



【五百年來中國人精妙的神奇智慧】

欲成大事業，必讀王陽明

王陽明所創立的陽明心學集儒、釋、道三家之大成，是王陽明以及後世無數傑出人物的成功密碼，張居正、曾國藩、章太炎、康有為等人無不從中受益。美國哈佛大學教授杜維明預言：21世紀，將是王陽明的世紀！

【終身受益版】

文德◎編著

中國華僑出版社

王阳明

心学的智慧

文德◎编著

——终身受益版



中國年鑑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

王阳明心学的智慧：终身受益版 / 文德编著. —北京：中国华侨出版社，2015.6
ISBN 978-7-5113-5493-8

I.①王… II.①文… III.①王守仁 (1472-1528) —心学—通俗读物
IV.①B248.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第138126号

王阳明心学的智慧：终身受益版

编 著：文 德

出 版 人：方 鸣

责任编辑：子 轩

封面设计：吕秉夏

文字编辑：龚雪莲

美术编辑：北京东方视点数据技术有限公司

经 销：新华书店

开 本：720mm × 1020mm 1/16 印张：24 字数：568千字

印 刷：香河利华文化发展有限公司

版 次：2016年1月第1版 2016年1月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5113-5493-8

定 价：58.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

发 行 部：(010) 65772781 传 真：(010) 65756570

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

目 录

序 王阳明心学的影响	1
心学的流传	2
心学对中国的影响	4
心学对其他国家的影响	6
第一章 宽心：身安不如心安，屋宽不如心宽	9
欲修身，先养心	10
看破繁华，不动于气	11
不忙不乱，不焦不躁	13
身处泥泞，遥看满山花开	15
心狭为祸之根，心旷为福之门	16
空心，才能容万物	18
让生活回归简单	19
第二章 诚心：持纯粹心，做至诚人	21
真心着眼，敦本尚实	22
保持本色，出以真情	23
朴实的人生态度	25
泰然自处，真心生活任天然	27
清水芙蓉，纯然初心	28
君子养心莫善于诚	30
至诚胜于至巧	31
不欺不诈，信守承诺	33



第三章 进取心：立志由心，量力而行	35
志不立，天下无可成之事	36
圣人和贵人都是自己	37
心之所想，力之所及	39
志当存高远，路从脚下行	41
不搞偶像崇拜，只是做好自己	43
人贵有自知之明	44
第四章 道德心：小赢靠智，大赢靠德	47
土地不如德行，财物不如仁义	48
以德为先，德才兼备	50
君子如玉亦如铁	51
顶天立地，刚正不阿	53
养一身浩然正气	54
好德如好色	55
得人心，得天下	57
第五章 孝敬心：以孝安家，以敬持家	59
孝顺在当下	60
百善孝为先，原心不原迹	62
孝是一种生存品质	63
能养只是一半的孝	65
时刻念父母生养之恩	67
为父母尽点儿心	69
有诚心，才能让父母宽心	70
第六章 素净心：减一分人欲，得一分轻快	73
身外物不奢恋	74
心安理得，知足常乐	76
“财”是静心的拦路虎	77
养心在于寡欲	79
荣辱毁誉皆泰然	81
淡泊以明志，宁静以致远	83

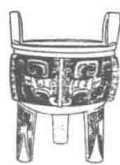


安贫乐道也是信仰	84
徒有虚名不中用	86
在名利中寻回单纯	87
少一些机心，少一些痛苦	89
第七章 喜乐心：常思一二，不思八九	91
财富是外形，心是快乐的根	92
沉浮动静皆人生	93
幸福在于追求得少	95
无执无着，无滞无留	97
幸福源自内心的简约	99
时时微笑，雨打芭蕉也无愁	101
要活得轻快洒脱	103
第八章 决心：知行合一，言行一致	105
慎思之，笃行之	106
把学问用在实处	107
成功不在难易，在于身体力行去做	109
千里之行，始于当下	111
大胆尝试，实践出真知	112
不逆不臆，言行一致	115
第九章 细心：天下大事，必作于细	117
事事精细成就百事，时时精细成就一生	118
学无息止，巅峰之上有巅峰	120
把握现在，认真做每一件事	122
不懈追求，不给自己定底线	123
勤于求知，细于做事	125
第十章 反省心：静察已过，不论他人是非	127
静察已过，勿论人非	128
自省是涤荡心灵的清泉	129
终日不忘反省	131
静时存养，动时省察	133



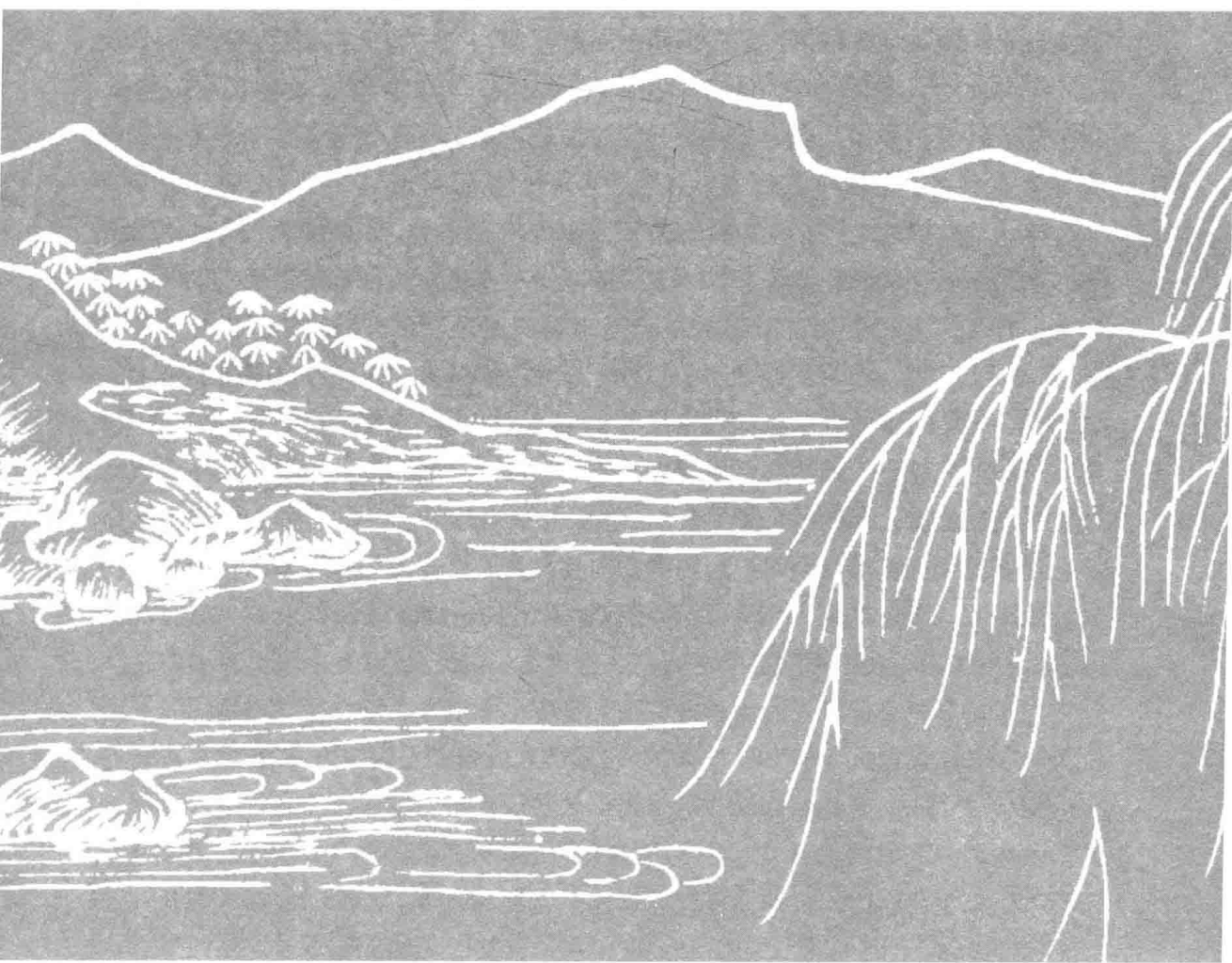
君子改过，人皆仰之	134
反观自身，不断自我提升	136
第十一章 谨慎心：三思而后言	139
有糖衣的逆言易被接受	140
言辞不可太露骨	142
嘴巴闭关，舌头收箭	143
好话说过了不如不说	145
少妄言，多好话	147
言满天下无口过	148
第十二章 包容心：能容能恕，厚德载物	151
待人处世，忍让为先	152
退一步，得饶人处且饶人	153
宰相肚里能撑船	155
容人方能得人之心中	156
不急人怒，忍让内敛	158
恕人之过，释人之嫌	160
忍小事成大事	161
心存厚道，宽容他人	163
第十三章 利他心：己所不欲，勿施于人	165
善待别人就是善待自己	166
自利则生，利他则久	167
爱出者爱进，福往者福来	169
与人为善，暖人暖己	171
爱人者人爱之	172
每一种善行都有回声	173
诸恶莫作，众善奉行	175
第十四章 果敢心：成事在谋，谋事在断	177
勇而无谋是大忌	178
用兵之法，攻心为上	180
应时而变，兵贵在“活”	182

因地制宜，因时而化	183
制胜战术应变化多端	185
抓住时机，一击制胜	187
不打无准备之仗	188
以诚心制权术	190
第十五章 淡定心：不以物喜，不以己悲	191
常在静处，谁能差遣我	192
不动心，不烦恼	193
顺境逆境都能从容	194
静坐静思，不被外物所扰	196
心清净，便悠然自得	197
按心兵不动，如止水从容	199
附录 《传习录》	201



序

王阳明心学的影响





心学的流传

在明朝的历史中，王阳明是一个非常重要的人物，他是著名的哲学家、教育家，是心学的重要代表人物。

王阳明自幼习文，精读史书，11岁便能作诗；12岁时立志要“读书做圣人”，而不是读书登第做状元；15岁，独自出塞外练习射箭、骑马，并且考察军事；17岁，在结婚之夜不见了踪影；28岁举进士；34岁因仗义抗旨，惹怒了宦官刘瑾被关进牢狱，随后发配到贵州龙场做驿丞，却在此荒僻之地悟出了圣人之道；三年之后，调往江西庐陵任知县。此后，他一介书生却身历疆场指挥作战，屡战屡胜。官至南京兵部尚书，被封新建伯。期间，还平定皇室内部的叛乱，活捉军事政变的主谋——宁王朱宸濠。

除了建立事功之外，王阳明还精通儒释道三家之说，最后成为心学的集大成者，把中国古代的哲学推上了一个新的高潮。他提出“致良知”“知行合一”等思想，广收门徒，传道讲学，其影响深远而广泛，不仅被后人称为达到“立德”“立功”“立言”的“真三不朽”之人，还被日本、东南亚等国家和地区推崇。如：日本大将东乡平八郎在击败俄国海军后亮出一个腰牌：“一生俯首拜阳明”，“阳明”就是王阳明。后世研究王阳明形成了一种专门的学问——心学。

王阳明被世人称为“百世之师”，心学主张包含了哲学、经济、政治、教育、文化等各方面的内容，学术思想精深，内容极其丰富。

在明代学界，王阳明的心学掀起了汹涌大波，成为波澜壮阔的主流思想之一。“龙场悟道”是王阳明心学的起点，这为心学的发展奠定了基础。

之后心学构建起了“心即理”“知行合一”“致良知”的基本理论框架。心学在继承了孔孟学派的“良知”“尽心”以及陆九渊的“心即理”等学说的基础上，批判地吸收了朱熹先验范畴的“理”为自体学说。

从思想史的发展轨迹看，心学可以说是儒学的自我革新，也是儒学的最后一个高峰。在世界观上，王阳明坚持“理”主宰主体“心”的理念论，建立起了以“心”为本，以“心即理”为第一原理的心性主体论。他提出“知行合一”，认为



知与行不仅是一种言说，而且应是言说的当下行为现身。心学对良知所做的先验道德本体的构想，发展了孔孟的学说。王阳明说：“致良知是学问大头脑，是圣人教人第一义”，致了“良知”便是“尽心知性”，就成了圣人。此外，王阳明提倡圣凡平等观，认为圣人与凡人一样，并不是什么都知道并能做到的，只是他们能够发现自己的良知。因此，在他看来，圣人和凡人只有一点差别，在于能不能发现自己内心的良知。

心学的流传使得很多人都远道而来，前去求学。因此有人说：“守仁弟子盈天下，其有传者不复载。”王学流传后世主要是泰州和龙溪两个学派。泰州指的是王银（后改名王艮）及其学派，龙溪指的是王畿及其学派。

王艮是心学最重要的代表人物，也是泰州学派的创始人。王艮的思想以阳明心学为源，却又不囿于此。他的学识博大精深、包涵很广，在哲学、伦理、社会政治以及教育、文化等方面，都有丰富翔实的论述，构成了泰州学派的基本思想和基本特色。王艮的“百姓日用是学”“百姓日用之道”，是他思想的闪光点和泰州学派思想的主旨。他把“天理”称作“天然自有之理”，事实上是等于“认为理”，把人的生理需求和物质欲望看作是“天理”的一部分。王艮把“天然自有之理”称作“天理良知”。他所提倡的“格物说”，构成他讲学传道的思想基础。王艮说道，“身是本，天下国家是末”，“格物”必先“正己”，“本治而未治，正己而物正”。王艮的这番话，明白地指出“正人必先正己”。

独领一代思想的领袖风骚、占中国哲学史一席之地的王艮和他所创建的泰州学派，从形成就受到人们的许多好评。黄宗羲曾在他的巨著《明儒学案》中说道：“阳明先生之学，有泰州、龙溪而风行天下……泰州以后，其人多能赤手以搏龙蛇……遂复非名教之所能羁络矣……诸公掀翻天地，前不见有古人，后不见有来者。”从中可以看到黄宗羲对王艮的肯定。

王龙溪是明朝中晚期心学的代表人物，对心学的发展有着重大的贡献，且对日本阳明学的形成与发展有深远影响。龙溪学派进一步吸纳了佛家、道家的思想方法与成果。“念”是王龙溪思想中特别重要的观念，一念功夫不仅在他的思想系统内统合了用力于良知心体的先天正心功夫和用力于经验意识的后天诚意功夫，而且也让王阳明以诚意为中心的致良知功夫论得到了进一步的深化。

王龙溪比较关切的是王阳明对于无之精神境界的追求。他对于佛教的人生境界的吸收和融合也比王阳明彻底，这是龙溪所做的最有价值的学说。此外，龙溪对于王阳明的良知说也提出了自己的见解。在王阳明以知是知非论良知的基础上，他提出四无的主张，以无为宗，注重心体之悟。针对天泉证道，龙溪与钱德洪的思想产生分歧，龙溪用“先天正心之学”和“后天诚意之学”概括和阐发了



自己与钱德洪的思想重点。在此后的讲学活动中，王龙溪逐渐地吸收各学派的精华，不断提升自己的思想境界，后作《钱绪山行状》《天泉证道纪》等文章。

罗念庵是王门后学的一位重要的代表人物，从念庵的思想主旨来看，可归为王门“归寂派”。罗念庵归寂主静之学，以良知返归寂体的过程为格物致知，就是认为良知必须经过实地锻炼而获得。念庵主静的思想，并不是要做世界的隐者，他的主静只是求良知本体的功夫，他获得静明之本体是要以之应世。他一生躬行实践无欲主静功夫，重新阐释了王阳明的致良知教，而备受中晚明时期学者的青睐，被称为得阳明正传，补救心学之弊的功臣。他曾说：“儒者之学在经世，而无欲为本。夫唯无欲，然后用之经世者，智精而力巨。”

罗念庵学术思想的形成受到了很多人的影响。王阳明的“致良知”观点是念庵思想的基础，龙溪学派和泰州学派也提供了一些见解。总的看来，念庵在心学的基础上还是有很大的突破，“归寂”的学说对心学也起了补充和完善的作用。

从心学的流传中，我们可以清楚地了解到，儒学的最后一个高峰也曾是那么的辉煌。王阳明开创了儒学新天地，不愧为一代“心学”宗师。他的弟子们承蒙师传，不断地钻研思考，创立了独一无二的门派，为心学的发展和流传作出了巨大的贡献。至今，心学也没有被历史淹没，它存在于现代的生活中，对社会的发展以及人民的生活还有着一定的影响。

心学对中国的影响

王阳明的心学，被世人称为“救世之学”。自心学确立后，王阳明开始到处讲学，广收弟子，希望通过自己的学说，为朝廷作出贡献，能给人民带来希望。

心学自明朝时期流传以来，备受人们推崇，它像一把巨大的神斧，将束缚着人们内心思想的封建僵化理念劈裂开来，撼动了封建观念的地位。心学在精神上支持劳苦大众，它反对封建社会的剥削和压迫，给人民以希望。王阳明在讲学中曾说道“人皆可以为尧舜”“满街都是圣人”。王阳明认为人人都是平等的，没有高低贵贱之分。在心学的教育下，人民都亢奋起来。心学就像是寒冬里的暖炉，像是炎夏里的清风，给多灾多难的人民带来了福音，它让普通大众认识到了自己的主观能动性，看到了自身的潜能和力量。心学在潜移默化地影响着当时社会的各个方面，为当时政治、经济、学术以及思想等方面的发展作出了巨大的贡献。

心学对明朝政治的发展作出了很大的贡献。在那个时期，王阳明的很多弟子都能为民考虑，希望朝廷可以以人为本，注重百姓的喜悲。一些弟子还在直接参



政中运用心学思想，做了很多利国利民的事情。他的弟子祝世禄，在保宁县任知县，曾创建了一个很大的书院，叫做环古书院。祝世禄经常请思想进步的东林党人来讲学，并且公开宣告：对于“官府长短”和“朝廷得失”，百姓都可以议论评判。欣赏心学的官员们对于道德沦丧、官场腐败的现状，都敢于直言，都能勇于表达自己的不满和见解。逐渐地，学习心学的人很多都开始关心政治，建议朝廷变革，这股强大力量使皇帝都畏惧起来。王阳明曾在讲学中教育人们要“知行合一”“致良知”，通过自己的良知和行动去拯救国家，解救百姓。王阳明的学说，为当时腐败的明朝朝廷，注入了很多新鲜的思想，促使一批官员开始体察民情，着力政务，人民的生活也因此得到缓解。到了明朝后期，社会政治已经混乱不堪，心学学派里也出现了不少高谈阔论的人，他们不践行“知行合一”。由此也引起了士林人士的抨击。

心学对明朝学术的发展也有很大的贡献。在当时明朝的封建制度下，学术界并没有多少自由，文人学子的思想全都被束缚在条条框框中。心学的出现无疑是学术界的壮举，它跳出了宋儒的框架，开辟一代新的学风，讲说了明朝最真实的现状。很多欣赏心学的作家们也受到了启发，不再畏缩在教条中写作，而是将自己的真实感受痛快地表达出来。比如写《牡丹亭》而出名的汤显祖，他的性格狂荡不羁，追求个性自由，鄙视功名利禄；还有号称“四才子”之一的唐伯虎，他傲视封建礼教，敢于直言；更有以写“三言”闻名的冯梦龙，他不惧封建礼教的威慑，将自己想要表达的全都倾泻出来。这些名人们在受到心学的影响后，开始描写现实，将自己的所见所闻所感以写实的笔触记录下来，深刻地揭露了社会的黑暗。他们作品中的人物也由达官贵人、才子佳人、孝子贤孙和英雄豪杰转变到普普通通的市民、商贩、农民。正是由于心学对文人墨客的影响，才促使他们改变写作风格，我们现在才能阅读到那些记录当时生动活泼趣事的文字。

阳明学派的这股清凉之风不仅在明代风靡一时，而且席卷整个清朝，直到现在，心学还多多少少影响着社会的进步。清朝初期，心学广为传播，受到人们的推崇，但这与统治者的治理思想格格不入。为了防止心学对人们的影响，导致社会的动荡，统治者开始禁止人民学习心学，将其冷冻起来，防止心学的流传。为了稳定人心，清朝政府又将程朱理学进行了修饰，重新提倡，使之成为当时的学术主流思想。到了清朝末年，国势衰弱，朝廷腐败，帝国主义强行打开了中国的大门，中国从此走上半殖民地半封建社会的道路。国家的沦落使许多文人墨客都消沉下来，中国从此不论在物质上还是精神上都开始落后于西方。在这种情况下，人们又开始反思，将心学这个强有力的武器重新拿起，开始改造社会。

康有为也对王阳明的学说很感兴趣，认为心学很切合当时的社会状况，“致



良知”“人人可以为尧舜”“各个心中有仲尼”这些学说与当时西方先进民主的思想有相通之处。心学提倡政治平等，重视自然科学，这些先进思想对于拯救中国社会是很有帮助的。康有为广泛地将心学学说运用于宣传之中，推崇心学的“致良知”，将王阳明说的“不忍”作为维新运动刊物的名字。维新运动的另一精英梁启超也很赞赏心学，他在革新运动的过程中多次宣扬心学，推荐人们学习王阳明的哲学思想，后来他经过研究后还写了《王阳明知行合一之教》这本书，鼓励人们要行动起来。虽然维新运动最终失败了，但是这次运动在一定程度上促进了社会的发展。由此可见，心学是真正的有用之学。

在维新变法之后，以孙中山为代表的资产阶级革命派想要推翻清政府的统治，建立新的民主共和国。新政权的建立需要一定的理论支持，因此资产阶级革命派开始从心学中寻找可运用的革命理论。孙中山先生在接受欧美政治思想的同时，也对中国的传统文化进行了批判地继承。他在心学“知行合一”思想的基础上，领悟出了“知难行易”的思想。因此在革命过程中，孙中山宣扬“先要知，要找到一条最适合中国人走的路，再去行”。他还鼓励革命同志要将理论运用于实际，推动革命的进程。虽然资产阶级革命最终也失败了，但是很多仁人志士并没有停止对真理的探索和研究，无数英雄还是大义凛然、义无反顾地奔向战场。最终，中国人找到了属于自己的道路，迎来了新的时代。

在中国历史上，心学也起到了积极的作用，直到今天，心学也还是对我们的生活和社会有或多或少的影响。

心学对其他国家的影响

日本很多行业对王阳明的崇拜和学习，已经是极为普遍。有日本经营之圣之称的稻盛和夫，就十分崇拜王阳明，在他的经营哲学中可以看到很多王阳明良知思想的影子，如“自利则生，利他则久”，“成功=能力+努力+态度”，等等。为什么明朝中后期的王阳明的心学能够在日本有这么大的影响呢？

事实上，在唐朝的时候，中日就有着良好的邦交关系。在这种情况下，两国便可以相互交流、借鉴和学习。桂悟了魔是第一个接触心学的日本人。明朝正德五年（1510年），僧人桂悟了魔被日本政府派到中国进行交流学习。他非常崇拜王阳明，对心学有着很大的兴趣。他曾几次诚恳求见王阳明，认真听其讲学，深思其中的奥秘，不厌其烦地听王阳明的每一次授课，仔细做着笔记，积极进行探讨。在来中国交流的几十年里，桂悟了魔一直在琢磨王阳明的学说，直到八十三



岁才回到日本，传授心学。在他的传授下，中江藤树领悟了心学的精华所在，开始到处讲学，使心学在日本家喻户晓。日后，中江藤树被世人称为日本阳明学派的“开山祖”。

事实上，阳明学派在日本的发展并不如人们想象的那么顺利。最初，日本政府反对阳明学派的传播，怕王阳明的一些思想会挑起人民的反抗情绪，给政府的统治带来威胁。但是慢慢地，心学也显示出了它的独特之处。阳明学说的“知行合一”提倡人们要将知与行统一起来，促进了日本人的工作效率，且阳明学说简单易懂，易于运用，对于直来直往的日本人来说，这是十分符合其性情的。因此，日本政府批判地继承了心学，并鼓励人民学习。于是，王阳明的著作就在日本流传开来，成为人们的必读书籍。那个时候，王阳明的著作在中国才整理完不到一个世纪，日本就已经刊印了。在通读了《王阳明全书》和《传习录》后，研究心学的很多学者开始有了自己不同的见解，因此日本的阳明学派也开始分派。例如：以渊冈山为代表的内省派和以熊泽蕃山为代表的世功派。日本人善于吸取别国的精华，只要是有用的，对社会发展有推动作用的都会用于实践。因此，轰动世界的日本明治维新也受到了王阳明学说的影响，这次维新使日本飞腾起来。

心学不仅对日本的政治产生了重大影响，对日本的国民教育，贡献也是非凡的。明治维新后，日本政府的精英们都努力钻研王阳明的思想，还将这些学说渗透到社会各个阶层，农民、工人、医生抑或市民都对心学有着深刻的了解。日本政府希望通过心学来更好地管理社会，使社会平稳发展，人民安居乐业。

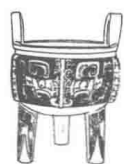
心学在日本产生了巨大的影响，它对日本经济、文化、教育、哲学等各方面都有着很大的贡献。1911年，日本圆满召开了国际阳明学学术会议。日本对心学的研究成果远远超过了欧美。一直到现在，心学对日本的影响还依然存在。

心学传入美国是在20世纪初，南京大学传教士弗胄德里克·古德里奇·亨克对心学有着深厚的感情，回国后他开始提倡心学学说，渐渐地引起了欧美人民的注意。在中国传教的那些年里，弗胄德里克对心学作了深入的了解，并对王阳明的一些思想非常认同。在多年的研究后，他开始翻译王阳明著作，将《传习录》《大学词》以及《王阳明年谱》合辑为《王阳明哲学》进行出版。此外，他还将自己对心学学说的研究成果写成论文《王阳明的生平与哲学》发表出来。至此，心学开始在欧美流传。那个时期正值20世纪20年代，洋人认为中国很落后，很瞧不起中国人。他们对中国人进行凌辱和嘲笑，但恰就在此时，王阳明这位几百年前的中国人的学术思想，走进欧美人士视野，并成为他们崇拜的对象。欧美人接受了心学后，也开始逐渐地深入研究起来，他们认为心学简单易懂，几个字就能渗透出做人的大道理。



欧美研究心学的人变得越来越多，二战以后，人们渐渐发现，王阳明的很多学说都与西方一些大哲学家们的主观唯心主义思想抑或道德论有相似之处。更没想到的是，早在17世纪，王阳明就有这么纯熟完善的思想。王阳明正是用充实的知识以及独到的见解向世人证明中国人的能力。

王阳明的学说能跨越国界，经历各种磨难后被另一种文化体系的人接受并赏识，足以说明心学的可贵与其强大的生命力。这份宝贵的精神财富是对王阳明的肯定，也是中国人的骄傲。



第一章

宽心：身安不如心安，屋宽不如心宽

