郭航远著. —杭州: 浙江科学技术出版社, 2016. 5

ISBN 978-7-5341-7105-5

I. ①医… II. ①郭… 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048994号

书 名 医说阳明心学
著 者 郭航远

出版发行 浙江科学技术出版社
网址: www.zkpress.com
地址: 杭州市体育场路347号
邮政编码: 310006

排 版 杭州兴邦电子印务有限公司
印 刷 杭州丰源印刷有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本	880×1230 1/32	印 张	13.25
字 数	280 000	插 页	4
版 次	2016年5月第1版	版 次	2016年5月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5341-7105-5	定 价	22.00元

责任编辑 胡 水
责任校对 马 融

封面设计 孙 菁
责任印务 田 文

心灵导师王阳明

行医其实就是一场修行，类似于苦行僧的“苦行”。“天将与之，必先苦之；天将毁之，必先累之。”既然从事了这个事关生死的行当，既然把这份神圣而辛苦、崇高而痛苦的工作当成了自己一生的事业，我们就必须风雨同行，且行且珍重，跪着也要走向终点，就必须痛并快乐着，累并坚持着，苦并收获着。没有梦想，就没有故事；没有故事，就没有精彩。

——走在医学与文学之间的苦行僧



作者已出版的医学人文著作：

- ① 《医说孙子兵法》
- ② 《医说论语》
- ③ 《孙子兵法与医院管理法则》
- ④ 《医说道德经》
- ⑤ 《医学的哲学思考》
- ⑥ 《医生职业化培养》
- ⑦ 《安宁疗护理论与实践》
- ⑧ 《生命沉思录》
- ⑨ 《天使手记》



惻隱之心，人皆有之，仁之端也
羞惡之心，人皆有之，義之端也
辭讓之心，人皆有之，禮之端也
是非之心，人皆有之，智之端也



心即理

格物致知

知行合一

致良知

心外无理

心外无物

参透本心

天地澄澈

立志

勤学

改过

责善

陽明先生年譜卷之五



无善无恶心之体
有善有恶意之动
知善知恶是良知
为善去恶是格物

静处体悟
事上磨炼

自序一

我们平素讲山脉，意指其有延伸，有生命，有高度。其实，中国文化史和哲学史也有文脉和学脉，在这条脉络上一定有高峰，也一定有低谷。泱泱华夏，千年文明，源远流长，厚重广博。在历史的进程中沉淀下来的无数颗璀璨的珍珠，是我们每一个炎黄子孙最宝贵的财富。

中国古代史上有许多杰出的思想家，诸如生命的大智者老子、永远的“至圣先师”孔子、积极而潇洒的退守者庄子、民本思想的先驱者孟子、主张“兼爱”和“非攻”的墨子、不是“醇儒”的“祭酒”荀子、法学大家韩非子、无神论者晏子、“大一统”的设计者董仲舒、理学集大成者朱熹、“致良知”说的倡导者王阳明、民主思想的启蒙者黄宗羲、被遗忘的隐居思想家王夫之……

中国历史上还有许多被代代传颂的智者，包括陈聪先圣、儒学先驱的周公，兵家圣者、兵学鼻祖的孙武，一统江山、神机妙算的刘伯温，三分天下、经天纬地的诸葛亮，忠以为国、儒商先师的范蠡，通天之智、千古奇人的鬼谷子，纵横西域、畅通“丝绸之路”的班超，开周八百年、金戈铁马写传奇的姜子牙，兴汉四百年、文韬武略定乾坤的张子房，精音律、多谋略的周瑜，精兵法、善诗歌的曹操……

在远古时代，原始的神话传说和歌谣在人们口头代代流传，这就是传说时期的文学。文字产生以后，中国文学才脱离了传说时期。远古时代人们劳动时发出的呼声、祭祀时诵唱的歌谣，这种简单的节奏就是现在我们熟知的音乐、舞蹈的节拍和诗歌韵律的起源。《弹歌》云：“断竹，续竹，飞土，逐穴。”反映的是原始人制造弹弓和狩猎的过程。

“传说中的朝代”——夏朝是在新石器时代到青铜器时代的转折时期，国家“华夏”的概念开始形成。商朝作为中国第一个有明确文字



记载的朝代，洋洋洒洒600年，用甲骨文和金文把华夏文明的辉煌记录在案。司母戊鼎和四羊方尊等大量青铜器的出现，使庄重的祭祀有了一个象征统治和崇拜天神的印证。周朝用了近800年的时间演绎了春秋和战国，周公辅成王，制定礼乐制度，让中国有了一个“礼仪之邦”的称谓和辉煌。

公元前841年是中国有史以来第一次有明确纪年的一年。现今大多数学者谈中国文脉的起源，都会从四五千年前象形文字的应用算起。2600余年前的一部诗集——《诗经》，是中国文脉的第一座高峰。用诗的风雅去探寻，用经的深邃去颂扬，使当今的人们终于明白，前世的前世，有关欢悦、哀伤、怀念、悲苦的情感话题亘古未变。诗歌是最古老的文学形式之一，此后的唐诗、宋词也是在此基础上发展而来的。中国最初的诗歌是和音乐、舞蹈结合在一起的，此后的元曲也是在此基础上演进而来的。《吕氏春秋·古乐》中云：“昔葛天氏之乐，三人操牛尾投足以歌八阕：一曰载民，二曰玄鸟，三曰遂草木，四曰奋五谷，五曰敬天常，六曰达帝功，七曰依地德，八曰总万物之极。”作为农业大国来说，对平实而接地气的诗歌、传说情有独钟，对安详、知足的农耕生活偏爱有加。从此，中国文脉伴随着文明的进步一路前行。

中国文脉的第二座高峰出现在2200余年前，一大批集哲学家、思想家和文学家于一身的先秦诸子点燃了“烽火台”，不但照耀了那个时代，也照亮了整条中国文脉，使其既拥有哲人的心智，又蕴含文人的情怀。春秋战国时代是中国文化史上极为繁荣的百家争鸣时期。《论语》的教诲使“阳儒阴法”的无序国度有了一份训导的坚持和方向，而《道德经》的五千言可以使国人有机会在山顶上去想象宇宙。诸子百家中流传最广泛的是儒家、道家、墨家、法家、阴阳家、名家、杂家、农家、小说家和纵横家。在这座貌似哲学重于文学的高峰中，有两个人值得注意，一个人是先秦时期文学标杆、楚辞领袖屈原，把《离骚》《天问》祭上了苍穹，植入了民间，把一份浪漫情调涂抹在山水之

间,将一份节律韵味撞入心灵之中;另一个人是造成中国文脉第一处低谷的军事强人秦始皇,是他把中国文字统一在中华版图之中,是他把秦人的情怀植根在每一个炎黄子孙的心中。

中国文脉的第三座高峰出现在跨越公元、贯穿400余年的汉代。汉朝的丝绸之路使西域文明开始进入中原,一些带有“胡”字的蔬菜就来源于西域,如胡萝卜、胡椒等。繁体汉字和汉人的称谓变成中华民族永远的印记。在这个王朝一统的时代,庞大的、铺张华藻的汉赋家族被司马迁的《史记》盖过了风头。这个苦难的中国古代第一支笔,把历史这面大旗高高举起,让文学的朴实将其吹拂得铿锵作响。在繁华的文学成就映衬下,仲舒天人、王充论衡,为文景和明章之治、昭宣和光武中兴、汉武盛世和永元之隆埋下了理论伏笔。此后,近400年的三国两晋南北朝,文学和哲思伴随着战火纷飞而英雄气短,乱世中的曹氏三雄、阮嵇二骨,混战中的兰亭作序、渊明采菊,在中华文化中点缀着美丽、绽放着光芒、传播着激情。王羲之的《兰亭序》中描写了三国两晋时期文人的清谈忌政、放荡不羁、把酒言欢。琅琊王氏与陈郡谢氏引领这一时代的文坛及书法界。南北朝时期佛教兴盛,北朝有龙门石窟,“南朝四百八十寺,多少楼台烟雨中”。但总体来说,这个时期是中国文脉的第二处低谷。

大唐盛世使“唐人”和“唐人街”遍布宇内。中国历史上唯一的一位女皇武则天用政治家的铁腕和诗人的柔情诉说着无字碑的功过。唐诗的“大爆炸”构成了中国文脉的第四座高峰,盛唐文化可以称之为吟唱的文学、华丽的传承。这座耗时近300年筑成的高峰上挺立着李白、杜甫、王维、白居易为代表的一大批诗圣、诗仙,挺立着大气磅礴的韩愈和清雅隽永的柳宗元,还有“一江春水”“春花秋月”“天上人间”“不堪回首”的后主李煜。在这座高峰上,有两条路影响深远,那就是物质的、友谊的、广阔的“丝绸之路”和精神的、团结的、梦想的“西游之路”。



唐后的300余年构成了中国文脉的第五座高峰，在这座高峰上，文人与政客一体，文学与政治联姻。承接唐诗的影响，宋诗和宋词并肩，戴着官帽、穿着官服的苏东坡、辛弃疾把宋学传播到每一个角落。苏东坡比其他任何一位中国诗人更具有多面性天才的丰富感、变幻感和幽默感，智能卓越，心灵纯正。陆游的情殇、清照的婉约，使宋学披上一层高贵的气息和生命的品位。朱熹、“二程”和陆九渊领导的这一场儒学复兴运动，使唐宋的纯文学有了一些哲学的高度，这种理学的俯视力量贯穿了此后近千年的中国文脉。辽代契丹文明主动融进了大中华的文化之中，金、夏两朝的汉化也使文化多元成为现实。西夏是一个可悲的民族政权，后被蒙古人消灭。元朝是中国历史上第一次完全意义上由蒙古族建立的王朝，但蒙古贵族对中原文化的兴趣不大，难以真正融入汉文化圈内，这也使得其不过百年就被赶走。百年元曲以及夹杂着遥远北方马蹄声的诗文，将中国文脉由吟变成了唱，说古道今，是非短长，戏如人生，人生如戏，虽有特色，但不能真正形成一个独立的高峰。从现今的影响和传承来说，元代是中国文脉的第三处低谷。

明朝是中国历史上最后一个由汉族建立的封建王朝，《永乐大典》彰显了这个时代“治隆唐宋、远迈汉唐”的气势。明、清两代500余年的哲学和文学可以称得上中国文脉的第六座高峰，这一时期可以与古代巨人并肩的，一是集儒、释、道于一身的心学奠基人王阳明，以及王夫之、黄宗羲、顾炎武、李贽等一大批哲人；二是撰写文学四大名著的罗贯中、施耐庵、吴承恩和曹雪芹，以及吴敬梓、冯梦龙、蒲松龄、汤显祖等一大群文人。王阳明，一位挺立在中国文脉高峰上的绍兴人，将完美演绎得非常完美，他将孔子的原儒学、董仲舒的汉唐经学和程朱理学拔高到了陆王心学，并照亮了清初朴学、近代新经学和现代新儒学的前进方向。阳明心学作为中国儒学最后一个高峰和近现代启蒙思想的先导，虽然在清代前期已基本终结，但是它的影响力在某种意义上可以说是超越时空的。

“悠悠鉴湖水，浓浓古越情。”绍兴以其人文景观丰富、水乡风光秀丽、风土人情诱人而著称于世。绍兴是一个向来以“佳山水”著名的地方。自东晋之后，就一直是江南最重要的文化核心圈之一，可谓名人辈出。王阳明在绍兴生活，会稽山对他有很大的影响。“阳明子”直接与“阳明洞天”相联系，他对道教养生术的修炼，直至“渐悟仙释之非”，都发生在绍兴。绍兴作为中国历史文化重镇，涌现了一大批能够站在中国文脉高峰上的先贤。在这一长串的名单中，王阳明是一个特殊中的特殊。

我们期盼着中国文脉第七座高峰的出现。

郭航远

2015年10月31日

自序二

儒家思想是先秦诸子百家学说之一。儒家思想也称为儒教或儒学，由孔子创立，最初是指司仪，后来逐步发展为以尊卑等级的仁为核心的思想体系，是中国影响最大的思想流派，也是中国古代的主流意识。儒家坚持“亲亲”“尊尊”的立法原则，维护“礼治主义”，提倡“德治”，重视“仁治”，这些都是构建正统秩序的最高准则。中庸之道是世界上最具有连续性的文化，也是中国众多思想流派中最具有价值的精神和观念。儒家学派对中国、东亚乃至全世界都产生了深远的影响。

儒学自先秦孔孟奠定基本框架后，在长达1000余年的时间里，虽然“仁爱”和“民贵君轻”的仁政思想在中国大地上游荡，但是并未在思想学术界取得真正的垄断地位。儒家倡导血亲人伦、现世事功、修身存养、道德理性，其中心思想是孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻，其核心是仁。“内圣外王”是儒学全部学说的总概括，而“仁义礼智”为其根本指针。“格物”“致良知”“诚意”“正心”“修身”属内圣范畴，“齐家”“治国”“平天下”属外王范畴。儒家在先秦时期和诸子地位平等，在秦始皇焚书坑儒时受到重创，后因汉武帝为了维护专制统治，“罢黜百家，独尊儒术”，实施思想钳制而兴起。直到宋代，由于理学的逐渐兴盛，特别是在朱熹以后，几经改造的儒学（主要指程朱理学）才逐步控制思想学术，进而楔入政治领域，最终得以在社会上广泛流传。

中国文明史经历了夏、商、周近1700年之后，春秋末期思想家孔子总结、概括和继承了夏、商、周三代“亲亲”“尊尊”传统文化，并在此基础上形成了一个完整的儒学思想体系。秦朝将法家学说作为政权的统治思想，而汉朝在汉武帝之前则以道家学说作为正统思想。汉武



帝采纳了董仲舒“君权神授”“天人感应”“春秋大一统”和“罢黜百家，独尊儒术”的理念，“罢黜百家，表彰六经”，将儒家思想作为国家的哲学根本，从此儒学成为正统思想，研究“四书五经”的经学也成为显学。董仲舒在具体政策上将道家、法家、阴阳家和儒家中有利于封建统治和社会管理的部分发扬光大，形成了新儒家思想。从此以后，以儒家伦理道德为中心，以法家严刑峻法为辅助，以道家权术政治为手段的治国模式符合中国古代的国情，成为历代统治阶级奉行不变的治国圭臬。两千多年来，儒家之所以能独领风骚，一方面是因为其思想内核即哲学上的天人观念、伦理上的仁爱精神、政治上的大一统主张适应了封建专制统治的需要，另一方面是因为儒家具有强烈的社会责任感，能够随时代的变化而不断改变面目。

汉朝以后，历朝历代“四书五经”被无数次修订，孔子原作已面目全非。儒学在魏晋时期演变成玄学，道教的成分占主要，黄老思想占上风。在唐代，基本以儒家思想为主导，但是也渗透了道教和佛教思想，唐中期的儒学大师韩愈从维护封建统治出发，用儒家的天命论和封建纲常来反对佛、道的观点。而在宋代发展成为具有官方地位的理学，尊周敦颐、程颢、程颐为始祖，朱熹为集大成者。理学是以儒家思想为基础，吸收佛教和道教思想而形成的新儒学，是宋代的主要哲学思想。

宋代的儒学是以理学的面目出现的，它的主要特色在于阐释义理，兼谈性命。在这方面，唐代的韩愈、李翱为之首开先声。入宋以后，虽然有“宋初三先生”——孙复、胡瑗、石介以继承儒家道统自居，但是实际上真正承接韩李道学的乃是周敦颐、张载、“二程”兄弟。理学发展到南宋朱熹那里，最终形成一个比较完备的学术体系。在这个时期，在理学上与朱熹对峙的是宋、明两代的心学开山之祖陆九渊，两位大师在鹅湖之会、南康之会上关于为学之方、教人之法的学术论争，以及有关无极太极的思想交锋，在理学和中国哲学发展史上具有

重要意义。陆九渊创立的象山学派,后由明中叶的王阳明所继承和发展,成为影响深远的陆王心学。陆九渊之时以及元、明以后的一段较长时期,陆王心学尽管属于边缘学问,未能处于理学和儒学的中心位置,但是它点燃的强调自我、发掘自我的心学火炬,却一直对中国政治、经济各个方面产生了潜在的影响。

郭航远

2016年1月9日

前言一

我是绍兴诸暨人，从小就知道有个叫王阳明的古代名人，还有一座阳明墓和一处阳明洞天。“俗尚风流而多翰墨之士”，在历史上作为“今之会稽，昔之关中”的第一大都会，绍兴“多诸豪右，民物殷阜，王公妃主，邸舍相望”，儒、释、道名流会聚云集，夏禹会盟、勾践建国、西施郑旦、王充论衡、王谢风流、李杜元白刘、文范苏辛岳。对盛产名士的绍兴来说，王阳明只是绍兴历史上的名人之一，但是就其哲学思想而言，影响深远、意义重大。

走出绍兴去外地求学，因自己酷爱文学，自然对阳明心学十分倾心，一直断断续续有所涉猎，在我所写的几本人文著作中也有所表达。2003年赴日本求学，没想到这门显学内冷外热，而且就是这门产自中国的心学给日本带来了国家革新和产业革命，所以日本国民认为阳明心学是体认之学，是培根之学，是身心相即、事上磨炼之学。

“仰首攀南斗，翻身倚北辰，举头天外望，无我这般人！”与陆九渊一道，王阳明负手傲立于儒家另一顶峰，“前不见有古人，后不见有来者”，“守仁弟子盈天下，其有传者不复载”，王阳明的儒学大丈夫风采让后人传颂至今。“阳明先生，中土之圣哲也。”“处今之世，欲学圣贤，孔孟而外，当首推阳明。”虽然现在全国各地有阳明路、阳明公园、阳明文化园、阳明小学、阳明学院、阳明研究院等等，但是又有多少人真正了解王阳明及阳明心学呢？又有多少人希望尝试用“致良知”和“知行合一”的方法而成为圣人呢？

要知道，过去的中华文明是许多西方人的一种永远的向往和膜拜。伏尔泰曾这样形容中国人、赞美中华文明：“几乎没存丝毫虚构和奇谈怪论，绝无埃及人和希腊人那种自称受到神的启示的上帝的代