

帮助高中生提高语文成绩
为高考作文提供观点和素材



高中传统文化通识课助学读物

高路 / 著

自强之道

《大学》《中庸》导读



中国书店出版社



高中传统文化
通识课助学读物

自强之道

《大学》《中庸》导读

高路——著

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

自强之道:《大学》《中庸》导读 / 高路著. —北京: 中国青年出版社, 2016.2

(高中传统文化通识课助学读物)

ISBN 978-7-5153-3735-7

I . ①自… II . ①高… III . ①儒家 ②《大学》—青年读物③《中庸》—青年读物
IV . ① B222.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 189343 号

责任编辑: 王钦仁 刁 娜

封面插图: 基 尔

书籍设计: 瞿中华

出版发行: 中国青年出版社

社址: 北京东四十二条 21 号

邮政编码: 100708

网址: www.cyp.com.cn

编辑部电话: (010) 57350507

门市部电话: (010) 57350370

印刷: 三河市京兰印务有限公司

经销: 新华书店

开本: 880×1230 1/32

印张: 10.875

字数: 228 千字

版次: 2016 年 2 月北京第 1 版

印次: 2016 年 2 月河北第 1 次印刷

定价: 28.00 元

本图书如有印装质量问题, 请凭购书发票与质检部联系调换

联系电话: (010) 57350337

前言

本书是《大学》《中庸》的助学读物，为中国青年出版社组织编撰的经典助学丛书的一种。

《大学》《中庸》与《论语》《孟子》一起构成“四书”，是中华传统文化最重要的经典。古代不仅知识分子要学习，其他人也要学习，是全民教育的普及读本。今天我们读经典，能够背诵其中的句子固然很应该很重要，但更应该更重要的是掌握其精神实质，用于今天的生活和工作，提高自己的能力和素质。为了体现这一点，帮助读者开启思路，本丛书采用主题体例，即确定每部经典的主旨，以这一主旨为核心组织专题。这种体例的突出优点是系统性和思想性强，便于读者从整体上学习和理解经典。

《大学》的主旨在于为个人的自

我设计提供一份指导性大纲要，即“三纲八目”。大学，大学问，指的不是《大学》这本书，而是以这本书为代表的知识领域，即关于如何造就大人格、大能力、大生活的学问。其中的格物、致知、诚意、正心、修身是我们每个人每天都在经历着的；齐家、治国、平天下其实也跟个人密切相关，无论是我们的生活、学习还是工作都以它们为背景，更别说那些直接参与治理的活动了。不管你是否意识到，实际上你的自我设计始终都围绕“三纲八目”展开。

《中庸》的主旨在于为个人的安身立命提供一个指导性大法则。我们来到世上，每一个人都存在着生命的安放问题。成功还是失败、顺利还是困顿、幸福还是不幸，取决于你的立足点。《中庸》告诉我们，这个立足点就是中正，它可以带来和谐和通达。

《大学》和《中庸》虽系古代经典，但具有重大现实意义。它们一个偏重于做人，一个偏重于处世，我们只要在这两个方面做到了对自己负责，不敢说生命一定出彩，至少可以说不枉此一生。

	目录
I _	前言
001 _	《大学》——自我设计的大纲
003 _	一、在学习中建构自我
004 _	（一）大学
005 _	议题 1 什么是大学
009 _	议题 2 大学的立人功能
012 _	议题 3 大学的定向功能
016 _	（二）格物
017 _	议题 1 什么是格物
021 _	议题 2 格人
024 _	议题 3 格事
027 _	议题 4 格物件
030 _	议题 5 格经历
034 _	（三）致知
035 _	议题 1 什么是致知

038 _	议题 2 开智
041 _	议题 3 知学业
045 _	议题 4 知是非
048 _	议题 5 知见识
051 _	议题 6 知人己
054 _	(四) 诚意
055 _	议题 1 什么是诚意
057 _	议题 2 怎样诚意
060 _	(五) 正心
061 _	议题 1 什么是正心
064 _	议题 2 怎样正心
067 _	(六) 学习的地位及其对自我设计的意义
068 _	议题 1 学习的地位
071 _	议题 2 学习对自我设计的意义
075 _	二、在实践中展示自我
076 _	(一) 修身
077 _	议题 1 修身的前提
080 _	议题 2 怎样修身
083 _	议题 3 修身为本

086 _	议题 4 修身与个人命运
090 _	(二) 齐家
091 _	议题 1 家的重要性
095 _	议题 2 言传
098 _	议题 3 身教
100 _	议题 4 齐家纲要
104 _	(三) 治国
105 _	议题 1 治国的前提
109 _	议题 2 国的重要性
111 _	议题 3 守道
115 _	议题 4 亲民
119 _	议题 5 惠民
123 _	议题 6 尊贤
126 _	(四) 平天下
127 _	议题 1 什么是天下
131 _	议题 2 平天下的前提
135 _	议题 3 新民
139 _	议题 4 无为而治
142 _	(五) 实践的地位及其对自我设计的意义
143 _	议题 1 实践的地位

146 _	议题 2 实践对自我设计的意义
149 _	三、在真诚中实现自我
150 _	(一) 诚
151 _	议题 1 真
155 _	议题 2 实
158 _	议题 3 忠
161 _	议题 4 直
164 _	(二) 诚道
165 _	议题 1 诚本体
168 _	议题 2 诚的力量
171 _	(三) 三纲与诚
172 _	议题 1 善是诚的前提
176 _	议题 2 诚是善的前提
179 _	(四) 内修与诚
180 _	议题 1 真诚对待认知
184 _	议题 2 真诚对待自己
188 _	(五) 外治与诚
189 _	议题 1 百姓不可亵渎

192 _	议题 2 道统
196 _	(六) 真诚的地位及其对自我设计的意义
197 _	议题 1 真诚的地位
199 _	议题 2 真诚对自我设计的意义
203 _	《中庸》——安身立命的大法
205 _	一、中是大规则
206 _	(一) 什么是中
207 _	议题 1 中正
210 _	议题 2 不偏不倚
213 _	议题 3 无过无不及
216 _	议题 4 互相制约
219 _	议题 5 包容各方
222 _	(二) 中庸的功能
223 _	议题 1 矫正偏差
226 _	议题 2 各就各位
229 _	议题 3 各司其职
232 _	(三) 中庸的运用
233 _	议题 1 以中庸行中庸

237 _	议题 2 坚持不懈
240 _	(四) 中庸的地位及其对安身立命的意义
241 _	议题 1 中庸的地位
243 _	议题 2 中庸对安身立命的意义
247 _	二、和是大道路
248 _	(一) 什么是和
249 _	议题 1 中
252 _	议题 2 合
255 _	议题 3 平
258 _	议题 4 同
261 _	议题 5 亲
265 _	议题 6 安
268 _	(二) 和的原则性
269 _	议题 1 和而不同
273 _	议题 2 和而不流
276 _	议题 3 和而不党
280 _	(三) 和的运用
281 _	议题 1 和为贵
285 _	议题 2 分敌友

288 _	议题 3 慎战事
292 _	(四) 和谐的地位及其对安身立命的意义
293 _	议题 1 和谐的地位
296 _	议题 2 和谐对安身立命的意义
301 _	三、达是大道德
302 _	(一) 通行
303 _	议题 1 社会需要
307 _	议题 2 个人素质
311 _	(二) 贯通
312 _	议题 1 智与仁、勇
315 _	议题 2 仁与智、勇
319 _	议题 3 勇与智、仁
322 _	(三) 达的地位及其对安身立命的意义
323 _	议题 1 达的地位
327 _	议题 2 达对安身立命的意义

《大学》

自我设计的大纲

—▶

在学习中建构自我

(一)

大学

语录

原文——

大学之道，在明明德，在亲民，
在止于至善。（《大学》第1章）

译文——

大学的宗旨在于彰显光明的道德，
在于革新民心民风，在于引导人
们走向尽善尽美。

议题 1

什么是大学

大学之道的道，可以理解为途径，意思是学生进入大学学习的层次，走上明德、亲民、至善的道路；也可以理解为目的，意思是大学的目标是把学生培养成追求明德、亲民、至善的人才；还可以理解为导向，意思是大学的基本职责在于带领学生走向明德、亲民、至善。为此我们把道解释为宗旨，包含以上三层意思。

那么什么是大学？历来有不同意见。一种是实体说，认为大学是国家高等教育机构，为专门培养治理人才而设立。一种是层次说，认为大学是比小学高一级的学习层次，古人 8 岁正式入学，学习基本礼仪和基本知识，称小学；到了 15 岁开始研习内修和外治的学问，称大学，集注“四书”的南宋大儒朱熹就持这种说法。（朱熹：《大学章句序》）一种是人格说，认为大学是“大人”之学，所谓大人就是把天地万物汇于自己一身的人，故而称大学为大学问，这是明代大儒王阳明的观点。他把这种“一体”视为人心，即人人都具备的天性，在这里儿童与成人没有区别，大学就是把人心引发出来，使其战胜私欲的蒙蔽，从而得到发扬光大。（王阳明：《大学问》）三种说法都有道理，人格说深入到